නිදහස්වෙලා යන්න මගෙ පුතේ

නර්මදා නදියේ වැලිකැට ගානට අතීත බුද්ධශාසන සියල්ලම අපිට අහිමිවෙලා ගියත්
මේ ගෞතම බුද්ධශාසනය නම් තාම අපිට අහිමි වුනේ නෑ පුතේ

අතීතං නාන්වාගමෙය්‍ය නප්පටිකංඛෙ අනාගතං
යදතීතං පහීනංතං අප්පතඤ්ච අනාගතං
පච්චුප්පන්නඤ්ච යෝ ධම්මං තත්‍ථ තත්‍ථ විපස්සති
අසංහීරං අසංකුප්පං තං විද්වා මනුබ්‍රෑහයේ

හෙතෙම අතීතයට ගිය අතීතය තුල නොපිහිටයි. මවාගත් අනාගතය තුල ද පැතීමකට නොයෙයි. ගෙවුනා වූ අතීතයද, නො එළඹුනා වූ අනාගතයද, ඉක්මවා වර්තමානයේ පවතින්නා වූ යම් බඳු ධර්මයක් වේ නම්, ඒ ද, ඒ ඒ තැන්හිම විදසුන් කෙරෙනු යේ අතීතානාගත වෙත ඇදී නොයේ. තවද, ලෝභ දෝස මෝහාදීන්ගේ ද සකස්වීමක් නොමැති හෙයින් හෙතෙම ධර්මාවබෝධයට පැමිණියා වෙයි.

(ලෝමසකංගිය භද්දේකරත්ත සූත්‍රය, මජ්ඣිම නිකාය 3)

අරණ්‍යවාසී ස්වාමීන්වහන්සේ නමක ගේ දේශනා ඇසුරෙන්
සකසන ලද ලිපි පෙළකි

සතුටක අසිරිය

මේ ගෙවෙන ජීවිතේ තුලින් අපි හැමදෙනාම බලාපොරොත්තු වෙන්නේ සැපයක්, සතුටක්. ඒත්, තේරුම්ගන්ඩ බැරි මොකක්දෝ බරකින් "හිත" නිතරම බරවෙලා. ඒ නිසා, ඒ සතුට හරියටම හොයාගන්ඩත් ටිකක් අමාරුයි වගේ. අපි අපේක්ෂා කරන සැපයේ හැඩය ගැනවත් අපිට පූර්ව විනිශ්චයක් නෑ. විවිධත්වය තුළ ඇති නැවුම් බව තමයි අපි සැපයක් හැටියට හැම වෙලාවෙම ආශ්වාදයෙන් වැළඳගන්නේ.

අසහනය, පීඩාව, ආතතිය, නොරුස්සන ගතිය වගේ දේවල් අපට හොඳට පත්තියංවෙලා නිසා දුකත් නිකං සැපයක් වගේ තමයි පේන්නේ. ඒ නිසා, අපි තුළ ඒකට කැමැත්තක් ඇතිවෙනවා. ඒ කැමැත්ත ගැන ඇතිවෙන කැමැත්ත, හෙවත් නන්දිරාගය නිසා, විඳින දුක් වලින් නිදහස් වෙන්ඩවත් අපිට කල්පනා වෙන්නේ නෑ. අපි කැමති වෙන්නෙත් නෑ.

කොටින්ම, අපි විඳින්නේ දුකක් කියලවත් අපිට පේන්නෙ නෑ. පෙනුනත්, විඳෝන එක ඇරෙන්ඩ වෙන කරන්ඩ දෙයක් අපි දන්නෙත් නෑ. මේ විදිහට, තමන් විඳින්නේ දුකක් කියල දන්නැති නිසා දුකෙන් නිදහස්වෙන්ට ඕනෙ වෙන්නෙත් නෑ. දුකෙන් නිදහස්වෙන්ට ඕනෙ වෙන්නේ නැත්නම් ඉතිං බුද්ධ ශාසනයකින් ඇති වැඩකුත් නෑ. ඔන්න ඔය විදිහටයි පුතේ නර්මදා ගඟේ වැලිකැට ගානටත් වඩා වැඩියෙන්, අතීත බුද්ධශාසන සේරම අපිට මග හැරුනේ. ඒත් දැන් ඔබට හිතෙයි, අපිට දැනෙන සැපයක් තියෙද්දිත්

අපි "දුක" ගැනම මොකට මෙච්චර වධ වෙනවද කියලා. දැන් බලන්ඩකෝ එහෙනම් ඔය ගොමගොඩක ඉන්න පණුවෙකුට, මොකක්ද තියෙන සැපය කියලා. ගොමම තමයි උගෙ සැපය. ඒකෙන් තොරදෙයක් උෟට නෑ. ඒත් අපිටනම් හැබැයි ඒක ජරාවක්, දුකක්. අන්න ඒ වගේ අපි විඳින ඉහලම සැපයත් දෙවියන්ට නිකං ගොම වගේ. ඒක දන්නැති නිසා අපිට, සැපයි කියල හිතෙන දේ වෙනුවෙන්, දැනෙන දේ වෙනුවෙන්, විශ්වාසකරන දේ වෙනුවෙන්, අපි මරාගෙන වුනත් මැරෙනවා. ඒ වගේම, දෙවියන්ගේ දිව්‍ය සැපයත් බ්‍රහ්මයින්ගේ බ්‍රහ්ම සැපයට සාපේක්ෂව ගොම වගේ. ඒත් ඒක දෙවිවරු දන්නෑ. ඒ නිසා දෙවියන් අතරත් යුද්ධ. එහෙනම් දැන් මුලාව කියන අර්ථයෙන් දෙවියයි පණුවයි අතරෙත් ලොකු වෙනසක් නෑ වගේ.

ඒ වගේම, ඉතිං බ්‍රහ්මයො හිතාගෙන ඉන්නේ ඒ ගොල්ලො තමයි ඇත්තටම සැප විඳින්නේ කියලා. එහෙනම්, ඒ බ්‍රහ්මයින්ගේ, බ්‍රහ්ම සැපයන් දකින රහතන්වහන්සේලාට ඒ බ්‍රහ්ම පිරිස් ගැන මොන සා නම් කරුණාවක් උපදිනව ඇත්ද. ඇයි ඉතින්, බ්‍රහ්මයො වැටිල ඉන්න මුලාව ගැන උන්වහන්සේලා නේ හරියටම දන්නේ. ඒක වෙනකෙනෙකුට විෂය වෙන්නෙ නෑ. ඉතිං, ඒ සා ශ්‍රේෂ්ඨ බ්‍රහ්ම සැපයත් දුකක් කියලා පේන්නේ ඒක ඉක්මවපු කෙනෙකුටම විතරයි පුතේ.

දැන් පේනවද ඔය විදිහට මේ හැමෝම ඉන්නේ මුලාවක කියලා. ඇත්තම "සැපය" කියල ගන්ඩ සැපයක් නෑ. සාපේක්ෂ බව තුල තමයි අපි, අපේ "සැපය" පනවගෙන ඉන්නේ. එතන, තියෙන්නේ, අපිට "හිතෙන", අපි සැපයක්

කියල හිතාගෙන ඉන්න, තවත් එක සංකල්පයක්ම විතරයි. ඒක, ඇත්තටම තියෙන සැපයක් නෙමෙයි. හැබැයි, ඒ සැප කියන සංකල්පය තුල යම් ආශ්වාදයක් නම් තියෙනවා. ඒත් ඒක, තවත් සංකල්පයක්, හිතක්. අන්න ඒ "හිතෙන" හිත, හෙවත් සංකල්පය, පස්සෙ තමයි අපි හැමදාම "සැප" කියන සංඥාව හඹාගෙන මේ දුවමින් ඉන්නේ. මොනතරම් මුලාවක් ද ඒක. අන්න ඒ නිසයි පුතේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, සංඥාව, මිරිඟුවකට උපමාකළේ.

දැන් තේරෙනවද එහෙනම්, අපි මෙච්චර කාළයක් තිස්සේ, මුලාවක් තුළ තියෙන සංකල්පයකට තමයි "සැපයක්" කියල රැවටෙමින් ඉඳල තියෙන්නේ කියල. මුලාව කියන්නේ රැවටීමක්. රැවටීම කියන්නේ දුකක්.

එහෙනම් දුකක් තුල යම් සැපයක්, ආශ්වාදයක් තිබුනත්, ඒකත් පිහිටලා තියෙනනේ දුකේමයි. එහෙනම් අපි සැපයි කියල හිතාගෙන, විඳින, ඕනෑම වින්දනයක හැංගිලා තියෙන යථාර්තය තමයි "දුක". අන්න ඒ මුලාවට කියනවා මෝහය කියලා. මෝහය ගැන නොදන්නා කම සහ ඒක හඳුනගන්ඩ බැරිකම තමයි, අවිද්‍යාව.

ඔබ දුකට කැමතිද? නෑ. ඇයි? දුක ඉතිං, කොහොමත් දුකක් නිසා. එහෙනම් කැමති මොකේටද? සැපයට. එහෙනම් ඒ සැපයට කැමැත්ත ඇතිවෙන්නේ කොහෙද? හිතේ. දුක ඇති වෙන්නෙත් කොහෙද? හිතේ. එහෙනම් ඔබේම "හිත" ඔබ අකමැති දෙයක් නේද ඔබට ඔය දීල තියෙන්නෙ. ඔබ කැමති වුනේ සැපයක්. ඒත් "හිත" ඔබට දෙන්නේ දුකක්.

එහෙනම් ඔබේ කියල හිතාගෙන ඉන්න ඔය "හිත" ඔබට හිතවත් නෑ. ඇත්ත ඒකයි. ඇත්තටම ඔය හිත "ඔබේ" නම්, ඔබ කැමති දේනෙ ඔබට දෙන්ඩ ඕනේ. ඔබ අකමැති දෙයක් නෙමෙයි. එහෙනම් තවදුරටත් ඔය "හිත" ඔබේ වෙන්ඩ බෑ. "හිත" ඔබ කියල පිළිගන්ඩත් බෑ. ඔබ හිත පිළිගන්නේ නැත්නම්, පිළිගත්තෙ නැත්තේ දුකයි. ඉතිං ඔබ, දුක පිළිගන්නේ නැත්නම්, දුකෙන් නිදහස්වෙනවා කියල, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනාකරනවා. *(අභිනන්දන සූත්‍රය, සංයු. නි. 4)*

ඉතිං ඔය විදිහට හිත ගැන ඇතිවිය යුතු මූලික අවබෝධය ඔබට ඇති වුනොත්, "හිත" ඉකමවා ගිය සැබෑම සතුටක සැබෑම අසිරිය මොහොතකට හරි ඔබට විඳගන්ඩ ලැබෙනාවාම යි පුතේ.

කොයි මෙහොතක හෝ අපේ හිතේ යම් බර ගතියක් තියෙනව නම්, ඒක ඇතිවෙලා තියෙන්නෙම අතීතය ගැන හෝ අනාගතය ගැන හිතන නිසාමයි. එක්කෝ ගෙවීගිය අතීතයක් පෙන්නලා "හිත" අපිව පසුතැවීමකට දානවා. නැත්නම්, නැති අනාගතයක් පෙන්නලා අසහනයකට දානවා. හිතේ ඇතිවෙන ඔය සංඥාවල් දෙක නිසා අපි දුකට පත්වෙන්නේ මේ දැන්, මේ මොහොතේ.

හිතට "දුක"ක් දනෙනව නම් දනෙන්නේ පුතේ, මේ මොහොතේ "හිතේ" ඇතිවෙන අතීත, අනාගත කියන සංඥාවල් දෙක හරහා. අතීතය ගැන හිතද්දී ඇති වෙන්නේ පසුතැවීමක්. අතීතයට ගිය, ඒ අතීතය ගැන අපි හිත හිතා හිටියට, ඒක වෙනස් කරන්ඩ බෑ. වැඩක් වෙන්නේත් නෑ. අතීතය ගෙවිල ඉවරයි. මොකටද අපි දුක්දෙන හිතක් තව

අල්ලගෙනත් ඉන්නේ. අතහැරල දාන්ඩ. ආපු නැති අනාගතයත් අතහරින්න. ඒකත් වැඩක් නෑ. අසහනයක් විතරයි ඒකෙනුත් ලැබෙන්නෙ. ඒ දෙකම, තවත් සිතුවිලි දෙකක්ම විතරයි පුතේ. ඒ නිසා මේ මොහොතේ, "හිත" තුල පවතින සිතුවිල්ල කළමණාකරනය කරගැනීම අපේ තීරණයක්. අපිට දුක් දෙන ඔය අතීත, අනාගත කියන, අන්ත දෙකෙන් එක මෙහොතකට හරි ඔය "හිත" අපි මුදව ගත්තොත්, වර්තමානයේ ඉතුරුවෙන්නේ, "මේ මොහොත" විතරයි.

අන්න එතන හරිම සැහැල්ලු තැනක්. ඉතිං ඒ සැහැල්ලුව, සතුට, හරහා ආශ්වාදනීය සමාධියක් පවා ඇතිවෙන්ඩ පුළුවන්.

කොහොමත් ඉතිං, අසහනයයි, පසුතැවීමයි තුල හිරවෙලා ඉන්නවට වඩා ආශ්වාදනීය සමාධියක් තුල ඇති ඒ සොඳුරු අත්දැකීම, මොහොතකට, අහම්බෙන් හරි විඳගන්ඩ ලැබුනොත්, ඒකත් ලොකු දෙයක්නේ. ඇත්තටම ඒක, " නිවන" කියල වුනත් කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන්. අපිට ඉතින් ඒ "නිවන" ගැන අවබෝධය අඩු නිසත්, සමාධියේ ඇති ආශ්වාදය නුහුරු අත්දැකීමක් නිසත්, එහෙම හිතුනත්, ඒක හරිම සාධාරණයි පුතේ.

ඉතිං මම අර කියපු, "මේ මොහොත" තුල දැනෙන ඒ ආශ්වාදනීය සැපය, මොනතරම් සුන්දර එකක් වුනත්, ඒක පිහිටලා තියෙන්නේ මෝහය තුළ. ඒක අපිට එච්චරම ප්‍රකට නෑ. ඒත්, හැබැයි ඔබේ ඉලක්කය "නිවන" නම්, ඒ ගැනත් දැනගෙන ඉන්ඩම වෙනවා.

එහෙනම් මේ "හිත" තියෙන්නේ "දුක" වෙනුවෙන්මයි කියල අපි දැන් දන්නවා. එක්කෝ ගෙවීගිය අතීතයක් පෙන්නලා අපිව පසුතැවීමකට දානවා. නැත්නම්, තාම ආපු නැති අනාගතයක් පෙන්නලා අසහනයකට දානවා. මේ විදිහට අපිව දෙපැත්තෙන්ම දුකට දාන්නේ "හිත" මයි කියලා දන්නැති නිසා අපි, හිත "මම" කියල හිතාගෙන විඳවනවා. අපි දන්නෑ ඊලඟ මොහොතේ අපි මැරෙයිද කියලවත්. එහෙම වුනොත්, දැවි දැවී ඉඳල මැරෙන්ඩයි වෙන්නේ.

කිසිදාක "මම" නොවුනු, "මගේ" නොවුනු ලාමක සිතක්, "මම" කියල හිතාගෙන, "මගේ" කියල හිතාගෙන, අපිමයි පුතේ, අපේ සතුට නැතිකර ගන්නේ. ඉතිං ඒ නිසා, මේ "හිත" අපිව, මේ මොහොත තුල නොයෙක් විදිහට වංචාකරන හැටි, රවට්ටන හැටි, තේරුම් ගත්තොත්, අපි අතීත-අනාගත කියන අන්තදෙක තුල පිහිටල නෑ. වර්තමානයේ මුලාව තුල සකස්වෙන කිසිම අවකාශයක් තුලත් පිහිටල නෑ. එතන තියෙන්නේ පිරිසිදු අවබෝධයක්. ඉතිං, ඔය අවබෝධය පිහිටල තියෙන්නේ හිත තුල නෙමෙයි. ප්‍රඥාව මත යි පුතේ. ප්‍රඥාව පිහිටල තියෙන්නේ හිත තුල නෙමෙයි, විමුක්තිය මතයි. එතකොට මේ මොහොතේ අපි තන්හාව තුල නෑ, එහෙනම් අන්ත දෙකෙත් නෑ. නිදහස්. අංගුත්තර නිකායේ චක්ක නිපාතයේ මජ්ඣෙ සූත්‍රයේ, "මැද" කියල කියන්නේ ඔන්න ඔතන්ට.

"සො උභන්තෙ විදිත්වාන මජ්ඣෙ මන්තාන ලිප්පති,
තං බෲමි මහාපුරිසොති සොධ සිබ්බනිමච්චගා"

අන්තදෙක ප්‍රඥාවෙන් දැක, "මැද" නොතැවරේ නම්, උපාදානස්ඛන්ධය කෙරෙහි පවතින තණ්හාව, (ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ) ඉක්මවා ගියා වූ හෙතෙම අරහත්වයේ පිහිටියා වෙයි.

ඉතිං මෙන්න මේ අවබෝධයෙන් තොරව අර කලින් කියපු, "මේ මොහොත" තුල අත්විඳින සමාධිය තුළ අපේ ඉන්ද්‍රිය අනුභූතියට ගෝචරවෙන්ට තරම් විශේෂ දෙයක් නෑ. ඒනිසා බොහෝ දෙනෙක් නොමග යන්ටත් පුළුවන් "මම" කියල කෙනෙක් නෑ කියල. ඒක දෘෂ්ඨියක් පුතේ. ඊට පස්සේ ඒක ඔප්පුකරගන්ට සෙන් දහමේ (Zen) ඉගැන්වෙන ශූන්‍යතාවය තමයි කුළියට ගන්ට වෙන්නේ.

ඇත්තටම අපි කරන්න ඕනෙ, "මම" නැතිකරන එක නෙමෙයි. තමන් තුළ ඇති "දුක" නැතිකරගන්න එකයි. මම කියල නොහිත හිටිය කියල "දුක" නැතිවෙන්නෑ. "මම" නැතිවෙන්නෙත් නෑ.

ඒ වගේම, මේ හිත අපිව රවට්ටන්නේ, දුකට දාන්නේ, "නැති" බාහිර රූපයක් පෙන්නල නෙමෙයි. හිතේම ඇතිවෙන "සැප" කියන සංකල්පය පෙන්නලයි. මේක හොඳට තේරුම්ගන්ඩ ඕනෙ තැනක්. නැත්නම් ඔබට හිතෙයි, මේ හිත, අපිව මුලා කරන්නේ "නැති" බාහිර රූපයක් හෝ "හිත" විසින් මවල දීපු දෙයක් පෙන්නල කියලා. එහෙම උනොත් අපිට ඒ මුලාවෙන් ගැලවෙන්ඩ රූපයයි, හිතයි, දෙකම ශූන්‍යයි කියලා හිතන්ඩ වෙනවා. ඉතිං එහෙම, ශූන්‍යයි කියලා හිතුවත් ඒ, තවත් සිතුවිලි දෙකක්ම විතරයි. ඒක අපි හිතන දෙයක්. අවබෝධයක් හෝ

ඥාණ දර්ශනයක් නෙමෙයි. මෙන්න මේ විදිහට, හිතේ ඇති මේ වංචාකාරී ස්වභාවය දැනගෙන, තේරුම් අරගෙන, අර අතීත, අනාගත, අන්ත දෙකෙන් මිදෙන්නට උත්සහ කලොත්, මේ මොහොතේම, ඒ සොඳුරු සැහැල්ලුව ඔබටත් දැනේවි. ඉතිං ඒ සතුට ඇතිකරගැනීම හෝ නොගැනීම, ඔබේ තීරණයක්. බාහිර ලෝකයේ කතාවක් නෙමෙයි. ප්‍රායෝගිකව, ඕනෑම මොහොතක, තමන් තුලම උපදවාගත හැකි දෙයක්.

ඒ වගේම, ඔබ කැමති විදිහ කියන, සංකල්පමීය රාමුවෙනුත් චුට්ටක් මිදිලා, අනුන් කැමතිවෙන විදිහ ගැන හිතලා, ඒ අයවත් ටිකක් සතුටු කරන්ඩ උත්සහ කලොත්, ඔබ තුල ඇතිවුනා වූ ඒ සතුට තවතවත් වැඩිවේවි. ඔබ නොහිතන විදිහේ ප්‍රතිඵලත් ඔබට ලැබේවි.

සාමාන්‍යයෙන්, අනිත් හැමෝම අපේ සතුට වෙනුවෙන්ම ඉපදිච්ච පිරිසක් වගේ තමයි අපිට පේන්නේ. ඒ නිසා බාහිර දේවල් හා පුද්ගලයො මත තමයි අපි, අපේ බලාපොරොත්තු හැමවෙලාවෙම ගොඩනගන්නේ. පවුල, රැකියාව, දේශපාලනය, ආර්ථිකය, නීතිය, පුද්ගල ආකල්ප, මේ සියල්ල අපි කැමති විදිහටම තියෙන්ඩ ඕනෙ කියලයි අපිට නිතරම හිතන්නේ. ඒක හරිම වැරදි ස්ථාවරයක්.

ලෝකයේ අනිත් අය, අපි කැමති විදිහටම ඉන්ඩ ඕනෙ කියල දෙයක් නෑ පුතේ. අනික, මුලාව තුල ඉන්න ඒ අය කොහොමද අපේ සතුට වෙනුවෙන් කැපවෙන්නේ. එයාල ඉන්නේ එයාල කැමති විදිහට. එහෙනම් ඕක අපේ හිතේ ප්‍රශ්නයක්. "හිතේ" කතාව ඔය විදිහට තේරුම් ගත්තොත්

අපිට, අනුන්ගේ සැපය වෙනුවෙන්, අප්‍රමාන කැපකිරීම්, අසීමාන්තිකව, සතුටින්ම, කරන්ඩ පුළුවන් වෙනව. එතකොට ඒක දානයක්. ඇත්තටම ඒක, නිරාමිස ප්‍රීතියක් හා මහා සැහැල්ලුවක්, දැනෙන හරිම සුන්දර අත්දැකීමක්.

ඔන්න ඔය විදිහට, ඔය දේ තේරුම් නොගන්නා තාක් කල්, අපි තුල වැඩෙන්නේ අසහනයක්ම යි පුතේ. ඒ වගේම, අනිත් අයට හිතෙන්නෙත්, අපි ඉන්ඩ ඕනේ එයාල ගේ සැපය වෙනුවෙන්, එයාල කැමති විදිහට කියල. ඔන්න ඔතනයි පුතේ, අර්බුදය හටගන්නේ. ඒ නිසා අපි දෙගොල්ලොම දුකේ. දැන් එතකොට කවුද එහෙනම් අපිව දුකට දාන්නේ? හිතේම ඇතිවෙන, අපේක්ෂාවක් හෝ බලාපොරොත්තුවක් නේද.

අපිව දුකට ඇදල දාන මේ බලාපොරොත්තු, අපේක්ෂා, සියල්ලම, හිත විසින් අපිට පෙන්නන්නේ සැපයක් හැටියට. ඒ නිසා අපිට ඒව දුකක් කියල හිතෙන්නෙම නෑ. ඒකට තමයි මෝහය කියන්නේ. ඉතිං ඔය විදිහට සැපයක් හැටියට දුක් දෙන්නෙත් "හිත" නම්, සැපයි, දුකයි, කියන ඔය සංඥා දෙක ඇතිවෙන්නෙත් "හිතේ"ම නම්, දැන් ඔබට ඔය දුකෙන් නිදහස්වෙන්ට පුළුවන්. ඒ සංඥා දෙකම මෝහය මත, මෝහය නිසාම උපදින, හුදු සංඥා දෙකක්ම විතරයි (හේතුවක් නිසා උපදින ඵල දෙකක්) කියල දැකගන්ඩ විතරයි තියෙන්නේ. එහෙනම් "හිතක" ඇති මේ චපල බව හෙවත් වෙනස්වීම, තුලමයි මේ සැප-දුක් කතාව ඇතිවෙන්නේ. සැප-දුක මතයි, ලෝකය පවතින්නේ. ඉතිං, සැපයි-දුකයි, කියන මේ දෙකම, මුලාව හෙවත් මෝහය නිසාම උපදින දෙයක් නම්, මෝහය කියන්නේ දුකක් නම්,

මුළු ලෝකෙම පිහිටලා තියෙන්නේ "දුක" මත. **"දුක්ඛෝ ලෝකෝ පතිට්ඨිතා"**

එහෙනම් අපි, සැපයක් කියල හිතන දේත්, දුකක් හැටියට අපිට දැනෙන දේත්, උපේක්ෂාවක් හැටියට අපි විඳින දේත්, දුකක්ම යි කියල යම් මොහොතකදී ඔබට, ඔබ තුලින්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ වුනොත්, "හිත" ඉක්මවා ගිය, සැබෑම සතුටක ඇති ඒ සැබෑම අසිරිය, මේ දැන්, "මේ මොහොතේ" දීම ඔබට විඳගන්ඩ ලැබෙන එක සිද්ධවෙන දෙයක්මයි පුතේ. ඒක ධර්මතාවයක්.

සමහරවිට ඔබට හිතෙයි, ගිහියො හැටියට, අනාගතේ ගැන කිසි බලාපොරොත්තුවක් නැතුව අපි ජීවත්වෙන්නේ කොහොමද කියලා. දැන් එහෙනම් කල්පනාකරල බලන්ඩ, ඔය කියන අනාගත බලාපොරොත්තු නිසා මේ මොහොතේ ඔබට දැනෙන සැපයක් තියෙනවද? නෑ. බරක්, අසහනයක් හෝ පීඩනයක් තමයි තියෙන්නේ. එහෙනම්, ඔය කියන අනාගත "සැපය" කියන ඒ සංකල්පමීය ආශ්වාදය වෙනුවෙන් දැන්, මේ මොහොතේ ඔබට දැනෙන්නේ දුකක්. එහෙනම් ඉතිං අනාගතේදීත් ඔච්චරම තමයි. ඒ නිසා, බලාපොරොත්තුව, නම් වූ දුකට වඩා, අවබෝධය නම් වූ සැපය ට කැමතිවෙන එකයි වඩා වටින්නේ පුතේ. තීරණය ඔබේ. අපේ හැම අපේක්ෂාවක්ම පිහිටල තියෙන්නේ පුතේ කාමයන් මත. කාමයන් කියන්නේ, හිතේ හටගන්න, සංකල්ප තුලම ඇතිවෙන ආශ්වාදයන් මිසක් බාහිර තියෙන දේවල් නෙමෙයි. ඉතිං ඒ සංකල්ප පස්සෙ ගිහිං, අපි නිකං හෙම්බත්වෙන එක විතරයි වෙන්නේ. ඕකෙ ඉවරෙකුත් නෑ. ඔය දේ ඔබ, ඔබ තුලින්ම දැකලා, දුකට අකමැති නිසාම

ඔබේ බලාපොරොත්තුත් ටිකක් හරි අඩු කරගන්ඩ බලන්ඩ. එතකොට සැහැල්ලුයි, සරළ බව තුල ඇති ඒ ආශ්වාදයට කැමතිවෙන්ඩ. එතන ඒ ඇතිවෙන කැමැත්ත, කාමලෝකය ඉක්මවපු කැමැත්තක් පුතේ. කාමලෝකය, කියන්නේ හීන ධාතුව. සැපයක් හැටියට, සංකල්පයක් පනවගෙන, ඒ සංකල්පය තුල, හුදු සංකල්පමීය ආශ්වාදයක්ම සොයමින්, එකම එක ආශ්වාදයක් වෙනුවෙන් ඕනෑම දහදුකක් කැමැත්තෙන්ම විඳින්ඩ, දරාගන්ඩ, අපි ඉදිරිපත්වෙන නිසා, ඒකට හීන ධාතුව කියනවා.

ඇත්තටම ඒ අසහනකාරී මානසිකත්වයට ඔබ අකමැති නම් ඔබේ කැමැත්ත අත්හරින්ඩ. අනුන්ව සැනසීමේ විකල්පය තෝරාගන්න. ඕක ගෙදරින්ම පටන්ගන්ඩ. එතකොට ඔබේ මොහොත නිකම්ම සැරසේවි. ඔය විදිහට සිතුවිලි, වචන, ක්‍රියාව, ශ්‍රමය වගේ දේවල් අපි ආදරය කරන අය වෙනුවෙන් දන් දුන්නොත් පුතේ, ඔබ දානය කියන වචනෙට දෙන්න පුළුවන් ඉහලම අගයයි ඒ දුන්නේ. හැමදාම අපි පෙනීහිටියේ, අපේ සතුට වෙනුවෙන්ම විතරයි. ඒ නිසා අපිට ආදරය කරන බොහෝ දෙනෙක් ගේ හිත්, කොච්චර නම් අපි නිසා රිදිල ඇත්ද. ඒ නිසා මෙච්චර කල් බාහිරින්ම සැනසීමක් හොයපු ඔබ, සැබෑ සැනසීම තියෙන්නේ නොරැවටීම තුළ කියලා දැන් දන්නවා.

ඉතිං ඒ නොරැවටීම තුල ඇති සැබෑ සැනසීම විඳිමින්ම, රැවටීම තුළ ඉන්න ඒ අහිංසකයන්ට දැන්වත් සැනසීමක් වෙන්ඩ බලන්ඩ. ඒක මහ පිනක් පුතේ.

මොහොතක සතුට, ප්‍රඥාවේ ආලින්දය කරා

ඉතින් ඒ විදිහට ‘‘මේ මොහොතේ’’ වර්තමානය තුල ඇති ඒ සැබෑම සතුට අත්දකින ඔබ, හිත විසින් පෙන්වපු ඒ අතීත, අනාගත කියන අන්ත දෙකේම තවදුරටත් පිහිටල නෑ. දැන් එහෙනම්, ඔබට ඇත්තටම මේ මොහොතේ ඉතුරුවෙලා තියෙන්නේ එක්කෝ ඉරියව්ව, නැත්නම්, හුස්මරැල්ල. භාග්‍යවතුන්වහන්සේ දේශනා කරනවා දැන්, මේ මොහොතේ, ප්‍රකට වෙන්නේ යමක් ද, ඒදේම දකින්න කියලා. සාමාන්‍යයෙන් අපිට, අපි දැන් ඉන්න ඉරියව්ව තමයි වැඩියෙන්ම ප්‍රකට වෙන්නේ. එහෙනම් ඉරියව්ව ගැන පොඩ්ඩක් විමසල බලමු.

ඔබ ඔය, වාඩිවෙලා ඉන්න ඉරියව්ව තුළ තියෙන්නේ සැපක්ද, දුකක්ද, කියලවත් ඔබ දන්නෑ. ඔහේ නිකම්ම වාඩිවෙලා ඉන්නවා. ඔය ඉරියව්ව තුළ ඔබට දැන් තියෙන්නේ උපේක්ෂාවක් කියල තමයි ඔබට හිතෙන්නේ. ඒත්, ඇත්තටම ඔබ ඔය ඉරියව්වෙන් වාඩි වුනේම, ඒක ඔබේ හිත "පවතින මොහොත" තුල "සැපයි" කියල කියපු හොදම ඉරියව්ව නිසා නේද? "හිත" සැපයි කියන හොඳම ඉරියව්ව තමයි එහෙනම් මේ "පවතින මොහොත" තුල දැන් තියෙන්නේ. එහෙනම් ඔය ඉරියව්ව දිහා හොඳ අවධානයකින් බලාගෙන ඉන්ඩකෝ තව ටික වෙලාවක්.

දැන් මොකක්ද හිත කියන්නේ? දැන් ඉන්න ඔය ඉරියව්වත් ටිකක් වෙනස්කරන්ඩ කියල නේද? ඇයි ඒ? "පවතින මොහොත" දුකක් වෙලා. හැබැයි ඉරියව්ව ඒකමයි. දැක්කද, ඒ වෙනස්කරන, අනාගත ඉරියව්ව තුළ තමයි ඇත්තම

සැපය තියෙන්නේ කියලා හිත අපිට අනාගත ඉරියව්වක් පෙන්නල "පවතින මොහොතේ" ඒ ඉරියව්ව තුළම දුකකුත් පෙන්නනවා. කලින් නම් ඒක සැපක්. ඒ හිතම, දැන් ඒක දුකක් කියනවා. ඇත්තටම එතකොට මේ ඉරියව්ව තුල තියෙන්නේ මොකක්ද? ඉරියව්ව වෙනස් වුනේ නෑ. ඒත්, හිත අපිට දෙකක් පෙන්නනවා. එකම ඉරියව්ව තුළ සැපයකුත් පෙන්නනවා, දුකකුත් පෙන්නනවා. කෝකද එහෙනම් ඇත්ත?

ඉස්සරවෙලා කියපු දේ ඇත්තනම් පස්සේ කියපු දේ බොරු. පස්සේ කියපු දේ ඇත්ත නම් කලින් කියපු දේ බොරු. දෙකෙන් එකක්වත් එහෙනම්, ඇත්ත නෙමෙයි නම් මෙතන මහ රැවටීමක්, වංචාවක්, මුලාවක් නේද තියෙන්නේ.

දැන් ඔබට හිතෙයි සැප, දුකක් වෙන්නේ කාලය නිසා, කාලයත් ඒකට බලපානවා කියල. නෑ පුතේ, අපි මෙතන කතාකරන්නේ ඉරියව්ව ගැන. ඒකට කාලය අදාල වෙන්නේ නෑ. ඒත් මතක තියාගන්ඩ, "හිත" අපිව හැමවෙලාවෙම දුකට දාන්නේ පවතින මොහොත තුල නැති අනාගතයක් පෙන්නල කියල.

එහෙනම් මේ සිත හැම වෙලාවෙම අපිට කරන්නේ ඔය දේ නේද? කලින් ඔය ඉරියව්ව තුල තිබුනේ සැපද, දුකද කියලවත් අපිට තේරුනේ නෑ. ඒ තමයි උපේක්ෂාව. ඒ උපේක්ෂාව තුළ තියෙන්නේ මෝහය. ඒ මෝහය නිසයි අපි රැවටෙන්නේ. එහෙනම් බාහිර කෙනෙක්ද අපිව මේ විදිහට රවට්ටන්නේ? නෑ. මගේම කියල හිතපු හිතමයි, දරුණු

විදිහට මාව මේ රවට්ටලා තියෙන්නේ. එහෙනම් ඔය හිත "මගේ" වෙන්ඩ පුළුවන්ද? ‘‘මම’’ වෙන්ඩ පුළුවන්ද? කොටින්ම හිත මට, හිතවත්ද? නෑ. කොහෙත්ම නෑ. සැපයක් පෙන්නලා දුකක් දෙනවා. මොනතරම් චපලද? හිත, එයාගේ ස්ථාවරය කැමති, කැමති විදිහට වෙනස්කරල මාව සදාකාලිකවම දුක තුළ අසරණ කරල, හිරකරලම දානවා.

ඉතිං ඒ වෙනස් වීමට කියන වචනය තමයි, අනිත්‍යය. පාළියෙන් අනිච්ච. ඒ කියන්නේ මේ හිත අනිත්‍යයි. ඒ නිසා තමයි දුක. එහෙනම් අනිත්‍ය දුකයි. මෙන්න මේ විදිහට දකිද්දී එයාගේ "හිත" අර, අන්ත දෙකේ පිහිටන්නේ නෑ. කය තුළ පිහිටලත් නෑ. හිත තුළ පිහිටලත් නෑ. මෝහ මූලික උපේක්ෂාව තුළ පිහිටලත් නෑ. ඒ නිසා එයාට එතන පංච උපාදානස්ඛන්ධයේ සකස්වීමක් වෙන්නෑ. දැන් අපි ඔය දැක්කේ උපේක්ෂාව තුළ අනිත්‍ය. ඒ කියන්නේ මෝහය තුළ දුක හැංගිලා තියෙන හැටි.

ඉතිං, රැවටීම දුකක් නම්, මොකක්ද සැප? නොරැවටීම යි සැප. අවබෝධය යි සැප.

එතකොට රැවටීම හෙවත් දුක තුල නේද එහෙනම් මේ "හිත" අපිට හැම වෙලාවෙම සැපයක් හෝ ආශ්වාදයක් පෙන්නන්නේ? එහෙනම් දුක තුළ සැපයක් සොයන කෙනෙකුට හම්බවෙන්ඩ ඕනෙත් දුකක්මයි. ඒ නිසා තමයි හැමවෙලාවෙම අසහනය, ආතතිය, පීඩාව වගේ දේවල් මුළු ලෝකෙම ආක්‍රමණය කරල තියෙන්නේ. එහෙනම් අපි සැපයක් කියල කියන්නෙම පුතේ, "දුක" කට.

මොනතරම් බාහිරින් ආශ්වාදයක් හෙව්වත් අසහනය, ආතතිය, පීඩාව, පීඩනය, ද්වේශය එක්කමයි ඒ ආශ්වාදයන් වෙලිල තියෙන්නේ. ඒ නිසා දුකක්මයි අපිට ඉතුරු වෙන්නේ. හරියට ඇනිල තියෙන උල් ගොඩක් වගේ. ස්වභාවයෙන්ම මේ "රැවටීම" කියන දුක තුළ, නිතරම විඳවන, ඇනුම්කන, උල් ගොඩක්, දුක් ගොඩක් තියෙන්නේ. දැන් ඒ දුක අපේ ජීවිතේම කොටසක් වෙලා.

දැන් අපි ඔය දැක්කේ දුක තුළ "දුක" සකස්වෙන හැටි. ඉතිං ඔබ මේ සරල කාරණය මේ විදිහට අවබෝධ කරගත්තොත් සදහටම මේ දුකෙන් නිදහස්වෙන මාවත, ඒකාන්තයෙන්ම ඔබට විවෘත වෙනවා. ඔය විදිහට ඔබත් අවබෝධයට පත්වුන කෙනෙක් වෙනවා.

ඕක ඉතිං, මෝහයෙන් වෙළිල, මෝහයම කැමතිවෙන කෙනෙකුට නම් එච්චරම වැදගත් දෙයක් නෙමෙයි පුතේ. කොච්චර උනත් එයාගේ සංකල්ප ලෝකෙටමයි එයා කැමති. මෙච්චර සංකීර්ණ ප්‍රශ්නෙකට මෙච්චර සරල විසඳුමක් තියෙන්ඩ පුළුවන්ද කියලනෙ හැමෝටම හිතෙන්නේ. කවුද ඉතිං මේක සංකීර්ණ කරගත්තේ? අපිමයි.

හිතේ කතාව අපි නොදන්න නිසාමයි හිත අපිව නිරතුරුව මේ විදිහට කෙළසන්නේ. මේ ලෝකේ තියෙන දරුණුම සාපරාධී, අපරාධය ඕකයි පුතේ. ඒ නිසා මේ "හිත" අවබෝධ කරන එක තමයි තියෙන එකම විසඳුම. රැවටීම තුළම හිත අපිට සැපයක් පෙන්නල ඒ සැපය තුළින් තව තවත් දුක් සකස්කරල දෙන එක තමයි ප්‍රශ්නේ.

හැබැයි කලින්ම අපි ඕක දන්නවනම්, ඔය රවට්ටන හිතට අපි රැවටෙන්නේ නෑ. එතකොට එතනින් එහාට දුකක් සකස් වෙන්නෙත් නෑ.

ඔන්න ඔතන ඔබ හරියටම දැක්කොත් පුතේ, මාර්ගයම ඔබට වැඩෙන්ඩ ගන්නවා. මහාසළායතන සූත්‍රයේ ඔය දේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ බොහොම ලස්සනට විස්තර කරනවා.

"චක්ඛුං භික්ඛවේ ජානං පස්සං යථාභූතං, චක්ඛුසම්පස්ස පච්චයා උප්පජ්ජති වේදයිතං සුඛංවා දුක්ඛංවා අදුක්ඛම සුඛංවා තස්මිම්පි න සාරජ්ජති."

ඒ කියන්නේ ඇහේ ස්පර්ෂයෙන් ඇතිවෙන සැප, දුක්, උපේක්ෂා කියන විඳීම්වල යථා ස්වභාවය දැනගෙනමයි, දැකගෙනමයි ඒවා යේ නොඇලෙන්නේ. මනසේ ඇතිවෙන ධම්මාරම්මණ වලටත් ඒ විදිහමයි. ආයතන හයම එහෙමයි.

"තස්ස ආසරතස්ස අසම්මුලස්ස ආදිනවානුපස්සිනෝ විහරතො ආයතිං පංචුපාදානක්ඛන්ධා අපචයංගච්ජන්ති තණ්හා චස්ස පහීයතී.."

මෙහෙම නොඇලී නොගැටී, මුලානොවී ආදීනවයන් මෙනෙහි කරද්දී අනාගතය පිණිස පංච උපාදනස්ඛන්ධයේ සකස්වීමක් නැති නිසා තණ්හාව නැති වෙනවා.

"තස්ස කායිකාපි චෙතසිකාපි දරථෝ සන්තාපා පරිලාහා පහීයන්ති. සෝ කායසුඛංපි චේතෝසුඛංපි පටිසංවේදේති."

ඒ නිසා කායිකවත් මානසිකවත් තියෙන අර බරගතිය, පසුතැවීම, දැවිල්ල දුරුවෙලා සැහැල්ලුවක්, සැපයක්, දැනෙන්ඩ ගන්නවා. (ඒක සමාධි තත්වයක් හෝ අවම වශයෙන් පස්සද්ධි තත්වයක් වෙන්ඩත් පුළුවන්)

"යො තථාභූතස්ස දිට්ඨි සාස්සහෝති සම්මාදිට්ඨි"

ඉතින් ඒක එහෙම්මමයි කියල කාටහරි තමන් තුළින්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ වුනොත් ඒකමයි එයාගේ සම්මාදිට්ඨිය. ඒ කියන්නේ එයා සෝතාපන්නයි.

ඊට පස්සේ එතනින් එහාට සිද්ධවෙන දේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ හරිම ගාම්භීර කරුණක් හෙළිදරව් කරනවා.

"ඒව මස්සායං අරියෝ අට්ඨංගිකෝ මග්ගෝ භාවනා පරිපූරිං ගච්ජති"

ඇතිවුනා වූ සම්මාදිට්ඨිය මුල්කරගෙන එතනින් එහාට මුළු ආර්ය අෂ්ඨාංගික මාර්ගයම, පරිපූර්ණ වශයෙන්ම එයා තුල වැඩෙන්ඩ ගන්නවා කියලයි ඒ කියන්නේ.

"තස්ස ඒවං චත්තාරෝපි සතිපට්ඨානා සම්මප්පදානා ඉද්ධිපාදා භාවනා පරිපූරිං ගච්ජන්ති. පංචපි ඉන්ද්‍රියානි බලානි භාවනා පරිපූරිං ගච්ජන්ති. සත්තපි බොජ්ඣාංගා භාවනා පරිපූරිං ගච්ජන්ති."

සතර සතිපට්ඨානය, සතර සම්‍යක්ප්‍රධාන වීරිය වගේම සතර ඍද්ධිපාදත්, භාවනාමය වශයෙන් පරිපූර්ණ වෙන්ඩ ගන්නවා. එතනින් එහාට පංචඉන්ද්‍රිය, පංචබල වගේම සප්ත බොජ්ඣංග එහෙමත්, භාවනාමය වශයෙන් වැඩෙනවා, පරිපූර්ණ වෙනවා කියලයි, ඒ පාඨයෙන් හෙළි කරන්නේ.

ඉතිං ඒ සම්මාදිට්ඨිය උපදවාගත් කෙනාට, ඔය විදිහට සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම සියල්ලම, භාවනාමය වශයෙන් පරිපූර්ණ වෙන්ඩ ගන්නවා. ඊට පස්සේ,

"තස්සි මේ ද්වේ ධම්මා යුගනන්ද්‍රා සමතෝච විපස්සනාච සෝ යේ ධම්මා අභිඥේඥා පරිඤ්ඤෙයයා"

ඒ නිසා සමථ-විදර්ශනා දෙකත් එකටම වැඩෙනව කියනව. මෙන්න මේ තැන හරිම ආශ්චර්යමත් තැනක්. සමථයයි, විදර්ශනාවයි කියන්නේ වෙන-වෙනම වැඩෙන දෙයක්, වැඩිය යුතු දෙයක්, කියලනේ අපි මෙච්චර කල් හිතාගෙන හිටියේ. ඒත් මේ කියන විදිහට වෙන වෙනම වඩන්ඩ දෙයක්නෑ. එකටමයි මේ සමථ-විදර්ශනා දෙක වැඩෙන්නේ.

"කතමාච භික්ඛවේ අභිඤ්ඤා පරිඤ්ඤෙය්‍යා"

විශිෂ්ඨ ඥාණයෙන් පිරිසිඳ දැනගත යුතු වූ කුමක් වෙනුවෙන්ද ඒ සමථ-විදර්ශනා දෙක එකටම වැඩෙන්නේ?

පඤ්චුපාදානක්ඛන්ධා

පංචඋපාදානස්ඛන්ධය පරිපූර්ණ වශයෙන්ම
අවබෝධ කරගැනීම පිණිසයි.

සසර සැරිසරන තෙක් ඔබ මගේ ඔබ මගේ......

මේ හිත, ඔය විදිහට අපිව රවට්ටලා විතරක්ම නවතින්නේ නෑ පුතේ. හිත සකස් වෙලා තියෙන්නේ අපිට මොන තරම් දුකක් දෙන්ඩද කියනව නම්, එක සැපයක් පෙන්නලා අපිව හත් ආකාරයක දුකකට දානවා. එහෙනම් යමක් සැපයි කියන්නේ කවුද? හිත. හිත තමයි මේ මේ, දේවල් සැපයි කියල අපිව ඒ සඳහා පොළඹවන්නේ. ඉතිං ඒක සැපයි කියල හිතපු මොහොතේ ඉඳලම පුදුමාකාර විදිහේ අසහනයක් තමයි අපේ හිතේ ඇති වෙන්නේ. තාම ඒක ලැබිලත් නෑ, හැබැයි අපි දුකේ. බලන්ඩ, හිතේම ඇතිවුන හුදු සංකල්පයක් උදෙසා අපි විදෝන විඳවිල්ල.

ඊට පස්සේ, ඒ සැපය ලබාගැනීම උදෙසා අපි ඕනෑම අභියෝගයකට සතුටින් මුහුණ දෙනවා. අභියෝගයක් කියන්නේ මොකක්ද? එක සැපයක් උදෙසා ඕනෑම දුකක් විඳදරාගන්නවා කියන පූර්ව නිගමනය. එක සැපයයි. හැබැයි ඒක ලැබෙන්ඩත් කලින් ඒ එකම එක සැපය වෙනුවෙන් ඕනෑම දුකක් විදින්ඩ අපි සූදානම්. පුදුමෙ කියන්නේ තාම ලැබිලවත් නැති අනාගත සැපයක් වෙනුවෙන් ඕනෑම දුකක් අපි සතුටින් විදදරාගන්න එකයි. ඕක තමයි අපි දන්න ධනාත්මක චින්තනය. ඉතිං ඔය දුක, සතුටින් වින්දත්, දුක, දුකක්ම යි පුතේ.

දැන් එහෙනම් දුක් කීයද? දෙකයි. අසහනයයි, අභියෝගයයි. සැප කීයද? එකයි. හැබැයි, ඒකත් හිතේම ඇතිවුන සංකල්පමීය සැපයක්. කොටින්ම සැපයි කියල අපි හිතන දෙයක්, නිකම්ම නිකං සිතුවිල්ලක්. අභියෝගය කියන දේ

තුළ තියෙන්නෙත් මහා දුක් ගොඩක් පුතේ. ඊට පස්සේ ඒක ලබා ගන්න බැරිවෙයිද කියන දෙගිඩියාවෙන් පිච්චෙන්ඩ වෙන එක, තවත් දුකක්. එහෙනම් ඒ සැපය ලැබෙන්ඩත් කලින්, අසහනය, අභියෝගය, වගේම ඒක ලබාගන්ඩ බැරිවෙයිද කියන අවිනිශ්චිත බව තුළ ඇතිවෙන බිය කියන තුන් ආකාරයක මහා දුක් ගොඩක් ඇති වෙනවා.

ඉතිං ඒ බලාපොරොත්තු වූ සැපය ලැබෙන ආශ්වාදනීය මොහොත දැන් ආවමයි කියල හිතමුකෝ. ඇත්තටම ඒ මොහොතේ ලොකු සැපයක්, ආශ්වාදයක් දැනෙනවා තමයි. කාටවත් ඒක නෑ කියන්න බෑ. හැබැයි අපි හිතනවා අපිට ඒ දැනෙන්නේ අපි ලබාගත්ත සැපයේ ඇති ආශ්වාදයක් කියලා. ඒත් ඇත්තටම එතන තියෙන්නේ, අර තුන් ආකාරවූ දුක් කන්දරාවෙන් නිදහස්වීමේ සැහැල්ලුවයි පුතේ. ඒ Relief එකට තමයි අපි ලබාගත්ත සැපයේ ආශ්වාදය කියල, හැමවෙලාවෙම අපි රැවටෙන්නේ. ඕක තමයි ඉතිං අපේ ඓතිහාසික පුරාවෘත්තය.

අපි දැන් නිකමට ඔය පැත්තක දාල තියෙන සිමෙන්ති කොට්ටයක් ගැන හිතමු. ඒක ගැන අපට ඇති විශේෂ සැපක්වත් දුකක්වත් නැනේ. හැබැයි කවුරු හරි ඒක අපේ කරෙන් තිබ්බොත් නම් බරයි. අන්න ඒ නිසා ඒක දැන් දුකයි. දැන් ඒක ආපහු තිබුන තැනටම බෑවොත්, එතකොට නම් සැපයි. දැන් ඒ සිමෙන්ති කොට්ටෙද එහෙනම් සැප? නෑ. ඒක කරට ගැනීමේ දුකෙන් නිදහස් වීමට සාපේක්ෂව ඒ මොහොතේ දැනෙන සැහැල්ලුවයි සැප. ඒක තුලයි ඒ සැපය දැනෙන්නේ. ඔන්න ඕකට තමයි ලබාගත්ත සැපයේ

ඇති ආශ්වාදය කියලා අපි රැවටුනේ පුතේ. බැලුවම ඉතිං ඔය සිමෙන්ති කොට්ටෙ කරට ගන්න එකයි, කරේ තියාගෙන ඉන්න එකයි, ඒක බිමින් තියල ඒ ගැන සතුටුවෙන එක විතරයි අපි හැමදාමත් කරල තියෙන්නේ.

දැන් ඉතිං අර බලාපොරොත්තු වෙච්ච සැපය ලැබුනට පස්සෙ තවත් දුකක් ඇතිවෙනවා. ඒක දීර්ඝකාලීනයි. සැපය තියෙනතාක් ඒ දුක තියෙනවා. මම මෙච්චර අමාරුවෙන් ලබාගත්ත ඒ සොඳුරු සැපය, මට අහිමිවෙයි දෝ කියන බය තමයි ඒ දුක. නෑ කියන්න බෑ. ඒක අනිවාර්යයෙන්ම ඇති වෙනවා. හැම වෙලාවෙම ඉතිං ඒ බයෙන් දූවි දූවී තමයි ඉන්ඩ වෙන්නේ. ඒකත් දුකක්. දූන් දුක් කීයද? හතරයි. හතර ආකාරයක දුක් ගොඩක්. එක සැපයයි, දුක් හතරයි. ඊට පස්සේ ඒ සැපයි කියල අපිට හිතෙන දේ (සංකල්පය) නැති නොවී ආරක්ෂා කරගන්ඩ නැවතත් නොනවතින අරගලයක් දියත් කරනවා. ඒක තවත් දුකක්. දූන් පහයි. ඊට පස්සේ ඒ ලබාගත්ත දේ වැඩි දියුණු කරන්නයි, ඒක නඩත්තු කරන්නයි තව තවත් දුක් විඳින්න වෙනවා. දූන් දුක් හයයි. ඒකට කියන්නේ **සංඛාර දුක්ඛතා** කියලා.

එහෙනම් ඇත්තටම දූන් හය ආකාරයක මහා දුක් ගොඩක්. ඊට පස්සේ, අපි එච්චරම අමාරුවෙන් ලබාගත්ත දේ නැතිවීම නිසා ඇතිවෙන දුක තමයි දරාගන්නට අමාරුම දුක. ඔය දේ තේරුම් ගන්ඩ බැරුවයි සමහරු සියදිවි පවා හානිකර ගන්නේ. පිස්සු වැටෙන්නේ. ඒක තමයි **විපරිණාම දුක්ඛතා.** දූන් දුක් හතයි. එහෙනම් එක සැපය සමානයි, දුක් හතයි. එතකොට හිත විසින් පෙන්නන සංකල්පයක්

වෙනුවෙන් තමයි එහෙනම් මේ විඳින තරමක් දුක් අපි විඳල තියෙන්නේ. විඳවල තියෙන්නේ. ඔන්න ඔය නිසයි පුතේ, භාග්‍යවතුන්වහන්සේ සැපය, දුකක් හැටියට දේශනා කලේ. අපිට පේන්නේ ආශ්වාදය විතරමයි. ඒකේ හැංගිලා තියෙන ඔය දුක්ගොඩ අපිට පෙන්නේ නෑ. ඒ නිසා තමයි අපි තාම සසරෙ. ඉතිං, ඔබ කියන ඕනෑම සැපයක් තුළ මේ හත් ආකාරයක දුක්ටික තියෙනවාද කියල පොඩ්ඩක් බලන්න.

එහෙනම් මේ හිත විසින් පෙන්නන ඕනෑම සැපයක් වෙනුවෙන් අපි දුක් විඳිනවා කියන්නේ, හත් ආකාරයක දුකක් උදෙසා දුක් විඳිනවා කියන එකයි. ඇයි ඉතිං අපි දුක් වෙනුවෙන් දුක් විඳින්නේ? ඔන්න ඔහොමයි පුතේ සැප තුල දුක සකස් වෙන්නේ. අපිට පුතේ කවදාවත්ම සැපක් කියල හිතන දේ, දුකක් හැටියට වැටහුනේ නැත්තේ අපි තුල ඇති මෝහය නිසයි. අපි දැනගෙන හිටියේ දුක, දුකක් කියල. ඒ ඉතිං හැමෝටම තේරෙන විදිහනෙ.

කොටින්ම කීවොත්, දුක් උදෙසාම තමයි අපි එහෙනම්, දුක් විඳින්නේ. අන්න ඒකටයි **දුක්ඛ දුක්ඛතා.** කියන්නේ. එහෙනම් සැපයි කියල අපි විඳින්නෙම දුක් ගොඩක් විතරයි. අන්න ඒ නිසා තමයි **දුක්ඛෝ ලෝකෝ පතිට්ඨිතා.** (මුළු ලෝකෙම පිහිටල තියෙන්නේ දුක මතයි) කියල දේශනා වෙන්නේ. ඒකයි ධම්මචක්ක දේශනාවේදී හීනයි, ග්‍රාම්‍යයයි, පෘතුග්ජනයි, අනාර්යයි, අර්ථ රහිතයි කියල කරුණු පහකින්ම ඔය සැපයට ගරහන්නේ.

දැන් අපි හිතමු, දරුණු කුෂ්ඨයක් නිසා අධික වේදනාවකින් පීඩා විඳින කෙනෙක් ඉන්නවා. ඒක සුවකරගන්ඩ තරම්වත්

තේරුමක් එයාට නෑ. කාලයක් තිස්සේ හුරුවෙලා නිසා ඒ කුෂ්ඨයත් දැන් සාමාන්‍ය දෙයක් වෙලා. ඔහේ විඳවනවා. හැබැයි මෙයා දන්නවා ගිනිකබලකින් කුෂ්ඨේ තැව්වොත් සැපයි කියලා. සාමාන්‍යයෙන් ගිනිකබලකින් පුච්චන එක දුකක්. ඒත් අර කුෂ්ඨයේ ඇති අධික වේදනාව නිසා පිච්චුනත් එයාට ඒක සැපයක්. ඒත් එයා දන්නෑ ඒ සැපය පිහිටලා තියෙන්නේ "කුෂ්ඨේ" කියන දුක තුළ කියලා. කොච්චර තැව්වත්, කුෂ්ඨේ හොඳ වෙන්නෙත් නෑ. ඒ මදිවට ගිනිකබල්, ගිනි අඟුරු, හොයන්ඩ වෙනවා. ඒවා රැකගන්ඩ, ගබඩා කරන්ඩ එහෙමත් වෙනවා.

ඒ මදිවට තව, හිත කියනවා, බාල ගිනිකබල් එහෙම ගන්නේ නැතුව ගන්න එකේ හොඳ ඉස්තරම් බ්‍රෑන්ඩඩ් ඒවම ගන්ඩත් කියලා. දැන් එතකොට ඒ ගිනිකබලටත් ඒ සා වටිනාකමක් එන්නේ කුෂ්ඨය තුළයි. ඒ වෙනුවෙන් වැඩි වැඩියෙන් මුදල් හොයන්ඩත් වෙනවා. ඒකට වැඩි වැඩියෙන් මහන්සි වෙන්ඩත් වෙනවා. කුෂ්ඨය තැවීමේ ඇති ආශ්වාදය වෙනුවෙන් ඒ හැම දුකක්ම, දැන් එයාට සැපයක්.

එහෙනම්, කුෂ්ඨය කියන දුක තුලමයි ඒ අමතර දුක් සියල්ලත් ආශ්වාදයක් හැටියට සකස් වෙන්නේ. ගින්නෙන් තැවීම තුළ යම් සැපයක් තිබුණත් කුෂ්ඨය, දුකක්. ඒ වෙනුවෙන් තව තවත් සකස් වෙන්නෙත් දුක් ගොඩක් නිසා, ඒ "සැප" කොහොමත් දුකක්ම යි.

ඔහොම කාලයක් ගතවෙද්දී කුෂ්ඨය සුව කරගත්ත කෙනෙක් මෙයාට කියනවා, ඔය කුෂ්ඨය කියන්නේ ලෙඩක්, ඒක හොඳ කරගන්න එකයි සැප කියල. එතකොට ලෙඩේ

හොඳ කරගැනීමේ සැපය තියෙන්නේ කුෂ්ඨය තුළද? නෑ. ඒක ඉක්මවලා. ඉතින් එයා උනන්දුවෙලා ඔය කුෂ්ඨෙ හොඳ කරගන්නවා.

දැන් එයාට හරිම සැපයි. සනීපයි. දැන් එයාගේ ඒ සැපය, කුෂ්ඨය මත පිහිටපු දෙයක් නෙමෙයි. ඒත් පරණ පුරුද්දට එයා ගිනි කබලෙන් ටිකක් තවා ගන්නවා. දැන් මොකද වෙන්නේ? ඉස්සර තවා ගනිද්දී සැපයක් වුන ගින්දර, දැන් දුකක්. එතකොට ඒක ඒ ගින්දරවල ප්‍රශ්ණයක්ද? නෑ. ගින්දර වෙනස් වුනේ නෑ. කුෂ්ඨෙ හොඳ වුනා විතරයි. එහෙනම්, දුක තුළ ඇති ආශ්වාදය, මුලාව තුළදී සැපයක් වුනාට යථාර්තය හා අවබෝධය තුළදී දුකක්. ඔන්න ඕකයි අපි තුළ ඇතිවෙන්ඩ ඕනේ දැක්ම, යථාභූත ඥාණය පුතේ.

කලින් ඒ මනුස්සයාගේ සැපයි-දුකයි දෙකම කුෂ්ඨය කේන්ද්‍ර කරගෙනමයි තිබුනේ. ඒ නිසා ඒ කුෂ්ඨය ඉක්මවා ගිය සැපයක් ගැන එයාට හිතා ගන්ඩවත් බැරිවුනා. ඒ සැප, දුක, කියන අන්ත දෙකම එයා බාරගත්තේ දුකමත පිහිටල. ඉතිං ඒ කුෂ්ඨෙන් නිදහස් වුනහම දැනෙන සැපය කලින් තිබුන සැපයට සාපේක්ෂ දෙයක් නොවන නිසා ඒක මැනගන්ඩ විදිහකුත් නෑ. ඒත් දැන් එයා ඒ දුක් සියල්ල ඉක්මවල නිසා කලින් සැප-දුක් කියල පනවගත්ත කිසිම දෙයක් තව දුරටත් එයාට අදාල නෑ. ඔන්න ඔය දේ අපිට සාමාන්‍ය ජීවිතේදී තේරෙන්නෙ නැත්තේ අපි තුල ඇති අවිද්‍යාව නිසා.

දැන් එහෙනම් කොහෙද ඔය දුක තියෙන්නේ? අපි පනවගන්න සැපයක් තුලයි. ස්වභාවයෙන්ම අපි යම් සැපයක් පනවගන්නෙම, රැවටීම, මුලාව හෙවත් මෝහය

තුලයි. එහෙනම් දුක කියල කියන්නේ රැවටීම, මුලාව හෙවත් මෝහය නිසාම උපදින දෙයක් මිසක් කොහෙවත් තියෙන දෙයක් නෙමෙයි. මෝහය තියෙන්නේ "සිත" රවට්ටන බව නොදැනීම හෙවත් අවිද්‍යාව තුලයි. එහෙනම් අවිද්‍යාව මතයි මෝහය ඇති වෙන්නේ. මෝහය නිසා කැමැත්තට ඇලීමත්, කැමැත්තට ඇලීම නිසා දුකත් සකස් වෙනවා. එහෙනම් අවිද්‍යාව නැත්නම් මෝහය සකස් වෙන්නේ නෑ. මෝහය නැත්නම් ඇලීම නෑ. ඇලීම නැත්නම් දුක නෑ. නිදහස්.

දැන් මොකක්ද එතකොට සැප? දුකෙන් නිදහස් වීමමයි සැප. අවිද්‍යාව දුරු වෙලා, විද්‍යාව පහළවීමමයි සැපය. ඒකටයි පුතේ ආර්ය වූ ලෝකෝත්තර සැපය කියන්නේ.

ඔය දේ නොදැනීම නිසා දුක ඉදිරියේ කර කියාගන්ඩ දෙයක් නැතුව අපි අන්ත අසරණවුනා පුතේ. හැඬුවා, වැලපුනා, පිස්සු හැදුනා. අන්තිමට දිවිනසා ගත්තා. ඕකයි උනේ. අවබෝධ කරල නැති කරන්ඩ තියෙන දුකක් අපි විඳෝ විඳෝ ඉඳල මැරිල යනවා. ආයේ උපදිනව, විඳෝනව, මැරෙනවා. ඉවරයක් නෑ. ඇත්තටම අපි ගැන අපිටම පව් කියලත් හිතෙනවා. සංසාරයක් පුරාවටම මොනතරම් නම් ඔය විදිහට අපි විඳෝල ඇත්ද? සරණක් තියාගෙන මොනතරම් නම් අපි අසරණ වෙලාද...

එහෙනම් දුකේ සකස් වීමත්, නිරුද්ධ වීමත් අපි තුලමයි පුතේ තිබිල තියෙන්නේ. ඒක අපි දන්නැති නිසා ඒ හැම උපතකදීම ඇහැ, කන, නාසය, දිව, ශරීරය මන කියන මේ ආයතන හය තුළින් සැපයක්ම පතමින්, ජාති අන්ධයෝ

වගේ කුෂ්ඨ රෝගියෝ වගේ ආපු මේ දීර්ඝ භවගමන හරිම වෙහෙසකර එකක් පුතේ. අපි ඒක නොදන්න නිසාම තව තවත් අපි දුක් මත්තෙම නැහෙනවා. නැහෙන්ටම දඟලනවා. දැක්කද අවිද්‍යාවේ තරම? ඔය විදිහට දුක අවබෝධ කලත් ඉතිං විඳින දුක්වල කෙලවරක් නැනේ කියලා සමහරවිට ඔබට හිතේවි. අවබෝධයයි, නිදහස් වීමයි, කියන්නේ දෙකක්. අවබෝධය මතයි පුතේ නිදහස්වීම තියෙන්නේ. පටන්ගන්න තැනම දුක නැති වෙන්නේ නෑ.

නාහං භිංකඛවේ ආදිකේනේව අඤ්ඤාරාධනං වදාමි. අපිච භිකඛවේ අනුපුබ්බ සිකඛා අනුපුබ්බකිරියා, අනුපුබ්බපටිපදා අඤ්ඤාරාධනං හෝති මහණෙනි පටන් ගන්න තැනම අරහත්වයට පත්වෙනවා කියල මම කියන්නේ නෑ. අනුපිළිවෙලින් හික්මිලා, අනුපිලිවෙළින් ක්‍රියාකරලා, අනුපිලිවෙළින් ප්‍රතිපදාවේ යෙදීම නිසා අරහත්වයේ පිහිටනවා කියලයි කියන්ට තියෙන්නේ *(කීටාගිරි සූත්‍රය, මජ් නිකාය 2).*

දැන් ඔබට හිතේවි, හිත අපිව රවට්ටන බව දැනගත්තත් එතනින් එහාට මොකක්ද කරන්නේ කියලා. හිත අපිව රවට්ටන බව දැනගත්තටම මිදි පුතේ, ඒක, ඒ ඒ අවස්ථාවලට ආදේශ කරගන්ඩත්, ගලපගන්ඩත්, අපි දක්ෂ වෙන්ඩ ඕනෙ. ඔහොම ගලපමින් යද්දී එක මොහොතක ඔබට ඔය හිතේ රැවටීම සම්බන්ධයෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ අවබෝධයක් ඇතිවෙනවා.

එතනින් එහාට ඒ ඇති වුනා වූ අවබෝධයේ පිහිටල නොරැවටීමේ තාක්ෂණික උපක්‍රමය ගලපද්දී ඉන්ද්‍රියධර්ම වැඩෙන්නට ගන්නවා. ඒ ඉන්ද්‍රියධර්ම ටිකෙන් ටික

බලගැන්විලා බලධර්ම බවට පත්වෙනවා. ඔබ දැන් හොඳටම දන්නවා ඒ බලධර්ම හරහා තමයි බොජ්ඣංග ධර්ම නිර්මාණය වෙන්නේ කියල. දැන් ඉතිං, ඔය ධර්මතාවලට ඒවායේ ස්වභාවයෙන්ම වැඩෙන්නට අවශ්‍ය පසුබිම හදල දීල ඉවසීමෙන් බලාගෙන ඉන්ඩ තමයි තියෙන්නේ. අනික අපේ හිතේ තියෙන කළබලේටම පුතේ ධර්මතාවයන් ගේ වැඩීමක් සිද්ධවෙන්නෑ. ඒ වගේම එහෙම බලාපොරොත්තු වෙන්ඩත් බෑ.

ඕක හරියට, හොද්දක් ඉදවනව වගේ දෙයක්. අපිට හොද්ද ඉදවන්ඩ බෑ. හොද්ද තුළම නිපදවෙන තාපය තුළින් ඉදීම කියන දේ සිද්ධවෙනව මිසක්, අපි ඒ හොද්ද ඉදවනව නෙමෙයි පුතේ. අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට, අඛණ්ඩව ලබාදෙන උෂ්ණත්වය, නිවැරදි තාක්ෂණය වගේම ඒකට වෙන්කරන කාලය කියන බාහිර සාධක මතම තීරණය වෙන දෙයක් තමයි ඔය හොද්ද ඉදෙනවා කියන කාරණය. ඉතිං ඒ වගේ ඔබත්, නොරැවටීමේ තාක්ෂණය අඛණ්ඩවම භාවිතාකරල ඒ ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් ගේ වර්ධනයට අවශ්‍යවෙන කාලය ලබාදෙන්න. හොද්ද ඉදෙයි.

ඒත් ඒ ධර්මතාවයන් වැඩෙන වේගය ගැන අපි කළබලවෙලා බෑ. ඉවසීම තමයි මෙතනදී හුගක්ම වැදගත් වෙන්නේ. ධර්මයේ නාමයෙන් හරි ඔබ තුල යම් කළබලයක් හෝ අසහනයක් නම් වැඩෙන්නේ, හිත උද්දච්චෙටයි එතනදී නගින්නේ. ඒක නීවරණයක්. ඒ ගැන දැනගෙන හිටියම හරි. කලබල වෙන්ඩ දෙයක් නෑ පුතේ. නිවන අපිට එච්චරම දුර වෙන්ඩ බෑ.

බලන් කඩතුරා හැර දෑසේ

හැම භවයක දීම අපට ආයතන හය තුළින් හිතක්මයි ඉපදුනේ. ඒ ඉපදුනා වූ හිත තුල හැම වෙලාවෙම ප්‍රකට වුනේ සැප, දුක්, උපේක්ෂා කියන වේදනා තුනයි. ක්‍රියාවක් හැටියට ගත්තොත් ඇලීම්, ගැටීම්, මුලාවීම්. අකුසල් හැටියට ගත්තොත් ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ. ඔය මොන වචන වලින් කිව්වත් අර්ථය එකයි. ඕක තමයි හිතේ ස්වභාවය. දුක ඇතිවෙන්නේ සැප සංඥාවකට ඇලෙන නිසා. සැපයකට ඇලෙන්නේ හිත රවට්ටන නිසා, රැවටීම නිසා.

එහෙනම් මොකක්ද මේ දුක? රැවටීම හෙවත් මුලාවමයි දුක. මොකක්ද සැප? නොරැවටීමයි සැප. රැවටෙන්නේ නැතිව ඉන්නේ කොහොමද? හිත ඔබව රවට්ටන බව දැනගන්න. එතකොට ඔබ රැවටෙන්නේ නෑ. ඉතිං ඔබ රැවටීම තුළ නැතිනම්, දුකතුළ නෑ. කොටින්ම ඒ මොහොතේ දී ඔබ ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ කියන අකුසල් මුල් තුන තුලම නෑ.

ඇත්තටම බැලුවොත් සැපයට ඇති කැමැත්තටයි අපි ඇලිල යන්නේ. කැමැත්ත ඡන්දයයි. ඇලීම රාගයයි. ඒ කැමැත්තට ඇලෙන එකටයි, ඡන්දරාගය කියන්නේ. එහෙනම් ඡන්දරාගය නිසයි අපි දුක් විඳින්නේ. අතීතයේ ඉපදුන හැම භවයකදීම අපට සකස් වුනේම සිතක්. හැම ආයතනයක් තුළම සකස්වෙන හැම හිතක්ම, අපිට පෙන්නන්නේ සැපයක්. ඒත් තියෙන්නේ හත් ආකාරයක දුකක්. දුක ඉතිං කොහොමත් දුකක්. එහෙනම් අපි සැප සංඥාවෙන් ඇලිල තියෙන්නෙ දුකකටමයි. දුකයි කියල ගැටෙන එකත් දුකක්, වෙහෙසක්.

ඇලෙන්නැතිව, ගැටෙන්නැතිව හිටියත් පිහිටල ඉන්නේ උපේක්ෂාවෙ. එතන තියෙන්නෙත් මෝහය. ඒ කියන්නේ මුලාව, රැවටීම. එහෙනම් ඉතිං ඒකත්, දුකක්. දැන් ඔබ ඔය දැක්කේ "මෝහය" දුකක් කියන දේ. ඒක පුතේ තථාගත ශ්‍රාවකයෙකුට පමණක්ම විවෘතවෙන සුන්දරම රහසක්.

ඔන්න ඔයදේ ඒ විදිහටම තියෙනවා, සංයුක්ත නි.4 භද්‍රක සූත්‍රයේ. භද්‍රකගාමණී කියන කෙනාටයි ඒ දේශනාව කරන්නේ. හරිම ගාම්භීර දේශනාවක්. හැබැයි සරළයි. මේ මොහොතේ ඉන්න ආසනේදීම අවබෝධවෙන විදිහේ දේශනාවක් කරන්ඩ කියලයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේගෙන් මෙයා මේ ඉල්ලීම කරන්නේ. ඉතිං උන්වහන්සේ, හිතේ කැමැත්තට (ඡන්දරාගයට) ඇලීම නිසා දුක සකස්වෙන විදිහත්, එතතින් එහාට හිතන්ඩ ඕනෙ විදිහත්, අතිශයින්ම සරලව මේ දේශනාවේ පැහැදිලි කරනවා. ඉතිං ඒ දේශනාව අහල ගාමණී ඉන්න ආසනේ දීම සෝවාන් වෙනවා.

"යංබෝ කිඤ්චි අතීත මද්ධානං, අනාගත මද්ධානං දුක්ඛං උප්පමජ්ජමානා උප්පජ්ජි සබ්බන්තං ඡන්ද නිදානං ඡන්දෝහි මූලං දුක්ඛස්ස"

අතීතයේ හෝ අනාගතයේ හෝ යම් වූ දුකක් ඉපදුනානම්
ඒ ඉපදුනාවූ සෑම දුකකටම මුල් වූනේ මේ ඡන්දයමයි,
කැමැත්තමයි. දුකේ නිධානයත් මේ කැමැත්තමයි.

"ඉමිනා ත්වං ගාමණී ධම්මේන දිට්ඨේන විදිතේන අකාලිකේන පත්තෙන පරියොගාළේහ්න අතීතානාගතේ නයං නේහි"

ඉතින් ගාමණී ඔබ අකාලිකව මේ දැන් මේ විදිහට දැකගත්, අවබෝධකරගත්, පැමිණියාවූ, බැසගත්තාවූ, මේ ධර්මපරියාය අතීතයටත්, අනාගතයටත්, ගලපල බලන්ඩ කියන එකයි ඒකේ අදහස.

දැන් එහෙනම්, අපි සැපයි කියල ඇලෙන්නෙත් දුකට නම්, දුකයි කියල විඳින්නෙත් දුකක් නම්, මෝහය තුල මුලාවීම කියන්නෙත් දුකටම නම්, ඒ සේරම ඇතිවෙන්නෙත් හිතේම නම්, ඉපදෙනව කියල උපදින්නෙත් හිතක්ම නම්, ‘ඉපදීම’ ඒකාන්තයෙන්ම දුකයි කියල, දැන් ඔබ අවබෝධයෙන්ම දන්නවා. එහෙනම්, අනාගතයේ ඉපදුනත්, කොතනක කොහොම ඉපදුනත් ඒ උපත දුකක්මයි..

ඔන්න ඕක තමයි පුතේ අපි හැමෝගෙම සාංසාරික කථාව. ඒක වෙනස් වෙන්නේ නෑ. ඔය විදිහට දැන් ඔබ, ඔබේ සියළුම අතීත ජීවිත දැක්කා. සියළුම අනාගත ජීවිතත් දැක්කා. මේ මොහොතේ ඉපදිලා ඉන්න සෑම සත්වයෙක්මත් දැක්කා. ඉතිං ඒ දැක්මත් එක්ක ඔබ, භාග්‍යවතුන්වහන්සේගේ අවබෝධය හදවතින්ම පිළිගත්තා. ඒ තමයි **සම්මාදිට්ඨිය.** දැන් ඉතිං සැබෑ සැපය, නැවත නූපදීමමයි. නැවත නැවතත් රැවටීමේ ගොදුරක් වෙන්ඩ සිදුවෙන නිසා දැන් ඔබ නැවත උපදින්නට කොහෙත්ම කැමැතිවෙන්නේ නෑ. ඒක නෙක්ඛම්ම සංකල්පය (සම්මා සංකප්ප).

බාහිර කිසි කෙනෙක් කිසි දවසක අපට දුකක් දීල නෑ පුතේ. ඇත්තටම ඒ අයවත් දන්නේ නෑ මේ හිතමයි එයාලව මුලා කරමින් දුකට දාන්නේ කියලා. ඒ නිසා අපට ඒ කිසිම කෙනෙක් එක්ක තව දුරටත් තරහයක් නෑ. අපිට

ඒ සියළුදෙනා ගැනම ඇතිවෙන්නේ අනුකම්පාවක්. ඒ තමයි අව්‍යාපාද සංකප්පය. ඒ කාටවත් අපෙන් තවදුරටත් වචනයකින් වත් හිංසාවක් නම් වෙන්නෙ නෑ. ඒක අවිහිංසා සංකප්පය. මේ විදිහට මුළු අෂ්ඨාංගික මාර්ගයම ටිකෙන් ටික වැඩෙනවා.

ඉතිං සිත ඔබව දූන් රැවට්ටුවත් ඔබ දන්නවා ප්‍රශ්නෙ කොහෙද තියෙන්නේ කියලා. ඒක ප්‍රත්‍යක්ෂ අවබෝධයක්. දැනුමක් නෙමෙයි. ඒ නිසා අඩුගානේ නොරැවටී ඉන්ඩ හරි ඔබ උත්සහ කරද්දී සතින්ද්‍රියේ ආශ්වාදනීය උපකාරයත් එක්ක ශ්‍රද්ධා, වීරිය කියන ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් නිරායාසයෙන්ම අපි තුල වැඩෙන්නට ගන්නවා.

ඊට පස්සේ ඉතිං නොරැවටී ඉන්ඩ දත්මිටිකාගෙන අරගල කරන්ඩ දෙයක් නෑ. පුද්ගල ක්‍රියාකාරීත්වයකින් තොරව, ක්‍රියාත්මකවෙන ඉන්ද්‍රියධර්මයන් ගේ ක්‍රියාමකවීමක් විතරමයි එතන ඇති වෙන්නෙ. බොහොම විවේකීව සිද්ධවෙන දෙයක් පුතේ ඕක. ඇත්තටම ඔබ සැපයට කැමතිනම්, රැවටෙන්නෙ නැතුව ඉන්ඩ වෙනවා. අනික ඉතින් දූන දූන රැවටෙනවා කියන එක, එක අතකට අභිමානයටත් කැලලක්. ලැජ්ජා විය යුතු දෙයක්.

ඔය විදිහට නොරැවටී ඉන්ඩ ඔබ උත්සහ කරද්දී, සතින්ද්‍රිය ටිකෙන් ටික බල ගැන්වෙනවා. එතකොට මේ සිතට, ඇලීම් ගැටීම් තුල පිහිටන්ඩ බෑ. මොකද, ඒ මොහොතේ ඔබ මුලාව තුළ නැති නිසා "සිත" අනිවාර්යෙන්ම සමාධියට නගිනවා.

ඒ තමයි සම්මාසමාධිය. ඒ නිසා ප්‍රඥාව බල ගැන්වෙනවා. එතකොට අපි තුළ හිරි-ඔත්තප්ප දෙක ඇතිවෙනවා. ඉන්ද්‍රියධර්ම නිරායාසයෙන්ම අපි තුල බලගැන්වෙන්ඩ පටන් ගන්නවා. බලධර්මයන් වගේම බොජ්ඣංග ධර්මයන් අපි තුල වැඩෙන්ඩ ගන්නේ ඔන්න ඔය විදිහටයි පුතේ. මේ විදිහට, අපි නොවන අද්භූත ධර්මතා, අපි වෙනුවෙන්, අපි තුළ, ක්‍රියාත්මක වෙනහැටි හරිම පුදුමයි. ඒ විශ්මිත වින්දනය නිසා තව තවත් ශ්‍රද්ධාවමයි අපි තුල බලගැන්වෙන්නේ.

ඉතිං ඒ සොඳුරු අසිරිය විඳගන්නට ඉඩහැරල ඒ ධර්මතා තව තවත්, අපිව විවේක ගන්වනවා (විවෙක නිස්සිතං). සැපයක් පෙන්නලා හිත අපිව මුලාකරන බව දන්න නිසාම දැන් අපි කිසිම සැපයට ඇලෙන්නෑ. අඩුගානෙ නොඇලී ඉන්ඩවත් උත්සහ කරනවා. ඒ නිසා තවදුරටත් රාගයට පැවැත්මක් නෑ (විරාග නිස්සිතං). ඉතිං තවදුරටත් රැවටීම තුළ අපි නැති නිසා ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ, නිරුද්ධවෙන ආකාරයත් අපිට පේනවා (නිරෝධ නිස්සිතං). දැන් මාර්ගය ගැනත් සැකයක් නෑ. තමන් දන්නවා මේ ගමන නිසැකවම අවසන්වෙන දෙයක් බව (වොස්සග්ග පරිණාමිං). ඔය විදිහට අපි තුල ඔය වැඩෙන්නේ, සප්ත බොජ්ඣංග ධර්මයන් පුතේ.

අපි තුල, ඔය විදිහට බොජ්ඣංගධර්මයන් වැඩෙන්ඩ සෘජුවම බලපාන්නේ සතරසෘද්ධිපාද. නොරැවටීමට ඇති කැමැත්ත, ඡන්දයයි. දැඩි අධිෂ්ඨානය කියන්නේ චිත්තය. දරන උත්සාහය තමයි වීරිය. තමන් දැන් සිටින්නේ

මූලාවේද, නොමූලාවේද කියල නිරතුරුව විමසිල්ලෙන් සිටීම නිසා ඇතිවෙන්නේ විමංසා කියන ඍද්ධිපාදය.

මෙන්න මේ විදිහට ධර්මතාවයන් එකින් එක වැඩෙන්ඩ ගනිද්දී දිගින් දිගටම හිතේ රැවටීම නිසා සකස්වෙන මේ සංස්කාරවල තියෙන වෙහෙසකර ගතියත්, පීඩාවත් ගැන ඇතිවෙන කළකිරීම සංඥාවක් හැටියට නිරායාසයෙන්ම අපි තුල මතුවෙනවා. ඒක තමයි ''පහානසංඥාව''. ඉතිං මේ සංඥාවත් වඩන ගමන්ම ''ඒතං සන්තං එතං පණීතං'' නිවනමයි ශාන්ත, නිවනමයි ප්‍රණීත කියන, නිරෝධ සංඥාවත් වඩන්නට ඕනෙ.

සමහර වෙලාවට අපි හිතනවා සංඥාව නිරුද්ධකිරීම ''නිවන'' කියලා. ඇත්තටම සංඥා නිරෝධය කියන්නේ ''නිවන'' නෙමෙයි. සංඥා නිරෝධය පැනවෙන්නේ අවිද්‍යා නිරෝධය මතයි. හේතුඵල. ඒක පටිච්චසමුප්පන්න ක්‍රියාවලියක්. ක්‍රමාණුකූලව හේතුව හඳුනගෙන, ඒ හේතුව නිරුද්ධ කෙරුවොත් ඵලටිකත් ඉබේටම නිරුද්ධවෙලා යනවා. ඕක තමයි කෙළෙස් ප්‍රහාණය කරන විදිහ. ඒක බුද්ධශාසනයකම විතරක් තථාගත ශ්‍රාවකයෙකුට පමණක්ම ලැබෙන වරප්‍රසාදයක් පුතේ.

ශාසනයෙන් බැහැරවත් භාවිතාවෙන කෙලෙස් සංසිඳවන තවත් තාක්ෂණික ක්‍රමවේද තියෙනවා. නිමිත්ත අතහැරීම, වගේම නිමිත්ත මගහැරීම මගින් කෙලෙස් සංසිඳවීම, නොයෙක් භාවනා සම්ප්‍රදායන් තුල සමත භාවනා (ධ්‍යාන) සඳහා පොදුවේ භාවිතාවෙන, ලෝකයේ වැඩිම ඉල්ලුමක් තියෙන ජනප්‍රියම තාක්ෂනික ක්‍රමවේදයක්.

ඒ වගේම සංඥාවෙන් සංඥාව නිරුද්ධ කරල කෙලෙස් සංසිඳවන ක්‍රමයකුත් තියෙනවා. උදාහරණයක් හැටියට, අට්ඨික හා අසුභ සංඥාවෙන් රාගයත්, මෛත්‍රි සංඥාවෙන් ද්වේශයත් සංසිඳවගන්ඩ පුළුවන්. ඊට අමතරව, දෘෂ්ඨියක මට්ටමට පත්නොවී, සංඥා මට්ටමින් පමණක් භාවිතාවෙන සත්වයෙක් නෑ, පුද්ගලයෙක් නෑ කියන සංඥා වගේම සුඤ්ඤත සංඥාව වගේ ගැඹුරු සමාපත්ති ඇසුරෙන් බිහිවෙන සංඥා හරහාත් ඔය විදිහට අකුසල සංඥා නිරුද්ධ වෙනව.

ඒත් ඒ, සංඥා නිරෝධයක්ම විතරයි. සංඥාව, කියන්නේ උපාදානස්ඛන්ධයක්. ඒක අයිති වෙන්නේ දුකට, දුක්ඛාර්ය සත්‍යයට. ඒවා කෙලෙස්වල ඇති අර අධික දාහය, පීඩාව තාවකාලිකව යටපත් කරගන්ඩ භාවිතා කෙරෙන උපක්‍රම. හැබැයි දෘෂ්ඨියක් බවට පත්වුනොත් නම් ඔබ විනාසයි පුතේ.

අනිත් ක්‍රමය තමයි, ඉන්ද්‍රිය සංවරය. ඒක සීලයක්. අධික වීර්යයකින් නිමිත්ත මගහැරීම හෝ නොසළකා හැරීම මගින්, කෙලෙස් යටපත් කිරීමක් තමයි එතනදී වෙන්නේ. ඒ නිසාම සමාධියක් ඇතිවෙනවා. ඒ සමාධිය තුල නීවරණ යටපත් වෙනවා. ඒක ඕනෑම සමාධියක පවතින ස්වභාවයක්. නීවරණ යටපත්වීම නිසා, එතන ඇලීම්-ගැටීම් නෑ. හිතේ විසිරීමක් හෝ සැකයක් ඇතිවෙන්නෙත් නෑ. කෙලෙස් සංසිඳිල. ඒත් සක්කායදිට්ඨිය සහිතවමයි ඒ විදිහට ඒ නීවරණ එතනදී සංසිඳෙන්නේ. එහෙනම් ඒක සම්මා සමාධිය වෙන්ඩ බෑ. ඒත් හැබැයි එතන තාවකාලිකව හරි කෙලෙස් නම් සංසිඳිල තියෙනවා. ඒ නිසා භාග්‍යවතුන්

වහන්සේත් මේ ක්‍රමය වර්ණනා කරනවා. කොහොම වුනත් කෙලෙස් සංසිඳවීමේ අර්ථයෙන් නම් ඔය හැම එකක්ම කුසල්. ඒත් බුද්ධ ශාසනයේ ස්ථාවරය ඊට වෙනස් පුතේ.

අනිත් ක්‍රමය තමයි දෘෂ්ඨියකින් කෙලෙස් සිංසිඳවීම. ඒක වෙනස්ම තාක්‍ෂනයක්. දැන් ඔය නිගන්ථ තාපසයන්ට, සාදුවරුන්ට එහෙම අපිට වගේ, කාමයන්, අඹුදරුවෝ, ආහාර, වස්ත්‍ර වගේ දේවල් නිසා කෙලෙස් ඉපදෙන්නේ නෑ, සංසිඳිල. ඒ අයගේ ජීවන පැවැත්ම තුල එහෙම වෙන්ඩ හේතු හරිම අඩුයි. හැබැයි ඒ අය බැහැගෙන ඉන්න දෘෂ්ඨීන් නිසා උපදින කෙලෙස් ඊට වඩා හරිම දරුණුයි, භයානකයි. ඒත්, ඒ අහිංසකයෝ ඒක දන්නැති නිසාම ලාමක දෘෂ්ඨීන් නිසා උපදින ඒ කෙලෙස්වලට කිසි බයකුත් නෑ.

ඒ නිසා, මේ ශාසනයේ අර්ථය, කෙලෙස් ප්‍රහාණය කිරීම මිසක් සංසිඳවීම නෙමෙයි. භාග්‍යවතුන්වහන්සේ සදහම් මාර්ගය ලෝකෙට විවෘත කරල තියෙන්නේ ඉතුරු නැතුවම කෙලෙස් නිරුද්ධ කිරීම වෙනුවෙන්මයි.

ඒ නිසා පුතේ, දුක උපදින මූල ධාතුවම දැකගන්ඩ. ඒ කියන්නේ අවිද්‍යාව උපදින තැනමයි අපි දකින්ඩ ඕනෙ. එතකොට අවිද්‍යාව නිරුද්ධවෙන හැටිත් එතනම දකිනවා. ආයේ වෙන වෙනම දකින්ඩ දෙයක් නෑ. එතනින් එහාට සංස්කාර ගැන හිතන්ඩම දෙයක් නෑ. ඔතන නම් ඉතින් වරද්දගන්ඩ එපා පුතේ. සියුම් ලෙස අපි නොමග යන්ඩ තියෙන අවස්ථා තමයි ඔතන වැඩි. ඒ නිසා පරිස්සම් වෙන්ඩ.

දැන් ඇයි එහෙනම් ඉපදීම දුකක් වෙන්නේ? නැවත නැවතත් මාව රවට්ටන හිතක ගොදුරක් වෙන්ඩ සිද්ධවෙන නිසා. කෙළවරක් නැතිව මෙහෙම රැවටෙන්ඩ වෙන එක මොන දුකක්ද, මොන වෙහෙසක්ද? ස්වභාවයෙන්ම හිතේ ඇති චපල බව නිසා ''හිත'' සැපයක් පෙන්නලා තමයි අපිව දුකට දාන්නේ. හිතේ ස්ථාවරය වේගෙන් වෙනස් වෙනවා. ඉතිං ඒ සැප-දුක් දෙකම හිතේ වෙනස්වීම නිසාම ප්‍රකටවෙන දෙයක්, පවතින දෙයක්. හිත වෙනස් වෙන්නැත්නම් ඇලීම්-ගැටීම් කියල දෙයක් නෑ. ඇලීම් ගැටීම් කියල දෙයක් නැත්නම්, දුකක් ඇතිවෙන්ඩ හේතුවක් නෑ.

එහෙනම් වෙනස්වීමමයි දුක. වෙනස්වීම කියන්නේ අනිත්‍යය. එහෙනම් අනිත්‍ය දුකයි. ''**යදනිච්චං තං දුක්ඛං**'' හිත වෙනස්වෙන එක නවත්තන්ඩ බෑ. ඒක තමයි අනාත්මය කියන්නේ. ''**යං දුක්ඛා තදනත්තා**''

මම අර කළින් කියපු ඉරියව් කතාවටම ආපහු ටිකකට යමු. දැන් ඉන්න ඉරියව්වට ඔබ සිහිය පිහිටෙව්වොත් හිතෙන්නේ, මේ මොහොතේ තියෙන්නේ උපේක්ෂාවක් කියල. ඒත් ඇත්තටම ඔතන ඇලීමයි, ගැටීමයි, මුලාවයි තුනම තියෙනවා. ඒක එච්චරම ප්‍රකට නැති නිසා (මෝහය නිසා) අපි ඔහේ නිකං ඉන්නවා කියල තමයි අපිට හිතෙන්නේ.

හිත සැපයි කියන හොඳම ඉරියව්වෙන් අපිව ඉන්දවලා, පස්සේ කියනවා පොඩ්ඩක් වෙනස් කරන්ඩ කියලා. මොන

විකාරයක් ද ඒ. දැන් ඒ ඉරියව්ව වෙනස් කරන්ඩ කියල හිත කියන්නේ මුල් ඉරියව්ව දුකක් වුන නිසා නේද? හැබැයි මුලදී කිව්වේ ඒක සැපයි කියලා. දන් කියනවා ඒක නෙමෙයි, මේකයි ඇත්ත සැප කියලා. දන් ඉතිං මොකක් පිළිගන්ඩද, කෝකද ඇත්ත? ඉස්සරවෙලා කියපු දේ ඇත්ත නම්, පස්සේ කියපු දේ බොරු, පස්සේ කියපු දේ ඇත්ත නම්, ඉස්සර වෙලා කියපු දේ බොරු. දන් කෝකද ඉතිං ඇත්ත? එහෙනම් එතන තියෙන්නේ මුලාවක්. රැවටීමක්. ඒ තමයි මෝහය. ඒක නොදන්න එකයි, අවිද්‍යාව.

ඉතිං ඒ අවිද්‍යාව තුල තමයි අපි, ඔය හැම ඉරියව්වකම පවත්වන්නේ. ඒ නිසා නොදැනුවත්වම අපිට අවිද්‍යා සහගත සංස්කාරමයි සකස් වෙන්නේ. ඒ නිසා අවිද්‍යා සහගතවම විඤ්ඤාණයත්, නාමරූපත්, සළායතනත්...... ඔය විදිහට මුළු පටිච්ඡසමුප්පාදය ම සකස් වෙනවා.

ඔබට හිතේවි ඉරියව්ව තුල මේ හිත, සැපකුයි දුකකුයි දෙකක් පෙන්නල මාව රැවැට්ටුවට ඉතිං මොකද, ඒකෙන් මට මොනව වෙන්ඩද? කියල. ඇත්තටම මතුපිටින් මේ මෝහය කියන දේ ප්‍රකට නෑ. ඒ නිසාමයි ඒක භයානක.

හේතුඵල දහම අවබෝධ කරගන්ඩ මේ තැන් අනිවාර්යයෙන්ම ස්පර්ශ කරන්ඩම වෙනවා. කෙළෙස් ඉතාම අප්‍රකටව ඉතාම සියුම් විදිහට හැංගිලා තියෙන තැනක් තමයි ඔය ඉරියව්ව කියන්නේ. කවුරුවත් ඒ ගැන එච්චර සැලකිල්ලක් නෑ. ඉරියව්ව තුල පවා මේ හිත අපිව රවට්ටන හින්ද අවිද්‍යා සහගත සංස්කාරමයි එතන රැස්වෙන්නේ.

ඒ නිසයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඉරියව්ව ගැනත් සිහියෙන්ම ඉන්ඩ කියන්නේ. සිහිය (සති) තිබුනොත් අවිද්‍යාව සකස් වෙන්නේනෑ. අවිද්‍යාව නැත්නම් දුකක් නෑ. කායානුපස්සනාවේ ඉරියාපථ පබ්බය තුල විග්‍රහ කරන්නෙත් මේ ඉරියව්ව තුල සකස්වෙන ඇලීම්, ගැටීම් දෙක නැතිවෙන ආකාරයට සිහිය හා නුවණ (සති-සම්පජන්නය) පිහිටුවා ගන්ඩ කියලයි. **ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ජා දෝමනස්සං......**

ඉතිං ඇලීම්, ගැටීම් දෙකම හේතුවක් නිසා ඇතිවුනා වූ ඵල දෙකක්. ඒ දෙකටම හේතුව මෝහයයි. මෝහය කියන්නේ මුලාවයි. මුලාව කියන්නේ රැවටීමටයි. දැන් අපි ඉරියව්වම ගත්තොත්, ඉරියව්ව තුල සිත අපිව රවට්ටන බව දැක්කා. එහෙනම් දුක මොකක්ද? රැවටීමයි දුක. රැවටෙන්නේ කොහොමද? සිතේ ස්ථාවරය වෙනස්වෙන නිසා. වෙනස් වීම කියන්නේ අනිත්‍ය. එහෙනම් අනිත්‍ය දුකයි. ඒ තමයි **දුක්ඛාර්ය සත්‍යය.** එහෙනම්, මොකක්ද දුකට හේතුව? කැමැත්තට ඇලෙන එක. ඇයි අපි කැමැත්තට ඇලෙන්නේ? හිත අපිව රවට්ටන නිසා (මුලාව, මෝහය). රැවටෙන්නේ ඇයි? හිත අපිව මුලාකරන බව නොදන්නා නිසා (අවිද්‍යාව). මේ තමයි හේතුඵල. ඉතිං පුතේ මේ ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ කියන තුනටම කියන නමක් තමයි තණ්හාව කියන්නේ. දැන් එහෙනම් ඔබ දන්නවා දුකට හේතුව තණ්හාව කියලා. ඒ, **දුක්ඛ සමුදයාර්ය සත්‍යය**.

දැන් එතකොට දුකෙන් නිදහස් වෙන්ඩ මොකක්ද අපිට කරන්ඩ තියෙන්නේ? ඒකට ඉතිං තමන්ව රවට්ටන කෙනාව දකින්න. කවුද ඔබව රවට්ටන්නේ? හිත.

ඉතිං හිත අපිව රවට්ටන බව දැනගත්තොත්, දැකගත්තොත් හිතට බෑ තව තවත් අපිව රවට්ටල දුකට දාන්ඩ. රැවටෙන්නේ නැතිනම් ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ සකස්වෙන්නේ නෑ. ඒ කියන්නේ තන්හාව සකස්වෙන්නේ නෑ. ඉතිං තන්හාව සකස්වෙන්නේ නැත්නම් දුක නෑ. දුක නිරුද්ධ වෙනවා. ඒ තමයි **දුක්ඛ නිරෝධාර්ය සත්‍යය**.

ඉතිං දැන් හිත අපිව රැවැට්ටුවත් අඩුගානේ අපි දන්නවා ප්‍රශ්නෙ තියෙන්නේ කොහෙද කියලා. ඒ නිසා අපි හිත පිළිගන්නෑ. මෙතනදී ආශ්වාදයත් (ඇලෙන අන්තය) ආදීනවයත් (ගැටෙන අන්තය) නිස්සරණයත් (සිතේ රැවටීම ගැන ඇති අවබෝධය) කියන මේ අවස්ථා තුනම එකම සිතුවිල්ලක් තුළ මතු කරගන්ඩ, හඳුනාගන්ඩ, ඔබ දක්ෂ වුනොත් ඒකම තමයි **දුක්ඛනිරෝධ ගාමිණී පටිපදාර්ය සත්‍යය** ගැන ඔබ තුළ ඇතිවෙන අවබෝධය. ඒ කියන්නේ සම්මාදිට්ඨිය. ඒකම තමයි ආර්ය අෂ්ඨාංගික මාර්ගයේ පදනම. ඔය පදනම වැටුනොත් විතරයි මාර්ගය වැඩෙන්නේ. ඉන් මෙහා මාර්ගයේ වැඩීමක් නම් සිද්ධවෙන්නේ නෑ පුතේ.

ඇත්තටම මෙතනදී අවිද්‍යාවෙන් නිදහස් වෙන්ඩ හේතුවෙන විද්‍යාවේ පහළ වීමත් එක්කමයි ඉන්ද්‍රියධර්මයන් ගේ ක්‍රියාත්මක වීම පටන්ගන්නේ. එතනින් එහාට අපිව පාලනය කරන්නේ ඉන්ද්‍රියධර්ම. ඒකත් ධර්මතාවයක්. සම්පූර්ණයෙන්ම අපිට ඒ ධර්මතාවයට නතුවෙන්ඩ වෙනවා. ඒක අපේ පුද්ගල ස්වභාවය ඉක්මවා යනවා. අපි සාමාන්‍යයෙන් ඉන්ද්‍රියන් කියන්නේ ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මනසටයි. ඒත් රහතන් වහන්සේලා ගේ දැක්මට අනුව, ඒ කියන්නේ ආර්ය න්‍යායට අනුව ඇස, කන,

නාසය, දිව, ශරීරය, මනස කියන්නේ ආයතන. ඔය ආයතන වල නිෂ්පාදනය වෙන්නෙම දුක. හැබැයි, සදහටම දුකෙන් නිදහස් වෙන්ට යමක් හේතු වෙනව නම්, ඒ තමයි ශ්‍රද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා, කියන ඉන්ද්‍රියධර්ම. ඒ ඉන්ද්‍රියධර්ම ලෝකය මත පිහිටල නැ පුතේ. කොටින්ම ඒවා ''හිත'' මතවත් පිහිටල නෑ. හැබැයි හේතු නිසා සකස්වෙන දෙයක්. ඒ කියන්නේ හේතුඵල. හේතුඵල කියන්නේ දුකට. ඒත් මේ ඉන්ද්‍රියධර්ම කියන ධර්මතා දුකට අයිති නෑ. විමුක්තියටයි අයිති.

ඒක හරියට මේ වගේ දෙයක්. අසූචි වලකින් ගොඩවෙන්ඩ අසූචි ගෑවුන ඉණිමගක් තියෙනවා. හැබැයි ඒ ඉණිමගේ අසූචි ගෑවිලා තිබුණත් ඒක ඒ අසූචි ''වල'' ඉක්මවා ගිය දෙයක්. වලෙන් නිදහස් වීම වෙනුවෙන්ම තියෙන දෙයක්. ඉතිං ඒ වගේ සද්ධා, වීරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා කියන මේ ඉන්ද්‍රියධර්ම බලගැන්විලා බලධර්ම බවට පත් වෙන්නෙත් ඒ හේතුඵල නිසාම තමයි. කවද හරි දවසක අපි ඔය මුලාවෙන් සදහටම නිදහස් වෙලා සියළු ආශ්‍රවයන් ක්ෂය කරල දානව නම් ඒ දාන්නෙත් ඔය බලධර්ම නිසයි. ඒ බලධර්ම ඇතිවුනේ ඉන්ද්‍රියධර්ම නිසා මිසක් අපේ ඇති හැකියාවක් නිසා නෙමෙයි පුතේ. කෙළෙස් කියන්නෙත් පුතේ, ධර්මතාවයක්. ඒ කෙළෙස් කියන ධර්මතාවය එක්ක හැප්පෙන්ඩ පුළුවන් වෙන්නේ ඊටත් වඩා අතිශයින්ම ප්‍රබල වූ ධර්මතාවයකටම විතරයි. බැරිවෙලාවත් මේක අපේ තනි හැකියාවෙන් ගහන්ඩ වෙන යුද්ධයක් වුනානම්, කවදාවත් අපිට ඒක කරන්ඩ බෑ. මොකද, මේ කෙළෙස්වල ස්වභාවය අපිට යම් මට්ටමකට වැටහුනත් ඒවා නැතිවෙන ක්‍රමවේදය ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ මේ ඉන්ද්‍රියධර්ම හා බලධර්ම හරහා

විතරමයි. ඒවා පුද්ගල හැකියාවන් ඉක්මවා ගිය ධර්මතා. ඉතිං, කෙළෙස් ප්‍රහානයේදී ඉන්ද්‍රියධර්ම හා බලධර්ම ක්‍රියාත්මක වෙන විදිහ ගැනත් ටිකක් දැනගන්න එක හොඳයි. ඒක වෙන්නේ මෙහෙමයි. කෙළෙස්වල අපිට වඩාත්ම ප්‍රකටවෙන අවස්ථාව තමයි **ව්‍යතික්කම** කියන්නේ. ඒ කියන්නේ කෙළෙස් ක්‍රියාත්මක වෙන අවස්ථාව. සද්ධා, වීරිය දෙකෙන් තමයි ඒ අවස්ථාව මර්ධනය කරන්නේ. කෙළෙස් හටගන්න අවස්ථාවට තමයි **පරියුට්ඨාන** අවස්ථාව කියන්නේ. එතනදී ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ සතින්ද්‍රිය. කෙළෙස් හැංගිලා තියෙන අවස්ථාව තමයි **අනුසය** කියන්නේ. අනුසය වශයෙන් තැන්පත්වෙලා පල්වෙන කෙළෙස්, ආශ්‍රව. ඉතිං අනුසය වශයෙන් පවතින ඒ ආශ්‍රවයන් ප්‍රහාණය කරන්ඩ හේතු වෙන්නේ සමාධි, ප්‍රඥා දෙක. මේවා ඉන්ද්‍රියධර්ම හැටියට ඉපදිලා භාවිතා කරන ප්‍රමාණයට සාපේක්ෂව තව තවත් බලගැන්විලා ‘‘බලධර්ම’’ බවට පත්වෙනවා.

සාමාන්‍යයෙන් ඔබ හිතාගෙන ඉන්නේ ලෝකයේ ඇති ප්‍රබලම බලය හෝ ශක්තිය න්‍යෂ්ටික බලය කියල. ලෝකයක් වනසල දාන ඔය න්‍යෂ්ටික බලය කියන්නෙම පුතේ කෙළෙස් වලින්ම බල ගැන්වෙන ලාමක දෙයක්. මුළු ලෝකයම පහළට හෙලන දෙයක්. ඉතිං පහළට යන්ඩ ආයේ බලයක් මොනවටද? ඒත් අර කියපු බලධර්ම කවදාවත් කෙළෙස් වලින් බලගැන්වෙන්නේ නෑ පුතේ. හැබැයි හරියටම බලගන්වා ගත්තොත් සදහටම ඔබ සියළු ලෝක ඉක්මවා යනව. එදාට ඒ වැනසෙන ලෝකය ඔබ නිසා සැනසේවි. ඔබ වෙනුවෙන් සාධුකාර දේවි.

අන්ධකාරයේ පිය සටහන් තුළ සැඟවී ගිය සසරක රහස

ඇත්තටම අපිට මෙච්චර කාලයක් සංසාරයේ එන්ට සිද්ධ වුනේ හිත මාව රවට්ටන බව දන්නේ නැති නිසා. අවිද්‍යාව තමයි ඒකට කියන වචනය. ඒ නිසා හිත, මම කියලා හිතුවා. ඒ හිත මගේම කියලත් හිතුවා. අන්ධයෙක් වගේ මේ හිතට මුලාවුනා. හිත මා තුල තියෙනවා කියලත් හිතුවා. මම ඉන්නේ හිත තුල කියලත් හිතුවා. ඔන්න ඕක තමයි සක්ඛාය දිට්ඨිය. ඇත්තටම ඔහොම හිතමින් ඉන්න බව වත් අපිට නොතේරුනාට ඒ හැඟීම තමයි, අපි තුළ හැම වෙලාවකම තියෙන්නේ. අන්න ඒ නිසා හිත සැපයි කියද්දී විචාරයක් නැතිවම ඒක පිළිගත්තා. දුකයි කියද්දීත් ඒක ඒ විදිහටම පිළිගත්තා.

උදාහරණයක් හැටියට අපි දූන් මෙහෙම හිතමු. ඔන්න දූන් අපි කැලෑපාරක යද්දී එක පාරටම ඉස්සරහින් සද්දන්ත අලියෙක් දකිනවා. දූන් එතකොට මොකද වෙන්නේ? දුවනවා. ආයෙ ඉතිං වෙන මොනව කරන්ඩද නේද?

හොඳයි, ඇයි දූන් අපි දුවන්නේ? බය නිසා. ඉතිං ඔය විදිහට අලියව නොපෙනෙන දුරකට දුවල අපි නවතිනව කියමුකො.

දූන් අපේ බය නැතිවෙලාද? ඔව්. ඇයි.? අලිය පේන්ඩ නැති නිසා. ඒ කියන්නේ ස්පර්ෂය නිරුද්ධ වුනොත් බය නැතිවෙනවා කියන එකනේ ඒකේ තේරුම. හොඳයි අපි බලමු ඒක එහේමද කියල. අපි ඉන්න තැනින් බැරි වෙලාවත් දූන් කොටියෙක් එහෙම මතු වුනොත් මොකද

වෙන්නේ? ආයෙත් ඉතිං දුවනවා. ඒ මොකටද දුවන්නේ, ස්පර්ෂය නිරුද්ධ කරන්ඩද? නෑ බය නිසා. ස්පර්ෂය නිරුද්ධ කළා කියල බය නැති වෙන්නේ නෑ එහෙනම්. දැන් එතකොට දිව්ව කියල එහෙනම් ඔය බය නැති වෙනවද? නෑ. අනික දැන් ඔය බය ඇති වුනේ කොහෙද? හිතේ. ඉතිං පුතේ, හිතේ නම් බය ඇති වුනේ, අලිය මොනව කරන්ඩද? අනික ඉතිං අපි දුවල තියෙන්නේ ඒ බය කරපු හිතත් අරගෙනමයි. ඇයි ඉතිං, හිතනෙ අපිව බය කරල තියෙන්නේ. එහෙනම් මේක බාහිර නිමිත්තක් තුල තියෙන ප්‍රශ්නයක් නෙමෙයි. හිතේ ප්‍රශ්නයක්.

දැන් එතකොට, රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් එහෙම ඔය අලියව දැක්කොත් බය වෙනවද? නෑ. ඇයි? උන්වහන්සේ බය නිරුද්ධ කරලා නිසා. ඒ කොහොමද? උන්වහන්සේ තුල අවිද්‍යාව නෑ. ඒකයි. එහෙනම් අලියව දැකීමයි, බය ඇතිවීමයි කියන්නේ දෙකක් පුතේ. අලියව දැකීම ස්පර්ෂයයි. ඒ එක අන්තයක්. බය ඇතිවීම ස්පර්ෂ සමුදයයි. ඒ අනිත් අන්තය. ඇත්තටම මේ ස්පර්ෂය සමුදය (ඵස්ස සමුදය) වෙන්නේ අවිද්‍යාවෙන් ඒක පෝෂණය වෙනව නම් විතරමයි පුතේ.

ඵස්සො ඛො භික්ඛවේ එකො අන්තො, ඵස්සසමුදයො දුතියො අන්තො

මහණෙනි, ස්පර්ෂය එක් අන්තයක්. ස්පර්ෂ සමුදය අනෙක් අන්තයයි.

ඵස්ස නිරොධො මජ්ඣෙ, තන්හා සිබ්බනි

ස්පර්ෂ නිරෝධය මැදයි. ඒ අන්ත දෙක එකතු කරන මැස්ම තණ්හාවයි

තණ්හා හි නං සිබ්බති තස්ස තස්සෙව භවස්ස අභිනිබ්බන්තියා

ඉතිං ඒ තණ්හාව නම් වූ මැස්ම නිසා තමයි, දිගින් දිගටම භවය සකස් වෙන්නේ.

එත්තාවතා බො භික්ඛවේ භික්ඛු අභිඤ්ඤෙය්‍යං අභිජානාති, පරිඤ්ඤෙය්‍යං පරිජානාති

යමෙක් මේ විදහට දැනගත යුතු දේ දන්නව නම්

අභිඤ්ඤෙය්‍යං අභිජානන්තො, පරිඤ්ඤෙය්‍යං පරිජානන්තො

පිරිසිඳ දැනගත යුතු දේ පිරිසිඳ දන්නව නම්

දිට්ඨේව ධම්මේ දුක්ඛස්සන්ත අන්තකරො හෝතීති

මේ ජීවිතයේදීම හෙතෙම, දුක් කෙළවර කොට අරහත්වය සාක්ෂාත් කරයි

(මජ්ඣෙ සූත්‍රය, අංගුත්තර නිකාය, 6 නිපාතය)

දැන් එහෙනම් අලිය දැකීමෙවත් දැකපු ඇහේවත් නෙමෙයි පුතේ ප්‍රශ්නෙ තියෙන්නේ, තණ්හාව තුලයි. තණ්හාව කියන්නේ ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ තුනටම කියන නමක්. ඒ තුන නැති වෙන්ඩ නම් අවිද්‍යාව නැති වෙන්ඩ ඕනේ. අන්න ඒ නිසා තමයි අර ඉස්සර වෙලා කිව්වේ, ස්පර්ෂය සමුදය වෙන්නේ අවිද්‍යාවෙන් ඒක පෝෂණය වෙනව නම් විතරයි කියලා.

ඉතිං අපි හැමදාම හිතුවේ මේක බාහිර ප්‍රශ්ණයක් කියල. ඇත්තටම අපේම කියල හිතාගෙන හිටපු හිතමයි අපිට ඒක එහෙම පෙන්නුවේ. මේ තුච්ඡ හිත මෙච්චර කාලයක් අපිට පෙන්නුවේ බය ඇතිවුනේ අලිය හින්ද කියල. ඇත්තටම බයවෙන කෙනාට බය වෙන්ඩ අලියෙක්ම ඕනෙ නෑ. කැරට් අලේකුත් ඇති. දැන් ඔබට හිතෙයි කැරට් අලයක් අපිට මොනව කරන්ඩද කියලා. එත් දැන් ඔබ ඔය කන

කැරට් අලේකට භාවිතා කරල තියෙන්නේ රසායණික පොහොරද නැත්නම් කාබණික පොහොරද කියල ඔබට දැනගන්ඩ ඕනෙ වෙන්නේ ඇයි? බය නිසා.

දැන් එතකොට කැරට් අලේද ඔබව බයකරලා තියෙන්නේ? නෑ. එහෙනම්? හිත. හිතයි ඔබව බයකලේ. දැන් අපි නිශ්චිතවම දන්නවා, මේක අලියගෙවත්, කොටියගෙවත්, කැරට්වලවත් ප්‍රශ්ණයක් නෙමෙයි කියල. මේක හිතේ ප්‍රශ්ණයක්.

ඉතිං ඔය දේ තේරුම් නොගෙන, අපි අලියට වෙඩිතිබ්බ කියල අපේ ප්‍රශ්ණේ විසඳෙන්නෑ පුතේ. අලියෙක් නෑ සත්වයෙක්-පුද්ගලයෙක් නෑ, කියල හිතුවත් වැඩක් නෑ. මොකද, ගෙඩිය පිටින්ම හෙනපත අලියෙක් පුතේ අපි ඉස්සරහම ඉන්දැද්දී, ඔතන අලියෙක් කියල දෙයක් නෑ. හිත විසින් මවපු මායාවක්, සංකල්පයක් තියෙන්නේ කියලා ගැඹුරු දාර්ශනික ප්‍රවේශයන් හරහා සාධනය කරගන්ඩ හැදුවට, ඒක එච්චරම ප්‍රායෝගික නෑ. මොකද? අපි තුළ තාම බයත් තියෙනවා. අලියත් අපි ඉස්සරහ තාම ඉන්නවා.

හැබැයි සමාධියක් තියෙන කෙනෙක් ගේ කතාව නම් පුතේ ඔයිට වඩා වෙනස්. නීවරණ නැති නිසා සමාධිය තුළ ස්වභාවයෙන්ම “බය” සංසිඳිල තියෙන්නේ. ඒත්, හැබැයි තාම බය ඇතිවෙන හේතුව තියෙනවා. ඒක නැතිවෙලා නෑ. ඒ නිසා ඔය එක එක දර්ශන, මතවාද වගේ දේවල් එක්ක පැටලෙන්නෙ නැතුව අලියව පෙන්නන හිතයි, ඒ හිතේ කතාවයි දැක්කනම් අඩුගානේ ඒ මොහොතේ ඇතිවෙලා තියෙන බය හරි නැතිවෙලා යනවා. එහෙනම්

මේකට බාහිර නිමිත්ත හෝ ඵලය නිරුද්ධ කරල බෑ. හේතුවයි නිරුද්ධ කරන්ඩ ඕනේ.

සද්ධර්මය හරිම ප්‍රායෝගික දෙයක්. නැත්නම් ඉතිං, බාහිර රූප ගැනම, නිමිති ගැනම, අපිට හැමදාම බයෙන් තමයි ඉන්ඩ වෙන්නේ. රාගය එද්දී, ඒ නිමිත්තට බයවෙලා ඒකෙන් පලායන්ඩ දඟලනවා. ද්වේශය එද්දී, ඒ නිමිත්ත ගැන කළබලවෙලා ඒක ප්‍රතික්ෂේප කරගන්නඩ දඟලනවා. ඔය දෙක නිකම්ම නිකම් හිත් දෙකක් විතරයි. ඒ නිසා ඒ කිසිම හිතකට මිලක්, තක්සේරුවක්, වටිනාකමක් දෙන්ඩ එපා.

ඒ මදිවට, බැරිවෙලා හරි අර අලිය ගැහුවොත් එහෙම ඒ බයත් එක්කමයි පුතේ අපිට මැරෙන්ඩ වෙන්නෙත්. බයයි, මරණයයි කියන්නේ පාඩු දෙකක්. අඩුගානේ මෙන්න මේ දේවත් අපි තේරුම් අරගෙන හිටියනම් මැරුනත්, අපි බයවෙලා මැරෙන්නේ නෑ. දැන් කොයි මරණයද එහෙනම් වඩා හොඳ? බයවෙලා මැරෙන එකද? නැත්නම් බයවෙන්නේ නැතුව මැරෙන එකද? මැරෙන ක්‍රමය වෙනස්කළා කියල නොමැරී ඉන්ඩත් බෑ. හරියටම හැබැයි ගලපගත්තොත් නැවත නුපදින විදිහටම මැරෙන්ඩ වුනත් පුළුවන්. ඒක පිරිණිවීමක්. සැබෑ ශ්‍රාවකයෙකුට ඔය අවස්ථාව හරිම වටින අවස්ථාවක් පුතේ. ඒ වගේම, ඔය අලිය කියන්නේ හිත මවපු සංකල්පයක් නම්, දැන් අපිට එතකොට ගහල තියෙන්නේ සංකල්පයක්ද?

අපි ධර්මය කියල හිතාගෙන ඉන්න සම්මුති සත්‍යයට අනුව අලිය ගැහුව. ඒත් පරමාර්ථ සත්‍යයට අනුව ගහපු

අලියෙකුත් නෑ. පහරකාපු මමෙකුත් නෑ කියලනෙ අපිට උගන්නන්නේ. ඒ මතවාද ප්‍රායෝගිකත්වය තුළ මොන තරම් නම් අසරණද කියල දැන් පේනව නේද?

එහෙනම් දූන් බලන්ඩ, අපිව බය කරන හිතයි, සත්වයෙක් පුද්ගයෙක් නෑ කියන හිතයි, දෙකම තවත්, හිත් දෙකක් විතරයි. බාහිර රූපය ශූණ්‍ය කළා කියල අපේ ප්‍රශ්නේ විසඳෙන්නෑ පුතේ. අලියගේ අසුභය හරි, උගේ අට්ඨිකසංඥාව හරි වැඩුව කියලත්, හිතේ තියෙන ‘‘බය’’ නැතිවෙන්නෙ නැ. දූන් එහෙනම් හිතේ ඇතිවුන ඔය ‘‘බය’’ ඇත්තටම නැති කරගන්නේ කොහොමද කියල ටිකක් බලමු.

අලියෙක් දූක්කත් අපි තුළ ඇත්තටම බයක් ඇතිවෙන්නේ කයට මොනවහරි වෙයි කියල හිතන හින්දයි. ඉතිං කයට මොනව හරි වෙයි කියන්නෙත්, හිතමයි. දූන් එහෙනම්, ඒ බය ඇති වෙන්නේ ඇයි? කය මම, කය මගේ, ඒකට නම් මොකුත් වෙන්ඩ බෑ, ඒක නිත්‍යයි, සැපයි, ආත්මයි කියල හිත තුළ කලින්ම බැහැගෙන තියෙන පූර්ව සංකල්ප නිසා. කොටින්ම ‘‘කය’’ නිත්‍යයි, සැපයි ආත්මයි, සුභයි, කියන සංඥා නිසා. ඒකට කියන්නේ සංඥා විපල්ලාසය කියලා. දැන් එතකොට කය සැපයි කියන්නේ කවුද? හිත. ඒ කයට මොනව හරි වෙයි කියල අපිව බය කරන්නෙත් කවුද? හිත. බය කියන්නේ දුකක්. කය තුළ එහෙනම් ඇත්තටම තියෙන්නේ සැපද, දුකද? එකක්වත් නෑ. හිතයි එහෙම අපිට කියන්නේ. ඇත්තෙන්ම ‘‘කය’’ අසරණයි. අන්න ඒක නිසයි පුතේ භාග්‍යවතුන්වහන්සේ රූපය පෙණ පිඩකට උපමා කළේ.

කය සැපයි නම් ඒක තුල දුකක් තියෙන්ඩ බෑ. ඒත් හිත එකම කයක් තුළ දෙකක් පෙන්නනවා. දැන් කෝකද එහෙනම් ඇත්ත? දෙකෙන් එකක්වත් ඇත්ත නෙමෙයි. මෙතන තියෙන්නේ මුලාවක්, රැවටීමක්. විඤ්ඤාණය මායාකාරයෙකුට උපමා කළේ ඒකයි. ඉතිං එහෙනම් ඔය රැවටීම දන්නැති එකමයි අවිද්‍යාව. කිසිම තේරුමක් නැති සිතුවිලි දෙකක්, සංඥා දෙකක්, ‘‘මම’’ කියල හිතාගෙන අපි හද්ද දුක් විඳිනවා. ඇත්තටම විඳෝනවා.

අපි දැක්කොත් මෙතන තියෙන්නේ, කිසිම තේරුමක් නැති ලාමක සංඥා දෙකක, හුදු වෙනස්වීමක්, රැවටීමක්, ඇතිවීමක්-නැතිවීමක්, විතරමයි කියල, තවදුරටත් අපි අවිද්‍යාව තුල නෑ. වෙනස්වීම කියන්නේ අනිත්‍ය. හිත අනිත්‍ය වුනේ නැත්නම්, දුකක් කියල දෙයක් ලෝකෙ නෑ. එතකොට අපි අවිද්‍යාව තුළ නැත්නම්, ඇලෙන්ඩ දෙයක් නෑ. අලෙන්ඩ දෙයක් නැත්නම් එතන ගැටීමක් ඇතිවෙන්ඩත් හේතුවක් නෑ.

ගැටීමක් නැත්නම් අපි, බය තුළ නෑ. බයකරන හිත තුලත් නෑ. බය තුළ නැත්නම් කය තුළ නෑ. කය තුල නැත්නම් ඇහැ තුල හෝ ඇහේ ස්පර්ශය තුල හෝ අලිය කියන බාහිර රූපය තුලවත් නෑ. දැන් එහෙනම් අපිට අලිය හිටියත් එකයි, නැතත් එකයි. ඉතිං, ඔය විදිහට මුළු ලෝකෙම එහෙනම් පිහිටල තියෙන්නේ දුක මත. බය කියන්නෙ දුකක්. දුකේ ප්‍රභේදයක්. කුඹියෙක් ගුලකට රිංගන්නෙත්, මන්දිර වටේ මහා පවුරු ප්‍රාකාර ඉදි වෙන්නෙත්, හිතේ ඇතිවෙන ඔය ‘‘බය’’ කියන සංඥාව නිසාමයි පුතේ. ඉතිං ඒ සංඥාව ඔබේ කරගන්ඩ එපා.

දැන් ඔය දැක්ම හරහා ඔබට පුළුවන්, ඔබේම අතීත, අනාගත ජීවිතත්, ඉපදුනා වූ අනෙකුත් සත්වයන්ගේ සියළු ජීවිතත් දැකගන්න. ඒ හැම එකටම පොදු ධර්මතාවය තමයි දුක. ඔය විදිහට ඔබ දැන් සියළු ලෝකම විනිවිද දැකල ඉවරයි.

ඒක, සියළු ලෝක ඉක්මවා ගිය දැක්මක්. ලෝකයම දුක මත පිහිටලා තියෙන බව ඔබ, අවබෝධයෙන්ම දකින මොහොතක්. ඉතිං ලෝකය තුළ නොපිහිටා, ලෝකය දකිමින්, සදහටම ඒ ලෝක සියල්ලෙන්ම නිදහස්වෙන්ට හේතු වෙන්නේ, මෙන්න මේ දැක්ම පුතේ. ඉතිං ඒ දැක්මට කියනවා සම්මාදිට්ඨිය කියලා.

ඇත්තටම මුළු සංසාරයම එකවර දකින්ඩ හේතුවෙන මේ දැක්ම, රහතන් වහන්සේලා ලෝකය දකින විදිහයි. ''සම්මා'' කියන්නේ රහතන් වහන්සේට කියන නමක්. ඒ වගේම ඒ දැක්ම, මේ ලෝකය ස්පර්ෂ කරන්නේ නෑ. හිතේ ඇති, වංචනික ස්වභාවය ගැන එකම එක මොහොතකදී ඇතිවෙන මේ අවබෝධය නිසා නැවත ජීවිතේට, මේ ''හිත'' මම, මගේ කියල ගන්නනම් බෑ. මේ හිත, මම නම්, මගේ නම්, මාව රවට්ටලා දුකකට දාන්නේ නෑ. ඒක අවබෝධ කලොත්, ඔබ හිත ඉක්මවලයි ඉන්නේ. එතකොට තව දුරටත් ඔබ සක්ඛාය දිට්ඨිය තුළ නෑ. ඔන්න ඔය අවබෝධය මත පිහිටලා, තවදුරටත් රැවටෙන්ඩ කැමති නෑ කියන්නේ, ඉපදෙන්ඩ කැමති නෑ කියන එකයි. ඒ තමයි නෙක්ඛම්ම සංකල්පය. ඕක මම කලිනුත් කථා කලා.

දැන් ඉතිං එයාට ලෝකෙ අනිත් අය ගැන හදවතින්ම අවංක අනුකම්පාවක් සහ කරුණාවක් ඇතිවෙනවා. ඒගොල්ලෝ

ඉන්නේ රැවටීම තුල බව ඒගොල්ලෝ දන්නෑ. හැබැයි ඔබ දන්නවා. දැන් එහෙනම්, ඔබ දුක දකින්නේ සතර අපාය තුළ විතරක් නෙමෙයි. කොහේ හරි උපතක් තියෙනව නම් ඒකත් ඒකාන්තයෙන්ම දුකක්. දිව්‍යතල වලත්, බ්‍රහ්මලෝක වලත්, සියළු සත්ව ස්වභාවයන් තුළත්, සතර අපාය තුළත් ඇති යථාර්තය ඒකයි පුතේ. ඒ නිසා අපි උත්සහ කරන්ඩ ඕනේ සතර අපායෙන් මිදෙන්ට විතරක්ම නෙමෙයි. සසරෙන්ම මිදෙන්ටයි. ඔබ දුක දකින්නේ සතර අපාය තුල නම්, සුගතිය (අපි ඉන්න තැන) සැපයි කියන මතය තුලයි නොදැනුවත්වම ඔබ ඔය පිහිටල ඉන්නේ.. ඒක වැරදි ස්ථාවරයක්. කොතන ඉපදුනත් රැවටිලිකාර හිතක්ම නම් උපදින්නේ ඒ හැම උපතක්ම දුකක්.

දැන් ඔබට තවදුරටත් ලෝකයත් එක්ක තරඟයක් නෑ. හැමෝම සැනසේවා කියල තමයි හැමවෙලාවෙම හිතෙන්නේ. කාටවත් කිසිම හිංසාවක්වත් සිද්ධකරන්ඩ බෑ. ඒක ආර්ය වූ මෛත්‍රියක්. ආර්ය දැක්මත් එක්කම ඉබේටමයි ඇතිවෙන්නේ. ඊට සමාන්තරව කරුණාව, මුදිතාව, සහ උපේක්ෂාවත් නිරායාසයෙන්ම පිහිටනවා. තවදුරටත් එයාට ලෝකය තුල කිසිම බෙදීමක් නෑ. ලෝකයේ කිසිම කුලකයක නියෝජනයකුත් නෑ. සැබෑ ශ්‍රාවකත්වයේ ඇති අහිංසකත්වය වගේම ආශ්චර්යය ඒකයි පුතේ. එතන අව්‍යාපාද, අවිහිංසා, සංකල්ප දෙකයි ඇතිවෙන්නේ. ඒ සම්මාසංකප්ප.

ඒ වගේම, නොරැවටීම පිණිස හේතුවෙන, විදර්ශනාවටම බරවුන විතර්ක, මනසිකාර තමයි දැන් ස්වභාවයෙන්ම හිතේ

මතුවෙන්ඩ ගන්නේ. එකත් සම්මාසංකප්ප වලටමයි අයිති වෙන්නේ. *(මහා චත්තාරීසක සූත්‍රය, මජ්ඣිම නිකාය 3)*

ඇත්තටම මේවා වෙන වෙනම කතාකලාට සම්මාදිට්ඨි, සම්මාවායාම, සම්මාසති කියන මේ මාර්ග අංග තුනම, ආර්ය අෂ්ඨාංගික මාර්ගයේ සෑම අංගයක් එක්කම එකතුවෙලා ඒවාට අනුග්‍රහ කරමිනුයි තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ, සෑම අංගයක් තුළම ඒ අංග තුන, නිරන්තරයෙන්ම පිහිටලා තියෙනවා. මහා චත්තාරීසක සූත්‍රයේ, අනුපරිධාවන්ති අනුපරිවත්තන්ති කියන වචන වලින් අදහස් වෙන අර්ථය ඒකයි.

ඒ විතරක් නෙමෙයි. සම්මාවාචා සම්මාකම්මන්ත කියන දෙකත් සම්මාදිට්ඨිය එක්ක එකටමයි පිහිටන්නේ. **පුබ්බේව බො පනස්ස කායකම්මං වචීකම්මං සුපරිසුද්ධො හෝති.** *(මහාසළායතන සූත්‍රය, මජ්ඣිම නිකාය 3)*

කොහෙම වුනත්, සිතේ රැවටීම දන්නැති තාක් අපි සැපයක් උදෙසා බොරු කියනවා. කේලාම් කියනවා. පරුෂ වචන හිස් වචනත් කියනවා. හැබැයි දැන් කියයිද? නෑ. ඒ තමයි සම්මා වාචා. ඒ වගේම තමයි සැපයක් උදෙසා අනුන්ව ඝාතනය කරන්නේ, හොරකම් කරන්නේ, බොන්නේ, කාම මිත්‍යාචාර යේ යෙදෙන්නේ, හැබැයි දැන් ඒව කරයිද? නෑ. මේ අවබෝධය තුළ එවැනි දේ සිදුවෙන්ඩ ඉඩක් නෑ. පුරුද්දක් හැටියට පෙර පුරුදු මතු වුනත්, සිහියයි (Mindfulness) රැවටීමට ඇති ලැජ්ජා-බය (හිරි-ඔත්තප්ප) නිසත්, ඒ සඳහා පෙළඹෙන එක නම් අවමයි. බැරිවෙලා සිදුවුනත් වහ-වහා ඒක නිවැරදි කරගන්නවා. අපි

සාමාන්‍යයෙන් Mindfulness කියන්නේ අවධානයට, 'Focus' කියන එකට. ඒත් Mindfulness හෙවත් සතිය කෙළින්ම කෙළෙස් ප්‍රහාණයට හේතුවෙන ආර්ය වූ ඉන්ද්‍රියක්, බලයක්, ධර්මතාවයක් පුතේ. ඒක අවධානය කියන වචනය, ඉක්මවායන දෙයක්. අවධානය, අකුසලයටත් පොදුයි. මේ වෙනස හොඳට තේරුම්ගන්ඩ. සාමාන්‍යයෙන් හොරකම් කරන කෙනෙකුත් හොඳ අවධානයෙන්මයි ඒ දේ කරන්නේ. මාළුබාන කෙනෙකුත් එහෙමයි. හැමදේම සාර්ථකව කරගන්ඩ ඔය අවධානය අත්‍යවශ්‍යයි. ඒත් සතිය, කුසලයක්. ඔය කියන අවධානය කියන වචනය, ඉක්මවපු ඉන්ද්‍රියධර්මයක්, බලයක්.

ඇත්තටම, සම්මාදිට්ඨිය ඉපදුනහමයි තේරෙන්නේ අකුසල් කියන්නේ "දුකට" කියන නමක් කියල. ඉතිං දැන් ඔබ ඒ දුක්වලට අකැමති නිසා නොරැවටීමටමයි කැමතිවෙන්නේ. ඔය අකුසල් කියල කියන සියල්ලම, පොදුවේ රැවටීම නිසාම සකස්වෙන දේවල් නිසා තවදුරටත් කිසිම තේරුමක් නැති හිස් ප්‍රලාප ටිකක් හැටියටයි ඔබට ඒවා දැනෙන්නෙ. ඒ නිසා අකුසල් කරනවා කියන එක, ඔබට කොහෙත්ම අදාල නැති නිසා සියළු අකුසලයෙන්ම ඔබ මිදෙනවා පුතේ. ඒ නිසා ඔබේ හිත පීඩාවට පත්වෙන්නේ නෑ. හිත පීඩාවට පත්වීමයි පාපය කියන්නේ. ඒ නිසා සියළු පාපයන්ගෙන් ඔබ මිදෙනවා. **සබ්බ පාපස්ස අකරණං.** මේ විදිහට අකුසල් ප්‍රහාණය වෙද්දී ඔබ තුළ නූපන් කුසල් උපදිනවා. **කුසලස්ස උපසම්පදා.** ඒත්, කාමයන් වෙනුවෙන් ඔබතුල යම් මිලක් තිබුණත්, ඒකේ පැවැත්ම අල්පයි. සිහියෙත්, අවබෝධයෙත්, සංකලනයක් හැටියටයි සම්මාකම්මත්තය දැන් එයාතුළ වැඩෙන්නේ. පුරුද්ද, කලබලය වගේ දේවල්

නිසා අකුසල් සිත් ආවත් සම්මාදිට්ඨිය නිසා නිරායාසයෙන්ම ඇතිවෙන, ඇතුළත හඬ (Inner Voice) අනායාසයෙන්ම මතු වෙලා, ඔබව නිවැරදි කරාවි. ඔය විදිහට හිත, ටිකෙන් ටික පිරිසිඳු වෙන්ඩ ගන්නවා. **සචිත්ත පරියෝ දපනං.** ඒක තමයි පුතේ බුදුවරුන්ගේ අනුශාසනාව, **ඒතං බුද්ධානසාසනං.** ඔන්න ඕක තමයි ඉතිං, දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාර්ය සත්‍යය කියල කියන්නේ. නොරැවටීම තුළ සම්මාදිට්ඨී, සම්මාවායාම, සම්මාසති කියන මේ මාර්ගාංග තුනම තියෙනවා පුතේ. ඒ තුන තියෙනව නම් සම්මාසමාධිය තියෙනවා. පවතින සමාධි ස්වභාවයන් ගේ මූලික වර්ගීකරණයක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දක්වලා තියෙනවා. අන්න ඒක ගැනත් අපි දැනුවත්වෙලා ඉන්න එක හොඳයි පුතේ.

අංගුත්තර නිකායේ, සමාධිභාවනා සූත්‍රයේ, සමාධිභාවනා වර්ග හතරක් ගැන කියවෙනවා. පළවෙනි එක, මේ මොහොත තුළ සැපසේ ඉන්ට හේතුවෙන, (දිට්ඨධම්ම සුඛ විහරණයට හේතුවෙන) ධ්‍යාන හතර. හැබැයි ඊගාව මොහොතේ මේ ධ්‍යාන පිරිහෙන්ඩත් පුළුවන්. ඒකයි දිට්ඨධම්ම කියන වචනය එන්නේ. ඒව ලෞකික නිසා මෙළොවදී විතරයි විඳගන්ඩ අවස්ථාව ලැබෙන්නේ.

දෙවනි එක, දිබ්බචක්ඛු සඳහා හේතුවන ආලෝක සංඥාව. විඳිම්වල උදය-වය ආශ්‍රයෙන් සිදු කරන සති කියන සමාධි භාවනාව තමයි තුන්වෙනි එක. හතර වෙනි එක, සියළු ආශ්‍රවයන් ක්‍ෂය කිරීමට හේතුවන, පංචඋපාදානස්කන්දයේ අනිත්‍ය ගැන විමසන සමාධිභාවනාව. අපි සාමාන්‍යයෙන් අනිත්‍ය භාවනාව දාන්නේ විදර්ශනා කොටසට.

නිදහස්වෙලා යන්න මගෙ පුතේ

නර්මදා නදියේ වැලිකැට ගානට අතීත බුද්ධ ශාසන සියල්ලම අපිට අහිමි වුනත්
මේ ගෞතම බුද්ධ ශාසනය නම් තාම අපිට අහිමි වුනේ නෑ පුතේ

සාගර හතරක් එක රසයක්

මතකද, ඉරියව්වට සිහිය පිහිටුවා ගන්න කියලනේ මම අර මුලින්ම ඔබට කිව්වේ. ඒක තමයි කායානුපස්සනාව. ඉරියාපථපබ්බය. පස්සේ මම ඔබට පෙන්නුවේ ඔබ ඉන්න ඉරියව්ව තුළ තියෙන්නේ, උපේක්ෂාව කියල. ඇත්තටම ඔබ දන්නෑ ඔබ ඉන්න ඔය ඉරියව්ව තුළ තියෙන්නේ මොකක්ද කියලා. ඔහේ ඉන්නවා කියල තමයි ඕනෙම කෙනෙක් හිතාගෙන ඉන්නේ. ඒත්, එතන ඒ තියෙන්නේ පුතේ උපේක්ෂා කියන වේදනාව.

නමුත් හොඳට කරුණු විමසලා බලද්දී එකම ඉරියව්වක් තුළ. සැපයි, දුකයි කියල වේදනා දෙකක්ම හම්බවුනා. සැපයි කියල හිතපු හොඳම ඉරියව්වෙනුයි ඔබ වාඩි වුනේ. ඒත් හිත ආයෙත් කියනවා නෑ ඒක දුකක්, කකුල දික් කිරීමයි ඇත්තටම සැප කියලා. දැන් මොකද කරන්නේ? හිත එයාගේ ස්ථාවරය වෙනස් කරනවා. එකම ඉරියව්වක් තුළ, සැපකුයි, දුකකුයි, දෙකක්ම පෙන්නනවා.

දැන් බලන්ඩ, ඉස්සර වෙලා එතන තිබුනේ උපේක්ෂාව, දැන් තවදෙයක්. එතකොට වේදනාම තුනක්. කෝකද දැන් අපි එතකොට පිළිගන්නේ? එහෙනම් විඳීම හෙවත් වේදනාව තුළ තියෙන්නෙත් පුතේ මුලාවක්, රැවටීමක්. ඔය දේ තේරුම් අරගෙන, ඒ විදහට බලන එකට තමයි වේදනානුපස්සනාව කියන්නේ.

බලන්ඩ මේ හිත, සැපයි, දුකයි දෙක, පෙන්නලා මාව රවට්ටනවා. රැවටීම, කියන්නේ මුලාව. ඒ කියන්නේ

මෝහය. රවට්ටන්නේ කොහොමද? සැපයි, දුකයි දෙක පෙන්නලා. ඒ කියන්නේ ඇලීම්, ගැටීම්. (ලෝභ, ද්වේෂ) එහෙනම් දැන් ඔබ දන්නවා, සිතේ ස්වභාවය ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ, කියලා. එකම ඉරියව්වක් තුලයි ඔය තුනම තියෙන්නේ. එහෙනම් මෙතන මේ තියෙන්නේ රැවටීමක්. එහෙනම් රැවටීම දුකයි. ඇයි අපි රැවටුනේ? සිත වෙනස්වෙන නිසා. චපල නිසා. එහෙනම් වෙනස් වීමයි දුක. වෙනස් වීම කියන්නේ අනිත්‍යය. එහෙනම් අනිත්‍ය දුකයි. හිත වෙනස්වෙන එක අපිට නවත්තන්ඩ පුළුවන් ද? බෑ. අනාත්මයි. ඔබ එහෙනම් දැන් ඔය දැක්කේ මොකක් ද? ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ තුළ අනිත්‍ය දුක්ඛ, අනාත්ම කියන ත්‍රිලක්ෂණය. දැන් ඔය විදිහට වැඩෙන්නේ චිත්තානුපස්සනාව.

එහෙනම් බලන්ඩ, හිත වෙනස් වෙන්නෙ නැත්නම් එයාට පුළුවන්ද අපිව රවට්ටන්ඩ? බෑ. ඒ වගේම, මේ කයයි, ඉරියව්වයි, වෙනස් වෙන්නේ නැත්නම්, හිතට පුළුවන්ද එයාගේ ස්ථාවරය හිතෙන හිතෙන වෙලාවට වෙනස් කරල දැන් සැපයි, දැන් දුකයි, දැන් ඉරියව්ව වෙනස් කරන්ඩ කියල කියන්ඩ? බෑ. එහෙනම් ඔබ ඔය විදිහට වාඩි වුනේම මේ කය වෙනස් කරන්ඩ පුළුවන් වෙන නිසා. කය කියන්නේ රූපය. එහෙනම් ස්වභාවයෙන්ම මේ රූපය වෙනස් වෙන, (අනිත්‍ය වෙන) නිසාමයි හිතට පුළුවන් වෙන්නේ මේ සෙල්ලම දිගටම අපිත් එක්ක කරගෙන යන්ඩ. දැන් තේරුනාද හිතේ කතාව?

එහෙනම් රූපය වෙනස් වෙනවා කියන්නේ රූපය අනිත්‍යයි කියන එක. රූපය මේ විදිහට අනිත්‍ය වෙන නිසා තමයි

විඤ්ඤාණයට පුළුවන් වෙන්නේ සැප, දුක් කියන සංඥා දෙක පෙන්නලා මාව නැවතත් දුකට ඇදල දාන්ඩ. ඉතිං මේ විඤ්ඤාණය, වේදනා, සංඥා සංඛාර සහ චේතනාව තුළ බැහැගෙනයි ඉන්නේ. එහෙනම් ඒ වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන හතරම වෙනස් වෙනවා. අනිත්‍යයි. ඇයි? රූපය අනිත්‍ය වෙන නිසා.

දැන් අපි ඔය දැක්කේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන පංච උපාදානස්කන්ධයම අනිත්‍යවෙන නිසා, දුක ඇතිවෙන බවයි. **යද නිච්චං තං දුක්ඛං.** ඉතිං ඒ රූපයවත් වේදනාවවත්, මම කැමති විදිහට වෙනස් නොවී පවත්වා ගන්නට බෑ පුතේ. අන්න ඒකට තමයි අනාත්ම කියල කියන්නේ. **යං දුක්ඛා තදනත්තා.** ඔබ දැන් ඔය දැක්කේ පංච උපාදානස්ඛන්ධයම අනිත්‍යයි, දුකයි, අනාත්මයි කියල. ඒ තමයි ධම්මානුපස්සනාව.

එහෙනම් එකම ඉරියව්වක් තුළ සතර සතිපට්ඨානයම එකවර වැඩෙන හැටි තමයි දැන් ඔබ ඔය දැක්කේ. සතිපට්ඨානය කියන්නේ වෙන වෙනම වඩන්ට පුළුවන් දෙයක් නෙමෙයි. පිළිවෙලින් එකවර වැඩෙන දෙයක්. කොතනින් බැස්සත් හතරම වැඩෙනවා. ඒක නවත්තන්ඩ බෑ. අනික මේ සතිපට්ඨානයේ තියෙන විශේෂත්වය තමයි, ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ, ස්පර්ශ කරන්නැති එක. රැවටීම දකිද්දී සිතට පිහිටන්න තැනක් නැතුව යනවා. ඒ නිසා පංච උපාදානස්ඛන්ධයේ සකස්වීමක් වෙන්නෙත් නෑ. අන්න ඒක තමයි අපි හැමෝටම පිය උරුමයෙන් ලැබුන දායාදය. ඕක ගැනයි භාග්‍යවතුන්වහන්සේ අර සකුණග්ඝී සූත්‍රයේ කැට කිරිල්ලි ගේ උපමාවෙන් දේශනා කරන්නේ.

හිත මත නොපිහිටා අපි සතිපට්ඨානයේම හිටියොත් විතරයි, පිය උරුමයෙන් ලැබුණු ඒ දායාද අපිත් ලබාගත්ත වෙන්නෙ. මාර වසඟයෙනුත් නිදහස් වුනා වෙන්නේ.

හරිම පුදුමයි, භාග්‍යවතුන්වහන්සේ ගේ සම්මා සම්බුද්ධත්වයේ තියෙන විශිෂ්ඨත්වය. බලන්ඩ, ඒ එකම එක ඉරියව්ව තුළ ඔබ චතුරාර්ය සත්‍යයත් දැක්කා. සතර සතිපට්ඨානයත් දැක්කා. ආර්ය අෂ්ඨාංගික මාර්ගයත් දැක්කා. ත්‍රිලක්ෂණයත් දැක්කා. පංච උපාදානස්ඛන්ධයත් දැක්කා. සියළු ලෝකත් දැක්කා. අතීත ජීවිතත් දැක්කා. අනාගත ජීවිතත් දැක්කා. ඉන්‍ද්‍රියධර්ම, බලධර්මත් දැක්කා. කොටින්ම සප්තබොජ්ඣංගත් දැක්කා.

තවත් මොනවද ඉතිං දකින්න තියෙන්නේ... ?

කේනනු බෝ භන්තේ ලෝකෝ නීයති කේන පරිකිස්සති
කස්සච උපපන්නස්ස වසං ගච්ඡතී ති

ස්වාමිනී, මේ ලෝකය පිහිටා ඇත්තේ කුමක් මතද? ලෝකය ඇදගෙන යන්නේ කුමකින්ද? ඉපදුනාවූ කුමක වසඟයකටද මේ ලෝකය ගමන් කරන්නේ ?

චිත්තේන බෝ භික්ඛු ලෝකෝ නීයති චිත්තේන පරික්ස්සති
චිත්තස්ස උප්පන්නස්ස වසං ගච්ඡති ති

භික්ෂුව, මේ ලෝකය පිහිටා ඇත්තේ සිත මතයි. ලෝකය ඇදගෙන යන්නේ ද සිතමයි. ඉපදුනාවූ සිතෙහි වසඟයටයි මේ ලෝකය ගමන් කරන්නේ.

(බහුස්සුත සූත්‍රය, අංගුත්තර නිකාය 2)

දෑස නොපෙනුනත් මගේ

ඔන්න දැන් එක අන්ධ මනුස්සයෙක් ඉන්නවා. එයාගෙ ඇහැ පේන්නෙ නැති නිසා එයා හරි දුකෙන් ඉන්නෙ. එතකොට දැන් ඇහැ පේන්නැති එක එයාට දුකක් වෙන්නෙ ඇයි? ඇහැ පේනවනම් සැපයි කියල හිතන නිසා නේද? ඇත්තටම සැපයි කියල හිතන ඒ සංකල්පයට, කැමැත්තට, ඇලුන නිසා. එහෙනම් දැන් ඇහැ පේන එක සැපයි කියන්නේ කවුද? හිත. පේන්නැති එක දුකයි කියන්නෙත් කවුද? හිතමයි. එහෙනම් මේක ඇහේ ප්‍රශ්ණයක් ද? නෑ. හිතේ ප්‍රශ්ණයක්.

එතකොට කවුද අපිව දුකට පොළඹවන්නේ? හිතමයි. ස්වභාවයෙන්ම අපි දුකට අකමැති නිසා "හිත" හැම වෙලාවෙම සැපයක් හරහාම තමයි අපිව ඒ විදිහට දුකකට ඇදල දාන්නේ. මේ දේ නොදන්නතාක් අපි මොනතරම් අසරණද කියල පේනව නේද? මුළු ලෝකෙම මේ විදිහට මේ හිත ඉදිරියේ අසරණ වෙලා පුතේ.

අංගුත්තර නිකාය දෙකේ, බුහුස්සුත සූත්‍රයේ, එක්තරා භික්ෂුවක්, භාග්‍යවතුන්වහන්සේගෙන් අහනවා, ස්වාමිනී, මේ ලෝකය පිහිටල තියෙන්නේ කුමක් මතද? ලෝකය ඇදගෙන යන්නේ කුමකින්ද? කුමක වසඟයටද මේ ලෝකය ගමන් කරන්නේ? කියල හරිම ගාම්භීර ප්‍රශ්ණ තුනක් අහනවා. ඉතිං ඒ ප්‍රශ්ණ තුනටම උත්තරය වුනේ "සිත". දැන් එහෙනම්, අර අන්ධ මනුස්සයා දුකෙන් ඉන්නේ ඇහැ පේන්නැති නිසා නෙමෙයි. හිත එයාව රවට්ටපු නිසා. කොහොමද රැවැට්ටුවේ? පේන එක සැපයි කියලා. ඉතිං

ඇත්තටම එහෙනම් පේන එක සැපයක් වෙන්ඩ එපායැ. දුකක් වෙන්ඩ බෑ නේද? එහෙනම්, ඇත්තමට පේන එක සැපයක් ද? දැන් ඔබ අකැමති කෙනෙක්ව පෙනුනොත් ඔබට මොකද වෙන්නේ? ගැටෙනවා. ආ.... දැන් එහෙනම් පේන එකත් දුකක් වෙලා. හොඳයි ඇයි දැන් ඔබ ගැටුනේ? එයාව දකින්න අකමැති නිසා. ඇයි දකින්න අකමැති? ඔබේ කැමැත්තට (ඡන්දරාගයට) ඇලුන නිසා. මොන කැමැත්තටද? එයාව නොදැකීමට ඇති කැමැත්තට. ඒක කොහෙද ඇති වුනේ? හිතේ. එහෙනම් ඒක පෙනීමේ ප්‍රශ්ණයක් ද? නෑ. හිතේ ප්‍රශ්ණයක්.

ඕක කියද්දී මතක් වෙනවා මජ්ඣිම නිකාය තුනේ, මහාපුණ්ණම සූත්‍රය. එක්තරා භික්ෂූන්වහන්සේ නමක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේත් එක්ක හරිම ගාම්භීර සංවාදයක යෙදෙනවා. ස්වාමිනී, කුමක් මුල් කරගෙනද පංච උපාදානස්ඛන්ධය පවතින්නේ කියල? භික්ෂුව, කැමැත්ත හෙවත් ඡන්දරාගය මුල්කරගෙනයි. එතකොට ස්වාමිනී, ඔය පංච උපාදානස්ඛන්ධයමද උපාදාන වෙන්නෙ නැත්නම් බාහිර දෙයක්ද? භික්ෂුව, ඔතනදී උපාදාන වෙන්නේ පංච උපාදානස්ඛන්ධයවත්, ඒකෙන් බාහිර දෙයක්වත් නෙමෙයි, පංච උපාදානස්ඛන්ධය කෙරෙහි යමෙක් තුළ ඇතිවෙන කැමැත්තයි (ඡන්දරාගයයි) උපාදාන වෙන්නෙ.

"**යො ඛො භික්ඛු, පඤ්චුපාදාන ක්ඛන්ධෙසු ඡන්දරාගො,**
තං තත්ථ උපාදානන්ති."

පෙනීම සැපයි කියන කැමැත්තට ඇලිච්ච නිසා අන්ධයා දුකේ. අර තරහකාරයව නොදැකීමට ඇති කැමැත්තට ඇලිච්ච නිසා ඔබ දුකේ. දෙකම කැමැත්ත.

එහෙනම් ඒ ඇලීමයි ගැටීමයි දෙකම ඇති වුනේ කැමැත්තට ඇලීම නිසා. ඒ ඇලීම හරහා නොදැනුවත්වම අපි අහුවෙලා තියෙන්නෙ හිතේ රැවටීමට.

දැන් ආපහු අපි ඇහේ කතාවට යමු. දැන් අර, ''පේන ඇහැ'' දුකක් උනේ පෙනීම නිසාද? නෑ. හිත රවට්ටපු නිසා. එතකොට පේන්නැති ඇහැ දුකක් වුනෙත්, පේන්නැති නිසාද? නෑ. හිත රවට්ටපු නිසා. දැක්කද? ඇහැ පෙනුනත් දුකක්, නැතත් දුකක්. අන්න ඒකයි, ''මහණෙනි, ඔය ඇහැ පත්තුවෙනවා, ගිණි අරගෙන තියෙන්නේ,'' කියල දේශනා කළේ. හැබැයි, ඒ පේන "ඇහැ" හෝ පේන්නැති "ඇහැ" දුකක් වුනේ "ඇහැ" නිසානම් නෙමෙයි පුතේ. හිත නිසයි. හිතේ රැවටීම නිසයි.

ඉතිං අර අහිංසක අන්ධයා දැනගෙන හිටියනම් මේක මේ ඇහේ ප්‍රශ්ණයක් නෙමෙයි හිතේ ප්‍රශ්ණයක් කියල, එයාට දුකක් තියෙයිද? නෑ. කොටින්ම තව දුරටත් එයා රැවටීම තුළ නෑ. රැවටීම තුල නැත්නම් දුක තුළ නෑ. එතකොට අර ඇහේ ඇවිලුන ගින්න ඔය අවබෝධයත් එක්කම නිවිල යනවා. එතන තියෙන්නේ නිවීමක්, සංසිඳීමක්.

ඉතිං ඒ සංසිඳීමේ සැපය පිහිටල තියෙන්නේ, නොරැවටීම තුලයි. ඒ නිසා ඒක, ඇහැ තුළවත්, බාහිර රූපය තුළවත්, හිත හෙවත් විඥ්ඥාණය තුළවත් පිහිටපු සැපයක් නෙමෙයි පුතේ. ඒක ඒ කිසිම දෙයක් මත පිහිටල නෑ. ඒ සියල්ල ඉක්මවලයි තියෙන්නේ. දැන් ඉතිං ඇහැ එයාට මොනව කරන්ඩද? දැන් ඇහැ තිබුනත් එකයි, නැතත් එකයි. එයා ඇහැ ඉක්මවලා ඉන්නේ.

ඉතිං ඇහැ තියෙද්දිම ඇහැ නිරුද්ධ කරන්නේ ඔන්න ඔය විදිහටයි පුතේ. එහෙනම් ස්වභාවයෙන්ම මේ හිත සකස් වෙලා තියෙන්නෙම අපිට දුකක් දෙන්නමයි. හැබැයි, ඒක අපි කලින්ම දන්නව නම්, එක්කෝ ඒ මොහොතෙම හරි දැක ගත්තොත් තවත් මේ වංචාකාරී හිතට පුළුවන්ද අපිව රවට්ටන්න? බෑ. රැවැට්ටුවත් අඩුගානේ අපි දන්නවා ප්‍රශ්නේ තියෙන්නේ කොහෙද කියලා.

යම් මොහොතක ඔබ “හිත” රවට්ටන බව දැක්කොත් ඒ මොහෙතේ ඔබ රැවටීම තුල නෑ. රැවටීම තුල නැත්නම් දුක තුළත් නෑ. ඒ කියන්නේ ඔබ හිත පිළිගන්නෑ. හිත මත පිහිටල නෑ. එහෙනම් විඤ්ඤාණය තුලත් නෑ. විඤ්ඤාණය තුළ නැත්නම් ඇහැ තුලත් නෑ. ඇහැ තුළ නැත්නම්, ඇහේ ස්පර්ශය තුලත් නෑ. ස්පර්ශය තුලත් නැත්නම්, බාහිර රූපය තුලත් නෑ. එතකොට ඔබ ඇහැ, කන, නාසය, දිව, ශරීරය හා මන, කියන අධ්‍යාත්මික ආයතන හය තුලම පිහිටන්නෙ නෑ.

ඒ ආයතන නිරුද්ධ වෙන ආකාරය ඔබට දැන් පැහැදිලියි. එතකොට ඒ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, පහස හා අරමුණු කියන බාහිර ආයතන කිසිම දෙයක් තවදුරටත් අපිට අදාල නෑ. ඇයි ඉතිං මේක රූපයේ ප්‍රශ්නයක් නෙමෙයි කියලා හොඳටම අපි දන්නවනේ. ඒ නිසා දැන් ඒවා කෙරෙහි තිබුණ ඡන්දරාගයත් නිරුද්ධවේගෙන යන හැටි ඔබ අත්දකිනවා.

කොටින්ම දැන් ඔබ රැවටීම තුල නැති නිසා ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ, තුලත් නෑ. ඒ කියන්නේ දැන් තන්හාවට බැහැගන්ඩ

ක්‍රමයක් නෑ. එතකොට උපාදාන වෙන්ට, දෙයක් නෑ. සතිපට්ඨානය තුල, විපාක පිණිස කර්ම (භවය) සකස් වෙන්නෙ නැති නිසා ටිකෙන් ටික නිදහස් වෙන පැත්තටම තමයි එතකොට ඇදෙන්නේ. ඔය අවස්ථාව වෙනකොට සංස්කාර ගැන කළ කලකිරීමක්මයි ඇති වෙන්නේ. මොන වෙහෙසක්ද, මොන විකාරයක්ද, මෙහෙම රැවටෙමින් යන එක කියල හිතෙනවා. ඒ වගේම, මේ ශරීරයේ සකස්වෙලා තියෙන හැමදේම තියෙන්නෙ මම වෙනුවෙන් නෙමෙයි, මේ මායාකාරී හිත වෙනුවෙන්මයි නේද කියලා දැනෙද්දී ප්‍රථම වතාවට ඔබට සංසාරෙ ගැන හති වැටෙන්ඩ ගන්නව පුතේ.

දැන් හිත හෙවත් විඤ්ඤාණයේ ඇති යථා ස්වභාවය අපිට අහුවෙලා තියෙන්නෙ. අන්න ඒ, අවබෝධය තුලයි අපි දැන් ඉන්නේ. ඒක තමයි සම්මාදිට්ඨිය. දැන් ඉතින් දිගටම ඒ ආර්ය දැක්මත් එක්ක මනාව ගැලපිලා යන සිතුවිලමයි ඉස්සරහටත් ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. ඔය ස්වභාවය, ප්‍රඥාව, ප්‍රඥාඉන්ද්‍රිය, ප්‍රඥාබලය, ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය කියලත් හඳුන්වන බව මජ්ඣිම නිකාය 3 මාහාචත්තාරීසක සූත්‍රයේ ආර්යවූ, ආශ්‍රව රහිතවූ, ලෝකෝත්තර සම්මාදිට්ඨිය විග්‍රහකරන තැන සඳහන් වෙනව.

යා බෝ, භික්ඛවේ, අරියචිත්තස්ස අනාසවචිත්තස්ස අරියමගගසමඞ්ගිනො අරියමග්ගං භාවයතෝ පඤ්ඤා පඤ්ඤින්ද්‍රියං පඤ්ඤාබලං ධමමවිචය සම්බොජ්ඣංගො සම්මාදිට්ඨි අරියා අනාසවා ලෝකුත්තරා මග්ගඞ්ගා

එහෙනම්, මේ අවබෝධයට පත්වෙද්දී දැන් එයා තව දුරටත් රැවටීම තුළ නෑ. ඇහැ තුලත් නෑ. බාහිර රූපය තුලත් නෑ. විඤ්ඤාණය තුළත් නෑ. අතීතයෙත් නෑ. අනාගතයේත්

නෑ. එහෙනම් කොහෙද දැන් ඉන්නේ? සම්මාදිට්ඨිය තුළ. සම්මාදිට්ඨිය පිහිටල තියෙන්නේ පුතේ සතිපට්ඨානය තුල. ඒ සතිපට්ඨානය කෙලින්ම විමුක්තිය හෙවත් නිදහස්වීම ඉලක්ක කරගෙනයි පවතින්නේ. දැක්කොත් දැක්කා පමණයි කියල බාහිය දාරුචීරියට දේශනා කලේ ඔන්න ඕකයි.

දැන් ඔබට රහතන් වහන්සේ ගේ ස්වභාවය ගැන යම් ඉවක් තියෙනවා. අංගුත්තර නිකායේ ඡක්ක නිපාතයේ මජ්ඣෙ සූත්‍රයේ “මැද නොතැවරීම” කියල කියන්නේ නොරැවටීම, නොමුලාව, අවබෝධය, සම්මාදිට්ඨිය, සතිපට්ඨානය, කියල මම දැන් ඔය විස්තර කරපු දේවල් වලටමයි.

ඉතිං ඇහැ තියෙද්දීම ඇහැ නිරුද්ධ කරන්නේ ඔහොමයි පුතේ. ඇස ඉක්මවල දහම් ඇස උපදව ගන්නෙත් ඔය විදිහටමයි. සියල්ල ප්‍රඥාවෙන් අතික්‍රමණය කරන්නේ ඔහොම යි.

දැන් ඉතිං ඔය අවබෝධයේ (සම්මාදිට්ඨියේ) පිහිටලා, සංස්කාර ගැන කළකිරෙන විදිහට හිතේ රැවටීම තුළින් මතුවෙන සංඥාව ස්ඛන්ධ භාවනාවටත්, ධාතු මනසිකාරයටත් ගලපන්ඩ. අසුභය, මරණානුස්සතිය වඩන එක නිතර පුරුද්දක් කරගන්ඩ. ආහාරයේ පටික්කූල සංඥාවත් එක්ක හැම දේකටම ප්‍රත්‍යවේක්ෂාව අඛන්ඩව ආදේශ කරගන්ඩ. මෛත්‍රිය හා බුද්ධානුස්සතිය හදවතට දැනෙන විදිහටම වඩන්න.

ඔය විදිහට ඔය මනසිකාරයන් හරහා කුසල සංඥාවල්ම නිරතුරුවම වඩවන්ට උත්සහ කරන්ඩ.

සොයා පිළිසරණක්

රැවටීම කියන්නේ මෝහය. හිත ඔබව රවට්ටන බව, ඒ කියන්නේ හිත අනිත්‍ය වෙන බව නොදන්නා එකයි අවිද්‍යාව. එහෙනම් හිත ඔබව රවට්ටනවා කියල දැක්කොත් ඔබ, අවිද්‍යාව තුළ නෑ. අවිද්‍යාව තුළ නැත්නම් මෝහය තුළ නෑ. මෝහය තුළ නැත්නම් දුක තුළ නෑ. දැන් එහෙනම් ඔබ ඇලීම තුළ ඉන්නවද? නෑ. එහෙනම් ගැටීම තුළ? ඒත් නෑ. මුලාව, මෝහය තුළත් නෑ. ඒ කියන්නෙ අවිද්‍යාව නිරුද්ධ වේද්දී, ලෝභ, ද්වේෂ මෝහ කියන අකුසල් මූලයන්, මුල් කරගෙන සකස්වෙන කාය, වචී, චිත්ත කියන සංස්කාර නිරුද්ධ වෙනවා. කලිනුත් මේ ගැන කතා කළා. ඒත් දැන් අපි මේ කතා කරන්නේ පටිච්ඡසමුප්පාදය ගැනයි.

ඒ නිසා, ආපහු අපි මේ හිතේ කතාව මතක් කරගම්මු. එහෙනම් හිත මාව රවට්ටන බව දකිද්දී, හිත හෙවත් විඤ්ඤාණය තුළ තවදුරටත් ඔබ ඉන්නවද? නෑ. එහෙනම්, විඤ්ඤාණය මම හෝ මගේ කියල ගන්ඩ පුළුවන්ද? බෑ. එතන තියෙන්නේ ඇලීම් ගැටීම් මුලාවීම්. හිත මාව රවට්ටන්නේ එයාගේ ස්ථාවරය වෙනස් කරල. සැපයක් පෙන්නල දුකක් දෙනවා. වචනය වෙනස් කරනවා. ඒ නිසයි අපි රැවටෙන්නේ. එහෙනම් වෙනස්වීමයි දුක. වෙනස්වීම කියන්නේ අනිත්‍යට. එහෙනම් අනිත්‍ය දුකයි. වෙනස්වෙන එක අපිට නවත්තන්න බෑ. අනාත්මයි. මෙන්න මේක මේ විදිහට අවබෝධ කර ගත්තොත් පුතේ, සදහටම අපිට මුලාවෙන් නිදහස්වෙන්ඩ පුළුවන්.

දැන් එහෙනම් ඔබ දන්නවා විඤ්ඥාණය අනිත්‍යයි, දුකයි අනාත්මයි කියලා. ඉතිං ඔය විදිහට ඇතිවෙන ඒ අවබෝධයත් එක්ක මේ මොහොත තුල ඇලීම්, ගැටීම්, මුලාවීම් තුළ, ඔබ පිහිටල නෑ. එහෙම නම් ඔබ විඤ්ඤාණය තුළත් නෑ. විඤ්ඤාණය ඉක්මවල ඉන්නේ. ඔය විදිහට සංස්කාර නිරොධයෙන් විඤ්ඤාණයත් නිරුද්ධ වෙනවා.

දැන් එතකොට හිත මාව රවට්ටනවා කියල දකිද්දී, ඔබ ඇහැ කියන රූපය හෝ බාහිර රූපය තුළ නෑ. ඇහැයි, රූපයයි විඤ්ඤාණය තුළයි නැත්නම්, ස්පර්ෂය තුළත් නෑ. එහෙනම් ස්පර්ෂයෙන් ඇති වෙන විදීම, හඳුනාගැනීම හා චේතනාව තුළත් ඔබ නෑ. එතකොට විඤ්ඤාණය නිසා ඇතිවෙන මනසිකාරය තුළ පිහිටන්ඩත් බෑ. ඇයි? විඤ්ඤාණය නිරුද්ධ වෙද්දී ඒ නිසා හටගන්නා මනසිකාරයට පවතින්නට විදිහක් නැනේ. ඔය විදිහට බලද්දී, නාමරූප තමයි මේ නිරුද්ධ වෙන්නේ. එහෙනම් රූපයත්, ඵස්ස, වේදනා, සංඥා, චේතනා, මනසිකාර කියන නාමධර්ම පහත්, විඤ්ඤාණයත් එක්කම නිරුද්ධ වෙලා යනවා.

ඔබ දන්නවා, අපි කලිනුත් කථාකලා, ඔබ රැවටීම තුළ නැත්නම් ඇහැතුළ නෑ කියලා. මතකද? ඒ කියන්නේ එතකොට ආයතන වලට පැවැත්මක් නෑ. අන්න ඒ විදිහට නාමරූප නිරුද්ධ වෙද්දී සළයතන නිරුද්ධ වෙනවා. ඇහැතුළ ඔබ නැත්නම්, ඔබ බාහිර රූපය තුළත් නෑ. ඇත්තටම බාහිර රූපය තුළ සැප කියල හෝ දුක කියල හෝ දෙයක් නැති බව දැන් අපි හොඳටම දන්නවා.

දැන් එහෙනම් බාහිර රූපය තව දුරටත් අපිට අදාල වෙන්නේ නෑ. බාහිර රූපය කියද්දිම ස්පර්ෂයයි එතන මතුවෙන්නේ.

බාහිර රූපය අදාල නැත්නම් ස්පර්ෂයේ සමුදයවීමකුත් නෑ. හට ගැනීමකුත් නෑ. එතකොට ඒකට පැවැත්මක් නැතුව යනවා. "ස්පර්ෂය" හෝ "ස්පර්ෂයේ හටගැනීම" (ඵස්ස සමුදය) කියන අන්ත දෙකේම ඔබ නැත්නම්, දැන් ඔබ ඉන්නේ මැද. එතන මුලාව හෙවත් මෝහය නැති නිසා ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ සකසවීමකුත් නෑ. එහෙනම් දැන් තණ්හාවට සකස් වෙන්ඩ ඉඩක් නෑ. අන්න එතන ස්පර්ෂය නිරුද්ධ වෙනවා. මෙත්තෙයය ප්‍රශ්නයේ දී භාගයවතුන් වහන්සේ ඕක ලස්සනට පැහැදිලි කරනවා. දැන් එහෙනම් ඔබ ඔය දැක්කේ සළයතන නිරුද්ධ වෙනකොට ස්පර්ෂය නිරුද්ධ වෙන හැටි.

ඇලීම්, ගැටීම් කියන්නේ සැප, දුක් කියන වේදනා දෙකට. මුලාව තුළ තියෙන්නේ උපේක්ෂා වේදනාව. මේ රැවටීම තියෙනතාක් තමයි හිතට පුළුවන් වෙන්නේ අපිට මේ සැපයි, දුකයි දෙක පෙන්නන්න. රැවටීම අවබෝධ වෙද්දී සැප, දුක් කියන වේදනා වලට පිහිටන්ඩ බෑ. එතකොට ස්පර්ෂය නිරුද්ධ වෙනවා. ඒ නිසා ස්පර්ෂය නිසා උපදින වේදනාවත් නිරුද්ධ වෙනවාම යි පුතේ...

සැප, දුක්, උපේක්ෂා කියන විඳීම් තුළ සකස් වෙන්නේ ඇලීම්, ගැටීම්, මුලාවීම්, කියන ක්‍රියාවල් තුනයි. ඒ කියන්නේ ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ. දුක ඇති වෙන්නේ සැපයකට ඇලෙන නිසා. සැපයකට ඇලෙන්නේ හිත මට

සැපයක් පෙන්නමින්, දෙන්නේ දුකක් බව නොදන්නා නිසා. එහෙනම් මේ හේතුඵල. මේ තුනටම කියන පොදු නාමය තමයි තණ්හාව.

ඉතිං වේදනාව නිරුද්ධවෙද්දී තණ්හාව නිරුද්ධවෙනවා. එතකොට හිතට පිහිටන්ඩ තැනක් නැතුව යනවා. එතකොට අපි අවබෝධය තුළයි ඉන්නේ. එතන, උපාදාන වෙන්ඩ දෙයක්නෑ. එහෙනම් විපාක පිනිස කර්ම සකස් වීමක් නැති නිසා භව නිරෝධය සිද්ධවෙනවා. කොහොමත් එතකොට ජාති, ජරා, ව්‍යාදි, මරණ, සියල්ල නිරුද්ධ වෙනවා. ඒ විදිහට සියළු දුක්ඛ දෝමනස්සයන් ගේ නිමාව සිද්ධවෙනවා. ඔන්න ඔය විදහටයි පුතේ නොරැවටීම තුළ, පටිච්ඡසමුප්පාදය නිරුද්ධ වෙන්නේ.

සසරක් පුරාවට හැංගිලා තිබුන "නොරැවටීම" කියන, ඒ සොඳුරු රහස ඔබ අත්දකින, ඒ එකම-එක මොහොත තුළ සමස්ථ පටිච්ඡ සමුප්පාදයම මොහොතකට බිඳවැටෙන හැටි ඔබ, දැන් ඔබ තුළින්ම දකිනවා. ඉතිං "රැවටීම" මත එක ක්ෂණයක් තුළ දුක සකස්වෙන හැටිත් දැක්කා. එකම එක ක්ෂණයක් තුළ ඇති වෙන අවබෝධයක් මත ඒ දුක්රැස නිරුද්ධවෙන හැටිත් දැක්කා. ඒක ප්‍රත්‍යක්ෂයක්. ඒ ප්‍රත්‍යක්ෂ අවබෝධය නැවත වෙනස්වෙන්නේ නම් නෑ පුතේ.

ඉතිං, ඔය දේ යම් කෙනෙක් තමන්ගේ ප්‍රඥාවෙන්ම ඔය විදිහට දැක්කොත් එයා ආර්යවූ සත්පුරුෂ භූමියේ පිහිටනවා. **ඔක්කන්තෝ සම්මත්ත නියාමං සප්පුරිස භූමිං.** ඒ වගේම පෘථග්ජන භූමිය ඉක්මවා යනවා. **ඔක්කන්තෝ වීතිවත්තෝ පුතුජ්ජන භූමිං.** ඒ පුද්ගලයා ආර්යන් වහන්සේ නමක්. එහෙනම් ඔබ

පටිච්ඡයසමුප්පාදය දැක්කොත්, ධර්මය දැක්කා. ධර්මය දැක්කොත්, භාගයවතුන් වහන්සේවත් දැක්කා. එහෙනම් පුතේ, ඔබට පටිච්ඡසමුප්පාදය සකස්වෙන්නේ දැන්, මේ මොහොතේ. ඒක නිරුද්ධකරන්ඩ තියෙන්නෙත් දැන්, මේ මොහොතේ, මේ ක්‍ෂනයේම යි.

ඒ නිසා සද්ධර්මය කියන්නේ මේ මොහොතේ සන්දිට්ඨිකවම අවබෝධ කළයුතු දෙයක්. නොරැවටීම හෙවත් අවබෝධය තුළ ඒ ක්‍ෂණය, සම්පතක් වෙනවා. ඒක ක්‍ෂණ සම්පත්තිය. දැන් ඔබ බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ කියන තුණුරුවන්ව යි ඔතන ඔය විදිහට දැන් දැක ගත්තේ පුතේ.

මජ්ඣිම නිකාය2, මාගන්ධිය සූත්‍රයේ, හිතේ ඇති මේ රැවටිලිකාරී, වංචාකාරී ස්වභාවයන් ගැන අන්ධ මනුස්සයෙක්ගේ උපමාවක් හරහා හරිම වටිනා විග්‍රහයක් කෙරෙනවා. **අපිච තේ ඒවමස්ස දීඝරත්තං, වතභෝ අහං ඉමිනා චිත්තේන නිකතෝ, වඤ්චිතෝ, පලුද්ධෝ** (මේ හිත මාව සංසාරේ බොහෝ කාලයක් තිස්සේ රවට්ටල වංචා කරලයි තියෙන්නේ, සැපයක් පෙන්නල මහා දුකකටයි මෙයා මාව පොළඹවලා තියෙන්නේ) **අමිත්තතෝපි දහයෙය පච්චිත්තක තෝපි දයෙයය.** (මෙයා මට මේ හතුරු කමක්, විරුද්ධ කමක් මේ කරල තියෙන්නේ) **අපිච ජීවිතා වෝරෝපේතබ්බං මඤ්ඤෙදයය.** (මෙයා නම්, තියන්ඩ වටින්නෑ) ඒ වගේ ඔබව රවට්ටන හිත ගැනත් ඉතිං හිතන්ඩ තියෙන්නේ ඒ විදිහටම තමයි. ඇත්තටම පුතේ, එකම එක සැරයක් විතරයි මේ හිතේ ඇති ඔය, රැවටිලිකාර, වංචාකාරී ස්වභාවය අවබෝධ කරගන්ඩ තියෙන්නේ. ඊට පස්සේ ඉතිං හොඳ අවධානයකින්, දිගටම සිහියත්, යෝනිසෝ මනසිකාරයත් පවත්වගන්ඩ වීරිය කරන

එකයි කරන්ඩ තියෙන්නේ. ඉතිං ඒ සූත්‍රයේ ඊගාවට, කියල තියෙනවා. **තස්ස තේ චක්ඛුපපාදා යෝ පඤ්චූපාදානක්ඛන්ධෙසු ඡන්දරාගො සො පහීයේථ** "යම් කෙනෙක් යම් මොහොතකදී හිතේ ඇති මේ වංචාකාරි ස්වභාවය අවබෝධ කරගත්තොත්, දැක ගත්තොත්, ඒ මොහොතේම ඒ අන්ධභාවයෙන් එයා, සදහටම මිදෙනවා. (සම්මාදිට්ඨිය ඇතිවෙනවා) ඒ සම්මාදිට්ඨිය නිසා, පංච උපාදානස්ඛන්ධය ගැන ඇති ඡන්දරාගයත්, එයාට නැති වෙලා යනවා."

ඔය විදිහට ඔය අවබෝධය කාටහරි ඇතිවෙනව නම්, ඒ විදිහට ඒ පිළිසිඳ ගත්තේ රහතන්වහන්සේ කෙනෙක් ගේ කළලයයි. ඒ කළලය, කවදාවත් ගබ්සා වෙන්නේ නෑ. එයා අනිවාර්යෙන්ම උපදිනවා. හැබැයි, ඒ රහතන් වහන්සේ කෙනෙක් වෙලා .

බිත්තාවතානුබෝ භන්තේ සුතවා නිබ්බේධික පඤ්ඤෙො හෝති

ස්වාමිනී, ශ්‍රැතවත් තියුණු අවබෝධයකින් යුතු ප්‍රඥාවන්තයා යැයි කියන්නේ කොපමනකින් ද?

ඉධ දුක්ඛන්ති සමුදයන්ති නිරෝධන්ති මග්ගන්ති සුතං හෝති පඤ්ඤාය තස්ස අත්ථං අතිවිජ්ජ පස්සති

භික්ෂුව, මෙයයි දුක, දුකට හේතුව, නිදහස්වීම හා මාර්ගය යැයි අසා ඇති පරිදිම, තම නුවණින්ද, ප්‍රත්‍යක්ෂකොට විනිවිද දකීනම්, හෙතෙම ශ්‍රැතවත්, තියුණු අවබෝධයක් ඇති ප්‍රඥාවන්තයා වේ.

(අංගුත්තර නිකායේ 2, බහුස්සුත සූත්‍රය)

සදාකාලික රැකවරණය අභියස......

දැන් බලන්ඩ... ඕනෙම කෙනෙකුට ඇවිල්ල බලන්ඩ කියල වාඩි කරවලා මේ දහම පෙන්නන්ඩ බැරිද? එකම ඉරියව්වක් තුළ ඔය සියල්ලම පෙන්නන්ඩ පුළුවන්. එහෙනම් මේ දහම ඒකාන්තයෙන්ම **ඒහිපස්සිකයි** කියලයි ඔබ ඔය කියන්නේ. එකම එක ඉරියව්වක් තුළ පෙන්වන්න පුළුවන් දහමක් නම් මේ ධර්මය, මනාකොට දේශනා කරපු දෙයක්ද? නැද්ද? එහෙනම්, **ස්වාක්ඛාතයි.** මේ මොහොතේම දකියහැකි දෙයක්. **සන්දිට්ඨිකයි**. ඕනෑම වෙලාවක ගලපගන්ඩ පුළුවන් දෙයක්, **අකාලිකයි**. හිත අපිව රවට්ටන එක තමා තුළින්ම දැක්කොත් තමයි ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙන්නෙ, **ඕපනයිකයි.** තම-තමන්ගේ ප්‍රඥා මට්ටම් තුළින් හිතේ ඇති රැවටීමේ ස්වභාවය ගැන අවබෝධ වෙනකොට, කෙනෙක් සෝවාන්, තවත් කෙනෙක් සකදාගාමී, **පච්චත්තං වේදිතබ්බෝ විඤ්ඤූහි.** ධර්මයේ ගුණ සියල්ලම තමා තුළින්මයි ඔය විදිහට දැන් ඔය දැක ගත්තේ.

තමන් තුළින් මේ විදිහට ධර්මයේ ගුණ සියල්ල අවබෝධයෙන්ම දකිද්දී, ඒ ධර්ම රත්නය තමන් හදවතින්ම සරණ කරගෙන ඉවරයි. දැන් එයා ධර්මය දකින්නේ, තමන්ගෙන් බාහිර දෙයක් හැටියට නෙමෙයි. ඒකයි පුතේ සැබෑ සරණ. **ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි.**

හිතේ රැවටීම අවබෝධ වෙද්දී සියල්ල අවබෝධ වෙනහැටි අපි දැන් දැක්කා. මේ ආශ්චර්යමත් ශාසනය පිහිටවපු ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඒකාන්තයෙන්ම සම්මා සම්බුද්ධයි පුතේ. ඒකාන්තයෙන්ම සම්මා සම්බුද්ධයි.

ඒ උතුම් වූ බුද්ධරත්නයට නමස්කාර වේවා! **බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි...** දැන් ඉතිං ඔබට කිසිම සැකයක් නෑ. අතීතයේ කෙනෙක් ධම්මානුසාරී වෙලා සෝවාන් වුනා නම්, ඒ සොවාන් වුනෙත් මේ හිතේ රැවටීම, (විඤ්ඤාණයේ මායාකාරි ස්වභාවය) ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ තුළින් අවබෝධ කරලමයි කියලා. අනාගතයේ හෝ වර්තමානයෙත් එහෙමමයි කියලා, දැන් එයා ඒක තමන් තුළින්ම දන්නවා, දකිනවා. ඒ වගේම නිවන ගැනත් එයාට කිසිම සැකයක් නැ. මාර්ගය වැඩිය යුත්තේ කොහොමද කියලත් එයා ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන්ම දන්නවා. එතන ඒ සුපටිපන්නවූ ආර්ය සංඝරත්නයයි එයා තමා තුළින්ම දැකගත්තේ. ඕකට තමයි, අවබෝධයෙන්ම තෙරුවන් සරණ යනවා කියන්නේ... **සංඝං සරණං ගච්ඡාමි.**

ඉතිං ඒ භාග්‍යවතුන්වහන්සේ ඔබේ ඒ ආදරණීය තාත්තා සදහටම සංසාරෙන් ඔබව මුදවන්නට ඇත්තටම ඔබෙන් ඉල්ලන්නේ, එකම එක මොහොතයි පුතේ. ඒ තාත්තා කවදත් ඔබව රස්තියාදු කලේ නෑ. ඉතිං ඒ තාත්ත වෙනුවෙන් ඒ එකම එක මොහොත වත් අපිට කැප කරගන්නට බැරිවෙච්ච නිසා තමයි තාමත් අපි සංසාරේ රස්තියාදු වෙන්නේ. අතීතය අතහරින්න. අනාගතය අතහරින්න. ඉතුරු වෙන්නේ මේ මොහොත විතරයි. ඔබේම කියල හිතාගෙන හිටපු ඔය හිත, ඔබව දරුණු ලෙස රවට්ටන හැටි දැන් මේ මොහොත තුළම දකින්න කියලයි ඒ තාත්තා ඔබට කියන්නෙ. ඔය හුස්මරැල්ලත් ඊලග මොහොතේ ඔබව අත්හරීවි. ඉතිං අප්‍රමාදී වෙන්ඩ කියල ඒ තාත්ත ඔබෙන් එකම එක ඉල්ලීමක් කරනවා. එකම එක ඉල්ලීමක්.

ඉතිං ඒ ආදරණීය හඬ ඔබට ඇසේවා..... මෙතන, අප්‍රමාදී වෙන්ඩ කියන එකෙන් අදහස් කරන්නේ මොකක්ද? සුගතියක උපදින්ඩ කියන එකද? නෑ. ආයෙමත් සුගතියකවත් උපදින්න නම් එපා කියන එකයි. අසූචි පොඩ්ඩක් ද, ගොඩක්ද කියන එක නෙමෙයි පුතේ ප්‍රශ්නේ. ගඳයි.

එහෙනම් ඒ තාත්තා ඔබට නැවත නූපදීම පිණිස කළ යුතු දේ කරන්නට කොච්චර වේලාවක්ද දෙන්නෙ? එක තත්පරයයි. එක ක්‍ෂණයයි. එහෙනම් මේක එක මොහොතක කතාවක්. ඉතිං මේ හිතේ ස්වභාවය, රැවටීම, ඒ කියන්නේ අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම කියන ත්‍රිලක්ෂණය ගැන අවබෝධය ඇති වෙද්දී ඔබ, රැවටීම තුළ නෑ. රැවටීම තුළ නැත්නම් ඇහැ තුළත් නෑ. බාහිර රූපය තුළත් නෑ. විඤ්ඤාණය තුලත් නෑ. සැප කියන අන්තයෙත් නෑ. දුක කියන අන්තයෙත් නෑ. මුළු පටිච්ඡසමුප්පාදය තුලම නෑ. එතකොට සක්කාය කියන පංචඋපාදානස්ඛන්ධය තුලත් නෑ. එහෙනම් ඔබ එතනත් නෑ. වෙන තැනකත් නැ. අතීත, අනාගත දෙක තුළත් නෑ. දැන් ඔබට ඉතුරු වෙන්නේ මැද. මේ මොහොත විතරයි. *(මජ්ඣෙ සූත්‍රය, අංගුත්තර නිකාය)*

එතකොට ඔබ මේ මොහොත තුළ ඇති උපේක්‍ෂාවවත් සතුටින් පිළිගන්නේ නෑ. ඒකෙ බැස ගන්නෙත් නෑ. **අනජ්ඣොසාස තිට්ඨති.** දැන් ඔබ ඉන්නේ නොමුලාව හෙවත් අවබෝධය තුල, ඒ අවබෝධය කිසිම දෙයක් මත පිහිටපු දෙයක් නෙමෙයි. එතන තියෙන්නේ නිදහස් වීමක්. ඉතිං. ඔබ ඒ ක්ෂණයේම මැරුනොත්, ඔබ ඒ සියළු ආයතනයන් අභිබවා යනවා පුතේ.

ඔබේ ම කියල හිතාගෙන හිටපු ඔය හිතේ යථාර්ථය හරියටම මේ මොහෙත තුළ ඔබ දැක ගත්තොත් හිත ගැනත් හිත මුල් වෙලා සකස් වෙන ආයතන ගැනත් ඒකාන්තයෙන්ම ඔබ කළකිරෙනවා. කළකිරෙද්දී ඇල්ම නිරුද්ධ වෙනවා. ඇල්ම නිරුද්ධවෙද්දී නිදහස් වෙනවා. සංයුක්ත නිකාය 4, දුතීය අජ්ඣත්තානිච්ච සූත්‍රයේ මෙහෙම ගාථාවක් තියෙනවා.

මනො භික්ඛවේ අනිච්චා අතීතානාගතේ කෝ පනවාදෝ පච්චුප්පන්නස්ස, ඒවං පස්සං භික්ඛවේ, සුතවා අරියං සාවකෝ අතිතස්මිං මනස්මිං අනපෙක්ඛෝ හෝති, අනාගතං මනං නාභිනන්දති, පච්චුප්පන්නස්ස නිබ්බිදාය විරාගාය නිරෝධාය පටිපන්නො හෝති

ඉතිං පුතේ, දුක නැතිවෙන තාක්ෂණය ගැන ප්‍රත්‍යක්ෂ අවබෝධයක් ඇතිකර ගැනීම තමයි **සත්‍යඥාණය.** ඒත් සත්‍ය ඥාණය ඇති වුනාටම දුකෙන් නිදහස් වුනා වෙන්නෑ. නිදහස් වෙන්ඩනම්, ඒ අවබෝධයේ පිහිටලා යෝනිසෝ මනසිකාරයේම ඉන්ඩ ඕනෙ. හිත ගැන කළකිරෙන, නොඇලෙන, නිදහස්වෙන ආකාරයටම මනසිකාරය හසුරුවන්ඩත් දක්ෂ වෙන්ඩ ඕනේ. රැවටීම දැනගත්තටම නොරැවටී ඉන්ඩ බෑ. සිහියත්, වීරියත් එක්ක අඛන්ඩ පුහුණුවයි ඒකට ඕනෙ වෙන්නේ.

හුස්ම පොදින් ඔබ්බට.......

ඇහැ තිබ්බත් දුකයි, නැතත් දුකයි නම්, ඇහැ දුකයි. ඇහැ දුකයි නම්, ඒ ඇහැ පවත්වන්න උදව් කරන සියළු පද්ධතීනුත් දුකයි. ශ්වසන පද්ධතිය, ආහාර ජීර්ණ, රුධිර සංසරණ, ස්නායු පද්ධති, මොකටද මේවා? දුකක පැවැත්ම වෙනුවෙන්ම තමයි.

එහෙනම් ඒ සියල්ලත් දුකක්.

දැන් එහෙනම් බලන්ඩ හුස්මරැල්ල දිහා. වෙලාවකට දිගයි. වෙලාවකට කොටයි. එතන තියෙන්නේ වෙනස් විමක්. වෙනස් විම දුකයි. වෙනස්වීම කියන්නේ අනිත්‍ය. එහෙනම් අනිත්‍ය, දුකයි.

දැන් ඔබ ඔය හුස්ම රැල්ල තුළ දැක්කේ අනිත්‍ය, දුකයි කියල. ඒ හුස්මරැල්ල ඔබට ඕන විදිහට තියෙනවද? නෑ. එහෙනම් අනාත්මයි. දැන් ඔබ ඔය දැක්කේ හුස්මරැල්ල තුල ත්‍රිලක්ෂණය.

එහෙනම් අනිත්‍යවූත්, දුක්වූත්, අනාත්මවූත්, මේ හුස්මරැල්ල සකස්වෙලා තියෙන්නෙම සළායතනවල පැවැත්ම උදෙසාමයි.

ආයතනවලට පැවැත්මක් තියෙන්නේ ඇලීම්, ගැටීම් නිසයි. ඇලීම්, ගැටීම් වල පැවැත්ම සකස්වෙන්නේ, දුක උදෙසායි. දුකේ පැවැත්ම සැකසිලා තියෙන්නේ, මුලාව හෙවත් රැවටීම තුළ සංස්කාර රැස්කිරීම උදෙසාමයි.

රුචිකත්වය සහගතව ඒ සියළු සංස්කාර සකස්වෙලා තියෙන්නෙම අවිද්‍යා සහගත ආශ්‍රව පෝෂනය කිරීම උදෙසාමයි.

මේ විදිහට බැලුවම, හුස්මරුල්ල කියන්නේ අවිද්‍යාව නිසා දුකක් වෙනුවෙන්ම සකස් වුන දුකක් කියල දැනගත්තම ඒ හුස්මරුල්ල ගැන අපිට ඇති වෙන්නේ කලකිරීමක්, වෙහෙසක්, නිදහස් විය යුතු බවක්. හුස්මරුල්ලත් අනිත්‍යයි, දුකයි, අනාත්මයි නම්, ඒ හුස්මරුල්ල මත ක්‍රියාත්මක වෙන සියළු ඉන්ද්‍රියන් වගේම සියළු පද්ධතීන් අයිති වෙන්ඩ ඕනෙත් දුකටමයි. ඉතිං ඒ පද්ධති දුකක් නම් ඒ පද්ධතිවල පැවැත්මට හේතුවෙන ආහාරය සැපයක් වෙන්ඩ බෑ. මොන තරම් වටින ආහාරයක් වුනත් ඒක දුකක්මයි.

එහෙනම් ඒ ආහාර වෙනුවෙන් රැකියා කරන්ඩ වෙන එකත් දුකක්. රැකෙන්ඩ කරනදේ තමයි රැකියා කියන්නේ. මොනතරම් උසස් රැකියාවක් උනත් ඒක පිහිටන්නෙත් දුකේ. අර ගොම පණුවට උගේ දුක තේරෙන්නෑ වගේ, අපි විඳින දුක ගැනත් අපිට එච්චර තේරුමක් නෑ පුතේ.

දුක් වෙනුවෙන්ම විඳින දුකක් තමයි ඔය රැකියා කරන එකත්. එහෙනම් ඉතිං ඒ රැකියාව වෙනුවෙන් ඉගෙන ගන්න එකත් සැපක් වෙන්ඩ බෑනේ. හැබැයි ඒ දුක තුළත් සතුටු වෙන්ඩ දෙයක්මයි මේ හිත අපිට පෙන්නන්නේ. ගෞරව උපාධියක්, නායකත්වයක්, හොඳ පාසැලක්. දැන් මේව මේ කියන්නේ, ඔබ සැපයි කියල හිතන දේ තුළ හැංගිච්ච දුක පෙන්නල, යථාර්ථය තේරුම් කරන්ඩ. නැතුව සේරම අතහැරල දාන්ඩ කියන එක නෙමෙයි. නැත්නම්

ඔබට හිතෙයි ඉතිං මේ කියන දේ එච්චරම ප්‍රායෝගික නෑ කියලා. අවබෝධයයි වැදගත්.

දැන් එහෙනම් ඔබ ඔය දැක්කේ හුස්මරැල්ල මත සංස්කාර ගොඩ නැගෙන හැටි. ඔය දේ තේරුම් අරගෙන, හුස්මරැල්ල ගැන තියෙන අවිද්‍යාවත් නැතිවෙන විදිහට තමයි අපි අනාපානසති භාවනාවට වාඩි වෙන්ඩ ඕනෙ. එතකොට, ඉබේටම වගේ හුස්ම රැල්ලටම හිත ඒකාග්‍ර වෙනවා.

ඉතිං ලාමක කාම සැපයන්ට ඇති කැමැත්ත දුරු කරන්ඩ නම්, සමාධි සැපයට ඇලෙන්ඩම වෙනවා. ඒකත් ඇලීමක් කියලා මෙගොඩ ඉදන්ම ඔරුව අතහැරල බෑ පුතේ. ඒ නිසා එගොඩ ගැනත් හරියටම දැනගන්න එක වටිනවා.

පහන් තරුව වී මග පෙන්වන්නට

දැන් තේරුනාද, සංසාරයක් පුරාවටම මේ හිත අපිට කරපු දේ. හිත අපිව රවට්ටනව කියන ඒ එකම එක කාරණය නොදන්නා කම නිසා තමයි මේසා අති දීර්ඝ කාලයක් අපිට සසරේ එන්ඩ සිද්ධ වුනේ. අන්න ඒ නොදන්නා කමට තමයි අවිද්‍යාව කියන්නේ. එහෙනම් ඇස, කන, නාසය, දිව ශරීරය හා මනස කියන, ශරීරයක් ඇසුරු කරගෙන පවතින හැමදෙයක්ම සකස් වෙන්නෙත්, පෝෂනය වෙන්නෙත් ඒ අවිද්‍යාව තුළමයි. අතීතයේදීත් හිතට රැවටිච්ච නිසාම, වර්තමානයේදීත් ඒ රැවටීම වෙනුවෙන්ම නිර්මාණය වුන සංස්කාර ගොඩක් තමයි මේ ශරීරය කියන්නේ. එහෙනම් ඒ සංස්කාර දුකයි කියල අමුතුවෙන් කියන්ඩ ඕනෙ නෑනේ.

ඉතිං ඒ ශරීරය ඇසුරු කරගෙන පවතින්න වූ ඉන්ද්‍රිය පද්ධති, අවයව, මේ සියල්ලත් කාය සංස්කාර. කයේ පැවැත්ම සඳහා හේතුවන හුස්මරැල්ල පවා කාය සංස්කාරයක්. ඉතිං මේ කය ඇසුරු කරගෙන පවතින යම්තාක් ක්‍රියාකාරකම් තියෙනව නම්, ඒ සියල්ලත් නිර්මාණය වෙලා තියෙන්නේ දුක උදෙසාමයි. අපි මේ ශරීරය, අපේ කියල කියන්ඩ එක නහර වැලක්වත් අපි ගැට ගහල නෑ පුතේ. එහෙනම් දැන් ඔබට මේ කයට වත්, හුස්ම රැල්ලටවත් ඇලෙන්ඩ බෑ. එහෙම ඇලෙන්ඩ සදාචාරාත්මක අයිතියකුත් නෑ. ඉතිං බලන්ඩ එහෙනම්, ඔබව හැම මොහොතකම රැවටීමකට ඇදල දාන මේ ලාමක හිතට පිහිට පිණිසයි, උපකාර පිණිසයි, මේ “කය” කියන දේ පවතින්නේ.

ඔය "කය" එක මොහෙතකටවත් අපි වෙනුවෙන් ඉඳලත් නෑ. ඉන්නෙත් නෑ. අවිද්‍යාව විසින් නිර්මාණය කරපු එකිනෙකට වෙනස් වූ, ස්වභාවයෙන්ම පිළිකුල් සහගත වූ, රූප ගොඩක්, මම කියල හිතාගෙන ඒ වෙනුවෙන් මොන තරම් නම් කැපකිරීම් කරනවාද අපි. එතකොට දැනටත් ඔබ වෙහෙසෙන තරමක් වෙහෙසෙන්නේ මේ කය වෙනුවෙන්ම නේද? මොන වෙහෙසක් ද? මොනතරම් හිස් දෙයක්ද? කයට සැප දෙන්ට කයම නැවත දුකකට දානවා. කිසිම තේරුමක් නෑ. ඒත් දැන් ඉතිං කරන්ඩ දෙයක් නෑ. අවබෝධයේ පිහිටල නොඇලී ඕක පරිහරණය කරනව ඇරෙන්ඩ වෙන ඉතිං මොනව කරන්ඩද? සංස්කාර ගැන කළකිරෙන්ඩ නම් මේ යථාර්තය, අනිවාර්යයෙන්ම තේරුම්ගන්ඩ වෙනවා. වෙන විකල්පයක් නෑ පුතේ.

ඉතිං ඔය විදිහේ අවබෝධයක් ඇති වුනොත් තව දුරටත් ඔබ කාය සංස්කාරයන් ගේ ගොදුරක් වෙන්ඩ කැමති වෙන්නෑ. එතකොට ඔබ ඒ සංස්කාර තුළ පිහිටන්නේ නෑ. මතක තියාගන්ඩ, සැප කියන සංකල්පය පෙන්නලයි මේ හිත අපිව දුකට දාන්නේ. සැපයි කියල හිතෙන දේට, අපි කැමති වෙනවා. ඒ කැමැත්තට ඇලෙනවා. ඇලෙන නිසා දුක ඇතිවෙනවා. එහෙනම් දුක කියන්නේ කැමැත්තට ඇලීම හෙවත් ඡන්දරාගය නිසාම හටගන්න දෙයක්. නැතුව, අපි වෙනුවෙන්ම නිර්මාණය වෙලා කොහේ හරි තැනක තැන්පත් වෙලා තියෙන දෙයක් නෙමෙයි. කැමැත්තට ඇලෙන්නේ හිත අපිව මුලාකරන නිසා (මෝහය නිසා). මුලාවෙන්නේ, හිත අපිව රවට්ටන බව නොදන්නාකම නිසා, ඒ කියන්නේ අවිද්‍යාව නිසා.

මේ විදිහට බලද්දී තමයි තේරෙන්නේ සැපයි, දුකයි කියන විඳීම්, හඳුනාගැනීම් කියන චිත්ත සංස්කාර දෙකම හටගන්නේ හිතේ රැවටීම නොදන්නා කම හෙවත් අවිද්‍යාව නිසාමයි කියලා. හිතේ රැවටීම දන ගත්තොත් එතන මෝහය නෑ. මෝහය නැත්නම් ඇලෙන්නෑ. ඇලෙන්නෙ නැත්නම් ඉතිං එතන දුකක් නෑ. තියෙන්ඩ බෑ. ඇයි හේතුව නිරුද්ධයි නේ. හේතුව නිරුද්ධ වෙද්දී ඵලයත් නිරුද්ධ වෙනවා.

යං කිඤ්චි සමුදය ධම්මං සබ්බන්තං නිරෝධ ධම්මං කොන්ඩඤ්ඤ තාපසතුමා සෝවාන් වෙන්නේ පුතේ ඔන්න ඔය අවබෝධයට ආවහමයි. එදා ඉසිපතනේ මිගදායෙදී ලෝකෙටම තුණුරුවන් බිහිවෙන්නෙත් ඔය අවබෝධය එක්කමයි. **චක්ඛුං උදපාදි, ඥාණං උදපාදි, පඤ්ඤා උදපාදි, විජ්ජා උදපාදි, ආලෝකො උදපාදි** කියල භාග්‍යවතුන්වහන්සේ කරන ඒ උදානයට මහපොළොව පවා කම්පා වෙන්නේ කොන්ඩඤ්ඤ තාපස තුමාට ඔන්න ඔය අවබෝධය ඇති වෙද්දිම යි පුතේ.

යේ ධම්මා හේතුප්පභවා තේසං හේතුං තථාගතෝ ආහ, තේසං ච යෝ නිරෝධො ඒවං වාදී මහාසමණො කියන ගාථාව ඇහෙද්දිම උපතිස්ස පරිබ්‍රාජකයා (සාරිපුත්ත මහරහතන්වහන්සේ) සෝවාන් වෙන්නේ ඔන්න ඔය අවබෝධයත් එක්කම යි පුතේ.

ඉතිං, මේ අවබෝධය, පඤ්ඤා කියන බලධර්මය බවට පත්වෙද්දී ඔබ, වේදනා-සංඥා කියන චිත්තසංස්කාර දෙක තුල තව දුරටත් පිහිටන්නේ නැතුව යනවා. එතනදී

සමාධියත් බලධර්මයක් බවට පරිවර්ථනය වෙමින් තමයි ප්‍රඥ්ඥා කියන බලධර්මය උපද්දල දෙන්නේ. ඒ නිසා ඔබ එතනදී සමාධිය තුළම ඒ සමාධි සංස්කාරයත් අභිබවා යනවා. ඒ හැම සංස්කාරයක් වගේම බලධර්මයන්ගේ ක්‍රියාන්විතයත් හොඳට, ප්‍රකටව, දැනෙමින්ම යි ඔය දේ සිද්ධ වෙන්නේ.

දැන් ඔබට හුස්මරැල්ල තව දුරටත් කායසංස්කාරයක් හැටියට නෙමෙයි ප්‍රකට වෙන්නෙ. තමන්ගේ වසඟයේ නැති අනාත්ම වූ ධර්මතාවයක් හැටියටයි. හිතේ ඇති මුලාව අවබෝධ වෙද්දී ‘‘වචන’’ කියන්නෙත් මහ වෙහෙසක් පුතේ. ඒ නිසා දැන් ඔබේ සතුට, කිසිම වචනයක් මත පිහිටපු දෙයක් නම් නෙමෙයි. හුස්ම රැල්ලටවත් බැඳෙන්නේ නැත්නම් ඉතිං වචනවලට බැඳෙනවා කියන එක කොහොමත් සිද්ධවෙන්නෙ නෑ.

මේ තාක් හුස්ම රැල්ලෙත්, වචනවලත්, හිතෙත්, පැවැත්ම සකස්වෙලා තිබුනෙම අපි තුල, අවිද්‍යාව තියෙන තාක් තමයි පුතේ. ඒ ගැන යථාවබෝධය ඇතිවුනාම ඒ සංස්කාර ගැන කළකිරෙනවා. ඒ නිසා ඒ ගැන තිබුනාවූ කැමැත්ත වගේම ඒ කැමැත්තට බැඳෙන එකත් නිකම්ම දුරුවෙනවා.

අපි දැන් වචී සංස්කාරය ගැනත් ටිකක් දැනුවත් වෙමු. උදාහරණයක් හැටියට අවබෝධය කියන වචනයම ගත්තොත් ‘‘අ’’ යන්නට වඩා ‘‘ව’’ යන්න වෙනස් ‘‘ව’’ යන්නට වඩා ‘‘බෝ’’ යන්න වෙනස් ‘‘බෝ’’ යන්නට වඩා ‘‘ධ’’ යන්න වෙනස් ‘‘ධ’’ යන්නට වඩා ‘‘ය’’ යන්න වෙනස්. එතකොට මෙතන මේ තියෙන්නේ එකිනෙකට වෙනස්වූ

රූප ගොඩක්. බලන්ඩ රූපය වෙනස් වෙද්දී විඳීම හඳුනා ගැනීම, චේතනාව, විඤ්ඤාණය මේ සේරම වෙනස් වෙනවා. "අ" යන්න හඳුනා ගත්ත විඤ්ඤාණයෙන් "ව" හඳුනාගන්ඩ බෑ. "ව" යන්න හඳුනාගත්ත විඤ්ඤාණයෙන් "බෝ" යන්න හඳුනාගන්න බෑ. එහෙනම් දැන් මෙතන විඤ්ඤාණයත් වෙනස් වෙන්ඩ ඕනේ. ඇයි ඉතිං විඤ්ඤාණය වෙනස් වුනේ නැත්නම්, ඒ ඒ අකුරු, ඒ ඒ ශබ්ද වෙන වෙනම හඳුනගන්ඩ බෑනේ.

එහෙනම් මෙතන මේ තියෙන්නේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ, කියන පංච උපාදානස්ඛන්ධයේම වෙනස්වීම හෙවත් අනිත්‍ය. ඒ විදිහට මේ පංච උපාදානස්කන්ධය අනිත්‍ය වුනේ නැත්නම් අපිට සැපයි, දුකයි දෙක වෙන්කරගන්න බෑ. මේක හොඳ ප්‍රශංසාවක් කියල ඇලෙන්ඩවත්, මේක නම් බලු බැණුමක් කියල ගැටෙන්ඩවත් දෙයක් නෑ.

ඔන්න ඔය විදිහට තමයි "වචී" සංස්කාරයත් එයා ඉක්මවා යන්නෙ. ඉතිං ඔය විදිහට අවබෝධය කියන වචනය තුලත් තියෙන්නේ පංච උපාදනස්ඛන්ධයේ අනිත්‍ය කියල දකිත්දී, තව දුරටත් එයා වචනය තුළ නෑ. වචනය කියන රූපයේ ගොදුරක් වෙන්නෙත් නෑ. ඒ ගැන කැමැත්තක් ඇති කරගන්නෑ. ඒ කැමැත්ත ගැන කැමැත්තක්වත් දැන් එයා තුළ නෑ. ඒ කියන්නේ උපාදනස්ඛන්ධය තුළ තවදුරටත් නන්දිරාගයට ඉඩක් නෑ. දැන් ඔය වෙනකොට එයා රූපයක් මුල් කරගෙන ඇතිවෙන ඇලීමේ හා ගැටීමේ මූලික අවස්ථාවම, ඒ කියන්නේ රූපයේ ධාතු ස්වභාවයම දැකල ඉවරයි, **රූප ධාතුයා වෙ භික්ඛුනො රාගො පහීනො හෝති.** ඉතිං

කාය, වචී, චිත්ත කියන මේ සියලු සංස්කාර කෙරෙහිම අවබෝධයෙන්ම කළකිරෙනවා නම් එයාට දැන් ඇලෙන්ට දෙයක් නැතුව යනවා. ඇලෙන්ට දෙයක් නැත්නම් අරමුන සිඳෙනවා, **රාගස්ස පහානා වොච්ජිජ්ජති ආරම්මණං.** එතකොට, විඤ්ඤාණයට පිහිටන්ඩ තැනක් නැතුව යනවා. **පතිට්ඨා විඤ්ඤාණස්ස න හෝති.** ඉතිං ඒ නොපිහිටි විඤ්ඤාණය පැලවෙන්නෑ, **තදප්පතිට්ඨිතං විඤ්ඤාණං අවිරූළ්හං.** ඒ නිසා නැවත විශේෂ සකස්වීමක් නෑ, **අනභිසඞ්ඛච්ච.** නිදහස් වෙනවා, ඒ නිදහසේ පිහිටනවා, **විමුත්තං විමුත්තත්තා ඨිතං.** ඉතුරු වෙන්නේ නිරාමිස වූ පූර්ණ තෘප්තියක්, හා සිහින් හුස්මක සියුම් චලනයක් විතරයි. **ඨිතත්තා සන්තුසිතං.** ඒ වගේම, කිසිම හේතුවක් මත පිහිටල නැති නිසා, ඒ කියන්නෙ හේතුප්‍රත්‍යයන්ගෙන් තොරව ඇතිවුන සතුටක් නිසා ඒක පිරිහෙන්නේ නෑ. **සන්තුසිතත්තා න පරිතස්සති**

අර කලින් කියපු හුස්මරැල්ල, සතිපට්ඨානය තුළදී කාය සංස්කාරයක් වුනාට දැන් ඒක අතිශයින්ම ලාමක, අසරණ, අනාත්මවූ ධර්මතාවයක් විතරයි. ඒ හුස්මරැල්ල මූලිකවෙලා ක්‍රියාත්මක වෙන, "කයේ" ස්වභාව සංසිද්ධීන් සියල්ලම තවදුරටත් හුදු ධර්මතාවයන් ටිකක්ම විතරයි. ඔන්න ඔහොමයි ***සබ්බෙ ධම්මා අනත්තා*** කියන දේ අර්ථ ගැන්වෙන්නේ.

ඒ සියල්ල ඒ ඒ ස්වභාවයෙන්ම පවතිද්දී, පිරිසිඳු උපේක්ෂාවක් තුල නොපිරිහෙන නිරාමිස තෘප්තියක් සහිතව තමන් තුළම එයා පිරිණිවෙනවා. සදහටම නිවිල යනවා, **අපරිතස්සං පච්චත්තංයෙව පරිනිබ්බායති**.

ඉතිං ඒ ඔබ වේවා !!!

ඉදිරිපත් වූ ධර්ම ගැටළු හා පිළිතුරු

1- අපිට අහන්න ලැබෙන එක එක දේශනා වල ප්‍රමිතිය පිළිබඳ ප්‍රශ්ණයක් තියෙනවා. ඒ නිසා අපි බොහෝ දෙනෙක් අතරමං වෙලා වගේ දැනෙනවා. මොකක්ද ඒකට කරන්නේ? හරි එක මොකක්ද කියලා දැනගන්නේ කොහොමද?

ඔතන ප්‍රශ්නේ තියෙන්නේ පුතේ සද්ධර්මය ගැන අපි තුල හරි ප්‍රමිතියක් හෝ මිම්මක් නැති එකයි. දේශකයන් වහන්සේලාගෙ ප්‍රශ්ණයක් නෙමේ. ඒ අයත් යම් විශ්වාසයක් ඇතුවනේ ඔය දේශනාවල් කරනව ඇත්තෙ. ඒවා එක්ක පැටලිලා, ඒවා සංසන්දනය කරල තමන්ගේ අවුල ලිහාගන්ඩ හැදුවට ධර්මය ගලපාගන්ඩ බෑ පුතේ. ඒකයි, අපි ඉස්සර වෙලාම තේරුම් ගන්ඩ ඕනේ දේ. ඒ නිසා ධර්මය තෝරගෙන අධර්මය බැහැර කරන එක ඔබේ වගකීම, දක්ෂතාවය.

එහෙනම් ඒකට කරන්ඩ තියෙන්නේ, ඒ දේශනා ගැන විතර්ක හදාගන්නෙ නැතුව පිරිසිඳු බුද්ධ දේශනාවම පරිශීලනය කරන එකයි. මොකද, ශාස්තෘන් වහන්සේ මුල් කරගෙනයි ශාසනය තියෙන්නෙ. නිර්මල බුද්ධභාෂිතය පිරිසිඳුව තියෙද්දීත්, පරිශීලනය කරන්ඩ නොහිතෙන එකනම් පුතේ මහා අවාසනාවක්. ඒ නිසා තමයි ඔය වගේ අවුල් ඇතිවෙන්නේ.

ඒ වගේම, ඔබ අකමැති නිසත්, ඔබේ මතවාද වලට නොගැලපෙන නිසත්, ඔබ ස්වාමින් වහන්සේලා ගැන ගැටෙනව නම්, ඔබ ධර්මය තුළ නෑ. ඒක අසත්පුරුෂ ධර්මයක්. ඒ අකුසල් හිතවත් දකගන්ඩ බැරි නම් කොහොමද ධර්මයක් වැඩෙන්නේ? ඒ නිසා මහාසංඝරත්නය ගෞරවයෙන් ඇසුරු කරන්ඩ. දායකත්වය තුළ ශ්‍රාවකත්වය අහිමි කරගන්ඩ එපා.

ශ්‍රාවකත්වයෙන් මතුවෙන සැබෑ දායකත්වය තුළ තමයි දෙගොල්ලොම සැනසෙන්නේ පුතේ,

බුද්ධ දේශනාව පරිශීලනය කරද්දී සැක ඇති වෙන්නෑ. එහෙම වෙන්ඩ විදිහක් නෑ. තියෙන සැක සංකාත් නැතිවෙලා යනවා. ඒකයි ඇත්ත. ඉතිං ඒ නිසා බුද්ධ දේශනාවම මිම්ම කරගන්ඩ. නොයෙක් ධර්ම කරුණු ගැන තියෙන ඔය විතර්ක ඉක්මනටම සංසිඳවගන්ඩ. ඕවා කිසිම තේරුමක් නැති සංස්කාර ගොඩවල්. ධර්මයේ නාමයෙන් ඔබේ ඔය විතර්ක දැන් ඔබට සැපයක් වෙලා තියෙන්නේ. ඒක ඔබ දන්නෑ. ඔබට ඒක තේරෙන්නෑ.

විතර්කය කියන්නේ දුකක්. ඒ නිසා ඉස්සර වෙලා ඒ දුකට අකමැති වෙන්ඩ.

ඒ ඒ මොහොතේ සිත තුළ උපදින ඒ පීඩාකාරී සිත් දකිමින් ඒ පීඩාවෙන් සකස්වුන හේතුව විමසන්ඩ බලන්ඩ. සිතේ වංචාකාරී බව (රැවටීම), සිතේ වෙනස්වීම (අනිත්‍ය) හරහා සිත විදර්ශනාවටම ගන්ඩ. ඔය විදිහට කළොත් මාර්ගය ගැන නිසැක භාවයක් තමන් තුළම ඇති කරගන්ඩ පුළුවන්. දුකට හේතුව කොහොමත් බාහිර අරමුණු නෙමෙයි. ඒක, හොඳට මතක තියාගන්න. හිත තුළ මතුවෙන එකම එක විතර්කයක් පවා අපිව මොනතරම් වෙහෙසකට පත් කරවනවද කියල පොඩ්ඩක් හිතල බලන්ඩ.

ඒ හැම විතර්කයක්ම නිවන් මාර්ගයෙන් අපිව තව තවත් ඈතටමයි පුතේ වීසිකරල දාන්නෙ. ඔය එක එක විතර්ක නිසා හිත විසිරෙනවා. ඒ කියන්නේ හිත උද්දච්චෙට නගිනවා. ඇත්තටම ඒක නීවර්ණයක් කියලවත් හඳුනගන්ඩ අපිට බැරි වෙන්නෙ, බාහිරින් සිදු කෙරෙන දේශනාවක් හුදු විතර්කයකින් විතරක්ම විතර්ක කරල, ගලප ගන්ට හදන හින්දයි පුතේ.

දන්නෙම නැතුව ධර්මයේ නාමයෙන්, ඔය විතර්කය දැන් අපිට සැපයක් වෙනවා. ඒක එච්චරටම අපිට තේරුනේ නැති වුනාට, නිකම්ම අපි නීවරණයක ගොදුරක් වෙලා. කාලයක් යද්දී මේ විතර්ක නින්දෙදී පවා මතුවෙලා එක එක ධර්මකරුණු ගැන විතර්ක කරවනවා. නින්ද යන්නෙත් නෑ. ඊට පස්සේ ඔබ හිතනවා මේක එහෙනම් ධර්මාවබෝධයක් වෙන්ඩ ඇති කියලා. ඇයි ඉතිං හෝ ගාලා අර විතර්ක ගලාගෙන එනවනේ. දැන් එතකොට මේ විතර්ක ටික, අනිත් අය කෙරෙහි කරුණාව කියන වංචනික උපකෙල්ෂය හරහා එළියට දාන්ඩත් ඕනෙ වෙනවා.

ඊට පස්සේ බුද්ධ දේශනාව පැත්තක තියෙද්දී ඔබ, ඔබේ දේශනාව තමයි කරගෙන යන්නේ. ඇයි ඉතිං, තමන්ට අවබෝධ වුන දේ තමන්ට විශ්වාසයි නේ. ඒ වගේම ඔබේ විතර්කයට හරියටම ගැලපිලා යන දේවල් මාකට් එකෙත් තියෙනවා. දැන් ඔබට ඔබේ විශ්වාසය තව තවත් තහවුරු වෙනවා, තමන් ගේ අවබෝධය හරියටම හරි කියලා. ඒ නිසා ධර්මය, ඔය විතර්කය හරහා අවබෝධ කරන්ඩ හදනවා කියන්නේ හරිම භයානක දෙයක් පුතේ. විතර්ක කරන පුරුද්දට හුරු වුනොත් ඕක දිගටම යනවා. සමහර විට ඔබට බාහිරින් ඇහෙන ධර්ම කරුණුත් ඔය විදිහට විතර්ක හරහාම මතුවුන ඒවා වෙන්ඩත් පුළුවන්.

ඒ නිසා දැනට, ධර්මයේ වේශයෙන් හරි හිතට එන මොන විතර්කයක් වුනත් ඒක, තවත් එක සිතක්ම විතරයි කියලවත් දකින්න. නැත්නම්, කුසලයේ නාමයෙන් අකුසල් වැඩෙන්නේ. විතර්ක අතහරින්ඩම බැරිනම්, බුදුගුණ විතර්ක කරන්ඩ. විතර්ක කඩාගන්ඩ නම් ඕනේ හුස්මරැල්ලට හිත ගේන්ඩ. ඒකෙ ස්වභාවය බලන්ඩ.

ඔය විදිහට ධර්මයේ නාමයෙන් බොහෝ විට ඔබ දැන් වඩමින් ඉන්නේ සතර අගතිය වෙන්ඩත් පුළුවන්. ඇත්තටම ඒ සතර අගතියම තමයි. ඒක ඔබට පේන්නෑ. වංචක ධර්මයන්, ඉතාමත් දරුණු විදිහට අපිව නොමග යවනවා පුතේ. ඒ හින්ද අවධානයෙන්ම ඉන්ඩ. කුසල් සිත්ම ඇසුරු කරන්ඩ. ධර්මයට ඇති කැමැත්තටයි ඡන්දය කියන්නේ. ඇහෙන දේශනත් එක්ක සසඳද්දී ඇති වෙන්නේ සැකය මුල් කරගත් ගැටීමක්. එතන, ඒ ඇති වෙන්නේ ද්වේශය. ඒ නිසා දැන් මට නිවනත් අහිමිවෙයි දෝ කියන බයයි එතන උපදින්නේ.

නිවන අරමුණු කලත් නොදැනුවත්වම අපි දැන් ගමන් කරන්නේ විරුද්ධ පැත්තටයි කියල වැටහෙන්නේ නැති එක තමයි මෝහය. ඔය විදිහට පුතේ සතර අගතියමයි ඔතන ඇති වෙන්නේ.

සිත අපිව මුලා කරන බව දැනගෙන, කොහෙත්ම මුලා නොවී සිටීමට දැඩි කැමැත්තක් ඇති කර ගැනීම **ඡන්දය**යි. මුලා නොවීම පිණිස ඇති කරගන්නා දැඩි අධිෂ්ඨානය **චිත්තය**යි. ඒකට උත්සහවත් වීම **වීරිය**යි. තමන් දැන් ඉන්නේ රැවටීම තුළද, නොරැවටීම තුළදැයි සෑම මොහොතකම විමසිල්ලෙන් හිඳීම තමයි **විමංසා** කියල කියන්නේ.

ඔන්න ඔය විදිහටයි පුතේ සතර ඍද්ධිපාද වල වැඩීම සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ නිසා සතර අගතිය වෙනුවට සතර ඍද්ධිපාදම වඩන්න. ඒකට, සතර අගතියෙයි, සතර ඍද්ධිපාදවලයි, ඇති සියුම් පරතරය ගැන හොඳටම දැනගෙන ඉන්ඩ වෙනවා. හොඳ අවධානයෙන්ම ඉන්ඩත් වෙනවා. නැත්නම්, අපිට මේ ජීවිතේ දීම නිදහස්වෙලා යන්ඩ තියෙන තවත් සුන්දරම අවස්ථාවක් තමයි, අහිමි වෙන්නේ.

2- සමහරු තමන් සෝවාන් ඵලයට පත්වුණා කියනවා. ඒත් තරහ යන එකනම් පේන්නම තියෙනවා. ඒ අය, තමන් සෝවාන් කියල හිතාගෙන මුලාවෙලා නේද ඉන්නේ? ඇත්තටම ඔතනදී මම සෝවාන් කියද්දී මම කියන පුද්ගලය ඉන්නවා. එතකොට සත්ව-පුද්ගල සංඥාවයි සක්කාය දිට්ඨියයි දෙකම තියෙනවා නේද?

ඇත්තටම ඒ අය ඉන්නේ මුලාවෙද, නැද්ද කියන එක ඔබ එච්චර අදාල කරගන්ඩ එපා. අනික ඉතිං අපි මොකටද, අනුන් ගේ මාර්ගඵල ගැන වද වෙන්නෙ? ලෝකයේ යම්තාක් සද්ධර්මය පවතිනව නම් ඒ තාක් කල්, ලෝකය රහතන්වහන්සේලගෙන් හිස්වෙන්නේ නෑ කියලයි දේශනාවේ තියෙන්නේ. එහෙනම් ඉතින් සොවාන් අය ගැන මොන කථාද? සාධු සාධු, ඒ අය සෝවාන් වෙලා කියලම හිතන්න. ඒකෙන් අඩුගානේ කුසලයක් හරි වෙනවා. නැත්නම් සැකය කියන නීවරණයට ඔබ යටවෙනවා.

අනික, සම්මා දිට්ඨිය ඇතිවුනා කියල කාමරාග-පටිඝ දෙක නැති වෙන්නෙ නෑනෙ පුතේ. සෝවාන් වුනත් තරහ යනවා. ඇත්තටම “මම” හෝ සත්ව පුද්ගල සංඥාව මතුවෙන, ව්‍යවහාරික වචන සක්කාය දිට්ඨිය අඩු-වැඩි වෙන්ඩ හේතු වෙන්නේ නෑ. ඒවා අත්හැරිය කියල සක්කාය දිට්ඨිය නැති වෙන්නෙත් නෑ පුතේ. නැති කරන්නට ඕනෙ “මම” හෝ සත්ව-පුද්ගල සංඥාව නෙමෙයි, දුකයි.

ඒක නිසා මම නැති කිරීම හෝ සංඥාව නැති කිරීම පැත්තකින් තියලා, හේතුවක් නිසා ඇති වුන දුකක් තියෙනවා, ඒ දුකෙන් නිදහස්වීමක් හා ඒ සඳහා මාර්ගයක් තියෙනවා කියලවත් හිතුවොත් අන්න ඒක නම් දුකෙන් නිදහස් වෙන්ට හේතු වෙන මනසිකාරයක් පුතේ. ඇත්තටම අර කියපු සත්ව-පුද්ගල සංඥාව ධර්මාවබෝධයට අදාල කාරණයක් නම් නෙමෙයි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ භාෂාවක ව්‍යවහාරික සම්මුති මත ශාසනික අර්ථයන් පනවල නෑ. දැන් ඔය මතවාදවල සම්භවය ගැනත් මට ටිකක්

කියන්ඩ වෙනවා ඕක පැහැදිලි කරල දෙන්ඩ. හොඳට අහගන්ඩකෝ එහෙනම්.

වේදග්‍රන්ථ, වේදමතවාද හරහා බ්‍රාහ්මණ පඬිවරුන්ගෙන් ශාසනයට ඒ කාලයේ බොහොම තදින් දරුණු බලපෑම් එල්ල වුනා. ඒ බලපෑම් වලට සෘජුවම මුහුණ දීපු ශාසනයේ ඉදිරි ආරක්ෂක වැට තමයි, පැරණි ඉන්දියානු මහායානය. ඒකෙ අතිශයින්ම ප්‍රබල සම්ප්‍රදායන් දෙකක් තියෙනවා. පළවෙනි එක, නාගර්ජුනපාද හා අශ්වඝෝෂයන් ගේ ශූන්‍යතාව පදනම් කරගත්ත මධ්‍යමික නිකාය. දෙවෙනි එක, ආකිඤ්චඤ්ඤායතන, සුංඤත, වගේ සමාපත්ති ඇසුරින් ඒ ශූන්‍යතා දර්ශනය සාධනය කෙරෙන මෛත්‍රීනාථයන්ගේ යෝගාවචර නිකාය.

ඉතිං ඔය සම්ප්‍රදායන් දෙක නිසා අර සියළු “වේද” මතවාද ප්‍රායෝගිකව අසරණ වුනා. ඒ ජයග්‍රහණයත් එක්ක ඇතිවුණ ප්‍රතිරූපයත්, තාර්කික පදනමත් හේතුවෙන් අපේ ලාංකීය ගුරුකුලත් ආශීර්වාදයක් හැටියටම ඒවා භාර ගත්තා. ඒ ඇසුරෙන් අපේ බෞද්ධ මූලාශ්‍ර පෝෂණය වුනා. දැන් ඒ දාර්ශනික මතවාද, අපේ මූලික බෞද්ධ සිද්ධාන්ත බවට පත්වෙලා අපි හරහාම පෝෂණය වෙනව පුතේ. ඒකයි යතාර්ථය. ඒ නිසා ඉතිං අහිංසක අපි තමයි තව තවත් අසරණ වෙන්නේ.

යෝගාවචර කියද්දී මතක් වුන තව දෙයක් තියෙනවා. බුද්ධ දේශනාවේ, යෝගවත්, යෝගීන්වත් නෑ පුතේ. ප්‍රතිපදාවයි, ශ්‍රැතවත් ආර්යශ්‍රාවකයොයි ඉන්නේ. ඒ වචන එන්නේ වේදය හරහා. කොහෙම වුනත්, ඔය සම්ප්‍රදායන් දෙක හරහා ශූන්‍යතාව තුළින් ත්‍රිලක්ෂණය හා පටිච්ඡසමුප්පාදය ගැන ගාම්භීර විවරණයන් ව්‍යක්ථව ඉදිරිපත් කෙරෙනවා කියන අර්ථයෙන්

චිරප්‍රාප්ත බෞද්ධ සම්ප්‍රදායන් දෙකක් හැටියට තමයි ලෝකයේ සම්මතවෙලා තියෙන්නේ, අදටත් පිළිගැනෙන්නේ.

මධ්‍යමික නිකායේ, පරතන්ත්‍ර, පරකල්පිත හා පරිණිෂ්පන්න කියල චින්තන සම්ප්‍රදායන් තුනක් තියෙනවා. ඒ හරහා සම්මුති සත්‍යය හා පරමාර්ථ සත්‍යය කියන දාර්ශනික චින්තන, වචන හැටියට අපේ පාරිභාෂිතේට, ව්‍යවහාරෙට එකතු වෙනවා. සම්මුති සත්‍යය කියල කියන්නේ, අපි විසින්ම පනවගන්න සංකල්ප. පරමාර්ථ සත්‍යය කියන්නෙත් ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සාමාපත්තියේම ව්‍යුත්පන්නයක් වෙන ශූන්‍යතාවය මතින් බිහිවුන සංකල්පයක්. මතවාදයක්. ඒ දෙකම, සංකල්ප දෙකක්.

සංකල්ප ඇති වෙන්නේ පුතේ හිතේ. "හිත" කියන්නේ දුකට කියල කොහොමත් ඔබ දැන් දන්නවා. එහෙනම් සම්මුති සත්‍යය හා පරමාර්ථ සත්‍යය කියන ඔය සත්‍යය දෙකම තාම දුක්ඛාර්ය සත්‍යය තුලයි තියෙන්නේ. දුක ඉක්මවල නෑ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ දේශනාවෙ තියෙන්නේ චතුරාර්යසත්‍යය. "සත්‍යය" හතරක්. කවදාවත් ඒ සත්‍යය හතර, දෙකක් වෙන්නෑ පුතේ. වෙන්ඩත් බෑ. තථාගත බල දහයකින් විශාරද ඥාණ හතරකින්, සමන්නාගත වෙලා, සම්මා සම්බුද්ධත්වය තුළින්ම සාක්ෂාත් කරල දේශනා කරපු ඒ ආර්ය සත්‍යය හතරට කිසිම කෙනෙකුට හේතු සහිතව අභියෝග කරන්ඩ බෑ පුතේ. ඒක වෙනස් වෙන්නෙ නෑ. ඒක බුද්ධ ආඥාව.

ඉතිං මෛත්‍රීනාථයන් ගේ යෝගාවචර නිකායේ, ප්‍රබලම න්‍යාය තමයි "සත්ව-පුද්ගල" හා "මම" කියන සංඥාවල් ශූන්‍ය කිරීම. ඒ නිකායේ වසුබන්ධු ආචාරීන් වහන්සේ ලියපු සම්භාව්‍ය පොතක් තියෙනවා, විඤ්ඤාණප්ති මාත්‍ර හා සිද්ධි කියලා. ඔබ අදහස් කරන දේමයි ඒකෙ තියෙන්නෙත්. හැබැයි තේරුම්ගන්ඩ ටිකක් අමාරු උනත් හරිම ගැඹුරු, දාර්ශනික ග්‍රන්ථයක්.

මේ දර්ශනය, පැරණි බෞද්ධ පොත්පත් හරහා අපේ විඤ්ඤාණයටත් තදින්ම කාවැදිල තියෙන්නෙ. බටහිර ලෝකේ සෙන්දහම (Zen) ඇති වෙන්නෙත් ඔය ඉන්දියානු මහායානයයි, චීනයේ තාඕ දහමයි (Taoism) එකතු වෙලා. ඒවා නිකම්ම හුදු කල්පිත හෝ මතවාද කියල ප්‍රතික්ෂේප කරන්ඩ බෑ. මොකද, ඒව විශේෂ භාවනා ක්‍රම තුළින් බිහිවුන ප්‍රායෝගික දර්ශනයන් නිසා. ඒත් ඉතිං, ඒ එකක් වත් සම්මාදිට්ඨිය නෙමෙයි පුතේ.

ඝන අන්ධකාරයක අරමුණු වෙන්ට දෙයක් නැති නිසා, දෙයක් “ඇත” කියල හරි කිසිවක් “නැත” කියලා මතවාදයකට හරි නිගමනයකට හරි එන්ඩනම් පුළුවන්. ඒත් පහනක් දල්ලුවොත් අර අඳුර නැති වෙනවා. එතකොට අර බැහැගත්ත මතවාද, නිගමන එකක්වත් වැඩක් නෑ. අදාලත් නෑ. නොපෙනෙන අඳුරේ එක, එක, උපකල්පන වලට යන්නෙ නැතුව, ඇතිකරගන්නා වූ එළිය වගේ දෙයක් තමයි පුතේ, සම්මාදිට්ඨිය කියන්නේ.

ඇත්තටම අපිට අඳුර, දුරු කරන්න බෑ. හැබැයි ආලෝකය ඇති කරගන්න නම් පුළුවන්. ඒ ඇතිවෙන ආලෝකයට සාපේක්ෂව, තිබුන අඳුර නැතිවුනා මිසක් අපි ඒ අඳුර නැතිකළා නෙමෙයි පුතේ. අන්න ඒ විදිහට නැතිවෙන අඳුර වගේ තමයි, සක්ඛායදිට්ඨියත්. එහෙනම් සක්ඛායදිට්ඨිය නැතිකරනවා නෙමෙයි. සම්මාදිට්ඨිය උපදිනකොට සක්ඛායදිට්ඨිය නැතිවෙනවා. ඔය විදිහට හිතේ ඇති වංචනික ස්වභාවය ගැන, එක මොහොතක ඔබතුල ඇතිවෙන අවබෝධය නිසා ඔබට, සම්මාදිට්ඨිය උපදිනවා.

ඒ නිසා දැන් තව දුරටත් අනිත් අයගේ මාර්ගඵල, ඔබට එච්චරම අදාල වෙන එකක් නෑ පුතේ.

3- සතර සතිපට්ඨානය කියන්නේ වෙන වෙනම වඩන්න තියෙන දෙයක්ද හාමුදුරුවනේ? ඔය හතරෙන් ඉස්සර වෙලාම වඩන්න ඕනේ මොකක්ද?

කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානු පස්සනා, කියන අනුපස්සනා හතරෙම වැඩීම සිද්ධවෙන්නෙ අනු පිළිවෙලින්මයි පුතේ. සතරසතිපට්ඨානයේ අනුපිලිවෙල දැනගෙන සිටියත් නැතත්, ඒක උපදින විදහයි වැදගත් වෙන්නේ. ඇත්තටම ඔතන, එකක් වඩද්දී හතරම වැඩෙනවා. ඒකයි ඔය ධර්මතාවල තියෙන ආශ්චර්යය පුතේ.

සතර සතිපට්ඨානය හේතුඵල නිසා ඇතිවෙන දෙයක්. ඒක කොහෙත්ම හේතු රහිතව උපදින දෙයක් නෙමෙයි. අංගුත්තර නිකායේ යමක වග්ගයේ අවිද්‍යා සූත්‍රයේ ඒක පැහැදිලිවම සඳහන් වෙනවා. එකේ තියෙන විදිහට සතිපට්ඨානය ඇති වෙන්නෙ ත්‍රිවිධසුචරිතය නිසා. ත්‍රිවිධසුචරිතය ඇතිවෙන්නෙ, ඉන්ද්‍රියසංවරය නිසා. ඉන්ද්‍රියසංවරයත් ඇතිවෙන්නේ හේතු සහිතව මිසක් හේතු රහිතව නෙමෙයි පුතේ. ඒකට හේතුවෙන්නේ සතිසම්පජන්නය. සතිසම්පජන්නය කියන්නේ අඛණ්ඩවම සිහියත් එක්ක බැඳිල තියෙන සම්මාදිට්ඨිය පදනම් කරගත්ත නුවණට. රැවටෙන බව දැනගැනීම තමයි ඔතන නුවණ කියල සළකන්නේ. ඒ වගේම නොරැවටීම සඳහා අවධානයෙන් සිටීම තමයි සිහිය.

ඉතිං ඔය සතිසම්පජන්නය, ඇති වෙන්නෙත් හේතු සහිතවමයි. ඒකට හේතුව යෝනිසෝමනසිකාරය. යම් මනසිකාරයක් හරහා සිතුවිල්ලක තියෙන මෝහය ආමන්ත්‍රණය වීමෙන් ලෝභ, ද්වේෂ කියන අකුසල් මුල්දෙක නිරුද්ධවෙනව නම් අන්න ඒ මනසිකාරය තමයි, යෝනිසොමනසිකාරය කියන්නේ. ඒකත් හේතුවක් නිසාම ඇතිවෙන දෙයක් පුතේ. ඒ තමයි ශ්‍රද්ධාව. හැම දුකකටම මුල සිතේ ඇති අවිද්‍යාව මිසක් බාහිර අරමුණු නොවන බව දේශනාවෙන, ඒ පටිච්ඡසමුප්පාද ධර්මය හරියටම

ඇහුනොත් පුතේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ අවබෝධය ගැන විශ්වාසයක්, ශ්‍රද්ධාවක් ඇතිවෙනවා. එතකොට ඒ අනුව හිතන්ඩ ගන්නවා. ඉතිං ඒ සද්ධර්ම ශ්‍රවණයත් ඉබේටම සිදුවෙන්නෑ. ඒකට කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රයක්ම අවශ්‍ය වෙනවා.

ඇතිවුන ශ්‍රද්ධාවට අනුව සිතුවොත්, යෝනිසෝමනසිකාරය ඇති වෙනවා. ඒ නිසා සතිසම්පජන්නයත්, සතිසම්පජන්නය නිසා ඉන්ද්‍රියසංවරයත්, ඉන්ද්‍රියසංවරය නිසා ත්‍රිවිධසුචරිතයත්, ත්‍රිවිධ සුචරිතය නිසා සතර සතිපට්ඨානයත්, ඇතිවෙනවා. එහෙනම් සතිපට්ඨානය කියන්නෙත් හේතුවක් නිසා ඇතිවන ඵලයක්. පටිච්ඡසමුප්පන්න ක්‍රියාවලියක්. ක්‍රමානුකූල වැඩ පිළිවෙලක ප්‍රතිඵලයක්.

භාග්‍යවතුන්වහන්සේ ඒ සූත්‍රයේ, සතිපට්ඨානය නිසා සප්ත බොජ්ඣංගයන්ම වැඩෙන බවත්, සප්ත බොජ්ඣංග නිසා විද්‍යාවිමුක්තිය හෙවත් අරහත්ඵලය සාක්ෂාත් වෙන බවත් දේශනා කරනවා.

දැන් එහෙනම්, සතිපට්ඨානය තුළ ඉස්සරවෙලා වඩන්න ඕනෙ මොකක්ද කියලා විතර්ක කරමින් ඉන්නේ නැතුව ඒ සතිපට්ඨානයේ වැඩීම සඳහා අවශ්‍යවෙන ඔය හේතුටික හෙමිහිට හදාගන්ඩ උත්සය කරන එකයි වටින්නේ. හැබැයි හොඳ ඉවසීමකින් සහ විවේකීවයි ඔය දේ කරන්ඩ වෙන්නේ. කළබලේට බෑ. එතකොට ඉතිං සතිපට්ඨානය ඔබතුල වැඩෙනවා කියන දේ සිද්ධවෙන දෙයක් පුතේ.

4- සම්බුද්ධ ශාසනයට දැන් නොයෙක් විදිහේ තර්ජන වලට මුහුණ දෙන්ඩ වෙලා අපේ හාමුදුරුවනේ. මෙහෙම ගියොත් අපිට ඉස්සහරට මලක් පහනක්වත් පූජා කරගන්ඩ ශාසනයක් ඉතුරුවෙයි ද දන්නෑ? මොකක්ද අපි මේකට කරන්නෙ ?

හොඳයි, ඔබ ත්‍රිවිධ ශාසනයක් ගැන අහල තියෙනවද? පරියත්ති (ත්‍රිපිටකය), පටිපත්ති (පුහුණුව), පටිවේධ (මාර්ගඵල) කියන තුන තමයි ඒ ත්‍රිවිධ ශාසනය. දැන් ඉතිං ඔබ ශාසනය පනවන්නේ ඔය කොයිඑක මතද? හොඳට අහගන්ඩ. ඔය පටිවේධ ශාසනය තියෙන්නේ පටිපත්තිය මත. පටිපත්තිය තියෙන්නේ පරියත්තිය මත. ඒ තුනම තියෙන්නේ විමුක්තිය මත. දූන් මේ මොහොතේ ඔබ නොරැවටීම තුල නම් ඉන්නේ එතන අවබෝධය තියෙනවා. අන්න ඒ අවබෝධය තුළ විමුක්තිය තියෙනවා. එහෙනම්, විමුක්තිය, අතීත, අනාගත දෙකට අයිති දෙයක් නෙමෙයි පුතේ. ඒක මේ මොහොතේ කතාවක්. කොටින්ම එතන දූන් ආර්යසත්‍යය හතරම තියෙනවා. යම් තැනක ඒ ආර්යවූ අවබෝධය තියෙනව නම් එතන දුකක් හෝ වැනසීමක් නෑ. සැනසීමක් තියෙන්නෙ. අන්න ඒ විමුක්තිය තුල ඇති සැනසීම තමයි පුතේ ශාසනය කියන්නේ. ඔබ රැවටීම, මෝහය තුළ ඉන්න නිසයි ශාසනයේ අනාගතය ගැන හරි ඔය විදිහට "බයක්", සංවේගයක් ඇති වුනේ. බය කියන්නේ සැනසීමක්ද? නෑ. වැනසීමක්. වැනසීම දුකක්. වැනසීමක් තුළ බුද්ධශාසනයක් තියෙන්ඩ බෑ පුතේ. එහෙනම්, ඒ අර්ථයෙන් ඔබත් දූන් ශාසනය තුළ නැනේ. දූන් කවුද, එතකොට මේ ශාසනය අතුරුදන් කරන්නේ? අවබෝධය තුළ ඇති සැනසීම වෙනුවට වැනසීම තුළ ඇති "දුක" පිළිගත්ත ඔබමයි පුතේ මේ ශාසනය අතුරුදන් කරන්නේ. භික්ෂු, භික්ෂුණී, උපසක, උපාසිකා කියන සිව්වනක් පිරිසටමයි පුතේ ඒකට වග කියන්ඩ වෙන්නේ. අන්න එහෙමයි බුද්ධ දේශනාවෙ තියෙන්නේ. ඒ නිසා, මගේ බුදුරජාණන් වහන්සේ, අනිත්‍ය වෙන චෛත්‍යයක්, බෝධියක්, විහාරයක්, පුද්ගලයෙක්, කොටින්ම, දුකට අයිති

සතරමහා ධාතු මතවත් මේ ශාසනය පැනෙව්වෙ නෑ පුතේ. මේ මොහොතේ ඔබ නොරැවටීම, අවබෝධය තුළ නම් ඉන්නේ, අන්න එතනයි සැනසීම තියෙන්නේ. විමුක්තියේ පිහිටලා තියෙන ඒ සැනසීම තුළයි පුතේ, ශාසනය තියෙන්නේ. ඉතිං ඒ ශාසනය, හිත මතවත්, සතරමහා ධාතු මතවත්, පිහිටල නෑ. හැබැයි, ඒ බුදු හදමඬල ඉක්මවලත් නෑ. බුදු සිතේ ඇති සැනසීම තමන් තුළින් අංශු මාත්‍රයකින් හරි ඔය විදිහට අත්විඳින ඔබේ, ඔය කෙස්ගහ, නියපොත්ත පවා දැන් ධාතුවක් බවට පරිවර්තනය වෙන්ඩ ගන්නවා. අන්න ඒකයි පුතේ සැබෑම පරිණාමය. මානව වංශකතාවේ ශ්‍රෙෂ්ඨතම පරිණාමය. ඉතිං ඒ අසිරිමත් පරිණාමය දකින දිව්‍යලෝක පවා මොහොතකට ගල් ගැහේවි. ලෝකයක් වන්දනා කරාවි. දැන් ඉතිං පරවෙලා යන මලක්, හෝ නිවිල යන පහනක් තුළ ඔබ සම්බුද්ධ ශාසනය දකින්නෑ පුතේ, ඒ නිසා ඒව හොයන්නෙත් නෑ. මොකද ඔබයි දැන් ඒ ශාසනය.

ඉතිං මුලාවේ ඉන්න ලෝකයක් යුද්ධ කරන්නේ රට, ජාතිය, ආගම වෙනුවෙන් නෙමෙයි පුතේ. කෙළෙස් වෙනුවෙන්. ඒත් ඔබ දැන් ඔය යුධ වදින්නෙ, ඒ කෙළෙස් වලින් සදහටම මිදෙන්ඩයි. ඒත් මේ සැරේනම් පරදින්ඩ එපා. ඔබ සරණක් නැති අසරණ, අනාථයෙක් නෙමෙයි පුතේ. ඒ ශ්‍රෙෂ්ඨතම තාත්තාගේ පුතෙක්. ඉතිං ඔබ ඒ තාත්තාගේ සෙවනැල්ලේ සැනසෙන අභිමානවත් පුතා වෙන්ඩ. ප්‍රාතිහාර්ය සහිතව පිරිණිවන්පාන ඒ අභීත සෙන්පතියා වෙන්ඩ. ඒ තමයි ඔබේ අයිතිය. ඒ තමයි ඔබේ උරුමය. මේ තමයි ඒ සඳහා ඔබට ලැබුන අවස්ථාව. මගහැර ගන්ඩ නම් එපා. ශාසනය තාම සක්‍රියයි, ජීවමානයි පුතේ. ඉපදීම දුකක්. ඒත් ඔබ මේ තාත්තගෙ පුතෙක් වෙලා මේ සැරේ ඉපදුනේ නම් නැවත නූපදින්ඩමයි කියල හිතන්ඩ. ඉතිං නිදහස් වෙන්ඩ. නිදහස් වෙලාම යන්ඩ මගෙ පුතේ.

අනවරාග්‍ර සංසාරයක් පුරාවට දුකෙහි ඉපිද, දුකෙහිම ජීවත් වී, දුකම උරුමව, අති දීර්ඝ භව ගමනක් ආ ලෝසතුන් වෙත, ලොව්තුරා සම්මා සම්බුදු රජාණන්වහන්සේ මහාකරුණාවෙන් දේශනාකළ ඒ සදාතනික විමුක්තිය අපහට දයාවෙන් ගලපා දුන්

පින්වත් බුද්ධ පුත්‍රයානන් වහන්ස,

ඔබ වහන්සේ

පරම ප්‍රණීතවූ, පරම ශාන්තවූ, පරම ගාම්භීරවූ,
ඒ අමා මහ නිර්වාණය

අප්‍රමාදීවම සාක්ෂාත් කරත්වා !!!