**<u>සතියෙන් සමාධියට සමවැදීම - අධිශීල ශික්ෂාව හඳුනාගැනීම</u>**

පින්වතුනි අපි සාධුකාරයක් පවත්වමු.

මැණියනි, ශ්‍රද්ධා සම්පන්න කුසල් බර යෝගාවචර පින්වතුනි.

සිරි සමනොළ සෙනසුනේ අද දිනයේ රුස්වෙලා ඉන්න මේ පින්වතුන් බලාපොරොත්තු වන්නේ දවසේ අද දිනය හෙවත් සම්මුති වශයෙන් වර්ෂ 2015 ක් වූ නොවැම්බර් මාසේ 29 වෙනිදා සියලු දෙනා එකට හමුවෙලා ඒ පලවෙනි පර්යංක භාවනාව අවසාන උනාට පස්සෙ දවසේ කලයුතු කාර්යයන් සහ මා විසින් මෙතෙක් මේ වැඩි දියුණු කරගෙන පවත්වාගෙන ඉන්නා වූ වර්ථමාන ධම්මානු ධම්ම ප්‍රතිපදාවට නැවත නැවතත් අනුගත විය යුත්තේ කෙසේද යන්න පිලිබඳවත් කෙටි අනුශාසනාවක් ලබාගැනීම සඳහායි.

ඒ සඳහා මේ පින්වතුන් දන්නවා දිගින් දිගටම ක්‍රමානුකූලව බැසගත්තාවූ ක්‍රියාවලියක් තුල ක්‍රමික වර්ධනයක් හරහා මේ පින්වතුන්ගේ අවබෝධ මට්ටම් යම් යම් ආකාරයේ වර්ධනය වීමකට ලක්වෙලා කියල. ඒ අනුව ධම්මානු ධම්ම ප්‍රතිපදාව ආරම්භ කල යෝගාවචරයෙක් වශයෙන් එහෙම නැත්නම් ආධුනික යෝගාවචරයෙක් විදියට බැසගත්තා වූ මේ පින්වතුන් මේ වන විට ආධුනික මට්ටමින් සෑහෙන ඔබ්බට ගිහිල්ල ජ්‍යෙෂ්ඨ මට්ටමට හෙවත් වඩාත් පලපුරුදු යෝගාවරයින් බවට පත්වෙලා තියෙන බව. එහෙනම් පලපුරුදු යෝගාවචරයෙක් වශයෙන් තවදුරටත් මම මේ ධම්මානු ධම්ම ප්‍රතිපදාවට අනුගත විය යුත්තේ කෙසේද කියන එක පිලිබඳව තමයි අපි දැන් කෙටියෙන් සලකා බලන්න උත්සාහ කරන්නේ. එතකොට ඒ සඳහා මේ පින්වතුන්ට මතකයි අපි ඊයේ වන විට ක්‍රමානුකූලව ආවා වූ ගමන් මාර්ගයේ තවත් අලුත් කොටසක් හඳුන්වා ගත්තා. මේ දිනවල අපි යෙදී තිබෙන ස්වභාවය වෙන්නේ පොදු මාතෘකාවක් විදියට විදර්ශණා සමාධියයි. විදර්ශණා සමාධිය තුල අපි ඉතාමත් තීව්‍ර වූ ගැඹුරකට බැසගනිමින් ඉන්න වෙලාවෙදි ඊයේ අපි මේ අනුශාසනාව සඳහා මතක් කරගත්තා වූ අලුත් කොටස තමයි අධිශීල ශික්ෂාව හඳුනාගැනීම කියන එක. එතකොට අධිශීල ශික්ෂාව හඳුනාගැනීම කියන එක කොයි ආකාරයෙන්ද කරගත යුත්තේ, කොහොමද ඊයේ ධර්ම දේශණාව එහෙම නැත්නම් ඊයේ අනුශාසනාව මේ පින්වතුන්ට අනුගත වෙලා කියන එක පිලිබඳව අපි ප්‍රථමයෙන්ම සමාලෝචනයක් කරගත්තොත් හොඳයි කියල මේ අවස්ථාවේදී මේ ස්වාමීන් වහන්සේගේ අනාත්මය උපදෙස් දෙනවා. ඒ අනුව ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා කියන ශික්ෂා තුනකට බැසගත්තා වූ මේ පින්වතුන් ප්‍රථමයෙන්ම කලේ මොකක්ද? අමාමෑණී සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ විසින් අපිට අනුදැන වදාල තිබෙන ආකාරයට කිසියම් වූ රූප අරමුණක් අරගෙන නැත්නම් කිසියම් වූ නිමිත්තක් අරගෙන ඒ සඳහා ලක ලෑස්ති වෙලා සූදානම් වෙලා තමන්ට ඒ වනවිට අවබෝධ වෙලා තිබුණා වූ මට්ටම තුල ඒ වනවිට තමන්ට ඇසිලා තිබුණා වූ ධර්මයට අනුගත වීම තුල තමන් යෝනිසෝ මනසිකාරය යම්කිසි ප්‍රමාණයකට දාගෙන භාවනාවට වාඩිවෙලා, වාඩිවෙලා ඉන්න අතරතුර ඒ අරමුණ ප්‍රකට කර ගැනීම සඳහා මහත් වූ වෙහෙසක් දරලා තමා හරහා ඒ වෙහෙස නිසා මහත්වූ අකරතැබ්බයන්ට එහෙම නැත්නම් වෙහෙසට පත්වෙලා ඒ වෙහෙස නිසාම භාවනාව කඩාකප්පල් කරගෙන නැවත නැවතත් ගුරුවරු මාරු කරගෙන නැවත නැවතත් ආරණ්‍ය සේනාසන මාරුකරගෙන විවිධාකාරයෙන් කටයුතු කරලා කෙසේ හෝ නමුත්, අවස්ථාවකදී පුලුවන් උනා තමන් දැනුවත්ව හෝ නොදැනුවත්ව තමන්ගේ මූලික අරමුණ හෙවත් ඒ මූල කර්මස්ථානය ඉස්මතු වන ආකාරය දකින්න. සමහර අය ඒ ආකාරය දැකීම තුලත් සමහර අය ඒ ආකාරය නොදැකීම තුල එහෙම නැත්නම් ප්‍රකට නොවීම තුලත් වෙනත් අරමුණ ප්‍රකට වීම හරහාත් ඒ ගුරුවරුන්ගෙන් ලැබුනාවූ විවධ උපදෙස් මත පුලුවන් කම ලැබුනා. අරමුණක් හරහා අරමුණක් එනවා එන එක ඉන්නේ නෑ යනවා යන එක නැවත වෙනස් ආකාරයෙන් එනවා කියන එක විවිධාකාර වූ තොරතුරු මත මේ අරමුණ හරහා තමන්ට කලින් නම් බොහොම ආකාරයේ රාග, ද්වේශ, මෝහ ඇතිවුනා. සමහර අරමුණ වලට ආශාවක් ඇතිවුනා. සමහර අරමුණු වලට ද්වේශය ඇතවුනා. ඒ පැත්ත යම්කිසි මට්ටමකට සමනය කරගෙන අරමුණක් එනවා යනවා, ඒ දිහා බලාගෙන ඉන්න මට්ටමට තමන්ගේ කාලය ගතකරන්න මේ පින්වතුන්ට පුලුවන් උනා.

අන්න එහෙම ආවා වූ ක්‍රියාවලියේ යම්කිසි සාර්ථක මට්ටමක් ආවට පස්සෙ මේ හාමුදුරුවෝ විසින් හඳුන්වලා දුන්නා දැන් එහෙමනම් ඒ පලවෙනි ක්‍රමය අපි පොඩ්ඩක් ඉවත් කරල ඊට වඩා සරල තැනකින් මේකට බැසගන්න. මේක ආරම්භ කරල වැඩි වෙලාවක් ගත කරන්නාවූ කොටස නතර කරල ඒ වෙනුවට වඩා ඉක්මනින් මේ කාර්යයට බැසගන්න ක්‍රමයක් ආරම්භ කරමු කියල. දැනට සති කීපයකට පෙර අපි හඳුන්වල දුන්න මේ සඳහා අධිෂ්ඨානශීලීව බැසගන්නේ කොහොමද කියල. ඒ අනුව මේ පින්වතුන් විසින් දැන් කරන්නේ ඒ අධිෂ්ඨානශීලීව මේ අරමුණට බැස ගැනීම අධිෂ්ඨානශීලීව කියලා කියන්නේ තමා අරමුණක් කෙරෙහි මූලික අවධානයක් යොමුකරන්නේ නැහැ. තමා අනාත්මයෙන් සිද්ධ වෙන්නාවූ කියන එක පිලිබඳව යම් කිසි අවබෝධයකට මේ පින්වතුන් පත්වෙලා තියෙන නිසා ඒ පත්වීම තුල පර්යංක භාවනාව කියන එක පිලිබඳව තමන්ගෙ අවධානය යොමු වෙන්නේ තමන් වාඩිවෙලා ඉන්න ඉරියව්වට හිත යොමුවීමෙන් වාඩිවෙලා ඉන්න ඉරියව්වට හිත යොමුවෙන විට එහෙම නැත්නම් ප්‍රකට වන විට මම දැන් මෙතන කියන ඉරියව්ව තුල මේ පින්වතුන් සූදානම් වෙනව මේ ශරීරයේ ඉහල ඉඳලා පහලටත් පහල ඉඳල ඉහලටත් ක්‍රමනුකූලව ශරීරය දෙස යම්කිසි සුලුවෙලාවක් අවධානය යොමුකරන්න. ඒ අවධානය යොමුකරගෙන ඉඳල ඊට පස්සෙ තමන්ට නොදැනුවත්වම අනාත්මයෙන් සමහරවිට සිතුවිල්ලක් පහල වෙනව. එහෙම නැත්නම් තමන්ට චේතනාවක් එනවා මම දැන් සමාධියට සමවදිම් කියල. නැත්නම් සමාධියට සමවැදීමට අධිෂ්ඨාන කරම් කියල චේතනාවක් පහල වෙනවා. ඒ චේතනාව පහල වෙන්නත් පුලුවන් පහල නොවෙන්නත් පුලුවන්. එය ගැටලුවක් කරගත යුතු නැහ.  එහෙම චේතනාවක් පහල වුනා නම් ඊලගට එයා දන්නව එහෙනම් මේ චේතනා සඳහා මම කාලයක් තීරණය කරන්න ඕන. අන්න එතකොට තමන්ට නෙදැනුවත්වම තවත් අනායාස චේතනාවක් පහල වෙනවා මම විනාඩි 15කට සමාධියෙන් නැගී සිටිම් එහෙම නැත්නම් මම විනාඩි 15 කින් මම සමාධියෙන් නැගී සිටිම්, එහෙම නැත්නම් විනාඩි 45කින් එහෙම නැත්නම් පැයකින් මම සමාධියෙන් නැගී සිටිම්යි කියල. අන්න චේතනාවක් පහල වෙනව දැන් මේ පින්වතුන් කරන දෙයක් නෙමෙයි පින්වතුන් දන්නවා දැන් මේ කෙරෙන දේ දෙස තමන් බලාගෙන ඉන්නව කියල.ඔන්න ඔය මට්ටමේ ඉන්නා වූ පින්වතුන් ඊට පස්සේ එහෙම්මම තමන් නොදැනුවත්වම නැවත වරක් ඔන්න තමන්ට කිසියම් වූ හිස් තැනැක් ලැබෙනවා. කිසියම් දෙයක් නැති තත්වයක් ලැබෙනව. නැති තත්වයක් ලැබෙන කොට තමන් දැනගන්නව මොකක්ද දැන් වෙලා තියෙන්නෙ කියල. දැනගන්නේ කොහොමද ඔය තත්වය තමන්ගෙන් අත්විදෙනව. ඔය තත්වය අත්විදින්නේ කොහොමද. තමන් නොදැනුවත්වම ඔන්න වෙනත් අරමුණක් ප්‍රකට වෙනව. එහෙම නැත්නම් තමන්ට සද්දයක් ඇහෙනව. එහෙම නැත්නම් ඇගේ අත පයේ වේදනාවක් දැනෙනව. එහෙම නැත්නම් තවමත් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හරියට මුලිමතින්ම සංසිඳිලා නැති පින්වතුන්ට ආශ්වාසය ප්‍රකට වෙනවා එක්කෝ ප්‍රාශ්වාසය ප්‍රකට වෙනවා. එහෙම නැත්නම් සිතුවිල්ලක් ප්‍රකට වෙනවා. අන්න එතකොට තමන් දැනගන්නවා දැන් මම නැවතත් අවධි උනා. අවධි උනා කියල කියන්නේ මෙතෙක් තිබුනා වූ මගේ විවේකය නැතිව ගියා. හිස්තැන නැතිව ගියා විශ්‍රාමය නැතිය ගියා අන්න ඒ නිසා මේ පින්වතුන් ඒ වෙලාවේදී අවබෝධ කරගන්නවා එහෙනම් මම මීට කලින් චිත්තක්ෂණයේදී හිටියේ, එහෙම නැත්නම් මීට කලින් තත්පර කිහිපයේ මම හිටියේ කොහේද, සතිය තුලයි. සතිය බව දැනගත්තේ සතිය නැති උනාමයි. අන්න එතකොට අපි කියනවා කලින් සතිමත් වෙලා හිටියා දැන් අසතිමත් වුනා. අසතිමත් වුනාට පස්සෙයි සතිය බව දැනගත්තේ. අන්න ඊලගට මේ පින්වතුන්ට වෙන්නාවූ දේ තමයි අද මේ දවසේ මේ හාමුදුරුවෝ විස්තර කරන්න උත්සාහ වෙන්නේ. දැන් ඊට පස්සේ ඔන්න අසතිමත් වුනාට පස්සෙ තමන්ට තේරෙනව දැන් මේ අසතිමත් භාවය තුල තමන් කොපමණ දුරක් යනවද කියල. ඔන්න ඔතන තමයි පින්වතුන් මේ සමහරවිට තමන් දැනුවත්ව හෝ නොදැනුවත්ව නය විපස්සනාව ආරම්භ වෙන්න පුලුවන් අවස්ථාව. එහෙම නැත්නම් චින්තාමය ඥාණ වලට යන්න පුලුවන් අවස්ථාව.මොකද මේ පින්වතුන්ට මීට පෙර මේ පාර කෙරුනේ යෝනිසෝ මනසිකාරය හරහා. එතකොට පලවෙනි යෝනිසෝ මනසිකාරයේ ප්‍රතිඵලය තමයි මේ දෙවෙනි එකේදී කලින් මතක් කරගෙන තියෙන්නේ. දැන් මෙන්න මේ යෝනිසෝ මනසිකාරය දාල තියෙන්නේ අනාත්මයෙන් කියන එක මේ පින්වතුන්ට මතකයි.  ඊයේ ධර්ම දේශණාවේදි මේ හාමුදුරුවෝ උලුප්පලා දක්වන්න උත්සාහ කලා. අන්න ඒ අනුව අනාත්මයෙන් සිද්ධ උනා වූ ඒ යෝනිසෝ මනසිකාරයේ ප්‍රතිඵලයි දැන් මට භුක්ති විඳින්න සිදුවෙන්නේ.

ඒ නිසා දැන් මෙන්න මේ වෙලාවෙදි පින්වතුන් හොදට සිහිපත් කරගන්න ඕන හොදට තමන්ගේ මනසිකාරයට ඇතුලත් කරගන්න ඕන මේ අසතිය, එහෙම නැත්නම් මේ සතිය කඩාකප්පල් වීම මගේ වරදක්, මගේ දුර්වලතාවයක්, එහෙම නැත්නම් මේ භාවනාවේ කඩාකප්පල් වීමක් නෙමෙයි. කියන එක. අන්න ඒකයි මේ මොහොතේ මේ පින්වතුන්ගේ මනසිකාරය, එහෙම නැත්නම් යෝනිසෝ මනසිකාරය වෙන්න ඕන. අසතියට පත්වීමත් හේතුඵල දහමේ ඵලයක්. අන්න හේතුඵල දහම මේ පින්වතුන්ට අවබෝධ වෙන්න පටන් ගන්නේ මෙතනදි. කොහොමද අවබෝධ වෙන්නේ, සතිය පිලිබඳ තමා හොදටම දැනුවත් උනාම සතිය තිබ්ච්ච බව දන්නවා. සතිය තිබ්ච්ච බව දන්නේ මේ ලොකේ කිසිවක් තිබුණු බව ඒ වෙලාවේ දන්නෙ නැති නිසයි. අසතිය නොතිබුණු නිසයි සතිය තිබුනු බව දන්නේ.

එහෙමනම් මේ අසතිය තුලින් තමයි මට මේ ධර්මතාව අවබෝධ කරන්නේ. අසතිය තුලිනුයි ධර්මතාව අබබෝධ කරන්නේ. අසතිය අසතියට පත්වෙච්ච වෙලාවෙදි ඒ පිලිබඳව වය දැකල ඒකත් එක්ක ගහ මරාගෙන එහෙම නැත්නම් ඒකත් එක්ක රණ්ඩු කලොත් මොකද වෙන්නේ මම නැවත වරක් අසත්පුරුෂ වෙනවා. මම නැවත වරක් අසද්ධර්මයට යනවා. අන්න මම නැවතත් අසත්පුරුෂ වෙනවා. මම නැවතත් අසත්පුරුෂ වෙනවා අසද්ධර්මයට යනවා ඒ කියන්නේ අසද්ධර්මයේ ඵලය තමයි මම නැවත වරක් අශ්‍රද්ධාවට පත්වෙනව. ඔන්න ඔය වෙලාවෙදි හොදට අවධිවෙන්න ඕන මේ පින්වතුන් අශ්‍රද්ධාවට පත් උනොත් ඉන් එහාට මගේ ගමනක් නෑ. මගේ නිර්වාණයක් නෑ. දැන් මම නිවන් දැක්කා. දැකපු නිවන තහවුරු කරගන්නයි දැන් ඉස්සරහට තියෙන්නේ. එහෙනම් සතිය කරේ තියාගෙන හරියන්නේ නෑ. දැන් සතිය බිමින් තියන්න ඕන. දැන් මොකක්ද කරේ තියාගන්නේ. අසතිය. අසතිය කොහොමද කරේ තියාගන්නේ. එකක් තමයි අසතියට ආපු වෙලාවෙදි අසතිය තුලින් පින්වතුන්ට අවබෝධ වෙන්නේ මේ අසතියත් හේතුඵල දහමේ ඵලයක් නම් මේ අසතිය කියන්නෙත් අනාත්මයක්. මේ අසතියත් අනාත්මයක් නම්, මට දැන් තියෙන්නේ මොකක්ද? මේ අනාත්මයට ඉඩ දෙන්නයි. ඒ නිසා අනාත්මයට ඉඩ දෙනවනම් මේ අසතිය මම පත්වෙච්ච සිතුවිල්ලක් කියල අනවශ්‍ය ආකාරයෙන් මෙනෙහි කරල අයින් කරන්න ගියොතින් මගේ ගමන ඉස්සරහට යාමක් නැතිව යනව.

ඕව අවබෝධ වෙන්නේ නැත්නම්, අපි ධර්ම දේශණාවෙදි බලමු තව විස්තර කරගන්න. ඒක නිසා මෙතනදි මේ භාවනාවෙදි කලයුතු කාර්යට උපදේශයක් පමණයි මෙතනදි මේ දෙන්නේ. එතකොට අසතියට පත්වෙච්ච බව දැනගන්නව. මොකද අරමුණක් ප්‍රකට වෙච්ච බව දැනගන්නව. දැන් මේ වෙලාව වෙනකොට මේ පින්වතුන්ට ප්‍රකට වෙන මේ අරමුණු බොහොමයක සද්දය එහෙම නැත්නම් ඇගේ පතේ වේදනවා නෙමෙයි බොහෝවිට අරමුණ ප්‍රකට වෙන්නේ. ආශ්වාස, ප්‍රාශ්වාස සංසිදිලා නැත්නම් ආශ්වාස, ප්‍රාශ්වාස දෙක ප්‍රකට වෙන්න පුලුවන්. එහෙම නැත්නම් ප්‍රකට වෙන්නේ සිතුවිලි. එහෙම නැත්නම් සිතුවිලි කියල ප්‍රකට වෙන්නේ මෙතෙක් කල් මේ ප්‍රකට උනාවූ තමන්ගේ හිතකර තත්වයන්. එහෙම නැත්නම් තමන්ගේ මේ කාමාශාවට අදාල සිතුවිලි නෙමෙයි වැඩිපුර ප්‍රකට වෙන්නේ. මේ මොහොත වෙනකොට මේ පින්වතුන්ට වැඩිපුර ප්‍රකට වෙන්න පුලුවන් වෙන්නේ ධර්මයට අදාල සිතුවිලි. තමන් යෝනිසෝ මනසිකාරය හරහා ඇතුලට දාලා තිබෙන්නාවූ ධර්ම කරුණු තියෙනව. ඔන්න ඔය ධර්ම කරුණු නැවත නැවතත් ආවර්ජනය වෙන්න පටන් ගැනෙනව මේ මොහොතේ. අන්න ධර්ම කරුණු නැවත නැවත ආවර්ජනය වෙන්න පටන් ගත්තොතින්, ඒ වෙලාවෙදි පින්වතුන් ඒ සදහා ඉඩ දීමක් කලයුතුයි. දිගින් දිගටම ඒක පත්තියන් වෙන්න නෙමෙයි කියන්නේ. අනාත්මය තමන්ගේ අවබෝධ වෙනකම් හරි මට්ටමට. ඒ සදහා තමන් සන්ඩු සරුවල් නොකර ඉන්න ඕන කියන එකයි මේ කියන්නේ. එතන වෛර, ද්වේශ සිතුවිලි පහල කර නොගත යුතුයි කියල කියන්නේ. මොකද ඒ හරහා නැවත වරක් තමන්ගේ සතර සම්‍යයක් ප්‍රධාන වීර්ය කඩා දමන්න යන බව දැන් දැනගන්නවා. මොකද මෙතන මේ මතුවන්නා වූ සිතුවිලි හරහා තමයි මට නය විදර්ශණාවට පාර හදල දෙන්නේ. නය විදර්ශණාව කියල මේ කියන්නේ වෙනත් වචන වලින් කියනවනම්, චින්තාමය ඥාණයයි. අන්වය ඥාණය. මෙතෙක් අන්වය ඥාණ මට තිබුනේ නෑ. මෙතෙක් චින්තාමය ඥාණ මට තිබුනේ නෑ. චින්තාමය ඥාණ මට පහල වෙන්න පටන් ගන්නේ ප්‍රත්‍යක්ෂය අවබෝධ උනාට පස්සේ.

සතිය කිව්වේ ප්‍රත්‍යක්ෂයට. ඒක දිහා බලන් හිටිය නම්, අන්න ප්‍රත්‍යක්ෂය තියෙනව. මේ පින්වතුන්ට උඩදී තමන්ට තවම තේරිලා නැතිව ඇති මොකක්ද මේ ප්‍රත්‍යක්ෂය කියලා. නමුත් අභ්‍යන්තරයට ඔය තොරතුරු දැන් ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. මෙතන දැන් යමක් නැහැ, ශූන්‍යතාවය කියල ඇතුලට ගිහිල්ල තියෙන්නේ. ඒක තමයි විවේකය කියන්නේ. ඒක තමයි විශ්‍රාමය කියන්නේ කියන තොරතුරු ඇතුලේ තියෙනව. ඇතුලේ තියෙන නිසයි දැන් මේ මෙතන මේ තරහක් නැතිව, වෛරයක් නැතිව වැඩේ කරගන්න පුලුවන් වුනේ. අන්න එහෙම නැති වුනා නම් මේ පින්වතුන් දැනගන්න ඕන තවම මගේ සතිය ශක්තිමත් නෑ. ඒ කියන්නේ මගේ සති ඉන්ද්‍රිය තවම වර්ධනය වෙලා නෑ. එහෙම නම් මගේ සති බලය වර්ධනය වෙන්න පටන් අරගෙන නෑ. කොහොමද දැනගන්නේ? අන්න භාවනාවෙදි ඒ ටික දැනගන්න ඕන කියන එකයි  මේ අනුශාසනාවෙන් කියවෙන්නේ. කොහොමද දැනගන්නේ? එන්නාවූ සිතුවිල්ල ධර්මතාවයක් හරහා නම් එන්නේ ඒ ධර්මතාවය හරහා සිතුවිල්ල ඉදිරියට යාමට තමන් ඉඩ දෙනවනම්, ඒ කියන්නේ සතිය අසතිය පිළිබඳව තමන්ට ප්‍රමාණවත් අවබෝධයක් ඇවිල්ල තියෙනවා. එහෙම නැත්නම් මේ කියන්නේ තමන් මේ අසතියට පත්වෙච්ච එක ගැන සතියට ඇතිවුනා වූ කැඳර කම නිසා මේ අසතියට වෛර කර වෙනත් චේතනා පහළ වෙන්න පටන් ගත්තොතින් ඒ කියන්නේ තමන්ට අසතිය පිළිබඳ ප්‍රමාණවත් අවබෝධයකට තමන් තවම පත්වෙලා නෑ කියන එකයි. අන්න ඔය මොහොතෙදි කරන්නේ නැවත වරක් පටලවා ගන්න එපා. මොකද මීට පෙර මේ හාමුදුරුවෝ කියල තියෙනව මේ දෙවැනි අවස්ථාවෙදි පර්යංකය තුළදී යමක් නොකර සිටිය යුතුයි කියල දැන් මේ වෙලාවෙදි මේ චේතනා කරන්නේ යමක් කලයුතුයි කියන එක නෙමෙයි, සතිය අසතියට පත්වුනා අසතිය දිගින් දිගටම යනවද, අසතිය නැවත වරක් සතිය බවට පත්වෙනවද එහෙම නැත්නම් අසතිය තුල තමන්ගේ රාග, ද්වේශ, මෝහ හටගන්නවා කියල ඒ පස්සේ යන්න කියන එක නෙමෙයි කියන්නේ. රාග, ද්වේශ, මෝහ ඇතිවෙනවා ද කියන එක නෙමෙයි කියන්නේ, ඒව හටගන්නවාද කියල බලාගෙන අවධියෙන් ඉන්න කියන එකයි මේ කියන්නේ. තේරෙන්නේ නැතිව ඇති බොහෝවිට. අපි බලමු සාකච්චාවේදි මතුකරගන්න ගැටලුවක් තියෙනවනම්. සාකච්චාවෙදි අපි ඒ වෙලාවට මතුකරගන්න. ඔන්න කොහොමද දැනගන්නේ කියල උදාහරණ සහිතව ඒ වෙලාවෙදි කියන්න. මෙතනදි අපි කෙටියෙන් මතක්කර ගත්තොත් මෙන්න මේ වගේ දෙයක් වෙන්න ඕන. අපි හිතමු මේ අවස්ථාවෙදි මගේ කලින් තිබුණාවූ ස්වභාවය පිළිබඳව මට කිසියම් ආශාවක් ඇතිවුනා නම් මෙතන මතු වන්නාවූ අසතිමත් උනාට පස්සේ ඊලගට මතු වන්නාවූ සිතිවිල්ල තමයි, මොකක්ද? ඒ මතු උනා වූ අරමුණ මම බලහත්කාරයෙන් මෙනෙහි කරල අයින් කරන්න උත්සාහ කරනවා. මතු උනාවූ අරමුණ බලහත්කාරයෙන් මෙනෙහි කරල අයින් කරන්න, ඒ කියන්නේ විදර්ශණාවට දාන්න උත්සාහ කරොත් එහෙම එතන මට ඊලග චිත්තක්ෂණය තේරෙන්න පුලුවන්. මට ඇති උනාද ද්වේශයක් කියල මට ඇති උනාද රාගයක් කියල අන්න කලින් සතියට රාගය ඇති උන නිසා මම උත්සාහ කරල තියෙනව එතකොට මේ අසතිය අයින් කරන්න. ඔන්න ඕක තමන්ට දැනෙන්නේ කොහොමද කියන එකයි මේ බලාගෙන ඉන්නේ කියල කියන්නේ. මෙතෙන්දි මේක හොයන්න යනව නෙමෙයි, ඔන්න ඔය විදියට භාවනාව වැඩෙන්න අරලා මේ පින්වතුන් දිගින් දිගටම මේ භාවනාවෙ තමන්ගේ අධිෂ්ඨාන කාලය විනාඩි 15, 40,50 පැයක් හෝ කොච්චර හෝ වෙලාව ඉවර වෙලා නැවත තමන් යනව තුන්වෙනි අවස්ථාවට යෝනිසෝ මනසිකාරයට. තුන්වෙනි අවස්ථාවට යෝනිසෝ මනසිකාරයට යන්නේ මොනව හරහාද මේ වෙලාවෙදි තමන්ගේ මේ සිදු උනා වූ ක්‍රියාවලිය තුල මතකයට ගිය දේවල් සහ මතකයට නොගිය දේවල් හරහා. අන්න එහෙම නම් තුන්වෙනි අවස්ථාවේදි තමන් හොඳටම අවධිවෙන්න ඕන. අවධිවෙලා සමාලෝචනය මුල ඉඳලා අග දක්වාම කරන්න ඕන. සමාලෝචනය මුල ඉඳල අග දක්වා කරනවයි කියල කියන්නේ මොකක්ද? තමන්ම අධිෂ්ඨාන කරගන්න පුලුවන් උනා නම් සමාධියට සමවදින බව, අධිෂ්ඨාන කරගත්තු එක කාලයක් අධිෂ්ඨාන කරගන්න පුලුවන් උනා නම් ඒ දක්වා තමන්ට මතකයක් තියෙනව ඒ දක්වා, ඒ කියන්නේ දැන් තමන් අධිෂ්ඨාන කලා කියන්නේ ඒක අරමුණක්. කාලයක් අධිෂ්ඨාන කලා කියන්නේ අරමුණක්. එහෙනම් අරමුණු දෙක මතක තියෙනවා. අරමුණු දෙක මතක තියෙනවා නම් දැන් දැනගන්න ඕන ඒ අරමුණෙන් පස්සේ මොකද උනේ කියල. එහෙමනම් ඒ අරමුණත් මම අල්ලගෙනනේ ඉන්නේ, ඒ අරමුණත් මගෙන් ක්ෂය උනාද කියන එක දැන් ඔන්න මුලින්ම දැනගන්න ඕන. එතනිනුයි තුන්වෙනි අවස්ථාව පටන්ගත්තේ. එහෙම නම් ඒ ආවා වූ අරමුණත් මොකද වෙලා තියෙන්න ඕන, අනාත්මය තුල ඒ ආවා වූ අරමුණත් සිතුවිල්ලක් විදිහට මෙනෙහි

වෙලා තියෙන්න ඕන. අන්න ඒක සිතුවිල්ලක් විදිහට මෙනෙහි වුනේ නැත්නම් ඒ කියන්නේ තමන් එතන ඉදල තියෙන්නේ අසතිය තුලයි. එතන සතිය තුල තමන් ඉදල නැහැ. හැබැයි අසතිය තුල හිටපු බව දැන් තමන් දන්නව.අසතිය තුල හිටපු බව දන්නේ කොහොමද? ඒ වෙලවෙදි ආවා වූ අරමුණ මගෙන් මෙනෙහි වෙලා අයින් උනේ නැහැ. ඒ කියන්නේ ඒ මත නැවත කෙලෙස් හටගත්තා. එහෙනං අන්න ඒ හරහා මේ පින්වතුන් දන්නවා ඒ මෙහොතේදි මගේ හටගත්තේ මොකක්ද? රාග සිතුවිල්ලක්. ඒ මොහොතෙදි මගේ හටගත්තේ රාග සිතුවිල්ලක්. ඔන්න ඔය විදිහට රාග සිතුවිල්ක් හට ගන්නේ කොහොමද කියල දැනගන්න ඕන.

අන්න එහෙනම් ඔය අවබෝධ ඊලග පර්යංකයට පාවිච්චි වෙන්න ඕන. දැන් දෙවෙනි එකට පාවිච්චි වෙන්න ඕන එක තමයි දැන් මේ දැනගන්නේ තුන්වෙනි එකෙදී දෙවෙනි එකට කලින් දැනගන්න එකක් නෑ අපිට දැන් මේ ආධුනික විදිහටම යන්නේ මම අද පර්යංකයට යනවා. අද පර්යංකයේ පලමුවෙන්ම යෝනිසෝ මනසිකාරය කලා. දෙවෙනි අවස්ථාවෙදි භාවනාව කරනව. දෙවැනි අවස්ථාවෙදි භාවනාව කරනකොට මට රාගයක් ඇතිවුනා කියල දැනගන්න පුලුවන් වෙන්නේ කොයි වෙලාවෙද? තුන්වෙනි අවස්ථාවෙදි. අන්න ඒ රාගයක් දැනගත්තා වූ කියන්නාවූ තොරතුර තමන් එහෙනම් තුන්වෙනි අවස්ථාවෙදි මොකද කරන්න ඕන, යෝනිසෝ මනසිකාරයට ඇතුල් කරන්න ඕන. අන්න ඒක යෝනිසෝ මනසිකාරයට ඇතුල් කලාට පස්සේ ඊලග භාවනාවෙදි මොකද වෙන්නේ, ඊලග භාවනාවෙදි දෙවෙනි අවස්ථාව කියල කියන්නේ පර්යංකයේ මම වාඩිවෙලා ඉන්න අවස්ථාවේදි එතන එතනදීම මට පුලුවන් වෙනවා රාග සිතුවිල්ලක් ඇති උනොත් රාග සිතුවිල්ලක් බව හදුනාගන්න. ද්වේශ සිතුවිල්ලක් ඇති උනොත්, ද්වේශ සිතුවිල්ලක් බව හදුනාගන්න.අන්න ඒකටයි දැන් මේ දෙවැනි අවස්ථාව මේ හාමුදුරුවෝ මුලින් ගත්තේ.  දෙවැනි අවස්ථාවේ කෙරෙන කාර්යක් නෙමෙයි මේ කියන්නේ දෙවෙනි අවස්ථාවේදී වෙන දේ පිලිබඳව තමන් ප්‍රමාණවත් ලෙස අවධානයේ නොසිටියොත් එහෙම තුන්වෙනි අවස්ථාව අසාර්ථක වෙනව කියන එකයි මේකෙන් මතක් කරල දෙන්න හැදුවේ. තුන්වෙනි අවස්ථාව සාර්ථක වෙන්න නම්, දෙවැනි අවස්ථාවෙදි තමන් සතිය අසතියට පත්වෙනව අසතිය සතියට පත්වෙනව කියන එක පිලිබඳව ක්‍රමානුකූලව විකාශනය වෙන්න ඉඩදීල තමන් නිදහසේ හිටියොතින්,  අන්න එතෙන්ටයි කියන්න පුලුවන් වෙන්නේ විදර්ශණා සමාධිය කියල. ඒ කියන්නේ සමාධිය ඇතිවෙනවා, නැතිවෙනවා. ඇතිවෙච්ච බව දන්නවා. ඇතිවෙච්ච එකට රාගයක් ඇතිවුනු බව දන්නවා. නැතිවුනා. නැතිවෙච්ච එකට ද්වේශයක් ඇතිවුනා, ඒ බව දන්නවා. එහෙනම් ඒ බව දැනගන්න පුලුවන් වෙන්නේ ඒ චිත්තක්ෂණයේදී හැර ඊට පස්සේ චිත්තක්ෂණයේදී නෙමෙයි.

එහෙනම් චිත්තක්ෂණයෙන් චිත්තක්ෂණය අවධි වෙනව කියන එක තමයි මේ පර්යංකය කියන්නේ වෙනත් ආකාරයකින් දැන් මේ හාමුදුරුවෝ උලුප්පලා දැක්වෙන්නේ. පර්යංකය තුල තමන් චිත්තක්ෂණය චිත්තක්ෂණය මාරුවෙනව. එහෙම නැත්නම් අපි මේකට අරගෙන තියෙන්නේ මොකක්ද? මම දැන් මෙතන කියන චිත්තක්ෂණය. මම දැන් මෙතන කියන චිත්තක්ෂණයට එන්න නම් මීට පෙර මේ හාමුදුරුවෝ කියල තියෙනව ක්‍රමානුකූලව මොකක්ද කරන්න ඕන. ප්‍රකට වෙන ප්‍රකට වෙන අරමුණක් මෙනෙහි කරනව. එතකොට ප්‍රකට වන ප්‍රකට වන අරමුණක් මෙනෙහි කරන තැනට මේ පින්වතුන්ගේ යෝනිසෝ මනසිකාරය දියුණුවෙලා තිබුණ නම් දැන් ප්‍රකට වන ප්‍රකට වන අරමුණක් කියල කියන්නේ අරමුණක් ප්‍රකට වෙන්නේ කොයි වෙලාවෙදි පමණක් ද, අසතියෙදි පමණයි. සතියේදි අරමුණක් ප්‍රකට වෙන්නේ නැහැ. සතියේදි අරමුණ ප්‍රකට වෙන්නේ නැත්නම් දැන් මේ පින්වතුන්ට සතිය ගැන අලුතින් හොයන්න දෙයක් ඇත්තේ නෑ. එහෙනම් සතිය ගැන හොයන්න ගියා නම් මෙතෙක් කල් වුනා වූ ගැටලු දැන් විසඳෙන්න ඕන. එතකොට ගැටලු විසදීම සඳහා මොකක්ද කරන්නේ, ප්‍රකට වන අරමුණට විතරයි මම සාදර වෙන්නේ. ප්‍රකට වෙන අරමුණට විතරයි මම ප්‍රතික්‍රියා දක්වන්න උත්සාහ කරන්නේ. ප්‍රකට නොවන කිසිම අරමුණකට මම ප්‍රතික්‍රියා දක්වන්න උත්සාහ කලේ නෑ කියන්නෙ මොකක්ද? මම ඒ තිබුනා වූ තත්වයට කිසියම් දෙයක් කරන්න උත්සාහ කරේ නෑ. මම චේතනා පහල කරන්න ගියේ නෑ. මොකද ප්‍රකට වන අරමුණම මම මෙනෙහි කරනව කියන්නේ මොකක්ද. චේතනාවක් දානවා. එහෙනම් චේතනාවක් දාන්නේ කොතෙන්ට විතරක්ද? අරමුණක් ප්‍රකට වුනා නම් අරමුණක් ප්‍රකට වුනා කියල කියන්නේ අසතියට ගියා.

අසතියට ගියා නම්, මම චේතනා කරන්න ඕන මොනවද? මොනවද චේතනා කරන්නේ චේතනා කරන්න ඕන අසතිය සතිය බවට ගෙනියන්න. අසතිය සතිය බවට ගෙනියන්න නම් ඒක අයින් කරන්න ඕන. අයින් කරනව කියන්නේ විදර්ශණා කරනවා. විදර්ශණා කරනව කියන්නේ මෙනෙහි කරල ඉවත් කරනව. අන්න මෙනෙහි කරල ඉවත් කරන කාර්යට තමන් කොහොමද සියට සියක් අනුගත වෙන්නේ කියන එකයි දැන් මේ දේශණා වෙන්නේ. ඒ සඳහා තමන්ට පුලුවන් පුදුමාකාර වූ ඉවසීමක් වර්ධනය වෙන්න ඕන. මොකද අවිද්‍යාවේ බලය ඒ තරම් දරුණුයි. අවිද්‍යාවේ බලය ඒ තරම් දරුණු නිසා මෙන්න මේ අවස්ථාවේදී මේ හාමුදුරුවෝ තවත් මෙන්න මේ වගේ යෝජනාවක් කරන්නයි එන්නේ. මොකක්ද? මේ අවිද්‍යාවේ බලය දරුණු නිසා මේ වෙලාවෙදි තමන්ට තවමත් මේකට අනුගත වෙන්න බැරිනම්, අනුගත වෙන්න අපහසු නම් දැන් නැවත වරක් තේරුම් ගන්න පැහැදිලි කරගන්න.

මේ හාමුදුරුවො විශ්වාස කරනව අවබෝධ වෙන එකක් නෑ තේරෙන එකක් නෑ මෙතෙන්දි සාකච්චාවෙදි අපි මතුකර ගමු සාකච්චා වෙන්න. මොකක්ද අවබෝධ වෙන්න ඕන. සතිය කියන්නේ මොකක්ද? අසතිය කියන්නේ මොකක්ද? සතිය කියන්නේ මොකක්ද අසතිය කියන්නේ මොකක්ද කියලා තවමත් තමන්ට මේ වෙලාවෙදි අවබෝධ වෙන්නේ නැතිව මේ අසතිය වෙලාවෙදි අසතිය ගැන නොදැන ගැනීම නිසා සතිය කඩාකප්පල් වීම නැවත නැවත තමන්ට බලහත්කාරයෙන් චේතනා පහළ වෙන්න පටන් ගත්තොතින්, මෙන්න මේ වැඩේ කරන්න වෙනවා. මොකක්ද කරන්න වෙන්නේ? යෝනිසෝ මනසිකාරය කලින් දැම්මට එතෙන්ට ප්‍රමාණවත් වෙලා නැහැ තවම. ඒකයි හේතුව. ඒ නිසා මේ වෙලාවෙදි එතෙන්ට යෝනිසෝ මනසිකාරය යම්කිසි ප්‍රමාණයක් දාන්න වෙනව. ඕක මීට පෙර මේ හාමුදුරුවෝ දේශණා කරල තියෙනව වෙනත් විදියකට. මේ හාමුදුරුවෝ දේශණා කරල තියෙනව කොහාමද? යම්කිසි අවස්ථාවකදී භාවනාවේ දිගින් දිගටම තමන්ට ශීලයේ පිහිට වෙනවද කියල බලාගන්න බැරිනම්, ශීලය දිගින් දිගට කැඩෙනවනම්, තමන්ට තේරෙනව නම් රාග, ද්වේශ දෙකයි දිගින් දිගට ඇතිවෙන්නේ කියල, මේ හාමුදුරුවෝ කියල තියෙන දේශණාව තුල තියෙනව එක්කෝ ඒ ඉන්න ඉරියව්වේම භාවනාව පැත්තකින් තියල යෝනිසෝ මනසිකාරයට යන්න කියලා. එහෙම නැත්නම්, මේ හාමුදුරුවෝ දේශණා කරල තියෙනව ඉන්න ඉරියව්වෙන් අයින් වෙලා ඇස් දෙක ඇරලා එක්කෝ නැගිටලා පැත්තකට ගිහිල්ලා භාවනාවෙන් ඉවත්වෙලා යෝනිසෝ මනසිකාරය කරන්න කියලා. ඕව මතක තියෙනවද? නැද්ද? කියල නම් මම දන්නෙ නැහැ. හැබැයි ඕව වාර්තා වෙලා තියෙන නිසා ඒවා U-Tube එකේ තියෙනවා. අන්න දැන් එහෙනම් අන්න ඕක තමයි අපි දිගින් දිගටම මීට පෙර සාකච්චා කලේ කාය විවේකය, චිත්ත විවේකය හරහා උපදි විවේකය කියල. දේශණා මට මතක විදියට අනුශාසණා පහක් විතර තියෙනවා. ඔන්න ඔය වෙලාවෙදි ඔය ටික දේශණා වුනා කියන එක තමයි මේ හාමුදුරුවන්ගේ අනාත්මයේ මේ කියන්නේ දැන් මේ අවස්ථාවේදී ඒක නෙමෙයි කියවුනේ. මේ අවස්ථාවෙදි මේ පින්වතුන් ඉන්නේ ඒකට අනුගත වුනානම් ඒකට වඩා ගොඩාක් එහා ගිය මට්ටමක. ඊට වඩා විශාල ගැඹුරු මට්ටමකයි මේ පින්වතුන් මේ වෙලාවේ ඉන්නේ. ඕක ගැටලුවක් වෙන්නේ නැහැ හැබැයි අරවට අනුගත වෙලා හරියට ඒ මාර්ගය තුල ආවේ නැත්නම්. short cut මාර්ගයෙන් ගිහිල්ලා මේ ගාන හදල තියෙනවනම්, දැන් මේ ගාන හදන්න බැරිවෙන මට්ටමක් එනවා. මොකද අතරමැද තමන් නොදන්න ඉලක්කම් පැනපු නිසා ඉලක්කම් 10 පිළිවෙලින් නොදන්න එක්කෙනාට ගනන් පාඩම් කර ගත්තා කියලා ඉලක්කම් මාරුවෙච්ච ඉලක්කමක් ආපු දවසට ගාන හදාගන්න බැහැ. ඒ නිසා ඉලක්කම් 10 දන්න එක්කෙනාට ඕන වෙලාවක ගාන හදාගන්න පුලුවන්. එහෙනම් අන්න තමන් මාර්ගයේ හරියට ඇවිල්ල නැති නිසා දැන් ක්‍රමානුකූලව එහෙන් මෙහෙන් පැනල ඇවිල්ලා තියෙන නිසා දැන් අන්න තමන් මාර්ගය නැවත වරක් දන්නේ නැහැ. මග ඇරුනත් යන්න තමන් දන්නේ නැහැ.ඕකට තමයි වෙන හාමුදුරුවෝ කියන්නේ මං හිතන්නේ විශේෂයෙන් ධම්මජීව හාමුදුරුවෝ මතක් කරන්නේ. ඒක නිසා අපහසුතාවයක් තියෙනවනම් යන්න මූල කර්මස්ථානයට කියල. එතකොට මූල කර්මස්ථානයේ සරණ ඕන වෙලාවක තමන්ට තියෙනවා ඒකට හොඳට හුරුවෙලා හිටපු එක්කෙනාට හැබැයි ඒකට හුරුවෙලා නැතිව වෙන වෙන පාරවල් වලින් පැනලා කෙටි පාරවල් වලින් ඇවිල්ල ආපු එක්කෙනාට කවදාවත් මූල කර්මස්ථානයේ සෙවන මූල කර්මස්ථානය කියන්නේ ආපහු මේ ඔක්කොම නතර කරල අලුතින් භාවනාව පටන් ගන්නව.

අන්න ඒ තත්වය වෙන්න පුලුවන් මේ පින්වතුන්ටත්. ඕව ඔය ආකාරයෙන් ඇවිල්ල නැත්නම්, හරියට ක්‍රමානුකූලව මේ ටික වර්ධනය වෙලා නැත්නම් අන්න ඒකට විසඳුමක් දැන් මේ හාමුදුරුවෝ දෙනවා. මේ වෙලාවෙදි ඒකට විසඳුමක් දෙනවා මේ හාමුදුරුවෝ මේ වෙලාවෙදි එහෙම නම් අන්න ඒ වෙලාවෙදි තමන් සිහිපත් කරන්න ඕන මේ හාමුදුරුවෝ දිගින් දිගටම කියන්නාවූ මේ ලෝකයේ තිබෙන්නාවූ සත්‍ය ධර්මතාවය බුදුහාමුදුරුවෝ දේශණා කරන්නාවූ ධර්මයයි. මොකක්ද මේ ලෝකය කියල කියන්නේ අවිද්‍යාව. මේක හටගැන්ම ආරම්භය අවිද්‍යාව. ආරම්භය හටගැන්ම අවිද්‍යව නම් මේ මොහොතේත් මම ඉන්නේ රහත් චිත්තක්ෂණය තුල නෙමෙයි නම්, රහත් චිත්තක්ෂණය කියල කියන්නේ රාග, ද්වේශ මෝහ නැති බව දන්නා වූ චිත්තක්ෂණය එහෙනම් අරමුණු එනවා, අරමුණුත් එක්ක හැප්පෙනවා ගොඩයැමක් නෑ කියල තේරෙනවනම් ඒ කියන්නේ මගේ රාග, ද්වේශ, මෝහ තුනයි තියෙන්නේ එහෙනම්. මම ඉන්නේ රහත් චිත්තක්ෂණයේ නෙමෙයි. රහත් චිත්තක්ෂණයේ නෙමෙයි නම් මම ඉන්නේ අනාගාමි වෙලා උනත් වැඩක් නෑ. දැන් මම එහෙනම් බුදුහාමුදුරුවන්ගේ පලවෙනි බණ වලට යන්න ඕන.

මොකක්ද බුදුහාමුදුරුවන්ගේ පලවෙනි බණ, මේ ලෝකය කියන්නේ අවිද්‍යව. එහෙනම් මේ චිත්තක්ෂණයේ මම ඉන්නේ අවිද්‍යාවෙයි. එහෙනම් මේ අවිද්‍යාව අවිද්‍යාව බව මේ චිත්තක්ෂණයේදි මම දැනගත යුතුයි. අවිද්‍යාව අවිද්‍යාව බව මේ චිත්තක්ෂණයේදි දැනගත යුත්තේ. එදා මේ හාමුදුරුවෝ කිව්වා මුලට ගිහිල්ලා තමන්ගේ ශීලය සිහිපත් කරන්න. නැවත වරක් යෝනිසෝ මනසිකාරයට දාන්න. යෝනිසෝ මනසිකාරය දාල නැවත වරක් භාවනාවට වාඩිවෙන්න. එහෙම නැත්නම් ඉන්න ඉරියව්වෙන් ඉදල යෝනිසෝ මනසිකාරය කරල භාවනාව නැවත කරන්න. හැබැයි ආධුනිකයෙක් විදිහට. මෙතෙන්දි නැවත වරක් මේ හාමුදුරුවෝ මෙන්න මෙහෙම කියනව. එහෙමනම් මෙතෙන්දි ආධුනික වෙන්න. ආධුනික වීම සදහා තමන්ගේ ප්‍රමාණවත් තරම් යෝනිසෝ මනසිකාරය දානව දානව. දාල නමුත් වැඩ කරන්නේ නැහැ කියල තමන්ට තේරෙනව නම් දැන් එහෙනම් මොකක්ද කරන්න ඕන මෙතෙන්දි ඒ දැම්මා වූ යෝනිසෝ මනසිකාරය වෙනුවට අලුතින් යෝනිසෝ මනසිකාරයකුයි මේ හඳුන්වා දෙන්නේ. මොකක්ද මේ අලුතින් හඳුන්වා දෙන්නේ. අවිද්‍යාව අවිද්‍යාව බව දැනගැනීම විද්‍යාවයි කියන එක. අවිද්‍යාව අවිද්‍යාව කියන එක දැනගැනීම විද්‍යාව කියන එක. මොකක්ද අවිද්‍යාව කියල කිව්වේ. චතුරාර්ය සත්‍ය පිලිබඳ නොදැනීම. එහෙම නැත්නම් මේ ලෝකය නිත්‍යයයි, සුබයි, ආත්මයි කියල ගතිපු එක. එහෙනම් අන්න එතනදි ඔය ටික මෙනෙහි කරන්න. භාවනාව තුලයි දැන් මේ කෙරෙන්නේ. පර්යංකය තුලයි මේ ඉන්නේ. පර්යංකයෙන් ඉස්සරහට යන්නේ නැහැ කියල පර්යංකය ලඟදිම තමන්ට තේරෙනව රාග, ද්වේශ, මෝහ එනව මිසක් ඒව හඳුනගන්නත් බැහැ ඒවා පස්සේ යනවා අරමුණු පස්සේ දුවනවා ඉවරයක් නැහැ සතිය අසතිය බව දැනගන්න බෑ මම මහත්වූ පටලැවිල්ලක ඉන්නේ. ඕක වෙන්න පුලුවන් ඉතාමත් දියුණුවෙච්ච යොගාවචරයෙකුට. අනාගාමී වෙච්ච කෙනෙකුටත් ඕක වෙන්න පුලුවන්. ඒක වෙන්නේ නෑ කියල කියන්න බෑ. මොකද අවිද්‍යාවේ බලය එතනම තියෙනවා. අවිද්‍යාවේ බලය තියෙනව කියන්නේ ඒ චිත්තක්ෂණයට එයා බලගතුයි කියන එක. සතිය තිබ්බ චිත්තක්ෂණයේ එයා යටපත් වෙලා එයා නෑ. එතකොට සතිය තිබ්බ චිත්තක්ෂණය කියල කියන්නේ විද්‍යාව. අසති චිත්තක්ෂණය කියල කියන්නේ අවිද්‍යාව. එහෙනම් අවිද්‍යාව අවිද්‍යාව බව ඒ චිත්තක්ෂණයේ දැනගන්න ඕන. දැනගත්තට පස්සේ මොකද කරන්න ඕන. නැවත නැවත තමන් මේ පිලිබඳව මෙනෙහි කරනව. අවිද්‍යාව අවිද්‍යාව බව දැනගැනීම විද්‍යාවයි. අවිද්‍යාව කියල කියන්නේ චතුරාර්ය සත්‍ය පිලිබඳ නොදැනීමයි. එහෙම නම් මගේ චතුරාර්ය සත්‍ය එහෙම නැත්නම් මට තවම චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධ වෙලා නෑ. චතුරාර්ය සත්‍ය පිලිබඳ නොදන්න නිසා මගේ මේ භාවනාව මේ ආකාරයෙන් කැරකෙනවා. කඩාකප්පල් වීමක් නෙමෙයි මේක තමයි කුසලය කියල කියන්නේ. මේ මට කරුණු ගෙනහැර පානව එයා මොනවද ඔයා කරන්න ඕන කියල මට උපදෙස් දීමක් මේ කරන්නේ. ඒ උපදෙස් මම පලිගන්න ඕන. ඔන්න ඔය ටික ඔය වෙලාවෙදි තමන් මෙනෙහි කරනව. ඊට පස්සෙ මෙනෙහි කරනව එහෙනම් බුදුහාමුදුරුවො දේශණා කරන්නේ මේ ලෝකය අනිත්‍යය, දුක්ඛයි, අනාත්මයි මේ ලෝකය මම අල්ලගෙන ඉන්නේ. නිත්‍යයි, සුඛයි, ආත්මයි. ඔන්න ඔය නිත්‍ය, සුඛ, ආත්ම නිසා තමයි මට දැන් මේ මෙතන එකතැන කැරකෙන්නේ. හෝද හෝද මඩේ දාන්නේ ඒකයි. එහෙනම් නිත්‍ය, සුඛ, ආත්ම කියල මම අල්ලගෙන ඉන්නවා. හැබැයි බුදුහාමුදුරුවෝ දේශණා කරනව මේක අනිත්‍යයි, දුක්ඛයි, අනාත්මයි.

ඔන්න ඔය ටික එතන එතන නැවත නැවත මෙනෙහි කරනවා කීප වතාවක් මෙනෙහි කිරිල්ල නතර වෙනකන්. මෙනෙහි කිරීම දැනගෙන මෙනෙහි කිරීමත් සිතුවිල්ලක් කියල මෙනෙහි කරන්න. භාවනාවේ සැහෙන දුරකට යන්න පුලුවන් මේ ආකාරයට. කණගාටුවකට පත්වෙන්න එපා දුකකට පත්වෙන්න එපා. ඒක තමයි තමන්ගේ ඉදිරි ගමන. ඒක තමයි ධර්මානු ධර්ම ප්‍රතිපදාව. ඒක තමයි ශ්‍රද්ධාව පිහිටවපු තැන. මොකද මෙතන දැන් හොදට අවබෝධ වෙන්න ඕන අවිද්‍යාව අවිද්‍යාව බව. දැනගත්තා කියන්නේ මගේ ධර්මයේ අඩුවකුයි තියෙන්නේ. මගේ ධර්මයේ අඩුවක් තියෙන නිසා මගේ අඩුව තියෙන්නේ කොහේද? ශ්‍රද්ධාවේ. එහෙනම් මේ භාවනාව මේ ආකාරයට මට දැනගන්න බැරිනම් භාවනාව වර්ධනය කරපු වෙලාවෙදි සතිය අසතියට පත්වෙන එක තෝරගන්න බැරිනම් බිත්තියේ දෙපැත්තට ගහගන්න බැරි නම්, කලු මොනවද? සුදු මොනවද කියල දැනගන්න බැරිනම් ඒ කියන්නේ මම මාර්ගයේ හිටියට තවමත් මගේ ඕකප්පන ශ්‍රද්ධාවට ප්‍රමාණවත් තරම් පොහොර ඇවිල්ල නැහැ කියන එකයි. ඒකට ප්‍රමාණවත් තරම් වතුර ඇවිල්ල නැහැ කියන එකයි. ඒකට ප්‍රමාණවත් තරම් ආරක්ෂාවක් දීල නැහැ කියන එකයි. ඒ කියන්නේ සැකය තියෙන්නේ තනිකරම. සතිය අසතිය දැනගන්න බැහැ කියන්නේ සැකය තියෙන්නේ. සැකය නැතිකරන්න නම් නැවත වරක් යන්න ඕන ශ්‍රද්ධාවට. සැකයේ අනෙක් පැත්ත ශ්‍රද්ධාව.ශ්‍රද්ධාව තියෙන තැන විතරයි සැකය නැතිවෙන්නේ.එහෙනම් අන්න ඕකට කියන්නේ විචාරය කියල. විතක්ක විචාර දෙකේ ඕක තමයි විචාරය කියල කියන්නේ. ඔය විචාරය හරහා තමයි සැකය නැතිවෙන්නේ. විචිකිච්චාව නැතිවෙන්නේ විචාරය හරහායි. දැන් මේ මම විචාර කරන්නේ මොකක්ද? මේ තිබෙන ස්වරූපය. මේ තිබෙන තත්වය සැකය නිසා ඇතිවෙච්ච එකක් කියල තමන්ට අවබෝධ වෙනව ඊට පස්සේ. උඩට අවබෝධ වෙන්නත් පුලුවන් යටට අවබෝධ වෙන්නත් පුලුවන්. උඩට අවබෝධ උනොත් ඒකත් සිතුවිල්ලක් කියල මෙනෙහි කරන්න ඕන. එතකොට ඔන්න ඔය තත්වයෙන් තමන් නිදහස් වෙන්න බැරිනම් පරියංකයක, දෙකක, තුනක, හතරක නෙමෙයි දවස් දෙක තුනක උනත් ඕක වෙන්න පුලුවන්. මොකද මේ ශ්‍රද්ධාව කියන එක ඒතරම් ඉක්මනට හැදෙන එකක් නෙමෙයි පින්වතුනි. ශ්‍රද්ධාව කියන එක ඉතාමත් බොහෝම හෙමීට හැදෙන්නේ. මේක හදන්න බෑ. අනෙක් ඔක්කොටම මාර්ග දීල තියෙනව. නමුත් ශ්‍රද්ධාවට කිසිම මාර්ගයක් දීල නැහැ. ශ්‍රද්ධාවට දීල තිබෙන්නාවූ එකම මාර්ගය තමයි බුදුහාමුදුරුවෝ ධර්මය කියන එක. ධර්මය කියල කියන්නේ මේ ලෝකයේ තිබෙන්නාවූ ස්වභාව ධර්මය කියන එකයි. එතකොට ස්වභාව ධර්මය මට අනුගත වෙන්න නම් බුදුහාමුදුරුවන්ගේ බණ මගේ හරහා අනුගත වෙලා අනුගත වෙච්ච බණ මට ධාරණය වෙන්න ඕන. ධාරණය වෙන්න ඕන කියල කියන්නේ අවබෝධ වෙන්න ඕන. අවබෝධ වෙන්නේ ප්‍රත්‍යක්ෂය හරහා. ප්‍රත්‍යක්ෂයට යන්න එකපාරටම බැහැ. එතකොට එක චිත්තක්ෂණයක් ප්‍රත්‍යක්ෂයට ගියාම ඊට පස්සේ මුලු දවස් ගානක් ප්‍රත්‍යක්ෂයට යන්නේ නැහැ. ඔය එක චිත්තක්ෂණයට පුලුවන් කමක් නැහැ අර දවස් ගානක් එක්ක ආයේ සටන් කරන්න. ඒක නිසා ඒ චිත්තක්ෂණය ආරක්ෂා කරගන්නවා කියන එක ලේසි නැහැ. හැබැයි ඒක ආරක්ෂා කර නොගත්තොතින් දෙවෙනි චිත්තක්ෂණය හදන්නත් බැහැ. දෙවැනි චිත්තක්ෂණය හදන්න නම් ඒක ආරක්ෂා කරගන්න ඕන. ආරක්ෂා කරගන්නව කියන එක තමයි මේ අනුශාසණයෙදි දැන් කියවෙන්නේ. කොහොමද ආරක්ෂා කරගන්නේ මට අරමුණක් නැතිව සිටි වෙලාව කිච්චේ සතිමත් වෙලාව කියල දැන් දැනගන්න ඕන. මේ බණ හරහා දැන් දැනගන්න පුලුවන්. ඒකට ආයේ වෙන මුකුත් අවශ්‍ය වෙන්නේ නැහැ. දැන් දිගින් දිගට දවස් කීපයක් ඔස්සේ මේ හාමුදුරුවෝ බණ දේශණා කරනව. එතකොට බණ හරහාම ඕක දේශණා කරනවා. මට පුලුවන් උනා නම් මගේ සාමාන්‍ය අරමුණු එන්නාවූ වේගයේ කාල පමාවක් තියෙනව කියල දැනගන්න, එහෙනම් ඒ කාල පමාව කියල කිච්චේ මොකක්ද? සතිමත් වෙලා හිටපු වෙලාව. ඊට කලින් මට එකකින් අයින් වෙනකොට තව අරමුණක් එනවා. අයින් වෙනකොට තව අරමුණක්. දැන් මේ අරමුණ එන්න ප්‍රමාද වෙනවා. අරමුණ එන්න ප්‍රමාද උනා කියල කියන්නේ නිරෝධ උනා කියන එකයි. නිරෝධය යම්කිසි වෙලාවක් තිබුණා. අන්න නිරෝධ වෙච්ච වෙලාව තමයි සතිය කියල කියන්නේ. වෙන විදියකට කියනව නම් අන්න නිරෝධ වෙච්ච බව දැන් තමන් දැනගත්ත නිරෝධ වෙච්ච බව. මේ පින්වතුන් කියනවා සක්මනේදි නිරෝධ උනා කියලා. නිරෝධ වෙච්ච බව දන්නෙ නැහැ. මම සක්මන් කලා. මම දන්නේ නැහැ සක්මන් කලා කියල. හැබැයි නිරෝධය තිබ්බේ. නිරෝධය අවබෝධ උනේ නැහැ එතන. පර්යංකයෙත් ඕකම තියෙන්න ඇති. අවබෝධ උනේ නැහැ. අන්න අවබෝධ උනා නම් සතිය අවබෝධ වෙලා තියෙනව. සතිය අවබෝධ උනේ නැත්නම් දැන් ඔන්න සතිය අවබෝධ කරගැනීම සදහා තමයි මේ ධර්ම දේශණාව,

මේ අනුශාසණාව අද ගොනුවෙන්නේ මේ විදිහට. එතකොට සතිය  අවබෝධ උනා කියල කියන්නේ චිත්තක්ෂණයක් මට ඉන්න පුලුවන් වුනා. එහෙනම් ඒ චිත්තක්ෂණයෙන් පස්සේ නැවත වරක් සියල්ල කඩාකප්පල් වෙලා තියෙන්නේ කඩා කප්පල් උනා කියන්නේ භාවනාව කඩාකප්පල් උනා කියන එක නෙමෙයි. කඩා කප්පල් උනා කියල කියන්නේ චතුරාර්ය සත්‍ය මගේ ලගට ආව කියන එක. දුක්ඛ සත්‍ය මගේ ලගට ආව කියන එකයි. දුක්ඛ සත්‍ය මා වටා කැරකෙනව කියන එකයි. මොකද මට ඊලග දේ අවබෝධ කරගැනීමට අවශ්‍ය මාර්ගයි දැන් මේ පෙන්වන්න හදන්නේ. කොහොමද මාර්ගය පෙන්නන්නේ. මාර්ගය පෙන්නන්නේ ඔන්න සතිය අසතිය බවට දැනගැනීමට කල යුතු ඊලග කාර්ය දැන් කියල දෙනව. ඊලග කාර්ය කියල දෙන්නේ කොහොමද? මම නොදැනුවත්ව හැදුනාවූ සතිය කැඩුනේ මොකක් නිසාද, ධර්මය පිළිබඳ මගේ දැනුම ප්‍රමාණවත් නැති නිසා. අන්න ඒ ටික හොදට මෙනෙහි කරනවා. ඒ ටික මෙනෙහි කරන්නේ, මොකක්ද, ඒකෙ පලවෙනිය ඉස්සරහට අරගෙන කවුද ඒකෙ පලවෙනියා. අවිද්‍යාව. අවිද්‍යාවත් එක්ක අනෙක් දෙක එන්න ඕන. ඒක හැබැයි කලින් මෙනෙහි කරල තියෙන්න ඕන පුලුවන් තරම්. මොකද අවිද්‍යාව කියල කියන්නේ චතුරාර්ය සත්‍ය පිළිබඳ නොදැනීම. චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධ කරගැනීමට උත්සාහ නොගැනීම. එහෙම එකක් තියෙන බව නොදන්නා කමට තමයි අවිද්‍යාව කියල කියන්නේ කියන එක මීට කලින් මෙනෙහි කරල තියෙන්න ඕන. නැත්තම් ඔතෙන්දි එන්නේ නැ ඒක. ඊට පස්සේ ඒකෙන් අදහස් කරන්නේ අනෙක් පැත්තට මොකක්ද මේක නිත්‍යයි, සුඛයි, ආත්මයි කියල ගන්නා වූ ස්වරූපය. නිත්‍යයි, සුඛයි, ආත්මයි කියල ගත්ත නිසා අන්න මට තේරුනා මේ සතිය කියන එක දැන් කඩා ගන්න ඕන, මොකද මම හිතුවේ සතියත් නිත්‍යයි කියල. සතිය නිත්‍ය නම් දිගට පවතින්න ඕන. එහෙනම් අසතියට පත්වෙන්න විදිහක් නැහැ. එහෙනම් බුදුහාමුදුරුවෝ ගැන චෝදනා අවශ්‍ය වෙන්නෙ නැහැ. අන්න බුදුබණ මතක් වෙන්න ඕන. බුදුහාමුදුරුවෝ දැන් නෑ. මේක අනිත්‍යයයි. දැන් සතියත් අනිත්‍යයයි. එහෙනම් අන්න මේතනින් අවබෝධ කරගන්නේ මොකක්ද? මේ සතියේ නිත්‍ය, අනිත්‍යතාවය අවබෝධ කරගන්නේ.

මෙතෙක් කල් අවබෝධ කරගත්තේ මේ ලෝකයේ තිබෙන්නාවූ භෞතික දේවල් වල නිත්‍ය, අනිත්‍යතාවය. මේ භෞතික දේවල්වල නිත්‍ය, අනිත්‍යතාවය හරහා සංසාරයෙන් එතෙර වීමක් නැහැ. එතන තියෙන්නේ භවයයි. සංසාරයෙන් එතෙර වෙනව නිවන කියල කියන්නේ මෙන්න මේ සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වල අනිත්‍යතාවය අවබෝධ වෙනව කියන එක. සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වල දුක අවබෝධ වෙන්න ඕන. ඒවායේ තිබෙන්නාවූ අනාත්මය අවබෝධ වෙන්න ඕන. මම මෙතන මෙච්චර මහන්සි වෙලා සියල්ල කැපකරලා ඇවිල්ලා හදා ගත්තා වූ මේ ගෙය කඩාගෙන වැටුනා කියලා මට තේරෙන්න ඕන. ඒ ගේ කඩාගෙන වැටෙනකොට මගේ ඇග උඩට, ඒකට මට නෙසැලී ඉන්න පුලුවන් නම් ඒකට මට වෛර නොකර ඉන්න පුලුවන් නම්, ඒක නිසා ඇලීච්ච වෙලාවන්හිදි ආශාවක් ඇති නොකර ගෙන ඉන්න පුලුවන්න නම්, අන්න නිවන තියෙන්නේ එතන. ඔන්න නිවන අවබෝධ කරගැනීම සඳහා සතිය, අසතියයි,  අසතියයි, සතියයි තේරුම් ගන්නේ කොහොමද, අවබෝධ කරගන්නේ කොහොමද කියන එකටයි මේ කෙටි අනුශාසණාව ගොඩනැගුනේ. මට හිතෙනවා බොහෝවිට මේක තේරුම් මට්ටමට නං යන්නේ නැතිව ඇති කියල ප්‍රමාණවත්ව. ඒ තරම් ගැඹුරක් මේ ටිකේ තියෙන්නේ. උඩින් බලන වචන වල අර්ථය නෙමෙයි තියෙන්නේ. උඩින් බලන වචන වල අර්ථය තමන්ට ගන්න පුලුවන් වෙන්නේ අවබෝධ කරගන්න දවසටයි. හැබැයි මෙතන අවබෝධ කරගන්න අය නෑ කියල කියන්නෙත් දේශණා කරන්නෙත් නැහැ. අවබෝධ වෙලා තියෙනව මං හිතන්නේ මෙතන ඉන්න සියලු දෙනාටම වාගේ. එක්කෙනෙක් දෙන්නෙක් හැර. හැබැයි ඒ අවබෝධ වෙලා තිබුණට ඒක අවබෝධය බව තමන් දන්නේ නැහැ. අවබෝධය බව තමන් නොදන්න නිසා මේ බණ ගැටලුවක්. ඒ නිසා මේ කියන වචන ඒ ආකාරයෙන්ම අවබෝධ කරගන්න උත්සාහ කරන්න එපා.  මේවායේ තිබෙන්නාවූ අර්ථයයි අවබෝධ කරගන්න උත්සාහ කරන්න ඕන. අර්ථය අවබෝධ කරගන්න උත්සාහ කලොත් එහෙම ඊලග පර්යංකයට කලින් ඊලග යෝනිසෝ මනසිකාරයට යන්න. මේ වෙලාවෙදි මේ ඇතිවීම මේ බණ ටික යෝනිසෝ මනසිකාරයට දාගත්ත නම් ඊලග පර්යංකයට කලින් ඒකට විනාඩි **5**ක් වෙන්න පුලුවන් විනාඩි **10**ක් වෙන්න පුලුවන් **15**ක් වෙන්න පුලුවන් සමහරවිට පැයක් ගතවෙන්නත් පුලුවන්. ඒ නිසා පර්යංකය නොකර ඉන්න වෙන්නත් පුලුවන්. හැබැයි පාඩුවක් වෙන්නැතිව ප්‍රයෝජනයක් වෙයි කියල කියන්න පුලුවන්.

ඒ කියන්නේ මම කියන්නේ නැහැ මේ වෙලාවේ කරන්න, මේ වෙලාවේ කරන්න කියල හාමුදුරුවෝ උපදෙස් දෙන්නේ නැහැ. හාමුදුරුවන්ගෙ අත්දැකීම මීට පෙර කියවිලා තියෙනවා. හාමුදුරුවෝ කොහේද යෝනිසෝ මනසිකාරය කරේ කියන එක මීට පෙර කියවිලා තියෙනවා. අවශ්‍ය නම් ඒක අනුගත කරල බලන්න මේ හාමුදුරුවෝ කියපු එක මට කරගන්න පුලුවන්ද වෙයිද කියල. නැවත වරක් වචන වලින් කියන්නේ නැහැ ඒක' හැබැයි එකම දේ මතක තියාගන්න මේ ධර්ම දේශණාව මේ කෙටි අනුශාසණාව හරහා මෙතෙක් අපි සාකච්චා කරන ලද්දාවූ මේ මාස ගානක් තිස්සේ සාකච්චා කරන ලද සියලුම ධර්මතාවයන්ගේ තිබෙන්නාවූ ධර්ම දේශණාවල තිබෙන්නාවූ සාරාංශයකුයි මේ අද ඉස්මතු උනේ. විශාල සාරාංශයක් ධර්මදේශණා **50**ක් **60**ක් විතර එතන ගොනුගත වීමක් මෙතන තියෙන්නේ. ඒ නිසා මේක ගොඩක් ගැඹුරුයි. හැබයි ඒ ගැඹුරට බැසගන්න තාක් කල් මේ සංසාරයෙන් එතෙරවීම සදහා මේ සතිය කොහොමද මට උදව් කරන්නේ, අසතිය කොහොමද මට උදව් කරන්නේ කියන එක නම් තේරෙන්නේ නැහැ. හිතන්නෙපා අසතිය තිවන් නවත්තනවා කියලා. අසතිය තමයි තිවන් පාර හදන්නේ. සතියෙන් නෙමෙයි තිවන හදල දෙන්නේ. තිවන හදල දෙන්නේ අසතියෙන්. එහෙනම් අසතිය, අසතිය බව දන්නේ නැත්නම් එයාට තිවනක් නැහැ. සතිය දැනගත්තා කියල තිවනක් නැහැ. සතිය හැදුනයි කියල කියන්නේ තිවන් දොරටුව මෙහා පැත්තට ගියා කියන එක විතරයි. එතකොට තිවන දොරටුව මෙහා පැත්තට යන්න නම්, ඒ ඉන්නා වූ මුලු ගමන් මාර්ගයම ගමන් කරන්නේ කවුද? අසතියයි. අසතියෙන් ගමන් කරල බිත්තිය ලග නතර කරාම කියනව සතිය කියල. අසතිය දැනගැනීම තුලිනුයි තිවන හම්බ වෙන්ඩ ඕන. අසතිය දැනගන්න නම් අවිද්‍යාව දැනගන්න ඕන. අවිද්‍යාව දැනගන්න නම් අවිද්‍යාවට හේතු උනා වූ නිත්‍ය, සුඛ, ආත්ම කියන එක දැනගන්න ඕන. නිත්‍ය, සුඛ, ආත්ම තුලට මම තවමත් කිදාබැස ගත්ත නිසා තමයි මම අසතිමත් උනේ කියන එක එතෙන්දි දැනගන්න ඕන. එහෙනම් සතිය හැදුනා නෙමෙයි වෙලා තියෙන්නේ අසතියට මම ඉඩනොදී හිටිය කියන එක තමයි වෙලා තියෙන්නේ. අසතියට මම ඉඩ දෙමින් හිටිය කියල කියන්නේ මොකක්ද? බුදුහාමුදුරුවන්ගේ බණ වලට මම අනුගත උනා කියන එකයි' බුදුහාමුදුරුවන්ගේ බණ වලට අනුගත උනා නම් අසතිය කියන්නෙත් සතිය කියන්නෙත් දෙකක් නෙමෙයි, ඔය දෙකම එකක්. ඒ දෙකම මේ ස්වභාව ධර්මයේ තිබෙන දෙකක් මිසක් මේ මට තිබෙන්නාවූ මගේ පාවිච්චි කරන්න තිබෙන හොද එකකුයි, මට වඩා තියෙන නරක එකකුයි නෙමෙයි. සොබා දහමෙන් දෙන්නා වූ හරියටම කියනව නම් වැස්සත් ඕන අව්වත් ඕන. ඔය දෙකෙන් එකක් තිබුණොත් ජීවත් වෙන්න බෑ. සීතලත් ඕන, උණුසුමත් ඕන. ඔය දෙකෙන් එකක් තිබුණොත් ජීවත් වෙන්න බෑ. වතුර විතරක් තිබුණොත් ජීවත් වෙන්න පුලුවන්ද? සීතල විතරක් තිබුණොත් ජීවත් වෙන්න පුලුවන්ද? බැහැ දෙකම අවශ්‍යයයි. එහෙනම් ඔය දෙකම අවශ්‍යයි කියන එක තමයි සොබාදර්මය කියල කියන්නේ. එහෙනම් වතුරේ ඔය දෙකම තියෙන්න ඕන. ඔය දෙකම නැත්නම් ඒ වතුර අපිට පාවිච්චි කරන්න පුලුවන් වතුරක් වෙන්නේ නැහැ.

අයිස් කැටයක් උනොත් ඒ වතුර ටික පාවිච්චි කරන්න බැහැ. හැබැයි ගිනි කන්දක් උනොත් ඒ වතුර ටික පාවිච්චි කරන්නත් බැහැ. එහෙනම් ඔය දෙක අතරමැදයි මේ ලෝකය තියෙන්නේ. අන්න මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව තියෙන තැන. එහෙනම් මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවට බැසගන්න නම් නිත්‍ය දැනගන්නත් ඕන අනිත්‍ය දැනගන්නත් ඕන. අන්න බුදුහාමුදුරුවන්ගෙ බණ වලට අවසාන වශයෙන් විනාඩි **50**ක් විතර ගිහිල්ල තියෙනව. ඔන්න එහෙනම් දැන් මේ අවසානයේ සියල්ල ගොනුවෙලා තියෙන්නේ කොතෙන්ටද? මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවට. කොහොමද මම මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවට ගත වෙන්නේ. මේ පර්යංකය තුල මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවට ගත වන්නේ සතිය අසතිය බවට පත්වෙනවා. එහෙනම් ඒකයි සතිය කියන්නේ. එක අන්තයක්. අසතිය කියන්නේ තව අන්තයක්. එහෙනම් නිත්‍ය, අනිත්‍ය දෙකයි ඒකයි අතරේ ලොකු වෙනසක් නෑ. සතිය කියල කියන්නෙම එකක අනිත්‍ය අනිත් එකේ නිත්‍ය. අසතිය කියල කියන්නෙම අනිත් එකේ අනිත්‍ය. ඕච්චරයි සතිය අසතිය කියල කියන්නේ. එහෙනම් නිත්‍ය, අනිත්‍ය දෙකයි ඒකයි අතරත් ලොකු වෙනසක් නැහැ. සතිය කියල කියන්නෙම එකක අනිත්‍ය. අනිත් එකේ නිත්‍ය. අසතිය කියල කියන්නේ අනිත් එකේ අනිත්‍ය. ඔච්චරයි සතිය අසතිය කියන්නේ. එහෙනම් නිත්‍ය, අනිත්‍ය කියන්නේ මේ ලෝකයේ තිබෙන දෙයක් නෙමෙයි නම් සතිය අසතිය කියන්නෙත් මේ ලෝකයේ තිබෙන දෙයක් නෙමෙයි. එහෙනම් තිවන කියන්නෙත් මේ ලෝකයේ තියෙන දෙයක් නෙමෙයි.

එහෙනම් නැති දෙයක් හොයාගෙන යනව නම් තියෙන දේවල් අත්හරිමින් යන්න ඕන. තියෙන දේවල් අත්හරිමින් යන්න නම් තියෙන දේවල් පිළිබඳ යථා රූපය තමන්ට අවබෝධ වෙන්න ඕන. ඒකමයි යථාභූත ඥාණ දර්ශණය කියල කිව්වේ. ඔන්න ඔය යථාභූත ඥාණ දර්ශණය තමයි පින්වතුනේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව කියල කියන්නේ. ඔය මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවටයි මේ දැන් යන්නේ.

එහෙනම් අපි මෙතනින් මේ අනුශාසණාව නතර කරනවා. විනාඩි 50ක් අපි අරගෙන තියෙනවා. මං හිතනවා මෙතනින් ගැඹුරු තැනකට ආව කියල. හැබැයි මේ පින්වතුන් ආවා වූ මාර්ගය තුළ මේ පින්වතුන්ට මේක අවබෝධ කරගැනීමේ අපහසුතාවයක් නෑ. ඒ සඳහා තමන්ට ප්‍රමාණවත් තරම් කාලය අරගෙන මේක පරීක්ෂාවට ලක් කරන්න පමණයි තියෙන්නේ. ක්‍රමානුකූලව පරීක්ෂාවට ලක්වෙනකොට මේක තමන්ගේ නියම මාර්ගයට එයි. ඒ නිසා මේ ධර්මය ගොනුගත වෙන්නේ මේ පින්වතුන්ගේ කුසලය නිසා මිසක් මේ හාමුදුරුවන්ගේ කුසලය නිසා නෙමෙයි. මේ ධර්මයෙන් මේ හාමුදුරුවන්ට අලුතෙන් ලැබෙන දෙයක් නෑ. මේ ධර්මය මේ වෙලාවේ දේශණා කළත් මේ හාමුදුරුවන්ගේ විදර්ශණාව සිද්ධ වෙනවා. දේශණාව නොකර වෙන වැඩක් කරත් මේ හාමුදුරුවන්ගේ විදර්ශණාව සිද්ධ වෙනවා. ඒකට මේකෙන් අඩුවක් හෝ පාඩුවක් වෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා මේ හාමුදුරුවන්ගේ කුසලය හරහා නෙමෙයි මේ එන්නේ. මේ පින්වතුන්ගේ කුසලය හරහා සහ මේ Y-Tube හරහා හා අනෙකුත් ආකාරයෙන් මේ ලෝකයේ ඉන්නා වූ විශාල පිරිසක් දෛනිකව මේව පාවිච්චි කරනවා. ඒ සියලු දෙනාගේම කුසලයයි මේ ඉස්මතු වෙන්නේ. ඒකෙන් මේ හාමුදුරුවන්ට මේ අවස්ථාවේ අනාත්මයෙන් කියවෙන්නේ. මේක තමයි මේ මොහොතේදී මේ සම්බුද්ධ ශාසනය ජීවමානයි කියන එක. නිවන ජීවමානයි කියන එක. මේ රහත් ඵලය ජීවමානයි කියන එක. මේ පින්වතුන්ට මේ භවයේදී නිර්වාණය ජීවමානයි කියන එකයි මේ කියවෙන්නේ. එහෙමනම් මේ භවයේදී නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම සඳහා වෙර දරන්නාවූ මේ පින්වතුන්ට මේ දක්වා මේ ස්ථානයේ තිබෙන්නාවූ ඒ තේමාව පදනම් කරගෙන මම දැන් මෙතන කියන චිත්තක්ෂණයට අනුගත වෙන්න දැන් පුලුවන් වෙලා තියෙනවා. මීලග චිත්තක්ෂණයේදී, ඒ මම දැන් මෙතන කියන චිත්තක්ෂණයත් දියකර ගැනීම සඳහා දියකර හැරීම සඳහා මේ පින්වතුන්ගේ ප්‍රඥාව සාක්ෂාත් වේවා කියලා අපි සාධුකාරයක් දෙමු.

සියලු දෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.