

නිවන මේ මොහොතේම 51.1

කණිෂ්ඨ යෝගාවචර උපදෙස් 7 - මම දැන් මෙතන 5 (කාය,චිත්ත,උපධි විවේක 5)

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස.

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස.

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස.

ශ්‍රද්ධා බුද්ධි සම්පන්න යෝගාවචර පින්වතුනි යටියන්තොට සිරිසමනොල සෙනසුනේ අද සෙනසුරාදා පැවැත් වෙන්නා වූ මේ ධම්මානු ධම්ම ප්‍රතිපදාව සඳහා මේ අවස්ථාවේදී තමන්ගේ දිනය විවේක කරගෙන මේ ස්ථානයට පැමිණියා වූ මේ පින්වතුන් මේ ස්ථානයේ පූර්ණ කාලීනව ධම්මානු ධම්ම ප්‍රතිපදාවේ යෙදී සිටින්නා වූ පින්වතුන් ඒක රාශි වෙලා මේ අස්වස්ථා වේදී බලාපොරොත්තු වන්නේ අද දිනය සඳහා තමන්ට ලැබුනා වූ මේ කාය විවේකය කුමන ආකාරයෙන්ද කාය විවේකයක් බවට පරිවර්තනය කරගෙන ඒ කාය විවේකය චිත්ත විවේකයක් දක්වා උසස් කරගන්නේ කියන එක අරමුණු කරගන්නා වූ ක්‍රියාවලියකටයි සුදානම් වෙලා තියෙන්නේ. ඒ සඳහා අප මැණි සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ අපිට අනුදැන වදාල ආකාරයට ප්‍රථමයෙන්ම මේ පින්වතුන් ශීල ශික්ෂාවක පිහිටලා එහෙම නැත්නම් ශීල අනුග්‍රහය ලබාගෙන තමන්ගේ දිනය සඳහා ශීලය අලුත් කරගනු ලැබුව. මේ ශීලය අලුත් කරගනු ලැබුව කියන්නේ මේ ගිහි ගෙදර ඉන්නා වූ පින්වතුන් සාමාන්‍යයෙන් තමන් පාවිච්චි කරන්නා වූ ශීලය තමයි පංචශීලය. ඒ නිසා මේ අවස්ථාවේ දී පංචශීලයෙන් එහා ගියා වූ උපෝසථ අෂ්ටාංග ශීලය හෙවත් තවත් සිල්පද තුනක් ඒකට එකතු කරගත්ත අද දිනය සඳහා මම මේ සිල්පද තුනත් අර පහට එකතු කරල ආරක්ෂා කරනව කියල.

නමුත් පිංවතුනි ධර්මානු ධර්ම ප්‍රතිපදාවේ යෙදෙන්නා වූ පිංවතුන්ට මීට වඩා වැදගත් දෙයක් මේ ශීලය තුල එහෙම නැත්නම් ශීල අනුග්‍රහය තුල ලබාගන්න වෙනවයි කියන එක අපි මේ කාලයක් තිස්සේ දැන් මාස කීපයක් තිස්සේ මේ සෙනසුරාදා පවතින්නා වූ වැඩ මුළුව හරහා එහෙම නැත්නම් මේ ධර්මානු ධර්ම ප්‍රතිපදා උපදෙස් මාලාවත් හරහා සාකච්චාවට භාජනය කරල තීනව. ඒ සඳහා වැදගත් වන්නා වූ ධර්ම දේශනා රාශියක් අපි ශ්‍රවණය කරල තීනව මේ පින්වතුන්. ඒ හරහා මේ පින්වතුන් මේ වන විට දන්නවා මේ ශීලය කියල කියන්නේ මම සමාදන් වුනා වූ ශීලයට වඩා මේ ශීල ශික්ෂාව කියල බුදු පියාණන් වහන්සේ විසින් අනු දැන වදාරල තීන ඒ සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව කියන ආර්යෂ්ටාංගික මාර්ගයේ මාර්ග තුනක් එකතු වීමෙන් සෑදෙන්නා වූ ශික්ෂාවකටයි බුදු පියාණන් වහන්සේ ශීල ශික්ෂාව කියල හඳුන්වල දීල තියෙන්නේ. ඒනිසා මේ පින්වතුන් දන්නව එහෙනම් ශීලයක් සමාදන් වුනාට වැඩක් නෑ සමාදන් වුනා වූ ශීලය ආරක්ෂා වෙනවද නැද්ද කියන එක මම දන්නේ නැත්නම්. මෙතෙක් කල් සංසාරයක් පුරාවට මම හිතාගෙන හිටියේ මගේ ශීලය මම නොදැනුවත්ව ආරක්ෂා වෙනව කියල. මොකද මම දැනගෙන හිටියේ නෑ මගේ ශීලය කැඩෙන්නේ මගෙන් අවසර නොගෙන කියල. දිගින් දිගටම මම හිතුවේ අනිත් දේවල් මම කරනව මට ඕන විදියට කරනව ඒ නිසා මමයි මේ කාර්ය කරන්නේ එහෙනම් ශීලය මම ගත්ත සමාදන් වුනා සමාදන් වෙච්චනිසා ඒ ශීලය ආරක්ෂා වුනා. ඒක නිසා තමයි මේ සංසාරයට දිගින් දිගටම බැඳුනේ. බුදු පියාණන්

වහන්සේ ඕක අනු දැන වදාලනව වෙනත් ආකාරයකින්, එක අවස්ථාවක දී නිවරණ කියන වචනය පාවිච්චි කරල කියනව මේකට, මේ නිවරණ කියල ජාතියක් තියෙනව, එහෙම නැත්නම් තවත් අවස්ථාවක දී බුදු පියාණන් වහන්සේ මේකට කෙලෙස් කියන නම දෙනව. කෙලෙස් කියන නම හෝ නිවරණ කියන නම දීල අවසාන වශයෙන් බුදු පියාණන් වහන්සේ අනු දැන වදාරන්නේ මේ ශීල ශික්ෂාවේ තිබෙන්නා වූ තුන්වෙනි ශික්ෂාව එහෙම නැත්නම් ආර්යඅෂ්ටාංගික මාර්ගයේ තිබෙන්නා වූ පස්වන මාර්ගය හෙවත් සම්මා ආජීවය. සම්මා ආජීවයෙන් බුදු පියාණන් වහන්සේ අපට අනු දැන වදාරන්නේ කුමක් ද ? මේ ලෝකයේ පෘතක්ෂන පුද්ගලය, එහෙම නැත්නම් මේ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශණා කරනව අන්ධ පෘතක්ෂනය කියල.

අන්ධ පෘතක්ෂනය හිතාගෙන ඉන්නෙ මේ ලෝකයේ මේ තිබෙන්නා වූ සියල්ල එහෙම නැත්නම් අන්ධ පෘතක්ෂනය කරල තීන්තෙ මේ ලෝකයේ තිබෙන්නා මේ වූ සියලු දේවල් ලෝභයෙන් අල්ලාගැනීම, ද්වේශයෙන් අල්ලාගැනීම සහ මෝහයෙන් ඒමත කටයුතු කිරීම. එතකොට ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ කියන කොටස් තුනක් මතයි මේ ලෝකය පවතින්නෙ. ඔන්න ඔය ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ කියන කොටස් තුන තුල පවතින්නා වූ මේ ලෝකය කියන එක පින්වතුනි, ඉවත් වෙන්න නම් එහෙම නැත්නම් මේ ලෝකයෙන් එතෙර වෙන්න නම්, එහෙනම් කවුරු හරි හිතනවනම් මම සංසාරයෙන් එතෙර වෙන්න ඕනා, නැවත උත්පත්තියක් නැති කරගන්න ඕනා කියල අන්න ඒ තැනැත්තා ගේ පළවෙනි ආකල්පය බවට පත්වෙන්න ඕනා එහෙම නම් මෙන්න මේ ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ තුන නැතිකර ගැනීම. එතකොට ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ තුන නැතිකර ගැනීම සඳහා මේ පින්වතුන් කරන්නා වූ පළවෙනි කාර්ය තමයි සාමාන්‍ය පෘතක්ෂනයක් විදිහට ගිහි ජීවිතයේ දී දානෙ දෙන එක. එතකොට හිතනව හැම කෙනෙක්ම දානෙ දුන්නම මගේ ලෝභකම නැතුව ගියා කියල. නමුත් අපි වරින් වර විවිධ ධර්ම දේශණා හරහා විවිධ ආකාරයෙන් විවිධ මාතෘකා සහ විවිධ උදාහරණ හරහා මේ පින්වතුන් දැන් වෙනකොට අවබෝධ කරන් තිනව දානය කියන්නෙන් අවිද්‍යාවේම ඵලයක්, දානය කියන්නෙන් ලෝභකමේම ඵලයක්, දානය කියන්නෙන් ලෝභය එහෙම නැත්නම් රාගය නිසාම හටගන්නා වූ දෙයක්. එනිසා දානෙ දීල සංසාරයෙන් ඉවත් වෙන්න බැරි බව, දානෙ දීල සංසාරයෙන් එතර වෙන්න බැරි බව, දානෙ දීල භවය නතර කරන්න බැරි බව මේ පින්වතුන් දැන් වෙනකොට අවබෝධ කරගෙන තිනව. හැබැයි දානෙ නොදී සංසාරයෙන් ඉවත් වෙන්න පුළුවන් කියන එක නෙවෙයි මේ දේශණා වෙන්නෙ. දානෙ දිය යුතුයි දානෙ දිය යුත්තේ දානෙ දීමත් තණ්හාවේ ඵලයක්, එහෙම නැත්නම් දානෙ දීමත් අවිද්‍යාවෙන් හටගන්නා වූ ඵලයක් කියන එක අවබෝධ කරගැනීම තුලින්.

අන්න ඒ සඳහා දෙන්නා වූ දානයක් තමයි මේ දිනයේ දී මේ පින්වතුන් අද දිනයේ කරන්න සුදානම් වන්නෙ වෙනත් ආකාරයකින් අද දිනයට බැසගැනීමකුයි අපි මේ කරන්නෙ. එහෙනම් ඒ ආකාරයෙන් දෙන්නා වූ දානය කියල කියන්නෙ මොකක්ද ? අද දිනයේ එහෙනම් මේ පින්වතුන් තමන්ගේ දානය බවට පරිවර්තනය කරල තිනවා, තමන් ලග තිබෙන්නා වූ භෞතික සම්පත් නෙවෙයි, භෞතික දේවල් නෙවෙයි එහෙම නැත්නම් එකතු කරගත්තා වූ ධනය නෙවෙයි, අද දිනය තුල මේ පින්වතුන් දානය බවට පරිවර්තනය කරල තීන්තේ මොනව ද? තමන්ගේ මුලු ශරීරයම, තමන්ගේ මුලු ජීවිතයම, තමන්ගේ මේ මොහොතේ තිබෙන්නා වූ මේ ජීවිතයම තමන් දානය බවට පරිවර්තනය කරල තීන්තෙ. ඕකට වෙනත් ආකාරයකින් අපිට කියන්න පුළුවන් පළවෙනි සම්මා වාචා සහ සම්මා කම්මන්ත දෙක සම්භන්ධ කරගත්තොතින් ඕකට දේශණා කරනව බුදු පියාණන් වහන්සේ අභය දානය කියල. ඒ කියන්නෙ කයෙන් කෙරෙන්නා වූ අකුසල් තුන නොකර සිටිනවා නම්, වචනයෙන්

කෙරෙන්නා වූ අකුසල් හතර නොකර සිටිනවා නම් ඒක අභය දානයක් විදියට සලකන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ මගේ අතින් බාහිරට කිසියම් හෝ අකරතැබියක් වෙන්නේ නෑ, අඩු පාඩුවක් වෙන්නේ නෑ, වරදක් වෙන්නේ නෑ. උදාහරණයක් විදියට කිව්වනම් මගේ අතින් මැරෙන්න තීන සතෙක් මැරෙන්නේ නැත්නම් ඒ සතාට මම අභය දානය දුන්න වෙනව. මම භොරකම් කරන්න ආපු භාන්ඩයක් භොරකම් කරේ නැත්නම් ඒ භාන්ඩය අයිති තැනැත්තාට මම අභය දානය දුන්න වෙනව.

අන්න ඒ වගේ තමයි එතන. නමුත් එතෙක්දී නැවත වරක් පින්වතුනි අපි සැලකිල්ලෙන් බලන්න ඕනා, ඔතනත් වැදගත් වෙලා තීන්නේ මේ අභය දානය කියන්නා වූ පළවෙනි කොටස් දෙකද එහෙම නැත්නම් අර සම්මා ආජීවයද කියන එක. අන්න එහෙම මේ පින්වතුන් අද දිනය සඳහා තමන් ගේ කාය විවේකය ලබාගන්නා නම් ඔය කාය විවේකය සර්ව සම්පූර්ණ වෙන්නේ කාය විවේකය විත්ත විවේකයක් බවට පරිවර්තනය කරගන්න හැකිවෙන්නේ මොකක් වුනොත් ද? ඔය කියන්නා වූ සම්මා ආජීවය සම්පූර්ණ කර ගත්තොත් එහෙම නැත්නම් ඒ සම්මා ආජීවයට විරුද්ධව තිබෙන්නා වූ මිච්ඡා ආජීවය තුල තීන රාග, ද්වේශ, මෝහ තුන නැතිකර ගත්තොතින්. අන්න ඒ නැතිකර ගැනීම සඳහායි මේ කාය විවේකය ලබාගත්තේ කියන එක පින්වතුන් අවබෝධ කරගන්න ඕන. කොහොමද අවබෝධ කරගන්නේ ? මේ සංසාරය තුල මම දානෙ දුන්නෙත් රාග, ද්වේශ, මෝහ තුන හරහා නම් ඒ කියන්නේ ඒ වෙලාවේ දීත් මම කය පාවිච්චි කරලා තීන්නේ මොහොතකද? සංසාරයට එකතු වෙන්නයි සංසාරයෙන් ඉවත් වෙන්න නෙවෙයි. එහෙනම් අද දිනයේ දීත් ඒ වැඩේ නොකරනවනම් මන් මොකද කරන්න ඕනා? අද මම රාග, ද්වේශ, මෝහ තුනෙන් මේ වැඩේ කරන්නේ නෑ එහෙම නැත්නම් තවත් ආකාරයකට බුදු භාමුදුරුවෝ දේශණා කරනවා තණ්හා, මාණ, දිට්ඨි වලින් නෙවෙයි අද දිනය මම ගත කරන්නේ. තණ්හා, මාණ, දිට්ඨි වලින් ගතකරන් නැත්නම් එතන දී මේ පින්වතුන් ගේ අවධානයට යන්න ඕන පළවෙනි කාරනය මොකක් ද අද දිනය තුල මම කිසිදු අපේක්ෂාවකින් තොරව කාර්යන් කරනවා කියන එකයි. මොකක් ද රාගය කියල කිව්වේ එහෙම නැත්නම් ආසාව කියල කිව්වේ මොකක් ද ? අපේක්ෂාවක්, බලාපොරොත්තුවක්, පරමාර්ථයක්, අරමුණක් අන්න මොකක් හෝ අරමුණක් තියාගත්ත නම්, මොකක් හෝ බලාපොරොත්තුවක් ඇතිකරා නම් මොකක් හෝ අපේක්ෂාවක් ඇතිකරා නම් ඒ කියන්නේ මොකක් ද පින්වතුනි එතන තීන්නේ ? එතන තීන්නේ තමන්ගේ ඒ කෙරෙහි ඇති වුනා වූ ආසාව. එහෙනම් ඒ අපේක්ෂාව එහෙම නැත්නම් ඒ බලාපොරොත්තුව ඇති වුනේ මොකක් හරහා ද ? මගේ නොදැනුවත් කම හරහා එහෙම නැත්නම් මේ අතීතයේ දී එකතු වුනා වූ කෙලෙස් හරහා. ඒ කට තමයි අවිද්‍යාව කියල කිව්වේ. ඒ පිළිබඳව මගේ තිබෙන්නා වූ නොදැනුවත් කම තමයි අවිද්‍යාව කියල කිව්වේ. එහෙම නම් ඔන්න ඔය ආකාරයට දැන් මේ අවිද්‍යාවෙන් කෙරෙන්නා වූ කාර්ය වලක්වන්න නම් මේක අවිද්‍යාවෙන් කෙරෙන්නා වූ දෙයක් බව මම දැනගන්න ඕනෙ. එහෙනම් මේ පින්වතුන් දැන් මේ මොහොතේ දී ධාරණය කරගන්න ඕන මීට පෙරත් අපි සාකච්ඡා කරල තිනව මේ පින්වතුන් මේ ටික අහල තිනවා මොකක් ද කරන්න ඕන දවස තුල ? කිසිදු අපේක්ෂාවක් ඇතිකර ගත්තේ නැතුව මේ පින්වතුන් අද දවස ගතකර ගැනීම සඳහා චේතනා කරගන්න ඕනෙ. අද දවසේ ගතකිරීම සඳහා චේතනා කරගත්තොතින් කිසිදු අපේක්ෂාවක් ඇතිකරන්නේ නැතුව අද දවස තුල මේ පින්වතුන් ගේ හටගෙන තිබෙන්නා වූ රාග ද්වේශ මෝහ ටික අඩු වෙන්න පුළුන්. සියට ට සියක් නැතිවෙනව කියන එක නෙවෙයි පින්වතුනි මෙතන කියන්නේ සියට සියක් රාග ද්වේශ මෝහ නැතිවන්නේ රහතුන් වහන්සේ ගේ පමණයි. එහෙනම් මේ පින්වතුන් රහත් වෙන්නයි බලාපොරොත්තු වෙන්නේ එහෙනම් මේ පින්වතුන්ට පුළුවන් වෙන්න ඕනා අඩුම වශයෙන් අද දිනය තුල රහතුන් වහන්සේ ගතකරන්නා වූ ඒ ජීවිතය

එහෙම නැත්නම් රාග ද්වේශ නැතුව රහතන් වහන්සේ ගතකරන්නා වූ කාලයෙන් අඩුම වශයෙන් අඩුම කොටසක් එහෙම නැත්නම් අපි කියනව ඒකට චිත්තක්ෂණය කියලා චිත්තක්ෂණයක් වත් ගතකරන්න මේ පින්වතුන්ට පුළුවන් වෙන්න ඕනෙ. මම කියන්නෙ මේ පින්වතුන්ට මේ කාර්ය ආරම්භ කරනව කියන එක නෙවෙයි. ඒ කාර්ය ආරම්භ කරලා ඒක අත්විඳලා මේ චිත්තක්ෂණය නෙවෙයි සමහරවිට මේ පින්වතුන්ට තප්පර කීපයක් සමහර වෙලාවට විනාඩියක් දෙකක් වෙන්නත් පුළුවන් රාග ද්වේශ මෝහ නැතුව ඉන්න පුළුවන් පින්වතුන් මෙතන ඉන්නව. ඒ පිළිබඳව ගැටළුවක් නෑ සැකයක් නෑ ඒ පින්වතුන් තමන්ගෙ අත්දැකීමෙන් ඒක අත්විඳලා තීනව නමුත් මේ මතක් කරගැනීම හරහා කරන්න හදන්නෙ මොකක් ද ? ඒක තව තවත් අනුගත කරගන්නේ කොහොමද ඒක ඒ භාවනා වෙදී කෙරෙන්නා වූ දේ අනෙක් වැඩ වලට ගෙනයන්නේ කොහොම ද කියන එක. අන්න ඒක නිසා අද දිනය තුල මේ පින්වතුන් කල්පනා කරන්න එපා මම ආවේ පර්යන්ත භාවනාව කරන්නයි මම ආවේ ආනාපාන සති භාවනාව කරන්නයි කියලා කල්පනා කිරීමේ අවශ්‍යතාවයක් නෑ. මම ආවේ සක්මන් කරන්නයි මේ වෙලාවට සක්මන් කරන්න තීනව, මේ වෙලාවේ මම සක්මන් කරනව, මෙන්න මේ විදියටයි මම සක්මන්තේ කියලා සැලසුම් කරන්න අවශ්‍යතාවයක් නෑ. එහෙම නැත්නම් මෙන්න මේ වෙලාවේ දානෙ තීනව මේ වෙලාවේ දානෙ වළඳන්න තීනව එහෙම නැත්නම් මෙන්න මේ කාර්ය තීනව කියලා සැලසුම් කරන්න අවශ්‍යතාවයක් නෑ පින්වතුනි. මොකක්ද එහෙනම් කෙරෙන්න ඕනා මේ පින්වතුන්ට තමන් මේ ඉන්නා වූ වෙලාවල් තුල දැන් මේ වාඩිවෙලා ඉන්නවා වගේම මේ යම් යම් අවස්ථා වලදී දැන් මේ පින්වතුන්ගේ කන් වලට යම් යම් දේවල් ඇහෙනව එහෙම නැත්නම් අපි කියනව සද්දේ මේ පින්වතුන්ගේ සෝත විඤ්ඤානය වැඩ කරනව කියලා. ඒ වගේම මේ පින්වතුන් ට සමහර අවස්ථාවල දී මතුවෙන්න පුළුවන් සිතුවිල්ලක් දැන් මම පර්යන්තයට ඉදගන්න ඕනෙ කියලා. දැන් මම වාඩිවෙන්න ඕනෙ කියලා සිතුවිල්ලක් එන්න පුළුවන්. අන්න ඒ සිතුවිල්ල ආපු එකට තමයි පින්වතුනි කියන්නෙ ක්‍රියා සිතුවිල්ල කියලා

. ඔන්න ඕකයි රහතුන් වහන්සේ ගේ සිතුවිල්ල ඔන්න ඕකයි රහතුන් වහන්සේට මතුවන්නා වූ චේතනාව. ඒ චේතනාවෙන් තව තවත් චේතනා කරන්න රහතුන් වහන්සේට අවශ්‍යතාවයක් නෑ මොකද රහතුන් වහන්සේ දන්නව මේක ආවේ අවිද්‍යාව හරහා අනාත්මයෙන් ආවා වූ සිතුවිල්ලකුයි මේ තීන්නෙ. රහතුන් වහන්සේ ඕකට මොකක්ද කරන්නෙ ? දැන් සැලසුම් කරන්නෙ නෑ කොහේද වාඩි වෙන්න ඕනෙ කියලා. මොකක් උඩ ද වාඩිවෙන්නේ කියලා රහතුන් වහන්සේ සැලසුම් කරන්නේ නෑ, කොයි තැන ද වාඩිවෙන්නේ කියලා සැලසුම් කරන්නේ නෑ. රහතුන් වහන්සේ මොකද කරන්නේ මේක තමන්ට ප්‍රකට උනා නම් මේක මෙනෙහි කරනව. මොකක් ද මෙනෙහි කරන්නෙ සිතුවිල්ලක් කියලා. අන්න ඒක මෙනෙහි කරන කොට ඊලග සිතුවිල්ල රහතුන් වහන්සේ නොදැනුවත්ව තමන්ට පහල වෙනව. මොකද ඒක වෙන්නේ අනාත්මයෙන් එහෙනම් මේ පින්වතුන් රහත් වෙන්න නම් උත්සහ කරන්නෙ මේ පින්වතුන් අද දිනයේ ඔන්න ඔය වැඩේ කරන්න දැන් සුදානම් වෙන්න ඕන. මොකක් ද කරන්න ඕනා තමන්ට එන්නා වූ සිතුවිල්ලක් ආපු බව දැන ගන්න වා මිසක් ඒ මක නැවත නැවත චේතනා පහල කරන්නේ නෑ. ඒ නිසා මම පර්යන්තයට වාඩිවෙනව කියලා සැලසුම් කරන් නෑ, එහෙනම් ඉක්මනට යන්න ඕන, මගේ තැන හොයා ගන්න ඕන, අනිත් එක්කෙනාට කළින් මම වාඩි වෙන්න ඕන, හරියටම පැයක් භාවනා කරන්න තීනව ඒ නිසා මේ වෙලාවේ ගියෙ නැත්නම් බෑ හම්බෙන්නෙ නෑ කියලා හිතන්නෙ එහෙම නෑ. මේ පින්වතුන්ට දැනෙනව මේ අවස්ථාවේ තවත් එකක් මේ සාමාන්‍යයෙන් පර්යඬකය කියලා කියන්නෙ ගෙඩියක් වදින වෙලාව. එහෙම නැත්නම් මේ සිතුවිල්ල වෙනුවට එන්න පුළුවන් ඒ වෙලාවේ මොකක් ද තමන්ට සද්දයක්. එහෙම නම් සද්දේ ඇහෙන කොට තමන්ට ඇතුලතින් විස්තර ටිකක්

දෙනව මොකක් ද කියලද දෙන්නෙ මේ පර්සඩ්කයේ වාඩිවෙන වෙලාව, මේ භාවනා කරන වෙලාව. කොහෙන් ද ඔය තොරතුරු ටික එන්නෙ ඔය තොරතුරු ටික තමන්ගේ අභ්‍යන්තරයෙන් එන්නේ මීට පෙර ඇති වුනා වූ ටිකක්. එතකොට මීට පෙර ඇති වුනා වූ ටිකක් නම් අභ්‍යන්තරයෙන් එන්නේ එහෙම නම් ඒකට අනුගත වෙනව කියන්නේ මම කොහේ තිබෙන්නා වූ දෙයක් ද කරන්නේ ? අතීතයේ තිබෙන්නා වූ දේකුයි කරන්නෙ. එතකොට අතීතයේ ඉඳලා නිවනට යන්න බැරි බව මේ පින්චතුන් දන්නවා.

නිවන තියෙන්නේ මම දැන් මෙතන කියන විත්තක්ෂණය තුල කියන එකත් මේ පින්චතුන් අත්විඳලයි තීන්නෙ මේ වන විට. මම දැන් මෙතන කියන විත්තක්ෂණය තුල නම් නිවන තීන්නෙ ඒක මේ පින්චතුන් අත්විඳල තීනවනම් මම දැන් මෙතන කියන විත්තක්ෂණයට අනුගත නොවන සෑම වෙලාවකම මම ඉන්නේ නිවන භොයා ගෙන ද ? මම ඉන්නේ භවය භොයා ගෙන ද ? මම ඉන්නේ භවය භොයාගෙන. එහෙම නම් මේ පින්චතුන් අන්න අර මුලින් විස්තර කරන ලද එහෙම නැත්තම් දේශණා කරන ලද එක හරහා උත්සහ කරන්න ඕන මොහොතට ද ? තමන්ට මතු වුනා වූ අරමුණ මොකක් ද ? ඒ අරමුණ දැනගෙන ඒක මෙනෙහි කරල ඒ අරමුණෙන් ඉවත් වෙන එකයි. අන්න අතීත අරමුණක් තියෙනවා ඒ අරමුණේ තිබෙන්නේ නිවන නෙවෙයි ඒක නිවරණයක් එහෙම නැත්තම් ඒක කෙලේසයක් යමක් ප්‍රකට වුනාද ප්‍රකට වුනදේ කෙලේසයක් . ප්‍රකට වුනේ අරමුණක් අරමුණ කියන්නේ තත්භාවක්, අරමුණ කියන්නේ රාගය. එහෙම නම් එක්කො ඒක රාගයක් එක්කො ඒක ද්වේශයක්. එහෙම නම් ඒ අරමුණ තමන් ලග තීන තාක්කල් තමන් ඉන්නේ අතීතයේ නැවත නැවත චේතනා කරන්නේ මොනව ද ? ඒ අරමුණත් එක්ක අනාගාතේ ජීවත් වන්නේ කොහොම ද කියන එක. ඒක නතර කිරීම සඳහා කළයුතු කාර්ය මොකක්ද ? ඒ අරමුණට අනුගත වෙන එක. ඒ කියන්නෙ අනාත්මයෙන් ආවා වූ සිතුවිලි එහෙම නැත්තම් අනාත්මයෙන් ආවා වූ ශබ්දයට අනුගත වෙනවා. අනුගත වෙනවා කියන්නේ ඒ බව තමන් මෙනෙහි කරනව. එව්වරයි කරන්න තීන එකම දේ. ඒ බව තමන් මෙනෙහි කරනව. අන්න එහෙනම් මම දැන් මෙතන කියන විත්තක්ෂණය කියල කියන්නෙ මොකක් ද ? තමන්ට මතු වුනා වූ අරමුණ. එතකොට ඒ වෙලාවේ දී මම කියන්නෙ කවිද ? සද්දෙට ඒ වෙලාවේ දී මගේ කියන්නෙ මොකක් ද ? සද්දය ඒ වෙලාවේ දී ආත්මය කියන්නේ සද්දය. හැබැයි මේ පින්චතුන් දැන් බණ අහල තීන නිසා අත්විඳල තීන නිසා මේ පින්චතුන් දන්නවා ඔය සද්දෙ කියන්නෙ මේ වන විට ඇතිවෙලා නිරුද්ධ වෙව්ව එකක්. එහෙනම් නිරුද්ධ වෙව්ව එකකට මම කියාගන්න පුළුවන් ද ? නැති දේකට මම කියාගන්න පුළුවන් ද ? බෑ. නැති දෙයක් මගේ කියාගන්න පුළුවන් ද ? බෑ එහෙනම් නැති දෙයක් නම් එතම ආත්මය තීනව ද ? නැයි කියන්නෙ එතන පැවැත්මක් නෑ. එහෙනම් ඒ තුන දන්නව නම් මේ පින්චතුන් වහාම එතනින් ඉවත් වීම සඳහා කළයුත්තේ කුමක් ද ? මම දැන් මෙතන කියන විත්තක්ෂණය අළුත් කරන්න ඕන. මම දැන් මෙතන කියන විත්තක්ෂණය අළුත් කිරීම තමයි මෙනෙහි කිරීම කියන්නෙ. අන්න මෙනෙහි කරනම් එතන අළුත් වෙන්නෙ මොකක්ද ? අතීතය ඉවත් වෙනව වර්තමානයට යොමුවෙනව. අන්න අතීතය ඉවත් වෙලා වර්තමානයට යොමුවෙව්ව තැන දැන් තීනවද මගේ කෙලේසයක් ? නෑ දැන් තීනවද මගේ නිවරණයක් ? නෑ. දැන් එහෙනම් නිවරණ නැත්තම් කෙලේස නැත්තම් එතන නැත්තේ මොනාද ? රාග, ද්වේශ, මෝහ තුනයි නැත්තෙ. රාග, ද්වේශ, මෝහ තුන නැත්තම් එතන මොකක් ද තීන්න ඕනෙ ? අන්න එතන තමයි නිවන. ඒ කියන්නෙ කිසිවක් නැති මම මේ ලෝකය කෙරෙහි ඇලීමක් ගැටීමක් උපේක්ෂාවක් නැති විත්තක්ෂණය. මේ ලෝකය කෙරෙහි මට කිසිඳු ආශාවක් නැති විත්තක්ෂණය ලෝකයක් තීන බව මම නොදන්නා වූ විත්තක්ෂණය.

ඔන්න ඕක තමයි මේ පින්චතුන්ට කියාගන්න බැරි වෙන්නෙ. කමටහන් සුද්ද කරන්න ආපුවම විස්තර කරන්න බැරි වෙන්නෙ ඔය පින්චතුන්ට ඒකයි. මුකුත් නෑ මට මොනා වුනාද කියල හොයාගන්න බැරුව ගියා, මට තේරුම් ගන්න බැරුව ගියා, මොකක්ද වුනේ කියල මම දන්නෙ නැතුව ඉන්නෙ. ඔන්න ඔතෙන්ට යන්න මාර්ගය තමයි මේ මම දැන් මෙනත කියන විත්තක්ෂණය. එහෙම නම් එතන මම ඉන්න පුළුවන් ද ? බෑ මොකද එතන මම ඉන්න ක්‍රමයක් නෑ මොකද ඒක අතීතයට අයිති වෙන්නෙ. එහෙනම් එක් කෙනෙකුට අතීතයේ වර්තමානයේ දෙකේම ඉන්න බැරි බව මේ පින්චතුන්ට තේරෙන නිසා එහෙනම් එතන මම ඉන්න බෑ මෙනත මම ඉන්න ඕන. එහෙනම් එතන මම ඉන්න බැරි බව ප්‍රකාශ කරන්න තමයි මං මේ මෙනෙහි කිරීම කරන්නෙ. එහෙම නම් මෙනත මේක තීන්ත පුළුවන් ද ? බෑ එහෙනම් මෙනත කියල එකක් තීනව ද ? නෑ. එහෙනම් දැන් කියල එකකුත් තීනව ද ? දැන් කියල එකකුත් නෑ. එහෙනම් මේ දැන් කියල කියපු එකත් දැන් අතීතයට ගිහිල්ල තීන්නෙ. මෙනත කියපු එකත් අතීතයට ගිහිල්ල මමත් අතීතයට ගිහිල්ල, දැනුත් අතීතයට ගිහිල්ලා, මෙනතත් අතීතයට ගිහිල්ලා එහෙනම් මම දැන් මෙනත කියන්නෙ පින්චතුනි අරමුණ ඉස්මතු වුනාද ඉස්මතු වුන ක්ෂණයෙන්ම ඒ අරමුණ අතීතයට ගිහිල්ල. අරමුණ අතීතයට ගිය බව මම දැන ගත්තෙ මොකක් හරහා ද ? මගේ සතිය හරහා. අන්න මම සතිමත් වෙච්ච නිසා මට දැනගන්න පුළුවන් වුනා මම දැන් අතීතයට ගිහිත්. එහෙනම් ඒක අතීතයට ගියබව දැනගත්තා වූ මගේ ප්‍රඥාව පාවිච්චි කරල අතීතයෙන් මම ඉවත් වෙන්න ඕනෙ. අතීතයෙන් ඉවත් වීම තමයි මෙනෙහි කරනව කියල කියන්නෙ. ඕනට තමයි විදර්ශණාව කියල කියන්නෙ.

ඔන්න ඔය විදර්ශණාව තමයි බුදු වරයෙක් ලෝකෙට පහල වෙලා ලෝකෙට හඳුන්වා දෙන්නෙ. හැබැයි මේ මෙනෙහි කිරීම පටලවා ගන්න එපා මේ සංසාරයේ දිගින් දිගටම මෙනෙහි කිරීම මම කළ යුත්තක් නෙවෙයි. මේක මට ප්‍රකටවෙන වෙලාවෙ කියන වචනෙ මේ භාවුදුරුවෙ පාවිච්චි කරන්නෙ ඒකයි නිතරම. ප්‍රකට වෙනවයි කියල කියන්නෙ මේ මෙනෙහි කිරීම තවම මම ප්‍රමාණවත් තරම් යෝනිසෝ මනසිකාරය හරහා අභ්‍යන්තරයට දාල නෑ කියන එක. ප්‍රමාණවත් තරම් යෝනිසෝ මනසිකාරය හරහා අභ්‍යන්තරයට මේක දැමීමට පස්සෙ එහෙම නැත්තම් වෙනත් විදියකට කියනවනම් මම භාවනාව දිගින් දිගටම කරලා කරලා භාවනාවට මේක අනුගත වෙලා භාවනාව කෙරෙන්න ඉඩ දුන්නට පස්සෙ දැන් සංසාරයේ දී මම කියන එක හරහා භාවනාව කරා වෙනුවට සංසාරයෙන් එළියට ඇවිල්ල මම භාවනා කරනව නෙවෙයි භාවනාව වෙනවයි කියන එක මට තේරෙනකොට ඔන්න ඔය මෙනෙහි කිරීමත් කෙරෙනව. ඒකත් මම කරන එකක් නෙවෙයි පින්චතුනි. එනිසා දිගින් දිගටම මෙනෙහි කරන්න කියන එක නෙවෙයි මේ කියන්නෙ. ආරම්භක අවස්ථාවේ ඉඳල තමන්ට අරමුණක් ප්‍රකට වෙනවයි කියල කියන්නෙ රූපයක් මේ ලෝකෙ තීනවයි කියල තමන්ට තේරෙනව. රූපයක් මේ ලෝකෙ තීනවයි කියල කියන්නෙ මේ ලෝකෙ පවතිනව කියලයි තමන්ට තේරෙන්නෙ. පවතින ලෝකය නම් මම ඉන්නවා කියලයි තේරෙන්නෙ. එහෙනම් එතන නිවන නෑ. පවතින ලෝකයයි කියල කියන්නෙ නිවන නැති තැන ලෝකයක් නැත්තම් එතනයි නිවන කියන්නෙ. එහෙනම් නිවන කියන එක අවබෝධ වෙන්න නම් මොකද වෙන්න ඕනා ? මේ ලෝකේ කිසිම රූපයක් කිසිම අරමුණක් මට සම්භන්ධ නොවී තියෙනවා. සම්භන්ධ නොවී තිබෙනව කියන්නෙ මොකක් ද ? මගේ මේ ආයතන හයෙන් එකක් වත්, එහෙම නැත්තම් සලායතන හයෙන් එකක්වත් ප්‍රකට නොවී තිබෙන්න ඕනෙ. අන්න සලායතන හයෙන් එකක් වත් ප්‍රකට නොවන විත්තක්ෂණය තමයි මම විවේක වුනා වූ විත්තක්ෂණය.

අන්න ඒ විත්තක්ෂණය තමයි එහෙනම් මට මොකක් ද ලැබිල තීන්නේ ? කාය විවේකය. මොකද මගේ සලායතන හයෙන් එකක් හරි වැඩකරනව නම් ඒ කියන්නේ මගේ කය වැඩකරනව ද නැද්ද ? මගේ කය වැඩ කරනව. මගේ කය වැඩ කරනව නම් ඒ කියන්නේ කය විවේක වෙලා ද ? කාය විවේකය වෙලා නෑ. මගේ කයේ මට රූපයක් ජේතවනම් ඇහැ වැඩ කරනව නම්, ඇහැ වැඩ කරනව ඒ කියන්නේ මගේ ශරීරය විවේක වෙලා නෑ. මට සද්දයක් ඇහෙනව කියල කියන්නේ මගේ කන වැඩ කරනව කියල කියන්නේ මගේ ශරීරය විවේක වෙලා නෑ. මට ගදක් සුවදක් දැනෙනව කියන්නේ මගේ නහය වැඩ කරනව, රසක් දැනෙනව කියන්නේ දිව වැඩ කරනව, වෙන පහසක් දැනෙනව කියල කියන්නේ වේදනාවක් දැනෙනව ඒ කියන්නේ කය වැඩ කරනව. සිතුවිල්ලක් එනව කියන්නේ මනස එහෙනම් ඔන්න ඔය වෙලාවේ දී මගේ මුළු ශරීරයෙන් කොහේ හෝ තැනක වැඩ කරනව කියල කියන්නේ මුළු ශරීරයම නිදසස් වෙලා නෑ. මගේ ශරීරය විවේක ගත වෙලා නෑ. ශරීරය විවේක ගත වෙලා නැත්තම් ශරීරය විවේක ගත කිරීම තමයි මුලින් කළයුත්තේ. ශරීරය විවේක ගත කරන්න නම් මොක ද කරන්න ඕන විවේක වෙලා නැති බව දැනගත්තේ මොකක් හරහා ද ? අරමුන ප්‍රකට වෙව්ව නිසා. රූපයක් ප්‍රකට වෙව්ව නිසා. සද්දයක් ප්‍රකට වෙව්ව නිසා මන් දන්නව මගේ ශරීරය විවේක වෙලා නෑ. සිතුවිල්ලක් ප්‍රකට වෙව්ව නිසා මන් දන්නව ශරීරය විවේක වෙලා නෑ. රූපයක් ප්‍රකට වුනා නම් මන් දන්නව ශරීරය විවේක වෙලා නෑ කියල. එහෙනම් මේ විවේකය මම භාග්‍යන්ත ඕන එකක් කියල දැන් තේරෙනව ද ? එහෙනම් අන්න කාය විවේකය හම්බ වෙන්නේ ප්‍රකට වෙව්ව වෙලාවේ දී ප්‍රකට වෙව්ව අරමුනෙන් තමන් බැහැර වුනාම. ප්‍රකට වෙව්ව අරමුනෙන් බැහැර වෙනව කියල කියන්නේ මොකක් ද ඒ අරමුණ මම මෙනෙහි කරනව. ඒ කියන්නේ අර අරමුණෙන් මම මාරු වෙනව. අන්න මාරු වෙන කොට මම කොහෙට ද එන්නේ මගේ ඊලග අරමුණට එතකොට ඊලග අරමුණත් ඇවිල්ල මම දන්නව දැන් ඒකත් මොකද වෙලා තීන්නේ ? තවත් මගේ ආයතනයක් හටගත්ත. මොකද මෙනෙහි කරනවා කියන එක කොහෙද කෙරෙන්නේ ? මනසේ ඒ කියන්නේ සිතුවිල්ලක් එහෙමනම් සිතුවිල්ලක් කියල කියන්නේ නැවත වරක් මම දන්නව මොකද්ද ? මගේ මනස නැවත වැඩ කරනව ඒ කියන්නේ එහෙනම් ඒත් කාය විවේකය තීනව ද ? නෑ එහෙනම් එතනත් විත්ත විවේකය තීනව ද ? නෑ එහෙනම් නැවත වරක් මොකද කරන්න ඕනා ඒකත් මෙනෙහි වෙන්න ඕනා. ඒ බව දැනගත්තා වූ සිතුවිල්ලත් මෙනෙහි වෙන්න ඕන. අන්න ඒ දැනගත්තා වූ සිතුවිල්ලත් නැවත වරක් ප්‍රකට වුනොත් ඒකත් මෙනෙහි කරන්න ඕන. ඔන්න ඔය විදියට තුන් හතර පාරක් එක තැන මෙනෙහි කර කර ඉන්න කොට ඒකත් සිතුවිල්ලක් ඒකත් සිතුවිල්ලක් කියලා අන්න සිතුවිල්ලක් ප්‍රකට නොවන වෙලාවක් එනව පින්වතුනි. සිතුවිල්ලක් ප්‍රකට නොවන වෙලාවක් ආවොතින් අන්න එතනොට තමන්ට තේරෙනව දැන් මගේ කය විවේක වෙලා දැන් මගේ සිත විවේක වෙලා. කය විවේක වෙව්ව හැටියේ පින්වතුනි විත්තය විවේක වෙන්න ඕන. විත්තය විවේක වුනා කියන්නේ කය විවේක වෙලයි, කය විවේක වෙලයි කියන්නේ විත්තය විවේක වෙලයි. ඔය දෙක එකට එක වර විවේක වෙන්න ඕනෙ එහෙම නැතුව විවේක වීමක් නෑ. ඔන්න කය විවේක වෙව්ව බව දැනගන්නේ තමන්ගේ තව තවත් සිතුවිලි පහල නොවන බව දැන ගතනවා. අන්න ඒකටයි මේ භාමුදුරුවො මුලදී මෙනෙහි කිරීම දිගටම කරන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ නෑ. මෙනෙහි කිරීම මම කරගෙන යනකොට ඊට පස්සෙ මට නොදැනුවත්ම මෙවෙහි කිරීම කෙරෙනව.

මට නොදැනුවත්ව මෙනෙහි කිරීම කෙරෙනව කියල කියන්නේ මට කිසිම අරමුණක්, රූපයක් ප්‍රකට වෙන්නේ නෑ. අන්න ප්‍රකට වෙන්නේ නැත්තම් තමන්ට කිසිම අරමුණක් නෑ. අන්න එතන තමයි විවේකය කිව්වේ. ඔන්න

ඔතනයි චිත්ත විචේකය කිව්වෙ. ඔන්න ඔය චිත්ත විචේකය භායා ගෙනයි මේ පින්වතුන් මේ අද ගමන් කරන්නෙ. ඔන්න ඔය චිත්ත විචේකය ගන්නයි මේ පින්වතුන් මේ කාය විචේකය අරගෙන මෙතෙත්ට ඇවිල්ල තීන්නෙ. ඔන්න ඔය කාය විචේකය සඳහා අද දවස යොමු කරන්න කියන ඒ සඳහා ප්‍රංචි ඔවදන එහෙම නැත්නම් මේ අනුශාසනාව තමයි මේ අවස්ථාවේදී කලේ. එතකොට අද ඒ සඳහා අපට ලැබිල තිබෙන්නා වූ කාලය අවසාන වෙලා තිබෙනව. ඒ නිසා මීට වඩා මේ අනුශාසනාව දීර්ඝ කරන්න බලාපොරොත්තු වෙන්නේ නෑ. අපි බලමු ඊලගට එන්නා වූ කමටහන් සාකච්චාවේ දී සහ ධර්ම දේශණා වේ දී නැවත වරක් මේකම ඉස්මතු කරගෙන කොහොමද නැවත නැවතත් මේක දිගින් දිගටම වර්ධනය කරන්නෙ කියල. එතකොට මේ අළුතින් දේශණා කරන ධර්ම දේශනාවක් එහෙම නැත්නම් ධර්ම කරුණු නෙවෙයි. මේව මීට පෙර අපි සාකච්චා කරල දේශණා කරපු දේවල් නමුත් නැවත නැවත මතක් කරගන්නවා තව තවත් විවිධ පැතිවලින් මතක් කරගැනීමකුයි මේ කරන්නෙ. විවිධ පැති වලින් මතක් කරගෙන මේ පින්වතුන්ගේ මේ කාය විචේකය සම්පූර්ණ කර ගැනීමටත්, ඒ කාය විචේකය සම්පූර්ණ කරගෙන මේ චිත්තක්ෂණය එහෙම නැත්නම් මම දැන් මෙතන කියන චිත්තක්ෂණයට අනුගත වීමටත්, ඒ අනුගත වීම හරහා අද දිනයේ දී මේ පින්වතුන්ට චිත්තක්ෂණයක්, පැයකට එක චිත්තක්ෂණයක් බැගින් හෝ වරින් වර මෙවන් වූ චිත්තක්ෂණ රාමියක් ගොඩනගා ගැනීමට හැකි වීම තුලින් මේ පින්වතුන්ට මේ හවයේ දීම නිවන සාක්ෂාත් කර ගැනීමටත් මේ පින්වතුන්ගේ ප්‍රඥාවම වේවා කියල අපි සාදු කාරයක් පවත්වමු.

න්වතුන්ගේ ප්‍රඥාවම වේවා කියල අපි සාදු කාරයක් පවත්වමු.