



මහා ඝනිපට්ඨාන සුත්‍ර දේශනාවලිය
ප්‍රථම කාගය

අති පුප්භිය උඩරියගම ධම්මසේව ස්වාමීන්වහන්සේ



මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාවලිය

ප්‍රථම කාණ්ඩය-ධර්ම දේශනා 1-10 දක්වා



මිනිරිගල නිස්සරණ වනයේ ප්‍රධාන කර්මස්ථානාවායඨී
උඩර්වයගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ
නිස්සරණ වනය, ආරණ්‍ය සේනාසනය
මිනිරිගල

ධම් දනයක් වශයෙන් නොමිලයේ බෙදීම පිණිසයි.

**මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාවලිය
ප්‍රථම භාගය**

පූජනීය උඩරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2017

අයිතිය

මීතිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

මීතිරිගල, 11742

දුරකථනය: 033 3339193

nissaranavanaya@gmail.com

www.nissarana.lk

ISBN 978-955-4877-01-6

මුද්‍රණය

කොලිට් ප්‍රින්ටර්ස්

17/2, පැහිරිවත්ත පාර, ගංගොඩවිල, නුගේගොඩ.

දුරකථනය: 0114870333



පෙරවදන

සතිපට්ඨාන දේශනාවත් සතිපට්ඨාන භාවනාවත් යන දෙකම සම්මා සම්බුදු සසුනෙහි ප්‍රධාන ස්ථානය ගන්නා අති විශිෂ්ට ක්‍රියාමාර්ග දෙකකි. මෙම මාර්ග දෙකෙන්ම ලැබගන්නා ආනිසංසය, ප්‍රධාන වශයෙන් එකකි. එනම්, සුවාසුදහසක් වූ ධර්ම ස්කන්ධයම, ධ්‍යාන අභිඥ සහ මාර්ග එල ප්‍රතිලාභයත් සමගම නිව්‍යානාවබෝධය පිණිස වන භාවනා මාර්ගයකි.

අබුද්ධෝත්පාද කාලයේ නොපවතින, බුද්ධ ශාසනයක පමණක් පවතින භාවනාවකි, සතිපට්ඨාන භාවනාව. දවසට තෙවරක් සඟ පිරිසට අනුශාසනා කරන සඵඥයන් වහන්සේ “අසමාදෙන සම්පාදෙථ” යනුවෙන් ‘එළඹ සිටි සිහි නුවණින් පිළිවෙත් සම්පාදනය කරව්’ යයි දවසට තෙවරක් සුගතෝවාදයෙන් කරන අනුශාසනාවද සතිපට්ඨාන භාවනාවයි.

අප විසින් නිස්සරණ වනයේදී පවත්වන්නට යෙදුණ භාවනා වැඩමුළුවක දේශනා පෙළ මෙසේ එක් කොට ග්‍රන්ථයක් වශයෙන් එළිදක්වන්නට යෙදුණේ, මෙහි අන්තර්ගතය ගැන මනා අවබෝධයෙන් “නිසි කලට අස්වැන්න නෙළාගන්නා ගොවියකු මෙන්” තම විත්ත ප්‍රසාදය පළ කොට අප්‍රමාදීව සියලුදෙනා කෙරෙහි මෙන් සිතින් නිවනට යොමු කරන චේතනාවෙන්, පින්වත් දයක මහතකු ඇතුළු පවුලේ සැමගේ දයකත්වයෙනි. ඒ මහතාටත් ඒ දයක වූ සැමටත් පවුලේ සැමටත් හිතවතුන්ටත් දහම් සැනසිල්ල උද වේවා!

මුදුණ කටයුතු කිරීම සුපුරුදු ධර්ම ගෞරවයෙන් යුක්තව “කොලිටි ප්‍රින්ටර්ස්” විසින් මැනවින් ඉටු කරන ලදී.

මෙලෙස නා නා අයුරින් මෙහි ලා ආධාර උපකාර කළ සියලු දෙනාගේම එකම අභිලාෂය නම්, මෙය කියවන ඔබගේ විපස්සනා භාවනාවට මෙයින් අත්උදව්වක් වේවා! යන ශාසනික පැතුමයි. එමගින් මේ පිරිහීගෙන යන ප්‍රතිපත්ති සාසනයට, විශේෂයෙන් විපස්සනා භාවනාවට, මෙයින් අත්උදව්වක්ම වේවා! බුද්ධ දේශනාවේ පමණක් ඇති සීල, සමාධි, ප්‍රඥ, යන උතුම් ගුණ ධර්ම වැඩේවා!

මේ වටිනා උතුම් ග්‍රන්ථය පරිශීලනය කරන භාවනා'නිලාඡී
සැමටත් මෙම කුසල් ආයුරාරෝගය සම්පත් හා සුගති සැපත් කෙළවර
අමා මහ නිවන් සුව පිණිසද හේතු වාසනා වේවා!

මෙයට, මෙතැනි

පූජ්‍ය උඩ ඊරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ.

නිස්සරණ වනය ආරණ්‍ය සේනාසනය.

මීනිරිගල.

2017 වසර මස 30 වන ද.



සම්පාදක සටහන

මිනිරිගල නිස්සරණ වනය ආරණ්‍ය සේනාසනයට සම්බන්ධ වී කලක සිට ධර්ම ග්‍රන්ථ පිළිබඳව කටයුතු කිරීමට ලැබීම මාගේ භාග්‍යයක් ලෙස සලකමි. එය කමානුරූපව සිදු වූ දෙයකිසි මම සිතමි. මෙම අවස්ථාව ලබා දුන් අති පූජ්‍ය උඩරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන්වහන්සේ ඇතුළු එහි පාලක මණ්ඩලයට මාගේ ගෞරවය පළමුවෙන්ම පුද කරමි.

මීට ප්‍රථම ධර්ම ග්‍රන්ථ දෙකක් සකැසීමෙන් අනතුරුව, පූජ්‍ය උඩරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන්වහන්සේ විසින් 2006- 2008 වර්ෂවලදී මිනිරිගල නිස්සරණ වනයේදී යෝග්‍යවචර භික්ෂූන් වහන්සේලාට දේශනා කරන ලද දේශනා 107 කින් යුක්ත වූ "මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය" පොත් පෙළක් ලෙස සකස් කර මුද්‍රණය කිරීමට පූජ්‍ය උඩරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන්වහන්සේගෙන් අවසර ලබාගැනීමට මට හැකි විය.

මෙම ධර්ම දේශනා පටිගත කොට ඇත්තේ දශකයකට පමණ පෙර බැවින්, එම හඬ පටවල ශ්‍රවණ තත්ත්වය දුර්වල බවත් සමහර තැන්වල ඇතැම් ධර්ම කොට්ඨාශ මැකී ගොස් ඇති බවත් මෙම කටයුත්ත කරගෙන යාමේදී අප හට වැටහිණ. එහෙයින් ඒවා නිවැරදිව අර්ථවත්ව පිටපත් කිරීම ඉතාම දුෂ්කර කාර්යයක් විය. හැකි උපරිම අයුරින් මෙම දේශනා නිවැරදිව ඉදිරිපත් කිරීමට අප උත්සාහ ගත්තද, යම් කිසි අඩු ලුහුඬුකමක් ඇතොත් පාඨක ඔබ උරණ නොවනු ඇතැයි අපි විශ්වාස කරමු.

එසේම මෙහිදී විශේෂ සඳහනක් කරනු කැමැත්තෙමි. ගරු උ. ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේගේ උපදෙස් හා අනුශාසනා පරිදි මෙම දේශනා කාණ්ඩය නැවත වරක් අලුතින්ම නිවැරදිව පිටපත් කර සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය මුළුමනින්ම ඉටු කළ නිස්සරණ වනය ආරණ්‍ය වාසී මහා සංඝරත්නයටද සෝදු පත් පිරික්සීමේ ක්‍රියාවලියට උර දී මහඟු සේවයක් කළ රාණි රාජපක්ෂ මහත්මියටද අලංකාර ලෙස පිටකවරය නිර්මාණය කිරීමෙන් සහ මුද්‍රණ කටයුතු සම්බන්ධීකරණයෙන් සහාය වූ අමිල් කුමාර මහතාටද මාගේ ගෞරව ප්‍රණාමය ප්‍රථමයෙන් පුද කරමි.

ප්‍රථම ධර්ම දේශනා 10 ඇතුළත් මෙම පළමුවන ධර්ම පුස්තකය ඔබ අතට මෙසේ පත් වන අතර ඉදිරි කාණ්ඩද මතු වට ඔබේ පරිශීලනය සඳහා පිරිනැමීම මාගේ අභිලාෂයයි.

මෙම සත්කාරය සඳහා මූලික පියවරේදී මට සහාය වූ ධර්මකාමී කිහිපදෙනෙකු පිළිබඳව විශේෂයෙන් සඳහන් කරමු. සෝදු පත් පිරික්සීමේ කායඝීය නිම කළ කහවත්තේ උපේක්ඛා මැණියන් වහන්සේ සහ වර්ත කඩුකන්නගේ සොහොයුරු ගෞරව පූජිකව සිහිපත් කරමි. එසේම නිවාඩුවක් සඳහා මෙල්බර්න් නුවරට පැමිණි ඩොරින් වීරසිංහ උපාසිකා මාතාව, පටිගත කරන ලද ධර්ම දේශනා වැඩි ගණනක් පිටපත් කරමින් සහාය වීම මට කළ විශේෂ උපකාරයකි. තවද මෙල්බර්න් නුවර මාගේ හිතවත් ඩොනල්ඩ්, යශෝධරා හඳපාන්ගොඩ යුවළද ධර්ම දේශනා පිටපත් කරදීමෙන් දැක්වූ සහාය අගය කරමි. මේ සියලුදෙනාටම මාගේ ගෞරවය පුද කරමි.

පෙර පරිදිම මාගේ බිරිඳ සහ දියණියන් දෙදෙනා මා දිරිමත් කළ අතර, නාවින්න ජයගත් පාලේ මාගේ සොයුරිය සම්බන්ධීකරණ කටයුතු මනාව ඉටු කළාය. නිරන්තරයෙන් මේ පුණ්‍යමය කටයුත්තට කාලය ශ්‍රමය වැය කළ මාගේ සොයුරියන් දෙදෙනාට සහ උඩහමුල්ලේ පද්මී අක්කාට පුණ්‍යානුමෝදනා පූජිකව පින් පමුණුවමි.

නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලයේ හේමන්ත රණවක මහතාද කොලිට් ප්‍රින්ටර්ස් මුද්‍රණාලයේ අධිපති ජයසෝම මහතා සහ සේවක මණ්ඩලයද රෙජි හේරන් මහත්මාද මෙම ත්‍රී පූජිකව ගෞරවයෙන් සිහිපත් කරමි.

එසේම මෙම මුද්‍රණ කටයුතු සඳහා නිරතුරු දයකත්වය දරන මාගේ ඥාතීන්ට සහ හිතවතුන්ටද පුණ්‍යමය පුද කරමි. මෙම සත්කාරයෙන් ජනිත වන කුසල සම්භාරය, මාගේත් බිරිඳගේත් නැසී ගිය දෙමාපියන් ඇතුළු ඥාතීන්ට සහ හිත මිතුරන්ටද අත්පත් වේවා! යි ප්‍රාර්ථනා කරමි. එසේම වයෝවෘද්ධ ඥාතීන්ට සහ හිත මිතුරන්ටත් නිරෝගී සුවය ලැබී ධර්මාවබෝධය ලැබේවා!

මෙවැනි ශාසන මෙහෙවරක් සඳහා මග පෙන්වූ මාගේ දෙමාපිය සහෝදර සහෝදරියන්ද නැණැස පැදු නාත්තන්ඩිය මැදගොඩ ප්‍රාථමික විදුහලේ හා නාරම්මල මයුරපාද විදුහල් මැණියන්ගේ ගුරු භවතුන්ටත් මාගේ පුණ්‍යමය පුද කරමි. එසේම නොබෝද අප අතරින් සමුගත්, මෙල්බර්න් නුවර පදිංචිව සිටි කුමාර තෙතන්නකෝන් ගුරු පියාණන්ට

මෙම කුසලය අනුමෝදන් කරන අතර, වාරියපොල මොරගනේ මෙන්තාවාසයේ වයොවාද්ධ සී. බාලසූරිය ගුරු පියාණන්ට නිරෝගී සුවය, දීර්ඝායුෂ හා ධර්මානන්දය ලැබේවා! අපවත් වී වදල අති පූජනීය මිනිරිගල ධම්මාවාස ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේට උතුම් නිවන් සුව අත් වේවා! මෙත් සිතින් උ.ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේට නමස්කාර කරමි. නමස්කාර වේවා!

ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි!

සම්පාදක

2017 වසර මස 30 වන දා



මහා සතිපට්ඨාන සූත්තං

එවං මෙ සූතං එකං සමයං භගවා කුරුසු විහරති කමමාසධමමං නාම කුරුනං නිගමො. තත්‍ර ඛො භගවා භික්ඛු ආමනෙතසි 'භික්ඛවො'ති. 'භදනෙත'ති තෙ භික්ඛු භගවතො පච්චසොසුං. භගවා එතදවොච:

'එකායනො අයං, භික්ඛවෙ, මගො සත්තානං විසුද්ධියා, සොකපරදෙවානං සමතිකකමාය දුක්ඛදෙමනස්සානං අත්ඛගමාය ඤයස්ස අධිගමාය නිබ්බානස්ස සච්ඡිකිරියාය, යදිදං චත්තාරො සතිපට්ඨානා'.

කතමෙ චත්තාරො? ඉධ, භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං, වෙදනාසු වෙදනානුපස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා, විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං, විතෙත විත්තානුපස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං, ධමමෙසු ධමමානුපස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං.

කායානුපස්සනා ආනාපානපබ්බං

කථංඤච පන, භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති? ඉධ, භික්ඛවෙ, භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා රුක්ඛමූලගතො වා සුඤ්ඤගාරගතො වා නිසීදති පලලඬිකං ආභුජ්ඣවා උජ්ජං කායං පණ්ඩාය පරිමුඛං සතිං උපට්ඨපෙතවා. සො සතොච අස්සසති, සතොච පස්සසති. දීඝං වා අස්සසනො 'දීඝං අස්සසාමී'ති පජානාති, දීඝං වා පස්සසනො 'දීඝං පස්සසාමී'ති පජානාති. රස්සං වා අස්සසනො 'රස්සං අස්සසාමී'ති පජානාති, රස්සං වා පස්සසනො 'රස්සං පස්සසාමී'ති පජානාති. 'සබ්බකායපට්ඨසංවෙදී අස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, 'සබ්බකායපට්ඨසංවෙදී පස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති. 'පස්සමහයං කායසඬ්ඛාරං අස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, 'පස්සමහයං කායසඬ්ඛාරං පස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති.

සෙය්‍යථාපී, භික්ඛවෙ, දකෙඛා භමකාරො වා භමකාරනෙතවාසී වා දීඝං වා අඤ්ඤනො 'දීඝං අඤ්ඤාමී'ති පජානාති, රස්සං වා අඤ්ඤනො 'රස්සං අඤ්ඤාමී'ති පජානාති එවමෙච ඛො, භික්ඛවෙ, භික්ඛු දීඝං වා අස්සසනො 'දීඝං අස්සසාමී'ති පජානාති, දීඝං වා පස්සසනො 'දීඝං පස්සසාමී'ති පජානාති, රස්සං වා අස්සසනො 'රස්සං අස්සසාමී'ති පජානාති, රස්සං වා පස්සසනො 'රස්සං පස්සසාමී'ති පජානාති. 'සබ්බකායපට්ඨසංවෙදී අස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, 'සබ්බකායපට්ඨසංවෙදී පස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, 'පස්සමහයං කායසඬ්ඛාරං අස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, 'පස්සමහයං කායසඬ්ඛාරං පස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති. ඉති අජ්ඣාතනං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති, බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති, අජ්ඣාතනබ්හිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. සමුදයධමමානුපස්සී වා කායසමීං විහරති, වයධමමානුපස්සී වා කායසමීං විහරති, සමුදයවයධමමානුපස්සී වා කායසමීං විහරති. 'අත්ථී කායො'ති වා පනස්ස සති

මහා සනිපධාන සුන්තං

පච්චුපධීතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිසංසතිමත්තාය අනිසංසිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපසංසී විහරති.

ආනාපානපඛං නිධීතං.

කායානුපසංසනා ඉරියාපථපඛං

පුන ච පරං, හික්ඛවෙ, හික්ඛු ගච්ඡන්තො වා 'ගච්ඡාමී'ති පජානාති, ධීතො වා 'ධීතොමහී'ති පජානාති, නිසින්නො වා 'නිසින්නොමහී'ති පජානාති, සයානො වා 'සයානොමහී'ති පජානාති, යථා යථා වා පනසංස කායො පණ්ඨිතො හොති, තථා තථා නං පජානාති. ඉති අජ්ඣාතං වා කායෙ කායානුපසංසී විහරති, ඛහිඤා වා කායෙ කායානුපසංසී විහරති, අජ්ඣාතඛහිඤා වා කායෙ කායානුපසංසී විහරති. සමුදයධම්මානුපසංසී වා කායසමීං විහරති, වයධම්මානුපසංසී වා කායසමීං විහරති, සමුදයවයධම්මානුපසංසී වා කායසමීං විහරති. 'අඤ්චි කායො'ති වා පනසංස සනි පච්චුපධීතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිසංසතිමත්තාය අනිසංසිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපසංසී විහරති.

ඉරියාපථපඛං නිධීතං.

කායානුපසංසනා සමපජානපඛං

පුන ච පරං, හික්ඛවෙ, හික්ඛු අභික්ඛන්තෙ පටික්ඛන්තෙ සමපජානකාරී හොති, ආලොකිතෙ විලොකිතෙ සමපජානකාරී හොති, සමිඤ්ඤේතෙ පසාරිතෙ සමපජානකාරී හොති, සංඝාටිපත්තච්චරධාරණෙ සමපජානකාරී හොති, අසිතෙ පිතෙ ඛායිතෙ සායිතෙ සමපජානකාරී හොති, උච්චාරපසංසාවකමෙම සමපජානකාරී හොති, ගතෙ ධීතෙ නිසින්නෙ සුන්තෙ ජාගරිතෙ භාසිතෙ තුණ්හිභාවෙ සමපජානකාරී හොති. ඉති අජ්ඣාතං වා...පෙ... එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපසංසී විහරති.

සමපජානපඛං නිධීතං.

කායානුපසංසනා පටිකුලමනසිකාරපඛං

පුන ච පරං, හික්ඛවෙ, හික්ඛු ඉමමෙව කායං උද්ධං පාදතලා අධො කෙසමඤ්චා තචපරියනං පුරං නානප්පකාරස්ස අසුචිතො පච්චවෙකකිති . 'අඤ්චි ඉමසමීං කායෙ කෙසා ලොමා නධා දන්තා තවො, මංසං නහාරු අධී අධිමිඤ්ඤං වක්ඛං, හදයං යකනං කිලොමකං පිහකං පඤ්ඤං, අන්තං අන්තගුණං උදරියං කර්ඪං, පිත්තං සෙමහං පුඛො ලොහිතං සෙදෙ මෙදෙ, අස්සු වසා ඛෙලො සිංඝාණිකා ලසිකා මුත්ත'නති.

සෙසයථාපි, හික්ඛවෙ, උභතොමුඛා පුතොලී පුරා නානාවිභිතස්ස ධඤ්ඤස්ස, සෙසයථීදං සාලීනං වීහීනං මුග්ගානං මාසානං තිලානං තණ්ඤුලානං. තමෙනං වක්ඛමා පුරිසො මුඤ්චිතවා පච්චවෙකෙධයා . 'ඉමෙ සාලී, ඉමෙ වීහී ඉමෙ මුග්ගා ඉමෙ මාසා ඉමෙ තිලා ඉමෙ තණ්ඤුලා'ති. එවමෙව ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු ඉමමෙව කායං උද්ධං පාදතලා අධො කෙසමඤ්චා තචපරියනං පුරං නානප්පකාරස්ස අසුචිතො පච්චවෙකකිති . 'අඤ්චි ඉමසමීං කායෙ කෙසා ලොමා...පෙ... මුත්ත'නති.

ඉති අජ්ඣාතං වා...පෙ... එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති.

පටිකුලමනසිකාරපඛං නිට්ඨිතං.

කායානුපස්සනා ධාතුමනසිකාරපඛං

පුන ච පරං, හික්ඛවෙ, හික්ඛු ඉමමෙව කායං යථාධීතං යථාපණ්හිතං ධාතුසො පච්චවෙකකති . 'අජථී ඉමසීං කායෙ පථවීධාතු ආපොධාතු තෙජොධාතු වායොධාතු'ති.

සෙය්‍යථාපි, හික්ඛවෙ, දුකො ගොසානකො වා ගොසානකනෙතවාසී වා ගාචිං. වධිතවා චතුමහපථෙ ඛිලසො විහජ්ඣවා නිසිනෙනා අස්ස, එවමෙව ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු ඉමමෙව කායං යථාධීතං යථාපණ්හිතං ධාතුසො පච්චවෙකකති . 'අජථී ඉමසීං කායෙ පථවීධාතු ආපොධාතු තෙජොධාතු වායොධාතු'ති.

ඉති අජ්ඣාතං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති...පෙ... එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති.

ධාතුමනසිකාරපඛං නිට්ඨිතං.

කායානුපස්සනා නවසිවථිකපඛං

පුන ච පරං, හික්ඛවෙ, හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙස්‍ය සරිරං සිවථිකාය ඡඩ්ඛිතං එකාහමතං වා ජීනමතං වා තීනමතං වා උද්ධුමාතකං විනීලකං විපුබ්බකජාතං, සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති 'අයමපි ඛො කායො එවංධමෙමා එවංභාවී එතං අනතීතො'ති.

ඉති අජ්ඣාතං වා ...පෙ... එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති.

පුන ච පරං, හික්ඛවෙ, හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙස්‍ය සරිරං සිවථිකාය ඡඩ්ඛිතං කාකෙහි වා ඛජ්ජමානං කුලලෙහි වා ඛජ්ජමානං ගිජ්ජකිහි වා ඛජ්ජමානං කඛෙකහි වා ඛජ්ජමානං සුනඛෙහි වා ඛජ්ජමානං බ්‍යග්ඝෙහි වා ඛජ්ජමානං දීපීහි වා ඛජ්ජමානං සිඛාලෙහි වා ඛජ්ජමානං විවිධෙහි වා පාණකජාතෙහි ඛජ්ජමානං. සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති . 'අයමපි ඛො කායො එවංධමෙමා එවංභාවී එතං අනතීතො'ති.

ඉති අජ්ඣාතං වා...පෙ... එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති.

පුන ච පරං, හික්ඛවෙ, හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පසෙස්‍ය සරිරං සිවථිකාය ඡඩ්ඛිතං අධිකසඛ්ඛිලිකං සමංසලොභිතං නහාරුසම්බන්ධං...පෙ... අධිකසඛ්ඛිලිකං නිමංසලොභිතමකිතං නහාරුසම්බන්ධං...පෙ... අධිකසඛ්ඛිලිකං අපගතමංසලොභිතං නහාරුසම්බන්ධං...පෙ... අධිකානි අපගතසම්බන්ධානි දිසා විදිසා විකම්පනානි, අඤ්ඤාන හ්‍යථධිකං අඤ්ඤාන ආදධිකං අඤ්ඤාන ගොථකධිකං අඤ්ඤාන ජඩ්ඝධිකං අඤ්ඤාන උගරුධිකං අඤ්ඤාන කට්ඨධිකං අඤ්ඤාන එසුකධිකං අඤ්ඤාන පිට්ඨධිකං අඤ්ඤාන බන්ධධිකං අඤ්ඤාන

මහා සනිපධාන සුත්තං

ශීවධීකං අඤ්ඤාන නනුකධීකං අඤ්ඤාන දන්තධීකං අඤ්ඤාන සීසකධානං. සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති 'අයමපි බො කායො එවංධමෙමො එවංභාවී එතං අනතීතො'ති.

ඉති අජ්ඣාතං වා ...පෙ.... විහරති.

පුත්‍ර ව පරං, හික්කවෙ, හික්කු සෙය්‍යථාපි පසෙය්‍ය සරීරං සිවථීකාය ඡඩ්ඛිතං අධීකානි සෙතානි සඞ්ඛවණණපටිභාගානි...පෙ.... අධීකානි පුඤ්ජකිතානි තෙරොවසිකානි ...පෙ.... අධීකානි පුතීනි චුණණකජාතානි. සො ඉමමෙව කායං උපසංහරති 'අයමපි බො කායො එවංධමෙමො එවංභාවී එතං අනතීතො'ති. ඉති අජ්ඣාතං වා කායෙ කායානුපසිඤ්චි විහරති, බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසිඤ්චි විහරති, අජ්ඣාතබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපසිඤ්චි විහරති. සමුදයධමමානුපසිඤ්චි වා කායසමිං විහරති, වයධමමානුපසිඤ්චි වා කායසමිං විහරති, සමුදයවයධමමානුපසිඤ්චි වා කායසමිං විහරති. 'අපථී කායො'ති වා පනසස සති පච්චුපධීතා හොති යාවදෙව ඤ්ඤාමනාය පටිසසතිමනාය අනිසිතො ව විහරති, න ච කීඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි බො, හික්කවෙ, හික්කු කායෙ කායානුපසිඤ්චි විහරති.

නවසිවථීකපඤ්චං නිධීතං.

චුද්දස කායානුපසසනා නිධීතා.

වෙදනානුපසසනා

කථංඤ්ච පන, හික්කවෙ, හික්කු වෙදනාසු වෙදනානුපසිඤ්චි විහරති? ඉධ, හික්කවෙ, හික්කු සුඤ්චං වා වෙදනං වෙදයමානො 'සුඤ්චං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති. දුක්ඛං වා වෙදනං වෙදයමානො 'දුක්ඛං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති. අදුක්ඛමසුඤ්චං වා වෙදනං වෙදයමානො 'අදුක්ඛමසුඤ්චං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති. සාමීසං වා සුඤ්චං වෙදනං වෙදයමානො 'සාමීසං සුඤ්චං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති, නිරාමීසං වා සුඤ්චං වෙදනං වෙදයමානො 'නිරාමීසං සුඤ්චං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති. සාමීසං වා දුක්ඛං වෙදනං වෙදයමානො 'සාමීසං දුක්ඛං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති, නිරාමීසං වා දුක්ඛං වෙදනං වෙදයමානො 'නිරාමීසං දුක්ඛං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති. සාමීසං වා අදුක්ඛමසුඤ්චං වෙදනං වෙදයමානො 'සාමීසං අදුක්ඛමසුඤ්චං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති, නිරාමීසං වා අදුක්ඛමසුඤ්චං වෙදනං වෙදයමානො 'නිරාමීසං අදුක්ඛමසුඤ්චං වෙදනං වෙදයාමී'ති පජානාති. ඉති අජ්ඣාතං වා වෙදනාසු වෙදනානුපසිඤ්චි විහරති, බහිද්ධා වා වෙදනාසු වෙදනානුපසිඤ්චි විහරති, අජ්ඣාතබහිද්ධා වා වෙදනාසු වෙදනානුපසිඤ්චි විහරති. සමුදයධමමානුපසිඤ්චි වා වෙදනාසු විහරති, වයධමමානුපසිඤ්චි වා වෙදනාසු විහරති, සමුදයවයධමමානුපසිඤ්චි වා වෙදනාසු විහරති. 'අපථී වෙදනා'ති වා පනසස සති පච්චුපධීතා හොති යාවදෙව ඤ්ඤාමනාය පටිසසතිමනාය අනිසිතො ව විහරති, න ච කීඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි බො, හික්කවෙ, හික්කු වෙදනාසු වෙදනානුපසිඤ්චි විහරති.

වෙදනානුපසසනා නිධීතා.

විත්තානුපසසනා

කථඤ්ඤ පන, හික්කවෙ, හික්කු විනේන විතතානුපසෙසී විහරති? ඉධ, හික්කවෙ, හික්කු සරාගං වා විතතං 'සරාගං විතත'නති පජානාති, චීතරාගං වා විතතං 'චීතරාගං විතත'නති පජානාති. සදෙසං වා විතතං 'සදෙසං විතත'නති පජානාති, චීතදෙසං වා විතතං 'චීතදෙසං විතත'නති පජානාති. සමොහං වා විතතං 'සමොහං විතත'නති පජානාති, චීතමොහං වා විතතං 'චීතමොහං විතත'නති පජානාති. සඛිතතං වා විතතං 'සඛිතතං විතත'නති පජානාති, විකඛිතතං වා විතතං 'විකඛිතතං විතත'නති පජානාති. මහගගනං වා විතතං 'මහගගනං විතත'නති පජානාති, අමහගගනං වා විතතං 'අමහගගනං විතත'නති පජානාති. සඋතතරං වා විතතං 'සඋතතරං විතත'නති පජානාති, අනුතතරං වා විතතං 'අනුතතරං විතත'නති පජානාති. සමාහිතං වා විතතං 'සමාහිතං විතත'නති පජානාති, අසමාහිතං වා විතතං 'අසමාහිතං විතත'නති පජානාති. විමුත්තං වා විතතං 'විමුත්තං විතත'නති පජානාති. අවිමුත්තං වා විතතං 'අවිමුත්තං විතත'නති පජානාති. ඉති අජ්ඣාතනං වා විනේන විතතානුපසෙසී විහරති, බහිද්ධා වා විනේන විතතානුපසෙසී විහරති, අජ්ඣාතනබහිද්ධා වා විනේන විතතානුපසෙසී විහරති. සමුදයධම්මානුපසෙසී වා විතතස්මිං විහරති, වයධම්මානුපසෙසී වා විතතස්මිං විහරති, සමුදයවයධම්මානුපසෙසී වා විතතස්මිං විහරති, 'අජ්ඣී විතත'නති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤ්ණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය අනිස්සිතො ව විහරති, න ච කීඤ්ඤි ලොකෙ උපාදියති. ඵවමපි බො, හික්කවෙ, හික්කු විනේන විතතානුපසෙසී විහරති.

විතතානුපසෙසනා නිට්ඨිතා.

ධම්මානුපසෙසනා නීවරණපබ්බං

කථඤ්ඤ පන, හික්කවෙ, හික්කු ධම්මෙසු ධම්මානුපසෙසී විහරති? ඉධ, හික්කවෙ, හික්කු ධම්මෙසු ධම්මානුපසෙසී විහරති පඤ්ඤසු නීවරණෙසු. කථඤ්ඤ පන, හික්කවෙ, හික්කු ධම්මෙසු ධම්මානුපසෙසී විහරති පඤ්ඤසු නීවරණෙසු?

ඉධ, හික්කවෙ, හික්කු සන්තං වා අජ්ඣාතනං කාමච්ඡන්දං 'අජ්ඣී මෙ අජ්ඣාතනං කාමච්ඡන්දෙ'ති පජානාති, අසන්තං වා අජ්ඣාතනං කාමච්ඡන්දං 'නජ්ඣී මෙ අජ්ඣාතනං කාමච්ඡන්දෙ'ති පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස කාමච්ඡන්දස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤි පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස කාමච්ඡන්දස්ස පහානං හොති තඤ්ඤි පජානාති, යථා ච පහිනස්ස කාමච්ඡන්දස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤි පජානාති.

සන්තං වා අජ්ඣාතනං බ්‍යාපාදං 'අජ්ඣී මෙ අජ්ඣාතනං බ්‍යාපාදෙ'ති පජානාති, අසන්තං වා අජ්ඣාතනං බ්‍යාපාදං 'නජ්ඣී මෙ අජ්ඣාතනං බ්‍යාපාදෙ'ති පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස බ්‍යාපාදස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤි පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස බ්‍යාපාදස්ස පහානං හොති තඤ්ඤි පජානාති, යථා ච පහිනස්ස බ්‍යාපාදස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤි පජානාති.

සන්තං වා අජ්ඣාතනං චීනමිද්ධං 'අජ්ඣී මෙ අජ්ඣාතනං චීනමිද්ධ'නති පජානාති, අසන්තං වා අජ්ඣාතනං චීනමිද්ධං 'නජ්ඣී මෙ අජ්ඣාතනං චීනමිද්ධ'නති පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස චීනමිද්ධස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤි පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස චීනමිද්ධස්ස පහානං හොති තඤ්ඤි පජානාති, යථා ච පහිනස්ස චීනමිද්ධස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤි පජානාති.

සන්තං වා අජ්ඣාතනං උද්ධච්චකුකුච්චං 'අජ්ඣී මෙ අජ්ඣාතනං උද්ධච්චකුකුච්ච'නති පජානාති, අසන්තං වා අජ්ඣාතනං උද්ධච්චකුකුච්චං 'නජ්ඣී මෙ

මහා සනිපධාන සූත්‍රය

අර්ඝ්‍යානං උද්ධවිකුකුච්චනි පජානාති, යථා ච අනුසන්තසං උද්ධවිකුකුච්චසං උප්පාදෙ හොති තඤ්ච පජානාති, යථා ච උප්පන්තසං උද්ධවිකුකුච්චසං පහානං හොති තඤ්ච පජානාති, යථා ච පභීනසං උද්ධවිකුකුච්චසං ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ච පජානාති.

සන්තං වා අර්ඝ්‍යානං විචිකිච්ඡං 'අපථි මෙ අර්ඝ්‍යානං විචිකිච්ඡා'ති පජානාති, අසන්තං වා අර්ඝ්‍යානං විචිකිච්ඡං 'නපථි මෙ අර්ඝ්‍යානං විචිකිච්ඡා'ති පජානාති, යථා ච අනුසන්තාය විචිකිච්ඡාය උප්පාදෙ හොති තඤ්ච පජානාති, යථා ච උප්පන්තාය විචිකිච්ඡාය පහානං හොති තඤ්ච පජානාති, යථා ච පභීනාය විචිකිච්ඡාය ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ච පජානාති.

ඉති අර්ඝ්‍යානං වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති, බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති, අර්ඝ්‍යානබහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති සමුදයධම්මානුප්පස්සි වා ධම්මෙසු විහරති, වයධම්මානුප්පස්සි වා ධම්මෙසු විහරති, සමුදයවයධම්මානුප්පස්සි වා ධම්මෙසු විහරති 'අපථි ධම්මා'ති වා පනස්ස සති පච්චුපධීනා හොති යාවදෙව ඤ්ණමන්තාය පටිස්සතිමන්තාය අනිස්සිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි ඛො, හිකඛවෙ, හිකඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති පඤ්චෙසු නීවරණෙසු.

නීවරණපබ්බං නිධීනං.

ධම්මානුප්පස්සනා බන්ධපබ්බං

සුන ච පරං, හිකඛවෙ, හිකඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති පඤ්චෙසු උපාදනකඛන්තෙධසු. කථංඤ්ච පන, හිකඛවෙ, හිකඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති පඤ්චෙසු උපාදනකඛන්තෙධසු? ඉධ, හිකඛවෙ, හිකඛු - 'ඉති රූපං, ඉති රූපස්ස සමුදයො, ඉති රූපස්ස අප්ඵඛාමො; ඉති චේදනා, ඉති චේදනාය සමුදයො, ඉති චේදනාය අප්ඵඛාමො; ඉති සඤ්ඤා, ඉති සඤ්ඤාය සමුදයො, ඉති සඤ්ඤාය අප්ඵඛාමො; ඉති සංඛාරා, ඉති සංඛාරානං සමුදයො, ඉති සංඛාරානං අප්ඵඛාමො, ඉති විඤ්ඤාණං, ඉති විඤ්ඤාණස්ස සමුදයො, ඉති විඤ්ඤාණස්ස අප්ඵඛාමො'ති, ඉති අර්ඝ්‍යානං වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති, බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති, අර්ඝ්‍යානබහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති. සමුදයධම්මානුප්පස්සි වා ධම්මෙසු විහරති, වයධම්මානුප්පස්සි වා ධම්මෙසු විහරති, සමුදයවයධම්මානුප්පස්සි වා ධම්මෙසු විහරති. 'අපථි ධම්මා'ති වා පනස්ස සති පච්චුපධීනා හොති යාවදෙව ඤ්ණමන්තාය පටිස්සතිමන්තාය, අනිස්සිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි ඛො, හිකඛවෙ, හිකඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති පඤ්චෙසු උපාදනකඛන්තෙධසු.

බන්ධපබ්බං නිධීනං.

ධම්මානුප්පස්සනා ආයතනපබ්බං

සුන ච පරං, හිකඛවෙ, හිකඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති ඡස්ස අර්ඝ්‍යානතිකඛාහිරෙසු ආයතනෙසු. කථංඤ්ච පන, හිකඛවෙ, හිකඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සි විහරති ඡස්ස අර්ඝ්‍යානතිකඛාහිරෙසු ආයතනෙසු?

ඉධ, භික්ඛවෙ, භික්ඛු චක්ඛුඤ්ඤා පජානාති, රුපෙ ච පජානාති, යඤ්ඤා තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සංයොජනං තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස සංයොජනස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස සංයොජනස්ස පහානං හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච පභීනස්ස සංයොජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති.

සොතඤ්ඤා පජානාති, සද්දෙ ච පජානාති, යඤ්ඤා තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සංයොජනං තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස සංයොජනස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස සංයොජනස්ස පහානං හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච පභීනස්ස සංයොජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති.

සානඤ්ඤා පජානාති, ගන්ධො ච පජානාති, යඤ්ඤා තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සංයොජනං තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස සංයොජනස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස සංයොජනස්ස පහානං හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච පභීනස්ස සංයොජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති.

ජ්වහඤ්ඤා පජානාති, රසෙ ච පජානාති, යඤ්ඤා තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සංයොජනං තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස සංයොජනස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස සංයොජනස්ස පහානං හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච පභීනස්ස සංයොජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති.

කායඤ්ඤා පජානාති, ඵොට්ඨබ්බො ච පජානාති, යඤ්ඤා තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සංයොජනං තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස සංයොජනස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස සංයොජනස්ස පහානං හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච පභීනස්ස සංයොජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති.

මනඤ්ඤා පජානාති, ධම්මෙ ච පජානාති, යඤ්ඤා තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සංයොජනං තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච අනුප්පනනස්ස සංයොජනස්ස උප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච උප්පනනස්ස සංයොජනස්ස පහානං හොති තඤ්ඤා පජානාති, යථා ච පභීනස්ස සංයොජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෙ හොති තඤ්ඤා පජානාති.

ඉති අජ්ඣන්තං වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සී විහරති, බහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සී විහරති, අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සී විහරති. සමුදයධම්මානුප්පස්සී වා ධම්මෙසු විහරති, වයධම්මානුප්පස්සී වා ධම්මෙසු විහරති, සමුදයවයධම්මානුප්පස්සී වා ධම්මෙසු විහරති. 'අපට්ඨි ධම්මා'ති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය, අනිස්සිතො ච විහරති, න ච කිඤ්ඤා ලොකෙ උපාදියති. එවමපී බො, භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සී විහරති ඡස්ස අජ්ඣන්තිකබාහිරෙසු ආයතනෙසු.

ආයතනපබ්බං නිට්ඨිතං.

ධම්මානුප්පස්සනා බොජ්ඣංඝපබ්බං.

පුතා ච පරං, භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සී විහරති සත්තසු බොජ්ඣංඝොසු, කථඤ්ඤා පන, භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුප්පස්සී විහරති සත්තසු බොජ්ඣංඝොසු? ඉධ, භික්ඛවෙ, භික්ඛු සන්තං වා අජ්ඣන්තං සතිසම්බොජ්ඣංඝං 'අපට්ඨි

සමුදයවයධම්මානුපසසී වා ධම්මෙසු විහරති 'අපථී ධම්මා'ති වා පනසස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිසසතිමත්තාය අනිසසිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමිච්ච ඛො, භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති සත්තසු බොජ්ඣංඛොසු.

බොජ්ඣංඛාපබ්බං නිට්ඨිතං.

ධම්මානුපසසනා සච්චපබ්බං.

පුන ච පරං, භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති චතුසු අරියසච්චෙසු, කථංඤ්ච පන, භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපසසී විහරති චතුසු අරියසච්චෙසු? ඉධ, භික්ඛවෙ, භික්ඛු 'ඉදං දුක්ඛි'නති යථාභූතං පජානාති, 'අයං දුක්ඛසමුදයො'ති යථාභූතං පජානාති, 'අයං දුක්ඛනිරොධො'ති යථාභූතං පජානාති, 'අයං දුක්ඛනිරොධගාමිනී පටිපද'ති යථාභූතං පජානාති.

පඨමභාණවාරො නිට්ඨිතො.

දුක්ඛසච්චනිද්දෙසො

කතමඤ්ච, භික්ඛවෙ, දුක්ඛං අරියසච්චං? ජාතිපි දුක්ඛා, ජරාපි දුක්ඛා, මරණමපි දුක්ඛං, සොකපරිදෙවදුක්ඛදෙමනස්සුපායාසාපි දුක්ඛා, අප්පියෙහි සමපයොගොපි දුක්ඛො, පියෙහි විපපයොගොපි දුක්ඛො, යමිච්චං න ලභති තමපි දුක්ඛං, සච්චිත්තෙන පඤ්චුපාදනකඛනධා දුක්ඛා.

කතමා ච, භික්ඛවෙ, ජාති? යා තෙසං තෙසං සත්තානං තමිති තමිති සත්තනිකායෙ ජාති සඤ්ජාති මකකනති අභිනිබ්බතති බන්ධානං පාතුභාවො ආයතනානං පටිලාභො, අයං චුච්චති, භික්ඛවෙ, ජාති.

කතමා ච, භික්ඛවෙ, ජරා? යා තෙසං තෙසං සත්තානං තමිති තමිති සත්තනිකායෙ ජරා ජීරණතා බණ්ඩිච්චං පාලිච්චං චලිත්තචතා ආයුතො සංභාති ඉඤ්ජියානං පරිපාකො, අයං චුච්චති, භික්ඛවෙ, ජරා.

කතමඤ්ච, භික්ඛවෙ, මරණං? යං තෙසං තෙසං සත්තානං තමහා තමහා සත්තනිකායා චුති චචනතා හෙදෙ අන්තරධානං මච්චු මරණං කාලකිරියා බන්ධානං හෙදෙ කළෙවරසස නිකෙබ්බො ජීවිතිඤ්ජියස්සුපච්චෙඡ්ඡෙ, ඉදං චුච්චති, භික්ඛවෙ, මරණං.

කතමො ච, භික්ඛවෙ, සොකො? යො ඛො, භික්ඛවෙ, අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙන බ්බසනෙන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙන දුක්ඛධම්මෙන චුට්ඨස්ස සොකො සොචනා සොචිතතං අන්තොසොකො අන්තොපරිසොකො, අයං චුච්චති, භික්ඛවෙ, සොකො.

කතමො ච, භික්ඛවෙ, පරිදෙවො? යො ඛො, භික්ඛවෙ, අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙන බ්බසනෙන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙන දුක්ඛධම්මෙන චුට්ඨස්ස ආදෙවො පරිදෙවො ආදෙවනා පරිදෙවනා ආදෙවිතතං පරිදෙවිතතං, අයං චුච්චති, භික්ඛවෙ පරිදෙවො.

මහා සනිට්ටන සුත්තං

කතමඤ්ච, හික්කවෙ, දුක්කිං? යං ඛො, හික්කවෙ, කායිකං දුක්කිං කායිකං අසාතං කායසමච්ඡාසං දුක්කිං අසාතං වෙදයිතං, ඉදං චුච්චති, හික්කවෙ, දුක්කිං.

කතමඤ්ච, හික්කවෙ, දෙමනස්සං? යං ඛො, හික්කවෙ, චේතසිකං දුක්කිං චේතසිකං අසාතං මනොසමච්ඡාසං දුක්කිං අසාතං වෙදයිතං, ඉදං චුච්චති, හික්කවෙ, දෙමනස්සං.

කතමො ච, හික්කවෙ, උපායාසො? යො ඛො, හික්කවෙ, අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙත ඛ්‍යාසනෙන සමනනාගතස්ස අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙත දුක්කධමේමන චුද්ධස්ස ආයාසො උපායාසො ආයාසිතත්තං උපායාසිතත්තං, අයං චුච්චති, හික්කවෙ, උපායාසො.

කතමො ච, හික්කවෙ, අප්පියෙහි සමපයොගො දුක්කො? ඉධ යස්ස තෙ භොනති අනිට්ඨා අකන්තා අමනාපා රූපා සඤ්ඤ ගන්ධා රසා ඵොට්ඨබ්බා ධම්මා, යෙ වා පනස්ස තෙ භොනති අන්තකාමා අහිතකාමා අචාසුකකාමා අයොගකේමකාමා, යා තෙහි සඤ්ඤං සංඛාරි සමාගමො සමොධානං මිඤ්ඤිභාවො, අයං චුච්චති, හික්කවෙ, අප්පියෙහි සමපයොගො දුක්කො.

කතමො ච, හික්කවෙ, පියෙහි විප්පයොගො දුක්කො? ඉධ යස්ස තෙ භොනති ඉට්ඨා කන්තා මනාපා රූපා සඤ්ඤ ගන්ධා රසා ඵොට්ඨබ්බා ධම්මා, යෙ වා පනස්ස තෙ භොනති අන්තකාමා හිතකාමා චාසුකකාමා යොගකේමකාමා මාතා වා පිතා වා භාතා වා හගිනී වා මිත්තා වා අමච්චා වා ඤ්ඤිසාලොහිතා වා, යා තෙහි සඤ්ඤං අසංඛාරි අසමාගමො අසමොධානං අමිඤ්ඤිභාවො, අයං චුච්චති, හික්කවෙ, පියෙහි විප්පයොගො දුක්කො.

කතමඤ්ච, හික්කවෙ, යමපිච්ඡං න ලභති තමපි දුක්කිං? ජාතිධම්මානං, හික්කවෙ, සත්තානං ඵවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති - 'අහො චත මයං න ජාතිධම්මා අස්සාම, න ච වත නො ජාති ආගචේඡය්‍යා'ති. න ඛො පනෙතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං, ඉදමපි යමපිච්ඡං න ලභති තමපි දුක්කිං. ජරාධම්මානං, හික්කවෙ, සත්තානං ඵවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති - 'අහො චත මයං න ජරාධම්මා අස්සාම, න ච වත නො ජරා ආගචේඡය්‍යා'ති. න ඛො පනෙතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං, ඉදමපි යමපිච්ඡං න ලභති තමපි දුක්කිං. බ්‍යාධිධම්මානං, හික්කවෙ, සත්තානං ඵවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති 'අහො චත මයං න බ්‍යාධිධම්මා අස්සාම, න ච වත නො බ්‍යාධි ආගචේඡය්‍යා'ති. න ඛො පනෙතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං, ඉදමපි යමපිච්ඡං න ලභති තමපි දුක්කිං. මරණධම්මානං, හික්කවෙ, සත්තානං ඵවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති 'අහො චත මයං න මරණධම්මා අස්සාම, න ච වත නො මරණං ආගචේඡය්‍යා'ති. න ඛො පනෙතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං, ඉදමපි යමපිච්ඡං න ලභති තමපි දුක්කිං. සොකපරිදෙවදුක්කදෙමනස්සුපායාසධම්මානං, හික්කවෙ, සත්තානං ඵවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති 'අහො චත මයං න සොකපරිදෙවදුක්කදෙමනස්සුපායාසධම්මා අස්සාම, න ච වත නො සොකපරිදෙවදුක්කදෙමනස්සුපායාසධම්මා ආගචේඡය්‍යු'නති. න ඛො පනෙතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං, ඉදමපි යමපිච්ඡං න ලභති තමපි දුක්කිං.

කතමෙ ච, හික්කවෙ, සංඛිනෙතන පඤ්චුපාදනකකන්ධා දුක්කො? සෙය්‍යාපීදං - රූපුපාදනකකන්ධො, වේදනුපාදනකකන්ධො, සඤ්ඤුපාදනකකන්ධො, සංඛාරුපාදනකකන්ධො, විඤ්ඤුපාදනකකන්ධො. ඉමෙ චුච්චන්ති, හික්කවෙ, සංඛිනෙතන පඤ්චුපාදනකකන්ධා දුක්කො. ඉදං චුච්චති, හික්කවෙ, දුක්කිං අරියසච්චං.

සමුදයසම්චනිඥෙසො

කතමඤ්ච, භික්ඛවෙ, දුක්ඛසමුදයං අරියසච්චං? යායං තණ්හා පොනොභවිකා නාන්දිරාගසහගතා තත්‍රතත්‍රාහිනාන්දිනී, සෙය්‍යාපීදං . කාමතණ්හා භවතණ්හා විභවතණ්හා.

සා ඛො පනෙසා, භික්ඛවෙ, තණ්හා කඤ්ච උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, කඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති? යං ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

කිඤ්ච ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං? චක්ඛු ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති. සොතං ලොකෙ...පෙ... සාතං ලොකෙ... ජීව්‍යා ලොකෙ... කායො ලොකෙ... මනො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

රූපා ලොකෙ... සඤ්ඤා ලොකෙ... ගන්ධා ලොකෙ... රසා ලොකෙ... ඵොධ්ධිබ්‍යා ලොකෙ... ධම්මා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

චක්ඛුවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... සොතවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... සානවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... ජීව්‍යාවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... කායවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... මනොවිඤ්ඤාණං ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

චක්ඛුසම්ඵෙසො ලොකෙ... සොතසම්ඵෙසො ලොකෙ... සානසම්ඵෙසො ලොකෙ... ජීව්‍යාසම්ඵෙසො ලොකෙ... කායසම්ඵෙසො ලොකෙ... මනොසම්ඵෙසො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

චක්ඛුසම්ඵෙසජා වෙදනා ලොකෙ... සොතසම්ඵෙසජා වෙදනා ලොකෙ... සානසම්ඵෙසජා වෙදනා ලොකෙ... ජීව්‍යාසම්ඵෙසජා වෙදනා ලොකෙ... කායසම්ඵෙසජා වෙදනා ලොකෙ... මනොසම්ඵෙසජා වෙදනා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

රූපසඤ්ඤා ලොකෙ... සඤ්ඤාසඤ්ඤා ලොකෙ... ගන්ධසඤ්ඤා ලොකෙ... රසසඤ්ඤා ලොකෙ... ඵොධ්ධිසඤ්ඤා ලොකෙ... ධම්මසඤ්ඤා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

රූපසඤ්ඤාචිතතා ලොකෙ... සඤ්ඤාසඤ්ඤාචිතතා ලොකෙ... ගන්ධසඤ්ඤාචිතතා ලොකෙ... රසසඤ්ඤාචිතතා ලොකෙ... ඵොධ්ධිසඤ්ඤාචිතතා ලොකෙ... ධම්මසඤ්ඤාචිතතා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිවිසමානා නිවිසති.

මහා සනිපධාන සුත්තං

රූපතණා ලොකෙ... සඤ්ජනණා ලොකෙ... ගන්ධතණා ලොකෙ... රසතණා ලොකෙ... ඵොධ්ධිතණා ලොකෙ... ධම්මතණා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එත් නිව්සමානා නිව්සති.

රූපවිතකෙකා ලොකෙ... සඤ්ජිතකෙකා ලොකෙ... ගන්ධවිතකෙකා ලොකෙ... රසවිතකෙකා ලොකෙ... ඵොධ්ධිවිතකෙකා ලොකෙ... ධම්මවිතකෙකා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එත් නිව්සමානා නිව්සති.

රූපවිචාරො ලොකෙ... සඤ්ජිචාරො ලොකෙ... ගන්ධවිචාරො ලොකෙ... රසවිචාරො ලොකෙ... ඵොධ්ධිවිචාරො ලොකෙ... ධම්මවිචාරො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එත් නිව්සමානා නිව්සති. ඉදං වුච්චති, භික්ඛවෙ, දුක්ඛසමුදයං අරියසච්චං.

නිරොධසච්චනිඥෙසො

කතමඤ්ච, භික්ඛවෙ, දුක්ඛනිරොධං අරියසච්චං? යො තස්සායෙව තණාය අසෙසවීරාගනිරොධො චාගො පටිනිස්සගො මුත්ති අනාලයො.

සා ඛො පනෙසා, භික්ඛවෙ, තණා කත් පභීයමානා පභීයති, කත් නිරුජ්ජමානා නිරුජ්ජමති? යං ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා පභීයමානා පභීයති, එත් නිරුජ්ජමමානා නිරුජ්ජමති.

කිඤ්ච ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං? චක්ඛු ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා පභීයමානා පභීයති, එත් නිරුජ්ජමමානා නිරුජ්ජමති. සොතං ලොකෙ...පෙ... සානං ලොකෙ... ජ්චා ලොකෙ... කායො ලොකෙ... මනො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා පභීයමානා පභීයති, එත් නිරුජ්ජමමානා නිරුජ්ජමති.

රූපා ලොකෙ... සඤ්ජ ලොකෙ... ගන්ධා ලොකෙ... රසා ලොකෙ... ඵොධ්ධිතා ලොකෙ... ධම්මා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා පභීයමානා පභීයති, එත් නිරුජ්ජමමානා නිරුජ්ජමති.

චක්ඛුවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... සොතවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... සානවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... ජ්චාචාචිඤ්ඤාණං ලොකෙ... කායවිඤ්ඤාණං ලොකෙ... මනොවිඤ්ඤාණං ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා පභීයමානා පභීයති, එත් නිරුජ්ජමමානා නිරුජ්ජමති.

චක්ඛුසමච්චෙසො ලොකෙ... සොතසමච්චෙසො ලොකෙ... සානසමච්චෙසො ලොකෙ... ජ්චාසමච්චෙසො ලොකෙ... කායසමච්චෙසො ලොකෙ... මනොසමච්චෙසො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණා පභීයමානා පභීයති, එත් නිරුජ්ජමමානා නිරුජ්ජමති.

චක්ඛුසමඵසුසථා වෙදනා ලොකෙ... සොනසමඵසුසථා වෙදනා ලොකෙ ... සානසමඵසුසථා වෙදනා ලොකෙ... ජීවනාසමඵසුසථා වෙදනා ලොකෙ... කායසමඵසුසථා වෙදනා ලොකෙ... මනෝසමඵසුසථා වෙදනා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූපසඤ්ඤා ලොකෙ... සඤ්ඤා ලොකෙ... ගන්ධසඤ්ඤා ලොකෙ... රසසඤ්ඤා ලොකෙ... ඵොට්ඨබ්බසඤ්ඤා ලොකෙ... ධම්මසඤ්ඤා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූපසංඤ්චනනා ලොකෙ... සඤ්චනනා ලොකෙ... ගන්ධසංඤ්චනනා ලොකෙ... රසසංඤ්චනනා ලොකෙ... ඵොට්ඨබ්බසංඤ්චනනා ලොකෙ... ධම්මසංඤ්චනනා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූපතණ්හා ලොකෙ... සඤ්ඤාතණ්හා ලොකෙ... ගන්ධතණ්හා ලොකෙ... රසතණ්හා ලොකෙ... ඵොට්ඨබ්බතණ්හා ලොකෙ... ධම්මතණ්හා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූපචිතකෙතා ලොකෙ... සඤ්චිතකෙතා ලොකෙ... ගන්ධචිතකෙතා ලොකෙ... රසචිතකෙතා ලොකෙ... ඵොට්ඨබ්බචිතකෙතා ලොකෙ... ධම්මචිතකෙතා ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූපචීචාරො ලොකෙ... සඤ්චීචාරො ලොකෙ... ගන්ධචීචාරො ලොකෙ... රසචීචාරො ලොකෙ... ඵොට්ඨබ්බචීචාරො ලොකෙ... ධම්මචීචාරො ලොකෙ පියරූපං සාතරූපං, එතෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති. ඉදං චූළචිති, භික්ඛවෙ, දුක්ඛනිරොධං අරියසච්චං.

මහාසච්චනිඤ්ඤා

කතමඤ්ච, භික්ඛවෙ, දුක්ඛනිරොධගාමිනී පටිපද අරියසච්චං? අයමෙව අරියො අට්ඨඛිකො මහො සෙය්ථිදං - සමොද්ධි සමාසඤ්ඤා සමාචාරා සමාකමමනො සමාආජ්චො සමාචාරායාමො සමාසති සමාසමාධි.

කතමා ච, භික්ඛවෙ, සමොද්ධි? යං ඛො, භික්ඛවෙ, දුක්ඛ ඤ්ණං, දුක්ඛසමුදයෙ ඤ්ණං, දුක්ඛනිරොධෙ ඤ්ණං, දුක්ඛනිරොධගාමිනියා පටිපදය ඤ්ණං, අයං චූළචිති, භික්ඛවෙ, සමොද්ධි.

කතමො ච, භික්ඛවෙ, සමාසඤ්ඤා? නෙකමමසඤ්ඤා අඛ්ඤාපාදසඤ්ඤා අචිභිංසාසඤ්ඤා, අයං චූළචිති භික්ඛවෙ, සමාසඤ්ඤා.

කතමා ච, භික්ඛවෙ, සමාචාරා? මුසාවාද වෙරමණි පිසුණාය වාචාය වෙරමණි ඵරුසාය වාචාය වෙරමණි සමඵප්පලාපා වෙරමණි, අයං චූළචිති, භික්ඛවෙ, සමාචාරා.

මහා සනිපධාන සුත්තං

කතමො ච, හික්ඛවෙ, සමමාකමමනො? පාණාතිපාතා වෙරමණී අදින්නාදනා වෙරමණී කාමෙසුමිඡාචාරා වෙරමණී, අයං වුච්චති, හික්ඛවෙ, සමමාකමමනො.

කතමො ච, හික්ඛවෙ, සමමාආජ්චො? ඉධ, හික්ඛවෙ, අරියසාවකො මිඡාආජ්චං පහාය සමමාආජ්චෙන ජීවිතං කපොති, අයං වුච්චති, හික්ඛවෙ, සමමාආජ්චො.

කතමො ච, හික්ඛවෙ, සමමාවායාමො? ඉධ, හික්ඛවෙ, හික්ඛු අනුසානනානං පාපකානං අකුසලානං ධමමානං අනුසාදය ඡන්දං ජනෙති වායමති චීරියං ආරහති චිත්තං පශණාති පදහති; උපානනානං පාපකානං අකුසලානං ධමමානං පහානාය ඡන්දං ජනෙති වායමති චීරියං ආරහති චිත්තං පශණාති පදහති; අනුසානනානං කුසලානං ධමමානං උපාදය ඡන්දං ජනෙති වායමති චීරියං ආරහති චිත්තං පශණාති පදහති; උපානනානං කුසලානං ධමමානං ධීතියා අසමොසාය හියොහාභාවාය වෙජුලාය භාවනාය පාරිසුරියා ඡන්දං ජනෙති වායමති චීරියං ආරහති චිත්තං පශණාති පදහති. අයං වුච්චති, හික්ඛවෙ, සමමාවායාමො.

කතමා ච, හික්ඛවෙ, සමමාසති? ඉධ, හික්ඛවෙ, හික්ඛු කායෙ කායානුපසී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං; චේදනාසු චේදනානුපසී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං; චිත්තෙ විත්තානුපසී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං; ධමමෙසු ධමමානුපසී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං. අයං වුච්චති, හික්ඛවෙ, සමමාසති.

කතමො ච, හික්ඛවෙ, සමමාසමාධි? ඉධ, හික්ඛවෙ, හික්ඛු විච්චේච කාමෙහි විච්චි අකුසලෙහි ධමමෙහි සචිත්තකං සචිචාරං විචේකජං පීතිසුඛං පඨමං ඤානං උපසමපජ චිහරති. චිත්තකචිචාරානං වූපසමා අජ්ඣන්තං සමපසාදනං චේතසො එකොදිභාවං අචිත්තකං අචිචාරං සමාධිජං පීතිසුඛං දුතියං ඤානං උපසමපජ චිහරති. පීතියා ච විරාගා උපෙකකො ච චිහරති, සතො ච සමපජානො, සුඛඤ්ච කායෙන පටිසංවෙදෙති, යං තං අරියා ආචිකන්ති 'උපෙකකො සතිමා සුඛචිහාරී'ති තතියං ඤානං උපසමපජ චිහරති. සුඛස්ස ච පහානා දුක්ඛස්ස ච පහානා පුඛෙඛව සොමනස්සදෙමනස්සානං අත්ඛමා අදුක්ඛමසුඛං උපෙකකාසතිපාරිසුද්ධිං චතුස්සං ඤානං උපසමපජ චිහරති. අයං වුච්චති, හික්ඛවෙ, සමමාසමාධි. ඉදං වුච්චති, හික්ඛවෙ, දුක්ඛනිරොධගාමීති පටිපද අරියසච්චං.

ඉති අජ්ඣන්තං වා ධමමෙසු ධමමානුපසී විහරති, බහිද්ධා වා ධමමෙසු ධමමානුපසී විහරති, අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා ධමමෙසු ධමමානුපසී විහරති. සමුදයධමමානුපසී වා ධමමෙසු විහරති, වයධමමානුපසී වා ධමමෙසු විහරති, සමුදයවයධමමානුපසී වා ධමමෙසු විහරති. 'අත්ථි ධමමා'ති වා පනස්ස සති පච්චුපධීතා හොති යාවදෙච ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය අතිසසිතො ච චිහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවමපි ඛො, හික්ඛවෙ, හික්ඛු ධමමෙසු ධමමානුපසී විහරති චතුසු අරියසච්චෙසු.

සච්චපඛං නිධීතං.

ධමමානුපසස්සා නිධීතා.

යො හි කොච්චි, හික්ඛවෙ, ඉමෙ චත්තාරො සතිපට්ඨානෙ එවං භාවෙය්‍ය සත්තවස්සානි, තස්ස ඤීනනං ඵලානං අඤ්ඤාතරං ඵලං පාටිකඝ්ඛිං දිට්ඨෙව ධමෙම අඤ්ඤා; සති වා උපාදිසෙසෙ අනාගාමිනා.

තිට්ඨන්තු, හික්ඛවෙ, සත්තවස්සානි. යො හි කොච්චි, හික්ඛවෙ, ඉමෙ චත්තාරො සතිපට්ඨානෙ එවං භාවෙය්‍ය ඡ වස්සානි...පෙ.... පඤ්ඤ වස්සානි... චත්තාරි වස්සානි... තිණි වස්සානි... දෙව වස්සානි... එකං වස්සං... තිට්ඨන්තු, හික්ඛවෙ, එකං වස්සං. යො හි කොච්චි, හික්ඛවෙ, ඉමෙ චත්තාරො සතිපට්ඨානෙ එවං භාවෙය්‍ය සත්තමාසානි, තස්ස ඤීනනං ඵලානං අඤ්ඤාතරං ඵලං පාටිකඝ්ඛිං දිට්ඨෙව ධමෙම අඤ්ඤා; සති වා උපාදිසෙසෙ අනාගාමිනා.

තිට්ඨන්තු, හික්ඛවෙ, සත්ත මාසානි. යො හි කොච්චි, හික්ඛවෙ, ඉමෙ චත්තාරො සතිපට්ඨානෙ එවං භාවෙය්‍ය ඡ මාසානි...පෙ.... පඤ්ඤ මාසානි... චත්තාරි මාසානි... තිණි මාසානි ... දෙව මාසානි... එකං මාසං... අඤ්ඤමාසං... තිට්ඨන්තු, හික්ඛවෙ, අඤ්ඤමාසො. යො හි කොච්චි, හික්ඛවෙ, ඉමෙ චත්තාරො සතිපට්ඨානෙ එවං භාවෙය්‍ය සත්තාහං, තස්ස ඤීනනං ඵලානං අඤ්ඤාතරං ඵලං පාටිකඝ්ඛිං දිට්ඨෙව ධමෙම අඤ්ඤා; සති වා උපාදිසෙසෙ අනාගාමිනානි.

එකායනො අයං, හික්ඛවෙ, මග්ගො සත්තානං විසුද්ධියා සොකපරිදෙව්‍යානං සමතිකකමාය දුක්ඛදෙමනස්සානං අත්ථඝ්ඛමාය ඤයස්ස අධිගමාය නිබ්බානස්ස සච්ඡිකිරියාය යදිදං චත්තාරො සතිපට්ඨානානි. ඉති යං තං චුත්තං, ඉදමෙතං පටිච්ච චුත්තන්ති. ඉදමචොච හගවා, අත්තමනා තෙ හික්ඛු හගවතො භාසිතං අභිනන්දුන්ති.

මහා සතිපට්ඨාන සූත්තං නිට්ඨිතං.

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය

1-වන ධර්ම දේශනය.

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“එවං මෙ සුතං එකං සමයං භගවා කුරුසු විහරති කමමාසදමමං නාම කුරුනං නිගමො. තත්‍ර ඛො භගවා භික්ඛු ආමනෙතසි ‘භික්ඛවො’ති. ‘හදනෙත’ති තෙ භික්ඛු භගවතො පච්චස්සොසුං. භගවා එතදවොච”

සාධු! සාධු! සාධු!

පින්වත් යෝගාවචර මහා සංඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අද බ්‍රහස්පතින්ද දවසේ අපේ ධර්ම දේශනාව සඳහා ආරම්භයක් ලබාගන්න හදන්නේ කවුරුත් බොහොම ගෞරව කරන, ප්‍රිය කරන මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයට අනුවයි.

අපි අදළ පොත් පත් ආශ්‍රය කරගෙන, ගුරු මත ආශ්‍රය කරගෙන, ධර්ම සාකච්ඡා වාර කීපයක් පසුගිය කාලයේ පැවැත්වූවා. නමුත් ඒක යම් යම් හේතු නිසා අතරමග නතර කරන්න සිදු වුණා. ඒ කෙසේ වෙතත් ධර්ම සාකච්ඡාවකදී හෝ ධර්ම දේශනාවකදී හෝ ධර්ම සජ්ඣායනාවකදී හෝ නිතර මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇහෙන්නට, ඒක සාකච්ඡා කරන්නට ඉදිරිපත් කරගන්න ලැබෙනවා නම් හොඳයි කියලා විශේෂයෙන්ම පසුගිය ධර්ම සාකච්ඡා අවස්ථාවේදී ඉස්මතු වෙච්ච නිසා, අද පටන් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නේ ථෙරවාදී බුද්ධ ශාසනයේ මුදුන් මල්කඩ වගේ සලකන මේ උත්තම වටිනා සූත්‍රය, අපේ ශ්‍රී ලංකාවේ විශේෂයෙන්ම බොහෝම ගෞරවයට ආදරයට පාත්‍ර වෙච්ච මේ සූත්‍රය පිළිබඳව යෝගාවචරයකුගේ පැත්තෙන්, නිස්සරණ ව්‍යය පැත්තෙන් අපට ගන්න තියන ආදර්ශී ටික ඉදිරිපත් කරගන්නටයි. විශේෂයෙන්ම සූත්‍ර පිටකය ගත්තොත්, සූත්‍ර පිටකයේ තියෙන එකම මාගීය, නැත්නම් උපාසක වීමේදී, පැවිදි වීමේදී, උපසම්පද වීමේදී ආදී වශයෙන් දුස්සීලව හිටපු කෙනෙක් සුසීලීවත් බවට පත් වෙලා සීලවන්ත බව හඳුනාගැනීමෙන් පස්සේ කෙලෙස් කපා හැරීමේ විමුක්ති මාගීය සොයාගන්න යනකොට ඒ සඳහා තියෙන නිවැරදි මාගීය වශයෙන් මේ සූත්‍රය හඳුනාගෙන

තියෙන නිසා, එක පැත්තකින් බලනකොට සූත්‍ර පිටකයේ තියෙන ඔක්කොම වාගේ සූත්‍රවල වටිනාම සාරය මේකේ ගැබ් වෙලා තියෙනවා.

ඒ වාගේම තමයි, විනය පිටකය අරගෙන කල්පනා කරලා බලනකොටත්, අපට හිත ධේරුවක් කරගන්න, ඒ වගේම අපෙන් යම් ආකාරයක අඩුපාඩුකම් එහෙම සිදු වෙලා තියෙනවා නම් ඒකෙන් ඇති වෙන්නා වූ කනගාටු දුරු කරගන්න, සාක්ෂියක් වශයෙන් මේ සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගන්න පුළුවන්.

දවසක් සච්ඡයන් වහන්සේ ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේට එක විධියක සහතික කිරීමක් විස්තර කිරීමක් කරලා පෙන්වලා දෙනවා : “ආනන්දය, මම මේ ධම්මයක්, විනයක් යම් ආකාරයකට දේශනා කරනවා නම්, ඒක විශිෂ්ට ඥාණයෙන් දැනගෙන, ඒක අත්දැකලා, ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගෙනයි දේශනා කරලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා ඒක සම්බන්ධයෙන් මගේ හිතේ යම් ආකාරයක පටලැවිල්ලක්, කලකොල භාවයක්, වික්ෂිප්ත භාවයක් නැද්ද, ඒ වගේම තමයි එම ධම්මයේ එහෙම පටලැවිලි තියෙන්න විධියක් නැහැ. ඒ නිසා ආනන්දය, ඔබ මට වැඩිය මේ තැන් තැන්වල සමීප වෙලා කටයුතු කරන, රටේ ලෝකේ ගැවසෙන කෙනෙක් වශයෙන් දැකලා තියෙනවාද, සඛිසයා වහන්සේලා හෝ බුද්ධ ශ්‍රාවකයෝ හෝ තැන් තැන්වලට වෙලා, උනුත් එකිනෙකා ගටාගන්නවා හෝ එක එක කාරණා පිළිබඳව විවිධ වාද විවාදවලට පැටලෙනවා.”

ඉතින් ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ කියනවා, “ඒ වාගේ පහත් පෙළේ ගැටුම්, වාද විවාද බුද්ධ ශ්‍රාවකයන් ළඟ ඇත්තෙ නැහැ. ඒ වූණත් ස්වාමීන් වහන්ස මත්තට සමහර විටෙක මේ සීලය පිළිබඳව, මේ විනය පිළිබඳව, ප්‍රශ්න මතු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් සඛිසයා අතර එහෙම වුණොත්, හික්ෂුණින් අතර එහෙම වුණොත්, උපාසකයන් අතර එහෙම වුණොත්, උපාසිකාවන් අතර එහෙම වුණොත්, ඒක දෙවි මිනිසුන් සහිත ලෝකයාට මහා අනථිකාරී කාරණයක් වෙන නිසා, සච්ඡයන් වහන්සේ ඒ ගැන සලකලා බලනවා නම් හොඳයි” කියා කියනවා වගේ, අනියමාර්ථ ඉල්ලීමක් කළා.

එතනදී සච්ඡයන් වහන්සේ බොහෝම ලස්සනට මේක සෘජු කරලා, කෙළින් කරලා පෙන්වනවා. “ආනන්දය, මේ ධම්මය, විනය දෙක ගත්තහම ධර්මය තමයි ඉස්සර කරගන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ. විනය වැරදුණොත් හදන්න පුළුවන්. ධර්මය වරද්දගත්තොත් පිළියම් කරන්න බැ.” සච්ඡයන් වහන්සේ විසින් 45 වසරක් පුරා කරන ලද බුද්ධ කෘත්‍යය අපි දැන් ඉදිරිපත් කරන්නේ ධම්මය විනය වශයෙනි. අන්න ඒ ධර්ම විනය

දෙක ගත්තහම, යම් ආකාරයක විනය ප්‍රශ්නයක්, විනය ගැටුමක්, විනය කලහයක්, විවාදයක් ඇති වුණාට ඒක නොවෙයි වැදගත් වන්නේ. වැදගත් වන්නේ ධර්මය පිළිබඳව හටගන්නා කලහයයි. ඒ නිසා ඉස්සර කරන්න එපා කලහ විවාද විසඳීමේදී විනය. ප්‍රධාන වශයෙන් ධර්මය දන්නවා නම්, ඒ ධර්මයෙන් අර ප්‍රශ්න ඔක්කෝම විසඳෙනවා. විනයානුකූලව අප අතර තියෙන්නා වූ ඇවතුම් පැවතුම්, කාරක ධර්ම පවා හරියට සතිපට්ඨාන ධර්මය දන්නවා නම්, ප්‍රශ්නයක් දිහා අරීය, ධර්මය, නිරුක්තිය, පටිභානය කියන ආකාරයට ගැඹුරෙන් සලකා බැලීමේ ක්‍රමය දන්නවා නම්, ප්‍රශ්නය එතන එතනම විසඳෙන ස්වභාවයක්, එකම පවුලේ සාමාජිකයින් අතර ඇති වෙන ප්‍රශ්නයක් වගේ විසඳන ස්වරූපයට යනවා. ඒ නිසා ධර්ම විනය දෙක ගත්තහම, විනය ප්‍රශ්නවලට වඩා ධර්මයේ තිබෙන්නා වූ ප්‍රශ්න ශාසනයේ පැවැත්මට, ශාසනයේ අභිවෘද්ධියට, ඒ වගේම එක පුද්ගලයකුගේ සීල, සමාධි, ප්‍රඥ වඩනයටත් කෙළින්ම බලපාන බවයි, සච්ඡයන් වහන්සේ දේශනා කළේ. ඒ නිසා අපට එතැනින් පේනවා, විනය පැත්තටත් ලොකු වගකීමක් සමාජ දෘෂ්ටික ඇත්තන්ගේ තියනවා - උපාසක වේවා, උපාසිකා වේවා, භික්ෂු වේවා, භික්ෂුණි වේවා. ඒ දැනීම සම්බන්ධයෙන් තමයි, විනය පිටකයේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ. අන්න ඒ විනය පිටකයේ එන්නා වූ ප්‍රශ්න වුණත් මේ සතිපට්ඨාන ක්‍රමය නිසා සතිපට්ඨාන භාවනා කරන අයට ඉබේම විසඳිලා යනවා. සතිපට්ඨානය පිළිබඳව ඇත්තා වූ ගෞරවයත් භාවනා ක්‍රමයේ අත්දැකීම්වල විශද භාවයත් නිසා විසඳෙන ස්වරූපයක් තියනවා.

ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙක් සතිපට්ඨානයට ගෞරව කරනවා නම්, ඒක අනිවාදියෙන්ම විනයටත් කරන ගෞරවයක්. ඉදිරියට එන ධර්ම විවරණයේදී මතු වෙන මතු වෙන අවස්ථාවල කොහොමද මේ සති වෛතසිකයෙන් අපේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය ආදී සීල සංවරය ඇති කරලා දෙන්නේ කියලා අපි විස්තර වශයෙන් සංග්‍රහ කරගනිමු. නමුත් මෙතනදී මතක තියාගන්න ඕනෑ, ධර්මය, විනය දෙකම ගත්තහමත් සතිපට්ඨානය පිළිබඳව සුතමය වශයෙන් හැදෑරීම, වින්තාමය වශයෙන් තව තවත් සලකා බැලීම, භාවනාවක් වශයෙන් වැඩීම, සච්ඡයන් වහන්සේගේ අනුශාසනාවට බොහෝම සමීපව සිටගැනීමක් වෙනවා.

සතිපට්ඨාන ධර්මය වුණත් මේ මෑතක අපි දන්නා අවුරුදු තිහක හතළිහක කාලේ ගත්තහම, ඒක හොඳටම විස්තර කළේ සතිපට්ඨාන විපස්සනා භාවනාවක් හැටියටයි. ඒකට ඇති වෙන්න කරුණු මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ සඳහන් වෙනවා. නමුත් කෙනෙකුට ඉතාමත්ම

ආරක්ෂාකාරීව ඉදිරිපත් කරන්න පුළුවන්, සතිපට්ඨානයෙන් විපස්සනාවට පමණක් නොවෙයි, සමථයටත් සෑහෙන උපදෙස් මාලාවක්, මාගීයට අත්වැලක්, සෑහෙන රුකුලක් ලැබෙනවා කියලා. සමථ භාවනා වශයෙන්, ධ්‍යාන භාවනා වශයෙන්, අවශ්‍ය සෑහෙන උපදෙස් පන්තියක් මෙහි තියෙනවා. මුළු සූත්‍රය වශයෙන් ගත්තහම, එහෙම නැත්නම් මේ සූත්‍රය අවසන් වෙන්නේ විපස්සනා පැත්තෙන්. ඒක හොඳටම පේනවා, අපි තාමත් සජ්ඣායනා කළේ නැති මේ සතිපට්ඨාන ආනිසංස ගැන කථා කරනකොට, විශේෂයෙන් පේන්නේ මේ ආනිසංස කොට්ඨාසය විපස්සනා ඇසින් බලලා දේශනා කරපු දෙයක් වශයෙන්. නමුත් අපි අමතක කරන්න නරකයි, සතිපට්ඨානයේ සෑහෙන කොටසක් සමථ භාවනාවට අනුග්‍රහය දක්වනවා කියලා. ඒක නිසා යම් භාවනා ක්‍රමයක් විපස්සනා ය කියාගන්න, අපි විපස්සනා කරනවායයි කියාගන්න හදන ඇත්තෝ, බොහෝ විට සතිපට්ඨානය අනුව තමාගේ අඵ විචරණ දෙන්න, සතිපට්ඨාන රාමුව ඇතුළත සාකච්ඡා කරන්න පෙළඹීමෙන් තමන්ගේ භාවනා ක්‍රමයට ලොකු සමාධිමය ආරක්ෂාවක් සලසාගන්නවා. යම් කිසි කෙනෙකු සමථය මුල් කරගෙන, සමථයට මුල් තැන දීගෙන කටයුතු කරනකොට විවේචන එල්ල කරනවා, ඕක සතිපට්ඨානය නොවෙයි කියලා. මෙන්න මේ කාරණය තේරුම්ගත්තහම, අද හුඟදෙනෙක් කැමති වෙන්නේ සතිපට්ඨාන භාවනාව සමථ විපස්සනා දෙකටම අනුග්‍රහ කරනවා කීවහමයි. ඒකෙන් ඔය කලහ, වාද, විවාද අඩු වෙනවා.

කොහොම නමුත් සමථ විපස්සනා දෙකටම උදව් කරනවා හෝ වේවා! එහෙම නැත්නම් විපස්සනාවම කුළුගන්වන දෙයක් හෝ වේවා! සඵඥයන් වහන්සේගේ ඒ පණිවිඩය පිඬු කරනකොට පිඬු කරන්ට පුළුවන් එක් ආකාරයක් තමයි, සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්මයෝ. සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මවල ආරම්භය, පිවිසුම වෙන්නේ මේ සතිපට්ඨාන හතරයි. සතිපට්ඨාන හතර සම්පූර්ණ කිරීමෙන් අනිකුත් ඒවා ඉබේම සම්පූර්ණ වෙන බව සඵඥ දේශනාවේ සඳහන් වෙනවා. ඒ නිසා මේක විවිධ පැතිවලින් බලනකොට මූලික ප්‍රභවයක්. ධර්මයට මූලික ප්‍රභවය, එහි ඇත්තා වූ සමථයට මූලික ප්‍රභවය, විපස්සනාවට මූලික ප්‍රභවය, විනයට මූලික ප්‍රභවය, සඵඥ ශාසනයට මූලික ප්‍රභවය, එහෙම නැත්නම් අද කාලයේ පැවතෙන්නා වූ ථෙරවාදී ශාසනයේ මූලික ධර්මය වශයෙන් අපට මේක සලකාගන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා මේ සඳහා ගන්න වෙලාව බොහෝම වටිනවා. මීට කලින් ධර්ම දේශනාවලදී මතක් කරගන්නවා වගේ, මේ සතිපට්ඨාන

ධර්මය, විමුක්තිය සොයා යන ගමනේ ආරම්භක ආධුනිකයාටත් කෙළින්ම උගන්නන්න කියල සවිඥයන් වහන්සේ කියල තියනවා. ඒ වාගේම දැනටමත් නිබ්බාන මාගීයේ ගමන් කරන, මැද කොටසේ ගත කරන ඇත්තන්ටත් සතිපට්ඨාන ධර්මය බොහෝ උපකාර වෙනවා. අවසානයේදී ක්ෂිණාශ්‍රවයන් වහන්සේටත් සතිපට්ඨාන බලය, සති බලය, ක්ෂිණාශ්‍රව බලයක් වශයෙන් බිණාසවබල සූත්‍රවල සඳහන් වෙනවා. ඒ නිසා මේකේ මුලත් සතිපට්ඨානය, මැදත් සතිපට්ඨානය, අගත් සතිපට්ඨානය. ඒ නිසා අපේ යෝගාවචර ජීවිතය එයින් වෙන් වෙනවා නම්, අපට හිතාගන්න පුළුවන්, අපි අතුරු පාරක කැලෑ කොලෑ වෙන බව. සතිපට්ඨානයට සමීප වෙන්න වෙන්න මේ ඒකායන මාගීයට අපි ලං වෙනවා. ඒ නිසා කොවචර මේක පිළිබඳව දැනගෙන, එහෙම නැත්නම් දන්නවා කියලා හිතාගෙන හිටියත් මේක නැවත නැවත විග්‍රහ කිරීමට තරම් වටිනවා.

ඒ වගේම තමයි මේක නාහපු කෙනෙකුට මේවා බොහොම ගැඹුරු ධර්ම, මේවා අපට තේරෙන්නේ නෑ කියලා පැත්තකට දලා තිබුණත් අහගෙන ඉන්නකොට තේරෙනවා, පුද්ගලාකාර පුරුදු භාවයක්, ආශ්චර්යවත් භාවයක්, ශාසනකාමී භාවයක්, ගුප්ත ස්වරූපයක් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ තියෙනවා කියලා. මෙවිචර ප්‍රමාණයක් මුදල් යම් කිසි ව්‍යාපාරයක ආයෝජනය කළොත් මෙවිචර ලාභ ලැබෙනවා වගේ, යෝගාවචරයෙක් යම් ප්‍රදේශයක් තමාගේ ශ්‍රද්ධාව සතිපට්ඨානයට ආයෝජනය කළොත් ඒ හා සමානව ආනිසංස ලැබෙනවා. යම් ප්‍රදේශයක් තමාගේ වීර්යය සතිපට්ඨානය සඳහා යොදවනවා නම්, යොදපු ප්‍රමාණයට ආනිසංස ලැබෙනවා. යම් ප්‍රමාණයක් සතිය, යම් ප්‍රමාණයක් සමාධිය, යම් ප්‍රමාණයක් ප්‍රඥාව යොදවනවා නම්, ඒ ප්‍රදේශයත් ලබනවා. ඒ මොකද? මේ සති චෛතසිකය ගැන කථා කරනකොට සතියේ පද්ධිතය වශයෙන් පෙන්වන්නේ කායාදී සතර සතිපට්ඨාන පද්ධිත කියලා. සතියට පද්ධිතය වෙන්නේ, සතියට පදනම වෙන්නේ, සතියට ආරම්භය, මූලාශ්‍රය, ප්‍රභවය වන්නේ සතිපට්ඨානයමයි. ඒ නිසා මුලින් වරද්ද වරද්ද ආධුනිකයි කියලා හිතමින් හෝ ආවහම, දැනගන්නා වූ බලාගන්නා වූ සතිපට්ඨානයමයි, කායාදී සතිපට්ඨානයමයි, පසුව දියුණු වන්නා වූ සති චෛතසිකයට, සුපතිට්ඨිත සතියට, මනා කොට පිහිටියා වූ සතිපට්ඨානයට උදව් උපකාර වෙන්නේ. ඒ නිසා පෙන්විය යුත්තේ සතිපට්ඨානය යෝගාවචරයාගේ ගෝචර භූමිය වශයෙනුයි. යම් වෙලාවක යෝගාවචරයා ගෝචර භූමියෙන් ගොදුරු බිමෙන් ඇතට ගියා නම්, වෙඩික්කාරයන් හක්කලං කරන තැනක ඉන්න රිළුවෙකුට වඳුරෙකුට වෙන දේ වාගේ ජීවිත අන්තරාවක් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. සති සමාධි ධර්මවල විනාශයක් වෙන්න ඉඩ තියනවා. ඒ

නිසා නිතරෝම අපි හැසිරෙන්නේ සතිපට්ඨාන ක්‍ෂේත්‍රය තුළ නම්, අපට තියෙනවා ඒ ගොදුරු බිමේ ආරක්ෂාව. ඒ නිසා යෝගාවචරයාට ගොදුරු බිම සතර සතිපට්ඨානයයි. මේ ගොදුරු බිමෙන් ඇත් වූණෙක් ඒකට සඵඥයන් වහන්සේ වග කියන්නේ නෑ. කර්මස්ථාන ආචාර්යවරු වග කියන්නේ නෑ. ධම් ආරක්ෂාව ලැබෙන්නේ නෑ. එතකොට අසරණ වෙනවා. දඩයක්කාරයාට ලක් වෙන්නා වූ වන සතුන් වගේ වනසට පත් වෙනවා.

පුංචි ලස්සන උපමා කථාවක් සඵඥයන් වහන්සේ මතක් කරලා දීලා තියෙනවා සූත්‍ර පිටකයේ යම් තැනක.¹ පුංචි කිරිල්ලියක්ව එක පාරටම හදිස්සියේ ඩැහැගෙන යනවා පියා උකුස්සෙක් ඇවිල්ලා. එතකොට මේ කුරුලු පැටියා දෑන් අහු වෙලා කැගහනවා, අනේ මම වගේ මෝඩ මනුස්සයෙක්. මට කියපු දේ අහලා මට ගොදුරු තැන, මට සුදුසු තැන මම හිටියා නම්, මම මේ අනතුරට අහු වෙන්නේ නැහැ. මේක මගේම දෝසේ! මගේම දෝසේ! කියලා ඒ කුරුල්ලා තමාටම අවලාද නගාගත්තා. එතකොට මේ පියා උකුස්සා අහනවා, උඹ හිතනවද, උඹට සුදුසු තැන, කියාපු තැන, ගෝවර භූමියේ හිටියා නම් මගෙන් ගැලවීමක් තියෙනවා කියලා? මම උඹ කොයි තැන හිටියත් අල්ලනවා. හා! පුළුවන් නම් උඹේ ගොදුරු බිමේ ඉඳලා රැකියන් කියලා අනහරුලා දනවා. ඒ ගොදුරට අහු වෙව්ව කුරුලු පැටියා දන්නවා, අලුතෙන් හාලා, බිම් නැගුම් හාලා, කර මඩ මතු කරලා තියන, කැට ගාලා නැති ඒ බිමේ හිටියා නම් ඌට ඒක ගොදුරු බිම. පියා උකුස්සෙක් හෝ සතෙක් එතකොට වහාම අර මතු කරලා තියන පස් කැටයක් අස්සට රිංගගත්තහම ඌට ආරක්ෂාව සැලසෙනවා. ඌ ඒ නිසා අනඥරුපු ගමන් වහාම ගිහිල්ල ගොදුරු බිමේ වහල එතන හිටපු පණුවෝ අහුලන් කාල ජීවත් වෙනවා. ජීවත් වෙනකොට අර පියා උකුස්සා බලාගෙන ඉඳලා, හීයක වේගයෙන් එනවා අර පුංචි කුරුල්ලා අල්ලගන්න. අල්ලන්න එතකොටම මේ කුරුලු පැටියා ළඟ තියන පස් කැටයක් අස්සට රිංගනවා. පියා උකුස්සා ඇවිල්ල පස් කැටයේ හැපිලා තුවාල වෙලා මැරිලා වැටෙනවා.

එතනදී සඵඥයන් වහන්සේ පෙන්නලා දෙන්නේ මේ ලෝකේ අන්තිම විසමයි. මේ ලෝකේ අන්තිම විවිධයි, බොහොම විෂ සහිතයි. මේ විෂ සහිත ලෝකයේ නියම මාර්ගය හොයාගෙන යන විර්යවන්ත, ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් යුක්ත වූ යෝගාවචරයාට වණ්ඩ පරුෂකමකින්

¹ සං. නි. 5 -1. අම්බපාලි වග්ගය, සතිපට්ඨාන සංයුත්තය, සකුණග්ගි සූත්‍රය.

බොහොම අමාරුයි ජය ගන්න. ඒ නිසා සඵඥයන් වහන්සේ හරියට කිකිළියක් තමාගේ පැටවුන්ට තටු අස්සේ ආරක්ෂාව සලසා දෙන්නා වාගේ ගොදුරු බිම ලකුණු කරලා තියෙනවා. මෙන්ම මේ ගොදුරු බිමේ හැසිරෙන්න. හැසිරුණොත් මම වග කියනවා. ඔබලාට ධර්ම ආරක්ෂාව සැලසෙනවා. යම් හෙයකින් හිතුවක්කාර අදහසක් නිසා හෝ කෙලෙස් වේගයක් නිසා හෝ අසත්පුරුෂ සේවනයක් නිසා හෝ වෙන මොනවා හරි හේතුවක් නිසා නුඹලා ඒ ගොදුරු බිමෙන් ඇතට ගියොත්, ඒකාන්ත වනසට පත් වීමක් සිදු වෙන්න පුළුවන්. එතකොට අර ඒකායන මාර්ගයෙන්, විමුක්ති මාර්ගයෙන් බැහැර වෙනවා.

ඒ නිසා නිතරෝම ගොදුරු බිමේම හිත පවත්වන්නට පුළුවන් නම් යෝගාවචරයාට ධර්ම ආරක්ෂාව සැලසෙනවා. ඒ නිසා භාවනා කරන, යෝග ජීවිතයේ මැද ගත කරන ඇත්තොත් නිතර මතක් කරගන්න ඕනෑ, මගේ හිත හෝ වේවා! වචනය හෝ වේවා! ක්‍රියාව හෝ වේවා! මේ සතර සතිපට්ඨානය කියන ගොදුරු බිමේ නිතර හැසිරෙනවාද? මම මේ භාවනාවට එන්ට, නැත්නම් සීලයක් සමාදන් වෙන්ට, දෘෂ්ටිය ඍජු කරගන්ට කලින් මගේ හැසිරීම මොන මොන විදියට විෂම වුණාද? දූන් ඒකේ යම් කිසි විධියක මේ වාගේ සංවර වීමක් තියෙනවාද? මට තවත් ඒ තුළ ඉඳුරන් සංවර කරගෙන, ආචාර ගෝචර සම්පන්නව ගත කරන්න කොච්චරක් වගේ ඉඩ තියෙනවාද? කියලා දැනගන්න සතිපට්ඨානය අවශ්‍යයි. අන්තිම වශයෙන් කියනව නම් අපි අර කලින් මතක් කරගත්ත වගේ, ක්ෂිණාශ්‍රවයන් වහන්සේ නමක් වුණත් නිතරෝම සතිපට්ඨානයේ තමයි හිත යොදවන්නේ. බුදු වෙලත් ආනාපානය වැඩුවයි කියල කියනවනෙ. බුදු වෙලත් සර්වඥයන් වහන්සේ මේ සතර සතිපට්ඨානයෙන් ඇතට ගියේ නැහැ.

අනුරුද්ධ මහා රහතන් වහන්සේ හොඳටම අසනීප වෙලා ලෙඩ වෙලා ඉන්න වෙලාවක - එකම ජාතියේ එකම ශාකය වංශයේම නෙ ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේත් - ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ ළඟට ගිහිල්ලා අහනවා, අවසරයි ස්වාමීන් වහන්ස, ඔබවහන්සේ මෙච්චර අධික වේදනාවකින් ගත කරද්දීත් කොහොමද මේ වගේ ප්‍රසන්න මුහුණකින් යුක්තව, ප්‍රසන්න වචනවලින් යුක්තව, ප්‍රසන්නව ඉරියව් පවත්වන්නේ කියලා. අනුරුද්ධ ස්වාමීන් වහන්සේ සඳහන් කරනවා, ආනන්දය, මම ලැබෙන ඕනෑම අරමුණක් සතර සතිපට්ඨානයට දලා බලනවා. සතර සතිපට්ඨානයට දල බලනකොට, මට මේක බොහෝම ඉක්මනට ධාතු වශයෙන් හෝ පරමාථී වශයෙන් වැටහෙන්නට පටන්ගත්තාට පස්සේ වේදනාව හෝ වේවා! චිත්ත ධර්ම හෝ වේවා!

ධම්මානුපස්සනාව හෝ වේවා! මම නොවේ, මගේ නොවේ කියලා, ධාතු වශයෙන් බලනකොට ශුන්‍යයි කියලා බොහොම ඉක්මනට වැටහෙන නිසා, මගේ වර්තමාන ඉරියව්වට ඒ එන බාධාවෙන් බලපෑමක් නැහැ කියලා.

ඒ වගේම නන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ බේරාගැනීමට සඵඥයන් වහන්සේට විශේෂ යමක් කරන්නට සිදු වුණා නෙ. තව දවසකින් ප්‍රමාද වුණා නම්, විවාහ ජීවිතයට සම්බන්ධ වෙනවා, යුව රජ වෙනවා, නව ගිවිසුමක් ඇති කරගන්නවා. මෙන්න මේ මංගල සුඛ අවස්ථාව වළක්වලා තමයි, සඵඥයන් වහන්සේ නන්ද කුමාරයා ශාසනගත කළේ. ශාසනගත කරලා අවසානයේ දිව්‍ය ලෝකයට ගෙනියල, ඒ නැති වුණ ජනපද කල්‍යාණිය වෙනුවට දිව්‍යාංගනාවක් පොරොන්දු වෙලා, භාවනා කරන්නට හිත යොමු කලා. අන්තිමට ඒ ස්වාමීන් වහන්සේ පුදුමාකාර විධියට ඉන්ද්‍රිය සංවරය පිළිබඳ හැකියාවලේ පුරුදු කරන්නට පටන්ගත්තා. අනෙක් සබ්බමචාරීන් වහන්සේලා ඉක්මවා යන තත්ත්වයට පත් වුණා. පස්සේ දවසක සඵඥයන් වහන්සේ නන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ ගැන ගුණ කථනයක් කරනවා. මේ නන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ යම් වෙලාවක “දන් මම උතුරු දෙස බලමියි” කියල දැනගන්නවා නම්, උන්වහන්සේ කල් ඇතුළම සතිය පිහිටුවාගන්නවා. “උතුරු දිසාවෙන් එන්නා වූ රාග අරමුණු මගේ සිත නහමක් කෙලෙසාවා! උතුරු දිසාව දිහා මම බලන්නයි හදන්නෙ, එහි තිබෙන්නා වූ ද්වේෂ අරමුණු මගේ හිත නහමක් කෙලෙසාවා! උතුරු දිසාවේ ඇත්තා වූ මේ මත් කරවන මෝහ කරවන අන්ධකාර කරවන අවිද්‍යා ස්වභාවයෙන් මගේ හිත නහමක් කෙලෙසේවා!” කියල හිත කලින්ම ප්‍රතිශක්ති කරගෙන, සතියෙන් ආඨාස කරගෙන, එහෙම නැත්නම් සතිය කියන පලිහ ඉස්සරහට යොදවලාලු උතුරු දිසාව බලන්නේ. දකුණු දිසාව බලනවා නම්, දකුණු දිසාව බලන්නෙන් අර විධියටම සතිය පිහිටුවාගෙනමයි. උදහරණයක් කියනවා නම්, දන් කාලේ පෝලියෝ රෝගය තිබෙන දිශාවකට යන්න ඉස්සෙල්ලා පෝලියෝ එන්නතක් ලබාගන්නවා. ඒ වාගේ ශරීරය ප්‍රතිශක්ති කරවනවා. එන්නත් කරවනවා. එන්නත් කරවන්නේ කොහොමද? මේ සතර සතිපට්ඨානය කියන ක්‍රමයටමයි. හැම වෙලාවේම සතිය ඉස්සර කරගෙනමයි. ඒ නිසා ගෝචර භූමිය ගැන ආධුනික යෝගාවචරයාට නන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ, අනුරුද්ධ ස්වාමීන් වහන්සේ වගේ සතිපට්ඨානයේ කෙළ පැමිණි උත්තමයන් වහන්සේලා දීලා තිබෙන නිදර්ශන තමයි අර.

නමුත් සතිපට්ඨානය ආරම්භ කරන, සතිපට්ඨාන ධර්මයට සතිපට්ඨාන විපස්සනාවට නැත්තම් සතිපට්ඨාන භාවනාවට බැසගන්න හදන, යෝගාවචරයෙකුට මේ වගේ දේවල් පේන්නේ, අන්තිම කෝට්ඨිකියෙක් වගේ පෝසන් කෙනෙක්ගේ වැඩ, අපි මේ දෙයිතුවක් අනේ නැති දුප්පත් කෙනෙක් වගේ, අපි කොහොමද මෙහෙම කරන්නේ කියල. මේ දෙක අතර විශාල වෙනසක් තියෙනවා - සතිපට්ඨානය තවම පටන්ගත්තේ නැති කෙනෙක් සතිපට්ඨාන අරමුණු ගන්න හැටිත් සතිපට්ඨානයේ කෙළ පැමිණි උත්තමයන් වහන්සේලා සතිපට්ඨානයෙන් වැඩ අරගෙන කරන ප්‍රකාශනත්. ඒ නිසා ඒක එක උපහාසාත්මක ස්වභාවයකින්, එහෙම නැතිනම් හිත් ගන්නා ස්වභාවයකින් කියනවා නම්, ආධුනික යෝගාවචරයාට ලෝකෙම කරදරයක්, තමන් ගන්න ආනාපානය හෝ පිම්බීම හැකිලීම හෝ වෙන ධාතු මනසිකාරයක් හෝ ඒ පුංචි එකම එක අරමුණ විතරමයි සතිපට්ඨානය වශයෙන් පේන්නේ. එයින් පිට ඇහෙන ශබ්දයත් බාධාවක් වශයෙන් පේන්නේ. එයින් පිට දූනෙන වේදනාවත් බාධාවක් වශයෙන් පේන්නේ. එයින් පිට හිතෙන හිතුවිල්ලත් බාධාවක් වශයෙන් පේන්නේ.

ඒ නිසා මූලින් මේ සතිපට්ඨානය වෙන් කරගන්න, කොන් කරගන්න, කොටු කරගන්න, එයට හිත නිමග්න කරවන්න, බස්සවගන්න, යෝගාවචරයාට අමාරුයි. ඒක හරියට මුහුදු මැද තිබෙන දූපතක් හතර වටෙන් එන රැල්ලෙන් යට කරගන්න හදනවා වගේ, ඉතාමත් අමාරුයි මැද කොටස වියළිව පවත්වගන්නට. ඒ නිසා ආධුනික යෝගාවචරයෙකුට මූල කම්ප්ථානයක් දීලා, අපි දවසකට දෙකකට පස්සේ හෝ පැයකට දෙකකට පස්සේ හෝ ඒ යෝගාවචරයාගෙන් ප්‍රශ්න කළොත්, ඔබ ගත්තා වූ මූල කම්ප්ථානයේ කොපමණ වේලාවක් හිත පවත්වාගෙන යන්න පුළුවන් උනාද? කියලා, ඒ යෝගාවචරයා සමහර විට බොහෝම ඉවිෂා භංගත්වයෙන් යුක්තව කියනවා, අනේ විනාඩියක්වත් බැහැ. එක සැරයක්, දෙසැරයක්වත් බැහැ ආනාපානය එක දිගට අල්ලාගෙන යන්න, පිම්බීම හැකිලීම එක දිගට අල්ලගෙන යන්න. මනසිකාරය පවත්වන්න බැහැ. මගේ හිත විවිධ විෂම කෙලෙස් ධර්මවලින් යටපත් කරනවා. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනාව අමාරුයි. සතිපට්ඨාන භාවනාව දුෂ්කරයි. ඒ මොකද? හාත්පසින්ම තියන්නේ මේ විත්ත උපක්ලේශ, නීවරණ ධර්ම, පඤ්ඤ දුබ්බලිකරණ දේවල්. අන්න ඒ නිසා ඒව ඔක්කොම සතිපට්ඨානයෙන් බැහැරයි. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනාව දුෂ්කරයි.

නමුත් හිතමු ඒ යෝගාවචරයා එක දිගට දවස් හතක් භාවනා කළා නම්, කමටහන් සුද්ධ කිරීම, නැත්තම් ධර්ම සාකච්ඡා මාගීයෙන්

ගුරුවරයා ටිකෙන් ටික ටිකෙන් ටික මතු කරලා දෙනවා පිවිසුම වශයෙන්, සතිපට්ඨානයට ඇතුළු වෙන දෙරටුව වශයෙන්. ආනාපානය අනුපිළිවෙලින් කරගෙන යනකොට, විශේෂයෙන්ම අපි විපස්සනා යෝගාවචරයකුගේ පැත්තෙන් බැලුවොත්, ඒකට හරස් කපන්නා වූ, ඒක යටපත් කරගෙන මතු වෙන්නා වූ, ඕනෑම අරමුණක් තෝරන්නේ බේරන්නේ නැති වුණාට, බාධාවක් වශයෙන් සලකන්නට එපා. ඒක තවත් කෙටි අරමුණක් වශයෙන් හොඳට හඳුනාගන්න. අල්ල බදුගන්න යන්නත් එපා. එනවයි කියලා ගැටෙන්න යන්නත් එපා. ඒ මොකද? සතිපට්ඨානය දියුණු වේගන යනකොට, ආනාපානය වගේ, පිම්බීම හැකිලීම වගේ එක පුංචි පිවිසුමකින් ගියාට, සතිය තහවුරු වෙනකොට, ස්ථිර වෙනකොට, සුපතිට්ඨිත වෙනකොට, ඒකේ විවිධාංගීකරණ, එහෙම නැත්නම් විවිධ සේවාවල් පටන්ගන්නවා. පටන් අරගන්නකොට ඒ විවිධාංගීකරණයට, විවිධ සේවාවලට අර සිතිවිලි ආහාර වෙනවා. ශබ්ද ආහාර වෙනවා. වේදනා ආහාර වෙනවා. ඒවා ඒ කාලේ වෙනකොට ධර්ම කාරණා මතු කරලා දෙන තවත් දෙරටු බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසා දැන් ඒක බාධාවක් විධියට හිතන්නත් එපා. ලාභයක් විධියට හිතන්නත් එපා. අරමුණ අරමුණක් වශයෙන් ගන්න. නැති හැම වෙලාවේදීම ආනාපානය හෝ මූල කමිස්ථානය වශයෙන් ගත්ත පිම්බීම හැකිලීම හෝ කරගෙන යන්නටයි කියලා කමටහන සුද්ධ කරලා දෙනකොට, යෝගාවචරයා අරමුණ අරමුණ වෙන් වෙන් වශයෙන් හඳුනාගැනීමේ මෙතෙහි කිරීමේ ක්‍රමය, මනසිකාර ක්‍රමය, පුරුදු වේගන පුරුදු වේගන යනකොට, ආයුධයට අත කර්මණය වෙනකොට, යන්ත්‍රයට මනුස්සයා පුරුදු වේගන යනකොට ඒ යන්ත්‍රයේ වේගය කාලයක් යනකොට වැඩි වෙනව නේ. ඒ ආයුධය හැසිරවීමෙන් විවිධාකාර දේවල් කරන්න පුළුවන් ගතියක් එනව නේ. අන්න ඒ වගේ තමයි යෝගාවචරයාට ආනාපානය හෝ තමන්ගේ මූල කමිස්ථානය වඩද්දී, එන බාහිර අරමුණු ඉස්සර තරම් අවුල් කරනසුලු, පීඩා කරනසුලු ගතියක් නෑ. ඒ අරමුණු, අරමුණු වශයෙන් පවත්වාගෙන යන්නට පුළුවන්.

යම් විධියකට විපස්සනා භාවනාවේ යෝගාවචරයා සුද්ධ විපස්සනාව වැඩුවත් ක්ෂණික සමාධියට පත් වුණා කියලා කියන්නේ, මතු වෙන මතු වෙන ඕනෑම අරමුණක් එක්ක මුණට මුණ දලා ඉන්න පුළුවන් තත්ත්වයකට පැමිණීමයි. මේ වෙනකොට සතිය ඝෂණ වශයෙන් උදවු උපකාර කරන්නා වූ ඝෂණික සමාධියේ ආධාර ඇතිව අඛණ්ඩ භාවයකට පත් වෙනවා. ඒ අඛණ්ඩ භාවයට පත් වීම සඳහා ඇති ඉණිමගක් වශයෙන්, දෙරටුවක් වශයෙන්, නිතර භාවිත කරන දේ වශයෙන් ගන්නේ මූල කමිස්ථානයමයි. නමුත් මෙතැනට එනකොට මේ

ක්ෂණික සමාධිය හොඳටම ඔප දීලා, මූල කම්ප්පානයේ හිත පවතිනවා. පවතිනකොට ශබ්දයකුත් ඇවිල්ලා යනවා. වේදනාවකුත් ඇවිල්ලා යනවා. එහෙම නැත්නම් සිතිවිල්ලකුත් ඇවිල්ලා යනවා. සිතිවිලි ඇවිත් ගියාට පස්සේ සිත මූල කම්ප්පානයටම එනවා. බොහොම කීකරුයි. ශබ්දයක් ඇහුවත් සමහර විටක ශබ්දය ස්ත්‍රී ශබ්දයක්, පුරුෂ ශබ්දයක් ආදී වශයෙන් ටිකක් මත් වෙන ගතිත් තියෙනවා. නමුත් වහාම අරමුණට හිත යන්ට ඕනෑ කියලා යෝගාවචරයා යෙදුණොත්, යෙදුවොත්, යොදගන්න ශක්තිමත් උණොත්, තමන්ට තේරෙනවා තිබුණු තැන ඉඳලාම භාවනාව යනවා කියලා. ඒකට බය අරවන්න ඕනෑ. සතිපට්ඨාන පටන්ගැනීමේදී නිමිත්තක් අල්ලලා දුන්නාට, ඉස්සරහට සතිය දියුණු වෙගන එනකොට, අනිකුත් ඉන්ද්‍රිය ධර්ම වැඩිගෙන එනකොට, එන ඕනෑම අරමුණක් ආහාර කරගන්න පුළුවන් තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. මෙහෙම ගිහිල්ලා හිත සතියෙන් ආසා වෙනකොට, ඕනෑම අරමුණක් සම රස තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. හෑම අරමුණකින්ම සමාන රසයක් ඇති කරලා දෙනවා. ඇහෙන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, දකින අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, ගඳ සුවඳ බලන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, දිවේ රස බලන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, කයෙන් පහස ලබන අරමුණක් වෙන්න පුළුවන්, නැත්නං හිතට එන සිතුවිල්ලක් වෙන්න පුළුවන්. මේවා ඔක්කොම එක එක තැනින් මතු වෙන දිය බුබුළු වගේ. අපි නිතරම කයෙන් එන්නා වූ, කාය පොට්ඨබ්බ ධාතු වෙන් මතු කරන්නා වූ දේට මූලස්පානය දීල කටයුතු කළාට අනෙකුත් සෑම දේවලුත් සිදු වෙද්දී මේකත් දැකගන්න පුළුවන් තත්ත්වයක් ඇති වෙනවා.

ඒ අනුව බලනකොට, මේ තත්ත්වෙ දන්නේ නැතුව කටත් ඇරගෙන යමක් දිහා අහගෙන බලාගෙන ඉන්න මනුස්සයෙක්ගේ, භාවනා නොකරන පෘථග්ජන මනුස්සයෙක්ගේ ස්වරූපය ගත්තොත්, ඒ මනුස්සයාගේ ස්වභාවය මනුස්ස ස්වරූපය තිබුණාට ඒ මනුස්සයා බලන්නෙක් විතරයි. ඒ මනුස්සයා තුළ අහන්නෙක් නෑ. ඒ මනුස්සයා තුළ වෙන දේවල් පහස ලබන්නෙක් නෑ. ඒ මනුස්සයා තුළ රස බලන්නෙක් නෑ. කල්පනා කරන්නෙක් නෑ. කටත් ඇරගෙන බලාගෙන ඉන්න මනුස්සයෙක් විතරයි. අර ඉන්ද්‍රිය ධර්මවලින් හයෙන් එකයි වැඩ කරන්නේ. එක්කෝ මනෝ ඉන්ද්‍රියත් එක්ක ගත්තොත් හයෙන් දෙකක් වැඩ කරනවා. අනෙක් ඒවා ඔක්කොම අක්‍රිය වෙලා. ඊගාව විත්තකෂණයේ ඔහු අහන්නෙක් බවට පත් වෙනවා. එනකොට කණ විතරමයි වැඩ කරන්නේ. ඇහෙන් අරමුණක් ආවට ඇහැ අන්ධ කෙනෙක් වාගේ, කයෙන් අරමුණු ආවට ඒක අන්ධ කෙනෙක් වාගේ, නාසයෙන් අරමුණු ආවට ගඳ සුවඳ නොතේරෙන කෙනෙක් වගේ,

දිවෙන් ආවට රස තේරෙන්නේ නැති කෙනෙක් වාගේ, ඇයි මට මේ වගේ උණේ කියලා හිතෙනවා. නමුත් ක්‍රියා වැඩ පිළිවෙළ බලනකොට, වැඩ පිළිවෙළින් පහෙන් එකයි සිද්ධ වෙන්නේ. මෙන්න මේ විදියට වක්කු ඉන්ද්‍රිය, සෝන ඉන්ද්‍රිය කියන එකින් එකට එකින් එකට පැන පැන යන වේගය දිහා බලනකොට හරියට වෙසක් එකට බුදු රැස් කරකවනවා වගෙයි. එතකොට බුදු රැස් මාලාව පෙනුණාට ඒකෙ එක වේලාවකට බුදු රැස් මාලාවේ විදුලි බුබුළුවලින් පහෙන් එකයි හයෙන් එකයි පත්තු වෙන්නේ. නමුත් පත්තු වෙන නිමෙන වේගය නිසා කරකැවෙන බුදු රැස් මාලාවක් විධියටමයි ජේන්නේ.

අපි උදරයට හිත යොදගෙන පිම්බීම හැකිලීම බලනවා. නාසිකාග්‍රයට හිත යොදගෙන ආනාපානය බලනවා. බලාගෙන ඉන්නකොට කනත් කියනවා ඇවිල්ලා, මගෙනුත් පොඩ්ඩක් වැඩක් අරගන්න. මේ සද්දයක් එනව, මම කියන දේත් අහන්න. නාසය කියනවා, නෑ - සුවඳකුත් කියනවා, මම කියන දේත් අහන්න, මගෙනුත් වැඩක් ගන්න. ඇහැ ඇවිල්ල කියනවා, ඇස් දෙක ඇරලා නැති වුණාට සිතට විත්ත රූප පෙනෙනවා, එව්ව ගැන පොඩ්ඩක් බලන්න. කයත් කියනවා මෙහෙම. එක එක පැතිවලින් ආරාධනා කරනවා. මේ හැම ආයතනයක්ම තමන්ගේ බඩුව විකුණාගන්න වෙළඳ ව්‍යාපාර කරනවා. ඒත් යෝගාවචරයා දන්නවා, මේවා ඔක්කෝම තනි තනිව ජීවත් වෙන්න උත්සාහ කරන ආයතන. නමුත් සච්ඤයන් වහන්සේ ආධුනිකයාට දිලා තිබෙන උපදේශය තමයි, ලේසි තැනින්, ගොරෝසු තැනින්, පහසු තැනින් පටන්ගන්න කියලා. නමුත් ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ නෑ අනික් හැම ආයතනයක්ම අකිය කරලා, අංශභාග කරලා ඒක රජ කරවන්න හදනවයි කියලා. මේ කාරණාව මේ තරමට තේරෙන්න නම්, සතිපට්ඨාන ධර්මය භාවනා කරපු කෙනෙකුට හැර, සූත්‍ර සප්ඝායනාවෙන් නම් මෙතැනට ගේන්න අමාරුයි. ඒ නිසා ආධුනිකයාට සතිපට්ඨානය කියල කියන්නේ, ඉදිකටු තුඩක් වගේ එක ඇනෙන පුංචි තුඩක් විතරයි. නමුත් භාවිත මනසක් ඇති ක්ෂීණාශ්‍රවයන් වහන්සේට මුළු ලෝකෙම ජේන ලොකු දෙයක්. ඒ නිසයි අනුරුද්ධ ස්වාමීන් වහන්සේ සදහන් කරන්නේ, මුළු ලෝකෙන්ම එන ඕනෑම අරමුණක් මම සතර සතිපට්ඨානයට දලා බලනවා කියලා. බලන්න කොච්චරක් හිත වැඩිලා තිබෙනවාද කියලා? අර ඉදිකටු තුඩක් වාගේ පටන්ගත්ත නාසිකාග්‍රයේ හැපෙන තැන, එහෙම නැත්නම් උදරයේ යාන්ත්‍රණය ගත්තට, ඒක වැඩිගෙන වැඩිගෙන වැඩිගෙන යනකොට අවසානයේ සම්පූර්ණ මුළු ලෝකෙම අල්ලාගන්නවා.

ආත්තටම සඵඥයන් වහන්සේ මේ සක්වළ ඉක්මවලා ගිහිල්ලා, සියලු සක්වළ මට සතිපට්ඨානයට අනු නොවන දෙයක් නැහැ කියලා දේශනා කරලා තිබෙනවා. ඕනෑම දෙයක් 'අතට ගත් නෙල්ලි ගෙඩියක් වගේ' කියලා දේශනා කරලා තිබෙනවා. සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේට දඹදිව් තලයේ තිබෙන අවිඤ්ඤාණක සවිඤ්ඤාණක සෑම සියලු දෙයක්ම තමන් වහන්සේගේ සතිපට්ඨාන ඤාණයට ලක් කරගන්න පුළුවන් වූණා විනිවිද පෙනෙන පළිගුවක් වගේ. අනිකුත් ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලාට තමතමන්ගේ ප්‍රදේශ ප්‍රදේශ හැටියට, විනිවිද දකින ස්වරූපය තිබෙනවා. ඒ නිසා "සබ්බං භික්ඛවෙ! අභිඤ්ඤායං, සබ්බං පරිඤ්ඤායං" කියලා අභිඤ්ඤායං පරිඤ්ඤායං සුත්‍රවල සඳහන් කරලා තියනවා. සඵඥයන් වහන්සේට ධර්ම ධර්ම වශයෙන් මනුෂ්‍ය හිතකට, බුදු හිතකට හිතාගන්න පුළුවන් අන්දමේ මුළු ක්ෂේත්‍රය පුරාම තියන දේවල් මේ සතිපට්ඨාන දූලට යට වෙනවා. සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ දඹදිව් තලය යට කළා. අනිකුත් රහතන් වහන්සේලා තමතමන්ගේ ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් ඒ ඒ ප්‍රදේශ යට කළා. ඒ ප්‍රදේශය, මතු වෙලා එන හරිය තමා, ප්‍රදේශය වෙන්වේ ශ්‍රාවකයාට.

ආධුනික යෝගාවචරයාට මතු වෙලා එන දෙයිනුත් ඉතාම ප්‍රකට දේ, "යථා පාකටං විපසානාහිනිවෙසො" යමක් ප්‍රකටද, එතැනින් විපස්සනාවට බැසගන්න කියනවා. ඒ ප්‍රකට දේ තෝරන්නේ ගුරුවරයා නොවෙයි. එහෙම නැත්නම් ඒ ආධුනික යෝගාවචරයාගේ මූලධර්ම දැනුම නොවෙයි. හුස්ම ටිකක් අරගෙන, ඒ හුස්ම වඩාම හොඳට හැපෙන තැන අරගෙන එතන තමයි හිත පිහිටුවන්නේ. එහෙම නැත්නම් උදරයේ පිම්බීම හැකිළීම බලලා ඒ පිම්බීම හැකිළීම ඉතාම ප්‍රබල තැන තමයි හිත පිහිටුවන්නේ. නමුත් අදහස් කරන්න නරකයි පිම්බීම හැකිළීම භාවනාව කරන්න හදනකොට, අර පසුකාලීනව වෝදනාවක් කෙරුවේ "නාහි මණ්ඩල භාවනාව" ආදී වශයෙන් උසුලු විසුලු වචන කියන එකක්. ඒකට නෙමෙයි යන්න හදන්නේ. ඒ පිවිසුම. ඒ පිවිසුමෙන් ඇතුළු උනාට, සතර සතිපට්ඨානය විකසිත වෙලා යනකොට ඒ එක එක්කෙනා, එක එක්කෙනාට හැකි පමණින් අවබෝධ කරගන්නවා.

ඒ නිසා මේ සතිපට්ඨාන භාවනාවෙන් කරන්න හදන වැඩේ මොකක්ද කියලා අවබෝධ කරගන්න නම් සුතමය ඤාණය අවශ්‍ය බව හැබෑව. නමුත් ඒ සුතමය ඤාණය ආධුනික මට්ටමෙන් නම් ප්‍රමාණවත් වෙන්වේ නෑ. ඊට වඩා යම් ප්‍රමාණයක බහුශාසන භාවයක්, ගුරු ඇසුරක් අත්‍යවශ්‍යයි. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන සුත්‍ර අටුවාව විශේෂයක් කරලා පෙන්වනවා, මේක දේශනා කළේ කුරු රටේ. උතුරු කුරු දිවයිනවාසී

මනුෂ්‍යයෝ ඇවිල්ලා නතර වෙව්ව ප්‍රදේශය තමයි කුරු රට වශයෙන් පෙන්වන්නේ. දැනට නම් ඒක රාජධානියක් බවට පත් වෙලා තියෙනවා. ඉන්දියාවේ අගනුවර බවට පත් වෙලා තියෙනවා. ඒ කාලේ “තෙන බො පන සමයෙන භගවා කුරුසු විහරති කම්මාසදම්මං නාම කුරුනං නිගමො.” කම්මාසදම්ම කියන එක නියමිගමක්. ඒ කියන්නේ ගමත් නගරයත් අතරමැදි තිබුණු තැනක්. එතැන තියෙන වෙනස තමයි, බොහෝ විට මාගී සන්ධි එතැනදී පහු වෙනවා. මනුස්සයෝ ඇවිල්ලා බඩු විකුණන්නයි, බඩු ගෙනියන්නයි එකතු වෙන සල්පිල් තියෙනවා. තානායම් පොළවල් තියනවා. වතුර පහසුකම් තියෙන තැනක්. ඒ නිසා අහල පහළ ගම්වල ඇත්තෝ සුමානයකට සැරයක් හෝ තමාගේ ගොවිපළේ අතිරික්තයක් මෙතැනට අරගෙන ඇවිල්ලා විකුණලා, ගෙදරට අවශ්‍ය කරන ලුණු මිරිස් ටික මෙතනින් අරගෙන යන සල්පිල් ස්වරූපයක් තමා තිබ්ලා තියෙන්නේ. මේ කම්මාසදම්ම කියන ගමේ හොඳින් ජල පහසුකම් තිබ්ලාත් තියෙනවා. නමුත් නගරයක තරම් පහසුකම් තිබ්ලා නැහැ. සවීඥයන් වහන්සේ වාරිකා කරන අවස්ථාවක මහා සඞ්ඝයාත් පිරිවරාගෙන, මේ අසල තිබුණු පුංචි කැලෑ රොදක කාලය ගත කරලා තිබෙනවා.

මේක දිල්ලි නගරයේ තිබෙන ප්‍රදේශයක් වශයෙන් හඳුනාගෙන තියෙනවා. ඔය දඹදිව යන ඇත්තන්ට මතක් කෙරුවොත්, හුගක් වෙලාවට ඒ ගමන් උපදේශකවරු පෙන්වයි ඒ ප්‍රදේශය. ඒක සන්ට්චුන් කියලා තමයි දැනට වෙත් කරලා තිබෙන්නේ. තේරුකුමා පාලනය කරන කාලයේ ඒක පුරාවිද්‍යාත්මක වටිනාකමක් ඇති විදියට වාතීගත කරලා තිබෙන බොහොම සුන්දර තැනක්. නමුත් අභාගයකට වගේ දැන් නගරයේ කුණු ගෙනත් දමන්නේ ඒ ස්ථානයට පිවිසෙන දෙරටුවේ. අනිත් ඇත්තෝත් කසළ පහ කරන්න ඒ ස්ථානය පාවිච්චි කරනවා. නමුත් අද වෙනකොට ඒක රාජධානියේ කොටසක් බවට පත් වෙලා තිබෙනවා. මෙන්න මේ කුරු කියන නිගම, සවීඥයන් වහන්සේ තෝරාගත්තේ මේ ධර්ම කාරණා පිළිබඳව ඥානවන්ත සෘතු අසප්පාය, ආහාර අසප්පාය ආදී කලබලවලින් තොර, හොඳට සෞභාග්‍යවත් ප්‍රදේශයක් නිසයි. ඒ මනුෂ්‍යයෝ අතරත් කලහ විවාද නැහැ කියන කාරණාව තේරුම්ගන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනාව කරනකොට පොදුවේ දෙන්න පුළුවන් උපදේශයක් තමයි, ඒ පුද්ගලයාට සැහෙන ධම් ඤාණයක් අවශ්‍ය බව. ඒ තිබුණත් හැම වෙලාවෙම ගුරු ඇසුරක් අවශ්‍යයි. ගුරු ඇසුරක් පැවැත්වීමේදී ඒ යෝග්‍යවචරයාගේ තිබෙන ධම් ඤාණයේ අඩුපාඩුකම්,

එහෙම නැත්නම් භාවනා කරගෙන යනකොට ඔය පොත්වල නැති නා නා ප්‍රකාර අතුරු පාරවල් අතුරු අන්තරා මතු වෙනකොට ඒවා බේරල තෝරලා දෙන්නට ගුරු ඇසුරක් අවශ්‍යයි. ඒ නිසා එක ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් සඳහන් කරනවා මෙහෙම. බුද්ධ ශාසනයේ ඇත්තා වූ මේ පළල් බව, බුද්ධ ශාසනයේ ඇත්තා වූ කොයි දේටත් ගැළපෙන්නා වූ බව, විදහා දක්වමින් උන්වහන්සේ සඳහන් කළා, 'මම පිට රටකට ගිහිල්ලා අබෞද්ධයන් අතර ධර්ම සාකච්ඡා කරනකොට කවදවත් මම බුද්ධ නියෝජිතයෙක් වශයෙන් ඉදිරිපත් වෙන්නේ නැත. මම සංඝ නියෝජිතයෙක් වශයෙන් ඉදිරිපත් වෙන්නේ නැත. මම ඉදිරිපත් වෙන්නේ ධර්ම නියෝජිතයෙක් වශයෙන් පමණක්ය.'

ඒ නිසා, සතිපට්ඨානය මට උගන්වන ගුරුවරයට මම වදින්න ඕනෑ, බුදු භාමුදුරුවන්ට වදින්න ඕනෑ කියලා කිව්වා නම් අනිකුත් සෑම ආගමිකයෙකුටම ඒක විශාල ප්‍රශ්නයක් වෙනවා. හින්දු ආගමේ සහ බුද්ධාගමේ විතරමයි, පුද්ගලාභිවන්දනය තියන්නේ. ගුණ සරු, පින් සරු ඇත්තන්ට වැදලා 'අභිවාදන සීලිසු' ආදී වශයෙන් ඒ උත්තමයන් වහන්සේලාගෙන් ආශීවාද ලබාගත්තොත් ආයු, වර්ණ, සැප, බල වැඩෙනවා කියලා පිළිගන්නේ හින්දු ආගමේ සහ බුද්ධාගමේ පමණයි. අනිකුත් ආගම්වල ඒ විශිෂ්ටත්වය පවතින්නේ සච්ච බලධාරී දෙවියන් වහන්සේ තුළ පමණයි. ඊශ්වර තුළ තියනවා, බ්‍රහ්ම තුළ තියනවා, විෂ්ණු තුළ තියනවා, සච්ච බලධාරී දෙවියන් වහන්සේ තුළ තිබෙනවා. එහෙම කෙනෙකුට හැර මේ සෙලෙක්ක කෙනෙකුට වැන්දෙන් හෙම, ඒක ඒකාන්තයෙන්ම දෙවියන් වහන්සේට කරපු නිග්‍රහයක් වෙනවා. උග මැරිය යුත්තෙක් වෙනවා. එහෙම මේ ලෝකේ කවරුවක්වත් නෑ වැදුම් පිදුම් ලබන්න. හමුදා නීතිය තියන තැන්වල හමුදාවේ ඉහළ නිල පැලැන්තියක් තියන කෙනෙක් ඉස්සරහපිට පහළ නිලයක් ඇති කෙනෙකුට ආචාර පැවැත්වුවොත්, අර ආචාරය දක්වපු සොල්දාදුවාට දඬුවම් කරනවා. ඒ මොකද, ඒ තුළින් අර ඉහළ නිලයට නිග්‍රහ කළා කියලා. ඒ නිසා අනිකුත් ආගම්වල අයට කිවුවොත්, අපි මේ සතිපට්ඨානය උගන්වන්නයි හදන්නේ, ඔක්කොම එකතු වෙලා දූන් ඉතින් බුද්ධ වන්දනාව කරමු කියලා, ඒ අන්‍යාගමික කෙනෙකුට කවදවත් කොන්ද නැමෙන්නේ නෑ. ඒ ඇත්තන්ට එහෙම හුරු නැහැ වන්දනා කරලා. අපි පන්සලට යනකොටම සපත්තු ගලවලා, සෙරෙප්පු ගලවලා, තොප්පි ගලවලා ගිහිල්ලා වදින්නේ. අනිත් ආගම්වල පන්සලට යනකොට තොප්පි දගෙනමයි යන්නේ. සපත්තු සෙරෙප්පු දන්නම ඕනෙ. ටයි කෝටි අදින්නම ඕනෙ. හිටගෙන ඉන්න ඕනි. ඉතින් ඒ

තත්ත්වය මොකක්ද? ඒ ඇත්තෝ ඒ තුළින් ලබලා දෙන ආදර්ශය මොකද්ද? කිසි කෙනෙකුට වදින්නේ නෑ.

ඒ නිසා අපි කිව්වොත් සතිපට්ඨානය කරන්න නම් බුදු භාමුදුරුවන්ට වැදලා පටන්ගන්න ඕනෑ කියලා, ඒක සමහර වෙලාවට ආධුනිකයාට ලොකු බරක් වෙනවා. ඒ වාගේම එයා කියන්න පුළුවන්, සවිඥයන් වහන්සේ දෑත් පිරිනිවන් පාලා. එහෙම නැත්නම් ධර්මයත් මෙව්වර වයසයි. අපි තමයි දෑත් අයිතිකාරයෝ, අපි තමයි දෑත් සම්පයා, දෑත් මට වදින්නෙයි කියලා, ඒකත් අනවශ්‍ය ප්‍රශ්නයක් වෙනවා. ඒ පුද්ගලයාට කියලා දෙන්න ඕනෑ, ඒ පුද්ගල අභිවන්දනය කෙරුවේ නැතුවට කමක් නෑ. නමුත් අනිවාසියෙන්ම ධර්මය පිළිබඳව ගෞරවයක් අවශ්‍යයි. මම මේ කරන්න හදන, ඉදිරිපත් කරගන්න හදන උපදෙස් පන්තිය පිළිබඳව ගෞරවයක් අවශ්‍යයි කීවොත්, හුඟක් වෙලාවට අර විවෘත මනස් ඇති, නිදහස් චින්තනය ගරු කරන ඇත්තන්ට ඒක පිළිගන්නට ලේසියි. නමුත් එතනදීත් ප්‍රශ්නයක් වෙනවා. මේ ධර්මය කීවහම, බණ කියන, බණ අහන, අපි තුළුවත් එක්කෙනෙකුටවත් අයිතිවාසිකමක් නැහැ, අපි මේ කියන ධර්ම කොට්ඨාස පටවන්න. අසුභතර දහසක් ධර්මස්කන්ධය - කොහොමද මේක පටවන්නේ. එතකොට උගන්නන්න තියන්නේ අඩු ගානේ සතිපට්ඨානයට ගෞරව කරන්න ඕනි බව. මොකද මේ සතිපට්ඨානය, අසුභතර දහසක් ධර්මස්කන්ධය ධර්මය, විනය වශයෙන් පැටලිලා තියන එක ප්‍රයෝජනය සලකලා පිඬු කරපු තැනක්.

ඒක නිසා භාවනා කරන අපිත් දැනගන්න ඕනෑ, අපි යම් දවසක සතිපට්ඨානය නාහන තැන ඉඳලා, සිල් නොරැකපු තැන ඉඳලා, දෘෂ්ටිය සෘජු කරගත්තේ නැති තැන ඉඳලා, අද මේ සතිපට්ඨානය අහන, සිල් රකින, දෘෂ්ටිය සෘජු කරගැනීමේ වැඩට කැප වෙලා ගත කරන තැනට ආවේ, මෙන්න මේ තත්ත්වය පන්නලා. විශාල ශ්‍රද්ධාවකින් අපි මේක භාරගත්තා. නමුත් ඒ මූලික ශ්‍රද්ධාව ප්‍රමාණවත් නැහැ. මේ වගේ විශාල කැප කිරීමක් කරලා, ඤැති සමූහයා වස්තු සමූහයා අත හැරලා ආවට, එයින් ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ නෑ මේ සතිපට්ඨාන භාවනාව අපට දෑත් උරුමෙට ලැබෙයි කියලා. මේක දෙවියන්වහන්සේ ආසිරි ගන්වනවා වගේ, සවිඥයන් වහන්සේ අපට ආසිරි ගන්වයි කියලා, මොනම එහෙම සාක්කියක්වත් ඇත්තේ නෑ. මේකේ තියෙන්නේ, ඒ ගෙනාපු ශ්‍රද්ධාව අදත් ඒ තරමටම පවත්වාගෙන යන්නට පුළුවන් නම්, සතිපට්ඨානයෙන් අපට ලැබෙන ආනිශංස වැඩියි. ඒ නිසා මේක නිතර සජ්ඣායනා කරන්න ඕනෑ. සාකච්ඡා කරන්න ඕනෑ. මේකේ තියෙන කාරණා නැවත

නැවත යොදන්න ඕනෑ. විශේෂයෙන්ම සීලයක හිටපු නැති කාලයකදී, සීලයේ පිහිටියාට පස්සෙයි කොහොමද සතිපට්ඨානය වැටහෙන්නේ, සමාධියක් ඇති වෙන්න ඉස්සර කාලේට වඩා සමාධියක් ඇති වුණාට පස්සේ කොහොමද මේ ධර්මය වැටහෙන්නේ, ඥාණය පිරිසිදු වෙන්න ඉස්සෙල්ලාට වඩා පිරිසිදු වුණාට පස්සේ කොහොමද වැටහෙන්නේ කියනවා නම්, අන්ත සතිපට්ඨාන ධර්මය තුළින් ධර්මයේ ඇත්තා වූ සජ්ච බව අපට දැකගන්න පුළුවන්. එන්න ඒ සජ්චී බව තුළින් තමයි අපට බුදු හාමුදුරුවෝ දකින්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒක තමා සච්ඡයන් වහන්සේ දේශනා කළේ “යො ධම්මං පසසති, සො මං පසසති” කියලා. යම් කිසි කෙනෙකුට මට වදින්න, මාව දකින්න, උපස්ථාන කරන්න ඕනෑ නම් කරුණාකරලා ධර්මයට වදින්න, ධර්මය දකින්න, ධර්මයට උපස්ථාන කරන්න, එතකොට මාව දකියි. යම් කිසි කෙනෙකුට මේ සියලු ධර්මයන්ට උපස්ථාන කරන්න ඕනෑ නම්, වදින්න ඕනෑ නම්, දකින්න ඕනෑ නම්, ඒ ඇත්තෝ සතිපට්ඨානය වඩන්න. සතිපට්ඨානයට වන්දනා කරන්න. සතිපට්ඨානය අනුව හැසිරෙන්න. එතකොට ඒ කටයුතු සිද්ධ වෙයි.

ඒ නිසා සතිපට්ඨානය එක විදියකට පිඬු කිරීමක් බව හැබෑව. ඒ නිසා සතිපට්ඨානය පමණක් සේවනය කිරීමෙන් ආධුනිකයාට ධර්ම රසය වැටහෙනවා. ගුරුවරයෙක් ඒකට අවශ්‍යයි. ඒ ගුරුවරයා තමයි විශේෂයෙන්ම මේ සමථ ක්‍රමයයි, මේ විපස්සනා ක්‍රමයයි කියලා, කියල දෙන්නේ. මේ දෙක බේරාගෙන යන අතරේ, සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේදී සච්ඡයන් වහන්සේ දේශනා කළා වූ ආනිශංස ක්‍රමක්‍රමයෙන්, ක්‍රමක්‍රමයෙන්, ටිකෙන් ටික අත්දැකගන්න පුළුවන්. සච්ඡයන් වහන්සේ අනිකුත් සූත්‍රවලට වඩා විශේෂයක් කරලා තියන මේ සතිපට්ඨානයේ, හැම ආචාර්යවරයෙක්ම දැකපු ගුණයක් තමයි, ආනිශංස ප්‍රදේශය කල් ඇතුළම ප්‍රකාශ කරනවා. “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මග්ගො” මහණෙනි, මේ එකම මාර්ගයයි කියල. මේ ඒකායන මාර්ගය කීවහම නා නා මත තිබෙනවා. අවිධිකථා විවරණයේ එකක් කියනවා. අද ඉන්න ආචාර්යවරු- විශේෂයෙන් බටහිර ආකාරයට වාගේ තර්කානුකූලව මේක දිහා බලලා, මේ සතිපට්ඨානය කියන්නේ සම්ප්‍රදයක් නොවෙයි, මේක ජීවිතයට සම්ප කරගත යුතු දෙයක් වශයෙන් බලලා විවිධ ආකාරයෙන් මේකට අඵ දෙනවා. ‘එකායන’ කියන වචනේ අනිකුත් සූත්‍රවල බහුලව විවෘත අඵ ඇති වචනයක්. එකම මාර්ගය කියලා සඳහන් වෙනවා.

මේ වාද විවාද පැත්තකට දලා, අපට අවශ්‍ය කරන්නා වූ සතිපට්ඨානය පිළිබඳව ශ්‍රද්ධාදී ධර්ම මතු කරගන්න හොඳ සූත්‍රයක් හම්බ වෙනවා, අභිගුන්තර නිකායේ දසක නිපාතයේ උත්තිය සූත්‍රයේ. මූල

සූත්‍රය අපට සම්පූර්ණයෙන්ම සම්බන්ධ වෙන්නේ නෑ. ඒකෙ තියෙන්නෙ මේකට ඉඟියක් පමණයි. සඵඥයන් වහන්සේට දවසක් ඉදිරිපත් වෙනවා උත්තිය කියලා පරිබ්‍රාජකයෙක් - දැනටමත් අනගාරික තත්ත්වයේ ඉන්න, සත්‍ය ගවේෂණය කරමින් ඉන්න - නමුත් සඵඥ ශ්‍රාවකයෙක් නෙමෙයි. මේ පරිබ්‍රාජකයා සඵඥයන් වහන්සේ ඉදිරියට පත් වෙලා උන්වහන්සේගෙන් අහනවා, ස්වාමීන් වහන්ස, මේ ශාස්වත නම් දෘෂ්ටියක් තියෙනවා, ඒක පිළිබඳව ඔබවහන්සේ මොනවාද ප්‍රකාශ කරන්නේ? ඉතින් සඵඥයන් වහන්සේ කියනවා, ශාස්වත දෘෂ්ටිය පිළිබඳ මම මොනවත් කියන්නේ නෑ. එහෙනම් අසස්සත දෘෂ්ටිය ගැන මොකද කියන්නේ, 'නිත්‍යයි' කියන එක, 'නියතගතික වාදය' ආදී වශයෙන් ප්‍රශ්න දහසක් අහනවා. සඵඥයන් වහන්සේ කියනවා, නෑ ඒ පිළිබඳව මට කියන්න දෙයක් ඇත්තේ නෑ.

ඊට පස්සේ මේ පුද්ගලයාගේ ප්‍රශ්න ඇසීමට සඵඥයන් වහන්සේ කියනවා, "මම මේ ලෝකයේ අභිඥවෙන් යමක්, දෙයක් සාක්ෂාත් කරගත්තා නම්, මම ඒ ඒ සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය පිණිස, සෝක පරිදේව මැඩලීම පිණිස, දුක් දෙමිනස් දුරු කිරීම පිණිස, න්‍යාය අධිගමය පිණිස, නිවන සාක්ෂාත් කිරීම පිණිස, මම ඒ අභිඥවෙන් සාක්ෂාත් කරගත්තු දේ දේශනා කරනවා." ඒක තමයි, මේ සත්ත්වයාගේ සිත කෙලෙසන නිවරණ ධර්ම පඤ්ඤාව දුබ්බලීකරණය කරන චිත්ත උපක්ලේශ ආදියත් දුරු කරලා, සතර සතිපට්ඨානය වඩලා, බොජ්ඣංගාදී වැඩ පිළිවෙළින් යන මාර්ගය. වෙන විදියකට කියනවා නම් අපි මේ අන්ත දෙකයි වාසියට හරවගන්න හදන්නෙ - මේ සඵඥයන් වහන්සේ 'ඒකායන මාර්ගය' යයි පෙන්වන්නේ. අන්ත එතකොට මේ උත්තිය පරිබ්‍රාජකයා කට කහනවාට ප්‍රශ්නයක් අහනවා. දැන් අද කාලයේ අහන ප්‍රශ්නයක්. එයා කියනවා, දැන් ඔබවහන්සේ අභිඥවෙන් සියල්ල දැන වදරා, මේ විදියට ලෝක සත්ත්වයා පිළිබඳව මෙහෙම ඒකායන මාර්ගයක් වශයෙන් නිවරණ දුරු කරලා, චිත්තෝපක්ලේශ අයින් කරලා, ප්‍රඥ දුබ්බලීකරණ ධර්ම දුරු කරලා, සතිපට්ඨානය වඩලා, සප්ත බොජ්ඣංග වඩනවා නම්, මේකෙන් මුළු ලෝකෙම නිවන් දකිනවා. මේක ඒකායන මාර්ගය නම් මේකේ ගියොත් මුළු ලෝකෙම නිවන් දකිනවා. නැත්නම් ඔබවහන්සේ කියනවා පළවක් නිවන් දකිනවා කියල. නැත්නම් ඔබවහන්සේ කියනවා තුනෙන් එකක් නිවන් දකියි කියලා.

සඵඥයන් වහන්සේ නිශ්ශබ්ද වුණා. ඒක තමා මේ වගේ ඇත්තන්ට දෙන නියෙන හොඳම උත්තරේ. නමුත් අපේ වාසනාවට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ ළඟට ගිහිල්ලා මතක් කරලා කිව්වා,

“පරිබ්‍රාජකය, පරිබ්‍රාජකයෙකුට තරම් නොවන විදිහට, සච්ඡෙදයන් වහන්සේගේ සීමාව ඉක්මවලා ප්‍රශ්න අහලා, නිකම් කොන් වෙන ජාතියේ මනුෂ්‍යයෙක් වෙන්න එපා. ඔය ප්‍රශ්නය අහන්න තිබුණේ වෙන තාලෙකට” කියලා කීවා. ඊට පස්සේ නිදර්ශනයක් දීලා උන්වහන්සේ මතක් කරනවා. යම් කිසි ප්‍රමාණයක් මේ ලෝකේ, අපේ වක්කරේ හැටියට කටපාඩම් කරනවා නම් පන්ලක්ෂ දෙළොස් දහසක් සච්ඡෙදයන් වහන්සේලා, එහෙම නැත්නම් අපේ සච්ඡෙදයන් වහන්සේගේ සාරාසඛිධ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක් දීර්ඝ කාලයක් තුළ යම් තාක් සච්ඡෙදයන් වහන්සේලා ලෝකේ පහළ වුණා නම්, මේ කාලය තුළ යම් තාක් පසේ බුදුරජාණන් වහන්සේලා පහළ වුණා නම්, මේ කාලය තුළ යම් තාක් මහා ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලා පහළ වුණා නම්, සාමාන්‍ය රහතන්වහන්සේලා, එතනින් ගියහම වෙන ආර්යයන් වහන්සේලා පහළ වුණා නම්, අන්න ඒ සියලුදෙනාම පහළ වෙච්ච ධර්ම මාර්ගයක් තියෙනවද? කියල සච්ඡෙදයන් වහන්සේගෙන් අහන්න තිබුණා. උඹ අන්න ඒ විදියට ප්‍රශ්නේ ඇහුවා නම් සච්ඡෙදයන් වහන්සේ ඒකාන්තයෙන් දේශනා කරනවා, මේ සච්ඡෙදයන් වහන්සේ අභිඤ්චෙන් දැනගෙන, සත්ත්වයාගේ නිවරණ ධර්ම දුරු කිරීම පිණිස, චිත්ත උපක්ලේශ ධර්ම දුරු කිරීම පිණිස, පඤ්ඤාව දුර්වල කරන ධර්ම දුරු කිරීම පිණිස, සතිපට්ඨානය වැඩීම පිණිස, සත්ත බොජ්ඣංග වැඩීම පිණිස, මාර්ගය පෙන්වනවා කියලා.

ඒ නිසා අපිට ගන්න තියෙන්නේ, අපට ඉස්සර වෙලා මේ පාරේ යම් කිසි කෙනෙක් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නා වූ ‘සබ්බ දුක්ඛ නික්ඛරණ නිබ්බාන සච්ඡෙදකරණතථාය’ කියන විදියට නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස ගියා නම්, ගිහිල්ලා හරි කියල සාර්ථක වුණා නම්, ඒ ගිය පාර තමයි මේ අපට ගන්න වෙන්නේ ඒකායන මාර්ගය කියලා. ඒක නිසා මේක ප්‍රයෝජනය සලකලා කරන්න තියෙන වැඩක්. මේ මාර්ගය ඒකායන නම්, ඇයි මම මේ මගට ඇවිල්ලා ඉවර වෙලා මට තාම යන්න බැරි වුණයි කියලා සච්ඡෙදයන් වහන්සේ එක්ක හෙට්ටු කරන්න දෙයක් නෑ. මේ ළගදී ආරංචි වුණා අපට, එක දයක මහත්මයෙකුට දියවැඩියාව හැදිලා කකුල කපන්න සිද්ධ වෙලා. ඒ මනුෂ්‍යයා අහනවලු මම මෙච්චර ප්‍රදේශයක් පත්තිනි දෙවියෝ අදහාගෙන, මෙච්චර ප්‍රදේශයක් නිස්සරණ වනයට දන් දීලා තියෙනවා. මෙහෙම පින්කම් කරලා තියෙනවා. ඇයි මගේ කකුල කපුවේ? ඇයි මගේ කකුල කපන්න වුණේ? ඒක වෙන්න බෑ. මම මෙච්චර පින්කම් කරලා තියනවා, ඒක නිසා මගේ කකුල කපන්න වෙන්න බෑ. මොන තාලෙන්වත් තේරුම් කරලා දෙන්න බැරිලු. ඒ මහත්මයා මෙතෙක් ඒ පින්කම් කරන්න යොමු කරපු සෑම කලායාණ

මිත්‍රයෙක්ම ලං වෙනකොට මෙයා නැවත නැවතත් මේ ප්‍රශ්නය කියනවලු, මේක සම්පූර්ණ අසාධාරණයි කියලා.

යම් කිසි කෙනෙක් කියනවා නම් ඔය සච්ඡෙදයන් වහන්සේ අභිඤ්චෙන් දේශනා කරයි කියන මේ ඒකාන්ත වෙත මාගීයේ මම දැන් ගියා, කෝ මට මොනවක්වත් වුණේ නෑ, මට විමුක්තියක් ලැබුණේ නෑ, මගේ සෝක පරිදේව දුරු වුණේ නෑ කියලා කථා කරනවා නම්, ඒක අර පරිබ්‍රාජකයාගේ වැඩේ වගේ තමයි. සච්ඡෙදයන් වහන්සේ ඒ වෙලාවට නිශ්ශබ්දතාව තමයි රකින්නේ. ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ විතරක් අර මනුස්සයාගේ මත්තට වෙන්න තියන විනාශය වැළැක්වීම සඳහා කියනවා, ඔහොම නෙමෙයි ඔය ප්‍රශ්නේ අහන්නේ. වැරදිවවා ගැන අහන්න එපා. හරි ගිය කෙනෙක් ඉන්නවා නම් මෙතෙක් මේ ලෝකේ, ඒ කෙනා ගිය මාගීය මොකක්ද ඇහුවොත්, අන්න අභිඤ්චෙන් දැන වදලා වූ ඒ සතර සතිපට්ඨානය සච්ඡෙදයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. ඒක නිසා අපි යම් ප්‍රමාණයකට, මත්තට සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙත මේ සතර සතිපට්ඨානයෙන් ලැබිය යුතු යම් ආනිසංසයක් අපට ලබාගන්න බැරි වෙලා, මේවිචර මේ ඒකායන මාගීය කියලා මොකද මට මේක ලබාගන්න බැරි වුණේ? කියලා අහනවා නම්, ඒක ඒකාන්තයෙන්ම අනවශ්‍ය ප්‍රශ්න අහලා සච්ඡෙදයන් වහන්සේ වෙහෙස කරලා, ඒ කරලා ඉවරලා, ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් උත්තර ලබාගන්නා වූ උත්තිය පරිබ්‍රාජකයා වගේ තමයි.

ඒ නිසා ඒකායන මාගීය කියන එක අපි තේරුම්ගන්න ඕනෑ - අනිකුත් අර්ථ විචරණවලට අපි ඉඩ තියමු - අපට තේරුම්ගන්න තියන්නේ මේ තාක් කල් යම් කිසි සාර්ථක විමුක්ති මාගීයක්, සාර්ථක නිවන් මාගීයක් වුණා නම්, ඒ මාගීය තමයි මේ සතර සතිපට්ඨානය, සම්පූර්ණ විසඳුමක් ලැබෙන. ඒකට අපට කියන්න පුළුවන් ඒකායන මාගීය කියලා. ඒකායන මාගීයේ ගමන් කරනකොට හම්බු වෙන සැතපුම් කණු තමා, අවස්ථාවල් තමා, සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය ආදී කොට ඇත්තා වූ ආනිසංස දහය.

ඉතින් අපට අද ලැබිලා තිබෙන කාලයෙන් මීට වඩා ඉඩ ප්‍රස්තා ලැබෙන්නේ නැති නිසා අද මේ අපි පදනමක් සුදනම් කරගත්තේ, පිවිසුමක් ලබාගත්තේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පිළිබඳව වටපිට සුදනම් කරගැනීමටයි. සච්ඡෙදයන් වහන්සේ මේ ඒකායන මාගීය විස්තර කිරීමට මූලිත්ම දේශනා කරන්නා වූ ඒ ආනිසංස සහිත සූත්‍ර කොටස් ඉදිරිපත් කරගෙන ඒවා සාකච්ඡා කරන්නට බලාපොරොත්තු වෙත අතර, මේ තාක් කල් මේ අහපු ධම් කොට්ඨාශවලින් අපි යන මාර්ගය තුළ යම් කිසි

විදියකට අස්වැසිල්ලක්, යම් විදියකට ටොටියක්, ශක්තියක් වෙනවා නම්, ප්‍රධාන වශයෙන්ම ඒකට හේතු වෙන්නේ මේ සතිය කියන එකම චෛතසිකයයි. මෙන්න මේ චෛතසිකය වැඩිම තමයි අපි මේ තාක් කල් කරගෙන ආපු වැඩේ කොඳු ඇට පෙළ. ඒ සඳහා පිට කෙනෙකුට අප වෙනුවෙන් කළ හැකි දෙයක් ඇත්තේම නෑ. කළ යුත්ත කරන්න ඔහු තමන්මයි.

ඉතින් අද මේ රැස් වෙලා ඉන්න පිරිස ඒ පිළිබඳව සම්පූර්ණ ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් යෙදී ඉන්න පිරිසක්. ඒ නිසා සන්තෝස වෙන්න පුළුවන්. අපේ මේ වැඩ පිළිවෙළ මූලික වශයෙන්ම සතිපට්ඨානයට යෙදෙන්නා වූ සතියම මුල් වෙලා කරන කටයුත්තක්. ඒකටමයි, අදාළ උපකාර කරන්නා වූ මේ සූත්‍ර කොටස් ඉදිරියට ගත්තේ. ඒක අපට මූලධර්ම වශයෙන් හේතු වේවා! මේ අනුව අපේ ප්‍රායෝගික දැනුමත් මූලධර්ම දැනුමත් එකතු කරගෙන අපේ සතිය තවතවත් දියුණු වෙලා සුපතිට්ඨිත සතියක් බවට පත් වෙන්න අද මේ පැවැත්වුණු ධර්ම දේශනාවත් හේතු වේවා! වාසනා වේවා! කියන ප්‍රාර්ථනාවෙන් අදට නියමිත මේ ධර්ම දේශනාව මෙතනින් අවසාන කරනවා.

හදු! හදු! හදු!

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව

2-වන ධර්ම දේශනාය.

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමබ්බදාසස...!!!

“එකායනො අයං භික්ඛවෙ, මගො සත්තානං විසුද්ධියා සොකපරිඤ්චානං සමතිකකමාය උක්ඛදෙමනසසානං අනථඛගමාය ඤායසස අධිගමාය නිබ්බානසස සව්ඤ්චිරියාය, යදි’දං වත්තාරො සතිපට්ඨානා. කතමෙ වත්තාරො? ඉධ, භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපසසී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනසසනති.”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඛිස රත්නයෙන් අවසරයි. අපි ගිය සතියේ වස් කාලයේ සුදුනම් වීමක් වශයෙන් ආරම්භයක් ලබාගත්තේ වටිනා සූත්‍රයකට, යෝගාවචර ජීවිතයකට අවශ්‍යම කරන සතිපට්ඨාන සූත්‍රය. ඒ ආරම්භය වශයෙන් අපි එද මතක් කරගන්නා සඵඥයන් වහන්සේ කුරු රට කම්මාස්සදම්ම කියන ග්‍රාමයේ නියම් ගමේ වාසය කරන සමයෙහි සිව්වණක් පිරිසෙන් භික්ඛුන් වහන්සේලා භික්ඛු සංඝයා ආමන්ත්‍රණය කරලා මේ විදිහේ ආරම්භයක් කළයි කියන එක. මේ විදිහට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් ප්‍රථම ධර්ම සංගායනාව සඳහා සකස් කරන්ඩ යෙදිවිච ආරම්භක හඳුන්වාදීමේ පාඨයක් සූත්‍ර පිටකයේ සෑම සූත්‍රයකම වාගේ දැකගන්න පුළුවන්. ඒකෙදී සම්ප්‍රදායානුකූල ඉදිරිපත් කිරීම වන ‘එවං මෙ සුතං’ කියන එකෙන් තමයි පටන් අරගන්නේ, ‘මා විසින් මෙසේ අසන ලදි’ කියලා. ඒ නිසා ඒක ආනන්ද ස්වාමීන්වහන්සේගේ ඉදිරිපත් කරන ස්වරූපය, ඒ සමයේ සඵඥයන් වහන්සේ කුරු රට කම්මාස්සදම්ම කියන නියම් ගමේ භික්ඛු පිරිස අමතලා මේ විදියට දේශනා කළයි කියලා.

ඉතින් අර අට්ඨකථා ස්වරූපය, අපි එද අවසාන කොටසෙදි මතක් කරගන්නා වගේ මේ කම්මාස්සදම්ම කියන නිගම, නියම් ගම, කුරු රට ආභ්‍ය ප්‍රදේශයක් ය, සාකු සප්පාය ලැබිලා ආහාර සප්පාය ලැබිලා බොහෝම සාමයෙන් සමාදානයෙන් ගත කරන පිරිසක් නිසා මොළේ කල්පනාව බොහෝම පිරිසිදු ය, ඤාණ ශක්තිය හොඳ ය, කියන

එක පරිසර කාරණාවක් වශයෙන් පෙන්නලා දෙනවා. ඒ නිසා සච්ඡේදයන් වහන්සේ කුරු රට කම්මාස්සදම්ම කියන ගම මේ සූත්‍ර දේශනාවට පසුබිම වශයෙන් විශේෂයෙන් තෝරා බේරා දේශනා කරන ලද්දක් බව අපේ සම්ප්‍රදයේ පෙන්නලා දෙනවා. ඒ වාගේම තමයි ඒවාගේ සම්ප්‍රදයෙන් පෙන්නලා දෙන කොටස නොසලකා හෝ එහෙම නැත්නම් ඒකක් එක්ක ගළපමින් හෝ සලකා බැලුවොත් මේක දේශනා කරලා තියෙන්නේ භික්ෂූන් වහන්සේලාටයි. 'භික්ඛවො' කියලා තමයි ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ. "හදනො'ති තෙ භික්ඛු භගවතො පච්චස්සොසුං." ඒ රට හිටියා වූ මහා සච්ඡ රත්නය "එහෙමයි, ස්වාමීන් වහන්ස" කියලා සච්ඡේදයන් වහන්සේට ප්‍රත්‍යුත්තර දෙනවා, ප්‍රතිවදන් දෙනවා. ඒ නිසා භික්ෂූන් වහන්සේලාට දේශනා කරපු එකක් කියන ඒකේ අනික් කෙළවර.

ඒ රට ගැන සලකලා ඒ ජනයා ගැන සලකලා ඤාණවන්ත මනුෂ්‍යයෝ ගැන සලකලා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දේශනා කලා කියන එක, එක් මතයකට වැටෙනවා. තමන්වහන්සේ සමග වාරිකාවේ නිතරෝම හැසිරෙන භික්ෂූන් වහන්සේලාට දේශනා කලා කියනකොට එක පැත්තකට යනවා. අර රට්ටු ගැන සෘතු ගුණය ගැන ආහාර සප්පාය ගැන භිතනකොට හිතෙනවා සච්ඡේදයන් වහන්සේ ඒ දේශය, කාලය, ඒ පුද්ගලයෝ බලලා කුරු රටට සීමා කරලා මේක දේශනා කළයි කියලා. නමුත් සූත්‍ර පිටකය හදරන කෙනෙකුට වැටහෙනවා මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය එක පිඬුවක් වශයෙන් මෙතන දේශනා වුණාට සංයුක්ත නිකායෙන් අංගුත්තර නිකායෙන් අනෙක් තැන්වලත් බොහෝම රසවත් විදියට සච්ඡේදයන් වහන්සේ විසින් ඉදිරිපත් කරලා තියෙනවා. ඒ වාගේම අපි අද ඒ මාතෘකාවට ඉස්සරහට තියාගත්ත ඉදිරිපත් කරගත්ත "එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො" කියන ඒ හතක් වූ ආනිශංස කථාවත් අනෙකුත් තැන්වල - සූත්‍ර පිටකයෙන් මේ සූත්‍රයේත් සඳහන් වෙනවා.

ඒ නිසා ඒ පුද්ගලයෝ ගැන, නැත්නම් කුරු රට ජනයා ගැන හිතලා, ඒ ප්‍රදේශය ගැන හිතලා, කාලය ගැන හිතලා, දේශනා කලා කියනකොට හුගදෙනෙක් හිතනවා ඒ තැන විශේෂයක්, මේකේ ගුප්ත භාවයක්, මේ සූත්‍රයේ විශේෂ අමතර ලකුණක් තියනවයි කියලා. නමුත් එහෙම හිතන්න බෑ. සූත්‍ර පිටකයේ විවිධ තැන්වල මේක දැකගන්න ලැබෙනවා. නමුත් ඒ එකක් වශයෙන් සංග්‍රහ වෙලා තියෙන්නේ නම්, ඔක්කොම අංග සම්පූර්ණ කරලා, මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය තමයි. ඒක මජ්ඣිම නිකායෙන් හම්බ වෙනවා. දීඝ නිකායෙන් ලැබෙනවා. මජ්ඣිම

නිකායේ දහවෙනි සූත්‍රය වශයෙන් දක්වනකොට ඒක මධ්‍යස්ථ ප්‍රමාණයට කරලයි දේශනා කරලා තියෙන්නෙ. දීඝ නිකායේ ලැබෙන්නෙ දීර්ඝ වශයෙන්. ඒ වෙනස, මජ්ඣිම නිකායෙ සූත්‍රයත් දීඝ නිකායෙ සූත්‍රයත් අතර වෙනසකට තියෙන්නෙ දීඝ නිකායෙ සූත්‍රයේ චතුරායඪී සත්‍යය දේශනාව බොහෝම සවිස්තරව දේශනා කරනව කම්මාස්සදම්ම රටේ. එහෙම නැත්නම් අනෙත් ඒව වචනෙන් වචනට සමානකමක් දක්වනව. ඒ නිසා එක පැත්තකට හිතන්න පුළුවන්, අර සම්ප්‍රදය වශයෙන් ඒක එක තැනකදී එක පුද්ගල පිරිසක් අරඬයා එක කාලෙකදී දේශනා කලා කියන අදහස ඒ සූත්‍රයට ඇති වටිනා අමතර ගතියක් එකතු කරන්න කරපු දෙයක් කියලා හිතන්නත් පුළුවන්.

අනික් පැත්තෙන් 'හිකඛවෙ' කියලා ආමන්ත්‍රණය කෙරුවේ හික්ෂුන් වහන්සේලාට කියලා හිතනකොට තව කෙනෙක් හිතන්න පුළුවන්, මේක ගිහි ඇත්තන්ට අදළ නෑ. මේක උසස් ශීල, උසස් සමාධි, උසස් භාවනා කරන පුණ්කාලීනව කැප වෙලා වැඩ කරන හික්ෂුන් වහන්සේලාට පමණයි දේශනා කළේ කියලා බැහැර කරන්නත් ඉඩ තියෙනවා. එහෙම එකක් ගන්නත් නරකයි. ඒ මොකද? සච්ඤයන් වහන්සේ ධර්මයක් දේශනා කරනකොට විශේෂයෙන් විනය පිටකයේ දේවල් ඇරුණාම සිව්වණක් පිරිසම අහිමුඬයි. ඒ සිව්වණක් පිරිසෙහි උත්තම වූ කොටසට කථා කරලා තමයි ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ. සභාවකට ගියාම සභාපතිතුමනි, කියලා ඒ සභාවේ ඉන්න සභාපතිතුමාට ආමන්ත්‍රණය කරනවා. පාර්ලිමේන්තුවේ නම් කථානායකතුමනි, කියලා. නමුත් ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ නෑ ඒ කථාව ඒ සභාපතිට හෝ කථානායකට කරන දෙයක් කියලා. සභාවටම සමයි. ඒ වගේම තමයි මේ පිරිසේ ඉන්නා වූ හික්ෂුන් වහන්සේලා ආමන්ත්‍රණය කලාට හික්ෂුණින් හිටියා නම් උපාසක උපාසිකාවන් හිටියා නම්, ඒ ඇත්තන් අමතක කෙරුවා හෝ මදි පුංචිකම් කර කථා කිරීමක් නෙමෙයි. මේ සභා නීතියක්. ඒ නිසා ඒක ගිහියො ගැන අමතක කරලා දේශනා කලා කියලා එක පැත්තකට යන්ට නරකයි.

එහෙම නැත්නම් කුරු රට වාසී ගිහි ඇත්තන් ගැන පමණක්ම සිහිපත් කරලා විශේෂයෙන් කරපු දෙයක්ය කියලා හිතාගන්නත් නරකයි. මේ දෙක අතරමැදට ගත්තහම ගිහි වේවා! පැවිදි වේවා! යම් කිසි කෙනෙකුට මෙන්න මේ සච්ඤයන් වහන්සේ විසින් ලෝක ශාසනය හෝ, නැත්නම් ලෝක ශාසනය සඳහා දේශනා කරන ලද අසුභාරදහක් වූණයි කියන ධර්මස්කන්ධය හෝ එහෙම නැත්නම් මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මස්කන්ධයෙන් අදහස් කරන්නා වූ, හතක් වූ ආනිසංස ඕනෑ නම්,

විශේෂයෙන්ම අන්දකීම් වශයෙන්, තමා වශයෙන්, මෙලෝ වශයෙන් මේ ජීවිතයේ අවශ්‍ය නම් ඒ ඕනෑම කෙනෙකුට මේ සතිපට්ඨාන කැපයි. අර සම්ප්‍රදයානුකූලව අපේ කථාවේ දක්වෙන විදියට සූත්‍රයේ ඉතාම වටිනාකමක් දක්වලා කුරු රට වාසීන් සඳහා දේශනා කරන කුරු රට වාසීන්ගේ විශේෂ ශ්‍රද්ධා ඤාණ සම්ප්‍රයුක්ත ගති දක්වනකොට ඒකෙන් ඇත්තටම කාටත් ආරාධනා කරන ගතියක් තියෙනවා. කුරු රට වැසියන්ට දේශනා කරපු නිසා භික්ෂු භික්ෂුණීන් වහන්සේලාට අමුතුවෙන් කියන්නම දෙයක් නෑ.

නමුත් ඒ තරම් සාදරව මේ සිව්වණක් පිරිසට දේශනා කරන බවට සාදරව අපේ සම්ප්‍රදය ඉදිරිපත් කළත් මේ මෑතක් වෙනකල්, ඒ කියන්නේ අපේ වයසෙන් කියනවා නම් අවුරුදු 30ක් 40 කට ඇත යනකල්ම මේ සතිපට්ඨාන තිබුණේ ආරක්ෂක පිරිතක් වශයෙන්. එහෙම නැත්නම් විශේෂ ආනිශංසජනක ගුප්ත ධර්මයක් වශයෙන් තමයි තියාගෙන හිටියේ. ආන්න ඒ විදියට සතිපට්ඨානය මුල සිට අගට, අග සිට මුලට ආදී වශයෙන් සාකච්ඡා කරමින් ගත කරන කාලෙන් ඒක අර කුරු රටට දේශනා කළා කියලා උතුම් කර සලකන ගතියක් අද අවුරුදු දෙදහස් පන්සියගානක් ගත වෙව්වි සිංහල බෞද්ධයා තුළ පවා පැවතුණා. නමුත් අවාසනාවකට වුණේ ඒ කටපාඩම් කිරීමේදී මේ මොකක් සඳහාද මේ සූත්‍රය පාවිච්චි කොරන්නෙ? මෙලෝ වශයෙන් ගත්ව තියෙන වැඩේ මොකක්ද? කියන විශේෂයෙන්ම අපි ඉදිරිපත් කරගන්නා වූ මේ ආනිශංස හත බොහෝමන්ම අඩු උපයෝගිතාවකින් අඩු ප්‍රයෝජනයක් සලකලා තමයි පාවිච්චි කලේ. ඒකත් සූත්‍රයේම නිකන් හුදු වචන ටිකක් පමණයි.

‘එකායනො අයං භිකඛවෙ, මගො’ කියලා අනෙකුත් සූත්‍රවල නොදක්නා තාලෙට සඵඥයන් වහන්සේ මේ සූත්‍රය විශේෂ කොට දැක්වීමට පාවිච්චි කරන මේ මුල් වචන හත, මුල් කාරණා හත බොහෝම පුංචි කරලා සලකන ගතියක් තියෙනවා. පසුගිය අවුරුදු 20, 30 කාලය තුළ තමයි මේ සූත්‍රයේ ඉතාම වැදගත් කොටස මේක බවට විවිධ අර්ථ නිරූපණ එන්ට පටන් අරගත්තෙ. ඒක 2500යෙ බුද්ධ ජයන්තියෙ නැගී සිටීම කියන එකට බොහෝම කිට්ටුව සම්බන්ධ කරල දෙන්ව පුළුවන්. ඒකට විශේෂයෙන්ම අපේ ලෝකයේ තියෙන පුංචි බෞද්ධ රාජ්‍යවල ඉන්න කිසිම කෙනෙක් විරුද්ධ වෙන එකක් නෑ. සතිපට්ඨානයේ තියෙන මේ ආනිශංස රාශිය ‘සත්තානං විසුඤ්ඤා’ ආදී කොට ඇත්තා වූ ආනිශංස රාශිය තාම මැරීව්ව දෙයක්වත් පණ ගිය දෙයක්වත් නෙමෙයි. එකාන්තයෙන් ප්‍රයෝජන ගන්න පුළුවන්. කුරු රටවාසීන්ට නිර්දේශ

කෙරුවා කියන කොට ගිහි ඇත්තන්ට උපාසක උපාසිකාවන්ට ප්‍රයෝජන ගන්නට පුළුවන්, පැවිදි ඇත්තන් ගැන කුමන කථාද? කියලා ඒක ලොකු ඇතුළාන්තෙන්ම විජ්ජවයක්, නැගී සිටීමක්, ඉදිරිපත් වීමක් සිද්ධ වුණා. ඒ නිසා මේක බුද්ධ ජයන්තියේ ඇති වුණා වූ නැගී සිටීම මෙතනින් පිඬු කර පෙන්වනවා. ඒ නිසා අපි ඒකෙන් සන්තෝෂයට පත් වෙන්න ඕනෑ. අපේ කාලේ වෙනකොට මේ පෙට්ටියක බහා තිබිලා සඟවාගෙන අවුරුදු ගණනක් ඉඳලා, පෙට්ටියක් තියෙන බව දැනගෙන හිටියා. නමුත් දැන් අපිට යතුර ලැබිලා තියෙනවා. ඒ යතුර හරියට ඒ හිලට දලා කරකැවුවොත් ඇරෙනවා. ඇරිව්වහම ඒකේ තියෙන දේවල් අපිට සජීවීව දැකගන්න පුළුවන් විතරක් නෙමෙයි තක්සේරු කරන්න පුළුවන්, පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්. මෙව්වර කල් හැබැයි අපට ඒක ඉතාම ගෞරවනීය දෙයක් වගේ ඔහොම ඇරලා බලලා නාස්ති කරන්ඩ එපයි කියන මට්ටමේ උඩ තියාගෙන ආපු රැකගෙන ආපු බුදුලයක් වගේ එකක් කියලා හිතාගත්තා. ඉතින් ඒ ඇත්තොත් ඒකෙන් ලොකු රාජකාරියක් ඉෂ්ට කරලා තියෙනවා. උපකාරයක් ඉෂ්ට කරල තියෙනව. නමුත් අපි අද ඉන්නේ ඒක ඇරලා බලලා ඒකෙ තියෙන දේවල් එක එකක්, එක එකක් තමන් ආභරණත් පැළඳගෙන කැමක් නම් කාල බිල ආදී වශයෙන් ප්‍රයෝජන ගන්නව.

ආන්න ඒකට යනකොට, ඒ විදිහට අර්ථය සලකලා ප්‍රයෝජනය සලකලා උපයෝගිතාව සලකලා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පාවිච්චි කරන්ඩ යනකොට අපි ඉදිරිපත් කරගන්න ඒ ආනිශංස හත අලුත්ම පණක් පණගන්නව. විවිධාකාර සජීවී අර්ථ නිරූපණ දෙනව. මේක දෙනකොට දෙනකොට සතිපට්ඨාන ධර්මයට බැහැරගෙන, වෙන විදිහකට කියනව නම් මුළු හදින්ම මේක කරන කෙනාට විශේෂ ධෛර්යයක්, කුළුගැන්වීමක්, උනන්දු කරවීමක්, පිරිස අතරට සමීප කරවීමක්, සංසාර භය පිළිබඳව සංවේග ඤාණ පහළ කර දීමක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසාදෝ අද කාලෙ මේ අවුරුදු ගාණකට පස්සෙ මේ වගේ පණක් ගන්න පුළුවන් ගතිය, එද සච්ඤයන් වහන්සේ වැඩ ඉන්න කාලෙ තියෙන්න ඇති. ඒකයි මේ සූත්‍රය මොකදද කියන්ඩත් කලින් සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කළේ, මහණෙනි මෙන්න මෙහෙම ආනිශංස හතක්. අද කාලේ වෙළඳ ව්‍යාපාරවල මේක ප්‍රෝඩා ස්වරූපයෙන් ගැනෙනව. බඩු විකුණන්ට ඉස්සරලා ඒක පිළිබඳව ගුණ කථනයක් කරනවා. අපේ සමහර පත්තරවලට දලා තියෙනවා 'හරි ගියාම ගාස්තු ගෙවීමේ ක්‍රමයක්, අප කර දුන් ගුරුකම් වැරදුණේ නැත, කරන්ඩ, මෙන්න හරි ගියාම ගාස්තුව ගෙවන්න' කියලා. ඉතින් එතකොට විශ්වාසය එහෙ මෙහෙ වැනි වැනි ඉන්න ඇත්තොත් හරි ගියේ නැත්නම් මට ගාස්තු ගෙවන්නෙ නැතුව

ඉන්න පුළුවන්තෙ කියල, එහෙම නැත්නම් තව ගුරුකමකට යන්න පුළුවන්. කැල්ලක් අතට දීල ඒක කාලා බලලා හොඳ නම් සල්ලි ගෙවන්න කියලා.

ආන්න ඒ වගේ තමයි සච්ඡෙයන් වහන්සේ මේ සූත්‍ර දේශනාවට කලින් "එකායනො අයං භික්ඛවෙ මග්ගො" කියලා තමන් වහන්සේගේ බුද්ධ කෘත්‍යය සන්තෝසෙන් සිදු කළා. එහෙම නැත්නම් සච්ඡෙයන් වහන්සේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය මේ විදියට පිඬු කරනවා. ඒ ඒකායන මාර්ගය පිළිබඳව අර හතක් වූ පද විස්තර කරනව වගේම අද කාලෙත් විවිධාකාර මත තියෙනව. අපි ගිය පාර උත්තිය සූත්‍රයේ සඳහන් කරගත්තා වගේ අපි ඉදිරිපත් කරගන්නවා බොහෝමත්ම ප්‍රායෝගික මතයක්. එහෙම නම් යම් තාක් බුදු, පසේ බුදු, මහ රහත්, අග්‍රග්‍රාවක ආදී උත්තමයන් වහන්සේලා යම් ආයථියන් වහන්සේලා පිරිසක් ආයථි භූමියට වැඩම කළා නම්, මේ බුද්ධ ශාසනයේ හෝ පෙර බුද්ධ ශාසනයේ, ඒකාන්තයෙන්ම වැඩම කළේ මේ වාගේමයි. ඒ අතින් බලනකොට මේක ඒකායනයයි. අන්න එවැනි ඒකායන මාර්ගයක් අපි පැවිදි ඇත්තෝ නම් සිවුර දීලා සිවුර ඉල්ලාගෙන පැවිද්ද ඉල්ලනකොට කියන වාක්‍ය වාගෙ, එහෙම නැත්නම් ගිහි කෙනෙක් තමන්ගේ සාමාන්‍ය කාම ජීවිතය අතහැරලා අටසිල්, දසසිල් ආදිය රකින වෙලාවට ඉදිරිපත් කරගන්ට යම් පරමාර්ථයක් තියෙනව නම් ඒ පරමාර්ථය සච්ඡෙයන් වහන්සේ හතකට කඩලා පෙන්නනව පියවරෙන් පියවර ලැබෙනව කියල. ඒකායන මාර්ගයක් පෙන්නවා පියවරෙන් පියවර නගින, අවසාන කෙළවරත්, අවසානෙන් කුළුගැන්වෙන කෙළවරත් සඳහන් ඇතුළුව, හතකින් පෙන්නව. 'එකායනො අයං භික්ඛවෙ මග්ගො සත්තානං විසුද්ධියා'. සත්ත්වයාගේ විසුද්ධිය පිණිස මේක තමයි ඒකායන මාර්ගය. මොකද්ද? හොඳින් කරගෙන ගියොත් ඉස්සරහට යන්න පුළුවන් කියන එක. සත්තානං විසුද්ධියා කිව්වට පස්සෙ බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ මනුෂ්‍යයො ගෙතියල නාවලා හඳුන් කිරි පැන් ගන්නලා සුද්ද කරගන්ඩ හදන කථාවක්, මේ කය ශුද්ධ කිරීමකට වඩා මෙතනදී අපිට ගන්න තියෙන්නෙ හිත සුද්ද කරන වැඩ පිළිවෙළක්. සත්ත්වයාගේ චිත්ත පාරිසුද්ධිය පිණිස කය හිත දෙකම ගැනෙනවා, නමුත් මෙතනදී චිත්ත පාරිසුද්ධිය පිණිස ඒකායන මාර්ගයයි.

සච්ඡෙ දේශනාවේ නැත්නම් සච්ඡෙයන් වහන්සේ සච්ඡෙතාඥනය ලබාගත්තට පස්සෙ ලෝකය ගැන කරන විග්‍රහය හැටියට බලනකොට "පහසුර"මිදං භික්ඛවෙ විතං, තඤ්ච ඛො ආගඛතුකෙහි

උපකම්බලසෙහි උපකම්බලධර්මය”² බුදුරජාණන් වහන්සේට මේක විනිවිද දැකලා බලනකොට පේන්නේ බණ කියන බණ අහන, උන්වහන්සේගේ ශාසනයේ පහළ වෙන තාක් කල් සියලු විනයයා ජනතාව තුළ ගැබ් වෙලා තියෙන, නැත්නම් විනයයා ජනතාවන්ගේ සන්තාන තුළ ගැබ් වෙලා තියෙන සිත ප්‍රභාස්වරයි. පැහැය විහිදෙනවා. පැහැසරයි. ‘පහසුර’මිදං හිකඛවෙ විතතං.’ ඒකෙදි සච්ඡෙදයන් වහන්සේ දේශනා කළේ නෑ මේ ස්ත්‍රී විත්තය, පුරුෂ විත්තය, බාල විත්තය, වැඩිමහල් විත්තය කියලා. අපි ඒකට පදයක් එකතු කරගන්නව විනයයා ජනතාව කියලා. ඒ මොකද? අනෙක් ඇත්තන්ට මේ බුදු බණ ඇහෙන්නේ නෑනේ. බුදු බණ ඇහෙන, බුදු බණ පිළිගන්න ඇත්තන්ට අපි කියනව විනයයා ජනතාව, බුදු රජාණන් වහන්සේගේ ධර්මය අනුව හැසිරෙන ජනතාව කියලා. අනික් ඇත්තන්ගේ හිත ප්‍රභාස්වර නෑ කියන එක නෙමෙයි ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ. ප්‍රභාස්වරයි, නමුත් සච්ඡෙදයන් වහන්සේ නමැති ඉර පායලා තිබුණාට ඒ ඇත්තෝ තාම දෙරවල් ඇරලා නෑ. ඇතුළේ කරුවලේ ඉන්නේ. බෞද්ධයා - නැත්නම් මේ විනයයා ජනතාවට වැටෙන කොටස- සච්ඡෙදයන් වහන්සේ කියන ඉර පායල තියෙන බව දැනගෙන දැන් ජනෙල් දෙරවල් ඇරල, එළිය වැටිලා.

ආත්ත එවැනි ජනතාවට හිතේ ප්‍රභාස්වර ගතිය මතු කරගන්න තියෙන අවස්ථාව සච්ඡෙදයන් වහන්සේ නොදන්නා නාදුනන ඇත්තන්ටයි මේ කියන්නේ. ආත්ත ඒ ඇත්තෝ හිතාගන්ට ඕනෑ අපේ මේ හිත ප්‍රභාස්වරයි කියලා. ඒ කවුරු කියපු නිසාද? සච්ඡෙදයන් වහන්සේ කියපු නිසා. ‘නඤ්ච ඛො ආගඛතුකෙහි උපකම්බලසෙහි උපකම්බලධර්මය’ එවැනි ප්‍රභාස්වර හිතක් නමුත් ආගන්තුකව පිටින් ඇවිත් ඇලිලා ගැලිලා තියෙන්නා වූ උපකම්බල ධර්ම නිසා කිළිටි වෙලා තියෙනව. ඒක හරියට සේරිවාණිජ ජාතකයේ රන් තලිය වාගේ. තලියක් තිබුණා, රැකගෙන හිටියා, දුම් වැදිල දුම් වැදිල ඒක හොදටෝම කළු වෙලා තිබුණා. ඉතින් ඒ දරුවා අඩන වෙලාවෙදි අත්තම්මා හිතුව මේක විකුණල හරි ඒ දරුවට වළලු දෙකක් අරන් දෙන්න ඕනෑ කියලා. ඒ නිසා ඉස්සරලා ආපු සේරිවාණිජ කියන වෙළෙන්දාට දුන්නට පස්සෙ ඒ මනුස්සයාගේ කෙරාටික ගතිය නිසා වැඩිපුර ගාණක් නොදී මේ තලිය ලං කරගැනීමේ අදහසින්, හොදටම දැනගත්තා මේක වටින එකක් බව, ඊට පස්සෙ කියනව මේක මළකඩ කාලා මේකෙන් ඇති වැඩක් නෑ, මේකට වළලු දෙන්න බෑ. දවසෙ වෙළදම් කරල වළල්ලක් කැඩිව්ව එකක් තියනව නම් දීල මේක ගෙනියන්නං කියලා අර රන් තලිය බොහෝම පාවිච්චි

² අංගුත්තරනිකාය, ඒකක නිපාතය, පහස්සර වර්ගය, පටිම සූත්‍රය

කළා. නමුත් ඊට පස්සෙ ආපු කච්ඡපුට වෙළෙන්දන් එය දකිනකොටම ඉදිකටු තුඩකින් පොඩ්ඩක් පහුරු ගාලා බලලා “අම්මේ මේක ඉතාම වටිනවා. මේක දඹ රත්තරං තලියක්. උඹලාගේ පරම්පරාවේ තිබුණු වස්තුවක් මේක. නමුත් මේකට දෙන්න තරම් වස්තු මං ළඟ නෑ. ඒක නිසා මේ ගනුදෙනුවට ඔය ඇත්තො කැමති නම් මමත් කැමතියි.” ඊට පස්සෙ ඒ අම්මා වගකීම බාරගත්ත “අනේ! පුතේ! ඒකෙන් මේකෙන් කමක් නෑ මේ දරුවා අඩනවා. ඒ නිසා උඹට පුළුවන් නම් වළලු දෙකක් දීලා ඔය තලිය අරන් පලයන්!” අනේ අර වළලු පෙට්ටියම, වළලු බඩුකාරයගෙ වළලු පෙට්ටියම වාගෙ දීලා තලිය ගත්ත. ආන්න ඔය වගේ දඹනායක් තමයි දැන් සච්ඤයන් වහන්සේ මේ අප සෑම කෙරෙහි දකින්නේ. අපි හැම කෙනෙක් තුළම පවතින්නා වූ මේ තලිය, මෙව්වර මේ ‘අභිජ්ඣා දෙමනස්සං’ කියන්නා වූ දුම් වැදිලා, කෙලෙස් එක්කම ගැටිල, අසත්පුරුෂයන් එක්කල හැසිරිල මේක කච්චල් බැදිල තියෙන්නේ. ඒක ඕනෑ වෙලාවක පාව්චල් කරන්න පුළුවන් සේර්වාණ්ඡයෙකුට. මේකට විදුරු වළලු දෙකක්, කඳු වළලු දෙකක් දෙන්න තරම්වත් වටින්නේ නෑ. හැබැයි අම්මත් පිළිගන්නවා දරුවන් පිළිගන්නවා. ඒ තරමටම මේකෙ පිට පොත්ත නරක් වෙව්ව නිසා ඇතුළේ තියෙන දඹ රත්තරනේ තියෙන පැහැසර ගතිය ප්‍රභාස්වර ගතිය මතු වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා පහදින කෙනෙකුට වුණත් හිතෙනව අනේ මගෙන් ඇති වැඩක් නෑ. ඇයි බාහිරින් අතගාන ඔක්කොම කියන්නේ සේර්වාණ්ඡන් කියන්නේ, අම්මත් කියන්නේ මේ වළලු දෙකකටවත් වත් ගනුදෙනු කරගන්ඩ බැරි රන් තලියක්. නමුත් අර කච්ඡපුට වෙළෙන්ද දෑකපු ගමන් කිවුවා, අපෝ මේකට වළලු ඕනි තරම් දෙන්න පුළුවන්. මේක දඹ රත්තරන්නේ. ඉදිකටුටක් ගත්තහම පුළුවන් අර පිට තියෙන දැලි කච්චල් ප්‍රදේශය කපන්න.

ඒ වගේම තමන්ගේ ඥානය නිසා දැනගන්නා තමන්ට හැකියාව තියෙන බව. සර්වඥතා ඥානය ලබනකම්ම සච්ඤයන් වහන්සේට මේ ඥානය තිබුණා. ඒක තමයි අද අප තේරුම්ගත යුතුව තියෙන්නේ. අපි කාටවත් බණ කියන්න ඉස්සෙල්ලා අපි තේරුම්ගන්න ඕනේ අපි ඔක්කෝටම තියෙන්නේ එකම ඤාණය. අපි ළඟ තියෙන්නේ මේ රන් තලියමයි. ඒක තියාගෙන අපි ඒක පැත්තක දගෙන අනුන්ගේ රන් තලි සුද්ධ කරන්නට කපා කෙරුවොත් ඒක එතකොට සම්මා සම්බුද්ධ කියන තමුනුත් නිවන් දෑකලා අනුන් නිවන් දක්වනවා කියන කපාවට ගැලපෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපිට පුළුවන් වෙන්නේ කාගෙ හරි කමක් නෑ ඉදිකටුකින් අපේ මේ රන් තලිය පොඩ්ඩක් පාරවගෙන මේක දඹ රත්තරන් බව අපිට දැනගන්න පුළුවන් නම් එද ඉඳලම අපි පෝසත්. ඒ

වගේම අපි දැනගන්නවා මේ කවිවල් ටික නිසා, එහෙම නැත්තන් මේකෙ පිටින් බැඳිල තියෙන දුම් ගතිය නිසා දුන් අපටත් ඒක එපා වෙලා. මේ සෑම කැනම දලා තියෙන මැටි භාජනයක් වගේ, කළු කරපු යකඩයක් වගේ අපට ජේන්න පටන් අරගන්නව. සච්ඤයන් වහන්සේ අන්න එතනදි පොඩ්ඩක් ඒක පහුරුගානවා. හුගදෙනෙක් කැමති නෑ මේක පහුරුගානවට. රිදෙනව කියල. අන්න එහෙම පහුරුගාල මේකෙ විශුද්ධ භාවය, හිතේ විශුද්ධ භාවය, විශුද්ධ බවම මතු කරලා දීමේ උලක් තමයි- නැත්නම් ඒසනි සලාකා කියන වචනය සච්ඤයන් වහන්සේ නිතර පාවිච්චි කරනව. ශෛල්‍ය වෛද්‍යවරු මේ පුංචි ඇඟේ තියෙන ඉන්ද්‍රිය කැඩෙන්නේ බිඳෙන්නෙ නැති වෙන්න පුංචි සුක්‍ෂම කුරුවලින් එහෙ මෙහෙ කරල තමයි ශල්‍යකම් කරන්නෙ. අන්න ඒ වගේ පුංචි කුරක් තමයි මේක. මේ සතිපට්ඨානය අපිට පහුරු ගාලා පෙන්නනව, ඕනි කෙනෙකුගේ හිත අර දඹරත්තරං වාගෙ බොහෝම ප්‍රභාස්වර හිතක්.

අන්න ඒ විශුද්ධි ලබා දීම පිණිස “එකායනො අයං හිකඛවෙ මග්ගො”, ඒකායන මාර්ගය. එනිසා කාටවක්වත් විශුද්ධියක් ලබා දෙන්න වෙන කාටවත් පුළුවන්කමක් නෑ. අපටත් කාගෙන්වත් බලාපොරොත්තු වෙන්නත් බෑ. අපිට පළමුවෙනියෙන්ම විශ්වාසයක් ඇති කරගන්න වෙනවා මෙන්න මේ වාගේ කෙලෙසිච්ච හිතක් ඇති වෙච්ච කෙනෙක් සාරාසච්ඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක් පෙරුම් පුරලා පුරලා, උන්වහන්සේ මේක තමා වගයෙන් ස්වයම්භූ වගයෙන් ඤැණය අවබෝධ කරගත්තාට පස්සේ ලෝකයා පිළිබඳ පුදුමාකාර දර්ශනයක් තමයි දැක්කෙ. සෑම කෙනෙක්ම තමතමන්ගේ මේ රන් තලිය, එහෙම නැත්නම් මේ ප්‍රභාස්වර හිත තියාගෙන ඒක රාගයෙන් තෙත් කරමින් ද්වේෂයෙන් පලහමින් මෝහයෙන් අවුල් කරමින් ඉල්ල ඉල්ලා අඩනවා රන් තලියක්, ඉල්ල ඉල්ලා අඩනවා පැහැසරකමක්, ඉල්ල ඉල්ලා අඩනවා ප්‍රභාස්වරකමක්, ඉල්ල ඉල්ලා අඩනවා විශුද්ධියක්. ඉතින් සච්ඤයන් වහන්සේ මේකට රන් තලියක් ගෙනත් දෙනවා කියලා හිතන්නත් එපා, අර සේර්වාණිජ වාගේ ඔය ඇත්තො එක එක්කෙනෙක් ගාවට රන් තලිය ගිනියල වෙන ව්‍යාපාරයක් කරන්ඩ හදනවයි කියලා හිතන්නත් නරකයි. උන්වහන්සේ තමන්ගේ අතට දෙනවා පහුරුගාලා බලන්න ඒසනි සලාකාවක්. එහෙම නැත්නම් කුරක්, මේක පොඩ්ඩක් පහුරුගාල බලන්ඩ. එතකොට විශුද්ධිය පහළ වෙනවා. ඒ පහුරුගෑම ජේන්නෙ ටිකක් හිරෙන දෙයක් විදියට. ඒකට ආතාපි සම්පජානො... ආදි විවිධ ගුණ අවශ්‍ය කරනව.

ඒ නිසා පළමුවෙනියෙන්ම සඳහන් කරන්නා වූ මේ ‘සත්තානං විසුද්ධියා’ කියන කථාව අපි තේරුම් අරගන්න ඕනෙ සච්ඤයන් වහන්සේ

විසින් හැකි සඤ්ඤාව පහළ කරලා දෙන්න, වැඩේට උනන්දු කරන ටොයරිය කෙනෙකුට ඇති කරලා දෙන්න ගත්ත එක උපක්‍රමයක්. මේ උපක්‍රමය ඉදිරි වැඩ සඳහා අත්‍යවශ්‍යයි. තමන් තුළ විශුද්ධියක් පහළ කරගන්න බැරි බවක්, නැත්නම් විශුද්ධිය පහළ කරගන්න මට බෑ, විශුද්ධිය පහළ කරගන්න මේ ආත්මේ බෑ, විශුද්ධිය පහළ කරගන්න ගෞතම බුද්ධ සාසනයේ බෑ, ආදී වශයෙන් කල්පනා කරන කෙනාට ඉතින් හරි අමාරුයි සතිපට්ඨානේ මේ ආනිසංස හත ගැන මෙලොව වශයෙන් කතා කරන්න. ඒකට හොඳට කාරණා දැනගෙන කල්පනා කරන බෞද්ධ කෙනෙක් වශයෙන් කල්පනා කරන්න පුළුවන් - දේව ආගම්වල තියෙන කථාවක් තමයි දෙවියන් වහන්සේ විසින් මවන ලද මේ සත්ත්වයා පාපතරයි, ඔන්න ඕවගෙන් කවදක්වත් විශුද්ධිය ලබන්න බෑ දෙවියන් වහන්සේගේ ආසිරි ගැන්වීමක් නැතිව. යම් විදිහකින් දෙවියන් වහන්සේ පිළිගත්තේ නැත්නම්, දෙවියන් වහන්සේට විරුද්ධව කථා කළා නම්, දෙවියන් වහන්සේ අදහන්නෙ නැත්නම්, දෙවියන් වහන්සේගේ සාපයට ලක් වෙනවා, සද්‍රතනික අපායට වැටෙනවා. යම් විදිහකට දෙවියන් වහන්සේ පිළිගත්තා නම්, දෙවියන් අදහගෙන කටයුතු කළා නම්, දෙවියන් වහන්සේ විසින් විශුද්ධියට පත් කරනවා, එහෙම නැත්නම් ආසිරි ගන්නනව. මේකට හරි කැමතියි. බෞද්ධයෝත් කැමතියි. කොන්ත්‍රාත් එක දෙන්න තිබුණා දෙයියන්ට. දෙයියෝ අදහන එක විතරයි අපට තියෙන්නෙ. දෙයියෝ අදහගෙන සතුන් මැරුවත් ඒකෙ ඇති ප්‍රශ්නයක් නෑ, භොරකම් කළත් ඒකෙ ඇති ප්‍රශ්නයක් නෑ, මොකද? අපි දෙයියෝ අදහනවා. එහෙම දෙයක් බුද්ධ සාසනයේ සච්ඤයන් වහන්සේ ගාව හෝ සංඝයා වහන්සේ ගාව නැතිකම ගැන සමහර ගිහි ඇත්තෝ හරියට වික්ෂේපයි. දෙවියන් වහන්සේගේ නියෝජිතයෙක් හෝ දෙවියන් වහන්සේ කරන විදිහෙ සහතිකයක් අපේ සංඝයා වහන්සේලාගෙන් අපට ලැබෙන්නෙ නෑ. ඉතින් ඒ නිසා දූන් අපේ සංඝයා වහන්සේලා පටන් අරන් තියෙනව බයිබලය පෙරළන්න - ඇයි සච්ඤයන් වහන්සේ මේ අපිට අනුන් විශුද්ධියට පත් කරනට අනුන් නිවන් දක්වනට ක්‍රම කිවුවෙ නැත්තෙ? මොකදද මේ සච්ඤයන් වහන්සේ ප්‍රතිගාමී වෙලා තියෙන්නෙ? ඒ නිසා 'ප්‍රගතිශීලී' කරන්න හදනවා. නමුත් මේ කරන්න හදන කෙනා දන්නෙ නෑ තමන්ගේ හිතත් ප්‍රභාස්වරයි, සතර සතිපට්ඨානය වැඩුවොත් ඒ හිත ප්‍රභාස්වර බවට තමන් සමාදන් වුණාට පස්සෙ ඒකෙන් එන ගැමිම, ඒකෙන් එන ධම් ශක්තිය, එහෙම නැත්නම් ධම් කම්පනය පෘථග්ජනයා දන්නේ නෑ. හැබැයි අර වාගේ වෙනත් ආගම්වල හම්බ වෙන විදියට දෙවියන් වහන්සේගේ ආශීච්ඤය වාගේ ලාමක තුවිෂ් දෙයක් නෙමෙයි මේ චිත්ත විශුද්ධි කියල කියන්නෙ. චිත්ත

විශුද්ධිය කියල කියන්නෙ තමන් තුළ ඇත්තා වූම ප්‍රභාස්වර හිත පිළිබඳව හිතෙන් තොල ගාපු කිරික් වාගෙ මතකයක් වගේ එයාට දැනෙන්නි අරිනව. තේරෙන්න පටන්ගන්නවා.

ඉතින් අපි දන්නව සත්ත විශුද්ධි ක්‍රමයට ගන්නකොට සීල විශුද්ධි, චිත්ත විශුද්ධි ආදී ධර්මවලට පත් වෙනකොට ඒ පුද්ගලයා ප්‍රධාන වශයෙන්ම කාම ලෝකයෙන් ගලවලා එක්කෝ රූප ලෝකයට අරූප ලෝකයට හෝ ඉන් එහාට ගෙනියන්න පුළුවන් තරමේ ලොකු වෙනසක් ඇති කරල දෙනව. ඒ නිසා “සුත්තවන සංවරෙ පඤ්ඤා සීලමයෙ ඤාණං.”³ සතිපට්ඨාන ආදී ධර්ම අහලා ඒ පිළිබඳව සුත්තමය ඤාණය පහළ කරගෙන එහි සංවර වෙනවා. අහලා කටපාඩම් කරලා නෙමෙයි. ඉස්සරහට පස්සට කියලා නෙමෙයි. කියවන එකක් සුත්තයට හේතු වෙනව, නමුත් ඒක සීලයට නැංවෙන්නට නම් ‘සුත්තවන සංවරෙ පඤ්ඤා’, අසලා, ‘සොතාවධානෙ පඤ්ඤා සුත්තමෙ ඤාණං.’⁴ මේ ආදිය කියනකොට “මහණෙනි,” කියල ආමන්ත්‍රණය කරල සච්ඡෙදයන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කරනකොට බොහෝම කණ නතු කරල අහනකොට අපි කියනව ‘සොතාවධානෙ’ කියල. ඒ ‘කනේ’ අවධානය. මේ අවධානය ගත්ත එක ‘සුත්තවන සංවරෙ පඤ්ඤා’ ඒ අනුව හැසිරීම සීලයයි. ඒ හැසිරවීම සඳහා ශික්ෂා පද වශයෙන් දක්වන විනය පිටකය එකක්, සති සම්පජ්ඤ්ඤා වශයෙන් දක්වන සූත්‍ර පිටකය එකක්. ඒ ක්‍රම දෙකටම හිත පිරිසිදු කරන්නට ඕනි. දෙකේදීම සිද්ධ වෙන්නෙ ඇහූ දේ සංවර කිරීමයි, ඇහූ දේ අනුව සංවර වීමයි. මේ අසංවරය, එහෙම නැත්තන් මේ කෙලෙසීම, බාහිර කෙලෙස් ධර්මවලින් කෙලෙසීම, අනවබෝධයෙන්මයි සිද්ධ වෙන්නෙ. නොදන්නාකම නිසාමයි නොසැලකිලිමත්කම නිසාමයි සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒ නිසා මේ සූත්‍ර, සතිපට්ඨාන ආදී ධර්ම, ඉතාම සැලකිල්ලෙනුයි පරිහරණය කළ යුත්තේ. ඇත්තට අපෙ සම්ප්‍රදයෙ ඉස්සර ඇත්තොත් බොහෝම සැලකිල්ලෙන් අහලා තියෙනවා. නමුත් ඇදහුවේ නෑ මේකෙන් මේ ජීවිතයේ, මේ ආත්මෙ, මට, දන්, මගේ හිතට, වෙනසක් ඇති වෙයි කියලා. අදහන තාලෙකට නෙමෙයි මේක කියලා දුන්නේ පෙට්ටිගමක දලා යතුරු දලා වහන තාලෙකට. අද අපි උත්සාහ කරන්නි හදන්නෙ මේ යතුර කොහොම හරි හොරකන් කරල හරි ගන්නි. අරගෙන මේ පෙට්ටිගමේ තියෙන දේ මොකක්ද කියලා බලලා, අපට, අපේ හිතට, අපේ උපක්ලේශ නැති කරන්නි මේක කොච්චර හේතු වෙනවාද කියලා බලන්නි. ඒකටත්

³ පටිසම්භිද මාර්ගය, මහා වර්ගය, සීලමය ඥානය
⁴ පටිසම්භිද මාර්ගය, මහා වර්ගය, ශාන්තමය ඥානය

සංවරය අවශ්‍යයි. 'සුත්තවාන සංවරෙ පඤ්ඤා' එයින් තමයි විත්ත විශුද්ධිය කියන එක තේරුම් කරලා දීල තියෙන්නෙ.

මේ ශාසනය, බුද්ධ ශාසනය ඇති වෙන්න ඉස්සෙල්ලා හැම වෙලාවෙම විශුද්ධිය කෙළවර වුණේ විත්ත විශුද්ධියෙන්. හිත පිරිසිදු කරගැනීමෙන් ඔක්කොම කරන්න පුළුවන් හරිය හරි කියලා කිවුවෙ බුද්ධාගම ඇති වෙන්න ඉස්සෙල්ලා හිටපු ශාස්තෘවරු. ඒ ඇත්තො කාම ලෝක ඉක්මවලා රූප, අරූප ලෝකවලට පත් වෙලා බොහෝම විත්ත විසුද්ධියක් ඇතිව ජීවත් වුණා. ආළාරකාලාම, උද්දකාරාම පුත්ත ආදී වූ, සඵඥයන් වහන්සේගේ වර්ත කථාවට අදාළ පුද්ගලයන් අනුව ඒ බව පේනවා. ඒ ඇත්තෝ හිතුවේ ඒක තමයි කෙළවර, ඒකෙන් තමයි බ්‍රහ්මත්වයට පත් වෙන්න පුළුවන් "බ්‍රහ්ම පදය, බ්‍රහ්ම මාර්ගය" කියලා. නමුත් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙ සඳහන් කරන්නෙ ඒ වගේ විත්ත විශුද්ධියක් විතරක් නෙමෙයි, එතෙතින් එහාට ඇත්තා වූ විශුද්ධි ලාභයන්. නමුත් අපි මතු කරගන්න හදන අදහසේ හැටියට සතිපට්ඨානේ කටපාඩම් කරපු කට්ටියට පින් ලබා දීමට නෙමෙයි. මේ සඳහා මත්තට විස්තර කරන්න භදන්තා වූ සතිපට්ඨාන හතර- කය වශයෙන්, වේදනා වශයෙන්, විත්ත වශයෙන්, ධම්ම වශයෙන් කියන හතරේදී ප්‍රධානම වශයෙන් වැදගත් වෙන්නෙ ඉතාම ප්‍රකට තැනින් පහසු තැනින් සතිය පිහිටුවීමේ වැඩ පිළිවෙළයි. ඒ තුළින් තමයි විශුද්ධිය ආරම්භ කෙරෙන්න පටන්ගන්නෙ.

ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙකුට සතිපට්ඨාන භාවනා කරනකොට වෙනදට වඩා සිල්වත් වීමේ ආශාවක්, සීලය මීට වඩා අධිසීලයක් බවට පත් කරගැනීමේ ආශාවක් පහළ වෙලා නැතිනම්, එහෙම නැත්නම් අපි හිතුවොත් තිබුණා වූ සීලයේත් අඩුපාඩුකම් පිරිහී යෑම් සිද්ධ වෙනවා නම්, එහෙනම් ඒ පුද්ගලයා ඉතාම පරිස්සම් වෙන්න ඕනෑ. බොහෝම පරිස්සම් වෙන්න ඕනෑ. මෙව්වර වටිනා ධර්මයක් හම්බ වෙලත් කිසිම ගුණ විශේෂයක් නොලබා ඒක පිළිබඳව අනුන්ට කියලා දීම සඳහා වශයෙන් හෝ කටපාඩම් කර තබාගැනීම් වශයෙන් ඒක තියාගන්න සුදුසු සන්තානයක් තමන් තුළ නැති බව තේරුම්ගන්න ඕනි. ඒකෙන් අදහස් කරන්න නරකයි සතිපට්ඨානය ගැලපෙන්නෙ සුද්ධවත්තයින්ට පමණය, එහෙම නැත්නම් ඒකට විශේෂයෙන්ම පිරිසිදු වීම් අවශ්‍යයි කියලා. අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ, දැනගත යුතු දේ මොකක්ද? සතිපට්ඨාන භාවනාවට බැහැගත්ත දවසේ ඉඳලාම ඒ විශුද්ධිවල තියෙන වටිනාකම වෙනදට වඩා පේන්න පටන්ගන්නව. සමහර ඇත්තෝ ශීල විශුද්ධිය සඳහා ශුද්ධාව පෙරටු කරගෙන ශික්ෂා පද ඉදිරිපත් කරගෙන පෙළඹෙනවා. සමහර ඇත්තෝ ධර්මය පැත්ත ඉදිරිපත් කරගෙන සතිය

ඉදිරිපත් කරගෙන ශික්ෂා පද පිළිබඳව විශුද්ධියට පෙළඹෙනවා. දෙකම හොඳ පිවිසුම් දෙරටු. අවාසනාවට වගේ මේ එක් එක්කෙනාගේ මාර්ගය අනික් එක්කෙනා විවේචනය කරන ගතියක් ආරම්භයේදී තියෙනවා. නමුත් සඵඥතා ඤාණයෙන් බලනකොට සඵඥයන් වහන්සේ දකපු ඇහෙත් බලනකොට ඒ ශුද්ධා මාර්ගයෙන් බැසගත්තත් පඤ්ඤ මාර්ගයෙන් බැසගත්තත් විනය පැත්තෙන් බැසගත්තත් ධර්මය පැත්තෙන් බැසගත්තත් ඒකෙ ඇති දෝසයක් නෑ. නමුත් මේ විශුද්ධිය දිගටම සිදු වෙමින් යන බව, වඩවඩා සතිපට්ඨානයට කැමති ගතිය, සන්පුරුෂ ආශ්‍රයට කැමති ගතිය, කෙලෙස් අඩු තැන්වලට කැමති ගතිය, වඩවඩාත් සීලය ඉදිරියට යන්නට හදන ගතිය, අපි කියනව අධිශීල ශික්ෂාව කියල. ගන්නා වූ, රකින්නා වූ පවතින්නා වූ සීලයට වඩා උතුම් වූ සීලයක්. ආන්න ඒ දිහාවට නැමියාවක් නැඹුරුවක් අනිවායඪයෙන්ම සතිපට්ඨානය ක්‍රියාත්මක වෙනකොට එන්න පටන්ගන්නවා. ඒක පිළිබඳව අපි ඉතාමත්ම සංවේදී වෙන්න ඕනෑ. ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ නෑ එද ඉඳලා අපි කවදක්වත් සිල් පදයක් කඩන්නෙ නෑ කියලා. සිල් පද කොච්චරදෙ කැඩෙනව. අඩුපාඩුකම් කොච්චරදෙ සිද්ධ වෙනව. නමුත් ඒක පිළිබඳ ලොකු පශ්චාත්තාපයක් එන්නේ නෑ. මම මීට පස්සෙ නම් මේ වගේ කැඩෙන තත්වයට පත් වෙන්නෙ නෑ. ආයති සංවරය පිළිබඳව හරි ලොකු ගෞරවයක් ඇති වෙනවා. අන්න එහෙම ඇති වෙනවා නම්, ඇති වෙන පරිසරයකට අපි කැමති වෙනවා නම්, වෙච්ච වැරදි ගැන හිතේ පශ්චාත්තාප වෙන ගතියක් තියෙනවා නම් අපට හිතන්න පුළුවන් සතිපට්ඨානෙ වැඩ කරන්න පටන් අරන් කියලා. සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය පටන්ගන්නයි කියලා.

ඒ වාගේම තමයි සමාධිය. සමාධියට මුල් වෙන්නා වූ අවික්ෂිප්ත භාවය හෝ හැම වෙලාවෙම උදව් කරගනිමින් ඉදිරියට පත් වෙමින් කටයුතු කරන්න අපේ සාමාන්‍ය බුද්ධිය අපි පාවිච්චි කරනවා නම් අපට හිතන්න පුළුවන් සතිපට්ඨානය වැඩ කරන බව. එහෙම නැතුව මේක කියාදෙන්නට හෝ නැත්නම් ගණ සංගණිකාවට හෝ සාමුහික තැනට සම්බන්ධ වෙන්න උත්සාහ කරනවා නම් අපි තේරුම් අරගන්න ඕනෑ ඒක පටලවාගෙන. විශුද්ධියට නොවෙයි ඒක හේතු වෙන්නේ කියලා. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන ධර්මය සඵඥයන් වහන්සේ මේ විදියට දේශනා කළත් තමන්ගේ බුද්ධිය, එහෙම නැත්නම් තමන්ගේ ප්‍රයෝග ඤාණය, ඒ ආකාරයට පාවිච්චි කෙරුවේ නැත්නම් සතිපට්ඨාන ධර්මයට ආත්මයක් තියනවා කියලා හිතන්න හරකයි, ඒක අනාත්මයි. ඒක අනාත්ම ධර්මයක්. නමුත් අපි ඒකට අනුග්‍රහ වශයෙන් සුතමය අනුග්ගහිතය - අහලා හොඳට අනුග්‍රහ කරනවා. අපි සීල අනුග්ගහිතයට එන්න ඕනෑ. පුළුවන් තරම්

තමන්ට ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් සිල්වතුන් අතර හැසිරීමෙන්, වඩවඩාත් සිල්වත් වීමෙන්, වෙච්ච වැරදි ගැන පිළියම් කරගැනීමෙන් අධිසීලයට හිත යොදවන්න ඕනෑ. ඒ වාගේම අධිචිත්තයට හිත යොදන්න ඕනෑ. යෙදෙනව නම් අන්ත සතිපට්ඨානයත් ඒ යෝගාවචරයගේ යෙදෙවුමත් එකට යන නිසා මේ 'සත්තානං විසුඤ්ඤා' කියන එක දිගට වැඩෙනව.

අන්ත එහෙම වැඩෙනවා නම් විතරක් සතිපට්ඨානෙ අවසානෙ නිගමන ගාථාවෙ සඳහන් කරනව වැඩි කල් දැගලන්න ඕනෑ නෑ, අවුරුදු හතකින් කොන්ත්‍රාත් එක නැත්නම් වැඩ පිළිවෙළ ඉවර කරන්න පුළුවන් කියල. නමුත් සතිපට්ඨානය අවුරුදු හතක් නොවෙයි හතේ ඒවා හතක් කරගෙන ගියත් තමන්ගෙ ඇදහීම පිළිබඳව සමහර ඇත්තො අද කියන විදිහට මිථ්‍යාදෘෂ්ටික වුණාට කමක් නෑ, කාට වුණත් කරන්න පුළුවන් වෙයි කියන්න ගියාම හරියට ආධුනිකයෝ ඒකෙන් අමාරුවෙ වැටෙනව. ආධුනිකයෙකුට, මිථ්‍යාදෘෂ්ටික වුණත් ප්‍රශ්නයක් නෑ දුස්සීල වුණත් ප්‍රශ්නයක් නෑ, බණ අහනකොට සතිපට්ඨානයේ යෙදෙනකොට ඕනෑම වෙලාවක එක විත්තකණ්ණයයි යන්නෙ මිථ්‍යාදෘෂ්ටිය හලන්න, දුස්සීලයට සිල්වතා වෙන්න. අන්ත ඒකට ඉඩ තියාගෙන අපි නිතරෝම මතක තියාගන්න ඕනෑ ඒ දේ වෙන්තේ නැතුව නම් සතිපට්ඨානය නොකර ඉන්න එක හොඳයි. ඒ මොකද? මේකෙ එහෙම කටපාඩම් කරන ධම්මයක් නොවෙයි තියෙන්න. මේකෙ තියෙන්නෙ ප්‍රායෝගික ධම්මයක්, උපයෝගිතාව පදනම් කරගත්ත ධම්මයක්. නිතරෝම තමන්ගේ විශුද්ධිය පිළිබඳව සවිඥයන් වහන්සේ කල් ඇතුව මතක් කරලා දෙන්නෙ තමන් නිතරෝම ඒ ගැන සැලකිලිමත් වෙන්නයි. මගේ මේ සතිපට්ඨානය ආශ්‍රය නිසා, සතිපට්ඨානය ආශ්‍රය කරන පිරිස ආශ්‍රය කරන නිසා, හුදු සීලයට වැඩි නැඹුරුවක්, විත්ත විශුද්ධිය විචේකය සඳහා වැඩි නැඹුරුවක් තියෙනවාද? ඒ කියන දේට මම උදව් කරනවාද? මගේ ජීවන රටාව කොහොමද? ආන්ත ඒකට අනුග්‍රහය කරන්නයි මේ කල් ඇතුවම මතක් කරල දෙන්නෙ. එහෙම නැතුව අර හරිගියාම ගාස්තු ගෙවන ක්‍රමයට කරන වෙළඳ ව්‍යාපාරයක් නෙමෙයි. දැනගෙන හිටියොත් සන්තරුණයට ලාබයක්. ඒ නිසා "සත්තානං විසුඤ්ඤා" කියන එක අද දේවවාදී ආගම්වල සම්පූර්ණයෙන් මනුස්සයාගෙන් කපා හැරලා තියෙනව. මේක මනුස්සයන්ට අදාළ දෙයක් නෙමෙයි, ඒක දෙවියන් වහන්සේගේ වැඩක්.

සවිඥයන් වහන්සේ පටන්ගන්නකොටම කියනවා මහා ලොකු දේවල් නැත්නම් අඩු ගානේ සීලය ගැන බැලුවත් එයාට තමන්ගේ විශුද්ධිය දැනෙනවා. විත්ත විශුද්ධිය ගැනත් පටන්ගන්නවා. ඊට එහායින්

තියෙන කංඛාවිතරණ, මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන ආදී විසුද්ධි දිගටම සිද්ධ වෙත්ඛ පටන්ගන්නව. ඒ වෙන බවට වග බලාගන්න එක තමයි අධිවිත්ත භාවනාව කියලා කියන්නෙ. වඩා හොඳ විත්ත විශුද්ධියකට පත් වෙනව. ඒ නිසා යෝගාවචරයා මේ කාරණාව ගැන දැනගන්න ඕනි ප්‍රයෝජනය සලකලා. මෙතනදී අනිච්චාර්යයෙන් කිව යුතු කථාවක් තමයි මේ ප්‍රයෝජනය තේරෙන්නෙ භාවනා කරන කෙනෙක්ට විතරයි. විශේෂයෙන්ම සතිපට්ඨාන සූත්‍රය අපි ඉදිරිපත් කරලා තියෙන්නෙ සතිපට්ඨාන විපස්සනා කියල. විපස්සනා යෝගාවචරයට තමයි හොඳටෝම මේක වැටහෙන්නෙ. ඒ නිසා අහනකොට ඒකෙ සන්තෝසයක් ඇති වෙනවා. මේකට කියන්නේ 'මජ්ඣේක කල්‍යාණං' අපි දැනට බැහැලා ඉන්නවා. සච්ඤයන් වහන්සේ මේක කොච්චරදෙ කාලෙකට කලින් දේශනා කරලා තියෙනවා. මේ ගැන හොයන්න හොයන්න පාර බලන්න බලන්න අපි කරගෙන යන වැඩේ හරියි, අපි ගත්ත විනිශ්චය හරියි, කියලා ලොකු මධ්‍යම කල්‍යාණයක් (යහපතක්) ඇති වෙනවා. මේක නැත්නම් අවුරුදු හතේ කතාව දවස් හතේ කථාව වලංගු නෑ. ඒ නිසා මේ විශුද්ධිය පැතිය යුත්තක්, ගුරුවරයාගේ මාර්ගයෙන් ලැබිය යුත්තක්, එහෙම නැත්නම් වෙන ආකස්මික ශක්තියක්, ගුඩ ධර්මයක් කියලා හිතන්න නරකයි. අනිච්චාර්යයෙන්ම ඵදිනෙද තබන පියවරක් පාසා අපි දිනාවකට යන්නා වගේ මේ විශුද්ධිය දිගේ දියුණුවක් ඇති වෙනවා.

ඒ නිසා 'සත්තානං විසුද්ධියා' කියන එක අත්දකින්න පුළුවන් එකක්. එය අත්දකින්න දැනටමත් ප්‍රතිපදාවට බැහැගත්තු විපස්සනා යෝගාවචරයෝ තමයි වැඩියෙන්ම ලෝකෙ සිටින්නෙ. දෙවියො, බ්‍රහ්මයො ඒක දකිනවා ඇති. නමුත් මනුෂ්‍යයෝ වගයෙන් දකින්නෙ ටිකදෙනයි. ඒකටත් සාමාන්‍ය ලෝකයා හොඳයි කියයිද? නරකයි කියයිද? කියන එක නම් වෙනමම මාතෘකාවක්. අපි ඒක මේ වෙලාවේ සාකච්ඡා කරන්න අවශ්‍ය නෑ. මොකද? අපි ඒ මත බැහැර කරන්ට දැනටමත් සූත්‍රයක් අරගෙනයි තියෙන්නේ. ඒ නිසා අපිට සන්තෝසයක් ඇති කරගන්න පුළුවන්, මේ විශුද්ධිය කියලා කියන්නෙ අපි අත්දකින සීලයේ වැඩි දියුණුවයි, සමාධියේ දියුණුවයි. මෙන්න මේක මේ විදිහට අහිතව ප්‍රකාශ කරන වෙන කිසිම ශාස්තෘන් වහන්සේ නමක් ලෝකෙ නෑ. මෙලෝ වගයෙන්ම සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය ලබන්න පටන්ගන්න පුළුවන්ය, ඒක දවස් හතකින් පෙන්නලා දෙන්න පුළුවන්ය කියන වෙන කිසිම ශාස්තෘන් වහන්සේ කෙනෙක් නෑ. අපි අන්න එහෙවු ශාස්තෘන් වහන්සේ නමකගේ ගෝලයෙක් බව, බුද්ධ පුත්‍රයෙක් බව, ශාක්‍ය පුත්‍රයෙක් බව හොඳට මෙනෙහි කරගන්න ඕනෑ. ඒක අර කලින් කීව

විදියට සැක කහට තියාගන්න නරකයි. පැවිදි වෙන්න ඕනෑ එහෙම නැත්නම් මහා තෙරුන් වහන්සේ නමක් වෙන්න ඕනෑ නැත්නම් සතිපට්ඨානෙ ඔක්කෝම අනෙකුත් සියලුම ධර්ම ඔක්කෝම දැනුම් තේරුම් තියෙන්නට ඕනෑ, ස්ත්‍රී වෙන්න ඕනෑ, පුරුෂ වෙන්න ඕනෑ මොනවක්වත් ගන්න එපා. ගත යුත්තේ අප තුළ සතිපට්ඨානය සිද්ධ වෙනවා නම් පැහැදිලිවම වැඩේ පටන් අරගෙන. ඒ නිසා මේ ‘සත්තානං විසුඤ්ඤා’ කියන එක ප්‍රයෝජනය සලකලාම හොඳට තේරුම් අරගන්න ඕනි. මේ ධර්මය මේ විදියට තේරුම්ගන්නේ නැතිව සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය තමා වශයෙන් අදහාගෙන ඒක සඳහා කැප වෙලා ගත කරන්නෙ නැත්නම් ඉන් මත්තට ඇත්තා වූ ‘සොක පරිඤ්ඤානං සමතික්කමාය’ කියන එක විහිළවක්.

ආරම්භක ගොරෝසු ලේසි මේ ධර්මතාව තේරුම්ගන්නා නම්, යෝගාවචරයා තේරුම්ගන්නා නම් මගේ හිතත් ප්‍රභාස්වරයි, ඒ ප්‍රභාස්වර හිත තුළ සීල විශුද්ධිය කියන එක මනුස්ස ආත්ම භාවයට කැපයි, උරුමයි, කරන්න පුළුවන් අධිෂ්ඨාන ශක්තියෙන්. විත්ත විසුද්ධි කියන එක කැපයි, උරුමයි, කරන්න පුළුවන් අධිෂ්ඨාන ශක්තියෙන්. ඒ වගේම ඉදිරියට ඇත්තා වූ අනිකුත් විපස්සනා මාගී ඤාණත් කරන්න පුළුවන් කියන හැකි සඤ්ඤාව මතු කරගන්න බැරි නම්, ඉස්සරහට තියෙන්නා වූ ‘සොක පරිඤ්ඤානං’ කියන, නොහැකි සඤ්ඤාවෙන් ඇති වෙච්ච හිලත් ‘ලෝක සඤ්ඤා’ නිසා ඇති වෙච්ච ලප කැළලුත් දුච්ච වෙන්නේ නෑ, නමුත් වැඩෙනව. ඒ නිසා සෝක පරිදේව, සෝක කරනව, පරිදේව කරනව, හඬා වැලපෙන ගති, දිගට්ටම පෙන්නවන්නෙ නොහැකි සඤ්ඤාව, නැති බැරිකමේ අඩාහෝගෑමයි. ඒක නිසා යම්ම වෙලාවක සතිපට්ඨාන ධර්මයට සාදු කියල සතිපට්ඨාන ධර්මය සමාදන් වෙලා කටයුතු කලා නම් කොච්චරදෙ සෝක සංකාවල් එන්න පුළුවන්, පරිදේව එන්න පුළුවන්. නමුත් එවුවායෙදි වුණත් අඩන්නෙ මේ අඩල ඉවර කරන්න පුළුවන්, මට මත්තෙදි නාඬන ජීවිතයකට යන්න පුළුවන් කියල ‘සොක පරිඤ්ඤානං’ සෝක, දුක්, දෙමිනස් ඉවත් කිරීම පිළිබඳව හැකි සඤ්ඤාව ඇති කරගන්න පුළුවන්. මේක තමයි ඔය හුගක් නවීන තාක්ෂණයෙ ක්‍රම සහ විධි හොයන්නෙ කොච්චරදෙ මේ තාක්ෂණ උපකරණ සුබෝපහෝගී දේවල් ලං කරල දීල සෝක පරිදේව දුරු කරන්න හදනව. ඒ වාගේම තමයි ඒ බාහිර තාක්ෂණවල, බාහිර විද්‍යාව කියල හඳුනාගන්න තැන්වල, පිටින් තමයි සෝක පරිදේව දුරු කිරීමේ උපක්‍රම ලං කරන්න හදන්නෙ. සවිඥයන් වහන්සේගේ ඕනෑම ඉරියවුවක, පිළිරුවක, රූපයක බලන්ඩ, වටාපතක්වත් අතේ නෑ. කිසිම උපකරණයක් නෑ. උන්වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨම ධර්ම දේශනාවක්

විලාසයෙන් තියෙන ධර්මවක්ක මුද්‍රාවෙන් තියෙන්නෙ ඇඟිලිවල ස්වරූපයක් විතරයි. කිසිම බාහිර දෙයක් ලං කරගත්තේ නෑ. ඒ මොකද? උන්වහන්සේ කියන්නෙ සෝක පරිදේව දුරු කිරීම සඳහා පිටින් ආලේප කෙරුවට හරියන්නෙ නෑ. ඇතුළතම වෙනසක් වෙන්ට ඕනි. ඒකට ප්‍රධානම හේතුව තමයි අර කලින් කියාපු සීල විශුද්ධිය, චිත්ත විශුද්ධිය ආදිය.

ඒ නිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ආරම්භයේදී විශේෂයෙන් දේශනා කර නැතත් සීල විශුද්ධිය ඇති වුණාමත් විශාල වශයෙන් ඒ පුද්ගලයාට ලොකු ශාන්තියක් ඇති වෙනවා. ඒ ශාන්තිය තුළින්, සෝක පරිදේව කොච්චර මතු වෙලා තිබුණත් ඒවා මට කැප නෑ, මට උරුම නෑ, මේවා අයිත් කරන්න පුළුවන් කියලා පැහැදිලිවම මේවා හලන්න පුළුවන් දේවල්. ඉදෙනකොට ගෙඩියකින් පොත්ත ගැලවිලා යනවා වගේ හොඳට මේක මේරුවාම පැහැවුපුවාම මේක ගැලවිලා යයි කියලා ලොකු අධිෂ්ඨානයක් ඇති කරගන්න ඕනෑ. ඒ නිසා සෝක පරිදේව දුරු කිරීමට බාහිර ලෝකය ගන්නා වූ උපක්‍රමයන් සවිඥයන් වහන්සේ ගන්නා වූ උපක්‍රමයන් අතර ප්‍රධාන වෙනසක් තියෙනවා. මේක ඇතුළත පිරිසිදුකමෙන් ඇති වෙන සෝක පරිදේව දුරු කිරීමක්. අනිකුත් සෑම ආගමකම, එහෙම නැත්නම් සෑම විද්‍යාවකම කරන්න හදන්නේ පිටින් ආලේප තවරලා උපක්‍රම දීලා සුබෝපභෝගී දේවල් දීලා නැත්නම් අඩුම ගානෙ අප රැක බලාගන්නා වූ දෙවියෝ කෙනෙක් ඇත්තේය, එහෙම නැත්නම් අපිව බලාගන්නා වූ සමිතියක් සමාගමක් හෝ වන්නේය, එහෙම නැත්නම් සවි බලධාරී දෙවියන් වන්නේය, ආදී වශයෙන් කාට හරි එල්ලෙන්න කොනක් ඇති කරල දෙන්න හදන එකයි. ඒක පිළිබඳව බොහෝම පරෙස්සම් වෙන්න ඕනෑ. අපේ අපවත් වෙච්ච ලොකු ස්වාමීන්වහන්සේ, මට මතක නෑ පසුබිම මොකද්ද කියල, නමුත් පැහැදිලිවම දේශනා කළා, ගිහි ඇත්තන්ට ශ්‍රද්ධාව ඇති කරගන්ඩ ඉදිරිපත් වෙන්ට එපයි කියල. භයානක ප්‍රතිඵල ගෙන දෙනව. පටන්ගැන්මේදී විශාල ශ්‍රද්ධාවක් ඇති කරගන්නව. විශාල බැඳීමක් ඇති කරගන්නව. ඒ බැඳීම යම් දවසක කැඩුණ නම් මරණාන්තික හෝ ඒ හා සමාන ද්වේෂයක් ඇති කරගන්නව. ඒ නිසා අපට අවශ්‍ය කරල තියෙන්නෙ, සත්ත්වයාගෙ විශුද්ධිය ඔබටම පහළ කරගන්න පුළුවන්, සෝක පරිදේව දුරු කිරීම ඔබටම පහළ කරගන්න පුළුවන්, කියල වෙන කෙනෙකුට ඇතුළතින් ඒ ආත්ම විශ්වාසය ඇති කරලා දෙන්නයි. ඒ වෙනුවට අපි වෙන මොනම දේකින් උදව් කරන්න ගියත් ආපිට කැරකෙනව. තේරුම්ගියෙම නැත්නම් ඒ වෙජ්ජම, ඒ වෙදකම ආපිට කැරකෙනවා. ඒ නිසා සවිඥයන් වහන්සේ මේ වාගේ ධර්මයක් දේශනා

කරලත් උන්වහන්සේ කීවිවේ "මට ඔබලා වෙනුවෙන් කරන්න දෙයක් ඇත්තේ නැහැ. මම ඔබලාට මාගීය පෙන්වනවා. ඔබලා ඒ මාගීයේ ගමන් කරන්න". කවදක්වත් කිවුවේ නැ මගේ ළඟට එන්න, මම මේක සනීප කරල දෙන්නම්, එහෙම කෙරුවට පස්සේ අපි ඉතුරු වැඩ ටික දියුණු කරගෙන යං, කියල කවදක්වත් ඒ වාගේ ලාමක කථාවක් කියල නැ. කරල පෙන්වපු අවස්ථාවල් තියෙනව, වහාම එතන එතනම මේ විශුද්ධි හත මතු කරල පෙන්නව.

ඒ නිසා සෝක පරිදේව දුරු කිරීම, අද බටහිර ලෝකේ මුළු බුද්ධාගමම ඔතනයි, තියෙන්නේ. ඒකට කියන්නේ සුව කිරීමේ ධර්මයක් බවට පත් වෙලා. අනෙකුත් සෑම ආගමකටම වැඩිය සුව කිරීම අද බුද්ධාගම ලොකුවට හයිසෙන් කැගහනව. මේක බුද්ධාගමට කරන නිග්‍රහයක්. ආගමට නම් වෙන්ඩ පුළුවන්. ධර්මයට නම් පැහැදිලිව කරන නිග්‍රහවක්. ඒ මොකද? බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ධර්මයේ ආරම්භයක් තියෙනව, මතුපිට පෙනුමක් තියෙනව, මේ සෝක පරිදේව දුරු කිරීම. නමුත් ඒක නෙමෙයි පරමාර්ථය. පරමාර්ථයට යන්න ඉස්සල්ලා සෝක පරිදේව දුරු වෙන්ඩ ඕන. ඒක වුණේ නැත්නම් ඒ පැත්තේ ගැඹුර තේරුම්ගන්න බෑ. පටාවාරාවට, කිසාගෝතමියට, අංගුලිමාල වගේ ඇත්තන්ට සවිඥයන් වහන්සේ අතින් යමක් අයින් කරල දන්නා වගේ ඒක පිහල දල, හදවතට කථා කරල සතිය පිහිටුවල දුන්න. නමුත් අද ඒක ආදර්ශයට අරගෙන වැරදි විදිහට, දැන් ලෙඩ රෝග මානසික රෝග සුව කිරීම සඳහා මෙය පාවිච්චි කරගෙන යන ගතිය නිසා, ප්‍රසිද්ධ වශයෙන් ප්‍රධාන වශයෙන් අනෙකුත් කොයි ආගමටත් වැඩිය මේකේ ප්‍රතිඵල පෙන්වන්න පුළුවන්. නමුත් ඒක නෙමෙයි බුද්ධ ශාසනයේ පරමාර්ථය. ඒ වගේ වැඩවලදි හොඳටම නිරීක්ෂණය කරන්න අවශ්‍ය නම්, බැහැපු ඇත්තන්ට වෙච්ච දේ ගැන පොඩ්ඩක් හොයල බලන්න ඉතිහාසයේ. ඒ ඇත්තන් ඉතාමත්ම නරක අත්දැකීම්, බුද්ධ ශාසනය පිළිබඳව බුද්ධ ධර්මය පිළිබඳව නරක අර්ථකථන කියන්න පටන්ගන්නව ටික කාලෙකින්.

ඒ නිසා සෝක පරිදේව දුරු කිරීම ඉතාම අත්‍යවශ්‍ය කාරණාවක්. නමුත් ඒක නෙමෙයි ප්‍රධාන අරමුණ. අපි දන්නව ලෙඩක් හැදිවිච්චම හෙදකම වෙදකම කියල දෙකක් තියෙනව. වෙදකම බොහොම ජනප්‍රියයි. නමුත් හෙදකම තමයි මෝරව්ව දේ. හෙදකම කරන ඇත්තන්ට සාමාන්‍ය වෙලාවට මිනිස්සු සලකන්නේ නැ. මිනිස්සු සලකන්නේ හොඳටම ලෙඩ වෙලා වෙදකමක් ගන්න පුළුවන් කෙනාට තමයි. නමුත් ලෝකය පැවතීම සඳහා ශිෂ්ට ජාතියක්, සංස්කෘතික ගති තියෙන

ජාතියක්, මහාත්ම ගති ඇත්තෝ කියල කියන්නෙ ලෙඩ වෙන්න ඉස්සෙල්ලා හෙදකම ගැන කල් ඇතුව තමන්ගෙ ප්‍රජාවට දැනුම්දෙන ඇත්තෝ. ඔවුන් වඩාත් ශිෂ්ට සම්පන්නයි. වඩාත් පරිණාමය වෙච්චි සත්ත්ව කොට්ඨාශයක් කියල කියන්න පුළුවන්. වඩාත් මහාත්ම ගති ඇත්තෝ පිරිසක් කියල කියන්න පුළුවන්. නමුත් අවස්ථාවාදීන් ලෙඩ වෙනකම් බලා ඉන්නව ගිහිල්ලා ලෙඩ සුව කරලා තමන් ප්‍රයෝජන ගන්න. මේකට කියන්නෙ අවස්ථාවාදය කියල. සංස්කෘත ශ්‍රේණිකයක තියනවා, "ලෙඩේ වේගන එනකොට වෙද පෙනුණේ දෙවියෙක් වාගේ. ලෙඩේ සුව වීගෙන එනකොට ජේන්නෙ මිත්‍රයෙක් වාගේ. ලෙඩේ සුව වුණාට පස්සෙ වෙද ජේන්නෙ ණයකාරයෙක් ණය ගෙනියන්ඩ එනව වාගේ." මේ තරම් වෙනසක් ඇති කරනව ලෙඩ තියෙනකොටත් ලෙඩ සනීප වෙනකොටත් ලෙඩ සනීප වුණාට පස්සෙත්. මේක නොදන්න වෙද, අර ලෙඩ වෙන කාලෙ දෙයියෙකුට වගේ සැලකුවා වාගේ හිතාන ඉන්නව, දැන් හොඳ වුණාට පස්සෙත් ගියාම දෙයියෙක් වාගේ සලකල මට කන්ඩ බොන්ඩ දීල සලකයි කියලා. නමුත් ණයකාරයෙක් ගෙට ආව වගේ තමයි ඇත්ත වශයෙන්ම සලකන්නෙ. ඒක නිසා 'සොක පරිඤ්චානං සමතික්ඛමාය' කියන එක හරියට ධර්මාන්වයට අනුව තේරුම්ගන්න ඕනි. එහෙම නැතුව සතිපට්ඨානෙ තියෙන්නෙ ලෙඩ රෝග සුව කරන්නය අනුන්ගෙ සෝක පරිදේව දුරු කරන්නය කියල බැහැගෙන අඬහැර පාගෙන එන ඇත්තන්ට මේ භාවනා කරන අය විෂයෙහි ටිකක් බලාන හිටියහම ඇති. මොකද ඒ ඇත්තෝ කියාපානව, කරනව, අන්තිමට දුකට පත් වෙනවා, පත් වෙන හැටි හොඳට ජේන්න තියෙනව. මේක අපි උපේක්ෂාවෙන් මිස සසර කලකිරීමකට ගන්න නරකයි.

නමුත් මේ සත්‍ය ධර්මය, මේ වාගේ බුද්ධ ධර්මයෙ තියෙන තෙත්රියානික ගුණයට නෙමෙයි සාමාන්‍ය බුද්ධියට, මේකට හොඳටම පැහැදිලි වෙන දැක්ම තමයි අද බටහිර තියෙන බුද්ධාගම ගැන බලපුවහම පුළුවන් තරම් ඒගොල්ලො කරන්න හදන්නෙ සෝක පරිදේව දුරු කිරීම සඳහා, නැත්නම් ලෙඩ රෝග, සෝක සුව කිරීමේ ධර්මයක් බවට පත් කරගැනීමයි. එහෙම ධර්මයක් බවට පත් කරගෙන තියෙන බව බටහිර ඇත්තෝ දන්නව. මේක නොදන්න ලාංකිකයෝ බටහිර අනුගමනය කරනවා. නමුත් මේ ටිකවත් දන්නේ නෑ. මේව පිළිබඳව අපි මේ වගේ ස්ථානවල කථා කරන්නෙ මොකටද, අපි මේ කරගෙන යන වැඩේ අපි කොච්චරක් ඒවැයින් ගැලවිල ඉන්නවද කියල දැනගෙන, අනේ අපට ඒව කරන්ඩ බෑ කියල කනගාටු හිත් ඇති කරගන්න නරකයි. ලෝකෙ ඇති තරම් නිදර්ශන තියෙනව මේ වැරදි ක්‍රමයට, සථියා

වලිගෙන් අල්ලලා කැවා කියන ක්‍රමයට. මේ සාමාන්‍යයෙන් කටයුතු කෙරෙන හැටි.

ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනා කරන යෝගාවචරයා තමන්ට ඒ වාගෙ ලාබ සත්කාර කීර්ති ප්‍රශංසා නම්බු නාම නැති වුණාට විශාල ආරක්‍ෂාවකින් තමන් කටයුතු කරන බව දැනගන්න ඕනි. තමන්ගෙ හිතේ ඇති වෙන්නා වූ සෝක පරිදේව දුරු කිරීම පිණිස සතිපට්ඨානය ක්‍රියාත්මක වීම අර කලින් කියාපු විශුද්ධිය අනුව සිද්ධ වෙනව. ඒ විශුද්ධිය වැඩි වෙන්න වැඩි වෙන්න සෝක පරිදේව අඩු වෙනව. නමුත් ඒක අන් අයට බෙද දීම සඳහා කටයුතු කිරීමේදී අපි අවස්ථාවාදීන් වෙනවද? එහෙම නැත්නම් ආත්මාචාරීන් වෙනවද? කියන එක සලකා බැලිය යුත්තක්. තමන්ගේ අත්දැකීම් තමන්ගේ ප්‍රයෝජනයට නැතුව අනුන්ට ඒ ඒ සෝක පරිදේව දුරු කිරීමට මේ වාගේ ක්‍රම පාවිච්චි කිරීම පිළිගන්න එක අවස්ථාවාදයක්. තමන්ට සුදුසුකම් නෑ, නමුත් අනුන්ට දෙන හදනවා. ඒක අවස්ථාවාදයක්. ඒ වාගෙම තමයි තමන් සම්පූර්ණයෙන්ම සෝක පරිදේව දුරු කරගන්න තරමට සතිපට්ඨානය හදගෙනත් කාටවකවත් උදවු උපකාර කරන්නෙ නැතුව, පත්තු කරල පහනක් සිවුරකින් වහල තිබ්බ වගේ තියෙනව නම්, ඒකට කියනව ආත්මාචාරී කියල. මගේ සවිඥයන් වහන්සේ ආත්මාචාරීන් නෑ අවස්ථාවාදීන් නෑ. අපි යන්නේ ඒ පාරේ. ඒක නිසා සෝක පරිදේව පිළිබඳවත් තේරුම්ගත්ත ඕනි. අර කියන්නා වූ ශීල විශුද්ධි, චිත්ත විශුද්ධි ආදී ධර්මවලින් අපි අපේ ඇතුළත ඇති වෙන්නා වූ සෝක පරිදේව හොඳට විනිවිද දකිනව. ඒව ඔක්කෝම අනෙක් ඒව වගේ ඇති වෙනව නැති වෙනවා කියල තේරුම්ගන්නව නම් අපිට ඒක තේරුම් අරගන්න පුළුවන් හිතාගන්න පුළුවන් සතිපට්ඨාන ධර්මයෙන් ලැබෙන එක ආනිශංසයක්.

නමුත් මේක අනික් අයත් එක්ක බෙද හදගැනීම කොතනදී කළ යුතුද කියන එක ඉස්සරහට සලකා බැලිය යුත්තක්. ඒකට තමයි ඇත්ත වශයෙන්ම ථෙරවාදය තියෙන්නෙ. ඒකෙදී අපේ ගුරුවරු පැහැදිලිවම පෙන්නල දීල තියෙනව මෙන්න මේ වෙලාවල් එනකන් කලබල වෙන්න එපා. පුළුවන් තරම් මේ ගුණ, බාහිරේ මේව කියා පෑමේ ගුණ අඩු කිරීම තමයි අපේ ථෙරවාදයෙන් කරන්නෙ. ඒ නිසා හොඳට ගුණ වඩාගන්න. පිරිල ඉතිරිල යනකම් තමන්ගෙ භාජනය පුරවගන්න ඕනෙ. නමුත් ඒව කියාපාන්න නරකයි. අඬහැර පාන්න නරකයි. අඬහැර පෑවොත් නිර්වාන ගාමිනී ප්‍රතිපදව මැකිල, ලාබ සත්කාර පැත්තට වැටෙන්න ඉඩ තියෙන නිසා සතිපට්ඨානය කරන ඇත්තෝ එවුව කල් ඇතිව දැනගෙන

හිටියොත් තේරුම්ගන්නව මගේ වැඩ පිළිවෙළ සාර්ථක වෙන්ඩ වෙන්ඩ මේ වගේ භයානක පැත්තකට දෙර ඇරෙනව. ඒ තත්ත්වෙට, කවදක්වත් නරකයි භාවනා නොකරන පෘථග්ඡනයෙක්ගෙන් උපදෙස් ලැබෙයි කියල, මාරයගෙන් උපදෙස් ලැබෙයි කියල, දෙවියන්ගෙන් උපදෙස් ලැබෙයි කියල, රාජ්‍ය නායකයන්ගෙන් උපදෙස් ලැබෙයි කියල, කවදක්වත් මේ ප්‍රශ්නෙ සාකච්ඡා කරන්න හෝ උපදෙස් දෙන්න පුළුවන් තත්ත්වයක් එයාලට නෑ. ඒ ඇත්තො දෙන උපදෙස් ඒකාන්තයෙන්ම පුද්ගලයන් ගුණ ධර්මන් උදවු ගන්න ඇත්තොත් ඔක්කොම බිම වට්ටල දනව. කවදක්වත් මේක ලෝකයේ මේ දැනුමට මේ පැත්තට දැනුම එකතු වෙන්නෙ නෑ. එකතු වෙන්නෙ ආයතීයන් වහන්සේලා අතර පමණයි. ඒකට කියනව අපි ආයතී වංශය කියල. ඒකට අපි උපදෙස් ගන්නව ඒ ඇත්තන්ගෙන්.

නමුත් මේ අවස්ථාවෙ අපි තේරුම් අරගන්නෙ මේ වාගෙ ධර්ම මතු වෙලා ඒවි, ඒව කවදක්වත් එපා තමන්ගෙ පාරට බාධා කරගන්න මට්ටමට පාවිච්චි කරන්න. ඒ විතරක් නෙමෙයි 'දුක්ඛ දෙමනස්ස අනථඛාමාය' ඊට වැඩිය ගැඹුරින් ඇත්තා වූ දුක් දෙමිනස් දුරු කිරීම, පැහැදිලිව ප්‍රකාශ කරන්න පුළුවන්. ඒකෙදිත් අපි දෙපැත්ත පැහැදිලි කරල බලනවා නම් තමන්ගෙ සන්නානගත දුක්ඛය මෙතන ගන්න තියෙන්නෙ. ලෝක දුක් හෝ බාහිර ලෝකයාගේ දුක් සමනය කිරීමක් නෙමෙයි. ඒක ගත්තොත් ඒකත් පාරාවළල්ලක් බවට පත් වෙනවා. බුමරංගයක් බවට පත් වෙනවා. හයියෙන් දමල ගැහුවොත් හයියෙන් ඇවිල්ල වදිනවා තමන්ගෙ ඇඟට. ඒ නිසා අභ්‍යන්තරගත සෝක පරිදේව, දුක් දෙමිනස් දුරු කිරීමයි බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. සතිපට්ඨානෙ හරි යනකොට ඒක වෙයි. නමුත් හුඟක් අමාරු වෙයි කාටවත් ඒක ඔප්පු කරල පෙනන්න. බාහිර ලෝකයා නිතරෝම විශුද්ධිය නැති හිතකින් කෙලෙසිව්ව හිතකින් දුක් දෙමිනස්වලින් පිරිල සෝක පරිදේවවලින් යට වෙලා ගත කරන නිසා ඒ ඇත්තො හරි කැමතියි භාවනා කරන කට්ටියත් එකතු වෙලා අඬන්න එනව නම්, බෙද හදගන්න එනව නම්, ගෙවල් දෙරවල්වල ප්‍රශ්න විසඳන්න එනව නම්. නැවින් ඉන්නකොට හිතන්නෙ සෝක පරිදේව දුරු කිරීමක් වශයෙන් නෙමෙයි, අඥන උපේක්ෂාවකින් බොරු තපස් රකිනවා වනගත වෙලා ඉන්නවා කියල. ඒක ඒත්තු කර දීම ඉතාම දුෂ්කර දෙයක්. ඒ නිසා මේ වැඩ කරන වෙලාවෙ ඒ සම්බන්ධතා සම්පූර්ණ අඩු කරගෙන තමන් තුළ යාන්තම් මෝදු වෙලා එන්නා වූ ශීල, චිත්ත විශුද්ධි ආදිය වැඩෙන්නට, සෝක පරිදේව දුරු කිරීමේ වැඩ පිළිවෙළ නැවත නැවත අත්දකින්නට, දුක් දෙමිනස් දුරු වීමේ වැඩ පිළිවෙළ අත්දකින්නට, දිගට යන්න ඕනි. ඒක

පිළිබඳ සෑහෙන පරිචයක් එනකන් යන්න ඕනි. එහෙම නොගියොත්, අතරමැද ක්‍රියාත්මක වෙන්න ගත්තොත්, තැම්බෙන අලයක් තැම්බෙන්න කලින් වැහුම් ඇරිය වාගේ මෙට්ටැහි වෙනව. ඇට්ටකුණා වෙනවා. එහෙම නොවුණොත් ඒ වෙලාවේදී ටික ටික තැම්බෙනව. ඒ තැම්බීම තුළ තමන්ට වැටහෙනව, මට වෙනදට වඩා සෝක පර්දේව ආපුචහම ඒව විග්‍රහ කරගන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියෙනව, දුක් දෙමිනස් ආපුචහම ඒක විග්‍රහ කරගන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියෙනව කියලා. නමුත් ඒක කාටවත් කියල දෙන නරම් හෝ ඇත්ත වශයෙන්ම සම්පුණ්ණ දුක් දෙමිනස් දුරු කරගන්න පුළුවන් තත්ත්වයක් නෙමෙයි. නමුත් ඒ මාගීයේ තමන් ක්‍රියාත්මක වී ඉන්න බව දැනගන්න පුළුවන්.

මේන්න මේ වෙලාවේදී පුළුවන් තරම් ඒ ආපු ගැමීම ඒ ජවය හැකි තාක් දුරට නඩත්තු කරන්න ඕනෙ. ඒ නඩත්තු කරනකොට 'ඤාසංස ආධිගමාය' කියල, අමුතු ම න්‍යාය ධර්මයක් මේක තුළ ක්‍රියාත්මක වෙනවා. ඒ න්‍යාය ධර්මය අර ලෞකික සාමාන්‍ය බුද්ධියට බාධා කරන්නෙන් නෑ. තමන්ගෙ එදිනෙදා වැඩ පිළිවෙළට බාධා කරන්නෙන් නෑ. භාවනා කිරීමේ, මෙනෙහි කිරීමේ වැඩ පිළිවෙළට බාධා කරන්නෙන් නෑ. ඒ වෙලාවට ටිකෙන් ටික ටිකෙන් ටික තමන්ට තේරෙන්න පටන් අරගන්නව මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව කියන එක. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාගීය කියන එක හැම විත්තක්‍ෂණයකටම බලපානව. මූල කර්මස්ථානෙට හිත දනකොට ආරම්භයේදී කොයිම දක්ෂ යෝගාවචරයෙකුට වුණත් නිවරණ ධර්මයන්ගෙන් හිත වෙන් කරලා අරමුණේම හිත පැවැත්වීම, මේ දේ කළ යුතුයි මේ දේ නොකළ යුතුයි කියල හොඳට වැටහෙනවා. ඒ පැවැත්වීම සඳහා ඕනෑවටත් වැඩිය වීරිය කරනව නම් ඒක එක අන්තයක්. වීරිය නොකර ඉන්නව නම් අනෙක් අන්තය. මේ දෙක අතරමැදින් හිමිහිට යන්න ඕනි. හුඟාක් අදහාගෙන කටයුතු කරනවා නම් ඒක එක අන්තයක්. නැවත ඤාණයෙන්ම විසඳල කරගන්න පුළුවන් කියනව නම් ඒක අනෙක් අන්තය. ඇදහිල්ලත් කල්පනා ඤාණයත් දෙක අතරමැදින් මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව හදගන්න ඕනි.

එහෙම කරගෙන අපි හිතමු යම් ආකාරයකට අරමුණ ඉදිරිපත් කරගත්තා, අරමුණ ඉදිරිපත් කරගත්තට පස්සෙ අරමුණ ඉදිරිපත් කරගත්ත නිසා පහළ වෙන්නා වූ හිතේ ආලෝක ගති, එහෙම නැත්නම් කයේ පහසු ගති නිසත් මත් වෙලා අරමුණ ගිලිහෙන්න පුළුවන්. නැත්නම් ඒ විවේකය තුළ මට මේ වෙලාවේ රාග හෝ සිතුවිල්ලක් ආවොත් කොහොමද? වේදනාවක් දිහා බැලුවොත් කොහොමද? ශබ්දයක් දිහා බැලුවොත් කොහොමද? කියල අරමුණේ හිත පවත්වන්න

පුළුවන්කම තියෙද්දීත් අර අහක යන නීවරණයන්ට බර ධර්ම ආශ්‍රය කරන්ඩ ගත්තොත් වැඩේ වරදිනවා. ඒ නිසා අරමුණේ හරි යෑම නිසා වෙන්නා වූ ප්‍රීතියට යට වෙන්නෙන් නැතුව, ඒ තුළ ඉඳගෙන අරමුණට විෂමකර දේවල් ආශ්‍රය කරන්නෙන් නැතුව, අරමුණ දිගට පවත්වගෙන ගියොත් ඕනින යෝගාවචරයට, විපස්සනා යෝගාවචරයට, තේරුමක් නැති ධර්ම අතහැරල අරමුණේ විපස්සනා වශයෙන් නිමග්න වීමක් ඇති කරගන්න පුළුවන්. ඊට පස්සෙ කොයි අරමුණෙන් සම රසය මතු වෙනව. ශබ්දත් එකයි, රූපත් එකයි, අරමුණේ හිටියත් එකයි, පිම්බීම හැකිලීමේ හිටියත් එකයි, මුළු කය බැලුවත් එකයි. ආනාපානය වශයෙන් නාසිකාග්‍රයේ හිටියත් එකයි, මුළු කය බැලුවත් එකයි. ආන්ත ඒ විදිහට ඕන දෙයක් මට කරගන්න පුළුවන් තත්ත්වයක් වගේ කියල ඇති වුණු ඉස්පාසුව තුළත් යෝගාවචරයා අප්කුක්ක ගෝචර අරමුණම, අප්‍රකට වුණත්, සිත් ගන්නාසුලු නොවුණත්, සිද්ධි බහුල නොවුණත්, එහිම හිත පවත්වනවයි කියන එක තමයි එතන මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව වෙන්නෙ. එතනදී කියනව සාමාන්‍ය භාෂාවෙන්, මූලික අරමුණේ හිත පවත්වන තාක් විපස්සනාව වැඩෙනව. ඒ මූලික අරමුණ පැවැත්වීමේදී ලැබෙන ඉස්පාසුව තුළ ඒක ධර්ම සාකච්ඡා කරන්ඩ හදනවා, හිතෙන් විවිධ දේවල් කල්පනා කරන්ඩ බලනවා, ඉස්සරහට වෙන්න තියෙන දේවල් හිතනවා, වෙච්ච දේවල් සිහිපත් කරනවා, නැත්නම් මම දැන් ඉන්නෙ මේ මේ තත්ත්වෙ, කාට හරි කියල දෙන්න ඕනි කියල හිතනවා. ඒ සෑම දේකටම සෑහෙන වෙලාවක් වැටෙන්නේ නැතිව භාවනා තත්ත්වය කරගෙන යන්න පුළුවන් ගතියක් යෝගාවචරයට වැටහෙනව.

නමුත් ඒක නෙවෙයි සතර සතිපට්ඨානෙ කියන්නෙ. සතිය අනිච්චාර්යයෙන්ම යොදවන්න ඕනෑ. අප්‍රකට වුණත් නිරස වුණත් දෙයක් නෑ කියල වැටහුණත් අරමුණේම හිත පවත්වනවා කියන එක ඉතාමත්ම සුක්‍ෂම ධර්මයක්. මේක අර මූලින් නීවරණත් එක්ක රණ්ඩු කරල අරමුණ වෙන් කරගන්න ගත්ත උත්සාහයට වඩා ඉතාම සුක්‍ෂමයි. මේ නිසා මූලින් කියපු මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවට වඩා මෙතන මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව තියුණුයි. ඒ වගේම තමයි භාවනා නොකරපු කෙනෙකුට කවදක්වත් කියල දෙන්නත් බෑ. භාවනා කරපු කෙනාට නම් මේක කියනකොට හොඳටෝම වැටහෙනව. "ඇත්ත. මං මෙච්චර අරමුණේ හිත පවත්වන්න පුළුවන්කම තියෙද්දීත් එක්කො අරමුණ නෑ කියල හිත ලීන කරගත්ත. නැත්නම් මට විතරයි මෙහෙම ඉන්ඩ පුළුවන්නෙ කියල කෙළින්ම ශුන්‍යතාවට හිත දල බලන්න හදනව. එහෙම නැත්නම් කල්පනා කරනව පටිච්ච සමුප්පාදය වගේ දෙයක්. මේ වගේ දේවලින් අපි කොච්චර මේ ලැබිච්ච වටිනා විත්තක්‍ෂණය, අපේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව හානි කරගෙන

තියෙනවද පර්යේෂණ තෘෂ්ණාව නිසා...”, කියල මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවට ගේන්න උත්සාහ කරනව. මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව හරි යනකොට එන්ට එන්ට එන්ට බාහිර අරමුණු ගොජ දමනව. බහුල වෙන්න පටන්ගන්නව වගේ තේරෙනවා. ජේන්න පටන්ගන්නවා, නාදුනන රූප හෝ දන්නා රූප හෝ එක එක ඉරියව් විකාර පෙන්වමින් එන්න පටන්ගන්නවා. ඒ එක්කෙනෙකුට වෙන්න පුළුවන් විදියක්. හොඳටෝම පණිවිඩයක් ඇවිල්ල කියනව වගේ තව එක්කෙනෙකුට ශබ්ද ඇහෙන්න පටන්ගන්නවා. නැත්නම් අනිවාර්යයෙන්ම වෙන්ඩ තියෙන දේවල් අර සැබෑ වෙන හීන වගේ ජේන්න පටන්ගන්නව. එහෙම නැත්නම් ගඳ, රස දේවල්, හොඳට ප්‍රකට වෙන්න පටන් අරගන්නව.

මේ තත්ත්වය යටතේදීන් මූල කමිස්ථානයේ හිත පවත්වනවා කියන එක දිය යටින් ගින්නදර ගෙනියනවටත් වැඩිය අමාරුයි. මේ අවස්ථාවේදී කමටහන් සුද්ධ කරන්නෙ නැතුව තනියම භාවනා කරන තැනක නම්, ඒ පුද්ගලයාට දෙයියන්ගෙම සරණ තමයි. බුදුන්ගෙ සරණ නම් ලැබෙන්නෙ නෑ. ඒක ඉතාමත් අවශ්‍ය වෙලාවක් සාකච්ඡාව සඳහා. නිතර කමටහන් සුද්ධ කරන්න ඕනෙ. තමන්ට වැටහෙන දේ, හැබැයි හිතල නෙමෙයි, ප්‍රත්‍යක්ෂය, නිතරෝම සවිස්තරව කල්‍යාණ මිත්‍රයෙකුට මතක් කරන්න ඕනෙ. එතනදි කල්‍යාණ මිත්‍රයා නිතරෝම එකම දේ තමයි කියන්නෙ, නමුත් තමන්ට තේරෙන්න පටන් අරගන්නව මේ කියන දේවල අර්ථය. මෙන්න මේ යෝග්‍යවචරයටයි පුළුවන් වෙන්නෙ දවසක සංස්කාරයන් පිළිබඳව උපේක්ෂාව ලබාගන්න. ඒ දක්වා යන සතිපට්ඨාන මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව තේරෙන්න නම් ඒ විශුද්ධිය නැතුව, සෝක පරිදේව දුරු කරන්නෙ නැතුව, සතිපට්ඨානෙ වඩන්නේ නැතුව, පොත් බලලා බෑ. අද මේ ටික හරි අපට සාකච්ඡා කරගන්න පුළුවන් වුණේ කවුරු කවුරුත් මෙතන ඇවිල්ලා භාවනා කරන නිසා. මීටත් වඩා තව බොහෝම තියෙනව සුද්ධ කරල දැනගන්න දේවල්. ඒක සඳහා තමන්ටම ඤාණය පහළ වෙනකොට තමයි තමන් තමන්ගෙ ගුරුවරයා වෙන්නෙ. අර විශුද්ධිය වැඩි වෙනව. සතිපට්ඨානය තමන්ට සෙතක් වෙයි. ඒක තමයි කියන්නෙ මේ ටික නිවන් දකින්න ඉස්සල්ල වෙන්ඩ ඕනි. මේක කියනවා හයවෙනි ආනිසංසය වශයෙන්. දේශනාවෙ කියවෙන්නෙ මොකද්ද? ‘ඤාසංස ආධගමාය’ කියලා. ඊට පස්සෙ තමයි ‘නිබ්බානංසං සච්ඡිකිරියාය’. ඒ නිසා මේ ප්‍රතිපදාවේ තියන්නේ ඉතාම තාර්කික ඉතාමත්ම ක්‍රමික වැඩ පිළිවෙළක්. ඒ නිසා ඒකට බැහැගෙන භාවනා කරන කෙනාට තමයි මේක පියවරෙන් පියවර, මිහින්නලේ පියවරෙන් පියවර නගින පොඩි එකක් වගේ ඉහළට යන්න පුළුවන් වෙන්නෙ. ඉතින් අපිත් විපස්සනාවෙන් බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ ඒ පැත්තයි.

නමුත් මං හිතනවා අපි වෙන් කරගත්ත කාලේ මෙතනින් හමාරයි. අපි අද දවස ඇතුළත මේ ආනිසංස හත පිළිබඳව ඉදිරිපත් කිරීමයි කෙරුවේ. අපි බලාපොරොත්තු වෙමු මීට වඩා විස්තර සහිත දේවල්, ඒ වගේම මත්තට විස්තර වෙන සතිපට්ඨාන පිළිබඳව ඉදිරි ධර්ම දේශනාවලදී ඉදිරිපත් කරගන්ව. මේ ධර්ම කොට්ඨාශයේ ඇත්තා වූ කරුණුත් තමතමන්ගේ භාවනාවේ ඇත්තා වූ අත්දැකීම්මත් එකතු කරගෙන හිත අලුත් කරගෙන මේ ලැබුවා වූ සරු වස් කාලේ, ඉතාමත්ම හොඳින්, දිය යටින් ගින්දර ගෙනියන්නා වාගේ අරමුණ ඉතාමත්ම සියුම් කරගෙන එහි නිරෝධය දක්වා ගෙනයා ගැනීමට අවශ්‍ය කරන්නා වූ පංච ඉන්ද්‍රිය, පංච බල වැඩීම පිණිසම මේ ධර්ම කොට්ඨාශ හේතු වේවා! වාසනා වේවා! කියන අදහසින් අදට නියමිත පරිදි දේශනාව මෙතනින් හමාර කරනවා.

හඳු! හඳු! හඳු!

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව

3-වන ධර්ම දේශනය.

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“එකායනො අයං භික්ඛවෙ, මගො සත්තානං විසුද්ධියා සොකපරිඤ්චානං සමතිකකමාය උක්ඛදෙමනස්සානං අභථංගමාය ඤායස්ස අධිගමාය නිබ්බානස්ස සව්ච්චිරියාය, යදි’දං චත්තාරො සතිපට්ඨානා’ති”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඛ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි වටිනා සූත්‍රයක් වන සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන වස් කාලයක් ගත කරන භාවනානුයෝගී භික්ෂු පිරිසක් වශයෙන් සාකච්ඡාවට ඉදිරිපත් වෙන තුන්වෙනි අවස්ථාව මේ. මීට කලින් සති දෙකක්, සතියකට පැයක් බැගින් බ්‍රහස්පතින්ද දවස ඒ සඳහා ගත කරලා තියෙනවා.

අපි ගිය වතාවෙන් මේ ඉදිරිපත් කරපු පාලි වාග්මාලාව මාතෘකාව වශයෙන් තබාගන්නට යෙදුණා. අනිකුත් සූත්‍රවලට වඩා මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ වෙනසක්, ඉදිරිපත් කිරීමේ වෙනසක්, සච්ඤයන් වහන්සේ පෙන්වනවා. ඒ සූත්‍රයේ අඩංගු කරුණුවලින් එහි යෙදී ගත කරන්නාට ලැබෙන්නා වූ ආනිශංස කොට්ඨාශය, ප්‍රතිඵල කල් ඇතිවම ගෙන හැර පෑමක්. ඒක ඒ අසන්නාගේ ඇදහීම, ශ්‍රද්ධාව, උනන්දුව, කුසලවිෂන්දය වැඩි කිරීම සඳහා කරන එක ක්‍රමයක්. එහි ලා සච්ඤයන් වහන්සේ මූලින්මත් සරලවමත් ඉදිරිපත් කරන්නේ සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය කියන එකයි. ඒ කියන්නේ විවිධ පැතිවලින් තේරුම්ගත්ත ප්‍රමාණයට බොහෝදෙනා මේක බහු වචනයෙන් තේරුම්ගන්නවා. සමහර වෙලාවට මේක ඒක වචනයෙන් තේරුම්ගන්න සිද්ධ වෙනවා. සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය කියලා මේ සතිපට්ඨාන කියකියා හිටියට හෝ එහෙම නැත්නම් ඒක භාවනාවෙන් තොරව වෙන ක්‍රමවලින් පරිහරණය කළාට බොහෝදෙනාගේ විශුද්ධියක් සිදු වීමකට වඩා, අදහස් කරගන්නට තියෙන්නේ මේ බණ අහන බණ කියන අපි ඒ සතර සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙන් ඉදිරිපත් කරනට බලාපොරොත්තු වෙන ප්‍රතිපත්ති ක්‍රමය, ප්‍රතිපත්ති මාගීය, අප තුළින් ක්‍රියාත්මක කරන්නට පටන්ගත්තොත්,

අන්ත එතැන් පටන් ඒ ක්‍රියාත්මක කරන එක එක්කෙනා තුළ මේ කියන විශුද්ධිය බලාපොරොත්තු වෙන්න පුළුවන්. එහෙම නැතුව සඵඥයන් වහන්සේ කුරු රට ‘කමමාසුදුමම’ නිගමේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දේශනා කළයි කියලා ලෝකයේ විශුද්ධියක්, ලෝක සත්ත්වයාගේ විශුද්ධියක් වුණේ නෑ. එහෙම ගුඪ භාවයක්, එහෙම ගුප්ත ධර්මයක් මේකෙ ඇත්තෙ නෑ. ඒකාන්තයෙන්ම සුතමය වශයෙන් මේක අභලා දනගෙන, චිත්තාමය වශයෙන් මේක ගළපලා අඵ තේරුම් අරගෙන, භාවනාමය වශයෙන් ක්‍රියාවට නගනකොටයි ඒ විශුද්ධිය සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒක නිසා භාවනා කරන පිරිසක් සතිපට්ඨාන සූත්‍රය අභනකොට ලොකු කුසලච්ඡන්දයකට හේතු වෙනවා, ශුද්ධාවකට හේතු වෙනවා, අපි දැනටමත් එහි බැසගෙන ගත කරනවා නේද කියලා. ඒ වාගේම තමයි එවැනි කටයුතු කරන ඇත්තෝ මේක අනික් අයට කියාදීමට හෝ, එහෙම නැත්නම් අනික් අයගේ විමුක්තියකට හිත යොදනවා නම්, කරුණාකරලා මතක තියාගන්න ඕනෑ ඒක තමුන්ගේ විමුක්තියට තමුන්ගේ විශුද්ධියට බාධාවක්. ජනතා විමුක්තියක් හෝ වෙන පොදු ජන විමුක්තියක් හෝ කල්පනා කිරීම සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයාට බාධාවක් බව, විශේෂයෙන්ම ආධුනික සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයාට බාධාවක් බව මේ පදයම දලා තේරුම්ගන්න ඕනෑ. ඒක අර මුල් පාලි පාඨයේ ඒ ආකාරයෙන්ම දැනවෙන්නේ නෑ. ඒක හිත යොදා බැලිය යුතුයි. තමන්ගේ විමුක්තියට හේතු වෙන ආකාරයට කල්පනා කරලා බලලා ගත යුත්තක්. ඒ නිසා ප්‍රධානම කාරණාව මේ විශුද්ධිය ලැබීම තමයි. නමුත් ඒක අනුන්ගේ විශුද්ධියක් බවට පත් වුණොත් ඒක අප්‍රධාන කාරණාවක් වෙනවා නෙවෙයි, ප්‍රධානම විරුද්ධවාදියා බවට පත් වෙනවා. ඒක සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයා හොඳට පැහැදිලි කරගන්න ඕනෑ.

ඊගාවට “සොක පරිඤ්චානං සමතිකකමාය” කියලා ඉතාම දුකට දෙමිනසට පත් වෙව්ව කෙනා කියා පාන, ලෝකෙට අභිභූර පාන ක්‍රමය තමයි අභිභවවා, ළතවුල් වෙනවා. ඒවත් ඔක්කොම නැති කරන්න පුළුවන්. ඒකට අපි පටාවාරාව වගේ ඉතාම දුකට පත් වෙව්ව, ලෝකය පැත්තෙන් බලනකොට ඥති ව්‍යසනයට පත් වෙව්ව කෙනාටත් - නිව්සත්‍රයෙන් නමුත් මේ වගේ ධර්ම සභාවකට කඩා වැදිව්ව ස්ත්‍රියාවට සඵඥයන් වහන්සේගේ පළමුවෙනිම ප්‍රතිචාරය වුණේ, “නැගණියනි! සිහි එලවාගන්ව” කියන එකයි. මේ තියන අවුල් වියවුල්, ව්‍යසන, උමතු ගති, නිර්වස්ත්‍ර ගති, සමාජ විරෝධී නැත්නම් සමාජය විසින් විවිධ විධියට බලන ගති, ඔක්කොම කන්කරව්වල මැද්දේ සඵඥයන් වහන්සේ කීවේ නැගණියෙනි! සිහි එලවාගන්න කියලයි. ඒක ඒ සඵඥයන් වහන්සේගේ විශේෂ විධානයක් හෝ ආසිරි ගැන්වීමක් නොවෙයි. ඒ කාන්තාවට ඒ

වෙලාවේ සතිය තිබුණා. සතිය පිහිටුවාගන්නට පුළුවන් ශක්තිය තිබුණා. පිහිටෙවුව. එතනදීම අර ඔක්කොම සෝක, පරිදේව සම්පූර්ණයෙන් වියළී ගියා නෙවෙයි. නමුත් සෝවාන් මාගීය ලබන තරමට වාගෙ ළඟා කරගන්නට පුළුවන් වුණා. ඒ වගේම ඇඬුම් දෙඬුම් - කිසා ගෝතමීය වගේ කෙනෙකුට, අඩඅඩා තමාගේ පුතාගේ මළ මිතිය අරගෙන එනකොට මතු කරලා දුන්න කාරණාවෙන්, මරණානුස්සතියෙන් පුළුවන් වුණා ඒක නතර කරගන්න. ඊගාවට දුක්ඛ දෙමනස්ස - සන්තති ඇමතිවරයා වගේ දෙමනසට පත් වෙලා ඉන්න කෙනාට සච්ඤයන් වහන්සේ පැහැදිලිව පෙන්නලා දුන්නා ඒ ගිය දේ යන්න අරින්ඬ කියලා. ආශා වුණ දේවල් අතහැරලා දන්න. මධ්‍යස්ථ වෙන්න දුන්. ඒ මධ්‍යස්ථයේ ඇත්තා වූ දේ පිළිබඳවත් අල්ලාගත්තේ නැති හිතකින් බලන්න ඒ වෙලාවේ. මෙතනත් මේ සතියටමයි ආරාධනාව. නැතිනම් සතිපට්ඨානයටමයි ආරාධනාව.

අන්න ඒ ක්‍රියාවලී, සෝක පරිදේවවලින් පීඩිතව දුක් දෙමනස්වලින් හරිතව ගත කරද්දීත්, කැපී පෙනෙන ඔය වගේ වරිත, සිද්ධි කිහිපයක් සච්ඤයන් වහන්සේ ජීවමානව වැඩ සිටින කාලයේදීම සිද්ධ වුණා. ඉතින් ඒකෙන් හොඳ ආදර්ශී ගන්න පුළුවන් යෝගාවචරයාට. ඒ නිසා ඤාති ව්‍යසන, වස්තු ව්‍යසන, එහෙම නැත්නම් ලාභ සත්කාරවල අඩුපාඩුකම් වීම නිසා, ඒ වෙලාවේ සතිපට්ඨානය බහා තියල ඒ දේවල් සඳහා ගත කිරීම ලෝකානුකම්පාවක්, ජනතා විමුක්තියක් කියලා හිතනවා නම් ඒක සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයාට නොගැළපෙන වස විෂ වගේ දෙයක්. ඒකාන්තයෙන්ම තමාගේ සෝක පරිදේව දුක් දෙමනස් නිවාගැනීමටයි මේක පාවිච්චි කරන්න ඕනෑ. ඒ පාවිච්චි කරලා පටාවාරාව වගේ හෝ කිසා ගෝතමීය වගේ හෝ සන්තති මහ ඇමතිවරයා වගේ හෝ තමාගේ පැහැදිලි න්‍යාය අධිගමය, මේක සඳහා ගත යුත්තා වූ ආයථී අෂ්ටාංගික මාගීය කියන්නා වූ එකම මාගීය - තවත් පැත්තකින් කියනවා නම් මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව කියලා මේකට කියන්න පුළුවන් - ඒ මාගීය අවබෝධ කිරීමට තමා කරා එන්නා වූ සෑම අරමුණකටම සතිපට්ඨානය - සතිය මනා කොට පිහිටුවීම- පුරුදු කිරීම අමුතූම න්‍යායක්; මේ ලෞකික විෂය තුළ උගන්වන්නේ නැති, අනවබෝධය නැති කරන, එහෙම නැතිව අවුල වියවුල ඇති කරන නෙමෙයි, අනවබෝධය නැති කරන අමුතූම න්‍යායක්. ඒ න්‍යායට ස්ත්‍රී වුණා කියලා හෝ පුරුෂ වුණා කියලා හෝ ලාභයක් වාසියක් නෑ. පාඩුවක් නෑ. ඤාති ව්‍යසනයට පත් වුණා කියලා හෝ නෑ කියලා හෝ ලාභයක් හෝ පාඩුවක් නෑ. වස්තු ව්‍යසනයට පත් වුණා කියලා හෝ

නැති වුණා කියලා හෝ ලාභයක් හෝ පාඩුවක් නෑ. සෑමදෙනාටම සම මට්ටමක් තියෙනෙ සතිය පිහිටුවීම සම්බන්ධව.

අපි සාමාන්‍යයෙන් තොරණක කපා වස්තුවක් විදියට පෙන්වල තියනකොට පටාචාරාවට හෝ කිසා ගෝතමියට වෙච්ච දේ නොවිය යුත්තක්, අභාගයක්, අවාසනාවන්ත සංසිද්ධියක් වශයෙන් තමයි අපිත් දකින්නෙ. පටාචාරාව වෙනුවෙන් අපිත් අඬනවා. නමුත් ඒක තමයි පටාචාරාවට සඵඥයන් වහන්සේ දෑකගන්නට, ධර්මය දෑකගන්නට, සඟ පරපුරට ඇතුල් වෙන්නට, කෙටිම මාර්ගය වුණේ. ඒක නිසා ඒක පටාචාරාවට වාසියක් වුණා. නමුත් අපි හිතන්ඩ නරකයි, අනේ! අපේ අම්මට පටාචාරාවට වෙච්ච දේ වේවා! එතකොට අම්මට නිවන් දකින්නට පුළුවන් වේවා! කියලා මෙහෙම හිතන එක මහා භයානකයි. කාට හරි දුකක් පටවලා, දුකක් ප්‍රාථනා කරලා, දුකක් පනවලා, ඒ තුළින් සත්‍යය අවබෝධ වේවා! කියලා හිතන එක අසාධාරණයි. ඒක අපේ අපවත් වෙච්ච ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ මතක් කරලා දීලා තියෙනවා, කාටවත් ශ්‍රද්ධාව ඇති කරන්න උනන්දු වෙන්න හදන්න එපා! ඒක භයානකයි කියලා. ඇති වෙච්ච ශ්‍රද්ධාවෙන් ඇති වෙච්ච දුකෙන් ශ්‍රද්ධාව ඇති කරගන්නවා, ඇති වෙච්ච ශ්‍රද්ධාවෙන් න්‍යාය මාර්ගය මතු කරලා දෙනවා කියන එක එකක්. නමුත් ඒ වගේ දේවල්, "වේවා!" කියලා හිතන්න නරකයි. ඒ වගේම තමයි එහෙම වෙච්ච ඇත්තො දුකලා ඒ ඇත්තෝ මාර්ගයෙන් තමන් කරපුත් නැති, දන්නෙන් නැති සතිපට්ඨානයක් උගන්වන්න හදනවා නම් ඒකත් අවස්ථාවාදයක්.

ඒ නිසා මේ දෙකම නෙමෙයි මෙතන ගත යුත්තේ. තමන් කෙරෙහි කොහොමටවක්වත් පටාචාරාව මට්ටමට හෝ ඊට අඩු මට්ටමකට හෝ නිතරෝම දුක්, දෙමිනස්, සෝක, පරිදේව විවිධ අරමුණු මාර්ගයෙන් ඇස, කණ, දිව, නාසය, කය, සිත මාර්ගයෙන් ගලා එනවා. මේ සෑම අරමුණකටම සතිය පිහිටුවීම මාර්ගයෙන් මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය, න්‍යාය පිළිබඳව පරිචයක් ලැබෙනවා. ඒ පරිචය ඒ පුද්ගලයාගේ ආශ්‍රය නිශ්‍රය සම්පත්වල හැටිහැටියට රුචි අරුචිකම්වල හැටිහැටියට අධ්‍යාත්මයේ හැටිහැටියට වෙනස් වෙනවා. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය අඩිග සම්පූර්ණ ධර්ම කොට්ඨාසයක්, ධර්ම පන්තියක් ගෙන හැර පෑවට, රාගය අධික චරිතයාට සතිපට්ඨානයේ ඔක්කෝම කොටස් අවශ්‍ය කරන්නේ නෑ. එයාට අවශ්‍ය කරලා තියෙනෙ තමන්ගේ ගැටේ ලිහාගන්න පුළුවන් කොටස පමණයි. ද්වේෂ චරිතයාට සම්පූර්ණ කොට්ඨාසේ ඉගෙනගන්න අවශ්‍යතාවක් නෑ. ඒ වගේම මෝහ චරිතයාට සම්පූර්ණ කොට්ඨාසේ ඉගෙනගන්න අවශ්‍යතාවක් නෑ.

ඉගෙනගත්තාට පාඩුවක් නොවෙයි. නමුත් ප්‍රයෝජනය සලකලා බලනකොට, සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරලා තියෙන්නෙ පුදුම අපූර්ව තාලෙකට, විස්මයජනක තාලෙකට. මූලික කමටහනක් දිගේ වැඩේ කරගෙන යනකොට තමන්ගේ වර්තයට අදාළ තාලෙට න්‍යාය පහළ වෙනවා. දැන් සච්ඤයන් වහන්සේට සතිපට්ඨානය පිළිබඳව, නැත්නම් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය පිළිබඳව 'පුබ්බෙ අනනුස්සුතෙසු ධමමෙසු වක්ඛුං උදපාදි ඤාණං උදපාදි...' ආදී වශයෙන් සෑම සියලු සත්ත්වයාටම සාධාරණ වෙන සච්ඤා ඤාණය පහළ උනා. ඒ නිසා උන්වහන්සේ වෙත පැමිණෙන විනයෙහි ජනතාව ඕනෑම කෙනෙකුට නොපැකිළ, අහිතව, ව්‍යක්තව, ප්‍රතිබලව, උත්තර දෙනනට පුළුවන් ශක්තියක් උන්වහන්සේට තිබුණා. නමුත් එව්වරම ශක්තියක් සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේට තිබුණේ නෑ. ඊට අඩුයි ටිකක්. ඊටත් අඩුයි මොග්ගල්ලාන ස්වාමීන් වහන්සේට. ඊටත් අඩුයි අනිකුත් මහා ශ්‍රාවක ඇත්තන්ට. ඊටත් අඩුයි අනිකුත් රහතන් වහන්සේලාට. ඒ වගේ තමයි මේක බැහැරගෙන බැහැරගෙන යන්නෙ, එතැන සඳහන් කරන්නෙ තමන් වෙත පැමිණෙන ලෝක සත්ත්වයා විෂයෙහි.

නමුත් භාවනා කරන අපි එක එක්කෙනා ගැන කල්පනා කරනකොට තමුන්ගේ ඇත්තා වූ වර්ත ලක්ෂණය මොකක්ද? ඒ වර්ත ලක්ෂණයට අනුව මේ න්‍යාය පාදගන්නවා කියන එක බොහොම කෙටි වැඩක් වෙන්නත් පුළුවන්. පටලවා ගත්තොත්, සච්ඤා ඤාණය ලබාගන්නවාටත් වැඩියෙන් මහන්සි වෙන්නත් ඉඩ තියනවා, ඒත් නොලැබෙන්නත් ඉඩ තියෙනවා. ඒක නිසා මේ න්‍යාය කියන එක බණ අහන, බණ කියන එක එක්කෙනෙක් ලබාගන්නා ක්‍රමය වෙනස්. තමන්ගේ වර්තයට, තමන්ගේ රූපි අරූචිකම්චල හැටියට, තමන්ගේ ශ්‍රද්ධා, චිරිය, ආදී ඉන්ද්‍රිය ධර්මවල හැටිහැටියට තමයි මේ න්‍යාය පහළ වෙන්නෙ. අන්න ඒ නිසා මේ 'සති' කියන සතිපට්ඨානයේ මූලික තේමාව, කොඳු ඇට පෙළ, සතිය, මුල් කරගෙන යනකොට සතිපට්ඨානය වගේ බරසාර ගැඹුරු දේකටත් වඩා හුදු සති වෛතසිකය විස්තර කරනකොට, වෙත පැමිණෙන, ඉදිරියට ඉදිරිපත් වෙන දේ පිළිබඳව සතිමත් වීම කියලා කෙටියෙන් සඳහන් කරනකොට ඒ තුළින් අපට පුළුවන් වෙනවා මේ න්‍යාය කියන එක හැම විත්තක්ෂණයකම පෝෂණය කරන්න. විවිධාංගීකරණය කරන්න. කරගෙන කරගෙන යනකොට ඒ පුද්ගලයා තුළ හැම මොහොතකම පින් වැඩෙනවාටත් වඩා කුසල් වැඩෙනවා. කුසලතාවක් වැඩෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා සතිපට්ඨානය කියන එක, ඒකෙනුත් තව සාර කරලා ගන්නව නම්, පෙරාගන්නව නම්, සතිය කියන එක මූල, මැද, අග, කියන තුන්

ස්ථානයටම ගැළපෙනවා. ශාසනයේ ආදි කල්‍යාණය, මජ්ඣිම නිකාය, පරියොසාන කල්‍යාණය කියලා සච්ඡෙදයන් වහන්සේගේ ධර්මයේ සඳහන් වෙනවා. උන්වහන්සේගේ ධර්මය ඒ වගේ මූල, මැද, අග, කල්‍යාණ ධර්මයන්ගෙන්, මංගල ධර්මයන්ගෙන් සමන්විතයි. ඒ ගතිය තියෙන්නේ සතිය නිසයි. ඒ නිසා මේ න්‍යාය අධිගමය කියලා කිව්වහම, සච්ඡෙදයන් වහන්සේ අධිගමනය කලා වූ සච්ඡෙදා න්‍යාය අපට අවශ්‍යත් නෑ කරන්නත් බෑ. අපට අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ අපේ මේ සංසාර ගැටේ ලිහාගැනීමට අවශ්‍ය කරන ප්‍රදේශය තේරුම්ගැනීමයි. ඒ තේරුම්ගැනීම තුළින්, ලෝක සත්ත්වයන් සත්ත්ව සංස්කෘතවත් අපිත් සමග සම නිසා අපට අනික් ඇත්තත් සමග හද බෙදගන්න පුළුවන් තත්ත්වයකට එන්න පුළුවන්. නමුත් අපට සච්ඡෙදා ඤාණය ලැබෙන්නේ නෑ. හැම කෙනාටම අපට උත්තර දෙන්න පුළුවන්කමක් නෑ. ඒ නිසා අපි භාවනාවට සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉගෙනගන්න පෙළඹෙනකොට ඒකේ රාමුව මේ ආකාරයෙන් තේරුම්ගන්න ඕනෑ. මේ න්‍යාය අධිගමය කරන්නේ නැතිව 'නිබ්බානසං සච්ඡෙදියාය' කියන ඊශාව මට්ටමට යන්න බෑ. ඒ න්‍යාය තමන් විසින් සංශ්ලේෂණය කරගත යුතුයි, මගේ වර්තයට මෙන් මෙහෙමයි කියලා.

නමුත් අද භාවනා ක්‍රම උගන්වනකොට හුඟක් වෙලාවට එකම කම්ස්ථානයක් දීලා, ඒ ඔක්කෝටම එකම කාල සටහනක් දීලා, ඒ ඔක්කෝටම එකට ගුරුවරයෙක් ඉදිරිපත් වෙලා, ඔක්කෝටම එකම මධ්‍යස්ථානයක් හදගෙන කරනකොට, කෙනෙකුට සැක හිතෙන්න පුළුවන් මගේ වර්තෙට, එහෙම නැත්නම් මගේ රූවි අරුචිකම්වලට ඒක ගැළපෙනවාද? කියලා සැකයක් පහළ වෙන්න පුළුවන්. නමුත් සූත්‍ර පිටකයේ හොඳට විස්තර හොයනකොට ආනාපාන සති සූත්‍රය කියලා එකක් තියෙනවා මජ්ඣිම නිකායේ, හොඳට විස්තර සහිතයි, මධ්‍යම ප්‍රමාණයට විස්තර වෙලා තියෙනවා. ඒ සූත්‍රයේ හොඳට පැහැදිලි කරලා තියෙනවා මේ හුදු ආනාපානය කියලා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ විස්තර කරලා තියෙන්නේ විසිඑකක් කමටහන්වලින් එක කමටහනක් විතරයි. ආනාපානය කියලා කියන්නේ සතිපට්ඨානයේ තියන පට්ඨාන හතරෙන් සතිපට්ඨානයකුත් නෙමෙයි. එයින් කමටහනක් විතරයි. නමුත් ආනාපාන සතිය වැඩිමෙන් රහත් වෙන ආකාරය දක්වාම යන්න පුළුවන් බව ආනාපාන සූත්‍රයේ සඳහන් කරලා තියෙනවා. එක සතිපට්ඨාන කොට්ඨාශයක් භාවිතා කරලත් නිවනට යන්න පුළුවන් බවත් සංයුක්ත නිකායේ යම් යම් සූත්‍රවල සඳහන් කරලා තියෙනවා. තව සමහර තැන්වල සඳහන් කරලා තියෙනවා එක් එක් සතිපට්ඨානය භාවනා කිරීමෙන් සේධ තත්ත්වයටත් සතර සතිපට්ඨානයම වැඩිමෙන් අර්හත්

තත්ත්වයටමත් යන්න පුළුවන් කියලා. ඉතින් ඒ නිසා මේ පොදු භාවනා මධ්‍යස්ථානවල මේක හොඳට තේරුම් අරගන්න ඕනෑ, පොදුවේ උගන්වන කමිස්ථානයක්, පොදුවේ දෙන කාල සටහනක්, පොදුවේ දෙන ආහාර, පොදුවේ දෙන අනිකුත් සේනාසන ආදී දේවල්වලින් බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ, ඒ යෝගාවචරයා ගඟට තල්ලු කරන එකයි. නැත්නම් සෝතාපන්න තත්ත්වයට පත් කරන එකයි. පත් කළාට පස්සෙ ඒ යෝගාවචරයාට අර කාල සටහන තමුන්ට සුදුසු තාලට සකස් කරගෙන, සප්පාය කරුණු සලසාගෙන, අරිට වඩා විවේකීව, ගුරුවරයාගෙන් යම් ප්‍රමාණයකට දුරස්ථ වෙලා කරගෙන යන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ නිසා එවැනි මධ්‍යස්ථානවලින් බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ මේ අඩුම ලංසුවට, මූලික ඇතුල් වීමට, දෙර විවර කරලා දීමයි. ඒ නිසා සැක හිතන්න නරකයි, මේ එක සතිපට්ඨානයක් හෝ සතිපට්ඨානයක ලා ගැනෙන එකම කමිස්ථානයක් වැඩිමෙන් අපි සතිපට්ඨානය මගහරිනවා දෝ කියලා. එහෙම සැක හිතන්න, සූත්‍ර හොයලා බලනකොට සැකයක් ඇති කරගන්න ඉඩක් නෑ.

නමුත් සතර සතිපට්ඨානය විස්තර කරන්න මේ න්‍යාය පිළිබඳව කථා කරනකොට සච්ඡෙයන් වහන්සේ පෙන්නලා දෙනවා මේ හතරම සච්ඡෙයන් වහන්සේ තේරුමක් නැතුව ප්‍රකාශ කළා නොවෙයි. මේවා හතරම එකතු උනාට පස්සෙ “ඡාඨියට මූඨිය” කිව්වා වගේ ඔක්කෝගෙම පුදුමාකාර ගොනුවක් ඇති කරලා දෙනවා. ඒකට බොහොම සරල උපමාවක් පෙන්නලා දෙනවා, හතර මං හන්දියක සිව්දිගින් පැමිණෙන රථ හතර මංහන්දිය පහු කරගෙන වේගයෙන් ගමන් කරන නිසා හතර මංහන්දියේ මැද දූවිලි ඉතුරු වෙන්නෙ නෑ කියලා. ඒ හතර මංහන්දියෙ එක පාරක් නම් දිගටම පාවිච්චි වෙන්නෙ, අනික් පාරවල් දෙකෙන් එන දූවිලි, කෝච්චි පීලි දෙකකට දෙපැත්තේ රොක් වෙන්නා වගේ එකතු වෙනවා. නමුත් ඉතිරි පාරවල් දෙකක් නිතරම පාවිච්චි වෙනවා නම් අර මැද එකතු වෙන දූවිලි ටික එහාට මෙහාට පිහලා දනවා. අන්න ඒ වගේ තමයි අපි සෝවාන් වීම සඳහා හෝ එහෙම නැත්නම් ඊට පෙර ඇත්තා වූ විපස්සනා ඥාණ පහළ කරගැනීම නිසා හෝ නැත්නම් ඊටත් කලින් ඇත්තා වූ ධ්‍යානයක් ලබාගැනීමට කටයුතු කරද්දී ගොඩාක් දූවිලි තව දෙපැත්තේ තියෙනවා. නමුත් පාරේ අපට අපි යන දිහාවට යන්න පුළුවන්. අනික් පැත්තට යන්න පාර සුදුසු මදි. වාහන ගිහිල්ලා පදම් වෙලා නෑ. නමුත් ඉදිරි වැඩ කරගෙන යනකොට ඒ නිසා ඒවා නැවත සලකා බලන්න වෙන එක මේ වාගේ සාර බහුල භාවනා ක්‍රමවල හැටි. ඒකට ඉඩ තියෙනවා. ඒ නිසා එක භාවනා ක්‍රමයක්, පිම්බීම හැකිළීම ගන්නවා, ආනාපානය ගන්නවා, බුද්ධානුස්සතිය වශයෙන් ඒ එක එකක්

අරගෙන යනකොට පැහැදිලි විචරයක්, ඕන දේකට යන්න පුළුවන් ප්‍රවේශයක්, මේක තුළ තියෙනවා.

මේ පිළිබඳ විත්ථාර රූපි, සංඛේප රූපි, කියලා යෝගාවචරයේ කොට්ඨාශ බෙදෙනවා. රාග වර්ත, ද්වේෂ වර්ත, මෝහ වර්ත, කියලා කොට්ඨාශ බෙදෙනවා. විශේෂයෙන්ම තෙත්තිප්පකරණ කථාවේ හුඟාක් විස්තර කරනවා. විත්ථාර රූපි යෝගාවචරයාට ශාන්තමය ඥානය වශයෙන් මේ විස්තර අහනකොට අහනකොට ශ්‍රද්ධාවක් පහළ වෙලා තමුන්ගේ වැරදි නිවරණ ධර්ම අයිත් කරන විධි ගැන ක්‍රමයෙන් පැහැදිලි කරගෙන මාගීය සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා එවැනි කෙනාට සතර සතිපට්ඨානයම හදරන තාක් කල් ගන්න දේවල් තියෙනවා. ඒ මොකද? හිත බොහෝම කැමතියි මේ පුංචි පුංචි විස්තර හොයන්න. නමුත් සංඛේප රූපි, සංක්ෂේපයෙන් බණ අහලා ඒකේ තේරුම් අරගන්න පුළුවන් යෝගාවචරයාට සාරිපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේ දේශනා කළා වගේ මට කියලා දෙන්න, මම දහසක් නයිත් තේරුම්ගන්නම් කියලා උන්වහන්සේ අර අස්සේ මහා රහතන් වහන්සේ ඉස්සරහපිට පාඨව්ජනව ඉඳල ප්‍රකාශ කළා. ඒ මොකද? මට විවිධ ආකාරයෙන් ගළපලා තේරුම්ගන්න ශක්තියක් තියෙනවා. එහෙම ඇත්තන්ට බොහොම සිංගිත්තක් ඇති. බාහිය දුරුවීරිය තාපසයට කීවා වගේ, සාරිපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේට වගේ, ටිකක් සඳහන් කරපුවහම විස්තර වශයෙන් දැනගන්න පුළුවන්. ආන්න ඒ ඇත්තන්ටත් සතිපට්ඨානය කොයි විදියටත් ගැලපෙනවා.

මේකෙන් මැන කාලයේ මේ සංඛේප රූපි ක්‍රමයට බොහොම පෝර දපු, එහෙම නැත්නම් ගිහි, පැවිදි, ස්ත්‍රී, පුරුෂ කාටත් වගේ භාවනා දෙර විවෘත කරපු යුග පුරුෂයෙක් තමයි, මහා සී සයාචෝ ස්වාමීන් වහන්සේ. උන්වහන්සේගේ පොත පැහැදිලිවම මතු කරලා පෙන්වන්න හදනවා, ධර්ම දේශනා මාගීයෙන් මතු කරලා පෙන්වන්න හදනවා, මේ එක භාවනා ක්‍රමයක් එක කමටහනක් අරගෙන ගියාම පැහැදිලිවම විශාල දෙරටු රාශියකට දෙර ඇරෙනවා කියලා. ආන්න ඒකේදී හුඟාක් සවිස්තරව විස්තර කරලා දෙනවා පිම්බීම හැකිලීම. ඒක තමයි උන්වහන්සේ විසින් ලෝකෙට හඳුන්වා දීපු අරමුණ. ඒක කරගෙන යනකොට, අපි ඒකේදී ඉතාමත්ම ගොරෝසු වූ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව, කායානුපස්සනාවට වැටෙන කොට්ඨාශය, තේරුම් අරගෙන යනකොට එහි තුළ පහළ වෙන්නා වූ සතිය නිසා, නොසිඳ එහිම ඇතුළටම කිඳ බහින ඇතුළාන්තයකට විනිවිද ගෙනියන්නා වූ සතිය නිසාත් ඒ තුළින් පහළ වෙන්නා වූ පැහැදිලි දර්ශනය සම්පූර්ණය නිසාත් ඒ යෝගාවචරයාගේ හිතේ ඇති වෙන පැහැදිලි දර්ශනය තුළින්,

අනිකුත් භාවනා නොකළා වූත්, අවධානය නොයෙදුණා වූත්, විශාල ධර්ම කොට්ඨාශයකට භාවනාමය ඤාණයක් පහළ වෙනවා. ඒක අර හිත යොදා තේරුම්ගන්නා වූ ප්‍රත්‍යක්ෂ විපස්සනාව නෙමෙයි. ඒකට කියනවා අනුමාන විපස්සනාව කියලා.

ඒ අනුමාන විපස්සනාවට සඵලයන් වහන්සේගේ දේශනාව ගලපනකොට, ප්‍රත්‍යක්ෂ කළ දෙයක් වගේ තමන්ට හොඳට වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා ප්‍රත්‍යක්ෂ කිරීම සඳහා ඉදිරිපත් කරන්නේ බොහෝම පොඩි කොටසක්. ඒකේ ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණය වැඩි වෙන්න වැඩි වෙන්න ආලෝකය ප්‍රභාශ්වර වැඩි වෙන්න වැඩි වෙන්න හාත්පස ඇත්තා වූ අවධානය කෙළින්ම යොමු නොකළා වූ අනිකුත් සියලුම ධර්මයන් කෙරෙහි අනුමාන විපස්සනාව සිද්ධ වෙනවා. මේකට උපමාවක් වශයෙන් කියනවා නම්, අපි විදුලි පන්දමක් දල්වලා බිත්තියකට ගැහුවොත් ඒකේ ආලෝක වළලු දෙකක් තියෙනවා. මැද තියෙනවා හොඳටම නාහිගත වුණා වූ තද දියුලන ආලෝක ලපයක්. ඊගාවට තියෙනවා හාත්පසින් එව්වරම ප්‍රභාශ්වර නැති ලොකු වලයක්. ඉතින් අපට සඵලයක් හෝ නැති වෙච්ච ඉදිකට්ටක් හෝ බිත්තියට ගහල තියන ඇණයක් හෝ බලන්න ඕනෑ නම් අපි කරන්නේ මැද තියෙන ආලෝක ලපය ඒකට යොමු කරපුවහම හොඳට පැහැදිලිව ඒක පේනවා, මෙතන ඒක තියනවද? නැද්ද? විස සතෙක්ද? නැද්ද? කියලා. නමුත් ඒ හාත්පස විහිදෙන ආලෝකය, පරිසරය පිළිබඳව යම් අවබෝධයක් ලබා දෙනවා. ඒ නිසා දෙකම විපස්සනා ඥාණ බව ඒ ස්වාමීන්වහන්සේ පිළිගන්නවා. ප්‍රත්‍යක්ෂ විපස්සනා ඤාණය කියලා කියන්නේ, බැහැලා වැඩ කරන ඇත්තෝ ඉන්න නිසා බොහොම ප්‍රකටයි, පිම්බීම හැකිලීමට හිත යොදා කරගෙන යනවා, පිම්බීම හැකිලීම, ප්‍රඥප්ති ධර්ම අතහරිමින් පරමාථ ධර්ම දිහාවට ගිහිල්ලා උදරයේම හිත පවත්වමින් එහිම ඇතුළට කිඳු බහිමින් යනකොට ඒ තුළ විකාශය වෙනවා. ඒ තුළ ප්‍රකාශයට පත් වෙන්නා වූ ධර්මතාවලට අපි කියනවා ප්‍රත්‍යක්ෂ විපස්සනාව කියලා.

නමුත් ඒ විදියට හිත එහිම නිමග්න වේගෙන ඉන්නකොට සද්ද ඇවිල්ලා යන හැටි, මූල කම්ස්ථානයට බාධා නොකරම හොඳට භාවනාව යනකොට යෝගාවචරයා අත්දකිනවා. ඒ වගේම වේදනා පුංචි පුංචි ඒවා එනවා. නමුත් අරමුණ පෙරළන්නේ නෑ. අරමුණට බාධා කරන්නේ නෑ. අරමුණ තියෙද්දීම ඒක ඇවිල්ලා යන බව දන්නවා. සිහිවිලි එනවා. එව්වර කොන්ද පණ මදි සිහිවිලි විටින් විට දෙකක් තුනක් ඇවිල්ලා දිය වෙලා නැති වෙලා යනවා. නමුත් අර තමන් ගත්ත මූල කම්ස්ථානය බිඳිලා විනාශ වෙලා යන්නේ නෑ. මෙන්න මේ විදියට

මූල කමිස්ථානයේම, ප්‍රත්‍යක්‍ෂ විපස්සනාවට, මේකට තව පැත්තකින් කියනවා නම් ගෝචර අප්ප්ඤ්ඤාන අරමුණේම, හිත පවත්වනකොට අර බාහිරෙන් ඇවිල්ලා යන දේවල් එක අනියම් පාඩමක් උගන්වලා යනවා. නමුත් තමන්ගේ කමිස්ථානයට බාධා කරන්නේ නෑ. යම් වෙලාවක යෝගාවචරයාට මේ වෙලාවේදී සැකයක් ඇති වුණොත් මට කවදකවත් මෙහෙම ගියොත් එහෙම මේ මතු වෙන ශබ්ද පිළිබඳව යථාර්ථය අවබෝධ කරගන්න ලැබෙන එකක් නෑ. සිතීවිලි පිළිබඳව යථාර්ථය අවබෝධ කරගන්න ලැබෙන එකක් නෑ. වේදනා පිළිබඳව යථාර්ථය අවබෝධ කරගන්න ලැබෙන්නේ නෑ, ඒ මොකද මූල කමිස්ථානයේම නේ හිත තියෙන්නේ. ඒ නිසා මම මේ මූල කමිස්ථානය හොඳට ජේ වෙලා සිද්ධි වෙලා යාදීගෙන එන වෙලාවේදී ශබ්දවලට, නැත්නම් වේදනාවලට, නැත්නම් සිතීවිලිවලට හිත යොදලා බලන්න ඕනෑ කියලා කල්පනා කළොත් මේක තමා මේ න්‍යාය දැනගැනීම සහ නොදැනගැනීම අතර වෙනස.

ඒ නිසා මුලින්ම තේරුම් අරගන්න ඕනෑ මූල කමිස්ථානය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ විපස්සනාව, ගෝචර අප්ප්ඤ්ඤාන අරමුණෙහි දිගින් දිගටම ගැඹුරට යෑම, අර එන දේවල් මතුමත්තේ මීටත් වඩා විශදව අනුමාන ඤාණයෙන් විස්තර කරල දෙනවා. කවදවත් මේ ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඤාණයෙන් ලබාගන්නා දේ අනුමාන ඤාණ ටොන් ගණනකින්වත් ගන්නට බෑ. ඒක නිසා ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඤාණය බහා තබල යම් වෙලාවක ලේසි නිසා, ප්‍රකට නිසා, සිත් ගන්නාසුලු නිසා, නිදහස් චිත්තනයට යාදෙන නිසා බහුශාක භාවයට යාදෙන නිසා මූල කමිස්ථානය අමතක කරලා ලාමක දේවල්වල යෙදෙන්න යෑම, විස්තර හොයන්න යෑම, ඒවා පිළිබඳව උනන්දු වීම මේ න්‍යාය මගහැරීමක් වෙනවා. එහෙම කෙනාට නිවන කිට්ටු නෑ. ඒ පුද්ගලයා බොහෝම ආසන්නයේ ඉන්නවා. නමුත් හිටියාට අවධානය මනසිකාරය යොමු වෙලා තියෙන්න ඕන. මේ දේ ආරම්භක යෝගාවචරයාටත් වෙන්න පුළුවන්. හොඳටෝම දියුණු යෝගාවචරයාටත් වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා සතිපට්ඨානය නැවත නැවත අහනකොටම මේ එක එකක් වැරදි වෙනුවෙන් ලියවිලා තියෙන විස්තර සාකච්ඡා ඉදිරිපත් වෙලා හරියට කාරණා මතු වෙන්න පුළුවන්. නමුත් හොඳ කල්පනාකාරයන්ට, සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ දේශනා කළා වගේ වරක් කියපු දේ ආයෙ නැවත නැවත කියන්න දෙයක් නෑ, දහසක් නයින් තේරුම්ගන්නට පුළුවන් කෙනා නම් තේරුම් අරගන්න ඕනෑ මේ එකම අරමුණ, එහෙම නැත්නම් මූල කමිස්ථානය කියලා අපි භාරගන්නා වූ මුල් අරමුණ - මේකට කියනවා ගෝචර අරමුණ කියල, අප්ප්ඤ්ඤාන අරමුණ කියල - මෙන්න මේ ගෝචර අප්ප්ඤ්ඤාන අරමුණේ හිත පවතින

තාක් කල් ඒක හිතාගන්න ඕනෑ, ප්‍රත්‍යක්‍ෂ විපස්සනාව, සවිච්ඡිකත්ත ආරම්භණය කියලා. අවබෝධ කළ යුතු සාක්‍ෂාත් කළ යුතු අරමුණ. ඒ දේ කරනකොට අනිච්චයෙන්ම අනුමාන විපස්සනාව සිද්ධ වෙනවා. නය විපස්සනාව සිද්ධ වෙනවා. මේ නය ක්‍රමය හිතේ ඇඹිබැහියක්. ඒක කවුරුවක්කත් පුරුදු කළ යුත්තක් නොවෙයි. යොමු කළ යුත්තක් නොවෙයි. ඉබේ වෙන දෙයක්. ඒක තමුන්ට ලැබෙන අතුරු ලාභයක්. ඒ අතුරු ලාභයට හිත යොදනකොට ඕනෑම කෙනෙකුට තකී කරන්න පුළුවන් මේකත් භාවනාවක්මයි මේකත් හොඳ ධාතු මනසිකාරයක්මයි මේක අරකට වැඩිය විචිත්‍රයි ආදී වශයෙන්. ඒ කරුණු ගෙන හැර දැක්වීම තනි වචනයෙන් කියනවා නම් අරතිය කියන, කළ යුතු ගරු දේ අතහැරලා ලාමක දේකට හිත දැමීම කියලයි කියන්නට තියෙන්නේ. මේකත් මේ ඤයසු අධිගමාය කියන කාරණාවට තමයි ලං කරන්නට ඕනෑ. ඒ නිසා එතෙත්ට ගියේ නැති කෙනෙකුට නම් මේ බණ අහනකොට මොනවාදැ මේ කියන්නේ කියලා තේරෙන්නෙ නෑ. එතෙත්ට ගිය හුගදෙනෙක් ඒක අත්දැකලා තියෙන ඇත්තෝ. නමුත් මේ මාර බලවේග. එවැනි මාර සේනාවලට කියනවා අරතිය කියලා. අධිකුශලය, ගෝචර අප්පකුත්ත අරමුණ අතහැරලා අර ලාමක දේවල් අතගලා ඉන්නවා. එහෙම කෙනාට නිවන නභය යට තිබ්බත් අත ළඟ තිබ්බත් ඒක ගන්න හිතෙන්නෙ නෑ. හිත ඉඩ දෙන්නෙ නෑ. ඒ මොකද? නොබැලිය යුතු නොගිතිය යුතු දේවල්වල ව්‍යාඤ්ජන අනුව්‍යාඤ්ජන වශයෙන් අභිග ප්‍රත්‍යභිග වශයෙන් විස්තර භොයන්න අවධානය යොදන්න ගිහින් හිත දෙකඩ වෙලා. ව්‍යාඤ්ජන අනුව්‍යාඤ්ජන වශයෙන් අභිග ප්‍රත්‍යභිග වශයෙන් විස්තර බැලිය යුත්තේ සවිච්ඡිකත්ත ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කටයුතු ගෝචර අප්පකුත්ත අරමුණේ පමණයි. අනිකුත් දේවල් ඉබේම සිද්ධ වෙනවා.

ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනාව කරනකොට ඒකේ අවසානයේ දක්වලා තියෙන අර හත් අවුරුද්දක හෝ හත් දවසක හෝ කියන මූලින් තියන ආනිසංස පිළිබඳව දේශනාවත් අවසානයේ දෙන්නා වූ සහතිකයත් දෙක අතරමැදි යෝගාවචරයාට ගොඩක් තමා වශයෙන් කළ යුතු ආර්ය පර්යේෂණ තියෙනවා. ඒ ආර්ය පර්යේෂණය තමා මෙතන සදහන් කරන්නේ 'ඤයසු අධිගමාය' කියලා. ඒ න්‍යාය අධිගමනය කරනවත් එක්කම යම්ම මොහොතක තමුන් අරමුණු දෙකතුනක මත් වෙලා දෙකතුනක අතරමං වෙලා ඉන්න වෙලාවේ මේකයි මම කළ යුත්තේ, අනිකුත් දේවල් දෙවැනි දේවල්. මේකයි ප්‍රමුඛතාව, මේකයි ප්‍රධාන දෙය කියලා තේරුම්ගන්නවාත් හා සමගම අකාලිකවම ප්‍රතිඵල ලැබෙනවා. ඒක තේරුම්ගන්නෙ නැතිව හරියට ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙ

නැතිව මෙනෙහි කරලා ඒ ද්විතීය අරමුණු බාහිර අරමුණු බැහැර කරන්නේ නැතිව කොච්චර වෙලා හිටියත් ඒ යෝගියාගේ න්‍යාය අධිගමනය කියන නිවනට ලං වීම, මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව ගිළිහෙනවා. හුඟක් වෙලාවට භාවනාවේ විනාඩි තිස්පහක් හතළිහක් විතර ගියාට පස්සේ බොහෝ යෝගාවචරයන්ගේ කායික වීර්යයත් ඒ අනුවම මතු වෙන්නා වූ වෛතසික වීර්යයත් දුච්ච වීම නිසා හරියට ගහකට කොටාගෙන කොටාගෙන යනකොට පිහියක දූල්ල, පිහියේ අග කැපෙන කොටස ගෙවිලා ගියා වගේ වීර්යය ගෙවිලා ගියාම හිත නා නා ප්‍රකාර අරමුණු විෂයෙහි ඔහේ පාවෙන මට්ටමකට යනවා. මේ නිසා තමයි ගොඩාක් කල් වාඩි වෙලා ඉන්න සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ නිසා හොඳට මතක තියාගන්න ඕනෑ, කල් ඇතුළම තේරුම් අරගන්න ඕනෑ සතිපට්ඨාන භාවනාවේදී භාවනා ක්‍රම තිහක් හතළිහක් පෙන්නලා දුන්නාට, රූප කොට්ඨාශ, ආපේ, තේජෝ, වායෝ, ආකාශ කියලා හතරක් පහක් තිබුණාට, නාම වශයෙන් තමන් අහලාවත් නැති කොට්ඨාශ රාශියක් තිබුණාට මේ එකක් හරියට තේරුම් අරගන්නොත් අනිත් ඒවා අනුමාන ඤාණ, සුභමය ඤාණ මාගීයෙන් තේරුම් වෙන එක න්‍යාය ධර්මයක්. එවුවා පිළිබඳ නැවත හැරිලා බලනට ඕනෑකමක් නෑ. අසන්නෘප්ත භාවයක් ඇති කරගනිම ඕනෑ නෑ. දිගට කරගෙන කරගෙන යනකොට හරියනවා. මේක තේරුම් අරගෙන තිබුණේ නැත්නම් න්‍යාය අධිගමයේ ලොකු බාධාවක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා මේ අනවබෝධය දුරු කිරීමට කටයුතු කරනකොට මේ කාරණා තේරුම් අරගෙනම බහින්න ඕනෑ. යෝගාවචරයා විසින්මයි මේක වටහාගෙන තියාගන්න ඕනෑ.

සතිපට්ඨාන ධර්මය විස්තර කරනකොට බුද්ධ දේශනාවේ තමයි ආනිශංස හතක් වශයෙන් විස්තර කරලා දීලා තියෙන්නේ. එහෙම නැති සාමාන්‍ය මෑත කාලයේ සමකාලීන භාවනානුයෝගී නැත්නම් භාවනා දෙන කම්ප්පානාචාර්යවරු මතක් කරලා තියෙන දෙයක් තමයි සතිපට්ඨාන භාවනා ක්‍රමය අරමුණු එනකොට ලැහැස්තී වෙලා තිබුණේ නැත්නම් සුදුනම් වෙලා ඒකට එළඹිලා තිබුණේ නැත්නම් අරමුණු ජය ගන්නවා. එළඹිලා හිටියොත් සතිපට්ඨානය ජය ගන්නවා. ඒ නිසා එළඹ සිටි සිහිය කියන වචනයට තමයි අපි නැවතත් පැමිණෙන්නේ. ඒ නිසා ඒ දුකට පත් වුණාට පස්සේ එතන ඉගෙනගන්න හම්බ වෙන්නේ නෑ අපට. කල් ඇතුළු හිත ඒකට යොමු කරවලා හිත ඒ කෙරෙහි අධිෂ්ඨාන වශයෙන් පිහිටුවාගෙනම යන්න ඕනි. කල්පනා කරලා කවදකවත් ඒ පයච්ඡිකයේදී හෝ සක්මනේදී හෝ ලබන්න බෑ. අපි තවත් විධියකට කියනවා නම් අපේ සංසාර දුක ජාතිය, ජරාව, ව්‍යාධිය, මරණය කියන ඒකාන්ත සංසාර රෝගයෙන් පෙළෙනවා. සතිපට්ඨානය වඩන්න ඕන

කරන්නේ ජරාවට එන්න ඉස්සර වෙලා. ව්‍යාධියට පත් වෙන්න ඉස්සර වෙලා. මරණයට පත් වෙන්න ඉස්සර වෙලා. ඒ නැතිව ජාති ජරා ව්‍යාධි - ජාතිය කියන එක නම් මේකේදී විස්තර කරලා දෙන අමාරුයි - ජරා ව්‍යාධි මරණ කියන තත්ත්වවලට පත් වුණාට පස්සේ සතිපට්ඨානය ඉගෙන ගන්නවත් කටපාඩම් කරන්නවත් උත්සාහ කරන්නවත් බෑ. ඒ නිසා පෙරාතුවම අපේ හිත, රෝග තියන පළාතකට යන්න කලින් එන්නත් කරගෙන යන්නා සේ සතිපට්ඨානය පිළිබඳව දැනගන්නවා නම්, ඒ අනුව අපේ හිත හැකි සඤ්ඤාවක් ඇති කරගෙන මම මේකට අද මුහුණ දෙනවා, මේකට ආවොත් මේකමයි උත්තරය, වෙන දෙකක් නෑ කියන එක හොඳ අධිෂ්ඨාන ශක්තියකින් කටයුතු කරනවා නම් අර අකාලික ගතිය හොඳටම ධර්මයේ පැහැදිලි වෙනවා.

එහෙම නැතිව ඒ වෙලාවේ කල්පනා කරන්න පටන්ගත්තොත් තමන්ටම සැක පහළ වෙනවා. ඔය කිව්වට සත්ත්වයාගේ විශුද්ධියක් ඇත්තටම සතිපට්ඨානයෙන් වෙනවද? සෝක පරිදේව දුරු කරන එක වෙයිද? දුක් දෙමිනස් දුරු වෙයිද? මට න්‍යාය පහළ වෙනවද? එහෙම සැක හිතෙන කෙනාට ඔය සත් දවසින් සත් අවුරුද්දෙන් වැඩි කරන්න හම්බ වෙන්නේ නෑ. න්‍යාය අධිගමයක් නිබ්බාන සවිෂ්කරණයක් සිද්ධ වෙන්නේ නෑ. නමුත් ඒක සතිපට්ඨානයේ තියෙන දුච්චකමක්වත් සඵඤයත් වහන්සේගේ දුච්චකමක්වත් නෙමෙයි. ධර්ම අන්වය නැතිකම. කියලා තියෙන දේ, යොමු කරන්න හදන ධර්ම කාරණාව, පටලවාගන්නවා. ලාමක මොකක් හරි ඉස්සර කරගන්නවා. ප්‍රමුඛතාව දිය යුතු දේ දන්නේ නෑ. ගොනයි කරත්තයයි බැඳගෙන යනවා නම් ගොනා ඉස්සර වෙලා යන්න ඕනෑ. පස්සේ කරත්තය ඇදිලා එනවා. ඒකයි ලෝක ස්වභාවය. අපිට මේ ගොනාගේ නොවෙයි වටිනාකම තියෙන්නේ කරත්තයේ පුරවලා තියෙන රත්තරන්, ඒ නිසා මට ඒක ගෙතියන්න ඕනෑ කියලා කරන්නේ එහෙම ඉස්සර කෙරුවොත් එහෙනම් ගමනක් නෑ. ඒකට සාමාන්‍ය බුද්ධිය අවශ්‍යයි. මේන්න මේ කාරණාව න්‍යාය අධිගමය කියන කාරණාවේදී ඉතාමත් වැදගත් වෙනවා. න්‍යාය අධිගමය කෙරුවොත් තමයි 'නිබ්බාන සවිෂ්කරණත්ථාය'. නිවනින් සාක්‍ෂාත් කරනවා කියලා අපට විශේෂ ඔටුන්නක් පැළඳිලිලක් හෝ වෙන විශේෂ විභූෂණයක් ලැබෙනවා නෙවෙයි. 'නිවනේ නිවීම' දේශනා පෙළේදී නිතර නිතර අහන්න ලැබුණා වගේ "එතං සන්තං එතං පණිතං යදිදං සඤ්ඤා සංඛාර සමථො සඤ්ඤාපටි පටිනිස්සගො තණ්හකංගො විරාගො නිරොධො නිබ්බානන්ති". මේ තියෙන්නා වූ, අප තුළ දැනටමත් ඇත්තා වූ රාගාදී තෘෂ්ණාවට බර ධර්ම ටික දුරු විමමයි නිවන කියන්නේ. ඒකමයි අපි අර කලින් අදහස් කරපු විදිහට මතක් කරපු විදිහට න්‍යාය

අධිගමය කරනවා කියලා ටිකෙන් ටික අයින් කරන්නේ. එක අරමුණක ඇත්තා වූ සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියන්නා වූ සෑම වින්දනයක්ම විඳලා ඒක හමාර කෙරුවොත් අනිකුත් අරමුණුත් ඒක හා සමානයයි. ඔක්කෝම ඉවර කරන්න බෑ කවදවත්, එකක් නම් ඉවර කරන්න පුළුවන් කියලා ඉදිරියට යනකොට ක්‍රමක්‍රමයෙන් වඩාත් සුඤ්ඤා ධර්මවලට යද්දී බාහිර ධර්ම කොච්චර ගොරෝසුව තිබුණත් ඒ සුඤ්ඤා ධර්ම දිගේම ගමන් කරනකොට නිවන් දෙර පෑදෙනවා. ඒක තමයි සාමාන්‍යයෙන් ආනිසංස හතේ ශ්‍රේෂ්ඨතම ආනිසංසය වශයෙන් කුළුගන්වන්නේ. නිවනෙන් තමයි කුළුගන්වන්නේ. ඒක කල් ඇතුළුම සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කිරීමෙන් හොඳට පැහැදිලි වෙනවා, මේක මේ අභවලාංචය, අභවල් සුදුසුකම් ඇති ඇත්තන්ටයි කියලා, කිසිම දෙයක් ඉදිරිපත් කරන්නේ නෑ.

උන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මේ ආනිසංස හතට ලං වෙන්න නම් යද්දිං වත්තාරො සතිපට්ඨානා. යමෙක් සතර සතිපට්ඨානයේ ඇත්නම් ඒ සතර සතිපට්ඨානය වැඩීමෙන් මේ ආනිසංස හත ලැබෙනවා. “කතමෙ වත්තාරො” මොනවාද මේ හතර? “ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති, ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං”. මෙන්න මේ විදියට හිත හදගෙන ඒ යෝගාවචරයා අරමුණු කළ යුතු හිත යෙදිය යුතු නැත්නම් විපස්සනා වශයෙන් වැඩිය යුතු සතිපට්ඨානය, සතිය පිහිටුවිය යුතු ධර්ම හතර තමයි සතර සතිපට්ඨානය වශයෙන් පැහැදිලි කරන්නේ. “ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු” දැන් මෙතනදිත් ගිහි ඇත්තෝ, එහෙම නැත්නම් ස්ත්‍රී පුරුෂ කොට්ඨාශ හිතාගන්න පුළුවන් භික්ඛුන් වහන්සේට පමණයි මේක දේශනා කරලා තියෙන්නේ, ඒ නිසා අනික් ඇත්තන්ට මේක කරන්න බැහැ. එහෙම හිතාගන්න ගොඩාක් කරුණු තියෙනවා. ඒ මොකද මේ වැඩේ කෙරුවොත් හත් අවුරුද්දකින් වෙනසක් ඇති වෙනවාමයි. ඒ නිසා මම ගිහි කාලේ ඉස්සර වෙලාම සතිපට්ඨානය සාමාන්‍ය මතුපිටින් අභලා ඉගෙනගන්න කාලේ මට ප්‍රධාන සැකයක් තිබුණා මේ සතිපට්ඨානය ගැලපෙන්නේම සෝවාන් ඇත්තන්ට කියලා. දැනටමත් යම් ප්‍රමාණයකට නිවන ලබාගත්ත ඇත්තන්ට තමයි මේ වගේ ගැඹුරු ධර්මයක් ගැලපෙන්නේ. එවැනි කෙනෙක් අවුරුදු හතක් ඇතුළත අනාගාමී කරවනවා නැත්නම් රහත් කරවනවා නේද කියන එකයි මට ඇති වෙච්ච අදහස. ඒ කාලේ මම ගිහිව හිටියේ. ඒ නිසා මම හිතුවා සෝවාන් වෙච්ච භික්ඛුන් වහන්සේ නමකට තමයි මේ සඵඥයන් වහන්සේ අමතන්නේ “ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු” කියලා. ඉතින් ඒ නිසා ඒ වාගෙම යම් ප්‍රමාණයක ගුණවත් සිල්වත් භික්ඛුන් වහන්සේ නමක් ළඟට ගිහිල්ලා මම කීවා මේක පෑවිදි වෙන්නේ නැතිව උත්සාහ කරලා වැඩක්

නැ, මේක දේශනා කරලා තියෙන්නේ භික්ෂුන් වහන්සේලාට පමණයි කියලා. ඒ ස්වාමීන් වහන්සේ බොහෝම විවෘත මනසක් තියෙන කෙනෙක්. දන්න ක්‍රමවලින් මට තේරුම් කලා එහෙම හිතන්න එපා, එහෙම එකක් නෙවේ මේකෙ තියෙන්නේ. ඕනෑම ගිහියෙකුට උනත් මේක කරන්න පුළුවන් කියලා. මම මේකට හා කියලා බැස්සත් මගෙ හිතේ ලොකු බරක් තිබුණා ඇත්ත වශයෙන් මේක තියෙන්නෙ භික්ෂුන් වහන්සේ නමකටයි කියලා. මොකද ඒ තරම් බරසාරකමක් සතිපට්ඨානෙ පවතිනවා. කරපු හැම කෙනාම හත් අවුරුද්දකින් වැටේ කරගන්නවා නෙමෙයි. ඒක පිළිබඳ මධ්‍යස්ථ එහෙම නැත්නම් හිත උනන්දු කරවනසුලු, හිතේ තියෙන ධේය්‍යිය නොවට්ටනසුලු අදහස වශයෙන් ගන්න තියෙන්නේ, මේ භික්ෂු කියන පදය සතිපට්ඨාන ආලෝකය යටතේ බලනකොට කියන්න තියෙන්නේ සංසාරේ හය දන්නා වූත් ඒ සංසාර හයෙන් ගැලවීමට කටයුතු කරන්නා වූත් ඕනෑම කෙනෙකුට හික්කු කියන නම ගැලපෙන බවයි. ඒ නිසා සච්ඡෙයන් වහන්සේ සදහන් කරනවා "යෙ තෙ භික්ඛු අවිර පඤ්ඡනා" පැවිදි වෙලා බොහෝ කල් නැති භික්ෂුවට වුණත් සතිපට්ඨානය උගන්වන්නටය කියා. එතනදී තකී කරන්න පුළුවන් මේ පැවිදි වුණා කියන්නේ උපසම්පද වුණාද නැත්නම් මේ ශාසනේ දස ශික්ෂා පද අරගෙන සාමණේර වුණාද, නැත්නම් ගිහි දසසිල්ද කියලා නා නා ප්‍රකාර දේවල්. නමුත් සූත්‍ර පිටකයේ විස්තර කරන අටුවාචාරීන් වහන්සේලා දෙන අඵ කථනය වන සංසාරේ හය දක්නා, ඒ හයෙන් ගැලවීම තමයි මගේ එකම යුතුකම කියාගන්නා වූ ඕනෑම කෙනෙකුට මේ භික්ඛු කියන නම ගැලපෙනවා. ආන්න ඒ භික්ෂුවකටයි මේ ආමන්ත්‍රණය කරන්නෙ.

ඒ වාගේම තමයි අපි කලින් මතක් කරගන්නා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දේශනා කරලා තියෙන්නේ කුරු රට කම්මාස්සදම්ම නිගමේ. එහෙ හිටපු මනුස්සයින්ගේ තියෙන්නා වූ විශේෂ පැහැදිලි මනස, නැත්නම් ආදාය ජීවිතය, කාරණා තේරුම් කරගන්න පුළුවන් ඤාණවත්ත භාවය අටුවාවේ ගොඩාක් විස්තර කරලා තිබුණට මෙතන ආමන්ත්‍රණය තියෙන්නේ භික්ඛු කියලා. ඒ රැස්ව හිටියා වූ සිව්වණක් පිරිසෙන් භික්ෂුන් වහන්සේලාටයි ආමන්ත්‍රණය කරන්නෙ. ඒක නිසා සච්ඡෙයන් වහන්සේ සමග වාරිකාවේ යෙදෙන භික්ෂුන් වහන්සේලාට ආමන්ත්‍රණය කරනවා, යම් කිසි කෙනෙකුට සංසාරයේ හය දුනටම තේරුණා නම්, සංවේග ඥාණ තියෙනවා නම්, ගැලවීමට අදහස් කරනවා නම් ආන්න මේ කියන ආනිශංස හත ලබාගැනීමට මේ කියන්නා වූ සතිපට්ඨාන හතරක් **Recommend** කරන්න පුළුවන්. රෙකමදරු කරන්න පුළුවන්. මොනවාද ඒ හතර? "ඉධ, භික්ඛවෙ, භික්ඛු" මහණෙනි, භික්ෂුවක් "කායෙ

කායානුපසංඝී විහරති” කයෙහි කය අනුව බලන්නේ වාසය කරයි. මේ කය විවිධ පැතිවලින් බලන්න පුළුවන් ක්‍රම තියෙනවා. එහි මේ ඕළාරික කාය, ගොරෝසු භාවය, රූප ස්වභාවමයි මෙතන අදහස් කරන්නේ. කායෙ කායානුපසංඝී විහරති, ආතාපි, සමපජානො, සතිමා මේ ඔක්කොම සංවේගප්‍රාප්ත, එහෙම නැත්නම් සංසාර භය දැක්කා වූ යෝගාවචරයා තුළ තිබිය යුතු සුදුසුකම් ටිකයි. බුද්ධාගම් වෙන්ට ඕනෑ, සිංහල වෙන්ට ඕනෑ, ආසියාවේ ඉපදිලා තියෙන්ට ඕනෑ, පැවිදි වෙලා ඉන්ට ඕනෑ... මොනම දෙයක්වත් ඒකෙ ඇත්තෙ නෑ. ඒකේ අවශ්‍ය කරලා තියන්නේ සංසාර භය දැක්කා වූ සංසාරයෙන් ගැලවෙන්න කටයුතු කරන්නා වූ පුද්ගලයාගේ මානසික සැකැස්ම. ආතාප වියඪිය තියෙන්න ඕනෑ. කෙලෙස් තවන්න, දුරු කරන්න පුළුවන්, දවලා හරින්න පුළුවන් තරමේ වියඪියක් අවශ්‍ය කරනවා. ඒ වියඪිය නැතිව ප්‍රාථිනා කළ පමණින්, සතිපට්ඨානය මූල ඉඳන් අග දක්වා කටපාඩම් කළ පමණින්, කවදවත් මේකෙ ප්‍රතිඵල ලබන්න බැහැ. බොහොම ප්‍රායෝගික, කෙළින්ම තමන්ගේ අතටම ආයුධ කට්ටලය දෙනවා වාගේ වැඩ පිළිවෙළක්. කිසිම දෙයක් සවිඥයන් වහන්සේ කරලා දෙන්නේ නෑ. ඒ ආතාපි වියඪියට කලින් - අපි දන්නවා ශ්‍රද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥ, කියලා ඉන්ද්‍රිය ධර්ම පෙළගස්වනකොට වියඪියට කලින් - සඳහන් කරන්නේ ශ්‍රද්ධාව. වෙන විධියකට මේක අපි සඳහන් කරනවා නම්, වියඪියට ආසන්නම කාරණාව ශ්‍රද්ධාවයි කුසලච්ඡන්දයයි දෙක. යම් කිසි කෙනෙකුගේ කුසලච්ඡන්දයත් ශ්‍රද්ධාවත් හොඳටෝම ඉස්මතු වෙච්ච වෙලාවේදී, ඔහු තුළ මහ පුදුමාකාර වියඪියක් මතු වෙනවා. ශ්‍රද්ධාවත් කුසලච්ඡන්දයත් යම් වෙලාවක ගිලිහුණා නම්, සීතල වෙලා ගියා නම්, ඇල්මැරිලා ගියා නම්, හිරිවැටිලා ගියා නම්, ඒ පුද්ගලයා ඇත්තු දලාවත් ඇදලා නැගිටිටවාගන්න බැරි තරමේ අන්තිම කුසීතයෙක් බවට පත් වෙනවා.

මෙන්න මේ ආතාපි වියඪිය නගා සිටුවීමට ආසන්නයෙන් බලපාන ශ්‍රද්ධාවත් කුසලච්ඡන්දයත් නගා සිටුවීමට තමයි අර භයක් හතක් කිවුව ආනිශංස කලින්ම දේශනා කළේ. ඒක අහනකොට කාට නමුත් මේක මට ළඟා කරගන්න ඕන, මට පුළුවන්, මම කරන්නම් කියලා ඒක පිළිබඳව අදහන ශක්තියක් ඇති වෙනවා. ඒ නිසා ආතාපි කියන ගුණය කෙනෙක්ගේ ජීවිතය පුරා පවතින දෙයක් හෙම නෙවෙයි. වරෙක ශ්‍රද්ධාව ඉස්මතු වෙච්චහම ඒ ආතාපි ගුණය මතු වෙනවා. ඒ වෙලාවට ඔහුට ඕනෑම දේකට නැමෙනසුලු, කමණ්‍ය, බොහෝම සුබනමය වියඪියක් ඇති වෙනවා. නමුත් ශ්‍රද්ධාව නැති වෙච්චහම ඔළමොළ ගතිවලට, වණ්ඩ, එරූෂ නරක දේවල්වලට පෙළඹෙන්නට ඉඩ තියෙනවා. චිරිය ඔළමොළ තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. ඒ නිසා

නිතරෝම ශුද්ධාවෙන් ඔප්නැංවෙව්ව, ශුද්ධාවෙන් පදනම සපයලා දෙන ලද වීයඝියක් තියෙන්න ඕනි. ඒක ආතාප වීයඝියක් බවට පත් වෙන්න ඕනැ. එහෙම ආතාප වීයඝියක් නැතිනම් සතිපට්ඨානයට අර කියන ආනිශංස හත ලැබෙන්නේ නැ. ඒක හරිම උපහාසාත්මකයි.

එහෙම නැත්නම් එක විදියක තේරුම්ගැනීමේදී, තේරුම්ගත්තට පස්සෙ, බොහෝමත්ම හිත නිදහස් කරන කාරණාවක් තියෙනවා. ඒ මොකක්ද? ආරම්භයේදී මේක, අපි කියන්නේ සතිපට්ඨාන සවිච්ඡත මාර්ගය, එහෙම නැත්නම් මේ න්‍යාය අධිගමය කිරීමේදී පුදුමාකාර ශක්තියක් ඉල්ලනව. පුදුමාකාර කැප වීමක් ඉල්ලනව. ඤාති පිරිස ඔක්කොම අතහැර දමන්න ඉල්ලනව. වස්තු ඔක්කොම අතහැර දන්න ඉල්ලනව. සෑම දෙයක්ම අතහැර දමලා මේකට එන්න කියලා, අර “නොකරන වෙදකමට කෝදුරු තෙල් කළ හතකුත් පතක්” ඉල්ලන්නෙ. ආන්න ඒ වගේ ආරම්භයේදීම දෙනවා විශාල කැප කිරීමක්. ඉතින් මේ මුළු ගමන පුරාම අපි හිතනවා සීලයක පිහිටන්න ඉස්සෙල්ලා, සීලයක පිහිටියාට පස්සේ, සමාධියක පිහිටන්න ඉස්සර වෙලා, සමාධියක පිහිටියාට පස්සේ, ප්‍රඥාවක පිහිටන්න ඉස්සර වෙලා, ඤාණයක පිහිටන්න ඉස්සර වෙලා, ඤාණයක පිහිටියාට පස්සේ, මෙන්න මේ හැම අවස්ථාවකම මේ තරම් ආතාප වීයඝියක් දිග...ට පවත්වාගෙන යනවා නම් අවුරුදු හතක් ජීවත් වෙන්නට පුළුවන් වෙයිද? කියලා හිතෙන තරම්. දුෂ්කර ක්‍රියා කරලා අවුරුදු හය යනකොට සච්ඤයන් වහන්සේගෙන් ඉතිරි වුණේ සම, ඇට, නහර විතරයි. ඒ නිසා පුදුමාකාර බියක් ඇති කරගන්නවා කම්මැලියා, බුබ්බඩයා. මේ විදියට කරන්න නම් බැහැ, මේ විදියට මම ටිකක් කරන්න හදනකොට මෙව්වර ඉල්ලනවා. මේ විදියට අවුරුදු හතක්, දවස් හතක්, මේ විදියට කරන්න ගිහිල්ලා නම් කවදවත් මනුස්ස හිතකට දරාගන්න බැරි වෙයි කියලා, කලින්ම හය වෙලා හැරලා යනවා බුබ්බඩයා. කම්මැලියා. එහෙම නැත්නම් කල්පනාකාරයා. තමාගේ ශරීරයට ආශා කරන්නා. කුමාර සෑප බලාපොරොත්තු වෙන්නා. කුමාර සැපෙන් හැදිව්ව කෙනා. තකීය ඉදිරිපත් කරන මනුෂ්‍යයා. මේ විදියට පුදුමාකාර ශක්ති, නැත්නම් ආතාප වීයඝිය, හැම වැඩ පිළිවෙළකම තියෙන දෙයක් තමයි, මුලින් මේ වගේ විශාල මකර තොරණකින් ඇතුළු උණාට, ඉතාම ලොකු දේවල් ඉල්ලලා පටන්ගත්තට, ඤාණ ශක්තියත් තමන්ගේම ඇති කරගන්නා වූ පරිචයන් නිසා ඉස්සරහට යනකොට බොහෝමත්ම ලේසියෙන් මේව සම්පාදනය කරගන්න පුළුවන්.

අපි දන්නවා හදට රොකට් එකක් යවනකොට, කැනවරල් තුඩුවේ අටවලා තියෙන ඒවා අපිත් පොටෝ ගෙන බලනකොට මහා විශාල යන්ත්‍රයක්. ඒ ගමනත් හදට ගොඩබසින ගමනත් ගත්තොත් අවස්ථා තුනකට හදලයි ඒ විද්‍යාඥයෝ තර්ක කරන්නෙ. එයින් ඉතාමත්ම ශක්තිය වැය කරන, ඉතාමත්ම විචිත්‍ර, ඉතාමත්ම ළඟින් ලෝකයාට දැකගන්න පුළුවන් සංසිද්ධිය තමයි පෘථිවි කක්‍ෂයෙන් මේ ආකාස ඡටලය එහා පැත්තට දන එක. පෘථිවි කක්‍ෂයේ බරපතළම ආකර්ෂණී ශක්තිය වැඩ කරන්නේ හැතැප්ම හයක් ඇතුළත. හැතැප්ම හයකින් එපිටට පෘථිවියේ භ්‍රමණ වේගය නිසා ඇති වෙන ආකර්ෂණ ශක්තිය ක්‍රියාත්මක වෙනවා අඩුයි. ඒක අවකාශයට වැටෙනවා. ඒ තුළ නෑ පෘථිවියට ආකර්ෂණයක්. මෙන්න මෙහෙම පෘථිවියෙන් ගැලවීලා සැතපුම් හයක් ඇතට මෙච්චර බරක් යකඩ ගොඩක් ගෙනියන්න පුදුමාකාර ශක්තියක් අවශ්‍යයි. ඒක අවරෝහණයට ගණන් කරලා, නැකත් බලලා, පුදුමාකාර විදියට සැලසුම් කරලා තමයි යවන්නේ. එතකොටම අර හදලා තියෙන විශාල රොකට් එකෙන් සියයට අසූවකට වැඩි ප්‍රමාණයක් ඉන්ධන දවන්න වෙනවා මේ සැතපුම් හය විතරක් උස්සල ගන්ඩ. හදට කොච්චර දුර තියෙනවද? යම් කිසි කෙනෙක් ගණන් කෙරුවොත් එහෙම හැතැප්ම හයකට මුළු රොකට් එකේ තියෙන සියයට අසූවක් ඉන්ධන පුච්චනවා නම්, ඊටත් වැඩි ප්‍රමාණයක් පුච්චනවා නම්, මේක ඉස්සරහට යනකොට ඉන්ධන නැති වෙලා මග හැලෙයිද? මේ ඉන්ධන ගෙනියන්නේ කොහොමද? කවදවත්ම මේක වෙන්න බැහැ නේද? කියලා ඕනෑම කෙනෙකුට තකී කරන්න පුළුවන්. විද්‍යාව කෙරුවේ මොකක්ද? මේවා ටික ටික කරලා තේරුම් අරගන්නා, ගුරුත්වාකර්ෂණයෙන් ඇතට මිදුණාට පස්සේ ඒ ඡටලය තත්පරයකට සැතපුම් හයක් විතර, පැයකට සැතපුම් විසිපන්දහක පමණ වූ වේගයක් අරන් දුන්නට පස්සේ ඒක පෘථිවි කක්‍ෂය වටේ කැරකෙන්න කිසිම ශක්තියක් අවශ්‍ය කරන්නේ නෑ ඊට පස්සේ. ඉබේ කරකැවෙනවා. ඊට පස්සේ ශක්තියක් අවශ්‍ය වෙනවා නම් අවශ්‍ය වෙන්නේ, පෘථිවි කක්‍ෂයෙන් කඩලා හඳ දිහාවට හරවලා දෙන්න විතරයි. අභ්‍යවකාශයේ ගුරුත්වාකර්ෂණය ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ නැති පැත්තට යමක් වලනය වෙන්න ගත්තොත් ඒක නතර කරන්න බැහැ. ඔහේ යනවා. ඒකට ශක්තිය ඕනි නෑ, ඉන්ධන ඕනි නෑ. ඒ නිසා පළවෙනි රොකට් එක පත්තු කරනකොට හැතැප්මක් විතර ඇතට ගිනි දූල් විසි වෙනවයි කියනවා. මහ පොළොව කම්පා කරනවා. කම්පා කරල තමයි මේ හැතැප්ම හයක් උඩට උස්සන්නෙ. උඩට ගියාට පස්සේ එච්චර පත්තු වීම් එච්චර ගිනි විප්පුම්බර මොකුත් නෑ. හිමිහිට, බොහොම වංචල ගමනකින්

නිශ්චලතාවකට පත් වෙලා, ඒ නිශ්චලතාව තුළ වරින් වර පොඩි රොකට් පත්තු කිරීමෙන් දිසා මාරු කරලා දෙන්න සිද්ධ වෙනවා. ඊගාවට අවශ්‍ය වෙනවා නම් අවශ්‍ය වෙන්නේ හදට බස්සන වේලාවේදීයි. ඒ රොකට් එකේ බර දරන්න, විරුද්ධ අතට රොකට් එකක් ඕන.

ඒ නිසා කම්මැලියා, නැත්නම් විපස්සනාවට භය මිනිහා, එහෙම නැත්නම් කුමාර සැප බලාපොරොත්තු වෙන කෙනා, මේ මූලින් යොදන්න තියෙන ශක්තිය වැඩි නිසා එක්කෝ නොගිහිත් ඉන්නවා, නැත්නම් ඔක්කොම ශක්තිය වියදම් කරලා ආයේ ගෙදර එනවා. ආයේ ගෙදර ඇවිල්ලා ආයේ කල්පනා කරනවා. කල්පනා කරලා අනික් දවසේ යන්නත් අර තරම්ම ශක්තියක් ඕනෑ. මේ නිසා කම්මැලියා මැරිමැරි උපදින මනුස්සයෙක්. වියඪියවන්නයා එක පාරයි මේ විශාල ශක්තිය වැය කරන්නේ. ආයේ පිටිපස්ස බලන්නේ නැහැ. ඒ පුද්ගලයා ඊට පස්සේ වැටෙන්නේ තණහා, මාන, දිට්ඨි කියන ආකර්මණියෙන් තොර අභාවකාශයට. ඔහු නැවතත් කාම ලෝකය දිහා බලන්නේම නෑ. එක වේගෙන්ම යනවා. ඒ නිසා පෘථග්ජනායා කියලා කියන්නේ හෝද හෝද මඬේ දන පුද්ගලයාට. ඒ පුද්ගලයාට ශක්තිය කොච්චර තිබ්බත් මදි. නමුත් සවීඥයන් වහන්සේ මේක අපි වෙනුවෙන් සාරාසංඛ්ඛා කල්ප ලක්ෂයක් පෙරුම් පුරලා, අත්හදා බලලා මතක් කරලා දෙනවා මාව අදහගන්න. දෙමව්පියන් අඩමින්, මුහුණේ වැට්ච්ච කඳුළු සහිතව ඉද්දි මමත් ගිහිගේ අතහැරියා හැබෑව. ඊට පස්සේ සමථ, විදර්ශනා භාවනා කරලා සතිය පිහිටුවාගත්තට පස්සේ අපිට එල්ලෙන්න දෙයක් තියෙනවා. රකින්න කොඳු ඇට පෙළක් තියෙනවා. ඒක දිගේ යනකොට අර ප්‍රශ්න ආයේ මතු වෙන්නේ නැහැ. ඒ පුච්චපු කෙල් ආයේ පුච්චන්න ඕනි නෑ. ඒ නිසා එක සැරේ මේ වැටේ කරගන්න පුළුවන් නම්, සතිපට්ඨානායට හරියට බැහැගන්නා නම්, ඊට පස්සේ එන්නෙ බොහොම පාවෙන කාලයක්. ඒ තුළත් වරින් වර රොකට් පත්තු කරන්න වෙනවා දිශාව හරියට අරගෙන දෙන්න. කමටහන් සුද්ධ කරන්න වෙනවා. නමුත් අර හෝද හෝද මඬේ දුම්ල්ල පිළිබඳව බොහොමත්ම සංවේගජනකයි. ඒක තමයි සවීඥයන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කරන්න මැලි වුණේ. හුගදෙනෙක් හිතනවා ඒ විශාල ආතාපි වියඪිය මුළු කාලය පුරාම අවශ්‍ය වෙයි කියලා. අවශ්‍ය වෙන්නේ මේ කට්ට කඩාගෙන එළියට එන අවස්ථාවේ විතරයි. නැවත නැවතත් ආයි අර අතහැරපු දේවල් ගන්න හදනවා නම් හලපු හැව ආයි බදුගන්න හදන සඵයෙක් වගේ, එහෙනම් ඉතින් අර විධියේ විශාල ශක්ති අවශ්‍යයි. ඒ ගණන් කිරීම එව්වර ඤාණවත්ත ගණන් කිරීමක් නෙමෙයි ඒ පුද්ගලයා ආපහු එන්න ගණන් කරන්නේ. නමුත් යෝගාවචරයාගේ ආපහු ගමනක් නෑ. යෝගාවචරයා

ඒ දල්වපු දල්විල්ල පත්තු කෙරුවේ, මුළු සංසාරේ ආයේ කිසිම අදහසක් ඇති කරගන්නේ නෑ මම මීට වැඩිය ලාමක තත්වයකට පත් වෙනවා කියලා.

ඒ නිසා “කායෙ කායානුපසස්සි විහරති” කියන තැන සඵඥයන් වහන්සේ පෙන්වලා දෙනවා මේ කය ඉතාමත්ම ඕළාරික ඉතාමත්ම ගොරෝසු තැනින් එයට ඇතුල් වෙන්න ඕනි. ඒ ඇතුල් විමේදී ගොඩක් දේවල් කැප කරන්න ඕනි. ඉරියව් කැප කරන්න ඕනි. ආහාර කැප කරන්න ඕනි. ඥාති වස්තු කැප කරන්න ඕනි. අනිකුත් ආශා කරන දේවල් ගොඩාක් කැප කරන්න ඕනි. කැප කරලා ඒ අතහැරපු දේවල් දිහා කල්පනා කර කර අරමුණ පුටු වි කරලා කල්පනා කරනවා නොවේ. ගත්ත අරමුණේ සම්පූර්ණයෙන් නිමග්න වෙන්න පුළුවන් නම්, ඊට පස්සේ අර අතහැරපු දේවල් පිළිබඳ නඩු එන්නේම නැහැ. වෝදනා අවශ්‍යම නෑ. හෝද හෝද මඩේ දූමිල්ල තමයි, සාමාන්‍යයෙන් ඇදගෙන නානවයි කියලා කියන්නේ, ආන්න ඒක තමයි පෘථග්ජන ක්‍රමය. ඒ පෘථග්ජන ක්‍රමය කල්පනා කරලා බලනකොට නම්, සතිපට්ඨානය කියලා කියන්නේ අහසට ඉණ්මං බඳිනවා වගේ වැඩක්. එහෙම නම් හත් අවුරුද්දක් නොවේ, ආත්ම හතකින්වත් කරන්න බෑ. නමුත් හරියට මුළු හදින්ම, නැත්නම් පූර්ණ ඇදහිල්ලෙන් යුක්තව එක අරමුණකට හරියට බැහැගන්න පුළුවන් නම්, බැහැගත්තාට පස්සේ, මම අර කලින් මතක් කලා වගේ විවිධාකාර කමටහන් සුද්ධ කෙරිලි කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒවා එකක්වත් අර ප්‍රධාන බැසගැනීම් තරම් ශක්තිය ඉල්ලන්නෙ නෑ. ඒ නිසා සීලය කීවහම, නැත්නම් ගිහි ගෙය අත්හරිනවා කීවහම, ඒවා තමයි බරපතළම දේවල්. මේ ඉන්න අපි ඔක්කොම ඒක කරලා නේ තියෙන්නේ. ඒක කෙරුවෙ අපි මේ එකතු වෙලා සාමූහික ව්‍යාපාරයක නෙවෙයි. අපි සංසාරෙන් ගෙනාපු අපේ ශක්තිවලින්. එහෙවු කරපු අපට, නැත්නම් එහෙවු මේ තත්ත්වයට පත් වෙව්ව අපට, මේ ඉදිරියට එන්න තියෙන දේවල් මොනවද? ඒකට අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ ආනාපි වීයඝීයට අර කියන සතිය, සම්පජ්ඤ්ඤය වගේ ඤාණාන්විත සියුම් සුක්‍ෂම දේවල් ඉදිරිපත් කරගත්තියි. නමුත් අපේ නොදනුවත්කම නිසා හෝ එහෙම නැත්නම් ඔළමොළ ගති කල්පනා ඥාණ නිසා අර අතහැරපු දේවල් නැවත අතගාන්න පටන් අරගත්තොත් ඉතින් අර එක තැන කරකැවෙන තත්ත්වයට පත් වෙනවා. කරකැවෙන එක ඉතාම ඕළාරික, ඉතාම කාමාවචර තත්ත්වයක්. ඒ නිසා කයේ කය අනුව බලමින් ජීවත් වෙනවා භාවනා කරනවා කීවහම, ඉස්සෙල්ලාම පටන් අරගන්නේ ඉතාමත්ම ඕළාරික දෙයක් මත. ඒ ඕළාරික දෙයක් මත පටන් අරගෙන ක්‍රමයෙන් සියුම් තත්ත්වයට පත් වෙන එකක් නේ මේ භාවනාව කියලා හිතෙනවා

නම්, යෝගාවචරයාට ලොකු ශක්තියක්, ලොකු ධේයථියක් ඇති වෙනවා. අනිකුත් සමස්ත ලෝක ජනතාවක් එක්ක බලනකොට අපි කොච්චර අමාරු කොටස් කරලද?

සඵඥයන් වහන්සේ ඒ නිසා තමන් වෙතට පැමිණෙන විනයයා ජනතාව හික්මවනකොට 'සන්දසෙසති, සමාදපෙති, සමුනෙතපෙසි, සමපභංසෙති' කියල ක්‍රම හතරක් ක්‍රියාත්මක කරනවා. උන්වහන්සේ සංදර්ශනය කරලා පෙන්වනවා, ලෝකය කියන්නේ මේකයි. සංසාරේ කියල කියන්නේ මේකයි. උඹ දුන් ඉන්නේ සඵඥයන් වහන්සේ ඉදිරිපිටයි. උඹ මේ සඵඥයන් වහන්සේ දක්වා එනකං මේ ආපු පාර මෙන්න මේ වගේ අහඹු වැඩ පිළිවෙළක්. පටාවාරාව ගෙන්වුවේ සඵඥයන් වහන්සේ නෙමෙයි. කිසා ගෝතමිය ගෙන්නෙව්වෙන් සඵඥයන් වහන්සේ නෙමෙයි. නමුත් මතක් කරලා දෙනවා, පෙන්වලා දෙනවා දුන් ඒ ඔක්කොම අබැග්ග ව්‍යසන නැති නාස්ති වීම තුළින් දුන් සඵඥයන් වහන්සේ වෙතට පත් වෙලා. මේක සංදර්ශනය කරලා පෙන්වනකොට ජේනවා මේ දුක් නේද අපිව මේ ධර්මයට ගෙනැල්ලා අතැරියේ. අපි ඒ දුක් කඳ නැවත භාරගන්නවද එහෙම නැත්නම් මේ හම්බ වෙච්චි සඵඥයන් වහන්සේ භාරගන්නවද? හම්බ වෙච්චි ධර්මය භාර ගන්නවද? හම්බ වෙච්චි සංඝයා භාරගන්නවද? භාරගන්නා නම් අපිට සමාදන් වෙන්න සිද්ධ වෙනවා අපි මෙතෙක් කල් ආපු ගමන පුංචි දෙයක් නෙමෙයි. ඉතාම වටිනා උත්තම ගමනක විශාල කැප කිරීම් කරලා හමාරයි. ඒ නිසා අපිට ඒක සමාදන් වෙනකොට ඇඟ රෝමෝද්ගමනය වෙනවා. මේ සමස්ත ලෝකයාම හෝද හෝද නැවත මඩේ දද්දින් අපි පුළුවන් තරම් ඉදිරියම බලන්න ඕනි කියල. සන්දස්සෙති, සමාදපෙති - මේ සමාදන් කරවීම සඵඥයන් වහන්සේ අතින් දෙන දෙයක් නෙමෙයි. උන්වහන්සේ මේ ලෝකේ සංසාර ගමනේ අපි ඉන්න නැත පෙන්වලා දෙනවා. ගෙවිය යුතු විදිය යුතු විශාල ගෙවීම් රාශියක් අපි දුන් කරලා තියෙනවා. ඒකට ගැළපෙන තාලෙට අපි ජීවත් වෙන්න ඕනෑ. යෝගාවචරයන් තාලෙට අපි ජීවත් වෙන්න ඕනෑ. සමාදන් වෙනවයි කියලා කියන්නේ ඒකයි. ඒක අපි සිංහලෙන් කියන්නේ කොහොමද? 'තැග්ගක් දෙන්න පුළුවන්, ඊට වැඩිය වටිනවා තැග්ග බාර ගන්න එක' කියලා. අපට අද වෙලා තියෙන්නේ තැග්ග බාර අරගෙන, අලියෙක් නම් හම්බ වෙලා තියනවා හෙණ්ඩුව නෑ කියකියා අඩන එකයි අපි කරන්නේ. මේ හම්බ වෙලා තියෙන වටිනා අවස්ථාව, සඵඥයන් වහන්සේගේ කාලේ, බුද්ධ ශාසනයක් තියෙන කාලේ, මනුස්ස ආත්ම භාවයක් ලැබිලා, ඤාණ සම්පත්තිය, ඇහැ කන දිව නාසය ඔක්කොගෙන්ම සම්පූර්ණ වෙලා, කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය තියනවා, ධර්ම

ශ්‍රවණය කියනවා, පැවිද්ද කියනවා. මේවා ඔක්කොමත් කියාගෙන භාවනා කරන්න ගියාම කියක් දේවල් ඉදිරිපත් කරගන්නවාද? ඒ විදියට නැති සඤ්ඤාව, බැරි සඤ්ඤාව, නොහැකි සඤ්ඤාව ඇති මනුස්සයා, අනුච්ඡතාව ඇති කෙනා වගේ කවමදකවත් සන්තෝස කරන්න බෑ. අපි මේක මේ තාලෙන් මේ හැඩයෙන් ඇති ආකාරයෙන් පෙන්නලා දුන්නා නම්, අපි මේ අඩන්නේ මොනවටද? අපි මේ තැලෙන්තේ තැවෙන්තේ මොනවටද? අපිට සමාදන් වෙන්න කොච්චර දේවල් තියෙනවද? අන්න ඒකයි සතිපට්ඨාන ක්‍රමය.

අන්න ඒ විධියට සමාදන් වුණාට පස්සේ සන්දස්සේති, සමාදපේති, සමුත්තේජේසී. සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, නුඹ වාගේ මේ කාරණා හරියට තේරුම් අරගන්න, අනවබෝධය දුරු කිරීමට කටයුතු කරපු ඇත්තෝ, මෙන්ම මේ විධියට හිත උත්තේජනය කරගන්න ඕනෑ. මේක තවත් සෘජු කරගන්න ඕනෑ, මේක තවත් පන්නරේ කියාගන්න ඕනෑ කියලා උන්වහන්සේ බෝ මැඩ මුලදි සාක්‍ෂාත් කරගත්තු ධර්ම කොට්ඨාස ටිකක්, ඒ පුද්ගලයාට තව පියවරක් ඉදිරියට කියාගන්න උත්තේජනය කරනවා. ඒක සාමාන්‍යයෙන් එතෙත්ට ආපු නැති කෙනාට තේරෙන්නෙත් නැති තරම්. ඒක තේරෙන්නේ ඒ කියන කෙනාට පමණයි. එකයි මේ එක සූත්‍රයක් එක් කෙනෙකුට අදළයි, අනිකුත් සූත්‍රය අනික් කෙනෙකුට අදළයි කියලා මේ වීරසක භාවයක් ජේන්න තියෙන්නේ. ඒ විදියට උත්තේජනය කළාට පස්සේ ඒ පුද්ගලයාට කලින් සමාදන් වෙලා හිත උදෙසාගිමත් කරගෙන ඉන්න කෙනාට හරියට මේක එල්ල වුණා නම්, ඒ පුද්ගලයා තුළ පුදුම වීරත්වයක් පහළ වෙනවා. ආතාපි කියන ගුණයට ගැළපෙන එක නිකම් ආවේශ වෙනවා වගේ දෙයක්. උත්තේජනය වෙනවා වගේ දෙයක්. ඒක නිකම් විදුලියක් වැදුණා වගේ දෙයක්. දැන් මේ සමුත්තේජනය සිද්ධ වෙනවා.

සමුත්තේජේසී, සමුත්තේජනය කරලා සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, මේක ලක්‍ෂ වාරයක් කරන්න කියලා. “භාවිතා බහුලිකතා” බොහෝ වාරයක් කරන්න වෙනවා. ආන්න ඒ මනුස්සයාට එතකොට ආයෙත් කල්පනා වෙනවා, මම හිතාගෙන හිටියේ මේක අහු වුණාට පස්සේ නම් හරි කියලා, තව වැඩ තියෙනවා තේද? කියලා පසුබානකොට කියනවා පිටට අත තියලා, එහෙම තමයි සෑම රහතන් වහන්සේ නමක්ම, එහෙම තමයි සෑම පස් බුදුරජාණන් වහන්සේ නමක්ම, එහෙම තමයි මමත් කිව්වෙ කියලා සම්පහංසනය කරනවා. ඒ විධියටයි සච්ඤයන් වහන්සේගෙන් අපි මේ ශක්තිය ඇති කරගන්නෙ. ඒ ශක්තියේ පවතින්නෙ මුල ඉතාම විශාලයි, බරසාරයි. අවසානයට

යනකොට ඉතාම සුඤ්ඤාම වෙත ආකාරයක් ආතාපී ගුණයේ තියෙනවා. ඒ මොකද? ආතාපී ගුණය යෙදිලා ඉඩ දෙන්නේ දෙර අරින්නේ සම්පජානයට. සම්පජඤ්ඤාය කියලා කියන්නේ එව්වර වීයඝීය යොදන, කිහිලිවලින් දඩිය දගෙන, දිවෙන් දිව අල්ලාගෙන, දත්මිටි කාගෙන, උඩුතල්ලට දිව තියලා තද කරගෙන කරන වැඩක් නෙවෙයි. ඒ කරන දේවල් හුඟක් ඉවර කරපු කෙනාට සම්පජඤ්ඤාය කියලා කියන්නේ එවුවා අතර එකලසක්. එවුවා අතර ගොනුවක් ඇති කරගැනීමක්. මෙන්න මේ ගුණ ටික, සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයාට මේ ගත්තා වූ බර අත බිම නොතබා ඉදිරියට ගෙනියන්නට අත්‍යවශ්‍ය ගුණ. මේ ගුණ ටික සතර සතිපට්ඨානයේ තිබ්බ ධාව පද වගේ. නැවත නැවතත් සිහිපත් කරනවා. ඒ නිසා මේ වගේ යම් කිසි විදියක පදනමක් තියෙනවා. විශේෂයෙන්ම භාවනා කරපු ඇත්තන්ට තේරෙනවා අපි මේ සඳහා දැනට කැප කරලා, දැනට ආයෝජනය කරලා තිබෙන ප්‍රමාණය. ඒ ටික අමතක කරන්න එපා. ඒ ටික නැවත නැවතත් සිහිපත් කරගෙන, එහිම පෙළගැස්මක්, එහිම තිබුණාට වඩා සුඤ්ඤා සියුම් ගතියක්, පීරිගාන මදින ස්වරූපයක් ඇති කරගන්නවා නම් ඉස්සරහට වැඩ ටික ලේසියි. ඒ වැඩ ටික ලේසි වෙන්නේ ප්‍රඥවන්තයාටයි.

ඉතින් අපි බලාපොරොත්තු වෙමු, අද දවසේ කාලය මෙතනින් සීමා වෙන නිසා, ඉදිරියටත් 'ආතාපී, සම්පජානෝ, සතිමා, විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා, දෙමනස්සං', කියන පදවලින් මේකට කොච්චරක් ධෙය්‍යඝීයක්, කොච්චරක් ශක්තියක් ඇති කරගන්න පුළුවන්ද කියලා. මේ විදියට අහලා දැනගත්තා වූ දැන උගත් කරුණුවලින්, කරලා දැනගත්තා වූ ධර්ම කරුණුවලින් යම් කිසි ප්‍රමාණයක පන්තරයක් ඇතුළු කටයුතු කරන ඇත්තෝ, ඒ ඇත්තන්ට අද ඇහෙන දේවලින්, මත්තට ඇහෙන දේවලින් තවතවත් ඉන්ද්‍රිය ධර්ම, බල ධර්ම වැඩිලා ඒකාකාර වේගයකින් සියල්ලෝම සමගියකින්, මේ වස් කාලය ඇතුළත මේ බලාපොරොත්තු වෙන්නා වූ න්‍යාය අධිගමය, නිබ්බාන සාක්‍ෂාත් කරණයට ඒ සියලු ඉන්ද්‍රිය, බල ධර්ම වැඩිමටම මේ ධර්මය හේතු වේවා! වාසනා වේවා! කියන ප්‍රාථනාවෙන් අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතනින් හමාර කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!

4-වන ධර්ම දේශනය.

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සනි.”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඬ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි මේ හතරවැනි වතාවටත් එකතු වූණේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන එහි ඇත්තා වූ මූලධර්ම කොටස්, ප්‍රායෝගික ඉගැන්වීම්, අපේ මේ යෝගාවචර ජීවිතයට ළං කරගෙන, ලැබුණා වූ අවස්ථාවෙන් උපරිම ප්‍රයෝජනය ලබාගැනීම එමගින් සාර්ථක කරගැනීමේ ප්‍රයත්නයකටයි. පසුගිය සතියේ එකතු වෙච්ච වෙලාවේදී මේ සතර සතිපට්ඨානයන් පිළිබඳ ප්‍රවේශය, ආරම්භය ලබාගත්තා. සච්ඤ දේශනාවේ අනුපිළිවෙළට එනකොට සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේදී විශේෂයෙන්ම ගෙනහැර පාන, අවධාරණය කරන මූලික ආනිසංස හත විස්තර කරලා, නැත්නං උද්දේස වශයෙන් ගෙනහැර දක්වලා, ඒ ආනිසංස හත ලබන්න නම් මේ සතර සතිපට්ඨානයයි ඒ සඳහා පිළිවෙත, වැඩ පිළිවෙල කියන එකයි ඉදිරිපත් කරන ස්වරූපයේ මුල් අර්ථය. එතැනදී ඉස්සෙල්ලාම ඉදිරිපත් කරන්නේ සතර සතිපට්ඨානය මතක් කරලා ඉස්සෙල්ලම “කායෙ කායානුපස්සී විහරති” කියලා.

ඒ කයෙහි කය අනුව බලනසුලුව කියන එක සඳහා මේ ජීවිතය වශයෙන් යෝගාවචරයාට තිබිය යුතු දක්ෂකම්, හැකියාවල් හතරක් මේකේ විස්තර කරනවා, ‘ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං’ කියලා. එහි පළමුවෙන් කයෙහි කය අනුව බැලීම සඳහා යෝගාවචරයකු සතු විය යුතු මුල්ම ගුණය වශයෙන් අපි ඉදිරිපත් කරගන්නේ විස්තර සඳහා මේ ආතාපී කියන ගුණය. තාප කියන වචනයේ තේරුම උණුසුමයි, රස්නයයි, දූවෙන ගතියයි වගේ කියන එකයි. ‘ආතාප’ කියන වචනය මෙතන යෝගාවචර ගුණයක් වශයෙන් ඉදිරිපත් කරගෙන තියනවා. මේකෙන්ම තමයි ‘තප, තපස්’ කියන වචනත් හැදිලා තියෙන්නේ. තපස්වරයා, නැත්නම් තපස් ජීවිතය ගැන

කල්පනා කරනකොට, අපේ ටේරවාද සම්ප්‍රදයේ හරියට සම්ප්‍රදායානුකූලව අගයක් ආඩම්බරයක් දීලා තියෙන ගුණයක් තමයි, යෝගාවචරයාගේ, අරණ්‍යවාසී භික්ෂුවගේ, භාවනා කරන කෙනෙකුගේ, තපස්වී ගුණය. කෙලෙස් තවන වැර. කෙලෙස් තවන වැර සම්බන්ධයෙන් ඒ යෝගාවචරයා, නැත්නම් ඒ යෝගාවචර භික්ෂුව විශාල කැප කිරීම් - ඤාතින් කැප කිරීම්, වස්තු කැප කිරීම් ආදී වශයෙන් ඕළාරිකව පළවෙනි අවස්ථාවේදී සිද්ධ කරනවා. ඊළඟට සැප, දුක්, වේදනා, ඊළඟට හෝපනේ මත්තඤ්ඤතාව, ජාගරියානුයෝගය, වාගේ තමන්ගේ රූවි අරුවිකම් කැප කිරීම් කරනවා. ඒකටත් පස්සේ ඉතාම සුකෂම අරමුණු මාරු කරන්නා වූ ගතිය කැප කිරීම් - මේ විදිහට පුදුමාකාර කැප කිරීම් රාශියක් කරනවා.

මේක නිසා ඒ තපස්වී පුද්ගලයා මේ ජීවිතයේ වශයෙන් ප්‍රයෝජනයක්, අභියක් ලැබුවත් නැතත් රට්ටු සලකන ගතියක් තියෙනවා. තපස්වී ජීවිතය කාටවත් එහෙම ලේසියෙන් කරන්න බෑ. විශාල කැප වීමක් අවශ්‍යයි. ඒක අපි එද මතක් කරගන්නා, මූලින් විශාල කැප කිරීමක් කරන්න ඕනෑ. හදට යන රොකට් එකක නවීනම උපමාවක් අපි ඉදිරිපත් කරගත්තේ. අතරමගදී ඒක අතහැරලා වැටුණොත්, ඒ යෝගී ජීවිතය එහෙම නැත්නම් ඒ තපස්වී ජීවිතය අතහැරලා ආයේ ඕළාරික ජීවිතයට වැටුණොත්, සාමාන්‍ය කාමභෝගී පුද්ගලයා උපහාසයට ලක් කරනවා - එයා පැරදිවිච්ච කෙනෙක්, වැරදිවිච්ච කෙනෙක්, බංකොලොත් වෙච්ච කෙනෙක් වශයෙන්. ඒක නිසා ඒ විශාල කැප කිරීමක් කරලා ආරම්භයක් ගන්නා වූ තපස්වී ජීවිතය දිගටම පවත්වනවා කියන එකත් සැපක් නෙමෙයි. හරි ආයාසයකින් අරගන්න ගුණ කඳ විකෙන් ටික, ටිකෙන් ටික වැඩෙන්නට දිගට කටයුතු කරගෙන යන්න ඕනෑ. අන්න ඒ කටයුතු කරගෙන යනකොට යනකොට තමයි, ඒ පුද්ගලයා තුළ එයාගේ පෞරුෂත්වයේ, රූවි අරුවිකම්වල, මනාප අමනාප භාවවල, යම් යම් වෙනස්කම් සිදු වෙන්න පටන්ගන්නේ. ඉතින් ඒ වෙනස්කම් අර පරණ දන්න නෑදෑයෝ, පරණ දන්න යාළුවෝත් එක්ක ගළපමින් ගටමින් නොවෙයි වෙනස් වෙන්නේ. තමාට ලැබිවිච්ච අලුත් නෑදෑයෝ, අලුත් සත්පුරුෂයෝ, එක්ක ගළපමින් ගටමින් තමයි මේ දේ සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ සිද්ධ වෙනකොට ඒ සත්පුරුෂයෝ හොඳ නම්, හොඳ පරිසරයක් තියෙනවා නම්, මේ වගේ සාමාන්‍යයෙන් රූවි අරුවිකම් වෙනස් කරන මට්ටමේ, පෞරුෂත්වය වෙනස් කරන මට්ටමේ, මම නතර කරන්න හොඳ නෑ, මෙලොව වශයෙන්ම ළඟා විය යුතු ඒ උත්තමාර්ථය සඳහා යන්නට ඕනෑ කියලා, සාමාන්‍ය, සතිපට්ඨාන නාහපු, නොදන්නා අන්ධ පෘථග්ජනයෝ වගේ නොවෙයි, කල්‍යාණ සත්පුරුෂයා තව තවත් උනන්දු

කරවනවා. ඒ උනන්දු කරවීම දිගේම මේ තපස් ගුණය දිගින් දිගට වැඩෙනවා. වැඩෙන්න වැඩෙන්න, මුලින් මුලින් විශාල කැප කිරීම් කරමින් තමයි, යන්තම් ටිකක් ආනිසංස ලබන්නේ. මැදට යනකොට යොදන ප්‍රයත්නවලට සමාන ආනිසංස ලැබෙන්න පටන්ගන්නවා. අවසාන වෙනකොට ඉතාම සුළු, ඉතාම පුංචි එකලස් කිරීමකින් විශාල ප්‍රතිඵල දෙන විදියට මේ තපස්වී ගුණය ගුණාත්මක වශයෙන් වෙනස් වෙන්න පටන්ගන්නවා. විශාල ප්‍රමාණයෙන් යෙදිය යුතු ආයෝජන, පහු වෙනකොට එව්වර තදින් යොදන්න වෙන්නේ නෑ. සුළු ප්‍රයත්නයකින්, සුළු පෙළගැස්මකින්, සුළු සකස් කිරීමකින්, එකලස් කිරීමකින් විශාල ප්‍රයෝජන ලබාගන්න පුළුවන් වෙනවා.

ඒ නිසා මේ තපස් කියන ගුණය, නැත්නම් තාප, තපන, ආතාප, කියන ගුණය යෝගාවර ජීවිතයේ තුන් අවස්ථාවේදී තුන් ආකාරයකටයි කටයුතු කරන්නේ. මෙයින් ඉන්ද්‍රියානු ක්‍රමය අනුව ආසියානු විදියට කල්පනා කරන ඇත්තෝ අර දැඩි තපස බොහෝම අගය කරන ගතියක් තියෙනවා. සඵඥයන් වහන්සේ වෙත තැනක මේක විවේචනය කරලත් තියෙනවා, මනුස්සයෝ මේ බොහෝම රුක්ෂ ප්‍රතිපත්ති රකින ඇත්තන්ට පහදිනවයි කියලා. ඒක ආසියාකරයේ තියෙන එක ගුණයක් - රුක්ෂ ප්‍රතිපත්ති, එහෙම නැත්නම් යන්තම් යැපෙන මට්ටමකින්, ලැබෙන මට්ටමකින්, විශාල ව්‍යාපාර කරන්නේ නැතිව, විචල්ව කරන්නේ නැතිව, උද්ඝෝෂණ කරන්නේ නැතිව, ඒ අනුව ජීවත් වීම. ඊටත් වැඩිය, ආත්ම ක්ලමටය කරමින් අත්තකිලමවානුයෝගයට යන්න යන්න වැඩියෙන් ගෞරව ලැබෙන තත්ත්වයක් තියෙනවා. ඒක එක අන්තයක් විදියට ප්‍රථම ධර්ම දේශනාවේදී සඵඥයන් වහන්සේ ධම්මවකකඤ්චනන සූත්‍රයේ “දො මෙ භික්ඛවෙ, අනනා” කියන එකෙන්, දෙවෙනි එකෙන් ප්‍රතික්ෂේප කරනවා. නමුත් මේක සම්පූර්ණයෙන්ම නැතුව, යම් කිසි ප්‍රමාණයක තපසක් යම් කිසි ප්‍රමාණයක ආතාපයක් නැතිව, මේ ජීවිතය හැඩගහගන්න බැරි බවත් සඵඥයන් වහන්සේ පිළිගන්නවා.

අපි අද බුද්ධ ජයන්ති කාලයෙන් පස්සේ බුද්ධ ශාසනයේ යම් කිසි විදියක අලුත් පණක්, නැගීමක් ඇති වීගෙන එන බව අත්දකින යුගයේ මේ අපි ජීවත් වෙන්නේ හරි වාසනාවන්ත, එක විදියකින් පෙරළිකාර යුගයක. මේ යුගයේ නව මතයක් තියනවා, ඇති වේගන යනවා - ඒක ඇති වුණා කියලා කියන්නත් පුළුවන්, ඇති වෙමින් පවතිනවා කියන්නත් පුළුවන්. ඒ අනුව මතක් කරනවා, මේ භාවනාව කියන එකේ ඔව්වරම පොරකන්න දෙයක් ඇත්තේ නැත, භාවනාව කියන එකේ ඔව්වරම වීයඹී කරන්න දෙයක් නැත, ඒක මේ අතක් පිට

අතක් තියාගෙන, නැත්නම් කල්පනා ඤාණවලින් ගන්න පුළුවන් දෙයක් ස කියලා, විශේෂයෙන්ම නිදහස් චිත්තනය කියන සංකල්පය දිගේ යන බටහිර ආකල්පය බලනකොට ආතාපි වීයඝියට අමුතු සැලකිල්ලක් තියෙනවා. ඒ ඇත්තන්ට ආතාපි වීයඝිය පිළිබඳව සච්ඤ දේශනාව කියවනකොට නුහුරු නොගැළපෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ ඇත්තන්ගේ අදහස තියෙන්නේ ඥාණය මුසු කරගෙන නිකම් බලාගෙන ඉඳීමයි. ඒකම තමයි, ඔය නව අඵ කථනයක් විදියට 'දසසනා පහානබ්බා' කියන වචන ආසියාකරයේ, ලංකාවේ පවා, වරින් වර අර පරණ සම්ප්‍රදය අතරමැද එක් කෙනෙක් දෙන්නෙක් ඒකම ධර්මයක් කොඩියක් වශයෙන් පාවිච්චි කරගෙන, මේකට එව්වරම වලිකන්න පොරකන්න දෙයක් ඇත්තේ නැත, කියලා සඳහන් කරලා තියනවා. ඒ නිසා බලනකොට ආතාපය ඉතාම දැඩිවම රැකිය යුතුයි කියලා එක මතයක්. ආතාපයක් අවශ්‍ය නෑ, වෙලාව එනකොට ඒක වෙයි කියලා සාමාන්‍යයෙන් දැඩිය දන්නේ නැතිවම, වෙහෙස වෙන්නේ නැතිවම බලාපොරොත්තු වෙන එක තව මතයක්. ඒ අතරමැද තියෙන මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවක් අවශ්‍ය වෙලාවල් තියෙනවා.

විශේෂයෙන්ම යෝග ජීවිතය ආරම්භයේදී දැඩි වීයඝිය, තාපය අවශ්‍යයි. පසු වෙනකොට පොඩි වීයඝියකින්, පොඩි තාපයකින්, පොඩි තපසකින් ප්‍රතිඵල එනකොටත් ඒක බාරගන්නත් ලැස්තී වෙන්න ඕනෑ. මට මොකද මේ අද නිකම්ම ඉඳගන්නකොටම භාවනාව හරි ගියේ කියලා කලබල වෙන්න නරකයි. පසු වෙනකොට නොහිතපු වෙලාවක, නොසිතූ විරූ ආකාරයට ධම් කාරණා මතු වෙලා එනකොට කලබල වෙන්න නරකයි, මේ පිස්සු හැඳිගෙන එනවාද? එහෙම නැතිනම් රුධිර පීඩනය වැඩි වෙලාද? ක්ලාන්ත වෙනවාද? කියලා. එහෙම හිතන්නත් නරකයි. ඒ වීයඝියේ තියෙන්නා වූ තලතුනා විමක්, මේරීමක්, සච්ඤ දේශනාව බොහෝම සුක්ෂ්ම ලෙස බලනකොට ජේනවා. මූලින් මූලින් විශාල වීයඝියක් යොදවන්න ඕනි. වීයඝියක් යොදවලා පහු වෙනකොට ඒක පවත්වාගෙන යන්න වීයඝියක් ඕනෑ. අවසාන වෙනකොටත් වැඩේ ඉවර කිරීමට වීයඝියක් ඕනි.

'ආරම්භ ධාතු, නිකම්ම ධාතු, පරකම ධාතු', කියලා මේක එක තැනක සඳහන් කරනවා. ආරම්භ කරන්න විශාල ශක්තියක්, විශාල කැප කිරීමක්, විශාල වැඩ පිළිවෙළක් අවශ්‍ය කරනවා. ඒකට කියන්නේ ආරම්භ ධාතු කියලයි. ඊට පස්සේ පවත්වාගෙන යන වීයඝියට නික්බම ධාතු කියලා කියනවා. නික්බම ධාතුවේදීත් ඒක විස්තර කරනවා 'පග්ගහිත වීයඝිය' කියලා, ගත් දේ අත නැර, ගිලිහෙන්නට ලුහුටන්නට

ඉඩ නොදී, ගත්ත දේ දැඩිව අල්ලාගෙන ඉන්න පුළුවන් ගතිය. ඒ දේ තුළ තමයි ඇත්තටම යෝගාවචරයා තමන්ගේ ශ්‍රද්ධා, වියර්, සති, සමාධි, ප්‍රඥ, කියන පඤ්ච ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන්ගේ උපරිමය උරගාලා බලන්නේ, ප්‍රත්‍යක්ෂ කරලා බලන්නේ. එන එන දුෂ්කරතාවලදී කොච්චරක් මට ශ්‍රද්ධාව තියෙනවාද? ඒ ශ්‍රද්ධාව නිසා උපන්නා වූ වියර්‍ය මට කොච්චරක් තියෙනවාද? විවිධාකාර අරමුණු මධ්‍යයේ මට සතිය පවත්වාගැනීමේ හැකියාව කොච්චර තියෙනවාද? වෙන කෙනෙකුට නම් සමාධිය ඇති කරගන්න හිතන්නවත් බැරි තැන්වල, දැන් සමාධිය යන්නම් නඩත්තු කිරීමේ හැකියාව මට තියෙනවාද? මේ මේ ධර්මයන් මේ මේ විදියට වැඩ කරනවා කියලා, තමන් වශයෙන්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥාණය මට කොච්චර තියෙනවාද? කියලා, ඒක දිගටම පවත්වන්න නම්, අර සැප සප්පාය කරුණුවලම භාවනා කර කර බැහැ. හම්බ වෙන ඕනෑම තත්ත්වයක් යටතේ භාවනා කරනකොට භාවනාවේ පුළුල් භාවයක් ලැබෙනවා. ඒ වෙලාවේ වැඩ කරන්නේ වියර්‍යේ මධ්‍යස්ථ භාවයයි. පශ්චාත්ත වියර්‍ය කියන්නේ ගත් දේ අතනැර පවත්වාගෙන යන වියර්‍යයි. ඒක කරගෙන යනකොට යෝගාවචරයාට වාසි අවස්ථාව පත් වෙනකොට හරියට කල දුටු කල වළ ඉහගත්තා වගේ වෙලාවක් අහු වෙනවා, දැන් හොඳට සියලුම කාරණා එකලස් වෙලා ඉන්නවා, ඒ වෙලාවට වැඩේ හමාර කරන, වැඩේ නිෂ්චයකට පත් කරන, නැත්නම් පෙට්ටියට ඇණේ ගහනවා, ඉවර කරනවා කියන අමතර විර්‍යයක් එන්න පටන්ගන්නවා. ඇත්තටම කියනව නම් ඒ අවසානයේ එන වියර්‍ය යෝගාවචරයාගේ පෞද්ගලිකත්වයක් තුළින් එන එකක් නෙමෙයි. මෙතෙක් කල් පුහුණු කරපු භාවනාවේ ගැමිමෙන් එන එකක්. ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් එකලස් වීමෙන් එන එකක්. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ග ධර්ම එකලස් වීමෙන් එන එකක්. ඒක පෞද්ගලිකත්වය ඉක්මවලා ගිය අතිරේක දෙයක්. අපිට ඒකට අවශ්‍ය තත්ත්ව ලබා දීම විතරයි කරන්න තියෙන්නේ. ඒ නිසා ආතාපි වියර්‍යේ එක එක්කෙනා එක එක තැන්වල ඉන්නවා වෙන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ භාවනාවට බැසගත්ත, භාවනාවේ දැනට පසු කරමින් ඉන්න අවධිය මත.

ඒ වගේම තමයි එක පයර්‍ය්චිකයක ගත්තත්, ආතාපි වියර්‍ය යෙදිය යුතු අවස්ථා වෙනස් වෙන වෙලාවල් තියෙනවා. සාමාන්‍යයෙන් ඉදිරිපත් කරන ක්‍රමය තමයි, පයර්‍ය්චිකයේ මූලදී, කල් ඇතුළු හොඳට සක්මන් කරලා, මූලදී අරමුණ හැකි තාක් දුරට, විපස්සනා භාවනා කරන යෝගාවචරයාට දෙන උපදේශයක් වශයෙන්, මෙතෙහි කිරීමෙන්, මනසිකාරය යෙදවීමෙන් ඒ වියර්‍ය කමණ්‍ය භාවයට පත් කරගන්න ඕනෑ. කමණ්‍ය භාවයට පත් කරගෙන කොච්චර වෙලා ඒ අරමුණත්

එක්කම එහෙම ගැටෙමින් හැපෙමින් මෙතෙහි කරමින් යා යුතුද? කියන එක, මූලදී මූලදී නම් කම්ප්ථානාවාය්‍යවරු යෝගාවචරයාට කියලා දෙනවා. පහු වෙනකොට යෝගාවචරයාම දැනගන්න ඕනෑ, මෙන්න මේ මට්ටමට යනකල් මේක කළ යුතුයි, උසිගැන්විය යුතුයි, ඇවිස්සිය යුතුයි කියලා. ඊට පස්සේ ඒක, ඒක විසින්ම පදමකට එනවා, ඒක විසින්ම ගැමීමකට එනවා. ආන්න ඒ වෙලාවේදී අවචර වේගයෙන් එළවන්නේ නැතිව, නමුත් ආපසු යන්න දෙන්නෙත් නැතිව, හොඳ සැලකිල්ලෙන් ඒ තත්ත්වය නඩත්තු කරගෙන යන්න වෙනවා. ඒ තත්ත්වය නඩත්තු කරගෙන යනකොට අර තරම් වේගයක්, වියරියක් කැප කරන්න වෙන්නේ නැහැ. ඉස්සරහට යන්න යන්න හොඳ කලඑළියක් ඉස්පාසුවක් ලැබෙනවා. හරියට කන්දකට නැගලා, නැත්නම් කණුවක් මුදුනට නැගලා ලෝකේ දිහා බලන්නා වාගේ හොඳ ඉස්පාසුවෙන් භාවනා කරගෙන යන්න පුළුවන් වෙලාවේදී පුළුවන් තරම් සමාධියට ඉඩ තියාගෙන, අර ගත්තා වූ මුල් කම්ප්ථානය හුදු නඩත්තුව පමණක් කරගෙන ඉන්නකොට භාවනාවේ ප්‍රගතියක් සිද්ධ වෙනවා. ඒක නිසා වියරිය පිළිබඳව නිතරෝම සැලකිල්ලෙන් ඉන්න ඕනෑ. එහෙම නැතිව සමාධියක් යම් කිසි ප්‍රමාණයකට තියෙද්දී අනවශ්‍ය වියරිය දන්න ගියොත්, එතකොටත් ඒක අධික වියරියට වැටීම නිසා භාවනාවට බාධා වෙනවා. සමාධියක් පෙළගැහෙන්න ඉස්සර වෙලාම ආසනයේ ඇන්දට හේත්තු වෙලා විවේක ගන්න පටන්ගත්තොත්, භාවනාවට හිත අවුළුවා ගන්න බැරිකම, අමුණාගන්න බැරිකම නිසා ලුහුටලා යනවා. ඒ නිසා වියරියේ සමතුලිත භාවය කියලා ගන්නකොට, ඒ වියරියම දැඩි ආත්ම ක්ලමථයක්, අත්තකිලමථානුයෝගයක් බවට පත් කරගන්නා වූ කෙළවර කියන එක යෝගාවචරයා මූලධර්ම වශයෙන් දැනගෙන තියෙන්න ඕනි. කිසිත් වියරියක් නොයොදා සුබෝපභෝගී සුබුමාල තාලෙට මේක කරන්න ඕනෑ කියන කාමසුබල්ලිකානුයෝගය පිළිබඳ විකල්පයත් දැනගෙන තියෙන්න ඕනි. ඒ දෙකම ප්‍රභාණය කළ යුතු දේවල්. එහෙම නමුත් එක පයර්ඛිකයකදී, එහෙම නැතිනම් එක මාර්ගී ඥාණයක් සඳහා, එක ධ්‍යානයක් සඳහා කටයුතු කරනකොටත් මේ තත්ත්ව තුන - මූලින් ඉතාමත්ම වැඩි වියරියක්, මැදදී මධ්‍යස්ථ වියරියක්, අවසාන වෙනකොට නිකම් බලා ඉන්න ප්‍රමාණයේ, ඉතාමත්ම ඥාණ සම්ප්‍රයුක්ත වියරියක් - අවශ්‍ය කරන මට්ටමක් ජේන්න තියෙනවා. ඒ නිසා ඔක්කෝම යෝගාවචරයන්ට එකම උපදේශය හරියන්නේ නෑ. තමන්ගේ භාවනාවේ මට්ටමට තේරුම්ගන්න ඕනෑ, මේ වෙලාවේ කළ යුත්ත කොහොමද? කියලා.

දැන් අපි කරන්නේ එකම භාවනා කමිස්ථානයක්. මේ සතර සතිපට්ඨානයේ කායානුපස්සනාව ගැන කථා කරන අවස්ථාව. කයෙහිත් පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන කොට්ඨාශ හතරෙන් එක කොටසක් මතු කරගෙන, ප්‍රකටම කොටස මතු කරගෙන, ඒ තුළම සිත පැවැත්වීමට කරන විශ්‍යයක් නිසා කෙනෙකුට සැක හිතෙන්න පුළුවන්, එහෙම නම් මේ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතු වෙන් විතරමද නිවන් දකින්න පුළුවන් වෙන්නේ කියලා. එහෙම නැත්නම් ආනාපානෙන් හෝ පිම්බීම, හැකිලීමෙන් විතරමද? ඇයි අනිත් ඒවාට යෝගාවචරයා හිත යොදවන්නේ නැත්තේ කියලා. කලින් කියපු තාලෙට මුලදී විශාල විශ්‍යයක් යොදවලා ඊගාවට හොඳ ඉස්පාසුවෙන් සියල්ල දිනා බලාගෙන ගමන් කරනකොට, එන්න එන්නම අර මුලදී කරන ලද දැඩි ආයාසකර භාවනාවේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන්, වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුවට හෝ බැසගෙන, හාත්පසින් තේරුම් කරගන්න පටන්ගත්තොත්, ඒ තුළින් ඉතිරි වුණා වූ තේජෝ, ආපෝ, පඨවි කියන කොට්ඨාශයන්ද වැටහෙනවා කියන එක ස්වාභාවික දෙයක්. ඒ මොකද? අපි වායෝ ධාතුව අල්ලාගෙන වෙන් කරගෙන හදාරන්න ගත්තට ඒක තනිවම හිටින එකක් නොවෙයි. ඒක පදනම් වෙලා තියෙන්නේ අනිකුත් ධාතු මතයි. අර ඉස්පාසුවෙන් වායෝ ධාතුව බලා ඉන්නකොට ඒකාන්තයෙන්ම අනන්ත අවස්ථා ලැබෙනවා, වායෝ ධාතුවට සාපේක්ෂකව පඨවි ආදී ඒ එක් එක් ධාතු කොට්ඨාශයන් සියල්ලම බලාගෙන යන්න.

මේ නිසා යම් ප්‍රමාණයකට, යම් ප්‍රදේශයකට වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව මත ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥාණය සහතික වෙන්න වෙන්න, ඒ ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥාණය, භාවනා ආසනය කඩන්නේ නැතිව දිගටම පවතින්න පවතින්න, අනුමාන ඥාණ වශයෙන්, අනිවායඪයෙන්ම අර ඉතුරු ප්‍රධාන ධාතු කොට්ඨාශවලට පැතිරෙනවා. මේ ධාතු කොට්ඨාශ අතර තියන අවකාශය කියන්නේ මේකයි. මේ ධාතු කොටස් දෙකක් එකට හැප්පෙන ගතියක් නෑ. වායෝ ධාතුවට කොච්චර වංචල කම්පන ගතී තිබුණත් ඇතුළේ විප්ලවයක් නෑ, ගැටුමක් නෑ, ස්වාධීනව කටයුතු කරනවා. ඒ කියන්නේ අතරමැදි හොඳ ඉඩපාඩුවක් තියෙනවා. මේ ආදී වශයෙන් මේ අනුමාන ඥාණ දිගට පැතිරෙනවා. අන්න ඒ පැතිරෙන වෙලාවට අර තරම් දැඩි විශ්‍යයකින් නොවෙයි, ඒවා බලන්නේ. පෙනෙන කොට්ඨාශ ප්‍රකට වීම අනුව වැටහෙන්නට ඇරීමයි කරන්නේ. එතෙත්දී කලින් ගත්ත ප්‍රබල විශ්‍යය වගේ නොවෙයි, යම් කිසි හික්මීමක් සහිත මධ්‍යස්ථ විශ්‍යයක් තමයි, අවශ්‍ය වෙන්නේ. අන්න ඒ වෙලාවේදී විපස්සනා භාවනාවේදී අරමුණ මෙනෙහි කිරීමත් සිදු වෙනවා.

මෙතෙක්දී මතක් කරලා දෙන්න ඕනි, වීයඝීය භාවනාවට සම්බන්ධ කරන උපක්‍රමය තමයි, උපකරණය තමයි, මෙතෙහි කිරීම. වේගෙන් මෙතෙහි කරනවයි කියන එකෙන් අපි අදහස් කරන්නේ දැඩි වීයඝීයෙන් කටයුතු කරනවයි කියන එකයි. මෙතෙහි කිරීමේ යම් ප්‍රමාණයක අඩු වීමක් වෙනවා, නැතිනම් තත්ත්වයට ගැලපෙන විදියේ මෙතෙහි කිරීමක් කරනවා කියන එකෙන් අදහස් කරන්නේ, වීයඝීයේ යම් කිසි විදියක තලතුනා බවකුත් ඥාණයට ඉඩ තැබීමකුත් තමයි. ඉස්සරහට යනකොට යනකොට, ඒ වගේ මෙතෙහි කිරීමක් කැලම නැතිවම වගේ, හුදු බලා සිටීමෙන් පමණක්ම සිදු වෙන අවස්ථා තිබෙනවා. ඒවා තමයි වීයඝීයේ අවස්ථා. ඒ වීයඝීය අපට තේරෙන්නේ භාවනාවට නංවන්නේ මෙතෙහි කිරීම මාර්ගයෙන්. ඒ නිසා යෝගාවචරයා කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙල, විශේෂයෙන්ම තමන්ට හරි ගිය හොඳම පයඝීචිකයක්, නිසි නින්දේ, හොඳට කල්පනා කරලා නොවෙයි, වෙච්ච ආකාරයෙන්ම කියනකොට, අහගෙන ඉන්නකොට මේ කාරණාව පිළිබඳව හොඳ වැටහීමක් අහන කෙනාටත් ඇති වෙනවා. කියන කෙනාටත් පහු වෙනකොට ඇති වෙනවා. මේ තුළින් ඉස්සරහට යනකොට කොතැනදී කොයි විදියට මෙතෙහි කළ යුතුද? කොතැනදී මෙතෙහි කිරීම නතර වුණාට කමක් නැත්ද? කොතැනදී මෙතෙහි කිරීම ආයාසයෙන් හෝ කළ යුතුද? කියන එක තේරුම්ගන්නා නම්, ඒ යෝගාවචරයාට ස්වාධීනව පැත්තකට වෙලා භාවනා කිරීමේ වඩාත් සුදුසුකම් තියෙනවා. එහෙම නැතිනම් හුඟ වෙලාවකට වීයඝීය වරදවා යෙදවීමේ අඩුපාඩුව හිටිනවා. අනවශ්‍ය වෙලාවට අධිකව වීයඝී කරනවා. අවශ්‍ය වෙලාවට අවශ්‍ය වීයඝීය නොයොදා ගත කරනවා. ඉතින් එහෙම නම්, එක තැනම පල් වෙනවා. එකම දවසෙ ගිය පාර අනිත් දවසේ වරදින්න ඉඩ තියෙනවා.

ඒ නිසා වීයඝීය පිළිබඳවම අවබෝධයට මේ විස්තර කාරණා ගෙන එන්නේ, තමන්ගේ දැනුම තමන්ට දවසක ගුරු උපදේශකයා වශයෙන් පත් වෙන නිසාමයි. වීයඝීය, සන්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධම් කථා කරනකොට සතිපට්ඨානට පිටිපස්සෙන් තියලයි තියෙන්නේ - සතර සමයක් ප්‍රධාන වීයඝීය. මේක තමයි දිරවාගන්නට අමාරු වෙලා තියෙන්නේ, මේ පාඨකයන්ට. එහෙම දැඩි ආයාස කිරීමක් බුදු දහමේ නෑ. ඒ ඇත්තන්ට කලිසම් කෝටි ඇඳගෙන භාවනා කරන්න ඇති අවශ්‍යතාව නිසා මේ විදියට ජේනවා. නමුත් සූත්‍ර පිටකය බලනකොට, සච්ඤ දේශනාවේ අනිවායඝීයෙන්ම සඳහන් කරනවා, දතට දත තියලා තද කරගෙන, කිහිල්ලෙන් දැඩිය වැටෙද්දී, මගේ මේ ඇගේ තියෙන ලේ, මස්, වියළේවා! නහර, සම, ඇට, ඉතිරි වෙන දේ ඉතිරි වේවා! කියලා

කරගෙන යන වියඪයක් පිළිබඳව සඳහන් වෙනවා. ඉතින් ඒක පිළිබඳව විස්තර කරන්නේ හරි අමුතුව, නිකම් ඇහැට මූණට පැඟිරි විසි වෙච්ච විදියකට තමයි, ඔය නිදහස් චිත්තකයන් ඒ වගේ පද විස්තර කරන්නේ. නමුත් ඒක ප්‍රතික්ෂේප කළ නොහැකි මට්ටමකයි තියෙන්නේ. කාටවත් ඒවා නෑ බෑ කියන්න බැහැ. ඒ වගේම තමයි අත්තකිලමථානුයෝගයට වගේ දැඩි වියඪය කිරීම, සඵඥයන් වහන්සේ ප්‍රතික්ෂේප කරලා තියෙනවා. මේ කාරණා යෝගාවචරයාගේ භාවනාව දියුණු වෙනකොට තමන්ටම හොඳට දිග හැරිලා වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා.

සතර සමාසක් ප්‍රධාන වියඪය සඳහන් කරනකොට ඒකේ ධාවපද වශයෙන් එකම ආකාරයෙන් යෙදෙන්නේ “උප්පනානං අකුසලානං ධම්මානං පහානාය, ඡන්දං ඡනෙති. වායමති. විරියං ආරහති. විතතං පගග්ගාති. පදහති.” ක්‍රමිකව දැඩි කරගෙන යන වියඪයක් තමයි තියෙන්නේ, දැනට ඇති වෙලා තිබෙන්නා වූ කෙලෙස් ප්‍රභාණය කිරීම පිණිස. ඒක අපිට භාවනාව පැත්තෙන් බලනකොට ආධුනිකයෙක් වශයෙන් අපි අපේ හිත නාසිකාග්‍රයේ තියන්න උත්සාහ කරනවා. නැත්නම් උදරයේ තියන්න උත්සාහ කරනවා. නැත්නම් වෙන මොකක් හෝ භාවනා කම්ප්ථානයක හිත තියනකොට, මේ වෙනකොටමත් අවුල් වෙලා තියෙන්නා වූ නීවරණ ධර්ම මේ අරමුණ යට කරගෙන, හාත්පසින් මුහුදේ රැල්ල ගහනවා වගේ එන්න පටන් ගන්නවා. ඒ වෙලාවේදී ක්‍රමික ප්‍රවේශයක් ලබාගන්න යෝගාවචරයා ‘ඡන්දං ඡනෙති’ කියන විදියට ඉස්සෙල්ලාම කරන්න තියෙන්නේ, කැමැත්තක් ඇති කරගන්න ඕනි, මගේ භාවනාවේ යාදෙන ගතිය කියලා කියන්නේ, දියුණුව කියලා කියන්නේ, එකලස කියලා කියන්නේ, ගත්ත අරමුණේ හිත තියන එකයි, ඒ නීවරණවලට යට වෙලා ඉන්න එක නොවෙයි කියල. ඒ නිසා මගේ හිත අරමුණේම පවතීවා! කියලා ඡන්දයක්, කුසලච්ඡන්දයක්, කර බැලීමේ ආශාවක්, යෝගාවචරයාට පහළ වෙන්න ඕනෑ. “ඡන්දං ඡනෙති. වායමති. විරියං ආරහති.” කියන විදියට, ඒ සඳහා ප්‍රයත්න කරනවා. හොඳට සක්මන් කරලා, එක තැනක කය තැන්පත් කරලා ඒකට උදව් කරනවා. සීලය මෙනෙහි කරලා, බුදු ගුණ මෙනෙහි කරලා, මෛත්‍රිය කරලා ඒකට ප්‍රයත්න කරනවා. “වායමති” කියන විදියට වැයම් කරනවා. කරනකොට තමයි මේක තේරෙන්නේ.

මේකත් හරි ලස්සනට විස්තර වෙනවා, හිත ගැන මේ විදියට කල්පනා නොකර, ඔහේ එන එන රූප බලමින්, ශබ්ද අසමින්, ගඳ සුවඳ බලමින්, රස බලමින්, සැපසේ නිදගනිමින් ඉන්න කෙනාට මේක පිළිබඳ කිසි රණ්ඩුවක්වත් ව්‍යාපාරයක්වත් වෝදනාවක්වත් නඩුවක්වත්

මොනවත් නෑ. නමුත් යම් දවසක අපි එකම අරමුණක හිත තැන්පත් කරන්න පටන්ගත්ත ගමන්ම පුදුමාකාර විදියේ ඇවිස්සිල්ලක් ඇති වෙනවා. නිවරණවලත් ඇවිස්සිල්ලක් ඇති වෙනවා. එක තැනක ඉන්න බැරි නුරුස්සන ගතිත් පහළ වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඡන්දයක් ඇති වෙච්ච ගමන්ම තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ නිසාම වැයමක් කරලාම බලන්න ඕනෑ. වැයමේදීම කම්මැලි පුද්ගලයා, අලසයා තේරුම් අරගන්නවා, මේක නොකළ යුත්තක්, භාවනා කිරීමෙන් මේ ආත්මයේදී නිවන් දැකීමක් කරන්න බැහැ, කරන්න යන්න යන්න කරදර වැඩි කියලා හිතාගන්නවා. ඒ ව්‍යායාමයම බහා තබන ගතියක් තියනවා. නමුත් ඒක පිරිමිකමට, පෞරුෂත්වයට, යෝගාවචරකමට, ශාක්‍ය පුත්‍ර බවකට, ශාක්‍ය දුහිතා බවකට ගැළපෙන්නේ නෑ. ඒ වැයම තුළින් දකින්න හම්බ වෙන්නේ නරක දේ කියලා පසුබෑවෙන් අපි නැවතත් වැටෙන්නේ කබලෙන් ලිපට වගේ කාම ලෝකයටමයි. කාම ලෝකේ සැප තියෙනවා නම්, කාම ලෝකේ තවත් අහවල් අහවල් දේ ලැබුවේ නැහැ, ලබන්න ඕනෑ, මම මුල විතරයි කැවේ, මට අග කන්න ඕනෑ, මම පොත්ත විතරයි කැවේ, මට මදේ කන්න ඕනෑ කියලා තව ඉතුරු තියෙනවා නම් කමක් නෑ.

නමුත් සංසාරේ බය ඇති කෙනාට තේරෙනවා, මේකෙන් ආපහු වැටෙන්නේ හිටපු තැනටමයි කියලා. ඒ වැයම තුළ තමයි අර මගේ ගත්තු මුල් ඡන්දය ඇත්තද නැත්තද කියලා හොඳ පිරිසිදීමක් සිදු වෙන්නේ. අන්න ඒ “ඡන්දං ඡනෙති. වායමනි. විරියං ආරහති” කියන විදියට ඊට පස්සේ වීයඝීය ආරම්භ කරනවා. වීයඝීය ආරම්භ කරන්න ගියාම උපක්‍රම දෙනවා ගුරුවරු. සිතිවිලි එනවා නම් සමථ වශයෙන්, ඒ සිතිවිලිවලින් තොරව පවතින ආනාපානයන් ගණන් කරන්න, එහෙම නැත්නම් විපස්සනා වශයෙන් සිතිවිල්ලක් කියලා මෙනෙහි කරන්න, කියලා ඒකට අදාළ වීයඝීය කරන්න පටන්ගන්න උපදෙස් ලබා දෙනවා. එතකොට නිවරණ ධර්මයන් ප්‍රබල වෙලා, බලවත් වෙලා, මූණට මූණ දලා එන්න පටන්ගන්නවා. එතනදී තමයි “විත්තං පශගණ්හාති.” කියන විදියට හිත දැඩි කරගන්න ඕනි. හොඳට කැසපට ගහගෙන ඉන්නවා. අපි වැඩක් කරන්න පටන්ගන්නකොට ඒකට ඇඳුම හොඳ නැත්නම්, නොගැළපෙනවා නම් ඒ ඇඳුම පැත්තක තියලා කැසපට ගහගන්නවා කියලා කථාවක් තියෙනවා. ආන්න ඒ වාගේ භාවනාවට ඒ කැසපට ගහගැනිල්ල සිද්ධ කරගත්තාට පස්සේ ‘විත්තං පගගණ්හාති’, ඊට පස්සේ තමයි ‘පධන් වීයඝීය’ කියන මේ ප්‍රධාන වීයඝීය, ආනාපී වීයඝීය යොදගන්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒ නිසා ආනාප වීයඝීය තේරුම්ගන්නට පියවර හතරක් පහක් යන්නට වෙනවා.

ආතාප වීර්යයට යනකොට නිවරණ සෘජුවම මුණට මුණ දලා එනකොට, ඒ තාක් කල් කම්මැලියෙක්ගේ පැත්තෙන්, එහෙම නැත්නම් පැරදීවිච කෙනෙකුගේ පැත්තෙන්, නැති බැරි හැඟීමෙන් කථා කරන කෙනෙකුගේ පැත්තෙන් බැලුවොත්, මේ තාක් කළ ප්‍රයත්නයෙන් වැඩි වෙලා තියෙන්නේ දුකමයි. දුක නැති කරන්නයි කියලා තමයි සච්ඡෙදයන් වහන්සේ මේ ශාසනය ඇති කළේ. දුක නැති කරන්න කියලා තමයි ඤාණීන් අතහැර දමලා වස්තුව අතහැර දමලා ආවේ. නමුත් මෙතෙක්ට යනකම්ම පේන්න තියෙන්නේ දුක වැඩි වෙනවා කියලා. ඒක නිසා ඒ ඇත්තන්ට පේන්න තියෙනවා, මේ භාවනාව කියලා කියන්නේ ඉල්ලලා දුක වළඳන වැඩ පිළිවෙළක් කියලා. ඒක නිසා භාවනා නොකර සිටියාම ඔය කිසිම ප්‍රශ්නයක් නෑ කියලා ගොඩින්ම උත්තර හොයාගන්නවා. අපේ සිංහල වෙදකමෙන් තියෙනවා, ලෙඩක් සනීප කරන්න ගිහිල්ලා පළමුවැනි බෙහෙත් කසාය බොනකොට ලෙඩ ගතිය වැඩි කරනවා. ඉතින් ඒ නිසා ඒ වෙලාවේදී වෙද මාරු කෙරුවොත් හෝ බෙහෙත් මාරු කෙරුවොත් හැමදම ලෙඩාට ඉන්න වෙන්නේ ඒ ලෙඩේ අවුස්සන මට්ටමේම තමයි. තුවාලට බෙහෙත් දන්න ඉස්සර වෙලා තුවාලේ සෝදන්න ඉස්සර වෙලා වණ මුඛය, තුවාලය, පාදනකොට රිදෙනවා. ඒ ලෙඩා තුවාලේ රිදෙනවා කියලා ප්‍රතිකාර නතර කළොත් කලින් කීවා වගේ, විශාල ශක්තියක් වැය කරලා වීර්යයත් වැය කරලා කිසිම ප්‍රයෝජනයක් නොලබා වෙහෙසට පත් වෙන, පරදින තත්ත්වට පත් වෙනවා. මෙන්න මේක නොවී දිගට යන්න තමයි ආතාප වීර්යය කියන එක අවශ්‍ය කරන්නේ.

ආතාප වීර්යය, සතර සමයක් ප්‍රධාන වීර්යය ගැන කථා කරනකොටත්, ඇත්තා වූ අකුසල ධර්ම ප්‍රහාණය කරනවයි කියන එක ඉතාමත්ම අමාරුයි. ඒ මොකද? අපේ රුචි අරුචිකම්මලට විරුද්ධව වැඩ කරන්න ගියාම ඒක මරණයටත් වැඩිය අමාරුයි. ඊට පස්සේ ඇති නොවුණා වූ අකුසල ධර්ම ඇති නොවීම පිණිස කටයුතු කරන්න ඕනෑ. ඇති වුණ කුසල ධර්ම වැඩි කරගන්න, තවම ඇති නොවුණ කුසල ධර්ම ඇති කරගන්න කටයුතු කරනවා කියනකොට එන්න එන්නම බොහොම තලතුනා මට්ටමක වීර්යයක් තමයි අවශ්‍ය කරන්නේ. ඒක නිසයි භාවනා කරමින් ගොඩක් කල් ඉන්න අයට ගෞරව කරන ගතියක් තියෙන්නේ. ඒ මොකද? මේ විදියට වීර්යයේ මට්ටම් දෙකතුනක් දැනගත්ත කෙනා තුළ අෂ්ටලෝක ධර්ම විෂයෙහි නොසැලෙන කම්පා නොවෙන ඉවසීමේ ගතිය ගොඩක් පුරුදු වෙනවා. එහෙම නැත්නම් ඒ පුද්ගලයාට හිටින්න බෑ. මේ වාගේ සත්පුරුෂ මණ්ඩල තුළ හිටින්න බෑ. ගැලවිලා යනවා. ලිස්සලා යනවා. එහෙම නම් අඩු ගානේ භාවනා ජීවිතයක් තියා සීලයේ

උනන් ලප කැලැල් ඇති වෙනවා, පලුදු ඇති වෙනවා. යම් කිසි විදියකට ආතාප වියඪය පිළිබඳව තමන් තුළ හොඳ පෞරුෂත්වයක් ගොඩනැගෙනවා නම්, ඒ පුද්ගලයා තුළ පැහැදිලිවම සිදු වෙන දේ තමයි, ඉස්සෙල්ලාම පේන දේ තමයි, සීලය පිළිබඳව ලොකු වගකීමක් ආදරයක් ගෞරවයක් වැඩි සැලකිල්ලක් ඇති වෙනවා. මේ තුළින් අර කලින් කිව්වාට වැඩිය "අවිඥාපිසාරතථානි බො ආනන්ද කුසලානි සීලානි"⁵ කිව්වා වාගේ, කුසල සීලය ඒකාන්තයෙන්ම විපිළිසර බව දුරු කිරීම පිණිසයි කියන එක ඉස්සරට වඩා හොඳට තේරෙනවා.

ගිහි ගෙවල්වල ඉඳගෙන සිල් රකින ඇත්තෝ හරියට වෝදනා කරනවා, සිල්වන්ත වෙන්ත වෙන්ත බාහිර ලෝකෙන් අපට කරදර වෙනවා කියලා. ඒ සීලවන්ත භාවය නිසා අපි නොන්පල් වෙනවා, අපි බයාදු වෙනවා. ඒ නිසා අද කාලේ මෙහෙම සිල් රකින්න බෑ කියලා හරියට සත්‍යය ප්‍රකාශ කරන ඇත්තෝ ඉන්නවා. ඒ මොකද ඒ ඇත්තෝ සෑහෙන ප්‍රදේශයක් මේ සඳහා ආයෝජනය කරලා තියෙනවා. කිසිම ප්‍රතිඵලයක් ලබලා නෑ. ඒ මොකද? ඔවුන් යොදන්නේ ගිහි කාම ලෝකේ ඉඳගෙනයි. ඒ යොදන ප්‍රයත්නය මේ වාගේ දෙයක් තමයි. නමුත් සත්පුරුෂයන් අතරමැදිට පත් වෙලා භාවනා කම්ප්ථානයක් ගත්තට පස්සේ, සීලය සඳහා කරන ආයෝජනය ඊට වැඩිය හාත්පසින්ම වෙනස්. ඊට වැඩිය බොහොම ප්‍රතිඵලදයකයි. ඒ මොකද? භාවනාවෙන්මයි මම මේක යට කරන්නේ, සීලයෙන්මයි මම මේක යට කරන්නේ කියලා තමන් තුළම ආත්ම විශ්වාසය එන්න පටන්ගන්නවා. අන්න ඒ විදියට සමඵයෙන් එන අත්දැකීම්වලට වඩා බොහෝමත්ම බලවත්, ඇස් පනාපිටම පේන දෙයක් තමයි විපස්සනාවේදී ලැබෙන දේ. ඒ නිසා අවසානයේ යෝගාවචරයා කොහොමද කියනවා නම් අපණ්ණක මට්ටමට වැටෙනවා. කිසිම දෙයක් ගැන කිසිම විනිශ්චයකට පත් වෙන්නේ නෑ. ඒ ඇත්තා දන්නවා, මේ විනිශ්චය කියලා කියන්නේ ඒකාන්තයෙන්ම අධී ඤාණයකින්, බාගෙට තියන ඤාණයකින් කරන වැඩක්. කළ යුත්ත විනිශ්චය නොවෙයි. දිගට වැටේ කරගෙන යන එකයි. එතකොට විනිශ්චය එයි.

අන්න ඒ විදියට ඉදිරියට යනවා නම්, වියඪය කොහොමද ප්‍රඥවට තුඩු දෙන්නේ, කොහොමද ප්‍රඥවට ගෙනියන්නේ කියලා විනිශ්චය කරන්න යන්නේ නෑ, කළ යුත්ත කිරීමේ වියඪය දිගටම පවත්නා ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසා සතර සතිපට්ඨානයෙහි

⁵ අඛගුත්තර නිකාය, දසක නිපාතය, ආනිසංස වර්ගය, කිමත්ථිය සූත්‍රය

ඉස්සෙල්ලාම තියෙන ගුණය වශයෙන් අපි තේරුම්ගන්න ඕනෑ ආකාරී කියන ගුණය. සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මවල ආකාරී ගුණය නව පොළක සඳහන් වෙනවා. ඒක මග හරින්න, ඒක පන්නන්න තමයි අපි මේ විවිධාකාර සුබෝපභෝගී දේවල් ඉල්ලන්නේ, කුමාර සැප බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. නමුත් කවද හෝ අපි තේරුම්ගත යුතුයි, මේ සඵල ශාසනේ වැඩ, වැඩ කරන කෙනාටයි. නැතුව නිකම්ම වෙයි කියලා බලා හිටියට හරි යන්නේ නෑ. ඉතින් අර නිදහස් වින්තනය තියෙන ඇත්තෝ හුගදෙනෙක් පෙන්නලා දෙනවා, බෝධිසත්ත්ව කාලේදී නම් මේක ඇත්ත. නමුත් භාවනා කරනකොට එව්වර වියඹී කරන්න අවශ්‍ය නෑ කියලා. නමුත් මේ කාරණා ඉදිරිපත් කිරීමෙන් මම අහගෙන ඉන්න අයට තමතමන්ගේ විනිශ්චයට ඉඩ තියෙනවා. කොච්චර නම් වියඹීය කියන එක උරගාලා බැලිය යුතුද? එහෙම නැත්නම් තමන්ගේ කයට තියෙන ආසාව නිසා, තමන්ගේ ඉඳුරන්ට තියෙන ආසාව නිසා පස්සට දැමිය යුතුද? කියලා. හැබැයි එකක් පැහැදිලියි. ඒකෙන් එන ප්‍රතිඵල නම් ඇස් පනාපිටම පේනවා භාවනා මධ්‍යස්ථානයේදී. ඒ නිසා ආතාප ගුණය ගොඩක් කල් ඉගෙනගත යුතු දෙයක්.

ආතාප ගුණයට පස්සේ සම්බන්ධ වෙන්නේ ‘සම්පජානෝ’ කියන ගතිය. සම්පජ්ඤාය කියන එක, කල්පනාව, ඤාණය, කියන අදහසින් ඉදිරිපත් වෙනවා. ‘සම්පජානෝ සතිමා’, සමහර තැන්වල ‘සති සම්පජ්ඤා’ කියලත් මේක සඳහන් කරනවා. “ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං” කියලා කාරණා හතරක් මෙතන සඳහන් වෙනවා. ආතාප කියන එක වියඹී වෛතසිකයට ගත්තොත් සම්පජ්ඤා වෛතසිකය ගන්න වෙන්නේ ප්‍රඥාවත් එක්කයි. ඒ ප්‍රඥාව විවිධ විදිවලට විග්‍රහ වෙනවා. හුගක්ම සම්ප්‍රදයානුකූල වූ ක්‍රමය තමයි, සම්පජ්ඤාය කියන එක සතර සම්පජ්ඤායට කඩලා සාථික සම්පජ්ඤාය, සප්ඵාය සම්පජ්ඤාය, ගෝචර සම්පජ්ඤාය, අසම්මෝහ සම්පජ්ඤාය කියලා විස්තර කරනවා. මේකේදී යෝග ජීවිතයට හුගක්ම ඕලාරික පැත්තෙන් ගන්න තියන හොඳ ආදර්ශයක් තියෙනවා. ඒ මොකද, ආතාපි කියන ගුණයේදී අපි දැක්කා, ගත්ත දේ අත නොහැරම දිගටම පැවැත්වීම තමයි, මේකේ න්‍යාය. නමුත් අපට ඇස කියලා එක ඉන්ද්‍රියක් තියෙනවා. කණ කියලා එක ඉන්ද්‍රියක් තියෙනවා. නාසය කියලා එකක් තියෙනවා. දිව කියලා එකක් තියෙනවා. කය කියලා එකක් තියෙනවා. මනස කියලා එකක් තියෙනවා. මේවා අපිව හයපැත්තකට අදිනවා. රාග වර්ත, දෝස වර්ත, මෝහ වර්ත කියලා එක් එක්කෙනාගේ ඇටුවම් බැහැගත්තු ගුණ තියෙනවා. මේ විවිධාකාර ගති නිසා එක අරමුණක

එක දිගට සිත පවත්වාගෙන යාමේදී විවිධාකාර අතුරු යෝජනා, අතුරු මාථී, වැඩ, ඉදිරියට ඉදිරිපත් වෙනවා. අන්න ඒ කටයුත්තට හිත යොදලා පූණිකාලීනව ඒ දේ කරගෙන යනකොට අතරමගදී හමු වෙන්නා වූ සන්ධිස්ථානයකදී කටයුතු කළ යුතු ආකාරය තමයි, මේ සම්පජ්ඣ්ඤයන් හතරෙන් විස්තර කරන්නේ. තමන් භාවනා කරගෙන, අරමුණේ ගත කරමින් ඉන්න පයඝිඛික අවස්ථාවක් වෙන්න පුළුවන්, එහෙම නැත්නම් සක්මන් කරන අවස්ථාවක වෙන්න පුළුවන්, පිණිඩපාතේ වඩිනවා, දන ශාලාවට යනවා, ආදී එදිනෙද වැඩ කරගෙන යනකොට කොච්චරවත් අතුරු වැඩ, යෝජනා ඉදිරිපත් වෙනවා. අන්න ඒ ඉදිරිපත් වෙච්ච වෙලාවේදී කොහොමද? කටයුතු කරන්න ඕනෑ.

ඒකට හොඳ පුංචි නිදර්ශනයක් අපේ ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ පොතක් ලියන අවස්ථාවේදී ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් ඉදිරිපත් වුණා. භාවනා පයඝිඛිකයේ ඉන්නකොට වේදනාවක් මතු වෙනවා. වේදනාවක් මතු වෙච්ච ගමන් කයෙන් එන පුරුදු විකල්පය තමයි ඉරියව්ව මාරු කිරීම. මෙච්චර කල් සංසාරේ අපි දුක්ඛ සත්‍යය අවබෝධ කළේ නැත්තේ ඒකම ප්‍රධාන හේතුව නිසා. මොකක් නිසාද? මේ ඉරියව්ව මාරු කරපු නිසා. එකම ඉරියව්වක ඉන්නකොට තමයි දුක ප්‍රකට වෙන්නේ. ඒ දුක ප්‍රකට වේගන එනකොට විවිධ අතුරු යෝජනා හිතෙන් මතු කරලා දෙනවා, මේ වෙලාවට ඉරියව්ව මාරු කළොත් හරි කියලා. ආන්න ඒ වෙලාවේ තමයි යෝගාවචරයා දිනන්නේ. යෝගාවචරයා යම් දවසක සාථික වෙන්නේ, දැන් මගේ භාවනා අරමුණ තියෙද්දී, අතුරු යෝජනාවක් ඇවිල්ලා තියෙනවා කියන එකට සතිමත් වුණොත් නම් අන්න ලොකුම ලොකු ජයග්‍රහණයක්. දැන් මේ භාවනාව පිළිබඳව, නැත්නම් මූල කම්ප්ථානය පිළිබඳව එහා වෙන ගතියකුත් අතුරු යෝජනාවට පක්ෂ වෙන ගතියකුත් ඇතුළේ ඇති වෙලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ සම්මතයක් නොවෙයි, අසම්මතයක් ලෝකයේ දැන් ඇතුළත සභාවේ තියෙන්නේ. මූලික යෝජනාවට වැඩි පිරිසක් ඡන්දය දෙන්නේ නෑ, අතුරු යෝජනාවටම ඡන්දය දීලා. අන්න ඒ වෙලාවේ සභාපතිතුමා කොහොමද කටයුතු කරන්න ඕනෑ කියන එක තමයි මේ සම්පජ්ඣ්ඤයන් හතරෙන් පෙන්න්නේ.

යම් වෙලාවක තමන් භාවනාවේ ඉන්නකොට පුංචි වේදනාවක් හෝ කැස්සක් හෝ එහෙම නැත්නම් පිටින් ශබ්දයක් හෝ සිතිවිල්ලක් හෝ මොකක් හරි ආපු වෙලාවක, ආධුනික යෝගාවචරයා හුරු පුරුදු නැති නිසා වහා විනිශ්චය කරනවා, ඉක්මනටම විනිශ්චයකට එළඹෙනවා. නමුත් එහෙම ඉක්මනට විනිශ්චයකට එළඹෙන්නේ මේ

වෙලාව සම්පජ්ඣාය පාවිච්චි කළ යුතු අවස්ථාවක් කියලා, විවේකීව කල්පනා කරලා බලලා ඥාණයෙන් කටයුතු කළ යුතු අවස්ථාවක් කියලා දන්නේ නැතුවයි. ආධුනික ගතියට කෝච්චි ගතියට වහා විනිශ්චය කරනවා. නමුත් සම්පජ්ඣාය කියන එක, අමතර කරදරයක් ප්‍රශ්නයක් මතු වීමත් ඒ අතරමැදි විනිශ්චයත් කියන දෙක මැදට බහා ලිය යුත්තක්. ඉවසීම, එහෙම නැත්නම් ක්ෂාන්තිය පිළිබඳව එක විකල්පයක්. අපි කියනවා, හොඳටම කේන්ති ගිය වෙලාවට දහයට ගණන් කරන්න කියලා, සාමාන්‍ය ලෝකයේ ප්‍රයෝගයක් විදියට. අන්න ඒ වගේ තමයි, කටයුත්තක් ඉදිරිපත් වෙච්ච ගමන්ම සම්පජ්ඣාය පාවිච්චි කරලා මිස හදිසි තීන්දුවකට එන්න එපා.

ඉස්සල්ලාම සලකා බලන්න කියලා කියන්නේ 'සප්පාය සම්පජ්ඣාය'. මම මේ අරමුණෙන් හිත ගලවලා පර්යංකයෙන් නැගිටල යන්නේ මොන වගේ නැතකටද? මම යෝගාවචර කෙනෙකුට ගැලපෙන සප්පාය, සැප තැනකටද යන්නේ? එහෙම නැත්නම් කාමයන්ට සැප තැනකටද යන්නේ? කියලා, තමන් මේක වෙනස් කරලා, ඊගාවට කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මොකක්ද? කියලා, ඒක පිළිබඳ සප්පාය, අසප්පාය භාවය කල්පනා කිරීම තමයි ඉස්සල්ලාම කරන්න කියන්නේ. ඒ සප්පාය සම්පජ්ඣායේදී හොඳට තේරෙනවා, වැඩක් කරගෙන යනකොට අමතරෙන් එන කාරණාව හැම වෙලාවේම අපේ හිත සුව පිණිස නෙමෙයි පිහිටන්නේ. අපි හදිසියේ ඒක අල්ලාගත්තාට සමහර වෙලාවට හොඳටම ප්‍රකටව පේනවා, ඒක අහේනිය පිණිස අසත්‍යව පිණිස අවැඩ පිණිස පිහිටන දෙයක්. නමුත් ඉක්මන් වෙලා ඒකට ගියා නම්, භාවනාව කැඩීමෙන් පාඩු එකයි. වෙනස් කරලා කරපු වැරද්ද නිසා පාඩු එකයි. වැරදි දෙකක් සිද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා සම්පජ්ඣාය තියෙනවා නම්, මේ සප්පාය සම්පජ්ඣාය කියන එක තේරුම් අරගන්නවා.

ඊට පස්සේ සාර්ථක සම්පජ්ඣාය. යම් විදියක තමන්ටම හිතෙනවා නම්, නෑ නෑ, මම පයච්ඡිකයෙන් නැගිටිට ගමන් යන්නේ සක්මනට. නැත්නම් භාවනා ජීවිතේම අදාළ කොටසකටයි යන්නේ කියලා, ඒ යෝජනාව සිත් ගන්නාසුලු එකක් නම්, නැත්නම් තනිකරම අහේනිකර අවැඩදායක එකක් නොවෙයි නම්, ඊගාවට කල්පනා කරන්න කියනවා, ඒකේ සාර්ථක සම්පජ්ඣාය - මොකක්ද මට ඒ වැඩේ කෙරුවොත් ලැබෙන අර්ථය කියලා. වැඩේට බහින්න ඉස්සර වෙලා ගොඩ ඉඳලා කල්පනා කරනවා. 'පනින්නට පෙර සිතා බලනු' කියන වැඩ පිළිවෙලක් මෙතන තියෙන්නේ. ඒ නිසා නැගිටින්න හෝ අරමුණ

වෙනස් කරන්න කල්පනා කළත්, දෙවෙනියට ආපු විකල්පය සාධාරණ ධාර්මික දෙයක් උණක් ඉන් ලැබෙන්න තියෙන අර්ථය සලකා බලන්න ඔනෑ. ඒ අර්ථය සමහර වෙලාවට අපේ හුදු හිතේ රුචියට මනාපෙට විනෝදංසෙට ගැලපෙන දෙයක් නිසා අර්ථයක් පෙනුණත් සමහර වෙලාවට තමා උපසම්පද හික්මුවක් නම්, ඒක නොගැලපෙන දෙයක් වෙන්න පුළුවන්. තමාට ගෝචර නැති දෙයක් වෙන්න පුළුවන්. සාමණේර කෙනෙකුට වුණත් සිවුරක් දරාගෙන මට මේ වැඩේ කරන්න ගැලපෙන්නේ නෑ කියලා හිතෙන්න ඉඩ තියනවා. සිල්වන්ත කෙනෙකුට වුණත්, එහෙම නැත්නම් සාමාන්‍ය ගිහි කෙනෙකුට වුණත් මේකෙ ගෝචර අගෝචර භාවය කල්පනා කරන්න කියනවා. ඉතින් යම් වේලාවක තමන්ට තේරෙනවා නම්, අපි කලියෙන්ම සඳහන් කරපු විදියට, මේකෙ ඇත්තා වූ ගුණයක් තියෙනවා, අර්ථයකුත් තියෙනවා, මට මේ ඉරියව්වේ සිටම මේක කරන්න පුළුවන් කියලා, ඒත් ඒක ඉතාම අසම්මෝහයෙන්, මම මේ එක වටිනා දෙයක් බහා තබලා දෙවෙනි දේකට යනවා, ඒ අර්ථයෙන් මිස මේකෙන් තව දේකට මම යන්නේ නෑ කියලා කල් ඇතුළම හිත විනිශ්චය කරගෙන ඒ අතුරු ගමන ගියොත්, වෙන්න තියෙන අඩුපාඩුව, වෙන්න තියෙන පාඩුව, ඉතාමත්ම අඩු කරගන්න පුළුවන්.

ඒක නිසා පනින්න පෙර සිතා බලනු කියන එක තමයි, මේ සාර්ථක සම්පජ්ඣායේදී විස්තර කරලා දෙන්න හදන්නේ. වෙන විදියකට කියනවා නම්, හදිසි තීන්දුවකට එළඹෙන්න එපා. ඒ තීන්දුව තමන් කරගෙන යන මේ භාවනා වැඩ පිළිවෙලට බාධා නොවන විදියට පෙරාතුව කල්පනා කරලා හිත යෙදෙව්වොත් ඒකෙන් වෙන්න තියෙන අනථ අඩු වෙනවා. අර වේතනාව නිසාම මේ කමිය සිද්ධ වුණත්, ඒ කමිය නිසා මේ ඵලය ලැබෙනවා කියලා හොඳට හේතු සහ ඵල දැකගන්න පුළුවන් ශක්තියක් ඇති වෙනවා.

නමුත් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ හෝ වෙන සම්පජ්ඣාය සඳහන් කරන තැන්වලත් පෙන්නලා දීලා තියෙන්නේ සතර ඉරියව්වල - සිටගෙන, ඉඳගෙන, ඇවිදීමින්, නිදගනිමින් කියන මේ ඉරියව්වල - සතිය පැවැත්වීමට එහා ගිය පුංචි පුංචි අතුරු ඉරියව්වල සතිය පැවැත්වීමට සඳහන් කරලා තියෙන්නේ සම්පජ්ඣාය කියලා. කුඩා ඉරියව් කියන අදහසයි එතැන තියෙන්නේ. ඉරියව්ව මාරු කිරීමේදී ප්‍රධාන ඉරියව්ව පිළිබඳව වෙනම කථා කරලා, සම්පජ්ඣාය සඳහන් කරන්නේ පුංචි පුංචි ඉරියව් වෙනස් කිරීම් වශයෙන්. අපි කලින් කිව්ව විදියට එක වැඩක් කරගෙන යනකොට, මතු වෙන්නා වූ පුංචි පුංචි අතුරු යෝජනා පිළිබඳව

කටයුතු කිරීමත් එක්ක සමානකමක් පේන්න තියෙනවා මේකේ. ඒ නිසා සම්පජ්ඣෝපය, අතිරේක අමතර විස්තර සහිත සලකා බැලීමක් මේකේ තියෙන්නේ. ඒකේදීත් සාර්ථක, සප්පාය, ගෝචර, අසම්මෝහ කියලා ඒ සතර ආකාරයෙන්ම කල්පනා කරමින් කටයුතු කරනවා නම්, ආධුනික යෝගාවචරයෙක් ඉස්සෙල්ලාම ආපුවහම ඇහුවොත් එහෙම, දවසට පැය කීයක් භාවනා කළාද කියලා, ඒ ඇත්තන්ට පැය හතරක් පහක් තමයි, කරන්නට පුළුවන් කියලා කියන්නේ. මෙන්න මේ සම්පජ්ඣෝපය ප්‍රශ්නය හොඳට සාකච්ඡා කරලා කටයුතු කරනවා නම්, ක්‍රමයෙන් භාවනාව හරියාගෙන එනකොට දවසට පැය හතරටත්, තව ඉස්සරහට යනකොට පැය දහයක් දෙළහක් වශයෙන් පවත්වාගෙන යන්න පුළුවන් වෙනවා. එහෙම නැතිව හැම වෙලාවේම කාල සටහන අරගෙන, කෙටිටික් ළඟ තියාගෙන, පිටි පස්සෙන් එල්වළවා කටයුතු කරනවා නම් ඒකට සම්පජ්ඣෝපය කියන වචනය පාවිච්චි කරන්න බෑ. ඒ මොකද? නුවණින් කල්පනා කිරීමක් තමන්ට නෑ. ඒ නිසා සම්පජ්ඣෝපය ගැන මේක තමයි, අටුවාවේ විස්තර කරලා තියන ප්‍රධානම ක්‍රමය. නමුත් තවත් බොහෝ විස්තර සහිතව කියන්න පුළුවන්.

සම්පජ්ඣෝපය කියන වචනය තියන්නේ ‘ඤ්ඤා, ජාන’ කියන පද දෙකෙන් තමයි. ජ්ඣෝපය, නැත්නම් ඤ්ඤා කියන පද බැඳිලා. ‘සං’ සහ ‘ප’ කියන උපසර්ග පද දෙකක් මේකට එකතු වෙලා තියනවා. ඒක නිසා සම්පජ්ඣෝපය හැම වෙලාවේම ‘සං’ කියන ආකාරයට ‘ස්වයං’ ම වෙන්න ඕනෑ. සම්පජ්ඣෝපය මෙහෙම කියලා දෙන්න පුළුවන් වුණාට, ක්‍රියාත්මක වෙනකොට තමා වශයෙන්ම අරීය මතු කරගැනීමේ හැකියාව තියන්න ඕනෑ. ඒ වාගේම තමයි, ඒ සම්පජ්ඣෝපය සම්පූර්ණ දෙයක් වෙන්නත් ඕනෑ. පටන් අරගන්නකොට අතනින් මෙතනින් කැඩීකැඩී පටන්ගන්නට සම්පජ්ඣෝපය වැඩෙනවා නම්, මුළු දවස පුරාම පවතින සතියකට, පුංචි පුංචි හැම කුඩා අනුකුඩා දේකටම මේක පැතිරෙන ගතියක් තියෙන්න ඕනෑ. ඒ නිසා මේ ‘සං’ කියන උපසර්ගයේ ‘ස්වයං’ කියන අරීය තියෙනවා. සම්පූර්ණ කිරීම කියන අරීයත් තියෙනවා. ඒ නිසා සම්පජ්ඣෝපය පටන්ගන්නකොට හුඟක් පැරදෙනවා, වරදිනවා, අඩුපාඩුකම් තියනවා. නමුත් කරගෙන කරගෙන යනකොට පුද්ගලාකාර විදියට මුළු භාවනා ජීවිතය පුරාම දවස පුරාම පැතිරෙන ගතියක් මේකේ තියෙනවා. දෙමංසන්ධියකට පත් වෙච්චහම තමන්ම ඒක පිළිබඳව අවබෝධවත් වෙලා ක්‍රියාත්මක වීමේ ශක්තියක් මේකෙන් එන්න පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයා එන්න එන්නම සම්පජ්ඣෝපය පුරුදු වෙන්න වෙන්නම ස්වාධීන පුද්ගලයෙක් බවට පත් වෙනවා.

සම්පජ්ඣ්ඤාය හොඳටෝම පැහැදිලි වූත් ප්‍රතිඵලදායක වූත් අවස්ථාවට පත් වෙන්නේ සංඛාර උපේක්ඛා මට්ටමට ගියාට පස්සෙයි. දැන් කොච්චරදෝ අරමුණු එන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් යෝගාවචරයා කිසි සේත්ම මූල කමීස්ථානයෙන් හැලෙන්නවත් මූල කමීස්ථානයෙන් පිටට කල්පනා කරන්නවත් දෙයක් නෑ, මූල කමීස්ථානයේම සිත පවතිද්දී විවිධාකාර අරමුණු විවිධ ආකාරයෙන් ආවට, ඒවා පිළිබඳව කිසිම සැලීමක් නැතිව උපේක්ෂා වෙන්න පුළුවන් අවස්ථාවෙන් තමයි, සම්පජ්ඣ්ඤාය හොඳටෝම මෝරාගෙන එන්නේ. ඊට ඉස්සෙල්ලා ඒ ඒ කරන දේවල් වාතීා කරනකොට ගුරුවරයා මතක් කරලා දෙනවා, මෙහෙම දෙයක් වුණොත් මෙහෙම දෙයක් කරන්න, එහෙම දෙයක් වුණොත් මෙහෙම දෙයක් කරන්න කියලා. නමුත් ඒවා ගුරු උපදේශ වශයෙන් දුන්නාට, තැනට ගැළපෙන තාලෙට ක්‍රියාත්මක කිරීමට සම්පජ්ඣ්ඤාය කියන ඤාණවත්තකම තියෙන්න ඕනෑ. එහෙම නැත්නම්, අපි කලින් කීවා වගේ අනවශ්‍ය තැන්වලදී අධික වීයථියත් අනවශ්‍ය තැන්වලදී මද වූ වීයථියත් පාවිච්චි කෙරුවොත් එහෙම, ඒ වීයථිය කියන වෛතසිකයේ ගුණ ලැබෙන්නේ නෑ. ඒ වගේම තමයි සම්පජ්ඣ්ඤාය විස්තර වශයෙන් තේරුම් අරගෙන තිබුණත් අවශ්‍ය වෙලාවට ඒක ක්‍රියාවට යොදවාගන්නට බැරි නම් යෝගාවචයා නිවන් දකින්නේ නෑ.

ඒ නිසා එක පැත්තකින් බලනකොට, පටන්ගන්නකොටම යෝගාවචරයාට යම් පමණක ඤාණයක් තියෙන්න ඕනෑ. එහෙම නැතුව මේ භාවනාවෙන් මේ ඤාණය ඇති කරලා දෙනවා කියන එක නොවෙයි, මේකෙන් ගන්න තියෙන්නේ. භාවනාවෙන් මේ ඤාණය පිරිසිදු කරලා දෙනවා කියන එකයි. ඒ පිරිසිදු කිරීමට නිතරෝම යොදන වීයථිය අවශ්‍යයි. ඒ වගේම තමන් දැනටමත් ඤාණවත්තයක් බව, ඤාණයෙන් යම් කිසි මට්ටමකට තමන් පත් වෙලා ඉන්නවා, ඒක තවත් පිරිසිදු කරගන්න ඕනෑ කියන අදහස එන්න එන්නම වැඩෙන්න ඕනෑ. ඒකත් 'ස්වයං' කියන තමා වශයෙන්ම අවබෝධ කරගන්නවා, කියන එක හා සම්බන්ධයි. නමුත් අපි තවත් පැත්තකින් මතක් කරනවා, 'ස්වයං' වශයෙන්, 'තමා' වශයෙන් අවබෝධ කෙරුවේ එකම කෙනයි මේ බුද්ධ කල්පයේ, ඒ සච්ඤායන් වහන්සේ විතරයි කියලා. ඒ නිසා අපේම ඤාණවලින්, අපේම ප්‍රයත්නවලින් කරන්න බැහැයි කියලා දන්නවා. නමුත් මෙතනදී තියන්නේ, අපි සුතමය වශයෙන් මේ ඤාණය ලබලා තියෙනවා. අපි දන්නවා, මේ දේ ආවොත් මේ වෙලාවට මෙහෙම මෙනෙහි කරන්න ඕනෑ කියලා. නමුත් ඒක ඒ වෙලාවටම කිරීමට මතක් වීම, සච්ඤායන් වහන්සේ කරන දෙයක් නොවෙයි. ගුරුවරයා කරන දෙයක් නොවෙයි. තමන් නිතරෝම ඒකට එළඹිවිච ගතිය තියෙන්න

ඕනෑ. එහෙම නොතිබුණොත් මේ සම්පජ්ඣ්ඤා ආදී දේවල්වලින් ක්‍රියාත්මක වෙන්න බැරි වෙනවා.

ඒ නිසා සතිපට්ඨාන භාවනාවේදී විතරක් නෙමෙයි, සම්පජ්ඣ්ඤා රටක් රාජ්‍යයක් පාලනය කරනකොටත් ඕනි වෙනවා. ගෙයක දෙරක වැඩ කටයුතු කරනකොටත් ඕනි. ඇඳුමක් පැළඳුමක් ඇඳගන්නා වෙලාවටත් කන බොන වෙලාවටත් හැම තැනකදීම පාවිච්චි වෙනවා. ඒ නිසා සත්පුරුෂ සංසේචනයේදීත් සත්පුරුෂයන්ගේ ඇසුරේදීත් ප්‍රධාන වශයෙන්ම වෙන්වෙන්නේ මෙන් මේ සම්පජ්ඣ්ඤාට අවශ්‍ය කරන පොහොර ලැබීමයි. සත්පුරුෂයන් එක්ක ආශ්‍රය කරනකොට, ඒ සත්පුරුෂයා වැඩක් කරන්නේ හැම පැත්තෙන්ම ඒ කාරණා ගැලපිවිච්ච වෙලාවටයි. ඔහු යෙදිය යුතු අඩුම ප්‍රයත්නය තමයි යොදන්නේ. භෞතික විද්‍යාවේ උගන්වන බල රේඛාව හරියට කෙළින් කරගන්නවා. මේ ඔළුමොළු ගතිය මට්ටම් කරල, හැදියාවක්, එහෙම නැත්නම් සංස්කෘතියක්, මහත්මා ගතියක්, වැඩේට යාදෙන ගතියක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ මෙන් මේ සම්පජ්ඣ්ඤා නිසයි. නමුත් යෝගාවචරයා මගේ ළඟ එහෙම නෑ, මට මෙහෙම කරගන්න බෑ, මම ඊට වඩා පාපතරයෙක්ය, ඒ වගේ අදහස්වලින් ගියොත්, නැති සඤ්ඤාව බැරි සඤ්ඤාව වඩනවා. සම්පජ්ඣ්ඤා එහෙම එකක් නොවෙයි. තමන් තුළම ඇත්තා වූ ශක්තිය තව තවත් දියුණු පවුණු කරන, තමන් පිළිබඳවම තමන් පිහිට පහන, තමන්ම තමන් සරණ වෙන්න පුළුවන් කියන ගතියට ඉඩ තියාගෙන, සච්ඤා දේශනාවත් ගුරු මතයත් පුළුවන් තරම් ලං කරගන්නවා. අතරවාරයේදී මූල කම්ප්ථානය රකිනවා. ඒක නිසා සම්පජ්ඣ්ඤා හරි පුදුම විදියට භාවනා සිත අළුත් කරලා දෙනවා. හති වට්ටලා වෙහෙස කරලා විඩාපත් කරන්නේ නෑ.

යම් වෙලාවකට හිත විඩාපත් වෙලා තියෙනවා නම්, හිත හති වැටිවිච්ච ගතියකම තියෙනවා නම්, හේතුවේ ගතියක තියනව නම්, පැහැදිලිවම හොඳට සිත යෙදිය යුතු අංශයක් තමයි සම්පජ්ඣ්ඤා. එතෙතේදී පෙනෙයි, සම්පජ්ඣ්ඤා කැලම වැඩ කරන්නේ නෑ. එහෙම නැත්නම් ඒක කාලයක් වැඩ කරන්නේ නැතිව, වැඩ ගන්නේ නැතිව පැත්තක දලා තිබුණ මළකඩ කෑ ස්වරූපයකට පත් වෙලා කියලා. ඒක තමයි හුඟක් වෙලාවට වෙන්නේ. කල්‍යාණ මිත්‍රයාගෙන් ඇත් වෙච්චහමත් ධර්ම සාකච්ඡාවෙන් ඇත් වෙච්චහමත් බණ ඇසීමෙන් ඇත් වෙච්චහමත් මේ දේ සිද්ධ වෙනවා. ඒක හරි නාස්තික දෙයක්. ඒක නිසා ඒක නිතරෝම අවදියෙන්, ඒක කුළුගන්වලා පවත්වාගෙන යෑම ඉතාමත්ම වැදගත් වෙනවා. සාමාන්‍යයෙන් ප්‍රඥවන්තයා,

සම්පජ්ඣ්ඤායෙන් කටයුතු කරන කෙනා, වැඩ වැඩි වූණා, වැඩ අඩු වූණා කියන එක නොවෙයි එයාගේ හැඩේ තීන්දු කරන දේ. කරන වැඩේ නිතරම හැඩේත් එක්කම කරනවා. වේගය, අඩු වේගය කියන එක නොවෙයි ප්‍රශ්නය. වැඩ ගොඩක් තියෙනවාද? ටිකක් තියෙනවාද? කියන එක නොවෙයි. මේ කරන වැඩේ මුළු හදින්ම කරනවා. හැබැයි කරන්න කලින්ම හොඳට විනිශ්චයක් කරගන්නවා, මේ දේටයි මම යන්න හදන්නේ, මම මේක මෙහෙම කරනවා. ඒකෙ තියන හොඳ හෝ නරක හෝ දෙකම පිළිගන්නවා. ඒක නිසා හරි සෙල්ලක්කාර ගතියක් තියෙනවා සම්පජ්ඣ්ඤා ඇති කෙනා ගාව. ක්‍රීඩාශීලීත්වයක් තියෙනවා. මෙන්න මේ ක්‍රීඩාශීලීත්වයත් සෙල්ලක්කාර ගතියත් නැතිව නම් භාවනාවේ කවදවත් ප්‍රමෝදය නම් පහළ වෙන්නේ නෑ. විපිළිසර බව නැතිම වෙන්නෙත් නෑ. ප්‍රීතිය පහළ වෙන්නෙත් නෑ. සුඛය පහළ වෙන්නෙත් නෑ. ඒ නිසා මේ කාටදෝ කඹුරනවා වගේ දෙයක් වෙනවා හරියට භාවනාව.

එහෙම නොවෙයි. භාවනාව ඒකාන්තයෙන්ම එතන එතනම අළුත් වෙන දෙයක්. එතන එතනම පණ පොවන දෙයක්. ඒ පණ පෙවීමට අවසානේ ඇති වෙන්නා වූ සමුච්ඡේද ප්‍රභාණය කෝක වෙතත්, මේ තදච්ඡි වශයෙන් කෙලෙස් ප්‍රභාණය වෙනකොට වෙනකොට සම්පජ්ඣ්ඤා ඇති කෙනාට හොඳට පවත් සලක ගතියක් තියනවා. ඒ ඒ වෙලාවේ, මේ මේ ක්ලේශයට, නැත්තම් මේ මේ වැරදි වැඩේට, මේ මේ හරි වැඩේට මම මේ මේ විදියට මුහුණ දුන්නා කියලා, ඒ ඒ වෙලාවේ ඇති වෙන්නාවූ ඒ ප්‍රමෝද කරන ගතිය, හිත ඔකඳ කරවන ගතිය අත්‍යවශ්‍යයි භාවනාවට.

සච්ඡයන් වහන්සේගේ ගුණ ගැන කථා කරනකොට, උන්වහන්සේට තිබෙන්නා වූ සුගත ගුණය විශේෂයෙන් සඳහන් කරන්නේ මොකද? උන්වහන්සේට අපිට වාගේ ගුරුවරයෙක් හිටියේ නෑ. අපිට වාගේ භාවනා මධ්‍යස්ථාන තිබුණේ නෑ. අපිට වාගේ කාල සටහනක් හදලා දුන්නේ නෑ. අපිට වාගේ සිව්පසය සපයන දයකයෝ හිටියේ නෑ. කාරක සහා, දයක සහා තිබුණේ නෑ. බුද්ධශාසන අමාත්‍යාංශයක් තිබුණේ නෑ. මොනවක්වත් නෑ. ඒ වෙලාවට දෙවේලේ උපස්ථානයට ළඟට ඇවිල්ලා සිටියේ මාරයා විතරයි. කොයි වෙලාවේ අඩුපාඩුවක් දකිම් දෝ! කොයි වෙලාවේදී නැගිටගන්න බැරි වෙන විදියේ පහරක් දෙම් දෝ! කියලා මාර බලවේගය විතරයි තිබුණේ. ඒක නිසා හිතාගන්න පුළුවන්, උන්වහන්සේ ගව් ගණන් පයින් ඇවිදිනකොට, ගිහි කාලේ, නැත්තම් තාපස කාලේ කොච්චර බාධක තියෙන්න ඇත්ද?

කියලා. නමුත් මේ කොච්චර බාධක තිබුණත්, වෙනුවෙන් කැප වෙව්ව යසෝදරාව ගෙදට වෙලා හැඬු බව හැබෑව, නමුත් බුදුරජාණන් වහන්සේට උපස්ථානයට හිටියේ නෑ කවුරුවක් වත්, විශේෂයෙන්ම සිද්ධාථී කුමාර කාලේ. ආන්න ඒ කාලෙන් උන්වහන්සේ ඉතාම සුන්දර විදියට ජීවිතයට මුහුණ දුන්නා කියන අරියක් තියෙනවා මේ සුගත ගුණයේ. යන ගමන හිනා වෙච්චී යනවා.

යෝග ජීවිතයේදී අපට අතුරු බාධකයක් ඉදිරිපත් උනා නං, ඒක ගුරුවරයා කිව්වට කෙරුවා, එහෙම නැත්නම් මේ වත් පිළිවෙත් පැවර්ච්ච නිසා කෙරුවා, එහෙමත් නැත්නම් අරක නිසා, මේක නිසා කෙරුවායි කිව්වොත් ඉතින් වගකීමක් එන්නේ නෑ. ස්වයං භාවයක් එන්නේ නෑ. ස්වයං භාවය එන්නේ, ඉදිරිපත් වෙන එක ලෝක ස්වභාවයයි, මම ඒක මැනලා පාවිච්චි කරන්නට සාථික සම්පජ්ඤාඤාය යෙදෙව්වද? සප්පාය සම්පජ්ඤාඤාය යෙදෙව්වද? ගෝචර සම්පජ්ඤාඤාය යෙදෙව්වද? අසම්මෝහ සම්පජ්ඤාඤාය යෙදෙව්වද? කලකොල වෙන්නේ නැතිව මම මේකට මුහුණ දුන්නාද? කියනවා නම්, තරක ප්‍රතිඵලයක් ආවා කියලා කිසි සේත්ම පැකිලෙන්න දෙයක් නෑ. ඇත්ත වශයෙන්ම කියනවා නම්, ඉන්ද්‍රිය ධර්ම පහ බල ධර්ම බවට පත් වෙන්නේ වැරදි සිදු වෙන වෙලාවල, නොසැලී සිටින වෙලාවට. වැරදි නොවීමෙන්වත් බාධක නොපැමිණීමෙන්වත් නෙමෙයි. අපි දන්නවා පුංචි පුංචි දිය පහරවල් කන්දෙන් ගලාගෙන බහිනකොට, දිය රැලි නංවාගෙන එනකොට, දිය ඇල්ල කඩාගෙන වැටෙන්න වැටෙන්න, ගල්වල හැපෙන්න හැපෙන්න, නැමෙන්න නැමෙන්න, මිනිස්සු කඳු නගිනවා, දිය ඇලි බලන්න. ඒ මොකද? ඒක හරිම විචිත්‍ර යි. මනනන්දනියයි. නමුත් පැවතිලා පැවතිලා අන්තිමට මුහුදට කිට්ටු වෙලා, මෝය කටට එනකොට බලන්න යන කෙනෙක් නෑ. ඒ මොකද? දන් ඒක බොහොම තලතුනයි.

ඒ වගේ තමයි සිද්ධි බහුල අවස්ථාව. කොච්චර උනත් යෝග ජීවිතයේ මුලදී ගොඩක් එනවා ඒක. අන්න ඒ වෙලාවේදී සම්පජ්ඤාඤාය ගුණය ඉදිරිපත් වෙව්ව කෙනාට නම්, ඒවා ඔක්කොම සමනලයට අතු නැමුණා වාගේ, ලොකු උරගා බැලීම, ප්‍රගති පරීක්ෂණ බවට පත් වෙනවා. ඒ තුළමත් තියෙන්නේ යෝගාවචරයා තමන් ගැන තමන් අදහන ගතියයි. ඊට කලින් අපි සාකච්ඡා කරපු වියරියවන්නකම, නැත්නම් වියරිය, මේකට බොහොම ළඟින් බලපානවා. නමුත් වියරියවන්න වුණත් තමන් කරන දේට තමන් වග කියන්නේ නැතිව, තමන් කරන දේ පිළිබඳව නුවණින් කල්පනා නොකරන ගතිය තියෙනවා

නම්, ලාභට ගෙම්බෝ එකතු කරනවා වගේ තමයි භාවනාවේ ප්‍රතිඵල. මේ කෙරුවා, මේ නැති වෙලා යනවා. සම්පජ්ඣ්ඤා ඇති කෙනාට නම්, යම් කිසි වෙලාවක යම් සාථිකත්වයක් ඇති වුණා නම්, ඒක කවදවත් අහක දන්නේ නෑ. මොකද, දන්නවා මේ සාථිකත්වය ඇති වුණේ අසාථිකත්වය තුළින් බව. ඒක නිසා ආයි අසාථික වෙනවාට වඩා හොඳයි, වැඩක් කරන්න ඉස්සර වෙලා කල්පනා කරලා වැඩ කරනවා කියලා, සම්පජ්ඣ්ඤාට පුදුමාකාර සැලකිල්ලක් ඇති වෙනවා. ඒකයි මම මතක් කෙරුවේ, ඒකේ හරිම ක්‍රීඩාශීලී ගතියක් තියෙනවා කියලා. නිකම් සෙල්ලක්කාර ගතියක් තියෙනවා. නමුත් ඒක එන්න එන්නම තලතුනා තත්ත්වයකට පත් වෙනවා, පහු වෙනකොට.

ඒ නිසා අනිකුත් යෝගාවචරයන් ගැන මනිනකොටත් තමන් ගැන මනිනකොටත් මේ කාරණය සිතේ තියාගන්න ඕනෑ. යම් කිසි කෙනෙක් වැරද්දක් සම්පජ්ඣ්ඤායෙන් කරනවා නම්, හැමදම කරන්නේ නෑ. සැරයක් දෙසැරයක් නොකර හැදෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා කොතැනදීද සමාව දිය යුත්තේ, කොතැනදීද නඩුව ඇසිය යුත්තේ, කොතැනදීද දඩුවම් කළ යුත්තේ කියන එක හැම කෙනාටම කරන්න බැහැ. ඒක එක් කෙනෙක් විනිශ්චය කරන්න ඕනෑ, ඒකට හොඳටෝම සම්පජ්ඣ්ඤා ඇති කෙනෙක් වෙන්නත් ඕනෑ නඩුකාරයා. ඒ නිසා අපි පුරුදු වෙන්න ඕනෑ, අපි යන මේ ගමනේදී, අපි පිළිබඳ විනිශ්චයේදී හෝ අනුන් පිළිබඳ විනිශ්චයේදීත් මේ සම්පජ්ඣ්ඤා හතරම තමයි ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. ඒ ක්‍රියාත්මක වීමේදීත් විනිශ්චයට හදිසි වෙන්න නරකයි. හොඳට නඩුව සලකා බලන්නට ඕනෑ. ඒ සලකා බලන ක්‍රම හතරක් තමයි, මේකේදී සාක්කි වෙන්නේ. ඒකේදීත් යෝගාවචරයා විපස්සනා භාවනාවේදී යෙදෙන සම්පජ්ඣ්ඤා විතර උත්කෘෂ්ට සම්පජ්ඣ්ඤායක්, අර අපි කිව්වා වගේ ගොවි පොළක් පාලනය කරනකොට, වෙළඳ පොළක් පාලනය කරනකොට යෙදෙන්නේ නෑ. ඒවා බොහොම ලාමකයි, ලාමක ඵලයක් සහිතයි. නමුත් සතිපට්ඨානයේදී යෙදෙන සම්පජ්ඣ්ඤා ශ්‍රේෂ්ඨයි. ඒ නිසා අපි අද මතක තියාගන්න ඕනෑ, ඒ සම්පජ්ඣ්ඤා හරියන්ට නම් ඉතින් අතුරු බාධක එන්නම ඕනෑ.

මේ විදියට අහලා දැනගත්තු කරුණුවලින්, කරලා දැනගත්තු කරුණුවලින් යම් කිසි ප්‍රමාණයක පන්නරයක් ලබාගෙන කටයුතු කරන ඇත්තෝ, ඒ ඇත්තන්ට මේ අද ඇහෙන දේවල්වලින්, මත්තට ඇහෙන දේවල්වලින් තව තවත් මේ ඉන්ද්‍රිය ධර්ම, බල ධර්ම වැඩිලා, සියල්ලෝම සමගියෙන් මේ වස් කාලය ඇතුළත අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නා වූ

නායාය අධිගමය, නිබ්බානය සාක්ෂාත් කිරීමට, ඒ සියලු ඉන්ද්‍රිය ධම් බල ධම් වැඩීමට මේ ධම්‍ය හේතු වේවා! වාසනා වේවා! කියා අපේ ප්‍රාථනාවෙන් අදට නියමිත ධම් දේශනාව අවසන් කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!

5-වන ධර්ම දේශනය.

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සි විහරති ආතාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සනති”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඛ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි සතියකට වතාවක් මේ විදියට ධර්ම දේශනා වශයෙන් පැයක් වෙන් කරගෙන ඒ විදියට අවස්ථා හතරක් පහක් තැන් පසු කරගෙන සතිපට්ඨාන සූත්‍රය දිගේ කයෙහි කය අනුව බලන කායානුපස්සනා කොටසෙහි යෝගාවචරයකු සතු විය යුතු ගුණ හතරක් විග්‍රහ වෙන තැනටයි මේ අද පත් වෙලා තියෙන්නේ. එයින් ආතාප වීයඝීයත් සමපජ්ඤාඤයත් සතියත් අභිජ්ඣා ව්‍යාපාද විනයනය කරන්නා වූ සමාධිමත් ගතියත් යන මේ කරුණු හතර, වෙනත් නම්වලින් හෝ යෝගාවචරයන් අතර ප්‍රසිද්ධ කාරණා. ආතාපි කියන ගුණය වීයඝීය, නැත්නම් විරිය වෛතසිකය වශයෙන් පෙන්නලා දීලා තියෙනවා. සමපජ්ඤාඤය කියන වචනය ජ්ඤාඤ, ඤාණ, නැත්නම් ප්‍රඥ වෛතසිකය වශයෙන් පෙන්නලා දීලා තියෙනවා. සතො, නැත්නම් සතිමා වශයෙන් මෙනන තියෙන්නේ සතිමත් පුද්ගලයා සතිමත් යෝගාවචරයා කියන නාමවාචී පදයකින්. ඒ සතිය සති වෛතසිකය වශයෙන් අහල තියෙනවා, පෙන්නලා දීලා තියෙනවා, දන්නවා. අවසානයේ ඇත්තා වූ ‘විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං’ කියන අභිජ්ඣාව දෙමිනස දුරු කිරීම, සමථයකට පත් කිරීම, සමථය වශයෙන්, සමාධිය වශයෙන් පෙන්නලා දීලා තියෙනවා. එතකොට වෙන විදියකට බලනව නම්, සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම පිළිබඳව හුරු ඇති ඇත්තෝ පඤච බල, පඤච ඉන්ද්‍රිය සාකච්ඡා කරනකොට මේ හතරට ශ්‍රද්ධාවත් එකතු කරගත්තහම තමයි පහක් වෙන්නේ; පඤච බල වශයෙන් පඤච ඉන්ද්‍රිය වශයෙන් සදහන් කරන්නේ. එතකොට ‘ආතාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං’ කියනකොට වීයඝීය, ප්‍රඥව, සතිය, සමාධිය, කියන මේ හතරයි ගැණෙන්නේ. පසු ගිය වාරවල අපි

ආතාපි කියන ගුණයත් සමපජ්ඣාදිය කියන ගුණයත් පිළිබඳව සෑහෙන කරුණු ප්‍රමාණයක් ඉදිරිපත් කරගන්නා.

අද බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මේ 'සතිමා' කියන සතිපට්ඨාන සූත්‍ර යෙදුම අනුව අපි මේ කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙලට ගන්න පුළුවන් මූලධර්ම, ඒ වාගේම ප්‍රායෝගික කොටස් ඉදිරිපත් කරගන්නයි. සතිමා කියන එක අපි කලින් සඳහන් කළා වගේ 'සතිමත් පුද්ගලයා' කියන අදහසයි සඳහන් වෙන්නේ. ඒ නිසා ජ්‍යෙෂ්ඨ නියෙනවා සතිපට්ඨානය වඩාත් සතිය පිළිබඳව මූලික දැනීමක් හැඟීමක්, වියඪය වගේම, ප්‍රඥාව වගේම සමාධිය වගේම තිබිය යුතු තත්ත්වයක්. නැත්නම් ඒක නියෙන කෙනාට පමණයි, සතිපට්ඨානේ අවසාන නිගමන කොට්ඨාසයට යනකොට දක්වන විදියට හත් අවුරුද්දක්, හත් මාසයක්, හත් දවසක් ආදී සීමා කරගත්ත කාලයක් තුළ තමන් බලාපොරොත්තු වෙන්නා වූ අභිමතයට ප්‍රාථමිකව ළඟා වෙන්නට පුළුවන් වෙන්නේ. ඒ නිසා සතිපට්ඨානයේ මූලදීමත් යෝගාවචරයා සතු විය යුතු ගුණයක් සතිය. සතිපට්ඨානෙන් ඒ සතිය වඩාත් තහවුරු කරගැනීමට දෙන උපදෙස් පන්තියක් තියෙන්නේ. එතකොට මූල, මැද, අවසාන වශයෙන් සති බලය ඤීණාශ්‍රවයන් වහන්සේලාටත් පවතිනවා. ඒ නිසා මූල, මැද, අග කියන තුන් ස්ථානයටම සතිය අවශ්‍ය කරනව. ඒ නිසා සතිය පිළිබඳව බොහෝදෙනා දන්නවා, අහලා තියෙනවා. නමුත් එවුවා නැවත නැවතත් සූත්‍ර කොටස්වල විවිධ විග්‍රහ යටතේ කොහොමද ඉස්මතු වෙන්නේ කැපී පෙනෙන්නේ කියලා බලනකොට තමන් කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙලේ තියෙන්නා වූ අඩුපාඩු, වැඩිපාඩු නොදනුවත්කම් දුරු වෙනවා. 'අසසුතං සුණාති සුතං පරියොදපෙනි දිට්ඨිං උජුං කරොති...' ආදී වශයෙන් නාහපු ඇත්තන්ට අහන්ඩ හම්බ වෙනව. අහපු ඇත්තන්ට අලුත් කරගන්න පුළුවන් වෙනවා. වැරදි තිබුණා නම් හදගන්න පුළුවන් වෙනවා. මේ විදියට විවිධ ආනිසංස තියෙනවා. ඒ නිසා සතිය කියන කොටස තමයි අපි අද සාකච්ඡා කරන්ට ධර්ම දේශනාවට ඉදිරිපත් කරගන්ට බලාපොරොත්තු වෙන්නේ.

'සතිය' කියන වචනයට අළු දෙන කොයි ආවායඪියන් වහන්සේ නමක් වුණත් කොයි සම්පුදයානුකූල පොතක වුණත් 'ස්මෘතිය, අනුස්සතිය, නැවත මෙනෙහි කිරීම' ආදී වචන තමයි සතියේ මූලික අර්ථය වශයෙන් පෙන්වන්නේ. සිහිය තියෙනවා කියලා කිවුව නම්, අසවල් දවසෙ සිද්ධ වෙච්ච දේ අදට සිහියෙ තියෙනවා කියලා කියනව නම්, ඒක පිළිබඳව මතකය පවතිනවා. අනුස්සතිය, සිහි කරගන්න පුළුවන් ගතිය තියෙනවා, බුදු ගුණ සිහිපත් කරනවා, ආදී වශයෙන් ඒ

වාගේ මූලික වචන අර්ථය වෙන්වන සතිය කියල කියන්නෙ සිහිය, මතකය, කියන අර්ථය. නමුත් සතිපට්ඨාන වගේ තැන්වල යෙදෙනකොට මෙවුවා විවිධාකාරයෙන් තෙදගැන්විලා, ඔපගැන්විලා ඒ පදවල යෙදෙනවා. කොහොම නමුත් සතිය පිළිබඳව ථෙරවාද සම්ප්‍රදයට අනුව මූලික සොයා බැලීමක් කරන කෙනෙකුට මේ ගැන සඳහන් වෙන මූලික පොත් දෙකක් වශයෙන් පටිසම්භිද මාගීයත් විශුද්ධි මාගීයත් කියන පොත් දෙක නැතුව බැරුව යනවා. ඒ දෙකේ තමයි මේ වාගේ ධර්ම කාරණාවක් විෂයමූලිකව සොයන්න පටන් අරගන්නකොට මූලිකවම අවශ්‍ය කරන තොරතුරු සපයන්නේ. අපි දන්නවා, පටිසම්භිද මාගීය සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේගේ කෘත්‍යයක් වශයෙන් තමයි අපේ සම්ප්‍රදය පිළිගන්නේ. ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ, නැත්නම් පටිසම්භිද මාගීයට ප්‍රස්තුතය වශයෙන් පෙන්වලා දීලා තියෙන්නේ මේකයි. සිව්පිළිසිඹියා, නැත්නම් පටිසම්භිද ලබාගැනීම සඳහා අතට, ධම්ම, නිරුතති, පටිභාන වශයෙන් කියන සිව්පිළිසිඹියා - ඒ කියන්නෙ විශේෂිත ඥාන, විශේෂඥ ඥාන - ලබාගැනීම සඳහා සංග්‍රහ කරපු විශේෂ අත්පොතක් තමයි, පටිසම්භිද මාගීය කියලා කියන්නේ. ඒක ලොකු පොතක්. ඒක අපේ ලංකාවේ ත්‍රිපිටකයට ඇතුළත් කරලයි සඳහන් කරන්නෙ. ඊගාවට විශුද්ධි මාගීය ගැන සඳහන් වෙන්නෙ, සංයුක්ත නිකායේ සඳහන් වෙන දේවතා සංයුක්තයේ “අනෙතා ජටා බහි ජටා” ආදී වශයෙන් ගාථාවක් දේවතාවෙක් විසින් අසන ලදුව සඵඥයන් වහන්සේ විසින් දෙන පිළිතුර වන “සීලෙ පතිධ්‍යාය නරො සපඤ්ඤා”⁶ කියන ගාථාවට ලියපු අර්ථ කථනයක් විදිහට.

මේ දෙකෙහි සතිය විස්තර කරන්නේ ක්‍රම දෙකකට. ඒක නිසා දඹිනය පැත්තෙන්, මූලධර්ම පැත්තෙන්, පොත්පත් දැනුම පැත්තෙන් බලන ඇත්තෝ මෙතෙක්ට ගියාම මුසුප්පු වෙන ගතියකට පත් වෙනවා. මේ පොත් දෙකම අපේ ථෙරවාද සම්ප්‍රදයෙ පිළිගන්නා පොත් දෙකක්. විශුද්ධි මාගීය ලංකාවේ ත්‍රිපිටකයට ඇතුළත් කරලා නෑ. නමුත් බුරුම රටේ ත්‍රිපිටක පොත් ඉල්ලනකොට විශුද්ධි මාගීයත් ඇතුළත් කරල දෙන්නේ. ඒ තරමටම ඒක ඉතාමත්ම ඉහළින් සලකනව. මේ විදියට සතිය පිළිබඳව පොත්පත්වල පවා මූලික අර්ථ විවරණ දෙකක් ඇති වෙන්න හේතුව මොකද? සතිය ඒ තරම්ම භාවිතාවේ තියෙන එකක්. විවිධ ඇත්තෝ විවිධ ආකාරයෙන් ඒක පාවිච්චි කරලා ඒ පිළිබඳව විවිධ අදහස් කියලා තියෙනවා. ඉතින් ඒක බොහෝම ශුභ පැත්තෙන්, එහි ඇත්තා වූ හොඳ පමණක් ගන්නා පැත්තෙන් බලනකොට දෙකම හොඳ.

⁶ සංයුක්ත නිකාය, සගාථ වර්ගය, දේවතා සංයුක්තය, සත්ති වර්ගය, ජටා සූත්‍රය

ඒ දෙකින්ම අපට ප්‍රයෝජන ගන්නට පුළුවන්. ඒ වාගේම තමයි වතීම්මානසෙ සාසනයේ පවතින්නා වූ තත්වය දිහා බලනකොටත් සමහර යෝගාවචරයන් ඉතාමත්ම සමථ භාවනාවට බරයි, නැත්නම් සමථයානිකයි. සමථ පූව්චිගම විපස්සනාවට පෙළඹීමට නිශ්‍රය සම්පත්ති සහිතයි. තව සමහර ඇත්තෝ ඉන්නවා විපස්සනාවට බරයි. විපස්සනා පූච්චක ශුද්ධ විපස්සනික වශයෙන් හෝ විපස්සනා පූච්චක සමාධියට යන යෝගාවචර ඇත්තන් නිශ්‍රය සම්පත්තිය අනුව වෙන් වෙනවා. මෙන්න මේ දෙකොටස අර පොත් දෙකේ දක්වන අදහස්වල වගේ සතියේ අඵ ගැන්වීමට, අඵ කථනයට දෙවිදියකින් කැමති වෙන ආකාරයක් ජේන්න තියෙනවා. ඒකටම තව සාක්ෂියක් වශයෙන් තමයි පෙන්නවන්න පුළුවන් වෙන්නේ, අපි දන් යෝගාවචරයෙකු සතු විය යුතු කාරණා හතරක් ඉදිරිපත් කරගත්ත සතිපට්ඨානයේ ආනාපි, සමපජානො, සතිමා, විනෙයා ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන ඒවා පෙළගස්සපුවහම තියෙන්නෙ වියඝීය, ප්‍රඥව, සතිය, සමාධිය කියල පෙළගැස්මක්. ඉන්ද්‍රිය ධර්ම, බල ධර්ම ගන්නකොට ඉද්ධාව, වියඝීය, සතිය, සමාධිය, ප්‍රඥව කියලා වෙන පෙළගැස්මක්. ඉන්ද්‍රිය ධර්ම, බල ධර්ම දෙකේම ඒක තියෙන්නෙ. ඒ වාගේම ආයඝී අජ්ටාංගික මාර්ගීය ගත්තහම සම්මා වායාම, සම්මා සති, සම්මා සමාධි. මේ සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්මයි අපි මේ ඒ පැත්ත මේ පැත්ත පෙරළලා බලන්නේ. ඒක බලනකොට සතියට පෙරාතුව වියඝීයත් සතියෙන් පස්සට සමාධියත් කියන මෙන්න මේ කට්ටලෙ මේ තුන එකට පෙළගැහිලා තියෙන ගතිය කාටත් පිළිගන්න වෙනවා.

ඒක නිසා යම් කිසි කෙනෙක් සතියත් ආනාප වියඝීයත් දෙක ගැටලලා ඒ අනුව තමන්ගේ විමුක්ති මාර්ගීය භොයන්න පටන් අරගත්තොත් ඒ පුද්ගලයා විපස්සනායානිකයි කියන නිගමනයට අපට එන්න වෙනවා. තව කෙනෙක් සතිය ඊට පස්සෙ ඇත්තා වූ සමාධියට, සමථයට ලං කරලා ගත්තොත් ඒ පුද්ගලයා සමථ පූච්චිගම, සමථයානික යෝගාවචරයෙක් කියලා ගත්ඩි වෙනව. ඒ නිසා සතියට කලින්, නැත්නම් සතියට ආසන්න කාරණා වශයෙන් පවතින්නා වූ වියඝීයට ලං කරලා බලනකොට සතිය බලකාරකයක් වශයෙන්, ශක්තිය ගෙන දෙන්නක් වශයෙන්, ශක්තිය අත්‍යවශ්‍ය කරන කෙනෙක් වශයෙන් ජේන්න තියෙනවා. නමුත් සමාධිය පැත්තට ලං කරලා බලනකොට සතිය එව්වර බලවත් ක්‍රියාවක් කරන්නේ නැති උපස්ථානයේ පවතින ගතියක් ජේන්න තියෙනවා. මේ දෙකෙන් භාවනාව කරනව වෙන්ඩි පුළුවන්, නොකරනව වෙන්ඩි පුළුවන්. ප්‍රඥවත්තයි කියාගෙන ප්‍රඥවම ඉස්සර කරගෙන ප්‍රඥවෙන්ම කාරණා බලන ඇත්තෝ සතිය සමාධියට බර කරලා දක්වන මේ අඵ කථනයට ප්‍රිය ගතියක් තියෙනවා. භාවනා

කරනකොට ඔව්වරම දැගලන්න ඕනි නැහැ. ඔව්වර වීයඹී කරන්න ඕනි නැහැ. තියෙන්නේ නිකම් බලා ඉන්න එකයි කියන එක අදහස් කරල තියෙනවා. නමුත් සතිය ආතාප වීයඹීයත් එක්ක සම්බන්ධ කරලා ඉදිරිපත් කරන්න කැමති ඇත්තෝ මතක් කරනවා, එහෙම කරලා සතිපට්ඨාන ආදී ධර්මවලට නම් කවදක්වත් ළඟා වෙන්න බැහැ. 'කිවෙන්න මෙ අධිගතං හලං'දැනි පකාසිකුං'⁷ කියලා සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. ඉතාම බලවත් දෑඩි වීයඹීයකින් මම මේ අධිගමනය කරන ලද සතිය දේශනා කළාට කාටවක්වත් තේරුම්ගන්න බැරි වෙයි කියන තරමටම වාගේ සර්වඤයන් වහන්සේට සැක සිතුණා කියන නිදඹන ඒ ඇත්තෝ පෙන්වනවා.

ඒ නිසා මේ බණ අහන ඇත්තන්ගේත් ඇති මේ රූචිකම් දෙක - සතිය, සමාධිය පැත්තට බැර කරල, බොහෝම සුඛ ප්‍රතිපදවෙන් මට මේ මාථීය ලැබේවා! හෝ නැත්නම් මම ලබනවා, නැත්නම් මම ක්‍රියාත්මක වෙනවා කියන අදහස් මතිමතාන්තර නිශ්‍රය සම්පත් සහිත ඇත්තෝ ඇති. ඒ වාගේම තව කෙනෙක් ඉන්න පුළුවන්, නෑ මම බහා තබන්නේ නෑ වීයඹීය, දිගටම දල්වාගන්නා ලද වීයඹීයකින්, දෑඩි ආයාසයකින් මේ කෘත්‍යය කරනවා, කියන ආතාප වීයඹීයට බර ඇත්තොත් ජේන්න තියෙනවා. මේ තැන මේ දෙක සම්බන්ධව ගැටෙන්න අවශ්‍යතාවක් නෑ. මේ දෙකම කමේ ඇවිදින මනුස්සයෙක් කුඩ දෙකක් දැතින් අල්ලාගෙන සමබර කරගන්නවා වගේ සමබර කරන්න ඕනි. නිදඹනයක් ගත්තොත් ආධුනික යෝගාවචරයාට ආතාප වීර්යය අත්‍යවශ්‍යයි. ඕනෑම ව්‍යාපාරයකදී මුල් කාලයේ ගොඩාක් මහන්සි වෙන්න ඕනෑ. මහන්සි වෙලා සතිය කියන එක අවබෝධ කරගන්නාට පස්සේ, වෙන විදියකට කියනවා නම් සතිය තමන්ගේ දෙපයින් නැගිටගෙන ඉන්න පුළුවන් මට්ටමකට ඇවිල්ලා සමාධියට දයක වෙන මට්ටමට එනකොට අව්වර වීයඹී කරන්නේ නැතිව ඤාණවන්තව මේ හැසිරවීම කරන්නට පුළුවන් ශක්තියකට සතිය එනවා. ඒක නිසා කියන්න පුළුවන්, ආධුනික හඳුන්වාදෙන ප්‍රාරම්භක අවස්ථාවේදී ආතාප වීයඹීයට බර කරලා විපස්සනාව කියලා දෙන එකත් හොඳට විපස්සනා ඤාණ වැඩිගෙන එනකොට, සංඛාර උපේක්ෂාව දිහාට යනකොට, වීයඹී කරන ගතිය ප්‍රයත්න කරන ගතිය ව්‍යාපාර කරන ගතිය අඩු වෙලා ඒ දිහා හුදු බැල්මකින් පවා සතියේ ප්‍රවඨනයක් අභිවඨනයක් සිද්ධ වෙනවා

⁷ මහාවග්ග පාලි පළමු පුස්තකය, 10 පිට

කියන එකක් තමයි විත්ත විථියම, විපස්සනා විත්ත විථියම සලකා බලනකොට දක්වන්න පුළුවන් මධ්‍යස්ථ, සුබදයී, සුභදයී අථී කථනය.

ඒත් මේ අථීය උණක් නුගාකම ගැලපෙන්නේ ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයට. ශුද්ධ විපස්සකයාට. හරියට උපමාවකට කියනව නම්, ගඟක් හරහා එගොඩ පිනන්න ඉතාමත්ම දැඩි ආයාසයකින්, පමාවක් නොවී වහා ක්‍රියාත්මක වෙන්න දැනෙන කෙනා මේ ගඟේ දැනී මෝරු ඉන්නවාද? කිඹුල්ලු ඉන්නවාද? මිනී මෝරු ඉන්නවාද? මොනවත්ම දන්නෙ නෑ. දිය පාර කොච්චර සීතලද? දිය රැල්ල කොච්චර වණ්ඩද? මොනවත්ම දන්නෙ නෑ. දුවගෙන ආපු ගමන්ම ජල පහරට පැනලා තමන්ගේ දැකින් දෙපයින් හිසෙන් සම්පූර්ණ ප්‍රයත්න කරගෙන මියෙන්නේ මියෙමිවා රැකෙන්නේ රැකෙමිවා කියලා ඒ කටයුත්ත කරගෙන ගඟ මැදට යනකම්ම එන්ඩ එන්ඩ වැඩි කළ යුතු තදබල ආයාසයක් අවශ්‍ය කරනවා. එහා පැත්ත හරියට යනකොට නම් ඒ ආයාස ක්‍රමයෙන් ක්‍රමයෙන් අඩු වෙලා ගඟ ඔය කියන තරම් භයානක නැතිනම් තමන්ගේ කාරණාවත් තේරිල ක්‍රමයෙන් එහා පැත්තට සේන්ද්‍ර වෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසා ඒ මනුස්සයා ජීවිත ආශාව සඳහා දැඩි ප්‍රයත්න කළ යුතුයි. මොකද අර තියෙන භය, සැක යට කරගෙන යන තරමට ප්‍රයත්නයම ඉදිරිපත් විය යුතුයි. මේක අපි නිදඹිනයට පෙන්නන්නේ ශුෂ්ක විපස්සක යෝගාවචරයා සඳහා. ඒ සඳහා උපමා වශයෙන් සමථයානික යෝගාවචරයා ගැන පෙන්නන්නේ මෙගොඩ ගොඩේ පොඩ්ඩක් පමා වෙලා දිරව්ව ලී කැබැල්ලක් හෝ කෙසෙල් කඳක් හෝ හොයාගෙන වැල් පටකින් ගැටගහගෙන පහුරක් හදගන්නවා. ඒ පහුරක් උපයෝගී කරගෙන අතිනුත් පයින් උත්සාහ කරමින් තමයි එගොඩට යන්නේ. ඒ නිසා ඒ දෙවනුව සඳහන් කරන පුද්ගලයා සප්පාය ආකාරයේ පහුරක් හදගත්තට මෙගොඩ ගොඩේ ටිකක් පමා වෙනවා. විපස්සනා යෝගාවචරය පෙන්නන්නේ හිස ගිනිගත්තෙකු එගිනි නිවන සේ කියන්නා සේ, හිස ගිනිගත්තෙකු සේ ඒ තරම්වත් පමාවක් නෑ. පහුරක් හදගන්න තරම්වත් මෙගොඩ ඉවුරේ පමා වෙන්නෙ නෑ, ආපු වේගෙන්ම ගඟට පනිනවා කියන එකයි. ඉතින් මේ තත්ත්වෙන් සමහරු ඒ ආපු වේගෙන්ම ගඟට පැනලා අතින් පයින් වියඹී කරල එගොඩ යෑම සෙල්ලක්කාර ගතිය වැඩියි කියල වෝදනා කරන්නත් ඉඩ තියෙනව. ඒ වාගේම සමථයානික යෝගාවචරයා පෙන්නන්න දක්වපු නිදඹිනයේදීත් මෙගොඩ ගොඩේ පොඩ්ඩක් පමා වෙලා පහුරක් හදගත්ත තරන් ලී කෝටු හොයමින් වැල් හොයමින් පමා කිරීම අප්‍රමාදයට විරුද්ධව යනවා කියල ඉස්සර වෙලා කියපු කණ්ඩායමෙන් වෝදනා එල්ල වෙන්නත් ඉඩ තියෙනව.

නමුත් මේ ඵෙරවාද ශාසනයේ මේ තුන් කොට්ඨාශයම ඉන්නවා. සමහරු චෝදනා කරනවා විතරයි, භාවනා කරන්නේ නෑ. නමුත් මේ ධර්ම දේශනාව ඒ ඇත්තන් සදහා නෙවෙයි. අපි මේ සාකච්ඡා කරන්නේ දැනටමත් මේ තත්ත්වට බැහැල මේ දෙකින් එකක්, එක්කෝ සප්පාය කරුණු භොයාගෙන යම් ප්‍රමාණයකට සමාධිය හදගෙන සතියත් උපයෝගී කරගෙන එගොඩට යන්න හදන ගමනක්. එහෙම නැතිනම් තදබල සංසාර භය නිසා සංවේග ඤාණ පහළ කරගෙන මියෙමිවා! රැකෙමිවා! කියලා ඒ ගඟට පැනල පීනන ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයකුගෙ පැත්තෙන් බලනකොට. මේ දෙකෙන් ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයාට සිත් ගන්නාසුලු, නැත්නම් සිත් ගැනිල්ල කෝක වෙතත් ප්‍රයෝජන ගෙනදෙනසුලු අඵ කථනයක් විශුද්ධි මාගීයේ දක්වනවා. පටිසම්භිද මාගීයේ පෙන්වන අඵ කථනය ගොඩක් මෝරව්ව සමථය සහිත යෝගාවචරයාට ගැළපෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසා මේ දෙකම අපේ සම්ප්‍රදය පිළිගන්නා මත වශයෙන් තේරුම් අරගෙන, ඒ වාගේම තමන්ගේ යෝග ජීවිතය සම්පූර්ණ වෙන්න කිට්ටු වෙනකොට සතියේ 'පරමෙන නෙපකෙකන්' කියන අදහසින් පරම, නිපක ප්‍රඥවෙන් යුක්තව සතිය මෝරනකොට, මේ අවස්ථා තුනම තමන් පහු කරනකොට නම් හොඳට තේරෙනවා, මේ එක එක පැතිවලින් මේ ප්‍රශ්නය දිහා බලලා ඉදිරිපත් කරපු අඵ විවරණ. පෙරහැරේ මුල පැත්තෙන් බලලා, මැද පැත්තෙන් බලලා, අග පැත්තෙන් බලලා ආදී වශයෙන් පෙන්වන අඵ විවරණ.

ඒ නිසා අපේ දක්ෂතාව තියෙන්න ඕනෑ අපේ භාවනා චිත්ත වීථිය දිහා බලලා, මේ වෙලාවේ යෙදවිය යුත්තේ මොන ආකාරයේ සතියක්ද කියලා තේරුම්ගැනීමේ ශක්තිය. ඒක සම්පජ්ඣයෙන් අපි තේරුම්ගන්න ඕනෑ. සාර්ථක සම්පජ්ඣය, ගෝචර සම්පජ්ඣය ආදී වශයෙන්, ඒ ඉදිරිපත් වෙන බාධක ධර්මවලදී යෙදවිය යුතු, සලකා බැලිය යුතු කාරණා සලකා බලලා තමන්ගේ වැඩ පිළිවෙලට අත්‍යවශ්‍ය කරන වෙනස්කම් ප්‍රතිසංශෝධනය කරගෙන ඉදිරියට යන්න පුළුවන් ශක්තිය අවශ්‍යයි. ඒ නිසාම සතිය පිළිබඳ වාද, සතිය පිළිබඳව ඉදිරිපත් කරලා තියෙන විවිධ අදහස් කිසි සේත්ම අපට නතර වෙන්න පමා වෙන්න සැක කරන්න කුකුස් කරන්න දේවල් නොවේ. අවශ්‍ය කරලා තියෙන්නේ ඒවා තමන්ගේ භාවනාවෙ අවශ්‍ය තැනට අවශ්‍ය ආකාරයට යොදගන්නයි. ඒ නිසා ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයෙකුට හොඳටම ගැළපෙන ආදශීය තමයි මුලින් දැඩි වියඝීයක් අවශ්‍යයි. ආතාප වියඝීයක් අවශ්‍යයි. මේ 'මුලින්' කියන එකෙන් අදහස් කරන්නේ යෝග ජීවිතයට බසින අවස්ථාව. අපි මතක් කළා, ආතාප වීථිය ගැන කථා කරනකොට

ඉහළට විදින්න සකස් කරල තියෙන රොකට් යන්ත්‍රයක්, යානයක් ගත්තොත් ඒක මුල්ම දියත් කිරීමේ වැඩ පිළිවෙළේදී, පෘථිවියේ තියෙන දැඩි ගුරුත්වාකෂණයට විරුද්ධව ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී එහි තියෙන සියයට අසූවක් පමණ ඉන්ධන දවාගෙන, මහ පොළොව ගුගුරුවාගෙන, ගිනි දලු විසුරුවාගෙන, සම්පූර්ණ පුපුරා යාමක් වගෙ තමයි සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒ වාගේ තමයි ආතාප වියරිය, ආරද්ධ වියරිය, ආරම්භ ධාතු ඉතාමත්ම ලොකු කම්පනයක් ලොකු වෙනසක් ඇති කරනවා. ගිනි ගෙය අත්හැරලා නැදැයන්ගෙන් වස්තුවෙන් අයින් වෙලා යෝග ජීවිතයට බහිනවා කිව්වහම ඒක ඉතාමත්ම ප්‍රකටව වැටහෙනවා. මේ උපාසක මට්ටමක ඉඳලා පැවිදි මට්ටමකට පත් වෙන කෙනෙක් වූණොත් හොඳටම තේරෙනවා, දිහා බලාන හිටියත් තේරෙනවා. ඊට පස්සේ යෝග ජීවිතයට හෝ පැවිදි ජීවිතයට පත් වෙලා ඒක පවත්වාගෙන යන ඇත්තොත් ඉන්නවා. ඒකෙ යන්න ගියාමත් නැවත නැවතත් ඒ ගිනි සම්බන්ධකම් සහ පැවිදි සම්බන්ධකම් දෙකම පවත්වාගෙන යෑමේදී ක්‍රමානුකූලව පැවිදි පැත්තට නැමියාව නැත්නම් අලිම අවුලක් ඔතන තියෙන්නේ. අර කඩාගත්ත කඩාගැනිල්ල පවත්වාගෙන යනවා කියන එක දෙලොවක් අතර හිර වෙන මට්ටමට පත් වෙනවා. ඒකට අපි කිව්වේ පශ්චාත විරිය කියලා. ආරම්භ ධාතු, නිකම් ධාතු කියනවා වගේ පශ්චාත විරියයේ කාර්යය ගත්තා වූ බර අල්ලාගෙන යන එකයි. ඊගාවට තමයි ඒක අවසානේ පරිපූර්ණ වියරිය බවට පත් වෙලා වියරියේ කාන්තය සමාප්ත කරලා මුදුන්පත් වීමක් සිද්ධ වෙන්නේ.

මෙන්න මේ තුන් අවස්ථාවේදී සතිය ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙන් ඔය තාලෙටමයි. අපි සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ මූල සිට අග දක්වා කොච්චර කටපාඩම් කරලා ගුරු ශිෂ්‍ය පරම්පරා වශයෙන් කීදෙනෙකුට පුරුදු කරල තිබ්බත්, අවාසනාවන්ත තත්ත්වය වෙන්න පුළුවන් සතිය කියන්නේ මොකක්ද කියලා නොහඳුනාගෙන ඉන්ඩ ඉඩ තියෙනවා. කටපාඩමෙන් දන්නවා, ඔක්කොම දන්නවා. සතිපට්ඨානය කියවලා දෙන්නත් පුළුවන්, අඵ කියන්නත් පුළුවන්, අටුවාව ඔක්කොම කටපාඩම්. නමුත් සතිපට්ඨානය කියලා කියන්නේ සතියයි, මූලික දේ සතියයි කියලා තේරුම් අරගන්ට හුඟක් කල් යනවා පැවිදි වෙලා සිටියත්. ආන්න එද, මුළු බුන්මවරිය ජීවිතයේම ප්‍රධාන කාරණාව මේ සතිය පිහිටුවීමයි කියන එක තේරුම්ගත්ත දවසේ, ඒ පුද්ගලයාගේ ජීවිතයේ විශාල පරිවර්තනයක් සිද්ධ වෙනවා, පැවිදි වේවා! ගිනි වේවා! ස්ත්‍රී වේවා! පුරුෂ වේවා! බෞද්ධ

වේවා! අබ්බොද්ධ වේවා! 'සති ඛො අහං හික්ඛවෙ, සඛ්ඛථිකං වදමි.'⁸ කියල සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා. මහණෙනි, මේ සතිය සියලු තන්හිම අවශ්‍යයි කියල මම දේශනා කරනවා. සියලු අථය සලසලා දෙනවයි කියල. ඒ කියන්නේ ආරම්භයටම සතිය අවශ්‍යයි. ඒ සතිය ඇති කරගන්න වෙලාව හත් අවුරුදු මල්මද කුමරියක් වෙන්නත් පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් අවුරුදු විසිතිස්ගණන් භාවනා කරපු, කෙස් බිමට ඇදෙනකන් භාවනා කරපු, නිය අඩිගණන් දික් වෙනකන් භාවනා කරපු තපෝවෘද්ධ තපසෙක් වෙන්ඩ පුළුවන්. නමුත් ආරම්භය ඉතාම දුෂ්කරයි. ඒ දුෂ්කර වූ සතිය මේ වාගේ සමයක් දෘෂ්ටික ශාසනයක ඉන්න කලාණ මිත්‍රයෙක්ගෙන්මයි දැනගන්නට හම්බ වෙන්නේ. පොත්පත්වලින් අමාරුයි, තකියෙන් අමාරුයි, වෙන මොනම ආසිරි ගැන්වීමකින් අමාරුයි.

ආත්ත ඒ විදියට ඉස්සෙල්ලාම සතිය පිහිටුවන්න ගියාම තමන් අද උපන් ළදරුවකුගේ මට්ටමට හිත හදගන්න වෙනව. මම දන්නවා, මට පුළුවන්, මම කරනවා කියන අදහස සතියේ තියෙන මෘදු ආරම්භයට ඉතාම බාධාකාරියි. ඒ නිසා හැම දේම සිහියෙන් යුක්තව, නැවතිල්ලේ, ගෞරවයෙන් යුක්තව පටන් අරගෙන කරන්න වෙනවා. ආත්ත එහෙම කරගෙන කරගෙන යනකොට වරදින ප්‍රමාණය හරියන ප්‍රමාණයට වැඩිය බොහෝමත්ම වැඩියි. ඒ නිසා එක ගුණයක් මෙතෙතදී පැහැදිලිව ඉදිරිපත් වෙන්ඩ වෙනවා - වැරදිල්ලෙන්මයි හැදෙන්නේ කියන ගතිය. නැතිනම් ගුරුවරයගෙන් අහගෙන කටපාඩම් කරගෙන හරියටම එක සැරේම මේක මම හරියට කරනවා කියන කෙනෙකුට කවමදකවත් බෑ සතිය පිළිබඳව විශේෂ භාවයට පත් වෙන්න. සතිය පටන් අරගන්නට ඕනෑ, මේ අද අපිට ලැබිලා තියෙන දේවල් හොඳටෝම ඇති, අලුතෙන් කිසිම දෙයක් අවශ්‍ය කරන්නේ නෑ, අවශ්‍ය කරන්නෙ මේ ඇති තත්ත්වය පිළිබඳව එළඹ සිටි සිහියයි, මේක කරනකොට ඒකාන්තයෙන්ම වරදිනවා, ඒ වැරදිල්ල තුළින් තමයි හැදෙන්නෙ කියන මෙන් මේ හැකි සඤ්ඤාව- දැන් කාලේ පාවිච්චි කරන වචනය තමයි ධනාත්මක වින්තනය - ධනාත්මක ආකල්පය ඇති කරගත්තොත් ඒ පුද්ගලයා කොච්චර ව්‍යාපාර කළත්, කොච්චර වෙහෙස උණත්, මේ ළදරු ළපටි හිත නිසා ඒක බරපතළකට ගන්නේ නෑ. ඔක්කොම, සියල්ලම සම්පූර්ණ කරගන්න බැරි බව දන්නවා. ඒ නිසා ක්‍රමයෙන් ටික ටික පටන්ගන්නවා. මේක ඉතාම දුෂ්කර අවස්ථාවක්. හැබැයි සතිය පිළිබඳව බණ අහපු, සතිය

⁸ සංයුක්ත නිකාය, මහා වර්ගය, බොජ්ඣංග සංයුක්තය, බොජ්ඣංග වර්ගය (සාකච්ඡ වර්ගය), අග්ගි සූත්‍රය

පිළිබඳව දියුණු කලාණ සන්පුරුෂයෙක් ආශ්‍රය කරපු, ධර්ම සාකච්ඡා කරපු කෙනාට මේක විනෝදයක් කරගන්න පුළුවන්. මේක තමයි අපි කළ යුතු දේ, ඒ නිසා අපි හැකි ප්‍රමාණයෙන් සතිය පිහිටුවාගත්ව ඔති කියල අරක මහා ලොකු වැරද්දක්, අරක මහා ලොකු හීනමානයක් නැත්නම් ආත්මය පැරදීමක් විධියට ගන්නේ නෑ. මේක නිකම් හුරුකලයක්, මේක විනෝදාංශයක් කරගත්තොත් අර බරපතල දේ අඩු කරගන්න පුළුවන්. ඒක සංයුක්ත නිකායේ එක තැනක මෙහෙම තියනවා. සච්ඡෙයන් වහන්සේ ඉදිරියට, සච්ඡෙයාඥනය ලබාගත්තට පස්සේ මාරයා ඇවිල්ලා මතක් කරනවා, ඔය හිතාගෙන හිටියට ඔය සච්ඡෙයමක් ඇත්තේ නෑ, මගේ වසයේ තමයි තාම පවතින්නේ කියලා සච්ඡෙයන් වහන්සේගේ හිතට බලපෑමක් කරන අවස්ථාවක උන්වහන්සේ දේශනා කරනවා, මේ අති දුෂ්කර වූ බ්‍රහ්මචරිය කෘත්‍යය අනේ! මම හමාර කළා. 'සාධු ධීතො සතො බොධිං සමඡ්ඤාගති'⁹ කියලා උන්වහන්සේ දේශනා කරනව. 'මනා කොට සතිය පිහිටුවාගන්න නිසා මම සම්බෝධිය අවබෝධ කළා' කියලා සඳහන් කරනවා. උන්වහන්සේ චිත්ත, චේතසික, ධර්ම ගොඩාක් රූප ධර්ම ගොඩාක්, දේශනා කරපු උතුමන් වහන්සේ නමක්. උන්වහන්සේ කියනවා, නමුත් මම ගොඩ උණේ හොඳ වෙලාවට, හොඳ විදියට සතිය පිහිටුවාගෙන හිටපු නිසා කියලා.

ඉතින් මේක මෙන්න මේ තාලෙන් වෙන විදියට කියනවා නම් සතිපට්ඨානය කියන්නේ සතියයි. මේක පිහිටුවාගැනීම තමයි යෝග ජීවිතය කියලා කියන්නේ, මේක තමයි බ්‍රහ්මචරිය කියන්නේ, මේක තමයි ශ්‍රමණ ධර්මය සම්පූර්ණ කරනවා කියලා කියන්නේ, මේක තමයි ශාසනය පවත්වනවයි කියල කියන්නේ, මේක තමයි හික්මෙනවයි කියල කියන්නේ ආදී වශයෙන් සතියම ඉදිරිපත් කරගෙන යනවා නම්, ඒ ජීවිතය මුල් කාලයේ ගොඩාක් වීයඝීය වැය කරනසුලු බව, ගෙවෙනසුලු බව, වෙහෙසකර බව හැබෑව. නමුත් කලාණ මිත්‍රයන් ආශ්‍රයේ ඉන්නකොට ඒක හුදු විනෝදාංශයක් වෙනව. ඒ නිසා එවැනි පරිසරයකදී සඳහන් කරන්නේ කලාණ මිත්‍ර ආශ්‍රයම තමයි මුළු බ්‍රහ්මචරිය කියලා. ඒ නිසා සතිය මුල් කොට්ඨාසෙ ඉතාම දුෂ්කරයි. ඒක පිළිබඳව කවදක්වත් නරකයි මේක ලේසියෙන් තේරෙනව, ලේසියෙන් කරන්න පුළුවන්, මම කෙනෙකුට ලේසියෙන් අවබෝධ කරලා දෙනවා, කියලා කාටවත් ප්‍රකාශ කරන්න බැහැ. ඒ මොකද? අපේ ජීවිතේ අපට හුරු කරලා තියෙන්නේ අහවල් දේ උණොත් හොඳයි, අහවල් දේ උණොත්

⁹ සංයුක්ත නිකාය, සගාථා වර්ගය, මාර සංයුක්තය, ආයු වර්ගය, තපෝකම්ම සූත්‍රය

නරකයි. අහවල් දේ සුභයි අහවල් දේ අශුභයි, අහවල් දේ මඩ්ගලයයි, අහවල් දේ දුමංගලයයි කියලා, පරණ මළකඩ කාව්ව පෙට්ටියක් තියෙනවා සඤ්ඤාවල් පිරිව්ව. හැමදේම කරන්න ගියාම අපි ඔය හමස් පෙට්ටිය ඇරලා ඒකට දලා ගළපලා තමයි මේ වතීමාන මොහොත මනින්න හදන්නේ. මේ වතීමාන මොහොතට ඍජුව මුහුණ දීමේ ශක්තියක්, කොන්දක්, සාමාන්‍ය පෘථග්ජනයාට නෑ. පණ්ඩිතයෙකුටත් නෑ - ඔය ලෝකෙ සම්මත පණ්ඩිතයෙකුටත්. එහෙම නැත්නම් දර්ශනිකයෙකුටත් නෑ. ඒ ඇත්තන්ට ඒ පරණ සඤ්ඤා ටික අයින් කෙරුවොත් ඇට සැකිල්ල නැති මස් ටිකක් වගේ බවට පත් වෙනව ඔය ඇත්තන්ගේ දැනුම.

ඍජුවම කිසිම දේකින් හිත වර්ණ ගන්වගන්නෙ නැතුව වතීමාන මොහොතට මුහුණ දීමේ හැකියාවක් සඵඥයන් වහන්සේ සිද්ධාර්ථ කුමාර, නැත්නම් තාපස කාලෙ ඇති කරගත්ත අර විප්ලවකාරී අදහසකින් මතු කරගත්තා මිසක් මේ ලෝකේ කාටවක්වත් පහළ වෙලා තිබුණේ නෑ. ඒගොල්ලො හිතන්නේ වතීමාන මොහොතට මුහුණ දෙන්න සන්නාහයක් බැඳගෙන තියෙන්නට ඕනෑ, ස්වයංක්‍රිය ආයුධ තියෙන්න ඕනෑ, ඍද්ධි බල තියෙන්න ඕනෑ, අභිඥා තියෙන්න ඕනෑ, එහෙම නැතිව වතීමාන මොහොතට මුහුණ දෙන්න බෑ කියලා. මේ කියාපු ඔක්කොම නුසුදුසුකම් බවට පත් වෙනවා හුදු සතිය ඉස්සරහ. කිසිම ආසිරිගැන්වීමක් අවශ්‍ය නෑ, කිසිම ආයුධයක් අවශ්‍යත් නෑ. කිසිම අභිඥාවක්වත් අවශ්‍ය කරන්නෙත් නෑ. මොනම දෙයක්වත් නෑ, 'සාධු ධීතො සතො බොධිං සමජ්ඣගන්ති' 'මනා කොට සතිය පිහිටුවීම නිසා මට බෝධිය අවබෝධ කරගන්න පුළුවන් වුණා' කියල, නැත්නම් සතිය කියල කියන්නේ සියල්ලමය කියල සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කළේ සතියේ ඇත්තා වූ මේ නෛසර්ගික ගතිය නිසා. එහෙම නමුත් සඵඥතා ඤාණයෙන්ම දේශනා කරනවා මේකේ ආරම්භය දුෂ්කරයි. අපි දන්නවා මව් කුසෙන් බිහි වෙච්ච පුංචි දරුවෙකුට ලෝකේ කොච්චර කටුකද? ලෝකෙ කොච්චර විෂමද? ලෝකේ කොච්චර සංකීර්ණද? පුළුවන් වෙයිද මැස්සෙක් එල්ලගන්න? පුළුවන් වෙයිද තමන්ට අවශ්‍ය කරන ආහාර ටික ලබාගන්න? නමුත් අර දෙමව්පියෝ කියන සන්පුරුෂයන් ළං වෙච්ච නිසා, දෙමාපියෝ ඒ දරුවා කෙරෙහි ඒ යෙදී නැමී ගත කරන ගතිය නිසා දෙමාපියන්ට දරුවො හුරතලයක් බවට පත් වෙනවා. ආන්න ඒ වගේ තමයි සතිය පිහිටුවාගන්න යම් කිසි කෙනෙක් පටන් අරගත්තොත් අද උපන් දරුවෙක් වාගෙ, අනෙක් කලාණ මිත්‍රයෝ දෙමව්පියෝ වාගෙ උදව් කරන්න ඕනෑ. ඇයි උඹට අත පය තියෙනවා හම්බ කරගෙන කාපන්! කියන්න නරකයි. ඉතාමත්ම දුෂ්කර වැඩක් මේ කරන්න

හදන්නේ. කොන්ද පණ නෑ, භාෂාවක් දන්නේ නෑ, රුචි අරුචිකම් මොනවාද කියලා දන්නේ නෑ, වස විෂ හඳුනන්නේ නෑ. ඒ තරම් උපදින ලාමක සතියක් තමයි කෙනෙකුට පිහිටන්නේ. මේක පිළිබඳව මෙව්වර මේ විස්තර කරන්නේ මේවා අහනකොට හිත පණ ගැන්වෙන්නයි. යෝගාවචරයෝ හුගදෙනෙක් මේ මට්ටම් හොඳට තේරුම් අරගෙනයි ඉන්නේ. ඒක නිසා මෙතෙක් කල් තිබුණා නම් යම් කිසි දැනුමක්, වයස මෝරව්ව ගතියක්, වෙන කුලවත්තකමක් බලවත්තකමක් ධනවත්තකමක්, මේ සියල්ල පාවා දෙන්ට වෙනවා. පාවා දීලා අද උපන් දරුවකු සේ ඒ දේට පත් වෙන්න පුළුවන් නම්, පටාවාරාව ඉදිරිපිට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා වගේ නැගණිය, සතිය පිහිටුවාගන්න, කියනකොට අපිට අලුතෙන් සලකා බලන්න පුළුවන්, මොන ව්‍යසන තිබුණත් මොන නම්බුකාරකම් අපි ළඟ තිබුණත්.

ඒක නිසා ආරම්භය මේකෙ දුෂ්කරයි. ඒ නිසා අන්න ඒ දුෂ්කර ආරම්භය විස්තර කිරීම සඳහා මේ විශුද්ධි මාර්ගීය පෙන්නලා තියෙන සතිපට්ඨානය පිළිබඳ සතිය පිළිබඳ අළු කථනය හොඳ ගැමිමක් දෙනවා. ඒ වාගේම ප්‍රායෝගිකත්වයක් අරන් දෙනවා. උපයෝගිතාවක් පෙන්නලා දෙනවා. මේක නිකන් ඉඳපුවම හරියනවා, සතිය කියන්නේ මෙහෙම අත් දෙක බැඳගෙන කරන්න පුළුවන් දෙයක් කිව්වොත් කවදක්වත් මේකට බහින එකක් නෑ. ඒක හොඳයි බුද්ධාගම හඳුන්වල දෙන්න බුද්ධාගමේ භාවනා නොකරන පණ්ඩිතයන්ට. නමුත් වැඩේට බහින්න යන කට්ටියට නම් ඒක පෙන්නලා දෙන්නම ඕනෑ - කටු කොහොල් සහිත බිමක්, ඒකෙ ඉතාමත්ම සීරුවෙන් යන්න ඕනෑ. නමුත් සාසනයක් තියෙන කාලෙනෙ අපි ඉපදිලා තියෙන්නේ. බුද්ධෝත්පාද කාලයක් මනුස්ස ආත්ම භාවයක් ලැබිලා තියෙනවා. බණ අහලා ධර්ම සාකච්ඡා කරලා හිතලා තියෙනවා. ඒ වාගේම කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය තියෙනවා. ඒ වාගේම සද්ධර්මය දේශනා වෙනවා. පැවිද්ද තියෙනවා. මේවා ඔක්කොම ළං කරගත්තොත් නම් සතිය පිහිටුවීම විනෝදාශයක් කරගන්න පුළුවන්. එහෙම නැතුව මම කිසි කෙනෙකුට යටත් වෙන්නේ නෑ, මට ඕනෙ වෙනම මේක ඇති කරගන්න කියලා උත්සාහ කළාට, නිකන් ඉඳලා කරගන්න පුළුවන් කියන අදහස ගත්තට, සතියේදී හුගක් වේලාවට ඒක නිකන් හුදු මානසික ක්‍රීඩාවක් බවට පත් වෙනවා. එහෙම නැතුව යාදෙන වැඩක් වෙන්නේ නෑ.

සතිය පිළිබඳව විශුද්ධි මාර්ගීය පෙන්නන්නේ 'අපිලාපන ලකඛණා' කියලා - පොළා පනින ගතියක් නෑ. යම් කිසි දේකට සතිය පිහිටුවන්නට අවශ්‍ය නම් ඒ දේට විනිවිද කිඳ බහින්න ඕනෑ. මතුපිට පා වෙවී අරකත්

කර කර මේකත් කර කර සතිය පිහිටුවන්නම් කියල බෑ. අපි දන්නවා පුංචි දරුවෙකුට මොන දෙයක් හම්බ උනත් ඒ දරුවා මුළු හදින්ම දැනිත්ම තමයි බදගන්නේ. වැඩිමහල් තත්ත්වට පත් වෙලා ඉහළට යනකොට තමයි වැඩ දෙක තුන එක වර කරන්න පටන් අරගන්නේ. ආන්න ඒ ලදරු හිතක් තියෙනවා නම් අපි යනකොට, එනකොට, කනකොට, බොනකොට, ඉස්සරහ බලනකොට, පැත්ත බලනකොට ආදී සෑම ක්‍රියාවකදීම ඒ වැඩේ පමණයි, ඒකට මුළු හිත සතිය යොදා කටයුතු කරනවා නම්, ඒ කරන දේට හිත බහින ගතියක් තියෙනවා. ඒ කරන දේට හිත කිම්දෙන ගතියක් තියෙනවා, කිඳු බහින ගතියක් තියෙනවා. ඒකත් උදයබ්බ ඤාණ, භංග ඤාණ, ආදිය පහළ කරගෙන සිරුවේ සක්මන් කරන යෝගාවචරයෙක් ලබන තරම් ගැඹුරු කිඳු බැහීමක් නෙමෙයි. නමුත් වෙන කලක නොයෙදිවිච විධියේ අමර බැහීමක්, අමර විදියේ කිඳු බැහීමක් සිද්ධ වෙනවා. ආන්න එහෙම වුණොත් විතරක් අපිට එක වෙලාවකට හිත ආශ්‍රය කරන්නේ එක අරමුණයි කියන මූලධර්මය තේරෙනවා. එහෙම නැත්නම් අපට හිතෙන්නේ අරමුණු රාශියක් හිතට ගන්න පුළුවන්, කණයි නාසයයි දිවයි ශරීරයයි ඔක්කොම වැඩ කරනවයි කියලා අපි හිතාගෙන ඉන්නවා. හොඳ සතිමත් කෙනා දන්නවා කණ වැඩ කරන වෙලාවේදී ඇහැ වැඩ කරන්නේ නෑ. ඇහැ වැඩ කරන වෙලාවේදී දිව වැඩ කරන්නේ නෑ. දිව වැඩ කරන වෙලාවේදී නාසය වැඩ කරන්නේ නෑ. නාසය වැඩ කරන වෙලාවේදී කය වැඩ කරන්නේ නෑ. එක වරකට එකයි. ඒ අනුව බලනකොට අපි රූකඩ වාගේ. නමුත් ඇහේ ඉඳලා කණට යන්න, කණේ ඉඳලා දිවට යන්න ආදී වශයෙන් සිතේ තියෙන වහා යුහුසුලු, වෙනස් වෙන ගතිය නිසා අපිට ජේනවා පූණ් ඡඩින්දියන්. මට ඉන්ද්‍රිය භයම තියෙනවා කියලා මට අයිතිවාසිකම් කියන්න පුළුවන් ගතියක් තියෙනවා. නමුත් සතිමත් වෙලා බලනකොට ජේනවා පදස පිටින් අන්ධකාරයි. එක නාලිකාවයි ප්‍රකට වෙන්නේ. හිතයි ඇහැයි සම්බන්ධ වෙච්ච වෙලාවේදී කණ පැත්ත අන්ධකාරයි. නාසය පැත්ත අන්ධකාරයි. දිව පැත්ත අන්ධකාරයි. හිත ඇහැට සම්බන්ධ වෙලා පෙනීම කෘත්‍යය සිද්ධ වෙනවා. එච්චරයි. ඉතින් ඒ වෙලාවේදී පෙනෙන බව දන්නවා නම්, සතිය ඒකට පිහිටෙව්වා නම්, පෙනීම හොඳට සිදු වෙනවත් එක්කම බොහෝ වාරයක් පෙනීම මෙනෙහි කරනකොට තේරෙනව, පෙනෙන වෙලාවේදී ඇහැ මිස නාසය වැඩ කරන්නේ නෑ, දිව, කණ, ශරීරය, වැඩ කරන්නේ නෑ කියලා. එවුව පැත්තෙ තියෙන්නේ මහා විශාල පාලු වෙච්ච ගති. අන්ධකාර ගති. භයංකර ගතියක් තියෙන්නෙ මේකෙ. කොච්චර බංකොලොත්ද අපේ මේ ජීවිතය කියලා හොඳට ජේනවා. මේ දකින දේ භයානක විදියට

තමයි පෙනෙන්නේ. ත්‍රිලක්ෂණය තමයි දකින්නේ. ඒ දේ කාර්යක්ෂම විදියට පෙන්නනට අවශ්‍ය වෙලා තියනවා. ඒ සඳහා කරන්න තියන්නේ බලන වේලාවේදී බලන දේට පමණක් සතිය පිහිටුවන්න ඕනෑ. ඒක ඉබේ වෙන්නේ නෑ. අපේ හිත සම්ප්‍රදයානුකූලව කැමති නෑ අහන වේලාවේදී පෙනීම සිදු වෙන්නේ නෑ කියලා බාරගන්න. ජේන වේලාවේදී ඇඟීම සිදු වෙන්නේ නෑ කියලා බාරගන්න. ඉතින් ඒක නිසා අපි ඇහෙන් දකලා, අතින් අතගාලා මං මේ ඇත්තමයි කියන්නේ කියලා උසාවියේ කුඩුවට නැගලා සාක්ෂි දෙනවා. සාක්ෂි දුන්නාට හොඳටෝම දූතගන්න ඕනෑ විනිශ්චයකාරයා දන්නෙත් නෑ පෙරකදෝරුවා දන්නෙත් නෑ සාක්ෂි කියන කෙනා දන්නෙත් නෑ. නමුත් වෙන දේ නම් මොකක්ද? අහන වේලාවේදී ජේනවේදී ජේනවේදී අතගන්න බෑ. අතගන වේලාවේදී රස බලන්න බෑ. එක වරකට එකයි සිද්ධ වෙන්නේ. නමුත් ලෝක සම්මතය හැටියට අපිට කියන්න පුළුවන් දක්කා, අතගැවා, බැලුවා, ඇහුණා ඔක්කොම කියලා අපි සාක්ෂි දෙනව. මෙන්න මේ සාක්ෂිය තමන් වශයෙන් හොයන්න ගිය දවසේ එන්න එන්නම මේකෙ තියෙන බොල් ගතිය, නිකන් හිස් ගතිය, කෝමිඛ ගතිය ජේනන පටන්ගන්නවා. ඉතින් මේකෙ තියෙන දුෂ්කරකම තියෙන්නේ කිරීමේදී පමණක් විතරක් නෙමෙයි. මේක පෙනුණත් පිළිගන්න නම් හිත ලැස්ති නෑ.

ඉතින් මේ නිසා ආධුනික යෝගාවචරයාට ඇසීම, දකීම, සම්බන්ධයෙන් ගැඹුරු සතියක් පිහිටුවන්නට හෝ සතියේ අඛණ්ඩ භාවයක් පිළිබඳව උපදෙස් දෙන්නෙත් නෑ, අපේක්ෂා කරන්නෙත් නෑ. ඒ ඇඟීම දකීම ක්ෂේත්‍රයේ ඉතාමත්ම ලාමක ඕලාරික කොට්ඨාසය තමයි කාය විඤ්ඤණය. ඒකයි මෙතෙත “කායෙ කායානුපස්සි විහරති, ආතාපි සමපජානො සතිමා විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං.” කියලා සතර සතිපට්ඨානෙ කය පිළිබඳව ඉස්සර කරල පෙන්නන්නේ. හොඳට යම් වේලාවක නාසිකාග්‍රයට හෝ උදරයට හෝ හිත යොදගෙන ඉන්න යෝගාවචරයා එහි හිත නිමග්න වුණා නම්, ඔය අපිලාපන ලක්ෂණය මතු උණා නම්, ඒ යෝගාවචරයාට කයේ අතින් දේවල් අමතක වෙනවා කියන එකයි ස්වාභාවික. නමුත් ආධුනික යෝගාවචරයෙකුට බඩ විතරක් ජේනව, කය නොපෙනී ගියොත් කුලප්පු වෙලා අතහැරලා ඇස් දෙක ඇරලා අතගාලා බලන තරමකට පත් වෙනවා, කෝ මගේ කය, ඔළුවට මොකද උණේ, ආදී වශයෙන් හොයන තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. ඒ මොකද මේක සතියට ඇස් පනාපිට පෙනුණත් අපේ පරණ පුරුදු හිත කැමති නෑ එහෙම දූත දූත පරදින්න. දූත දූත මෙව්ව එක වරකට එකයි සිදු වෙන්නේ කියලා තේරුම්ගන්න. ඒ නිසා සතිය පිහිටුවන මුල්

වේලාවේදී ආධුනික ළමා ගතියක් ආරෝපණය කරගන්න බැරි නම් ඉතාමත්ම අමාරුයි. තකීය ඉදිරිපත් කරනවා නම් ඉතාමත් අමාරුයි. ඒ නිසා මේ අපිලාපන ලක්ෂණයේ තියෙන්නේ එක වරකට එකයි. නමුත් අද මේ ක්ෂණිකව දේවල් කරන, වහා ක්‍රියාත්මක වෙන ලෝකෙ මේ විදියට සඵඥයන් වහන්සේ පෙන්වන එක දේකට මුළු හදින් කිරීම කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් ප්‍රතිගාමී කියලා. නිකන් ආපස්සට යෑමක් කියලා. ඒ නිසා දෙඩම් ගොඩ බදුගත්තා වගේ ඔක්කොම දැතින් බදුගන්න ගියාට කවදක්වත් එක ගෙඩියක්වත් අහු වෙන්නේ නම් නෑ. ඒක නිසා කොයි එකටත් හොඳ ගැලවිල්ලාව තමයි මේ විල්ලාව. එක වරකට එකයි. ඒ දේ හොඳින් කරන්න. ඒ දේ විනිවිද බිහින්න කරනවා. නිමග්න වෙන්න කරනවා. ඒක නිසා තමයි පයඝීංකයක පිහිටලා ඇස් වහගෙන කන් වහගෙන නාසයට ගඳ සුවඳ නොවැදෙන කටෙන් කතා නොකර රස නොබලා කයටම හිත යොදගෙන එක දේකට, පුළුවන් නම් එක අරමුණේම වැඩි වේලාවක් පවත්වන්න යන්න කියන්නේ. මේ පවත්වාගෙන යනකොටත් කමටහන් සුද්ධ කරපු අවස්ථාවල් මතක් කරගන්න - තමන් උදරය ගැන විස්තර කරන්න ගියාම කී අවස්ථාවක කය ගැන විස්තර කලා කරන වේලාවල් තියෙනවාද? උදරයේ පිම්බීම හැකිලීම බලාගෙන ඉන්නකොට මං පාවෙනව දනෙනව, මට උඩ යනව දනෙනව ආදී වශයෙන් ඒ අරමුණට විනිවිදින්ට අරමුණට කිමිදෙන්ට කොච්චරදෙ උපදෙස් දෙද්දී ඊයෙ රැට කාපු දේවල්, නාසයේ තියෙන උගුරේ තියෙන අමාරුවක්, ළඟ ගෙදර තියෙන ශබ්ද, මෙවුව තමයි අපිට වැටහෙන බවක් ප්‍රකාශ කරන්නේ. වැටහීමක් නෙමෙයි මෙතන වෙන්නේ. හිතේ තියෙන අපිලාපන ලක්ෂණය පිළිබඳව නොදන, එක වර වැඩ දෙකතුනක් කරන්ඩ හදනව.

ඒ නිසා ශුද්ධ විපස්සක යෝගාවචරයාගේ මුල්ම අවස්ථාව තමයි තමන්ගේ පදනම, පිහිටීම, ස්ථාවරය, ඇති කරගන්ට ඕන. ඒකට අපි කියනව මූල කම්ප්ථානය කියල. මූල කම්ප්ථානයේ ස්ථාවරය ඇති වෙන්ඩ ඇති වෙන්ඩ කිමිදෙන්ට කිමිදෙන්ට පෙර නොගිය විරු ගමනකින් ඇතුළට කිඳ, බැසීම සිද්ධ වෙනව. ඒ කිඳ, බැසීම සිද්ධ වෙනකොට යෝගාවචරයා පහු වෙනකොට තේරුම්ගනී ඇහැ, කණ, නාසය, දිව සම්පූර්ණයෙන්ම අක්‍රිය මට්ටමක දැන්. කයයි සිතයි. කය කියල කියන්නෙන් එතකොට මූල කම්ප්ථානෙමයි. ඒක නිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දේශනා කරන ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයට කියන්නේ කාය සංඛාර කියල. කයේ හරය කයේ සාරය ගන්න තියෙන්නේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයෙන්. නැත්නම් වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුවෙන්. ඒකටම ශුද්ධ විපස්සනා අළුත් ක්‍රමයේදී වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව උදරයේ ක්‍රියාත්මක

වෙන තැනටත් සාරය වශයෙන් අරගෙන තියෙනව. ඒ දෙක ගැටගහමින්, එහෙම නැත්නම් ඒ දෙකට අඵ කථනය දෙන්නෙ, මේ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුවම තමයි උදරයේ පිම්බීම හැකිලීමෙන් ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙ කියන මූලධර්මය මතයි. වාද කරන්නෙන් ඕකටම තමයි. වාදයේදී තිබුණේ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව මූලික වශයෙන් ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයෙ, ඒ නිසා චුල්ල වේදල්ල සූත්‍රයෙ කාය සංඛාර වශයෙන් පෙන්වන්නෙ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසය. ඒ නිසා උදරයෙ පිම්බීම හැකිලීම ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසය නෙමෙයි, සතිපට්ඨානය නෙමෙයි කියන එකයි වාදය. හැබැයි දෙගොල්ලොම එක ස්ථාවරයක ඉන්නවා, ඒ කියන්නේ වඩා ගත යුත්තෙ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව කියන එකයි. සම්ප්‍රදයානුකූල නෙමෙයි. නමුත් සම්ප්‍රදයානුකූලයි කියලත් වාදයක් නගන්න පුළුවන්. නමුත් අවශ්‍ය කරල කියන්න වෙන්නෙ නාසිකාග්‍රයෙ හෝ උදරයේ හෝ හිත නිමග්න වෙන්න ඕනි. ගත්ත අරමුණේ හිත නිමග්න වෙන්න ඕනි. නිමග්න වෙනකොට අපට සාමාන්‍යයෙන් හිත උනන්දු කිරීම කරන්ඩ පුළුවන් අනෙක් දේවල් නැති වෙන්ඩ ඕනි. අපි දන්නව එක එක දේවල් ඇඳල තියෙන කඩදසියක් උඩ තව දෙයක් ඇන්දට ඒ අලුතෙන් අදින දේ ප්‍රකට නෑ. සුදු කඩදසියක නම් හොඳට ප්‍රකටයි. නමුත් අපට හැම විත්තක්ෂණයකම සුදු කඩදසියක් හම්බ වෙනවයි කියල තේරුම් අරගන්ට නම්, සතිය අඩු ගානෙ මූලධර්ම වශයෙන් තේරුම් අරගන්ඩ ඕනි. හැම විත්තක්ෂණයකම අපිට සුදු කඩදසියක් හම්බ වෙනව, ඒ කඩදසියෙ එක්කො ඇහැ වැඩ කරනවා, නාසය වැඩ කරනවා, දිව වැඩ කරනවා, ඒ ඒ වශයෙන් ඒ ඒ එක්කෙනාට වැඩ කරන්න අළුත් අළුත් අලුත් කඩදසි හම්බ වෙනවා. නැත්නම් පදනම හම්බ වෙනවා, අරමුණු හම්බ වෙනවා, පට්ඨානය හම්බ වෙනවා. මේ එක එකක් වෙන වෙනම ගොනු කරගන්න පුළුවන් නම්, මේ කය වශයෙන් මේ මනස වශයෙන් ඇස වශයෙන් මේ නාසය වශයෙන් මේ දිව වශයෙන් ඒක තමයි අපි සතිය පිහිටුවීමේදී මූලින් දැකීම, ඇහීම ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම කරන්න කියන්නේ. එයින් කය තමයි ඉස්සර කරන්නේ. ඒ මොකද, ගත්ත දේ හොඳින් ගන්න ඕනෑ. දෙඩම් ගොඩ බදගත්තා වාගේ ඔක්කෝම එක වර කරන්න යන්නේ නැතිව එකක් එක වරකට අල්ලනව.

ආන්ත එහෙම අල්ලාගත්තාම “විසයාහිමුඛ භාව පච්චුපට්ඨානා, අසමොස රසා” යම් වේලාවක ඇහෙන් බලන ගමන් කටත් ඇරිලා තියෙන වේලාවල් අපේ තියෙන්නෙ. ආන්ත ඒ වාගේ වෙන්නේ නැතිව ඇහෙන් බලන වේලාවේදී ඇහෙන් බලනවා කියන එක තේරුම්ගත්තා නම් සම්මෝසාවක් නෑ. එතන කලබල භාවයක් නෑ. අන්ද මන්ද භාවයක්

නැ. ආන්ත ඒක හිතට තේරුම් කරලා දෙන්න ඕනැ. තේරෙනවා සතිය එක විත්තක්ෂණයක ඇති වෙච්චහම නෙමෙයි, විත්තක්ෂණ රාශියක් එක දිගට යනකොට නම් තේරෙනවා දැන් මගේ මුළු ජීවයම, විත්ත සන්තානයම වැඩ කරන්නේ ඇහේ. උදරයේ පිම්බීම බලන කෙනාගේ නම් කයේ. ඒ කය වැඩ කරන වේලාවට හොඳම සාක්ෂිය තමයි කයේ වැඩ කරන බවට, ඇහැ වැඩ නැ. නාසය වැඩ නැ. දිව වැඩ නැ. අනිකුත් ඉන්ද්‍රිය වැඩ නැ. ඒ නිසා කය ගැන කථා කරන ගමන් අනිකුත් ඉන්ද්‍රියන්ගේ වාතී සපයනවා නම් හොඳටම පේනවා මේ අරමුණට බැසගෙනත් නැ, ඒ වාගේම ඉදිරිපත් වෙච්ච අරමුණ කලකොල භාවයකින් තොරව අන්‍යවිහිත නොවී බලාගෙනත් නැ. හරියට අන්‍යවිහිත නොවී, කලකොල නොවී, අවික්ෂිප්තව, අරමුණ දිනාම බලාගෙන ඉන්නවා නම්, ඒ යෝගාවචරයාට පැහැදිලිවම තමන් දැන් කයේ සංසිද්ධියක් බලන්නේ, වායෝ ධාතුව දකින්නෙ තේපෝ ධාතුව දකින්නෙ ආදී වශයෙන් ඒකට මුහුණ දෙනවා. මේක එක විත්තක්ෂණයක වෙන්නෙ නැ. මේක නැවත හොඳට මතක තියාගන්න ඕනැ. එකම අරමුණේ විත්තක්ෂණ රාශියක සතිය බල කැවෙනකොට තමයි ඉදිරිපත් වෙච්ච අරමුණ මේකයි කියලා සම්මෝසාවකින් තොරව කියන්න පුළුවන් වෙන්නේ. එතකොට මේ විදියට අරමුණේ බහිනවා නම්, ඒ අරමුණම කලකොල නොවී බලාගෙන ඉන්නවා නම් ලොකු ආරක්ෂාවක් සැලසෙනවා. ‘ආරක්ෂා පච්චුපට්ඨානා’ කියලා මේක සඳහන් කරලා තියෙනවා. නැත්නම් ‘විසයාහිමුඛ භාව පච්චුපට්ඨානා’ කියලත් කියනවා. ගත්ත පිම්බීම හැකිළීමෙහිම හිත නිමග්න වෙලා එහිම පවතින බව හොඳට වැටහෙනවා. වෙන විදියකට කියනවා නම්, යෝගාවචර වචනයෙන් කියනවා නම්, මෙතෙක් වේලා හිත ඇතුළේ විමේම පිට විමේම පැවතුණා විශ්වාසයි. දැන් ඇතුළේ විමක් තියෙනවා, එහි පවතින බව විශ්වාසයි. මත්තටත් ඇතුළේ විමි හතරක් පහක් යනකම් හිත කලකොල වෙන්නෙ නැති වෙයි කියල විශ්වාසයක් ඇති වෙනවා. එතකොට ලොකු ආරක්ෂක ශක්තියක් හිතට ඇති වෙනවා. මෙතෙක් කරපු ප්‍රයත්න නිසා මට යම් කිසි හිතේ අධිෂ්ඨාන ශක්තියක් දැන් ඇති වෙලා. නිවන් දැකලා නැ, ධ්‍යාන ලබල නැ, නමුත් මේ ඇති වෙච්ච අරමුණ මත පවතිනවා.

මෙන්න මේ තත්වය එනවා නම් ඒකට කියනවා අපි ලැබෙන්නා වූ වටහාගන්න පුළුවන් කාරණා; පච්චුපට්ඨානය. පදවිධානය පෙන්වන්නේ අපි අර කලින් කියපු තාලෙටමයි. කායාදි සතර සතිපට්ඨානා පදට්ඨානා වරද්ද වරද්ද කරපු සතිපට්ඨානයම තමයි සතියට මූලික පදනම වෙන්නේ. ඒ නිසා සතිය පැහැදිලිවම තමන්ගේ වැඩක්. කවුරුත් දෙන දෙයක්වත් එහෙම නැත්නම් වෙන බෙහෙත් පෙත්තකින්

ඉන්පෙක්ෂන් එකකින් ගන්න පුළුවන් දෙයක්වත් එහෙම නැත්නම් වෙන කෙනෙකුට අයින් කරන්න පුළුවන් දෙයක්වත් නෙමෙයි. වරදද වරදද තමන් කළා වූ සතිපට්ඨානයමයි. කායාදී කියල කියන්නෙ ආරම්භක අවස්ථාවෙ කය අනුව නේ කටයුතු කරන්නේ. මේ ආරම්භක, පටන් අරගෙන වරදද වරදද ගිය සතියම, පසුපස සතියට පුදුමාකාර පිහිටාධාරයක් වෙනවා. ඒ නිසා මූලින් අපි සතිය පිහිටන්නෙත් කටයුතු කරන්නෙත් එකම ඇදහිල්ලෙන්මයි. ඒ නිසා බුද්ධ ශාසනයටත් ‘ආගමක්’ කියන නම ගැලපෙනවා. මොකද සෑම ආගමක්ම ඇදහිල්ල මතයි පිහිටන්නේ. නමුත් මේකේ ලොකු වෙනසක් තියෙනවා. ඇදහිල්ල මත හිඳගෙන අපි සතිය පිහිටුවට පස්සේ සතිය, සතිය මත පිහිටපු වෙලාවට ඇදහිල්ල ඕනෑ නෑ. අපිට තේරෙනවා, ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙනවා. ආයි මේ ඇදහිල්ලක් ඊට පස්සෙ ඕනෙ නෑ. ඒක වෙන විදිහකට කියනවා නම්, ගත්තා වූ ඇදහිල්ල, මේ ජීවිතයේදීම ඇත්ත නැත්ත බලන්න පුළුවන් ශක්තියක් මේ ඇදහිල්ලෙ තියෙනවා. ඒකයි අර දවස් හතෙන් ඔප්පු කරලා පෙන්නන්නම්, මාස හතෙන් ඔප්පු කරලා පෙන්නන්නම්, අවුරුදු හතෙන් ඔප්පු කරලා පෙන්නන්නම් කියල කියන්නේ. මේ මරණෙන් මත්තට නෙමෙයි. එහෙම නැතුව ඒක ඉන්ද්‍රජාලයකින් පෙන්වනවාත් නෙමෙයි. එහෙම නැත්නම් වෙන කෙනෙක් ආසිරි ගන්වනවත් නෙමෙයි. ඇති කරගත්තා වූ සතිය තව කෙනෙකුට නැති කරන්නට පුළුවන් දේකුත් නෙමෙයි. මේක ඕන කෙනෙකුට, පොළොවේ දද විකුණන වීදුරු බඩු වාගෙ පොළොවේ ගැහුවත් කැඩෙන්නේ නෑ කියල කියනව වගේ ගහල පෙන්වන්න පුළුවන්. ඒකයි සච්ඡයන් වහන්සේ අර මූලික ආනිසංස හතක් දේශනා කළේ. මේක කරලා බලන්න, මේක ඒහිපස්සිකයි, ඕපනයිකයි, කරල බලන තරමටම ප්‍රතිඵල පෙන්නනවා. ඒක නිසා සතිය පිළිබඳව විසුද්ධි මාගීයෙ දෙන මේ අභිකථනය ආධුනික යෝගාවචරයා බොහෝම කුල්මත් කරවනසුලුයි. ආරාධනා පූච්ඡකයි. ඒ කියන්නේ ව්‍යාපාරයක් පටන් අරගන්නකොට නම් අපි ඒ ව්‍යාපාරයේ තියෙන්නා වූ සුළු සේවක ප්‍රශ්න, මධ්‍යස්ථ ප්‍රශ්න, විධායක මට්ටමේ ප්‍රශ්න, ආයතන ප්‍රශ්න, කියන සෑම දෙයක්ම දැනගන්න ඕනෑ. එහෙම නැතිව අපේ තාත්තාගේ කොම්පෑනිය මේක. එහෙම නැත්නම් අපේ වංශයෙන් පැවතගෙන එන වැඩ පිළිවෙළ මේක, කියලා අපි ඉහළින් ඇවිල්ලා මේ වැඩේ පටන් අරගන්න ගියාට කවදවත් හරියන්නේ නෑ. ඒකට ඒ හෑම වැඩක්ම අතගාලා පුරුදු වෙන්න ඕනෑ. ඒ නිසා ඒ කාලෙ අපිට ඒ විධායක බලතල සහිතව වැඩේ පටන්ගන්න බෑ. අපි ආධුනිකයෙක්ව පටන් අරගන්න ඕනෑ. පරිවාස කාල දෙන්න ඕනෑ.

ආනන්ද ඒ වාගේ තමයි සතිය පටන් අරගන්නකොටත් සතිය පිළිබඳව සෑම තැනක් පිළිබඳවම උත්සාහ කළ යුතුයි. නම්බුවක් ඇතුළු, පට්ටමක් ඇතුළු, නිලතලයක් ඇතුළු මේක පටන්ගන්න බෑ. ආනන්ද එහෙම පටන්ගෙන පටන්ගෙන යනකොට ඒ වැරදි තුළින් හරි යෑම තුළින් තමන්ගේම, තමන්ම උපක්‍රම භොයාගෙන ඉදිරියට යනකොට, ඒ තමන් වරද්දගත්ත හරිගස්සගත්ත ටිකමයි ඉස්සරහට උදව් වෙන්නේ. මේක හොඳටෝම උදයබ්බයඤ්ඤ මට්ටමටම හිත පත් වෙනකොට, යෝගාවචරයාට පාරාවළල්ලක් වාගේ චක්‍රායුධයක් වාගේ තමන්ටම තේරෙන්න පටන්ගන්නවා. තමන්ට විරුද්ධව මොන බලපෑම් මොන විධියේ අභියෝග ආවත් ඒ යෝගාවචරයා මෙනෙහි කිරීමේ සුර උණාට පස්සේ තාවකාලිකව වැටෙන්න ඉඩ තියෙනවා. නමුත් කවදවත් ස්ථිරව නම් වැටෙන්නේ නෑ. ඒකයි මතක් කරන්නේ සම්මසන ඤාණ පැත්තට පස්සේ, එහෙම නැත්නම් සම්මසන ඤාණ පිළිබඳ පරිචයක් ඇති උණාට පස්සේ මූල සොනාපනන කියන තත්ත්වයකට නම්බු නාමයක් දෙනවා. ඒ පුද්ගලයා ඒ තත්ත්වය පිරිහෙලාගන්නේ නැතිව ජීවත් වුණොත් කවදවත් ආයේ නිරයට අපාගත වීමකට පත් වෙන්නේ නෑ. ඉහළටමයි තල්ලු වෙන්නේ. ඉතින් ඒක නිසා සතිය මේ ඇති කරලා දෙන තත්ත්වය මූලදී සෑහෙන කැප කිරීමක්, කාලයෙන් ධනයෙන් කැප කිරීමක් කළ යුතු දෙයක් බව තේරුම්ගන්න ඕනේ. හැබැයි මූලින් මතක් කළා මේක ආධුනික යෝගාවචරයින්ගේ ආරම්භයට බලපාන දෙයක් කියලා. නමුත් තවත් පැත්තකින් මෙතනින් සම්බන්ධ වෙනවා හැම පයඝීඛකයේදීම මූලදී මේක සම්බන්ධයි. මම දැන් උදයබ්බය ඤාණය ලබල තියෙන්නේ, මම විත්ත විශුද්ධිය ලබල තියෙන්නේ, මම ශීල විශුද්ධිය ලබල තියෙන්නේ කියලා පැත්තක අරන් තිබ්බ විශුද්ධියක් ඒ වෙලාවේ ඇඳුමක් ඇඳගන්නවා වාගේ අදින්න බෑ. ඒ විත්තක්ෂණයේ ශීල විශුද්ධිය ලැබිය යුතුයි. ඒ විත්තක්ෂණයේ විත්ත විශුද්ධිය ලැබිය යුතුයි. ඒ විත්තක්ෂණයේ මේ ලබාගන්න ඔක්කෝම ඤාණ ගන්න ඕනෑ. ඒ නිසා හැම පයඝීඛකයකම මූල බොහෝමත්ම මෙනෙහි කිරීමෙන් යුක්තව දැඩි පෙළගැස්මක් පුච්චි කෘත්‍යයකින් පටන්ගන්න ඕනෑ.

මේක හැබැයි පටලවාගන්න වෙලාවක් තියෙනවා. ඒ මොකද? සමහර යෝගාවචරයෝ හොඳට හිත යොදාගෙන භාවනා කරනකොට හැමදම ආරම්භයේදී ගොරෝසු පිම්බීම හැකිළීම හෝ ගොරෝසු ආනාපානය බලාපොරොත්තු වෙනවා. නමුත් ඒ යෝගාවචරයාගේ ජීවිතයේ සති, සමාධි අඛණ්ඩව පවතිනවා නම්, ආරම්භයේදීම, නැත්නම් ආරම්භයේදීවත්, මේ ඕළාරික පිම්බීම හැකිළීම හෝ ආනාපානය කියන මූල කම්ප්ථානය නොදැනී යන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම වෙලාවක

ආයාසයෙන් හුස්මගෙන හෝ පුම්බලා හකුළලා බලන්ඩ යනවා කියන එක නෙමෙයි මෙතන අදහස් කරන්නේ. එතෙතදී තේරුම්ගන්න ඕනෑ තමන් අඛණ්ඩව සක්මන පයඝීච්ඛකය වශයෙන් දිනවර්ශාව හොඳට ගත කරනව නම් අර දැඩි ප්‍රයත්න යෙදීම දිගින් දිගට අවශ්‍ය නෑ. මෙන්න මේ නිසයි මේ යෝගාවචර ක්‍රම, භාවනා මධ්‍යස්ථාන මේ වැඩ පිළිවෙළවල් හදලා තියෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් ඇත්තටම එක ජීවිතයක් ඇතුළත නිවන් ලබාගන්න බැරි තරම්. හැමදම මේ මුල ටික හෝදහෝද මඬේ දමනවා වගේ කරකර ඉන්නවා නම් කවදක්වත් අපිට නහයෙන් උඩට ඔළුව උස්සගන්න හම්බ වෙන්නේ නෑ. ඒකයි මේ දවස් හත, මාස හත, අවුරුදු හත කියන දේවල්, ආත්ම හතක් බුදුවරු හත්දෙනෙක් පහළ වෙනකල්, කාලයක් පහු උණත් වැඩේ සිද්ධ නොවෙන්න හේතුව - මොකද? අර හෝද හෝද මඬේ දනවා වගේ, ගිනිගාන දණ්ඩ අතුල්ල අතුල්ල ඉඳලා අත් දෙක වෙහෙස වෙනකොට ආයින් බහා තබනවා. ආයි ටික වෙලාවකින් ආයි අතුල්ලන්න පටන්ගන්නවා. එහෙම කවදවත්ම ඉවර කරන්න බෑ. ඒක නිසා අර මුල් ප්‍රදේශයේ ගොඩාක් ශක්තිය වැය කරන්න ඕනැයි කියන එක දෙකක්, තුනක්, හතරක් වරද්දගත්තාට පස්සේ යෝගාවචරයා තේරුම්ගන්නවා, මේ විදිහට ගත්තා වූ ගැමිම බිම නොතබා දිගට ගෙනියන එකත් ලොකු ශක්තියක් වැය වෙන බව තේරුම් ගන්නවා, කියන කාරණාවට කරන නම්බුවක් තමයි. ඒ නිසා ඒ වෙලාවේදී නෑදූයෝ මිත්‍රයෝ භාරගැනීම්, ගෙවල් දෙරවල් එක්ක සම්බන්ධකම් වෙන මොන දේ ආවත් ඒව ඔක්කොම බහා තබලා තමන් ඇති කරගත්තා වූ සති සමාධි දෙක ඉදිරියට ගෙනයන්ට නම් තමන්ම තමන්ගෙ වැරදිවලට නම්බු කරන්න ඕනෑ. ඒක නැවත පටන්ගන්න අමාරුයි. අවුල් කරගන්න පුළුවන්. අවුල් නොකර ඉන්න එක තමයි පශගභිත විරිය කියල කියන්නේ. ඒ කියන්නේ ආරම්භ වියඝීයට වැඩිය වෙනස්.

හුඟාක්ම දුච්චියි අපේ යෝගාවචරයෝ මේ පැත්තෙන්. කටයුත්තක් හදිස්සියක් ඉදිරිපත් වෙච්ච වෙලාවක ඉස්සෙල්ලාම බහා තබන්නේ තමන් ඇති කරගත්ත සතිය. ඊට පස්සේ දවසක් දෙකක් හරි වරුවක් දෙකක් හරි අර සැහැල්ලු ජීවිතය ගත කෙරුවට පස්සේ අනික් ගමන වීදුරු මාලිගයකට ගලක් ගැහුවා වාගේ ඒක අවුලක් බවට පත් වෙනවා. මේ තමන් බහා තබන්නේ කොච්චර වෙහෙසකර දෙයක්ද? කොච්චර තමන්ගේම ලේවලින් මස්වලින් හම්බු කරගත්ත දෙයක්ද? කියන එක පිළිබඳව අන්තිම සුකුමාල ගතියක් පෙන්වන්නේ යෝගාවචරයෝ. අන්තිම සුබෝපභෝගී ගතියක් පෙන්වනවා. නමුත් ඒක ඊට පස්සෙ හදන්න ගියාට පස්සෙ නැවත අර තිබුණ මට්ටමට යන්න

කොච්චර කාලයක්, කොච්චර ශ්‍රමයක්, කොච්චර විශ්වාස භංගත්වයක් ඇති වෙනවාද? කියලා බලනකොට සමහරු ස්ථාන අතහැරල යනවා. ක්‍රමයට බනිනවා. ගුරුවරයා අතහරිනවා. ඒ මොකවත් නිසා නෙමෙයි, තමන්ගෙන් වෙච්ච වැරද්දට තමන් නම්බු නොකරන නිසා. ඒ නිසා ඒ කාරණාව දැනගැනීමත් මේක මම ම උපයාගත්ත දෙයක්, මේ උපයා ගත්ත දේ වටිනාකම මටමයි. සඵඥයන් වහන්සේටවත් දේවදත්තටවත් කතෝලික මනුෂ්‍යයෙකුටවත් මුස්ලිම් මනුෂ්‍යයෙකුටවත් රජයේ බුද්ධ ශාසන අමාත්‍යාංශයටවත් නෙමෙයි, මටමයි. ඒ නිසා මම මේක බිම තැබුවොත් මම ම මට කරගන්න, යෝග ජීවිතයට කරගන්න පාඩුවක්. ඒ අතින් බලනකොට නම් හැම තැනම ළිං කපන ගතිය හොඳට පේනවා. ඒක මේ එක්කෙනෙක්ගේ දෝෂයක් නොවේ, පුද්ගල දෝෂයක්. එහෙම වුණාට පස්සේ තමන්ම පිරිසිදුව සතිය පිහිටුවපු මොහොත තමන්ටම පේන්න පුළුවන් දේවත්වයකින් වාගේ. අනේ මට ඒ කාලේ නම් මෙහෙම ඉඳගන්නකොටම මේ මේ විදියට ආවා කියලා හිතනකොට හිත වැටෙනවා. රන් වෙච්චි තැනක තියන ඉටිපන්දමක් වගේ පත්තු වෙලා නෙමෙයි උණු වෙන්නේ, නිකම්ම උණු වෙලා වැක්කෙරෙනවා. ඒ තරම්ම සතිය ඉදිරිපත් කරගත්තොත් සෘජු වුණොත් වී නන්ඩුවක් වාගේ විදගෙන යන්න පුළුවන් හම සිවිය පසාරු කරගෙන. නමුත් වී නන්ඩුව කියන්නේ එච්චර හතිය එකක් නෙමෙයි. පැත්ත වැටිල ඇල්ලුවොත් කුඩු වෙලා යනවා. එකලස් වෙලා එල්ල වෙලා වැදුණොත් කාගෙන යනවා ඇට්ටි යනකම්. අන්න ඒ වගේ සතියේ තියෙනවා පුදුමාකාර ශක්තියක්. හැබැයි බල රේඛාවේ වැඩ කරන්ඩ ඕනේ. අමරෙට ගහන්න බෑ. ආවට ගියාට ගහන්න බෑ. ඒ තරම්ම පිහියක දූල්ල වගේ ඉතාම වටිනවා. ඒ නිසා හැම වෙලාවෙම ඒක කොපුවක දලා ආරක්ෂා කරගන්න ඕනෑ. වැඩ කරන වෙලාවට ඒ දූල්ලම තමන්ගේ ජීවිතයට ආරක්ෂාව සලසනවා.

ඒ නිසා සතිපට්ඨානයේදී දක්වන සතිය විශුද්ධි මාගීයේ පෙන්වන්නේ රැකිය යුත්තක්, විශාල ආයාසයකින් ප්‍රයත්නයකින් කළ යුත්තක් විදිහට. මෙන්න මේක, මේ කියන තත්ත්ව තෙරුම් අරගෙන හරියට සාරිපුත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ දෙනව උපමාවක්, සද්දන්ත කුලේ ඇතෙක් - දළ සහිත ඉතාම බලවත්, ශක්තිමත්, ඒ සතාගේ හත්පොළක් බිම ගැවෙනවා. හොඬෙත් බිම ගැවෙන තරම් දිගයි. නමුත් කවදවත් මේ ඇතා හොඬේ පාගාගන්නේ නෑ. නිදගන්න ගියත් කඳ උඩ තියාගන්නවා. චතුරකට ගියත් චතුරෙන් උස් කරලා තියාගෙන ඉන්නව. මොකද, දන්නවා තමන්ගේ සද්දන්තකමට හොඬේ පාගාගත්තොත් ඒක යට කරගත්තොත් උන්දුගේ හමාරය එතන බව. මේ හොඬේ අග ඇතාට

ඉදිකට්ටක් ගන්න පුළුවන් තරම් සියුම් වැඩක් කරන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියෙනවා. අන්න ඒ වගේ තමයි යෝගාවචරයගෙ සතිය. ඒක පාගාගත්තාට පස්සේ අනේ! එව්වර විනාශයක් ඒ යෝගාවචරයට ඇත්තෙ නෑ. ඒ මොකද? ඒක උපයාගන්න ගත්ත ප්‍රයත්නය අපි තේරුම්ගන්න ඕනෑ. ඒ නිසා අපේම යෝග ජීවිතයට තමයි අපි නම්බු කරන්න ඕනෑ. ඒකත් වැරදි එකකට නොවෙයි, සතිය ඉදිරිපත් කරගෙන යන වැඩ පිළිවෙළට. එහෙම ගියොත් නම්, ඒ කියන්නෙ මූලින් මූලින් යොදපු ආයෝජන නාස්ති වෙන්න දෙන්නේ නැතිව ඒක ශීලයෙන් සමාධියෙන් වියරියෙන් ශුද්ධාවෙන් හොඳට පෝෂණය කරනවා නම්, ඒ සතිය එතව යම් කිසි වෙලාවක වතුරෙන් උඩට නහය ඔළුව උස්සාගත්තා වගේ විවේකයෙන් ඉඳගෙන සතිය වඩන්න පුළුවන් තත්වෙකට පත් වෙනවා. එහෙම නැත්නම් සතිය තමා වශයෙන් ඇවිදගෙන යන්න පුළුවන් ශක්තියට පත් වුණාට පස්සෙ අන්න නිකන් ඉඳල සතිය වඩන්න පුළුවන් වෙලාව. කොයි වැඩක් කළත්, කොයි විෂම පුද්ගලයෙක් ළඟ සිටියත්, උදේ අවදි වෙත වෙලාව වේවා! රාත්‍රි නින්දට යන වෙලාව වේවා! හැම වෙලාවෙදීම යම් කිසි ප්‍රමාණයක පවතින සතියක් තියෙනව. ඒ නිසා අර කොච්චර තල්ලු කෙරුවත් බිම වැටෙන්නෙ නැති බෝනික්කෙක් වගේ ආන්න ඒ වෙලාවෙ තියෙනව සතියට අඩහැර පාන්න පුළුවන් සිංහ නාද කරන්න පුළුවන් ශක්තියක්. අන්න එතකොට කියන්න පුළුවන් සතියේ උපට්ඨාන රසය කියලා. උපට්ඨාන කෘත්‍යය කියලා. උපස්ථානයේ පවතිනවා. රජ කෙනෙකුගේ උපස්ථායකයා වගේ. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ උපස්ථායකයා විදිහට ආනන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ හිටියා, උන්වහන්සේ සතියටත් අග්‍රයි. උපස්ථානයටත් අග්‍රයි. අන්න එතකොට සතියෙන් අපට වැඩ ගන්න පුළුවන්. මුල් කාලේ බෑ, මුල් කාලේ අපි සතියට වැඩ කරන්න ඕනෑ. ආන්න ඒක ශක්තිමත් වුණාට පස්සෙ අපිට පුළුවන් සතියෙන් වැඩ අරගන්න. එතකොට කියනවා ඒකට 'සති බලය' කියලා. පටිසම්භිද මාගීයේ සතිය දෙන රසය පෙන්වන්නේ උපට්ඨාන රසය කියලා. ඒකට පෙන්වනවා 'සති බලය' කියලා කියන්නේ මොකක්ද? සතිය කැඩීවිච වෙලාවක හිත කම්පනය නොවී පවතින්නා වූ ශක්තියට කියනවා සති බලය කියලා. සතිය තියෙන වෙලාවට නෙමෙයි සති බලය පේන්නෙ, සතිය කැඩීවිච වෙලාවටයි. ඒ නිසා යෝගාවචරයාගේ සතිය කැඩෙන්න කැඩෙන්න ශක්තිමත් වෙනවා. දන්නව මේ වෙලාවට හේතු වුණා, මේක නිසා කැඩුණා, දැන් නැගිට්ටා. ඒ මොකද? සතිය පවතින වෙලාව වැඩියි, නැති වෙලාව අඩුයි. ඒ වාගේම තමයි සතිය පැවැත්වීමට අවශ්‍ය කරන විවේකය, නිශ්ශබ්ද භාවය, තමන්ගේ වැඩක් තමන් කරගෙන ඉන්න

ගතියට යෝග ජීවිතය හදාගෙන තියෙන්නේ. ඒ නිසා ඕනෑම දේකට ඉදිරිපත් වුණාට ප්‍රශ්නයක් නෑ. දන්නව මේකට ගියාම සතිය කැඩුණ, දෑත් කැඩිල, හැබැයි කැඩිලා බව දන්නවා. සතිය ආපහු පිහිටවපු ගමන් අර තිබුණාට වැඩිය බලවත් වෙලා හිටිනවා. ඒ නිසා සතියේ පුදුමාකාර ගතියක් තියෙනවා, වැරදිවලමයි හැදෙන්නේ. වැටෙන්න වැටෙන්න නැගිටින ගතියක් තියෙනවා. හැබැයි මේ කියන්නේ සියයට පනහට වඩා හොඳට දියුණු කරපු සතියක් ගැනයි. ඉතින් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්න ඕනෑ මේ පොත් දෙකේම තියෙන අදහස්වලින් අපිට පුළුවන් ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් සතිය දියුණු කරගෙන අන්තිමට සතිය අපිට උපස්ථායකයෙක් වාගේ, තමන්ගේ සෙබලෙකුගේ පැත්තේ එල්ලෙන කඩුවක් වාගේ ඉදිරිපත් කරගන්නා නම්, ඒ පුද්ගලයාට සතිය පිළිබඳව හොඳට අඩහැර පාන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් සිංහයෙක් වගේ සිංහ නාද කරන්න පුළුවන්. ඒකයි සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කළේ 'සාධු ධීතො සතො බොධිං සමජ්ඣගන්ති' 'මම මනා කොට පිහිටුවාගත්ත සතිය නිසා, අනේ! මේ දුෂ්කර ක්‍රියාව ඉවර කරලා මට මේ බෝධිය සාක්ෂාත් කරගන්න ලැබුණා' කියලා.

ඒ නිසා අපි සතියට යම් ප්‍රමාණයක් මේ තාක් කල් ආයෝජනය කරලා තියෙනවා නම්, සියලු දෙනාටම ඒ සතියෙම ආරක්ෂාවයි, ඒ සතියේ ආරක්ෂාවම අපට සරණයි පිහිටයි කියලා හිතාගෙන, ඊට කලින් ඇත්තා වූ වීර්යය අත නොහැර ඊට පස්සෙ ඇත්තා වූ සමාධිය එල්ල කරගෙන නිතරෝම සති, සමාධි දෙක වඩාගැනීමට අද මේ අපි ඉදිරිපත් කරගත් ධර්ම කොට්ඨාශයන් තමතමන් විසින් ඉතාම කැප කිරීමකින් සපයාගන්නා ලද අත්දැකීමක් හේතු වේවා! වාසනා වේවා! කියන ප්‍රාථිනාවෙන් අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතනින් හමාර කරනවා. අපි බලාපොරොත්තු වෙමු, මීට අමතරව සතිය පිළිබඳව ඇත්තා වූ පුංචි පුංචි කොටස් ඉදිරි දේශනාවලදී ඉදිරිපත් කරගන්නට. මෙපමණකින් අද ධර්ම දේශනාව හමාර කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව

6-වන ධර්ම දේශනාය.

නමො තසස භගවතො අරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සි විහරති ආතාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සනති”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඛ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි පිරිසක් වශයෙන් නැවත නැවත රැස් වෙමින් මේ වාගේ වටිනා වස් කාලෙක වටිනා සුත්‍ර ධර්මයක් වන සතිපට්ඨාන සුත්‍රය ඉදිරියෙන් තියාගෙනයි මේ ධර්ම සාකච්ඡා, ධර්ම දේශනා මාලාව පවත්වන්නේ. සතිපට්ඨාන සුත්‍රය ඉදිරිපත් කරගත්තට පස්සෙ අද මේ අපි එකතු වෙන හයවෙනි වාරෙ, නැත්නම් හයවෙනි පැය. ඒ දක්වා අපි ඉතාමත්ම ක්‍රමිකව හෙමිහිට හෙමිහිට වචනයෙන් වචනයට විග්‍රහ කරමින් සතර සතිපට්ඨානයන්ගෙන් පළමුවැනි සතිපට්ඨානය උද්දේස වශයෙන් ඉදිරිපත් කරන, සාරාථියක් ඉදිරිපත් කරන “කායෙ කායානුපස්සි විහරති, ආතාපි, සමපජානො, සතිමා, විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං” කියන ස්ථානයටයි දැන් පත් වෙලා තියෙන්නේ. මෙහිත් අපි ආතාප ගුණය, සමපජඤ්ඤා ගුණය, සතිමා කියන සතිමත් කෙනෙකුගේ ගුණය කියන කාරණා තුන ඔස්සේ පිළිවෙලින් ඇවිල්ලා සතිපට්ඨාන සුත්‍රයේ ප්‍රධාන අථය, ප්‍රධාන සාරය, ප්‍රධාන ගත යුතු අථය වන සතියටයි පිවිසුමක් ලබාගත්තෙ. ඒ නිසා අපි භාවනා කරන පිරිසක් වශයෙන් දැනගත යුතු, දැනටමත් දන්නා කාරණා රාශියක් ගොනු කරගන්න යෙදුණා. ඒ ගොනුව ඇති ඇත්තන්ටම තව ටිකක් සතිය පිළිබඳව, විශේෂයෙන්ම තමන් මේ කරගෙන යන වැඩය පිළිබඳව උනන්දුව, ධෙය්‍යතීය, ආත්ම සන්තෘප්තිය ඇති වීම සඳහා කරුණු ටිකක් අද ඉදිරිපත් කරන්නයි ලැස්ති වෙන්නේ. ඒ නිසා සමහර විටක අද ඉස්සෙල්ලාම බණ අහන කෙනෙක් ඉන්නවා නම් මේක මැදින් පටන්ගත්තා වගේ කියලා හිතෙන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම නමුත් සතිය කියන ධර්මය මහා පුදුමාකාර, සාර්වභෞමික, සෑම තැනටම, සෑම කෙනාටම, සෑම වෙලාවටම, ගැලපෙන ස්වරූපය දිනා බලනකොට රස විඳින්න බෑ කියන්නත් බෑ. මිථ්‍යාදෘෂ්ටිකයෙකුට උනත් එහි ඇත්තා වූ

ඇතුළතට යොමු කරවන ආරාධනා පූච්ඡන භාවය පිළිබඳව සිතේ විකසිත භාවයක් ඇති වෙනවා.

කෙසේ නමුත් අපි සිහිපත් කරගනිමු මේ සතිය ඉතාමත්ම අප්‍රකට, ප්‍රසිද්ධියට කැමති නැති, එහෙම නමුත් යම් තැනක ඇවිල්ලා ඉඩමක් අල්ලගත්තොත් ආයි අම්මේ මුත්තේ කීවත් දෙන්නෙන් නැති ජාතියෙ වර්තයක්. විචිත්‍ර වර්තයක් නෙමෙයි. යෝගාවචරයා විසින් විචිත්‍රත්වයට පත් කළ යුතු වර්තයක්. ඉතාමත්ම ලැජ්ජ භය සහිත වර්තයක් වගෙයි පෙනෙන්න තියෙන්නේ. ප්‍රධාන නළුවා නෙමෙයි නාඩගමේ. නමුත් ආරම්භයේදී එහෙම වුණාට අවසානේදී තමන් අල්ලාගන්නා අල්ලාගන්නා සෑම ක්ෂේත්‍රයකම බලය තහවුරු කරමින් ආයෙ කාටවක්වත් ඉඩ නොතබා ඉදිරියට යන ගමනේදී, අවසානයේදී සම්පූර්ණ සම්බෝධි ඥානය පිණිසම වග කියන්න පුළුවන් තරමට බලය තහවුරු කරගන්න, හින් නූලෙන් වැඩ කරන ධර්මයක්. ඒ ධර්මයට උර දී ලය දී කටයුතු කරන්න බැරි නම් ඒ යෝගාවචරයා පසුබාන කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා. ඉදිරියට නොයන කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා. බොහෝදෙනා අතර සැඟවීගන්නා තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. ඒ නිසා සති ධර්මය හඳුනාගෙන ඒ ධර්මයේ ඇත්තා වූ නෛසර්ගික ගුණ, සැඟවී ඇත්තා වූ විභව ශක්තිය නතු කරගන්න නම් ඉතින් සච්ඡෙදයන් වහන්සේ කියාපු දේ, හතීකොන භාත්පසින් දැනගන්නට ඕනෙ. දැනගන්නකොට තේරෙනවා අපිට මේ සච්ඡෙදයන් වහන්සේ ආසිරි ගන්වලා ලැබිවිච දෙයක් නෙමෙයි. සතිය අපි විසින් මතු කරගත යුත්තක්, ඉදිරිපත් කරගත යුත්තක්, ඔප දමාගත යුත්තක්. අපි දැනටමත් ඒකට යෙදිලයි ඉන්නේ. අපි දැනටමත් එහි යම් කිසි මූණත් ඔප දමාගෙන තියෙනවා. නමුත් එහි ඇත්තා වූ පූර්ණ ශක්තිය, පූර්ණ හැකියා ඔප දමාගැනීම සච්ඡෙදා ඥානය දක්වාම ඉහළට විහිදෙනවා.

සතර සතිපට්ඨාන, නැත්නම් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ ඇත්තා වූ මූලික කරුණු හතර, පෙළගස්වලා තියෙන්නෙ කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානුපස්සනා කියන එක, කටපාඩමින් වුණත් කෙනෙක් දන්නා දෙයක්. එයින් ඒ සතියට පට්ඨානය වශයෙන්, පදනම වශයෙන්, ආරම්භය වශයෙන්, කයේ 'කය අනුව' බලන ගතිය, වේදනාවන්හි 'වේදනාව අනුව' බලන ගතිය, හිතේ 'හිත අනුව' බලන ගතිය, අනිකුත් ධර්මා 'ධර්මා අනුව' බලන ගතිය කියලා ක්‍රමයෙන් උසස් ආයඪී උත්තම භාවයට පත් කරන, ක්‍රමයෙන් ගැඹුරු භාවයට පත් කරන පදනම් හතරකුයි සච්ඡෙදයන් වහන්සේ මෙතන පෙළගස්වන්නේ. ඒ පෙළගැස්වීමට ඉස්සෙල්ලාම පෙන්වන්නේ

ඉතාමත්ම ඕලාරික වූ කය. ඒ කයත් පට්ඨි, ආපො, තෙජෝ, වායෝ කියන්නා වූ මූලික ගෝරෝසු රූප ධර්ම මත පදනම් කරගෙන තියෙන බවත් ඒ හතරෙන් ඉතාම ප්‍රකට වූ වායෝ රූපය, වායෝ පොට්ඨබ්බ රූපය මුල් කරගෙන, පදනම් කරගෙන සතර සතිපට්ඨානය විහිදෙන බවත් අපි ගිය පාර මතක් කරගත්තා. එම නිසා ඉන් එහාට ඇත්තා වූ, අටුවා වාර්ත වහන්සේලා විසින් අනිකුත් සංග්‍රහ ග්‍රන්ථවල දක්වන විදියට සියුම් සුකෂම රූප කොට්ඨාශ දක්වා පැතිරීම, එයින් ඊටත් වඩා සියුම් නාම ධර්ම දක්වා සතිය පැතිරවීම සතිපට්ඨානයේ 'ආනාපි, සම්පජානො, සතිමා, විනයො ලොකෙ අභිජ්ඣා, දෙමනස්සං' කියන කාරණා හතර ඇත්තා වූ කෙනාට ඉදිරියට ක්‍රමයෙන් ඉබේම සිද්ධ වෙන ගතියක් තියෙනවා. ආන්න ඒ සිද්ධ වේගන යනකොට සියුම් රූප ධර්ම, නාම ධර්ම ක්‍රමයෙන් විකාශ වෙන හැටි විවිධ පැතිවල විවිධ ආකාරයෙන් විවිධ සුත්‍රවල සච්ඡෙයන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා. ඒ දේශනා ක්‍රමවලට දේශනා විලාශ කියලත් කියනවා. දේශනා ක්‍රම කියලත් කියනවා. ඒවා පුද්ගල අධ්‍යාශයන් හැටියට වෙනස් කරනවා. ඒ වාගේම ස්ථාන හැටියට, වේලාවල් හැටියට තැනට ගැළපෙන තාලෙට සච්ඡෙයන් වහන්සේගේ සච්ඡෙයන් ඤාණයෙන් දැකලා දේශනා කරලා තියෙනවා. එවුවා අපිට එක එක පැතිවලින් බලනකොට පුදුම රසයක්, පුදුම නොනිමි රසයක් ගෙන දෙනවා.

ඒ අනුව බලනකොට කයේ කය අනුව බලමින් වාසය කරන්නා වූ යෝගාවචරයා කයේ කය අනුව බලමින්ම නිවනටම යනවා නෙමෙයි. ඒක පිටිසුමක්. ඒක ආරම්භයක්. බොහෝම විචිත්‍ර මකර තොරණක් වගේ දෙයක්. නැත්නම් සදකඩ පහණක් වගේ දෙයක්. සදකඩ පහණ තියෙන්නේ පඩි පෙළ පාමුල. මකර තොරණ තියෙන්නේ ඒ ගමන ආරම්භයේ. ආන්න ඒකේ විචිත්‍රතාව ඇති වුණාට පස්සේ ක්‍රමයෙන් ඒක සියුම් භාවයට ගේනවා. ඒ නිසා සච්ඡෙයන් වහන්සේ ඉතාම පහසු තැනින්, ආධුනික යෝගාවචරයට වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව වශයෙන් ගන්නා වූ හුස්ම නාසිකාග්‍රයේ හැපීම, එහෙම නැත්නම් හුස්ම නිසා ඇති වෙන්නා වූ උදරයේ පිම්බීම හැකිලීමේ හැපීම ආදී තැනක් මතු කරදෙන්නට අනුමත කළාට එයින් අදහස් කරන්නේ නෑ යෝගාවචරයට ඒ දැනුම ප්‍රමාණවත් වෙනවයි කියලා වැඩේ හමාර කරන්න. ප්‍රමාණවත් වෙන්නේ ආරම්භයක් ලබාගන්න පමණයි. ඒකෙන් වටිනාකමක් තියෙනවා. මොකද? හුගදෙනෙක් - මෙතැන රැස් වෙලා ඉන්න පිරිසට අදාළ නැතත් - බහුශාක භාවය පිණිස මතක් කරගන්න පුළුවන්, අපි භාවනාවට අභව්‍යය, අපිට භාවනා කරන්න බැරිය, අපිට භාවනා කරන්න වෙලා නැතිය, අපි පාපතරය, ආදී වශයෙන් කල්පනා කරලා

භාවනාවට පිවිසුමක් නොලබාම ජීවිතේ හමාර කරමින් ඇවිදිමින් යන බර ගානක් මිනිස්සු ඉන්නව බුද්ධාගමේ. අද කාලෙන් ඉන්නවා. ඒ ඇත්තන්ටත් ආරාධනාවක් තියෙනවා සච්ඡෙයන් වහන්සේගෙන් මේක මේ ඉතාම ගොරෝසු තැනින් පටන්ගන්න කියලා. නමුත් එයින් හිතන්න නරකයි එයින් සියල්ල හමාර වෙනවයි කියලා.

ඒ නිසා ඒකට නිදඹිනායක් වශයෙන් පෙන්වන්න පුළුවන්. එක දවසක් මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේ සච්ඡෙයන් වහන්සේ ඉදිරියට පත් වෙලා කමටහනක් ඉල්ලා සිටිනවා 'මම අප්‍රමාදා, වූපකට්ඨා, කියල ප්‍රමාද නැතිව කැලේක තනි වෙලා භාවනාවක් කරන්න කැලේට යන්න හිතයි කියලා කමටහනක් දෙන්ටෙයි' කියනවා. අන්න එතනදී සච්ඡෙයන් වහන්සේ සතිපට්ඨාන මූලික ගොරෝසු තැන අතට දෙන්න කලින්, මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේගේ දැනුම අඩුස්සනවා. උරගා බලනවා. දැනුම පිළිබඳව හොඳ විද්‍යා පරීක්ෂණයක් කරනවා. හරියට මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ ලඞ්කාවට වැඩම කරපු අවස්ථාවේ දේවානම්පියතිස්ස රජතුමාගෙන් ඇහුවා වාගේ. ඒක වටවලල්ලේ යන ප්‍රශ්නයක්. නමුත් දේවානම්පියතිස්ස රජුරුවෝ පිටපොට පටලවාගත්තේ නැති නිසා හරියට උත්තර දුන්නා. එතකොට මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ දැනගත්තා මෙයා රජකමට ගැලපෙනවා. ඒ විතරක් නෙමෙයි, සක්විති රජකමටත් එහා ගියා වූ මේ ආයඪී විනයට ධර්මයට ගැලපෙනවා කියලා තමයි මේ ධර්මය අතේ තිබ්බේ. ආන්න ඒ වගේ ප්‍රශ්න විමසීමක් කරනවා මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේගෙන් සච්ඡෙයන් වහන්සේ. එතනදී අහනවා මාලුඞ්කාපුත්තය! උඹ මොකද හිතන්නේ? යම් කිසි පුද්ගලයෙක් රූපයක් - ඇහින් දත යුතු, හඳුනාගත යුතු, රූපයක් දකල නෑ, ඒ වගේම දකින්නේ නෑ, දකින්න වෙයි කියලා හිතකුත් නෑ, එහෙම කල්පනාවකුත් නෑ. මෙවැනි රූපයක් පිළිබඳව ඒ පුද්ගලයාට රාගයක් හෝ ප්‍රේමයක් හෝ ඡන්දයක් හෝ පහළ වෙයි කියන එක ස්වාභාවිකද, නැද්ද? කියලා. රූපෙ දකලත් නෑ, දකින්න වෙන්නේ නෑ, දකිමින් නෙමෙයි ඉන්නේ, ඉස්සරහට දකියි කියල කල්පනාවකුත් නැහැ. එහෙම දෙයක් පිළිබඳව 'රාගො වා පෙමං වා ඡන්දො වා'. ඒ වාගේ දෙයක් ස්වාභාවිකද? ඉතින් මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේ කියනවා, "අවසරයි ස්වාමීන්වහන්ස, එහෙම දෙයක් වෙන්න බෑ." "වකඛු විඤ්ඤායො රූපා අදිට්ඨා අදිට්ඨපුබ්බා, න පසසති න ච තෙ හොති, පසෙසායානති." දැක්කෙන් නෑ. දැකලත් නෑ. දකිමින් නෙමෙයි ඉන්නේ. දකින්න කියලා හිතකුත් නැහැ. එහෙම රූපයක් පිළිබඳව එතකොට ප්‍රේම, රාග මොනවක්වත් පහළ වෙන්න විදියක් නෑ. ඊට පස්සේ සච්ඡෙයන් වහන්සේ අහනවා, එහෙනං කනින් ශබ්දයක් සම්බන්ධව,

අහලත් නෑ, අහමිනුත් නෙමෙයි ඉන්නෙ, අහන්න වෙයි කියලා අදහසකුත් නෑ, එහෙම දෙයක් පිළිබඳව රාගයක්, ප්‍රේමයක්, ඡන්දයක් පහළ වෙන්න පුළුවන්ද කියලා- ඒ ආයතන හය සම්බන්ධවම ප්‍රශ්න කරනවා. ඒ හය ආයතනයේදීම මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේ කියනවා, එවැනි දෙයක්, එවැනි රාග ප්‍රේම ආශාවල් පහළ වෙන්න ඉඩක් නෑ කියලා. ඒක හොඳ අවුස්සලා බැලිල්ලක්. ඊට පස්සෙ මෙකෙන් ඇති වෙච්ච සතුටට, ඒ මතු වෙච්ච ප්‍රශ්න නිසා මාලුඞ්කාපුත්ත තෙරුන්වහන්සේ වැටහිච්ච ප්‍රමාණයෙන් 'රූපං දිස්වා සතිමුඨ්ඨා පියනිමිත්තං මනසිකරොතො...' ¹⁰ කියලා උදන ගාථාවක් සඳහන් කරනවා. යම් කිසි කෙනෙක් ඇහැට ප්‍රිය රූපයක් දකලත් අසතියෙන් අමනසිකාරයෙන් ඒ රූපය දක්කා නම් ඔහුට ඒ උපදින්නා වූ රාගය, ප්‍රේමය, ඡන්දය නිසා ඔහු ඒ රූපය පිළිගන්නවා, ඔහු නිවනින් ඇතයි.... කියල උදන ගාථාවක් සඳහන් කරනවා. ඒක හරියට අර ජාඨියට මුඛිය වාගේ, ඒ අරගෙන ගිය ප්‍රශ්න දිහාවට හොඳ නිමාවක් හොඳ නිගමනයක් බවට පත් වෙනවා. ඊට පස්සෙ සඳහන් කරනවා එහෙම රූප ආශාවකින්, රූප තණ්හාවකින් තොරව රූපයක් දිහා බැලුවාම කවදක්වත් ඒ රූපයට ඒ පුද්ගලයා යට කරගෙන හිටින්න පුළුවන්කමක් නෑ, ඔහු ඒකාන්තයෙන්ම නිවනට සමීපයි නිවනට ළඟයි කියලා මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේ දේශනා කරනවා. සච්ඤයන් වහන්සේ ඒක තුන්වරක් සාධුකාර දීලා ශ්‍රී මුඛ දේශනාවක් වශයෙන් මේ ගාථා ඉදිරිපත් කරනව.

ඉතින් මේක භාවනා කරන ඇත්තන්ට ඒ පැත්ත මේ පැත්ත දලා ගළපලා ගත්තොත් අපි එදා ධර්ම දේශනාවේදී පටන්ගත්ත තැන ඉඳලා ඉදිරියට, හරි ගැඹුරකට යන්න පුළුවන්. අද අපි කරන භාවනාවේ අද අපි පටලැවිලා ඉන්න තැන අපිට අද වෙලා තියෙන දේ බොහොම ජයට පේන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ මොකද? අපි නොදක්ක, නොදකින, දැනටත් දකිමින් නොපවතින, මන්තටත් දකින්න වෙයි කියලා නොහිතන රූපයක් මත භාවනා කරන්න ඕනෙන් නෑ. කෙලෙස් උපදින්නෙන් නෑ. අපිට ඒක ප්‍රශ්නෙකුත් නෑ. නාහපු ශබ්ද ගැනත් එව්වරයි. කලින් ඇති වෙච්ච ශබ්දයක් නාහල තිබුණා නම්, අහන්නෙන් නැත්නම්, දැනට අහලා මතකෙකුත් නෑ, ඉස්සරහටත් නොඅහන්න වෙයි කියලා දන්නව නම්, ඒ කෙනා භාවනා කරන්න ඕනෑ නෑ. මේ විදියට ඡඩ් ඉන්ද්‍රියයන්ගේ පහළ වෙන හය ආකාර වූ ආරම්භණ මත භාවනා කළ යුත්තේ ඒ රූපය, ඒ ශබ්දය, ඒ ගන්ධය, ඒ රස, ඒ පහස, ඒ ධර්මතාව රාග, ද්වේෂ වශයෙන් ප්‍රකට වෙලා හිත ඒ පිළිබඳව වැරදි විදියට මනසිකාර කළොත් පමණයි.

¹⁰ සං. නි. - 4, සලායතන සංයුක්තය, සළවග්ගය (ඡලවග්ග), මාලුඞ්කාපුත්ත සූත්‍රය

හිත ඒ පිළිබඳව නැවත නැවත තොරණ ගැනුවොත් පමණයි. ආටෝප සාටෝප කෙරුවොත් පමණයි. ඒක අල්ලාගෙන එහා පැත්ත මෙහා පැත්ත පෙරළාගෙන කපේ ඇඟේ දගත්තොත් පමණයි. අපි එදා ධර්ම දේශනාවේදී මතක් කරගත්තා, අපි අහන වෙලාවක් ගත්තොත්, නැත්නම් දැන් බණ අහන වෙලාව ගන්න, දැන් මේ දේශකයන් වහන්සේ කටහඬ නිකුත් කරනවා. ශ්‍රාවකයන් වහන්සේලාගෙ කණට ඒක වැදිවිච්චම ඇඟිම සිද්ධ වෙනවා. මේ ඇඟිම අඵ රසය වශයෙන් වෙන්න පුළුවන්, එහෙම නැත්නම් ශබ්ද තරංගවලට 'අහනවා' කියන වශයෙන් හෝ වේවා එහිම මනසිකාරය යෙදෙනවා නම් අපි එදා මතක් කරගත්තා ඒ පුද්ගලයා තුළ දැකීමක් සිද්ධ වෙන්නේ නෑ ඒ වෙලාවේ. දිවෙන් රස දැකීමක් සිද්ධ වෙන්නේ නෑ ඒ වෙලාවේ. නාසයෙන් ආසාදනයක් සිදු වෙන්නේ නෑ ඒ වෙලාවේ. කයෙන් පහසක් ලබන්නේ නෑ ඒ වෙලාවේ. සිතීන් වෙන්ත් ධර්මාරම්මණ අරමුණු කිරීමක් වෙන්නේ නෑ ඒ වෙලාවේ. හුදු ඇසීම පමණයි. එහෙම නම් ඔහු භාවනා කළ යුතු නම්, එය කළ යුත්තේ ඇසීම මත පමණයි. අනිත් ඉන්ද්‍රිය පහෙන් කෙලෙස් උපදින්නේ නෑ. අනිත් ඉන්ද්‍රිය පහ මත විපස්සනා කළ යුතු නෑ. ඒවා අහෝසි වෙනවා. මේ බණ අහන ගමන් කකුල් කහන්නයි වටපිට බලන්නයි නා නා ප්‍රාකාරයෙන් පටන් අරන්, අර කරන දේ මුළු හිතීන් මුළු හදින් නොකර දෙනැවර වෙච්ච හිතීන් ඒ පැත්ත මේ පැත්ත කටයුතු කරනවා නම් ඒ පුද්ගලයා ඒ අවස්ථාවේදී ඇඟිල්ල හරියට කරන්නෙත් නෑ. ඒ ඒ දේවල් අනුව කරන්නා වූ දැකිල්ල කරන්නෙත් නෑ. ඒ නිසා උපදින්නා වූ කෙලෙස් ප්‍රමාණයේ සීමාවකුත් නෑ. කොතනින් පටන්ගන්දෝ! කොතනින් කෙළවර කරන්දෝ! කියලා සීමාවක් කරන්නත් බෑ. ඔහු විපස්සනා අරමුණු ප්‍රමාණය වැඩි කරගන්නවා.

ඒ නිසා එක වරකට එකක් කරන්න ඉගෙනගැනීමෙන්, කරන දේ සියට සියක්, නැත්නම් මුළු හදින්ම, ඒක තමයි ධර්ම ගෞරවය කියල කියන්නේ. ඒක තමයි ආචාර ධර්ම පද්ධතිය කියලා කියන්නේ. ඒක තමයි ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියලා කියන්නේ. ඒක තමයි ශ්‍රමණ ධර්මය කියලා කියන්නේ. ඒක තමයි සතිපට්ඨානය කියලා කියන්නේ. ඒක තමයි සතිය කියන්නේ. කරන වෙලාවේ කරන දේ සියයට සියක් කරනවා නම් එයින් කෙලෙස් උපදින්නට හෝ නූපදින්නට හෝ ඉඩ තියෙනවා. හැබැයි පහසුවෙන් ඉපදෙන්න තියෙන කෙලෙස් මේ විදියට එකක් දැනගැනීම මාගීයෙන් ඉබේම නතර වෙනවා. මේකට කියනව වානිච්චක නය කියලා. ඒකයි අර සච්ඤයන් වහන්සේ මාලුඞ්කාපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේගෙන් අහන්නේ, කලින් දැකලත් නෑ. දැන් දැකින්නෙත් නෑ. දැන් පෙනෙන්නෙත් නෑ. මත්තට පෙනෙන්නෙත් නැත්නම් ඒක ගැන

“ඡන්දෙ වා, පෙමො වා, රාගො වා” ඡන්දයක්, ප්‍රේමයක්, රාගයක්, පහළ වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපි ආනාපානය කරන වෙලාවේදී කයේ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව හැපෙන තැන, උදරයේ පිම්බීම හැකිළීම බලන වෙලාවේදී, මුළු හදින්ම ඒ අරමුණේම හිත තිබ්බා නම් යෝගාවරයාට ඒ මත පූණි පරිචයක් පූණි දක්ෂ භාවයක් ඇතිවා හෝ වේවා, නැතිවා හෝ වේවා, අරමුණේ හිත පවතින තාක් සන්තෝස වෙන්න පුළුවන්, මගේ ඇහෙන් මේ වෙලාවේ කෙලෙස් උපදින්නේ නැත. කනෙන් මේ වෙලාවේ උපදින්නේ නැත. නාසයෙන්, දිවෙන් උපදින්නේ නැත. උපදිනවා නම් මේ බලමින් සිටින්නා වූ ආනාපානය මතයි, නැත්නම් මේ බලමින් සිටින්නා වූ පිම්බීම හැකිළීම මතයි. ඒ නිසා මේ ෂඩ් ඉන්ද්‍රියයන්ගෙන් හතරක් ඉන්ද්‍රිය පිළිබඳව ඉබේම ලකුණු ලැබෙනවා. වෙන විදිහකට කියනවා නම් සියයට හැටහයක් ලකුණු හම්බ වෙලා තියෙන්නෙ. ඉතිරි තිස්තුනත් සාථික කරගත්තොත්, ඔහුට ප්‍රශ්නය පවතින්නෙ විශිෂ්ට සම්මානයක් ලබනවද, නැද්ද කියන එක විතරයි. නැතත් සම්මානයක් ලැබ්ලයි තියෙන්නෙ අද විභාග දෙපාර්තමේන්තුවේ දක්වන ලකුණු ක්‍රමයේ හැටියට. මේත් මදයි! සබ්බ පාපසු අකරණං කුසලසු උපසම්පද සවිත්ත පරියොදපනං- අපේ සියලු පාපයන්ගෙන්, කයේ විශේෂයෙන් පහළ වෙන්න පුළුවන් දෝරේ ගලන පාපයන්ගෙන් හතරක්ම වසා තැබුවා කියන දේම සිද්ධ වෙනවා. මේ කට කියනව ව්‍යතිරේක නය කියලා. කියන දේ ප්‍රතිපක්ෂව වටහාගැනීමේ නය ක්‍රමය. මේක ශිෂ්‍යයාට අයිති දෙයක් නෙමෙයි. ඒවා පොත් පත් ලියන ව්‍යාකරණ ආචාර්යයන් වහන්සේලාට කම්ප්ථානාචාර්යයන් වහන්සේලාට අයිති කොටසක්. එහෙම නමුත් ශිෂ්‍යයා ඒක දැනගත්ත දවසේ ශිෂ්‍යයාට සන්තෝෂයක් ඇති වෙනවා.

අපි ආනාපානයෙන් නිවන් නොදක්කත්, පිම්බීම හැකිළීමෙන් නිවන් නොදක්කත්, අඩු ගානෙ ඒ වෙලාවේ ඇහෙන් එන්න තිබෙන අප්‍රමාණ කෙලෙස් කන්දරාවක් කපා හරිනවා. නාසයෙන් එන්න තියෙන කෙලෙස් කන්දරාවක් කපා හරිනවා. දිවෙන් කණෙන් එන්න තියෙන ඒව කපා හරිනවා. අනිකුත් ශරීරයෙන් එන්න තියෙන කෙලෙසුත් කපා හරිනවා වෙනවා, හරියටම අරමුණේ හිත තියෙනකොට. ඒ නිසයි මතක් කරන්නේ පිම්බීම හැකිළීම බලනකොට, නාසිකාග්‍රයේ ආනාපානය වශයෙන් බලනකොට කයට හිත යොදන්න එපා කියන්නෙ ඒකයි. කයට හිත යෙදුවොත් නාසිකාග්‍රයේ ඒකාග්‍ර වෙන්ඩ තියෙන අවස්ථාව නැති වෙනවා. සතිය දෙකඩ වෙනවා. කයෙහි උනත් කෙලෙස් උපදින්න ඉඩ තිබෙනවා. හොඳක් උනත් කෙලෙස් උපදින්න ඉඩ තියෙනවා, නරකක් උනත් කෙලෙස් උපදින්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ විතරක් නෙවේ,

ආනාපානය අතහැරීමේ අකුසලයන් අදක්ෂ භාවයන් සිද්ධ වෙනවා. ඒක නිසා, ගත්ත අරමුණේ හිත පිහිටුවීම ඉබේම ලකුණු හැටහයක් හම්බ වෙන ක්‍රමයක්. මේ විදිහට හිත හයඉන්ද්‍රියේ කවමදකවත් හිටින වෙලාවක් නැතෙ. මේ මෝඩ - අපි මේ මෝඩ කියලා කියන්නෙ හිස් කියන අදහසින් - අශෘතවත් පෘථග්ජනයා හිතාගෙන ඉන්නවා මේක ඡඩ්ඉන්ද්‍රියක්, හැම වෙලාවෙම මේ හය වැඩ කරනවයි කියලා. ඇහැ, කණ, දිව, නාසය, ශරීරය, හිත හැම වෙලාවෙම වැඩ කරනවයි කියලා හිතනවා. මොකද? සතියෙන් නෙමෙයි ගත කරන්නේ. මේ රූප බලලා මේ ශබ්ද අහනවා. මේ ශබ්ද අහලා මේ රස බලනවා. මේ රස බලලා මේ ගඳ බලනවා. මේ ගඳ බලලා මේ කයේ පහස ලබනවා. ඔහේ කල්පනා කරනවා. මේ හය බුදු රැස් වළල්ලක විදුලි ආලෝක පැතිරෙන්නා වගේ වේගයෙන් වැඩ කරනකොට හිතෙන්නේ රැස් විහිදෙනවයි කියලා. රැස් විහිදෙන්නෙ නෑ. ඒ එක එක තැන්වල විදුලි බුබුළු වරින් වර පත්තු වෙමින් නිවෙනකොට රැස් විහිදෙනවා වගේ ජේනවා. අපි රැස් විහිදුවාගන්නවා හිතෙන්නේ. නමුත් විදුලි බුබුළුවලින් සිද්ධ වෙන්නේ වරින් වර පත්තු වෙවී නිමෙන එක. ඒ වගේ ඇහැ පත්තු වෙන වෙලාවක කණ නිමිල. ආයි කණ මත නිවන් දකලා ඉවරයි. ඒක මත ආයේ භාවනා කරන්න දෙයක් නෑ. නමුත් අපි ඇහැ පත්තු වෙලා තියෙන වෙලාවේදී ඇහැ පත්තු වෙලා බව දන්නේ නැති නම්, අපිට මේ සච්ඡයන් වහන්සේ කියන දේ අඩු ගානෙ අදහන්නවත් බැර වෙනවා. නමුත් සතිය පිහිටුවාගන්න උත්සාහ කරන කෙනාට නම්, දකින වෙලාවේදී දුකීම, අහන වෙලාවේදී ඇහීම, පිම්බෙන වෙලාවේදී පිම්බීම, ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කරන වෙලාවේදී ආශ්වාසය ප්‍රශ්වාසය, වශයෙන් මෙනෙහි කරන කෙනාට නම් කොච්චරදෝ අවස්ථාවල් තියෙනවා, ඒ දේ කරනකොට රූප ජේන්නේ නෑ, ශබ්ද ඇහෙන්නේ නෑ, අරමුණේම හිත නිමග්න වෙනවා, ඒ නිමග්න වීම නිසාම අරමුණ වඩවඩාත් ලං වෙනවා, අරමුණේ විස්තර ජේනවා, කියන එක භාවනා කරපු කෙනාට උත්සාහ කරපු කෙනාට නම් ජේනවා. නමුත් ඒකත් හිටින්නේ අමරෙට. ඒ පුද්ගලයට ඒක දූතගත්ත ගමන් ඇහෙන්න රූප ජේන්නේ නැත්නම් ඇස් දෙක ඇරලා බලන්න හිතෙන තරමටම 'මම, මාගේ' හැඟීම් සක්කාය දිට්ඨි වැඩි කරගෙන තියෙන නිසා ගුරුවරු ළඟ තියාගෙන උගන්වනවා, ඇස් දෙක වහගෙන භාවනා කරන්න. ශබ්ද ඇහෙන්නෙ නැති තැනක ඉඳගෙන භාවනා කරන්න. කය හොඳට පහසුවට පවත්වාගෙන භාවනා කරන්න. බය නැතුව අරමුණේ හිත නිමග්න වෙන්න අරින්න. ඒ අතරමැද ඇස් දෙක අරින්න එපා. ඉරියව් වෙනස් කරන්න එපා. ශබ්ද අහන්න එපා. එහෙම ඇහුවොත් එහෙම, අර අරමුණේ එක වරකට එකයි කරන්න

පුළුවන් නේ කියන ජේන දේවත් අදහාගන්න බැරුව යනවා. නමුත් මම හිතන්නේ නෑ මෙතැන බහුතරය ඒ මට්ටමේ ඉන්නවයි කියලා. කවුරුත් දැන් ඒ ටික තේරුම් අරගෙන තියෙනවා. ඒ තේරුම්ගත්ත දේ ප්‍රත්‍යක්‍ෂය වශයෙන් හාත්පසින් වටහාගැනීමේ දුච්චකමයි මෙතන තියෙන්නේ. ඒකට තමයි මේ පාදක සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරන්නේ. ඒ නිසා අපි ශබ්දයක් අහන වෙලාවක ඇහෙන්නේ රූප ජේතනේ නෑ. රූප බලන වෙලාවේදී ශබ්ද නෑ. ඒ වගේ එක එක බලනකොට මූල කමිස්ථානයක හිත පවත්වනවයි කියලා කියන්නේ මොන තරම් ආනිසංසජනකද කියලා හිතාගන්න පුළුවන්. ඒ මොකද? ඒ පැවැත්වීම නිසා අනිකුත් ඉන්ද්‍රිය ධර්ම ඔක්කොම නිවන් ලබල. එවුවා නිවිල. පත්තු වෙන්නේ ඒක විතරයි. ඒ නිසා ව්‍යතිරේක නයෙන් බැලුවොත් ලකුණු හට්ඨයක් ලැබෙනවා.

ඒ වාගේම තියනවා නෙය්‍යත්ත නය කියලා, මේකෙන් සච්ඤයන් වහන්සේ යොමුව දෙන්න හදන්නේ මොකේද කියලා බැලුවොත්, අපි හිතමු මේ කියාපු, නොකියා කියන දේ, පටිපක්ඛ නය තේරුම්ගන්න ක්‍රමයට, මේ කියලා දීපු නිසා හෝ තමන්ගේ තියෙන කුසලතා නිසා හෝ වටහාගත්තයි කියලා සුභමය වශයෙන් හරි. එහෙම වටහාගෙන යම් වෙලාවක තමන් මූල කමිස්ථානයේ හිත පවතින වෙලාවේ බොහොම ආඩම්බරයෙන් ඒකට සතුටින්, ඒකට සාධු සමාදන වෙලා කරගෙන යනවා නම්, ඒ ඇති වුණා වූ ආනාපානය, හිත යොදගෙන කරන්නා වූ ආනාපානය, එහෙම නැත්තං උදරයේ පිම්බීම හැකිලීම මත රාගයක්, ද්වේෂයක්, මෝහයක්, පහළ නොවෙන තාලේට ඇත්ත ඇති හැටියෙන්ම දූකගෙන ඉන්නවා නම්, ඒ මත්තෙන් රාගො වා, පෙමො වා, ඡන්දෙ වා කියන කාරණා නැතුව යනවා. ඒක අරිට වැඩිය ටිකක් ගැඹුරුයි. එකම අරමුණයි ගන්නේ. ඒ අරමුණ මතත් ඡන්දෙ වා, රාගො වා, පෙමො වා, ඒක පිලිබඳ ඡන්දයක්, අනේ මට මේක උනා නම් හොඳයි කියලා ලොකු කුසලච්ඡන්දයක්, මට මෙහෙම මෙහෙම කරන්න ඕනෑ කියලා, මොනවක්වත් කරන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ නෑ, රාගයක් පහළ වෙන්නෙත් නෑ. ප්‍රේමයක් පහළ වෙන්නෙත් නෑ. ආන්න එතකොට ඒ අල්ලගන්නා වූ එතැනත් තදංග වශයෙන් නිවීමට පත් වෙනවා. ප්‍රශ්නේ වෙලා තියෙන්නේ එහෙම වෙනකොට යෝගාවචරයාට හරිම පාඨ ගතියක් දූනෙනවා. එහෙම වෙනකොට යෝගාවචරයාට හරි එකාකාරී ගතියක් දූනෙනවා. එහෙම වෙනකොට යෝගාවචරයාට නීරස ගතියක් දූනෙනවා. සිද්ධි බහුල නැති ගතියක් දූනෙනවා. එපා වෙන ගතියක් දූනෙනවා. දමල ගහලා යන්න හිතෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ නිසයි මේ නය නෙය්‍යත්ත නය වශයෙන් සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරපු දෙක අටුවාවාරීන් වහන්සේලා පෙන්වන්නේ, යම් කයක් හෝ

ආයතන හයක් සහිත පුද්ගලයා සඵඥ දේශනාව අහලා, කමටහන් අරගෙන එක ආරම්භණයකට, එක ආයතනයකට හිත යොදගෙන, කායේ කායානුපස්සි කියන විදියට කාය ආයතනයට හිත යොදගෙන, කල්පනා කරගෙන, නැත්නම් මනසිකාරය යොදගෙන, කටයුතු කරනකොට ඇහැ, කණ, නාසය, දිව, වැහෙනවා. ඒවා නිවන් දකිනවා. නිවන් දැකලා කයේ උපදින්නා වූ දේවල්, නාම වශයෙන් හෝ රූප වශයෙන් හෝ ඉදිරිපත් වෙනවා. ඒ ඉදිරිපත් වෙච්ච දේ පිළිබඳව තණ්හා, මාන, දිට්ඨි, නැතිව මේකෙ තියෙන විදිහට ඡන්දෝ වා පෙමෝ වා රාගෝ වා, ඡන්දයක් හෝ ප්‍රේමයක් හෝ රාගයක් මතු නොවෙන තාලෙට එයම මෙනෙහි කරමින් ගත කරනවා නම්, ඒ මත්තේ උපදින්න තිබෙන කෙලෙස් ටිකත් ක්‍රමයෙන් ගොරෝසුව පටන් අරගෙන ටිකෙන් ටික ටිකෙන් ටික ගෙවීගෙන යන හැටි තමන්ම දැනගන්නවා. ඒක තමයි නෙය්‍යත්තය කියල කියන්නේ. සඵඥයන් වහන්සේ යොමු කරවන්ඩ හදන්නේ යොමුව දෙන්ඩ හදන්නේ ඒකට.

මේක සාමාන්‍ය ශුද්ධ විපස්සනා, එහෙම නැත්නම් සමථයානික සමථ පූර්වාංගම විපස්සනාවේදී පෙන්වනවා අර්ථාපන්න නය විදිහට. අර්ථාපන්න නය කියල කියන්නේ අර්ථයට පමුණුවන නයක් කියල. ඒක සඵඥයන් වහන්සේ කෙළින්ම කියලා නෑ. නොසිතපු නොදුටු රූපයක් මත කෙලෙස් පහළ වෙන්නේ නෑ කියන එක පෙන්නල දීල තියෙනවා. එතකොට සඵඥයන් වහන්සේ කියලා නැහැ දැකපු රූපයක් මතත් මෙනෙහි කරල කෙලෙස් පහළ නොවෙන තත්ත්වයට පත් වුණා නම් ඒකත් නිවනක් කියන එක. ඒ බව අර්ථාපන්න නය ක්‍රමයට අපට ගන්න අයිතිවාසිකමක් තියෙනවා. ඒකට තමයි මේ ගෙනියන්ඩ හදන්නේ. නමුත් තකීය වශයෙන් මේක ගන්න පුළුවන් වුණාට නුගදෙනෙක් මේ මට්ටමට ඇවිල්ලත් තියෙනවා. ආවට මොකද, දන්නෙත් නෑ. ඒ නිසා තව ගොරෝසු දේවල් හොයනවා. තාමත් රාග හොයනවා. තාමත් ඡන්ද හොයනවා. තාමත් ප්‍රේම හොයනවා. ඒ ඡන්ද, රාග, ප්‍රේම, නැති උනාට පස්සේ ඒ අරමුණුවලට වෙන්නේ දියරු තත්ත්වෙට පත් වෙන එකයි. කියාගන්ඩ බැරි තත්ත්වෙට පත් වෙන එකයි. ඒ අරමුණේ අඩු තරමින් මේ නාම රූප දෙක කියලාවත් වෙන් කරගන්න බැරි වෙනවා. අඩු තරමේ මේ අරමුණේ පිම්බීම හැකිලීම දෙකවත් වෙන් කරගන්න බැරි වෙනවා. ඇතුල් වීම පිට වීම කියන දෙකවත් වෙන් කරගන්න බැරි වෙනවා. මේ ඔක්කෝගෙම මූලික කළල අවස්ථාවට ඒ අරමුණ පත් වෙනවා, යෝගාවචරයාත් පත් වෙනවා. ඒ නිසා ඒ තත්ත්වයට පත් වෙච්ච යෝගාවචරයාට එකම සරණ තමයි පටන්ගන්න තියෙන ඕලාරික ගොරෝසු තැන පටන් මේ කියන්නා වූ සියුම් තැන දක්වා යන හැටි

හැමදම සිහියෙන් බලන්ඩ ඕනෑ. සැක නම් ලියන්ඩ ඕනෑ. ඊටත් ඒ දෙකම තියාගෙන සාකච්ඡා කරන්න ඕනෑ. සාකච්ඡා කරනකොට වැටහෙනවා අරමුණේ හිත පත් වීම පමණින්, වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතු වට හිත පත් වීම පමණින්, ඇහෙන් කණින් නාසයෙන් දිවෙන් කියන මේ කෙලෙස් උපදින්න තියෙන අවස්ථාව නැති වෙනවා. ශරීරයේ උපදින්නා වූ අනිත් කෙලෙස් ඔක්කොම නතර වෙනවා. ඒවා නිවන් දක්කා වගේ සංසිදෙනවා. හැබැයි සංසිදෙන්ට නම් අර අරමුණේ හිත නිමග්න වෙන්ඩ ඕනි. එහෙම නිමග්න වෙන තාක් කල් තාම හිත පවතින්නේ සම්මුති මට්ටමේ වුණත් වෙන්න පුළුවන්.

නමුත් ඒ විදියට තමන් හිත ප්‍රමෝද කරගෙන, දැන් අරමුණේම හිත හිටියා, ඒ අරමුණේ හිත නිමග්න කරන්න ඕනෑ. සතියේ ලක්ෂණය වශයෙන් අපි කියන්නේ ‘අපිලාපන ලක්ඛණා සති’. අරමුණක හිත බස්සන්න ඕනෑ, අරමුණක හිත කිඳු බස්වන්න ඕනෑ, නිමග්න කරන්න ඕනෑ. නිමග්න කරපුවම මොකද වෙන්තේ, අරමුණ ඇති හැටියෙන් ජේතකොට අරමුණ මත හෝ ඡන්දෙ වා, ජේමො වා, රාගො වා, කියන විදිහට අර තිබිව්ව සෙනෙහස ගති, අර කියන බැඳෙන ගති, අරමුණේ නැතිව යනවා. කමටහන් සුද්ද කරන්න ගියාම ඕක තමයි ප්‍රධාන වෝදනාව තියෙන්නෙ. දැන් අරමුණ දූනෙන්නෙ නෑ, දැන් අරමුණ ජේතෙනෙ නෑ, ඒ නිසා හිත එක්කෝ නින්දට වැටෙනව. එහෙම නැත්නම් හිත අරමුණ සොයා ඇවිදිනව. හයියෙන් හුස්ම අරගෙන බලනවා. හයියෙන් බඩ පුම්බලා බලනවා. ඒ මොකද? අර අරමුණ නැති වෙව්ව නිසා. නමුත් මේ දේශනාවේ සඳහන් වෙනවා ඒකාන්තයෙන්ම නිවනට කිට්ටු වෙනකොට අරමුණ මත ඡන්ද, රාග, ප්‍රේම, අඩු වෙලා අරමුණ එන්ට එන්ට එන්ට සංසිදෙනවා. මේ සංහිදියාව තියෙනකොට පුංචි කාලේ කුමාර සැපට හැදිව්ව කෙනෙකුට නම් මහා පාළු ගතියක් දූනෙනවා. තමන්ගේ කයෙන් ඇත් උනා වගේ තනි වෙව්ව ගති දූනෙනව. හය ඇති වෙනවා. කඩ්බා සඩ්බා ඇති කරනවා. තීරස ගති පහළ කරනවා. ඒකාකාර ගති පහළ කරනවා. වමන ඔක්කාර ගති පහළ කරනවා. ඒ මොකද? මේ කොච්චරදෝ සංසාරයක් පුරා ගෙනාපු සක්කාය දිට්ඨිය දැන් ඇඹරෙන්න, තැලෙන්න, පොඩි වෙන්න, පටන්ගන්නවා. මුළු කයම දරාගන්න බැරි තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. සමහර වෙලාවට හුස්ම හිර කෙරුවා වාගේ, දිය යට තද කෙරුවා වාගේ, එහෙම නැත්නම් රෙද්දක් වතුරේ දලා මිරිකන්නා වාගේ, දහ ගති, සැලෙන ගති, නා නා ප්‍රකාර ගති මතු වෙනවා.

මේ සෑම දේකින්ම වෙන දේවල්වලට සිත යොදමින්, නා නා ප්‍රකාර විදියට අර අඬන බබාට සුප්පුවක් දෙනවා වගේ කටයුතු කරන්න ගත්තොත් කවදවක්වත් මේ ගමන කෙළවර කරන්න බෑ. එතකොට ඔය කියන විදිහට, සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ කියන විදියට හත්දවසින් හෝ හත්අවුරුද්දෙන් වැඩේ කරන්න හම්බූ වෙන්තේ නෑ. භාවනාවේ, විශේෂයෙන්ම සතිපට්ඨාන භාවනාවේ, පසු ගිය අවුරුදු දසක හතර කාලේ තුළ සැහෙන්න ප්‍රගතියක් ඇති වෙලා තියෙනවා. ඒක අපට සතුටුදායකයි. අපි තමයි සාක්ෂි ඒකට. නමුත් මේ කාරණාවට එතකොට නම් තාම පවතින්නේ පහළ බාලාංශයේ. මේ කාරණාවට නාපු යෝගාවචර පිරිස බොහොම ටිකයි. නමුත් ඇවිල්ලා ඒක කියාගන්න බැරි පිරිස බොහෝමයි. මේක හිතලා කරලා දෙන්න පුළුවන් වුණු කම්ප්ථානාවායාර්යවරු අඩුයි. ඒ නිසා ශාසනය එන්න එන්න බොද විගෙන යන ගතියක් දෝ ජේන්න තියෙනවා. ශාසනය පිළිබඳව කටොලු කපා කරන, දූන හෝ නොදූන මේ භාවනා ගමන වට්ටන්න හදන ඇත්තන්ට තමයි සාක්ෂි සැපයෙන්නේ. ඒ මොකද? අර අදාළ නැති ඉන්ද්‍රියයන්ගේ කෙලෙස් නැසෙන තාලයත් අදාළ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුවලට කෙලෙස් වියැකී යන භාවයත් දූනගන්නකොට යෝගාවචරයා කොන්ද කෙළින් කරගන්නේ නැත්නම්, යෝගාවචරයා තමන් එක්ක සම්පහංසනය කරගන්නේ නැත්නම්, යෝගාවචරයා දැඩි අධිෂ්ඨානයක් පිහිටුවාගන්නේ නැත්නම්, යෝගාවචරයා වෙනදට වඩා කමටහන සාකච්ඡා කරන්නේ නැත්නම්, ඉතින් කාගේ සරණද? ඒක සතියේ දෝසයක්වත් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දෝසයක්වත් සච්ඤයන් වහන්සේගේ දෝසයක්වත් ධර්මයේ දෝසයක්වත් නෙමෙයි. මේ මාර බලවේග ක්‍රියාත්මක වෙන හැටි. මාර බලවේග විස්තර කරනකොට විස්තර කරනවා හිත සලලා උද්ධවිච භාවයට පත් කරලා වහා ආසනයෙන් නැගී හිටවන විදිහෙ එක කෙලේසයක් තියෙනවා. මාර සේනාවක් තියෙනවා. එහෙම නැතිව අරමුණේ හිත හිටියොත් නින්ද යන ගතියට, හිත කඩා වැටෙන මට්ටමට පත් කරන තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. මේ දෙකට හිත නොතබා ඉඩ නොතබා සෘජුව මෙවැනි මට්ටමට වියාර්යක් නගා සිටුවාගෙන, පශ්චාත්ත වියාර්ය කියන වියාර්ය දල්වාගෙන ඉදිරියට ගෙනියන්න නම්, එසේ මෙසේ ශක්තියක් තිබ්ලා බෑ. ඒ විතරක් නෙමෙයි, තමන්ට වැටහෙන ධර්ම දහසක් නයින් ව්‍යතිරේක නය, අර්ථාපන්න නය, නෙය්‍යත්ත නය නා නා ප්‍රාකාරයෙන් වැටහෙන දේවල් ධර්මවිචයට දලා හිතනවා මිසක්ක අර කටොලු කපා කතා කරන්නන්ගේ විෂම මත අනුව කල්පනා කරන්න ගත්තොත් අපිට තේරෙන්න පටන්

අරගන්තව, කිසිම අර්ථයක් නැති දෙයක් කරන්නේ කියලා හිතෙන්න ඉඩ තියෙනවා.

ඒ නිසා ඡඩ්ඉන්ද්‍රියයේ එක ඉන්ද්‍රිය ද්වාරක අරමුණක් මතු වෙලා, ඒකට පුණ් හිත යොදලා සතිමත් වීමෙන් ඉතිරි ඉන්ද්‍රිය ආයතනවල කෙලෙස් මැකෙනවා නිවෙනවා කියන එක දැනගන්න එක ලොකු හයියක්. ඒක සාමාන්‍ය පළවෙනි පන්තිය. දෙක තමයි ඒ මතු වුණා වූ අරමුණත් මෙතෙහි කරමින් අරමුණටම මුහුණ දීමෙන් එහි ඇත්තා වූ යථා ස්වරූපය දැකීමෙන් ඒ ද්වාරය මතත් රාග, ප්‍රේම, ඡන්ද, පහළ වීම අඩු වෙනවා කියල යෝගාවචරයා පයඝීඞ්කයේදීම දැකගන්න එක ඉතාම වැදගත්. ඒ වෙනකොට යෝගාවචරයා අත්දකින්නේ මොකක් වශයෙන්ද? රාගය, ඡන්දය, ප්‍රේමය නැසීමක් වශයෙන් නොවෙයි අත්දකින්නේ. තරහ එන ගති, නුරුස්සන ගති, වැඩි වීමක් වශයෙන්. ඒකාකාරීකම වැඩි වීමක් වශයෙන්, හය සංකාව වැඩි වීමක් වශයෙන් තමයි දකින්නේ. මෙතනදී අර කලින් කීවිව නෙයාත්ත ක්‍රමය තේරුම්ගන්න ඕනෙ. මේක කිවුවා නම් අරක නොකියා කියවෙනව. ඒ නිසා තමන්ගේ ඒ ඇති තත්ත්වය නැවත නැවතත් කියන්න ඕනෑ. නැවත නැවත සාකච්ඡා කරන්න ඕනෑ. මේ වගේ ධර්ම දේශනා, එහෙම නැත්නම් ඒ වගේ කාරණා ලියවෙලා තියෙන සූත්‍ර කොටස් නැවත නැවත මතු කරගන්න ඕනෑ. නැත්නම් අපි ඉබේම මාරයාගේ විහිලුවට ලක් වෙලා කාරණාවට කිට්ටු කරනකොට නිකම් ඉබේම හැළිලා යනවා. ඒක නිසා ඒ එක එක ඉන්ද්‍රියක් මත එකක්ම අල්ලාගෙන, ඒ මතම සතිය පිහිටුවාගැනීමෙන්, එය අවබෝධ කිරීමෙන් සියල්ල අවබෝධ කරනවා කියන කාරණාව, සමහරු වෙච්චෙනවා අහනකොට. නමුත් අනන්තවත් එය සකක පඤ්ඤා සූත්‍රය, බහුධාතුක සූත්‍රය, සතිපට්ඨාන සූත්‍රය වගේ අටුවාවල පැහැදිලිවම විස්තර කරලා දීලා තියෙනවා. අපි ගත්තොත් ආනාපානය හෝ පිම්බීම හැකිලීම, ඒ මත හිත සියයට සියයක්ම තැන්පත් කිරීම තුළින් ඇහෙන්න, කණෙන්න, නාසයෙන්, දිවෙන් එන අරමුණු නතර කරනවා. එවුවා නිවන් දක්වනවා.

ඊට පස්සේ මේ අල්ලාගන්න අරමුණ සියයට සියයක් රාගයක්, ප්‍රේමයක්, ඡන්දයක්, ඇති නොවෙන තාලෙට එහිම හිත පැවැත්වීමෙන් එයින් පහළ වෙන්නා වූ නිවරණ ධර්ම, නැත්නම් කෙලෙස් ධර්ම, නිවරණවලටත් යටින් තියෙන කෙලෙස් පවා නැති කරගෙන යනවා කියලා ඒ දේ කරගෙන යනකොට යෝගාවචරයට අර සියල්ලම දැනගන්න ඕනෑ, සියල්ලම දකින්න ඕනෑ, සියල්ලම දකින්නේ නැතිව නිවන් දකින්න බෑ කියලා සච්ඡයන් වහන්සේ දේශනා කරන ධර්මය

හරස් කපනවා වාගේ ජේන්න තියෙනවා. “සබ්බං භික්ඛවෙ අභිකැඤ්ඤාං, සබ්බං භික්ඛවෙ පරිකැඤ්ඤාං” කියලා සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා. කය ගන්නව නං, ඒ බාහිර ගොරෝසු දේවල්, කයේ ප්‍රසාදය, දෙකේ හැපීම නිසා ඇති වෙන්නා වූ පොට්ඨබ්බය, යන මේ සියල්ල දත යුතුයි. ඉතින් මේ සියල්ලෙන් හුඟ වෙලාවට යෝගාවචරයා පිම්බීමෙන් හැකිලීමෙන් සිදු වන්නා වූ පඨවි ප්‍රමාණය විතරයි දන්නේ. ආපො දකින්නේ නෑ, තේජො දකින්නේ නෑ, සමහර වෙලාවට වායො දකින්නේ නැති වෙන්ඩ ඉඩ තියෙනව. නමුත් පඨවි දකිනකොට කවදකවත් ඒ පඨවි කියන ධර්මයට තනිවම හිටින්න බෑ. ඒ නිසා ඒකාන්තයෙන්ම ඒක පදට්ඨාන වෙලා තියෙන වායො ධාතුව, ආපො ධාතුව, තේජො ධාතුව, වැඩි වේලාවක් එයම බලාගෙන සිටීමෙන්, භාවිත බහුලීකත කිරීමෙන්, ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණයටම අනු වෙනව. යම් කිසි කෙනෙක් මට හොඳට පඨවි ධාතුව දැන් වැටහුණා, නැත්නම් හැපෙන ගතිය, ගොරෝසු ගතිය, කම්පන වංචල කකීශ ගති පහළ වුණා, ඒ නිසා මම සුතමය වශයෙන් තේජො ධාතුව හඳුනාගන්නට ඕනේ, අනුමාන වශයෙන් වායො ධාතුව හඳුනාගන්නට ඕනෑ කිව්වහම කවදවත් ඔය සතිපට්ඨානේ කෙළවර කරන්න බෑ. එහෙම නම් පඨවිය විතරක් ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් වැටහුණත් ආපො, තේජො, වායො, සුතමය වශයෙන් හෝ වින්තාමය වශයෙන් වැටහුණා නම් මේ හතරේ වෙනසක් ඇති නැති තරමටයි මෙය තේරෙන්නේ. ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන් වැටහුණ එකත් අනුමානයෙන් වැටහුණ එකත් සුතමය වශයෙන් වැටහුණ එකත් සමාන වනවා. කිසිම රසයක් නෑ. මේ දේශනාවේ හොඳට පැහැදිලි වෙනවා, පඨවි ධාතුව වැටහුණා නම් ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන්, තීරස බව මකාගෙන, කපාගෙන, එපා වෙන ගති මකාගෙන, කපාගෙන, එහිම හිත යොදවනකොට අනිවායඪයෙන්ම අනිත් දේවල් අර ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණයට සාපේක්ෂකව වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ සුතමය නෙමෙයි, අනුමානය නෙමෙයි. ඒ නිසා පඨවි ධාතුව ප්‍රධාන කරගත්ත ඒ හතරම වැටහෙනවා. මේ වැටහීම කියන්නේ නාම ධර්ම තමයි. ඒ නාම ධර්ම වැටහීමත්, චේතනාවෙන් පටන් අරගෙන පෙන්නලා දෙනවා ඒ කාරණාව. ඒ ඔක්කොම ලක්ෂණ, රස, පච්චිපට්ඨාන, පදට්ඨාන වශයෙන් කටපාඩම් කරලා එක එක බලාගෙන යන්ට ඕනෑ කියන අදහස ගන්නත් ඉඩ තියෙනවා. ඒකේ ඇති දෝෂයක් ඇත්තේ නෑ. ඒ විකාර රූවි, පඨාජ්තියට හොඳට සලකන කෙනෙකුට එහෙම අදහස ගන්න පුළුවන්. නමුත් ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ නෑ ලෝකේ ඉන්න තාක් කල් ඔක්කොම ආයඪයන් වහන්සේලා මේ සියල්ල දැනගෙන ගියයි කියලා. අර ක්‍රම අවබෝධ කරගත්තා සාර්ප්‍රත්ත ස්වාමීන්වහන්සේ. ඒ නිසා

සාරිපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේගේ ක්‍රමයට කියන්නේ “අනුපදධම්මවිපස්සනා”¹¹ කියලා. එකම ධර්මයක්වත් අතනැර අනුක්‍රමයෙන් එක එක අරගෙන යනවා. මොග්ගල්ලාන ස්වාමීන්වහන්සේගේ ක්‍රමයට කියන්නේ “යටධීකොටියා උප්පිලෙනො විය”¹² කියලා. හැරමිටියක් අරගෙන යන මිනිහා හැරමිටිය පාර දිගේ ඇදගෙන යන්නෙ නෑ. තැනින් තැනින් ඇනගෙන යන්නේ. බඹයකට විතර සැරයක් තමයි හැරමිටිය බිම වදින්නේ. එතන හොඳට දන්නවා. ඒකෙන් අර හැරමිටිය ඉස්සිලා යන කොටස ඉබේම යට වෙනවා, cover වෙනවා, දූනෙනවා, ආවරණය වෙනවා. ඒ නිසා මොග්ගල්ලාන ස්වාමීන්වහන්සේගේ ක්‍රමය අර වගේ මුල සිටත් අග දක්වා ඔක්කොම අදහගෙන අතගාගෙන යන ක්‍රමයක් නෙමෙයි. නමුත් උන්වහන්සේත් සාද්ධි ප්‍රාතිහාය්‍යය පිළිබඳව අග්‍රයි. වමක් ශ්‍රාවකයා. අනුපදධම්ම විපස්සනා ක්‍රමය බුදු භාමුදුරුවො බොහෝම අගය කරලා තියෙනවා. ඒක සාරිපුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේට විශේෂිත වූ ක්‍රමයක්. ඒකත් කළ යුතුයි.

මේ කියන ක්‍රමයෙන් තමන්ගේ ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණය, හොඳට කොඳු ඇට පෙළ අහු වුණාට පස්සෙ අතනැර අනිත් දේවල් කරන්න ඕනෑ. නමුත් අවබෝධ ඤාණය පිණිස මේ සියල්ලම අවශ්‍යයි කියලා අන්තගාමී වෙන්න නරකයි. පඨවි ධාතුව දැනගැනීමෙන් අනික් ටික අවබෝධ වෙනවා. අපි හරියට ‘කාය’ වශයෙන් වායො පොට්ඨබ්බ ධාතුව අවබෝධ කිරීමෙන් ඇස, නාසය, දිව, කණ, ශරීරය, කියන මේ ඔක්කෝටම, ඒ විත්තක්ෂණයේ පවතින දේවල් ඔක්කොටම ආලෝකය වට්ටගන්නවා. අවබෝධ කරගන්නවා. ඒ නිසා පාරාසරිය මහා රහතන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා යෝගාවචරයා “ඇස් ඇත්තේ අන්ධයකු සේ හැසිරෙන්නවෙයි” කියලා. නානාප්‍ර දේවල් අපේ ඇහැට ජේනවා. ඒකට කරන්නෙ ඇහැ වහගෙන අවි කණ්ණාඩි දගෙන හෝ ඇස් බැඳගෙන ජීවත් වීම නෙමෙයි. ඒක නෙමෙයි ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන්නේ. එහෙම නම් පොට්ටයොත් ඉන්ද්‍රිය සංවරය කලා වෙනවා. ඇහැට රූප වැටෙනවා, නමුත් ඒවා ගණන්ගන්න එපා. ඒ වාගේම කණට ශබ්ද කොච්චරදෝ වැටෙනව. භාවනා මධ්‍යස්ථානවලත් කේලාමී, කටකථා, පවත්වන ඇත්තෝ ඉන්නවා. පිටිනුත් එනව. ඒ ඔක්කෝගෙන්ම අවුල් වෙන්න යන්න එපා. තමන් දැනගන්න ඕනෑ, මේවායෙ ගණන්ගන්න

¹¹ ම. නි (අට්ඨකථා), උපරිපණ්ණාස අට්ඨකථා, අනුපද වර්ගය, අනුපද සූත්‍ර වර්ණනාව, 93 ඡේදය

¹² ම. නි (අට්ඨකථා), උපරිපණ්ණාස අට්ඨකථා, අනුපද වර්ගය, අනුපද සූත්‍ර වර්ණනාව, 93 ඡේදය

දේවල් නැ. පණ්ඩිත ස්වාමීන්වහන්සේ නිතරෝම කියන්නේ 'දෙයක් නැ' කියල. ඒ දෙයක් නැති තත්ත්වයට පත් කරගන්න දැනගන්න ඕනැ. ඒ වගේම නාසයට විවිධාකාර ගඳ, දිවට විවිධාකාර රස, ඇඟට විවිධාකාර ලෙඩ රෝග දුක් පීඩා සුඛ වේදනා ප්‍රීති වේදනා පහළ වෙනවා. ඒ ඔක්කෝටම එවුවා ඇඟට නාපු දේවල් විදියට කරගන්න නම් ඒ වෙලාවේ අරමුණ මොකක්ද, එහි හිත නිමග්න වෙලා තියෙන්න ඕනි. ඒ නිසා මාලුඛිකාපුත්ත සූත්‍ර දේශනාවේදී සච්ඤයන් වහන්සේ මාලුඛිකාපුත්ත තෙරුන් වහන්සේට කෙළින්ම පෙන්නලා දීලා ඉදිරියේ නොදකින, දකිමින් නොපවතින, මත්තටත් නොදකින, මතුවටත් කෙලෙස් පහළ වෙන්නේ නැති ආකාරයෙන් ඉන්ද්‍රිය භය පෙන්නලා යම් දවසක මාලුඛිකාපුත්ත උඹ ඒක දැනගන්නා නම් උඹට 'දිට්ඨ දිට්ඨ මත්තං භවිස්සති' - දක්කත් දක්ක දේ දක්ක පමණින් නතර කරගන්න පුළුවන් වෙනව. ඒක මත විවිධාකාර ලෙස කල්පනා කරමින්, ඒක මත විවිධාකාර තොරන් ගහමින්, ඒක මත විවිධාකාර කෙලෙස් බෝ කරන ගතියට යන්නේ නැ. 'සුතෙ සුත මත්තං භවිස්සති'. මට කණට ඉතාම අමිහිරි අප්‍රසන්න, නැත්නම් ඉතාම ප්‍රිය මනාප කන්නප් දෙයක් දකින්න අහන්න පුළුවන්. නමුත් ඒක මත කෙලෙස් පහළ වෙනවාමයි කියලා දෙයක් ලෝකේ ඇත්තේ නැ. පහළ කරගන්නවා, ඒක උඹේ අයිතිවාසිකමක්. කරගත්තොත් ඒකට ගෙවන්න වෙනවා. ඒ වාගේම තමයි නාසයෙන්, දිවෙන්, ශරීරයෙන් ලබන්නා වූ මුත්‍රයන්. එවුව එන්නේ යත්තයි. අපි තමයි ඒව බදගෙන එවුවාට භය වෙලා එවුවා අනුව විවිධාකාර කල්පනා කරමින් භාවනාව කඩාගන්නේ. ඒවා එනකොටම භාවනා අරමුණට වැඩිය ප්‍රකට නම්, භාවනා අරමුණ යට කරන මට්ටමට එනවා නම් ඒකට මුළු හිත දලා මෙනෙහි කරන්න ඕනැ. ඒ මෙනෙහි කරනකොට භාවනා අරමුණත් පැත්තකට යනවා. ඒ මෙනෙහි කරනකොට ඇහෙන්න, කණෙන්, නාසයෙන්, දිවෙන්, එන කෙලෙස් සම්පූර්ණයෙන්ම නතර වෙනවා. කයේ එන්නා වූ කටුක වේදනා හෝ මිහිරි වේදනා පමණක් වැටහෙනවා. ඒකෙන් වැඩි වෙලාවක් පවතිනකොට ඒකෙනුත් උපදින්නා වූ කෙලෙස් නතර කරගන්න පුළුවන් වෙනවා. අවසානේ සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා "විඤ්ඤානෙ විඤ්ඤාන මත්තං භවිස්සති". මේවා පිළිබඳව කල්පනා කරමින් ඇති වෙන්නා වූ භය ගති, ඇති වෙන්නා වූ අසරණ ගති, ඇති වෙන්නා වූ නීරස ලක්ෂණ, ඇති වෙන්නා වූ හිත ඇවිස්සෙන ගති, ඇති වෙන්නා වූ හිත භංගන නිදිමත කරන ගති එන්නේ යන්නයි. ඒවා ඇටුවම් බැහැගත්ත ලෙඩ, නිදන්ගත ලෙඩ බවට පත් කරගන්නේ නැවත නැවත මේවාට ආරාධනා කරලයි. ඒ නිසා ආපු විදීමත් විඤ්ඤාණයත් විඤ්ඤාණ මත්තෙන් පැවතිලා නතර වෙනවා.

අන්ත එහෙම සඳහන් කරලා සඵඥයන් වහන්සේ දෙශනා කරනවා මාලුච්ඡාසනාපට්ඨාන, උඹ මේ විදියට දුටු දේහි දුටු පමණින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, ඇහූ දේ ඇහූ පමණින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, කණෙන්, නාසයෙන්, දිවෙන්, ශරීරයෙන්, එන දේ එන පමණකින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, හිතට මතු වන දේ එතැනින් නතර කරන්න දන්නවා නම්, උඹ ඒක නිසා වෙස් පෙරළාගන්නෙ නෑ. මං අහවල් දේ දැක්කයි කියලා අං එන්නෙ නෑ. අහවල් දේ නොදැක්කයි කියලත් අං එන්නෙ නෑ. අහවල් දේ ඇහැව්වයි කියලා අමුතු වෙන්නෙත් නෑ. නැහුවයි කියලා අමුතු වෙන්නෙත් නෑ. ඒ නිසා වෙස් පෙරළෙන්නෙ නෑ. කොටඵවා සිංහ හම පොරවාගන්නා වගේ අමුතු වේශයකට පත් වෙන්නෙ නෑ. ඒ අමුතු විදියට පත් වෙන්නේ නැත්නම් එයින් මත්තට උඹට ඒ සකකාය දිට්ඨි ආදී ධර්ම පහළ වෙන්න ඉඩකුත් නෑ. ඒ නිසා ඒ තත්ත්වයට සිත නිතර නිතරම පත් කරගන්නට හිතට ගන්න ඕනෑ. ඒ නිසා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දක්වන සතිය අපි ගෙනියන ගැඹුර බැලුවොත්, වෙන විදියකට කියනවා නම් සඵඥයන් වහන්සේ දකපු තාලෙට දන්නවා නම් අපි සතිය තව කොච්චර පැතිවලින් දියුණු කළ යුතුද? ඒක විවිධ පැතිවලින් පෙන්වන ආකාර තමයි ඇස් ඇත්තේ අන්ධයකු සේ ගත කරන්න කියනව, රූපයක් දැක්කා නම් දැක්ක පමණින් නතර කරන්න කියනවා. ඒ දකින රූපය මෙතෙහි කිරීමෙන් තමයි, මුණට මුණ දලා අරමුණ බැලීමෙන් තමයි ඒක කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

නමුත් අපි එදත් මතක් කරගත්ත විදිහයට මේ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, විෂයෙහි ආධුනික යෝගාවචරයා එව්වර දක්ෂ නෑ. මොකද? ඒවා ඉතාමත්ම තදබල සංසාර බැමි. ඒ නිසා ඊට වඩා බොහොම ඕළාරික ගොරෝසු කායෙ කායානුපසිංහි - කයේ කය අනුව බලන හැටියට තමයි ගත කරන්න කියන්නෙ. නමුත් එහෙම කයේ කය අනුව බලනකොට කවදකවත් අරමුණ හරි ගියා වෙන්න පුළුවන්, හරි ගියේ නෑ වෙන්න පුළුවන්, ඒ මත වේදනා පහළ නොවී මතු වෙන්නේ නෑ. නතර වෙන්නේ නෑ. ඒකාන්තයෙන්ම එක්කෝ සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා කියන දෙකෙන් එකක් පහළ වෙනවා. ඒ පහළ වෙනකොට ඒ පහළ වෙන දුඛ, සුඛ වේදනාවල් නොසලකා මූල කමිස්ථානයේම හිත පවත්වන්න පුළුවන් තරමට සියුම් නම්, ඒ තාක් දුරට යෝගාවචරයා මූල කමිස්ථානයේම හිත පැවැත්විය යුතුයි. එතනදී හිතන්න නරකයි මූල කමිස්ථානයෙ හිත පැවැත්වීමෙන් මට කවදවත් වේදනානුපසිංහනාව කරගන්ඩ හම්බ වෙන්නෙ නෑ. විත්තානුපසිංහනාව කරන්න හම්බ වෙන්නෙ නෑ කියන දෙයක් ඇත්තේ නෑ. ආධුනික යෝගාවචරයා

කොහොම වුණත්, යම් කිසි මට්ටමකට භාවනා කරපු කෙනෙක් ඡන්දය දේවි, අත උස්සාවි, මූල කම්ප්ථානය බලාගෙන ඉන්න ගමන් ඇති වෙන, නැති වෙන, වේදනා දැකගන්න පුළුවන් ශක්තියක් දියුණු සතියට තියෙනවා. ඒක සතියේ බලවත්කම. ඒක සතිය සමරස භාවයට පත් වීමක්. මූල කම්ප්ථානයත් ජේනව, වේදනාත් ජේනවා. විත්තානුපස්සනාවත් ජේනන ඉඩ තියෙනවා. ඒ අතරම ධම්මානුපස්සනාවත් පෙනිලා අඩු ගානෙ මූල කම්ප්ථානයේ බලන් ඉන්නකොට රූපයක් පෙනිලා යන හැටි හිතෙන්ම වගේ වටහාගන්න පටන්ගන්නවා. ශබ්දයක් ඇවිල්ලා ඒ ශබ්දය අපිට ආමන්ත්‍රණය කරලා යන හැටි මූල කම්ප්ථානයේ සිත පවතිද්දීම වැටහෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ගඳක්, රසයක්, ඒ වගේම සිතිවිල්ලක් මතු වෙලා යන හැටි දැකගන්න පුළුවන් වෙනවා. ඒ නිසා කායානුපස්සනාව විතරක් කෙරුවට අනිත් ඒවා නැති වෙයි කියලා භයක් ඇති වෙන්න බෑ. ඒක මේ හත් අවුරුද්දක් හෝ හත් දවසක් යන වැඩක් නෙමෙයි. සතිය පිළිබඳව ඇදහීමෙන් කටයුතු කරනවා නම් බොහොම ඉක්මනට ඒක තේරුම්ගන්න පුළුවන්. නමුත් හුඟක් යෝගාවචරයෝ ඒ කියමන, මේක කමටහන් සුද්ධ කිරීම නම්බු කරන්නේ නැති නිසා, ධම් ගෞරවය නොපිහිටන නිසා මෙවුවා නිකම්ම නිකන් නොසැලකිය යුතු දේවල් ගානට යට යනවා. ඒ කියන්නෙ යෝගාවචරයා නිවන කියලා හිතන්නෙ වෙන මොකක්දෝ එකක්. පාඨග්ජන නිවනක්. ඒ නිසා මේ අවස්ථාවේදී භාවනාව හරි ගියයි කියා හෝ නොහරි ගියයි කියා හෝ විනිශ්චයකට පැමිණීම, අර අරමුණක් මත රාග, ප්‍රේම, ඡන්ද, ඇති කළා වගේ වැඩක්, වැරද්දක්. තමන්ට තියෙන්නේ භාවනාව කරගෙන යනකොට හොඳ හෝ වේවා, නරක හෝ වේවා, ඒ වැටහිව්ව දේ, ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් වැටහිව්ව දේ, කියන එකයි. ඒ මොකද? යෝගාවචරයා වශයෙන් ඒ දහසක් නයින් අවබෝධ කිරීමක් ආධුනිකයාගෙන් බලාපොරොත්තු වෙන්න අමාරුයි. නමුත් යෝගාවචරයා ආධුනික වුණයි කියලා ධම්මය උප්පත් එකක්වත් අසම්පූර්ණ එකක්වත් නෙමෙයි. විවිධ පැතිවලින් යෝගාවචරයාගේ යෝග කම්මයට ධෙය්‍යී කරන දෙයක් තමයි ධම්මය කියල කියන්නෙ. මේ සියලු ධම්මවල තියෙන හොඳම සරුසාර ගති ටික සතියේ පවතිනවා.

ඒ නිසා යෝගාවචරයා මතක තියාගන්න ඕනෑ තමන් ඒ අරමුණ - ඉස්සෙල්ලාම ගත්ත පිම්බීම හැකිලීම හෝ ආනාපානය-කොටු කරගෙන ඒක ශබ්දවලින්, වේදනාවලින්, එහෙම නැත්නම් සිතිවිලිවලින් වෙන් කරගෙන ඉස්සෙල්ලාම අරමුණේ නිමග්න කරගන්නට ගන්න උත්සාහය සමථයට බරයි. ඒ කාලය තුළ අනිකුත් ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් සිදු වෙන කෙලෙස් කපා දැමීම නම්, විපස්සනාවෙන් තේරුම්ගන්න ඕනෑ

එකක්. නැත්නම් මේ න්‍යාය ධර්මය තේරුම්ගත යුතු දෙයක්. ඒ නිසා ඒ වෙලාවෙදී යෝගාවචරයා කාය කම් කරන්නේ නෑ. වචී දුශ්චරිත කරන්නේ නෑ. හිතෙන් හෝ අනිකුත් අනුසය මට්ටමින් හෝ අනිකුත් ඉන්ද්‍රිය ධර්මවලින්, ආයතනවලින් කෙලෙස් උපදවන්නේ නෑ. ඒ නිසා අරමුණේ හිත පැවැත්වීම ඒ තරම්ම ආනිසංසජනකයි. නමුත් ඊට පස්සේ සමථ වශයෙන් හෝ ආරම්භ වෙලා විපස්සනා වශයෙන් මේ අරමුණට සිත බැස්සීමක් සිද්ධ වෙනවා. අර ප්‍රඥප්ති වශයෙන් පේන ඕළාරික තත්ත්වය මගහැරලා සියුම් තත්ත්වයට පත් වෙනවා. මෙන්න මේක සිද්ධ වෙන්නේ හිතෙන් වාගේ. මේක සිද්ධ වෙන්නේ ක්ලාන්ත වුණා වාගේ. මේක සිද්ධ වෙන්නේ පෙරළියක් වාගේ. ඒකයි ඉස්ඉස්සෙල්ලාම වෙනකොට මේක කිව්වට තේරෙන්නේ නෑ. තමන්ට ඒක කියන්නත් බෑ. නමුත් පහු වෙනකොට පහු වෙනකොට හොඳට තේරෙන්න පටන් අරගන්නවා ඒ අරමුණේ කොහොල්ලෑ ගුලියක් කටු මැටි බිත්තියකට දමල ගැනුවා වාගේ අල්ලන ගතියක් හිටිනවා. ආරක්ෂාවක් වැටහෙනවා. මගෙ හිත දැන් අරමුණෙන් පිට යන්නේම නෑ. නීවරණ පහළ වෙන්නේම නෑ. එතකොට අර ඇහෙන්න, නාසයෙන්, කණෙන්, ඒවගෙන් එන අරමුණු බාධා නැති වෙනවා. නමුත් ඒක පොඩි වෙලාවයි තියෙන්නේ. ඊට පස්සේ ආයි සැරයක් සතිය රජ වෙලා, සතිය මුල් තැන අරගෙන, ආයි සැරයක් අරමුණම පේන්න පටන්ගන්නවා. ආයි සැරයක් ශබ්ද, වේදනා, රූප, ගන්ධ, රස පේන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් වාසියක් තියෙන්නේ ඒ වෙලාවට දරාගන්න බැරි මට්ටමේ දුක් වේදනා, ශබ්ද, ගන්ධ, රස එන්නේ නෑ. ඒවාට යෝගාවචරයා සිත දැඩි කරගෙන මුල කම්ප්ථානයත් පවතිද්දීම ශබ්ද ඇහෙන හැටි, වේදනා විඳින හැටි, සිතීවිලි පවතින හැටි, කය එහෙ මෙහෙ වෙන හැටි, කය වැක්කෙරිලා පවතින හැටි, සෘජුව පවතින හැටි, ආදී වශයෙන් ඒ සෑම දෙයක්ම පේන දන්න මට්ටමට හොඳට සතිය දියුණු කරගෙන ගියොත් එන්ඩ එන්ඩ එන්ඩ ඒකේ දක්ෂතාව වැඩි වෙනවා. අර යාන්තත් කකුල් දෙක උස්සලා ඇවිදගන්න බැරි දරුවා ඇවිදින්න පුරුදු වුණාට පස්සේ දුවන්න ඉගෙනගන්නවා. පනින්න ඉගෙනගන්නවා. පිම් පනින්න ඉගෙනගන්නවා. ඒක නතර කරන්න බෑ දෙමව්පියන්ට. ඒ වාගේ තමයි සතිය ශක්තිමත් වුණාට පස්සේ වැඩ දෙක තුන එක වර කරන්න පටන්ගන්නවා. ඒක ඒ කාලෙට දන්නවා නම්, ඒක සතියේ අභිවෘද්ධියක් බව දන්නවා නම් යෝගාවචරයා සන්තෝෂ වෙනවා. මේක වැරැද්දක් කියලා හිතාගත්තොත් ඉතින් යෝගාවචරයාට දෙයියන්ගෙම පිහිට තමයි. ඒක කියලා හෙළි පෙහෙළි කරගත්තේ නැත්නම් මේ භාවනා දියුණුව යෝගාවචරයාට නරකට හිටිනවා. එයා ආයින් අරව වහන්න හදනවා. යටපත් කරන්ඩ හදනවා.

යටපත් කරල මිලාරික අරමුණම මතු කරගන්න හදනවා. පුදුමාකාර වෙහෙසකට පත් වෙනවා. නින්ද නොයන තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. සාමාන්‍යයෙන් කන දේ දරන්නේ නැති තත්ත්වයකට පත් වෙනව. කටු ගෙයක් දුෂ්කර ක්‍රියාවක් බවට පත් වෙනව ජීවිතේ. ඒ මොකද හේතුව? මේ සති නෙපකඩ භාවය දියුණු කරගන්න එකේ ලකුණු දන්නේ නැති එකයි. එතෙන්ට ආවත් නැවතත් මූල කමිස්ථානයේම හිත තියාගෙන තව ඉදිරියට යනකොට තමයි ඒ අරමුණ මත පහළ වෙන්න පුළුවන් වූ අනුසය කෙලෙස් ගෙවාගැනීමේ වැඩ පිළිවෙලට යන්නේ. ඒක මේ ජීවිතයේ කරලා තියෙන දක්ෂකමක් නෙමෙයි. කිසිම භාෂා ඤාණයකින් දෙන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමෙයි. නැවත සාකච්ඡා කරමින් කරමින් ඒ සියලුම රූප ශබ්ද ගන්ධ රස ස්පෘශ්‍ය ලබමින් මූල කමිස්ථානයේ පවත්වන්න පුළුවන්, මූල කමිස්ථානයේ හිත යොදවන්න හදනකොට හිත පනිනව, ආගන්තුකව බාහිරින් එන්නා වූ රූප ශබ්ද ගන්ධ රස රසවත්ව වැටහෙනවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයා ඒ රූප ශබ්ද ගන්ධ රස විෂයෙහි දුවන්න දුවන්න වල්මත් වෙනවා.

ඒ නිසා පොළා පැන්නත් මූලකමිස්ථානයේම හිත පැවතීමේලෙන් බොහෝ වේලා, පයඝීඛිකය වශයෙනුත් බොහෝ වේලා, දවසකට පයඝීඛික සක්මන් වශයෙන් බොහෝ වේලා, දවස් සති බොහෝ කාලයක් ගත කරනකොට, මෙන්න මේ තත්ත්වේදී කොටු කරගන්නා වූ, අනුසය මට්ටමින් දකින්නා වූ මූල කමිස්ථානය ක්‍රමානුකූලව ගෙවා දමමින් එන්ඩ එන්ඩ එන්ඩ ඒ අරමුණ බොද වෙච්ච දිය සායම් චිත්‍රයක් වගේ අඵ වීරහිත දෙයක් බවට පත් වෙනකොට යෝගාවචරයා නරකයි දින වයඹාව වෙනස් කරන්න. යෝගාවචරයා නරකයි තමන්ගෙ වත් පිළිවෙත් එකක්වත් නතර කරන්න. යෝගාවචරයා නරකයි ලෝකයාත් එක්ක සම්බන්ධය අඩු කරන්න. යෝගාවචරයා ඒ තාලෙටම යන්න ඕනෑ. ඒ වෙලාවේදී පත් වෙලා තියෙන ඒ සංතුලනය බොහෝම වටින දෙයක්. සංසාරට බලපාන අවස්ථාවක් ඇවිත් තියෙන්නේ. ඒ වෙලාවේදී අහල පහළ තියෙන දේවල් කඩා වැටිල හැලහැප්පිල ගියොත් ආයි මූලක ඉඳලා පටන්ගන්න ඕනි. නමුත් අවාසනාවට වාගේ ඇතුළත, පිටත දෙකේම ඒ වෙලාවට පේන්න තියෙන්නේ අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මය මිසක්කා නිත්‍ය, සුඛ, සුඛ, ආත්ම ගතියක් නෙමෙයි. ඒ නිසා භාවනා කරපු නැති ඇත්තොත් එක්ක ඒ වෙලාවේ සාකච්ඡා කරන්න නරකයි. තමන්ගේ අත්දැකීම් ඒ වගේ ඇත්තන්ට කියන්නත් නරකයි. ඒ ඇත්තන්ගේ කටොලු කථාවලට ඇහුම්කන් දෙන්නත් නරකයි. ඒ වැටහෙන්නා වූ අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අසුඛ ස්වභාවය, සංසාරේ කවදක්වත් නොමැකිවීම මේ දශීනිය දැන් මට පහළ වුණා! මට ආයඝීයන්

වහන්සේලාගේ සරණයි! ආයාච්චනා වහන්සේලාගේ පිහිටයි! කලාණ සත්පුරුෂයන්ගේ පිහිටයි! ධර්ම ආරක්ෂාවයි! කියලා සතියේ ආරක්ෂාව ඉදිරිපත් කරගෙන, ඒ ගෙවෙමින් පවතින්නා වූ මූල කමිස්ථානය ඉදිරියට යනවා නම් යෝගාවචරයාගේ සතිය හෙමිහිට පැත්තකට වෙලා සම්පජ්ඣ්ඤයට ඉඩ දෙනවා. සම්පජ්ඣ්ඤය තෝරලා දෙනවා වැදගත් දේ වැදගත් තාලෙටම. ඒකට තමයි කලාණ මිත්‍රයා ඒ වෙලාවේ උදව් කරන්නේ. ඒකට තමයි සච්ඡයන් වහන්සේ විවිධ නයවලින් මේ ධර්ම දේශනා කරන්නේ. එම නිසා එම ධර්ම කොට්ඨාශවලට ඇහුම්කන් දෙනකොට සාකච්ඡා කරනකොට ඒවාට හිත යොදනකොට ජේතවා අපි විශාල පාරමිතා ශක්ති රාශියක් පුරාගෙන විශාල වියඪී ප්‍රමාණයක් යොදගෙන සෑහෙන සාධක භාවයකට මුල් බැහැරගෙන හිටියත් ඉස්සරහට තියෙන අභියෝගයේදී අපි තාමත් ළදරුයි. ඊශාවට තියෙන පාඩමේදී අපි සම්පූර්ණයෙන් අලුත් වෙන්න ඕනෑ. අපි ආයෙන් මොනවක්වත් දන්නේ නැතිව සච්ඡයන් වහන්සේට වදින, මොනවක්වත් දන්නේ නැතිව ධර්මයට ගරු කරන පිරිසක් බවට පත් වෙනවා නම් ජීවිතය අලුත් වෙනවා. එන්න එන්නම සතිය ඉදිරියට යනවා. ආත්ත එහෙම යනවා නම් තමයි සතිපට්ඨානය අවසානයේ දේශනා කරන්නා වූ සත් අවුරුද්දෙන් සත් දවසින් ආදී වශයෙන් ප්‍රතිඵල ලබාගන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

ඒ නිසා “ආතාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං” කියන තාලෙට මේ ගුණ හතර පැත්තකට තියලා නම් සතිපට්ඨානය වැඩුවට බෑ. සතිය පිළිබඳව වුණත් විස්තර සහිතව බොහෝම පුංචි කොටස් මේ සාකච්ඡා කරන්නේ. ඕනේ පැත්තකින් මේක විස්තර කරන්න පුළුවන්. අන්න ඒ විස්තර කිරීමේ ශක්තිය සාර්පුත්ත ස්වාමීන්වහන්සේට වගේ මේ ඇත්තන්ටත් දහසක් නයින් වැටහේවා කියලා ප්‍රාර්ථනා කරනවා. අපි මේ පුළුවන් ප්‍රදේශයක් තමයි, දන්න ටිකක් තමයි ඉදිරි පත් කළේ. නමුත් මම හිතනවා ඒවා තමන්ගේ අත්දැකීමට යොදලා බලනකොට ඒකේ ගැඹුර මං මේ දේශනා කළාටත් වඩා ගැඹුරෙන් වටහාගන්නට ශක්තියක් ලැබේවා කියලා.

එම නිසා මේ ගත කරන සරු වස් කාලෙ, හොඳට මේ වහින වෙලාවේ වස් කාලේ, මේ කාලේ තමන්ගේ මේ වැඩ පිළිවෙළ හලහප්පගන්නේ නැතිව මේ තුළම ධර්මානුරූපව සතියම පෙරටු කරගෙන ඉදිරියට යන්න ශක්තිය, ධෙධයඪීය, බලය ලැබේවා! ඒ අනුව ශ්‍රද්ධාව, චිරිය, සතිය, සමාධිය, ප්‍රඥව කියන පංච ඉන්ද්‍රිය ධර්ම දියුණු කරගැනීමෙන් මේ සතර සතිපට්ඨානය තමන් ප්‍රාථනා කරන කාලය

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව

ඇතුළත සාක්ෂාත් කරගැනීමට ලැබේවා! කියන ප්‍රාථිනාවෙන් අදට
නියමිත ධර්ම කොට්ඨාශය මෙතනින් නිම කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!

7-වන ධර්ම දේශනය.

නමො තසසු භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධසු...!!!

“ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති ආතාපී සම්පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සනති”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඛ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දැකින්නට හම්බ වෙන ධාව පදයක් වන කායානුපස්සනා හැඳින්වීමයි පසුගිය වාර කීපයේම සාකච්ඡා කරන්න යෙදුණේ. අපි එයින් ආතාපී, සම්පජානො, සතිමා, කියන පද ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් පසුගිය වාර කීපයේ ඉදිරිපත් කරගත්තා. අපි අද හත්වෙනි වතාවටත් මේ රැස් වෙලා බලාපොරොත්තු වෙනවා, ආතාපී සම්පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන කොටසේ, “විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං” කියන මේ හතරවෙනි යෝගාවචර ගුණයට, හතරවෙනි යෝගාවචර ගතියට හිත යොදන්නට. ආතාප කියන කෙලෙස් තවන වැර, ආතාප චීරිය, සම්පඤ්ඤය කියන සම්පඤ්ඤ ප්‍රඥාව, සතිමා කියන විදියට සතිමත් වූ, කියන ගුණවලින් යුක්ත කෙනා., දැන් මෙතන විනෙය්‍ය ලොකේ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන එක, පද කීපයක් යෙදුණාට එකම වෛතසිකයක් එකම ගුණයක් තමයි විග්‍රහ කරන්නේ. මේ ලෝකයෙහි අභිජ්ඣාව කියන දැඩි ලොභයත්, දෙමනස්සය කියන ද්වේෂය පදනම් කරගත්ත එකත් අතර විනයක් ඇති කරගන්නවා කියන එකයි සඳහන් කරන්නේ. මේක උපමාවකට අනුව අපේ අපවත් වෙච්ච ලොකු ස්වාමීන්වහන්සේගේ අවසර ලැබුණේ දෙපැත්ත සම සම සේ, නැත්නම් අසාධාරණ නොවන සේ, ධාර්මික වන සේ සලකා බලන විනිශ්චයකාරවරයෙක් මධ්‍යස්ථ විනිශ්චයකට එළඹෙන්නා සේ, ඒ උසාවියේ මෙතෙක් කල් ඇහුණු සාක්කි, හරස් ප්‍රශ්න, විත්තියේ චෝදනාවෙ ප්‍රකාශන, ඔක්කොම මැදහත් සේ සලකා බලා නඩුව සමථයකට පත් කරන, විනිශ්චයකට පත් කරන සාධාරණ ධාර්මික විනිශ්චයකාරයකු සේය, කියලා. ඒක නිසා මේ උසාවිය සමථයකට පත් කරා, නඩුව සමථයකට පත් කරා කියන අදහසයි මෙතන තියෙන්නේ.

මේකම 'සමථ' කියන පදයට හොඳ අථ විචරණයක් දෙනවා. සමථය වශයෙන් සාමාන්‍යයෙන් සඳහන් කරන්නේ සමාධියමයි. සමාධිය කියලා කියන්නේ, හිතක් අරගත්තොත් ඒ හිතේ තියෙනවා වෙලාවක ලෝභය දිභාවට, දැඩි ලෝභය දිභාවට වේගයෙන් දුවගෙන යන අමන ගති. ඒ වාගේම වෙලාවක දැඩි ද්වේෂය දිභාවට දුවන ගතියක් තියෙනවා, ඒකත් හොඳ සිහි බුද්ධි කල්පනා ඇති අවස්ථාවක් නෙවෙයි. මේ දෙකේදීම මෝහය, අන්ධකාරය, අවිද්‍යාව, ක්‍රියාත්මක වෙනවා. මේ දෙකේ ක්‍රියාකාරිත්වය ඉතාමත්ම යුහුසුලු නිසා හරියට එක හිතේම දෙකම තියෙනවා වගේ වැටහෙන වෙලාවලත් තියෙනවා. වෙන විදියකට කියනවා නම් සමිතියක, සංගමයක, රැස් වෙච්ච වෙලාවේ ඒ එක යෝජනාවක් පිළිබඳව පක්‍ෂ විපක්‍ෂ මතිමතාන්තර රාශියක් තියෙනවා. එතකොට යම් කිසි කෙනෙක් යෝජනාවට පක්‍ෂව, සාධාරණව, ප්‍රබලව කරුණු ඉදිරිපත් කරනකොට ඒකට විපක්‍ෂ ඇත්තෝ සභාවේ සෝෂා කරනවා. එතන එතන කථා පවත්වනවා. ඒ පුද්ගලයාට බාධා කරනවා. එහෙම වෙනකොට සභාපතිට සිද්ධ වෙනවා සභාව සමථයකට පත් කරන්න. ඒ පුද්ගලයාට අදහස් ඉදිරිපත් කරන්න දෙන්න ඕනෑ. ඒ අදහස් හොඳට විචේකිව බලලා අපි ඊගාවට අවස්ථාවක් දෙනවා විරුද්ධ පක්‍ෂයට කථා කරන්න. ඒ නිසා කරුණාකරලා නිශ්ශබ්ද වෙලා සභා ගෞරවය රකින්න කියලා ඊගාවට ඒ යෝජනාවට විරුද්ධ පක්‍ෂයට කථා කරනකොට ඔන්න පක්‍ෂ ඇත්තෝ එතන එතන කුටු කුටු ගාන්න පටන්ගන්නවා. සභා ගෞරවය නැති වෙන විදියට කටයුතුවල යෙදෙනවා. එතකොට සභාපතිට සිද්ධ වෙනවා නැවතත් සමථයකට පත් කරන්න. මෙන්න මේ විදියට සාධාරණ ව සලකලා බලලා දෙපැත්ත සමථයකට පත් කිරීමක් මේ හිතෙන් සිද්ධ වෙනවා. එක කාරණාවක් දිගේ හිත වේගයෙන් දුවගෙන යනකොට සඳවාර ගති අපට පෙන්වාදෙනව ඕක ගැලපෙන්නෙ නෑ, ඕක හොඳ නෑ කියල. හොඳ දෙයක් කරනකොට හිතේ තියෙන හැඟුම්, ආශාවල්, අපිට කියනවා ඔය විදියට හිටියාම අපේ ආශාවල් ඉෂ්ට වෙන්නේ නෑ කියලා. අතරමැදි තියෙන්නා වූ මේ වියවුල්, ඒ පැත්තට මේ පැත්තට අන්ද මන්ද ගති නිසා හිත නිතරොම තියෙන්නේ දෙපැත්තට ඇදපු රබර් පටියක් වගේ හරි වෙහෙසක. මෙන්න මේ වෙහෙස නිවලා සමථයකට පත් කිරීම තමයි සමථ භාවනාවේදී කෙරෙන්නේ. විශේෂයෙන්ම ඒකාග්‍ර වෙනවායි කියලා, හිත සමාධිගත වෙනවායි කියලා සඳහන් කරන්නේ මේකයි.

ඒක නිසා මේ 'කායෙ කායානුපස්සි විහරති' කයේ කය අනුව බලන්නා වූ, බලමින් සිටින්නා වූ යෝගාවචරයාට ඒ කටයුත්ත සාථික වෙන්න නම්, ආතාප කියන වියච්චිත ගුණය අත නැර දිගට පවත්වන්න ඕනෑ. පසු නොබසින වියච්චියක් අවශ්‍ය කරනවා. ඒ වාගේම සම්පජ්ඣය කියන ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣමගය, එහෙම නැත්නම්

ප්‍රඥ වෛතසිකය නිතරොම ක්‍රියාත්මක වෙන්නට වෙනවා. ඒ වගේම සනිමත් වෙන්නට වෙනවා. කයෙහි ලොකු පුංචි ඉරියාපථ අනුව, ඒ වගේම ඇස, කණ, දිව, නාසය, ආදී ඉඳුරන්ගේ වැඩ පිළිවෙළවල් අනුව, ඒ පුද්ගලයාට නිතරම එළඹ සිටි සතියක් පිහිටුවාගන්න වෙනවා. සතිය, සම්පජ්ඣ්ඤය, ආතාප විරිය කියන තුන ක්‍රියාත්මක වෙන කොට ඒ පුද්ගලයා තුළම තමන් කරගෙන යන භාවනාව සම්බන්ධයෙන්, එහෙම නැත්නම් තමන්ගේ මේ සීලවන්ත ආධ්‍යාත්මික චරිතය සම්බන්ධයෙන් විවිධ පැතිවලින් විවිධ අගය කිරීම් විනිශ්චයන් මතු වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ විනිශ්චයන් මතු වීම ස්වාභාවිකයි. ඒ දෙඩමලු හිත නිතර විනිශ්චයට පෙළඹෙන නොඉවසනසුලු හිත, ශීඝ්‍රයෙන් විවිධ විනිශ්චයන් ගෙන දෙනවා. ඒවා හරියට සභාවක් පවතිද්දී, ඒ සභාවේ මූලික වැඩ කටයුත්තක් යද්දී සභාව ඇතුළේ තව දෙනුන්දෙනෙක් තනිතනිව කථා කරනවා වගෙයි. ඒක නිසා සභා ගරුත්වයෙන් සභා වැඩ පිළිවෙළ දිගට ගෙනියන්න බැර වෙනවා. ඒක හුඟක් අවුල් වුණොත් ඒ සභාව නතර කරන්න වෙනවා. සභාපතිට හෝ කථානායකට ඇහුම්කන් දෙන්නෙ නැති මට්ටමට යනවා. අපේ සිතේ ආන්ත ඒක නිසා තමයි ගොඩක්ම මේ දුක, නැත්නම් මේ පෙළෙනසුලු ගතිය, ගොඩාක්ම ඇති වෙලා තියෙන්නේ. විශේෂයෙන්ම විනික්‍රම කෙලෙස් සිදු වෙන වෙලාව වෙනකොට මේ මට්ටම ඉක්මවලා, අපේ ශරීරය දරදඬු වෙලා. එහෙනම් ඒ සභාව මේවිචල් කරන්න පොලිසියෙන් ගෙන්නන්න වෙනවා, මාර්ෂල්ලා ගෙන්නන්න වෙනවා වගේ විදිහට භයානක අවස්ථාවකට පත් වීම තමයි අපි කියන්නේ විනික්‍රම කෙලෙස් කියලා. ඒක හොඳට පිටට ජේනවා. ඒ පුද්ගලයා දැන් මුගුරක් අරගෙන, දණ්ඩක් අරගෙන, සතෙක් මරන තරමට කෝපාවිෂ්ටව යක්‍ෂයෙක් වගේ වැඩ කරන මට්ටමට ගිහිල්ලා ඉවරයි. එහෙම නැත්නම් භොරකමක් කරන, කාමයේ වරදවා හැසිරෙන ආදී කායික ක්‍රියාවලට, නැත්නම් වාචික ක්‍රියාවලට, වණ්ඩ ඵරුෂ වචනවලට පත් වෙලා ඉවරයි. ඒ පුද්ගලයා දැනගත්තත් නොදැනගත්තත් දැන් විනික්‍රමණය වෙලා. ඉක්මවලා. මේ තත්වවෙදී අපි සාමාන්‍ය සිවිල් නීතියටත් යටත්. විශාල කම් රැස් කරගෙන, කම් පථවලට වැටෙන්න අවස්ථාව තියෙනවා. මේක බොහෝ විට යෝගාවචරයාට සිදු වෙන්නේ නෑ කියලාම කියන්න බෑ. නමුත් යෝගාවචරයා මෙවැනි වාතාවරණයකින් බොහෝ විට මෑත් වෙලයි ගත කරන්නේ. ගත කරන්නෙ නැත්නම් යෝගාවචරයෙක් නෙවෙයි.

භාවනාවෙන්, එහෙම නැත්නම් සතිපට්ඨානයෙන්, ඒ විනික්‍රම කෙලෙස් නතර කරන උපක්‍රම නෑ. සතිපට්ඨාන භාවනාවේ තියෙන්නෙ, විනික්‍රම කෙලෙස්වලට සංයමය තුළින් උත්තර දීලා ඉන් ඉදිරියට ඇත්තා වූ පරිවුට්ඨාන කෙලෙස්වලට උත්තර සලසන එකයි. විශේෂයෙන්ම අභිජ්ඣා, දෙමනසු දෙකෙන් වළක්වලා හිත මැදට ගන්නවා කියලා

කියන්නේ මේ මැද ප්‍රමාණයේ කෙලෙස්. ඒ කෙලෙස් මතු වුණයි කියලා කාටවත් පේන්නේ නෑ. කෙනෙක්ගේ සිතේ රාගයක් ඇති වුණයි කියලා, ද්වේෂයක් ඇති වුණයි කියලා, අන්ද මන්ද භාවයක් කලකොල භාවයක් අන්ධකාර විමක් මත් විමක් අවිද්‍යාවක් මතු වුණයි කියලා කාටවත් පේන්නේ නෑ. නමුත් ඒ තරහ හෝ ද්වේෂය හෝ අන්ද මන්ද භාවය දිගින් දිගටම ගියොත්, නැත්නම් තරහෙන් තරහට තරහෙන් තරහට දිගින් දිගට හිත විචියක් ආකාරයට ගියොත්, අන්න අර විනික්‍රම වෙන මට්ටමට ගිහිල්ලා ඔහුගේ මුහුණේ ස්වරූපය දළදඬු ඉරියව් පැවැත්ම ආදිය ඕනින පේන්න පටන්ගන්නවා. ඒ වගේම තමයි ලෝභය ආප්‍රවහමත්, අන්ද මන්ද භාවය, කලකොල භාවය, අන්ධකාරය ආවමත් යම් කිසි ප්‍රමාණයකට යනකම් පේන්නේ නැතිව ඇගේ යට වෙච්ච උණක් වගේ ඔහේ තියෙනවා. නමුත් ඒක දිගටම ගියහම ඒක ඉක්මවලා යන වෙලාවක් එනවා. ඉක්මවලා ගියහම ඒ පුද්ගලයාට ඒක තේරුම් බේරුම් කරගන්න බැරුව යනවා. බාහිරව පේන මට්ටමට යනවා. නමුත් අර පරිවෘට්ඨාන මට්ටමේ තියෙද්දී යෝගාවචරයාට නම් දැන් තේරෙනවා. දැන් දන්නවා තමන්ගේ හිත රාගයට නතු වුණා. ද්වේෂයට නතු වුණා. නැත්නම් ඉස්සරහ තියෙන දේ තමන්ට පේන්නේ තේරෙන්නේ නැති විදියට ගියා. ඒ මට්ටම තමයි යෝගාවචරයා අනුන්ගේ පිහිටෙන් හෝ ආතාපි සමපජානෝ සනිමා කියන ගුණවලින් හෝ විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන ගුණය දැකගෙන, ආණ්ඩු මට්ටු කරගන්න තියෙන්නේ.

මෙතැනත් එක විදියකට බලනකොට සීලයේම කොටසක් වගේ තමයි. නමුත් මේක සාමාන්‍යයෙන් වැටහෙන ප්‍රාතිමොක්‍ෂ සංවර සීලය නැත්නම් ශික්‍ෂා පද සීලයට අනු වෙන එකක් නොවෙයි. ඊට වඩා සියුම් තැනකටයි මේ ගෙනියන්නේ. ප්‍රාතිමොක්‍ෂ සංවර සීල, එහෙම නැත්නම් සමාදන් වෙන සික්‍ෂා පද සීල, විනික්‍රම කෙලෙස් සම්බන්ධවයි වග කියන්නේ. ඒ සිල්වලින් ආරක්‍ෂා වෙලා ඉදිරියට යනකොට ඒකාන්තයෙන්ම යෝගාවචරයට අභිජ්ඣා දෙමනස්ස දෙක වෙනද පේන්නේ නැති තරම්, යෝගාවචර ජීවිතයට පත් වුණාට පස්සෙ කැපී පේන්න පටන්ගන්නවා. තමන්ගේ ප්‍රධානම රාජකාරිය, තමන්ට කරන්න තියෙන්නේ භාවනා කරන අරමුණේ හෝ වේවා! ඒ අරමුණට බාහිරෙන් පැමිණෙන්නා වූ ද්විතීය අරමුණක නිසා හෝ වේවා! එහෙම නැත්නම් අපි භාවනාවට බාධක වශයෙන් දකින දේ හෝ වේවා! පිලිබඳව මේ ඇති වෙන්නා වූ දුඛී ලෝභය, දුඛී ද්වේෂය, ඒ දෙක අතර අන්ද මන්ද භාවය කියන මේ දේවල් එක්ක ගත කරන එක තමයි යෝග ජීවිතය කියන්නේ. ඒක සාධාරණ කියමනක්. ඒක විශේෂයෙන්ම තවත් පැත්තකින් අඵ ගන්වන්න පුළුවන්. අපේ ලඛිකාවේ අද කාලයේ පවා - ඒක අවාසනාවන්ත තත්ත්වයක් - නමුත් සමථ භාවනාව තමයි

‘භාවනාව’ වශයෙන් හඳුනාගන්නේ. ඒක නිසා බද්ධ පටිංකයේ ඉඳගෙන ගහක් මුලට වෙලා වාඩි වෙලා ඉඳගෙන ඉන්න ස්වරූපයක් තමයි අපට භාවනාව කියනකොට මතක් වෙන්නේ. ඒ මොකද? භාවනාවේදීත් දැන් අභිජ්ඣා, දෙමනස්ස විනයනය කිරීමේදීත් සඳහන් වෙන්නේ, විනික්ඛම කෙලෙස් සම්බන්ධ ප්‍රශ්නයයි. සමථය ඇති කිරීමයි. නමුත් යෝගාවචර ජීවිතයේ ඒක ‘මැද’ පමණයි. ආරම්භය නම් සීල සංවරයයි. නැත්නම් සීලයෙන් විනික්ඛම කෙලෙස් නතර කිරීමයි. මැද කියන්නේ, මේ කියන විදියට අභිජ්ඣා, දෙමනස්සත් එක්ක කාරණා දැනගෙන හින් නූලෙන් වැඩ කිරීමයි. අවසානය කියන්නේ, ප්‍රඥාවෙන් අනුසය කෙලෙස් දුරු කිරීමයි. ඒ නිසා මේ මැද කොටස තමයි නුගදෙනෙකුට භාවනා කරනවා කියන කොට, ඇහෙනකොට, මැවෙන විත්ත රූපය. අන්න ඒකට අදළ කොටස තමයි සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේදී විනයය ලොකේ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියලා සඳහන් කරන්නේ. මේ දේ කරනකොට ඒ නිසා ධර්ම කථාව සම්පූර්ණ වෙන්න මතක තියාගන්න ඕනෑ, කල් ඇතුළම සුදනම් වුණා වූ සීලයක් තියෙන්න ඕනෑ. සිල්වන්ත කෙනෙකුට තමයි සමථ භාවනාව හරි යන්නේ. “අවිජ්ජාපිසාරතථානි ඛො ආනන්ද කුසලානි සීලානි”¹³ කියලා සච්ඡෙදයන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ ඒකමයි.

මේ කුසල සීලය හැම වෙලාවෙම විපිළිසර බව දුරු කිරීම පිණිසයි පිහිටන්නේ. විපිළිසර බව දුරු කරවීම සීලයෙන් ලැබෙන ආසන්නම ප්‍රතිඵලයක්. ඒ ප්‍රතිඵලය තමයි දියුණු පවුණු කිරීම තුළින් මේ සමථය ඇති වෙන්නේ. සමථයේදී සිදු වෙන්නේ අභිජ්ඣා, දෙමනස්ස දෙක දුරු කිරීමයි. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙක් නාහපු සතිපට්ඨානයක් අහලා, ඒකට ආරම්භ වෙන්නා වූ මුල් වෙන්නා වූ මේ කයෙහි කය අනුව බලමින් ජීවත් වෙන්න හදනකොට යම් ආකාරයකට ඒ පුද්ගලයා තුළ මේ ආතාප කියන කෙලෙස් තවන වීරියත් සම්පජ්ඣ්ඤායත් සතියත් ඔය කියන සමථයත් කියන ගුණ වර්ධනයක් වැඩි වීමක් සිදු වුණේ නැත්නම් අලිම අවුල් තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. විශාල ව්‍යාකූල තත්ත්වයකට ව්‍යාපාරය පත් වෙනවා. මේක සාමාන්‍යයෙන් හොඳටෝම දකගන්න පුළුවන්, පොත බලන ඇත්තන්ට, නැත්නම් ශාස්ත්‍රීය වශයෙන් සතිපට්ඨානය ඉගෙනගන්න ඇත්තන්ට කිසි සේත්ම ගුණ වර්ධනයක් සිදු වෙන්නේ නෑ, පෞරුෂත්වයේ වෙනසක් ඇති වෙන්නේ නෑ. ඒ පුද්ගලයෝ තමන්ටම සමහර වෙලාවට වංචා කරගන්න පිරිසක් වශයෙන් ඉපදිලා ඒ ආකාරයෙන්ම මැරිලා යනවා. ඒ නිසා යම් කිසි කෙනෙකුට සතිපට්ඨාන ගුණ සන්තානගත කරගන්න ඕනෑ නම්, මේ ජීවිතයේදී මෙව්වා අතර වෙනසක් ඇති කරගන්න ඕනෑ නම්, තමන්ට එයින්

¹³ අභිගුත්තර නිකාය, දසක නිපාතය, ආනිසංස වර්ගය, කිමන්ටීය සූත්‍රය

විමුක්තියක් ශුද්ධියක් ලබාගන්න ඕනෑ නම්, ඒ පුද්ගලයා ඒකාන්තයෙන්ම තමන් තුළ ආතාපි, සමපජානෝ, සතිමා, විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ජා දෙමනස්සං කියන ගුණ පෞද්ගලිකව හොයලා බලලා තහවුරු කරගන්න වෙනවා. එහෙම තහවුරු කරගන්නේ නැතුව, කයේ කය අනුව බලලා ජීවත් වෙන්න පටන් අරගත්තොත් යම් වෙලාවක කයේ යථාර්ථය වැටහෙනකොට ඒ පුද්ගලයා හෙලකින් පල්ලකට ඇදගෙන වැටුණ කෙනෙක් වගේ, ආතපාත නැතිව, හිස බිමට පය ඔළුවට තියෙද්දී ඇදගෙන වැටෙන ප්‍රපාත වැටිල්ලක් වැටෙනවා. ඒකට අදළ පරිසරය, ඒකට අදළ කල්‍යාණ මිත්‍ර සංසේචනය, ඒකට අදළ යෝනිසෝ මනසිකාරය කියන මේ ගුණ ටික පෝෂණයක් වුණේ නැත්නම් ඒ පුද්ගලයාට හිටපු තැනිනුත් ඇදගෙන වැටෙන්නා සේ වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා.

මෙන්න මේ අනිත්‍ය ධර්මය වැටහෙනකොට, ඒකට අදළ ගුණධර්ම ටික ළං කරගෙන හිටියේ නැත්නම් ඒ පුද්ගලයාට තිබුණු තැනත් නැති වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. මේක භාවනා ලෝකයට පිවිසෙන කාලෙ බොහෝම ජයට යෝගාවචරයාට වැටහෙනවා. නමුත් ඒක මූලධර්මානුකූලව තේරුම්ගන්න ගොඩාක් කල් යනවා. නමුත් කමටහන් දෙන්න යනවා නම්, භාවනා මධ්‍යස්ථානයක් පාලනය කරන්න යනවා නම්, හොඳටෝම තේරුම් අර ගන්න ඕනි දෙයක්. එහෙම තේරුම් අරගන්න නැතුව, මේවා පිළිබඳව ලකලැස්තියක් නැතුව මේ කටයුත්තට බැස්සොත් ඒක හරියට ශල්‍යාගාරයක් නැතුව ශල්‍යකර්මයක් කරන්න හදනවා වගේ. හදිස්සි නිසා අපි ඒ රෝගියා කුස්සියකට ගෙනිහිල්ලා තියලා, දිග ඇරලා, කපලා, බෙහෙත් කරන්න පටන් අරගත්තොත් ශල්‍යකර්මයෙන් පස්සෙ මරණයට අවස්ථා වැඩි වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ මොකද පරිසරය විෂබීජ ජීවානුභරණය කරලා නෑ. ආන්න ඒ වගේ තමයි යෝගාවචරයන් ආතාපි සමපජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ... කියන මේ කාරණා නොදූන, ඒවා පිළිබඳව නොතකා, සතිපට්ඨාන භාවනාව කරනවාට වැඩිය හොඳයි නොකර නිකම් ඉන්න එක. අපේ සිංහලයේ කියමනකුත් තියෙනවා,

ගසක කැපුම ගස මුල පැදුමෙන්	දූනේ
භානා හීය පානා අඬහැරෙන්	දූනේ
අමුතු බත් දීම අත ඇල්ලුමෙන්	දූනේ
මිනිහා නොමිනිහා යන කඩිසරෙන්	දූනේ, කියලා.

වැඩේක හැඩයක් තියෙනවා. ඒ වැඩේට අවශ්‍ය කරන අඩුම කුඩුම සුදුනම් කරගෙන තමයි අපේ පැරණි සිංහලයා වැඩක් පටන් අරගන්නේ. එහෙම නැතිනම් දන්නවා ඒ වැඩේට කවදවත් අතගන්න

වටින්නෙ නෑ, ඒකට තව වෙලාව කලාව ඇවිල්ලා නෑ, යෝගය යෙදිලා නෑ. ඒ නිසා හුඟාක් කල් ඇතිව ඒකට සුදනම් වීමෙන් කියන්න පුළුවන් ඒ වැඩේ කොච්චර බරසාරද කියලා. අපි දන්නවා රජෙක් එළියට බහින්න ඉස්සර වෙලා හැම වෙලාවෙම ආරක්‍ෂක අංශයෙන් ඇවිල්ලා සහතික කරලා මතක් කරලා දෙනවා, නැකත කොහොම වෙතත් දැනුයි ආරක්‍ෂාව සම්පූර්ණ, දැන් රජුට රජුට දෙරට වඩින්නට හොඳයි කියලා. එතකම්ම රජතුමා එළියට එන්නෙ නෑ.

ඒ වගේ තමයි සතිපට්ඨානයේ, කයේ කය අනුව බැලීම කියන කාරණාව, එහෙම නැත්නම් කයේ ඇත්තා වූ කට, බඩ, දිව, නාසය, ආදී මේ කය දැකීමත් විනෝදය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියනකොට ඒ බාහිර ලෝකයේ ඇත්තා වූ ඉර, හඳ, තාරකා, ගංගා, ඇල, දෙළ ආදී ලොව තියන දෙය දැකීමත් යන මේ දෙක - අජිකුත්ත කය, බාහිර කය කියන මේ දෙක - යථාඵය දකින්න පටන් අරගන්නකොට ඒ පුද්ගලයා තුළ ඒ දකින යථාඵය, ඒ මතු වෙලා එන්නා වූ සාරධර්ම දරාගන්න තරම් හොඳ භාජනයක් නැත්නම් මහ අභාග්‍යයකට පත් වෙනවා. අපි දන්නවා, අපි බරක් විශාල ලියකින් හෝ වාංගු කරන්න පටන් අරගන්නොත් වාංගු කරලා ඒ බර ඔසවන, එසවෙන තාලෙට ඒ එසවෙන ප්‍රමාණය පුරවන්න ගල් කැට ටිකක් හරි, ලී කොට ටිකක් හරි ළඟ තියාගෙන අපි පටන්ගන්න ඕනෑ. එහෙම නැත්නම් ඒ බර ඔසවලා අත හරිනවාත් එක්කම අර බර තිබුණ තැනටම ඇදගෙන වැටෙනවා. භයානක තත්ත්වයකට පත් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා නොදැනුවත්ව කටයුතු කළොත්. ඒ නිසා අපි වාංගු කරන්නෙ විශාල බරක් නම් ඒකට ගන්නා වූ, වාංගු කරන්න ගන්නා වූ අඩේ හොඳට තහවුරු කර ගන්න ඕනෑ. ඒකට උස්සන්න ගන්නා වූ දණ්ඩ හොඳ නොකැඩෙන දණ්ඩක් බවට පත් කරගන්න ඕනෑ. ඒ කරලා ඒ වාංගු වෙන ප්‍රදේශය, ඒ ඒ ප්‍රමාණයට ඔසවලා දෙන්න ඕනෑ. ඒකෙ බර දරන්න ගල් කැට, ලී කොට ආදිය ළං කරගන්න ඕනෑ. ඒවා ළං කරගන්නේ නැතිව ඔසවන්න පටන් අරගන්නොත් මහා විශාල බරක් තමන්ගේ කරට අරගෙන මොනවත් කරගන්න බැරි තත්ත්වයට පත් වෙන්න ඉඩ තියෙනව.

ආත්ත ඒ වගේ තමයි යෝග ජීවිතයේදීත් සතිපට්ඨානය කියලා කියන්නෙ සෙල්ලම් කරන දෙයක් නොවෙයි. ඒකාන්තයෙන්ම භාවනා කරන්න පටන් අරගන්නකොටම ඒකෙ ප්‍රතිඵල තියෙනවා. ඒ ලැබෙන ප්‍රතිඵල දරාගන්න තරම් ගුණ සන්තානයක් තමන් තුළ නැත්නම්, ඒ ලැබෙන භාවනා අත්දැකීම් ඒ පුද්ගලයාට අතථය පිණිස පිහිටන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒක තමයි කියන්නෙ මානසික අසහන තියෙන ඇත්තෝ, එහෙම නැත්නම් වෙන වකිත, භය ආදිය තියෙන ඇත්තෝ භාවනා කරනවාට වැඩිය හොඳයි දන, සීල කටයුතු කරන එක. ඒ දන, සීල

කටයුතුවලින් පෞරුෂත්වය සම්පූර්ණ කරගෙන, හිත හොඳ සෞඛ්‍ය සම්පන්න සාමාජිකත්වයක් සමාජයේ ඇති කරගෙන තමයි භාවනාවට යන්න ඕනෑ. භාවනාවට ගිහිල්ලත් යම් කිසි කාලෙක භාවනාවේ ප්‍රතිඵල ලැබිලා, නැවතත් භාවනාවේ ප්‍රතිඵල නොදැනී යන්නත් හේතුව අතරමැදදී එක්කෝ වීරිය බහා තබලා. එහෙම නැත්නම් කාරණා කාරණ වශයෙන්, සම්මුති කාරණා, ප්‍රඥානි කාරණා, පරමාථ කාරණා, වෙන් කර දැනගැනීමේ ඤාණය පැත්තක තියලා, සාකච්ඡා නතර කරලා, බණ ඇහිල්ල නතර කරලා, ධර්මානුකූල කල්පනාව නතර වෙලා. එහෙම නැත්නම් සතිය නතර වෙලා. එහෙම නැත්නම් ඒ ඇතුළත නැවතත් අභිජ්ඣා දෙමනසු එන්න පටන් අරගෙන.

ඒ නිසා මේ කාරණා හතර භාවනාවත් එක්කම දියුණු පවුණු වෙනවා නම්, එහෙනම් ඒ යෝගාවචරයාගේ පෞරුෂත්වයේ රුචි අරුචිකම්චල වෙනසක්, කම් රැස් කිරීමේ වෙනතාවල ලොකු වෙනසක් සිදු වෙන්න පටන් අරගන්නවා. සිදු වෙන්නෙ වෙනස හිමිහිට. නමුත් යාදෙන වෙනසක්. ඒක නිසා සමහර විටක සැකයක් ඇති වෙන්න ඉඩ තියෙනවා, සැකයක් ඇති කරගන්ට කරුණු පේන්න ඉඩ තියෙනවා, මේ සතිපට්ඨාන භාවනාව කියලා කියන්නෙ දැනටමත් මාගී ඵල ලාභීන් සඳහා වූ භාවනාවක්ද? කියලා හිතෙන තරමට යනව. මම ගිහි කාලේ සතිපට්ඨානය ඉස්සෙල්ලාම ඇහිව්ව දවස්වල මට පැහැදිලිවම මේකේ මතුපිට අථීය වැටහෙනකොටම තේරුණා මේක එසේ මෙසේ කෙනෙකුට කරන්න පුළුවන් දෙයක් නොවෙයි. ඒක නිසා මම හිතුවා, මේක එක්කෝ මහණ වෙලාම හිඤ්ඤාත් වහන්සේලා පමණක් කළ යුත්තක් කියලා. පස්සෙ ආශ්‍රය කරලා බලනකොට හිඤ්ඤාත් වහන්සේලාත් මනුෂ්‍යයෝ. මනුෂ්‍යයෝ වශයෙන් හිඤ්ඤාත් වහන්සේලා අතර හොඳ නරක දෙකම තියෙනවා. ඒ නිසා ඒකත් මට බැහැර කරන්න සිදු වුණා. ඒ නිසා මම හිතාගත්තා, අඩුම ගානේ සෝවාන් වෙච්ච ඇත්තන්ට වෙන්න ඇති සතිපට්ඨාන භාවනාව ගැලපෙන්නෙ. ඒ මොකද? ඒක පටන්ගන්නකොටම විශාල ගුණ සම්භාරයක් ඉල්ලා සිටිනවා සුදුසුකම් වශයෙන්. ඒ සුදුසුකම් නැති ඇත්තන්ට මෙවා කටපාඩම් කෙරුවා කියලා මහා ලොකු වෙනසක් ඇති වෙන්නෙ නෑ. ඒකට හේතුව ආකාපි, සමපජානෝ, සතිමා, විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනසුං කියන මේ ගුණ හතර, වෙන විදියකට කියනවා නම් වීරිය, සතිය, සමාධිය, සම්පජ්ඤාය කියන මේ ගුණ හතර එසේ මෙසේ ඒවා නොවෙයි.

අපට සැහෙන්න සලකා බැලිය යුතු කාරණාව තමයි, පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් ශ්‍රද්ධාව දැන් හැලිලා. කයේ කය අනුව බැලීමට සච්ඤයන් වහන්සේ විසින් ආරාධනා කරන ආරාධනාව අපි භාරගන්නෙ

ශ්‍රද්ධාවෙන්, ඒක උන්වහන්සේ බලලා හරි ගිය ක්‍රමය. නමුත් දැන් ඒ ශ්‍රද්ධාව පැත්තක තියලා අපි පර්යේෂණයට බහින වෙලාව. කයේ කය අනුව බැලුවත් නිවන් දකින්න පුළුවන් කියලා කටපාවම් කරගෙන හිටියට නිවන් දකින්නෙ නෑ. කයේ කය අනුව බලන්න දැන් පටන් අරගන්නකොට ශ්‍රද්ධාව බහා තබනවා. බහා තබල ශ්‍රද්ධාව, අත්දකින්න පුළුවන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂයක් බවට පත් කරගන්නවා. ප්‍රත්‍යක්‍ෂයක් බවට පත් කරගන්නකොට වීරියත් සම්පජ්ඣෝඤාත් සතියත් සමාධියත් කියන ධර්ම, තමන්ට ලැබෙන ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඤාණය දරාගෙන සිටින භාජනයක් බවට පත් වෙන්න ඕනෑ. ‘උට්ඨාන සම්පදව, ආරක්ඛ සම්පදව’ කියලා සම්පත්ති දෙකක් මනුෂ්‍යයකුගේ දියුණුවට අවශ්‍යයි. හම්බ කෙරුවට දැනගන්නට මදි, ඒක ආරක්‍ෂා කරගන්න දැනගන්න ඕනි. අද කාලේ හම්බ කිරීම අතින් නම් හැම කෙනෙක්ම ඉස්සර වගේ දෙගුණයකට තුන්ගුණයකට වැඩිය හම්බ කරනවා. නමුත් වියදම් කිරීමේ තියෙන අදක්‍ෂ කම නිසා අමතකම නිසා ලෝකයේ පවතින්නා වූ වෙළඳ දැන්වීම්වලට යට වෙලා ඒ මෝස්තර අනුව, රැල්ල අනුව, යන්න ගිය නිසා කොච්චර නම් ආරක්‍ෂා නැති අනාරක්ෂිත තැනක ඉන්නවද කියනව නම්, පුදුමාකාර ලෙස කිසිදු හයක් ලැජ්ජාවක් හිරිකිතයක් නැතිව ණය වෙන කාලයක් අද. රජවරුන් ණය වෙනවා. සිටුවරුන් ණය වෙනවා. ඇමතිවරුන් ණය වෙනවා. දුගියන් ණය වෙනවා. මගියන් ණය වෙනවා. හිගන්නන් ණය වෙන කාලයක්. ඒ මොකද? මේ ආරක්ඛ සම්පදව දන්නෙ නෑ. තමන්ට හම්බ වෙන ටික රැකගෙන එයින් ජීවත් වීම දන්නෙ නෑ. මේ නිසාත් හිගන සමාජයක්, හැම වෙලාවෙම අස්ථිර සමාජයක්, හැම දේම ආර්ථිකයෙ රද පවතින සමාජයක් බවට පත් වෙනවා. මේ දේ වෙනවා යෝගාවචරයාටත් සතිපට්ඨානයේදී මේ ගුණ හතර නැත්නම්. හැමදම හෝද හෝද මඬේ දනවා වගේ ගුණ වර්තයෙ වඩානයක් සිදු වෙන්නේ නෑ.

ඒ නිසා භාවනා කරල යනකොට කෙනෙකුට භාවනාවෙ අපි හිතමු සමථය ඉවර වෙලා විපස්සනාවට යන්න හදනකොට, නතර වෙන තැන හිටිනවා. ඉදිරිය නොපෙනී යන්න පටන්ගන්නවා. ඒ වගේම සමථයෙන් විපස්සනාවෙන් ගිහිල්ලා බලව විපස්සනාවට යන්න හදනකොට, යාන්තමට අනිච්ච, දුකඛ, අනාත්ම ජේන්න හදන කොට, විපස්සනාව එක තැන නතර වෙන්න පටන්ගන්නවා. එහෙම නැත්නම් බලව විපස්සනාව වෙනකොට විපස්සනාව අන්ද මන්ද වෙනවා. පිටපොට යන්න පටන්ගන්නවා. එහෙම නැත්නම් විපස්සනාවේ ගිහිල්ලා විපස්සනා ඤාණ කෙළවර මාගී ඤාණයකට යන්න හදනකොට නා නා ප්‍රකාර විදියේ කලකොල වීම් අන්ද මන්ද වීම් සිදු වෙනවා. ප්‍රථම මාගීය ලබලා ද්විතීය මාගීයට යන්න හදනකොට හරියට බාධා තියෙනවා. ඒ වගේම තමයි සෑම තැනකදීම ඒ අදළ පරීක්‍ෂණ පත්‍රය බලලා ලකුණු

ලැබුණොත් විතරයි ඉදිරියට යන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ ලකුණු ටික තමයි මේ සාකච්ඡා කරන්නේ. බහා නොතබන පරිදි, කෙලෙස් තවන වියඬියක් අවශ්‍යයි. කොතැනකවත් නෑ, මේ විපස්සනා ගමනේ අම්බලමක්, හති අරින තැනක්. සමථ මාගීයත් එක්ක විපස්සනා යන ඇත්තෝ හුඟක් වෙලාවට තකී කරනවා, එහෙම හති වැටිවිචනම සමථ සමාධියකට පත් වෙලා විපස්සනාවට යන්න ඕනෑ කියලා. විපස්සනාවට යන්න නම්, සමාධියෙන් නැගිට්ටා නම්, ඊට පස්සේ නෑ කිසිම වෙලාවක බර බහා තබන්න පුළුවන් ගතියක්. අවසානය දක්වාම යන්න වෙනවා. ඒකයි යෝගී කියන නමේ සඳහන් වෙලා තියෙන්නේ යෙදුණා කියන අදහසයි. හෝගී කියන නමේ සඳහන් වෙලා තියෙන්නේ කාමහෝගී වෙලා පමා වෙනවා කියන එකයි. යෝගී, අප්‍රමාද, සති, කියන මේවා ඔක්කොම එකම සමානව යන දේවල්. ඒ නිසා ආකාප ගුණය - දිගටම උදුන රත් වෙලා තියෙන්නට ඕනෑ. සම්පජ්ඣාය - තමා එද හිටපු තැන අරමුණ තෝරාගැනීම, එහිම හිත යෙදවීම දිගටම සිද්ධ වෙන්න ඕනෑ. දැන් මට පුළුවන් නිදහසේ ඉන්න කියලා තැනක් එන්නේ නෑ. අවසාන රහත් මාර්ගය දක්වාම තැනක් එන්නේ නැහැ. ඒ වගේම තමයි සතිය බහා තබන්න තැනක් එන්නේ නැහැ. සච්ඤයන් වහන්සේම දේශනා කරපු විදියට "සාධු ධීතො සතො බොධිං සමජ්ඣගන්ති"¹⁴ අනේ! මම මනා කොට සතිය පිහිටුවපු නිසා අද මේ විදියට බෝධිය සාක්ෂාත් කරගත්තා කියලා සඳහන් කරනවා.

ඒ වගේම තමයි අවසානය දක්වාම අභිජ්ඣා දෙමනස්ස කියන දෙක පැහැදිලිවම අතගාමිත්ම යන්න ඕනෑ. ඒ නිසා හුඟදෙනෙක්ගේ මෑත කාලයේ හුඟක්ම අහන්නත් හම්බ වෙන දකින්නත් හම්බ වෙන දෙයක් තමයි භාවනාව හරියාගෙන එනවා නම් නුරුස්සන ගති හොස්ස ළඟින් මැස්සා යන්න බැරි ගති පහළ වෙන්න පටන් ගන්නවා කියලා චෝදනාව. ඒ කියන්නේ හිතනවා අපි යෝගාවචර උනාට පස්සෙ උතුරු සළුවක් දගත්තාට පස්සෙ ශාන්ත භාවයට, ගල් බමුණෙක්ගේ තත්ත්වයට පත් විය යුතුයි කියලා. නමුත් අවාසනාවකට වගේ සිදු වෙන්නේ ඕකේ අනික් පැත්ත. තුවාලයේ හොබරේ ගලවලා කට්ට ගලවලා වණ මුඛය පාදගත්තාට පස්සෙ ඒ කට්ටෙ තියන තත්ත්වට වඩා දැන් වේදනා දෙනසුලුයි. හුලං වැදිල්ලක්වත් ඉවසාගන්න බැරි තත්ත්වයට පත් වෙනවා. ආන්න ඒ වගේ තමයි අපේ ඉඳුරන්. කයේ කය අනුව බලමින් ජීවත් වෙන්න හදනකොට කයේ කය අනුව බලමින් ජීවත් නොවෙව්ව අන්ධ පාඨග්ජන කාලයට වඩා ඉඳුරන් සුක්ෂම වෙනවා. ඉඳුරන් ප්‍රසන්න භාවයට පත් වෙනවා. සංවේදී භාවය වැඩි වෙනවා. මේ සංවේදී භාවය වැඩි වීම නිසා පුංචි බාධාවක් පුංචි හිරිහැරයක් ආවත් මහමෙරක් විදියට

¹⁴ සංයුක්ත නිකාය, සගාථ වර්ගය, මාර සංයුක්තය, තපෝකම්ම සූත්‍රය

පේන්තන පටන් අරගන්නවා. ඒ විත්තකෂණයේ ලෝකෙම බාධකයක් විදියට පේන්තන පටන්ගන්නව. මන්දෝත්සාහී කරන දෙයක් බවට පත් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. මේ නිසා එවැනි කෙනෙක් විෂයෙහි අනුකම්පාවෙන් බලන්ට නම් ආර්යයන් වහන්සේලා අදුනගෙන තියෙන්න ඕනි. ආර්යයන් වහන්සේලා දන්නේ නැති, ආර්ය විනයෙහි අදකෂ, සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි අදකෂ, සත්පුරුෂ ධර්මය අහලා නැති කෙනා, ඒ කෙනා දැකලා උසුලූ විසුළු කරනවා. දැන් මේ රහත් වෙන්න නේද ගියේ! දැන් මේ මොකද වෙලා තියෙන්නේ. මොකද මේ පොඩි දේවලට සැලෙන්නේ කියලා ප්‍රශ්න කරන්න පටන් අරගන්නවා. නමුත් ඒ භාවනා කරලා භාවනාවට අත දෙන, භාවනා මධ්‍යස්ථාන හදන, භාවනා මධ්‍යස්ථාන දියුණු කරන ඇත්තෝ නම් මේ පිළිබඳව සැලකිලිමත් වෙන්න ඕනෑ. ඒ ඒකෙ හැටි එහෙම තමයි. එන්ට එන්ට පුංචි දෙයක් පවා ඉතාම සියුම්ව තේරෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒ තේරෙන්න පටන් අරගන්නකොට පේන්නෙ දුක වැඩි වීගෙන එන්නා සේ. වේදනාව වැඩි වීගෙන එන්නා සේ. අපි භාවනා කරන අත්දැකීමක් ගත්තොත් සමහර වෙලාවට හමේ පුපුරු ගහන තත්ත්ව, කුඹි නලියන්නා වගේ, සමහර වෙලාවට ඇස් මුල අනින්නා වගේ, නහය මුල පිරිගාන්නා වගේ දූනෙන දේවල්, හරියට යන්ත්‍ර හයි කරලා කපන්නා කොටන්නා වගේ තේරෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ වෙලාවේදී යෝගාවචරයා හිත සමථයකට පත් කරගන්න දන්නේ නැත්නම් ඒ එන වේදනා මේ භාවනාවේ ප්‍රතිඵලයක්මයි, ඒ ප්‍රතිඵලය මත ද්වේෂය හෝ මට භාවනාව හරි ගියා කියලා සතුට හෝ පහළ කරගත්තොත් භාවනාව බාධා වෙනවා. ආතාපී වීර්යය නතර කරන්න නරකයි. සම්පජ්ඣයෙන් ඒක තේරුම්ගැනීම ඒ වෙලාවේදී නතර කරන්න නරකයි. පාවා දෙන්න නරකයි. ඒ පිළිබඳව හෝ මුල කම්ප්ථානයට වඩා පේනවා නම් ඒ පිළිබඳව හෝ සතිමත් වීම අමතක කරන්න නරකයි.

ඒ වගේම තමයි මේ මතු වෙන බාහිර දේවල් මත අභිජ්ඣා දෙමනස්ස කියන දැඩි ලෝභය හෝ ද්වේෂය පහළ කර නොගන්න හුදු සමථයක් හුදුකරලා තියෙන්න ඕනෑ. ඒක නැති උනොත් ඒ පුද්ගලයා පැහැදිලිවම වෝදනා කරන්න ඉඩ තියෙනවා මේ භාවනාව කියලා කියන්නේ කොච්චර කිව්වත් “සත්තානං විසුද්ධියා සොක පරිඤ්චානං...” ආදී ආනිසංස දේශනා කළාට දුකේ කෙළවරක් සඳහන් කළාට මේක නම් මම කරලා බැලුවා, මට හරි ගියා. නමුත් මේක දුක වැඩි වෙන එකක් කියලා පැහැදිලි ප්‍රකාශන කරන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම ප්‍රකාශ කරන ඇත්තන්ගේ කථා බොරුත් නෙවෙයි. සතිපට්ඨානය නොකරපු නාහපු ඇත්තන්ට වඩා ඇත්තක් තියෙනවා ඒකේ. නමුත් අධී සත්‍යයේ තිබෙන භයානකකමයි මේකෙන් තේරෙන්නේ. වෙන විදියකට කියනවා නම් නොකිය යුත්තෙකුට, නොකිය යුතු වෙලාවක, නොකිය යුතු

කාරණාවක් කිව්වා බවට පත් වෙනවා. කාරණාව සත්‍යයි. ඒ පුද්ගලයා තව සිංහිත්තක් විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන කාරණාව දැනගෙන මේ ඇති උනා වූ අපහසුතාවේ මූල මේකය මැද මේකය අග මේකය කියලා නඩුව ඉවර වෙනකම්ම සාවධානව අහගෙන ඉඳලා විනිශ්චයක් දෙන්න පමා වෙනවා නම් ඒ පුද්ගලයාත් මේ කටොලු කපා නොකරන, අනුනුත් වෙහෙසට පත් නොකරවන කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා.

හැබැයි මේ කටොලු කපා කරන්නන් ඉන්නවයි කියලා තමන්ගේ භාවනාව බහා තබනවා නම් එහෙම යෝගාවචරයෙක් ඉතින් යන එක හොඳයි. වෙන කරන්න දෙයක් ඇත්තේ නෑ. ඒ මොකද? කවුරුවත් ඇත්තේ නෑ ඒ කොන්ත්‍රාත් බාරගන්න. එව්වා ඉඳගෙන ළග තියාගෙන නලවන්න පිනවන්න හිටියොත් ඒක ලොකු වාසනාවක්, නමුත් අපි බලාපොරොත්තු වෙන්න නරකයි. මොකද? හැම කෙනෙක්ම භාවනාවට බැස්සාට පස්සෙ ඉන්නෙ කඹේ ඇවිදිනවා වගේ ඉතාම අවිනිශ්චිත තත්ත්වයක. දුක වැඩි වෙච්ච ස්වරූප තියෙනවා. දුක අඩු වෙච්ච ස්වරූප තියෙනවා. තමතමන්ගේ භාවනා විටියේ ඉන්න තැනේ හැටියට දුකේ අඩු වැඩි වීම් තියෙනවා. ඒ සෑම තැනකදීම එවැනි කෙනෙක් අපේ සමිතියේ සිටියා කියලා සබ්බමචාරීන් වහන්සේලා අතර සිටියා කියලා අපි අභිජ්ඣා දෙමනස්ස කියන දෙක අතර සමතුලිතතාව දන්නෙ නැත්නම් අපේ භාවනාවට බාධා වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම නැත්නම් මට එහෙම දුකට පත් වෙච්චහම මට අවට ඉන්න කට්ටියගෙන් උදව් උපකාර ලැබුණේ නෑ කියලා වුණත් දුකට පත් වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. මේ වගේ වෙලාවක ඒ වගේ භාවනා ප්‍රතිඵල නිසා යම් කිසි විනිශ්චය කටයුතු අවස්ථාවකට ඇවිල්ලා වැරදි විනිශ්චයක් ගන්නේ මේ 'ලෝකය' කියන වචනය හඳුනාගන්නේ නැති අයයි. "විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං" ආධුනික යෝගාවචරයා හුඟක් වෙලාවට පෘථග්ජන අදහස්වල හැටියට ලෝකය කියලා හඳුනාගන්නේ ඉර හඳ තාරකා ගංගා ඇල දෙළ සහිත පෘථිවියයි. එහෙම නැතිව ඇස කණ දිව නාසය ශරීරය හිත සහිත අජ්ඣන්ත ලොකය නොවෙයි. ඒක ඒ යෝගාවචරයාට විතරක් නෙවෙයි, මනුෂ්‍ය පරිණාමයේ දිගටම පැවතිවිච ක්‍රමයක්. ලෝක විෂයෙහි විද්‍යාව දුවන්නේ හඹාගෙන ඔන්න ඔය ඉර හඳ තාරකා ගංගා ඇල දෙළ සහිත මෙවුවා, විවිධ වශයෙන් කපා කොටා දැනගැනීමෙන් ලෝකයෙහි කෙළවරට යන්න පුළුවන් කියන අදහසින් තමයි. ඉතින් අපි මේ සුළු පිරිසක් මේ කාරණාව තේරුම් අරගන්න බැලුවාට මේ දෙරවල්වලින් පිට මේ ජනෙල් වලින් පිට මුළු ලෝකෙටම විද්‍යාව වෙලා තියෙන්නෙ ඕකම තමයි. ඒකට අද යෙදිලා ඉන්න විද්‍යාඥයින් කියන අයගේ සංඛ්‍යාව, යොදන මුදල් ප්‍රමාණය,

ඒකම අදහන රාජ්‍ය ගණන, රාජ්‍ය නායකයෝ ගණන, යෙදිලා ඉන්න විද්‍යාඥයෝ, යොදවන ප්‍රමාණය 99.99999 %- ක්ම වෙලා තියෙනවා.

සඵඥයන් වහන්සේ ඉදිරියට පත් වෙලා මේ ප්‍රශ්නය අහපුවනම “ස්වාමීන්වහන්සා! මේ “ලොකො ලොකො” කියලා කියනවා. මොකක්ද මේ ලොකෙ කියන්නේ?” කිවුවනම උන්වහන්සේ දේශනා කළ දේ, “ලුස්තීති ඛො භික්ඛු තස්මා ලොකොති වුවති”¹⁵ යමක් පලදු වෙනවා නම් කැඩෙනවා නම් බිඳෙනවා නම් ඒක තමයි ලෝකය. “මහණ, උඹේ ඇහැ ස්ථීරද? නෑ. ඒක කැඩෙන බිඳෙනසුලුද? එහෙමයි. එහෙනම් ඒක තමයි ලෝකය. උඹේ කණ ස්ථීරද? නෑ. ඔක කැඩෙන බිඳෙනසුලුද? ගෙවී යනසුලුද? වයසට යනසුලුද? එහෙමයි. එහෙනම් ඒක තමයි ලෝකය” මේ විදියට ඇහැ කන දිව නාසය ශරීරය මන කියන මේ හයට තමයි සඵඥයන් වහන්සේ ලෝකය කියලා කිවුවේ. ඒ නිසා තමන්ගේ භාවනාව කරගෙන යනකොට සංවේදිතාව වැඩි වීම නිසා හෝ වේවා අඩු වීම නිසා හෝ වේවා ඇති වෙන්නා වූ මේ අලුත් අත්දැකීම් අලුත් දැකීම් ඇසීම් මේ ලෝකය පැත්තෙන් ලෝකය දක්නාසුලුව තේරුම් අරගන්නවා නම් අපට නඩු කියන්න කෙනෙකුත් නෑ. අපිම මේක දරා ගත යුතුයි. අපි හිතනවා නම් මේක අනුන් කළ දෙයක් කියලා, ග්‍රහචාරය හොඳ නැති නිසා, නැකත හොඳ නැති නිසා, වෙන මොනවා හරි නරකක් වෙලා කියල, ඉතින් අපට සිද්ධ වෙනවා ඒ ග්‍රහයෝ මාරු කරන්න, නැකත් මාරු කරන්න, ස්ථාන මාරු කරන්න, ගුරුවරු මාරු කරන්න ආදී නා නා ප්‍රකාර දේවල් කරන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ කරන්න ගියාට කවදක්වත් විද්‍යාඥයෝ මේ ලෝකය කපලා කොටලා බලලා තේරුම්ගන්න හදලා ගිහිල්ල කෙළවරක් දකින්නේ නැතුවා වගේ ඒක ප්‍රපඤ්චයක් බව ඒ ඇත්තො නොකියා කියන්නා වගේ ඒ මග යන ඇත්තොත් හරියට වෙහෙසට පත් වෙනවා.

ඒක නිසා මේ ලෝකය සතිපට්ඨාන සූත්‍රය සඳහන් කරන ‘ලෝකය’ බව තේරුම්ගන්න නම් අර ආයුධ උපකරණ ටික ලං කරගෙන ඔනෑ මේ බර උස්සන්න. එසවෙනකොට අඩ තියන්න දේවල් ළඟ තියෙන්නට ඕනි. අපි ඒ අඩ තියන්න ගන්නෙ පරණ ගිහි පුරුදුකම්, එහෙම නැත්නම් පාඨග්ජන, සතිපට්ඨානය අහන්න ඉස්සෙල්ලා පුරුදු දේවල් නම් ලං කරගන්න හදන්නෙ, එහෙනම් ඉතින් දෙවියන්ගෙ පිහිට තමයි. මං යන්න ඉස්සෙල්ලා අපේ ඉස්කෝලේ හිටපු ලොකු මහත්මයා බොහෝම ජනප්‍රියතාවෙන් දුච්ච වෙච්ච කෙනෙක්. ඒ මනුස්සයා අල්ලස් ගන්නවාය, දරුවෝ නරකට යොමු කරනවාය කියලා මුළු ගමම තරහ වෙලා හිටපු කාලයක් තිබුණා. දවසක් එයාගේ වාහනේ කන්ද උඩට

¹⁵ සංයුක්ත නිකාය, සළායනන සංයුක්තය, ගිලාන වර්ගය, ලොකපඤ්ඤා සූත්‍රය

නැගලා වාහනේ පිටිපස්සට යනකොට ළමයකුට කියලා තියෙනවා ගලක් තියන්නයි කියලා. ඒ ළමයා ගිහිල්ලා පෙඟිව්ව බනිස් එකක් තියලා. ඉතින් ගුරුවරයා ගිහිල්ලා වාහනේ නතර කරලා බලනකොට කඩාගෙන ගියා පල්ලෙනට. මොකද කියලා බලනකොට පෙඟිව්ව බනිස් එකක් තියල. ඒ වගේ තමයි අපි හදිස්සියකට වාහනේ පිටිපස්සට යනකොට තියාගන්ඩ තරමේ හොඳ අඩයක් අපි ළඟ නැත්නම්, අඩයක් තිබ්බා කියලා පෙඟිව්ව බනිස් එකක් තිබ්බට කවදවත් වාහනේ නතර වෙන්නේ නෑ. කඩාගෙන යනවා. අර තිබුණාට වැඩිය අනතුරුදයක තත්ත්වයකට පත් වෙනවා.

ඒක නිසා අපි ධම් දේශනා මාගීයෙන් තේරුම් අරගන්න ඕනෑ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන මේ දෙක භාවනා ජීවිතය පුරාම තියෙනවා. ඒක සම්පූර්ණයෙන්ම නතර වෙන්න නම් ඕරම්භාගිය සංයොජන ධම්වලින් අර්හත් මාගීයට පත් වෙන්න ඕනෑ. ඒ දක්වාම යම් කිසි ප්‍රමාණයක දුක වාගේ කරලා තමයි විපස්සනා ඤාණයක් මුහුකුරන්නේ. විපස්සනා ඤාණය ලබන්න ඉස්සෙල්ලා දුකේ ප්‍රකට ප්‍රබල වැඩි වීමක් සිද්ධ වෙනවා. දැන් මේ කැඩෙන්න ඔන්න මෙන් නිදෙන් ඔන්න මෙන් කියන තත්ත්වයකට පත් වෙලා එතනදී ආපහු ගියොත් ආයෙන් හිටපු බිංදුවට වැටෙනවා. යම් වෙලාවක අර ආතාප වීරියෙන්, හරි දැන් මම මේ මෙව්වර කරගෙන ආපු භාවනාවේ මේ දුක, මේ පෙළන ගතිය, මේ තෙරපන ගතිය, ක්‍රමයෙන් වැඩි වේගන ආවා. මගේ අත පය ඇස කණ මොකවත් බිඳිලා නෑ. මම මේකට මුහුණ දෙන්න ඕනෑ. ඒ තත්ත්වයට සම්පූර්ණයෙන්ම මම මුහුණ දෙන්න ඕනෑ කියලා ඒකට වීරියෙන් මුහුණ දෙනවා නම්, සම්පජ්ඣයෙන් යුක්තව මුහුණ දෙනවා නම්, සතියෙන් යුක්තව මුහුණ දෙනවා නම්, ඒක එහා පැත්තට පනින්නේ කෙලෙස් ප්‍රමාණයක් කඩාගෙනමයි. එහෙම නැත්නම් මෙතෙක්ට එතකම්ම මේක උස්සගෙන ආවා, මම වීරිය කරගෙන ආවා කියලා ඒ කට්ටේ පනිනකම් ඒ සිවිය කඩාගෙන යනකම් ඒ කෙලෙස් කැඩීමේ සහතික තමන්ට ලැබෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපි අද්දර ඉන්නේ. ඉතාම අද්දරට ඇවිල්ලා ඉන්නේ. නමුත් හැමදම ගෙදර ගිහිල්ලා එන්න යනවා. අන්තිමට ඇවිල්ලා බර බහා තියලා. නැත්නම් කාගෙන් හරි අහලා එන්න යනවා. ඉතින් එතකොට අපි නැවතත් වැටෙන්නේ මුලටමයි.

ඒ නිසා මේ ලෝකය කියන එක අපි හඳුනාගන්න ඕනෑ. 'ලෝකය' කියන එක මෙතනින් තේරුම් අර ගන්නේම ඇහැ කන දිව නාසය ශරීරය හිත කියල. මේ දේවල්වල මේ ඇහේ සිදු වෙන ලෝකය කණේ සිදු වන ලෝකය තේරුම්ගැනීම ඉතාම දුෂ්කර වෙන්න හේතුවක් තියෙනවා. අපි ඒක වඩාත් හොඳින් සාකච්ඡා කරන්න වෙනවා වේදනානුපස්සනාව ගන්නකොට. අභිධම්මය පවා පිළිඅරගන්නවා ඇහේ

මතු වෙන්නා වූ සන්නිවේදනවල සැප දුක අඩුයි. උපෙක්‍ෂාව වැඩියි. ඇසේ නොවෙයි සැප දුක පහළ වෙන්නේ, හිතේමයි. කණේ නොවෙයි සැප දුක පහළ වෙන්නේ, හිතේමයි. නමුත් කාය විඤ්ඤාණයට ගියාම ඒක පෙන්නවනවා ඍජුවම. සැප දුක අදුක්ඛමසුඛ කියන තුනම පෙන්නවන එකම විඤ්ඤාණ දෙරටුව කාය විඤ්ඤාණයයි. ඒ නිසා කාය විඤ්ඤාණයට හිත යොදලා කායානුපස්සනාවට හිත යොදලා ගෙනියන කෙනාට අර දුක සැප හොඳට වෙන් කර දක්වන නිසා හොඳ ප්‍රවේශයක් හොඳ ඇතුළත් වීමක් හොඳ ආරම්භයක් ලැබෙනවා. ඒ තුළින් කයට හොඳට සැප පහසු දෙයක් හම්බවෙව්වහම දූනෙන සැපතත් කටුක දෙයක් ලැබීව්වහම හම්බ වෙන වේදනාවත් කියන දෙක ඍජුවම ලැබෙනවා. ඒ ඍජුවම ලැබෙන නිසා ඒ දෙක අතරමැද ඇත්තා වූ උපෙක්‍ෂාව තේරුම්ගන්න ලේසියි. දුක සැපෙන් වෙන් කරලා තේරුම්ගන්න ලේසියි. ඒ මොකද? එවුවා තුන තුන් අතක, තුන් ආකාරයකට ප්‍රකටව පිහිටන නිසා. ආන්න ඒකෙ හොඳට සතිය පිහිටියා නම්, ඒ ඇති වෙන්නා වූ සැප දුක අදුක්ඛමසුඛ කියන මේ දේවල් විෂයෙහි ක්‍රමානුකූලව හිත තැන්පත් කිරීමක් ඇති වුණා නම්, ඒ පුද්ගලයාට ආරාධනා කරන්න පුළුවන් දූන් ඔය තාලෙටම ඇහෙන් එන සඤ්ඤ පිළිබඳවත් සලකා බලන්න, නාසයෙන් දිවෙන් ශරීරයෙන් ආදී වශයෙන් ක්‍රමයෙන් යන්න. සාමාන්‍යයෙන් පෙන්නන්නේ කයට පස්සෙ ඇහැ. ඇහැට පස්සෙ කණ. ඊට පස්සෙ ඉතුරු ඉන්ද්‍රිය තුන. මේ විදියට තමයි මේවාගේ ප්‍රකටතාව පේන්නේ. මෙහෙම තමයි ජීවිතයේ පැවැත්මට අදළ භාවය පේන්නේ. ඒ ආකාරයටමයි සඵඥයන් වහන්සේ මේවා පෙළගස්වලා තියෙන්නේ.

ඒ නිසා කයේ කය අනුව බලනසුලුව කියලා කියන්නේ ඇහැ කණ දිව නාසය ආදී වශයෙන් ඇත්තා වූ මේ කයවත් නැත්නම් "විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං" කියල කියන මේ ගංගා ඇල දෙළ සහිත ලෝකයවත් නෙවෙයි. ඒ නිසා ඒ තත්ත්වය අපි ඉස්සෙල්ලා හිතාගෙන හිටියේ ඔහොම තමයි. නමුත් සතිපට්ඨානය ඉගෙනගන්නකොට භාවනාව කරගෙන යනකොට ඒ පුරුදු කය වෙනුවට ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කයයි අපි ඉදිරිපත් කරගන්නෙ. නැත්නම් වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව ඉදිරිපත් කරගෙන පිම්බීම හැකිළීම ඉදිරිපත් කරගන්නවා. ඉදිරිපත් කරගන්නකොට ටික වේලාවක් භාවනා කරනකොට යෝගාවචරයාට වැටහෙනවා ආනාපානය පටන්ගන්න ගොරෝසු වෙලාවේදී නම් නාසිකාග්‍රයේ පීඩන ඇතුල් වෙන පිට වෙන ගති දූනුණට සමාධි වෙනකොට මේක මොලේ මැද සිද්ධ වෙන්නා සේ මැදට යන ගතියක් පේනවා. පිම්බීම හැකිළීම ඉස්සරහ බඩ මතුපිට හම ඇඳුම්වල තැවරෙන ගොරෝසු ඕළාරික ගතිවලින් පටන් අරගත්තාට ශාන්ත භාවයට පත් වෙනකොට පිට කොන්ද දිහාට ඒක ගිහිල්ලා ශරීරයේ කයේ මධ්‍යස්ථගත වෙන තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. මේ

වෙනකොට භාවනාවේ ම ඔය කියන ආනාප විරිය, සම්පජ්ඣාදිය, සතිය, විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන ගති නැති වුනොත් භය වෙලා ඇස් දෙක ඇරලා බලන්නත් ඉඩ තියෙනවා. දැන් කඳ මැද විතරයි වැටහෙන්නේ. හිස නැද්දෝ! අතපය නැද්දෝ! කියන තරමට හිත අසරණ වෙලා ඇස් ඇරලා බලන්න තරම් හිතෙනවා. ඒ මොකද? අපි කයට මේ තරම් ආශාවකින් කයට මේ තරම් ප්‍රඥප්ති වශයෙන් කොටු කරගෙනයි වැඩේට බිහින්නේ. නමුත් භාවනාව කෙරීගෙන යනකොට අපි දන්නා වූ කට බඩ නාසය දිව සහිත කය වෙනුවට, කයේ ඇත්තා වූ පඨවි ආපො තෙජෝ කොට්ඨාශ මධ්‍යස්ථගත වෙන්න පටන්ගන්නවා. ආන්න ඒ වෙනස සිදු වෙනකොට වාංගු කරන්නේ, ඒ දෙක අතර තඩමාරු වෙන්නේ “ආනාපි සමපජානෝ සතිමා විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං.” කියලා සඳහන් කරන විරියත් ප්‍රඥවත් සතියත් සමාධියත් කියන මේ හතරයි. ඒ වෙනකොට මේ ධම් තේරුම් අරගන්නේ නැත්නම් අපි නැවතත් පුරුදු කයටම ගිහිල්ලා කයේ සුකුමාල සැප නැති වීම පිළිබඳව දෙස් කියන්න ඉඩ තියෙනවා.

එහෙම නැතුව මේ වගේ සතිපට්ඨාන ක්‍රමයකින් තොරව සම්පූර්ණ කිසිම අරමුණක් ගන්නේ නැතිව අපේ කයේ මැදම බලන්න අපි පටන් අරගන්නොත්, නැත්නම් ආනාපානාය වශයෙන් නැතිව මොළේ මැදම බලන්න අපි පටන් අරගන්නොත්, ඒක කවදක්වත් පටන්ගන්න වැඩක් වෙන්නේ නෑ. මූලධර්ම විතරමයි එහි තියෙන්නේ. හොඳ පොත් ලියන්න ඉඩ තියෙනවා. හොඳ විවිත්‍ර කතා කරන්න ඉඩ තියෙනවා තකියට අනුව. නමුත් ප්‍රායෝගික බැසගැනීමක්වත් සිද්ධ වෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා මේ අන්ත දෙකටම වැටෙන්නේ නැතිව ක්‍රමානුකූලව ඉදිරියට යන්න නම් ආනාපි සමපජානෝ සතිමා විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන මේ ගුණ හතර නිතරෝම සිහිපත් කරගන්නට ඕනෑ. මේ ගුණ හතරට බොහෝම සම්පව වගේ ජේන්න තියෙනවා අරියවංස සූත්‍ර දේශනාවේ බලනකොටත් “සනතුධො හොති ඉතරිතර විවරෙන, ඉතරිතරවිවරසනතුධොයා ච වණණවාදී. න ච විවරහෙතු අනෙසනං අප්පතිරූපං ආපජ්ජති, අලඬා ච විවරං න පරිතස්සති. ලද්ධා ච විවරං අගථිතො අමුච්ඡිතො අනජ්ඣාපනො ආදීනවදස්සාවී නිස්සරණපඤ්ඤා පරිභුඤ්ජති. තාය ච පන ඉතරිතරවිවරසනතුධොයා නෙවනතානුකංසෙති. නො පරං වමෙහති. යො හි තතථ දකෙඛා අනලසො සමපජානො පතිස්සතො...”¹⁶ කියලා ‘දක්ඛො අනලසො සමපජානො පතිස්සතො’ කියලා ගුණ හතරක් ජේනවා. ඒ කෙනා තමයි මේ ආර්ය විනයේ පිහිටපු කෙනා වශයෙන් පෙන්වන්නේ. දක්ඛො කියල කියන්නේ දක්‍ෂ භාවය. අනලස් භාවය කියල කියන්නේ වීර්යය.

¹⁶ අභිගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපාතය, උරුවෙල වර්ගය, අරියවංස සූත්‍රය

පතිස්සතො කියල කියන්නේ සතිය. 'දක්ඛො අනලසො සම්පජානො පතිස්සතො' ඒ නිසා මේ ගුණ හතරෙන් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ සඳහන් කරන ගුණ හතරෙන් සමාන සමාන්තරකමක් තියෙනවා. ඒ නිසා භාවනාවේ යෙදෙන යෝගාවචරයා 'රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් වගේ' කටයුතු කරන්න ඉගෙනගන්න ඕනෑ කියන එකයි මෙතනින් ගන්න තියෙන්නේ. මම පාපතරයෙක්ය, මම සිල් නැති කෙනෙක්ය, මම අවාසනාවන්තයෙක්ය, කියන හැඟීමෙන් භාවනා කරන්න පටන් අරගත්තොත් ඒ පුද්ගලයා හෙලකින් පල්ලට ඇදගෙන වැටෙන තත්ත්වය වගේ නිතර නිතර එයට පත් වෙලා නින්ද නැති වෙන වෙහෙසට පත් වෙන තත්ත්වයකට එනවා. ධර්මයට භය වෙන තත්ත්වයකට එනවා. එහෙම නෙවෙයි. මම මේ පශ්චිම භවිකයෙක් වාගේ රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් වාගේ මා ළඟ ඇත්තා වූ මේ ගුණ හතරමයි මට සරණ, මට පිහිට. ඒ පිළිබඳ ව මම මුළු ජීවිතයම ගත කරනවා කියලා පටන්ගත්තොත් නම් ඒ භාවනාවෙන් ලැබෙන අත්දැකීම් හොඳ අපී කථනයකට යනවා. ගුරුවරයා කියල දෙන දේ වැටහෙනවා. සඵඥ දේශනාවෙ ඇති දේ වැටහෙනවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයාට ඉදිරිය සඳහා හොඳ පසුබිමක් මේකෙන් ලැබෙනවා.

හැබැයි තවම මේ ගුණ ඔක්කොම තාවකාලිකයි. එකක්වත් ස්ථිරව භුක්තියට සිත්ත වෙලා නෑ. ණයට අරගෙන වැඩ කරන්නා වාගේ. අන්න ඒ වාගේ ණයට අරගෙන වැඩ කරන්න පුළුවන් කාලයට තමයි අපි කියන්නේ 'බුද්ධොත්පාද කාලය' කියලා. අබුද්ධොත්පාද කාලවල අපිට ඒවා දැකගන්නත් නෑ. අහන්නත් නෑ. සත්පුරුෂයෝත් නෑ. ඒක නිසා මේක අපිට කවදවත් කරන්න පුළුවන් පර්යේෂණයක් වෙන්නේ නෑ. දැන සීල දෙක නම් කරනැහැකි. සමථයෙන් මේ විපස්සනා කොටස කරන්න නම්, ඒ දේ කරමින් ඉන්නා වූ සත්පුරුෂයෝ දකින්න ඕනෑ. ධර්මය අහන්න ඕනෑ. සඵඥයන් වහන්සේගේ ආදර්ශය අපි ආදර්ශයට ගන්න ඕනි. එතකොට නම් අපි කරන හැම පයථිච්චකයකදීම ලැබෙන හොඳක් හෝ වේවා! නරකක් හෝ වේවා! ඊශාව පයථිච්චකයට ලොකු ආධාරකයක් වෙනවා. විපස්සනා ඥාණ නං, ලැබූ ලැබූ ඥාණ ඉදිරි ඥාණ සඳහා හේතු වෙනවා. කොතැනක හෝ වේවා! පළමුවැනි මාගී ඥාණය ලබන්න ඉස්සල්ලා කොතනකදී හෝ වේවා! යෝගාවචරයා දැන හෝ නොදැන හෝ මේ ආකාරි විශ්වීය බහා තැබුවොත් එතැනම භාවනාව ලොස් වෙන්න පටන්ගන්නවා. දියරු වෙන්න පටන් අර ගන්නවා. ඒ වගේම සම්පජ්ඣාදිය කියන නුවණින් කල්පනා කිරීම පැත්තක තියලා අසල්වැසියන් කියන දේ අහන්න පටන් අරගත්තොත් භාවනාවේ දුච්ච විමක් වෙනවා. සතිය බහා තබලා නිදහසේ ඉන්න පටන් අර ගත්තොත් දුච්ච වෙනවා. ආකාරි සම්පජානො කියන ගුණ වගේම විනෝය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං කියන හැම වෙලාවේම සිතේ ඇත්තා වූ සමථය

ඇති කරගන්නා අදක්‍ෂ වෙනවා නම් භාවනාවේ බාධාවලේ ඇති වෙනවා. එහෙම වුනොත් අර සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ අවසානයේ දක්වන්නා වූ නිගමන පාඨයේ දක්වන්නා වූ ගුණාංග ලබා ගන්න බැරි වෙනවා. ඒක නිසා ආරම්භයේදී නම් යෝගාවචරයා බුද්ධ වචනය අහලා බුද්ධ ධම්ම සඹ්ඝ පිහිටා ගෙන කටයුතු කළාට ඒ ශ්‍රද්ධාව බහා තබන්න වෙනවා. බහා තබල කායානුපස්සනා මට්ටම කරගෙන යනකොට ඇති වෙන්නා වූ අත්දැකීම් මේ ගුණ හතරේ බහා ලමින් ගළපමින් කටයුතු කරගෙන යනකොට තමන් තුළම ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කෙරුවයි කියන්නේ ඇස් පනාපිටම දැකගන්න පුළුවන් අත්දැකීම් රාශියක් සහිත කෙනෙක් බවට පත් වෙනවා. ඉස්සරහට යනකොට යනකොට ඒ අත්දැකීම්ම තමන්ට වැරද්දකදී අමලියකදී කරදරයකදී උදව් උපකාර කරගන්න පුළුවන් තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. ඒ තත්ත්වයට පත් වීගෙන යනකොට මේ කය පිළිබඳ හැඟීම සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස් වේගෙන යන්න පටන්ගන්නවා. කය කියලා කියන්නේ, ඉදිරියට විපස්සනා යෝගාවචරයා ට, සතර මහා භූතයන්ගෙන් හැදිවිච, නිතරම පලුදු වෙන, නිතරම බිඳෙමින් පවතින්නා වූ අනිත්‍යය දුකය අනාත්මය දක්වන කය. බාහිර ලෝකෙන් නෙමෙයි. අපි හිතාගෙන හිටපු මේ බ්‍රහ්මයක් පමණ වූ දෙයවත් මේ ඇහැ කණ දිව නාසය කියන දේවල්වත් නෙවෙයි. ආන්න ඒ පරිවර්තනය සිද්ධ වෙනවා නම් කායානුපස්සනාව පමණකින්ම මාගී ඵල කීපයක්ම ලබාගන්න පුළුවන් තරමට ඒකෙන් ලොකු තෙදක් එනවා. නමුත් ඒ තෙද කවදවත් සච්ඡෙදයන් වහන්සේ ආසිරි ගන්වන දෙයක් නොවෙයි. මේ අපි සාකච්ඡා කරමින් ඉන්න ගුණ හතරේ සඳහන් වෙන දෙයක්. මේ නිසාම දෝ මේ ගුණ හතර ධෘව පදයක් වශයෙන් හැම පර්යංකයකටම පස්සේ මතක් කරලා දෙනව. ඒක කායානුපස්සනාවට පමණක් එන දෙයක් නොවෙයි. හැම අනුපස්සනාවකටම පස්සේ, සතර සතිපට්ඨානයේ තියෙන එක එක සතිපට්ඨානයකට පස්සේ සාකච්ඡා කරනවා.

ඒ නිසා යම් අවස්ථාවක ඒ හඳුන්වාදීම් වශයෙන් කයේ කය අනුව බලනසුලුව වාසය කරන කෙනා ගැන සඳහන් කළාට පස්සේ සඳහන් වෙන්නේ “වේදනාසු වේදනානුපස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා වින්‍යය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං.” මේ තමයි දෙවෙනි සතිපට්ඨානය. කායානුපස්සනාව පිළිබඳව ඔය කියන ගුණ විශේෂයට මුල පිරුවට පස්සේ, එක කෙළවරක් තමයි ඒකෙන් මාගී ඵලයක් ලබන එක. අනෙක් එක තමයි ඒක යාන්තන් මුල පුරන එක. ඒ දෙකෙන් කොයි එක හෝ වේවා! මේ ගුණ සහිතව යනවා නම් සමහර විටෙක එක පයඨංකයකදීම කායානුපස්සනාවෙන් වේදනානුපස්සනාවට භාවනාව හැරෙන්නත් ඉඩ තියෙනවා. හරවාගන්න පුළුවන්කමකුත් තියෙනවා. මෙතැනදීත් ‘කය’ කියන එක පිළිබඳව අපි සතර මහා ධාතුන් බවට පත් කරගෙනයි ‘කය’ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය විසඳන්නේ. ලෝකය කියනකොට

තැලෙන ගෙවෙන කැඩිලා බිඳිලා යන ස්වරූපය ඇත්තා වූ මේ ඡඩි ඉන්ද්‍රියන් තමයි ලෝකය වශයෙන් ගන්නේ. ඒ වගේම වේදනාව ගන්නකොට, සාමාන්‍ය ලෝක ව්‍යවහාරය ගන්නකොට වේදනාව වශයෙන් දක්වන්නේ, හුග දෙනෙක් සලකන්නේ දුක්ඛ වේදනාව. නමුත් මූලික වශයෙන්මත් මේ වේදනාවේ දුක්ඛ වේදනා, සුඛ වේදනා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියලා තුනක් තියෙනවා. 'වේදනාසු වේදනානුපස්සි විහරති' කිවුවහම මේ වේදනා තුනම ගැනෙන්නට වෙනවා. දුක්ඛ වේදනාව විතරක් නෙමෙයි. ඒ වේදනාවන් පිළිබඳවත්, ආතාප චීරිය, සම්පජ්ඤාදිය, සතිය, එළඹ සිටි සිහිය, ඒ වගේම අභිජ්ඣා දෙමනස්ස දුරු කරලා මධ්‍යස්ථ භාවය කියන මේ සමත්‍ය හතරම අවශ්‍ය කරනවා.

වේදනාව පිළිබඳව සාමාන්‍යයෙන් අපි නාම රූප කියන කොටස් දෙකට කැඩුවොත් කායානුපස්සනාව වැටෙන්නේ රූප කොට්ඨාශයටයි. වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානුපස්සනා කියන කොටස් නාම කාණ්ඩයට වැටෙනවා. අපි සාමාන්‍ය යෝගාවචරයාගේ දැනගැනීම සඳහා සාමාන්‍යයෙන් පඤ්චස්කන්ධය කිවුවහම රූපස්කන්ධ, වේදනාස්කන්ධ, සඤ්ඤා ස්කන්ධ, සංස්කාරස්කන්ධ, විඤ්ඤානස්කන්ධ කියලා එතන කඩනකොට පහකට කඩලා පෙන්වනවා. රූප එක ගොඩකට දනවා. අනිකුත් නාමස්කන්ධ හතරකට කඩනවා. මේ සතිපට්ඨානවලත් ඒක නිසා එක එක සතිපට්ඨානයක් අර ස්කන්ධයන් එක්ක සංසන්දනය කරන ගතියකුත් තියෙනවා. ඒ වේදනාස්කන්ධයමයි මේ වේදනානුපස්සනා සතිපට්ඨානයට වැටෙන්නේ. වේදනාව සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියලා තුනක් තියෙන බව යෝගාවචරයා තේරුම් අරගන්න ඕනි. ඒ තුනෙන් දුක්ඛ වේදනාව වගේම සුඛ වේදනාව විෂයෙකුත් ක්‍රමයෙන් ඉස්සරහට හම්බ වෙන අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව විෂයෙකුත් යෝගාවචරයා මේ 'ආතාපි සමපජානො සතිමා විනෝය ලොකෙ...' කියන ගුණ දියුණු කරගන්න ඕනෑ. මට කමටහන් සුද්ද කරන කොට, එහෙම නැත්නම් යෝගාවචරයන් එක්ක කථා කරනකොට හොඳම වැටහෙන දෙයක් තමයි මේ සුඛ දුක්ඛ වේදනා විෂයෙහි යෝගාවචරයාගේ භාවනාව හසුරුවන්න කමටහන් දෙන්න හරිම ලේසියි. සුඛ දුක්ඛ වේදනාවන් දිගේ කමටහන් සුද්ධ කරනකොට යෝගාවචරයා ගුරුවරයා හරියට අදහනවා. ගුරුවරයා කියන දේ හොඳට වැටහෙනවා.

අදුක්ඛමසුඛ තැනට ආවට පස්සේ පුදුමාකාර විදියට යෝගාවචරයාගේ ඔළුමොළු ගති පහළ වෙනවා. ඒක යෝගාවචරයාගේ ගතියක් නොවෙයි. කෙලෙස්වල ගතියක්. භාවනාවේදී හොඳට හරි යන එකම පයඝිංකයකදී හෝ මේ දුක්ඛ අවස්ථාව මේ සුඛ අවස්ථාව කියලා යෝගාවචරයා නිදර්ශන සහිතව කමටහන සුද්ධ කරන වෙලාවේදී කථා

කරනවා නම්, හරියටම ඒකට සුදුසු කමටහන දෙන්න හුඟදෙනෙකුට හැකියාව තියෙනවා විවේකීව අහගෙන හිටියොත්. නමුත් යෝගාවචරයා දුක්ඛ වේදනාව ඉක්මවලා සුඛ වේදනාවට පත් වෙලා, ඒකත් ඉක්මවලා අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවට ආවට පස්සේ පුදුමාකාර ඔළුමොට්ටලකමක්; ඒ දේ කියාගන්න කැමැත්තකුත් නෑ. කිව්වාට වැඩක් වෙයි කියලා විශ්වාසය ඇත්තෙන් නෑ. දෙන උපදේශය පිළිපදින්නෙන් නෑ. හැම වෙලාවේම හිත අර සුඛ දුක්ඛ දෙක හොයමින් ගත කරන ගතියක් තියෙනවා. මේ නිසා අද ඉන්න කමීස්ථානාවායඝීවරුන්ගේ සංඛ්‍යා ලේඛනයක් බැලුවොත් ඒ ඔක්කෝගෙන්ම සියයට අනූනවයක්ම වැටෙන්නේ යෝගාවචරයා සුඛ දුක්ඛ දෙකේ හසුරුවන්න දක්‍ෂ ඇත්තො විතරයි. අදුක්ඛමසුඛ පැත්තට ආවට පස්සේ කමීස්ථාන ආවායඝීවරුන් අසරණ වෙලා ඉන්නෙ. ඉතාමත්ම කලාතුරකින් කෙනෙකුට තමයි ඒ යෝගාවචරයා ආපසු පාරෙ ගෙනත් තියලා ඒ දුකෙන් සුඛයටත් සුඛයෙන් අදුක්ඛමසුඛයටත් පත් වෙන ආකාරය එයා ලවාම ඒ කටහඬින්ම කියවලා, එහෙම නම් මෙන්න මෙහෙම කරන්න ඕනෑ කියලා කියගත්ඩ පුළුවන් තත්වයකට පත් වෙලා තියෙන්නේ. ඉතින් ඒක හරියට බලනකොට හැම තැනම ළිං භාරනවා වගේ වැඩක් තමයි. හරි ලේසියි මුලින් මුලින් පස් පිඩැලි කපලා ළිං වළක් කටක් හදගෙන වැඩ කරගෙන යන්න. නමුත් ළිඳ ගැඹුරට යන්න යන්න එක් කෙනෙක් දෙන්නෙක් ඉඳලා බෑ. නා නා උපක්‍රම ඕනෑ වෙනවා. එන්න එන්නම පස් උදුල්ලක් පස් කුඩයක් උඩට දමන්න අමාරුයි. ඉතින් මේ පහසුකම දැකලා හැම තැනම ළිං කැපුවාට කවදවත් වතුර හම්බ වෙන්නේ නෑනෙ. වතුර හම්බ වෙන්න නම් ඒ කපාපු ළිඳක් කෙළවරට යන්ට ඕනෑ. මේ තරම්ම අද ලෝකයේ නුරුස්නා ගති පහළ වෙලා තියෙනව. නොඉවසනසුලු ගති පහළ වෙලා තියෙනවා. මේකත් එක්ක යෝගාවචරයාට ජීවිතය ගෙනියන්න බෑ.

කායානුපස්සනාවේදී වුණත් ඇත්ත වශයෙන්ම ඔය වගේ සුඛ දුක්ඛ අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියන අවස්ථා තුනම හම්බ වෙනවා. වේදනානුපස්සනාවේදී තමයි මේක හොඳටම යෝගාවචරයාගේ මූණ ඉදිරිපිටට ගේන වෙලාව. ඒක නිසා අපි ගත්තොත් හොඳට සක්මන් කරලා වාඩි උණොත් පළවෙනි විනාඩි තිස්පහක් විතර කාලය තුළ යෝගාවචරයාට ඒ ඉඳගෙන ඉන්න ඉරියව්ව අරමුණක හිත තබාගැනීමේ කටයුත්ත බොහෝ විට සාර්ථක වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒ මොකද? විනාඩි තිහක් විතර යනකම් ඉරියව්ව හොඳට පට්ටල වෙලා හිටිනව. ඊට පස්සෙ ඉතාමත්ම තීව්‍ර විදියට, බලාපොරොත්තු සුන් කරමින් ආතාපි වීරිය දිය වෙලා පැත්තකට හැරෙන තාලෙට, සම්පජ්ඣ්ඤා කියන එක තිබුණ තැන නොදකින තාලෙට, සතිය පටන්ගෙනවත් නැති තාලෙට, අර කියන අභිජ්ඣා දෙමනස්ස සංසන්දනය කරන්න පුළුවන් හිතේ සන්සුන් භාවය කැලම නැති තාලෙට සම්පූර්ණ අවුස්සලා දන

තත්ත්වයකට හිත පත් වෙනවා. ආත්ත ඒ වෙලාවේදී යෝගාවචරයා අර මුල් විනාඩි කිහිපය තුළ පිහිටුවාගන්නා ලද අරමුණක් සහිත නම්, සමාධියක් සහිත නම්, ඒ යෝගාවචරයාට ඉස්සරහට කරගෙන යන්න පුළුවන් වෙනවා. ඒක සාර්ථක වෙනකොට ලොකු සතුටක් හිතේ ඇති වෙනවා. තදබල වේදනා ආවත් ඒක ඉවසා දරා සිටීමෙන් මෙතෙහි කිරීමෙන් ඒක ඉක්මවන්නට ඕනෑ කියනකොට ඒ වේදනාවේ, දුක්ඛ වේදනාවේ හමාරෙ සුඛ වේදනා පහළ වෙනකොට ඉතින් ඒ යෝගාවචරයා උදම් අනන්ත පටන්ගන්නවා. හැගුම් මුදහරින්න පටන් අරගන්නවා. ඒ නිසා ආතාප ගුණය, සම්පජ්ඣ්ඤා, සතිය, දුච්ච වෙන්වත් ඉඩ තියෙනවා. දුච්ච වෙලා හෝ වේවා! නොවී හෝ වේවා! උපදෙස් ලබලා යෝගාවචරයා මේක ඉක්මවාගත්තොත් ඒකාන්තයෙන් මතක තියාගන්න ඕනෑ භාවනාව ඕලාර්ක අවස්ථාවේ පවා අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව දිහාට ගෙතියනවා.

අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව කියන එකේ තියන එක ගුණයක් තමයි, නිකම් පොළා පනින ගතියක් තියෙන්නේ. කාන්දමට අල්ලන්නා වගේ අල්ලන ගතියක් ඒකේ ඇත්තේ නෑ. ඒ වගේම විස්තර කරන්න බැරි ගතියක් තියෙන්නේ. අර ඉස්සෙල්ලා වගේ ආකාර සටහන් පෙන්වන්නේ නෑ. ඒ වාගේම තමයි ඉතාමත්ම මධ්‍යස්ථගත වෙච්ච තත්ත්වයක් තියෙන්නේ. ඒ කියන තත්ත්වය කම්ප්ථානාවායථීවරයාටත් පොදුයි. යෝගාවචරයාටත් පොදුයි. කාටත් පොදුයි. ඒ නිසා හුගාක්ම අපි මනුෂ්‍යත්වයේ, වේදනාවේ, මූලික හරයට කිට්ටු කරලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා සන්නිවේදනය වෙන එකක් ඒක. උත්සාහ කරනකොට සන්නිවේදනය වෙනවා මෙන්න මේකයි මේ කියන්න හදන්නේ කියලා. නමුත් ඒක දන්නේ නැති කෙනා කියාගන්න දෙයක් නෑ කියලා සාකච්ඡාවට ඇවිල්ලා ඉදිරිපත් කරන්නෙත් නෑ ප්‍රශ්න. එහෙම නැත්නම් අහන්නෙත් නෑ. මේක මොකක් හරි වැරදිලා වෙන්න ඇති. නිකම් බැලුමක හුලං ගියා වගේ, වාහනයක ටයර් එකේ හුලං ගියා වගේ එහෙම්ම වස්තුව වෙලා හිටින ගතියක් තියෙනවා. ඉතින් මෙන්න මේ තත්ත්වය තමයි ඇත්තටම භාවනා ජීවිතේ ඉතාමත්ම තීරණාත්මක අවස්ථාව. මේ අවස්ථාවට තමයි සියලුම වෛද්‍ය උපකරණත් ඔක්කොම එකතු වෙලා මේ ලෙඩා ගොඩ ගන්න ඕනෑ වෙලාව. හරියට නයෙක් ගැහුවාට පස්සෙ විෂ නගින වෙලාව. ඒ විෂ නගින වෙලාවේ වෙද ළඟ හිටියේ නැත්නම් ඉතින් අපහසුවට පත් වෙනවා. ගොඩ ගන්න පුළුවන් වුණාට ඉතාම කටුක වේදනා පහළ වෙනවා ලෙඩාට. ඒ නිසා ඒ වෙලාවේ වෙද ළඟ ඉන්න ඕනෑ.

ඒ වගේම තමයි යෝගාවචරයා දැනගන්න ඕනෑ මේ වේදනාව බලාගෙන යනකොට සුඛ දුක්ඛ විතරක් නෙවෙයි අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව

කියන එකක් භාවනාවෙන්ම මතු වෙන දෙයක්. අන්න ඒ මතු වෙන වෙලාවේදී වෙනදාට වඩා සියුම්ව මේක සාකච්ඡා කරන්න ඉගෙනගත්තේ නැත්නම් භාවනාවේ ඉදිරියට යාගන්න බැරි වෙනවා. හුඟාක් වෙලාවට සැප දුක් වේදනා එනකොට එක්කෝ යෝගාවචරයා එවුවා ‘මම’ කියලා ‘මගේ’ කියලා බාරගන්නවා. එහෙම නැත්නම් මට නොවේවා! මාගේ නොවේ කියලා ප්‍රතික්‍ෂේප කරන්න පටන් අරගන්නවා. ඒ නිසා ඒ තත්ත්ව දෙක යටතේම කවදක්වත් සැප දුක අඳුනාගන්න බෑ. මේ සැප දුක් වේදනා කළු සුදු වශයෙන් පැහැදිලිව ප්‍රකටයි. හේතු සහ හේතු ධර්ම නිසා පහළ වෙනවා, හේතු ධර්ම නිසාම පැන යනවා කියන එක හොඳට තේරුම් අරගෙන ගියත් ඊටත් වඩා සුක්‍ෂ්ම භාවයක් තමයි තියෙන්නේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවේ. ඒ නිසා ගුරුවරයා සහ ගෝලයා අතර තියෙන ඒ ඇදහිල්ල අලුත් තාලෙකට දැන් ඕනෑ වෙනවා. එහෙම නැත්නං අපේ තිබුණු වචන කන්දරාවෙන් වැඩ ගන්න බැරි තත්ත්වයකට පත් වෙච්චහම අද භාවනා මධ්‍යස්ථානවල හුඟදෙනෙක් විශේෂයෙන්ම හොඳ දක්‍ෂ යෝගාවචරයෝ පිරිස පිට වෙලා යන්නේ මෙන්න මේ විදියට බලාපොරොත්තු සුන් වෙලා පස්ස පැත්තෙ අත් දෙක පිහගෙන. ඒකට හේතුව මොකද? අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව නොදනෙන අවස්ථාවට පත් වෙනකොට කොහොමද මේකෙ ආනාපය ඇති කරගන්නේ ? කොහොමද මේකෙ සම්පජ්ඣාදිය ඇති කරන්නේ? කොහොමද මේකෙ සතිස පිහිටුවන්නේ? කොහොමද මේකෙ මධ්‍යස්ථය හොයාගන්නේ? කියන කාරණාව දන්නේ නැති නිසයි.

නමුත් අද අපට මින් ඉදිරියට යන්න මං හිතනව කාලය හරස් වෙනවයි කියලා. අපි බලමු ඉස්සරහට මේ වේදනා වශයෙන් වේදනා කොටස් තුනක් තියෙනවා. මෙහි අපි දුක්ඛ වේදනාවට සුඛ වේදනාවට යම් කිසි දක්‍ෂ්‍යාවක් පෙන්වලත් තියෙනවා. පෙන්වන්න පුළුවන්කමත් තියෙනවා. අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව ආවට පස්සෙ කොහොමද අපි භාවනාව ඉදිරියට ගෙනියන්නේ? ඒ සඳහා ආනාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ කියන ගුණධර්ම අපි පිහිට කරගන්නේ කොහොමද? කියන එක මේ සතිපට්ඨානයේ දෙවෙනි පථයෙන් ඉදිරිපත් කරගැනීම ඉදිරියට තියලා අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතැනින් හමාර කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!

8-වන ධර්ම දේශනාය.

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“ඉධ භික්ඛ වෙ භික්ඛු වෙදනාසු වෙදනානුපස්සී විහරති, ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්ස ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සනති.”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය මහා යෝගාවචර සඛ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන දිගට, අඛණ්ඩව පවත්වාගෙන යන අටවෙනි දවස, අටවෙනි අවස්ථාව, අටවෙනි පැය. ඉතින් මූලින් ඒ හඳුන්වාදීම් ආනිසංස මතක් කරගෙන දීම් ආදී වශයෙන් කායානුපස්සනාව කොටස ඉවර කරලා, අපි ගිය සතියේ ආරම්භයක් ලබාගත්තා, ප්‍රවේශයක් ලබාගත්තා, වේදනානුපස්සනාව පිළිබඳව. භාවනා ලෝකේ වේදනානුපස්සනාව කියන එක ප්‍රසිද්ධ කාරණාවක්.

එහි උද්දේශ වාරයයි මේ. සර්වඥ දේශනාවේ සඳහන් වෙන්නේ ‘වේදනාසු වෙදනානුපස්සී විහරති’ කියල. ඉතින් ඒක සම්බන්ධයෙන් අපි ගිය පාරත් සිහිපත් කරගත්තා, මේ ‘වේදනාව’ කියන වචනෙ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය පැත්තෙන් අර්ථ විචරණය කරනකොට තියන ගැඹුරත් එදිනෙදා ව්‍යවහාරයේදී වේදනාව කියල කියන වචනේ ව්‍යවහාර අර්ථයත් ගත්තහම යම් කිසි පැහැදිලි කරගත යුතු දෙයක් එතන තියනවා. අපි සාමාන්‍ය ව්‍යවහාරයේදී වේදනාව කියල සඳහන් කරන්නේ දුක්ඛ වේදනාවයි. නමුත් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ, එහෙම නැත්නම් සර්වඥ දේශනාවේ වේදනා ස්කන්ධය / වේදනානු පස්සනාව කිව්වහම, ඒ වාගේ එදිනෙදා ව්‍යවහාරයේ පවතින්නා වූ දුක්ඛ වේදනා පමණක්ම නෙමෙයි අදහස් කරන්නේ. එතනදී සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියල මූලික වශයෙන් කොටස් තුනකට විග්‍රහ කරන්න වෙනව ධර්මයේ ගැඹුර පැත්ත අපිට මතු කරගන්න නම්. විශේෂයෙන්ම මේ වේදනාවේ ඇත්තා වූ ප්‍රභේද, මෙය සුඛ, දුක්ඛ වශයෙන් දෙකද පවතින්නේ? එහෙම නැත්නම් සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියල තුනකට පවතිනවද? එහෙම නැත්නම් සුඛ, දුක්ඛ, සෝමනස්ස, දෝමනස්ස, අදුක්ඛමසුඛ කියල පහකට පවතිනවද? ආදී වශයෙන් එද ඉඳල අද දක්වාම විවිධ මත විවිධ අදහස් පළ වෙලා තිබුණු බවත්

සර්වඥයන් වහන්සේ වැඩ ඉන්න කාලෙ, ජීවමානව වැඩ ඉන්න කාලෙ මේ කාරණා මත පදනම් වෙලා සම්පයා බෙදිල වාද විවාද කරගන්න තරමට ගිය බවත් ඉතිහාසයෙ කතාන්තරවල සදහන් වෙනව. මේක පිළිබඳව දෝ, ඇති වෙච්චි අවස්ථාවක් මගහැරීම පිණිස මජ්ඣිම නිකායේ බහුවෙදනීය සූත්‍රයේදී¹⁷ සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්වාදෙනවා තමන්වහන්සේගේ සර්වඥතා ඥානයේ හැටියට, වේදනාව ඕනි තාලෙකට, සර්වඥයන් වහන්සේගෙ ඇහෙන්න, සියල්ල දන්නා සියල්ල දක්නා ඇහෙන්න, බලලා ඕන ප්‍රභේදයකට බෙදල දක්වන්න පුළුවන්. නමුත් සාමාන්‍ය සතිපට්ඨාන භාවනාවේ යෙදෙන ප්‍රයෝජනය සලකල, ධර්මය තේරුම්ගන්න ඇත්තන්ට සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියන එක ප්‍රමාණවත් වෙනව.

මෙහිදී “වේදනාව” වචනෙ තනි වචනෙකට හරවනවා නම් සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියන විශේෂණ පද අයින් කරල, වින්දනය, සංවේදිතාව කියන එක තමයි ටිකක් ත්‍රිපිටක අර්ථයට කිට්ටු කරන්නෙ. ‘විදිනව’ කියන එකයි. එහෙම නැත්නම් ඒ ඒ ඉන්ද්‍රියන්ගේ පවතින්නා වූ සංවේදී භාවයයි මෙතන අපි මේ වේදනාව වශයෙන් ගන්නෙ. ඒක දුක්ඛ ම විය යුතු නෑ. ඒක සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියල කොටස් තුනකට පවතින්න පුළුවන්. මේ පිළිබඳව දීර්ඝ වශයෙන් අර්ථ විචරණයකට බහින අභිධර්මයේදී පවා විශ්වාස කරනවා, කියලා දෙනවා, ඇහැ, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, හිත කියල ගත්තහම, ඒ ඇත්තා වූ ඡඩ් ඉන්ද්‍රියන් තුළින් ඇහැට, නැත්නම් වක්ඛු විඤ්ඤණයට පවතින්නේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව පමණමයි කියල. නාසය දිව, ශරීරය, ශරීරයේදී පමණක් සුඛ - දුක්ඛ වශයෙන් හොඳට ප්‍රකටව පවතිනවා. ඒ නිසා කය, කාය ඉන්ද්‍රිය කියල කියනවා, නැත්නම් කාය ප්‍රසාදය කියල කියනව, කයේ ඔපය. ඒකට සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා, අදුක්ඛම සුඛ වේදනාව, හරියට තුලාලෙකට යමක් තිබ්බ වගේ කෙළින්ම වදිනව. ඇහැ, කන, නාසය, දිව ආදී දේවල්වලට ඒ වදින දේවල් මත හිත දක්වන ආකල්ප වශයෙන් තමයි සුඛ දුක්ඛ බෙදෙන්නෙ. වැදෙන්නෙ නම්, ප්‍රකට වෙන්නෙ නම්, ආරම්භය නම් අදුක්ඛමසුඛමයි. අභිධර්ම විග්‍රහය කොහොම උනත් මේකෙ යම් කිසි ප්‍රායෝගික අංගයක් තියනවා. ඒ කියන්නෙ ආධුනිකයාට, භාවනාව පටන්ගන්න කෙනාට සුඛ, දුක්ඛ වේදනා ප්‍රකට නිසා කායානුපස්සනාවෙන්ම, කයෙන්ම පටන්ගන්ට මේකත් අපිට සාක්කි දෙනවා. ඇහින් භාවනාව පටන්ගන්ට බෑ ආධුනිකයාට, ආදිකම්මික යෝගාවචරයට. නාසයෙන්, දිවෙන් බෑ. ඒ

¹⁷ මජ්ඣිමනිකාය, මජ්ඣිම පණ්ණාසකය, ගහපති වර්ගය, බහුවෙදනීය සූත්‍රය

සඳහා හොඳ කළු සුදු වෙනසක්, කැපී පෙනෙන වෙනසක් ඇති කරලා දෙන්නේ කාය ඉන්ද්‍රියයි, පොට්ටියිබියයි. ඒ පොට්ටියිබිය ඇති කරනව ආපෝ, තේපෝ, වායෝ, පට්ඨි කියල. මේකෙන් අභිධර්මයම විස්තර කරනවා ආපෝ ධාතුව තමයි අන්තිමටම හඳුනාගන්න පුළුවන් දේ, හුගාක්ම සුක්ෂ්ම දේ කියල. ඒ නිසා ආපෝ ධාතුව හඳුන්වාදීම ඉතාම අමාරු දෙයක් බව පේනවා. ඒ සඳහා පහසුම දේ තමයි වායෝ ධාතුව. ඒ නිසා තමයි මේ වායෝ පොට්ටියිබි ධාතුවයි සමථ විදර්ශනා භාවනා මාර්ගයේ අර්භත් මාර්ගය දක්වාම යන විටීයක ආරම්භය වෙන්නේ. ඒ නිසා තමයි අපි එක්කෝ ආනාපානසති භාවනාව, එහෙම නැත්නම් පිම්බීම-හැකිළීම භාවනාව වායෝ පොට්ටියිබි ධාතුවෙන් පටන්ගන්නේ.

නමුත් භාවනාවේ යම් අවස්ථාවක, නැත්නම් හමාර වෙන්ට කලින් කවද හරි ඇහේ පහළ වෙන, නාසයේ දිවේ ශරීරයේ කියන හැම තැනකම පහළ වෙන දේවල් පිළිබඳව අවබෝධය වැඩිය යුතුයි. ඒ නිසා අපි කයෙන්ම නතර වෙනවා එහෙම නෙමෙයි. කායානුපස්සනාව කියල කියන්නේ එක පිවිසීමක් විතරක්, දෙරටුවක් පමණයි. ඒ දෙරටුවෙන් ඇතුල් උනාට පස්සේ ඒ යෝගාවචරයාගේ ශ්‍රද්ධාදී ඉන්ද්‍රිය ධර්ම දියුණු වේගෙන එනකොට, ක්‍රමයෙන් අර ගොරෝසු වේදනා තත්ත්වවල ඉඳල සියුම් වේදනා තත්ත්ව දක්වාම, කායානුපස්සනාවට පස්සේ වේදනානුපස්සනාවේදී හොඳ විග්‍රහයක් ඉදිරිපත් වෙනව. තව ඉස්සරහට ගියාම සිතුවිලි විත්තානුපස්සනාව වශයෙනුත්, අර අරගත්තා වූ ගොරෝසු ආරම්භය ගොරෝසු පිවිසුමින් ඉතාම සියුම් තැනකට ගෙනියනව. ධම්මානුපස්සනාවට ගියාම විශේෂයෙන් ඇහීම්, දැකීම් ආදී, අපි අර කලින් බරපතළ වැඩි කියල, ගැඹුරු වැඩි කියල පැත්තකට අයින් කරපු දේවල් මතු කරගෙන, ඒ තුළින් මේ ධර්ම කොට්ඨාශ ලං කරගන්න පටන්ගන්නව.

පොඩි දරුවෙකුට උගන්වන්න ගියහම බරපතළ වචන, බරපතළ අකුරු උගන්වන්නේ නෑ. ඉස්සෙල්ලාම ලේසි අකුරකින් පටන් අරගෙන, අත හුරු කරගෙන, ටිකෙන් ටික ටිකෙන් ටික සංකීර්ණ අකුරු, ඊට පස්සේ ඒ අකුරු වර්තගන හැටි, වචන, බර වාක්‍ය වර්තගන හැටි කියල දිගට දිගට උගන්වනවා වගේ සර්වඥයන් වගන්සේගේ ක්‍රමයක් ඉතාම දන්නා තැනින් පටන් අරගෙන, නොදන්නා තැනට ගෙනියන ක්‍රමයක්. ගොරෝසු තැනකින් පටන් අරගෙන සුක්ෂ්ම තැනට ගෙනියන ක්‍රමයක්. නමුත් අවාසනාවකට වගේ හුගක් යෝගාවචරයන්ට හැමදම ඕනි කරන්නේ ගොරෝසු ටිකමයි, හැමදම ඕනි කරන්නේ මේ දන්න ටිකමයි. ඒ නිසා හුගදෙනෙක් අර මැටි පාගන මහලු ගොන් නාමිබෙක් වගේ,

නැත්නම් මීමෙක් වගේ එක තැනම කරකැවෙන ගතියක් තියනව. ඒ මොකද, ධර්මයේ අදහස, ධර්මය ඉදිරිපත් කිරීමේදී ක්‍රමානුකූලව, එහෙම නැත්නම් අනුපුබ්බ ක්‍රමයට කොහෙද මේ ගෙනියන්න හදන්නේ කියල දන්නේ නැතිකම නිසා, හැමදම ගොරෝසු දේවල්, හැමදම ප්‍රකට දේවල් කතා කරන්න හදන නිසා මැටි කණුවක් වටේ පාගන මීමෙක් වාගෙ එක තැන කරකැවෙන ගතියක් තියනවා. මේක කායානු පස්සනාව ගැන හොඳට සතිපට්ඨානය විස්තර කරනකොටත් විස්තර කරලා දෙන එක ගුරුවරයගේ යුතුකමක් වශයෙන් වැටෙනව.

වේදනානුපස්සනාවේදීත් මේ වැඩ පිළිවෙළමයි. ගොරෝසු තැනින් පටන් අරගෙන සියුම් තැනට යනකොට යෝගාවචරයා අන්ද මන්ද වෙනව, යෝගාවචරයා කලකොල වෙනව, යෝගාවචරයා අන්ධකාර තත්ත්වෙකට අප්‍රකට තත්ත්වෙකට පත් වෙනව. ආන්න ඒ සඳහා කල් ඇතුළුව දැනුවත් කිරීම කම්මට්ඨානාවාර්ය වරුන්ගෙ, ධර්ම දේශකයන් වහන්සේලාගේ යුතුකමක්. නමුත් ඒක මුලදීම නෙමෙයි ගන්නෙ. භාවනා කරගෙන යනකොට ඒ අපහසුතා මතු වෙන්ට යෝගාවචරයට ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන්ම ඉඩ ඇරලා, ඒ ඒ අවස්ථාවේදී වැටෙන කෙනෙකුට හැරමිටියක් දෙන්නා වාගේ, නගා තබන්නා වාගේ එතන එතන පිළියම් කිරීම තමයි භාවනා කරනවයි කියල කියන්නෙ, කමටහන් සුද්ධ කරනවයි කියල කියන්නෙ, ධර්ම සාකච්ඡා කරනවයි කියල කියන්නෙ. ධර්ම දේශනා කරනවයි කියල කියන්නෙ. දිට්ඨි උජුං කරොති...¹⁸ ආදී වශයෙන් පෙන්නලා දෙන්නෙ මේකයි. ඒ නිසා වේදනාව ගැන උනත් අද අපි සාකච්ඡා කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ ආධුනික යෝගාවචර තත්ත්වයේ ඉඳල, දන් භාවනා කරල බණ අහල දන්න ඇත්තෝ නිසා තමතමන්ගේ මුල් මුල්, ප්‍රකට, කළු සුදු අන්දකීම් උපයෝගී කරගෙන, ඉන් මත්තට ඇත්තා වූ අපේ භාවනා ගැටේ, අපේ භාවනා දුෂ්කර ස්ථානය, ග්‍රන්ථි ස්ථානය දිග හැරගෙන, මේ ක්‍රමයමයි මත්තට කියලත් දිගටම හැකි සඤ්ඤාවෙන් අභීතව ඉදිරියට යන්න නම් මේ වේදනාව, වින්දනය, සංවේදී භාවය කොහොමද තේරුම්ගන්නේ කියලයි.

ඒ නිසා වේදනානුපස්සනාවේදී ප්‍රධාන වශයෙන් උද්දේශ අවස්ථාවේදී අපි මේ මතු කරගන්නේ සුඛ වේදනා, දුක්ඛ වේදනා,

¹⁸ අංගුත්තරනිකාය, පංචක නිපාතය, පංචක පණ්ණාසකය, කිම්බිල වර්ගය, ධම්මසවන සූත්‍රය

අදුක්ඛමසුඛ වේදනා කියල තුනක් පවතිනවා. මෙයින් සලායතන විභංග සූත්‍රය¹⁹ වගේ තැන්වලදී මේක ගේහසිත සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ, නිස්සරණ සිත සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ කියල බොහොම ලස්සනට මුළු ලෝකෙට තුන් කාලෙට සෑම සක්වළකටම ගැළපෙන තාලෙට සර්වඥ දේශනාවක් පවතිනව. ගෙදර දෙරවල්වල ජීවිතය ගත කරනකොටත්, අපි කිව්වොත් ගොවිතැන් බතක් කරනව, ව්‍යාපාරයක් කරනව, නැත්නම් කුස්සියෙ කරගෙන සුමේ කටයුතු කරනව. කොයි දේ කරන්න පටන් අරගත්තත්, ලෝක න්‍යාය අනුව බලාගත්තොත් වැඩ කටයුත්තක, කර්මාන්තක, ව්‍යාපාරේක ආරම්භය දුකයි. හුගාක් ඒ සඳහා ලකලැස්ති කළ යුතු දේවල් රාශියක් තියනවා. ආධුනික හිත කලකොලයි. ආධුනික හිතක කෝඩු ගති තියනව. ඒ නිසා ඒක බොහොම බරක් තාලෙට ගන්නව. ඒක සර්වඥයන් වහන්සේත් බාරගත්ත ගතියක් තමයි පේන්න තියෙන්නෙ. ඉස්සෙල්ලාම දනගන්න පුළුවන් වෙන්නේ දුක්ඛ වේදනාව. ගුරුවරයෙක් යටතේ හෝ එහෙම නැත්නම් කරදරයකදී, අමලියකදී මතු වෙන අපහසුතාවෙදී හෝ ඒකට මුහුණ දෙනකොට දුක්ඛ වේදනාව එනවා. නමුත් ඒකට ක්‍රමවේදය අනුව ක්‍රමානුකූලව මුහුණ දීගෙන යනකොට එහි යම් යම් දක්ෂතා, යම් යම් හතර මායිම් තේරුම් අරගන්නකොට, එහි යම් පරිචයක් ඇති වෙනකොට, තමන්ට ඒක ජය ගන්න පුළුවන් බව තේරෙනකොට සුඛ වේදනා පහළ වෙනව.

ඒ සුඛ, දුක්ඛ වේදනා මේ විදිහට අඩු වැඩි වෙමින් ගිහිල්ල සුඛ වේදනාවට පස්සේ දුක්ඛ වේදනාව පිළිබඳ බයක් හෝ ලැබුණා වූ සුඛ වේදනාව පිළිබඳ ලොකු ජයග්‍රාහී හැඟීමක් හෝ කියන එක එන්ට එන්ට එන්ට මට්ටම් වෙලා අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවකින්, තලතුනා බවකින් තමයි ඒ ව්‍යාපාරය, ඒ කර්මාන්තය, ඒ ශිල්ප ශාස්ත්‍රය හමාර වෙන්නේ. ඒක ගිහි ගෙවල්වල පවතින ස්වභාවය. අපි දන්නව උත්පත්තිය ලැබූ ගමන් දරුවා ඉතාමත්ම තද දුකක ගත කරන්නෙ. මදුරුවෙක් ඵලවාගන්න බෑ, අම්මගේ තනේ කොතනද තියෙන්නේ කියල ඉල්ලල ගන්න බෑ, වතුර ඕනෑ කියල කියන්න බෑ, මොනම දෙයක්වත් බැරි තත්ත්වෙකට පත් වෙනව. නමුත් ක්‍රමයෙන් වැඩිලා, වැඩි වියට පත් වෙලා කාම හැඟුම් නැත්නම් ලිංගික හැඟුම් පහළ වෙලා එනකොට, කුමාරිකාවක්, ලස්සන කුමාරයෙක්, දේව පුත්‍රයෙක් වාගේ ඒ සුඛ අවස්ථාවල් ලෝකෙට පෙන්නන ආදර්ශයක් වශයෙන් ජීවත් වෙන්න වැඩි කාලයක් ගත කරනව. නමුත් අවසානෙ ඒක ජරා දිරාවට ගියාට පස්සෙ, ඒ සුඛයෙන් හෝ අර වින්ද වූ දුකෙන් හෝ මහා ලොකු අත්දැකීමක් ඉතිරි නොවී, හම

¹⁹ මජ්ඣිමනිකාය, උපරි පණ්ණාසකය, විහඬිග වර්ගය, සලායතන විභංග සූත්‍රය

රැළි වැටිල, කොන්ද ඇද වෙලා, අන්තිමට කිසිම දේකින් කිසිම රසවත් දෙයක් ඉතිරි නැති අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවකින් ජීවිතේ හමාර වෙනව.

මෙන්න මේ සංගදියම, මේ වැඩ පිළිවෙළම, සාමාන්‍ය යෝගාවචරයාගේ භාවනාවේදී සිදු වෙන බව සලායතන විභංග සූත්‍රයේ පස්සට සර්වඥයන් වහන්සේ පෙන්නලා දීල තියනව. ඒ වාගේම තමයි චූල්ල වේදල්ල²⁰ සූත්‍රයේදී ධම්මදින්නා මහා රහත් මෙහෙණින් වහන්සේ විශාඛ උපාසකට විස්තර කරනකොටත් මේ තාලෙ ක්‍රමයක් තමයි පෙන්නන්නෙ. ඒ කියන්නේ, කර්මස්ථානාවාර්ය වරයෙක් ළඟට ගිහිල්ල අවශ්‍ය කරන සිල් සමාදන් වීම්, ඒ වාගේම අනෙකුත් ඇවතුම් පැවතුම් ගති පාලා, තමන්ගේ අවශ්‍යතාව ප්‍රකාශ කරලා කමටහනක් ලබාගත්තට පස්සෙ, ආනාපානය වේවා, පිම්බීම - හැකිළීම වේවා එහෙම නැත්නම් බුද්ධානුස්මෘතිය වාගේ සමථ කර්මස්ථානයක් වේවා වඩන්න පටන් අරගන්න කාලේ ප්‍රධාන වශයෙන්ම තද බල නීවරණ ප්‍රශ්න එනව. තමන් කළා වූ, ගිහි ජීවිතේ පැවතුණා වූ කාමච්ඡන්ද ආදී ආශාවල්, අරමුණක හිත තැන්පත් වෙනකොට, මුහුදු රැල්ල ගහන්නා වාගේ දිගට්ටම බාධා කරනවා. කයේත් වේදනා බාධා කරනව. ශබ්ද බාධා කරනව. හිතීවිලි බාධා කරනව. ඒ නානා ප්‍රකාර බාධා මැද, කටු කොහොල් පිරිව්ව, අඳුරු, සර්පයෝ ඉන්න, වන සත්තු ඉන්න කැලයක් මැදින් කපාගෙන යන්න වගේ, ඒ යන ගමන හරි දුෂ්කර ගමනක්.

ආන්න ඒ දුක්ඛ වේදනා පහළ වෙනකොට, තද බල විදිහට යෝගාවචරයට දෝෂ අනුසය, අනුසය කෙලේසයක් වශයෙන් ද්වේෂය පහළ වෙනව. සාමාන්‍ය ගෙවල් දෙරවල්වල භාවනා කරන හෝ වේවා, පූර්ණකාලීනව භාවනා කරන යෝගාවචරයෝ හෝ වේවා, ඒ වගේ එක දේකට හිත යොදගෙන, බාහිරයෙන් එන නීවරණ ධර්ම මහ බාධකයක් කරදරයක්, සද්ද කියන්නෙ බාධකයක් කරදරයක්, හිතීවිලි කියන්නේ වේදනා කියන්නේ බාධකයක් කරදරයක් කරගෙන අර අරමුණ මතු කරගැනීම සඳහා, ගත්තා වූ මූල කර්මස්ථානය ඉදිරිපත් කරගැනීම සඳහා, නැත්නම් එහි ඇත්තා වූ අසම්මෝහ භාවය ඇති කරගැනීම සඳහා කටයුතු කරනකොට මෙන්න මේ විදිහේ ද්වේෂයේ කැපී පේන ගතියක්, නුරුස්නා ගතියේ කැපී පේන ගතියක් නිසා, මහ මරුමුස් ගතියක් පහළ වෙනව. හුඟාක් සාමාන්‍ය කාමභෝගී ඇත්තෝ මතක් කරනව මේ යෝගාවචර පිරිස කිසිම ප්‍රසන්නතාවක් නෑ කියල, රුස්සන්නෙ නැති තත්ත්වෙකට පත් වෙනවයි කියල, හොස්ස ළඟින් මැස්ස යන්න බැරි

²⁰ මජ්ඣිමනිකාය, මූල පණ්ණාසකය, චූළයමක වර්ගය, චූළවේදල්ල සූත්‍රය

තත්ත්වෙකට පත් වෙනවයි කියල. ඒ ඇත්තෝ මේ යෝගාවචරකම, ජීවිතයක තියන අපිස් භාවය, තපස් භාවය, රස අඳුනන්නේ නැති භාවෙකට පත් කරන දෙයක් වශයෙන් බරපතල ආගමික රාමුවකට භාවනා කරන කෙනාව තද කරන්ඩ හදනව. ඒ නිසා කාමභෝගී පුද්ගලයන් අතර කොන් වෙන ගතියක් ඇති වෙන්න ප්‍රධානම හේතුව තමයි මේ භාවනා පිවිසීමේදී යෝගාවචරයාට මතු වෙන දුක්ඛ වේදනාව. දුක්ඛ වේදනාවට හැම වෙලාවේම, දෝෂය, ද්වේෂය අනුශය වශයෙන් ක්‍රියාත්මක වෙනව.

මෙන්න මේ අවස්ථාවේදී ඒ යෝගාවචරයාට ඇති වෙලා තියෙන්නා වූ මේ මානසික පරිවර්තනය, එහෙම නැත්නම් මේ අලුත් ලෙඩේ, තේරුම් අරගන්න පුළුවන් කෙනාට අපි කියනව සත්පුරුෂයයි කියල. මොකද ඒ සත්පුරුෂයන් වහන්සේ කල් ඇතුවම ඒ තත්ත්ව අන්දකල තියනව. එතකොට ඒ යෝගාවචරයාට සත්පුරුෂයන් වහන්සේ උපදෙස් දෙනවා අවවාද කරනවා, භාවනාව දිගට යන්න නම් සප්පාය කරුණු හොයන්න ඕනි. අසප්පාය පුද්ගලයන් දුරු කරන්න ඕනි. අසප්පාය ආහාර අසප්පාය ඍතු ගුණ දුරු කරල, පුළුවන් තරම්, අර එන්නා වූ නිවරණ රැල්ල කපාගෙන, ජල පහරක, ජල ප්‍රවාහක ඉහළට පීනන්නා වූ වීර පුරුෂයෙක් වාගෙ, ඒවා ගැන හිත වේදනා ගන්නත් එපා, ද්වේෂ ගන්ටත් එපා, රාග ඇති කරගන්න ඉඩ දෙන්නත් එපා, ඉදිරියට යන්ට... කියල ඉස්පාසුවක් දෙන්නට පුළුවන් වෙන්නේ ඒ වාගේ හොඳට අන්දකීම් ඇති කලාණ මිත්‍රයෙකුට පමණයි.

ඒ නිසා අපි ආධුනික යෝගාවචරයට මතක් කරනවා, තමන්ට එන, භාවනා කරනකොට එන මූලික ප්‍රශ්න, හැම කෙනා එක්කම සාකච්ඡා කරන්ට එපයි කියල. හොඳ උනත් ඕනි නෑ, නරක උනත් ඕනි නෑ. ඒ මොකද? භාවනා නොකර, මේවා ගැන උපදෙස් දෙන්න හදන ඇත්තො හරි ආසයි ඒ වගේ අමාරුවේ වැටිච්චන්ට උදවු දෙන්න. මඩේ එරිච්ච එකෙක් තව එරිච්ච එකෙක් ගොඩ ගන්ඩ හදනවා වගේ වැඩක්. දෙන්නගෙන් එක්කෙනෙක්වත් ගොඩ නෙමෙයි ඉන්නේ. අන්න ඒ නිසා මූලික උපදෙස් දෙනවා මේ වගේ කාරණා සාකච්ඡා කරන්ඩ යන්න එපා. සාකච්ඡා කරන්ඩ යාමෙන් තවත් හිතේ දහිරිය, හිතේ හැකි සඤ්ඤාව වැටෙනවා. ඒ නිසා ආරම්භයේම ඉතා වගකීමෙන් ඉතාම වෙහෙසකරව කරන්ට ඕනි. සාමාන්‍යයෙන් ඔරුවක් දියත් කරන්ඩ ගියත් මුහුදේදී, ඒ ප්‍රධාන රැල්ල කපාගෙන, දියඹට ඔරුව ගන්ට හත් අටදෙනෙක් දහපහළොස්දෙනෙක් සමහර විට ඕනි කරනව. ඒ උනත් හොඳටෝම රැලි තුනී වෙලා තියන වටිනා මොහොතක් වෙන් කරගන්න දන්නේ ඒ

මුහුදුකරේම ඉන්න තලතුනා කෙනෙක් තමයි. ඒ විදිහට හත්අටදෙනා එකතු කරලා අර දළ රළ කපාගෙන මුහුදට ගියාට පස්සේ නම් තනි මිනිහටත් ඔරුව පදින්න පුළුවන්. අන්න ඒ වගේ තමයි, ආධුනික යෝගාවචරයාට - සමඵ හෝ වේවා විදර්ශනා හෝ වේවා- හුගාක් සප්පාය කරුණු අවශ්‍යයි. කතා බතා නතර කිරීම අවශ්‍යයි. වේග ක්‍රියා වැඩ නතර කිරීම අවශ්‍යයි. අරමුණ පිළිබඳව ශ්‍රද්ධා බුද්ධි ආදී ගුණ වැඩීම අවශ්‍යයි. නානා ප්‍රකාර දේවල් කරගෙන තමයි භාවනාවේ ඇත්තා වූ මේ දුක්ඛ වේදනා භාවය, දුක්ඛ වේදනා මූලය අපි කපාගන්නෙ.

ඉතින් සතුටකට, නැත්නම් අපිට ඊගාවට කතා කරන්න භියෙන්නේ සුඛ වේදනාව ගැන. මෙතන වැදගත් කාරණාව තමයි, ටික කාලයක් භාවනා කරපු කෙනා නම්, මේක පුද්ගලික ප්‍රශ්නයක් කරගන්නවා මිසක්ක අධ්‍යාත්මිකයන්ට යන්නේ නෑ, කියකියා තැන් තැන්වල ඇවිදින්න යන්නේ නෑ, ඒ ඇත්තෝ වරින් වර අත්දකිනව මේ විදිහට උත්සාහ කරනකොට වරෙක අරමුණට හිත සම්මුඛ භාවයට පත් වෙන බව. ඒකත් මහ ලොකු දෙයක්. ඒ මොකද? අර ප්‍රධාන නිවරණ ධර්මවල බලපෑම ඉස්සෙල්ල යකෙක්, රාක්ෂයෙක් වගේ මුණා විළිස්සාගෙන පනින ගතියක් තිබුණට, දැන් පුදුම විදිහට හීලෑ වෙච්ච බලු කුක්කෙක් වාගේ පැත්තකට කරගන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියනව. නමුත් නැතුවාම නෙමෙයි. වරින් වර වරින් වර මතු කරනව, දුක්ඛ වේදනා මතු කරනව. නමුත් වරින් වර සුඛ වේදනාවේ දිය ඉසීමක් පැන් වැඩීමක් වාගේ සිද්ධ වෙනවා.

මේන්න මේ විදිහේ දිගට කරගෙන යනකොට අර දුක්ඛ වේදනාවේ නැතිකමත් සුඛ වේදනාව වශයෙන් අරමුණට මුහුණ දීමත් අරමුණෙහි සතිය වශයෙන් හොඳට කිමිද බැසීමත් අරමුණෙහි නිමග්න වීමත් සමඵ වේවා විදර්ශනා වේවා, මේ දේ වෙනකොට සුඛය, සුඛ වේදනාව, ළඟ ළඟ නිතර නිතර එන්ට පටන්ගන්නව. මේ සුඛය කාම ලෝකේදී අපි ලබන ආමිස සුඛයට වැඩිය වෙනස්. ආමිස සුඛය අපි ලබන්නේ කටට ආහාර දීල, ඇහැට රූප පෙන්නල, කනට ශබ්ද අස්සවල, කයට සැප පහසුකම් දීල, මේ ආදී වශයෙන් ආමිසයෙන්. නමුත් මෙතන, ඇහැ වහගෙන රූප නොපෙනෙන තත්ත්වයක්. කන වැහිල ශබ්ද නෑහෙන තත්ත්වයක්. කයවත් ඉඳගෙනද හිටගෙනද කියන එක නොදනෙන තත්ත්වයක්. ඒ නිසා ඒ කයත් ස්පර්ශයත්, ඇහැත් රූපයත්, කනත් ශබ්දයත් කියන ඒව සම්පූර්ණ පැත්තකට වෙලා නිරාමිසව ලබන සතුටක් යෝගාවචරය අත්දක්කනම, සමහර ඇත්තන්ට ඒක ඉවසන්නත් බැරුව, අතන මෙතන කියා ඇවිදින ගතියක් තියනව.

ඒකත් නරකට හිටිනවා. ඒ මොකද? ඒ වාගේ සුඛ වේදනාවක් එනකොට - මේකට අපි කියන්නේ සාමාන්‍යයෙන් නෙක්ඛම්ම සිත සුඛ වේදනාව කියලා. සෝමනස්ස වේදනාව කියලා. ගෙවල් දෙරවල්වල මේ වගේ දේවල් ලැබෙනවට අපි කියනවා ගේහසිත සෝමනස්ස වේදනාව කියලා. තමන්ගේ දරුවෝ රස්සාවෙන් දියුණු වෙනකොට, ඉගෙනගන්නකොට, සමහරක් කාලවලට විභාග පන්ති පාඩම් සමත් වෙනකොට, ව්‍යාපාර හරි යනකොට ඇති වෙන සැප ආම්සයි. ඒකට කියනවා ගේහසිත කියලා. යෝගාවචරයට ලැබෙන එකට කියනවා නෙක්ඛම්ම සිත කියලා.

මේ නෙක්ඛම්ම සිතටත් තියනවා පොඩි බාධාවක්. රාග අනුශය වැඩ කරනවා. අනුශය කෙලේසයක් විදිහට තාම රාගය යට නිදගෙන ඉන්නවා. නමුත් ඒක පරිවූටියාන මට්ටමට, නීවරණ ඇති කරන හිතුවිලි මට්ටමට නැගල නෑ. නමුත් ඕනම වෙලාවක නගින්න පුළුවන්, මූලික අනුශය මට්ටම තියනවා. මෙන්න මේ දෙක, අපි සාකච්ඡා කළා වූ දුක්ඛ වේදනා මට්ටම, සුඛ වේදනා මට්ටම කියන මේ දෙක තමයි හුගක් කාලයක් භාවනා මධ්‍යස්ථානෙක ඉන්න යෝගාවචරයෙක් අත්දකින දෙක. වරෙක සුඛ, වරෙක දුක වශයෙන් අත්දකිනවා. මෙන්න මේ දෙක තවමත් මහා ලොකු වෙනසක් ඒ පුද්ගල වර්තයට, එයාගේ රුචි අරුචිකම්වලට සිදු කරන්නෙ නෑ. තාම ඒ පුද්ගලයන් හොඳ වෙලාවක් බලමින් ගත කරනවා මේ සුඛයත් නැති දුක්ඛයත් නැති අදුක්ඛමසුඛයට රිංගගන්ට. එහෙම නැත්නම් කියනවා- පුද්ගලයා බලනවා කියන එක වැරදියි - චිත්ත වීථියේ, හිතේ ස්වභාවය තමයි ඒක. දුක්ඛ වේදනාව ඉක්මවල සුඛ වේදනාව ලබාගන්න. සුඛ වේදනාව හේතු කරගෙන දුක්ඛ වේදනාව එලවා දමනවා කියලයි දේශනාවේ සඳහන් වෙන්නේ. "ඉදං නිසසාය ඉදං පජ්ඣථ"²¹. සුඛ වේදනාව නිශ්‍රය කරගෙන දුක්ඛ වේදනාව ප්‍රහාණය කරනවා. ආන්න ඒ සුඛ වේදනාව ක්‍රමයෙන් ක්‍රමයෙන් හුරු වෙනකොට, බහුල වෙනකොට, තලතුනා වෙනකොට, ඒ සුඛ වේදනාවේ තිබුණ උච්චතාව ක්‍රමයෙන් අඩු වෙන්න පටන්ගන්නවා. දුක්ඛ නෑ එනකොට, අර හොඳට කැපී පෙනෙන සුඛයක් නෑ. එන්ට එන්ට තුනී තත්ත්වට පත් වීම තමයි චිත්ත වීථියේ වර්ධනයේ හැටි.

මෙන්න මෙතෙන්ට එනකොට, ඕනිම යෝගාවචරයෙක් වැටෙනවමයි. වැටෙන්නෙ නෑ කියන්ට බැරි තරම්. ඒ තරම්ම අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව 'අදුක්ඛමසුඛා පන දුඤ්ජනා අනධකාරෙන විය

²¹ මජ්ඣිමනිකාය, උපරි පණ්ණාසකය, විහඪිග වර්ගය, සළායතන විභාග සූත්‍රය

අභිභූතා²² කියල සඳහන් කරනව අටුවා කථාවෙ. අන්ධකාරයක් වාගෙ මේක නිකං තෝන්තු කරවනව. හිත නිකං අන්දමන්ද කරවනව. “දුද්දීපනා” භාවනාවෙන්, බණකින්, පොතකින් කියල දෙන්න බැරි තත්ත්වෙකට පත් වෙනව. මේ නිසා යෝගාවචරය දැන් අහු වෙන්තේ රාග අනුශයටත් දෝෂ අනුශයටත් නෙමෙයි අවිද්‍යා අනුශයට. ඒ නිසා හොඳ භාවනා කාරයෙක්, ඇත්ත වශයෙන්ම අර කියන දුක්ඛ වේදනාවල් රාශියක් විදගත්ත, අන්දකීම් සහිත, ඒ විතරක් නෙමෙයි ඊට පස්සේ එන්නා වූ හොඳ සුඛ වේදනා අන්දකීම් සහිත යෝගාවචරයින් එක්ක කථා කරන කොටත් හොඳට වැටහෙනව, ඒ ඇත්තෝ බලාපොරොත්තු වෙන්තෙන් නෑ, ඉස්සරහට ආවට අඳුරගෙනත් නෑ භාවනාවේ, විශේෂයෙන් සර්වඥයන් වහන්සේ ඉදිරිපත් කළා වූ, ථෙරවාදය විසින් මුදුන් මල්කඩ වගේ රකින්නා වූ විපස්සනා භාවනාවේ හොඳ හරිය, වැදගත් හරිය සිද්ධ වෙන්තේ මෙන්න මේ උපේක්ඛා වේදනාවේදී බව. ඒ හරිය ගැන අපේ ලංකාව වගේ රටවල සීයට බර ගානක් යෝගාවචාරයෝ කවදකවත් හිතලවත් නෑ, මේක තමයි භාවනාව කියල දන්නෙන් නෑ. ඒ නිසා සුඛ දුක්ඛ වේදනාවේදී ලබපු මේ ගොරෝසු දේවල් ගැන කතා කර කර පොත් ලියලියා පත්තර පිටු පුරෝ පුරෝ බණ කියකියා ඉන්න ප්‍රදේශය බලනකොට තාමත් සුප්පුව පාවිච්චි කරන සප්පයෝ වාගේ බොහොම බොළඳ භාවයක් පෙන්නුම් කරනව. මේක හැබැයි බැනිය යුතු තත්ත්වයක්වත් දෙස් කිය යුතු තත්ත්වයක්වත් නෙමෙයි. මේ තමයි හැටි. ඒ මොකද? අපි අපේ භාවනාවට හැරිලා බැලුවොත්, අපි ඔතෙන්දී කලකොල වෙලා තියනව, එක්කෝ දූනටමත් කලකොල වෙලා. ඒ වෙලාවේදී අපි හරි කැමතියි කාට හරි වෙච්චි නරකකට උත්තර දෙන්නට, හොඳ දේකට සතුටු වෙන්නට, ඒ වගේ දේවල්වලට කැමතියි. නමුත් තමන්ගේ තැනට මේ පත් වෙලා තියෙන්නා වූ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව විනිශ්චයක් කරගන්නට ඉතාම අමාරුයි. ඒ වෙනුවට අනුන්ගේ පවු කොන්නරත් බාර අරගෙන, විගුහ විවේචන කරන්නට පෙළඹෙනව. එහෙම නැත්නම් පොත්පත් කියවන්නට පෙළඹෙනව. එහෙම නැත්නම් නානාප්‍ර දේවල්වලට පෙළඹෙනවා. අර වඩා වැදගත්, වඩා ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණයට ලං වෙන අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව අතාරින්න බෑ, අල්ලන්න බෑ. අතාරින්න බැරි හේතුව, භාවනා කරනකොට එන්නා වූ දුක් වේදනා විදගෙන සුඛ වේදනාවට පත් වෙන

²² දීඝනිකාය (අට්ඨකථා), මහාවග්ග අට්ඨකථා, සක්කපඤ්ඤ සූත්‍ර වණ්ණනාව, වේදනා කම්මට්ඨාන වර්ණනා

කොට ඒ යෝගාවචරයට භාවනා රතියක් පහළ වෙනව. ඒ භාවනා රතිය ප්‍රතිඵලදයකයි, නිරාමිස සුඛ ගෙන දෙන සුලුයි.

නමුත් මේ නිරාමිස සුඛය අවසානයේ උපෙක්ඛාව පැත්තට ලං වෙනකොට සඵල ගසා දල නැගිටල යනවා. ඒ මොකද, අන්ධකාර ස්වරූපයක් එනන තියෙන්නෙ. දක්වන්න බැරි තත්ත්වයක් තියෙන්නෙ. ඒක සම කරන්ඩ පුළුවන් වෙන්නෙ අවිද්‍යාවටයි කියල අටුවාව බොහොම ප්‍රසිද්ධව පිළිඅරගෙන තියනව. ඉතින් කවරුත් කැමති නෑ අවිද්‍යාව දැනගෙන විද්‍යාවට නගින්න. ඒගොල්ලොන්ට ඕනි අවිද්‍යාව අයින් කරල විද්‍යාවට යන්ඩ. ඒක කවදවත් කරන්න බෑ. අවිද්‍යාව දැනගෙන අවිද්‍යාව නැති කිරීමමයි විද්‍යාව කියන්නෙ. වෙනම කියල විද්‍යාවක් මේ ශාසනයේ නෑ. ඒක නිසා අදුක්ඛමසුඛ වේශයෙන් ඉදිරිපත් වන්නා වූ මේ අන්ද මන්ද කරවන්නා වූ, අන්ධකාර වූ, දුද්දීපන වූ අවිද්‍යාව එනකොට නැගිටලා යනව නම්, තමන්ගෙ ප්‍රයත්නය බහා තබනවා නම්, "ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං" කියල මේ සෑම සතිපට්ඨානයකටම සම්බන්ධ කරන්නා වූ ධාව පදය නැති, නිකම්ම නිකන් යෝගාවචරයෙක් බවට පත් වෙනව. එනිසා මේ ධාව පදයේ සදහන් කරන 'ආනාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං' කියන මේ කාරණා හතර කායානුපස්සනාවේදී සලකා බලනවාට වඩා වෙනත් මුහුණුවරක්, වෙනත් වේශයක් මෙතනදී ගන්නවා. නමුත් මූලික හැඩයමයි. පසු නොබසින විසීයක් අවශ්‍යයි. දත කාගෙන, කිහිල්ලෙන් දුටිය දුගෙන, උඩුතල්ල දිවේ තියල තද කරගෙන, ආරම්භ ධාතු ව ක්‍රියාත්මක කරන වෙලාව, ඒකත් ආරබ්ධ වීරිය. සුඛ වේදනාව ආපුටාහම ඒක සුඛ වේදනාවක්, මේක රාගානුසය කියන එක මෙනෙහි කරන්න ඕනෑය කියලා ඒකට වල්මත් වෙන්නේ නැතිව නීවරණ, උපක්ලේශ වශයෙන් ඒවා මෙනෙහි කරගෙන යනකොටත් එසේ මෙසේ වියඝීයක් ඕනෑ කරනවා නෙමෙයි. ඒ මොකද? හිත මේවට ඇලීම ස්වාභාවිකයි. ඒ ඇලීම බහා තබලා මේ විදිහටම ඉදිරිපත් කරගන්න නම් තමන්ගේම අතේ මාංවු ගලවනවා වගේ, ඇට ගලවන්නා වාගේ හරි ලොකු නිස්සරණ අධ්‍යාසයකින් කෙරෙන්න ඕනි.

මේ දෙකමත් කරලා ඉස්සරහට යනකොට ඇති වෙන්නා වූ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව, නැත්නම් අවිද්‍යාවේ මුහුණුවර නිබ්බිද ඤාණයක් වශයෙන් පහළ වෙන්නා වූ මේ මුහුණුවරේදී පසුබාන ප්‍රදේශය බලනකොට, අපේ සංසාරේ කොච්චර දිගද කියලා කෙනෙකුට නම් මනින්න බෑ. මේක පිළිබඳව ගොඩාක් සංවේග ඥානය පහළ වෙන්නේ

ගොඩාක් දියුණු යෝගාවචරයාටයි. ඒ මොකද? භාවනා කරලා නැති, පොත පෙරළපු ඇත්තන්ට නම්, දුක්ඛ වේදනාව කියන්නේ කොච්චර ප්‍රකට දෙයක්ද? ඒ හා සමානව ඒ කෙනාට පොත පැලෙන්න, ගල් පිළිමයක් ඔළුව හොල්ලන තරමට කපා කරලා පෙන්නන්න පුළුවන්. සුඛ වේදනාව කියන්නේ මෙහෙමයි, ලක්ඛණ රස පච්චුපට්ඨාන පදධාන වශයෙන් පෙන්නන්න පුළුවන්. ඒ විතරක් නෙමෙයි ඒ පුද්ගලයාට අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවත් අර තරමටම ප්‍රසිද්ධව පෙන්නලා දෙන්න පුළුවන්. නමුත් භාවනා කරපු කෙනා නම් දන්නවා, පැහැදිලියි, මෙවුවගෙ ගුණ විශේෂයක් තියෙනව. අනුමාන ඥානට තකී ඥානට සුඛ දුක්ඛ අදුක්ඛමසුඛ සමාන රසයක් දෙනව. නමුත් භාවනා කරපු කෙනාට නම් ඊට හාත්පසින්ම වෙනස්. සුඛ, දුක්ඛ වේදනාවට වඩා සම්පූර්ණ මත් කරවනසුලු ප්‍රකට කරල පෙන්නන්න බැරි, අන්ද මන්ද කරවන ස්වරූපයකින් තමයි අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව මතු වෙන්නේ. ඒක නිසා වැඩ කරන කෙනා කපා කරනකොට තේරෙනවා. මේක අටුවාවේ එක තැනක ලිඛිතව සඳහන් කරවන “අඤ්ඤා එස ආචුසො අධගතමගො”²³ කියල. ගිය එකාගේ පාර වෙනස්. නොගිය කෙනාට පොත බලපු කෙනාට නම් මේ තුනම එකයි. ඒ නිසා සුඛ, දුක්ඛ දැනගත්තා නම් අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව මොකක්ද කියලා ඒ ඇත්තෝ කියනවා. කිව්වට මොකද? එතෙක්ට පත් වුණාට පස්සේ සම්පූර්ණ අන්ද මන්ද වෙනවා. සම්පූර්ණ කරකවලා අතහැරියා වගේ වෙනව. නමුත් ඒක ප්‍රශ්නයක් වෙන්නේ නිවන් දකින්න බලාපොරොත්තු වෙන කෙනාට විතරයි. පොත් බලලා උපාධිය ලබාගන්ට, එහෙම නැත්නම් කාට හරි කියලා දෙන්න, එහෙමත් නැත්නම් තමන්ගේ නා නා ප්‍රකාර ලාමක ආශාවල් ඉෂ්ට කරන කෙනාට නම් ඒකෙන් හානියක් වෙන්නේ නෑ. මොකද? එයාට අවබෝධ කළත් එකයි නැත්ත එකයි. ඒ නිසා යෝගාවචරයා මේ පිළිබඳව මේ ප්‍රශ්නයේදී ඉතාමත්ම සංවේදී වෙන්න ඕනෑ. අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව නොදැනී යාම ස්වාභාවිකයි. මේ නිසයි බණ අහන්නේ, මේ නිසයි ඒ වෙලාවේ අපි වැඩියෙන් ආනාප වීයභීය යොදවන්නේ, මේ නිසයි අපි කල් ඇතිව ලෑස්ති වෙන්නේ. මේ නිසයි අපිට කලින් බුදුහාමුදුරුවෝ ලෝකෙ පහළ වෙලා බුද්ධ ශාසනයක් ඇති කරලා තියෙන්නේ. නමුත් ඒක නොසලකලා ගියාට අපිට හරියන්නේ නෑ. ඒ මොකද? මෙතන තියෙන්නේ මායාකාරී ස්වරූපයක්. මේ මායාකාරී ස්වරූපයෙන්, මේ පරීක්ෂණයෙන් සමත් වෙච්ච කෙනාට පමණයි මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව, මෙන්න අවිද්‍යාව, මං ඒ අවිද්‍යාවට

²³ විශුද්ධිමාර්ගය, 72 පිටුව

සුවසේ මුහුණ දුන්නා කියලා තේරෙන්නේ සුඛ, දුක්ඛ වේදනාව ඉක්මවලා, සුඛ වේදනාවේදී උදම් වෙලා ක්‍රමයෙන් හිත අදුක්ඛමසුඛ වේදනා පැත්තට, මොනවත් තේරෙන්නේ නැති නොදැනී යන මට්ටමට එනකොට එතනදී නිකන් කාන්තාරකට ජල කඳක් බිහිවනවා වාගේ අන්ද මන්ද වෙලා යනවා. පාර නැතුව යනවා. ආන්න ඒ තත්ත්වට පත් වෙනකොට ඒ යෝගාවචරයා අසරණ තත්ත්වයකට පත් වෙනවා.

විශේෂයෙන්ම මේක ප්‍රකටයි ආනාපානසති භාවනාවේදී. ඒ මොකද ආනාපානසති භාවනාව ස්වභාවයෙන්ම ශාන්තයි, සුඛයි. ඒ නිසා භාවනා කරගෙන යනකොට ඉක්මනට අරමුණ නොදනෙන මට්ටමට පත් වෙනවා. ඒ දුච්චකම නැති කරන්නටමයි පිම්බීම හැකිලීම භාවනාව බුරුමයේ පහළ වෙලා තියෙන්නේ. පිම්බීම හැකිලීම භාවනාවේ නීතිය, ප්‍රස්තාරය මීට වැඩිය ටිකක් වෙනස්. ඒක සම්පූර්ණයෙන්ම නොදැනී යනවා නෙමෙයි, වේශය මාරු වෙනවා. මෙන්න මේ වේශය මාරු වුණාට පස්සේ, වේශය මාරු වෙන්න ඉස්සරල තිබුණ තත්ත්වට වැඩිය වෙනස තේරුම්ගන්න බැරි නම් යෝගාවචරයාට, ඒ යෝගාවචරයා ඒකාන්තයෙන්ම ආනාපානයේදී වගේම අසරණ තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයා පටන් අරගන්නකොටම දූතගන්න ඕනෑ, ආරම්භයේදී අරමුණ ගොරෝසුයි. ආනාපානය නම් නාස්පුචු හොඳට පුරවාගෙන ඇතුළේ වීමත් දැනගෙන, ඒ ඇතුළේ වෙනවා පිට වෙනවා හොඳට තේරෙනවා. නමුත් ඉක්මනට මේක යටපත් වෙනවා හිතීවිලිවලින්, වේදනාවලින්, ශබ්ද ආදිය නිසා. නමුත් ස්ථිර අධිෂ්ඨානයෙන්, ගණන් කිරීමේ ක්‍රමයෙන් හිතීවිලි යටපත් කරගෙන, ශබ්ද නැති තැනක වාඩි වීමෙන් ශබ්දය යටපත් කරගෙන, හොඳට සක්මන් කිරීමෙන් කල් ඇතුව වේදනාව යටපත් කරගෙන, ආදී උපක්‍රම කෙරුවොත් ඒ යෝගාවචරයාට පුළුවන් වෙනවා, අර හැමදම මුලින් මුලින් විදින්න වෙන වේදනා, ශබ්ද, යට කරගෙන සාමාන්‍ය ආනාපානයට හිත දගන්න. අන්න එතකොට දන් මගේ හිත ආනාපානයත් එක්කම පවතිනවා කියන විශ්වාසය යෝගාවචරයාට ඇති වෙනව. ඒක ලොකු ඉස්පාසුවක්. මෙන්න මේ ඉස්පාසුව තුළ ඉන්නකොට හුඟාක් වෙලාවට කියන දේ තමයි, එක්කෝ නින්දට වැටෙනවා, එහෙම නැත්නම් ආනාපානය නොපෙනී යනවා කියලා. ඉතින් මේ නිසා ඒ වෙලාවට බුද්ධානුස්සතිය කරනවා සමහර ඇත්තෝ. නැත්නම් වෙන කම්ප්පානයකට යනවා. හෝදහෝද මඩේ දනවා වගේ වැඩක්.

ඒක සඳහා සාකච්ඡා කරනකොට අපේ අපවත් වෙච්ච ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ නිතරම මතක් කරන්නේ, යෝගාවචරයාට ඒ විස්තර මොනවක්වත් නැතුව අපි ආනාපානයේ යොදවනවා. ළඟින් ආශ්‍රය කරනවා. ඒ විස්තර කියනකොට, ඒ යෝගාවචරයා ටික දවසක් භාවනා කරනකොට, ඇවිල්ලා මතක් කරනවා, මෙච්චර වෙලා ගියාට පස්සේ මම දන්නේ නෑ. එක්කෝ නින්දට වැටුණා වාගේ, එහෙම නැත්නම් මොකක්ද, අරමුණ නැති වුණා නේද කියලා හිත වික්ෂිප්ත භාවයට පත් වෙනවා. ඒ නිසා එයින් එහාට භාවනාව ගෙනියන්න බෑ. ආයි ටික වෙලාවක් ගිහිල්ලා සම්පූර්ණයෙන් ස්වාසයක් ඇරලා අන්ත ආනාපානය ආයි මතු වෙනවා කියලා ඒ යෝගාවචරයාගේම කටින් ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණයම ප්‍රකාශ වෙනකොට, පිළිගැනීමක් කරනවා, ආනාපානයේ හැටි ඔහොම තමයි. ආනාපානයේ මූල ප්‍රකටයි. ක්‍රමයෙන් ඒ සුඛයෙන් යුක්තව ගත කරලා අවසානේ ඒක නොදනෙන තැනට පත් වෙනවා. ඒ නිසා අද ඊයෙට වඩා, නැත්නම් ඉස්සල්ල පර්යංකයට වඩා, මේ නොදනෙන තැනක් දනෙනවා, තියෙනවා, බලනවා කියන හැකි සඤ්ඤාවෙන්ම දිගට භාවනා කරන්නයි කියලා. ඒ හැකි සඤ්ඤාව, නෑයි කියලා කියන්නේ නැතුව මෙතන තියෙනවා, එතනේම හිත පවත්වාගෙන යන ගතිය ඒ යෝගාවචරයාගේ පෙර කළ පාරමිතා ශක්තිවල නිශ්‍රය ප්‍රමාණය හැටියට වෙනස් වෙනවා. යම් කිසි කෙනෙක් හොඳට පෙර කළා වූ පාරමි ධර්ම සම්පූර්ණ වෙච්ච කෙනෙක් නම් ගුරුවරයා විසින් ඒ ගොරෝසු දුක්ඛ වේදනා, සුඛ වේදනා, අයින් කරලා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවමයි සඵඥයන් වහන්සේ මේ අදහස් කරලා තියෙන්නේ, දැන් මේ යෝගාවචරයන් එතෙන්නටයි පත් වෙලා තියෙන්නේ, ඒ නිසා ඒකට ආරාධනා පූජිතව ඒකට ලෑස්ති වෙලා මූල ඉදලාම ලෑස්ති වෙලා යමින්, නෑ කියන්ඩ එපා, තියෙනවයි කියන හැඟීමෙන් බලන් ඉන්න කිව්වාම ඒ ගුරුවරයාට වදින තරමට ලොකු ප්‍රසාදයක් පහළ වෙනවා ශිෂ්‍යයා තුළ. ඒක ලොකු පාර පෙන්නිල්ලක් අතරමං වෙච්ච කෙනාට. නමුත් සමහර ඇත්තන්ට එතෙන්නට ගියත් ඒ කරුණ තේරුම්ගත්තත් තවත් එතැන නින්දට වැටෙන ගතිය, එහෙම නැත්නම් හිත වික්ෂිප්ත වෙන ගතිය දිගටම පවතිනවා. ඒ පුද්ගලයාට එතැන ඉඳගෙන ඉතුරු පාරමිතා ටික පුරන්න සිද්ධ වෙනවා එතකොට. ඉතාමත්ම ඉවසිල්ලෙන් මෙමතියෙන් පාරමිතා ධර්ම පුරමින් මෙහි දක්ෂතාව දියුණු කිරීම තමයි ඒ යෝගාවචරයාගේ භාවනාව කියන්නේ.

ඒ නිසා අදුක්ඛමසුඛ වේදනා මට්ටමටම හිත පත් වුණාට පස්සේ, යෝගාවචරයා තුළ අවාසනාවකට වගේ ක්‍රියාත්මක වන වංචනික ධර්ම ටික තේරුම් අරගන්න බැරි වුණොත් හැමදම භාවනාව

අන්ධකාරෙකට යනවා. කලකොල තත්ත්වෙකින් හමාර වෙනවා. තමන් භාවනා කෙරුවයි කියලා නම්බුකාර විදියට කියන්න, බැරි තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. අධිෂ්ඨාන ශක්තිය පිරිහෙනවා. පෞරුෂත්වය පිරිහෙනවා. ඒක නිසා මේ අවිද්‍යාවේ ස්වභාවය නේ මේ. කෙලෙස්වල ස්වභාවය නේ මේ. වැඩ කරගෙන යන වැඩේට බාධා කරනවා. කෙලෙසෙනවා. අවුල් කරනවා. මෙන්න මේ තත්ත්වයට පත් වුණාට පස්සේ, මෙන්න මේ තත්ත්වෙම සාකච්ඡා කළ යුතුයි. නැත්නම් භාවනාව එපා වෙනවා. ඉඳගෙන ඉන්නකොටත් එපා වෙනවා. ඇවිදින කොටත් එපා වෙනවා, වැඩ කරනකොටත් එපා වෙනවා. අනිත් කට්ටියට භාවනා කරන අයටත් කියන්න හිතෙනවා, වැඩක් නෑ, මේ කාලේ භාවනා කරලා නිවන් ලබන්න බෑ කියලා. මෙන්න මේකටම මුහුණ දෙන්න ඕනෑ. තීරස තත්ත්ව පහළ වෙනවා. ඒකාකාරී තත්ත්ව පහළ වෙනවා. මෙවුවා අපි හංගන්න පටන් අරගත්තොත් ඒවා නිසි නින්දේ වැඩෙනවා. හංගන්න නෙමෙයි, එළියටම ගන්න ඕනෑ. මුණටම මුණ දෙන්න ඕනෑ. පයඝිකයේදී නම් මෙනෙහි කරන්න ඕනෑ. වෙන වෙලාවක නම් වහාම කම්ප්පානාවායඝිවරයා හමු වෙලා මට දන් කමටහන් සුද්ධ කරන්නත් එපා වෙනවා. කියන්න දෙයක් නෑ. භාවනාව එක තැනමයි, ආදී වශයෙන් මේ කියන දුක් ගැනවිලි, අඳෝනා, කම්ප්පානාවාර්යවරයට එව්වර අලුත් දේවල් නෙමෙයි. ඒක තමයි භාවනාව හැඳෙනකොට භාවනාව වැඩෙනකොට අලුත් ක්ෂේත්‍රයකට හිත පිවිසෙනකොට හැටි. නමුත් යෝගාවචරයා හැම වෙලාවෙම පුංචි දරුවෙක් වාගේ හැම වෙලාවෙම ඉල්ලන්නේ සුඛ, දුක්ඛ වේදනාමයි. අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවට එනකොට අසරණ වෙනවා. ආන්න ඒ අසරණ වීම ස්වාභාවික දෙයක්.

අවුචාවේ මේකට හොඳ නිදර්ශනයක් ගෙන හැර පානවා. 'මිග පද වලඤ්ජන උපමාව' කියලා. මස් වැද්දෙක්, මුව දඩයක්කාරයෙක්, මුවෙකුට විද්දට පස්සේ ඒ මුවා හිය කාගෙන ලේ පෙරපෙරා දුවනවා. ඒ දුවගෙන යනකොට ලේත් ඒ වැද්දට මග දක්වනවා. ඒ විතරක් නොවෙයි අර පිම්මට පනිනකොට කුරේට පස් හැරෙන නිසාත් කුර පාර දිගේත් එළවනවා. වැද්ද දන්නවා මේ සතා වේගෙන් දුවන්න දුවන්න, ලේ හලනවා වැඩි වෙනවා. මෙයා ඉක්මනට හති වැටිල වැටෙනවා. නමුත් හය නිසා කම්පනය නිසා පණ එපා කියලා දුවන වෙලාව. ඒ නිසා වැද්ද දිගටම එළවනවා. ඉතින් ඒ උපමාව පෙන්වලා මතක් කරනවා, යම් වෙලාවකට මේ මුවා දුවගෙන ගිහින් ගල් පොත්තක් උඩින් දුවගෙන ගියා නම්, තමන් එළවාගෙන ගිය පාර දිගේ ගිහින් අවසාන ගල් පොත්ත දකිනකොටම ඕන්න ඉන් එහාට කුර ලකුණු නැති වෙනවා. නමුත් අර දුවගෙන ආපු කුරවල තිබුණු පස් ඒ ගල් පොත්ත උඩ තැන්පත්

වෙලා තියෙන ආකාරය දකිනකොට වැද්ද දැනගන්නවා, දැන් මේ දුවගෙන ආපු එකේ ගලේ ආඩ්ඩේ නෑ, ලකුණ නෑ. නමුත් අර පස් ඩිංගිත්තක් වැටිල යන්නමට පටන්ගැනීම ගන්න පුළුවන්. නමුත් බොහෝම ශීඝ්‍රයෙන් ගල් පොත්ත උඩදි මුවා දුවපු අත දැනගන්න බැරි වෙනවා. නමුත් මුව වැද්ද මුවා අන්තර්ධාන වුණා කියලා එහෙම හිතන්නේ නෑ. එයා දන්නවා මේ ගලේ පාර හිටින්නේ නෑ. ඒ නිසා එයා ඒ ආපු ඒම දිගේම එහා කෙළවරට යනකල් හිඟිල්ලා එහා කෙළවරෙන් බලනවා බොහෝම සුක්ෂමව මේ දැක්කා වූ සමානව මුව පාද ලාංඡන, මුව කුර ලාංඡන දැකගන්න පුළුවන්ද කියල. දැක්කා නම් ඒ ගල තිබුණා කියලා ඒක ගැන කල්පනා කර කර පමා වෙන්නේ නෑ. අර කුර ලාංඡනය දිගේම යනව. බොහෝම ළග තැනක සතා වැටිල ඉන්ට ඉඩ තියෙනව.

අන්න ඒ වගේ තමයි භාවනා කරගෙන යනකොට, විශේෂයෙන්ම මිග පද ලාංඡන ක්‍රමය, පිම්බීම හැකිළීමත් ආනාපානයත් කියන දෙකටම සාධාරණයි. පිම්බීම හැකිළීමට සාපේක්ෂකව කථා කරනවා නම්, හොඳට ප්‍රකට වේගන එන පිම්බීම හැකිළීමට හිත යෙදුවාට පස්සේ වඩවඩාත් ප්‍රකට වෙන්න පටන් අරගන්න ගතිය, පිම්බීම හැකිළීමේ තියෙන එක ලාභයක්. අරමුණ වේග වෙන්න ගන්නවා. හිත වේග වෙන්න ගන්නවා. ඒ කරල අරමුණයි හිතයි පුළුවන් තරම් ලං වෙන්න පටන්ගන්නවා. මේක යෝගාවචරයාට නෑ බෑ කියන්න බැරි අත්දැකීමක්. මෙන්න මේකෙ මුදුන්පත් වීම, අරමුණත් හිතත් එකිනෙක හරියට කාකොටා වැටෙන්න කිට්ටු බල්ලෝ දෙන්නෙක් වගේ, අන්තිමට දෙන්නා එකට වැටිලා කාකොටා ගන්නවා වගේ, සම්පුණ් අරමුණයි හිතයි බැසගැනීමක් සිද්ධ වෙනවා. ආන්න එතකොට මේ බඩේද සිද්ධ වෙන්නෙ කණේද සිද්ධ වෙන්නෙ කියන එක මතක නැතිව යනවා. මේ මගේද අනුන්ගේද කියන එක මතක නැති වෙලා සම්පුණ් යෝගාවචරයාගේ හිතයි අරමුණයි එකතැන් වෙනවා. එකතැන් වුණාට පස්සේ ක්‍රමයෙන් ඒ අත්දැකීම සිසිල් වේගන යනකොට, නැවතත් ඒ යෝගාවචරයාට ශබ්ද ඇහෙන, පිම්බීම හැකිළීමේ විවිධ ආකාර ජේන, කය වැටහෙන, හිතීවිලි ටිකෙන් ටික නගින මානසිකත්වයකට වැටෙනවා. අන්න එතෙන්නට එතකොට යෝගාවචරයා හරියට ගල උඩින් පැනගෙන හිඟිල්ලා ගලෙන් එහා පැත්තේ කුර ලකුණු හොයන වැද්ද වගේ, හොඳට සැලකිලිමත් වෙන්න ඕනෑ. අර තරම් ප්‍රකටව කුර ලකුණු නැති වුණාට මේ මුවාගේ ගත්ත අනිත් ලකුණු ඔක්කොම දිහා බලලා ආයි පටන්ගන්න කුර ලකුණු හොයාගන්නවායි කියන එක හරියට නිකන් පිදුරු ගාලක නැති වෙව්ව ඉදිකට්ටක් හොයන්නා වගේ. ඒ වෙලාවේ ඇතෙක් ඉදිකට්ටක් ගන්න හොඬේ දික් කරනවා වගේ යෝගාවචරයා

මුළු ශක්තිය යොදා අර යාන්තම් මතු වේගන එන පිම්බීමේ හැකිලීමේ ආසාදන ලාංඡනය අනිකුත් අරමුණු අතරමැදි තෝරාගත්තොත්, වෙන් කරගත්තොත්, යෝගාවචරයා අත්වැල කඩා ගන්නේ නැතිව, අත්වැල අල්ලාගෙන, තනි ඒදණ්ඩක එගොඩ වෙන පුද්ගලයෙක් වගේ, අගාදේ මැදට යන්න යන්න අත්වැල සරණ කරගන්නවා.

මේක හුඟක් වෙලාවට අහම්බයක් වාගේ. නමුත් ධර්මය පෙන්නලා දෙන්න පුළුවන්. ඒ ධර්මය පෙන්නලා දුන්නොත් මෙතැනම හිර වෙන යෝගාවචරයෙකුට නම් ලොකු අමා බිංදුවක් වෙනවා. ලොකු රසයක් ඇති වෙනවා. ඒ වුණත් ඊට පහුවෙනිද ආයි වැරදෙන්න ඉඩ තියෙනව. ඒක දහස්වර කරන්න ඕනෑ. දහස්වර කරනකොට තමන්ට මේ හිතක්, මේ සාමාන්‍ය ප්‍රඥප්ති ලෝකයේ ඉඳලා විපස්සනාවට, නැත්නම් පරමාථ පැත්තට වැටෙනකොට මෙන්න මේ වගේ පෙරළියක් සිද්ධ වෙනව කියලා තේරෙනවා. ඉස්සෙල්ල ඉස්සෙල්ලා මේකට කෝල ගති, ආධුනික ගති, කෝඩු ගති, පහළ වෙනවා. නමුත් පහු වෙනකොට ඒක හරියට අල්ලාගන්නට පුළුවන් වුණොත් ඒ අල්ලාගන්නා වූ ආඩිච්චි දිගේ, ලකුණ දිගේ එහා පැත්තට දිගට යනකොට ළගළගම බොහෝම ශීඝ්‍රයෙන් විපස්සනා ඤාණ පහළ වෙන්න පටන්ගන්නවා. නමුත් හුඟදෙනෙක් ඒ වෙලාවෙදීත් පස්සෙත් හොඳටම බලාපොරොත්තු වෙනවා අර කලින් තිබුණ වගේ බරපතළ විදියට ඒ හැඩ, ඒ නිල, ඒ ලකුණු, ඒ ආකාර, ඒ සටහන් දකින්න. නමුත් එහෙම නෑ. ඒ වෙලාවේ තියෙන්නේ අර මූලින් දකපු ලකුණුවල ආඩිච්චි, ලාංඡනය විතරයි. ආනාපානය කරගෙන යනකොටත් හොඳටෝම මේ වෙලාවේදී නාසිකාග්‍රයෙන් හිත ගිලිහෙන්න ඉඩ තියෙනවා. කයේ පහසුකම්, ආලෝක, එහෙම නැත්නම් පා වෙන ගති, වගේ දේවල් නිසා ආනාපානයෙන් ලැබුණා වූ මූලික සඤ්ඤාව අසරණ වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. අසරණ වුණොත් එකම වළල්ලේ යමින් මැටි පාගන මහලු මීගොතෙක් වාගේ අපේ භාවනාව නැවත නැවතත් එක තැන කරකැවෙන්න පටන්ගන්නවා.

යෝගාවචරයා ඒ අවස්ථාවේදී ‘සනිමා’ කියන එක නෙමෙයි ‘සම්පජ්ඤා’ ගුණය ඇති කරගන්න ඕනෑ, මේ තමන් වඩාගෙන ආපු අරමුණමයි. නමුත් අරමුණ දැන් හුඟක් සියුම්. වෙනත් ආකාරයකින්, වෙනත් සටහනකින් ජේනවා. නමුත් ඒකමයි මේ තියෙන්නේ. නැති වුණයි කියන්න දෙන්න එපා, අන්තර්ගත වුණයි කියලා කියන්න නරකයි. නින්දට වැටෙන්න දෙන්න නරකයි. කල්පනා වෙන්න නරකයි. මේ වෙලාවේදී හොඳටෝම තේරුම් අරගෙන ඉදිරියට යනවා නම් ආන්ත

වේදනානුපස්සනාවේ එක, දෙක, තුන, කියන පංති තුන ඉවර කෙරුවා වෙනවා. මේ නිසාම අද භාවනා ක්‍රම රාශියක් ලෝකේ තියෙනවා, තනිකරම වගේ වේදනානුපස්සනාව ඉස්සර කරගෙන යන. එකට හේතුව මොකද? ඒකේ සැහෙන දුරට මේ භාවනා විත්ත වීථියක් සම්පූර්ණ කරලා අල්ලලා දෙනවා. හැබැයි පටන් අරගන්නේ කායානුපස්සනා ක්‍රමයට තමයි. ඒ නිසා මේ දේ අත්දැක්කත්, භාවනා වශයෙන් අත්දැක්කත්, මේ ආකාරයෙන් මේක පොට බේරාගන්න බැරි වුණොත් ඒක දිගආරලා ගැටේ ලිහාගන්න බැරි වුණොත් ඉතින් ඒ යෝගාවචරයාට සංසාරයක් වාසනා ලැබෙනවා. කොච්චර කාලයක් හරි ඔහේ භාවනා කරකර ඉන්න පුළුවන්. බුද්ධෝත්පාද කාලයක් ලැබුණයි කියලා හරයක් ඇති වෙන්නේ නෑ.

ඒ නිසා මෙයයි අපි සාකච්ඡා කළ යුත්තේ, මේ නිසයි යෝගාවචරයා විසින් කමටහන් සුද්ධ කළ යුත්තේ, මේකයි සාකච්ඡාවේදී මතු කළ යුත්තේ, ඒ මොකද? මේක හරිම විචිත්‍රයි. විවිධාකාරයෙන් මේක යෝගාවචරයාව වට්ටනවා. අද එක විදියකින් වැට්ටුවට තව දවසකින් තව විදිහකට වට්ටනවා. නමුත් මෙයාට තියෙන්නේ සීමිත වෙස් මුහුණු ගාණක්. සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා මොනම අරමුණක් හෝ තමන් දැක්කා, වටහාගත්තා, ප්‍රත්‍යක්ෂ කළා, කියන්න නම් ඒ අරමුණේ ඇත්තා වූ අතීත, අනාගත, පව්වුප්පන්න කියන කාලත්‍රයට අයිති හැම සටහනක්ම හැම ආකාරයක්ම දැකගත යුතුයි, ඕළාරික සුබ්බම කියන දෙකම දැකගත යුතුයි, අප්ඤ්ඤා බහිද්ධා කියන දෙකම දැනගත යුතුයි, හීන ප්‍රණීත කියන දෙකම දැනගත යුතුයි, දුර ළඟ කියන දෙකම දැනගත යුතුයි. නමුත් ඕනෑම යෝගාවචරයෙක් හිතා වෙලා කමටහන් සුද්ධ කරන්න එන්නේ අප්ඤ්ඤා වශයෙන්, ඕළාරික වශයෙන්, ප්‍රිය වශයෙන්, ප්‍රකට වශයෙන් ජේනව නම් තමයි. එහෙම නෙමෙයි, අරමුණ සාමාන්‍යයෙන් බාහිරේ වෙනවා වගේ ඒ වෙලාවට ජේනන ඉඩ තියෙනවා. නමුත් අරමුණ දිගේම පවත්වාගන්න සතිය තියෙනවා නම්, ඒ වගේ මත් වෙන්න දෙයක් නෑ. තමන් දන්නවා, මේ අරමුණම තමයි, මේ අරමුණ බලාගෙන හිටපු තැනම තමයි කියලා. ඒ වගේම අප්‍රියව ජේනවා. අරමුණ ජේනව, ඉතින් මොකද, ඕක හෙට කරන්න පුළුවන් නේද? කියලා පයඝිංකයෙන් නැගිටලා යන වෙලාවක් එනවා. එතකොට වෙන්නේ ආයෙත් පයඝිංකය මුල ඉඳලා ඔතෙන්නට එනකම්, සංසාරේ කවද හරි ඔතෙන්නට එනකම් ඒ භාවනා වධීනය එතකත් නතර වෙනවා. ඒ වගේම ඕළාරිකව ජේනනත් පුළුවන්, සුබ්බමව ජේනනත් පුළුවන්. මෙන්න මේ කාරණා එකොළහම දැනගත්තොත් තමයි අපි අරමුණ දැනගත්තා වෙන්නේ.

වේදනානුපස්සනාව දිගේ විස්තර කරනකොට මේ විදිහට අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවට ආවට පස්සේ බොහෝ විට මත් කරවලා, මන්දෝත්සාහී කරවලා, බැරි සඤ්ඤාව ඇති කරවලා, පස්සට දන ගතියක් තියෙනවා. හැබැයි ඒක කවදකවත් සතිපට්ඨානය නාහපු අන්ධ පාඨග්ජනයාට එන්නේ නෑ. ඒ වාගේම තමයි, සෝවාන් වෙච්ච කෙනාට එන්නෙත් නෑ. ඒ මොකද? අර අපි කලින් නිදර්ශනයක් ගත්තා, හිතලා බලලා තකී ක්‍රමයට ගන්න කෙනාට සුඛයත් එකයි, දුකත් එකයි, අදුක්ඛමසුඛයත් එකයි කියලා, ඕනෑ තරම් තකීයෙන් පෙන්නලා දෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා ඒ පුද්ගලයා භාවනා කරලා කියනවා, අදුක්ඛමසුඛය ආවොත් මට අල්ලන්න පුළුවන් කියලා. නමුත් ඇත්තටම කරන කොට නම් අල්ලන්න බැරි තත්ත්වය තමයි ආධුනිකයාගේ හැටි. නමුත් භාවනාවක් කරලා කාරණාවක් තේරුම් අරගෙන මම මේකම අල්ලන්න ඕනෑ කියලා දැඩි අධිෂ්ඨානයෙන් කරගෙන ගියොත්, යෝගාවචරයාට ඒක එනට එනට මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව, ඒකෙ ඇත්තා වූ නිර්වින්දන ගතිය, ඒකාකාරීකම, එපා කරවන ගතිය, බොඳ වෙච්ච ගතිය, ඔක්කාර ගතිය, එනකොටම හඳුනාගන්නවා. එනකොටම හඳුනාගන්නවා, හරි, මං මේකට තමයි බලාන හිටියේ, ඔන්න ආවයි කියලා. එතකොට ඒකත් ඒ යෝගාවචරයාගේ ශූරකම නිසා, දක්ෂකම නිසා, අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව වශයෙන් ප්‍රකට කරගන්න පුළුවන් වෙනවා. අන්න එදට ඒ යෝගාවචරයාට ඇඟට ලේ උනනවා. ඒ යෝගාවචරයාට පුළුවන්, වැටෙන ගතිය තාමත් තිබුණට, තනියම පැත්තකට වෙලා භාවනා කරන්න සුදුසුකම් තියෙනවා. ඒ මොකද? එයා වැටුණත් ටික වෙලාවකින් දන්නවා, මේ මට ලකුණු දුන් පහළ වෙලා තියෙන්නේ. මේ ලකුණුවල තියෙන්නේ මත් කරවන ගතිය, අන්ද මන්ද ගතිය, අවිද්‍යාවේ ස්වභාවය. මෙයා තමයි මට අල්ලාගන්න ඕනෑ වෙලා තිබුණේ. දුන් මේ වෙලාවේ හිත වට්ටන්න නරකයි. දුන් මේ වෙලාවේ හිතට අරමුණ නැති වුණයි කියන්න නරකයි. මේකටම සාදර වෙන්න ඕනෑ. මේකටම මම මුහුණ දෙන්න ඕනෑ.

ආන්න ඒ විදිහට සෝවාන් මාගී එල ලැබූ පුද්ගලයාට පවා මේ අන්ද මන්ද භාවය නැවත එනවා. නැවත එනකොට නා නා ප්‍රකාර ධර්ම මෙනෙහි කරමින්, නැත්නම් බුද්ධානුස්සති අරමුණ මෙනෙහි කරමින්, විහිළ කරන්න යන්න නරකයි. එච්චර වෙලා භාවනා කළේ මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව මතු කරගන්න තමයි. මෙච්චර වෙලා භාවනා කළේ මේ අවිද්‍යාව කියන සැඟවී වැඩ කරන හොර මුළේ නායකයා අල්ලාගන්න තමයි. දුන් හොර මුළේ නායකයා අහු වෙලා. නමුත් හොර මුළේ නායකයා කවදවත් හොරකම් කරන්නේ නෑ. බොහෝම හොඳ

මහාත්ම ගති ඇති කෙනෙක්. හැබැයි ඔක්කොටම ඔපිනියන් දෙන්නේ මෙයා තමයි. ඒ නිසා හරියට නඩුව මෙහෙයවූයේ නැත්නම් ඒ මනුෂ්‍යයා නිවැරදිකාරයා කරන්න ඉඩ තියෙනවා. එයා පෙනී සිටින්නේ කිසි සේත්ම වණ්ඩ පරුෂ පුද්ගලයෙක් වශයෙන් නෙමෙයි. නමුත් සෑම දේකටම මුල අනුසය ස්වභාවයේ හැටි එහෙමයි. ඒ නිසා එතෙත්ට එනකොට ඔය නඩුව නතර කරලා, භාවනාව නතර කරලා, සඵව ගසා දලා නැගිටිනවා නම්, ඉතින් ඒ යෝගාවචරයගේ තියෙන සාකච්ඡා අනුග්ගහිතයේ අඩුපාඩුකම් තමයි පෙන්නන්ඩ තියෙන්නේ. මේ ගතිය ධම් දේශනාවකින් දෙන්න බෑ. සීලයකින් දෙන්න බෑ. සමථයෙන් දෙන්න බෑ. විපස්සනාවෙන් දෙන්න බෑ. මේක අවුස්සලා මතු කරලා දෙන්නේ ඒකාන්තයෙන් සාකච්ඡාවෙන්මයි.

ඒ නිසා කොච්චර කාලයක් භාවනා කරපු කෙනෙක් වුණත් ඒ කල්‍යාණ මිත්‍රයා දූකපු දවසේ ඒ බණ, ඒ ධම්මය, ඇහිවිච්චි ගමන්, මෙතෙක් කල් කර කර හිටපු ඔක්කොම එද මල් පිපෙන්නා වගේ එන්න පටන් ගන්නවා. නමුත් මේකත් කවදවත් එක සැරේත් වෙන එකක් නෙමෙයි. කීප වතාවක් ඒකට මුණ දෙමින්, ඒකට සාර්ථකව මුණ දෙමින් සාදර විමෙන් කරන දෙයක්. එන්න එන්න යෝගාවචරයා එවැනි වක්‍ර රාශි රාශි අත්දකින්න පටන් අරගන්නවා. එක පයඝීංකයකදී අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව ඇවිල්ලා මතු වෙන්ට ඉස්සර වෙලා, හරි හැටියට මතු වෙන්න ඉස්සෙල්ලා නැගිටලා යනවා මුලින්. පස්සේ බණ අහලා හිතාගන්නවා, කමටහන් සුද්ධ නොකෙරුවත් කාරණාව තේරුම්ගත්තොත් අද මම ටිකක් බලන්න ඕනෑ කියලා. ඕන් ටික වෙලාවකින් ආයින් නිකම් එපා වෙන ගති කම්මැලි ගති ඇවිල්ලා නැගිටලා යනවා. මොනම ක්‍රමයක් නිසා හෝ ශුද්ධාව නිසා හෝ වියඝීය නිසා හෝ සම්පජ්ඤ්ඤය නිසා හෝ අභිජ්ඣා දෝමනස්ස දුරු කරන ගතිය නිසා හෝ, නැත්නම් අපි කියන සාධිපාද හතරෙන් කොයි එකක් නිසා හෝ මේ යෝගාවචරයා ටිකක් මේකට මුණ දෙන්න පටන් අරගත්තොත් තේරෙන්න පටන් අරගන්නවා මේ නිබ්බිද ඤාණය තුළ සම්පුණ්ණි නිවනේ ලක්ෂණ තියෙනවා. කිසිම දේක එල්ලී නැතිව පවතින්නා වූ මූලික අත්දැකීමක්. ඒක ලැබුණයි කියලා නම්බුවක් නෑ. නමුත් මේ අත්දැකීම නෑයි කියන්න බෑ. මේ අත්දැකීම හැම විත්තක්ෂණයකම අපි ළඟ තියෙනවා. කවදක්වත් මේක දකලා අපි සාදර වූණේ නෑ. නොදකින් නොපතන් කියලා අපි මේක අයින් කරන්න හදන තාක් කල් කැරකි කැරකි වැටෙන්නේ ඒකටමයි. අපි දවසක මේකට මුණ දෙනවා. දවසක මේකට මුණ දෙනවයි කියන එක අපි තේරෙන භාෂාවෙන් කියන්නේ කොහොමද? මේ අත්දැකීමේ මුල මැද අග, සාධාරණව බලන්න ඕනේ. මේ අත්දැකීමේ

මූල මැද අග සෞඛ්‍ය සම්පන්නව බලන්න ඕනෑ. මූල මැද අග හැකි සඤ්ඤාවෙන් බලන්න ඕනෑ. අන්න එදාට තේරෙනවා මේ අවිද්‍යාව, මේ උපේක්ෂාව දැනගැනීම සැපයයි. නොදැනීම දුකයි. මේ දේ, මේ නිබ්බිදාවට හේතු වෙන දේ, ඒකාකාර දේ, හිත එපා කරවන දේ දුකක්. ඒක දැනගැනීම සැපයයි. සවිඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා 'ජාති'පි දුකකා, ජරා'පි දුකකා, ව්‍යාධි'පි දුකකා, මරණමපි දුකකා' ආදී වශයෙන් දුක් රාශියක් පෙන්වනවා. ඒ දුක් නැහැයි කියන්න බෑ. නමුත් මේ දුක් බව දැනගැනීම ආයඪී සත්‍යයක්. ඉතින් භාවනා කරලා ආයඪී සත්‍යය අවබෝධ කරන්න ඕනි. නැත්නම් ඒකට කියන්න තියෙන්නේ දුක් භාවනාවක් කියලා. දුක් වඩන්නක් කියලා. ඒ නිසා වීර්යය නැති බුබ්බඛය මෙතෙක්ට ඇවිල්ලා හැමදම වැටිවැටී එතනම කරකැවෙනවා. 'විරියවතො පත කිං නාම න සිජ්ඣති' කියලා බුදු හාමුදුරුවෝ දෙනවා වීර පාඨයක්. ආදර්ශී පාඨයක්. වීර්යවන්තයාට මොනවද විඳින්න බැරි කියලා.

හැබැයි මේකට ලැස්ති වෙලා යන්න වෙනවා. ලැස්ති වෙලා ගියොත්, හරියට රම්බොඩ ප්‍රදේශයේ යනකොට වාහනවලට මීදුමෙන් බාධා කරනවා. දන්නේ නැති මනුස්සයෙක් ගියොත් මීදුම ඉවර වෙනකන් බලා ඉන්නවා. දවසක් බලන් හිටියත් මීදුම ඉවර වෙන්නේ නෑ. නමුත් ටික ටික යන්න පටන් අරගත්තොත් ඇගේ හැප්පෙන දේකුත් නෑ. ඒ වගේ තමයි මේ අන්ද මන්ද තත්ත්වයට ආවට පස්සෙ, කායඪීය බහා තබලා, මේක නැති වෙලාවක මං නිවන් දැකින්නම් කියලා යනවට වඩා, මම මේක විනිවිදින්න ඕනෑ. දූන් යන්න පුළුවන් එක සිංගිත්තක් නම් ඒ ටික මං යනවා. මේකට හැකි සඤ්ඤාවෙන් යනවා කියලා යන්න පටන් අරගත්තොත් කිසිම බාධාවක් නෑ. කවුරුවත් හම්බ වෙන්න කෙනෙක් ඇත්තෙන් නෑ පාරෙ. මොකද? ඔක්කොම හය ඇත්තෝ මග. තමන්ට ඉස්සරහට හෙමිහිට යන්න පුළුවන් ගතියක් තියෙනවා. අන්න එදාට මේ අන්දකීමේ මූල මම දැක්කා, මැද මම දැක්කා, අග මම දැක්කා, කියලා සතුටක් ඇති වෙනවා. ඒ සතුට අම්මට අප්පට එහෙම දෙන්න බෑ. ඒ වගේ තමයි ඒ සතුට දෙවියන්ට අපිට ආසිරි ගන්වන්නට බෑ. බුදු හාමුදුරුවන්ට අපට දෙන්නත් බෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒකයි මතක් කළේ - මෙන්න පාර මම පෙන්නුවා, කැමති කට්ටිය යන්ට. ඒ සඳහා එක සැරයක් ගිහිල්ලා හැප්පිල වැටිවිච ඇත්තන්ට කරදර කරන්න නරකයි. දඬුවම් කරන්න නරකයි. උපදෙස් නොදී අතහරින්න නරකයි. දහස්වර ගිහිල්ලා වැටුණ කෙනාට වුණත් මතක් කරන්න ඕනෙ, කවද හරි මේ අන්ධකාරේ, මේ මීදුම් පටලේ - මේකට කියනවා මෝහ පටල කියලා - මේ මෝහ පටලේ කපන්නයි ඕනෑ කරන්නේ. හැබැයි කිසිම කඩුවක් අවශ්‍ය කරන්නෙ නෑ. කලින් දැනගෙන ඉන්න ඕනි. බුදු, පස්

බුදු, මහරහතන් වන්සේලා මේක විනිවිද ගියා. මටත් හැම පයරීංකයේදීම එනවා. එනකොට මම නැගිටලා යනවා. ඒ මොකද? 'මම' නිසා. 'මම' යා පැත්තක තියලා මේ දුක්ඛ වේදනාවය, මේ සුඛ වේදනාවය, මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවය, මට මේ දුක්ඛ වේදනාවෙන් මුල, මැද, අග වැටහුණා. සුඛ වේදනාවෙන් වැටහුණා. මට මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවෙන් මුල, මැද, අග, වටහාගන්න ලැබේවා, කියනවා නම් 'මම' හැලෙනවා. මෙන්න මේකට කියන්න පුළුවන් භාවනා කමීස්ථානය කියලා. මේකට කියන්න පුළුවන් සතිපට්ඨානය කියලා. මේක කමීස්ථානයකුත් සතිපට්ඨානයකුත් වෙන නිසා මෙතනදී සක්කාය දිට්ඨිය හැලෙනවා. එහෙම නැතිව තකී ඤාණය ඉදිරිපත් කරගත්තොත්, එහෙම නැත්නම් මේකට විශේෂ වාහනයක් හදලා මම ඒකෙ යන්න හදනවා ආදී වශයෙන් තකී කරන්න පටන් අරගත්තොත් ඒ කථා කරන වාරයක් පාසා 'මම, මාගේ' හැඟීම් මතු වෙන නිසා කවදක්වත් මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව දකින්න බැරි වෙනවා. විනිවිදින්න බැරි වෙනවා. ඒ විතරක් නෙමෙයි දුක, සුඛ වේදනාවක්වත් විනිවිද යන්න බැරි වෙනවා.

ඒ නිසා යෝගාවචර ගමන කියලා කියන්නේ මහා පුදුම දෙයක්. මෙහිදී පෞරුෂත්වයේ වෙනසක්, රූවි අරූචිකම්චල වෙනසක් ඇති වීමට අපේක්ෂාවක් නැතුව, බිත්තර මල්ලක් වගේ ඔක්කෝමත් රැකගෙන යන්න හැදුවොත් මෙතනදී ඒකාන්තයෙන්ම හැලෙනවා. මෙතනදී ඒකාන්තයෙන්ම ලිස්සලා වැටෙනවා. එහෙම ලිස්සලා වැටීවිච වාර අනන්තයි. ඒ නිසා අපි අධිෂ්ඨාන කරගන්න ඕනෑ, මේ වාගේ හොඳට පැහැදිලිව ශාසනික ධම් විස්තර වෙලා තියෙන වෙලාවක, ඒ වාගෙම ඒ ගමන ගමන් කරන ඇත්තෝ කලාතුරකින් හෝ අපට දකින්න හම්බ වෙන වෙලාවක, අපිත් මේ ලැබීවිච අවස්ථාව මේ වගේ ලේසියෙන් යන්න දෙන්න නරකයි. එහි මත්තෙම පුණී ශක්තිය යොදවන්න ඕනෑ. ඒක සඳහා තමයි කායානුපස්සනාවට සමානව මෙහින් ආතාප වියරීයක් අවශ්‍ය කරන්නේ. ඒ වගේම තමයි සතිමත් වෙන්න ඕනෑ. සතිය විතර මේ කාරණාව තමන්ටම මතු කරලා දෙන එකක් තියෙනවා නම් ඒක ධම් සාකච්ඡාව විතරයි. ධම් සාකච්ඡාව තිබුණත් සතිය නැති කෙනාට මෙතෙක්ට ආවට පස්සෙ හිස් මල්ලකට බඩු පිරව්වා වගේ, ගිහිල්ලා බලනකොට මල්ල විතරයි. මොකද? අධියක් නෑ. සතිමත් කෙනා එහෙම කරන්නේ නෑ. ඒක ඉහළින් දරාගන්නවා. හිස මුදුනෙන් දරාගෙන ඉතාමත්ම සතිමත් වෙනවා මේ අදුක්ඛමසුඛ වේදනා එනකොට. ආන්න එනකොට පුළුවන්, සුඛ වේදනාවේදී ඇති වෙන්නා වූ ලෝභයත් දුක්ඛ වේදනාවේදී ඇති වෙන්නා වූ ද්වේෂයත් අදුක්ඛමසුඛ වේදනාවේදී ඇති

වෙන්නා වූ මෝහයත් යන මේ කාරණා තුන අනුශය වශයෙන් දැකගන්න. අන්න එදාට වෙනසක් ඇති වෙනවා. ඒ නිසා කායානුපස්සනාව පිළිබඳව යම් හැකියාවක් යම් දක්ෂතාවක් ඇති වෙච්ච කෙනාට වේදනානුපස්සනාවට යනවයි කියලා විශේෂ දෙයක් ඇත්තේ නෑ, වේදනානුපස්සනාව එනවා. අන්න ඒ එන වෙලාවට මෙන්න මේ කාරණා දැනගෙන ඉදිරිපත් කරගැනීමයි අවශ්‍ය වෙන්නේ. ඒකටයි, මේ ධර්ම කාරණා හැකි ප්‍රමාණයකින් ඉදිරිපත් කළේ.

මේ හැම කෙනෙක්ම යම් දවසක, යම් අවස්ථාවක, මේ දේවල්වලට පත් වෙලා හොඳ අත්දැකීම් ඇති පිරිසක්. ඒ නිසා මම හිතනවා පූජා කරපු මල් වට්ටියකට නැවත පැත් ටිකක් ඉහලා පූජා කරන්නා වගේ, මේ ඉසින ලද අලුත් ධර්ම කොට්ඨාශයත් තමන් භාවනා කරලා ලබා ඇත්තා වූ අත්දැකීම් එකතු කරලා, මේ වෙලාව ආවට පස්සේ, වටපිට බලන්නේ නැතිව ඉස්සරහට පස්සට කල් දමන්නේ නැතිව, අද මම මේකට මූණ දෙන්න ඕනෑය කියලා මේ අවිද්‍යාව, මේ උපේක්ෂා වේදනාව වින්දෙත් හොඳට තේරෙයි, මේ 'අවිද්‍යාව' පිහිටලා තියෙන්නේ 'විද්‍යාව' මත. අවිද්‍යාව තේරුම්ගැනීම තමයි 'විද්‍යාව' කියන්නේ. ඒ නිසා අවිද්‍යාව පන්නලා බෑ. අපිට අවිද්‍යාව මතු වේවා! අපිට අවිද්‍යාවේ මුල, මැද, අග වශයෙන් තේරුම්ගන්න ලැබේවා! ඒ සඳහාම අපි 'ආතාපි සම්පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං' කියන යෝගාවචර ගති පසු නොබා ඉදිරිපත් කරගෙන අපිට මේක කරගෙන යන්ට ශක්තිය ඔබ්බේ බලය ලැබේවා! කියන ප්‍රාථිනාවෙන් අදට නියමිත ධර්ම දේශනාව මෙතනින් හමාර කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව

9-වන ධර්ම දේශනය.

නමො තසසු භගවතො අරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු විතෙත විතතානුපස්සී විහරති. ආතාපි සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සනති.”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඛ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි අද සතිපට්ඨාන සූත්‍රය කියන වටිනා සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන ඒ සූත්‍රය දිගේ මතු වෙන ධර්ම කාරණා ඉදිරිපත් කරගනිමින් ක්‍රමයෙන් සති අටක් ගත කරලා අද මේ නවවෙනි ධර්ම දේශනා වාරයටයි සැපත් වෙන්නෙ. ඒ වගේම වටිනා පිරිසක් එකතු වෙලා වටිනා වස් කාලයක් සමගියෙන් යුක්තව ශ්‍රමණ ධර්ම සම්පූර්ණ කිරීමෙහි යෙදී ගත කරන අවස්ථාවක්. මේ වගේ පිරිසකට මේ වගේ ධර්ම දේශනාවක විවරණයක මැද හමු වෙන අවස්ථාව, ධර්මල ටිකක් ගැඹුරු පැත්ත, සුක්ෂ්ම පැත්ත අනිවාසීයෙන්ම බලාපොරොත්තු වෙන්න වෙනවා.

සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ මුලින්ම ඉතාමත්ම ඕලාරික, ගොරෝසු, තේරුම් බේරුම් කරගන්න පුළුවන් පහසු තැනින් පටන් අරගෙන ක්‍රමයෙන් ටිකෙන් ටික ටිකෙන් ටික සියුම් භාවයට, සුක්ෂ්ම භාවයට, මධ්‍යස්ථ තත්ත්වයකට, කළල අවස්ථාවකට, ප්‍රාග් අවස්ථාවකට, හෙමිහිට හෙමිහිට මේ අපේ සංසාර ගැටලුව පුංචි කරලා පුංචි කරලා පෙන්නන්න පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මග්ගො” කියන ඒකායන පදයෙන් සමහර විට සම්ප්‍රදයානුකූල අථ දෙකක්, එක මාගීයක්, නැත්නම් රේඛාමය වශයෙන් පෙන්නන්න පුළුවන්, එකකට එකක් සම්බන්ධ කරමින් දම්වැල් පුරුක් ගැට ගහගෙන යන්නා වගේ ගෙනියන මාගීයක්. ඒ නිසා අනුපිළිවෙළ වැඩ පිළිවෙළේදී හුඟදෙනෙක් දෝෂ රහිතව වැඩේ ගෙනියන්න නම් සතිපට්ඨාන මාගීය තමයි ඉදිරිපත් කරගන්නෙ. සතිපට්ඨාන මාගීය කොහොමටත් සුතමය වශයෙන්, නැත්නම් අසා දැනගන්නා බහුස්සුත ඤාණය වශයෙන් හෝ වේවා, කායානුපස්සනාව කියලා කොටසක්, වේදනානුපස්සනාව කියලා

කොටසක්, චිත්තානුපස්සනාව කියලා කොටසක්, ධම්මානුපස්සනාව කියලා කොටසක් වශයෙන් කොටස් හතරකට බෙදනවා.

අපි උද්දේශ වාරය වශයෙන්, මාතෘකා කියා පැමි වශයෙන්, කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා කියන කොටස් පසුගිය වාචේ හමාර වෙනකම් සාකච්ඡා කරන්න යෙදුණා. අද අපි ඉදිරිපත් කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ චිත්තානුපස්සනා කොටසයි. එතකොට නම් හොඳ රසවත් මදය හරිය අහු වෙනවා වගේ රසයක් තියෙනවා. ආධුනික කෙනෙකුට නම් තේරුම්ගැනීමට බොහෝම අපහසු, ඒ වගේම අදහා ගැනීමට අපහසු, සංකීණී සුක්ෂ්ම පැත්තක් වශයෙන් තේරෙන්න ඉඩ තියෙනවා. මෙන්න මේ වගේ සුක්ෂ්ම සංකීණී දේවලුත් ඒවා නොතේරෙන පාඨග්ජන හිතත් කෙළින්ම සම්බන්ධ කරපු සූත්‍ර බර ගානක් අපේ සූත්‍ර පිටකයේ ඉදිරිපත් කරලා තිබෙනවා. ඒක නිසා ඒ සූත්‍ර අහපු කෙනාට නිවන් දක්කන්න යොමු වුණාට අනික් ඇත්තන්ට අර තරම්ම ප්‍රායෝගික කාරණාවක් ඉෂ්ට සිද්ධ කරන්නේ නෑ. එහෙම නමුත් ඒවා සඵඥ දේශිත ශ්‍රාවක දේශිත සූත්‍ර වශයෙන් සඳහන් වෙනවා.

විශේෂයෙන්ම මේ චිත්තානුපස්සනා කොටසට යනකොට ඒ දක්වා භාවනා කරලා, ඒ දක්වා පාරමිතා ධම් නිග්‍රය ධම් සම්පූණී කරගත්ත කෙනාට සඵඥයන් වහන්සේගේ හිත පිළිබඳව විචරණය අහනකොට පුදුමාකාර සතුටක්, පුදුමාකාර මංගල භාවයක්, කල්‍යාණ භාවයක්, වැටහෙන්න පටන්ගන්නවා. මේක ඇත්ත වශයෙන්ම මජ්ඣම නිකාය කල්‍යාණ කොටසටයි වැටෙන්නේ. ආදි කල්‍යාණ, මජ්ඣම නිකාය කල්‍යාණ, පරියොසාන කල්‍යාණ කියලා අපේ බුද්ධ ශාසනයේ කල්‍යාණ ධම් තුනක් තියෙනවා. මංගල ධම් තුනක් තියෙනවා. හද ධම් තුනක් තියෙනවා. හොඳ ධම් තුනක් තියෙනවා. ඒ ආදි කල්‍යාණ කියන එකට සීලය කියන කොටස වැටුණට, මජ්ඣම නිකාය කල්‍යාණ කොටසට තමයි චිත්තානුපස්සනා කොටස වැටෙන්නේ. නැත්නම් මේකට විත්ත භාවනා කියලත් සඳහන් වෙනවා. සඵඥයන් වහන්සේ ලෝකේ ප්‍රාදුර්භූත වෙන්න කලින්, නැත්නම් සඵඥතා ඤාණයෙන් මේ ලෝකේ මම බුද්ධ කියලා අහිත සිංහ නාදය කරන්නට කලින් තිබුණ ආගම් ඔක්කොම, අවසානය මේක තමයි කියලා හිතාගෙනයි හිටියේ. හිත අයින් කරගැනීම, නැත්නම් විත්ත භාවනාව, සමථ භාවනාව තමයි අවසානය වශයෙන් නිෂ්ටාව වශයෙන් දැනගෙන සිටියේ. ඒ අනුව, සීලය ඉක්මවලා හොඳ ආධ්‍යාත්මික පරිසරයක් ඒ කාලේ ඉන්ද්‍රියාවේ ඇති වෙලා තිබ්ලා තියෙනවා.

නමුත් සඵඥයන් වහන්සේ ඒ පෙර පැවතුණා වූ පූච්චි බුද්ධ පරිසරය සම්පූර්ණයෙන්ම ප්‍රතික්ෂේප කලා නොවෙයි. උත්වහන්සේ ඒක

ප්‍රයෝජනය සලකලා ඉදිරිපත් කරගන්නා. ඉදිරිපත් කරගත්තේ භාවනාවට පෙළඹෙන බුද්ධ ධර්ම සම්මත සම්මත යන ත්‍රිවිධ රත්නය සරණ යන ඇත්තන්ට විශාල ශක්තියක් හා ධර්මයක් ඇති කරන තාලෙට, හැකි සඤ්ඤාවක් කුසලච්ඡන්දයක් ඇති කරන තාලෙටයි. ඒ නිසා සමහර සූත්‍රවල කෙළින්ම දේශනා කරලා තියෙනවා “පහසාර”මිදං හික්ඛවෙ චිත්තං, තඤ්ඤා ඛො ආගඛනුකෙහි උපකකිලෙසෙහි උපකකිලිධං.”²⁴ කියලා. මහණෙනි! අපි මේ පුහුණු කරන්න හදන, භාවනා කරන්න හදන හිත, ස්වභාවයෙන්ම ප්‍රභාශ්වරයි. ‘පහසාර’මිදං හික්ඛවෙ චිත්තං’, මේ හිත ස්වභාවයෙන්ම ප්‍රභාශ්වරයි. ‘තඤ්ඤා ඛො ආගඛනුකෙහි උපකකිලෙසෙහි උපකකිලිධං’. එහෙම නමුත් මෙන්ම මේ පරිබාහිරව පැමිණියා වූ උපක්ලේශ ධර්මයන්ගෙන්, කසල ධර්මයන්ගෙන්, දූවිලි ධර්මයන්ගෙන්, තෙල් කුණු ධර්මයන්ගෙන්, කෙලෙසිලා. ඒ බව මේ අශ්‍රයවත් පාඨග්ජනයා දන්නේ නෑ. ඒ නිසා මේ හිත තෙල් කුණු ගැවිවිව, කෙලෙසිවිව, දූවිලි බැඳිවිව, කුණු වෙවිව එකක් විදියට හිතනවා. අනුන්ගේ සිතුවත් එහෙමයි කියා හිතනවා. නමුත් එහෙම හිතනකොට අරමුණු වෙන්නේ, දෑ ගන්නේ අර පිට තියන කුණු ටික, පිට තියන තෙල් කුණු තට්ටුව, පිට තියන දූවිලි තට්ටුව, පිට තියන කෙලෙස් තට්ටුව. මොකද? ඒ අශ්‍රයවත් පාඨග්ජනයාට කවදවත් දෙයක් විනිවිද දැකගන්න, ඇති හැටියට දැකගන්න, දෙසැරයක් බලන්න, ඉවසීමේ ශක්තියක් නෑ. දෑ ගමන්ම වහාම විනිශ්චයකට පෙළඹෙනවා. ඉතින් තමන්ගේ හිත ගැනත් මය වගේ බොහෝම පහත්, නිව ලංසුවක දලා කල්පනා කරනවයි කියන එක පාඨග්ජනයාට බොහෝම ලොකු විනෝදංශයක්. ඒක නේ මෙව්වර නිව වැඩ කරන්නේ. අපායගාමී වැඩ කරන්න හේතු වෙන්නේ තමන්ගේ තත්ත්වය ඒ තරම්ම නිව කරගන්න එක. ඒ විතරක් නොවෙයි ඒක ඒ විදියට කරගන්නකොට අත්තානුවාදයක් වශයෙන්, තමන්ට නිග්‍රහ කරගැනීමක් වශයෙන්, අත්ත ක්ලමථයක් වශයෙන්, අත්තකිල මථානුයොගයක් වශයෙන් දුකට හේතු වෙනවා. ඒක සච්ඤයන් වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා “දුකෙඛා අනරියො අනතසංහිතො” මේක ඒකාන්තයෙන්ම දුක පිණිස හේතු වෙනවා. අනථීය පිණිස හේතු වෙනවා. නමුත් මේකෙ අනික් පැත්ත තමයි, අනුන්ගේ හිතත් තමන්ගේ කුණු වෙවිව හිතීන්, පිටින් කුණු ගැවිලා කුණු වෙවිව හිතීන්, අනුන්ගේ හිත දකිනකොටත් හිතන්නේ අනුන්ගේ හිතුවත් මේ වගේ ආයෙ හෝදලා ගොඩ ගන්න දෙයක් නෑ, ඒකත් කුණු වෙලාමයි තියෙන්නේ, මගේ වාගේමයි කියලා අර බාහිරේ තත්ත්වෙ අනුව හිතීම. එහෙම හිතලා ඒ

²⁴ අංගුත්තරනිකාය, ඒකක නිපාතය, පහස්සර වර්ගය, පඨම සූත්‍රය

මනුස්සයා නැති කරන්න, විනාශ කරන්න, එයාගේ පක්ෂය පරද්දන්න, එයාගේ ධර්මය නැති කරන්න, එයාගේ රුවි අරුවිකම්චලට විරුද්ධ වෙන්න කිසිම පැකිළීමක් නැතිව අපි පෙළඹෙන්නේ මේ මතුපිට යාන්තම් තියෙන කුණු තට්ටුව නිසා.

මෙන්න මේ කුණු තට්ටුව ඇරලා මේ ඇතුළේ රත්තරන් වගේ 'විත්තං ජමෙඛාව දසෙසව' දඹ රත්තරං වගේ ඇත්තා වූ, හැම කෙනෙක්ගේම සන්තානය තුළ තියෙන්නා වූ මේ හිත දූකලා, මාත් මේ හිත පුරුදු කෙරුවේ, දියුණු කෙරුවේ, පිරිසිදු කෙරුවේ රත්කරුවෙක් රනේ මළ හරින්නා සේ ගින්නෙ පළහමින් වතුරේ දමමින් මදිමින් ක්‍රමයෙන් ඒක පිරිසිදු කලා. ඒ රත්තරනෙ කැටයම් කැපෙන්නෙ නැති වෙන තාලෙට, රත්තරන ගෙවෙන්නෙ නැති තාලෙට කුණු ටික විතරක් කපල මම පිරිසිදු කලා. ඒ වගේම බණ අහන, බණ කියන, නැත්තම් සඵඥයන් වහන්සේගේ සාසනයේ අවුරුදු 5000 ක් කල් පහළ වෙන විනෙය්‍ය ජනතාව සියලු දෙනාටම මෙන්න මේ හිත, තමන් මේ ආශ්‍රය කරන හිත, මේ යන හිත, මේ කන හිත, මේ බොන හිත, මේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කරන හිත, මේ පිම්බීම හැකිළීම බලන හිත ප්‍රභාශ්වර දෙයක් කියලා අවබෝධ කරදීම සඳහා උන්වහන්සේ තමන්වහන්සේගේ ශ්‍රී බුද්ධ වචනය පාවිච්චි කලා. ඒක විස්මයජනකයි.

ඒ බුද්ධ වචනය අදහනවා කියලා කියන්නේ, වෙන විදියකට කියනවා නම් බුදුන් අදහනවා කියලා කියන්නේ, ධර්මය අදහනවා කියලා කියන්නේ, සම්මසයා අදහනවා කියලා කියන්නේ, මේ අපි, මේ බුද්ධ ශාසනයේ යෙදී සිටින සියලුම විනෙය්‍ය ජනතාව, මේ පහස්වර වූ හිතකට අයිතිවාසිකම් ඇති කෙනෙක්ය කියලා පිළිගන්න එක. ඕකෙ ඔය පිට තියෙන රාග සිතිවිලි, දෝස සිතිවිලි, මෝහ සිතිවිලි වගේ දෙයක් දූකලා තමුනුත් රාග සහිත දෝස සහිත මෝහ සහිත හිතකින් ඒක විනිශ්චය කරලා, ඒ මනුස්සයාට මරණ දණ්ඩනය හෝ එහෙම නැත්තම් බරපතළ හිර දඬුවම් හෝ වෙනත් රාජ දඬුවම් හෝ පමුණුවන්නට අපට කිසිම අයිතිවාසිකමකුත් නෑ. ඇත්තටම ඒ මනුස්සයාට ඒක කැපත් නෑ. ඒ මනුස්සයාට ඒක කැප වෙන්නේ අශාතවත් පෘථග්ජනකම නිසා. අපි බලන්න ඕනෑ, අපිත් අපේ හිත මේ පෘථග්ජනකමෙන් ගලවාගෙන, අනෝ! අපිට මේ ලෝකය පහස්වර වූ සිත් සහිත මනුස්සයන් ඉන්න ලෝකයක් විදිහට දූකගන්න නම් අපිට විත්තානුපස්සතාව පිළිබඳ මූලික හැඟීම, මූලික වැටහීම, නිවැරදි කරගන්න වෙනවා.

ඒ සඳහා ඉස්සෙල්ලාම මේ වාගේ ධර්මතාවක් කියනකොට ඕනෑම කෙනෙකුට ඒක හතරමං හන්දියක ඉඳගෙන ශබ්ද විකාශන

යන්ත්‍රවලින් ශීඝ්‍රයෙන් කියාගෙන ඇවිදින්න තරම් ලොකු උනන්දුවක් පහළ වෙනවා. ඒ මොකද? අනේ! ලෝකයා මේක දන්නවා නම් තමතමන් හැම කෙනෙක් තුළම මේ වාගේ ප්‍රභාස්වර වූ හිතක් මේ සන්නානේ පවතිනවා, ඒ හිත තමයි මේ සියල්ලට වග කියන්න වෙන්නේ, ඒකේ ඉතාම මතුපිට කට්ට මේ ආගන්තුකව පැමිණියා වූ තෙල් කුණු ටිකකින් වැහිලා තියෙන නිසා ඒ පුද්ගලයා මුළු එකම කෙලෙසුණා කියලා හිතාන ඉන්නවා කියලා, මේ කාරණාව කියන්න හිතෙනවා නම් ඒක පුදුම වෙන්න දෙයක් නොවේ. නමුත් ඒක නොවෙයි සච්ඡෙයන් වහන්සේගේ අධ්‍යාසය, කැමැත්ත. උන්වහන්සේ මේ ධර්මය දේශනා කරන්නේ, උන්වහන්සේ පිළිගන්නේ, මේක අනුන්ගේ එකෙන් බලන්න එපා. තමන්ගේම හිත දිහා බලන්න. අපි කොයි අවස්ථාවකදීද, ජීවිතය කොච්චර පුංචි කාලයක්ද, මේ වාගේ මේ පිරිසිදු හිත මතුපිට තියෙන්නා වූ මේ කුණු ටික කපලා මේ පිරිසිදු භාවයෙන්ම, රත්රන් කරඬුවක තැන්පත් කරලා, ඒක උත්තම භාවයට, උතුම් භාවයට, ආර්ය භාවයට පත් කරන්න කල්පනා කරන්නේ. කොච්චර වෙලාවක් අපි හිතනවාද, මේක හදන්න බෑ, මේ ආත්මේ නම් බෑ, මෙමතී බුදුහාමුදුරුවෝ එනකන් ඉන්න ඕනෑ. නැත්නම් මම බුදු වෙන්න ඕනෑ කියලා, නා නා ප්‍රකාර ප්‍රමාද සිතිවිලි ආගම කියලා හිතලා හෝ වේවා! ධර්මය කියලා හිතලා හෝ මෝඩ තකතිරුකම් වශයෙන් හෝ වේවා! ඉදිරිපත් කරලා කොච්චර කටයුතු කරනවාද? මෙන්න මේ තකතිරුකම, මේ පස්සට දමන ගතිය නැති කරලා මේ මොහොතේ දැන් මම අර ප්‍රභාස්වර වූ හිත සමාදන් වෙනවා. ප්‍රභාස්වර හිතට ආවේස වෙනවා. අර පිට තියෙන කට්ටේ කපන්න පුළුවන් දෙයක් බව, දුරු කරන්න පුළුවන් දෙයක් බව මම වටහාගන්න ඕනෑ කියලා කටයුතු කරනවා නම් අන්න චිත්ත භාවනාව. අන්න ඒක තමයි බුද්ධ ශාසනයේ චිත්ත භාවනාව. එහෙම නැතිව ලෝකයාට මේ රත්තරන්කාරයෙක් අනුන්ගේ රත්තරන් වතුරේ දලා පිරිසිදු කරලා, ඒ රත්තරන් වතුරේ දලා දෙන්න හදන රත්තරන්කාරයෙක් වගේ නොවෙයි. ඒ රත්තරන් වතුරකාරයා තමන්ගේම හිතට යොදාගෙන තමන්ගේම හිත, ඒ දඹ රත්තරනක් වගේ තියෙන ඒ හිත පිරිසිදු කරගන්න එකයි මේ චිත්ත භාවනාවේ සඳහන් කරන්නේ.

අපි කලින් වතාවක මතු කරගත්තා බොහෝම ප්‍රසිද්ධ නිදර්ශනයක් - සේරිවාණිජ ජාතකය. කලින් ගිය සේරිවාණිජ කියන වෙළෙන්දාට, අර අඩ අඩා සිටින මිනිසිරිය සන්තෝෂ කරන්න හිතාගෙන ආත්තම්මා දුන්නා රන් තලියක්. නමුත් ආත්තම්මා දන්නේ නෑ මේක රන් තලියක් බව. ඒක පිට කට්ටේ දුම උඩ තිබ්ලා හොඳටෝම දැලි වැදිලා. නමුත් ආත්තම්මා හිතුවේ මේ රත්තරන් තලිය දීලා අනේ මේ දරුවට

රිදී වළලු දෙකක් අරන් දීල ඇඬිල්ල නතර කරගන්න. නමුත් සේරිවාණිජ, ඉතාමත්ම කපටි හිතක් ඇති පුද්ගලයා මේක පොඩ්ඩක් පනුරුගාලා බලනකොට දැනගන්නා, මේක නම් ජම්බෝනද රන් තලියක්. දඹ රනක්. නමුත් ඒ බව මේ අම්මාට කිව්වොත් මේ අම්මා කවදවත් මේක මට දෙන්නේ නෑ. ඒක නිසා මේක පාව්වල් කළා. “අපෝ මේ දිරව්ව තලියකට කොහොමද වළලු දෙන්නේ. ඒක කරන්න බෑ. ඕනෑ හැටියකට දරුවා රවටාගන්න” කියලා, රන් තලිය පාව්වල් කරලා දල ගියා. නමුත් ඒ පාරෙම තමයි බෝසත් වෙළෙන්දා වෙළඳමේ ආවේ. ඒ වෙළෙන්දා මේක දිහා බලනකොටම දැනගන්නා මේ ගෙදර මේ අම්මලා බොහෝම පැරණි පරම්පරාවකින් පැවත එන ඉතාමත්ම පොහොසත් පවුලක්. දැන් ඉතින් බොහෝම දුප්පත් තත්ත්වයට පත් වෙලා. එද එදිනෙද වැඩට පාව්ව්ව් කරපු රන් තලියක් මේක. වට්ට කුණු බැඳිව්ව නිසා ඒක පැත්තකට දලා තියෙනවා. ඒ තරම්ම පොහොසත් මිනිස්සු. අද ඒක හඳුනාගන්නත් බෑ, මේ පරම්පරා දෙකතුනක් ගියාට පස්සේ. නමුත් ඉදිකට්ටිකින් පනුරුගාලා පමණින් දැනගන්නා මේක රන් තලියක් බව. ඊට පස්සේ කිව්වා “අම්මේ මගේ බුදුලේ දීලාවත් මේක ගන්න බෑ, මේක දඹ රත්තරන්. ඒක නිසා ඔබ කැමති නම් මගේ මේ කද වළලු පෙට්ටියම දීලා යන්නම්. මගේ සම්පූර්ණ ව්‍යාපාරයම දෙන්නම්. කැමතිද” කියලා. ඉතින් අම්මා මේකට බොහෝම සන්නෝෂ උණා. මොකද? මේක මොහොතකට කලින් ඉතාම නීව කරලා මේ කැඩිව්ව වළල්ලකටවත් සම්බන්ධ කරන්න බැරිය කියපු වෙළෙන්දකු නිසා හිත පීඩා කරගෙනයි හිටියේ. අන්න බෝසත් වෙළෙන්දා පැමිණියාට පස්සේ ඒක දඹ රත්තරන් වුණා. දඹ රත්තරන් උණාට පස්සේ කද වළලු පෙට්ටියම දීලා මේක අරන් ගිය කථාවක් අපි අහනවා සේරිවාණිජ ජාතකයේ.

අන්න ඒ වගේ තමයි අසත්පුරුෂයා ආශ්‍රය කරන්න, කරන්න, තමන් නීව වෙනවා. තමන් ඔය දඹ රත්තරනක් වගේ තියෙන හිත තවත් පහත් කරලා, නුඹ අසවල් පුරුද්ද ඇති කෙනා, නුඹ අසවල් දේට කැමති කෙනා ආදී වගයෙන් අර පිට තියෙන කුණු තට්ටුව දකලා ඒකම අගය කරමින්, ඒකම සමාදන් කරමින්, අර ඇතුළේ තියෙන දඹ රත්තරන අසත්පුරුෂයා දකින්නෙන් නෑ, අසත්පුරුෂයා තව කෙනෙකුට, සත්පුරුෂයෙකුටවත් දකින්න ඉඩ තියන්නෙන් නෑ. සත්පුරුෂයාගේ වැඩේ මගේ හිත කුණු වෙලා කියලා හිතාගෙන ඉන්න අසත්පුරුෂයෙක් දක්කත්, දුශ්චරිතයේ යෙදෙන කෙනෙක් දක්කත්, ඒ ඇත්තා ටික කාලයක් හරි ආශ්‍රය කරලා, පැත්තකින් ගටලා හප්පලා, ඒ හප්පනකොට කියනවා ඉතින් තරඟ යනවා, කේන්ති යනවා, ඉවසන්නේ නෑ අරහෙ මෙහෙ කියලා. නමුත් ඉදිකට්ටෙන් රත්තරන් භාජනේ හුරන්නේ නැතිව

ඒක දඹ රන් කියලා දැනගන්න පුළුවන්කමක් ඒ වෙලෙන්දට තිබුණේ නෑ.

ඒ වගේම තමයි සත්පුරුෂයන් එක්ක ආශ්‍රය කරනකොට කනෙන් කොනෙන් ටිකක් වදින්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම වදිනකොට තමයි ඇතුළේ තියෙන දඹ රත්තරන පේන්න පටන්ගන්නේ. එතකොට දෙපැත්තටම පේනවා. පීරිගාන්න ඉස්සෙල්ලත් සත්පුරුෂයා දැනගන්නවා මේක රත්තරන් බව. නමුත් ඒක පීරි ගාන්නේ නැතිව උරගාන්නේ නැතිව හරියට දැනගන්න බෑ. දැනගන්නවත් එක්කම ඒ රන් භාජනය අයිති කෙනාටත් වැටහෙනවා. වැටහුණාට පස්සේ කියනවා, මේකේ මේ යාන්තං පුංචි සිවියක් පමණයි කුණු තියෙන්නේ කියලා. දූවිලි රැල්ල බැඳිලා, දූල්ල බැඳිලා. අපි ඕක කපමු. කැපුවාට පස්සේ මේක රත්තරන්. ඇත්ත වශයෙන් කියනවා නම්, ඒ අදහස පිළිගත්ත මොහොතේ ඉඳලාම ඒ භාජනේ දඹරන් දිලිසෙන භාජනයක් හා සමානයි. නමුත් කවුරු හරි ඇවිල්ලා කියනවා නම් මේක කුණු ගැවිවිව, අල්ලන්න බැරි තරම් කැත දෙයක් කියලා ඒ අදහස පිළිගන්න තාක් කල් ඒ භාජනය මැටි භාජනයක් තරම්වත් වටිනාකමක් නෑ. ඒ නිසා භාජනේ නොවෙයි වටිනාකම තියෙන්නේ. භාජනේ දිහා බලන දෘෂ්ටි කෝණයේමයි. ඒ දෘෂ්ටි කෝණයත්, කුලියට, ණයට, සත්පුරුෂයන්ගෙන් හෝ අසත්පුරුෂයන්ගෙන් ගත්ත එකක්.

ඒ නිසා අපි සිතාගන්න ඕනෑ මේ විත්ත භාවනා කරන ඇත්තෝ, අසත්පුරුෂ අදහස්, අසත්පුරුෂයන් සමග ආශ්‍රය කිරීම තරම් විෂකුරු සපීයෙක් තව ඇත්තේ නෑ. විත්ත භාවනාවෙන් දියුණු වෙලා විත්ත භාවනාවෙන් තමන් ආත්ම විශ්වාසයක් ඇති කරගත්ත කෙනෙක් ළඟ ඉන්නකොටමත් ඉබේම තමන්ගේ භාජනේ රත්තරන් වෙනවා. ඒක මදින එක විතරයි තියෙන්නේ. මැද්දත් නැතත් රත්තරනේ වටිනාකමේ වෙනසක් වෙන්නේ නෑ. මැදිල්ලෙන් පේන්න තියෙන්නේ ලෝකයාට පේන එක විතරයි. මෙන්න මේ ආකල්පය ඇති කරගන්න බැරි නම් "කරුණිය" මත කුසලෙන, යං තං සන්තං පදං අභිසමෙච්ච සකෙකා....." ආදී වශයෙන් තමන්ගේ ආත්ම කුසලය කිරීමට කැමති යම් කිසි කෙනෙක් වෙනවා නම්, තමන්ගේ භාජනය රත්තරන් බවට හැකි සඤ්ඤාව ඇති කරගත්තේ නැති නම්, උන්දෑ ළඟ ඇත්තා වූ යෝගාවචරකමක් නෑ. මෙත්තා සූත්‍රය බොහොම වටිනා යෝගාවචර ලක්ෂණ ගාතක් විස්තර කරනවා. පළමුවැනිම දේ තමයි හැකි සඤ්ඤාව. අපි සාමාන්‍යයෙන් නිස්සරණ වනයේ තමයි හැකි සඤ්ඤාව කියන වචනය බහුලව භාවිත කරන්නේ. එහෙම නැත්නම් ධනාත්මක ආකල්ප,

ධනාත්මක චිත්තනය කියලා දැන් අලුත්ම වචන පාවිච්චි වෙනවා. මේකට සඵඥයන් වහන්සේ පාවිච්චි කෙරුවේ කුසලච්ඡන්දය කියලයි. මේක මට හැකියි, පුළුවන්, කරලා බලන්න ඕනෑ කියන ඡන්දයයි. ඒ නිසා කායානුපස්සනා අවස්ථාවට වඩා, වේදනානුපස්සනා අවස්ථාවට වඩා, චිත්තානුපස්සනා අවස්ථාවේ පවතින්නා වූ කුසලච්ඡන්දය බොහෝම නිව්ච්චි එකක්. කායානුපස්සනාවෙන් වේදනානුපස්සනාවෙන් බොහෝම දූවෙන, බොහෝම වේග කන, තදබල සංවේග, තදබල සංසාර දුක් සහිතව තමයි ඒවායේ යෙදෙන්නේ. නමුත් ඒවගෙන් හිත තැන්පත් කරගෙන තැන්පත් කරගෙන චිත්තානුපස්සනාවේදී මගෙ හිත දඹ රත්තරනක් වගේ දෙයක්, මේකෙ ඒ තරම් හප්පන්න ගටන්න යන්න හොඳ නෑ, කාල බලන වෙලාවේදී හැපෙනවා තමයි, නමුත් පහු වෙනකොට බොහෝම සුක්ෂමව පාවිච්චි කරන්න ඕනෑ කියලා, ඒක පිළිබඳව ඤාණ සම්ප්‍රයුක්තව තමයි කටයුතු කරන්නේ. ඒ නිසා මේ භාජනයේ වටිනාකම කොහොම වුණත් ඒක එක් කෙනෙක්ගෙ අතින් කෙලෙසිව්ව කුණු භාජනයක් බවටත් තවත් කෙනෙක් අතින් දඹ රත්තරනක් බවටත් පත් වීම කොච්චර මායාකාරීද කියලා කියනවා නම්, සඵඥයන් වහන්සේ හිත සමාන කරන්නේ මායාකාරයෙකුටයි. හතරමං සන්දියේ මායා දඹනියක් පෙන්න්නෙක් වගේ තමයි අපේ හිත. අපි මේක තමයි වැළඳගෙන ගත කළේ මෙතෙක් කල්.

නමුත් ඒක ඔය අපි හිතන තරම් සුමගට යොමු කරන ශුද්ධවත්ත ධර්මයක් නොවෙයි. සංසාරේ අපි මෝහ පටලවලින් වැහිලා අසත්පුරුෂ ධර්ම ආශ්‍රය කරලා, අසත්පුරුෂයන් එක්ක හැසිරිලා, අසත්පුරුෂ ධර්මයේ දක්ෂ නොවී ඉඳලා, අසත්පුරුෂයන්ගේ හඳුනාගැනීමක් නැතිව, ධර්ම හඳුනාගැනීමක් නැතිව, මේක කච්චල් වෙලා කෙලෙසිලා තියෙන නිසා ඒකෙන් ඇති වෙන ආකල්පත් බොහෝ විට වැරදි අතට යන විතක්ක, විචාර තමයි. ඒක නිසා සද්ධර්මය ලෝකේ පවතින්නේ බොහෝමත්ම කලාතුරකින්. ඒ සද්ධර්මය වුණත් කොච්චර කල් අන්තයක් නොපෙනෙන අන්තක වූ සංසාරේ බැඳිලා තිබුණු කුණු කන්දල් පාර වුණත්, කච්චල් පාර වුණාත්, තෙල් කුණු පාර වුණත් එක වරුවෙන් කපන්න පුළුවන්. කොච්චර සන බහල වුණත් භාජනේ වටිනාකම සහ පහකවත් අඩු වීමක් වෙලත් නෑ. ඒක කපාගෙන නැවතත් දඹ රත්තරන කරන්න පුළුවන් ශක්තිය එක වරුවෙන් කරගත හැකියි. රත්රන් වතුරේ දැන් ගියාම ඒ මනුස්සයා නම් දවස් තුන හතරක් ඉල්ලනවා. නමුත් වැඩේට යන්නේ වරුවයි. හැබැයි ඒ කුණු බැඳෙන්න අවුරුදු ගානක් කල් යනවා.

ඒ වගේ තමයි මේ හිත නම් වූ රත්තරන් භාජනය. ඒක ඉතාමත්ම ශීඝ්‍රයෙන් ඒ වැඩ ගන්න පුළුවන් දැන රත්තරනක් බවට පත් කරන්න පුළුවන්. ඉස්සෙල්ලාම අවශ්‍ය කරන්නේ කුසලච්ඡන්දය. "මට පුළුවන්. මම කරනවා" කියන අධිෂ්ඨානයයි. ඒක ඇති වෙච්ච දවසේ ඉඳලා පුදුමාකාර ශ්‍රද්ධාවක් සඵඥයන් වහන්සේ කෙරේ ඇති වෙනවා. සද්ධර්මය කෙරේ ඇති වෙනවා. ඒ වගේම තමයි, මේවායේ යෙදී ගත කරන, මේකටම ජීවිතය කැප කරපු, කැප කලා වූ, කැප කරන්නා වූ සම්පයා වහන්සේලා කෙරෙහිත් ඇති වෙනවා. මේ මැජික්කාරයා, මේ මායාකාරයා පෙන්නපු බොරු, මේ මැජික්කාරයා, මේ මායාකාරයා කරපු ඇස් බැන්දුම් තව දුරටත් අපිට කරන්න බැරි තරමටම අපි නිතරෝම සතිමත් වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ සතිමත් වීම, හිත හොඳයි, හිත හරියි, හිත සද්ධර්මයි, හිත සත්පුරුෂයි, කියලා බඳගෙන කරලා බෑ. හිත අසත්පුරුෂ වෙන වෙලාවල් තියෙනවා. හිත අසද්ධර්ම වෙන වෙලාවල් තියෙනවා. ඇත්තටම කුණු කන්දලයක් වගේ මේක වැඩ කරන වෙලාවල් තියෙනවා. අන්න ඒ වෙලාව තමන්ම අල්ලාගන්න හැගීමෙන් කටයුතු කරන්නේ නැතිව මේක දෙවියන් වහන්සේ කෙනෙක් ඇවිල්ලා ආසිරි ගන්වයි, එහෙම නැත්නම් අපේ ගුරුවරයා හරි දක්ෂයි. ඒ නිසා මගේ වැඩේ හරි යයි, නැත්නම් පොතේ මෙහෙම තියෙනවා, මේක හරි. නැත්නම් තකියට මට වෙනවා, මේක හරි. ඔය මොනම දේකින්වත් හරි යන්නේ නෑ. හරියන එක ක්‍රමය සතිපට්ඨානයේදී සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. "සරාගං වා විතතං සරාගං වා විතතනි පජානාති." මේ හිත කෙලෙසිලා අර මතුපිට තියෙන කුණු තට්ටුව පිපිලා පොදි නැගලා මේක රාගයෙන්ම තෙත් වෙලා. රාගයටම නතු වෙලා. රාගයටම බර වෙලා. රාගයටම ඇදෙන වෙලාවේ උනත්, මේක රාග හිතක් කියලා හඳුනාගෙන සතිය පිහිටුවාගන්න පුළුවන් බව, මනුස්ස ජීවිතයට කළ හැකියි. බලන්න! මොන තරම් කෙළකෝටි ගණන් කෙලෙස් බැඳිලා, ඒ කෙලෙස් නැගිලා, ඒ කෙලෙස් වීතික්‍රමණය වෙලා, තමන්ගේ හිත රාගයට පත් වෙලා. ඒ බවත් දැනගැනීමේ ශක්තිය සඵඥයන් වහන්සේ ධර්මයෙන් බැහැර කරලා නෑ. ඒ වගේම ඒක අධර්මයක් විදියට පෙන්නලාත් නෑ. ඒකටත් සඵඥයන් වහන්සේ කියන්නේ සතියම තමයි.

හුගදෙනෙක් මේ වැරදි මතයක් එහෙම නැතිනම් පටලවාගත්ත මතයක් ඇති කරගෙන තියෙනවා මේ සතිය කියන එක ශෝභනෝටමයි හිටින්නේ, ඒ නිසා අශෝභන මේ වගේ දේවලට සතිය ක්‍රියාත්මක කරන්න බෑ කියලා. නමුත් චිත්තානුපස්සනාව පටන්ගන්නේම 'සරාගං වා විතතං සරාගං වා විතතනි පජානාති..... විතත විතතානුපස්සි විහරති... ආනාපි' ආදී වගයෙන්. ආනාපි කියලා කියන්නේ තදබල

කුසලවිෂන්දයෙන් නැගුණා වූ, එළඹුණා වූ, එළඹ සිටියා වූ වීයඝීය. පටන් වීයඝීය. ‘ආතාපි සමපජානෝ’ යනු ඒ බව දැන ගන්නාවූ, මෙතෙක් කල් අධම්මයෙන් වැහිලා තිබුණ දේ ධම්මයෙන් මතු කරගන්නා වූ, මේ හිත දඹ රත්තරන් බව දැනගන්නා වූ සම්පජ්ඣයෙන් යුක්තව, කාරණා සිහි නුවණින් යුක්තව සතිමත් වෙනවා. මේ සතිය විත්තානුපස්සනාවේදී හොඳට පැහැදිලි වෙනවා. සරාග හිතටයි ඉස්සෙල්ලාම යොදන්න තියෙන්නේ. සරාග හිතට යොදනකොට රාගය ගොජදමමින් පොරි පිපෙනවා වගේ පැහෙමින් පැළහෙමින් වැවෙන රාගයට මොකක්දෝ වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ වෙන දේ පැය ගණන් යන්නේ නෑ. බොහෝ විට විනාඩි ගානයි සමහර විට තත්පර ගානයි. සමහර විට මෙනෙහි කරනකොටම රාගය පිළිබඳ ස්වභාවය තේරුම්ගන්න පුළුවන් වෙනවා. ඒ හොඳට භාවිත මනසකට. අභාවිත මනසකට වුණත් රාග හිත රාග හිතක් බව දැනගත්ත ගමන්ම, විශාල ගස් ගොම්මතක් යටපත් කරගෙන තිබුණ වැලක මූල කපා හෙළවා වගේ. ඒ වැල බොහෝ කල් යනකම් අමු ගති පෑවත් එතැන් පටන් ක්‍රමක්‍රමයෙන් වියළෙන්න පටන්ගන්නවා. අන්න ඒ වගේ තමයි රාගය වැඩී යාම නතර වෙනවා. ඉතින් මේක රාග සහිත හිතකට හරිම අමාරුයි තේරුම් කරලා දෙන්න. ඒ මොකද? ඒ හිත හිතන්නේ නෑ මට සතියක් ඇති කරගන්න පුළුවන්. මේ සතියෙන් රාගය යටපත් කරගන්න පුළුවන් කියලා, ඒවා මොනවත් හිතන්නේ නෑ. ඒ නිසා අපි සතිපට්ඨානේ අහන්න ඔනෑ. මේ හැකි සඤ්ඤාව, දැනගන්නා වූ සම්පජ්ඣය, ඒ වගේම අධිෂ්ඨානය කරගන්නා වූ සතිය, රාගය එනකම් බලාගෙන ඉඳලා වහාම ක්‍රියාත්මක කරන එකයි තියන්නේ. එතකොට අභිජ්ඣා, දෙමනස්ස දෙක දුරු කරලා ලෝකයේ මැදහත් විනිශ්චයකාරයෙක් වශයෙන් දැනගන්න, දැකගන්න පුළුවන් ශක්තිය ලැබෙනවා. ඒ නිසා යම් විදියකින් හිතනවා නම් සරාගී හිත කියලා කියන්නේ මේ භාවනාවට මේ නිවනට මේ ධම්මයට විරුද්ධ ධම්මයක් කියලා, ඉතින් ඒ කියන්නේ නැති බැරි හිතක්. බංකොලොත් හිතක්. පැරදිවිච්ච හිතක්. මිලාන වෙච්ච හිතක්. පසුබාන හිතක්. ඒක බුදු හිතක් නොවෙයි. බුද්ධ පුත්‍රයෙකුත් නොවේ. ඒ නිසා අපි රාග හිතට එන්න කියලා ආරාධනා කරනවා නොවෙයි. නමුත් ආපු රාග හිතට බිය වෙලා වෙච්චලා පසුබලා තිගැස්සෙන්නත් නොවෙයි. රාගය කොයි තාක් වැඩි වෙනකම් බලා සිටියත්, සතිය ඇති වෙච්ච වහාම ඒ රාගය විෂයෙහි හිත යොදන්න පුරුදු වෙන්න ඕන. එහෙම කෙරුවට පස්සේ දැන් ඒක ජය ගත්තා කියලා සතුටු වෙනවා නොවෙයි, ඒ රාගය නැති උණාට පස්සේ, රාගය පැවතිලා රාගය නැති උනාට පස්සේ හිතට මොකද වෙන්නේ, “විතරාගං වා විතතං විතරාගං විතතනති පජානාති” ඒ රාගය තිබුණ සිතේ

දැන් රාගය නැති වුණා, හිත චිතරාග වුණා කියලා ඒකත් දැනගන්න ඕනෑ. තිබුණු රාගය නැති කළා, මම ජය ගන්නා කියලා ප්‍රීති සම්භාෂණ පවත්වනවා නොවෙයි. රාගය නැති වෙච්ච හිත දැනගන්නවා. ඒ වගේම දෝස හිතත්. හුගක් වෙලාවට ගෙවල් දෙරවල්වල ඉන්න වැඩ කරන ඇත්තෝ ධර්ම සාකච්ඡාවලට ආපුවාම හුගක් වෙලාවට ප්‍රසිද්ධියේ වෝදනා කරන දෙයක් තමයි, ස්වාමීන් වහන්ස, මට හරියට කේන්ති යනවා. ඉතින් කේන්ති යන එක හොඳයි. ඒකට කිසි ප්‍රශ්නයක් නෑ. මනුස්සයෙක් උනහම කේන්ති යන්න ඕනෑ. නමුත් අපි දැනගන්න ඕනෑ ඒ කේන්ති ගියාම අපි කොහොමද ඒ කේන්තිය විත්තානුපස්සනාවට හරවන්නේ. වක්‍රීකරණය කරලා නැවතත් අපි ධර්මයට හරවන්නේ කොහොමද? අපිට තදබල කේන්ති ගිය වෙලාවට අපිට අමාරුයි සතිය ආදී ධර්ම ක්‍රියාත්මක කරලා වහාම ප්‍රතිඵල අරන් දෙන්න. අපට එහෙම ඕනෑ කරලා තියනවා. ඒ නිසා නුරුස්නා ගති, අමනාප ගති නිතර දෙවෙලේ අපේ සිතේ පහළ වෙනවා. භාවනා කරනකොටත් පහළ වෙනවා. සක්මන් කරනකොටත් පහළ වෙනවා. ඵදිනෙදා වැඩ කරනකොටත් පහළ වෙනවා. භාවනා මධ්‍යස්ථානවලින් පිට, ගෙවල් දෙරවල්වල ඉන්නකොටත් පහළ වෙනවා. සත්පුරුෂයන්ටත් අසත්පුරුෂයන්ටත් පහළ වෙනවා. බෞද්ධ අබෞද්ධ කාටත් පහළ වෙනවා.

අන්න ඒ වෙලාවල්වල අපි සතිය ටික ටික පුහුණු කළා නම් අපට පුළුවන් වෙනවා, වෙනදට වඩා ටිකක් බලවත්ව ආපු නුරුස්නා ගති, අමනාප ගති එනකොටත් සතිය ක්‍රියාත්මක කරන්න. එහෙම යනකොට තමන්ට තේරෙන්න පටන්ගන්නවා, තමන් තරහට මූණ දීමේ ශක්තිය ටිකෙන් ටික වැඩි වෙනකොට කවුරු හරි ඇවිල්ලා නිවැරද්දේ බනිනකොට ඉවසන්න. එහෙම නැත්නම් අනුන්ගේ නිවැරද්දකට තමන් දෙස් කියනවා නම් ඊට පස්සේ තමන්ටම තේරෙනවා, අනේ! මං ඒ වෙලාවේ කරපු වැඩේ වැරදියි කියලා. අන්න ඒ හැම අවස්ථාවකම සතියට යටපත් කරනකොට අපි හරියට දන්නවා ගෙවල් දෙරවල්වල පුංචි ගින්නක් ඇති වුණාම ඒක නිවාගන්න හැටි දන්නවා වගේ. නමුත් බරපතළ ගින්නක් ඇති උණොත් අපි දන්නවා ඉතින් නගර සභාවේ ගිනි නිවන හමුදාව ගෙන්නලා මේක නිවාගන්න ඕනෑ කියලා. අන්න ඒ වගේ තමයි යම් කිසි ප්‍රමාණයකට මේ පුංචි පුංචි ද්වේෂ පිළිබඳව සතියෙන් පර්යේෂණ කරලා දිනාගත්ත කෙනා, අන්තිම අමාරු ද්වේෂයක් නැති කරගන්න තමයි මේ භාවනා මධ්‍යස්ථාන කියන ගිනි නිවන හමුදාවලට එන්නේ. එව්වයෙ ආපුවාම අර පුංචි පුංචි තරහවල් නැති කරගැනීමේ ශක්තිය වහාම ක්‍රියාත්මක කරලා මැදහත් තරහ, ඊට පස්සේ තමන්ට

තමන්ගේ සිය දිවි නසාගන්න හිතෙන තරම් හෝ එහෙම නැත්නම් තව කෙනෙක් මරන්න කපන්න හිතෙන තරම් තදබල ද්වේෂ පවා මේකෙන් අල්ලාගන්න පුළුවන් වෙනවා. ඒ මොකද හේතුව? අපි දන්නා ද්වේෂය කියන එක ආගන්තුකයි. මේක පිටින් ආපු උපක්ලේශයක් පමණයි. ඒ උපක්ලේශය සතියට යටපත් කළොත් ඒක අනිත් ගමන නිවන් ලබාගැනීම සඳහා ධර්මය අවබෝධ කරගැනීම සඳහා විත්තානුපස්සනාව ලබාගැනීම සඳහා ධර්මයක් කරගන්න ඕනෑ.

අපි දන්නවා වැලක හටගන්නේ නෑ වැලට දරාගන්න බැරි තරම් ගෙඩි. හිතක හටගන්නේ නෑ හිත දරන්න බැරි තරහක්. අසත්පුරුෂයෙක් කියන්න ඉඩ තියෙනවා, නමුත් සත්පුරුෂයෙක් කවදවත් පිළිගන්නේ නෑ. කොච්චර තරහ ආවත් හොඳට කල්පනා කරලා බලන්න. තරහෙ ඉන්න බව දනගන්න පුළුවන් සතියත් තරහ ඇවිල්ල ඉන්න බව දනගන්න පුළුවන් සතියත් කවදවත් තරහෙන් යටපත් වෙන්නේ නෑ. හුඟාක් කායික රෝගවලට හමේ රෝගවලට හුඟාක් වෙලාවට බලපාන්නේ තරහවයි. තරහ ආපුවාම හුඟදෙනෙක් ඒක පිළිගන්න කැමති නෑ මේක අපත්‍රායක් නිසා තරහක් නිසා නොගැළපීමක් කියලා හිතට ගන්න බෑ. නමුත් සතිය යොදලා බැලුවොත් අද නොවේ හෙට හරි, අනික් ඍතුවට හෝ මේ ආහාරයට හෝ මේ හිතට හෝ මොකක් හරි දේකට ඇත්තා වූ නුරුස්නා ගතියක් නිසා ඇති වෙච්ච ප්‍රතිචාරයක් තමයි මේ. ඉතින් අපි හිතනවා නම්, සෘතු මාරු කරලා, ආහාර මාරු කරලා මේක කරන්න පුළුවන් කියලා, ඒ කියන්නේ මේක පිළියම් කරලා සංසාරේ කකා යන්න තියෙන ආශාවක් මේකේ තියෙන්නේ. අපිට මේ ආපු රෝග ලක්ෂණය, එහෙමත් නැත්නම් මේ තරහව, එතැනම ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් සතියට යටපත් කරගන්න පුළුවන් නම් අපි එතැන ඇති කරගන්නා වූ ශක්තිය සංසාරේ ජයට ජීවත් වෙන්න කරන වැඩක් නෙමෙයි. ඇති කරගන්නා වූ ඇති වුණා වූ මේ රෝග ලක්ෂණය දිගේම විත්තානුපස්සනාවෙන් ඇතුළට බැහැලා, ඒක මුලින්ම උපුටා දමන්න කරන වැඩක්. ඉතින් ඒක එක පාරින් හරියන්නේ නෑ. එක දවසින් හරි යන්නේ නෑ. කාලයක් නැවත නැවත කරන්න ඕනෑ. නමුත් පාඩුවක් නෑ. ඇති වෙන්න තරහ යනවානෙ. ඕනෑ තරම් තරහව තියෙනවානෙ. ඒක මේ මැනලා කිරලා සල්ලිවලට දෙන දෙයක් එහෙම නොවේ. හුඟදෙනෙක් හිතනවා බාහිරෙන් හිතා වෙලා සන්තෝෂ වෙලා ගත කරන සමාජශීලී ජීවිතය බොහෝම වටිනා ශිෂ්ටාචාර ජීවිතයක් කියලා. නමුත් ඒක සම්පූර්ණ වැඩේ වහ ඒලාගැනීමක් වෙන්න පුළුවන්. ඊට වැඩිය බොහෝම වටිනවා සෘජුව එන අවංක තරහව. අවංක තරහව අපට පාඩමක් උගන්වනවා. අපේ හැටි පෙන්වනවා. අපිට ඒකෙන් පැනලා යන්න ඕනෑ නම් අපිට

සභ්‍යත්ව ගති පුහුණු කරගෙන හිතාවක් මුණේ දල්වාගෙන කටයුතු කරන්න පුළුවන්.

නමුත් ඒක නොවෙයි සච්ඤ දේශනාව. ඒක නොවෙයි විත්ත භාවනාව කියලා කියන්නේ. විත්ත භාවනාව කියලා කියන්නේ හේතු එල ධර්මයන්ගෙන් තමයි මේ හිත හැදෙන්නේ; ඒ සිතේ මේ විදියේ රාග ද්වේෂ පහළ වෙන්නේ හේතු එල ඇතුළයි; අපිට රාගය ආපු වෙලාවෙම ඒක මකන්නේ නැතිව, වංචා කරන්නේ නැතිව, රාගය රාගය වශයෙන් දැනගත්තොත් අපට පුළුවන් වෙනවා රාගයට හේතුව සොයාගන්න. ඒ වගේම තමයි ද්වේෂය ද්වේෂය වශයෙන්ම දැනගත්තොත්, අඩුම වශයෙන් දැනගැනීම සඳහා සතිය පිහිටුවා ගන්න පටන්ගත්තොත් අපිට ඒකට හේතුව හොයාගන්න පුළුවන්. ඒ ඒ ලක්ෂණ දිගේ බලනකොට මේ සතිපට්ඨාන ධර්මය අපි කීවා ඒකායන'යි කියලා. සරල රේඛීයයි, දම්වැල් පුරුක් වගේ යනවයි කියලා. ඒ අනුව බලනකොට ජේතේ කායානුපස්සනාවට වැඩිය වේදනානුපස්සනාව කියන එක අපේ අභ්‍යන්තරයට අධ්‍යාත්මයට තව ළඟයි. විත්තානුපස්සනාව ඊටත් වඩා අධ්‍යාත්මයට ළඟ ඇතුළාන්තයකට ගෙන යන ගතියක් තියෙනවා. නමුත් රාගය ද්වේෂය වගේ මානව ධර්මයන් සමාජ ධර්මයන් එක්ක බලනකොට මේ හිත, තමන්ගේ මේ අත්‍යන්තගත අභ්‍යන්තරගත හිත දැනගැනීමෙන් තමන් ඉස්සරහ භාවනා කරන කෙනාගේ හිතත් ඒ තාලෙමයි කියලා පුදුමාකාර විදියට මේකෙ විශ්වගත තත්ත්වයක් තියෙනවා.

ඒක නිසා ධර්මානුකූලව බලාගෙන යනකොට ඇතුළාන්තයකට ගියාට සමාජ ජීවිතය, භික්ෂු ජීවිතය ගත කරනකොට පුදුමාකාර විදියට පෙනෙනවා, අනුන්ගේ තරහව තමන්ගේ තරහවමයි. ඒකේ නෑ ජාතියක්, වංශයක්, භේදයක්, කුලයක් තරහේ නෑ. ද්වේෂයේ නෑ. ලෝභයේ නෑ. මෝහයේ නෑ. නමුත් අනුන්ගේ ලෝභ දෝෂ මෝහ පිළිබඳව භාවනා කරන්න යාම හුඟදෙනෙකු නොමග යවනසුලුයි. ඒක නිසා හුඟාක් වෙලාවට තමන් තුළින් පහළ වෙන්නා වූ රාග දෝස මෝහ භාවනා කරගෙන යනකොට, රාගය කියලා කියන්නේ හොඳට මතක තියාගන්න ඕනෑ, විශ්වගත ධර්මයක්. ද්වේෂය කියල කියන්නේ, අපි හොඳට දැනගන්න ඕනෑ කැමති උණත් අකමැති උණත් විශ්වගත ධර්මයක්. මෝහය කියල කියන්නේ විශ්වගත ධර්මයක්. අද ධර්මය කණපිට පෙරළාගන්නට හුඟාක් හේතු වෙලා තියන්නේ, තමන්ගේ ගෙදර මරගාතේ, අනුන්ගේ ගෙදර තියෙන රාග දෝස මෝහ නිවන්න බණ කියන ඇත්තෝ කමටහන් දෙන ඇත්තෝ හරියට ඉන්නවා. අනුන්ට කියා පෑමේ අභිභූතේ තියෙනවා. අනුන්ගේ රාග දෝස ආදිය ඔක්කොම නතර කරන්න හදනවා. තමන්ගේ

ගෙදර තියෙන, නැත්නම් තමන්ගේ සිතේ තියෙන රාග දෝස මෝහ පිළිබඳව එන්න එන්නම අවුල් තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. ඒවාට සමහර වෙලාවට නිදි බෙහෙත් පෙනී බොනවා. ඒවාට සමහර වෙලාවට නිර්වින්දන පාවිච්චි කරනවා. පාවිච්චි කරලා ගල් පිළිමයක් උණත් හෙල්ලෙන් කථා පවත්වන්නට දක්ෂයි.

ඒක නිසා රාග දෝස මෝහ කියන ඒවා අනුන්ගේ සිත්වල තියෙන එක නොවෙයි, තමන්ගේ සිතේ ඇතුළාන්ත වශයෙන් දකින්න ඕනෑ. දකිනකොට හිතන්න නරකයි, මේ භාවනා මධ්‍යස්ථානයට ඇවිල්ලා වස්තුව අයිත් කරලා ශ්‍රේණි අයිත් කරලා කරන භාවනාව පුණී ආත්මාථිකාමී එකක් කියලා. චිත්ත භාවනාව කරපු කෙනාට තමයි තව කෙනෙකුගේ නඩුවක් සාධාරණව අහන්න ශක්තියක් තිනේනේ. තව කෙනෙකුගේ ජූරි සභාවකට වාඩි වෙන්න ශක්තියක් තියෙන්නේ. ඒ පුද්ගලයෝ විනිශ්චය කරන්න ගියත් නොගියත් ලෝකේ පවතින්නා වූ ධර්මතාවේ ලොකු ප්‍රතිමූර්තියක් බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසා චිත්ත භාවනාවට යනකොට අපි කලින් කීවා වගේ මේකේ ගැඹුරක් ඇතුළාන්තයක් තියෙන බව තේරෙනවා. නමුත් අපි කියාපු වේදනානුපස්සනාවේ සඳහන් කරපු දුක්ඛ වේදනා සුඛ වේදනා අදුක්ඛමසුඛ වේදනා ආදී වශයෙන් කියාපු වේදනා තත්ත්වයන් එන්න එන්නම සියුම් භාවයට පත් වෙනකොට, යෝගාවචරයාත් මේ චිත්ත භාවනාව දිගේ රාග දෝස මෝහ ආදී ධර්ම විකෙන් වික සුභද භාවයක් ඇති කරගෙන ගෙදර ඉන්න සාමාජිකයෝ වගේ, නෑදෑයෝ වගේ හඳුනාගන්නවා. ඒක එනකොට ඇගේ කරප්පන් එනවා, නමුත් ඒවා දුරු කරන්න බලි තොවිල් නටනවා කියන දේවල් අයිත් වෙනවා. රාගය කියන එක ස්වාභාවිකයි. පඤ්චස්කන්ධයේ මිසක් රාගය ගස් වැල්වල පහළ වෙන්නේ නෑ. ඒවායේ රාගය නෑ. ද්වේෂයත් ස්වාභාවිකයි. මෝහයත් ස්වාභාවිකයි. නමුත් ඒක අමතක කරන්න හදනවා නම්, නොමග යවන්න හදනවා නම්, ඒක අසත්පුරුෂයි. ඒකට මුහුණ දෙනවා නම් ඒක සත්පුරුෂයි. එහෙම සත්පුරුෂ වෙන්න නම් ආතාපි ගුණය තියෙන්න ඕනෑ.

ඒ වගේම තමයි ඒක පිළිබඳව බුදුහාමුදුරුවෝ යම් ආකාරයකට දේශනා කළා නම්, මේ හිත ස්වභාවයෙන් හොඳයි, ස්වභාවයෙන් දඹ රත්තරනක්, නමුත් පිටින් ආපු පුංචි සිංගිත්තෙන් තමයි, පිටින් ගැවිලා තියෙන මේ කුණු රොඩු විකෙන් තමයි මේක වෙන්නේ, කියලා ඒක පිළිබඳව හොඳ නුවණින් සලකා බලන ගතියක් තියෙන්න ඕනෑ. ඒ විතරක් මදි, හොඳ සතියක් එළඹිලා තියෙන්න ඕනෑ රාගය දෝසය

මෝහය එනකොට. අන්ත ඒ විදියට කටයුතු කරනවා නම්, මේ ලෝකය නිසා වරදවා වටහාගත්ත, මේ ලෝකෙ නිසා ඇති වෙන 'අභිජ්ජා දෙමනස්ස' කියන ඒවා අපට තේරුම් බේරුම් කරගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා විත්ත භාවනාව කරන්න යන කෙනා අර විදියේ ගැඹුරක්, ගැඹුර වටහාගන්නට සුදුනමක් ඇතිව එන්ට ඕනෑ. සුදුනමක් නැති උණොත් ඒ පුද්ගලයා මේ ධර්ම අභනකොට එන්න එන්න අවුලෙන් අවුලට යනවා. ඒකයි සතිපට්ඨානය රේඛීය ක්‍රමයට ඉරක් ගහලා ඉර දිගේ ඇඟිල්ල ඇදගෙන යනවා වගේ කායානුපස්සනා වේදනානුපස්සනා ක්‍රමයට ගෙනැල්ලා විත්තානුපස්සනාවට සම්බන්ධ කරන්නේ. ඒ නිසා විත්තානුපස්සනා භාවනා කරන්න නම්, අර කලින් කියාපු කායානුපස්සනාව වේදනානුපස්සනාව පිළිබඳව යම් පරිචයක් තියෙන්න ඕනෑ. යම් කිසි දියුණුවක් තියෙන්න ඕනෑ. ඒ නිසා මේවා නොදැන, එහෙම නැත්නම් ක්‍රමානුකූලව ආපු නැති කෙනා ඕනෑ තරම් වැරදියට චෝදනා ගේන්න ඉඩ තියෙනවා, භාවනා කරන්න ආවට පස්සේ මට රාගය වැඩි උණා. භාවනා කරන්න ආවට පස්සේ මට තරහ ගති වැඩි උණා. භාවනා කරන්න ආවට පස්සේ මට නින්ද යන ගති, අන්ද මන්ද ගති, යමක් හරියට විචේකිව තේරුම් කරගන්න බැරි ගති වැඩි උණා කියලා පැහැදිලිවම චෝදනා කරන්න පුළුවන්.

නමුත් අපි හිතමු ඒ පුද්ගලයා, වෙනදට වඩා රාග හැඟීම් දැන් පහළ වෙනවා. වෙනදට වඩා ද්වේෂ හැඟීම් පහළ වෙනවා නම් ඔහු නැවතත් කායානුපස්සනාවට හිත යොදලා බලනවා. කායානුපස්සනාවේදී සච්ඡයන් වහන්සේ පෙන්නලා දීලා තියෙනවා, මළකුණු පිළිබඳව භාවනාව ආදී වශයෙන් ඒවාට පිළියම් යොදලා කලින් මතක් කරලයි තියෙන්නේ. ඒ නිසා එහෙම වෙනකොට මේ විදියට මෙනෙහි කරලා මේ රාගය බව දන්නවා නම්, රාගයට වැඩ කරන්න තියෙන ආකාර රාගියක් සච්ඡයන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා. ඔක්කොම සතියෙන්ම කෙරෙන්නේ නෑ. විතක්ක සන්ධ්‍යාන සුත්‍රයේ ක්‍රම පහක් දේශනා කරනවා. අශුභ භවනාවේ තවත් ක්‍රමයක් දේශනා කරනවා. ඒවාට එක එක පිළියම් ක්‍රම තියෙනවා. ඒකට හේතුව මොකක්ද? දැන් ලෙඩේ දන්නවා. දැන් දන්නවා මේ රාගයක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ. අන්ත පිළියමට හිත යොදන්න පුළුවන් ධර්මානුකූලව. නැත්නම් ගුරු උපදේස රහිතව වැඩ කරන්න ගත්තොත් රාගය වැඩි වෙනවා, ද්වේෂය වැඩි වෙනවා, මෝහය වැඩි වෙනවා කියලා චෝදනා කරන්න ඉඩ තියෙනවා. තේරුම් බේරුම් කරලා දීලා තියෙන්නේ දැන් කරන්න ඕනෑ මොකක්ද? ලෙඩේ ලෙඩේ හැටියට දැනගන්න එකයි. වෛද්‍ය විද්‍යාවේ වැඩියක්ම සල්ලි ගෙවන්න වෙලා තියෙන්නේ රෝග

හඳුනාගැනීමට. රෝග නිර්ණයට. විශේෂයෙන්ම ප්‍රධාන නගරවල ඉන්න ප්‍රධාන විශේෂඥ වෛද්‍යවරු නිර්ණය කළාට පස්සේ සාමන්‍ය වෛද්‍යවරයෙකුට ඕනෑ තරම් බෙහෙත් දෙන පුළුවන්. ඒකට හේතුව මොකක්ද? අපේ ලෙඩඩු රෝග ලක්ෂණ කියන්න දන්නේ නෑ. නරියගෙයි බල්ලගෙයි කථා කියකියා ඉන්නවා දෙස්තර මහත්මයා හම්බ වෙන්න ගියාම. කමටහන් සුද්ධ කරන්න ගියාම අල්ලපු ගෙදර දේවල් කියකියා ඉන්නවා. අරමුණ මොකක්ද? මම මේක මෙනෙහි කරනකොට මට වැටහුණේ කොහොමද? මෙනෙහි කළේ කොහොමද? කියලා හත්අට සැරයක් අහන්න ඕනෑ. ඒ ඇහුවත් හරි අමනාපෙන් වගේ නිකම් හරියට මුණට පැඟිරි මිරිකුවා වගේ යාන්තම් වචනයක් කියලා, ඒවා විස්තර ඕනෑ නෑ. මොනවාද එහෙනම් ඕනෑ කරන්නේ. ඕනෑ කරන්නේ මේ වෙන මොනවාදෝ ළාමක කථා විතරයි. ඒ නිසා නිස්සරණ වනයේ ප්‍රසිද්ධ කථාවක් තමයි, හොඳම විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙක් කියලා තියෙනවා හාමුදුරුවරුන්ට කවදවත් රෝග ලක්ෂණ කීමේ හැකියාවක් නෑ කියලා. ඇයි? නඩුත් හාමුදුරුවන්ගේ බඩුත් හාමුදුරුවන්ගේ. ඒ වගේ තමයි භාවනා කරන්න පටන්ගන්නට පස්සේ හුගදෙනෙක් විත්තානුපස්සනාවෙන් පටන්ගන්නේ. නැත්නම් ධම්මානුපස්සනාවෙන් පටන්ගන්නේ. පරි යඛිකයේ විස්තර කියන්නේ පැය කාලක් විතර ගියාට පස්සේ මට මෙහෙම වුණා ය කියලා. කොහොමද පරිය ඛිකයට බැසගත්තේ, කොහොමද අරමුණට බැසගත්තේ, එව්වා 'pass'. ගුරුවරයාට එව්වා අවශ්‍ය නෑ. ගුරුවරයාට එව්වා තේරෙනවා.

“මම අර ඊයේ කිව්වේ, අන්න එතන තමයි.” ඉතින් ඒවා මතක තියාගන්න ඕනෑ කවුරු හරි ඊයේ කියපු දේවල්.

නමුත් විත්තානුපස්සනාවේදී මේ මොනවත් ඕනෑ නෑ. ඒකෙ තියෙන්නේ පැහැදිලිවම පවතින තත්ත්වේ, රූප ධම්මවලට සාපේක්ෂව නාම ධම්ම විකසිත වෙන වේලාවක්. ඒ නිසා අපි මේ නාම ධම්ම කථා කරන්න එනකොට පැහැදිලිවම පරිසරයේ ඇත්තා වූ රූප ධම්ම පිළිබඳ සටහන ඇඳිලා තියෙන්න ඕනෑ. මගේ අරමුණ නාසිකාග්‍රය. එහෙම නැත්නම් උදරය. මම ඒක මේ මේ විදියට මෙනෙහි කළා. මෙනෙහි කරන කොට මෙන්න මෙහෙම උණා, කිව්වා නම් අන්න තියෙනවා ඒකෙ මාගී පටයක්. එහෙම නැතුව හුග දෙනෙක් පටලවාගත්තේ භාවනා නොකරන ඇත්තන්ගේ වගේම තියෙන මේ මිථ්‍යා විශ්වාස නිසා. ඒක නිසා සතිපට්ඨානෙ අපි හැම වෙලාවේම තේරුම් අරගන්න ඕනෑ ඒකේ තියෙන්නේ රේඛීය ක්‍රමයක්. ඒ ක්‍රමය කවදවත්ම වරදින්තේ නෑ අපි හැමදාම 'අ' යන්නෙන් පටන්ගන්නවා නම්. ඉතින් හුගක්

හිතනවා අපි දැන් කායානුපස්සනාව වේදනානුපස්සනාව කරලා ඉවරයි, දැන් චිත්තානුපස්සනාව කරන්නේ, අනේ ඔන්න ඒ වෙලාවෙන් රාගය මතු වෙනවා, ද්වේෂය මතු වෙනවා, එපා වෙනවා, කම්මැලි වෙනවා, ආදී වශයෙන් මේවා ආපුටාම හිතනවා දැන් භාවනාව කැඩිලා, දැන් ගිහිල්ලා කියන්න දෙයක් නෑ. ඉතින් හරියට ශල්‍යකම්පයකට අත්සන් කරන්න යනවා වගේ තමයි කමටහන් සුද්ධ කරන්න යන්නේ. හරි අමාරුවෙනුයි. ඒ මොකද? අර ක්‍රමානුකූල වැඩ පිළිවෙළ දන්නේ නැති නිසා.

ඒ නිසා අපි තේරුම් අරගන්න ඕනෑ කායානුපස්සනා වේදනානුපස්සනා තුළින් රූප ධර්මයන් පිළිබඳ සෑහෙන පරිචයක්, දන්නා තේරෙන ගොරෝසු දේවල් තුළ සෑහෙන පරිචයක් ඇති කරගත්තට පස්සෙ තමයි චිත්තානුපස්සනාවට එන්නේ. චිත්තානුපස්සනාවේ සරාගී හිත සදෝස හිත සමෝහ හිත නැත්නම් ලෝභ දෝස මෝහ සහිත සිත් පැහැදිලිවම පෙන්වනවා. ඒවා පෙනෙනකොට, හැම තැනම හොඳට කියවලා බලන්න, සතිපට්ඨානේ සච්ඤයන් වහන්සේ පෙන්වන්නේ කෙලෙසිව්ව සිත් තමයි ඉස්සෙල්ලාම මෙනෙහි කරන්න කියන්නේ. රාග සහිත හිත මෙනෙහි කරපුටාම රාග රහිත හිත අර රාග සහිත හිතට සාපේක්ෂකව පේනවා. ද්වේෂ සහිත හිත මෙනෙහි කරන්න කියනවා. ඒක මෙනෙහි කරනකොට දෝස රහිත හිත පේනවා. මෝහ සහිත අන්ද මන්ද වෙච්ච හිත මෙනෙහි කරගන්න පුළුවන් නම්, අන්ද මන්ද නැති විවෘත හිත පේනවා. ඒ තුනේදීම පෙන්නලා දීලා තියෙන්නේ අකුසල ධර්ම තමයි. අකුසල ධර්ම, නැත්නම් අපි කියනවා අශෝභන පැත්ත. ලෝභ රහිත හිත, ද්වේෂ රහිත හිත, මෝහ රහිත හිත කියන එක එච්චරම අපට තේරෙන්නෙත් නෑ, වැටහෙන්නෙත් නෑ. නමුත් රාග ද්වේෂ මෝහ වැටහෙනවා. වැටහෙන තැන දන්නවා නම් ඒක නැති එක තමයි, හොඳ එක. අන්න ඒ තත්වවෙදි භාවනාවට බැසගැනීම පහසු වෙන්නේ කෙලෙසිව්ව සිතිනුයි. ඒ නිසා කෙලෙසිව්ව හිත අයින් කරලා අපට කවදවත් නිවන් ලබන්න බෑ. කෙලෙසිව්ව හිත කෙලෙසිව්ව හිත වශයෙන් දැනගන්න ඕනෑ.

ඊට පස්සේ “සංඛ්‍යානං වා විභාං විකඛ්‍යානං වා විභාං” මේ තුන පිළිබඳව යම් කිසි ප්‍රදේශයකට ගියාට පස්සේ හිත එක්කෝ නින්දට වැටිලා හැකිලීගන්නවා. එහෙම නැත්නම් හිත විසිරී යනවා. භාවනා කරන කොට පැහැදිලිවම මතු වෙන තත්ත්ව දෙකක් මේක. මේ තත්ත්ව පිළිබඳව සාකච්ඡා කරන්නෙත් නෑ. සාකච්ඡා කරන එක හිතනවා වැරදියි කියල. නමුත් ඉස්සරත් මේවා කොච්චරදෝ වෙලා තියෙනවා. නමුත්

විත්තානුපස්සනා කරනකොට කවදවත් නොවෙව්ව දේ හොඳට ඉස්සරහට එනවා. හොඳට අරමුණේ හිත තියාගෙන ඉන්නකොට එක පාරට නින්ද ගිහිල්ලා අවදි උනා වගේ අරමුණ නොදැනී ගිහිල්ලා එක පාරට මතු වෙනවා. ඒක පිළියම් කරන්න, නූල් බදින්න, හදිසියේ හදිසි සත්කාර ඒකකයට ගෙනියන්න දෙයක් නොවෙයි. ඒ මෙතෙක් කල් තිබුණ සංඛිත්ත හිත. ලීන හිත. හැංගෙන හිත. ඊගාවට වික්ෂිප්ත වෙනවා. ඊයේ හොඳට භාවනාව කළා. අද කිසිම හේතුවක් නැතිව මොනම තාලෙකටවත් අරමුණට හිත යන්නේ නෑ. ඉතින් අපි හිතනවා මේක හෙටත් භාවනා කරලා තමයි කථා කරන්න ඕනෑ, අද නම් මොකක් හරි වැරදිලා කියලා. වැරදිලා නොවෙයි, තිබුණු වැරද්ද දැනගත්තා. මේ සංඛිත්ත හිත වික්ඛිත්ත හිත කියන මේක හතරවෙනියට තමයි විත්තානුපස්සනාවේ පෙන්නන්නේ.

මෙන්න මේ තත්තේවෙ තේරුම්ගත්තාට පස්සේ තමයි අපට “මහග්ගත හිතක් අමහග්ගත හිතක්” කියන එක තේරුම්ගන්න පුළුවන්. වෙන විදියට කියනවා නම්, නීවරණ ධම් ආවත් මෙතෙහි කරනවා සතියෙන්. නාවත් ඒ බව දැනගන්නවා. අන්න ඒ විදියට ගියාට පස්සේ තමයි, දැන් මගේ හිත මහග්ගතයි. එහෙම නැත්නම් අර්පණාවට සුදනම්. නැත්නම් අර්පණා මට්ටමේ. දැන් නෑ. අන්න ඒ වෙලාව එනකොට සඵඥයන් වහන්සේ පෙන්නලා දෙන්නේ හොඳ පැත්ත ඉස්සරහට කරලා මෙතෙහි කිරීමක්. මහග්ගත හිත දැක්කට පස්සේ, ඊයේ නම් භාවනාව කොච්චරදෝ හොඳයි, සමථෙන් හොඳයි, විපස්සනාවත් හොඳයි. නමුත් අද හොඳ නෑ. නමුත් ඒක පිළිබඳව කිසි පැකිළීමක්වත් වැරදි බංකොලොත් අදහසක්වත් නෑ. හොඳ නැති බව දන්නවා. ඒ වෙලාවේදී කොහොමද ආහාර රුචිය, කොහොමද නින්ද, කොහොමද නෑමට, කෑමට, ශරීරෙට තියෙන ආශාව, අනුන් පිළිබඳ ආකල්ප කියලා හොඳට තමුන්ට වැටහෙනවා, ප්‍රිය මනාප නෑ. නුඹ නොදකින්න කියන අදහස තමයි තියෙන්නේ. ඉතින් ඒකයි කමටහන් සුද්ධ කිරීමට, සාකච්ඡා කිරීමට මේ වාගේ දේවල් ඉදිරිපත් කරගැනීමට පැකිලෙන්නේ. නමුත් පැකිලෙන්න පැකිලෙන්න ඒවා වැඩෙනවා.

ඒ මහග්ගත හිත හොඳට තේරුම්ගත්තට පස්සේ “සඋත්තරං වා විත්තං. අනුත්තරං වා විත්තං”. ඒක හොඳට සාමාන්‍ය සම්ප්‍රදයානුකූලව අටුවාවේ විස්තර කරලා පෙන්නන්නේ, මේක රූප ධ්‍යාන සහ අරූප ධ්‍යාන වගේ. ඒ නිසා මහග්ගත, අමහග්ගත, සඋත්තර, අනුත්තර සිත් සමථය හොඳට ධ්‍යාන මට්ටමට වඩා අත්තන්ගේ භාවනා කොටසක් වශයෙන් තෝරන්නේ. නමුත් මේක විපස්සනා කරනකොටත් ඒ තරමටම

ප්‍රකටව නොපෙනුණාට මේ තත්ත්වවලට එනවා. ඒ එන තත්ත්ව වෙනද දන්න දේවලට සාපේක්ෂකව සම්බන්ධ කරලා මේවා පැහැදිලිවම අඩු ගානේ තමන්ගේ පොතක හරි ලියාගන්න ඕනෑ. කියන්න තරම් ලැජ්ජයි නම්, කියන්න තරම් කාරණාවක් නෙමෙයි කියලා හිතෙනවා නම්, මේවා එනකොට මොකක්ද සිතේ තත්ත්වය, මේවා එනකොට මොකද ආහාරට හිත, කොහොමද ඍතුට හිත, කොහොමද තමන්ගේ හිත පිළිබඳව හිත ආදී වශයෙන් ඒ සම්බන්ධතා හොඳට ලියනවා නම්, ඒකේ ගැඹුරු සජීවී ධර්මයක් තමන්ගේ පොතේ තැන්පත් වෙනවා. නමුත් හුඟදෙනෙක් ඒක දන්නේ නැතිව ඒවා එනකොට ඒවා මගහරින්න හදනවා. මොනම හරි ක්‍රමයකින් හිත නැගිට්ටවාගන්න හදනවා මේ ධර්ම අවබෝධ කිරීමෙන් තොරව. අන්න ඒ තත්ත්ව ඉදිරියට එන්නේ බොහොම කලාතුරකින්. ඒ ආපු වෙලාවේදී ඒකෙ වගතුග විස්තර සහිතව සටහන් කරගන්න ඕනෑ. අපි දන්නවා පක්ෂීන් පිළිබඳව ඉගෙනගන්නා ශාස්ත්‍රයේදී දුලිභ වගීයේ පක්ෂියෙක් හම්බ උනොත් ඒ පක්ෂියාගේ දිග පළල වණ් ඔක්කෝම හැකි තාක් දුරට සටහන් කරලා තමයි උාව මුද හරින්නේ. ඒ වගේ තමයි අපට හොඳට භාවනා කරන වෙලාවේදී නිදීමක. ඒකට හරි බයයි. බය වෙන්න දෙයක් නෑ, මේක ඒකාන්තයෙන්ම සංඛින්න හිත කියලා භාවනාවේදීම හඳුනාගන්න ඕනෑ. වික්ෂිප්ත හිත, විසිරී යන හිත භාවනාවේදීම හඳුනාගන්න ඕනෑ.

ඒ තත්ත්වය, ඒ කියන්නේ ඔය කියන විදියට සීලයට අදළ කොටස්, සමථයට අදළ කොටස්, ඔක්කෝම පැන්නුවාට පස්සේ තමයි හිත සමාහිත අසමාහිත කියන විදියට තමන්ට තේරුම්ගන්න පුළුවන් වෙන්නේ. දන් ඔන්න සන්පුරුෂ පැත්තට හිත යනවා. ආර්ය පැත්තට හිත යනවා. උත්තම පැත්තට හිත යනවා. සමහර වෙලාවට ඒවා මොනවත් නැතිව ගිහි ධර්ම, කරපු වැරදි නා නා ප්‍රකාර දේවල් කුණු වෙන්න පටන්ගන්නවා. ඒ උනත් මේක විපස්සනාවට අල්ලනවා. විපස්සනාවට අහු වෙනවා. අන්න එදට තමයි භාවනාව, විපස්සනා භාවනාව හොඳට සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ වෙලාවේදී සමහර වෙලාවට ගඟේ වම් ඉවුරේ හැපෙන වෙලාවලුත් තියෙනවා, දකුණු ඉවුරේ හැපෙන වෙලාවලුත් තියෙනවා. ඒ නිසා සමහර වෙලාවලට හොඳට හිත පැහැදිලියි. නමුත් ඒ පැහැදිලි තත්ත්වය යටතේදී තමන්ට ජේතවා, කිසිම හොඳක් නම් හිතේ නෑ. නරක දේවල් දෝරේ ගලනවා. නමුත් තමන් තෙමිලා නෑ, පෙඟිලා නෑ, ඒ දිහා බලන බව දකගන්න පුළුවන්. අසමජ්ජාති හිත කියලා අපි සමහර වෙලාවට කියන්නේ. ඒ වගේ තමයි අසමාහිත හිත. මෙන්න මේ තත්ත්ව ඔක්කෝම දකලා, වෙන විදියකට කියනවා නම්, තුවාලේ තිබුණ සැරව ටික ඔක්කෝම එළියට ගියාට

පස්සේ තමයි වේලෙන්නේ. "විමුක්තං වා වික්තං අවිමුක්තං වා වික්තං" එතකොට හිත විමුක්තියට ලැස්තියි. ඒ ඔක්කොම තත්ත්ව විත්තානුපස්සනාවෙන් මුල සිට අග දක්වාම දේශනා වෙනවා. නමුත් විත්තානුපස්සනාවේ මුලින් සඳහන් වෙන රාග ද්වේෂ මෝහ ආදී තත්ත්වවලට එන්න කායානුපස්සනාවෙන්, වේදනානුපස්සනාවෙන් ලොකු පෙළගැස්මක් දෙනවා. ඒ නිසා සාමාන්‍ය විත්තානුපස්සනාවෙන් ආරම්භ කරන අවස්ථා නෑ. ආරම්භ කරන අවස්ථා සඳහන් වෙනවා, හොඳ සමාධියක් ඇති කෙනා නාම ධර්මවලින් භාවනාව පටන්ගන්න වෙලාවට. මොකද? ඔහුට ඒ වන විට සීල ශික්ෂාවෙන් සමාධි ශික්ෂාවෙන් බාධා නෑ. විපස්සනා යෝගාවචරයාට නම් හොඳම වැඩේ තමයි, ගොරෝසු කායානුපස්සනාවෙන් පටන්ගැනීම. ඒ වගේම තමයි විත්තානුපස්සනා භාවනාවට අදාළව භාවනාව ගෙන යන වෙලාවක හිත වැටුණොත් පිළියම් කරගන්න බැරි තත්ත්වයකට වැටුණොත්, වහාම තමන් හිටපු මුල් පියවරට යන එකයි හොඳම වැඩේ. ආයෙත් තමන්ට තේරෙන කයට යනවා. ආයෙත් තමන්ට තේරෙන වේදනාවට ගිහිල්ලා ක්‍රමක්‍රමයෙන් ඒ භාවනා වැඩ පිළිවෙළ 'අ'-යනු 'ආ'-යනු කියන තැන ඉඳලා ඉස්සරහට කරගෙන යන්න ඕනෑ.

ඒ නිසා මේ තරමට භාවනා නොකර කොච්චර සතිපට්ඨානෙ කියවකියවා හිටියත් මේ වගේ අත් දැකීම් එන්නෙත් නෑ. ඒ වගේම තමයි භාවනා කරනකොට හුගදෙනෙකුට සියයට වැඩි පිරිසකට මේ අත්දැකීම් රාශියක් තියෙනවා. නමුත් මේ අත්දැකීම්වල තියෙන වටිනාකම සේර්වාණිජ ජාතකයේ අත්තම්මට හම්බ වෙච්ච දැලි වළඳ වගේ තමයි හිතාගෙන ඉන්නේ. නමුත් ඒ බෝධිසත්ත්ව වෙළෙන්දාට වගේ ඒක දකිනකොටම මේක හුරලා බලලා මේකේ දඹ රත්තරන බලාගන්න පුළුවන් ශක්තියක් ඇති වෙනවා නම් කථාව සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස්. එහෙම නම් මෙච්චර මේ වස් කාලේ ඉවර වෙනකන්ම ඉන්න ඕනෑ කියලා හැඟීමක් නෑ. එහෙම නැත්නම් මම ලබන ආත්මෙට යන්න ඕනෑ කියලා හැඟීමක් නෑ. වහාම තමන්ට මේ දේ කරගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා විත්තානුපස්සනාව බොහෝම ශීඝ්‍ර ක්‍රමයක්. ඔක්කොම ධර්ම කොට්ඨාස බොහෝම ළං කරලා දෙනවා. නමුත් ඒ එන වේගට එන ප්‍රතිඵල රාශිය දරාගන්න තරම් අපේ විත්ත සන්තාන පිරිසිදු මදි. විත්ත සන්තාන වැඩ කරන්නේ නිතරෝම තකී මනස යටතේ. ඒ මනස යටතේ වෙන්නේ පව කරන එකමයි. පසුබාන එකමයි. කෙලෙස්වල හැටි ඒකයි. කෙලෙස්වල හැටිම මේක මිලාන කරනවා. පසුබානවා. ඇදල දනවා. නමුත් විත්තානුපස්සනාවේදී ඒක පෙන්නන්න හදන්නේ, ඉස්සෙල්ලාම මතක තියාගන්න කියනවා මේ හිත දඹ රත්තරනක් වගේ. වටිනා දේ, වැදගත්

දේ තමයි වැඩි. ඒ නිසා මේ පිට තියෙන දේ කණපිට හරවලා ඇතුළේ තියෙන දේ පිටට අරගෙන මේ දේ බලන්න පුළුවන් නම්, අපට තේරෙන්න පටන් අරගනියි අපි මේ ලබපු ආත්මේ ඒකාන්තයෙන්ම මේ බුද්ධෝත්පාද කාලෙක මනුස්ස ආත්ම භාවය ලැබිලා, ක්ෂණ සම්පත්තිය ඇතිව, කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය, ධර්ම ශ්‍රවණය, පැවිද්ද කියන මේ සියලු අඩිග සම්ප්‍රීණී වෙලා ඉන්ද්‍රදේවීන් අපි මොකක්දෝ තව බලා ඉන්න ගතියක් පේන්න තියනවා. ඒකට හේතුව විත්තානුපස්සනාව දැක්කේ නෑ. මේ හිත දඹ රත්තරනක්. අපි ඉන්නේ ඒකෙ. නමුත් ඒක මතු කරගන්නා හැටි දන්නේ නැති අඩුපාඩුව නිසා.

ඒ නිසා සච්ඡෙයන් වහන්සේ අවසානෙ බලන විට අපට මොනවක්වත් දීල නෑ. උන්වහන්සේ කියන්නෙත් නෑ මොනවත් දුන්න'යි කියලා. උන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මෙන්න පාර. 'විනයය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං' කියන විදියට ඒ ගුණ හතර ඇති කෙනාට වැඩි කල් යන්නෙත් නෑ ඒක තේරුම්ගන්න. ඒ දේ කායානුපස්සනාවට වඩා බොහෝම විචිත්‍රයි විත්තානුපස්සනාවෙදී. වේදනානුපස්සනාවටත් වඩා විචිත්‍රයි. ධර්මානුපස්සනාවටත් වඩා විචිත්‍රයි. ඒ නිසාම දෝ සතිපට්ඨාන භාවනාවෙ ඉතාම පුංචි පරිච්ඡේදයයි සඳහන් වෙන්නෙ විත්තානුපස්සනාවට. ඒ නිසා අපි සිතාගන්න ඕනෑ අපේ වැඩ පිළිවෙළවල ගොඩක් ග්‍රන්ථි ස්ථාන, ගැටලු ස්ථාන, එහෙම නැත්නම් 'කරන්නෙ ඉස්සරහද අශ්වයා ඉස්සරහද' කියලා පටලවාගත්ත ස්ථාන රාශියක් මෙතැන යටිපහු වෙනවා. ඒ නිසා මෙතෙක්ට ආපුහම හදිසි විනිශ්චයකට යන්නෙ නැතිව පුරුදු තාලෙට මෙනෙහි කරමින් මේක සුද්ධ කරගන්නවා නම්, අපිට අපි පිළිබඳවම ලොකු සන්තෝෂයක් හුගක් හැකි සඤ්ඤාවක් ඇති කරගන්න පෞරුෂත්වයක් තියෙනවා. අඩු ගානෙ අපි භාවනා කරගෙන ඉන්නවානෙ කියන එක හරි ලොකු දෙයක්. ඒ නිසා සියලුදෙනාටම තමතමන් දන්නා මූල ධර්ම කරුණු රාශියක් මේ ඇත්තො ගාව තියෙනවා. ඒ වගේම භාවනා කරල ලබන අත්දැකීම් රාශියක් තියෙන බව හිතෙනකොට පේනවා. නමුත් කියන්න හදනකොට නම් කියන්නෙ හුගක් වෙලාවට පුස්කාපු පැත්තමයි. නමුත් ඒක අයිත් කරල හැකි සඤ්ඤාවක් ඇති කරගෙන මේ දඹ රත්තරනක් වගේ දේ ඉස්සරහට ගත්තොත් අද බුද්ධ ශාසනේට අවශ්‍ය කරන ඉතාමත්ම වැදගත් දේ, අත්‍යවශ්‍ය සාධකය ඒකයි. මේ දෙයින් තමයි අපිට හිතාගන්න තියෙන්නෙ බුද්ධ සාසනේ තව කැඳ වේලක් ගාගන්න තරමට හරි දික් කරනවා නම් දික් කරගන්න පුළුවන් වෙන්නේ මේක කරන අයට මිසක්වා, මේක වහලා ඔය අනම් මනම් ළාමක අලංකාර අඩහැර වැඩවලින් නොවෙයි.

ඒ නිසා හැම කෙනෙක්ම අධිෂ්ඨාන කරගන්න ඕනෑ මේක පිළිබඳව අපේ සිතේ යම් පෙළගැස්මක්, යම් කිසි විදියක නිසි අවබෝධයක් ඇති වූණොත් ඒක පුද්ගලික දෙයක් කියලා හිතන්න නරකයි. ඒක ඒකාන්තයෙන්ම මුළු පරිසරයටත් බලපානවා, මුළු ලෝකයටමත් බලපානවා, අපෙත් මුළු සංසාරයටම බලපානවා. ඒ නිසා අපි නිතරෝම බලාපොරොත්තු වෙන්න ඕනි මේ අමුත්තා අපේ ගෙදරටම එයි. දෙර ඇරලා තියන්න. චිත්තානුපස්සනාවට ඕනෑ තරම් ඉඩ තියෙනවා, අපේ හිත ඒකට සාදර වෙන්න ඕනෑ. ඒ නිසා සියලුදෙනාටම 'ආනාපි සම්පජානො සතිමා' කියන ගුණ ඇති කරගනිමින්, වෙන විදියකට කියනවා නම් ශ්‍රද්ධා චීර්ය සති සමාධි ප්‍රඥ කියන ධම් වඩාගන්න අද මේ ධම් කොට්ඨාශයත් හේතු වේවා! තම තමන්ගේ භාවනා අත්දැකීමුත් හේතු වේවා! කියන කාරුණික ආශීච්චාදයත් එක්ක අදට නියමිත ධම් දේශනාව මෙතැනින් හමාර කරනවා.

සාධු! සාධු! සාධු!

10-වන ධර්ම දේශනා.

නමො තසසු භගවතො ආරහතො සමමා සමුද්ධස්ස...!!!

“ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපස්සි විහරති ආනාසි සම්පජානො සනිමා විනෙයාය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සනති”

සාධු! සාධු! සාධු!

ගෞරවනීය යෝගාවචර මහා සඛ්ඝ රත්නයෙන් අවසරයි. අපි සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඉදිරිපත් කරගෙන පවත්වාගෙන යනු ලබන මේ ධර්ම දේශනා මාලාවේ අද ආරම්භයක් ලබන්නේ ධම්මානුපස්සනා කොටසටයි. කලින් අපි මතක් කරපු විදියට සච්ඡාදනාව තිපරිචට්ට දේශනා වශයෙන් හැම කාරණාවකටම ගැළපෙන විදියට පරිපූර්ණ කරලා දේශනා කරන හැම අවස්ථාවකම නොසර්ගිකවම, නිසගයෙන්ම ඉබේම අනුපුච්චි පිළිවෙළට දේශනා කරන එක සච්ඡාදයන් වහන්සේගේ ස්වාභාවික ලක්ෂණයක්. මේ සතර සතිපට්ඨාන පෙළගහනකොටත් ඉතාම ප්‍රකට කායානුපස්සනාවේ ඉඳලා ක්‍රමක්‍රමයෙන් ඉතා සියුම් වූ සුක්ෂම කොටස් කරා ක්‍රමයෙන් විකාශය වෙන එක තමයි කාය වේදනා විත්ත ධර්ම වශයෙන් සතිපට්ඨාන හතරක් වශයෙන් ඉදිරිපත් කිරීමෙන් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ. මේ නිසාත් මේ ඒකායන මාග්ගී කියන ‘එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො’ කියන එකට අරියක් ලැබෙනවා. ඒ මොකද? කායානුපස්සනාව වෙනමම විස්තර කරලා කායානුපස්සනාවෙන් වෙනමම මාග්ගී ඵල ලබාගන්නත් පුළුවන් තරමේ ඒ තුළමත් යම් ගැඹුරක් තියෙනවා. කායානුපස්සනාව ආරම්භක අවස්ථාවේ තියෙන්නා වූ කාටත් වැටහෙන තැන ඉඳලා ඉතාම ගැඹුරු තැනකට කායානුපස්සනාව දිගේමත් ඒක අතු ඉති විහිදී වැඩෙන ගතියක් තියෙනවා. ඒ වාගේම කායානුපස්සනාව වේදනානුපස්සනාවට තුඩුදෙන ගතියක්, යොමු කරවන ගතියක්, නැඹුරුවක්, ගොනුවක් ඇති කරලා දෙනවා. එහෙම පිවිසීමක් ලබලා වේදනානුපස්සනාව දිගේ පළල් භාවයක් අතු ඉති විහිදී වැඩීමක් තුළින් එකඑක්කෙනාගෙ වර්ත ලකුණුවල හැටියට එකඑක්කෙනාගෙ රූවි අරුවිකම්ඵල හැටියට නිශ්‍රය සම්පත්ඵල හැටියට මාග්ගී ඵල නිවන් ලැබීමට ඒක වෙනමම පිවිසීමක් දෙරටුවක් වෙන්න පුළුවන්. ඒ වාගේම වේදනානුපස්සනාව දිගේ කටයුතු

කරගෙන යනකොට කාය වේදනා චිත්තානුපස්සනාවට පිවිසුමක් ඒකෙන් ලබා දෙනවා. යොමුවක් ගොනුවක් ලබා දෙනවා. චිත්තානුපස්සනාවත් සමහරක් ගති ලකුණු ඇති ඇත්තන්ට බොහෝම ඇතුළාන්තයක් ගැඹුරක් පෙන්වමින් ඒක ලෝකෝත්තර තත්ත්ව දක්වා දියුණු කරන්න පුළුවන්. ඒ වාගේම තමයි චිත්තානුපස්සනාවෙන් ධම්මානුපස්සනාවට ආරාධනාවක් පිවිසුමක් ඇතුළු වීමක් ගොනුවක් ලබා දෙනවා. ධම්මානුපස්සනාව තුළත් ඇතුළාන්තයක් ගැඹුරක් තියෙනවා.

ඒ නිසා මේ මෙයාකාර ඒකරේඛීයව පෙන්වන්න බැරි විවිධ සම්බන්ධතා විවිධ හේතු එල සම්බන්ධතා ඇති දෙයක් සඵඥතා ඤාණයෙන් පෙළගස්වලා එකින් එකට රේඛීයව හරියට දමුවැලක් පුරුකෙන් පුරුක ගැටගහල පෙන්න්නා වගේ සංකීර්ණ කරන්නේ නැතිව එක දිගට පෙන්වන මාර්ගයක් කියන අදහසක් මේ ඒකායන මාර්ගය කියන එකේ තියෙනවා. ඒ අනුවත් ධම්මානුපස්සනාව කියලා කියන්නේ බොහෝම ගැඹුරු, බොහෝම සුක්‍ෂම, අල්ලාගැනීමට අමාරු කොට්ඨාශයක් බවට පත් වෙනවා. ඒ නිසා සතර සතිපට්ඨානවල සම්ප්‍රදායානුකූලව වුණත් ධම්මානුපස්සනාව වැඩි ගෞරවයක් හිමි වෙනවා. බොහෝම ගම්භීර භාවයක් මේකේ තියෙනවා. එහෙම නමුත් ඒ ගම්භීර භාවය ක්‍රමක්‍රමයෙන් කාය වේදනා චිත්ත ධම්ම ආදී විදියට යනකොට එන්ඩි එන්ඩි වටහාගන්න පුළුවන් දිරවාගන්න පුළුවන් මට්ටමට පත් වීම, ඒ තාලෙට ඉදිරිපත් කිරීම, සඵඥයන් වහන්සේගේ එක දේශනා විලාසයක්.

ධම්මානුපස්සනාවේදී මූලික පදය වෙන්නේ 'ධම්ම' කියන පදයයි. කායානුපස්සනාවේ කාය කියන කොටසට රූප ධම්ම වැටෙනවා කියලා, අපි සාමාන්‍යයෙන් දන්න තවත් ධම්ම වචනයක් ආගමික වචනයක් කිට්ටු කරගන්නවා කය කියන්නේ 'රූප ස්කන්ධය' කියල. ඊගාවට වේදනා කිවුවාම 'වේදනා ස්කන්ධය' වගයෙන්. විදිම් රාශිය, අපේ සංවේදී භාවය කියලා අපි ඕක තේරුම්ගන්ඩ උත්සාහ කලා. ඊගාවට 'චිත්තානුපස්සනා' කියන එක අපි සාමාන්‍යයෙන් පාවිච්චි කරන හිත. එහෙම නැතිව පඤ්චස්කන්ධ ක්‍රමයට බලනවා නම් ඒක 'විඤ්ඤාණය' කියලා අපි සඳහන් කරනවා. හිත, විඤ්ඤාණය, චිත්ත, පාලියෙන් 'චිත්ත' කියන වචනය පාවිච්චි කරනවා. එතකොට 'ධම්මානුපස්සනාව' කිවුවාම සඤ්ඤා සංස්කාර කියන මේ කොට්ඨාශ දෙක තමයි ගැනෙන්නේ. සඤ්ඤා කියලා කියන්නේ හඳුනාගැනීම. සංස්කාර කියන්නේ සංස්කරණය කරන, හදන. අපි ඒක වෙනස් කරගෙන අපට ඕනෑ

තාලෙට අග කොන් කපලා රවුම් කරලා මට්ටම් කරලා ගැනීම සඳහා අපේ තියෙන්නා වූ චේතනා ප්‍රධාන කරගන්නා වූ චේතනසික ධර්ම ටික සඤ්ඤා සංඛාර කොටසට වැටෙනවා. එතකොට සඤ්ඤා සංඛාර කියන දෙක තමයි මෙතන ධර්ම කියන කොටසට ඉතුරු වෙන්නේ, එක විදියක ගණිතමය ක්‍රමයට බලනකොට. නමුත් ධර්ම කියන පදයට දීලා තියෙන අභිකථනය බලන කොට "ධාරෙතී"ති ධර්මො" කියනවා. යම් කිසි දෙයක් අතහැර, තැන නොතැන බලලා කොතැනකත් එහි දරන්නා වූ ලක්ෂණයක් තියෙනවා නම්, ඒ ඒ දේ, ඒක තමයි ධර්මාව. පටවි කියන රූප කොට්ඨාශයේ කකබල ලකඛණා- කකීශ භාව, සුමුදු භාව, බර භාව, සැහැල්ලු භාව, මෙළෙක් බව, තද බව ආදී වශයෙන් ඒ කොතැන තිබුණත් කාගෙ ළග තිබුණත් පටවියේ තියෙනවා වෙනම ඒකේ ඒක දරන ලකුණු වගයක්. ඒක තමයි පටවි ධාතුවේ ධර්මය, ධර්මාව. ආපෝ ධාතුව කිවුවහම අපි ආබන්ධන ලක්ෂණය, වැගිරෙන ලක්ෂණය කියනවා. තේජෝ ධාතුව කිවුවහම උණුසුම් ගතිය සිසිල් ගතිය කියනවා. වායෝ ධාතුව කිවුවහම කම්පන ගතිය, දරන, වචල ගති. මේ ඔක්කෝම ධාතු. "ධාරෙතී"ති. ඒවායේ ධර්මතා තමයි ඔය පෙන්නන්නේ.

සතිපට්ඨානෙ ගන්නාම එතකොට කායානුපස්සනාවෙන් ඔය ධර්මතා කොටසක් තියෙනවා. ඒක දරන ඒකේ ස්වාභාවික ලක්ෂණ වගයක් පෙන්නවනවා. ඒ වගේම වේදනානුපස්සනාවේ චිත්තානුපස්සනාවේ ධර්මානුපස්සනාවේ. ඒ නිසා සතර සතිපට්ඨානෙම එක පැත්තකට බලනකොට ධර්මානුපස්සනාවට වැටෙනවා. ඒ නිසා කාටත් තේරෙන තාලෙකට කියනවා- භාවනා කරනකොට කායානුපස්සනාවට වේදනානුපස්සනාවට චිත්තානු පස්සනාවට නොගැනෙන සෑම දේම ධර්මානුපස්සනාවට ගැනෙනවා කියලා සඳහන් කරනවා. ඒ නිසා අපි කායානුපස්සනාව ඉගෙනගන්න කොට කායානුපස්සනාවේ සීමා සහිතව මෙන්න මේකයි කායානු පස්සනාව. වේදනානුපස්සනාව සීමා සහිතව මෙන්න මේ ප්‍රදේශය වේදනානුපස්සනාව. මේන්න මේ විදිහට චිත්තානුපස්සනාව කිව්වාම, එයින් බාහිර වූ හිතට දැනෙන ඕනෑම වෙන සංසිද්ධියක්, මූලධර්මයක්, සාමාන්‍ය කාරණාවක්, ඔක්කෝම වැටෙන්නේ ධර්මානුපස්සනාවටයි. ඒකත් ආධුනිකයාගේ දැනගැනීම සඳහා, මූලධර්ම ඤාණ කල්පනා කර දැනගැනීම සඳහා, පඤ්ච නිවරණ ධර්ම, උපාදන ස්කන්ධ පහ, ආයතන හය, බොජ්ඣංග හත, චතුරාර්ය්‍ය සත්‍යය ආදී වශයෙන් මූලික කොටස් ටිකකට කඩලා පෙන්නනවා.

ඒ නිසා භාවනා යෝගාවචරයාගේ පැත්තෙන් බලනකොට ධම්මානුපස්සනාව පිළිබඳව මූලධර්ම දැනීම අපිට ඒ ප්‍රමාණයට සීමා කරන්න පුළුවන්. නිවරණ පිළිබඳ යම් දැනීමක් යෝගාවචරයා තුළ තිබිය යුතුයි. ඒ වගේම පඤ්ච උපාදාන ස්කන්ධ විෂයෙහි යම් දැනීමක් පොත පතෙන් දැනුමක් හෝ සාකච්ඡා කරල දැනීමක් හෝ තමන් ළඟ තියෙන්න ඕනෑ. ආයතන හය පිළිබඳව, බොජ්ඣංග ධර්ම හත පිළිබඳව, චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳව, මෙන්න මේ චතුරාර්ය සත්‍යය පිළිබඳව බොහෝම කෙටි විස්තරයක් සහිත දේශනාව මජ්ඣිම නිකායේ සතිපට්ඨාන මජ්ඣිම සූත්‍රය වශයෙන් සඳහන් වෙනවා. චතුරාර්ය සත්‍යය ඉතාමත් විස්තර වශයෙන් දේශනා කරපු එක තමයි දීඝ නිකායේ දීඝී දේශනා වශයෙන් සඳහන් වෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් ඉතුරු කොට්ඨාශ - ඒ කියන්නේ කායානුපස්සනා වේදනානුපස්සනා චිත්තානුපස්සනා ධම්මානුපස්සනා යන ඉතිරි කොට්ඨාශ - දීඝ නිකාය, මජ්ඣිම, නිකාය සූත්‍ර දෙකේම සමානයි. චතුරාර්ය සත්‍යය කොටස තමයි විශේෂයෙන්ම දීර්ඝ විස්තරයක් වශයෙන් සඳහන් කරන්නේ. ධම්මානුපස්සනාවේ මේ විදියට 'කය', නැත්නම් අපි ගුරු මතයට ගුරු කුලයට සම්බන්ධ වෙලා බලනවා නම් කායානුපස්සනාවෙන් ඇත්තා වූ වායෝ පොට්ඨබ්බ ධාතුව කියන ආනාපාන හැපීම හෝ උදරයේ පිම්බීම හැකිළීම කියන දෙයකින් සතිපට්ඨානෙට බැහැගත්තාට පස්සෙ, හිත ඒ අරමුණේම හොඳට නිමග්න වෙනකොට ඉබේම කාලානුරූපව වේදනාවල් පිළිබඳව වේදනානුපස්සනාව, ඒ වාගේම අරමුණ පවත්වාගෙන යෑමේදී අරමුණටම නැමීගෙන හෝ අරමුණ සමග ගැටීගෙන, එහෙම නැත්නම් අරමුණ විෂයෙහි නිදීමක ආදී ධර්ම ඇති කරමින් ආදී හිතේ ඇති වෙන මේ හොල්මන්, රාග ද්වේෂ මෝහ ආදී වශයෙන් ඇති වෙන්නා වූ මේ තත්ත්ව අරමුණට සාපේක්ෂකව දූෂ දූනගැනීම චිත්තානුපස්සනාවයි. ඉන් පරිබාහිරව ඇත්තා වූ සියල්ලම ධම්මානුපස්සනාවට වැටෙනවා.

ඒක නිසා කායානුපස්සනාවෙන් පටන්ගත්ත කෙනාත් ක්‍රමයෙන් භාවනාව වැඩෙනකොට මෝරනකොට අතු ඉති විහිද වැඩෙනකොට මේ එක එක අනුපස්සනා කොටස්වලට වැටෙනවා. ඒ අනුපස්සනා කොටස්වලට වැටෙනකොට භාවනාව පිළිබඳව දැනීමක් නැති ආධුනික ඇත්තෝ හිතන්නේ භාවනාව එක්කෝ අවුල් වෙලා. එහෙම නැත්නම් භාවනාව වැරදිලා. එහෙම නැත්නම් තමන් භාවනාවට එන්ඩ එන්ඩ එන්ඩ හුදුදුසු නොහොබිනා තත්ත්වයකට පත් වුණා කියලයි. නමුත් සතිපට්ඨානෙ කියවලා, නැත්නම් සතිපට්ඨානෙ සාකච්ඡා කරලා, ඒකේ විකාශය පිළිබඳව මූලධර්ම දැනීමක් ඇති කෙනෙක් නම් ඒ එකම අරමුණක හිත බොහෝ වෙලා පවත්වාගෙන යනකොට ඒ අරමුණත් හිතත් අතර

ඇති වෙන්නා වූ විවිධාකාර සම්බන්ධතා, අරමුණට ප්‍රිය ගති, අප්‍රිය ගති, අරමුණ පවතිද්දී බාහිර කයේ පවතින්නා වූ වේදනා, අරමුණ ඇසුරු කිරීම නිසා එන්නා වූ විවිධ වේදනා, අරමුණ විෂයෙහි ඇත්තා වූ විවිධ සඤ්ඤා නිමිති, තව අරමුණු විවිධාකාරයෙන් අපි හැඩ දගෙන ගන්න හදන සංස්කරණය කරන්න හදන නිසා ඇති වන ගැටලු, මේ සියල්ලක්ම භාවනාවේ විකාශයක්. ඒක නිසා භාවනාවේ කෙළ පැමිණි කෙනා, අන්තිමටම ධම්මානුපස්සනාව දියුණු වෙව්ව කෙනා එක අරමුණකින් බැසගත්තට, තමන්ගේ නිවන් දක්නා මාගීයේ අතගාපු නැති තැනක් නැති තරමට සියල්ලක්ම භාවනා ජාලයට අල්ලාගන්නට පුළුවන් ශක්තිය ඇති වෙනවා. මේක ආධුනික යෝගාවචරයා දැනගෙනම කරන අවස්ථාවක් නෙමෙයි. නමුත් දැනගැනීමෙන් ලොකු චිත්ත ශක්තියක් ඇති වෙනවා. ලොකු ධෛර්යයක් උපදිනවා. මේ භාවනා ක්‍රමය අපි එක ඕලාරික ධාතු කොට්ඨාසයකින් පටන් අරගන්නට අවසානේ ඒක නාම රූප කියන කොට්ඨාශ දෙකමත් ඒ සෑම දෙයක් පිළිබඳව සවිස්තර වශයෙනුත් ක්‍රමක්‍රමයෙන් ක්‍රමක්‍රමයෙන් පැතිරෙනවා.

මේකෙදි සතිය කියන වෛතසිකයන් එක්ක ගළපලා බැලුවොත්, හුගදෙනෙක් දැනටමත් සතිය පිළිබඳව අවබෝධයක් ඇති ඇත්තෝ නිසා, සතිය පිහිටුවීමට අපි ගන්නා උත්සාහය හැම වෙලාවේම සාථික වෙනව නෙමෙයි. විශේෂයෙන් මුල් මුල් අවස්ථාවල ආනාපාන සතිය වශයෙන් හෝ උදරයේ පිම්බීම හැකිළීම වශයෙන් හෝ හිත තියන්න හැදුවාට බොහෝ විට සතිය අඛණ්ඩව එන්නේ නෑ. නමුත් උත්සාහ කරගෙන කරගෙන යනකොට ඒක ස්වාධීනව මුල් බිහින්න පටන්ගන්නවා. අපි හිතන තාලෙට නෙවෙයි. නමුත් අපි යොදන උත්සාහයට සමානුපාතිකව ක්‍රමක්‍රමයෙන් ක්‍රමක්‍රමයෙන් සතිය තමන්ගේ නිසිනින්දේ වැඩෙන්න පටන්ගන්නවා. මෙන්න මේ සතියේ එක ගතියක් තියෙනවා, සතිය කවදක්වත් කෑකොස්සන් ගහගෙන අඬහැර පාගෙන එළියට එන්නේ නෑ. හොඳටෝම සුදුසු වාතාවරණය ලැබුණට පස්සේ එයා හෙමිහිට ඒ ස්ථානේ බලය තහවුරු කරගන්නවා. හැබැයි කලකොලොප්පන් කරන්නේ නෑ. කෑගහන්නේ නෑ. අඬහැර පාන්නේ නෑ. ඕන්න මම කය ඇල්ලුවා කියලා එහෙම ඉදිරිපත් වෙන්නේ නෑ. නමුත් සතියේ තියෙනවා ඒ හා සමාන සමාන්තර ගතියක්. යම් වෙලාවක යම් දෙයක් පිළිබඳව සතිය පිහිටියා නම් ඒක කවදක්වත් ආයෙ අමතක වෙන්නෙත් නෑ. සතිය අල්ලාගන්නා වූ ඉඩම වෙත කවදක්වත් කාටවත් දෙන්නෙත් නෑ. ආන්න මේ විදියට බැලූ බැල්මට ජේන්නේ තිරේ පිටිපස්සේ ඉන්න කෙනෙක් වගේ. එහෙම නැත්නම් අක්‍රියව අසංස්කාරිකව සිදු වෙන දෙයක් වගේ.

ආන්ත එහෙම වේගන වේගන යනකොට ක්‍රමයෙන් ක්‍රමයෙන් සතිය තමන්ගේ ක්ෂේත්‍රය ලොකු කරගෙන ලොකු කරගෙන යනකොට ආන්ත ඒ ඇති වෙන ඉඩපාඩුව තුළ වේදිකාව තුළ තමයි සම්පජ්ඣ්ඤා කියන ප්‍රඥාව වැඩෙනන පටන්ගන්නේ. මෙහෙම වැඩෙනකොට අවසානයේ ඒ මුළු රාජ්‍යයම, ඒ මුළු ලෞකික ලෝකෝත්තර සෑම ක්ෂේත්‍රයක් පුරාම පුදුමාකාරව වැඩෙනවා. මේ නිසා සතිය වැඩීමේ කෙළවර මෙව්වරයි කියලා අවකාශ වශයෙන් විශ්වය හෝ කාල වශයෙන් තුන් කාලයේ කොයි පැත්තකද කියලා කෙළවරක් කරන්න බෑ. ඒ නිසා ධර්මයේ ගැඹුර මෙව්වරයි කියලා කියන්න බෑ. අවබෝධ ඤාණය වැඩෙනකොට සතිය දිගින් දිගටම දිගින් දිගටම වැඩෙනවා. අන්ත ඒ වගේ අකමණ්‍ය වගේ අක්‍රිය වාගේ ක්‍රියාත්මක වෙන ගතියක් තිබුණාට සතිය ඉතාමත්ම සක්‍රියව ක්‍රියාත්මක වෙනවා. කවදකවත් සතිය පිහිටුවාගත්ත දෙයක් ආයි අමතක කරන්න බෑ. නමුත් සතියෙන් හොඳට, ආයාසයෙන් උනන්දුවෙන් පිහිටුවාගත්ත සතිය, හොඳට වැඩ කරගෙන යනකොට නැවතත් කෙලෙස් ධර්ම පහළ වෙනවා වගේ ගතියකුත් පේනවා. නැවතත් තමන්ගේ අඩුපාඩුකම් ඉස්මතු වෙනවා වගේ ගතියකුත් පේනවා. එල්ලේ නැති වූණා වගේ ගතියකුත් පේනවා. අරමුණු බොඳ වේගන යන්නා වගේ ගතියකුත් පේනව. එතකොට ආයි සැක සිතෙනවා. මුල් කාලේ බොහෝම ඍජුව සරල රේඛීයව වැඩිවීව සතිය දැන් කැඩිලාදෝ! දැන් බොඳ වෙලාදෝ! වල්මත් වෙලාදෝ! කියලා සතිය පිළිබඳව කියවලා අහලා නැති ඇත්තෝ සතිපට්ඨානෙ ගැන අහලා නැති ඇත්තෝ වගේ, සතියේ වඩා වඩිනය වීම පිළිබඳව කනස්සලු කරනවා.

ඒක උපමාවකට කියනවා නම් පොඩි දරුවෙක් වැඩෙනකොට බොහෝම හුරතල් කරගෙන අම්මත් එක්ක සුභදව ගත කළත් වරින් වර ඒ දරුවා රැ මැද කැගහන්න පටන්ගන්නවා. කැම කන්නේ නැතිව ඉන්න පටන්ගන්නවා. ඇඟ උණ නගිනවා. නා නා ප්‍රකාර විදියේ විලෝපන පානකොට දරුවන් හැදීම පිළිබඳ පරිචයක් නැති මව්වරු කලබල වෙනවා. නමුත් දරුවන් හදලා හුරු අම්මලා දන්නවා ඒ දරුවා එක්කෝ කිරි බිබී ඉඳලා සහ ආහාර ගන්න පටන් අරගන්නකොට මෙහෙම වෙනස්කම් වගයක් ශරීරයෙ ඇති වෙනවා. දත් එනකොට මෙහෙම වෙනස්කම් වගයක් එනවා. අන්ත ඒ වගේ ඒ දරුවා ඇවිදිනකොට, අරව මේව පොළොවේ තියෙන දේවල් අහුලගෙන කන්න පටන්ගන්නකොට මේ වගේ වෙනස්කම් වෙනවා. ඒ වෙනස්කම් ඒ දරුවාගේ වඩින අවස්ථා මිස ඒ දරුවාගේ නොපනත්කමක්වත් අම්මාගේ නොසැලකිල්ලක්වත් කාලයෙන් ඍතුුවෙන් දෙවියන්ගෙන් යක්ෂයන්ගෙන් ප්‍රේතයන්ගෙන් බැල්මක්වත් නෙවෙයි. හැදෙන දරුවාගේ

ඒ මට්ටම් එහෙම තමයි. ඒ දරුව අර මව එකම සරණ එකම පිහිට එකම ආරක්ෂාව වශයෙන් කරගෙන හිටියට, යම් දවසක ඒ දරුවා ලිංගික පරිණතියට ආවට පස්සේ ඒ දරුවා දෙමව්පියන්ගෙන් වෙන් වීම අවශ්‍ය කරනවා. එහෙම නුදුන්නොත් දෙමව්පියන්ට වෛර කරනවා. එතකොට දෙමව්පියෝ දැකූ නම්, බුහුම විහරණ ධර්ම වඩලා තියෙනවා නම් උපේක්ෂා වෙනවා. දැනගන්නවා ඒ දරුවා දැන් ස්වාධීනව තමන්ගේ ජීවිතය පටන්ගන්නයි හදන්නේ. ඒ ලිංගික පරිණතියට එනකන්, ආහාර ජීවිත පද්ධතිය හැදෙනකන්, ඇස කණ දිව නාසය කය මෝරනකන්, පුදුමාකාර විදියට මව්පියන් විෂයෙහි වගකීම් දරන ඇත්තන් විෂයෙහි ලොකු යැපීමක් පෙන්නනව. නමුත් ඒක හොඳට හැදුණා නම් මුල් කාලයේ බොහෝම ඉක්මනට ඒ දරුවා ලිංගික පරිණතියට ඇවිල්ලා ඉන්ද්‍රිය ධර්ම ඒ වගේම ශිල්ප ශාස්ත්‍ර ඉගෙනගෙන ලොකු ආශාවක් ඇති කරනවා ස්වාධීන වෙන්න. එතකොට ලොකු බාධාවක් වෙන්න පුළුවන් දෙමව්පියෝ ඕනෑවට වඩා ආරක්ෂා කරන්න ගත්තොත්. ආන්න ඒ වගේ තමයි සතිය වැඩෙනකොටත්. ඉස්සෙල්ලා ඉස්සෙල්ලා යෝගාවචරයාගෙ සතිය කිරි බිබී වගේ තමයි වැඩෙන්නේ. සතිය වැඩිගෙන යම් කිසි මට්ටමකට ආවට පස්සේ යෝගාවචරයාටම පයින් ගහන්න හදනවා. යෝගාවචරයාටම පේන්ට අමුතු වැඩ එක එක විලෝපන වැඩ කරන්න පටන් අරගන්නවා. එතකොට තේරුම් අරගන්න ඕනෑ සතිය අතු ඉති ඉහිදී විහිදීගෙන වැඩෙනකොට වේදනානුපස්සනා චිත්තානුපස්සනා ධර්මානුපස්සනා වශයෙන් සතියේ වඩිනායේදී මේ වාගේ හුරුකල් පානවා. මේ වගේ හිතුවක්කාරකම් කරනවා. ඒ හොඳට හැදෙන එකාගේ හැටි.

ඒක නිසා සතිපට්ඨානය පිළිබඳව බණ අහලා තියෙන එක හරි වටිනවා. එහෙම නොවුණොත් අපි භාවනාවේ ඉදිරියට යද්දීත් වැරදි අදහසකින් පැරදිවිච අදහසින් කල් ගත කරන්න ඉඩ තියෙනවා දැන් මගේ භාවනාව දුච්චයි, සමාධිය දුච්චයි, සතිය දුච්චයි කියලා. එතැනදීත් දැන් අපි කායානුපස්සනාව ගන්නකොට, ඊශාවට විස්තර වශයෙන් කායානුපස්සනාව කරනකොට ආනාපානය දිගේ ක්‍රමයෙන් කායානුපස්සනාව බස්සන හැටි ගිරිමානනද සුත්‍රය, ආනාපානසති සුත්‍රය ආදී සුත්‍රවලදී හමු වෙනවා. චිත්තානුපස්සනාවේදී ලකුණු පෙනෙන්නට පටන් අරගන්නවා. ඉස්සෙල්ලාම දුක්ඛ වේදනාව තමයි සතිමත් වීම සඳහා ගත කරන්නේ. සතිය පිහිටුවන්නේ. දුක්ඛ වේදනාවේදී සතිය සාථක වෙනකොට සුඛ වේදනාවකට හැරෙනවා. චිත්තානුපස්සනාවේදී “උප්පනං කාම විතකං” උපන්නා වූ කාම විතකී විහිංසා විතකී වගේ

දේවල්වලට තමයි සතිය පිහිටුවන්නේ. එතකොට ක්‍රමයෙන් එවුව නෙක්කම්ම සංකල්ප ආදී හොඳ පැත්තට හැරෙනවා. ආයින් සැරයක් ධම්මානුපස්සනාවට ආවට පස්සෙත් ඉස්සෙල්ලාම හිත යොදන්නට තියෙන්නේ නීවරණවලට. පඤ්චනීවරණ ධම් විෂයේ තමයි “සතිමා විනයො ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං” වගයෙන් අර ධාව පදය නැවතත් යොදවන්න වෙන්නේ. ඒ නිසා ඒ අරමුණත් සමහර විටක හොඳට මුණට මුණ දලා හිටිනවා. නැත්නම් භාවනාවේ හොඳට විනාඩි පහළොවක් විස්සක් තිහක් නිසිනින්දේ දැන් භාවනාව යනවා. එහෙම යද්දීත් අරමුණත් සමහර වෙලාවට පෙනෙද්දීත් අරමුණ විෂයෙහි හෝ කැමැත්ත පහළ වෙන්න ඉඩ තියෙනවා. එහෙම නැත්නම් අරමුණ යටපත් කරගෙන සාමාන්‍ය කාම ලෝකයේ රූප ශබ්ද ගන්ධ රස විෂයෙහි කාමච්ඡන්දය පහළ වෙන්න ඉඩ තියෙනවා.

ඒ නිසා මේ දෙකම සතිය වඩා වඩිනය වීමේ, සතිය හොඳ අලුත් ක්ෂේත්‍රයක වැඩ කරන්න යැමේ ලකුණු. එහෙම නැතිව දැන් අලුතෙන් මට කාමය පහළ වෙන්න පටන්ගත්තා, අලුතෙන් මට ඉන්ද්‍රිය සංවරය නැති වුණා, මගේ හිතේ සීලය කැඩුණා, නොසන්සුන් වුණා කියලා පශ්චාත්තාප වෙන්න දෙයක් නෙවෙයි. එතෙත්දී දැනගන්නට ඕනෑ සතිය දැන් අරමුණ අල්ලාගැනීමෙන්, නැත්නම් අරමුණත් සමග මුණට මුණ දලා සිටීමේ තියෙන මූලික වැඩේ කරලා අරමුණට අහිමුඛ වෙලා, ඒ අහිමුඛ වුණා වූ අරමුණ මත ආශාව පහළ වෙන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් අරමුණෙන් පරිබාහිරව පිටතින් පැමිණෙන්නා වූ අරමුණකට හෝ ආශා කරන්න පුළුවන්. මේකයි, භාවනා නොකරපු කෙනෙක් අරමුණේ හිත තියාගෙන අරමුණක් අහිමුඛ කරන්න යනකොට ඇති වෙන්නා වූ බාධාවලුයි අතර ලොකු වෙනසක් තියෙනවා. ඒක යෝගාවචරයා දැනගන්න ඕනෑ. මොකක්ද? මේ කියන භාවනාවේ සති දියුණුවේදී අතරමැදිදී මතු වෙන්නා වූ මේ කාම අරමුණුවලදී පැහැදිලිවම තමන්ට ජේනවා, අරමුණ හිතේ පවතිද්දීම බාහිරව එන්නේ එක පැත්තකින් කාම අරමුණු. භාවනා කරන්න ඉස්සල්ලා නම් අරමුණක හිත පිහිටුවන්නෙම නැතිව අරමුණ අකා මකා දලා තමයි කාම අරමුණු මතු වෙන්නේ. ඒ නිසා යෝගාවචරයා සතියේ යම් කිසි වඩිනයක් ඇතිව කාම අරමුණු මතු වුණාම හොඳට සැලකිල්ලෙන් බලන්න ඕනෑ මට මෙතෙන්නට එනකම් උදව් උපකාර කරගත්තා වූ මූල කම්ප්ථානය සිතේ පවතිද්දීමද, මූල කම්ප්ථානයට අහිමුඛව පවතිද්දීමද, මේ ආශාදී ධම් පහළ වෙන්නේ? එහෙම නැත්නම් මූල කම්ප්ථානය හාත්පසින්ම යට වෙලා මැකිලා ගිය වෙලාවකදී කියලා.

මේ කාරණාව කමටහන් සුද්ධ කරන වෙලාවේදී සාකච්ඡා කරලා මතු කරගත්තොත් යෝගාවචරයා ඊගාව පයඝීචිකයට ගිහිල්ලා භාවනා කරනකොට අරමුණ දිගේම ටික වෙලාවක් ගිහිල්ලා ඒ අරමුණේ අප්‍රකට භාව, අරමුණේ සිත් ගන්නාසුලු බව නැතිකම ආදී ධම් නිසා ඒ අතරතුරේ පහළ වෙන්නා වූ බාහිර රූප ශබ්ද ගන්ධ රස විෂයෙහි හිත ඇදිලා ගිහිල්ලා කාමච්ඡන්දයට වැටෙන්න හදන කොට හොඳටම කලබල වෙන්නේ නැතිව විවේකීව කල්පනා කරලා බලලා මේ වෙලාවේ ඇත්තටම අරමුණ තියෙද්දීමද මේ බාහිර අරමුණුවලට හිත යන්නේ? නැත්නම් අරමුණ සම්පූර්ණ නැද්ද? කියල හොයල බලලා දක්කොත්, ඇත්තටම මේ වෙලාවේ හිතේ පැත්තක මූල කම්ප්ථානය තියෙනවයි කියලා ඒක සරණ ගියොත්, අන්න යෝගාවචරයාට දෙවෙනි වතාවටත් තේරෙන්න පටන්ගන්නවා සතියේ තියෙන්නා වූ ආරක්‍ෂා පවුප්ථානය. සතිය හරියට මූල කම්ප්ථානයට යෙදෙව්වා නම් ආයෙත් හිත නීවරණයන්ගෙන් ආරක්ෂා වෙනවා. ලොකු ආරක්ෂාවක් ඇති වෙනව. හරියට අර අම්මත් එක්ක හුරතල් කර කර ඉන්න දරුවා ටිකෙන් ටික ඇවිදල දඟලන්න පටන් අරගත්තට පස්සෙ අම්ම කරන්නෙ ඒ දරුවාට ටිකක් සෙල්ලම් කරන්න දීලා හාල් ගරනවා. පොල් ගානවා. මිරිස් අඹරනවා. තව නා නා ප්‍රකාර කටයුතු කරනවා. නමුත් එහෙම කරනකොට දරුවා තුවාලයක් අරෙහෙ මෙහෙ කරගත්තොත් භය දේකට ආවොත් දුවගෙන එනවා ආයි සැරයක් අම්මා ගාවට. එතකොට ඉස්සෙල්ලා අම්මා කෙරුවේ සම්පූර්ණ දරුවාටම සියයට සියයක්ම හිත දලා වැඩ කරපු එකයි. දැන් එහෙම නෙවෙයි. දරුවාට එක ඇහැක් තියාගෙන එක ඇහැක් තමන් කරන වැඩට යොදාගෙන ඉන්න පුළුවන්. එහෙම නැතිව ගෙවල් දෙරවල්වල වැඩ ඉවර කරන්න බෑ. ඒ වෙලාවට දරුව මොනවා හරි ආක්ෂාවක් ඕනෑ වුණොත් විගහට එනවා. ඉස්සෙල්ලා හිතන්නේ අම්මගෙන් ඇතට ගිහිල්ලා මට ඕනෑ තාලෙට සෙල්ලම් කරන්න ඕනෑ කියලා. නමුත් එතෙන්දී භයක් තිගැස්මක් ඇති වුණොත් දුවගෙන ඇවිල්ලා අම්මගේ සාරි පොටේ එල්ලෙනව වාගේ අපි හිත හදගන්න ඕනෑ.

අරමුණේම හිත බැහැගෙන යනකොට අරමුණේ හිත පවතිද්දීම ශබ්දත් ඇහෙනවා, වේදනත් දැනෙනවා, සිතිවිලිත් එනවා, රූපත් ජේනවා. ඒව එකක්වත් ගණන්ගන්නේ නැතිව අරමුණේම ඉන්නවා නම් ආරක්ෂා වෙනවා. එහෙම නැතිව හිත නොසන්ධාල වෙලා නන්නත්තාර වෙලා අර බාහිර අරමුණකට යන්න හදනකොට බොහෝ විට, අභිනතං

විතතං රාගානුපතිතං²⁵ කියනවා, ඒ අරමුණකට අභිනත භාවයක් ඇති වුණොත් රාගය අනුව වැටෙනවා. වැටෙනකොටම සලකා බැලුවොත් අම්මා ජේන්න ඉන්නවද ජේන තෙක් මානයේ? එහෙම නැත්නම් මූල කම්මස්ථානය ජේන්න තිබ්බා මූල කම්මස්ථානයේ සරණ හෙව්වොත් වහාම නීවරණ ධම් යටපත් වෙන ගතියකට පත් වෙනවා. කාමච්ඡන්දය විතරක් නෙවෙයි, ව්‍යාපාද ථීනමිද්ධ උද්දච්ච කුක්කුච්ච විචිකිච්ඡා කියන සෑම දේකම, යෝගාවචරයාගේ තීක්‍ෂණ ප්‍රඥාව, සුතමය ඥාණය, භාවනා කම්මස්ථානයේ සුත අනුග්ගහිතය ලැබෙනවා නම්, මේ විදියට හිත මූල කම්මස්ථානයේ පවතිද්දී වටපිට තියෙන දේවල් ගැන යම් ප්‍රමාණයකට අවධානයට පත් වෙලා ඒවායේ ඇලීගත්තොත් ගැලීගත්තොත් වහාම නැවත මූල කම්මස්ථානයේ සරණ සොයලා අභිමුඛ වෙච්ච ගමන් සතියේ ප්‍රකට භාවයත් අරමුණේ ප්‍රකට භාවයත් භාවනාවේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවත් හොඳට පැහැදෙනට පටන්ගන්නවා. ඒ නිසා නීවරණ ඒ වෙලාවේ මතු වීම ස්වාභාවිකයි. ඒ නීවරණ පිළිබඳව දැනගැනීම සෘජු නීවරණ පිළිබඳ දැනගැනීමක් හෝ සෘජු අරමුණ පිළිබඳව දැනගැනීමක් නෙවෙයි. දෙකම එක වර දැනගැනීමක් වගේ දෙයක්.

මේ වෙලාවට යෝගාවචරයාට ඒ නිසා විශාල මූලධර්මය දැනුමක්, ලොකු ආත්ම විශ්වාසයක්, ඒ වගේම පෙර මේවාගේ දේවල් කරලා හරි ගිහිල්ලා හිතට ඇති වෙච්ච පරිචයක් තියෙනවා නම්, නැවත නැවතත් භාවනාවේ පුදුමාකාර ධම් ඕජාවක් ධම් රසයක් මතු වෙන්න පටන්ගන්නවා. හැබැයි ඒ තරම් තීක්‍ෂණ බුද්ධිය තිබුණත් ඉතාමත්ම ආරක්‍ෂාකාරීව උපදෙස් දෙන පුළුවන් නිතර සාකච්ඡා කරන්නෙයි කියල. ඒ වෙන දේ, අරමුණ පවතිද්දී මේ බාහිර අරමුණු එන්නේ? එහෙම තියෙද්දී බාහිර අරමුණුවල මත් වෙනවද? එහෙම වෙච්චහම හිත මොකද කරන්නේ? තමන් කළ යුත්තේ මොකක්ද? මොකක්ද යුතුකම? මොකක්ද වගකීම? කියන එක සාකච්ඡා කරනකොට අභගෙන ඉන්න අයට පවා ඒ සාකච්ඡාවෙන් ලොකු ධෛර්‍යයක් උපදිනවා. මේ වැටී වැටී නැගිටින්න හිතක් හදන හැටි. අසුවී රත්තරන් දෙක දුන්නට පස්සේ මේක අසුවී මේක රත්තරන් කියල වෙන් කරන්න දැනගන්න හැටි. මේ කියන්නේ සතිය සම්පජ්ඣාඥයට ඉඩ දෙන හැටි. එක වැඩක් කර කර ඉන්නකොට තව වැඩක් මතු වෙනවා. ඒ වැඩේට යන්නට අපි අර කලින් කිව්ව විදියට සාතථක සම්පජ්ඣාඥය, සඤ්ඤා සම්පජ්ඣාඥය වශයෙන් කල්පනා කරල මූල කම්මස්ථානය අතනැර පවත්වන එකද දක්‍ෂකම,

²⁵ බුද්දකනිකාය, මහා වර්ගය, ආනාපානසති කථා, උපක්කිලේස ඥාණ, තෘතීය ශ්‍රවකය

එහෙම නැත්නම් මේ පුළුවන්කම තිබුණාට ඒ එන දේවල් දැකගන්න එකද වැඩේ? කියල අමුතු වැඩ දෙකක් එක වර කිරීමේ ශක්තියක් වාගේ, වැඩ ගොඩක් කරන්න කිව්වාම ප්‍රධාන වැඩේ තෝරගෙන ඒ වැඩේ කරන අතර අනිත් වැඩ සිද්ද වෙන්න අරින ගතිය, එහෙම නැත්නම් ඒ වැඩවලට ඇඟිලිගහල අවුල් කරගන්නවද කියන ගතිය, යෝගාවචරයා විසින්ම දියුණු කරගත යුත්තක් නිසා සඵඥයන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා "තුමෙහි කිව්වං ආතප්‍යං අකතාතාරො තථාගතා"²⁶ උඹලාගේ කටයුතු ටික උඹලාම කරගන්න. සඵඥයන් වහන්සේ මාර්ගය පෙන්වනවා විතරයි.

ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනාවට යනකොට මෙතෙක් කරගෙන ආපු කාය වේදනා චිත්ත කියන කොටස්වල ලොකු පරිවයක් ලොකු අත්දැකීමක් අවශ්‍ය වෙනවා. ඒ වාගේම මූල ධම් පිළිබඳව සෑහෙන තල්ලුවක් මූලධම්මවලින් ලොකු පිරිවහලක් අවශ්‍ය වෙනවා. අවශ්‍ය වුණත් මෙතනදී නිවරණ පිළිබඳවයි කථා කරන්න වෙන්නේ, නිවරණවල මතු වීමක් වෙනවා කියන එක හොඳට මතක තියාගන්න ඕනෑ. මේ ගතිය සමථයේදී ගන්න බෑ. ඒ මොකද? පුණී ධ්‍යාන සමාපත්තියකට ගියාට පස්සෙ නිවරණත් එක්ක අතගතා කටයුතු කරන්න වෙලාවක් එන්නෙ නෑ. ආවොත් ඒ ලකුණෙන්ම ධ්‍යානය බිඳෙනවා. ඒ නිසා මේ කටයුත්ත කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ ඤාණික සමාධියේම පමණයි. බණමතඤ්ඤා සමාධිය. ඒක නිසා විපස්සනා යෝගාවචරයාට ඤාණික සමාධිය කියලා එකක් තියෙනවා. සමථ යෝගාවචරයාත් දැනගන්න ඕනෑ මේ පියවර තියන්ට නම්, මොකක්ද ඤාණික සමාධිය කියන්නේ? විපස්සනා යෝගාවචරයා කායානුපස්සනා ආදී වශයෙන් ඒ ඒ ප්‍රඥප්ති අරමුණකට හිත තියලා ඒ අරමුණ දිගේම කටයුතු කරනකොට ඉස්සෙල්ලා අරමුණ දපනෙ දමාගන්නවා. අරමුණ වගී කරගන්නවා. අරමුණට මුණ දීලා අල්ලාගන්න එක, ලොකු සමථමය ප්‍රයත්නයක ජය ගැනීමක්. ඒ කරද්දී තමන් බලාගෙන ඉන්නා වූ සමථ අරමුණ, පිම්බීම හැකිලීම හෝ ආනාපානය මත යෝගාවචරයාට අවස්ථා දෙකකට ඉඩ සැලසෙනවා. එකක් තමයි සම්මුති වශයෙන් පිම්බීම හැකිලීම වශයෙන් හෝ ඇතුල් වීම පිට වීම වශයෙන් දකින්නා වූ, සාමාන්‍ය කෙනෙකුට පෙන්නලා දෙන්න පුළුවන් සම්මුති අරමුණ - පිම්බීම හැකිලීම හෝ ආනාපානය. ඒ වාගේම මෙතෙන්ට යනකොට ඒ අරමුණෙන්ම මතු වෙන්නා වූ ධාතු මනසිකාරයන් සෑහෙන්න වඩිනය වෙලා. පිම්බීම හැකිලීම කියල කියන්නේ, ආනාපානය කියල කියන්නේ, අපි අර කලින් කියාපු පඨවි

²⁶ ධම්මපදය, මග්ග වර්ගය

ධාතුචේ ඇත්තා වූ ලකුණු. ආපෝ තේජෝ වායෝ දක්වන ලකුණු. ඒ නිසා එහි ඇත්තා වූ ධාතු මනසිකාර කොටස්, තෙරපෙන තද වෙන ගති, උණුසුම් සිසිල් ගති, කම්පන වංචල ගති, වැගිරෙන පිඬු කරන ගති, හොඳට පේන්න පටන් අර ගන්නවා. ඒ නිසා වරෙක ධාතු මනසිකාරය දිභාවට හිත යනවා, වරෙක සම්මුති වශයෙන් පේන පිම්බීම හැකිලීම නැත්නම් ආනාපානය දිභාවට හිත යනවා කියලා මෙන්න මේ දෙක මතු වෙච්ච වෙලාවේදී යෝගාවචරයා හොඳට මතක තියාගන්න ඕනෑ බාහිර අරමුණට වැඩිපුර නොගිහින් හැකි තාක් දුරට අර සම්මුති අරමුණේම, ධාතු මනසිකාරය දැක්කත් මෙනෙහි නොකර දකින මට්ටම පමණට නතර කරගන්න ඕනි. මේ වෙලාවේ මට පිම්බීම පේන්නේ තද විමක් වශයෙන් බුරුල් විමක් වශයෙන් සැහැල්ලු විමක් වශයෙන්. නමුත් හැකි තාක් දුරට පිම්බීම හැකිලීමටම හිත පිර පිර බලමින් පිම්බීම හැකිලීම වශයෙන් මෙනෙහි කරන්න පටන් අරගත්තොත් තව තවත් ධාතු මනසිකාරය පිළිබඳව ලොකු සියුම් තත්වවලට යනවා. ඒ විතරක් නෙවෙයි සම්මුති අරමුණ මත ලොකු ගැඹුරකට ලොකු සමාධි ගැඹුරකට යනවා. මේ වෙලාවේදී - අපි ගත්තොත් පිම්බීම හැකිලීම කියලා - පිම්බීම හැකිලීම කියලා මෙනෙහි කරනවා, නමුත් පිම්බීම හැකිලීම නිසා මතු වෙන්නා වූ තද වෙන උණුසුම් ගති, සමහර විට ආලෝක, සමහර විට සැහැල්ලු ගති, ප්‍රදේශය පුරාම පැතිරීලා තියෙනවා. එතකොට ඒ දෙකෙන්, අර ගෙවෙමින් නැති වෙමින් පවතින්නා වූ පිම්බීම හැකිලීම පිර පිර මතු කරමින් එහිම යෙදවීම තමයි උපදේශය. නමුත් මේ දෙකම තියෙද්දී බාහිර ශබ්ද ඇහෙන්නත් පුළුවන්. සිතිවිලි එන්නත් පුළුවන්. කයේ වේදනා එන්නත් පුළුවන්. ඒ නිසා යෝගාවචරයා දැන් අවස්ථා දෙකතුනක් අතේ දුරින් තියාගෙන දෙකතුනම තමන්ගේ පාලනයට නතු කරගෙන වැඩ කරගෙන යනකොට මේ තත්ව දෙකතුනම සමානයි කියලා හිතුවොත් පැටලෙනවා. මෙනෙත්දී හොඳට ධම්මානුපස්සනාව යෙදවෙන්නට ඕනෑ. මූල කම්ප්ථානයේ මූල ස්වරූපය තෝරතෝරා තෝරැම්ගන්න ඕනෑ. ධාතු මනසිකාරය මෙනෙහි කරන්න නරකයි. ඒ වෙලාවේදී මූල කම්ප්ථානයේ මූල ස්වරූපය පේනවා නම් ශබ්ද මෙනෙහි කරන්නත් නරකයි. වේදනා මෙනෙහි කරන්නත් නරකයි. සිතිවිලි මෙනෙහි කරන්නත් නරකයි. මොකද? එව්වා එන්නේ යන්ඩ. ප්‍රධාන වශයෙන් බාධා කරන්නෙ නෑ. මූල කම්ප්ථානය පෙරළලා අරින්නේ නෑ. මූල කම්ප්ථානය තියෙනවා.

ආන්න එහෙම නම් ඒ දැක්කා වූ මූල ස්වභාවයම ප්‍රඥප්ති වශයෙන්ම හැකි තාක් දුරට මෙනෙහි කරන්න පුළුවන් නම් යෝගාවචරයා තේරැම්ගනීවි ඉස්සර වෙලා තමන් බොහෝම ඉක්මනට

දනෙනවා දනෙනවා කියල මෙනෙහි කරන්න ඉක්මන් වෙලා තියෙනවා. දැන් එව්වර ඉක්මනට දනෙනවා දනෙනවා කියල මෙනෙහි කරන්නෙ නැතිව හැකි තාක් දුරට මූල කම්මස්ථානය පිම්බීම හැකිලීම වශයෙන් මෙනෙහි කළ යුතුයි. මෙනෙහි කරන්න පුළුවන්. මට දැන් ඒ හැකියාව තියෙනවා කියල දවසින් දවස දවසින් දවස තමන්ගේ ශක්තිය දියුණු කරනවා. ඒ දියුණු කරන්ඩ කරන්ඩ යෝගාවචරයාට පේනවා මෙන් මේ ආකාරයට මූල කම්මස්ථානයේ ප්‍රඥප්තිය මතම හැකි තාක් මෙනෙහි කරන තාක් කල් නිවරණ කොච්චර ආවත් ඒ නිවරණවලින් පුදුමාකාර ආරක්ෂාවක් ඇති වෙනවා. ඕනෑ වෙලාවක පුළුවන් තමන්ට නිවරණ පැත්තට හැරිල බලලා ඕනෑ නම් නිවරණ එක්ක ටිකක් වෙලා සෙල්ලම් කරලා නන්නත්තාර වෙලා ආයෙන් මූල කම්මස්ථානයේ, ධාතුචලට නෙවෙයි, මූල කම්මස්ථානයේ ප්‍රඥප්තියටම හිත යෙදුවොත් නිවරණ නිකම්ම නිකම් නිලීන වෙලා, සාමාන්‍ය වචනයෙන් කියනවා නම් පව වෙලා ආපහු යන හැටි දැකගන්න පුළුවන්. ඉතින් මෙතෙක්ට එන අවස්ථාවේදී යෝගාවචරයා හුඟක් ඉන්නේ එලොව මෙලොව දෙක අතරමැද. ප්‍රඥප්ති සත්‍යයත් පරමාථ සත්‍යයත් අතරමැද නිසා හුඟක් ආධුනික යි. කියන්න තේරෙන්නේ නෑ යෝගාවචරයාට මේක. කිව්වත් දෙන උපදේශය වැටහෙන්නේ නෑ. ඒක නිසා හිත ඇත්තටම පවතින්නේ මූල කම්මස්ථානයේ ප්‍රඥප්තියේද, නැත්නම් මූල කම්මස්ථානය විසින්ම ඇති කරන්නා වූ ධාතු තලවලද, එහෙම නැතිනම් සම්පූර්ණ පරිබාහිර වූ වේදනා සඤ්ඤාවලද කියන එක යෝගාවචරයා අවුල් කරගත්තොත් හුඟක් කල් යනවා භාවනාවට. මෙවුව ඔක්කොම ධම්. ධම්මානුපස්සනාවට ගන්නකොට කායානු පස්සනා වේදනානුපස්සනා වගේ මම උඹ කට බඩ නහය දිව අත කියන ඒවා නැති වෙලා යනවා. එන්න එන්නම පුද්ගලයෙක් නැති හුදු ධම්මා. නිවරණ ධම්, පඤ්ච උපාදන ස්කන්ධ ධම්, ආයතන, බොජ්ඣංග, චතුරයථීය සත්‍යය, කිව්වාම මේ කාටවත් භුක්තියට සින්න වෙච්ච දේවල් නොවේ. ධම්මා. ආන්න ඒ පැත්තට, ධම්මාවලට ගියාට පස්සෙ ඒ ධම්මා තුළත් හැකි තාක් දුරට අර ප්‍රඥප්ති වශයෙන් ගත්තා වූ දේ තමයි සමථය වන්නේ. සමථය තව තවත් වඩන්නේ නෑ. මේ තාම වැඩෙන්නේ යෝගාවචරයාගේ ඤාණික සමාධිය, බණ්ණාධාරික සමාධියයි.

මෙන්න මේ ඤාණික සමාධිය සමථ යෝගාවචරයා කරන්නේ කොහොමද? සම්මුති වශයෙන් අරමුණට අර්පණා වශයෙන් සමච්චිල අරමුණෙන් හිත නැගිටිටවනවා. එහෙම ධ්‍යානයෙන් නැගිටිටට පස්සෙ ඒ හිතේ පවතින්නෙ අන්න අර විපස්සනා කරන්න පුළුවන් අවස්ථාව. සමථයම උතුම් කරන ඇත්තො හුඟක් විස්තර කරල දෙන්න හදනව

අර්පණාවෙන් නැගිටිට පස්සෙ මතු වෙන්නා වූ ඤාණික සමාධිය විපස්සනා යෝගාවචරයාගේ ඤාණික සමාධියට වඩා බලවත් කියලා. ඒක කියන්න ආරණා පොත්වලින් නම් හොඳට පෙන්වන්න පුළුවන්. නමුත් විපස්සනා සමාධියේ අර තාලෙට සම්මුති අරමුණම නැවත නැවතත් මෙනෙහි කරමින් ඇතුළට ගිය කෙනාට තේරෙනවා ඒ විදියේ කිසි සේත්ම සීමා බන්ධනයක් සමථය අතින් ගියාය විපස්සනා අතින් ගියාය කියලා නෑ. නමුත් විපස්සනාවේ උනත් මතු වෙනකොටම ධාතු මනසිකාරය අනුව ධාතු කොටස් මෙනෙහි කරන්න පටන් අරගත්තොත් එන ඤාණික සමාධිය නම් කොන්ද පණ මදි. බලවත් නෑ. ප්‍රබල විපස්සනා ඤාණ පහළ කරගන්න තරම් බලවත් නෑ. ඒ තියෙද්දීම ප්‍රඥප්තියම මතු කර කර ප්‍රඥප්තියම පිර පිර බැලුවොත් තමයි සමථ යෝගාවචරයින් විසින් කරන අභියෝගයට හොඳට මූණ දෙන්න පුළුවන් වෙන්නේ. හැබැයි ඉතින් ඒක සමථ මූලධර්මිකාරයෙක් උනත් විපස්සනා මූලධර්මිකාරයෙක් උනත් හොඳට පිළිගන්නවා මාගී එල ඤාණය ලැබීම සඳහා උපචාර හෝ සදිසි උපචාර උපචාරය හා සමාන ඤාණික සමාධියක් තිබුණොත් ඇති කියලා. ඒක නිසා ශුද්ධ විපස්සනා ක්‍රමයට සම්පූර්ණ පැත්තකට ගහන්න පයින් ගහන්න පුළුවන්කමක් ඇත්තේ නෑ.

නමුත් මෙනෙත්දී විපස්සනා යෝගාවචරයා හොඳට දැනගන්න ඕනෑ ධර්මමානුපස්සනා කොටසට හැරෙනකොට දෙකතුනක්ම මතු වෙනවා. ඒ දෙකතුනම භාවනාවලේ. ඒ දෙකතුනේම නිවරණ නෑ වගේ තමයි පේන්නේ. දෙකතුනේම පැයගණන් ඉන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ ඉන්න අතරමැදි අර ගෙවෙමින් පවතින්නා වූ නැති වෙමින් පවතින්නා වූ ප්‍රඥප්ති පිම්බීම හැකිලීම, එහෙම නැත්නම් ආනාපානය ගත්ත නම් ආනාපානයේම, හිත පවත්වනවා වෙනුවට අභාග්‍ය සම්පන්න දේ තමයි හුගක් කම්ප්ථානාවායච්චරු කියනවා මොනවා හරි ප්‍රකට අරමුණකට හිත යොදන්න කියලා. මේ විදියට අරමුණු ගොඩාක් තියෙනවා, කොයි එකේද හිත යොදගන්නේ දන්නේ නැති වෙනකොට එහෙනම් බුද්ධානුස්සතිය වඩන්න, එහෙම නැත්නම් නැගිටලා සක්මන් කරන්න කියලා කියනවා. එහෙම නැත්නම් මොනවා හරි දේකට හිත යොදවන්න හදනවා. ඒ නිසා යෝගාවචරයා තවත් අවුලෙන් අවුලකට පත් වෙනවා. එනතදී හොඳට සම්පජ්ඤාය යොදවන්න ඕනෑ. සම්පජ්ඤාය යොදවලා තමන් මෙනෙත්ට එනකම් උදව් කළා වූ මූල කර්මස්ථානයේ ගෙවිවිච ස්වරූපය අප්‍රකට ස්වරූපය අප්‍රධාන ස්වරූපය දැනගෙන එහිම හිත පවත්වන්න තරම් යෝගාවචරයා දක්ෂ වෙනවා නම්, අන්න ධර්මමානුපස්සනා කොටසේදී යෝගාවචරයා ඒ න්‍යාය, මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව, අතනොහැර එතෙක් ගෙනාපු ගැමීම දිගට පවත්වන්නට ඕනෑ. නමුත්

ඉතාමත්ම කලාතුරකින් තමයි මේක කියලා දුන්නත් කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ. වෙන විදියකට කියනවා නම් තමන්ම මේ ප්‍රශ්නය අහලා තමන්ටම මේ උත්තරේ හම්බ වුණාත් ඒක කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ ඉතාමත්ම සුළු පිරිසකට. ඒ මොකද? මෙතන පවතින්නෙ අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව. ඒක අන්ධ කරවනවා. ඒක අන්ධකාර කරවනව. ඒක අවිභූත කරවනවා. ඒක හිත වල්මත් කරවනවා. තෝන්තු කරවනවා. ඒ නිසා හැකි තාක් සාකච්ඡා කරලා හැකි තාක් මූලධර්මය පැහැදිලි කරගෙන අධිෂ්ඨාන කරගන්න ඕනෑ පයඝිංකය මූලදීම, මගේ හිත දන් හොඳට භාවනාවට හරි ගියොත් මෙහෙම තැනකට යනවා. එතෙත්ට ගියාට පස්සෙ මගේ හිත කලකොල නොවේවා! එතෙත්ට එනකම්ම උදව් කළා වූ අත්වැල අත නෑරේවා! ඒ අරමුණම හොයන්ට අරමුණේම කිමිදෙන්ට ඒ අරමුණේම හිත පවත්වන්න අධිෂ්ඨාන කෙරුවොත් යෝගාවචරයා ධම්මානු පස්සනාව දිගේ ඉදිරියට යනවා.

ඒක නිසා කල්පනා කරගන්න ඕනෑ භාවනාව කියන එක අනිකුත් පාරමිතා ධම් පිරිම අතර වෙනමම වැඩක්. මේ කාරණාව හරියටම දන්න කෙනෙක් නම්, සාකච්ඡා කරලා, පෙරකල නිශ්‍රය සම්පත්ති තියන කෙනෙක් නම්, භාවනා කරන්න දේකුත් නෑ. එනකොටම දන්නවා මෙන්න මේකයි මගෙ යුතුකම, මේකයි මගේ රාජකාරිය මේකයි මම කළ යුත්තේ කියලා ඒක කරනකොටම හුඟක් කල් භාවනා කරපු හුඟදෙනෙක්ගේ මට්ටම ඉක්මවලා යන්න පුළුවන්. ඒ නිසා "පඤ්ඤාවනො අයං ධම්මො"²⁷ කියලා සච්ඤයන් වනන්සේ කෙටි අත වැනිමක් කරනවා හොරෙන් ප්‍රඥවන්තයින්නට. ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනාවත් වර්ත වශයෙන් පෙන්වනකොට පෙන්වන්නෙ තිකඛ පඤ්ඤ පුද්ගලයාට. තීක්ෂණ ප්‍රඥවක් ඇති කෙනාට. යම් කිසි කෙනෙකුට තියෙන්නේ දන්ධ පඤ්ඤ කියන ප්‍රඥ වර්තය දුච්ච අවස්ථාවක් නම් චිත්තානුපස්සනා කොටසේදී මේකට පුහුණුවක් ඇති කරනවා. නැත්නම් චිත්තානුපස්සනාව තමයි එයාට වැඩ බිම වෙන්නේ. තිකඛ පඤ්ඤ පුද්ගලයෙකුට නම් ධම්මානුපස්සනාවේදීම පුළුවන්, නැත්නම් ධම්මානුපස්සනාවෙන් පටන්ගන්න පුළුවන්. ධම්මානුපස්සනාව බොහොම ඉක්මනට ඉවර කරගන්න පුළුවන්. කායානුපස්සනා වේදනානුපස්සනා පෙන්න්නේ රාග වර්තවලටයි. අධික රාගය තියෙනවා නම් කායානුපස්සනාවට හිත යොදනවා. අනික් ඇත්තන්ට වේදනානුපස්සනාවට හිත යොදවනවා.

²⁷ අංගුත්තරනිකාය, අවධික නිපාතය, ගහපති වර්ගය, අනුරුද්ධ සූත්‍රය

ඒ නිසා මේ එක එක සතිපට්ඨානයක් එක එක වර්තානුගත පුද්ගලයින් අතර ගළපලා බැලීම අපේ ථේරවාදයේ පසුකාලීනව බොහෝම සවිස්තරව වෙලා දක්වලා තියෙනවා. ඒ අනුව බලනකොට පුද්ගලයෙක් සංසාරෙට ඇද බැඳ තබන ප්‍රධාන විපල්ලාස හතරක් තියෙනවා. පටලවලා වටහාගන්න ක්‍රම හතරක් තියෙනවා. ඒ අනුව බලනකොට මේ අශුභ වූ කය සුභ වශයෙන් දැකීම නිසා සංසාරෙට බැඳිලා ලෝකය සාහිත්‍යමය ලලිත කලාමය දෙයක් බවට පත් කරගන්න හදන ඇත්තන්ට සච්ඤ දේශනාවේ බලනකොට කායානු පස්සනාව තමයි හොඳට ගැළපෙන්නේ. කයේ තියෙන්නා වූ සුභ පක්‍ෂය වෙනුවට සුභ සඤ්ඤාව වෙනුවට අසුභ සඤ්ඤාව. අසුභයේ සත්‍යය තියෙද්දී සුභ යයි කියලා පටලවාගන්නා වූ විපල්ලාසයට හොඳ උත්තරයක් දෙනවා කායානුපස්සනාවෙන්. ඊගාවට සුඛ, සැප, සැප සොයන, ලෝකය සැපයක් කියලා කල්පනා කරන සැපයම මතු කරගන්න හදන ඇත්තන්ට පවතින්නේ මේ දුක සැපට හරවගෙන දුක සැපක් කරගෙන දුකම වළඳන විපල්ලාසයක්. කබරගොයා වුණත් කන්නට ඕනෑ වෙච්චහම තලගොයා කරගන්නවා කියලා කථාවක් අපේ ව්‍යවහාරයේ තියෙනවා. අන්න ඒ වගේ තමයි භාත්පස දුක් වූ මේ දේ ඇත්තා වූ සැප ඉස්මතු කරලා සැපයක් මේකෙ තියෙන්නේ කියලා ඒක කියනවා “සාණං කාන්වා සාතං පීචෙන්” කියලා. ඒක මූලධර්මයක්, ණය වෙලා හරි කමක් නෑ ගිතෙල් වළඳන්න කියලා. ආයෙ ඒක ගෙවන්න වෙන්නේ නෑ. අපි මැරිලා ගියාට පස්සෙ කවුද ඕව ගෙවන්නේ. ඉන්නකම් කාපල්ලා බීපල්ලා පුළුවන් තරම් සැපෙන් ඉඳපල්ලා කියන අදහස තියෙන ඇත්තෝ, සමහර වරිත. ඒ වගේම අපිටත් ඒ වගේ වරිත ඒ වගේ අදහස් වරිත් වර මතු වෙනවා. ආන්න ඒ වෙලාවට තමයි විත්තානුපස්සනාව අනුමත කරන්නේ. විත්තානුපස්සනාවේදී භාත්පසම තියෙන්නේ දුක. ඒක ප්‍රධාන කරලා පෙන්නන එක ජේනවා. ඒකත් එක රාගයක්. ඊගාවට අපි විත්තානුපස්සනාව ගත්තට පස්සේ, ඒක පෙන්නන්නේ, සාමාන්‍ය ධර්ම කාරණා තේරෙන මන්ද පඤ්ඤ පුද්ගලයින්ට ඒකෙන් උත්තර හම්බ වෙනවා. ධර්මානුපස්සනාව හම්බ වෙන්නේ තික්ඛ පඤ්ඤ පුද්ගලයින්ටයි.

ඒ නිසා එක එක විපල්ලාසවලට එක එක ආකාරයේ උත්තර සපයා දීමක් සතිපට්ඨාන හතරෙන් කරනවයි කියනවා. නමුත් හොඳට භාවනා කරන කෙනා ඊට වැඩිය එකඟ වේවි සමහර පයඝීංකවලදී අපි අධික රාගීව ගත කරනවා. සමහර පයඝීංකවල රාගයමයි තියෙන්නේ. නමුත් එච්චර ප්‍රකට නෑ. සමහර පයඝීංකවල නම් හොඳ පැහැදිලිකමක් තියෙනවා. සමහර පයඝීංකවල හොඳට ධර්ම කාරණා වැටහෙනවා.

සමහර වෙලාවට වෙන්තේ නෑ. ඒක නිසා මේ එක එක්කෙනා එක එක්කෙනා වර්තවලට තියලා ඇණ ගහනවා වෙනුවට අපට වරින් වර පහළ වෙන්නා වූ එක එක තත්ත්වවලදී මේ සතර සතිපට්ඨානෙ එක එක ආකාරයට උදව් වෙනවා, එක එක ආකාරයට පිහිට වෙනවා, කියන කාරණාව තේරුම් අරගත්තොත් යෝගාවචරයා මතක තියාගන්න ඕනෑ භාවනා කරන්න කරන්න එන්න එන්න එක එක පයඝිංක එක එක පයඝිංකයෙන් වෙන් වෙලා විවිධාකාර භාවනා උපක්‍රම භාවනා උපකරණ වරින් වර පාවිච්චි කරන්න සිද්ධ වන බව. ඒකෙ ඉතාමත්ම සවිස්තර කොටස තමයි ධම්මානුපස්සනාවට වැටෙන්නේ.

ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනාවට ගියාට පස්සෙ යෝගාවචරයාට කිසිම වෝදනාවක් නැතිව යනවා. හුඟක් ආධුනික යෝගාවචරයෝ කරන හුඟක් වෝදනා නිකම්ම ධම් කාරණාවක් බවට පත් වෙනවා ධම්මානුපස්සනාවේදී. ඒක නිසයි ධම්මානුපස්සනා කොටසේදී සාකච්ඡා අනුග්ගහිතය ඉතාම වැදගත් වෙන්නේ. ඒ මොකද? අපි හිතන්නේ නෑ ධම්මානුපස්සනා කොටසේදී මතු වෙන හුඟක් කාරණා භාවනාමය ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන්. අපි හිතන්නේ ඒක පැටලිලිලක් වැරදිලිලක් එහෙම නැත්නම් පසු බෑමක් කියලා. නමුත් ඒක හරියට ප්‍රකාශ කරගන්න පුළුවන් නම් මට වුණේ මේකයි කියලා, ඒක ලොකු සජ්චී ධම් කොට්ඨාසයක් හෙළි කරන සාකච්ඡාවක් බවට පත් වෙනවා. ඒකට යන්න අමාරු නිසා තමයි කායානුපස්සනාවේදී හරියට අරමුණ මොකක්ද, මෙතෙහි කෙරුවේ කොහොමද, අරමුණ වැටහුණේ කොහොමද, බොහොම ප්‍රකටව කියලා දෙන්න පුළුවන්. වේදනානුපස්සනා චිත්තානුපස්සනාවට යනකොට මේ ව්‍යාකරණ ක්‍රමය මේ සාකච්ඡා ක්‍රමය හොඳට දියුණු කරපු කෙනාට නම් ධම්මානුපස්සනා කොටසේදී ඇති වෙන්නා වූ විවිධ වූත් විස්තර කරගන්න බැරි වූත් කොටස්, අර කලින් කියපු කොටස්වලට සාපේක්‍ෂකව හොඳට තේරුම් කරලා දෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනාවට කෙළින්ම බහින්න බෑ. කායානුපස්සනා ආදී කොටස්වලදී ඇති කරගන්නා වූ විනය ශික්ෂණය නීතිපතා කමටහන් ශුද්ධ කිරීම, කමටහන් සුද්ධ කරනකොට අදාළ කාරණාවට සාපේක්‍ෂකව කෙටියෙන් කියන්න පුරුදු වෙන ගතිය, ඒ වගේම හිතලා කියන්නේ නැතිව තමන් හරියට අත්දකපු දේ කියන එක ආදී දේවල් පුහුණු කරලා තියෙනවා නම්, ධම්මානුපස්සනාවේදී මම ඔබ ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවයෙන් තොරව ගැඹුරු ධම් සාකච්ඡා කරන්න පුළුවන්. ඒ වගේම තමයි හුඟක් වෙලාවට හික්ෂුන් වහන්සේලාට ප්‍රශ්න මතු වෙනවා, තමන් ලැබුවා වූ හිතන්නා වූ අධිමානසික, එහෙම නැත්නම් උත්තරී මනුෂ්‍ය ධම් සාකච්ඡා කරන්න වෙනවා. සාකච්ඡා කරන්න උනත්

ධර්මානුකූලව සාකච්ඡා කෙරුවාට කිසිම විනය ප්‍රශ්නයකට අහු වෙන්නෙත් නෑ. 'මට' සම්බන්ධ කෙරුවොත්, 'කාලයට' සම්බන්ධ කෙරුවොත් තමයි ප්‍රශ්න මතු වෙන්නේ. එහෙම නැත්නම් අපි සම්මුති වශයෙන් කියන දේ පරමාථී වශයෙන් කියන්න පුරුදු කරගත්තොත් ඕනෑම ධර්ම කොට්ඨාසයක් ඕනෑම සභාවක සාකච්ඡා කරන්න පුළුවන් තත්ත්වයට පත් වෙනවා. අන්න ඒ විදියට කායානුපස්සනාවේ ඉඳලා විත්තානුපස්සනාවට යනකොට කමටහන් සුද්ධ කිරීමේ ලොකු වෙනසක්, පාවිච්චි කරන වචනවල ව්‍යාකරණවල ලොකු වෙනසක් ඇති වෙනවා. ඒ නිසා මේක පුද්ගලයා හාත්පසින්ම පුහුණු කරන වැඩක්. ඒකයි කියන්නේ මේකට හොඳ ප්‍රඥවක් අවශ්‍යයි කියලා.

ඒ වගේම වෙනස් විම්වලට මරොත්තු දෙන ගතියක්, වෙනස් විම්වලට ලැස්ති ගතියක්, නැත්නම් නීවරණ ධර්ම පිළිබඳ යම් පරිචයක්, නීවරණ ධර්ම පිළිබඳ යම් පරිචයක් ඇති කළාට පස්සෙ, පඤ්ච උපාදන ස්කන්ධ. උපාදන ස්කන්ධ කීවාම නැවතත් තමන්ගේ තියෙන සංසාරෙන් ගෙනාපු අඩුපාඩුකම් ටිකක් තමයි පෙන්න්නේ. ඒවා දැකලා බය වෙලා දුවන්නවත් ඒවා ආවා කියලා කනගාටු වෙන්නවත් විනය කම් කරන්නවත් නෙවෙයි. ඒවා අනිවායඪයෙන්ම සන්තානයේ මතු වෙනවා. ඒක නිසා විත්තානුපස්සනාවට යනකොට, යෝගාවචරයා නිත්‍ය සඤ්ඤාව තියෙන කෙනෙක් නම් හොඳ කුමාර සැප ඇතිව හැදිලා සැපම සොයාගෙන ගිහිල්ලා මේ කය ස්ථිරයි මේ ලෝකේ ස්ථිරයි මේ ව්‍යවස්ථා මාලාව ස්ථිරයි ආදී වශයෙන් හිතාගෙන ඉන්න ඇත්තනට, එතැනින් එහාට යාගන්න බැරි වෙනවා. අනිවායඪයෙන්ම අනිත්‍ය භාවය මුල් කරගෙන, ඒ කියන්නේ දේවල් කඩා දැනවා කියන එක නෙවෙයි, මේ දේවල් වෙනස් වෙන එක 'හැටියක්' බව පිළිගත්තොත් විතරක් අන්තරානුපස්සනා කියන ධර්මානුපස්සනා කොටසට වැටෙනවා. එතන දිගටම සාකච්ඡා කරන්න වෙන්නේ භාවනාවේ මතු වෙන නීවරණ මම නෙවෙයි, මගේ නෙවෙයි, මට කනගාටු වෙන්න දෙයක් නෙවෙයි. පඤ්චස්කන්ධ වශයෙන් මේ ඇලී ගැලීගන්නා ගතිය මම නෙවෙයි, මාගේ නෙවෙයි, මට කනගාටු වෙන්න දෙයක් නෙවෙයි. මේ සලායතන මම නෙවෙයි, මගේ නෙවෙයි, ඒ නිසා මම මේකට වග කියන්න ඕනෑ නෑ. ඒ වගේම ඒ වෙනකොට ඇති වෙන්නා වූ බොජ්ඣංග ධර්ම, චතුරාර්ය සත්‍යය කියන දේවල් - එව්වත් මගේ නෙවෙයි, එව්වත් මම නෙවෙයි, ඒවට මට වග කියන්නත් බෑ. ආන්න ඒ විදියට අර ඇති කරගෙන ආපු ධර්ම කොට්ඨාශ බොහෝම ලස්සනට විකාශය වෙලා විශේෂයෙන්ම අනාත්ම සඤ්ඤාව ඇති කරගන්නවා.

දැන් ආනාපාන සති සූත්‍රය එහෙම නැත්නම් ගිරිමානන්ද සූත්‍රය ආදී සූත්‍රවල කියවෙන ආනාපානයේ සෝළසාකාර ක්‍රමය අරගත්නාම හතරවෙනි කොටස - අනිච්චානුපස්සිව ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස, විරාගානු පස්සිව ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස, නිරෝධානුපස්සිව ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස, පටිනිස්සග්ගානුපස්සිව ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කියන හතර වැටෙන්නේ ධම්මානුපස්සනා කොටසටයි. ඒ කියන්නේ අනිත්‍යයේ ඉඳලා පටිනිස්සග්ගය කියන සම්පූර්ණ අතහැරීම දක්වා වූ කොට්ඨාශ හතර වැටෙන්නේ ධම්මානුපස්සනාවටයි. ඒවා ඔක්කොම සමාන අථ තියෙන පද වගේ ජේන්නේ. ඒක නිසා ඒ වෙනකොට යෝගාවචරයා පටන්ගත් ආකාරයට 'කය' හෝ 'හොඳ' හෝ 'නරක' හෝ කියන ඔක්කොම තීරණ විනිශ්චය වෝදනා ඔක්කොම හැලිලා, ඇති දේ අනුන්ගේ දෙයක් වාතී කරන කෙනෙක් වගේ. දැන් කට්ටියක් ක්‍රිකට් ගහනවා. තව කෙනෙක් ඒකෙ ඉඳගෙන, බලන්නේ නැති කට්ටියට වාතී කරනවා. ආන්න ඒ වගේ තමයි පැහැදිලිවම පරතෝ සංකල්පයෙන් යුක්තව මේ සිදු වෙන දේ අඩියක් පස්සට ගිහිල්ලා ඒක වාතී කරන්නා වගේ කියාගන්න පුළුවන් තත්වට පත් වෙනවා. ඒක ජීවිතයේ තියෙන හුඟක් ප්‍රශ්න විසඳන දෙයක්. මේ ඇගේ දමාගැනිල්ලෙන් තමයි අපි ප්‍රශ්න උග්‍ර කරගන්නේ. උත්සන්න කරගැනීමෙන් දූවෙන ප්‍රශ්නයක් බවට පත් කරගන්න එක කෙලෙස්වල මූලික ස්වරූපය. විසඳගන්න කොහෙත්ම බැරි ඉතාමත්ම දුෂ්කරතාවකට ආපුවාම මොකද කරන්න ඕනෑ, කොහොමද හැසිරෙන්න ඕනෑ කියලා මම ලොකු ස්වාමීන්වහන්සේගෙන් අහනකොට ලොකු ස්වාමීන්වහන්සේ කිව්වේ එහෙම වෙලාවේදී හිත මැත් කරගන්න දැනගන්න ඕනෑ කියලයි. වහාම මේකට පැනලා මම ක්‍රියාත්මක වෙන්න ඕනෑ මම මෙහෙම කරන්න ඕනෑ කියලා ඉදිරිපත් වුණොත් ඒක ඔළුමොට්ටල දෙයක්.

භාවනාවේදී වුණත් දැන් මේ මොකද වෙන්නේ දන්නේ නෑ, කොහොමද වෙන්නේ දන්නේ නෑ කියලා කිව්වට පස්සේ හදිස්සියේ පයඝිංකයෙන් නැගිටලා යන්න හෝ කලබල වෙන්න නරකයි. තව මට මෙන්න මේ අවුලෙම එක විනාඩියක් එක තත්පරයක් එක විත්තක්‍ෂණයක් ඒකම බලා ඉන්න ලැබේවා! කියලා බලා ඉන්නකොට පුදුමාකාර විදියට අපි වතීමානෙම ප්‍රත්‍යක්‍ෂයෙන්ම අසරණ වෙනවා. නැගිටලා යන්න හදන්නේ වෙනස්කම් කරන්න හදන්නේ ඔළුමොට්ටල වූ මමෙක්. නාහෙට අහන්නේ නැති මමෙක්. ඊට වැඩිය බොහොම හොඳයි පයඝිංකයේදී ලැබෙන විඳ දරාගන්න බැරි අස්ථිර භාවය. මොකද ඒක ධම්ය. ඒකට ඉවසන්න ඕනෑ. ඒකේ නෑ හොඳක්, නරකක්. ඒකෙ නෑ මුලක්, මැදක්, අගක්. ඒකේ නෑ 'මගේ', 'ඔබේ' කියන තත්ත්වයක්.

ඒක විදින්න පුළුවන් දෙයක්. අන්න ඒ වගේ වෙලාවකදී තමයි ධම්මානුපස්සනා කොටස මතු වෙලා එන්නේ.

ඒ නිසා යෝගාවචරයා භාවනා කරනවා නම් විශේෂයෙන් මේ වගේ කල් ගිහිල්ලා එක දිගටම භාවනා කරන ඇත්තෝ ඒකාන්තයෙන්ම ධම්මානුපස්සනා කොටස්වලට එළඹෙනවා. නමුත් සාකච්ඡා කරනකොට පේනවා එවුවා පිළිබඳව තියෙන්නේ එක්කෝ මට මොකද මෙවුව ඉක්මනට ආවේ? එහෙම නැත්නම් මට මේක එන්න ඕනෑ මේ වෙලාවේ මේ ආකාරයෙන් නේද? කියලා එන දේ එන හැටියට වාතීා කරනවා වෙනුවට හුඟාක් මතිමතාන්තර රාශියක හිර වෙලා ඉන්න ගතියක් පේන්න තියෙනවා. ඒ මොකද, හිතන්නේ නෑ ඇත්තටම භාවනා කෙරුවොත් ප්‍රතිඵල ලැබෙයි කියලා. ප්‍රතිඵල ලැබෙනකොට වෙවුලනවා. ප්‍රතිඵල ලැබෙනකොට දුවන්ට හදනවා. ප්‍රතිඵල ලැබෙනකොට වෝදනා කරනවා. ඒක නිසයි මූලදීම සච්ඡෙයන් වහන්සේ දේශනා කළේ “එකායනො අයං භික්ඛවෙ මගො” කියලා. අවසාන කෙරුවෙත්, මේ භාවනා ක්‍රමය දවස් හතක් කෙරුවොත් අනිවාසීයෙන්ම ප්‍රතිඵල ලැබෙනවා කියලා. ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනා කොටස පැය ගණන් දේශනා කළත් මේ කටයුත්ත වෙන් නම් එව්වර වෙලා යන්නේ නෑ. නමුත් ඒ වුණත් වාතීා නොකරන නිසා, වාතීා කෙරුවත් මූලික අවශ්‍ය කාරණා වසංගත නිසා, කෙලෙස් තත්ත්ව නිසා, ඒක නැති කරගැනීමේ අදහසින් ඒක දුරු කරගැනීමේ අදහසින් සාමූහික ප්‍රයත්නයක් වශයෙන් “අඤ්ඤමඤ්ඤ වචනෙන අඤ්ඤමඤ්ඤ වුට්ඨාපනෙන” වශයෙන් පාලියේ සඳහන් කරන විදියට එකිනෙකා එකිනෙකාට අඩුම ගුණ දෙසි හුවා දැක්වීමෙන් එකිනෙකා එකිනෙකා ඔසවා තැබීමේ ක්‍රමයෙන් මිසක්ක අපට ගොඩ එන්න බෑ. ඒ නිසා ධම්මානුපස්සනා කොටස අනිත් එව්වට වඩා බරසාරයි ගැඹුරුයි කියලා පැත්තකට කරනව වෙනුවට අවශ්‍ය කරන්නේ, තමන්ගේම තියෙන දනුමේ හැටියට මේ වැඩ කරන්නේ මේකමයි කියලා, ඒක හැකි තාක් දුරට ඇති හැටියෙන්ම, විද්‍යාත්මක පර්යේෂණයක ඉතාමත් සජීවී ධම් කොට්ඨාශයක් මේකෙ තියෙන්නේ කියලා ඒ දිනා බලන්නයි. මේ විදියට කායානුපස්සනා වේදනානුපස්සනා චිත්තානුපස්සනා ධම්මානුපස්සනා වශයෙන් මූලික පාඨ හතරෙන් හඳුන්වාදීම කියන්නේ උද්දේශය වාරයයි. සතිපට්ඨාන කායානුපස්සනාව හුඟක් සවිස්තරයි. වේදනානුපස්සනාව චිත්තානුපස්සනාව එව්වර විස්තර නෑ. ආයෙන් ධම්මානුපස්සනා කොටස ගොඩාක් සවිස්තරයි. ආන්න ඒ විදියට නිද්දේස වාරය, මේ කියපු දේවල්ම විස්තර කිරීම තමයි ඊගාවට බලාපොරොත්තු වෙන්නේ.

ඉතින් අද අපි ඉදිරිපත් කරගන්න කාලය මේ වෙනකොට හමාර නිසාත් ධම්මානුපස්සනාවට අදාළ මූලික උද්දේසය මේ පමණකින් තේරුම්ගන්න පුළුවන් මට්ටමට ඉදිරිපත් කෙරුණා කියන අදහසක් ඇති නිසාත් අදට නියමිත ධම් දේශනාව මෙතනින් හමාර කරන්න බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඒ නිසා භාවනා කරන ඇත්තෝ තමන්ගේ අත්දැකීම් පයබ්බංකයට පස්සේ හොඳට සවිස්තරව, මේ දේවල් එක්කෝ පොතක ලියලා එහෙම නැත්නම් ඒවත් එක්ක සාකච්ඡා කරලා පුළුවන් තරම් මේවා තෝරා බේරාගත්තොත් අපට තේරේවි මේ ගත වන වස් කාලය ඉතාමත් වටිනා කාලයක් කියලා. අපි පහු ගිය කාලේ කායානුපස්සනා වේදනානුපස්සනා වශයෙන් කරගෙන ගිය වැඩ පිළිවෙළ එක්කවත් අහක ගිහිල්ලා නෑ. එහෙම අසරණ වෙන්න එහෙම අනාරක්ෂිත වෙන්න දෙයක් නෙවෙයි මේක; සසරණ වෙන, රක්ෂිත වෙන දෙයක්.

ඒ නිසා සතියෙන් යුක්තව මේක හොඳට බලලා ඒ මතුමත්තේ සම්පජ්ඤ්ඤය ක්‍රියාත්මක වෙනවා නම්, ඒ මුල් මුල් භාවනා සතිපට්ඨාන පසු පසු භාවනා සතිපට්ඨානවලට හුඟාක් උදව් වෙනවා. නමුත් ඒකට හැකි සඤ්ඤාව, මම මේ කරන දේ, සතිපට්ඨානෙ, ඒකාන්තයෙන්ම ප්‍රතිඵල තියෙනවා කියන හැකි සඤ්ඤාව ඇති වෙනවා නම්, ඒක හොඳම ආසන්න කාරණාව තමයි මේ ධම්මානුපස්සනා කොටස, අනිත්‍යය, අනත්තය, පිළිබඳව තේරුම්ගැනීමට. ඒ නිසා තමතමන් තුළ ඇත්තා වූ මේ ශක්ති, තමතමන් තුළ ඇත්තා වූ අත්දැකීම් මුවහත් වෙලා පෙළගැහිලා ඉදිරිය බොහෝම සුභ සඤ්ඤාවෙන් හැකි සඤ්ඤාවෙන් ඉදිරි කටයුතු කරගෙන යන්න මේ ධම් කොට්ඨාශයත් හේතු වේවා! වාසනා වේවා! කියන ප්‍රාර්ථනාවෙන් අදහසින් කරුණාවෙන් යුක්තව අදට නියමිත ධම් කොට්ඨාශය මෙතනින් හමාර කරනවා.

සියලු දෙනාටම සැනසීම උදා වේවා!

හාදු! හාදු! හාදු!

මෙම උතුම් ධර්ම දනයට දායකත්වය සලෙසු පින්වත්තු.

- අම්බලන්ගොඩ ධර්මාශෝක විද්‍යාලයේ විශ්‍රාමික ආචාර්යවරුන් වූ පරලෝ සැපත් ඒ. කරුණාරත්න ද සිල්වා (ඒ. කේ. සර්), ධර්මා ද සිල්වා (ඒ. කේ. මිස්) සද්දර දෙමව්පියන්ට නිවන් සුව පතා එම දියණිවරු.
- මෙල්බර්න් නුවර පදිංචි කුසුමා ජයසිංහ මහත්මිය - පරලෝ සැපත් තම ස්වාමි පුරුෂයාට සහ දෙපාර්ශ්වයේම මාපියන්ට පින් පිණිස.
- ගුරුදෙනියේ ඩී. එම්. ගුණරත්න මහත්මිය - අංක 259, තලාකුමය පාර, ගුරුදෙනිය පදිංචිව සිට පරලෝ සැපත් කැප්ටන් ගුණරත්න මහතාට සහ අංක 638, මුල්ලේරියාව, අංගොඩ පදිංචිව සිටි ඒ. පී. සිල්වා මහතා සහ ඩේසි කුලතුංග මහත්මියට පින් පිණිස.
- උඩහමුල්ලේ පදිංචි වෛද්‍ය එස්. ආර්. සමරතුංග මහතා - පරලෝ සැපත් තම පියාණන්ට පින් පිණිස සහ මවට දීර්ඝායුෂ පැතීම සඳහා සහ, වෛද්‍ය පද්මා හේරත් මහත්මිය - පරලෝ සැපත් තම දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- වෛද්‍ය ප්‍රබෝධ සමරතුංග හා වෛද්‍ය උදනි සමරතුංග - පවුලේ සැමට උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- බොරැල්ලේ පදිංචිව සිට පරලෝ සැපත් වන්ද්‍රදස විදනපතිරණ මහතාට සහ එම්. අබේකෝන් මහත්මියටත් කඩුවෙල පදිංචිව සිටි ලීලාවතී අබේකෝන් මහත්මියටත් පින් පිණිස එම දූ දරුවෝ.
- කළුබෝවිල පදිංචිව සිට අභාවප්‍රාප්ත ජේ. ප්‍රනාපසිංහ මහතාට පින් පිණිස එම දූ දරුවෝ.
- නිලූ දිසානායක මහත්මිය - ධර්ම දනයමය කුසලානිසංසය පිණිස.
- තේජානි, බිම්සර - කුණ්ඩසාලේ, පොල්වත්ත, පදිංචිව සිට නැසී ගිය මයිකල් අත්තනායක පියාණන්ට හා අත්තම්මාට පින් පිණිස.
- පිටකෝට්ටේ අයි. ඩී. විජේසේන මහතා - මියගිය දෙමාපිය ශ්‍රැතීන්ට පින් අනුමෝදන් කිරීම පිණිස.
- සැදහැතියක් උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.

- නාවින්න මල්ලිකා සපරමාදු මහත්මිය - දෙමාපියන්ට, සහ පුතණුවන්ට පින් පිණිස.
- පාගොඩ, දේවාල පාර, ලීලා ජයතිලක මහත්මිය - පරලෝ සැපත් තම දෙමාපියන්ට හා ස්වාමීපුරුෂයාට පින් පිණිස.
- ලයනල් වන්දසිරි මහතා සහ එම මහත්මිය - තරිඳු හසන්ත වන්දසිරි පුතණුවන්ට පින් පිණිස.
- අභාවප්‍රාප්ත අහංගම, තිත්තගල්ලේ, දියෝනිස් අප්පුහාමි, ගිමාරා ලියනගේ දෙමාපියන්ට සහ සියලුම ඥාතීන්ගේ සුගතිය පිණිස දූ දරුවන් විසින්.
- කැලණිය, උමගිලිය පෙදෙස, සේනක, සන්ධ්‍යා හා පුත්තු - උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- කැලණිය, උමගිලිය පෙදෙස, සුරංගනී මුදලිගේ මහත්මිය - දෙමාපියන්ට නිදුක් නිරෝගි සුව හා සැමට උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- මහරගම, නාවින්න, ඉෂාන්, පායලී, - දෙමාපියන්ට නිදුක් නිරෝගි සුව සහ පවුලේ සියලු දෙනාට උතුම් ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- අභාවප්‍රාප්ත රත්හාමි රත්නායක, වන්ද්‍රාවතී රත්නායක දෙමාපියන්ට සහ සියලුම ඥාතීන්ට උතුම් නිවන් සුව ප්‍රාර්ථනය පිණිස - දූ දරුවන් විසින්.
- මෙල්බර්න් නුවර තිළිණි, පුණ්නජ් තම දෙමාපියන්ට සහ ඥාතීන්ට ධර්මාවබෝධය පිණිස.
- මෙල්බර්න් නුවර පදිංචි මැණිකේ රස්නායක මහත්මිය හා දූ දරුවන් - නිකවැරටිය පදිංචිව සිට පරලෝ සැපත් දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- මෙල්බර්න් නුවර පදිංචි ගයා වන්නිනායක අතුලු පවුලේ සැම - බලලේ පදිංචිව සිට පරලෝ සැපත් තම දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- ඔක්ලන්ඩ් නුවර පදිංචි රෝගිනී සුභසිංහ මහත්මිය හා පවුලේ සැම - පරලෝ සැපත් තම දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- මහනුවර පදිංචි වාන්දනී හේමවන්දු මහත්මිය - දෙමාපියන්ට පින් පිණිස.
- පොල්හේන්ගොඩ කිරුළපන පදිංචිව සිටි ආර්. ආර්. එම්. බුද්ධදස රත්නායක මාමාටත්, මිරිහානේ එදිරිසිංහ පාලේ පදිංචිව සිටි ආනන්ද

දේවප්‍රිය අයියාටත්, නාත්තන්ඩියේ මැදගෝඩ පදිංචිව සිටි රත්නාවතී මැණිකේ නැන්ද සහ මාරවිල පදිංචිව සිටි ධර්මදස කටුපැලැල්ල අයියාට යන අයට ධර්මදනමය කුසලය නිවන් අවබෝධ වීම පිණිස හේතු වේවා!

- පාදුක්ක ජයන්ති පාරේ පදිංචිව සිටි තරිඳු හසන්ත වන්දසිරි පුතාට උතුම් නිවනින් සැනසීම ලැබේවා!
- මාතලේ පදිංචිව සිට පරලොව සැපත් සෙනෙවිරත්න වීරසේන පියාණන්ට, ජයන්ති වීරසේන මැණියන්ට සහ ගම්පහ නාරම්වල පදිංචිව සිට පරලෝ සැපත් හැරියට් රාජපක්ෂ මැණියන්ට උතුම් නිවනු සුව ප්‍රාර්ථනා කරමින්, නවසීලන්තයේ හැමිල්ටන් නුවර මුණසිංහ පියාණන්ට දීර්ඝායුෂ පතමින් මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය පූජා කරන ලදී.

දයකත්වය දුන් සැමට තෙරුවන් සරණින් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වී ප්‍රාර්ථනා බෝධියකින් උතුම් නිවනින් සැනසීම උදාවේවා!
යි මෙත් සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමි.

සම්පාදක - 2017 වප් මස 30 වන ද.

එකායනො අයං, භික්ඛවෙ, මග්ගො සත්තානං චිත්තද්ධියා,
සොකපරිද්දුවානං සමතික්කමාය, උක්ඛද්දෙමනස්සානං අත්ථවිගමාය,
ඤ්ජයස්ස අඛගමාය, හිබ්බානස්ස සච්ඡිකිරිතාය, යද්දං
චත්තාරො සතිපට්ඨානා.

