

**පුණ්‍යානුමෝදනාව**

සිරි සුදසුන් සෙනසුනෙහි ප්‍රධාන අනුශාසක අති පුජනීය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු සියළුම ස්වාමීන් වහන්සේලාට උතුම් නිවන් අවබෝධය පිණිසම මෙම ධර්ම දානය කුසලය හේතුවේවා!

බන්තරමුල්ල දර්ශන මාවතේ පදිංචිව සිටි අභාවප්‍රාප්ත කොළඹ ඉසිපතන විදුහලේ ආචාරිණී සුවිනිතා රෝදිගු මහත්මියගේ 65 වන උපන්දිනය සැමරීමත්,

ධම්මෝධය මාවතේ පදිංචිව සිටි අභාවප්‍රාප්ත  
කේ. ඇල්පි සිල්වා මහතා (පියා), කේ. ලිලාවතී සිල්වා මහත්මිය (මව),

කොළඹ 5 පදිංචිව සිටි අභාවප්‍රාප්ත  
බඩි.ජේ. රෝදිගු මහතා හා එම මහත්මිය යන දෙමව්පියන්ටත්

- අප පවුලේ අභාවප්‍රාප්ත වූ
- කේ. කේවිකී සිල්වා මහතා සහ එම මහත්මිය
- කේ. ඇක්මන් සිල්වා මහතා සහ එම මහත්මිය
- කේ. ඊබට් සිල්වා මහතා
- කේ. චල්බට් සිල්වා මහතා සහ එම මහත්මිය
- කේ. චල්සන් සිල්වා මහතා
- කේ.පී. ද සිල්වා මහතා සහ එම මහත්මිය
- නන්දා සමරසේකර මහත්මිය

ඉහත නම් සඳහන් සියළුම දෙනාට වතුරායී සත්‍ය ධර්මාවබෝධයෙන් නිවන්සුව අත්වේවායි! පතමින් මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය ධර්ම දානයක් ලෙස පූජා කරනු ලබන්නේ දර්ශන මාවතේ පදිංචි කේ. නිව්ටන් සිල්වා මහතා හා ද දරුවන් ඇතුළු පවුලේ සැම විසිනි.

හිරුනි හා සඳුනි යන මිණිබිරියන් දෙපල උසස් අධ්‍යාපනයක් ලබා රටට වැඩිදායී ගුණධර්මවලින් හෙබි පුරවැසියන් වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරන අතර පවුලේ සියළුම දෙනාට නිරෝගී සුවයන් දීර්ඝායුෂන් සැලසේවායි පතමු.

**සුවදායක ජිලිවේතක විලුක්කි මාර්ගය**

**පටිපදා සූත්‍රය  
උපවාහ සූත්‍රය**

ආචාර්ය පුජනීය  
**මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ**

# අපේ ගමන කල් දමන්නේ කුමකටද?

අප සියළු දෙනාම සැතපිල්ල සොයාගෙන යන්නෙමු. සසරෙහි මෙන්ම, අප ලද මෙම මනුෂ්‍ය ජීවිතයෙහි හැඩ ස්වභාවය, ධර්ම මාර්ගයට අවතීර්ණ වී සිටින ඔබ අපට මැනවින් තේරුම් ගත හැකිය. අපට දැන් අවශ්‍ය කරන්නේ, අපේ ගමන යාමට අවශ්‍ය කායික මානසික පරිසරය සකස් කර ගැනීමයි. මේ සඳහා ඒ භාග්‍යවත්, අර්භත් වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ ධර්ම මාර්ගය මනාසේ පිළිපැදීමයි. ධර්මය වෙනත් කුසලය අකුසලය තරමකින් හෝ තේරුම් ගන්නත්, එම මාර්ගය දුෂ්කර යයි හෝ මේ සුදුසු කාලය නොවේ යයි හෝ ගෘහස්ථ ජීවිතවලට පහසු හැතැයි කියා හෝ අපමණ වැඩ කටයුතු ඇතැයි කියා හෝ කල් නොදැමිය යුතුය. සුදුසුම වේලාව නම් මේ මොහොතයි.

මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථයේ දායකත්වය දරන කේ. නිව්ටන් සිල්වා මහත්මා ඇතුළු දූ දරුවන්ටත්, මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය කියවන ඔබටත්, ප්‍රඥා ප්‍රභා සංවිධානයේ සැමටත් නිදුක් නිරෝගී සැපතම වේවා. ඔබ, අප සියළු දෙනාටම උතුම් චතුරායී සත්‍ය ධර්ම අවබෝධය පිණිස මෙම ධර්ම ඥාණයද හේතු වේවා.

උතුම් තුණුරුවන් සරණයි.

මෙයට,  
කාරුණික වූ,  
මිරිස්සේ ධර්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

සිරි සුදස්සනාරාම සදහම් සෙනසුන  
පන්නිපිටිය පාර,  
බත්තරමුල්ල.

2009-11-21  
(ඉල් පුර පසළොස්වක පෝ දින)

“ප්‍රඥා ප්‍රභා”  
සිරි සුදස්සනාරාම සදහම් සෙනසුන  
පන්නිපිටිය පාර,  
බත්තරමුල්ල.

මුද්‍රණය  
පියසිරි මුද්‍රණාලය සහ සමාගම  
අංක 469, අතුරුගිරිය පාර, මාලබේ.  
ෆොන් : 011-2561551

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් මෙම සූත්‍ර දේශනාව දේශනා කරනු ලැබුවේ සැවැත්නුවර ජෛතවනාරාමයේදීය. නිවන ම අරමුණු කරගත් ආර්ය ශ්‍රාවකයෙක් හෝ ශ්‍රාවිකාවක් විසින් මාර්ග සමාධිය, ඵල සමාධිය ලබන්නාවූ ආකාර හෝ ලක්ෂණ හතරක් මම අද දැවසෙහි නුඹලාට විස්තර කොට දේශනා කරන්නෙමි'යි බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරනවා.

**පටිපදා සූත්‍රය**

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
 නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
 නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

**“වතස්සෝ ඉමා භික්ඛවේ පටිපදා කතමා වතස්සෝ?  
 දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා, දුක්ඛා පටිපදා ඛප්පාහිඤ්ඤා,  
 සුඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා, සුඛා පටිපදා ඛප්පාහිඤ්ඤාති”**

දුක් සහිත පිලිවෙත් ඇති ඉක්මන් නොවන හෝ තියුණු නුවණ හැති අභිඤ්ඤා හෙවත් අවබෝධය ලබන එකකි. දුක් වූ පිලිවෙත් ඇති එනමුත් ඉක්මන් හෙවත් තියුණු නුවණ ඇතිව අවබෝධය ලබන එකකි. සුවදායක පිලිවෙත් ඇතිව ඉක්මන් නොවන හෝ තියුණු නුවණ හැති අභිඤ්ඤා හෙවත් අවබෝධය ලබන එකකි. සුවදායක පිලිවෙත් ඇති ඉක්මන් හෙවත් තියුණු නුවණ ඇතිව අවබෝධය ලබන එකකි.

**කාරුණික පින්වතුනි,**

තුණුරුචන් සතු අනන්ත මහා ගුණ බලයෙන් පින්වත් ඔබ හැමදෙනාටම ධර්මාවබෝධය පිණිස කුසල ධර්මයන් වැඩි උතුම් නිර්වාණාවබෝධය පිණිස මේ උතුම් ධර්මානුශාසනාව හේතුවේවා'යි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරන්න කැමතියි.

අද මා අනුශාසනා කරනුයේ අංශුත්තර නිකායේ වතුක්ක නිපාතයේ, පුත්තිපදා වර්ගයෙහි සඳහන් දෙවෙනි පටිපදා සූත්‍රයෙහි ඇතුළත් උතුම් ධර්ම කොට්ඨාශයකි. පටිපදා සූත්‍ර කිහිපයක් ඇසුරු කරගෙනයි (පළමුවෙනි, දෙවෙනි, තුන්වෙනි, හතරවෙනි) මේ දේශනාව පවත්වනු ලබන්නේ.

මෙහි පටිපදාව පිලිබඳව සතර ආකාරයකින් (වතස්සෝ ඉමා) දේශනා කරනවා. මෙහි භික්ඛවේ, (මහණෙනි) යයි ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ භික්ෂු, භික්ෂුණී, උපාසක, උපාසිකා නම් වූ සිවු පිරිසටයි. මේ සතර ආකාරය නම්,

- 01. දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා  
 මෙහිදී “අභිඤ්ඤා” යනු මාර්ග හා ඵල සමාධිය පිලිබඳවයි පැහැදිලි කරන්නේ. දුක් පිලිවෙතින් යුතුව කෙටියෙන් හැත්නම් සෙමින් අවබෝධ කරගත යුතු ආකාරයක් තිබෙනවා.
- 02. දුක්ඛා පටිපදා ඛප්පාහිඤ්ඤා  
 දුක් පිලිවෙතින් යුතුව ඉක්මණින් අවබෝධ කර ගත යුතු ආකාරයක් තිබෙනවා.
- 03. සුඛා පටිපදා දන්ධාහිඤ්ඤා  
 සැපවත් හෙවත් සුවදායී පිලිවෙතක එනමුත් කෙටියෙන් (සෙමින්) අවබෝධ කරගත යුතු ආකාරයක් තිබෙනවා.
- 04. සුඛා පටිපදා ඛප්පාහිඤ්ඤා  
 සුවදායී පිලිවෙතක ඉක්මණින්, තියුණු ලෙස අවබෝධ කරගත යුතු ආකාරයක් තිබෙනවා.

මෙහිදී පටිපදා හතර ලෙස අනුශාසනා කරන්නේ දුක් පිලිවෙතෙහි හෙමින් සහ ඉක්මණින් අවබෝධ කරගන්නා මාර්ග සමාධිය හා ඵල සමාධියයි. සුවදායී පිලිවෙතෙහි හෙමින් සහ ඉක්මණින් තියුණු ලෙස අවබෝධ කර ගන්නා වූ මාර්ග සමාධිය හා ඵල සමාධියයි. ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ සංසාරගත කුසල් මාර්ගය සහ පිලිවෙත් මාර්ගය එයට හේතුවන බව අපට නිගමනය කරන්න පුළුවනි.

මෙහිදී මාර්ගය හා ඵල සමාධිය පිළිබඳ අරමුණක් දක්වා තිබෙනවා. පින්වතුන් පටිපදා ඝාතන දස්සනයෙන්, මාර්ගයත්, ඝාතන දස්සනයෙන්, සමාධියත් අරමුණු කරනවා.

**අපි විසුද්ධි මාර්ගයෙහි ගමන් කරන්නේ, මේ ආකාරයටයි.**

- ★ ශීල විශුද්ධිය
- ★ චිත්ත විශුද්ධිය
- ★ දිට්ඨි විශුද්ධිය
- ★ කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය
- ★ මග්ගාමග්ග ඝාතනදස්සන විශුද්ධිය
- ★ පටිපදා ඝාතනදස්සන විශුද්ධිය
- ★ ඝාතන දස්සන විශුද්ධිය

මේ මාර්ගයේ ගමන් කර ඒ අවබෝධයෙන් ලබන ඵලයයි. එනම් සංයෝජන ධර්ම එකින් එක බිඳ හරිමින් සෝවාන් ආදී මාර්ගයන් ඔස්සේ ඵලයට ළඟාවෙනවා. එයයි මාර්ග ඵල අවබෝධයයි සඳහන් කළේ. (සෝවාන් මාර්ග, සෝවාන් ඵල ආදී) සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිචිජා, සීලබ්බත පරාමාස යන මේ ත්‍රිවිධ සංයෝජනයන් ඉවත් කරන (බැහැර කරන) මාර්ගයෙහි ගමන් කරනවා. භාවනාවේදී පැහැදිලි කළ ආකාරයෙන් සතියේ පිහිටා අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්ම මෙහෙහි කරමින්, මගේ නොවෙයි, මම නොවෙමි, ස්ථිර සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක්, ආත්මයක් නොවේ යන අදහසින් අත්හරිමින් ගමන් කරන්නේ. අත්හරිමින්, අවබෝධයෙන්, සතියේ පිහිටා, ඒ මාර්ගයේ ගමන් කරමින් සක්කාය දිට්ඨි ආදී සංයෝජන ධර්ම බැහැර කළ විට ඵලය ලැබෙනවා.

**එසේ නම් මේ මාර්ගය හා ඵලය පිළිබඳව හතර ආකාරයකින් බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කළා.**

- ★ දුක්ඛදායක පිළිවෙතක සෙමින් ලබනවා.
- ★ දුක්ඛදායක පිළිවෙතක ඉක්මණින් තියුණු ලෙස ලබනවා.
- ★ සුඛදායක පිළිවෙතක හෙමින් ලබනවා.
- ★ සුඛදායක පිළිවෙතක ඉක්මණින් ලබනවා.

මෙහි සඳහන් වන පටිපදා හතරින් දේශනා කරන පළමු කරුණ වීග්‍රහ කර බලමු.

**01. දුක්ඛ පටිපදා දන්ධානිඤ්ඤා**

මෙහි දන්ධා යනු සෙමින් යන අදහසයි. (මෘදු පිළිවෙතක්), දුක් සහිත පිළිවෙතක හෙමින් ගමන් කරමින් මේ අනිඤ්ඤාව (මාර්ග ඵල, සමාධිය) ලබන්න පුළුවන් කම ලැබෙන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කර දේශනා කරනවා, හික්ෂු, හික්ෂුණී, උපාසක, උපාසිකා (මව් කෙනෙකුට, පිය කෙනෙකුට, දියණි කෙනෙකුට, පුතණු කෙනෙකුට) යන මේ සෑම කෙනෙකුගේම සිත තුළ ස්වභාවයෙන් පවතින එනම් සංසාර ගමනේ රැගෙන පැමිණි අනුසය ධර්ම පවතිනවා. මෙලෙස රැගෙන පැමිණි අප්‍රකට පවත්නා රාගාදී අනුසය ධර්මද මුල්කරගෙන, ස්වභාවයෙන් පවතින රාගයද තිබෙනවා. එය ඇලීමයි. ස්වභාවයෙන් පවතින ද්වේෂය තිබෙනවා. ස්වභාවයෙන් පවතින මෝහය තිබෙනවා. මේ ස්වභාවයෙන් පවතින රාගය, ද්වේශය නම් වූ තර්භව, මෝහය නම් වූ මුලාව නිසා, නිරන්තරයෙන් රාගයෙන් උපදින ද්‍රෝමිනසින් යුතුව කාලය ගත කරනවා. නිරන්තරයෙන් හටගන්නා ද්වේෂය නිසා ද්‍රෝමිනසින් යුතුව කාලය ගත කරනවා. ස්වභාවයෙන් පවතින මෝහය නිසා ද්‍රෝමිනසින් යුතුව කාලය ගත කරනවා. මේ නිසා පඤ්ච බල ධර්ම වැඩෙන්නේ සෙමින්. මේවා පවතින්නේ මෘදුවයි. ඉතාම මෘදුව පැවැතීම නිසා මාර්ග සමාධිය ලබන්නේත් බොහෝම සෙමින්. ඵල සමාධිය (අවබෝධය) ලබන්නේත් බොහෝම සෙමින්.

- පඤ්ච බල ධර්ම:-**
- ශ්‍රද්ධා බලය
  - වීර්ය බලය
  - සති බලය
  - සමාධි බලය
  - ප්‍රඥා බලය

මේ බල - ධර්ම හෙමින් වැඩීම නිසා අවබෝධ වෙන්නේ බොහෝම හෙමින්. එනම් කල්ගත වීමෙන්.

තවදුරටත් මෙය පැහැදිලි කරමු. දුක්ඛා පටිපදා දන්ධානිඤ්ඤා - දුක් පිළිවෙතක හෙමින් ලබන මේ අනිඤ්ඤාය (අවබෝධය) කුමක්ද?

ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරන්න ඕනෑකම තිබෙනවා. කැමැත්ත තිබෙනවා. ඒ වගේම සිලයේ පිහිටා සිටිනවා. සමාධිය දියුණු කරගන්න ඕනෑකම තිබෙනවා. එනමුත් ස්වභාවයෙන් පවතින ඒ රාගය නිසා ද්වේශයට පත්වෙලා, ඒ ද්වේශය නිසා ද්වේශයට පත්වෙලා. ඒ මෝහය නිසා ද්වේශයට පත්වෙලා. සසර ගමනේ රැගෙන පැමිණි ඒ ඇලීම නිසා නිරන්තරයෙන් සිතුවිලි පහළ වෙනවා. ඇලීමත් සමගම සිත මුල්වෙලා, ඇස මුල්වෙලා. ඇස මුල්කරගෙන රූපයක් හට ගන්නා විට එතන ඇලෙනවා, ඇලීමෙන් මිඳෙන්න බොහොම කල් ගත වෙනවා. ඒ වගේම අපහසුයි. අර රාගය නිසා ද්වේශයෙන් පසුවෙනවා යයි සඳහන් කළේ ඒ අවස්ථාවයි. සිලයෙහි පිහිටා සිටීමත් සමාධිය දියුණු කරගන්න උත්සාහ කරනවා.

**නමුත්, වක්ඛුංච පටිච්ච රූපේ උප්පජ්ජති වක්ඛු විඤ්ඤාණං  
තිණ්ණං සංගති චස්සෝ - චස්ස පච්චයා වේදනා  
වේදනා පච්චයා තණ්හා**

මේ ආකාරයෙන් ඇසෙහි රූපය හට ගැනීමෙන්, ඇසට රූපය හමුවීමෙන් වක්ඛු විඤ්ඤාණය පහළ වෙනවා. මේ තුන එකතුවීමෙන්, (ඇසයි, රූපයයි, වක්ඛු විඤ්ඤාණයයි) ස්පර්ශයෙන් විදීම හටගෙන, (සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛම සුඛ) ඒ විදීම නිසා තෘෂ්ණාව හටගන්නවා. ද්වේශය නම් මෙහි සෝක, වේදනා, පර්දේව, උපායාස ආදී ලෙසින් බොහොම ද්වේශයින් යුතුවයි කාලය ගත කරන්න වෙන්නේ. ඒ රාගයෙන් ඇළුණු රූපයට, රාගයෙන් ඇළුණ හඬට, ආඝ්‍රාණයට, රසයට, ස්පර්ශයට හා ඇතිවුණු සිතුවිලි නිසා හිත හදාගන්න, ඉන් නිදහස් වෙන්න කල් ගත වෙනවා. කාලයක් පුරා කල්පනා කරමින් සිටිනවා. ඒ නිසා සමාධිය දියුණු කරගන්න අපහසුයි. යම් විටෙක කායිකව සහ වාචිකව සිලයට බාධාවක් වෙන්න පුළුවනි. රූපාදී අරමුණු වල ඇලීම නිසා කායිකව සහ වාචිකව ඇති කරගත් සංවර කම බිඳෙන්න පුළුවනි.

රූපයෙහි ඇලීම නිසා එය නැතුව බැහැ. එය ලබන්න ඕන. ලබා ගන්නත් අත්හැරලා යනවා, වෙනස් වෙලා යනවා. හිත නොසන්සුන් වෙලා. එකඟ කරගන්න අපහසුයි. සමාධිය පවත්වන්න අපහසුයි. මම කෙලෙසද සිත හදාගන්නේ. මේ නිසා ද්වේශයෙන් යුතුව කාලය ගත කරනවා. මෙසේ වන්නේ අර ඇළුණු රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ ධර්ම නම් වූ සිතුවිලි නිසයි. දුක්ඛදායක පිළිවෙතක් යයි සඳහන් කළේ මෙයයි පින්වතුනේ. **දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාතිඤ්ඤා යයි සඳහන් කළේ මේ අවස්ථාවයි.**

ද්වේශය ගැන කල්පනා කළහොත් ස්වභාවයෙන් ම පවතින ද්වේශය තිබෙනවා. මේ නිරන්තරයෙන් ම සිතේ පවතින ද්වේශය නිසා ද්වේශයට පත්වෙනවා. සිලයෙහි පිහිටා සමාධිය දියුණු කරගන්න උත්සාහ ගන්නවා. ඒ වුණාට බොහෝ තරහ යනවා. එහෙම නැත්නම් තරහ එනවා කියනවා. මම දන්නේ නැහැ මට මොනව වෙලාද කියලා. කෙලෙස් බැහැර කරගන්න සියළු දේම කරගන්න පුළුවනි. ඒ වුණත් මම කොහොමද මගේ හිත තරහවෙත් ඉවත් කරගන්නේ.

රූපය මට ඕන විදියට පවතින්නේ නැතිනම් මම එතන ගැටෙනවා. විටෙක මට ලබාගන්න බැහැ. අන්සතු දේ ලබාගන්නත් මට ඕන විදියට පවතින්නේ නැහැ. එය විපතක් ලෙස දැනෙනවා. එතන දී ගැටෙනවා. එය තරහව.

ඒ වගේම ශබ්දයට මම කැමතියි. නමුත් ලබන්න බැහැ. මට ඇහෙන්නේ ඇකැමති දේවල්, ඒ හඬ මට නපුරක්, විපතක්, මට දෝස්කීමක්. පරූප වචනයෙන් බැණ වැදීමක්. මේවා අහන විට - ඇහෙන විට මගේ හිතේ තරහ ඇතිවෙනවා. පාලනය කර ගන්න බැහැ. ස්වභාවයෙන් පවතින ද්වේශය නිසා ද්වේශයෙන් යුතුව කාලය ගත කරනවා. ඒ ද්වේශය කාලයක් පුරා රැඳෙන්න පුළුවනි. ඒ හඬට මම ඇකැමතියි. යම් විටක කැමති වූ හඬ අයිති කර ගන්න නොහැකි වූ විටත් තරහ ඇති වෙනවා. තමන්ට අයිති නොවී වෙනත් කෙනෙකුට අයිති වේ යයි යන හැඟීම තුළ තරහ ඇතිවෙනවා. ප්‍රධාන වශයෙන් තරහව ඇතිවෙන්නේ ඇකැමති රූපය වගේ ම ඇකැමති හඬ සමග ගැටෙන විටයි. ඒ නිසා සිතේ ඇති වූ තරහව දරාගන්න බැහැ. පාලනය කරගන්න බැහැ. මතකයේ රැඳිලා තිබෙනවා. මතක් වෙන හැම මොහොතක හිතේ හට ගන්නේ ද්වේශ සහගත අකුසල වේතනා වෛතසිකයි.

පින්වතුනි, දෝෂ මූලික අකුසල වෛතසික බලවත් ව වැඩුණොත් ධර්ම මාර්ගයට බොහොම බාධාවක් වෙන්න පුළුවනි. සසර ගමනේ සතර අපායට ම ඇද දමන්න පුළුවනි. ද්වේශයෙන් යුතුවයි කාලය ගත කරන්නේ. ඒ වගේම ස්වභාවයෙන් පවතින මෝහය (මූලාව) නිසා ද්වේශයෙන් කාලය ගත කරන්න වෙනවා. මේ ලෝකයේ කිසිවක් ස්ථිර නැහැ.

ඇස ආදී ඉහළියන් ගෙන් අරමුණු කර ගන්න රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම ආදී අරමුණු අස්ථිරය. ඒ වුණාට මට එහෙම හිතෙන්නේ නැහැ. හිතන්නත් බැහැ. මට අයිති නෑ. වෙන කෙනෙකුට අයිති වෙනවා

කියලා හිතන්නත් බැහැ. ඇළුණු දේ දිරාගෙන යනවා, නැතිවෙලා යනවා කියලා මට හිතාගන්න බැහැ. මට හිතෙන්නෙම ස්ථිරයි, මගේ කියලා. ස්වභාවයෙන්ම පවතින මේ මූලාව අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත නම් වූ ත්‍රි ලක්ෂණ ඔස්සේ මෙනෙහි කරගන්න බැරි වුණාම, සමාධිය දියුණු කරගන්න බැරි දොමනසින් කාලය ගත කරනවා. මට අයිති නැහැ, ස්ථිර නොවේ, සදාකාලික නොවේ යනුවෙන් දැන ගන්නත් මට එය අවබෝධ කරගන්න බැහැ. මගේ සිත තදින් ම බැඳිලා තිබෙනවා, ඇලිලා තිබෙනවා. එයට හිතේ මුල් තැනක් ලැබිලා තිබෙන නිසා කොහොමද මම හිතෙන් ඉවත් කරන්නේ. මේ නිසා දොමනසින් යුතුවයි කල් ගත කරන්නේ. ඉතාම පැහැදිලියි, දුක්ඛා පටිපදා දන්ධානිකද්දා (දුක් සහිත පිලිවෙතක හෙමින් නමුත් මේ අවබෝධය ලබන්න උත්සාහ කරනවා.)

මෙහිදී පින්වතුනේ, ශුද්ධා, වියඪී, සති, සමාධි, ප්‍රඥා නම් වූ මේ බල ධර්ම වැඩෙන්නේ හෙමිහිටියි, මෘදුවයි. බලවත් ලෙස වැඩෙන්නේ නැහැ. රාග, ද්වේශ, මෝහ ආදී කෙලෙස් තිබෙන නිසා දොමනසට පත්වෙලා. ඒ නිසාම ශුද්ධා, ශීල, වාග, ප්‍රඥා බලවත් ලෙස වඩන්න (දියුණු කරන්න) අපහසු වෙනවා. ශුද්ධාව වැඩෙන්නේ බෙහොම අපහසුවෙන්.

**“යො සද්ධො හෝති සද්දහති තථාගතස්ස ඛෝධං, ඉතිසෝ භගවා අරහං....”**

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ඛෝධය නම් වූ උතුම් වූ වතුරායඪී සත්‍ය ධර්මය කෙරෙහි අවබෝධයෙන් ලබන පැහැදීම ඉතා ම අඩුයි. ශුද්ධාව බොහොම අඩුයි. රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් මග අහුරනවා වෙන්න පුළුවනි. රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් නිසා හටගත් දොමනස නිරන්තරයෙන් සිතෙහි පවතින නිසා ම කුසලයට ළංවෙන්න, අප්‍රමාදය පුරුදු කරන්න, තිබෙන වියඪී අඩුවෙනවා. දොමනසින් යුතුව සිටින කෙනෙකුට රාග, දෝෂ, මෝහ නිසා කෙලෙස ද කුසලයට ළංවෙන්නේ? ඊතමිද්ධියට ළංවෙලා. ප්‍රමාද ස්වභාවයට පත්වෙලා. උද්ධච්ච-කුක්කුච්ච (සිතේ නොසන්සුන්කම, පසුතැවීමට) අවස්ථාවට පත්වෙලා. යම්විටෙක ශාස්තෘන් වහන්සේ කෙරෙහි පවා, කුසල - අකුසලය කෙරෙහි පවා සැක පහළ වෙලා. මේ හේතු නිසාම මාර්ගයට බාධාවක් ඇති වී තිබෙන්නේ. එනමුත් මාර්ගය තුළ ගමන් කළ යුතුය. මේ මාර්ගයෙහි ගමන් කරමින් ම ධර්මය පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබන්න ඕන. ඒ නිසා ම හෙමින් හෙමින් නමුත් ගමන් කරමින් අවබෝධය ලබන්න උත්සාහ දරනවා.

**‘එයයි දුක්ඛා පටිපදා දන්ධානිකද්දා’**

යම් විටෙක දරුවෝ කෙරෙහි, යම් විටෙක පවුල් පරිසරය කෙරෙහි, යම් විටෙක ධනය වස්තුව හෝ කුමක් හෝ ලෝකික වස්තූන් කෙරෙහි හිතේ ඇලීමක් හෝ ගැටීමක් තිබෙනවා. මේ නිසා සිත විටෙක රිදීමට පත්වෙනවා. දුක්ඛ වේදනාව, සුඛ වේදනාව, අදුක්ඛම සුඛ වේදනාව යනුවෙන් වේදනාව තුන් ආකාරයි. මෙහි සඳහන් කරන්නේ දුක්ඛ වේදනාව ගැනයි. මගේ හිත රිදිලා. බලාපොරොත්තු සුන්වෙලා, මට උවමනා විදියට මේ කිසිවක් සිදුවන්නේ නැහැ. මෙයයි දොමනස ලෙස සඳහන් කළේ. බලාගත් අත බලාගෙන ඉන්නවා. සමාධිය දියුණු කරගන්න අවස්ථාවක් සැලසෙන්නේ නැහැ. එහෙම වුණත් මම දන්නවා මේ දේවල් සදාකාලික නැහැ කියලා.

මේ ලෝකේ සවිකද්දාණාක, අවිකද්දාණාක සෑම වස්තුවක්ම සංස්කාර හට ගන්නා වගේම වෙනස් වෙලා නැතිවෙලා යනවා. ඒ නිසා මේ ධර්මය දකින්න ඕන. ඇලීම, බැඳීම බලවත් නිසා මගේ හිත රිදිලා තිබෙන්න. නමුත්, හැම වස්තුවකින් මට අත් වෙන්න සිදුවන බව දන්නවා. අමතක කරන්න අපහසුයි. දුක්ඛ වේදනාවට පත්වෙලා තියෙන්නේ.

මම, මගේ යන මේ ස්කන්ධ, ධාතූ, ආයතනයන්ගෙන් හැදුණු නාම-රූප ධර්ම (පුකද්දකය) ස්ථිර වස්තුවක් නොවෙන බව, සදාකාලික නොවන බව දන්නවා. ඒ වගේම මේ සිත ඇලිල තිබෙන මේ සවිකද්දාණාක හෝ අවිකද්දාණාක සෑම වස්තුවක් ම සදාකාලික නොවේ, ස්ථිර නොවේ යන බවත් හොඳටම දැනෙනවා. ඒ නිසා ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සිත සකස් කර ගන්න ඕන. ඒ වගේම ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඇලීම බැඳීම දුරු කරන්න ඕන. අවබෝධය ලබා ගන්න ඕන.

දොමනස පවතින නමුත් එයින් අත්මිදෙන්න උවමනාව තිබෙනවා. දොමනස පැවතීම නිසා **ශුද්ධා, වියඪී, සති, සමාධි, ප්‍රඥා** බල ධර්ම හෙමින් වැඩෙනවා. (මෘදුවෙන් පහළ වෙනවා) නමුත් අවබෝධයට ටිකෙන් ටික ගමන් කරනවා.

එයයි, දුක්ඛා පටිපදා දන්ධානිකද්දා යනුවෙන් ධර්මයෙහි පැහැදිලි කළේ. මේ නිසාම මෙම ශ්‍රාවකයා හෝ ශ්‍රාවිකාව එම පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් මෘදු තත්වයෙන් කෙලෙස් නැති කිරීම පිණිස ආනන්තරික හෙවත් මාර්ග ඥාණය ද අනතුරුව හට ගන්නා ඵලය නම් වූ මාර්ග සමාධිය නොඉක්මවා

පැමිණේ. මෙය දැක් සහිත වූ තියුණු නොවූ 'අභිඥා' හෙවත් අවබෝධය යයි කියනු ලැබේ.

පින්වතුනි, දෙවනුව සඳහන් කරනවා.

**02. 'දුක්ඛා පටිපදා ඛේපාභිඤ්ඤා'**

මෙහි ඛේපා යනුවෙන් සඳහන් කරන්නේ ඉක්මණින් ලබන අවබෝධය ගැනයි. ඛේපාභිඤ්ඤා යයි මෙතන සඳහන් කළේ ඉක්මණින්ම අවබෝධය මාගීඵල, සමාධිය ලබන්න පුළුවනි. ස්වභාවයෙන් පවතින රාගය තිබෙනවා, ද්වේෂය තිබෙනවා, මෝහය තිබෙනවා. ඒ ස්වභාවයෙන් පවතින රාගය, ද්වේෂය, මෝහය නිසා දොමනසින් යුතුව කාලය ගත කරනවා.

ශුද්ධා, වීය්ඝී, සති, සමාධි, ප්‍රඥා යන බල ධර්ම ඉක්මණින් දියුණු කර ගන්න පුළුවනි. මෙම ආය්ඝී ශ්‍රාවකයා හෝ ශ්‍රාවිකාව බහුල ලෙස පුරුදු කරන ලද පඤ්ච බල ධර්මයන්ගෙන් යුක්ත නිසා දැක් පිළිවෙතෙහි නමුත් ඉක්මණින් හෙවත් තියුණුව කෙළෙස් නැසීම පිණිස ආනන්තරික මාගී සමාධියට පැමිණෙනවා. මුල් කොටසේදී පැහැදිලි කළා, දුක්ඛ පටිපදාවේදී ස්වභාවයෙන් පවතින රාග, දෝෂ, මෝහ නිසා දොමනස හටගන්නවා. සතර මහා ඕසයන්ට (කාම, භව, දිට්ඨි, අවිජ්ජා) මුහුණ දන්නත්, මහා නිර්හිත පුරුෂයෙක් රළු පහරවලට නොබියව මුහුණ දෙමින් රළු පහර අතරින් පිහිනමින් ඉදිරියටම යන්නා සේ, ස්වභාවයෙන් පවතින රාග, ද්වේෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් නිසා දොමනස පහළ වුණත් (දොමනස පහළ වෙන්න පුළුවන් නිසා, සසර ගත පුරුදු නිසා, සසර ගමනේ දීර්ඝ කාලයක් පුරුදු කරන ලද රාගාදී වර්ත ලක්ෂණ නිසා) ඒවාට මුහුණ දෙමින් ඒ දොමනස විඳිමින් බලවත් සේ ශුද්ධා, වීය්ඝී, සති, සමාධි, ප්‍රඥා යන මේ බල ධර්ම දියුණු කරගන්නවා. දියුණු වෙනවා.

තට්ඨාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ඒ වතුරාය්ඝී සත්‍යය ධර්මය කෙරෙහි ශුද්ධාව පවතිනවා. ඒ ශුද්ධාව නිසා මහත් වූ කැමැත්තකින් අප්‍රමාදීව කුසලයට ළංවෙනවා, වීය්ඝීය තිබෙනවා, එය සතර සමයක් පදනම් වීය්ඝීය හැටියටයි සඳහන් කළේ.

**"ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු උප්පන්නානං කාම චතක්කං නාධි වාසේති පජභති විනෝදේති ඛ්‍යන්ති කරෝති අනභාවං ගමේති"**

මෙයින් සඳහන් කරන්නේ යම්කිසි භික්ෂුවකට කාම චිත්තකයක් ඇති වුණාම ඉවසන්නේ නැහැ. උත්සාහ කරලා, ඉවත් කරනවා. ඇත් කරලා දානවා. ඒ වගේම බලවත් සේ උත්සාහ දරනවා උගුලලා දමන්න. පැත්තකටම ගලවලා විසිකරලා දානවා.

**"අනුප්පානං පාපකානං අකුසලානං ධම්මානං අනුප්පාදය ඡන්දං ජනේති, වායමති, විරියං අරහති, චිත්තං පග්ගණ්භාති, පදනති"** යයි සඳහන් කළ ආකාරයට, මේ භික්ෂුව හෝ භික්ෂුණිය, උපාසිකාව හෝ උපාසක තෙම, නිරන්තරයෙන් උත්සාහ දරනවා. ඒ නූපන්නාවූ අකුසල ධර්ම (අනුප්පන්නානං පාපකානං අකුසලා නං ධම්මානං) බැහැර කරන්නට කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. වීය්ඝී කරනවා, ඒ වගේම වීය්ඝීයෙන් ආරම්භ කරනවා (විරියං ආරහති) සිතේ මුල් තැනක් දී, සිත ඔසවා තබා කටයුතු කරනවා. (චිත්තං පග්ගණ්භාති පදනති). ඒ කුමක් වෙනුවෙන්ද?

- ★ නූපන් අකුසල ධර්ම නූපදවන්න.
- ★ උපන් අකුසල ධර්ම බැහර කරන්න.
- ★ නූපන් කුසල ධර්ම උපදවන්න.
- ★ උපන් කුසල ධර්ම වැඩි දියුණු කරන්න.

මේ ආකාරයෙන් වීය්ඝී දියුණු කරනවා. ස්වභාවයෙන් පවතින රාග, දෝෂ, මෝහ කෙලෙස් නිසා දොමනසට පත්වෙලා. එනමුත් ශුද්ධාව දියුණු කරනවා. ඒ වගේම සතර සමයක් පදනම් වීය්ඝීය දියුණු කරගෙන වීය්ඝීයෙන් යුක්තව කටයුතු කරන්න උත්සාහ කරනවා. ඒ වගේම ස්මෘතිය, (සතිය) මනාව දියුණු කරලා සමාධිය දියුණු කරගෙන ඉදිරියට යමින් ප්‍රඥා අවබෝධයට ළඟාවෙනවා. ඉක්මණින් ම අවබෝධය ලබන්න පුළුවනි. (ඛේපාභිඤ්ඤා) යන අදහස සඳහන් කළේ එතනයි.

**දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාභිඤ්ඤා - දුක් පිළිවෙතෙහි හෙමින් අවබෝධ ලබනවා**  
**දුක්ඛා පටිපදා ඛේපාභිඤ්ඤා - දුක් පිළිවෙතෙහි ඉක්මණින් අවබෝධය ලබනවා**

මේ පඤ්ච බල ධර්ම වැඩෙන ආකාරය අනුව, මාර්ග සමාධියේ ඵලය ලබන්න සෙමින් නමුත් ඉක්මණින් අවබෝධය ලබනවා.

**03. සුඛ පටිපදා දන්ධානිකද්ඤා**

සුවදාසී පිලිවෙතක සෙමින් මේ බල ධර්ම දියුණු කරගෙන අවබෝධය ලබනවා. මේ තුන්වෙනි අවස්ථාවයි. මෙහි සුවදාසී පිලිවෙතක් යනුවෙන් සඳහන් කළේ ස්වභාවයෙන් පවතින රාගය වැඩෙන්නේ නැහැ. ඒ රාගය බැහැර කරන්න උත්සාහ ගන්නවා. ස්වභාවයෙන් ඇතිවුණ ඒ රාගය නොපැවතීම නිසා පින්වතුනේ, ද්වේශය නොපැවතීම නිසා ද්වේශයෙන් නැහැ. මෝහය නොපැවතීම නිසා ද්වේශයෙන් නැහැ. අනුසය ධර්මයක් ලෙස ස්වභාවයෙන් රාගය පවතිනවා. නමුත් රාගය පැවතුනත් එය බැහැර කරනවා. ඒ නිසා ද්වේශය නොව උපේක්ෂාවයි. ස්වභාවයෙන් පවතින ද්වේශය තිබෙනවා. නමුත් ද්වේශය බැහැර වෙනවා. ඒ නිසා ද්වේශය නොව උපේක්ෂාවයි. ස්වභාවයෙන් පවතින මෝහය තිබෙනවා. නමුත් මෝහය බැහැර වෙනවා, බැහැර කරනවා. ඒ නිසා ද්වේශය නොව උපේක්ෂාවයි.

මෙතන තරමක් පැහැදිලි කරමු. “මගේ හිත ඇලෙනවා” මෙහි ඇලීම යනු ලෝභය හෝ රාගය තිබෙනවා. පරමාර්ථ ධර්මය මෙතෙහි කරනවා. සම්මුතියට අනුව මම මගේ කියලා ස්ථිරයි යනුවෙන් කටයුතු කළාට මම මටවත් අයිති නැහැ. එය මගේ නොවන බව එනම් එය සෑදී ඇත්තේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ, ධාතු ආයතනයක් ගෙනි. මෙය ප්‍රත්‍යයෙන් ඇතිවුණ දෙයක්. පඨවි ආදී ධාතූන්ගෙන් හටගත් දෙයක්. ප්‍රත්‍යයෙන් හටගත්, ප්‍රත්‍යයෙන් කරන ලද හැම දෙයක්ම ඇතිවී නැතිවී යනවා. මම කියලා හඳුන්වන මේ ශරීර කුඩුවත් ඒ වගෙයි.

මගේ යනුවෙන් ඇලීම ඇතිවන පවුල් පරිසරය පටන් සවිඤ්ඤාණාක හෝ අවිඤ්ඤාණාක කුමන වස්තුවක් කෙරේ මගේ යැයි සඳහන් කළත් එය මට අයිති නැහැ. හටගන්නා සේම වෙනස් වෙලා අනාසාකාර ස්වභාවයකට පත්වෙලා, නැතිවෙලා යනවා. මේ ස්වභාවය නුවණින් දැකලා අත් හරිනවා. දැන් ද්වේශයක් නෑ උපේක්ෂාවයි.

ඇලීමක් හට ගන්නා. හැම ඇලීමක් ම ශෝකයකට හේතුවන බව දැනගෙන සම්මුතියේ කටයුතු කරමින් පැවැත්ම පිණිස නිතෙන් අත්හැරීමේ අවබෝධය (පටිනිස්සග්ගය) තිබෙනවා. ඒ අවබෝධය ලැබුවේ අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත නම් වූ ත්‍රිලක්ෂණ ධර්ම මෙතෙහි කිරීමෙනුයි. දැන් ද්වේශයට

ඉඩක් නැහැ සොමිනසයි පවතින්නේ. සොමිනස යනුවෙන් සඳහන් කළේ නිරාමිස ප්‍රීතිය නිසා සිතේ ඇතිවන සංසිද්ධිය. එසේ නැතුව සොමිනස යනු අත්පුඩි තලා සතුටුවන ස්වභාවය හෝ මම දිනුවා, මට ලැබුණා, මගේ, මගේ කියන හඬ ඔස්සේ සිතෙහි පහල වන සිතුවිලි, වෛතසික පිටතට හඬ ගා සඳහන් කරන වදන් පෙළ නොවේ. එනම් නිරාමිස ප්‍රීතියයි. මෙහි සොමිනස යැයි සඳහන් කළේ ඇලීමෙන්, නිදහස් වීම නිසා ඇතිවන ස්වභාවයයි. මෙසේ සොමිනසින් පහළ වුණා රාග, දෝෂ, මෝහ යටපත් වෙලා, බැහැර වෙලා යන නමුත් ශුද්ධා චීරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා වැඩෙන්නේ හෙමිහිටයි.

ඔබේ හිත පුශ්ණා කරන්න පුළුවනි, දුක්ඛ දායක පිලිවෙතක (දුක්ඛා පටිපදා බිජ්ජානිකද්ඤා) ගමන් කරලත් ඉක්මනින් පඤ්ච බල ධර්ම දියුණු කරගන්න පුළුවන් වුණා. මේ සුවදාසක පිලිවෙතක සිට රාග, ද්වේෂ, මෝහ කෙලෙස් හටගත් නමුත් ඒවා පාලනය කරගෙන, බැහැර කරගෙන සොමිනසින් යුතුවයි සිටින්නේ. එහෙත් පඤ්ච බල ධර්ම වැඩෙන්නේ නැත්තේ ඇයි?

හේතුව නම් ඒවා දියුණු වෙන්නේ සෙමින්, සසර ගත පුරුදු අනුවයි. තමා විසින් වඩනා ලද සමාධිය පුරුද්ද අනුවයි. දැන් පුරුදු කරන ලද මේ ජීවිතයේ ඇලීම, බැඳීම, ගැටීම් මුලාව දැනගෙන ඒවා පරමාර්ථ ධර්ම ඔස්සේ මෙතෙහි කරලා අත්හරින්න පුරුද්ද තිබෙනවා. නමුත් පඤ්ච බල ධර්ම දියුණු කර ගැනීමේ අවස්ථාව ඇතිවී තිබෙන්නේ බොහොම සෙමින්. ඒ නිසයි **සුඛ පටිපදා දන්ධානිකද්ඤා** යනුවෙන් සඳහන් කළේ. (සුඛ පටිපදාව නමුත් අවබෝධ වන්නේ හෙමිනුයි.) ශුද්ධා, චීරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා මේ බල ධර්ම වැඩෙන්නේ සෙමින්.

**04. සුඛ පටිපදා බිජ්ජානිකද්ඤා**

මේ හතරවෙනි අවස්ථාවයි. රාගය හටගන්නවා. මෙය තේරුම් අරගෙන ද්වේශයක් බවට පත් නොකොට ගෙන එයින් නිදහස් වීමෙන් ලබන සැනසීම ලබනවා. ද්වේෂය ස්වභාවයෙන් ම පවතිනවා. ද්වේශය හඳුනාගෙන පාලනය කරගෙන ඉවත් කරගෙන ද්වේශයට හසුනොවී එය නිරාමිස ප්‍රීතියක් බවට පත් කර ගන්නවා.



ස්වභාවයෙන් පවතින මූලාව (මෝහය) තිබෙනවා. ඒ මූලාව මැනවින් හඳුනාගෙන එය පාලනය කර ගන්නවා. යටපත් කර ගන්නවා. ඒ වගේම එය බැහැර කරනවා. එතන හිඳහසක් තිබෙනවා. එනම් හිතේ ඇතිවන මිදීම, සැනසිලීම. මේ සොම්නය ඔස්සේ ශ්‍රද්ධා, චිරය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා යන මේ බල ධර්ම ඉක්මණින් අවබෝධය පිණිස (බිජ්ජාතිකද්දා) මාර්ග ඵල සමාධිය පිණිස, දියුණු කරගන්න තරම් ශක්තියක් තිබෙනවා.

මේ කරුණු හතර නැවතත් මෙනෙහි කරමු.

- ★ දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාතිකද්දා
- ★ දුක්ඛා පටිපදා බිජ්ජාතිකද්දා
- ★ සුඛා පටිපදා දන්ධාතිකද්දා
- ★ සුඛා පටිපදා බිජ්ජාතිකද්දා

මේ සතර ආකාර ප්‍රතිපදාවෙන්ම අවබෝධය ලබන්න පුළුවනි. එනම් මේ ආකාර සතරින් ම මාර්ග සමාධිය, ඵල සමාධිය ලබන්න පුළුවනි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මේ ධර්මය වඩාත් හොඳින් අවබෝධ කළ යුතු නිසා දෙවන පටිපදා සූත්‍ර දේශනාව පැහැදිලි කළා. තව කරුණු කොටසක් එකතු කරමින් තෙවෙනි පටිපදා සූත්‍ර දේශනාව දේශනා කරනවා.

**දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාතිකද්දා යයි සඳහන් කරන්නේ කුමක්ද?**

මහණෙනි, හික්ෂු, හික්ෂුණි, උපාසක, උපාසිකා නම් වූ සිවු පිරිසටමයි, තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ “මහණෙනි” යයි ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ. මෙහිදී භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පැහැදිලි කරන්නේ, ආයඤ්ඤාවකයෙක් හෝ ශ්‍රාවකාවක් අශුභය වඩමින්, ආහාරයෙහි පිලිකුල දකිමින්, මුළු ලොවෙහිම නො ඇලෙමින් සියළු සංස්කාර ධර්මයන් කෙරේ අනිත්‍ය දකිමින් වාසය කරයි. ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සිතට මරණ සංඥාව පහළ වෙයි. **ශ්‍රද්ධාව, නිර්** හෙවත් පාපයට ඇති ලජ්ජාව, **ඔතප්** හෙවත් පාපයට ඇති බිය, **චිරය, ප්‍රඥා** නම් වූ පඤ්ච ශෛක්ෂ බලයන් ඇසුරු කරගෙන වාසය කරයි. **ශ්‍රද්ධා, චිරය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා** නම් වූ ඉන්ද්‍රියයන් මෘදුව පහළ වෙයි. මෙම පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන්ගේ මෘදු බව නිසා කෙලෙස් නැසීම ආනන්තරික මාර්ග සමාධියට ඔහු හෝ ඇය පැමිණෙන්නේ දුර්වලය. එනම් ඉක්මන් හෝ තියුණු බවෙන් නොවෙයි.

ස්වභාවයෙන් ම පවතින රාගය, ද්වේශය, මෝහය තිබෙනවා. මේ රාග, ද්වේශ, මෝහ නිසා දොම්නසින් යුතුව කාලය ගත කරනවා. මෙහිදී බුදුරජාණන් වහන්සේ සේඛ ධර්ම (සේඛ බල) ගැන සඳහන් කරනවා.

**සේඛ බල**

- ★ ශ්‍රද්ධා
- ★ නිර්
- ★ ඔතප්
- ★ සමාධි
- ★ ප්‍රඥා

දුක්ඛදායී පිලිවෙතක් නමුත් සේඛ බල වැඩෙනවා. සේඛ බල ආශ්‍රය කරනවා. නිර් - ඔතප් (පාපයට අකුසලයට ඇති බිය හා ලජ්ජාව) ආශ්‍රය කරනවා. එනම් ඒවා තිබෙනවා කියන අදහසයි.

තුණුරුවන් කෙරෙහි දැන පැහැදීමෙන් ඇති කරගත් අවබෝධය තිබෙනවා. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නව අරුතාදී බුදු ගුණ, චතුරාර්ය සත්‍ය ආදී ශ්‍රී සද්ධර්මය, උතුම් ආයඤ්ඤා මහ රහතුන් වහන්සේලා කෙරෙහි අවබෝධය මැනවින් තිබෙනවා. ඒ වගේම පාපයට, අකුසලයට, ලජ්ජාව - බිය තිබෙනවා. සමාධිය, ප්‍රඥාව දියුණු කරගන්න පුළුවනි. මේ **සේඛ බල** දියුණු කර ගෙන තිබෙනවා. (**ශ්‍රද්ධා, චිරය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා**) නමුත් අවබෝධයට පත්වන අවස්ථාවේදී දියුණු වන්නේ ඉතාම හිමිනුයි.

මේ දුක්ඛ පටිපදාවේදී රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් තිබෙනවා. දොම්නස තිබෙනවා. නමුත් **සේඛ බල** ධර්ම වඩනවා. (**ශ්‍රද්ධා, නිර් - ඔතප්, සමාධි, ප්‍රඥා**) නමුත් **ශ්‍රද්ධා, චිරය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා** යන පඤ්ච බල ධර්මයන් අවබෝධය පිණිස, මාර්ග සමාධිය පිණිස වැඩෙන්නේ ඉතාම හෙමිහිටයි. මෙයයි බුදුරජාණන් වහන්සේ සඳහන් කළේ.

**“දුක්ඛා පටිපදා දන්ධාතිකද්දා”  
“දුක්ඛා පටිපදා බිජ්ජාතිකද්දා”**

යනුවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ නැවත සඳහන් කරනවා ඉහත ආකාරයෙන්මයි. ස්වභාවිකව පවතින රාග, ද්වේෂ, මෝහ කෙලෙස් තිබෙනවා. මේ කෙලෙස් නිසා දොම්නසට පත්වෙලා. ඒ වගේම සේඛ බල

ආශ්‍රය කරනවා. (ශ්‍රද්ධා, හිරි, ඔතප්, සමාධි, ප්‍රඥා) ශ්‍රද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා බල ධර්ම හෙමිනිට නොවෙයි. ඒවා තියුණු ලෙස තිවු ලෙස වැඩෙනවා. (බිජ්ජාතිකද්ඤා) මේ තුන්වෙනි පටිපදා සූත්‍රයේ පැහැදිලි කරන ආකාරයයි. ස්වාමීන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනු ලැබුවේ.

මිලිගට සඳහන් කරනවා, තර්ථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ තුන්වන පටිපදා සූත්‍ර දේශනාවේදී “සුඛ පටිපදා දන්ධාතිකද්ඤා” යනුවෙන්. මෙහිදී වතුර්ථ ධ්‍යානයන් ලබන ඔබ සුව ඇත්තෙක්, ඔබ “සුඛ විහාරිකයෙක්”. ඔබ සුවසේ ජීවත් වන අයෙක් කියලා යම් කෙනෙක් ආයුෂී පුද්ගලයන් හඳුන්වනවා නම් ඒ අය මේ සුඛ පටිපදා පිලිවෙතෙහි ගමන් කරන අය යැයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනවා.

විතක්ක විචාර සහිත වූ විවේකයෙන් උපන් ප්‍රීතිය හා සුවය ඇති ප්‍රථම ධ්‍යානයට පැමිණ වාසය කරයි. විතක්ක විචාර නැතිකොට අධ්‍යාත්මයෙහි පැහැදීම ඇති සිතෙහි එකඟ බව ඇති විතක්ක විචාර රහිත සමාධියෙන් උපන් ප්‍රීති සුඛ ඇති ද්විතීය ධ්‍යානයට පැමිණ වාසය කරයි. විතක්ක විචාර ඉවත් කර, සුඛය, ප්‍රීතිය, මේවා උපේක්ෂාවෙන් යුතුව ලබන ස්මෘතිය දියුණු කරගෙන, උපේක්ෂාවට පත් කරගන්නා අවස්ථාව තෘතීය ධ්‍යානයයි. මිලිගට සුඛයෙන්ද දුක්ඛයෙන්ද ඉවත් වී සොමිහස - දොමිහස මේ සියල්ලන්ගෙන්ම මිදී උපේක්ෂාවෙන් ලැබූ ස්මෘති පාරිශුද්ධිය (සතිය) එනම් විශුද්ධිය පිණිස මුළුමනින්ම පිරිසිදු ස්වභාවයට පත් කරන අවස්ථාව. එය වතුර්ථ සමාධියයි. (වතුර්ථ ධ්‍යානය)

ප්‍රථම ධ්‍යානය, දුතිය ධ්‍යානය, තතිය ධ්‍යානය, වතුර්ථ ධ්‍යානය යන මේ ධ්‍යාන අවස්ථාවන්ට පත්වීම සුඛ පටිපදාවයි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අනුශාසනා කළ සෙයින් ආයුෂී පුද්ගලයෝ නම් කරනවා ඔබ සුව ඇත්තේ “සුඛ විහාරිකයෙක්” කියලා. එයට හේතුව නම් සුවයෙන් ද, දුකින්ද, සොමිහසින් ද, දොමිහසින් ද බැහැර වෙලා උපේක්ෂා ස්වභාවයට පත්වෙලා. සතිය, විශුද්ධියට පත්වෙලා, ඉතාම දියුණු ස්වභාවයට පත් වූ මේ වතුර්ථ ධ්‍යාන අවස්ථාවයි. සුඛ පටිපදාව යැයි සඳහන් කළේ එයයි.

වතුර්ථ ධ්‍යාන අවස්ථාව දක්වාම, ඔබ “සුඛ විහාරිකයෙක්” යැයි කියන්න පුළුවන් අවස්ථාව දක්වාම දියුණු වෙලා තිබෙනවා. එනමුත්

පින්වතුන්, ශ්‍රද්ධා විරිය සති සමාධි ප්‍රඥා දියුණු වුණේ හෝ දියුණු වන්නේ හෙමිනිටයි. සසර ගත පුරුද්දක් වෙන්න පුළුවන්. අඩුවෙන් වෙන්න පුළුවන්. වුල්ල පන්ථක භාමුදුරුවන්ට වගේ වෙන්න පුළුවන්. භාර මාසයක් පුරා සිටු පද ගාථාවක් පාඩම් කර ගන්න නොහැකිව තම සොයුරු මහා පන්ථක ස්වාමීන් වහන්සේගේ අවවාදයට අනුව අවසානයේ සිවුරු හැර ගෙදර යන්න සිදුවුණු වෙලාවේ, තර්ථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩිම කරලා උන්වහන්සේට “රජෝ හරණං” යැයි පවසමින් සුදු රෙදි කැබැල්ලක් අතට දුන්නා. තද හිරු රශ්මිය වැටීමෙන් අතේ තිබූ දහදිය නිසා මේ රෙදි කැබැල්ල අපිරිසිදු ස්වභාවයට පත්වීමෙන්, අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය මෙතෙහි කිරීමෙන් අර්හත් බෝධියට පත්වුණා.

පින්වතුන් යම් යම් ජීවිතවලට සාර මාසය නොවෙයි, අවුරුද්ද නොවෙයි, වර්ෂ ගණනාවක් ගතවෙන්න පුළුවනි. මේ ශ්‍රද්ධා විරිය සති, සමාධි, ප්‍රඥා බල ධර්ම බොහොම හෙමින්, බොහොම අඩුවෙන් දියුණු වන්නේ. සමාධිය දියුණු වන්නේ අඩුවෙනි. මෙයයි දන්ධාතිකද්ඤා යයි සඳහන් කළේ.

සමහර ඇත්තෝ ධ්‍යානයන්ට පත්වෙලා, අතිකද්ඤාවන් ලබලා, එනමුත් ඒවා දියුණු කරගෙන, ඉදිරියට යන්න අපහසුවීම නිසා ධ්‍යානයන්ගෙන් පිරිහුණු අවස්ථා බොහොමයි. ධ්‍යාන ලැබුවත් නිවන ම අරමුණු කරගෙන, ධ්‍යාන අවස්ථාවන්ට පත්වුවත් කෙලෙස් තවමත් පවතින බව මැනවින් අවබෝධ කරගෙන ශ්‍රද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා වැඩි දියුණු කිරීම අවශ්‍යයි.

ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් අනාගාමී ස්වභාවයට පත්වෙලා වැඩ සිටි නම් තර්ථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රශ්න කරනවා, “ඇයි ඔබ නතර වෙලා. අරහත් බෝධිය ලබන්න උත්සාහ නොකරන්නේ ඇයි?” තව සංයෝජන තිබෙනවා. තව කෙලෙස් තිබෙනවා. අපවිත්‍ර යමක් නම් ගොඩක් වුනත් ස්වල්පයක් වුනත් එක හා සමානව දුගඳ හමන්න පුළුවන්. එය එක හා සමානව පිලිකුලයි. ඒනිසා ඇයි මේ නතර වී සිටින්නේ, ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් තර්ථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රශ්න කරනවා.

පින්වතුන්, අනාගාමී ස්වභාවයට පත්වෙලත් එසේ නම්, මේ ධ්‍යාන අවස්ථාවේ සිටින ඇත්තෝ මොන තරම් ආපස්සට එන්න පුළුවනිද? මුළුමනින්ම කෙලෙස් පවතින තත්වයට පත්වන්න පුළුවනි නේද? උපේක්ෂා

සහගත ස්වභාවයට පත්වෙලා සුඛ පටිපදාවක සිටිනවා. ස්මෘතියෙන් (සතියෙන්) විශුද්ධියට පත්වෙලා සුඛ - දුක්ඛ, සොම්නස් - දොම්නස් මේවා මුළු මනිනිම උපේක්ෂා ස්වභාවයෙන් බැහැර කරලා. නමුත් කෙලෙස් මුළුමනින්ම බැහැර වෙලා නැහැ. ශුද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා යන මේවා බලවත් ලෙස දියුණු කර ගත යුතුමයි. සසර පුරුද්ද, කර්ම දෝෂ, සංසාර ගත දුර්වලකම් ජීවත්වන පරිසරය, කර්මස්ථාන මේ බොහෝ දේවල් නිසා බල ධර්ම දියුණු කර ගැනීමට අපහසු හේතු වන්නට පුළුවනි. මේනිසා **අභිඤ්ඤාව** (අවබෝධය) ලබන්නේ හෙමිහිටයි. එයයි **සුඛා පටිපදා දන්ධානිඤ්ඤා** යනුවෙන් සඳහන් කළේ

**සුඛා පටිපදා බිජ්ජානිඤ්ඤා**

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා ඉහත සඳහන් කළ ආකාරයටම පිළිවෙලින් ප්‍රථම, දුතිය, තෘතිය, චතුර්ථ ධ්‍යානයන්ට පැමිණ වාසය කරනවා. **ඔබ සුඛ විහාරකයෙක් ඒ වගේම ශුද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා නම් වූ මේ බලධර්ම තිවු ලෙස වැඩෙනවා. (බිජ්ජානිඤ්ඤා) බහුල ලෙස වැඩෙනවා. ඉක්මනින්ම වැඩෙනවා. ඒ නිසා මේ මාර්ගය, ඵලය, සමාධිය ලැබීම ඉක්මනින් ම සිදුවෙනවා. මෙයයි මේ ප්‍රතිපදා හතර ලෙසින් තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරනු ලැබුවේ.**

පින්වතුන් සැරියුත්, මුගලන් ස්වාමීන් වහන්සේලා දෙනම පවා තමන් වහන්සේලා මාර්ගය, ඵලය, සමාධිය ලැබුවේ කුමන ආකාරයෙන්ද සඳහන් කළා.

එනම්,  
**සුඛ පටිපදාවක ද - දුක්ඛ පටිපදාවකද**  
**දන්ධානිඤ්ඤාවෙන්ද - බිජ්ජානිඤ්ඤාවෙන්ද**

සැරියුත් මහ රහතන් වහන්සේ වදාළේ තමන් වහන්සේ සුඛා පටිපදා බිජ්ජානිඤ්ඤාවට අයත් බවය. මහ මුගලන් රහතන් වහන්සේ පැවසුවේ තමන් වහන්සේ දුක්ඛා පටිපදා බිජ්ජානිඤ්ඤාවට අයත් බවය.

මා ඔබට ආරාධනා කරන්නේ මේ පටිපදා සූත්‍ර දේශනාවන්ගෙන් මේ සතර ආකාරයෙන් කුමන ආකාරයකින් හෝ අපි මේ මාර්ගය, ඵලය සමාධිය දියුණු කර ගත යුතුමයි.

යම් විටක ගෘහස්ථ ජීවිතයක සසර ගත පුරුදු වගේම ඔබ පවත්නා පරිසරය අනුවද ඒවගේම ආරාමික පරිසරයක පවා විවිධ කටයුතු බහුලයි. තේරුම් ගන්න පුළුවනි නම් මේ නිසා දුක්ඛා පටිපදාවක් වන්න පුළුවනි. එම පරිසරය තුළ ඒ දේවල් ආරක්ෂා කරන්න. පිරිසිදු කරන්න, නිසි තැන මනාව තැන්පත් කරන්න, පාලනය කරන්න, අවවාද දෙන්න, උපදෙස් දෙන්න, මේ බොහෝ කටයුතු නිසා දුක්ඛා පටිපදාව දොම්නසට ම පත්වෙන්නට පුළුවනි.

ස්වභාවයෙන් ම රැගෙන පැමිණි රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් නිසා ඇලීම, බැඳීම, ගැටීම, මූලාව තිබෙනවා. මේ කෙලෙස් නිසා වඩාත් දොම්නසට පත්වෙලා. මේ නිසාම ශුද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා යන මේ ගුණයන් ඉතාම අඩුවෙන් වැඩෙන පුළුවනි. ඊට හේතුව නම් මේ ජීවිතය තුළ ධර්මය දකින්න ඕනෑකම තිබෙනවා. සම්මුතිය තේරුම් අරගෙන සම්මුතියෙන් බැහැර වෙලා පරමාර්ථ ධර්මය සොයාගෙන යන්න ඕනෑකම තිබෙනවා. එය අවබෝධ කර ගැනීමට ඕනෑකම තිබුණත් පරිසරය එයට බාධාවක් වෙලා. පැවැත්ම තුළ බොහෝ පිරිසක් සමග අවබෝධයෙන් කටයුතු කිරීම නිසා හෙමිහිට නමුත් මේ ගුණයන් වැඩුණා. ඒ නිසා **ශුද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා** බල ධර්ම දියුණු කර ගැනීමෙන් මේ දන්ධානිඤ්ඤා ස්වභාවය සෙමින් නමුත් අවබෝධය ලබන්න පුළුවනි.

**ඒ වගේම තවත් ජීවිතයක දුක්ඛා පටිපදා බිජ්ජානිඤ්ඤා**

සැබවින්ම පරිසරය දුක් සහගතය. රාග - දෝෂ - මෝහ කෙලෙස් හටගන්නවා. ඒනිසා දොම්නසට පත්වෙලා. මේවා මතකයට එන විට අමනාපයෙන් ගැටෙනවා, ඇලෙනවා. මේ හැම දෙයක් ම මූලාව මෙය පරමාර්ථය දකින්න පුළුවන් දෙයක් නොවෙයි කියලා හිතෙනවා. මේ ජීවිතය පමණක් නොවෙයි මේ බාහිරව පැවැත්මට, නමුත් සම්මුතිය පවත්වා ගෙන කරන - කියන හැම කටයුත්තක් ම අනිත්‍යය බව දන්නවා. මෙය නිර්ථකයි. ඒනිසා කවදා හෝ දුවසක අත්හරින්න වෙන බව දන්නවා. මේ විදියට දොම්නසට පත්වෙලා.

නමුත් පරමාර්ථ ධර්මයම මුල්වෙලා, ශුද්ධ, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා දියුණු කරගෙන ම ඉක්මන් ගමනක යෙදෙනවා. ඒ දොම්නස ඔස්සේ ඒ ඇලීම, බැඳීම, ගැටීම ඔස්සේ හැකි ආකාරයෙන් මේවා අත්හරිමින්, බැහැර කරමින් ශුද්ධාව දියුණු කරගන්නවා.

තරාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ඒ උතුම් වූ බුදුගුණයන්, බුද්ධ ඝට්ඨාණයන් මෙහෙති කරනවා. ඒ ගුණ මෙහෙති කරලා බුද්ධ ඝට්ඨාණයන්, තමන්ගේ සිතින් දකින්න සමාධිය පුරුදු කරනවා. ඒ රාග, ද්වේෂ, මෝහ ආදී කෙලෙසුන් මුළුමනින්ම බැහැර කළා තරාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ අරහං නම් වන සේක. මමද සම්මුතිය පවත්වමින් රාග, ද්වේෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් හටගන්නන්, ඒවා බැහැර කරමින් ශුද්ධාව දියුණු කර ගන්නවා. විරියයෙන් යුතුව කටයුතු කරනවා. කෙලෙස් හට ගන්නා හැම මොහොතකම සිතියෙන් යුතුව. විරියයෙන් ඒවා බැහැර කරනවා. අප්‍රමාදීව කුසල් මාර්ගයට ළංවෙනවා. ඒ ඔස්සේ සති, සමාධි, ප්‍රඥා දියුණු කරගන්න පුළුවනි. මේ සඳහන් කරන්නේ, අප විශ්වීයෙන් යුතුව කළ යුත්තේ එයයි.

පින්වතුනි, ඒ වගේම සුඛා පටිපදාවෙහි රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් හට ගන්නවා. නමුත් සතියෙන් යුතුව ඒවා බැහැර කරනවා. එනම් හටගත් මොහොත්දීම මනාව හඳුනාගෙන බැහැර කරනවා. ඒ නිසා ද්‍රෝණිකසට ඉඩක් නෑ. සොමනස පවතිනවා. ආශ්‍රය තුළ අප්‍රමාණ කටයුතු, සත්පුරුෂ ඇත්තෝ හමුනොවන්න පුළුවන්. පවුල් පරිසරයෙහි පවා හමුනොවන්න පුළුවන්. එකම පවුලේ සොයුරි, සොයුරියන් ධර්මයට ලැදි නැති ඇත්තෝ, ශුද්ධාව නැති ඇත්තෝ, සීලයට නතු නොවුණු ඇත්තෝ හමුවෙන්න පුළුවනි. බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ වාසය කළ ජීවනාරාමයේ, එකම වහළ යට පවා සත්පුරුෂ ඇත්තෝ හමුවුණේ නැහැ. නමුත් කුමන ස්වභාවයට පත්වුනත්, රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් හමුවුණත්, ඒවායේ ඇළුණත්, ගැටුණත්, සතියෙන් යුතුව ඒවා බැහැර කරමින් ද්‍රෝණිකසට පත් නොවී ශුද්ධා, විශ්වී සති සමාධි ප්‍රඥා දියුණු කරගෙන ප්‍රතිපදා මාර්ගය අනුගමනය කරන්න පුළුවනි.

තුන්වෙනුව සඳහන් කළේ නැවතත් අවස්ථා දෙකේදීම සඳහන් කළ ධ්‍යාන අවස්ථාවන්ට පත්වෙලා සුඛ විහාරිකයෙක් වෙන්න පුළුවනි. පින්වතුනේ එවැනි අවස්ථාවකත් සති, සමාධි, ප්‍රඥා හෙමින් වැඩෙන්නේ. සංසාර ගත අඩුවක් වෙන්න පුළුවනි. පාරම් ධර්ම සම්පූර්ණ නොවී තිබීම නිසා වෙන්න පුළුවනි. එහෙත් අභිඤ්ඤාවට අවබෝධයට ළං වෙන්න පුළුවනි.

සුඛ විහාරී අවස්ථාවේ, යහපත් වූ අවස්ථාව නම් වතුර්ථ ධ්‍යානයන් අවස්ථාවටත් පත්වෙලා. ආයතීයන් විසින් සුඛ විහාරිකයෙක් යැයි සඳහන් කරනවා. ඒ වගේම සේඛ බල හොඳින් වැඩුණු විට ශුද්ධාව තිබෙනවා. පාපයට අකුසලයට බියක් ලජ්ජාවක් තිබෙනවා. සමාධිය ප්‍රඥාව හොඳින්

දියුණු කරගෙන, පඤ්ච බල ධර්මයන්, ඉක්මන් ගමනකින් ඒ මාර්ගය, ඵලය හා සමාධිය ලබන්න අවස්ථාව තිබෙනවා.

- මා ඔබට ආරාධනා කරනවා.
- ★ දක්ඛා පටිපදා දන්ධානිඤ්ඤා
- ★ දක්ඛා පටිපදා බිජ්ජානිඤ්ඤා
- ★ සුඛා පටිපදා දන්ධානිඤ්ඤා
- ★ සුඛා පටිපදා බිජ්ජානිඤ්ඤා

මේ සතර ආකාරයකින් කුමන හෝ ආකාරයකින් ස්වාමීන් වහන්සේන්, ශ්‍රාවක, ශ්‍රාවිකාවන් වූ ඔබත් මේ පටිපදා හෙවත් පිලිවෙත් මග අනුගමනය කරමින්, හෙමින් හෝ ඉක්මණින් මාර්ගය, ඵලය, සමාධිය ඇතිකර ගැනීමට උත්සාහ දරමු.

මා ඔබට ආරාධනා කරමින්, ස්වාමීන් වහන්සේන් අධිෂ්ඨාන කරමින් මේ හතර ආකාරයෙන් කුමන ආකාරයකින් හෝ පින්වත් ශ්‍රාවක, ශ්‍රාවිකාවනි, මේ පටිපදා මාර්ගය, දක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග නම් වූ උතුම් චතුරාර්ය්‍ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධයෙන් නිර්වාණාවබෝධය පිණිසම හේතු වේවායි අධිෂ්ඨාන කරන්න යයි ආරාධනා කරමින්, ඒ අධිෂ්ඨානය එසේම ඉටුවේවායි ස්වාමීන් වහන්සේ අධිෂ්ඨාන කරනවා.

සාධු ! සාධු ! සාධු !

## උපවාහ සූත්‍රය

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
 නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස  
 නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

**සන්දිට්ඨිකො ධමමා සන්දිට්ඨිකො ධමමාති**  
**භජන වුච්චති කිත්තාවතා ඉ ඛො භන්තෙ**  
**සන්දිට්ඨිකො ධමමා හොති.**  
**අකාලිකො, ඵහිපස්සිකො, ඕපනයිකෝ,**  
**පච්චත්තං වේදිතඛො විඤ්ඤති.**

**කාරුණික වූ පින්වතුනි,**

පින්වත් ඔබ සියලුදෙනාටම සසර ගමනෙහි පුරුද්ද ලෙස,  
 කම්මානුප්පව පැමිණි ඔබට, අප හැමදෙනාටම, දුක් දොමනස් බැහැර වී  
 ජීවිත ගමනේ හැම සැනසිල්ලක්ම වේවා! ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපත්ති මගෙහි ඔබ  
 සුවපත්ව, ජීවිතය පවත්වමින්, උතුම් වතුරායී සත්‍ය ධර්ම අවබෝධය  
 පිණිස ම හේතුවේවා යි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් වූ කරුණාවෙන්  
 පළමුකොටම අධිෂ්ඨාන කරනවා.

අද දේශනා කරන්න බලාපොරොත්තු වන්නේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ  
 විසින් දේශනා කරන ලදුව **සංයුක්ත නිකායේ මිගජාල වර්ගයේ සඳහන් උපවාහ**  
**සූත්‍රයයි.**

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අභියසට පැමිණුණු උපවාහ ස්වාමීන් වහන්සේ,  
 භාග්‍යවතුන් වහන්සේට වන්දනා කළා. ඉන් අනතුරුව දහම් පිළිසඳුරෙහි  
 යෙදුණු උපවාහ ස්වාමීන් වහන්සේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගෙන් මෙවැනි  
 ප්‍රශ්නයක් අහනවා.

**භජන, (ස්වාමීනි)**

**සන්දිට්ඨිකො, සන්දිට්ඨිකො ධමමාති වුච්චති. සන්දාජ්ඨිකයි**  
**සන්දාජ්ඨිකයි - තමා විසින්ම මේ ධර්මය දැකිය යුතුයි. තමා විසින්ම මේ**  
**ධර්මය දැකිය යුතුයි කියනවා.**

**අකාලිකො - කල් නොයවා විපාක දෙන බව කියනවා.**

**ඵහි පස්සිකො - ඵව බලව, ඇවිත් බලන්න, පරික්ෂාකරල බලන්න, විමසලා**  
**බලන්න යයි කියනවා.**

**ඕපනයිකෝ - තම සිත්හි දුර්මට සුදුසුයි, තම සන්නාහයට කැඳවලා,**  
**සන්නාහයේ පවත්වා ගන්න, දරා ගන්න සුදුසුයි කියලා කියනවා.**

**පච්චත්තං වේදිතඛො විඤ්ඤති - ධර්මය දන්නා හෝ ධර්මය සොයාගෙන**  
**යන, ධර්මය සොයාගෙන යන්න කැමති, නුවණැති නැනැත්තා (පණ්ඨිත**  
**නැනැත්තා) විසින් ම අවබෝධ කරගත යුතු දහමක් කියලා කියනවා.**

ස්වාමීනි ඒ කුමක්ද? ඒ කෙසේද? (මේ අහන ප්‍රශ්න පැහැදිලියි)

- ස්වාකඛාතො භගවතො ධමමා** - භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් මනාව  
දේශනා කරන ලද
- සන්දිට්ඨිකො** - (තම තමා විසින් දැකිය යුතු)
- අකාලිකො** - (කල් නොයවා විපාක දෙන)
- ඵහි පස්සිකො** - (ඵහි බලන්න යයි පවසන)
- ඕපනයිකො** - (සිත්හි දුර්මට සුදුසුයි)
- පච්චත්තං වේදිතඛො විඤ්ඤති** - (නුවණැත්තන් විසින් අවබෝධ කර  
ගතයුතු)

මේ ධර්මය කොහොමද දැකින්නේ? කොහොමද මෙය කරන්නේ?

ඵයයි උපවාහ ස්වාමීන් වහන්සේ, භාග්‍යවතුන් වහන්සේගෙන් ප්‍රශ්න  
කළේ.

සරලව දනුවන බොහොම ගැඹුරු අදහස්. බොහෝ දෙනෙකුට,  
 ධර්මය දැකින්න උත්සාහ ගැනීමේදී ඇතිවන ගැටළුවලට මෙය පිළිතුරක්

වෙනත් පුළුවන්. ධර්ම විවිධ බොජ්ඣංගය වඩන්න හොඳ අවස්ථාවක් ඇති කර ගන්න පුළුවන්. ධර්මය විමසා බලන අවස්ථාවක් හැටියට සිහිය පිහිටුවා ගන්න පුළුවන්. (සිහිය පිහිටුවා ගත යුත්තේ විරාගී මහසකිත් - නො අල්ලා ගැනීමේ මහසකිත්)

සතිය ගැන සඳහන් කරන කොට - “අනිසසිතොව විහරති නව කිඤ්ච ලොකෙ උපාදියති” මේ රූප ආදී අරමුණු (රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම) කිසිවක් මගේ කියලා උපාදානය කර ගන්නේ නෑ කියන අදහස් පවතිනවා. ඒ සිහිය පවත්වාගෙන මැනවින් ධර්මය විමසා බලන්න පුළුවනි. ධර්මය වුනත් සෙවිය යුත්තේ අල්ලා ගන්නා බලාපොරොත්තුවෙන් නොවෙයි. රාගයෙන් අල්ලා ගන්න පුළුවන්. ද්වේෂයෙන් අල්ලා ගන්න පුළුවන්. තරහෙන් මමත්වය මුල් කරගෙන, තෘෂ්ණාවෙන් අල්ලාගන්න පුළුවන්. ද්වේෂයෙන් ධර්මය නාමයෙන් හොයන්න පුළුවන්, අනුන්ගේ අඩුපාඩු සෙවීමට හෝ තවත් කෙනෙක් පහත් කොට සැලකීමට. ඒ නිසා විරාගී මහසකිත් තෘෂ්ණාව යටපත් කරගන්න, පාලනය කරගන්න, ප්‍රභාණය අරමුණු කරගෙනම ධර්මය විමසලා බලන්න.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ආමන්ත්‍රණය කරනවා - හොඳයි උපවාන, මේ නිවන් මග අරමුණු කරගෙන යන ගමනේදී ඉදිරියෙන්ම පැමිණි, වැඩිපුරම ඒ මාර්ගයට අවතීර්ණ වෙලා ගමන් කරන්නේ නික්මුණු වහන්සේලා හා නික්මුණින් වහන්සේලායි.

ගෘහස්ථ ජීවිතයකත් ඒ අය ඉන්නවා. හැබැයි කලාතුරකින්. ඉන් අදහස් කළේ, ගෘහස්ථ ජීවිතයක, ඔබට ගත කරන්න තියෙන අවස්ථා බොහොම අඩුවෙන් පුළුවනි. ඔබ ගමන් කරන්නේ බොහෝ විටක පංච ශීල, ප්‍රතිපදාව තුළ ඉදුගෙන, ආජීව අට්ඨමක ශීලය තුළ ඉදුගෙන. මේවායින් බැහැර වූ පිරිසක් ඉන්නත් පුළුවන්. තවත් සඳහන් කළොත් රැකියා කරමින්, ධර්මානුකූලව විවාහ ජීවිතයට පත්වෙලා අඹුදරුවන් ආරක්ෂා කරමින්, සළු පොරවමින්, ප්‍රසන්නයි කියලා රස ආහාර ගනිමින් ජීවිතය පවත්වන්නේ.

ඒ නිසයි සඳහන් කළේ අර පැවිදි ජීවිතයක, පැවිදි ජීවිතයක් නමුත් නියම ආකාරයෙන් පවත්වන උතුම් වූ පැවිදි ජීවිතයක මෙන් ගෘහස්ථ ජීවිතයක පවත්වන්න අපහසු බව.

උපවාන, යම් මහණෙක්, යම් නික්මුණක් ඇසින් රූප දකලා, ඒ රූපය දැන ගන්නවා. ඒවාගේම තම සන්නාහයෙහි පවත්වා රූපවල රූප රාගයක් පවතින්නේ යයි දැනගන්නවා.

**ස්වාඛ්‍යානො භගවතා ධම්මො** - භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙම දහම නොවේද මැනවින් පැහැදිලි කොට දේශනා කළේ. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙම දහම නොවේද තමා විසින් දැකිය යුතුයි. “ආදී කල්‍යාණ මජ්ඣිම නිකාය කල්‍යාණං පරියෝසානේ කල්‍යාණං” “මුල, මැද අග හම් වූ සියළු තැන්හි පිරිසිදු, පරිපූර්ණ සහ විරාගී දහම් රසයෙන් යුතු අමා දහමයි.” **සාන්ද්‍රාණ්ඩක** යයි - **සන්ද්‍රිට්ඨික** යයි පැහැදිලි කොට දේශනා කළේ. මේ දහම නොවේද භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කල් නොයවා විපාක දෙනවා යයි පැහැදිලි කළේ. මාර්ග - මාර්ග ඵල වලට පත්වන්නට පුළුවන්. ඇලිම්, බැදීම්, ගැටීම්, මුළාව දුරු කරලා කල් නොයවා ඒ ඵලය ලබාගන්න පුළුවන්. ඒ උතුම් වතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයයි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මේ දහම නොවේද එන්න බලන්න. පරීක්ෂා කරලා බලන්න කියා **ඵතිපස්සික** නමින් දේශනා කළේ.

තම සිතට ආරාධනා කරලා, සිතේ පවත්වාගෙන, සිතේ දරාගෙන, නිරාමිස සුවය විඳින්න, සිතේ දරන්න සුදුසු යයි **මිපනයික** ගුණයෙන් පැහැදිලි කළේ, දේශනා කළේ මේ දහම නොවේද?

**පච්චත්තං වේදිතධ්‍රො විඤ්ඤති** - නුවණැත්තන් විසින් අවබෝධ කොට ගත යුතු යයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් දේශනා කළේ මේ දහම නොවේද? මේ ආදී ලෙසිනුයි උපවාන, සාන්ද්‍රාණ්ඩක ආදී මේ ධර්මය දකින්න ඕන.

ඵයයි, උපවාන ස්වාමීන් වහන්සේ ඇසුවේ - **සන්ද්‍රිට්ඨිකො සන්ද්‍රිට්ඨිකො ධම්මොති වුවචති**

ස්වාමිනි, **සාන්ද්‍රාණ්ඩකය සාන්ද්‍රාණ්ඩකය** කියලා කියනවා. කොහොමද මේ ධර්මය දරන්නේ? කොහොමද මේ ධර්මය දැකින්නේ?

එතන සන්ද්‍රවීක වචනය මුලින් ගත්තේ (ඒ වචනයේ තේරුමත් එක්ක) නමා විසින් දැකිය යුතුයි. නමා විසින් දැකිය යුතුයි කියලා කියනවා. කොහොමද දැකින්නේ යන අදහසයි.

දන් ඔබට ගලපලා අනුශාසනා කළොත් (සුනුයෙන් තරමක් පරිහානි රව) අත්හරින්න කියනවා අත් හරින්න කියනවා. කොහොමද ස්වාමීනී අත්හරින්නේ?

අන්න එවැනි වෙලාවක ධර්මයේ ගුණ මෙහෙහි කරලා - ස්වාකඩානො හගවතා ධමමො - මේ ධර්මය භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් මනාකොට දේශනා කරන ලදහ.

- සන්ද්‍රවීකො - සාන්ද්‍රාජීකයි.
- අකාලිකො - අකාලිකයි
- එහිපස්සිකො - එහි පස්සික ගුණයෙන් යුතුයි.
- ඕපනයිකො - ඕපනයික ගුණයෙන් යුතුයි.
- පච්චතනං වේදිතධො විඤ්ඤති - පච්චතනං වේදිතධො විඤ්ඤති ගුණයෙන් යුක්තයි. (මෙහි සිංහල තේරුම මුලදී පැහැදිලි කර ඇත.) මේ ගුණයන්ගෙන් මේ දහම පිරිපුන්ය.

ඒ ඒ ගුණයෙන් යුතුව අපි විමසා බලමු ඉතාම සරල ලෙස.

යම් මහණෙක්, ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරන පිය කෙනෙක්, මව්තුමියක්, දියණි කෙනෙක්, පුත්‍රණු කෙනෙක්, යම් යෝගාවචරයෙක්, උපාසක, උපාසිකාවක් ඇසින් රූප දක හෝ - ගෙන මෙය පැහැදිලි කර ගත යුතුයි - දකිනවා යනු ගැනීමක් වෙනවා. අඟුනවත් පෘථග්ජන පුද්ගලයා ඒක රාගයක් වශයෙන් ගන්නවා, දකිනවා. ඟුනවත් ආර්ය ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාව එය අනිච්ච, දක්ඛ, අනාත්ම ඔස්සේ මෙහෙහි කරලා හිබිඳිඳාවෙන්, විරාගයෙන්, නිරෝධයෙන් බැහැර කරනවා. අවබෝධයෙන් ලද කලකිරීමෙන් නොඇලි එය අත්හරිනවා. (නිරෝධයෙන් උප්පාදු - හංග කියන අවස්ථාව පටිනිස්සග්ගය.)

යම් මහණෙක් රූපය දකලා ඒ රූපය ගන්නේද (රූපය හඳුනා ගන්නා රූපයක් බව) රූප රාගය දන්නේද (රූපයට ඇලුනා කියලා -

කොහොමද ඇලෙන්නෙ මගේය, මම වෙමි, මෙය ස්ථිරයි, සදාකාලිකයි, මෙය ආත්මයක් කියන හැඟීමෙන් ) තවත් කොටසක් අපි මෙනහර එකතුකර ගනිමු.

- ඒ රූපය ආත්මවත් කොට
- ආත්මය රූපවත් කොට
- රූපයෙහි ආත්මය ලා
- ආත්මයෙහි රූපය ලා

දැන් මේ ධර්මය කොටස් සියල්ලම එකට එකතුවෙලා දැනුමට - අවබෝධයට එනවා. රූපය දැනගන්නා. හැබැයි මේක දැනගන්නේ ඟුනවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයෙක්. අඟුනවත් පෘථග්ජන අය ඒ දහම - දැනුම දකින්නේ නෑ. සමාධිය පුරුදු නොකළ තැනැත්තා ඒ ටික දකින්නේ නෑ. අර අපි පැහැදිලි කළ කොටස් දකින්නේ නෑ. එය දකින්නේ ඒ පුද්ගලයා මගේය, මම වෙමි, මගේ ආත්මය සදාකාලිකයි ලෙසින්. මේක නැත කියන අදහසින් නොවෙයි. නියෙනවා කියන අදහසින්. නෘෂ්ණාව මුල් කරගෙන, වැරදි විදියට ආත්ම දෘෂ්ටියෙන් තමයි අඟුනවත් පෘථග්ජනයා අල්ලා ගන්නේ.

රූපය දැනගන්නා, රූප රාගය දැන ගන්නා. තම සන්නාහයේ පිහිටියාවූ රූප රාගය, තම සන්නාහයේ රූප රාගය පවතින්නේ යයි දකිනවා.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නැවතත් විස්තර කරනවා - අර කොටස් එකට එකතු කරලා රූපය දැනගෙන, තම සන්නාහයේ රූප රාගයක් පවතිනවා යයි දැනගන්නවා. ඒක තමයි නමා විසින්ම ධර්මය දකිනවා කියන්නේ. (සාන්ද්‍රාජීකයි) කුමන දහමද? මේ රාගය නම් වූ, ඇලීම නම් වූ සමභාවය පිළිබඳව නමා දකිනවා, නමා විසින්ම දකිනවා. ඒක තමයි සාන්ද්‍රාජීක ගුණය. නමා විසින්ම දැක රූපය අවබෝධ කර ගන්නවා.

ඟුනවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයෙක් දකින හැටි පසුව පැහැදිලි කරනවා. දැන් මේ මුලින් සඳහන් කරන්නේ අඟුනවත් පෘථග්ජන අය දකින හැටි. ඒ අඟුනවත් පෘථග්ජන පුද්ගලයා රූපය හඳුනා ගන්නවා. කොහොමද?

- ඉට්ඨා, කන්නා, මනාපා, පියරූපා, කාමුපසංහිතා, රජනීයා
- (තමන් කැමති ඉටු වඩන, කැමතියි, ප්‍රිය රූපයක්ය, කාමයන් වඩන, සිත කුල්මත් කරන)

බලන්න මේ කොටස් ඔක්කොම ධර්මය දන්න අයට මනසට ගැලපිලා එනවා. සමාධියක් වගේ දැනෙන්න පටන්ගන්නවා.

අග්‍රැතවත් පෘථග්ජන අය ආර්ය ධර්මය දැකලත් නැහැනේ. ආර්යයන් දැකින්තේ නැහැනේ. (අර්යානං අදසසාව) ඊළඟට ආර්ය ධර්මයෙහි අකිකරයි. කුශලයට දක්ෂ නැහැනේ. (අර්ය ධම්මස්ස අකොච්ඛො) ඒවාගේම ආර්ය ධර්මයෙහි විනිතත් නැහැනේ. (අර්ය ධමෙම අවිනිතො) ඒ නිසා ඒ පුද්ගලයා අර විදියට තමන් කැමති, ඉටු වඩන, මන වඩන, ඉටු කැමති, හිත පිනවන කරන, කුල්මත් කරන හැටියට ඒ රූපය දැක්කා, හඳුනා ගන්නා. රූප රාගය හඳුනා ගන්නා. මම දැන් ඇලිලා ඉන්නේ රූපයට එනම් රාගය වැඩෙනවා කියන ඒකයි. රූපයට ඇලිලා ඉන්නේ, කැමැත්තෙන් ඉන්නේ. මගේ කියලා අල්ලාගෙන ඉන්නේ. ඒ කියන්නේ මම කැමතියි, ඒක මගේ, ඒක මම, ඒක තමයි මගේ ජීවිතය. ඔය විදියට කියන්නේ දැනගෙන.

නැවතත්, තම සන්නාහයේ හටගත් රාගය, තම සන්නාහයේ හටගත් රූප රාගයක් කියලා දැනගන්නවා. සිතේ හටගත් රූප රාගය රූප රාගයක් සිතේ හටගත් බව මේ පුද්ගලයා දැන ගන්නවා. මෙන්න මේ දැනගැනීම තමයි සාන්ද්‍රාජරික ගුණයේ ඒක අවස්ථාවක් හැටියට මේ දැනමේ පැහැදිලි කරන්නේ.

ඒ පුද්ගලයා තුළ සම්පූර්ණ ගුණයක් හැටියට තවම වැඩිලා නැහැ. ගුණ ලක්ෂණයක් හැටියට දැනමේ පෙන්නවනවා ධර්මය දැකින්ත ඕන තැන. නමුත් ඒ අග්‍රැතවත් පුද්ගලයා තුළ (කෙරෙහි) දැන් ධර්මයේ අප පෙන්නවා දෙන අරමුණට එකතුකරන ගුණය ලෙස එතන වැඩිලා නෑ. එතන රාගයක් හැටියටයි, ඇලීමක් හැටියටයි පුද්ගලයා දැකින්තේ.

නමුත් දැනමේ පෙන්නවන්නේ මේක දැක්මක් ලෙස. මේ වැරදි පැත්ත, නුසුදුසු පැත්ත, අශුභ පැත්ත. ඒක පැහැදිලි කරන්නෙන් ඒ ගුණය ලක්ෂණයක් හැටියට දැකින ආකාරය. වැරැද්ද දැකින ආකාරයත් මේ ගුණය ලක්ෂණයක් නමුත් ගුණයේ අරමුණ වැරැද්දෙන් ඉවත්කිරීමයි. එනම් රාගය දැක, හඳුනාගෙන එය බැහැර කිරීමට හෝ බැහැර වීමට මනස සකස් කිරීමයි.

**අකාලිකයි** - කල් නොයවා විපාක දෙනවා. හොඳ පැත්තට තමයි, කුසල් පැත්තට තමයි යොමු කරන්නේ. නමුත් මේ පැත්තත් දැකින්ත පුළුවන්. වැරැද්දට හසු වුණු කෙනාට ඒකෙ විපාකය ලැබෙන්න පුළුවන්.

**ඒතිපස්සිකෝ** - එන්න බලන්න. මේ හොඳ නරක, කුශලය - අකුශලය මැනවින් බලන්න. හොඳට පරීක්ෂා කරලා බලන්න. විමසලා බලන්න. **ශ්‍රැතමය, වින්තාමය, භාවනාමය, ප්‍රඥාමය හා පර්යාජති, ප්‍රතිපත්ති, ප්‍රතිවේධ වශයෙන්.**

**පර්යාජති ශාසනය යනු** - අහන්න, කියවන්න, සාකච්ඡා කරන්න.

**ප්‍රතිපත්ති** - අවබෝධකරගත් ධර්මය දිගින් දිගටම අනුගමනය කරන්න.

**ප්‍රතිවේධ** - අවබෝධයම ලබන්න. ප්‍රතිවේධයට පැමිණෙන්න. ඵලයම ලබන්න.

**ඕපනයික** - නමා විසින්ම දරා ගැනීමට සුදුසුයි.

ආර්ය මාර්ග සතර සහ ආර්ය ඵල සතර යන ලෝකෝත්තර ධර්මයෝම සිය සන්නාහයට පමුණුවා ගැනීමට සුදුසුයි.

පච්චත්තං වේදිතබ්බො විඤ්ඤති - මේ ස්වභාවය දැකින්තේ නුවණැත්තන් විසින්. දැන් මෙනෙදී පැහැදිලි වන කරුණක් තිබෙනවා. වැරැද්දක් බව දැකින්තත් එක්තරා මට්ටමකට නුවණක් තියෙන්න ඕන. නැත්නම් මන්ද බුද්ධික කෙනෙක් දන්නේ නෑ ඒක වැරැද්දක් කියලා. වැරැද්දක් බව දැකින්තත් ධර්මය පිළිබඳව තරමකින් හෝ අවබෝධයක් තියෙන්න ඕන. නැත්නම් වැරැද්දක් බව දන්නේ නැහැනේ. (පොඩි දරුවන්, අත දරුවන් වැරැද්දක් ගැන දන්නේ නෑ කියල ඔබත් කියනවා නේ)

ධර්මයේදී දුශ්ප්‍රාඥ පුද්ගලයාත් ඒ වගේ, හැබැයි ධර්මයේ ඔහුට සමාවක් ලැබෙන්නේ නෑ. වෙන කාගෙන්වත් නොවෙයි. කර්මය හා කර්ම ඵලයෙන් ඔහුට සමාවක් ලැබෙන්නේ නෑ. ඒක වෙන කවුරුවත් දෙන නොදෙන එකක් නොවෙයි.



දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ඉල්ලුවා නම් දේවදත්ත භාමුදුරුවෝ “මම ඔබ වහන්සේට වැරැද්දක් කළා. ගල් පෙරළුවා. දුනුවායන් යෙදුවා. හස්තී රජයෙකුට පොවලා එවුවා. ඔබ වහන්සේව මරණයට පත් කරන්න මම දැන් අවසාන මොහොතේ බුදුන් සරණ යනවා. මාව අවිච්ඡේදන ගලවලා දෙන්න.” එහෙම කිවුවොත් පුළුවන් නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ ඔහුට අවිච්ඡේදන නරකාදියට යන්න ඉඩ දෙයි කියලා ඔබ හිතනවාද? නෑ යන්න දෙන්නෙ නෑ. නමුත් කාටවත් එසේ පිහිට වෙන්න බෑ. බුදුරජාණන් වහන්සේටවත් පිහිට වෙන්න බෑ. තම තමා විසින් කරගත් අකුසලයේ විපාක තම තමා විසින්ම විදින්න වෙනවා.

නමුත්, බුදුරජාණන් වහන්සේට කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ මොන යම් වෙලාවක හෝ එයාට ධර්ම මාර්ගයට යොමු වෙන්න මාර්ගය සකස් කරලා දෙන එක විතරයි. අඩුම ගණනේ අවසාන මොහොතේ හරි හොඳ මගට එන්න. ඒකයි අපි තේරුම් ගත යුත්තේ.

ඒ නිසා මේ දහම දකින්න, වැරැද්දක් හැටියට හෝ තේරුම් ගන්න, නුවණ තියෙන්න ඕන. එක්තරා ආකාරයකට. ඒ නිසා අපි ආරාධනා කරන්නේ අර ගුණයට “**චිතිපස්සික**” - ඇවිල්ලා බලන්න. අඩුම තරමේ ඇවිත් බලන්න. අහලා බලන්න. සාකච්ඡා කරලා බලන්න. පරික්ෂා කරලා බලන්න. අඩුම තරමේ විමසලා බලන්න. ඒ වචනයම කොයි තරම් වටිනවද කියලා බලන්න. හොඳ නරක මොකක්ද කියලා තේරුම් ගන්න ඉස්සර වෙලා ඇවිල්ලා බලන්න. අහලා බලන්න. සාකච්ඡා කරලා බලන්න.

දැන් අපටත් පුළුවන් වෙයි භාවනාවට, සමාධියට හුරු පුරුදු නැති අයට කරුණු කියන කොට බැහැ කියලා හෝ වාඩි වෙලා ඉන්න බැහැ කියලා හෝ මට කරන්න බැහැ කියලා හෝ ගිහි ජීවිතය අමාරුයි කියලා හෝ කියන්න එපා. ස්වල්ප වූ වෙලාවක් හෝ හොයාගෙන යන්න. ගිහිල්ලා බලන්න. එක දවසක් අහලා බලන්න. ඒ මගට පැමිණිලා බලන්න මොකක්ද කියලා. එතෙන්ට එන්නේ නැතිව දන්නේ නෑනේ. මේ මොකක්ද කියලා. ඒ නිසා ඒ මාර්ගයෙහුයි ආරාධනා කරන්නේ.

**ඕපහසික** - සිතෙහි දරා ගන්න සුදුසුයි මේ දහම

**පච්චත්තං වේදිතබ්බා විඤ්ඤති** - නුවණැත්තන් විසින් මේ ධර්මය දකින්න ඕන. ඉන් අදහස් කරනවාද ප්‍රඥාවන්ත අය විතරයි මේ ධර්මය

දකින්න එන්න ඕන කියන එකද? නෑ අනික් අයත් එන්න ඕන. ඒ අය ඇවිදිල්ල ඇසීමෙන් ශ්‍රැතමය, වින්තාමය ප්‍රඥාවට එන්න පුළුවන්. කවුරුවත් අයින් කරන්නේ නෑ.

දැන් මංගල සුත්‍රයේ සඳහන් කරන්නේ, ‘**අසේවනාව බාලානං - පණ්ඩිතානංව සේවනා**’ කියල. බාලයන් ආශ්‍රය කරන්න එපා. පණ්ඩිතයන් ආශ්‍රය කරන්න කියලා. ඉන් අදහස් කරන්නේ බාලයෝ කියල පැත්තකට තල්ලුකරල දාන්න නොවෙයි. ඒ අය සමග සමීපවෙලා නරක ගුණ ගන්න එපා කියන එකයි. ඒ එහෙම නැති වුනොත් ඔබටයි අපටයි ජීවත්වෙන්න තැනක් නැතිවෙවි, ඔක්කොම අයින් කරගෙන ගියොත් එහෙම. මොකක් හෝ අඩුවක් තියෙනවා නේ පෘථග්ජන ජීවිතයක. ඉන් අදහස් කළේ - අපි නරක ගුණ ගන්නේ නෑ. එහෙම ඔක්කොම අයින් කරගෙන ජීවත් වෙන්නත් බැහැ. බස් එකකවත් යන්න පුළුවන්ද එහෙම වුනොත්. නෑ ඒ නරක ගුණ ගන්නෙ නැතුව අපි උත්සාහ කරනවා පුද්ගලයන් හොඳ මගට ගන්න. අන්න, නරක ගුණ ගන්නේ නැති එක - **අසේවනාව බාලානං** - එයාගේ නරක ගුණ ටික අපි ගන්නේ නෑ. **පණ්ඩිතානංව සේවනා** - එයාගේ හොඳ ටික ගන්නවා. හොඳ ගුණ තියෙන අයගේ ළඟට වෙලා ඇසුරු කරගෙන හොඳ ගුණ ආශ්‍රය කරගෙන යනවා. නරක ගිහි තියෙන අයගෙන් එයාගේ නරක ටික අයින් කරලා නරක ටික ගන්නේ නැතිව ඉන්නවා. ඒක තමයි **අසේවනාව බාලානං** කියන්නේ. එහෙම නැති වුනොත් ගෙදරකවත් ජීවත් වෙන්න බැර වෙයි. පවුලක වුනත් ධර්මය අනුගමනය කරන පිරිස ඉන්නේ සමහර විට එක්කෙනෙක් දෙන්නෙක් වෙන්න පුළුවන්. ස්වාමියා, බිරිඳ අතර (දෙන්නම නොවෙන්න පුළුවන්) දෙමාපියන් දුරුවෝ අතර සහෝදර සහෝදරියන් අතර එබඳු අය ඉන්න පුළුවන්. ඒ නිසා අප අයින් කළ යුත්තේ ඒ නරක දේවල් පමණයි.

හොඳයි, **පච්චත්තං වේදිතබ්බා විඤ්ඤති** ලෙසින් දකින්න ඕන. මේ ධර්මයට එනකොට නුවණ දියුණු කරගෙන නුවණින් දකින්න ඕන. ඒක පැහැදිලියි නේ. පුංචි දරුවා එක්කගෙන එනවා, පන්සිල් පද පහ උගන්වනවා, මල පරවෙලා යන හැටි උගන්නනවා, කයට ගලපලා පෙන්නවනවා - කායානුපස්සනාවෙන්, අනිත්‍ය භාවනාව ලෙසින්. (කායගතාසනි) ඊට හුරු කරලා පොඩි දරුවන් දැන් ටිකෙන් ටික නුවණැත්තෙක් බවට පත්වෙනවා. ඒ දරුවා දැන් දකිනවා ටිකෙන් ටික ඉදිරියට එමින්. අන්න නුවණැති අය විසින් දකින ආකාරය. **පච්චත්තං වේදිතබ්බා විඤ්ඤති** කිව්වේ එනනයි.

හොඳයි, මේ විදියට දේශනා කරමින් රූපය ගැන පමණක් නොවෙයි ඊළඟට ශබ්දය ගැනත් ඔය විදියට දේශනා කරනවා. ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මන කියන ඉඳියන් හයට ම අරමුණු එන රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම (සිතුවිලි) යන මේ හය පිලිබඳවම දේශනා කරනවා. මේ ඉඳියන් හයෙන්ම හේ මේ ලෝකය හා අරමුණු ගන්නේ. ලෝකය හා ගැටෙන්නේ. ලෝකය පවතිනුයේ මේ ඉඳියන් හය (නිසා) සමගිනුයි.

දැන් යම් මහණෙක් කණින් ශබ්දයක් අරගෙන ඒ ශබ්දය හඳුනාගන්නවා. ඒ ශබ්දය දන්නේද, ශබ්ද රසය හෙවත් ශබ්දයට ඇති රාගය පිලිබඳව (රසය කියලා අග්‍රභවත් පුද්ගලයෙක් අල්ලා ගන්නේ රාගය (ඇලීම) නිසාය) මම කැමතියි ඒ හඬට. එය මිනිරියි. ඔය විදියට එය රාගයක්, (ඇලීමක්) ශබ්ද රාගයක් ලෙස හඳුනාගන්නවා. තම සන්නාහයේ ශබ්ද රාගය පවතින විට, තම සන්නාහයේ ශබ්ද රාගය පවතින බව දැනගන්නවා. මේ විදියට මහණෙක් හෝ ආර්ය ශ්‍රාවක / ශ්‍රාවිකා (පැවිදි හෝ ගිහි ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවෝ) ශබ්දය හඳුනාගෙන, ශබ්ද රාගය හඳුනාගෙන තම සන්නාහයේ පවතින්නා වූ ශබ්ද රාගය, තම සන්නාහයේ ශබ්ද රාගයක් පවතින්නේ යැයි දැනගන්නවා. ඒ පුද්ගලයා විසින් සාන්ද්‍රාණීකව දැනගන්නවා. අවබෝධ කරගන්නවා කිවුවේ ඒකයි. දැන් මගේ හිතේ ශබ්ද රාගය තිබෙනවා. ඒ ශබ්දය, ඒ හඬ අඳුනාගන්නා. ඒ හඬට ඇල්මක් තියෙනවා. මගේ සන්නාහයේ ඒ හඬට ඇල්මක් ඇතිවෙලා තියෙනවා. රාගයක් තියෙනවා. එයට ඇල්මක් තියෙනවා. ඒකට මම දැන් බැඳිලා ඉන්නේ, මගේ කියලා, මම වෙමි කියලා, ඒක ස්ථිරයි, සදාකාලිකයි, ආත්මයක් කියලා මගේ ආත්මය හා සම්බන්ධ කරගෙන ජීවිතය හා සම්බන්ධ කරගෙන මම දැන් සිටින්නේ. මගේ සිතේ, මගේ සන්නාහයේ දැන් ශබ්ද රාගය තියෙනවා. ඔන්න සාන්ද්‍රාණීකයි. ඔහු දැන් දන්නවා තමා විසින් දැක්ක බව. ඒ දැක්ම අවශ්‍යයි. අයින් කරන්න නම් දැක්ම අවශ්‍යයි. නැත්නම් එය නොදැනුවත්වම වැඩෙනවා. විෂබ්ජයක් බව දැනගන්නාමනේ ඉවත් කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ. නැත්නම් එය නොදැනුවත්වම වැඩෙනවා. සමහර හයානක ලෙඩ නොදැනුවත්වම වැඩිවෙලා කෙළවරට එනකල් දන්නේ නෑ. වෙන ස්වල්ප වූ දෙයක් නිසා වෛද්‍යවරයෙක් හමුවුනාම තමයි දැනගන්නේ, සනීප කරන්න බැරි ලෙඩක්, විශාල විෂබ්ජයක් හයානක ලෙස වැඩිලා තියෙනවා නැත්නම් ගලවන්න බෑ කියලා.

සමහරු නොදැනුවත්වම ඔය රාග, දෝෂ, මෝහ, කෙලෙස් වැඩිලා අන්තිම කෙළවරදී බරපතල ලෙස ඝට්ටනය වෙන කොට (ගැටෙන කොට)

තමයි දැන ගන්නේ, මෙහෙම එකක් කාලයක් තිස්සේ වැඩිලයි එය තමයි මේ මට වුනේ කියල. හැබැයි දැන් ගලවන්න බැරි නැතටම ඇවිල්ල. ජීවිතය මුළුමනින්ම වෙනස් වෙලා. මොකද වරදටම හසුවෙලා, දැන් ගලවන්න බෑ, පසුවයි දැනුණෝ. ඒ නිසා හැම මොහොතකම සිතිය පවත්වාගෙන සිටීමෙන් (රූපය කෙරෙහි වාගේම ශබ්දය කෙරෙහිත්) පුළුවන් එතනින් ගැලවෙන්න. එයයි ඉන් අදහස් කළේ. සාන්ද්‍රාණීකයි, සාන්ද්‍රාණීකයි මොකක්ද ස්වාමීනි, **සාන්ද්‍රාණීක සාන්ද්‍රාණීක** කියලා කියන්නේ ඇහුවම උපවාහ තෙරුන් වහන්සේට දීපු උත්තරය ඒ විදියට තමයි, **අකාලික, ඒතිපස්සික, ඔපනයික, පච්චතතං, වේදිතබ්බො විඤ්ඤති** යනුවෙන් දේශනා කරනු ලැබුවේ.

මිළඟට අනිත් ඒව අපි කෙටියෙන් සඳහන් කරමු. **නාසයෙන් ආඝ්‍රණය පිළිබඳව.** මේ මහණ නාසයෙන් අඝ්‍රණය ලබන කොට ආඝ්‍රණය දැන ගන්නවා. ආඝ්‍රණයට ඇතිකර ගන්න රාගය, ඇල්ම දැන ගන්නවා. තම සන්නාහයේ ඇති කර ගන්නා වූ ආඝ්‍රණ රාගයට දැන් කැමැත්තක් තියෙනවා කියලා දැන ගන්නවා. එයට කියනවා සාන්ද්‍රාණීක කියලා. අර විදියට අකාලික, ඒතිපස්සික, ඔපනයික, පච්චතතං, වේදිතබ්බො විඤ්ඤති.

මිළඟට, ඒ මහණ **දිවෙන් රසයක් ලබන කොට**, ඒ රසය හඳුනාගන්නවා. රස රාගය, රස කාමය හඳුනාගන්නවා. තම සන්නාහයේ මේ රස රාගය, රස කාමය පවතින විට තම සන්නාහයේ රස රාගය ඇති යයි හඳුනා ගන්නවා. එය සාන්ද්‍රාණීකයි.

යම් මහණ කෙනෙක් **කයෙන් ස්පර්ශ ලබනකොට** ඒ ස්පර්ශය හඳුනාගන්නවා. ස්පර්ශී රාගය හඳුනා ගන්නවා. දැන් තම සන්නාහයේ ස්පර්ශී රාගය තිබෙන බව දැන ගන්නවා. එය සාන්ද්‍රාණීකයි.

මිළඟට යම් මහණ කෙනෙක් **සිතේ හට ගන්නා ධර්ම සිතුවිලි හඳුනා ගන්නවා.** ඒ ධර්ම සිතුවිලි කෙරේ ඇති වන රාගය හඳුනා ගන්නවා. සිතුවිල්ලට කෙසේද රාගය ඇති වන්නේ, එසේ සිත සිතා ඉන්න කැමතියි. ඒ සිතුවිල්ලට මම කැමතියි, මතක් වෙන හැම වෙලාවකම මගේ හිත අර විදියට - **ඉට්ඨා, කන්නා, මනාප, පියරූපා, කමුපසංහිතා, රජනීයා** මගේ සිත කුල්මත් වෙනවා. සිත ඇලෙන තැන (සරලව සඳහන් කළොත්) හිත හිතා ඉන්න කැමති එකනේ. සමහරු එය මතක් වෙන කොටත් -මම හරි කැමතියි කියන්නේ, ඒ ගැනම හිත හිතා ඉන්න කැමතියි කියන්නේ අන්ත ඒකයි. එතකොට තමා දැන ගන්නව තමාගේ සන්නාහයේ ඒ රාගය, හැබැයි සිතුවිලි වලට ඇලුණු

රාගය පවතිනව කියල. ඒක සාන්ද්‍රාජීකයි. තමා විසින් දැක්ක යුතු දෙයක් අවබෝධයක් නැති අයට කෙනෙක් පෙන්වල දන්නත් තේරෙන්නේ නෑ.

**දක්කවා සූත්‍ර දේශනාවේදී** පැහැදිලි කරන ආකාරයට ශ්‍රද්ධාව නැති කෙනාට ශ්‍රද්ධාව ගැන කීවොත් එයාට කේන්ති යනවා. තරහ ගන්නවා. වෙර අති කර ගන්නවා. නොසතුට ප්‍රකාශ කරනවා. විරුද්ධ නැගී සිටිනවා. ශීලය නැති කෙනාට ශීලය ගැන කතා කළොත් එයා කිපෙනවා, කේන්ති ගන්නවා, තරහ ගන්නවා, විරුද්ධව නැගී සිටිනවා. ආශ්‍රිතවත් කෙනාට බහුශ්‍රැත බව කතා කළොත්, ධර්මය ගැන කතා කළොත්, අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත, ත්‍රිලක්ෂණය, විරාගය ගැන කතා කළොත් කේන්ති ගන්නවා. විරුද්ධව නැගී සිටිනවා, කෝපයෙන් නොසතුට ප්‍රකාශ කරනවා. මසුරු කෙනෙකුට (මවිජරිය කෙනෙකුට) ත්‍යාගය, දීම ගැන කතා කළොත් එයා කිපෙනවා, කේන්ති ගන්නවා, තරහ ප්‍රකාශ කරනවා, විරුද්ධව නැගී සිටිනවා. දුෂ්ප්‍රඥා කෙනෙකුට ප්‍රඥාව ගැන කතා කළොත් මේ වතුරාර්ය සත්‍යය ධර්මය දැකීම ගැන එයා කිපෙනවා, කේන්ති ගන්නවා, තරහ ගන්නවා, විරුද්ධව නැගී සිටිනවා, කොපයෙන් ද්වේශයෙන් කටයුතු කරනවා. ප්‍රඥාවට ලං වෙලා මෙහි ස්වභාවය දකින්න ඕන.

හොඳයි, දැන් අතින් කොටස. හොඳ ආකාරයේ කුසල් මගට යොමු වෙන අපි සමීපවෙන්න උත්සාහ ගන්න අරමුණු ගැන දේශනා කරනවා. ඉතාම සරලයි. ඒක තේරුම් ගන්න. අතින් කොටස නැත්නම් හොඳ පත්තට යොමු වන එකයි දැන් දේශනා කරන්නේ. **යම් මහණ කෙනෙක් ඇසින් රූප දැකලා රූපය දැන ගන්නවා. කොහොමද රූපය දැන ගන්නේ. ඒ රූපය පධිවි, අපෝ, තේජෝ, වායෝ එහෙම නැත්නම් නාම ලෙස වේදනා, සඤ්ඤා, චේතනා, එස්ස, මහසිකාර ආදී වශයෙන් පැහැදිලි කර ගන්නවා.** රූපය - පධිවි, අපෝ, තේජෝ, වායෝ (සතර මහා භූත ධර්ම) හා උපාදාය රූප විසි හතර මේ විදියට තේරුම් ගන්න ඕන. එහෙම නැත්නම් මේ උප්පාදා-ධීති - හංග හට අරගෙන වෙනස් වෙලා - නැතිව යන. බිඳී යන සංඛත ධර්මයක් හෝ සංඛාර ධර්මයක් හැටියට එයා රූපය දකිනවා. රූපය හඳුනාගන්නවා. රූප රාගයත් හඳුනාගන්නවා. දැන් රූප රාගයට ඇලීමක් ඇති වෙන්න පුළුවන්. රූප රාගය ඇලෙනව. කියන්නේ මොකක්ද කියන එක තේරුම් ගන්න ඕන. ඇලිල නොවෙයි තේරුම් ගන්නේ එතන පැහැදිලියි නේ. මෙහි කියන්නේ ඇලෙන්න කියන එක නොවෙයි. ඇලෙනොත් මේකයි වෙන්නේ කියන එක, හයානක බව තේරුම් ගන්න කියන එකයි. ආදීනව තේරුම් ගන්න කියන එකයි.

මෙතෙක්ට තව කොටස් තුනක් එකතු කර ගනිමු. **මහා දුක්ඛකඛන්ධ සූත්‍රයේ** පැහැදිලි කලා කොහොමද දකින්නේ? **අස්සාද, ආදීනව, නිස්සරණ** වශයෙන් අස්සාදය දකිනව, ස්වභාවය දකිනව. මහා දුක්ඛකඛන්ධ සූත්‍රයේ පෙන්වන නිදසුන උපමාව මෙකක්ද? අස්සාදය ගැන හිතන්න විරාගී මනසකින් ඒ ගැන හිතන්න. විරාගී මනසකින් නොඇලුණු මනසකින්, තරුණ දුවෙක් - අස්සාදය (ආශ්වාදය) සුපසන්, ප්‍රසන්නයි, පෙනුමයි (සම්මුතිය) නිරෝගියි, පැහැපත්. ඒ තරුණ ස්වභාවයත් එක්ක අස්සාදය කිවුවේ ඒකයි. නමුත් ඒ අස්සාදය දකින්නේ කාමයට ඇලෙන්න නොවෙයි. ඒ පවත්නා ස්වභාවයි දකින්නේ. ඇලෙන්න නොවෙයි. දැන් වස වස ගැන කතා කරන්නේ වස වස පාවිච්චි කරන්න නොවෙයි. ඒකෙ ආදීනවත් එක්ක දකින්න. මෙතන රාගය දකින්නේ රූප රාගය කුල්මත් කරන්න නොවෙයි. එහි ආදීනව දකින්න.

**ඊළඟට ආදීනව, ආදීනවය** පැහැදිලියිනේ. අර තරුණ දුව, දිරාගෙන යාම, මහළුකම ආදියයි. **නිස්සරණ** නිස්සරණ කියන්නේ අත්හරිනව කියන එකයි. ඉවත්වෙනවා කියන එකයි. බැහැර වෙනව කියන එකයි. මගේය, මමය, ස්ථිර ආත්මයක්ය යනුවෙන් උපාදානය කරන්නේ නැහැ. ඒ මහා දුක්ඛකඛන්ධ සූත්‍රයේදී අනුශාසනා කළේ (ඒ කොටස මෙතෙක්ට පැහැදිලි කලේ)

එතකොට රූපය හඳුනාගන්නා. රූප රාගය හඳුනාගන්නා දැන් තම සන්නාහයේ රූප රාගය හඳුනාගෙන තම සන්නාහයේ ඒ රූප රාගය නෑ කියලා හඳුනාගෙන. රූප රාගය හඳුනාගන්න පුද්ගලයෙකුට තමයි රූප රාගය නෑ කියල දැනගන්න පුළුවන්කම තියෙන්නේ. නැත්නම් දන්නෙ නැහැනෙ, හඳුනාගත්තේ නැත්නම්. දැන් සමහර අය කෙලෙස්වලට වංචා වෙනවා. කවුරුවත් වංචාකරලා නොවෙයි. තමන් වංචා වෙනවා ආලයට, බැඳීමට, කරුණාව කියලා ළං වෙනවා. එතන තියෙන්නේ කාම රාගයක්. නමුත් ළං වෙලා ඉන්නේ කරුණාව මෙමුතිය, අනුකම්පාව කියලා හිතාගෙන. කාලයක් ගියාමයි තේරෙන්නේ. නුවණින් දැකල නෙවෙයි නෙ ඉන්නෙ. “ඇයි මගේත් එක්ක කතා කරන්නෙ නැත්තේ?” නැත්නම් “මට දකින්නෙ නැතුව ඉන්න බෑ”. “ඇයි බැලුවෙ නැත්තෙ හමු වෙලත්” “ඇයි ආවේ නැත්තෙ මාව බලන්න” “ඔබ මෙව්වර කාලයක් මේ කතා කළේ කොහොමද?” කරුණාව, මෙමුතියද මේ මෙව්වර කාලයක් ආශ්‍රය කළේ? කරුණාව, මෙමුතිය තුළ එහෙම නෑ. නුවණ නැති අය හයානක විෂබීජයක් ලෙස මේක ඔද්දල්වෙලා ඔද්දල්වෙලා කාලෙකදී තමයි දැනගන්නෙ. එතකොට හඳුන්න බෑ. එතකොට හයානක තැනට අනුවෙල ඉන්න පුළුවන්.

මාතා පුත්ත සුත්‍රයේදී මා ඔබට දේශනා කොට තිබෙනවා අපි පරෙස්සම් වෙන්න ඕන. විශේෂයෙන් මේ කාලය භයානකයි. මාර බලවේග වැඩියි. අමනුෂ්‍ය බලවේග වැඩියි. විශේෂයෙන් පරෙස්සම් වෙන්න ඕන. කොයි තරම් හොඳ අය වුනත් ඉක්මනින් හරකට වැටෙන්න පුළුවනි. මේ බලාගෙන ඉන්ද්‍රදේදී හොඳ අය හිතාගන්න බැරි විදියට අනිත් පැත්තට ගැලවීලා වැටෙන්න පුළුවනි. මාතා පුත්ත සුත්‍රයේදී මා දේශනා කොට තිබෙනවා මේ පිලිවෙලට ගලපන්නක පුළුවන් මෙතෙන්නට. ස්වාමියා මිය ගියාට පස්සේ අම්මයි පුතයි පැවිදි වුණා. පැවිදිවෙලා වන සෙනසුනක දෙපැත්තේ හිඤ්ඤ ආරාමයේ හා හිඤ්ඤ ආරාමයේ හිටියා. ගෙදරදී තිබුණු ලෙන්ගතුකම නිසා (අම්මයි - පුතයි නෙ) දෙන්නටම හැම දවසකම දනින්න ඕනකම තිබුණා. හැම දවසකම දෙන්නා හමුවෙනවා. මේ පැත්තෙන් හිඤ්ඤ වහන්සේ එනවා. අනිත් පැත්තෙන් හිඤ්ඤ වහන්සේ එනවා. මාර බලවේගයක මහ පුදුමෙ. අම්මයි පුතයි මෙහෙම හරියට කැලෑව මැද්දේදී හමුවුණා. (හිඤ්ඤ වහන්සේ හා හිඤ්ඤ වහන්සේ) කාලයක් යනකොට දෙන්නට අමතක වුණා දෙන්නා කවුද කියලා. මහ විපතකට වැටුණා. මුලින් පටන් ගත්තේ කොහොමද අම්මයි, පුතයි. ගුණාබර අම්මා කෙනෙකුගෙ හදවතේ පවතින කරුණාව මෙමනි. මම හිතනවා ඔබට පැහැදිලියි.

කරණිය මෙත්ත සුත්‍රයේ කොහොමද? පෙන්න දෙන්න **“මාතා යථා නියං පුත්තං ආයුසා එක පුත්තමනුරුකෙඛ”** පිරිසිදු මෙමනියට උපමාවක් දක්වුයේ - අම්මා කෙනෙක් තම ආයුෂෙන් තම එකම දරුවා ආරක්ෂා කරනවා රකිනවා වගේ. ඉන් අදහස් කළේ තමන්ගේ ජීවිතය පවා කැප කරලා රකිනව කියන එකයි. පිරිසිදු මෙමනියෙන් ආරම්භය. කාලයක් යනකොට මේ දෙන්නට දෙන්න අමතක වුණා. අසද්ධර්මයේ හැසිරුණා. පැහැදිලියි නේ. බලන්න දනගෙන හිටියේ නැත්නම් අකුසල බීජය රාග, දෝස, මෝහ, කොයිතරම් වැඩෙනවද? මෙයට වඩා තවත් මොනවද වැඩෙනේනෙ? කාමයේ නම් කොයිතරම් කෙලෙස් සහිතද? කාමයේ නම් කොයිතරම් ලැජ්ජිතද? කාමයේ නම් කොයිතරම් භයානකදැයි ඉතාම පැහැදිලියි. **කාමයෝ ගිහි අඟුරු වලක් හැටියට, මස් කැබැල්ලක් හැටියට මස් හැති ලොහොඹුවක් හැටියට, සර්ප කටක් හිසක් හැටියට, බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කළේ, පැහැදිලි කළේ මේ නිසයි.** තමා විතරක් (ආධ්‍යාත්මිකව) නොවේ මුළු පරිසරයටම පුළුවල යනවා. තමාගේ ආධ්‍යාත්මික ගුණයන් පවා බලාගෙන සිටියදීම නැතිවෙලා යනවා.

ඉතාම හොඳ තැනක් හැමකෙනෙකුටම පැමිණියා ම ධර්මානුකූලව, සමාධියෙන් දකින්න. ඒ නිසා ශ්‍රැතවත් ආර්ය ස්වභාවයට, මේ ආර්ය ධර්මය දකිනකොට ඒ රූපය මැනවින් හඳුනාගන්නවා. රූප රාගය හඳුනාගන්නවා. තම සන්නානයේ හටගත් ඒ රූප රාගය, තම සන්නානයේ රූප රාගයක් දැන් නැතැ කියල හඳුනාගන්නවා. මේ මහණ (සුත්‍රයේ තිබෙන්නේ මහණ කියන විවහය විතරයි) හෝ හිඤ්ඤ හිඤ්ඤ හෝ උපාසක - උපාසිකා (අපි යොදනවා ඒ කොටස) මොකද උපවාන ස්වාමීන් වහන්සේ ප්‍රශ්න කළ නිසා අපි හිඤ්ඤ - හිඤ්ඤ, උපාසක - උපාසිකා හතරම යොදා ගනිමු. බුදුරජාණන්, වහන්සේ සඳහන් කරනවා අන්න ‘සන්දෘෂ්ඨික.’ තමා විසින්ම දැන් ධර්මය දැක්ක. රූපය තේරුම් ගන්නා. කොහොමද හැදිලි තියෙන්නේ. ‘සංඛත වස්තුව’, ‘සංඛාර වස්තුව’, ‘නාම - රූප ධර්ම’, ‘පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ’, ‘උප්පාදු - ධීනි - හංග’, ‘අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත’ ත්‍රිලක්ෂණ ඔස්සේ මෙනෙහි කරා. මගේය, මමය, මගේ ආත්මය කියල ගත්තේ නෑ.

**නේතං මම, නෙසෝ හමස්මි, නමෙසෝ අත්තා රූපය හඳුනා ගන්නා. රූප රාගයත් තේරුම් ගන්නා. රූප රාගය ඇතිවන්නේ කොහොමද කියන එක තේරුම් ගන්නා.** දැන් තම සන්නානයේ රූප රාගය මොකද හඳුනා ගැනීමේදී ඒක තියෙනව, අවස්ථාව තියෙනව, හැකියාව තියෙනවා, සඵලතාවය තියෙනවා, වෙන්න පුළුවන්, ඇයි ඒ, නාමත් අශ්‍රැතවත්, පැහැදිලියි නේ. මේක වෙන්න පුළුවන්. මේක හොඳ තැනක්. සෝවාන් මගටත් පත්වෙව්ව හැකි අයට කෙලින්ම තීරණය දෙන්න බෑ.

නෑ නෑ මං හරි, මට බය වෙන්න ඕන නෑ. මං ඕක දන්නවා. මට දැන් හොඳට භාවනාව පුරුදුයි. නොගියට කමක් නෑ. මට බණ අනන්ත ඕන නෑ. මම දන්නව ඔක්කොම ටික කටපාඩමින් කියන්නත් පුළුවන්. එහෙම තියෙනව නේ. කටපාඩමින් තුන් පිටකයම කියෙව්වත් සෝවාන් මගින් ඇතුල්වෙලා නැතිනම් ආපස්සට එනවා. එහෙම වෙලා තියෙනවා. අභිඤ්ඤ ලබලා උඩින් ගියපු අයත් බිමට කඩාගෙන වැටිලි තියෙනවා. ඒක භයානක තැනක්. එහෙම තැන්වල අපි කලකිරෙන්නත් ඕන නෑ. ආශ්‍රැතවත් ස්වභාවය ගැන නුවණින් දකිනකොට කලකිරෙන්නේ නෑ. නැතිනම් සමහර විට මේ සාසනය ගැන කළකිරෙනවා. බලන්න අර ස්වාමීන් වහන්සේ, අර උපාසක ඇත්තෝ, අර උපාසිකාව මොන තරම් හොඳට ද හිටියේ. ශාසනය ගැන නොවෙයි, ධර්මය ගැන නොවෙයි කලකිරෙන්න ඕන සසර ගැනයි. බලන්න මේ සංසාර ගමන කොයිතරම් භයානකද කියන එක, බෝධිසත්ව උතුමෝත්

ඕකට ඇදල දැමීම නම් - බෝධිසත්ව උතුමාත් පබාවනිය කෙරෙහි සිත ඇදල දැමීමානෙ.

බෝධිසත්වයෝ තිරිසන් ආත්ම වල ඉපදිලා - ගවයෙක් වෙලා ගව දෙනට බැදුනා. කොටඵදෙනට නොදුටම බැදුනා. මේ සසර ගමන ගැනයි කලකිරෙන්න ඕන. පුද්ගලයො ගැන නොවෙයි. ඇයි ඒ භයානක වු සසර ගමනෙ මේ හැම කෙනෙක්ම ඉන්නෙ. ඒකයි තේරුමේ ගන්න ඕන. උපේක්ෂාවෙන් දකින්න ඕන. හැත්තමි අපි ඔබ පැත්තක ඉදල අකුසල් සිද්ධිකර ගන්නවා. 'නිටියෙ බිම බලාගෙන - කරපු දේ' එහෙම නේ හිතන්නේ. 'හතර පෝයටම සිල් ගන්නා. කරල තියෙන දේ' මෙහෙම තමන් අකුසල් සිද්ධි කර ගන්නව. ඊළඟට, නෑ එහෙම වෙන්න එපා. මේවා දකින්න සසර ගමනෙ තියෙන භයානක බව, කලකිරීම ගැන හොඳ අවබෝධයක් ඇති කරගෙන තමා වඩා ශක්තිමත් වෙන්න ඕන. කොහොමද ශක්තිමත් වෙන්නෙ? ශුද්ධා, චීර්ය, සති, සමාධි, පුඤා වඩාගෙන තමා වඩාත් ශක්තිමත් වෙන්න ඕන. බල ධර්ම, ඉඤ්ඤා ධර්ම වඩාත් වඩාගෙන තමන් ශක්තිමත් වෙන්න ඕන.

කොහොමද ශුද්ධා, චීර්ය, සති, සමාධි, පුඤා මේ පහෙන් බලවත් වෙන්න. බල ධර්ම කීවේ ඒකයි. එතකොට ඒක හරියනවා. ඒකයි වෙන්න ඕන. එතකොට තම සන්නානයෙහි රූප රාගය නැති බව දන්නවා. දැන් රූපය හඳුනාගන්න. රූප රාගය තේරුම් ගන්න. තම සන්නානයේ රූප රාගයක් නොවන බව තේරුම් ගන්න. එහෙමනම් තම සන්නානයේ, තම සිතේ, මගේ ළඟ, මගේ හිතේ දැන් රූප රාගයක් නැහැ කියල දන්නවා. කවුද දන්නේ?

**සන්දෘෂ්ඨික, අකාලික, ඒතිපස්සික, ඕපනයික, පච්චත්තං වේදිතබ්බා විඤ්ඤ කියන පුද්ගලයා** හැර අනෙක් අය දන්නේ නෑ. එතකොට මේ අය ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවන් බවට පත්වෙලා තමයි ඉන්නේ. (තරමකින් හෝ) එයා දැන් වැටහීමක් ඇතිකර ගන්නවා. ඒ ස්වභාවය පිළිබඳව රූප රාගය පිළිබඳව ඒක නෑ කියලත් දන්නවා. මගේ හිතේ නෑ කියල දැනගන්න පුළුවන් වෙන්නේ හඳුනාගන්න කෙනෙකුට නේ. හැත්තමි දන්නේ නෑ නේ තියනවද නැද්ද කියල.

මං මෙව්වර කාලයක් මේ ආහාර ගත්තේ දන්නෙ නැතිව. මේව මට විසයි. එහෙම කියල ඒව අතහරින්න පුළුවන්. වෛද්‍ය වරයා කිවුවට පස්සෙ

තමයි දන්නේ මම මෙව්වර කාලයක් අරන් තියෙන්නේ මට හොඳ නැති ආහාර කියලා. ඉතින් ලෙඩේ උත්සන්න වුනේ නොදැන ගැනීම නිසා. හැබැයි ඉතින් දැනගෙනත් ගන්නවානම් ඒක කර්ම දෝෂයක්. මේ ජීවිතේත් කර්ම දෝෂ - එයාමයි ඇතිකර ගන්නේ. දැන් බොහෝ අය නොදන්නව නොවෙයි නෙ. දැනගෙන තමයි ඒක කරන්නෙ. වැරද්දට හසුවෙලා බල ධර්ම වැඩිල නෑ. ශුද්ධව නෑ. චීර්ය නෑ. සතිය නෑ. (අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණය මුල් කරගෙන සිතිය පවත්වා ගැනීම.) සමාධිය නෑ. පුඤාව නෑ. ඒ අඩු පාඩුව තියෙනවා. ලෞකික ජීවිතේත් එහෙමයි. දැන දැන වැරදි කරන්නේ මේ පහ නැති නිසා. මේ පහ තියෙනවා නම් දැන දැන වැරදි කරන්නේ නැහැ. මේ පහ කොතරම් දන්නේ නැද්ද කියනව නම් අපාය බැරිනම් ඕනම තැනකට වැටුනදේත් කියල ඕනම දෙයක් කරන්න සූදානම්.

ශුද්ධා, ශීල, සති, සමාධි, පුඤා කියන මේ පංච බල ධර්ම වැඩිල නැති එකයි හේතුව. මේ ධර්මය හොඳින් දකින්න ඕන එකක්. මේ විදියට අපට ගලපගන්න පුළුවන් ශබ්දය කෙරෙහිත් ශබ්ද අදුන ගන්නව. ශබ්දය දකිනකොට ඒ රාගය අදුන ගන්නවා. තම සන්නානයේ රාගය අරමුණු වෙච්ච එය රාගයක් හැටියට අල්ලගෙන නෑ කියලා අදුන ගන්නවා. සන්දිට්ඨිකයි.

මිළඟට **නාසයෙන් ආක්‍රාණයක්** ඒ විදියට හඳුනාගන්නවා. එහි රාගය දැන ගන්නවා. රාගය පිළිබඳව තම සන්නානයේ (නාසයෙන් ලද) ඒ ආක්‍රාණය, ඝාණ රාගය නෑ කියල හඳුනාගන්නවා.

ඒ වගේම **දිව හඳුනාගන්නවා**. ජීවිතා රසය පිළිබඳව හඳුනා ගන්නවා. තම සන්නානයෙහි ජීවිතා රසය හා තම සන්නානයෙහි ජීවිතා රාගය නෑ කියල හඳුනාගන්නවා.

ඒ වගේම **කය හඳුනාගන්නවා**. කායික රාගය හඳුනාගන්නවා. ඊළඟට තම සන්නානයේ කායික රාගය, තම සන්නානයේ කායික රාගයක් හැටියට පවතින්නේ නෑ. කියල හඳුනාගන්නවා.

ඊළඟට **මනස් ධර්ම හඳුනාගන්නවා**. ධර්ම රාගය හඳුනාගන්නවා. ඒ සිතුවිලි වලට ඇතිවන ඇලීම, බැඳීම තම සන්නානයේ පවත්නා සිතුවිලි ඇල්ම තම සන්නානයේ සිතුවිලි රාගයක්, ඇල්මක් හැටියට පවතින්නේ යයි කියා හඳුනාගන්නවා.

මෙන්න මෙය තමයි සාන්ද්‍රාණ්ඩික - සන්ද්‍රිට්‍රික, අකාලික, ඒනිපස්සික, ඕපනයික, පච්චතං වේදිතබ්බා විඤ්ඤති යයි සඳහන් කළේ.

ඔබ සියළු දෙනාටම අද දවසේ මේ පැහැදිලි කළ, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද සංයුක්ත නිකායේ මිගජාල වග්ගීයේ සඳහන් උපවාන සූත්‍රය ආශ්‍රයෙන් පැහැදිලි කළ දහම, ස්වාමීන් වහන්සේටත්, ඔබ සියළු දෙනාටමත්, දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග නම් වූ උතුම් චතුරාය්‍යී සත්‍යය ධර්මය අවබෝධය පිණිසම හේතුවේවා යයි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා.

සාදු! සාදු!! සාදු!!!

[www.buddhismforyou.org](http://www.buddhismforyou.org)

## පුණ්‍යානුමෝදනාව

පරලෝ සැපත් එස්.පී. රණසිංහ පියාණන්ට මෙම ධර්ම දානමය කුසල් බලයෙන් උතුම් වූ චතුරාය්‍යී සත්‍යය අවබෝධ වේවායි ප්‍රාර්ථනා කිරීමත්,

ධර්ම දානමය පිංකම සඳහා අනුමැතිය ලබාදුන් ආචාර්ය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු ආරාමයේ වැඩ වසන සියලුම ස්වාමීන් වහන්සේලාට මෙම ධර්ම දානමය කුසලයෙන් උතුම් වූ චතුරාය්‍යී සත්‍ය අවබෝධ වේවායි ප්‍රාර්ථනා කිරීමත්,

මෙම සඳහම් ග්‍රන්ථය කියවන ඔබ අප සැමට සසර දුක් කෙළවර නිවන් අවබෝධය ලැබේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමින් එස්. රණසිංහ මෑණියන් ඇතුළු දු දරු පිරිස මෙම ධර්ම දානමය පිංකමක් ලෙස පූජා කරමු.