

කිං මූලක සූත්‍රය



සූජ්‍ය පානදුරේ චන්ද්‍රනභ ස්වාමීන්වහන්සේ

කිං මුලක

සූත්‍රය

අභිගුණ්ණර් නිකාය

පුස්තක පාලන දෙපාර්තමේන්තුව විසින් ප්‍රකාශිතයි

ධම් දනයක් වශයෙන් නොමිලයේ බෙදාදීම පිණිසයි.

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2020

කිං මූලක සූත්‍රය

පූජ්‍ය පානදුරේ වන්දරතන ස්වාමීන්වහන්සේ

අයිතිය:

මිනිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්‍ෂණ මණ්ඩලය

මිනිරිගල, 11742

දුරකථනය: 033 3339193

nissaranavanaya@gmail.com

www.nissarana.lk

ISBN : 978-955-4877-11-5

මුද්‍රණය



ලිතිරා

© Lithira Printing Industries 2020-03-01

306, ඇඹුල්දෙණිය,

නුගේගොඩ.

දුරකථන: 071 1348282

075 9348282

071 8152131

පෙරවදන

“කවචානං, භනෙන, එවං පුට්ඨො එවං ඛ්‍යාකරමානො චුත්තවාදී වෙච භගවතො හොමී, න ච භගවතං අභුතෙන අඛ්‍යාචිකාමී, ධම්මස්ස වානුධම්මං ඛ්‍යාකරොමී, න ච කොචි සහධම්මිකො වාදනුවාදෙ ගාරඤ්ඤං යානං ආගච්ඡතී’ති?”

ස්වාමීනි, ඇතැමෙක් මගෙන් මෙසේ විචාළ විට මා මෙසේ ප්‍රකාශ කළොත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ වචනයට අනුකූලද? භාග්‍යවතුන් වහන්සේට (බොරුවෙන්) චෝදනා කරන්නෙක් නොවන්නෙමිද? ධර්මයට අනුකූල වුවක් ප්‍රකාශ කෙරෙමිද? කරුණු සහිත කිසියම් වාදනුපාතයක් නොවේද? ගැරහිය යුතු ස්ථානයට නොපැමිණේද?

(දීඝ නිකාය, පාටීකවග්ග, සම්පසාදනීය සූත්‍රය)

දම් සෙනෙච්චි සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉදිරියේදී කළ ප්‍රකාශයක් ඉහතින් දැක්වේ. යම් හෝ කෙනෙකුත් තමන් වෙත පැමිණ යමක් විමසූ විට ඊට තමන්වහන්සේ දුන් පිළිතුර භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ දේශනයට ගැළපේදැයි මෙසේ දම් සෙනෙච්චි සාරිපුත්ත මහ තෙරුන් වහන්සේ සර්වඥයන් වහන්සේගෙන් විමසා සිටී.

මේ අනුව අපට පෙනෙන්නේ දම් සෙනෙච්චි සාරිපුත්ත මහ තෙරුන් වහන්සේ පවා ඇතැම් විට සර්වඥයන් වහන්සේ විමසා ම පිළිතුරු සපයා ඇති බවයි. මෙතුළින් උන්වහන්සේගේ නිහතමානී

භාවයත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ දේශනයට අනුකූලව උන්වහන්සේ පිළිතුරු දෙන බවත් අපට හෙළි වෙයි. සැබෑ ශ්‍රාවකයකු සර්වඥයන් වහන්සේ ඉදිරියෙන් තබාගෙන, නිවැරදි බුද්ධ වචනයම ප්‍රකාශ කිරීමට ප්‍රයත්න දරා ඇති බව මෙයින් අපට එළිදරව් වේ.

විවිධ ප්‍රශ්නවලට විවිධ පිළිතුරු දුනහොත් බුද්ධ දේශනය විකෘත වීමට ඇති ඉඩකඩ බොහෝය. එහෙත් පෙළ දහම මනාව උගෙන ඊට අනුකූල පිළිතුරක් සැපයීම තුළින් ශ්‍රී සද්ධර්මය තවත් කලක් පිරිසිදුව රැකෙනු ඇත. කිං මූලක සූත්‍රයේදී සර්වඥයන් වහන්සේම ප්‍රශ්න අටක් ඉදිරිපත් කර, ඊට ලබා දිය යුතු පිළිතුරු තමන්වහන්සේ විසින්ම ඉදිරිපත් කරනු ලැබීමෙන් අපට පෙනී යන්නේ සද්ධර්මයේ විරස්ථිතිය පිණිස සර්වඥයන් වහන්සේ දැක්වූ විශේෂ උනන්දුවයි.

නිස්සරණ වනයේ 2019 වසරේ මැයි මාසයේදී පැවැති 211 වන නේවාසික භාවනා වැඩසටහන, පූජ්‍ය පානදුරේ වන්දරතන ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් පවත්වන ලද අතර, ඒ සඳහා කිං මූලක සූත්‍රය මුල් කරගෙන ඇත. එහි ඉදිරිපත්ව ඇති ප්‍රශ්න අට විපස්සනා භාවනාවට අනුකූලව විග්‍රහ කරමින් මෙකී දේශනා ඉදිරිපත් කර ඇති අතර, බොහෝදෙනාගේ සිත් තුළ ඇති විවිධ දුර්වලත මෙතුළින් බැහැර කිරීමට හැකි වෙතැයි අපි බලාපොරොත්තු වෙමු. ආරම්භක විපස්සනාවකට මෙන්ම ගැඹුරු විපස්සනාවකටද උපදෙස් ඇතුළත් එම දේශනා මාලාව මෙම පොතට ප්‍රස්තුත වී ඇත.

බොහෝදෙනාට භාවනාවට පිවිසීම සඳහාද දැනට කරගෙන යන භාවනාවට ඉදිරි මග පෙන්වීමක් වශයෙන්ද මෙම පොත යොදාගත හැකි වෙතැයි අපි අපේක්ෂා කරමු.

මෙමත්‍රියෙනි,

උඩරිරියගම ධම්මජීව හිමි
නිස්සරණ වනය - මිනිරිගල
2020-02-15

පටුන

පෙරවදන	i
පටුන	iii
1 කුසලච්ඡන්දය මුල් කරගනිමු	1
2 යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් යථාවබෝධය කරා	27
3 ස්පර්ශය නිසා හටගැනීම්	53
4 වේදනාවෙන් උපරිම ඵලය ගනිමු	81
5 පරිස්සමින් වැඩිය යුතු සමාධිය	109
6 අධිපතිත්වය සතියට දෙමු	139
7 උතුම් වූ ප්‍රඥාව	165
8 සියල්ලෙහි සාරය විමුක්තියයි	191
9 උතුම් නිවනට ආරාධනාවක්	217

1 | කුසලවිජන්දය මුල් කරගනිමු

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමාසමබුදධසස

ජන්මලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, ඵසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සතාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤාතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා'ති

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මැණිවරුනි, ශුද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි වාරිත්‍රයක් වශයෙන් නිස්සරණ වනයේ කරන භාවනා වැඩ සටහන්වලදී ඇත්ත වශයෙන්ම ඉස්සරහිත්ම තියාගන්නවා සතිය. ඒ වගේමයි මතක් කරගන්න එක්තරා සූත්‍රයක් තියෙනවා, ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේන් නිතර කියනවා, හැම භාවනා වැඩ සටහනකදීම අපි ඒක මතක් කරගන්නවා. ඒ තමයි අනුග්ගහිත සූත්‍රය. මේකෙදි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දෙනවා භාවනාවට අනුග්‍රහ කිරීම සඳහා ඉතාම අවශ්‍ය, ඉතාම උපකාරී වන පියවර පහක්. මං හිතනවා මෙතැනදීත් ඒක පොඩ්ඩක් මතක් කරගන්න එක වටිනවා අපේ මාතෘකාවට යන්න කලින්.

අපි මේ කරන්නේ ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කිරීමක්; බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නපු ප්‍රතිපත්තිය පිරීමක්. ප්‍රතිපත්ති මාර්ගයේ ගමන් කිරීමක්. ඉතින් මේ ප්‍රතිපත්ති මාර්ගයට බුදුරජාණන් වහන්සේ සඳහන් කරනවා පස් ආකාරයකින් අනුග්‍රහ කරන්න කියලා; උදව් කරන්න කියලා. මුලින්ම සඳහන් කරනවා සීලය පැත්තෙන් අනුග්‍රහ කරන්න කියලා. ඒ කියන්නේ 'සීල අනුග්ගහිතය'. ඒ නිසා මේ පින්වතුන් විශේෂයෙන්ම තමන් එදිනෙදා කරන කටයුතුවලින් බැහැර වෙලා විශේෂ සීලයක පිහිටියා. මොකද අපි සාමාන්‍යයෙන් රකින පංච සීලයට එහා ගිය අෂ්ටාංග සීලයක් සමාදන් වුණා. මොකද ඒ තුළින් අපේ හිතේ නැවුම් බවක් ඇති වෙනවා. ඒ තුළින් අපේ හිතේ කැප වීමක් ඇති වෙනවා. ඔසවා තැබීමක් සිද්ධ වෙනවා. මේ කටයුත්තට යම් කිසි ජේවීමක් වගේ දෙයක් සිද්ධ වෙනවා. මොකද, සීලය සම්බන්ධයෙන් අපේ සිතේ යම් කිසි විපිලිසර භාවයක් තියෙනවා නම්, වාඩි වෙලා ඇස් දෙක පියාගත්තට පස්සේ අපිට හිතෙනවා නම් "මට අතනදි වැරද්දක් සිද්ධ වුණා, මගේ සීලයේ මේ මේ තැන්වලදී අඩුපාඩු සිද්ධ වුණා, මගේ අතින් අරයට වැරද්දක් සිද්ධ වුණා, මෙයාට වැරද්දක් සිද්ධ වුණා, මේ මේ තැන්වල මම යම් යම් වැරදි සිද්ධ කළා" කියලා අපේ හිතේ දෙගිඩියාවක් ඇති වෙනවා නම්, විපිලිසර භාවයක් වෙනවා නම්, එහෙම නැත්නම් තමන්ට චෝදනා කරන ස්වභාවයක් ඇති වෙනවා නම්, හිතේ නිකම් පසුබාන ගතියක් ඇති වෙනවා නම් මේ සීලය සම්බන්ධයෙන්, ඒකම අපි වඩන මාර්ගයට ටිකක් කරදරයක් බවට පත් වෙනවා. මොකද 'අපි මේ වැඩේට සුදුසුයි' කියලා අපේ හිතේ හැඟීමක් නැහැ එතකොට. අපිව නිකං පස්සට අදින ගතියක් තමයි තියෙන්නේ. "මේ කරන්න යන උතුම් වැඩේට මම දැන් සුදුස්සෙක් නෙවෙයි, මොකද මම සීලයෙන් අපිරිසිදුයි, මගේ සීලය යම් යම් තැන්වලදී කැඩිලා, පලුදු වෙලා, ඒකේ යම් යම් පලුදු වීම් එහෙම නැත්නම් කැඩීම්, බිඳීම් සිද්ධ වෙලා" කියලා අපේ සිත අපිට චෝදනා නගන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ.

ඉතින් ඒක නිසා අපි මුලින්ම මතක් කරගන්න ඕනෑ බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සීලය පෙන්නලා තියෙන්නේ අවිප්පටිසාරානි බො ආනන්ද, කුසලානි සීලානි අවිප්පටිසාරානිසංසානී¹ මෙන්න මේ හිතේ

¹ අංගුත්තර නිකාය, දසක නිපාත, පඨම පණ්ණාසක, ආනිසංස වග්ග, කිමන්ථීය සූත්‍රය

තියෙන අර කලින් කියපු වගේ ඒ විපිලිසර භාවයෙන් තොරව හිත පවත්වාගැනීම සඳහායි. ඒ නිසා අපි සීලයකින් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ හිතේ අවිජ්ජාසාරය, එහෙම නැත්නම් විපිලිසර භාවයක් නැහැ. දැන් මේ කරන්න යන උත්කෘෂ්ට වැඩට මම දැන් සුදුස්සෙක්. මම දැන් කලින්ට වඩා සත්පුරුෂ භූමියක ඉඳලා මේක කරන්නේ. කලින් නම් මගේ මේ මේ වැරදි සිද්ධ වුණා, මේ මේ විදියට කිසිම තැකීමක් නැතිව කටයුතු කළා. කිසිම සැලකිල්ලක් නැතිව කටයුතු කළා. කිසිම ලැජ්ජා හයක් නැතිව කටයුතු කළා. හැබැයි දැන් මම පේවෙලා කටයුතු කරනවා. දැන් මම උනන්දුවෙන් කටයුතු කරනවා. දැන් මම ඉල්ලලා සමාදන් වෙලා සීලයක් රකිනවා. දැන් මේ හිඤ්ඤා වහන්සේ කෙනෙක්, නැත්නම් මෙහෙණින් වහන්සේ කෙනෙක් දීපු පලියට නෙවෙයි, තමන්ම ස්වකීය කැමැත්තෙන් සීලයක් ආරක්‍ෂා කරනවා. මෙතැන තියෙන්නේ හරි මෝරපු ස්වභාවයක්. අපි පුංචි කාලේ ඉස්කෝලේ යනකොට කවුරු හරි ඔන්න පන්සිල් දෙනවා, එතකොට ඉතින් පන්සිල් කියනවා. නමුත් ඒ තුළ නැහැ පේවෙලා රැකීමක්. එතකොට අපි දන්නේවත් නෑ මොනවද මේ හරියට පන්සිල් කියන්නේවත් කියලා. නමුත් දැන් අපි වැඩිහිටියෝ වශයෙන් තේරුම් අරගන්නවා මොකක්ද මේ සීලයේ වටිනාකම, ඇයි මම සීලයක් ආරක්‍ෂා කළ යුත්තේ; මොකක්ද මේකෙන් මට ලැබෙන ආරක්‍ෂාව කියලා තමන් හැඟීමක් සහිතව, අවබෝධයක් සහිතව තමයි සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන්නේ. එබඳු සීලයක් තමයි සමාධි සංවත්තනික සීලය බවට පත් වෙන්නේ. සමාධියට තුඩු දෙන සීලයක් බවට අන්න ඒ සීලය පත් වෙනවා.

ඒ නිසා අපි තේරුම්ගන්න ඕනෑ අපි මේ සීලයක් රකිනවා කියලා අපි සිවුරක් පෙරවාගෙන, එහෙම නැත්නම් සිල් රෙද්දක් පෙරවාගෙන පිටට පේන ස්වභාවයක්ම නෙවෙයි එතැන තියෙන්නේ. අපේ හදවත් තුළ සීලයට එක්තරා අන්දමක කැප වීමක්, එක්තරා අන්දමක ගෞරවයක්, සීලය කෙරෙහි අවංක හැඟීමක් අපි තුළ තියෙන්න ඕනෑ. මොකද අපි කවුරුත් පිටිපස්සේ වෙනත් කෙනෙක් එන්නේ නැහැ, මේ තැනැත්තා, මේ ස්වාමීන් වහන්සේ, මේ මෙහෙණින් වහන්සේ, මේ පින්වතා, පින්වතිය සිල් ආරක්‍ෂා කරනවාද කියලා බලන්න කිසිම කෙනෙක් අපේ පස්සෙන් එන්නේ නැහැ. අපිම අවංක

වෙන්න වෙනවා. අපිම අපේ හදවත් තුළට නැඹුරු වෙන්න වෙනවා කොයි තරම් නම් අද සමාදන් වෙච්ච සීලය රැකීම සඳහා කැප වෙනවද, රැකීම සඳහා මං කටයුතු කරනවාද කියන කාරණය සම්බන්ධයෙන්. අපි තුළ යම් කිසි හැඟීමක් ඇති විය යුතුයි. ඒ හැඟීම අපි තුළ තියෙනවා නම් “අවංකව මම මේ සඳහා උත්සාහයක් දැරිය යුතුයි; අඩු තරමින් මේ දවස් දහය මම මේ සිල්පද අට කඩ කරන්නේ නැතිව රැකිය යුතුයි; මට මේ ජීවිතේ ලොකු අවස්ථාවක් ලැබිලා තියෙන්නේ; එද බුදුරජාණන් වහන්සේ, ඒ වගේම ආර්යයන් වහන්සේලා යම් කිසි සීලයක් සමාදන් වුණාද, සමාදන් වෙලා ආරක්‍ෂා කළාද, අන්ත එබඳු ඒ ආර්ය සීලයකට සමීප වෙන්න අද මට බොහොම කලාතුරකින් අවස්ථාවක් ලැබිලා තියෙන්නේ” කියලා අපි බොහොම නිහතමානී වෙලා ඒ ආර්යයන් වහන්සේලා ගමන් කරපු මාර්ගයේ, බුදුරජාණන් වහන්සේලා පසේ බුදුරජාණන් වහන්සේලා ගමන් කරපු මාර්ගයේ යන්න පුංචි ප්‍රයත්නයක් දරනවා. සීලයෙන් අපි ඒ සඳහා ජේවෙනවා, කැප වෙනවා, අවංකව අපි ඒ සීලය ආරක්‍ෂා කරන්න උත්සාහ කරනවා.

අපි තුළ පින්වත්නි, එහෙම සීලය සඳහා කැප වීමක් ඇති වෙනවා නම්, ඒ සඳහා හැඟීමක් අපි තුළ ඇති වෙනවා නම්, ඒ තුළින්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ඒ තැනැත්තා තුළ අනවජ්ජ සුඛයක් පහළ වෙනවා කියලා.² “දෑන් මගේ අතේ වැරද්දක් නෑ, ඉස්සර නම් මගේ අතේ වැරදි තිබුණා, දෑන් මම පුළුවන් තරම් හික්මිලා කටයුතු කරන්න උත්සාහවත් වෙනවා. දෑන් මම පුළුවන් තරම් කයින් වචනයෙන් සංචර වෙලා කටයුතු කරන්න උත්සාහවත් වෙනවා” කියලා අන්ත තමන්ටම තමන් ගැන පොඩි සතුටක් ඇති වෙනවා. හිතේ පොඩි ප්‍රමෝදයක් හටගන්නවා. සැහැල්ලු බවක් ඇති වෙනවා. කලින් වගේ මම අලජ්ජීව කටයුතු කළේ නැහැ, කිසිම බියක් සැකක් නැතුව සිල් බිඳිමින් කටයුතු කළේ නැහැ, දෑන් මම ඒ වෙනුවට බොහොම ලජ්ජීව, ලජ්ජා සහිතව පව් කිරීම සම්බන්ධයෙන් ලජ්ජාවක්, පව් කිරීම සම්බන්ධයෙන් බියක් සහිතව, නැත්නම් හිරි ඔතප් සහිතව කටයුතු කරනවා. අන්ත තමන්ට තමන් ගැන පුංචි සතුටක් ඇති වෙනවා. මේකම පින්වත්නි ඇත්තෙන්ම හිතේ සමාධියක් ගොඩනගාගැනීම සඳහා

² දීඝ නිකාය, සීලකඛන්ධ වග්ග, සාමඤ්ඤඵල සූත්‍රය

බෙහෙවින් උපකාර වෙනවා. ඒ නිසා අපි භාවනාවක් කරද්දී අපි ගැන මේ ඇති වෙන සුභවාදී ආකල්පය, අපේ ජීවිතය සම්බන්ධයෙන් ඇති වෙන නැවුම් ආකල්පය මේ භාවනාවට ඉතාම වැදගත්. ඒ නිසා මේ පින්වතුන් පුළුවන් තරම් උත්සාහවත් වෙන්න මේ දින දහයෙදී පුළුවන් තරම් අවංකව සීලය ආරක්‍ෂා කරගන්න. මේක මේ කාටවත් පෙන්නන්න නෙවෙයි. තමන් සිල්වතෙක් වශයෙන් කැපී පෙනෙන්න නෙවෙයි. ලකුණු දගන්න නෙවෙයි. තමන්ම මේ කරගෙන යන භාවනා කටයුත්තට, එහෙම නැත්නම් මේ කැප වෙලා ගත කරන්න යන ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපදාව සාර්ථක කරගැනීමට කරන අනුග්‍රහයක් වශයෙන් අපි මේ සීලය ආරක්‍ෂා කරනවා. ඉතින් ඒ එක පැත්තක්.

ඊළඟට දෙවැනිව බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වනවා, සුත අනුග්ගහිතයක්. ඒ කියන්නේ අපි භාවනා කටයුත්තක් කරද්දී වේවා, එහෙමත් නැත්නම් මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වපු මාර්ගයේ ගමන් කරද්දී වේවා, අපිට ඒ ඒ අවස්ථාවලදී බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහම ශ්‍රවණය කරන්න ලැබෙනවා නම්, ඒක හදරන්න පරිශීලනය කරන්න ලැබෙනවා නම්, ඒ තුළින්ම ලොකු අනුග්‍රහයක් අපට ලැබෙනවා. මොකද අපිට තනියෙන් මේ පාර හොයාගන්න බෑ. අපි ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ යන්නේ. දහම් සරණ යන්නේ. සංඝයා සරණ යන්නේ. මොකද අපිට තනියෙන් බුදු වෙන්න බෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේව සරණ ගිහිල්ලයි අපි ඉන්නේ. ශ්‍රාවකයෝ වශයෙන් අපිට පුළුවන් නම් 'ජානාති භගවා, නාභං ජානාමි'³ - 'භාග්‍යවතුන් වහන්සේයි දන්නේ, මම දන්නේ නෑ' කියලා අපිට බිමට බහින්න පුළුවන් නම්, නිහතමානී වෙන්න පුළුවන් නම්, අන්න අපි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සරණ යනවා. ශාස්තෘන් වහන්සේව ඉස්සරහින් තියාගන්නවා. බුදුරජාණන් වහන්සේව අපි ඉස්සරහින් තියාගන්නවා. තියාගෙන, මොකක්ද බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ කියලා අන්න බුද්ධ වචනයට කන්දෙනවා. අපිට පුළුවන් නම් හොඳට සමාහිත හිතකින් බුද්ධ වචනයට කන්දෙන්න, ඒකම අපි තුළ ලොකු කුසලයක් ජනිත කරනවා. ඒක සමහර වෙලාවට අපේ කුසල් මෝරලා තියෙනවා නම්, අපේ හිතේ ලොකු ප්‍රසාදයක් ඇති වෙලා ඒ තුළින්ම හිත සමාධිමත්

³ මජ්ඣිම නිකාය, මජ්ඣිම පණ්ණාස, හික්ඛු වග්ග, කීටාගිරි සූත්‍රය 5

වෙලා, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහමක් අහද්දී මාර්ග ඵල ප්‍රතිවේධය පවා වෙන්න පුළුවන්. මොකද ඒ තරමට මේ බුද්ධ වචනය හරිම පරිශුද්ධයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ තනිකරම කෙලෙසුන් ප්‍රභාණය කරපු උත්තමයෙක්. උත්තරීතර හිතකින් දේශනා කරපු දහමක් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ධර්මය කියන්නේ. එබඳු දහමක් තමයි අපි ශ්‍රවණය කරන්න උත්සාහවත් විය යුත්තේ.

ඉතින් ඒ නිසා අපි එබඳු දහමක් ශ්‍රවණය කරන්න ශ්‍රවණය කරන්න, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ඒ නික්ලේශී ස්වභාවයට තමයි අපේ හිතත් කිට්ටු කරන්නෙ. ඉතින් ඒ නිසා අපි පුළුවන් තරම් බුද්ධ ගෞරවයෙන් ධර්ම ගෞරවයෙන් සංඝ ගෞරවයෙන් බුද්ධ වචනයට ඇහුම්කන් දෙනවා. ඒ ඇහුම්කන් දීම නිසා අපි තුළ ශුද්ධාවක් වර්ධනය වෙනවා; අපි තුළ සුතමය ඤාණයක් වර්ධනය වෙනවා; බහුශාක භාවයක් වර්ධනය වෙනවා. මේ හැම දෙයක්ම අපේ ධර්ම මාර්ගයට ප්‍රයෝජනයයි. මොකද අපිට හැම තිස්සේම බැහැ ගුරුවරයෙක් ළඟ තියාගෙන, නැත්නම් ගුරුවරයන්ගේ සෙවණ යටතේ ඉන්න. ඉතින් ඒ නිසා බුද්ධ වචනය අපි හොඳට අහලා කියලා තියෙනවා නම්, ඒක හොඳින් හදාරලා තියෙනවා නම්, මනසින් ඒ ගැන යම් පමණකට විග්‍රහයක් කරලා තියෙනවා නම්, හොඳට හේතු ඵල දහමක් වශයෙන් වටහාගෙන තියෙනවා නම්, ඒක සැහෙන්න ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා. මොකද, අපි මේ වඩන මාර්ගය බුද්ධ වචනය එක්ක සසඳගන්න පුළුවන් නම් ඒක හරිම වටිනවා. එතකොට අපිට කිසිම දෙගිඩියාවකින් තොරව, සැකයකින් තොරව මාර්ගයේ යන්න පුළුවන්. නැත්නම් අපිට හිතේ යම් යම් සැක සංකා පහළ වෙනවා නම් “මම මේ කරන්නේ බුදුහාමුදුරුවෝ කියපු දේද නැත්නම් මේ වෙන දෙයක්ද” කියලා හිතේ සැක ඇති වෙනවා නම්, අන්න අමාරුයි නිවැරදි පාරේ යන්න. නමුත් හොඳට බුද්ධ වචනය අහලා ‘මම මේ කරන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු දේමයි, බුද්ධ වචනයට අනුකූලවමයි මම මේ කටයුතු කරන්නේ’ කියලා හොඳට තමන්ට සක්සුදක් සේ පැහැදිලි වෙනවා නම්, අන්න විශ්වාසයෙන් මාර්ගයේ යන්න පුළුවන්.

හැබැයි මේකේ තවත් පැත්තක් තියෙනවා. අපි දැන් හුඟදෙනෙක් අද ජන මාධ්‍ය හරහා බණ අහනව. ධර්ම පුස්තක පරිහරණය කරනවා.

මේ හරහා අපි හුඟදෙනෙක් සතුට ලොකු දැනුම් සම්භාරයක් තියෙනවා. මේ දැනුම් සම්භාරයම අපි ඉස්සරහ තියාගත්තොත් භාවනා කටයුත්තෙදී ඒක යම් බාධාවක් වෙන්න පුළුවන්. ඒකයි මම දවල් ධර්ම සාකච්ඡාවෙදීත් මතක් කළේ, අපි භාවනා කරන වෙලාවෙදී බොහෝම නැවුම් මනසක්, බොහෝම ආධුනික මනසක්, බොහෝම විවෘත මනසක්, දේවල් පිළිගන්නා මනසක් එහෙම නැත්නම් දේවල් හුඟක් දුරට උකහාගන්න පුළුවන් මනසක් තනාගන්න ඕනෑ. එහෙම නැතුව 'අපි සියල්ල දන්නවාය, මම තමයි සියල්ල දන්නා වූ තැනැත්තා අනිත් අය මං තරම් දන්නේ නැහැ', නැත්නම් 'මම මේකේ කෙළපැමිණි කෙනෙක්ය' කියලා හිතාගත්තොත් හෙම අපිට මේ ධර්ම මාර්ගයේ ඉස්සරහට යන්න බැහැ. එතකොට නිකං අපි අර පිරිවිච කළයක් වගේ, එහෙම නැත්නම් මුනින් අතට හරවපු කළයක් වගේ. කොච්චර වැක්කෙරුවත් තව දුරටත් ඒ තුළ රැඳෙන්නේ නෑ. මොකද ඒක මුනින් නවලා තියෙන්නේ.

නමුත් අපි විවෘත භාවයක් ඇතුව කටයුතු කරනවා නම්, ඒ වගේමයි අපේ හිතේ තියෙන්නේ නිහතමානී බවක් නම්, පොළොවට බැහැලා නම් අපි කටයුතු කරන්නේ, ඒ වගේමයි අපේ හිතේ තියෙනවා නම් යම් නැවුම් භාවයක්, අන්න අපිට මේ භාවනාමය ඥානයක් දියුණු කරගන්න අවස්ථාව ලැබෙනවා. මොකද අපි භාවනාව කරද්දී ලබන අත්දැකීම එතැන එතැන හිතීන් තර්කානුකූලව හිතන්න ගත්තොත්, එතැන එතැන අපි මේ පොත් පත්වල සඳහන් දේවල් එක්ක සම්බන්ධ කරන්න ගත්තොත්, අහපු බණක් එක්ක සම්බන්ධ කරන්න ගත්තොත්, අර වඩන මාර්ගය එතැනම ඇණහිටින්න පුළුවන්. මොකද ඒ වඩන මාර්ගයට නිදල්ලේ බොහෝම ස්වාභාවිකව වැඩෙන්න අවස්ථාවක් නෑ එතකොට. මොකද අපි හිතීන් දේවල් දනවා එතැනට. අපි එතැනට මැදිහත් වෙනවා. ඒ වැඩෙන ධර්ම මාර්ගයට අපි අකුල් හෙළනවා. නමුත් ඒ ධර්ම මාර්ගය ස්වාභාවිකව වැඩෙන්න අපි ඒ අවස්ථාව සලස්වලා දෙනවා නම් බොහෝම නිදල්ලේ වැඩෙන්න අපි අවස්ථාව සලසලා දෙනවා නම් අපි පැත්තකට වෙලා නිහතමානී වෙලා නිශ්ශබ්ද වෙලා එකඟතාවක් සහිතව එකඟ වෙවච හිතකින් සාමකාමී හිතකින්

අපි ඒ දේට ඉඩ හරිනවා නම්, අන්ත භාවනාමය ඥානයක් හදන්න අවස්ථාව තියෙනවා.

ඒ නිසා සුතමය ඥානය, වින්තාමය ඥානය, භාවනාමය ඥානය කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහමේ ප්‍රඥවේ පැති තුනක් පෙන්වනවා.⁴ ඉතින් අපි බණ අහලා, පොත් පත් පරිශීලනය කරලා හදගන්නේ සුතමය ඥානය. නමුත් භාවනා කරන අවස්ථාවේදී අපි හදගන්න උත්සාහවත් වෙන්නේ භාවනාමය ඥානය. ඒ භාවනාමය ඥානය, සුතමය ඥානයවත් වින්තාමය ඥානයවත් නෙවෙයි. භාවනාමය ඥානයක් ඇති කරගන්න නම් අපේ හිතේ තියෙන්න ඕනෑ විවෘත භාවයක්. අපේ හිතේ තියෙන්න ඕනෑ එක්තරා අන්දමක එකඟතාවක්; සමාධියක්; සමාධිමත් භාවයක්; ඇතුළේ කතාව සමනය වීමක්. මේ වගේ ගුණාංග රැසක් අපේ භාවනා කරන හිතේ තිබිය යුතුයි. ඒ නිසා මේ සුතමය ඥානය බහුශාක භාවය පොඩ්ඩක් අපිට භාවනා කරන වෙලාවේදී නම් අතිවාර්යයෙන්ම පැත්තකින් තියන්නත් වෙනවා. හැබැයි අපි තේරුම්ගත යුතුයි විටින් විට අවස්ථානුකූලව අපි බණ පදයක් අහලා, පොතක් පතක් බලලා, අපේ ඒ භාවනාමය ඥානය සුතමය ඥානයකින් පොහොසත් කරගත යුතුයි. තව හොඳට ශක්තිමත් කරගත යුතුයි. ඒකට තමයි දැන් අපි මේ ධර්ම දේශනාවක් වශයෙන් සම්බන්ධ වෙලා ඉන්නේ.

ඊළඟට තුන්වැනිව බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ 'සාකච්ඡා අනුග්ගහිතය' ගැනයි. අපි කොයි තරම් බණ ඇහුවත් සමහර වෙලාවට මේ මාර්ගය වඩනකොට, සමහර වෙලාවට අපිටම පැහැදිලි කරගන්න අමාරුයි මේ අපි ඉන්නේ කොහෙද කියලා. මොකද අපි කලින් නොගිය පාරක තමයි දැන් මේ යන්න හදන්නේ. මොකද අපි කලින් ගිහිල්ලා නම් තියෙන්නේ, අපි ඔක්කෝම රහත් වෙලා. නමුත් දැන් අපි මේ කලින් නොගිය පාරක තනිතනියෙන් යන්නයි හදන්නේ. මේ ගමන අපිට දෙන්නෙක් එක්ක යන්න බෑ. මේ ගමන අපි තනිතනියෙන් යන්න වෙනවා. ඒ කියන්නේ අපේ අම්මට තාත්තට එහෙම නැත්නම් අපේ දරුවන්ට අපි වෙනුවෙන් මේ ගමන යන්න බෑ. මේ ගමන, මේ ධර්ම

⁴ දීඝ නිකාය, පාථිකවග්ග, සඞ්ඛිති සූත්‍රය

මාර්ගය අපි අපිම තනිතනියෙන් යා යුතු ගමනක්. එහෙම තනිතනියෙන් මේ මාර්ගයේ යනකොට “අපි නිවැරදිව මේ පාරේ ගමන් කරනවාද, එහෙම නැත්නම් මේ පසු කරන්නේ කොයි හරියද, මින් ඉදිරියට කළ යුත්තේ කුමක්ද” කියලා සමහර වෙලාවට අපේ හිතේ දෙගිඩියාවක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. මොකද මේ මාර්ගය අලුත්. අපි කලින් ගිහිල්ලා නෑ. අත්දැකීම් නැහැ අපිට. අපි අහලා තිබුණට මේ අහපු දේ, ඒ අහපු චිත්‍රය, ඒ අහපු සිතියම, අපේ ප්‍රත්‍යක්‍ෂයත් එක්ක සසඳාගන්න සමහර වෙලාවට අමාරුයි. අපි හිතමු උදහරණයක් වශයෙන් කියනවා නම්, අපිට කොහේ හරි ගමනක් යන්න තියෙනකොට ඔන්න අපිට හම්බ වෙනවා සිතියමක්. අපි සිතියම දිහා බලලා තේරුම්ගන්නවා ‘මෙහෙම මෙහෙම යන්න ඕනෑ’ කියලා. අපිට අදහසක් තියෙනවා. නමුත් අපි පාරට බැහැලා ගමන යන්න උත්සාහවත් වෙනකොට මේ සිතියමත් එක්කම හරිම අමාරුයි ගමනේ තියෙන ඒ ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් ගලපාගන්න. අන්න එබඳු අවස්ථාවල අපිට පොඩ්ඩක් ළඟ ඉන්න කෙනෙක්ගෙන් අහන්න වෙනවා, අපි මේ හරි පාරෙද යන්නේ කියලා. පොඩ්ඩක් විමසන්න සිද්ධ වෙනවා. සමහර තැන්වලදී ඒ සිතියම අනුවම අපිට කටයුතු කරන්න බෑ. එතැනදී යම් ප්‍රායෝගික උපදෙසක් ගන්න සිදු වෙනවා.

අන්න ඒ වගේ තමයි මේ ධර්ම මාර්ගයෙන් ගමන් කරනකොට ඇතැම් වෙලාවට අපිට අනිත් කෙනෙක් එක්ක සාකච්ඡා කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ තැනැත්තා සත්පුරුෂයෙක් නම්, ඒ තැනැත්තා අපිට වඩා පියවරක් හරි ඉස්සරහට ගමන් කරපු කෙනෙක් නම් අන්න අපිට යම් උපදෙසක් දෙයි. අපිට යම් මාර්ගයක් පෙන්වයි. ඒක තමයි අපි සාකච්ඡාවක් ආශ්‍රයෙන් කරන්න හදන්නේ. මෙතැනදී අපි අපේ භාවනාමය අත්දැකීම් පොඩ්ඩක් එළි කරනවා. මේ එළි කරන්නේ ‘මං භාවනා කළා’ කියලා පෙන්වන්න නෙවෙයි. “මම මේ මේ විධියට කළා, මේ කටයුත්තේ මම මේ මේ විධියට හැසිරුණා. යෙදුණා. ඉතින් ඊළඟට මොකක්ද කරන්න තියෙන්නේ? එහෙම නැත්නම් මේ කරපු දේ හරිද, මම එළඹිව්ව බාධාවට මුහුණ දුන්නා හරිද?” කියලා එක්තරා අන්දමකින් අපි කරන බොහොම අවංක සාකච්ඡාවක්. මේකට ‘කමටහන් සුද්ධ කිරීමේ කටයුත්තක්’ කියලා අපි සාමාන්‍යයෙන් කියනවා භාවනාමය පැත්තෙන්. එතෙක්දී අපි භාවනා කරලා ඇත්ත වශයෙන්ම ඒකේ

ප්‍රායෝගිකව යෙදිලා, එතැන එතැන අපි ලබපු අත්දැකීම් පුළුවන් තරම් වචනයට නංවන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ටිකක් අමාරුයි. මොකද, සමහර වෙලාවට අපේ භාවනාමය අත්දැකීම් විස්තර කරගන්න අපේ භාෂාවේ වචන සමහර විට අපොහොසත්. එව්වරකට සමහර වෙලාවට අපේ අත්දැකීම් හරිම නුහුරු බවක් තියෙනවා. අපිට ඒක වචනවලින් විස්තර කරගන්න අමාරු තත්ත්වයක්. නමුත් අපි උත්සාහවත් වෙනවා, මේ තමන් ලබපු අත්දැකීම් කොහොමද තව කෙනෙකුට පැහැදිලි කරන්නේ, කොහොමද තව පොඩ්ඩක් විස්තර කරලා දෙන්නේ, එතකොට අන්න අහන කෙනා තේරුම්ගන්නවා “මෙන්න මෙයා මේ තැන්වල ඉන්නේ, මේ මේ ප්‍රදේශයි දැන් පහු කරන්නේ, මෙයාට මේ මේ බාධා එන්න පුළුවන්, නැත්නම් මේ මේ බාධාවලට දැනටමත් මුහුණ පාලා තියෙනවා” කියලා, ඒ පාරේ පොඩ්ඩක් හරි ඉස්සරහට ගිය කෙනෙක් හඳුනාගන්නවා. අන්න ඒ සඳහා අපි විවෘත වෙන්න ඕනෑ. ඒ සඳහා අපි යම් පමණකට අපේ අත්දැකීම් හෙළි කරන්න ඕනෑ.

මෙන්න මේක තමයි ඇත්තටම කමටහන් සුද්ධ කිරීමේ සාකච්ඡාවකදී කරන්නේ. අපි කොහොමද මූල කර්මස්ථානයක් හඳුනාගත්තේ, ඒ මූල කර්මස්ථානය අපි වැඩුවේ කොහොමද, ඒ වගේම අපිට ඒක වඩද්දී පැමිණිවිච බාධා මොනවද, ඒවා කොහොමද ජය ගත්තේ, ඊළඟට වෙනත් වෙනත් අරමුණු ආවම ඒවත් එක්ක කටයුතු කළේ කොහොමද, ඊළඟට සක්මන් භාවනාවේ යෙදුණේ කොහොමද, අනිකුත් එදිනෙද කටයුතුවලදී කොහොමද හැසිරුණේ, කියලා අපිට ඒ ඉඳගෙන කරන භාවනාව සම්බන්ධයෙන් සහ සක්මන් භාවනාව සම්බන්ධයෙන්, ඒ වගේම එදිනෙද අනෙකුත් කටයුතු සම්බන්ධයෙන් අපි මෙන්න මේ වාර්තාවට පුළුවන් තරම් කරුණු ඇතුළත් කරනවා නම් අපේ මුළු දවසම නොසිස්ව ගත කරපු ආකාරය අපිටම පැහැදිලි වෙනවා. මොකද, අපි නැත්නම් මෙතැන ඇවිල්ලා සමහර වෙලාවට කාලය කා දැමීමක් කළා වෙන්න පුළුවන්. නමුත් අපි උත්සාහවත් වෙනවා නම් මේ ලැබිවිච අවස්ථාවෙන් ප්‍රයෝජනය ගන්න, මම අද දවසේ කරපු ටික අනිවාර්යයෙන්ම මෙන්න මේ කමටහන් වාර්තාවට ඇතුළත් වෙන්න ඕනෑ. ඒක නොසිස් වාර්තාවක් වෙන්න ඕනෑ. ‘අද දවසේ මම කොයි තරම් මේ සඳහා කැප වුණාද, මේ සඳහා මම කොයි

තරම් යෙදුණාද' කියන කාරණය මේ වාර්තාව තුළ නිරූපණය වෙන්න ඕනෑ. එතකොට තමන්ට තේරෙනවා මේ මුළු දවසම හොඳට සංවිධානය වෙලා උදේ නැගිටිට මොහොතේ පටන් රාත්‍රී නින්දට යනකල්ම තමන් මේ සඳහා කැප වෙලා තියෙනවා. පර්යංක භාවනාව තුළ තමන් කටයුතු කරලා තියෙනවා. සක්මන් භාවනාව තුළ කටයුතු කරලා තියෙනවා. ඒ අතරතුරේදී අනෙකුත් සෑම කටයුත්තකදීම තමන් උත්සාහවත් වෙලා තියෙනවා කොහොමද මේ සිහිය පිහිටුවාගෙන කටයුතු කරන්නේ කියලා. ඉතින් ඒ නිසා මේ කාරණා ටික කමටහන් වාර්තාවේ ඇතුළත් කරන්න මේ පිරිස උත්සාහවත් වෙන්න.

හතරවැනිව බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වනවා සමථ අනුග්ගහිතය. මොකද අපේ සිත් සාමාන්‍යයෙන් වික්ෂිප්ත වෙලයි තියෙන්නේ. අපි නා නා ප්‍රකාර දේවල් පරිහරණය කරනවා. අපේ ගෙවල් දෙරවල් තියෙනවා. අඹුදරුවන් ඉන්නවා. යාන වාහන තියෙනවා. රටේ ලෝකේ නා නා ප්‍රකාර දේවල් අපිට ඇහෙනවා, පේනවා, දූනෙනවා. අපි රැකී රක්ෂාවල නිරත වෙනවා. මේ හැම දෙයක් හරහාම අපේ සිත ලොකු වික්ෂිප්ත භාවයකට පත් වෙනවා. හැම පැත්තකින්ම තොරතුරු ගලාගෙන එනවා. අතීතයටත් වඩා වර්තමානයේ පුදුම විධියට බලෙන්ම වාගේ අපේ හිත් ඇතුළට මේ තොරතුරු පොවන ගතියක් තියෙනවා. බලෙන් දුන ගතියක් තියෙනවා. ඉතින් මේ හැම දේවල්ම ඇවිත් අපේ හිත් පුදුම විධියට දූෂණය කරන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා මෙබඳු දූෂිත මනසක් තමයි අද අපි සුද්ධ කරන්න හදන්නේ. මේක එක පාරටම කරන්න බෑ. ඒ නිසා මෙතැන ඉන්න ආධුනික පින්වතුන් සමහර වෙලාවට මේ හුස්ම රැල්ලක් දිහා බලන්න ගියාම හිත එහෙ මෙහෙ දුවනවා කියන එක විස්මයජනක කාරණයක් නෙවෙයි. හිත එහෙ මෙහෙ දුවන්නේ නැතුව හුස්ම රැල්ල තුළ හිටියා නම් තමයි ඒක පුදුම වෙන්න ඕනෑ කාරණය. නමුත් මේ හුස්ම රැල්ලක් දිහා බලන්න ගියාම, නැත්නම් පිම්බීමක් හැකිලීමක් දිහා බලන්න ගියාම, ඒ වගේම මේ ඉරියව්වේ හිත පවත්වන්න ගියාම හිත මේ ඉරියව්ව තුළ නොඉන්නවා කියන එක, රඳවන්න අමාරුයි කියන එක තමයි සාමාන්‍ය සිද්ධිය. මොකද ඒ තරමට මේ හිතට එක තැන ඉඳලා පුරුද්දක් නෑ. සරල අරමුණක ඉඳලා පුරුද්දක් නෑ. අපි කියන

අරමුණක ඉඳලා පුරුද්දක් නෑ. එයාට පුරුදු වෙලා තියෙන්නේ තනිකරම කෙලෙස් අරමුණෙන් අරමුණට පැන පැන යන්න. ඉතින් එබඳු හිතක් පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ හදගන්න නම් අන්න ඒ හිතේ එක්තරා අන්දමකින් එකඟතාවක් හදන්න වෙනවා. එක්තරා අන්දමකින් හිතේ සමාධිමත් භාවයක් හදන්න වෙනවා. ඒකාග්‍රතාවක් හදන්න වෙනවා. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා තමන් වහන්සේසේගේ මේ ගැඹුරු දහම තේරුම්ගන්න නම්, ඉස්සෙල්ලා හිතේ සමාධිමත් භාවයක් හදගන්න. හිතේ යම් එකඟතාවක් හදගන්න කියලා. අපි ඒ සඳහා කටයුතු කරනවා. අන්න ඒකට කියනවා සමථ අනුග්ගහිතය කියලා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊළඟට පෙන්වනවා පස්වෙනි අනුග්ගහිතය. දැන් හිතේ එබඳු ඒකාග්‍රතාවක් හදගන්නා නම්, යම් පමණක වර්තමානයේ ඉන්න ගතියක් දැන් හිතේ තියෙනවා නම්, අන්න එබඳු හිතකට එබඳු සමාධිමත් හිතකට අවස්ථාව ලැබෙනවා ප්‍රඥව දියුණු කරන්න. ඒ ප්‍රඥව දියුණු කරන මාර්ගය බුදුරජාණන් වහන්සේ විපස්සනා අනුග්ගහිතය වශයෙන් පෙන්වනවා. ඒ කියන්නේ අපිට එක පාරටම ප්‍රඥවක් දියුණු කරන්න බෑ. අපිට ඒ සඳහා උවමනා කරන යම් යම් හේතු සාධක මූලිත්ම හිතේ වර්ධනය කරගන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ සාධක ටික අපි හදගෙන ඊළඟට ප්‍රඥව දියුණු කරන මාර්ගයට බහිනවා. එතකොට ප්‍රඥව දියුණු වීම හරහා තව දුරටත් ඔන්න හිතේ ඒකාග්‍රතාව දියුණු වෙනවා. ප්‍රඥව දියුණු වීම හරහා සීලයත් දියුණු වෙනවා. මේ ගුණාංග දැන් එකට සුසංයෝග වෙලා කටයුතු කරනවා. ඉතින් ඒ නිසා මෙතැනින් අදහස් වෙන්නේ නෑ අපි සීලයෙන් පරිපූර්ණ වෙලා ඊළඟ පියවරට යා යුතුයි කියලා. එහෙම කරන්නත් බෑ. අපි උත්සාහවත් වෙනවා, අවංකව උත්සාහයක් දරනවා. දරමින් ඊළඟ කටයුත්තට අත තියනවා. ඒකේ යම් උත්සාහයක් දරමින් යනකොට තව ටිකක් ඉස්සරහට යනවා.

එතකොට මෙන්න මේ සීල, සමාධි, ප්‍රඥ කියන බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන මාර්ගය එකිනෙකට සම්බන්ධ වෙලා තියෙනවා. එකිනෙකට උදව් කරන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒ නිසා මේ කටයුතු කරන්න කරන්න, මේ පැති පහෙන්, නැත්නම් මේ ක්‍රම පහෙන් අනුග්‍රහ කරන්න කරන්න අපේ සිතේ වර්ධනයක් සිදු වෙනවා. ඒ නිසා අපි

තේරුම්ගත යුතුයි මේ දවස් 10 තනිකර අපි මේ ඉඳගෙන භාවනා කිරීමෙන් පමණක්, සක්මන් භාවනා කිරීමෙන් පමණක් සියල්ල සම්පූර්ණ වෙන ක්‍රමයක් නෙවෙයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන්නේ. මේ හැම දේකම යම් වටිනාකමක් තියෙනවා. අපි රකින ශීලයේ යම් වටිනාකමක් තියෙනවා. ඒකෙන් ලැබෙන අනුග්‍රහයක් තියෙනවා. අපි මේ අහන බණ ටිකේ වටිනාකමක් තියෙනවා. ඒකෙන් අනුග්‍රහයක් තියෙනවා. ඒ වගේමයි අපි කරන සාකච්ඡාවේ වටිනාකමක් තියෙනවා. ඒ වගේමයි අපි හිත එකඟ කරගැනීම සඳහා දරන ප්‍රයත්නයේ ලොකු වටිනාකමක් තියෙනවා. ඒ වගේමයි ප්‍රඥව දියුණු කිරීමේ ලොකු වටිනාකමක් තියෙනවා. ඉතින් මේ ඔක්කොම බොහෝම ලස්සනට සුසංයෝග වෙලා, බොහෝම ලස්සනට එකිනෙකට ප්‍රත්‍ය වෙලා උදව් කරමින් තමයි මේ ගමන යන්නේ.

පින්වත්නි මේ භාවනා වැඩ සටහන සඳහා මම මාතෘකා වශයෙන් අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ ‘කිං මූලක’ කියන සූත්‍රය තෝරාගත්තා. මොකද, දවස් 10 ක් තියෙනවා. අපට ටික ටික මේ ධර්මයේ යම් යම් තැන් තේරුම්ගනිමින් අපේ භාවනාවට කොහොමද බුද්ධ වචනය සම්බන්ධ කරගන්නේ කියලා යම් පමණක සුතමය ඥානයක් දියුණු කරගනිමින්, භාවනාවට ඒ ඥානය උපයෝගී කරගනිමින් යන්න අවස්ථාව අපි හැමෝටම දැන් ලැබීලා තියෙනවා. ඉතින් මේ සූත්‍රය ගැඹුරු සූත්‍රයක්. නමුත් අපිට තේරුම්ගන්න බැරිකමක් නැහැ. මොකද, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ හුගක් සූත්‍ර අපි මේ කරගෙන යන භාවනා කටයුතුවලට කමටහනක් වශයෙන් පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්. යම් කිසි කෙනෙක් ඇවිල්ලා ප්‍රශ්නයක් ඇහුවාම ඒ කෙනාගේ හිත සංසිදෙන ආකාරයට, ඒ තැනැත්තාගේ හිතේ යම් කුසල ධර්මයන් දියුණු වෙන ආකාරයට තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර දෙන්නේ.

කිං මූලක සූත්‍රය බුදුරජාණන් වහන්සේම හිඤ්ඤන් වහන්සේලාගෙන් ප්‍රශ්න කීපයක් අහලා උන්වහන්සේම උත්තර දීපු අවස්ථාවක්. එක්තරා අවස්ථාවකදී බුදුරජාණන් වහන්සේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාගෙන් අහනවා “අන්‍ය තීර්ථකයින් ප්‍රශ්න ඇහුවොත්, කිං මූලකා ආවුසො සබ්බෙ ධම්මා?, කිං සමභවා සබ්බෙ ධම්මා? මේ ආදී වශයෙන් ප්‍රශ්න 8 ක් මෙනැන එනවා. ඒවාට දෙන පිළිතුරු මොනවාද”

කියලා. මේ එක එක ක්‍රමානුකූලව අරගෙන මේ දහම විග්‍රහ කරගනිමු. අන්‍ය තීර්ථකයන් කියලා, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයේදී දෘෂ්ටි ගත්ත, මත දරපු පිරිස් ඉඳලා තියෙනවා. ඉතින් ඒ අය නොයෙක් තර්ක ඉදිරිපත් කරමින් අනෙක් අයත් එක්ක නොයෙකුත් විවාදවලට තර්කවලට පැටලෙමින්, අනෙක් අයට අභියෝග කරමින් ඉඳලා තියෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවකයන් සමගත් තවත් අවස්ථාවලදී බුදුරජාණන් වහන්සේ සමගත් මේ තීර්ථකයින් සහ වෙනත් වෙනත් ලබ්ධි ගත්ත පිරිස් ඇවිල්ලා සාකච්ඡා කරනවා. තර්ක විතර්ක කරනවා. වාද විවාදවලට එනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙතැනදී අන්ත එබඳු පිරිස් ඇවිල්ලා මහණෙනි, ඔබලාගෙන් මෙන්න මේ විධියට ප්‍රශ්න ඇහුවොත් මොකක්ද දෙන උත්තරය කියල අහලා තමයි මේ උත්තර ටික දෙන්නේ. ඒ කියන්නේ, භික්ෂූන් වහන්සේලාගෙන්ම අහනවා ‘මහණෙනි, මේ ප්‍රශ්න ටික ඇහුවොත් අන්‍ය තීර්ථකයින් ඇවිල්ලා, මොනවාද ඒවාට ඔබලා දෙන පිළිතුරු?’. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේට භික්ෂූන් වහන්සේලා කියනවා ‘අනේ ස්වාමීනි, මේ මුළු දහමට භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මූලික වෙලයි තියෙන්නේ. අපි ඔබවහන්සේවයි සරණ ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. ඔබවහන්සේ අපේ ශාස්තෘන් වහන්සේ. ඒ නිසා අප කෙරේ අනුකම්පාවෙන් මේකට උත්තරයත් ඔබවහන්සේම කියන්න’ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේට ආරාධනා කළා. අන්ත එහෙම ආරාධනා කළාට පස්සේ තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ එකින් එක, එකින් එක, ප්‍රශ්නයක් අහල උත්තරේ දෙනවා, ආයෙත් තව ප්‍රශ්නයක් අහනවා උත්තරයක් දෙනවා. ආයෙත් තව ප්‍රශ්නයක් අහනවා උත්තරේ දෙනවා. ඔන්ත ඔය ආකාරයෙන් තමයි මේ සූත්‍රය දිගහැරෙන්නේ. ප්‍රශ්න අහලා උත්තරේ දෙනවා. මේ ආකාරයෙන් දිගහැරෙන මේ සූත්‍රයේ පළවෙනි කොටස තමයි මම අද සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ.

එතැනදී බුදුරජාණන් වහන්සේ අහන පළවෙනි ප්‍රශ්නය තමයි “කිං මූලකා, ආචුසො සබ්බෙ ධම්මා?” ඒකේ සරල තේරුම අපි ගත්තොත් ‘කුමක් මුල් කරගෙනද මේ සියලු දහම් තියෙන්නේ?’ කියලා තමයි ප්‍රශ්නය අහන්නේ. දැන් මෙතැනට එක එක පිළිතුරු සමහර වෙලාවට අපිට හිතෙන්න පුළුවන්. ‘අන්ත අරක මුල් වෙලයි සියල්ල

තියෙන්නේ. මේක මුල් වෙලයි සියල්ල තියෙන්නේ” කියලා අපිට සමහර විට එක එක අදහස් හිතට එන්න පුළුවන්. බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන සෘජු පිළිතුර තමයි, “ඡන්දමුලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා”. දැන් අපිට සමහර වෙලාවට අහපු නැති වචන, නොතේරිවිච දේවල් මෙතැන තියෙන්න පුළුවන්. ඒක තමයි මේ ධර්ම දේශනාවක් මාර්ගයෙන් විස්තර කරන්න හදන්නේ. “ඡන්දමුලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා” - “මහණෙනි, මේ සියල්ල”. අපි බලමු මොනවද ‘මේ සියල්ල’ කියන්නේ කියලා පසුව. ‘මේ සියල්ල ඡන්දය මුල් කරගෙන තියෙනවා’ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. දැන් මොකක්ද මේ ඡන්දය කියන්නේ. පින්වතුනි, ඡන්දය කියපු ගමන් ඔන්න මතක් වෙන්නේ පළාත් සභා ඡන්දය, ජනාධිපති කෙනෙක් තෝරන ඡන්දය, නැත්නම් මන්ත්‍රීවරු තෝරන ඡන්දය තමයි. මේ දහමේ එන ‘ඡන්දය’ ඒ ඡන්දය පමණක් නෙවෙයි. ඒකත් මේකටම ඇතුළත් කියන්න පුළුවන්. නමුත් ඊටත් වඩා ගැඹුරු අර්ථයක් මේ කථා කරන ඡන්දයේ තියෙනවා. අපි සාමාන්‍යයෙන් ඡන්දය දීලා පැත්තකට වෙනවා. ඒගොල්ල ඉතින් කැමති දෙයක් කරගන්නවා. එහෙම ඡන්දයක් නේ සාමාන්‍යයෙන් ලෝකයේ තියෙන්නේ. එහෙම දෙයක් නෙවෙයි මේ කථා කරන්නේ. මේ කථා කරන්නේ අපේ හිතේ ඇති වන ඡන්දය ගැන. අපේ හිතේ ඇති වන කැමැත්ත සම්බන්ධයෙන්. දැන් මේ අපේ හිතේ ඇති වෙන කැමැත්ත ඔන්න සියල්ලට මුල් වෙලා තියෙනවාලු. දැන් මේක පොඩ්ඩක් විග්‍රහ කරගන්න අපි උත්සාහවත් වෙමු.

එක්තරා අවස්ථාවක ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේව හම්බ වෙන්න බ්‍රාහ්මණයෙක් එනවා. ඔහුගේ නම ‘උණ්ණාහ’.⁵ ඔහු ඇවිත් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් අහනවා, ‘ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්ස, මේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කෙරෙහි බ්‍රහ්මචරිය වාසයක් කරන්නේ මොකටද?’ ඒ කියන්නේ මහණ වෙලා ඉන්නේ මොකටද කියලා අහනවා. එතකොට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ මේ විධියට උත්තර දෙනවා. “ඡන්දප්පභානඤ්චං ඛො, බ්‍රාහ්මණ, භගවති බ්‍රහ්මචරියං වුසසති’ති”, බ්‍රාහ්මණය, මේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කෙරෙහි මහණ දම් පුරන්නේ, බ්‍රහ්මචරිය වාසයක් කරන්නේ ඡන්දය ප්‍රභාණය කිරීම පිණිසයි’ කියලා

⁵ සංයුත්ත නිකාය, ඉද්ධිපාද සංයුත්ත, පාසාදකම්පන වග්ග, බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය

ඔන්ත උත්තරයක් දෙනවා. ඊට පස්සේ අර බ්‍රාහ්මණයා ආයෙන් අහනවා මේ ඡන්දය ප්‍රභාණය කරන්න යම් කිසි ප්‍රතිපදවක්, ක්‍රමවේදයක් තියෙනවාද කියලා. ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා ‘ඔව්, එහෙම ප්‍රතිපදවක් තියෙනවා.’ මොකක්ද ඒ ප්‍රතිපදව? “ඡන්දසමාධිපධානසංඛාරසමනාගතං ඉද්ධිපාදං භාවෙති” කියලා ඔන්ත සාද්ධිපාද පැත්තකින් උත්තරයක් දෙනවා. ඒ කියන්නේ ඡන්දය මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරනවා, ඊළඟට වීර්යය මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරනවා, චිත්තය මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරනවා, ඊළඟට විමංසාව මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරනවා කියලා උත්තර දෙනවා.

දැන් මේක කිව්වහම බ්‍රාහ්මණයට බොහොම ගැටලු සහගතයි. දැන් මොකද මේ උත්තරයෙන් ඡන්දය තියෙනවා. දැන් ඔහු අහන්නේ මේ බ්‍රහ්මචරිය වාසය කරන්නේ මොකටද කියලා. එතකොට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා, ඡන්දය දුරු කරන්නයි කියලා. හැබැයි ගන්න මාර්ගය මොකක්ද, ඒකට කළ යුතු දේ මොකක්ද ඒකට කියලා ඇහුවාම ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ “ඡන්දය මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරන්න ඕනෑ, වීර්යය මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරන්න ඕනෑ, ඊළඟට චිත්තය මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරන්න ඕනෑ, විමංසාව මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයත් දියුණු කරගන්න ඕනෑ”, කියලා උත්තරයක් දෙනවා. එතකොට මෙතැන යම් නොගැළපීමක් තියෙනවා. මොකද ඡන්දය දුරු කරන්නයි හදන්නේ. දැන් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා මේ ඡන්දය මුල් කරගත්ත සාද්ධිපාදයකුත් වඩන්න කියලා. දැන් එතැන නොගැළපීමක් තියෙනවා. ‘මේක නම් වෙන්ත බෑ’ කියලා බ්‍රාහ්මණයා කියනවා. දැන් මේකට හොඳ උපමාවක් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ දෙනවා.

දැන් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ අහනවා මේ බ්‍රාහ්මණයාගෙන්, ‘බ්‍රාහ්මණය, ඔබට මාව හම්බ වෙන්ත මේ සේනාසනයට එන්න මුලින් හිතේ කැමැත්තක් තිබුණා නේද?’ ‘ඔව්, එහෙමයි, මට කැමැත්තක් තිබුණා’ කියලා උත්තර දෙනවා. ‘දැන් ඔබ මෙතැනට ආවයින් පස්සේ මොකක්ද උනේ, කැමැත්ත ඉෂ්ට උනාට පස්සේ?’, ඒ ඡන්දය දැන් අවසානයයි, දැන් සමනයට පත් වෙලා තියෙන්නේ. ඒ වගේමයි මෙතැනට

එන්න ඔබ යම් විරියයක් දරුවා. එතැනින් නැගිටින්න ඕනෑ, පාද වෙහෙසවලා මේ ගමන එන්න ඕනෑ. ඒ සඳහා යම් විරියයක් දරුවා. ඒ උනාට මෙතැනට පැමිණියාට පස්සේ අන්න ඒ විරියය සමඟට පත් වුණා. ඒ වගේමයි ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ වැඩහිටිය විහාරස්ථානයට පැමිණෙන්න ඒ බ්‍රාහ්මණයගේ හිතේ මුලින් සිතුවිල්ලක් පහළ වුණා. ඒකට හිතක් ඇති කරගත්තා, 'මම මේ ස්වාමීන් වහන්සේ හමිබ වෙන්න යන්න ඕනෑ' කියලා. ඒ අනුව තමයි එය මෙහෙයවනු ලැබුවේ. දැන් ස්වාමීන් වහන්සේ හමිබ වුණාට පස්සේ ඒකත් සමනයට පත් වුණා. ඒ වගේමයි මේ මාර්ගයෙන් යන්න ඕනෑ, මේ විධියට මම හමිබ වෙන්න ඕනෑ. මේ වෙලාව තමයි මේ ස්වාමීන් වහන්සේ හමිබ වෙන්න තියෙන හොඳම වෙලාව කියලා යම් නුවණ මෙහෙයවීමක්, විමංසාවක් තිබුණා. ඇවිල්ලා දැන් මේ ස්වාමීන් වහන්සේ හමු වුණාට පස්සේ ඒකත් සමනයට පත් වුණා. ඔන්න ඔය වගේ මේ ඡන්දය මුල් කරගෙන තමයි ඡන්දය ප්‍රභාණය කරන්නත් වෙන්නේ කියලා කියනවා.

එතකොට පින්වත්නි, දැන් අපි තේරුම්ගත යුතුයි, දැන් මේ පින්වතුන්ට මේ දවස් 10 ක වැඩ සටහනට සහභාගි වෙන්න ඕනෑ කියලා හිතේ ඡන්දයක් තිබුණා. හිතේ කැමැත්තක් තිබුණා. ඒ අනුව තමයි තමන් කටයුතු කළේ, ඒ අනුව තමයි ඔන්න තමන් ඉල්ලුම් පත්‍රයක් දුම්මේ, කථා කළේ, දුරකථන ඇමතුමක් දුන්නේ. ඒ මොකද, උවමනාවක් තියෙනවා හිතේ කැමැත්තක් තියෙනවා මේක කළ යුතුයි කියලා හිතේ හැගීමක් තියෙනවා. ඒකෙන් තමයි මෙහෙයවන්නේ. ඒකෙන් තමයි හිත තල්ලු කරලා දෙන්නේ. මේ කටයුත්තට තල්ලු කරනවා - මෙහෙම කරන්න ඕනෑ, මේ වැඩේට මම යන්න ඕනෑ, මේ භාවනා වැඩ සටහනට සහභාගි වෙන්න ඕනෑ, කියලා හිතේ කැමැත්තක් තියෙනවා. ඔන්න අපි දැන් සියලුදෙනා පැමිණියා. ඊයේ ආවා. ඇවිල්ලා අපි දැන් සිල් සමාදන් වෙලා භාවනා කරද්දී අර මුලින් තිබිවිච කැමැත්ත නෙවෙයි දැන් තියෙන්නේ, වෙන දේවල්වලටයි අපේ හිත යන්නේ. දැන් සමාධියක් දියුණු කරන්න, නැත්නම් සතිය දියුණු කරන්න, ප්‍රඥාව දියුණු කරන්න, අන්න වෙන පැත්තකට හිත හැරිලා. කලින් මේ වැඩ සටහනට සහභාගි වීම සඳහා තිබුණු ඡන්දය දැන් පස්සම්භනය වෙලා; දැන් සමනයට පත් වෙලා.

ඉතින් ඒ අවස්ථාවේදී ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියන්නේ, එක අතකින් ටිකක් ගැඹුරකින් මේ උපමාවක් වශයෙන් මේ බ්‍රාහ්මණයාට කියන්නේ, තමන්ව හමිබ වෙන්න එන්න ආපු කැමැත්ත සමනයට පත් වෙනවා කියලා. මෙන්න මේ වගේමයි මේ ධර්ම මාර්ගයෙන් තියෙන්නේ. නිවන් දකින්නත් අපි තුළ යම් කැමැත්තක් තිබිය යුතුයි. අපි තුළ යම් උවමනාවක් තිබිය යුතුයි. මෙන්න මේ උවමනාව තුළින් තමයි අපිව මෙහෙයවන්නේ. නැත්නම් අපිට වෙන වෙන උවමනාවල් තමයි සාමාන්‍ය ජීවිතයේ තියෙන්නේ. අපි පුටු කාලේ, අපි හිතමු ඔන්න ඉස්කෝලේ යන්න උවමනාවක් තියෙනවා. ඊළඟට ඊළඟ පන්තියට සමර්ථ වෙන්න උවමනාවක් තියෙනවා. ශිෂ්‍යත්වය සමත් වෙන්න උවමනාවක් තියෙනවා. ඊළඟට සාමාන්‍ය පෙළ සමත් වෙන්න උවමනාවක් තියෙනවා. උසස් පෙළ සමත් වෙන්න උවමනාවක් තියෙනවා. විශ්වවිද්‍යාලයට යන්න උවමනාවක් තියෙනවා. ඔන්න ඒකත් සමත් වෙන්න උවමනාවක් තියෙනවා. ඊළඟට රස්සාවල් හොයන්න උවමනාවක් තියෙනවා. ඊළඟට ඔන්න විවාහයක් කරගන්න උවමනාවක් තියෙනවා. නා නා ප්‍රකාර ප්‍රශ්න. නා නා ප්‍රකාර උවමනාවල්. ඉතින් අපිව හැමෝම ඔය උවමනාවලින් තමයි මෙහෙයවෙන්නේ. අපි එකිනෙකාගේ උවමනාවල් වෙනස්. අනික් අතට පුටු කාලේ තිබිවිච උවමනාව නෙවෙයි තරුණ කාලේ තියෙන්නේ. තරුණ කාලේ තිබිවිච උවමනාව කැමැත්ත නෙවෙයි ටිකක් වැඩි වියට පත් වෙනකොට තියෙන්නේ. මුහුකුරා යනකොට, තලතුනා වෙනකොට තියෙන්නේ වෙනත් වෙනත් උවමනාවල්. අපි වයසට යනකොට වෙනත් වෙනත් උවමනාවල්. එතකොට ඔන්න 'දෙස්තර කෙනෙක් හමිබ වෙන්න තියෙන උවමනාව' ඒ වගේ උවමනාවල් තමයි ඊළඟට තියෙන්නේ.

ඉතින් ඔය වගේ පින්වත්නි, අපේ මේ මුළු ජීවිතේම එක අතකින් මේ උවමනාවල මෙයෙවීමක් හරහා සිද්ධ වෙනවා. ඒ උවමනාවෙන් තමයි අපිට එල්ලය ලබලා දෙන්නේ. ඉතින් ඒකයි මෙතැනදී අපි තේරුම්ගත යුත්තේ. "ඡන්දමුලකා, සබ්බෙ ධම්මා" එතකොට මේ උවමනා මගින් අපිව මෙහෙයවන ගතියට, මේකටම තණ්හාව කියන්නත් පුළුවන්. මේ වගේ උවමනාවල් හරහා තමයි කටයුතු සිද්ධ වෙන්නේ. අපේ හිතේ දැන් උවමනාව මොකක්ද, ඒකට අනුව අපිව මෙහෙයවෙනවා. ඒකට

අනුව අපි කටයුතු කරනවා. අපි හිතමු යම් කිසි කෙනෙකුට උවමනා නම් හිතේ තියෙන කෙලෙස් සම්පූර්ණයෙන්ම දුරු කරන්න, අන්න ඒකත් උවමනාවක් තමයි. ඒකත් හිතේ තියෙන ඡන්දයක්. ඒකත් හිතේ තියෙන කැමැත්තක්. හැබැයි ඒක උත්කාෂ්ට කැමැත්තක්. ඒක අර සාමාන්‍ය ධන ධාන්‍ය රැස් කරගන්න, සල්ලි හම්බ කරගන්න, පදවියක් තානාන්තරයක් ගන්න, ඒ වගේ ලෞකික වූ පරමාර්ථයක් නෙවෙයි. උත්තරීතර පරමාර්ථයක්. එතැනත් හැබැයි තියෙන්නේ කැමැත්තක්. එතැනත් තියෙන්නේ ඡන්දයක්. එතැනත් තියෙන්නේ එක අතකින් කියනවා නම් තණ්හාවක්ම තමයි.

මෙතැන තියෙන්නේ තණ්හාවක්මය කියන කාරණය ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේම එක්තරා අවස්ථාවකදී හිඤ්ඤාණින් වහන්සේ කෙනෙකුට පැහැදිලි කර දෙනවා. ඒක එනවා අංගුත්තර නිකායේ චතුක්ඛ නිපාතයේ හිඤ්ඤාණි සූත්‍රයේ. මේ සූත්‍රයේ එක්තරා අවස්ථාවකදී හිඤ්ඤාණින් වහන්සේ කෙනෙක් අසනීප වෙලා ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට පණිවුඩයක් යවනවා, ‘අනේ ස්වාමීනි, මං කෙරේ අනුකම්පාවෙන් මාව පොඩ්ඩක් බලන්න එන්න’ කියලා. ඉතින් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ වඩිනවා. වැඩිම කරලා කියපු ඒ එක ගාථාවක එන එක පදයක් තමයි, “තණ්හාසම්භුතො අයං, හගිනි, කායො තණ්හං නිසසාය තණ්හා පහාතඛ්ඛා” තණ්හාවම මුල් කරගෙන තණ්හාව ප්‍රභාණය කරනවා. අපිට මේක හරි ප්‍රභේලිකාවක්, කොහොමද මේ තණ්හාව මුල් කරගෙන තණ්හාව ප්‍රභාණය කරන්නේ. පින්වත්නි, අපිට මේ භාවනා වැඩ සටහනට එන්න උවමනාවක් තිබුණේ නැත්නම් අපි මෙතැනට එන්නේ නෑ. අපි හිතමු දැන් මේකට පැමිණිවිච නැති පිරිසට වෙන වෙන උවමනාවල් තිබුණේ. අපි හිතමු ඒගොල්ලන්ට රැකියාවට යාමේ උවමනාව, ඒ නිසා ඒගොල්ල රැකියාවට යනවා. මේකට එන්නේ නෑ. ඒ වගේම අපි හිතමු තවත් කෙනෙකුට ඔන්න මේකට ආව නම් මේ දවස්වල ප්‍රවෘත්ති බලන්න වෙන්නේ නෑ, ඒගොල්ලන්ට ඒ උවමනාව ලොකුයි. ඒගොල්ල ඒ කටයුත්තේ යෙදෙනවා. තවත් කෙනෙකුට දරුමල්ලන් බලාගන්න කෙනෙක් නෑ කියලා, අන්න ඒගොල්ලන්ට ඒ දරු මුහුපුරන් බලාගැනීමේ උවමනාව තියෙනවා. එතකොට ඒක ලොකු උනා නම් මෙතැනට එන්නේ නෑ. ඔන්න ඔය වගේ අපේ මේ උවමනාව

අනුව මෙහෙයවන ස්වභාවයක් තියෙනවා. එතකොට අපි මේ භාවනා වැඩසටහනට එන්න ඕනෑ කියන උවමනාවක් තිබුණ නිසා අනෙකුත් වෙන වෙන දේවල් අපි පැත්තක තියලා, වෙන වෙන දේවල් අපි නොසලකා හැරලා, පොඩ්ඩක් වෙන කෙනෙකුට බාර දීලා ඔන්න අපි මේ භාවනා වැඩ සටහනට ඇවිල්ලා ඉන්නවා. එතකොට මෙතැනත් තියෙන්නේ උවමනාවක්. මෙතැනත් තියෙන්නේ එක්තරා අන්දමක පොඩ් තණ්හාවක් තමයි.

දැන් ඒ නිසාම ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා, “තණ්හං නිසංසාය තණ්හා පහාතබ්බා” දැන් මේකෙදි උන්වහන්සේ හරි සරල උපමාවක් දෙනවා. මොකක්ද දෙන උපමාව? උන්වහන්සේ කියනවා, දැන් එක්තරා ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙකුට අහන්න හම්බ වෙනවලු අන්න අහවල් සේනාසනයේ ඉන්න අසවල් නම් දරන ස්වාමීන් වහන්සේ ‘සච්ච කෙලෙසුන් නසා රහත් වුණා’ කියලා ආරංචියක් ලැබෙනවලු. දැන් අපි හිතමු සමහර විට මේ තමන්වහන්සේත් එක්ක මහණ වෙච්ච ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක් වෙන්න පුළුවන්. උපසම්පද වෙච්ච ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක් වෙන්න පුළුවන්. නැත්නම් තමන් හඳුනන ගමක ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක් වෙන්න පුළුවන්. නැත්නම් අපි හිතමු කොහොම හරි යම් හැඳුනුම්කමක් තියෙන යම් ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක්. මෙන්න මේ ස්වාමීන් වහන්සේ සච්ච කෙලෙසුන් නසා දැන් අර්හත්වයට පත් වුණා කියලා කොහෙන් කොහෙන් හරි ආරංචියක් එනවා. එතකොට මේ ආරංචිය ලැබිච්ච ස්වාමීන් වහන්සේ කල්පනා කරනවාලු ඉතින් අර අසවල් ස්වාමීන් වහන්සේත් රහත් වෙලා, මටත් රහත් වෙන්න තිබුණා නම් කොච්චර එකක්ද කියලා අන්න තමන්ගේ හිතේ ඒ සඳහා කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. ඒ සඳහා එක්තරා අන්දමකින් තණ්හාවක් ඇති කරගන්නවා ‘මමත් රහත් වෙන්න ඕනෑ’. මොකද අරයත් රහත් වෙලා, මමත් රහත් වෙන්න ඕනෑ කියලා අපේ හිතේ තණ්හාවක් ඇති වෙනවලු. දැන් ඒක තමයි එක අතකින් උන්වහන්සේව මෙහෙයවන්නේ. හැබැයි මෙතැනින් අදහස් වෙන්නේ නෑ තණ්හාව ඉතිරි වෙනවා කියලා අන්තිමේදී. මොකද තණ්හාව ක්ෂය කරන මාර්ගයක් තමයි අන්තිමට වඩන්න තියෙන්නේ.

ඉතින් ඒ නිසා මේකෙ හරි අමුතු ප්‍රහේලිකා ස්වරූපයේ ගමනක් තමයි තියෙන්නේ. මුලින් තණ්හාව මුල් වෙනවා, මුලින් හිතේ කැමැත්ත මුල් වෙනවා, ඒ කැමැත්තම මුල් කරගෙන මාර්ගය වඩනවා. මාර්ගය වඩද්දී අන්ත ටික ටික තණ්හාව ඤය වෙන විධියට තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ තමන්වහන්සේගේ ප්‍රතිපදාව සකස් කරලා තියෙන්නේ. ඉතින් අපි හිතුවොත් “මේකෙදී තණ්හාව ඤය කරන්න නේ තියෙන්නේ, මොකකටත් මට දැන් තණ්හාවක් උවමනා නැත, මම දැන් සියල්ල අත්හැර දමීමා නම් ඉවරය”, කියලා අපි අර මුල්ම අවස්ථාවේදීම ඔක්කොම අත්හරින්න පුළුවන් කියලා හිතනවා නම්, ඒකත් ප්‍රායෝගික නෑ. අපිට පටන්ගන්න වෙන්නේ අපි ඉන්න තැනින්. අපි ඒ ඒ කෙනාට ඒ ඒ ආසාවල් තියෙනවා, ඒ ඒ මට්ටම් තියෙනවා, අපි ඉන්න තැනින් තමයි පටන්ගන්න වෙන්නේ. ඒ නිසා මේ කථා කරන දේවල් ඇහුවා කියලා අපිට එකවරම කරන්න පුළුවන් දේවල් නෙවෙයි. අපි ඒ සඳහා යම් මාර්ගයක යා යුතු වෙනවා. ඒ මාර්ගයේ යනකොට තමයි, අන්ත ටික ටික මේ අහපු දේවල් ක්‍රියාත්මක භාවයට එන්නේ. එතකොට තමයි ප්‍රතිපදාවක් අපිට තේරෙන්න පටන්ගන්නේ. එතකොට තමයි අපිට මාර්ගයක් වැටහෙන්න පටන්ගන්නේ. එතකොට තමයි මේ තණ්හාව ඤය කරන ප්‍රතිපදාව මොකක්ද කියලා තේරෙන්න ගන්නේ. මුලදී උවමනාවෙන් තමයි පටන්ගන්නේ. මුලදී තණ්හාවකින් තමයි පටන්ගන්නේ. ‘මමත් නිවන් දකින්න ඕනෑ. මමත් මේ ජීවිතයෙන් ප්‍රයෝජනයක් ගන්න ඕනෑ. මමත් ආධ්‍යාත්මික දියුණුවක් ඇති කරගන්න ඕනෑ. මමත් කුසලයක් දියුණු කරන්න ඕනෑ’ අන්න තියෙනවා හිතේ ඡන්දයක්. කුසලච්ඡන්දයක්, කැමැත්තක්, අනුව තමයි අපි කටයුතු කරන්නේ.

දැන් ඒ කටයුත්ත කරගෙන යද්දී අපි හිතමු කවද හරි අපි රහත් වෙලා නම්, අන්ත එතැනදී කලින් තිබිච්ච තණ්හාව සම්පූර්ණයෙන්ම ඤය වෙලා ගිහිල්ලා. සමනයට පත් වෙලා. ඒකයි කියන්නේ අර ඡන්දය ප්‍රභාණය වෙන අර්ථය, එහෙම නැත්නම් අර්හත්වයට පත් වුණාට පස්සේ ඒ තිබිච්ච ඡන්දය, තිබිච්ච තණ්හාව සමනය වීමක් තමයි සිද්ධ වෙන්නේ. “අරහත්තප්‍රතෙත යො තජේජා ඡන්දෙ සො පටිප්පසසද්ධො”⁶

⁶ සංයුත්ත නිකාය, ඉද්ධිපාද සංයුත්ත, පාසාදකම්පන වග්ග, බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය

කියලා දහමේ සඳහන් වෙනවා. ඒ අර්හත්වයට පත් වීම සඳහා, නිවන් දැකීම සඳහා තමන් තුළ යම් ඡන්දයක් තිබුණා නම්, තමන් තුළ යම් කුචුගැන්වීමක් තිබුණා නම්, තමන් තුළ යම් මෙහෙයවීමක් තිබුණා නම්, අන්න ඒ තත්ත්වයට පත් වුණාට පස්සේ ඒක සමනයට පත් වෙනවා. ඒ නිසා මේකේ තියෙන්නේ හරි අමුතු මාර්ගයක්. මේකේ තියෙන්නේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවක්, අපිට සම්පූර්ණයෙන්ම එක පාරටම තණ්හාව ඤය කිරීමක් කරන්න බෑ. ඒ කියන්නේ අපි මේ කරුණු දැනගත්තා කියලා අපිට ඒක තර්කයෙන් කරන්න බැහැ. ප්‍රතිපදාවක් වශයෙන් අපිට කරන්න වෙනවා. ප්‍රතිපදාවක් වශයෙන් මේ මාර්ගයේ ගමන් කරන්න වෙනවා. ඒ ගමන් කරද්දී තමයි ටික ටික මේ තණ්හාව ඤය වෙන මාර්ගයක් තමන්ට අහු වෙන්නේ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, තමන්වහන්සේගේ ශ්‍රාවකයින් මේ මනුස්ස ලෝකයේ තියෙන කාම වස්තූන් සම්බන්ධයෙන්, ධන ධාන්‍යාදී පංච කාම වස්තූන් සම්බන්ධයෙන්වත් ඇලෙන්නේ නැතිලු. ඒ තියා දිව්‍යලෝකවල තියෙන සම්පත් සම්බන්ධයෙන්වත් ඇලෙන්නේ නැතිලු. ඒ වෙනුවට තණ්හාව ඤය කිරීමට ඇලෙනවාලු.

එක අතකින් පින්වන්නි, භාෂාවේ තියෙන එක්තරා අපූර්ව ස්වභාවයක් තමයි මෙතැන හෙළි වෙන්නේ. දැන් ඒ හිත, භාවනා වඩන කෙනෙක්ගේ හිත, ඇලිලා තියෙන්නේ තණ්හාව ඤය කිරීම සඳහා. දැන් මෙයා කටයුතු කරනවා, “කවදද මේ තණ්හාව ඉවරයක් කරගන්නේ. කවදද මේ හිත තණ්හාවෙන් මුදවාගන්නේ” අන්න හිතෙන් තියෙන්නේ මුදවාගැනීමේ උවමනාවක්. හිත කෙලෙසුන්ගෙන් මුදවාගැනීමේ උවමනාවක්. හිතෙන් තණ්හාව අයින් කිරීමේ උවමනාවක්. ඒ නිසා ධම්මපදයේ බුද්ධ වග්ගයේ සඳහන් වෙනවා මෙන්න මෙහෙම ගාථාවක්:

**‘අපි දිබ්බසු කාමෙසු, රතිං සො නාධිගච්ඡති
තණ්හකඛයරතො හොති, සමමාසමබුද්ධසාවකො’**

දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, ‘අපි දිබ්බසු කාමෙසු, රතිං සො නාධිගච්ඡති’ මේ දිව්‍ය කාම සම්පත්වල පවා ඒ හිඤ්ඤත් වහන්සේ ඇලෙන්නේ නැතිලු. නමුත් ‘තණ්හකඛයරතො හොති, සමමාසමබුද්ධසාවකො’ නමුත් ඒ සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ

ශ්‍රාවකයා තණ්හාව ඤය කිරීමේ ඇලිලා කටයුතු කරනවලු. ඒ නිසා පින්වත්නි, අපි මේ යන මාර්ගය එක අතකින් හරිම අපූර්ව මාර්ගයක්; හරිම සුන්දර මාර්ගයක්. මේකෙදි මුලින් අපේ හිත කුළුගන්වන, අපේ හිත මෙහෙයවන, අපේ හිත යොදවන, මේ අපි තුළ තියෙන හැඟීමම, අපි තුළ තියෙන තණ්හාවම, අපි තුළ තියෙන ඡන්දයම, අපි තුළ තියෙන කැමැත්තම ටික ටික මාර්ගය වඩනකොට වඩනකොට ක්‍රමානුකූලව නිවැරදි ප්‍රතිපදාවක් වෙත හැරෙනවා නම්, ක්‍රමානුකූලව ‘කරන භාවනාව’ වෙනුවට ‘කෙරෙන භාවනාවක්’ බවට හැරෙනවා නම්, අන්ත තමන්ට තේරෙනවා, මේ මාර්ගයේ අමුතූම ප්‍රතිපදාවක් තියෙන්නේ, මෙතැන ඉතාම විස්මයජනක මාර්ගයක් තියෙන්නේ, මෙතැන අමුතූම සුන්දර පාරක් තියෙන්නේ කියලා කෙනෙකුට වැටහෙන්න පුළුවන්. තමන් මුලදි හරි උවමනාවකින්, ලොකු තිගැස්සීමකින්, ලොකු ඡන්දයකින් ‘මේක කොහොම හරි කරගන්න ඕනෑ’ කියලා ලොකු බලවත් කැමැත්තකින් තමයි වැඩේ පටන්ගන්නේ. එහෙම නැතුවත් මේකට අත තියන්න බෑ. මොකද, නැත්නම් අපි හැමදම මේක කල් දනවා. මං හෙට කරනවා, නැත්නම් ඊළඟ සතියේ කරනවා, මම විභාගය පාස් වෙලා කරනවා, මම නැත්නම් විවාහ වුණාට පස්සේ කරනවා, මම පළවෙනි දරුවා ලැබුණට පස්සේ කරනවා, නැත්නම් මං රස්සාවෙන් විශ්‍රාම ගත්තට පස්සේ කරනවා කියලා අපි හැමදම කල්දනවා. මොකද අපේ හිතේ ඡන්දයක් නෑ. අපේ හිතේ අර තරම් බලවත් උවමනාවක් නෑ.

නමුත් කෙනෙකුගේ හිතේ බලවත් උවමනාවක් තියෙනවා නම්, එයා අනිත් කටයුතු පැත්තකින් තියලා මේ වැඩට බහිනවා. මේ වැඩේ එයා ප්‍රායෝගිකව යෙදෙනවා. මොකද එයාගෙ කුසලවිෂ්ඨය හරි ප්‍රබලයි. නිවන් දකින්න, තණ්හාව ඤය කරන්නම හිත හැරිලා. තණ්හාව ඤය කිරීමේ මාර්ගයක් සම්බන්ධයෙන් හිතේ ලොකු ඡන්දයක් පහළ වෙලා. ඒ සඳහාම වීර්යයක් දරනවා. ඒ සඳහාම එයා වීර්යය වඩනවා. උදේ නැගිටිනවා. පොඩ්ඩක් ඒ සඳහා භාවනා කරනවා. සක්මනක යෙදෙනවා. අනිත් කටයුතුවලදි කොහොමද සිහිය පවත්වන්නේ කියලා උත්සාහවත් වෙනවා. මේ හැම දේකටම වීර්යය අවශ්‍යයි. මේ හැම දේකටම ඡන්දය අවශ්‍ය වෙනවා. ‘කොහෙදීද මේ මගේ සිහිය ගිලිහිලා යන්නේ? මං ඒ තැන්වලදීත් සිහිය දියුණු කරන්න ඕනෑ’ අන්ත එතැනත්

ඡන්දයක් තියෙන්නේ. අපිට උචමනාවක් තියෙන්නේ. නමුත් අපිට උචමනාව නැත්නම්, සිහිය දියුණු කළ යුතුයි කියලා හිතේ උචමනාවක් නැත්නම්, ඉතින් අපි සාමාන්‍යයෙන් ඔහේ අසිහියෙන් කටයුතු කරනවා. නමුත් අපේ හිතේ ලොකු උචමනාවක් තියෙනවා නම්, මේ මේ තැන්වලදි තාමත් සිහිය නෑ, මේ මේ තැන්වලදි මම අසිහියෙන් කටයුතු කළේ, අසහියෙන් කටයුතු කළේ, මම කොහොම හරි ඒ තැන්වලත් සිහියෙන්ම කටයුතු කරන්න ඕනෑ කියලා අන්න හිතේ ලොකු ඡන්දයක් ඇති කරගන්නවා. ලොකු කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. ඒ සඳහා විරියයක් වඩනවා. ඒ සඳහා හිතේ ලොකු චිත්ත වේගයක්, හිතේ සිතුවිල්ලක් පහළ කරගන්නවා. ඒ තැන්ම හොයනවා, කොහෙද මේ සතිය ගිළිහිලා යන්නේ, කොහෙද සතිය දුර්වල වෙන්නේ කියලා විමංසාවක් වඩනවා. මේ සාද්ධිපාද හතරම අපිව ලොකු මෙහෙයවීමක් කරනවා. අපිව ඒ පැත්තට තල්ලු කරන ගතියක් තියෙනවා. අපේ යා යුතු ඉලක්කයට යොමු කරන ගතියක් තියෙනවා.

ඒ නිසා පින්වත්නි, අපි මේ වඩන මාර්ගය මූලින් කැමැත්තකින්, ඡන්දයකින් පටන්ගන්නවා. නිවන් දකින්නත් තණ්හාවකින් පටන්ගන්නවා. නමුත් ටික ටික මාර්ගය වැඩෙනකොට වැඩෙනකොට අපේ ඒ ඉලක්කය පවා එක්තරා අන්දමක විපරිණාමයකට පත් වෙනවා. අපේ හිතේ තණ්හා හරිතව අපි පටන්ගන්න ඉලක්කය නෙවෙයි, හිතේ ටික ටික තණ්හාව ක්ෂය වෙනකොට තියෙන්නේ. තණ්හාව ක්ෂය වෙන්න ක්ෂය වෙන්න තමන්ට ඒ බව වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා; තමන්ට ඒ බව ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා හරිම පුදුම සුන්දර මාර්ගයක්. මූලින් තේරෙන්නේ නැති මාර්ගයක්. අන්න ඒකයි අපිට බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාවක් අවශ්‍ය වෙන්නේ; බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි විශ්වාසයක් අවශ්‍ය වෙන්නේ. 'භාග්‍යවතුන් වහන්සේයි ශාස්තෘන් වහන්සේ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ප්‍රඥවෙන් දකලා ඒකායන මාර්ගයක් පෙන්නවලා දීලා තියෙනවා. මමත් ඒ ඒකායන මාර්ගයේ බුදුරජාණන් වහන්සේව ඉස්සරහින් තියාගෙන යනවා. මොකද මම තාම මේ පාරේ ගිහිල්ලා නෑ. මට අන්දකීමක් නෑ. මම දන්නේ නෑ. ඒ හින්දා මම බුදුහාමුදුරුවෝ කියපු විධියට යනවා'

කියලා අපි නිහතමානී වෙනවා. නිහතමානී වෙලා අපි පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ, පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ ඉස්සරහට යනවා.

එතකොට මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු දහමත් එක්ක තමන්ට වැටහෙනවා නම් තමන් යන පාරේ යම් යම් සලකුණු සැසඳෙනවා කියලා, ඒ කියන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ 'මෙන්න මේ හරියෙදී මේ විධියේ අත්දැකීමක් ලැබෙයි' කියලා දේශනා කරලා තියෙනවා. ඔන්න අපි එබඳු අත්දැකීමක් ලබනවා. එතකොට තේරෙනවා 'මම යන පාර නිවැරදියි' කියලා. අවිනිශ්චිත භාවයකින් නෙවෙයි දැන් යන්නේ. මොකද, දැන් එක තැනක් අහු වුණා හරියටම බුද්ධ වචනයට සැසඳෙන. 'බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු දේම මම මෙතැනදී ස්පර්ශ කළා' කියලා ඔන්න තමන්ට තේරෙනවා. "ආ දැන් නම් පාර හරි, මොකද බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙන්න මෙතැන මේ විධියට කියලත් තියෙනවා. මටත් ඒ දේම ඒ විධියටම වැටහුණා. ඒ දේම මටත් දැන් හොඳට තේරෙනවා" කියලා පාර හොඳට තමන්ට තහවුරු වෙනවා. තමන්ටම තේරෙන්න ගන්නවා. තමන්ටම ප්‍රත්‍යක්ෂයක් බවට පත් වෙනවා. අන්න එතකොට පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ අර ප්‍රසාද ශ්‍රද්ධාව හොඳ පිහිටපු ශ්‍රද්ධාවක් බවට, තමන්ගෙ හිතේ නොසැලෙන ශ්‍රද්ධාවක් බවට පත් වෙලා. දැන් මේ යන පාර හොඳටම නිවැරදියි කියන අවබෝධයක් හිතේ ඇති වෙනවා.

ඔය වගේ යන පාරක් තමයි අපිට ඉතින් යන්න තියෙන්නේ. ඒ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි දැන් මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ අහන ප්‍රශ්නය, "කිංමූලකා ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා". කුමක්ද මහණෙනි මේ සියලු දේට මූල? එතකොට දෙන උත්තරය තමයි "ඡන්දමූලකා ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා" අන්න හිතේ ඇති වෙන කැමැත්ත, හිතේ ඇති වෙන ඡන්දය තමයි හැම දේටම මූල වෙන්නේ. ඒ අනුව තමයි අපි ඒ ඒ පාරවල්වල යන්නේ. අපිට යම් පාරක යන්න හිතේ කැමැත්තක් ඇති වුණා නම් අපි ඒ තුළින් මෙහෙයවලා ඒ පාරේ අපි ගමන් කරනවා. ඒ නිසා මේ පින්වතුන්ට දැන් හිතේ කැමැත්තක් ඇති කරගන්න පුළුවන්, මට දැන් ලැබිලා තියෙනවා දවස් දවස් 9 ක්. මේ දවස් නවය තුළ මම සිහිය දියුණු කිරීම සඳහා කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. හිතේ සමාධියක් වර්ධනය කරගැනීම සඳහා කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා.

හිතේ ප්‍රඥාවක් වර්ධනය කරගැනීම සඳහා කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. මෙන්ම මේ කැමැත්ත අපිට අධිශ්ච්ච ක්‍රමානුකූලව පවත්වන්න පුළුවන් නම්, මේ කැමැත්ත ගිලිහිලා යන්නට නොදී, එළඹෙන බාධා නිසා මේ කැමැත්ත හීන වෙලා දුර්වල වෙලා අතහැරලා දන්න යන මට්ටමට යන්න නොදී, “මොන බාධාව ආවත් මම මේ පටන්ගත්ත දේ අතහරින්නේ නෑ, මම දියුණු කරගත යුතු සතිය, දියුණු කරගත යුතු සමාධිය, දියුණු කරගත යුතු ප්‍රඥාව අවශ්‍ය මට්ටමට එනකල් මේ ගමන මම අතහරින්නේ නෑ” කියලා හිතේ වීර්යයක් ඇති කරගන්නවා. හිතේ අධිශ්චානයක් ඇති කරගන්නවා. ඒ සඳහා ගත යුතු පියවර මෙන්ම මේ මේ ඒවා කියලා හිතේ වීමංසාවක් ඇති කරගන්නවා නම්, අපිට ඉස්සරහට යන්න පුළුවන්.

මේ ගමන දීර්ඝ ගමනක්. මේක මේ දවසින් දෙකෙන් අවසන් කරන්න පුළුවන් ගමනක් නෙවෙයි. ඒකයි අපිට මේ තරම් කැප වෙන්න සිද්ධ වෙන්නේ. මොකද, දවසින් දෙකෙන් මේ දේ කරන්න පුළුවන් නම් අපිට මෙව්වර ජේවෙන්ත කැප වෙන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ නෑ. අපට අවශ්‍ය වෙනවා අදත් මේ කටයුත්ත කරන්න. හෙටත් මේ කටයුත්ත කරන්න, අනිද්දත් මේ කටයුත්ත කරන්න, සමහර විට මාස අවුරුදු ගණන් මේ කටයුත්තෙම යෙදෙන්න. මොකද ඒ තරම් ගැඹුරු මාර්ගයක්. ඒ තරම් වැඩිය යුතු, ප්‍රායෝගිකව යා යුතු මාර්ගයක් අපි ඉස්සරහ තියෙන්නේ.

ඒ නිසා අපි සියලුදෙනාම මේ මාර්ගයේ කැප වෙලා ඉස්සරහට යෑම සඳහා අප හැමදෙනාගේ සිත් සතන් තුළම කැමැත්තක් ඇති වීම පිණිස, ඡන්දයක් ඇති වීම පිණිස, උචමනාවක් අධිශ්චානයක් ඇති වීම පිණිස, අද දින ධර්ම දේශනාව අප සියලුදෙනාටම එක සේ උදව් වේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරමින් අද දින ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි !

2 | යෝනියෝ මනසිකාරයෙන් යථාවබෝධය කරා

නමෝ තසස හගචතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස

ජන්මලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සතාධිපතෙයා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤාතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා'ති.

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මෑණිවරුනි, ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි වාරිත්‍රයක් වශයෙන් වැඩසටහනකදී ධර්ම දේශනාවකින් බලාපොරොත්තු වෙනවා අපේ භාවනාවට යම් සුතමය ඥානයක් එකතු කරගන්න. මොකද, බුද්ධ වචනයන් එක්ක අපේ භාවනාව සැසඳෙන විට, විශේෂයෙන්ම භාවනාවට කොහොමද බුද්ධ වචනය අපි එකතු කරගන්නේ කියලා අපි කල්පනා කරලා බලනකොට, ඒකත් එක්ක අපි සංසන්දනය කරනකොට පුද්ගලාකාර ශක්තියක් පුද්ගලාකාර ජවයක් හිතට ඇති වෙනවා. මොකද මේ අපි ඉෂ්ට කරන්නේ බුද්ධ වචනය, මේ හැසිරෙන්නේ බුද්ධ වචනයේ, බුදුරජාණන් වහන්සේ මේක දේශනා කරලා තියෙනවා මේ මේ ආකාරයට, කියලා ඒ අපේම අත්දැකීම බුදුරජාණන් වහන්සේගේ වචනයෙන් අහන්න හම්බ වෙනවා. ඉතින් ඒක ලොකු අස්වැසිල්ලක් අපි යන පාර නිවැරදියි කියලා හිතට සනාථ කරන්න; හිතට ඒත්තු ගන්වන්න; හිතට යම් දිරියක් ඇති කරන්න. එහෙම නැත්නම් හිතේ යම් විපිළිසර භාවයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. 'මේ කරන්නේ හරි දේද වැරදි දේද වැරදි පාරකද යන්නේ' කියලා හිතේ

යම් වික්ෂිප්ත භාවයක් දෙගිඩියාවක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා අපි මේ සුතමය ඥානයකින් තමයි අපේ අත්දැකීම සනාථ කරගන්නේ. අත්දැකීම ස්ථිර කරගන්නේ. මේ ලැබිලා තියෙන අත්දැකීම නිවැරදියි, කරන දේ හරියි, වඩන මාර්ගය නිවැරදියි, භාවනා ක්‍රමය නිවැරදියි කියලා අපිට එක්තරා අත්දැකීන් බුද්ධ වචනයෙන් යම් සනාථ කරවීමක් ඒත්තු ගැන්වීමක් සිදු වෙනවා. ඒක තමයි අපි ධර්ම දේශනාවකින් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ.

අපි මේ භාවනා වැඩ සටහනට මාතෘකා වශයෙන් තියාගත්තේ කිං මූලක සූත්‍රය. මේ සූත්‍රය අන්තර්ගත වෙන්නේ අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ භික්ෂූන් වහන්සේලාව ටිකක් පුරුදු කරනවා වගේ අවස්ථාවක් මෙතැන තියෙන්නේ. ඒ කාලේදී බුදුරජාණන් වහන්සේ පමණක් නෙවෙයි, බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ ගිය භික්ෂූ භික්ෂුණි උපාසක උපාසිකාවන් පමණක් නෙවෙයි, අන්‍ය නොයෙකුත් තීර්ථකයින්ගුත් ඉඳලා තියෙනවා. මත සහ දෘෂ්ටි දරපු නොයෙක් පිරිස් ඉඳලා තියෙනවා. ඒ අය යම් යම් මත දරාගෙන යම් යම් දෘෂ්ටි දරාගෙන, මත ඉදිරිපත් කරගෙන, යම් යම් තර්ක ඉදිරිපත් කරගෙන බුදුරජාණන් වහන්සේ සමගත් උන්වහන්සේ සරණ ගිය ශ්‍රාවකයන් සමගත් ඇතැම් වෙලාවට වාද විවාදවලට කථාවලට පැටලිලා තියෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රශ්නය මතු වෙන්න කලින්ම වගේ භික්ෂූන් වහන්සේලාව සුදුනම් කරනවා ‘මෙන්න මේ මේ විධියට අන්‍ය තීර්ථකයෝ ඇහුවොත් මෙන්න මේ මේ විධියට උත්තර දෙන්න’ කියලා. දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේමයි ප්‍රශ්න ටික අහන්නේ ‘මේගොල්ල මේ විධියට අහන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ මේ විධියට අහන්න පුළුවන් එතකොට මොකක්ද කියන්නේ?’ කියලා භික්ෂූන් වහන්සේලාගෙන් මුලින් ප්‍රශ්න කරනවා. එතකොට භික්ෂූන් වහන්සේලා කියනවා ‘අනේ ස්වාමීනි මේ ධර්මය භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මුල් කරගෙනයි තියෙන්නේ. අපි ඔබවහන්සේ සරණ ගිහිත් තියෙන්නේ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේටම මේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු වැටහේවා’ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේටම ආරාධනා කරනවා මේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දෙන්න කියලා.

මේ ප්‍රශ්නවල එක්තරා අන්දමක දර්ශනික පසුබිමක් තිබුණත් ඇත්තටම මේ ප්‍රශ්න තුළින් විපස්සනා භාවනාවට ලොකු අත්වැලක් විශේෂයෙන්ම ලබාගන්න අවස්ථාවක් තියෙනවා. මොකද, පටන්ගන්නේ බොහොම රළු මට්ටමකින් වුණාට ඉවර වෙන්නේ ඉතාම ප්‍රණීත මට්ටමකින්. ඉවර වෙන්නේ ඉතාම ගම්හීර මට්ටමකින්. ඒ ආකාරයෙන් තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ප්‍රශ්න අට ගොනු කරලා තියෙන්නේ; පෙළගස්වලා තියෙන්නේ. අපි ඊයේ සාකච්ඡා කලා එක ප්‍රශ්නයක් - "කිං මූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා". මේ සියලු ධර්මයන්ට - සියල්ලට මොකක්ද මූල. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා "ඡන්දුමූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා" කියලා තමයි උත්තර දෙනන් තියෙන්නේ. හැම දේටම කැමැත්ත තමයි මූල. හැම දේටම ඡන්දය තමයි මූල. හිතේ ඇති වෙන තණ්හාව තමයි මූල. දැන් මේක හරි පැත්තට ගන්නත් පුළුවන්, වැරදි පැත්තට ගන්නත් පුළුවන්. මේ ඡන්ද කියන වචනය නිරන්තරයෙන්ම කුසල පක්‍ෂයේම දලා කථා කරන්න බැහැ. අකුසල පක්‍ෂයේ දලත් කථා කරන්න පුළුවන්. එතකොට ඒ වෙලාවට කාමච්ඡන්දය කියනවා; නැත්නම් ඡන්ද රාගය කියනවා. ඔන්න ඔය වගේ වචනවලින් මේ ඡන්දය කියන වචනය අපි අකුසල පක්‍ෂයේ දලා කථා කරනවා.

අනික් අතට කුසල පක්ෂයට දන්නත් පුළුවන්. අපි කුසලච්ඡන්දය කියලා කියනවා; 'කත්තුකම්‍යතා ඡන්දය' කියලා කියනවා. මේ විධියට අපි කුසල පක්‍ෂයට දලා මේ ඡන්දය ගැනම කථා කරනවා. ඒ අනුව, මේ ඡන්දය නිවැරදි පැත්තට හරවාගැනීම අපි සතු යුතුකමක් වෙනවා. එහෙම නැත්නම් අපි වැරදි පැත්තට නම් මේ ඡන්දය හරවා ගන්නේ, අපේ කැමැත්ත යොමු වෙලා තියෙන්නේ, ඉතින් ඒ පැත්තේ තමයි අපි කටයුතු කරන්නේ. යම් කිසි කෙනෙක්ගේ කැමැත්ත තියෙන්නේ යම් කිසි නරක වැඩක් කරන්න නම් එයා ඒක නැවත නැවත කිරීම හරහා ඒක ඇබ්බැහියක් බවට පවා පත් වෙන්න පුළුවන්. එයා ඒක දැන් කැමැත්තෙන් කරලා ඇබ්බැහියක් බවට පත් වෙලා. අපි සරල උදහරණයක් ගත්තොත් කෙනෙක් මත් පැන් බොන්න කැමැත්තක් තියෙනවා. එයා ඔන්න පොඩ්ඩකින් පටන්ගන්නවා. තව ටිකක් ඊළඟට බොනවා, තව ටිකක් ඊළඟට බොනවා, දැන් අන්න ඒක ඇබ්බැහියක් බවට පත් වෙලා ඒකෙන්ම සුරා ලෝලයෙක් බවටත් පත් වෙන්න

පුළුවන්. මොකද ඒ කැමැත්ත තිබුණේ වැරදි පැත්තකට. ඒකේ අනිත් පැත්ත ඔන්න කෙනෙක් සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන්න කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. හිතේ ඡන්දයක් ඇති කරගන්නවා. "මේ විධියට මම සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන්න ඕනෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේ, ආර්යයන් වහන්සේලා මෙන් මේ මේ අන්දමින් හැසිරිලා තියෙනවා, මේ මේ අන්දමින් සීලයක් සමාදන් වෙලා තියෙනවා, ආරක්‍ෂා කරලා තියෙනවා. ඉතින් මමත් මේ බුද්ධෝත්පාද කාලයේ ලබපු මනුෂ්‍ය ආත්ම භාවයේ නිකම් ඔය ඉඳුරන් පිනවමින්ම ඉඳලා හරි යන්නේ නැහැ. මමත් යම් සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන්න ඕනෑ" කියලා අන්න හිතේ කැමැත්තක් ඇති වෙනවා. අන්න ඒ වගේ අපි හිතේ ඇති කරගන්නා වූ කැමැත්ත ලොකු ගමනක් අපිව එක්කගෙන යනවා. ඉතින් ඒ නිසා ඒ කැමැත්තම හව ගමනින් එතෙර වෙන්න, නිවන් දැකින්න යොදගන්නත් පුළුවන්.

ඇත්තටම පින්වත්නි මේ කටයුත්ත, මෙන් මේ ඇති වෙන කැමැත්ත, මේ උච්චතාව ඉතාම වැදගත්. දැන් මොකද මෙතැනදී වුණත් අපි ධර්ම සාකච්ඡාවක නිරත වෙනකොට දැන් මේ පින්වතුන්ට තේරෙනවා මෙතැන ඉන්නවා එක එක මට්ටම්වල යෝගාවචරයෝ. ඇතැම් කෙනෙක් ආරම්භක මට්ටමේ, ආධුනික මට්ටමේ. ඒ අය ඒ ඒ මට්ටමෙන් කපා කරනවා. ඊළඟට තව කෙනෙක් ඔන්න ඊට වඩා ටිකක් භාවනාව දියුණු කරලා හිතේ සමාධියක් හදගෙන ඒ මට්ටමේ. තවත් කෙනෙක් විපස්සනාවකුක් දැන් වඩනවා. තවත් කෙනෙක් විපස්සනාවේ සෑහෙන ගැඹුරකට දුරකට ගිහිල්ලා. ඔන්න ඔය වගේ ඒ ඒ අය ඒ ඒ මට්ටම්වලින් කපා කරනකොට අර ආධුනික කෙනෙක් මනසේ ඇති කරගන්න ඕනෑ, "මේ දේවල් අදටත් කරන්න පුළුවන්. මේ දේවල්වල මම නිරත වෙනවා නම්, පුහුණුවේ යෙදෙනවා නම්, මේ සදහා මම උත්සාහයක් දරනවා නම්, හිතේ යොමුවක් කැමැත්තක් තියෙනවා නම් අදත් මේ දේවල් මට අවබෝධ කරගන්න අවස්ථාව තියෙනවා. මේ දහම අදටත් සජීවී" යි කියලා හිතේ ලොකු කැමැත්තක් ඇති කරගන්න අවශ්‍ය වෙනවා. ඒක තමයි අපිට මේ පොදුවේ කමටහන් සුද්ධ කිරීමෙන් ලැබෙන ආනිසංසය. මොකද, අනිත් අයගේ අත්දැකීම් හෙළිදරව් කරනකොට අපිටත් තේරෙනවා මේක කරන්න පුළුවන් දෙයක් බව. "මේක යල්පැනගිය දෙයක් නෙවෙයි; මේක ඊළඟ බුද්ධ සාසනයේදී කරන්න තියෙන දෙයක් නෙවෙයි; මේක මේ වර්තමාන බුද්ධ

සාසනයේත් කරන්න පුළුවන් දෙයක්” කියලා තමන්ටම සනාථ වෙන ගතියක් තමන්ටම ඒත්තුගැන්වෙන ගතියක් තියෙනවා.

ඊළඟට තමනුත් ඒ සඳහා උත්සාහවත් වෙනවා. “මමත් මේ තත්ත්වය කොහොම හරි ඇති කරගන්නවා. මේ තත්ත්වයට මමත් එන්න ඕනෑ. දැන් නම් මගේ හිත බොහොම විසිරෙනවා. එක මොහොතක්වත් එක අරමුණක ඉන්නේ නැහැ. නමුත් අන්න අරයගෙ නම් හිත දැන් සමාධිමත් වෙලාලෑ. එයාගෙ නම් හිත දැන් ඉන්නවලෑ බොහොම නිශ්ශබ්දව” කියලා තවත් කෙනෙක්ගේ අත්දැකීමක් විස්තර කරනකොට තමන්ගෙ හිතේ අපි කුසලච්ඡන්දයක් ඇති කරගන්නවා. ‘අපේ හිතෙන් මෙන්න මෙබඳු හැකියාවක් දියුණු කරගත යුතුයි’ කියලා අපේ හිතේ කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. ඒ කැමැත්තම තමයි අපිව මෙහෙයවන්නේ. ඒ කැමැත්තම තමයි අපිට පොහොර දෙන්නේ. “තව ටිකක් කරන්න, තව ටිකක් ඉස්සරහට යන්න, තව ටිකක් මේ මේ කටයුතුවල යෙදෙන්න, තව පුළුවන් තරම් සතිය දියුණු කරන්න” කියලා අපිව මෙහෙයවන ගතියක් තියෙනවා. ඒක ඇත්තටම මේ භාවනා මාර්ගයට අවශ්‍ය වෙනවා. නැතුව අපි එක පාරටම හිතාගත්තොත් මේ තණ්හාව දුරු කරන්නයි තියෙන්නේ, ඔක්කොම ටික අතහැරියා නම් ඉවරයි කියලා එහෙම කෘත්‍රීමව අපිට මේ අපේ හිත දමනය කරන්න බෑ. අපි හිතාගත්ත පමණින් බණක් අහපු පමණින්, එහෙමත් නැත්නම් තර්කයට වැටහුණ පමණින් මේ ‘හිත’ දේවල් වටහාගන්නෙන් නෑ. වටහා නොගැනීම නිසාම අතහරින්නෙන් නෑ. ඉතින් ඒ නිසා අපිට නැවත නැවත මේ හිත හදන්න වෙනවා ප්‍රතිපදාවක් හරහා. ඒ නිසා ඒකට ඉතාම වැදගත් මෙන්න මේ ඡන්දය. ඉතාම වැදගත් මෙන්න මේ හිතේ ඇති කරගන්නා වූ උච්චතාව; කැමැත්ත.

අද අපි සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙනවා දෙවන ප්‍රශ්නය. බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා “කිං සමභවා සබ්බෙ ධම්මා” කුමක්ද දේවල් හටගැනීමට හේතුව? එහෙමත් නැත්නම් මතු වීමට හේතුව? කියලා. ඒකට උත්තර වශයෙන් මේ විධියට කියන්න කියලා උගන්වනවා “මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා” මේ මනසිකාරය තමයි දේවල් හටගැනීමට හේතුව කියලා උත්තර දෙන්න කියලා කියනවා. අපි පොඩ්ඩක් බලමු මොකක්ද මේ මනසිකාරය කියලා කියන්නේ? කොහොමද මේක භාවනාවෙදී ප්‍රයෝජනවත් වෙන්නේ? අපි

උද්‍යෝගයක් ගත්තොත්, අපි හිතමු දැන් වඳුරෙක් කැලෑවක පැන පැන යනවා අත්තෙන් අත්තට. දැන් එයා එක අත්තක් අල්ලනවා, තව අත්තකට පනිනවා. ඒ අත්ත අල්ලනවා, කලින් අත්ත අතහරිනවා. තව අත්තක් අල්ලනවා, කලින් අත්ත අතහරිනවා. ඉතින් ඔහොම පැන පැන යනවා. දැන් අපි හිතමු එයා කෑම භොයමින් යන්නේ. ඉතින් මේ යන අතරේදී මෙයාගේ නෙත ගැටෙනවා යම් කිසි පලතුරක් හෝ මොකක් හරි කන්න පුළුවන් දෙයක් ඔන්න නෙත ගැටෙනවා. අත්තෙන් අත්තට පැන පැන ගිය වඳුරා දැන් අන්න ඒ දෑකපු දේ වෙත යොමු වෙනවා. දැන් මෙතෙක් වෙලාවක් සැරිසරමින් එයා හිටියේ; භොයමින් හිටියේ. නමුත් නෙත ගැටුණා අඹ ගෙඩියක්. ඒ අඹ ගෙඩිය වෙත දැන් එයාගේ පූර්ණ අවධානයක් යොමු වෙනවා.

අන්න ඒ වගේ අපේ අවධානය 'යොමු කිරීම' තමයි මනසිකාරය කියලා කියන්නේ. ඒ කියන්නේ දහසක් දේවල් තියෙනවා අරමුණු කිරීමට පුළුවන්. නමුත් අපි ඒකෙන් එකක් ඔන්න වෙන්ත කරලා ගත්තා; එකකට අපේ මනස හැරෙව්වා. අන්න එහෙම මනස හැරවීම, විවිධාකාර දේවල් තියෙද්දී අපේ මනස එක දේකට හැරවීම, ඒ අරමුණ මෙතෙහි කිරීම තමයි මනසිකාරයෙන් කරන්නේ. මේ මනසිකාරය අපි බොහොම ප්‍රයෝජනවත් විධියට භාවනාවේදී යොදාගන්නවා. ඒ ගැන කථා කරන්න කලින් අපි පොඩ්ඩක් මේකේ අනිත් පැත්තත් කථා කරමු. මොකද අපි සාමාන්‍යයෙන් එබඳු නිවැරදිව මනස යොමු කිරීමක යෙදෙන පිරිසක් නෙවෙයි හුඟක් වෙලාවට. හුඟක් වෙලාවට අපේ මනස හුරු වෙලා තියෙන්නේ අයෝනියෝ මනසිකාරයට. ඒ කියන්නේ නුනුවණින් කල්පනා කරන ස්වභාවයක් තමයි අපේ තියෙන්නේ. උද්‍යෝගයක් වශයෙන් ගත්තොත් අපි හිතමු අපි අකමැති කෙනෙක් හම්බ වෙනවා. අකමැති කෙනෙක් හම්බ වෙච්ච ගමන් එක පාරටම එයාව හඳුනාගන්න අපිට යම් යම් නිමිති ටිකක් වැටහෙනවා. ඊළඟට ඔන්න අපි මතක් කරනවා මේ පුද්ගලයා කරපු වැරදි ටික. මේ පුද්ගලයා මට කරපු සතුරුකම් ටික. ඉතින් මේ විධියට අපි තව තව ද්වේෂය වැඩෙන විධියට, නැත්නම් පටිඝය වැඩෙන විධියට මෙතෙහි කරනවා. ඉතින් මෙතැන තියෙන්නේ අයෝනියෝ මනසිකාරයක්.

අපි තවත් උද්භරණයක් ගත්තොත්, අපි හිතමු අපි කැමති කෙනෙක් හමුවේ වෙනවා. අපි හිතමු පුරුෂයෙකුට ස්ත්‍රියක් දකින්න හමුවේ වෙනවා. මෙතැනදී අයෝනියෝ මනසිකාරයෙන් කරන්නේ මොකක්ද? හැම තිස්සෙම මතුපිට පෙනුම තමයි එයා උලුප්පාගන්නේ. මතුපිට පෙනුමට තමයි තැන දෙන්නේ. රූපයට හැඩයට වර්ණයට - මෙන්න මේ වගේ මතුපිට තියෙන නිමිති අනුවාංඡන ගන්නවා කියලා සාමාන්‍යයෙන් කියනවා. ඒ මතුපිට තියෙන නිමිති ස්වභාවයන්ට මතුපිට තියෙන හැඩහුරුකම්වලට මතුපිට තියෙන වර්ණයට, මේවට තමයි සාමාන්‍යයෙන් අයෝනියෝ මනසිකාරයෙන් හිත යන්නේ. ගැඹුරක් දකින්නේ නැහැ. ඒ මතුපිට දේවල් දැන් භොයනවා. හැඩහුරුකම් කොහොමද, හමේ පාට කොහොමද, කෙස්වල දිග කොහොමද, ඇස්වල පාට කොහොමද, නා නා ප්‍රකාර දේවල් මේ විධියට නිමිති අනුවාංඡන ගන්නවා. මේ දේවල් ගන්න ගන්න අන්න කලින් නොතිබිව්ව කාමච්ඡන්දයක් දැන් මතු වෙනවා. කලින් අපි හිතමු හිතේ ඒ තරම් රාගයක් කාමච්ඡන්දයක් තිබුණේ නැහැ. නමුත් දැන් අර වැරදි සුඛ නිමිති ගැනීම නිසා නැවත නැවත ඒවට තමයි දැන් හිත 'යොමු වෙන්නේ'. හිත භොයන්නේ දැන් එබඳු දේවල්. අඟ පසඟ කොහොමද කියලා දැන් බලනවා. නිමිති අනුවාංඡන මොනවද කියලා තව තව බලනවා. දැන් හිත ඒවා වෙතම 'යොමු කරනවා'. යොමු කරන්න යොමු කරන්න තව තව කාමච්ඡන්දය වැඩි වෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ කාරණාව මතක් කරනවා "අඤ්චි, භික්ඛවෙ, සුභනිමිතං. තඤ්ච අයොනියොමනසිකාරබහුලීකාරො - අයමාහාරො අනුප්පනනසස වා කාමච්ඡන්දසස උප්පාදය, උප්පනනසස වා කාමච්ඡන්දසස භියොගාභාවාය වෙපුලාය"⁷ මෙන්න මෙහෙම මහණෙහි සුඛ නිමිත්තක් තියෙනවා. මේ සුඛ නිමිත්ත නැවත නැවත අයෝනියෝ මනසිකාරයෙන් ගැනීම තුළින් මේ සුඛ නිමිති දකිනවා. අපේ ඇහැට යොමු වෙව්ව අරමුණේ අපේ හිත කැමති දේවල් තියෙනවා. අන්න ඒ ඒ තැන්වලටම හිත යොමු කරනවා. හිත යොමු කරන්න යොමු කරන්න නූපන් කාමච්ඡන්දයක් උපදිනවා. උපන් කාමච්ඡන්දය තව තව වර්ධනය වෙනවා. ඔන්න ඔය වගේ ස්වභාවයක් තියෙනවා මේ විධියට අපි

⁷ සංයුත්ත නිකාය, බොජ්ඣංග සංයුත්ත, පබ්බත වග්ග, කාය සූත්‍රය

අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් කටයුතු කරනකොට. ඒ වගේමයි අපි අකමැති කෙනෙක් දැක්කා නම් අන්න පටිස නිමිත්තක් කියලා කියනවා. අපි සාමාන්‍යයෙන් අපි අකමැති තැන්, දේවල්, ස්වරූප ඒවටම හිත යොමු කරනවා. එයා කන්නේ මොනවද? බොන්නේ මොනවද? අපේ හිත ගැටෙන දේවල්වලටම හිත යොමු කරනවා.

මෙන්න මේ වගේ ස්වභාවයක් තියෙනවා අයෝනිසෝ මනසිකාරයේ. ඉතින් ඇත්තටම අපේ හිත හරි පුදුම විධියට වැඩ කරන්නේ. මේ කුළුන් අපිට භානියක් සිද්ධ වෙනවය, හිතේ යම් කුසල ධර්මයක් දියුණු වෙලා තියෙනවා නම් ඒකත් වැනසිලා යනවය, දුර්වල වෙලා යනවාය, පිරිහිලා යනවාය කියලා කොච්චර වැටහුණත් හරි අමාරුයි මේ හිත එක පාරටම හදන්න. මොකද අපි හිතන පැත්ත අනුව, නැත්නම් හිත යොමු වෙච්ච පැත්ත අනුව තමයි දේවල් වර්ධනය වෙන්නේ. උදහරණයක් වශයෙන් කියනවා නම්, අපේ හිතේ කාමච්ඡන්දය වැඩෙන පැත්තකින් අපි හිතන්න ගත්තොත් අපි ඒ නිමිති අනුවාංජන ගන්න පටන්ගත්තොත් නූපත් කාමච්ඡන්දය දැන් උපදින්න පටන්ගන්නවා. කලින් තිබුණේ නෑ කාමච්ඡන්දයක්. දැන් ඒක උපදින්න පටන්ගන්නවා. එහෙම පටන්ගත්තට පස්සේ හරියට නිකන් දෙරක් ඇරියා වගේ අර කාමච්ඡන්දයටම පොහොර දුන ස්වරූපයක් අපේ හිතේ තියෙනවා. ඊළඟට මතක් වෙන්නෙම කාමච්ඡන්දය ඇවිස්සෙන දේවල්. රාගය ඇවිස්සෙන දේවල්.

අනික් අතට අපිට කොහොමත්ම අමතකයි නෙක්ඛම්ම පැත්තක්. ඒ කියන්නේ අතහරින පැත්තක් හිත වැඩෙන පැත්තක් නෛෂ්ක්‍රමා පැත්තක් හිතට මතක් වෙන්නේම නැහැ. දැන් මතක් වෙන්නේම රාගය වැඩෙන පැත්තක්. රාග හරින පැත්තකට එහෙම්ම හිත හැරෙනවා. තව තව රාගය උත්සන්න වෙන විධියටම දේවල් මතක් වෙච්ච මතක් වෙච්ච එන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. ඒක නිකං හරියට, අපි හිතමු අපේ රූපවාහිනියේ විවිධාකාර නාලිකා තියෙනවා. අපි හිතමු අපි ක්‍රීඩා බලන්න උවමනා වෙලා ක්‍රීඩා නාලිකාවට දැම්මොත් එහෙම ඒ නාලිකාවෙන් පෙන්න්නේම ක්‍රීඩා. එකක් ඉවර වෙනකොට ඔන්න තව එකක්. ඒ ක්‍රීඩාව ඉවර වෙනකොට ඔන්න තව ක්‍රීඩාවක්. ඒක ඉවර වෙනකොට ඔන්න තව ක්‍රීඩාවක්. මොකද මේ 'ක්‍රීඩා නාලිකාව'. ඔන්න

ප්‍රවෘත්ති නාලිකාවක් තෝරගන්නවා. ඉතින් ඒකේ එක ප්‍රවෘත්තියක් ඉවර වෙනකොට තව ප්‍රවෘත්තියක්. ඒක ඉවර වෙනකොට තව ප්‍රවෘත්තියක්. දැන් මේ විධියට මොකද - ඒක 'ප්‍රවෘත්ති' නාලිකාව.

ඔන්න ඔය වගේ අපි හිත යොමු කළේ මොන පැත්තටද අන්න ඒ පැත්තම විවෘත වෙන ගතියක් අපේ හිතෙන් තියෙනවා. මේ කාරණාව එක අතකින් මනෝ වෛද්‍ය විද්‍යාව පැත්තෙන් උනත් හරිම ගැඹුරු තත්ත්වයක්. මොකද අපේ මනස හරි අමුතුව විධියකට වැඩ කරන්නේ. මොකද, අප යම් පැත්තකට හිත යොමු කළා නම් ඒ පැත්තටමයි අපේ හිත නැමෙන්නේ; ඒ පැත්තටමයි හිත යොමු වෙන්නේ. මේ කාරණාව බුදුරජාණන් වහන්සේ බොහොම පැහැදිලිව මජ්ඣිම නිකායේ ද්වේධා විතක්ක සූත්‍රයේ සදහන් කරනවා මෙන්න මේ විධියට "යඤ්ඤදෙව, හික්කවෙ, හික්ඛු බහුලමනුවිතකෙකති අනුවචාරෙති, තථා තථා නති හොති වෙනසො" මහණෙනි මේ හිත යම් දෙයක්ද නැවත නැවත හිතන්නේ, බහුලිකෘත කරන්නේ යම් කිසි විතර්කයක් යම් කිසි සිතුවිල්ලක්ද, කෙනෙක් නැවත නැවත හිතන්නේ, ඒකමද හිතේ පවත්වන්නේ, "තථා තථා නති හොති වෙනසො" දැන් හිත ඒ පැත්තටම හැරෙනවා. දැන් ඒ හිතේ ක්‍රියාවලිය සිදු වෙන්නේම ඒ ආකාරයෙන්මයි. අපි සාමාන්‍යයෙන් කියනවා "ඒ තැනැත්තා නම් හරිම රාග හරිත චරිතයක්"; "මෙයා නම් හරිම ද්වේෂ හරිත චරිතයක්, හැම තිස්සේම ගැටෙනවා. පොඩ්ඩට කේන්ති යනවා" කියලා ඒ චරිතේ දැන් අර මට්ටමින්ම හැදිලා. ඒ පාරමයි හැම තිස්සේම විවෘත වෙන්නේ.

අන්න ඒ විදියට අපි මොකක්ද පුරුදු කරන්නේ, ඒ පැත්තටම හිතේ නතියක්, හිතේ හැරවිල්ලක්, හිත බහුලිකෘත වීමක්, ඒ පැත්තටම විවෘත වීමක්, ඒක පෝෂණය වෙන අන්දමේ සිතුවිලිම පහළ වීමක් සිද්ධ වෙනවා. ඉතින් මේක හරිම භානිකරයි. ඇත්තටම අපි වැරදි පැත්තකට අපේ හිත හැරවීම තුළින්, ඒ කියන්නේ අපි ද්වේෂ පැත්තකට අපේ හිත හරවලා අනුන්ගේ වැරදි දකින පැත්තක්ම නම් නැවත නැවත පුරුදු කරන්නේ, අපි අනුන්ගේ වැරදිම නම් හොයහොයා යන්නේ, අපේ මනසේ තියෙන්නේ එබඳු ස්වභාවයක් නම්, අනිත් අය කොච්චර හොඳ කළත් අපිට ජේන්නේම වැරද්දක්මයි. ජේන්නේම අඩුපාඩුවක්මයි. ඒ නිසාම අපේ හිත ද්වේෂයෙන් තවතවත් දූවෙනවා. ද්වේෂයෙන්

තවතවත් තැවෙනවා. කිසිම සතුටක් නැහැ, සැහැල්ලුවක් සිතේ නැහැ. නිරන්තරයෙන්ම තියෙන්නේ හරිම කනස්සලු ස්වභාවයක්. නිරන්තරයෙන්ම හිතේ තියෙන්නේ අතෘප්තිමත් ස්වභාවයක්. අතෘප්තිකර ස්වභාවයක්.

මේ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි අපේ මනස ටික ටික කොහොමද හදගන්නේ? මේ වැරදි විධියට පුරුදු වෙච්ච මනසක් කොහොමද අපි හදගන්නේ? මේ වැරදි පුරුදුවලටම ඇබ්බැහි වෙච්ච මනසක් අපි නැවතත් ප්‍රකෘති තත්ත්වයකට, අපිට වාසිදයක තත්ත්වයකට, අපිට හිතකර තත්ත්වයකට, මේ සංසාරෙන් මිදෙන තත්ත්වයකට හදගන්නේ කොහොමද? මොකද, ඇතැම් වෙලාවට අපිට තේරෙනවා “මේ දේවල් හිතලා වැඩක් නැහැ. මේ දේවල් නැවත නැවත හිතීමෙන් හිත තව තවත් වික්ෂේපයට පත් වීමක් වෙන්නේ, ආතතිගත වීමක් වෙන්නේ, තව තවත් කෙලෙසීමක් වෙන්නේ” කියලා තමන්ට තේරෙනවා. නමුත් පුරුද්දට අපේ හිත නැවත නැවත ඒ දේවල්ම හිතනවා. ඒ දේවල් වෙතටම හිත යනවා. හිත යන්න යන්න නැවත නැවත අර වැරදි පුරුද්දම පෝෂණය වෙනවා. ඉතාම විෂම චක්‍රයක් තමයි අපේ සිත්වල ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා ඒ ද්වේධා විතක්ක සූත්‍රයේම “කාමචිතකකං වෙ, හිකඛවෙ, හිකඛු බහුලමනුවිතකෙකති අනුවිචාරෙති, පහාසි නෙකඛමමචිතකකං.” යම් කිසි කෙනෙක් කාම විතර්කයක්ම හිතනවා නම්, හිතේ රාගය දනවන විධියටම දන් එයා හිතනවා නම්, ඒ හිතේ මෙතෙක් තිබුණා නම් යම් කිසි නෙක්ඛම්ම විතර්කයක්, දේවල් අතහැරලා දන අන්දමේ විතර්කයක් තිබුණා නම්, ඒ ඔක්කොම දන් යටපත් වෙලා යනවා. අර කාම විතර්කයම දන් ඉස්මතු වෙනවා. ඒකම තමයි දන් ඉස්සරහට එන්නේ. “කාමචිතකකං බහුලමකාසි” දන් හිත බහුලිකෘත වෙනවා කාම විතර්කය පැත්තටම; රාගය පැත්තටම. දන් සම්පූර්ණ රාගය උත්සන්න වෙන තත්ත්වයකට එනවා. “තසස තං කාමචිතකකාය විතතං නමති” අන්න හිතේ නැඹුරුවක් ඇති වෙනවා; කාම විතර්කය ඔස්සේම යන ගතියක්. මේක කාම විතර්කයක් වෙන්න පුළුවන්. මේක ද්වේෂ විතර්කයක් වෙන්න පුළුවන්. මේ වගේ හිත පුදුම විධියට අර පුරුදු කළ පැත්තට යොමු වෙලා

පුරුදුවල ඇබ්බැහියක් වන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඉතින් අපි තනිකරම මේ හිතේ දූවන පුරුදුවල රුකඩ කියලා කිව්වොත් නිවැරදියි. ඒ තරම් අපි අපේ හිතේ දූවන පුරුදු අනුව වහල් භාවයක තමයි කටයුතු කරන්නේ.

ඇත්තටම භාවනාවකින් බුදුරජාණන් වහන්සේ පුරුදුවලට අපි තුළ තියෙන වහල් භාවය ක්‍රමානුකූලව නිවැරදි කරලා දෙනවා. ක්‍රමානුකූලව අපි මේ වහල් භාවයෙන් මුද්‍රාවනවා. ඒකට තමයි යෝනිසෝ මනසිකාරයක් යොදගන්නේ. ඒ නිසා මේ මනසිකාරයම අයෝනිසෝ පැත්තට ගියොත්, මතුපිටම රුදුනොත්, නිකං උඩම තිබුණොත් අපි හැම තිස්සේම කෙලෙසුන්මයි වර්ධනය කරගන්නේ. නිවරණවලමයි ජීවත් වෙන්නේ. නමුත් අපි බුද්ධ වචනයකට කන්දීලා භාවනාවකට හැරිලා නිවැරදි මාර්ගයකට යොමු වුණොත්, යෝනිසෝ මනසිකාරයක් පැත්තට අපි නැඹුරු වුණොත් අන්න අපට පුළුවන් මේ කාලාන්තරයක් තිස්සේ වැරදියට යොමු වෙව්ව සිත නැවතත් හරි පැත්තට හරවගන්න. ඒකයි එතැන නැවත හිත හැරවීමක් තියෙන්නේ. එතකොට මේකෙදිත් අපි මනසිකාරය බහුලව යොදගන්නවා. ඒ නිසා අපි භාවනාවකදී මනසිකාරයෙන් සැහෙන්න ප්‍රයෝජනයක් ගන්නවා. උදහරණයක් වශයෙන් ගත්තොත්, සක්මන් භාවනාවෙදී ඔන්න අපි වම් පාදයක් පොළොවේ වදිනකොට මේ මනසිකාරයේ තියෙන රළුම පැත්තක් මුලින්ම යොදගන්නවා. ඒ තමයි 'වම' කියලා මෙනෙහි කරනවා. මොකද දැන් මේ වැදුණේ වම් පාදය. අපිට නා නා ප්‍රකාර වෙනත් දේවල් දෙනෙතවා. ඇහැට රූප පෙනෙනවා. කනට ශබ්ද ඇහෙනවා. දකුණු පාදයත් එසවෙනවා. හැබැයි මේ මොහොතෙදී වම් පාදය තමයි වැදිලා තියෙන්නේ. දැන් අර දහසකුත් එකක් අනිකුත් අරමුණු මධ්‍යයේ අපි අපේ අවධානය, නැත්නම් අපේ හිත යොමු කරනවා වම් පාදයට.

මේක මුලදී ටිකක් අමාරු වෙන්න පුළුවන්. මොකද, ඉඳගෙන කරනවා වගේ නෙවෙයි සක්මනේදී විවිධාකාර දේවල් තියෙන අතරේ තමයි දැන් මේ අපේ හිත අපිට උවමනා තැනට හරවන්න හදන්නේ. රූප ඡේතවා. ඉස්සරහ බලාගෙන ඉන්නේ. සද්ද ඇහෙනවා. වටපිට අනිත් අයත් ඇවිදිනවා. සිතට සිතුවිලිත් එන්න පුළුවන්. මේවත් තියෙන අස්සේ අපිට පුළුවන්ද අපේ හිත මේ උවමනා තැනට හරවන්න. මේකම තමයි අභ්‍යාසයක් වෙන්නේ. මේකම තමයි අපිට නැවත නැවත පුහුණු

වෙනත් අවශ්‍ය වෙන්වේ. කොහොමද මේ අපිට උවමනා තැනට හිත හරවන්නේ? මෙතෙක් හිතට උවමනා තැනට අපි හැරීලයි කටයුතු කළේ. හිත එයාගේ පරණ පුරුදුවලට කෙලෙස් පුරුදුවලට අපිව වහලුන් වශයෙන් ඇදගෙන යනවා. අපි තණ්හාවට දස වෙලා කටයුතු කරනවා. ඉතින් ඒ නිසා දැන් අපි උත්සාහවත් වෙනවා මේ බුද්ධ වචනයට කන්දීලා ඒ විවිධාකාර අභ්‍යාස හරහා අපිට උවමනා තැනට හිත හරවන්න. හිත යොමු කරන්න කුසලතාවක් දියුණු කරන්න. ඔන්න දැන් වම් පාදය වදිනවා. අපි එතැනට හිත යොමු කරනවා. යොමු කරනවාත් එක්ක මේක තව ටිකක් සනාථ කරන්න, තව ටිකක් මේක ප්‍රබල කරන්න, ඔන්න අපි 'වම' කියලා මෙනෙහි කරනවා. ඊළඟට ඔන්න දකුණු පාදයත් පොළොවෙ වදිනවා. වදිනකොට ඒ අවස්ථාවේදී ඒ සංඥාවට ඒ ස්ථානයට ඒ ස්පර්ශයට අපි හිත යොමු කරනවා. අපිට එතැනදී අදහස් වෙන්වේ නෑ අනිකුත් දේවල් නොපෙනෙනවා කියලා. ඇහෙන්නේ නැහැ දැනෙන්නේ නැහැ කියලා අදහස් කරන්නේ නැහැ. ඒ දේවල් ඔක්කොම දැනෙද්දී පෙනෙද්දී ඇහෙද්දී අපි තේරුම් අරගන්නවා මෙන්න මෙතැනටයි අවධානයට යොමු කළ යුත්තේ කියලා. දහසක් අරමුණු මධ්‍යයේ තෝරාගත්ත අරමුණකට අපි හිත යොමු කරනවා. ඔන්න දකුණු පාදයයි දැන් වැදුණේ. එතැනට හිත යොමු කරනවා. 'දකුණ' කියලා මෙනෙහි කරනවා.

ඉතින් ඒ නිසා අපි මේ කරන දේ සරල වුණාට මේකේ ලොකු ගම්හීර අර්ථයක් තියෙනවා. මේ සරල අභ්‍යාසය තුළ හිත ඇතුළේ ලොකු වර්ධනයක් ලොකු වෙනසක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා පින්වත්නි මේ භාවනා ක්‍රම සරල වුණ පලියට මේවයේ තියෙන්නේ සරල දෙයක් කියලා හිතන්න නරකයි. මේ සරල දේ තුළින්මයි අපේ හිතට ගැඹුරකට යන්න පුළුවන්. හිත ව්‍යාකූල නම්, හිත සංකීර්ණ වෙලා නම්, හිත දේවල්වල ඇඹිබැහියක් බවට පත් වෙලා නම් එබඳු හිතක් ගැඹුරකට යන්නේ නෑ. හිත ගැඹුරකට යන්න නම් අන්න යෝනියෝ මනසිකාරයක් දක්වා අරගෙන යන්න වෙනවා. එතකොට මේ විධියට අපි මේ සරලව 'වම' 'දකුණ' කියලා පටන්ගන්න කාර්යය ඊළඟට ක්‍රමානුකූලව අපි තව ටිකක් එහාට ගෙනියනවා. ඒ ආකාරයට මනසිකාරයම තව ටිකක් එහාට අරගෙන යනවා. අපි හිතමු මේ වම දකුණ කියන අතරෙත් හිත වෙන වෙන අරමුණුවලට දුවනවා. ඉතින් අපි ඒකෙන් බේරෙන්න මොකද

කරන්නේ? 'වම' කියනවා 'දකුණ' කියනවා වෙනුවට, වම් පාදය එසවෙන අවස්ථාවෙදී ඒ එසවීමේ ක්‍රියාවලියට හිත යොමු කරනවා. දැන් අනිත් පාදයේ වලනයනුත් තියෙන්න පුළුවන්. දේවල් පේන්නත් පුළුවන්. ඇහෙන්නත් පුළුවන්. සිතුවිලි එන්නත් පුළුවන්. නමුත් ඒ දේවල්වලට නෙවෙයි දැන් අපි අවධානය යොමු කරන්නේ. අපි දැන් මේ එසවීමේ ක්‍රියාවලියට හිත යොමු කරනවා. මනසිකාරය එතැනට දනවා. ඔන්නම් 'ඔසවනවා' කියලත් හිතීන් මෙනෙහි කරනවා. ඊළඟට අපි තැබීමේ ක්‍රියාවලියට හිත යොමු කරනවා. 'තබනවා' කියලත් අවශ්‍ය නම් මෙනෙහි කරනවා. ඊළඟට ආයෙත් ඊළඟ පාදයේත් එසවීමේ ක්‍රියාවලියට හිත යොමු කරනවා. 'ඔසවනවා' කියලා මෙනෙහි කරනවා. තැබීමේ ක්‍රියාවලියට හිත යොමු කරනවා. 'තබනවා' කියලා මෙනෙහි කරනවා.

ඉතින් මේ විධියට අපි දැන් ඔන්න ටික ටික අපේ හිත, අපිට උවමනා තැනට යොමු කරන්න පුරුදු කරනවා. ඉතින් මේකට උපකාරයක් වශයෙන් තමයි මෙනෙහි කිරීමක්, රළු මෙනෙහි කිරීමක් පාවිච්චි කරන්නේ. 'ඔසවනවා තබනවා' කියලා හිතීනුත් කියනවා. කාලයක් මේක පුරුදු කරන්න පුරුදු කරන්න දැන් ඔන්න හිතට හැකියාවක් ලැබෙනවා මේ වචනවලින් තොරවම හිත යොමු කරන්න. ඒක කෙනෙකුට හිතාගන්න බැහැ. මොකද අපේ සාමාන්‍යයෙන් ඇතුළේ කතාවක් තියෙනවා. එක් කෙනෙක් උපදෙස් දෙනවා. අනික් එක්කෙනා අහගන ඉන්නවා. තවත් වෙලාවකට තර්ක කරනවා. කෙළවරක් නැති ඇතුළේ කතාවක් තියෙනවා. දෙඩමලු වීමක් තියෙනවා. නමුත් කෙනෙක් භාවනාවක යෙදෙන්න යෙදෙන්න සක්මන් භාවනාවේ යෙදෙන්න යෙදෙන්න මේ ඇතුළේ කතාව ක්‍රමානුකූලව සමනය වෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒක තමන් අත්දැකීමෙන්ම ලබාගත යුතුයි.

මේක මේ හිතීන් හිතලා "ඇතුළේ කතාව නවත්වන්න ඕනෑ" කියලා හිතුවට මේක සිද්ධ වෙන වැඩක් නෙවෙයි. මේක මුලින් 'හිතීන් හිත හදලා' කරන්නත් හරිම අමාරුයි. කරන්න බැරි තරම්. ඒක බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා විත්තානුපස්සනාවට යොමු වෙන්න එපා මහණෙනි පිහිටි සතියක් නැත්නම්. සුපතිට්ඨිත සතියක් නැත්නම් සම්පජ්ඤායක් වැඩිලා නැත්නම් විත්තානුපස්සනාවට යොමු වෙලා

වැඩක් නැ.⁸ මොකද අපි නිකං 'හිතීන් හිත බලන්න' ගිහිල්ලා මුලදී පෙනේවි. පස්සේ අන්තිමට අපි හිතට 'අහු වෙන එකයි' වෙන්නේ.

ඉතින් ඒ නිසා මේ සියලු කටයුතුවලට අපේ මේ කයම තමයි පාවිච්චි කරන්නේ මුලදී. මොකද මේ කය හිතීන් බලන එක පහසුයි. කයේ ක්‍රියාකාරිත්වය දැනෙනවා. ඒ දැනීම වර්තමානයේ සිද්ධ වෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා 'දැනීම', වර්තමානයේ නොමිලේම ලැබෙනවා. අපි දහසක් වෙනත් අරමුණු තියෙද්දී ඒ නොමිලේම ලැබෙන කායික දැනීමට හිත යොමු කරනවා. නැවතත් හිත යොමු කිරීමක් තියෙන්නේ. මනසිකාරයක් තියෙන්නේ. ඊළඟට හිත වචනවලින් තොරවම, මෙනෙහි කිරීමකින් තොරවම යොමු කරන්න හැකියාව තියෙනවා. ආයෙත් මනසිකාරයක් තියෙන්නේ. හැබැයි කලින් තරම් රළු මනසිකාරයක් නෙවෙයි, ඊට වඩා සුක්ෂ්ම මනසිකාරයක් දැන් තියෙන්නේ. දැන් පාදය වැදුණා. වැදුණ බව දැනුණා. දැනීමට හිත යොමු කරනවා. ආයෙ ඊළඟ පාදය වැදුණා. එතැනත් දැනෙනවා. අන්න ඒ දැනීමට හිත යොමු කරනවා. මෙතැනත් මනසිකාරයක් තියෙන්නේ. ඉතින් මේක දැන් ඔන්න තව තව සුක්ෂ්ම කරගෙන යනවා. දැන් බලනවා මෙතැනදී මට මුලින් දැනුණේ රළු ස්වභාවයක්. අපි වැලි මළුවේ සක්මන් කළේ. අපිට දැනුණේ රළු ස්වභාවයක් පමණයි. දැන් බලනවා මනසිකාරයම තව පොඩ්ඩක් සුක්ෂ්ම කරලා බැරිද මෙතැන තියෙන වෙනත් දේවලුත් හඳුනාගන්න. මොකද ඒ දේවල් තිබුණා. අපි දැනට කළේ මේ දැනට දැනිවිච්ච රළු දේට පමණක් හිත යොමු කිරීම. නමුත් දැන් මනසිකාරයම යොමු කරනවා තවත් දේවල් හඳුනාගන්න; සුක්ෂ්මව දැන් හිත යොමු කරනවා. එතකොට මේ වැල්ලේ තියෙන රළු ගතියක්, අර දැනිවිච්ච තද ගතියට අමතරව රළු ගතියක් දැනෙන්න පුළුවන්. තවත් තැනක තියෙන වියළි ගතියක් දැනෙන්න පුළුවන්. තෙත් ගතියක් දැනෙන්න පුළුවන්. රස්නෙ ගතියක් දැනෙන්න පුළුවන්. සිසිල් ගතියක් දැනෙන්න පුළුවන්.

මෙන්න මේ වගේ අලුත් අලුත් දේවල් මේ මනසිකාරයකට දැන් හම්බ වෙනවා. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ "මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා" මොකද අපි මනසිකාරය යොමු කළේ නැත්නම්, මේ දේවල්වලට හිත යොමු කළේ නැත්නම් අපේ හිතට ඒවා

⁸ මජ්ඣිම නිකාය, ආනාපානසති සූත්‍රය

හම්බ වෙන්තේ නෑ. ඒවා උපදින්නේ නෑ. මොකද අපේ හිත යොමු වෙලා තිබුණේ වෙන දේකට. අපි හිතමු දැන් ඒ වෙලාවේ වෙන මොකක් හරි රූපයක් දැක්කා. ඒ රූපයට හිත යොමු වුණා. එතකොට අර පාදයේ තියෙන දැනීමවලට හිත යොමු වෙලා නෑ. මොකද, අර දැකපු දේ ඔස්සේ හිත ගිහිල්ලා. එතකොට අපේ මනසිකාරය සිද්ධ වෙලා නෑ නිවැරදි කරන. ඒ නිසා එතැන තියෙන දේවල් අපිට හම්බ වෙන්තේ නෑ. නමුත් අපි එතැනට අවධානය යොමු කළා නම් අන්න එතැන තියෙන දේවල් අපිට හම්බ වෙනවා. ඒ නිසා මනසිකාරයම සුක්ෂ්ම කිරීම හරහා අපිට එතැන තියෙන තද ගතියක් රළු ගතියක් සිසිල් ගතියක් උණුසුම් ගතියක්, මෙන් මේ ඉතාම සුක්ෂ්ම මට්ටමේ දේවල් හම්බ වෙන්න පටන්ගන්නවා. මොකද අපේ හිත සාමාන්‍යයෙන් මේ සුක්ෂ්ම මට්ටමේ දේවල්වල නෙවෙයි තියෙන්නේ. අපි මේවා තුළින් හදගත්ත සංකල්ප තුළ තමයි ජීවත් වෙන්තේ. අපි මේවා තුළින් ‘ගෙවල් දෙරවල්’ හදගෙන, නැත්නම් ‘අඹුදරුවන්’ ඇති කරගෙන, මේවා තුළින් ‘සැප දුක’ ආදී වශයෙන් හදගෙන, ඒ උඩින් ගත්ත මට්ටමක තමයි අපි සාමාන්‍යයෙන් ජීවත් වෙන්තේ. ඒවා තුළට අපි විවිධාකර වචන දෙනවා. වාක්‍ය හදනවා. භාෂාවල් දෙනවා. රචනා ලියනවා. කවි ලියනවා. අපි ඒ කවිවල රචනාවල වාක්‍යවල තමයි සාමාන්‍යයෙන් ජීවත් වෙන්තේ. එතැන තියෙන්නේ සංකල්පීය මට්ටමක්.

දැන් මේ භාවනාවක් තුළදී අපි මේ සංකල්පවලින් හිත මුදවාගෙන, ඒ මතුපිට මට්ටමින් හිත මුදවාගෙන පොඩ්ඩක් ගැඹුරකට යනවා. ඉතාම සුක්ෂ්ම මට්ටමකට යනවා. මේකේ සම්භවයට, එහෙමත් නැත්නම් මේකේ මූලාරම්භයට යන ස්වභාවයක් තමයි තියෙන්නේ. ඒක යෝනියෝ මනසිකාරයේ තියෙන විශේෂ ලක්ෂණය. අර අයෝනියෝ මනසිකාරයේ වගේ ‘මතුපිට’ නෙවෙයි යෝනියෝ මනසිකාරය සිද්ධ වෙන්තේ. අයෝනියෝ මනසිකාරයේ නම් යම් රූපයක් පේන හැටියට, ඒකේ හැඩයට, ඒකේ මතුපිට තියෙන අනුවාසනවලට ලක්ෂණවලට තමයි හිත යන්නේ. ඒක තමයි අයෝනියෝ මනසිකාරය. නමුත් යෝනියෝ මනසිකාරයෙන් හිත දනවා ඊට වඩා ගැඹුරකට. හිත දනවා ඊට වඩා සුක්ෂ්ම භාවයකට. හිත දනවා කොහෙන්ද දේවල් හටගන්නේ, කොහෙන්ද දේවල් පටන්ගන්නේ, අන්න ඒ පටන්ගන්න පැත්තකට හටගන්න පැත්තකට තමයි හිත යොමු කරන්නේ. දැන් මෙහෙම

කරගෙන යනකොට තමයි කෙනෙකුට මෙනැන තියෙන ඉතාම සුඤ්ච ධාතු ලක්ෂණ වැටහෙන්න පටන්ගන්නේ. ඒ කියන්නේ පටවි ධාතුවක නම් තද ගතියක් රච ගතියක්, එහෙම නැත්නම් සිනිඳු ගතියක් සියුම් ගතියක්, බර ගතියක් සැහැල්ලු ගතියක් කෙනෙකුට හම්බ වෙනවා. ඊළඟට තේජෝ ධාතුවක තියෙන උණුසුමක් සිසිලක් හම්බ වෙනවා. ඊළඟට වායෝ ධාතුවක තියෙන වලනය වීමක් පිම්බීමක් සෙලවීමක් ඔන්න කෙනෙකුට හම්බ වෙනවා. ආපෝ ධාතුවක තියෙන වැගිරීමක් ගලාගෙන යාමක් එකට පිඬු කිරීමක් කෙනෙකුට හම්බ වෙනවා.

මේ කතා කරන්නේ ඉතාම සුඤ්ච මට්ටමක්. මොකද, මේ දේවල් හඳුනාගන්න අර ඇතුළේ කතාව සහිත මනසකට අමාරුයි. තර්ක කරන මනසකට අමාරුයි. “මේ මේ දේවල් මෙහෙමයි මෙහෙමයි” කියලා හිතහිතා යන මනසකට මේක කරන්න බෑ. මොකද මේ වෙලාවෙදී තියෙන්න ඕනෑ සියුම් මනසක්. සරල මනසක්. ඒකාග්‍ර වෙච්ච මනසක්. ඇතුළේ කථාව සමනය වෙච්ච මනසක්. අන්න එබඳු මනසකට මේ පරමාර්ථ මට්ටමක් හම්බ වෙනවා. මොකද ඒ මට්ටම දැන් ස්පර්ශ කරන්න හිත යොමු කළාම හැකියාව ලැබෙනවා. දැන් අන්න මනසිකාරයම අර ධාතු ලක්ෂණ මතු කරගන්නවා. ඉතින් මේ විධියට නැවත නැවත මේ ධාතු ලක්ෂණ මතු කරගන්න මතු කරගන්න හිතේ සම්පජ්ඣාය පැත්තත් දියුණු වෙනවා. තව තව ප්‍රඥාව පවා අවදි වෙනවා. අපි ඒවා ඉස්සරහට කතා කරමු. අද මනසිකාරය සම්බන්ධයෙන් කතා කරන නිසා මනසිකාරයෙන්ම අපි සැහෙන්න ප්‍රයෝජනයක් ගන්නවා.

මෙබඳුම දෙයක් ඉඳගෙන ඉන්න භාවනාවෙදින් අපි කරනවා. අපි මුලින් කයට හිත දලා කයේ ඉරියව්වේ හිත ටිකක් පවත්වලා ඊළඟට බලන්නේ කයේ මොනවද දැනෙන්නේ? කයේ නිරායාසයෙන් සිද්ධ වෙන යම් යම් ක්‍රියාවලී මොනවද තියෙන්නේ? අන්න එතකොට තමයි කෙනෙකුට හම්බ වෙන්නේ මේකේ මේ හුස්ම ගැනීමත් එක්ක සිද්ධ වෙන ක්‍රියාවලිය. හුස්ම ගැනීමත් එක්ක උදරයේ යම් වලනයක් සිද්ධ වෙනවා. පිම්බීමක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ වගේම උදරයේ යම් හැකිලීමක් සිද්ධ වෙනවා. වලනයක් සිද්ධ වෙනවා. එහෙම නැත්නම් හුස්ම ගන්නවත් එක්කම නාසිකා අග්‍රයේ යම් දැනීමක් තියනවා. අන්න ඒ

දැනීමිචලට අපේ අවධානය යොමු කරනවා. එතැනට හිත හරවනවා. මොකද ඒ අවස්ථාවෙදි හිතේ සිතුවිලි එන්න පුළුවන්. ඒ අවස්ථාවෙදි සද්ද ඇහෙන්න පුළුවන්. ඒ අවස්ථාවෙදි අනෙකුත් විවිධාකාර කායික වේදනාවන් පවා තියෙන්න පුළුවන්. නමුත් අපි ඒවා අරමුණු කරන්නේ නැහැ. ඒවට හිත යොමු කරන්නේ නැහැ. දැන් හිත යොමු කරනවා මේ නාසිකා අග්‍රයේ දූනෙන දැනීමට. ආශ්වාසයක් කියලා ඒක හඳුනාගන්නවා. එතෙත්දිත් ඔන්නම් මනසිකාරය ටිකක් රළු වෙන්න ආධුනික මට්ටමේදි අපි මෙනෙහි කිරීමක් කරනවා. ‘ආශ්වාසයක්’ කියලා මෙනෙහි කරනවා. ප්‍රශ්වාසයක් සිද්ධ වෙන වෙලාවෙදි එතෙත්ට හිත හරවනවා. ‘ප්‍රශ්වාසයක්’ කියලා මෙනෙහි කරනවා.

මේ විධියට අපි ආශ්වාසයත් ප්‍රශ්වාසයත් හඳුනාගනිමින් එතෙත්ටම හිත යොමු කරමින් නැවත නැවත මේ කටයුත්තේ යෙදෙන්න යෙදෙන්න, අර සක්මන් භාවනාවෙදි වගේම මෙනෙහි කිරීමකින් තොරවම මේ කටයුත්තේ යෙදෙන්න අපිට හැකියාව ලැබෙනවා. ඊළඟට අපිට තියෙන්නේ හිත හරවන්න විතරයි එතෙත්ට. ආශ්වාසයක් සිද්ධ වෙනවා. දැන් නමක් කියන්නේ නැ. මෙනෙහි කරන්නේ නැ. ඒ වෙනුවට ආශ්වාසය සිද්ධ වෙන අවස්ථාවේ තියෙන දැනීමට හිත යොමු කළා. එතකොට තමන්ට දූනෙනවා මෙතැන සිසිලක් තියෙනවා. නැත්නම් මේක සිද්ධ වෙන්නේ වම් නාස් පුඬුවෙන් කියලා ඔන්න තමන්ට දූනෙනවා. මොකද එතෙත්ට තමයි හිත යොමු කළේ. අපේ හිත මෙනෙක් කාලයක් නා නා ප්‍රකාර එළියෙ තියෙන දේවල්වලට තමයි යොමු වෙලා තියෙන්නේ. මේ කාලේ නම් ප්‍රවෘත්තිවලට යොමු වෙලා තිබුණේ. ලෝක ප්‍රවෘත්තිවලටත් යොමු වෙනවා. ග්‍රහලෝකවලටත් යොමු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් දැන් අපි ග්‍රහලෝකත් අතහැරලා ලෝක ප්‍රවෘත්තිත් අතහැරලා ලංකාවේ ප්‍රවෘත්තිත් අතහැරලා මේ ආරණ්‍යයේ තියෙන දේවලුත් අතහැරලා කයේ තියෙන අනිකුත් දේවලුත් අතහැරලා. කයේ දැනීම් තියෙන්න පුළුවන්. වේදනා තියෙන්න පුළුවන්. සද්ද ඇහෙන්න පුළුවන්. මේ සියල්ල තියෙද්දි මේ ඔක්කොම අතහැරලා නාසිකා අග්‍රයේ දූනෙන ආශ්වාසයකට පමණක් හිත යොමු කරනවා. මේ මනසිකාරය හරිම පුදුමාකාර තීක්‍ෂණ විදියට මෙහෙයවීමක් තමයි මේ භාවනාවෙදි කෙරෙන්නේ. එතකොට මේ හැකියාව දියුණු කරන්න දියුණු කරන්න අපිට පුළුවන් වෙනවා අපිට

ඕනෑ තැනට හිත යොමු කරන්න. මෙතෙක් කාලයක් අපිවයි හිත අරගෙන ගියේ. දැන් අපිගේ හිත අපිට ඕනෑ තැනට අරන් යන්නේ.

ඕන්න දැන් “සතොව අසසසති, සතොව පසසසති”⁹ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වලා දෙනවා. සතිමත්ව හුස්ම ගන්නවා; සතිමත්ව හුස්ම හෙළනවා. අපිට පටන්ගන්න තියෙන්නේ මෙන්න මේ වගේ පුළුවන් තැනකින්. මේකත් අමාරුයි. නමුත් අපි කියමු මේක පුළුවන් කියලා. මේක කරගන්න පුළුවන්. මොකද අපි නැවත නැවත කරන්න කරන්න, හිත පිට ගියාට ඒ ගැන කනස්සල්ලක් ඇති කරගන්නේ නැතිව ආයෙ ගෙනැල්ලා තියනවා. හිත පිට යනවා කියන්නේ නැවතත් අපේ මනසිකාරය අයෝනියෝ පැත්තකට ගියා. ආයෙත් හිත විසිරුණා. ආයෙ හිත මතුපිටට ගියා. ආයෙත් ඒ තැනින් අයින් කරලා මේ උවමනා තැනට ආයෙත් හිත යොමු කරනවා. ආයෙත් යෝනියෝ මනසිකාරයටම ගන්නවා. ඉතින් මේක කරන්න කරන්න ඕන්න හිතේ තව තව හැකියාවන් මතු වෙනවා. අපි දැන් පොඩ්ඩක් උත්සාහවත් වෙනවා මේකේ දිග කොහොමද, මේක කොච්චර කල් පවතිනවාද, කියලා අන්න එබඳු දේකුත් සිහියට හසු කරගන්න. මනසිකාරයට හසු කරගන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඒකටත් එහා ගියාට පස්සේ දැන් මේ ආශ්වාසයේ මූල කොටසට විතරක් හිත යොමු කරනවා. මැද කොටසට හිත යොමු කරනවා. අග කොටසට හිත යොමු කරනවා. ආශ්වාසයටම යොමු කරගෙන ඉන්නවා මුළු ලෝකෙම අමතක කරලා.

ඉතින් අපිට පුළුවන් නම් මේ දේ කරන්න, අන්න අපිට ජීවිතේ මුල් වතාවට වෙන්න පුළුවන්, අපි සියයට සියක් මුළු හදවතින්ම ඕන්න ආශ්වාසයක් තුළ හිත එකඟ කරගෙන ඉන්නවා. ඒ වෙලාවේදී ප්‍රශ්වාසය ගැනවත් අදහසක් නෑ. කලින් වෙච්ච දෙයක් ගැනවත් අදහසක් නෑ. අනාගතයක් ගැනවත් අදහසක් නෑ. මුළු ලෝකේ ගැනවත් අදහසක් නෑ. ලංකාව ගැනවත් අදහසක් නෑ. තමන්ගේ කය ගැනවත් අදහසක් නෑ. තියෙන එකම අදහස ආශ්වාසයක් පමණයි. ඔතෙන්නට අපිට ගන්න පුළුවන් නම්, ඉතාම සියුම් ඉතාම සරල තීක්‍ෂ්ණ හැකියාවක් අපේ හිතේ දියුණු වෙනවා.

⁹ මජ්ඣිම නිකාය, මූලපණ්ණාස, මූලපරියායවග්ග, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය

ඉතින් මේ දේ කරන්න කරන්න මනසිකාරය තව සියුම් කරලා ඔන්න අපිට තේරෙනවා ආශ්වාසයේ සිසිල් බවක් ප්‍රශ්වාසයේ උණුසුම් බවක්. ළඟ ළඟ තියෙන ආශ්වාසවල තියෙන පුංචි පුංචි වෙනස්කම්. ඊළඟට ආශ්වාසයේ මුල මැද අග, ප්‍රශ්වාසයේ මුල මැද අග. මේවත් ඔන්න තේරෙන්න ගන්නවා. තේරෙන්න තේරෙන්න ආශ්වාසය තව තව සියුම් වෙනවා. මෙන්න මේ සියුම් ආශ්වාසයටත් සිත යොමු කරනවා. මේ වෙලාවේදීත් හිත නින්දට වැටෙන්න නොදී වෙන වෙන දේවල්වලට යන්න නොදී අවදියෙන් ඉන්නවා.

ඒත් එක්කම මෙනෙත්ට එන්න පුළුවන් තවත් ප්‍රබල බාධකයක් වශයෙන් හිතට විවිධාකාර රූප පේන්නත් පුළුවන්. මොකද, මේ තියෙන අරමුණ හරිම සියුම්. ඇතැම් වෙලාවට හරිම ඒකාකාරියි. හිතට නෑ ඒ තරම්ම ගැම්මක්. හිතට නෑ ඒ තරම්ම රසයක්. හිත මොකද කරන්නේ, එයා අර පරණ දෙයක් මොකක් හරි මතක් කරලා දෙනවා. නැත්නම් හිතීන්ම හදලා දෙනවා. මොනවා හරි සංඥා ගොඩක්. හුඟක් වෙලාවට රූප සංඥා වෙන්න පුළුවන්. දූකපු දෙයක් වෙන්න පුළුවන්. වර්තෙන් වර්තෙට වෙනස් වෙනවා. බොහෝම ශ්‍රද්ධාවන්ත වර්තෙකට ඔන්න බුද්ධ රූපයක් පෙන්නලා දෙනවා. රුවන්මැලි සෑය පෙන්නලා දෙනවා. ශ්‍රී මහා බෝධිය පෙන්නලා දෙනවා. දිව්‍ය රූපයක් පෙන්නලා දෙනවා. අපි හිතමු ද්වේෂ හිතකට ඔන්න ඇටසැකිල්ලක් පෙන්නලා දෙනවා. මළගිය කෙනෙක්ව පෙන්නලා දෙනවා. යක්ෂ රූපයක් පෙන්නලා දෙනවා. මේ ඔක්කොටම අපි මනසිකාරය යොමු කළොත් ආයෙන් අමාරුවේ වැටෙනවා. අපි ඔය ටික අයින් කරලා නැවතත් ආශ්වාසයටම හිත යොමු කරනවා. අර දැනීමටම හිත යොමු කරනවා. ඉතින් මේ හිත යොමු කිරීමේ ප්‍රබල සටනක් මෙතැන තියෙන්නේ. කොයිකටද අපි කැමැත්ත දෙන්නේ? අන්න කැමැත්ත දෙන්න ඕනෑ මේ ආශ්වාසයට. කැමැත්ත දෙන්න ඕනෑ ප්‍රශ්වාසයට. ඡන්දය යොමු වෙන්න ඕනෑ දූනෙන දේට. පෙනෙන දේට නෙවෙයි. පෙනෙන සංඥා ඔස්සේ ගියොත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මුළා වෙනවා කියලා. “මරීචිකූපමා සඤ්ඤ”¹⁰ මහණෙනි, මේ සංඥා හරියට නිකන් මිරිගුවක් වගේ.

¹⁰ සංයුත්ත නිකාය, බද්දසංයුත්ත, පුළුවන්ග, ඵෙණපිණ්ඩුපම සූත්‍රය

ඉතින් ඒ නිසා මේ භාවනාවේදී අපිට විවිධාකාර සංඥ මතු වෙන්න පුළුවන්. ඒ සංඥ ඔස්සේ යන්න ගත්තොත් භාවනා මාර්ගය සම්පූර්ණයෙන්ම වෙන පැත්තකට හැරෙනවා. අපි ජේන කියන්න යනවා. කතන්දර අහන්න යනවා. සාස්තර කියන්න යනවා. ලෙඩ සුව කරන්න යනවා. නා නා ප්‍රකාර දේවල් කරන්න යනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නපු ඒකායන මාර්ගයෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම පිට පනිනවා. ඒ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි මේ භාවනා වඩනකොට විවිධාකාර හැකියාවල් එන්න පුළුවන්. විවිධාකාර සංඥ එන්න පුළුවන්. විවිධාකාර වැරදි පැත්තේ මිඟා පැත්තේ දේවල් සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒවට හිත හරවන්නේ නැතුව බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන පැත්තටම හිත හරවන්න අපි උත්සාහවත් විය යුතුයි. මනසිකාරය යොදවන්න අපි උත්සාහවත් විය යුතුයි.

ඉතින් මෙහෙම කරගෙන යනකොට, කෙනෙකුට ටික ටික මේක නැවත නැවත දැකලා දැකලා අන්න හිත තේරුම්ගන්නවා, “මේකේ විවිධාකාර දේවල් දැක්කට මේ හැමෝටම තියෙන්නේ එකම ස්වරූපයක්” කියලා. හැමෝම කලින් තිබුණේ නැහැ. ඔන්න දැන් පටන්ගන්නා. ඔන්න දැන් හටගන්නා. ඊට පස්සේ සුළු මොහොතයි ඊළඟට නැති වුණා. අවසන් වෙලා ගියා. නොපෙනී ගියා. ඊළඟ දේකටත් ඒ බඳු ස්වභාවයක්. ආශ්වාසයේ තියෙන්නේ ඔන්න ඇති වීමක්. සුළු මොහොතක පැවැත්මක්. නැති වී යාමක්. ඊළඟට වේදනාවක් ගත්තත් ඒකෙ තියෙන්නේ සුළු මොහොතයි. හටගැනීමක්, සුළු මොහොතක පැවතීමක්, නැති වී යාමක්. සිතුවිල්ලක් ගත්තත් එතැනත් තියෙන්නේ හටගැනීමක්, සුළු මොහොතක පැවතීමක්, නැති වී යාමක්. පාදයේ දූනෙන සක්මනේදී දූනෙන යම් කිසි ධාතු ලක්ෂණයකට උනත් තද ගතියක උනත් හටගැනීමක් තියෙනවා. පටන්ගැනීමක් තියෙනවා. සුළු මොහොතක පැවැත්මකින් පස්සේ අවසාන වෙලා යනවා.

මෙන්න මේ විධියට කෙනෙක් මේ හටගන්නා ස්වභාවයට ක්‍ෂය වෙලා යන ස්වභාවයට නැවත නැවත මනසිකාරය යොදවනවා. දැන් ඒවාට ආවේණික ලක්ෂණවලට හිත යොමු කරන්නේ නැහැ. හිතටම දැන් උවමනාවක් ඇති වෙනවා, ඉඹේටම වගේ තේරෙනවා. මේ විචිත්‍රත්වය බලනවා වෙනුවට කාමච්ඡන්දය දැන් පහ වෙලා ගිහිල්ලා. ඒ වෙනුවට මේ දේවල් හැම එකකම තියෙන හටගන්නා ස්වභාවය බලනවා. නැති

වෙලා යන ස්වභාවය බලනවා. “සමුදයධම්මානුපසසී වා කායසමිං විහරති, වයධම්මානුපසසී වා කායසමිං විහරති, සමුදයවයධම්මානුපසසී වා කායසමිං විහරති”¹¹ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දෙනවා. ඒ කියන්නේ දේවල්වල හටගන්නා පැත්තට හිත යොමු කරනවා. දේවල්වල ඤය වෙලා යන පැත්තට හිත යොමු කරනවා. ඊළඟට මේකත් බලන්න බලන්න ඔන්න අපි උත්සාහවත් වෙනවා මෙතෙක් කාලයක් හිත පුරුදු වෙලා තිබිව්ව හටගන්න පැත්ත වෙනුවට මේ දේවල්වල නැති වෙලා යන පැත්තකුත් තියෙනවා. ඉපදුණොත් මරණයකුත් තියෙනවා. හටගත්තොත් නිරුද්ධ වී යාමක් ඤය වෙලා යාමකුත් තියෙනවා කියලා ඔන්න අපි හිත යොමු කරනවා වැඩි වැඩියෙන් අර නිරුද්ධ වෙලා යන පැත්ත බලන්න. අපි උවමනාවක් දැන් ඇති කරගන්න ඕනෑ, “මේ දේවල් හටගන්න පැත්තෙමයි මේ හිත මෙතෙක් එල්ලී එල්ලී තිබුණේ. එකක් අතහරිනකොට ඊළඟ එකක් අල්ලනවා. දැන් බැරිද මේ එකක් හටගන්නා, ඒකම ඉවර වෙනකල් බලන්න” කියලා අන්න දැන් හිතේ යොමුවක් ඇති කරගන්නවා. ඡන්දයක් ඇති කරගන්නවා මේ නැති වෙන හැටි බලන්න. ඤය වෙලා යන හැටි බලන්න. නිරුද්ධ වෙලා යන හැටි බලන්න.

ඉතින් මේ උවමනාවේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් හිත යොමු කරන්නේ දේවල් හටගන්නා පැත්ත බලන්න නෙවෙයි, නැති වෙලා යන පැත්තක් බලන්න. ඤය වෙලා යන පැත්තක් බලන්න. නිරුද්ධ වෙලා යන පැත්තක් බලන්න. මේකෙන් තවත් ගැඹුරකට යන්න පුළුවන්. මේක බලබලා බලබලා යනකොට හිතේ තව තව ගුණ ධර්ම දියුණු වෙලා හිතටම තේරෙනවා මේ යමක් හටගන්නා නම් ඒවා නැති වෙලා යනවා; කොයි දේත් එනවා යනවා. මේක හරි ගැඹුරක් තියෙන කාරණාවක්. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා යම් කිසි කෙනෙක් මේ දේ තේරුම්ගන්නා නම් “යං කිඤ්චි සමුදයධම්මං, සබ්බං තං නිරොධධම්මං”¹² කියන මේ කාරණාව හොඳට කෙනෙකුට ප්‍රත්‍යක්ෂ උනා නම්, මේ කියන්නේ පොතෙන් බලලා නෙවෙයි; බණක් අහලම නෙවෙයි. ප්‍රත්‍යක්ෂයක් වශයෙන් කෙනෙකුට හොඳට ගැඹුරට වැටහුණා නම්, ඒ

¹¹ මජ්ඣිම නිකාය, මූලපණ්ණාස, මූලපරියායවග්ග, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය

¹² සංයුත්ත නිකාය, සළායනනසංයුත්ත, ආසීවිසවග්ග, කිංසුකොපම සූත්‍රය

තුළින්ම හිතේ ලොකු පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. ඒ තුළින්ම හිතේ ලොකු සම්මා දිවියක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. ඒ තුළින්ම කෙනෙක්ගෙ හිතේ පාරිශුද්ධියක් ඇති වෙන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා මේ හිත සුක්ෂ්ම වෙවී සුක්ෂ්ම වෙවී යන ගමනක් තමයි තියෙන්නේ. සියුම් වෙවී සියුම් වෙවී යන ගමනක් තියෙන්නේ. ඒ හැම තැනකදීම බුද්ධ වචනකට ඇහුම්කන් දීලා ඒ නිවැරදි පැත්තට අපේ හිත යොමු කරන්නත් අවශ්‍ය වෙනවා. එහෙම යොමු කරන්න යොමු කරන්න තමයි අපිට ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නපු මාර්ගය වැටහෙන්න ගන්නේ. නැත්නම් ඉතින් අපි අපිට ඕනෑ දේවල් කර කර ඉඳිවී. කවදවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු දේවල් අපිට හම්බ වෙන්නේ නෑ. නමුත් අපි බුද්ධ වචනයට ඇහුම්කන් දීලා ඒ මාර්ගයේ යනවා නම්, ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු විධියට අපේ කමටහන වඩනවා නම් අන්න අපට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු දේවල් හම්බ වෙවී. බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නලා දීපු ත්‍රිලක්ෂණය අපිටත් වැටහෙවී. මොකද, දැන් අර “මුලින් නොතිබී ඊට පස්සේ හටගත්ත දෙයක් නැති වී යනවා” කියන එක අනිත්‍ය ලක්ෂණය වශයෙන් පෙන්නලා දෙනවා. ඒ කියන්නේ “අනුඤා සමෙහානති, හුඤා පටිවෙනතී”¹³ කියලා අනුපද සූත්‍රයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා. දෙයක් කලින් නොතිබී හටගන්නවා; හටඅරගෙන නිරුද්ධ වෙලා යනවා. අපි මේ සරල කාරණාව නැවත නැවත ප්‍රත්‍යක්ෂයක් වශයෙන් දකින්න දකින්න අපි තුළ අනිත්‍ය ලක්ෂණය අනිත්‍ය ප්‍රඥාව හොඳට කාවදිනවා. කොයි තරම් ‘අනිත්‍යයි අනිත්‍යයි අනිත්‍යයි’ කියලා කිව්වත් අපේ හිතට කාවදින්නේ නැති තරම්. නමුත් හොඳට අර වගේ තීක්ෂණ හිතක්, හොඳට සන්සුන් හිතක්, ඇතුළේ කතාව සමනය වෙව්ව හිතක්, සරල හිතක්, ඒකාග්‍ර වෙව්ව හිතක් වර්තමාන වශයෙන් සිද්ධ වෙන ක්‍රියාවලියක ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය නැවත නැවත දකින්න දකින්න, අපේ හිතේ ගැඹුරෙම අපේ හිතේ පතුලෙම අනිත්‍ය ලක්ෂණය අනිත්‍ය දර්ශනය ගැඹුරින් කාවදිනවා.

මේ අනිත්‍ය දර්ශනය හිතේ ගැඹුරින් කාවදුණා නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ අනිච්ච සඤ්ඤා සූත්‍රයේ කියනවා “සබ්බං කාමරාගං

¹³ මජ්ඣිම නිකාය, උපරිපණ්ණාස, අනුපදවග්ග, අනුපද සූත්‍රය

පරියාදියති, සබ්බං රූපරාගං පරියාදියති, සබ්බං භවරාගං පරියාදියති, සබ්බං අවිජ්ජං පරියාදියති, සබ්බං අසම්මානං සමුහන්ති”¹⁴ කියලා. මේ අපේ හිතේ තියෙන කාමරාගය දුරු වෙලා යනවා; රූපරාගය දුරු වෙලා යනවා; අරූපරාගය දුරු වෙලා යනවා; ඊළඟට අවිද්‍යාව දුරු වෙලා යනවා; ඒවා සමුලෝත්පාටනය වෙලා යනවා; සම්පූර්ණයෙන්ම මුලින් උපුටා දන්න පුළුවන් ශක්තියක් එතන තියෙනවා. මොකද අපේ හිතේ ගැඹුරුම මට්ටමක තමයි මේ කටයුත්ත සිදු වෙන්නේ. මතුපිට මට්ටමක් නෙවෙයි මේ හදන්නේ. අපි සාමාන්‍යයෙන් කතා බහ කරන දේවල්, පොත් පත්වල බලන දේවල්, සාමාන්‍යයෙන් හිතන තර්කානුකූල දේවල් හිතේ මතුපිට මට්ටම. ඒක සාමාන්‍යයෙන් අනුන්ගේ දැනුමක්. අපේ ප්‍රත්‍යක්ෂ දැනුමක් නෙවෙයි. නමුත් භාවනාමය ඥානය අපේ හිතේ පතුලටම ගෙනියන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒ පතුලටම ගෙන ගියා නම්, අපේ හිතේ ඇති වෙන ඒ පරිවර්තනය අපේ මුළු ජීවිතයෙන්ම පිළිබිඹු වෙනවා. ඒ නිසා භාවනාවක් අපේ හිතේ වැඩිලා නම් අපේ වර්යාවේ පවා ඒ වෙනස්කම් පෙනෙනවා. අපි හිතන පතන ආකාරය පවා වෙනස් වේවි. අපි කටයුතු කරන ආකාරය පවා වෙනස් වේවි. එහෙම නැත්නම් අපි දේවල් හඳුනාගන්න ආකාරය වෙනස් වේවි. අපේ ආකල්ප වෙනස් වේවි. මොකද අපේ සිත ගැඹුරින් අන්න විපස්සනාව හඳුනාගෙන. හිතේ ගැඹුරෙන්ම පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙලා. එහෙම නැතුව නිකං උඩ - මතුපිට නම් භාවනාව කෙරිලා තියෙන්නේ, කොච්චර භාවනා කළත් අවුරුදු ගණන් භාවනා කළත් අපි තුළ එබඳු පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙන්නේ නැහැ.

ඒ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි ‘මේ දේවල් සියුම් වුණ තරමට සරල වුණ තරමට ගැඹුරට යන්න පුළුවන්’. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහමේම තියෙන එක්තරා ලක්ෂණයක් තමයි, මේක මේ සරල බව හරහා ගැඹුරට යන දහමක්. අපේ හිත සංකීර්ණ වෙලා ආකීර්ණ වෙලා ව්‍යාකූල වෙලා සංඥ බහුල වෙලා තිබිවිච තරමට ගැඹුරට යන්න අමාරුයි. ඒකයි අපි පුළුවන් තරම් උත්සාහවත් වෙන්න ඕනෑ භාවනාවක් වඩනකොට අපේ හිත ටිකක් සරල කරගන්න. සැහැල්ලු කරගන්න. බිමට බහින්න. සාමාන්‍ය සරල මනුස්සයෙක් වෙන්න. පුංචි දරුවෙක්ගේ තියෙන නැවුම්

¹⁴ සංයුත්ත නිකාය, බන්ධසංයුතත, පුප්ඵවග්ග, අනිච්චසඤ්ඤ සූත්‍රය

හිතක් ඇති කරගන්න. සරල හිතක් සැහැල්ලු හිතක් ඇති කරගන්න. අන්න එබඳු හිතකට තමයි මේ දේවල් ඉතාම නැවුම්ව වැටහෙන්නේ. “අපි සියල්ල දන්නවා” කියලා හිතාගන්නොත් පාර අපිට පේන්නේම නෑ. ඒ නිසා බොහොම කල්පනාකාරීව බොහොම ඉවසිලිවත්තව මේ කටයුත්තේ යෙදෙන්න වෙනවා. මොකද අපිට කරන්න තියෙන්නේ මුලදී දේවල් අහක් කිරීමක්. මොකද දැනටමත් අපේ හිත වාක්‍ය වෙලා තියෙන්නේ. ආකීර්ණ වෙලා තියෙන්නේ. සංකීර්ණ වෙලා තියෙන්නේ. ඉතින් අපිට ඒ සංකීර්ණ හිත සරල කරගන්නම කාලයක් යනවා. ඇතුළේ කතාව සමනය කරගන්නම කාලයක් යනවා. ඒකයි අපිට එක අතකින් බැලුවම මේකේ වෙලාවක් යන්නේ.

ඉතින් මේ විධියට යෝනිසෝ මනසිකාරයේම යෙදෙනවා නම් අන්න කෙනෙකුට මේ දේවල් ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ආකාරය පෙනෙනවා. මෙහෙම වෙච්චී වෙච්චී ගිහිල්ලා යම් අවස්ථාවක සමහර වෙලාවට මේවා සම්පූර්ණයෙන් සමනය වී යාමක් උනත් කෙනෙකුට දැනගන්න අවස්ථාවක් ලැබෙන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ අපි හිතමු කෙනෙක් භාවනාවේ යෙදෙනවා. දැන් එයා වර්තමාන වශයෙන් සංස්කාර සම්මර්ශනයක යෙදෙනවා. අපි හිතමු කයේ කම්පන වංචල ස්වභාවයක් හම්බ වෙලා ඒ දිහාම හොඳින් නිරීක්ෂණය කරමින් ඉන්නවා. හොඳට ඒ දිහා යුහුසුලුව බලමින් ඉන්නවා. ඒකටමයි අවධානය යොමු වෙලා තියෙන්නේ. මෙහෙම බලමින් බලමින් ඉන්නකොට, කාලයක් තිස්සේ මේකේ යෙදෙනකොට ඇතැම් වෙලාවට හිත ඒ අරමුණේ නිමිති නොගෙන ඉන්න අවස්ථාවක් එන්න පුළුවන්. මොකද ඒ තරම් ඉක්මනට මේ සිදුවීම සිද්ධ වෙනවා. ඒ කියන්නේ අපි හිතමු දැන් අපේ අවධානය යොමු වෙලා තියෙන්නේ කය ඇතුළේ සිද්ධ වෙන යම් කිසි කම්පන ස්වභාවයකට. දැන් අපි අනිත් දේවල් අමතක කරලා මේකෙම හොඳට හිත රඳවගෙන ඉන්නවා. මේකත් දැන් ඉතාම වේගයෙන් සිද්ධ වෙනවා. ඇති වෙනවා; නැති වෙනවා. ඇති වෙනවා. නැති වෙනවා. බොහොම යුහුසුලුව සිද්ධ වෙනවා. අපිත් ඇහැක් පිට ඇහැක් තියාගෙන බලාගෙන ඉන්නවා. අවධානය තියෙන්නේ එතැනමයි. මනසිකාරය තියෙන්නේ එතැනමයි.

එහෙම ඉන්නකොට ඇතැම් වෙලාවට මේ දේවල් පොඩි වෙලාවකට සමනය වීමක්, ඇති වීම් නැති වීම්වලින් තොර වීමක්, එතැන නිමිති ගන්න බැරි තත්ත්වයක් 'හිතට' ඇති වෙන්න පුළුවන්. අපිට නෙවෙයි හිතට. හිතට ඇති වෙන්න පුළුවන්. කෙනෙකුට මෙබඳු දෙයක් මුලින් සිදු වුණත් සමහර විට අහු වෙන්නේ නෑ. මොකද ඒ තරම් මේක හරි කෙටි කාලයයි. නමුත් නැවත නැවත අපි මේ භාවනාවේ යෙදෙනවා නම්, විශේෂයෙන් විපස්සනාවක යෙදෙනවා නම්, උදයබ්බසානුපස්සනාවක යෙදෙනවා නම් ඇතැම් වෙලාවට මේ කාලය පොඩ්ඩක් වැඩි වෙන්න පුළුවන්. විනාඩියක් විතර හිතට නිමිත්තක් නොගෙන ඉන්න පුළුවන් හැකියාවක්, නිමිත්තක් නොගෙන ඉන්න කාලයක් වැටහෙන්න පුළුවන්. ඉතින් ඒකත් නැවත නැවත කරද්දී තමයි තේරෙන්නේ "මෙන්න මෙතෙන්දී නම් මොකක්දෝ එකක් වෙනවා; අරමුණ ඔන්න නොපෙනී යනවා; අරමුණ ඔන්න සම්පූර්ණයෙන්ම ගිලිහිලා යනවා. නිමිති ගන්න හිතට බැරි වෙනවා. හිතට ඉන්න අරමුණක් තැනක් නැති වෙනවා" කියලා වැටහෙන්න පුළුවන්.

මෙබඳු තැනක් වැටහුණා නම් ඊළඟට මනසිකාරයේ තවත් පැත්තක් තමයි, කොහොමද මේ අරමුණක් නැති තැනකට මනසිකාරය යොමු කරන්නේ? හිත කොහොමද හරවන්නේ අරමුණක් නැති තැනකට? ඉතින් හරිම විචිත්‍රත්වයක් තමයි මේ විපස්සනා භාවනාවේ තියෙන්නේ. මුලදී අරමුණු ඔස්සේ හරිම රළු මනසිකාරයකින් පටන්ගන්නේ. 'වම දකුණ' කියලා. 'ඔසවනවා තබනවා' කියලා. 'ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස' කියලා. හරිම රළු මට්ටමකින් පටන්ගන්නේ. හැබැයි එන්න එන්න සියුම් භාවයකට එන්නේ. සියුම් භාවයකට ඇවිල්ලා තමයි අර ඉතාම සුක්ෂ්ම මට්ටමක, අර අරමුණු සහිත සතියක් හරහා අන්තිමට අරමුණු රහිත තත්ත්වයකට එන්න ඉඩ තියෙනවා. එතෙන්දී මනසිකාරය යොමු කරන්න වෙනවා අරමුණු නැති තැනට පවා. අපිට ඒක හුඟක් වෙලාවට ගිලිහිලා යනවා; හුඟක් වෙලාවට ඒක අපෙන්න මගහැරෙනවා. නමුත් අපි බොහොම සියුම්ව තීක්ෂ්ණව බලාගෙන හිටියොත් මෙන්න මේ අරමුණෙන් තොර, අරමුණ ගිලිහිලා යන, නිමිති ගන්න බැරි මට්ටම පවා මනසිකාරය යෙදුවොත් හම්බ වෙනවා. සිහිය පිහිටුවොත් හම්බ වෙනවා. ඉතින් මෙන්න මේ වගේ මනසිකාරය තුළින් අපිට එබඳු තත්ත්වයක් පවා වැටහෙන්න පුළුවන්.

සාමාන්‍යයෙන් කියනවා “මේ අනිත්‍ය ලක්ෂණය, අනිත්‍ය ස්වභාවය වැටහීම තුළින් තමයි මේ නිමිති ගන්න බැරි තත්ත්වයකට හිත යන්නේ” කියලා. ඒකට සාමාන්‍යයෙන් කියනවා ‘අනිමිත්ත විමෝක්ෂ මුඛයක්’ කියලා. ඒ කියන්නේ නිමිති ගන්න බැරි විධියට හිත දැන් කටයුතු කරනවා. ඒ හරහා හිත දැන් අරමුණු වලින් නිදහස් වෙනවා. අනිමිත්ත පැත්තකින් හිත නිදහස් වුණා කියලා විපස්සනාවේ කියලා දෙනවා. එතකොට මේ තත්ත්වය ඇත්තටම භාවනාවේදී විපස්සනා යෝගාවචරයෙකුට අත්දකින්න පුළුවන්. මේක අපිට නොවෙනවා නෙවෙයි. මේක කරගන්න අමාරුම දෙයක් නෙවෙයි. හුඟක්ම වෙන්වේ අපිට මේ තැන මගහැරෙනවා. මොකද ඒ තරම් අපේ හිත අරමුණුවලම ඇලිලයි තියෙන්නේ. අරමුණක් අතහැරගන්න බැරි විධියට අර අත්තේ අත්තට පනින වඳුරෙක් වගේ එක අත්තක් අතහරිනකොට ඊළඟ අත්ත අල්ලනවා; ඒ අත්ත අතහරිනකොට තව අත්තක් අල්ලනවා. මේ විධියට අපි මේ අරමුණෙන් අරමුණ පැන පැන යන ගමනක් තමයි සිද්ධ වෙන්නේ. නමුත් මෙතනදී මේ අරමුණේම තියෙන ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය හරහා තමයි අරමුණු ගන්න බැරි තත්ත්වයකට, නිමිති ගන්න බැරි තත්ත්වයකට හිත පත් වෙන්නේ. ඒ එබඳු නිමිති ගන්න බැරි තත්ත්වයට පත් වුණොත්, අපිට ඒ නිමිති නැති තැන, නිමිති නොගන්නා ස්වභාවය තුළට අපේ මනසිකාරය යොමු කළොත් අන්න එබඳු මනසිකාරයකට හම්බ වෙන්න පුළුවන් අරමුණු රහිත හිතක්. අරමුණු සමනය වෙච්ච හිතක්. ඉතින් මෙබඳු කාරණා ඔස්සේ තමයි අපිට මේ සුත්‍රයේ ටික ටික ඉස්සරහට යන්න තියෙන්නේ.

අද අපි මේ කල්පනා කළේ, අපි බලාපොරොත්තු උනේ ‘කොහොමද මනසිකාරයම නිවැරදි පැත්තට හරවගන්නේ’ කියලා තේරුම්ගන්න. බුදුරජාණන් වහන්සේ අපේ හිතේම තියෙන යම් යම් කුසලතා හරි පැත්තට හරවලා අපිව නිවැරදි මාර්ගයට සම්මා දිට්ඨියට යොමු කරලා තියෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා අපිත් මේ කාරණා තේරුම් අරගෙන මේ භාවනා ක්‍රමවල තියෙන ගැඹුර තේරුම් අරගෙන, මේ භාවනා ක්‍රමවල නිවැරදිව යෙදෙන්න උත්සාහවත් වෙන්න ඕනෑ. ඒ සඳහා සියලුදෙනාටම මේ ධර්ම දේශනාව මග පෙන්වීමක් වේවා! කියලා අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තේරුවන් සරණයි.

3 | ස්පර්ශය නිසා හටගැනීම්

නමො තසස හගවතො අරහතො සමමා සමබුදධසස

“ඡන්දමූලකා ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සනාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤානතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා’ති.”

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මැණිවරුනි, ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි මේ 211 වන භාවනා වැඩ සටහනට මාතෘකා වශයෙන් තියාගත්තේ කිං මූලක සූත්‍රය. මේ සූත්‍රය ඇතුළත් වෙලා තියෙන්නේ අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ. මෙතෙන්දි බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රශ්න කීපයක් සම්බන්ධයෙන් හිඤ්ඤන් වහන්සේලාව දැනුවත් කරනවා. මොකද, ඒ කාලේදි නා නා ප්‍රකාර මතිමතාන්තර තිබිලා තියෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේට සමකාලීනව විවිධ ශාස්තෘන් වහන්සේලා ඉඳලා තියෙනවා. ඒ වගේමයි ඒ ඒ අය විවිධාකාර දුර්මත ඉදිරිපත් කරලා තියෙනවා. ඒක නිසා ඇතැම් වෙලාවට බුදුරජාණන් වහන්සේටත් උන්වහන්සේගේ ශ්‍රාවකයින්ටත් නොයෙකුත් ප්‍රශ්නවලට, නා නා ප්‍රකාර මත සහ දෘෂ්ටි දරන්නන්ගේ වාදවිවාදවලට පැටලෙන්න සිදු වූ අවස්ථාත් තියෙනවා. ඉතින් ඇතැම් වෙලාවට ඒ අය ඇවිල්ලා එක එක විදිහේ ප්‍රශ්න අහනවා. මත පළ කරනවා. දෘෂ්ටි දන්න හදනවා. අමාරුවේ දන්න හදනවා. චතුෂ්කෝටික

පිළිතුරු අවශ්‍ය විදිහේ එක එක ප්‍රශ්න අහනවා. ඉතින් ඔය වගේ නා නා ප්‍රකාර ප්‍රශ්න තිබිල තියෙනවා.

ඉතින් ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේට අවශ්‍ය වුණා තමන්ගේ ශ්‍රාවකයින්ව යම් පමණකින් දැනුවත් කරන්න. යම් පමණකින් මේ ප්‍රශ්නවලට මුහුණ දෙන විධියට සකස් කරන්න. ඒ නිසාම බුදුරජාණන් වහන්සේම මෙතෙක්දී ප්‍රශ්නයක් නගනවා මේ භික්ෂූන් වහන්සේලාගෙන්, මෙන්න මේ මේ විධියේ ප්‍රශ්න ටිකක් ඇහුවොත් ඔබ මොනවද දෙන පිළිතුරු? භික්ෂූන් වහන්සේලා එතකොට කියන්නේ “හගවමමූලකා නො, හනෙන, ධමමා” ඔය විධියට “භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මුල් කරගෙනයි ධර්මය තියෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා මේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු භාග්‍යවතුන් වහන්සේටම වැටහේවා” කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේට මේ අහපු ප්‍රශ්න ටිකට පිළිතුරු දෙන්න කියලා ආරාධනා කළා. එතකොට තමයි එකින් එක බුදුරජාණන් වහන්සේ දැන් විස්තර කරගෙන යන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරපු කාරණා අටේ, කාරණා දෙකක් අපි දැන් මේ වෙනකොට සාකච්ඡා කළා. එකක් තමයි “කිං මූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධමමා” කවුරු හරි ඇහුවොත් හෙම කුමක් මුල් කරගෙනද මේ සියලුම දහම් තියෙන්නේ - මනසේ ඇති වෙන සියලුම දේවල්, මනසේ හටගන්නා විවිධාකාර සංකල්පයන් විතර්කයන් කුමක් මුල් කරගෙනද තියෙන්නේ - කියලා ප්‍රශ්නයක් ඇහුවොත් මොකක්ද දෙන පිළිතුරු? එතෙක්දී දිය යුතු පිළිතුර තමයි “ඡන්දමූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධමමා”, කියලා උගන්වනවා. මේ හැම දෙයක්ම එතකොට ඡන්දය මුල් කරගෙන තමයි තියෙන්නේ. ඡන්දය කිව්වාම අපි කතා කළා මේකේ දෙපැත්තක් තියෙනවා. මෙතන කුසලච්ඡන්දයක් ඒ කියන්නේ කත්තුකමාතා ඡන්දයක් කියලා කියන, කුසලයකට තියෙන කැමැත්තක් වෙන්නත් පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් අනිත් පැත්තට, අකුසල පැත්තේ තියෙන කාමච්ඡන්දයක් වෙන්නත් පුළුවන්. ඉතින් මේ නිසා ඡන්දය කියන එක මේ දෙපැත්තටම මුල් වෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. එතකොට කුසල පක්‍ෂයේ විතරක් නෙවෙයි, අපිට අකුසල පක්‍ෂයේ දෙයක් සිද්ධ කරන්න උනත් අපේ හිත තුළ උවමනාවක් පහළ විය යුතුයි. යම් දෙයකට ආශාවක් පහළ විය යුතුයි. මේ දේ හොඳ දෙයක් නම් ඔන්න හොඳ දෙයක් ඔස්සේ යාවි; අකුසලයක් නම් ඔන්න අකුසලයක්

ඔස්සේ යාවී; කර්ම රැස් වේවී අකුසල පක්‍ෂයෙන්. ඉතින් ඒ නිසා මේ දෙකටම එතකොට හිතේ හටගන්නා ඡන්දය මුල් වෙලා තියෙනවා.

ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා මේ නිවන් මගටත් - නිවන් දකින්නත් සැහෙනත් මේ ඡන්දය මුල් වෙනවා. ඉතින් ඒක නිසාමයි ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ මතක් කරන්නේ “තණහං නිසසාය තණහා පහාතබ්බා” කියලා. මේ තණහාවම මුල් කරගෙනයි අන්තිමට තණහාවම ප්‍රභාණය කරන්නේ. ඉතින් එතැනත් හරි අපූර්ව ක්‍රමයක්, අපූර්ව ප්‍රතිපදාවක් තියෙන්නේ. මුලින් පටන්ගන්නේ උචමනාවකින්. මුලින් පටන්ගන්නේ කැමැත්තකින් ආසාවකින්, “මමත් ඔන්න නිවන් දකින්න ඕනෑ; මමත් සමාධියක් හදගන්න ඕනෑ; මමත් විපස්සනාවක් කරන්න ඕනෑ” කියලා පුද්ගල ස්වභාවයක් එතැන තියෙනවා. නමුත් එතැනින් ඒ එත ගැමීමෙන් තමයි අපි පටන්ගන්නේ. ඕක ගැඹුරට ගැඹුරට යනකොට ඡන්දය ප්‍රභාණය වීමක්, තණහාව ක්‍ෂය වී යාමක් ක්‍රමානුකූලව වේවී. නමුත් පටන්ගැනීමේදී අර වගේ ලොකු උදෙසාගයක් අවශ්‍යයි. ලොකු උචමනාවක් අවශ්‍යයි. එහෙම නැත්නම් මේක මෙහෙයවන්න හරි අමාරුයි. මොකද, මේ පාර ඇත්තටම එබඳු ඡන්දයක්ම මුල් වෙලා යන ගමනක් කියලා කියන්න පුළුවන්. එබඳු ඡන්දයක් තිබුණේ නැත්නම්, ප්‍රබල ඡන්ද සෘද්ධිපාදයක් තිබුණේ නැත්නම් අපි මගදී මේක අතහැරලා දනවා. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්න්නේ ඡන්ද සෘද්ධිපාදයක් වශයෙන් මේ කටයුතු කිරීමේදී “මේක කොහොම හරි කරනවා” කියන බලවත් කැමැත්තක් හිතේ හටගත යුතුයි.

එතකොට එතෙතේදී මතු වෙන විවිධාකර බාධක කම්කටොලු ජය ගන්න නම් ලොකු වීරයයක් අවශ්‍යයි. අන්න වීරයයත් සෘද්ධිපාදයක් බවට වෙනවා. මෙහෙම හිතලා හිතලා යනකොට ඊළඟට හිතේ අධිෂ්ඨානයක් ඇති වෙනවා. “මේ මේ තැන්වලදී මම අධිෂ්ඨානශීලීව කටයුතු කළ යුතුයි” කියලා අපි හිතේ අධිෂ්ඨානයක් ඇති කරගන්නවා. ඔන්න චිත්ත සෘද්ධිපාදයක් බවට ඒක පත් වෙනවා. එතකොට මේ කටයුතු ඔක්කොම කරද්දී විමසා බැලීමක් කරනවා “කොහොම කළොත්ද මේ දේ නිවැරදිව කරගන්න පුළුවන්? කාර්යක්‍ෂමව කරගන්න පුළුවන්? කොයි කාලෙට භාවනා කළොත්ද හරි යන්නේ? උදේ කාලෙද තෝරගන්න තියෙන්නේ නැත්නං හවස් කාලෙද? මේ වෙලාවේදී බණ අහන එකද කරන්න තියෙන්නේ නැත්නං භාවනා කරන එකද? ඒත්

නැත්නම් සාකච්ඡාවට සම්බන්ධ වෙන එකද? මේ වෙලාවේදී මොන මොන භාවනාවක්ද කරන්න තියෙන්නේ?” මේ ආදී වශයෙන් අපිට ප්‍රඥව යොදවන්න අවශ්‍ය වෙනවා. විමසුම් නුවණක් යොදන්න වෙනවා. එතකොට තමයි මේක නිවැරදිව කරගන්න පුළුවන්. අන්න විමංසා සාද්ධිපාදයක් බවට පත් වෙනවා. එතකොට අපිට තේරෙනවා ඡන්දය මුල් කරගෙන මේ ගමන යන්න අපිට සිද්ධ වෙනවා.

ඊළඟට දෙවෙනි ප්‍රශ්නයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා. “කිං සමභවා සබ්බෙ ධම්මා” කුමක්ද මේ සම්භවය? කුමක්ද ප්‍රභවය? කුමක්ද හටගැන්නේ? කියන අදහස තමයි එතනින් ගන්න වෙන්නේ. එතකොට ඒකට උත්තරය වශයෙන් දෙන කියනවා “මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා”. මනසිකාරය තමයි ප්‍රභවය. අපි ඊයේ ටිකක් සාකච්ඡා කළා මොකක්ද මේ මනසිකාරය කියන්නේ කියලා. ඉතින් එතෙක්දී අපිට තේරුම්ගන්න පුළුවන් මනසිකාරයේ සරලම මට්ටමක් තමයි ‘අපේ අවධානය යොමු කිරීම’ කියන අදහස. අපිට ඕනෑ තරම් අරමුණු තියෙන්න පුළුවන්; සද්ද ඇහෙන්න පුළුවන්; රූප ජේන්න පුළුවන්; ගඳ සුවඳ දූනෙන්න පුළුවන්; රස දූනෙන්න පුළුවන්; කයට විවිධාකාර ස්පර්ශ දූනෙන්න පුළුවන්; හිතටත් නා නා ප්‍රකාර අරමුණු එන්නත් පුළුවන්. ඔය ඔක්කෝම මධ්‍යයේ, ඔය දහසකුත් එකක් අරමුණු අතරින් අපි අපේ හිත යොමු කරන්නේ කොතෙක්ටද? අපේ හිතේ ඒ හැරවීම තමයි වැදගත් - මේ විවිධාකාර දේවල් තියෙද්දීත් අපි එකකට හිත හරවනවා. මෙන්න මේ හැරවීම තමයි මනසිකාරය කියන්නේ. එතකොට මේ හැරවීම අපි මතුවීමට මට්ටමින් පැවැත්වුවොත් එතැන ගැඹුරක් නෑ. හුඟක් වෙලාවට අපි මතුවීමට මට්ටමේ හිත හරවලා එතැන ඒ හම්බ වෙච්ච දේවල් ඔස්සේ හිත යවනවා කියන්නේ අයෝනිසෝ මනසිකාරයක්.

ඊයේ අපි ගත්තා පුංචි උදහරණයක්. අපි හිතමු ලස්සන රූපයක් දකිනවා. අපි ගැඹුරක් දකින්නේ නැතිව ඒ ලස්සන රූපයේ හැඩතල බලනවා. ඒ හැඩතල මායිම් දකිනවා. ඒ නිමිති අනුවාංජන ගන්නවා. ඉතින් මේ මේ දේවල් බලන්න බලන්න, කලින් හිතේ නොතිබිච්ච කාමච්ඡන්දයක් වර්ධනය වෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ඒ වගේ අර සුඛ නිමිති දැකීමේ ආහාරය බවට පත් වෙනවා කියලා, මෙන්න මේ කලින් නොතිබිච්ච කාමච්ඡන්දය හටගැනීම සඳහා; ඒ වගේමයි දැනට හටගෙන තිබුණා නම් කාමච්ඡන්දයක්, ඒක තව වර්ධනය වීම

සඳහා. දැන් මේ හිත හැරෙව්වා. නැත්නම් ඇහැ හැරෙව්වා. යම් කිසි ආයතනයක් හැරෙව්වා. හරවලා මතුපිට මට්මින් හොයනවා. මතුපිට මට්ටමෙන් තමයි අපි අනුවාංජන ගන්නේ. එතකොට අන්න නීවරණ තමයි අවදි වෙන්නේ. හැබැයි ඕකේ අනිත් පැත්තකුත් තියෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිව යෝනියෝ මනසිකාරයට ගෙනියනවා. ඒ කියන්නේ මේවයේ ප්‍රභවය බලන ස්වභාවයක්, මේවයේ මුල බලන ස්වභාවයක්, මේවයේ පටන්ගන්නා ආකාරය බලන ස්වභාවයක්.

මෙන්න මේ පටන්ගන්නා ආකාරය බලන ඒ ආකල්පයට, ඒ නැඹුරුවට තමයි කියන්නේ 'යෝනියෝ මනසිකාරය' කියලා. අපි භාවනාවකදී යෝනියෝ මනසිකාරයෙන් තමයි කටයුතු කරන්නේ. ඒ කියන්නේ අපි දේවල්වල මතුපිට මට්ටමෙන් නතර වෙන්නේ නැතුව අපිට යන්න වෙනවා ගැඹුරකට. සතියේ තියෙන ලක්ෂණයක් තමයි 'අපිලාපන ලක්ඛණය' කියලා කියන්නේ. ඒකේ තේරුම "පොළො පනින්නේ නැති, ආපහු පනින්නේ නැති" කියන එකයි. අපි සතියෙන් තොර නම් අපි ඉන්නේ නුගක්ම මතුපිට දේවල්වල. මතුපිට පමණයි දකින්නේ. අපි නිකං රූපේ බලනවා, හැඩේ බලනවා, ගඳ සුවඳ බලනවා. කිසි දෙයක ගැඹුර දකින්නේ නෑ. ඒ වගේ ඉතාම මතුපිට මට්ටමක අපි ජීවත් වෙනවා. නමුත් සතිය යම් තැනකට යොමු වුණා නම්, මනසිකාරය යොදලා ඒත් එක්ක සතිය පිහිටියා නම්, අන්න එතැන හිත කිඳබහින ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒකයි 'අපිලාපන' කියලා කියන්නේ. මතුපිට නෙවෙයි හිත තියෙන්නේ. දැන් ගැඹුරක් දකිනවා; ගැඹුරකට යනවා. එක අතකින් බැලුවාම මේ සතිය, යෝනියෝ මනසිකාරය වගේ ගුණ ධර්ම එක ළඟ තියෙන්නේ. හරිම අමාරුයි සුක්ෂ්මව මේකෙ අර්ථ ඡායා වටහාගන්න. ඒක බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු නිසා තමයි අපි වටහාගන්නේ. එහෙම නැතුව අපිට ශ්‍රාවකයෝ වශයෙන් හරිම අමාරුයි තේරුම්ගන්න. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියපු ඒ දහමට අනුව තමයි තේරුම්ගන්න වෙන්නේ.

එතකොට අපි දැන් ඔන්න යෝනියෝ මනසිකාරය මුල් කරගෙන මේ කටයුත්ත පටන්ගන්නවා. ඒකෙදි මුලදි සමහර වෙලාවට ඉතාම රළු මනසිකාරයක් තියෙන්නේ. අපි වම් පාදය තියනකොට එතකොට 'වම' කියලා මෙනෙහි කරනවා. මේක එක පැත්තකින් බැලුවාම හරි රළු මනසිකාරයක්. මොකද හිතේ විතර්කයක් මේ වැඩ කරන්නේ. වම් පාදය

වැදුණා. ඒ වැදුණාම අපි 'වම' කියලා කියනවා. දකුණු පාදයත් වැදුණා; 'දකුණ' කියලා කියනවා. මේකත් ඇත්තටම ප්‍රයෝජනවත්. මොකද සාමාන්‍යයෙන් අපේ කය ඇවිද්දට අපේ හිත මේ ඇවිදීමේ ක්‍රියාවලිය තුළ නෙවෙයි පවතින්නේ. අපි කොයි තරම් ගමන් බිමන් යනවාද? ඇවිදිනවාද? නමුත් ඒ වෙලාවේදී අපේ හිත වෙන වෙන දේවල් කල්පනා කරනවා. කරන්න තියෙන වැඩ ගැන කල්පනා කරනවා. කරන්න යන වැඩේ ගැන කල්පනා කරනවා. මග තොට දකින දේවල් ගැන කල්පනා කරනවා. නා නා ප්‍රකාර දේවල් ගැන කල්පනා කර කර තමයි ඇවිදින්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ "ගච්ඡන්තො වා 'ගච්ඡාමී'ති පජානාති".¹⁵ යනකොට යන බව දැනගෙන ඒ යන ඉරියව්වේ සිහිය පවත්වාගෙන යන්න පුළුවන් නම්, අන්න අපිට වර්තමානෙට හිත අරගෙන මේ ඉරියව්වම පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්, කෙලෙසුන්ගෙන් හිත බේරාගෙන ඉරියව්ව තුළ යන්නම් හිත පවත්වාගෙන යන්න. මේ තුළ වර්තමානයට හිත එන ගතියක් තියෙනවා. නැත්නම් අපි අතීතයේ අතරමං වෙලා, අනාගතයේ සිහින මවමවා තමයි සාමාන්‍යයෙන් ඉන්නේ. එතකොට අපිට මේ ඉරියව්වම ගන්න පුළුවන් හිත අතරමං වෙන එකෙන් වළක්වාගන්න. ඒ අතින් බැලූවම මේ ඉරියව්ව ප්‍රභව ස්ථානයක් වෙනවා. ඉරියව්ව පටන්ගන්න තැනක් වෙනවා. ඉරියව්වට හිත දැමීමා. දැන් ඔන්න සක්මනක යෙදෙනවා; ඒකෙන් ගැඹුරකට යනකොට කෙනෙකු තුළ සතිය පිහිටනවා; ඒ තුළ හිත පවතින්න පටන්ගන්නවා. එතකොට තව ටිකක් මනසිකාරය සුක්ෂ්ම කරනවා.

මනසිකාරය මෙහෙම සුක්ෂ්ම කළාට පස්සේ තමයි රළු මට්ටමක මනසිකාරය වෙනුවට දැන් 'හිත හැරවීම' පමණක්, 'අවධානය යොමු කිරීම' පමණක් භාවිත කරමින් කටයුතු කරන්න අපිට අවස්ථාව ලැබෙන්නේ. එතකොට තවත් හිත සංසිදෙනවා. මොකද, මෙතෙක් වෙලාවක් හිතේ සෑහෙන්න තිබුණා දෙඩමලු බවක්. හිතේ තිබුණා කතා කිරීමක්. නමුත් හොඳට මේ සක්මනේදී හිත තැන්පත් වෙන්න තැන්පත් වෙන්න, ඒ අරමුණ තුළ එකඟ වෙන්න එකඟ වෙන්න, සතිමත් වෙන්න සතිමත් වෙන්න, අන්න හිතේ තැන්පත් වීමක් සිද්ධ වෙනවා. හිතේ

¹⁵ මජ්ඣිම නිකාය, මූලපණ්ණාස, මූලපරියායවග්ග, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය

සමනය වීමක් සිද්ධ වෙනවා. ඇතුළේ කතාවත් අඩු වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඉතින් අපි ඇතුළේ කතාවත් සමනය කිරීමේ අදහසින් මෙතෙක් වෙලා අපි උවමනාවෙන් කරපු - 'වම දකුණ' කියලා මෙනෙහි කිරීමත් නතර කළාට පස්සේ සතිය පිහිටියා නම්, හිත පිට යන්නෙන් නැත්නම්, ටික ටික ටික මේක පුරුදු වෙන්න පුරුදු වෙන්න තමන්ටම දෙනෙනවා දැන් හිත නිවෙන ගතියක්; හිත තැන්පත් වෙන ගතියක්; හිත ශාන්ත වෙන ගතියක්. දැන් ඕකත් ඉස්සරහට අරගෙන යනකොට අපිට එන්න පුළුවන් අද මාතෘකාවට.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා "කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා" යමක පැනනැගීම මොකක්ද? කියලා වගේ ප්‍රශ්නයක් මෙතැනත් අහන්නේ. මේ ප්‍රශ්න අතරත් හරිම සුක්ෂ්ම වෙනස්කම් තියෙනවා. "කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා" ඒකට උත්තර වශයෙන් දෙන්න කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ උගන්වනවා "එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා" ස්පර්ශය තමයි මේවා පැනනගින තැන. ඉතින් සරලව අපි මෙහෙම හිතාගත්තොත්, මේ විධියට කල්පනා කළොත් - අපි හිතමු අපිට මොකක් හරි දෙයක් උවමනා වුණා. එතකොට අන්න ඒ උවමනාවෙන් තමයි අපිව මෙහෙයවන්නේ. ඡන්දයෙන් මෙහෙයවන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. ඡන්දයෙන් මෙහෙයවන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. ඒ උවමනාවෙන්ම අපි භොයනවා දැන්. අපි භොයමින් යනවා. භොයනකොට දැන් අපි හිතමු අපි ඇහෙන්නේ භොයන්නේ. ඇහෙන්නේ බලමින් භොයනවා. ඉතින් අපි ඇහූ හරවාගෙන යනවා. ඔන්න ඇහූට තමයි හම්බ උනේ. එක පැත්තකට හැරෙව්ව වෙලාවේ අපිට උවමනා කරන දේ හම්බ උනා. එතෙක්දී ඒ ඇහූ එතෙක්ට යොමු වෙන අවස්ථාවේ විතරයි ඒ දේ හම්බ වෙන්නේ. උදහරණයක් වශයෙන් අපි හිතමු අපි කණ්ණාඩිය භොයනවා. අපිට මතක නෑ කණ්ණාඩිය කොහෙද තිබ්බේ කියලා. එතකොට අපි දැන් ඇහූ හරවනවා. ඒ පැත්තට හරවනවා. මේ පැත්තට හරවනවා. ඒ කණ්ණාඩිය තියෙන පැත්තට ඇහූ හැරවුණා නම් කණ්ණාඩිය හම්බ වෙනවා. එතෙතට ඇහූ හරවන්න ඕනෑ. අන්න එතැන තමයි මනසිකාරය තියෙන්නේ. හැබැයි මේ මනසිකාරයෙන් කරන්නේ හැරවීම පමණයි. දැන් ඇහූත් එක්ක අර වස්තුව, අර රූපය දැන් තමයි මුලිව්වි වෙන්නේ. දැන් තමයි ගැටෙන්නේ. දැන් තමයි එක් වෙන්නේ. ඔන්න ඕකට තමයි ස්පර්ශය කියලා කියන්නේ. එතකොට මේ ඕක්කොම

කටයුතු ටික ලස්සනට සිද්ධ වුණොත් තමයි මේ සිද්ධිය සාර්ථක වෙන්නේ.

මෙන්න මේ කාරණාව ටිකක් ගැඹුරෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා දුතිය ද්වයං සූත්‍රයේ. ඒ සූත්‍රය තියෙන්නේ සංයුක්ත නිකායේ වේදනා සංයුත්තයේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මහණෙනි, මේ දෙකක් මුල් වීමෙන් තමයි චක්ඛු විඤ්ඤාණය හටගන්නේ. දැන් මේ පින්වතුන් දන්නවා අපේ ඇහැ යම් කිසි රූපයකට යොමු කළාම තමයි චක්ඛු විඤ්ඤාණය හටගන්නේ. ඉතින් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා "චක්ඛුඤ්ඤ පටිච්ච රූපෙ ච උප්පජ්ජති චක්ඛුවිඤ්ඤාණං" කියලා. මේ පින්වතුන් මේක බොහෝ විට ධර්ම දේශනාවලදී අහලා ඇති. ඉතින් මේකෙන් කියවෙන්නේ ඇසත් රූපයත් නිසා චක්ඛු විඤ්ඤාණය හටගන්නවා. එතකොට අපිට තේරෙනවා චක්ඛු විඤ්ඤාණය හටගන්න හේතුව ඇහැයි රූපයයි. මෙන්න මේ දෙකක් නිසා තමයි චක්ඛු විඤ්ඤාණය හටගන්නේ.

දැන් මේකේ තව පොඩි ගැඹුරකට යන්න පුළුවන්. මේ සූත්‍රයේදී බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ඇහැ අනිත්‍යයි, විපරිණාමයට පත් වෙනවා, වෙනස් වෙනවා, අන්‍ය ස්වභාවයකට පත් වෙනවා. මේක දීර්ඝකාලීන වශයෙන් හිතාගන්නත් පුළුවන්. ඒ කියන්නේ අපිට තරුණ කාලෙදී ළමා කාලෙදී හොඳට ඇහැ පෙනුණා. ඔන්න වයසට යනකොට මේක දුර්වල වෙලා ඇස් පෙනීමේ දුර්වල වෙලා උපැස් යුවළක් පලඳින්න සිද්ධ වෙලා අන්තිමට ඇහැ නොපෙනී යන්නත් ඉඩ තියෙනවා. මේ විධියට බොහොම සරල මට්ටමකින් සලකන්නත් පුළුවන්. හැබැයි ඊටත් වඩා බොහොම ගැඹුරු මට්ටමකින් සලකන්නත් පුළුවන්. එතෙත එතෙත තමයි ඇහැ හටගන්නේ. ඒ ඇහැ එතැනම හට අරගෙන නිරුද්ධ වෙලා යනවා. එතකොට අපේ ඇහෙන් දැකීම සිද්ධ වෙන්නේ ඤාණ මාත්‍ර වශයෙන්. එතකොට එතන තමයි ඇහැ හටගන්නේ. අන්න එතන එතන ඇහැ හට අරගෙන නිරුද්ධ වෙලා යනවා. මේ කාරණාව ගැඹුරුයි. මේ කාරණාව තේරුම්ගන්න සෑහෙන්න විපස්සනාවක් වැඩෙන්න ඕනෑ. එතන එතන විපස්සනාවක් සිද්ධ වුණොත් කෙනෙකුට මේ කාරණාව තේරුම්ගන්න පුළුවන්. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මෙන්න මේ ඇහැ - ඇහැ අනිත්‍යයි. එතන එතන හටගන්නා; එතන නිරුද්ධ වෙලා ගියා. ඒ වගේමයි විපරිණාමය. මේක වෙනස්

වෙනවා. “අඤ්ඤාථාභාවි” මේක අන්‍ය ස්වභාවයකට පත් වෙනවා. ඒ වගේම කියනවා රූපය ගැන. මේ ඇහැට හම්බ වෙච්ච රූපය - ඒකත් අනිත්‍යයි. ඒකත් එතන එතන හට අරගෙන නිරුද්ධ වෙලා යන ස්වභාවයක් තියෙනවා. එතනත් තියෙන්නේ එහෙනම් අනිත්‍ය ස්වභාවයක්. එතනත් තියෙන්නේ විපරිණාමයකට පත් වෙන වෙනස් වෙන ස්වභාවයක්.

දැන් අපිට ප්‍රශ්න කරන්න පුළුවන් මේ පැත්තට. බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා මොකක් හරි හේතු දෙකක් තියෙනවා නම් - වෙනස් වෙන, අනිත්‍ය භාවයට පත් වෙන, විපරිණාමයට ලක් වෙන, ඒ වගේම අන්‍ය ස්වභාවයට ලක් වෙන හේතු දෙකක් තියෙනවා නම් - ඒ හේතු නිසා හටගත්ත ඵලයක් අපිට කියන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවද “නිත්‍යයි සුභයි සුඛයි, හැමදම තියෙනවා, වෙනස් වෙන්නේ නෑ” කියලා? එහෙම කියන්න හැකියාවක් නෑ. මොකද, ඒ ඵලය හටඅරගෙන තියෙන්නේ අනිත්‍ය වූ හේතු නිසා. විපරිණාමයට පත් වෙන හේතු නිසා. අන්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙන හේතු නිසා. ඉතින් එහෙනම් හේතු දෙක අන්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙනවා නම්, හේතු දෙක අනිත්‍ය නම්, හේතු දෙක මොහොතක් පාසා ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා නම්, ඒක නිසා හටගත්ත ඵලයත් එහෙනම් එතන එතනම ඇති වෙලා නැති වෙලා යන්න ඕනෑ. එතන එතනම විපරිණාමයට පත් වෙනවා; අන්‍ය ස්වභාවයකට පත් වෙනවා. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ඇහැත් රූපයත් නිසා හටගත්ත වක්ඛු විඤ්ඤාණයත් “අනිච්චං විපරිණාමී අඤ්ඤාථාභාවි”. ඒ නිසා වක්ඛු විඤ්ඤාණයත් අනිත්‍යයි, විපරිණාමයට ලක් වෙනවා, අන්‍ය ස්වභාවයකට පත් වෙනවා.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ ස්පර්ශය පැත්තට මේ කතාව හරවනවා. “ඉමෙසං තිණණං ධම්මානං සඛගති සනනිපාතො සමවායො, අයං චූචති වක්ඛුසමඵසෙසා” ඔන්න දැන් වක්ඛු සම්පස්සය කියන්නේ මොකක්ද කියලා අපිට කියලා දෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “ඉමෙසං තිණණං ධම්මානං සඛගති” දැන් මේ අපි කතා කරපු ධර්මතා තුන - මොනවද? ඇහැ රූපය වක්ඛු විඤ්ඤාණය කියන මෙන්න මේ ධර්මතා තුන - “සඛගති” කියන්නේ එක් වීමක්. “සනනිපාතො” ඒ තුනම එක තැනට රැස් වීමක්. “සමවායො” තුන්දෙනාම එක සමගාමීව සිටීමක්. “අයං චූචති වක්ඛුසමඵසෙසා” මෙන්න මේකට තමයි මහණෙනි ‘වක්ඛු

සම්පස්සය' කියලා කියන්නේ. 'ඇහේ ස්පර්ශය' කියලා කියන්නේ ඔන්න ඕකයි කියලා දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ එතෙක් උත්තර දෙනවා. දැන් ඔන්න අපිට හේතු තුනක් අහු වෙනවා. ඇහැ තියෙනවා, රූපය තියෙනවා, චක්ඛු විඤ්ඤාණයත් තියෙනවා. හැබැයි මේකේ තවත් සුක්ෂ්ම තැනක් තියෙනවා. ඇහැත් රූපයත් නිසයි දැන් මේ චක්ඛු විඤ්ඤාණයක් හටගෙන තියෙන්නේ. මෙතන මේ තුනක් කියලා ගත්තට පුංචි පටලැවිල්ලක් තියෙනවා. ඒ තමයි ඇහැත් රූපයත් නිසා හටගත්ත චක්ඛු විඤ්ඤාණයක් මිසක් තනියෙන් හටගත්ත චක්ඛු විඤ්ඤාණයක් නෑ. නමුත් මේ ධර්මතාවල තියෙන සීඝ්‍රතාව නිසාම අපිට හිතෙන්නේ මෙතන තුනක් තියෙනවා කියලා. මෙන්න මේ කාරණාව බොහොම සුක්ෂ්ම අන්දමින් අති පූජ්‍ය කටුකුරුන්දේ ඤාණනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ හෙම පැහැදිලි කරනවා. එක අතකින් අපේ ඉන්ද්‍රියයන්ගේ තියෙන දුර්වලතාව නිසාමයි මෙතන තියෙන මේ සුක්ෂ්මතාව අපට වැටහෙන්නේ නැත්තේ. මෙතන අපි මේ තුනක් කියලා ගන්නෙම අවිද්‍යාව නිසා.

කෙසේ නමුත් අපි ගන්නවා අවිද්‍යාවෙන්ම දැන් මෙතන තුනක් තියෙනවා. ඇහැ තියෙනවා, රූපය තියෙනවා, ඒ නිසා හටගත්ත චක්ඛු විඤ්ඤාණය තියෙනවා. දැන් ඔන්න තුනක් තියෙනවා. මේ තුන එක් වීමක් රැස් වීමක් සමගාමීව පැවතීමක් තියෙනවා නම් ඔන්න ඕකට තමයි කියන්නේ 'චක්ඛු සම්පස්සය' කියලා. දැන් එතකොට අපි සාමාන්‍ය විධියට තේරෙන විධියට ගත්තත් ඇහැත් අනිත්‍ය නම් වෙනස් වෙනවා නම් විපරිණාමයට පත් වෙනවා නම් අන්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙනවා නම්, රූපයත් වෙනස් වෙනවා නම් විපරිණාමයට පත් වෙනවා නම් අන්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙනවා නම්, චක්ඛු විඤ්ඤාණයත් වෙනස් වෙනවා නම් අනිත්‍ය නම් අන්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙනවා නම්, එහෙනම් මේ තුන නිසා හටගත්ත ඵලයක් වන චක්ඛු සම්පස්සය දිගට තියෙන්න බැහැ නේ. මේකත් එහෙනම් අනිච්චයයෙන් අනිත්‍ය වෙන්න ඕනෑ. මේකත් එහෙනම් විපරිණාමයකට පත් වෙන්න ඕනෑ. මේකත් අන්‍ය ස්වභාවයකට පත් වෙන්න ඕනෑ. දැන් ඒ අනුව අපිට තේරෙනවා මේ චක්ඛු සම්පස්සය කියන ඇහේ හටගන්නා ස්පර්ශයත් ඒ නිසා අනිත්‍යයි. ඒකත් වෙනස් වීමට ලක් වෙනවා, විපරිණාමයට ලක් වෙනවා. ඒ

වගේමයි අන්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙනවා. මේ තියෙන විධිය නෙවෙයි ඊළඟ මොහොතේ. වෙනත් ස්වභාවයකට පත් වෙනවා.

දැන් මේකේ තවත් පැත්තක් ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “ඵට්ඨො, භික්ඛවෙ වෙදෙති, ඵට්ඨො සඤ්ජානාති, ඵට්ඨො වෙතෙති” ඔන්න තවත් ඉතාම රසවත් පැත්තකට බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිව එක්කගෙන යනවා. දැන් කියනවා “ඵට්ඨො, භික්ඛවෙ වෙදෙති” මහණෙනි ස්පර්ශ වීමෙන් තමයි යමක් දූනෙන්නේ. වේදනාවක් වශයෙන් හටගන්නේ. “ආ මෙන්න මේක සුඛ වේදනාවක්, මෙන්න මේක නම් දුක් වේදනාවක්, මෙන්න මේක නම් උපේක්‍ෂා වේදනාවක්” කියලා ඒ වේදනාව හටගන්නේ මේ ස්පර්ශය නිසා. “එසස පච්චයා වෙදනා”. අන්න කාරණව මතු කරලා දෙනවා. අපි හිතාගත ඉන්නේ ස්පර්ශයෙන් විතරයි වේදනාව හටගන්නේ කියලා. ස්පර්ශයෙන් හටගන්න එකම දේ වේදනාවයි කියලා සමහර විට අපිට හිතෙන්න පුළුවන්. අපි පටිච්ච සමුප්පාදය විස්තර කරගෙන යනකොට “සළායතනපච්චයා එසෙසා; එසසපච්චයා වෙදනා; වෙදනාපච්චයා තණ්හා”¹⁶ ඔහොම අපි කියාගෙන කියාගෙන යනවා. එතකොට හිතෙන්න පුළුවන් ස්පර්ශයෙන් හටගන්න එකම දේ වේදනාව වෙන්න ඇති කියලා. නමුත් දැන් මෙතෙක්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊට වඩා පැත්තක් පෙන්වනවා. “ඵට්ඨො, භික්ඛවෙ වෙදෙති” ඒ කියන්නේ අර “එසස පච්චයා වෙදනා” කියන කාරණාව. ඒ කියන්නේ වේදනාව හටගන්න නම් ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙන්න ඕනෑ. ස්පර්ශය නිසා වේදනාව හටගන්නවා. ඊට අමතරව කියනවා “ඵට්ඨො සඤ්ජානාති”. ස්පර්ශය නිසා තමයි හඳුනාගන්නේ. එහෙම නම් මේ සම්පූර්ණ සංඥ ස්කන්ධයටම හේතුවත් ස්පර්ශයමයි. ඊළඟට කියනවා “ඵට්ඨො වෙතෙති” ස්පර්ශය නිසා තමයි හිතේ චේතනාවක් පහළ වෙන්නේ. එහෙම නම් සංස්කාර ස්කන්ධයට හේතුවත් ස්පර්ශයමයි.

මේ පින්වතුන් අහලා ඇති ස්කන්ධ පහක් වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ ධර්මයේ විස්තර කරනවා. මේ ‘සත්ත්වයෙක්’ ‘පුද්ගලයෙක්’ කියලා සලකන ස්වභාවය බුදුරජාණන් වහන්සේ ස්කන්ධ පඤ්චකයකට බෙදලා ස්කන්ධ පහක් වශයෙන් විස්තර කරනවා. ඒකෙදී රූපය නම්

¹⁶ සංයුක්ත නිකාය, නිදනසංයුක්ත, බුද්ධවග්ග, පටිච්චසමුප්පාද සූත්‍රය

ආහාරයෙන් හටගන්නවා කියලා කියනවා. ඊළඟට වේදනාව, ඊළඟට එන සංඥාව, ඊළඟට එන සංස්කාර, මේ ස්කන්ධ තුනම එතකොට හටගන්නේ මොකක් නිසාද? ස්පර්ශය නිසා. දැන් ඔන්න ඉතාම රසවත් පැත්තකට එනවා. දැන් ස්පර්ශය ගැන කතා කරන්න තියෙනවා. ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත වේදනාවල් තියෙනවා. ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත සංඥාවල් තියෙනවා. ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත සංස්කාර තියෙනවා. එහෙම නම් අපිට මේ කියාගෙන ආපු කතාවට අනුව තේරෙනවා අර ඇහැන් රූපයත් වෙනස් වෙනවා නම් අනිත්‍ය නම්, ඒක නිසා හටගත්ත වක්ඛු විඤ්ඤාණයත් අනිවාර්යයෙන් වෙනස් වෙනවා. අනිත්‍යයි. මේ තුනම තිබීම නිසා හටගන්න ස්පර්ශයත් එහෙම නම්, අර තුන අනිත්‍ය වීම නිසාම වෙනස් වීම නිසාම අනිත්‍යයි. ඒ ස්පර්ශය අනිත්‍ය නම් ඒක නිසා හටගත්ත වේදනාව නිත්‍ය වෙන්න බෑ. මොකද, හේතුව අනිත්‍යයි. හේතුව අනිත්‍ය නම් එලය අනිවාර්යයෙන් අනිත්‍ය වෙන්න ඕනෑ. ඒ වගේමයි සංඥාව. එයත් අනිත්‍ය වෙන්න ඕනෑ. මොකද එයා හටගත්තේත් ස්පර්ශය නිසා. ස්පර්ශය අනිත්‍යයි. ඒ වගේමයි සංස්කාර. සංස්කාරත් අනිත්‍ය වෙන්න අවශ්‍යයි. මොකද, එයාව හටගත්තේ ස්පර්ශය නිසා.

ඔන්න ඔය වගේ අපිට මේ සිද්ධාන්තය තේරුම්ගන්න පුළුවන්. අපි භාවනාවේ අත්දැකීම් මේ බුද්ධ දේශනාවත් එක්ක ගළපාගන්නයි මේ සුතමය ඥානයකින් සුදුනම් වෙන්නේ. එතකොට අපි මේ අනිත්‍යයක් වශයෙන් තේරුම්ගන්න දේ කොහොමද බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ? ඇත්ත වශයෙන්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවාද මේ කාරණාව? ඒ තරම් බණ අහලා නැති ඇතැම් අය භාවනා කරනවා. ඕනෑ තරම් පිටරට ජාතීන් භාවනා කරනවා. ඒ තරම් ධර්මයක් කියවලත් නෑ, බණක් අහලත් නෑ, පොතක් බලලත් නෑ, හැබැයි භාවනාව ගැන ලොකු උනන්දුවක් තියෙනවා. ඉතින් ඒ අයට මේ යමක් දෙනෙතවා. අන්න ඒ දැනීම බුද්ධ වචනයත් එක්ක සැසඳෙනකොට, “බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙහෙම කියලා තියෙනවා” කියලා වැටහෙනකොට, දේශනාවත් එක්ක ගැළපෙනකොට අන්න එබඳු කෙනෙකුට පුදුම සතුටක් ඇති වෙනවා, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මේ දේත් සර්වඥතා ඥානයකින් දැකල මේ තරම් පැහැදිලිව කියලා තියෙනවා නේද කියලා. ඉතින් මේ අපි එන්නේ පොඩ්ඩක් සිද්ධාන්ත පැත්තකට

නායායාත්මක පැත්තකට එන්නේ, දැන් මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කොහොමද මේ ස්කන්ධයන්ගෙන් අනිත්‍ය ස්වභාවය පැහැදිලි කරන්නේ කියලා.

දැන් එතකොට අපිට තේරෙනවා ස්පර්ශය නිසාමයි වේදනාවක් හටගන්නේ. ස්පර්ශය නිසාමයි සංඥා හටගන්නේ. ස්පර්ශය නිසාමයි සංස්කාරත් හටගන්නේ. එතකොට අපි භාවනා කරද්දී ඕවා තමයි අපිට හම්බ වෙන්නේ. දැන් කායානුපස්සනාවේදී අපිට කය හා සම්බන්ධ දැනීම් ටිකක් හම්බ වෙනවා. ඊළඟට වේදනානුපස්සනාවේදී එතනත් තියෙන්නේ වේදනාව. එතනත් තියෙන්නේ දැනීම. සැප වේදනාව වශයෙන් දැනගන්නවා. උපේක්‍ෂා වේදනාව වශයෙන් දැනගන්නවා. දුක් වේදනාව වශයෙන් දැනගන්නවා. ඊළඟට අපි හිතමු චිත්තානුපස්සනාවේදී විවිධාකාර සිත් වශයෙන් දැනගන්නවා. ඊළඟට ධම්මානුපස්සනාවේදී විවිධාකාර ධර්ම වශයෙන් - හිතේ හටගන්නා ස්වභාවයන් වශයෙන් දේවල් හටගන්නවා. එතකොට මේ හැම දේකදීම අපි හේතුවක් දන්නවා නම්, අපිට මේ හරහා සැහෙන්න ගැඹුරකට යන්න අවස්ථාව ලැබෙනවා. අපි නිකං ඔහේ මතුපිටින් කරනවා වෙනුවට මේකේ තියෙන ගැඹුර, මේකේ තියෙන සුක්‍ෂ්මතාව වටහාගැනීමේ අවස්ථාව අපිට ලැබෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා අපි ධර්ම දේශනාවකදී බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන දහමේ අපිට නොතේරෙන පැති පොඩ්ඩක් විමසලා බැලීමේ වටිනාකමක් තියෙනවා. මොකද, අපි භාවනා කරනකොට අපි හිතමු අපිට වේදනාවක් දැනෙනකොට අපිට ඕනෑ නම් පුළුවන් මේ වේදනාවට හේතුව මොකක්ද කියලා අපේ අවධානය යොමු කරන්න. මොකද, “නිකං ඔහේ වේදනාවක් දැනෙනවා. මං ඉතින් ඔහේ හිත තියාගන හිටියා” කියලා, නිකං ඔහේ හිත තියාගන ඉඳලා ප්‍රමාණවත් නැහැ.

මේ නිසා එතන නිවැරදි වැටහීමක් ඇති වෙන්න නම් අපේ හිතේ තියෙන්න ඕනෑ යම් කිසි කුතුහලයක්. අපේ හිතේ තියෙන්න ඕනෑ කිසි යම් විමංසාවක්. එතන විමසා බලන ස්වභාවයක්; එතන කෙරෙන්නේ මොකක්ද? සිද්ධ වෙන්නේ මොකක්ද? කියලා සොයා බලනසුලු ආකල්පයක් අපේ හිතේ තියෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂයෙන්ම මතක් කරනවා ඔය ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය එහෙම විස්තර කරද්දී “තං ධමමං පඤ්ඤාය පවිච්චති පවිචයති පරිවිමංසං

ආපජ්ජති”¹⁷ කියලා පෙන්වනවා. ඒ කියන්නේ දැනට වර්තමාන වශයෙන් මතු වෙලා තියෙන ධර්මතාව මොකක් හෝ වේවා, වේදනාවක් වෙන්න පුළුවන්, ධාතු ලක්ෂණයක් වෙන්න පුළුවන්, හිතක් වෙන්න පුළුවන්, කැමති ඕනෑම ධර්මතාවක්, නුවණින් විමසන ගතියක්, එතන සිද්ධ වෙන්නේ මොකක්ද කියලා සොයනාසුලු ආකල්පයක්, එතන හිත හසුරුවන ගතියක් තියෙනවා. එහෙම නම් පමණයි ප්‍රඥාවක් අවදි වෙන්නේ. අපි නිකං ඔහේ කම්මැලිකමකට බලාගන හිටියට වැඩක් නැහැ.

මෙතන හැබැයි තේරුම්ගන්න නරකයි මේක දිහා බලාගෙන අපි හිතීන් විතර්ක කරනවා කියලා. එහෙම හිතුවොත් ඒකත් වැරදියි. හිත ඉතාම නිශ්ශබ්දයි. ඇතුළේ කතාව සමනය වෙලා. හැබැයි හිත සොයනාසුලුව තමයි ඉන්නේ. නිශ්ශබ්ද වෙච්ච මනසක් වර්තමාන වශයෙන් පැන නැගිච්ච අරමුණක් තුළට හොඳට කිට්ටු වෙලා විමසනසුලුව බලාගෙන ඉන්නවා. මොකක්ද වෙන්නේ කියලා බලාගෙන ඉන්නවා. හරියට අපි හිතමු රහස් පරීක්ෂකයෙක් හොරෙක් අල්ලන්න යනවා. දෑත් එයා කතා කර කර හිටියොත් හෙම හොරා පැනලා යනවා. මොකද කතා කරනවා නේ. සද්ද කරනවා නේ. හැබැයි රහස් පරීක්ෂකයා හොඳට හොරා එන තැන ඉස්සෙල්ලා හෝඩුවාවක් අරගෙන, සැඟවිලා හොඳට කල්පනාවෙන් බොහොම නිශ්ශබ්දව ඉතාම සතිමත්ව බලාගෙන හිටියොත් හොරාට එයා පේන්නෙවත් නැහැ. හොරා කැමති විදියට ඇවිල්ලා හැසිරෙනවා. දෑත් රහස් පරීක්ෂකයාට අල්ලගන්න පුළුවන්. ඔන්න ඔය වගේ තමයි අපිත් මේ විපස්සනාවෙදි බොහොම නිශ්ශබ්දව තමයි ඉන්නේ. හිතේ තියෙන්නේ බොහොම සමනය වෙච්ච ස්වභාවයක්. හිතේ තියෙන්නේ ඒකාග්‍රතාවක්. හිතේ තියෙන්නේ දෙඩමලු භාවයෙන් අයිත් වීමක්. හිතේ තියෙන්නේ නිශ්ශබ්දතාවක්. හැබැයි හොඳ විමසිල්ලෙන් ඉන්නේ. ඔන්න ඔහොම තිබුණොත් තමයි ප්‍රඥාවක් අවදි වෙන්නේ. මේ විමසිලිමත් භාවයෙන් ඉන්නකොට කෙනෙකුට වේදනාවක් මතු වෙන්න පුළුවන්. අපි හිතමු වේදනාවක් හට අරගෙන තියෙනවා. මේ වේදනාවෙන් මුල බලන්න පුළුවන් නම්, වේදනාවෙන් හටගන්නා ආකාරය බලන්න පුළුවන් නම් කෙනෙකුට

¹⁷ මජ්ඣිම නිකාය, උපරිපණ්ණාස, අනුපදවග්ග, ආනාපානසති සූත්‍රය

ඒකට හේතුව ස්පර්ශයයි කියලා හඳුනාගන්න ඇතැම් විට අවස්ථාවක් ලැබෙන්න පුළුවන්.

අන්න ඒ වගේ අපි යෝනිසෝ මනසිකාරයේ තියෙන ඒ මූලට යන ගතිය, ප්‍රභවය බලන ස්වභාවය, පටන්ගන්නා තැන භෝයන ගතිය, දියුණු කරගත යුතුයි. ඊළඟට දැන් මේ ස්පර්ශය සම්බන්ධයෙන් කතා කරනකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ කතා කරනවා ආයතන සම්බන්ධයෙන්. ඒකට කියනවා එස්සායතන කියලා. ස්පර්ශායතන කියලා. ස්පර්ශායතනය කියලා කියද්දී යුගල යුගල හම්බ වෙන්නේ ඇහැයි-රූපයයි කනයි-ශබ්දයයි නාසයයි-ගඳ සුවඳයි දිවයි-රසයි කයයි-ස්පර්ශයයි මනසයි-ධර්මයි. එතකොට යුගල යුගල වශයෙන් ස්පර්ශායතන හයක් පෙන්වාදෙනවා. මොකද මෙන්න මේවයෙ තමයි ස්පර්ශ සිද්ධ වෙන්නේ. දැන් ඇහැට රූපයක් ස්පර්ශ වීමෙන් තමයි අපිට තේරෙන්නේ, මේ වේදනා සංඥ සංස්කාර පහළ වෙන්නේ. අපි ටිකක් සරලව ගත්තොත් කනයි ශබ්දයයි නිසා ඔන්න සෝත විඤ්ඤාණයක් පහළ වෙනවා. ඊළඟට ඒ හරහා ස්පර්ශය. ස්පර්ශයෙන් වේදනා පහළ වෙනවා. සංඥ පහළ වෙනවා. සංස්කාර පහළ වෙනවා. ඒ වගේමයි නාසයයි ගඳ සුවඳයි. ඒ වගේමයි දිවයි රසයි. ඒ වගේමයි කයයි ස්පර්ශයයි. ඒ වගේමයි මනසයි මනසට එන අරමුණයි.

ඉතින් කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් මෙහෙම කියනකොට 'ඉතින් මේවා තියෙන එක කොච්චර වටිනවද' කියලා. ඒ නිසාම මේවා අපි සෑහෙන්න පාවිච්චි කරන එක තමයි කරන්නේ. පුළුවන් තරම් අපි උදේ ඉඳන් රැ වෙනකල්ම ඇහැට රූප පෙන්වනවා. කැමති කැමති රූප පුළුවන් තරම් මේ ඇහැට පෙන්වන ගතියක් අපේ තියෙන්නේ. ඉතින් අපි කැමති කැමති රූප පෙන්වන්න පුළුවන් හැකියාව තියෙන තරමට 'අපි පොහොසත්' කියල අපි අපිව හඳුන්වාගන්නවා. යම් කිසි කෙනෙක්ගේ කැමැත්ත තියෙනවා ඉතාම කැමතිම දර්ශනයක් බලන්න. මේක බොහොම ගණන් වැඩියි. තියෙන්නේ මොකක් හරි සිනමා ශාලාවක. ඉතින් අපි දහස්ගණන් වියදම් කරගෙන ගිහිල්ලා ඇහැට ඒ රූපය පෙන්වනවා. ඒ වගේමයි ශබ්දත්. අපි ඉතාම කැමති මිහිරි ශබ්ද තියෙනවා. වාදන වෙන්න පුළුවන්, ගීත වෙන්න පුළුවන්, ඕනෑ දෙයක්. ඉතින් ඒ කැමති කැමති ශබ්ද අපිට ඕනෑ වෙලාවක ඉක්මනින්ම බොත්තමක් තද කරපු පමණින්ම ගන්න පුළුවන් නම්, අන්න අපි 'ඉතාම

පොහොසත් කියලා අපි කියනවා. ඔන්න අපිට විවිධාකර ගඳ සුවඳ තියෙනවා. අපි කැමතිම ගඳ සුවඳ ඉතාම පහසුවෙන් යුහුසුලුව ගන්න පුළුවන් නම් අන්න අපි හරිම පොහොසත් කියලා කියනවා. ඊළඟට විවිධාකාර රස තියෙනවා. විවිධාකාර හෝටල්වල ඒවා තියෙනවා. ඉතින් අපි ඒ අපි කැමති කැමති හෝටල්වලට ගිහිල්ලා කැමති කැමති රසමසුවළ, කැමති කැමති පමණින් බුක්ති විඳින්න පුළුවන් නම් ඉතාම පොහොසත් කියලා කියනවා. ඒ වගේම අපි කැමති කැමති ස්පර්ශ තියෙනවා. ඒ කැමති කැමති ස්පර්ශ ළං කරගෙන කැමති කැමති වෙලාවට බුක්ති විඳින්න පුළුවන් නම් අපි ඉතාම පොහොසත් කියලා කියනවා.

දැන් මේකේ තවත් පැත්තක් තියෙනවා. අපි හිතමු ඔන්න අපි බස් එකකට නැග්ගා. අපි හිතමු ඒක පෞද්ගලික බස් එකක්. හැබැයි ඉතින් පෞද්ගලික බස් එකක් උනත් ඒකත් බස් එකක්. ඉතින් යනවා අනික් කට්ටියත් එක්ක. දැන් ඔන්න කොන්දෙස්තර මහත්මයා ඉතාම සද්දෙට මොකක් හරි ගීතයක් දනවා. භාවනා කර කර යන උපාසක මැණි කෙනෙක් කියලා කියමුකෝ මේකට නැග්ගේ. දැන් ඔන්න එයා ආනාපානේ බලාගෙන යනවා. ආනාපානේ බලාගෙන යනකොට, කොන්දෙස්තර ඉතාම කර්ණ කයෝර විධියට දනවා ඉතාම ප්‍රබලම සංගීතයක්. දැන් ආනාපානෙන් අමතකයි ඔක්කොම අමතකයි. දැන් හෝ ගාලා බලෙන්ම කන් බෙරේට වඳිනවා. ඔන්න ස්පර්ශයක් තමයි සිද්ධ වෙන්නේ. දැන් මෙතනත් මේ ස්පර්ශයක් තමයි සිද්ධ වෙන්නේ.

ඒ වගේමයි අපි හිතමු දැන් අපි ඇහැ ඇරගෙන යනවා. ඇහැ ඇරගෙන යනකොට ජේනවා. දැන් මේ ජේනන්නේ නිතරම අපි කැමති දර්ශනද නැත්නම් අපි අකමැති දර්ශනද? අනන්ත වාරයක් අපිට අකමැති දර්ශනත් බලන්න සිද්ධ වෙනවා. මොකද මේ ඇහැ ඇරගෙනයි හිටියේ. හොඳට ජේනවා. ආලෝකය තියෙනවා. ඉතින් අපි අකමැති දර්ශන එමටත් තියෙනවා. ඒ නිසා මේ ඇහැ හරහා අප්‍රමාණ අකමැති දර්ශනත් බලන්න සිද්ධ වෙනවා. අපි කැමතිම අය මැරෙන හැටි, පීඩාවලට ලක් වෙන හැටි, තුවාල වෙලා දුක් විඳින හැටි යනාදී මේ අකමැති දර්ශන, චිත්ත පීඩාවලට මුල් වෙන දර්ශනත් මෙන්න මේ ඇහැ හරහාම බලන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ වගේමයි නාසයටත්. අපි යම් තැනකින් යනකොට නහය අකුළාගන්නවා. එව්වරට දුගඳයි. මේ නාසය

නිසාම ඉතාම අප්‍රිය අමනාප සහගත දේවල් ඔන්න අපිට නාසයටත් ස්පර්ශ වෙනවා. ඒ වගේමයි දිවට. ඔය වෙද මහත්මයෙක් ගාවට එහෙම ගිහිල්ලා කසායක් එහෙම ලියාගත්තාම කසාය බොනකොට අපට තේරෙනවා, හිතාගන්න බැහැ, බිච්චට පස්සේ වමනය එන තරමට හරිම අමාරුයි. එච්චරට තිත්තයි. එච්චරට හරි අමාරුයි. ඉතින් මේ වගේ අපිට තේරෙනවා මේ දිවෙන් අපි කොයි තරම් කැමති රස භුක්ති විඳින්න සුදුනම් වෙලා හිටියත් ඇතැම් වෙලාවට මේකෙ හම්බ වෙන්නේ අපි හිතන මට්ටමේ ප්‍රියජනක ස්පර්ශයන්ම නෙවෙයි. ඒ වගේමයි කයටත්. අපි කොයි වෙලාවේ කුමන අනතුරකට ලක් වෙයිද ඒ හරහා කොයි තරම් කායික වේදනාවන්ට මූණපාන්න සිද්ධ වෙයිද කියලා හිතාගන්න බැ. එච්චරට මේ කය හරහා සම හරහා යම් පමණක දුකක් අපිට බුක්ති විඳින්න සිද්ධ වෙනවා.

එතකොට පින්වත්නි, මේක හරි ලස්සන උපමාවකින් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා හිතන්න කියලා, එළඳෙනක් ඉන්නවාලු හමගහපු; හැබැයි තාම මැරිලා නෑ. මේ එළඳෙනගේ හම අයිත් කරලා තියෙනවා, හැබැයි මැරිලා නෑ. දැන් මේ හම අයිත් කරපු එළඳෙන ඔන්න යනවා ගහක් ගාවට. ගහක් ගාවට ගියාම ගහේ වේයෝ ඉන්නවා, කුඹි ඉන්නවා. ඇතැම් විට වෙනත් වෙනත් කෘමි සතුන් ඉන්නවා. දැන් මේ එළඳෙන ගහ ගාවට ගිය ගමන් ගහේ ඉන්න අර කෘමි සත්තු ඔක්කොම ඇවිල්ලා මේ සිරුරේ වහනවා. දැන් හමක් තියෙනවද? හමක් නෑ. දැන් තියෙන්නේ අර හම අයිත් කරපු මස. දැන් මේ පින්වතුන් හිතනවාද මේ හම අයිත් කරපු එළඳෙනට සුබයක් දූනෙයි කියලා, සුවයක් දූනෙයි කියලා? එහෙම සුවයක් දූනෙන්නේ නෑ. එයාට පුදුමාකාර වේදනාවක් දූනෙන්නේ. මොකද, ඒ හම අයිත් කරපු එළඳෙන දැන් අර කෘමි සතුන් විසින් කා දමනවා. ඊළඟට හිතන්න කියනවා, මේ එළඳෙන දැන් එතනින් ගැලවෙන්න දුවනවා. දැන් අපි හිතමු එළියට දිව්වේ. විවෘත වෙච්ච තැනකට පිට්ටනියකට ගියා කියලා හිතමු. එතන දැන් නිරාවරණය වෙලා තියෙන්නේ. ගස් කොළන් නෑ. හැබැයි දැන් අහසේ ඉන්නවා විවිධාකාර කුරුල්ලෝ. පක්ෂීන් ඉන්නවා. ඉතින් උන්ට දැන් අපි හිතමු ඕකේ සුවද ආවා. මේ මස් කුට්ටිය වගේ රකුචට ජේනවා. උන් අන්න පියාඹලා එනවා; හොටෙන් අනින්න පටන්ගන්නවා මේ සම නැති එළඳෙනට. මේ

කවුඩෝ කපුටෝ ගිජුලිහිණියෝ ඔක්කොම ඇවිත් දෑන් පාත් වෙලා මේ එළදෙනට කොටනවා. දෑන් මෙතනින් සැපයක් ලැබෙන්නෙ නෑ. දෑන් අපි හිතමු මෙයා මේකෙන් බේරෙන්න ඔන්න දුවනවා. දුවගෙන ගිහිල්ලා ගඟක් ඇතුළට බහිනවා. ගඟට පැන්නට පස්සේ දෑන් මොකද වෙන්නේ? ගඟේත් ඉන්නවා මාළුවෝ. ඉන්නවා ඉබ්බෝ. ඉන්නවා ඔක්කොම ජාති. එතනත් එහෙමමයි. එතනත් ගැලවීමක් නෑ. උනුත් ඇවිල්ලා දෑන් කොටනවා. මොකද සම නැහැ. හොඳට දූනෙනවා. හරිම පීඩාකාරියි.

ඉතින් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මෙන්න මේ වගේ තමයි ස්පර්ශ ආහාරය. එස්සාහාරය. මේ පින්වතුන් අහලා ඇති බුදුන්වහන්සේ කියලා තියෙනවා ආහාර හතරක්. ඒකෙන් එක ආහාරයක් තමයි ස්පර්ශ ආහාරය. අපිට හිතලා බලන්න වෙන්නේ එතකොට සම කියන්නේ මොන වගේ දෙයක් කියලද? සම කියන්නේ එක අතකින් බැලුවාම 'තුවාල වෙළුමක්' කියලා කියන්න පුළුවන්. මොකද, සම අයිත් කරපු ගමන් අපේ තියෙන්නේ තුවාලයක්. සම අයිත් කරපු තුවාලය තමයි දෑන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්න්නේ අර උපමාවෙන්. "නිවච්ඡා ගාථි"¹⁸ සම අයිත් කරපු එළදෙනක්. දෑන් පින්වත්නි, අපි හමට කොයි තරම් කැමතිද නේද? අපි හම රැළි උන ගමන් ඒකේ රැළි අයිත් කරගන්න උත්සාහවත් වෙනවා. හමේ පාට හොඳ නැත්නම් පාට ලස්සන කරගන්න උත්සාහවත් වෙනවා. හමේ පාට කැමැති කැමති විධියට අලවලා, නැත්නම් මොනවා හරි වර්ණ ගන්වලා හම ලස්සන කරන්න උත්සාහවත් වෙනවා. අපේ හිතේ ඇඳිවිච්ච වර්ණයක් තියෙනවා. එබඳු හමක් තියෙන එබඳු වර්ණයක් තියෙන කෙනෙක්වම හොයන්න බලනවා. මේ හම කියන්නේ එතකොට අර තුවාලයක් වෙලලා තියෙන වෙළුමක් වගේ. ඉතින් එක අතකින් බැලුවාම අපි හරිම මතුපිටක තමයි ජීවත් වෙන්නේ. අපිට ගැඹුරක් තේරෙන්නේ නෑ, මේ හමට, නැත්නම් හමේ පාටට අපි සැහෙන්න රැවටෙනවා. මොකද, අපේ සිත වැඩ කරන්නේ අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන්. හිත යටට යන්නේ නෑ. ගැඹුරට යන්නේ නෑ. අඟල් කාලක් හම අයිත් කරන්න අපිට බෑ. අපි අර මතුපිට තමයි රැඳෙන්නේ. ඒ හින්දා හමේ පාටට අපි එමට රැවටෙනවා.

¹⁸ සංයුක්ත නිකාය, නිදනසංයුක්ත, මහාවග්ග, පුත්තමංසුපම සූත්‍රය

ඉතින් මෙන් මේ වගේ ස්වභාවයක් තමයි තියෙන්නේ. නමුත් අපි මේ ආයතන හය පුළුවන් තරම් පරිහරණය කරනවා. ඇහෙන පුළුවන් තරම් රූප බලන්න උත්සාහවත් වෙනවා. කනෙන් පුළුවන් තරම් සද්ද අහන්න උත්සාහවත් වෙනවා. දැන් මේ පින්වතුන් ඕනෑ තරම් දූකලා ඇති එක මොහොතක්වත් කනට නිකන් ඉන්න දෙන්නේ නෑ. සාමාන්‍යයෙන් දැන් ඔය ඉන්න තරුණ පරපුර හැම තිස්සේම කනේ ඇබයක් ගහගත්ත ගමන්මයි ඉන්නේ. ඉතින් ඒකෙන් නිරන්තරයෙන්ම ශබ්දයක් දෙනවා. නිරන්තරයෙන්ම සංගීතය සපයනවා. එතකොට ඊට අමතරව බස් එකේ යනකොටත් ඒ සංගීතය තියෙනවා. මෝටර් සයිකලේ යනකොටත් සංගීතය තියෙනවා. කෝච්චියේ යනකොටත් සංගීතය තියෙනවා. වෙන කෙනෙක් එක්ක කතා කරනකොටත් සංගීතය තියෙනවා. එව්වරකටම ඉතින් අපි කනටම ගහගන්නවා. ඇහැට පුළුවන් තරම් රූපත් පෙන්වනවා. දිවට පුළුවන් තරම් රසත් දෙනවා. මේ හැම දෙයක්ම හරහා අපි හිතනවා අපි සැපක් තමයි විඳින්නේ කියලා. මෙන් මේ වගේ අපි මේ දිහා චුට්ටක් නුවණින් විමසලා බලනවා නම්, මෙතනත් අර බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන උපමාවම තමයි අපිට තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ. අපි හරි කැමතියි මේ ස්පර්ශ ආහාරවලට. අපි හරි කැමතියි ඇහෙන රූප බලන්න. ඒකත් එක්තරා ආහාර ගැනීමක්. අපි හරි කැමතියි ශබ්ද අහන්න. ඒකත් එක්තරා ආහාර ගැනීමක්. අපි කැමතියි දිවෙන් විවිධාකාර රසයන් භුක්ති විඳින්න. ඒකත් එක්තරා ආහාර ගැනීමක්. අපි කැමතියි කයට විවිධාකාර සුවදයක ස්පර්ශයන් ලබන්න. ඒකත් එක්තරා ආහාර ගැනීමක්. ඒ වගේමයි මනසත්. අපි මේ පහ ලැබෙන්නේ නැත්නම්, පුළුවන් තරම් අයිනකට වෙලා මොනවා හරි කල්පනා කර කර, කල්පනා කර කර ඉන්නවා. අපි කැමති නෑ මනස නිකන් තියන්න. මොකක් හෝ අරගෙන මනසින් හිතහිතා ඉන්න තමයි හදන්නේ.

එතකොට මේ ආයතන හය ගැන අපි හිතුවට මේක මේ අපේ කුසලයටම ලැබිව්ව දෙයක් කියලා, මේක අපි වැරදියට නම් පරිහරණය කරන්නේ, කිසිම ඉන්ද්‍රිය සංවරයකින් තොරව නම් පරිහරණය කරන්නේ, හරිම අශීලාවාර විධියට මේ ඉන්ද්‍රියයන් පරිහරණය කිරීම හරහා පුදුමාකාර වෙහෙසකට, එහෙම නැත්නම් විවිධාකාර කර්ම රැස් කරගැනීමකට අපි ලක් වෙනවා. ඉතින් අපිට මේ තත්ත්වය තේරෙන්නේ

ඔන්න භාවනාවකට වාඩි උනාමයි. කොයි තරම් නම් මේ දේවල් හරහා අපේ හිත විකෘත වෙලාද දැන්. මොකද, අපි උපන් දවසේ ඉඳන්ම විවිධාකාර රූප බැලුවා. විවිධාකාර ශබ්ද ඇහුවා. විවිධාකාර ගඳ රස බැලුවා. විවිධාකාර ස්පර්ශ ලැබුවා. අන්තිමට ගිහිල්ලා ඒවා එකතු වෙලා තියෙන්නේ මනසේ. මේ දේවල් අහලා බලලා හිතලා ඔක්කොම දේවල් කරලා, ඒවායින් ඒ ඒ තැන්වලදී අපි සාද පවත්වලා උඩ පැනලා රටේ නැති දේවල් කරලා, ඒවයේ මණ්ඩි වගේ තැන්පත් වෙලා තියෙනවා මනසේ. ඇස් දෙක පියාගත්ත ගමන් ඒ ඔක්කොම ආයෙත් මතු වෙනවා. දැන් අපිට කාමයන් භුක්ති විඳින්න අවස්ථාවක් නෑ. හැබැයි කාම සංඥ හිතට එනවා. දැන් මේ අපි සිල් අරගෙන ඇස් දෙක පියාගත්තා හිත ස්පර්ශයක තියෙයි කියලා. ඒත් දැන් ඔක්කොම කරපු දේවල් මතක් වෙනවා; කරන්න ඉන්න දේවලුත් මතක් වෙනවා. ඒ ඔක්කොම අර කලින් ගත්ත අරමුණු හරහා. ඒ නිසා අපි හිතුවට මේ අරමුණු ගැනීම ඉතාම සුභද්‍රයි දෙයක්, අපේ වාසනාවටයි ඔක්කොම වෙන්නේ කියලා, ඉන්ද්‍රියයන් ටික ඔක්කොම නිරෝගිව ලැබුණේ වාසනාවටයි කියලා හිතුවට, අපි ඒවා හරහා කොයි තරම් නම් අරමුණු අරගෙන හිතේ තැන්පත් කරගෙන ඉන්නවාද කියන එක සැලකිය යුතු කාරණයක්.

දැන් එතකොට කෙනෙක් උත්සාහවත් වෙන්න වෙනවා “අපි කොහොමද මේ ඉන්ද්‍රියයන් ටික ආරක්‍ෂා කරගන්නේ, කොහොමද මේ ඉඳුරන් හය සැලකිල්ලෙන් පරිහරණය කරන්නේ” කියලා විමසන්න. මොකද, මේවට ඉබාගාතේ යන්න දුන්නොත් ආයෙත් කෙලෙස් පදසයක් ඇතුළට එකතු වෙනවා. ආයෙත් ඔන්න මනස කෙලෙසෙනවා. ඇහැ මහේ විවෘත කරගෙන ඉන්නවා හරියට අර හම ගහපු එළඳෙන වගේ. දැන් ඇවිල්ලා එළියෙන් ඉන්න කට්ටිය ඇතුළට කොටනවා. ඉතින් ඉතාම වෙහෙසට පත් වෙනවා. කොහොමද එතකොට ඇහැ පරිස්සම් කරගන්නේ? කොහොමද කන පරිස්සම් කරගන්නේ? කොහොමද දිව පරිස්සම් කරගන්නේ? කොහොමද කය පරිස්සම් කරගන්නේ? හිත පරිස්සම් කරගන්නේ? ඔන්න ඔකට කියනවා “ඉඤ්ඤෙසු ගුත්තඤ්ඤා”¹⁹ කියලා. ඉන්ද්‍රියයන් තිබුණ පලියට පරිහරණය කරන්නේ නැහැ. ඉඳුරන් වැසුණු පියන් ඇතුට පාවිච්චි කරනවා. ඉතින් භාවනා කරද්දී අපිට

¹⁹ මජ්ඣිම නිකාය, මජ්ඣිමපණ්ණාස, ගහපතිවග්ග, සෙබ සූත්‍රය

තේරෙනවා නම් “මේ හිත හරිම වංචනිකයි, මේ හිත හරිම වපලයි, මේ හිත බිත්දුවක්වත් මං කියන දේ අහන්නේ නෑ, හිත හීලෑ නෑ, හිතෙන හිතෙන තැන ඇවිදිනවා” කියලා, ඉතින් අන්න එබඳු ස්වභාවයක් නම් අපේ හිතේ තියෙන්නේ, අපි තේරුම්ගත යුතුයි, මේ හිත දමනය කරන්න නම් අපි මේ වාඩි වෙලා හිටිය පමණින්, සක්මනක යෙදුණ පමණින් මේක කරන්න බැහැ. අනිකුත් කටයුතුවලදීත් අපි හිත දමනය වන අන්දමින් හැසිරෙන්න සිද්ධ වෙනවා. අපේ ජීවනෝපාය සකස් කරගන්න සිද්ධ වෙනවා. නැත්නම් අපේ ඵදිනෙදා ජීවිතය සකස් කරගන්න සිද්ධ වෙනවා මේ භාවනාවට යා දෙන විධියට. භාවනාවට සරිලන විධියට. එහෙම නැත්නම් අපි ගෙදර ගිහිල්ලා, නැත්නම් වෙනත් කටයුතුවල යෙදෙද්දී නැවතත් හිත දූෂිත වෙන විධියට නම් මේ ඉඳුරන් පරිහරණය කරන්නේ, කවදවත් අපේ හිත හදන්න හැකියාවක් ලැබෙන්නේ නෑ. මොකද අපි හෝද හෝද මඩේ දන එක තමයි කරන්නේ.

ඒ නිසා මෙතන්දී මේ “ඉඤ්ජයෙසු ගුත්තදවාරතා” කියලා කියන ගුණය බුදුරජාණන් වහන්සේ සඳහන් කරනවා ආර්යයන් වහන්සේලා සතු ගුණයක්. ඒ කියන්නේ ආර්යයන් වහන්සේලා විශේෂයෙන්ම ඉන්ද්‍රියයන් පුළුවන් තරම් පරිස්සමින් පරිහරණය කරනවාලු. මොකද උන්වහන්සේලාට තේරිලා තියෙනවාලු මේ දූනටමත් ඇතුළේ හිතාගන්න බැරි තරම් කුණු තට්ටුවක් තියෙන්නේ. ආයෙත් මේ ඉන්ද්‍රියයන් හරහා තවත් කුණු ඇතුළට ගත්තොත් මේ කුණු තට්ටුව තව තවත් සන වේවි වර්ධනය වේවි. මේක කවදවත් ඉවර වෙන්නේ නම් නෑ. එහෙනම් මේ කුණු අයිත් කරන කටයුත්තෙදි කෙලෙස් කපා දමන කටයුත්තෙදි අලුතෙන් කෙලෙස් ඇති නොවන පරිදි කටයුතු කරන්න ඔන්න අපිට සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා පැති කීපයකින් අපිට මේ කෙලෙස් සටනට එළඹෙන්න සිද්ධ වෙනවා. එක පැත්තකින් විතරක් කරලා බෑ. එක පැත්තකින් ඇතුළේ සතුරෝ එක්ක සටන් කරන්න සිද්ධ වෙනවා. තව පැත්තකින් ඇතුළට සතුරෝ එන එක වළක්වන්නත් සිද්ධ වෙනවා. නැතුව අපි ඇතුළේ සටනක් පමණක් කරලා නැවතත් එළියෙන් ඕනෑ තරම් සතුරන්ට එන්න අවස්ථාව සලස්වලා තියෙනවා නම් කවදවත් යුද්ධය දිනන්න හම්බ වෙන්නේ නෑ. ඔන්න ඔය වගේ දෙයක් තමයි අපිට මේ කෙලෙස් සටනෙදිත් තියෙන්නේ.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ කාරණාව බොහෝම ලස්සනට මතු කරන එක සූත්‍රයක් හම්බ වෙනවා ‘ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රය’ කියලා. මේ සූත්‍රය මජ්ඣිම නිකායේ අන්තිම සූත්‍රයයි. මෙතෙක්දී එක්තරා මානවකයෙක් එනවා; ඒ මානවකයාගේ නම “උත්තර”. උත්තර මානවකයා පාරාසරීය කියන බ්‍රාහ්මණයෙක්ගේ ගෝලයෙක්. දැන් මේ මානවකයා බුදුරජාණන් වහන්සේ ළඟට එනවා. ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේත් ළඟ ඉන්නවා. ඒ වෙලාවේ බුදුරජාණන් වහන්සේ නිකං ප්‍රශ්නයක් අහනවා මේ උත්තර මානවකයාගෙන්. “ඔබලගෙ ගුරුතුමන් ඉන්ද්‍රියයන්ගේ මොකක් හරි සංවරයක් ගැන කතා කරනවාද?” “ඔව්. අපේ ගුරුතුමන් ඉන්ද්‍රියයන්ගේ සංවරයක් ගැන කතා කරනවා” කියලා උත්තර මානවකයා උත්තර දෙනවා. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ නැවතත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා “කොහොමද එයා විස්තර කරන්නේ?”. දැන් ඔන්න උත්තර මානවක උත්තර දෙනවා; “මේ ඇහෙන්න රූප බලන්නේ නැතුව ඉන්න, කනෙන් ශබ්ද අහන්නේ නැතුව ඉන්න, දිවෙන් රස බලන්නේ නැතුව ඉන්න, කයෙන් ස්පර්ශයන් ලබන්නේ නැතුව ඉන්න” කියලා තමයි අපේ ගුරුවරයා කියලා දෙන්නේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා “එතකොට දැන් ඇහෙන්න රූප බලන්නේ නැහැ නේ අන්ධයෝ. එතකොට එහෙනම් අන්ධයෝ දැන් මේ ඉන්ද්‍රිය භාවනාවේ, මේ ඉන්ද්‍රියයන් සංවර කිරීමේ උපරිම තලයට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. ඒ වගේමයි කනෙන් ශබ්ද ඇහෙන්නේ නැහැ බිහිරිනි. එතකොට බිහිරි අය සම්පූර්ණයෙන් පාරිශුද්ධියකට පත් වෙලා තියෙනවා. මොකද, ඒ අයට කන්වලින් ශබ්ද ඇහෙන්නේ නෑ.” මෙන්න මේක කිව්වාම උත්තර මානවක නිරුත්තර වුණා. ඊට පස්සේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “ඔය්ට වඩා වෙනස්, අනුත්තර වූ ඉන්ද්‍රිය භාවනාවක් මේ ශාසන බ්‍රහ්මචර්යාවේ, මගේ ශාසනයේ තියෙනවා” කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ නිශ්ශබ්ද වෙනවා.

දැන් ඔන්න ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ බුදුරජාණන් වහන්සේට ආරාධනා කරනවා, “ස්වාමීනි, දැන් මේක තමයි හොඳම අවස්ථාව මේ ශාසනයේ මොකක්ද ඒ අනුත්තර වූ ඉන්ද්‍රිය භාවනාව කියලා අපිට පැහැදිලි කරන්න”. දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තරයක් දෙනවා. මොකක්ද කියන්නේ? දැන් ඔන්න ඇහෙන්න රූප බලනවා. ඇහෙන්න රූප බැලුවාම දැන් පහළ වෙනවලු මනාපයක්. දැන් අපි කැමති රූපයක්

දැක්කා. ඒ හරහා මනාපයක් පහළ වෙනවා. හිතේ කැමැත්තක් පහළ වුණා. දැන් මේ හිත වඩා වැඩිපුර යෝගාවචරයෙක් තේරුම්ගන්නවාලු මේ පහළ වෙච්ච මනාපය, මේ හිතේ පහළ වෙච්ච කැමැත්ත, අර මගේ හිතේ තිබිච්ච උපේක්ෂාවට සාපේක්ෂව රළුයි. මේ කතා කරන්නේ ටිකක් භාවනා කරපු මට්ටමක්. දැන් මේ පින්වතුන් තේරුම් අරන් ඇති, සෑහෙන සතිය දියුණු කරගෙන හිත දියුණු කරගන්නට පස්සේ, හිතේ සෑහෙන සතිය වර්ධනය උනාට පස්සේ, අපට හිත ගන්න පුළුවන් අරමුණු වැඩිය ඇසුරු නොකර ඉන්න මට්ටමකට. දැන් රූප දැක්කට රූපවලට හිත යන්නේ නැති තරම්. සද්ද ඇහුණට ඒවට යන්නේ නැති තරම්. ඒවට බාධාවක් නොවෙන තරම්. කීපදෙනෙක්ම අදත් වාර්තා කලා “සද්ද ඇහෙනවා; ඒ වුණාට මගේ හිත දැන් ආනාපානසේම තියෙනවා. නැත්නම් පිම්බීම හැකිලීමේම තියෙනවා. ඊළඟට වේදනාව එනවා. ඒ වුණත් මගේ හිත ඒවට යන්නේ නෑ. මේකෙම තියෙනවා” කියලා. අන්න ඒ වැඩිය අරමුණුවලට යන්නේ නැතිව, ටිකක් උපේක්ෂාවෙන් සංසිද්ධිකින් නිදහසේ කෙලෙසුන්ගෙන් අඩුව ඒ තියෙන ස්වභාවය හරිම ප්‍රණීතයි. හරිම ශාන්තයි. මොකද එතන නෑ කෙලෙසිච්ච ගතියක්. එතන නෑ රළු ගතියක්. එතන තියෙන්නේ බොහොම සියුම් සමබරතාවක්. සුක්ෂ්ම සමබරතාවක් තියෙන්නේ. ඒ හිතේ පෙළීමක් නෑ. ඒ හිතේ දැවීමක් නෑ. ඒ හිතේ කම්පනය වීමක් නෑ. ඒ හිත බොහොම සරලයි, ශාන්තයි. සංසිද්දලා. කිසිම දේකට ඇලිච්ච නැති ස්වභාවයක්.

ඔන්න ඔබ්බ තත්වයක් කෙනෙක් හඳුනාගෙන ඉන්නවා. දැන් එයා ඔන්න රූපයක් දැක්කා. ඇහූ රූපයක් දැක්කට පස්සේ හිතේ පහළ වුණා මනාපයක්. හිතේ කැමැත්තක් පහළ වුණා. ඒ කැමැත්ත ගැන බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වා දෙනවා “ඕළාරිකං, සඞ්ඛනං, පටිච්චසමුප්පන්නං” කියලා. ඒක විස්තර කරනවා මෙහෙම. පළමුවෙන්ම ඒ තැනැත්තා කොහොමද කල්පනා කරන්නේ? “මේ පහළ වෙලා තියෙන කැමැත්ත එක අතකින් බැලුවාම හරිම රළුයි. මොකද, හිත තිබුණේ ඉතා සියුම් ස්වභාවයක. දැන් මේ හට අරගෙන තියෙන කැමැත්ත හරිම රළුයි” කියලා අන්න එයාට දෙනෙනවා. ඒ රළු බව ඒ ඕළාරික ස්වභාවය තේරුම්ගන්නට පස්සේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “එතං සන්තං එතං පණිතං යදිදං - උපෙකාති” කියලා, එයා

“අර මං කලින් හිටිය උපේක්ෂා ස්වභාවය, කලින් හිතේ පැවතීමේ ඒ ‘අනිසි ස්වභාවය’, ඒක ශාන්තය ඒක ප්‍රණීතය” කියලා නැවතත් හිත ඒ ශාන්ත ප්‍රණීත උපේක්ෂාවට ගන්නවා. දෙවන ක්‍රමය නම්, අර මනාපයක් පහළ උනාම එයාට බලන්න පුළුවන්ලු “මෙතෙක තියෙන්නේ හරිම සකස් වෙච්ච ස්වභාවයක්. දැන් මේ ඇහැට රූපයක් වැටුණා. ඒක නිසා ඔන්න වක්බු විඤ්ඤණයක් පහළ වුණා. එතකොට මෙතෙක තියෙනවා එක්තරා අන්දමේ සකස් වෙච්ච ස්වභාවයක්. විවිධාකාර හේතු හරහා සකස් වෙලයි මෙතෙක තියෙන්නේ. ඒ ස්වභාවය හරි දුර්වලයි. නමුත් මම අර කලින් හිටිය ස්වභාවයේ එහෙම සකස් වීමක් ලොකුවට නැහැ. එතන තියෙන්නේ එක්තරා අන්දමකින් සරල භාවයක්” කියලා මේ හටගත්ත කැමැත්තේ තියෙන සම්බන්ධ බව, සකස් වෙච්ච බව මෙතෙහි කරනවා. මෙහෙම මෙතෙහි කරලා හිත ගන්නවලු නැවතත් අර ශාන්ත භාවයට; ‘එතං සන්තං එතං පණිතං යදිදං - උපෙක්ඛා’. ඊළඟට කියනවා, තුන්වන ක්‍රමය නම් මේ හටගත්ත කැමැත්ත පටිච්ච සමුප්පන්න වශයෙන් බලන්නලු. ඒ කියන්නේ, මෙතෙක තියෙන්නේ හේතු නිසා හටගත්ත ස්වභාවයක්. මේක ඒ ඒ හේතුව මත රඳ පවතිනවා. ඒවා හරිම අනිත්‍යයි. මේ හටගත්ත මනාපය මේ හටගත්ත කැමැත්ත කොයි වෙලාවෙ කඩාගෙන වැටෙයිද දන්නේ නෑ. ඒ නිසා මේ පටිච්ච සමුප්පන්න ස්වභාවය තේරුම් අරගෙන හිත ගන්නලු නැවතත් අර උපේක්ෂාවට. “එතං සන්තං එතං පණිතං යදිදං - උපෙක්ඛා”.

මෙහෙම විස්තර කරනකොට මේ පින්වතුන්ට හිතෙනවා ඇති, “මේක හරිම අමාරුයි, කොහොමද මෙහෙම දෙයක් කරන්නේ” කියලා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කොයි තරම් මට්ටමක් බලාපොරොත්තු වෙනවාද කියලා කියනවා නම්, මෙතැනදී උපමාවක් දෙනවා දක්ෂ යෝගාවචරයෙක් කොහොමද මේ හිතේ හටගත්ත මනාප ස්වභාවයෙන් හිත අයිත් කරලා නැවතත් අර ශාන්ත ප්‍රණීත උපේක්ෂාවට හිත ගන්නේ කියන එකට. ‘ඇහැ ඇරලා ඇහැ වහන තරම් ඉක්මනට’ ගන්නවා කියලා. මේ පින්වතුන්ට හිතාගන්න පුළුවන් කොයි තරම් මේ යෝගාවචරයා දක්ෂ වෙන්න ඕනෑද කියලා. හොඳ අවධානයෙන් හිටියා. තිබුණේ හිත උපේක්ෂාවක. හැබැයි පුරුද්දට ආයෙ දැන් ගියා අරමුණකට.

ආයෙ දැන් ගියා මනාපයකට, මනාපයට ගියාට පස්සේ එයා ඒක අගය කරන්නේ නැහැ; ඤාණිකව යුහුසුලුව නැවතත් උපේක්‍ෂාවට ගන්නා.

දැන් මෙතෙන්දී මම විස්තර කළේ මනාපය සම්බන්ධයෙන් විතරයි. ඕකමයි අමනාපයටත්. ඔන්න කවුරු හරි අකමැති කෙනෙක් දැක්කා. හිත තිබුණේ නම් බොහොම මධ්‍යස්ථව; බොහොම ශාන්තව හිත තිබුණේ. හැබැයි ඉතින් බස් එකේ යනකොට ඔන්න කවුරු හරි අකමැති කෙනෙක් වාඩි වුණා ළඟින්. දැන් මෙමතී භාවනාව අමතක වුණා. දැන් ඔන්න ආයෙත් හිතේ ද්වේෂය ඇවිස්සුණා. ඇවිස්සුණ ගමන් මතක් වෙනවා ඉන්ද්‍රිය භාවනා සූත්‍රය. දැන් තේරුණා “කලින් හිත තිබුණේ ශාන්ත ස්වභාවයක; උපේක්‍ෂාවක; කෙලෙසුන්ගෙන් තොර ස්වභාවයක. දැන් නම් හිත දුවෙනවා. දැන් නම් හිතේ ඔන්න ද්වේෂය ඇවිස්සෙනවා” කියලා තමන්ට තේරෙනවා. සතියෙන් පෙන්නලා දෙනවා. පෙන්නලා දුන්නාම මෙයා තේරුම්ගන්නවා මේ කලින් හිටිය උපේක්‍ෂාව ශාන්තයි ප්‍රණීතයි කියලා. එහෙම තේරුම් අරගෙන පුළුවන් තරම් ඉක්මනින් උපේක්‍ෂාවට හිත ගන්න උත්සාහ කරනවා. එතකොට පින්වත්නි, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ‘මෙන්න මේක තමයි මේ ඇහැ සම්බන්ධයෙන් ඉන්ද්‍රිය භාවනාව’. නැතුව ඇහැ වහගෙන ඉන්නවා නෙවෙයි අර උත්තර මානවක කිව්වා වගේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන ඉන්ද්‍රිය භාවනාව, ඇහැට සම්බන්ධ ඉන්ද්‍රිය භාවනාව මෙන්න මෙබඳුයි. එහෙනම් අපි ඇහැ ඇරගෙන ඉන්නවා. රූප පේනවා. හැබැයි හිත තිබුණා ඒවත් එක්ක ලොකුවට ඇලෙන්නෙ ගැටෙන්නෙ නැතුව. හැබැයි පරණ පුරුද්දට ගැටුණොත්, පරණ පුරුද්දට ඇලුණොත් කරන්න තියෙන්නේ අන්න අර දේ.

කලින් කිව්වා වගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙතන පෙන්වන්නේ ක්‍රම තුනක්. එක අතකින් බැලුවාම විත්තානුපස්සනාවක් පෙන්වන්නේ. මොකද, එකක් තමයි ඕලාරික වශයෙන් දැකීම. ඒ කියන්නේ මේ හටගත්ත මනාප ස්වභාවය, කැමැත්ත කියන එක රළුයි කියලා දැකීම. දෙවෙනි ක්‍රමය තමයි සකස් වෙච්ච ස්වභාවයක්, කෘත්‍රීම බවක් මෙතන තියෙනවා කියලා තේරුම්ගැනීම. තුන්වෙනි ක්‍රමය මේ හටගත්ත කැමැත්ත කියන එක හේතු නිසා හටගත්තයි කියා තේරුම්ගැනීම. මෙය තේරුම්ගත්තා නම් අපි ඒකට අහු වෙන්නේ නෑ. අපි හිතමු හිතේ ද්වේෂයක් හටගත්තාම ඒකට පොහොර දන්නේ නැතුව ඒ ද්වේෂයේ

තියෙන දැවීම තේරුම්ගන්නවා. ද්වේෂයේ තියෙන රළු බව තේරුම්ගන්නවා. ද්වේෂයේ තියෙන සකස් වෙච්ච බව තේරුම්ගන්නවා; අපි විවිධ මතකයන් අවදි කරලා තව තව පොහොර දමලා සකස් කරපු හැටි තේරුම්ගන්නවා. එහෙමත් නැත්නම් පටිච්ච සමුප්පන්න බව තේරුම්ගන්නවා. තේරුම්ගන්නා නම්, අන්න එයාට තව දුරටත් ඉන්න පොහොර දෙන්නේ නෑ අපි. අපි එයාව උසිගන්වන්නේ නෑ. ඒ හරහා නැවතත් සිත අර තිබිච්ච උපේක්‍ෂාවට එනවා.

මේක කන පිළිබඳව කරන හැටි බුදුරජාණන් වහන්සේ උගන්වනවා. ඒ කියන්නේ කනින් ශබ්දයක් ඇහෙනවා. ඒ වගේම මනාපයක් හරි අමනාපයක් හරි මේ දෙකේ සංකලනයක් හරි සිද්ධ වෙනවා. හැබැයි එයාගේ සිත ඇසුරු කලා ඊට කලින් ශාන්ත ස්වභාවයක්. නිකෙලෙස් ස්වභාවයක්. ඉතින් දක්ෂ යෝගාවචරයා උත්සාහවත් වෙනවලු හරියට නිකං අසුරු සැණකින් නැවතත් හිත අර උපේක්‍ෂාවට ගන්න.

මේ වගේම නාසයට ගඳක් සුවඳක් දැනීම හරහා හිතේ පහළ වෙනවලු මනාපයක් හෝ අමනාපයක් හරි ඒ දෙකේ එකතුවක් හරි. දැන් ආයෙත් හිත රළු වුණා. ආයෙත් හිත ගිහිල්ලා ඇල්ලුණා. ගැටුණා. තමන්ට තේරුණා. තේරුණාට පස්සේ උත්සාහවත් වෙනවලු හරියට නිකං අර ඇල කරපු නෙළුම් කොළේකට වතුර බිංදුවක් දැමීමාම ඉක්මනටම ඒක රුඳලා යනවා වගේ, එච්චර ඉක්මනට නැවතත් හිත උපේක්‍ෂාවේ පිහිටුවන්න උත්සාහවත් වෙනවලු.

දිවට දූනෙනවාලු රසයක්. ඒ හරහාත් අපි හිතමු එයාගේ හිතේ ආසාවක් පහළ වෙනවා. නැත්නම් ආයෙ හිතට අරමුණු එන්න පටන්ගන්නවා. හිත නැවතත් කෙලෙසෙනවා කියලා තේරෙනවා. තේරුණාම අන්න උපමාවක් කියනවා, දිව අගට ගත්ත කෙළ පිඬක් ඉක්මනටම විසි කරලා දැනවා වගේ ක්‍ෂණිකව පහසුවෙන් අයිත් කරලා දැනවා වගේ, මේ දැක්‍ෂ යෝගාවචරයා නැවතත් අර කෙලෙසිච්ච හිත ඉක්මනටම හදගෙන නැවතත් අර ප්‍රණීත උපේක්‍ෂාවට ගන්නවා.

ඊළඟට කයට දූනෙනවලු යම් කිසි ස්පර්ශයක්. එතකොට ඒ හරහාත් මෙයාගේ හිතේ මනාපයක් පහළ වෙන්න පුළුවන්. අමනාපයක් පහළ වෙන්න පුළුවන්. මේ දෙකේ සංකලනයක් පහළ වෙන්නත්

පුළුවන්. හැබැයි ඒ පහළ වෙච්ච ස්වභාවය රළුයි. ඒ කියන්නේ ඕළාරිකයි. ඊළඟට ඒ පහළ වෙච්ච ස්වභාවය කෘත්‍රීමයි; සංඛතයි; සකස් වෙච්ච ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් ඒක පටිච්ච සමුප්පන්නයි; හේතු නිසයි හටදරගෙන තියෙන්නේ. අන්න තේරුම්ගන්නා. නැවතත් ඉක්මනටම අර කලින් තිබිච්ච උපේක්‍ෂාවට ගන්නවාලු හරියට නිකං නවාපු අතක් දිගහරින තරම් ඉක්මනට. නැත්නම් දිගහැරලා තිබ්බ අතක් නවන තරම් ඉක්මනට පහසුවෙන්ම ආයෙත් අර උපේක්‍ෂාවට ගන්නවාලු.

ඒ වගේමයි හිතටත් මොකක් හරි අරමුණක් ආවොත්, අපි හිතමු හිතේ පහළ වුණා යම් කිසි අරමුණක්. සිතුවිල්ලක් ආවා. නොදැනුවත්ව වගේ පරණ පුරුද්දට ඒක ඔස්සේ ටිකක් දුර ගියා. ඒ හරහා අපේ හිතේ ගැටීමක් ඇති වුණා නම්, නැත්නම් ඇලීමක් ඇති වුණා නම්, ආයෙත් ක්ලේශයක් පහළ වුණා නම්, නැවතත් ගන්නවාලු හිත උපේක්‍ෂාවට. හරියට නිකං දවසක් තිස්සේ රත් වෙච්ච කබලක් උඩට පුංචි වතුර බිංදු දෙකක් වැටුණොත් ඒක ‘සි...ස්’ ගාලා ඒ මොහොතෙම වාෂ්ප වෙලා යන තරම් ඉක්මනට හිත ගන්නවාලු උපේක්‍ෂාවට.

දැන් පින්වත්නි හිතලා බලන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන උපමාවලින් තේරෙනවා අපි මේ භාවනා කොයි තරම් ප්‍රගුණ කළ යුතුද කියලා. ඉතින් අපිට කල් ගත වෙන්න පුළුවන්. නමුත් මේකේ බුදුරජාණන් වහන්සේ එක්තරා අන්දමකින් ප්‍රශස්ත මට්ටමක් පෙන්වලා දෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ හැම තිස්සේම අපිට ඒ උපමා හරහා පෙන්වන්නේ ‘මෙන්න මේ දක්වා යන්න, මේ දක්වා යොමු වෙන්න, මේ දක්වා හිත පත් වෙනකල් හිතේ මේ හැකියාවල් ප්‍රගුණ කරන්න’ කියලයි. මේවා මේ ඉබේ වෙන දේවල් නෙවෙයි. මේවා අපි යාඥ කළාට ප්‍රාර්ථනා කළාට සිද්ධ වෙන දේවල් නෙවෙයි. එතන එතන අරමුණු භුක්ති විඳිනකොටයි - ඇහැ ඇරගෙන ඉන්නකොටයි කෙලෙස් පහළ වෙන්නේ. ඇහැ පියාගෙන අපි භාවනාවෙදි පර්යංකයට වාඩි වෙලා “දැන් කෙලෙස් එයි දැන් කෙලෙස් එයි” කියලා හිතාගන හිටියට කෙලෙස් එන්නේ නෑ. හැබැයි ඇහැ ඇරගෙන රූප බලමින් ඉන්නකොට තමයි අන්න ආයෙ හිත යන්නේ. ආයෙත් හිත ගිහිල්ලා අල්ලන්නේ. එතෙන්දි තමයි මේ ඉන්ද්‍රිය භාවනාව ක්‍රියාත්මක කරන්න තියෙන්නේ.

මේ අනුව බලනකොට ස්පර්ශය කියන එක ඉතාම වටිනා තැනක්. මොකද අපි එතැන තමයි හිත තියාගෙන ඉන්නේ. කොහොමද දැන් රූපයක් දැකලා ස්පර්ශය හරහා කෙලෙස් හටගන්නේ කියලා, ඒ එතන හටගන්නා තැනටම හිත තියාගෙන ඉන්න පුළුවන් නම්, එතැනින් කෙලෙස් හටගන්නා මොහොතේදීම අන්න දකින්න හම්බ වෙනවා; හටගන්නා මොහොතේදීම දැනගන්න පුළුවන් වෙනවා. එහෙම අපි එතෙත්ට හිත තියාගෙන හිටියේ නැත්නම්, හටගන්න තැන හිත තියාගෙන හිටියේ නැත්නම් අපිට මේක හම්බ වෙන්නේ වර්ධනය වෙච්ච අවස්ථාවකදී. ඒ කියන්නේ ප්‍රපංච දක්වා, හිතේ කතන්දරයක් දක්වා වර්ධනය වෙච්ච මට්ටමක තමයි අහු වෙන්නේ. නමුත් අපි අර හටගන්න තැනටම හිත යොමු කරගෙන හිටියොත් අපිට ඒ මොහොතේදීම, මේ දේවල් හටගන්නා මොහොතේදීම දැනගැනීමේ අවස්ථාව තියෙනවා.

ඒ නිසා, බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ අහන ප්‍රශ්නයේදී “කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා” කියන ප්‍රශ්නයේදී “එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා” කියන මේ කාරණාව, “ස්පර්ශය තමයි මේ දේවල් හටගන්න පැන නගින තැන” කියන මේ කාරණයේදී, භාවනාවකදී අපි උත්සාහවත් වෙනවා මේ සංඥා හටගන්න තැනට හිත යොමු කරන්න. නැත්නම් මේ වේදනා හටගන්න තැනට හිත යොමු කරන්න. විවිධාකාර චිත්ත ස්වභාවයන් හටගන්න තැනට හිත යොමු කරන්න. අන්න ඒක තමයි ස්පර්ශය කියන්නේ. ඒකයි දැන් අපි ආනාපාන සතියක උනත් නාසිකා අග්‍රයේ හිත පවත්වන්න උත්සාහවත් වෙන්නේ. එතන තමයි වේදනාවක් හටගන්නේ; එතන තමයි අපිට දැනීමක් හටගන්නේ. අන්න ඒ වගේ අපි මේ භාවනා ක්‍රමවලදී පුළුවන් තරම් බුද්ධ දේශනාවලට අනුව කටයුතු කරමින් ටික ටික මේ හැකියා දියුණු කරගැනීම සඳහා උත්සාහවත් විය යුතුයි.

ඉතින් අපි සියලුදෙනාටම, මේ භාවනාවේ බුදුරජාණන් වහන්සේ බලාපොරොත්තු වෙන විවිධ මට්ටම් ටික ටික පියවරෙන් පියවර දියුණු කරගැනීම පිණිස මග පෙන්වීමක් අද දින ධර්ම දේශනාව තුළින් සිද්ධ වේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරමින් අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

4 | වේදනාවෙන් උපරිම ඵලය ගනිමු

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස

“ඡන්දමූලකා ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා, වේදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සතාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤාතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා’ති.”

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මැණිවරුනි, ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි මේ 211 වන භාවනා වැඩ සටහනේ මාතෘකා වශයෙන් තියාගත්තේ අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ එන කිං මූලක සූත්‍රය. මේක එන්නේ සති වග්ගයේ. අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ වග්ග කීපයක් තියෙනවා. සති වග්ගයේ එන සූත්‍රයක් තමයි කිං මූලක සූත්‍රය.

මේ සූත්‍රයේදී පැති කීපයක් සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ භික්ෂූන් වහන්සේලාව දැනුවත් කරනවා. බුද්ධ කාලයේ තිබ්බිව විවිධාකාර මතිමතාන්තරවලදී භික්ෂූන් වහන්සේලා මොන මොන පිළිතුරු ලබාදිය යුතුද කියන කාරණාව තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කරලා කියන්නේ. මොකද, විවිධාකාර දර්ශනික මත පළ කරන, විවිධාකාර දෘෂ්ටිවල එල්බගත්ත, ඒ වගේම විවිධ වාද විවාද කරන පිරිස් එද ඉඳලා තියෙනවා. මොකද, බොහොම ආධ්‍යාත්මික ප්‍රබෝධයක්

තිබිච්ච යුගයක්. සෑහෙන පිරිසක් 'මේකයි ඇත්ත. මේකයි බොරු. මේකයි සත්‍යය' කියමින් නොයෙකුත් මතිමතාන්තර දරපු යුගයක්. ඒ කාලේ බුදුරජාණන් වහන්සේට සමගාමීව වෙනත් ශාස්තෘන් වහන්සේලා ඉඳලා තියෙනවා. ඉතින් ඒ අයත් විවිධාකාර මත පළ කරලා තියෙනවා. තවත් සමහර කණ්ඩායම් වෙනම ස්වාධීනව වෙන වෙන මතිමතාන්තර දරමින් ඉඳලා තියෙනවා. ඉතින් මේ අයගේ ඒ විවිධ දෘෂ්ටිවලට විවිධ ප්‍රශ්නවලට විවිධ වාද විවාදවලට ඇතැම් වෙලාවට භාග්‍යවතුන් වහන්සේටත් ඇතැම් වෙලාවට හිඤ්ඤන් වහන්සේලාටත් මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වෙලක් තියෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා මෙබඳු අවස්ථාවලදී නිවැරදි පිළිතුරු ලබාදීම ඉතාම වටිනවා. නැත්නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ එකක් කියලා උන්වහන්සේ සරණ ගිය ශ්‍රාවකයින් වෙනත් දෙයක් කිව්වොත් හෙම ඔක්කොම පැටලෙනවා. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ 'මෙහෙම මෙහෙම ප්‍රශ්න ඇහුවොත් මේ මේ විධියට උත්තර දෙන්න' කියලා හිඤ්ඤන් වහන්සේලාට කියලා දෙනවා. මොකද, අපට හිතාගන්න වෙන්නේ, රහතන් වහන්සේලාගෙන් සමහර වෙලාවට මේ ප්‍රශ්න ඇහුවොත් උන්වහන්සේලා නම් නිවැරදිව උත්තර දෙයි. නමුත් පෘථග්ජන හිඤ්ඤන් වහන්සේලා ඇතැම් වෙලාවට මේ වාද විවාදවලට පැටලෙනවා. ඉතින් ඒ අවස්ථාවේදී ඒ ස්වාමීන් වහන්සේලා හොඳට දැනුවත්ව ඉන්න ඕනෑ මේ විවිධ වූ තීර්ථකයින් අහන ප්‍රශ්නවලදී මොන මොන විධියටද පිළිතුරු දෙන්න වෙන්නේ කියලා.

එතකොට මෙන්න මේ කාරණය සම්බන්ධයෙන් තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රශ්න අටක් ඉදිරිපත් කරලා ඒවට පිළිතුරුත් කියලා දෙන්නේ. අපි සාකච්ඡා කරගෙන යනවා දැන් මේ ප්‍රශ්න අට. මේකෙන් දැන් අපි මේ වෙනකොට ප්‍රශ්න තුනක් සාකච්ඡා කළා. එකක් තමයි අහන ප්‍රශ්නය "කිං මූලකා, ආච්ඡො, සබ්බෙ ධම්මා" කුමක්ද සියල්ලට මූල? එතකොට එහෙම ප්‍රශ්නයක් ඇහුවොත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා "ඡන්දමූලකා, ආච්ඡො, සබ්බෙ ධම්මා" කියලා උත්තර දෙන්න; සියල්ලට මූල ඡන්දයයි කියලා උත්තර දෙන්න කියනවා. සියල්ලට මූල කැමැත්තක්. හිතේ හටගන්නා උච්චතාවක්; කැමැත්තක්. එතකොට මේකේ හොඳ පැත්තත් තියෙනවා. නරක පැත්තත් තියෙනවා. හොඳ පැත්තේ කැමැත්තක් මුල් කරගෙන අපි යමක් කළොත් කිව්වොත්

කෙරුවොත් අන්න එතකොට අපිට හොඳ පැත්තේ ආනිසංස ලැබෙනවා. ඒ වගේමයි නරක කැමැත්තක් මුල් කරගෙන යම් කිසි දෙයක් කිව්වොත් කෙරුවොත් නරක පැත්තේ විපාක ලැබෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා අපිට අමාරු නෑ මේක තේරුම්ගන්න.

එතකොට මේ කැමැත්ත කියන එක හැම දේකටම මුල් වෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඉතින් අපි ඒ කැමැත්තම නිවන් දැකීම සඳහාත් යොදගන්නවා. “තණහං නිසසාය තණහා පහාතබ්බා” කියලා අපි සාමාන්‍යයෙන් තණහාව කියලා සලකන්නේ දුරු කටයුතු දෙයක්; නමුත් ඒ තණහාවම පාවිච්චි කරනවා මේ ධර්ම මාර්ගයේ යන්නත්. පස්සේ පස්සේ තණහාව ඤය වෙන මාර්ගයක් තමයි වැඩෙන්නේ. අන්තිමට තණහා ඤය වීමෙන් තමයි ඒ මාර්ගය අවසන් වෙන්නේ. “තණහකය” කියලා කියන්නේ නිවනට. ඒ නිසා මුලින් තණහාවකින් පටන්ගත්තට, මුලින් උවමනාවකින් පටන්ගත්තට, අන්තිමට මාර්ගය සම්පූර්ණ වෙනකොට තණහාව සම්පූර්ණයෙන්ම ඤය වෙලා. ඒ නිසා අපි හිතේ බයක් ඇති කරගත යුතු නැහැ මේ නිවන් දකින්න තණහාවක් තියෙනවාය, නිවන් දකින්න උවමනාවක් හිතේ තියෙනවාය කියන එක සම්බන්ධයෙන්. උවමනාවකින් තොරව අපිව මෙහෙයවන්නේ නැහැ. ඒ නිසා අපි තුළ ලොකු කුසලච්ඡන්දයක්, ලොකු උවමනාවක්, ‘මේක මම කොහොම හරි කරගන්න ඕනෑ’ කියලා හිතේ අධිෂ්ඨානයක් තියෙන එක වටිනවා. ඒකම තමයි ඡන්ද ඍද්ධිපාදයක් බවට පත් වෙන්නේ. ඒ ඡන්ද ඍද්ධිපාදය මගින් අපිව මෙහෙයවනවා. අපිව අමාරු තැන්වලින් අරගෙන යනවා. මොකද මේ පාරේ යම් යම් දුක් කම්කටොලුවලට මුණදෙන්න ඉඩ තියෙනවා. බාධාවලට ලක් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ අවස්ථාවලදී අර වගේ ලොකු උවමනාවක් හිතේ තියෙනවා නම්, පසුබිමින් ඉඳන් අපිව මෙහෙයවනවා නම්, එතකොට අර බාධා මැඩගෙන යන්න අවස්ථාව තියෙනවා. ඒ නිසා ඡන්දය ඍද්ධිපාදයක් වශයෙන්ම වඩන්න කියලා කියනවා.

ඊට පස්සේ තව ප්‍රශ්නයක් අහනවා. “කිං සමභවා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. කුමක්ද සමභවය? කොතනින්ද දේවල් පටන්ගන්නේ? කියන වගේ අදහසක් එතන තියෙන්නේ. එතකොට උත්තර දෙන්න කියනවා “මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා”. මනසිකාරයේ සාමාන්‍ය අර්ථය

වෙන්වෙන් හිත යොමු කරනවා, හිත හරවනවා කියන අදහසක්. එතකොට ඒ හිත යොමු කරවීම හරහායි දේවල් හම්බ වෙන්වේ. නැත්නම් අපි වෙනත් පැතිවලට හිත යොමු කරගෙන තිබුණොත් උවමනා දේ තියෙන්නේ වෙන තැනක නම් අපිට උවමනා දේ හම්බ වෙන්වේ නෑ. උවමනා දේ පැත්තට ඔන්න හිත හැරෙව්වාම, උවමනා දේ පැත්තට අපේ ඉන්ද්‍රියයන් හැරෙව්වාම අන්ත අපිට හම්බ වෙනවා. එතකොට ඒ හම්බ වෙන්වේ මනසිකාරයෙන්. ඒ සම්බන්ධයෙන් අපි විශේෂයෙන් මතක් කරගන්නා යෝනියෝ මනසිකාරය, අයෝනියෝ මනසිකාරය කියලා පැති දෙකක්. ඒකෙදින් අයෝනියෝ මනසිකාරය තමයි අපිට සාමාන්‍යයෙන් පිහිටලා තියෙන්නේ. අපි දේවල්වල ඒ තරම් ගැඹුරක් දකින්නේ නෑ. අපි මතුපිට තමයි ජීවත් වෙන්නේ. යමක් දක්කාම අපි ඒකේ ලස්සන දකිනවා. මතුපිට පෙනුම දකිනවා. නැත්නම් හැඩහුරුකම් දකිනවා. ඒකේ හැඩතල දකිනවා. නමුත් අපි ඒකේ ගැඹුරක් දකින්නේ නෑ. ඒක තමයි සාමාන්‍යයෙන් අයෝනියෝ මනසිකාරය කියන්නේ. අපේ හිත පුරුදු වෙලා තියෙන්නෙන් යම් කිසි අපි කැමති දෙයක් දක්කාම ඒකේ තියෙන තව තව කැමති දේවල්ම බලබලා සුබ නිමිතිම සොයසොයා යන්නයි. එහෙම ගතියක් තමයි තියෙන්නේ. මේ හරහා හිතේ කලින් නොතිබිවිච්ච කාමච්ඡන්දයක් රාගයක් උපදිනවා. ඒ වගේමයි, තිබුණා නම් යම් කිසි කාමච්ඡන්දයක්, රාග ස්වභාවයක්, ඒක තව වර්ධනය වෙනවා. ඒක නිසා අපි යම් අවස්ථාවක මතුපිටම බලමින් දකිමින් අහමින් ජීවත් වෙනවා නම්, ඒ හරහා නීවරණ ධර්ම තව තව වැඩෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා.

නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ මනසිකාරයම පාවිච්චි කරනවා යෝනියෝ කරලා. ඒ කියන්නේ මේකේ මූල දකින ස්වභාවයකට, හේතු දකින ස්වභාවයකට, පටන්ගන්නා තැන දකින ස්වභාවයකට අපිව යොමු කරනවා. ඒකට යෝනියෝ මනසිකාරය කියලා කියනවා. එතෙතේදී අපි අර සාමාන්‍ය ඵදිනෙදා ජීවිතයේ පරිහරණය කරන සම්මුති මට්ටම සංකල්ප මට්ටම අභිභවා ගිහිල්ලා ඊට වඩා සුක්ෂ්ම මට්ටමක් පරමාර්ථ මට්ටමක් කතා කරන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඒ දක්වා හිත අරගෙන යන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඒ දක්වා ක්‍රමානුකූලව ටික ටික හිත යොදවන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඉතින් ඒ

නිසා මනසිකාරය සැහෙන්න භාවනාවේදී ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා. මොකද අපේ හිතේ සාමාන්‍යයෙන් තියෙන කාම සංකල්පනා, ව්‍යාපාද සංකල්පනා, විහිංසා සංකල්පනා හිතීන් අයින් කරගන්න, අපිට ඒකට ප්‍රතිවිරුද්ධ සංකල්පනා පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්. උදහරණයක් වශයෙන් හිත හුගක් ද්වේෂහරිත වෙලා තියෙන වෙලාවකට ඔන්න අපි මෙෙත්‍රී භාවනාවක් හරහා මෙෙත්‍රී මනසිකාරයකට ගිහිල්ලා අර ද්වේෂහරිත ස්වභාවය, ද්වේෂ මනසිකාරය හිතීන් අයින් කරගන්න පුළුවන්. ඒ වගේමයි හිතේ තියෙනවා නම් යම් කිසි විහිංසන හැඟීමක්, විහිංසාවක් - තවත් කෙනෙකුට අයහපතක් වේවා කියලා වගේ හැඟීමක් තියෙනවා නම්, එබඳු පැත්තක ඉන්නවා වෙනුවට ඒකට ප්‍රතිවිරුද්ධ පැත්ත හිතේ මනසිකාරයක් වශයෙන් වඩන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් කෙනෙක්ගේ හිතේ තියෙන්නේ ව්‍යාපාදයක් නම්, වෙරි ස්වභාවයක් නම්, එහෙම නම් මෙෙත්‍රී ස්වභාවයක් වඩන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් හිතේ රාග ස්වභාවයක් නම් තියෙන්නේ, ඒකට ප්‍රතිවිරුද්ධ අසුභයක්, එහෙම නැත්නම් නෙක්ඛම්මයක් වඩන්න පුළුවන්. මේ වගේ අපිට අර මනසිකාරයේ ප්‍රතිවිරුද්ධ මනසිකාරය පාවිච්චි කිරීම තුළින් අහිතකර මනසිකාරය පලවා හරින්න පුළුවන්.

හැබැයි මේ එක මට්ටමක්. මේ ඇවිල්ලා එක අතකින් බැලුවාම ටිකක් රළු මට්ටමක් කතා කරන්නේ. හැබැයි මේකේ ඉතාම සුක්ෂ්ම මට්ටමක් දක්වා මනසිකාරයෙන් යන්න අවශ්‍ය වෙනවා. මොකද, එබඳු මට්ටමකදී තමයි සිත තවත් ශක්තිමත් වෙලා එන්නේ. ඒකයි අපි 'චම දකුණ' කියලා, නැත්නම් 'ආශ්වාසයක් ප්‍රශ්වාසයක්' කියලා වචනයක් හිතීන් මතුරලා, හිතීන් කියලා පටන්ගන්න ඒ මෙනෙහි කිරීම, ටික ටික අපේ හිත මෙල්ල වෙනකොට සමාධිමත් වෙනකොට එකඟ වෙනකොට, අන්න අපි ඒ මනසිකාරය සියුම් කරනවා; එක්කෝ කෙටි කරනවා. ඒ වගේ විවිධ උපක්‍රම හරහා පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ මනසිකාරය ගලවලා දන පැත්තට ගන්නවා. මොකද, හිත එකඟ වෙන්න එකඟ වෙන්න, සැහැල්ලු වෙන්න සැහැල්ලු වෙන්න, තමන්ටම තේරෙනවා දැන් මේ මනසිකාරය උවමනා නැහැ. නැත්නම් මේ මනසිකාරය හරි බරයි; හරි වෙහෙසයි මනසිකාරයක් කරන එක. මොකද, දැන් හිත කැමතියි ටික ටික සියුම් වෙන්න. හිත කැමතියි ටික ටික සැහැල්ලු

වෙන්න. එතකොට තමන්ටම තේරිලා හිමිහිට මනසිකාරය අයින් කරලා දනවා. තාමත් හැබැයි හිත යොමු කරනවා; උවමනා තැනකට හිත යොමු කරනවා. අන්න එබඳු ස්වභාවයක් තියෙනවා. එතකොට, අපි තෝරාගත්ත පරිසරය තුළ, නැත්නම් විවිධාකාර අරමුණු මධ්‍යයේ අපිට උවමනා අරමුණට හිත යොමු කිරීම කියන එක නිරන්තරයෙන්ම සිද්ධ වෙන කාරණයක්. අපි භාවනා කරනකොට ආනාපානය වඩනකොට ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස ක්‍රියාවලිය කියන්නේ එක ක්‍රියාවලියක් පමණයි. නමුත් කයේ නා නා ප්‍රකාර අනිකුත් දේවල් අපිට දූනෙනවා. නමුත් ඒවායින් අපි මේ මනසිකාරය නැත්නම් හිතේ යොමු කිරීම යොදන්නේ ආනාපානයට; ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයට.

අපි මෙබඳු සුක්‍ෂ්ම අරමුණක් වෙතට අපේ හිත යොමු කිරීම තුළින්, නැවත නැවත යොමු කිරීම තුළින් ඒ අරමුණටම හිත නංවලා නංවලා, මේ අරමුණේම විස්තර දකිමින් අපි තව තව තියුණු කිරීමක් සුක්‍ෂ්ම කිරීමක් සිද්ධ කරගන්නවා අපේ හිතට. එක අතකින් මේ අරමුණු කියන්නේ අපේ හිත වඩාගන්න අපි පාවිච්චි කරන උපක්‍රම පමණයි. මේ අරමුණේ තියෙන විස්තර බලන්නේ ඒක ඒ තරම් වැදගත් හින්දම නෙවෙයි. ඒ හරහා අපේ හිත ඇතුළේ ගුණ ධර්ම දියුණු වෙනවා. අපේ හිත ඇතුළෙයි සතියක් දියුණු වෙන්නේ. අපේ හිත ඇතුළෙයි ප්‍රඥාවක් දියුණු වෙන්නේ. ඒකයි ඇත්තටම අපේ පරමාර්ථය. නමුත් ඒක කරගැනීම සඳහා බාහිර සාධක අපිට පාවිච්චි කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒක කරගැනීම සඳහා එළියෙන් යම් උදව්වක් ගන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ සඳහායි මේ විවිධාකාර අරමුණු තියෙන්නේ. සතිය පිහිටුවීම සඳහා කය අරමුණු කරන්නේ ඒ සඳහායි. සතිය පිහිටුවීම සඳහා වේදනාවක් අරමුණු කරන්නේ ඒ සඳහායි. සතිය පිහිටුවීම සඳහා 'හිත' අරමුණු කරන්නේ ඒ සඳහායි. අවසාන ප්‍රතිඵලය වෙන්නේ ඒවායේ විස්තර දැනගැනීමම නෙවෙයි. අවසාන ප්‍රතිඵලය වෙන්නේ ඒවා හරහා කොහොමද හිතේ සතියක් වඩාගන්නේ, හිතේ ප්‍රඥාවක් දියුණු කරගන්නේ කොහොමද කියන කාරණාවයි.

ඊළඟට තව පැත්තක් අපි ඊයේ කතා කලා. බුදුරජාණන් වහන්සේ අහන ප්‍රශ්නය "කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා" යමක පැනනැගීම මොකක්ද කියලා අහන ප්‍රශ්නයක්. එතකොට ඒකට උත්තර දෙන්න

කියනවා “එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. ‘ස්පර්ශයෙන් තමයි දේවල් පැනනගින්නේ’ කියලා. එතකොට මෙතෙක්දී ස්පර්ශය සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමු කරනකොට විශේෂයෙන් අපිට ඉන්ද්‍රිය ගැන කතා කරන්න පුළුවන්. මොකද ස්පර්ශයක් ඇති වෙන්නේ ඇහැත් රූපයත් එකට ගැටුණා නම් අන්න එතනින් තමයි. සාමාන්‍යයෙන් අපි ස්පර්ශය කියලා කියන්නේ ඒකටයි. අපි ඊයේ ටිකක් මීට වඩා විස්තරාත්මකව ඒ ගැන සාකච්ඡා කළා ‘දුතිය ද්වයං සුත්‍රය’ ඇසුරු කරගෙන. ද්විතීය ද්වයං සුත්‍රය තියෙන්නේ සංයුක්ත නිකායේ වේදනා සංයුක්තයේ. එතෙක්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වනවා මේ වක්ඛු විඤ්ඤාණය හටගන්න හේතු දෙකක් තියෙනවා. මොනවද හේතු දෙක? ඇසත් රූපයත්. ඇසත් රූපයත් නිසා වක්ඛු විඤ්ඤාණයක් හටගන්නවා. “වක්ඛුඤ්ච පටිච්ච රූපෙ ච උපපජ්ජති වක්ඛු විඤ්ඤාණං” කියලා. ඊළඟට පෙන්වනවා මේවා ඉතාම ඉක්මනට සිද්ධ වෙන දේවල්. මේවා මේ එකක් හටගෙන ඊළඟ එක හටගන්න පැය ගණන් යන ඒවා නෙවෙයි. ඉතා ඤාණිකව මේ දේවල් හටගන්නවා, එතනම නිරුද්ධ වෙලා යනවා. ආයෙත් තව එකක් හටගන්නවා, එතනම නිරුද්ධ වෙනවා. ඔන්න ඔය වගේ ඉතාම සුක්ෂ්ම ක්‍රියාවලියක් මෙතන සිද්ධ වෙන්නේ. මේකේ තියෙන වේගවත් බව නිසාම අපිට මෙතන තියෙන ඇහැ, මෙතන තියෙන රූපය, ඒ දෙක නිසා හටගත්ත වක්ඛු විඤ්ඤාණය, මෙතන තුනක් තියෙනවා වගේ අපිට තේරෙනවා. එතකොට මෙන්න මේ තුන එකට අරගෙන තමයි ‘වක්ඛු සම්ඵස්සයක්’ කියලා අපි කතා කරන්නේ. එතකොට වක්ඛු සම්ඵස්සය කියලා කියන්නේ අර තුනම එකට ආපු ගතියක්. තුනම එක්රැස් වීමක්. තුනම සමගාමීව ක්‍රියාත්මක වීමක් වගේ දෙයක් මෙතන සිද්ධ වෙනවා. ඒකට ඔන්න කියනවා වක්ඛු සම්ඵස්සය කියලා. එතකොට මේ වක්ඛු සම්ඵස්සය හටගත්තේ අර ඇති වෙලා නැති වෙලා යන, විපරිණාමයට ලක් වෙන, අන්‍ය ස්වභාවයට ලක් වෙන හේතු කාරණා නිසා. ඉතින් යම් අනිත්‍ය වූ හේතුවක් නිසා ඵලයක් හටගත්තා නම්, අනිත්‍ය නම් හේතුව, අනිවාර්යයෙන්ම ඵලයත් අනිත්‍ය වෙන්න ඕනෑ. මේ තර්කය අනුව බුදුරජාණන් වහන්සේ කියලා දෙනවා, ඇසත් රූපයත් නිසා හටගත්ත වක්ඛු විඤ්ඤාණයත් අනිත්‍යයි; මේ තුනේම එකතුවෙන් හටගත්ත වක්ඛු සම්ඵස්සයත් අනිත්‍යයි කියලා.

ඊළඟට තවත් පැත්තක් ඒ සූත්‍රයේම පෙන්වලා දෙනවා “චුට්ඨො, හිකඛචෙ වෙදෙති, චුට්ඨො සඤ්ජානාති, චුට්ඨො චෙනෙති” කියලා. ඒ කියන්නේ ස්පර්ශය නිසාම වේදනාවක් හටගන්නවා. ස්පර්ශය නිසාම සංජානනයක්, නැත්නම් හැඳිනීමක් සංඥාවක් හටගන්නවා. ඊළඟට ස්පර්ශය නිසාම චේතනාවක් සංස්කාරයක් හටගන්නවා. එතකොට අපිට තේරෙනවා දැන් ඔන්න ස්පර්ශය හරහා තවත් කතාව ඉස්සරහට යනවා. ස්පර්ශය තමයි මුල් වෙන්නේ වේදනාව සඳහා, සංඥාව සඳහා, සංස්කාර සඳහා. නැත්නම් ස්පර්ශය නිසා තමයි සංස්කාර හටගන්නේ, සංඥා හටගන්නේ, වේදනා හටගන්නේ. මෙතන මෙන්න මේ සන්ධිස්ථානය අපි තේරුම්ගත්තොත් “එසස පච්චයා වෙදනා” කියන එක, දැන් අද අපිට කතා කරන්න තියෙන ‘වේදනාව’ කියන මාතෘකාවට එන්න පුළුවන්.

හතරවෙනි ප්‍රශ්නය බුදුරජාණන් වහන්සේ නගන්නේ “කිංසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා?” එතකොට උත්තර දෙන්න කියනවා “වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. මෙතෙක්දී අපිට තියෙන වචන ගැන සාකච්ඡා කළොත් ‘සමොසරණා’ කියලා වචනයක් මෙතෙක්දී පාවිච්චි වෙනවා. මොකක්ද මේ සමොසරණා කියලා කියන්නේ? සමොසරණා කියන එකේ සාමාන්‍ය අර්ථය ගන්න වෙන්නේ ‘සියල්ල ගිහිල්ලා එකට එකතු වෙන’ තැන කියලා. දැන් අපි හිතමු අපි වහලක් ගහනකොට පරාල ටිකක් එහෙම එකතු කරලා, ඒකෙ අපි හිතමු මුදුන් වහලක, නැත්නම් මුදුන් ලියක ඔන්න ඔක්කෝම ගිහිල්ලා එකතු වෙන තැනක් තියෙනවා. මේකට කියන්නේ කැණීමඬල කියලා. අන්න ඒ වගේ සියලුම දහම් ගිහින් කොහෙටද එකතු වෙන්නේ? එක්රැස් වෙන්නේ කොහෙටද? අන්තිමට ඔක්කෝම ගිහිල්ලා එක්රැස් වෙන්නේ එකතු වෙන්නේ වේදනාවටයි කියලා කියනවා. මේක අපිට හිතාගන්න පුළුවන්. මොකද, ස්පර්ශයක් වගේ දෙයක් අපිට ඒ තරම් මුලින් පැහැදිලි නෑ. නමුත් වේදනාව කියන එක අපිට තේරෙනවා. මොකද නාම ධර්මයන් අතර වේදනාව බොහෝම ප්‍රකට නාම ධර්මයක්. ඉතින් ඒ නිසා අපි වේදනාව ඔස්සේ යන ගතියක් බොහෝම තියෙනවා. සැප වේදනාවට අපි කැමතියි. දුක් වේදනාවෙන් මිඳෙන්න බලනවා. අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව නම් සාමාන්‍යයෙන් තේරෙන්නෙත් නැහැ. ඉතින්

ඒක මගහැරෙන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. මේ නිසා වේදනාවෙන් තමයි අන්තිමට ඔක්කොම ගිහිල්ලා එක්රැස් වෙන්නේ. වේදනාවට තමයි ඔක්කොම ගිහිල්ලා හේත්තු වෙන්නේ කියලා මේ උත්තරය දෙන්න කියලා කියනවා.

වේදනාව ගැන කතා කරනකොට, එක්තරා අවස්ථාවකදී විසාධ කියන උපාසකතුමා ධම්මදින්නා කියන රහත් තෙරණියත් සමග බොහොම හොඳ ගැඹුරු සංවාදයකට යනවා. මං හිතනවා මේ පින්වතුන් මේ සංවාදය අහලත් ඇති. මේ දෙන්නගෙ විස්තරේ ගැනත් අහලා ඇති. ඉතාම ලස්සන කතාවක්. මේ විසාධ උපාසකතුමාට මේ සංවාදයේදී ඇත්තටම දැනගන්න ඕනෑ වෙන්නේ වෙනම දෙයක්. එතුමාගේ කලින් බිරිඳ මේ ධම්මදින්නා කියන්නේ. විසාධ උපාසකතුමා අනාගාමී වෙලා ආවට පස්සේ විසාධ උපාසකතුමාගෙන්ම අවසර අරගෙන ගිහිල්ලා තමයි ධම්මදින්නා මහණ වෙන්නේ. හැබැයි එයා මහණ වෙලා ටික කාලයකින්ම අරහත්වයට පත් වෙනවා. විසාධ උපාසකතුමාවත් අභිභවා යනවා. රහත් වුණාට පස්සේ ගේ ළඟ ආරාමයකට වඩිනවා. දැන් මේ විසාධ උපාසකතුමාට පොඩි ප්‍රශ්නයක් නැගෙනවා, "ඇයි මේ මහණ වෙච්ච කෙනා මෙච්චර ඉක්මනට ආවේ? ඇතකට ගියා මහණ දම් පුරන්න කියලා. ඇයි මේ ඉක්මනටම ළඟ ආරාමෙකට ආවේ? දැන් මහණකම එපා වෙලාද? නැත්නම් මේ ගැන කලකිරිලාද? කරන්න ගිය වැඩේ අසාර්ථක වෙලාද? එහෙමත් නැත්නම් වැඩේ සාර්ථක වෙලාද?" කියලා මේ දෙගිඩියාව නිසා තමයි විසාධ උපාසකතුමා ගිහිල්ලා බොහෝම ගෞරවාන්විත විදියට ධම්මදින්නා රහත් තෙරණියගෙන් ප්‍රශ්න කීපයක් අහන්නේ.

මේ අහන ප්‍රශ්නවලින් එකක් වේදනාව සම්බන්ධයෙන් අහන ප්‍රශ්නය. වේදනා කියක් තියෙනවාද කියලා අහනවා. සාමාන්‍යයෙන් ඉතින් ප්‍රබල පැත්තෙන් කතා කරනවා නම්, ප්‍රධාන පැත්තෙන් කතා කරනවා නම්, ධම්මදින්නා රහත් තෙරණිය කියලා දෙනවා වේදනා ජාති තුනක් තියෙනවා. මොනවද ඒ වේදනා? සැප වේදනා, දුක් වේදනා, නොදුක් නොසුව වේදනා. ඒ කියන්නේ සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියලා ජාති තුනක් තියෙනවා. ඊට පස්සේ මේවයේ ස්වභාවය ගැන අහනවා. ධම්මදින්නා රහත් තෙරණිය කියනවා

සැප වේදනාව තියෙනකොට සැපයි; ඒක විපරිණාමයට පත් වෙනකොට, නැත්නම් වෙනස් වෙනකොට දුකයි කියලා. ඊළඟට දුක් වේදනාව තියෙනකොට දුකයි, ඒක වෙනස් වෙනකොට සැපයි කියලා. නොදුක් නොසුව වේදනාව දැනගන්නකොට සැපයි, දන්නේ නැත්නම් දුකයි කියලා කිව්වා. ඔන්න මේ වගේ අර්ථකථනයක් දෙනවා. මේ කාරණාව අනුව අපිට දැන් තේරෙනවා දැන් මේවයෙන් වෙනස්කම් තියෙනවා. ඒ නිසා සැප වේදනාවක් හැම තිස්සේම සැපයි කියලා හිතන්න බෑ. ඒක වෙනස් වෙනකොට ඔන්න දුකක් තියෙන්නේ. දුක් වේදනාවෙන් දුක් වේදනාව අවසන් වෙලා යනකොට එක අතකින් අපට සාපේක්ෂකව සැපක් දෙනවා. දුක් වේදනාව අවසන් වෙනකොට සැපක් දෙනවා කිව්වට ඉතින් කවුරුත් දුක් වේදනාවක් ඇති කරගෙන සැප බලාපොරොත්තු වෙන්නේ නැහැ. නමුත් තිබිව්ව දුක අඩු වේගෙන යනකොට අපිට දෙනන්නේ සැපක් තියෙනවා වගේ. ඒ වගේමයි නොදුක් නොසුව වේදනාව අපි දන්නවා නම් සැපයි. නොදන්නවා නම් ඉතින් එතන ගන්න දෙයක් නෑ.

ඊළඟට තවත් පැත්තක් කතා කරනවා මේකේ තියෙන අනුසය පැත්ත ගැන. අපිට ඒක ටිකක් හිතලා බලන්න වටිනවා. අපි හිතමු දුක් වේදනාවක් ආවාම අපිට බොහෝම තද දුකක් විත්ත පීඩාවක් දෙනවා. එතකොට අපි අඩනවා, වැලපෙනවා, පපුවේ අත් ගහගන්නවා, බිම පෙරළෙනවා, සැහෙන්න විත්ත වික්ෂෝභයකට පත් වෙනවා. සැහෙන්න ප්‍රබල ශෝකී භාවයකට පත් වෙනවා. හැබැයි මේකේ තියෙනවා යම් පමණක එක පැත්තකින් අසාධාරණ ගතියක්. මේ හරහා පටිස අනුසයක් වැඩෙනවා. ඉතින් අපි මේ දුක් වෙනවා. මොකක් හරි විපත්තියක් සම්බන්ධයෙන් අපි දුක් වෙනවා. හැබැයි මේ දුක් වීම හරහා ඇතුළේ අනුසය ධර්මයකුත් ආශ්‍රව ධර්මයකුත් වැඩෙනවා. අපිටමයි අවාසි එක අතකින් බැලුවාම. අපි තුළ පටිස අනුසයක් වැඩෙනවා. තවත් පැත්තකින් කියනවා නම්, සැප වේදනාවක් ආවාම ඔන්න අපි උඩ පනිනවා, හිනා වෙනවා, නටනවා, ගයනවා. මේකට තදටම ඇලෙනවා. ඒ මදිවට මේක දීර්ඝ කරගන්නේ කොහොමද කියලා ක්‍රමවේද හොයනවා.

නමුත් මේ හරහා, මේ උද්දමයට පත් වීම හරහා, මේ තියෙන සැප වේදනාවට ඇලීම හරහා, ඒකෙම ගැලීම හරහා - අනුසය ධර්මයක් තියෙනවා රාග අනුසය කියලා - ඒ රාග අනුසය වැඩෙනවා. ඉතින් අපි සාමාන්‍යයෙන් ඕවා ගැන ඒ තරම් තැකීමක් නැහැ. අපි සැපක් දූනෙනකොට කොහොමද මේ සැප මගේ කරගන්නේ, කොහොමද මේකෙන් වැඩිවැඩියෙන් සැප ලබන්නේ කියලා තමයි හිතන්නේ. නමුත් මේකේ ගැඹුරක් තියෙනවා. දැන් මේ ධම්මදින්නා රහත් තෙරණිය කියනවා සැප වේදනාවකින් රාග අනුසය වැඩෙන්න පුළුවන් කියලා. ඊළඟට නොදුක් නොසුව වේදනාවකත් අනුසය ස්වභාවයක් තියෙනවා. අපි ඒක දන්නේ නැත්නම්, නොදුක් නොසුව වේදනාවක් හටගත්තා කියලා, උපේක්‍ෂා වේදනාවක් හටගත්තා කියලා දන්නේ නැත්නම්, ඒ හරහා අවිද්‍යාවක් වැඩෙන්න පුළුවන් කියලා කියනවා. ඉතින් මෙතෙන්දි තව දුරටත් පැහැදිලි කරනවා ධම්මදින්නා රහත් තෙරණිය, දැන් මය ධ්‍යාන සුඛයක් එහෙම තියෙනකොට, ධ්‍යානයකට සමවැදිවිච අවස්ථාවකදී දූනෙන්නෙ සුවයක්. නමුත් එතන මේ කියන රාග අනුසය වැඩෙන්නේ නැහැ කියලා කියනවා. ඒ නිසා අපි හිත සමාධි වෙච්ච වෙලාවක අත්දකින නිරාමිස ප්‍රීතිය නිරාමිස සුවය මෙතන මේ කතාවට අදාළ වෙන්නේ නෑ. අපි මේ කතා කරන්නේ සම්පූර්ණ කාම සුඛයක්. අන්න එබඳු ඒ පංච කාමයන් ආශ්‍රිත සුඛයකදී තමයි එතකොට අර රාග අනුසයක් වැඩෙන්නේ.

නමුත් ඉන් අයින් වෙලා අපි මේ අධ්‍යාත්මය දියුණු කරලා භාවනාවක් හරහා ලබන නිරාමිස ප්‍රීතියක නිරාමිස සුවයක ඒ තියෙන සතුටේ, ඒ තියෙන නිරාමිස ප්‍රීතියේ ඇත්තටම අනුසය ස්වභාවයක්, ඒ කියන්නේ රාග අනුසයක් ගැබ් වෙලා නැහැ කියලා මේ ධම්මදින්නා රහත් තෙරණිය පැහැදිලි කරලා දෙනවා. ඒ වගේ තවත් පැත්තක් පෙන්වනවා. අපි හිතමු කෙනෙකුට නිවන් දකින්න උවමනාවක් තියෙනවා. හැබැයි තාම ඒක ඉෂ්ට උනේ නෑ. ඒ හරහා හිතේ තරමක කනස්සල්ලක් තියෙනවා. මේක අර දුක් කෙළවර කරගැනීම සඳහා තියෙන උවමනාව තාම ඉෂ්ට නොවීම සම්බන්ධයෙන් තියෙන කනස්සල්ලක් නිසා මේක සම්බන්ධයෙන් පටිස අනුසය වැඩෙන්නේ නැහැ කියලා ධම්මදින්නා රහත් තෙරණිය කියනවා.

ඉතින් මේ අනුව අපිට තේරෙනවා, විශේෂයෙන්ම පංච කාමයන් හා සම්බන්ධ ලොකික දේවල් හා සම්බන්ධ විමේදි තමයි අපි තුළ මේ අනුසය ධර්මයන් වර්ධනය වෙලා තියෙන්නේ. දැන් මේ වේදනාව ගැන කරන ධම්මදින්නා රහත් තෙරණියගේ විස්තරය අනුව, අපි සැප වේදනාවක් විදිද්දි මේකෙන් රාගානුසයක් ඇති කරගන්නේ නැතිව සැප විදින්නේ කොහොමද? දුක් වේදනාව හරහා යද්දි මේකෙන් ගැටෙන්නේ නැතිව, පටිසානුසයක් වැඩෙන්නේ නැති විධියට මේක හරහා යන්නේ කොහොමද? ඒ වගේම උපේක්ෂා වේදනාවක් විදිනකොට මේකෙන් අවිද්‍යාවක් වැඩෙන්නේ නැති විධියට විදින්නේ කොහොමද? කියන පැත්තක් එහෙනම් හිතන්න වෙනවා. ආශ්‍රවයන් ක්ෂය වෙන විධියට, අනුසය ධර්මයන් ප්‍රභාණය වන විධියට කටයුතු කරන්නේ කොහොමද කියලා අපිට හොයන්න සිද්ධ වෙනවා. හැබැයි ඒ දේවල් අපි දන්නේ නැත්නම්, ඒ දේවල් අපි හෙවිවේ නැත්නම්, හැමදුම අනුසය ධර්මයන් ආශ්‍රව ධර්මයන් වැඩෙන එකම තමයි වෙන්නේ. ඉතින් ඔය කටයුත්තේදී තමයි ඇත්තටම භාවනාවක් ප්‍රයෝජනවත් වෙන්නේ.

තව ලස්සන සූත්‍රයක් තියෙනවා ‘එස්සමූලක සූත්‍රය’ කියලා.²⁰ එතෙන්දිත් හොඳ විචරණයක් මේ වේදනාව සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙනවා. එතෙන්දි පෙන්නලා දෙනවා “සුඛවේදනියං, භික්ඛවෙ, එසසං පටිච්ච උප්පජ්ජති සුඛා වෙදනා” සුඛ වේදනාවට තුඩු දෙන ස්පර්ශයක් නිසා සුඛ වේදනාවක් හටගන්නවා. ඒ වගේම කියනවා “දුක්ඛවේදනියං, භික්ඛවෙ, එසසං පටිච්ච උප්පජ්ජති දුක්ඛා වෙදනා” ඒ කියන්නේ දුක්ඛ වේදනාවකට තුඩු දෙන ස්පර්ශයක් නිසා දුක්ඛ වේදනාවක් හටගන්නවා. “අදුක්ඛමසුඛවේදනියං, භික්ඛවෙ, එසසං පටිච්ච උප්පජ්ජති අදුක්ඛමසුඛා වෙදනා” නොදුක් නොසුව වේදනාවකට තුඩු දෙන ස්පර්ශයක් නිසා නොදුක් නොසුව වේදනාවක් හටගන්නවා. අපිට තේරෙනවා දැන් ස්පර්ශය නිසයි වේදනාව හටගන්නේ. හැබැයි ස්පර්ශ ජාති තියෙනවා. ඒ කියන්නේ නොදුක් නොසුව වේදනාවකට තුඩු දෙන ස්පර්ශයක් නම් හමු වුණේ, ඒ හරහා ඇති වෙන්නේ උපේක්ෂා වේදනාවක්. දුක්ඛ වේදනාවකට තුඩු දෙන ස්පර්ශයක් නම් සිද්ධ වුණේ, ඒ හරහා ඇති වෙන්නේ දුක් වේදනාවක්. සැප වේදනාවකට තුඩු දෙන

²⁰ සංයුත්ත නිකාය, වේදනා සංයුත්ත, සගාථාවග්ග, එස්සමූලක සූත්‍රය

ස්පර්ශයක් නම් සිද්ධ වුණේ, ඒ හරහා ඇති වෙන්නේ සැප වේදනාවක්. එතකොට මෙන්න මේ වේදනා තුන තනිකරම ස්පර්ශය මත යැපෙනවා. ස්පර්ශය නිසා තමයි එය සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ නිසා අපිට වේදනාවක් එක පාරටම ගන්න බැහැ ස්පර්ශයක් නැත්නම්. “එසෂ පච්චයා වෙදනා” කියන එක්තරා ප්‍රබල සන්ධිස්ථානයක් මේ හරහා මතු වෙනවා. ඊළඟට ‘නන්දකොවාද’ කියන සූත්‍රයේ මේ කාරණය පැහැදිලි කරනවා “තජ්ජං තජ්ජං, පච්චයං පටිච්ච තජ්ජා තජ්ජා වෙදනා උප්පජ්ජන්ති”²¹ කියලා. ඒ ඒ වේදනාවලට තුඩු දෙන ස්පර්ශය නිසා තමයි ඒ ඒ වේදනාව හටගන්නේ. අර කලින් කියපු ප්‍රකාශම දැන් හකුළුවලා පෙන්වලා තියෙනවා. ඒ අනුව අපිට තේරෙනවා ස්පර්ශය නිසයි වේදනාව හටගන්නේ. එහෙම නම් අපි වේදනාවක් බලද්දී ස්පර්ශයටත් පොඩ්ඩක් හිත යොමු කරනවා කියන එක ඉතාම වටිනවා. ඒ පැත්තට අපි පොඩ්ඩක් අවධානය යොමු කරනවා නම් ලොකු ගැඹුරු දහමක් මේ හරහා මතු කරගන්න අපිට අවස්ථාව තියෙනවා.

අපි හිතමු දැන් ඔන්න අපි භාවනාවකට පෙළඹෙනවා. ඉතින් එක පාරටම වේදනාව බලන්න ටිකක් අමාරුයි. මොකද හුඟක් වෙලාවට සැප වේදනාවට හිත ඇලෙනවා. දුක් වේදනාවක් එක්ක හිත ගැටෙනවා. නොදුක් නොසුව වේදනා අපිට මගහැරෙනවා. ඉතින් මේ ප්‍රශ්නය නිසා එක පාරටම වේදනාවක් බලන්න අමාරු ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසා අපිට සාමාන්‍යයෙන් හිතේ යම් පමණක එකඟතාවක් සමාධියක් අවශ්‍ය වෙනවා වේදනාවක් බලන්න නම්. ඒ නිසා අපි හිතමු ආනාපාන සතිය වගේ භාවනාවක් කරලා අපි අපේ හිතේ යම් පමණක සමාධි ගතියක් හදගන්නවා. හිතේ ඒකාග්‍රතාවක් හදගන්නවා. ඒකාග්‍රතාවක් හදගෙන අපි යනවා වේදනාවක් බලන්න. අපි හිතමු ඔන්න දැන් අපේ කයේ කොහේ හරි වේදනාවක් දැන් මතු වෙලා තියෙනවා. අපි හිතමු මේක දුක් වේදනාවක් කියලා. මේ දුක් වේදනාව දැන් අපි බලන්න යන්නේ විසිරිවිච මනසකින් නෙවෙයි. ඇතුළේ කතාවක් සහිත බොහොම වික්ෂිප්ත මනසකින් නෙවෙයි; එකඟ වෙච්ච මනසකින් තමයි දැන් මේ වේදනාව අපි බලන්න යන්නේ. දැන් මේ බලන්න යන්නේ “මේක මගේ වේදනාවක්ය, මේ වේදනාව කොයි වෙලාවේ අයින් වෙයිද? මේක මගේ

²¹ මජ්ඣිම නිකාය, උපරිපණ්ණාස, සළායතනවග්ග, නඤ්ජකොවාද සූත්‍රය

මේ බැලීම හරහා ඉක්මනට අයින් වෙලා යයිද?” ඒ වගේ ආකල්පයකින් නෙවෙයි.

මෙතැනදී වෙන්තේ මෙයාට දැන් මේ ධර්මයක් දියුණු කරගැනීම සඳහා අමුද්‍රව්‍ය හම්බ උනා වගේ දෙයක්. මොකද, දැන් හිතේ හැදිවිච සමාධියක් තියෙනවා. ඒකාග්‍රතාවක් තියෙනවා. දැන් මේ හැදිවිච සමාධිය, ඒකාග්‍රතාව පාවිච්චි කරන්න දැන් ඔන්න අමුද්‍රව්‍ය ටිකක් ලැබිලා තියෙනවා. ඒ අමුද්‍රව්‍ය ටික තමයි වේදනාව කියන්නේ. එහෙම නැත්නම්, කියන්න පුළුවන් යම් කිසි පරීක්ෂණයක් සඳහා උචමනා කරන, පරීක්ෂණයට ලක් වෙන දේ තමයි ඔන්න ලැබිලා තියෙන්නේ. ඉතින් එක අතකින් සතුටු වෙන්න පුළුවන් දැන් මෙබඳු දෙයක් තිබුණේ නැත්නම් ඉගෙනගන්න විධියක් නෑ; ඒ සඳහා අමුද්‍රව්‍ය නෑ. සම්පත් නෑ. නමුත් දැන් ඔන්න ඒ සඳහා උචමනා කරන අමුද්‍රව්‍ය, නැත්නම් සම්පත් ලැබිලා තියෙනවා. ඒ තමයි වේදනාව කියන්නේ. දුක් වේදනාව වෙන්ත පුළුවන්. අපි හිතමු ඒ වේදනාවට හිත නංවනවා; හිත වේදනාව අරමුණු කරනවා. නැවත නැවත වේදනාව අරමුණු කරන්න අරමුණු කරන්න අපේ අර කලින් ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසය හරහා හැදිවිච සමාධි ස්වභාවය මේ අලුතින් හටගත්ත වේදනාවේ එකඟ වෙන්ත පටන්ගන්නවා. ඒ කියන්නේ, මුලින් හිත එකඟ වෙලා තිබුණේ නාසිකා අග්‍රයේ. දැන් මේ වේදනාව හටඅරගෙන තියෙන්නේ දණහිසේ නම්, නැවත නැවත එතන අරමුණු කිරීම හරහා හිතේ සමාධිමත් භාවය දැන් ක්‍රමානුකූලව ටිකෙන් ටික දණහිසට මාරු වෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. අපි මේකම නැවත නැවත කළා නම්, අන්තිමට බොහෝම සමාධිමත් හිතක් ඇති වෙනවා දණහිසේ. නාසිකා අග්‍රයේ නෙවෙයි හිත එකඟ වෙලා තියෙන්නේ අර වේදනාව ක්‍රියාත්මක වෙන දණහිසේ.

අපි තව දුරටත් මේ කටයුත්තේම යෙදෙනවා. මේ කටයුත්තේම යෙදෙනකොට මෙහෙම අපි හිතමු - ආනාපාන සතිය වඩනකොට අපිට එක පාරටම මේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයේ වෙනස්කම් තේරුණේ නැහැ. අපි බොහෝම සරලව “සතොච අසසසති සතොච පසසසති” සතිමත්ව හුස්ම ගන්නවා; සතිමත්ව හුස්ම හෙළනවා. නමුත් මේක ගැඹුරට යන්න යන්න තමයි මේකේ තියෙන සියුම් ස්වභාවයන් අපිට හඳුනාගන්න පුළුවන් වුණේ. එක ආශ්වාසයක් දිගයි. තව ආශ්වාසයක් කොටයි. නැත්නම්

ආශ්වාසය සිසිල්. ප්‍රශ්වාසය උණුසුම්. ඔන්ත ඔය වගේ දේවල් අපිට තේරුණේ ටිකක් කල් යනකොට. අන්ත ඒ වගේ තමයි මේ වේදනාව බලන්න ගියාමත් එක පාරටම මේකේ තියෙන හැඩතල විස්තර ඔක්කොම තේරෙන්නේ නැහැ. නමුත් අපි නැවත නැවත මේ දෙයෙහි යෙදීම නිසා ඔන්ත ටිකක් විස්තර ජේනවා. එතකොට මුලින් අපිට මේකේ තනි වේදනාවක් තේරුණේ. පස්සේ හිත සියුම් වෙන්න සියුම් වෙන්න, හිතේ සම්පජ්ඣාය වැඩෙන්න වැඩෙන්න, අපි හිතමු මෙතන වේදනා හතරක් හම්බ වෙනවා. දැන් වේදනා හතරම බලනවා. වේදනා හතරක් තියෙන බව දැන් තේරෙනවා. සමහර වෙලාවට බලනකොට මේ වේදනාව පහක් වෙනවා, අටක් වෙනවා, දහයක් වෙනවා, විස්සක් වෙනවා. මේ වගේ මෙතන තියෙන වේදනා සංඛ්‍යා වශයෙන් ගත්තොත් අපට තේරෙනවා ‘මෙතන තනි වේදනාවක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා නෙවෙයි, මෙතන වේදනා රැසක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා’ කියලා.

මෙතෙක් අපිට කිට්ටු කරගන්න පුළුවන් බුදුරජාණන් වහන්සේ වේදනාව සම්බන්ධයෙන් දීපු උපමාවක්. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “වේදනා බුබුළුපමා” කියලා. ඵෙණ පිණ්ඩුපම සුත්‍රයේදී මේ උපමාව එනවා. ඒ උපමාව තේරුම්ගන්න අපි මෙහෙම හිතමු. ජලාශයක් තියෙනවා. ඒ ජලාශයට වැහි බින්දුවක් වැටෙනවා. වැහි බින්දුවක් වැටුණාම එතනම ජල බුබුළක් හටගන්නවා. ඒක බිඳිලා යනවා. ඊළඟට ඔන්ත තවත් වැහි බින්දුවක් වැටෙනවා. එතකොට ආයෙත් ජල බුබුළක් හටගන්නවා. ඒකත් බිඳිලා යනවා. ආයෙත් වැහි බින්දුවක් වැටෙනවා. ආයෙත් එතන ජල බුබුළක් හටගන්නවා; බිඳිලා යනවා. ඉතින් අපි කාටත් දැන් මේක තේරෙනවා. ඊට පස්සේ හිතමු දැන් මෙතනට ඔන්ත වැහි බින්දු රැසක් වැටෙනවා. වැහි බින්දු රැසක් වැටෙනකොට එතන එතන ජල බුබුළු හටගන්නවා, පිපිරිලා යනවා. බුබුළු හටගන්නවා, බිඳිලා යනවා. එතන එතන ජල බුබුළු හටගන්නවා, බිඳිලා යනවා. මෙන්න මේක තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන උපමාව වේදනාව හා සම්බන්ධයෙන්. එතකොට කෙනෙකුට ඇතැම් විට මේ වේදනාව හොඳින් නිරීක්ෂණය කරනකොට අර වගේ වේදනා රැසක් මෙතන තියෙනවා කියලා තේරෙන්න පුළුවන්. තේරෙන වෙලාවේදී අපි බලන්න උත්සාහවත් විය යුතුයි මේ තනි තනි වේදනාවක් සම්බන්ධයෙන්. දැන්

මේ කතා කරන්නේ ඉතාම සුඤ්චි දෙයක්. ඉතාම සියුම් වේදනා රැසක් මෙතන දැන් තියෙන්නේ. ඒ ගොන්නේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් තමයි අපිට අර 'තනි වේදනාවක්' වශයෙන් දැනුණේ. නමුත් දැන් මෙතන 'එකක්' නෑ. දැන් මෙතන 'රැසක්' තියෙන්නේ. හැබැයි දැන් අපි බොහෝම සියුම් සතියකින්, එකග වෙච්ච හිතකින් අර තනි තනි වේදනාවට සිද්ධ වෙන්නේ මොකක්ද කියලා බලනවා. එතකොට අපිට බුදුරජාණන් වහන්සේ අර දීපු උපමාවට ටිකක් සමාන අත්දැකීමක් ලැබෙන්න ඉඩ තියෙනවා. අපිටත් තේරෙන්න පුළුවන් මෙන් මේ වේදනාවක් මෙතන හටගන්නවා, නැති වෙලා යනවා. තව එකක් තව තැනක හටගන්නවා, නැති වෙලා යනවා. තව තැනක හටගන්නවා, නැති වෙලා යනවා. තව තැනක හටගන්නවා, නැති වෙලා යනවා. හිතේ මවාගන්න පුළුවන් නම්, අපිට අර වැහි බිත්දු වැටෙන වැටෙන වෙලාවට ජල බුබුළු හට අරගෙන පිපිරිලා යන එක, අන්න එබඳුම ස්වභාවයක් මෙතනත් කෙනෙකුට සමහර විට වැටහෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඉතින් මේ වගේ උපමා හරහා අපි හිතමු, අපි දැන් ටික ටික මේකේ විස්තර දකිනවා. මෙතන මේ තියෙන ඇති විම් නැති විම් ස්වභාවය ටික ටික තේරුම් යනවා.

මේ වේදනා සම්බන්ධයෙන් මොන වගේ දෙයක්ද බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ කියන එක මෙතනට පොඩ්ඩක් ඕන්නම් කිට්ටු කරගන්න පුළුවන්. අර දුතිය ද්වයං සුත්‍රයේදීම බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රකාශ කරනවා ස්පර්ශය නිසයි, වේදනාව සංඥාව චේතනාව හටගන්නේ කියලා. එහෙම ප්‍රකාශ කරලා ඊළඟට ඒ වේදනා සංඥා සංඛාර සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙහෙම ප්‍රකාශයක් කරනවා. "ඉඤ්චෙපි ධම්මා වලා වෙච ව්‍යයා ච අනිච්චා විපරිණාමිනො අඤ්ඤාභාවිනො" ඔන්න මේවගේ ලක්ෂණ කිහිපයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියලා දෙනවා. එකක් තමයි මේවා සෙලවෙනවා; ඒ වගේමයි මේවා වැය වෙලා යනවා; දුරු වෙලා යනවා; ඝය වෙලා යනවා. "අනිච්චා" මේවා අනිත්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙනවා. ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයෙන් යුක්තයි. "විපරිණාමිනො" විපරිණාමයකට ලක් වෙනවා; වෙනස් වීමකට ලක් වෙනවා. "අඤ්ඤාභාවිනො" තියෙන ස්වභාවයෙන් අන්‍ය ස්වභාවයකට පත් වෙනවා. අන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ සිද්ධාන්තයක් වශයෙන් කියලා දෙනවා, මේ

වගේ තත්ත්වයක් තමයි වේදනාවටත් උරුම වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට අපි දැන් මේ වේදනාව දිහා බලාගෙන ඉන්නකොට සමහර විට එක එක වේදනාවක් හටගන්නවා, නැති වෙලා යනවා. තවත් එකක් හටගන්නවා, නැති වෙලා යනවා. තව එකක් හටගන්නවා, නැති වෙලා යනවා. “සමුදයධම්මානුපසස්සි වා වෙදනාසු විහරති, වයධම්මානුපසස්සි වා වෙදනාසු විහරති, සමුදයවයධම්මානුපසස්සි වා වෙදනාසු විහරති” කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේත් කියලා දෙනවා. ඒ කියන්නේ දැන් මේ වේදනාවේ ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය දකිමින් අපි භාවනාවේ යෙදෙනවා. දැන් මේ එක වේදනාවක් දැකලා මේක ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නැහැ; අපිට සමහර විට සියදහස් වාරය නැවත නැවත අපේ හිතට මේක පෙන්නලා දෙන්න වෙනවා.

මේ අනුව භාවනාවක් බහුලිකාත කිරීම කියන එක ඉතාම වැදගත්. ඇත්ත වශයෙන්ම සිද්ධාන්ත වශයෙන් ගත්තොත් අපේ තර්ක ඥානයෙන් මේක විමසන්න පුළුවන්. “මේකේ එකක් දැක්කා. ඒක ඇති වෙලා නැති වෙලා ගියා. ඒක අනිත්‍යයි. ඔක ආයේ දැක්කත් ඔව්වරමයි” කියලා කෙනෙක් කියන්න ඉඩ තියෙනවා; තර්කයට නගන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් ඒ තර්කය මෙතෙන්ට අදාළ නෑ; ඒ තර්කය මෙතෙන්ට ගැළපෙන්නේ නැහැ. මොකද, මේ එකක් දැක්කා කියලා අපේ හිතට ඒක ප්‍රමාණවත් නැහැ. ඒ නිසා අපේ හිතට මේක හොඳට ඒත්තු යනකල්, අපේ හිතේ ගැඹුරේ මේ සිද්ධාන්තය හොඳට කාවදිනකල්, ගැඹුරින්ම මේක ප්‍රත්‍යක්ෂයක් වශයෙන්ම වැටහෙනකල් මේක පෙන්නලා දෙන්න වෙනවා. එහෙම නැත්නම් අපි හැමෝටම, වැඩිහිටියෝ වශයෙන් අපිට තේරෙනවා මේ දේවල් ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා කියලා. මේවා මේ දිගට තියෙන දේවල් නෙවෙයි. මේක අපි කාටත් තේරෙනවා. ඉස්කෝලෙ යන ළමයෙකුටත් තේරෙනවා. නමුත් මේ දේවල් අපි එබඳු තර්කයකින්, නැත්නම් සුතමය ඥානයකින් දැනගත්තා කියලා ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නෑ. ඒක හරියට අනුන්ගේ දැනුමක් පමණයි.

නමුත් අපි මේ එකඟ වෙච්ච හිතක් හදගෙන, හිතේ සමාධියක් හදගෙන නැවත නැවත මේක දකින්න දකින්න තමයි අන්න හිත තේරුම්ගන්නේ. හිත තේරුම්ගන්නේ ඉතාම ගැඹුරකින්. මොකද මේ වෙලාවෙදී අපි ‘අනිත්‍යයි අනිත්‍යයි’ කියලා මෙනෙහි කරන්නේ නෑ.

මේ වෙලාවේදී අපි මේක ‘දුකයි දුකයි’ කියලා කියන්නෙන් නෑ. හිත තියෙන්නේ බොහොම නිශ්ශබ්දව. ඇතුළේ කතාව සමනය වෙලා. හිත බොහොම නිශ්ශබ්දයි. නිශ්ශබ්ද මනසකින් මේ වේදනාවේ හැසිරීම, වේදනාවේ ස්වභාවය අපි නැවත නැවත නිරීක්ෂණය කරනවා. ඒ නැවත නැවත නිරීක්ෂණය කරද්දී තමයි කෙනෙකුට වැටහෙන්නේ මේ වේදනාවේ නිරන්තරයෙන්ම සෙලවෙන ගතියක් තියෙනවා. නිරන්තරයෙන්ම ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක් තියෙනවා. නිරන්තරයෙන්ම අන්‍ය ස්වභාවයට පත් වෙන ගතියක් තියෙනවා. දැන් තියෙන විදිහ නෙවෙයි තව මොහොතකින් තියෙන්නේ. “මේවයේ නිරන්තර අනිත්‍ය ස්වභාවයක්, ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක් තමයි තියෙන්නේ” කියලා කෙනෙකුට ගැඹුරින් කාවදින්න පුළුවන්; ගැඹුරින් වැටහෙන්න පුළුවන්.

තවත් ඕනෑම අපිට මේකට කිට්ටු කරගන්න පුළුවන් බුදුරජාණන් වහන්සේ ‘දීඝනඛ’ කියන සූත්‍රයේ කළ ප්‍රකාශයක්. එතෙත්දිත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අග්ගිවෙස්සන කියන, දීඝනඛ පරිබ්‍රාජකයට කියනවා “සුඛාපි බො, අග්ගිවෙස්සන, වේදනා අනිච්චා සඛ්ඛතා පටිච්චසමුප්පන්නා ඛයධම්මා වයධම්මා විරාගධම්මා නිරොධධම්මා” කියලා. ඔය විධියට බුදුරජාණන් වහන්සේ සූත්‍ර ගණනාවකම මේ වේදනාවේ ස්වභාවය විස්තර කරනවා. එතෙත්දිත් කියන්නේ මේ හටගන්නා සැප වේදනාවක්, ඒ වගේමයි දුක් වේදනාවක්, නොදුක් නොසුව වේදනාවක්, කොයික වුණත් එතන තියෙන්නේ අනිත්‍ය වූ ස්වභාවයක්. ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක්. ඒ වගේමයි ‘සඛ්ඛතා’ එතන තියෙන්නේ සකස් වෙච්ච ස්වභාවයක්. ඒ වගේමයි ඒවා හේතු නිසා හටගෙනයි තියෙන්නේ; පටිච්ච සමුප්පන්නයි. ස්පර්ශය නිසා හටගෙන තියෙන්නේ. එයාට තනියෙන් හටගන්න හැකියාවක් නෑ. ‘ඛයධම්මා’ ඒක ක්ෂය වෙලා යන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. ‘වයධම්මා’ ඒක වැය වෙලා යන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. ‘නිරොධධම්මා’ ඒක නිරුද්ධ වෙලා අවසන් වෙලා යන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. මෙන්න මේ විධියට අපිට අපේ අත්දැකීම බුද්ධ වචනයන් එක්ක හොඳට සසඳගන්න හොඳට අවස්ථාව තියෙනවා.

අපි හිතමු කෙනෙක් මේ කටයුත්තේ නැවත නැවත යෙදෙනවා. නැවත නැවත යෙදෙන්න යෙදෙන්න සිතේ ලොකු පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙනවා. මේක අපි පොතක් බලලා බණක් අහලා ලබන පරිවර්තනයට වඩා ඉතාම ගැඹුරු මට්ටමකින් දැන් මේ භාවනාවක් හරහා හිතේ ලොකු පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ මොකක්ද? දැන් මේ වේදනාව 'ටිකක් ඇතිත් බලන ගතියක්' හිතේ ඇති වෙන්න පුළුවන්. දැන් මේ වේදනාව තව දුරටත් 'මගේ' වේදනාවක් නෙවෙයි. දැන් මේක 'කයේ' වේදනාවක්. නැත්නම් මේක 'හුදු වේදනාවක්'. ඒ වගේමයි දැන් තමන්ට පොඩ්ඩක් වේදනාවෙන් අයිත් වෙලා වගේ බලන්න පුළුවන් හැකියාවක් හිතේ හැදෙන්න පුළුවන්. දැන් තව දුරටත් හිත ගැටෙන්නේ නැහැ දුක් වේදනාවක් හටගත්තත්. ඒ වගේමයි සැප වේදනාවක් හටගත්තත් තව දුරටත් ඇලෙන්නේ නෑ. මොකද මේකෙන් දැන් ටිකක් අයිත් වෙලා. සැප වේදනාවක් හටගත්තත් අර ලක්ෂණ ටිකම තියෙනවා. "ඒකත් අනිත්‍යයි, ඒකත් ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා, ඒකත් ක්ෂය වෙලා යනවා, ඒකත් වැය වෙලා යනවා, ඒකත් තියෙන ස්වභාවයෙන් අන්‍ය ස්වභාවයකට පත් වෙනවා" කියලා අන්න තමන්ට තේරෙනවා. දුක් වේදනාවක් හටගත්තත් ඒකත් ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා, අනිත්‍ය ලක්ෂණයෙන් යුක්තයි, ඒ වගේමයි විපරිණාමයකට ලක් වෙනවා, වෙනස් වීමකට ලක් වෙනවා, ක්ෂය වෙලා යනවා, වැය වෙලා යනවා කියලා තේරෙනවා. ඒ වගේමයි උපේක්ෂා වේදනාවක් හටගත්තත් ඔය වගේමයි. ඉතින් බැලුවාම තුනම එකයි. තුනේම තියෙන්නේ එක අතකින් බැලුවාම එකම හැසිරීමක්. තුනටම 'පොදු ලක්ෂණ' තමයි තියෙන්නේ.

කෙනෙක් මේකේ තියෙන මේ පොදු ලක්ෂණ බලන්න පටන්ගත්තට පස්සේ මෙතන නිරන්තරයෙන් තියෙන මේ ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවය දකින්න දකින්න, ඒ වගේම "නිරන්තරයෙන් මේ ඇති වීම් නැති වීම් දෙකෙන් පෙළෙනවා නේද මෙතන පීඩාවකට ලක් වෙනවා නේද" කියලා තේරුම්ගන්න තේරුම්ගන්න ඒකට කියනවා 'දුක් බලක්ෂණය' කියලා. ඒ වගේමයි "මේ කිසිම දෙයක් මට පාලනය කරන්න බැහැ නේද" කියලා තේරෙන්න තේරෙන්න අන්න මෙතනදි 'අන්‍යාත්ම ලක්ෂණයකුත්' වැටහෙනවා. දැන් මේ වගේ අපිට වේදනානුපස්සනාව තුළින් ලොකු ප්‍රඥාවක් අවදි කරගන්න අවස්ථාව

තියෙනවා. දැන් මේක තවත් ගැඹුරකට අරගෙන යන්න පුළුවන්. අද අපි මූලික කිව්වේ ස්පර්ශය නිසයි මේ වේදනාව හටගන්නේ. එක සියුම් වේදනාවක් හටගන්න තැනට අපේ අවධානය යොමු කරගෙන ඉන්නකොට අපිට තේරෙනවා නම් ඇයි මේ වේදනාව හටගන්නේ? නැත්නම් මේකට හේතුව මොකක්ද? ඒක පොඩ්ඩක් විමසිලි නුවණකින් තීක්ෂණ නුවණකින් බලාගත ඉන්න පුළුවන් නම්, සමහර විට මොකක් හෝ ඇතිල්ලෙන ස්වභාවයක්, ගැටෙන ස්වභාවයක් සමහර විට අපිට හඳුනාගන්න පුළුවන් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඉතින් ඒකට සාමාන්‍යයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ බොහොම සරල උපමාවක් දෙනවා. ඒ කාලේ බොහොම වියළි දර කෝටු දෙකක් එකට අතුල්ලා ඒකෙන් ඇති වෙන ගිනි පුළිඟුවකින් තමයි ගින්නක් අවුළුවාගෙන තියෙන්නේ. මෙන්න මේ වගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා බොහොම වියළි දර කෝටු දෙකක් එකට අතුල්ලා අතුල්ලා ඉන්නවා නම් එතන හටගන්නවා රස්තේ ගතියක් - තාපයක් හටගන්නවා. හැබැයි ඕක ඇත් කරලා තිබ්බොත් හෙම ඒ හටගත්ත රස්තය උණුසුම ආයෙන් නැති වෙලා යනවා; ක්ෂය වෙලා යනවා. මෙන්න මේ වගේ කියලා කියනවා, ස්පර්ශය නිසා වේදනාව හටගන්නා ආකාරය. ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙන්න සිද්ධ වෙන්න, එතන එතන වේදනාවක් හටගන්නවා. ස්පර්ශය සිද්ධ නොවෙන්න නොවෙන්න, අන්න ඒ හටගත්ත වේදනාව ක්ෂය වෙලා ක්ෂය වෙලා යනවා. මෙන්න මෙබඳු ස්වභාවයක් තමයි තියෙන්නේ.

“එසස පච්චයා වෙදනා” කියන මේ සන්ධිස්ථානය අපි තේරුම්ගන්න හදනවා නම්, නැත්නම් මේක අපි ප්‍රත්‍යක්ෂයක් වශයෙන් දැකගන්න හදනවා නම්, පටිච්ච සමුප්පාදයේ තියෙන ඉතාම හොඳ සන්ධිස්ථානයක් තමයි මේ අපිට හම්බ වෙන්නේ. ප්‍රඥාව දියුණු කරගන්න තියෙන ඉතාම වටිනා සන්ධිස්ථානයක් තමයි මේ හම්බ වෙන්නේ. මොකද? පටිච්ච සමුප්පාදයේ අංග මේ පින්වතුන් දන්නවා 12 ක් තියෙනවා. “අවිජ්ජාපච්චයා සඛ්ඛාරා; සඛ්ඛාරපච්චයා විඤ්ඤාණං; විඤ්ඤාණපච්චයා නාමරූපං.....”²² යනාදී වශයෙන් දිගට කියනවා. ඇත්තටම මේ අංග දෙළහම දැනගන්නවා වෙනුවට අපිට මේකේ මේ

²² සංයුක්ත නිකාය, නිදනසංයුක්ත, බුද්ධවග්ග, පටිච්චසමුප්පාද සූත්‍රය

දෙකක් දැකගෙන එතන තියෙන ඒ පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය වටහාගන්න පුළුවන් නම්, ඒ පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මතාව වටහාගන්න පුළුවන් නම් ඒක තමයි ඉතාම වටිනේ. මේ අංග දෙළහම කටපාඩම් කරගැනීම නෙවෙයි ඇත්ත වශයෙන්ම වටිනේ. මේ අංග දෙළහ යටත් වෙන න්‍යාය මොකක්ද? මේ අංග දෙළහ යටත් වෙන ධර්මතාව මොකක්ද? අන්න ඒ ධර්මතාව වටහාගන්න එක තමයි ඉතාම වැදගත්. ඒකට බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන නම තමයි “ඉද්දප්පච්චයතාව” කියන්නේ. ‘මෙය නිසා මෙය සිදු වේ’ වගේ තමයි මේක සිංහලට පරිවර්තනය කරන්න වෙන්නේ.

“ඉමසමීං සති ඉදං හොති, ඉමසසුප්පාද ඉදං උප්පජ්ජති.
ඉමසමීං අසති ඉදං න හොති, ඉමසස නිරොධා ඉදං නිරුජ්ඣති”²³

මේ විධියට තමයි මේ “ඉද්දප්පච්චයතාව” අර්ථ දක්වන්නේ.

“මෙය ඇති කල්හි මෙය වෙයි. මෙය ඉපදීමත් සමග මෙය උපදී.
“මෙය නැති කල්හි මෙය නොවේ. මෙය නිරුද්ධ වී යාමත් සමග මෙය නිරුද්ධ වී යයි.”

මෙන්න මේ න්‍යාය, මේ සිද්ධාන්තය අපි ස්පර්ශයටත් වේදනාවටත් යෙදුවොත් එතනදී කියන්න වෙන්නේ, “ස්පර්ශය ඇති කල්හි වේදනාවක් ඇත. දත් ස්පර්ශයේ හටගැනීමෙන් වේදනාවක් හටගනී. ස්පර්ශය නැති කල්හි වේදනාව නැත. ස්පර්ශය නිරුද්ධ වී යාමත් සමග වේදනාවත් නිරුද්ධ වී යයි”. ඉතින් අපිට මේ න්‍යාය හඳුනාගන්න පුළුවන් නම්, වේදනානුපස්සතාව හරහා අපි ඉතාම ගැඹුරු දහමකට තමයි කිට්ටු කරන්නේ. මොකද පින්වත්නි මේ පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය, මේ ඉද්දප්පච්චයතාව, මේ පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මතාව වටහාගන්නවා කියන එක සෝවාන් ආර්ය පුද්ගලයෙක්ගේ එක ලක්ෂණයක් කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ යම් කිසි කෙනෙකුට හොඳට ගැඹුරින් මේ න්‍යාය වැටහිලා තියෙනවා නම්, විනිවිද දැකලා තියෙනවා නම්, අන්න ඒ හැකියාව ආර්යයන් වහන්සේ කෙනෙක් සතු හැකියාවක් කියලා කියනවා. “අරියො ඤයො පඤ්ඤය සුද්ධො හොති

²³ සංයුක්ත නිකාය, නිදනසංයුක්ත, දසබලවග්ග, දසබල සූත්‍රය

සුප්පට්ඨිදො”²⁴ කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ සෝවාන් වෙච්ච ආර්යයන් වහන්සේ කෙනෙක් සතුයි මේ හැකියාව. ‘ආර්ය වූ න්‍යාය ප්‍රඥවෙන් හොඳින්ම දැක්කා; හොඳින්ම විනිවිද දැක්කා’ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. මොකක්ද මේ කතා කරන ආර්ය න්‍යාය? මේ කතා කරපු ඉදප්පච්චයතාව, මේ කතා කරපු පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මතාව - අන්ත ඒකයි න්‍යාය.

ඒ නිසා හොඳට වේදනානුපස්සනාවක් වඩන වෙලාවකදී අපිට පුළුවන් නම් වේදනාව හටගන්න හේතු වෙන ස්පර්ශයට හොඳ තීක්‍ෂ්ණ බවකින් යුක්තව පොඩ්ඩක් හිත තියාගන්න, ‘කොහොමද මේ ස්පර්ශය නිසා වේදනාව හටගන්නේ. කොහොමද ස්පර්ශය නැති වෙනකොට වේදනාවත් නැති වෙලා යන්නේ’ කියලා අපිට වැටහෙනවා නම්, අර ආර්ය න්‍යාය අපි වටහාගත්තා වෙනවා. නමුත් මෙතනින් අදහස් වෙන්නේ නෑ මේ න්‍යාය වටහාගන්න තියෙන එකම තැන මෙතනයි කියලා. මොකද මේ පටිච්ච සමුප්පාද අංග යුගල යුගල වශයෙන් ඉදප්පච්චයතාව තව වටහාගන්න ඕනෑ තරම් තැන් තියෙනවා භාවනාවේදී. කායානුපස්සනාවේදී වෙන්න පුළුවන්; වේදනානු පස්සනාවේදී වෙන්න පුළුවන්; චිත්තානුපස්සනාවේදී වෙන්න පුළුවන්; ධම්මානුපස්සනාවේදී වෙන්න පුළුවන්. සෑහෙන්න පරාසයක් තියෙනවා. මම මේ කියන්නේ එක අවස්ථාවක් වශයෙන්. මොකද? මෙතන එක අතකින් මේ න්‍යාය විස්තර කරන්න ඉතාම පහසුයි. ඒ වගේමයි ආරම්භයේදී අල්ලගන්න පුළුවන් තැනක් තමයි මේ පෙන්නලා දෙන්නේ.

ඒ නිසා ‘ස්පර්ශය නිසා වේදනාව හටගන්නවා’ කියන මේ කාරණාව අපිට විකක් ගැඹුරෙන් තේරුම්ගන්න පුළුවන් නම්, නැත්නම් ඒක ප්‍රත්‍යක්‍ෂයක් වශයෙන් වටහාගන්න පුළුවන් නම්, ඒ න්‍යාය වටහාගන්න පුළුවන් නම්, අන්ත එතනින් අපි ලොකු ගැඹුරු දහමක් තමයි අවබෝධ කරන්නේ. එතකොට මේ දේවල් හොඳට තේරෙන්න තේරෙන්න, මේවයේ තියෙන අනිත්‍ය ලක්‍ෂණය වැටහෙන්න වැටහෙන්න, ‘මේවා ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා නේද’ කියලා

²⁴ සංයුක්ත නිකාය, නිදනසංයුක්ත, ගහපතිවග්ග, පඤ්චවෙරහය සූත්‍රය

තේරෙන්න තේරෙන්න, ඒ වගේමයි 'නිරන්තරයෙන් මේ ඇති වීම් නැති වීම් දෙකෙන් මේක පෙළෙනවා නේද' කියලා තේරෙන්න තේරෙන්න, ඒ වගේම 'මේ කිසිම දෙයක් මට පාලනය කරන්න බෑ, මට කැමති විධියට නෙවෙයි සිද්ධ වෙන්නේ, කොච්චර සැප බලාපොරොත්තු උනත් මේකෙ දුකක් හටගන්නවා, දුක හටගන්නට පස්සේ මට කොයි තරම් දුක අයිත් කරගන්න උවමනා උනත් ඒක තියෙනවා, සමහර විට සැපට කැමති උනාට සැප මම කැමති විධියට තියෙන්නේ නෑ' කියලා මේ විධියට මේවයේ තියෙන මේ 'කිසි සේත්ම තමන්ගේ යටතේ පවතින්නේ නැහැ' කියන කාරණාව, මේ අනාත්ම දර්ශනය, තේරෙන්න තේරෙන්න අන්න හිතේ ඇති වෙනවා එක්තරා අන්දමකින් නිබ්බදවක්. හිතේ ඇති වෙනවා මේ සැප දුක් උපේක්ෂා කියන මේ වේදනා තුනම කෙරෙහි එක්තරා අන්දමකින් එපා වීමක්.

මෙහෙම වෙන්න වෙන්න, වේදනා ඇති වුණත් ඒවා මගේ කරගන්නේ නැතිව, ඒවා දැඩිව ග්‍රහණය කරගන්නේ නැතිව, ඒවත් එක්ක ඇලෙන්නෙ ගැටෙන්නේ නැතිව, ඒවායින් අයිත් වෙලා නිරීක්ෂණය කරන්න පුළුවන් හැකියාවක් හිතේ ඇති වෙනවා කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. ඒක බුදුරජාණන් වහන්සේගේම වචනවලින් කියනවා නම් මෙන්න මේ විධියට කියන්න පුළුවන්. "සුඛඤ්ඤ වේදනං වෙදෙති, 'සා අනිච්චා'ති පජානාති, 'අනඤ්ඤාසිතා'ති පජානාති, 'අනභිනඤ්ඤා'ති පජානාති"²⁵ ඒ කියන්නේ දැන් වේදනාවක් දැකගන්නවාලු 'ඒක අනිත්‍යයි නේද' කියලා. හිතේ යම් විරාගී ස්වභාවයකින් දැන් දැකගන්නවා 'මේක නම් අනිත්‍යයි' කියලා; මේක ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා. ඒ වගේමයි "අනඤ්ඤාසිතා'ති පජානාති" දැන් මේකට බැහැගන්න යන්නේ නෑ. සැප වේදනාවක් හටගත්තහම සාමාන්‍යයෙන් නම් අපි සැප වේදනාව අල්ලාගන්න ගතියක්, 'මගේ මගේ' කියාගන්න ගතියක්, ඒක අල්ලා බදගන්න ගතියක් තියෙනවා. දැන් මේ යෝගාවචරයාට තේරෙනවා 'මේකට බැහැගන්නේ නැහැ; හිත ඇල්ලුවේත් නැහැ' මේ සැප වේදනාව. ඊළඟට "අනභිනඤ්ඤා'ති පජානාති" මේකට ඇලෙන්න ගියෙත් නෑ, අභිනන්දනයක් කරන්න ගියෙත් නෑ. මේ සැප වේදනාවෙන් සතුටු වෙන්න ගියේ නෑ. මොකද,

²⁵ මජ්ඣිම නිකාය, උපරිපණ්ණාස, විහඬිගවග්ග, ධාතුච්ඡේදන සූත්‍රය

මේක ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක්. හිතේ ගැඹුරින් කාවැදිලා තියෙනවා මේ වේදනාවේ යථා ස්වභාවය. ඒ නිසාම මේක මේ ඇවිල්ලා යන දෙයක් බව තේරීවිච නිසා මේ ගැන ඉතින් උඩ පනින්න ගියේ නෑ. මේ ගැන සාදයක් පවත්වන්න ගියේ නැහැ. මේක තාවකාලික දෙයක්. 'ඇති වෙලා නැති වෙලා යන දෙයක්' කියලා හිතේ යම් විරාගී ස්වභාවයක් හටගන්නවා. ඒ වගේමයි දුක් වේදනාව ගැනත් කියනවා. "දුක්කැඳව වෙදනං වෙදෙති, 'සා අනිච්චා'ති පජානාති, 'අනපේක්ෂාසිතා'ති පජානාති, 'අනභිනන්දිතා'ති පජානාති" ඒ වගේමයි නොදුක් නොසුව වේදනාව සම්බන්ධයෙනුත්.

දැන් මේ එකක්වත් එකකොට අල්ලා බදගන්න යන්නේ නෑ. එකක්වත් අස්සට රිංගගන්න යන්නේ නෑ. එකක්වත් සම්බන්ධයෙන් අභිනන්දනයක් කරන්න යන්නේ නෑ. හිතේ අමුතු සතුටු වීමක් දුක් වීමක් වෙන්න යන්නේ නෑ. දැන් හිත වික වික උපේක්ෂාවක පිහිටලා කටයුතු කරන්නේ. කායික සැපයක් දැනුණත් හිත තියෙනවා උපේක්ෂාවක. කායික දුකක් දැනුණත් හිත තියෙනවා උපේක්ෂාවක. දැන් මේක කොයි තරම් තවත් ගැඹුරකින් විස්තර කරනවාද කියනවා නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා "සුඛකැඳව වෙදනං වෙදෙති, විසංයුතො නං වෙදෙති"²⁶ ඒ කියන්නේ සැප වේදනාවක් විඳිනවාලු ඒකෙන් අයිත් වෙලා. ඒ වගේමයි "දුක්කැඳව වෙදනං වෙදෙති, විසංයුතො නං වෙදෙති" දුක් වේදනාවක් විඳිනවාලු ඒ දුක් වේදනාවෙන් අයිත් වෙලා. "අදුක්කමසුඛකැඳව වෙදනං වෙදෙති, විසංයුතො නං වෙදෙති" නොදුක් නොසුව වේදනාවක් - උපෙක්ෂා වේදනාවක් විඳිනවාලු ඒකෙන් අයිත් වෙලා. හරියට අපි නිකං 'තෙවැන්නෙක්' බවට පත් වෙලා. අපි නිකං 'අනුන්' බවට පත් වෙලා දැන් මේ වේදනා හරහා යනවා. හිත දැන් ඒවයින් අයිත් වෙලා. හිතයි වේදනාවයි අතර එක්තරා අන්දමින් දුරස්ථ භාවයක් හට අරගෙන තියෙනවා.

මන්න මය වගේ ස්වභාවයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ 'මේ වේදනානුපස්සනාවේ යෙදීම හරහා සිද්ධ වෙනවා' කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ මේ දවසකින් දෙකකින් වෙන දෙයක් ගැන නෙවෙයි කතා

²⁶ මජ්ඣිම නිකාය, උපරිපණ්ණාස, විහඞ්ගවග්ග, ධාතුච්ඡේදන සූත්‍රය

කරන්නේ. මේ තුළ නැවත නැවත යෙදෙන්න යෙදෙන්න අපේ හිතේ ලොකු පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙනවා. ඒකයි මම කලින් අවස්ථාවක කිව්වේ අපේ හිතේ ගැඹුරකින් විපස්සනාවක් වැඩෙනවා නම්, මේ දේවල් අපේ ජීවිතවල ලොකු පරිවර්තනයක් ඇති කරනවා. යම් හෝ පරිවර්තනයක් ඇති කරනවා. වර්යාත්මක වශයෙන් අපේ ජීවිත වෙනස් වෙනවා. අපි දේවල් අල්ලා බදුගත්ත ගතිය අයින් වෙලා ටිකක් මේවා සම්බන්ධයෙන් යම් පමණක උපේක්ෂා විමක්, දැඩිව ග්‍රහණය කරන්නේ නැතිව මේවායින් පොඩ්ඩක් ඇත් වෙලා ඉදිමක්, මේ දේවලුත් අපිත් අතර දුරස්ථ භාවයක් හටගන්න අවස්ථාවක් දැන් තියෙනවා.

වේදනානුපස්සනාව කියන්නේ එක අතකින් 'නිවන් දකින්න තියෙන කෙටි දුර්ග මාර්ගයක්' කියලා අති පූජනීය අපවත් වී වදල කටුකුරුන්දේ ඤාණනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා. මොකද? මේක ඉතාම ප්‍රබල මාධ්‍යයක්; හැබැයි ටිකක් දුෂ්කරයි. මොකද, දුක්ඛ වේදනාවක් එහෙම හරහා යනවා කියන එක ටිකක් අමාරුයි, ඒකට දරාගැනීමේ ශක්තියක් නැති කෙනෙකුට. හොඳ දරාගැනීමේ ශක්තියක් අධිෂ්ඨාන ශක්තියක් තියෙන කෙනෙක් නම්, ඕනෑම දුක්ඛ දරාගෙන ඒ ගැන විමසමින්, ඒකට ගැටෙන්නේ යන්නේ නැතුව, දැන් අපි අර විස්තර කරපු ආකාරයට ඒකෙන් ප්‍රයෝජනය ගන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඒ වගේමයි සැප වේදනාවක් උනත් ඒකත් එක්ක ඇලෙන්න යන්නේ නැතුව බැඳෙන්න යන්නේ නැතුව, මෙන්න මේ විස්තර කරපු ආකාරයට ඒකේ හැසිරීම පිලිබඳව එයා කොහොමද කටයුතු කරන්නේ කියලා ඒකෙන් ඉගෙනගන්න, ඒකෙන් ධර්මයක් අවබෝධ කරගන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඒ නිසා සැප වේවා, දුක් වේවා, උපේක්ෂා වේදනා වේවා, මේ මොන වේදනාවක් උනත් නිවැරදිව ඒ වේදනාව දකිනවා නම්, ඒ වේදනාවත් එක්ක අපි නිවැරදිව කටයුතු කරනවා නම්, ඒ තුළින් අපේ හිතේ ලොකු සතියක් දියුණු කරගන්න පුළුවන්. සම්පජ්ඣ්ඤායක් දියුණු කරගන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ ප්‍රඥාවත් දියුණු කරගන්න පුළුවන්. අවසාන ඉලක්කය එතනයි තියෙන්නේ. සතිය ප්‍රඥාව සම්පජ්ඣ්ඤාය ඔය වගේ ප්‍රබල ගුණ ධර්ම රාශියක් දියුණු කරගැනීම තමයි මේකේ අවසාන ඉලක්කය වෙන්නේ. ඒ ඉලක්කය සපුරා ලන, එහෙම නැත්නම් ඒ

ඉලක්කය පරිපූර්ණ කරන, ඉතාම ප්‍රබල කර්මස්ථානයක් තමයි එක අතකින් බැලුවාම වේදනානුපස්සනාව කියලා කියන්නේ.

වේදනාව සම්බන්ධයෙන්ම සුත්ත නිපාතයේ 'ද්වයනානුපස්සනා සූත්‍රයේ' එන ගාථා දෙකක් ඉදිරිපත් කරලා මම හිතුවා අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරන්න කියලා. ඒකේදී බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා

“සුඛං වා යදි වා දුක්ඛං, අදුක්ඛමසුඛං සහ;
අජ්ඣාතතඤ්ච බහිද්ධා ව, යං කිඤ්චි අභී වෙදිතං”

අපි පොඩ්ඩක් ඒක ලිහාගනිමු. “සුඛං වා යදි වා දුක්ඛං, අදුක්ඛමසුඛං සහ” ඒ කියන්නේ අපි කතා කරපු දේමයි. සැප වේදනාවක් වේවා, දුක් වේදනාවක් වේවා, නොදුක් නොසුව වේදනාවක් වේවා, “අජ්ඣාතතඤ්ච බහිද්ධා ව, යං කිඤ්චි අභී වෙදිතං” යම් ආධ්‍යාත්මික වශයෙන් දැනිවිච වේදනාවක්, නැතිනම් බාහිර වශයෙන් තේරිවිච වේදනාවක්.

“එතං දුක්ඛනි ඤ්ඤාන, මොසධමමං පලොකිතං”

දැන් මේ ඔක්කොගෙම තියෙන්නේ දුක්ක. මොකද මේ සැප වේදනාවක් කියලා අල්ලාගන හිටියත් ඒකත් අර කතා කරපු ලක්ෂණවලින් යුක්තයි.

දැන් මේ යෝගාවචරයාට මේක නැවත නැවත දැකින්න දැකින්න තේරෙනවා, මේ සැප වේදනාවයි කියලා හිතාගෙන හිටියට මෙනන මහා දෙයක් නැහැ, හරිම තාවකාලිකයි. ඔක්කොම ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා. කොයි වෙලාවක නැති වෙලා යනවාද කියලාවත් විශ්වාසයක් නැහැ. මෙනන තියෙන්නේ හරි මුළාවක්.

“මොසධමමං” කියලා කියන්නේ මෙනන තියෙන්නේ හරිම මුළාවක්. මහම ප්‍රෝඩාවක් මෙනන තියෙන්නේ. රැවටිල්ලක් මෙනන තියෙන්නේ. “මොසධමමං පලොකිතං” මෙනන තියෙන්නේ මොහොතක් පාසා ඇති වෙලා නැති වෙලා යන, කැඩිලා බිඳිලා යන ස්වභාවයක්. “පලොකිතං” කියන්නේ කැඩිලා බිඳිලා යන ස්වභාවයක්. එතකොට ඒක සැප වේදනාවකටත් අදළයි. දුක් වේදනාවකටත් අදළයි. නොදුක් නොසුව වේදනාවකටත් අදළයි.

“ඵසස ඵසස වයං පසසං, එවං තස්ම විරජ්ජති”

ස්පර්ශයක් ස්පර්ශයක් පාසා දකිනවා, “එවං තස්ම විරජ්ජති” මේ දේ දකින්න දකින්න හිතේ එක්තරා අන්දමකින් විරංජනය වීමක් ඇති වෙනවා. ඒ කියන්නේ, මේ වේදනාවල කලින් තිබිවිච විචිත්‍රත්වය වෙනුවට දන් සැප වේදනාවක් දැක්කත් හිත දන් තියෙන්නේ විරාගී ස්වභාවයක. දුක් වේදනාවක් දැක්කත් දන් හිත තියෙන්නේ විරාගී ස්වභාවයක. නොදුක් නොසුව වේදනාවක් දැක්කත් හිත තියෙන්නේ විරාගී ස්වභාවයක.

“වේදනානං ඛයා හික්ඛු, නිච්ජාතො පරිනිබ්බුතො” ති”

කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ගාථාව අවසන් කරනවා.

මේ විධියට වේදනා දැකලා, සැප වේදනා දුක් වේදනා නොදුක් නොසුව වේදනා මේ විධියට ඉතාම ගැඹුරු ප්‍රඥාවකින් දැකලා, වේදනාවන්ගේ ඤය වී යාම හොඳින් අවබෝධ කරගත් ඒ හික්ඛුන් වහන්සේ පරිනිර්වාණයට පත් වෙනවල; නිවන් දකිනවා කියලයි කියන්නේ. මේ අනුව අපිට තේරෙනවා මේ වේදනා කර්මස්ථානය බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නු ඉතාම ප්‍රබල කර්මස්ථානයක්. ඒ වගේමයි අපිට ලොකු ප්‍රඥාවක් අවදි කරගන්න තියෙන ප්‍රබලම කර්මස්ථානයක්. ඒ වගේමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නන දහමේ තියෙන ගැඹුරු ගැඹුරු තැන් කීපයක්ම තේරුම්ගන්න තියෙන හොඳම කර්මස්ථානයක්. ඒ නිසා අපි මේ දේවල් තේරුම්ගෙන, යම් හෝ වේදනානුපස්සනාවක් වඩන කෙනෙක් ඉන්නවා නම්, උත්සාහවත් වෙන්න වටිනවා මේ කියන දේවල් තමන්ගේ භාවනාවට සම්බන්ධ කරගන්න.

මේ ධර්ම දේශනා එක එක කට්ටියට තමයි හරි යන්නේ. ඒ කියන්නේ එක ධර්ම දේශනාවක් එක කට්ටියකට. ධාතු මනසිකාරය සම්බන්ධ ධර්ම දේශනාවකදී එය වඩන කට්ටියට ඊට ගැලපෙන දේවල් තියෙනවා. වේදනානුපස්සනාවක් වඩන කෙනෙකුට ඒකට ගැලපෙන දේවල් තියෙනවා. විත්තානුපස්සනාවක් වඩන කෙනෙකුට ඒකට ගැලපෙන දේවල් තියෙනවා. ඒ වගේ මේ ‘කිං මූලක සූත්‍රය’

කර්මස්ථාන රැසක් කියලා කියන්න පුළුවන්. මෙතන ආරම්භකයෙකුට අදාළ වෙන කර්මස්ථාන තියෙනවා. මෙතන නවක යෝගියෙකුට අදාළ වෙන කර්මස්ථාන තියෙනවා. මධ්‍යම පන්තියේ නැත්නම් ටිකක් වඩාගත්ත කෙනෙකුට අදාළ වෙන කොටස් තියෙනවා. ඒ වගේමයි ගැඹුරු විපස්සනාවකට අදාළ කොටසුත් තියෙනවා. ඒ නිසා අපි හැමෝටම මේක ඒ ඒ යුගවලදී ප්‍රයෝජනවත් වේවි.

ඒ නිසා අද මේ ධර්ම දේශනාව, “වෙදනාසමොසරණා සබ්බ ධම්මා” කියන මේ ප්‍රකාශය, වේදනාව හා සම්බන්ධ ප්‍රකාශය, අපේ භාවනාවට සම්බන්ධ කරගෙන වේදනානුපස්සනාවෙනුත් උපරිම ප්‍රයෝජන අරගෙන, අපි මේවයෙනුත් සතිය සමාධිය ප්‍රඥාව දියුණු කරගන්න උත්සාහවත් වෙමු. ඒ සඳහා අද දින ධර්ම දේශනාව අප සියලුදෙනාටම මග පෙන්වීමක් වේවා කියලා ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

5 | පරිස්සමින් වැඩිය යුතු සමාධිය

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස

ජන්මලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සතාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤාතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා'ති

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මැණිවරුනි, ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි මේ 211 වන භාවනා වැඩසටහනේ ඉස්සරහින් තියාගත්තේ කිං මූලක සූත්‍රය. මේ සූත්‍රය ඇතුළත් වෙලා තිබෙන්නේ අභිගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ.

මෙතන ප්‍රශ්න අටකුත් උත්තර අටකුත් සඳහන් වෙනවා. මේ ප්‍රශ්න අටත් උත්තර අටත් බුදුරජාණන් වහන්සේම සංඝයා වහන්සේලාට උගන්වනවා ප්‍රශ්න අට මෙන්න මේවයි උත්තර අට මෙන්න මේවයි කියලා. මොකද, බුද්ධ කාලයේදී විවිධාකාර මතිමතාන්තර විවිධාකාර ආගම්වාද තිබිලා තියෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ හැරුණු කොට ශාස්තෘන් ගණනාවක් තමනුත් බුදුන් කියාගෙන පෙනී සිටලා තියෙනවා. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේටත් ශ්‍රාවකයින් වහන්සේලාටත් ඇතැම් වෙලාවට අනෙකුත් ලබ්ධි ගත්ත, අනෙකුත් දෘෂ්ටි ගත්ත ඇතැම් මහණ බමුණන්ට තීර්ථකයින්ට පරිබ්‍රාජකයින්ට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වෙලා

තියෙනවා. ඒ අය ඇවිල්ලා ඇතැම් වෙලාවට ප්‍රශ්න අහනවා. ඇතැම් වෙලාවට වාද විවාදවලට එනවා. ඉතින් මේ වගේ සැහෙන්න විවිධ මතිමතාන්තර සම්බන්ධයෙන්, විවිධ කාරණා සම්බන්ධයෙන් වාද විවාද පැනනගින අවස්ථා තිබිලා තියෙනවා.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේට උවමනා වෙනවා තමන් වහන්සේ දේශනා කරන ධර්මය නිවැරදිව ඉදිරිපත් කරන්න. ඒ කියන්නේ අනිත් භික්ෂූන් වහන්සේලා අර කලින් කියපු අන්‍ය තීර්ථකයින් එක්ක යම් අවස්ථාවකදී සංවාදයකට සාකච්ඡාවකට ගියාම, ඒ අය යම් ප්‍රශ්නයක් නැගුවොත් ඒකට නිවැරදි පිළිතුරක් නොදී වෙන වෙන දේවල් කිව්වොත් හෙම, ඒ ස්වාමීන් වහන්සේලා බුද්ධ වචනය නිවැරදිව ඉදිරිපත් කලා වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කලින් තියාම භික්ෂූන් වහන්සේලාට උගන්වනවා, මෙන්න මේ මේ විධියේ ප්‍රශ්න ඇහුවොත් මෙන්න මේ මේ විධියට පිළිතුරු දෙන්න කියලා. ඒ අනුව බුද්ධ දේශනය, බුද්ධ භාෂිතය වෙනසක් කරන්නේ නැතුව විකෘතියක් කරන්නේ නැතුව, පිරිසිදුව, බොහොම අවිච්ඡින්නව තියාගන්න දරපු උත්සාහයක් තමයි මෙතන තියෙන්නේ. මොකද, අද කාලේ වගේ මේ නවීන සන්නිවේදන ක්‍රම මොකක්වත් තිබිලා නෑ. තනිකරම බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් අහගෙන තමයි භික්ෂූන් වහන්සේලා දරාගෙන තියෙන්නේ. පසුකාලීනව තමයි මේවා ශ්‍රන්ථාරූඪ වෙලා තියෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා බුදුරජාණන් වහන්සේට ලොකු වගකීමක් පැවරෙනවා; ඒ වගේමයි ධර්ම සේනාධිපති වශයෙන් සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේට, ධර්ම භාණ්ඩාගාරික වශයෙන් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට. මේ වගේ ස්වාමීන් වහන්සේලා හරහා තමයි මේ ධර්මය බොහොම සුරැකින වෙලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා ඉස්පිල්ලක් පාපිල්ලක්වත් වරදින්නේ නැතුව මේ ධර්ම කාරණා මතු කරගැනීම, ඉස්මතු කරගැනීම, ඒවාට නිවැරදි අර්ථකථන දීම ඉතාම වැදගත්.

එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ එක එක ප්‍රශ්නයක් අහලා ඒවට මෙන්න මේ විධියට උත්තර දෙන්න කියලා භික්ෂූන් වහන්සේලාට උගන්වනවා. අහන පළවෙනි ප්‍රශ්නය තමයි "කිං මූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා?" කියලා කවුරු හරි ඇහුවොත් මේ සියලුම දහම් - විශේෂයෙන්ම

මෙතනදී සලකන්න ඕනෑ හිතේ පහළ වන විවිධාකාර විතර්ක සංකල්ප ආදිය - මේවා කුමක් මුල් කරගෙනද පහළ වෙන්නේ? එහෙම ඇහුවොත් උත්තර දෙන්න කියනවා “ඡන්දමූලකා, ආචුසො, සබ්බෙධමමා” මේ හිතේ පහළ වෙන විවිධාකාර සංකල්ප විතර්ක සිතුවිලි මේ සියල්ලම ඡන්දය මුල් කරගෙන, කැමැත්ත මුල් කරගෙන තමයි පහළ වෙන්නේ කියලා උත්තර දෙන්න කියනවා. මොකද, අපේ හිතේ නැඹුරුවක් තියෙන්නේ කොහෙටද? කැමැත්තක් තියෙන්නේ කොයි පැත්තටද? ආසාවක් තියෙන්නේ උවමනාවක් තියෙන්නේ කොයි පැත්තටද? ඒ අනුව තමයි අපිව මෙහෙයවෙන්නේ. ඒ අනුව තමයි අපි කටයුතු කරන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා ආසාව තුළින් මෙහෙයවන ගතියක්, ආසාව හරහා අපි ක්‍රියාත්මක වෙන ගතියක් තමයි තියෙන්නේ. ඒකමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ, හරියට නිකං තණ්හාවට දස වෙලා කටයුතු කරනවා වගේ තමයි අපි සාමාන්‍යයෙන් කටයුතු කරන්නේ.

හැබැයි ඒකම හරි පැත්තට හරවාගන්නොත් ඒකෙන් ලොකු ප්‍රයෝජනයක් ගන්නත් පුළුවන්. ඒ නිසා අපි නිවන් දැකීම සම්බන්ධයෙන්, යම් කිසි බණක් භාවනාවක් කිරීම සම්බන්ධයෙන් ඒ ඇති වෙන කුසලච්ඡන්දයට, නැත්නම් ඒ ඇති වෙන ආකල්පයට, ඒ ඇති වෙන ආසාවට, හිතේ ඇති වෙන උවමනාවට අපි සෑහෙන්න තැනක් දීම වටිනවා. මොකද ඒකත් එක අතකින් තණ්හාවක් තමයි. නමුත් හොඳ වැඩක් කරන්නේ. නිවැරදි දෙයක් කරන්නේ. අන්තිමට භාවනාවක අවසන් ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන්, නැත්නම් විදර්ශනාවක අවසන් ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් අන්ත තණ්හාවම ඤය වීමයි අන්තිමට සිද්ධ වෙන්නේ. එතකොට අපි මුලින් තණ්හාවෙන් පටන්ගත්තා. නැත්නම් ආසාවකින් කැමැත්තකින් ඡන්දයකින් පටන්ගත්තට ක්‍රමානුකූලව මේ යන මාර්ගයේ වෙනස්කම් සිද්ධ වෙලා, විකාශයක් වෙලා පරිණාමයක් වෙලා සතිය සමාධිය ප්‍රඥාව අවදි වෙලා, අපිටම තව තව මාර්ගය පැහැදිලි වෙලා, අන්තිමට තණ්හාව ඤය වෙන මාර්ගයක් වශයෙන් අන්තිමේ නිවන් දැකිනවා කියලා තණ්හාව ඤය වීමක් තමයි සිද්ධ වෙලා තියෙන්නේ.

හැබැයි මුලින්ම අපේ හිතේ වැරදි ආකල්පයක් ඇති කරගත යුතු නෑ “මේ අන්තිමට සිද්ධ වෙන්නේ තණ්හාව දුරු කිරීමය; ඒ නිසා නිවන්

දකින්නවත් තණ්හාවක් තියාගන්න හොඳ නෑ, උවමනාවක් තියාගන්න හොඳ නෑ” කියලා. මොකද, මුලදි අපිට ගැමීමක් අවශ්‍යයි. මුලදි අපිට ලොකු උත්තේජනයක් අවශ්‍යයි. මුලදි අපිට ලොකු විරියයක් අවශ්‍යයි. ඉතින් මේ විරියය ගන්න හරි අමාරුයි, මෙතන කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් නැහැයි කියලා මුලින්ම හිතාගත්තොත්. ඒක ඒ ඒ අවස්ථානුකූලව ඒ ඒ මට්ටමට හිත මෝරනකොට අපි යෙදිය යුතුවා මිසක් ඉතාම ගැඹුරු දේවල් මුලින්ම ඉස්සරහට අරගන්න සුදුසු නෑ. මුලින් අපි තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ ඔන්න මම දැන් සීලයක් ආරක්‍ෂා කරගන්න ඕනෑ, මම දැන් සමාධියක් හදන්න ඕනෑ කියලා පුද්ගල ස්වභාවයක් අනුව තමයි ශීල ශික්‍ෂාවේ සමාධි ශික්‍ෂාවේ අපි හැසිරෙන්නේ. පස්සේ ප්‍රඥ ශික්‍ෂාවේ ගැඹුරට යන්න යන්න තමයි අර පුද්ගල ස්වභාවයන් වික වික අහෝසි වෙලා ඒවා ක්‍ෂය වෙලා ගිහිල්ලා, අනාත්ම දර්ශනයක් මත හිත හොඳට පිහිටලා ක්‍රමානුකූලව තණ්හාව ප්‍රහාණය වෙන්න ගන්නේ.

ඉතින් ඒ නිසා උදහරණයක් වශයෙන්, උපමාවක් වශයෙන් අපිට කියන්න පුළුවන්, දැන් පුංචි කාලේ අපි ඉස්කෝලේ යනකොට, නැත්නම් මොන්ට්සෝරි යනකොට ඒ කටයුතු කරන ආකාරයක් තියෙනවා. ඊළඟට හතරේ පන්තියේ පහේ පන්තියේ කටයුතු කරන ආකාරයක් තියෙනවා. සාමාන්‍ය පෙළ පන්තියේදී කටයුතු කරන ආකාරයක් තියෙනවා. උසස් පෙළ පන්තියේදී කටයුතු කරන ආකාරයක් තියෙනවා. ඊළඟට විශ්ව විද්‍යාලයේදී කටයුතු කරන ආකාරයක් තියෙනවා. ඉතින් අපි අර උසස් පෙළ පන්තියේදී හරි, නැත්නම් විශ්ව විද්‍යාලයේදී හරි, කටයුතු කරන ආකාරය එක පාරටම තුනේ පන්තියේ ළමයෙකුට දෙන්න ගියොත් හෙම මේක ගැළපෙන වැඩක් නෙවෙයි. ඉතින් ඒ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි, මේ මාර්ගයේ යනකොට ඒ ඒ අවස්ථානුකූලව අපේ හිතේ වර්ධනය දිනා බලාගෙන තමයි ඒ ඒ ආයුධය, ඒ ඒ සුදුසු උපක්‍රමය පාවිච්චි කරන්න තියෙන්නේ. ඉතින් අපි පාවිච්චි කරන උපක්‍රම ඒ නිසා බොහොම වග විභාගයක් සහිතව ක්‍රමානුකූලව පාවිච්චි කළ යුතු වෙනවා. නිසි තැනදී ඒ ඒ ආයුධය පාවිච්චි කරන්න වෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා මේ ඡන්දය, ඡන්ද සාද්ධිපාදය වශයෙන්ම අපිට උදව් වෙනවා. මොකද, මේ ගමන යන්න ලොකු උවමනාවක් කැමැත්තක් සඳහා

යෙදෙන කුසලච්ඡන්දයක් අවශ්‍ය වෙනවා. ඒකෙන් තමයි අපිව ඉස්සරහට තල්ලු කරගෙන යන්නේ.

ඊළඟ ප්‍රශ්නයක් වශයෙන් අහනවා “කිං සම්භවා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. කුමකින්ද දේවල් හටගන්නේ කියලා ප්‍රශ්නයක් ඇහුවම බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර දෙන්න කියනවා “මනසිකාරසම්භවා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. මනසින් කෙරෙන සියලුම විතර්ක නැත්නම් සංකල්ප හටගන්නේ, ඒවාට ප්‍රභවය වෙන්නේ මනසිකාරය කියලා උත්තර දෙන්න කියනවා. ඒ කියන්නේ අපි මනස ඒ පැත්තට යොමු කළේ නැත්නම්, මනස ඒ පැත්තට හැරෙව්වේ නැත්නම්, ඒ දේවල් හටගන්නේ නෑ. මනස යොමු කරපු පැත්තට, දිශාවට අදාළ දේවල් ටික තමයි අපිට අරමුණු වෙන්නේ. අපි ඇහැ යොමු කරගෙන ඉන්නකොට ඒ එල්ල වෙව්ව දිශාවේ තියෙන ටික විතරයි අපේ ඇහැට අරමුණු වෙන්නේ. ලෝකයේ අප්‍රමාණ දේවල් තියෙනවා. නමුත් අපේ ඇහැට ඒවා අරමුණු වෙලා නැහැ. දැන් අපි ඇහැ ඇරගෙන ඇහැ යම් දිශාවකට හරවාගෙන ඉන්නකොට එතනදී ඇහැට ආපාතගත වෙන කොටසක් විතරයි අපට පේන්නේ. ඉන් එහා තියෙන දේවල් එකක්වත් අපිට පේන්නේ නෑ. අන්න ඒ වගේ තමයි - අපි මනස යොමු කරපු පැත්තේ තියෙන ටිකක් විතරයි මනසට වැටහෙන්නේ. අනෙකුත් කිසිම දෙයක් එතකොට තිබුණත් මනසට ඒක ගෝචර වෙන්නේ නෑ; අරමුණු වෙන්නේ නෑ. ඉතින් ඒ නිසා කියනවා “මනසිකාරසම්භවා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා.

ඒ නිසා අපි මේ මනසිකාරයම හරි පැත්තට හරවාගත්තාම භාවනාවට ලොකු ප්‍රයෝජනයක් ගන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ සාමාන්‍යයෙන් නම් හිත ඉබාගාතේ යන ස්වභාවයක්, මතුපිට රඳෙන ස්වභාවයක්, මතුපිට තියෙන වර්ණයේ, නැත්නම් හැඩහුරුකම්වල රඳෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒකට අපි සාමාන්‍යයෙන් කියනවා අයෝනිසෝ මනසිකාරය කියලා. මේ විදියට තමයි අපේ හිත සාමාන්‍යයෙන් කටයුතු කරන්නේ. අපි යොදාගත්ත නම් ගම්වල, අපි හදගත්ත භාෂා ව්‍යවහාරවල, අපි දීපු විවිධාකාර හැඩතලවල, වටිනාකම්වල, ඕවායේ තමයි සාමාන්‍යයෙන් අපේ හිත රඳෙන්නේ. හිතහිතා ඒවා මතම සංකල්පනා ඇති කර කර තමයි අපි කටයුතු

කරන්නේ. එතන තියෙන්නේ තනිකරම අයෝනියෝ මනසිකාරයක්. මොකද, තනිකර හිත මතුපිට තමයි අපි ජීවත් වෙන්නේ. සම්මුති සත්‍යයක තමයි ජීවත් වෙන්නේ. නමුත් යෝනියෝ මනසිකාරය හරහා අපේ හිත ගෙනියනවා ඊට වඩා ගැඹුරකට, පරමාර්ථ මට්ටමක් දක්වා. දේවල් හටගන්නා ස්වභාවය දැකගන්න, හටගන්නා තැන දක්වා, ප්‍රභවය දක්වා අපේ හිත ගෙනියන්න අපි උත්සාහවත් වෙනවා. මතුපිට නෙවෙයි ලෙඩේ තියෙන්නේ. ඒකට හේතු වෙච්ච කාරණා සෙවිය යුතුයි.

ඉතින් එහෙම හේතු කාරණා සොයන තත්ත්වයට හිත ගෙන යාමට, නැත්නම් හේතු කාරණා සොයනාසුලුව අපි මනසිකාරය පැවැත්වීමට කියනවා යෝනියෝ මනසිකාරය කියලා. මේ යෝනියෝ මනසිකාරය ක්‍රමානුකූලව සුක්ෂ්ම වෙච්ච සුක්ෂ්ම වෙච්ච තමයි භාවනාවේදී යන්නේ. මොකද, අපි පටන්ගන්නේ ටිකක් රළු මට්ටමකින්. අපිට එතනින් තමයි බැසගන්න වෙන්නේ භාවනාවට. ඒ නිසා අපි වම දකුණ කියලා, නැත්නම් ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කියලා මේ වචන පවා පාවිච්චි කරනවා මනසිකාරයක් වශයෙන්. මොකද ඒක පවා ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා. පස්සේ පස්සේ තමයි ටික ටික හිත එකඟ වෙන්න එකඟ වෙන්න, ඒ රළු වචන ටික අයිත් කරලා හිත අවශ්‍ය තැනටම හරවන්න පටන්ගන්නේ. එතකොට ඔන්න පාදයක් වදිනකොට එතනට හිත හරවන්න පුළුවන්. අපේ අවධානය එතෙතට යොමු කරන්න පුළුවන්. ඉලක්ක කරන්න පුළුවන්. එතකොට එතැන අපිට හම්බ වෙනවා තද ගතියක්. පාදය පොළවේ ස්පර්ශ වෙනකොට රළු ගතියක් ඔන්න හම්බ වෙනවා. ඊළඟට ආශ්වාසය දෙසට හිත යොමු කළා නම් ආශ්වාසයේ ස්වභාවය අපිට හම්බ වෙනවා. මොකද අපි එතෙතට තමයි හිත යොමු කළේ. එතැනින් අදහස් වෙන්නේ නෑ මේ කයේ අනෙකුත් දේවල් නැහැ කියලා. නමුත් අපි හිත යොමු කළේ එතෙතට නිසා අන්න ඒක පමණයි අපිට හමු වෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා මනසිකාරය සෑහෙන්න භාවනාවේදී යොදගන්නවා. ටික ටික සුක්ෂ්ම වෙච්ච සුක්ෂ්ම වෙච්ච මනසිකාරය ගෙනයන ස්වභාවයක් තමයි තියෙන්නේ.

ඊළඟට තවත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා “කිං සමුදයා සබ්බ ධම්මා?” කොහෙතද දේවල් පටන්ගන්නේ වගේ අර්ථයක් තමයි එතැන තියෙන්නේ. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා එතෙතදී උත්තර

දෙන්න කියලා “එසසසමුදයා සබෙබ ධමමා” ස්පර්ශයෙන් තමයි දේවල් පටන්ගන්නේ කියලා. ස්පර්ශය නිසයි දේවල් පටන්ගන්නේ කියලා. එතකොට මේකත් අපි ටිකක් පෙරේද සාකච්ඡා කළා. මොකද අපේ ඉඳුරන් - විශේෂයෙන් ඇස් කන් නාසා ආදී මේ ඉඳුරන් - ඊට අදාළ අරමුණෙහි ස්පර්ශ වුණාම ඒ හරහා වේදනා සංඥා සංස්කාර පහළ වෙනවා. ඒ හරහා ඉතින් ලොකු චිත්‍ර කතාවකට, නැත්නම් ලොකු ඇතුළේ කතාවකට ඔන්න අපි මුල පුරනවා. අපි ඉඳුරන් හරි හැටි පරිහරණය කළේ නැත්නම්, ඉඳුරන්ගේ වැසූ පියන් ඇතුළු අපි කටයුතු කළේ නැත්නම්, මේ ඇහැ හරහා ඕනෑ තරම් ආයෙත් කෙලෙස් මතු වෙන්න පුළුවන්. කන හරහා ඕනෑ තරම් කෙලෙස් මතු වෙන්න පුළුවන්. දිව හරහා නාසය හරහා ශරීරය හරහා හිත හරහා සෑහෙන ප්‍රමාණයක් අලුතෙන් කෙලෙස් හටගන්න පුළුවන්. දැනටමත් හිතේ සෑහෙන කෙලෙස් පදිංචි වෙලා ඉන්නවා. ඊට අමතරව බාහිරින් තව තව කෙලෙස් එකතු වෙන්න පුළුවන්. අපි මේ ඇහැට හම්බ වෙන්නේ ඇහැත් එක්ක ගැටෙන්නේ මොනවද කියන එක සම්බන්ධයෙන් ඒ තරම් වග විභාගයක් තිබුණේ නැත්නම්; කනත් එක්ක ගැටෙන්නේ මොන මොන අරමුණුද කියන එක සම්බන්ධයෙන් අපි ඒ තරම් විචාරශීලී වෙන්නේ නැත්නම් අන්න අලුතෙන් කෙලෙස් ඒ හරහා ආයෙමත් හටගන්නවා. දිවෙන් නහයෙනුත් ඔය විධියටමයි.

ඉතින් ඒ අනුව අපිට තේරෙනවා, දැනටමත් අපි ඇත්තටම සෑහෙන්න ප්‍රයත්නයක් දරනවා ඇතුළේ තියෙන කෙලෙස් නිසා බැට කන හිත හදගන්න. එහෙමත් තියෙද්දී තව තව මේකට කෙලෙස් එන විධියට නම් අපි කටයුතු කරන්නේ, එතකොට මේක කරන්න බැරි වැඩක් බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසා අපි නිරන්තරයෙන්ම උත්සාහවත් වුණාට, මේ ඇස් කන් නාසාදිය ගැන අපි කිසිම වග විභාගයක් නෑ. ඉතින් ඒ නිසා අපි ඒවා සම්බන්ධයෙන් යම් පමණක සැලකිල්ලක් දක්වන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒකයි ඉන්ද්‍රිය සංවරයක් අවශ්‍ය වෙන්නේ. මොකද ඉන්ද්‍රියයන් ටික සංවර කරගන්නේ නැතුව අපිට හරිම අමාරැයි මේ ඇතුළේ තියෙන කෙලෙස් ටික ඒ මට්ටමකින් හරි නවත්තාගන්න. ඊළඟට තවත් පැත්තකින් කියනවා නම්, දැන් ස්පර්ශයම මුල් වෙනවා වේදනාවකට. ඒ

නිසා වේදනාව හා සම්බන්ධ කරලා මේ ස්පර්ශය බලන්න පුළුවන් නම්, සැහෙන්න තීක්‍ෂණ නුවණක් අවදි කරගන්නත් අවස්ථාව තියෙනවා.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ අහන්නේ වේදනාව සම්බන්ධයෙන්. “කිං සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. මේවා අන්තිමට ගිහිල්ලා කොහේද එකතු වෙන්නේ? දැන් මේ කථා කරන දේවල් ඉතාම සුක්‍ෂ්මයි; ඒ නිසා අන්තිමට අපිට හොඳට දැනෙන තැනක් තමයි මේ වේදනාව කියන්නේ. අන්තිමට ගිහිල්ලා ඔක්කොම එකට එකතු වෙලා දැනෙන්නේ එක අතකින් වේදනාව. අපි විවිධාකාරයෙන් කටයුතු කරද්දී ඔන්න සැප වේදනාවක් දැනෙන්න පුළුවන්. නැත්නම් දුක් වේදනාවක් දැනෙන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් උපේක්‍ෂා වේදනාවක් දැනෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා මේ වේදනාව බොහොම පහසු තැනක් අපිට සිහියට හසු කරගන්න. ඒ නිසා “කිං සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා?” කියන ප්‍රශ්නයට උත්තර දෙන්න කියලා කියනවා “වේදනා සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා”. වේදනාවෙදී තමයි අන්තිමට ගිහිල්ලා ඔක්කොම ටික සම්මුඛ වෙන්නේ. නැත්නම් ගිහිල්ලා ඔක්කොම එකතු වෙන්නේ. එතකොට අපි ඊයේ ඒක සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කළා ටිකක්.

වේදනාව කියන මේ කාරණාවෙදී පැති තුනක් අපි කතා කළා, සැප වේදනා දුක් වේදනා නොදුක් නොසුව වේදනා කියලා. එතකොට මේ වේදනා ගැන අපි මනාව දැනුවත් වෙනවා නම්, ඒවා ගැන හොඳ අවධානයෙන් ඉන්නවා නම්, සමාධියක් හදගෙන ඒ වේදනා නිරීක්‍ෂණය කරන්න උත්සාහවත් වෙනවා නම්, අන්න අපිට වේදනානුපස්සනාව කියන අනුපස්සනාවේ යෙදෙන්න අවස්ථාව ලැබෙනවා. මොකද, වේදනාව කියන එකේ නිවැරදි අවබෝධයක් අපේ හිතේ හටගත්තොත් අන්න ඒකම හොඳ විපස්සනා කමටහනක් බවට පත් වෙනවා. නිවන් දකින්න තියෙන කෙටි මාර්ගයක් බවට පත් වෙනවා. හැබැයි ඒක දුර්ග මාර්ගයක්. මොකද, දුක් වේදනාව හරහා යන එක ඒ තරම් පහසු නෑ. සැහෙන්න හිතේ අධිෂ්ඨානයක් ඉවසීමක් අවශ්‍ය වෙනවා. මේ දුක් වේදනාවක් දරාගෙන, ඒකත් එක්ක හිත ගැටෙන්නේ නැතුව, ද්වේෂයක් ඇති කරගන්නේ නැතුව බොහෝම ඉවසීමෙන් යුතුව මේ වේදනාව එයාටම හටගන්න දීලා එයාටම වෙනස් වෙන්න දීලා ක්‍ෂය වෙලා යන්න

ඉඩ දීලා පැත්තකට වෙලා බලාගන ඉදීම සැහෙන්න ඉවසීමකින් කරන්න සිද්ධ වෙනවා.

ඒ නිසා වේදනානුපස්සනාවක යෙදෙන යෝගාවචරයෝ ටික ටික ඒ කුසලතාව දියුණු කරගන්න අවශ්‍ය වෙනවා. මූලදී එබඳු කුසලතාවක් නැහැ. අපි හිතන්නේ අපි ඒ දිහා බැලුවාම ඒක දුරු වෙලා යයි කියලා. ඉතින් එහෙම ගිවිසුමක් නං වේදනාවත් අපිත් අතර නැහැ. වේදනාව අපි කියන දේ අහන්නේ නෑ. අපි බැලුවයි කියලා එයා යන්නේ නැහැ. ඒ වගේමයි අපි බැලුවයි කියලා එයා එන්නේ නැහැ. අපි හිතනවා, සමහර වෙලාවට මම හිත යොමු කළාම සැප වේදනාවක් එනන මතු වෙයි කියලා. එහෙම ගිවිසුමක් ඇත්තෙන් නැහැ. වේදනා කටයුතු කරනවා එයාට කැමති පරිද්දෙන්. කැමති වෙලාවට ඒගොල්ලො එනවා; කැමති වෙලාවට ඒගොල්ලො යනවා. කැමති තාක් කාලයක් ඒගොල්ලො ඉන්නවා. මේකට හේතුව වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වනවා ස්පර්ශය. “එසස පච්චයා වෙදනා.” ස්පර්ශය නිසා වේදනාව හටගැනීම කියන කාරණාව ඊයේ අපි ටිකක් සාකච්ඡා කළා. මේක පටිච්ච සමුප්පාදයට අදාළ කාරණාවක්. පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය, පටිච්ච සමුප්පාද මූලධර්මය, ඒ ධර්මතාව හඳුනාගන්න තියෙන ටිකක් පහසු තැනක් තමයි මේ “එසස පච්චයා වෙදනා” කියන සන්ධිස්ථානය. මෙන්න මේ යුගළ. ස්පර්ශයක් ඇති කල්හි වේදනාවක් ඇති වේ; ස්පර්ශයක් පටන්ගැනීමෙන් වේදනාවකුත් පටන්ගනී. ස්පර්ශයක් ඇති වෙනවාත් සමගම වේදනාවකුත් ඇති වේ. ස්පර්ශය නොතිබුණොත් වේදනාවක් නැහැ. ස්පර්ශය දුරු වී යාමෙන් ෂ්‍යය වී යාමෙන් වේදනාවක් දුරු වෙලා යනවා.

එතකොට මෙන්න මේ විධියට අපිට ඉදප්පච්චයතාව, පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය මෙතෙක්ට යොදන්න පුළුවන්. ඒ අනුව අපි ඇහැක් පිට ඇහැක් තියලා බොහොම තීක්‍ෂ්ණව බලාගෙන හිටියොත් මේ වේදනාවක් දිහා, අන්න සමහර විට අපිට අල්ලාගන්න පුළුවන්, කොහොමද මේ ස්පර්ශයක් නිසා වේදනාවක් හටගන්නේ කියලා. අපි ඊයේ සාකච්ඡා කළා ‘නන්දකෝවාද’ සූත්‍රයේ ඒ භික්‍ෂුණින් වහන්සේලා උත්තර දෙනවා සුඛ වේදනාවකට තුඩුදෙන ස්පර්ශයක් නිසා සුඛ වේදනාවක් හටගන්නවා. දුක් වේදනාවකට තුඩුදෙන ස්පර්ශයක් නිසා

දුක් වේදනාවක් හටගන්නවා. නොදුක් නොසුව වේදනාවකට තුඩුදෙන ස්පර්ශයක් නිසා නොදුක් නොසුව වේදනාවක් හටගන්නවා. ඒ කියන්නේ, ඒ අදාළ ස්පර්ශය තමයි මේක තීරණය කරන්නේ. සැප වේදනාවකට තුඩුදෙන එකක් නම් හම්බ උනේ, අන්න සැප වේදනාවක් තමයි හම්බ වෙන්නේ. ඒ නිසා මේ ඔක්කොම එකක් මත එකක් යැපෙන ස්වභාවයක් තමයි තියෙන්නේ. ඒ නිසා මේ එකක්වත් අපි කියන දේ අහන්නේ නෑ. මේ ඔක්කොම විවිධාකාර හේතු නිසා හටගන්නේ. ඒ හේතු එකක්වත් අපේ වසඟයේ නෙවෙයි තියෙන්නේ. අපි කියන දේ අහන්නේ නෑ. අපේ පාලනයෙන් තොරයි. මේගොල්ලන්ව පාලනය කරන්න වෙනම බාහිර බලවේග ඇත්තෙන් නෑ. වෙන සර්වබලධාරී දෙව් කෙනෙක් ඇත්තෙන් නෑ. මෙතන මේ හේතු නිසා හටගන්න ස්වභාවයක් හේතුඵල ධර්මතාවක් තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මතු කරන්න හදන්නේ.

ඒ හේතුඵල ධර්මතාව මතු කරගන්න, ඒක හොඳින් ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගන්න අපිටත් තියෙන හොඳ සන්ධිස්ථානයක් තමයි මේ “එසස පච්චයා වෙදනා” කියන්නේ. කොහොමද මේ වේදනාවක් හටගන්නේ ස්පර්ශයක් නිසා. අපි ඊයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු උපමාවක් මතක් කරගත්තා. හරියට නිකං වැහි බින්දුවක් වතුරට වැටෙනකොට ඒ වැටෙනවත් එක්ක දිය බුබුළක් හට අරගෙන බිඳිලා යනවා. අන්න ඒ වගේ, ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙනවත් එක්කම වේදනාවක් හටගන්නවා; අනතුරුව බිඳිල යනවා. නැති වෙලා යනවා. එබඳු දර්ශනයක් අපිට දැකගන්න පුළුවන් නම් හොඳට, ‘මෙන්න මේ හේතු නිසා මේක හටගන්නවා, හේතු දුරු වෙනවත් එක්කම මේක දුරු වෙලා යනවා’ කියන මේ දර්ශනය අපේ හිතේ පිහිටියා නම්, ඒක සැහෙන පරිවර්තනයක් අපේ හිතේ ඇති කරනවා. ඒ නිසාම මෙබඳු අවබෝධයක් ආර්යයන් වහන්සේලා සතුයි කියලා කියනවා. වෙනත් වචනවලින් කියනවා නම්, යම් කිසි සෝවාන් වෙච්ච ආර්ය ශ්‍රාවකයෙක් මේ ආර්ය වූ න්‍යාය හොඳට ප්‍රඥවෙන් අවබෝධ කරගත්තා, විනිවිද දැකගත්තා කියලා කියනවා.

ඒ නිසා අපිත් උත්සාහවත් වෙන්න ඕනෑ භාවනා කරද්දී මේ කියන්නා වූ පැතිවලට අපේ හිත යොමු කරන්න. අපි හොඳට සමාධියක්

හදගෙන සමාධිය තුළ සිටීමෙන් යම් පමණක ආස්වාදයක් ලැබෙන්න පුළුවන්; සතුටක් ලැබෙන්න පුළුවන්; ප්‍රීතියක් දැනෙන්න පුළුවන්. නමුත් එපමණයි. ගැඹුරකට යන්න නම්, මේ සමාධියම පාවිච්චි කරලා ප්‍රඥාව අවදි කරගන්න උත්සාහවත් විය යුතුයි. මේ එකක්වත් ඉබේ සිද්ධ වෙන දේවල් නෙවෙයි. අපි සමාධිය යොදගත්තොත්, සමාධිය හරි තැනකට යොමු කළොත්, විමසනසුලුව බලාගන හිටියොත් අන්න එතන ප්‍රඥාවක් අවදි වේවි. ඒ මිසක් මේක අපි යාඥා කළා කියලා, ප්‍රාර්ථනා කළා කියලා, 'අනේ මේ මේ ඥානය පහළ වෙන්න' කියලා ආරාධනා කළා කියලා කියූ පමණින් මේ දේ සිද්ධ වෙන්නේ නැහැ. අපි ඒ ඥානයක් හටගන්නා පරිදි ක්‍රියාත්මක විය යුතුයි. හටගන්නා පරිදි අපි වැයම් කළ යුතුයි. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ධර්මය තනිකරම හේතුවල දහමක් මත තමයි පදනම් වෙලා තියෙන්නේ.

ඊළඟ ප්‍රශ්නය වගයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා "කිං පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා?". ඒකට උත්තර දෙන්න කියනවා "සමාධි පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා" කියලා. අද අපි කතා කරන්නේ ඒ ගැනයි. "කිංපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා" කියන එක පරිවර්තනය කරන්න වෙන්නේ "සියලු ධර්මයන් කුමක් ප්‍රමුඛ කරගෙන සිටිනවාද?" කියලා. එතකොට උත්තර දෙන්න කියනවා සමාධිය ප්‍රමුඛ කරගෙන ඉන්නවා කියලා. එක අතකින් අපිට මෙහෙම තේරුම්ගන්න පුළුවන්. සමාධිය කියන එක ඉන්ද්‍රිය ධර්මයක්. ඒක හොඳට හිතේ වැඩුණා නම් අන්න එයා ඉස්සරහට එනවා. ඇතැම් සාකච්ඡාවලදී අපි කතා කළා, දැන් දවාලෙත් කළ සාකච්ඡාවලදී එහෙමත් අපි කතා කළා, ඇතැම් වෙලාවට මේ සමාධිය ඕනෑවට වඩා වර්ධනය කළොත් හෙම එයා තමයි පාලනය අතට ගන්නේ. අන්න ඒ වගේ මේ ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන්ගේ තියෙනවා, ඒගොල්ලො පාලනය අතට ගන්නා ස්වභාවයක්. ඒ කියන්නේ, සමාධියක් ඕනෑවට වඩා වැඩුවොත් හෙම ඒකම ඉස්සරහට එන ගතියක්, සමාධියටම ඉක්මනට ගිහිල්ලා සමාධියේම ඉන්න ගතියක් අපේ හිතේ හැදෙනවා.

ඉතින් ඒ නිසා මේ හැම දෙයක්ම අපි ප්‍රයෝජනය සලකලා පාවිච්චි කරන්න තමයි සිද්ධ වෙලා තියෙන්නේ. අවශ්‍ය කරන දේවල් හදගන්නත් ඕනෑ. හැබැයි ඒවායේ ප්‍රයෝජනය සලකලා පාවිච්චි කරනවා මිසක් ඒක නුසුදුසු ආකාරයෙන් පාවිච්චි කරන්න ගියොත්

අනතුරේ වැටෙන එකයි වෙනත්. දැන් සමාධියක් හදගන්න ගියාම ඉතින් හරිම අමාරුයි. මොකද අපේ හිත ස්වභාවයෙන් සමාධිමත් නැහැ. අපේ හිත නිරන්තරයෙන්ම අරමුණුවල දුව දුව ඉන්න තමයි සාමාන්‍යයෙන් කැමැත්තක් දක්වන්නේ. එක අරමුණකට වෙලා ඉන්න ගතියක් එයාගේ නෑ. ඉතින් අපි සාමාන්‍යයෙන් කියනවා අපේ මනස කියන්නේ නිකං 'වඳුරු මනසක්' වගේ කියලා. මොකද, වඳුරා සාමාන්‍යයෙන් එක අත්තක් අතහරිනවත් එක්කම තව අත්තක් අල්ලනවා; ඒ අත්ත අතහරිනවාත් එක්කම තව අත්තක් අල්ලනවා; ඒ අත්ත අතහරිනවාත් එක්කම තව අත්තක් අල්ලනවා. කොයිම වෙලාවකවත් අත්තක් අතහැරල ඉන්න වඳුරට හැකියාවක් නැහැ. ඌ ජන ජන යන්නේ ඊළඟ, ඊළඟ අත්ත අල්ලමින්. ඒ වගේ අපේ හිතත් එක අරමුණක් අතහරින්න කලින්ම තවත් එකක් අල්ලාගන්නවා. ඒක අතහරිනවත් එක්කම තවත් එකක් අල්ලනවා. මේක අතහරින්න එනකොටම ඔන්න තවත් එකක් අල්ලනවා. කොයිම වෙලාවකවත් එයාට නිදහසක් නැහැ. හැම තිස්සේම අරමුණකට වහල් වෙව්ව ස්වභාවයක් තමයි තියෙන්නේ. මේකේ ප්‍රශ්නය වෙන්නේ මේ හිත යම් අරමුණක්ද ඇසුරු කරන්නේ, ඒ අරමුණේ රස, ඒ අරමුණේ ස්වභාවය, ඒ අරමුණේ වර්ණය, ඒ අරමුණේ ගතිගුණ ඔක්කොම අපේ හිතට එනවා. අපි හිතමු අපි රතු පාට කණ්ණාඩියක් ඇගේ දගෙන ඒක හරහා ඇත බලනවා. ජේන්නේ ඔක්කොම රතු පාටට. මොකද අපි දගෙන ඉන්නේ රතු පාට කණ්ණාඩියක්. එළියෙ තියෙනවා විවිධාකාර වර්ණ; සුදු පාට රතු පාට කොළ පාට නා නා ප්‍රකාර වර්ණ එළියේ තියෙනවා. නමුත් අපි දමාගෙන ඉන්නේ රතු පාට කණ්ණාඩියක් නිසා අපිට ඔක්කොම ජේන්නේ රතු පාටට.

අන්න ඒ වගේ අපේ හිත ඇසුරු කරන්නේ යම් අරමුණක්ද, වෙනත් දහසකුත් එකක් අරමුණු එළියේ තිබුණත් අර ඇසුරු කරන අරමුණේ ගති ලක්ෂණ ටික තමයි අපේ හිත ගන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා වෛරයක් නම් අපේ හිත ඇසුරු කරන්නේ, හිත වෛරී සහගත වෙනවා. අපේ හිත ඇසුරු කරන්නේ කාම සංකල්පනාවක් නම්, කාමච්ඡන්දයක් නම්, කාම අරමුණක් නම්, ඒ කාම අරමුණේ තියෙන ගති ලක්ෂණ ටික අපේ හිතට එනවා. අපේ හිත අරමුණු කරන්නේ

විසිරෙන අරමුණක් නම්, ඒ විසිරෙන අරමුණේ ගති ලක්ෂණ ටික අපේ හිතට එනවා. “අපි හරිම දැක්මයි”, නැත්නම් “අපි හරි පොහොසතුන්” කියලා පුළුවන් තරම් අරමුණුත් ඇසුරු කරනවා. පුළුවන් තරම් ඇහැට රූප පෙන්වලා දෙනවා. පුළුවන් තරම් කනට ශබ්ද අස්සවනවා. පුළුවන් තරම් නාසයට ගඳ සුවඳ ලබලා දෙනවා. පුළුවන් තරම් දිවට රස ලබලා දෙනවා. පුළුවන් තරම් කයට ස්පර්ශ ලබලා දෙනවා. ඒ මොකක්වත් නැත්නම් පුළුවන් තරම් හිතනවා. මේ හැම දෙයක්ම හරහා අපේ හිත ඒ ඒ අවස්ථානුකූලව ඒ ඒ වර්ණ ගැන්වෙනවා. අපි නොදනුවත්වම, සාමාන්‍යයෙන් කියනවා නම් ‘ඇදගෙන නානවා’ වගේ වැඩක් තමයි මෙතන තියෙන්නේ. මොකද, අපේ හිත යම් අරමුණක්ද ඇසුරු කරන්නේ, ඊට අනුව තමයි හිත සකස් වෙන්නේ. අපි ඇහෙන්න පෙන්නන්නේ මොන රූපද, ඊට අනුව අපේ හිත කෙලෙසෙන්න පුළුවන්; නැත්නම් පිරිසිදු වෙන්නත් පුළුවන්. අපි රාගහරිත දර්ශනයක් නම් පෙන්නාගෙන යන්නේ, දැන් ඔන්න හිත රාගහරිත වෙනවා. දැන් මේ වෙලාවේ පෙන්නගෙන යන්නේ ද්වේෂ සහගත දර්ශනයක් නම් හිත ද්වේෂ සහගත වෙනවා. ඉතින් මේ විධියට අපේ හිත ඇසුරු කරන අරමුණ හරහා ඒ ඒ ගති ලක්ෂණ අපේ හිතට එනවා.

කොහොමද මේ සිත හදගන්නේ? කොහොමද මේක පිරිසිදු කරගන්නේ? ඒකයි අපිට මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ යන්න වෙන්නේ. මේක අපිට තනියෙන් කරගන්න, තනියෙන් පිරිසිදු කරගන්න හැකියාවක් නෑ. ඒ තරම් හරිම පටලැවිල්ලක තමයි අපේ හිත් තියෙන්නේ. අර පඹගාලේ පැටලුණා වගේ හැම පැත්තෙන්ම බේරෙන්න මාර්ගයක් ජේන්නේ නැති තරමටම පැටලිලා තමයි අපේ හිත් තියෙන්නේ. ඉතින් මෙබඳු හිතක් සමාධිමත් නැහැ. මෙබඳු හිතක එකඟතාවක් නැහැ. මෙබඳු හිතක් නිරන්තරයෙන්ම විවිධාකාර, කැමති කැමති අරමුණුවල පැන පැන තමයි යන්නේ. “හිත හීලෑ නෑ; හරිම මුරණ්ඩුයි, තැන තැන ඇවිදිනවා” හෙම කියලා සිංදුවකුත් තියෙනවා නේ. ඒ නිසා කැමති කැමති අරමුණුවල තමයි එයා යන්නේ. ඉතින් අපිට මොකද වෙන්නේ? එයා යන අරමුණ පස්සේ අපිත් යනවා. අපි ගිහිල්ලා අන්න හිතට දසයෙක් වහලෙක් බවට පත් වෙනවා. එයා ඉල්ලන්නේ මොන අරමුණද, ඒ ඔස්සේ දිව්වා. අපිත් එයා පස්සේ ගියා.

අන්තිමට අපි එයා කියන දේ කෙරුවා. ඒ හරහා අපි අකුසල් කරගන්නවා; කුසල් කරගන්නවා. දෙකම කරගන්නවා. මොකද, හිතට කැමති දේ තමයි හිත කරන්නේ. හිතට පුරුදු දේ තමයි හිත කරන්නේ.

හිතට පුරුදු දේ අපිට යහපතක් කරන දේද? එහෙම නැත්නම් හිතට පුරුදු දේ අපිට අයහපතක් කරන දේද? කියන කාරණාව තමයි තේරුම්ගන්න වටින්නේ. මොකද අපි හිතුවොත් 'අපේ හිත හිතන්නේ නිරන්තරයෙන්ම අපේ හිත සුව පිණිසයි' කියලා, ඒක වැරදියි. අපේ හිත බොහෝ වෙලාවට අපිට අහිත පිණිස තමයි හිතන්නේ. අපි මෙහෙම හිතමු - අපි කැමති නෑ යම් කිසි කෙනෙක් ගැන මතක් කරගන්න. හැබැයි හිත කොච්චර කිව්වත් එයාවමයි මතක් කරලා දෙන්නේ. ඉතින් අපි පුදුම පීඩාවකට විත්ත පීඩාවකට පත් වෙනවා. මේ මනුස්සයා කොච්චර කිව්වත් මතක් කරන්නේම ඒ තැනැත්තාව හෝ තැනැත්තිය. මම අමතක කරගන්න හදන්නේ. නමුත් මතක් කරලා දෙන්නේම එයාව. අපි භාවනා කරන්න ගියාම තමයි හොඳටම බැට කන්නේ. ඒ නිසා මේ භාවනා කරන්න ගියාම හිතේ සමාධියක් හදගන්න ගියාම ප්‍රශ්න රාශියකට අපිට මුහුණපාන්න සිද්ධ වෙනවා.

ඉතින් මූලින්ම ඒ නිසා බුදුහාමුදුරුවෝ කියනවා පොඩ්ඩක් සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන මට්ටමකට එන්න. මොකද, මේකෙ රළු මට්ටමක කෙලෙස් තියෙනවා. මෙන්න මේ රළු කෙලෙස් තියෙනකල් දමනයක් කරන්න අමාරුයි. ඒ නිසා පොඩ්ඩක් සීලයක පිහිටක් පතන්න; සීලයක් සරණ යන්න; ඉල්ලලා සීලයක් සමාදන් වෙන්න. "සමාදය සිකති සිකාපදෙසු" කියලා සීලයක් පාවිච්චි කරනවා සමාධියක් හදගැනීම සඳහා. 'සමාධි සංවත්තනික' සීලයක් බවට අන්න එතකොට සීලය පත් වෙනවා. අපේ හිතේ අපි ගැන සතුටක් නැත්නම්, මේ වැඩේට මම සුදුස්සෙක් කියලා හැඟීමක් නැත්නම්, මේ කටයුත්ත කරන්න මට පුළුවන් කියලා හැකි සංඥාවක් නැත්නම්, මගේ ජීවිතේ සම්බන්ධයෙන් මට තෘප්තිමත් බවක් නැත්නම්, එතකොට හරි අමාරුයි අපිට හිත හදන්න. මොකද, භාවනාවකදී අනිවාර්යයෙන්ම සතුටක් හිතට අවශ්‍යයි; සැහැල්ලුවක් හිතට අවශ්‍යයි. ඒ සැහැල්ලුව ඒ ප්‍රමෝදය තමයි, ඉස්සරහට ඉස්සරහට අපේ හිත සමාධියක් දක්වා අරගෙන යන්නේ. ඒ නිසා ඒ සතුට ඒ ප්‍රමෝදය සීලයෙන් ලැබෙනවා නම්, අන්න අපි

සැහෙන්න අමාරු කාර්යයක් කරගත්තා වෙනවා; දුෂ්කර කාර්යයක් සම්පූර්ණ කරගත්තා වෙනවා. මොකද අපි නිවැරදිව සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන්න ආරක්‍ෂා කරන්න, අපේ කයෙන් සිද්ධ වෙන්න පුළුවන් බරපතළ අකුසල් සිද්ධ වෙන්නේ නෑ. ඕනෑ තරම් අපේ හිතේ ප්‍රබල ද්වේෂ සහගත, අනුන්ව මරන්න තළන්න අදහස් පහළ වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒක වළකිනවා අපි සීලයක් සමාදන් වෙලා ඉන්නවා නම්.

අපි සාමාන්‍යයෙන් රටේ නීතිවලට අනුව, ගමේ රටේ ලෝකේ තියෙන නීතිවලට අනුව හික්මෙනවා වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඊට වඩා බොහොම අවංක, ඊට වඩා යම් පමණක මෝරපු මට්ටමක් තමයි සීලයක් අනුව හික්මෙනවා කියන්නේ. මේ කවුරුත් බලා ඉන්නවාට නෙවෙයි දැන් අපි සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන්නේ. තමන්ටම තේරීලා කෙනෙක් සීලයක් ආරක්‍ෂා කරනවා. එතකොට තමයි නිවැරදිම සීලයක් වෙන්නේ. මොකද දැන් මේ කාට හරි ජේන්නවත් කවුරු හරි කියන නිසාවත් නෙවෙයි. කවුරුත් ළඟ නොහිටියත් තමන් සීලය ආරක්‍ෂා කරනවා. අනිත් අය බලා හිටියා නොහිටියා කියලා ප්‍රශ්නයක් මෙතන නැහැ. තමන් විතරයි ඉන්නෙත්. ඕනෑ හැටියේ සිල් කඩ කරන්නත් පුළුවන්; නමුත් කඩ කරන්නේ නැහැ. අන්න එතකොට තමයි තමන්ට තමන් ගැන සතුටක් ඇති වෙන්නේ. “අනේ මම කොයි තරම් නම් දැන් හික්මීලාද, කොයි තරම් නම් මම දැන් ලජ්ජිව කටයුතු කරනවාද, මම දැන් පවට ලජ්ජාවකින් පවට බයකින් කටයුතු කරනවාද” කියලා හිතේ ප්‍රමෝදයක් සතුටක් තමන් ගැන ඇති වෙන්න පටන්ගන්නවා. තමන් දැන් නිවැරදි පුද්ගලයෙක් නේද කියලා පුංචි සතුටක් අභිංසක සතුටක් යම් පමණක අනවජ්ජ සුඛයක් ඇති වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒක ප්‍රමෝදයක් බවට පත් වෙනවා භාවනාවක් සඳහා. ලොකු අස්වැසිල්ලක් බවට පත් වෙනවා භාවනාවක් සඳහා.

මේ අනුව, අපිට සමාධියක් හදන්න නම් මෙන්න මේ බරපතළ මට්ටමේ තියෙන කාය දුශ්චරිත වඩී දුශ්චරිත මනෝ දුශ්චරිතවලින් අපිට ඇත් වෙන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ කියන්නේ අපි කයින් කරන ප්‍රබලම අකුසල් ටිකෙන් වළකින්න සිද්ධ වෙනවා. වචනයෙන් කරන ප්‍රබලම අකුසල් ටිකෙන් පුළුවන් තරම් වළකින්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ වගේම මනසින් කරන්න පුළුවන් නැවත නැවත විතර්ක කර කර, නැවත නැවත

ප්‍රපංච කර කර, නැවත නැවත හිත හිතා, හිතේ ඇති කරගන්නා වූ දැඩි ලෝභ දැඩි ද්වේෂ මිථ්‍යාදාෂ්ටිවලින් අයිත් වෙන්න අපිට සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා මුල්ම මටමකදි ඔය වගේ සීලයක් හරහා හික්මෙන්න සිද්ධ වෙනවා. මෙතනින් අදහස් කරන්නේ නෑ සීලය පරිපූර්ණ කරලා වැඩේට අත තියන්න කියලා. සීලය ටික ටික හදහද මේ වැඩේත් කරගෙන යන්නයි තියෙන්නේ. මොකද මේ වැඩේ කරගෙන යනකොට මේකෙන්ම ආයෙත් තව ටිකක් සීලය පිරිසිදු වෙනවා. මේ කරගෙන යන සමාධිය දියුණු කරගන්නා කටයුත්ත, ප්‍රඥාව දියුණු කරගන්නා කටයුත්ත තව දුරටත් සීලය පිරිසිදු කරගැනීම සඳහා උපයෝගී වෙනවා. ඒ නිසා මේ සීල සමාධි ප්‍රඥ අතර අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධයක් තියෙනවා. එකක් අනෙකට උපකාර කරනවා.

අපි හිතමු ඔන්න කයත් අපි හික්මවාගන්නා. වචනයත් සෑහෙන දුරට හික්මවාගන්නා. මනසෙත් අර තරම් ප්‍රබලම මට්ටමේ දුශ්චරිත නැත්නම්, ඊට පස්සේ උත්සාහවත් වෙනවා භාවනාව සඳහා. අපි දැන් හිතමු විවිධාකාර කාමයන් ඉස්සර අපි ඇසුරු කලා. දැන් ඇවිත් ඇහැ පියාගත්තට පස්සේ ඔන්න කාම සංඥ හිතට එනවා. කාම විතර්ක හිතට එනවා. අපි ඇසුරු කරපු අය සම්බන්ධයෙන් කාම විතර්ක අපි ඇසුරු කරපු ගෙවල් දෙරවල් හා සම්බන්ධයෙන් කාම විතර්ක අපි කරපු රැකීර්ක්‍ෂා සම්බන්ධයෙන් කාම විතර්ක අපේ ධන ධාන්‍ය සම්බන්ධයෙන් කාම විතර්ක ඔය වගේ නා නා ප්‍රකාර කාම විතර්කයන් ඔන්න දැන් හිතට එනවා. හරිම අමාරුයි දැන් මේ විතර්කවලින්. හිතේ නා නා ප්‍රකාර සිතුවිලි ගලනවා අර අපේ පංච කාමයන් සම්බන්ධයෙන්. රූප සම්බන්ධයෙන්. ශබ්ද සම්බන්ධයෙන්. රස සම්බන්ධයෙන්. කයෙන් ලබන ස්පර්ශයන් සම්බන්ධයෙන්. කාපු බීපු දේවල් මතක් වෙනවා. මෙතන එළවළු බත් කනකොට ඉතින් ඉස්සර කාපු මස් මාළු මතක් වෙනවා. ඊළඟට නිශ්ශබ්දව ඉන්නකොට ඉතින් එහේ කරපු කතාබස් මතක් වෙනවා. ඉතින් මේ වගේ සෑහෙන්න ප්‍රශ්න තියෙනවා. මොකද අපි ඇසුරු කරපු දේවල් දැන් මේ වෙලාවේදී ඇස් දෙක පියාගත්තාම මතක් වෙනවා.

මේක අපි හිතමු කොහොම හරි සමනය කරලා යාන්තම් ඔන්න පොඩ්ඩක් හිත උඩහට ගත්තොත් ඒකෙ අනික් පැත්ත එන්න ගන්නවා.

දැන් ද්වේෂ සහගත සිතුවිලි එන්න ගන්නවා. විහිංසා විතර්ක නැත්නම් ව්‍යාපාද විතර්ක හිතට එන්න ගන්නවා. ඒ කියන්නේ අනිත් අය ශබ්ද කළාම හිත කේන්ති ගන්නවා; නැත්නම් රිළවෙක් පැන්නාම රැට බඩගින්න දූනෙනකොට නින්ද ගියේ නැති වුණාම ප්‍රශ්නවලට උත්තර හරියට හම්බ වුණේ නැති වුණාම හිත කියන දේ අහන්නේ නැති වුණාම කේන්ති යනවා. කකුල හෙම රිදෙනකොටත් කේන්ති යනවා. භාවනා කරන්න ගිහිල්ලා, අපේ කලින් නොතිබිව්ව කේන්තිය ඔන්න ඇවිස්සෙන්න ගන්නවා. ඉස්සෙල්ලා නම් හරිම ශාන්තයි; නිවිලා, මෙමත්‍රියෙන් පිරිලා ඉන්නේ. දැන් භාවනා කරන්න ගිහිල්ලා පුදුම විධියට කේන්ති යනවා. දැන් ව්‍යාපාද විතර්ක සෑහෙන්න ඉහවහා යනවා. ඉතින් ඒ අස්සේ ව්‍යාපාද විතර්ක එනකොට අර සද්ද කරපු කෙනාට ගහන්න බනින්න හිතෙනවා. එයාට නැගිටලා දෙකක් කියන්න හිතෙනවා. ඔන්න විහිංසා විතර්කත් එනවා. සෑහෙන්න දැන් විහිංසා විතර්කවලින් කාම විතර්කවලින් ඒ වගේම ව්‍යාපාද විතර්කවලින් බැටකනවා.

අපි හිතමු ඔකත් සමනය කරගන්නා කියලා. සෑහෙන්න යුද්ධයක් තමයි තියෙන්නේ. දැන් අර කය හික්මවාගන්නා. වචනය හික්මවාගන්නා. නමුත් දැන් මේ මනසට එන සංඥා හදගන්නවා කියන එක හරිම අමාරුයි. ඒ නිසා ආරම්භක යෝගාවචරයෙක් හරිම අනුකම්පාවට ලක් විය යුතුයි. මොකද, හරිම යුද්ධයක තමයි ඉන්නේ. මොකද, දැන් මේ කෙලෙස් සටනක එක පැත්තකින්වත් සහනයක් නැහැ. කය කියන දේ අහන්නෙත් නෑ. එතනින් කිසිම සහයෝගයක් එන්නෙත් නෑ. හිත කියන දේ අහන්නෙත් නෑ. කරපු කියපු දේවල් ඔක්කොම මතක් වෙනවා. රාගය ඇවිස්සෙනවා; ද්වේෂය ඇවිස්සෙනවා; සිතට එන සිතිවිලිවල පැටලෙනවා. කොහොම කොහොම හරි මේ අරමුණක් පාවිච්චි කරලා වම දකුණ කියලා ආයෙත් ගෙනැල්ලා අරමුණේ තියනවා. ඔන්න දකුණු පාදය ස්පර්ශය වුණා; ආයෙත් ගෙනල්ලා අවධානය එතන තියනවා. ආයෙත් වම් පාදය ස්පර්ශ වෙනවා. ආයෙත් ගෙනල්ලා එතන තියනවා. ආයෙත් හිත කාම විතර්කයකට යනවා. ආයෙත් පොඩ්ඩක් පැටලිලා තියෙන්නේ. ආයෙත් ඉතින් ගෙනල්ලා මෙතන වම් පාදයේ තියනවා. ඉතින් ආයෙත් මේ මොන වදයක්ද කියලා ඔන්න ආයෙත් ව්‍යාපාද විතර්කයකට යනවා. ආයෙත් එයාවත් පොඩ්ඩක් සමනය කරලා ආයේ

ගෙනල්ලා වම් පාදයේ තියනවා. ඉතින් මේ විධියට තමයි අපිට යන්න වෙන්නේ. මෙහෙම තමයි ටික ටික මේ ගමන යන්න වෙන්නේ.

මෙහෙම යන එකත් එක අතකින් හරි විවික්‍රය. අපිම තේරුම්ගන්නවා අපි ලොකකො වගේ හිතාගෙන හිටියට මේ හිත කිසි සේත්ම මම කියන දේ අහන්නේ නෑ. මෙතෙක් කාලයක් නම් මම හිතාගෙන හිටියේ මම, නැත්නම් මගේ හිත කියලා. බැලුවාම මේක හරිම වංචනිකයි. හරිම වපලයි. කිසි සේත්ම මං කියන දේ අහන්නේ නෑ. මං කියන තැන ඉන්නෙත් නෑ. දැන් ඔන්න හිතේ හැටි පොඩ්ඩක් තේරුම්ගන්නා. අතින් මිනිස්සු ගැන අපි හිතාගෙන ඉන්නේ 'එයා නම් හරි වපලයි', 'එයා නම් හරිම වංචනිකයි' කියලා. බැලුවාම මමත් හරිම වපලයි. මමත් හරිම වංචනිකයි. මොකද මගේ හිත පවා මම කියන දේ අහන්නේ නෑ. ඉතින් කොහොමද එයාගේ හිත මම කියන දේ අහන්නේ? අන්න එහෙම අපිට පොඩ්ඩක් දැන් අපි ගැනත් තේරෙනවා.

ඔහොම යනකොට අපි හිතමු කොහොම හරි ඔන්න කාම විතර්ක සමනය කරගන්නා. දැන් යාන්තම් හිත රාගයෙන් බේරාගන්නා. ඊට පස්සේ ඉතින් කොහොම හරි ව්‍යාපාදයෙනුත් පොඩ් කාලෙකට හරි සමනය කරගන්නා කියමුකො. ඊට පස්සේ විහිංසා විතර්කයත් කොහොම හරි දැන් අඩු කරගන්නා. දැන් ඊට පස්සේ තවත් කට්ටියක් එනවා. ඉතින් දැන් මතක් වෙනවා, "ගෙදර අම්මා බලාගන්න කවුරු හරි ඉන්නවද දන්නෙත් නෑ මේ දවස් ටිකේ. මම මෙහෙ ඇවිල්ලා ඉන්නෙත් තනියෙන්. මල්ලි අම්මව බලාගනියිද දන්නෙත් නෑ. නැත්නම් අක්කා අම්මව බලාගනියිද දන්නෙත් නෑ" කියලා ඔන්න අම්මාව මතක් වෙනවා. එහෙම නැත්නම් ඉතින් තාත්තව මතක් වෙනවා. "තාත්තා වැඩට ගියාද දන්නෙත් නෑ. මේ ටිකේ මොනවා කරගෙනද දන්නෙත් නෑ. බිච්චද දන්නෙත් නෑ" ඔන්න තාත්තා ගැන මතක් වෙනවා. එහෙම නැත්නම් ඉතින් පුතා ගැන මතක් වෙනවා. "පුතා ඉස්කොලෙ ගියාද දන්නෙත් නෑ. තාත්තාත් එක්ක රංචු උනාද දන්නෙත් නෑ". එහෙමත් නැත්නම් දුව ගැනත් මතක් වෙන්න පුළුවන්. "දුව ඉස්කෝලෙ ගියාද දන්නේ නෑ. නැත්නම් දුව වැඩට ගියාද දන්නෙත් නෑ. දුව රැ වෙලාද දන්නෙත් නෑ ගෙදර එන්නේ. දුව මොන ප්‍රශ්නවලට මැදි වෙයිද දන්නෙත් නෑ". දුව ගැනත් මතක් වෙනවා. සමහර වෙලාවට මුනුපුරෝ

ගැනත් මතක් වෙනවා. මෙතන ඉන්නව නේ සැහෙන්න එහෙම කට්ටියත්. ඉතින් මුනුපුරා ගැන මතක් වෙනවා. හරිම සෙල්ලක්කාරයි. මොන අනතුරක් කරගනියිද දන්නෙත් නැහැ මම මේ ඇවිල්ලා ඉන්න ටිකේ. මුනුපුරා හරිම සෙල්ලක්කාරයි. හරිම දංගලයක් තියෙන්නේ. ඉතින් මිනිපිරි ගැනත් මතක් වෙන්න පුළුවන්. ඉතින් මේ විධියට දුන් සැහෙන්න ගෙදර කට්ටිය ගැන මතක් වෙන්න ගන්නවා. ඔන්න ඔය විදියට අර කාම විතර්කයෙනුයි ව්‍යාපාද විතර්කයෙනුයි යාන්තම් බේරාගත්ත හිතට, මම කිව්ව විදියට, දුන් ආවේ අමුතුව ජාතියේ කට්ටියක්. ඥාති විතක්ක. මේවා හරිම රසවත් නිසාත් අර වගේ දැවිල්ලක් නැති නිසාත් බේරෙන්න හරිම අමාරුයි. හොඳටම පැටලෙනවා. මම දුන් විස්තර කළා පවුලේ එක එක අය කරා හිත දුවන එක එක ස්වරූප.

දුන් ඔන්න භාවනාව පොඩ්ඩක් හරියාගෙන එනවා. ඉතින් මතක් වෙනවා, “අපරාදේ අම්මා මං එන්න කියලත් ආවේ නෑ නේ මාත් එක්ක. අම්මාටත් මේක කරන්න තිබුණා නම් කොච්චර වටිනවාද? මං ගිහිල්ලා අම්මට මේක කියලා දෙන්න වෙනවා. එන පාර හරි මම ඉල්ලුම් පත්‍රයක් අරගෙන ගිහින් අම්මට දෙන්න ඕනෑ. අම්මවත් මේකට එවන්න ඕනෑ” කියලා, දුන් හිතෙනවා. එහෙම නැත්නම්, “අපරාදේ මං අර යාළුවටත් එන්න කිව්වා. මනුස්සයා මේ වෙන වැඩක් දගත්තා. ආවේ නැහැ නේ අපරාදේ. මං නම් පොඩ්ඩක් දුන් ගොඩ දගත්තා. මටත් දුන් පොඩ්ඩක් තේරුණා. දුන් ඔන්න මගේ සමාධියකුත් හැදීගෙන එන්නේ. ඒ මනුස්සයන් ආවා නම් කොච්චර දෙයක්ද”. ඉතින් යාළුව මතක් වෙනවා. නැත්නම් යෙහෙළිය මතක් වෙනවා. එයාටත් කොහොම හරි කියලා දෙන්න ඕනෑ. එයත් මං කියන දේ අහනවා. දුන් තමයි මට පාර වැටහුණේ කියලා ඉතින් අර අනිත් කෙනාට කියන හැටි ඊළඟට අපේ හිත යනවා; සැලසුම් කරනවා. කොහොමද මං දුන් මේක කියලා දෙන්නේ? දුවට ගිහිල්ලා කොහොමද කියලා දෙන්නේ? ආව්විට ගිහිල්ලා කොහොමද කියලා දෙන්නේ? සීයට ගිහිල්ලා කොහොමද කියලා දෙන්නේ? නැත්නම් මුනුපුරාට ගිහිල්ලා මං කොහොමද කියලා දෙන්නේ? මුනුපුරා කොහොමද මං ‘සති පාසලට’ යවන්නේ කියලා මතක් වෙනවා. නා නා ප්‍රකාර දේවල් ඔන්න මුනුපුරෝ මිනිපිරියෝ සම්බන්ධයෙන්ද දරුවෝ සම්බන්ධයෙන්ද ආව්විලා සීයලා

සම්බන්ධයෙන්ද අනුන් වෙනුවෙන් උදවු කරන විතර්ක. මේවට දහමේ කියනවා “පරානුද්දයනා පටිසංයුතා විතකක” කියලා. දැන් ඉතින් සැහෙන්න දඟලලා අපි හිතමු ඒකත් දමනය කරගන්නා, සමනය කරගන්නා කියලා.

ඊට පස්සේ යනවලු - කොහොටද? දැන් මේ දවස්වල රටේ හරි ප්‍රශ්න. ඉතින් රටට යනවා දැන් හිත, ඒවාට කියන්නේ ‘ජනපද විතකක’ කියලා. “මේ වෙලාවේ කවුරු එයිද දන්නේ නෑ; එද්දී නම් අපිව පරීක්ෂා කරලා ගත්තේ; එත් කවුරු එයිද දන්නෙත් නෑ. ඉස්සරහටත් මොනවා වෙයිද දන්නෙත් නෑ. රටේ තියෙන්නේ හරිම කලබැගැනියක්. හරිම අනතුරුදයක යුගයක්. මොනවා කරගනියිද දන්නේ නෑ. ආණ්ඩුව මොකක් කරයිද දන්නේ නෑ. ආණ්ඩුවෙන් ඉන්නේ අමුතූම කට්ටිය. ඉතින් විවිධාකාර රටේ ප්‍රශ්න. අපේ ගෙවල් පැත්තෙන් ඉන්නවා ඒ වගේ කට්ටිය. ඉතින් හරිම භයානකයි. පුදුමාකාර ප්‍රශ්නයක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ. මට මේ ටිකේ ප්‍රචාන්ති බලන්න හම්බ උනෙත් නැහැ. මොකක් වෙලාද දන්නෙත් නැහැ මේ වෙනකොටත්” කියලා ඔන්න ජනපද විතර්ක එනවා. සමහර වෙලාවට ලෝක ප්‍රශ්නත් තියෙනවා. “දැන් ඇමෙරිකාවෙන් නැවකුත් ගෙනැල්ලලු ළඟට” කියලා ලෝක ප්‍රචාන්තිත් සම්බන්ධ වෙනවා. ගමේ ප්‍රශ්න රටේ ප්‍රශ්න ලෝක ප්‍රශ්න දේශපාලන ප්‍රශ්න හිතාගන්න බැරි තරම් අන්න ජනපද විතර්ක. අපේ දැනුම් පරාසය පුළුල් වෙච්ච තරමට ප්‍රශ්න වැඩියි. ගෙදර හිටිය මනුස්සයට එච්චරම දෙයක් නැහැ. අපි හිතමු උපාසක අම්මා කෙනෙක්, වැඩිය කෙනෙක් එක්ක කතා කරන්නත් නෑ. එහා ගෙදර එක්කෙනත් එක්ක කතා කරලා එක්කගෙන එන්න හිටියේ. එයාට එච්චර ප්‍රශ්න නැහැ. අපි හිතමු සාමාන්‍යයෙන් බොහොම වග කිවයුතු නිලයක් තලයක් දරපු කෙනෙක්. නිරන්තරයෙන් පරිගණකය ඉස්සරහට ගිහිල්ලා ලෝක ප්‍රචාන්තිත් බලනවා. සැහෙන්න වැඩ ගොඩක් යනවා. ඉතින් එතකොට නම් සැහෙන්න ප්‍රශ්න වැඩියි. මොකද ලෝක ප්‍රචාන්තිත් මතක් වෙනවා. ඇමරිකාව ගැනත් මතක් වෙනවා. ජපානය ගැනත් මතක් වෙනවා. ඊළඟට රුසියාව ගැනත් මතක් වෙනවා. ඉන්දියාව ගැනත් මතක් වෙනවා. ලංකාව ගැනත් මතක් වෙනවා. එක එක පාට දේවල් ගැනත් මතක් වෙනවා. පක්ෂ ගැනත් මතක් වෙනවා. ගෙදර ගැනත් මතක්

වෙනවා. නගරය ගැනත් මතක් වෙනවා. හිතාගන්න බැරි තරම්. මොකද වපසරිය වැඩියි; ප්‍රශ්න වැඩියි.

අපි හිතමු මේකත් සමනය කරගන්නා කියලා. හරිම අමාරුයි; තේරෙනවා නේ? කියාගෙන යනකොට තේරෙනවා මේ ඔක්කොම සමනය වෙන්න ඕනෑ. හිතේ එකගතාවක් හැදෙන්න නම් මේ ඔක්කොම සමනය වෙලා එන්න ඕනෑ. බලන්න අපේ හිත කොයි තරම් නම් ව්‍යාකූලයිද? කොයි තරම් නම් පැතිරිලාද? කොයි තරම් නම් අරමුණු තියෙනවාද අපේ හිතට අරමුණු කරන්න? පුළුවන්ද එතකොට මෙබඳු දහසකුත් එකක් අරමුණු ඇසුරු කරපු හිතක් මේ 'වම දකුණට' යොදන්න? එක අතකින් බැලුවාම කරන්න බැරි වැඩක්. මොකද, මේ වම දකුණ කියන එකේ කිසිම රසයක් නැහැ. අර එන විතර්ක හරිම රසයි. සමහර වෙලාවට ද්වේෂ සහගතයි; නැත්නම් ඉතා දුක්මුසුයි. ඒත් හිත නම් කැමතියි ඒවා හිතහිතා ඉන්න. ඉතින් මෙහෙම යන ගමනේ තමයි සෑහෙන්න විරියයක් දරලා වැයම් කරලා, කොහොම කොහොම හරි නැවත නැවත මේ අරමුණේ තියලා තියලා ඔන්න හික්මවාගන්නා කියලා කියමු.

දැන් තවත් පැත්තක් එනවා කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. ඒ තමයි "අනිත් අය මං ගැන මොකක් හිතාවිද දන්නේ නෑ" කියලා හිතෙන එක. "මම මේ ඉස්සරහට ගිහිල්ලා ස්වාමීන් වහන්සේ අහපු ප්‍රශ්නෙකට මේ විධියට උත්තර දුන්නා. අනිත් අය මං ගැන මොනව හිතුවද දන්නෙත් නෑ. මට භාවනාව හරි ගියෙත් නෑ. ඉතින් අනිත් අය මං ගැන මොන විධියට බලයිද දන්නෙත් නෑ. මෙව්වර කාලයක් මං භාවනා කළා. මොනවා කළා කියලා හිතුවද දන්නෙත් නෑ. මං මේ සිල් අරගෙන ඉන්නෙත්. මෙව්වර කාලයක් මං මහණ වෙලා. ඉතින් අනිත් අය මේ මහණ වෙලා මං මොනවා කළාද කියලා හිතයිද දන්නෙත් නෑ". ඒ අය තමන් ගැන නිවැරදි වැටහීමක් ඇති කරගනීවි හෝ ඇති කර නොගනීවි කියලා විතර්කයක් පහළ වෙනවා. ඒකට බුදුරජාණන් වහන්සේ ලස්සන නමකුත් දීලා තියෙනවා "අනවඤ්ඤතනි පටිසංයුතන විතකක" කියලා. අනිත් අය මං ගැන දරන ආකල්පය මොන එකක් වගේ වෙයිද?

ඉතාම සියුම් විතර්ක ගැනයි මේ කතා කරන්නේ. මොකද, හිතේ කාම විතර්කයක් වැඩ කරනකොට මෙහෙම දේවල් එන්නේ නෑ. මොකද එනකොට සම්පූර්ණයෙන්ම හිත දැවී දැවී නේ තියෙන්නේ. දැන් හිතේ ද්වේෂ විතර්කයක් දුවනකොට, නැත්නම් රට ගැන හිතනකොට, අම්මලා තාත්තලා ගැන දරු මුහුදුරෝ ගැන හිතනකොට මෙහෙම විතර්ක එන්නේ නෑ. අර ටික ඔක්කොම සමනය උනාට පස්සේ තමයි මම දැන් විස්තර කළ අමුතුවම ජාතියේ විතර්ක කට්ටියක් එන්නේ. මෙතෙක් කාලයක් මේ ප්‍රශ්නය තිබුණේ නැහැ. “අනිත් අය මං ගැන මෙනවා හිතනවාද දන්නේ නෑ”. ඒ නිසා අපි පෞද්ගලිකව ගිහින් කතා කරන්න ඊළඟට උත්සාහවත් වෙනවා. දැන් අනිත් අය මොකක් හරි මං ගැන හිතුවොත් එහෙම කියලා අන්න ප්‍රශ්නයක්. මේකත් එක්තරා අන්දමක විතර්කයක්. මේකත් සමාධියක් හදගන්න තියෙන බාධාවක්. මේකත් තේරුම් අරගෙන මේකත් මේ හිතේ ආපු විතර්ක ස්වභාවයක් සියුම් ස්වභාවයක් හිතේ ආපු ක්ලේශයක් කියලා තමයි ඒක අයිත් කරන්න වෙන්නේ.

එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ආකාරයෙන් බොහොම සවිස්තරව විග්‍රහ කරනවා අපේ හිතේ ක්‍රමානුකූලව කොහොමද සමාධියක් හැදිගෙන එන්නේ කියලා. මුලින්ම අර බොහොම ඕළාරික උපක්ලේශ අයිත් කරන්න වෙනවා. ඒ කියන්නේ කාය දුශ්චරිත වඩි දුශ්චරිත මනෝ දුශ්චරිත අයිත් කරන්න වෙනවා. ඊළඟට මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ තියෙන උපක්ලේශ අයිත් කරන්න වෙනවා. ඒ කියන්නේ කාම විතර්ක ව්‍යාපාද විතර්ක විහිංසා විතර්ක අයිත් කරන්න වෙනවා. ඊට පස්සේ තමයි සුබ්‍රම විතර්ක, සුබ්‍රම උපක්ලේශ අයිත් කරන්න වෙන්නේ. ඒ තමයි අර ඥාති විතර්ක, ජනපද විතර්ක, පරානුද්දයතා විතර්ක, අනවඤ්ඤාති පටිසංයුතන විතර්ක. මේවා බොහොම ලස්සනට බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරලා තියෙනවා. බලන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ කොයි තරම් නම් ප්‍රායෝගිකව මේ හිතේ ස්වභාවය දැකලා තියෙනවාද? අපිට වෙන දේ උන්වහන්සේ බොහොම පැහැදිලිව දැකලා තියෙනවා. මේ එකක්වත් නංගලා කතා කරලා නැහැ. මේක තමයි යථාර්ථය; මේක තමයි අපිට වෙන්නේ. අපි භාවනාවක් කරන්න ගියාම මේ ටික අපි ඔක්කොටම වෙනවා.

අපි හිතමු දැන් ඔකත් අයින් කරගත්තා. ඔන්න ඊට පස්සේ තවත් කට්ටියක් එනවා. දැන් පුළුවන් තරම් අර නරක විතර්ක ටික හොඳ විතර්කවලින් විස්ථාපනය කරනවා. අපි කාම විතර්කයක් එනකොට ඔන්න ඒ වෙනුවට නෙක්බම්ම විතර්කයක් දගන්නවා. ඊළඟට ව්‍යාපාද විතර්කයක් එනකොට ඒ වෙනුවට මෙමිත්‍රී විතර්කයක් දගන්නවා. විහිංසා විතර්කයක් එනකොට ඒ වෙනුවට අවිහිංසා විතර්කයක් දගන්නවා. අර නරක විතර්ක ටික හොඳ විතර්කවලින් අපි විස්ථාපනය කරනවා. හැබැයි ඒවාත් විතර්ක. හිතනවා - හැබැයි නරක දේවල් නෙවෙයි. අනිත් කෙනෙකුට උදව් කරන හැටි හිතනවා. මෙමිත්‍රීයක් කරන හැටි හිතනවා. මරණානුස්සතියක් කරන හැටි හිතනවා. නැත්නම් ධම්මපදයේ මොකක් හරි ගාථාවක් ගැන හිතනවා. නා නා ප්‍රකාරව ධර්මය සම්බන්ධයෙන් දේවල් හිතනවා. හිතලා හිතලා දැන් සැහෙන්න ධර්මයට ඇවිල්ලා. දැන් මතක් වෙන්නෙන් සූත්‍ර දේශනාවක්. අපේ හිත කතා කරන්නෙන් සූත්‍ර දේශනාවක් සම්බන්ධයෙන්. කෙනෙක් එක්ක කතා කරන්න ගියත් ඉතින් සූත්‍ර දේශනාවක්. නැත්නම් දහමක් සම්බන්ධයෙන්. දැන් ඔවා තමයි කතා කරන්නේ; හිතන්නේ. සැහෙන්න හිතේ දමනයක් තියෙනවා. හිතේ යම් සහනයක් තියෙනවා. අන්තිමට දැන් අපි හිත සමාධි කරන්න ගියාම සිතේ සමාධියක් හදගන්න ගියාම දැන් අර කියපු බරපතල මට්ටම් ටික ඔක්කොම යාන්තම් යටපත් කරගෙන, ඒවා දමනය කරගෙන, සමනය කරගෙන. ඊට පස්සේ ධර්මය මතක් වෙනවා. "මං අරයට මේ සූත්‍ර දේශනාව කියලා දෙන්නේ කොහොමද? මේ සූත්‍රයේ මෙන්න මෙහෙම තියෙනවා. ස්වාමීන් වහන්සේ කිව්වා හරිද? අතන සූත්‍රයේ මෙහෙම තියෙනවා. මට දැන් භාවනාවේ ඒකද දන්නේ නැහැ වෙන්නේ" කියලා දන්නෙම නැතුව ධර්මය හා සම්බන්ධ විතර්කවලට යනවා. දැන් බලන්න අපේ හිත කොයි තරම් නම් අමුතු විධියට වංචනික විධියටද වැඩ කරන්නේ කියලා. බුදුරජාණන් වහන්සේම මේ ආකාරයට විස්තර කරනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේම කියනවා, මහණෙනි, ඊළඟට ධර්ම විතර්ක එන්න පුළුවන් කියලා. ඉතින් මේ විතර්ක අස්සේ අපි කොහොම හරි හිත දමනය කරගත්තොත්, හිතේ එකඟතාවක් හදගත්තොත්, කොහොම කොහොම හරි හිතේ සතිය දියුණු කරගන්න උත්සාහවත් වුණොත් අන්න දැන් හිතේ යම් එකඟතාවක් හැදෙනවා. දැන් කාම විතර්ක අඩුයි. ව්‍යාපාද විතර්ක

අඩුයි. විහිංසා විතර්ක අඩුයි. ගෙවල් දෙරවල් ගැන හිතනවා අඩුයි. රට තොට ගැන හිතනවා අඩුයි. මං ගැන අනික් අය මොනවා හිතයිද කියන එකක් අත්හැරලා දැමීමා. ඕවත් අස්සේ අර ධර්මය සම්බන්ධයෙන් ආපු දේවලුත් යාන්තම් දමනය කරගත්තා.

ඔන්න දැන් හිත පොඩ්ඩක් සමාධිමත් වෙලා තියෙන්නේ. මේ කොතේ ඉඳන් එහා කොනට යනවා. හිත ගානට පාදයේ තියෙනවා. දැන් මෙතෙහි කරන්නේ නෑ. 'වම දකුණ' කියන්නේ නැහැ. වම් පාදය වදිනකොට හිත එතන තියනවා. දකුණු පාදය වදිනකොට එතන තියනවා. ආයෙ වම් පාදය වදිනවා; එතන තියනවා. ආයෙ දකුණු පාදය වදිනවා; එතන තියනවා. දැන් අන්න හිත බොහොම ලස්සනට, මල් මාලාවකට මල් අමුණන්නා වගේ එතන එතන එතන එතන හිටිනවා. ඊළඟට ආශ්වාසයක් ප්‍රශ්වාසයක් ගන්නවා. ආශ්වාසයෙන් ප්‍රශ්වාසයට, ප්‍රශ්වාසයෙන් ආශ්වාසයට, ආයෙමත් ආශ්වාසයෙන් ප්‍රශ්වාසයට, ප්‍රශ්වාසයෙන් ආශ්වාසයට අඛණ්ඩව හිත විසින්ම දැන් මෙන්න මේ සරල උදසින අරමුණේ ඉන්නවා. අපි හිතමු දැන් මේ කටයුත්ත අපිට ළඟ ළඟ තියෙන හුස්ම රැළි දෙසියක විතර කරගන්න පුළුවන් කියලා. එකක්වත් මගහැරුණේ නැහැ. ළඟ ළඟ එන හුස්ම එකක් එකක් ගානේ අපි සතිය දියුණු කරනවා. එකක් එකක් ගානේ සමාධියක් වැඩෙනවා. හිත කැමැත්තෙන්ම දැන් මේ හුස්ම රැල්ලක් ගානේ පවතිනවා. හැබැයි තාමත් ඒ තරම්ම ප්‍රණීත නැහැ. ඒ තරම්ම සියුම් නැහැ. ඒ තරම්ම මෙතන කෙලෙස් සංසිද්ධිමත් වෙලත් නැහැ. ඒ වගේමයි, මෙතන ලොකු ඒකාග්‍රතාවක් තාම ඇති වෙලත් නැහැ.

දැන් මේ සෑහෙන්න ප්‍රයත්න දරලා තාවකාලිකව කෙලෙස් යටපත් කරලා යාන්තම් හදගත්ත සමාධියක් තමයි තියෙන්නේ. මේවා හරි ලස්සනට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා "න වෙව සනෙතා න ච පණ්ණො න පටිපසසසදධිලදෙධා න එකොදිභාවාධිගතො සසඛ්ඛාරනිගග්ගභවාරිතවතො"²⁷ මෙන්න මේ වගේ ලස්සන වචන කිහිපයකින්, මේ යාන්තම් හදගත්ත සමාධිය සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියලා දෙනවා - මේක ඒ තරම්ම ශාන්ත නෑ. මොකද, කොයි

²⁷ අංගුත්තර නිකාය, තික නිපාත, දුතිය පණ්ණාසක, ලොණඵල වග්ග, පංසුධොවක සූත්‍රය | 132

වෙලාවේ ආයෙ කැඩිලා යයිද දන්නේ නෑ. ඒ නිසා තාම ශාන්ත භාවයක් මෙතන නෑ. “න ව පණිතො” මේකෙ තවම ප්‍රණීත භාවයකුත් නෑ. ඊළඟට කියනවා “න පටිපාසසද්ධිලද්ධො” මෙතන මේ කෙලෙස් ප්‍රභාණයක් වෙලා හෝ කෙලෙස් සැහෙන්න ඇතට ගිහිල්ලා ඇති කරගත්තු එකකුත් නෙවෙයි. අපි අත අයින් කළ ගමන් ආයෙත් කෙලෙස් මතු වෙනවා. හරියට නිකං රබර් බෝලයක් වතුරෙ ඔබාගෙන ඉන්නවා වගේ. දැන් මේ කෙලෙස් ටික යාන්තම් ඔබාගෙන ඉන්නවා. කොයි වෙලාවේ හෝ සමාධිය දුර්වල වුණාද ආයෙත් මතු වෙනවා. ඊළඟට “න එකොදිභාවාධිගතො” ඉතාම හොඳට හිත ඒකාග්‍ර වෙලා ඉතාම සියුම් මට්ටමකට ඇවිල්ලා තීක්‍ෂ්ණ මට්ටමට ඇවිල්ලා නෑ. තවම එබඳු මට්ටමක් නෙවෙයි මේ කතා කරන්නේ. යාන්තම් හිත පොඩ්ඩක් දැන් මේ අරමුණේම ඉන්නවා; අරමුණත් එක්කම ඉන්න පුළුවන් ගතියක් දැන් ඇවිල්ලා තියෙනවා. “සසඛ්ඛාරනිගාඤ්චාරිතවතො” දැන් මේ සැහෙන්න සංස්කරණයක් කරලා, ඇගපත හොල්ලන්නේ නැතුව, වේදනාව දූනෙද්දීත් ඒකට හිත දන්නේ නැතුව, සැහෙන්න පරිස්සමෙන් හදගෙන තමයි දැන් මේ සමාධිය තියෙන්නේ. මෙන්න මේ වගේ තමයි අපි ටික ටික ඉස්සරහට යන්නේ. මේ මාර්ගය බුදුරජාණන් වහන්සේ හරිම ප්‍රායෝගිකව හරිම විචිත්‍රව පෙන්වලා තියෙනවා. ඊට පස්සේ මේක නැවත නැවත කරනවා. පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ හදගෙන හදගෙන යනවා.

ඔන්න දැන් හිත විනාඩි දහයක් ඒ අරමුණේම ඉන්නවා; විනාඩි පහළොවක් ඒ අරමුණේම ඉන්නවා; විනාඩි විස්සක් ඒ අරමුණේම ඉන්නවා; විනාඩි තිහක් ඒ අරමුණේම ඉන්නවා; විනාඩි හතළිහක් ඒ අරමුණේම ඉන්නවා. දැන් නම් ටික ටික හිතට යම් සහනයක් දූනෙනවා. දැන් නම් ආනාපානසතිය බොහොම ප්‍රණීතව තේරෙන්න ගන්නවා. දැන් හුස්ම රැල්ල තව දුරටත් ඒකාකාරී නැහැ. දැන් හුස්ම රැල්ල ‘හරිම ලස්සන හුස්ම රැල්ලක්’. ඒක හරිම ප්‍රණීත වෙලා. දැන් හිත දුවන්නේ නෑ. දිව්වත් එයාම එනවා. ඉස්සෙල්ලා තමයි අපි අත දලා ගෙනැල්ලා තියන්න ඕනෑ. දැන් නම් එහෙම නැහැ. දැන් එයාටම තේරිලා; එළියෙ ගියොත් නම් දූවෙන්න වෙනවා; එළියෙ ගියොත් නම් තැවෙන්න වෙනවා; මේ ඇතුළට වෙලා ඉන්න එක ඊට වඩා හොඳයි. ඒ නිසා හුස්ම රැල්ලත්

එක්කම ඉන්නවා. ඊළඟට හුස්ම රැල්ල තුළම යම් සංසිද්ධිමක් එයාට දැනෙනවා. හුස්ම රැල්ල තුළ යම් සහනයක් එයාට දැනෙනවා. මේ කතා කරන්නේ ඉතාම සියුම් අරමුණක්. ඒ අරමුණ තුළ දැන් හිත එකඟ වෙලා. එළියේ ගිහිල්ලා විචිත්‍රත්වයක් හොයන ගතියෙන් දැන් හිත අයින් වෙලා. අන්ත කාමච්ඡන්දය යටපත් වෙලා. ව්‍යාපාදය යටපත් වෙලා.

ඊළඟට මේ විධියට හිත හොඳට හැඳිගෙන එනකොට තවත් එන්න පුළුවන් ප්‍රබලම බාධාවක් තමයි නිදිමත. මොකද අරමුණ සියුම් වෙන්න සියුම් වෙන්න අපේ හිත කැමති නෑ ඒ අරමුණට. එක්කෝ එයා නින්දට යනවා. එක්කෝ මොකක් හෝ අර වගේ සංඥාවක් මතු කරලා දෙනවා. මේ ඔක්කොම බාධා ජයගෙන තමයි ඉස්සරහට යන්න තියෙන්නේ. එනකොට අපි හිතමු නිදිමත එනකොට ඒකත් කොහොම හරි ජයගත්තා කියලා. දැන් ඔන්න අවදියෙන් ඉන්නේ. තාම සුක්ෂ්මයි අරමුණත්. අරමුණත් දැනෙන නොදැනෙන ගාතයි. දැන් ආශ්වාසයක්ද මේ ප්‍රශ්වාසයක්ද කියලාවත් තේරෙන්නේ නෑ. ඒ තරමට අරමුණ සියුම් වෙලා. හැබැයි හිත බොහොම අවදියෙන් ඉන්න ඕනෑ නින්දට වට්ටගන්නේ නැතුව.

ඒනම්ද්ධියත් ඔන්න දැන් ජයගත්තා. හැබැයි මේ වෙලාවෙදි අපි අනවශ්‍ය විධියට චීර්සයක් යොදන්න ගියොත් ආයෙන් හිත විසිරෙනවා. අපි දැන් තේරුම්ගන්න ඕනෑ හිතේ එකඟතාව හැඳෙනවා නම්, හිත හොඳට සමාධිමත් වේගෙන යනවා නම්, අනවශ්‍ය චීර්සයක් ගත යුතු නෑ. අපි භාවනාවේ දැන් ඉන්න ස්වරූපය දැකලා, මේ වෙලාවේ හිතේ ස්වභාවය තේරුම් අරගෙන, අපි යොදන ප්‍රයත්නය අපි යොදන චීර්සය අඩු වැඩි කළ යුතු වෙනවා. මේක ප්‍රායෝගිකව එතන එතන කළ යුතුයි. පටන්ගත්ත මොහොතේ ඉඳන් එක සමාන චීර්සයක් පවත්වන්න ගියොත් කවදාවත් සමාධි වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපිට මුලදි ලොකු චීර්සයක් අවශ්‍ය වෙනවා හිත දමනය කරගන්න. අර කියපු ඔක්කොම විතර්ක ටික පන්නා දමන්න. ඒකට සෑහෙන්න චීර්සයක් අවශ්‍යයි. හැබැයි හිත දැන් මෙල්ල වීගෙන සමාධි වේගෙන, බොහෝම කීකරු වෙලා එනකොට, දැන් අපි පොඩ්ඩක් එයාට ඉන්න දෙන්න ඕනෑ. පොඩ්ඩක් අත ගන්න ඕනෑ. පොඩ්ඩක් හිතට සහනයක් දෙන්න ඕනෑ.

සැහැල්ලු වෙන්න තැන්පත් වෙන්න සමාධිමත් වෙන්න අපි ඉඩ දෙන්න ඕනෑ. අපි අත ගන්න ඕනෑ. දැන් අපි මැදිහත් වෙන එක සුදුසු නෑ.

දැන් අපි විර්යය අඩු කරනවා. අපි මෙතෙහි කිරීමක් කරමින් හිටියා නම්, ඒ මෙතෙහි කිරීම නවත්වන්න ඕනෑ. අපි අනවශ්‍ය විධියට හිත දිහා බොහොම දරදඬු විධියට බලාගෙන හිටියා නම්, ඒක අයින් කරලා බොහෝම සුබනමාය විධියට මෘදු විධියට එයා දිහා බලන්න ඕනෑ; අරමුණ දිහා බලන්න ඕනෑ. දැන් මේ වගේ ප්‍රයත්න හරහා, මේ වගේ උපක්‍රම හරහා අපි අරමුණට බොහෝම ස්වාභාවිකව ඉන්න දෙනවා. නිදුල්ලේ ඉන්න දෙනවා. අපි දැන් කටයුත්ත ඉබේ වෙන්න ඉඩ හරිනවා; හැබැයි ඇහැ ගහගෙන ඉන්නේ. මොකද තාමත් අවිශ්වාසයක් තියෙනවා. මොකද, කොයි වෙලාවේ ආයේ කෙලෙස්වලට යයිද දන්නේ නෑ. ඒ නිසා ඇහැ ගහගෙන ඉන්නවා. ගියොත් පොඩ්ඩක් එයා දිහා බලනවා; එතකොට එයා එනවා. ඔන්න ඔය වගේ දැන් ටික ටික සමාධිය හැදෙනවා. ඉතින් මේකේ ඔන්න විතර්කයක් මුල් කරගෙන, අරමුණේම හිත හසුරුවමින් අරමුණක් තුළ ඉන්නකොට, මේ වගේ ඉන්න ඉන්න, හිතේ ප්‍රමෝදයක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. මොකද මේ වෙනකොට සියලුම නීවරණ යටපත් වෙලා. ඒ හින්දා හිත දැන් කියන දේ අහනවා. හිතේ දැන් කෙලෙස් නැහැ. හිත දැන් ඒකාග්‍ර වෙලා. සෑහෙන්න එකගතාවක් තියෙනවා.

දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා “සවිතකකං සවිචාරං විවෙකජං පීතිසුඛං පඨමං ඤානං උපසම්පජ්ජ විහරති” අන්න විතර්ක සහිතයි, විචාර සහිතයි. මේ කතා කරන්නේ අර නරක ජාතියේ විතර්ක නෙවෙයි. මේ සරල අරමුණට හිත නංවනවා නැවත නැවත. ආනාපාන අරමුණටම හිත නංවනවා. නැත්නම් පටිභාග නිමිත්තටම හිත නංවනවා. එබඳු විතර්කයක් ගැනයි මේ කතා කරන්නේ. ඒ අරමුණේම, ඉතාම සුක්ෂ්ම අරමුණකම හිත හැසිරෙනවා. එතන විචාරයක් තියෙනවා. ඉතින් මේ වගේ බොහොම නිකේලේයි අරමුණක සමාධිමත් වෙලා ඉන්නකොට අන්න ප්‍රීතියක් පහළ වෙනවා. සමහර විට ඇඟ කිලිපොළා යනවා. නැත්නම් පාවෙනවා වගේ දූනෙනවා. බොහොම සහනයක් දූනෙනවා. ඉතාම සුවයක් දූනෙනවා. ප්‍රීතියක් සුඛයක් තියෙනවා. ඒ වගේමයි, මේ

සරල අරමුණේ හිත ඒකාග්‍රව තියෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සමාධි අංග, ධ්‍යාන අංග හරහා ධ්‍යානයක් හඳුන්වලා දෙනවා.

ඊළඟට අපි හිතමු දැන් යෝගාවචරයෙක් ධ්‍යාන වඩනවා කියලා. එයා මේවා නැවත නැවත ප්‍රගුණ කරනවා. මෙබඳු විධියට මේ සමාධිවලට නැවත නැවත පැමිණෙනවා. ඒක ඇසුරු කරනවා. වඩනවා. එයාට සමහර විට තේරෙන්න පුළුවන්ලෑ, මේ නැවත නැවත හිත අරමුණට නංවනවා කියන එකත් මහ කරදරයි. ඉතින් ඇතුළේ මේක හැසිරෙන එකත් කරදරයි. එතකොට වලනයක් තියෙන්නේ. තාම සමාධිමත් මදි. මොකද, නැවත නැවත හිත නංවනවා කියන එකේ වලනයක් තියෙනවා. ඒ වගේම අරමුණ ඇතුළේ ඔබ මොබ යනවා කියන එකෙත් වලනයක් තියෙනවා. විතක්ක විචාරවල තියෙන, ඒ පුංචි වුණත් එතන තියෙන ඒ වලනය, එතන තියෙන දෝෂය එයාට තේරෙන්න ගන්නවා. එයා කැමති වෙනවා එබඳු සෙලවීමක්වත් නැති, එබඳු නැවත නැවත අරමුණට නැංවීමක්වත් නැති, බොහොම ශාන්ත, බොහොම ඒකාග්‍රතාවක් තියෙන, හොඳ සමාධියක් තියෙන, දෙවෙනි ධ්‍යානයකට. එතකොට විතක්ක විචාර දෙක හලලා දනවා. අරමුණට හිත නැංවුවා; නැංවුවාට පස්සේ ඒකාග්‍රව ඉන්නවා. හොඳට සමාධිමත්ව ඒ අරමුණ තුළ නවත්වාගෙනම ඉන්නවා; නතර වෙලා ඉන්නවා. අන්න දෙවන ධ්‍යානයක් පෙන්වලා දෙනවා. ඒකේ විතක්ක විචාර දෙක නැහැ; සමාධිය හොඳට තියෙනවා; ප්‍රීතියක් සහිතයි; හොඳට ඒකාග්‍රතාව තියෙනවා. ඊට පස්සේ මෙහෙම යනකොට ප්‍රීති සහගත භාවයක් එනවා; ඇඟ කිලිපොලා යනවා; ඇතැම් වෙලාවට ඇගේ නිකං වතුර දූම්මා වගේ දූනෙනවා. මේ ප්‍රීතියෙන් එයා ඔදවැඩෙන ගතියක් තියෙනවා.

මේවා සම්බන්ධයෙන් හරි ලස්සන උපමා බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙනවා. දෙවන ධ්‍යානය සම්බන්ධයෙන් හරිම ලස්සන උපමාවක් දෙනවා. ඒක විතරක් මතක් කරන්නම්. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා විලක් ගැන හිතන්න කියලා. මේ විලට උතුරු පැත්තෙන් වතුර එන්නෙන් නෑ. දකුණු පැත්තෙන් වතුර එන්නෙන් නෑ. නැගෙනහිර පැත්තෙන් වතුර එන්නෙන් නෑ. බටහිර පැත්තෙන් වතුර එන්නෙන් නෑ. ඒ වගේම වහින්නෙන් නැහැලෑ. හැබැයි වතුර උතුරාගෙන යනවාලෑ. කොහොමද වතුර උතුරන්නේ? යට පතුලේ තියෙනවාලෑ

නිරන්තරයෙන්ම සිසිල් දිය ගලන උල්පතක්. මේ උල්පත හරහා මතු වෙන ඒ සිසිල් දිය දහරාවෙන් මේ විල උතුරාගෙන යනවලු. අන්න ඒ වගේ තමයි කියනවා දෙවන ධ්‍යානය. දැන් මේ බැහැරින් කිසිම සතුටක් ඇතුළට එනවා නෙවෙයි. ඇස් දෙකත් වහගෙන ඉන්නේ. කන්වලටත් වෙන මොකක්වත් අරමුණක් එන්නේ නැහැ. දිවත් වහගෙන. නාසයත් වහගෙන. කයත් නිශ්චල කරගෙන ඉන්නේ. නමුත් ඇතුළතින් හටගන්නා ප්‍රීතියෙන් මේ මුළු කය පිනා යනවා. හිත පිනා යනවා. ඔන්න දෙවන ධ්‍යානයට බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන උපමාව. මේ වගේ හරිම ලස්සනට බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සමාධි මට්ටම් විස්තර කරනවා. ඊට පස්සේ කෙනෙකුට වැටහුණොත් මේ ප්‍රීතියත් ටිකක් ඕළාරිකයි; රළයි. ඊට වඩා හොඳයි ප්‍රීතියෙනුත් තොර වෙලා කායික සුවය විතරක් තියාගෙන ඒකාග්‍රතාව විතරක් තියාගෙන හිටියොත් හොඳයි කියලා එයා තෘතීය ධ්‍යානයට යනවලු. ඊට පස්සේ සුඛයත් අයින් කරලා හොඳටම ඒකාග්‍රතාවෙන් හිතේ හොඳ පරිණත භාවයකින් හතරවෙනි ධ්‍යානයට යනවලු.

මෙන්න මේ ආකාරයෙන් බුදුරජාණන් විස්තර කරනවා සමාධියක් ක්‍රමානුකූලව හැදෙන හැටි. ඒ ඒ සමාධිවල තියෙන විවිධාකාර මට්ටම්. මේ වගේ අපිට සමථ පැත්තෙන් වගේම විපස්සනා පැත්තකින් කතා කරන්නත් පුළුවන්. කෙසේ නමුත් අද ධර්ම දේශනාවේ මම සමථ පැත්තකින් කතා කළේ. ඉතින් මේ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි මේ යන මාර්ගය හරි විචිත්‍රයි; බාධා සහිතයි. හැබැයි හොඳ අධිෂ්ඨානයකින්, හිතේ ඇති කරගත්ත අර වගේ උවමනාවකින්, “මේක මම කොහොම හරි ජයගන්න ඕනෑ” කියන හිතේ ඇති කරගත්ත දැඩි වීර්යයකින් මේ කටයුත්ත කරනවා නම් මේවා කරන්න බැරි නෑ. අපි හිතුවොත් “මේක නම් මට කවදවත් කරන්න බැහැ” කියලා, එහෙමත් දෙයක් මෙතන නෑ. අපි දැනට කරලා නැති නිසා, එහෙම නැත්නම් දැනට අපි මේවයේ නැවත නැවත යෙදිලා නැති නිසා අපිට තාම පුහුණුව මිදි. ඒකයි මෙතන තියෙන ප්‍රශ්නය. අපේ හිත පුහුණුවක් තුළ නැවත නැවත හික්මෙනවා නම්, නැවත නැවත මේ කටයුතුවල යෙදෙනවා නම්, මේ දේ අදටත් වලංගුයි; අදටත් කරන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා මේ පින්වතුන්ට දැනටත් මෙතනමත් පැහැදිලි වෙලා ඇති, මෙතන මේ ඉන්න පිරිසේ වුණත් ඇතැම් අය තාම ආධුනික මම්ටමේ ඉන්නේ. ඇතැම් අය ඊට වඩා මට්ටමක ඉන්නේ. ඇතැම් අය මධ්‍යම මට්ටමක ඉන්නේ. ඇතැම් අය සෑහෙන්න හිත හදගෙනත් ඉන්නේ. ඒවා ඉබේ වෙච්ච දේවල් නෙවෙයි. ඒවා ක්‍රමානුකූලව මේ දහම තුළ හැසිරීම නිසා වෙච්ච දේවල්. සෑහෙන්න ප්‍රායෝගිකව මේ තුළ යෙදීම නිසා වෙච්ච දේවල්. කැපවීම නිසා වෙච්ච දේවල්. ඒ මිසක් ඒ අයට අමුතු වරප්‍රසාදයක් ලැබිලාවත් අමුතු දේව කරුණාවක් ලැබිලාවත් ඒ මොකක්වත්ම නෙවෙයි. තනිකර තමන්ම මහන්සි වෙලා, තමන් උදේ පොඩ්ඩක් නැගිටලා, තමන් පොඩ්ඩක් සක්මනක් කරලා පර්යංකයක් කරලා, තමන්ම වෙහෙසිලා ගත්ත දේවල් මිසක් පිටින් ලැබිච්ච ආශීර්වාද මොකක්වත් නෙවෙයි. ඒ නිසා අපි තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන දහම විරියවන්තයා සඳහායි. විරියවන්තයා අනිවාර්යයෙන් විරියය වඩනවා. එයා මේක අතහැරලා දන්නේ නෑ. අනාගතයට කල්දන්නේ නෑ. හෙටට කල්දන්නේ නෑ. එයා මේ ලද අවස්ථාවෙන් ප්‍රයෝජනය ගන්න උත්සාහවත් වෙනවා.

ඒ නිසා අපි සියලුදෙනාටම අද දින ධර්ම දේශනාවෙන් ඒ යන ඉදිරි මාර්ගය සඳහා මග පෙන්වීමක් වේවා කියලා අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

6 | අධිපතිත්වය සතියට දෙමු

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස

ජන්මලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, එසසසමුද්දො සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සතාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤාතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා'ති

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මැණිවරුනි, ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි මේ 211 වන භාවනා වැඩ සටහනට ඉස්සරහින් තියාගත්තේ කිං මූලක සූත්‍රය. මේ සූත්‍රය ඇතුළත් වෙලා තියෙන්නේ අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ.

මෙතන සාකච්ඡා වෙන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේම ඉදිරිපත් කරන ප්‍රශ්න අටක්. ඒ වගේම ඒ ප්‍රශ්න අටට බුදුරජාණන් වහන්සේම පිළිතුරු අටක් දෙනවා. එතකොට අපිට ඕනෑ ඕනෑ පිළිතුරු දීලා හරි යන්නේ නැහැ. බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන පිළිතුරම දෙන්න කියලා තමයි කියන්නේ. මොකද විවිධාකාර මතිමතාන්තර එද බුද්ධ කාලයෙන් තිබිලා තියෙනවා; අදටත් තියෙනවා. ඉතින් ඒ විවිධ ප්‍රශ්නවලට ඒ ඒ අය විවිධ උත්තර දෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයේදීත් මේ ප්‍රශ්නවලටම වෙනත් උත්තර දීපු ශාස්තෘන් වහන්සේලා, ඒ වගේම අන්‍ය ලබ්ධිකයෝ අන්‍ය තීර්ථකයෝ හිටියා. ඒ නිසා මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ

දෙන පිළිතුරු ටික දැනගැනීම වටිනවා. එහෙම නොකළොත් අපි දෙන්නෙත් වැරදි පිළිතුරු. මොකද, මේ අභලා තියෙන ප්‍රශ්න ඉතාම සුක්‍ෂ්මයි. ඒ වගේම මේවට වෙන වෙන උත්තර සමහර විට අපිට හිතෙන්නත් පුළුවන්. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ ගිය පිරිසක් වශයෙන් අපි එතකොට උත්සාහවත් වෙන්න වෙනවා, ඇයි මෙබඳු පිළිතුරු බුදුරජාණන් වහන්සේ දීලා තියෙන්නේ; මේවයේ සත්‍ය අසත්‍යතාව කොහොමද? නැත්නම් මේවා ඇයි මේ තරම් ගැළපෙන්නේ කියලා හිතලා බලන්න වටිනවා.

අපි සාකච්ඡා කළා මුලින්ම “කිං මූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා?” කියන ප්‍රශ්නය. ඒ කියන්නේ, කුමක් මුල් කරගෙනද දේවල් හටගන්නේ කියන කාරණාව; දේවල් පටන්ගන්නේ කියන කාරණාව; මුල් වන්නේ කියන කාරණාව. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “ඡන්දමූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා” කියලා උත්තර දෙන්න කියලා. මේ හිතේ ඇති වෙන කැමැත්ත මුල් කරගෙන තමයි දේවල් සිද්ධ වෙන්නේ. අපේ හිතේ යම් කැමැත්තක් ඇති වුණා නම්, ඡන්දයක් හටගත්තා නම්, ඒකට අනුරූපව තමයි අපි ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. ඒක කුසලච්ඡන්දයක් වෙන්නත් පුළුවන්; කාමච්ඡන්දයක් වෙන්නත් පුළුවන්. ඉතින් ඒ කියන්නේ, ඡන්දය කොයි අතටද හැරිලා තියෙන්නේ, කුසල පක්‍ෂයටද අකුසල පක්‍ෂයටද කියලා නියමයක් නැහැ. හැබැයි ඡන්දය මුල් වෙනවා. හරි පැත්තට වැටුණොත් ඔන්න අපි හරි පාරේ යනවා; හරි කැමැත්තක් අනුව තමයි අපි තල්ලු වෙලා යන්නේ. නමුත් ඒකම අතින් පැත්තට වැරදි කැමැත්තක් නම් අපේ හිතේ තියෙන්නේ, ඒකෙහුත් තල්ලුවක් එනවා. ඔන්න අපි වැරදි පාරක් ඔස්සේ යනවා. ඉතින් ඒ නිසා මේ ඡන්දය නිවැරදි පැත්තට හරවාගැනීම හරිම පරිස්සමින් කරගත යුතු කාරණයක්. මොකද වැරදි දෙයකට නම් අපේ හිතේ කැමැත්ත තියෙන්නේ, ඒ හරහා මෙහෙයවිලා ඔන්න අපි දන්නෙම නැතුව වැරදි දෙයක් ඔස්සේ අරගෙන යනවා. අන්තිමට අපිටම ඒකේ එල විපාක විඳින්නට සිද්ධ වෙනවා. නමුත් ඒක හරි විධියට කරන්න ගත්තාම හිතේ ඇති වෙන ඒ බලවත් උවමනාව, දූඪි අධිෂ්ඨානය, ඇත්තටම නිවන් දකින මාර්ගයටම අත්‍යවශ්‍ය සාධකයක් බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසාම ඒක ඡන්ද සාද්ධිපාදයක් වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා

කරනවා. යම් කිසි කෙනෙක් තුළ අඛණ්ඩව මේ ඡන්දය තියෙනවා නම්, “අනිවාර්යයෙන්ම මම කෙලෙස් දුරු කරන්න ඕනෑ, නැත්නම් නිවන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කරගන්න ඕනෑ, මේ ජීවිතෙන් වැඩක් ගන්න ඕනෑ”, මේ ආදී වශයෙන් සසර ගමන නිම කිරීම හා සම්බන්ධයෙන් යම් කිසි කෙනෙක්ගේ හිතේ කුසලච්ඡන්දය, ඡන්ද සෘද්ධිපාදය ප්‍රබලව තියෙනවා නම්, ඒකම මේ තැනැත්තාට සසර දුකින් මිදෙනා මට්ටමට අරගෙන යනවා. ඉතින් ඒ නිසා මේ කුසලච්ඡන්දය සෑහෙන්න ප්‍රබල සාධකයක් වෙනවා නිවන් මාර්ගයට.

ඊළඟට තව ප්‍රශ්නයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉදිරිපත් කරනවා “කිං සමභවා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. ඒ කියන්නේ, ‘කුමකින්ද දේවල් හටගන්නේ?’ වගේ අදහසක්. එතකොට උත්තර දෙන නිසාවට “මනසිකාර සමභවා සබ්බෙ ධම්මා” මනසිකාරයෙන් තමයි දේවල් හටගන්නේ. ඇත්තටම මේ කතා කරන සුක්‍ෂ්ම ධර්මතා එකිනෙකට සම්බන්ධයක් තියෙනවා. අපි යම් කිසි කැමැත්තක් අනුව කටයුතු කරනවා. ඒ කැමැත්ත අනුව කටයුතු කරද්දී අපි ඒ කැමැත්තට සරිලන පරිද්දෙන්, ඒ කැමැත්ත ඉෂ්ට වෙන ආකාරයෙන් අපි හැසිරෙනකොට, අපි ඊට උවමනාකරන දේවල් සොයනකොට, ඒ දේවල් හටගන්නේ මනසිකාරයෙන්. දැන් අපි හිතමු කෙනෙක්ට සල්ලි හොයන්න උවමනා වෙනවා. එයා ව්‍යාපාරිකයෙක් වශයෙන් අපි හිතමු මැණික් ගරනවා. ඉතින් එයාට මැණික් ගරමින් ඉන්නකොට, යම් ගලක් දැකලා “මේක මැණිකක්” කියලා එයාගේ හිතේ දැන් මැණිකක් හටගන්නවා. මැණිකක් හම්බ වෙනවා කියන එක, මනසිකාරය සම්භවය කරගෙන තමයි හම්බ වෙලා තියෙන්නේ. මුලින්ම එයා ඒ පැත්තට හිත යොමු කරගෙන, නැත්නම් ඇහැ යොමු කරගෙන හිටියා. මේ “මැණික” කියන එකක් දැන් එයාගේ හිතේ හටගන්නවා.

ඉතින් ඒ නිසා මනසිකාර සමභවා කියන එකේ ඒ හිත හැරවීම නැත්නම් අනිකුත් ඉඳුරන් ඒ පැත්තට යොමු කිරීම කියන අදහස තියෙනවා. මේක අපි සෑහෙන්න භාවනාවේදී යොදාගන්නවා. මොකද, මේක රළු මට්ටමකින් පටන් අරගෙන ඉතාම සුක්‍ෂ්ම මට්ටමක් දක්වා අපි අරගෙන යනවා. අපි වම දකුණ කියලා, නැත්නම් ආශ්වාසයක් ප්‍රශ්වාසයක් කියලා මෙනෙහි කිරීමක් වශයෙන් මේ මනසිකාරය තමයි

කරන්නේ; පාවිච්චි කරන්නේ. මොකද එතෙන්ට අපි හිත හරවනවා. ඒ වගේම එතෙන්දී අපේ ඉන්ද්‍රියයන්ට ගෝචර වෙච්ච, ඉන්ද්‍රියයන්ට හමු වෙච්ච අරමුණට අපි නම් කිරීමකුත් කරනවා. මොකද, එතකොට තව ටිකක් ස්ථිර වෙලා පිහිටන ගතියක් තියෙනවා. මෙන්න මේ වගේ මනසිකාරයේ ලොකු සම්බන්ධයක් තියෙනවා භාවනාවට. ටික ටික ඒක සියුම් කරගෙන ගිහිල්ලා හිත හැරවීම පමණක් කරනවා වචනයකින් තොරව. ඇතුළේ වචනයක් විතර්කයක් පාවිච්චි කරන්නේ නැතුව. ඔන්න ඔය වගේ ටික ටික මේ මනසිකාරය සියුම් වෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා.

ඊළඟට තවත් ප්‍රශ්නයක් කතා කළා. “කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. ඒකට බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර දෙන්න කියනවා “එසස සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා” කොතැනින්ද දේවල් පටන්ගන්නේ කියන වගේ අදහසක් එතන තියෙන්නේ. ස්පර්ශයෙන් සියල්ල පටන්ගන්නවා කියන අදහසක් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉදිරිපත් කරනවා. ඒ කියන්නේ ඇහැත් රූපයත් සම්මුඛ වුණාම, නැත්නම් ඒ දෙක ගැටුණාම, ස්පර්ශ උනාම තමයි එතකොට මෙතන අපිට යම් දැනීමක්, එහෙමත් නැත්නම් ඒ හා සම්බන්ධ සංඥාවක්, එහෙමත් නැත්නම් යම් සිතුවිලි සමුදයක් පහළ වෙන්නේ. යම් වේදනාවක් පහළ වීම සඳහා මේ ස්පර්ශය මුල් වෙනවා. ඒ වගේම යම් හඳුනාගැනීමක් සිද්ධ වීම සඳහා, යම් සංඥාවක් පහළ වීම සඳහා මේ ස්පර්ශය මුල් වෙනවා. ඊළඟට හිතේ සිතුවිලි රැසක්, ඇතුළේ කතාවක්, නැත්නම් විතර්ක පහළ වීම සඳහා මේ ස්පර්ශය මුල් වෙනවා. එතකොට ස්පර්ශය මුලයි වේදනාවන්ට, සංඥාවන්ට, සංස්කාරයන්ට. මේ ස්පර්ශය, “එසස පච්චයා වෙදනා” කියන මෙන්න මේ යුගලය එක අතකින් අපිට පටිච්ච සමුප්පාදය දකින්න පුළුවන්, පටිච්ච සමුප්පාදය තේරුම්ගන්න පුළුවන් පහසු තැනක්.

අපි එද මේ කොටස සාකච්ඡා කරද්දී කතා කළා, පටිච්ච සමුප්පාදයේ තියෙන අංග දෙළහ මතක තබාගැනීමටත් වඩා ඉතාම වැදගත් වෙන්නේ මේකේ තියෙන මේ න්‍යාය තේරුම්ගැනීමයි; පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මතාව තේරුම්ගැනීමයි; ඉදප්පච්චයතාව තේරුම්ගැනීමයි. එකක් නිසයි තවත් එකක් සිද්ධ වෙන්නේ. එකිනෙකට ඇදීලා එකක් මත යැපෙමින් තමයි තවත් එකක් තියෙන්නේ. මෙන්න මේ

සම්බන්ධතාව තේරුම්ගන්න පුළුවන් නම්, ඒක මේ පොතකින් නෙවෙයි, අහලා කියලා නෙවෙයි, නිකං හිතීන් හිතලාම නෙවෙයි, මේක ප්‍රත්‍යක්‍ෂයක් වශයෙන් ඇස්පනාපිට දැකලා, නිහඬ මනසකින් ක්‍ෂණිකව තේරුම් අරගෙන, විපස්සනා නුවණක් වශයෙන් මතු වෙලා, “එසස පච්චයා වෙදනා” - “ස්පර්ශය ඇති කල්හි වේදනාව ඇති වේ, ස්පර්ශය ඇති වීමත් සමගින් වේදනාවත් ඇති වේ, ස්පර්ශය නැති කල්හි වේදනාව නොවේ, ස්පර්ශය නැති වී යාමෙන් වේදනාව නිරුද්ධ වී යයි”, කියන මෙන් මේ සම්බන්ධතාව අපිට තේරෙනවා නම්, අන්න ඒක ඉතාම ප්‍රබල අවබෝධයක් දක්වා අපිව අරගෙන යනවා.

අපි ඊළඟට සාකච්ඡා කලා “කිං සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා?” කියන ඊළඟ ප්‍රශ්නය. එතෙක්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර දෙනන කියනවා “වෙදනා සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. ඒ කියන්නේ මේ සියලුම ධර්මතා, හිතේ ඇති වෙන විවිධාකාර සංකල්ප, විතර්ක, මේ ඔක්කෝම ගිහිල්ලා අන්තිමට එකතු වෙන්නේ කොහෙද? මුණගැහෙන්නේ කොහෙදද? එක්රැස් වෙන්නේ කොහෙදද? කියලා ඇහුවොත් උත්තර දෙනන කියනවා, ඒ එක්රැස් වෙන්නේ වේදනාවෙදී කියලා. එතන අපිට නිකං හිතාගන්න පුළුවන් මේ ස්පර්ශය වගේ දෙයක්, නැත්නම් මෙතන අපි කතා කරපු මනසිකාරය වගේ දෙයක්, එක පාරට අහු නොවෙන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් අපිට සැප වේදනාවක් දැනීම, දුක් වේදනාවක් දැනීම සාමාන්‍යයෙන් බොහොම ප්‍රකටයි. ඉතින් ඒ නිසා බොහොම පහසුවෙන් හඳුනාගන්න පුළුවන් වේදනාවේදී. ඒ නිසා අර හැම දේම මුල් වෙලා කටයුත්ත කරලා දුන්නට පස්සේ අන්තිමට මතු වෙන්නේ වේදනාවක් වශයෙන්; සැප වේදනාවක් වශයෙන්, එහෙම නැත්නම් දුක් වේදනාවක් වශයෙන්. මෙතන අපි සාමාන්‍යයෙන් විදින උපේක්‍ෂා වේදනාව අපිට වැටහෙන්නේවත් නැහැ. මොකද, අපි ඒක ඒ තරම් ගණන්ගන්නේ නැහැ. මොකද අපේ හිත් ඒ තරමටම රළයි; බොහොම මතුපිට රැඳෙන්නේ. ඉතින් එබඳු හිතකට ඉතාම තීව්‍ර මට්ටමක උත්තේජනයක් ආවොත් පමණයි අපි සාමාන්‍යයෙන් මුලදි වටහාගන්නේ. ඒ නිසා උත්කෘෂ්ට මට්ටමේ සැපයක් ආවොත් ඔන්න තේරෙනවා. දරාගන්න අමාරු මට්ටමේ දුකක් ආවොත් ඔන්න ඒකත් තේරෙනවා.

අන්ත ඒ වගේ අපිට මේ අපේ හිත හරිම ගොරෝසු මට්ටමක තියෙනවා නම්, එතකොට සුක්ෂ්ම දෙයක් වටහාගන්න අමාරුයි. අපි වටහාගන්නේ සාමාන්‍යයෙන් මතුපිට තියෙන ගොරෝසු මට්ටමේ සැප වේදනා, දුක් වේදනා. අපිට ඒ ගොරෝසු මට්ටමක ජීවත් වෙන තාක් සැප වේදනා ලබන්න නම් ඉතාම ගොරෝසු සැපක් අවශ්‍ය වෙනවා. එතකොට දුක් වේදනා සම්බන්ධයෙන් නම් ඉතින් කතා කරන්න දෙයක් නැහැ. ඒවා ඉතින් කොහොමත් බොහොම කටුක දුක් වේදනා තමයි හම්බ වෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා අපේ ඉන්ද්‍රිය සංවේදී නැත්නම්, ඉතින් අපිට බොහොම ප්‍රබල මට්ටමේ උත්තේජන අවශ්‍ය වෙනවා මේ ඉන්ද්‍රිය සංවේදී කරගන්න; උද්දීපනය කරගන්න. ඉතින් එක අතකින් බොහෝම කටුක, බොහොම කර්කශ මට්ටමකට අපේ ඉඳුරන් අරගෙන යන්න සිද්ධ වෙනවා. නමුත් අපේ හිත ටික ටික සංවේදී වෙනවා නම් පුංචි දේකිනුත් මේ හිතේ සතුටක් ඇති කරන්න පුළුවන්. ඒ හිත හැබැයි පුංචි දේකිනුත් දුකටත් පත් වෙන්න පුළුවන්. ඒකටම එහෙම නම් ප්‍රඥාවකුත් එකතු කරන්න සිද්ධ වෙනවා. සංවේදී හිතට දුකක් දැනුණාම, සැපක් දැනුණාම ප්‍රඥව මුසු වෙලා නැත්නම්, සෑහෙන කරදරකාරී වෙන්නත් පුළුවන්. හොඳ සංවේදී මනස් සාමාන්‍ය පුංචි සතුටකුත් බුක්ති විඳිනවා වගේම බොහොම සරල දුකකදීත් කම්පාවට පත් වෙනවා. ඉතින් එබඳු මනසකට ප්‍රඥව ඇදිලා තිබුණේ නැත්නම් චිත්ත පීඩාවලට ලක් වෙමින් තමයි ජීවත් වෙන්න සිද්ධ වෙන්නේ. අපි භාවනාවක් හරහාත් හිතේ සංවේදී භාවයක් ඇති කරනවා - ඒ වුණත් ප්‍රඥවක් ළඟ තියාගෙන. බොහෝම හොඳ ගැඹුරු මට්ටමක ප්‍රඥවක් එක්ක තමයි අපි සතිය, සමාධිය දියුණු කරන්නේ. ඒ හරහා හිතේ සංවේදිතාව ඇති වෙන බව ඇත්ත. නමුත් ප්‍රඥවත් එක්ක අත්වැල් බැඳගෙන යන නිසා අපිට දුකක් වේදනාවක් දැනුණත් ඒක දරාගැනීමේ ශක්තියක් වෙනමම අපි හදගෙන යනවා.

“වේදනා සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා” කියන මෙන් මේ කාරණාවෙදී අපි ටිකක් සාකච්ඡා කළා වේදනානුපස්සනාව සම්බන්ධයෙන්. මොකද, අපිට ප්‍රකටව දූනෙන වේදනා අපේ භාවනාවට යොදාගන්න පුළුවන් වේදනානුපස්සනාව වශයෙන්. එතකොට බොහොම පහසුවෙන් අපිට භාවනා අරමුණක් මතු වෙනවා. ඒ අරමුණට හිත තියාගෙන ඉන්න පුළුවන්. හැබැයි සෑහෙන්න ඉවසීමක්

ඔස්සේ තමයි යන්න වෙන්නේ. ඒ වගේමයි අනිත් පැත්තෙන් සැප වේදනාවක් එනකොට ඒකට ලොල් වෙන්නේ නැතුව ඒකෙන් අයිත් වෙලා ඒකේ තියෙන යථා ස්වභාවය බලාගන්න පුළුවන් නම්, ඒක අපි අල්ලා බදගන්න යන්නේ නැතුව, ඒක තව තව ඉල්ලන්න යන්නේ නැතුව, ඒක සතියෙන් අඳුනගන්න පුළුවන් නම් ඒ හරහා ලොකු අවබෝධයක් කරා අපිට යන්න පුළුවන්.

ඊළඟට අපි ඊයේ සාකච්ඡා කළා ඊළඟ ප්‍රශ්නය, “කිං පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා?” ඒකට උත්තර දෙන්න කියනවා, “සමාධි පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. සමාධිය තමයි සියලු දේටම ප්‍රමුඛ කියලා වගේ අදහසක් තමයි එතන එන්නේ. එතකොට විවිධාකාර සමාධි සම්බන්ධව අපි ඊයේ මඳක් කතා කළා. ඒ වගේමයි සමාධියක් හදගන්න ගියාම මුහුණපාන්න වෙන විවිධාකාර ගැටලු සම්බන්ධයෙන් අපි සැහෙන්න සාකච්ඡා කළා.

ඊළඟ ප්‍රශ්නය වශයෙන් අද අපිට සාකච්ඡා කරන්න තියෙන්නේ, “කිං ආධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා?” මේ විධියට ප්‍රශ්නයක් ඇහුවොත් බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර දෙන්න කියනවා, “සතාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. සියල්ලටම අධිපතිත්වය දරන්නේ ‘සතියයි’ කියලා තමයි උත්තර දෙන්න කියන්නේ. එතකොට දැන් මේ සියල්ලට අධිපතිත්වය දරන්නේ සතියයි කියන කාරණාව ටිකක් ගැඹුරු කාරණාවක්. එක පාරටම අපිට මේ කියන දේවත් තේරෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපේ හිත සාමාන්‍යයෙන් කටයුතු කරන්නේ කොහොමද කියලා මුලින්ම අපේ හිතේ ස්වභාවය ගැන අපිට පොඩ්ඩක් සාකච්ඡා කරන්න සිද්ධ වෙනවා.

සාමාන්‍යයෙන් අපේ හිත අතීත නා නා ප්‍රකාර අරමුණු ඔස්සේ යන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ අපි කැමතියි, සාමාන්‍යයෙන් අපි කරපු කියපු දේවල් මතක් කර කර ඉන්න. විශේෂයෙන්ම අපි වයසට යනකොට අපිට මතකයි අපි සැහෙන කාලයක් මේ ජීවිතේ ගත කළා. ඒ ඒ යුගවලදී ඒ ඒ සංසිද්ධි සිද්ධ වුණා. බොහොම බරපතල සිද්ධි අපේ හිතේ ඇඳිලා තියෙනවා; යටට කාවැඳිලා තියෙනවා. අපිට ඒවා නැවත නැවත මතකයට එනවා. ඒවා සමහර වෙලාවට හිතේ සතුවක් ඇති කරනවා. තවත් වෙලාවට හිතේ දුකක් ඇති කරනවා. ඉතින් මේ මතක

නැවත නැවත අපි සිහියට නංවමින් එක්කො සතුටු වෙනවා; එක්කො දුක් වෙනවා. ඒ කියන්නේ මේ වර්තමානයේදී අපි කරන්නේ ඒ අතීත මතක සටහන්වල ජීවත් වීමක්. එතකොට වර්තමානය අපිට අහිමියි. වර්තමානයේ අපි ජීවත් වෙන්නේ නැහැ. අපි ඒ අතීතයේ වෙච්ච සිදුවීම්වල නැවත නැවත මනසින් ජීවත් වෙනවා. ඉතින් ඇත්තටම අපේ වයස ගෙවෙනවා, හැබැයි වර්තමානයේ නෙවෙයි ඉන්නේ. (ඉන්නේ අතීතයේ). ඒ අතීත සිදුවීම් වෙලා අවසානයයි; නමුත් අපි එක්කෝ පශ්චාත්තාප වෙනවා වෙච්ච දේවල් සම්බන්ධයෙන්. එහෙමත් නැත්නම් ඒවා ගැන අනාවශ්‍ය විධියට හිතමින් ඒවයේම හිත යොදමින් ඒවයේ රස විඳිනවා. ඔන්න ඔය වගේ ස්වභාවයක් තමයි අපේ තියෙන්නේ.

ඒ වගේමයි අපිට විවිධාකාර බලාපොරොත්තු තියෙනවා. අපේඤා තියෙනවා. එබඳු අපේඤා, බලාපොරොත්තු ගැන හිත යනකොට අන්න ඒවට යන්න වෙන්නේ අනාගතයට. “මට තාම නම් ඒවා ඉෂ්ට කරගන්න බැරි උනා. කොහොමද මම මේ බලාපොරොත්තුව අනාගතයේදී ඉෂ්ට කරගන්නේ?”. ඉතින් ඊළඟට සැලසුම් හදනවා. එතකොට හිත අනාගතය අල්ලගෙන නා නා ප්‍රකාර විධියට කතන්දර ගොතමින්, ඒවා තුළ ජීවත් වෙමින්, ‘මේවා මම කොහොමද ඉෂ්ට කරගන්නේ’ කියලා කල්පනා කරමින්, කල්පනා සාගරයක නිමග්න වෙලා ඉන්නවා. සම්පූර්ණයෙන්ම අනාගත සිහිනවල අපි ජීවත් වෙනවා. සමහර වෙලාවට මේවා කෙරෙන්නේ නැති නිසා අපි හිතීන් චිත්‍රපටියක් හදගෙන “අනාගතේ මම මෙහෙම කරනවා, මේ විධියට ඉන්නවා, මේ මේ විධියට ගෙවල් හදගන්නවා, මේ මේ විධියට ඉන්නවා” කියලා ඉතින් නා නා ප්‍රකාරව අපි හිතීන් හදගත්ත සිතුවිලිවල, හිතීන් හදගත්ත චිත්‍රපටියක් තුළ අපිම නළු නිළියෝ වෙලා ගත කරනවා. එක අතකින් බැලුවාම අපි හරිම දැක්ම චිත්‍රපටි අධ්‍යක්ෂකවරු කියලා කියන්න පුළුවන්. මොකද අපි හැමෝම හරි දැක්ම ඒ පැත්තෙන්.

අපිට මොනවා හරි කරගන්න බැරි උනොත් අපි ඉතින් හිතනවා. හිතලා අපි ඒ ලෝකෙ තුළ අතරමං වෙනවා. අතරමං වීම මූලික වෙන්නේ නැහැ. අපි හිතන්න පටන්ගන්නේ ‘අපි’ වශයෙන්. නැත්නම් ‘මම’ වශයෙන් පටන්ගන්නවා. නමුත් ටික ටික ටික ටික හිතාගෙන හිතාගෙන යනකොට දන්නේම නැතුව සිතුවිලි වර්ධනය වෙනවා.

දන්නේම නැතුව ඒ පැත්තටම අදළ සිතුවිලි ප්‍රවාහයක් දැන් ටික ටික ටික ටික එනවා. දැන් ඔන්න හිත අපේ පාලනයෙන් ගිලිහිලා මේ සිතීමේ කාර්යය හිත විසින්ම දිගටම කරගෙන යනවා. දැන් අපිට උවමනා උනත් හිත නවත්වන්නේ නෑ. දැන් එතකොට අනාගතය හා සම්බන්ධ සිතුවිලි රැසක් එනවා. අනාගතය හා සම්බන්ධ සිතුවිලි හරහා ඔන්න කතන්දරයක් ගෙනෙනවා. ඒකෙ මමත් ඉන්නවා. මම එතකොට ඒගොල්ලොත් එක්ක යම් යම් ගනුදෙනු කරනවා. එයත් ඉන්නවා, මමත් ඉන්නවා, අරයත් ඉන්නවා, අම්මත් දැන් ඉන්නවා, තාත්තත් ඉන්නවා, අරගොල්ලොත් ඉන්නවා, මේගොල්ලොත් ඉන්නවා, ලොකු කට්ටියක් ඉන්නවා. ඒ අතරේ මාත් ඉන්නවා. ඉතින් අරගොල්ලො මෙහෙම කියනවා, මේගොල්ලො මෙහෙම කියනවා, මම මෙහෙම කියනවා. අන්න අපි කතාවක් ගොතාගත්තා. චිත්‍රපටියක් හදගත්තා. ඒකේ ඉන්න කට්ටියත් එක්ක මමත් කෙනෙක් වෙලා රඟපානවා. අපි තනියෙන් හිනා වෙනවා. තනියෙන් අඬනවා. ඉතින් නා නා ප්‍රකාර දේවල් සිදු කරනවා. ඉතින් මේ වගේ තමයි අපි ජීවත් වෙන්නේ.

මෙන්න මෙහෙම අතීතයේත් අනාගතයේත් තමයි අපි සාමාන්‍යයෙන් ගත කරන්නේ. අපිට ඒ නිසා මේ වර්තමානය ගැන දැනුමක් නැහැ. මේ වර්තමානයේ කය ඉදගෙන ඉන්නවා අපි දන්නේ නෑ. මේ වර්තමානයේ අපේ කය ඇවිදිනවා අපි දන්නේ නෑ. මේ වර්තමානයේදී කය සැතපිලා තියෙනවා අපි දන්නේ නෑ. මේ වර්තමානයේ කය හිටගෙන තියෙනවා. ඒත් අපි දන්නේ නෑ. මොකද, අපි ඉන්නේ එක්කෝ අතීතයේ, එක්කෝ අනාගතයේ. ඉතින් මේ නිසා මේ ඉරියව් සම්බන්ධයෙන් වැටහීමක් අපිට ඇත්තේ නැහැ. මොකද වර්තමානයේ තියෙන මේ ඉරියව්, නැත්නම් කයේ තියෙන විවිධාකාර ක්‍රියාකාරකම් හරිම උදසිනයි. නැත්නම් හුඟක් වෙලාවට ඒවයේ තියෙන්නේ මධ්‍යස්ථ වේදනාවක්. එබඳු මධ්‍යස්ථ වේදනාවක් නිසා හරි අමාරුයි මේවා සතියට හසු කරගන්න. ඒවා සතියට හසු කරගන්න නම් සෑහෙන්න ප්‍රබල සතියක් තියෙන්න වෙනවා. නැත්නම් අමාරුයි මධ්‍යස්ථ වේදනා අපේ සතියට හසු කරගෙන මේ කටයුත්ත කරගෙන යන්න. නමුත් අර හිතින් හදලා දෙන අතීතය හා සම්බන්ධ දේවල් - ඒවයේ තියෙනවා හරි ලොකු විචිත්‍රත්වයක්. ඒවයේ තියෙනවා මන

බඳන ස්වභාවයක්. ඒවගේ තියෙනවා ලොකු රසයක්. ඒ හින්දම හිත යම් අවස්ථාවක උදසීන වෙනවා නම්, අර පරණ රසවත් මතකයක් අවදි කරලා දෙනවා. එක්කො රසවත් මතකයක්, එහෙම නැත්නම් හිත තිගැස්සෙන, හිත කම්පාවට පත් වෙන මතකයක් අවදි කරලා දෙනවා. මොකද, වර්තමානය උදසීන වුණා. වර්තමානය ඒකාකාරී වුණා. හිත ඒකට කැමති නැහැ. ඒ නිසා අතීත මතක සටහනක් අවදි කරලා දුන්නා. ඒකට හිත ගියා. ඒක තුළ දැන් ජීවත් වෙනවා. එහෙමත් නැත්නම් වර්තමානය ඒකාකාරී නම්, අනාගතය හා සම්බන්ධ සිතුවිලි තියෙනවා, ඉතාම ප්‍රණීතයි. ඉතාම මන බන්දනීයයි. ඒවට හිත ගියා, ඒවා තුළ ජීවත් වෙනවා.

ඉතින් මේ නිසා අපි කැමති දේවල්වල තමයි - නැත්නම් අපි කැමති දේවල් කියනවාට වඩා - හිත කැමති දේවල්වලට තමයි හිත යන්නේ. අපි ඉතින් හිත කියන දේ අහගෙන තමයි ජීවත් වෙන්නේ. ඉතින් අපි හිතනවා මේ හිත මගේ කියලා. ඒ වුණාට සිද්ද වෙන්නේ එයා කැමති තැනක අපිව අරගෙන යන එකයි. අපිත් ඉතින් වහල්ලු වගේ එයා කියන කියන දේ කරමින් කටයුතු කරනවා. එයා අරක කරන්න, මේක කරන්න කියලා විධාන දෙනවා. අපි එයා කියන දේ අහගෙන සුවච කීකරු ගෝලයෝ වගේ කටයුතු කරනවා. මේ හිතේ බලපවත්වන ප්‍රධානම සාධකයක් තමයි තණ්හාව. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මේ සත්ත්වයා තණ්හාවට දස වෙලා තමයි කටයුතු කරන්නේ කියලා. ඒ වගේම තණ්හාව දෙවැන්නා කරගෙන තමයි මුළු සංසාරම යන්නේ කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ “තණ්හාදුතියො පුරිසො, දීසමද්ධාන සංසරං” කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. ඒ කියන්නේ කෙනෙකුට දැන් හිතෙනවා ඔන්න ‘මට සහකාරයෙක් ඉන්නවා’, ‘මට සහකාරියක් ඉන්නවා’, ‘මට යාළුවෙක් ඉන්නවා’ කියලා. ඉතින් අපි සාමාන්‍යයෙන් කියනවා එයත් එක්ක තමයි මම ඔක්කොම කියන්නේ. මගේ රහස් බෙදගන්නේ එයත් එක්ක. මට ඉන්න අඹ යාළුවා එයා තමයි කියලා අපි කවුරු හරි තෝරගෙන ඉන්නවා. අපි හිතන්නේ එයත් එක්ක තමයි මම මේ ජීවිතේ ගත කරන්නේ කියලා. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මේ සංසාරේ, භවයෙන් භවය, අපි ගිහිල්ලා තියෙන්නේ තණ්හාව දෙවැනියා කරගෙන. තණ්හාව තමයි මම

කරට අතදගෙන ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. තණ්හාව කියන දේ තමයි මම අහන්නේ. එයා මොකක්ද කියන්නේ, මම ඒ දේ බොහොම සුවච්ච කීකරුව පිළිඅරගෙන එයා කියන දේ මං ඉෂ්ට කරන්න බැඳිලා ඉන්නවා. ඉතින් අපේ සිතුවිලි එනවා. අපේ සිතුවිලි මගේ කියලා අපි හිතනවා. ඒ අනුව මම කටයුතු කරනවා. ඉතින් ඒක තමයි සාමාන්‍යයෙන් අපි ජීවිතේ කරන්නේ.

ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, හිත මේ දැන් තියෙන්නේ වර්තමානයේ පමණයි. එහෙම නම් මේ වර්තමානයේ ජීවත් වෙන්න උත්සාහවත් වෙන්න.

**“අතීතං නාන්‍යාගමෙයා, නප්පටිකඛෙධ අනාගතං.
යදතීතං පභීතං තං, අප්පත්තඤ්ච අනාගතං.”**

බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා අතීතය ලුහුබැඳගෙන යන්න එපා. මොකද අතීතය සිද්ධ වෙලා අවසානයයි. අනාගතය සම්බන්ධයෙන් විවිධාකාරව ඔය විධියට හිතේ ප්‍රකල්පනා හදගෙන යන්න එපා. මොකද අනාගතය තවම පැමිණියේ නැහැ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කරනවා පුළුවන් තරම් හිත වර්තමානයට ගන්න උත්සාහයක් දරන්න කියලා; ඒ ප්‍රතිඵලය ගැනීමට තමයි අපි අද උත්සාහවත් වෙන්නේ; නැත්නම් බුදු වදනක් අනුව කටයුතු කරන්නේ. හිතේ තියෙන පරණ පුරුද්දට අතීතයටයි අනාගතයටයි යන ගතිය අයිත් කරගෙන අපි උත්සාහවත් වෙනවා වර්තමානයේ හිත පවත්වන්න. ඉතින් වර්තමානයේ හිත පවත්වන්න උවමනායි කියලා හිතූණ පමණට හිත ඉන්නේ නෑ. මොකද, හිත කියන දේ අපි කළාට, අපි කියන දේ හිත කරන්නේ නෑ. මොකද, හිත හා සම්බන්ධ කිසිම පාලනයක් අපිට නැහැ. එයා කැමති කැමති විධියට හැසිරෙනවා. අපි එයා අනුව යන ගතිය තමයි තියෙන්නේ.

ඉතින් ඒ නිසා දැන් හිත කෙසේ හෝ අපේ පාලනයට ගන්න සැහෙන්න උත්සාහයක් දරන්න වෙනවා. ඒ නිසා තමයි ‘සතිය’ කියන එක අපි හඳුනාගන්න වෙන්නේ. ඒක අපි ‘සති මාත්‍රය’ වශයෙන් තමයි මුලින්ම ක්‍රියාත්මක කරන්නේ. ඉතින් අපි උත්සාහවත් වෙනවා, පුළුවන්ද කියලා අපේ කය ඇවිදිනකොට ඇවිදීමත් එක්ක අපේ හිතත්

පවත්වන්න; අපේ අවධානයත් පවත්වන්න. ඒ කියන්නේ මේ මොහොතෙදී කය ඇවිදිනවා. අපේ හිත අතීතයටවත් අනාගතයටවත් යන්න නොදී අපි උත්සාහවත් වෙනවා මේ ඇවිදින කයත් එක්ක අපේ හිතත් තියන්න. ඒ අනුව වම් පාදය පොළොවේ වදිනකොට අපේ හිත ඒකට තියන්න උත්සාහවත් වෙනවා. දකුණු පාදය පොළොවේ වදිනකොට එතෙත්ට හිත තියන්න උත්සාහවත් වෙනවා. එතකොට මේකට ටිකක් පහසු වෙන්න අපි මනසිකාරය යොදගන්නවා. වම් පාදයට හිත තියනවට අමතරව, එතෙත්ට හිත යනවත් එක්ක, එතන වැදුණු බව තේරෙනවත් එක්කම අපි 'වම' කියලා මෙනෙහි කරනවා. දකුණු පාදය පොළොවේ වදිනකොට වැදුණු බව දැනගන්නවත් එක්කම අපි 'දකුණ' කියලා මෙනෙහි කරනවා. මේ විදියට මනසිකාරයත් අපි දැන් යොදගන්නා. ඒ වගේමයි වර්තමානයට හිත ගැනීම කියන එකත් දැන් අපි ඉෂ්ට කරගෙන යනවා. පොඩ්ඩෙන් පොඩ්ඩ ඉෂ්ට කරගෙන යනවා.

ඉතින් මෙතෙක්දී ආයෙත් හිත පරණ පුරුද්දට අතීතයට යනවා කියන එක, අනාගතයට යනවා කියන එක බොහොම ස්වාභාවික දෙයක්. මොකද හිත පුරුදු වෙලා නැහැ වර්තමානයේ ඉඳලා. හිතට කිසිම පුරුද්දක් නැහැ මේ කයත් එක්ක ඉඳලා. කයත් එක්ක ඉන්නවා ඔන්න ලෙඩක් හැදුණු වෙලාවට; සමහර වෙලාවට බොහොම ප්‍රබල වේදනාවක් දැනුණු වෙලාවට. බොහොම ප්‍රබල සුවයක් දැනෙන වෙලාවටත් සමහර විට කයට පොඩ් අවධානයක් එන්න පුළුවන්. ඒ හැරෙන්න, සාමාන්‍යයෙන් සියයට අනුවකට වඩා එහා තියෙන උපේක්ෂා වේදනාවලදී කයත් එක්ක හිත ඉන්නේ නෑ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ සුඛ වේදනාවක්වත් දුක් වේදනාවක්වත් උපදින දෙයක් නෙවෙයි සාමාන්‍යයෙන් කමටහනකට දෙන්නේ. උපේක්ෂා වේදනාවක් තමයි සාමාන්‍යයෙන් කමටහනක් සඳහා දෙන්නේ. මොකද, ඒ හරහා තමයි හිතට විරියයක් හදගන්න පුළුවන්. හිතේ සතියත් දියුණු කරගන්න පුළුවන්. හිත වර්තමානයට ගැනීම සඳහා උත්සාහයක් දරන්න පුළුවන්. ඒ නිසා කමටහන් කියන ඒවා හරිම ඒකාකාරීයි. ඒ වගේම ඉතාම සරල අරමුණු.

මේකට ප්‍රබල හේතුවක් තියනවා; අපේ හිත හරිම කැමතියි විච්චුර්ණවලට. එහෙම නැත්නම් බොහොම ආටෝප සාටෝප තියෙනවා නම් අන්න අපේ හිත හරි කැමතියි. නමුත් කමටහනක එබඳු කිසිම දෙයක් නැහැ. ඉතාම සරල දෙයක් තියෙන්නේ. ඉතින් අපේ මේ හිත ඒ සරල දේට කොහොමත් කැමති නැහැ. ඒ නිසා අපි හිතනවා "මේ මට තේරිලා නෑ", නැත්නම් "හාමුදුරුවන්ට වැරදිලා", නැත්නම් "පොතට වැරදිලා", "මේකේ ඊට වඩා ගැඹුරක් තියෙන්න ඕනෑ", කියලා අපි නා නා ප්‍රකාර දේවල් අපේ හිතේ තර්කවලින් හිතාගන්නවා. වම් පාදයක් පොළොවේ වදිනකොට ඒ දූනෙන දේට හිත තියෙනවා කියන එක අපි වටිනා දෙයක් කියලා හිතන්නේ නෑ. මොකද, අපේ කෙලෙස් හරිත හිතට එබඳු දේකට වටිනාකමක් දෙන්න හැකියාවක් නැහැ. ඒ කියන්නේ අපේ හිත කෙලෙස් හරිත නිසා වටිනාකමක් දෙන්නේ අපේ හිතේ වැඩියෙන්ම කෙලෙස් දනවන අරමුණකටයි. ඉතින් මේක හිතාගන්න අමාරු නැහැ. මේ පින්වතුන් ඇස් ඇරගෙන පාරේ යනකොට ඉතාම ලස්සන කෙනෙක් දුක්කොත් අපේ හිත ඒකට වටිනාකමක් දෙනවා. "අන්න එයා නම් හරිම ලස්සනයි. එයා නම් හරිම කඩවසම්". මොකද, අපේ හිතේ වැඩියෙන්ම කෙලෙස් අවදි උනා ඒ තැනැත්තා හෝ තැනැත්තිය දැකීම හරහා. අපි අන්න එතෙන්නට තමයි වැඩි කැමැත්තක් දෙන්නේ; වැඩි වටිනාකමක් දෙන්නේ. අපේ හිතේ වැඩියෙන්ම කෙලෙස් අවදි කරන්නේ කුමක්ද, අන්න එතෙන්නට තමයි අපි වැඩි වටිනාකමක් දෙන්නේ. නමුත් මේ වම් පාදය පොළොවේ වැදුණා කියන එක කිසිම ක්ලේශයක් අවදි කරන්නේ නැහැ. එතකොට ඉතින් අපි ඒකට කිසිම වටිනාකමක් දෙන්නෙත් නැහැ.

ඒ නිසා මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ දීලා තියෙන කමටහන් ගැන අපිට සැහෙන්න ගැඹුරකින් හිතන්න වෙනවා ඇයි මෙබඳු කමටහන් බුදුහාමුදුරුවෝ දීලා තියෙන්නේ කියලා. නැත්නම් අපි මතුපිට තර්ක ඥානයෙන් අරගෙන මේවා බොහොම පහත් කොට සලකන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ සම්මා සම්බුද්ධත්වයට පත් වෙලා සර්වඥතා ඥානයෙන් දැකලා තමයි මෙබඳු දේවල් දීලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා අපි බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ ගිය ශ්‍රාවකයින් වශයෙන් උන්වහන්සේව ඉස්සරහින් තියාගන්න වෙනවා. අපි ඉස්සරහට

ගිහිල්ලා වැඩක් නැහැ; අපේ තියෙන විවිධාකාර තර්ක ඉස්සරහට දගෙන වැඩක් නැහැ; බුදුරජාණන් වහන්සේව ඉස්සරහින් තියාගන්න වෙනවා. එතකොට ඔන්න බුදුරජාණන් වහන්සේ දීපු කමටහනක් තමයි “ගව්‍යනො වා ‘ගව්‍යාමි’ති පජානාති”²⁸ යනකොට යන්නෙමයි දැනගන්නවා. “ධීනො වා ‘ධීනොමහී’ති පජානාති” හිටගෙන ඉන්නකොට හිටගෙන ඉන්න බව දැනගන්නවා. “නිසිනො වා ‘නිසිනොමහී’ති පජානාති” ඉඳගෙන ඉන්නකොට ඉඳගෙන ඉන්න බව දැනගන්නවා. “සයානො වා ‘සයානොමහී’ති පජානාති” සයනය කරනකොට, නැත්නම් සැතපිලා ඉන්නකොට ඒ බව දැනගන්නවා. “යථා යථා වා පනසස කායො පණ්ණිනො භොති තථා තථා නං පජානාති.” යම් යම් ආකාරයෙන් මේ කය පවතිනවාද, ඒ ඒ ආකාරයෙන් දැනගන්නවා. ඔන්න අපි බලනවා මේ කය නිරන්තරයෙන් වර්තමානේ තමයි ඉන්නේ. මොකද කයට කිසි සේත්ම බැහැ අතීතෙට ගිහිල්ලා ජීවත් වෙන්නවත් අනාගතයට ගිහිල්ලා ජීවත් වෙන්නවත්. කයට මේ මොහොතේ හුස්ම ටික ලැබුණේ නැත්නම් එයා මියයනවා. ටික දවසක් වතුර ටිකක් හම්බ උනේ නැත්නම් ඔන්න විජලනය වෙලා මරණයට පත් වෙනවා. ආහාර ටික දවස් ගණනක් හම්බ උනේ නැත්නම් ඒත් මියයනවා. එව්වරට මේ වර්තමාන සාධක මත අපේ කය යැපෙනවා. ඒ වර්තමාන සාධක ටික එයාට හම්බ උනේ නැත්නම් අනිවාර්යයෙන් කයට ජීවත් වෙන්න බෑ. ඒ තරමට මේ කය වර්තමානයේමයි ජීවත් වෙන්නේ.

ඉතින් ඒ නිසා අපි මේ වර්තමානයේ ජීවත් වෙන කයම යොදගන්නවා අපේ හිතක් වර්තමානයට ගැනීම සඳහා. ඒ අනුව අපේ කයෙන්ම අපි අරමුණක් භොයලා දෙනවා හිතට. කයට යම් යම් දේවල් දූනෙනවා. ඒ දූනෙන්නේ වර්තමානයේ. ඒවා සමහර වෙලාවට දුක් වේදනා වෙන්න පුළුවන්. සැප වේදනා වෙන්න පුළුවන්. උපේක්‍ෂා වෙන්න පුළුවන්. තද ගති, රළු ගති, උණුසුම් ගති, සිසිල් ගති මේ මොනවා හරි වෙන්න පුළුවන්. ඒවා මේ වර්තමාන වශයෙන් සිද්ධ වෙන දේවල්. වර්තමාන වශයෙන් දූනෙන දේවල්. අන්න ඒ වර්තමාන වශයෙන් දූනෙන දෙයක් අපි හිතට අරමුණ වශයෙන් පාවිච්චි කරනවා. ඒ හරහා අපි හිතමු එබඳු අරමුණක් දැන් හිතේ ක්‍රියාත්මක වෙනවා නම්,

²⁸ මජ්ඣිම නිකාය, මූල පණ්ණාස, මූලපරියාය වග්ග, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය

දැන් හිත අතීතයට ගිහිල්ලා දෙයක් අල්ලලාත් නැත්නම්, අනාගතයට සම්බන්ධ දෙයක් අල්ලලාත් නැත්නම්, දැන් හිතේ අරමුණු වෙලා තියෙන්නේ සරල වර්තමාන අරමුණක් නම්, හිත මේ මොහොතෙදි මුළා වෙලා නෑ. අතීතයට ගිහිල්ලා මුළා වෙලත් නෑ, අනාගතයට ගිහිල්ලා මුළා වෙලත් නෑ.

මේ මොහොතේ දැන් හිතත් ජීවත් වෙනවා - කයත් වර්තමානයේ, හිතත් වර්තමානයේ. ඔන්න අපි පොඩ්ඩක්, එක මොහොතක්, එක විත්තක්ෂණයක් වර්තමානයේ ජීවත් වීම මෙන් මේ වගේ කියලා හඳුනාගන්නා. හැබැයි මේ හඳුනාගැනීම කිසිම හිතට සතුටක් දනවන්නේ නැහැ. මොකද ඒකේ කිසි රහක් නැහැ. හරිම උදසිනයි. දැනුණේ නිකම්ම වේදනාවක්. දැනුණේ නිකම්ම හුස්ම රැල්ලක්. දැනුණේ නිකම්ම පාදයේ තද ගතියක්. ඒක ඉතින් කිසිම රහක් නෑ. ඉතින් හිත ඒකට කැමති නෑ; හිත ඉතින් පිට යනවා - අතීතයට යනවා, අනාගතයට යනවා. හැබැයි අපි හොඳ සුතමය ඥානයකින් කාරණාව තේරුම් අරගෙන, වැඩේ අතහරින්නේ නෑ. ආයෙත් ගෙනැල්ලා එතනම තියනවා; ආයෙත් ගෙනැල්ලා නැවත නැවත එතනම තියනවා. ඉතින් මෙහෙම කරන්න කරන්න තමයි හිත පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ වර්තමානයේ ඉන්න පටන්ගන්නේ. ඒක සෑහෙන්න ප්‍රයත්නයක් දරලා, ටේබල්යක් වඩලා කරන්න ඕනෑ කාර්යයක්. මොකද, හිත පුරුදු වෙලා නැහැ මේ වැඩේට.

ඉතින් මෙහෙම නැවත නැවතත් කරලාම තමයි අපිට මේ සති මාත්‍රය හඳුනාගන්න වෙන්නේ. මොකද එහෙම නැතුව සාමාන්‍යයෙන් මතුපිට තමයි හිත ජීවත් වෙන්නේ. අයෝනිසෝ මනසිකාරයකින් තමයි කටයුතු කරන්නේ. එයාට කැමති කැමති දේවල්, අපේ හිතේ තියෙන රූවි අරුවිකම්වලට අනුව තමයි අපි දේවල් එක්ක ගනුදෙනු කරන්නේ, අපි කෙනෙක්ව ඇසුරු කරන්නේ, දෙයක් අපි හොයන්නේ බලන්නේ - ඒ ඔක්කොම අපේ හිතේ රූවි අරුවිකම් අනුව. අපේ හිතේ තියෙනවා 'මේ පාට හොඳයි', 'මෙන්න මේ හැඩේ හොඳයි', 'මෙන්න මේ රටාව හොඳයි', 'මෙන්න මේ සටහන හොඳයි' කියලා අපේ හිතේ ඇඳිව්ව යම් රටාවල් තියෙනවා. සටහන් තියෙනවා. වර්ණ තියෙනවා. අන්න ඒ දෘෂ්ටි කෝණයෙන් තමයි අපි හැම දෙයක් දිහාම බලන්නේ. ඒ දෘෂ්ටි

කෝණයට සරිලන දෙයක් ඇහැ ගැටුණා නම් අන්න ඒක හොඳයි කියලා සලකනවා. ඒකට සරිලන්නේ නැත්නම්, ඒකත් එක්ක ගැළපුණේ නැත්නම්, 'ඒක හරි නෑ'. ඔන්න ඔය වගේ අපේ හිත දැනටමත් තත්ත්වගත වෙලයි තියෙන්නේ. ඊට අනුව තමයි අපි හිතන්නේ පතන්නේ. ඔක්කොම සිද්ධ වෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා අපිට කවදවත් එබඳු දර්ශනයකින්, එබඳු දැක්මකින් පූර්ණ අවබෝධයක් ලැබෙන්නේ නෑ. මොකද, අපේ තියෙන්නේ ආංශික අවබෝධයක්. ආංශික දැක්මක්. ඒ ආංශික දැක්ම තනිකරම අර හිතේ අපි තියාගෙන ඉන්න රුචි අරුචිකම් අනුව තමයි පෙළගැහිලා තියෙන්නේ. රුචි අරුචිකම් අනුව තමයි වැඩ කරන්නේ. ඉතින් එතකොට පූර්ණ අවබෝධයක් එන්නේම නෑ. අරමුණක, නැත්නම් වස්තුවක, දෙයක තියෙන හැම විස්තරයක්ම බලන්න තරම් හිතට උවමනාවක් නැහැ. මොකද එයා ඤාණකව මතුපිට රැඳෙනවා. මතුපිට තියෙන අපේ රුචි අරුචිකම්වලට ගැළපෙන දේවල් ටික විතරක් බලනවා. ඔන්න ඔය වගේ ස්වභාවයක් තමයි අපි තුළ තියෙන්නේ.

නමුත් දැන් සතිය දියුණු කරන්න දියුණු කරන්න අපේ හිතේ සිද්ධ වෙන පරිවර්තනය තමයි, දැන් මේ ඉතා සරල උදසින අරමුණක් අරගෙන, අපි බලන්න උත්සාහවත් වෙනවා, උවමනාවෙන් උත්සාහවත් වෙනවා මේකේ තියෙන විවිධාකාර දේවල්. මුලින් අපේ හිත කිසිම කැමැත්තක් නෑ මේවා බලන්න. නමුත් අපි දැන් හිතට කියලා කියලා, මේක කරන්න ඕනෑ කියලා ඒත්තුගන්වලා, අන්න බලවනවා; විර්යයකින් මේ කටයුත්ත කරනවා. නැවත නැවත මේ කටයුත්ත කරනවා. ඉතින් අපි මේ සරල අරමුණක, කිසිම රසක් නැති අරමුණක තමයි මේ විස්තර බලවන්නේ. දැන් යටිපතුල පොළොවේ ස්පර්ශ වෙනකොට එතන විස්තර බලනවා කියන එකේ කිසිම රසයක් නැහැ. නමුත් අපි උවමනාවෙන්ම ඒක බලනවා. නැවත නැවත ඒක බලනවා. නැවත නැවත බලන්න බලන්න, එතන තියෙන සියුම් දේක තියෙන විවිධාකාර පැති හොඳට විස්තර වෙන්න පටන්ගන්නවා. මේ විස්තර වීම ඇත්ත වශයෙන්ම යටිපතුලේ තියෙන විස්තර දැනගැනීම සඳහා කරන ප්‍රයත්නයක් නෙවෙයි. මේක තමයි අභ්‍යාසය. මේ හරහා අපේ හිතෙයි පරිවර්තනය සිද්ධ වෙන්නේ. මේ හරහා අපේ මනසේයි පරිවර්තනය

සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ අපේ මනස තුළයි සතිය කියන ගුණධර්මය වැඩෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් ප්‍රඥාව කියන ගුණධර්මය වැඩෙන්නේ. ඒකාග්‍රතාව කියන ගුණධර්මය වැඩෙන්නේ.

ඉතින් මේ ගුණධර්ම ටික වඩාගැනීම සඳහායි එළියෙ සිද්ධ වෙන ක්‍රියාවලිය, අපි 'වම දකුණ' කියලා ඔය කරන්නේ; නැත්නම් ඇතුළේ මේ පාදයේ දූනෙන දේවල්වලට හිත තියන්නේ. එහෙම නැතුව අපි ආනාපාන සතිය වඩනකොට ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයේ විස්තර බලනවා කියන්නේ, අපි වායුව සම්බන්ධයෙන් ඒකේ තියෙන සංසටක භොයන ප්‍රයත්නයක් නෙවෙයි. අපි විද්‍යාඥයෝ වගේ ඔක්සිජන් ප්‍රතිශතය කොච්චරද, නයිට්‍රජන් ප්‍රතිශතය කොච්චරද, නැත්නම් මේකේ නිෂ්ක්‍රිය වායු කොච්චර තියෙනවාද කියලා බලන ප්‍රයත්නයක් නෙවෙයි අපි මේ කරන්නේ. මෙතන අපි ආශ්වාසයක් ප්‍රශ්වාසයක් යොදගන්නේ අපේ ඇතුළේ තියෙන ගුණධර්ම දියුණු කරගන්න. නමුත් අර විස්තර හෙවීම හරහායි මේ කටයුත්ත සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ නිසා අපි උත්සාහවත් වෙන්න ඕනෑ ආශ්වාසයක් දිහා බලද්දී මොන වගේද මේ ආශ්වාසය? ඒකේ ගතිගුණ කොහොමද? එයා කොච්චර කාලයක් මට දූනෙනවාද? ඒක උණුසුම්ද? ඒක සිසිල්ද? පටන්ගන්නේ කොහොමද? වෙනස් වෙන්නේ කොහොමද? නැති වෙලා යන්නේ කොහොමද? මේ ඔක්කොම විස්තර බැලීම හරහායි අපේ මනසේ හැකියාවල් දියුණු වෙන්නේ.

ඉතින් අපි සතිය දියුණු කිරීම සඳහා මේ වගේ ක්‍රියාවලියක තමයි යෙදෙන්නේ. වර්තමාන වශයෙන් අපි කයෙන්ම අරමුණක් භොයාගත්තා. භොයාගෙන අපි ඒ අරමුණේ පුළුවන් තරම් විස්තර බලන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඒ හරහා හිතේ තීක්ෂණ භාවයක් ඇති වෙනවා. සතියේ සියුම් භාවයක් ඇති වෙනවා. අර බොහොම රළු ගොරහැඩි මට්ටමක තිබිවිච හිත දැන් ටික ටික සංවේදී වෙන්න පටන්ගත්තා. දැන් අපිට පුංචි දේටත් සතුටක් ඇති කරගන්න පුළුවන්. ඉස්සර නම් සතුටක් ඇති කරගන්න සෑහෙන්න ප්‍රබල මට්ටමක උත්තේජනයක් අවශ්‍යයි. නමුත් භාවනා වඩන යෝගාවචරයෙකුට එබඳු බරපතල උත්තේජනයක් ඕනෑ නෑ. එයාට මේ සිහින් සුළං රැල්ලක් ඇගේ දූවුමක් ඒ තුළින් පවා සතුටු වෙන්න පුළුවන්. නැත්නම් පුංචි මලක් දැක්කත් ඒකෙන් සතුටු වෙන්න පුළුවන්. නැත්නම් අපි හිතමු

කුරුල්ලෙක් කැගහනවා නම් ඒකෙන් පවා සතුටු වෙන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ වගේ අපේ හිතේ සංවේදී භාවය වැඩි වෙනවා. අපි කලින් නොදැකපු සුන්දරත්වයක් දේවල්වල අත්දකින්න ගන්නවා - මොකද, අපේ හිතේ සංවේදී භාවය වැඩි වීම නිසා. ඉතින් ඒ නිසා අපි නැවත ඉපදුණා වගේ තේරෙනවා සතිය දියුණු වීම හරහා. මොකද, දැන් ටික ටික අපේ සංවේදීතාව වැඩි වෙලා, වර්තමානයේ ඉන්න ගතිය වැඩි වෙලා, අපි දේවල් සම්බන්ධයෙන් නවමු අත්දැකීමක් ලබන්න පටන්ගන්නවා. මොකද, අපි කලින් වගේ පාර්ශ්වික අත්දැකීමක් නෙවෙයි දැන් ලබන්නේ. අපේ රුචි අරුචිකම්වලින් වර්ණ ගැන්වීවිච අත්දැකීමක් නෙවෙයි; දේවල්වල පූර්ණ අවබෝධයක්, එහෙම නැත්නම් දේවල්වල හැම හැඩතලයක්ම හමු වෙච්ච අවබෝධයක්. මේ වගේ අපි සතිය දියුණු කරගෙන යනකොට, කය විතරක් නෙවෙයි වේදනාවත් පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්. කායික වශයෙන් දූනෙන වේදනාව වෙන්න පුළුවන්, මානසික වශයෙන් දූනෙන වේදනාව වෙන්න පුළුවන්. එතකොට වේදනාවත් සතිය දියුණු කරගැනීම සඳහා පාවිච්චි කරනවා. ඉතින් මේවා තේරෙන්න තේරෙන්න, සතියට අමතරව තව තව ගුණ ධර්ම දියුණු වෙනවා.

අද මාතෘකාව සතිය හින්දයි මම මේ සතිය ගැන විශේෂයෙන් මතක් කරන්නේ. නමුත් මේ කර්තව්‍යය හරහා නා නා ප්‍රකාර චිත්ත වෛතසික දියුණු වෙන්න ගන්නවා. මුලදි සතිය දියුණු කරන කාර්යයේදී අපිට සෑහෙන්න සිහි කැඳවන්න වෙනවා, සිහිය පිහිටුවීමට. ඒ කියන්නේ නැවත නැවත මතක් කරලා දෙන්න වෙනවා සිහිය පිහිටුවන්න. ඊළඟට ආයේ අමතකයි; ඔන්න ආයෙන් මතක් කරලා දෙනවා දැන් ආයේ සිහිය පිහිටුවන්න. නැවත නැවත මතක් කර කර දෙන්න වෙනවා. අපි හිතමු අපි භාවනා කරන වෙලාවෙදි ඔන්න අමාරුවෙන් සිහිය පිහිටෙව්වා; සතිය වර්ධනය කළා. දැන් නැගිටලා යනකොට ඔක්කොම ආයේ කැඩෙන්න පුළුවන්. මොකද, අපි සෑහෙන්න ප්‍රයත්නයක් දරලා පර්යංක භාවනාවේ නිරත වුණා. නැගිටනකොට අපි හිතමු සම්පූර්ණ සිහියෙන් තොරව නම් නැගිටිට්ටි, අන්න එතනම අඛණ්ඩ සතියක් නැහැ දැන්. අපි නැගිටිනකොටම සිහිය කැඩුණා. සමහර විට ඇවිදගෙන යනකොටත් වෙන දෙයක් කල්පනා

කර කර ගියා; අපි හිතමු - “සක්මනේ කවුරු ඉදිසිද දන්නේ නැහැ, මට ඊයේ හම්බ වෙච්ච තැනම අදත් හම්බ වෙසිද දන්නේ නැහැ”, ඔහොම කල්පනා කර කර යනවා. එතකොට අන්න සිහියක් නැහැ. ඇවිදිනකොට සිහිය නැහැ. හැබැයි ඉඳගෙන ඉන්නකොට සිහිය තිබුණා - අන්න ඒ වගේ අපිට තේරෙනවා.

දැන් මේ භාවනා කරන වෙලාවේදී විතරක් ඔන්න පොඩ්ඩක් සතිය තියෙනවා. ඊළඟ අනෙකුත් කාල පරිච්ඡේදවල සතිය නැහැ, සිහිය නැහැ. අන්න මතක් කරලා දෙන්න වෙනවා නැවත නැවත සිහිය පිහිටුවන්න. ඉතින් අපි විවිධාකාර උපක්‍රම කරන්න අවශ්‍යයි මේ සඳහා. අපිට මතක් වෙන, නැත්නම් අපිට සිහි කැඳවන, ක්‍රම මේවට පාවිච්චි කළාට කමක් නැහැ. අපි හිතමු දෙරේ ලියලා තියෙනවා ‘සිහිය පිහිටුවන්න’, නැත්නම් අපි පාවිච්චි කරන කෝප්පයක ලියලා තියෙනවා ‘සිහිය පිහිටුවන්න’ කියලා. තේ එකක් බොනකොට ඒක මතක් වෙනවා. දැන් සිහියෙන් තේ එක බොන්නත් පුළුවන්. ඊළඟට නාන තැන, සිහිය පිහිටුවන්න කියලා මතක් කරලා දෙනවා. අන්න ඒ වැඩේ සිහියෙන් කරන්න පුළුවන්. ඊළඟට දත් මදින තැන, සිහිය පිහිටුවන්න කියලා මතක් කරලා දෙනවා. ඉතින් දත් මදින එක සිහියෙන් කරන්න පුළුවන්. අන්න ඒ වගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කරනවා, දැන් සතිය අර ඉරියව් හතරේ පමණක් නෙවෙයි, ඊට වඩා සුක්‍ෂ්ම කරන්න. ඒකට කියනවා සති සම්පජ්ඣය කියලා. ඒ කියන්නේ අර ප්‍රධාන ඉරියව්වල පවත්වුණු සතිය, දැන් ඊට වඩා කුඩා ඉරියව්වලට, අනු ඉරියව්වලට අරගෙන යනවා.

ඉතින් බුදුරජාණන් වහන්සේගේම වචනය අපි පොඩ්ඩක් මතක් කරගනිමු, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “අභිකකනෙහ පටිකකනෙහ සම්පජානකාරී භෝති”²⁹ ඒ කියන්නේ ඉස්සරහට යනකොට පස්සට එනකොට අන්න ඒ ගැන දැනුවත් වෙනවා. දැනුවත්ව ඒ කටයුත්ත කරනවා. ඊළඟට “ආලොකිතෙ විලොකිතෙ සම්පජානකාරී භෝති” ඉස්සරහ බලනකොට සතිමත් වෙනවා; පැත්ත බලනකොට සතිමත් වෙනවා. ඒ කියන්නේ ඉස්සරහ බලනකොට මේ ඉස්සරහ තියෙන

²⁹ මජ්ඣිම නිකාය, මූල පණ්ණාස, මූලපරියාය වග්ග, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය

දේවල් හරහා හිත දුටුවන්නේ නැතුව, දැන් ඔන්න ඉස්සරහ බලනවා නේද කියන ඒ අවබෝධයෙන්, නැත්නම් ඒ අවධානයෙන්, සිහියෙන් ඒ කටයුත්ත කරනවා. ඊළඟට අනිත් පැත්ත බලනකොට ඒ අවධානයෙන්, දැන් ඉස්සරහ බලාගෙනයි මම හිටියේ, දැන් ඔන්න මේ පැත්ත බලනවා කියන අවධානයෙන් මේ පැත්ත බලනවා. “සම්ඤ්ජනෙ පසාරිතෙ සමපජානකාරී භෝති” ඊළඟට කියනවා අත පය දිගහරිනකොට ඒ ගැන සතිමත්ව කරනවා. අත පය හකුළුවනකොට ඒ ගැන සතිමත්ව කරනවා. “සඛ්ඛාටිපත්තචීවරධාරණෙ සමපජානකාරී භෝති” හිඤ්ඤාත් වහන්සේලාට, හිඤ්ඤාත් වහන්සේලාට අදළව කියන්නේ දෙපට සිවුර, තනිපට සිවුර දරනකොට, ඒවා පෙරවනකොට ඒ ගැන දැනුවත් වෙනවා. පින්වතුන්ගේ පැත්තෙන් කියනවා නම්, ඇඳුම් පැළඳුම් අදිනකොට පළඳිනකොට ඒ ගැන සතියෙන් ඒ කටයුත්ත කරනවා. “අසිතෙ පිතෙ බාසිතෙ සාසිතෙ සමපජානකාරී භෝති” කනකොට, බොනකොට සතියෙන් කරනවා. “උච්චාරපසසාවකමෙම සමපජානකාරී භෝති” වැසිකිළි කැසිකිළි කරනකොට, මළ පහ කරනකොට, මුත්ත කරනකොට ඒ කටයුත්තත් අන්න සිහියෙන්ම කරනවා. “ගතෙ ධීතෙ නිසිතෙන සුතෙන ජාගරිතෙ භාසිතෙ තුණ්හිභාවෙ සමපජානකාරී භෝති” යනකොට, එනකොට, ඉඳගෙන ඉන්නකොට, හිටගෙන ඉන්නකොට, ඊළඟට නිදිවරනකොට, කතා කරනකොට, නිශ්ශබ්දව ඉන්නකොට, මේ හැම කටයුත්තම සතියෙන් කරනවා.

දැන් පින්වත්නි, අපිට සතියෙන් කරන්න බැරි කටයුත්තක් කොහෙත්ම නැහැ. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ තරම් සවිස්තරව කියලා තියෙන්නේ. අපි පටන්ගත්තේ බොහොම සරල දෙයකින්. පටන්ගත්තේ ඉරියව් හතරකින්, නැත්නම් ඉරියව් දෙකකින් - ඉඳගෙන, නැත්නම් සක්මනකින්. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිව එක්කගෙන යනවා අනිත් සියලුම කටයුතු දැන් සතියෙන් කරන්න උත්සාහවත් වෙන්න. අතනින් නවත්වලා නැහැ. ඒ නිසා අපි මේ භාවනා කරන්න ඇවිල්ලා අපි මේ ඉඳගෙන ඉන්න තැන විතරක් සතිය දියුණු කරලා, එහෙම නැත්නම් සක්මනේදී විතරක් සතිය දියුණු කරලා, මේක පරිපූර්ණ සතියක් කරන්න බැහැ. ඒ නිසා අපි උත්සාහවත් විය යුතුයි මේ කටයුත්ත සාර්ථක වෙන්න නම්, මේ වඩන සතිය අනිකුත් කටයුතුවලදීත් පුළුවන් තරම් පවත්වන්න. ඒ නිසා අපි කනකොට

බොනකොට සතිමත් විය යුතුයි. යනකොට එනකොට සතිමත් විය යුතුයි. ඒ වගේම අදිනකොට පළදිනකොට සතිමත් විය යුතුයි. ඉරියව් පවත්වනකොට සතිමත් විය යුතුයි. අපි හිතමු නානකොට, එහෙම නැත්නම් දන් මදිනකොට, මේ හැම දේකදීම සතිමත් විය යුතුයි.

ඉතින් මේ විදියට අපිට සතිය පිහිටුවීම සඳහා කුසලච්ඡන්දයක් තියෙන්න ඕනෑ. “කොහොම හරි මම මේ සතිය කියන එක හදගන්න ඕනෑ; සතිය මම ඉස්සරහට ගන්න ඕනෑ; සතිය දියුණු කරන්න ඕනෑ” කියලා එබඳු ප්‍රබල කැමැත්තක්, ප්‍රබල උවමනාවක් හිතේ තියෙනවා නම්, අන්න අපි සතිය දියුණු කරගැනීම සඳහා උත්සාහවත් වෙනවා. ඒ නිසා ඡන්දය කියන එක ඇත්තටම මෙතෙන්දී ඉතාම වැදගත්; උවමනාව කියන එක ඉතාම වැදගත්. ඒ උවමනාවෙන් තමයි මේ තරම් අපි විස්තර හොයන්න ගන්නේ. කොහෙද මට දන් සතිය නැත්තේ? කොහෙද මං අසිහියෙන් කටයුතු කරන්නේ? කියකියා හොයහොයා බලබලා අන්න එතනදිත් සිහිය පිහිටුවන්න උත්සාහවත් වෙනවා. එතකොට මේ විධියට තමයි සතිය දියුණු කරගෙන දියුණු කරගෙන ගිහිල්ලා අඬුණ්ඩ සතියක් බවට පත් වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ දන් නැගිටිට වෙලේ ඉඳන් සෑහෙන්න සිහිය දියුණු වෙලා තියෙනවා. සිහියෙන් කටයුතු කරන බවක් තේරෙනවා.

අන්න එබඳු කෙනෙකුට තේරෙනවා දන් නම් අඬුණ්ඩ සතියක් තියෙනවා. දන් කොහේ හරි සතිය නැත්නම් ඒ සතිය නැති බවත් හඳුනාගන්නවා. “මෙන්න මේ තැනදී නම් සතිය තිබුණේ නැහැ; හැබැයි එතැනට පස්සෙදී නම් ආයෙත් සතිය පිහිටියා” කියලා සතිය නැති තැනුත් හඳුනාගන්නවා. දන් සෑහෙන්න අඬුණ්ඩ සතියක් තියෙනවා. ඒක ලස්සන උපමාවකින් දහමේ කියනවා. දන් අපි වතුර ටිකක් එහෙම උඩ ඉඳන් වත්කරනකොට සමහර වෙලාවට බිංදු බිංදු කැඩී කැඩී වැක්කෙරන ස්වභාවයක් තියෙනවා. නමුත් අපි තෙල් ධාරාවක් වක්කරනවා නම්, නැත්නම් අපි ටිකක් සන තෙලක් වක්කරගෙන යනවා නම්, ඒකෙ තියෙනවා එකටම වැක්කෙරන ගතියක්. අන්න ඒ වගෙයි කියනවා “සිනිද්ධා තෙලධාරාව, අහොසි ඉරියාපථො”³⁰ කියලා විස්තර

³⁰ බුද්දක නිකාය, ථෙරගාථා, චීසති නිපාන, පාරාසරිය ථෙරගාථා

කරනවා බොහොම සිනිඳු තෙල් ධාරාවක් වැක්කෙරනවා වගේ උදේ ඉඳන් රැ වෙනකල්ම සතිය පවත්වන කෙනෙක්, සතිය දියුණු කරන කෙනෙක්, අඛණ්ඩ සතියක් පැවැත්වීම සඳහා උත්සාහවත් වෙන කෙනෙක්, අන්ත සතිය දියුණු කරනවා; අඛණ්ඩ සතියක් පවත්වන්න උත්සාහවත් වෙනවා. අර වතුර බිංදු අතර හිඩැස් තිබුණට, එතැන අවකාශයක් තිබුණට, තෙල් ධාරාවක් එකට වැක්කෙරනකොට එතැන ඇතුළේ කඩතොලු නෑ. බොහොම අඛණ්ඩව ඒ තෙල් ධාරාව වැක්කෙරනවා. අන්ත ඒ වගෙයි කියනවා සෑම ඉරියව්වක් සම්බන්ධයෙන්ම සතිමත් වීම සඳහා උත්සාහවත් වෙන කෙනෙක්ගේ ස්වභාවය. ඒ තැනැත්තා අන්ත එබඳු ලක්ෂණයක් පෙන්වුම් කරනවා. අපිට මුලදි සෑහෙන්න මේ විධියට සිතිය දියුණු කරන්නම වෙනවා. ඒ සඳහා සෑහෙන්න හිතේ කැමැත්තක් ඇති කරගන්න සිද්ධ වෙනවා. මොකද, අපේ හිත මේ විධියට වර්තමානයේ ජීවත් වෙලා නැහැ. මේ විධියට වර්තමානයේ ජීවත් වෙන්න කැමැත්තක්වත් අපිට තිබ්ලා නැහැ. නමුත් මේ බුද්ධ වචනයට ඇහුම්කන්දීලා මේකෙ තියෙන වටිනාකම නැවත නැවත මතක් කරගෙන තමයි වර්තමානයේ සතියෙන් ජීවත් වීම සඳහා උත්සාහවත් විය යුත්තේ.

තවත් පැත්තකින් මේක ගැඹුරින් විස්තර කරන්න පුළුවන්. දැන් මේ විධියට අඛණ්ඩ සතියක් ඇති කරගෙන, අපි හිතමු ගැඹුරට ගිහිල්ලා, අපි ඉදිරියෙදි මේවා ගැන තව ටිකක් කතා කරමු. මේ සතියේ කොයි තරම් වටිනාකමක් තියෙනවාද කියලා කියනවා නම්, බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා බොජ්ඣංග සංයුක්තයේ එන ‘අග්ගි’ කියන සූත්‍රයේ ‘මහණෙනි, මෙන්න මේ විධියට බොජ්ඣංග ධර්ම හතක් තියෙනවා. සති, ධම්මවිචය, චිරිය, පීති, පස්සද්ධි, සමාධි, උපෙක්ඛා කියලා’. ඒ කියන්නේ බොජ්ඣංග ධර්ම හතක් ඔන්න පෙන්වලා දෙනවා. බොජ්ඣංග කියලා කියන්නේ බෝධියට උපකාර වන, අවබෝධයට උපකාර වන, අපේ කෙලෙසුන් සම්පූර්ණයෙන් දුරු කිරීමට නිවන් දැකීමට උපකාර වන ධර්මතා හතක්. දැන් මේ ධර්මතා හතේ ධම්මවිචය, චිරිය, පීති කියන ධර්මතා තුන දියුණු කළ යුතු අවස්ථාවකුත් තියෙනවා; දියුණු නොකළ යුතු අවස්ථාවකුත් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ හිත දැන් මේ වෙලාවෙදි විසිරිලා නම්, හිතේ තියෙනවා නම් නිකං තිගැස්සුණු ස්වභාවයක්, විසිරෙන්න පුළුවන් ස්වභාවයක් තියෙනවා

නම්, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ඒ වෙලාවට ධම්මච්චිය දියුණු කරන්න යන්න එපා; ඒ වෙලාවට චීර්යය දියුණු කරන්න යන්නත් එපා. ඒ වෙලාවට ප්‍රීතිය දියුණු කරන්න යන්නත් එපා. හැබැයි ඒ වෙලාවට දියුණු කරන්නලු පස්සද්ධියයි සමාධියයි උපේක්‍ෂාවයි. ඒ කියන්නේ කය ටිකක් නැවතත් තැන්පත් වෙන, හිත තැන්පත් වෙන සමාධිය, උපේක්‍ෂාව, පස්සද්ධිය දියුණු කරන්න කියලා කියනවා. හැබැයි තවත් වෙලාවක් තියෙනවා හිත උදසීන වෙලා; හිත නිකං මලානික වෙලා. හිතේ නිකං සැඟවෙන ගතියක් තියෙන්නේ. කිසිම ධේර්ය සම්පන්න බවක්, අවදි බවක් හිතේ නැහැ. ඒ වෙලාවට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා සමාධිය දියුණු කරන්න යන්නත් එපා, පස්සද්ධිය දියුණු කරන්න යන්නත් එපා, උපේක්‍ෂාව දියුණු කරන්න යන්නත් එපා. ඒ වෙලාවට දියුණු කරන්න ධම්මච්චිය; ඒ වෙලාවට දියුණු කරන්න චීර්යය; ඒ වෙලාවට දියුණු කරන්න ප්‍රීතිය. මේ විධියට දැන් ඔන්න ධර්මතා භයක් ගැන කියලා, එක ධර්මතා කට්ටියක් ඉන්නවා ඒ කට්ටිය එක අවස්ථාවකදී දියුණු කළ යුතුයි; අනිත් තුන්දෙනා තවත් අවස්ථාවකදී දියුණු කළ යුතුයි.

මෙහෙම කියලා දැන් මේ බොජ්ඣංග ධර්මවල එකක් ඉතුරු වුණා. ඒ තමයි සතිය. ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ අභනවා, මහණෙනි එතකොට මේ සතිය කොහොමද දියුණු කරන්නේ? බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, “සතිඤ්ච බ්‍යාභං, භික්ඛවෙ, සබ්බජීකං වදමි’ති” කියලා. ‘මහණෙනි, මම සතිය සෑම කල්හිම දියුණු කළ යුතුයි කියලා ප්‍රකාශ කරනවා’. ඒ තරමට මේ සතියට නැහැ කිසිම සීමාවක් පනවලා. කොච්චර සතිය දියුණු කළත් ඒකේ වැරද්දක් නැහැ. ඒ නිසා අපි සමාධිය දියුණු කිරීමේදී යම් සීමා පනවාගන්න සිද්ධ වෙනවා. ඕනෑවට වඩා සමාධිය දියුණු කරන්න ගියොත් අන්න සමබරතාව කඩලා යනවා. ඕනෑවට වඩා චීර්යය දියුණු කරන්න ගියොත් සමබරතාව බිඳිලා යනවා. ඒ වගේමයි ඕනෑවට වඩා ප්‍රඥාව ඉස්සරහට දගන්න ගියොත් සමබරතාව බිඳිලා යනවා. ඒ වගේමයි ඕනෑවට වඩා ප්‍රීතිය පවත්වන්න ගියොත් බිඳිලා යනවා. අන්න එහෙම අපි තේරුම්ගත යුතුයි මේ දියුණු කරන හැකියාවල සීමා දැනගෙන, මේකේ සමබරතාවක් පවත්වාගැනීම පිණිස ඒ ඒ මට්ටම්වලින් පාලනයක් කරන්න සිද්ධ වෙනවා. නමුත් මේ සමබරතාව පෙන්වලා දෙන්න සමත් වෙන්නේ සතියයි. “මෙන්න

මෙහෙමයි දැන් හිතේ ස්වභාවය; දැන් මෙන්න මේ පැත්තයි අඩු; මේ පැත්තයි වැඩි” කියලා ඔක්කොම පෙන්නුම් කරලා දෙන්නේ සතියයි. සතිය නොතිබුණොත්, සතිය දුර්වල නම්, මේ පෙන්නුම් කිරීමවත් වෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා අඛණ්ඩ සතියක් තියෙනවා නම් පමණයි මෙන්න මේ වගේ අපිට හොඳ අවබෝධයක් ගන්න පුළුවන්.

ඉතින් ඒ නිසා සතිය දියුණු කිරීම සඳහා සෑහෙන්න අපේ හිතේ ලොකු උවමනාවක් ඇති කරගත යුතුයි. මොකද, සතිය දියුණු කිරීම මූලදී බොහොම අමාරුයි. ආධුනික මට්ටමේදී සතිය ඉස්සරහට ගන්නවා කියන එක සෑහෙන්න ටේබල්යයක් කරලා තමයි කරන්න වෙන්නේ. හැබැයි ටික ටික, ටික ටික සතිය දියුණු වෙන්න පටන්ගත්තට පස්සේ, තමන්ට ක්‍රම අහු වෙන්න ගත්තට පස්සේ, සතිය කියන්නේ මොකක්ද කියන්න තේරෙන්න ගත්තට පස්සේ, තමන්ටම ආවේණික ක්‍රම අහු වෙනවා. මේකේ වටිනාකමත් තේරෙන්න ගන්නවා. අවදියෙන් ඉන්න ගතිය, වර්තමානයේ ජීවත් වෙන ගතිය, හිතේ ලොකු ප්‍රමෝදයක් ඇති කරනවා. හිතේ ලොකු සතුටක් ඇති කරනවා. අලුතෙන් ඉපදුණා වගේ නැවුම් ගතියක් ඇති කරනවා.

මේකම සමාධියක් දියුණු වීම සඳහා අවශ්‍ය වෙනවා. ඒ කියන්නේ සමාධියක් ඇති වෙන්න බැහැ සතිය දියුණු වෙලා නැත්නම්. සමාධිය කියන්නේ ප්‍රතිඵලයක් මිසක් සමාධිය එක පාරට හදගන්න බෑ. සතියෙන් තොරව සමාධියක් දියුණු වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපි කවුරු හරි හිතනවා නම් “ඔන්න දැන් මට අර ධ්‍යානය තියෙනවා, මේ ධ්‍යානය තියෙනවා” කියලා කවදවත් සතිය දියුණු නොකර, ඒ කියන්නේ මේ ධර්මතා තේරුම් අරගෙන කරන කතාවක් නෙවෙයි. සතිය දියුණු නොකර කිසි සේත්ම සමාධියකට පැමිණෙන්න බෑ. නමුත් හිත මිච්ඡා සමාධිවලට යන්න පුළුවන් ඇතැම් වෙලාවට. ඒ කියන්නේ අපි හිතමු අපි රූපවාහිනියේ යන මොකක් හරි දර්ශනයක්, සම්පූර්ණයෙන් ඒකටම එබිලා ඒ තුළම ජීවත් වෙමින් බලාගෙන ඉන්නවා. එතැනත් තියෙන්නේ සමාධියක් තමයි; හැබැයි එතැන තියෙන්නේ තනිකරම මිච්ඡා සමාධියක්. කෙලෙසුන් විසින් ග්‍රහණය කරලා තියෙන ස්වභාවයක් එතන තියෙන්නේ. නමුත් මේ අපි කතා කරන නිවැරදි සමාධියක් ඇති කරගන්න බැහැ නිවැරදි සතියක් දියුණු කරගන්නේ නැතුව.

ඒ නිසාම බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා රාහුල ස්වාමීන් වහන්සේට අම්බලට්ඨික රාහුලොවාද සුත්‍රයේදී, පුළුවන් තරම් කයින් වචනයෙන් හිතීන් යමක් කරන්න කලින් ඒ ගැන හොඳට හිතලා මතලා, තමන්ට ඒක ප්‍රයෝජනවත්ද, අනුන්ට ඒක ප්‍රයෝජනවත්ද කියලා බලලා, කිරලා මැනලා ඒ වැඩේ කරන්න කියලා. මේ හැකියාව අපිට එන්නේ සතිය දියුණු කිරීම හරහායි. නැත්නම් අපි පුදුම විධියට ආවේගශීලීව තමයි කටයුතු කරන්නේ. අපිට ආවේගයක් එනවා, මොකක් හරි සිදුවීමක් සිද්ධ වෙනවා, අපි ක්‍ෂණිකව ක්‍රියාත්මක වෙනවා. අපිට නැහැ කිසිම තිරිංග තද කිරීමක්. අපි ඔහේ කියලා දනවා; ඔහේ අත පය හසුරුවනවා. අපිට නෑ කිසිම පාලනයක්. නමුත් සතිය ඉස්සරහට අරගෙන තියෙනවා නම් පමණක්, අන්න අපි පියවරක් පස්සට තියලා, “මේ කරන්න යන වැඩේ මට හිතකර වෙයිද, නැත්නම් අනුන්ට මේ හරහා හානියක් වෙයිද” කියලා පොඩ්ඩක් අපි හිතලා බලන ස්වභාවයක්, සොයලා බලන ස්වභාවයක් ඇති කරගන්න පුළුවන්. නමුත් අපි ආවේගශීලීව කටයුතු කරනවා නම්, අපිටත් හානිකරයි; අනුන්ටත් හානිකරයි. ඉතින් මේ තත්ත්වය කොයි තරම් අපි කියලා දුන්නත්, හිතට කොයි තරම් මේක මතු කර දුන්නත්, හිත වැඩ කරන්නේ ආවේගශීලීව. මොකද, හිතේ සතියක් දියුණු වෙලා නැහැ.

නමුත් සතිය දියුණු කරන්න දියුණු කරන්න තමයි, ආවේගශීලී නොවී, පොඩ්ඩක් හිතලා මතලා වැඩ කරන ස්වභාවයක්, කිරලා මැනලා වැඩ කරන ස්වභාවයක්, සිදුවීමේ සෑම පැත්තක්ම දැකලා වැඩ කරන ස්වභාවයක්, අපිට කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ. අපි වම් පාදයේ යටි පතුලේ දූනෙන දේවල් විස්තර සහිතව බලනවා. ඉතින් මේ කුසලතාව ගැඹුරෙන් අපේ හිතේ කාවදිනවා. මේ අනුව, අපි දෙයක් කරද්දීත් ඒකේ මතුපිට ජේන දේ වෙනුවට, “මතුපිට අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් ජේන දේ හැරුණුකොට මේකේ යට ගැඹුරක් තියෙන්න පුළුවන්, මේකේ මම නොදැකපු පැති තියෙන්න පුළුවන්” කියලා හිත ගැඹුරක් බලන ස්වභාවයක්, එහෙම නැත්නම් මුළු විත්‍රයම බලන ස්වභාවයක් අපිට එන්නේ සතිය දියුණු කිරීම හරහායි.

ඉතින් ඒ නිසා පින්වත්නි, අපි තේරුම්ගත යුතුයි මේ විස්තර කළ ගුණ ධර්ම අපි උවමනාවෙන් දියුණු කරගත යුතු බව. ඒ මිසක්

මේවා ඉබේ දියුණු වෙන දේවල් නෙවෙයි. අපි තුළ සතිමත් භාවයක් තියෙනවා. ඒක මනුෂ්‍යයින් වශයෙන් අවශ්‍ය වෙනවා. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන නිවන් දකින මාර්ගයට, දැනට අපි තුළ තියන ස්වාභාවික සතිය ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා මේ දැනට අපි තුළ තියන සතියම තමයි දැන් හරි මාර්ගයට අරගෙන ඒක තව තව වර්ධනය කරලා ගන්න වෙන්නේ. ඒ සඳහා අපි උත්සාහවත් වෙමු.

එතකොට අද දින ධර්ම දේශනාවෙදී මම බලාපොරොත්තු වුණේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන “සනාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා” කියන කාරණාව පෙන්වලා දෙන්න. ඉතින් මේකේ තියෙන ප්‍රබලත්වය, මේකේ අධිපතිත්වය තමයි, හොඳට දියුණු කරගත්ත සතියක් යම් කිසි කෙනෙකුට තියෙනවා නම්, හිතේ ඕනෑ තරම් ප්‍රබල මට්ටමේ ක්ලේශයක් ආවත් සතිය එතෙන්ට යොදවපු ගමන් ක්ලේශය යටපත් වෙන බව. හරියට නිකං සන ගල් පර්වතයකට ඉතාම ප්‍රබල කුළුගෙඩි පහරක් දුන්නාම ඒක දෙබෑවුණා වගේ ස්වභාවයක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා සතිය කියන්නේ කෙලෙස් සැඬ පහරවලට තියෙන බාධකයක්; නැත්නම් කෙලෙස් සැඬ පහරවල් විෂයෙහි බදින වේල්ලක් වගේ කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ හිතේ බලපවත්නා කෙලෙස් සැඬ පහරවල් අර වේල්ලක් බැන්ද වගේ එතනම නතර කරන අන්දමේ ස්වභාවයක් ප්‍රබල සතියක් තුළ තියෙන්නේ. මේ අනුව, සතියයි ප්‍රඥාවයි අත්වැල් බැඳගෙන යන ස්වභාවයක් තියෙනවා. අපි ඒක හෙට කතා කරමු.

එහෙනම් අද දින ධර්ම දේශනාව තුළින් මේ පින්වත් සියලුදෙනාටම, මේ සතියේ බල මහිමය තේරුම් අරගෙන, සතියේ තියෙන අවශ්‍යතාව තේරුම් අරගෙන, සතිය කියන ගුණධර්මය අපි තුළ තව දුරටත් දියුණු කරගැනීම පිණිස මග පෙන්වීමක්, උත්තේජනයක් වේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරමින්, අද දින ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තේරුවන් සරණයි.

7 | උතුම් වූ ප්‍රඥාව

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස

ජන්මලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, එසසසමුද්දසා සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සතාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤානතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා'ති

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මැණිවරුනි, ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි මේ භාවනා වැඩසටහන සඳහා මාතෘකා වශයෙන් කියාගත්තේ කිං මූලක සූත්‍රය. මේ සූත්‍රය ඇතුළත් වෙලා තියෙන්නේ අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ සති වග්ගයේ.

මේ සූත්‍රයට අනුව ඇත්තටම සිදු වුණේ බුදුරජාණන් වහන්සේම ප්‍රශ්න අටක් ඉදිරිපත් කරලා ඒවට පිළිතුරු උන්වහන්සේම කියලා දීමයි. ඒ කියලා දෙන්නේ එක්තරා අර්ථයක් සහිතව. මොකද එද බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩසිටිය කාලයේදී විවිධාකාර ශාස්තෘන් වහන්සේලා වැඩසිටලා තියෙනවා. විවිධාකාර මතිමතාන්තර ඒ අය අතර තිබිලා තියෙනවා. ඊට අමතරව තවත් පරිබ්‍රාජකයෝ, තීර්ථකයෝ හිටියා. ඔවුන් තුළ නොයෙකුත් දෘෂ්ටි තිබිලා තියෙනවා. විශේෂයෙන්ම ආත්මවාදය සම්බන්ධයෙන්, විශේෂයෙන්ම “බ්‍රහ්මයාගෙන් අපි සියල්ලෝම මැවුණාය” කියන වගේ අදහසක්. ඔය වගේ සෑහෙන්න මුල් බැසගත්ත යම් යම් දෘෂ්ටි තිබිලා තියෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා එබඳු මත දරන අය ඇතැම් විට බුදුරජාණන් වහන්සේව හම්බ වෙන්න එනවා. ඇතැම් විට හිඤ්ඤාත් වහන්සේලාව හම්බ වෙන්න එනවා. ඇවිල්ලා යම් යම් ප්‍රශ්න අහනවා. නැත්නම් වාද විවාදවලට පැටලෙන්න බලනවා.

අන්ත එබඳු අවස්ථාවල ඒ අය අහන ප්‍රශ්න කිහිපයක් තමයි මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉස්සරහට අරගෙන තියෙන්නේ. ඒ අය මෙබඳු ප්‍රශ්න ඇහුවොත් මෙන්න මේ විදියේ උත්තරයක් දෙන නියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ හික්කුන් වහන්සේලාට උගන්වනවා. මොකද, ඒ අය - උදහරණ වශයෙන් බ්‍රාහ්මණ ආගම වැළඳගත්ත කෙනෙක්, විශේෂයෙන්ම ආත්මීය සංකල්පයක් ඔප්වේ දගත්ත කෙනෙක් - මෙබඳු ප්‍රශ්නවලට දෙන උත්තර ආත්මවාදය හා බැඳිලා තියෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් 'මේ ලෝකය යම් කිසි කෙනෙක් නිර්මාණය කළා' කියලා, නැත්නම් බ්‍රහ්මන් සංකල්පයත් එක්ක, සර්වබලධාරී දෙවියෙක් එක්ක මේ උත්තර බැඳිලා තියෙන්නේ. මොකද, ඒ අය ගත්ත දෘෂ්ටිවලට අනුකූලව තමයි මේවට උත්තර දෙන්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ එකක්වත් ගන්නේ නැතුව හේතු එල දහමක් මත පදනම් වෙලා අනාත්ම දර්ශනයක් ඉදිරිපත් කරනවා. එබඳු දහමකින් මේ ප්‍රශ්නවලට උත්තර දෙන්නේ කොහොමද කියන කාරණාව තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ හික්කුන් වහන්සේලාට කියලා දෙන්නේ.

එතකොට පළවෙනි ප්‍රශ්නේ අහනවා "කිං මූලකා, ආච්ඡො, සබ්බෙ ධම්මා?" සියලු ධර්මයන් කෙරෙහි, එහෙම නැත්නම් හිතේ විශේෂයෙන් හටගන්නා විතර්ක, ප්‍රපංච, හිතේ හටගන්නා විවිධාකාර සංකල්ප ආදී මේ සියල්ලට මූල මොකක්ද? එතකොට උත්තර දෙන්න කියනවා "ඡන්දුමූලකා, ආච්ඡො, සබ්බෙ ධම්මා" කියලා. ඡන්දය තමයි ඒවට මුල් වෙන්නේ. හිතේ ඇති වෙන කැමැත්ත, උවමනාව තමයි ඒවට මුල් වෙන්නේ කියලා. එතකොට මේ කැමැත්ත, ඡන්දය හරි පැත්තට වෙන්නත් පුළුවන්, වැරදි පැත්තට වෙන්නත් පුළුවන්. අපි මේ ගැන සැහෙන්න සාකච්ඡා කළා. එතෙන්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කරන්නේ හරි පැත්තට අපි ඡන්දය යොදගන්නොත් ඒකම ඡන්ද සාද්ධිපාදයක් කරගෙන අපිට නිවන් දකින්න යන මාර්ගයට ලොකු උපකාරයක් ඒ ඡන්දයෙන් ගන්න පුළුවන්. හිතේ කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා - දැඩි කැමැත්තක් දැඩි උවමනාවක්. ඒකෙන් අන්ත අපිව මෙහෙයවනවා මේ නිවන් ගමන කරා. මොකද මේ ගමනේදී යම් යම් බාධා එල්ල වෙන්න පුළුවන්. විවිධාකාර බාධාවලට මුහුණ දෙනකොට අපි තුළ දැඩි කැමැත්තක් නැත්නම්, ලොකු උවමනාවක් නැත්නම් "මේ නිවන් මග මම යන්න ඕනෑ" කියලා, "මම මේ සංසාර දුකෙන් එතෙර

වෙන්න ඕනෑ” කියලා ලොකු උවමනාවක් තමන්ගේ හිතේ ඇති වෙලා නැත්නම්, අපි අතරමගදී මේ ගමන අත්හැරලා දන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් අපි තුළ ලොකු කාවැදිවීම් උවමනාවක් තියෙනවා නම්, බරපතළ උවමනාවක් තියෙනවා නම්, කොයි බාධාව පැමිණියත් අපි ඒ බාධා මැඩගෙන ඒ ගමන යනවා. එතකොට අන්න එබඳු වෙලාවකදී ඡන්ද සාද්ධිපාදය තමයි කෙනෙක්ගේ හිතේ තදින්ම බලපවත්වන්නේ.

දෙවෙනියට ප්‍රශ්නයක් අහනවා “කිං සමභවා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. ඒකට උත්තර දෙන්න කියනවා “මනසිකාර සමභවා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. කොතැනින්ද මේ දේවල් හටගන්නේ කියලා වගේ අදහසක් එතන තියෙන්නේ. මනසිකාරය කියන වචනයේ සාමාන්‍යයෙන් තියෙන්නේ හිත හැරවීම, ඉන්ද්‍රියයන් යොමු කිරීම වැනි අර්ථයක්. අනිකුත් දහසකුත් එකක් අරමුණු තියෙනකොට අපි තෝරාගත්ත යම් අරමුණකට හිත හරවනවා; නැත්නම් අපේ ඇහැ හරවනවා, කන හරවනවා, ඒ ආදී වශයෙන්. අන්න එතකොට තමයි ඒ හරවාපු නිසා ඊට අනුරූප දේවල් දැන් මනසේ හටගන්නේ. මේ මනසිකාරය අපි සෑහෙන්න භාවනාවේදී යොදාගන්නවා. ඒක මෙනෙහි කිරීමක් වශයෙන් රඵ මට්ටමෙන් යොදාගන්නවා. පස්සේ පස්සේ ඒවා අත්හැරලා, තෝරාගත්ත අරමුණකට බොහෝම සියුම් මට්ටමකින් හිත නැවත නැවත යොදවමින්, ඒ වෙතටම හිත නැඹුරු කරමින්, ඔන්න අපි මනසිකාරය යොදාගන්නවා.

ඊළඟ ප්‍රශ්නය අහනවා “කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා?” සමුදය කියන වචනය හුඟක් වෙලාවට පටිච්ච සමුප්පාදය හා සම්බන්ධයි කියන්න පුළුවන්. දේවල්වලට හේතුව කුමක්ද කියන වගේ අදහසක්. එතකොට එබඳු ප්‍රශ්නයක් ඇහුවොත්, දේවල් පැන නගින්න හේතුව කුමක්ද? දේවල් හටගන්නෙ කොහොමද? කියලා ඇහුවොත් “එසස සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා උත්තර දෙන්න කියනවා. ස්පර්ශය නිසයි දේවල් හටගන්නේ. විශේෂයෙන්ම මෙතෙන්දී ස්පර්ශය කියන එක ඉන්ද්‍රිය හා සම්බන්ධයි. ඇහැට රූපයක් සම්බන්ධ වුණාම, නැත්නම් ඇහැත් එක්ක රූපයක් ගැටුණාම අපි එතෙන්දී හැඳිනීමක් කරනවා. නැත්නම් එතෙන්දී වේදනාවක් පහළ වෙනවා. එතෙන්දී හිතේ කැමැත්තක් අකැමැත්තක් පහළ වෙනවා. එතකොට අර පසුව පහළ වෙන වේදනාවලට, හිතේ පහළ වෙන සංඥාවලට, හිතේ පහළ වෙන

කැමැත්ත අකැමැත්ත වැනි වෛතසික ස්වභාවයන්ට සම්පූර්ණයෙන්ම මේ එස්සය, ස්පර්ශය කියන ධර්මය වග කියනවා. ඒක තමයි මූලිකම සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ නිසා "චක්ඛුඤ්ඤා ආවුසො, පටිච්ච රූපෙ ච උප්පස්සති චක්ඛුවිඤ්ඤාණං, තිණණං සංඛනි එස්සො"³¹ කියලා අපි සාමාන්‍යයෙන් ස්පර්ශය අර්ථ දක්වනවා, ඇහැන් රූපයත් නිසා චක්ඛු විඤ්ඤාණයක් හටගන්නවා. මේ තුන්දෙනාගේම එක්ව යෑම නිසා, තුන්දෙනාම එක්රැස් වීම නිසා, නැත්නම් තුන්දෙනෙක් කියලා ගැනීම නිසා එතන ස්පර්ශයත් පැන නගිනවා. එතකොට ස්පර්ශය නිසා කෙනෙක් තුළ වේදනාවක් හටගන්නවා. සංඥා හටගන්නවා. හඳුනාගැනීම් සිද්ධ වෙනවා. ඊට අමතරව හිතේ නා නා ප්‍රකාර චිත්ත ස්වභාවයන්, කැමැති ස්වභාවයන්, අකැමැති ස්වභාවයන්, චෛරී ස්වභාවයන්, මෛත්‍රී ස්වභාවයන්, මේ ආදී වශයෙන් විවිධාකාර චේතනා ස්වභාවයන් හටගන්න පුළුවන්.

මේ අනුව ස්පර්ශයත් මේ භාවනාවේදී සැහෙන්න වගකියන තැනක්. මොකද, අපි ස්පර්ශයෙනුත් සැහෙන්න ප්‍රයෝජන ගන්නවා. ඊට හේතුව, පටිච්ච සමුප්පාදය හඳුනාගන්න තියෙන හොඳ තැනක් තමයි "එස්ස පච්චයා වේදනා" කියන කාරණාව. ස්පර්ශය නිසයි වේදනාව හටගන්නේ කියලා අපි දන්නවා දැන්. අපිත් උත්සාහවත් වෙනවා 'පුළුවන්ද මටත් මේක තේරුම්ගන්න' කියලා බලන්න. 'ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගන්නවා' කියලා කියන්නේ 'පොතින් තේරුම්ගන්නවා' කියන කාරණාව නෙවෙයි. සුක්ෂ්ම වශයෙන් වේදනාවක් මතු වෙනකොට ඒ මතු වීම සඳහා යම් ස්පර්ශයක් මුල් වෙලා තියෙනවාද? කියලා අපි පොඩ්ඩක් විමසිලිමත්ව බලනවා. නන්දකෝවාද සූත්‍රයේ ඒ හික්ෂුණින් වහන්සේලා උත්තර දෙනවා, යම් යම් ස්පර්ශයක් නිසා තමයි ඊට අනුරූප වේදනාවක් හටගන්නේ කියලා. සැප වේදනාවට අනුරූප වන ස්පර්ශයක් නිසා සැප වේදනාවක් හටගන්නවා. දුක් වේදනාවකට තුඩු දෙන ස්පර්ශයක් නිසා දුක් වේදනාවක් හටගන්නවා. නොදුක් නොසුව වේදනාවකට තුඩු දෙන ස්පර්ශයක් නිසා නොදුක් නොසුව වේදනාවක් හටගන්නවා. එතකොට ස්පර්ශය තමයි සම්පූර්ණයෙන්ම මේගොල්ලන්ව පාලනය කරන්නේ. ස්පර්ශය නිසයි වේදනාව හටගන්නේ. ඔන්න ඔය වගේ ස්වභාවයක් තියෙනවා. දැන් කෙනෙක්

³¹ මජ්ඣිම නිකාය, මූලපණ්ණාස, මධුපිණ්ඩික සූත්‍රය

හොඳට වේදනානුපස්සනාවේ යෙදෙනකොට හොඳට හිත එතනටම තියලා, වේදනාව හටගන්නා තැනටම හිත යොමු කරලා, මනසිකාරය යොමු කරලා යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් මේ කටයුත්තේ යෙදෙනවා නම්, ඉතාම සුක්ෂ්ම මට්ටමකින් මෙතන ස්පර්ශයක් සිද්ධ වෙනවාය, ඊට අනුරූපව මෙන්ම මේ වේදනාව සිද්ධ වෙනවාය කියලා හඳුනාගන්න ඉඩ තියෙනවා. ඉදප්පච්චයතාව කියන මූලධර්මය, එකක් නිසා තවත් එකක් වෙනවා කියන මූලධර්මය, එකක් මත තවත් එකක් යැපෙනවාය කියන සාපේක්ෂක මූලධර්මය කෙනෙකුට වටහාගන්න මෙතැනදී අවස්ථාව තියෙනවා.

භාවනාවේදී අපි පොඩ්ඩක් විමසිලිමත් වෙන්න ඕනෑ. සුතමය ඤාණයකින් මේක අහලා තියෙනවා නම් තමයි මෙන්න මේ තැනදී විමසිල්ලෙන් බලන්න, සෙවිල්ලෙන් බලන්න, සැලකිල්ලෙන් බලන්න අපි පෙලඹෙන්නේ. කලින් මං මතක් කළා වගේ මෙනත් අදහස් වෙන්නෙ නෑ ‘පොතේ තියෙන දේවල් අනුව අපි හිතනවා’ කියලා දෙයක්. අපි පොතේ දැනුම ඉස්සරහට ගත්තොත් මේ බොහොම සාවධාන බැල්ම අපිට අහිමි වෙලා යනවා. මෙතෙක්ට අවශ්‍යයි ඉතාම නිශ්ශබ්ද සාවධාන බැල්මක්. සොයනාසුලු බැල්මක් මෙතෙක්ට අවශ්‍යයි. ඒක කිසිම සංඥාවකින් අපවිත්‍ර වෙලා නොතිබෙනවා නම් ඒ තරමට හොඳයි. ඒ කියන්නේ අපි දෙයක් දිහා බලද්දී අපි කලින් දගත්ත දේවල්වලින් ඒ අපේ හිත ආටෝප කරගෙන, සාටෝප කරගෙන, ඒකෙන් වර්ණ ගන්වගෙන දෙයක් දිහා බලනවා නම්, ඒ දෙයෙහි යථා ස්වභාවය අපිට වැටහෙන්නේ නැහැ. මොකද, දැනටමත් අපේ හිත වර්ණ ගැන්විලා තියෙන්නේ. දැනටමත් අපි ඒ සිද්ධ වෙන දේ සම්බන්ධයෙන් මොකක් හෝ මතයක් දරාගෙන තමයි ඒ දිහා බලන්නේ. එතකොට අපි ගාව නිවැරදි ආකල්පයක්, නිවැරදි වැටහීමක් ඇති වෙන්නේ නැහැ. ඒ විතරක් නෙවෙයි, අපේ ඒ ඇති වෙන වැටහීමත් අපවිත්‍රයි. මොකද, අපි හිතෙන් දගත්ත දේවල් අර අත්දැකීමට දන නිසා.

නමුත් අපි තුළ තියෙනවා නම් ඉතාම විවෘත බැල්මක්, අපි තුළ ඉතාම පවිත්‍ර බැල්මක්, හොඳ විමසිලිමත් බැල්මක් තියෙනවා නම්, නිශ්ශබ්ද බැල්මක් තියෙනවා නම්, අන්න අපි බොහොම මැදිහත්වයි බලන්නේ. හරියට නිකං යම් කිසි කෝලාහලයක් සිද්ධ වෙනකොට අපි එක පැත්තකවත් ගන්නේ නැතුව, අර පැත්ත ගන්නෙත් නැහැ, මේ

පැත්ත ගන්නෙන් නැහැ, අපි පැත්තක ඉඳන් මේ දිහා බලාගෙන ඉන්නවා වගේ. එතකොට තමයි නිවැරදි සාක්කිකාරයෙක් වෙන්න පුළුවන්. මොකද, අපි එක පැත්තකටවත් උදව් කරන්න ගියේ නැහැ. අපි ප්‍රශ්නට මැදි වෙන්න ගියෙත් නැහැ. අපි සම්පූර්ණ සිද්ධිය දැක්කා. පූර්ණ වශයෙන්ම දැක්කා. අපිට සාක්කිකාරයෙක් වෙන්න පුළුවන්. ඔන්න ඔය වගේ තමයි මේ විපස්සනාවෙදින් අපි සාක්කිකාරයො වෙනවා වගේ වැඩක් තමයි මෙතෙන්දි වෙන්නේ. මෙයා කොහෙවත් වෙන තැනක් දිහා බලන්නේ නැහැ, හොඳට හිත එකඟ කරගෙන මේ සිද්ධිය, නැත්නම් සංසිද්ධිය දිහා බොහොම හොඳින් බලාගෙන ඉන්නවා. බොහොම නිශ්ශබ්දව ඒකාග්‍රතාවෙන් යුක්තව බලාගෙන ඉන්නවා. මෙන්න මෙබඳු ස්වභාවයක් තියෙන්නේ.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ තවත් ප්‍රශ්නයක් ඉදිරිපත් කරනවා. ඒ තමයි “කිං සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා?” සියල්ල ගිහිල්ලා අන්තිමට එකතු වෙන්නේ කොහෙද? අන්තිමට ගිහිල්ලා එක්රැස් වෙන්නේ කොහෙද? කියලා ඇහුවොත් උත්තර දෙන්න කියනවා, “වේදනා සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. වේදනාවක් වශයෙන් තමයි අපිට දැනගන්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ ස්පර්ශය වගේ දෙයක්, මනසිකාරයක් වගේ දෙයක් ඉතාම සුක්ෂ්මයි. නමුත් වේදනාව කියන එක හරි ප්‍රකටයි. මොකද, අපිට සැප වේදනාවක් ආවත් අපි අහු වෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒකට කැමති වෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ වේදනාව අපිට තේරෙනවා. ඊළඟට දුක් වේදනාවක් ආවොත් ඒකත් හොඳින් තේරෙනවා. ඉතින් අපි ටිකක් සිහිය දියුණු කරනකොට උපේක්ෂා වේදනාවත් තේරෙනවා. ඒ නිසා, මේ වේදනාව බොහොම ප්‍රකට නිසා වෛතසික ධර්මයන් අතර බොහොම ප්‍රකට වෛතසිකයක් තමයි වේදනාව කියන්නේ. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙක් වේදනාව මුල් කරගෙන භාවනාවක් වඩනවා වෙන්නත් පුළුවන්. වේදනාව පාවිච්චි කරන්න පුළුවන් සිහිය රඳවා තැබීම සඳහා උපක්‍රමයක් වශයෙන්, උපකරණයක් වශයෙන්, නැත්නම් තැනක් වශයෙන්. ඒ නිසාම අපි වේදනානුපස්සනාවේ යෙදෙනකොට උත්සාහවත් වෙනවා, සැප වේදනාවක් හිතේ හෝ කයේ සිද්ධ වෙනකොට, වර්තමාන වශයෙන් සිදු වෙනකොට අපිට පුළුවන්ද ඒකට ඇලෙන්නේ නැතුව ඒකෙන් අයින් වෙලා සැප වේදනාව සැප වේදනාවක් වශයෙන් දැනගන්න. ඒක “මේ

මගේ සැප වේදනාව” නෙවෙයි, “මම සැප විඳිනවා” නෙවෙයි, ඒක හුදු සැප වේදනාවක්. ඊළඟට අපි කයේ හෝ හිතේ දුක් වේදනාවක් තියෙනකොට, හිතේ යම් දෝමනස්සයක් තියෙනකොට අපට පුළුවන්ද ඒක “මේ මගේ දුක”, “මගේ කරුමේ” කියලා කියාගන්නේ නැතුව ඒ වේදනාවෙන් අයින් වෙලා ‘මේක හුදු දුක් වේදනාවක් පමණයි’ කියලා මැදහත්ව බලන්න. ඒ කියන්නේ අර වේදනාවෙන් අයින් වෙලා වේදනාව බැලීමක්; අනුන්ගේ වේදනාවක් වගේ බැලීමක්.

ඒ වගේමයි එතකොට උපේක්‍ෂා වේදනාවකුත්. ඇත්ත වශයෙන්ම අපේ කයේ හිතේ බහුලව තියෙන්නේ උපේක්‍ෂා වේදනා. ඒ වුණත් හුඟක් වෙලාවට අපේ මේ උපේක්‍ෂා වේදනා මගහැරෙනවා. මොකද, අපිට ඒකේ කිසිම රසයක් නැති නිසා, අපේ හිතේ උත්තේජනයක් ඇති කරන්නේ නැති නිසා උපේක්‍ෂා වේදනාව මගහැරෙන එකයි තියෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසාම එතනින් අවිද්‍යාවක් පහළ වෙනවා. නමුත් අපි හොඳට සතිය දියුණු කරලා ඒ ගැන දැනගන්නවා නම් අන්න එතනින් ප්‍රඥාවක් පහළ කරගන්න අවස්ථාව තියෙනවා. ඉතින් එබඳු උපේක්‍ෂා වේදනාවකටත් අපි හොඳට අවධානය යොමු කළා නම්, උපේක්‍ෂා වේදනාවේ ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවයක්, නැත්නම් එයාගේ සම්පූර්ණ කතාව තේරුම්ගන්න අවස්ථාව තියෙනවා. එතකොට මේ ආකාරයෙන් අපිට වේදනාවත් පාවිච්චි කරන්න පුළුවන් භාවනාව සඳහා.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ තවත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා, “කිං පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා?” සියල්ලෙහි ප්‍රමුඛතාව ගන්නේ කවුද? එතකොට උත්තර දෙන්න කියනවා “සමාධි පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. සමාධිය තමයි ප්‍රමුඛතාව ගන්නේ කියලා. දැන් එකපාරටම අපේ හිතේ සමාධියක් නොතිබෙන්න පුළුවන්. තිබුණත් තියෙන්නේ මිච්ඡා සමාධියක් වෙන්න පුළුවන්. උදහරණයක් වශයෙන් අපි කැමති කෙනෙක් දකිනකොට අපිට අනෙක් සියල්ල අමතක වෙලා, ඒ කැමති කෙනා ගැනම අපි හිතනවා. අපේ හිතට දැන් වෙනත් දෙයක් මතක් වෙන්නෙත් නෑ. ඒ කැමති කෙනාගේ රූපයම, නැත්නම් මුහුණම මතක් වෙනවා. අන්න එතන අපේ හිත එක අතකින් සමාධිමත් වෙලා තියෙන්නේ. ඒ මොකද නැවත නැවත හිත නැංවෙන්නේම ඒ රූපයටමයි. නමුත් එතන තියෙන්නේ මිච්ඡා සමාධියක්. මොකද? මේ කාමච්ඡන්දයක් ඔස්සේ නැත්නම් යම්

කිසි උපාදනයක් ඔස්සේ තමයි දැන් මේ හිත එතන බැඳිලා තියෙන්නේ. හැබැයි එතනත් සමාධිගත ස්වභාවයක් තියෙනවා. වෙනත් දේවල් දැන් මතක් වෙන්නෙත් නැහැ, අනිත් අය කිව්වට ඇහෙන්නෙත් නැහැ, අපි අන්න ඒ ලෝකයේ අතරමං වෙලා වගේ ඒ තුළ බැහැගෙන ඉන්නවා.

නමුත් මේක හරි පැත්තට දගත්තාම අපිට කෙලෙසුන්ගෙන් ඉතාම අඩු අරමුණක, නැත්නම් කෙලෙසුන්ගෙන් තොර අරමුණක හිත සමාධිමත් කරන්න පුළුවන්. හිත ඒකාග්‍ර කරගන්න පුළුවන්. එතකොට එබඳු දෙයක් තමයි අපි භාවනාවේදී කරන්න උත්සාහවත් වෙන්නේ. අපි ගන්නවා ඉතාම සරල අරමුණක්. කෙලෙසුන්ගෙන් තොර අරමුණක්. අරගෙන අපි උත්සාහවත් වෙනවා මේ කෙලෙසුන්ගෙන් තොර අරමුණට නැවත නැවත හිත නංවන්න හරි අමාරුයි. මොකද අපේ හිත එබඳු ස්වභාවයක් දරන්නේ නැහැ. අපේ හිත කැමතියි කෙලෙසුන් සහිත අරමුණවලට. තමන්ට ආස්වාදයක් ලැබෙන අරමුණුවලට. හිතේ වැඩියෙන්ම කෙලෙස් ජනනය වෙන අරමුණුවලට තමයි අපේ හිත කැමති; හිත යන්නේ. ඉතින් මේ කෙලෙස් නැති අරමුණක්, නැත්නම් කෙලෙස් ජනනය නොකරන අරමුණක් කියන එක හරිම උදසින අරමුණක්; ඒකාකාරී අරමුණක්. ඉතින් හරිම කම්මැලියි. මෙබඳු අරමුණක හිත පවත්වනකොට දන්නෙම නැතිව නින්ද යනවා. ඉතින් මේ වගේ බාධා ඇත්ත වශයෙන්ම තියෙනවා. ඒ නිසා අපට භාවනා ක්‍රමය ගැන හොඳ වැටහීමක් තියෙනවා නම් අපි තේරුම්ගන්නවා ඇයි මෙහෙම කරන්නේ කියලා. අපිට ඒ කාරණය ඒත්තු ගන්වගන්න පුළුවන්. සුතමය ඥානයකින් අපි තුළ ලොකු ශ්‍රද්ධාවක් ඇති කරගන්න පුළුවන්. “මේකයි මේ කරන්නේ; ඒ හින්දයි, මෙන්න මේ කාරණා නිසයි මෙතන යෙදෙන්න අවශ්‍ය” කියලා අපේ හිතේ දෙහිඩියාවක් තිබුණා නම් අන්න ඒ දෙහිඩියාව පහ කරලා, අපිට ශ්‍රද්ධාවෙන් ගෞරවයෙන් අවබෝධයෙන් මේ කටයුත්තේ යෙදෙන්න පුළුවන්.

‘සමාධිපමුඛා’ කියන අවස්ථාවේදී විශේෂයෙන්ම හිත යම් කිසි තැනක බැසගත්තා නම්, ඒකාග්‍ර උතා නම්, අනෙකුත් ධර්මයන් එතන ඉස්සරහට පැමිණෙන්නේ නැතුව සමාධියම ඉස්සරහට යන ගතියක් තියෙනවා. මොකද, සමාධිය කියන එක ඉන්ද්‍රිය ධර්මයක්. ඒ කියන්නේ එයා ඉස්සරහට ආවාම අනිත් අය ඔක්කොම මැඬපවත්වගෙන එයා තමයි මූලිකයා වෙන්නේ. ඉස්සරහට යන්නේ. ඉතින් මේ සමාධි

ලක්ෂණය අපිට සැලකිල්ලෙන් පාවිච්චි කරන්න වෙනවා. සමාධිය අනවශ්‍ය විධියට වර්ධනය උනොත් සමාධියම ඉස්සරහට ඇවිල්ලා අනෙකුත් ධර්මයන් යටපත් කරන නිසා, සමහරවිට අපට විපස්සනා මුහුණුවරකින් බලනකොට එතන යම් අවාසි සහගත ස්වභාවයක් තියෙන්න පුළුවන්. ඒ වගේම සමාධි විවිධ මට්ටම්වලින් තියෙනවා, ඒවා බොහොම ගැඹුරු වෙන්න පුළුවන්, බොහොම ප්‍රබල වෙන්න පුළුවන්. ඒවා හිතේ බල පවත්වනකොට කෙලෙස් සෑහෙන්න යටපත් වෙනවා. ඒ නිසා සමථ සමාධිවලින් පවා සමහර වෙලාවට තියෙන කෙලෙස් යටපත් වෙනවා. ඒ හින්දා රාගය දූනෙන්නේ නෑ, ද්වේෂයක් දූනෙන්නේ නෑ. බොහොම ප්‍රබල සමාධිය තුළින් ඒවා ඔබා තබලා; තාවකාලිකව යටපත් කරලා. නමුත් යම් හෝ හේතුවකට ඒ සමාධිය බිඳිලා ගියොත්, සමාධියක් පවත්වන්න, නැත්නම් සමාධිය වඩන්න අවස්ථාවක් නැතුව ගියොත්, අර යටපත් වෙච්ච කෙලෙස් ආයෙත් මතු වෙනවා. තවත් තියෙන අවාසියක් තමයි මෙබඳු සමාධිමත් හිත, අරමුණක් ප්‍රබලව දැනගන්නවා; ඒක යහපත් අරමුණට වගේම අයහපත් අරමුණටත් බලපානවා. සමාධිමත් හිතකට යම් හේතුවක් නිසා ද්වේෂයක් ආවොත් හොඳටම කේන්ති යනවා. ඒ වගේම සමාධිමත් හිතකට රාගයක් ආවොත් හොඳටම රාගය උත්සන්න වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා සමාධියක් පරිස්සමින් පරිහරණය කරන්න අවශ්‍යයි.

ඊළඟට තවත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා. “කිං ආධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා?” සියලු ධර්මයන් අතර අධිපතිත්වය දරන්නේ කවුද? කියලා ප්‍රශ්නයක්, බුදුරජාණන් වහන්සේම අහලා, “සනාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා”, සතිමත් භාවය, සතිය, සිහිය, එළඹ සිටි සිහිය තමයි සියලු ධර්මයන් අතර අධිපතිත්වය දරන්නේ කියලා උත්තර දෙන නිසිනවා. අපි ඊයේ ඒ ගැන සාකච්ඡා කළා. අපේ හිත සාමාන්‍යයෙන් අතීතය, අනාගතය සමග පැටලිච්ච ස්වභාවයක් තියෙනවා. අතීතයෙහි අනාගතයෙහි පැටලිලා ඉන්න එකේ යම් වින්දනයක් තියෙනවා. හිත හරිම කැමතියි එබඳු දේවල්වලට. ඒවා තුළ ලොකු කෙලෙස් ඇවිස්සීමක් සිද්ධ වෙනවා. අපේ හිත කෙලෙස් ඇසුරු කරමින් ඉන්න හරිම කැමතියි. ඉතින් අපිට මේ වර්තමානයට හිත ගන්න ඒ හින්දා සෑහෙන්න ප්‍රයත්නයක් දරන්න වෙනවා. උත්සාහයක් දරන්න වෙනවා. මොකද, වර්තමානයේ තියෙන දේවල් ඇතැම් වෙලාවට ඒ තරම්ම ප්‍රසාදජනක

නැහැ. ඒ තරම්ම ආස්වාදජනක නැහැ. එතන තියෙන්නේ හරි ඒකාකාරිත්වයක්.

ඉතින් ඒ නිසා අපිට සැහෙන්ත බණ අහලා, පොත් පත් බලලා, හිතට ඒත්තුගන්වන්න සිද්ධ වෙනවා ඇයි මේ වර්තමානයට හිත ගන්න එක මේ තරම්ම වැදගත් කියන කාරණාව. ඒ ගැන අපි නැවත නැවත සිහිකැඳවන්න සිද්ධ වෙනවා. මොකද නිවැරදි විපස්සනාවක්, ගැඹුරු විපස්සනාවක් සිද්ධ වෙන්නේ වර්තමානයේ. වර්තමාන සංස්කාර අරමුණක් තමයි අපි විපස්සනාවට ගන්නේ. ඒ නිසා මෙබඳු කාර්යයක් කරන්න නම් අපේ හිත වර්තමානයේ තියෙන්න ඕනෑ. සාමාන්‍යයෙන් හිත වර්තමානයේ නැහැ. නමුත් අපි උත්සාහයෙන් වර්තමානයට හිත ගන්න වෙනවා. මේකට මාර්ගයක් වශයෙන් තමයි අපි නැවත නැවත සක්මන් භාවනාවක යෙදෙන්නේ; පර්යංක භාවනාවක යෙදෙන්නේ. මේ වර්තමාන වශයෙන් තියෙන යම් යම් අරමුණු අපි නිරීක්ෂණය කරන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ආශ්වාසයක් වර්තමානයේ අත්දකිනවා. ඒකෙ හිත පවත්වනවා. ප්‍රශ්වාසයක් මේ මොහොතේ අත්දකිනවා. එතන හිත පවත්වනවා. මොකද කයේ මේ ක්‍රියාකාරිත්වය නිරන්තරයෙන්ම සිද්ධ වෙන්නේ වර්තමානයේ. කයට බැහැ අතීතයේවත් අනාගතයේවත් ජීවත් වෙන්න. කය නිරන්තරයෙන්ම ජීවත් වෙන්නේ වර්තමානයේ විතරයි. කයේ යම් යම් ක්‍රියාවලී නිරායාසයෙන්ම සිද්ධ වෙනවා. ඒවා සිද්ධ වෙන්නෙත් වර්තමානයේ. ඒවට අපි මැදිහත් වෙන්න අවශ්‍ය නැහැ. විශේෂයෙන්ම ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස ක්‍රියාවලිය. ඊට අනුරූපීව සිද්ධ වෙන පිම්බීමේ හැකිලීමේ ක්‍රියාවලිය. මේ සියලුම ක්‍රියාවලී බොහොම නිරායාසයෙන්ම සිද්ධ වෙන ක්‍රියාවලී. ඉතින් ඒ නිසා වෙහෙසක් නැතුව, භාවනා කරනවා කියා අලුතින් යමක් කරන්නේ නැතුව, අපිට තියෙන්නේ මේ කය නොමිලේම ලබාදෙන මෙබඳු අරමුණු පාවිච්චි කරලා අපේ සතිය දියුණු කරගන්න එකයි; සිතිය දියුණු කරගන්න එකයි. ඉතින් මෙබඳු අරමුණක් තුළ සිත පවතින්න පවතින්න, 'සතිය' කියන ගුණධර්මය සුළු ප්‍රමාණයක් ඉස්සරහට එනවා; සුළු ප්‍රමාණයක් වර්ධනය වෙනවා. මේ විදියට අපි හුස්ම රැල්ලක් රැල්ලක් පාසා, හරියට නිකං පිහියක් මුවහත් තියනවා වගේ - අතුල්ලන අතුල්ලන වාරයක් පාසා පිහිය මුවහත් වෙනවා. ඒ වගේමයි මේ හුස්ම රැල්ලක් තුළ නැවත

නැවත, සිහිය පවත්වන්න පවත්වන්න සිහිය කියන ධර්මය ඉස්සරහට එනවා.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා, “කිං උත්තරා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. සියල්ල අතර ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් වෙන්නේ, ඉහළ තැන හිටින්නේ කවුද? කියලා ඇහුවොත් උත්තර දෙන්න කියනවා “පඤ්ඤාත්තරා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. ප්‍රඥාවයි සියල්ල අතර ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් වෙන්නේ, ඉහළ ස්ථානයේ ඉන්නේ ප්‍රඥාවයි කියලා උත්තර දෙන්න කියනවා. දැන් මේ සතියයි ප්‍රඥාවයි අපි නිවැරදි පැත්තට හරවාගත්තොත් මේ යන ගමන ඒ දෙන්නා අරගෙන යන්න පටන්ගන්නවා. මොකද, සතිය කියන්නේ හරි මධ්‍යස්ථ ධර්මතාවක්. බොහොම අභිංසක ධර්මතාවක්. ඉස්සරහට පනින ගතියක් නැහැ. එයා කරන්නේ ඕනෑ දෙයක් මධ්‍යස්ථව පෙන්වලා දෙන එකයි. ඉතින් අපි නිවැරදි ප්‍රඥාවක් අවදි කරලා තියාගෙන හිටියොත් ප්‍රඥාවෙන් ඒ වෙලාවේදී වැඩේ ගන්න පුළුවන්. ප්‍රඥාව හරි තීක්ෂණයි; ප්‍රඥාව හරි ප්‍රබලයි. සතියෙන් පෙන්වලා දුන්නහම ප්‍රඥාවෙන් ඒ වෙලාවේදී අවස්ථානුකූලව කටයුතු කරනවා.

හරි ලස්සන ප්‍රශ්නයක් අහලා ඒකට දෙන උත්තරයක් හම්බ වෙනවා ‘අජ්ඣ මානව පුච්ඡා’ කියන සූත්‍රයේ. ඒක තියෙන්නේ සුත්ත නිපාතයේ පාරායණ වග්ගයේ. අජ්ඣ කියලා බ්‍රාහ්මණ මානවකයෙක් ඇවිල්ලා බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ප්‍රශ්න කිහිපයක් අහනවා. එතෙක්දී අහන එක ප්‍රශ්නයක් තමයි මේ ලෝකයේ තියෙන විවිධාකාර කෙලෙස් සැඬ පහරවල් කොහොමද වළක්වගන්නේ? මේ කෙලෙස් සැඬ පහරවල් වියළුවා හරින්නේ කොහොමද? කියලා. එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන පිළිතුර තමයි,

“යානි සොතානි ලොකසමිං, සති තෙසං නිවාරණං.
සොතානං සංවරං බුදුමි, පඤ්ඤායෙනෙ පිරීයරෙ”.³²

මේ ලෝකෙ විවිධාකාර කෙලෙස් සැඬ පහරවල් තියෙනවා. “සති තෙසං නිවාරණං” අන්න ඒවා නිවාරණය කරන්නේ, ඒක හරියට නිකං වේල්ලක් බැන්ද වගේ නතර කරන්නේ සතිය තුළින්. “සොතානං

³² සුත්තනිපාත, පාරායන වග්ග, අජ්ඣමාණව පුච්ඡා

සංවරං බුදුමි” ඒ ආපු කෙලෙස් සැඬ පහරවල් ටික සතිමත් භාවය තුළින් සංවර කරනවා කියලා මම කියනවා. “පඤ්ඤායෙන පිරියරෙ” හැබැයි ඒ ආපු කෙලෙස් සැඬ පහර වියළුවා හරින්නෙ, සම්පූර්ණයෙන්ම දුරු කරලා දන්නෙ ප්‍රඥාව.

ඔන්න අපිට තේරෙනවා, දැන් මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන පිළිතුරෙන් සතියයි ප්‍රඥාවයි කාර්ය දෙකක් කරනවා. මේ කාර්ය දෙකම අවශ්‍යයි. සතියෙන් පෙන්වලා දෙනවා. නැත්නම් සතියෙන් වේල්ලක් ඉදි කරනවා. සතියෙන් එකපාරටම එතන ලොකු තිරිංගයක් තද කරනවා. ඔන්න මුලින්ම කෙලෙස් සැඬ පහරක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා - අපි හිතමු අපේ හිතේ ද්වේෂයක් ඇවිස්සිලා. දැන් අපිට අමතකයි සතිය දියුණු කළ බවක්. අපි මොකක් හරි කටයුත්තක් කරන්න ගිහිල්ලා, ඇහැට අපි අකමැති කෙනෙක් ලක් වෙලා ඔන්න එකපාරටම අපිට කේන්ති යනවා. හොඳටම කේන්ති ගිහිල්ලා. නමුත් අන්න “මම දැන් සිහිය පිහිටුවන්න ඕනෑ” කියලා සිහිය වර්තමානයට ආවා නම්, මෙතෙක් වෙලා ඒ තැනැත්තාගේ ඒ විවිධාකාර දේවල් මතක් කර කර, එයා කරපු නොකටයුතුකම් මතක් කර කර, හිතේ ද්වේෂය ඔස්සේ අපි සෑහෙන්න දුවමින් හිටියේ. දැන් ඇතුළේ කතාවත් යනවා. හැබැයි එකපාරටම අපි වර්තමාන මොහොතට පැමිණියා නම්, ඒ මොහොතෙම අපි නැවතත් සිහිය පිහිටෙව්වා නම්, අන්න එතන ලොකු කාර්යයක් සිද්ධ වෙනවා. අර ගලාගෙන ගිය ප්‍රවණ්ඩ කෙලෙස් ප්‍රවාහය අපි හරියට වේල්ලක් ඉදි කලා වගේ නැවත්තුවා වෙනවා. නමුත් එතනින් සියලු කෙලෙස් ප්‍රභාණය වෙන්වෙන්නැහැ. අපි ඒ කෙලෙස් සමූහය ටික ටික ප්‍රභාණය කරන්න නම්, ටික ටික වියළුවා හරින්න නම්, ඤය කර හරින්න නම්, එතන එතන ප්‍රඥාව යෙදීම අවශ්‍ය වෙනවා.

මේ අනුව, සතියයි ප්‍රඥාවයි හරි ප්‍රඥවන්තවම පාවිච්චි කරන්න වෙනවා. සතියෙන් පෙන්වලා දෙනවා. අපි අවස්ථානුකූලව ප්‍රඥවෙන් එතෙක්දී ක්‍රියාත්මක වීම අවශ්‍ය වෙනවා. “මොන වගේ පියවරක් ගැනීමෙන්ද මේ වෙලාවේ මම ද්වේෂයෙන් හිත බේරාගන්නේ?” කියන කාරණාව අවස්ථානුකූලව කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ තරම්ම භාවනාවක් වඩලා සතිය වඩලා වර්ධනය කරගත්තෙ නැති කෙනෙක් නම්, සමහර වෙලාවට එයාට සාමාන්‍ය උපක්‍රමයක් පාවිච්චි කරන්න පුළුවන් - අර තැනැත්තාගෙ ගුණයක් මෙතෙහි කරනවා; නැත්නම් තමන්ගේ යාච්චට

ප්‍රභාණය වෙන්නේ නැහැ. අපි යාඥ කළා කියලා කෙලෙස් ප්‍රභාණය වෙන්නේ නැහැ. මේ මොහොතේ හට අරගෙන තියෙන ක්ලේශය අපි මේ අවස්ථාවේදී දකිනවා නම්, ඒකට වහල් නොවී අපි කටයුතු කරනවා නම් අපේ හිත ක්ලේශයෙන් මුදවාගන්න අවස්ථාවක් ලැබෙනවා.

ඒ නිසා අපි විත්තානුපස්සනාවකට යොමු වෙනකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “සරාගං වා විත්තං ‘සරාගං විතතනති’ පජානාති”, “වීතරාගං වා විතතං ‘වීතරාගං විතතනති’ පජානාති” දැන් මේ හිත රාගහරිත වෙලා තියෙනවා. එතකොට හිත රාගහරිත උනා, රාගරක්ත උනා කියලා දැනගන්නවා. ඊළඟට හිත රාගයෙන් දුරු උනා; ‘හිත රාගයෙන් දුරු උනා’ කියලා දැනගන්නවා; දැන් මේ මොහොතෙදී රාගයෙන් තොරයි කියලා දැනගන්නවා. ඊළඟට “සදෙසං වා විතතං ‘සදෙසං විතතනති’ පජානාති”, “වීතදෙසං වා විතතං ‘වීතදෙසං විතතනති’ පජානාති” මේ වෙලාවේ හිත ද්වේෂ සහගතයි; හිත දැන් කේන්තියෙන් ඉන්නේ. අන්න මේ කේන්ති සහගතයි, තරහ ගිහිල්ලයි කියලා දැන් තේරෙනවා; දැනගන්නවා. ඒ වගේමයි මේ වෙලාවේ මෙෙත්‍රියක් නම් හිතේ තියෙන්නේ, මෙෙත්‍රී සහගතයි කියලා දැනගන්නවා.

දැන් මේ අවස්ථාවේදී අර අපි සාමාන්‍යයෙන් කියන “කුසලය වඩන්න ඕනෑ, අකුසලය දුරු කරන්න ඕනෑ” කියන මට්ටමට එහා ගිහිල්ලා අපි මේ දේවල් දකිනවා. “මේ මම නෙවෙයි; මේවා මගේ නෙවෙයි; ඒවා යම් හේතු නිසා හට අරගෙන, දැන් ඔන්න තියෙනවා හිතේ. ඒකට මම උදව් විය යුතු නෑ. මම සහභාගි විය යුතු නෑ. මම මේකෙන් දුක් කරදර ඇති කරගත යුතු නෑ. මේවා ‘මම මගේ’ කිව යුතු නෑ. මේවා හුදු වෛතසික ස්වභාවයන් පමණයි, විත්ත ස්වභාවයන් පමණයි” කියලා අපි මධ්‍යස්ථව දකිනවා. මේ මධ්‍යස්ථතාව ඇති කරගන්න ටිකක් කල් යන්න පුළුවන්. මොකද, කලිනුත් කිව්වා වගේ අර දෙමව්පියෝ තමන්ගේ දරුවන්ව ක්‍රීඩා පිට්ටනියකට එක්ක ගිහිල්ලා කැමති තාක් දරුවන්ට ක්‍රීඩා කරන්න ඉඩ සලස්වනවා. ඒ දරුවො දුවනවා, පනිනවා, නටනවා, පිනුම් ගහනවා. නමුත් ඒ දිහා අර දෙමව්පියෝ දෙන්නා බොහෝම මධ්‍යස්ථව බලාගෙන ඉන්නවා. ඒ අය යන්නේ නැහැ පිනුම් ගහන්න, නටන්න. දරුවන්ට ඇති තාක් සෙල්ලම් කරන්න ඉඩ දෙනවා. දරුවෝ ඇති තාක් සෙල්ලම් කළාට පස්සේ ඒගොල්ලොම ආයෙත් දෙමව්පියෝ ගාවට එනවා. අන්න ඒ වගේ තමයි

අපිත් විත්තානුපස්සනාවේ යෙදෙනකොට හිත දිහා බලනවා, හිතේ යන දේවල්වලට සහභාගි නොවී. ඔන්න ඒ දේ අපිට කරන්න පුළුවන් නම් අපිට ලොකු ප්‍රඥාවක් අවදි කරගන්න අවස්ථාව තියෙනවා.

හැබැයි අපි ගාව ප්‍රමාණවත් සතියක් දියුණු වෙලා නැත්නම්, ප්‍රමාණවත් සම්පජ්ඤාසක දියුණු වෙලා නැත්නම්, ඒ කියන්නේ දේවල් සම්බන්ධව හොඳට විස්තරාත්මකව බලන්න පුළුවන් හැකියාවක්, සියුම්ව බලන්න පුළුවන් හැකියාවක් දියුණු වෙලා නැත්නම්, අපි හිත දිහා බලන්න ගිහිල්ලා කරදරේ වැටෙන්නත් පුළුවන්. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා "නාහං, හික්ඛවෙ, මුට්ඨසසතිසස අසම්පජානසස ආනාපානසසතිං වදාමි" කියලා. ආනාපානසති සූත්‍රයේ විත්තානුපස්සනාව කොටසේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා 'මහණෙනි, සතිය හොඳට වඩාගත්තේ නැති කෙනෙකුට, සම්පජ්ඤාසක හොඳින් වඩාගත්තේ නැති කෙනෙකුට මම ආනාපානසතිය මුල් කරගත්ත විත්තානුපස්සනාව වදාරන්නේ නෑ.' මොකද, අපි හිත දිහා බලන්න ගිහිල්ලා සමහර වෙලාවට හිතේ තියෙන වංචනික ස්වභාවයන් නිසා, හිතේ යන විවිධාකාර කෙලෙස්වල තියෙන ආකර්මණිය ගතිය නිසා දන්නෙම නැතුව අපි ඒ චිත්‍රපටියේම නළුවෙක් නිලියක් බවට පත් වෙනවා. අපි මුලින් නම් ඒකෙන් අයින් වෙලා තමයි හිටියේ. නමුත් අපේ හිතේ ස්වභාවය, අපි දැනට ඉන්න තත්ත්වය ශක්තිමත් නැත්නම්, අපේ සතිය තාම ප්‍රබල නැත්නම්, දුර්වල සතියක් නම් අපිට තියෙන්නේ, අර හිතේ බලපවත්නා විවිධාකාර විත්ත ස්වභාවයන් දන්නෙම නැතුව අපෙන් පෝෂණයක් ලබනවා. අපි දුර්වල වෙනවා, එයා ශක්තිමත් වෙනවා. අන්තිමට අපි එයාගේ අතකොලුවක්, වහලෙක් බවට පත් වෙනවා. නමුත් කෙනෙක් හොඳට කායානුපස්සනාවක් හරහා, වේදනානුපස්සනාවක් හරහා සතිය දියුණු කරලා යම් ප්‍රඥාවක් වඩාගෙන සම්පජ්ඤාසක වඩාගෙන මේ කටයුත්තට බහිනවා නම්, අන්න එයා හොඳට පිහිටි සතියකින් තමයි කටයුතු කරන්නේ; හොඳ ශක්තිමත් බංකරයක ඉඳන් යුද්ධය කරනවා වගේ. නැත්නම් හොඳට ආයුධ සන්නද්ධව යුද්ධය කරනවා වගේ. මොකද මෙතෙන්දී ද්වන්ද්ව සටනක්, මුහුණට මුහුණ ලා කරන සටනක් වගේ තමයි කෙරෙන්නේ.

කෙසේ නමුත් දැන් ඔන්න විත්තානුපස්සනාවකදී කෙනෙක් මේ විධියට මේ විත්ත පටිසංවේදීව හිත දිහා බලමින් කටයුතු කරනවා. ඒ

හරහා අර විධියට කටයුතු කරනකොට අපේ දෑන් මේ හිතේ බලපවත්නා විවිධාකාර කෙලෙස් ස්වභාවයන්ට අපි උපකාර කරන්නේ නෑ. ඒවා එනවා; ඒවාම දැගලනවා; ඒගොල්ලොම යනවා. අපි දුක් කරදර ගන්නේ නෑ. හිත් කරදර ගන්නේ නෑ. දෑන් ඒගොල්ලොම දුර්වල වෙලා යනවා, ඒ හරහා හිතේ යම් සමාහිත භාවයක් ඇති වෙන්න පටන්ගන්නවා. හිත සමාධිමත් වෙන්න පටන්ගන්නවා. “සමාදහං චිත්තං අසසසිසසාමී’ති සික්කති” කියලා බුදුහාමුදුරුවො කියනවා. හිත තව තව සංසිදෙනවා. මොකද හිතට දිගට දුවන්න අපි ඉන්ධන සපයන්නේ නෑ. ඉතින් ඒගොල්ලොම දුර්වල වෙලා යනවා. හිත තව තව තැන්පත් වෙනවා; සමාහිත වෙනවා. ඉතින් මේ සමාහිත භාවය හොඳට කෙරුණා නම්, අපි කායානුපස්සනාවක් හරහා ඇවිල්ලා කය සමනය කරගෙන තිබුණා නම්, වේදනානුපස්සනාවකුත් හොඳින් වැඩිලා වේදනාවත් සමනය වෙලා තිබුණා නම්, මේ වෙලාවේදී අපි කළේ හිත දිහා බලාගෙන හිතේ පැන නගින විවිධාකාර සිතුවිලි නිරීක්ෂණයක් නම්, මේ වෙලාවේ හිතේ තිබුණ අරමුණ ඒක පමණයි නම්, ඒ අරමුණත් අර විදියට ඝය වෙලා නැති වෙලා ගියා නම්, සමහර විට අපේ හිත තුළ, එහෙම නැත්නම් අපේ හිත ගත්ත වෙනත් අරමුණක් නැති වෙන්න පුළුවන්. එකම අරමුණ වශයෙන් තිබුණේ අර සිතුවිලි ටික නිරීක්ෂණය කිරීමයි. ඒ ටිකත් දෑන් ප්‍රභාණය උනා. දෑන් ඒ හිතට කය අරමුණු වෙලත් නෑ, වේදනාවක් අරමුණු වෙලත් නෑ, සිතුවිල්ලක් අරමුණු වෙලත් නෑ.

මේ වෙලාවේදී හිත “විමොචයං චිත්තං අසසසිසසාමී’ති සික්කති” කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. අන්න හිත නිදහස් වෙනවා. කිසිම අරමුණක් ග්‍රහණය කරන්නේ නැතුව උපාදනය කරන්නේ නැතුව හිත “විමොචයං චිත්තං අසසසිසසාමී’ති සික්කති” කියන මේ ස්වභාවයට, අරමුණු ග්‍රහණය නොකරන ස්වභාවයට, අරමුණු ඇසුරු නොකරන ස්වභාවයට පත් වෙන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ අරමුණු ඇසුරු නොකරන ස්වභාවය සාමාන්‍යයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “අනිසසිත ස්වභාවයක්” කියලා. කිසිම අරමුණක් ඇසුරු කරන්න යන්නේ නැහැ. මෙයාට දෑන් ඉන්න පුළුවන් තනියම; එයාට දෑන් ස්වාධීනත්වයක් තියෙනවා; එයාටම ආවේණික නිදහසක් දෑන් හිත භුක්ති විඳිනවා. මොකද? මේ වෙලාවේ රාග, දෝස, මෝහ, යම් පමණකට යටපත් වෙලා, ඒ වගේම හිතේ විතර්ක සමනය වෙලා, හිත සෑහෙන්න

සමාහිත වෙලා. ඉතින් මේ සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ බොහොම ගැඹුරට මේ කරුණු ඉදිරිපත් කරලා තියෙනවා.

අද ඇත්තටම අපිට ප්‍රඥාව ගැනයි කතා කරන්න තියෙන්නේ. ප්‍රඥාව ගැන කතා කරනකොට අපිට විඤ්ඤාණය ගැනත් කතා කරන්න සිද්ධ වෙනවා. මොකද? බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “පඤ්ඤ භාවෙනබ්බා, විඤ්ඤාණං පරිඤ්ඤායාං” ප්‍රඥාව වඩලා විඤ්ඤාණය භාත්පසින් දැනගන්න කියලා ප්‍රකාශයක් මහා වේදල්ල සූත්‍රයේ එනවා. ඉතින් අපිට ටිකක් ආයේ කරුණු පොඩ්ඩක් විස්තර කරගන්න අවශ්‍ය වෙනවා; පැහැදිලි කරගන්න අවශ්‍ය වෙනවා. දැන් අපි භාවනා කරද්දි - කායානුපස්සනාව කියලා කියමු - කායානුපස්සනාවක් කරනකොට කෙනෙකුට වැටහෙන්න පුළුවන් “මේ රූපය කියන එක බොහොම කැඩිලා බිඳිලා යන්න පුළුවන්. ඒකේ ගන්න සාරයක් නැහැ. මේක ලොකුවට පෙනුමට තිබුණට, පාට වැටිලා තිබුණට මේකේ ඇත්ත වශයෙන් ගන්න දෙයක් නැහැ” කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ දක්වන “ඓණ්ඩිපමං රූපං”³⁵ කියන කාරණේ වැටහෙන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ හොඳින් මේ කටයුත්තේ යෙදෙනකොට එයා තුළ අවබෝධයක් ඇති වෙනවා මෙතන සාරවත් දෙයක් නෑ කියලා.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “වෙදනා බුබ්බුපමා” අපි කතා කළා වේදනානුපස්සනාව කතා කරන වෙලාවේදී. මෙතන වැස්සක් වහිනකොට, එතන එතන හට අරගෙන නැති වෙලා යන දිය බුබුළු රැසක් වගේ වේදනාවේත් තියෙන්නේ ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවයක් කියලා ඔන්න ප්‍රඥාවක් අවදි වෙනවා. ඊළඟට “මච්චිකුපමා සඤ්ඤා”. දැන් මේ සංඥ සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මෙතන හරියට නිකං මිරිඟුවක් වගේ. ඇත්ත වශයෙන්ම වතුර නෑ; පෙන්වනවා හැබැයි වතුර වගේ. ජේනවා ඇස් දෙක පියාගත්තාම මෙතන රූපයක් තියෙනවා, මෙතන මාලිගාවක් තියෙනවා, මෙතන වෛත්‍යයක් තියෙනවා, මෙතන සත්තු ඉන්නවා, මොනවා මොනවා හරි හිතට පෙන්වනවා. නමුත් ඇත්ත වශයෙන්ම එහෙම දෙයක් නැහැ. එතන තියෙන්නේ මිරිඟුවක්. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මිරිඟුවක් වශයෙන් සංඥ තේරුම්ගන්න.

³⁵ සංයුත්ත නිකාය, බඤ්ඤ සංයුත්ත, පුළුඵ වග්ග, ඓණ්ඩිපම සූත්‍රය

“සඛාරා කදලුපමා” සංස්කාර කියන එක හරියට නිකං කෙසෙල් කදක් වගේ කියලා තේරුම්ගන්න. ඒකේ හරයක් නැහැ. දැන් මේ පින්වතුන් දන්නවා කෙසෙල් කදක් කියලා ගන්නාම පතුරු රාශියක් තියෙනවා මිසක් ඇතුළේ අරටුවක් නැහැ. ගන්න කියලා සාරයක් නැහැ. නමුත් ජේනවා පිටට, හරි ශක්තිමත් කදක් වගේ. ඒ වුණාට පතුරෙන් පතුර ගහගෙන ගහගෙන ගියා නම් අන්තිමට මොකක්වත් නැහැ; හිස් බවක් තියෙන්නේ. ඒ වගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, මේ හිතේ විවිධාකාර සිතුවිලි පහළ වෙනවා. විවිධාකාර චිත්ත ස්වභාවයන් පහළ වෙනවා. මේවා අපි ලොකුවට හිතාගෙන ඉන්නවා, “මේකට අනුව මම ක්‍රියාත්මක විය යුතුයි; මේක මගේ හිත; මම වගකියන්න ඕනෑ; මේක මගේ රාගය, මේක මගේ ද්වේෂය, මේක මගේ මෛත්‍රිය” මේ ආදී වශයෙන් අපි ලොකුවට මේ හිතේ බලපවත්නා ස්වභාවයන් ගැන හිතාගෙන ඉන්නවා. නමුත් භාවනාවක් වඩන්න වඩන්න කෙනෙකුට තේරෙනවා, මේවා අතරේ හිඬුස් තියෙනවා. සිතුවිලි එනවා, යනවා. ඔන්න ආයේ පුටු හිඬුස් තියෙනවා. ඊට පස්සේ ආයෙ තව සිතුවිල්ලක් තව පොඩ්ඩකින් එනවා. ඉතින් බැලුවාම මේ සිතුවිලිවල ගන්න දෙයක් නෑ. සිතුවිලි මගේ කියාගෙන ඒ අනුව ඒවට මම වගකිව යුතුයි කියලා නියමයක් නෑ. මේ අතර තියෙන්නේ විවිධාකාර හිතේ හටගන්නා සංස්කාර ස්වභාවයන්. බුදුරජාණන් වහන්සේ උපමා කරනවා හරියට අරටුවක් නැති කෙසෙල් කදකට.

ඊළඟට තමයි ඇත්තටම ගැඹුරුම තත්ත්වය එන්නේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “මායුපමඤ්ච විඤ්ඤාණං, දෙසිතාදිවබ්බුතා” මේ විඤ්ඤාණය නම් මායාවක් වගේ. හරියට විජ්ජාකාරයක් වගේ. නැති දේවල් තියෙනවා වගේ පෙන්වනවා. ඔන්න ඔතත තමයි තේරුම්ගන්න අමාරු තැන. ඒ වගේම අපි සම්පූර්ණයෙන්ම අහු වෙන තැන. ඒ කියන්නේ මෙතෙක්ට එන්න නම් සැහෙන්න දුරක් ගිහිල්ලා එන්න වෙනවා. අපිට එකපාරටම මේ සුඤ්ඤා මට්ටමට එන්න අමාරුයි. දැන් උදහරණයක් වශයෙන් කියනවා නම්, පටිච්ච සමුප්පාදයේ අපි පටන්ගන්නවා “අවිජ්ජා පච්චයා, සඛාරා; සඛාර පච්චයා විඤ්ඤාණං; විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං; නාමරූප පච්චයා සලායතනං; සලායතන පච්චයා ඵසෙසා; ඵසෙස පච්චයා වෙදනා; වෙදනා පච්චයා තණ්හා; තණ්හා පච්චයා උපාදානං; උපාදාන පච්චයා භවො; භවපච්චයා ජාති; ජාති පච්චයා

ජරාමරණං සොක පරිදෙව දුක්ඛදෙමනස්සුපායාසා සමබ්භවන්ති. එවමෙනස්ස කෙවලස්ස දුක්ඛකිංචස්ස සමුදයො භොති”³⁶ කියලා අපි පාඩම් කරගෙන ඉන්නවා.

භාවනා කරන්න ගියාම කොතනින්ද දැන් අපි මේක තේරුම්ගන්නේ? මෙතන තියෙන මූලධර්මය, පටිච්ච සමුප්පාද මූලධර්මය මට වටහාගන්න පහසු කොතනින්ද? කියලා බැලුවොත් අර අපි කලින් කතා කළා වගේ පහසු එක තැනක් තමයි “එස්ස පච්චයා වෙදනා” කියන අවස්ථාව. ස්පර්ශය නිසා වේදනාවක් හටගන්නවා කියන කාරණය. නමුත් ටික ටික උඩට යන්න යන්න, අපි හිතමු “සළායතන පච්චයා එස්සො” සළායතන නිසයි ස්පර්ශය හටගන්නේ. සමහර විට ඒකත් කෙනෙකුට ඉන්ද්‍රියයත් ගැන හොඳ අවබෝධයෙන් ඉන්නකොට, දකිනකොට, ඒක උනත් තේරුම්ගන්න ඉඩ තියෙනවා. අපි ඊට උඩට ගියොත් “නාමරූප පච්චයා සළායතනං” නාමරූපයක් නිසයි සළායතන හටගන්නේ; ටිකක් අමාරුයි තේරුම් ගන්න. ඒ වගේම “විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං” කොහොමත් අමාරුයි. ඊළඟට “සඛ්ඛාර පච්චයා විඤ්ඤාණං” තවත් අමාරුයි. “අවිජ්ජා පච්චයා, සඛ්ඛාරා” තවත් අමාරුයි. ඔන්න ඔය වගේ අර මුල් ස්වභාවයන් ඇත්තටම හරිම අමාරුයි; හරිම සුක්ෂ්මයි. එකපාරටම අපිට තේරුම්ගන්න අමාරුයි. ඉතින් ඒ නිසා සෑහෙන කාලයක් භාවනා කරලා, විත්තානුපස්සනාවක් වඩලා, ධම්මානුපස්සනාවක් වඩලා හිතේ සෑහෙන විවේකයක් හදගත්ත කෙනෙකුට තමයි ඇත්තටම මේ සුක්ෂ්ම ධර්ම, නැත්නම් මේ සුක්ෂ්ම සන්ධිස්ථාන වටහාගන්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, විඤ්ඤාණයත් නාමරූපයත් අතර තියෙනවා අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධයක්. මෙන්න මේ සුක්ෂ්ම සම්බන්ධය දනගැනීම තමයි ප්‍රඥාවෙන් යන්න පුළුවන් ඉතාම සියුම් මට්ටම කියලා. අපිට අභියෝගයක් දුන්නා කියලා කියන්න පුළුවන්. අන්න එහෙම ප්‍රඥාවෙන් යන්න උපරිමයක් පෙන්වනවා. යන්න පුළුවන් සුක්ෂ්ම තැනක් පෙන්වනවා. මොකක්ද? මේ විඤ්ඤාණයත් නාමරූපයත් අතර තියෙන අන්‍යෝන්‍ය ප්‍රත්‍ය සම්බන්ධය කෙනෙකුට දකගන්න පුළුවන් නම්, අන්න හොඳ ප්‍රඥාවක් අවදි වෙලා තියෙනවා.

³⁶ සංයුක්ත නිකාය, නිදන සංයුක්ත, බුද්ධ වග්ග, පටිච්චසමුප්පාද සූත්‍රය

මේ කාරණාව හොඳින් බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා දීස නිකායේ එන මහා නිදන සූත්‍රයේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, “එතනාවතා පඤ්ඤාවචරං, එතනාවතා වටං. වතනති ඉඝඝනං පඤ්ඤාපනාය යද්දං නාමරූපං සහ විඤ්ඤාණෙන අඤ්ඤාමඤ්ඤාපච්චයනා පචතති” මේකේ ප්‍රකාශයක් තියෙනවා, මං ඔක්කොම කියන්න යන්නේ නැහැ; “මහණෙනි, මේ දක්වා තමයි මේ ප්‍රඥාව බැසගන්නේ; ප්‍රඥාවෙන් යන්න පුළුවන් සුක්ඛ තැන මෙතැනයි” කියලා. මේ දෙක අතර තමයි හරියට නිකං දිය සුළියක් වගේ කැරකැවිල්ලක් සිද්ධ වෙන්නේ. කුමන දෙකක් අතරද? විඤ්ඤාණයත් නාමරූපයත් අතර.

මේකට හරි ලස්සන උපමාවක් සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ දෙනවා, නළ කලාප සූත්‍රයේ. මේක අන්තර්ගත වෙන්නේ සංයුක්ත නිකායේ අභිසමය සංයුක්තයේ. මම කෝකටත් කියලා උන්වහන්සේගේ ප්‍රකාශය ඒ විදියටම කියන්නම්. මොකද, එතකොට මේ පින්වතුන්ට විශ්වාසයක් ඇති වෙනවා මේවා කොයි තරම් නම් ප්‍රබලව පැහැදිලිව මේ දහමින් විස්තර වෙනවාද කියන කාරණාව. සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ කියනවා “දො නළකලාපියො අඤ්ඤාමඤ්ඤං නිසසාය තිට්ඨොසුං. එවමෙව ඛො, ආචුසො, නාමරූප පච්චයා විඤ්ඤාණං; විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං” මේ දෙන උපමාව හරිම සරල, අපි කාටත් තේරෙන උපමාවක්. දැන් බට කෝටු මිටි දෙකක් - අපි හිතමු බට කෝටු කපලා කපලා අපි මිටියක් බැන්ද. වැලක් අරගෙන මිටියක් බැන්ද. ඊළඟට තවත් බට කෝටු ටිකක් කපලා ඉවර වෙලා තවත් මිටියක් බැන්ද. දැන් මේ දෙන්නට තනියෙන් හිටගන්න බැහැ. බිමට වැටෙනවා. මොකද කරන්නේ? මේ දෙන්නව හිටවලා තියන්න උවමනා නම් එක් කෙනෙකු වෙතට අනිත් කෙනා ඇල කරලා තියනවා. එක් කෙනෙකු අනිත් කෙනාට හේත්තු වෙලා තමයි ඉන්නේ. ඔන්න ඔක තමයි සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ දෙන උපමාව. එක බට කෝටු මිටියක් අනික් බට කෝටු මිටියට හේත්තු වෙලා ඉන්නවා. ඒ නිසා එකක් වැටුණොත් අනිත් එක් කෙනත් වැටෙනවා.

අන්න ඒ වගේ කියලා කියනවා “නාමරූප පච්චයා විඤ්ඤාණං; විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං” විඤ්ඤාණයත් නාමරූපයත් අතර, අන්‍යෝන්‍ය ප්‍රත්‍ය සම්බන්ධයක් තියෙනවා. දැන් අපි මේක තව ටිකක් සරල කරගන්න, පැහැදිලි කරගන්න, අති පූජනීය කටුකුරුන්දේ

සැණනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේගේ උපමාවක් ගනිමු. ඒක ඉතාම සිත් කාවදිනවා. ඒ වගේම මේ ධර්මය හරිම ලස්සනට විස්තර කරලා දෙනවා. අපි හිතමු අපි යනවා චිත්‍රපටියක් බලන්න. මං හිතන්නේ මං මීට කලින් මේක සඳහන් කළා. චිත්‍රපටියක් බලන්න ගියාම මේ සිනමා ශාලාවේ හොඳට දෙරගුලු වහලා. දැන් මේක මේ දහවල් පෙත්වන චිත්‍රපටියක්. ඉතින් දැන් දෙරගුලු ඔක්කොම වැහුවා. කොහෙන්වත් ආලෝකයක් එන්නේ නෑ; තිත්ත කළුවරයි. ඉස්සෙල්ලා නම් අපි දැක්කා සුදු පාට තිරයක් ඉස්සරහ තියෙනවා කියලා. ඒක පොඩ්ඩක් අපි පැත්තකින් දැනගෙන ඉඳිමු. දැන් අපිට මුකුත්ම පේන්නේ නෑ. ඊට පස්සේ ඔන්න පිටිපස්සේ තියෙන ප්‍රොපෙක්ටර් එකකින් ආලෝක කදම්බයක් ඇවිල්ලා අර ඉස්සරහ තියෙන තිරයේ පතිත වෙනවා. මේ ආලෝකය නිසා අර තිරය ප්‍රකාශ වෙනවා. තිරයක් අන්න අතන තියෙනවා කියන එක දැන් දැනගන්නවා. ඒ වගේමයි ඒ තිරය තිබුණේ නැත්නම් අර එන ආලෝකය වදින්න තැනක් නෑ. ඒ එන ආලෝකය තුළින් අන්න ලොකු චිත්‍රයක් නිරූපණය වෙනවා එතන. නළුවෙක් ඉන්නවා; නිළියක් ඉන්නවා; අපි හිතමු මල් ගහකුත් තියෙනවා; ඒ දෙන්නා සිංදුවකුත් කියනවා. දැන් චිත්‍ර කතාවකුත් එතන තියෙනවා. ඒ චිත්‍ර කතාව නිරූපණය වෙනවා අර තිරයේ. දැන් පින්වත්නි, අපි හිතමු දැන් අපි ඉන්නවා ප්‍රේක්ෂකාගාරයේ චිත්‍රපටිය බලාගෙන. දැන් අපි ටික ටික ටික චිත්‍රපටියට බැහැගන්නවා. චිත්‍රපටිය බලාගෙන රස විඳිනවා. දන්නෙම නැතුව ඔන්න අපි හිතමු අපිටත් සතුට දැනුණා. නළුවෙයි නිළියයි හරි සතුටින් නේ ඉන්නේ. ඒගොල්ලෝ ඉතින් මල්වත්තේ නටනවා, ගීත කියනවා. අපිටත් හරි සතුටයි. ඉතින් අපිත් හිනා වෙනවා හරිම සතුටින් ගීත රස විඳිනවා. ඊට පස්සේ ඔන්න දුෂ්ටයා එනවා. දුෂ්ටයා ආවාම ඔන්න අපිට කේන්ති යනවා. දැන් අපි මේ චිත්‍රපටිය ඇතුළේ ඉන්නේ.

දැන් පින්වතුනි මෙබඳුම දෙයක් අපේ හිත ඇතුළේ නිරන්තරයෙන්ම සිද්ධ වෙනවා. අපිම චිත්‍රපටිය හදගන්නවා. දැන් අතන නම් වෙන කවුදෝ හදපු චිත්‍රපටියක් තමයි තියෙන්නේ. අපි හැබැයි ඒක බලද්දී අපිත් හදනවා, අපිත් සෑහෙන්න දයක වීමක් වෙනවා. හැබැයි අපේ හිතේ තියන චිත්‍රපටිය නම් අපිම තමයි හදන්නේ. ඉතින් අපි පොඩ්ඩ සංඥාවකින් පටන්ගන්නවා. ඔන්න හිතට එනවා පොඩ්ඩ සංඥාවක්. අපි හිතමු රූප සංඥාවක් කියලා. ඉතින් අපි එතකොට නිකං ඉන්නේ නෑ. ඒ

රූපෙට පුද්ගලත්වයක් ආරෝපණය කරනවා. දැන් අපි ඒ රූපෙට හරි කැමතියි. ඉතිං අපි පොඩ්ඩක් ඒකට ලුණු ඇඹුල් ටිකක් දූම්මා. දූම්මට පස්සේ ඔන්න තව සංඥ ටිකක් එකතු වෙනවා. ඒක දැන් හරිම රසවත්. තවත් සංඥ ටිකක් එකතු වෙනවා. දැන් තවත් රසවත්. ඊළඟට ඔන්න තව සිතුවිලි එනවා. ඒ සිතුවිලි තව පෝෂණය කරනවා. දැන් ටික ටික සිතුවිලි වර්ධනය වෙන්න පටන්ගන්නවා. මේ විදිහට කෙතරම් වර්ධනය වෙනවාද කියනවා නම්, අන්තිමට අපිට පාලනය කරගන්නත් බැහැ. සිතුවිලි ගොන්නේ, ඒ සිතුවිලි පඹ ගාලේ හිර වෙලා ඔන්න දැලෙනවා.

ඒක හරිම ලස්සනට විස්තර කරනවා මහා කච්චායන ස්වාමීන් වහන්සේ - මධුපිණ්ඩික සූත්‍රයේ. “පපඤ්චසඤ්ඤසංඛා සමුදවරනති” කියන්නේ, මූලින් පටන්ගත්තේ නම් අපි තමයි. නමුත් අන්තිමට අපි ඒකේ වහලෙක් බවට පත් වෙනවා. හිතන්න පටන්ගත්ත පුද්ගලයාවම අර ප්‍රපංචය විසින් මැඩලනවා. ඔන්න ඔහොම තත්ත්වයක් තමයි අපේ හිතේ තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ අපි හිතන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් ටික වෙලාවකින් අපේ හිත අපිවත් මැඩගෙන හිතාගෙන යනවා. එතකොට ඒ ප්‍රපංචවල අපි වහලෙක් වෙනවා. ඔය වගේ තමයි අපේ සාමාන්‍ය මනස. ඇතුළේ කතාව තුළින් හිතේ දියත් වෙලා වේගයෙන් ගලාගත යන සිතුවිලි ජාලාවක් තුළ වහල් භාවයට පත් වෙලා තමයි එතැන් සිට අපි ජීවත් වෙන්නේ.

හැබැයි ඕකේ ආයෙත් පොඩ්ඩක් පස්සට ආවොත් අපිට තේරෙනවා, අර තිරය නිසා අර රූප ටික පතිත උනා. අර චිත්‍ර කතාව, හෙවත් චිත්‍රපටිය පෙන්වන්න තිරය අවශ්‍යයි. තිරය නිසා තමයි ඒගොල්ලෝ පෙනෙන්නේ. ඒ වගේමයි තිරය පේන්නෙත් මේ ආලෝකය නිසා. නැත්නම් අපිට තිරය පේන්නෙත් නැහැ. මොකද, එච්චරට කළුවරයි. අන්න ඒ වගේ, මේ තිරය වගේ තමයි පින්වත්ති අපේ විඤ්ඤණය. මේ විඤ්ඤණය තමයි නිරූපණය කරන්නේ. අර රූප ටික ඇවිල්ලා වදින්නේ අර තිරයේ. විඤ්ඤණයත් ඒ තිරය වගෙයි කියලා කියන්න පුළුවන්. එතකොට ඒකෙ පිළිබිඹු වෙන රූපය මොකක්ද? චිත්‍රපටිය මොකක්ද? ඒක තමයි නාමරූපය කියලා කියන්නේ. මේ නාමරූපය හරිම විචිත්‍ර උනොත්, විඤ්ඤණය හොඳට ඒක තුළ පැලපදියම් වෙනවා; හොඳට බැසගන්නවා; හොඳට ඒ තුළ වර්ධනය වෙනවා. මෙබඳු විඤ්ඤණයක් හොඳට පිහිටි සුපතිට්ඨිත විඤ්ඤණයක්

බවට පත් වෙනවා. හොඳට දැන් අන්ත පැලපදියම් වෙලා මුල් ඇදගෙන, නාමරූපයයි විඤ්ඤාණයයි හොඳට අන්‍යෝන්‍ය ප්‍රත්‍ය සම්බන්ධයක් ඇති කරගෙන ඔවුනොවුන් ප්‍රත්‍ය කරගෙන හොඳට වැඩෙනවා. ඒ දූවන නාමරූප චිත්‍රපටියේ අපිත් නළුවෝ නිළියෝ බවට පත් වෙලා, ඒක ඇත්ත කියලා අරගෙන, මේ හිතේ දූවන චිත්‍රපටිය ඇත්ත කියලා අරගෙන අපි හිතා වෙනවා; අපි සුසුම් හෙළනවා; අපි කඳුළු හෙළනවා. නා නා ප්‍රකාර චිත්තවේග හදගන්නවා. මොකද, අර හිතේ දූවන නාමරූපයට අපි අහු වෙලා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ අපි ගැන අනුකම්පාවෙන් වගේ “අනේ මේ මෝඩයින්ට මේක තේරෙන්නේ නැහැ නේ” කියන්නා වගේ, බුදුරජාණන් වහන්සේ හරි ලස්සනට සුත්ත නිපාතයේ ද්වයනානුපස්සනා සූත්‍රයේදී බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා,

“අනත්තනි අත්තමානිං පසස ලොකං සදෙවකං.
නිව්ඨං නාමරූපසමිං, ඉදං සචන්ති මඤ්ඤති.”

“අනත්තනි අත්තමානිං”, මේ අනාත්ම වූ දෙයක් තුළ ආත්මයක් තියෙනවාය කියලා හිතාගෙන, “පසස ලොකං සදෙවකං” බලන්න මේ දෙවියන් සහිත ලෝකයා කරන දේ. “නිව්ඨං නාමරූපසමිං” මේ නාමරූපයට බැහැරගෙන “ඉදං සචන්ති මඤ්ඤති.” “මේකයි ඇත්ත” කියලා මඤ්ඤනා කරනවා; හිතීන් හඟිනවා; හිතීන් හිතාගන්නවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ හරියට අපි ගැනයි දෙවියෝ ගැනයි ‘අනේ මෙහෙම මෝඩ රැළක්’ කියලා බලනවා වගේ ප්‍රකාශයක් තමයි මෙතන තියෙන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා විඤ්ඤාණයත් නාමරූපයත් අතර තියෙන මේ ඉතාම සුක්‍ෂ්ම සම්බන්ධතාවය තේරුම්ගන්න එක අපිට හරි පරිස්සමෙන් කරන්න වෙනවා.

මේ සම්බන්ධය හැබැයි කොයි තරම් ප්‍රබලද කියනවා නම්, මේකම අපේ පුනර්භවයට පවා හේතු වෙනවා. මේක හරිම ප්‍රබලයි. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ නිදන සංයුක්තයේ වේතනා සූත්‍රයේ ප්‍රකාශ කරනවා, “යඤ්ච, භික්ඛවෙ වෙතෙති, යඤ්ච පකපෙපති, යඤ්ච අනුසෙති, ආරමමණමෙතං. හොති විඤ්ඤාණසස ධීතියා” කියලා. දැන් මේ විඤ්ඤාණය හොඳට පිහිටන්න නම්, අඩු තරමින් අපි කල්පනා කරලා වේතනා පූර්වකව වැඩක් කළත් ඒත් හොඳටම ඇති. ඒ කියන්නේ අපි

ඔන්ත ඇහෙන්නේ යමක් බලනවා; වේතනා පූර්වකයි. අපි හිතමු ඒක ලස්සනයි, හොඳයි, නරකයි, මොනවා හරි දෙයක් තියෙනවා වේතනා පූර්වකව බලනවා නම්. අන්න එතකොට විඤ්ඤාණය එතන පිහිටන්න පුළුවන්. ඒ වගේමයි අපි අහනකොට වේතනා පූර්වකව; අපි ඒ තුළ බැහැගෙන අහනකොට, එතන හොඳට විඤ්ඤාණය පිහිටනවා. හොඳට ගඳ සුවඳ බලනකොට, දිවට රස දූනෙනකොට, අපි ඒ තුළ බැහැගෙන තණ්හාවෙන් ආසාවෙන් ඒ කටයුතු කරනවා නම් අන්න විඤ්ඤාණයට හොඳට පොහොර ටික තියෙනවා; හොඳට වැඩෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊළඟට කියනවා “යඤ්ච පකපෙහති” අපි හිතමු මේ ඉඳුරන්ගෙන් ලොකුවට අරමුණු ගන්නේ නැහැ; හැබැයි අපි කල්පනා කර කර ඉන්නවා. අපි ප්‍රකල්පනා කරනවා. අතීතය ගැන අනාගතය ගැන කල්පනා කරනවා. හිත නිකං නෑ. හිත කියෝ කියෝ ඉන්නවා. ඒකත් ඇතිලු විඤ්ඤාණයට බැහැගෙන හොඳට පිහිටලා ඉන්න. අපි හිතමු මේ දෙකම නැත්නම්, අපි දැන් භාවනා කරනවා. මේ වෙලාවෙදී සද්ද බද්ද නෑ. ඇස් දෙකත් වහගෙන ඉන්නේ. කටත් වහගෙන ඉන්නේ. රසයක් දූනෙන්නේ නෑ. ඇහැට රූප පෙනෙන්නේ නෑ. ඉතාම නිශ්ශබ්දයි. කනෙන් ශබ්ද ගන්නේ නෑ. කයට ලොකු දෙයක් දූනෙන්නේ නැහැ කියමු. දැන් ඔන්ත කයත් සමනය වෙලා. සමහර කට්ටිය කියනවා “දැන් මට ස්වාමීන් වහන්ස කය නොදැනී යනවා” කියලා. ඔන්ත දැන් කයත් නොදැනී ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. හිතෙත් ප්‍රකල්පනා නෑ; හිත දැන් හිතන්නේ නෑ.

ඒත් පින්වත්නි, මේ විඤ්ඤාණයට බැහැගන්න පුළුවන් අනුසය තියෙනවා නම්. අනුසය සක්‍රිය වෙලා තියෙනවා නම්, අනුසයවල බැහැගන්න පුළුවන් කියලා තියෙනවා. “යඤ්ච අනුසෙති, ආරම්මණමෙතං හොති විඤ්ඤාණසංඝ ධීතියා” එතකොට මේ තුනෙන් එකක් හෝ සිද්ධ වෙනවා නම්, අන්න අරමුණක් හම්බ වෙනවාලු විඤ්ඤාණයට පිහිටන්න. “ආරම්මණෙ සති පතිට්ඨා විඤ්ඤාණසංඝ හොති” අරමුණක් තියෙනවා නම් විඤ්ඤාණයට පිහිටන්න පුළුවන්. “තසමිං පතිට්ඨිතෙ විඤ්ඤාණෙ විරුළුන නාමරූපසංඝ අවකකන්ති හොති” හොඳට අර විඤ්ඤාණය පිහිටියා නම්, එතන වර්ධනය උනා නම්, නාමරූපයක් ඇවිල්ලා එතෙත්ට බැහැගන්න පහසුයි. “නාමරූප පච්චයා සලායතනං; සලායතන පච්චයා එසෙසා; එසං පච්චයා වෙදනා...” මෙතෙත්දී දැන් අර

සම්පූර්ණ පටිච්ච සමුප්පාදයම ක්‍රියාත්මක වෙන්න ගන්නවා. ඒ කියන්නේ අපි සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනත් ලෝකයක ජීවත් වෙනවා; මේ මොහොත අපිට අහිමි උනා. මොකක් හෝ පැමිණි අරමුණක් හරහා අපි ඒ තුළ බැසගත්තා. අන්න අපි වෙන ලෝකයක ජීවත් උනා. නැත්නම් අපි අර චිත්‍රපටියේ අතරමං උනා කියලා කියන්න පුළුවන්.

මෙන්න මේ වගේ මෙතන තියෙනවා හරිම සුක්‍ෂ්ම ධර්මතාවක්. අපි ඉතාම ගැඹුරු මට්ටමකින් ගියොත්, මෙන්න මේ නාමරූපයත් විඤ්ඤණයත් අතර තියෙන, අන්‍යෝන්‍ය ප්‍රත්‍ය සම්බන්ධය අවබෝධ කරගැනීම තමයි කියනවා මේ ප්‍රඥාවේ යන්න පුළුවන් ඉතාම සුක්‍ෂ්ම තැන. ඉතින් ඒ නිසා අපි මේ කාරණා තේරුම්ගන්න නම්, හිතේ සෑහෙන්න සංහිදියාවක් තිබීම අවශ්‍යයි. හිත වික්‍ෂිප්ත වෙලා තියෙනකොට සම්පූර්ණයෙන්ම අපි ඒ නාමරූපවල ගිලිලා ඉන්නේ; නාමරූප තුළ ජීවත් වෙමින් ඉන්නේ. අර චිත්‍රපටිය තුළ අපි ඉන්නවා. අපි හඬනවා, වැලපෙනවා, විසිල් ගහනවා, චිත්‍රපටිය තුළ අපි ජීවත් වෙනවා. නමුත් යම් කිසි අවස්ථාවක හිතමු අපි චිත්‍රපටිය බලබලා හිටියා. ඒ වෙලාවේදී දුෂ්ටයා ඇවිල්ලා හිටියේ, ඉතින් අපිට කේන්ති ගිහිල්ලා හිටියේ, ඒ වෙලාවේදී මොකක්දෝ හේතුවකට දෙරක් ඇරුණා. අපි හිතමු කාට හරි කෙනෙකුට වැසිකිළියකට යන්න ඕනෑ වෙලා දෙර ඇරියා. එයා කඩාගෙන ඉක්මනට ගියා දෙර ඇරගෙන. දැන් මොකද වෙන්නේ? එක පාරටම ආලෝකයක් පතිත උනා අර තිරයේ. දැන් පින්වත්නි මොකක්ද වෙන්නේ? අපි හිටියේ අර චිත්‍රපටි ලෝකයේ. පෙම්වතයි පෙම්වතියයි දුෂ්ටයයි ඔක්කොමත් එක්ක අපිත් හිටියා ඒ අස්සේ. හොඳටම කේන්ති ගිහිල්ලා නේ හිටියේ. හැබැයි දැන් අර ආලෝකය තිරයට පතිත වෙච්ච ගමන් ඔන්න අපි 'ඩෝං' ගාලා එනවා ආයෙත් අපේ ලෝකයට. ආයෙත් සිටි එක උඩ ඉන්නේ දැන්. අර චිත්‍රපටි ශාලාවේ ඔන්න දැන් අපි ඉන්නවා. දැන් අර රූපය, අර පෙන්වු චිත්‍රපටිය - නළුවෝ, නිළියෝ, පෙම්වතී, පෙම්වතා, දුෂ්ටයා, ඔක්කොමලා නිකං බොඳ වෙලා ගිහිල්ලා; විරෝජනය වෙලා ගිහිල්ලා. මොකද අර දෙරෙන් ආපු ආලෝකය නිසා. ආලෝකය අර තිරයට පතිත උනා. අපිට මතක් උනා මේ චිත්‍රපටියක් කියලා. අන්න අපිට සිහිය ආවා. අපේ තිබිච්ච මෝහාන්ධකාරය දුරු උනා. අපි හදගෙන හිටිය ලෝකයෙන් තාවකාලිකව එළියට ආවා.

ඔන්න ඔය වගේ දෙයක් තමයි පින්වත්නි, අපි තුළ ප්‍රඥාව අවදි උනා නම්, අපි බැහැරගෙන හිටිය නාමරූප වික්‍රපටියෙන් එළියට එනවා. මේ විපස්සනාව තුළ වෙන්වෙන්නේ මේ වගේ දෙයක්. තාවකාලිකව අතන දෙර ඇරියාම ආලෝකයක් පතිත වීම නිසා, අර මූලා වෙලා හිටිය ප්‍රේක්ෂකයා සම්පූර්ණයෙන්ම මේ වර්තමාන මොහොතට පැමිණියා වගේ, වික්‍රපටියෙන් එළියට ආවා වගේ, විසි උනා වගේ දෙයක් තමයි අපේ හිතෙත් ප්‍රඥ ආලෝකය පහළ උනොත් සිද්ද වෙන්නේ. අන්න ඒ ප්‍රඥ ආලෝකයෙන් තමයි විඤ්ඤුණ මායාව පිරිසිඳ දකින්න පුළුවන් වෙන්නේ. විඤ්ඤුණය කියන්නේ මායාවක්. “මායුපමඤ්ච විඤ්ඤුණං” කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. අපි මූලා වෙලා රාග ද්වේෂ මෝහ වලින් ඇලිලා තමයි අපි අර වික්‍රපටිය තුළ හිටියේ; රස විඳ විඳ හිටියේ. නමුත් අර ආලෝකය පතිත වුණ ගමන් අපි තුළ ඒ තිබිවිච මෝහාන්ධකාරය දුරු වෙලා ගියා. අර තිබිවිච, අපි ඇතුළෙ කර කර හිටිය සංස්කරණ නතර උනා මොහොතකට. එක්තරා අන්දමකින් අර වික්‍රපටිය එහෙම්මම ඇණහිටියා. අන්න ඒ වගේ තමයි අපි තුළත්. අපි ඉන්න මේ මෝහාන්ධකාරයෙන් එළියට ඒමක්, අපි දූනට අහු වෙලා ඉන්න නාමරූපයෙන් එළියට ඒමක් සිද්ධ වෙනවා අපි තුළ ප්‍රඥාලෝකය දල්වුණා නම්. ඒ අනුවයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ සියල්ලට උත්තරීතර, සියල්ලට ඉහළම තියෙන්නේ ප්‍රඥාව කියලා.

අපි ප්‍රඥාව සම්බන්ධයෙන්, සතිය සම්බන්ධයෙන්, ඊටත් එහා ගිහිල්ලා විමුක්තිය සම්බන්ධයෙන් අපි තව දුරටත් ඉස්සරහදි කතා කරමු. අද දින ධර්ම දේශනාවෙදි මම බලාපොරොත්තු වුණේ ප්‍රඥාව සම්බන්ධයෙන් කතා කරන්නයි. අපි තුළ ඇති මෝහාන්ධකාරය දුරු කරගෙන, හැකි තාක් නාමරූප මායාවෙන් විඤ්ඤුණ මායාවෙන් ගැලවිලා, හැකි තාක් මේ සැබෑ ලෝකයේ ජීවත් වෙන්න අපි උත්සාහවත් වෙමු. ප්‍රපංච සමනය කරගෙන සැබෑ ලෝකයේ ජීවත් වෙන්න අපි උත්සාහවත් වෙමු. ඒ සඳහා අපි සියලුදෙනාටම මග පෙන්වීමක් අද දින ධර්ම දේශනාවෙන් සිද්ධ වේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරමින් ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

8 | සියල්ලෙහි සාරය විමුක්තියයි

නමො තසස හඟවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස

ජන්මලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසම්භවා සබ්බෙ ධම්මා, ඵසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සනාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤාතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා'නි

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මෑණිවරුනි, ශ්‍රද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි මේ 211 වන භාවනා වැඩසටහනට මාතෘකා වශයෙන් තියාගත්තේ කිං මූලක සූත්‍රයයි. මේ සූත්‍රය අන්තර්ගත වෙලා තියෙන්නේ අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ.

අපි මතක් කරගන්නා වගේ මෙතෙන්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ හිඤ්ඤන් වහන්සේලාව දැනුවත් කරනවා ප්‍රශ්න අටක් සම්බන්ධයෙන්. ඒවාට ලබාදිය යුතු පිළිතුරු සම්බන්ධයෙන්. මොකද, මේ අහන ප්‍රශ්න එක පැත්තකින් දර්ශනික ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒ වගේමයි මෙතන කුසල අකුසල කියලා ලොකු හේදයක් නැහැ. දෙපැත්තටම බලපවත්වනවා. ඉතින් ඒ නිසා මේ ප්‍රශ්නවලට වෙනත් වෙනත් උත්තර එද බුද්ධ කාලයේදී අනෙකුත් ශාස්තෘන් වහන්සේලා ළඟ තිබ්බලා තියෙනවා. ඒ නිසා ඒ ශාස්තෘන් වහන්සේලා සරණ ගිය විවිධාකාර මත දරපු අන්‍ය ලබ්ධිකයින්, අන්‍ය තීර්ථකයින් ඇතැම් වෙලාවට බුදුරජාණන් වහන්සේගෙනුත් ඒ වගේම බුදුරජාණන් වහන්සේ සරණ ගිය අනෙකුත්

ශ්‍රාවකයන්ගෙනුත් මෙබඳු ප්‍රශ්න අහලා තියෙනවා. ඒ නිසා ඒ අවස්ථාවේදී නිවැරදි පිළිතුරු ලබාදිය යුතු නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේම මේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සංඝයා වහන්සේලාට කියලා දෙනවා. ඇත්ත වශයෙන්ම මේ ප්‍රශ්න මේ විදියට ඉදිරිපත් කරලා බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා සංඝයා වහන්සේලාගෙන් මොනවද දිය යුතු පිළිතුරු කියලා. එතකොට සංඝයා වහන්සේලා කියනවා, ‘අනේ ස්වාමීනි, අපිට වැටහෙන්නේ නැහැ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මුල් කරගෙනයි අපේ මේ ධර්මය පවතින්නේ. ස්වාමීන් වහන්සේම අපිට කියලා දෙන්න’ කියලා ආරාධනා කරනවා. එතකොට තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ප්‍රශ්නවලට එකිනෙක පිළිතුරු දෙන්නේ.

මුලින්ම අහන ප්‍රශ්නය, “කිං මූලකා, ආචුසො, සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා යම් කිසි කෙනෙක් ඇහුවොත්, කුමක් මුල් වීමෙන්ද සියල්ල හටගන්නේ? සියල්ල ඇති වෙන්නේ? කියලා ඇහුවොත්, උත්තර දෙන්න කියනවා, “ඡන්දයයි, කැමැත්තයි කියලා. ඉතින් අපි කතා කලා නිවැරදි ඡන්දයක් තියාගෙන, නිවැරදි කැමැත්තක් තියාගෙන කටයුතු කරනවා නම්, ඒ කැමැත්ත හොඳ පරමාර්ථයකට යොමු වෙලා නම් තියෙන්නේ, අපි හිතමු නිවන අරමුණු කරලා නම් තියෙන්නේ, ලොකු ඡන්ද සාද්ධිපාදයක් දක්වා ඒක වර්ධනය කරගෙන, ඒකෙන්ම උත්තේජනයක් ලබාගෙන ඒකෙන්ම පෝෂණයක් ලබාගෙන අපිට දුර ගමනක් යන්න පුළුවන්. ඒකෙන් ප්‍රයෝජනය ගන්න පුළුවන්. මොකද, මුලදී අපට ලොකු උත්තේජනයක්, බලගැන්වීමක් අවශ්‍ය වෙනවා; මේ ගමන කෙටියෙන්, දවසෙන් දෙකෙන් අවසන් වෙන ගමනක් නෙවෙයි. මේක බාධා මැඩගනිමින්, දීර්ඝ කාලයක් අපේ කෙලෙස් දුරු වෙන තාක් කල් වැඩිය යුතු ප්‍රතිපදවක්. ඉතින් ඒ නිසා අර වගේ හිතේ බලපවත්නා කුසලච්ඡන්දයක් තියෙනවා නම්, නිවන් දැකීමේ ලොකු උවමනාවක් තියෙනවා නම්, ඒකම සෑහෙන්න අපිට රුකුලක් බවට පත් වෙනවා.

දෙවෙනි ප්‍රශ්නය වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා, “කිං සම්භවා සබ්බෙ ධම්මා?” ඒකට උත්තර දෙන්න කියනවා, “මනසිකාර සම්භවා සබ්බෙ ධම්මා” මනසිකාරයෙන් තමයි දේවල් හටගන්නේ. මනසිකාරය හරහා තමයි එහෙ මෙහෙ අපේ හිත හැරවෙන්නේ. අන්න

ඒ යම් දිසාවකට හිත හැරවුණාම එතනදී අපිට උවමනා දේ හටගන්නවා. අපි එදා කතා කළා මේ මනසිකාරය අපිට සැහෙන්න භාවනාවේදී ප්‍රයෝජනවත් වෙනවා. අපි වචනයෙන්ම ඒක පාවිච්චි කරනවා ඇතැම් වෙලාවට. ‘වම දකුණ’ කියලා, ‘ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස’ කියලා. මොකද ඒ තරමට අපි ඒ අරමුණ වෙත අපේ හිත යොමු කරනවා. නා නා ප්‍රකාර අරමුණු සියදහස්ගණන් මේ ලෝකේ තියෙනවා. ඒවා අපේ ඇහැට සම්මුඛ වෙනවා. නැත්නම් අපේ ඇහැ වහගෙන ඉන්දේද්දී අපේ හිතට සම්මුඛ වෙනවා. නමුත් එතනදී අපි තෝරාගන්නවා “මෙන්න මේ අසවල් අරමුණටයි මම අවධානය යොමු කළ යුත්තේ කියලා”, අන්න ඒ තෝරාගන්න අරමුණ නම කියලා කතා කරමින්, නැත්නම් හිතින් ආමන්ත්‍රණය කරමින්, මෙනෙහි කරමින් අපි එතන සිහිය පවත්වන්න උත්සාහවත් වෙනවා. අවධානය පවත්වන්න උත්සාහවත් වෙනවා.

ඉතින් මේ විදියට මනසිකාරය සැහෙන්න ප්‍රයෝජනවත්. ඒක තව තව වර්ධනය වෙන්න වර්ධනය වෙන්න, ඒ මනසිකාරය ‘යෝනිසෝ මනසිකාරයක්’ බවට පත් වෙලා, ඒකේ අර තිබිව්ව රළු ගොරෝසු මට්ටම් අයින් වෙලා, ඉතාම සියුම්ව මේකේ මූල දකින ස්වභාවයක්, ආරම්භය දකින ස්වභාවයක්, සම්භවය දකින ස්වභාවයක් දක්වා අපිව අරගෙන යනවා. යෝනිසෝ මනසිකාරය තුළින් අපිට ලොකු පිටුවහලක් ලැබෙනවා. ආනිසංසයක් ලැබෙනවා. මොකද, එහෙම නැත්නම් අපේ හිත දේවල්වල මතුපිට හැඩයේ, රූපයේ, වර්ණවල රඳෙන ගතියක් තියෙනවා. මොකද, ඒක හරි විචිත්‍රයි. ඒක තමයි අපේ ඇහැට කනට ලක් වෙන්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිව නිරන්තරයෙන්ම මේ මතුපිට ජේන දේට වඩා ගැඹුරු අර්ථයක් යමක් තුළ තියෙනවා කියලා මේ දේවල්වල මූල දකින ස්වභාවය, හේතුව සොයන ස්වභාවය, මේ යෝනිසෝ මනසිකාරය දක්වා අපිව යොමු කරනවා. එතකොට මේ මනසිකාරය නිවැරදිව අන්න ඒ වගේ යෝනිසෝ මනසිකාරයකට හරවාගැනීම තුළ අපිට ලොකු ප්‍රයෝජනයක් ලැබෙනවා.

ඊළඟ ප්‍රශ්නය වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කරන්නේ, “කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා?” කුමක් සමුදය කරගෙන, කුමක් හේතු කරගෙන, කුමක් ප්‍රභව කරගෙනද සියල්ල හටගන්නේ කියලා ඇහුවොත් එතෙතදී උත්තර දෙන්න කියනවා “එසස සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා” ස්පර්ශය

හේතු කරගෙනයි, සමුදය කරගෙනයි, ආරම්භය කරගෙනයි සියල්ල හටගන්නේ කියලා. එතකොට අපි ඒ හා සම්බන්ධයෙන් කතා වුණා මේ ඇස්, කන්, නාසා ආදී ආයතන තියෙනවා; ඒ ආයතනවලට ඊට අනුරූප බාහිර ආයතනය ස්පර්ශ වෙනවා. අන්න එතෙන්දී තමයි අපිට වේදනාවක් හටගන්නේ. එතෙන්දී තමයි සංඥාවක් හටගන්නේ. එතෙන්දී තමයි හිතේ නා නා ප්‍රකාර සිතුවිලි හටගන්නේ. කැමති රුචි අරුචිකම්, කැමති අකමැති ස්වභාවයන්, රාගී නැත්නම් විතරාගී ස්වභාවයන්, හිතේ හටගන්නා නා නා ප්‍රකාර වෛතසික ස්වභාවයන්, මේ සියල්ල ස්පර්ශය මත පදනම් වෙලා තියෙනවා. ස්පර්ශය නිසාම වේදනා හටගන්නවා; ස්පර්ශය නිසාම සංඥා හටගන්නවා; ස්පර්ශය නිසාම සංස්කාර හටගන්නවා. එතකොට අපේ තියෙන සෑහෙන අත්දැකීම් රැසක් මේ ස්පර්ශය නිසයි හටගන්නේ.

අපි වේදනාවක් හා සම්බන්ධයෙන් කතා කරනකොට, අපිට ඒ වේදනාවටත් මුල් වෙලා තියෙන්නේ මෙන්න මෙබඳු ස්පර්ශයක් කියලා තේරුම්ගන්න පුළුවන්. ඒ හා සම්බන්ධයෙන් අපි කතා කලා “එසස පච්චයා වෙදනා” කියන ඒ සන්ධිස්ථානය. අපිට යෝගාවචර භූමියේ කටයුතු කරනකොට, අපි විපස්සනාවක් වඩනකොට, මේ පටිච්ච සමුප්පාද න්‍යාය තේරුම්ගන්න, පටිච්ච සමුප්පාද මූලධර්මය තේරුම්ගන්න, ඉදප්පච්චයනාව තේරුම්ගන්න පුළුවන් එක සන්ධිස්ථානයක්, එක මූලස්ථානයක් තමයි මේ ‘ස්පර්ශය වේදනාවට මුල් වෙනවා’ කියන කාරණාව. අපි පොඩ්ඩක් උත්සාහවත් උනොත් සමහර වෙලාවට මේ ස්පර්ශයක් නිසයි වේදනාවක් හටගන්නේ කියලා අපිට හොඳ ගැඹුරු ප්‍රඥාවක් ඇති කරගන්න අවස්ථාවක් තියෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊළඟ ප්‍රශ්නය වශයෙන් ඇහුවේ “කිං සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා?” අන්තිමට ගිහිල්ලා මේ සියල්ල එක්රැස් වෙන්නේ කොහෙද? කියලා ප්‍රශ්නයක් ඇහුවොත් ඒකට උත්තර දෙන්න කියනවා “වේදනා සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා”. දැන් අපි කලින් කතා කරපු ස්පර්ශය, මනසිකාරය වගේ දේවල් ටිකක් සුක්ෂ්මයි. නමුත් මේවායේ ප්‍රතිඵලය වශයෙන් අන්තිමට අපිට දූනෙන වේදනාව සෑහෙන්න පුකටයි. සැප වේදනාවක් දැනීමත් පුකටයි; දුක් වේදනාවක් දැනීමත් පුකටයි. ඒ වගේමයි අපි සිහිය දියුණු කරලා අපේ කය දිහා,

නැත්නම් හිත දිහා අවධානයෙන් ඉන්නකොට, මේ හිතේ, මේ කයේ උපේක්‍ෂා වේදනාවක් බලපවත්වනකොට ඒකත් හඳුනාගන්න ඒ තරම්ම අමාරු නැහැ. ඉතින් ඒ නිසා වේදනාවත් භාවනා කමටහනක් බවට පත් වෙනවා. වේදනානුපස්සනාව වශයෙන් අපි වේදනාව මුල් කරගෙන සිහිය දියුණු කරනවා. ඒකේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් හිතේ සම්පජ්ඣාදිය වැඩෙනවා. ඒ කියන්නේ හොඳට දෙයක් සියුම්ව දැකගැනීමේ හැකියාව. කුඩා අනුකුඩා ඉරියව්වල පවා සිහිය පැවැත්වීමේ හැකියාව. ඒ හැරුණාම ප්‍රඥාවත් දියුණු වෙනවා. ඉතින් ඒ නිසා වේදනාව හොඳ ප්‍රබල කමටහනක් වෙනවා. අපි සාමාන්‍යයෙන් සැප වේදනාවට ඇලෙන ගතියක්, සැප වේදනාව අල්ලා බදගන්නා ගතියක්, ග්‍රහණය කරන ගතියක් තිබුණත්, ඒ වේදනාව තුළ අපි සතිමත් වෙන්න වෙන්න, වේදනාවේ හැසිරීම තේරුම්ගන්න තේරුම්ගන්න, අපි වේදනානුපස්සනාවේ නැවත නැවත නිරත වෙනකොට, සැප වේදනාවක පවා ඇලෙන්නේ නැතිව ගැලෙන්නේ නැතිව 'මේක හුදු සැප වේදනාවක්' කියලා ඒ වේදනාවෙන් බැහැර වෙලා හරියට නිකං අනුන්ගේ වේදනාවක් බලනවා වගේ බලන්න පුළුවන් හැකියාවක් හැඳෙනවා.

ඒ වගේමයි දුක් වේදනාවත්. අපි ඇතැම් වෙලාවට දුක් වේදනාවක් දිහා බලන්නේ බොහොම විරසක ස්වභාවයකින්. නැත්නම් බොහොම අකමැති ස්වභාවයකින්. නමුත් වේදනානුපස්සනාවේ යෙදෙන යෝගාවචරයෙකුට දුක් වේදනාව පවා හොඳ අමුද්‍රව්‍යයක් බවට පත් වෙනවා තමන්ගේ සිහිය දියුණු කරන්න; ප්‍රඥාව දියුණු කරන්න. ඉතින් ටිකක් ඉවසීමෙන් අපි මේ දුක් වේදනාවෙන් ප්‍රයෝජන ගන්න උත්සාහවත් වෙනවා නම් ඒ හරහා හොඳට සතිය දියුණු කරගන්න පුළුවන්. ප්‍රඥාව දියුණු කරගන්න පුළුවන්. එතෙත්දීත් අපි 'මේ මගේ වේදනාව' කියලා, නැත්නම් 'මගේ දුක් වේදනාව' කියලා එබඳු ආකල්පයකින් ගන්නේ නැතුව, මේක මේ හේතු නිසා, ස්පර්ශයක් නිසා, හටගත්ත දුක් වේදනාවක් කියලා වේදනාවෙන් බැහැර වෙලා බලන්න පුළුවන් නම්, වේදනාවෙන් දුරස්ථ වෙලා බලන්න පුළුවන් නම්, අන්න ඒ තුළින් ඒ තරම් චිත්ත පීඩාවක් ඇති වෙන්නේ නැහැ. ඒ වෙනුවට වේදනාව, වේදනාව වශයෙන් බලාගැනීමේ හැකියාව අපිට හැඳෙනවා.

ඒ වගේමයි නොදුක් නොසුව වේදනාව. නූගක් වෙලාවට ඒක අපිට මගහැරෙනවා. ඒක ඒ තරම්ම ප්‍රණීත භාවයක් රසක් නැති නිසා. නමුත් අපේ සිහිය දියුණු කරලා හොඳට සමාධියක් හදගෙන අපි ඒ නොදුක් නොසුව වේදනා පවා නිරීක්ෂණය කරනවා නම්, අන්න ඒකෙන් ලොකු ප්‍රඥාවක් අවදි කරගන්න පුළුවන්. අවිද්‍යාව ප්‍රභාණය කරගන්න තියෙන හොඳ කමටහනක් තමයි මේ නොදුක් නොසුව වේදනාව කියලා කියන්නේ.

ඉතින් මේ විදියට අපි වේදනානුපස්සනා කමටහනේ යෙදෙනකොට, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා අර වේදනාවෙන් බැහැර වෙලා, වේදනාවේ ඇලෙන්නේ නැතුව, වේදනාවෙන් අයින් වෙලා වේදනාව නිරීක්ෂණය කිරීමේ හැකියාවක් ඒ යෝගාවචරයාට ඇති වෙන බව. අපට තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ අපි කායානුපස්සනාවේ යෙදෙනකොටත් මෙඛදු දෙයක්මයි වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ මුලින් අපි හොඳට අරමුණට ළං වෙලා අරමුණේ විස්තර බලනවා. අරමුණේ ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය බලනවා; පුළුවන් තරම් අපි එයත් එක්ක ඉන්න උත්සාහවත් වෙනවා. ඒක අත්‍යවශ්‍යයි. මොකද අපිට මේ දේවල් පොතින් පතින් බැලුවට මේකේ තියෙන යථා ස්වභාවය ගැඹුරට වැටහිලා නැහැ. ඒ නිසා අපිත් මේක අපේම දැනුමක් බවට පත් කරගත යුතුයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන නිසා, කියලා දෙන නිසා මේක අපි ශ්‍රද්ධාවෙන් මුලින් පිළිගන්නවා; පිළිඅරගෙන තමයි අපි වැඩිට බහින්නේ. හැබැයි අපි මේක අපේ ඥානයක් බවට, අපේ අවබෝධයක් බවට, අපේ ප්‍රත්‍යක්ෂයක් බවට පත් කරගත යුතුයි. ඒකයි ඇත්තටම අපිට කාලයක් ගත වෙන්නේ. නැත්නම් ඉතින් අපි මේ දැනගන්නා දේවල් සමහර විට අපි පොතින් පතින් අහලා බලලා දැනගෙන තියෙන දේවල්. ඒක ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නැති නිසා අපි නැවත නැවත බොහොම තීක්ෂණ නුවණක් අවදි වන තුරු, ගැඹුරු ප්‍රඥාවක් අවදි වන තුරු මේ දේවල් කරනවා. මේ දේවල් නැවත නැවත නිරීක්ෂණය කරනවා.

ඊළඟට තවත් ප්‍රශ්නයක් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වලා දෙනවා. “කිං පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා?” එබඳු ප්‍රශ්නයක් ඇහුවොත් උත්තර දෙන්න කියනවා, “සමාධි පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා”. සියල්ලෙහි ප්‍රමුඛයා වෙන්නේ කවුද? ප්‍රධානියා වෙන්නේ කවුද? කියලා ඇහුවොත් සමාධිය

තමයි ප්‍රමුඛයා වෙන්නේ. කට්ටියක් එකට යනකොට ඉස්සරහින් යන්නේ කවුද කියලා ඇහුවොත් අන්න සමාධිය ඉස්සරහින් යනවා කියලා උත්තර දෙන්න කියනවා. ඉතින් සමාධියක් ඇති කරගන්න ගියාම අපිට මුහුණ පාන්න වෙන විවිධාකාර ගැටලු පිළිබඳව ටිකක් සාකච්ඡා කරමු. අපේ හිත යම් කිසි අරමුණක් කෙරෙහි සමාධිමත් උනොත් එතනින් ගලවන්න බැරි ගතියක්, ඒ සමාධිය එතන රජ කරන ගතියක්, තියෙන අනෙකුත් ධර්මතා යටපත් කරගෙන සමාධිය එතන වැජඹෙන ගතියක්, එතන අල්ලා හිටින ගතියක්, අරමුණටම කිඳුබහින ගතියක් තියෙනවා. ඉතින් ඒ ස්වභාවය අපි නිවැරදිව යොදගත්තොත් අපි ඒක කුසල් අරමුණක් වෙත යොමු කරලා, නැවත නැවත ඒ කුසල් අරමුණේම හිත නංවලා ඒ කුසල් අරමුණේම හිත එකඟ කළොත් අපි ඒවට 'අර්පණා සමාධි' කියලා කියනවා. ගැඹුරු සමාධියක්; ගැඹුරු සමඵ සමාධියක් කෙනෙකුට අත්දකින්න පුළුවන්. මොකද, නැවත නැවත හොඳ කුසල් අරමුණක්, නිකෙලෙස් අරමුණක් පාවිච්චි කරලා, එහෙම නැත්නම් කෙලෙස් අඩු අරමුණක් පාවිච්චි කරලා, ඒ අරමුණටම හිත නංවමින් ඉන්නකොට හිත එතන ඒකාග්‍ර වෙනවා. එතනම බැසගන්නවා. අන්න සමාධිය ප්‍රමුඛ වෙනවා එතන. අනිකුත් ධර්ම සියල්ලම යටපත් වෙනවා. අපිට මුළු ලෝකයම අමතකයි. දැන් මේ හිත නංවපු ඒ තනි අරමුණ පමණයි මතක. උදහරණයක් වශයෙන් අපි මොකක් හරි වර්ණයක් - 'කසිණයක්' කියලා සාමන්‍යයෙන් කියන්නේ - වර්ණ කසිණයක් වගේ දෙයක හිත නැවත නැවත නංවනවා නම්, ඒකටම හිත සමාධිමත් වෙලා ඒකෙම හිත බැසගෙන ඒ තුළම නිමග්න වෙන ස්වභාවයක්, මුළු ලෝකෙම අමතක වෙලා ඉන්න තැන් අමතක වෙලා තමන් කවුද කියලා අමතක වෙලා, දැන් මේ වර්ණය තුළම හිත එකඟ වෙනවා. වර්ණය තුළම හිත සමාධිමත් වෙනවා. මේ සමාධියේ තියෙනවා ප්‍රමුඛතාව ගන්න ස්වභාවයක්.

තවත් ප්‍රශ්නයක් දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කරලා දෙනවා, "කිං ආධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා?" සියලු ධර්මයන් අතර - විශේෂයෙන්ම මෙතෙන්දී ධර්මයන් කියන 'සබ්බෙ ධම්මා' කියන වචනය අපිට තේරුම්ගන්න වෙන්නේ බොහෝ සෙයින් හිත හා සම්බන්ධයෙන්. හිතේ ඇති වෙන විවිධාකාර විතර්ක, විවිධාකාර සංකල්ප, සිතුවිලි මේ

හැම දේකම මොකක්ද “ආධිපත්‍යය”, අධිපතිත්වය දරන්නේ? කියන ප්‍රශ්නය තමයි මෙතෙක්දී අහන්නේ. ඒකට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා උත්තර දෙන්න කියලා, “සතාධිපත්‍යො සබ්බෙ ධම්මා”. ඒ කියන්නේ සිතේ පහළ වෙන නා නා ප්‍රකාර සංකල්ප, විතර්ක මේ හැම දේකටම - හිතේ දූවන විවිධාකාර කෙලෙස් වෙන්න පුළුවන්, කුසල් වෙන්න පුළුවන්, මේ හැම දේකටම - ‘සතිය’ අධිපතිත්වය දරනවා. එයා ප්‍රධානත්වයක් දරනවා, කියලා ඔන්න දැන් වෙනත් දෘෂ්ටි කෝණයකින් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියලා දෙනවා.

අපි ඒක සම්බන්ධයෙන් ටිකක් සාකච්ඡා කළා. එතෙක්දී අපි ඔතක් කරගත්තා එක ගාථාවක්, සාමාන්‍යයෙන් අපේ හිතේ දූවන කෙලෙස් සැඬ පහරවල් බොහෝම ප්‍රබලයි. අපි ඒවට සමහර වෙලාවට අහු වෙනවා. අහු වෙලා සමහර වෙලාවට ඒ කෙලෙස් සැඬ පහරට අනුව හැසිරෙනවා. ඒ හරහා ඔන්න අපි කයෙන් අකුසල් කරනවා. සමහර වෙලාවට වචනයෙන් අකුසල් කරනවා. එබඳු කෙලෙස් ප්‍රවාහයක්ම අපේ හිතේ නැවත නැවත, නැවත නැවත බලපවත්වන විට ඔන්න අපි හිතීනුත් අකුසල් කරගන්නවා. නමුත් මේ කෙලෙස් ප්‍රවාහය ඉතාම සතිමත් චිත්තක්‍ෂණයකින් කපා දන්න පුළුවන්. කපා දන්න කියන්නේ නතර කරන්න පුළුවන්. එතන නිකං චේල්ලක් බැන්ද වගේ. විශාල ජල ප්‍රවාහයක් යනකොට මොකක් හෝ ක්‍රමයකට එක පාරට ක්‍ෂණිකව චේල්ලක් බඳින්න පුළුවන් නම් අන්න එතන ඇවිල්ලා අර ජල ප්‍රවාහය වදිනවා. වැදිලා එතන නිකං රොක් විමක්, නතර විමක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා මේ කෙලෙස් සැඬ පහරවල් මෙල්ල කරන්න පුළුවන් ගතියක්, ඒවට යම් තිරිංග යොදන්න පුළුවන් ගතියක්, ඒවා මැඬපවත්වන්න පුළුවන් ගතියක් සතියට තියෙනවා.

“යානි සොතානි ලොකසම්මං, සති තෙසං නිවාරණං.
සොතානං සංවරං බ්‍රූමී, පඤ්ඤයෙනෙ පිටීයරෙ”.³⁷

කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ අජිත කියන බ්‍රාහ්මණ මානවකයාට කියලා දෙනවා. දැන් මේ විදියට හැබැයි කෙලෙස් සැඬ

³⁷ සුත්තනිපාත, පාරායන වග්ග, අජිතමාණව පුව්ඡා

පහර වැළැක්වුවාට, කෙලෙස් සැඟ පහර මැඬපැවැත්වුවාට තාමත් කෙලෙස් ටික තියෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊළඟට “කිං උත්තරා සබ්බෙ ධම්මා?” කියන ප්‍රශ්නය අහනවා; ඒකට උත්තරය දෙන්න කියනවා. “පඤ්ඤානතරා සබ්බෙ ධම්මා” ප්‍රඥාව තමයි මේ ධර්මතා අතර උතුම් වෙන්නේ; උඩින් තියන්න පුළුවන් වෙන්නේ. මුදුනින් තියන්න පුළුවන් වෙන්නේ ප්‍රඥාව. මොකද ප්‍රඥාවට තමයි අර කෙලෙස් සැඟ පහරවල් සම්පූර්ණයෙන්ම වියළුවා හරින්න පුළුවන් නැවත නූපදින මට්ටමකටම. ප්‍රඥාවට තමයි ඒක කරන්න පුළුවන්. ඒක සමාධියකට කරන්න බැහැ. සතියට පුළුවන් පෙන්නලා දෙන්න; දූනට යම් පමණක සංවර කිරීමක්, මෙල්ල කිරීමක් කරන්න. හැබැයි කෙලෙස් මූලිනුපුටා දමන්න පුළුවන් වෙන්නේ ප්‍රඥාවට. ඒ නිසා ප්‍රඥාව විශේෂයෙන්ම මේ දහමේ ප්‍රමුඛතාවක් දරනවා. ඒ නිසා සීල, සමාධි, ප්‍රඥා කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ තමන්වහන්සේගේ ප්‍රතිපදාව ශික්‍ෂා තුනකින් ඉදිරිපත් කරනවා. අපි සීලයක් සමාදන් වෙලා, සීලයකින් තෙදගැන්විලා බලගැන්විලා සමාධියක් වඩනවා. එතකොට සමාධියට සීලය උදව් කරනවා. අපි හදගත්ත සමාධියෙන් ඊළඟට ප්‍රයෝජන ගන්නවා ප්‍රඥාව වඩන්න.

ඇත්තටම මේ ප්‍රඥාව වැඩීම කියන්නේ පියවරෙන් පියවර යන ගමනක්. මේකත් හේතු ඵල දහමක් කියන්න පුළුවන්. එක්තරා සූත්‍රයක් තියනවා වෙනනාකරණීය සූත්‍රය කියලා. බුදුරජාණන් වහන්සේ බොහොම පිළිවෙළට කරුණු කීපයක් කියලා දෙනවා. මම අන්තිම කරුණු තුන විතරක් මෙතෙන්දී මතක් කරන්නම්. බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙන්න මෙහෙම ප්‍රකාශයක් කරනවා. “ධම්මතා එසා, භික්ඛවෙ, යං සමාහිතො යථාභුතං ජානාති පසසති” මහණෙනි හොඳ සමාධියක් තියෙන, සමාහිත භිතක් තියෙන කෙනෙකුට, දේවල් හා සම්බන්ධයෙන් ඇත්ත ඇති සැටියෙන් තේරෙනවා කියන එක, එයාට ඒක දූනෙනවා පෙනෙනවා කියන එක ධර්මතාවක්. ඒ කියන්නේ කෙනෙකුට හොඳ ඒකාග්‍ර භිතක් තියෙනවා නම්, ඒ භිත සැහෙන වෙලාවක් එහෙ මෙහෙ කරගන්නේ නැතුව බලාගෙන යොදගෙන ඉන්න පුළුවන් නම් - අපි භිතමු අපි වේදනාවකට ඒ භිත තියාගෙන ඉන්නවා සමාධිය යොමු කරගෙන ඉන්නවා කියලා - අන්න එබඳු සමාහිත භාවයකට ඒ

වේදනාවේ යථා ස්වභාවය පේන්න ගන්නවා. ඒක හොඳට තේරෙන්න ගන්නවා. “යථාභූතං ජානාති පසසති” අන්න ඒ තත්ත්වයේදී බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ දැන් හොඳින් ඒ සමාධිමත් ස්වභාවය මේ අරමුණට නැවත නැවත යොමු කරවීමෙන් මේක හොඳින් බලබලා ඉන්නවා නම්, මේ බැලීමේදී ‘අනේ මගේ හිතේ හොඳ අවබෝධයක් ඇති වේවා, අනේ මගේ හිතේ ප්‍රඥාවක් වැඩේවා’ කියලා එහෙම හිතන්නවත් වේතනාවක් පහළ කරගන්නවත් අවශ්‍ය නැහැ කියලා. මොකද, සමාහිත භාවයක් හොඳට තියෙනවා නම්, ඒ සමාහිත භාවය අපි අර විදියට නැවත නැවත යොදවනවා නම්, ඒ තුළින් හොඳට විමසිලිමත්ව බලනවා නම්, අන්න එබඳු තැනැත්තෙකුට, ඒ සමාහිත හිතක් ඇත්තෙකුට මේ ඇත්ත ඇති සැටියෙන් තේරෙනවා කියන එක ධර්මතාවක් කියලා කියනවා. ඒක හේතු ඵල දහම අනුව සිද්ධ වෙනවා.

ඊළඟ ප්‍රකාශයේදී බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “ධම්මතා එසා, හිකඛවෙ, යං යථාභූතං ජානං පසසං නිබ්බිඤ්ඤි විරජ්ජති” දැන් අපි මේ දේවල් සාමාන්‍යයෙන් අල්ලගෙන බදුගෙන මේවා ඔක්කොම ‘මගේ මගේ’ කියාගෙන, ඒවා ඔක්කොම ‘මම’ කියාගෙන, ‘මගේ ආත්මයයි’ කියාගෙන ඉන්නේ අපි තුළ තියෙන අවිද්‍යාව නිසා; මෝඩකම නිසා. දැන් සමාධියක් හදුගෙන මේ සමාධිය තුළින් මේ දේවල් නැවත නැවත නිරීක්ෂණය කිරීම හරහා අපේ හිතේ ටික ටික, ටික ටික ප්‍රඥාව වැඩෙන්න වැඩෙන්න, මේ තත්ත්වය තුළ, මේ අපේ නිරීක්ෂණයට භාජනය වන ධර්මතාව තුළ තියෙන යථා ස්වභාවය වැටහෙන්න ගන්නවා. ඉතින් මේකෙදී ප්‍රධාන වශයෙන්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වලා දෙන්නේ මෙතන තියෙන අනිත්‍ය ස්වභාවය. ඒ කියන්නේ කිසිත් නොතිබී හට අරගෙන මොහොතකින් නිරුද්ධ වෙලා යන ස්වභාවයක්; ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක්. උදය වය ස්වභාවයක්. ඒකෙන්ම පෙළෙන ස්වභාවයක්; නැවත නැවත නිරන්තරයෙන්ම මේ ඇති වීම් නැති වීම් දෙකෙන් පෙළෙනවා. ඒ නිසා මෙතන තියෙන්නේ දුක්ඛ ස්වභාවයක්; පෙළන ස්වභාවයක්; පීඩිත වෙන ස්වභාවයක්. ඒ වගේමයි මේ ක්‍රියාවලිය කෙරෙහි අපිට බලපවත්වන්න බෑ. අපිට පාලනය කරන්න බෑ. අපේ පාලනයෙන් තොරයි. එයා ඊටම ආවේණික රටාවකට තමයි වැඩ කරන්නේ. එයාම පටන්ගන්නවා. එයාම කැමති විදියට

හැසිරෙනවා. එයාම වෙනස් වෙලා යනවා. නැති වෙලක් යනවා. ඊටම ආවේණික හේතුවක් තියෙනවා. මේ හේතුවලට අපිට අත තියන්න බෑ. ඒ වගේමයි, මෙබඳු නිරන්තරයෙන් ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ප්‍රවාහයක් තුළ අපිට පාලනයක් නැතුවා වගේම, නිරන්තරයෙන් මොහොතක් පාසා ඇති වෙලා නැති වෙලා යන දෙයක් තුළ කිසිම සාරයක් ඇත්තෙන් නෑ. දිගට පවතින ආත්මයක් ඇත්තෙන් නෑ. අන්න අනාත්ම ස්වභාවයක්.

එතකොට මෙන් මේ වගේ ටික ටික අපි තුළ ප්‍රඥාවක් වැඩෙන්න ගන්නවා. මෙබඳු ප්‍රඥාවක් වැඩෙනවා නම්, ඉතින් මේ සම්බන්ධයෙන් “අනේ මගේ හිත කලකිරිවා, මෙයින් හිත අයින් වේවා” කියලා වේතනා පහළ කරන්න අවශ්‍ය නැහැ. ඇත්ත ඇති සැටියෙන් පෙනුණා නම්, ඇත්ත ඇති සැටියෙන් හොඳට සිතට වැටහුණා නම්, ධර්මතාවක්ලූ මෙතන නිබ්බිදුවක් පහළ වෙනවා කියන එක; මේක ගැන කලකිරෙනවා කියන එක. මේ ගැන විරංජනයක් හිතේ ඇති වෙනවා කියන එක ධර්මතාවක්ලූ. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ “ධම්මතා එසා, භික්ඛිවෙ, යං යථාභූතං ජානං පසස්සං නිබ්බිදුති විරජජති” දැන් අපිට දේවල් සම්බන්ධයෙන්, මං කලිනුත් කිව්වා වගේ, ඇලීමක් තියෙන්නේ එතන ඇත්ත ස්වභාවය දන්නේ නැති නිසා. තේරිලා නැති නිසා. අපි පොත් පත්වලින් නම් අනන්තව අහලා තියෙනවා. කියවලා තියෙනවා. බණටත් අහලා තියෙනවා. මේකේ ගන්න දෙයක් නෑ, මේක අනිත්‍යයි, මේක දුකයි, මේක අනාත්මයි කියලා අපි අහලා තියෙනවා. නමුත් අපේ හිත හරි කැමතියි ඒවට. අපේ හිත ඒවා අල්ලනවා. අපේ හිත ඒවා උපාදන කරනවා. ග්‍රහණය කරනවා. ඒවටම ඇලෙනවා. පොතෙන් තමයි දන්නේ මේකේ ඇති දේකුත් නැහැ කියලා.

නමුත් දැන් අපි කරන්නේ මීට වඩා වෙනස් දෙයක්. මතුපිට ඥානයක්, මතුපිට දැනුමක්, අනුන්ගේ දැනුමක් නෙවෙයි මෙතෙක්දී පරිහරණය කරන්නේ. අපිම උපදවාගන්න හදනවා ප්‍රඥාවක්. අපේ හිතටම කියලා දෙනවා මේකේ යථා ස්වභාවය. එයාටම තේරෙනකල් මේ දෙයෙහි යෙදෙනවා. අන්න එතකොට නැවත නැවත මේ දේ පෙන්වලා දෙන්න පෙන්වලා දෙන්න, යම් අවස්ථාවක ටික ටික, ටික ටික හිත මේවා කෙරෙන් අයින් වෙනවා. මේ දේවල් ගැන හිතේ

ඇතුළේ, ප්‍රඥාව නිසා හටගත්ත කලකිරීමක් ක්‍රියාත්මක වෙනවා. දැන් මේ බලන දෙය නිකං බොද වෙලා ගිහිල්ලා වගේ; ඒක නිකං ඇතට ගිහිල්ලා වගේ. දැන් වේදනාවක් තිබුණත් වේදනාව දැඩිව ග්‍රහණය කරන්නේ නෑ. සැප වේදනාවක් වෙන්නත් පුළුවන්. සමහර විට ඇඟ පිනා යනවා. පාවෙනවා වගේ දැනෙනවා. රැළි රැළි යනවා වගේ දැනෙනවා. බොහොම සුවදයි. නමුත් දැඩිව ග්‍රහණය කරන්නේ නෑ. මම මගේ කියාගන්න යන්නේ නැහැ. එයා දකිනවා මේකත් ඇති වෙලා නැති වෙලා යන වේදනා ස්වභාවයක් පමණයි. දුක් වේදනාවක් උනත් එතෙන්දිත් මේ තත්ත්වය වැටහෙන්න වැටහෙන්න අන්න දුක් වේදනාවෙන් අයින් වෙලා, දුක් වේදනාව නිරික්‍ෂණය කිරීමේ හැකියාවක් මේ යෝගාවචරයාට දැන් ඇති වෙලා. ටික ටික දුකෙන් අයින් වෙලා දුක දනගැනීමේ හැකියාවක් දැන් මෙයාට ඇති වෙලා. දැන් දුක් වේදනාවක් හටගත්තත් අඩන්න, වැලපෙන්න යන්නේ නෑ. එයා දන්නවා මේකත් ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක්, මේකත් මේ ස්පර්ශය නිසා හටගත්ත දෙයක් කියන අවබෝධයක් මත තමයි ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. ඒ නිසා ඒකෙහුත් අයින් වෙන ගතියක්, හිත ඒකේ නොරැඳෙන ගතියක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ වගේමයි උපේක්‍ෂා වේදනාවක් සම්බන්ධයෙනුත්. කලින් හොඳට කිට්ටු වෙලා බැලුවා. දැන් හිත ඒ තරම්ම ඒක ගැන සැලකිලිමත් වෙන්නේ නැහැ. ඒකෙන් අයින් වෙන ගතියක් තමයි දැන් තියෙන්නේ.

ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ තවත් ප්‍රකාශයක් මේ චේතනාකරණීය සූත්‍රයේම කරනවා; “ධම්මතා එසා, හික්ඛවෙ, යං නිබ්බන්දෙ විරතතා විමුක්තිඤ්ඤාදසසනං සච්ඡිකරොති” කියලා. එතෙන්දි කියන්නේ මෙන්න මේ විදියට යම් කිසි කෙනෙක්ගේ හිත අර වගේ දේවල්වලින් අයින් වෙනවා නම්, දේවල් ගැන ඇලීමක් නැත්නම්, දේවල් ගැන තියෙන්නේ හිතේ විරාගී ස්වභාවයක් නම්, අන්න එබඳු දේවල් ගැන කලකිරෙන ගතියක්, විරාගී ගතියක් සහිත එබඳු මනසකට “විමුක්තිඤ්ඤාදසසනං සච්ඡිකරොති” කියලා එකක් සිද්ධ වීම ධර්මතාවක්. ඒ කියන්නේ මේකෙන් අයින් වෙලා ලබන විමුක්තියත්, විමුක්තිය ලබන ඒ ඤාන දර්ශනයත් අවබෝධයත් සාක්‍ෂාත් කරනවා කියන එක ධර්මතාවක් කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ මේ දේවල් හරියට

නිකං පියවරෙන් පියවර, පියවරෙන් පියවර ක්‍රමානුකූලව පෙළගැහිවීව හේතු ඵල දහමක් අනුව ක්‍රියාත්මක වෙන දෙයක්.

මේ දේවල් දැනගත්තා කියලා අපේ හිත බලෙන් එතෙන්ට ඔසවලා තියන්න බෑ. මොකද මේ ධර්මතා ටික අපේ හිතේ වැඩෙන්න ඕනෑ. සත්කිස් බෝධිපාක්‍ෂික ධර්ම ඒ ඒ මට්ටම්වලට වැඩිවැඩි එනවා නම්, අන්න ඊළඟ මට්ටම ක්‍රියාත්මක වෙනවා. අපි එතන ඉඳන් තව ටිකක් වඩනකොට අන්න ඊළඟ මට්ටම ක්‍රියාත්මක වෙනවා. දහමේ තියෙන 'ඕපනයික ගුණය' කියන්නේ ඕකයි. ඒ කියන්නේ මෙතන තියෙනවා අපි ප්‍රායෝගිකව යෙදිය යුතු දහමක්. ඒ ප්‍රායෝගික දහමේ යෙදෙනකොට ක්‍රමානුකූලව මේ දහම විසින්ම ඊළඟ තත්ත්වයට අපිව ඔසවලා තියනවා. ඉතින් එතකොට අපිට තේරෙනවා, මේ ප්‍රඥාව වැඩීම නිසා තමයි, අතන අර විරාගී ස්වභාවයක්, ඒකෙන් අයින් වෙන ගතියක්, ඒක කෙරෙහි කලකිරෙන ගතියක් හිතේ ඇති වෙන්නේ. ඒක පදනම් කරගෙන තමයි මේ හිත අරමුණෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම විමුක්ත වෙන ස්වභාවයක් ඇති වෙන්නේ; නිදහස් වෙන ස්වභාවයක් එන්නේ.

මේ සම්බන්ධයෙන් තවත් ටිකක් ගැඹුරු සූත්‍රයක් එනවා. ඒකත් ඉතාම වටිනවා. මොකද, බුදුරජාණන් වහන්සේගේ බුද්ධ චරිතයේ හරිම සුක්‍ෂ්ම අන්දමින් මෙන්න මේ ක්‍රියාවලිය පැහැදිලි කරනවා. එක සූත්‍රයක් තියනවා 'උපය සූත්‍රය' කියලා බන්ධ සංයුක්තයේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙහෙම ප්‍රකාශයක් කරනවා. "උපයො, භික්ඛවෙ, අවිමුක්තො, අනුපයො විමුක්තො". අද අපිට ඇත්තටම කතා කරන්න තියෙන මාතෘකාව, බුදුරජාණන් වහන්සේ අහන අන්තිම ප්‍රශ්නයයි. "කිං සාරා සබ්බෙ ධම්මා?" මේ සියල්ලෙහි සාරය මොකක්ද? හරය මොකක්ද? කියලා අහන ප්‍රශ්නය. එතෙන්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන්න කියන පිළිතුර තමයි "විමුක්ති සාරා සබ්බෙ ධම්මා" මේ විමුක්තිය කියන්නේ මොකක්ද? ඇයි මේක සාරයක් වෙන්නේ? ඇයි මේක හරය වෙන්නේ? කියන එක තමයි තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ මතක් කරලා දෙන උපය සූත්‍රයේ උන්වහන්සේ කියනවා, "උපයො, භික්ඛවෙ, අවිමුක්තො, අනුපයො විමුක්තො" මේ 'උපය' කියලා කියන්නේ, දෙයක් ළඟට කිට්ටු වෙලා ඉන්න ගතියක්, දෙයකට නිකං ළං වෙලා ඉන්න ගතියක්, ඇලිලා ඉන්න ගතියක්. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා

එතෙක්දී හිත විමුක්ත නැහැ. හිත නිදහස් නැහැ. හිත ඉන්නේ අර ලං වෙලා ඉන්න දෙය මත යැපෙන ගතියක. ඒකෙන් වර්ණ ගැන්වෙන ගතියක් තමයි එතෙත තියෙන්නේ. හැබැයි “අනුපයො විමුතො” කිසිම දෙයකට ලං වෙලා නැත්නම්, කිසිම දෙයක් ග්‍රහණය කරලා නැත්නම්, උපාදාන කරලා නැත්නම්, ඒ කිසි දෙයක් ගැන මනසින් මතවාදයක් දරන්නේ නැත්නම්, අන්ත එබඳු ස්වභාවය විමුක්තයි.

මෙන්න මේ ප්‍රකාශය කරලා ඊළඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සූත්‍රයේ කියනවා, “රූපුපයං වා, භික්ඛවෙ, විඤ්ඤාණං තිට්ඨමානං තිට්ඨයා, රූපාරම්මණං රූපපතිට්ඨං” දැන් මේ එක පැත්තක් ගැන විස්තර කරනවා, විඤ්ඤාණය රූපයකට එක්කෝ ලං වෙලා තියෙන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් රූපයක් ග්‍රහණය කරලා, රූපයක් උපාදානය කරලා තියෙන්න පුළුවන්. ඒ වෙලාවේදී විඤ්ඤාණය ඒක තුළ හොඳට සිටිනවා; පිහිටනවා. ඒ රූපාරම්මණය තුළ විඤ්ඤාණය දැන් පිහිටලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ රූපයක් ඇසුරු කරන වෙලාවකදී විඤ්ඤාණය ඒ රූපය මත පිහිටනවා. ඒ වගේම බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, වේදනාවක් ඇසුරු කරනකොට විඤ්ඤාණය වේදනාව මත පිහිටනවා. සංඥාවක් ඇසුරු කරනකොට සංඥාව මත පිහිටනවා. සම්ඛාරයක් ඇසුරු කරනකොට සම්ඛාරයක් මත පිහිටනවා.

දැන් හිතමු අපි ධාතු මනසිකාර භාවනාවක යෙදෙනවා. මොකද එතෙක්දී අපි කෙළින්ම මේ රූපාරම්මණයක් එක්ක තමයි කටයුතු කරන්නේ. අපි ඒ රූපාරම්මණය දිහා නැවත නැවත බලනවා. අපි හිතමු තද ගතියක් දිහා බලනවා; රළු ගතියක් දිහා බලනවා. මේ විදියට මේ විවිධාකාර ධාතු ලක්ෂණ මතු වෙනවා. අපිත් හොඳට ඒවා දිහා බලමින් ඉන්නවා. එක එක මට්ටම්වලින් අපිට ධාතු සම්බන්ධයෙන් අවබෝධයක් එන්න පටන්ගන්නවා. කෙනෙකුට තේරෙන්න පුළුවන් මෙතන මේ විවිධාකාර ධාතු ලක්ෂණ මතු වෙනකොට, “මෙතන මම මගේ කියලා දෙයක් නෑ. මේ ධාතු හතරක් ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. මේ ධාතු හතර මට කිසිම පාලනයක් නෑ. දැන් මේ ඇතුළේ තියෙන ධාතු හතරයි, එළියෙ තියෙන ධාතු හතරයි කියලා කිසි වෙනසකුත් නෑ. ගස් ගල්වලත් පඨවි ධාතුව තියෙනවා. මේ කයෙත් ඇට කටුවල, මස්වල, නියපොතුවල, මේ තද කොටස්වල හැම එකේම පඨවි ධාතුව තියෙනවා. මේ ඇතුළේ

තියෙන පයවි ධාතුවයි එළියෙ තියෙන පයවි ධාතුවයි අතර වෙනසක් නෑ” කියලා. ඉස්සර “මේ ඇතුළේ තියෙන එක හරිම හොඳයි, මගේ කය තමයි ලස්සන. මගේ කය තමයි හැඩහුරු. මගේ කය තමයි හරිම කඩවසම්” කියාගෙන හිටපු තැනැත්තගේ හිතේ දැන් පරිවර්තනයක් ඇති වෙනවා. ‘මෙතන තියෙන්නෙන් පයවි ධාතු ටිකක්; අතන තියෙන්නෙන් පයවි ධාතු ටිකක්; එකම පයවි ධාතුව. ඒ පයවි ධාතුව දන්නේ නෑ මේ තියෙන්නෙ පුරුෂ ශරීරයකය, මේ තියෙන්නෙ ස්ත්‍රී ශරීරයකය, මේ තියෙන්නෙ ගලක්ය, මේ තියෙන්නෙ ගහක්ය කියලා.

දැන් මේක තව දුරටත් වර්ධනය වෙන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ දැන් මේ පයවි ධාතුවේ ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය බලනවා. තද ගතියක් කලින් තිබුණේ නෑ. ඔන්න මේ දැන් හටගත්තා. සුළු මොහොතකින් නැති වෙලා ගියා. ඊළඟට රළු ගතියක් කලින් තිබුණේ නෑ. මේ දැන් හටගත්තා. ඔන්න දැන් නැති වෙලා ගියා. අපි හිතමු උණුසුම් ගතියක්. මේ දැන් හටගත්තා. නැති වෙලා ගියා. ඉතින් මේ විදියට අර යෝගාවචරයාගේ හිතේ මේ දේවල්වල තියෙන ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය, නොතිබී හටඅරගෙන ඤාණයකින් නිරුද්ධ වෙලා යන ස්වභාවය, නිරන්තරයෙන්ම මේ දෙකෙන් පෙළෙන ස්වභාවය, අන්න ටික ටික මේවා තේරෙන්න තේරෙන්න, මේක මම කොහොමද ‘මගේ’ කියාගන්නෙ, කොහොමද මම මේක පාලනය කරන්නේ, මේක වැඩ කරන්නේ එයාට ඕනෑ විදියට නේද, කියලා තමන් තුළ ලොකු ආකල්පමය වෙනසක් එනවා. මොකද මේ එකක්වත් මම කියලා කරන දේවල් නෙවෙයි. මගේ කැමැත්තට සිද්ධ වෙන දේවල් නෙවෙයි. ඒගොල්ලොම හැසිරෙනවා. ඇතැම් වෙලාවට ඔන්න කය හෙලවෙනවා. ඇතැම් වෙලාවට දිය වෙලා යනවා වගේ දූනෙනවා. ඇතැම් වෙලාවට උණුසුම් වෙනවා. ඇතැම් වෙලාවට සිසිල් වෙනවා. ඇතැම් වෙලාවට තද වෙනවා. ඇතැම් වෙලාවට බුරුල් වෙනවා. හරියට නිකං අනුන් රූකඩයකින් නටවනවා වගේ. අපි ඉතින් අපේ කය අනුන්ට නටවන්න දීලා බලාගන ඉන්නවා. හරියට දැන් නිකං අනුන්ගේ බැල්මකින් බලන්නේ. අනුන් දිහා බලන බැල්මකින් බලනවා.

දැන් මෙහෙම කරන්න කරන්න, අපි අර මගේ කියාගෙන, දැඩිව අල්ලගෙන, බදගෙන, ලස්සනයි කියාගෙන, කඩවසම් කියාගෙන,

ඔහොම කියාගත හිටිය ඒ දෘෂ්ටිය අයින් වෙලා, “මෙතන තියෙන්නේ ධාතු ස්වභාවයක්; මේක මගේ පාලනය යටතේ නැහැ; මෙතන තියෙන්නේ මොහොතක් පාසා ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක්” කියලා ප්‍රඥාවක් අවදි වෙන්න ගන්නවා. ඉතින් මේ ප්‍රඥාව වැඩෙන්න වැඩෙන්න මොකක්ද වෙන්නේ? බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ චේතනාකරණීය සූත්‍රය මෙතෙක්දී මතක් කරගන්න පුළුවන්. මේ ප්‍රඥාව වැඩෙන්න වැඩෙන්න, හිතේ ඇති වෙන්නේ මේ කය සම්බන්ධයෙන් කලකිරීමක්. දැන් මේ අවබෝධය මත ඇති වෙව්ව කලකිරීමක්. එහෙම නැතුව මේ කකුලක් කැඩීලා, නැත්නම් ඇඟ විරූප වෙලා, මොකක් හරි ප්‍රශ්නයක් නිසා ඇති වෙව්ව කලකිරීමක් නෙවෙයි. මේ හොඳට ලස්සනට තියෙන කයම තමයි මේ දැනුත් බලන්නේ. අර හොඳට ලස්සනට තිබිව්ව කය දැන් ජේන්නේ වෙනත් විදියකට. මේක මේ මොහොතක් පාසා ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ස්වභාවයක් වශයෙන් දකින්නේ. පාලනයෙන් තොර ස්වභාවයක් වශයෙන් දකින්නේ. මේකෙම මොහොතක් පාසා ඇති වීම් නැති වීම් දෙකෙන් පෙළෙන ස්වභාවයක් වශයෙන් දකින්නේ.

මෙහෙම බලන්න බලන්න හිතේ තිබිව්ව අර ආසාව, ඇලීම, ගැලීම අයින් වෙලා ඒ වෙනුවට හිත ටික ටික, ටික ටික මේකෙන් අයින් වෙන ගතියක් ඇති වෙනවා. මේ අයින් වීමේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් දැන් තමන්ගේ කය දිහා බලනකොට සමහර විට මේකේ රේඛා ජේන්නේ නෑ. සමහර කෙනෙක් විස්තර කරනවා, අපි හිතමු දැන් ඔන්න ධාතු මනසිකාරය වඩමින් හිටියා. දැන් කය ඔක්කොම කැලිවලට බිඳිලා ගියා වගේ. දැන් පෙනෙන්නේ හරියට නිකං තිත් ගොඩක් විතරයි වගේ. දැන් මේකේ අර අපි කලින් වගේ ඉරියව්වට හිත දම්මාම ඒ හැඩහුරුකම් තියෙන ප්‍රදේශයක පමණක් ඉන්න ගතියක් තියෙන්නේ. නමුත් ධාතු මනසිකාරය වඩද්දී අපි ඒ පනවාගත්ත ඒ රේඛා, සීමා මරියාදවල්, ඒවා ඔක්කොම දුරු වෙලා යන්න ඉඩ තියෙනවා. දැන් නිකං හාත්පස පැතිරිව්ව ධාතු සමූහයක් බවට පත් වෙලා. හිතේ එබඳු ආකල්පයක් දැන් මේ භාවනාව හරහා වැඩෙනවා. ඇස් දෙක පියාගෙන සමාධිමත් කරගෙන මේ රූපයට හිත දුගෙන ඉන්නකොට එයාට තේරෙන්නේ මොහොතක් පාසා ඇති වෙලා නැති වෙලා යන ධාතු ස්වභාවයක් මිසක්

මේකෙ මේ නම් ගම් දීපු මේ අතය, මේ කටය, මේ බඩය, මේ කකුලය කියලා ඒ අපි නම් ගම් දීපු මොකක්වත් දැන් අහු වෙන්නේ නෑ. ඒ මොකක්වත් දැන් වැටහෙන්නේ නෑ.

ඉතින් මේ වගේ ඉන්න ස්වභාවයකදී තමයි ඊළඟට මේකෙනුත් හිත අයින් වෙලා, කයෙනුත් හිත අයින් වෙලා, මේ කය උපාදන නොකරන, කය ඇසුරු නොකරන, කයට ඇලුම් නොකරන, කය ළඟ ඉන්නේ නැතුව කයින් අයින් වෙලා නිදහසේ ඉන්න පුළුවන් හිතක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. ඒකයි දැන් කායානුපස්සනාවේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ අන්තිමට “අනිසසිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති” කියලා. මේ කයේම බැලුවා ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය. “සමුදයධම්මානුපසසී වා කායසම්ච විහරති, වයධම්මානුපසසී වා කායසම්ච විහරති” ඔය විදියට විස්තර වෙනවා. ඒ කියන්නේ මේ අපි අරමුණු කරපු ධාතු ස්වභාවයම ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය දැකීම් හරහා ඒකේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් සතිය පිහිටනවා, සතිය වැඩි වෙනවා, ප්‍රඥව වැඩි වෙනවා, මාර්ගය ටික ටික වැටහෙනවා. අන්තිමට “අනිසසිතො ච විහරති” අන්න අනිශ්‍රිත භාවයකට හිත එනවා. හැබැයි ඒත් හිත උපාදන කරන්න ඉඩ තියෙනවා. තාම ආශ්‍රව සහිතයි; අනුසය වැඩ කරනවා. ඉතින් හිත පරණ පුරුද්දට වැඩ කරනවා. නමුත් තාවකාලිකව යම් අවස්ථාවකදී කය පවා ග්‍රහණය නොකරන තත්ත්වයක් මේ ධාතු මනසිකාර භාවනාව හරහා හිතේ ඇති වෙන්න පුළුවන්.

මේක ක්‍රමානුකූලව වෙනවා මිසක්, පියවරෙන් පියවර වෙනවා මිසක්, අපි මේ දේවල් සුතමය ඥානයකින් අහලා දනගත්ත පමණින් හිතේ වෙන්නේ නෑ. ඒක මම නැවත නැවත මතක් කරන්නේ - අපි දැන් මේ සුතමය ඥානයක් ඇති කරගැනීම සදහායි බණ අහන්නේ. නමුත් මේක අහපු පමණින් හිතේ මේක සිද්ධ වෙන්නේ නෑ. හිතේ මේක සිද්ධ වෙන්න නම් හිතට මේකේ යථා ස්වභාවය නැවත නැවත පෙන්වාදිය යුතුයි. පෙන්වාදෙමින් ඉන්නකොට “අනේ මේක සිද්ධ වේවා, අනේ මේක කලකිරේවා” කියලා හිතන්න අවශ්‍යත් නැහැ. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා ධර්මතාවක් වශයෙන් ඒ කලකිරීම ඇති වෙනවා; ධර්මතාවක් වශයෙන් මේ කය කෙරෙහි හිත විරංජනය වීමක් වෙනවා. ඒක ධර්මතාවක් වශයෙන්ම සිද්ධ වෙනවා. ඒක බලමින් ඉන්ද්‍රදී තව

තව මේ කටයුත්තේ යෙදෙද්දී, “අනේ මේ හිත මේකෙන් අයින් වේවා, නිදහස් වේවා” කියලා හිතන්නවත් අවශ්‍ය නැහැලු. අර ටික හොඳට තේරුණා නම්, නිබ්බිදුව හොඳට පහළ උනා නම්, කය නිකං බොඳ වෙලා වගේ ගිහිල්ලා, මේකේ දෑන් රේඛා, සීමා මරියාදවල් දකින්න බැරි තත්ත්වයට පත් වුණා නම්, හිත නිදහස් වෙනවා කියන එක, අනිශ්‍රිත භාවයකට පත් වෙනවා කියන එක ධර්මතාවක් වශයෙන් සිද්ධ වෙනවා කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. ඒ නිසා අපිට තේරෙනවා, මෙතෙත තියෙන්නේ ප්‍රඥාව අවදි වෙන ගමනක්. අපිට සතිය අවශ්‍යයි. සමාධිය අවශ්‍යයි. ඒවා ඔක්කොම පාවිච්චි කරලා, අපි දෑන් ප්‍රඥාව අවදි කරනවා. ප්‍රඥාවෙන් තමයි මේ දේවල් ටික ටික පෙන්වලා දෙන්නේ. මුහුකුරා යාමක් සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ මුහුකුරා යාම හරහා තමයි විමුක්ත ස්වභාවයක්, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන හිතේ විමුක්තිය හා සම්බන්ධ ප්‍රඥාවක් වැඩෙනන පටන්ගන්නේ.

අපි සාමාන්‍යයෙන් හිතනවා දේවල් දැනගැනීම, අල්ලා බදුගැනීම, පුළුවන් තරම් ධනධාන්‍ය වශයෙන්, වස්තු සම්භාර වශයෙන් එකතු කරගැනීම - ඒක තමයි සාමාන්‍යයෙන් සාර්ථක දේ කියලා. ඒක නිසා අපි පුළුවන් තරම් ඉගෙනගන්නවා. වස්තුව හව හෝග රැස් කරගන්නවා. පුළුවන් තරම් ඉහළ තානාන්තර, තනතුරු ලබාගන්න උත්සාහවත් වෙනවා. බලය පැත්තෙන් ගත්තොත් ඉහළම බලයක් සහිත කෙනෙක් බවට පත් වෙන්න අපි උත්සාහවත් වෙනවා. ඉතින් මේ වගේ පුළුවන් තරම් ලොකු දේවල් අල්ලා බදුගැනීම තුළ, කෙනෙක් පුද්ගලයෙක් වශයෙන් වැරදීම තුළ තමයි අපි හිතන්නේ අපි සාර්ථකයි කියලා. ලොකු සාරවත් දෙයක් අපි සතු කරගත්තා කියලා, එහෙම තමයි අපි හිතන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහමේ එහෙම්මම නෙවෙයි කියන්නේ. අපිට මේ සම්බන්ධයෙන් පොඩ්ඩක් දෑන් අනිත් පැත්තකට අපිට හැරෙන්න පුළුවන්. එක්තරා සූත්‍රයක් තියෙනවා මහා සාරෝපම සූත්‍රය කියලා. දෑන් අපිට කතා කරන්න තියෙන්නේ මේ සියල්ලේම සාරය මොකක්ද? හරය මොකක්ද? කියන මාතෘකාව. ඒ මාතෘකාවම කතා කරන සූත්‍රයක් තමයි මහා සාරෝපම සූත්‍රය කියන්නේ. ඒක අන්තර්ගත වෙන්නේ මජ්ඣිම නිකායේ. එතෙන්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ

මතු කරන කාරණාව මම කෙටියෙන් මතක් කරන්නම්. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා කවුරු හරි කෙනෙකුට හිතෙනවාලු මේ ලෝකික දේවල් ඇසුරු කරගෙන ඉඳලා වැඩක් නැහැ, මේ සංසාරෙන් මිඳෙන්න ඕනෑ, ඉතින් මේ හින්ද මම මහණ වෙන්න ඕනෑ කියලා. එතකොට - මම මේ දීර්ඝ කතාවක් කෙටියෙන් කියන්නේ - එයා සසර ගැන කලකිරිලා, මේ ලෝකෙ තියෙන දේවල් ගැන කලකිරිලා මහණ වෙනවා. මහණ වුණාට පස්සේ, එයා ඔන්න අපි හිතමු බණ ටිකක් කියනවා. මොනවා මොනවා හරි කටයුතු ටිකක් කරනවා. ඒ කටයුතු කිරීම නිසා දැන් එයා ටිකක් ප්‍රසිද්ධියට පත් වෙලා, සිවුරු පිරිකර දේවල් හම්බ වෙනවා දැන්. ඉතින් 'කෙනෙක්' බවට පත් වෙනවා; ප්‍රසිද්ධ කෙනෙක්; ප්‍රසිද්ධ ස්වාමීන් වහන්සේ නමක්. එහෙම නැත්නම් ප්‍රසිද්ධ හිඤ්ඤාණීන් වහන්සේ නමක්, සිල්මැණි නමක් බවට ඔන්න 'කෙනෙක්' බවට පත් වෙලා. දැන් ලාභ සත්කාර හොඳින් ලැබෙනවලු.

මේ සූත්‍රයේ කියනවා බුදුරජාණන් වහන්සේ, එතකොට අර හිඤ්ඤාණීන් වහන්සේ - අපි මේක හිඤ්ඤාණීන් වහන්සේට විතරක් සීමා කරලා කතා කරමු - ඒ හිඤ්ඤාණීන් වහන්සේ හිතනවලු "දැන් මගේ වැඩේ සිද්ධ වුණා, මේ අනිත් අයට නම් මට තරම් පිනක් නැහැ, ඉතින් ඒගොල්ලන්ට එව්වර හම්බ වෙන්නේ නෑ, මට තමයි ඔක්කොම හම්බ වෙන්නේ, මං හින්ද තමයි ඔක්කොම මෙතන සිද්ධ වෙන්නේ, මං තමයි 'ලොක්කා', මට හම්බ වෙන නිසා තමයි අනිත් අයත් යැපෙන්නේ, මට තමයි මේ ඔක්කොම ලාභ සත්කාර ඔක්කොම හම්බ වෙන්නේ" කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා තමන්ව හුවා දක්වනවා, අනිත් අයව පහත් කරලා දක්වනවාලු. එතකොට මොකද වෙන්නේ? බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, අන්න එයා ඒ ලාභ සත්කාරවලම ඇලෙනවා, එතනම ගැලෙනවා, ඉන් එහා යන්නේ නෑ. එයා අර මහණ ජීවිතයේ සාරය වශයෙන්, හරය වශයෙන් ගත්තා ලාභ සත්කාර සිලෝක කියන එක. ප්‍රසිද්ධිය, නැත්නම් ලාභ සත්කාර ලැබීම, හොඳ හොඳ සෙනසුන් ලැබීම, හොඳ හොඳ ප්‍රණීත පිණිඩපාත ලැබීම, ප්‍රසිද්ධියට පත් වීම, මේ දේවල් හරය වශයෙන් ගත්තා. සාරය වශයෙන් ගත්තා.

මේකට උපමාවක් වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, කැලයට යනවලු යම් කිසි මනුෂ්‍යයෙක් හොඳ අරටුව තියෙන ගහක්

කපාගෙන එන්න. ඒ මනුස්සයා අරටුව මොකක්ද කියලා හඳුනන්නේ නැත්නම් එයා අරටුව ගන්නවා වෙනුවට ඒකේ තියෙන අතු කොළ ටික අරගෙන යනවලු ගෙදර. අරටුව හොයන්නයි ආවේ. අතු කොළ තමයි අරගෙන යන්නේ. අන්න ඒ වගේ තමයි කියනවා මහණකමක් කරන්න ඇවිල්ලා ලාභ සත්කාරවල නතර වුණා නම්, ඒක ලොකු කරගන්නා නම්, 'හොඳයි දැන් නම් මම ඔක්කොම දිනුම්' කියලා හිතාගන්නා නම්, එතන නතර වුණා නම්, හරියට අර අරටුවක් හොයාගෙන ඇවිල්ලා අතු කොළ අරන් ගිය මනුස්සයාට වෙච්ච දේ තමයි වෙන්නේ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා.

ඊළඟට කියනවා, දැන් තවත් කෙනෙක් ඒ විදියටම කටයුතු කරගෙන යනවලු. දැන් එයාටත් ලාභ සත්කාර එනවා. හැබැයි එයා අර තරම් මෝඩ නැහැ. එයාට තේරෙනවලු මේවා ඇති වෙලා නැති වෙලා යනවා. මේකේ එච්චර සාරයක් නැහැ, ඊට වඩා යමක් මේ මහණකමේ තියෙනවා කියලා ඒ ස්වාමීන්වහන්සේ සීලයක් ආරක්‍ෂා කරන්න පටන්ගන්නවා. එයා සිල්වතෙක් බවට පත් වෙනවා. දැන් හොඳින් සීලය ආරක්‍ෂා කරනවා. එයා අවංකව හොඳින් සීලය ආරක්‍ෂා කරගෙන යනකොට ඔන්න හොඳ සිල්වත් භාවයක් දූනෙනවා. ඒ සිල්වත් වෙනකොට එයාට තේරෙනවාලු අනිත් අය නම් එච්චර සිල්වත් නෑ. සිල් බිඳිනවා. සිල් කැඩෙනවා. එක එක ඇවැත්වලට පත් වෙනවා. මම නම් එහෙම නෑ. දැන් තමන්ට තේරෙනවලු තමන් තමයි සිල්වත්; අනිත් අය එච්චර සිල්වත් නෑ කියලා. අනිත් අයව දැන් සීලය මුල් කරගෙන පහත් කරලා සලකනවා. තමන් සීලය මුල් කරගෙන අන්න කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මෙතෙක්දීත් සීලය සාරය වශයෙන් ගත්තා. ඒ ස්වාමීන් වහන්සේ සීලයම සාරය කරගෙන එතනින් එහාට යන්නේ නෑ. සීලය මත නතර උනාලු. ඒකටත් අර හරය හොයන මනුස්සයාගෙ උපමාවම බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, හොඳ අරටුවක් තියෙන ගහක් හොයාගෙන ආපු කෙනෙක් අරටුව හඳුනන්නේ නැතුව ඒ ගහේ පොත්ත අරගෙන යනවාලු. අරටුව දන්නේ නෑ. පොත්ත තමයි අරන් යන්නේ අරටුව කියලා. අන්න ඒ වගේ තමයි කියනවා මේ සීලයෙන් නතර වෙලා ඉන් එහාට යන්නේ නෑ. ඉන් එහා අර්ථයක්, හරයක්, සාරයක් මේකේ තියෙනවා කියලා දන්නේ නැහැ.

ඊළඟට පින්වත්නි, බුදුරජාණන් වහන්සේ තවත් එහාට අපිව එක්ක යනවා. ඔන්න තවත් ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක් ඉන්නවලු. එයාට ලාභ සත්කාර හම්බ වෙනවා. එයා ඒකේ නතර වෙන්නේ නෑ. එයා ඊට එහා අර්ථයකට යනවා. එයා සිල්වත් වෙනවා. සිල්වත් වෙලත් එයා එතනිනුත් නතර වෙන්නේ නැහැ. එතන පාවිච්චි කරලා අනිත් අයව පහත් කරන්න යන්නේ හෙම නැහැ. එයා තේරුම්ගන්නවාලු මේ සීලය පමණක් නෙවෙයි ඊට වඩා අර්ථයක් මේකේ තියෙනවා. එයා දැන් භාවනාවක් කරන්න පටන්ගන්නවා. දැන් හිතේ සමාධියක් වැඩෙනවා. හිත දැන් එකඟ වෙලා තියෙනවා. පැයක් දෙකක් හොඳට පර්යංකයේ ඉන්න පුළුවන්. නොසෙල්වී ඉන්න පුළුවන්. හොඳට හිත සමාධිමත් වෙලා තියෙනවා. හොඳට ප්‍රීති ස්වභාව දූනෙනවා. සැහැල්ලුවක් දූනෙනවා. කය නොදැනී යනවා. පැය ගණන් ගත වෙනවා. ඤාණයක් වගේ ගත වෙනවා. හරිම ප්‍රසන්නයි. හරිම වමන්කාරජනකයි. හරිම සැහැල්ලුවක් දැන් තියෙන්නේ. දැන් අනිත් අය දිහා බැලුවාම අනිත් අයට නම් එහෙම ඉන්න බෑ. විනාඩි 5 ක් යනකොට අනිත් අය නැගිටලා යනවා. ඇඟපත හොල්ලනවා. කිසිම සතුටක් නෑ ඒ අයගේ. තමන්ට නම් පැයක් දෙකක් හොඳට සමාධියේ ඉන්න පුළුවන්. දැන් ඉතින් මෙයාට තේරෙනවා, 'මට තමයි සමාධියක් තියෙන්නේ. අනිත් අයට නම් සමාධියක් නැහැ. මම තමයි සමාධියෙන් ඉස්සරහට ඇවිල්ලා ඉන්නේ.' එයා ඒ සමාධියේ නතර වෙනවලු. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා එයා සමාධිය තමයි සාරය වශයෙන් ගත්තේ; හරය වශයෙන් ගත්තේ. දැන් මේකටත් අර ගහේ උපමාව දෙනවා. එතෙන්දී බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, අර අතු කොළ ගෙනියන්නෙන් නැහැ. පොත්ත ගෙනියන්නෙන් නැහැ. පොත්ත ගැලව්වට පස්සේ ඇතුළේ සිටියක් තියෙනවාලු. ඒ සිටිය තමයි අරගෙන යන්නේ අර තැනැත්තා හරය කියාගෙන; අරටුව කියලා හිතාගෙන. අන්න ඒ වගේ තමයි කියනවා සමාධිය හරය කරගත්තොත්, සමාධිය අරටුවයි කියලා හිතාගත්තොත්, එතන නතර උනොත්. ඉන් එහා ගියේ නැත්නම් මේ වගේ දෙයක් තමයි සිද්ධ වෙන්නේ.

ඔන්න පින්වත්නි, තවත් එහාට එක්කගෙන යනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, තවත් ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක් ඉන්නවා; දැන්

එයාට ලාභ සත්කාර හම්බ උනා. ඒත් එයා ඒකෙන් නතර උනේ නෑ. එයා සිල්වතෙක් බවට පත් වුණා. ඒකෙනුත් අනික් අයව පහත් කරන්න ගියේ නැහැ. තමන්ව උඩින් කියන්න ගියේ නැහැ. තවත් ඉන් එහාට ගියා. අන්න එයා දුන් සමාධියකුත් වැඩුවා. හිත දුන් සමාධිමත් වෙනවා. හැබැයි ඒකෙන් අනිත් අයව පහත් කරන්න ගියෙත් නෑ. තමන්ව ඔසවා තබන්න ගියෙත් නැහැ. “මේ සමාධිය නෙවෙයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන සාරය. සමාධිය නෙවෙයි මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන හරය. බුදුරජාණන් වහන්සේ ඊට වඩා ප්‍රඥව අගේ කරලා තියෙනවා, ඒ නිසා මම ප්‍රඥව දියුණු කරන්න ඕනෑ” කියලා එයා ප්‍රඥව දියුණු කරනවා. දුන් ප්‍රඥව දියුණු කරලා යම් පමණක ප්‍රඥවක් එයාගේ හිතේ වැඩෙනවා. හැබැයි තාම ඉන් එහාට ගිහිල්ලා නෑ. හැබැයි දේවල් වැටහෙනවා. දේවල් අනිත්‍ය වශයෙන් වැටහෙනවා. දුකක් වශයෙන් වැටහෙනවා. අනාත්ම වශයෙන් වැටහෙනවා. යම් පමණක ප්‍රඥවක් තියෙනවා දුන්. හැබැයි මේකේ කෙළ පැමිණීමක්, සම්පූර්ණ වීමක් වෙලා නැහැ. ප්‍රඥවක් තියෙන බව තේරෙනවා දුන්. හිතේ ටිකක් සැහැල්ලුවක් තියෙනවා. එයා එතනින් නතර වෙනවලෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා එයා එතන සාරය කියලා සලකනවා. එතනින් නතර වෙනවා. ඉන් එහාට යන්නේ නැත්නම්, හරියට අර අරටුවක් භොයාගෙන ආපු කෙනා අතු අරටුව කියලා ගත්තෙන් නැහැ; කොළ අරටුව කියලා ගත්තෙන් නැහැ; ගහේ පොත්ත අරටුව කියලා ගත්තෙන් නැහැ; පොත්තෙන් ඇතුළේ තියෙන සිවිය අරටුව කියලා ගත්තෙන් නැහැ. හැබැයි එයා එලය අරටුව කියලා ගත්තාලෑ. එලය තමයි දුන් එයාට අහු වෙලා තියෙන්නේ අරටුව වශයෙන්. මොකද අර සාමාන්‍ය ප්‍රඥ මට්ටමක එයා නතර වෙලා.

ඊළඟට පින්වත්නි, තවත් හිඤ්ඤන් වහන්සේ කෙනෙක් ඉන්නවාලෑ, එයා අර විදියට ලාභ සත්කාරවලට අහු වුණෙත් නෑ; ඒක ලොකු කරගත්තෙන් නෑ. සීලයක් වැඩුවා සීලයට අහු වුණෙත් නෑ; එතන නතර වුණෙත් නෑ. ඊළඟට සමාධියක් වැඩුවා; සමාධිය ළඟ නතර උනෙත් නෑ. ඊළඟට ප්‍රඥව වැඩුවා; ප්‍රඥවෙන් අර මතුපිට මට්ටමක නතර උනේ නැහැ. එයා මොකද කරන්නේ? එයා තේරුම්ගන්නවාලෑ, “මේ ප්‍රඥව උනත් වඩාගෙන වඩාගෙන යනකොට හිතේ තාමත් හැලහැප්පීම් සිද්ධ වෙනවා. මේ හැදෙන විපස්සනා සමාධියක් උනත් කැඩෙන්න පුළුවන්.

තාම මම මේකේ උත්කෘෂ්ට මට්ටමකට ඇවිල්ලා නැහැ. තාම මම අකුප්පා වේතොවිමුක්තියකට ඇවිල්ලා නැහැ. ඒ කියන්නේ, අර්හත්වයට පත් වෙලා නැහැ”. ඒ කියන්නේ අපේ හිතේ කෙලෙස් තියෙන තාක්, රාග ද්වේෂ මෝහ තියෙන තාක් අපි වඩන සමාධිය කැඩෙනවා, බිඳෙනවා, හෙලවෙනවා. විශේෂයෙන්ම මරණ මොහොතෙදී අපිට ඒක පවත්වන්න බැහැ.

නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ විශේෂ සමාධියක් මතක් කරලා දෙනවා. ඒ කියන්නේ අර්හත්ඵල සමාධිය; අකුප්පා වේතොවිමුක්තියක් වශයෙන් පෙන්වනවා. එම ස්වභාවය පමණක් කිසිම දෙයකින්, මරණයේදී පවා කැඩෙන්නේ බිඳෙන්නේ නැහැලු. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා අන්න එයා තමයි අකුප්පා වේතොවිමුක්ති මට්ටම, අර්හත්වයම හරය කරලා සලකන්නේ. අර ගසේ උපමාවෙන් කියනවා, කොළ අතු හරය කරගත්තේ නෑ; ඒ වගේම පොත්ත හරය කරගත්තේ නෑ; ඒකෙන් පස්සේ තියෙන සිවිය හරය කරගත්තේ නෑ; ඵලය හරය කරගත්තේ නෑ. නියම අරටුවම අල්ලගත්තාලු. යම් කිසි පුරුෂයෙක් අරටුවෙන් ප්‍රයෝජන තියෙන බව තේරුම් අරගෙන, අරටුවම අරගෙන යනවලු. අන්න එයා තමයිලු දැක්කයා. එයා තමයි නිවැරදිව මේ ශාසනය හඳුනාගත්තේ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රකාශ කරනවා.

ඉතින් ඒක සම්බන්ධයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ වචනයෙන්ම ටිකක් කියන එකක් වටිනවා. “ඉති බො, හික්ඛවෙ, නයිදං බ්‍රහ්මචරියං ලාභසක්කාරසිලොකානිසංසං” ඒ කියන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන ශාසනයේ බ්‍රහ්මචරියාව, ලාභ සත්කාර සිලෝක ආනිසංස කොට නෙවෙයිලු තියෙන්නේ. “න සීලසමපදනිසංසං” මේක මේ සීලයක් පමණක් ආනිසංස කොට නෙවෙයිලු තියෙන්නේ. “න සමාධිසමපදනිසංසං” මේක මේ සමාධිය අරටුව කරගෙන, සමාධිය අන්තිම ඉලක්කය කරගෙන නෙවෙයිලු තියෙන්නේ. “න ඤාණදසසනානිසංසං” මේ සාමාන්‍ය ඤාණයක්, යම් පමණක ඤාණ දර්ශනයක් ආනිසංස කොට නෙවෙයිලු තියෙන්නේ. “යා ච බො අයං, හික්ඛවෙ, අකුප්පා වේතොවිමුක්ති - එතද්ඤාමිදං, හික්ඛවෙ, බ්‍රහ්මචරියං, එතං සාරං එතං පරියොසාන’නති”. අකුප්පා වේතොවිමුක්ති ස්වභාවයක් තියෙනවා නම්, රාගයෙන් ද්වේෂයෙන් මෝහයෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම

හිත නිදහස් වෙලා ලබන යම් අර්භන්වයක් තියෙනවා නම් අන්න ඒකමයි මේ ශාසනයේ සාරය, ඒකමයි හරය, ඒකමයි අවසානය කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. එක අතකින් ශාස්තෘන් වහන්සේ කෙනෙක් හැටියට බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිව මේ සාමාන්‍ය ලාභ සත්කාර සිලෝකවල නතර කරලා නෑ. ඒ වගේම සාමාන්‍ය සීලයක නතර කරලා නෑ. සාමාන්‍ය සමාධිවල නතර කරලා නෑ. සාමාන්‍ය මට්ටමක ප්‍රඥවකවත් නතර කරලා නෑ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ නිරන්තරයෙන්ම උත්සාහවත් වෙලා තියෙනවා අපිට අර අන්තිම ඉලක්කයම සාරය බව පෙන්වලා දෙන්න. අන්තිම ඉලක්කයම අරටුව බව පෙන්වලා දෙන්න. ඒ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශාසනයේ අනෙකුත් විවිධාකාර ආනිසංස තියෙන්න පුළුවන්. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ සතුටු වෙලා තියෙන්නේ අර උත්තරීතරම සාරය, උත්තරීතරම අරටුව සම්බන්ධයෙනුයි.

මේ නිසා විවිධාකාර සූත්‍රවල සඳහන් වන මේ විමුක්ත ස්වභාවය, ඒක පදනම් කරගෙන තව තව ප්‍රඥව වඩාගෙන, තව තව ආශ්‍රව ඤය කරගෙන අපි දිගට දිගට මේ යන ගමන, අන්තිම වශයෙන් කෙළවර වෙන්නේ සම්පූර්ණයෙන් රාගය අපේ හිතින් අයින් වුණා නම්. සම්පූර්ණයෙන් හිතින් ද්වේෂය දුරු උනා නම්. සම්පූර්ණයෙන් හිතින් මෝහය දුරු උනා නම්. ඉතින් ඒ නිසා සඛිගීති සූත්‍රයේදී හෙම මොකක්ද මේ ‘සුවිමුත්ත විත්ත’ කියන්නේ කියලා ප්‍රශ්නයක් අහනවා. ඒ කියන්නේ හොඳින්ම හිත නිදහස් උනා කියන්නේ මොකක්ද? ඒ ප්‍රශ්නයට සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ කියනවා “රාගා විත්තං විමුත්තං හොති” රාගයෙන් දැන් සම්පූර්ණයෙන්ම හිත නිදහස් වෙලා. “දෙසා විත්තං විමුත්තං හොති” ද්වේෂයෙන් මේ හිත සම්පූර්ණයෙන්ම නිදහස් වෙලා. “මොහා විත්තං විමුත්තං හොති” මොහයෙන් මේ හිත සම්පූර්ණයෙන්ම නිදහස් වෙලා. “එවං ඛො, ආචුසො, හික්ඛු සුවිමුත්තවිත්තො හොති” අන්න එබඳු කෙනෙක් තමයි හාත්පසින්ම හිත නිදහස් වෙව්ව කෙනෙක් කියලා කියන්නේ. ඉතින් ඒ නිසා මේ මාතෘකාව - කුමක්ද මේ සාරය? බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ විමුක්තියයි සාරය. සාමාන්‍ය සරල මට්ටමකින් මේ විනාඩියක් දෙකක් හිත නිදහස් වෙලා, රාගයෙන් ද්වේෂයෙන් මෝහයෙන් තාවකාලිකව නිදහස් වෙලා තිබීමත් ඉතින් එක

අතකින් හරි ලොකු දෙයක්. එහෙමවත් නැහැ නේ සාමාන්‍යයෙන් අපිට. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අපිට මග පෙන්වන්නේ, අපිව යොමු කරවන්නේ, සාරය කියලා හරය කියලා පෙන්වන්නේ ඉතාම උත්කෘෂ්ට මට්ටමකින්. ඒ තමයි මේ අකුප්පා වේතෝවිමුක්තියක් කියන මේ අරහත්වය.

කිං මූලක සූත්‍රය ඇසුරින් අද අපි මේ සාකච්ඡා කරන්න උත්සාහවත් වුණේ ‘සාරය’ සම්බන්ධයෙන්. සියල්ලෙහි සාරය මොකක්ද කියන එක සම්බන්ධයෙන්. ඉතින් මේ මාතෘකාවෙන්ම අපි තව දුරටත් හෙට දවසෙන් සාකච්ඡා කරමු. මන්ද, හරිම සාරවත් මේ මාතෘකාව; මේ මාතෘකාව හරිම පුළුල්. මේ සූත්‍රයේ ගැඹුරුම හරිය තමයි දැන් සාකච්ඡා කරන්න තියෙන්නේ. අද දින මේ මාතෘකාවට “කිං සාරා සබ්බෙ ධම්මා?” කියන ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු වශයෙන් දෙන “විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා” කියන බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ප්‍රකාශය යම් පමණක විග්‍රහයක් කෙරුණා නම්, ඒක ප්‍රමාණවත් කියලා මම හිතනවා. අපි එතනින් අදට සැහීමකට පත් වෙලා, අප අද මේ කරපු ධර්ම දේශනාව ඇසුරින් අපේ හිතෙන් මේ සාරය සෙවීම පිණිස, හරය සෙවීම පිණිස, අරටුව සෙවීම පිණිස යම් මග පෙන්වීමක් සිද්ධ වේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරමින් අද ධර්ම දේශනාව අවසන් කරනවා.

සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

9 | උතුම් නිවනට ආරාධනාවක්

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබුද්ධසස

ජන්මලකා, ආචුසො, සබ්බෙ ධම්මා, මනසිකාරසමභවා සබ්බෙ ධම්මා, එසසසමුදයා සබ්බෙ ධම්මා, වෙදනාසමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා, සමාධිපපමුඛා සබ්බෙ ධම්මා, සනාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා, පඤ්ඤානතරා සබ්බෙ ධම්මා, විමුක්තිසාරා සබ්බෙ ධම්මා'ති

ගෞරවනීය ස්වාමීන් වහන්ස, ගෞරවනීය මැණිවරුනි, ශුද්ධාවන්ත පින්වත්නි, අපි මේ 211 වන භාවනා වැඩසටහනට මාතෘකා වශයෙන් තියාගත්තේ අංගුත්තර නිකායේ අට්ඨක නිපාතයේ එන කිං මූලක සූත්‍රය. කිං මූලක සූත්‍රයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රශ්න අටක් අහලා ඒවට උත්තර මොනවද කියලා හිඤ්ඤන් වහන්සේලාගෙන් අහනවා. හිඤ්ඤන් වහන්සේලා කියනවා, 'ස්වාමීනි, භාග්‍යවතුන් වහන්ස, අපි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කියන දේ දරාගන්නම්, අපිට නම් මේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු හිතාගන්න අමාරුයි' කියලා. එතකොට තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේම මේ ප්‍රශ්න අටට පිළිතුරු දෙමින් හිඤ්ඤන් වහන්සේලාව දැනුවත් කරන්නේ.

එද බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයේදී මෙබඳු ප්‍රශ්නවලට වෙනත් උත්තර තිබිලා තියෙනවා. විවිධාකාර මතිමතාන්තර දරපු, නැත්නම් විවිධාකාර දෘෂ්ටි ගත්ත අන්‍ය ලබ්ධිකයින්ගේ වෙනත් උත්තර තිබිලා තියෙනවා. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කියලා දෙනවා මේ ප්‍රශ්නවලට දිය යුතු නිවැරදි පිළිතුරු මෙන්න මේ ආකාර විය යුතුයි කියලා. එහෙම තමයි උත්තර ටික දෙන්නේ. මුලින්ම අහන ප්‍රශ්නය “කිං මූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා?” කවුරු හරි ඇවිල්ලා ඇහුවොත් දේවල්වලට මුල වෙන්නේ මොකක්ද? කියලා, “ඡන්දමූලකා, ආවුසො, සබ්බෙ ධම්මා” - සියල්ලට මුල් වෙන්නේ ඡන්දය, ඒ කියන්නේ කැමැත්තයි, උචමනාවයි කියලා උත්තර දෙන්න කියනවා.

ඊළඟට “කිං සම්භවා සබ්බෙ ධම්මා?” කුමක් සම්භවය කරගෙන, කුමක් මුල් කරගෙන දේවල් පටන්ගන්නවාද කියලා ඇහුවොත් උත්තර දෙන්න කියනවා “මනසිකාර සම්භවා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. විවිධාකාර අන්දමින්, නා නා ප්‍රකාර අරමුණු තියෙන ලෝකයේ මනසිකාරයට තමයි ‘දෙයක්’ හම්බ වෙන්නේ. අපි විවිධ අන්දමින් කටයුතු කරනවා; අපේ ඉන්ද්‍රිය පරිහරණය කරනවා; ආයතන පරිහරණය කරනවා. ඒ ආයතනයන්ට ගෝචර වූ දේ, ඒ ආයතනයන්ට යොමු වූ දේ තමයි අපේ ඇහැ, කන, දිව, නාසය, ශරීරය, හිත ස්පර්ශ කරන්නේ. එතකොට අර යොමු වූ තැනට, යොමු වූ දිසාවට අනුකූලව තමයි ‘දේවල්’ පටන්ගන්නේ. අන්න එබඳු ස්වභාවයක් තමයි මේ මනසිකාරයේ තියෙන්නේ. ඒක යෝනියේ මනසිකාරය වශයෙන් යොදගැනීම තමයි, බුදුරජාණන් වහන්සේ මේක කුසල පක්‍ෂයට හරවලා කරන ක්‍රමය. මේ ඉදිරිපත් කරන ප්‍රශ්නවලට ඒකාන්ත කුසල පක්‍ෂයක් කියලා හෝ ඒකාන්ත අකුසල පක්‍ෂයක් කියලා නෑ. මේ දෙපැත්තටම මේ ඉදිරිපත් කරන ප්‍රශ්න වලංගුයි. නමුත් මේක කොහොමද කුසල පක්‍ෂයට යොදගන්නේ කියන එක තමයි අපි තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ. ඒ තුළින් තමයි අපිට නිවැරදි ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ යන්න අවස්ථාව සැලසෙන්නේ.

ඊළඟට තවත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා, “කිං සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. කුමක් සමුදය කරගෙනද, කුමක් නිසාද සියල්ල හටගන්නේ කියලා ඇහුවාම උත්තර දෙන්න කියනවා “එසස සමුදයා සබ්බෙ ධම්මා”

කියලා. ස්පර්ශය නිසයි දේවල් හටගන්නේ. අපි සතු ආයතනවලට - ඇහැට, කනට, නාසයට, දිවට, කයට, මනසට විවිධාකාර අන්දමින් ඊට අනුරූපී බාහිර ආයතන ගැටෙනවා; ස්පර්ශ වෙනවා. අන්ත එතකොට තමයි අපිට දැනීමක් හටගන්නේ. එතකොට තමයි අපිට වේදනාවක් හටගන්නේ. එතකොට තමයි හිතේ ඒ හා සම්බන්ධ හැඳිනීමක් සංඥාවක් ඇති වෙන්නේ. එතකොට තමයි ඊට අනුරූපව අපේ හිතේ කැමති අකමැතිකම්, චේතනා ඔක්කොම ටික පහළ වෙන්නේ. මේ අනුව ස්පර්ශය නිසා වේදනා හටගන්නවා. ස්පර්ශය නිසා සංඥා හටගන්නවා. ස්පර්ශය නිසාම සංස්කාර, චේතනා හටගන්නවා. එතකොට ස්පර්ශයත් විශේෂයෙන්ම භාවනා ක්‍රමවලදී සෑහෙන ප්‍රමුඛත්වයක් දරනවා.

“කිං සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා ඊළඟ ප්‍රශ්නය අහනවා. අන්තිමට ගිහිල්ලා මේවා ඔක්කොම එක්රැස් වෙන්නේ කොහෙද? එකතු වෙන්නේ කොහෙද? කියලා ඇහුවොත් කියන්න කියනවා “වේදනා සමොසරණා සබ්බෙ ධම්මා”. වේදනාව වශයෙන් තමයි අන්තිමට මේ ඔක්කොම ගිහිල්ලා එකතු වෙන තැන. මනසිකාරය, ස්පර්ශය වගේ දේවල් සමහර විට ඉතා සියුම් වෙන්න පුළුවන්. නමුත් වේදනාව අපි හැමෝටම ප්‍රකටයි. සැප වේදනාවක් විඳින්න අපි කැමතියි. ඒ නිසා ඒකට අපි අහු වෙන ස්වභාවයකුත් තියෙනවා. අපි දුක් වේදනාවක් බැහැර කරන ස්වභාවයක්, ඒකෙන් පැනලා යන්න හදන ස්වභාවයක් තියෙනවා. නමුත් අපි මේ වේදනාවම පාවිච්චි කළොත් නිවැරදිව, මේ වේදනාවෙන්ම ලොකු ප්‍රයෝජනයක් ගන්න අවස්ථාවක් ලැබෙනවා. ඒ නිසා වේදනානුපස්සනාව අපිට නිවන් දකින්න තියෙන එක්තරා මාර්ගයක් බවට පත් වෙනවා.

ඊළඟට තවත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා, “කිං පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා?” - ඒකට උත්තර දෙන්න කියනවා, “සමාධි පමුඛා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. සියල්ලන් අතර ප්‍රමුඛ ස්ථානය දරන්නේ කවුද? කියලා ඇහුවොත් තමයි ‘සමාධිය ප්‍රමුඛ ස්ථානය දරනවා’ කියන්න කිව්වේ. ඇත්තටම සමාධිය කියන්නේ ඉන්ද්‍රිය ධර්මයක්. යම් අවස්ථාවක සමාධිය ඉස්සරහට ආවා නම්, ඒ අවස්ථාවේදී එයා තමයි මුල් තැන ගන්නේ. එයා තමයි අනික් කට්ටිය හසුරුවන ගතියට පත් වෙන්නේ. අපේ හිත යම් තැනකට එකඟ වුණහම ඒ තුළම නිකං හිර වීමක් වගේ, නැත්නම් අරමුණ තුළ ඒකාග්‍ර

වීමක් සිද්ධ වෙනවා කියන්නේම එතනින් තමයි අන්න ඉතිරි ටික මෙහෙයවෙන්නේ. සමාධියට අනුරූපීව තමයි ඉතිරි ටික සකස් වෙන්නේ. සමාධිය අන්න එතන ඉස්සරහට ආවා. එයා තමයි බලය පතුරුවන්නේ. සමාධියක් හදගැනීම අපිට භාවනාවෙදි අත්‍යවශ්‍යයි. මොකද, සමාධියක් සහිත හිතකින් තමයි අපිට දේවල්වල යථා ස්වභාවය අවබෝධ කරගන්න හම්බ වෙන්නේ. එහෙම නැතුව විසිරිව මනසකින්, වික්ෂිප්ත වෙවච මනසකින්, තැන තැන ඇවිදින මනසකින්, අපිට සුක්ෂ්ම කර්තව්‍යයක් කරගන්න අමාරුයි. සුක්ෂ්ම දෙයක් දැකගන්න අමාරුයි. ඒ නිසා අපිත් හරියට අර විද්‍යාඥයෙක් ඉතා පුංචි දෙයක් අණවික්‍ෂයක් යටතට දලා ඒක හොඳට ලොකු කරලා වැඩි දියුණු කරලා බලනවා වගේ, අපිත් මේ සමාධියක් හිතේ හදගෙන, මේ වර්තමාන වශයෙන් පැන නගින අරමුණුවලට ඒ සමාධිමත් හිත යොමු කළාම අපිටත් අවස්ථාව ලැබෙනවා එතන තියෙන යථා ස්වභාවය තේරුම්ගන්න. ඉතින් ඒ නිසා සමාධියක් හදගන්නවා කියන එක අත්‍යවශ්‍ය වෙනවා.

මේ සමාධිය නිවැරදිව පරිහරණය කරන එකත් ඒ වගේම තේරුම්ගත යුතු වෙනවා. මොකද සමාධිය අපි අනවශ්‍ය විදියට වර්ධනය කරන්න ගියොත්, නැත්නම් සමාධියේම අපි නතර උනොත්, ඒකෙන් ලැබෙන ආස්වාදය තුළ අපි නිෂ්ටාවකට පැමිණුනොත්, මේ ඇති කියලා හිතාගත්තොත්, මේකයි හරය කියලා හිතාගත්තොත් අපි සමාධිය නිවැරදිව වටහාගෙන නැහැ. ඒ නිසා අපි සමාධියක් හදගෙන, ඒකෙන් ප්‍රයෝජන ගන්න තමයි උත්සාහවත් විය යුත්තේ. මොකද සමාධිය නෙවෙයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන අවසාන ඉලක්කය. සමාධිය පදනම් කරගෙන අපි ඉස්සරහට යා යුතුයි.

ඊළඟට තවත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා, “කිං ආධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා?” ඒකට උත්තර දෙන්න කියනවා “සනාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා; සතිය තමයි අධිපතිත්වය දරන්නේ. අපි ඒ හා සම්බන්ධයෙන් කථා කළා. අපේ හිත සාමාන්‍යයෙන් අතීත, අනාගත අරමුණුවල පැටලෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒවා ඔස්සේ යන ගතියක් තමයි අපිට සාමාන්‍යයෙන් තියෙන්නේ. නමුත් මේ අතීතයේ ඉදිමින් අනාගතයේ ඉදිමින් අපිට යථාර්ථය, ඇත්ත ඇති සැටියෙන් අවබෝධ කරගන්න බැහැ. මොකද එතන තියෙන්නේ තනිකර පටලැවිල්ලක්. මේ පසු

වෙච්ච අතීතයක්, අවසන් වෙච්ච අතීතයක් අල්ලගෙන අපි හිතෙන් කතන්දර ගොතගොතා තමයි ඉන්නේ. අපි හිතමු අපිට යම් කිසි කෙනෙක් ගැන සංඥාවක් ඔන්න හිතට ආවා. අපි හිතමු අපි(ට) ප්‍රිය උපදවන සංඥාවක්. ඉතින් අපි ඒ ගැන කල්පනා කරනවා. ඒකට තව තව අපි සිතුවිලි එකතු කරනවා. ඉතින් සිතුවිලි දමයක් වශයෙන් දැන් වර්ධනය වෙනවා. දැන් ටික ටික ඇතුළේ කතාව පණගැන්වෙනවා. අපි තව තව හිතනවා. අපි කැමති කෙනෙක් නම් ඊට අනුරූපීව තව තව සිතුවිලි එකතු වෙනවා. තව තව සංඥ තව තව සිදුවීම් මතක් වෙලා එනවා. සම්පූර්ණයෙන්ම ඔන්න දැන් අපේ ඇතුළෙන් හොඳ වික්‍රපටියක්, හොඳ වික්‍ර කතාවක් හදගන්නවා. දන්නෙම නැතුව අපි මේ වික්‍රපටියේ නළුවෙක් බවට, නිලියක් බවට පත් වෙනවා. අපිම හදගත්ත වික්‍රපටිය තුළ අපිම අතරමං වෙනවා. ඇත්ත වශයෙන්ම අපිට සිද්ධ වෙන්නෙම එබඳු දෙයක්. අපි අපේම හිතේ දුවන අන්න ඒ වගේ කතන්දරයක් ඇතුළේ හිර වෙලා; අපිට ඒකෙන් එළියට එන්න බැරුව ඒ තුළම වහලෙක් බවට පත් වෙලා ඉන්න ස්වභාවයක් තමයි සාමාන්‍යයෙන් තියෙන්නේ.

මේ සතිමත් භාවය අපිව ඒ වහල් භාවයෙන් අයින් කරලා දනවා. අපිව ඒ වහල් භාවයෙන් මුදවනවා. මේ සති විත්තක්‍ෂණයේදී, සති මාත්‍රයේදී අපේ හිතේ දුවන ඒ සාමාන්‍ය සිහිනයේ, නැත්නම් ඒ මතකයේ නෙවෙයි අපි ජීවත් වෙන්නේ. ඒ වෙනුවට මේ වර්තමාන මොහොතේ මේ වෙලාවේ මොකක්ද තියෙන්නේ, අන්න ඒ තුළ අපි ජීවත් වෙන්න ඔන්න දැන් මොහොතකට පටන්ගත්තා. ඉතින් මේක සම්මුති මට්ටමකින් අපට පටන්ගන්න සිද්ධ වෙනවා. මේ වෙලාවේ කය තැන්පත් වෙලා තියෙනවා නම්, වාඩි වෙලා ඉන්නවා නම් වාඩි වෙලා ඉන්න බව දැනගන්නවා. ඊළඟට ඇවිදිනවා නම් ඇවිදින බව දැනගන්නවා. මොකද මේ කය නිරන්තරයෙන්ම වර්තමානයේමයි තියෙන්නේ. කයට බැහැ අතීතයට යන්න, අනාගතයට යන්න. කය තියෙන්නේ නිරන්තරයෙන් වර්තමානයේමයි. අන්න ඒ වර්තමානයේ තියෙන කයම පාවිච්චි කරනවා, අපේ හිතක් වර්තමානයට ගැනීම සඳහා. ඊළඟට අපේ හිතේ විවිධාකාර චිත්ත ස්වභාව මතු වෙනවා. විවිධාකාර සිතුවිලි මතු වෙනවා. ඒ වගේමයි සිතට විවිධාකාර ආවේග

එනවා. ඉතින් මේ හැම දෙයක්ම මුලදී අපිට ලොකු ප්‍රශ්නයක් වුණාට වික වික සතිය හැදිගෙන එනකොට මේ සතියම මේ සියල්ලට අධිපතිත්වය දරනවා; “සතාධිපතෙය්‍යා සබ්බෙ ධම්මා”.

බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා අජිත බ්‍රාහ්මණ මානවකයාට

“යානි සොතානි ලොකසමිං, සති තෙසං නිචාරණං.
සොතානං සංවරං බ්‍රූමි, පඤ්ඤායෙන පිටීයරෙ”.³⁸

මේ විවිධාකාර කෙලෙස් සැඟ පහරවල් තියෙනවා. ඒකට වෙල්ලක් බැන්ද වගේ ඒක මෙල්ල කරන්නේ, ඒක සංවර කරන්නේ මේ සතිය කියන ධර්මතාව තුළින්. හැබැයි ඒ කෙලෙස් සැඟ පහරවල් සම්පූර්ණයෙන්ම වියළවන්නේ ප්‍රඥාව තුළින්. ඒ නිසා “කිං උත්තරා සබ්බෙ ධම්මා?” කියන ඊළඟ ප්‍රශ්නය අහලා බුදුරජාණන් වහන්සේම උත්තර දෙනවා “පඤ්ඤාත්තරා සබ්බෙ ධම්මා” කියලා. ඒ අනුව සතිය සහ ප්‍රඥාව අපිට මේ යන මාර්ගයේ ඉතාම වැදගත් අංග දෙකක්. මොකද ආර්යයන් වහන්සේලා ගැන විශේෂයෙන් කතා කරනකොට මතක් කරනවා, “ඉමිනා ච අරියෙන සතිසම්පජ්ඤාඤාන සමනනාගතො”³⁹ කියලා. ආර්ය වූ සතිසම්පජ්ඤාඤායෙන් උන්වහන්සේලා යුක්තයි කියලා. ඒ කියන්නේ සාමාන්‍ය සරල සම්මුති මට්ටමෙන් සතිය පටන්ගත්තට මේක වික වික වර්ධනය වෙලා, මේක ඉතාම ප්‍රබල මට්ටමක් දක්වා වැඩෙන්න පුළුවන්. ඉතින් ඒ නිසා මුලදී අපි ඔය ‘වම දකුණ’ කියලා පටන්ගන්නවා, නැත්නම් ‘ආශ්වාසයක් ප්‍රශ්වාසයක්’ කියලා පටන්ගන්නවා. ඒ අපි අර හිටපු අතීතයෙන් අනාගතයෙන් හිත මුදවලා නිදහස් කරගෙන, පොඩ්ඩක් වර්තමානයේ හිත තියන්න උත්සාහවත් වීමක්. මේකම නැවත නැවත කරනවා; නැවත නැවත කරනවා. හුස්ම රැළි වික වික වැඩි කර කර සියදහස්වාරයක් බලනවා. බලන්න බලන්න සතිය කියන ගුණ ධර්මය ඉස්සරහට එනවා. සමාධිය කියන ගුණ ධර්මයත් වැඩෙනවා. ප්‍රඥවත් මෝරන්න පටන්ගන්නවා. ඉතින් මේ විදියට අපි නැවත නැවත මේ අභ්‍යාසයේ යෙදීම හරහා තමයි සතිය ඉස්සරහට එන්නේ.

³⁸ සුත්තනිපාත, පාරායන වග්ග, අජිතමාණව පුච්ඡා
³⁹ දීඝ නිකාය, සාමඤ්ඤාඵල සූත්‍රය

අන්ත එබඳු සතියක් සැහෙන්න අපේ හිතේ බලපවත්වනකොට කෙලෙස්වලට කලින් තිබිවිච බලය දැන් ටික ටික හීන වෙලා යනවා. අපි සාමාන්‍යයෙන් නම් හිත දිහා බලන්න ගියාම අපේ සතිය දුර්වල නම්, හිතේ යන කතාවට, නැත්නම් කෙලෙස් ස්වභාවයට, දන්නේම නැතුව අපි හිමිහිට හිමිහිට හවුල් වෙන්න පටන්ගන්නවා. අපි මුලින් ගියේ සාක්කිකරුවෙක් වශයෙන්. නමුත් අර සිද්ධ වෙන සිද්ධිය ඉතාම සිත් ඇදගන්නවා. අපිට ඔක සාමාන්‍ය ජීවිතයේදී උනත් වෙන්න පුළුවන්. අපි හිතමු කවුරු හරි කීපදෙනෙක් රණ්ඩුවක් කරනවා. අපි මුලින් ගියේ පැත්තක ඉඳන් නිකං බලන්න විතරයි. දන්නේම නැතුව මොනවා හරි ටිකක් බරපතල විදියට යනවා. ඔන්න අපිත් අත දනවා. අපිත් මැදිහත් වෙනවා. අපි කලින් නම් සාක්කිකාරයෙක් විතරයි. දැන් නම් ඒකේ වැරදිකාරයෙක් බවට වුණත් පත් වෙන්න පුළුවන්. ඔන්න ඔය වගේ අපේ හිතෙත් මුලින් නම් පුංචි සංඥාවකින් මේ දේවල් පටන්ගන්නවා. ඒකට අපි පොඩ්ඩක් කැමති වෙලා ඒක ගැන සිතුවිල්ලක් දෙකක් හිතනවා. අපේ අනුබලය ලැබුණ නිසා අන්ත අරයා තව පොඩ්ඩක් නැගිටිනවා. තව ටිකක් අවදි වෙනවා. ආයෙන් දැන් ඒ අවදි වෙච්ච ස්වභාවය කලින්ට වඩා සතුටක් අපි තුළ ජනනය කරනවා. හිතේ ආස්වාදයක් තියෙනවා. අපි තව පොඩ්ඩක් උදව් කරනවා. අන්ත අරයා තවත් වැඩෙනවා. අපේ අර තිබිවිච සතිය ප්‍රඥව දැන් ටික ටික හීන වෙලා, අර හිතේ යන කතාව දැන් වර්ධනය වෙන්න පටන්ගන්නවා. තව තව දැන් ඇතුළේ විතර්ක බහුල වෙනවා. හිත දෙඩමලු වෙන්න පටන්ගන්නවා; හිත කියවන්න පටන්ගන්නවා. දැන් ඔන්න ලොකු කතාවක් ගෙනෙනවා. අන්තිමට අපි දන්නෙම නෑ අපි කතාව ඇතුළේ. අපි ඒකෙම වහලෙක් බවට පත් වෙලා. දැන් අපිට උවමනා උනත් හිත නතර කරන්නේ නෑ. හිත දැන් අපිව ඇදගෙන යනවා. අපි දැන් එයාගෙ වහලෙක් බවට පත් වෙලා. දැන් අපේ හිත හීලෑ නෑ.

ඔන්න ඔය වගේ ස්වභාවයක් තමයි අපේ හිතේ මේ තියෙන්නේ. අපි නිරන්තරයෙන්ම මේ ඇතුළේ ගෙනෙන කතාවට පුදුම ඇල්මක් දක්වනවා. ඉතින් ඒ නිසා අපි ඇහෙන් රූප බලන්නේ නැති වෙලාවට, කනෙන් ශබ්ද අහන්නේ නැති වෙලාවට, නාසයෙන් ගඳ සුවඳ බලන්නේ නැති වෙලාවට, දිවෙන් රස බලන්නේ නැති වෙලාවට, ඒ වගේමයි

කයින් ස්පර්ශයක් නොලබන වෙලාවට, මේ ප්‍රධාන ඉන්ද්‍රිය පහෙන් ඒ තරම්ම ආස්වාදයක් ලැබෙන්නේ නැත්නම් ඔන්ත අපි පැත්තකට වෙලා මොනවා හරි පරණ මතකයක් හෝ අරගෙන, අපි හිතහිතා ඉන්නවා. ඒ ඔස්සේ මොකක් හරි අලුත් වික්‍රපටියක් හදගන්නවා. එහෙම නැත්නම් අනාගතයේ කරන්න ඉන්න දෙයක් ගැන කල්පනා කරනවා. සැලසුම් හදනවා. අපේ තියෙන යම් කිසි බලාපොරොත්තුවක් සම්බන්ධයෙන් අපි හිතහිතා ඔන්ත ඒ ගැන අපේක්ෂා තියාගෙන, “ඒක මෙහෙම වෙයි මෙහෙම වෙයි” කියකියා අපි එතන වික්‍රපටියක් හදනවා. දන්නෙම නැතුව මේ වික්‍රපටිය, මේ ප්‍රපංචය, අපිව වෙළාගන්නවා. මේ ප්‍රපංචයට අපි තුළ තියෙන්නේ පුදුම කැමැත්තක්. අර නිකං ඉන්න ප්‍රධාන ඉන්ද්‍රිය පහ, බාහිර ඉන්ද්‍රිය පහ, කායික ඉන්ද්‍රිය පහ උදසීන මට්ටමක ඉන්නකොට, හිත සැහැල්ලුවෙන් ඉන්න පුරුද්දක් නැහැ. ඒ වෙනුවට, ඒවයින් ඒ තරම් උත්තේජනයක් ලැබෙන්නේ නැත්නම් අපි මතසිත්ම මොනවා මොනවා හරි හදගෙන ඒවා තුළම වෙළෙන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ.

අපි තුළ තියෙන මේ ප්‍රපංචයට ඇති කැමැත්ත, ලස්සනට ප්‍රකාශ කරන ගාථාවක් එනවා අංගුත්තර නිකායේ ඡක්ක නිපාතයේ තියෙන හද්දක සූත්‍රයේ. මේක ඇත්තටම ප්‍රකාශ කරන්නේ සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ. උන්වහන්සේ කියනවා,

“යො පපඤ්චමනුයුතො, පපඤ්චාහිරතො මගො විරාධයි සො නිබ්බානං, යොගඤ්චමං අනුත්තරං.”

යම් කිසි කෙනෙක් ප්‍රපංචවලටම කැමැත්ත දීගෙන, ප්‍රපංච අනුවම යමින්, ඒ හිතේ යන කතාවට ලොකු ඇල්මකින් “පපඤ්චාහිරතො මගො” කටයුතු කරනවා නම්, එයා හරිම අඥනයක්, නැත්නම් මාගයෙක් කියලා තමයි කියන්නේ. එව්වරට අපි තුළ තියෙන මේ ප්‍රපංචාහිරත ස්වභාවය, ප්‍රපංචවලට තියෙන කැමැත්ත උග්‍රයි. සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ කියනවා, මේ ස්වභාවයටම ඇලුම් කරලා ප්‍රපංචවලම ඉන්න මනුස්සයා හරියට නිකං මාගයෙක් වගෙයි; හරිම අඥන ස්වභාවයක් තමයි ඒ තැනැත්තා තුළ තියෙන්නේ. “විරාධයි සො නිබ්බානං, යොගඤ්චමං අනුත්තරං” එයා නිවනින් ඇතට ඇතට යනවා.

යෝගක්ෂේම වූ ඒ හිත නිවන ශාන්ත වූ යම් නිවනක් තියෙනවා නම්, එයා ඒ නිවනට පටහැණුව තමයි කටයුතු කරන්නේ.

ඒ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි අපේ හිත ඇතුළේ දුවන කතන්දර, ඒ දුවන චිත්‍රපටි කොයි තරම් රසවත් උනත් අපි ඒ චිත්‍රපටිය තුළ රඟපාන්න රඟපාන්න, ඒකෙ නළුවෙකුට නිලියකට ඇඳගන්න ඇඳගන්න, අපි දන්නෙම නැතුව අපි නිවනෙන් ඇත් වෙනවා. සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ කියන්නේ ඒකයි. කොයි තරම් මේ ප්‍රපංචය රසවත් උනත්, කොයි තරම් මේ ප්‍රපංචය දර්ශනික උනත්, කොයි තරම් මේක අනාගත ප්‍රබල සැලසුමක් උනත්, එහෙම නැත්නම් අතීතයේ සිද්ධ වෙච්ච ඉතාම වැදගත් සිදුවීමක් උනත්, ඒ තුළ අපි හිර වෙලා ඒ තුළ ගිලිලා ඒ තුළම දසන්වයට පත් වෙලා නම් අපි ඉන්නේ, එහෙනම් අපි හරිම අසරණයි.

“අපි දේවල් පුළුවන් තරම් ඉගෙනගන්න ඕනෑ. පුළුවන් තරම් දේවල් හිතන්න ඕනෑ. පුළුවන් තරම් සංකල්පමය වශයෙන් අපි දේවල් වටහාගන්න ඕනෑ. සංඥ පුළුවන් තරම් ඔප්වේ ගොඩගහගන්න ඕනෑ” කියන ආකල්පයක් තමයි අපි ගාව තියෙන්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ අහන අන්තිම ප්‍රශ්නය තමයි “කිං සාරා සබ්බෙ ධම්මා?” කියලා. එතෙක් උත්තරය වශයෙන් දෙන්නේ “විමුක්ති සාරා සබ්බෙ ධම්මා” මේ සියල්ලෙන්ම නිදහස් වීම තමයි විමුක්තිය කියලා කියන්නේ. අපි හිතේ පොදිගහගෙන ඉන්නවා සංඥවල්; අපි අරවා මතක තියාගන ඉන්නවා; මේවා මතක තියාගන ඉන්නවා; අපේ ඥාතීන් ගැන, අපි ඉස්කෝලේ ඉගෙනගත්ත දේවල් ගැන, විශ්වවිද්‍යාලයේ ඉගෙනගත්ත දේවල් ගැන, වැඩපලේ රාජකාරි කරන ස්ථානයේ දැනගත්ත දේවල් ගැන, ඔය සේරම මතක තියාගන ඉන්නවා. නා නා ප්‍රකාර දේවල් ඔක්කෝම ඔප්වේ ගොඩගහගෙන ඉන්නවා. ඊළඟට කරන්න තියෙන දේවල් ගැනත් ඉතින් සෑහෙන දේවල් ඔප්වේ තියෙනවා. ඉතින් මේ හරහා අපේ හිත පුදුම විදියක හෙම්බත් වීමකට තමයි ලක් වෙන්නේ.

මේ සියල්ලෙන් නිදහස් වීමක් තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන්නේ විමුක්තිය වශයෙන්. සමහර වෙලාවට ඉතාම වැදගත් කියලා හිතන, ඉතාම වටිනා කියලා හිතන දෑනුම් පවා අපිට

මොහොතකට අයිත් කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒකේ තියෙන වටිනාකම, ප්‍රයෝජනය අවශ්‍ය වෙලාවට පාවිච්චි කිරීමේ වරදක් නැහැ. නමුත් හිත ඒවායින් නිදහස් කරගෙන ඉන්න පුළුවන් නම් අන්න ඒ තරමට වටිනවා. ඒ තියා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, සංසාරෙන් එතෙර වීම සඳහා තමන්වහන්සේ ගෙනහැර පාන, දේශනා කරන මේ සද්ධර්මය පවා එතෙර වීම සඳහායි. කරගහගෙන යෑම සඳහා නොවේ, ඒක දැඩිව ග්‍රහණය කරගැනීම සඳහා නොවේ කියලා. ඉතින් තමන්වහන්සේගේ ධර්මය ගැනත් මෙඛදු මට්ටමකින් කතා කරපු එකම ශාස්තෘවරයා සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේ පමණයි. අනෙක් ශාස්තෘවරයෝ හුඟක් ධර්මය ග්‍රහණය කරගෙන ඉන්න පැත්ත ගැන තමයි කතා කරලා තියෙන්නේ. නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේ තමන්වහන්සේගේ ධර්මය පහුරකට උපමා කරලයි කතා කරන්නේ. මේ ධර්මය පහුරක් විදියට පාවිච්චි කරන්න, ඒක තියෙන්නේ එතෙර වීම පිණිසයි, ඒ මිසක් කර තියාගෙන යන්න නෙවෙයි.

ඒ නිසා අපි තේරුම්ගත යුතුයි, ටික ටික භාවනාවක් වැඩෙනකොට අපි අර සමාධිය ගැන කතා කරද්දී කතා කළා වගේ, අපිට විවිධාකර මට්ටමෙන් විතර්ක එනවා. අපි හිතමු ඔන්න කාම විතර්කයක් එනවා; ව්‍යාපාද විතර්කයක් එනවා; විහිංසා විතර්කයන් එනවා. අපි ඒක අවිහිංසා විතර්කයකින්, නෙක්ඛම්ම විතර්කයකින්, අව්‍යාපාද විතර්කයකින් ප්‍රතිස්ථාපනය කරනවා. දැන් අන්න හිතේ දුවන්නේ නෙක්ඛම්මයක් ගැන, අව්‍යාපාදයක් ගැන, මෛත්‍රියක් ගැන, අවිහිංසාවක් ගැන විතර්කයක්. ඉතින් ඒක ප්‍රයෝජනවත්. මොකද, නැත්නම් හිත ද්වේෂහර්තයි. නැත්නම් හිත රාගරක්ත වෙලයි තියෙන්නේ. එඛදු මට්ටමකදී අර හොඳ විතර්ක ප්‍රයෝජනයයි. අන්න එහෙම අපි විරුද්ධ විතර්කයක් තුළින් අර අපේ තිබිච්ච අකුසල පක්‍ෂය බැහැර කරලා දැමීමා.

හැබැයි එතන නෙවෙයි නතර වෙන්න තියෙන්නේ. ප්‍රයෝජනය සලකලා පාවිච්චි කරපු ඒ කුසල විතර්කයත්, බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා නැවත නැවත හිතන්න හිතන්න මනසට වෙහෙසක් දෙනෙනවා. කායික ක්ලාන්ත ස්වභාවයක්, කයට වෙහෙසක් දෙනෙනවා. එතකොට ඒකත් තේරුම් අරගත්තා නම්, කෙනෙක් ඒකත් සමනය වෙන්න ඉඩ

සලස්වනවා. මේ විතර්ක සමනය කියන එක, ප්‍රථම සමනය කියන එක, විශේෂයෙන්ම මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන විපස්සනා මාර්ගයේ ඉතාම ප්‍රබල මට්ටමක තියෙනවා. ඒ කියන්නේ අර හිතේ කතා සමනය කරගෙන, සිහිනවල ඉන්නේ නැතුව පුළුවන් තරම් සමනය වෙච්ච හිතකින් ඉන්න උත්සාහවත් වීම අපේ ප්‍රබල අභිප්‍රායක් විය යුතුයි. ඒ වගේම මේ හිතට එන නා නා ප්‍රකාර සිතුවිලි, විතර්ක, ඒවයෙනුත් හිත නිදහස් කරගැනීම අපේ ඉලක්කය විය යුතුයි.

ඉතින් එතකොට මේ යන මාර්ගයේ ටික ටික හිත සංසිදෙන න සංසිදෙන, අර විතර්කවලින් බැහැර වෙන්න බැහැර වෙන්න, ප්‍රථමවලින් බැහැර වෙන්න බැහැර වෙන්න, අර හිතේ ඇඳිලා තිබිච්ච විවිධාකාර සංඥවන්ගෙන් හිත නිදහස් විය යුතුයි. දැන් අපිට අපේ දෙමවුපියෝ ගැන සංඥ තියෙනවා; අම්මා මේ වගේ; තාත්තා මේ වගේ; සීයා මේ වගේ; ආච්චි මේ වගේ. ඒගොල්ලන්ගේ රූප ටික ඔක්කොම අපේ හිතේ ඇඳිලා තියෙනවා. අපේ දරුවෝ මෙන්න මේ වගේ. ලොකු දරුවා මේ වගේ; පුංචි දරුවා මේ වගේ. ඒගොල්ලන්ගේ රූප ටික ඔක්කොම අපේ හිතේ ඇඳිලා තියෙනවා. අපි ඉගෙනකියාගත්ත දේවල් ටික ඔක්කොම අපේ හිතේ ඇඳිලා තියෙන්නේ. සංඥමය වශයෙන් මේ ඔක්කොම තැන්පත් වෙලා තියෙන්නේ. නමුත් මේ සංඥවල හිත එල්බගෙන ඉන්න තාක්, ඒවට ලොකු වටිනා කමක් දෙන තාක් අපේ හිත නිදහස් නෑ. ඒ නිසා කියනවා “සඤ්ඤවීරහනසස න සන්ති ගජා, පඤ්ඤවිමුක්තසස න සන්ති මොහා”⁴⁰ කියලා. ඒ කියන්නේ මේ හිතේ මතු වෙන විවිධාකාර සංඥවලට අපි එක එක මට්ටමින් ‘මේවා හොඳයි මේවා නරකයි’ කියලා සලකලා, අපි ඒ මත තමයි කතාව ගොඩනගන්නේ.

මේ අනුව බලනකොට දිගට යන ඇතුළත කතාවේ මූලාරම්භයේ ඉන්නේ සංඥවක්. “සඤ්ඤනිදනා හි පපඤ්ඤවසඛා”⁴¹ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. අර දිගට යන ලොකු කතාවක් - ප්‍රථමයක් තියෙනවා. හැබැයි මුල පටන්ගන්නේ පුංචි සංඥවකින්. ඉතින් ඒ සංඥවලට අපි තැනක් දුන්නාම, වටිනාකමක් දුන්නාම “ඉතාම හොඳයි,

⁴⁰ සුත්තනිපාත, අට්ඨක වග්ග, මාගන්දිය සූත්‍රය
⁴¹ සුත්තනිපාත, අට්ඨක වග්ග, කලහච්චාද සූත්‍රය

නැත්නම් අනිත් පැත්තෙන් නරකයි” කියලා අපි ඒවා ගත්තාම, අන්ත අපි ඒකට වටිනාකමක් දුන්නා; ඒක දෙයක් කරගත්තා. ඒ ඔස්සේ සිතුවිලි වැඩෙනවා. විතර්ක පහළ වෙනවා. ඔන්න තව තව ඒක අපි හිතනවා. එතකොට ඒක ලොකු කතාවක් බවට කතන්දරයක් බවට ප්‍රපංචයක් බවට පත් වෙනවා. නමුත් කෙනෙක් ඒ සංඥාව හුදු සංඥාවක් බව තේරුම්ගත්තා නම්, මෙතන තියෙන්නේ නිකං මිරිඟු ස්වභාවයක් බව තේරුම්ගත්තා නම් “මේක මේ ඇත්තක් නෙවෙයි; මේක හුදු මිරිඟුවක්; මේකේ මට ඇලෙන්න හේතුවක් නෑ; මේකේ ලොකු වටිනාකමක් නෑ; මේකේ තියෙන්නේ මිරිඟු ස්වභාවයක්” කියලා සංඥ කෙරෙහි විරක්ත වීමක් ඇති වෙනවා. සංඥාව ඒ තරම් ගණන්ගන්නේ නැතුව සංඥාවට ඔහේ යන්න ඉඩ හරිනවා ඒකට වටිනාකමක් දෙන්නේ නැත්නම්. බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ ගැන කියනවා, “සඤ්ඤවිරතතස්ස න සනති ගජථා” එයාගෙ හිතේ කෙලෙස් ගැට නැහැ. අපි අපේ හිතේ කෙලෙස්වලට අහු වෙන්නේ, කෙලෙස් ගැටවලට අපි අහු වෙන්නේ, අපි අර සංඥාවලට ලොකු වටිනාකමක් දෙන නිසයි. උදහරණයක් වශයෙන් අපිට කවුරු හරි මතක් වෙනවා, ‘ආ මේ අභවලා’යි කියලා අපි හඳුනාගන්නවා. ‘එයා නම් හරි හොඳයි’ කියලා අපි හිතනවා. ඉතින් එයාගේ හොඳ මතක් වෙනවා. එයාගේ හැඩහුරුකම් මතක් වෙනවා. ඔය විදිහට ටික ටික, ටික ටික ආයෙත් අර ප්‍රපංචය වැඩෙනවා; ලියලලා පටන්ගන්නවා.

එහෙම නැත්නම් ඔන්න ආයෙ සංඥාවක් එනවා මෙයා නරකයි කියලා. ඉතින් අපි හිතනවා. අපිට මතක් කරලා දෙනවා. ඒ නරක ටික ඔන්න දැන් මතක් වෙනවා. ටික ටික ද්වේෂ කල්පනාම එන්න ගන්නවා. ඒ නාලිකාව විවෘත වෙනවා. ද්වේෂයට අදාළ දේවල්ම එනවා. ඉතින් අපි ද්වේෂය ඔස්සේ දිග කතාවකට යනවා. නමුත් අපි මේ ආව සංඥාව හුදු සංඥාවක්ය, මේක මේ තනිකර මිරිඟු ස්වභාවයක්ය, කියලා තේරුම් අරගෙන තියෙනවා නම්, ඒකට ලොකු වටිනාකමක් දෙන්නේ නැත්නම් අන්ත ටික ටික, ටික ටික අර කෙලෙස් ගැට වැටෙන එක පොඩ්ඩ පොඩ්ඩ අඩු වෙලා යනවා. ඉතින් ඒ නිසා මේ සංඥ ටික ටික බොඳ වෙලා යන්න හරින එක, හිතේ ඇඳිලා තියෙන මේ නානා ප්‍රකාර සිතුවිලි ක්ෂය වෙලා යන්න හරින එක, හිතේ දූවන කතන්දර ටික ටික අඩු වෙලා

යන්න හරින එක, ඇතුළේ කතාව සමනය වෙලා යන්න හරින එක තමයි මාර්ගය වෙන්නේ. අපි ඒවට කොයි තරම් ලොකු වටිනාකමක් දුන්නත් “මේක අහවල් දැනුම, මේක මේ විෂය, මේක අර විෂය, මට මේකෙන් තමයි උපාධිය හම්බ උනේ, මේකෙන් තමයි මට අරක හම්බ උනේ - මේක හම්බ උනේ” කියලා අපි ඒවා ඔප්වේ තියාගෙන හිර කරගෙන, මේවට වටිනාකමක් දෙන තාක්, අපේ හිත තනිකර ඒවයේ පැටලිලා ඉන්නේ. අපේ හිත තනිකර ඒවයේ වහල් භාවයට පත් වෙලා ඉන්නේ. නමුත් අපිට හැකියාවක් තියෙනවා නම්, ඒ ප්‍රයෝජනය තියෙන වෙලාවට ඒක ගත්තා; ඒක පාවිච්චි කළා. හැබැයි දැන් වැඩේ අවසානයයි; ඒක දැන් පැත්තකින් තිබ්බා. ඔහොම කරන්න පුළුවන් නම් අන්න අපිට සම්මුතියෙනුත් ප්‍රයෝජනය ගන්න පුළුවන්; පරමාර්ථ මට්ටමෙන් හැසිරෙන්නත් පුළුවන්.

ඉතින් ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙක් මේ ප්‍රපංච අගේ කරන්නේ නැතුව, ප්‍රපංචවලට වහල් වෙන්නේ නැතුව කටයුතු කරනවා නම්, ඒකේ ඉතාම ලොකු වටිනාකමක් තියෙනවා. සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේම හද්දක සූත්‍රයේ මේ විදියට ප්‍රකාශ කරනවා;

“යො ව පපඤ්චං භික්ඛාන, නිප්පඤ්චපදෙ රතො ආරාධයි සො නිබ්බානං, යොගකෙමං අනුතතරං.”

යම් කිසි නුවණැති කෙනෙක් මේ ප්‍රපංච දුරු කරලා ඒවා පැත්තකින් තියලා, ඒවා අගේ කරන්න යන්නේ නැතුව, ඇතුළේ කතාවට උල්පන්දම් දෙන්න යන්නේ නැතුව, හිතේ යන කතන්දරවලට අහු වෙන්නේ නැතුව ඒවා පැත්තකට කරලා “නිප්පඤ්චපදෙ රතො” යම් නිප්පංච ස්වභාවයක් තියෙනවාද, සංසිඳිව්ව ස්වභාවයක් තියෙනවාද, ඇතුළේ කතාව සමනය වෙව්ව ස්වභාවයක් තියෙනවාද, කතන්දරවලින් තොර ස්වභාවයක් තියෙනවාද, අන්න ඒ ස්වභාවයට තමයි කැමැත්තක් දක්වන්නේ; අන්න ඒ නිහඬ භාවයට තමයි රතියක්, ඇල්මක් තියෙන්නේ. හිතේ දූනටමත් කතන්දරයක් යනවා ඇති; නමුත් අපේ කැමැත්ත තියෙන්නේ කොයි වෙලාවෙද මේ කතාව ඉවර වෙන්නේ, කොයි වෙලාවෙද මේක නිශ්ශබ්ද වෙන්නේ, කොයි වෙලාවෙද සැනසිල්ලක් තියෙන්නේ, හිත ගෙදර එන්නේ කොයි වෙලාවෙද, කියයි

ගහන එක කයිවාරු ගහන එක දෙඩමලු වෙන එක නවත්වලා කොයි වෙලාවෙද නිශ්ශබ්ද වෙන්නේ, අන්න ඒකට තමයි ඇල්මක් තියෙන්නේ. “නිසාපඤ්චපදෙ රතො ආරාධයි සො නිබ්බානං, යොගකෙමං අනුත්තරං” අන්න එබඳු කෙනෙක්, ඒ නිප්පපංච ස්වභාවයට ඇල්මක් තියෙන කෙනෙක් පිළිබඳව සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ කියනවා මේ යෝගක්ඛෙම වූ, සියලු දුකින් අතමිඳෙන ඒ උතුම් වූ නිර්වාණ පදයට එයා ආරාධනා කරනවා. ඒ තරමට මේ නිප්පපංච ස්වභාවය නිවනත් එක්ක බැඳිලා තියෙනවා. එහෙනම් අපි යම් අවස්ථාවක හිත නිදහස් කරගන්නවා නම්, අරමුණුවලින් බැහැර කරගන්නවා නම්, කතන්දරවලින් අයිත් කරගන්නවා නම්, සංඥාවලින් අයිත් කරගන්නවා නම්, අන්න ඒ තරමට අපි නිවනට කිට්ටුයි; ඒ තරමට අපේ හිතට නිදහස්; ඒ තරමට අපේ හිතට සහනයක් සැහැල්ලුවක් තියෙනවා.

තවත් අවස්ථාවකදී බුදුරජාණන් වහන්සේව හම්බ වෙන්න එනවා උණ්ණාහ කියලා බ්‍රාහ්මණයෙක්. දැන් මේ බ්‍රාහ්මණයා ඇවිල්ලා ටිකක් ලොකු කතාවක් කරලා, මෙයා අහනවා “දැන් ඔය ඇහෙන්න රූප ගන්නවා, හැබැයි ඇහැට බෑ ශබ්ද අහන්න; ඇහැට පුළුවන් රූප බලන්න විතරයි. කනට පුළුවන් ශබ්ද අහන්න විතරයි. දිවට පුළුවන් රස බලන්න විතරයි. නාසයට පුළුවන් ගඳ සුවඳ බලන්න විතරයි. කයට පුළුවන් ස්පර්ශයන් ගන්න විතරයි. ඉතින් මේගොල්ලො ගිහිල්ලා අන්තිමට කොහෙද එකතු වෙන්නේ?” කියලා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා මේවා ඔක්කොම ගිහිල්ලා අන්තිමට එකතු වෙන්නේ මනසේ කියලා. එතකොට උණ්ණාහ බ්‍රාහ්මණයා අහනවා, මොකක්ද එතකොට මේ මනසට තියෙන පිළිසරණ? බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර දෙනවා, “මනසස ඛො, බ්‍රාහ්මණ, සති පටිසරණනි”⁴² බ්‍රාහ්මණය මේ මනසට තියෙන පිළිසරණ, පිහිට තමයි සතිය. ඒ කියන්නේ අර නා නා ප්‍රකාරව ඇහෙන්න, කනෙන්න, නාසයෙන්, දිවෙන්, කයෙන් මේ ඔක්කොම ඇවිල්ලා හිත දැන් කැලඹිලා තියෙන්නේ; අවිචාරුවක් බවට පත් වෙලා තියෙන්නේ. ඒකෙනුත් තොරතුරු දෙනවා, මේකෙනුත් තොරතුරු දෙනවා, අරකෙනුත් තොරතුරු දෙනවා, මේක දැන් සම්පූර්ණයෙන්ම අවුල් ජාලාවක් බවට පත් වෙලා තියෙන්නේ. ඉතින් මනසට තියෙන

⁴² සංයුක්ත නිකාය, ඉන්ද්‍රිය සංයුක්ත, උණ්ණාහබ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය

පිහිට පිළිසරණ තමයි සතිය කියලා කියන්නේ. සතියෙන් තමයි අර අපි හිටපු සම්පූර්ණ හදගත්ත ලෝකෙන්, ඒ ප්‍රභංච ලෝකෙන් අයින් කරලා මෙන්න මේ සැබෑවට අපිව ගන්නේ; වර්මානයට අපිව ගන්නේ; යථාර්ථයට අපිව ගන්නේ සතියෙන්.

ඊළඟට මේ බ්‍රාහ්මණතුමා අහනවා, එතකොට සතියට පිළිසරණ මොකක්ද? බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තරයක් දෙනවා, “සතියා බො, බ්‍රාහ්මණ, විමුක්ති පටිසරණනි” අන්න තව ගැඹුරකට යනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, සතියටත් පිළිසරණක් තියෙනවා; සතියටත් පිහිටක් තියෙනවා; ඒ තමයි විමුක්ත ස්වභාවය. අපේ හිත ටික ටික අරමුණු සහිතව සතිමත් වෙනවා මුලදී. අපි දත් මදිනකොට සතිමත් වෙනවා; ඇවිදිනකොට සතිමත් වෙනවා; හුස්ම රැල්ලට සතිමත් වෙනවා; අරමුණු සහිතයි. එබඳු සතියකින් තමයි අපි පටන්ගන්නේ. ටික ටික හැබැයි මේක වර්ධනය වෙලා වර්ධනය වෙලා, අපි හිතමු කායානුපස්සනාවක් වඩනවා; ධාතු මනසිකාරයක් වඩනවා. ඉතින් මේ දහම ප්‍රගුණ කරන්න ප්‍රගුණ කරන්න, කායානුපස්සනාවේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන්, අපි හිතමු ඒකෙන් සැහෙන්න ගැඹුරකට යනවා. එයා මේ වඩන දහමේ ඇති විම් නැති විම් ස්වභාවය බලනවා. “සමුදයවයධමමානුපසසී වා කායසම්චිතරති”⁴³ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරනවා. මම මේ දිග කතාවක් කෙටියෙන් කියන්නේ. මේ විදියට හොඳට මේ කයේම තියෙන ස්වභාවය, ඇති විම් නැති විම් ස්වභාවය වඩන්න වඩන්න, මේක වැටහෙන්න වැටහෙන්න, ගැඹුරින් තේරෙන්න තේරෙන්න, අන්න හිත ඒවයින් නිදහස් වෙන්න ගන්නවා. ඒවයින් අයින් වෙන්න ගන්නවා. මේකේ තියෙන ආදීනව එයාට ප්‍රකට වෙන්න ගන්නවා.

ඒකයි අපි ඊයෙන් අර මතක් කළේ. චේතනාකරණීය සූත්‍රයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ, එයාට ඇත්ත තේරුණා නම් මේ සිද්ධිය ගැන හිත කලකිරෙනවා. මේ සිද්ධිය දැන් එයාට විරාගී සිද්ධියක් බවට පත් වෙනවා. මේකට තිබ්බිව ඇල්ම, මේක දැඩිව ග්‍රහණය කරන ස්වභාවය වෙනුවට මේකෙන් අයින් වෙන ගතියක්, තමන්ගේ පාඩුවේ

⁴³ මජ්ඣිම නිකාය, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය

ඉන්න ගතියක්, මේකෙ තිබිවිච ලස්සන මැකිලා ගිය ගතියක්, මේ සිදුවීම සම්බන්ධයෙන් විරංජනය විමක් තමයි දැන් හිතේ සිද්ධ වෙන්නේ. මේ දේ අපිට බලෙන් කරන්න බැහැ. අර අරමුණේ ස්වභාවය හොඳට හිතට පෙන්නලම දෙන්න ඕනෑ. එයාටම මේකේ ආදීනව වැටහෙනකල් අපි ඉන්න ඕනෑ. අපිට මේක පොතකින් බලලා කරන්න බැහැ. එයාටම ප්‍රත්‍යක්‍ෂයක් බවට පත් වෙනකල්, මේකේ ආදීනව ප්‍රකට වෙනකල් එයාට පෙන්වලා දෙන්න ඕනෑ. එතකොට තමයි අන්න හිතම අයින් වෙන්නේ. දැන් අයින් වුණා නම් එබඳු සිතක් තමයි “අනිසසිනො ව විහරති” කියලා කියන්නේ. එයාට හැකියාව තියෙනවා, මේ කය මූලින් පාවිච්චි කළා සතිය දියුණු කරන්න; ප්‍රඥාව දියුණු කරන්න. දැන් අන්තිමට කයෙහුත් හිත අයින් වෙලා; දැන් කයවත් දැඩිව ග්‍රහණය කරලා නෑ.

අපි හිතමු කෙනෙක් වේදනානුපස්සනාව භාවිත කරනවා. වේදනාවෙහුත් අයින් වෙනවා. දැන් අනිස්සිත භාවයකට පත් වෙනවා. හිතම පාවිච්චි කරනවා. හිතේ ඇති වීම් නැති වීම් ස්වභාවය තේරුම්ගන්නවා. ඒකෙනුත් හිත අයින් වෙලා, මේ අනිස්සිත භාවයට පත් වෙනවා. ඒ නිසා සෑම අනුපස්සනාවකම - කායානුපස්සනාවේ වෙන්න පුළුවන්, වේදනානුපස්සනාවේ වෙන්න පුළුවන්, චිත්තානුපස්සනාවේ, ධම්මානුපස්සනාවේ - අවසන් ප්‍රතිඵලය වශයෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන්නේ “අනිසසිනො ව විහරති, න ව කිඤ්ච ලොකෙ උපාදියති”⁴⁴ කියලා. මේ ඕනෑම අනුපස්සනාවක් පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්. අන්තිමට හිත ඒ අනුපස්සනාවෙහුත් නිදහස් වෙනවා. කයවත් දැන් අරමුණු කරන්නේ නෑ. වේදනාවක්වත් අරමුණු කරන්නේ නෑ. හිතේ තියෙන අරමුණක්වත් අරමුණු කරන්නේ නෑ. අන්න හිතටම දැන් ස්වාධීනත්වයක් ලැබිලා. නිදහසක් ලැබිලා. එයාටම ආවේණික සතුටක් එයාටම ආවේණික උපේක්‍ෂාවක් එයා දැන් භුක්ති විඳිනවා. මේ ස්වභාවය තමයි අනිස්සිත ස්වභාවයක් කියලා කියන්නේ. දැන් මොකක්වත් ඇසුරු කරන්නේ නැතුව එයාට ඉන්න පුළුවන්. එයාට තනියෙන් නැගිටලා හිටින්න පුළුවන්. මේ සතිය තමයි ඇත්තටම ප්‍රබල සතියක් වෙන්නේ. ඒකයි මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ “සතියා

⁴⁴ මජ්ඣිම නිකාය, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය

බො, බ්‍රාහ්මණ, විමුක්ති පටිසරණනි” මේ විමුක්ත ස්වභාවයම තමයි සතියට පිළිසරණ වෙන්නේ.

පින්වත්නි, මේ විමුක්ත ස්වභාවයක් ඇසුරු කරනවා නම්, ඒ කියන්නේ අරමුණුවල ග්‍රහණයෙන් අයින් වෙලා අරමුණුවලින් නිදහස් වෙලා, අරමුණුවල බැඳිවිච නැති, ආතතියකින් තොර බොහොම සරල ස්වාධීන නිදහස් හිතක් අපිට තියෙනවා නම්, අන්න එබඳු ස්වභාවයම සතියට පිළිසරණ වෙනවා. ආයේ අමුතුවෙන් ‘සිහිය පිහිටුවන්න ඕනෑ’ කියලා දෙයක් නැහැ. මොකද, ඒ ස්වභාවය තියෙන්නේම වර්තමානයේ. මොකද, එයා අතීත අරමුණක් ඇසුරු කරන්නේ නෑ. අනාගත අරමුණක් ඇසුරු කරන්නේ නෑ. එයා ඉන්නෙම ස්වභාවයෙන්ම වර්තමානයේ. දැන් සතියේ නිරායාස මට්ටමක් තමයි මේ කතා කරන්නේ. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ “සතියා බො, බ්‍රාහ්මණ, විමුක්ති පටිසරණනි” මේ නිදහස් භාවය, කෙලෙසුන්ගෙන් තොර ස්වභාවය, නිමිති නොගන්නා ස්වභාවය, රාගයෙන් දෝෂයෙන් මෝහයෙන් තොර ස්වභාවය, සැහැල්ලු ස්වභාවය - මෙන්න මේක තමයි සතියට තියෙන පිළිසරණ.

උණ්ණාහ බ්‍රාහ්මණයා දැන් තවත් ප්‍රශ්නයක් අහනවා. ඒකත් ඉතාම වැදගත්. එතකොට විමුක්තියට තියෙන පිළිසරණ මොකක්ද? බුදුරජාණන් වහන්සේ උත්තර දෙනවා “විමුක්තියා බො බ්‍රාහ්මණ, නිබ්බානං පටිසරණනි” විමුක්තියට තියෙන පිළිසරණ තමයි නිවන. නිවන කියලා කියන්නේ එතකොට අපිට උපරිම මට්ටමින් කියන්න පුළුවන් රාගයෙන් ද්වේෂයෙන් මෝහයෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම නිදහස් වීම කියන අර්ථය. එහෙම නම් අපේ හිතට නිදහසේ ඉන්න බැරි ඇයි? අර විමුක්ත ස්වභාවයක දිගට ඉන්න බැරි ඇයි? අපේ හිතේ කෙලෙස් තියෙන නිසා. අපේ ඇතුළේ තණ්හාව තියෙන තාක් මේ හිත ඇතුළත තෘප්තිමත් නෑ. අපි හැම තිස්සෙම එළියට යනවා. එළියේ තමයි සතුට තියෙන්නේ; අරයා ගාව තමයි සතුට තියෙන්නේ; මෙයා ගාව තමයි සතුට තියෙන්නේ; ප්‍රවෘත්තිවල තමයි සතුට තියෙන්නේ; මේ පත්තරේ තමයි සතුට තියෙන්නේ; නා නා ප්‍රකාර දේවල් ඔස්සේ අපේ හිත දුවනවා. ඇතුළත තෘප්තිමත් භාවයක් නෑ. මොකද ඇතුළේ කෙලෙස්.

නමුත් අපි මොහොතකට හරි ඇතුළත තෘප්තිමත් වෙලා නම්, අපිට එළියට යන්න උවමනාවක් නෑ. ඉතින් ඒ නිසා යම් අවස්ථාවක අපි ඇතුළත තෘප්තිමත් වෙලා ඉන්න මොහොතක හිතට ලොකු සහනයක් ලොකු සැනසීමක්, ලොකු සංසිද්දීමක් තියෙනවා. මොකද ඇතුළේ දහයක් නෑ දැන්; ඇතුළේ පිපාසයක් නෑ. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා නිවනට, "පිපාසවිනයො"⁴⁵ කියලා. හරියට නිකං තණ්හාව කියන්නේ පිපාසයක්. හැම තිස්සේම ඉල්ලනවා. කොච්චර දුන්නත් මදි. හැම තිස්සේම අතෘප්තිකරයි. නමුත් තණ්හාව සම්පූර්ණයෙන්ම ක්ෂය වුණා නම්, ඒ කියන්නේ නිවනට පත් වුණා නම්, එයා ගාව ඇතුළතම තෘප්තිමත් භාවයක් තියෙනවා; ඇතුළතම සංසිද්දීමක් තියෙනවා. ආයේ දැන් එළියේ ගිහිල්ලා දෙයක් හොයන්න උවමනාවක් නෑ. නමුත් අපේ හිතේ කෙලෙස් තියෙන තාක්, ආසව ධර්ම අනුසය ධර්ම බලපවත්වන තාක්, අපිට නිදහස් කාල පරිච්ඡේදයේ වැඩි වෙලාවක් ඉන්න අමාරුයි.

විපස්සනාවක් වඩන යෝගාවචරයකුට ටික වෙලාවක් හිත නිදහස් කරගෙන කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව ආතතියකින් තොරව ඉන්න පුළුවන් හැකියාව ලැබෙනවා. හැබැයි දිගට පවත්වන්න අමාරුයි. මොකද, තාම හිතේ රාගය ද්වේෂය මෝහය තියෙනවා. එතකොට අපිට කරන්න සිද්ධ වෙන්නේ, මේ විමුක්ත ස්වභාවය තව තව වර්ධනය කරන්න නම්, හිත කෙලෙසුන්ගෙන් නිදහස් කරගැනීමයි. ඒකයි අපි සමාධියකින් මේ විමුක්ත ස්වභාවය පවත්වන්න හැදෑවට සමාධිය දුර්වල වෙනකොට ආයෙත් කෙලෙස් එන්නේ. එතකොට ආයෙත් හිතේ නිදහස අහිමි වෙනවා. නමුත් කවුරු හරි හිතේ කෙලෙස් ටික ටික ප්‍රභාණය කරගන්නා නම්, හිතේ රාගය දුරු උනා නම්, ද්වේෂය දුරු උනා නම්, මෝහය දුරු උනා නම්, අන්න එබඳු තැනැත්තාට තමයි කියන්නේ "සුවිමුතත විතො" කියලා. අර ඊයේ අපි ගත්ත සඞ්ඞිති සූත්‍රයේ 'සුවිමුතත විතො' කියන එක අර්ථ දක්වලා තියෙන්නේත් මේ විදියටයි. යම් කිසි කෙනෙක් තුළ රාගය දුරු වෙලා ද්වේෂය දුරු වෙලා මෝහය දුරු වෙලා නම්, කෙලෙසුන් සම්පූර්ණයෙන් දුරු වෙලා නම්, ඒ කියන්නේ නිවන් දැකලා නම්, රහත් වෙලා නම්, අන්න ඒ රහතන්

⁴⁵ අංගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපාත, පඨම පණ්ණාසක, අග්ගප්පසාද සූත්‍රය

වහන්සේටමයි කියන්නේ “සුවිමුක්ත විතො” කියලා. හාත්පසින් නිදහස් නැතැත්තෙක්. “සමමාවිමුක්ත විතාසස භික්ඛු”⁴⁶ කියලා කියනවා. හාත්පසින් නිදහස් වෙච්ච රහතන් වහන්සේ. ඉතින් ඒ නිසා රහතන් වහන්සේ මේ කියන විදියට මේ ඔක්කොම දේවල් අල්ලා බදගෙන ඉන්නවා වෙනුවට, උන්වහන්සේගේ හිතේ තියෙන්නේ විමුක්ත ස්වභාවයක්; නිදහස් ස්වභාවයක්.

විටින් විට ඇවිල්ලා ඇතැම් විට බ්‍රාහ්මණයෝ ප්‍රශ්න අහනවා; භික්ඛුන් වහන්සේලා ප්‍රශ්න අහනවා; ඒ තියා දෙවියෝ පවා ප්‍රශ්න අහනවා. ‘සර සුත්‍රය’ කියලා, දේවතා සංයුක්තයේ සූත්‍ර දේශනාවක් හමු වෙනවා. දේවතාවෙක් ඇවිල්ලා ප්‍රශ්නයක් අහනවා.

**“කුතො සරා නිවත්තනති, කඪු වට්ටං න වත්තති.
කඪු නාමඤ්ච රූපඤ්ච, අසෙසං උපරුජ්ඣති”**

කියලා. ඒ කියන්නේ කෙලෙස් සැඬ පහරවල් ගලන්නේ නැත්තේ කොහෙද? දිය සුළිය කරකැවෙන්නේ නැත්තේ කොහෙද? මේ නාමයත් රූපයත් ඉතුරු නැතිවම නිරුද්ධ වෙලා යන්නේ කොහෙද? නිරෝධනය වෙන්නේ කොහෙද? වළකින්නේ කොහෙද? බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා,

**“යඪ ආපො ච පඨවී, තෙජෝ වායො න ගාධති.
අතො සරා නිවත්තනති, එඪු වට්ටං න වත්තති.
එඪු නාමඤ්ච රූපඤ්ච, අසෙසං උපරුජ්ඣති.”**

නිවන තමයි මේ විස්තර කරන්නේ බුදුරජාණන් වහන්සේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා, යම් තැනක පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන භූත ධර්මයන්ගේ ඡායා පිහිටන්නේ නැද්ද, “අතො සරා නිවත්තනති” අන්න එතන තමයි මේ කෙලෙස් සැඬ පහරවල් වියළිලා යන්නේ. එතෙත තමයි දිය සුළි කරකැවෙන්නේ නැත්තේ; එතන තමයි නාමයත් රූපයත් ඉතුරු නැතිව ප්‍රභාණය වෙන්නේ.

⁴⁶ අංගුත්තර නිකාය, ඡක්ක නිපාත, දුතිය පණ්ණාසක, සොණ සූත්‍රය

අපි ප්‍රඥාව ගැන කතා කරනකොට පෙන්වා දුන්නා නාමරූපයයි විඤ්ඤාණයයි අතර තියෙන නිරන්තර දිය සුළියක් බඳු ස්වභාවය ගැන. මේකෙන් තමයි අපි සංසාරේ ඇදගෙන යන්නේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ දෙන මේ තියුණු පිළිතුරේ, නිවන ගැන කියන ප්‍රකාශයේ නාමරූපය ඉතිරි නැතිවම නැති වෙලා. ඉතිරි නැතිවම ප්‍රභාණය වෙලා. එහෙම නම් අපි තේරුම්ගන්න තියෙන්නේ, රහත් සිතක අර නාමරූප පිළිබිඹුවලට අහු නොවන ස්වභාවයක් තියෙනවා. අපි අර එදා කතා කළා චිත්‍රපටියක් බල බල ඉන්න අවස්ථාවක් ගැන. හොඳ, ඉතාම ලස්සන චිත්‍රපටියක් දැන් මේ තිරයේ දිස් වෙනවා. අපිත් ඒකට අහු වෙලා ඒක තුළ ජීවත් වෙනවා. අපිටත් දුක දැනෙනවා, සැප දැනෙනවා, ඉක්මනුගෙනවා, හිතා යනවා, මොකද අපි ඒක තුළ ඉන්නවා. හැබැයි අර දෙර ඇරුණාම, එක පාරටම ආලෝකයක් ආවාම තිරයට, අර තිරයේ තිබිවිච නළුවෝ මැකිලා යනවා; නිළියෝ මැකිලා යනවා; දුෂ්ටයෝ මැකිලා යනවා; මල්වතු මැකිලා යනවා. අපි ආයෙමත් අර වර්තමාන ලෝකෙට එනවා. අපි එතෙක් හිටියේ 'ප්‍රේම ලෝකයක්'. ප්‍රේම ලෝකයෙන් අයින් වෙලා ඔන්න දැන් අපි ආයේ වර්තමාන ලෝකයේ. ඔය වගේ අර නාමරූපය මැකිලා යනවා දැන් අර ප්‍රඥ ආලෝකය ආවාම අර තිරේ පෙන්වපු චිත්‍රපටිය මැකිලා යනවා වගේ.

අන්න ඒ වගේ තමයි, අපේ හිතේ ප්‍රඥලෝකය අවදි වෙන්න අවදි වෙන්න, මෝහාන්ධකාරයෙන් අපි ජීවත් වෙවිච කාලයේ තිබුණු ප්‍රපංච දුරු වෙලා යනවා. අපිම හදගෙන අපිම රඟපාගෙන හිටිය ඒ චිත්‍රපටිය මැකිලා යනවා. ඒ නාමරූපය තමයි මැකිලා යන්නේ. ඒ නාමරූපය මැකිලා ගියා නම් අපේ හිත නිදහස්. ප්‍රඥලෝකයෙන් තමයි අපි තුළ තියෙන ඒ මෝහාන්ධකාරය දුරු කරන්නේ. අර සිනමා ශාලාවේදී නම්, දෙර ඇරුණාම එන ආලෝකයෙන් තමයි අර චිත්‍රපටිය මැකිලා ගියේ. දැන් අපේ හිතේ ප්‍රඥලෝකයෙන් තමයි නාමරූපය මැකිලා යන්නේ. මේකයි මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ "එඝථ නාමඤ්ච රූපඤ්ච, අසෙසං උපරුජ්ඣති" හිතේ ප්‍රඥාවක් ක්‍රියාත්මක වෙනකොට මේ නාමරූපවල විඤ්ඤාණය බැඳෙන්න බෑ. අපේ හිතේ විවිධාකාර සංඥ තියෙන්න බෑ. අපිට ගෙවල් දෙරවල් මතක් වෙන්න බෑ.

ඒ කියන්නේ පය්වි, ආපො, තේජෝ, වායෝ කියලා අපිට මේ 'අංශු ජේනවා' කියන එකක් නෙවෙයි මෙතන අදහස් කරන්නේ. අපිට ගෙවල් දෙරවල් තියෙනවා. අම්මලා තාත්තලා ඉන්නවා. දරු මුණුබුරෝ ඉන්නවා. යාන වාහන තියෙනවා. දේශපාලනඥයෝ ඉන්නවා. නා නා ප්‍රකාර කට්ටිය ඔක්කොම ඉන්නවා. ඔක්කොමලා ගැන විත්‍රකතාවක්, රූපකතාවක් අපේ හිතේ තියෙනවා. ඔක්කොමලා දැන් ජීවත් වෙනවා අපේ හිතේ. නමුත් පින්වත්නි, මේ නිවන් දකින හිතක, නැත්නම් මේ විමුක්ත සිතක, මේ එක විත්‍රකතාවක්වත් තියෙන්න බෑ. මේ පය්වි, ආපෝ, තේජෝවලින් හැඳිවිව එකම රූපයක්වත් තියෙන්න බෑ. ඒගොල්ලන්ගේ රූප සංඥ ඔක්කොම මැකිලා ගිහිල්ලා තියෙන්න ඕනෑ. මේක කෙටි කාලයකට වෙන්න පුළුවන්. නමුත් කෙටි කාලයකදී කෙනෙකුට අත්දකගන්න පුළුවන් දැන් මේ හිත සම්පූර්ණයෙන්ම ඒවයින් නිදහස් බව. අර අපි කතා කරපු සංඥවලින් හිත නිදහස්.

මොකද සංඥ තිබිලා අපි ඒකට වටිනාකමක් දුන්නොත් ආයෙන් අර කතාව ගෙනෙනවා; විත්‍රපටිය හැදෙනවා. නමුත් අපි ප්‍රඥවෙන් තේරුම් අරගෙන, "මේවා මේ හුදු සංඥ ය, මේවා හුදු මිරිගුවක් ය" කියලා තේරුම් අරගෙන, මේකට ලොකු වටිනාකමක් දුන්නෙ නැත්නම්, අගය කළේ නැත්නම්, අපි ඒවට අහු වුණේ නැත්නම් සංඥ ටික ඉබේම දුර්වර්ණ වෙලා යනවා. සංඥ ටික ඉබේම විරංජනය වෙලා යනවා. ඒවායේ පාට මැකිලා යනවා. ඒවායේ රේඛා සටහන් මැකිලා යනවා. හිත සංඥවලින් නිදහස් වෙනවා. ඒ වෙනුවට හිතේ තියෙන්නේ නිදහසක්; විමුක්ත ස්වභාවයක්. එබඳු හිතක් තමයි එතකොට බුදුරජාණන් වහන්සේ අගේ කරලා තියෙන්නේ. එබඳු හිතක් තමයි නිප්පංවයි කියන්නේ. මොකද, දැන් ප්‍රපංචයක් ගොඩ නැගෙන්න සංඥ නැහැ. තවත් පැත්තකින් කියනවා නම්, නාමරූපයක් අගය කරලා නැහැ. ඒ විඤ්ඤාණය නාමරූපයක බැඳිලා නෑ.

මෙන්න මේ තත්ත්වය ඉතාම ගැඹුරින් බුදුරජාණන් වහන්සේ නොයෙක් සූත්‍රවල විස්තර කරනවා. මම එක අවස්ථාවක් උදහරණයක් වශයෙන් ගන්නම්. බන්ධ සංයුක්තයේ උපය සූත්‍රයේම මේ තත්ත්වය බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා. දැන් අපි මොකක් හරි රූපයකට ඇලිලා ඉන්නකොට එතන තමයි විඤ්ඤාණය බැහැගෙන ඉන්නේ. මොකක් හරි

කාලෙකට හිතේ තෘප්තියක් තිබුණේ නෑ. මොකද අරකත් ඕනෑ, මේකත් ඕනෑ. තණ්හාවෙන් විවිධ දේ ඉල්ලනවා. ඇතුළත තෘප්තිමත් භාවයක් නෑ. දැන් හැබැයි කිසිම අරමුණකින් තොර වෙච්ච මොහොතේ, දැන් ඉල්ලන්න කෙනෙක් නෑ. අරමුණු වෙන්න දෙයක් නෑ. ගන්න නිමිත්තක් නෑ. අන්න “ධීතතතා සනතුසිතං”. නතර වෙලා ඒ හිත තෘප්තිමත් භාවයට පත් වෙලා. නතර වෙලා ඒ හිත සතුටු වෙලා. “සනතුසිතතතා න පරිතසසති” ඒ සතුටු සහගත සැහැල්ලු හිත සෙලවීමක් වංචලවීමක් තැතිගැනීමක් ඇත්තේම නෑ.

ඉතින් ඒ විමුක්ත ස්වභාවය බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉතාම ප්‍රබල විදියට විස්තර කරනවා. මොකද, අපි වඩන මාර්ගයේ මෙබඳු තැන් විපස්සනා යෝගාවචරයෙකුට කෙටි කාලයකට හෝ ටික ටික අත්දකින්න හම්බ වේවි. මොකද එබඳු මාර්ගයක් තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන්නේ. එබඳු මාර්ගයක් ඔස්සේ තමයි විපස්සනාව එල්ල වෙලා තියෙන්නේ. එබඳු මාර්ගයක් තමයි අපි නිවැරදිව වඩන්න ඕනෑ. මේ කියන දේවල් අපි විපස්සනාවක් සෑහෙන කාලයක් වැඩුවත් සුළු මොහොතකට හෝ අත්දකලා නැත්නම්, ඒ කියන්නේ අපි කොහේ හරි වරද්දගෙන තියෙනවා වෙන්නත් පුළුවන්. හැබැයි මේක කිව්වා කියලා “අනේ මං අවුරුදු ගාණක් කළා ය, තාමත් ඕක උනේ නෑ. තාමත් අරක උනේ නෑ” කියලා පසුතැවිල්ලක් ඇති කරගත යුතු නෑ. මොකද, මේ නිවැරදි පාථේ යනවා නම්, මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන දේවල් පොඩ්ඩක් හරි අපිට ඉඟි වශයෙන්, නැත්නම් මග සලකුණු වශයෙන් දැනගන්න අවස්ථාවක් තියෙනවා. එතකොට එබඳු අවස්ථා අපි හඳුනාගන්නත් ඕනෑ. මොකද, අපි මේවා හඳුනාගන්නේ නැත්නම්, අපි හිතුවොත් “මේ හිතාගන්න බැරි තරම්, කවදවත් ළඟාවෙන්න බැරි තරම්, අමාරුම තැනක් නෙ මේ කරන්න හදන්නේ” කියලා හිතුවොත් ඒකත් ඉතින් වැරදියි; එතන තියෙන්නේ අතිශයෝක්තියක්. එතකොට තමයි ඉතින් “මේක කවදවත් මට කරන්න බැහැ ය, මගේ පාරමී පිරිලා නැහැ ය, මම ත්‍රිභේතුක නැහැ ය” කියලා නා නා ප්‍රකාර හේතු ඉදිරිපත් කරගෙන අපි ඔන්න ඊළඟ බුද්ධ ශාසනයට මේක තල්ලු කරන්නේ.

නමුත් මේ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ වචනය අපි පිළිඅරගෙන, මේක මේ අදටත් වලංගුයි, තියෙන්නේ තනිකර පුහුණුවක්, මෙතන

තියෙන්නේ අභ්‍යාසයක්, මෙතන තියෙන්නේ වර්ධනයක්, හිතේ දියුණුවක්, කියලා අපි මේවා ප්‍රායෝගිකව කරන්න ගන්නවා නම් මේවා අදටත් වලංගුයි. මොකද, මේ එද හිටිය අයට විතරක් සුවිශේෂී වූ හැකියා නෙවෙයි මේ විස්තර කරන්නේ; අදටත් වලංගු හේතු එල දහමක් බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර කරන්නේ. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහම ඒකයි ‘සන්දිට්ඨිකයි’ කියන්නේ. ඒකයි අකාලිකයි කියන්නේ. මේක මේ අතීතයට පමණක් වලංගු දහමක් නෙවෙයි. අද කවුරු හරි කෙනෙක් මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නවන මාර්ගයේ ගමන් කරනවා නම්, මේ කියන ප්‍රතිඵල ටික කාලයකට හෝ අත්දැකගන්න අවස්ථාවක් ලැබේවි. හෙට උනත් අනාගතයේදී උනත් මේ දේවල් මේ විදියට ක්‍රියාත්මක කරනවා නම්, එබඳු ප්‍රතිඵලයක් කෙනෙකුට අත්දැක ගන්න අවස්ථාව ලැබේවි. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහම කාලයකට පමණක් සුවිශේෂී වෙලා නැහැ. තනිකරම හේතු එල දහමක් මතයි පිහිටලා තියෙන්නේ.

ඉතින් ඒ නිසා ටික ටික කෙනෙක් මේ තත්ත්ව අත්දකිනකොට මුලදි මේකේ වටිනාකමක්වත් තේරෙන්නේ නෑ. මොකද අපේ හිත වටිනාකම් දෙන්නේ මමත්වයක් ගොඩනැගෙන තැනකට පමණයි. අපේ කෙලෙස් අවදි වෙච්ච තැනකට පමණයි. නමුත් මේ කතා කරන තත්ත්ව තුළ කෙලෙස් ගැව්ලාවත් නෑ. ඉතින් එතන තියෙන්නේ හරිම ඒකාකාරී ගතියක්; එතන තියෙන්නේ නිකං අර ඇල්වතුර වගේ ගතියක්. ඉතින් ඒ නිසා අපි සමහර වෙලාවට මෙබඳු දේවල් භාවනාවේදි අත්දැක්කත් ඒකට වටිනාකමක් දෙන්නේ නෑ. ‘මේක මේ මොකක්ද’ කියලා අත්ඇරලා දන එක තමයි කරන්නේ. අපි ඉන් එහා දුවන ගතියක් තමයි තියෙන්නේ. අපි සමහර වෙලාවට අති ධාවනයකට යනවා මේ හම්බ වෙච්ච දේවල් නොසලකා හැරලා. ඉතින් එක අතකින් සෑහෙන්න අමාරුයි මේ දේවල් අපිටම වටහාගන්න. මේ හරියේදි ඇත්ත වශයෙන්ම තවත් කෙනෙක්ගේ අනුග්‍රහයක් අවශ්‍ය වෙනවා; කල්‍යාණ මිත්‍ර ඇසුරත් අවශ්‍ය වෙනවා. නැත්නම් අපිට මේ දේවල් ඒත්තු ගන්වන්න අමාරුයි. එහෙම ටික ටික අපි තේරුම් අරගෙන, මේකේ තියෙන වටිනාකමත් තේරුම් අරගෙන මේ දේවල් හිතේ බලපවත්වනකොට, නැත්නම් මෙබඳු දේවල් ටිකක් හිත ස්පර්ශ කරනකොට, අන්න “මෙතන වටිනාකමක් තියෙනවා ය, මෙතන මම දියුණු කළ යුතු තැනක් ය” කියලා අපි වටහාගන්නවා නම්,

අන්න ඒ අවස්ථාව අපි තව තව වර්ධනය කරගන්න උත්සාහවත් විය යුතුයි.

ඒ කියන්නේ අපි භාවනාවක් වඩාගෙන එනවා. එතකොට හිත අරමුණු ඇසුරු නොකරන ස්වභාවයකට යනවා; අනිස්සිත භාවයකට යනවා. අපි තේරුම්ගන්නවා දැන් හිත අරමුණු ඇසුරු කරන්නේ නැහැ; අරමුණු ග්‍රහණය කරන්නේ නැහැ; උපාදන කරන්නේ නැහැ. බැරිද මට මේක තව විනාඩි පහක් දික් කරගෙන ඉන්න? බැරිද මට මේක තව විනාඩි දහයක් කරන්න? බැරිද තව විනාඩි පහළොවක් කරන්න? මෙන්න මේ වගේ හිත කෙලෙසුන්ගෙන් නිදහස් වෙව්ව ස්වභාවය ටික ටික, ටික ටික අපි වර්ධනය කරන්න උත්සාහවත් විය යුතුයි. ඒ ආකාරයෙන් තමයි අපිට මේක පුහුණු වෙන්න වෙන්නේ. එහෙම නැතුව අපිට අමාරුයි හිතටම මේක ඒත්තුගැන්විලා මේක වර්ධනය වේවී ය කියල නම් හිතන්න. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීමක් අවශ්‍ය වෙන්නේ. ඒ මග පෙන්වීම අනුව තමයි අපිත් කොහොම කොහොම හරි “මේ කෙලෙසුන්ගෙන් තොර විත්තක්‍ෂණයක් තව මට ජීවත් වෙන්න පුළුවන්ද, කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව මේ හිත තව විනාඩියක් පවත්වන්න පුළුවන්ද, තව විනාඩියක් මේ හිත නිදහස්ව පවත්වන්න පුළුවන්ද, උපාදනයන්ගෙන් තොරව පවත්වන්න පුළුවන්ද” කියලා උත්සාහවත් විය යුතුයි. එබඳු උත්සාහයකින් තමයි මේ කාල පරිච්ඡේදය වැඩි වෙන්න ගන්නේ. හිතමු අපි මෙහෙම කාල පරිච්ඡේදය වැඩි වෙලා, අන්න ටික ටික, ටික ටික දැන් මේක හැකියාවක් බවට පත් වෙලා.

යම් කිසි කෙනෙකුට අන්න දැන් ඉක්මනින්ම මේ තත්ත්වය ගන්න පුළුවන් වෙලා. එයාට දැන් පුළුවන් හිත කෙලෙසුන්ගෙන් තොරව ටික වෙලාවක් තියන්න. ටික වෙලාවක් පවත්වන්න. ඒ වගේමයි ඒ වෙලාවෙදි හිතේ මොකක්වත් රූප දර්ශනයක් නෑ; සංඥ නෑ. ඇතුළෙ කතාවත් සමනය වෙලා. දැන් ආතතියක් ඇත්තෙන් නැහැ. හිතේ තියෙන්නේ නිදහස් භාවයක්. ඉතාම සරල භාවයක්. සංකීර්ණ හිතක් නෙවෙයි මේ. ඉතාම සරල හිතක්. ඉතින් එයා තව තව උත්සාහවත් වෙනවා දැන් අර බුදුරජාණන් වහන්සේගේ බුද්ධ වචනය මතක් කරගෙන “ඇයි හිතට මෙහෙම ඉන්න බැරි? ඇයි මේ නිදහස භුක්ති විඳින්න බැරි?”. ඒකයි බුදුරජාණන් වහන්සේ කියන්නේ “විමුතතියා ඛො,

බ්‍රාහ්මණ, නිබ්බානං පටිසරණනති” මේ නිවීමක් හිතේ නෑ. හිත තාම රාගයෙන් දූවෙනවා; හිත තාම ද්වේෂයෙන් දූවෙනවා; හිත තාම මෝහයෙන් පැටලෙනවා. මේ රාග ද්වේෂ මෝහ තියෙන තාක් අපිට සදකාලික වශයෙන් මේ නිදහස් ස්වභාවය උරුම වෙලා නෑ. තාවකාලිකව නම් උරුම වේවි.

එහෙනම් ඉතින් අපි අනිවාර්යයෙන්ම කෙලෙස් ටික ප්‍රභාණය කරන්න උත්සාහවත් විය යුතුයි. කොහොමද දැන් කෙලෙස් ප්‍රභාණය කරන්නේ? අන්න එතකොට තව තව විවිධාකාර විපස්සනා ක්‍රම අනුගමනය කරන්න වෙනවා. හිත දැන් පිට යනවා; පිට ගියාම අපි දැනගන්නවා. සතියෙන් පෙන්නවලා දෙනවා. අන්න ප්‍රඥව යොදනවා. ප්‍රඥව යෙදුවට පස්සේ ආයෙත් හිත නිදහස් වෙනවා. ආයෙත් හිත මැද්දට එනවා; තමන් වෙතට එනවා. තමන් වෙතට ඇවිල්ලා නිදහසේ ඉන්නවා. කයවත් හැබැයි ඇසුරු කරලා නැහැ. කයවත් ග්‍රහණය කරලා නැහැ. ආයෙත් හිත පරණ මතකයක් අරන් දෙනවා. ඒකෙ හිත ගිහිල්ලා ඇලෙනවා. ආයෙත් සතියෙන් පෙන්නවලා දෙනවා. අපි ප්‍රඥව යොදනවා. ආයෙත් නිදහස් කරගන්නවා. දැන් අනාගත සැලසුමක් ඔස්සේ යනවා. ආයේ සතියෙන් පෙන්නවලා දෙනවා. අන්න අපි ප්‍රඥව යොදනවා. ආයෙත් හිත නිදහස් වෙනවා. මේ වගේ අපිට සියදහස්වාරයක් කරන්න වේවි. අපේ හිතේ තියෙන අර පරණ ගති නිසා පරණ පුරුදු නිසා, මේ හිත යන්න දිදී යන්න දිදී නිදහස් කරගන්නවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ කියනවා “පඤ්ඤය දිඤ්ඤා දිඤ්ඤා පහාතබ්බො”⁴⁷ ප්‍රඥවෙන් දක දක ප්‍රභාණය කරන්න වෙනවා. අපි සමාධියක් තුළ පැය ගණන් හිටියා කියලා, අපේ මේ තියෙන කෙලෙස් පුරුදු ටික එක පාරට නැති වෙලා යන්නේ නෑ. එතන අපිට යම් සුවයක් තියෙන්න පුළුවන්. නමුත් කෙලෙස් කැපීමක් වෙන්නේ නෑ කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලිවම කියනවා.

ඉතින් ඒ නිසා අපි මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්නවු ප්‍රඥව අවදි කරගන්න නම් හදන්නේ, අපේ හිතේ නිවීමක් ඇති කරගන්න නම් හදන්නේ, එහෙම නම් අපිට ලොකු සුවයක් නොදෙනුණත්, සමාධියක

⁴⁷ අංගුත්තර නිකාය, දසක නිපාත, පඨම පණ්ණාසක, කාය සූත්‍රය

ඉන්නවා වගේ සුවයක් නොදැනුණත් මේ කෙලෙස් ප්‍රභාණය සඳහා අත තියන්න සිද්ධ වෙනවා. කෙලෙස් ප්‍රභාණය කරගන්නොත් පමණක් අපිට අර පූර්ණ නිදහසක්, සියල්ලෙන් නිදහස් වීමක් උරුම වෙවි. කෙලෙස් තියෙන තාක් අපේ හිත නැවත නැවත පැටලේවි. ඉතින් එහෙනම් අපිට දැන් සිද්ධ වෙනවා හිතට ටිකක් පැටලෙන්න දීලා ආයේ නිදහස් කරගන්න. මොකද අපි හිර කරගෙන හිටියොත් එයාව, එයා පැටලෙන්නේ නෑ. සමාධියෙන් අපි හිර කරගෙන ඉන්නේ. ඒ වෙනුවට අපි පොඩ්ඩක් කියනවා යන්න කියලා. ඉතින් එයා පරණ පුරුද්දට යනවා. ගියාට පස්සේ ඔන්න අපි සතිමත් වෙනවා. සතිමත් වෙලා තමයි අපේ හිත නිදහස් කරගන්න වෙන්නේ.

සම්පූර්ණයෙන්ම හිත නිදහස් කරගත්ත, රාගයෙන් ද්වේෂයෙන් මෝහයෙන් නිදහස් කරගත්ත රහතන් වහන්සේගේ හිත මොන වගේද කියලා සෝණ සූත්‍රයේ ඉදිරිපත් කරලා තියෙනවා. මේ සූත්‍රය ඇතුළත් වී තියෙන්නේ අංගුත්තර නිකායේ ඡක්ක නිපාතයේ. සෝණ කියන මහ රහතන් වහන්සේ තමන්වහන්සේගේ හිතේ ස්වභාවය ගැන ඉතාම ලස්සනට විස්තර කරනවා. උන්වහන්සේ කියනවා මෙන්න මෙහෙම. “එවං සමමා විමුක්තචිත්තස්ස, භනෙන, හික්ඛුනො භුසා වෙපි චක්ඛුවිකෙඤ්ඤයා රූපා චක්ඛුස්ස ආපාඨං ආගච්ඡන්ති” මේකෙන් කියන්නේ දැන් මේ භාත්පසින් කෙලෙසුන්ගෙන් හිත නිදහස් කරගත් ඒ රහතන් වහන්සේගේ ඇහැට දකින්න පුළුවන්, දැකිය යුතු, විවිධාකාර රූප ලක් වෙනවා. ඉතින් මේ විදියටම කන සම්බන්ධයෙනුත් කියනවා; ඒ රහතන් වහන්සේගේ කනට ඕනෑ තරම් ශබ්ද ඇහෙනවා. ඒ රහතන් වහන්සේගේ නහයට ඕනෑ තරම් ගඳ සුවඳ දූනෙනවා. උන්වහන්සේ දනය වළඳනකොට, නැත්නම් වෙනත් දෙයක් පානය කරනකොට උන්වහන්සේගේ දිවට මේ රස දූනෙනවා. උන්වහන්සේගේ කයට ස්පර්ශයත් දූනෙනවා. හිතට ඇතින් වගේ අරමුණුත් එනව ඇති. උන්වහන්සේ කියනවා, මේ ඔක්කොමත් වෙනවා. හැබැයි “නෙවස්ස චිත්තං පරියාදියන්ති” ඒ එකක්වත් මේ තමන්වහන්සේගේ හිත මැඬ පවත්වන්නේ නැහැ. “අමීසසීකතමෙවස්ස චිත්තං භොති” මේ හිත තියෙනවා අර එන අරමුණුත් එක්ක මිශ්‍ර වෙන්නේ නැතුව. හිත ඉන්නවා තමන්ගේ පාඩුවේ; නිදහසේ ඉන්නවා. අර එන එක අරමුණක් එක්කවත් මිශ්‍ර වෙන්න යන්නේ නෑ. “ධීතං ආනෙඤ්ජප්පත්තං

වයඤ්චසසානුපසසති” ඒ හිත තියෙනවා නතර වෙලා. ඒ හිත තියෙනවා නොසෙල්වී. ඒ හිත කැමති නම් අර ආපු අරමුණු ක්‍ෂය වෙලා යන හැටි බලනවා.

ඒ කියන්නේ, රහත් වුණාට පස්සේ ඇස් නොපෙනී යාමක්වත් කන් නොඇසී යාමක්වත් ස්පර්ශ නොදැනී යාමක්වත් නෙවෙයි මේ වෙලා තියෙන්නේ. උන්වහන්සේත් මේ සාමාන්‍ය මනුෂ්‍යයෝ වගේ ජීවත් වෙනවා. හැබැයි ලොකු වෙනසක් තියෙනවා. මේ පිටතින් පේන රූප නිසා උන්වහන්සේගේ හිත සැලීමක් නැහැ. උන්වහන්සේගේ හිත ඒ අරමුණුත් එක්ක මිශ්‍ර වෙලා ගිහිල්ලා ආයේ අර ප්‍රපංච ගොඩනැගෙන ස්වභාවයක් නැහැ. අපි වගේ කතන්දර ගොඩනගනගා ඉන්න ස්වභාවයක් නැහැ. උන්වහන්සේගේ හිත තියෙනවා ඒ එන අරමුණුවලින් නිදහස් වෙලා; ඒ එන අරමුණුත් එක්ක මිශ්‍ර වෙන්න නොගිහිත්. උන්වහන්සේ බොහොම සන්සුන් වෙච්ච හිතකින්, සැනසිච්ච හිතකින්, ශාන්ත හිතකින්, නතර වෙච්ච හිතකින් කටයුතු කරනවා. ඒ නිසා පින්වත්ති, රහත් වෙලත් උන්වහන්සේලා නිරන්තරයෙන් නිදහස් භාවයක්, සුඤ්ඤත ස්වභාවයක් අරමුණුවලින් නිදහස් ස්වභාවයක්, නිමිති නොගන්නා ස්වභාවයක්ම තමන්ගේ ගෝචර භූමිය වශයෙන් ඇසුරු කරලා තියෙනවා.

ඉතාම ලස්සන ගාථා යුගලයක් එනවා ධම්මපදයේ අරහන්ත වග්ගයේ.

“යසසාසවා පරික්ඛිණා, ආහාරෙ ච අනිසසිතො.
සුඤ්ඤතො අනිමිතො ච, විමොක්ඛො යසස ගොචරො.
ආකාසෙ ච සකුන්තානං, පදං තසස දුරන්තයං.”

මේකෙ විස්තර වෙනවා සිත් ගන්නාසුලු නිදසුනක්. දැන් මේ පින්වතුන් දන්නවා අහසේ කුරුල්ලෝ පියැඹුවාට උන්ගේ පා සටහන් නැ. අපි මුහුදු වෙරළේ ඇවිද්දෙන් හෙම අපේ පා සටහන් හිටිනවා. වැලි පොළවේ ඇවිද්ද නම් එතනත් පා සටහන් හිටිනවා. නමුත් මේ අහසේ ඕනෑ තරම් කුරුල්ලෝ පියාඹනවා. ඔවුන්ගේ පා සටහන් නැහැ. මෙන්න මේ උපමාව තමයි දෙන්නේ. එතන කියනවා “යසසාසවා පරික්ඛිණා” මේ සියලුම ආශ්‍රව ක්‍ෂය කරගත්ත, “ආහාරෙ ච අනිසසිතො.” මේ

විවිධාකාර ආහාර කියන්නේ කටෙන් හපලා කන ආහාර වෙන්න පුළුවන්, ස්පර්ශාහාර වෙන්න පුළුවන්, මනෝ සංවේතනා ආහාර වෙන්න පුළුවන්, විඤ්ඤාණාහාර වෙන්න පුළුවන්, මේ එකක්වත් ගැන බැඳීමක් ඇලීමක් රාගයක් නැ; අනිස්සිතයි. “සුඤ්ඤතො අනිමිතො ච, විමොකො යසස් ගොචරො” ඒ රහතන් වහන්සේ, සුඤ්ඤත අනිමිත්ත කියන මේ විමෝක්ෂ ස්වභාවයන් තමයි ගොඳුරු බිම බවට පත් කරගෙන තියෙන්නේ. උන්වහන්සේ විවිධ අරමුණුවල ගැලිලා ඒවයේ ඇලිලා, ඒවත් එක්ක ගැටිගැටී ඉන්නවා නෙවෙයි. හිත තියෙනවා බොහොම නිදහස් භාවයක; නිමිති නොගන්නා ස්වභාවයක; අරමුණුවල තෙරපෙන්නේ නැති ස්වභාවයක. “ආකාසෙ ච සකුන්තානං, පදං තසස් දුරන්තයං” හරියට අහසේ කොයි තරම් පසිඹිත් පියාසර කළත් උන්ගේ පා සටහන් නැතුවා වගේ. ඒ නිසා මේ රහතන් වහන්සේලාගේ හිත මොන මොන අරමුණු ඇසුරු කළාද කියලා හොයන්න බැරිලු. මොකද, ඒ අරමුණු ඇසුරු කළාට ඒවායේ පා සටහන් තියලා නැහැ. ඒවත් එක්ක හිත මිශ්‍ර වෙලා නැහැ; ඒ හිත තිබිලා තියෙනවා නිදහසේ.

ඉතින් මේ කරුණු අපිත් තේරුම් අරගෙන, මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙන්වන මේ අනිස්සිත ස්වභාවයන්, මේ කෙලෙසුන්ගෙන් තොර ස්වභාවයන්, මේ සුඤ්ඤත අනිමිත්ත ස්වභාවයන්, කොයි තරම් නම් අපිට ප්‍රායෝගිකව මේ ජීවිතයේ අත්දැකගන්න පුළුවන් වෙයිද, මේවා කොයි තරම් වටිනවාද, මේවා කොයි තරම් අපි බහුලිකෘත කළ යුතුද, මේවා පවත්වන්න බැරි වෙන්න හේතුව මොකක්ද කියලා ගැඹුරින් විමසා බලන්න ඕනෑ. අපේ හිතේ රාග ද්වේෂ මෝහ තියෙන තාක් අපිට මේව ප්‍රාණ බුක්තියට අයිති වෙන්නේ නැහැ. නමුත් අපේ හිත ක්‍රමානුකූලව රාග ද්වේෂ මෝහවලින් තොර කරගත්තා නම්, මේ වඩන මාර්ගයම අපේ ඵලය බවට පත් වෙනවා. ඉතින් ඒ සඳහා අපි සියලුදෙනාටම, මේ ධර්ම දේශනාවත් අපි මෙතෙක් මේ කිං මූලක සූත්‍රය මුල් කරගෙන පවත්වපු ධර්ම දේශනා මාලාවත් මග පෙන්වීමක් වේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරමින් අද දින ධර්ම දේශනාව සමාප්ත කරනවා.

සියලුදෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.

“යො ව පපඤ්චං භික්ඛාන, නිප්පපඤ්චපදො රතො.
ආරාධයි සො නිබ්බානං, යොගකෙඛමං අනුත්තරං.”

යමෙක් තෙම ප්‍රපඤ්චය අත්හැර නිෂ්ප්‍රපඤ්ච පදයෙහි ඇලුණේද,
හෙතෙම කාමාදී බැමිවලින් නිදහස ලත් යෝසක්ෂේම වූ, අනුත්තර වූ නිවනට
ආරාධනා කරයි.

(අංගුත්තර නිකාය, ඡක්ක නිපාත, සාරාණිය වග්ග, හද්දක සූත්‍රය)



ISBN 978-955-4877-11-5



9 789554 187711 5