

හැඳුනු බවෙන් නිවෙත මඟට....

www.buddhismforyou.org

ඉන්ද්‍රිය සංවර සූත්‍රය
යෝග සූත්‍රය

ආචාර්ය පුජනීය
මිරිස්සේ ධම්මික ස්වාමීන් වහන්සේ

ධර්මපාසාලිකයා

ප්‍රාර්ථනාව

අනන්තවුමේසාර
සුන්දරිනිමා වී
සුන්දරිමොහදුරම
'ප්‍රඥා'ලෝකයලො
නන්තරැහැනිමිදි
දිව්ගසිත්තුරුකොටම
මෝහිතලෝකමි
චිතරචනමේසාර
පුදුමමේදුමිඅමා
පාමිමම
නිවන්සුඵ!

සෙව්වන්දි තිලකවර්ධන

ඉහළිය සංවර සූත්‍රය

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

ඉහළිය සංවරේ භික්ඛවෙ අසති

ඉහළිය සංවර විපනාස්ස හතුවනිසංහොති සීලං.

සීලෙ අසති සීල විපනාස්ස හතුවනිසො හොති සම්මා සමාධි.

සම්මා සමාධිමිති අසති

සම්මාසමාධි විපනාස්ස හතුවනිසං හොති

යථාභූතඤ්ඤාදස්සනං. යථාභූතඤ්ඤාදස්සනෙ අසති

යථාභූතඤ්ඤාදස්සනවිපනාස්ස හතුවනිසො හොති නිබ්බිදා විරාගො

නිබ්බිදා විරාගෙ අසති

නිබ්බිදා විරාගවිපනාස්ස හතුවනිසං හොති

විමුක්තිඤ්ඤාදස්සනංති

කාරුණික වූ පින්වතුහි

පින්වත් ඔබ හැම දෙනාටම මේ පැමිණි ගමන සිත් සුවපත් වී ජීවිත ගමනේ හැම සැතපිල්ලක්ම වේවායි මහත් වූ කරුණාවෙන් සෙත් ප්‍රාර්ථනා කරනවා. අධිෂ්ඨාන කරනවා.

අද පැහැදිලි කරන්න බලාපොරොත්තු වන්නේ ඉතාම කෙටි සූත්‍ර දේශනාවක්, ඉතා සරල ලෙසයි පෙනෙන්නේ, හැඟෙන්නේ. නමුත් මේ සූත්‍ර දේශනාව ඔස්සේ අපි හැම කෙනෙකුට ම ඇලීම ගැටීම, මූලාව, තුනී කරගැනීම, බැහැර කිරීම, ප්‍රභාණය පිණිස උපකාර කරගන්නට පුළුවනක්ම ලැබේවි.

කථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද ධර්මය ටිකෙන් ටික නමුත් අප තේරුම් කර ගැනීමට උත්සාහ කළ යුතුමයි. එසේ නැත්නම් අපි කවදාද ඒ ධර්මය තේරුම් ගන්නේ. අපහසුවෙන් ලද උතුම් මනුෂ්‍ය ජීවිතයේ පැහැදිලිව ම අප සතර අපායෙන් නිදහස් වී ප්‍රත්‍යන්ත දේශයක උපත ලබා තිබෙන්නේ. ඒ ප්‍රත්‍යන්ත දේශය මේ උතුම් ධර්මය තිබෙන ධර්මය දකින්නට පුළුවන් දේශයක්. අපට කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය ලැබීලා තිබෙනවා. කල්‍යාණ මිත්‍රයන් අපට මුණ ගැසිලා තිබෙනවා. ඒ වගේම දස වස්තුක මිථ්‍යාදෘෂ්ඨිය බැහැර කරගන්න අපට අවස්ථාව ඇති කරගන්න පුළුවනි.

අප දැන් ඇති කරගත යුත්තේ සමාස්ත ප්‍රඥාවයි. ඒ නිවැරදි පරමාර්ථ ධර්මය අවබෝධ කරගන්න පුළුවනි නම් මේ සමාධිය දියුණු කරගන්න පුළුවනි. ඒනිසා අරීය අවබෝධ කර ගැනීමට අපහසුයි යනුවෙන් සිතට, ඒනමිද්ධයට අවස්ථාවක් සලසා දෙන්න එපා. එනම් නිදිමතට, අලස ගතියට අවස්ථාවක් සලසා නොදී ටිකෙන් ටික නමුත් මේ ධර්මය තේරුම් කර ගැනීමටත්, ඒ අවබෝධ කරගත් ධර්මය අපේ පැවැත්මට අනුව දැකීමටත් අප උත්සාහ කළ යුතුය.

ඔබට පැහැදිලියි. මේ ධර්මය පුරාම අවසන අරමුණ කුමක්ද? ඒ රාග, දෝෂ, මෝහ දුරු කිරීම පිළිබඳවයි. ඒ නිසා ඒ පිළිවෙත් මග යාම නම් ඇස ආදී ඉන්ද්‍රියයන්ගෙන් රූපාදී අරමුණු පරිහරණය කරන විට, ඇලීම, ගැටීම, මූලාව මේවා පාලනය කරගෙන, තුනී කරගෙන, ටිකෙන් ටික නමුත් මේවා අත් හැරීම, තුනී කිරීම, ප්‍රභාණය කිරීමමයි කළ යුතු වන්නේ. එයයි මේ පිළිවෙත් මාර්ගය යයි අනුශාසනා කරමින් සඳහන් කරන්නේ.

යම්විටෙක ධර්මය, දැනීමක් ලෙසින් ඇතිකරන්න පුළුවනි. නමුත් පිළිවෙත් මගෙහි ඔබ දැකිය යුතුයි. සිත, කය, වචනය නම් වූ මේ තුන්දොර ඔස්සේ ම ඔබේ පැවැත්ම ඇතිවීම අවශ්‍යයි. මෙහි ඔබ යනු කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රයෙන් ඔබට එකතු වූ ස්වාමීන් වහන්සේත්, අප සියළු දෙනාට පිළිවෙත් මග දැකිය යුතුමය.

ඒ මාර්ගයට හේතුවන වචන පෙළින් නම් කෙටියි. නමුත් අදහස ඔස්සේ මේ සූත්‍ර දේශනාව සමාධිය දියුණු කරන්න, එනම් ඇලීම, බැඳීම, මූලාව බැහැර කරගන්න. ඒ තුළින් නිවීම ඇති කරගන්න හේතු වේවි.

අංගුත්තර නිකායේ ඡක්ක නිපාතයේ, ප්‍රථම පණ්ණාසකයේ, ධම්මික වග්ගයේ සඳහන් ඉන්ද්‍රිය සංවර සූත්‍ර දේශනාවයි අද පැහැදිලි කරන්න බලාපොරොත්තු වන්නේ.

“ඉන්ද්‍රිය සංවරේ හික්කවේ අසති
ඉන්ද්‍රිය සංවර විපන්නස්ස හතුපනිසංහොති සීලං”

මහණෙනි, ඉන්ද්‍රිය සංවරය නැති වූ විට, ඉන්ද්‍රිය සංවරය නොවූ පුද්ගලයාගේ ශීලයට එය උදව්වක් වෙන්නේ නැහැ යන අදහසයි. එසේ නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ධර්මය සොයාගෙන පැමිණෙන හැම කෙනෙකුටම බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන අයුරින්, ‘සීලවාහොති’ සිල්වත් වෙන්න යන්න මැනවින් ගැලපෙනවා.

පළමු කරුණ නම් සිල්වත් වීමයි. ඔබට මතක ඇති ගණක මොග්ගල්ලාන සූත්‍ර දේශනාවේදී ගණක මොග්ගල්ලාන බ්‍රාහ්මණයන් බුදුරජාණන් වහන්සේ වෙතට පැමිණ ප්‍රශ්න කරනවා. “ස්වාමීනි, ඔබ වහන්සේ ළඟට ධර්මය සොයාගෙන, සැනසිල්ල සොයාගෙන, පිහිට සොයාගෙන, යම් කෙනෙක් පැමිණෙනවා නම්, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මූලින්ම ඒ අයට පවසන්නේ කුමක්ද? කොහොමද ඒ අය හික්මවන්නේ?”

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ උපමාවකින් සඳහන් කරනවා. හීලෑ නැති අශ්වයෙක්, අශ්වයන් හීලෑ කරන කෙනෙක් ළඟට රැගෙන ආවොත් මූලින්ම කරන්නේ මුව වැස්මක් යෙදීමයි. (කට කලියාවක් යෙදීමයි.) එනමින් තමයි පාලනය කරන්න පුළුවන්කම ලැබෙන්නේ. දැන් අප සරලව සඳහන් කළොත් ගොතෙකුට නාස් ලණුවක් දමනවා වගෙයි. ඒ සතාගේ පාලනය පවතින්නේ එතනයි.

හීලෑ නැති අශ්වයෙක් රැගෙන ආවොත් මූලින් ම කරන්නේ අර මුව වැස්මක් යෙදීමයි. ඒ වගේම යම් කෙනෙක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙතට සැනසිල්ල සොයාගෙන පැමිණුනොත් මූලින් ම සිදු කරන්නේ ‘සීලවාහොති’. ස්වාමීන් වහන්සේලා වැඩ සිටි නිසා සඳහන් කළා, “හික්කු සීලවාහොති,” “මහණෙනි, සිල්වත් වෙන්න”.

ඔබට මතකද? ජටා සූත්‍රය තුළ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා, (ඒ ජටා සූත්‍රය මෙතැනට ගලපන්නේ ධම් කරුණු මතු කර ගන්නටයි.) එක්තරා දේවතාවක් බුදුරජාණන් වහන්සේ ළඟට පැමිණ විමසනවා,

“අන්තො ජටා බහිජටා
ජටාය ජටිතා පජා
තං තං ගොතම පුච්ඡාමි
කො ඉමං විජටයෙ ජටා”

ඇතුළත් ගැටළු සහගතයි. අවුල් වෙලා. බාහිරවත් ගැටළු සහගතයි. අවුල් වෙලා. ඉන් අදහස් කළේ තමා ආධ්‍යාත්මිකව සිත මුල්වෙලා. ඒ ඇතිවන සංවේතනා ඇලීම්, ගැටීම්, මූලාව ඔස්සේ අවුලකට පත්වෙලා තිබෙන්නේ. ඒ ඇසින් දක්නා රූපය මම - මගේ යනුවෙන් උපදානය කර ගන්නවා, හිතනවා, නමුත් ඒක වෙනස්වෙලා යනවා. ඒක දිරාගෙන යනවා. “අභාවිත සිතකින් නම්, ඔබ සිතනවා මට හිතාගන්න බැහැ. ඇයි එහෙම වෙන්නේ කියලා. එවිට මගේ මනස නොසන්සුන්.” මේ අවුල්වීමයි.

අන්තො ජටා - ඒ වගේම මම ඇසින් දකින රූපය මට ඕනෑ දෙයක් නොවෙයි. මම හිතාගෙන ඉන්න දේ නොවෙයි. එවිට මගේ මනස නොසන්සුන්. මේ විදියට තමාගේ අධ්‍යාත්මය තුළ ගැටළු සහගත වෙනවා.

බහිජටා - බාහිර පරිසරය තුළ පිරිස සමග එකතු වන විට, ඇසුරු කරන විට ඒවා අවුලක් බවට පත්වෙනවා. ඊට හේතු වන්නේ ඇතුළත අවුල් වුණාම පිටත අවුල් වෙනවා. හේතුව නම් අවුල් වූ මනසකින් අරමුණු ගන්නා විට ඒ අවුල් වූ, නොසන්සුන් වූ මනස ක්‍රියාත්මක වන්නේ අවුල් වූ ආකාරයටයි. එවිට බාහිර ස්වභාවයන් අවුලක් බවට පත්වෙනවා. දැඩි වූ රාගයෙන්, ද්වේශයෙන්, කෙනෙක් හා කථා කරන විට, කෙනෙක් දෙස බලන විට ඒවා දැඩි වූ ලෝභයෙන්, ද්වේශයෙන් හා රාගයෙන් මිශ්‍රිත සිතුවිලි වචන හා ක්‍රියා බවට පත්වේවි. පරිසරය බාහිරවත් අවුල් වේවි. ඔබට ලැබෙන ප්‍රතිචාරයත් ඊළඟට අවුල් සහගත වන්නේ එවිටයි.

තරහවට පත් වූ, කේන්ති ගත්ත එනම් ව්‍යාපාද මිශ්‍රිත සිතුවිලි නිසා වචන, ක්‍රියාවන් නොසන්සුන් වෙනවා. මෙසේ මනස අධ්‍යාත්මිකව නොසන්සුන්. ඒ නිසාම බාහිර පරිසරයත් නොසන්සුන් වෙනවා. සාමාන්‍ය ආකාරයෙන් පැහැදිලි කළොත්, නපුරු සිත නිසා නපුරු විදියට බැලුවොත්, අනිත් අයගේ ප්‍රතිචාරයත් බොහෝ විටක (අන් අයත් ධර්මය තුළින් හිත් හදා නොගත් අය නම්) ඒ වගේම නපුරු ප්‍රතිචාරයක් ලැබෙන්න පුළුවනි. ඒ වගේම ඔබේ වචන නපුරු වුණොත් ඒ ලැබෙන ප්‍රතිචාරයත් නපුරු වදන් වෙන්න පුළුවනි. ක්‍රියාවත් ඒ වගේමයි. ඒ නිසා සමහර තැන්වල ඔබ ම

කියන්නේ, "මේ සියල්ලම අවුල් කරගත්තේ මගේම වරද නිසයි. මම වැරදි විදියට හිතුවේ. මම මේ කලබල වූ නිසයි සියල්ල නොසන්සුන් වුණේ, අවුල් වුණේ."

මේ සූත්‍ර දේශනාව සඳහන් කළේ ඇතුළතත් අවුල් පිටතත් අවුල්. මෙය විසඳන්නේ කෙසේද යනුවෙනුයි. ඒ දේවතාව එළෙසින් ප්‍රශ්න කළාම, බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ පිළිතුර වුණේ,

"සීලෙ පතිට්ඨාය නරො සපඤ්ඤො
චිත්තං පඤ්ඤංච භාවයං
ආනාපි නිපකො භික්ඛු
සො ඉමං විජට්ඨෙ ජට්ටං"

ඔබ ඇතුළතින් (අධ්‍යාත්මිකව) නොසන්සුන්, අවුලක් නම්, ඒ නිසාම බාහිරත් අවුලක් බවට පත්වෙලා නම්, කුමක්ද කළ යුත්තේ?

සීලෙ පතිට්ඨාය නරො සපඤ්ඤො
චිත්තං පඤ්ඤංච භාවයං

සීලයේ පිහිටා සිටිය යුතුය. සීලයේ පිහිටි නැණවත් මනුෂ්‍යයා, හික්ෂුව, කෙලෙස් තවමත් (ආනාපි) තමාගේ සිත දියුණු කරනවා. ප්‍රඥාව වඩනවා.

"සො ඉමං විජට්ඨෙ ජට්ටං" අන්න ඒ තැනැත්තයි. මේ අවුල ලිහා දමන්නේ. එසේ නම් යම් කෙනෙක්ගේ ඉඤ්ජය සංවරය නැති වුණොත් එහෙම, එය ශීලයට උපනිශ්‍රයක්, (උදව්වක්) වෙන්නේ නැහැ.

ධර්මය සොයාගෙන එන්නේ සැනසිල්ල පිණිසයි. ධර්මය දකින්න පුළුවන් පළමු කරුණ සීලයයි. ඉඤ්ජය සංවර ඇති කෙනෙක් නම් මෙතැනට එන්න පහසුයි. හැබැයි, මේ දෙක එකිනෙකට අනුලෝම, ප්‍රතිලෝම වශයෙන් සම්බන්ධ වෙනවා. මෙහි අනුලෝම ප්‍රතිලෝම වශයෙන් යයි සඳහන් කළේ, මුල සිට අගටත්, අග සිට මුලටත්, සීලය රැකීමයි. සීලය රැකීම යනු ඉඤ්ජය සංවරයයි, ඉඤ්ජය සංවරය යනු සීලය රැකීමයි.

'සීලය' යන වචනය විවරණය කළොත් කායික - වාචසික හික්මීමයි. ඒ හික්මීම, ශික්ෂණය යනු කායික - වාචසික හික්මීමයි. එය ඇතිවිය යුත්තේ, චිත්ත සමෝදානයත් සමගයි. සිත එකඟ නොවුණොත් සිත එකතු

නොවුණොත්, සිතෙහි අනුමැතිය නොලැබුණොත් සීලය රැකෙන්නේ නැහැ. ඒ නිසා තමයි සීලය බිඳෙන්නේ. සිතේ අනුමැතිය හරියටම ලැබිලා නැහැ. සිත එකඟ වෙලා නැහැ. සිත බලවත් නැහැ. සිත බලවත් නම් කායික වාචසික සංවරය නැතිවෙන්නේ නැහැ. එනම් සීලය බිඳෙන්නේ නැහැ.

සීලය බිඳෙන, කැඩෙන තැන කොහොමද වෙන්නේ. "මම දන්නවා මේ කරන දේ වැරදියි කියලා. මම දන්නවා මෙහෙම කළොත් ලැබෙන විපාකය කුමක්ද කියලා" එතකොට ඒ අය වැරදි බව දැනගෙනයි එය කරන්නේ.

බුද්ධ ශ්‍රාවකයෙක් නම් ශ්‍රාවිකාවක් නම් (ගිහි හෝ පැවිදි හෝ වේවා) තමාගේ ශීලය පිළිබඳව මනා වූ අවබෝධය තිබෙනවා. පැවිදි උතුමෙකුට නම් දෙසිය විසි හතක් (227) වූ ප්‍රාතිමොක්ඛ සංවර ශීලය පිළිබඳව අවබෝධය තිබෙනවා. එය උපසම්පදා වීමේදී මෙතෙහි කරනවා. කට පාඩම් කරනවා, ධාරණය කරනවා, පුරුදු කරනවා. එයින් හොඳටම අවබෝධය තිබෙනවා. හැම දවසකම ඇවැත් දෙසීම තුළින් එය නැවත නැවතත් මෙතෙහි කරනවා.

ඒ වගේම ගිහි ජීවිතයක් ගත කරන උපාසක උපාසිකා ස්වභාවයෙහි පවත්නා ඔබට නම් ඒ පඤ්ච ශීලය පිළිබඳ මනා වූ අවබෝධයක් තිබෙනවා. කුඩා කළ, වදන් පෙළක් පවසන්න පුළුවන් වූ දා සිටම තෙරුවන් සරණ යමෙන් අනතුරුව පඤ්ච ශීල ප්‍රතිපදාව වචනයෙන් සඳහන් කළා. ඒ අදහස ඔස්සේ ම මනා වූ මතකයක් තිබෙනවා.

නමුත් ඇයි එහෙම නම් ශීලය බිඳෙන්නේ? "බණ්ඩ, පිද්ද, සබල, කම්මාස" ආදී වශයෙන් මුළින්, මැදින්, අගින් ඇයි කැඩෙන්නේ, බිඳෙන්නේ. හේතුව චිත්ත සමෝදානය නැති නිසයි. හිතේ එකඟතාවය නැති නිසයි. හිත එයට බලවත් වූ කැමැත්ත, අනුමැතිය දී නැති නිසයි. හිත බලවත්ව හා ශක්තිමත්ව නොමැති නිසයි. ඇස අරමුණක් ලබනවිට, එනම් ඇසට රූපයක් හමුවන විට එක්බැව් විඤ්ඤාණය පහළ වෙනවා. මෙම තුන නිසා ස්පර්ශය හටගන්නවා. ස්පර්ශය හේතුකොටගෙන වේදනාව පහළ වෙනවා. මෙම වේදනාව හෙවත් විදීම ආකාර තුනකට බෙදා දක්වන්නට පුළුවනි. එනම්, සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛම සුඛ (මධ්‍යස්ථ) වශයෙනි. සීලය කෙරේ එකඟ වූ සිතක් නොමැති අයෙක් නම්, ඇස ආදී ඉඤ්ජයන්ගෙන් රූපාදී අරමුණු ගන්නා විට රාග, දෝස, මෝහයන්ට හසුව සීලයන්ට හානි කරගන්නවා. සීලය රැකගැනීමට හෝ දියුණු කර ගැනීමට සමාධිය ද අවශ්‍යයයි. එනම් සිත කුසල අරමුණක පවත්වා ගැනීමයි. ඇස ආදී ඉඤ්ජයන්ගෙන් රූපාදී අරමුණු ගන්නා විට ඒවා අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත නම් වූ

ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත්කොට දකින්නට සමාධිමය සිත ද ඥානයද උපකාරී වෙනවා. එවිට ඇස ආදී ඉන්ද්‍රියන්ගෙන් උපාදානය කරගන්නා වූ අරමුණු හැකිතාක් දුරට සක්කාය දිට්ඨියෙන් තොරව, පරිහරණය කරන්නට අවස්ථාව සැලසෙනවා. එයම සීලය ආරක්ෂා කරගන්නට හේතුවක් වේවි. මේ ලෙස රූපා, වේදනා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ නම් වූ අප “මම, මාගේ” කියා හඳුන්වා ගන්නා ශරීරය කෙරේ සීලයෙන් යුතු දැක්මක් ඇතිකරගන්නට හැකියාව ලැබෙනවා.

පඤ්චස්කන්ධය පිළිබඳව අප විසින් ඒ භාවිත හිත අරමුණ කෙරෙහි මෙහෙය වන්නේ මේ ආකාරයටයි.

එනම්, “රූපං අභිච්චං, පටිච්ච සමුප්පන්නං ඛය ධම්මං, වය ධම්මං, විරාග ධම්මං, නිරෝධ ධම්මං”

“රූපය අනිත්‍යයයි, ප්‍රත්‍යයෙන් හටගන්නකි. ක්ෂය වෙනවා, විනාශයට පත්වෙනවා. නිරුද්ධ වෙනවා. එනම් නැතිව යනවා.”

මෙන්න මේ ආකාරයට භාවිත හිතේ පුරුද්ද සකස් වෙන්නේ. දැන් මේ අරමුණු දකින හැම වෙලාවෙම මේක වචනයෙන් කියනවා යන අදහස නොවේ. මා ඔබට සරලව සඳහන් කළොත්, සූත්‍ර දේශනාවෙන් බැහැරව, ‘මම දේශනා කරමින් සිටිනවා, මේ කොළය බලන විට මට අකුරු ටික කියවෙනවාද? මම මේ ‘අ’ යන්න ‘ආ’ යන්න කියමින් සිටිනවාද? නෑ. කුඩා කළ පටන් පුරුදු කළ දේ, මනසේ හොඳටම තැන්පත් වෙලා. දකින කොටම පැහැදිලි ව ඉදිරියට එනවා. අප භාෂා හත-අටක් පුරුදු කළා නම් ඒවා දකින කොටම ඉක්මණින් මනසට එනවා.

මේ සමාධිය, භාවනාව ඔස්සේ පුරුදු කරන ලද, ඒ සිත අවශ්‍ය වෙලාවට උඩට මතු වෙනවා. කුමක්ද අවශ්‍ය වෙලාව? කිසිදු අරමුණක් නිසා රාග, දෝෂ, මෝහ නිසා මනස අවුල් වෙන්නේ නැහැ. නැත්නම් රාග, දෝෂ, මෝහ නිසා මනස අවුල් නොවී ශාන්ත බවට පත්වෙනවා.

ශ්‍රැතවත් නොවූ ශ්‍රාවකයෙකුට හෝ ශ්‍රාවිකාවකට ධර්මය පිළිබඳ මනා වූ අවබෝධයක් තිබෙන්න පුළුවනි. “අපට කොපමණ වැඩ තිබෙනවාද? අභිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත මතක් කරමින් මේ වැඩේ කරන්න පුළුවන්ද?” අභිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත මතක් කරමින් සිටින්න කියනවා නෙවේ. රාග, දෝෂ, මෝහ බැහැර

වෙන්න මාගීය සකසා ගන්න පිළිවෙලයි සඳහන් කරන්නේ. මේ අභිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ඔස්සේ භාවිත හිත හදලා තිබෙන විට ඔබේ කටයුතු කරගෙන යන්න පුළුවන් වේවි. ඒත් කොතැනකදී හෝ රාග, දෝෂ, මෝහ ඔස්සේ ඒ අරමුණ කෙරෙහි මතුවෙන්න එනවිටමේ ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය ඔස්සේ ඇතිකරගත් පුරුද්ද සිත සමනය ඇති කරනවා. පාලනය ඇති කරනවා. එය රාගාදී කෙලෙස්වලට උපාදානය නොවෙන්න අවසායවක් හදා දෙනවා.

යහපත් වූ අරමුණක් ඇතිව උපාදානය වනවිට, අපි හිතමු ඔබ දරුවෝ දෙස දකින විට, දරුවා කෙරෙහි සම්මතය තුළ ඔබ කියාවී, පුතා, දුව කියලා. ඒ දරුවන්ගේ අනාගතය වෙනුවෙන් ඔබට සිතුවිලි සිතට නැගේවි. එහෙත් මමය, මගේය, ස්ථීර වූ ජීවිතයක් ආත්මයක් කියන උපාදානයට, අල්ලා ගැනීමට හසුවන්නේ නැහැ. සම්මුතියේ ඔබ කටයුතු කරනවා. නිදසුනක් දක්වුවහොත් ඒ සම්මුතියෙහි කටයුතු කරන ගමන් උගන්වන්න ඕන. හොඳට හදන්න ඕන ආදී වශයෙනි. ඒ වුණාට හොඳට හදලා, උගන්වලා, ඉහළට ගියාට පසුව දරුවා ළඟම තබා ගන්නවා. “මට දරුවා නැතිව නම් බැහැ. මගේ ළඟම ඉන්න ඕන. දරුවෝ නැතුව නම් බැහැ.” ආදී වශයෙන් සිතුවිලි හෝ අරමුණු ගන්නේ නැහැ. මෙන්න මෙතනයි මතුවෙන්න ඕන. යහපත් වූ අරමුණක් බව හැඳිව. පුරුදු කරන ලද සිත ළඟ අභිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ඔස්සේ අත්හැරීම ඔබේ භාවිතය තුළ, මතකය තුළ පුරුද්ද ඇතිවෙන්න ඕන. කොහොමත් හටගත් දේ නැතිවෙලා යනවා.

“උප්පාදෝ පඤ්ඤායති, වයො පඤ්ඤායති,
ධීතංසා අඤ්ඤානථං පඤ්ඤායති”
(හටගැනීම, විනාශය, වෙනස්වීම)

තමා වගේම දරුවෝ වුණත් සංඛතයි, සංස්කාරයි. හට ගන්නා වගේම නැතිවෙලා යනවා. ඒත් දැන් අත්හැරීම පිළිබඳව ඔබට එය අවශ්‍යයි. එසේ නොවුණොත් මොකද වෙන්නේ. එතන ඇලීම, ගැටීම, මූලාව ඇතිවීම තුළ සෝක, පරිදේව, දුක්ඛ දෝමනස්ස උපායාස, බහුල වෙනවා.

මා හිතනවා පැහැදිලියි. සූත්‍ර දේශනාවෙන් බැහැරව දීඝීව පැහැදිලි කළේ, අපේ දේසනාවට පසුබිම සකස් කරගන්නයි.

දැන් ශීලය අවශ්‍යයි කියන තැනයි පැහැදිලි කළේ. ඒ අරමුණ නරක දෙයක් ලෙස දැක්කොත්, “මම ගැන දොස් කිවූ කෙනෙක්, මගේ දේ උදුරා ගත්

කෙනෙක්, අපේ කෙනෙකුට කරදර කරන කෙනෙක්” ආදී වශයෙන් ඔබේ හිතට නැගුණොත්, ඒ දේ, පුරුදු කරන ලද අනිච්ච, දුක, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ඔස්සේ මෙනෙහි වෙනවා. එවිට කිසිවක් මගේය, මමය, මගේ ආත්මය යයි ජීවිතයයි කියමින් උපදානය කරගන්නේ නැහැ. ඔබේ සිත ගැන අවධියෙන් සිටින්න. මගේ අතින් වැරද්දක් වුණොත් ඒක නිවැරදි කරගන්නවා, පෙරලා වෙර කරන්න, තරහ සිතුවිලි, ව්‍යාපාද සිතුවිලි පහළ කරගන්න මා සිතේ අවසාව සලසා ගන්නේ නැහැ. ඒ අවසාව දියුණු කිරීමට පත්වෙනවා.

මෙන්ම මේ පුරුදු සිත නැති වුණොත් මොකද වෙන්නේ? පැවිදි ජීවිතයක නම් ප්‍රාතිමොක්ෂය පිළිබඳව, විනය පිළිබඳව අවබෝධය තිබුණාට, ගෘහස්ථ අයට පඤ්චශීලය ගැන අවබෝධය තිබුණට මේ භාවිත සිත නැති වුණාම වෙන්නේ සීලය බිඳීමයි.

අත් දෙකෙන් පවු කරන අය විශේෂයෙන්ම බුද්ධ ශ්‍රාවක - ශ්‍රාවිකාවන් නම් පරපණ නැසීම බලවත් වූ වරදක් බව නොදන්නවා නොවෙයි. එහෙත් විත්ත සමෝදානය නැති නිසා, එය නැවත නැවත සිදුවෙනවා.

ප්‍රාණඝාතය, අදත්තා දානය, කාමමිථ්‍යාවාරය, මුසාවාදය, ඒ වගේම සුරාමේරය නම් මෙන්ම මේ පහෙන් යුක්ත වන අය මේ ගැන අවබෝධ කරගත යුතුයි. ඒවා වුනි විත්තයට අරමුණු වන විට (අවසන් මොහොතේ අරමුණු වන විට) ඔසවා ගෙන ගොස් බහා තබන ලෙසින් නිරයෙහි උපදිනවා. එය ‘නිරය’ සුත්‍ර දේශනාවේ පැහැදිලි කරනවා. එහෙත් මේ ශීලය පිළිබඳව අවබෝධය තිබුණත්, විත්ත සමෝදානය නැති නිසා ඒවා නැවත නැවත සිදුවෙනවා. ඒ නිසයි මේ සඳහන් කරන්නේ එයට හිතේ එකඟතාවය අවශ්‍යයි.

මේ කායික, වාචසික සංවරය ඇති කර ගන්න අවශ්‍ය නම් එය ඉඤ්ජිය සංවරයට හේතු වෙනවා. ප්‍රාණඝාතයෙන් වළකිනවා යනු ඉඤ්ජිය සංවරයයි. ප්‍රාණඝාතාදී අකුසල කර්ම නොකොට, ඉඤ්ජිය සංවරය ගැන, ධර්මයේ මෙසේ සඳහන් කරනවා.

- ★ හිහිත දුණ්ඛ - දඬු මුගුරු දරන්න එපා
- ★ හිහිත සන්ථි - අවි ආයුධ දරන්න එපා (අත්හරින්න)
- ★ ලජ්ජී දයාපන්නා - පාපයෙහි හිරි ඔතප් (ලජ්ජා භය) ඇති කරගන්න.
- ★ සබ්බපාණ භූත හිතානුකම්පි - සියළු සත්ත්වයන්, භූතයන් කෙරෙහි හිතවන්න වෙන්න.

මෙහිදී ඇතිවන්නේ ඉඤ්ජිය සංවරයයි. ප්‍රාණඝාත කරන්නේ නැ. සොරකම් කරන්නේ නැහැ. ඉඤ්ජියෙන් වැරදි ලෙස සතුටු කරන්නේ නැහැ. මේවා කියන් වන වැරදි තුනයි. වචනයෙන් අසංවර වීමට හේතු හතරක් තිබෙනවා. පඤ්ච ශීලයෙහි මුසාවාදය පමණක් වුණත්, ආජීව අට්ඨමක ශීලයෙහි සඳහන් වන්නේ, මුසාවාද, පිසුණු වාචා (කේළම්) පරුෂාවාචා, සම්ඵප්පුලාප යන මේ සතරයි. එයත් ඉඤ්ජිය සංවරය නැති කරන්න හේතුවන දෙයක්. ඊළඟට මනසින් සිදුවන වැරදි තුනක් (3) තිබෙනවා. අභිජීඤ්ඤා හම් (විෂම වූ ලෝභය) තමා සතු දේටත්, අනුන් සතු දේටත්, මේ අනාප්තිකර ලෝභයයි. ව්‍යාපාදය (තර්භව) සහ මිථ්‍යා දෘෂ්ඨියයි.

මිථ්‍යාදෘෂ්ඨිය කරුණු දහයකින් පවතිනවා.

- ★ හතී දින්නං - දුන් දෙයෙහි එල නැත.
- ★ හතී ශිට්ඨං - පුද පූජාවල එල නැත.
- ★ හතී හුතං - සිරිත් විරිත්වල එල නැත.
- ★ හතී සුකට දුකඛධානං කම්මා හං ඵලං විපාකෝ - හොඳ නරක ලෙසින් කර්ම විපාක නැත.
- ★ හතී අයං ලෝකෝ - මෙලොව නැත.
- ★ හතී පරලෝකෝ - පරලොව නැත.
- ★ හතී මානා - මව ලෙසින් විශේෂයෙන් උපස්ථාන කළ යුතු කෙනෙක් නැත.
- ★ හතී පිතා - පියා ලෙසින් විශේෂයෙන් උපස්ථාන කළ යුතු කෙනෙක් නැත.
- ★ හතී සත්තා ඕපපාතිකා - දෙවියන්, බ්‍රහ්මයන් වැනි ඕපපාතික සත්වයන් නැත.
- ★ හතී ලෝකෝ සමණා බ්‍රහ්මණා සම්මාගතා, සම්මා පටිපන්නා යෙ ඉමංච, ලොකංච, පරංච, ලොකංච සයං අභිකඳ්ඤ්ඤා සච්ඡිකත්වා පචේ දන්ති - මෙලොව පරලොව මැනවින් අවබෝධ කරගෙන යහපත් වූ ඥාණයෙන්, අවබෝධයෙන් දේශනා කරන ශ්‍රමණී බ්‍රාහ්මණයෙක් නැත.

“කායෙන සංවරො සාධු සාධු වාචාය සංවරො මනසා සංවරො සාධු සාධු සබ්බත්ථ සංවරො”

ශීලය යනු කායික වාචසික සංවරයයි. චිත්ත සංවරය ඇතිවෙන්නම ඕනෑ. එසේ නැත්නම් ශීලයෙහි කැඩීමක් බිඳීමක් ඇතිවෙනවා. ශීලය ඇතිවන්නේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය තුළින්මයි. මේ ගාථා රත්නයෙන් සඳහන් වන්නේ කයෙන් සංවරවීම හොඳයි, වචනයෙන් සංවර වීම හොඳයි, මනසින් සංවර වීම හොඳයි. සියළු තැන්හි (සබ්බත්ථ) සියළු ආකාරයෙන් සංවරවීම හොඳයි. (සාධු නම් යහපති)

මේ ධර්ම මාර්ගයට ළංවන විට ඉන්ද්‍රිය සංවරය මොනතරම් වටිනාවද? එය පැහැදිලිවම පැහැදිලි කළා. ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඉතාම අවශ්‍යයි. ඉන්ද්‍රිය සංවරය යනු ආකාශච්ඡාදන වීමක් නොවී, මනාව සුසංහිත බවක්, ඉන්ද්‍රිය දමනයක් ඇති වීමකි. සන්පුරුෂ වූ ද කල්‍යාණවත්ත වූ ද මනුෂ්‍යයෙක් වීමයි.

ධර්මයෙහි සුසංහිත කෙනෙක් යනුවෙන් සඳහන් කළේ ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් යුතු කෙනෙකුටයි. සාමාන්‍ය ලෝකයේ සංවර කෙනෙක් යනු කරදර පීඩාවක් නැතිව නිසොල්මන්ව සිටින කෙනෙකුටයි. නමුත් ධර්මයට අනුව ඒ පුද්ගලයාගේ සිතෙහි අසංවර බව තිබෙනවා නම් ඔහු සංවර කෙනෙක් ලෙසින් දකින්නේ නැහැ.

අපි නිදසුනක් ලෙසින් ගනිමු. කෙනෙක් මෙහි හිදගෙන සිටිමින් වටපිට බල බලා ඉන්නවා නිරන්තරයෙන් ඔහු ඉහළ, පහළ බලනවා. වස්ත්‍රය සකස් කර ගන්නවා. එහාට මෙහාට හැරෙනවා. ඔහුගෙන් කරදරයක් නැහැ. නමුත් ඔහුගේ පැවැත්ම අසංවරයි. එක ඉරියව්වක සිටින්න අපහසුයි. ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සිත ව්‍යාකූලයි.

ඇසෙන්, කණෙන්, නාසයෙන්, දිවෙන්, මනසින්, අසංවරකම මතුවන්න පුළුවනි. සාමාන්‍ය ලෝකයා කියනවා, 'මේ දරුවා නම් බොහොම හොඳ කෙනෙක්. තල්ලු කරත් මොනවත් කියන්නේ නැහැ. ධර්මයේ පවසන අසංවර බව මෙය නොවේ. තල්ලුකරත් මොනවත් නොකියා සිටින්නට පුළුවනි. කවුරුත් හෝ තල්ලු කරත් මොනවා නොකියා සිටියත්, හිතේ තරහව තියෙන්න පුළුවනි. ගෘහස්ථ ජීවිතයේදී මේ කෙලෙස් වලට හසුවෙන්න පුළුවනි. එසේ හසුවෙන්න එපා යයි සඳහන් කරන්නේ.

සමහරු කියාවි, "ඔහු පිටතට නම් බෝධි සත්ත්වයෙක්. නමුත් ගේ තුළදී නම් මොනවගේ ද කියලා බලන්න ඕන." මෙය ඉන්ද්‍රිය සංවරය නොවේ. මේ සංවරය යනු ලජ්ජාවට හෝ අනිත් අයට පෙන්වීමට හෝ තමන්ට

අවමන් වේ යන අදහසින් පාලනය කරන දෙයකි. ඒ හැබැ අවබෝධය ඔස්සේ මනසින් ඇතිවූ සංවරය සැබැවින්ම ඇතිවූණ දෙයක්. එතකොට ඇසෙන්, කණෙන්, නාසයෙන්, දිවෙන්, ශරීරයෙන්, මනසින් ඒ අසංවරය ඇතිවන්නේ නැහැ.

ඔබට දැන් පැහැදිලියි කුමක්ද මේ අසංවරකම. හැම ඉරියව්වකම ඇති අසංවරකම. සංවර කෙනෙක් වූණහම ඉන්ද්‍රිය හයේ දමනය මොනතරම් ශීඝ්‍රණයක් ලෙස දැනෙනවද? ඒ ශ්‍රැතවත් සම්භවය අවශ්‍යයි. දානය වැළඳීමේ දී ස්වාමීන් වහන්සේලාට බුදුරජාණන් වහන්සේ පැහැදිලි කළේ. කුමක් වෙනුවෙන්ද මේ දානය වළදන්නේ? මේ ශරීරය අලංකාර කිරීමට හෝ ව්‍යායාමය පිණිස නොවේ. මස්මාංශ වඩන්න නොවේ. අඩුතැන් පුරවන්න නොවේ. කුමක් වෙනුවෙන්ද? ශීලයේ පිහිටා බුන්මවරියාව ආරක්ෂා කරන්නයි. නූපන් කුසගින්න නූපදවන්න. උපන් කුසගින්න සමනය කරන්න. එතනදී දිවට සංවර බවක් උගන්වනවා ආහාර ගන්න. මෙහි 'දිව' යනු සිතයි. මෙතනදී දිව පුහුණු කරනවා. රසය දැනෙනවා. නමුත් ආහාර ගන්නේ කුසගින්න නූපදවා ගන්නටත්, උපන් කුසගින්න බැහැර කරන්නත් පමණයි. ඒ ශ්‍රැතවත් ස්වභාවය ඇති කරනවා සිත තුළ. ඇස් දෙක තුළ. එවිට ඇස් දෙක සංවර වෙනවා. කන් දෙකත් සංවර වෙනවා. නාසයත් සංවර වෙනවා. දිවත් සංවර වෙනවා. කයත් සංවර වෙනවා. මනසත් සංවර වෙනවා. ඇලෙන, ගැටෙන, මුලාවට පත්වන තැන් බැහැර වෙනවනේ. එයයි සංවරය කියන්නේ.

අප හැම කෙනෙක්ම ඉන්ද්‍රිය සංවරය තුළ ශීඝ්‍රණය ඇති කරගත යුතුය. "සමාදාය සිත්ඛති සිත්ඛාපදේසු" ගණක මොග්ගල්ලාන සූත්‍රයෙහි දේශනා කළේ මේ ආකාරයටයි.

"හිත්ඛු සීලවා හොති
පාතිමොක්ඛ සංවර සංචුතා හොති
ආචාර ගෝචර සම්පන්නො
අනුමත්තෙසු වජ්ජේසු හය දස්සාවි
සමාදාය සිත්ඛති සිත්ඛා පදෙසු"

හිත්ඛු වත් නම් ප්‍රාතිමෝක්ෂ සංවර සීලයෙහි පිහිටා කටයුතු කරන්න. ආචාර ගෝචර සම්පන්න වෙන්න. එනම් සේබියා ශීඝ්‍රා පද රකින්න. සිරිත්, විරිත් දන්නා කෙනෙක් ලෙස කටයුතු කරන්න. "අනුමත්තෙසු වජ්ජේසු හය දස්සාවි" කුඩා අණු කුඩා වරදෙහි පවා බිය දකින්න. "සමාදාය සිත්ඛති සිත්ඛා

පදේසු” සික්කාපදයන්හි සමෝදානයක් ඇති කරගෙන ශික්ෂණය ලබන්න. ඒ සිල්වත් වන ආකාරයයි.

මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇතිවුණාම තමන්ටත් ලොකු සුවයක් දැනෙන්න පටන් ගන්නවා. අසංවර බව තමන්ටම විපතක් වෙන්න පටන් ගන්නවා. “මං දන්නේ නෑ මගේ හිත නොසන්සුන් වුණාම මම මොනවා කියනවද, කරනවද කියලා. මට මොනවා හිතෙනවද කියලා. සමහර විට ඒ හිතෙන දේවල් ගැන මට ම ඇතිවන්නේ පිළිකුලක්. වෙලාවකට කලකිරීමක් ඇතිවෙනවා. ඇයි මම මෙහෙම හිතන්නේ? මට ම මාව පාලනයක් නැතිවෙලා යනවා. මේ හැම දේකට ම මුල මගේම අසංවර හිතයි.”

පින්වතුනේ, ශ්‍රේෂ්ඨ ජීවිත ඉදිරියටත්, ධර්මානුකූලවත්, ශාසනික වශයෙනුත් සුවපත් කරගන්න. ජීවිතවල අසංවර ස්වභාවය නිසා මොනතරම් විපත්ති වලට පත් කරගෙන තිබෙනවද? ඒ නිසාමේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය යනු පැත්තකට වෙලා වාඩිවී සිටීම පමණක් නොවෙයි. ඔබ අප ඉන්ද්‍රිය සංවර විය යුත්තේ මේ අවස්ථාවේදී පමණක් නොවෙයි. ධර්මය දකින තුළදී මෙන්ම ‘සාධු සබ්බත්ථ සංවරෝ’ හැම තැනකදීම සංවරවීම අවශ්‍යයි. කයින් සංවරවීම අවශ්‍යයි. වචනයෙන් සංවරවීම අවශ්‍යයි. මනසින් සංවරවීම අවශ්‍යයි. සංසාර ගමනෙහි සිටින තෙක් අප හැම කෙනෙකුටම ගැටළු තිබෙනවා. “දුක්ඛේ පතිට්ඨිතො ලොකෝ” මුළු ලෝකයම දුක මත පිහිටා තිබෙනවා යැයි දේශනා කළේ ඒ නිසයි. ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන් යුක්තවයි ඒ දෙස බලන්න ඕනෑ.

භාවිත හිතෙනුත් සංවර හිතෙනුත් ඒ ගැටළුව දෙස බලන්නේ කෙසේද? ධර්මයට නතු නොවන විට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ වචනයක් තිබුණා ‘මෝස පුරුෂ’ කියලා. සංවර වූ හිත තුළ රාග, දෝෂ, මෝහ නැහැ. නමුත් හදාගන්න ඕනෑ නිසයි එහෙම සඳහන් කළේ. සංවර වූ මනස තුළ, හිත තුළ ඔබටත් ඒ පැවැත්ම, දුක්ම ඇති කර ගන්න පුළුවනි.

“ඉන්ද්‍රිය සංවරේ හික්ඛවේ අසති ඉන්ද්‍රිය සංවරං විපන්නස්ස හතුවනිසං භොති සීලං” සිහිය නැතිවීමයි, ඉන්ද්‍රිය සංවරය නැතිවන්නේ. සතිය තුළ සිටිනවා නම් සංවරය ඇතිවෙනවා. අසංවරයට පත්වන්නේ සතිය නැති නිසයි. නිදසුනක් ලෙසින් ගතභොත්, යම් විටෙක දරුවන්ට තදින් අවවාද කළත් එය අසංවරයක් විදියට දකින්නේ නැහැ. පුංචි කාලේ යම් දරුවෙක් රත්වී ඇති ලිප ලඟට හෝ උදුන ලඟට එය අල්ලන්නට යනවිට “ගින්දර තිබෙනවා, මගේ රත්තරන් පුනේ, අල්ලන්න එපා, අත පිව්වෙයි.” මේ සංවරයක් නැති පුතා නැවත වරක් උදුන ලඟට යනවිට, කුමක්ද? ඔබ කියන්නේ?

සැරෙන් කියාවී, මම කිව්වනේ, “නුඹට උදුන ලඟට යන්නට එපා කියලා” නැවත තුන්වන වරටත් එතනට යන්නට හැදුවොත්, ඔබ කියාවී, “කකුල් දෙකෙන් අල්ලලා පොලවේ ගහනවා.” කියලා.

ප්‍රායෝගිකව හිතලා බලන්න, ඔබ ඔය වචන කියන්නේ හදවතින්ද? නෑ ගුණබර අම්මා කෙනෙක් විදියට ඔබ එය කියන්නේ වචනයක් පමණයි. ඇත්තටම කකුල් දෙකෙන් අල්ලලා පොලවේ ගහනවද? “දුවේ, පුනේ, නුඹට කරදරයක් වන එක වළක්වාගන්නයි මෙහෙම කියන්නේ.” එහෙම කියලා, අර දරුවා පැත්තකට වෙලා අඬ අඬා හිටියොත් “මට බත් එපා, මම කන්නේ නෑ මට බැන්න නිසා.” “මගේ හොඳ පුතානේ, අම්මා ආදරේටනේ කිව්වේ, කරුණාවෙන්නේ, පුතාගේ කකුල පිව්වුනොත්, අත පිව්වුනොත් කොහොමද හදන්නේ. කියන දේ ඇහුවේ නැති නිසානේ සැර කළේ.”

“කරුණා මෙමත්‍රිය තේරුම් ගන්න පුළුවනි.” මෙතනදී අවවාදය ටිකක් තදින් වූණත්, අසංවරකම ඇතිවන්නේ නැහැ. මෙතන තිබුණේ කරුණාවෙන්, මෙමත්‍රියෙන් ඇතිවුණ වදන් පෙළක් පමණයි. ඒ අවස්ථානුකූලව එය කළ යුතුයි. මේ සඳහන් කළේ, පුංචි දරුවෙකුට. නමුත් මේ අවවාදය අවු. 20-25 ක දරුවෙකුටත් කිව හැකිද? බැහැ. ඒ වනවිට සංවරය හා අවබෝධය හොඳින් ලබාදී තිබෙන්නේ. එතනදී එහෙම කෑ ගහන්න බැහැ. එතනදී ඇති වන්නේ තරහව එක්ක. මොකද දුන් හොඳ අවබෝධයක් තියෙන කෙනෙක්. වැඩිහිටියන්, පුංචි කාලේ කියනවා වගෙයි නොවෙයි. එතනදී ගැටීමක් සමගයි ඒ වචන පෙළ පිටවෙන්නේ.

ඉන්ද්‍රිය සංවරය අප හැම අවස්ථාවකදීම ඇති කර ගත යුතුය. ගමන, බීමන, ඇඳුම, පැළඳුම, කෑම, බීම පමණක් නොව වැසිකිලි, කැසිකිලි, වාඩිවෙන තැන පටන් ඒ සංවරය අවශ්‍යයි. ඇලීම්, ගැටීම් වලින් දුරුවී රාග, දෝෂ, මෝහ නැති තැන ඉන්ද්‍රිය සංවරය පවතිනවා. අනෙක් හැම තැනකටම අසංවර ස්වභාවය මත ඇතිවන නොසන්සුන් ස්වභාවය ඇස, කණ, නාසය, ශරීරය, මන යන ඉන්ද්‍රියයන්ගෙන් මතු වන්න පුළුවනි.

මහණෙනි, ඉන්ද්‍රිය සංවරය නැතිවත්ම, ඉන්ද්‍රිය සංවරයාගේ ශීලය ‘නට උපචිත්‍රුය’ ඇතිවේ. එනම් ශීලය උපකාර නොවේ. එය ඉන්ද්‍රිය සංවර නොවූ කෙනාගේ ශීලයට බාධාවක් වෙනවා. සැනසිල්ල සොයාගෙන යන ධර්ම මාර්ගය තුළ සීලයයි පළමුව අප පුරුදු කළ යුත්තේ. ශීලය රකින කොට ඉන්ද්‍රිය සංවරය රැකෙනවා. ඉන්ද්‍රිය සංවරය රකින කොට ශීලය රැකෙනවා.

ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මනසේ පටන් ඇලීම්, ගැටීම් වලින් බැහැරවූ තැන හැබැවටම සංවර ස්වභාවය ඇතිවෙනවා. පරිසරය මොන කරම් නිවුණු ස්වභාවයක්ද? ඇසෙන් වත් ඇලෙන්නේ නැහැ. ගැටෙන්නේ නැහැ. කණෙන් වත් ඇලෙන්නේ නැහැ. ගැටෙන්නේ නැහැ. කපා කළ යුතු නම් ධර්මානුකූල දෙයක් (ධම්මවා කපා අරියො තුමිහිභාවො) ළඟ සිටින කෙනා සමග හෝ කපා කරනවා නම් එය ඇලෙන, ගැටෙන දෙයක් නොවිය යුතුය. නැතිනම් රාග, දෝස, මෝහ නැති ආර්ය නිශ්ශබ්දතාවයෙහි යුතුව සිටිනවා.

අත්තානුවාද භය :- පාපයක් කළ පුද්ගලයාට, තමාගේ සිතෙහිම ඇතිවන්නා වූ භයයි. මා විසින් මේ කරන ලද පාපයෙහි විපාකය කවර හෝ අවස්ථාවක, මා වෙතට පැමිණෙනු ඇත. “ඒ වෙලාවෙහි, ඒ පාපය කළාට, දැන් සිතට මහා භයක් දැනෙනවා. ලෙඩක්, දුකක් හෝ මොන විදියේ අන්තරාවක් සිදුවේද කියලා, සිතෙනකොටත් මගේ සිතට මහා භයක් දැනෙනවා. කරන ලද පාපයෙන්, ලෙහෙසියෙන් නම් ගැළවීමක් නැහැ කියලා මම දන්නවා. මට මොනවා වෙයිද? මගෙ පවුලෙ අයටත් මේවාට මුහුණ දෙන්නට සිදුවේද?” මේ ආකාරයට තමා කෙරෙහිම ඇතිවන බිය අත්තානුවාද භයයි.

පරානුවාද භය :- ඔබ කළේ ලොකු වැරද්දක් කියලා අනික් අය ඔබට දොස් කියාටි. එය නිවහනෙන් වෙන්න පුළුවන්, පරිසරයෙන් වෙන්න පුළුවන්, ආයතනයෙන් වෙන්න පුළුවන්, සමාජයේ ආශ්‍රය කරන පිරිසගෙන් වෙන්න පුළුවන්. ඒනිසා “බැණුම් අහන දෙයක් නම් මම කරන්නේ නෑ. නිගුහයට පත්වෙන දෙයක් නම් මම කරන්නේ නෑ.” මේ විදියට හිතලා ඒ බිය නිසා අකුසලයෙන් බැහැරවෙනවා.

දුර්ගත භය :- “වර්තමාන පරිසරයට අනුව මෙවැනි වැරද්දක් කළොත් මට දඬුවම් විදින්න වේවි. හිරේ, විලංගුවේ වැටිලා දුක් විදින්න වෙයි.” ඒ විදියට හිතලා එයින් වළකිනවා.

දුග්ගති භය :- මේ විදියේ වැරද්දක් කළොත් සතර අපායේ වැටෙන්න වෙයි. අපායේ ඉපිද දුක් විදින්නට වන බිය නිසා ඒ ගැන හිතලා එයින් වළකිනවා.

මේ මූලික අවස්ථාවයි. නමුත් විදර්ශනා පරමාර්ථ ධර්මයට ළංවන විට සසර ගමනේ ඇති භයානක දුක් සෝර සහිත බව තේරුම් අරගෙන

ඒ තත්වයට පත්වන්නේ නැහැ. ඇලීම්, ගැටීම්, මූලාව එනම් රාග, දෝෂ, මෝහ බව තේරුම් අරගෙන මේ සිත ම මුල් කරගෙන, සිතෙන් නොඇලී, නොගැටී, නොබැදී, නුමුලාවෙන් පවත්වා ගන්න උත්සාහ කරනවා.

“හිබ්බිදාය, විරාගය, හිරෝධාය, උපසමාය, අහිඤ්ඤාය, සම්බෝධාය, හිබ්බාණාය, සංවත්තති” මේ ආකාරයට සිත පවත්වා ගන්න උත්සාහ ගන්නවා.

- හිබ්බිදාය - සංවේගය පිණිස, කලකිරීම පිණිස (මෙහි කලකිරීම යනු බලාපොරොත්තු කඩවීමක් හෝ තමා මුල්කරගත් දෙයක් ඉටුනොවීම නොවේ.)
- විරාගය - නොඇලීම පිණිස
- හිරෝධාය - අත්හැරීම, නිරුද්ධිය පිණිස
- උපසමාය - කෙලෙස් සමනය පිණිස
- අහිඤ්ඤාය - අනිච්ච, දුක, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය අවබෝධය, නුවණ පහළ කරගැනීම පිණිස
- සම්බෝධාය - චතු ආර්ය සත්‍ය අවබෝධය පිණිස
- හිබ්බාණාය - නිවන සාක්ෂාත් කරගැනීම පිණිස
- සංවත්තති - පවත්වනය

මේ දුකින් අත් මිදෙන්න නම් ‘මෙස් විය යුතුය’ යන අවබෝධය ඇතිකර ගන්න. එයට ඖෂධක්, උපකරණක්, ක්‍රමයක් අවශ්‍යය.

එය තමා, “යද හිච්චං තං දුක්ඛං - යං දුක්ඛං තද හත්තා”

යමක් අනිත්‍ය නම් එතන දුක හට ගන්නවා. දුක හට ගන්නේ ස්ථිර වූ ආත්මයක් හෝ පැවැත්මක් හෝ ජීවිතයක් නොවන නිසා. “සබ්බේ සංඛාරා අහත්තාති” මෙහි සියලු සංස්කාර යයි සඳහන් කළේ, සවිඤ්ඤාණක හෝ අවිඤ්ඤාණක එනම් පණ ඇති, පණ නැති, මේ හැම දෙයක්ම මේ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් වන බවයි.

ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය මෙතෙහි කිරීමේදී සියල්ලම එකවර මෙතෙහි කිරීමට නොහැකි හෙයින් මේ ශරීර පුඤ්ජය මුළින්ම කොටස් පහකට වෙන්කර ගන්නවා. එනම් රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණා යන පහයි. භාම සහ රූප යනුවෙන් නැවතත් එය කොටස් දෙකක බෙදෙනවා. ගැඹුරට යනවිට නැවතත් මේ ‘භාමය’ කොටස් පහකට බෙදෙනවා. එනම්, වේදනා, සංඥා,

වේනනා, එස්ස, මනසිකාර. 'රූපය' බෙදනවා පට්ඨි, අපො, තේජෝ, වායො සහ චක්ඛු ආදී උපාදාය රූප විසි හතරට.

මේ සියල්ලම එකට ගත්තම, අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත, ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත් කරගන්න අපහසු නිසා, කොටස් වශයෙන් වෙන්කරගෙන සියුම්ව සලකා බලනවා. නිදසුනක් ගෙන සරලව බැලුවොත් කෙස් ගසක් ගෙන බැලුවොත්, එය සුදුවීගෙන යනවා, ගැලවී ගෙන යනවා, එහි මගේ යනුවෙන් අයිතියක් නැහැනේ. මට උවමනා විදියට පවතින්නේ නැහැනේ. දතක් දෙස බලන්න. මුහුණ, දෑත, දෙපා ආදිය වෙන වෙනම සැලකූ විට රැළි වැටීගෙන යන ආකාරය දකින්න. ටිකෙන් ටික ස්වල්ප වූ තැනකින් ආරම්භ කළාම අනිත්‍ය ස්වභාවය තේරුම් ගන්න පුළුවන්. ඒනිසයි කොටස් වලට බෙදලා අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට අපි යටත් කර බලන්නේ.

මෙසේ සියුම්ව ගලපා බලන විට නාමයේ කොටස් නම් වේදනා - විදීම (සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛම සුඛ) වශයෙන් මේ කොටස් තුනකින් දක්වා ඇසෙන් විදීම ලබනවා. කණෙන්, නාසයෙන්, දිවෙන්, ශරීරයෙන්, මනසින් විදීම ලබනවා. සමහර අරමුණු සුඛ පිණිස අපි උපාදානය කර ගන්නවා, අල්ලා ගන්නවා, හිතනවා, සමහර ඒවා දුක් සහගතයි. සමහර ඒවා මධ්‍යස්ථයි. නමුත් මේ හැම දෙයක්ම අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයට යටත්. එසේනම් වෙනස්වනවා නම්, දුක් සහගත නම් ස්ථිර වූ පැවැත්මක් ආත්මයක් නොවේ නම් මගේ වෙන්වේ කොහොමද? ඒක මගේ නොවේ (තේතං මම) නම් එතන ඇලීමක් තියෙන්න බැහැ. මගේ නොවන දේවල් කෙරෙහි ඇලෙන්නේ මොකටද? මම, මගේ යයි කියන නිසයි ඇලීම තියෙන්නේ.

මගේ හැඟීම තිබෙන දරුවෙක්, ඥාති කෙනෙක් මගේ හමුවනොතින්, නතර වෙලා කථා කරාවි. එසේ නොමැති නම් කෙනෙක් උපකාරයක් ඉල්ලුවොත් මිස කථා කරන එකක් නැ. ඒ මගේ නොවන නිසා. ඇස ආදී ඉඤ්ජයන්ට හමුවන අළුත් අරමුණක් තමුත් කැමතියි කියලා ඇලෙන්න හැදුවොත්, ඒ ඇලීමට උදව් කරන දේ, ඒනිසා ඇලීම ඇතිවෙන්නේ මම ඉන්න කල්. මගේ පවතින තෙක් පමණයි. නැතිනම් ඇලීමක් නැහැ. අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ නුවණින් මෙනෙහි කරන විට එය නිත්‍ය නැති බව අවබෝධ වෙනවා. නිත්‍යයි කියලා හිතාගෙන සිටින නිසයි ඇලෙන්නේ. නැත්නම් උපේක්ෂාවට පත්වන්නේ. රහතුන් වහන්සේලා, බුදු උතුමෝ උපේක්ෂාවෙන්

කටයුතු කරන්නේ. ආයථි මාර්ගයට පත්වීමට අපිත් ඒ අවස්ථාව ඇති කරගත යුතුය.

මේ ශරීරයද පවත්වා ගත යුත්තේ උපේක්ෂාවෙන්. කවා, පොවා, පිරිසිදු කරන්නේ උපේක්ෂාවෙන්. ආයථි මාර්ගයට පත්වනවිට එලෙසයි. අල්ලාගන්න නොවෙයි. ආහාර වලදන විට සදහන් කරන්නේ (ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරන්න) නූපත් කුසගින්න නොඉපදවීම සදහාත්, උපත් කුසගින්න නැති කරන්නත්, බ්‍රහ්මචරියාව ආරක්ෂා කරන්නත් පමණයි. එවිට එතන පවතින්නේ උපේක්ෂාවයි. නමුත් මේ ආහාරය අල්ලා ගත්තොත්, ශරීරය වඩන්න, ව්‍යායාම කරන්න, මස්පිඩු වඩන්න, අලංකාර කරන්න යන තැනට පත්වෙනවා. මේවායින් බැහැරව ආයථි මාර්ගයේදී උපේක්ෂාවට පත්වෙනවා. කවන්න, පොවන්න, පිරිසිදු කරන්න, ප්‍රසන්නව ශරීරය පවත්වන්න ආදී වශයෙන් පුළුවන්. නමුත් උපාදානයෙන් ඇතිවූ තෘෂ්ණාව එතන නැ. දිරාගෙන යනවිට දිරාගෙන යනවා. ප්‍රතිකාර කරනවා. හැබැයි එය අල්ලාගෙන, "මම හිතුවේ නැහැ. මම ලෙඩවෙයි කියලා, ඇයි මම මෙලෙසින් ලෙඩවෙන්නේ. මට නැගිට ගන්න බැහැ. මේ මොන කරුමයක්ද?" මෙලෙසින් එතන ගැටීමකට අවස්ථාව හදලා දෙන්නෙ නැහැ. හටගත්ත හැම දෙයක්ම නැතිවෙලා යනවා.

"යංකිඤ්චි සමුදය ධම්මං - සබ්බංතං හිරෝධි ධම්මං"

හටගන්නා වූ සියලු දෙයම නිරෝධි ස්වභාවයට පත්වෙනවා. විනාශ ස්වභාවයට පත්වන සුළුයි. මේ ශරීරයත් ඒ වගෙයි. නාවා, කවා, පොවා, පවිත්‍රව තබාගන්නවා. ගිලන් බවින් මිදෙන්න බේත් කරනවා. නමුත් එතන ඇලීමක්, ගැටීමක් නැහැ. මෙය ගැඹුරුයි වගේ අවබෝධ වුණත් සමාධිය දියුණු කරගැනීමට මේ අවබෝධය අවශ්‍යයි. සීලයේ පිහිටා සමයක් සමාධියට පත්වන ආකාරයයි මේ සදහන් කළේ. හිතේ ඇතිවන සංවර බවත් සමගම ඇස ආදී ඉඤ්ජයයන්ගෙන්, රූපාදී අරමුණු පරිහරණය කරන විට ටිකෙන් ටික මේ අවබෝධය ලැබෙනවා. සීලය නොමැති නම්, අසංවරකම මේ ඇතිවන්නේ සමාධිය දියුණු කරන්න අපහසුයි. මේ මොනවත් තේරෙන්නේ නැ කියලා දූනෙන්නේ, හිතෙන්නේ එවිටයි. එනිසා පළමුවෙනි දේ තමයි ඉඤ්ජ සංවරය. ඊළඟට ශීලය. ශීලයට පත්වන විට මේ අවබෝධය, පුළුවන් කම ලැබෙනවා. එවිට මේ සමාධිය දියුණු කරගන්න පුළුවන්.

මම නොවේනම්, මගේ නොවේ නම් ස්ථිර වූ ආත්මයක් නොවේ නම් එතන ඇලීම, බැහැර වෙන්න පටන් ගන්නවා. රාගය දුරුවෙනවා කියන්නේ

එතනයි. රාගය නැත්නම් ගැටෙන්න දේකුත් නැහැ. ඇලීම දුරුවෙන කොට ගැටීම ඉවත් වෙන්න පටන් ගන්නවා. ඇලී සිටින තෙක් ගැටෙනවා. මේ ඇලුන දේවල් වෙනස්වන විටයි නොරුස්සනා බව ඇති වන්නේ. තරඟව ඇති වන්නේ. ඇලීලා තිබෙන දේවල් වෙනස් වන විට නැත්නම් ඒවාට තර්ජනයක්, විපතක් ඇතිවේය යන හැඟීම එනවිටයි.

නිදසුනක් ලෙස සඳහන් කළොත්, යම් කෙනෙක් දෙස බැලුවාම අමනාපයක් ඇතිවෙනවා නම්, 'මම' කියලා හිතාගෙන ඉන්න මට ඒ දැකීම බාධාවක්. එයයි අකමැති යයි කියන්නේ. හැබැයි කැමති නම් එහි ඇලෙනවා. මම දකින්න කැමතියි. අකමැති නිසා ගැටෙනවා. ඒ හඬ ඇහෙන කොටම කේන්ති යනවා. ඒ කේන්ති ගියේ 'මට'. ඒ 'මම' කියන පුද්ගලයා තෘෂ්ණාවෙන් අල්ලාගෙන සිටිනකාක් කල් මට ගැටළුවක්. මට තර්ජනයක්. 'මම' අල්ලාගෙන සිටින නිසා විපතක්, බාධාවක්, ජීඩාවක්. ඒනිසා තමයි පටිසයට එන්නේ. තරඟවට එන්නේ.

ඇලීම තිබෙන තැනයි 'පටිසය' ඇතිවන්නේ. ඇලීම දුරුකරන කොට පටිසය නැතිවෙනවා. ඇලීම බැහැර කිරීම දියුණු කරගන්න පුළුවනි නම් මේ ගැටෙන තැන් අඩුවෙනවා. වැඩිපුර තරඟ යන්නේ "තමා" තදින් අල්ලාගෙන සිටින අය. හොඳින් සිතා බැලුවොත් එයත් භාවනාවක්. එය හොඳින් අවබෝධ කරගත් විටයි "මම" ගලවන්න, (ඉවත් කරන්න) පුළුවන් කම ලැබෙන්නේ. සොලවලා ඉවත්කරන්න පුළුවන් කම ලැබෙන්නේ.

මේ දස සංයෝජනයන්ගෙන් පළමුවැන්න සක්කාය දිට්ඨිය. සසර ගමනට බැඳ තබන මේ සක්කාය දිට්ඨිය මුලින්ම ගලවන්න තමයි අමාරු. මේ සක්කාය දිට්ඨිය සසර ගමන පුරාම අභංකාර, මමංකාර, අස්මිමානය ලෙසින් පුරුදු කර තිබෙනවා. 'මගේ', 'මගේ' කියමින් අල්ලාගෙන සසර පුරාවටම එන ගමනක්. විටෙක හඬනවා, විටෙක දුක් වෙනවා, විටෙක ළඟවෙනවා මෙලෙසින් සිවු මහා සාගරයේ ජල කඳට වඩා කඳුළු වගුරුවමින් පැමිණ ගමනක් ලෙසින් 'අස්සු' සුත්‍රයේදී සඳහන් කර තිබෙනවා. දීඝිව අල්ලාගෙන පැමිණි ගමනක් නිසා මේ ඇලීම දුරු කරන්න අත්හැර ගැනීම ලේසි නැහැ. නමුත් සමයක් සමාධියෙන්, ඉන්ද්‍රිය සංවරයෙන්, සීලයෙන්මයි මෙතනට පැමිණිය යුතුවන්නේ. ඒ පැවැත්ම ඇතිකර ගත්විට දකින්න පහසුයි.

"සමයක් සමාධිය නැතිවත්ම සමයක් සමාධිවිපන්නයාගේ තරුණවිදුර්ගනාසංඛ්‍යාන යටාභුතඥාණාදුර්ගනය හට උපනිග්‍රය ඇතිවේ."

සමයක් සමාධිය නැතිවන විට තරුණවිදුර්ගනා සංඛ්‍යාන යටාභුතඥාණාදුර්ගනයට උපකාරයක් වෙන්නේ නැහැ. මෙහි 'තරුණ විදුර්ගනාව' යයි සඳහන් කළේ, වෙනස් නොවන, ශක්තිමත් දැක්මක් ඇතිකර ගන්නවා යන අදහසයි. 'තරුණ' යනු ශක්තිමත් කියන අදහසයි. විදුර්ගනාසංඛ්‍යාන ආයථි මාර්ගයට ඇතුල් වෙන තෙක්ම විදුර්ගනාව එනාමෙහා වෙනවා. (සෙලවෙනවා) ඒ අරමුණු සමහර තැනකදී අත්හරින්න අපහසුයි. සමහර තැන්වලදී අත්හැරෙන්න කල් ගන්නවා. සමහර තැන්වලදී අත් හැරෙන්නෙම නැහැ. නමුත් තරුණ විදුර්ගනාව බලවත්. එය නොවෙනස්ව අල්ලාගෙන සිටිනවා. සමාධියේදී මුළුමනින්ම වෙනස් නොවන්නේ ආහන්තර්ක සමාධියයි. එය ඇතිවන්නේ රහත් උතුමන්ට. බුදු උතුමන්ගේ ආනන්තර්ක සමාධිය ඉතාම බලවත්. රහත් බව ලබන තෙක්ම මේ සමාධිය වෙනස්වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසයි ධ්‍යාන ලැබූ ඇත්තෝ පවා ඒ ලැබූ ධ්‍යානය පවත්වා ගන්න මහන්සි වෙන්නේ. හේතුව නම් ධ්‍යානය පිරිහෙන්න පුළුවන් නිසයි. ධ්‍යානයෙන් බැහැර වෙන්න පුළුවන්. මේනිසා 'තරුණවිදුර්ගනාසංඛ්‍යාන' කියන්නේ සමයක් සමාධිය ඉතා හොඳින් පවතිනම් සෑම අරමුණකදීම ඒ විදුර්ගනාව සෙලවෙන්නේ නැතිව, ගැලවෙන්නේ නැතිව පවත්වා ගැනීමට පුළුවන් යන අදහසයි. සරල නිදසුනකින් දැක්වුවහොත්, "හැමදේමත් අත්හරින්න පුළුවනි, අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ලෙසින් දකින්නත් පුළුවනි. නමුත් මම තවම මේ දැරුවන්ගෙන් නිදහස්වන එක ගැන නම් එකපාරටම හිතන්න අමාරුයි." මේ විදියට හිතුවොත් නම් එතන "තරුණවිදුර්ගනාව" නැහැ. එතන අල්ලාගෙනයි සිටින්නේ.

පිලිලයක් ගහක කොතැනක හෝ තිබුණොත් නැවතත් එය මතු වෙන්න පුළුවන්. ශාරීරික විපත් පවා මුලින්ම ඉවත් කරන්න සිද්ධ වෙනවා (පිලිකා වැනි). නැත්නම් කොතනින් හෝ නැවත මතු වෙන්න පුළුවනි. බලවත්වූ ශාරීරික රෝග පීඩාවක් එලෙසමයි. ශක්තිමත් නැතිවූ විට කොතනින් හෝ වැටෙන්නට පුළුවනි.

තරුණ විදුර්ගනාව නැති වන විට ඒ තරුණවිදුර්ගනාසංඛ්‍යාන යටාභුතඥාණාදුර්ගනයට උපනිග්‍රය වෙන්නේ නැහැ. යටාභුතඥාණාදුර්ගනය යයි සඳහන් වන්නේ සප්ත විඤ්ඨයේදී සඳහන් වන ආකාරයට ශීල විඤ්ඨ, චිත්ත විඤ්ඨ, දිට්ඨි විඤ්ඨ, කංකාචිතරුණ විඤ්ඨ, මග්ගා මග්ග ඥාණා දුස්සන, පටිපදා ඥාණා දුස්සන, ඥාණා දුස්සන යන අවස්ථාව වන විට මෙන්න මේ 'තරුණ විදුර්ගනා සංඛ්‍යාන යටාභුතඥාණා දුර්ගනය' ඇතිවිය යුතුය. 'යටාභුතං පජානාති' ඇති තතු ඒ ආකාරයෙන්ම දැන ගැනීමට සමයක් සමාධිය තිබිය යුතුය. සමයක් සමාධිය නැති වූණොත් තරුණ විදුර්ගනාවෙන් ඇති කරන

යථාභූත ඥාණයට උපනිශ්‍රය වෙන්වන නැහැ. (උදව්වක් වෙන්වේ නැහැ.) ඒ යථාභූත ඥාණයට අවශ්‍ය තරුණ විදර්ශනාව වෙනස්වන අරමුණු සමග ඉදිරියට යන්නේ නැහැ. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් තමයි ආරම්භ කළ යුත්තේ. නමුත් එය වෙනස් නොවී ඉදිරියට දියුණු කළ යුතුයි.

අපි නිදසුනක් ලෙසින් මේ ආගමික පරිසරයෙහි සිට ගෙදර ගොස් පැය දෙක තුනක් යනතෙක් හිත හොඳින් සුවපත් වෙලා. හැබැයි ටික වේලාවකට පසුව ඇලිලා, ගැටිලා සුවපත් වූ සිත සම්පූර්ණයෙන් ම වෙනස්වෙලා, කලින් හිටි තැනටම වැටෙනවා. නමුත් මේ අවස්ථාවෙන් මිදී දවස් දෙක තුනක්, සතියක් දෙකක් යනවිට ඒ ස්වභාවය අඩුකරලා ක්‍රම ක්‍රමයෙන් දියුණු වනවිට තමයි අර තරුණ විදර්ශනාව බලවත් වී විදර්ශනාවෙහි යථාභූතය දකින්න පුළුවන් වන්නේ. නැත්නම් ඇති තතු ඒ ආකාරයෙන් ම අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ලෙසින් දකින්න ලැබෙන්නේ නැහැ. ඒ විදර්ශනා ශක්තිය බලවත් නොවූ නිසයි.

මගේ නොවේ, මම නොවේ, ස්ථිර නොවේ යයි දැනුම තිබුණත් මේ කටයුතු කරන විට ඒ සියලුම දේ යටපත් කරගෙන ‘ඇලීම’ ඉස්මතු වෙනවා. “මේවා නැතුව කොහොමද? මේ අය ගැන නොසිතා කොහොමද? කවුරු මොනවා කිවුවත් මම ඉන්නවා” මෙසේ ඇලීමෙන් කටයුතු කරන විට යථාභූතයට (ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දැකීම) පැමිණෙන්නේ නැහැ. සමහර විටක පිඟානක් කැඩුණා, හැන්දක් වැටුණා කියලා සියල්ලම නැතිවුණා වගේ කැගහන්න පුළුවන්. කලාණුවන්න කෙනෙක් සමහර විට මෙය අසා ගෙන ඉදලා කියාවී, “ඔබ දැන් මෙතෙහි කළේ, අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත නේද කියලා.” මම වත් මට හිමි නැති ලෝකයක මේ සංඛත වස්තු කොහොමද නිත්‍ය වෙන්නේ. සතිය (සිහිය) තිබෙන්න ඕනෑ. සතියෙන් කටයුතු කරන්න ඕනෑ. නමුත් එය විනාශ වුණාට පසුව ඔබ පවසන වචනවලින් අදහස් පේන්නේ ඔබට තදින් උපදානය කරගෙන, අල්ලාගෙන සිටිනවා යන අදහසයි. අසතියෙන් කටයුතු කරන කෙනෙකුට වැරද්දකට උපදෙස් දෙන්න පුළුවනි. බුදුරජාණන් වහන්සේ ධර්ම අවවාද කළේ, නීති පැනව්වේ ඒකයි. නමුත් උන්වහන්සේ ඇලීමෙන්, ගැටීමෙන්, තෘෂ්ණාවෙන් මුලාවට පත්වෙලා නොවෙයි.

ඔබටත් විදර්ශනාව දියුණු කරගෙන දරුවන්ට උපදෙස් දෙන්න පුළුවනි. සම්මුතිය තුළ පැවැත්ම ඇතිකර ගන්නවා. නමුත් එහි ඇලීම්, ගැටීම්, මුලාව ඇතිකරගන්නේ නැහැ. යමක් කැඩුණට, බිඳුණට පසුව හොඳ සිහියෙන් කටයුතු

කරන්න ඕන. එතකොට පැවැත්ම ඇති කරගන්න පහසුයි. අපේ මාර්ගයටත් පහසුයි. විශදමත් අඩුයි. ඒ සතිය පවත්වා ගන්න පුළුවනි. එසේ නැතිව පැවසුවොත් එහෙම “මගේ ජීවිතයට වැඩියෙන් මම රැකගෙන හිටියේ, මේක නැති වුණාට පස්සේ ඉතින් වැඩක් නැහැ.” මේ විදියට කිවුවොත් එහෙම පැහැදිලියි, අත්හැර නැති බව. උපදානය කරගෙනයි සිටින්නේ. මේවා දැකිය යුත්තේ අපේ ජීවිත කුලින්මයි. මේ ආකාරයට කටයුතු කළොත් විදර්ශනා සංඛ්‍යාත විදර්ශනාව කොතැනද? තරුණ විදර්ශනාව නැහැ. යථාභූත ඥාණ දර්ශණය දියුණු කරගන්න පුළුවන්. එයට අවශ්‍ය සම්මා සමාධියයි.

“යථාභූත ඥාණාදර්ශනය නැතිවත් ම යථාභූතඥාණාදර්ශන විපන්නයාගේ (බලවත් විදර්ශනා සංඛ්‍යාත නිර්වේදය හා ආයඝී මාර්ග සංඛ්‍යාත) විරාගය හට උපනිශ්‍රය වේ.”

යථාභූතඥාණදර්ශනය (බලවත් විදර්ශනා සංඛ්‍යාත) නැතිවන විට, ඇති තතු ඇති ආකාරයෙන් (නියමාකාරයෙන්) දැක්ම නැති වුවහොත් කුමක්ද වන්නේ? නිර්වේදයට (නොඇලී සිටින මාර්ගය) හා ආයඝී මාර්ග සංඛ්‍යාත විරාගයට උපනිශ්‍රය වෙන්නේ නැහැ. (මෙතන ‘විරාගය’ යන්න බොහොම බලවත් තැනක්. නාම-රූප ධර්මයන්ගේ පටන් අවබෝධයෙන් අත්හැරීමේ ස්වභාවය, එනම් තමාගේම නාම-රූප ධර්මයන්ගේ පටන් බාහිර වස්තු කෙරෙහි නොඇලී සිටීමේ සිට අත්හැරීමයි.) තරුණවිදර්ශනා සංඛ්‍යාත යථාභූතඥාණදර්ශනයෙන් ඉවත් වන විට ආයඝී මාර්ග සංඛ්‍යාත විරාගයටත් උදව්වක් වෙන්නේ නැහැ.

නිබ්බදාවිරාගය නැතිවත්ම නිබ්බදාවිරාගවිපන්නයාගේ (අර්හත්ඵල සංඛ්‍යාත) විමුක්තිය හා ප්‍රත්‍යාවේක්ෂාඥාණ සංඛ්‍යාත ඥාණාදර්ශනය වෙන්කරන්නට උපනිශ්‍රය ඇතිවෙයි.

නිබ්බදාවිරාගය ධර්ම සංවේගය ඇතිකරගෙන අත්හැරීම නොවන විට එසේ නොවුණු අයගේ අර්හත්ඵල සංඛ්‍යාත විමුක්තිය හා ප්‍රත්‍යාවේක්ෂාඥාණ සංඛ්‍යාත ඥාණදර්ශනයට උපකාරයක් වෙන්නේ නැහැ. නිබ්බදාව යනු ධර්ම සංවේගයයි, විරාගය යනු අත්හැරීමයි. විමුක්තිය හා ප්‍රත්‍යාවේක්ෂාඥාණ සංඛ්‍යාත විමුක්තිය, සසර ගමනේ පටන් වැරදියට අල්ලා ගත් සක්කාය දිට්ඨිය අත්හැර, විමුක්තිය ලැබීම සහ ගැලවෙන මාර්ගය නැවත සිහිපත් කරන ඥාණ දර්ශනය, බුදු, පසේ බුදු, මහ රහත් උතුමෝ නිරෝධ සමාපත්තියට සමවැද මේ පැමිණීම මාර්ග ඵලය පිළිබඳව සිහිපත් කරනවා. මෙතෙහි කරනවා. නිරාමිස සුවය

උන්වහන්සේලා විදිනවා. එසේ නැතිව රහතන් වහන්සේලාට භාවනා කරන්න අවශ්‍ය නැහැ. උන්වහන්සේලා සියල්ල අත්හැරලයි කියෙන්නේ. රහන් වනවිට උන්වහන්සේලා මේ උදාන වාක්‍යයන් සඳහන් කරනවා.

“බිණාපාති වුසිතං ඔහ්මවරියං කතං කරණියං නාපරං ඉපට්ඨායාති”

“කෙලෙස් ප්‍රභාණය කරන ලදහ. ඔහ්මවරියාවෙහි හැසිරීම ඇතියහ. අන් කළ යුතු කිසිවක් නැහැ. සියල්ල අවසන් කළ හමාරයි.” නමුත් උන්වහන්සේලා නිතර සමාධිය භුක්ති විදිනවා. නිරෝධ සමාපත්තිය සඳහන් කළේ එතනයි. නිබ්බදාව හා විරාගය නැත්නම් විමුක්තිය හා ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාසංඛ්‍යාත විමුක්තිය ලබා ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරන්න ඥාණසංඛ්‍යාත ඥාණදර්ශනයට උපනිශ්‍රය වෙන්නේ නැහැ. ඉන්ද්‍රිය සංවර සූත්‍රයේදී පැහැදිලි කළේ එයයි.

මහණෙනි, අතුපතර හැති රුකක් (ගසක්) යම්බඳු වේද, එහි පතුරුන් පරිපූර්ණත්වයට නොයෙයි. සිවිය ද පරිපූර්ණත්වයට නොයෙයි. පොත්තද පරිපූර්ණත්වයට නොයෙයි. හරද (අරටුව) පරිපූර්ණත්වයට නොයෙයි. මහණෙනි, එපරිදිම ඉන්ද්‍රිය සංවරය හැතිවත්ම ඉන්ද්‍රිය සංවරවිපන්නයාගේ ශීලය හට උපනිශ්‍රය ඇතිවේ. (උපනිශ්‍රය හැති වෙනවා.)

මේ ආදී ලෙසින් විස්තර කළ සියල්ලම ගහක් උපමා කොට දේශනා කරනවා. අතුපතර නැතිනම්, අතුපතර විහිදී නැති ගහක් තිබේ නම් ඒ අතුපතර නැති නිසා ඒ ගහ සම්පූර්ණත්වයට පත්වන්නේ නැහැ. එවිට සිවිය නැතිවන විට පොත්තක් දිරලා යනවා. පොත්ත අසම්පූර්ණ වන විට හරයටත් පැවැත්මක් නැතිවෙනවා, දිරාගෙන යනවා.

ඒ වගේමයි ඉන්ද්‍රිය සංවරය හැතිවුණාම ශීලයට උදව්වත් නැහැ. ශීලයට උදව්වත් නැතිවුණාම සමාධියට උදව්වක් නැහැ. සම්මා සමාධිය හැති වූ විට තරුණ විදුර්ගනාසංඛ්‍යාත යථාභූතඥාණා දර්ශනයට උපකාරයක් නැහැ. යථාභූත ඥාණා දර්ශනය හැතිවුණාම නිර්වේදයට හා ආර්ය මාර්ගයට උදව්වක් නැහැ. නිබ්බදා විරාගය හැතිවන විට අරහත්ඵල සංඛ්‍යාත විමුක්ති හා ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා ඥාණයට උපකාරයක් නැහැ. ගහ උපමා කරගෙන දේශනා කළේ එයයි. අතුපතර, කොළ අතුන් කියෙන්න මීන. ගහක, කොළ අතු නැතිවුණොත් ගහ සම්පූර්ණත්වයට පත්වන්නේ නැහැ. සමහර ගස් කියෙන්න පුළුවනි. කොළ අතු නැති ගස් තිබෙනවා. නමුත් ගහේ ආරක්ෂාවට කොළ

අතු තිබෙනවා. කොළ අතු නැති වන විට සඳහන් කළේ සිවිය ආරක්ෂා වන්නේ පොත්ත, හරය, අරටුව රැකෙන්නේ නැහැ.

අපෙත් අරටුව තමයි විමුක්ති මාර්ගය, විමුක්තිය හා ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාව, ආර්ය මාර්ගය. එතන රැකෙන්න නම් අතු පතරෙන්ම පටන් ගන්න ඕනැ. එය හොඳින් රැක ගන්න ඕනැ. මේ අතු පතර තමයි ඉන්ද්‍රියසංවරය හැම අතටම අතුපතර විහිදී යන්නා සේ අපේ ජීවිත වලත් ආරක්ෂාවටයි මේ ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මන යන මේ ඉන්ද්‍රියයන් තිබෙන්නේ. බැලීමෙන්, ඇසීමෙන්, ආඝ්‍රාණයෙන්, රසයෙන්, ස්පර්ශයෙන්, සිතුවිලි වලිනුයි ජීවිතය පවතිනවා යයි සඳහන් කළේ. ගසක අතු පතර හැම පැත්තකටම එහිදී මැනවින් පරිපූර්ණ වන්නා සේම ඇස ආදී ඉන්ද්‍රියයන් මනාව සංවර කර ගත්තොත් මනාව රැකවරණයක් ඇති කරගන්න පුළුවන්.

මහණෙනි, ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇතිවත්ම ඉන්ද්‍රිය සංවර සම්පන්නයාගේ ශීලය උපනිශ්‍රයසම්පන්න වේ. (උපකාරයෙන් සම්පූර්ණවේ.) ශීලය ඇතිවත්ම ශීල සම්පන්නයාගේ සම්මා සමාධිය උපනිශ්‍රය සම්පන්න වේ. සම්මා සමාධිය ඇතිවත්ම සම්මා සමාධි සම්පන්නයාගේ යථාභූතඥාණාදර්ශනය (තරුණ විදුර්ගනාව) උපකාරත්වයෙන් සම්පූර්ණවේ. යථාභූත ඥාණාදර්ශනය ඇතිවත්ම යථාභූතඥාණාදර්ශන සම්පන්නයාගේ නිබ්බදා විරාගය (බලවත් විදුර්ගනාව) සම්පූර්ණවේ. බලවත්වූ විදුර්ගනාව ඇතිවත්ම නිබ්බදා විරාගසම්පන්න ඒ බලවත් වූ විදුර්ගනාවෙන් විරාගයෙන් යුත් තැනැත්තාගේ විමුක්ති ඥාණාදර්ශනය (අරහත් ඵල ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා ඥාණය) මුළුමනින්ම සම්පූර්ණ වේ.

මහණෙනි, අතුපතර සපන් රුකක් යම්සේ වේද, එහි පතුරුද පරිපූර්ණත්වයට පත්වේද? සිවිය ද පරිපූර්ණත්වයට පත්වේ. පොත්තද පරිපූර්ණත්වය පත්වෙයි. එපරිදි ම ඉන්ද්‍රිය සංවර ඇතිවත්ම විමුක්ති ඥාණා දර්ශනය උපකාරත්වයෙන් රහත්ඵල හා ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාඥාණයෙන් සම්පූර්ණ වේ යැයි සඳහන් කරනවා.

මේ පවත්වනු ලැබූ ඉන්ද්‍රිය සංවර සූත්‍ර දේසනාවත් ඔබ, අප, සැමගේම ධර්ම මාර්ගයට උපනිශ්‍රය වේවා. උතුම් වූ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්ම අවබෝධයෙන් නිවන පිණිසම වේවායි අධිෂ්ඨාන කරනවා. ප්‍රාර්ථනා කරමු.

සාධු ! සාධු ! සාධු !

යෝග සූත්‍රය

නමෝ තස්ස හගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස හගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස
නමෝ තස්ස හගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

චත්තාරො මෙ භික්ඛවෙ යොගා කතමෙ
කාමයොගො භවයොගො දිට්ඨි යොගො චත්තාරො
අවිජ්ජා යොගො හි.

කාරුණික වූ පින්වතුහි

පින්වත් ඔබ සියලු දෙනාටම ඒ තුනුරුවන් සතු සුවිසි මහ ගුණ බෙලෙන් ජීවිත ගමනේ හැම සැනසිල්ලක්ම වේවා! උතුම් වූ සීලයේ පිහිටා ධම්මානු ධම්ම පිළිවෙත් මගෙහි හැම සොම්නස් පහළවේවා! පින්වත් ඔබ හැමදෙනාටම ඒ උතුම් වතුරායභී සත්‍ය ධර්මය අවබෝධය පිණිස ම මේ ධර්ම දේශනාවන් උපකාරක ධර්මයක් ම වේවා! පළමු කොට ම මහත් වූ කරුණාවෙන් අධිෂ්ඨාන කරනවා. ප්‍රාර්ථනා කරනවා.

කාරුණික වූ පින්වතුනේ, ජීවිතේ අප කවුරුත් සොයාගෙන යන්නේ සැනසිල්ලයි. මේ මානසික සැනසිල්ල බොහොම වටිනවා. යම්විටෙක අත මිට මොලවන තරමට ධනස්කන්ධයක් තිබුණත්, 'මගේ', 'මගේ' යයි කොපමණ ප්‍රිය වස්තු සම්පව සිටියත්, මේ ලෝකයේ පවත්නා පරමාර්ථ ධර්මය තේරුම් ගත්තේ නැතිනම්, ජීවිතයේ අප කවුරුත් සොයන සැනසිල්ල හැබැවටම සොයන්න අපහසුයි. සීලාදී ගුණයන්හි පිහිටා ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපත්ති මගෙහි ඔබ සුවපත් වූ ජීවිතයක් පවත්වා ගන්න. ඒ සඳහා උත්සාහවත් වන්න. එහෙත් ඒ අතරම ජීවිතයෙන් සසර ගමන පිළිබඳවත් සැබෑ ස්වභාවය යථා අවබෝධයෙන් දැකගෙන මේ උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්ම මගට ළංවී පිළිවෙත් මග අනුගමනය කිරීමට කිසිවිටෙකත් ප්‍රමාද කරන්න එපා. මේ නිසයි අප්‍රමාදී වන්න යයි ආරාධනා කරන්නේ.

ඉහත සඳහන් දහම් පෙළ මතුකරමින් ඔබට සඳහන් කරන්නේ සියල්ල අනිත්‍ය වූ ලෝකයක ඕනෑම දවසක් අපේ ජීවිතයට අවසන් හිරු පායාගෙන එන්න පුළුවනි. ඒවගේම ඕනෑම දවසක අවසන් හිරු ලෙස අපේ ජීවිතයෙන්හිරු බැසගෙන යන්නටත් පුළුවනි. එවැනි ජීවිත ගමනක ඔබයි, මමයි කටයුතු කරන්නේ. මේ ලෝකයේ පහළ වූ ශ්‍රේෂ්ඨතම උතුම් මනුෂ්‍ය රත්නය, ඒ මහා කරුණාවෙන් හා මහා ප්‍රඥාවෙන් පිරිපුන් අසමසම ගුණ සමුදායකින් පිරිපුන් තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ඒ අමා දහම ඔස්සේ හිත නිවාගෙන, සැනසිල්ලක් ඇති කරගන්න පුළුවන් නම් පින්වතුන් ඔබයි මමයි සොයන ඒ සැනසිල්ල ජීවිත ගමනෙ හැබැවටම ලබන්න පුළුවනි. ඒ සැනසිල්ල පිණිස මේ දේශනාව ඔස්සේ, මේ සූත්‍ර ධර්මය තුළින්, පරමාර්ථ ධර්මය මුල්කරගත් ධර්ම කොට්ඨාශයකි පැහැදිලි කරන්නට බලාපොරොත්තු වන්නේ. එනම්,

“යදු හිච්චං තං දුක්ඛං - යං දුක්ඛං තදු හත්තා”
“යං කිඤ්චි සමුදය ධම්මං - සඛන්තං හිරොධ ධම්මං”
“හෙතු පටිච්ච සමුහුතං - හෙතු භංගා හිරුජ්ඣාධිති”

පින්වතුන් හැම දෙනාටම ඔබගේ ධර්ම ඥාණය අනුව නැවත නැවත මෙනෙහි කරන්න පුළුවනි නම්, පරමාර්ථ ධර්මයට ළංවූ ඒ උතුම් ධර්ම කොට්ඨාශයකි ඉහතින් දක්වූයේ. එනම් යමක් මේ ලෝකයෙහි අනිත්‍ය නම් ඒ අනිත්‍ය වූ හැමකැනකම දුක හටගන්නවා. ඒ දුක හටගන්නේ මේ ලෝකයේ කිසිවක් ස්ථිර වූ ආත්මයක් නොවන නිසයි. ස්ථිරවූ පැවැත්මක් නොවන නිසයි. අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය හැටියට පැහැදිලි කළේ එයයි. ඒ වගේම යමක් මේ ලෝකයේ හටගන්නේ නම් ඒ හැම දෙයක්ම නැසෙන සුළුයි. (යං කිඤ්චි සමුදය ධම්මං - සඛන්තං හිරොධ ධම්මං)

“හෙතු පටිච්ච සමුහුතං - හෙතු භංගා හිරුජ්ඣාධිති” - යමක් මේ ලෝකයේ සවිඤ්ඤාණක හෝ වේවා අවිඤ්ඤාණක හෝ වේවා හේතු ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගන්නේ නම් ඒ හේතු ප්‍රත්‍යය බිඳවැටී යනවිට ඒ එලයක් නැතිවී යන්නේය. මේ සියළු සංස්කාර ධර්මයන් අනිත්‍යයි. දුක මත පිහිටා තිබෙනවා. ස්ථිර වූ ආත්මයක් නොවේ. පැවැත්මක් නොවේ නම් වූ අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත නම් වූ ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය මතු කරමින් සූත්‍ර ධර්මයක් අද දවසේ දේසනාව ලෙස පවත්වනවා.

අද පැහැදිලි කරන්නට සුදානම් වන්නේ තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද අංගුත්තර නිකායේ චතුක්ඛ නිපාතයේ සඳහන් යෝග සූත්‍ර දේශනාවයි.

පින්වත් ඔබ සියලු දෙනාටම මහත් වූ කරුණාවෙන් ආරාධනා කරමින්, තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි, උතුම් වූ ශ්‍රී සද්ධර්මය කෙරෙහි ආයච්චි උතුම් මහ සඟ රුවන කෙරෙහි මනාව ශ්‍රද්ධා ගෞරවය ඇතිකරගෙන මේ ධර්මය පරිශීලනය කරන්න. ඒ වගේම මේ දහම් පෙළ ඔස්සේ ඔබ සිහිය පිහිටුවා ගත යුත්තේ විරාගය පිණිසයි. සම්මුති සත්‍යය අනුව ඔබ 'මම', 'මගේ' යයි කියනවා. නමුත් පින්වතුන් පැහැදිලියිනේ සම්මුතියට අනුව නේ 'මම', 'මගේ' යයි කියන්නේ. නමුත් පරම සත්‍යයට අනුව, පරමාර්ථ ධර්මයට අනුව, මම කියලා කිසිවක් හෝ මගේ කියලා කිසිවක් හෝ නැහැ. සම්මුතියට කවා පොවා පිරිසිදු කරමින්, දවසට කිහිප වරක් හෝ 'රසයි', 'රසයි' කියමින් දිවයි, කුසයි සතුටු කළත්, දිරාගෙන යනවිට අපට හිසේ කෙස් ගසක තරම්වත් පාලනයක් තිබෙනවද? හැබැවිටම නැහැ. ලෙඩදුක් ඉදිරියේ අපට පාලනයක් නැහැ. නිරෝගී වෙන්න උත්සාහ කරනවා. ගිලන්වන විට ප්‍රතිකාර දෙනවා, ලබනවා. නමුත් අවසානයේ දිරාගෙන යාමත්, මහළු කමත්, ලෙඩදුක් ඉදිරියේ අප කවුරුත් හැබැවිටම අසරණයි. තමන්ගේම ශරීරය ළඟ තමන් අසරණයි. පින්වතුන් මරණය ළඟ අප මොනතරම් අසරණද?

විරාගී මනසක් යනු සම්මුතියට අනුව 'මම', 'මගේ' යයි සීලයේ පිහිටා ධර්මාණුකූල ජීවිතයක් පවත්වා ගෙන යනවා. පරමාර්ථ සත්‍යයට අනුව "මමවත් මට අයිති නෑ" යන අවබෝධයෙන් කටයුතු කරනවා. මමවත් මට හිමි නැතිනම් මගේ අම්මා, අප්පච්චි වුණත්, ඔබේ ස්වාමියා, බිරිඳ වුණත්, මොනතරම් ඔබ ලෙන්ගතු කමින් ළංකරගෙන හිටියත්, දුව, පුතා පටන් මගෙ වෙන්තේ කොහොමද? එය සම්මුතියට පමණයි. පරමාර්ථ ධර්මයට අනුව මේ ලෝකයේ කිසිවක් මගේ නොවේ, මම නොවේ, ස්ථිර වූ පැවැත්මක් හෝ ආත්මයක් නොවේ. ඔබව හැඩවීමට හෝ අකර්මණය කිරීමට කරන යෝජනාවක් නොවේ. ජීවිතය පරිශීලනය කරන තරුණ දරුවන්, අධ්‍යාපනයෙන්, රැකියාවෙන් හා ගෘහස්ථ ජීවිතයෙන්, ධර්මාණුකූල දියුණුවෙන් බැහැර වෙන්නයි කරන ආරාධනාවක් නොවේ. ජීවිතයේ යථාර්ථය පෙන්වුම් කළේ. ඒනිසා මේ සත්‍ය අවබෝධය දැනගෙන විරාගය පිණිස ධර්මය අවබෝධ කරගන්න. නිරෝධය පිණිස අවබෝධ කරගන්න. නිරෝධය පිණිස, හටගත්ත හැම දෙයක්ම අත් හැරෙනවා යන අවබෝධය දකිමින් අවසානයේ කෙලෙස් සමනය කරන්න. රාග, දෝෂ, මෝහ ආදී කෙලෙස් ටිකෙන් ටික තුනී කරමින්, යටපත් කරමින්, බැහැර කිරීමට අවබෝධය ඇති කරගන්න.

- අභිකල්පය - අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය අවබෝධ කර ගන්න.
- සම්බෝධිය - උතුම් වූ චතුරායච්චි සත්‍ය ධර්මය අවබෝධය
- හිබ්බාණය - නිවනම අරමුණු කරගැනීම.

මේ කරුණු මත පිහිටා ගෙන මේ යෝග සූත්‍ර දේශනාව පරිශීලනය කරන්නට යැයි මහත් වූ කරුණාවෙන් ආරාධනා කරනවා.

කාරුණික පින්වතුනි, තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ අභියස ස්වාමීන් වහන්සේලා වැඩ සිටිනවා. මහා කරුණාවෙන් හා මහා ප්‍රඥාවෙන් පිරිපුන් තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ 'හික්ඛවේ' යයි ආමන්ත්‍රණය කරනවා. හික්ඛවේ යැයි ආමන්ත්‍රණය කළත් මේ ආමන්ත්‍රණය ස්වාමීන් වහන්සේට පමණක් නොවේ. දුර්ලභව ලැබූ මනුෂ්‍ය ජීවිතයෙන් ප්‍රයෝජන ලබන්න කැමති සියළු දෙනාටමයි (හික්ඛු, හික්ඛුණී, උපාසක, උපාසිකා යන සිවු පිරිසටම) මේ ආමන්ත්‍රණය කරන්නේ. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ අද දවසේ දේහකාය සම්පත්තියෙන් වැඩනොසිටියත් ඒ ශ්‍රී ධර්මය අප හදවත් කුළ වැඩම කරවා ගෙන, ඒ හැඟීමෙන් මේ කරුණු මෙනෙහි කරන්නයි ඔබට කරන ආරාධනාවයි.

'වත්තාරො මෙ හික්ඛවෙ යොගා'

මහණෙනි, මේ ලෝකයේ, මේ ජීවිතයේ අප විසින් දැකිය යුතුයෝග හතරක් තිබෙනවා.

කතමේ වත්තාරො - ඒ හතර මොනවාද?

- ★ කාම යොගො - කාම නම් වූ යෝග ය.
- ★ භව යොගො - භව නම් වූ යෝග ය.
- ★ දිට්ඨි යොගො - දෘෂ්ඨිය නම් වූ යෝගය
- ★ අච්ච්චා යොගො - අච්ච්චා නම් වූ යෝගය (මූලාව, අනවබෝධය)

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ පවත්නා 'යෝග' හතරක් සදහන් කළා. ඔබ මීට පෙරාතුව සාමාන්‍යයෙන් අසා ඇති 'ඕස' යන වචනය 'කාම ඕස', 'භව ඕස', 'දිට්ඨි ඕස', 'අච්ච්චා ඕස' යන මේ ඕස සතර පිළිබඳව. මේ 'යෝග' වශයෙනුත් සදහන් වන්නේ මේ පෙළමයි. මෙහි 'යෝග' නමින් සදහන් වනුයේ 'පවත්වනවා' යන අදහසයි. එසේනම් සසර පවත්වනවා යනු සසර ගමන ඇති කරමින් පවත්වනවා, සසරට යොමු කරනවා, යන මේ අදහසයි. එසේනම් මේ සසර ගමන පවත්වන සත්ත්වයින් සසරට යොමු කරන අවස්ථා හතරක් තිබෙනවා. එනම් කාම යෝග, භව යෝග, දිට්ඨි යෝග, අච්ච්චා යෝග යන සතරයි.

සසර ගමන පිළිබඳව ඔබට කුමක්ද හිතෙන්නේ? තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දහමට ළංවෙමු. මෙහිදී සංයුක්ත නිකායේ අනමතඟ්ග සංයුක්තයේ

පුරාවටම තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ උතුම් දහම් පෙළක් අපි මෙනෙහි කරගනිමු. “අනමතග්ගො යං භික්ඛවෙ සංසාරො පුබ්බාකොට්ඨානං පඤ්ඤායති, අවිජ්ජා නිවර්ණානං සත්තානං තණ්හා සංයෝජනානං සංධාවතං සංසරං තං දීඝරතං වො භික්ඛවෙ දුක්ඛං පච්චන්තී”

මහණෙනි, මේ සසර අනවරාග්‍රයි. එනම් කෙළවරක් නැ. මේ කෙළවරක් නැති සංසාරයෙහි පුච්චන්තයක් (ආරම්භයක්) දකින්න පහසු නැහැ. (පුබ්බාකොට්ඨානං පඤ්ඤායති) අවිද්‍යාවෙන් වැසුණු (අවිජ්ජානිවර්ණානං) මේ සසර පැවැත්මෙහි සත්ත්වයෝ තෘෂ්ණාවෙන් බැඳීලා, (තණ්හා සංයෝජනානං) දුවගෙන යනවා (සංධාවතං) ගමන් කරනවා (සංසරතං) ඔබ හිතනවද සතුටින්, සොම්නසින් පිරිලා බඹලොව, දෙවිලොව පටන් මේ සතුටින් ගමන් කරනවා කියලා. නෑ පින්වතුනේ, වඩාත්ම ගමන් කරන්නේ සතර අපායේ ඉපදීමෙන්. මේ ධර්ම කොට්ඨාශයේ කෙළවර සඳහන් කරනවා “දීඝ රතං වො භික්ඛවෙ දුක්ඛං පච්චන්තී” නුඹලා සෑම කෙනෙක්ම දීර්ඝ කාලයක් පුරා මේ සසර ගමනේ දුක් විඳි තිබෙනවා. එසේනම් යෝග නම් වූ මේ සසර පැවැත්ම, සසරට අපව යොමු කිරීම, දීර්ඝ කාලයක් පුරා දුක් විඳින්න නම් එය මොනතරම් හයානකද? ඔබටත් හිසේ වේදනාවක්, කුසේ වේදනාවක්, දතේ වේදනාවක්, කණේ වේදනාවක් හෝ තරමකින් දැනුණ නම්, සමහරවිට විඳි දරාගන්න අපහසුව, “මෙහෙම දුක් විඳින්න නම් කුමටද අප ඉපදුනේ?” කියා කැගසන විට තරමකින් හෝ දුක පිළිබඳව තේරුම් ගන්නට පුළුවන් වේවි. සතර අපාය මුල් කරගත් එකසිය නිස් හයක් (136) බදු වූ මේ නිරයෙහි තැනක ඉපදුණොත්, එය අවුරුද්දක් දෙකක්, මාසයක් කියලා හිතන්න පුළුවනිද? මේ එකම ජීවිතයක් කියා සිතන, අවුරුදු සියක් පමණ කියන මනුෂ්‍ය ජීවිතයක් වගේද? කරන ලද අකුසල ශක්තිය අනුව බොහෝවිට එයට වඩා අඩුවෙන් පුළුවනි. ඉතාම දීර්ඝ වෙන්තටත් පුළුවනි.

නමුත් සසර දුක් විඳින ගමන කල්ප ගණනාවක් වන්න පුළුවනි, කල්පාන්තරයක් වන්න පුළුවනි. මේ නිසා මේ යෝග නම් වූ සසර පැවැත්ම ඉතාම හයානක තැනක්. මෙය කටුක, දුක්ඛ, දෝමනස්සයන් ගෙන් පිරි, දරාගන්න බැරිතරම් වූ අප්‍රමාණ දුක් වලින් පීඩා සහගත පැවැත්මක්. එසේනම් මේ පැවැත්ම ඇති කරන්නේ මේ ‘යෝග’ කියන වචනයෙන් හඳුන්වනු ලැබූ මේ අදහසයි. එසේනම් මේ සසර ගමනේ දුක් දෙන කාමයන්ගේ පැවැත්ම ඇති කරනවා. ඒ වගේම භවයන් ගේ පැවැත්ම ඇති කරනවා. ඒවගේම වැරදිවූ දෘෂ්ටිවල, දුක්මයන්හි පැවැත්ම ඇති කරනවා. ඒ වගේම අනවබෝධය, නුමුලාව, නම් වූ අවිද්‍යාව පැවැත්මක් එහි ඇති කරනු ලබනවා. එසේ නම්

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ යෝග සූත්‍ර දේශනාව, ‘කාම’, ‘භව’, ‘දිට්ඨි’, ‘අවිජ්ජා’ යන සතර යෝගයන් එකින් එක පැහැදිලි කරනවා.

සසර ගමන පිළිබඳව සංවේගය ඇති කරගෙන (ඉන් අදහස් කරන්නේ අඩන්න කියන අදහස නොවේ.) අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය පිළිබඳව, මනාව අවබෝධය ඇති කර ගෙන ධර්මාණුකූලව, සොම්නසින් ජීවත් වීමේ අදහස ඇති කරගෙන, ඒ වගේම විරාගී මනසකින් සම්මුතියට මගේ වුණක් පරමාර්ථ ධර්මයට මම, මගේ නොවන අදහස මුල් කරගෙන, සිත්හි දරාගෙන මේ කරුණු විමසා බලමු.

01. කාම යෝගය

බුදුරජාණන් වහන්සේ කාමයෝගය කුමක්දැයි පැහැදිලි කරනවා. මුලින් සඳහන් කළ අයුරින් ස්වාමීන් වහන්සේලා වැඩසිටි හෙයින්, මෙහිදී උන්වහන්සේලා උපමාවට ගන්නවා. යම් මහණෙක්, යම් භික්ෂුවක් කාමයන් පිළිබඳව සමුදය, අත්ථංගමය, අස්සාදය, ආදීනවය සහ නිස්සරණය යථාභූත ශ්‍රද්ධායෙන් දන්නේ නැතිනම්, ඒ මහණ ඒවායෙහි ඇලෙනවා. මෙතැන කාමයන් ලෙස දක්වන්නේ පඤ්චකාම සම්පත්තියයි.

සූත්‍ර දේශනාවේ සඳහන් කොටස විග්‍රහ කරමු. පඤ්චකාම සම්පත්තිය යනු ඇසෙන් රූපයක් දකින විටම වක්ඛු විඤ්ඤාණය හට ගන්නවා. “වක්ඛුංචි පට්ඨිච්ච රූපෙ උපපජ්ජති චක්ඛු විඤ්ඤාණං” ඔබ කියන්නේ දකිනවා, බලනවා, පෙනෙනවා කියලා, එවිට ඒ ඇසෙන් රූපයක් දකින කොට එතන වක්ඛු විඤ්ඤාණය හටගන්නවා. මේ ඇසයි, රූපයයි, වක්ඛු විඤ්ඤාණයයි නිසා ස්පර්ශයක් ඇති වෙනවා. එය “ත්‍රිණුණං සංඝති ඵස්සෝ” මේ තුන නිසයි ස්පර්ශය හටගන්නේ. ‘ඵස්ස පච්චයා වේදනා’ ඒ ස්පර්ශයෙන් විදීමක් හටගන්නවා. මේ විදීම හටගන්නා විට පරමාර්ථය පිළිබඳ අවබෝධයක් නැත්නම් අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මය පිළිබඳව වඩනා ලද හිතකින් අවබෝධයක් නැතිනම් ඒ ස්පර්ශයෙන් විදීමක් ඇතිවන විට සමහර දේ සැපයි, මගේ ස්ථිරයි, සදාකාලිකයි යනුවෙන් හිතනවා. අකැමති දේ සමඟ ගැටෙන විට හටගන්නේ පටිසයක්, ඔබ කියන්නේ තරහයි. අමනාපයි. පිළිකුලයි. මට ඕනෙ නැහැ කියමින් එතැන ගැටීමක් ඇතිකර ගන්නවා. නොකැමැත්තක් සඳහන් කරනවා.

ඊළඟට සියුම් තැන තමා මධ්‍යස්ථ තැන වන අදුක්ඛම සුඛ. එනම් මගේය, මමයි යනුවෙන් ස්ථිරවූ බලවත් වූ ආශාවක්, කැමැත්තක් නැහැ. ඒ වගේම මට එපා, මම අකැමතියි, පිළිකුලයි යනුවෙන් බලවත් වූ ගැටීමක්,

අමනාපයක් නැහැ. එය අදහස්වන සුඛ එනම් මධ්‍යස්ථයි. නමුත් මොනසම් වෙලාවක සුඛ හෝ දුක්ඛයට වැටෙන්න පුළුවනි. පඤ්චකාම සම්පත්තියෙහි මුල්ම දේ තමා ඇසෙන් ගන්නා රූපය මගේය, මමය, ස්ථිර ආත්මයක් පැවැත්මක් යනුවෙන් හිතා සතුටු කරන්න උත්සාහ දැරීම. මොනවද මේ සතුටු කරන්නේ? ඇසෙන් තමයි මේ අරමුණු ගත්තේ. නමුත් හිතයි සතුටු කරන්න හදන්නේ. සමහර විට යම් තරුණ දරුවෙක් වුණත් වැඩිහිටි ඇත්තෙක් වුණත් කියන්න පුළුවනි, ඒ රූපයට මට කැමතියි. ඒ රූපය මගේ. එය මට ම තමයි අයත් වන්නේ. යහපත් වූ නිදසුනක් අරගෙන බලන්න. සමහර විටක දරුවා දකලා, මේ දරුවා මගේ, මමමයි, ස්ථිරයි, සදාකාලිකයි කියලා හිතන්න පුළුවනිනේ. සම්මුතිය තුළ පිහිටා සීලාදි ගුණයන්ගෙන් පැවැත්මට යුතුකම් ඉටු කරන්න. සිඟාලෝවාද සුත්‍රයේදී සඳහන් කළේ දෙමව්පියෝ දරුවන්ට යුතුකම් ඉටුකරන්න. පවිත් වළක්වා යහපතෙහි පිහිටුවා, ශිල්ප ශාස්ත්‍ර ලබාදීම ආදී වශයෙන් ඒ දේ සිදු කරන්න.

නමුත් පරමාර්ථ ධර්මයට අනුව දරුවෝ වුණත් මගේද, මමද, ස්ථිරයි කියලා නැහැ. ඒ දරුවෝ වුණත් ලෙඩ වෙනවා. එවිට බෙහෙත් කරන්න පුළුවනි. එසේ නැතිව මගේ දරුවා කවදාවත් ලෙඩ වෙන්න එපා. ඇස් දෙක පියවෙනකම් දකිමින් ඉන්න ඕන. දරුවට කිසිම කරදරයක් වෙන්න එපා. දරුවා මගේමයි කියලා ඔබට නතර කර ගැනීමේ හැකියාවක් තිබෙනවද? තමන්ගේ ශරීරයේ රෝම කුපයක්වත් අයිති නැති අපි කෙසේද මොනතරම් මගේ, මගේ කිවුවත්, පරමාර්ථයට අනුව එය ස්ථිරයි සදාකාලිකයි කියලා හිතන්නේ. නමුත් අභාවිත හිත මොනවද කරන්නේ? මේ රූපය උපාදානය කරගෙන අල්ලා ගන්නේ හිතින් මගේමයි, මමය, ස්ථිරයි කියා සතුටු වෙනවා. හිත සතුටු කරනවා. කෙසේද සතුටු කරන්නේ. 'අභිනවදුති' ඒ ගැනම හිත පවත්වලා සතුටු වෙනවා. ඒක නිමිති, ව්‍යංඤජන වශයෙන් ගන්නවා. ලීලාව, ආකාරය, පැවැත්ම මේ විදියට හිත හිතා නිමිති ගන්නවා. සිනාසීම, මුහුණේ පෙනුම, කේශ කලාපය මේ ආදී ඔබ බොහෝවිට සඳහන් කරන්නේ, ඒ විදියට සතුටු කරගන්නවා. 'අභිවදුති' - ඒ ගැනම කියනවා මම කැමතියි, මගේමයි, අජිංකාසායනිට්ඨනි - හිතේ මුල් තැනක් දෙනවා. මෙයයි පින්වතුන් පඤ්චකාම සම්පත්තියෙන් සතුටු කරනවා කියන්නේ.

මිලගට පඤ්චකාම ගුණ :-

“ඉට්ඨා, කන්නා, මනාපා, පියරූපා, කාමුපසංහිතා, රජ්ජියා.” ඉටුවඩන, මනවඩන, පියරූපය මගේ හිත ඇලුණා. හිත කුල්මත් කරන, හිත එහිම පවත්වනවා යන අදහසයි ඒ සඳහන් කළේ. පඤ්චකාම ගුණ ලෙසින් අර රූපය දකින කොට (ඇහැට රූපය), ඒ වගේම කණට ශබ්දය, නාසයට

ආඝ්‍රාණය, දිවට රසය, කයට ස්පර්ශය, මනසට සිතුවිලි මේ ආදී වශයෙන් මගේය, මමය, ස්ථිරයි යනුවෙන් ඉටු වඩන, මන වඩන, හිත සතුටු කරන ප්‍රිය රූපයක් හිත කුල්මත් කරනවා. මගේ හිත එහිම තැන්පත් වුණා යන අදහසින් සතුටු කිරීමයි. මේ ඇස පිනවනවා, කණ පිනවනවා, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස පිනවනවා යනුවෙන් මේ පහෙන් සිදුකරන්නේ එය පඤ්චකාම සම්පත්තියයි.

එසේනම් යම් හිඤ්චක් මේ කාමයන්හි සමුදය (හටගැනීම) දන්නේ නැතිනම්, ඒ වගේම අත්ථංගමය (හැනිවීම) දන්නේ නැතිනම්, අස්සාදය (සොම්හස, මිහිර, යථා ස්වභාවය) දන්නේ නැතිනම්, ඒ වගේම ආදීනවය (දෝෂ, විනාශය) දන්නේ නැතිනම්, හිස්සරණය (අත්හැරීම, එයින් බැහැරවීම) යථා ස්වභාවයෙන් දන්නේ නැතිනම් මේ කාම වස්තූන් කෙරෙහි ඡන්දරාගයෙන් අල්ලා ගන්නවා. (හිතින් අල්ලා ගන්නවා.) එය මගේ, මමය, ස්ථිරය ලෙසින් ඡන්දරාගයක් අති කරගන්නවා. ඊළඟට අභිනවදුති - එහි සතුටු වෙන්න පටන් ගන්නවා. ඇස ගැන සතුටු වෙනවා. ඒවගේම ඒ රූපය ගැන සතුටු වෙනවා. භ්‍රූ භ්‍රාහි නවදුති - (ඔබට මතක ඇති ධම්මවක්කප්පවත්තන සුත්‍ර දේශනාවෙහි සඳහන් කළේ ඒ ඒ තැන ඇලෙනවා යනුවෙන්) ඇහෙන් ඇලෙනවා, රූපයේ ඇලෙනවා, වක්ඛු විඤ්ඤාණයේ ඇලෙනවා, ස්පර්ශයෙන් ඇලෙනවා. වක්ඛු සම්ඵස්සජා මේ ආදී වශයෙන් මගේය, මමය ස්ථිරයි යනුවෙන් ඇලෙනවා. මේ ආකාරයට සිත මහණ, යථාවබෝධයෙන් (යථාභූථඤාණයෙන්) හටගැනීමයි, හැනිවීමයි, සොම්හසයි, ආදීනවයයි, අත්හැරීමයි දැන ගත්තේ හැනිනම් ඡන්දරාගයෙන් එය අල්ලා ගන්නවා. හිතනවා. ඒ වගේම අභිනන්දනී - එහි සතුටු වෙන්න පටන් ගන්නවා. ස්නේහයක් ඇති කර ගන්නවා. මෙය ධර්මානුකූල වචනයට වඩා ඔබේ වචනවලට ගලපන්නේ ඔබට ධර්මයට ලංකර ගැනීමටයි. ඔබ කියන්නේ 'ආදරය, ප්‍රේමය, ලෙන්ගතුකම.' මේ බොහෝ වචන වලින් සඳහන් කරන්නේ ස්නේහය යන වචනයයි.

★ කාම පරිලාභය :

මේ ස්නේහය නිසා කාම පරිලාභය ඇතිවෙනවා. කාම මුර්ජාවක් ඇතිවෙනවා. එනම් මේ පඤ්චකාමයට ඇලුණාට පසුව වෙන්නේ මොනවද දන්නේ නැහැ. දැවීමක් බවට පත්වෙන්න පටන් ගන්නවා. “මට මොනවත් හිතාගන්න බැහැ. මම ඒකට ඇලිලා. සමහරවිට ඒ ඇලුණු දේ හොඳ නැහැ. මට ගැලපෙන්නේ නැහැ. ඒ වුණාට ඒ දේ නැතුව මම ජීවත්වෙන්නේ කොහොමද කියලා මට හිතාගන්න බැහැ.” කවුරු හෝ කල්‍යාණවත්ත කෙනෙක් කිව්වොත් “ඒක මගේමයි” කියලා, ඔබ කොහොමද ඒක ඔබේ කියා සිතන්නේ? ඔබේ ඇස් දෙක ඔබට අයිති නැති කොට, සම්මුතියේදී ඔබේ

වුවත්, දිරාගෙන යනවිට ඔබට පාලනයක් තිබෙනවද? ඔය ශරීරය පාදාන්තයේ සිට හිස් මුදුන දක්වා ගලපා බලන්න. පරමාර්ථයට අයිතිය තිබෙන්නේ මොනවද කියලා? හිසේ තිබෙන කෙස් ගහක්වත් සුදු වනවිට නතර කර ගන්න තරම්වත් අයිතියක්, හිමිකමක් තිබෙනවද? නැහැනේද? යම් කරුණාවන්ත කෙනෙක් මේ කරුණු තේරුම් කර දුන්නොත් ඔබට හිතෙන්න පුළුවනි, 'නෑ නෑ මට හිතාගන්න බැහැ. ඔබ මොනවා කිවුවත් මගේ හිතියන්ම ඉවත් කරන්න බැහැ. එය මගේ නොවෙයි කියලා, මට නෑ මගේ ඉවත් වුණා. මාව දාලා ගියා. කියලා මට හිතාගන්න බැහැ. කාමමුර්ථාව යයි සඳහන් කළේ එයයි.

මුලාවට පත්වෙලා, සිහි විකල් වෙලා, උපායාසයකටත් පත්වෙලා, මහත් පරිදාහයක් බවට පත්ව කය දූවෙන්න පටන් ගන්නවා. සමහර ඇත්තන්ට මේ කාම වස්තූන්ගේ ඇලුණාම හැබැවටම දාහයක් හට අරගෙන, කෙලෙස් දාහයෙන් පිළිස්සෙනවා වගේ, ගින්දරකින් සියොළඟ ම (මුළු ශරීරයට) දූවෙන්නා සේ ඇතිවෙන්න පුළුවනි. මේ දූවීම තමන් පමණක් නොවේ. අනුන්වත් දවන්න පුළුවනි. ඊළඟට තමන්ගේ කෙලෙස් දාහය පිට කරගන්න අසරණ තරුණ දරුවෙකුට කරදර කරන්න පුළුවනි. මෙවැනි ප්‍රවෘත්ති අපට අහන්න ලැබෙනවනේ. තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයේත් සිදුවුණා. වර්තමාන කාලයේත් ඇතිවෙනවා. කාමයෝගය මොනතරම් බලවත්ද?

මිලඟට, "කාමජේධාසානං කාම තණ්හා සානුසේති" ධර්මයේ පැහැදිලි කරන්නේ කාමය පිළිබඳව හිතේ මුල් තැනක්ම අරගෙනම ඒ ගැනම තෘෂ්ණාවක් ඇති කරගෙන, සිහිපත් කරන්න පටන් ගන්නවා. "මම දන්නේ නැහැ, ඒ රූපය මගේ සිහිනය වෙන්නට ඇති, සසර ගමන පටන් රැගෙන එන්න ඇති. මම එහි ඇලුණා. මම එහි දන්නවා මම සිටින ස්වභාවය අනුව මට ඒ දේ කරන්න අපහසුයි බව. ඒ රූපය මට අයිති නැහැ. මම විවාහකයි. අම්මා කෙනෙක්, අප්පච්චි කෙනෙක්. මගේ ස්වභාවයට ගැලපෙන්නේ නැහැ." (මේ කොටස සූත්‍ර දේශනාවෙහි නැති වුණත් ඔබව ධර්මයට ළං කර ගැනීමටයි සඳහන් කළේ.) එය තමයි "කාමජේධාසානං කාමතණ්හා සානුසේති" ධර්මයේ පැහැදිලි කරන්නේ. 'අකෙධාසානං තිට්ඨති' (හිතේ මුල් තැනක් දෙනවා) යනුවෙන් තවත් සූත්‍ර දේශනාවකදී පැහැදිලි කළා.

"යො කාමෙසු කාමරාගො, කාමනන්දි, කාමසිනෙහො, කාමමුච්ඡා, කාම පිපාසා, කාමපරිලාහො, කාමකෙධාසානං, කාම තණ්හා, කාම සානුසේති" අවසානයේ කාම තණ්හාවට පත්වූ පසු කාම පිපාසාවට පත්වෙලයි ඉන්නේ. සමහර කෙනෙක් කියන්න පුළුවනි, "මගේ හිත ඇළුණු ඒ රූපය, ඇසුණු ඒ

මිහිරි හඬ, ඒ ආඝ්‍රාණය, ඒ රසය, ඒ ස්පර්ශය, මේ සියළුම දේ මගේ. මම හොඳින් බැරිනම් නරකින් හෝ දෙනවා. සදාචාරයට අනුව, ආගම ධර්මයට අනුව මට ඉටුකර ගන්නට බැරි නම් අධර්මයෙන් හෝ ඉටුකර ගන්නවා. එළිපිට දෙන්න බැරිනම් රහසින් හෝ දෙනවා" මෙසේ හිතන්න පුළුවනි.

ධර්මයේදී භාවනාවට ළංවන විට සම්පජ්ඣාදිය පිළිබඳව කොටස් හතරක් සඳහන් කරනවා.

- ★ සාර්ථක සම්පජ්ඣාදිය
- ★ සප්පාය සම්පජ්ඣාදිය
- ★ ගෝචර සම්පජ්ඣාදිය
- ★ අසමුල්ල සම්පජ්ඣාදිය

සාර්ථක සම්පජ්ඣාදිය නම්, සිහිය කුසලයටම යොමුවීමයි. යමක් සිතන කියන කරන විට, එය කුසල් මගට යොමු වූ සතිය නම් එය සාර්ථක සම්පජ්ඣාදියයි.

සප්පාය සම්පජ්ඣාදිය යනුවෙන් සඳහන් කළේ තමන්ගේ ශීලය, තමන්ගේ ස්වභාවය, පැවැත්ම, ආකාරය ගැන මෙනෙහි කර අකුසලයෙන් බැහැර වෙනවා. නමුත් බොහෝ දෙනෙකුට මේ සප්පාය සම්පජ්ඣාදිය නොහැකිව, එයට හිත යොමු කර ගැනීමට නොහැකිව, ඒ ගැන මෙනෙහි කරන්න බැරිව, මව් පදවිය, පිය පදවිය, යම්විටක ආශ්‍රැතවත් පාඨශ්ඡන ස්වාමීන් වහන්සේ නමක්, වුණත් මේ ස්වභාවය සියල්ල අමතක වීමෙන් කාමයට බැඳෙන්න පුළුවනි. අවසානයේදී "කාම තණ්හා සානුසේති" එනම්, කෙළවර වන්නේ කාමයට ඇලී, බැඳී ඒ ගැන මෙනෙහි කිරීමෙන් මයි. මෙයයි කාමයෝගයේ ස්වභාවය.

ගෝචර සම්පජ්ඣාදිය නම්, ඉදිරියට යාම, නැවත පැමිණීම ආදී ලෙසින් මනාව සිහිය පවත්වා ගැනීමයි. (අභික්ඛන්තෝ පටික්ඛන්තෝ සම්පජානකාරී හෝති) මේ අයුරින්, ඉදිරිය බැලීම, පිටුපස බැලීම, දැන් දෙපා දිගුකිරීම, හැකිලීම, පාත්‍රා සිවුර පරිහරණය, ආහාර වැළඳීම, රසදැනීම, වැසිකිළි කැසිකිළි පරිහරණය, ගමන් කිරීම, සිටගෙන සිටීම, හිඳගෙන සිටීම, නිදාගැනීම, නොනිදා සිටීම, කථා කිරීම, නිශ්ශබ්දව සිටීම ආදී වශයෙන් සෑම ඉරියව්වකදීම මෙන්ම ක්‍රියාවකදීම, පරමාර්ථ ධර්මයෙන් යුතු (අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත) සිහිය පවත්වා ගැනීමයි.

අසම්මුල්භ සම්පඤ්ඤා යනු සම්මුතිය සහ පරමාර්ථය මැනවින් අවබෝධ කොටගෙන කටයුතු කිරීමයි. ජීවිත හා ලෝක පැවැත්මට අනුවද ව්‍යවහාරයට අනුවද සම්මුතියෙහි කටයුතු කළත්, පරමාර්ථ ධර්මයට අනුවම සිත වැඩීමයි. එවිට සම්මුති දෙයට සහ පැවැත්ම කෙරේ මූලාවක් ඇති නොවේ. මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාවේ, කායානුපස්සනා කොටසෙහි සම්ප්‍රඤ්ඤා භාවනාවට මෙය ඇතුළත් වෙනවා.

02. භව යෝගය :

මිලඟට බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා භවයෝගය පිළිබඳව. යම් මහණ කෙනෙක් මේ භවයේ හට ගැනීම (සමුදය) අත්‍යවශ්‍ය (නැතිවීම) ඒ වගේම යථාභූතයෙන් සොම්නස, සතුට, මිහිර කියන දේ දන්නේ නැති නම් (අස්සාදය), එහි ආදීනවයෙහි ඇති තතු ඒ ආකාරයෙන් දන්නේ නැතිනම්, ඒ වගේම අත්හැරීම, (හිස්සරණය) බැහැර කිරීම ආදියෙහි ඇති තතු ඒ ආකාරයෙන් දන්නේ නැතිනම් කුමක්ද වන්නේ? මේ භවයෙහි පැවැත්මට තෘෂ්ණාවක් ඇති කරගන්නවා. 'භව තණ්හාව' ඇති කර ගන්නවා. රාගයක් ඇති කරගන්නවා. 'අභිනන්දිනි' සතුටු වෙන්න පටන් ගන්නවා. ඊලඟට එහි මූලා වෙනවා. කාම පිපාසය ඇතිවෙනවා. 'භව පරිලාභය' ඇති වෙනවා. මේ භවය පිළිබඳව සිතේ මුල් තැනක් දී භව තණ්හාව ඇති කර ගන්නවා.

මෙහිදී කාම තණ්හා, භව තණ්හා යයි සඳහන් කරනුයේ, 'කාමය' යනු පඤ්චකාමය පිළිබඳව, 'භව' යනු සසර ගමනේ පැවැත්මයි. මූලික වශයෙන් භව (සක්වල) තිස් එකක් පිළිබඳව සඳහන් කරනවා.

| | |
|-------------------------|------|
| අපාය සතර | (4) |
| මනුෂ්‍ය ලෝකය | (1) |
| සද්දිව්‍ය ලෝක | (6) |
| රූපාවචර බ්‍රහ්මලෝක දහසය | (16) |
| අරූපාවචර බ්‍රහ්මලෝක සතර | (4) |

මෙන්න මේ තිස් එකක් වූ සක්වලයන්හි කර්මානුරූපව (කුසල, අකුසල කර්මයන්ට අනුව) ගමන් කිරීමයි මේ භවයේ පැවැත්ම ඇතිවන්නේ. අට්ඨ කථාවන් හිදී පැහැදිලි කරනවා, ශාස්වත දෘෂ්ටියෙන් යුතුව රූප අරූප භවයන්හි ඉපදෙන්නට තිබෙන කැමැත්ත, ඒවායෙහි ඉපදෙමින් ගමන් කිරීම, ඒ භවයන් පිළිබඳ තෘෂ්ණාවක් ලෙසට, භවයෝගය ලෙසට සඳහන් කරනවා. කාමයන්ට වගේම භවයන්හි ගමන් කරන්නක්, නැවත නැවත ඉපදෙමින් මේ සසර ගමන පවත්වන්න, තෘෂ්ණාවක්, රාගයක් ඇති කරගන්නවා. ඒ ගැන සතුටු වෙනවා.

(අභිනන්දන), ස්නේහයක් ඇති කරගන්නවා. ඒ ගැන සිතනවා. මුර්ඡාවක් ඇතිකර ගන්නවා. පරිලාභයක් ඇති කර ගන්නවා. දැවී යන ස්වභාවයක් ඇති කර ගන්නවා. සිතේ මුල් තැනක් දෙනවා. ඊලඟට තෘෂ්ණාවක් ඇති කරගෙනම සිහිපත් කරන්න පටන් ගන්නවා. එයයි මේ භවයෝගයෙහි ස්වභාවය.

03. දිට්ඨි යෝගය

දෘෂ්ටිය පිළිබඳව ඔබ අසා ඇති වැරදි දෘෂ්ටිය හෙවත් මිථ්‍යාදෘෂ්ටිය. ඒවගේම දස වස්තූක මිථ්‍යා දෘෂ්ටිය. මෙහිදී සඳහන් කරන්නේ ධ්‍යාන ආදිය ශාස්වත වශයෙන් දැකීමයි. ධ්‍යාන ලැබීම ස්ථිරයි, සදාකාලිකයි, ආත්මය වශයෙන් ගැනීම ආදී වැරදි දෘෂ්ටියන් ගැනීමයි. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයේ හැට දෙකක් මිථ්‍යාදෘෂ්ටීන් තිබුණා. මෙහි කෙළවර සඳහන් කළොත් දස සංයෝජන සසර ගමන බැඳ තබනවා.

- ★ සක්කාය දිට්ඨි
- ★ විචිකිච්ඡා
- ★ සීලබ්බත පරාමාස
- ★ කාමරාග
- ★ පටිස
- ★ රූප රාග
- ★ අරූප රාග
- ★ මාන
- ★ උද්ධච්ච
- ★ අච්ඡේද

සක්කාය දෘෂ්ටිය යයි සඳහන් කළේ, මගේය, මමය, ස්ථිර ආත්මයක් යන අදහසින් වැරදි ආකාරයෙන් උපදානය කරගැනීමයි. සක්කාය දෘෂ්ටිය පවත්වන්න හේතුවක් තමයි මේ යෝගය. සක්කාය දෘෂ්ටිය කෙරෙහි මේ යෝගය පවත්වන කොට වැරදි දෘෂ්ටිය කුමක්ද යැයි නොදන් මහණ (හික්ෂුච හෝ ගෘහස්ථ උපාසකයෙක් හෝ උපාසිකාවක්) කුමක්ද කරන්නේ? මේ සක්කාය දෘෂ්ටියේ හටගැනීම (සමුදය) දන්නේ නැ. අත්‍යවශ්‍ය දන්නේ නැහැ. ඇති තතු නියම ආකාරයෙන්, මේ සක්කාය දෘෂ්ටිය බැහැර කරන්නේ කෙසේද යන්න යථා ස්වභාවයෙන් දන්නේ නැහැ. සක්කාය දෘෂ්ටිය වුණත් සම්මුතිය ලෙසින් පවත්වනවා නේ. සම්මුතියට අනුව, මම මගේ යයි කියමින් දරුවන් කෙරෙහි උපමා කළේ, ඒ ආකාරයට එතන 'ආස්සාදය' ලබනවා. මිහිරක් ලබනවා. එහි 'ආදීනවය' (දෝෂ පිළිබඳව) යථා නුවණින් ඇති තතු ඇති ආකාරයෙන් දකින්න ඕනැ. මේ මහණ එසේ දකින්නේ නැහැ. ඒ වගේම

බැහැර කිරීම, අත්හැරීම, හිස්සරණය පිළිබඳව මේවායෙහි ඇති දුක්ඛ දෝමනස්සයක් ආදීනවයන් දැක එතනින් බැහැරවෙන නියම ආකාරය දකින්නේ නැහැ. දැන් මේ හිඤ්ඤාව මේ සක්කාය දෘෂ්ඨියේ හටගැනීම (සමුදය) නියම ආකාරයෙන් දන්නේ නැහැ. නැතිවීම (අත්හැරීම) යථාභූත ආකාරයෙන් දන්නේ නැහැ. සොම්නස (අස්සාදය) නියම ආකාරයෙන්, ඇති තතු ඒ අයුරින් දන්නේ නැහැ. ඒ වගේම ආදීනවයෙහි ඇති තතු ඒ ආකාරයෙන් දන්නේ නැහැ. හිස්සරණය (අත්හැරීම) පිළිබඳව යථාවබෝධයෙන් දන්නේ නැහැ. එසේ නොදැනීම නිසා මුල් අවස්ථාවන් (කාම, භව) හිදී මෙන් ඡන්දරාගය ඇති කරගන්නවා. එවිට මේ දෘෂ්ඨියෙන් වැරදි ලෙස මගේය, මමය යනුවෙන් මේ විදියට උපාදානය කරගන්න පටන් ගන්නවා.

මේ මිථ්‍යා (වැරදි) දෘෂ්ඨිය නැවතත් මුල් ධර්ම කොට්ඨාශයට ළං කළොත් ශරීරය ගැන හිතා බලන්න. මේ ශරීරය කොටස් පහකට බෙදා දක්වනවා. එනම් පඤ්චස්කන්ධය - රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාරා, විඤ්ඤාණ තවත් කොටස් දෙකකට බෙදනවා නාම - රූප වශයෙන්. සම්මුතියෙහි මම යනු මේ ස්කන්ධ පහෙන් නිර්මාණය වූ ශරීරයයි. මෙය හරියට අංග (කැලි) එකතු කර රථයක් (කරත්තරයක්) යයි සඳහන් කරනවා වගේ. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ කාලයේ නිදසුනක් ලෙසින් දක්වූයේ ඇදී, පට්ටම්, බොස් ගෙඩිය, රෝද මේ සියල්ල එකතු කර නිසි ආකාරයට සවිකළාට පසුව එයට කරත්තය කියනවා.

යථාහි අංග සම්භාරා
භෝති සද්දෝ රට්ඨෝ ඉති
ඒවං බන්ධෙසු සන්තේසු
භෝති සත්තෝති සම්මුති (වජිරා සූත්‍රය)

ඒ වගේම රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන මේ ස්කන්ධ පහත් පට්ඨවි, ආපො, තෙජෝ, වායො යන ධාතු කොටස් හතරත්, වක්ඛ ආයතන, සෝත ආයතන, ඝාණ ආයතන, ජීවිතා ආයතන, කාය ආයතන, මහෝ ආයතන යන මේ ආයතනත් එකතු වුණාම කියනවා සම්මුති සත්ත්වයෙක් කියලා. මේ ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතනයන්හි එකතුවෙන් හැදෙන මේ ශරීර පුඤ්ජයට 'මම' කියලා කියනවා. ඔබ කියලා කියනවා. එසේ නැත්නම් සත්ත්වයෙක් කියලා කියනවා. ඔබ සාමාන්‍යයෙන් හඳුන්වන අම්මා, අප්පච්චි, සොයුරා, සොයුරිය, දුව, පුතා මේ හැම දෙයක්ම සවිඤ්ඤාණක හෝ අවිඤ්ඤාණක හෝ වස්තූන් මෙලෙසින් පණ ඇති වස්තුවක් නම් සත්ත්ව හා සංඛාර නාමයෙන් හඳුන්වනවා. අවිඤ්ඤාණක නම් සංඛාර ලෙසින්,

සංඛත වස්තුවක්, ද්‍රව්‍යයක් ලෙස සඳහන් කරනවා. ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතන පිළිබඳව සඳහන් කළේ, දෘෂ්ඨිය (දිට්ඨි) ගැන සඳහන් කරන්නයි. යම්කෙනෙක් මෙලෙසින් සකස්වුණු 'මම' නැත්නම් 'අපි' සම්මුතියේ සකස් වුණු සත්ත්වයා එසේ නැතිනම් අප හඳුන්වන ඔබ, අම්මා, තාත්තා, ගහකොළ, ගේ දොර මේ කුමන හෝ සවිඤ්ඤාණක, අවිඤ්ඤාණක වස්තුවක්, සංඛත හෝ සංඛාර වස්තුවක් මගේය, මමය, ස්ථිරයි කියා අල්ලා ගතහොත් උපාදානය කළහොත් එය වැරදියි. එය සක්කාය දෘෂ්ඨියක්.

හිසේ සිට පාදාන්තය තෙක් එකින් එක ගලපා බැලුවොත්, එය සම්මුතියට විනා පරමාර්ථ ධර්මයට අනුව මම, මගේ නොවෙයි, මෙය ස්ථිර වූ පැවැත්මක් ආත්මයක් නොවේ යන බව අවබෝධ කරගන්න. ඔබ තව පැය දෙකක් පමණ එකතැන හිඳගෙන සිටියොත් ඔබට දනෙයි ඔබෙ දෙපා මොනතරම් රිදෙනවද කියලා. නිසි පුහුණුවක් නැති යම් අයෙක් භාවනා ඉරියව්වක සිටියොත් මොනතරම් වේදනා ගෙන දේද? ආහාර දීලා, කවා, පොවා, නඟවා පිරිසිදු කර ආවත් මේ ශරීරය, මොන තරම් වේදනා ගෙන දෙනවද කියන එක ඔබට දැනේ. මෙය මගේ නම් ඇයි මට අවශ්‍ය ලෙසින් පාලනයක් නැත්තේ. ඇයි මේ ලෝකයේ මිනිසුන් මේ තරම් කැගසා හඩන්නේ, කපනවා, කොටනවා, තරමට විශාල වේදනාවක් දනෙනවා දරාගන්න බැහැ කියලා. ඒනිසා මගේය, මමය, ස්ථිරයි (ඒකං මම, එසො හමස්මි, එ සො මේ අත්තා) යනුවෙන් පවත්වන්නේ වැරදි දෘෂ්ඨියක්. යථාභූත ඥාණයෙන් දැකගන්නේ නැති මේ දෘෂ්ඨි ස්වභාවය නිසා යම් හිඤ්ඤාවක් හෝ හිඤ්ඤාණයක් හෝ උපාසකයෙක් හෝ උපාසිකාවක් හෝ ඡන්දරාගයක් ඇති කරගන්නවා. ස්තේහයක් ඇති කරගන්නවා. මමමයි, මගේ මයි ආදී වශයෙන් හිතන්න පටන් ගන්නවා. එහි වෙනස අවබෝධ වන්නේ දිරාගෙන යනවිට නේ. "මම දන්නේ නැහැ, මට හිතාගන්න බැහැ, මම මොනතරම් සවි ශක්තිය ඇතිව හිටියද තරුණ කාලේ? මොනතරම් පෙණුමෙන් හිටියද, දැන් මට මොනවද වෙලා තියෙන්නේ. මොන කරුමයක් ද දන්නේ නැහැ. දැන් නම් ජීවිතේ ඇති, මේ හැමදේම දාලා යන්න හිතෙනවා." මේ විදියට අනවබෝධයෙන් දුක් වෙන්නට පටන් ගනීවි.

මේ ආකාරයට හිතන්න හොඳ නැහැ. ධර්මයට ළංවෙලා ජීවිතයෙන් ප්‍රයෝජන ගන්න ඕනෑ. යථාභූතඥාණයෙන් මේ පැවැත්ම ගැන දැක්කේ නැත්නම්, මේ ආකාරයට හඬා වැලපී දොස් කියාගන්නවා. මෙතනදී ඇලීම වගේම ද්වේශයත්, මූලාවත් එනම් රාග, දෝෂ, මෝහ තුනම තිබෙනවා. එයයි අනවබෝධය යයි සඳහන් කළේ. ඒනිසා රාගයෙන් ඇති කරගත් ඡන්දරාගය,

ස්තේන්‍ය නිසා ඇති කරගත් මූලාව නිසා මුර්ජාවට පත්වුණ සේම පරිදාහය (දවීම) ද ඇති කරගත්තා. හිතේ මුල් තැනක් එයට දී තෘෂ්ණාවෙන් සිහිපත් කරනවා.

04. අවිච්ඡා යෝගය :

මීළඟට හතරවෙනි කරුණ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, යම් භික්ෂුවක් ඡඩ් ආයතන (ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මන) ගැන හටගැනීම (සමුදය) නියම ආකාරයකින් දන්නේ නැහැ. “යං කිංඤ්චි සමුදය ධම්මං සබ්බත්තං නිරෝධි ධම්මං” යමක් හටගන්නා නම් එහි හැබෑ ස්වභාවය ඒ හැම දෙයක්ම නැසෙන බව නොදැනීම. ඇසක් පවතිනවා නම් ඒ ඇස හටගන්නා වාගේම නැසෙන සුළුය, මගේ නොවෙයි, “නේතං මම, නෙසෝ හමස්මි, න මේ සො අත්තා” ස්ථිර වූ පැවැත්මක් ආත්මයක් නොවේ. මේ ඇස වගේම කණත්, නාසයත්, දිවත්, ශරීරයත්, මනසත්, භික්ෂුණිය, උපාසක, උපාසිකාව නියම ආකාරයෙන් දන්නේ නැහැ. හටගැනීම වගේම එහි බිඳීයාම, නිරෝධය ගැන දන්නේ නැතිනම් අත්මය ගැන දන්නේ නැහැ. නියම ආකාරයෙන් සොම්නස ගැන අස්සාදය ගැන දන්නේ නැහැ. දෝෂය ගැන දන්නේ නැහැ. නිස්සරණය ගැන දන්නේ නැහැ. ඒ නිසා රාගයෙන් අල්ලා ගන්නවා. ඒ පමණක් නොවේ ඡඩ් ආයතනයම ඒ පිළිබඳව ස්තේන්‍ය ඇති කර ගන්නවා. මුර්ජාවට පත් වෙනවා. පරිලාහයට පත් වෙනවා. ඊළඟට හිතේ මුල් තැනක් දෙනවා. ඊළඟට තෘෂ්ණාව පහළ කර ගන්නවා.

“යො කාමෙසු කාමරාගො කාමහන්දි, කාම ස්තේහෝ කාම මුච්ඡා, කාම පිපාසා, කාම පරිලාහො, කාමපේධාසානං, කාම හණ්භා, සානුසේති”

තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ මේ යෝග සූත්‍රයේ පැහැදිලි කරදෙන්නේ ඒ ආකාරයටයි. යෝගයන්ට හසුවීම හොඳ නැහැ. බුදුරජාණන් වහන්සේ දැන් “කාම විසංයෝගය” ගැන සඳහන් කරනවා. කාම යෝගයෙන්, විසංයෝගයට අත්හැරෙන්න නම්, බැහැර වෙන්න නම් කුමක්ද කළ යුත්තේ? මේ මහණ, කාමයන්හි හැබෑ ස්වභාවය, ඇති තතු ඒ ආකාරයෙන් දැන ගන්නවා. සමුදය පිළිබඳ හැබෑ ස්වභාවය දැන ගන්නවා. හටගන්න හැම දෙයක්ම නැති වන බව (අත්මය) දැන ගන්නවා. මේ හැම දෙයක්ම සම්මුතියෙහි මම වුණාට මම නොවේ, අත් හැරෙනවා, යන බව දැන ගන්නවා. අස්සාදය, සොම්නසින් මිහිර දැන ගන්නට දුවේ, පුනේ ඒ හැම මිහිරක්ම මූලාවක්. ඇති වූ හැමදෙයක්ම නැති වෙලා යනවා. ‘හා සංයොගා වියොගන්තා’ හැම හමුවීමක් ම වෙන්වීමකින් කෙළවර වෙනවා. ‘හා පියා සෝඛ අන්තකා’ හැම ප්‍රේමයක්ම, ලෙන්ගතුකම් සෙනෙහෙවන්තකම් ශෝකයකින් කෙළවර වේ. ‘හා මතන්තා සපීචකා’ හැම

ජීවිතයක් ම මරණයෙන් කෙළවර වේ. කරුණ දරුවනේ, ඔබටමයි මේ දහම් පදය, ‘හා යොබ්බතා ප්රා අන්තා’ සියළු තුරුණුකම් දිරාගෙන යාමෙන් කෙළවර වෙනවා.

පින්වතුනේ, පැහැදිලියිනේ. දැන් අත්මය, නිරෝධය පිළිබඳව නැතිවීම් පිළිබඳව යථාභූත ඥාණය ඇති කර ගන්නවා. ආදීනවය තේරුම් ගන්නා. සම්මුතියට මම මගේ යයි පැවැත්වුවා. ලෙන්ගතුව කථා කළා. ඔබ කියාවි, මගෙ දුව, පුතා හොඳට හැදෙනවා, වැඩෙනවා. දරුවනේ, නුඹලගේ අම්මා, තාත්තා ලෙසින් අප හමුවුණු එක මොනතරම් සැනසිල්ලක්ද? ඔවුන් පවසාවි, මගේ දෙමව්පියෝ මතු දවසක බුදුවන්න ඕනි කියලා ප්‍රාර්ථනා කරනවා. අධිෂ්ඨාන කරනවා. එතන සොම්නස තිබෙනවා. නමුත් පින්වතුනේ මේ මම, මගේ යන්න සදාකාලිකද? නැහැ. අස්සාදය කෙළවර ආදීනවය දකින්න. පරමාර්ථයට අනුව හටගත් හැමදෙයක්ම නැති වෙනවා. එනම් නිස්සරණයට ළංවන විට බැහැර වෙනවා. සම්මුතියේදී දෙමව්පියන්ට ළංවෙලා ඔබේ දැනින් උපස්ථාන කරයි. නමුත් පරමාර්ථයට අනුව සිතින් සියල්ල අත්හරින්න ඕන.

කවුරුත් හෝ අවසන් ගමන් යනවිට දාලා යන්න එපා. කිවුවත් පින්වතුනේ නතර කර ගන්න පුළුවන්ද? “තවම දරුවො පුංචියි. ගේ හදන්න පටන් ගන්නා විතරයි. මට තව කාලයක් ජීවත් වෙන්න ඕනි.” මෙසේ පැවසුවක් ආයු ශක්තියයි. කර්ම ශක්තියයි. අවසන් වී විඤ්ඤාණය බැහැර වෙනකොට අත්වැල් පටලාගෙන සිටියත් පුළුවන්ද පින්වතුනේ නතර කරගන්න. දිරාගෙන යන සිරුර නම් තබා යන්න පුළුවනි. නමුත් විඤ්ඤාණය බැහැර වෙලා යයි. මෙන්න මේ අවබෝධයයි නිස්සරණය යනුවෙන් සඳහන් කළේ. එවිට රාග, දෝෂ, මෝහ බැහැර කරන්න පුළුවනි.

මේ ආකාරයට අවබෝධය ඇති කරගත් භික්ෂුව ඡන්දරාගය ඇති කරගන්නේ නැහැ. ස්තේන්‍යයක් ඇති කර ගන්නේ නැහැ. ඒ වගේම ඒ පිළිබඳව සතුටුවන්නේ නැහැ. ‘කාමහන්දිය’ ඇති වන්නේ නැහැ. ඒ වගේම මුර්ජාවට පත්වන්නේ නැහැ. කාම පරිලාහයට, කාම පිපාසාවට පත්වන්නේ නැහැ. හිතේ මුල් තැනක් දෙන්නේ නැහැ. කාම තෘෂ්ණාව හටගන්නේ නැහැ. ‘කාමවිසංයෝගය’ යයි සඳහන් කළේ එයයි.

හව විසංයෝගයත් මේ ආකාරයි. පින්වතුනේ ‘හවය’ පිළිබඳව යථා අවබෝධයක් නැති භික්ෂුව, සමුදය පිළිබඳව, අත්මය පිළිබඳව, අස්සාදය පිළිබඳව, ආදීනවය පිළිබඳව, නිස්සරණය පිළිබඳව අවබෝධය නොමැති

හෙයින් ඒවා රාගයෙන් අල්ලා ගන්නවා. (ග්‍රහණය කර ගන්නවා) භවය ගැන දැන් අවබෝධය තිබෙන මේ හික්කුළුව, රාගයෙන් අල්ලා ගන්නේ නැහැ. භවයන් පිළිබඳව අභිනන්දනය කරන්නේ නැහැ. වඩ වඩාත් හිතේ සතුටක් ඇති කරගන්නේ නැහැ. මුර්ඡාවට පත්වන්නේ නැහැ. භවය ගැන පිපාසයක් ඇති කරගන්නේ නැහැ. පරිලාභයක් ඇති කර ගන්නේ නැහැ. හිතේ මුල් තැනක් දෙන්නේ නැහැ. මේ ආකාරයට උපදින්න ඕන. මේකමයි ඕන. තෘෂ්ණාවක් ඇති කරගන්නේ නැහැ. එසේ සිතන්නේ නැහැ. මෙයයි භව විසංයෝගය.

මිලගට දිට්ඨි විසංයෝගය. එනම් දෘෂ්ඨීන් පිළිබඳවයි. දෙසැටක් මිථ්‍යාදෘෂ්ඨියේ සිට සක්කාය දෘෂ්ඨිය දක්වා මා ඔබට මුලින් සඳහන් කළා. මේ හික්කුළුව යථාභූත ඥාණයෙන් හටගැනීම, ඒ වගේම නිරෝධය, සොම්නස, ආදීනවය, හිස්සරණය දැනගන්නවා. ඒසේ දැන ගන්නා විට මේ දෘෂ්ඨීන් කිසිවක් කෙරෙහි රාගයක් ඇතිකර ගන්නේ නැහැ. මුර්ඡාවක්, පරිලාභයක් ඇති වන්නේ නැහැ. හිතේ මුල්තැනක් දෙන්නේ නැහැ. තෘෂ්ණාවට බැඳෙන්නේ නැහැ. ඇස සම්මුතියට මගේ නමුත් පරමාර්ථයට මගේ නොවේ. මගේ නම් ඇයි ඇස නොපෙනී යන්නේ. බොදවෙන්නේ? ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, මන යන මේ ධාතු, ස්කන්ධ, ආයතනයන් ගෙන් සැදුණු මුළු සිරුරම සම්මුතියට මගේ වුණත් පරමාර්ථයට මගේ නොවේ. ඡඩ් ආයතන පමණක් නොවේ සියල්ල දකින්න පුළුවන්. මෙය නොදක සංයෝගයට පත්වුණොත් 'අයෝගක්ඛේමී' එනම් මේ යෝග නැතිකරලා නැහැ. මේ කෙලෙස් වලට හසුවීම නිසා සිතක් කිළිටු වෙලා. නැවත, නැවතත් පුනර්භවය ඇතිවෙනවා. ඒනිසා බලවත් ලෙස දුක් ලබාදීමට හේතුවක් ඇති කරගෙන ජාති ජරා මරණයෙන් උරුම කරගන්නවා. යෝග නැති නොකළ නිසා සසරෙහි පැවැත්මට මේ පුද්ගලයා හඳුන්වනවා 'අයෝගක්ඛේමී' යනුවෙන්.

යම් කෙනෙක් විසංයෝගයට පැමිණුනා නම් කාමයෝග, භව යෝග, දිට්ඨි යෝග, අවිජ්ජා යෝග යන මේ සතර යථාභූත ඤාණදස්සනයෙන් ඇති තතු ඇති ආකාරයෙන් අවබෝධ කරගන්නේ නම් හෝ 'යෝගක්ඛේමී' වෙයි. එනම් දුක් ලබාදීම නතර කරනවා. හිත කිළිටු කරන දේ නතර කරගන්නවා. පුනර්භවය නැතිකර ගන්නවා. 'දරථ' (බහුල ලෙස දුක් විදින්න හේතු) නැති කර ගන්නවා. ජාති ජරා, මරණ නැති කරගන්නවා. 'යෝගක්ඛේමී' ලෙසින් ඒ අය හඳුන්වනවා යයි කථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා. බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ යෝග සූත්‍ර ධර්මය ඔස්සේ ජීවිතයෙහි, සසර ගමනෙහි යථා ස්වභාවය නුවණින් දැක, ධර්ම සංවේගයෙන් යුක්තව මෙතෙහි කරන්නට යැයි ඔබට ආරාධනා කරනවා.

කාමයන් පිළිබඳව අදහස් පෙළක් ඔබට සඳහන් කරනවා. බුද්ධ භාෂිතයට අනුව නුවණින් සිහිපත් කර බලන්න.

අප්පස්සාදා ආවුයෝ කාම චුත්තා භගවතා බහු දුක්ඛා, බහු පායාසා, ආදීනවො ඒතෙ හියෙත් (අං. හි. දුතිය යෝධාපීචුපම සූත්‍රය)

“ඇවැත්නි, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් කාමයෝ අල්ප ආස්වාදා ඇතිහෙයි ද බොහෝ දුක් ඇතිහෙයි ද බොහෝ උපායාස (කෙලෙස් නිසා ඇතිවන දැවීම) ඇතිහෙයි ද ආදීනව බොහෝමයි ද වදාළහ.”

01. මස් ලේ නැති ඇට සැකිල්ලක් බඳුය - අට්ඨිකඛිලුපමා කාමා
02. දූල් වූ හුළු එළියක් බඳුය - නිණුකුපමාකාමා
03. මස් කැටියක් බඳුය - මංසපෙසුපමාකාමා
04. ගිණි අඟුරු වලක් වැනිය - අඩගාරකාසුපමාකාමා
05. සිහිනයක් බඳුය - සුපිනකුපමාකාමා
06. ණයට ඉල්ලාගත් දෙයක් බඳුය - යාවිතකුපමාකාමා
07. ගසක ගෙඩියක් බඳුයි.
08. ඕනෑම වෙලාවක වැටෙන්නට පුළුවනි - රුක්ඛච්චලුපමාකාමා
09. බියකරු කැති මුවහතක් බඳුය - සත්තිසුලුපමාකාමා
10. මස් කපන මන්තයක් වැනිය - අසිසුනුපමාකාමා
11. විපත්තිකර සර්පයෙක් බඳුය - සප්පසිරුපමාකාමා

කාමයන් හි ඇති ආදීනව, දුක් සහගත බව නුවණින් දැක, කාමයන්ගෙන් බැහැර වෙන්න යැයි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළා. සසර ගමනෙ පැවැත්මට හේතුවන කාම, භව, දිට්ඨි, අවිජ්ජා නම් වූ සතර යෝගයන්ගෙන් බැහැර වී ඔබත් මමත් මේ ජීවිතයේම පාරමී ධර්ම සම්පූර්ණ කරන්න උත්සාහ දරමු. එසේ නොහැකි වුවහොත් මේ උතුම් බුදු සසුනෙහිම මේ යෝගයන් ක්‍ෂය කර ඉන් බැහැරව ධර්මයෙහි සඳහන් කළ 'යෝගක්ඛේමී' නම් වූ ස්වභාවයට පත්වන්නට යයි ඔබ සැමට ආරාධනා කරනවා! අධිෂ්ඨාන කරනවා!

සැමට උතුම් වූ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයම අවබෝධ වේවා! උතුම්වූ නිර්වාණාවබෝධයම වේවා!

සාධු ! සාධු ! සාධු !