

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

# තෙලෙස් ප්‍රභාණය

සබ්බාසව සුත්‍රය  
(පළමු කොටස)

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

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

ආචාර්ය පූජනීය  
මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

( ධර්ම දානය පිණිසයි. )

කාරුණික වූ පින්වතුනි,

තුනුරුවන් සතු අනන්ත මහ ගුණබලයෙන් පින්වත් ඔබ හැම දෙනාටම ධර්මාවබෝධය පිණිස, කෙලෙස් තැවීම, සමනය, බැහැර කිරීම පිණිස හේතු වේවායි අධිෂ්ඨාන කරනවා.

### සබ්බාසව සූත්‍ර දේශනාව (පළමු කොටස)

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සමමා සම්බුද්ධස්ස  
නමො තස්ස භගවතො අරහතො සමමා සම්බුද්ධස්ස  
නමො තස්ස භගවතො අරහතො සමමා සම්බුද්ධස්ස

අත්ථි භික්ඛවෙ ආසවා දස්සනා පහාතබ්බා  
අත්ථි ආසවා සංවරා පහාතබ්බා  
අත්ථි ආසවා පටිසෙවනා පහාතබ්බා  
අත්ථි ආසවා අධිවාසනා පහාතබ්බා  
අත්ථි ආසවා පරිවජ්ජනා පහාතබ්බා  
අත්ථි ආසවා විනොදනා පහාතබ්බා  
අත්ථි ආසවා භාවනා පහාතබ්බාති

මහණෙනි, දුභිතයෙන් පහකළ යුතු ආසුව තිබෙනවා  
සංවරයෙන් පහකළ යුතු ආසුව තිබෙනවා  
ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂාවෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව තිබෙනවා  
ඉවසීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව තිබෙනවා  
බැහැර කිරීමෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව තිබෙනවා  
විනෝදනයෙන් (විශ්‍රාමයෙන්) දුරු කළ යුතු ආසුව තිබෙනවා  
භාවනාවෙන් දුරු කළ යුතු ආසුව තිබෙනවා

මජ්ඣිම නිකායේ මූල පරියාය වර්ගයේ සදුහන් සබ්බාසව සූත්‍ර දේශනාවයි පැහැදිලි කිරීමට බලාපොරොත්තු වන්නේ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සැවැත් නුවර ජේතවනාරාමයේ වැඩ වසන සේක. දිනක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මහණෙනි යි භික්‍ෂුන් වහන්සේලා අමතමින්, මේ සූත්‍ර දේශනාව වදාළ සේක. මහණෙනි, නුඹලාට සියළු ආශ්‍රවයන්ගේ සංවර කාරණය දේශනා කරන්නෙමි. එය අසන්න. මැනවින් මෙනෙහි කරන්න. මම දේශනා කරමි යි වදාළ සේක. එසේය, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ යයි භික්‍ෂුන් වහන්සේ පිළිතුරු දුන්හ. මහණෙනි, මම නුවණින් දන්නහුට, දක්නහුට ආසුවයන්ගේ ක්‍ෂය කිරීම කියමි. නොදන්නහුට, නොදක්නහුට නොකියමි.

යළිදු මහණෙනි, කුමක් දන්නහුට කුමක් දක්නහුට ආසුවක්‍ෂය වේද? යොනිසොමනසිකාරය ද අයොනිසොමනසිකාරය ද දන්නහුට දක්නහුට ආසුවක්‍ෂය වේ. මහණෙනි, නුවණින් මෙනෙහි කරන්නහුට නුපන්නාවු ද ආසුවයෝ උපදිති. උපන්නා වු ද ආසුවයෝ වැඩෙති. මහණෙනි, නුවණින් මෙනෙහි කරන්නහුට නුපන්නාවුද ආසුවයෝ නුපදිති. උපන්නාවු ද ආසුවයෝ ප්‍රහීණ වෙති.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඒ දේශනා කළ සවිස්තරව පැහැදිලි කර බලමු.

“මම මේ ආප්‍රවයන්ගේ ක්‍ෂය කිරීම කියන්නේ නුවණින් දන්නාහුටයි, නුවණින් දක්නාහුටයි. නොදන්නාට - නොදක්නාට නොකියමි.”

නුවණින් දැනගන්න, නුවණින් දැකගන්න අයට පමණයි මේ ආප්‍රවයන්ගේ (කෙලෙස්) නැති කිරීම පිළිබඳව කිව හැකි වන්නේ. නුවණින් කල්පනා නොකරන අයට ඒ ගැන දේශනා කිරීම පලක් නොවේ. බුදු උතුමන්ගේ කාලය බොහොම වටිනා හෙයින් ධර්මයෙන් ප්‍රයෝජනයක් නොගන්නා පිරිසට වඩා ඉන් ප්‍රයෝජන ලබාගන්නා පිරිසට මුල් තැනක් දිය යුතු හෙයින්. බුදු උතුමෝ ලොවට දහම් දෙසන කාලය ඉතා කෙටි නිසා ධර්මයට ලැදි පිරිස ස්වල්ප වුවත් ඒ අයට දහම් දෙසීම, සාකච්ඡා කිරීම ප්‍රයෝජනවත් බැවිනි. ධර්මය ශ්‍රවණය නොකරන පිරිස, ධර්මය නොදකින පිරිස දහස් ගණනක් සිටියත් ඔවුන් වෙනුවෙන් කාලය වෙන් කිරීම නිෂ්ප්‍රයෝජන බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළ සේක.

මේ ආප්‍රවයන්ගේ ක්‍ෂය කිරීම සඳහන් කරන්නේ, නුවණින් දන්නා හට සහ නුවණින් දක්නා හටයි. මෙහි නුවණින් දන්නවා යනුවෙන් සඳහන් වන්නේ සමහර ඇත්තෝ අවබෝධයෙන් දන්නා නමුත් නුවණින් එනම්, අස්සාදය, ආදීනවය, නිස්සරණය යන අවස්ථාවන්ට පත්වෙන්න, එය දැකගන්න උත්සහ කරන්නේ නැහැ. ඔබට හිතෙන්න පුළුවනි, මේ කරුණු ,මම දන්නවා, හැමදාම ඇහෙනවා, යනුවෙන්. නමුත් නිතරම ශ්‍රවණය කළත් එය මෙනෙහි නොකරන්නේ නම් එයින් එලයක් ලබන්නට නොහැකියි මෙනෙහි කරමින් ආප්‍රවයන් ක්‍ෂය කිරීමට උත්සහ දැරීමයි නුවණින් මෙනෙහි කරනවා යනුවෙන් දැක්වෙන්නේ. මෙහිදී මා තුළ තිබෙන කෙලෙස් කොපමණ දුරට ඉවත් වන්නේ දැයි සැලකිලිමත් විය යුතුයි.

නිතර - නිතර ඒ ගැන මෙනෙහි කිරීමෙන් මේ කෙලෙස් වලින් බැහැර වන ආකාරය සිතිය යුතුය. ඒ නිසයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සඳහන් කළේ නුවණින් ,දන්නාහුට,දක්නාහුට, එනම් දන්නා අයට පමණක් නොව, ඒ ගැන දක්නා අයටයි මේ දේශනා කරන්නේ යනුවෙන් සඳහන් කළේ.

අප ආයච්ඡි අෂ්ඨාංගික මාර්ගය දැන ගත්තත්, නිවනට මාර්ගය දැන ගත්තත්, නව මහා විදේශිනාව දැන ගත්තත්, සමහර විට පන්සිල් පදවත් නොරකින්න පුළුවනි. මාර්ගය මෙය යයි දැනගත්තත්, ඒ තුළ ගමන් කරන්නේ නැහැ. සමහර විට මොන තරම් බොරු කියන්නට ඇද්ද? මේ පන්සිල් පද පහවත් රැක ගන්න උත්සහ නොකළොත්, ධර්ම මාර්ගය තුළ ඉදිරියට ගමන් කරන්න අපහසුවේවි.

ධර්මයේ සඳහන් කරන්නේ සුභාට්ඨ, ධාරොට්ඨ, වරාට්ඨ, ධර්මිමේ යනුවෙනි. ධර්මයේ හැසිරිය යුතු ආකාරයයි සඳහන් කළේ. ධර්මය ශ්‍රවණය කළපසු ඇලිම්-ගැටිම් සමග නම් එතනින් ඉවත් වන්නේ එයින් ප්‍රයෝජනයක් ලැබීම අපහසුයි. මේ ධර්ම කරුණු ක්‍රම ක්‍රමයෙන් දැනගෙන දැක යුතුයි. එය දැකගන්න නම් සංවරය ඇති කර ගත යුතුයි. අඩුම තරමින් හික්මීමටත් ඇති කරගත යුතුයි යනුවෙන් මේ සුත්‍රයේ සඳහන් වෙනවා.

මිලඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙලෙස ප්‍රශ්න කරති. මහණෙනි, කුමක් දන්නාහුට ද, කුමක් දක්නාහුට ද ආප්‍රවයන් ක්‍ෂයවන්නේ ද? යෝනිසො මනසිකාරය ද, යෝනිසොමනසිකාරය ද, දන්නා හටයි. දක්නාහටයි ආප්‍රවයන් ක්‍ෂය වන්නේ. මේ යෝනිසො මනසිකාරය යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ, එළඹ සිටි සිහියයි.එනම් මේ මොහොතෙහි තමන්ගේ හිත ගැන, සිහිය පිහිටුවන්න පුළුවන් පුද්ගලයා යෝනිසො මනසිකාරය යුතුවයි

කටයුතු කරන්නේ. මේ මොහොතේ (වර්තමානය තුළ) ජීවත්වෙන්න. බොහෝ දෙනෙකුට කය එක් තැනක තිබුණත් හිත වෙනත් තැනක. මේ මොහොත යනු එම කරන ක්‍රියාව තුළ සිතුවිල්ල පවත්වා ගැනීමයි. එය යෝනිසෝ මනසිකාරයයි. එසේ නැතිනම් අයෝනිසෝමනසිකාරයයි. සතිය, අසතිය, යෝනිසෝ මනසිකාරය, අයෝනිසෝමනසිකාරය යන මේවා කුමක්ද යනුවෙන් හඳුනා ගත යුතුයි.

නිදසුනක් ලෙස සමහර පුද්ගලයන්, තව කෙනෙක් කැගසමින්, ශබ්ද කරන්නේ නම් ඒ ඇත්තට කියනවා, ඔය විදියට කැ ගහන්න එපා, ශබ්ද කරන්න එපා., යනුවෙන්. නමුත් මෙය පවසන්නේ කරුණාවෙන් නොව තරහින්, කේන්තියෙන්, කැගසමිනුයි. ඒ අයත් තරහින් සිටින බව තේරුම් ගන්නේ නැහැ. ඒ අයෝනිසෝමනසිකාරය කියන එක නොදන්න නිසයි. ඒ නිසා යෝනිසෝ මනසිකාරය, අයෝනිසෝ, මනසිකාරය හොඳින් දැන ගත්තොත්, තමා දන්නා නුවණ ඇතිවන්නේ. මේ මාගීයේ යන අයට දන්නා නුවණින් දක්නා නුවණත් තිබෙන්න ඕන. එවිට ප්‍රධාන වශයෙන් ඇති කෙලෙස් එනම්, රාග, දෝෂ, මෝහ බැහැර කරන්න පුළුවනි.

නුවණින් මෙනෙහි කරන්නහුට (නුවණ නැති) අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත ත්‍රිලක්ෂණ කෙරෙහි අවබෝධයක් ඇති කර නොගතහොත් නුපන්නාවූ ආශ්‍රවයෝ උපදිති. උපන්නාවූ ආශ්‍රවයෝ වැඩි දියුණු වෙයි. එළඹ සිටි සිහියෙන් යුතුව පැවැත්විය යුතු නුවණක් නැත්නම්, නුපන් ආසුව හටගෙන, ඉපදුණු ආසුවයන් (කෙලෙස්) වැඩෙන්න පුළුවනි. මේ මොහොතේ වුවත් නුනුවණින් මෙනෙහි කළොත් (නුවණින් තොරව) එනම් අනිච්ච, දුක්ඛ, අනන්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය දකින විදර්ශනා නුවණින් සිහිපත් කිරීමේ හැකියාව නැතිවෙනවා.

නිදසුනක් ලෙසින් ඇසෙන් දකින රූපයට, කණෙන් ඇසෙන ශබ්දයට ඇලුණු විට වෙනත් කෙනෙක් ළඟින් ගියත්, කථා කළත් දකින්නෙත් නැහැ. ඇසෙන්තෙත් නැහැ. හේතුව නම් අර රූපයට, ශබ්දයට තදින්ම ඇලුණු නිසයි. එය නුවණින් මෙනෙහි කිරීම නොවෙයි. (එළඹ සිටි සිහිය නොවේ) නුනුවණින් මෙනෙහි කරන විට නුපන් ආශ්‍රව වැඩෙන අතර උපන් ආශ්‍රව දියුණු වෙනවා. නමුත් නුවණින් මෙනෙහි කරන්නට නුපන්නා වූ ආසුවයෝ නුපදිති. උපන්නාවූ ආසුවයෝ ප්‍රහීන වෙති.

මෙහි ආරම්භයේදීම භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පැහැදිලි කළේ ඉතාම හොඳ අදහසකි. අප මෙනෙහි කළ යුත්තේ නුවණිනි. එයට අවශ්‍ය වන්නේ සමාධි භාවනාවයි. මෙහිදී නුවණින් මෙනෙහි කරන්න යයි සඳහන් කළේ ඇස ආදී ඉන්ද්‍රියන් අසංවරව, කෙලෙස් වලට හසු වී, ඇලීම්-ගැටීම් බහුලව පවතින විට නුවණින් මෙනෙහි කිරීමට අපහසුයි.

මහණෙනි, සෝවාන් මග නුවණින් පහ කළ යුතු ආසුව ඇත. ස්මෘති සංඛ්‍යාත සංවරයෙන් පහකළ යුතු ආසුව ඇත. එනම් සතිය (සිහිය) මුල් කරගෙන සංවරයෙන් පහ කළ යුතු ආසුව ඇත. ඥානසංවර සංඛ්‍යාත ප්‍රත්‍යවේක්ෂා පටිසේවනයෙන් පහකළ යුතු ආසුව ඇත. නුවණ මුල් කරගෙන හැවන හැවතත් මෙනෙහි කිරීමෙන් (ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීමෙන්) ප්‍රභාණය කළ යුතු ආසුව ඇත. ඝණන්ති සංවර සංඛ්‍යාත අධිවාසනයෙන් පහකළ යුතු ආසුව ඇත. (බන්තී, ඉවසීම) මෙහිදී ඝණන්ති සංවර සංඛ්‍යාත යනු ඉවසීම සහිත අධිවාසනයෙන් පහකළ යුතු ආශ්‍රව ඇත යන්නයි. ශීල සංවර සංඛ්‍යාත පරිවර්ජනයෙන් (බැහැර කිරීමෙන්) පහකළ යුතු ආශ්‍රව ඇත. විශ්චි සංඛ්‍යාත වින්දනයෙන් පහකළ යුතු ආශ්‍රව ඇත. උපරිමාගීත්‍රය හා සම්ප්‍රයුක්ත බෝධිසංග භාවනාවෙන් පහකළ

යුතු ආශ්‍රව ඇත. මේ බෝධි අංග වැඩිමෙන් භාවනාවෙන් ප්‍රභාණය කළ යුතු ආශ්‍රව තිබෙනවා. මෙහිදී කෙලෙස් ප්‍රභාණය කළ හැකි ආකාර හතක් ගැන සඳහන් කරනවා.

එනම්,

1. අන්තී භික්ඛවේ ආසවා දුස්සනා පභාතබ්බා  
★ මහණෙනි දුශීනයෙන් පහකළ යුතු ආශ්‍රව තිබෙනවා.
2. අන්තී ආසවා සංවරා පභාතබ්බා  
★ සංවරයෙන් පහකළ යුතු ආශ්‍රව තිබෙනවා.
3. අන්තී ආසවා පටිසෙවනා පභාතබ්බා  
★ ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාවෙන් දුරු කළ යුතු ආශ්‍රව කෙලෙස් තිබෙනවා.
4. අන්තී ආසවා අධිවාසනා පභාතබ්බා  
★ ඉවසීමෙන් දුරුකළ යුතු ආශ්‍රව (කෙලෙස්) තිබෙනවා.
5. අන්තී ආසවා පරිවජ්ජනා පභාතබ්බා  
★ බැහැර කිරීමෙන් දුරුකළ යුතු ආශ්‍රව තිබෙනවා.
6. අන්තී ආසවා විනොදනා පභාතබ්බා  
★ වියඪියෙන් දුරුකළ යුතු ආශ්‍රව තිබෙනවා.
7. අන්තී ආසවා භාවනා පභාතබ්බා  
★ භාවනාවෙන් දුරුකළ යුතු ආශ්‍රව තිබෙනවා.

මේවා එකින් එකට උදව් කරනවා. මේ හතෙන් විවිධාකාරයෙන් ටිකෙන් ටික කෙලෙස් ප්‍රභාණය කරන්න පුළුවනි. ඒවා වර්ත ලක්‍ෂණය අනුව, පරිසරය අනුව, ගුරු ආශ්‍රය අනුව, සසර පුරුදු අනුව, කර්මස්ථාන අනුව, තීරණය වන්නේය.

**පළමුවැන්න :-  
“අන්තී භික්ඛවේ ආසවා දුස්සනා පභාතබ්බා”**

මහණෙනි, සෝවාන් මග නුවණින් පහ කළ යුතු වූ ආශ්‍රවයෝ කවරේද? මහණෙනි, මේ ලෝකයේ බුද්ධාදී ආයඪියන් නොදක්නා වූ, ආයඪී ධර්මයෙන් අදක්‍ෂ වූ ආයඪී ධර්මයෙහි නොහික්මුණා වූ බුද්ධාදී සත්පුරුෂයන් නොදක්නා වූ සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි අදක්‍ෂ වූ, සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි නොහික්මුණු අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන තෙමේ මෙතෙහි කළයුතු ධර්මයන් නොදනී. මෙතෙහි නොකළයුතු ධර්මයන් නොදනී. මෙතෙහි කළයුතු ධර්මයන් නොදන්නා, නොමෙතෙහි කළයුතු ධර්මයන් නොදන්නා හෙතෙම යම් ධර්ම කෙනෙක් නොමෙතෙහි කළ යුත්තාහු නම්, ඒ ධර්මයන් මෙතෙහි කෙරෙයි. යම් ධර්ම කෙනෙක් මෙතෙහි කළ යුත්තාහු නම් ඒ ධර්මයන් මෙතෙහි නොකරයි.

කතමෙ ව භික්ඛවේ ආසවා දුස්සනා පභාතබ්බා? ඉධ භික්ඛවේ අස්සුතවා පාථුජ්ජනො, අරියානං අදුස්සාවි අරිය ධම්මස්ස අකොච්චො, අරියධම්මේ අච්චිතො, සප්පුරිසානං අදුස්සාවි, සප්පුරිසධම්මස්ස අකොච්චො, සප්පුරිස ධම්මෙ අච්චිතො

සෝවාන් මග නුවණින් පහකළ යුතු ආශ්‍රවයන් මොනවාදැයි මෙසේ පැහැදිලි කරනවා. අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජනයා පිළිබඳව උන්වහන්සේ මෙසේ දේශනා කළසේක. බුද්ධාදී ආයඪියන් නොදක්නා, ආයඪී ධර්මයෙහි අදක්‍ෂ, ආයඪී ධර්මයෙහි නොහික්මුණු, සත්පුරුෂයන් නොදකින, සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි නොහික්මුණු අය අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන වේ.

අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන ලක්‍ෂණය එයයි. ඒ පුද්ගලයා මෙතෙහි

කළයුතු ධර්ම මෙතෙහි නොකරයි. මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම නොදනී. එයට හේතුව නම් බුද්ධාදී ආයතීන් නොදකීමයි. ඒ නිසා ආයතී ධර්මයේ අදක්ෂය, අවිනිතය. බුද්ධාදී සත්පුරුෂයන් නුවණින් නොදකීය. එනිසා සත්පුරුෂ ධර්මයෙහි ද අදක්ෂය, අවිනිතය. ඒ නිසා ඔහු මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම නොදන්නා නිසා එය මෙතෙහි කරනවා. මෙතෙහි කළ යුතු නොදන්නා නිසා එය මෙතෙහි නොකරයි. ඒ නිසා ධර්මය මැනවින් දැනගෙන - දැකගෙන තිබිය යුතුය. ධර්ම ශ්‍රවණය අවශ්‍ය වන්නේ එයටයි. බොහෝ දෙනෙකුට පොත-පත පරිශීලනය කළත් ඉන් මනා අවබෝධයක් ඇති නොවේ.

සමහර අවස්ථාවන්හි දී සමහර ඇත්තන්ට සම්මුතිය හා පරමාර්ථය පිළිබඳව නිවැරදි අවබෝධයක් ඇති නොවේ. සම්මුතියේ දී 'මම' 'මගේ' කියා හැඳින්වුවත්, පරමාර්ථ ධර්මයේදී ස්ථිර සත්ත්වයෙක් , පුද්ගලයෙක් නැති බව කොතෙක් සරළව පැහැදිලි කළත්, සමහර පුද්ගලයින් නගන ප්‍රශ්නයක් නම්. " එසේනම් මේ සංසාරයේ නැවත උපදින්නේ කවුරුද" යන්නයි. ධර්මය හොඳින් ශ්‍රවණය නොකළොත් පරමාර්ථ දේශනාවේදී වැරදි පණිවිඩයක් සිත තුළට යන්න පුළුවනි. ඒ නිසා ධර්මය හොඳින් ශ්‍රවණය කළ යුතුය. එසේ නොමැතිනම් කල්‍යාණවත්තයෙකුගෙන් විමසා දැනගත යුතුය.

බුද්ධාදී ආයතීයන් වහන්සේලා දකින්නේ නම්, බුද්ධාදී ධර්මය නුවණින් දැක්කා නම් ඒ අය ගැටෙන්නේ නැහැ. ධර්මය දැක්ක අය, දැනගත්ත අය මේ සත්පුරුෂ ධර්මය තුළින් කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රයට, සත්පුරුෂ ආශ්‍රයට පැමිණ නිවැරදි අවබෝධයක් ලබනවා. මහණෙනි, යම් ධර්ම කෙනෙකුත් මෙතෙහි කෙරේ නම්, මෙතෙහි නොකළ යුතු ඒ ධර්මයේ කවරේද? මහණෙනි, යම් ධර්ම

කෙනෙකුත් මෙතෙහි කරන්නහුට නුපන් කාමාශ්‍රවයෝ උපදිද, උපන් කාමාශ්‍රවයෝ වැඩේ ද? නුපන් භවාසුවය හෝ උපදිද, උපන් භව ආසුවයෝ හෝ වැඩේ ද? නුපන් අවිද්‍යාසුවය හෝ උපදි ද?, උපන් අවිද්‍යාසුවය හෝ වැඩේ ද?, යම් ධර්ම කෙනෙකුත් මෙතෙහි කෙරේ නම් ඒවා මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්මයෝය. මෙය අපි තවදුරටත් පැහැදිලි කරමු.

මහණෙනි යම් ධර්ම කෙනෙකුත් මෙතෙහි කරන්නේ නම් මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්මයෝ මොනවාද?

යම් ධර්මයෝ මෙතෙහි කරන්නාහට නුපන් කාමාශ්‍රව උපදින්නේ නම්, උපන් කාමාශ්‍රව වැඩේ නම් එය මෙතෙහි නොකළ යුතුයි. යමක් මෙතෙහි කිරීමෙන් නුපන් භවාශ්‍රව උපදිද, උපන් භවාසුව වැඩේද, එය මෙතෙහි නොකළ යුතුයි. යම් ධර්මයන් මෙතෙහි කළ විට නුපන් අවිද්‍යාසුව උපදිද, උපන් අවිද්‍යාසුව වැඩේද, එම ධර්මය ඔහු මෙතෙහි නොකළ යුතුයි. මේ ධර්මයන් මෙතෙහි කරන විට කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව වැඩෙනම්, උපන් කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව වැඩි දියුණු වේ නම් ඒ පිළිබඳව, ඒ ගැන සිහි නොකළ යුතුයි. නොසිතිය යුතුයි. මෙතෙහි නොකළ යුතුයි.

කාමාසුව :

ඇස ආදී ඉන්ද්‍රියයන් කෙරෙන් රූප, ශබ්ද ආදී ඇලීම් ඇති කරවන මගේය, මමය, ස්ථිර ආත්මයක් යනුවෙන් අල්ලා ගැනීමයි, කාමාසුව යනුවෙන් සඳහන් වන්නේ "වක්ඛනා රූපං දිස්වා සුඛාය වේදනාය චුට්ඨො සමනො අභිනන්දනි, අභිවදනි, අප්ඤ්ඤාසාය තිට්ඨති තස්ස රාගානුසය, අනුසේති."

ඇසෙන් රූප දැක එය ස්පර්ශ වනවිට, එය තමන්ට ගලපාගෙන එය සුබ වේදනාවක් ලෙසින් සතුටුවෙනවා. (අභිනන්දන) ඒ ගැනම සිතමින් ප්‍රාර්ථනා කරනවා (අභිවදන) සිතේ මුල් තැනක් දී සිත ඔසවා තබනවා (අප්‍රේක්ෂා කිරීම) එවිට ඔහුගේ / ඇයගේ රාගාදී කෙලෙස් අත්නොහැර පවතී. එයයි කාමාසුව වැඩෙනවා යයි සඳහන් කළේ.

ඇසින් දුටු දෙයක්, කණින් ඇසුණු දෙයක්, නාසයෙන් ආඝ්‍රාණය, දිවට රස, ශරීරයට ස්පර්ශය, මනසට සිතුවිලි යන මේ ධර්මයන් නුනුවණින් මෙතෙහි කරනවිට ආශ්‍රවයන් වැඩෙන්නේ නම්, නූපන් ආශ්‍රව ඉපදෙන්නේ නම්, උපන් ආශ්‍රව දියුණු වන්නේ නම් ඒ ධර්මයෝ මෙතෙහි නොකළ යුතුයි.

නිදසුනක් ලෙසින් උපෝසථ ශීලය සමාදන් වූ දිනයක ආහාරය පිළිබඳව නුනුවණින් මෙතෙහි කළොත් කාමාශ්‍රව වැඩේ. එහි රසය පිළිබඳව ඇලීමක් හට ගන්නවා. මේ නුනුවණින් මෙතෙහි කිරීම නිසා නූපන් කාමාශ්‍රව වැඩෙන අතර උපන් කාමාශ්‍රව වැඩී දියුණු වේ.

**භවාසුව :**

නැවත නැවත උපදින්න භවයේ ගමන් කිරීමට ඇති කැමැත්ත භවාසුවයි. සමහර අය කරන ප්‍රාර්ථනාවන් අතර “මතු උපදින භවයක් පාසා ඔබ මගේ ම වන්න ” යනුවෙන් , දෙමව්පිය දු දරු, සැමියා බිරිඳ මෙලෙසින් භවයන් ගමන් කරන්න පතනවා. දිව්‍ය, මනුෂ්‍ය, බ්‍රහ්ම ආත්ම ප්‍රාර්ථනා කරනවා. මේ භවාසුවයි. කෙසේ වෙතත් මේ ආකාරයට මේ ආශාවන් සමග මරණින් මතු සතර අපායෙහි උපත ලැබුවහොත් එය ඉතා හයානකයි. මේ

නුවණින් මෙතෙහි කරන ,අයෝනිසොමනසිකාරය ඇති අය ප්‍රාර්ථනා කරන්නේ භාවශ්‍රව යයි.

**අවිද්‍යාසුව :**

අවිද්‍යාසුව හටගන්නේ අනිච්ච,දුක්ඛ, අනන්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය, පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය, චතුරායඝී සත්‍යය ධර්මය පිළිබඳ අවබෝධයක් නොමැති නිසයි. යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කළවිට මෙම කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව උපදින්නේ නම්, හටගත් අවිද්‍යාසුව වැඩෙනම් ඒ ධර්මයෝ සිහිපත් නොකළ යුතුයි.

මහණෙනි, යම් ධර්ම කෙනෙකුත් මෙතෙහි නොකෙරේ නම්, මෙතෙහි කළ යුතු ඒ ධර්මයෝ කවරුද? මහණෙනි යම් ධර්ම කෙනෙකු මෙතෙහි කරන්නට නූපන් කාමාසුව හෝ නූපදීද , උපන් භවාසුවය හෝ ප්‍රභීණ වේද, නූපන් අවිද්‍යාසුවය හෝ නූපදීද, උපන් අවිද්‍යාසුවය හෝ ප්‍රභීණ වේද , යම් ධර්ම කෙනෙකුත් මෙතෙහි නොකෙරේ නම් මෙහු ඒ මෙතෙහි කළ යුතු ධර්මයෝයි.

යමෙක් මෙතෙහි කරන විට, සිතන විට, නූපන් කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව උපදින්නේ නැත්නම්, යමක් මෙතෙහි කිරීමෙන් උපන් කාමාසුව, භවාසුව අවිද්‍යාසුව ප්‍රභාණය වන්නේ නම් ඒ ධර්මයන් මෙතෙහි කළ යුතුයි. එය නුවණින් මෙතෙහි කර අනිච්ච, දුක්ඛ අනන්ත ධර්මයට යටත් කර විදර්ශනාවෙන් මෙතෙහි කරන්න.

කාමාසුව , භවාසුව, අවිජ්ජාසුව නොවැඩෙන ආකාරයට මෙතෙහි කරන්න දන්න අය, මෙතෙහි කළ යුතු දේ දැනගන්නවා. මෙම ආසුවයන් නූපදින ආකාරයත්, ඉපදුණු ආසුවයන් බැහැරවන ආකාරයත් මැනවින් දන්නවා.

මෙම ආප්‍රවයන් පිළිබඳ නුවණින් මෙනෙහි නොකරන පුද්ගලයෙක් නම්, එනම් අයෝනියෝ මනසිකාරයෙන් යුතුනම් මෙවැනි අදහස් වලින් යුක්ත වෙනවා. මෙනෙහි නොකළ යුතු ධර්මයන් මෙනෙහි කිරීමෙන් මෙනෙහි කළ යුතු ධර්මයන් නොමෙනෙහි කිරීමෙන් ඔහුට නූපන්නා වූ ද ආප්‍රවයෝ උපදිති. උපන්නා වූ ආප්‍රවයෝ වැඩෙති.

මම අතීත කාලයේ සිටියෙමිද? හෝ අතීත කාලයේ නොසිටියෙමි ද? සසර පැවැත්මක් තිබුණද? නැද්ද? අතීත කාලයෙහි ස්වභාවය, සටහන් වශයෙන් (වණිය, ගෝත්‍රය, නම් වශයෙන්) කුමන ආකාරයේද? කවරෙක් ව සිටියේද? කවරෙක් වූයේද? අතීතය පිළිබඳව මෙසේ පහළ වන්නේ නම් ඒ අයෝනියෝ මනසිකාරයයි.

ඒ වගේම අනාගත කාලයේ උපදීද? උපදින්නේ නැද්ද? අනාගත කාලයේ කවුරු වී උපදීද? කෙසේ වෙවිද? මොනවගේ කෙනෙක් වෙවිද? කවරෙක්ව සිට කවරෙක් වෙමිද? ඒ වගේම වර්තමානයේදීත් සැක ඇති කරගන්නවා, මම කියා කෙනෙක් සිටිනවාද? මම කියා කෙනෙක් නැද්ද? කවරෙක් වෙමිද? කෙසේ වෙමිද? කොහි සිට පැමිණ කොහි යන්නේ දැයි මේ ආකාර අතීත, අනාගත, වර්තමාන යන කාල තුන පිළිබඳව අදහස් පහළ වෙනවා.

මේවා ධර්මයේදී ඇතිවන ගැටළුයි. මේ ගැටළු ඇතිවන්නේ නූතුවණින් සිතන නිසයි. මේ ප්‍රශ්න ධර්මය තුළින් විදර්ශනාවෙන් දකින්න සොයන්න පුළුවනි. අතීතයේ සතර අපායක, සුගති ලෝකවල ඉපදී සිටින්නට ඇති. කුසල් නොකොට අකුසල් සිදු කළහොත් ඊළඟ භවය සතර අපායේ තැනක උපදින්න පුළුවනි. මේ ආකාරයට මෙනෙහි කරන්න පුළුවනි. මෙසේ මෙනෙහි

කරනුයේ අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයන්ට යටත්ව විදර්ශනාවෙනුයි.

නුවණින් මෙනෙහි කරන කෙනා මේ කාමාප්‍රව, භවාප්‍රව, අවිජ්ජාප්‍රව පිළිබඳව, මේ අතීත, අනාගත, වර්තමාන කාලයන් පිළිබඳව, විදර්ශනා නුවණින් සිහිපත් කරනවා. විදර්ශනා නුවණින් සසර ගමන සිහිපත් කරන විට කාමාප්‍රව නොවැඩේ. භවාප්‍රව නොවැඩේ.

සසර ගමනේදී මම දිව්‍යලෝක සම්පත් විදින්නට ඇති. දැන් ඒ සම්පත් නැති වුවත් අනාගතයේ දී කෙසේ හෝ ඒ සම්පත් (දිව්‍යලෝක සැප) ලබන්න ඕන. මේ නූතුවණින් සිතීමයි. මෙය භවාප්‍රවයි වැඩෙන තැනයි. මෙසේ නූතුවණින් මෙනෙහි කරන පුද්ගලයාට සවැදැරුම් දෘෂ්ඨි අතුරින් එකක් වන දඬුව ගත් දේ (ශාස්වත දෘෂ්ඨියයි) පිළිබඳව දෘෂ්ඨිය උපදී.

ශාස්වත දෘෂ්ඨිය යනු දිගින් දිගටම පවත්නා, ස්ථිර වශයෙන් ම මගේ ආත්මය පවතින්නේ යන දෘෂ්ඨියයි. නමුත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ දේශනාවන් හිදී ස්ථිර වශයෙන් ආත්මයක් නැත, දිගින් දිගටම පවත්නා ආත්මයක් නැත. යනුවෙනුයි සඳහන් වන්නේ එනම් අනාත්මයයි.

දිගින් දිගටම පවත්නා ආත්මයක් නැත්නම් අප රැස්කරන පින් වලට කුමක්ද සිදුවන්නේ කියා ඔබට ගැටළුවක් වෙන්න පුළුවනි. මෙහි දී ආත්මයක් නැත යනුවෙන් සඳහන් කළොත් උච්ඡේද දෘෂ්ඨියට හසුවෙනවා. ආත්මයක් ඇත යනුවෙන් සඳහන් කළොත් එය ශාස්වත දෘෂ්ඨියයි. දැන් අප සිටින්නේ කොතැනද? මේ සිදුකරන දේවලින් සිදුවන්නේ කුමක්ද? මේ ජීවිතයේ මාගී -



එල ලැබීමට නොහැකි වුණොත් ඊළඟ හවයේ සිදුවන්නේ කුමක්ද? එය ආත්මය නොවෙයි.

මම යනුවෙන් සඳහන් වන්නේ රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පඤ්චකයයි. මෙය ආත්මය කියා සිතුවොත් ඊළඟ හවයට යන්නේ මේ ස්කන්ධ පඤ්චකයම නොවේ. මේ රූපය, වේදනාව, සංඥාව, නොවේ. නමුත් සංස්කාර රූප කිරීමේදී මතු හවයක් පැවැත්වීමට එය හේතු වෙනවා. රූප කරන කුසල - අකුසල ශක්තිය අනුවයි. සම්මුති 'මම' හටගන්නේ.

නිදසුනක් ලෙසින් ඔබ පෙර හවයේ වෛද්‍යවරයෙක් හෝ ඉංජිනේරුවෙක් වෙන්න පුළුවනි. නමුත් මේ හවයේත් ඔබ ඒ පුද්ගලයාම නොවේ. පෙර හවයේ මුලින් අකුසල් සිදුකළ කෙනෙක් පසුව බොහෝ කුසල් සිදුකර නැවත මනුෂ්‍ය ආත්මයක් ලැබුවිට ඒ ඉහත දී සිදුකළ නරක සිතුවිලි නැතිවෙන්න පුළුවනි. සංසාර ගමනේ කුසල් - අකුසල් ශක්තීන්ගෙන් වැඩිපුර කුසල් සිදුකළ හෙයින් චුති චිත්තයෙන් අනතුරුව පටිසන්ධි චිත්තය නැවතත් මනුෂ්‍ය ආත්මයක් සකසා දුන්නා. කරන ලද කර්ම ශක්තීන් අනුවයි මේ ජීවිතය සැකසෙන්නේ.

“පහසාර මිදුං හික්ඛවේ චිත්තං තඤ්ච ඛො ආගන්තුකෙහි උපක්කිලෙසෙහි උපක්කිලිට්ඨං”

මේ ආකාරයට පටිසන්ධි චිත්තයෙන් උපත ලබා මේ භවාංග චිත්ත හටගන්න විට ම සිත පිරිසිදුයි බාහිරින්, ආගන්තුකව එන කෙලෙස් වලිනුයි සිත අපිරිසිදු වන්නේ. රාග, දෝෂ, මෝහ, ආදී කෙලෙස් බැහැර කරගෙන කුසල් මාර්ගයේ යන්නයි උත්සාහ දරන්නේ. දේවදත්ත හිමි නියම මාර්ගය දුටුවේ නැහැනේ. අංගුලි

මාල මුලින් අහිංසක, බාහිරින් ඇතිකළ අකුසල් (ගුරුවරයාගෙන්) කෙලෙස් නිසයි අංගුලිමාල බවට පත් වුණේ. නැවතත් කුසල් මාගීයට යාමට හැකි වුණේ බුදුරජාණන් වහන්සේ හමුවුණු නිසයි. කෙනෙක් හොඳ හෝ නරක වෙන්නේ බාහිරින් ඇතිවන කෙලෙස් නිසයි.(උප කෙලේස) මෙනතදී සඳහන් කලේ ශාස්වත දෘෂ්ඨිය පිළිබඳවයි. වෙනස් නොවී දිගින් දිගටම පවතින සිතක් නම් , යහපත් කෙනෙක්නම් එය නොවෙනස් වී යහපත් කෙනෙක්ම ලෙසිනුත්, නරක කෙනෙක් නම් නොවෙනස් ව නරක කෙනෙක් ලෙසින්ම දිගින් දිගටම පවතින සිතකි ඇතිවන්නේ.

උච්ඡේද දෘෂ්ඨිය යනු මගේ ආත්මය නැතැයි සත්‍ය වශයෙන්, ස්ථිර වශයෙන් දෘෂ්ඨියක් ඉපදීමයි. මේ හවයෙන් සියල්ල අවසන් වේ යන වැරදි අවබෝධයයි. එය ඉතාම භයානකයි. හොඳ නරක සියල්ලම මෙනතින් අවසන් යයි සිතමින්, කිසිම දෙයක් විශ්වාස නොකර අකුසල් සිදුකරන පුද්ගලයින් ම සිටිනවා. මෙසේ නුනුවණින් මෙනෙහි කිරීම නිසා නූපන් කාමාශ්‍රව වැඩෙනවා, නූපන් භවාසුව වැඩෙනවා, නූපන් අවිද්‍යාසුව වැඩෙනවා, උපන් කාමාසුව ,භවාසුව, අවිද්‍යාසුව වඩ වඩාත් දියණු වෙනවා. එයයි උච්ඡේද දෘෂ්ඨිය භයානක යයි සඳහන් කලේ.

මීළඟට සඳහන් කරනවා, මම ම ආත්මය හැදින ගනිමිසි සත්‍ය වශයෙන් ස්ථිර දෘෂ්ඨිය උපදී. මේ 'මම' මයි මේ සියල්ලම අල්ලාගෙන යන්නේ යයි සිතමින් ආත්ම දෘෂ්ඨිය තදින් අල්ලා ගන්නනවා. අනාත්ම වූ මම ම ආත්මය හැදින ගනිමිසි සත්‍ය වශයෙන් ස්ථිර වශයෙන් ඔහුට දෘෂ්ඨිය උපදී. නැවතත් ආත්මයක් නැත යනුවෙන් දැඩිව එයට අල්ලාගෙනයි සිටින්නේ. හොඳ නරක වටහා දුන්නත් එය අවබෝධ වන්නේ නැහැ.

යළිදු මෙබඳු දෘෂ්ටියක් වේ. මාගේ යම් ආත්මයක් වාග් කම් කරනුයේ (මාගේ මේ ආත්මය ගැන කියනවානම්) සුවදුක් විඳ දරා ගන්නේද, ඒ ඒ තත්හි කුසලය කම්ය විඳ කුසල් - අකුසල් කම්ය විඳී ද, මා සතු ඒ, මේ ආත්මය(මම මේ විදින සැප-දුක, හොඳ-නරක, යනාදිය) වනාහි නිත්‍ය, ස්ථිරය, දිගින් දිගටම සියල්ලම පවතින්නේය. තහවුරුය, සච් කාලීනය, නොවෙනස්ව පවතින්නේය.

මෙහි සූත්‍ර වදන් පෙළ සඳහන් කළොත්, මහණෙනි, මෙය දෘෂ්ටිගත යයි ද, දෘෂ්ටිගහන යයි ද, දෘෂ්ටි කාන්තාර යයි ද, දෘෂ්ටිවිගුක යයි ද, දෘෂ්ටි සංයෝජන යයි ද කියනු ලැබේ.

මහණෙනි දෘෂ්ටි සංයෝජනයෙන් යුක්ත වූ අග්‍රැතවත් පෘථග්ජන තෙම ජාතියෙන්, ජරාවෙන්, මරණයෙන්, ශෝකයෙන්, පරිදේවයෙන් (වැලපීමෙන්) කායික දුකින්, මානසික දුකින්, දඩ ආයාසයෙන් නොමිදේ. සියළු සසර දුකින් නොමිදේ. මේ කරුණු ඉතාම පැහැදිලියි. ශාස්වත, උච්ඡේද යන වැරදි දෘෂ්ටින් හි දැකීම අපට අවබෝධ කර ගන්න පුළුවනි.

මහණෙනි ආයතීයන් දක්නා සුළු, ආයතී ධර්මයෙහි දක්ෂ, ආයතී ධර්මයෙහි මොනවට හික්මුණු ග්‍රැතවත්, ආයතීග්‍රවක තෙමේ මෙතෙහි කළ යුතු ධර්ම දැනී. මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම දැනී. හෙතෙම මෙතෙහි කළ යුතු ධර්ම දන්නේ, මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම දන්නේ යම් ධර්ම මෙතෙහි නොකළ යුතු නම්, ඒ ධර්ම මෙතෙහි නොකරයි. යම් ධර්ම මෙතෙහි කළ යුතු නම් ඒ ධර්ම මෙතෙහි කරයි.

මහණෙනි, යම් ධර්ම කෙනෙක් මෙතෙහි නොකෙරේ නම්, මෙතෙහි නොකළ යුතු ඒ ධර්මයෝ කවරේද?

මහණෙනි යම් ධර්ම කෙනෙක් මෙතෙහි කරන ඔහුට නුපන්නාවූ කාමාශ්‍රව උපදී ද, උපන්නාවූ කාමාශ්‍රව වැඩේ ද, නුපන්නා වූ භවාශ්‍රව උපදීද, උපන්නාවූ භවාශ්‍රව වැඩේ ද, නුපන්නාවූ අවිද්‍යාශ්‍රවය උපදීද, උපන්නාවූ අවිද්‍යාශ්‍රවය වැඩේ ද, මොහු වනාහි යම් යම් ධර්ම කෙනෙකුත් මෙතෙහි නොකෙරේ නම් මෙතෙහි නොකළ යුතු වූ ඒ ධර්මයෝයි.

මහණෙනි යම් ධර්ම කෙනෙක් මෙතෙහි කෙරේ නම්, මෙතෙහි කළ යුතු ඒ ධර්මයෝ කවරේද? මහණෙනි, යම් ධර්ම කෙනෙකුත් මෙතෙහි කරන ඔහුට නුපන්නාවූ කාමාශ්‍රවයෝ නුපදීද, උපන්නාවූ කාමාශ්‍රවයෝ ප්‍රහීණ වේද, නුපන්නාවූ භවාශ්‍රවයන් නුපදීද, උපන්නාවූ භවාශ්‍රවයන් ප්‍රහීණ වේද, මොහු වනාහි යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කෙරේනම් ඒවා මෙතෙහි කළයුතු ධර්මයෝය.

ඔහුට මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්මයන් මෙතෙහි නොකිරීමෙන්, මෙතෙහි කළයුතු ධර්මයන් මෙතෙහි කිරීමෙන්, නුපන් ආශ්‍රවයෝ නුපදී, උපන් ආශ්‍රවයෝ උපදී. මේ දුක යැයි නුවණින් මෙතෙහි කරයි. මෙ දුක සමුදය යයි නුවණින් මෙතෙහි කරයි. මේ දුක නිරෝධය යයි නුවණින් මෙතෙහි කරයි. මේ දුක නිරෝධ ගාමිනී පටිපදාය යයි නුවණින් මෙතෙහි කරයි. මෙසේ නුවණින් මෙතෙහි කරන ඔහුගේ සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස යන තුන් සංයෝජනයෝ ප්‍රහීණ වෙත්. මහණෙනි මොහු දර්ශනයෙන් (සෝවාන් මඟින්) ප්‍රහීණ කළ යුතු ආශ්‍රවයෝ යයි කියනු ලැබේ.

මෙය සාරාංශය ලෙසින් දැක්වුවහොත්, යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කළයුතු නම් මෙතෙහි කළ යුතු ධර්ම මොනවාදැයි මේ පුද්ගලයා අවබෝධ කර ගනී. යම් ධර්මයක් මෙතෙහි නොකළ යුතු

නම්, ඒ මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම ද මොනවා දැයි අවබෝධ කරගනී. මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්ම යමක් මෙතෙහි කිරීමෙන් නූපන් කාමාශ්‍රව උපදිනවානම්, උපන් කාමාශ්‍රව වැඩෙනවා නම්, නූපන් භවාසුව උපදිනවා නම්, උපන් භවාසුව වැඩෙනවා නම්, නූපන් අවිද්‍යාසුව උපදිනවා නම්, උපන් අවිද්‍යාසුව වැඩෙනවා නම් ඒ ධර්ම සිතුවිලි මෙතෙහි නොකළ යුතුයි.

මිලඟට මෙතෙහි කළ යුතු ධර්ම මොනවාද? යම් ධර්මයක්, යම් සිතුවිල්ලක් පහළ කර ගැනීමෙන්, මෙතෙහි කර ගැනීමෙන්, නූපන් කාමාසුව නූපදින්නේ නම්, උපන් කාමාසුව ප්‍රහීන වන්නේ නම්, නූපන් භවාසුව නූපදින්නේ නම් උපන් භවාසුව ප්‍රහීන වන්නේ නම්, නූපන් අවිද්‍යාසුව නූපදින්නේ නම් උපන් අවිද්‍යාසුව ප්‍රහීන වන්නේ නම් එවැනි ධර්මයක් සිහිපත් කළ යුතුය. මෙතෙහි කළ යුතුයි.

මෙසේ මෙතෙහි නොකළ යුතු ධර්මයන් මෙතෙහි නොකිරීමෙන්, මෙතෙහි කළයුතු ධර්මයන් මෙතෙහි කිරීමෙන් නූපන් ආසුවයෝ නූපදිත්. උපන් ආසුවයෝ ප්‍රහීණ වෙත්. එවිට හෙතෙම මේ දුක යයි අවබෝධ කර ගනී. නුවණින් මෙතෙහි කරයි. දුක පිළිබඳ අවබෝධ කරන්න වඩා පහසු වෙත්.

දුක පිළිබඳව මෙතෙහි කරන්න අපහසු වන්නේ කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව වැඩෙන හේතුවන කරුණු මෙතෙහි කරන නිසායි. ඉපදුණු ආසුවයන් වැඩෙන්න හේතුවන ධර්ම (සිතුවිලි) මෙතෙහි කරන්නේ නැතිනම් ඒ පුද්ගලයාට දුක දැකීම නුවණින් මෙතෙහි කරන්න පහසුයි. මේ කාමාසුව වැඩෙන්න - වැඩෙන්න දුක මෙතෙහි කරන්න අපහසුයි.

නමුත් යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කරන විට, කාමාසුව උපදින්නේ නැතිනම්, ඉපදුණු ආසුවයන් ප්‍රහීන වන්නේ නම්, එතැනදී දුක පිළිබඳව තේරුම් ගැනීමට පහසුවේ. මෙය සරලව දැක්වුවහොත් දැඩි ආශාව, ලෝභය, ඇලීම තිබෙන තෙක් දුක පිළිබඳව මෙතෙහි කරන්න, දකින්න අපහසුයි. ඇහෙන්න දකින දේ, ලබාගන්න නොහැකි වන විට හඬ-හඬා දුක් වෙවී සෝක පරිදේව, දුක දෝමනස්ස සමගින් එයම ලබාගන්න තව තවත් උත්සාහ දරයි. එය දුකක් බව තේරුම් ගන්න අපහසුයි. ලැබූ දේවල් දැඩිව උපාදානය කරගෙන සිටීමටයි උත්සාහ දරන්නේ. මෙය වෙනස් වනවිට උපාදානය කරගත් දේ රැකගන්න බලවත් වූ උත්සාහයක් දරයි. ඒ බලවත් වූ උත්සාහය දරන්නේ සෝක පරිදේව දුක දෝමනස්සයන් සමඟිනුයි.

“දරුවනේ, නුඹලා මාගේ, නුඹලා නැතුව නම් බැහැ, දකින්නේ නැතුව බැහැ. අතහරින්න බැහැ.” මේ ගැන හිතමින් තව තවත් කාමාසුව වැඩෙන ආකාරයට, වැඩුණු කාමාසුවයන් දියුණුවන ආකාරයට දිගින් දිගටම සිතයි. පරමාර්ථ ධර්මය නොදුටුවහොත් නැවත නැවතත් කාමසුව වැඩෙමින් දුකට පත්වෙයි. මෙය දුකක් බව අවබෝධ නොවේ. ඒ පිළිබඳව මෙතෙහි කිරීමත් අපහසුවේ.

සිත මුල් වීමෙන් ඇසෙන් උපාදානය කරගත් රූපය, කණෙන් උපාදානය කරගත් ශබ්දය, මේ ආදී වශයෙන් මේ ඉඤ්ජයයන් හයෙන්ම අරමුණු කරගත් රූපාදී ආරම්භණ එකින් එක ගිලිහී යද්දී එක් ඉඤ්ජයකින් නොහැකි නම් අනෙක් ඉඤ්ජයෙන් හෝ එය ලබාගනීම් යන අදහසින් තව-තවත් මෙතෙහි කරයි. ඇසෙන් ලබාගැනීමට නොහැකි වූදේ කණෙන් ලබාගන්න උත්සාහ දරයි. කණෙන් නොහැකි වූණොත් නාසයෙන් ලබාගන්න උත්සාහ දරමින්

මේ පිළිබඳව මෙතෙහි කරයි. මේ ආකාරයට මෙතෙහි කරන විට කාමාසුවයි උපදින්නේ.

ඊළඟට මේ ඉපදුණු, පහළ වුණු කාමාසුව තව තවත් වැඩෙන ආකාරයට මෙතෙහි කරන විට දුක පිළිබඳව දකින්න, මෙතෙහි කරන්න අපහසුයි. නමුත් ඉහත සඳහන් කල ආකාරයට යම් ධර්මයක් මෙතෙහි කිරීමෙන් නූපන් කාමාසුව උපදින්නේ නැතිනම්, උපන් කාමාසුව ප්‍රභාණය වන්නේ නම්, නූපන් අවිද්‍යාසුව උපදින්නේ නැතිනම්, ඉපදුණු අවිද්‍යාසුව ප්‍රභාණය වන්නේ නම්, නූපන් භවාසුව වැඩෙන්නේ නැතිනම්, උපන් භවාසුව ප්‍රභාණය වන්නේ නම් ඒ පුද්ගලයාගේ සිත නිදහස්වයි පවතින්නේ. එවිට මේ ජීවිතයේ යථාර්ථය දකින්න පහසුයි. මෙය දුකක් බව අවබෝධ කරගන්න පහසුයි. එවිට දුක පිළිබඳව අවබෝධ කරගනී. හෙතෙම මේ දුක යැයි නුවණින් මෙතෙහි කරයි. මේ දුක සමුදය යයි (දුක භට්ඨානිම) නුවණින් මෙතෙහි කරයි. මේ දුක නිරෝධය නුවණින් මෙතෙහි කරයි. (හැනි කිරීම). මේ දුක නිරෝධ ගාමිණි පටිපදාව යයි නුවණින් මෙතෙහි කරයි. (දුක හැනි කිරීමේ පිලිවෙත් මාර්ගය)

යම් ධර්ම මාර්ගයක් මෙතෙහි කරන විට කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව උපදින්නේ නැත්නම්, ඉපදුණු ආසුවයන් ප්‍රභාණය වන්නේ නම්, ජීවිතය යථාර්ථයෙන් දකින්න පුළුවනි. මේ ඇස ආදී ඉඤ්ඤානගෙන් උපාදානය කරගත් හැම දෙයක්ම දුකක් බව තේරුම් ගනී. එවිට දුකට හේතුව මේ උපාදානය කරගැනීම බව අවබෝධ කරගනී. එවිට දුකින් මිදීම අවබෝධ කරගනී. දේශනාවේදී සඳහන් වන්නේ කාම, භව, විභව යන ත්‍රිවිධ තෘෂ්ණාව අත්හැරීමයි. මෙහිදී කාම, භව, අවිද්‍යා යන ආසුවයන් තුනම අත්හැරීම (ප්‍රභාණය කිරීම) දුකක් නිරෝධය (දුක නැති කිරීම) ලෙසින් අවබෝධයෙන්ම දකින්න පටන් ගන්නවා. එවිට මෙයට ඇති මාර්ගය, පටිපදාව

කුමක්දැයි විමසන්න උත්සාහ දරනවා. එවිට මේ පුද්ගලයා දකිනවා, මේ දුක නැති කිරීමේ මාර්ගය නම් මජ්ඣම පටිපදාව නම් වූ ආයාථී අඤ්ඤාන මාර්ගය බව. (මෙතනදී සුත්‍ර දේශනාවෙහි සඳහන් නොවේ.) එය නුවණින් දකිනවා. අප සිතන දේ, මෙතෙහි කරන දේ, ඇස ආදී ඉඤ්ඤානගෙන් රූපාදී අරමුණු වශයෙන් හිතන, පතන මෙතෙහි කරන දේ කාමාසුව ලෙසින් උපදින්නේ නැති ලෙසින් ප්‍රභාණය වන ආකාරයට මාර්ගය සැකසුණොත් පමණයි නුවණින් දැකිය හැකි වන්නේ. ඒ වගේම ඉපදුණු කාමාසුව ප්‍රභාණය වන ආකාරයට, භවාසුව, අවිද්‍යාසුවත් මේ සියල්ලම ප්‍රභාණය වන ආකාරයට මාර්ගය සැකසුණොත් මේ මාර්ගය, ආයාථී සතර දකගන්න පුළුවනි. මෙතෙහි කරන්න පුළුවනි. සමස්තයක් ලෙසින් බොහෝ දෙනා මෙතෙහි කළත් නුවණින් මෙතෙහි නොකරති.

ඊට හේතුව නම් ඒ පුද්ගලයා හිතෙන පතන කරන කියන දේ නූපන් කාමාසුව වැඩෙන ආකාරයටත්, උපන් කාමාසුව වැඩී දියුණු වන ආකාරයටත්, නූපන් භවාසුව උපදින ආකාරයටත්, උපන් භවාසුව දියුණු වන ආකාරයටත් හේතු වන බැවිනි.

ඒ වගේම නූපන් අවිද්‍යාසුව උපදින ආකාරයටත්, උපන් අවිද්‍යාසුව වැඩෙන ආකාරයටත්, සිතන නිසා ඒ අරමුණ මෙතෙහි කරන්නට. එනම් වචනයෙන් පවසන්නත්, ක්‍රියාවෙන් පවත්වන්නත් උනන්දු වෙනවා. මෙසේ සිදු කරන්නේ අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන, ආයාථී ධර්මය නොදකින ආයාථී ධර්මයේ අකීකරු, ආයාථී ධර්මයේ අවිනීත පුද්ගලයන්ය.

අප වැඩිපිරිසක් අකීකරු, අවිනීත උදවියයි. හිතන දේ කාමාසුව වැඩෙන ආකාරයටයි. උපන් කාමාසුව වැඩී දියුණු වන ආකාරයටයි. අප මුලින්ම ඉවත් කරගත යුත්තේ කාමාසුවයි. ගෘහස්ථ

ජීවිතයක ඉතාම අපහසු කායඛියකි මෙය. හිතන, කරන හැම දෙයක්ම කාමාසුව නූපදින ආකාරයටයි කළ යුත්තේ. උදාහරණයක් ලෙසින් ආහාර පිළියෙල කිරීමේදී වුවත් මුල්තැන දෙන්නේ රසයටයි. දිවට දැනෙන රසය ලැබෙන තෙක් එය රසවත්ව පිළියෙල කරන්න උත්සාහ දැරීමත් කාමාසුව වැඩෙන තැනකි. මේ දිව මගේ නොවේ, රසය මගේ නොවේ, ජීවිතා විඤ්ඤාණය මගේ නොවේ, ස්පර්ශය මගේ නොවේ, විදීම මගේ නොවේ යනුවෙන් අප හිතනවද? සත්‍ය වශයෙන්ම ඒ ගැන මෙතෙහි වන්නේ නැහැ. අප දියුණු කරගන්න උත්සාහ ගන්නේ රසයයි. එයයි ආහාරයෙහි ලුණු ඇඹුල් බලනවා කියන්නේ. අපට මෙය ඉවත් කරගත හැකිනම් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් අත් හැර ගෙන ගොස් එක්තරා අවස්ථාවකදී එනම් "මුක්ත" යන මිදුණු තැනට පැමිණි පසු ජීවිතයේ පැවැත්ම ගැන සිතා එහි රසය දකිවි. නමුත් එය මගේය, ස්ථිරයි, සදාකාලිකයි, යනුවෙන් උපදානය කර නොගනී. ලුණු රස, ඇඹුල් රස, පැණි රස වශයෙන් හඳුනා ගැනීමක් පමණයි. එහි උපදානය කර ගැනීමක් නැත.

නුවණින් කල්පනා කර බැලුවොත් ගෘහස්ථ ජීවිතයේදී වුවද, එදිනෙදා ජීවිතයේ කටයුතු වලින් බැහැරව අප සමාධිය වඩන හැම අවස්ථාවකදීම බුද්ධානුස්සතිය (බුදුගුණ), ධම්මානුස්සතිය, සංඝානුස්සතිය, සීලානුස්සතිය, වාගානුස්සතිය, දේවතානුස්සතිය... ආදී අනුස්සති ධර්ම මෙතෙහි කළොත් කාමාසුවයන් නොවැඩේ. නොඋපදී. උපන් කාමාසුව ප්‍රභාණය කරන්න පුළුවනි.

දේවතානුස්සතිය එනම් දෙවියන් ගැන මෙතෙහි කරන විට කාමාසුවයන් නොවැඩෙන ලෙස මෙතෙහි කරන්නේ කෙලෙසින්ද? දෙවියන්, ඒ ස්වභාවයට පත්වුනේ ශ්‍රද්ධා, ශීල, ශ්‍රැත, වාග, ප්‍රඥාවෙන් කුසල අකුසල් මැනවින් දැක අකුසලය බැහැර

කර, කුසලය පුරුදු කිරීමෙනි. දෙවියන් දේවත්වයට පත් වූ ස්වභාවය තමා තුළත් ඇති කරගන්න පුළුවනි.

ඔබට හිතන්න පුළුවනි, මා පැවිදි නොවුණත්, යම් කුල පුත්‍රයෙක් ගිහිගෙය අතහැර හිස රැවුල් බා කසා වත් හැඳ, සසුන් ගත වූයේ නම් ඒ සසුන් ගත කුල පුත්‍රයා විසින් රැකිය යුතු, පිරිය යුතු යම් මහණ දමක් වේ නම් ඒ මහණ දම මා වෙතින් ද දකින්නට ලැබෙන්නේය. මේ ආකාරයට සිතන්න පුළුවනි නම්, ඔබ ගිහි ජීවිතයේ සිටියත්, පැවිදි උතුමන් ගේ ගුණ ලක්ෂණ තමා තුළින් ටිකෙන් ටික හෝ දකින්න. ඒ ආකාරයට ම දෙවියන් ගැනත් මෙතෙහි කරන්න. මෙලෙස අනුස්සති ධර්ම මෙතෙහි කිරීමෙන් කාමාසුව නූපදී. උපන් කාමාසුව ප්‍රහීන වෙන්න හේතු වේ. ගේ දොර කටයුතු, ශුද්ධ පවිත්‍ර කරන කටයුතු ආදියෙන් බැහැර වූ හැම විටම අප මේ ආකාරයට අනුස්සති ධර්ම පුරුදු කළොත්, කාමාසුවයන් උපදින්නේ නැත. මෙතනදී භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළේ, රාග-දෝෂ, මෝහ ආදියනට හසුනොවන සුදුසු ධර්මයක් මෙතෙහි කරන්න යනුවෙනි. මෙහිදී අප අනුස්සති ධර්මයන් මෙතෙහි කරන ආකාරය පිලිබඳවයි සදහන් කළේ.

මෙහිදී වතුරායඝී සත්‍යය ධර්මය නුවණින් මෙතෙහි කරන විට ඔහුගේ සක්කාය දිට්ඨිය (ස්ථිර සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් ලෙසින් උපදානය කරගැනීම) බැහැර වෙනවා. දුක පිලිබඳව අවබෝධයෙන් දකින නිසා, මෙහි තිබෙන්නේ දුක් සමූහයක් බව තේරුම් ගන්නවා. පඨවි ආදී ධාතුන් විසිරී යනවිට, බිඳී යන විට මම මාගේ යනුවෙන් අල්ලා ගතයුතු දෙයක් නොමැති බව අවබෝධයෙන් දකිනවා. එනම් සක්කාය දිට්ඨිය බැහැර වෙනවා.

සීලබ්බත පරාමාස බැහැර වෙනවා. වතුරායඝී සත්‍ය ධර්මය,

ආයතී අන්තර්ගත මාගීය ඔස්සේ යායුතු මාගීය නුවණින් දකිනවා. වෙනත් මාගීයන්, (වෘත සමාදානය) සොයන්න උනන්දු වෙන්වන නැහැ. නියම මාගීය දකියි. සක්කාය දිට්ඨි, විචිතිවිජා, සීලබ්බත පරාමාසි යන සංයෝජන තුන ප්‍රහීන වේ. මහණෙනි, මෙය දර්ශනයෙන්, සෝවාන් මගින් ප්‍රභාණය කළ යුතු ආශ්‍රවයෝ යයි කියනු ලැබේ.

දෙවැනි කරුණ :-  
“අන්තී ආසවා සංවරා පහානබ්බා”

මහණෙනි, සංවරයෙන් ප්‍රභාණය කළ යුතු ආසුවයෝ කවරේද?

මහණෙනි, මේ සස්තෙහි මහණ තෙමේ නුවණින් සලකා වක්‍ර ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් සංවෘත ව වෙසේද, මහණෙනි වක්‍ර ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් සංවෘත නොවී වසන්නෙකුට පීඩා කරවූ යම් පරිදාහ බලවත් වූ දැවීම්, කෙලෙස් විපාක උපදින්නේ නම් වක්‍ර ඉන්ද්‍රිය සංවර සංවෘතව වසන ඔහුට මෙසේ ඒ පීඩාකාර පරිදාහ නොවේ. නුවණින් සලකා සෝත ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් සංවෘතව වෙසේද, නුවණින් සලකා ඝාණ ඉන්ද්‍රිය (නාසය) සංවරයෙන් සංවෘතව වෙසේද, ජීවිහා (දිව) ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන්, .... කාය ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන්.... මන ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන්.... සංවෘතව පවත්වා ගනීද, මහණෙනි, මේ රිසියෙන් සෝත ඉන්ද්‍රිය, ඝාණ ඉන්ද්‍රිය, ජීවිහා ඉන්ද්‍රිය, කාය ඉන්ද්‍රිය, මන ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් සංවෘත නොවී වසන්නහුට, පීඩාකර වූ යටි පරිදාහ කෙනෙක් බලවත් වූ සිතේ තැවුලක් උපදිත් නම් ඒ වක්‍ර ඉන්ද්‍රිය ආදී ඉන්ද්‍රියයන් සංවෘතව වෙසෙන ඔහුට මෙසේ පීඩා පරිදාහයෝ නොවේ.

මහණෙනි යම් හෙයකින්, සංවරයක් නැතිව වාසය

කරන්නාවූ ඔහුට වෙහෙස හා දූවෙන දැවිලි සහිත ආසුවයෝ උපදිත්ද, සංවරයෙන් යුතුව වාසය කරන්නා වූ ඔහුට මෙසේ වෙහෙස දැවිලි සහිත ආසුවයෝ නොවත්. මහණෙනි මේ ආසුවයෝ සති සංවරයෙන් පහකළ යුත්තේ යයි කියනු ලැබේ. මේ සදහන් කළේ සංවරයෙන් ප්‍රභාණය කළ යුතු ආසුවයන් ගැනයි. එයට ‘සති සංවරය’ යයි සදහන් කරනවා. මේ සිහිය පිහිටුවා ගෙනමයි, සිහියෙන් යුතුවමයි සංවර විය යුත්තේ. සතිය පිහිටුවා ගෙන නැතිනම් මනසින් අසංවර වෙන්වන පුළුවනි.

අප සාමාන්‍යයෙන් සංවර යයි සදහන් කරන්නේ නිහඬව, නිසොල්මන්ව එක් තැනක සිටින පුද්ගලයන්ටයි. නමුත් ඒ තැනැත්තා සිතෙන් හා ඇසින් සංවර නොවන කෙනෙක් වෙන්වන පුළුවනි. සමහර විට කෙනෙක් ධර්මය ශ්‍රවණය කරන විට, වටපිට බලනවා නම්, අනවශ්‍ය ආකාරයකින් නිතර උඩ බිම බලමින් ඒ ඒ තැනට අරමුණු ගන්නවා නම් විතක්ක වර්තයක ලක්‍ෂණයි එහි තිබෙන්නේ. මේ මනසේ ඇතිවන කෙලෙස් පරිදාහයයි. “දැවිලි සහිත කෙලෙස් ආසුවයෝ උපදිත්” යනුවෙන් සදහන් කළේ එයයි.

ඒ නිසා ඇස අසංවර වන්න පුළුවනි. කණ අසංවර වන්න පුළුවනි. නාසය අසංවර වන්න පුළුවනි. දිව අසංවර වන්න පුළුවනි. (කෙලෙසින්ද දිව අසංවර වන්නේ, අපට රසවත් ආහාරයක් මතක් වීමෙන් දිව අසංවර වන්න පුළුවනි.) කය අසංවර වන්න පුළුවනි. මන අසංවර වන්න පුළුවනි. මේවා සංවෘත නොවී (කෙලෙස් වලට විවෘත වූ විට) රාග, දෝෂ, මෝහයනට හසුවූ විට ඒ අසංවර කම නිසා යම් කෙනෙකුට දැවිලි සහිත කෙලෙස් පරිදාය, එනම් රාගාදී කෙලෙස් නිසා සිතේ ඇතිවන දැවීම් හට ගන්නවා.

නිදසුනක් ලෙසින් සදහන් කළොත්, රාගයක්, දැඩි ආශාවක්

හටගත් විට නිදිමක එන්නේ නැහැ. එහා මෙහා සක්මන් කරමින් කල්පනා කරනවා. එක තැනක මොහොතක් රැඳෙන්න බැහැ. මෙයයි දාහය. මේ දැවිලි සහිත කෙලෙස් දාහය දරා ගන්න අපහසුයි. ඊට පසුව හිසේ අත ගසාගෙන, නිකටේ අත තබාගෙන, කල්පනා කරන්න පටන් ගන්නවා. දීඝි හුසමක් ඉහළට ගෙන පහළට හෙළමින් දැවිල්ල බැහැර කරන්නට ඒ පුද්ගලයා උත්සාහ කරනවා. ඒ කෙලෙස් පරිදාහය හටගත්විටයි. ලෝභය, රාගය, ආශාව, ද්වේශය, හටගත් විටත් ඒ ආකාරයමයි. ඒ දැවිලි සහිත කෙලෙස් පරිදාහය හටගත් විට මුළු ඇඟම දූවෙන්න පටන් ගන්නවා. දෙනෙතින් ගිණි පුළුඟු පිටවන තරම් වේදනාවක් තමාටම දූනෙන්නට පටන් ගන්නවා. කෑ ගසනවා. දොස් කියනවා. මොන තරම් වෙනසක් ඒ සිත් තුළ ඇතිවෙනවද? ඔහුගේ / ඇයගේ අත් පා වල මස් පිඬු වලනය වෙනවා. සෙලවෙනවා. ඒ දාහය ඇතිවන ආකාරයයි. කෙලෙස් දාහයෙන් දූවෙන විට විද දරා ගන්න අපහසුයි. අතට හසුවන දෙයින් පවා පහර දෙන්න පුළුවනි. තමාටම හානි පමුණුවා ගන්න පුළුවනි. දූවෙන සහිත කෙලෙස් පරිදාහය ඇති වූ විට මේ ලක්ෂණයි හටගන්නේ.

ඇස අසංවෘතව, කණ අසංවෘතව, නාසය අසංවෘතව, දිව අසංවෘතව, කය අසංවෘතව, නාසය අසංවෘතව සිටින කෙනෙකුට යම් වූ දැවිලි සහිත කෙලෙස් පරිදාහයක් ඇතිවෙනවා නම් ඇස ආදී ඉන්ද්‍රිය සංවෘතව පවත්වන අයට ඒ පරිදාහය ඇති වන්නේ නැහැ. එසේ නම් සති සංවරයෙහුයි සංවෘත බව ඇති කරගත යුතු වන්නේ. මේ සති සංවරය පවත්වා ගැනීම නිසා ඒ අසංවෘතව සිටින අයට දූනෙන දැවිලි සහිත කෙලෙස් පරිදාහය මේ පුද්ගලයාට දූනෙන්නේ නැහැ. අපට ඉතාමත් ම පැහැදිලිව අවබෝධ කරගන්න පුළුවනි. බොහෝ දෙනෙකුට මේ කෙලෙස් පරිදාහයේ අත්දැකීම් තිබෙන්න පුළුවනි.

දරුවන් නිසා ඇතිවූ කෙලෙස් පරිදාහයන්, ස්වාමියා - බිරිඳ නිසා, සොහොයුරු-සොයුරියන් නිසා, පවුලේ අනෙකුත් අය නිසා, අසල් වැසි, ආයතනයන්හි සේවක-සේවකාදීන් නිසා ඇති වූ කෙලෙස් පරිදාහයන් නිසා සති සංවරයෙන් දුටුවේ නැතිනම් මහත් වූ කෙලෙස් පරිදාහයන් හටගන්න පුළුවනි. මෙය ඇතිකරගත යුත්තේ සති සංවරයෙනුයි. මෙයයි සදහන් කළේ “අතට ආසවා සංවරා පභාතබ්බා” යනුවෙන්. ස්මෘති ශාණ සහිත සංවරයෙන් ප්‍රභාණය කළ යුතු ආසුව තිබෙනවා. සංවරය තිබිය යුත්තේ සතිය සමගයි. සතිය නොමැති සංවරය රාගාදී කෙලෙස් වලින් වළක්වා ගැනීමට, බැහැර වීමට හේතුවක් නොවන්නේය.

**තුන්වෙනි කරුණ :-  
අතට ආසවා පටිසේවනා පභාතබ්බා**

මහණෙනි, ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා ශාණයෙන් පහකළ යුතු ආසුවයෝ කවරෙක්ද? මහණෙනි, මේ ශාසනයේ මහණ තෙමේ නුවණින් සලකා හුදෙක්, සීත නැති කිරීම පිණිස, උෂ්ණ නැති කිරීම පිණිස, මැසි මදුරු සුළං, ඒ වගේම අවිව, සපියන්ගේ ස්පර්ශ නැති කිරීම පිණිස ලජ්ජා ස්ථාන වසා ගැනීම පිණිස පමණක් සිවුරු පරිභෝග කෙරෙයි.

නුවණින් සලකා පිණ්ඩපාතය වළදයි. එය ක්‍රීඩා පිණිස නොවේමය. පුරුෂ මදය පිණිස නොවේමය. සැරසීම පිනිස නොවේමය. අලංකාර පිණිස නොවේමය. හුදෙක් මේ ශරීරයාගේ පැවැත්ම පිණිසමය. යැපීම පිනිසමය. බඩගිනි වැලැක්වීම පිනිසමය. බ්‍රහ්මවරියාව රැකීමට අනුබලයක් සදහාමය. මෙසේ පැරනි බඩගිනි වේදනාවන් නැති කරන්නෙමි. අලුත් වේදනා ද

නුපදවන්නෙමි. එයින් මාගේ ජීවිතයේ පැවැත්මද වන්නේය. නිවැරදි බව ද වන්නේය. සැප විහරණය ද වන්නේය යි සලකා පිණිඬපාතය වළදයි.

හුදෙක් ශීත නැති කිරීම පිණිස. උෂ්ණ නැති කිරීම පිණිස මැසි මදුරු සුළං අවි, සර්පයින්ගේ ස්පර්ශ නැති කිරීම පිණිස, සෘතු පීඩා නැති කිරීම පිණිස විවේකයෙහි ඇලීම පිණිස පමණක් යයි නුවණින් සලකා සෙනසුන සේවනය කරයි.

හුදෙක් උපන්නාවූ නොයෙක් ආබාධයන්ගේ වේදනා නැති කිරීම පිණිස, රෝග දුක් නැති කිරීම පිණිස පමණක් සේවනය කරමිනි නුවණින් සලකා ගිලන්පස බෙහෙත් ආදිය සේවනය කරයි. මහණෙනි, යම් හෙයකින් ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා නොකරන්නා වූ ඔහුට වෙහෙස හා දැවිලි සහිත කෙලෙස් උපදිත්ද, ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරන්නාට මෙසේ ඒ දැවිලි සහිත ආසුවයෝ නොවේ. මහණෙනි, මේ ආසුවයෝ ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාවෙන් පහකළ යුත්තෝ යයි කියනු ලැබේ.

“අපටී ආසවා පටිසේවනා පහාතබ්බා” ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කිරීමෙන් මේ කෙලෙස් නැති කරන්න පුළුවනි. මෙය ස්වාමීන් වහන්සේලා මුල් කර ගත්තත්, නිවන් මග අරමුණු කරගත්තත්, දුකින් නිදහස් වන මාර්ගයට පිලිපත් හැම කෙනෙක්ම (උපාසක - උපාසිකා ගිහි පැවිදි හැම කෙනෙක්ම) මෙසේ ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කළ යුතුය.

1. චීවර

ඉහත දී මේ චීවර එනම් වස්ත්‍ර ගැන සඳහන් කළා. එහි

සාරාංශයක් ලෙසින් දැක්වුවහොත්, මේ වස්ත්‍රය පරි හරණය කරන්නේ, සීතල, උෂ්ණ, මැසි මදුරු සුළං, සපී ස්පර්ශ නැති කිරීම පිණිසයි. ඒ වගේම ශරීරය ආවරණය කර ගැනීම පිණිසයි. ඒ වෙනුවෙනුයි මේ වස්ත්‍රය මම පරිහරණය කරන්නේ. එවිට රාග, දෝෂ. මෝහාදී වූ ආසුවයන් ඉපදීමක් හෝ වැඩිමකට හේතුවක් නොවේ.

නිදසුනක් ලෙසින් ඔබ වස්ත්‍රය හැද එහි ලස්සන දකිනවා, තව කෙනෙකුගෙන් අහනවා. නමුත් මේ චීවරය පොරවාගෙන එලෙසින් දකින්නවත් අහන්නවත් බැහැනේ. එය ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරන්න ඕන. එවිට කෙලෙස් නැතිවෙනවා. බොහෝ ජීවිතවල මේ කෙලෙස් වැඩෙන්නේ වස්ත්‍රයත් සමගින්. ඇලීම ඇති කරන්නේ වස්ත්‍රය. නූපන් කෙලෙස් උපදිනවා. උපන් කෙලෙස් දියුණු වෙනවා.

2. ආහාර (පිණිඬපාන) :

ස්වාමීන් වහන්සේලා අරමුණු කර ගනිමින් ‘පිණිඬපාතය’ පිලිබදව මෙසේ සඳහන් කරනවා. ක්‍රීඩා පිණිස නොවේ. මදය වැඩිම පිණිස නොවේ. හුදෙක් මේ ශරීරයාගේ පැවැත්ම පිණිසයි. යැපීම පිණිසයි. බඩගිනි වැලැක්වීම පිණිසයි. බ්‍රහ්මචරියාව රැකීමට අනුබලයක් සඳහායි. නූපන් වේදනා හැනිකොට උපන් වේදනා නූපදවන්න, පැමිණි බඩගිනි වේදනාව හැනි කරන්න. අළුත් වේදනා නූපදවන්න. එයින් මාගේ ජීවිතයේ පැවැත්මද වන්නේය. නිවැරදි බව ද වන්නේය. පහසු විහරණය ද වන්නේය. ආහාර ගැනීමේ ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාව එයයි.

ඔබටත් ආහාර ගැනීමේ ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාව තිබෙනවා. මාර්ගය තුළ ගමන් කරන විට දිව රැකගන්න ඕනැ. ඒ ආරක්‍ෂාව අවශ්‍යයි. මේ මාර්ගය තුළ හෝජනයේ මාත්‍රතාවය (ආහාරයේ පමණ දැනගෙන) දැන අනුභව කිරීම අවශ්‍යයි. එසේ නොවූනොත් ආසුව වැඩිමට



ප්‍රධාන හේතුවක් වෙනවා.

නිදසුනක් ලෙසින් ගතහොත් සිල් සමාදන් වුණු කෙනෙක් පැවසුවොත්, "අද මට ආහාර හොඳින් නොලැබුණ නිසා සිල් රකින්න බැරිවුණා". ඒ පුද්ගලයා ආහාරයේ ඇලුණ කෙනෙක් වෙනවා. මේ නිසා ආහාර ගැනීමේ හේතුව කුමක්ද යන්න නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතුයි. රෝගී කෙනෙකුට ඒ රෝග ස්වභාවයෙන් මිඳෙන්න, රෝගය දියුණු නොවන ආකාරයට ආහාර ගන්න පුළුවන්. මේ ජීවිතයේ පැවැත්මට, නිවැරදි බවට, පහසු විභරණයටයි සුදුසු ආහාරයක් ලබා ගන්නේ. නැත්නම් සුදුසු ආහාරයක් නැතිව රෝගී වුණොත්, ජීවිතයෙහි බුන්මවරියාව පවත්වන්න නොහැකි වෙනවා. ඒ මාගීයට සුදුසු ආහාර ගැනීම වරදක් නොවේ.

### 3. සේනාසන

ඉහත සඳහන් කළ ආකාරයටම ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් නම් සීතල, උෂ්ණ, මැසි මදුරු සපී ස්පර්ශ ආදියෙන් වැළකී ජීවිතයේ පැවැත්ම පිණිස, යැපීම පිණිස, පහසු විභරණය පිණිසයි මේ සෙනසුන පරිහරණය කරන්නේ. ඔබත් ඒ පිළිවෙත් මාගීය තුළයි ගමන් කළ යුතු වන්නේ.

### 4. ගිලන්පස

බෙහෙත් (ඖෂධ), ගිලන්පස වැළදීම, හුදෙක් උපන්තාවූ නොයෙක් ආබාධයන්ගේ වේදනා නැති කිරීම පිණිස, රෝ දුක් නැතිව සිටීම පිණිස පමණක් සේවනය කරයි. මේ හතර ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාවෙන් (වීචර, පිණ්ඩ පාත, සේනාසන, ගිලන්පස) මෙනෙහි කරනවා නම් ආසුව නැති කරගන්න පුළුවනි.

සාමාන්‍ය ජීවිතයේදීත් මේ කෙලෙස් වලට හේතු වන්නේ

විශේෂයෙන්ම ඇඳුම් - පැළඳුම්, ආහාර. මේ කරුණු දෙක බොහෝවිට මේ ඇලීම, රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් හටගැනීම පිණිස ප්‍රධාන වෙනවා. සමහර පුද්ගලයන් ආහාරයටත් වඩා දකින දකින ඇඳුම් වලට බොහෝ වියදම් කරනවා. දවසින් දවස එක එක ඇඳුම්, සපත්තු වලට ගැලපෙන පාටට මේ ආදී නොයෙක් විදියට එකතු කර ගත් මේ සියල්ලම කෙලෙස්. මේ කෙලෙස් වැඩෙන විට හිතේ ලොකු දාහයක් වැඩෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, වීචරයෙන් මේ කෙලෙස් හටගන්නේ නැහැ. හේතුව එය කැබලි වලින් යුතුය. එය වෙනස් වන්නේ නැහැ. ඒ පිලිබඳව අළුතෙන් හිතන්න අවශ්‍ය නැහැ. නැත්නම් කෙලෙස් වැඩෙනවා. ආහාරයත් ඒ ආකාරයෙන්මයි. සේනාසන වගේම ඔබටත් ගේ දොර තිබෙනවා. එයත් කෙලෙස් වඩන තැනක්. නිවසක් ඉදිකරන්න යනවිට එය ආරම්භයේ සිටම මොනතරම් ගැටෙනවද? රාග, දෝෂ, මෝහ බැහැර වන ආකාරයට ආසුවයන් හට නොගන්නා ආකාරයට මේ වීචර, පිණ්ඩපාත, සේනාසන, ගිලන්පස පරිහරණය ආකාරයයි සඳහන් කළේ.

### හතරවෙනි කරුණ අතරී ආසවා අධිවාසනා පහානබ්බා

ඉවසීමෙන් කෙලෙස් (ආසුව) ප්‍රභාණය කළ හැකි බව දුක්වන කරුණයි.

මහණෙනි, අධිවාසනයෙන් පෑහිය යුතු ආසුවයෝ කවරහුද? මහණෙනි, මේ ශාසනයෙහි මහණ තෙමේ නුවණින් සලකා ගිත ඉවසන සුල්ලෙක් වෙයි. උණුසුම ද, බඩගින්න ද, පවස ද, මැසි

මදුරු සුළං, අවු, සපුන්ගේ ස්පර්ශය ද, නපුරු කොට කියූ, නපුරු ලෙස පැමිණි වචනද ඉවසන සුල්ලෙක් වෙයි. උපන් ශාරීරික වූ, තියුණු රළු වූ කටුක වූ, අමිහිරි වූ, අමනාප වූ දිවි පැහැර ගන්නා වූ වේදනා ඉවසන සුල්ලෙක් වෙයි. යම් හෙයකින් නො ඉවසන්නා වූ ඔහුට වෙහෙසකර දැවිලි සහිත ආසුවයෝ උපදිත්ද, මෙසේ ඉවසන්නා වූ ඔහුට වෙහෙසකර දැවිලි සහිත ආසුවයෝ නූපදිත්, මහණෙනි, මේ අධිවාසනයෙන් පහකළ යුතු ආසුවයෝ යයි කියනු ලැබෙත්.

පින්වතුනේ මේ කරුණත් ඉතාම නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතු ධර්ම කොට්ඨාශයක්. සෝවාන් මග දකින නුවණින් (දස්සනා) ආසුවයන් ප්‍රභාණය කළා මෙන්, ඉඤ්ඤා සංවරයෙන් (සංවරා පහාතබ්බා) ආසුවයන් ප්‍රභාණය කළා මෙන්, ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂාවෙන් (පටිසේවනා) ආසුවයන් ප්‍රභාණය කළා මෙන්, (වීචර පිණ්ඩපාත, සේනාසන, ගිලන්පස කියන අවස්ථාවන්හි මනාව සිහිය පිහිටුවමින්) මෙම කෙලෙස් ප්‍රභාණය කරන ආකාරය ඉහත සදහන් කළේ.

අධිවාසනයෙන් (ඉවසීමෙන්) ප්‍රභාණය කළ හැකි කෙලෙස් (ආසුව) තිබේ. නුවණින් සලකා සීතල ඉවසන සුල්ලෙක් වෙයි. යනුවෙන් සදහන් කළේ සීතල ඉවසීමේ ශක්තියක් තිබිය යුතුයි. මෙහි නුවණින් සලකන්නේ යනු ආරම්භයේදී මෙනෙහි කළ මෙන් සෝවාන් මග දකින නුවණින් සකසාගත් විදර්ශනා ඥාණ සංඛ්‍යාත නුවණයි.

මේ සීතල ආකාර දෙකකින් අපට දකින්න පුළුවනි. අපි සිතීන් අරමුණු ගන්නා විට මේ සීතල පළමුවෙන්ම අපි හඳුනාගන්නේ කයට ඇතිවෙන ස්පර්ශයක් ලෙසිනුයි. ඒ අරමුණ හඳුනාගන්න ස්වභාවය භාමය ලෙසින් අප හඳුන්වනවා. එවිට

කයත්, කයෙහි සීතල වැඩීමෙන් ඇතිවන දුක වේදනාවත් එක් අවස්ථාවකදී අප නුවණින් සලකා ඉවසීම පුරුදු කරනවා. සමහර විට සීතල සුබ වේදනාවක් වන්නත් පුළුවනි. බොහොම අවි රස්නය ඇති වෙලාවක සීතල සුවය පිණිස වෙන්න පුළුවනි. මෙහිදී බොහෝවිට අරමුණු කළේ, වනයක, සෙනසුනක, ගහක් මුලක බවුන් වඩන පින්වත් ස්වාමීන් වහන්සේ නමක්, හිඤ්ඤාණයක් හෝ උපාසක උපාසිකාවන් පිරිසකි. ඒ නිසයි සීතල කෙරෙහි ගැටීම, පටිසය ඇතිවීම බැහැර කිරීම පිණිස එය ඉවසීමෙන් යුක්තව ප්‍රභාණය කළ යුතු බවයි දැක්වුවේ. ඒ නිසා සීතල හඳුනාගන්නා විට නාමයෙන් ඇතිකරගත් ඒ සිහිය පිහිටුවීම අනිවිච්ච, දුක, අනත්ත ත්‍රිලක්‍ෂණ ධර්මයට යමක් කර දකින්න මේ මග යන අයට පුළුවනි. ඒ වගේම රූපයට (කයට) සීතල තදින් දූනෙන විට ඒ රූපයත් අනිවිච්ච, දුක, අනත්ත ත්‍රිලක්‍ෂණ ධර්මයට යටත් කර දකින්න පුළුවනි. "මම මේ දුකක් ලෙසින් දකින, බැස ගත් අරමුණ ස්ථිර අරමුණක් නොවේ. මේ අවස්ථාවේදී මේ සීතල දුකක් ලෙස දැනුණත් විටෙක සුව වේදනාවක් දෙන්නත් පුළුවනි. එවිට එය මගේය, මමය, ස්ථිරයි යනුවෙන් ආත්ම දෘෂ්ඨිය මුල් කරගෙන උපාදානය නොකළ යුතුයි. ඒ වගේම මේ කයට දූනෙන සීතල, සතර මහා භූතයෙන්ගෙන් එකක් වූ "වායෝ" කොටස හොදින්ම දූනෙනවා. එය අනිවිච්ච, දුක, අනත්ත යන ත්‍රිලක්‍ෂණ ධර්මයට යටත් වූවකි. අජ්ඣත්ත, බහිද්ධ වශයෙන් දකින්නත් පුළුවනි. දැඩි සීතල හටගත් වෙලාවක තමා තුළින්ම සීතල පුළුවනි. උණ හටගන්න කළින් තමා තුළින්ම දැඩි සීතලක් හටගන්නවා. බාහිරින් තමා ගෙන එන සීතල ශරීරයේ හැපෙන විට ගැටෙන විට එයත් ඉවසන්න නොහැකි තරමට දූනෙනවා. දැන් තමා තුළින් හා බාහිර වශයෙන් දකිනවා. ධර්මයේ සදහන් කළේ හීන-ප්‍රණීත සුබුම - මිලාරික, අජ්ඣත්ත-බහිද්ධ, සන්තිකෙ - දුරේ ලෙසිනුයි.

දුක, අනන්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත්. මූල සිටම පුරුදු කරගෙන පැමිණෙන සිතයි මේ ස්වභාවයට ඇති කරගන්නේ. එසේ නැතුව කෙනෙකුට කිව්වොත් සීතල සලකන්න එපා. තමන්ගේ කටයුතු කරගෙන යන්න. එසේ කිවුවත් අභාවිත සිතට ඒ ආකාරයට එහි අනිත්‍යතාවය දකින්න පහසු නැහැ. මේ අනිත්‍ය, දුක, අනන්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කර දකින්න පුළුවනි. මෙය සම්මස්සන ඥාණය ලෙසින් හඳුන්වනවා.

නාමරූප පරිච්ඡේද  
පච්චය පරිග්ගහ  
සම්මස්සන ඥාණ

මෙලෙසින් ශ්‍රාවකයා හෝ ශ්‍රාවිකාව මේ කොටස් තුනට යටත් කර මේ සීත, උණුසුම බඩගින්න ආදිය දකින්න පුළුවන් වේවි. මෙය අනිච්ච, දුක, අනන්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කර රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පඤ්චකයන් නාම-රූප, වශයෙන්, පච්චය පරිග්ගහ වශයෙන්, සම්මස්සනය වශයෙන් දකින්නට හැකියාව ඇති මේ ශ්‍රාවකවත් ආයඝී ශ්‍රාවක-ශ්‍රාවිකාව, කාමාසුව, භවාසුව අවිද්‍යාසුව වැඩෙන ආකාරයට සිතුවිලි පහළ කර නොගනී. නොවැඩෙන සිතුවිලි නොවැඩෙන්නක්, ඇතිවුණු සිතුවිලි නූපදින්නක් කාමාසුව, භවාසුව, අවිද්‍යාසුව වශයෙන් ඉපදුණු ආසුවයන් ප්‍රභාණය වන්නක් ඔහු දැක්ම ඇති කර ගන්නවා. ඔහුගේ සිතුවිලි කාම, භව අවිද්‍යා ආසුව නොවැඩෙන ආකාරයටයි. යම් සිතුවිල්ලක් උපදින්න හේතු වෙනවා නම්, ඉපදෙන්න හේතු වූ දේ දියුණු වෙනවා නම් එවැනි සිතුවිලි හිතන්නේ නැහැ. සිතුවිලි ඇති කර ගන්නේ කාම, භව, අවිද්‍යා ආශ්‍රව නොඋපදින දේවල්, ඉපදුන දේවල් ප්‍රභාණය වන ආකාරයටයි. මේ නාම රූප, පච්චය පරිග්ගහ, සම්මස්සන යන

අවස්ථාවන් ඔස්සේ අනිච්ච, දුක, අනන්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කර දකින්න පුළුවන් නම් එය හැදින්වූයේ ඥාන පරිග්ගහ, තීරණ පරිග්ගහ, පහාන පරිග්ගහ යනුවෙනි. එනම් හඳුනා ගැනීම, අවබෝධය සහ ප්‍රභාණය යනුවෙනි.

අරමුණු හොඳින් දැනගෙන, එය දැනගත්තට පසුව උද්‍යව්‍යය වශයෙන් හටගත් හැම දෙයක්ම නැති වෙනවා යන දැක්ම ඇති කරගත් මේ ආයඝී ශ්‍රාවකයා හෝ ශ්‍රාවිකාව දන් පුරුද්දක් ඇති කරගෙන තිබෙනවා. භංග ඥාණය වශයෙන් පහාණ පඤාචෙන් අත් හරින්න, ප්‍රභාණය පිණිස ඒ හිත පුරුදු වෙනවා. මේ අවස්ථා ඔස්සේ මනා වූ භාවිත හිතක් පුරුදු කරගත් විය “දස්සනා පහාතබ්බා” කියන තැන පටන් දියුණු කරගෙන සෝවාන් මග ඵල නුවණ ඇති කරගන්න. මේ මග දියුණු කරගෙන ඉදිරියට යන විට සංවරා පහාතබ්බා, ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මන සංවර කර ගනිමින්, කෙලෙස් දුරුකරන්න අවස්ථාව ඇති වෙනවා.

ඊළඟට “පටිසේවනා පහාතබ්බා” යන චීවර, පිණ්ඩපාත, සේනාසන, ගිලන්පස පරිහරණය කරන හැම අවස්ථාවකම නුවණින් මෙනෙහි කර ආශ්‍රව බැහැර කිරීමේ ශක්තිය තිබෙනවා.

මීළඟට දැක්වූයේ ඉවසීමෙන් අධිවාසනයෙන් මේ ආසුව ප්‍රභාණය කිරීම පිලිබදවයි. මුදලින්ම සදහන් කළේ සීතල. ඊළඟට උෂ්ණය. මේ උණුසුම ඇති වුවත් එයත් ඉහත මෙන් නාම-රූප, පච්චය-පරිග්ගහ, අනුව දැක අත්හැරීමට ශක්තිය පැවැත්ම අවශ්‍යයි.

බඩගින්න : බඩගින්නක් ඉවසීම අවශ්‍යයි ඉවසන්නේ නැති කමට අමනාපයෙන් නොවෙයි. වෙන කළ යුතු දෙයක් නොමැති නිසා ඉවසනවා යන අදහසින් නොවේ. රස තෘෂ්ණාව නිසයි,

බඩගින්න ඉවසන්න අපහසු වන්නේ. මෙය ඉවසීමට තරම් ශක්තියක් තිබිය යුතුය.

දීඪි වූ සංසාර ගමන් පළමුවෙන්ම රස තෘෂ්ණාව ඇති කර ගන්නේ මේ බඩගින්න නැති කිරීමටයි. අපට උපතින්ම ජීවත්වීමට අශ්වාසය ප්‍රශ්වාසය ලැබුණා. ඊළඟට බඩගින්න. එය නැති කර ගැනීමට කිරි ඉල්ලා හැඬුවා. දිගින් දිගටම, පුරුද්දට බඩගිනි වෙනවිටම කිරි ඉල්ලා හැඬුවා. ශීතල, උෂ්ණ, වේදනා වලටත් හැඬුවට ප්‍රධාන වශයෙන් හැඬුවේ බඩගින්නටයි.

අම්මාගෙන් හෝ බාහිරව හෝ කිරි ලැබෙන විට, ආහාර ලැබෙන විට සතුටු වුණා. ඒ රස තෘෂ්ණාව නිසයි. අනමතග්ග සංයුත්තයෙහි අනුශාසනා කරනවා, මේ දීඪි වූ සංසාර ගමනේ අම්මා කෙනෙකුගෙන් බිඳු කිරි සිඳු මහා සාගරයේ ජල කදටත් වඩා වැඩියි. ඒ කියන්නේ, අප මොන තරම් ඉපිද තිබෙනවද? මොන තරම් කුසට ආහාර දීලා තිබෙනවද? සතර අපායෙහි ඉපිද සෑම ආහාරයක්ම දීලා ඇති. ප්‍රේත විෂයෙහි ඉපිද ශරීර වලින් බැහැර කරන සියළුම අපවිත්‍ර දෑ ප්‍රේත විෂයයන්හිදී ආහාරයට ගන්නට ඇති. තිරිසන් ලෝකයෙන් එහෙමයි. මනුෂ්‍ය ලෝකයෙහිදී සාමාන්‍ය අප ආහාර ගන්නා ලෙසින්ද, දෙවිලොව දී අමාතය ද වළඳන්න ඇති. එහෙත් තවමත් මේ සසරෙහි ආහාර පිණිසම රස තෘෂ්ණාවට බැඳීලා, එහිම ඇලීලා. ඒ දේ ම සොයා ගෙන යනවා.

ආහාරය ගන්නේ ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කිරීමෙනි. මේ ආහාරය අප ගන්නේ කුමක් වෙනුවෙන්ද? ක්‍රීඩා පිණිස නොවේ. පුරුෂ මදය පිණිස නොවේ. සැරසීම පිණිස නොවේ. අලංකාර පිණිස නොවේ. හුදෙක් මේ ශරීරයේ පැවැත්ම පිණිසයි. යෑපීම පිණිසයි. බඩගිනි වැළැක්වීම පිණිසයි. බ්‍රහ්මචරියාව රැකීම පිණිසයි. පැරණි

වේදනාවන් නැති කරන්නෙමි, අළුත් වේදනාවන් නූපදවන්නෙමි. එයින් මාගේ ජීවිතයෙහි පැවැත්ම ද වන්නේය. නිවැරදි බව ද වන්නේය. පහසුවෙන් බ්‍රහ්මචාරී මාභීය තුළ, ශාරීරික ජීවිත ඉන්ද්‍රිය පැවැත්වීම පිණිසයි. ඒ ආකාරයටයි නුවණින් සලකා බලන්නේ. මේ ජීවිතයේදීත් මේ ශරීරයට මොන තරම් ආහාර දෙන්න ඇතිද? එක වේලක් හෝ දෙකක් ආහාර නොලැබුණා කියා බලවත් වූ රෝගියකුට හැරුණාම අන් අයට බලවත් පීඩාවක් නොවන්නට පුළුවනි.

මේ ආකාරයට විදසුන් නුවණින් මෙනෙහි කර කුසගින්න ඉවසන්න පුළුවන් විය යුතුය. සමහර අවස්ථාවලදී අපට ආහාර නොලැබුණත් නොගැටී සිටීමට උත්සාහ ගත යුතුය. රස තෘෂ්ණාවෙන්, දිවෙන් උපාදානය කර ගන්නේ නැහැ. සමහර වෙලාවට කුස පිරුණත් දිවයි මේ රසය අල්ලාගෙන ඉන්නේ. මේ මාර්ගයේදී අවබෝධය තිබෙන විට මොන තරම් නිවීමක් ඇතිවෙනවද? ඒ නිවීම ඇතිවන්නේ තමා තුළයි. ශ්‍රද්ධාවෙන් පරිත්‍යාග කල කෙනෙක් තමාගේ ආහාර වේල පවා පරිත්‍යාග කර එතනින් පසු එය උපාදානය කරගන්නේ නැහැ. නමුත් තෘෂ්ණාවෙන් බැහැර වෙන්න නොහැකි වූ පුද්ගලයා දවස පුරාම ඒ පරිත්‍යාග කළ ආහාරය උපාදානය කර ගැනීම නිසා කුසගිනි හටගත් විට පටිසයක් ලෙසින් එය උපාදානය කරගත දවස පුරාම ගැටී ගැටී සිටින්න පුළුවනි. එය ගමන් මාර්ගයට මහත් වූ බාධාවක්. මේ කුසගින්නක් නුවණින් දැක ඉවසන්න පුළුවන් කම ලැබෙන්න ඕන.

පවස :

පවස යයි සදහන් කළේ පිපාසය. එයත් කුසගින්න ලෙසින්ම ඉවසන්න පුරුදු විය යුතුයි.

මිලඟට මැසි මදුරු, සුළං, අවි, සපුන්ගේ ස්පර්ශ (සපීයන්ගේ ස්පර්ශ) නපුරු කොට කිවූ වදන්, නපුරු ලෙසින් පැමිණි වදන් ඉවසන සුල්ලෙක් වෙයි. එනම් අසන්නට ලැබෙන නපුරු වදන්, නපුරු ලෙස කියන වදන්, අන් අයගේ තද වචන, මුසා බස්, කේලම්, පරුෂ වචන, හිස් වචන වන්න පුළුවනි. මේ වචන මුසාවාදයකට වඩා එහා ගිය යමක්. ඒ මුසාවාදය මහත් වූ හානියක් පීඩාවක් කරන්න පුළුවනි. ඒ වගේම නපුරු කොට පැමිණෙන පරුෂ වචන, නපුරු කොට කියන පරුෂ වචන, එයත් ඉවසීමේ ශක්තිය තිබිය යුතුය.

පරමාර්ථ ධර්මයට අනුව කණ මගේ නොවේ නම්, ඒ හඬ මිහිරි වුණත්, දුක වුණත්, මධ්‍යස්ථ වුණත් එය මගේ නොවෙයි. මම නොවෙයි, ස්ථිර වූ ආත්මයක් හෝ පැවැත්මක් නොවෙයි. මේ ආකාරයට දකින විට අර නපුරු ලෙස කියන වචන, නපුරු ලෙස කිවූ වචන නුවනින් යුක්තව දකින විට ආසුව බැහැර වෙනවා. ප්‍රධාන වශයෙන් ඒ ආසුවයන් හි ඇලීම නිසයි පටිසයට පත්වන්නේ. ඇලීම නැත්නම් පටිසයක් නැහැ. තරහවත් එන්නේ නැහැ. එවිට ඇලීමෙන් බැහැර වෙනවා. මතු වෙලා එන ආසුව තමා ද්වේශය. ඒ ද්වේශය, තරහව බැහැර වෙනවා. නුවණින් දූක ඉවසීමත් අවශ්‍යයි. බොහෝ දෙනෙක් මේ ස්වභාවයට මුහුණ පාන්න පුළුවනි.

මුලින් සදහන් කළ සීතල, උෂ්ණ, බඩගින්න, පවස, අවිච, රශ්මිය මැසි මදුරු සර්පයන්ගේ ස්පර්ශය, විද දරාගන්න පුළුවනි. එහෙත් අශ්‍රැතවත් පෘථග්ජන බොහෝ දෙනෙකුගේ හිත් වලට නපුරු ලෙස කිවූ වදන්, කියන වදන්, නපුරු ලෙසට කන් දෙකට පැමිණෙන වචන ඉවසන්න අපහසුයි. බොහෝ දෙනෙක් මේ වදන පවසනවා. "මට ඕනෑ දෙයක් ඉවසන්න පුළුවනි. නමුත් මේ

වචන නම් මට ඉවසන්න බැහැ." සමහර උදවිය වෙන් වෙලා යනවා. තවත් සමහරු එම පරිසරයෙන් ඇත්වෙලා යනවා. මේ වචනය එයට එක් හේතුවක්.

තවත් සමහර පිරිසක් ජීවිත කාලය පුරා පුරුදු කරන ලද සීලා දී ගුණ ධර්ම එසේ නැත්නම් හොඳ ගතිගුණ පවා බැහැර කර ගන්නේ මේ අවස්ථාවේදීයි. "මම හොඳටම ඉවසුවා. ඉවසීමෙන් සීමාවක් තිබෙනවා නෙ." ඉවසීමට නම් සීමාවක් නැහැ. ඉවසීම නම් ඉවසීමමයි. නමුත් අර වචන පවසමින් සීලාදී ගුණයන්ගෙන් පවා බැහැරව මහත් වූ විනාශයකට පත්වෙන්න පුළුවනි. රාග-දෝෂ-මෝහ ආදී ආසුවයන් විසින් ඔහු හෝ ඇයව ඇඳ-බැඳ තබා ගන්නවා. එය සංයෝජනයක් වෙනවා. පටිසය යනු සංයෝජන ධර්මයන්ගෙන් එකකි. ඒ සංයෝජනයට හසුවෙනවා. වැරදි ලෙසින් උපාදානය කරගෙන සක්කාය දිට්ඨියෙන් පටන් ගෙන මේ කෙලෙස් වලට බැඳෙනවා. ඒ නිසා නපුරු කොට කිවූ, නපුරු කොට කියන, නපුරු කොට පැමිණෙන ඒ අමිහිරි වදන් ඒ වචන පවා නුවණින් සලකා ඉවසීමේ ශක්තියක් තිබෙන්න ඕනි. තමාගේ ජීවිතයේ අඩුපාඩුවක් තිබෙනවා නම්, නොගැටී එය සකස් කරගෙන එසේ නොමැති නම් ඉවසීමෙන් ඒ ඇත්තන් කෙරේ කරුණාවෙන්, මෙමත්‍රියෙන්, උපේක්ෂාවෙන් දකින්න, බලන්න ශක්තියක් ඇතිකර ගත යුතුයි. අරහත් වූ අපගේ භාග්‍යවත් වූ සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දෙනෙතින් දුටු අරමුණ අසංවර වුවත්, ඒ අරමුණ උන්වහන්සේ ඉවසා වදාළ සේක. ඒ අරමුණ උන්වහන්සේගේ ඇසේ රෝම කුපයකට තරම් වත් පීඩාවක් වන ආකාරයට උපාදානය කර නොගත්හ. උන්වහන්සේගේ කණට වැකුණු අසංවර අරමුණක් නමුත් ඉවසීමෙන් වදාළ සේක. ඒ ඉවසුවේ විදර්ශනා ඥාණ සහිත නුවණිනි. උන්වහන්සේගේ නාසයට උපාදානය වුණු අකමැති ආඝ්‍රාණයද, උන්වහන්සේගේ දිවට ලැබුණු රසයද, උන්වහන්සේගේ

මනසට අරමුණු වූ ඒ සියළු සිතුවිලි ද, උපේක්ෂාවෙන් දැක ඒ සියල්ලම නාම-රූප පරිච්ඡේද, පව්වය පරිග්ගහ (හේතුවකින් හට ගත් දේ ඒ හේතුව හංග - විමෙන් නැතිවී යයි.) සම්මසන ඥාණය න අවස්ථාවන්හි අප පැහැදිලි කළ අයුරින් සියල්ල ප්‍රභාණය කර තිබූ උන්වහන්සේ සෑම දෙයක්ම නුවණින් සලකා බැලූ සේක. මේ මාගීය මැනවින් පුරුදු කරන අප ද ටිකෙන් ටික හෝ අප ජීවිත වල පුරුදු කර ඇති ඇසට හමුවන රුව කැමති වුවත්, අකමැති වුවත්, (ගැටීම) විශේෂයෙන් ම කණට හමුවන නපුරු ලෙස කිවූ, නපුරු ලෙස කියන, නපුරු ලෙස පැමිණි වදන්, ඒ ලෙසින්ම නුවණින් දැක ගැටීමකින් තොරව බැහැර කිරීම, ඉවසීම අවශ්‍යයි.

උපන් ශාරීරික වූ, තියුණු වූ, රළු වූ, කටුක වූ, අම්හිරි වූ, අමනාප වූ දිවි පැහැර ගන්නා වූ වේදනා ඉවසන සුල්ලෙක් වෙයි. මෙය ද මනා සේ ඉවසීම අවශ්‍යයි. ඔබ සිත් රිදවීමට නොවේ මෙය පවසන්නේ දහමට ළංකර ගැනීමට පමණයි. බොහෝ දන්-පින් කළ මේ උවසු උවැසියෝ උපාසක - උපාසිකාවෝ බලවත් වූ දරාගත නොහැකි යම් විට නිට්ඨාවටම සුව කළ නොහැකි රෝගාබාධයක් සැදුණු විට තමන් මෙතෙක් පැමිණි මාගීයෙන් ද බැහැරව, ඒ කෙරෙහි අමනාපයක් ඇති කරගෙන, “මේ තරම් දන්-පින් කම් කළ මා හටත් මෙසේ සිදුවුණා නම්, තවත් මේ මග අනුගමනය කිරීමෙන් වන ඵලය කුමක්ද?” මෙසේ සිතමින් මේ ධර්ම මාගීයෙන් බැහැරව වෙන්ක සිලබ්බත පරාමාසයකට, (වෘත වැනි) වෙනත් මාගී වලට යොමු වන අවස්ථාද නැතුවා නොවේ.

මේ සසර ගමන දුකක් බව බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කළේ ඒ නිසයි. අරහත් බෝධියට පත් වූ උතුමන්ට පවා මේ කය, පඤ්ච උපාදානස්කන්ධ, එසේ නැතිනම් ධාතුන්ගෙන් නිර්මාණය වූ මේ සංඛතය පවත්වන්නේ නම්, දිරාගෙන යාමට,

ලෙඩ විමට මුහුන දෙන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒ කෙළවරක් නැති සංසාර ගමනේ පටන් අප විසින් මේ දරන ශෝක, වේදනා, දුක බැති කරන්නයි මේ දිරිමි, රිදීම්, වැලපීම් ඔස්සේම මේ මාගීය පුරුදු කරන්නේ. එවිට මේ පුරුදු කරන මාගීය තුළත් දිරිම, ලෙඩවීම, වේදනාව තිබෙනවා. එය නුවණින් දැකිය යුතුය. එය අවබෝධ නොකට ගත් සමහර උවසු-උවැසියෝ, දන්-පින් කම් කරන මාගීයෙන් බැහැරව, “මේ තරම් දේ කරලත් මටත්, මගේ පවුලේ අයටත් මෙවන් දුක් වේදනා පැමිණෙනවා නම් තවත් මේවායින් ඇති ප්‍රයෝජනය කුමක්ද? යයි කියමින් වෙනත් වෘත කරා යොමුවෙනවා. මේ අවබෝධය නැති කමයි නුවණින් නොදැකීමයි. කෙලෙස් වලට හසුවීමයි. ඒ නිසා මම ද ඔබ ද දරාගෙන සිටින මේ සිරුර පයවි ආදී ධාතුන්ගෙන් නිර්මාණය වූ සංඛතයක් හෙවත් සංස්කාරයකුයි. මෙහි ගැබ්ව පවතින්නේ දෙතිස් තුණපයන්ගෙන් සමන්තාගත වූ පුඤ්ජයකුයි. එය නිරතුරුවම දිරිමට හා බිදීමට (කායස්ස හේදා) හේතුවන, පරිදාහයට හේතුවන එනම්, දූවිල්ලට හේතුවන පුඤ්ජයකුයි. එවැනි අවස්ථාවකට පත්වන විට පටිසේවනයේදී (ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කරන විට) ගිලන්පස, බෙහෙත් ගන්නා විටදී සිහිපත් කළාක් මෙන්, මාගීයට පහසුවක් පිණිස, නූපන් වේදනා නැති කරගත්තත්, උපන් වේදනා නැති කරගෙන, සීලාදී ගුණයන් රැකගෙන, මාගී බ්‍රහ්මචරියාවට පහසුවීම පිණිස මේ ගිලන්පස පරිහරණය කරනවා. එසේ නුවණින් සලකා, මේ ආබාධ නැති කරගන්න, ගිලන් බවින් මිදෙන්න මේ ගිලන්පස පරිහරණය කරන්න පුළුවනි. එහෙත් එතනදීත් ඇලීමක් ගැටීමක් ඇතිකර ගන්නේ නැහැ.

නිදසුනක් ලෙසින් ගතහොත් (ඔබේ හිතට වෙනසක් ඇතිකර ගන්න එපා). “මොන තරම් බෙහෙත් කළාද? නොගිය දේවාලයක් නැහැ. මොන තරම් පුද පඬුරු තිබ්බද? ඒත් මේ කරුමයෙන් නම් මට ගැලවෙන්න ලැබෙන්නේ නැහැ” මේ වචන වල තිබෙන තද

ගතිය, සැරඹව, එයින් ම පැහැදිලියි. ඒ දැවිලි සහිත, වෙහෙස සහිත සිත කෙලෙස් පරිදාහය කොපමණද කියලා. එසේ නොවන්නට නම් මේ ඉවසීම අවශ්‍යයි. මේ ඉවසීම ඇති කරගන්නේ මුල සිටම පැමිණි දස්සනා පහාතබ්බා කියන තැන පටන් ආසුව බැහැර කිරීමට පුරුදු කරගෙන ආ ශක්තිය සමගයි.

මමත් ලෙඩ වුණා, ලෙඩ වේවි, ඔබත් ලෙඩ වුණා, ලෙඩ වේවි, මේ හැම අවසථාවක දීම අතීතය මෙන්ම, අතීතයෙන් තෘෂ්ණාව අල්ලා ගැනීමෙන් නොව, කෙලෙස් ආසුව ප්‍රභාණය කරන්න. උපකාරයක් ලෙසින් අතීතය මෙනෙහි කර, වර්තමානයේ ද අවදියෙන් සිටිමින් අනාගතය ද තෘෂ්ණාවෙන් උපාදානය කර නොගෙන නිරෝගි බව ප්‍රාර්ථනා කළ හැකියි. නිරෝගිව සිටිය හැකියි. මෙය තෘෂ්ණාවෙන් ඇඳ බැඳ තබන සිතුවිල්ලක් නොවී, අවබෝධයෙන් විදර්ශනා නුවණ සහිත ස්මෘති ඥාණය පුරුදු කරන්නට ඉවසීම අවශ්‍යයි. එය ශාරීරික වූ, නියුණු වූ, රළු වූ, කටුක වූ, අමිහිරි වූ, අමනාප වූ, දිවි පැහැර ගන්නා වූ එනම් ජීවිතය නැති කරන තරමට වේදනා ඉවසන අයෙක් විය යුතුය. බොහෝ සුත්‍ර දේශනා වල සඳහන් අනාථ පිණ්ඩික සිටුකුමා ආදී ආයඪී මාගීයට ඇතුළු වූ ඇත්තන් සඳහන් කළ වදන් ද අපට සිහිපත් කළ හැකියි.

‘න ඛමනීයං න යාපනීයං බාලිහා මේ දුක්ඛා වේදනා අභිකඛමන්ති නො පටික්ඛමන්ති අභික්ඛමොසානං පඤ්ඤායනි නො පටික්ඛමානි.’

ඉවසිය නොහැකි වූ, දරිය නොහැකි වූ මේ නියුණු වූ රළු වූ දුක්ඛ වේදනා වැඩිවීමක් මිස අඩුවීමක් නම් නැහැ. මෙසේ දැනෙන නියුණු වූ රළු වූ කටුක වේදනාවක් පවා නුවණින් සලකා

අධිවාසනය පුරුදු කිරීම, ඉවසීම පුරුදු කිරීම දක්ම අවශ්‍යයි. එය පුළුවන් විය යුතුය. මෙහි කෙළවර සිහිපත් කරන දිවි පැහැර ගන්නා වූ වේදනා, ජීවිතය නැතිවන තරමට ඇතිවන වේදනා පවා මේ අවබෝධයෙන් යුක්තව ඉවසීමට අවශ්‍යයි. මේ වදන් පෙළ ජීවිතයෙහි සදා මතකයේ තබා යුතු වෙනවා. අවසන් මෙහොතෙහි, දැන් සියල්ල අවසන් වේවි කියන තැනට ඔබ පැමිණ සිටිනවා.

පපුවේ ඇතිවන තද ගතිය, පපුවේ අමාරු ගතිය, ආශ්වාස, ප්‍රශ්වාස කිරීමට නොහැකි වන තැන ජීවිතය දැන් කෙළවර වෙයි කියන තරමට වේදනාවක් එතන තියෙන්නේ. තෘෂ්ණාවෙන් බැහැරව අජ්ඣාත්ත - බහිද්ධ වශයෙන් හෝ තමා කෙරෙහි හෝ බාහිරව ප්‍රිය වස්තූන් පණ ඇති හෝ පණ නැති කුමන හෝ ප්‍රිය වස්තූන් කෙරෙහි උපාදානය බැහැර කරගෙන මේ වේදනා ඉවසීමට පුළුවන් නම් එය කෙලෙස් (ආසුව) බැහැර කිරීමේ අවසථාවයි.

යම් හෙයකින් නො ඉවසන්නාවූ ඔහුට හෝ ඇයට වෙහෙසකර දැවිලි සහිත ආසුවයෝ උපදිත් ද, මෙසේ ඉවසන ඔහුට වෙහෙස කර දැවිලි සහිත ආසුවයෝ නූපදී. නොඉවසන පුද්ගලයාට දැවිලි සහිත, වෙහෙස සහිත ආසුවයෝ උපදී. ඔහු හෝ ඇය කයෙන් බෙහොම වෙහෙසට පත් වී දරාගත නොහැකිව කැගසනවා, දඟලන්න පටන් ගන්නවා. වචනයෙන් වෙහෙසට පත්වෙනවා. දැවිලි සහිත ආසුවයන් ගෙන් දූවෙනවා. බලවත් උපායාස ඇතිවෙනවා. “මාව මරණයට පත්වෙයිද? මට දාලා යන්න වේවිද? මගේ ළඟ සිටින ප්‍රිය වස්තු ස්වාමියා - බිරිද, දරුවෝ - දෙමව්පියෝ, සොයුරු - සොයුරියන්, ලෙන්ගතු අය, ගේ - දොර, ධන - ධාන්‍ය,” ඔවුනොවුන්ගේ බැඳීම අනුව මේ ලැයිස්තුව දීර්ඝ වෙන්න පුළුවනි. මේ හැම දෙයක්ම අත් හැරෙයි

යන බියෙන් දැඩි වූ වෙහෙසකර වූ කෙලෙස් ඒ හිත් වලට ඇති වෙනවා. එවිට සිහිමුලාවි කැගසා හඬන්න පුළුවනි. මහත් වූ සේ බියට, ජීවාවට පත්වෙන්න පුළුවනි. මේ නිසා ඒ පුද්ගලයාගේ ගති නිමිත්ත (යන තැන) යහපත් වන්නේ නැහැ. සතර අපාය හිමිවන්න පුළුවනි. මෙලොවත් වෙහෙසකර දැවිලි සහිත නිමාවක් දැක, ඊළඟ උපතත් වෙහෙසකර දැවිලි සහිත ස්ථානයකට උපත ලබන්න පුළුවනි. ඒ නිසා ඉවසීමෙන් ආසුව බැහැර කරන්න අවශ්‍යයි.

මෙම සූත්‍ර දේශනාවේ අවසන් කොටස කෙලෙස් ප්‍රභාණය II ග්‍රන්ථයෙහි අඩංගු වෙනවා ඇත.

පින්වත් වූ ඔබ සැම නිදුක් වෙන්න. නිරෝගී වෙන්න. සුවපත් වෙන්න. උතුම් වූ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්ම අවබෝධය පිණිස, මෙම දේශනාවද උපනිශ්‍රය වේවා. උතුම් වූ තුණුරුවන් සරණයි.

සාධු! සාධු!! සාධු!!!

**www.buddhismforyou.org**

### **පුණ්‍යානුමෝදනාව**

අපගේ සදහම් ගමනෙහි කළ‍යාණ මිත්‍ර ස්වාමීන් වහන්සේ වන ගෞරවණීය ආචාර්ය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේගේ පෙබරවාරි මස 05 වන දිනට යෙදුණ ජන්ම දිනය නිමිත්තෙන් උන්වහන්සේට උතුම් තුණුරුවන්ගේ අනන්ත ආශිර්වාදය සහ දිගාසිරි සම්පත් පතමු.

තවද, කොළඹ 05, තිඹිරිගස්සාය පාරේ, අංක 278 හි පදිංචිව සිටින නැසිගිය අප පියාණන් වන ජලුරේගොඩ ගමගේ පියදාස මහතාට පිං පිණිස මෙම ධම් දානය හේතු වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමු.

සියළු සත්වයෝ නිදුක් වෙත්වා, නිරෝගී වෙත්වා, සුවපත් වෙත්වා, උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වෙත්වා!

ජගත් සහ රංජනී ධිරතිලක

2013 පෙබරවාරි මස 25 වන දින  
(නවම් පොහොය දින)



## ප්‍රශාසනාමෝදනාව

### ප්‍රශාසනාමෝදනාව

අප ජීවිත විල  
සුවද කරමින් හිද  
අකාලයේ මිලිනව ගිය  
සොදුරු අරවින්ද....

සැරිසරන මතු සසර  
අතරමග කිසි දිනක  
නොයේවා අතැර දා  
අමිල වූ ඔබ දිවිය....

තිලෝගුරු මගේ ගොස්  
හැදිනගෙන ලොවේ තතු  
පරදවා කෙලෙස් මරු  
හරිනු මැන නිවන් දොර....

2005-02-25 දින අප අතැර ගිය කේ.පී. අරවින්ද විජයනාත් ම පිං පිණිස දයාබර අම්මා තාත්තා සොයුරිය, බිතු සිතුවමසේ පිටු නොපෑ ලබැදි මිතුරන් එක්ව පුදන දහම් පඬුරකි.

2013 පෙබරවාරි මස 25 වන දින  
(හවමි පොහොය දින)

බත්තරමුල්ල සිරි සුදසුන් සදහම් සෙනසුනෙහි වැඩ වෙසෙන අති පූජනීය ආචාර්ය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ ප්‍රමුඛ සියලුම ස්වාමීන් වහන්සේලාට නිදුක් නිරෝගී සුවය චිරජීවනය සමගම ධර්ම දානමය කුසල් බලයෙන් වතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධ වේවායි අධිෂ්ඨාන කරන්නෙමු.

වසර 48 කට පෙර පරලෝ සැපත් ඩබ්.ඒ. විලියම් සිඤ්ඤො දයාබර පියාණන්ටත් වසර 22 කට පෙර මිය ගිය කේ.ඒ. පොඩ්මැණිකේ දයාබර මව්තුමියටත් ආර්.ඒ. රොබට් පෙරේරා අයි.එල්. සිසිලියානා පෙරේරා යන දෙමාපියන්ටත්, පියසිලි රූපසිංහ සහ ආර්.ඒ. නන්දසිරි පෙරේරා යන සොයුරියට හා සොහොයුරාටත් මීට වසර 6 කට පෙර පරලෝ සැපත් නෙවිල් ඩයස් ආදරණීය පියාණන්ටත් ධර්ම දානමය කුසල් බලයෙන් උතුම් නිර්වානාවබෝධයම වේවා!

මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථයෙහි දායකත්වය දරණ ඔස්ට්‍රේලියාවේ පදිංචි ප්‍රසන්න මාලින්ද පුතුව අසන්නා පෙරේරා දියණියට නෙතුලි දියණියට සහ ඉතාලියෙහි රොහාන් සංජීව කුෂාර ඉන්දික යන පුතුන්ටත් රෝවනී ඩයස් දියණියට සහ හේමා ඩයස් මැණියන්ටත් ආයුරාරෝග්‍ය සම්පත් ලැබේවා! මේ ධර්ම දානමය කුසල බලයෙන් උතුම් නිර්වානාවබෝධයම සැලසේවා!

මේ ප්‍රාර්ථනය දූ දරු ඥාති මිත්‍රාදීන් විසින්

2013 පෙබරවාරි මස 25 වන දින  
(හවමි පොහොය දින)