

නිකැළැල් වස්ත්‍රය

- අඳුරු සිනට දහමක් -

ආචාර්ය පූජනීය
මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

www.buddhismforyou.org

ධර්ම දානය පිණිසයි.

පුණ්‍යානුමෝදනාව

ආරාමවාසී පූජනීය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු සියලුම ස්වාමීන් වහන්සේලාට කායික මානසික සුවයන් උතුම් වූ වතුරායඝී සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වේවායි පනමු.

මෙයට වසර දහයකට පෙර අභාවප්‍රාප්ත ඩී.යූ. රත්වල දයාබර පියාණන්ට සහ මිය ගිය සියලුම ඥාතීන්ට උතුම් වූ නිර්වාණයම සැලසේවායි පිං අනුමෝදන් කරමු.

වසර 86 ක් සපිරෙන අපගේ දයාබර මැණියන්ට නිදක් නිරෝගී සුවයන් දූ පුතුන්ගේ අධ්‍යාපන කටයුතු රැකියා කටයුතු සාර්ථක වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමු.

මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය කියවන ඔබ අප සැමටත් සදහම් කාර්යයයේ වෙහෙස මහන්සිවන පින්වත් සැමටත් වතුරායඝී සත්‍ය අවබෝධ වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමින් මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය ධර්ම දානයක් ලෙස පූජා කරනු ලබන්නේ මුල්ලේරියාව වල්පොල සමනල පෙදෙසේ පද්මා රත්වල වජිරා රත්වල සහ ලලිතා රත්වල විසිනි.

නිකෙලෙස් සිත

තරාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ මෙම උතුම් වූ ධර්ම මාර්ගය අපට ඇති සැනසුමේ මාර්ගයයි. වන්දුපම සුත්‍රයෙහි සඳහන් සිතෙහි හට ගන්නා වූ කෙලෙස් තම සිත මෙන්ම බාහිර පරිසරයද මහත් සේ අපිරිසිදු කරන බවට සෑම කෙනෙකුටම අත්දැකීම් ඇත. මෙම කෙලෙස් සිතේ හටගත් විට හෝ එවැනි කෙලෙස් සිතේ පහළ විමට හේතුවිය හැකි අරමුණක් ඉදිරිපත් වන විට, ධර්මය දන්නා, සතියෙන් යුතු පුද්ගලයා එය උපාදානය නොකොට අත්හැරීම පිළිබඳ දැනී. ධර්මය නොදන්නා, ධර්මය නොදක්නා, සතියෙහි නොපිහිටන අය එම කෙලෙස්වලට ඉක්මනින්ම හසුවෙයි. එමගින් ඔහුට හෝ ඇයට මෙන්ම බාහිර පරිසරයටද මහත් විපත් සිදුකරයි. නිකෙලෙස් සිත නිකැළැල්ය. නිකැළැල් සිත අමා සුවය ලබයි.

මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථයෙහි දායකත්වය දරන පින්වත් පද්මා රත්වල, වජිරා රත්වල, ලලිතා රත්වල මහත්මීන්ටත්, එම ගුණබර මෂණියන්ටත් පවුල්වල සැමටත් කායික සහ මානසික නිරෝගී සුවයම වේවා. අභාවප්‍රාප්ත පියාණන්ටත්, මියගිය සියළු ශ්‍රද්ධානීන්ටත් උතුම් වූ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්ම අවබෝධයම වේවා. දායකත්වය දරන පින්වත් පිරිසට මෙන්ම මෙම සඳහම් වැඩ පිළිවෙලෙහි මහත් සේ උනන්දුවෙන් ක්‍රියාකරන ප්‍රඥා ප්‍රභා සංවිධානයෙහි පින්වත් සැමටත්, මෙය කියවන ඔබටත් මෙලොව සියළු කායික මානසික සුවයන්ද උතුම් චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්ම අවබෝධයෙන් නිවන් සුවයම වේවා.

උතුම් තුණුරුවන් සරණයි.

මෙයට,
කාරුණික
පූජනීය මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

සිරි සුදස්සනාරාම සදහම් සෙනසුන
පන්නිපිටිය පාර,
බත්තරමුල්ල.

ශ්‍රී බුද්ධ වර්ෂ 2554 අැසළ පෝදා
(2010 ජූලි 25)

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

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

වත්ථුපම සූත්‍රය

නමෝ තස්ස හගචනෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස හගචනෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස හගචනෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

“සෙය්‍යථාපි භික්ඛවේ වතථං සංකිලිට්ඨං මලග්ගහිතං, තමේතං රජකෝ යස්මිං
රංගජාතේ උපසංහරෙය්‍ය යදි තීලකාය යදි පිතකාය යදි ලෝතිතකාය යදි
මඤ්ජෙට්ඨකාය, දුරත්තවණ්ණමේවස්ස. අපරිසුද්ධ වණ්ණ මේවස්ස. තං කිස්ස
හේතු ? අපරිසුද්ධත්තා භික්ඛවේ වත්ථස්ස. ඒවමේව ඛෝ භික්ඛවේ වත්තේ
සංකිලිට්ඨේ දුග්ගහි පාටිකංඛා.”

“මහණෙනි, කිලිට් වූ, අපිරිසිදු වූ වස්ත්‍රයක් වේද, ඒ වස්ත්‍රය රෙදි සෝදන්නෙක්
විසින් නිල්පාට කිරීම පිණිස හෝ රන්වන් පැහැගැන්වීම පිණිස හෝ ලේ පාට
ගැන්වීම පිණිස හෝ මදටිය පාට ගැන්වීම පිණිස හෝ නාජනයෙක දමන්නේ
නම්, එම වස්ත්‍රය මනාලෙස පැහැ නොගන්නේය. අපිරිසිදු පැහැය ඇතිවන්නේය.
එයට හේතුව කුමක්ද? වස්ත්‍රය අපිරිසිදු බැවිනි. මහණෙනි එපරිද්දෙන්ම සිත
කිලිට් වූ කල්හි දුග්ගහි කැමති විය යුතුය.”

කාරුණික පින්වතුනි,

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ අසිරිමත් වූ නව අරහාදී බුදුගුණ
බලයෙන් ද, වතුරාය්‍යී සත්‍යය ආදී ශ්‍රී සද්ධම්මයේ අනන්ත ගුණ බලයෙන් ද
උතුම් ආය්‍යී මහ රහතන් වහන්සේලාගේ අසිරිමත් වූ ගුණ බලයෙන්ද
පින්වත් ඔබ හැමදෙනාටම ධර්මාවබෝධය පිණිස කුසල ධර්ම වැඩි සමාධියෙන්
හා ප්‍රඥාවෙන් උතුම් නිර්වාණාවබෝධය පිණිසම මේ උතුම් ධර්මානුශාසනාව
හේතුවේවා!යි ස්වාමීන් වහන්සේ අධිෂ්ඨාන කරන්න කැමැතියි.

මජ්ඣිම නිකායේ මූල පරියාය වර්ගයේ “වත්ථුපම” සූත්‍ර දේශනාව
කෙටියෙන් ස්වාමීන් වහන්සේ අනුශාසනා කරන්න බලාපොරොත්තු වන්නේ.
ඔබ හැම දෙනෙකුටම පිරිසිදු මහසක් ඇති කරගැනීමට දහම් කරුණු
කිහිපයක් සූත්‍ර දේශනාවට පළමුව අනුශාසනා කරන්න කැමතියි.

අවුල් සහගත බව නම්, **චිත්තෝපක්ලේෂ**, (සිතෙහි හටගන්නා
උපක්ලේෂ) හටගැනීමයි. සිත අවුල් සහගත නම්, සිත අදුරු සහගත නම්,
සිත බරින් පිරී නම්, මේවා **චිත්තෝපක්ලේෂයි**. සිතෙහි හටගන්නා කෙලෙස්
වල ලක්ෂණයයි. ඒනිසා අපට දැන් භාවනාව තුළින්, සමාධිය තුළින්, මේ
හිත පිරිසිදු කරගන්නා ආකාරය ඉතාම හුරුපුරුදුයි. මා නිරන්තරයෙන් ම
මෙතෙහි කර ඇති පාලි පාඨ තුනකින් යුතු ධර්ම අවවාදය, ඔබට උතුම් ම
ධර්ම අවවාදයක් වී ඇතැයි සිතනවා.

“නේතං මම, නේ සෝ හමස්මි, න මේසෝ අත්තා” මගේ නොවෙයි, මම
නොවෙමි, මගේ ආත්මය නොවෙයි, මගේ ජීවිතය නොවෙයි, ස්ථිර සත්වයෙක්
පුද්ගලයෙක් නොවේ.

මෙතනින් අපි ආරම්භ කළොත් සිත දකින මග, සිතේ අවුල් සහගත
බව, බර ගතිය, ගැටළු සහගත බව, අන්ධකාරය යන මේවා හටගන්නට
නිබෙන අවස්ථාව අඩුවෙන්න ඕන. අරහත් බෝධියට පත්වීමෙන් සියල්ල
ඉවත් වන්නේ. එතෙක් සමාධිය වඩමින් යන ගමනේ අපට ඒවා ඉවත් කර
ගන්න පුළුවනි. ඇයි සිතෙහි අදුරු සහගත බව, බර ගතිය, අන්ධකාර බව,
සිතාගන්න බැරි බව, ව්‍යාකූල බව ඇතිවුණේ. **හේතුව නම් ලෝභ, දෝෂ,
මෝහ** යන වචන තුනයි. විමසුම් සහිතව සමාධියෙන් දකින විට මේවා අත්
හැරෙන්න පටන් ගන්නවා.

මම වත් මට හිමි නැතිනම්, පාලනය නැතිනම්, තවත් යමක් වෙනුවෙන්
කොහොමද, මම මගේ කියලා සිතින් ග්‍රහණය කර ගන්නේ. ඇස අනිත්‍ය
නම් දිරාගෙන යනවා නම්, ඒනිසා මට හිමි නොවේ නම්, ඇසෙන් අරමුණු
ගන්නා ඒ රූපයත් අනිත්‍ය නම්, දිරාගෙන යනවා නම් එයත් මට හිමි නැහැ,
අහිමියි. මට ඇති පාලනයක් නැහැ.

**වක්ඛුං අනත්තා - රූපං අනත්තා මෙලෙසින් සේතං අනත්තා, සද්දං
අනත්තා ඝාණං අනත්තා - ගන්ධා අනත්තා ...** මේ ඉන්ද්‍රිය පහමත්, මීට
ගොදුරුවන මේවා කෙරෙහි **දන්නා නුවණ, දක්නා නුවණ** දැන ගන්නවා පමණක්
නොවෙයි, සමාධිය ඔස්සේ ප්‍රඥාවට ළංවන විට **දන්නා නුවණ, දක්නා නුවණ**

ලැබෙව්. දන්නා නුවණ වගේ ම දක්නා නුවණත් තිබෙන්න ඕන. නැත්නම් බොහෝ දෙනා කියනවා “මට එය හිමි නෑ කියලා මම දන්නවා, නැවත හමුවෙන්නෙ නෑ කියලා මම දන්නවා, ඒක එහෙම වෙන්නෙ නෑ කියලා දන්නවා, හමුත් හිත, හදාගන්න බැහැ. මට ඒක මතක් වෙනවා”. මෙතන තමයි දක්නා නුවණ නැති කම. දන්නා නුවණ තිබෙනවා. **අපි හැම කෙනෙකුටම දන්නා නුවණත්, දක්නා නුවණත් අවශ්‍යයි.** අපි දන්නවා හැම කෙනෙක්ම මියැදෙනවා කියලා. අප වටා සිටින හැම කෙනෙක්ම මොනගේම වෙලාවක හෝ ඒ ස්වභාවයට පත්වෙන බව දන්නවා. සමාධියෙන් වැඩෙන ප්‍රඥාව නැති වුවහොත් විපතක් ළං වූ විට බොහොම කලබල වෙනවා. මේ ස්වභාවයට හේතුව නුපුරුදු බවයි. හොඳයි, මා ඔබට ආරාධනා කළ අදහස ධර්මානුකූල ජීවිතයක ඔබ සිටිනවා ඇතැයි ස්වාමීන් වහන්සේ කල්පනා කරනවා. මනස තුළ දහමින් ලද ඒ සොමිනස ඔබ හැම කෙනෙකුගේම ජීවිතයට ඇතිවෙන්න ඕන.

මෙයත් භාවනාවේ ම කොටසක් ලෙසින් අවබෝධ කරගන්න. **ගත්තේ, ධීගත්තේ, නිසින්නේ, සුත්තේ, ජාගරිතේ, භාසිතේ, තුණ්හිභාවේ.** මේ හැම අවස්ථාවකදීම බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ මේ උතුම් දහම භාවනාවක් ලෙසින් පළමුව දන්නා නුවණ ඇතිකරගන්න පුළුවනි. **ගුරුතමය ඥාණය, වින්තමය ඥාණය, භාවනාමය ඥාණය,** (හොඳින් අහලා, හිතලා, සමාධියෙන් දකිනවා.) මේ අවස්ථාවන් ඇතිකරගන්න.

මජ්ඣිම නිකායේ, මූල පර්යාය වග්ගයේ සඳහන් වන්ටුපම සූත්‍රයයි. අද දේශනා කරනු ලබන්නේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ සැවැත්නුවර ජේතවනාරාමයෙහි වැඩ වාසය කරනවා. හික්බවේ, එනම් මහණෙහි යයි, ආමන්ත්‍රණය කරනවා. හික්බුන් වහන්සේලා අභිමුඛයෙහි මෙසේ ආමන්ත්‍රණය කළත්, හික්බු හික්බුණි, උපාසක, උපාසිකා කියන සිවු පිරිසිටමයි, මෙලෙසින් ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ.

මහණෙහි, **රජකයක්** (රෙදි සෝදන්නෙක්) අපිරිසිදු වස්ත්‍රයක්, නිල් පාට, රතු පාට, මදුරිය පාට, හෝ ලේ පාට සායම් දමා ඇති ජලයේ ඔබනවා. මේ කිලිටි වස්ත්‍රය පිරිසිදුව ඒ පැහැර ගැන්වෙන්නෙ නැහැ. පැහැරගැන්වෙන්නේ නැත්තේ ඒ වස්ත්‍රය කිලිටි හිසයි. එහෙත් එවැනි රෙදි සෝදන කෙනෙක්, පිරිසිදු වස්ත්‍රයක් අර වැනි ම පාට තිබෙන ජලයක දැමීමෙන් ඒ වස්ත්‍රය ඒ පාට අනුව මනා සේ පැහැරගැන්වෙනවා. හේතුව නම් ඒ වස්ත්‍රය පිරිසිදුවයි.

මේ වගේ මනුෂ්‍යයකුගේ සිත තුළ **විත්තෝපක්ලේෂ (සිතේ පවතින උපකිලේස)** පැවතුන හොත් ඒ සිත පිරිසිදු නැහැ. ඒ සිත අපිරිසිදුයි. ධර්මය දකින්න බැහැ. ධර්මය කොපමණ ශ්‍රවණය කළත්, සාකච්ඡා කළත්, මෙනෙහි කරන්න හැදුවත් වැටහෙන්නේ නැහැ. තැන්පත් වෙන්නේ නැහැ. සමාධිය වැඩෙන්නේ නැහැ. සමාධිය නැති නිසා ප්‍රඥාවෙන් දකින්න බැහැ. ඇතිම නිසා සාකච්ඡා කිරීම නිසා දන්නා නුවණ ඇතිවෙන්න පුළුවනි. **නමුත් වඩා අවශ්‍ය වන්නේ දන්නා නුවණින් අනතුරුව දක්නා නුවණයි. දක්නා නුවණ ඇතිවෙන්න නම් පිරිසිදු සිතක් තියෙන්න ම ඕන.** එයයි බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කළේ. මෙතනදී පමණක් නොවෙයි ජීවිතයේ හැම අවස්ථාවකදීම ඒ ස්වභාවය අවශ්‍යයි.

මොනවද මේ සිතෙහි හටගන්නා කිලේස, උපකිලේස? ප්‍රධාන වශයෙන් ක්ලේශ තමයි ලෝභ, දෝෂ, මෝහ. මේ ලෝභය ම යම් නැතකදී රාගය ලෙසින් දේශනා කර තිබෙනවා. මේවා කිලේස. “නිවන” යනු ලෝභ, දෝෂ, මෝහ, ප්‍රභාණය කිරීමයි.

විත්තෝපක්ලේෂ යනු සිතේ හටගන්නා උපකිලේසයනුයි. මිලිගට එහි අනුකොටස් දක්වනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේ වින්ටුපම සූත්‍රයෙන්, වස්ත්‍රයක් උපමා කොටගෙන කිලේස හා උපකිලේසයන් පිළිබඳව මැනවින් දේශනා කර තිබෙනවා.

1. අභිජීඛාව (විෂම ලෝභය)
2. ව්‍යාපාදය (තරහව)
3. ක්‍රෝධය
4. උපනාහය (බෙදිබි වෛරය)
5. මක්ඛය (ගුණමකු බව, අකෘතඥ බව)
6. පලාස (අනුන්ගේ දොස් සෙවීම, ගුණයෙන් සමාන කිරීම.)
7. ඉස්සා - ඊෂ්ඨාව
8. මච්ඡරිය - මසුරුකම
9. මායා - මායාකාරී බව
10. සාධෙය්‍ය - කපටි බව
11. නමිභය - තද ගතිය (නොනැවෙන බව, දහමට ගුණයට නතු වෙන්නෙ නැහැ.)
12. සාරම්භය - එකට එක කිරීම
13. මානස - මාන්තය
14. අභිමානස
15. මදය
16. ප්‍රමාදය

මේවා බුදුරජාණන් වහන්සේ වින්තෝපක්ඛේෂ (සිත අපිරිසිදු කරන උප කිලේස) හැටියට අනුශාසනා කළේ. මේවා සිතෙහි තිබෙනකම් ධර්මය රැඳෙන්නේ නැත. මතක තබාගන්න පුළුවනි. නමුත් දන්නා නුවණ, දක්නා නුවණක් බවට පත්කරගන්න අපහසුයි. වස්තූය අපිරිසිදු වගේම සිත අපිරිසිදු වෙලා. මේ කෙලෙස් තදින් අල්ලාගෙනයි තියෙන්නේ. කනට නිසා, තද පැල්ලම් නිසා මේවා මතු වෙනවා. (කෙලෙස් මතු වෙනවා) මැනවින් පිරිසිදු කරන ලද වස්තූයක් සායම දමන ලද ප්ලාස්ටික් දැමූ විට මනාව ඒ පාට රැඳෙනවා වගේ සිත ඉතාම පිරිසිදු වුනොත් ධර්මය දන්නා නුවණ වගේම දක්නා නුවණක් බවට පත් කරගෙන සමාධිය වඩා ප්‍රඥාව පහළ කරගන්න පුළුවනි. ඒ ප්‍රඥාව විදුර්ගනා ප්‍රඥාවයි. අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණය ඔස්සේ දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග නම් වූ චතුරාර්ය සත්‍යය ධර්මය අවබෝධය සඳහා පිරිසිදු සිතක් අවශ්‍යයි.

නැවතත් ඉතාම කෙටියෙන් අප සඳහන් කළ වින්තෝපක්ඛේෂ විස්තර කරමු. මේවායින් අපේ සිත පිරිසිදු කරගන්න. මෙතන “අපේ සිත” යනුවෙන් සඳහන් කළේ ඔබෙයි, මගෙයි සිත පමණක් නොව සියළු දෙනාගේ ම පෘථග්ජන සිත පිරිසිදු කරගන්න.

ධර්මයේදී පෘථුජීජනා හදන්නවා දී තිබෙන්නේ,

- අස්සුතවා පෘථුජීජනෝ
- අරියානං අදස්සාවි
- අරිය ධම්මස්ස අකෝච්චෝ
- අරිය ධම්මේ අච්චිතෝ

යහපත් ස්වභාවයට පත්වීමේදී

- සුතවා අරියසාවකෝ
- අරියානං දස්සාවි
- අරියධම්මස්ස කෝච්චෝ
- අරියධම්මේ සුච්චිතෝ

මෙම වචන පෙළ සිත් හි තැන්පත් ව තිබෙන්නට ඕන. එවිට අපි ධර්මයට උනන්දු කරනවා. පොළඹවනවා. මම ධර්මයට අස්සුතවා පෘථුජීජනෝ” ලෙසට වඩා ශ්‍රැතවත් ආයාසී ශ්‍රාවකයෙක් වෙනවා කියන හැඟීම අපේ සිත් හි රැඳෙන්නට ඕන.

මිලඟට අරියානං අදස්සාවි (ආයාසීයන් නොදකින) නොව, අරියානං දස්සාවි (ආයාසීයන් දකින කෙනෙක්) බවට පත්වෙනවා. අරියධම්මස්ස අකෝච්චෝ නොව අරිය ධම්මස්ස කෝච්චෝ (ආයාසී ධම්මේ කිකරා) බවට පත්වෙනවා. අරිය ධම්මේ අච්චිතෝ නොව අරිය ධම්මේ සුච්චිතෝ, බවට පත්වෙනවා. මේ ස්වභාවය අපේ සිත පවා ප්‍රසන්න කරනවා. නිරාමිස ජීවිතය ලංකරනවා.

01. පළමුවෙන් ම සිත අපිරිසිදු කරන උපකිලේසය නමා අභිජ්ඣාව (විෂම ලෝභය) විෂම ලෝභය තිබෙන තුරු සිත අපිරිසිදුයි. සිතේ බොහෝවිට ගැටළු ඇතිවෙලා තිබෙන්නේ අන් සතු වස්තූන් හා සමගින් ඇතිවන මේ ආශාව හා ලෝභය නිසයි. “ඒ අයට තිබෙනවා, අපට නැත. අපි මොනවා කළත් හරියන්නේ නැත. මේ මිනිස්සු මොනවා කරලා හම්බ කරනවද දන්නේ නෑ.” මේ විදියට කිලේශ දීර්ඝ වෙනවා. අන්සතු වස්තූන් කෙරෙහි ආශාව ඇති කර ගත්තොත් තමාගේ හිතට මොන තරම් කරදරයක් ද ඇති වන්නේ. ධර්මය දකින්න බැහැ. හිතේ සැතපිල්ලක් නැත. හිත අපිරිසිදුයි. හිතේ තිබෙන අදුරු ගතිය, මලානික බව, බර ගතිය, ව්‍යාකූල බව, මෙයට හේතුවයි. (අභිජ්ඣාව) අන්සතු වස්තූන් කෙරෙහි ඇතිවන ලෝභයයි. (විෂම ලෝභය).

නවත් කෙනෙකුගේ නිවහනකට ගියත්, එහි ඇති වස්තූන් කෙරෙහි සිතමින් “මේක මටත් තිබුණානම්” යයි විෂම ලෝභය ඇති කරගන්නවා. නමුත් යම් දේවල් තිබෙනවා, ධර්මානුකූල ජීවිතය (ආශාවක් නොව) පවත්වා ගෙන යාම සඳහා ප්‍රසන්නව විමසුවට වරදක් නැත. එහෙත් සිත ගැන සියුම් ම ප්‍රවේසම් විය යුතුය.

02. දෙවන කරුණ නම් ව්‍යාපාදය (තරහව) ඒ කරුණ නම් ඉතාම පැහැදිලි නිසා බහුල ලෙසින් අනුශාසනා කළ යුතු නැත. ව්‍යාපාදය තිබෙන කොට සිත මොනතරම් අපිරිසිදු ද? සැබැවින් ම තරහ තිබෙන සිතකට හොඳ, නරක අවබෝධ වන්නේ නැත. සිත හොඳටම අපිරිසිදුයි. සමහරු කියනවනේ “මට ඔය මොනවත් ඇහෙන්නේ නැත. මට ඒවා ගැන හිතන්න වත් ඕන නැත.” මේ තරහ සිත ව්‍යාපාදයයි.
03. මිලඟට ක්‍රෝධය. තරහව හා වෛරය එකට ගමන් කරන ඒවායි.
04. මිලඟට උපහානිය (බද්ධ වෛරය) බද්ධ වෛරය නම් කවදාවත් ඇති කර ගන්න එපා. පෘථුජීජන සිතක නම් යම් විටක අමනාපය, නොරිස්සුම් බව තරහ මතු වෙන්න පුළුවනි. නමුත් ඒවා එතනින් ම ඉවත් කළ යුතුයි.

එය සිතේ නියාගෙන ජීවිත කාලය පුරාම බද්ධ වෛරයක් (උපනාහය) ඇති කර ගන්න එපා. එය සංසාර ගමන දුකම දිලා දීර්ඝ කරනවා. සැප දිලා නොවෙයි. **කකචුපම සුත්‍රයේ** කියන (කකච යනු කියතයි) උපමා කරගෙන, නියුණු පිහියකින් අත් පා කැපුවත් අත් පා කපන අයට පවා ද්වේශයක්, වෛරයක් අමනාපයක් ඇති කරගන්නේ නැතිව ඔබේ සිත පවත්වා ගන්න පුළුවන් නම් එය උතුම් බව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා. එසේ දේශනා කළ පිරිසිදු ධර්මයක කුමක් වෙනුවෙන් බද්ධ වෛරයක් ඇති කර ගන්නද? “මගේ දේවල් පැහැර ගන්නා. මට දොස් කිව්වා.” ආදී බොහෝ දේවල් හිසා බද්ධ වෛරය ඇතිවෙනවා. ව්‍යාපාදය ඉවත් කරන විට, තරහව ඉවත් කරනවිට, ක්‍රෝධය ඉවත් කරන විට බද්ධ වෛරය නැතිවෙනවා. කචදාවත් බද්ධ වෛරය සිතින් අරගෙන යන්න නරකයි. උපනාහය (බද්ධ වෛරය) සිතින් ඉවත් කළ යුතුමයි. දීර්ඝ හුස්මක් ඉහළට අරගෙන, නමාගේ සිත තුළ කචදාවත් බද්ධ වෛරයක් ඇතිවන්නේ නැත සිතමින් හුස්ම පහළට හෙළන්න. ඒ හැඟීම දැඩිව අධිෂ්ඨාන කර ගන්න. බද්ධ වෛරය මහ නපුරු දෙයක්.

අභිජ්ඣාච (විෂම ලෝභය) විටින් විට ඇතිවෙනවා, නැතිවෙනවා. තරහව වරින් වර ඇතිවී, නැතිවී යනවා. සිත පිරිසිදු වෙනවා. ක්‍රෝධයක් වරින් වර ඇතිවී නැතිවී යනවා. නමුත් බද්ධ වෛරය දිගින් දිගටම පවතිනවා. බද්ධ යනු එකට බැඳිලා තිබෙනවා. බද්ධ වෛරය දිගින් දිගටම පැවතුණහොත් එය ආච්ඡාන කාර්යයක් බවට පත්වෙනවා. ආච්ඡාන නම් නිතරම හිතේ පුරුදු වෙන දෙයක්. ආච්ඡාන කාර්යය මරණාසන්න වෙලාවේ චුති චිත්තයට මුල් වුවහොත් පැහැදිලිව ම සතර අපායේ නවතින්නේ.

බොහෝ විට බද්ධ වෛරය ඇති කරගන්නේ මගේ දේවල් උදුරා ගන්නා, බැන්නා, අවමන් කලා, මේ ආදී දේ වෙනුවෙනුයි. මට මමවත් අයිති නැති නම්, (තේතං මම, නේ සෝ හමස්මි, න මේ සෝ අත්තා) මේ කිසිවක් වෙනුවෙන් අපි වෛර ඇති කර ගන්නේ කුමකටද? ඒ අය මට නොවේ බැන්නේ. මේ දිරාගෙන යන පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන සතර මහා භූතයන්ගෙන් සෑදුණු මේ පඤ්චස්කන්ධයටයි බැනලා තිබෙන්නේ, මට නොවේ. මේ විදියට දැකින්න ඕන. එලෙසින් කටයුතු කිරීමෙන් බද්ධ වෛරය ඉවත් කරගැනීමට උත්සාහ ගත යුතුය.

05. මිළඟට **මක්ඛය (ගුණමකු බව, ආකාතඥ බව)** ගුණමකු බවත් සිත අපිරිසිදු කරන උපකිලේසයකි. ධර්මයේ පැහැදිලි කළේ, “**කතඤ්ඤ කතවේදී පුග්ගලෝ - දුල්ලහෝ ලෝකස්මිං**” කෘත ගුණ දන්නා අය, කෘතගුණ ඉටු කරන අය ලෝකයේ දුර්ලභයි. අපි එහෙම වෙන්න නරකයි.

කතඤ්ඤ - කෘතගුණය (කෘතඥ බව) දන්නා අය
කතවේදී - කෘතගුණය ඉටු කරන අය
දුල්ලහෝ ලෝකස්මිං - ලොව දුර්ලභයි

සමාධිය වඩන අය මක්ඛයෙන් (ගුණමකු බවෙන්) අන්වේන්න ඕන.

06. මිළඟට පලාසො. එනම් අනුන්ගේ වැරදි, දොස් කීමයි. අනුන්ගේ දොස් සෙවීම, දොස් කියන්නට යන්නේ සිතේ හට ගන්නා වූ කිලේස නිසයි. ගුණබර අම්මා කෙනෙක් වගේ ගුණබර පියාණන් කෙනෙක් වගේ, ගුණබර ආචාර්යවරයෙක් වගේ, කලසාණ මිත්‍රයෙක් වගේ යම් කෙනෙකුගේ වැරදි අඩුපාඩු කරුණාවෙන් දැක අවවාද කරන්න පුළුවනි. ඒ වැරදි ඇති අය කෙරේ කරුණා මෙමනිය මුල් කරගෙනමයි. කිසිවිටෙකත් අවමන් කරන හෝ නිගුහ කරන අදහසකින් නම් හෙවෙයි. පලාසි පුද්ගලයා නිරන්තරයෙන් අන් අයගේ දොස් සොයන, දැකින, අවමන් කරන සිතින්ම කටයුතු කරන පුද්ගලයෙකුයි. පලාසි පුද්ගලයෝ අන් අයගේ හොඳ දැකින්නේ අඩුවෙන්. යම්විටෙක දැකින්නේම නැහැ. එනමුත් දොස් ඉක්මනින්ම දැකිනවා ඇති ගුණ මකා, නැති දොස් කියනවා. මෙය කොපමණ නම් බරපතල ක්ලේශයක්ද? ඔබම සිතා බලන්න.

07. මිළඟට **ඊෂ්ඨාව** (ඉස්සා) මේවා සිත අපිරිසිදු කරන දේවල්

08. මච්ජරිය - මසුරු බව

09. මායාව (මායාකාරී ස්වභාවය)

10. **සාධේෂය (කපටි බව)** අනුන් රැවටීම සමහරු පවසනවා, හිතේ එකක් නියාගෙන වෙන දෙයක් කරනවා. හරිම කපටියි.

11. **ඵමිතය (තද බව)** හරිම අකිකරැයි කුසලයට නැමෙන්නේ නැහැ.
12. **සාරම්භය** - එකකට එකක් වැඩියෙන් කරනවා. “මට එකක් කළොත් මම දෙකක් කරලයි නවතින්නේ. ඔබට එක් වරක් එපා නම් මට දහස් වාරයක් එපා.” මෙය කෙල්ලෙයක්. මේ තුළත් තරහව, වෛරය, ක්‍රෝධය, අමනාපය ඇතිවෙනවා.
13. මිලඟට **මානය** තමන් උසස් කර කතා කිරීමයි. මානයට, ධර්මයේ නවත් වවන පෙළක් තිබෙනවා. “**අත්ථුක්ඛංසන හා පරවමිතන**”. තමන් උසස් කර, අනිත් අය පහත් කර සලකනවා. ඔබ කියන්නේ සමහර වෙලාවට, “මගේ ළඟ කිසිම ගුණයක් දකින්න නැද්ද? හැම වෙලාවෙම වැරදියටයි දකින්නේ.”
14. මිලඟට **අතිමානය** මානයට වඩා ඉහළයි. පෘථග්ජන සිත්වල වඩා වැඩියෙන් යමක් තිබෙන විට අතිමානය ඇති වෙනවා. යම් විටෙක මෙය “සෙය්‍ය” මාන හෙවත් තමා ඉහළින් සිතාගෙන සිටීම ලෙසද ගැලපිය හැකියි.
15. **මදය** සියළු කෙලෙසුන් නිසා මදය ඇතිවෙනවා.
 - ජීවිත මදය
 - ආරෝග්‍ය මදය
 - යොබ්බන මදය (තරුණ කම නිසා ඇතිවන මදය)
16. **පමාදය** යනු කුසලයට නොනැමෙන සිතයි. කුසලය කෙරෙහි සිතිය පිහිටුවා නොගැනීමයි. ධර්මයෙහි සඳහන් වන්නේ, “**අප්පමාදේන - සම්පාදේථ**” මෙහිදී කුමක්ද, අප්‍රමාදීව සම්පාදනය කරන්න තිබෙන්නේ? කුසල් දහම් තමා අප්‍රමාදීව රැස්කළ යුතු වන්නේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ අවසන් බුදු වදන මතකද?

“හද්දදානි තික්ඛවේ ආමන්තයාමි වෝ - වයධම්මා සංඛාරා අප්පමාදෙන සම්පාදේථ”

මහණෙනි, මම අවසන් වතාවට ඔබට ආමන්තුණය කරමි. සියළු සංස්කාර ධර්මයෝ අතිත්‍යයි. අප්‍රමාදීව කුසල් සම්පාදනය කරන්න. මෙහි අප්‍රමාදය නම් නිරන්තරයෙන් කුසල් සිදුකිරීමයි. ප්‍රමාදය කෙලෙසයකි.

සිත අපිරිසිදු කරන (චිත්තෝපක්කිල්ල) කරුණු දහසයක් පිළිබඳව අප එකින් එක විස්තර කළා. මෙම කරුණු දහසයෙහි (16) මනාව සිතිය පිහිටුවා ගැනීම මගින්, මේවා පාලනය කරන්න, යටපත් කරන්න, තුනී කරන්න උත්සාහ ගන්න ප්‍රභාණය කරන්නට පුළුවනි නම් අපට ලැබෙන සුවය, මානසික සන්තෘෂ්ඨිය සැනසිල්ල කොපමණද? මනස සන්සුන් වූ විට වචනය ක්‍රියාව සන්සුන් වෙනවා. මනස නොසන්සුන් වූ විට අපට කොපමණ නම් මානසික දුක්ඛ, දෝමනස්ස, කරදර ඇති කරනවද කියලා. මුලදී සඳහන් කළේ, අදුරු බව, බර ගතිය, තද ගතිය, ව්‍යාකූල බව මේ සියල්ලක් ම මානසික දුක්ඛ, දෝමනස්ස යනුයි. මේවා තුනී කරගෙන අඩු කරගෙන, පාලනය කරගන්න. මුළුමනින්ම හැකි කිරීමෙන් අමා සුවය ලබන්නට පුළුවනි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, හිතලා බලන්න, මේ විදියට සිත පිරිසිදු කරගන්න. ශ්‍රාවකයෙක්, ශ්‍රාවිකාවක් කළු සහල් ඉවත් කරලා ඇල් සහලින්ම (රත් සහල්) කරන ලද ඉතා මනාප වූ සුප ව්‍යඤ්ජනයන් (පිසන ලද එළවළු) රසවත් ආහාරයක් අනුභව කළාට එය ධර්ම මාර්ගයට, අන්තරායක ධර්මයක් වෙන්නේ නැහැ. මාර්ගයට අන්තරායක ධර්මයක් වෙන්නේ මේ උපකිල්ලෙයි. එහෙම නැතුව අර ආහාර වැළඳුවාට එය බාධාවක් වන්නේ නැහැ. ඔබට එවැනි ආහාර වළඳන්න අපහසුවක් නැහැ. කෙලෙස් හිතේ නැත්නම් මේ ආහාර ලෝභයෙන් අහිජ්ඣාවෙන් හෝ ව්‍යාපාදයෙන් හෝ ක්‍රෝධයෙන් හෝ අල්ලා ගන්නේ නැහැ. එය තවත් ආහාරයක් පමණයි. වස්ත්‍රයක් ගැන සැලකුවත්, යම් විටක ඔබ කසි සළුවක් පොරවාගෙන ගිටියත්, ඔබේ මාර්ගයට අන්තරාවක් වෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා හේ විශාඛාව මහා ලතා පළඳනාව පැළඳගෙන ගිටියේ. එය මාර්ගයට අන්තරාවක් නෙවී. මේ කෙලෙස් වල බරපතල කම තිබෙන්නේ ඇදුමේ පැළඳුමේ නොවෙයි. මේ කෙලෙස් සිත් හි තබාගෙන විවරයක් පොරවාගෙන සිටියත් වැඩක් නැහැ, සුදු ඇදුමක් ඇදුමක සිටියත් වැඩක් නැහැ. යම් ප්‍රසන්න පිරිසිදු වස්ත්‍රයක් අවශ්‍යයි. නමුත් වඩාත් වැදගත් වන්නේ එය නොවේ, හිතේ පිරිසිදු කමයි. මේ කිල්ලේස උපකිල්ලේස පිරිසිදු කරන්න පුළුවනි නම් එය වඩා වටිනවා. ඒ නිසයි උන්වහන්සේ අනුශාසනා කරන්නේ කළු සහල් ඉවත් කර ඇල් සහලින් (රතු සහලින්) කළ ආහාරයක්, සුප ව්‍යඤ්ජනයන් ගෙන් පිරිපුන් ව වළඳන්න පුළුවනි. එය අන්තරායක ධර්මයක් වෙන්නේ නැහැ.

බේමෝ මග්ගෝ, සෝ වත්ථිකෝ, පිති ගමනියෝ හිතේ බියක් සැකක් නැතිව (ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ) සුවසේ ප්‍රීතියෙන් මේ ගමන යන්න පුළුවනි. ගේ - දොර හදාගන්නවා, පිරිසිදු ඇදුම් අඳිනවා, රසවත් ආහාර ගන්නවා, හිත පිරිසිදුයි. මේවා අන්තරායක ධර්මයන් නෙවී. ඵදිනෙදා ජීවිතයේ ඔබට

මේ ගමන යන්න පුළුවනි. බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරන්නේ වඩා වැදගත් වන්නේ වින්තෝපක්ඛේද (සිතේ ඇතිවන කෙලෙස්) බැහැර කිරීමයි. ඒවා බැහැර කළාම ගැටළුවක් නැහැ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙසේ අනුශාසනා කරනවා. කෙලෙස් වලින් බැහැර වී සිත පිරිසිදු වූ කෙනෙක් උන්වහන්සේ ගේ ගුණ ප්‍රකාශ කරනවා.

**“සො බුද්ධෙ අවෙච්චජ්ජසාදෙන
සමන්තාගතෝමිතිති
ලහති අත්ථ වේදං ලහති ධම්මවේදං
ලහති ධම්මුපසංහිතං පාමොජ්ජං
පමුදිතස්ස පීතිංජායති
පීති මහස්ස කායො පස්සමිහති
පස්සද්ධ කායො සුඛං වේදයිති
සුඛනො චිත්තං සමාදියති”**

මේ විදියට සිත පිරිසිදු වුණාම ඒ තැනැත්තා හෝ ශ්‍රාවිකාව හෝ ශ්‍රාවකයා බුදුන් වහන්සේ ගේ උතුම් ධර්ම රත්නය ආයඪී උතුම් මහ රහතුන්ගේ ගුණ මෙනෙහි කරනවා. පිරිසිදු සිතට බුදුගුණ හොඳින් මෙනෙහි වෙනවා. ධර්මයෙහි ගුණ, අරිය මහ සඟ රුවෙන් ගුණ මෙනෙහි වෙනවා. පිරිසිදු සිතේ සිතුවිලි පහළ වෙනවා. පිරිසිදු සිතින් උපක්ඛේද ඉවත් වූ විට දැන් බුදුගුණ පහළ වෙනවා. එයයි සඳහන් කළේ,

**සො බුද්ධෙ අවෙච්චජ්ජසාදෙන
සමන්තාගතෝමිති ති ලහති අත්ථවේදං**

ඒ ශ්‍රාවකයා හෝ ශ්‍රාවිකාව, “මම බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි නොකැඩෙන ශ්‍රද්ධාවකින් යුතු වෙමි” **ලහති අත්ථවේදං** (අර්ථයෙන් යුක්ත වෙනවා.) අරහං, සම්මා සම්බුද්ධො ආදී වශයෙන් රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී සියලු කෙලෙස් ප්‍රභාණය කළ තථාගතයන් වහන්සේ මෙසේ ද අරහං වන සේක. මේ ආදී වශයෙන් ප්‍රසාදය ඇති කරගෙන අර්ථවේදය දැන ගන්නවා. අර්ථයෙන් හෙවත් අවබෝධයෙන්ම, සමාධියෙන්ම බුදුගුණ දකිනවා.

**ලහති ධම්ම වේදං, මිළඟට ධර්ම ඥාණය හොඳින් ලබනවා.
ලහති ධම්මුපසංහිතං පාමොජ්ජං ධර්මයෙන් ලැබූ සැනසිල්ලක් සමගින් ප්‍රබෝධයක් ඇතිවෙන්න පටන් ගන්නවා.**

පමුදිතස්ස පීතිංජායති ඒ ප්‍රමෝදය නිසා නිරාමිස ප්‍රීතිය ඇතිවෙනවා.

පීති මහස්සකායො පස්සමිහති මේ නිරාමිස ප්‍රීතිය නිසා ශරීරයේ සන්සිදීමත්, නිවීමත් ඇතිවෙන්න පටන් ගන්නවා.

පස්සද්ධ කායො සුඛං වේදයිති. ශරීරය නිවීම නිසාම සුවයක් දැනෙන්න පටන් ගන්නවා. ශරීරය සුවපත් වෙනවා.

සුඛනො චිත්තං සමාදියති - සිත නිවීම නිසා ම සමාධි ගත කරගන්න පුළුවනි. අර කෙලෙස් නැතිවීම නිසයි ඒ ස්වභාවයට පත්වුණේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙසේ දේශනා කරනවා. සිත සුවපත් වනවිට ඒ අය උතුර, නැගෙනහිර, දකුණ, බටහිර, පළමු දිශාව, දෙවන දිශාව, තුන්වන දිශාව, හතරවන දිශාව, උඩ, යට මේ ආදී ලෙසින් දස දිශාවටම වෛරයන්, තරහවෙන් තොරව මෙහි පතුරනවා. කරුණාව ඇතිවෙනවා, මුදිතාව ඇතිවෙනවා, උපේක්ෂාව ඇතිවෙනවා. මේ සතර බ්‍රහ්ම විහරණයෙන් නතර නොවී දුක්ඛ සත්‍යය, සමුදය සත්‍යය, නිරෝධ සත්‍යය, මාර්ග සත්‍යය දකිනවා. දැන් බලන්න අපේ භාවනාව, සමාධිය, ධර්මයේ කෙළවර වතුරායඪී සත්‍යය දැකීමයි.

මේ විදියට සිත පිරිසිදු වෙලා, තෙරුවන් ගුණ අර්ථයෙන් ධර්මයෙන් දැක, ප්‍රමෝදය, ප්‍රීතිය, සුවය, සමාධිය වැඩුණු තැන, සතර බ්‍රහ්ම විහරණයටත් පහසුයි. ඉන් ඉදිරියට ගමන් කරනවා. දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග නම් වූ වතුරායඪී සත්‍යය අවබෝධය යනු කුමක්ද? එය තමයි නික්මේලි ස්වභාවය ඒ ඔහුගේ සිත කාම හව අවිජ්ජා නම් වූ ආශ්‍රවයන්ගෙන් මිදීමයි. එය ඤාණයයි. මේ නිසා ඉපදීම ඝෂය වෙයි. ඒ අර්හත්වයයි. මහණෙනි, මේ විදියට “යම් පුද්ගලයෙක් සිත පිරිසිදුව පවත්වා ගන්නේ නම්, ඇතුළතින් ස්නානය කර ගන්නවා වගෙයි” යනුවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ හික්ෂුන් වහන්සේලාට දේශනා කරනවා.

ඒ වෙලාවේ සුන්දරික භාරද්වාජ නම් බමුණු කෙනෙක් එතැන සිටියා. ඔහු, බුදුරජාණන් වහන්සේ ගෙන් විමසනවා, “හවත් ගෞතම තෙමේ, බාහුකා නදියට ස්නානය පිණිස යාමටද සැරසෙන්නේ?” මේ බමුණු සිතුවා බුදුරජාණන් වහන්සේ ඇතුළු පිරිස බාහුකා නදියට ස්නානය සඳහා පිටත් වෙන්නයි සැරසෙන්නේ කියලා. ඔවුන්ගේ බාහුකා නදියට ගොස් දිය නැමෙත් පවු සෝදා පිරිසිදු විය හැකියි යනුවෙන් ඔවුන්ගේ තද විශ්වාසයක් තිබෙනවා.

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, බහුකා නදිය නොවේ, ගඟ තීර්ථය සුන්දරිකා නදිය, සරස්වතී නදියට මේ ආදියට ගොස් අඤාණ (පවුකාර වෙර අරති අයෙක්) කෙනෙක් මොන තරම් නෂ්ටත් පිරිසිදු වෙන්නේ නැහැ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේ දේශනා කරති.

**සුද්ධස්ස වෙසදා එත්භු සුද්ධස්සපෝසවෝ සදා
සුද්ධස්ස සුචිකම්මස්ස සදා සම්පජ්ජතේ වතං
ඉධෙව සිනාහි බ්‍රාහ්මණ සබ්බභුතේසු කරෝහි බ්‍රෙමතං**

“කෙලෙස් නැතිව, පිරිසිදුව වූ ඔහුට සෑම කල්හිම නැකත වේ. පිරිසිදු වූ ඔහුට හැම කල්හි පොහොය වේ. පිරිසිදු කිරීම ඇත්තාගේ චුතය හැම කල්හිම සවල වෙයි. බ්‍රහ්මණය මෙහි ස්නානය කරන්න. සියළු සතුන් කෙරේ මෙහි වඩන්න.”

**සවේ මුසා න නණසි සවේ පාණං න හිංසසි
සවේ අදින්නං නාදියසි සද්දනානෝ අමච්ජරී
කිං කාහසි ගයං ගන්ත්වා උදපානෝපි තේ ගයාති**

“බොරු නොකියයි නම්, සතුන්ට හිංසා නොකෙරෙයි නම්, සොරකම් නොකරයි නම්, ශුද්ධා ඇතිව මසුරු නොවෙයි නම් නාන්තට ගයාවට කුමකට යන්නේද? ඔබේ ළඳ වූවත් ගයාව වේ.”

වන්ථුපම සූත්‍ර දේශනාවේ අවසානයේදී බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරනවා, ජීවිතයේ යහපත් වූ දවස, කෙලෙස් වලින් සිත පිරිසිදු කරගත් අවස්ථාව, නැකත එයයි. ගෙදරින් එළියට බහින්න නැකතක් අවශ්‍ය නම් සිත කෙලෙස් වලින් පිරිසිදු කරලා කල්පනාවෙන් එළියට බහින්න.

හිනි ජීවිතයේ ගැටළු බොහෝයි. එයයි සඳහන් කළේ “සම්බාධෝ ඝරාවාසෝ” කෙලෙස් වැඩෙන තැන් අපට පැහැදිලියි. අඩුම තරමින් පළමුව දන්නා නුවණ ඇති කරගන්න. මේ කෙලෙස් නැති වූ තැනයි නැකත. පොහොය එම දිනයයි. (හොඳම වෙලාව) ඒ අවබෝධයෙන් අපි උත්සාහ දරමු, දක්නා නුවණින් සමාධිය වඩාගෙන මේ මාර්ගය තුළ ගමන් කරන්න. බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ සූත්‍ර දේශනාව ඉතාම පැහැදිලි ව අනුශාසනා කළා.

වසා තිබූ දෙයක් විවෘත කළා සේ, මුණින් අතට තිබුණු දෙයක් අතික් පැත්ත හැරෙව්වා සේ, මංමුළා වූ කෙනෙකුට මාර්ගය පෙන්වා දන්නා සේ, අදුරේ සිටින කෙනෙකුට ආලෝකය පැතිරෙව්වා සේ, දකින ධර්මය, පැහැදිලි කළ ආකාරය මනා ලෙසින් අවබෝධ කළ සුන්දරික භාරද්වෘප් ඉහත ආකාරයට ප්‍රශංසා කරමින් බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් පැවිද්ද ඉල්ලුවා. තෙරුවන් සරණ ගොස් පැවිදි වී නොබෝ දිනකින් රහතන් වහන්සේ නමක් බවට පත්වුණා.

අපි හැමදෙනාමත් ඒ උතුම් වතුරායී සත්‍යය ධර්මය අවබෝධය පිණිසම අධිෂ්ඨානයක් ඇති කර ගනිමු. හැමදෙනාමම උතුම් වතුරායී සත්‍යය අවබෝධ වේවා! යි අධිෂ්ඨාන කරමු.

සාධු ! සාධු ! සාධු !

දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග නම් ඒ චතුරාය්‍යී සත්‍යය ධර්මය අරමුණු කරගත්, කරුණු නිස් හතට තමයි අපි කැමති විය යුතු වන්නේ. පක්ෂ විය යුතු වන්නේ. ඒ තමයි සත්නිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම.

මෙය කොටස් හතකට බෙදා වෙන් කරනවා.

01. සතර සති පටිඨානය	4
02. සතර සමයක් පදනම් වියයී	4
03. සතර සාද්ධිපාද	4
04. පඤ්ච ඉන්ද්‍රිය	5
05. පඤ්ච බල	5
06. සජ්ඣ බොජ්ඣංග ධර්ම	7
07. ආය්‍යී අෂ්ටාංගික මාර්ගය	8
	37

අග්ගි සූත්‍රය

නමස්කාර වේවා බුදු රුවනට සැමදා බුදුනිමි සරණ යමි
 නමස්කාර වේවා දුම් රුවනට සැමදා සදහම් සරණ යමි
 නමස්කාර වේවා සඟ රුවනට සැමදා මහ සඟ සරණ යමි
 නමස්කාර වේවා තුනුවනට සැමදා නිසරණ සරණ යමි

යස්මිංච බො භික්ඛවේ, සමයේ ලිභං
 චිත්තං හෝති කාලෝ තස්මිං සමයේ
 ධම්ම විවය සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය
 කාලෝ විරිය සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය
 කාලෝ පීති සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය ති

“මහණෙනි, යම් කලෙක සිත අප්‍රකට වූයේද එසමයෙහි ධම්ම විවය සම්බොජ්ඣංගය වඩන්නට සුදුසුය. විරිය සම්බොජ්ඣංගය වඩන්නට සුදුසුය. පීති සම්බොජ්ඣංගය වඩන්නට සුදුසුය.”

කාරුණික පින්වතුනි,

පින්වත් ඔබ හැමදෙනාට ම ජීවිත ගමනේ හැම සැනසිල්ලක්ම, ශාන්තියක්ම වේවා! මේ උතුම් ධර්මානුශාසනාව උතුම් වූ චතුරාය්‍යී සත්‍යය ධර්මය අවබෝධයෙන් නිර්වාණාවබෝධය පිණිසම හේතු වේවායි ස්වාමීන් වහන්සේ මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරන්න කැමතියි.

පින්වතුනේ, අපට පක්ෂ විය යුතු, කැමති විය යුතු කරුණු 37 ක් ඉතාම පැහැදිලිවම තිබෙනවා. සාමාන්‍ය වචනයෙන් සඳහන් කළොත් අපි තිස් හත් දෙනෙකුට (37) පාක්ෂික විය යුතුයි. ඒ තමයි බෝධියට පක්ෂ අය,

ඉතාම පැහැදිලිවම මේ තිස් හතට තමයි අපි පාක්ෂික වෙන්නේ. මේ කරුණු තිස් හතම රාග, ද්වේෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් වලට හසු නොවී අපේ හිත සන්සුන් කරනවා, නිවනවා, ඒ වගේම සතර අපායෙන් වළක්වන බවට ස්ථිරවම අදහසක් දෙනවා. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ වචනයෙන් උන්වහන්සේ සහතික වෙනවා, මේ තිස් හතට කැමැත්තක් ඇතිව පාක්ෂිකව කටයුතු කළොත් සතර අපායෙන් නිදහස් වෙනවා. ඒ පමණක් නොවෙයි “අනමතග්ගෝ යං භික්ඛවේ සංසාරෝ පුබ්බාකෝටි නපඤ්ඤායති” අනවරාග්‍ර වූ (අගක් මූලක් නොපෙනෙන) දීර්ඝ සංසාරේ දුක් විදි ගමන නතර කරන්න මම සහතික වෙනවා. එය කරන්න පුළුවනි. ඒ නිසා රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී මේ කෙලෙස් බැහැර කරගෙන අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ මඟ ඔස්සේ මේ තිස් හතට කැමැත්තක් ඇති කරගෙනයි, මේ ගමන යා යුතු වන්නේ. ඒ තමයි දුකින් නිදහස් වීම අරමුණ (කෙළවර) නිවනයයි. තෘෂ්ණාව සම්පූර්ණයෙන් ම බැහැර කිරීම හෙවත් ප්‍රභාණය කිරීමයි.

අද මා දේශනා කරනුයේ සංයුක්ත නිකායේ, බොජ්ඣංග සංයුක්තයෙහි, බොජ්ඣංග වර්ගයෙහි සඳහන් වන අග්ගි සූත්‍රයයි. අග්ගි යනු “ගිණි” යන අදහසයි. නමුත් මෙහි ගිණිදර ගැන විශේෂයෙන් සඳහන් වන්නේ නැහැ. නමුත් අපට ගලපා බලන්න පුළුවනි.

තරාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ සැවැත් නුවර ජේතවනාරාමයේ වැඩ සිටිනවා. ස්වාමීන් වහන්සේලා පා සිවුරු රැගෙන පිණ්ඩපාතය සඳහා ගමට වැඩම කරනවා. නමුත් හරි හැටි එළිය නොවැටී ඇති නිසා උන්වහන්සේලා අසල තිබෙන අන්‍ය දෘෂ්ඨිකයන්ගේ අසපුවකට (ආරාමයට) වැඩම කරනවා. වැඩම කළාම මේ දෙපිරිස අතර සාකච්ඡාවක් ඇතිවෙනවා. එහිදී මේ අග්ගි සූත්‍රයට අනුව, ඒ අන්‍ය දෘෂ්ඨික පිරිස, බුදුරජාණන් වහන්සේ සඳහන් කරන මේ බෝධි අංග පිළිබඳව ස්වාමීන් වහන්සේලා ගෙන් මෙසේ විමසනවා.

මේ බෝධි අංග වඩන්න කාලයක් තිබෙනවද? නොවඩන්න කාලයක් තිබෙනවද? කාලය හා අකාලයක් තිබෙනවද? සමහර බෝධි අංග වඩන්න කාලයක් තිබෙනවා. සමහර බෝධි අංග වඩන්න කාලයක් නැහැ. බෝධි අංග වඩන්න සුදුසු කාලය කුමක්ද? නුසුදුසු කාලය කුමක්ද? කුමන කාලයකද, කුමන වේලාවකද, මේ බෝධි අංග වැඩිය යුත්තේ, කුමන අවස්ථාවේද, කුමන වේලාවකද මේ බෝධි අංග නොවැඩිය යුත්තේ?

මේ විදිහට සාකච්ඡාවක් ඇතිවෙනවා. මෙහිදී නිශ්ශබ්දව සිටින ස්වාමීන් වහන්සේලා බුදුරජාණන් වහන්සේ හමුවට වැඩම කර මේ අදහස තරාගතයාණන් වහන්සේට සඳහන් කරනවා.

සජ්ත බොජ්ඣංග ධර්මයන් හි මේ බෝධි අංග හත කුමන අවස්ථාවක වඩනවද? කුමන අවස්ථාවක මේ බෝධි අංග වඩන්නේ නැතිව වෙනත් බෝධි අංග වඩනවද? යනුවෙන් පැහැදිලි ව බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙසේ අනුශාසනා කරනවා.

සජ්ත බොජ්ඣංග ධර්ම :

01. සති සම්බොජ්ඣංගය
02. ධම්මච්චය සම්බොජ්ඣංගය
03. චිරිය සම්බොජ්ඣංගය
04. පීති සම්බොජ්ඣංගය
05. පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය
06. සමාධි සම්බොජ්ඣංගය
07. උපේක්ඛා සම්බොජ්ඣංගය

ලිඛ නිතක් තිබෙනවා නම්, (මෙහි ලිඛ යනු සැඟවුණු, යටපත් වුණු, අප්‍රකට, අපි සඳහන් කරන විදියට මට තේරුම් ගන්න බැහැ, ඒ අදහස

අවබෝධ කරගන්න බැහැ, මට ඒක දැනෙන්නේ නැහැ)) **පස්සද්ධි බොජ්ඣංගය වත්, සමාධි බොජ්ඣංගයවත්, උපේක්ඛා බොජ්ඣංගයවත් නොවැඩිය යුතුයි. වැඩිය යුතු අවස්ථාව (කාලය) නොවේ.**

පස්සද්ධිය නම් ශරීරයේ ඇතිවන නිවීම, සැහැල්ලු බව, සන්සුන් බව. **පස්සද්ධිකායෝ** යනු නිවුණු කය, සැහැල්ලු කය, යන අදහසයි. එහෙම නම් **සැඟවුණු නිතක් ඇති වෙලාවක මේ පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා කියන බොජ්ඣංග තුන වඩන්න කාලය නොවේ.** පස්සද්ධි බොජ්ඣංගය, සැහැල්ලු කයක්, නිතක් ඇතිවන වෙලාව ඒ තුළින් සමාධි බොජ්ඣංගය ඇති කරගන්න පුළුවනි. සමාධිය හොඳින් වැඩෙනවා. කර්මස්ථාන අරමුණොති සිත මැනවින් එකඟ වෙනවා. විසිර යන්නේ නැති සිතක් බවට පත්වෙනවා. ඒ තුළින් උපේක්ඛාව ඇතිවෙනවා. කුසල්, අකුසල් දෙකම ඉවත් වෙනවා. සොම්නස්, ද්‍රෝම්නස් දෙකම බැහැර වූ තැන උපේක්ඛාවයි. එහෙම නම් **සිත සැඟවිලා නම්, අප්‍රකට නම් එවැනි වෙලාවක පස්සද්ධි, සමාධි උපේක්ඛා කියන මේ බෝධි අංග තුන වඩන්න කාලය නොවේ.** පස්සද්ධිය වඩන්න හැදවට සිත සැඟවිලා නිසයි. සිත මතු වෙලා විත්ත පස්සද්ධිය (සිත සැහැල්ලු බවට පත්වීම) යන අවස්ථාවට පත්වන විටදී කයේ සැහැල්ලුව (කාය පස්සද්ධිය) ඇතිවන්නේ. ඒනිසා සිත සැඟවිලා නම්, සිතාගන්න බැරි නම්, නොදැනෙනවා නම්, තේරුම් ගන්න බැහැ කියනවා නම් එවැනි වෙලාවට මේ පස්සද්ධිය වැඩෙන තිබෙන අවස්ථාව අපහසුයි. උත්සාහ දැරුවත් සමාධිය වැඩෙන අපහසුයි. ඒනිසා උපේක්ඛාවක් නැහැ. ඒ වෙලාවට මේ බෝධි අංග තුන අකාලේ, විකාලේ, නොකල් සුදුසු වෙලාව නොවේ.

එහෙම නම් සුදුසු කාලය කුමක්ද? මේ වේලාවේදී **ලිඛ නිතක්, අප්‍රකට නිතක් තිබෙන නිසා මේ වෙලාවට ධම්ම ච්චය බොජ්ඣංගය වඩන්න.** ඊළඟට **චිරිය බොජ්ඣංගය, පීති බොජ්ඣංගය වඩන්න. සැඟවුණු සිතක්, අප්‍රකට නිතක් ඇති වෙලාවට ධම්මච්චය චිරිය, පීති යන මේ බෝධි අංග තුන වඩන්න.** පැහැදිලියිනේ.

ධම්ම ච්චය බොජ්ඣංගය :-

“මට නිතාගන්න බැහැ. මට අවබෝධ වෙන්නේ නැහැ. මට කොහොමවත් ම ඒක දැනෙන්නේ නැහැ.” සිත සැඟවුණාම, ලිඛ සිතේ ස්වභාවය මෙයයි. එහෙම නම් ඒ වෙලාවට ධම්ම ච්චය සම්බොජ්ඣංගය වැඩීම හොඳයි. ඒ කියන්නේ විමසා බැලීමයි. (සූත්‍රයේ සඳහන් වන්නේ

වැඩිය යුතු සහ නොවැඩිය යුතු බොජ්කඩංග ගැන පමණයි. සාකච්ඡාව සඳහා සූත්‍ර දේශනාවට අමතරව මෙය මෙසේ පැහැදිලි කර ගනිමු.)

නාමරූප ධර්ම, පංච ස්කන්ධ, ධාතූ, ආයතන මේවා පිළිබඳව අපට විමසා බලන්න පුළුවනි. ගලපා බලන්න පුළුවනි. මෙයයි ධර්ම විවය බොජ්කඩංගය වැඩිමට සුදුසු වෙලාව යයි සඳහන් කළේ.

අවබෝධ කරගැනීමට අපහසු නම් අපි සම්මුතියට ඔබ කිවුවන් පරමාර්ථයට අයිති නෑ කියන අදහසින් මුලින් ම ආරම්භ කරමු. අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත යන මේ ත්‍රිකල්පණ ධර්ම පිළිබඳව අපි එතනට ගලපා බලමු. ඉතාම හොඳින් පැහැදිලියි කයේ ඇතිවන බිඳියාම. (කායස්ස ඡේදා) ඒ වගේම මේ කය අත්හැර දා විඤ්ඤාණය බැහැර වී යාම, (පරං මරණා) කළුරිය කිරීම. මේ අවස්ථා ඉතාම පැහැදිලියි. කය පමණක් නොවේ, චිත්ත වෛතසික (සිතුවිලි) පවා වෙනස්වෙලා යන ආකාරය ඔබට දැනෙනවා නේ. එය උප්පාද - භංග ඔස්සේ මෙනෙහි කරන්න. එකම සිතක් (සිතුවිලි) නොවේ පවතින්නේ. ඒක හට අරගෙන වෙනස් වෙලා, නැතිවෙලා යනවා. මෙය තේරුම් ගන්න පහසුයි. “මම හිත - හිතා ඉන්නවා” කිව්වට කොපමණ චිත්තක්ෂණ තිබෙනවද? එක් රූප කලාපයක චිත්තක්ෂණ දාහතක් (17) තිබෙනවා. මොහොතක දී දහස් වතාවක් ඇතිවෙන්න පුළුවනි. එහි අතිත්‍යය ස්වභාවය ඔබට තරමකින් හෝ දැනෙනවා. අභාවිත සිතක්, මේ වෙනස්වීම පිළිගන්න බැර නම්, ඒ අරමුණ මගෙයි කියලා අල්ලා ගෙන ඉන්නවා. අභාවික හිත වෙනස්වීම දකින්නේ නැති නිසා, සමාධියෙන් වෙනස්වීම පිළිගන්න කැමති නැහැ. වෙනස් වීම පිළිගන්න කැමති නැති වන විට ගැටීමක් ඇතිවෙනවා. ඒක දුකක්. ඒ දුකට හේතුව අර සිතුවිල්ල සදාකාලික, ස්ථිර නොවන නිසා, මගේ නොවන නිසා අයිති නැති නිසා.

මේ විදියට අනිච්ච, දුක්ඛ අනත්ත පිළිබඳව විමසා බලනවා. සාකච්ඡා කරනවා. එවිට අවබෝධ වෙනවා. සැඟවුණු, අප්‍රකට සිතක් ඇති වෙලාවක ධර්ම විවය බොජ්කඩංගට සුදුසු ම අවස්ථාව හැටියට අනුශාසනා කළේ ඒ අදහසයි.

ඉතාම සරල කරුණක් මතු කර ගන්නයි උවමනාව තිබෙන්නේ. යමක් අවබෝධ වෙන්නේ නෑ කියලා දැනෙනවා නම් එතැන නතර වෙන්න නරකයි. එතැන නතර වෙලා සන්සුන් බව ඇති කරගන්න බැහැ. එහෙම නම් නොසන්සුන් කමක් ඇතිවෙන්නේ - “මෙව්වර කාලයක් කළ දේ දැන් මට

අවුල් වුණා දැන් හිතා ගන්න බැහැ මම මොකද කරන්නේ කියලා” ඒනිසා සම්පූර්ණයෙන් ම සමාධි, උපේක්ඛා මෙනහට ගැලපෙන්නේ නැහැ. ඒවා නොකල්. ඒනිසා සුදුසු අවස්ථාව නම් ධර්ම විවය වැඩිමයි.

විශ්ඤාන බොජ්කඩංගය :-

වඩාත් විශ්ඤාන කරන්න ඕන. උත්සාහ කරන්න ඕන. ඒ විශ්ඤාන මිත්තර සමයක් ප්‍රධන් විශ්ඤානයි. සත් තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම වලදී පැහැදිලි කරන ආකාරයෙන් ම දෙවෙනි අවස්ථාව සතර සමයක් ප්‍රධන් විශ්ඤානයි.

**අනුප්පන්නානං පාපකානං අකුසලානං
ධර්මානං අනුප්පාදාය, ජඤං ජනේති, වායමති
විරියං ආරභති, චිත්තං පශ්ගණ්හාති පදනති**

**නූපන් අකුසල් නූපදවා ගන්නට - කැමැත්තක් ඇති කරගන්නවා. (ජන්දං ජනෙති) වායමති - උත්සාහ කරනවා
විරියං ආරභති - විරියයෙන් කටයුතු කරනවා
චිත්තං පශ්ගණ්හාති - සිත ඔසවා තබනවා, සිත ඒ කරුණ ට මුල් තැන දෙනවා.**

1. නූපන් අකුසල් නූපදවා ගැනීමට උත්සාහ දරනවා.
අනුප්පන්නානං පාපකානං අකුසලානං ධර්මානං අනුප්පාදාය
2. උපන් අකුසල් බැහැර කරන්න උත්සාහ දරනවා.
උප්පන්නානං පාපකානං අකුසලානං ධර්මා නං පහානාය
3. නූපන් කුසල් උපදවන්න උත්සාහ කරනවා.
අනුප්පන්නානං කුසලානං ධර්මානං උප්පාදාය
4. උපන් කුසල් වැඩිදියුණු කරන්න උත්සාහ කරනවා.
උප්පන්නානං කුසලානං ධර්මානං ධීතියා

ඉහත සඳහන් කළ විස්තරයේදී පැහැදිලි කළ යුතු තැනක් තියෙනවා. එනම් නූපන් අකුසල් යන තැනයි. යම් කෙනෙක් මෙසේ අසන්නට පුළුවනි. මම පස්පව් දස අකුසල් සිදු කරන්නේ නැතිනම්, ධාර්මිකව මගේ පාඩුවේ ජීවත් වෙනවා නම්, කොහොමද අකුසල් සිදුවෙන්නේ? මොකටද නූපන් අකුසල් ගැන හිතන්නට යන්නේ? මෙම ජීවිතයේ ඔබ පස්පව් සහ දස අකුසල් නොකරන යහපත් වූ අයෙක් වන්නට පුළුවනි. එනමුත්, අප සියළු දෙනා විසින් සසර ගමනේ පටන් රැගෙන පැමිණි කෙලෙස් සිනේ සැඟවී, අප්‍රකටව

පවතිනවා. මේවා හඳුන්වන්නේ අනුසය ධර්ම හැටියටයි. මෙම අනුසය ධර්ම හතක් ධර්මයෙහි පෙන්නා දෙනා. ඒවා නම් රාගානුසය, පටිඝානුසය, මානානුසය, විචිකිච්ඡානුසය, දිට්ඨානුසය, භවරාගානුසය සහ අවිජ්ජානුසය ලෙසිනි. සාමාන්‍ය අයෙක් පවසන ආකාරයට නමා කොපමණ යහපත් අයෙක් නමුත්, පෘථග්ජන අය කෙරේ මෙම රාගාදී අනුසය ධර්ම අප්‍රකටව පවතිනවා. සෝවාන් බවට පත්වීමේදී පවා මුළුමනින්ම බැහැර වන්නේ සක්කාය දිට්ඨිය, විචිකිච්ඡා, සීලබ්ධතපරාමාස නම් වූ සංයෝජන තුන පමණයි. කාමරාග, පටිඝ ආදී සංයෝජන තුන වෙමින් එනමුත් ඉතිරිව පවතිනවා. පස්පව්, දස අකුසල් වලින් බැහැරවීම නම් වූ සීලයෙන් මේ පිවිතයේ අකුසල් රැස්වීම අඩුකර ගත හැකියි. එමෙන්ම අනුසය ධර්ම ලෙස අප්‍රකටව සිතේ පවතින රාගාදී කෙලෙස් වලට ව්‍යතික්‍රමණ අවස්ථාව ලෙසින් හඳුන්වන කය වචන දෙකෙන් බැහැරට පැමිණ ක්‍රියාත්මක වීමට අවස්ථාවක් නැහැ. කුලඛ ධර්ම නොවැඩී, සීලයෙන් බැහැර වන ඕනෑම අවස්ථාවක අනුසය අවස්ථාවේ පවතින කෙලෙස් මතුවිය හැකිය. අපි තව ටිකක් මේ ගැන විස්තර කරමු. කාමරාග ආදී ක්ලේශ ධර්මවල අවස්ථා තුනක් පවතිනවා. අනුසය අවස්ථාව නම් සුදුසු අරමුණක් පැමිණ කල්හි මතුවිය හැකි ආකාරයෙන් අප්‍රකටව පවතින අවස්ථායි. ලෝකෝත්තර මාර්ගයෙන්, මුළුමනින්ම කෙලෙස් ප්‍රභාණය නොකළ අයෙක් නම්, ඔහු හෝ ඇය කවර ආකාරයේ සිල්වත් අයෙක් වුවත්, කුමන ප්‍රතිභාර්ය පාන අයෙක් වුවත් අනුසය අවස්ථාවේ පවතින කෙලෙස් ඔහු හෝ ඇය වෙත ඇත්තේය. කුසල ධර්ම නොවඩන සහ ඉන්ද්‍රිය දමනය නැති පුද්ගලයන්ගේ සිත්වල රාගාදී කෙලෙස් මතුවෙන්නට පටන් ගැනීම පරිඤ්චාන අවස්ථාවයි. පරිඤ්චාන අවස්ථාවට පැමිණෙන කෙලෙස් සන්සිඳී නොගියොත් ඒවා ප්‍රාණාසාතාදී අකුසල ක්‍රම ලෙස ක්‍රියාවෙන් මතුවිය හැක්කේය. එම අවස්ථාව ව්‍යතික්‍රමණ අවස්ථාවයි.

සීල, සමාධි, ප්‍රඥා තුනෙහි ශීලයෙන් ව්‍යතික්‍රමණය බැහැර කිරීමට හැකිය. ලෝකික සමාධියෙන් ක්ලේශයන්ගේ පරිඤ්චානනය බැහැර කළ හැකිය. ලෝකික ප්‍රඥාවෙන් ක්ලේශයන්ගේ පරිඤ්චාන ව්‍යතික්‍රමණ දෙකම බැහැර කළ හැකිය. ලෝකෝත්තර සීල, සමාධි, ප්‍රඥා තුනෙන් ක්ලේශයන්ගේ අනුසය අවස්ථාව ප්‍රභාණය කරනු ලැබෙයි. මෙම විස්තරය සතර සමයක් ප්‍රධන් වීර්ය මැනවින් තේරුම් ගැනීමට ඔබට පහසුවනු ඇත. ඔබට ධර්මානුකූල අදහසක් ලැබෙන්නට ඇතැයි මා කල්පනා කරනවා.

වීර්යය බොජ්ඣංගය දැන් වඩනවා. දැඩිසේ වීර්යය, උත්සාහය ඇති කරගන්නවා. මුලින් වීර්යය නැති වූ වෙලාවේ තමයි "මට තේරෙන්නේ නෑ. මට දැනෙන්නේ නෑ. මට හිතාගන්න බෑ කියලා හිත සැඟවිලා තිබුණේ."

"මේ විදියට සිතන්න. මොකද අවබෝධ වෙන්නෙ නැත්තේ. මේ බලන්න, බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ ආකාරය. ඔබේ වර්තමාන ගැලපෙන ලෙසින් මනාව දේශනා කළ ඇති ආකාරය. මේ විදියට සුදුසු පරිසරයක්, සුදුසු තැනක්, සුදුසු ඉරියව්වක් තෝරාගෙන කාලය අරගෙන සමාධිය හොඳින් වඩන්න. එතකොට ඔබට දැනෙයි. මේ විදියට වීර්යයට ආරාධනා කරනවා වීර්යය බොජ්ඣංගය වඩනවා. වීර්යය බොජ්ඣංගය අවශ්‍යයි. දැනෙන්නේ නෑ තේරෙන්නේ නෑ. අවබෝධයක් නෑ කියන්නේ අලසකමත් සමගයි. උත්සාහයෙන් කටයුතු කරන විට එය දැනෙන්න, අවබෝධ වෙන්න, මතුවෙන්න පටන් ගන්නවා. මෙලෙස වීර්යයෙන්, උත්සාහයෙන් කටයුතු කිරීමෙන් නූපන් අකුසල් නූපදවා ගැනීමටත්, උපන් අකුසල් බැහැර කරන්නටත් පුළුවනි.

ඒවගේම නූපන් කුසල් උපදවා ගන්නටත් උපන් කුසල් වැඩිදියුණු කිරීමටත් උත්සාහ ගන්නවා. කුසල් දියුණු කිරීමටත් වීර්ය බොජ්ඣංගය අවශ්‍යයි.

පිති බොජ්ඣංගය :-

ලද ධර්මය, වැඩුණු සමාධිය, අවබෝධය ගැන සිතලා හිරාමිස ප්‍රීතිය ඇති කරගන්නවා. දැන් ටිකෙන් ටික මට අවබෝධ වෙනවා. ලොකු සුවයක්, ලොකු සැනසුමක් ඇති වෙනවා, දැනෙනවා කියලා අධිෂ්ඨානයක් ඇති කරගන්නවා.

දැන් ඉතාම පැහැදිලියි, ලිහ සිතක් ඇතිවුණාම, ධර්ම විවය, විරිය සහ පිති යන බොජ්ඣංග තුනයි වැඩිය යුතු වන්නේ. පස්සද්ධි, සමාධි උපේක්ඛා යන බොජ්ඣංග තුන නොවැඩිය යුතුය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ උපමාවකින් අනුශාසනා කරනවා. හිරන්තරයෙන් ම බුදුරජාණන් වහන්සේ උපමාවකින් මේ ස්වභාවය පෙන්වා දෙනවා. ගින්නක් දුල්වන්න අවශ්‍ය පුරුෂයෙක් ගිණි දුල්වන්න හිතලා (ඵදුවස ගිනි දැල්වූ ආකාරයට) අමු පිදුරු දමනවා, අමු දුර දමනවා, අමු ගොම දමනවා, වැලි ඉසිනවා, නම් ඒ වගේම සැඩ සුළඟකුත් තිබෙනවා නම් ගින්න

දැල්වෙනවද? ස්වාමීන් වහන්සේලා සදහන් කරනවා, නැත ස්වාමීනි, හැඩවටම එහෙම වෙන්නේ නැහැ. ඒනිසා මේ ලිඛ සිත මතු කරගන්න පස්සද්ධිය, සමාධි, උපේක්ඛා, එතන දී ගැලපෙන්නේ නැහැ.

ගින්න දල්වා ගැනීමට නම් කුමක් ද කළ යුත්තේ? එතනට විශ්වාසය පිදුරු, විශ්වාසය ගොම, විශ්ලි දර, විශ්ලි තෘණ, වැලි නොඉසීම, මද සුළඟ යන දෑ තිබෙනවා නම් ගින්නේ ඉක්මණින් දැල්වෙනවා. ඒ නිසා ලිඛ සිතක් (සැඟවුණු සිතක්) ඇති වූ වෙලාවක වැඩිය යුත්තේ ධම්ම විවය, චිරිය සහ පිතී යන බෝධි අංග ධර්ම තුනයි. ඉතාම පැහැදිලියි.

ස්වාමීන් වහන්සේලා විමසන දෙවෙනි කරුණු නම්,
උද්ධතං චිත්තං - නොසන්සුන් මනස, ව්‍යාකූල මනසක් තිබෙන වෙලාවක නොවැඩිය යුතු බෝධි අංග මොනවාද? වැඩිය යුතු බෝධි අංග මොනවාද? නොසන්සුන් මනසක් තිබෙන අවස්ථාවකදී ධම්ම විවය, පිතී, චිරිය යන බෝධි අංග තුන එයට අකාලයි. (කාලය නොවේ) එනම් ධම්ම විවය, පිතී, චිරිය යන බෝධි අංග තුනට නොකාලය, විකාලය නමයි සිත නොසන්සුන් වෙලාව. මනස නොසන්සුන් නිසයි එය නොගැලපෙන්නේනේ.

“මගේ හිත නොසන්සුන් වෙලා තිබෙන්නේ. මේ වෙලාවේ මට සාකච්ඡා කරන්න අපහසුයි. යම් විදියක ගැටළුවක් ඇතිවූ වෙලාවක, ධර්මය ගැන සිතන්න, සාකච්ඡා කරන්න, අහන්න මේ වෙලාව නොවේ කියලා බොහෝ ඇත්තෝ කියනවා. ලෞකික ජීවිතයේ ගෙදර දොරේ ගැටළු ඇති වෙලාවට හිත සමාධියට ළං කර ගැනීම අපහසුයි. ඒ ගැටළුවත් සමඟ ම අප සිටින නිසයි. ඒ වෙලාවට ධම්ම විවය, චිරිය, පිතී බොජ්ඣංග වඩන්න අපහසුයි. නොසන්සුන් මනසක් ඇති වෙලාවට වැඩිය යුතු (සුදුසු) වන්නේ පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා යන බෝධි අංග තුනයි.

පස්සද්ධිය බොජ්ඣංගය :-

ඔබේ හිතේ ගැටළු තිබේ නම් සන්සුන් වෙන්න. ඉතාම සන්සුන් වෙන්න. එවිට ඔබට ලොකු සුවයක් ලබන්න පුළුවනි. ධම්මවිවය ට ළංවෙලා මේ ගැන හිතන්න අපහසුයි. මේ අවස්ථාවේදී ඔබ කළ යුතු වන්නේ පස්සද්ධි බෝධි අංග වැඩීමයි. සුදුසු කළ්‍යාණ මිත්‍ර පිරිසක් ඔබට අවශ්‍යයි. ඔබේ ගැටළුව අහන්න පුළුවන්, එයට පිහිටවෙන්න පුළුවන් කුමන හෝ ආකාරයකින් පිරිසක් අවශ්‍යයි. සිතත්, ගතත් නිවෙන ආකාරයට, සන්සුන් වන ආකාරයට, පරිසරයෙන්, ක්‍රියාවෙන්, වචනයෙන් හැම අවස්ථාවේදීම සන්සුන් බව

ඇති කරගත යුතුයි. ඒ නිසා හොඳම දේ නොසන්සුන් මනසක් ඇතිවූ වෙලාවට පස්සද්ධි බොජ්ඣංගය වඩන්න.

සමාධි බොජ්ඣංගය :-

සමාධියෙන් හිත සන්සුන් කර ගැනීමයි, එකඟ කර ගැනීමයි කළ යුත්තේ. ගෘහස්ථ ජීවිතයට අපි ගැලපුවත් මෙය වඩාත් ම ගැලපෙන්නේ සමාධිය මුල්කරගෙනයි.

උපේක්ඛා බොජ්ඣංගය :-

කුමන හෝ කෙලෙස් ධර්ම නිසා සිත නොසන්සුන් වූනොත් පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා යන බෝධි අංග වැඩිය යුතුයි. පඤ්චනිවරණ ධර්ම මතුවන අවස්ථාවේදී පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා යන බෝධි අංග ධර්මයන් වැඩිය යුතුයි. කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, චීනමිද්ධ, උද්ධච්ච, කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා යන අවස්ථා මතුවුණාම, (චීනය යනු නිදිමන ගතිය, මලානික බව, අලස ගතිය ආදියයි) මුලින් සඳහන් කළ ලිඛ හිතක්, අප්‍රකට හිතක් තිබෙන අයට සමාධිය වඩන්න අපහසුයි. නමුත් එතනදී නරමක් බැහැර වෙලා පඤ්ච නිවරණ ධර්ම පොදුවේ අරගෙන එනම් කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, චීනමිද්ධ, උද්ධච්ච, කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා යන අවස්ථාවන් හිදී මනස නොසන්සුන් වූණානම් පස්සද්ධි, සමාධි උපේක්ඛා යන බෝධි අංග ධර්ම වැඩීමෙන් හිත සන්සුන් බවට පත්කරගන්න පුළුවනි. එයයි උත්සාහ කළ යුත්තේ.

නොසන්සුන් මනසක් ඇතිවූණාම නොවැඩිය යුතු කරුණු තුන තමයි ධම්ම විවය, චිරිය හා පිතී යන බෝධි අංග ධර්ම තුන. එය මනාව වැඩෙන්නේ නැහැ. බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉහත උපමාව නැවතත් මතුකර පෙන්වනවා.

ගින්නක් දල්වන්න අවශ්‍ය නම් අමු පිදුරු, අමු තෘණ, අමු දර, අමු ගොම වැලි ඉසීම, හරියන්නේ නැහැ. සැඩ සුළං තිබේ නම් ගින්න දැල්වෙන්නේ නැහැ. ගින්න දල්වන්න අවශ්‍ය නම් කළ යුත්තේ විශ්ලි තෘණ, විශ්ලි පිදුරු, විශ්ලි ගොම, විශ්ලි දර, මද සුළඟ ඒ වගේ ම වැලි නොඉසා සිටීම, ආදි කරුණුයි. ඒත් ඒ වගේම ගින්න නිවන්න අවශ්‍ය නම් අමු ගොම, අමු පිදුරු, අමු දර, සුළඟ නැතිවී යනවිට, වැලි ඉසීමෙන් එය නිවෙනවා.

දැන් නොසන්සුන් මනසක් ඇතිවිට මනස සන්සුන් කරගත යුතුයි. ඒ නිසයි පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා යන මේ බෝධි අංග ධර්ම තුන

වඩාත්හ යයි ආරාධනා කළේ. මෙයයි අග්ගි සූත්‍රය තුළින් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ. මේ සූත්‍රයෙහි “අග්ගි” යන වචනය ධර්ම කරුණු තුළ සඳහන් නොවුවත් මෙහි ගිණිදර උපමාවක් කර ගත් නිසයි. “අග්ගි සූත්‍රය” යනුවෙන් සඳහන් කළේ අග්ගි සූත්‍රයෙන් බෝධි අංග වැඩිය යුතු ආකාරය ඉතාම පැහැදිලිව බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා.

හිරන්තරයෙන් අපි, සප්ත බොජ්ඣංග ධර්ම බෝධි පාක්ෂව වඩනවා. මේ සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම වල නිස් හත කෙරෙහි අප එකතු වී සිටිනවද බලන්න.

01. සතර සති පටිඛානය වඛනවාද?

වැඩෙනවාද බලන්න.

සතර සති පටිඛානය නම්

- 1. කායානුපසුසනා
- 2. චිත්තානුපසුසනා
- 3. වේදනානු පසුසනා
- 4. ධම්මානුපසුසනා

02. සතර සමයක් ප්‍රධන් විශ්චය වැඩෙනවද?

(ඉහත එම කරුණු මැනවින් විස්තර කළා)

03. සතර සාද්ධිපාද වැඩෙනවද?

- 1. ඡන්ද සාද්ධිපාද
- 2. චිත්ත සාද්ධිපාද
- 3. චිරිය සාද්ධිපාද
- 3. විමංසා සාද්ධිපාද

04. පඤ්ච ඉඡ්චිය

- 1. සද්ධා
- 2. චිරිය
- 3. සති
- 4. සමාධි
- 5. ප්‍රඥා

ශ්‍රද්ධාව ඉඡ්චියක් ලෙසින් අනුශාසනා කළා.

05. පඤ්ච බල

බල ධර්ම වැඩිදියුණු කර ගන්නා ලෙසින් අනුශාසනා කළා.

- 1. සද්ධා බලය
- 2. චිරිය බලය
- 3. සති බලය
- 4. සමාධි බලය
- 5. ප්‍රඥා බලය

06. සප්ත බොජ්ඣංග ධර්ම

ධම්ම විචය, චිරිය, පිනි, පස්සාද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා මේ හය ගැන මැනවින් විග්‍රහ කළා. සතිය හැම මොහොතකම නිබ්බය යුතුය.

07. ආයථි අඡ්චාංගික මාර්ගය

- 1. සම්මා දිට්ඨි
- 2. සම්මා සංකප්ප
- 3. සම්මා වාචා
- 4. සම්මා කම්මන්ත
- 5. සම්මා ආජීව
- 6. සම්මා වායාම
- 7. සම්මා සති
- 8. සම්මා සමාධි

සම්මා දිට්ඨි

නිවැරදි දැක්ම හෙවත් යහපත් දැක්ම නම් වතුසව්ව නැත්නම් විපස්සනා සම්මා දිට්ඨිය ම විය යුතුයි. එනම් වතුරායථි සත්‍යය දැක්මේ දෘෂ්ඨිය ම විය යුතුයි. එයයි සම්මා දිට්ඨියෙන් අදහස් කරන්නේ. කම්මස්සකනා සම්මා දිට්ඨියක් තිබෙනවා. පාපයෙන් බැහැර වෙලා, කුසලයට ළංවෙලා කළ යුතු ක්‍රියා, නොකළ යුතු ක්‍රියා අපි බලන්න ඕන. එය මෙලොව ජීවිතයට වඩාත් හොඳින් ගලපා ගත යුතුයි. විපස්සනා සම්මා දිට්ඨිය, වතුරායථි සත්‍යය ධර්මය ම දකින්න යන අදහසයි.

සම්මා සංකප්ප

- මෙය තුන් ආකාරයි.
- අව්‍යාපාද සංකප්ප - තරහ නැති
- අවිහිංසා සංකප්ප - හිංසා නැති
- නෙක්කම්ම සංකප්ප - පඤ්ච කාමයන්ගෙන් බැහැරවූ

මෙම අවස්ථාවේ ඔබට තිබෙන්නේ (ධර්මය තුළ රැඳී සිටින අවස්ථාවේදී) නෙක්කම්මයක් නේ. පඤ්ච කාමයන්ගෙන් බැහැර වෙලා සිතනවා. (අඝ, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය යන ඉන්ද්‍රියයන්ගෙන් රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ ආදී ලෙසින් පිනවීමෙන් බැහැර වෙලා) ධර්මයට යොමුවූ අවස්ථාවේදී අඝ, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය යන මේවා පිනවීමක් සිදුනොවේ. බැහැර වෙලා තිබෙන්නේ. පැන් පානය කිරීමත් පිනවීමක් නොවේ. ජීවිත ඉඡ්චිය පවත්වා ගැනීමට අවශ්‍ය ශක්තිය ඇති කර ගැනීමට පැන් පානය කරන්නේ. රසයි, රසයි කියමින් තෘෂ්ණාවෙන් රස කරමින් උපාදානය කළහොත් තමයි පිනවීමක් බවට පත්වන්නේ. රූපය දකිනවා, හඳුනාගන්නවා.

එය පිනවීමක් නොවේ. නමුත් නිමිති, (හ නිමිත්තග්ගාහි හෝති) අනුනිමිති (නානුබ්බසඤ්ජනං ගාහි), ව්‍යඤ්ජන වශයෙන් ගන්න ගියොත්, මගේ කියා අල්ලා ගෙන උපාදානය කර ගන්නොත් ඒක පිනවීමක් වෙනවා.

විරාගී මනසකින් යුතුව ශ්‍රවණය කරන්න. භාවනාවට පැමිණියත් යම්කිසි කෙනෙකුගේ ඇඳුමක් ගැන විමසුවොත්, “මේ ඇඳුම ගන්නේ කොහෙන්ද?” ආදී ලෙසින්, විමසුවොත් එතන නිමිති, අනු නිමිති වශයෙන් තෘෂ්ණාවෙන් මගේ කියා උපාදානය කර ගැනීමක් වෙනවා. මෙතනදී හෙක්කම්මය වැඩෙන් හැර. “එය අහගෙන ඉන්න විට ආසාවේ බැහැ” එතන මොකක්ද තිබෙන්නේ? කෙලෙස් වලින් බදුලා අල්ලා ගෙනයි තිබෙන්නේ. මේ ආකාරයෙන් උපාදානය කරගැනීම, හෙක්කම්මයෙන් බැහැරව පඤ්ච ඉන්ද්‍රියයන් පිනවීමකුයි සිදුවන්නේ.

සම්මා වාචා

බොරැකීම, කේලාම් කීම, පරුෂ වචන කීම, හිස් වචන කීම ආදියෙන් බැහැර වීමයි.

සම්මා කම්මන්ත

ප්‍රාණ ඝාතය, අදන්තාදානය, කාම මිථ්‍යාවාරය යන මේ තුනින් බැහැර වීම.

සම්මා ආජීව

යහපත් වූ දිවි පැවැත්ම (ස්වාමින් වහන්සේ නමක් නම් ප්‍රත්‍ය ලැබීමේදී ඔබ නම් රැකියාවේදී) පස් පව් දස අකුසල් වලින් බැහැර වීම මේ ආදී ලෙසින් දක්වනවා.

සම්මා වායාම

සතර සමයක් ප්‍රධන් විශ්ඤාන

සම්මා සතිය

සතර සතිපට්ඨානය

සම්මා සමාධි

මෙහිදී අදහස් කරන්නේ ලෝකෝත්තර සමාධියමයි. ලෝකික සමාධිය නොවේ. පරිකර්ම සමාධියේ පටන් ලෝකික සමාධිය වරදක් නැහැ. ලෝකික

සමාධියෙහි රූපාවචර වුනත් තිබෙනවා. සෝවාන් බවට පත්වී ඉන් ඉදිරියට නිවන් මාර්ගය තෙක් ගමන් කිරීමට ලෝකෝත්තර සමාධිය යි මෙහිදී අදහස් කරන්නේ.

මේ සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම වලට අපි පාක්ෂික විය යුතුයි. කැමැත්තක් ඇති කර ගත යුතුයි. සිතට මුල් තැන දී කටයුතු කරන්න ඕන. සිත ඔසවා තබාගත යුතුයි.

මා දේශනා කළේ සංයුක්ත නිකායේ, බොජ්ඣංග සංයුක්තයෙහි බොජ්ඣංග වර්ගයෙහි සඳහන් වන අග්ගි සූත්‍රයයි. මේ සූත්‍රයෙන් අප මතුකොට දැක්වූයේ බෝධි පාක්ෂික ධර්ම වඩන්නේ කෙලෙසද යන ආකාරයයි. එනම් බෝධි අංග ධර්ම වැඩිය යුතු කාලය හා අකාලය පිළිබඳවයි. අනුශාසනා කළේ. සිත සැඟවිලා නම් එහිදී වැඩිය යුත්තේ ධම්ම විවය, වීරය, පිහි යන බෝධි අංග ධර්ම තුනයි. පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා යන බෝධි අංග ධර්ම මෙතනට ගැලපෙන්නේ නැහැ. ඒවගේම සිත නොසන්සුන් නම් වැඩිය යුත්තේ පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා යන තුනයි. එතනදී ධම්ම විවය, වීරය, පිහි යන ධර්ම ගැලපෙන්නේ නැහැ. මෙලෙසින් මේ බෝධි අංග හය මැනවින් ගලපාගෙන වැඩිය යුතු ආකාරය ගිණි දැල්වීම පිළිබඳ උපමාව දක්වමින් අග්ගි සූත්‍රයෙහි මනාව අනුශාසනා කරනවා.

පින්වත් ඔබ හැමදෙනාට ම මෙලොව ජීවිතයේ උතුම් සැනසිල්ලක් අප හැමට ම මේ ජීවිතයේ ම උතුම් වතුරායී සත්‍ය ධර්මය අවබෝධය පිණිසම මේ සියළු කුසල් ධර්මයෝ හේතු වේවායි අධිෂ්ඨාන කරමු.

සාධු ! සාධු ! සාධු !