

ධම් ආනය සඳහා නොමිලයේ බෙදා දීම පිණිසයි.

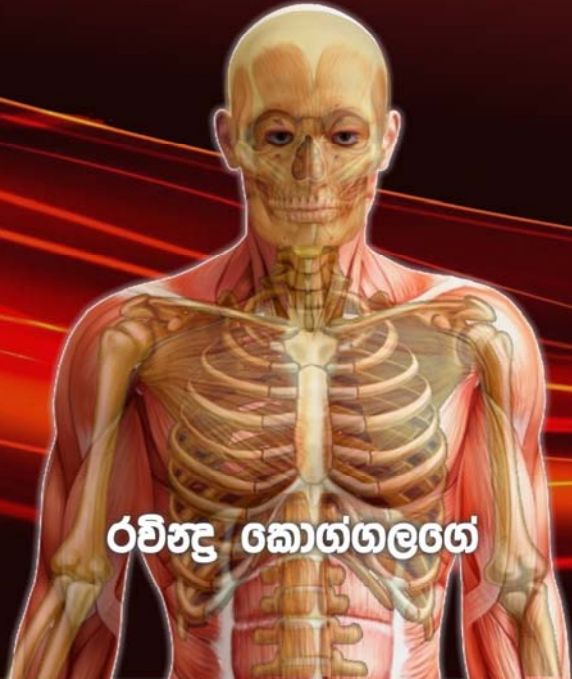


මෙන්න මෙහෙම කසක් තියෙනවා කියලා පනවාපු එක. අන්ට් කායොතිවා පනස්ස ආශ්වාසය නම් ආශ්වාසය කියලා, එතකොට කය කියන්නේ ආශ්වාසය යි. අන්ට් කායොතිවා පනස්ස සති (සති කියන්නේ සිතිය) පව්වුපට්ඨිතා හොති. සිතිය එළඹ සිටින්න ඕන. මෙන්න මෙහෙම පනවපු කසක් නේ ද මේ කියන එක ගැන සිතිය එළඹිලා තියෙන්න ඕන. සතිය පිහිටලා තියෙන්න ඕන. එළඹ සිටි සිතියෙන් ඉන්න වෙනවා. මොකක් ද, මෙන්න මෙහෙම තියෙනවා කියපු කසක් නේ ද ඔය කියලා සිතිය පිහිටන්න වෙනවා. එතකොට ඇත්ත ඇති හැටියට සිතිය පිහිටන්න වෙන මට්ටමකට එන්න ඕන. අන්ට් කායොතිවා පනස්ස සති පව්වුපට්ඨිතා හොති.

න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති මේ ලෝකයේ තියෙන කිසියම් ම දෙයක් උපාදාන කරන්නේ නැති, අල්ලාගන්නේ නැති, භාරගන්නේ නැති මට්ටමක් වෙන්න ඕන. අපි රූපය කියලා මොකක් හරි භාරගන්නා නම් කිසියම් ම දෙයක් අල්ලාගන්නේ නැති මට්ටමක් වෙන්න ඕන. ඒක දාලා බලන්න අපි දෙතිස්කුණපය අල්ලාගන්නා නම් එතැනට ඇවිල්ලා ද? රූපකල්ප වීක් අල්ලාගන්නා නම් එතැනට ඇවිල්ලා ද? ඒකත් උපාදාන කරලා නේ ද? ධාතුසතර වූනත් උපාදාන කරලා. ඒකත් අල්ලාගෙන නේ. ඒ කියන්නේ භාර අරා. අපි අතින් එකෙන් මිදුනාට තව එකක් භාර අරා. එහෙම නම් ඒක න ව කිඤ්චි කිසිවක් ම භාර නො ගන්නා මට්ටමට ඇවිල්ලාද? න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති.

බුදු දහම දැකගනිමු - 6

ලෝකෝත්තර ඤාණයේ සඳහා කායානුපස්සනාව



රවීන්ද්‍ර කොග්ගලගේ

ISBN 978-955-41184-7-8



රවීන්ද්‍ර කොග්ගලගේ
<http://ravi.harimaga.com>

බුදු දහම දැක ගනිමු - 6

ලෝකෝත්තර දැක්ම සඳහා කායානුපස්සනාව

2016 මාර්තු

ප්‍රථම මුද්‍රණය : 2016 මාර්තු (පිටපත් 5000)

ISBN 978-955-41184-7-8

පොත පිළිබඳ විමසීම:

මහාචාර්ය රවිඥ කොග්ගලගේ
Email: koggalage@yahoo.com
Web: http://ravi.harimaga.com
Mobile : 0777234239

මුද්‍රණය:
කොලිටි ප්‍රින්ටර්ස්
17/2, පැඟරිවත්ත පාර, ගංගොඩවිල
නුගේගොඩ
දු.ක: 011 4 870 333

ධම් දානය සඳහා නොමිලයේ බෙදා දීම පිණිසයි.

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති

සියළු දානයන් අතරින් ධම්ම දානය උතුම්වේ



පුණ්‍යානුමෝදනාව

මෙම ධර්ම පුස්තකයේ සම්පූර්ණ දයකත්වය දරනු ලබන්නේ බොදු සැදුහැවත් යුවලක් විසිනි. මෙම ධර්ම දනයේ කුසල බලයෙන් අපගේ දුදරුවන් ඇතුළු සියළු ශ්‍රේණි පිරිසට සුභ ආශීර්වාද පතමු.

මෙම උතුම් ධර්ම දනයම පිංකම අප සැමගේ ධර්මාවබෝධය වැඩිදියුණු වීම පිණිසද, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට උපනිශ්‍රය වනු පිණිසද, උතුම් වූ නිර්වාන අවබෝධය පිණිසද හේතුවේවා!

එමෙන්ම අපගේ පරලෝඝූපත් ආදරණීය දෙමාපියන් ඇතුළු සියළු ශ්‍රේණිමිත්‍රාදීන්ට මෙම පින් අනුමෝදන් වී උතුම් නිර්වාන අවබෝධය ඉක්මනින් ලැබේවා!

මෙම උතුම් ශ්‍රී සද්ධර්මය ප්‍රචලිත කරමින් ඒ වෙනුවෙන් කැපවෙන මෙම ධර්ම පුස්තකයේ කර්තෘ වන මහාචාර්ය රවින්ද්‍ර කොග්ගලගේ මැතිතුමාට මෙම කුසල බලයෙන් උතුම් චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ වේවා!

අප බුද්ධශාසනය ආරක්ෂා කරන්නා වූ සියලුම ලෝකපාලක දෙවිදේවතාවරුන්ටද මේ ධර්මදනයම කුසල බලය උතුම් නිර්වාන අවබෝධය පිණිසම හේතු වාසනා වේවා!

මෙම ධර්ම පුස්තකය පරිහරණය කොට අවසන ඔබ වැනිම වූ දහම් රස සොයා යන බුද්ධ ශ්‍රාවකයකුගේ පරිහරණය සඳහා එය පරිත්‍යාග කරනු ඇතැයි අප බලාපොරොත්තු වෙමු.

පෙරවදන

සතරසතිපට්ඨානය නිවන පිණිස පවතින ඒකායන මාර්ගය බව සම්බුද්ධ දේශනාවයි. බොහෝ දෙනෙක් සතිපට්ඨාන භාවනා වැඩුවත් එහි ප්‍රතිඵල නොලැබෙන්නේ ඇයිද යන්න විමසා බැලීම දහම් මාර්ගය දක ගැනීමට ඉවහල් වනු ඇත. සතරසතිපට්ඨානය ආරම්භ වන්නේ කායානුපස්සනා සතිපට්ඨානයෙනි. කායානුපස්සනාව ඇත්තේ “කය” හෝ පොදුවේ ගත් කළ “රූපය” පිරිසිදු දැකීම සඳහායි. බුදු රජාණන්වහන්සේට අනුව ලෝකයා රූපලෝකයේ ඇත්ත ඇති සැටි නොදන්නා නිසා දුකට පත්වෙයි. එසේ නම් කායානුපස්සනාව ලෝකයා අනවබෝධයෙන් රූපය නිසා යම් දුකකට පත්වේද, ඉන් මිදීම සඳහා මගක් විය යුතුයි.

කායානුපස්සනාවේ භාවනා බොහෝ විට වඩන්නේ ශරීරය මුල්කොට ගෙනයි. මෙය කෙනෙක් ශරීරය ඇතැයි යන මතයේ සිට නැතැයි යන්න දක්වා ගෙන යයි. උදහරණයක් ලෙස පවතින ශරීරය දෙතිස් කුණුප වශයෙන් මෙනෙහිකොට, ශරීරයක් නොව පවතින්නේ කොටස් ගොඩක් යන දැක්මට පැමිණිය හැක. එසේත් නැත්නම් ධාතු මනසිකාරය මගින් පවතින්නේ “කෙස්, ලොම්, නිය, දත්...” නොව සතර මහා ධාතුව බව තේරුම් ගනියි. මෙහිදී යමක් ඇත යන දෘෂ්ටියේ සිට නැත යන්න දක්වා පැමිණ ඇති බව නුවණින් විමසීමේදී වැටහී යනු ඇත. මෙය ලෝකයට අයිති සත්‍යයක් වූවත්, බුදුරජාණන් වහන්සේ කච්චායනගොත්ත සූත්‍රයේ පැහැදිලිවම ප්‍රතික්ෂේප කළ මත දෙකකි. එසේම රෝහිතස්ස සූත්‍රයේදී ලෝකය ගැන සෙවිය යුත්තේ බාහිරෙන් නොව තමන් තුලින් යන්නටද මෙය කෙනෙක් ගැළපේද යන්නත් විමසිය යුතුව ඇත. මෙහිදී අදහස් කරනුයේ තමන් මෙනෙක් වඩන ලද ප්‍රතිපදාව විවේචනය කිරීමක් නොව, බුදු දහම නුවණින් විමසා පූර්ව ප්‍රතිපදාව සහ ආර්ය ප්‍රතිපදාව තේරුම් ගැනීමේ සම්මාදිට්ඨිය ඇතිකොටගෙන, ලැබූ ක්ෂණ සම්පත්තියෙන් ප්‍රයෝජනය ගැනීම සඳහා විවෘත මනසකින් බුදු දහම විමසීමයි. මෙහිදී, “විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣා දෙමනස්සං” යන්න පූර්ව ප්‍රතිපදාවේ ප්‍රතිඵලයක් බවත්, “අත්ථි කායොති’වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤුණමත්තාය, පතිස්සති මත්තාය, අතිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති” යන්න ආර්ය ප්‍රතිපදාවේ ප්‍රතිඵලයක් බවත් අප අදහසයි.

බුදු දහමේ ප්‍රයෝජන ලැබීම සඳහා අවංකව උත්සාහය දරන බොහෝ දෙනෙක් සතිපට්ඨාන භාවනා වල යෙදුනත් ඉන් නිසි ප්‍රතිඵල නොලැබෙන්නේ දහම පිලිබඳ නුවණින් විමසීමක් නොකොට වෙනත් අය

මත පමණක් විශ්වාසය තබා ඒවායේ යෙදීම නිසා විය හැකියි. නිවන පිණිස පවතින ඒකායන මාර්ගය ලෙස බුදු රජාණන්වහන්සේ විසින් දක්වා වදළ සතරසතිපට්ඨානය තුලින් ලෝකයට අයිති පූර්ව ප්‍රතිපදාවෙන්, ආර්ය ප්‍රතිපදාව උපදවා ගන්නේ කෙසේදැයි මෙහිදී විමසුමට ලක් කෙරෙයි. විශේෂයෙන් එක් භාවනා කමටහනක් ලෙස නොව පොදුවේ කායානුපස්සනාව, කා සදහා, කුමක් අරභයා දේශනා කරණ ලද්දක් දැයි අවබෝධය මෙහිදී වැදගත් වෙයි. පංචනීවරණ ධර්මයන්ගෙන් වැසී සිටින ලෝකයාට ඒවා යටපත් කර ගැනීම සදහා පූර්ව ප්‍රතිපදාවක්, ලෝකෝත්තර අවබෝධය සදහා ආර්ය ප්‍රතිපදාවක් සතර සතිපට්ඨානයේ ඇතුලත් වෙයි.

එහිපස්සික දහම තම-තම නුවණින් සොයා යන්නන්ට මෙම සාකච්ඡා යම්කිසි පිටුවහලක් වේය යන අදහසින් මෙම පොත එළිදැක්වෙන අතර ඒ සදහා දයක වූ ලන්ඛනයේ පදිංචි සුනිල් හේරත් මහතා ඇතුලු සියලුම දෙනාට මෙම ධර්ම දනමය කුසලය ඉක්මන් නිවන් අවබෝධය පිණිසම හේතු වාසනා වේවා! පොත මුද්‍රණ තත්වයට ගෙන ඒම සදහා වෙහෙස නොබලා පරිඝනකගතකිරීම සහ මුද්‍රණයට සකස් කරදීමට උරදුන් අමරතුංග මහතාටත්, දිල් රුක්ෂි මහත්මියටත්, පිටකවරය සකස්කොට දුන් අමීල් මහතාටත් මෙම කුසලය තවතවත් ධර්ම දනමය කටයුතු වල යෙදීම සදහා අවශ්‍ය ශක්තිය බෙදිරිය සහ නිදුක් නිරෝගීභාවය ලැබීම පිණිසත්, නිවන් අවබෝධය සදහාත් හේතු වාසනා වේවා!! දැනට 95 වෙනි වියේ පසුවන දයාබර පියාණන්ටත්, සියලු සහෝදර සහෝදරියන් ඇතුලු ඥාති හිතමිත්‍රාදීන්ටත් නිදුක් නිරෝගීභාවය සහ දහම් අවබෝධය පිණිසත්, සියලුදෙනා නමින් මිය පරළොව ගිය ඥාති හිතමිත්‍රාදීන්ට හිතසුව සහ දහම් අවබෝධය පිණිසත් මෙම ධර්ම දනමය කුසලය හේතු වාසනා වේවා!!!

ධර්ම දානයක් වශයෙන් මෙම පොත නැවත මුද්‍රණය කොට නොමිලේ බෙදාහැරීමට ඕනෑම අයෙකුට අවසර ඇති අතර මුදලට විකිණීම සපුරා තහනම්ය. මෙහි පිටපතක් අන්තර්ජාලයෙන් ලබා ගැනීමට පහත සඳහන් වෙබ් අඩවියට පිවිසෙන්න.

රවිඤ්ඤ කොන්ගලගේ
Email: koggalage@yahoo.com
Web: http://ravi.harimaga.com
Mobile : 0777234239

කායානුපස්සනාව - සතිපට්ඨානය වැඩීම

2015.12.06 දින මාතර දී පැවැත් වූ ධර්ම සාකච්ඡාව

සක්මනේ දී අපට යම් කිසි දෙයක් දැනෙනවා නම් ඒ බව අපි දැනගන්නවා. දැනෙන බව දැනගන්නවා. දැනෙන බව හිතනවා නෙවෙයි. 'මෙහෙම දැනෙනවා, මෙහෙම දැනෙනවා' කියලා හිතනවා නෙවෙයි. දැනෙන බව දකිනවා. ඒ වෙලාවේ දී 'මෙහෙම දැනෙනවා' කියලා දකිනවා. ඒකට වචන දෙන්න අවශ්‍ය නැහැ. 'මේ සීතලයි, මේ රිදෙනවා, මේ ඔසවනවා, තබනවා' ඒ වචන අවශ්‍ය නැහැ. 'ඔසවනවා' කියන්නේ මොකට ද? දැනෙන දේවල් රාශියක් නේ ද? ඔය දැනෙන එක දකින්න. ඒ දැනීම දකින්න. දැනෙන ගතිය දකින්න. ඒකට නම් දෙන්න යන්නත් එපා; ඕක මතක තියාගන්නත් එපා. ඕක කාටවත් කියන්න එහෙම මතක තියාගන්න ඕනේ නැහැ. ඒ මොහොතේ දැනෙන දේ දැක්කහම ඇති.

දැන් "ඔසවනවා" කියන නම දෙන්න පුළුවන් ද ඕක ඉගෙනගෙන නැත්නම්? ඔය වචනයේ තේරුම දන්නේ නැති පොඩි ළමයෙක් ඉන්නවා. එයාටත් එනවා ද ඒ වචනය? නැහැ. එයාට අපි කිව්වොත් 'දැනෙන දේ බලාගෙන ඉන්න' කියලා, බැරිද බලාගෙන ඉන්න? පුළුවන්. අන්න ඒ පොඩි කාලයට යන්න. මොකුත් නො දන්න පොඩි කාලයට යන්න. දැනෙන දේ දකින්න. වචන දන්නේ නැහැ. තාම භාෂාව ඉගෙනගෙන නැහැ කියලා හිතන්න. පැහැදිලි ද?

අපේ භාවනාවේ ඊළඟ පියවරයි ඔය කියන්නේ. ඔය ඇත්තන්ට වචන දීදී, පොඩි ළමයෙකුට වගේ දැන් ඉගැන්නුවා. දැන් ආයෙත් තව ටිකක් ඉගෙන ගන්නවා කියන්නේ ආයෙත් පොඩි කාලයට යන්න ඕන. ඉගෙන ගත්තු ටික අයිත් කරන්න ඕන. සිද්ධවෙන දේ දකින්න නම් ඉගෙන ගත්තු ටික අයිත් කරන්න ඕන. දැන් අපි සිද්ධවෙන දේ නෙවෙයි දකින්නේ. අපට ඕනෑ දේ අපි දමනවා.

සිහිය පිහිටීමේ ප්‍රධාන දෙයක්, සිද්ධවෙන දේ සිද්ධවෙන්න ඇරලා ඒකට සිහිය පිහිටනවා. අපට වෙලා තියෙන්නේ සිද්ධවෙන දේට අපි එක එක දේවල් එකතුකරලා, ඕවා ටික තමයි දකින්නේ.

දැන් අපට ශරීරයේ මොනවා හරි දැනෙන්නේ මොන

ආයතනයෙන් ද? කායායතනයෙන්. කායායතනය වැඩ කළොත් නේ දූනෙන්නේ. ඇවිදින කොට දූනෙන්නේ මොන ආයතනයෙන් ද? කායායතනයෙන්. කාය විඥනයෙන් දූනගන්නා දෙයක් තියෙනවා නේ.

ඊළඟට අපි ඕකට මනසෙන් දමන ටිකකුත් තියෙනවා. මනෝ විඥනයෙන්. අපි 'කකුල ඔසවනවා' කියන කොට, 'කකුල ඔසවනවා' කියන එක මනසෙන් දුපු එකක් නේද? අර දූනෙන දෙය තුළ 'කකුල' කියලා දෙයක් තිබුණා ද? දූනෙන දේ 'ඔසවනවා' කියලා දෙයක් තිබුණා ද? ඔය වචන දෙක කොහෙන්ද ගත්තේ? දූනෙන දෙයද, හිතෙන් දුපුවා ද? හිතෙන් දුපුවා.

කායානුපස්සනාවෙන් අපි ටික ටික යන්නේ, කයට දූනෙන - කායායතනයෙන් පමණක් කරන්නේ මොකක්ද කියලා බලන්න. මනායතනයෙන් අපි දුපු ඒවා නේ තියෙන්නේ. අපි මනසෙන් එකතු කරපු ඒවා ටික ටික අයින් කරලා, ඇත්තටම දූනෙන්නේ මොකක් ද? ඇත්තටම දූනෙන්නේ කායායතනයෙන් කියන ටික නේ. මනසෙන් කියන ඒවා දූනෙන දේවල් නෙවෙයි නේ. අපි එකතු කරන, අපි දමන ඒවා නේ. දූන් අපි දමන එක නවත්තලා, ඒ කියන්නේ අපි කරන වැඩ ටික නවත්වන්න ඕන. සිද්ධවෙන දේ, සිද්ධවෙන හැටියට බලාගෙන ඉන්න. එහෙම වුණොත් නේද අපට ඇත්ත දකින්නට පුළුවන් වෙන්නේ? දූන් මොකක් හරි කියන කොටම, අපේ හිතේ තියෙන ටික ඕකට දූම්මහම අපට පුළුවන් වෙයි ද ඇත්ත දකින්න? දූන් මම මොකක් හරි කියන කොටම, ඊට වඩා වේගයෙන් තමන් දන්න ටික ඕකට දමනවා. දූන් මම කියන එකද දූනගන්නේ තමන් දමන ටික ද? තමන් දමන ටික යි.

ඕකම තමයි අපට බණක් අහන කොටත් වෙන්නේ. අපි බණ අහගෙන ඉන්නවා කිව්වාට අපි දන්න ටිකට ගලපනවා ඉක්මනට, ඉක්මනට. 'ඔය කියන්නේ මේක තමයි, ඔය කියන්නේ මේක තමයි' කියලා, තමන් දන්න ටිකට ගලපනවා මිසක් අර කියන දේ අහනවා නෙවෙයි. අපි හිතන් හිටියට කියන දේ අහනවා කියලා, කරලා තියෙන්නේ අපි දන්නා එකට ගලපලා. ඒකයි ඔය බණ ඇහෙන්නේ නැත්තේ. 'ඇහෙන්නේ නැහැ' කිව්වහම කනට ඇහෙන්නේ නැති එක නෙවෙයි. තමන් අහලා නැහැ. තමන් අහලා නැති හේතුව තමයි අපේ අදහස්වලට මේක දගන්නවා මිසක් අර විවෘත මනසකින් ඒක අහගෙන ඉඳලා නැහැ.

එතකොට මේ භාවනාවේ දී, විශේෂයෙන් සතිපට්ඨානයේ දී, පුරුද්ද දෙනවා මේ ආයතනයෙන් කරන මට්ටම දකින්න - ඒක ලෙහෙසි නැහැ. මම කියන්නේ එන්න ඕන මට්ටම. පටන්ගන්න කොට අපි ඉන්නේ, අපේ ටික එකතු කර කර තමයි බලන්නේ. දැන් සමහරු සිහිය පිහිටුවනවා, 'මිදුල අතුගානවා, අතුගානවා, අතුගානවා' කියලා. දැන් සිද්ධ වෙන දෙය ද, තමන් දමන ටික ද? තමන් දමන ටික දිහා බලන් ඉන්නේ. සිද්ධ වෙන දේ නම්, අර අතට දූනෙන ටිකක් තියෙනවා, ඕනේ නම් ඇහැට පෙනෙන ටිකකුත් තියෙයි. ඕවා නේ සිද්ධ වෙන්නේ. ඔය වචන ටික සිද්ධ වෙනවා ද, අපි දමනවා ද? අපි දමනවා. ලේබල් අලවන්නේ අපි. දැන් ලේබල් ටික පැත්තකින් තියලා සිද්ධවෙන දේ දකින්න පුරුදු වෙන්න.

මෙව්වර කල් කරපු විදිහට කළාට කමක් නැහැ, ඒකත් හොඳයි. භාවනා නො කර ඉන්නවාට වඩා මොකක් හරි විදියකින් අපි පටන්ගන්න ඕන නේ. ඒ හින්දා ඒ කරපු දේවල් හොඳයි. එතකොට අපි හැමදම එක තැන ඉන්න නෙවෙයි නේ, දැන් මේකෙන් එහාට යන්න ඕන නේ. බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නාපු ධර්මය දකින්න ටික ටික ඉස්සරහට යන්න ඕන. එතකොට මේක ඊළඟ පියවර කියලා හිතන්න කො. දැන් අරවා නො කළාට, මේ පියවරට පනින්න පුළුවන්. අරකෙන්ම එන්න ඕන කියලා එකක් නැහැ. තමන්ට දූනෙන දෙයට සිහිය තියාගෙන, දැන් අත මෙහෙම ගෙතියන කොට දූනෙන දේවල් ටික බලන් ඉන්නවා. ඕකට 'අත උස්සනවා' කියන වචනය දන්න ඕන නැහැ නේ. අතේ එක එක දූනෙන දේවල් තියෙනවා නේ. ඒ දැනීම ටික බලන්න පුළුවන් නේ ද? පුළුවන්. ඒක බලන්න උත්සාහ කරන්න.

දැන් මම කිව්වේ නැවතිලා, ඇස් පියාගෙන හුස්ම බලන්න කියලා - ශරීරයේ දූනෙන ටික. 'හුස්ම ගන්නවා, දමනවා' කියලා හිතන්න කිව්වේ නැහැ නේ? හිතුවා ද? හිතුවා නම් ඒක නෙවෙයි කිව්වේ. හුස්ම නිසා ශරීරයේ මොනවා හරි දූනෙනවා නම්, ඕක බලාගෙන ඉන්න. දැනීම ටික බලාගෙන ඉන්න පුළුවන්. නම් දෙන්න ඕන නැහැ. මොනවාදෝ දූනෙනවා - දූනෙන බව දනගන්නවා. දූනෙන බව දකිනවා. දකින්නේ ඇහෙන් නෙවෙයි, හිතෙන්. සිහියෙන් දකිනවා. එතකොට ඒ මොහොතේ මොනවා හරි දූනෙනවා නම්, ඒක දන්නවා. වෙන දෙයක් හිතුවොත්, ඒ මොහොතේ දූනෙන දෙය දනගන්න බැහැ නේ. හිත වෙන කොහේවත් නේ. එතකොට වෙන දෙයක් හිතන එක

නවත්වනවා මෙතැනටම සිහිය තියනවා. ශරීරයේ මොනවා හරි දූනෙනවා නම්, ඒ බව දැනගන්නවා. මොකුත් හිතන්න යන්න එපා.

පිළිතුරක්: එක එක්කෙනාට නොයෙක් දේවල් කියන්න පුළුවන්. නමුත් අපි තෝරාගන්න ඕන දහම මොකක් ද කියලා.

දැන් අපි මේ එන්න හදන්නේ කායානුපස්සනාවට. බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරපු කායානුපස්සනාව වඩන්නයි මේ උත්සාහ කරන්නේ. කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානුපස්සනා කියලා සතර සතිපට්ඨානයක් තියෙනවා. ඒවා අහලා තියෙනවා නේ, නේද? දැන් ඒක අපි බලන්න ඕන මේ පෙළ දහමට අනුව, ධර්මයේ සදහන්වෙන විදියට - එක එක්කෙනාට ඕන විදිය තව කතාවක්. එක එක්කෙනාට ඕනෑ විදියට ඕක විස්තර කරන්න පුළුවන්. දැන් අපි ඔය මොන විදියට පටන්ගත්තත්, අන්තිමට යන්න ඕන බුදුරජාණන්වහන්සේ අදහස් කරපු දෙයට නේ. එතකොට තමයි ඒක ඒකායන මාර්ගය වෙන්නේ නිවන් පිණිස, මාර්ගඵල පිණිස. ලෝකෝත්තර දර්ශනයපිණිස. ලෝකය ඉක්මවා යෑම පිණිස උදව්වෙනවා. එතකොට ඒ සඳහා කායානුපස්සනාව වඩන්නේ කොහොම ද? ඒ සඳහා වඩන්න කලින් ලෝකයට අයිති - ලෝකයට අයිති කියන්නේ සාමාන්‍ය කෙනෙකුට වැටහෙන පරිදි ඕක වඩන්නත් තියෙනවා. ඒක හැබැයි ලෝකෝත්තර දර්ශනය නෙවෙයි. ලෝකයේ අපි දැනට දකින විදියට පටන් අරගෙන කරන්න ටිකක් තියෙනවා.

කායානුපස්සනාව යටතේ නම්, අපි හිතමු, අගුහ සංඥව ගත්තොත්, දෙතිස් කුණපය බලන්න කියනවා. කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර ඒක පාලියෙන් තියෙනවා. වචන ටික දන්නවා නේ. කෙසා-ලොමා-නබා-දන්තා-තවො ඔය විදියට යනවා. සිංහලෙන් කිව්වොත් කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර, මහොම කොටස් ටික. දැන් ඔය කොටස් ටික දිහා බලන්න කියනවා. ඒක කායානුපස්සනාවේ සදහන් වෙනවා. ඉතින් ඒක වරදක් නැහැ. කරන්න ඕන.

දැන් ඒක කරලා අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මොකක්ද කියන එක ගැනත් පොඩි අදහසක් ඇතිකරගන්න ඕන. මොකටද කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක් ඔතැන තියෙන්නේ කියලා බලන්නේ? මොකක් අවබෝධ කරගන්න ද?

පිළිතුරක්: අශ්‍රහය දකින එක තව එකක්. කෙස් දුගඳයි, පිළිකුලයි, අශ්‍රහයි අසාරයි. ඒ පිළිකුල, අශ්‍රහය දකින්න.

දැන් මම ඇහුවේ මේ ශරීරය හැදිලා තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර ගොඩක් කියන කොට අශ්‍රහයක් කිව්වේ නැහැ නේ. ශරීර සංඥාවෙන් මිදෙන්න. 'මම' කියන එකෙන් නෙවෙයි, ශරීරයක් තියෙනවා කියන එකෙන් මිදෙන්න තමයි ඔතැන තියෙන්නේ ශරීරයක් නෙවෙයි, කොටස් ගොඩක්. කෙස් ගොඩක් තියෙනවා, ලොම් ගොඩක් තියෙනවා, නියපොතු ගොඩක් තියෙනවා, දැන් ඔය ටික වෙන්කර ගත්තහම අපට ශරීරයක් තියෙනවා ද? නැහැ. එතකොට මේ වෙන් කිරීමේ අදහස තමයි, ශරීර සංඥාවෙන් මිදෙන එක. ශරීර සංඥාවෙන් මිදෙන්න අපි උදව් කරගන්නවා අර කොටස් ටික. එතකොට ඕකේ නිතර සිහිය පිහිටන කෙනාට, ශරීරයක් දකින කොටම, වෙනද පුරුද්දට ශරීරයක් කියලා හිතනාට, ඔතැන තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක්. තව ශරීරයක් දක්කොත්, ඔතැනත් තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක් නේ. තව ශරීරයක් දකින කොට ඔතැනත් තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර : තමන් පුරුදු කරපු එක එනවා. එයි නේද? භාවනාව හොඳටම කළා නම් එන්න ඕන තත්ත්වය. දැනට නැතිවෙන්න පුළුවන්. දැන් ඕක ප්‍රගුණ කරගෙන ගියොත් ඒ වගේ තත්ත්වයකට එයි.

අපි අහලත් තියෙනවා, අර භාමුදුරුනමක් අවධික සංඥාව වඩ වඩා ගිහිල්ලා, ලස්සන ගැනු කෙනෙක් හොඳට හිතා වෙවී ගියා. එතකොට භාමුදුරුවෝ දක්කේ මොකක් ද? ඇට කටු. දත් ටිකෙන් දක්කා අවධි සංඥාව. ඔය එන්නේ ඇටකටු ගොඩක් නේ කියලා. ඊළඟට එයාගේ ස්වාමිපුරුෂයා ඇවිල්ලා අහනවා, ගැනු කෙනෙක් මෙහෙත් ගියාද කියලා. එතකොට කියනවා, 'ඇට සැකිල්ලක් නම් ගියා. කාන්තාවක් ද, පුරුෂයෙක් ද කියලා මම දන්නේ නැහැ.' එතකොට ඔන්න හිතන්න පුළුවන්, ඒක වඩාගෙන ගියහම අන්න ඒ වගේ මට්ටමකට එයි.

දැන් මොකක්ද වෙලා තියෙන්නේ? අපට තිබුණා ශරීර සංඥාව. කාන්තාවක් ද, පිරිමි කෙනෙක් ද කියලා අපි ශරීරයෙන් නවත්වන්නේ නැහැ නේද? ගොඩක් ඇතට ගිහිල්ලා. එයා මගේ යාච්චෙක් ද, තරහ කෙනෙක්ද, හොඳ කෙනෙක් ද, නරක කෙනෙක් ද, හොරෙක් ද, සිල්වත් කෙනෙක් ද, ඔක්කෝම හදලා ඉවරයි නේ. දැන් ඕවා හැදෙයිද,

කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක් කියලා දැක්කොත්? නැහැ. අන්න ඒකේ උදව්වක් තියෙනවා. ඊළඟට ඒ කොටස් ටිකත්, පිළිකුළයි, දුගඳයි, අගුහයි, අසාරයි කියලා දැක්කොත්, ඕකට ඇලෙයි ද? නැහැ. ඔය මැස්සෝ වහන, කුණුවෙලා යනගොඩක් නේ ඔය තියෙන ටික. දැන් ඒවාට ඇලීමක් ඇතිවෙයි ද? නැහැ.

එතකොට ප්‍රධාන වශයෙන් අපේ ඇලීම අයිත් කරනවා. යටපත් කරගන්න පුළුවන්. එක පාරට දැක්ක ගමන් ඇලුනොත් එහෙම, ඔන්න මෙතෙහි කරනවා; 'ඔතැන තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක්. ඔවා මේ කුණුවෙන, මැස්සෝ වහන, ජරා ගොඩවල් ගොඩක් නේද' කියලා බලන්න තමන් දක්ෂ වුණොත් අර ඇලීමට මොකද වෙන්නේ? ඒක දුරුවෙනවා. එතකොට ඇලීම අයිත් කරන්න ඔය පුරුද්ද උදව්වෙනවා.

අපේ තරහව අඩුකරන්න, මෙමක්‍රිය තමන් ප්‍රගුණ කළොත්, ඒක උදව්වෙනවා. හැබැයි ඒක කරන්න පුළුවන්, මෙතෙහි කරන්න පුළුවන් මට්ටමට ප්‍රගුණ කරගන්න වෙනවා. දැන් ඕක ප්‍රගුණ කරපු කෙනා ඇලෙන කෙනෙක් දකින දකින වෙලාවට ඕක සිහිකරගන්න දක්ෂ වුණොත්, ඇලීම නැතිකරගන්න පුළුවන් නේද? ඔකෙන් විතරක් රහත් වෙන්න පුළුවන් වෙයි ද? මාර්ගඵල ලබන්න පුළුවන් වෙයි ද, ඊළඟ එක. ඇලීම නැතිවෙනවා කියලා නම් පෙනෙනවා.

මම තව පැත්තකින් පෙන්වුවොත් - දැන් හොඳට ඕක ප්‍රගුණ කළා කියමු. දැන් ජීවිත කාලයේම දකින, දකින කෙනාට ඕක මෙතෙහි කරන්න වෙනවා නේද? දකින දකින අරමුණට දැන් මෙතෙහි කරන්නත් වෙනවා. තමන් උත්සාහයක් යොද යොද මේ දේ කර කරම ඉන්න ඕන නේද? නො කළොත් ආයෙත් ඇලිලා, නැත්නම් ගැටිලා. එතකොට භාවනාව ප්‍රගුණ කරනකම් හොඳයි. හැම තිස්සේම මෙතෙහි කර කර ඉන්න වෙනවා.

දැන් හැම තිස්සේම මෙතෙහි කර කර ඉන්න මට්ටමට ද රහතත්වහන්සේ කියන්නේ? එහෙම වෙන්න බැහැ නේ? කෙලෙස් දුරුවුනා නම් ආයෙ මොකක්ද මෙතෙහි කර කර ඉන්නේ. එතකොට තේරෙනවාද, ඔතනින් දැන් රහත් වෙයි ද? නැහැ. මේක උපක්‍රමයක්. අපේ මතුවෙන කෙලෙස් යටපත් කරගන්න උපක්‍රමයක්, නීවරණ යටපත්කරගන්න උපක්‍රමයක්. දැන් ඕකට කියනවා අපි 'කෙලෙස්

යටපත් කරගන්නවා' කියලා. අනුසය විදියට තියෙනවා තවම. දැන් මේ තදංග වශයෙන්. ඊළඟට විශ්කම්භන වශයෙන් මේක යටපත් කරනවා. තවම මේවා මතු වෙන්න හැකියාව නැතිවෙලා ද? නැහැ. එතකොට ලෝකෝත්තර මාර්ගය කියන්නේ, මතු වෙන්න තියෙන එකත් කපලා දමනවා, සමුච්ඡේද වශයෙන්. ඒ මතු වෙන්න හැකියාවක් කැපුවාට පස්සේ ආයෙ අපට ඕක මෙනෙහි කර කර ඉන්න වෙයිද? නැහැ.

අන්න එහෙම දර්ශනයකට යන්නයි මේ පටන් ගැනීම කියන එක තේරුම් ගන්න. එතකොට පටන් ගත්තු ටික විතරක් කරලා, 'මම සෝවාන් වුණා, රහත් වුණා' කියලා හිතාගත්තොත් ඕක මුළාවක්. එතකොට ඕවා තේරුම් ගන්න ඕනේ. දහම තේරුම් ගන්න නම් අපි නුවණින් හොයන්න ඕන නේ.

එතකොට මේ භාවනා ටික, දැන් දෙතිස්කුණපය වෙන්න පුළුවන්, ඊළඟට අපි ධාතුමනසිකාරය වඩනවා. කෙස්-ලොම්-නිය-දැන් කියලා තිබුණාට ඔතැන තියෙන්නේ සතරමහාධාතු, පඨවි-ආපෝ-තේජෝ-වායෝ කියලා මෙනෙහි කරන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම්, රූපකලාප ගොඩක් කියලා මෙනෙහි කරන්න පුළුවන්. රූප කලාප කියන්නේ සතරමහාධාතුව. ඔය රූපකලාපයක් කියන්නේ තියෙන කුඩාම කොටස. එතැන පඨවි-ආපෝ-තේජෝ-වායෝ හතරම තියෙනවා. ඕවා වෙත් කරන්න බැහැ. පඨවියට වෙනම පවතින්න බැහැ, ආපෝ-තේජෝ-වායෝ නැතුව. ඔය හතර එකට පවතින්නේ. ඒ ඒ කොටසට, කුඩාම කොටසට කියනවා රූපකලාපය කියලා. දැන් ඔන්න ශරීරයක් දකින කොටම ඔතැන තියෙන්නේ රූපකලාප ගොඩක් කියලා මෙනෙහි කරන්නත් පුළුවන්. හොඳට මෙනෙහි කරගෙන ගියොත් දවසක් එයි ඔහොම පුළුවන් වෙන. නේද?

දැන් ඒකත් උදවු වෙනවා නේද අපේ මතු වෙන කෙලෙස් ටික යටපත් කරන්න. තමන්ට ශක්තිය තියෙනවා නම් දකින කොටම මෙනෙහි කරන්න 'ඔය රූප කලාප ගොඩක්' කියලා, අර මතු වුණ කෙලෙස් යටපත් වෙනවා. හැබැයි ඕක කරන තාක් කල් විතරයි. ඔය බලන එක නවත්වපු දවසට, ආයෙ තියෙනවා කෙලෙස් ටික. ඇයි? මේක තදංග වශයෙන්, විශ්කම්භන වශයෙන් යටපත් කළාට, සමුච්ඡේද පැත්තට ගිහිත් නැහැ. අනුසය ටික කඩලා නැහැ.

ඊළඟට, ඔය රූප කලාපයත් අනිත්‍යයි කියලා බලන්න පුළුවන්.

වෙනස් වෙනවා. ඒ නිසා දුකයි. ඕක අපට පාලනය කරගන්න බැහැ, අනාත්මයි. එහෙමත් බලන්න පුළුවන්. අනිත්‍ය-දුක්ඛ-අනාත්මත් බලන හැකියි. ඕකත් බලන්න දක්ෂවුණොත් අර කෙලෙස් මතු වෙන්නේ නැහැ. නමුත් නො බලන වෙලාවට තියෙනවා. ඒකත් මතක තියාගන්න.

ඔය රූප කලාපයේ උත්පාද-ධීති-භංග, විත්තක්ෂණ දහතයි තියෙන්නේ. ඔහොමත් මෙනෙහි කරන්න. ඔය මෙනෙහි කළත් මතක තියාගන්න, මෙනෙහි කරනකම් හරි. නවත්වාපු දවසට ආයෙත් තියෙනවා. යටපත් කරන්න උදව්වෙනවා.

එතකොට දැන් ඔන්න කායානුපස්සනාවේ ඕනේ භාවනාවක් අරගෙන, අපට වැටහෙන මට්ටමෙන් බැලුවොත් ඔය තත්ත්වයට එනවා. කෙලෙස් යටපත් වෙනවා. ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ, මේවා නැත්තටම නැතිවෙනවාද, ආයෙ නුපදින ගතියට එනවාද කියන එකයි. දැන් ඔතැනත් සිහියක් නුවණක් තියෙනවා. ඒ සිහිය නුවණ පිහිටන කොට හරි, කෙලෙස් යටපත් කරගන්න පුළුවන්. තරහ යන්න එන කොටම අපි හිතුවොත්, 'නැහැ ඔතන තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක්. එහෙම නැත්නම් ඔතන තියෙන්නේ රූප කලාප ගොඩක්, සතරමහාධාතු ගොඩක්. ඕකත් ඇතිවෙලා නැතිවෙනවා. මොකටද තරහ ගන්නේ' කියලා තරහා යන එක නවත්වාගන්න පුළුවන්.

හැබැයි දැන් තරහ යන ගතිය නැත්තටම නැතිවෙලා ද? නැහැ. ආයෙත් කොයි වෙලාවෙ හරි මතු වෙන්න පුළුවන් නේද? මෙනෙහි කරනකම් හොඳයි. මෙනෙහි නො කළොත් ආයෙත් පරණ තත්ත්වයටම යනවා. දැන් ඔතන පෙනෙනවා නේද ඕක යටපත් කරන්න හැකියාවක් තිබුණාට, මේක කැඩෙන්නේ නැහැ කියලා. භාවනා කරනකම් හොඳයි. ඕක නවත්වාපු දවසට ආයෙත් එනවා, ආයෙත් සසරේ යනවා.

දැන් හිතන්න එපා මේ කියන්නේ ඔය භාවනා කරන්න එපා කියනවා කියලා. එහෙම කතාවක් නෙවෙයි කියන්නේ. ඒවා කරන්න ඕන. බුදුරජාණන්වහන්සේ පැහැදිලිව දේශනා කරලා තියෙනවා මේවා වඩන්න කියලා. මේ අශුභය බලන්න. මේ ශරීරය හැදිලා තියෙන කොටස්, මේවා අශුවි ගොඩවල් වගෙයි කියලා ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරන්න, කියලා දේශනා කරනවා නේද? එතකොට ඒක කරන්න ඕන. මම අහන්නේ ඒක විතරක් ඇතිද? එතැනද කෙළවර? නැහැ. ඔය පටන්ගැන්ම විතරයි. ඔය භාවනා ක්‍රම වලට මේ ශාසනයේ කියන්නේ

පූච්ච ප්‍රතිපදාව කියලා. පූච්ච ප්‍රතිපදාවක් අවශ්‍යයි. මනසට එකවර දකින්න බැහැ මේ ලෝකෝත්තර දර්ශනය. මොකද, අපේ කෙලෙස් බලවත් නිසා. එතකොට ඒ බලවත් කෙලෙස් ටිකක් තුනී කරගන්න ඕන. දැන් හොඳටම තරහ ගිහිත් බැණ බැණ ඉන්න කෙනෙකුට අපි බණ ටිකක් කිව්වොත් හරියනවාද? අපටත් ගහලා එලවයි නේ. 'ඔයා එනවා මට බණ කියන්න' කියලා. අපි මූලින්ම එයාගේ තරහා පොඩ්ඩක් නිවන්න ඕනේ මොකක් හරි උපක්‍රමයකින්. ඇලීම වැඩිවෙලා ඉන්න කොටත් එහෙමම තමයි. සුදුසු උපක්‍රමයක් යොදලා අඩුකරන්න ඕන.

එතකොට තේරුම්ගන්න මේ කායානුපස්සනාව යටතේ තියෙන භාවනා ටික අපේ මේ කෙලෙස් තුනී කරන්න, යටපත් කරන්න තියෙන උපක්‍රම ටිකක්.

සමථයෙන් කරන්නෙන් ඔය වගේ වැඩක්. සමථයට සමසතලිස් කමටහන් කියලාත් කියනවා නේ. එතකොට ඒවා ටිකක් මේ කියන්නේ. ඔය කායානුපස්සනාවේ තියෙන ඒවාම තමයි. එතකොට ඒවායින් කරන්නේ මේ අපේ බලවත් කෙලෙස් යටපත් කරන එක යි. හැබැයි බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්වා දෙන නිවන පිණිස තියෙන ඒකායන මාර්ගයට තවම වැටිලා නැහැ. ඔය ටික කළාට ලෝකෝත්තර දර්ශනයට ඇවිල්ලා නැහැ. සෝවාන් වෙන්න ඕන දර්ශනය තවම ඇවිල්ලා නැහැ. සෝවාන් වෙන දර්ශණයෙන් කැඩෙන කෙලෙස් ටිකක් තියෙනවා. ඒවාට අපි සංයෝජන කියනවා. දස සංයෝජන කඩන එක තමයි මාර්ගඵල ලබනවා කියන්නේ. එතකොට ඒ දහයෙන් මූලින්ම සෝවාන් වෙනකොට කැඩෙන තුනක් තියෙනවා. සක්කායදිට්ඨිය, විචිකිච්ඡාව, සීලබ්බතපරාමාසය. ඔන්න ඕවා කැඩෙන විදියට යමක් වෙනවා නම්, අන්න එතැන දැන් තියනවා ආයඝී දර්ශනය. සක්කායදිට්ඨිය කැඩෙන විදියට යමක් වෙනවා නම් ආයඝී දර්ශනය තියනවා.

අපි භාවනා කරනවා කියලා තවම සක්කායදිට්ඨිය තියෙනවා නම් ඒක ආයඝී මාර්ගය වෙන්න බැහැ. ඒක පූච්ච ප්‍රතිපදාව. දැන් කෙස්-ලොම්-නිය-දත් කියලා බලලා හරි, පඨවි-ආපෝ-තේජෝ-වායෝ කියලා බලලා හරි, රූපකලාප කියලා බලලා හරි, ඕවායේ අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම බලලා හරි, සක්කායදිට්ඨිය කැඩෙන්නේ නැත්නම්, ඒකට අපට ආයඝී මාර්ගය කියන්න බැහැ. කැඩෙනවා නම් කියන්න පුළුවන්. හැබැයි ඒවා වලින් ප්‍රයෝජනයක් තියෙනවා. ඒවා කරන්න ඕනේ.

කරන්න එපා කියන එක නෙවෙයි මේ කියන්නේ. ඒක වරදවා තේරුම්ගන්න එපා. අපි දහම අහන්න, නුවණින් විමසන්න ඕනේ ආයතී දර්ශනය ගැන අවබෝධයක් ඇතිකරගන්න. තව විදියකට කිව්වොත් සම්මාදිට්ඨිය ඇතිකරගන්න. 'සම්මාදිට්ඨිය' කියන කොට ලෝකයට අයිති සම්මාදිට්ඨියකුත් තියෙනවා, ලෝකෝත්තර සම්මාදිට්ඨියකුත් තියෙනවා. චතුසව්ව සම්මාදිට්ඨිය - චතුරායතී සත්‍යය අවබෝධයත් එක්ක එන සම්මාදිට්ඨියක් තියෙනවා.

දැන් අපි අර කරන භාවනාවල චතුරායතී සත්‍යය අවබෝධයක් තියෙනවාද කියන එක බලන්න වෙනවා. එහෙම නැත්නම්, සක්කාය දිට්ඨිය කැඩෙනවාද කියන එක බලන්න වෙනවා. ඒක අපට දහමට අනුවත් ඊළඟට විමසන්න වෙනවා.

ඔය ටිකම අපි තව ටිකක් විමසමු. දැන් අපට හිතෙනවා, 'නැහැ නැහැ, ඕක කරහම හරි. ඔය ටික තමයි කරන්න ඕන' කියලා. මොකද ඕක තමයි අපි අහලා තියෙන්නෙත්, ප්‍රගුණ කරලා තියෙන්නෙත්. ඒ හින්දා මෙහෙම කිව්වාටම ඕක එකපාරටම දූනෙන්නේ නැහැ, මොකක්ද මේ කියන්නේ කියලා. ඒ නිසා තමයි මම කිව්වේ රැවටෙන මට්ටමක උපමාවක් අරගෙන බලන්න. අපි රැවටිලා කියලා දන්නේ නැතුව අපට ඕක තේරෙන්නේ නැහැ. ඒ හින්දා අපි රැවටුන මට්ටමක උපමාවක් ගන්නවා : අර වතුරට එබෙන බල්ලා. බල්ලා රැවටිලා කියලා හොඳටම දන්නවා නේ, අපි රැවටිලා කියලා දන්නේ නැතිවුණාට. බල්ලා වතුරට එබෙන කොට බුරන්නේ, අනිවායතීයෙන්ම රැවටිලා කියලා අපි ඔක්කෝම පිළිගන්නවා නේ. එතකොට අපි දන්නවා ඌ බුරන්නේ තව බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා හිතාගෙන. ඉන්න බල්ලාට තමයි බුරන්නේ. බල්ලාගෙන් ඇහුවොත්, 'ඇයි බුරන්නේ' කියලා, 'අර තව බල්ලෙක් ඉන්නේ. අන්න ඌටයි බුරන්නේ' කියලා කියයි නේද? 'ඔයාට නෙවෙයි මම බුරන්නේ. අර වතුරේ ඉන්න බල්ලාට' කියලා කියයි. දැන් කාගෙන් හරි, 'ඇයි බනින්නේ' කියලා ඇහුවොත් 'ඔයාට නෙවෙයි මම බනින්නේ, අන්න අරයාට' කියලා කියයි නේද?

උපමාවකින් ගත්තාට සාමාන්‍යයෙන් වෙන දේවල් මේ කියන්නේ. බල්ලා බුරන්නේ ඇයි කියලා ඇහුවොත්, 'ඔය ගොල්ලන්ට නෙවෙයි මම බුරන්නේ. අරෙහේ ඉන්න බල්ලාට. ඇයි ඌ තමයි මට කරදර කරන්නේ. මගේ තැන අල්ලාගන්න ඇවිල්ලා තියෙන්නේ, මගේ කෑම ටික කන්න ඇවිල්ලා ඉන්නේ. ඒ හින්දා ඌව එලවලා දන්න ඕන'

කියලා කියයි. දැන් අපි දන්නවා බල්ලා රැවටිලා, මුලාවෙලා කියලා. එතකොට අපි භාවනා කරන්නේ මොකටද? අපේ තියෙන රැවටීමෙන්, මුලාවෙන්, මිඳෙන්. එහෙනම් ඔය භාවනා ටික අර බල්ලා කළොත් ඌත් ඒ ඉන්න රැවටීමෙන්වත් අඩු තරමින් මිඳෙන්න ඕන නේද? එතකොට අපි ඒ බල්ලාට ඔය භාවනාව දලා බලමු. ඌ ඉන්න රැවටීමෙන් මිඳෙයි ද? තව බල්ලෙක් ඉන්නවා කියන රැවටීමේ, මුලාවේ නේ ඉන්නේ?

දැන් ඌට කරන්න දෙතිස්කුණප භාවනාව කිව්වොත්, (කොහොම හරි උගන්නනවා කියමු). අපි උගන්නන්නේ කොහොම ද? 'බල්ලෙක්ව පෙනුනු ගමන්, බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා හිතූණ ගමන්, ඔයා දෙතිස්කුණප භාවනාව කරන්න' කියනවා. අපි ඕක මනුෂ්‍යයෙකුට නම් කියා දෙන්නේ, 'තව මනුෂ්‍යයෙක් ඉන්නවා කියලා හිතූණ ගමන් දෙතිස්කුණප භාවනාව කරන්න කියනවා. පාරේ යනකොට කවුරු හරි හම්බවුණ ගමන් දෙතිස්කුණප භාවනාව කරන්න. අර හාමුදුරුවෝ වැඩුවේ එහෙම නේ. ශරීරයක් දැක්ක ගමන් හිතනවා, ඔතැන තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර ගොඩක්. දැන් බල්ලාටත් ඔය භාවනාව කරන්න කියනවා. බල්ලෙක් දැක්ක ගමන් බුරුන්න එපා, මොකක්ද කරන්නේ? දෙතිස්කුණපය බලන්න. එතකොට එයත් උත්සාහකරනවා නම්, භාවනා කරනවා නම්, එයා ඕක කරයි නේද? දැන් බල්ලෙක් දකින කොටම, 'ඔය බල්ලෙක් නෙවෙයි. කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර ගොඩක්' කියලා බලන්න පුරුදුවෙනවා. දැන් අර බුරුන්න එක නම් නවත්වයි නේද? ඊළඟ සැරේ වතුරට එබුණහම බුරුන්න එක නවත්වයි, ඇයි? 'බල්ලෙක් නෙවෙයි ඔය ඉන්නේ. කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර ගොඩක්' කියලා බලනවා. දැන් ඕක මෙනෙහි කරන තාක් කල් ඌට බුරුන්නේ නැතුව ඉන්න පුළුවන්. ඇයි, තරහා යන්නේ නැහැ නේ. මෙනෙහි කිරීම නවත්වාපු දවසට, ආයෙත්වතුරට එබිලා බුරුන්න පටන්ගනියි. තේරුණා ද?

දැන් අපටත් ඕක නේද වෙන්නේ? මෙනෙහි කරන තාක් කල් ඇලෙන්නේ ගැටෙන්නේ නැතුව ඉඳිසි කවුරුහරි හම්බවුනාට. ඒක නවත්වාපු දවසට, අර පරණ පුරුද්දට ආයෙත් යනවා. දැන් ඒ භාවනාවෙන් උපකාරයක් තියෙනවාද, නැත් ද? තියෙනවා. තරහා අඩුකරගන්න පුළුවන්. භාවනාවේ ඉන්න තාක් කල් තරහා යන එක අඩුකරගන්න පුළුවන්. ඇලීම අඩුකරගන්නත් පුළුවන්. උපකාරයක්

තියෙනවා. ඒ හින්දා ඒක වැරදියි කියන්න එපා.

හැබැයි අපි දක්ෂවෙන් ඕන, බුදුදහම අහන එකේ දක්ෂතාවය තියෙන්න ඕන, ඕක කෙළවර ද? ඕකෙන් අපට කෙලෙස් නූපදින මට්ටමකට යන්න පුළුවන් ද? බැහැ. ඇයි බැරිවෙලා තියෙන්නේ? තවම රැවටෙන ගතිය තියෙනවා. බල්ලාගේ මට්ටමෙන් නම් අපට දකින්න පුළුවන් - ඌ තවම රැවටිලා නේද කියන එක. දැන් බල්ලෙක්ව භාරගන්නේ නැහැ. කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර ගොඩක් අත තියෙනවා කියලා භාර අරගෙන. දැන් ඇත්ත දෑකලා ද? වතුරේ තියෙනවා ද කෙස්-ලොම්-නිය-දත්-සම්-මස්-නහර ගොඩක්? එහෙනම් ඇත්ත අවබෝධ කරගෙන ද? නැහැ. කෙලෙස් යටපත්වීමක් කරලා තියෙනවා. ඇලීම, ගැටීම යටපත් කරගෙන තියෙනවා. ඇත්ත දෑකලා ද? නැහැ. තවම මුළාවේ ඉඳගෙන කෙලෙස් යටපත් කරනවා. මුළාවේ ඉඳගෙන අර තදබල කෙලෙස් ටිකක් යටපත් කරනවා.

දැන් එහෙනම් අපි ඌට ඊළඟට කියලා දෙනවා අපේ ඊළඟ භාවනාව. කෙස්-ලොම්-නිය-දත් කිව්වාට, ඒකත් නෙවෙයි ඔතන තියෙන්නේ, සතරමහාධාතු ගොඩක්, රූපකලාප ගොඩක් කියලා බලන්න. ඒකත් කරයි. ඊළඟට කියනවා බුරුන්හි හිතෙනකොටම, 'නැහැ නැහැ ඔතන තියෙන්නේ රූපකලාප ගොඩක්', කියන මට්ටම දකින්නත් පුරුදු කර ගනියි කොහොම හරි නේද? අපි වගේ භාවනා කළොත්. දවසක පුළුවන් වෙයි. දැන් ආයෙත් තරහා යටපත් වුනා. දැන් බැලුවේ කෙස්-ලොම් ගොඩකුත් නෙවෙයි, ඔතන රූප කලාප ගොඩක් තියෙන්නේ කියලා. පඨවි-ආපෝ-තේජෝ-වායෝ ගොඩක් තියෙනවා. ඒවා තියෙන තැනක තමයි අපට කෙස්-ලොම්-නිය-දත් මැවුනේ, බල්ලෙක් මැවුනේ කියලා දක්මටත් එයි.

දැන් දැක්ම හරි ද? තවම හරි අවබෝධය නැහැ නේද? බල්ලෙක් නැතිවුණාට බල්ලා හැඳිවිල රූපකලාප ගොඩක් දැන් තියෙනවා. අපටත් මනුෂ්‍යයා හැඳිවිල රූපකලාප ගොඩක් තියෙනවා, මනුෂ්‍යයෙක් නැතිවුණාට. හැබැයි මෙතෙහි කරනකම් විතරයි ඕක තියෙන්නේ. ආයෙත් කරන එක නවත්තාපු දවසට, ආපසු මනුෂ්‍යයා පිහිටනවා. ඇලීම් ගැටීම් පරණ විදියටම එයි. සමහරවිට ටිකක් තුනීවෙලා තියෙයි, භාවනා කරන හින්දා.

ඔය රූපකලාප තිබුණාට ඔවා ඇතිවෙනවා, පවතිනවා,

නැතිවෙනවා කියලා අපි ඕවායේ අනිත්‍යයත් බලයි. විත්තක්ෂණත් ගණන් කරයි. එහෙමත් බලන්න ඕන නම් හිත පුරුදුකරගන්න පුළුවන්. අපේ හිතේ තියෙන ගතිය තමයි, අපි හිතට මොකක් හරි පුරුදු කළොත්, ඕක පෙන්නනවා. හිතට නිතර නිතර කිය කියා හිටියොත් ඒ දෙය පෙන්නනවා. මේක හිතේ ගතියක්. ඔය කට්ටිය brainwash කරනවා කියලත් කරන්නේ. එකම දෙය නැවත නැවතත් ඇහෙන්න සලස්වනවා. එතකොට ඒ අයට ඒක ඇත්ත වෙනවා. හැමෝම ඇවිල්ලා එකම බොරුව කියන්න ගියොත්, අපිත් හිතනවා ඒ ඇත්ත වෙන්න ඇති කියලා. ඕක අපේ හිතේ ගතියක්. ඒක හඳුනාගන්න ඕන.

දැන් සමහරුන්ට භාවනා කරලා කරලා පෙනෙනවා රූප කලාප ගොඩක්. මේකත් කැඩී කැඩී, බිඳී බිඳී යනවා. ඕක හිතට පුරුදු කළොත් එහෙම දකින්න පුළුවන්. ඒක අමුතු දෙයක් නෙවෙයි. හිතෙන්ම හදන දෙය හිතම දකිනවා. බුදුරජාණන්වහන්සේ ගැන සිහි කර කර හිටියොත්, බුදුරජාණන්වහන්සේ දකින්න පුළුවන්. 'අන්න මට ලස්සන බුද්ධ ප්‍රතිමාවක් පෙනුණා. රැස් විහිදෙනවා.' මේ භාවනා කරලා දකින්නේ. ඉතින් ඕක දකින්න පුළුවන්. ඕක තියෙනවා මනෝ විද්‍යාවේත්. හොල්මනක් ඉන්නවා, භූත බලපෑමක් තියෙනවා කියලා ඒක මෙනෙහි කර කර ඉන්න කොට ඒක තියෙනවා. ඉතින් කට්ටපියෝ ගෙන්නන්න ඕන, ඒ අයව එලවන්න. භාවනා කරලත් ඉතින් අපට පුළුවන් ඔය තත්ව වලට එන්න. දැන් කවුරු හරි කියනවා ඔන්න දැන් සක්කායදිට්ඨිය කැඩුණා. ඔය කය බිඳී බිඳී යනවා දක්කා නේද භාවනාවෙන්? ඔන්න ඔය කැඩුණේ සක්කාය දිට්ඨිය කියලා තව කෙනෙක් කියනවා. දැන් තව ටිකක් ඔළුවට දගන්නවා. වැඩේ හරි. සමහර වෙලාවට සහතිකයකුත් ලියලා දෙන්නත් පුළුවන්.

අපි වැටෙන්න පුළුවන්, මුළාවෙන තැන් නුවණින් හඳුනාගන්න ඕන. මේවා වෙනවා, ඇත්තම වගේ තමයි පෙනෙන්නේ. ඒක එහෙම ම යි. අනිත් කෙලෙස් ටික ඔක්කෝම දැන් කැඩීලා කියලා පෙනෙනවා. ඔය විදියට වෙනවා. බාහිර පරිසරයත් වෙනස්වෙනවා ඊට පස්සේ. ඉතින් හිතනවා, 'හරි මම මේ සෝවාන් චූෂ හින්ද තමයි මේවා වෙනස් වෙන්නේ' කියලා. මේවා අපි හඳුනාගන්න ඕනේ. මාරයා හරි දක්ෂයි. එයා හරි බලවත්. එතකොට මාරයා, මාරයා විදිහට හඳුනාගන්න කෙනාට විතරයි එයාගෙන් බේරෙන්න පුළුවන්. ඒවත් තියෙනවා ධර්මයේ. අපව රවට්ටන තැන් හඳුනාගන්න. ඒකට අපට උදව්වෙන්න ධර්මය තියෙනවා.

පෙළදහම තියෙනවා. කවුරුවත් කියපු පලියට පිළිගන්න අවශ්‍ය නැහැ. බුද්ධ දේශනාව පැහැදිලිව තියෙනවා. එතකොට ඒ හින්දා තමයි අපි ඒවා නුවණින් හොයන්න, විමසන්න ඕනේ.

මේ ටික කිව්වේ, සමාධියේ දී අත්දකින්න පුළුවන් ඒවා රාශියක් තියෙනවා. නිකන් ඉන්න කෙනාට ඒක අත්දකින්න බැහැ, සමාධිය වඩන කෙනාට තමයි ඒක අත්දකින්න පුළුවන්. එහෙම අත්දකින්න පුළුවන් දේවල් රාශියක් තියෙනවා.

දැන් ඔන්න පොඩි නුවණක් එනවා අපි කරන භාවනා පිළිබඳව. අර බල්ලා ඔය ටික කළොත් ඌට මුළුවෙන් මිඳෙන්න පුළුවන් වෙයි ද? බැරි නම් අපට පුළුවන් වෙයිද ඕක කරලා මුළුවෙන් මිඳෙන්න? ඔන්න නුවණක් ඇතිකරගන්නවා. හැබැයි ඒවායේ උදව්වක් තියෙනවා. උදව්වක් නැහැ නෙවෙයි. මොකද අපේ කෙලෙස් යටපත් කරනවා. ඒක බොහොම වටිනවා. මොකද ඒ කෙලෙස් යටපත් වුණ මනසට තමයි දහම දකින්න පුළුවන්. ඒ හින්දා ඕක අනිවායඪයෙන් අවශ්‍ය යි. පූච්ච ප්‍රතිපදාව අවශ්‍ය යි. ඒ හින්දා ඒ ටික වඩන්න ඕන.

දැන් අපි මොකක්ද ඇතිකරගන්න ඕන? එතැනින් එහාට යන නුවණ මොකක් ද? සම්මාදිට්ඨිය කොහොමද ඇතිකරගන්නේ? සම්මාදිට්ඨිය කියලා දෙයක් තියෙනවා කියලත් අපි අහලා තියෙනවා. දැන් අර භාවනා ටික කළාට, බල්ලාට සම්මාදිට්ඨිය එයි ද? ලෝකයේ ඇත්ත ඇති හැටි දකින නුවණක් ඇවිල්ලා ද? තවම රැවටිලා නේ. එහෙනම් අපට මෙතනින් එහාට හොයාගන්න වෙනවා. දැන් බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කළා, එකම මාර්ගයයි තියෙන්නේ - එකායනො අයං හික්ඛවෙ මග්ගො ... යද්දං චන්තාරො සතිපට්ඨානා - සතර සතිපට්ඨානය. ඉතින් අපි දැන් වඩන්නේ සතිපට්ඨානය නේ!

එහෙනම් බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කළ විදියටද අපි මේක වඩලා තියෙන්නේ? ඒ දේශනා කළ ප්‍රතිඵලද ඔය ලැබෙන්නේ? ඒකෙදී බලන්න ඕන සතිපට්ඨානය කොහොමද වඩන්න කිව්වේ කියලා. කායෙ කායානුපස්සී විහරති ආතාපී සම්පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං. බොහෝ දෙනා මේක දන්නවා. නැත්නම් සතිපට්ඨාන සූත්‍රය කියෙව්වොත් පෙනෙනවා. කායානුපස්සනාව වඩන්න කියන්නේ කොහොම ද? කායෙ කායානුපස්සී විහරති -කයෙහි කය පිළිබඳව බලමින් ඉන්න. විහරති කියන්නේ ඉන්නවා. කායෙ

කායානුපස්සී විහරති. කොහොම ද? ආනාපී සම්පජානො සතිමා.

සතිමා කියන්නේ සිහිය - සිහියෙන් ඉන්න, සිහිය පිහිටන්න. අපි සක්මන් කරද්දී සිහිය පිහිටන්න විදියක් කිව්වේ. කයට මොනවා හරි දැනෙනවා නම්, ඒකට සිහිය පිහිටන්න. මම නුවණ පිහිටන්න කිව්වේ නැහැ. සිහිය පිහිටන්න කියලා විතරයි කිව්වේ, මොකද ඒක කරන්න පුළුවන්. දහමක් ඇහුවත් නැතත්, චතුරායඝී සත්‍යය දැනගත්තත් නැතත්, බුදු දහම දැනගත්තත් නැතත්, සිහිය පිහිටන්න පුළුවන් නේද? ඒක තමයි ඒ කරන්න කිව්වේ - සතිමා.

සිහිය පිහිටයිද නිකම් හිටියා නම්? නැහැ. එහෙනම් උත්සාහ කරන්න, වියඝීය කරන්න වෙනවා - ආනාපී. කෙලෙස් තවන කොටසක් නැහැ, දැන් උත්සාහය තියෙනවා. ආනාපී - වියඝීය. එතකොට ආනාපිත් තියෙනවා, සතියත් තියෙනවා. ඕක කරන කොට සතිය වැඩෙනවා. ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ ඔය ටිකෙන් විතරක් දහම අවබෝධ වෙයි ද? වෙන් නැහැ නේද? එහෙම වෙනවා නම් බුදු කෙනෙක් අවශ්‍ය නැහැ. ඕක වඩපු අය ඒ කාලයෙන් හිටියා. ඕක වඩපු අන්‍ය තීර්ථකයෝ හිටියා. සිහියෙන් ඉන්න පුරුදු කරපු අය හිටියා. අද කාලෙන් ඉන්නවා. විශේෂයෙන් ලංකාවට වඩා පිට රටියන් ගැන අහන්න ලැබෙනවා. ඒ අයට ඉතින් ධර්මයෙන් ඔව්වර නේ අහන්න ලැබිලා තියෙන්නේ. මේ මොහොතේ සිහිය තිබුණා නම් හරි. Present moment - ඕක තමයි ඒ අය දන්න ධර්මය. ඊට වඩා බුදු දහමක් එතැන නැහැ. මේ මොහොතේ සිහියෙන් ඉන්න.

ඕක නම් ධර්මය, බුදුරජාණන්වහන්සේට ඕක පමණක් දේශනා කරලා වඩින්න තිබුණා. ඒකේ වැදගත්කමක් තියෙනවා, නැතුවා නෙවෙයි. සිහිය පිහිටුවාගෙන ඉන්න පුළුවන් නම් හොඳයි. හැබැයි අපි ටිකක් දක්ෂ වෙන්න ඕන. බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කළේ ඔව්වර ද? චතුරායඝී සත්‍යය ඔතන තියෙනවා ද? ලෝකයෙන් ගැලවෙන්න, ලෝකයෙන් බේරෙන්න නුවණ ඔතන තියෙනවා ද?

දැන් එහෙනම් ඔන්න අඩුවක් පෙනෙනවා මේ සම්පජානාදිය කියන එක පිළිබඳව. ආනාපී සම්පජානො සතිමා. සම්පජානය කියන එක නිකම් දෙයක් නෙවෙයි, ඒක දහමක් අහපු කෙනෙකුට විතරයි. නුවණින් දැකපු කෙනෙකුට විතරයි. ඒ හින්දා තමයි තව පැත්තකින් කියන්නේ - සද්ධම්මුච්ඡාය කියන එක වෙන්නම ඕන. අපට සද්ධර්මය

ඇහෙන්නේ කාගෙන් ද? කලාණ මිත්‍රයින්ගෙන්. ඒක පෙළදහමෙන් වෙන්න පුළුවන්. දහම කියවලා ගන්න පුළුවන්. ඒකට තමයි සද්ධම්මිඉවණය කිව්වේ. සත්පුරුෂයින්ගෙන් අහලා වෙන්නත් පුළුවන්. ඒකයි කියන්නේ සප්පුරිසං දස්සාවී. සත්පුරුෂයෝ දකින්න ඕන. ඒ අයගෙන් තමයි සද්ධර්මය අහන්න ලැබෙන්නේ. හැබැයි දහම අහන්නම වෙනවා. දහමේ අපි අහලා තියෙනවා, බුදුකෙනෙක් දේශනා කරන්නේ චතුරායඝී සත්‍යය. චතුරායඝී සත්‍ය ධර්මය අහන්නම වෙනවා. ඒක තව පැත්තකින් ඕනේ නම් පටිච්චසමුප්පාදය කියන්නත් පුළුවන්. බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා දහම කියන්නේ පටිච්චසමුප්පාදය කියලා. යො ධම්මං පස්සති, සො පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති. කෙනෙක් ධර්මය දකිනවා කියන්නේ පටිච්චසමුප්පාදය දකිනවා. එතකොට එයා තමයි බුදුරජාණන්වහන්සේ දැක්කා වෙන්නේ. බුදුන් දැක්කා වෙන්නේ.

එතකොට අපේ විදිහට සෝවාන් වෙන්නේ බුදු කෙනෙක් භාවනාවෙන් දැකලා, බුද්ධ රූපයක් භාවනා කරන කොට දැකලා. ධර්මය දැකලා නෙවෙයි. බුද්ධ දේශනාව අනුව බුදුන් දකින්න නම් ධර්මය දකින්න ඕන. පටිච්චසමුප්පාදය දකින්න ඕන. ඉතින් අපි හීනෙනුත් බුදුභාමුදුරුවෝ දැකලා, අන්න බුදුභාමුදුරුවෝ දැක්කා කියලා දන් සෝවාන් වෙලා ඉන්නේ කියන මට්ටමක තමයි ඉන්නේ. භාවනා කරන කොට දන්නේම නැහැ නින්ද ගියා. ඔන්න අපට පෙනෙනවා බුද්ධ ප්‍රතිමාවක්, රැස් විහිදෙනවා. ඕක නම් හිත හිතා හිටියේ, ඕක පෙනෙනවා. හිත හිතා හිටියහම හිතට පුරුදු කරපු දෙය පෙනෙනවා.

එතකොට කායානුපස්සනාවේ දී සිහිය පිහිටන්න වැඩ තුනක් තියෙනවා. කායෙ කායානුපස්සී විහරති ආනාපී සම්පජානො සතිමා. සම්පජානය කියන එක එන්නේ දහමක් අහලා නුවණින් දකින කෙනාට විතරයි. ඒ හින්දා තමයි සද්ධම්මිඉවණය අවශ්‍යම වෙන්නේ. එතකොට කායෙ කායානුපස්සී විහරති ආනාපී සම්පජානො සතිමා වෙනකොට ඒකෙන් සිද්ධ වෙන දෙයත් දේශනා කරනවා. විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං. විනෙය්‍ය කියන්නේ අතහැරෙනවා. මොනවාද අතහැරෙන්නේ? අභිජ්ඣාදෙමනස්සං - ඇලීම් ගැටීම්. ලෝභ ද්වේෂ අයින් වෙන්න ඕන. ලොකෙ කියන්නේ මතක තියාගන්න කය ගැනයි මේ බලන්නේ. කය කියලා පොදුවේ අදහස් කරන්නේ රූප. හුස්ම කය කියලත් අපි කියනවා නේ නේද? රූපයක්.

එතකොට ඔන්න රූප ලෝකය - රූපය කියලා මොනවා හරි භාරගන්නා නම් ඔන්න ඔය ලෝකයේ තියෙන ඇලීම් ගැටීම් දුරුවෙන්න ඔන - අභිජ්ඣාදෙමනස්සං. එතකොට කායානුපස්සනාවේ ප්‍රතිඵලය තමයි ඔය රූප කියන ලෝකයේ ඇලීම් ගැටීම් දුරුවෙන්න ඔන.

ඔය ටික විතරක් නෙවෙයි, සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ තව තියෙනවා. කායානුපස්සනාව වඩන්නේ කොහොමද කියලා තව විස්තර කරනවා. දෙතිස්කුණපය වෙන්න පුළුවන්. ධාතුමනසිකාරය වෙන්න පුළුවන්. ආනාපානසතිය වෙන්න පුළුවන්. ඔය කායානුපස්සනාව යටතේ තියෙන ක්‍රම නේ. දැන් ඒ ක්‍රමය වඩන්න ඊළඟට තව විදි ටිකක් තියෙනවා. ඉති අජ්ඣන්තංවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. බහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. අජ්ඣන්තබහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති කියනවා නේද? එතකොට මේක වඩන හික්ෂුච අජ්ඣන්ත කය මෙන්න මේකයි කියලා සිහිය පිහිටගෙන ඉන්නවා. බහිද්ධ කය මේකයි කියලා සිහිය පිහිටගෙන ඉන්නවා. දැන් කය කියන කොට මතක් තියාගන්න රූප. පන තියෙන රූප වෙන්න පුළුවන්, නැති රූප වෙන්න පුළුවන්. ඔය ඔක්කෝම රූප ටික අයිති වෙන්න ඔන ඔකට. අජ්ඣන්ත රූපයත් අයිති වෙන්න ඔන. බහිද්ධ රූපයත් අයිති වෙන්න ඔන. ඔය විදියට සිහිය පිහිටුවනවා. ආතාපී සම්පජානො සතිමා විදියට ඉන්න වෙනවා. එතකොට ඒකේ තියෙන ඇලීම් ගැටීම් අයිත්වෙන්න ඔන.

ඊළඟට කියනවා අජ්ඣන්තබහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. දැන් අපි හිතුවොත්, මේ ශරීරය ගැනත් අපි සිහිය පිහිටුවාගෙන ඉන්නවා, බාහිර ශරීර ගැනත් ඔය විදියටම සිහිය පිහිටනවා. බාහිර ශරීරයත් මුනගැහෙන කොටම අර විදියට අපි දෙතිස්කුණපය බලනවා. නැත්නම් ධාතුමනසිකාරය බලනවා. අභ්‍යන්තර කය සිහිවෙන කොට ඒකත් ඒ විදියට බලනවා. ඊළඟට ඔය දෙකම එකට කරන්නත් කියනවා. අජ්ඣන්තබහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. ඒක කරන්නේ කොහොම ද? ඒක ටිකක් හිතලා බලන්න වෙනවා නේද? මේ කයත් බලන්න ඔන, එළියේ කයත් බලන්න ඔන. ඔය දෙක එක සැරේ බලන්න පුළුවන් ද? එතකොට ඕවාට උත්තර භොයාගන්න වෙනවා.

ඊළඟට කියනවා සමුදයධම්මානුපස්සීවා කායස්මිං විහරති. සමුදය ධම්ම - හටගන්නා ස්වභාවය. ඒ ධම්තාවය දකිමින් කායස්මිං විහරති - මේ කය ගැන බලමින් ඉන්නවා. වයධම්මානුපස්සීවා

කායස්මිං විහරති. විනාශ වෙන හැටි, වැය වෙලා යන හැටි, වෙනස් වෙන හැටි, නිරෝධ වෙන හැටි - මොකකින් හරි කියන වචනයක්. වයධම්මානුපස්සිවා කායස්මිං විහරති. කායස්මිං කියන්නේ දෑන් ආයෙ කය. එතකොට තේරුම්ගන්න ඕන, අජ්ඣන්ත කයයි, බහිද්ධ කයයි, ඔක්කෝම අයිතියි ඔතෙන්ට. අජ්ඣන්ත කිව්වත්, බහිද්ධ කිව්වත් ඔක්කෝම එතකොට සමුදය දකිමින් ඉන්නත් ඕන, වය දකිමින් ඉන්නත් ඕන. සමුදයධම්මානුපස්සිවා කායස්මිං විහරති. වයධම්මානුපස්සිවා කායස්මිං විහරති. ඊළඟට සමුදයවයධම්මානුපස්සිවා කායස්මිං විහරති. ඔය දෙක එකට දකිමින් ඉන්නත් වෙනවා. සමුදයයි වයයි එකට දකිමින් ඉන්නත් වෙනවා. කායස්මිං විහරති. කය, නැත්නම් රූපය ගැන සමුදය-වය එකට දකිමින් ඉන්නත් වෙනවා.

ඊළඟට මොකද කියන්නේ? දෑන් සමුදය-වයත් බල බලා හිටියා. ඊළඟට කියනවා, මේකේ -අත්ථි කායොති'වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති. යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය අනිස්සිනොව විහරති, න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවම්පි ඛො, භික්ඛවෙ භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සි විහරති.

ඉති අජ්ඣන්තංවා කායෙ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්තබහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සි විහරති. සමුදයධම්මානුපස්සිවා කායස්මිං විහරති. වයධම්මානුපස්සිවා කායස්මිං විහරති. සමුදයවයධම්මානුපස්සිවා කායස්මිං විහරති. අත්ථි කායොති'වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති.

අත්ථි කායොති'වා කියන්නේ මොකක් ද? අත්ථි කියන්නේ තියෙනවා - ඇත. අත්ථි කායොතිවා. කායොතිවා කියන්නේ කයක්. අපි පොදුවේ රූපය කියලා කිව්වේ. රූපයක් තියෙනවා. පනස්ස පොතේ මොන තේරුම තිබුණත් මට නම් එන්නේ, ඔන්න කයක් තියෙනවා කියලා පැනෙව්වා. අත්ථි කායොති'වා පනස්ස - ඔය තියෙනවා කියලා පනවපු කයෙහි.

ප්‍රශ්නයට පිළිතුරක් : ආශ්වාස කමටහනේ දී ආශ්වාසයට ගන්න. මේක හැම එකේම තියෙනවා නේ මේ පොදුවේ කියන ටිකක්. දෙතිස්කුණපයේදීත් මේක කියනවා. නවසීවතිකයේදීත් මේක කියනවා. ඒ ටික වෙනම කියලා, ඕක කරන්නේ කොහොමද, ඕකේ ප්‍රතිඵල ටිකයි මේ විස්තර කරගෙන යන්නේ. එතකොට පොදුවේ - ආශ්වාසයට

කැමැති නම් ආශ්වාසයට දගන්න ඒ කමටහනේ දී. තව කමටහනකදී තව එකකට දගන්න වෙනවා. එතකොට පොදුවේ මොකක් ද? මෙන්න මෙහෙම කයක් තියෙනවා කියලා පනවාපු එක. අත්ථි කායොති'වා පනස්ස - ආශ්වාසය නම් ආශ්වාසය කියලා, එතකොට ආනාපානසතියෙදී කය කියන්නේ ආශ්වාසය සහ ප්‍රශ්වාසය. අත්ථි කායොති'වා පනස්ස සති කියන්නේ සිහිය. පච්චුපට්ඨිතා හොති - සිහිය එළඹ සිටින්න ඕන. මෙන්න මෙහෙම පනවාපු කයක් නේද මේ කියන එක ගැන සිහිය එළඹලා තියෙන්න ඕන. සතිය පිහිටලා තියෙන්න ඕන. එළඹ සිටි සිහියෙන් ඉන්න වෙනවා. මොකක්ද - මෙන්න මෙහෙම තියෙනවා කියපු කයක් නේද ඔය කියලා සිහිය පිහිටන්න වෙනවා. එතකොට ඇත්ත ඇතිහැටියට සිහිය පිහිටන්න වෙන මට්ටමකට එන්න ඕන. අත්ථි කායොති'වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති.

දැන් මේක අපි පටන්ගන්න කොටත් කයක් මෙහෙම තියෙනවා කියලා සිහියක් තියෙනවා. භාවනා කරලා ප්‍රතිඵලය එතකොටත් ඇත්ත ඇතිහැටි ගැන, මෙහෙම පනවාපු කයක් නේද ඔය කියන එක ගැන සිහිය පිහිටන්නත් ඕන. අත්ථි කායොති'වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති.

යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය, අනිස්සිතොව විහරති. යාවදෙව කියන්නේ අනාගතයේ, මත්තෙහි, ඉදිරියෙහි. ඤාණමත්තාය ඉදිරියේ දී ඥානය වැඩීම පිණිස - කායානුපස්සනාව කරන්නේ එතකොට යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය - ඒ කියන්නේ පිහිටන සිහියක් ඇතිවීම සඳහා. පති කියන්නේ පිහිටනවා පති + සති මත්තාය. අනාගතයේ දී සිහිය පිහිටුවා ගැනීම සඳහා. දැනට සිහිය නැහැ. මෙය වැඩුවොත් මෙතැන සිහිය පිහිට යි. ඤාණමත්තාය, පටිස්සතිමත්තාය, නුවණත් පිහිටයි, සිහියත් පිහිටයි. ඤාණ මත්තාය පතිස්සති මත්තාය, අනිස්සිතොව විහරති. පොතේ නම් කියන්නේ තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටි ආදියෙන් අනිශ්‍රිත වෙනවා කියලා. ඒ කතා මෙතැන කියන්නේ නැහැ. අනිස්සිතො ව විහරති. ඒවාට වැටෙන්නේ නැතුව ඉන්නවා වගේ අදහසක්. නිශ්‍රිත කියන්නේ ඒකත් එක්ක. අනිස්සිත කියන කොට ඒවා එක්ක නෙවයි. යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සති මත්තාය, අනිස්සිතොව විහරති.

න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති අන්න ඒක වැදගත්. න කියන

කොට විරුද්ධාර්ථය. කිසිදු කියන්නේ යමක්, මොකක් හරි, කිසියම් ම දෙයක්. න ච කිසිදු ලොකෙ මේ ලෝකයෙහි. දැන් ලෝකය කියලා අපි එකක් ගන්නා - කය කියන, නැත්නම් රූපය කියන. රූපය කියලා ගත්තු කයෙහි, ඒ ලෝකයෙහි, කිසියම් ම දෙයක් නැතුව. න ච කිසිදු ලොකෙ මොකක්ද නැතිවෙන්නේ? උපාදියති - පොතේ කියන්නේ ආත්ම වශයෙන් නො ගනියි කියලා. කොහොම හරි උපාදනය කරන්න බැහැ, අල්ලාගන්න බැහැ, භාරගන්න බැහැ.

උපාදනය වෙන්නේ නැති මට්ටම වෙන්න ඕන ප්‍රතිඵලය. න ච කිසිදු ලොකෙ උපාදියති - ලෝකයේ තියෙන කිසියම් ම දෙයක් උපාදන කරන්නේ නැති, අල්ලාගන්නේ නැති, භාරගන්නේ නැති මට්ටමක් වෙන්න ඕන. අපි රූපය කියලා මොකක් හරි භාරගන්නා නම්, කිසියම් ම දෙයක් අල්ලාගන්නේ නැති මට්ටමක් වෙන්න ඕන. ඒක දලා බලන්න අපි දෙතිස්කුණපය අල්ලාගන්නා නම් එතැනට ඇවිල්ලා ද? රූපකලාප ටික අල්ලාගන්නා නම් එතැනට ඇවිල්ලා ද? ඒකත් උපාදන කරලා නේද? ධාතු සතර වූණත් උපාදන කරලා. ඒකත් අල්ලාගෙන, ඒ කියන්නේ භාර අරගෙන. අපි එකකින් මිදුනාට තව එකක් භාර අරගෙන. එහෙම නම් න ච කිසිදු- කිසිවක්ම භාර නො ගන්නා මට්ටමට ඇවිල්ලා ද? න ච කිසිදු ලොකෙ උපාදියති.

එතකොට ඔන්න ඔය ටික දහමට අනුව අපට නුවණින් විමසන්න වෙනවා. සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ තියෙන ටික. දැන් කායානුපස්සනාවේ මොන කමටහනට කිව්වත් ඔය ටික කියනවා. දැන් ඔය ටික පැහැදිලි ඇති. මම ආයෙත් කියවන්නම්; ඉති අජ්ඣන්තංවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - අජ්ඣන්ත කය ගැන අපට සිහිය පිහිටුවන්න වෙනවා. බහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - බහිද්ධ කය ගැන සිහිය පිහිටුවන්න වෙනවා. කය කියන කොට ශරීරයම විතරක් හිතන්න එපා. කය කියලා, රූපය කියලා දන්න පුළුවන් ඕනෑම දෙයක්. ඒක හුස්ම වෙන්න පුළුවන්, වෙන දේවල් වෙන්න පුළුවන්, සතරමභාධාතුව වෙන්න පුළුවන්, රූපකලාප වෙන්න පුළුවන්, කෙස්-ලොම්-නිය-දත් වෙන්න පුළුවන් - ලෝකයේ ඕනෑම දෙයක්.

ඊළඟට අජ්ඣන්තබහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - මේ දෙක එකටත් බලමින් ඉන්න ඕන. ඉන්නවා කියලා සිහිය හොඳට පිහිටන්න ඕන. ඥානය පිහිටන්නත් ඕන. සිහියයි, ඥානයයි දෙකක්.

ආශ්වාසයක්, කයක් තියෙනවා කියලා සිහිය පිහිටන්නත් පුළුවන්. ඥානය කියන එක තව කතාවක්. සතිය විතරක් නෙවෙයි, සම්පන්නතය. ඒකේ ඇත්ත ඇතිසැටි දකින නුවණක් පිහිටන්නත් ඕන. ආශ්වාසය තියෙනවාය කියලත් දනගන්න ඕන. ඒක පිළිබඳව නුවණ - ඒ කියන්නේ ඒකේ ඇත්ත ඇතිහැටි මොකක්ද කියලා වෙනම නුවණක් පිහිටන්නත් ඕන. ඒක තමයි අපි කතාකරන්නත් ඕන.

දැන් ඔතන ප්‍රශ්නයක් එනවා, සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නො වූ ආශ්වාසයක් තියෙනවා ද, සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නො වූ ශරීරයක් තියෙනවා ද, සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නො වූ රූපයක් තියෙනවා කියන කතාව ද ඔය කියන්නේ කියලා.

පිළිතුර: අනිස්සිතොව කියන කොට - ඇසුරු නො කොට. ඇසුරු නො කොට කියන්නේ මොනවාද කියන එක අපි දමන ටිකක්. සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නැත කියන එක අපි දමන දෙයක් නේ? එතකොට ඒක විතරද කියන එක තමයි දැන් නුවණින් හොයන්න ඕන. එතකොට කයක් තියෙනවා, සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නැති කයක් තියෙනවා කියන එකද ඔය කියන්නේ? කයක් තියෙනවා, තව මොනවා හරි නැති කයක් තියෙනවා කියන එකද ඔය කියන්නේ?

අදහසක්: කය වශයෙන් ගන්නේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කය.

පිළිතුර: ඔබතුමා කියන එක හරි ආනාපානසතියේ දී. දැන් මේක ආනාපානසතියට විතරක් නෙවෙයි. කායානුපස්සනාවේ ඔක්කෝටම පොදුවේ කියන දෙයක්. ඒකත් අමතක කරන්න එපා. දහතරේම මේක කියනවා. එතකොට ආශ්වාසය විතරක්ම නෙවෙයි. රූපය කියලා ගන්න මේ ලෝකයේ කිසියම් ම දෙයක් ගන්නවා නම් ඔන්න ඕකට මේක පොදු යි. දැන් අපි ආශ්වාසය රූපය කියලා ගත්ත වෙලාවට ඔය කියන කතාව ගැලපෙනවා. හැබැයි ඒක විතරක් නෙවෙයි. ශරීරය රූපය කියලා ගත්ත නම්, ඒ වෙලාවට ශරීරය. එහෙම තේරුම් ගන්න. අරක වැරැදි නෙවෙයි; හැබැයි ඒක එකක් විතරයි.

එතකොට තේරුම් ගන්න ඕන න ව කිඤ්චි ලොකෙ කියන කොට මේ ලෝකයට අයිති ඕනෑම දෙයක් - තමන්ගේ ශරීරය වෙන්න පුළුවන්; බාහිර ශරීර වෙන්න පුළුවන්; වෙන දෙයක් වෙන්න පුළුවන්. මොකක් හරි ලෝකය කියලා ගන්නවා නම්, ඔන්න ඕක උපාදය නො

කරන මට්ටමක් වෙන්න ඕන. ඒක වෙන සූත්‍ර වලින් ගලපන්න පුළුවන්.

සතිපට්ඨානය හතරකට බෙදෙනවා - කායානුපස්සනාව, වේදනානුපස්සනාව, චිත්තානුපස්සනාව, ධම්මානුපස්සනාව. දැන් මේ කතා කරන්නේ කායානුපස්සනාව ගැන නේ. එතකොට කායානුපස්සනාවේ 'ලෝකය' කියන්නේ කය. හිතත් නෙවෙයි, වේදනාවත් නෙවෙයි, ධම්මත් නෙවෙයි - කය. කය කියලා අපට 'කය' කියන එක පොදුවේ ගන්න පුළුවන් - ශරීර වෙන්න පුළුවන්, රූප වෙන්න පුළුවන් කය කිව්වහම. දැන් හුස්මටත් කය කියලා කියන්නේ. එතකොට ශරීරය නෙවෙයි නේ. ඒ වගේ ඕන දෙයක් - කය කියලා යම්කිසි දෙයක් ගන්නවා නම්, අපි අපේ භාෂාවෙන් කියනවා නම් - රූප කියලා යම්කිසි දෙයක් ගන්නවා නම්, අපි කය කියලා කතා කරන්නේ නැහැ නේ. මොකක් හරි 'දෙයක්' කියන මට්ටම. ඒක තමයි කායානුපස්සනාවේ දී 'ලෝකය' කියලා අදහස් කරන්නේ. පැහැදිලි ද?

ප්‍රශ්නය: ලෝකය කියලා කිව්වේ පංචලපාදකස්කන්ධ ලෝකයද?

පිළිතුර : දැන් පංචලපාදකස්කන්ධ කියන්නේ මොනවා ද? ජාති පහක් තියෙනවා. රූප, වේදනා, සංඥ, සංඛාර, විඤ්ඤාණ. දැන් රූප කියලා කොටසක් තියෙනවා. වේදනා කියලා කොටසක් තියෙනවා. ඔය වේදනා කොටස අල්ලනවා නේ වේදනානුපස්සනාවෙන්. දැන් අපි මේ කතා කරන්නේ කායානුපස්සනාවේ ලෝකය කිව්වේ මොකක් ද? දැන් පැහැදිලියි ද රූප ගැන කියන එක? අර ටික දැන් මෙතැනට පටලවාගන්න එපා. මේ රූපය ගැනයි කතා කරන්නේ - පංචලපාදකස්කන්ධයේ රූපය ගැන. අනිත් ඒවා ගැන කතා කරන්න අනිත් සතිපට්ඨාන තියෙනවා.

ප්‍රශ්නය: පංචලපාදකස්කන්ධයම තමයි සතර සතිපට්ඨානයේ තියෙන්නේ?

පිළිතුර: හතරම ගත්තහම තියෙනවා. දැන් අපි කතා කරන්නේ කායානුපස්සනාව ගැන නේ. අනිත් තුනේදී - දැන් වේදනාව ගැන කියද්දී වේදනාව ගැන ඔය විස්තරයම කියනවා. අපි දැන් මේ කායානුපස්සනාව නේ පැහැදිලි කරගන්නේ. එතකොට එතැනදී ලෝකය කියලා කියන්නේ රූප ලෝකය. එතකොට ඒ රූපවල එක එක

අවස්ථා තියෙන්න පුළුවන්. හුස්ම රූපය කියලා ගන්නවා වෙන්න පුළුවන්, ශරීරය රූපය කියලා ගන්න පුළුවන්, සතරමහාධාතු රූපය කියලා ගන්න පුළුවන්. රූපය කියලා අදහස් කරන බොහොම දේවල් තියෙනවා. ඒ ඔක්කෝම මෙතැනට අයිති වෙන්න ඕනේ. එතකොට මේකේ ප්‍රතිඵලය වෙන්න ඕන - න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියනි.

දැන් අපි එක රූපයක් උපාදන නොකර හිටියා කියලා මදි. රූප කියලා මොනවා හරි අහුවෙනවා නම්, රූප ලෝකයම, අන්න ඒ රූප ලෝකයෙන් මිඳෙන මාර්ගක් තමයි මේ කියා දෙන්නේ. ඒ දර්ශනයක් අපි ඇතිකරගෙන මේක හොයන්න ඕන.

දැන් අපට නොයෙක් දේවල් හිතාගෙන ඉන්න පුළුවන්. නමුත් හිතාගෙන ඉන්න එකට ගලපන එකයි, ධර්මයේ අපි දකින්න උත්සාහ කරන එකයි ගැන හොඳට විමසිලිමත් වෙන්න ඕනේ. කායානුපස්සනාවේ කියලා තියෙන්නේ මොකක් ද? අපි හිතන එකටත් ගැලපෙනවා. හැබැයි අපි එතැනින් එහාට දකින්නයි මේක නුවණින් හොයන්නේ. එතකොට දැන් ලෝකය කියන එක ගැන ඇත්ත දකින්න විදියක් නේ මේ කායානුපස්සනාව කියලා වඩන්න කියන්නේ. ඇත්ත අවබෝධ කරගන්න නම් යෙදෙන්න ඕන ක්‍රමයක්. එතකොට ඒක පටන්ගන්න කොටම අපි දැනගන්න ඕන මේක කියා දෙන්නේ ඇත්ත නො දන්න කෙනාටයි කියලා. මේ රූප ලෝකයේ ඇත්ත නො දන්න කෙනාට ඒකේ ඇත්ත දකින්න විදියක් කායානුපස්සනාවෙන් කියා දෙන්නේ. එතකොට වැඩුවොත් එන ප්‍රතිඵල ගැනත් අපට අවබෝධයක් ගන්න වෙනවා. ඒ ප්‍රතිඵල තමයි කිව්වේ -න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියනි. ඊළඟට, යාවදෙව ඥානමත්තාය - ඥානය පිණිස, පටිස්සනි මත්තාය - සතිය පිහිටීම පිණිස, සිහිය පිහිටීම පිණිස. අනිස්සිතොව - නිශ්‍රය නොවී ඉදිම සඳහා. ආශ්‍රය නොකර, සේවනය නොකර ඉදිම සඳහා. ඔන්න ඔය තුන සඳහායි මේක තියෙන්නේ - න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියනි සඳහා යි. ඕක තමයි කායානුපස්සනාවේ ප්‍රතිඵලය වෙන්නේ. ප්‍රතිඵලය ගැනත් අදහසක් තිබුණොත් තමයි අපි වඩන එක එතැනට යොමුවෙනවා ද කියන එක ගැන නුවණක් එන්නේ.

මෙතන මම විශේෂයෙන් පෙන්නන්න හදන්නේ අපි එක රූපයකින් මිදිලා තව රූපයක් අල්ලා ගත්තොත් හරි ද, මේකට ගැලපෙනවා ද කියන එකයි. නැහැ කියන එකේ නුවණක් එන්න ඕන. අපි ශරීරයෙන් මිදිලා දෙතිස් කුණපය අල්ලාගත්තා නම්, තවමත්

රූපයට අනුවෙලා. උපාදාන කරන්න දෙයක් තියෙනවා තවම. ඒකෙන් මිදෙන්න තව රූපයක් අල්ලාගෙන රූප කලාප ටික අල්ලාගත්තා නම්, තවමත් අනුවෙනවා. ඒකත් තේරුම්ගන්න ඕන. ඒකෙන් මිදෙන්න සතර මහා ධාතුව වෙන්කරගෙන අල්ලාගත්තා නම්, තවමත් තව දෙයක් තියෙනවා, රූප කියලා දෙයක්. එතකොට අපට කියන හැකිද න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති කියලා?

දැන් ඕක ටිකක් නුවණින් විමසන්න. එතකොට සතිපට්ඨානය අපට ඒ විදියට ටිකක් හොයන්න වෙනවා, පෙළ දහමට අනුව. අපි විස්තර අහලා තියෙන්න පුළුවන්, දැනට හිතාගෙන ඉන්න පුළුවන්. ඒවා මොනවා තිබුණත් අපට අවශ්‍ය වෙන්වේ දහම උදව් කරගෙන මේකේ ඇත්ත ඇතිහැටි දකින සම්මාදිට්ඨිය ඇතිකරගන්න නේ. ලෝකෝත්තර දර්ශනය ඇතිකර ගැනීම නේ අපේ අරමුණ. එතකොට දහමට අනුව ම අපට මේ ගැන විමසන්න වෙනවා.

දැන් ඕවා කියනකොට ම බලන්නේ මේ මම කරපු එකේ මේක හරි ද, මේක වෙනවා ද, ඔය ටික නේ අපි බලන්නේ. මම මෙව්වර කල් කරපු ටික හරි ද? එහෙම බලන එක හොඳයි. එහෙම බලන්න තමයි අපි දහමට ගලපන්නේ. කරපු ඒවා දහමට ගලපා ගලපා බලන්න ඕන.

දැන් අපි මුලින් ගත්ත උපමාවම නැවත ගත්තොත් - අර බල්ලා ඔය ටික කළොත් ඉන්නේ මොන මට්ටමේ ද? ඌ න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති මට්ටමට එනවාද? ඇත්ත අවබෝධ වෙන මට්ටමකට එනවා ද? නැහැ. එතකොට අපිත් මොකක් හරි ඉතුරු කරගෙන වෙන දෘෂ්ටි ටිකක් කඩාගෙන තියෙනවා. නමුත් තවම මොකක් හරි ලෝකයට අයිති දෙයක් ඉතුරු කරගෙන. අපට ඒ ඉතුරු කරගත්ත දෙය ලෝකයේ තියෙන, ලෝකයට අයිති දෙයක්. පෙනෙනවාද වැරද්ද? දැන් එහෙනම්න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති මට්ටමට ඇවිල්ලා ද? ඒ ගැන හිතලා බලන්න. ලෝකය ඉක්වමා යන නැත්නම්, ලෝකෝත්තර ඥානයක් පහළ වෙලාද කියලා හොඳට නුවණින් විමසලා බලන්න.

ඊළඟට බුදුරජාණන්වහන්සේ තව පැත්තකින් දේශනා කරනවා - දැන් කායානුපස්සනාව වඩන්න කිව්වා වගේ, අනිච්ච සංඥව වඩන්න කියලා. මොකක ද? ආයෙත් මේ පංච උපාදානස්කන්ධයේ. සෝවාන් වෙන්නත් කරන්න තියෙන්නේ ඕක - අනිච්ච සංඥව වඩන්න. සකාදගාමී වෙන්නත් කරන්න තියෙන්නේ ඕක. අනාගාමී වෙන්නත්

කරන්න තියෙන්නේ ඕක. රහත් වෙන්න කරන්නත් තියෙන්නේ ඕක. දැන් අපි හිතන අනිවිච සංඥාවකුත් තියෙනවා, නමුත් අපි භොයාගන්න ඕන බුදුරජාණන්වහන්සේ අදහස් කළ අනිවිච සංඥාව මොකක්ද කියලා. අපි හිතන අනිවිච සංඥාව නමයි - මේ තියෙන දේවල් වෙනස් වෙනවා කියන එක. හැබැයි බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නනවා අනිවිච සංඥ සුත්‍රයේ, ජාති තුණක් බලන්න කියලා. රූපයේ අනිවිච සංඥාව යමෙක් වඩනවා නම් මෙන්න මෙහෙමයි වඩන්න ඕන. ඉති රූපං, ඉති රූපස්ස සමුදයො, ඉති රූපස්ස අත්ථඞ්ගමො. ඔන්න ඔහොම වඩන කෙනා රූපයේ අනිත්‍ය සංඥාව වඩනවා. කුමක් සඳහා ද? මේ කෙලෙස් දුරුවීම සඳහා. කාම රාග, භව රාග, අස්මිමාන, අවිජ්ජා දුරුකරන්න නම් මේ විදියට අනිවිච සංඥාව වඩන්න ඕන.

අනිවිච සංඥ සුත්‍රයේ කියන්නේ නැහැ රූපය වෙනස් වෙනවා බලන්න කියලා. වෙනස් වීමට පාලි වචනය 'විපරිනාමය'. මේ අනිවිච සංඥාව කියන්නේ ජාති තුණක් - රූපය කියන්නේ මොකක් ද? ඒ රූපයේ සමුදය, නැත්නම් හටගත්තේ කොහොම ද? නැතිවෙන්නේ කොහොම ද? මෙහෙම බලන කෙනා රූපයේ අනිවිච සංඥාව වඩනවා.

ප්‍රශ්නය: ඒ අවස්ථා තුන බලන්න කියලා නේද කියන්නේ?

පිළිතුර: ඔව්. ඉති රූපං - මේ රූපය. ඉති රූපස්ස සමුදයො - මේකයි ඕකට සමුදය, හටගත්තේ මෙහෙමයි. නිරෝධය කියන එක නමයි තෝරාගන්න ඕන තැන. මේ තියෙන රූපය නැතිවෙන හැටිද බලන්න කියන්නේ, නැත්නම් මේ සමුදය හින්දා රූපය තිබුණා, සමුදය නැත්නම් රූපය නැහැ කියන එක ද? ඔතන තේරුම් දෙකක් තියෙනවා. සමුදය තියෙනවා නම් ඵලය තියෙනවා. සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් ඵලය නැහැ. එතකොට දුක කියන්නේ මොකක් ද? දුක්ඛ සමුදය මොකක් ද? දුක්ඛ නිරෝධය කියන්නේ සමුදය එතැන නැහැ. සමුදය නැතිවුණා නම් දුක කියන එක පිහිටන්නේ නැහැ. තියෙන දුක නැතිවුණා නෙවෙයි. සමුදය තියෙනවා නම් දුක තියෙනවා. සමුදය නැත්නම් දුක කියලා දෙයක් පිහිටන්නේ නැහැ, හටගත්තේ නැහැ. කතා කරන්නවත් දෙයක් පිහිටන්නේ නැහැ, සමුදය නැත්නම්. එතකොට රූපයේ සමුදය තිබුණොත් රූපය තියෙනවා. සමුදය නැත්නම් රූපයක් පිහිටන්නේ නැහැ. ඔන්න ඔහොම දර්ශනයක් තියෙනවා. එතකොට අනිවිච සංඥාව වඩන්නේ ඔන්න ඕකට යි.

එතකොට උදහරනය නැවතත් බලන්න - වතුරට එබෙන බල්ලාට වතුරේ බල්ලෙක් ඉන්නවා. ඉති රූපං කියන්නේ අනිත් බල්ලා, වතුරේ ඉන්න බල්ලා. සමුදය මොකක් ද? ඒ බල්ලා හටගත්තේ කොහොම ද? මේ වතුරට එබෙන බල්ලාගේ තියෙන අවිද්‍යාවයි. මුලාවයි හින්ද. පළමුවෙනි දේ ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම නිසා - අවිද්‍යාව. දැන් අපි ඔතන ඡායාවක් තියෙන්නේ කියලා ඇත්ත දන්නවා. නමුත් බල්ලා දන්නේ නැහැ ඡායාවක් තියෙන්නේ කියලා. එතකොට ඒ ඇත්ත නොදන්නාකම හින්ද බල්ලා මනසෙන් හැදුවා, 'මහොම පෙනෙන්නේ බල්ලෙක්. ඒ බල්ලා ඉන්නේ එළියේ' කියලා. ඕක නේද සමුදය? මනසෙන් බල්ලෙක් හදලා විශ්වාස කළා, 'ඔය පෙනෙන්නේ අර එළියේ ඉන්න බල්ලා, එළියේ තියෙන සතරමහාධාතු රූපය.' දැන් ඇත්තටම පෙනුනේ මනසට නේද? මනසෙන් හදපු දෙයක් මනසෙන් දැක්කා.

මනසෙන් දෙයක් හදගන්න උදව් වුණු කරුණු ටිකක් තියෙනවා. දැන් ඇහෙන්න වණි සටහණක් අරන් දුන්නා. වතුරට එබෙන කොට නේ ඕක වුණේ. එතකොට ඇහෙන්න වණි සටහණක් අරන් දීලා තියෙනවා. ඒකට අනුව හිතන කොට, හිතෙන් රූපයක් හදලා දැකලා තියෙනවා. ඊළඟට ඒ රූපය එළියේ තියෙන්නේ කියලා විශ්වාස කරලා තියෙනවා. දැන් ඔය සමුදය - මේ හිතේ හදපු රූපය එළියේ තියෙනවා කියලා හිතන තාක් කල් නේද වතුරේ බල්ලෙක් පිහිටන්නේ? හිතේ හදපු දෙය හිතේමයි හැදුනේ. ඕක කවදවත් එළියේ තියෙන්න බැහැ. අපි හිතේ හදන ඒවා එළියේ තියෙන්න පුළුවන් ද? අපි දකින හීන ඔක්කෝම හිතේ හදන ඒවා නේ. දැන් ඕවා එළියේ තියෙන්නේ කියලා විශ්වාස කළොත් අපි මුලා වෙලා නේද? බල්ලාට වෙලා තියෙන්නේ ඒක නේද? හිතෙන් හදලා දැනගත්තු දෙය බාහිර තියෙනවා කියලා පිළිගන්න හින්ද නේද අර රූපයට අනුවුනේ? දැන් ඒ සමුදය. ඔය සමුදය හඳුනාගන්න ඕනේ. ඔය සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් එයාට වතුරේ බල්ලෙක් පිහිටයි ද? පිහිටන්නේ නැහැ. නැතිවුණායි, පිහිටන්නේ නැහැ කියන එකයි කියන්නේ කාරණා දෙකක්.

නැතිවුණා කියන්නේ, බල්ලෙක් හිටියා, ඕකා නැතිවෙලා ගියා. එහෙම දකින එක ඇත්ත නෙවෙයි. මේ කෙලෙස් හින්ද බල්ලෙක් පිහිටියා. මේ කෙලෙස් නැතිවුණ දවසට පිහිටන්නේ නැහැ. ඉන්න බල්ලා නැතිවුණා නෙවෙයි. තියෙන රූපය නැතිවෙලා ගියා නෙවෙයි. රූපය

පිහිටව්වේ මුළාව හින්ද, මුළාව නැත්නම් රූපය පිහිටන්නේ නැහැ. ඒ දෙකේ ලොකු වෙනසක් තියෙනවා.

ඔහන තමයි ලෝකොත්තර දර්ශණයෙයි, ලෝකයට අයිති දර්ශණයෙයි වෙනස තියෙන්නේ. ලෝකයට අයිති විදියට අපි හිතන්නේ තියෙන දෙය නැතිවෙලා යන එක නිරෝධය කියලා. ලෝකොත්තර දර්ශනයේ දී කියනවා සමුදයකුයි අත්ථච්චගමයකුයි. නැත්නම් සමුදයකුයි, නිරෝධයකුයි. සමුදය තිබුණොත් ඕක තියෙනවා, සමුදය නැත්නම් නිරෝධයි. නිරෝධයි කියන්නේ තියෙන දෙයක් නැතිකරනවා නෙවෙයි. පිහිටන්නේ නැහැ. සමුදය නැත්නම් ඒක ගැන කතා කරන්න බැහැ.

දැන් පටිච්ච සමුප්පාද කියන්නේ ඕකමයි. පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මයේ පටිච්ච කියන එක විස්තර කරනවා - ඉමස්මිං සති ඉදං භොති. මේ හේතු තියෙනවා නම් මේ ඵලය තියෙනවා. ඉමස්මිං අසති ඉදං න භොති. මේ හේතු නැත්නම් ඔය ඵලය නැහැ. දැන් තියෙන ඵලය නැතිවුණා නෙවෙයි. සමුදය තියෙනවා නම් ඵලය තියෙනවා. සමුදය නැත්නම් ඵලයක් නැහැ. නිරෝධ යි. පච්චයා කියන්නේ සමුදය තියෙනවා නම් ඵලය තියෙනවා. නිරෝධා කියන්නේ සමුදය නැත්නම් ඵලය නැහැ. ඉමස්මිං අසති ඉදං න භොති. සමුදය හැදූවොත් ඵලයත් හැදෙනවා. ඉමස්ස උප්පාද ඉදං උප්පජ්ජති. සමුදය නැති කළොත්, ඉමස්ස නිරුද්ධා ඉදං නිරුජ්ඣති. ඔන්න ඕකට කියනවා පටිච්චසමුප්පාදය කියලා.

පටිච්චසමුප්පාදය කිව්වත්, අනිච්ච සංඥව කිව්වත්, චතුරායඝී සත්‍යය කිව්වත්, රූපය කියන්නේ දුක, ලෝකය කියන්නේ දුක. දුක්ඛ සමුදය මේ පැත්තේ තියෙනවා. රූපය පිහිටන්න, ලෝකය හදන්න සමුදය මේ පැත්තේ තියෙනවා. සමුදය නැතිවුණ දවසට දුක්ඛ නිරෝධය. රූප නිරෝධය කිව්වත්, ලෝක නිරෝධය කිව්වත්, දුක්ඛ නිරෝධය කිව්වත්, එකයි. පංචඋපාදනස්කන්ධය කිව්වත් ඒත් ඕකමයි. රූපය නිකම් පිහිටන්නේ නැහැ. වේදනා, සංඥ, සංඛාර, විඤ්ඤුණ එක්ක තමයි රූපය පිහිටන්නේ. එතකොට පංචඋපාදනස්කන්ධය කිව්වත්, දුක කිව්වත් එකම යි.

සමුදයත් එකම යි. එකම සමුදය - අවිද්‍යාව. ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම. ඇත්ත ඇතිහැටි දනගත්තු දවසට අර මුලාවෙන් හදපු ටික පිහිටන්නේ නැහැ. ලෝක නිරෝධක්. නිරෝධය කියන්නේ තියෙන

ලෝකය විනාශ කළා නෙවෙයි. ලෝකයක් හැදෙන්නේ නැහැ. හටගන්නේ නැහැ. උපදින්නේ නැහැ. උපදින්න හේතු නැහැ. උපදින්න හේතු ටික තමයි සමුදය. හේතු නැතිවුන දවසට උපදින්නේ නැහැ. ඔන්න ඔහොම ධර්මතාවයක් තියෙනවා.

ඔය ධර්මතාව දකින්න තමයි මේ මාර්ගයක් කියන්නේ. ඔක අවබෝධ කරගන්න තමයි මේ මාර්ගය - කායානුපස්සනාව වඩන්න කියන්නේ, අනිච්ච සංඥාව වඩන්න කියන්නේ. ආයථිඅභ්ඨාච්චික මාර්ගය වඩන්න කියන්නේ ඔන්න ඔක දකින්න. එතකොට අපි තේරුම් ගන්න ඕන, දකින්න ඕන මොකක් ද? නිරෝධය ගැන අවබෝධයක් තියෙන්න ඕන. දුක ගැන අවබෝධය, සමුදය ගැන අවබෝධය, නිරෝධය ගැන අවබෝධය. එහෙම තියෙන කෙනාට ඔන්න මාගීයේ අවබෝධයක් එනවා. ඒ අවබෝධය සඳහා මොකක් ද කරන්න ඕන?

දැන් පෙනෙනවා කායානුපස්සනාව වඩන්න තියෙනවා - කුමක් සඳහා ද? න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියි. කිසිම රූපයක් අල්ලාගන්නේ නැති තැනට ගෙනෙන්න. එතකොට අල්ලාගන්නේ නැති කියන කොට, භාරගන්නේ නැති, පිහිටන්නේ නැති කියන අර්ථයක් තියෙන්නේ. රූපය තියෙනවා, ඒක අල්ලාගෙන නැහැ නෙවෙයි. ඒකයි, රූපය නොපිහිටින, උපදින්නේ නැති ස්වභාවය කියන එකයි හුඟක් වෙනස්. රූපය පිහිටියා නම් අපි ලෝකයට අහුවෙලා. රූපය පිහිටියේ නැත්නම් ලෝකයට අහුවෙලා ද? නැහැ. අන්න ලෝකය ඉක්මවා ගිහිල්ලා. ලෝකෝත්තර දර්ශනය.

එතකොට ඒ ලෝකෝත්තර දර්ශනයට එන්න තමයි අපි රූපය තියෙනවා කියන මට්ටමේ ඉඳන් හිත සකස් කරන්නේ. පූච්ච ප්‍රතිපදාව වඩන්නේ. ඉලක්කය වෙන්න ඕන ලෝකය ඉක්මවා යන දැක්ම. ආයෙ ලෝකය පිහිටන්නේ නැති මට්ටමක් තියෙන්නේ. ඒක එන්නේ ආයථි දර්ශණයේ දී. ලෝකය අපට පිහිටන මට්ටම තමයි මේ තුන් භූමිය - කාම භූමිය, රූප භූමිය, අරූප භූමිය. ඔය තුනේම ලෝකය පිහිටනවා. රූප තියෙන මට්ටමේ කොහොමත් ලෝකය පිහිටනවා. රූප නැති මට්ටමේත් ලෝකය පිහිටනවා - අරූප භූමියේ. එතකොට ආයථි දර්ශනය කියන්නේ ඒකයි. ඒක තව භූමියක් නෙවෙයි නමුත් නමක් දෙනවා අපරියාපන්න භූමිය කියලා. ඒවුණාට ආයෙත් උපදින තැනක් නෙවෙයි. මේ තුන්භූමිය ඉක්මවා යෑමක්. ඔය තුන්භූමියට අහු නො වෙන මට්ටමක් - ආයථි භූමිය. ඒකට අපරියාපන්න කියනවා.

ඒ මට්ටමට එන්න දර්ශනයක් තමයි බුදු කෙනෙක් පැහැදිලි කරන්නේ. ඒ දර්ශනයට තමයි චතුරායඝිසත්‍යය කියන්නේ.

ලෝකයේ තියෙන දේවල් වෙනස් කරගෙන ගිහිල්ලා ඕක දකින්න බැහැ. ලෝකයේ තියෙන දේවල් කඩාගෙන, බිඳගෙන ගිහිල්ලා දකින්න බැහැ. ඒක බුදුරජාණන්වහන්සේ පැහැදිලිව පෙන්නවා. මේ ලෝකය බාහිරයෙන් දකින්න බැහැ. මේ බඩයක් පමණ ශරීරය තුළින්, එහෙම නැත්නම් මේ ආයතන තුළින්මයි මේක දකින්න පුළුවන්. අන්න ඒ දක්ම ඇතිකරගන්න ඕන. ඒකට තමයි අපි ධර්මය අහන්න ඕන, නුවණින් විමසන්න ඕන. සද්ධම්මග්‍රවණයයි, යෝනිසෝමනසිකාරයයි. උපදින හැටි දක්කොත් තමයි යෝනිසෝමනසිකාරය. ඒක බාහිරෙන් හොයලා දකින්න බැහැ. ඒක පෙළ දහමේ පැහැදිලිව කියනවා. බාහිර රූපය කඩාගෙන බිඳලා ගිහිල්ලා සතරමභාධාතුව හරි, රූප කලාපය හරි කියන අදහස එයි. හැබැයි තවම ආයඝි දර්ශණය නැහැ.

ආයඝි දර්ශනය එන්නේ සමුදය තමන් තුළයි, මේ සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් ඔය බාහිරයක් ගැන කතා කරන්න බැහැ කියලා දක්කොත් විතරයි. වතුරේ ඉන්න බල්ලාගැන කතා කරන්න පුළුවන් සමුදය තියෙනකම්. බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා හිතන්න හේතු තියෙනකම් ඒ බල්ලා හැදූන හැටි කතා කරන්න පුළුවන්. බල්ලෙක් උපදින්නේ නැති දවසට, මේ පැත්තේ අවිද්‍යාව නැති දවසට, අරවා එකක්වත් පිහිටයි ද?

ඔන්න ලෝකෝත්තර දර්ශනය. එතකොට අපට පිහිටාපු රූපත්, අපි අර බල්ලාගේ මට්ටමින් ආයතන පාවිච්චි කරලා පිහිටපු ඒවා. ඇහෙන් දකින දේවල් තියෙනවා කියන මට්ටමේ පිහිටපු ඒවා. ඇහැ පිරිසිඳ දක්ක දවසට, ඇහෙන් දූකලා එළියේ රූප පිහිටවන එකක් නැහැ.

පිළිතුරක්: අර බල්ලාගේ උපමාවත් එක්ක බලන්න පුළුවන් ඇහැ ගැන බලනකොට. දූන් බල්ලා ඇහැ පාවිච්චි කරලා නේ තව බල්ලෙක් ඉන්නවා කියන මට්ටමට ආවේ. එතකොට අපි ඇහැ පාවිච්චි කරලා තව රූපයක් තියෙනවා කියන මට්ටමට ආවා නම්, ඒ ලෝකයට අයිති දක්මක්. එතකොට ඒක දකින්න ඇහැ ගැන නුවණින් බලන්න කියනවා. ඇහැ පිරිසිඳ දකින්න කියනවා. ඇහැට කරන්න පුළුවන් මොකක්ද කියන එක දකින්න. අපට ලෝකයට අයති මට්ටමේ නුවණක් තියෙනවා

ඇහැට පුළුවන් වණි සටහනක් අරන් දෙන න විතරයි කියලා. ඕකත් ලෝකයට අයිති නුවණ. මේ ලෝකයට අයිති විද්‍යාඥයෝ කියපු ටික නේ. ඇතේ කාවයක් තියෙනවා, ඕකෙන් ප්‍රතිබිම්බයක් හදලා දෙනවා - ඕක ලෝකයට අයිති නුවණ. ලෝකයට අයිති මට්ටමෙන් නුවණක් අරගෙන තමයි ලෝකෝත්තරයකට යන්නේ.

එතකොට ඇහැට පුළුවන් වණි සටහනක්, ප්‍රතිබිම්බයක් හදලා දෙන. ඇහැ නිසා උපදින හිතට පුළුවන් ඔය ඇහැ හදලා දෙන වණි සටහන දකින්න ද, එළියේ තියෙන රූපය දකින්න ද? අපි මුලින් හිතාගෙන ඉන්නේ එළියේ තියෙන රූපය දකින්න පුළුවන් කියලා. අපි හිතන්නේ ඇහැ තියෙන්නේ එළියේ තියෙන දේ දකින්න කියලා. දැන් බල්ලා හිතන්නේ එළියේ ඉන්න බල්ලා දකින්න තමයි ඇහැ තියෙන්නේ කියලා. ඇත්ත තත්වයේ දී මොකද වෙලා තියෙන්නේ? ඇහැ සකස් කරලා දීපු වණි සටහන තමයි හිත දැකලා තියෙන්නේ. වක්ඛු විඤ්ඤුණය දැකලා තියෙන්නේ ඇහැ සකස්කරලා දීපු මොකක් හරි සටහනක්, ප්‍රතිබිම්බයක්.

දැන් අපි ඔය ඇත්ත පිළිබඳව පියවරෙන් පියවරට යන්න ඕන. එක පියවරක් තමයි - ඇහැ නිසා යම්කිසි දෙයක් දැක්කා නම්, දැකලා තියෙන්නේ ඇහැ සකස්කරලා දීපු වණි සටහනක් කියන එක. ඊට අමතර හැකියාවක් මේ ඇහැට නම් නැහැ. මනුෂ්‍යය ඇහැට නම් නැහැ ඔතැනින් එහාට ගිය හැකියාවක්. ප්‍රතිබිම්බයක් හදලා දෙන එක විතරයි පුළුවන්. එතකොට හිත දකින්නේ ඇහැ හදලා දෙන ප්‍රතිබිම්බය. මොකද, ඇහැ තුළින් නේ ඔක්කෝම දකින්නේ. ඇහැට පිටින් මොකක්වත් දැකලා තියෙනවා ද? නැහැ. එහෙනම් ඇහැ හදලා දීපු ප්‍රතිබිම්බයමයි දැකලා තියෙන්නේ.

එතැනින්මත් නුවණක් ගන්න පුළුවන් - එහෙනම් කවදවත් දැකලා තියෙනවා ද මේ එළියේ තියෙන කිසිම දෙයක්? උපන්න දවසේ ඉඳලාම, ඇහැ පාවිච්චි කරපු දවසේ ඉඳලාම දැකලා තියෙන්නේ ඇහැ හදලා දීපු ප්‍රතිබිම්බය නම්, ඒ කියන්නේ ඇහෙන් ඇතුළේ දෙයක් නේ දැකලා තියෙන්නේ. බාහිර දෙයක් දැකලා නැහැ. මේ ගැන ලෝකයට අයිති මට්ටමෙන් ඥානයක් ගන්න පුළුවන්. ඕක ලෝකයට අයිති ඥානයක්. ලෝකයට අයිති විශිෂ්ට ඥාන තියෙනවා.

මේ වෙනකම් මේ ඇහෙන් දැකලා නම් දෙයක් දැනගන්නේ, ඔය

දෙය කවදවත් එළියේ තියෙන දෙයක් නම් නෙවෙයි. ඇහැ හදපු ප්‍රතිබිම්බයක්මයි ඔය දූනගෙන තියෙන්නේ - ඇහැ නිසා විතර නම් දූනගත්තේ. ඇහැ නිසා විතරයි, තව කෙනෙක් උදව් කළේ නැත්නම්. ඇහෙන් දූනගත්තු දෙයක් නම්, වෙන කෙනෙක් උදව්කරලා නැත්නම් ඊට අමතරව දූනගන්න, දූනගන්න පුළුවන් ඇහේ හැකියාව අනුව උපද්දලා දෙන වර්ණයක් විතරමයි නේද? ඕක බුදුරජාණන්වහන්සේත් පෙන්නනවා, ඇහැට ගෝවර වණි විතරයි. ඇහැට ගෝවර රූපය වර්ණය.

දූන් ඇහැට ගෝවර වණි කිව්වහම අපි ආයෙ ඕක දගන්නවා අපි දන්න එකට. අපි දන්න එක ලෝකයට අයිති දූක්මක්. මොකටද අපි දගන්නේ - ආ, ඒ වණි ටික එළියේ නේ තිබුණේ. නමුත් ඇත්ත තත්ත්වය මොකක් ද? ඇහැ ඇතුළේ තමයි වර්ණය උපද්දලා තියෙන්නේ. අපි හිතන්නේ ඔය දූක්කේ එළියේ තියෙන පාටක් කියලා. අපි අන්තිමට එන නිගමනය තමයි, ඇහැට පුළුවන් පාට දකින්න විතරයි. හැබැයි ඒ පාට තියෙන්නේ එළියේ කියලා අපි දගන්නවා. ඔන්න අපේ දෘෂ්ටියට දගන්නවා.

පිළිතුරක් : වක්බු විඤ්ඤණය තමයි මම හිත කියලා කිව්වේ. ඇහැ නිසා දූනගන්නා හිත. ඇහැ නිසා උපදින හිතක් තියෙනවා නේ? ඒකට කියන්නේ වක්බු විඤ්ඤණය කියලා. ඇහැ මුල්වෙලා උපදින හිතට කියන නම තමයි වක්බු විඤ්ඤණ හිත. අමුතු දෙයක් නෙවෙයි. ඒකත් හිතක් ම තමයි.

පිළිතුරක් : හඳුනාගන්නේ මොකක්ද කියලා දූන් මේ නුවණින් හොයනවා. වක්බු විඤ්ඤණයෙන් හඳුනාගන්න පුළුවන්කම තියෙන්නේ මොකක් ද? වර්ණයක් විතරයි නේද? ඇහැට ගෝවර වණි විතරයි. ඕක දහමට එකඟද නැත් ද? අපට එක එක ඒවා කියන්න පුළුවන්. ඒවා අපේ මත මිසක් ඇත්ත ඇතිහැටි වෙන්න බැහැ නේ.

දූන් ඔන්න හොයන්න ඕන අපි දූනගත්තු වර්ණය -එළියේ තියෙන වර්ණයක් ද ඔය දූනගත්තේ. දූන් අපි මේ බිත්තිය සුදු පාටයි කියනවා නේ. කොහොම ද එහෙම කියන්නේ? ඇහෙන් දූකලා. දූන් මොකක්ද අපි විශ්වාස කරලා තියෙන්නේ? සුදු පාට අයිති බිත්තියට. දූන් අපි රතුපාට කන්නාඩියක් දලා බලනවා. දූන් බිත්තිය රතුපාටයි නේ! දූන් රතුපාට තියෙන්නේ කොහේ ද? බිත්තියේ කියලා කියයි. දූන්

කතාව ඇත්තද? හරි ද? අර වතුරට එබෙන බල්ලා කරපු වැඩක් වගේ නේද ඔක? මෙහෙන් හදලා, අරෙහෙන් ගිහින් තියලා. දැන් අපට පෙනෙන්නේ නැහැ, මෙහේ අපේ තියෙන කෙලෙස්වලටයි ඔක හැදුවේ කියලා. අපේ තියෙන කෙලෙස්වලටයි අපි විශ්වාස කළේ ඔක එළියේ තියෙනවයි කියලා. දැන් ඇහේ හැකියාව නේ අපි වෙනස් කළේ කන්නාඩියක් දලා. ඔය වර්ණය හදලා දීලා තියෙන්නේ ඇහේ හැකියාවට. එතකොට අපි මෙව්වර කල් වර්ණයක් දූකලා තියෙනවා නම් දූකලා තියෙන්නේ ඇහේ හැකියාවට උපද්දපු වර්ණයක්. අපට කලු සුදු විතරක් පෙනෙන ඇහැක් තිබුණා නම් ඔය වණි එකක්වත් ලෝකයේ නැහැ. එහෙම සතුන් ඉන්නවා නේ. කලු සුදු විතරක් පෙනෙන ඇස් තියෙන සතුන් ඉන්නවා. එහෙම වෙලා ඉපදුනා නම් අපි ඔය එළියේ තියෙන පාට ගැන කතා කරයි ද? එතකොට කලු සුදු ලෝකය විතරයි.

එතකොට තේරුම් ගන්න, දැන් අපි කතා කරන වණි ටික අපි ලෝකයට අයිති දෘෂ්ටියෙන් තමයි එළියේ තියෙනවා කියන්නේ. ඇත්ත ඇතිහැටියට යන කොට, යථාභූත ස්වභාවයට යන කොට එළියේ තියෙන්න බැහැ. දැන් එළියේ නැහැ කියනවා නෙවෙයි. අපි දැනගත්තු පාට එළියේ තියෙන්න බැ. අපි ඇහෙන් දූකලා පාටක් දැනගත්තා නම්, ඔක එළියේ නෙවෙයි, මේ ඇහේ හැකියාව අනුව උපද්දලා දීපු එකක්.

දැන් මේ මට්ටමේ දී හිතන්න - එළියේ මොනවා හරි උදව්වෙලා ඇති. හැබැයි අපි දැනගත්තු එක එළියේ තියෙන්න පුළුවන් ද? බැහැ. දැනගත්තු දෙය ඇහේ හැකියාව අනුව උපද්දලා දීපු දෙයක්මයි මේ අපට මෙහෙම පෙනිලා තියෙන්නේ. මේ මට්ටමේ ඇහැක් නො තිබුණා නම් අපට ඔහොම පෙනෙන්නේ නැහැ. වෙන මට්ටමක දෙයක් එතකොට පෙනෙන්නේ.

පිළිතුරක් : අපට වතුර වුණාට සමහර පෙරේතයන්ට පෙනෙන්නේ ලේ සැරව වගේ. එතකොට වෙනස්වෙලා තියෙන්නේ බාහිරය නෙවෙයි, ඇහැ. මොකද ඇහැ හැදෙන්නේ කර්මය උදව්වෙලා. ඇහැ කම්ප රූපයක්. බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා, ඇහැ කියන්නේ පුරාණ කර්මයක්. ආයතන කියන්නේ පුරාණ කම් කියලා දේශනා කරනවා.

එතකොට ඔන්න අපි දහම උදව් කර ගන්නවා ඇත්ත දකින්න.

ඇහැ පුරාණ කර්මයක් නම්, ඒකේ මට්ටමට සකස්වුණු එකෙන් පෙන්නන දේවල් තමයි අපි දැකලා තියෙන්නේ. එතකොට අපි දැකපු දේවල් එළියේ තියෙන ස්වභාවය ද? ඔන්න නුවණක් හදගන්න වෙනවා. ඒකයි ආයතන පිරිසිඳ දකින්න කියන්නේ මේකේ ඇත්ත දකින්න නම්.

එතකොට වතුරට එබෙන බල්ලා ඇහැ ගැන ඔය නුවණ පිහිටුවොත් ඇහෙන්න දකින හැම දෙයක්ම ඇහේ ශක්තිය අනුව, ඇහේ හැකියාව අනුව උපද්දලා දෙන දේවල් නම්, එදට එළියේ ඉන්න බල්ලෙක්ව දක්කා කියලා මුළාවෙයි ද? නැහැ නේද? ඔන්න දැන් පෙනෙනවා, මුළාවෙන් මිඳෙන මාර්ගක් තියෙනවා - ආයතන පිරිසිඳ දකින්න.

එළියේ තියෙන එක වෙනස් කරලා බලලා හරියන්නේ නැහැ. එළියේ තියෙන එක කඩලා, බිඳලා අපට ඇත්ත දකින්න බැහැ. ඇයි බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ බාහිරෙන් භෝයලා ලෝකය දකින්න බැහැ කියලා. ඔන්න දැන් පෙනෙනවා මේ ආයතනවලට හිරවුණ ලෝකයක් අපි දැකලා තියෙන්නේ. දැන් ඇහැට කියන කතාව අනික් ආයතනවලටත් වෙන වෙනම දලා බලන්න. කතෙන් මොනවා හරි දැනගත්තා නම් කතේ හැකියාව අනුව උපද්දලා දීපු දෙයක් තමයි සෝභ විඤ්ඤණ හිතට දැනගන්න පුළුවන්. නාසයෙන් මොනවා හරි දැනගත්තා නම් නාසයේ හැකියාව අනුව හදලා දීපු දෙයක් තමයි ඝාණ විඤ්ඤණ හිතට දකින්න පුළුවන්, දැනගන්න පුළුවන්. ආයතන මට්ටමට හදපු ලෝකයක් අපි දැනගෙන තියෙන්නේ, ආයතනවලින් දැනගත්තා නම්. එතකොට මේකේ ඇත්ත දකින්න නම් ආයතන ඉක්මවා යන්න ඕන. ආයතන පිරිසිඳ දකින්න වෙනවා. ආයතනයේ හැකියාව හඳුනාගන්න වෙනවා. එතකොට ඒ ආයතනයේ හැකියාව බලන්න ආයතන පිරිසිඳ දකින්න වෙනවා. ආයතන පිරිසිඳ දකින්න බුදුරජාණන්වහන්සේ උදවුකරලා තියෙනවා - ආයතන කියන්නේ පුරාණ කර්මය කියලා දේශනා කරනවා.

ඊළඟට ඕවාට ගෝචර නානත්වයක් තියෙනවා. ඇහැට නම් වණී, කනට නම් ශබ්ද, ඒවාත් අපට පැහැදිලියි නේ. ඇහෙන්න වණී දකිනවා මිසක් කවදුවත් ශබ්ද අහන්න බැහැ. කතෙන් ශබ්ද අහනවා මිසක් කවදුවත් වණී දකින්න බෑ. නුවණින් පොඩ්ඩක් බලන කොට මේක බොහොම පැහැදිලියි.

හැබැයි අපේ පුරුදු දෘෂ්ටියට දැලා බලන කොට ඕවා වෙනස්වෙලා පෙනෙනවා. අපි හැම තිස්සේම ලෝකයක් හදලා, ඕකට දැලා තමයි මේ ගලපන්නේ. ඔය දැනගත්තේ බාහිර දෙයක්මයි කියන මතයට දැලා භොයන්න යනවා. මෙව්වර කාලයක් ඒ මට්ටමින් තමයි අපි ආයතන පාවිච්චි කරලා තියෙන්නේ. ඇහෙන්නේ දකින දකින දෙය තියෙන්නේ එළියේ නේ කියලා හිතලා මේ ඇහැ පාවිච්චි කරලා තියෙන්නේ. ඇහැ උපද්දලා දීපු දෙයක් දැක්කා කියන අදහසකින් සිහිය නුවණ පිහිටියේ නැහැ නේ. එතකොට ඇහැ උපද්දලා දීපු දෙයක්මයි මේ ඇහැ ලැබුණ දවසේ ඉඳලා දැනගන්නා නම් දැනගෙන තියෙන්නේ.

දැනගන්නේ හිතෙන්. දැනගන්න ගතිය තමයි විඤ්ඤාණය කියලා කියන්නේ. මොන විඤ්ඤාණයෙන් හරි දැනගන්න ගතිය තමයි විඤ්ඤාණය. විඤ්ඤාණයෙන් දැනගෙන තියෙන්නේ ඇත්ත ඇතිහැටි නම් ඇහේ හැකියාව අනුව උපද්දලා දීපු ඇතුළත දේවල්. ඇහෙන්නේ ඇතුළේ තියෙන දෙයක්. ඇහෙන්නේ ඇතුළේ දෙයක් නේ අපි දැනගෙන තියෙන්නේ. අපි විශ්වාස කරලා තියෙන්නේ ඇහෙන්නේ එළියේ දේවල් දැනගන්නා කියලා යි. එතකොට අපේ දෘෂ්ටියක් කඩාගන්න නම් ඔන්න ඔතන අඩුපාඩුවක් තියෙනවා කියන එක, එක පැත්තකින් හිතට පෙන්නන්න වෙනවා නේද? අපේ තියෙන්නේ ලෝකයට අයිති දෘෂ්ටිය - එළියේ තියෙන දෙයමයි මේ දකින්නේ කියලා.

දැන් ඔය දෘෂ්ටිය මුල්කරගෙන තමයි එළියේ දෙයක් අපි කඩලා, බිඳලා බලන්නේ. ඒකයි ඒක ලෝකයට අයිති ප්‍රතිපදාවක් කියන්නේ - පූච්චි ප්‍රතිපදාව. ලෝකයට අයිති ඥානයක් ලබන්න ඒ විදිය හොඳයි. නමුත් ලෝකෝත්තර ඥානය ලබන්න නම්, මේ ආයතන මට්ටමටම ගිහින් බලන්න වෙනවා. එදට තමයි බුදුරජාණන්වහන්සේ ඇයි මේ ලෝකය එළියෙන් භොයන්න බෑ, මේවා තමන් තුළින් බලන්න වදලේ කියන එකේ ඇත්ත තේරෙන්නේ.

එදට තමයි නියම විදර්ශනය පටන්ගන්නේත්. බුදුරජාණන්වහන්සේගේ උපදේශය ලෝකය තමන් තුළින් කියන එක නම්, අපි එළියෙන් බලන තාක් කල් දැන් බුදුදහම ද අනුගමනය කරලා තියෙන්නේ? නැහැ. එළියේ තියෙන රූප මොන විදියට කඩාගෙන ගියත්, රූප කලාප, ධාතු මොන විදියට කැඩුවත්, එළියේ තියෙන දෙය නම් කඩ කඩා ගිහින් බලන්නේ, ඕක ද බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කළේ? ඒක උදව්වෙන්න පුළුවන් මේ දැක්මට එන්න කවද හරි. අන්න

ඒකයි මේ මට පෙනෙන්න ඕන. අරවා කරන්න එපා කියන එක නෙවෙයි. ඒවා කරන්නේ කුමක් සඳහා ද? මෙන්න මෙතැනට එන්න. මේ ලෝකය තමන් තුළින් දකින්න ඕන කියන නුවණ ඇතිකරගන්න. එදාට තමයි ආයඝී දර්ශනය වෙන්නේ. සමුදය තියෙන්නේ මේ පැත්තේ කියන එක දකින්න ඕන. එදාට තමයි අපිට පෙනෙන්නේ - මේ සමුදය නැත්නම් අර පැත්තක් පිහිටයි ද? අන්න ලෝකයේ ඇත්ත දකිනවා. ලෝක නිරෝධය දකිනවා - අත්ථඞ්ගමය. මේ සමුදය තියෙනකම් ලෝකය තියෙනවා. මේ සමුදය යෙදුනේ නැති දවසට, නිරෝධය. හැබැයි තවම අපි ඒ මට්ටමේ නැහැ. ඕක ප්‍රඥාවට පේන්නේ. ඒ මට්ටමට පෙනෙන ප්‍රඥාවක් ඇතිකරගන්න නම්, වැඩ පිළිවෙළක් තියෙන්න ඕන. අන්න එයාට ලෝකෝත්තර මාර්ගය උපද්දවාගන්න පුළුවන්.

එදාට කායානුපස්සනාව දකිනවා මීට වඩා වෙනස් විදියකට. දැන් අපි දැක්කේ අජ්ඣන්තංවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති, බ්හිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. හැබැයි අපට උත්තරයක් නැහැ(අජ්ඣන්ත බ්හිද්ධාවා කියන එක බලන්නේ කොහොමද කියලා. හැබැයි දැන් බලන්නේ කොහොමද? අජ්ඣන්ත කය කියපු එක අපේ ශරීරය නේ. අජ්ඣන්ත කය මෙන්න මේකයි කියලා අපි බලන්න ඕන. කොහොමද බලන්නේ? ඕකේ සමුදය බලන්න ඕන, වය බලන්න ඕන. ඊළඟට බාහිර රූපයක් ගත්තොත් ඒකෙන් සමුදය බලන්න ඕන, වය බලන්න ඕන.

බාහිර රූපයේ සමුදය බලන හැටි මම කියලා දුන්නා. ඔය එළියේ තියෙන රූප ඔක්කෝම දැනගත්තේ මේ ඇහේ මුලාවෙන් නේද? එළියේ තියෙනවා කියලා. ඔය සමුදය යෙදුනේ නැත්නම්, මෙතැන මුළු වුණේ නැත්නම්, අපි එළියේ තියෙන රූප පිළිගනියි ද? නැහැ. ඔන්න දැන් හටගැනීමත් දකිනවා, වයත් දකිනවා. සමුදයත් දකිනවා, වයත් දකිනවා. ඒ බාහිර රූපයේ සමුදයත් දකිනවා, වයත් දකිනවා. ඔය දකින්නේ මේ පැත්තෙන්, තමන්ගේ තුළින්. මේ ඇහැ නිසා නේ එළියේ රූපය දැනගත්තේ. එතකොට ඇහැට කරන්න පුළුවන් මොකක් ද? වණ් සටහනක් හදලා දෙන එක විතරයි. ඕක දිහා බලලා නේ අපි එළියේ තියෙන රූපයක් හදලා බාර අරගෙන තියෙන්නේ. තනිකරම අර වතුරට එබෙන බල්ලාගේ උපමාවමයි. අපි ඇහැ පාවිච්චි කරලා තියෙන්නේ බල්ලාගේ මට්ටමෙන්ම යි. ඒකට කියනවා ලෝකයට අයිති මට්ටම කියලා.

දැන් මෙතැන ටිකක් හරි දකින කොට ඒකෙන් මිඳෙනවා. ලෝකෝත්තර දැක්මකට යනවා. ඇහැ උපද්දපු වර්ණයක් නේ ඔය දැකලා තියෙන්නේ. ඕක කොහොම ද එළියේ තියෙන්නේ? ඇහේ හැකියාව වෙනස් වුණොත් ඕක වෙනස් වෙනවා නේ. එහෙනම් මේ පැත්තේ හදපු එකක් තමයි අපි මුළාවෙන් එළියේ තියෙනවා කියලා බාර අරගෙන තියෙන්නේ. ඒ මුළාව තියෙන කොට - සමුදය - එළියේ දෙය පිළිගන්නවා. මුළාව නැතිවුණ දවසට පිහිටන්නේ නැහැ. දැන් බාහිර රූපයේ සමුදයයි, වයයි පෙනෙනවා ද?

දැන් සමුදයයි, වයයි අප්ප්කාර්ත රූපයට දැමීමොත්? තමන්ගේ ශරීරයේ ඕන කොටසක් ගන්න. තමන්ගේ අත දිහා බලන්න. අත තියෙනවා කියලා දැනගන්නේ අත දැක්කහම නේ. දැක්කහම දැනගන්නවා කියලා හිතමු. දැන් බලන්න - ඔය අත ඔතන තියෙනවා කියලා දැනගත්තේ කොහොම ද? ඇහෙන් දැකලා. කියන්නත් කලින් වැටහෙනවා ඔය නුවණ පිහිටන කොට. ඇහෙන් දැකලා දැනගත්ත දෙය එළියේ තියෙන දෙයක් ද දැනගෙන තියෙන්නේ? ආයතන පිරිසිඳ දකින්න. ඇහේ හැකියාව දකින්න. දැන් අප්ප්කාර්ත රූපයෙන් සමුදයයි, වයයි ඔන්න පෙනෙනවා ධර්මය දකින කොටම. සමුදය තියෙන්නේ මෙතැන මෝඩකම නිසා. ඇහැ ගැන නුවණ නැතිකම නිසා. ඇහැ ගැන නොදන්නා තාක් කල් එළියේ අතක් තියෙනවා. ඇහැ ගැන දැනගත්තු දවසට එළියේ අතක් පිහිටන්නේ නැහැ. ලෝකෝත්තර දර්ශණයේ දී පිහිටන්නේ නැහැ.

දැන් සමුදයත් දැක්කා, වයත් දැක්කා. මොකක ද? අප්ප්කාර්ත රූපයේ. ඉස්සෙල්ලා දැක්කේ බහිද්ධ රූපයේ.

දැන් ඔහොම වඩාගෙන යන කොට අප්ප්කාර්ත, බහිද්ධ එකට බලන්න බැරි ද? ඔය දෙකම මේ ඇහේ මුළාව නිසා නේ, සමුදය තියෙන කොට අප්ප්කාර්තයි බහිද්ධයි දෙකම පිහිටනවා. මෙතන සමුදය නැතිවෙන කොට ඔය දෙකම වය. දැන් අප්ප්කාර්ත බහිද්ධ එකට බලන්න බැරි ද? ඔන්න ලෝකෝත්තර දර්ශනයේදී කිසි ප්‍රශ්නයක් නැහැ. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. ඉන්න පුළුවන් නේ ද? දැන් එතකොට පැටලිලිලක් නැහැ.

පිළිතුරක් : ඔව් මේවා හරි ගැඹුරුයි. ගැඹුරුයි කියන්නේ අපි බලලා නැහැ.

දැන් බාහිර ශරීරයක් ගන්න - බහිද්ධා. ඔය ඉන්න කවුරුහරි ගන්න. කොහොම ද ඉන්නවා කියලා දැනගන්නේ? ඇහෙන්න දැකලා නේ. දැන් අපි ඇහේ ඇත්ත නො දන්නා තාක් කල්, 'එළියේ කෙනෙක් ඉන්නවා, ශරීරයක් තියෙනවා'. දැන් බහිද්ධ රූපය - සමුදය. ඇහැ ගැන නුවණ පිහිටියොත්, ඇහෙන්න දකින්නේ එළියේ තියෙන දෙය ද, නැත්නම් ඇහැ සකස් කරලා දෙන වර්ණය ද? ඇහැ සකස් කරලා දෙන වර්ණය. ඔය වර්ණය දැකලා නේ අපි එළියේ රූපයක් භාරගන්නේ. අර වතුරට එබෙන බල්ලා වගේ නෙවෙයි ද? ඇහෙන්න පෙනෙන දෙය තියෙනවා කියලා එළියේ පිහිටෙව්වා. ඇහෙන්න දැක්කා නම් දැක්කේ ඇහැ උපද්දලා දීපු වර්ණයක් නේ. ප්‍රතිබිම්බයක් නේ. ඕක දිහා බලලා අපි බාහිර රූපයක් භාරගන්නා. එතකොට මේ සමුදය, මෙතන කෙලෙස් ටික, මෙතන ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම හින්දම නේද අරෙන්නේ රූපය භාරගන්නේ? වතුරට එබෙන බල්ලාට වුණ වැඩෙම නේද වෙලා තියෙන්නේ? මෙතන ඇත්ත දැක්කා නම් එළියේ රූපය පිහිටයි ද? නැහැ. ඒක වය.

දැන් පෙනෙනවාද බාහිර රූපයේ සමුදයයි, වයයි. ලෝකයට අයිති දැක්මේදී සමුදය. ඇත්ත ඇතිහැටි දකින කොට වය - පිහිටන්නේ නැහැ. සමුදය නැතිවුණොත් නිරෝධයි. අපි සමුදයේ ඉන්නකම් අපට තියෙනවා. අවිද්‍යාවේ, මුළාවේ ඉන්නකම් තියෙනවා. මොකකද අවිද්‍යාව, මුළාව? ඇහැ ගැන. ඇහේ කෘත්‍යය ගැන සිහිය, නුවණ නැහැ. අපට වෙලා තියෙන්නේ අපේ පුරුද්දට අපි ගළපලා, ලෝකයට අයිති දැක්මට. එදට ලෝකය තියෙනවා. බාහිර රූප තියෙනවා. මෙතැන ඇත්ත දැක්ක දවසට, ඇහෙන්න දැකලා නම් ඕක දැනගෙන තියෙන්නේ ඔන්න නුවණක් තියෙනවා - කවදවත් දැනගත්තු දෙය එළියේ තියෙන්න බැහැ. හිතෙන් හදපු දෙයක් නේ ඔය දැන් තියෙන්නේ. ඇහෙන්න හදලා දීපු වර්ණය අරගෙන ඒක ගැන හිතපු දෙයක් නේ ඔය. හිතනවා කියන්නේ හිතට රූප හිතෙන්නම හදලා හිතෙන්නම දැනගන්නවා. හීනය දකිනවා වගෙයි. ඒක කොහොමද එළියේ තියෙන්නේ?

දැන් එළියේ එකේ සමුදයයි, වයයි පෙනෙනවා නේද එතකොට? අපේ මුළාව තියෙනකම් ඒක තියෙනවා. මුළාව නැතිවුණ දවසට පිහිටන්නේ නැහැ. අන්න සමුදයයි, වය යි. දැන් අපි එළියේ බාහිර රූපයට ඔය බැලුවේ.

දැන් අපේ අජ්ඣන්ත රූපයටත් ඕක බලන්න ඕන. අජ්ඣන්ත

රූපය කියන්නේ මේ ශරීරය නේ. මේ ශරීරයේ එක කොටසක් මම උදහරණයට ගත්තේ. තමන්ගේ අත දිහා බලන්න. බලන කොට නේ දැනගන්නේ, ආ අත තියෙනවා. මගේ අතේ ලපයක් තියෙනවා, තුවාලයක් තියෙනවා. මෙතැන ලස්සනයි. ඔය ඇහෙන්නේ දැකලා නේ දැනගන්නේ. මොකක් ගැනද දැනගන්නේ? තමන්ගේ රූපය ගැනයි. ඕකට කියනවා අප්‍රකාශන රූපය කියලා. දැන් අප්‍රකාශන රූපය පිහිටියා. අන්න සමුදය. හටගත්තා. දැන් ඔන්න නුවණ පිහිටනවා මොන ආයතනයෙන් ද ඕක දැනගන්නේ? ඇහෙන්නේ දැකලා. ඇහෙන්නේ දැකලා කවදවත් පුළුවන් ද එළියේ තියෙන දෙයක් දැනගන්න? අර තර්කයම යි. අර න්‍යායම යි. ඇහෙන්නේ දැනගත්තා නම් දැනගන්නේ ඇහැ උපද්දන වර්ණයක්. දැන් ඇහැ දුඹුරු පාටට හරි, සුදු පාටට හරි පෙනෙනවා නේ. අපි කොල පාට කන්නාඩියක් දලා නම් බැලුවේ, කොල පාට අතක් පෙනෙයි. එතකොට ඒක එළියෙද තියෙන්නේ? මෙහෙත් හදපු දෙය ගැන මුළාව හින්දා නේද අපි ඕක එළියේ තියෙනවා කිව්වේ. අන්න එතකොට වය පෙනෙනවා. මෙව්වර වෙලා සමුදයේ දී අත එළියේ තියෙනවා. ඇහැට සිහිය නුවණ පිහිටන කොට, ඇහේ කෘත්‍යය දකින කොට, ඇහැ පිරිසිදු දකින කොට නුවණක් එනවා නේ, ඇහෙන්නේ කවදවත් බැහැ එළියේ තියෙන දෙයක් දැනගන්න. දැන් එළියේ රූපය පිහිටන්නේ නැහැ - වය. ජේනව ද? දැන් මොකක් ද මේ බලලා තියෙන්නේ? අප්‍රකාශන රූපයේ සමුදයයි, වය යි. ඉති අප්‍රකාශනං වා කායස්මිං විහරති. ඉස්සෙල්ලා බාහිර ශරීරය නේ බැලුවේ අර ඉන්න කෙනා - ඉති බහිද්ධා වා කායස්මිං විහරති.

ප්‍රශ්නය: අත බාහිර දෙයක් ද ඇහැට සාපේක්ෂව?

පිළිතුරක් : ඇහැට බාහිර දෙයක්. ඇහැට බැහැ කවදවත් ඇහැ ඇතුළු බලන්න. ඇහැට සාපේක්ෂව බාහිරයි. දැන් ඒකත් ධර්මයේ පැහැදිලි කරනවා. අපි ඔය අප්‍රකාශන, බහිද්ධ කියලා බෙදන්නෙන් ඒකෙත් ඇත්ත නොදන්නකමට යි. ඒක මම මෙතැන පටලවන්නේ නැහැ. ඒක වෙනම කියලා තියෙනවා.

දැන් නුවණක් එනවාද අප්‍රකාශන බහිද්ධ එකට බලන්න පුළුවන්? මොන රූපයක් දැනගත්තත් ධර්මතාව එකයි. ඔන්න සමුදය වය එකට දකිනවා. ඕනම ලෝකයට අයිති රූපයක්. ශරීරය වෙන්න පුළුවන්. අපේ අප්‍රකාශන එක වෙන්න පුළුවන්, බහිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. මේ එකම ඇහේ ධර්මතාවය, මුළාව හින්දානේ ඔය දෙකම පිහිටියේ.

හැබැයි මම මේ කියාදුන්නේ ඇහේ බලන්න විතරයි. දැන් ඔක අනිත් ආයතනවලටත් යොදන්න ඕන. ශරීරය අපි ඇහෙන්න විතරක් නෙවෙයි දැනගන්නේ. අනිත් ආයතන වලින් දැනගන්නවා. ආයතන පිළිබඳ නුවණ - කොයි ආයතනයෙන් ද දැනගන්නේ කියලා ආයතනය ගැන නුවණ දන්න ඕන. එදට කියන හැකි ඔන්න සමුදය ධම්මානුපස්සිවා - සමුදය කියලා ධම්මාවයක් තියෙනවා. වය ධම්මානුපස්සි වා විහරති. සමුදයවය ධම්මානුපස්සි වා විහරති කියන තැනට එනවා සම්මා දිට්ඨිය, ලෝකෝත්තර දෑම තියෙන කෙනා. ලෝකයට අයිති දෑමකින් අරකට යන්න බැහැ. ලෝකෝත්තර දර්ශනය තියෙන කෙනාට පුළුවන් සමුදයවය ධම්මානුපස්සි ව ඉන්න. එයාගේ ප්‍රතිඵලය තමයි, න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති කියන මට්ටමට එනවා. මේ ලෝකයේ රූප කියලා දෙයක් කිව්වා ද? කිසිම දෙයක් ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ අල්ලාගන්න. සමුදය තියෙනකම් විතරයි ඕවා. සමුදය නැතිවුණ දවසට න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති කියනවා. එදට කඩලා, බිඳලා බලන්න රූප ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ. ධාතු කලාප හොයන්න රූප ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ.

ලෝකෝත්තර දර්ශනයේ දී එතකොට කාම භූමිය ඉක්මවා යනවා. රූප භූමියත් ඉක්මවා යන්න පුළුවන්.

ප්‍රශ්නය: නාමරූප කියලාත් බාහිරයක් නැත් ද?

පිළිතුරක් : තියෙනවා. අපි හිතන් ඉන්න ඒවා නෙවෙයි. ලෝකයට අයිති මට්ටමෙන් හිතන ඒවායින් එහාට යනවා ඕවා. ඔය කිව්වේ තව විදියකට නාමරූප බලන හැටි. ඔය තව භාෂාවකින් කිව්වේ නාමරූප බලන හැටි. රූප කියන්නේ මොනවා ද? සතරමහාධාතුවෙන් හැදිව්ව දේවල් නේ. නාම කියන්නේ මොනවා ද? හිතේ ඇතිවෙන දේවල්. ඔය දෙක වෙන් කිරීම මේ කළේ. නාමරූප පරිච්ඡේදයට තමයි ඔය යන්නේ. හැබැයි අර කරපු එක නෙවෙයි. මේ ලෝකෝත්තර දෑම.

ඒකම තමයි ලොකෝත්තර පැත්තෙන් කළේ දැන්. ඉස්සර කළේ ලෝකයට අයිති දෑමෙන්. රූපය තියෙනවා කියලා හිතාගෙන නේ ඒ කළේ. දැන් රූපයයි, රූප සමුදයයි, අත්ඵඛිගමයයි - අනිච්ච සංඥව ඔය වැඩුවේ. බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කළ විදියට රූපයේ අනිච්ච සංඥව ඔය වැඩුවේ. අපි දන්න අනිච්ච සංඥව නේ ඉස්සෙල්ලා වැඩුවේ.

එතකොට බුද්ධ දේශනාව අපට ඕන විදියට ගලපලා අරගෙන හරියන්නේ නැහැ. දේශනාව අනුව අපි හැදෙන්න ඕන. දේශනාව තේරුම්ගන්න අපි උත්සාහ කරන්න ඕන. අපේ මතයට දේශනාව ගලපාගෙන හරියන්නේ නැහැ. තියෙන රූපයකට ධර්මය ගලපලා හරියන්නේ නැහැ. තියෙන රූපය අනිත්‍ය කරන්න නෙවෙයි බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කළේ. අනිත්‍ය රූපය දකින්න. ආයතන කුසල වෙන්න, ආයතනය දැනගන්න.

දැන් ඔන්න ඔය අවබෝධය ඇතුළු ඔය පොත් ටිකක් කියවන්න. ඔය අවබෝධය ඇතුළු කියවන කොටසි, නැතුව කියවන කොටසි ලොකු වෙනසක් තියෙනවා අහසට පොළොව වගේ. මේ කියන ඒවා තේරෙන්නේ නැහැ. ඇයි අපට තියෙන එකට නේ ගලපන්නට හදන්නේ. අපේ තියෙන දෘෂ්ටි ටික අයිත් කරලා බලන්න අපි පුරුදුවෙලා නැහැ. මම කිව්වේ, බණ අහන්න පුරුදුවෙලා නැහැ. අපට ඕන බණ තමයි අපි අහන්නේ. භාමුදුරුවෝ මොන බණ කිව්වත් අපි අහන්නේ අපට ඕනේ බණ. ඔහොම දෙයක් තමයි වෙලා තියෙන්නේ. අපේ දෘෂ්ටි ටික පැත්තකින් තියලා ධර්මය දකින්න උත්සාහ කරන්න ඕන.

හොඳයි, ඔතන දැන් යම්කිසි හිතන්න දැක්මක් එන්න ඇති කියලා මම හිතනවා. ඔය දැක්ම ඇතුළු ධර්ම කරුණු ඔය ඕනෑ පොතක තියෙනවා. අපේ මතස ඕක දකින්න ලැහැස්ති නැති එකයි මේ ප්‍රශ්නය.

මම හිතනවා සුදස්සන ස්වාමීන් වහන්සේගේ, පිටිගල ස්වාමීන් වහන්සේගේ පොත්වල ඔය ධර්මතාවය කියනවා හැම එකකම. හැබැයි අපට මේක මදි, තව එකක් ඕන. අර බණ හොඳයි ඊට වඩා. අර බණ හොඳයි. අලුත් බණක් කිව්වා, ඕකම ඕන. පරණ බණවත් හරියට ඇහුවා නම් තමන්ගේ දෘෂ්ටි ටික අයිත් කරලා මේක ඇහුවා නම් මේ ධර්මය තියෙනවා. මේ රූපය පිරිසිදු දැක්කොත් අනාගාමී වෙනකම් යන්න පුළුවන් කියලා කියනවා නේද? අපට අනාගාමී තියා සෝවාන් වෙන්න වත් යන්න බැරුවයි ඉන්නේ රූපය නිසා.

ඒකයි මේ සම්මා දිට්ඨිය කියන එක අපට පෙනෙන්නේ නැති සැගවුණු පොඩි දෙයක්. ගැඹුරු දෙයක් නෙවෙයි. පොඩි දෙයක් තියෙන්නේ. මේ බලන විදිහයි පොඩ්ඩක් වෙනස් කරගන්න ඕන. අපි හැම තිස්සේම ලෝකයට අයිති දැක්ම කියන්නේ මොකක් ද කියලා

හඳුනාගන්න ඔන. ඒක හඳුනාගන්න පුළුවන් වෙන්නේ ලෝකෝත්තර පැත්තට පෙනෙන කොට. අර කතාව කිව්වේ ඔය දෘෂ්ටියේ ඉඳන් නේ කියලා ඔන්න දැන් කියන්න පුළුවන්. කවුරු හරි රූපයක් ගැන කියන කොට, ඕක කියන්නේ රූපය තියෙනවා කියලා හිතාගෙන නේ, කියලා බය නැතුව කියන හැකි නේද? ඇහැට මුළා වෙලා නේ, ආයතන මුළාවේ ඉඳන් නේ ඔය කතාව කියන්නේ. ඕක ධර්මය වෙන්න පුළුවන් ද, කියන මට්ටම තේරුම්ගන්න ඔන. මම හිතනවා ඔය ටික මේ අදට පමණක් නෙවෙයි, ධර්මය දකින්න ම ඇතිවෙයි කියලා. ලෝකෝත්තර දර්ශනය ඇතිකරගන්න ඔය ටික ඇති.

රූපයේ යථාභූත ස්වභාවය දකින ආකාරය

2015-12-30 දින බම්බලපිටියේ මල්ලිකා නිවාසයේ දී
පැවැත් වූ ධර්ම සාකච්ඡාව

රූපයක් කිව්වහම ඕනෑම රූපයක්. අපි රූපයක් කියලා ගන්න ඕනෑම රූපයක් බෙදන්න පුළුවන් ක්‍රම ටිකක් තියෙනවා. අපේකමන රූපය, බහිද්ධ රූපය කියලා අපි බෙදනවා. ශරීරයට අයිති දේවල් සහ ශරීරයෙන් බාහිර දේවල්. එතකොට අපේකමන රූප කියලා බෙදන්න පුළුවන්, එහෙම නැත්නම් බහිද්ධ රූප. ඔය දෙකට අපි දන්න ඕනෑම රූපයක් අනුවෙනවා.

ඕකම තව විදියකට ලඟ තියෙන රූප කියන්න පුළුවන්, දුර තියෙන රූප කියන්න පුළුවන්. ඒත් රූප ගැන තේ කියන්නේ. තව මොනවාද රූප හඳුනාගන්න පුළුවන් විදි? සියුම් වෙන්න පුළුවන්, අපට අතට අනුවෙන්නේ නැති ගානට සියුම් වෙන්න පුළුවන්. මේ සුලඟ වගේ දෙයක්. නැත්නම් ගඳ සුවඳක් වගේ දෙයක් හරිම සියුම්. ඒවත් රූප. සමහර ඒවා ඊට වඩා රළුයි. මේ මේසය වගේ එකක් ගත්තහම ඒවා ගණ, නැත්නම් ඕලාරික කියනවා. ඒ විදියටත් බෙදන්න පුළුවන්. සියුම්, ඕලාරික. ඊළඟට අපි කැමැති ඒවා තියෙනවා. අකැමැති ඒවා තියෙනවා - හීන, ප්‍රණීන. ඒ විදියටත් රූප බෙදන්න පුළුවන්. අපි සාමාන්‍යයෙන් ලෝකයේ ඉන්න කොට රූප බෙදනවා. ඔය වගේ වගී කරනවා.

ඊළඟට කාලයට දැමීමොත් - අතීතය, එහෙම නැත්නම් අනාගත. අනාගත රූප ගැනත් අපට හිතන්න පුළුවන්. අනාගතයේ අත්දකින ඒවා. ඊළඟට මේ මොහොතේ. වර්තමානයේ තියෙන රූප. වටපිට බැලුවොත් අපි ඉන්නවා කියන කොට වර්තමානයේ, මේ මොහොතේ මෙව්වර ගණනක් මෙතන ඉන්නවා කියලා කියන්න පුළුවන්. එතකොට ඒ වර්තමාය. දැන් ගිය සතියේ කීදෙනෙක් හිටියා ද කියලා ඇහුවොත්, ඒ අතීත රූප ගැනයි කතා කරන්නේ. දැන් ඒවා නෙවෙයි, ඒක වෙලා ඉවරයි. මේ මොහොතේ නැහැ. එහෙම නැත්නම් ලබන සතියේ පිරිස එයි ද දන්නේ නැහැ කියලා හිතන්න පුළුවන්. එතකොට ඒ අයව දැකලා නෙවෙයි, අපි හිතෙන් හදගන්නවා අනාගත රූප. ඒ රූප බෙදන තව විදියක්. අතීත රූප, අනාගත රූප, වර්තමාන රූප.

දැන් ඔක්කෝම රූප වර්ග එකොළහක් තියෙනවා. මේ ලෝකයට අයිති අය රූපයක් ගත්තහම, රූපයක් ගැන හිතන කොට ඔය එකොළහෙන් කීපයකට හරි, එකකට හරි දලා හිතන්නේ. ඕනෑම රූපයක් ගැන ලෝකයට අයිති විදියට අපි දැනගන්නේ ඔය එකොළොස් ආකාරයට. යම්කිසි රූපයක් භාරගත්තහම ඒ රූපයට අයිති කියලා අපි හිතන ආකාර තමයි මේ. ඒකෙන් තේරුම්ගන්න මේ තමයි සාමාන්‍ය ලෝකයා භාරගන්න විදිය. සාමාන්‍ය ලෝකයේ දී රූපයක් කිව්වොත් ඔන්න ඔය වර්ගවලට දන්න පුළුවන්. ඒ වර්ගවලට අයිතිවෙනවා.

එතකොට බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කළේ මේ රූපය පිරිසිදු දකින්න කියලා යි. රූපයේ ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න, අවබෝධ කරන්න. මොකද, රූපයේ මුළාවීම නිසාමයි අපි දුකට පත්වෙන්නේ. රූපයේ ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම හින්දමයි දුක් විදින්නේ. තව විදියකට කිව්වොත් රූප උපාදනය කියන්නේ දුකයි. රූප උපාදනස්කන්ධය කියන්නේ දුකයි කියලා අහලා තියෙනවා නේ. එතකොට රූපයක් උපාදන කළා කියන්නේ මොකක් ද? දැඩිව පිළිගන්නවා. මේ රූපය මෙහෙමමයි කියලා භාරගන්නවා.

දැන් ඔය එකොළොස් ආකාරයෙන් මොකකට හරි දැම්මහම, අපි ඒ රූපය එහෙමමයි කියලා භාර අරගෙන ඉවරයි. ඒකට කියනවා ඒ රූපයේ බැසගත්තා කියලා. අජ්ඣේසාසාය තිට්ඨති. එහෙම භාරගන්න කොට ඒ රූපය උපාදන වෙලා. එහෙම භාර ගත්තහම කවුරු හරි කිව්වොත් එහෙම නෙවෙයි කියලා අපට ඒ ගැන තකී කරන්න, රණ්ඩු වෙන්න පුළුවන්. අපි දැඩිව ඒක එහෙමයි කියලා භාර අරගෙන, පිළිගෙන නිසා.

එතකොට ඒ එකොළොස් ආකාරයට වැටුනා නම්, රූප උපාදනස්කන්ධයට අහුවුනා. යම්කිසි රූපයක් ඔය එකොළොස් ආකාරයට තියෙනවා නම් ඒ තමයි රූප උපාදනස්කන්ධය. සාමාන්‍ය ලෝකයාට ඔය රූප උපාදනස්කන්ධය තියෙනවා නමුත් දුකයි කියලා පෙනෙන්නේ නැහැ. දුකයි කියලා දකින්න නම් දහමක් අහලා, ඒකේ ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න ප්‍රඥව දියුණු කරගන්න ඕන. එතැන යම්කිසි මුළාවක් තිබුණා නම් ඒක නැතිවෙන්න ප්‍රඥව දියුණු කරගන්න ඕනේ.

රූපය පිරිසිදු දකින්න, රූපයේ ඇත්ත ඇති හැටි දකින්න බුදුරජාණන්වහන්සේ ක්‍රම කීපයක් දේශනා කරනවා. ඒවා තමයි

ආයතන හැටියට බලන්න පුළුවන් - රූපස්කන්ධය. ධාතු විදියට බලන්න පුළුවන්. ස්කන්ධ කියන කොට රූපස්කන්ධය. රූපස්කන්ධය ගැන තමයි දැන් මේ බලන්නේ. රූපය නිසා පංචඋපාදනස්කන්ධයක් හටගන්නවා නම් ඒ ගැන බලන්න පුළුවන්. අනිච්ච සංඥව වඩන්න පුළුවන්. මේවා තමයි රූපයේ ඇත්ත දකින්න තියෙන විදි. රූපයේ අනිච්ච සංඥව වඩන්න පුළුවන්. අනිච්ච සංඥව වඩන කොට රූපය පිරිසිදු දකින්න පුළුවන්. පිරිසිදු දකින කොට රූපයෙන් මිදෙනවා. වෙනද රූපයට අහුවෙලා තිබුණා නම්, ඒකෙන් මිදෙනවා. රූපය ඉක්මවා යනවා. මුළාවෙන් ගත්ත රූපය ඉක්මවා යනවා ඒකේ ඇත්ත දකින කොට.

රූප උපාදනස්කන්ධය කියන්නේ දුක නේ. එතකොට දුකෙන් මිදෙන්න තමයි බුදුරජාණන්වහන්සේ නොයෙක් ක්‍රම දේශනා කරන්නේ. ආයතන ගැන බලන්න ඕනේ. අනිත්‍ය සංඥව වඩන්න ඕනේ. ධාතු විදියට, සතරමහාධාතු විදියට බලන්න පුළුවන්.

ඊළඟට කායානුපස්සනාව - සතර සතිපට්ඨානයෙන් ගත්තොත් රූපය දකින්න, රූපය ගැන ඇත්ත ඇතිහැටි අවබෝධ කරන්න දීලා තියෙන්නේ කායානුපස්සනාව. කායානුපස්සනාව තියෙන්නේ රූපය පිරිසිදු දකින්න, රූපයේ ඇත්ත ඇති හැටි අවබෝධ කරන්න.

ඔය මොන විදියට බැලුවත් රූප ගැන තමයි බලන්නේ. ආයතනවලින් තොරව අපට රූප ගැන කතාකරන්න බැහැ. ඔන්න රූප කියලා දැනගන්න තව විදියක් තියෙනවා - ආයතන පැත්තෙන්. ආයතනයකට අහුවෙන දෙයක් නම් ඒක රූපයක්. ඇහැට අරමුණු වෙන දේවල් රූප. කනට අරමුණු වෙන්නෙන් රූප. රූප ගැන තමයි දැනගන්නේ. නාසයෙන් දැනගන්නෙන් රූප ගැන. දිවෙන් දැනගන්නෙන් රූප ගැන. කයෙන් දැනගන්නෙන් රූප ගැන. ඔය දැනගන්න ඒවාට බාහිර, බහිද්ධ රූප කියනවා. ආයතන පහට අරමුණු වෙන්නේ බහිද්ධ රූප. එතකොට ආයතන පහ අප්ඤ්ඤාත්ත රූප. ඇහැ, කන, නාසය, දිව, ශරීරය කියන ඒ රූප ටික අප්ඤ්ඤාත්ත රූප. ඒවායින් දැනගන්න ඒවා බාහිර, නැත්නම් බහිද්ධ රූප.

රූපයක් ගැන දැනගන්න පුළුවන් ආයතනයකින් විතරයි. අපි මොනවා හරි දැනගන්නවා කියන්නේ මොකක් ද? දැනගන්නේ මොකෙන් ද? දැනගන්නවා කියන්නේ විඤ්ඤාණයක්. දැනගන්න ගතිය, දැනුවත්වෙන එකට දෙන නම තමයි විඤ්ඤාණය. රූපයක් ගැන

දූතගන්තා නම් අනිවායථියෙන් විඤ්ඤාණයක් පහළවෙලා තියෙන්න ඕන. විඤ්ඤාණයක් පහළ වුණේ නැත්නම් රූපයක් ගැන දූතගන්ත බැහැ. මොනවාහරි දූතගන්න ගතියට තමයි විඤ්ඤාණය කියන්නේ. එතකොට විඤ්ඤාණයක් පහළ වුණොත් තමයි රූපයක් ගැන දූතගන්නේ.

විඤ්ඤාණයක් පහළවෙන්න නම් ආයතන ඕනේ වෙනවා. ආයතනයක් නැතුව විඤ්ඤාණයකට පහළවෙන්න බැහැ. විඤ්ඤාණ හයක් තියෙනවා. වක්ඛු විඤ්ඤාණ, සෝත විඤ්ඤාණ, සාන විඤ්ඤාණ, ජ්වහා විඤ්ඤාණ, කාය විඤ්ඤාණ, මනෝ විඤ්ඤාණ. ඔය විඤ්ඤාණ හය විතරයි තියෙන්නේ. ඒ විඤ්ඤාණයක් උපදින්න නම් අනිවායථියෙන්ම ආයතනයක් අවශ්‍යයි. ආයතනයක් මුල්වෙලා උපදින විඤ්ඤාණය. විඤ්ඤාණය කියන්නේ දූතගන්න ගතිය. ඇහැ නිසා ද දූතගන්නේ, කන නිසා ද දූතගන්නේ, නාසය නිසා ද දූතගන්නේ, දිව උදව්කරගෙන ද දූතගෙන තියෙන්නේ, කය උදව්කරගෙන ද දූතගන්නේ, මනස උදව්කරගෙන ද දූතගන්නේ? දූතගන්නු එකට ඒ ඒ ආයතනයන්ට අනුව නමක් දෙනවා. ඇහැ උදව්කරගෙන දූතගන්නේ වක්ඛු විඤ්ඤාණයෙන්. කන උදව්කරගෙන දූතගන්නේ සෝත විඤ්ඤාණයෙන්. ආයතනය මුල්වෙලා. ආයතනයක් මුල්වෙලාමයි විඤ්ඤාණයක් පහළවෙන්නේ. විඤ්ඤාණයකින් තමයි රූපයක් ගැන දූතගන්න පුළුවන්.

එතකොට බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නලා දෙනවා මේ රූපය ගැන දකින්න නම්, ඉස්සෙල්ලාම රූපය කියන එක හඳුනාගන්න ඕන. ඉති රූපං - මෙන්න මේකයි රූපය. එතකොට රූපය කියලා ගන්න මොකක් හරි තියෙනවා නම් ඒ තමයි ඉති රූපං. එතකොට ඒ ගන්න පුළුවන් රූප ආයතන පැත්තෙන් බැලුවොත්, ඇහැට අරමුණු වෙන ඒවා, කනෙන්, නාසයෙන්, දිවෙන්, කයෙන් දූතගන්න ඒවා රූප. එතකොට අපි ඇහැ කියන්නෙන් රූපයක්, කන, නාසය, දිව, කය කියන්නෙන් රූප විදියට නේ භාරගන්නේ. මේ ලෝකයේ ඕන කෙනෙක්ගෙන් ඇහුවොත් ඕවා රූප ද නැද්ද කියලා, රූප කියලා කියනවා. මේවා සාමාන්‍ය ලෝකයාට තියෙන රූප - ඉති රූපං. මේ කාම ලෝකයේ ඉන්න, කාමාවචර භූමියේ ඉන්න, ඕන කෙනෙක්ගෙන් රූපයක් මොකක් ද ඇහුවොත් ඒ රූපය ඔන්න ඔය ටිකට අහුවෙලා තියෙනවා. ඒ රූපය මොකක්ද කියලා හොඳට දූතගන්න ඕන - ඉති

රූපං. අපි රූපය කියන්නේ මොකක් ද?

ඒ රූපය අර එකොළොස් ආකාරයෙන් කියන්නත් පුළුවන්. අජ්ඣන්ත රූපය කියන්නත් පුළුවන්, බහිද්ධ රූපය කියන්නත් පුළුවන්. කැමැති හෝ අකැමැති රූප කියන්නත් පුළුවන්. දුර තියෙන රූපයක් හෝ ලග තියෙන රූපයක් කියන්නත් පුළුවන්. සියුම් රූපයක් හෝ ගණ ඕලාරික රූපයක් කියන්නත් පුළුවන්. ඊළඟට මේ මොහොතේ රූපයක් කියන්නත් පුළුවන්, එහෙම නැත්නම් අතීතයේ රූපයක් වෙන්නත් පුළුවන්. අනාගතයේ රූපයක් වෙන්නත් පුළුවන්. ඔය ඕන රූපයක් ගත්තහම, 'මෙන්න මේකයි රූපය' - ඉති රූපං.

ඊළඟට රූපයේ ලක්ෂණ ටිකකුත් හොයාගන්න පුළුවන්. ඒ ලක්ෂණ නැත්නම් ගති බලන විදි තියෙනවා. මොනවාද රූපයක තියෙන ලක්ෂණ? රූප්පනය වෙනවා කියනවා වෙනස් වෙනවා කියන අර්ථයෙන්. එක විදියකට තියෙන්නේ නැහැ. අපි දන්නා රූප වෙනස් වෙන්නේ මොනවායින් ද? සීත, උෂ්ණ, ගින්නෙන්, මැසි මදුරුවෝ කැවහම, සපියො දෂ්ට කළොත් රූපය වෙනස් වෙනවා. ඒ හේතු නිසා වෙනස්වෙන නිසා රූපය රූප්පනය වෙනවා කියනවා. මේවා අපි දන්නා රූපවලට වෙන දේවල්.

ඊළඟට අපට තියෙනවා පන තියෙන රූප සහ පන නැති රූප කියලා රූප කොටස් දෙකක්. ඔය මොන රූපය ගත්තත්, මේ රූපය හැදිලා තියෙන්නේ කොහොමද කියලත් බලන්න පුළුවන්. මොනවා හරි කොටස් ගොඩක් එකතුවෙලා තමයි ඕනෑම රූපයක් හැදිලා තියෙන්නේ. මේ මේසයක් ගත්තොත් ඕකේ කකුල් තියෙනවා, ලෑල්ලක් තියෙනවා, අරවා මේවා එකතුවෙලා. ශරීරයක් ගත්තොත් ඒකෙන් කොටස් ගොඩාක් තියෙනවා. කෙස්, ලොම්, නියපොතු, දත්, සම්, මස්, නහර, ඇට, ඇටමිදුළු - ඔය විදියට වෙන් කරන්න පුළුවන්. ඒවා වෙන් කරන්න පුළුවන් හින්දා කියනවා මේවා එකතු වෙලා තමයි ඔය රූපය හැදිලා තියෙන්නේ කියලා. මේ රූපය හැදිලා තියෙන්නේ කොටස් ගොඩක් එකතුවෙලා. එතකොට ඒ කොටස්වල ගති ටිකත් අපට බලන්න පුළුවන්. දැන් රූපය ගත්තහම, ශරීරය ගත්තහම ඕක වෙනස් වෙනවා, රූප්පණය වෙනවා කියලා බලනවා වගේ, කෙස්, ලොම්, නිය, දත් වෙන වෙනම ගත්තහම ඒවත් රූප්පණය වෙනවා, වෙනස් වෙනවා. එහෙම වෙනස් වෙනවා කියලත් දකින්න පුළුවන්. වෙනස් වෙනවා කියන්නේ ඒ හැම එකේම ආයු කාලයක් තියෙනවා. මෙව්වර කල්

තමයි මේක පවතින්නේ. ශරීරයක් ගත්තහම මෙව්වර කල් පවතිනවා. කෙස් ගොඩක්, ලොම් ගොඩක්, නියපොතු ගොඩක්, දත් ගොඩක් ගත්තහම ඒවාටත් වෙන වෙනම ආයු කාලයක් දෙන්න පුළුවන්.

ඊළඟට මොකද කරන්නේ? ඒවාත් මොනවායින් ද හැදිලා තියෙන්නේ කියලා තව තව කඩලා බලන්න පුළුවන්. කෙස් හැදිලා තියෙන්නේ මොනවායින් ද, ලොම්, නියපොතු, දත් හැදිලා තියෙන්නේ මොනවායින් ද, කියලා එහෙම බලන්නත් පුළුවන්. එතකොට එක පැත්තකින් පෙනෙනවා, සාමාන්‍ය ලෝකයට අයිති දුක්ම තමයි, මේවා ආහාර නිසා හටගන්නේ. මේ කොටස් ටික මෙව්වරකල් අපි ගත්ත ආහාර - බත්, පාන්, කවුපි, මුංඇට වගේ ආහාර නිසාමයි හැදුනේ.

ඒ ආහාරවලට හිතන්න බැහැ. ඒවායේ විඤ්ඤණ පහළවෙන්නේ නැහැ. හිතන්න බැරි, අවේනනික ආහාර. අවේනනික ආහාරයෙන් හැදුන දෙයත් එහෙනම් අවේනනික වෙන්න ඕන. ඒවාටත් හිතන්න බැරි වෙන්න ඕන. අපි මේසයක් හැදුවේ ලෑලි, ඇන ආදිය එකතු කරලා නේ. ඒවාට හිතන්න බැහැ. එහෙනම් ඒවායින් හැදුන මේසයටත් හිතන්න බැහැ. ඒ වගේ බත්, පාන්, කවුපි, මුංඇට වගේ ඒවාටත් හිතන්න බැහැ. එතකොට ඒවා උදව්වෙලා හැදුන මේ ශරීර කොටස් වලටත් හිතන්න බැහැ නේද? ඒවා වෙන වෙනම ගත්තොත් ඒවා එකකටවත් හිතන්න බැහැ. එහෙනම් ඒ ටික එකතුකරලා හදන ශරීරයටත් හිතන්න බැරිවෙන්න ඕන. ඒ වුණාට අපි බාරගන්නේ නම් හිතන්න පුළුවන් කියලා යි.

නමුත් ඔය විදියට කිව්වාට අපට ඇත්ත අවබෝධ වෙන්නේ නැහැ. මොකක්ද වැරදිලා වගේ පෙනෙනවා. ඒ වුණාට මේ ශරීරය මේ වගේ කොටස් වලින් හැදිලා තිබුණත්, මේ ශරීරයට නම් හිතන්න පුළුවන් කියන එක නේ අපි අත් දකින්නේ. පුද්ගලයෙක් ඉන්නවා, ජීවයක් තියෙනවා, හිත් පහළවෙනවා, ඒක නේ අපට අත්දකින්න පුළුවන්. එතකොට අර විදියට බැලීම තුළින් මොනවා හරි අවබෝධයක් ගන්න පුළුවන්. ඒ වුණාට ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න ටිකක් අමාරුයි. ඒ කියන දෙයත් ඇත්ත. මේ ශරීරය කියන්නේ කොටස් ටිකක් තමයි. ඒ කොටස් හැදිලා තියෙන්නේ ආහාරයෙනුත් තමයි. ඊළඟට ඒවා අර කියපු විදියට රූප්පණයත් වෙනවා. සීත, ඌෂ්ණාදියෙන් වෙනස්වෙලා යනවා. ආහාර නැතිවුණොත් ඒත් ශරීරය වැඩිකල් තියෙන්නේ නැහැ, නැතිවෙලා යයි. ආහාරය නිසාම හැදිලා තියෙන්නේ. ඒ කොහොම

බැලුවත් මේ ශරීරයට තියෙන ඇලීම නැතිවෙයි ද? නැතිවෙන්නේ නැහැ නේද?

ඊළඟට ශරීරය තවත් කඩලා බලන්න පුළුවන් - කෙස්, ලොම්, නිය, දත් ආදිය හැදිලා තියෙන්නෙත් තවත් කුඩා කොටස් එකතු වෙලා. අපි ඒවාට රූප කලාප කියනවා. විද්‍යාවෙන් නම් පරමාණු, ශෛල වගේ කුඩාම කොටස් ගොඩාක් එකතු වෙලා තමයි හැදෙන්නේ කියනවා. එතකොට බුදුදහමෙන් පෙන්නනවා මේවා හැදිලා තියෙන කුඩාම කොටස්වලට කියනවා රූපකලාප කියලා. ඇයි රූපකලාපයක් කියන්නේ? ඒකෙත් හඳුනාගන්න පුළුවන් පයවි-ආපෝ-තේජෝ-වායෝ - සතර මහා ධාතු. ඒවා එකකට එකක් වෙන් කරන්න බැහැ. රූපකලාපයෙන් පයවි වෙන්කරලා ගන්න බැහැ අනිත් ටික නැතුව. එතකොට අපි පයවිය ගැන කතා කරනවා නම් එතැන අනික් ටිකත් තියෙනවා. අනිත් ස්වභාව ටිකත් තියෙනවා. ඒ හින්දා තමයි ඒක කඩාගෙන ගියහම රූපයක් හැදිලා තියෙන කුඩාම කොටස කියලා ගත්තොත් ඒක රූපකලාපයක් කියලා කියන්න පුළුවන්.

එතකොට මේවා රූප්පණය වෙනවා නේ, වෙනස් වෙනවා නේ. ඒ හින්දා ඔය රූපකලාපයකත් අපි කියනවා හටගැනීමක් තියෙනවා, පවතින කාලයක් තියෙනවා, ඊට පස්සේ ඒක විනාශවෙලා යනවා. එතකොට මේක උපදින ඝණයට එක විත්තඝණයක් කියනවා. විනාශ වෙන ඝණයට තව විත්තඝණයක් කියනවා. ඒක පවතින කාලයෙන් ඒවගේ විත්තඝණ පහළොවක් පවතිනවා. එතකොට උපදින එකයි, විනාශවෙන එකයි, පවතින පහළොවයි ගත්තහම දහතක් - විත්තඝණ දහතක් මේ රූපකලාපය තියෙනවා කියනවා. විත්තඝණයක් කියන්නේ අපේ හිතක් ඇතිවෙන කාලය. ඒ වගේ දහත් වාරයක ආයුකාලයක් රූපකලාපයකට තියෙනවා කියලාත් කියනවා. එහෙම කියන්නේ, එහෙම දැනගන්න පුළුවන්.

දැන් ඒක තව පැත්තකින් බැලුවහම අපට හිත් ඇතිවෙන ටික කඩලා කඩලා බැලුවහම ඒවා දහතක් මේ රූපකලාපය පවතිනවා කියලා හිතාගන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවා. ඒකයි රූපකලාපයක විත්තඝණ දහතක් තියෙනවා කියන්නේ. ඊට වඩා තියෙන්නේ නැහැ.

පිළිතුරක් :- පහළොව කියන්නේ ඒක පවතින යම්කිසි කාලයක් තියෙනවා නම් විත්තඝණ පහළොවයි. එතකොට හටගත්තු ඝණයයි,

විනාශවෙන සෂණයයි එක්ක ඔක්කෝම දහතක් තියෙනවා. රූපකලාපය ආයුකාලය විත්තසෂණ දහතක් කිව්වාට ඇත්තටම අපට එව්වර කාලයක් ඕක හිතෙන් අත්දකින්න පුළුවන්. සිත් දහතක් හැදිලා නැතිවෙනකම් රූප කලාපයකට පවතින්න පුළුවන්. හිත කියන්නේ හරි වේගවත්. අපි සෂණයක් ගන්න කොට හිත් කෝටියක් විතර ඇතිවෙලා නැතිවෙනවා, තත්පරයක් කියන කොට. හිතේ ආයු කාලය එක සෂණයක් කියලා ගත්තොත්, ඒ වගේ දහතක් රූපය පවතිනවා, ආයුකාලයක් තියෙනවා කියලා තමයි රූපය ගැන හිතන්නේ.

ඉතින් පොතේ ඔය විදියට තිබුණාට, ඔය විදියට තේරුම් කළාට, ඒකේ හිතන්න පුළුවන් තව පැත්තක් තමයි - විත්ත වීථි ගැන එහෙම අහලා තියෙනවා නේ. විත්ත වීථියක හිත් කියක් තියෙනවා ද? ඒකේ තියෙන්නේ දහතයි. අර හවාඩ්ගයේ ඉඳලා හවාඩ්ග වලනය, උපච්ඡේදය, පංචද්වාරාවර්ජණය, වක්ඛු විඤ්ඤණය, ඔහොම ඔහොම යන්නේ. ජවන් හතකුත් එක්ක ආයෙ හවාඩ්ගයට එනකම් දනවා. එතකොට ඒ එකක් විත්තසෂණයක් කියලා ගන්නත් පුළුවන්. එතකොට අන්න ඒවා දහතක්. දැන් ඔය දහතටම අරමුණු වෙන්නේ එක අරමුණක්. එක අරමුණක් උදව්කරගෙන තමයි ඔය දහතම හටගන්නේ.

පිළිතුරක් :- හවාඩ්ගයට ගිහින් ඒක ඉවරයි. ආයෙ ඉතින් ඇහැරවලා ගත්තොත් තව හිතක්. දැන් අරමුණක් ගැන හිතන කොට - ඔන්න දහතක් ගියා ඉවරයි. ආයෙ හවාඩ්ගයට වැටෙනවා. ආයෙ ඕනේ නම් ඒක අරමුණු කරලා තව දහතක් හදන්න පුළුවන්. දහතේ කැලි තමයි තියෙන්නේ. ගොඩාක් වෙලා බලාගෙන ඉන්නවා කියන්නේ ඒවගේ හිත්, විත්ත වීථි ගොඩාක් හැදෙනවා. ආයෙ ආයෙමත්. දැන් ඕක හවාඩ්ගෙන් පටන් අරන් ඔන්න හිතුවා, ආයෙ හවාඩ්ගයට වැටුණා නේ. ආපහු ඒකෙන් එළියට ආවා, ආයෙ දහතක් ගියා, ආයින් හවාඩ්ගයට වැටුණා. ඔය වගේ ඒවා දිගින් දිගටම එනවා. හිත් සකස් වෙනවා. ඒවා දන්නේ නැත්නම් දැනගන්න ඕනේ නැහැ. දන්නවා නම් එතැනින් මේ දහත ගැන යම් අවබෝධයක් ගන්න පුළුවන්.

නමුත් ඒක අද විස්තර කරන්නේ නම් වෙන විදියකට: අර එළියේ තියෙන රූපයේ රූප කලාප විත්තසෂණ දහතක් කියලා. ඒ වුණාට මේ පැත්තෙන් බලන්න පුළුවන්. ඔය විත්ත වීථියක දහතක් තියෙන්නේ කියලා.

ඒක කොහොම වෙතත් අපි අර රූපයේ, ශරීරයේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත් කියලා බැලුවා. ඒක හැදිලා තියෙන්නේ කුඩාම කොටස් එකතුවකින් කියලා බැලුවා. ඒ කුඩාම කොටසෙත් තියෙනවා වෙනස්වෙන ගතිය. එතකොට එහෙම වෙනස්වෙන දේවල් ගොඩාක් එකතුවෙලා නම් ශරීරය හැදිලා තියෙන්නේ, හැදුන දෙයත් වෙනස්වෙනවා. එතකොට ඒ වෙනස්වෙන ගතිය බලන්නත් පුළුවන්.

ඉතින් එහෙම බැලුවහම මේ ශරීරය, නැත්නම් ඕන රූපයක වෙනස්වෙන ධර්මතාවයක් තියෙන්නේ කියලා බලන්න පුළුවන්. දැන් ඔහොම බලන්න තියනවා රූප ගැන. එතකොට අපි හිතාගෙන ඉන්නවා නම් මේක ස්ථිරව පවතිනවා කියලා, ඊට වඩා වෙනස් ගතියක් මෙතැන තියෙන්නේ කියලා අපි දකිනවා.

දැන් ඕකත් සාමාන්‍යයෙන් ලෝකයට අයිති කෙනෙකුට කරන්න පුළුවන්. බුදුදහමක් අහලා තිබුණත් නැතත්, සමහරවිට මේ වචන දන්නේ නැතිවුණාට, ඔය වෙනස්වෙන ස්වභාවයක් කියන අදහස ගන්න පුළුවන්. ඒක විද්‍යාඥයනුත් කළා. හොයල හොයලා බලමින් මේ තියෙන හැම දෙයම වෙනස්වෙන, ගලායන ස්වභාවයක්, ශක්තියක් කියන මට්ටමට ඒ ගොල්ලන්ටත් එන්න පුළුවන්. අර රූප කලාපයි, සතරමහාධාතුවයි, චිත්තක්‍ෂණයයි කිව්වේ නැතුවාට, ඒ අය හොයාගෙන තියෙනවා මේ හැම දෙයක්ම වෙනස් වෙනවා කියලා. වෙනසකට තියෙන්නේ එහෙම හොයාගත්තා කියලා ඒ අය මේ ආයතී මාර්ගට වැටුනේ නැහැ. සක්කාය දිට්ඨිය කැඩුනේ නැහැ. සමහර විට දිට්ඨිය වැඩිකරගන්නම තව ටිකක් හෙව්වා. මම මෙහෙම දෙයක් හොයාගත්තා කියලා අනිත් අයට කියන්න, තමන්ගේ තණ්හාව, ලෝභ ද්වේශ වැඩිවෙන පැත්තට තමයි හොයලා තියෙන්නේ.

පිළිතුරක්: අපි භාවනා කරලත් යන්නේ, 'ඔයාට වඩා මම භාවනා කරලා තියෙනවා' කියලා කියන්නද? රූපයක් බැලුවහම මේක කොටස් කියලා පෙනෙනවා. මේක රූප කලාප කියලා පෙනෙනවා. සතරමහාධාතු කියලා පෙනෙනවා. මේවාත් වෙනස් වෙච්ච යනවා කියලා 'ඔය ගොල්ලන්ට පෙනෙන්නේ නැහැ නේ. මට පෙනෙනවා නේ' කියලා තමන් උසස් කරගන්නවා.

පිළිතුරක්: සක්කායදිට්ඨිය වැඩිවීම කොහොම වෙතත් මමත්වය දුරුවෙන පැත්තටද ඔය ගිහින් තියෙන්නේ? සක්කායදිට්ඨිය කැඩෙන

පැත්තටද? නැහැ නේද? එතකොට ඒවායින් අදහසක් ගන්න පුළුවන්, ඒවා තවම ලෝකය ඉක්මවා යන, ලෝකෝත්තර දර්ශණයක් නම් නෙවෙයි. ලෝකයට අයිති ඥාන ටිකක් නම් අරගෙන තියෙනවා. ලෝකයා එක්ක බලනකොට අනික් අයට වඩා මම දන්නවා. මේ විදියට භාවනා කරලා ලෝකයට අයිති විශිෂ්ඨ ඥාන උපදවාගන්න පුළුවන්.

හැබැයි අපි නුවණින් බලන්න ඕන අපේ තියෙන දස සංයෝජන කැඩෙනවා ද? මාර්ගී ඵල ලැබීමේදී කැඩෙන කෙලෙස් ටිකක් තියෙනවා නේ. සෝවාන් විමේදී සක්කායදිට්ඨි, විචිකිච්ඡා, සීලබ්බතපරාමාස කියලා සංයෝජන තුනක් කඩන්න තියෙනවා. ඔය තුන කැඩෙනවාද මේ විදියට බලලා කියන එක තමයි අපි නුවණින් හොයන්න ඕන. එතකොට දැන් ඒ සක්කායදිට්ඨියවත් කැඩෙන්නේ නැහැ කියලා පෙනෙනවා නේද, ඔය විදියට බැලුවාට.

නමුත් ඕවායින් කැඩෙන කෙලෙස් වගයකුත් තියෙනවා. අපට තරහවක් තිබුණා නම් ඒ තරහා අඩුකරගන්න පුළුවන්. ඇලීමක් තිබුණා නම් ඔය විදියට මෙනෙහි කරන කොට ඒ ඇලීම අඩුකරගන්න පුළුවන්. ශරීරයක් දකින කොටම තරහක් එනවා නම්, ඔතන කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක් නේ තියෙන්නේ කියලා බැලුවහම ඒ තරහා අඩුවෙනවා. ඇලීමක් එනකොටත් ඔතන තියෙන්නේ කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක් නේ තියෙන්නේ කියලා ඒ ඇලීම අඩුකරගන්න පුළුවන්.

ඊළඟට ඒ කොටස්වලට යම්කිසි ඇලීමක් ගැටීමක් තිබුණානම්, ඔතන තියෙන්නේ රූපකලාප ගොඩක් නේ කියලා බැලුවහම ඒකත් අඩුකරගන්න පුළුවන්. ඔය රූප කලාපයත් වෙනස් වෙවී තියෙන එකක් නේ, ඉක්මනට වෙනස් වෙනවා නේ, ඇතිවෙලා නැතිවෙන දෙයක් නේ කියලා බලලාත් ඒ කෙලෙස් අඩුකරගන්න පුළුවන්. ඕක තව විදියකට කිව්වොත්, අපේ නීවරණ යටපත්කරගන්න පුළුවන්. නීවරණ යටපත්කරගන්න ඔය භාවනාවලින් පුළුවන්. කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ටීනමිද්ධ, උද්ධච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා, ඔය පහ යටපත්කරගන්න පුළුවන් මේ භාවනාවල යෙදීමෙන්.

නමුත් ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ, ඕවා ආයෙ මතු නොවන විදියටම කැඩිලා ද? අපි ඔහොම මෙනෙහි නොකර ඉන්න කොට ශරීරයක් දකින කොට ආයෙත් මතුවෙනවා. මෙනෙහි කරන තාක් කල් හොඳයි. ඒකෙන් පෙනෙනවා නේද ඒක යටපත් කිරීමක් කියලා.

එහෙනම් ඒ නීවරණ යටපත්වුණ මනසට ඊළඟට කරන්න වැඩක් තියෙනවා. ආයෙ මේවා මතු නොවෙන විදියට අස්කරන්න වෙනවා. ඒකට තමයි බුදුදහම උදව්වෙන්නේ. එතකොට බුදුරජාණන්වහන්සේ රූපය පිරිසිඳ දකින්න, රූපයේ ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න ඕන නම් අනිච්ච සංඥව වඩන්න කියනවා. අනිච්ච සංඥව කියන කොට කොටස් තුනක් තියෙනවා. ඉති රූපං, ඉති රූපස්ස සමුදයො, ඉති රූපස්ස අඤ්චගමො කියලා ජාති තුනක් තියෙනවා. ඉති රූපං - මෙන්න මේකයි රූපය කියලා පටන්ගන්න කියනවා. ඊළඟට මොකක්ද බලන්න වෙන්නේ? මේ රූපය හටගත්තේ කොහොම ද? ඒකට කියනවා සමුදය. ඊළඟට අඤ්චගමය. මේ සමුදය නැතිවුණා නම් ඕක හට ගනියි ද? කියලත් අහනවා. එහෙම බලන කෙනා රූපයේ අනිච්ච සංඥව වඩනවා කියනවා.

ඕක තව විදියකට කිව්වොත් අපි සම්මා දිට්ඨිය ඇතිකරගන්නවා. තවත් විදියකට කිව්වොත් පටිච්චසමුප්පාදය දකිනවා. හේතුඵල සම්බන්ධය නේ දැන් දකින්නේ. සමුදය තියෙන කොට ඵලය තියෙනවා; සමුදය නැත්නම් ඵලය නෑ. ඕක තමයි පටිච්චසමුප්පාදය කියන්නේ.

එතකොට පටිච්චසමුප්පාදය කියන්නේ බුදුදහම. බුදුදහම උදව්කරගන්න වෙනවා අර කෙලෙස් නැවත මතු නොවෙන විදියටම කඩලා දමන්න. එතකොට ඒ තුළින් තමයි අපේ සක්කායදිට්ඨියත් කැඩෙනවා නම් කැඩෙන්නේ - පටිච්චසමුප්පාදය තුළින්. එහෙම නැත්නම් ඕතන චතුරායඝී සත්‍යයත් තියෙනවා.

රූපය නිසා හටගන්න දුක මොකක් ද? රූප උපාදනස්කන්ධය. ඉති රූපං කියන කොට පෙන්නවා රූප උපාදනස්කන්ධයයි ඔය තියෙන්නේ කියලා. ඒ කියන්නේ දුක. රූප සමුදය - ඉති රූපස්ස සමුදයො කියලා බලන කොට මොකක්ද මේ බලන්නේ? දුක හටගන්නා හේතුව - දුක්ඛ සමුදය. එතකොට මේ සමුදය නැතිවුණා නම් මොකද වෙන්නේ කියන කොට දුක්ඛ නිරෝධය. සමුදය යෙදුනොත් දුක තියෙනවා, සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් දුක්ඛ නිරෝධය. දුකක් හටගන්න විදියක් නැහැ. එහෙනම් ඒ සඳහා මොකක් ද කරන්න ඕනේ - මාර්ගය. රූපය ගැන බලන කොට ඔය ගැන අවබෝධයක් එනවා නේද? ඉති රූපං, ඉති රූපස්ස සමුදයො, ඉති රූපස්ස අඤ්චගමො කියලා බලනකොට ඒ තමයි චතුරායඝී සත්‍යය. පටිච්චසමුප්පාදය දකිනවා

කිවිචන්, චතුරායඝී සත්‍යය දකිනවා කිවිචන් ඔය ඔක්කෝම ඔතන තියෙනවා. කායානුපස්සනාව තියෙන්නෙත් ඕකටමයි. රූපය ගැන මෙනෙහි කරන්න නේ කායානුපස්සනාව තියෙන්නේ. රූපය ගැන සිහිය පිහිටන්න. ආතාපි සම්පජානො සතිමා - වියඝීයෙන්, නුවණින්, සිහිය පිහිටන්න.

පිළිතුරක්: කායානුපස්සනාව - හිතීම ක්‍රියාවක්. අපි බලන්නේ හිතීම ගැන නෙවෙයි, රූපය ගැන අනුපස්සනා කරන්නේ - කායානුපස්සනාව. කායානුපස්සනාව කියන්නේ අනුපස්සනාව කරන්න ඕනේ රූප ගැන යි. අජ්ඣන්ත රූපය ගැනත් බලන්න තියෙනවා, බහිද්ධ රූපය ගැනත් බලන්න තියෙනවා.

පිළිතුරක්: ක්‍රියාවක් වුනාට ඒක අපට වැඩක් නැහැ නේ. කායානුපස්සනාව වඩන්න නේ තියෙන්නේ. වඩන එක ක්‍රියාවක් කියන්න පුළුවන්. ඒ වුණාට රූපය පිරිසිදු දකින්න නම් කායානුපස්සනාව වඩන්න ඕන. අපට කරන්න දෙයක් තියෙනවා. කරන එක ක්‍රියාවක්. දැන් ක්‍රියාව හඳුන ගන්න ඕනේ. දැන් මොකක්ද කරන්නේ? එතකොට බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා අජ්ඣන්ත රූපය ගැනත් මෙනෙහි කරන්න කියනවා, බහිද්ධ රූපය ගැනත් මෙනෙහි කරන්න කියනවා. මෙනෙහි කරන්න කියන්නේ සිහියෙන් ඉන්න. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. එහෙමයි ඉන්න කියන්නේ.

ඊළඟට ඕකෙම සමුදය බලමින් ඉන්න කියනවා. සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය බලමින් ඉන්න කියනවා. වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. ඊළඟට සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. ඒ දෙකම බලන්නත් කියනවා.

එතකොට රූපයේ සමුදය අපි එක විදියකට ඉස්සෙල්ලා බැලුවේ. මේ ශරීරය හැදිලා තියෙන්නේ කොහොමද කියලා බැලුවා. එතෙන්දී තව පැත්තකින් ආවා, ආහාරය නිසයි ශරීරය කියලාත් බලන්න පුළුවන්. ආහාරය නැතිවුණොත් ශරීරය නැතිවෙනවා කියලා බලන්නත් පුළුවන්. ඒ බැලීමෙන් කැඩෙන කෙලෙස් ටිකකුත් තියෙනවා. ඉතුරුවෙන කෙලෙස් ටිකකුත් තියෙනවා. අන්න ඒවා තමයි හඳුනාගන්න ඕන.

මය එළියේ තියෙන ශරීරය ආහාරයෙන් තමයි හැදිලා තියෙන්නේ. ආහාරය නැතිවුණාම ශරීරයත් නැතිවෙනවා කියලා එහෙම බලන්න පුළුවන්. එහෙම බැලුවාට දැන් ඕක බලන කෙනා, ඕක දැනගන්න කෙනාගේ පැත්තට මොකද වෙන්නේ? මම මොනවා හරි තව දෙයක් දැනගන්නා. තව අවබෝධයක් ලැබුවා කියන මට්ටමකට එනවා නේද? දැන් ඇලීම් ගැටීම් අඩුවුණාට, තණ්හාව අඩුවුණාට මුළාව තියෙනවා. අවිද්‍යාව තියෙනවා. අවිද්‍යාව දුරුවෙන්නේ නැහැ. ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම දුරුවෙන්නේ නැහැ.

මේක තව ටිකක් තේරුම් ගන්න තමයි මම කිව්වේ අර උපමාව අරන් බලන්න කියලා : වතුරට එබෙන බල්ලා. තව බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා නේ උඟට හිතෙන්නේ. බල්ලෙක් දැක්ක ගමන් උඟ දැන් අර පුරුදු කරපු භාවනාව කරනවා. මය බල්ලෙක්ගේ ශරීරයක් කියලා හිතන ගමන් මොකද කරන්නේ? ඒ අනුව දැන් භාවනා කළොත් කෙලෙස් වගයක් දුරුවෙනවා. ඒ වුණාට ඇත්ත ඇතිහැටි ම දකිනවා ද? නැත්නම් සක්කායදිට්ඨිය දුරුවෙනවා ද කියන පැත්ත අපි බලන්න ඕන. එතකොට බල්ලාට හිතෙනවා අන්න තව බල්ලෙක්ගේ ශරීරයක් තියෙනවා, ඕක කෙස්-ලොම්-නිය-දත්වලින් හැදිලා තියෙන්නේ. නැත්නම් ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නේ කියලා බලන්න පුළුවන්. දැන් උගේ ඇලීම් ගැටීම් අඩුවුණාට මුළාව, අවිද්‍යාව දුරුවෙන්නේ නැහැ. මම මෙහේ ඉඳන් අරෙහේ ඉන්න බල්ලා ගැන දැනගන්නාකියන අදහසක් නේද එන්නේ. ඒ බල්ලෙක් නෙවෙයි, ඔතන කෙස්-ලොම්-නිය-දත් ගොඩක් තියෙන්නේ. නැත්නම් ඕවා ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නේ. නැත්නම් ඕක රූප කලාපවලින් හැදිලා තියෙන්නේ. ඒ රූප කලාපත් වෙනස් වෙනවා අනිත්‍යයි, අනිත්‍යයි කියලාත් බලන්න පුළුවන්. ඒවා නිසා මාව දුකටත් පත්වුණා, තරහා ගත්තා ඕකේ ඇත්ත දන්නේ නැති හින්දා කියලා ඒ අනිත්‍යය බලන කොට ඉතින් තරහා අඩුවෙලා යනවා. අනිත්‍යයකුත් මෙනෙහි කරනවා.

නමුත් ඕකද දැන් බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නාපු අනිත්‍ය සංඥාව? එතනත් තියෙනවා, සමුදයකුයි, නිරෝධයකුයි. ඒ වුණාට බුදුරජාණන්වහන්සේ නීවරණ යටපත්වෙන කොට තව දෙයක් පෙන්නනවා - ආයතන විදියටත් ඕක බලන්න, ස්කන්ධ විදියටත් බලන්න, ධාතු විදියටත් බලන්න කියලා.

එතකොට ආයතන විදියට බලන කොට එන අවබෝධයක්

තමයි, ආයතනයකින් කරන්න පුළුවන් මොකක් ද? අපි දන්නවා දැන් ආයතනයකින් කරන්නේ විඤ්ඤාණයක් පහළකරන එක නේ. දැනුවත්වීමක් දෙනවා. එතකොට ඒ විඤ්ඤාණය ගැනයි, ඒ ආයතනය ගැනයි නුවණින් තේරුම්ගන්න ඕන. දැන් අපි ඒ රූපය, බාහිර රූපය දැනගත්තේ මොන ආයතනයෙන් ද කියලා නුවණින් බලන්න ඕන. බල්ලාට නම් බලන්න වෙනවා ඔය වතුරේ ඉන්න බල්ලා ගැන දැනගත්තේ මොන ආයතනවලින් ද? ඒ මොනවාහරි දැනුවත්වීමක් ආවා නම් ආයතන හරහාම නේ විඤ්ඤාණ පහළවෙන්නේ. එතකොට හඳුනාගන්න පුළුවන්වෙයි ඇහෙන් දැකලා, හිතෙන් හිතලා තමයි ඔය වික දැනගත්තේ.

දැන් බලන්න වෙනවා, ඇහෙන් දකිනවා කියන එක මොකක්ද කියලා. ඇහැට පුළුවන් මොකක් ද? ඇහැට පුළුවන් වණි සටහනක් හදලා දෙන එක විතරයි. ඇහැ ඇතුළේ වණි සටහනක් හදලා දෙනවා. එක්කු විඤ්ඤාණයට පෙනෙන්නේ, එක්කු විඤ්ඤාණය දැනගන්නේ ඔය ඇහැ හදලා දීපු වණි සටහන. ඇහැ ඇතුළේ හැඳුන වණි සටහන තමයි එක්කු විඤ්ඤාණය අරමුණු කළේ. එතකොට ඒක නිකම් විත්‍රයක් දිහා බලනවා වගේ වැඩක්. ඇහැ හදලා දුන්න විත්‍රය, නැත්නම් ප්‍රතිබිම්බය දිහා බලනවා හිත. හිත කියන්නේ එක්කු විඤ්ඤාණ හිත. ඇහැ යම්කිසි විත්‍රයක්, වණි විත්‍රයක් හදලා දුන්නා නම් ඔය දිහා බලනවා එක්කු විඤ්ඤාණ හිත. එක්කු විඤ්ඤාණයට කරන්න පුළුවන් ඔව්වරයි. එතකොට ඒක බලන කොට එයාට මොකක් හරි වර්ණයක හැඩයක් පෙනෙනවා, වණිවලට අදළ. අර බල්ලෙක්ගේ වගේ හැඩයක් පෙනෙයි.

දැන් ඔය හැඩේ පෙනෙන කොට එයා ඊළඟට මොකද කරන්නේ? එයාගේ හිත වැඩ පටන්ගන්නවා - මනායතනය. දැන් එක්කු විඤ්ඤාණයේ වැඩේ ඉවරයි. වණි සටහනේ මෙන් මෙහෙම හැඩයක් තියෙනවා කියලා දැක්කා. ඇහැ සකස් කරලා දීපු වණි ප්‍රතිබිම්බයේ මෙන් මේ වගේ සටහනක් තියෙනවා. දැන් ඕකට අදලව කවුද හිතන්නේ? හිත, මනායතනය. දැන් එක්කු විඤ්ඤාණයේ වැඩේ ඉවරයි. මනායතනය වැඩ පටන්ගන්නවා අර එක්කු විඤ්ඤාණයෙන් දැනගත්තු දෙය ගැන. එක්කු විඤ්ඤාණයට පුළුවන් වණි සංඥාවක් දෙන්න විතරයි. වර්ණයන් ගැන මෙන් මෙහෙම හැඩයක් තිබුණා කියලා සංඥාවක් දෙන්න විතරයි පුළුවන්.

ඔය සංඥාව ගැන දැන් හිතනවා. යං සඤ්ජානාති, නං

විතක්කෙති. සංඥවකින් යමක් දැනගන්නා නම් ඔන්න ඕක ගැන හිතනවා. යං සඤ්ජානාති, තං විතක්කෙති. හිතන කොට මොකද වෙන්නේ? 'ඔය වණ්ණි සංඥව තියෙන්නේ නම් බල්ලෙක්ගේ' කියලා කල්පනා කරනවා. බල්ලෙක් තමයි ඔය. ඔහොම පෙනෙන්නේ බල්ලෙක් කියලා කල්පනා කරනවා. ඒ කල්පනා කිරීම විතක්ක. යං සඤ්ජානාති, තං විතක්කෙති. යං විතක්කෙති - යමක් කල්පනා කරනවා නම්, තං පපඤ්චෙති - ඒක ප්‍රපංච වෙනවා. යං විතක්කෙති, තං පපඤ්චෙති. ඒක ප්‍රපංචයක් බවට පත්වෙනවා. සංඥව ගැන කල්පනා කරනවා, විතක්ක කරනවා. ඒ විතක්ක කරන එක ප්‍රපංචයක් බවට පත්වෙනවා. දැන් බල්ලෙක්ව හැදුවා. ඒ එක්කම හිතනවා ඔය දැනගත්තු බල්ලා ඉන්නේ එළියේ, බාහිරයේ කියලා. අර සටහනට අදාල තැනක් ගැනත් අපි හිතනවා - අන්න අතන බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා. දැන් ඕක ප්‍රපංචයක්. ප්‍රපංචයක් කියන්නේ ඇත්ත ඇතිහැටි නෙවෙයි. හිතෙන් හදපු බල්ලා, එළියේ ඉන්න සතරමභාධාතු රූපයක් කළා.

එහෙම රූපයක් කරපු ගමන් තේරුම් ගන්න රූපය පිළිබඳ ආකාර එකොළහක් කතා කළා නේ. ඔය එකොළහට දැන් දන්න පුළුවන්. ඒ බල්ලා දැන් බාහිර රූපයක් වෙලා. අජ්ඣාත්ත, බහිද්ධ කියලා ඔන්න බෙදුවා. ඔය බල්ලා දුර තියෙන රූපයක් කියලා බැලුවා. ඔය බල්ලා ඕමාරික රූපයක්. සණ රූපයක් කියලත් භාරගන්නා. ඊළඟට ඔය බල්ලා අපි අකැමැති නම් හීන යි. අපට ගැටෙන්න රූපයක්. කැමැති නම් ප්‍රණීත රූපයක්, ආශා කරන්න හිතෙනවා. තරභ යනවා නම් ගැටෙන්න රූපයක්. ඔය බල්ලා දකින මොහොතේ දී වර්තමාන යි. මේ මොහොතේ අන්න අරෙහේ බල්ලෙක් ඉන්නවා. එතකොට වර්තමාන - පච්චුප්පන්න රූප.

දැන් බලන්න ප්‍රපංචයට අනුවෙන කොට වුණ දෙය. දැනගත්තු රූපය අර එකොළොස් ආකාරයෙන් අදාල ඒවාට දලා තමයි අපි භාර අරගෙන තියෙන්නේ. දැන් බල්ලෙක් වතුරට එබෙන කොට ඕක නේද වෙන්නේ? අපි ශරීරයක් දකින කොටත් ඕක නේද වෙන්නේ? ඇහෙන්න අපි කවුරු හරි දකින කොට ඇහැට පුළුවන් මොකක් ද? වණ්ණි සටහනක් හදලා දෙන්න විතරයි. ඊට වඩා දෙයක් ඇහැට කරන්න බැහැ. එක්බු විඤ්ඤණයෙන් වණ්ණි සංඥවක් දැනගන්නවා- වර්ණයට අදාළ සංඥවක්. ඊළඟට යං සඤ්ජානාති, තං විතක්කෙති. ඒ හඳුනාගත්තු දෙය ගැන දැන් හිතනවා, කල්පනා කරනවා - යං සඤ්ජානාති, තං විතක්කෙති. යං

විතක්කෙති, තං පපඤ්චෙති. ඒ හිතන දෙය ප්‍රපංචයක් බවට පත්වෙනවා.

දැන් ප්‍රපංචය හදපු කෙනෙක් ඉන්නවා නේ. කල්පනා කරපු කෙනෙක් ඉන්නවා නේ. මෙහෙම දෙයක් තියෙනවා කියලා හිතපු කෙනා. ඔය ප්‍රපංචයට පුළුවන් ඒ හිතපු කෙනාව අහිභවා යන්න පුළුවන්. ප්‍රපංචයට එයාව පාලනය කරන්න පුළුවන්. සමුද්‍යවරන්ති කියලා කියනවා.

මෙයාව අහිභවා යන්නේ කොහොම ද? අතීත රූපයක් කියලා හරි, අනාගත රූපයක් කියලා හරි, වර්තමාන රූපයක් කියලා හරි, මේ ඇහෙන දූතගන්න පුළුවන් රූපයක්. වක්ඛුච්ඤ්ඤායොසු රූපෙසු - ඇහෙන දූකලා දූතගත්තු රූපයක්. ඒ රූපය අතීත වෙන්නත් පුළුවන්, අනාගත වෙන්නත් පුළුවන්, වර්තමාන වෙන්නත් පුළුවන් කියලා ඒක හදපු කෙනාව අහිභවා යනවා. තතොනිදනං - ඔන්න ඕක තමයි හේතුව. මේක හදපු පුරුෂයාව අහිභවා යනවා. තතොනිදනං පුරිසං පපඤ්චසඤ්ඤසඛිකා සමුද්‍යවරන්ති - අහිභවා යනවා - අතීතානාගතපච්චුප්පන්තෙසු වක්ඛුච්ඤ්ඤායොසු රූපෙසු - අතීත, අනාගත, වර්තමාන වශයෙන් ඇහෙන දූතගන්න පුළුවන් රූපයක් කියලා ඒක හදපු කෙනාම අහිභවා යනවා - සමුද්‍යවරන්ති. දැන් ඒක අල්ලාගෙන තව තව දිගින් දිගට හිතන්න පුළුවන්, කියන්න පුළුවන්, ක්‍රියා කරන්න පුළුවන්, අර හදගත්තු ප්‍රපංචයෙන්.

ප්‍රශ්ණය තියෙන්නේ රූපය කියන එක ප්‍රපංචයක් කියලා දන්නේ නැහැ. ප්‍රපංචයේ ස්වභාවය තමයි මෙයාව මුළාකරනවා ඒක ඇත්තටම තියෙන, අර එකොළොස් ආකාරයේ එකක් කියලා. බාහිරයේ තියෙන ඒවා, දුර තියෙන ඒවා, ලග තියෙන ඒවා, කැමැති දෙයක්, අකැමැති දෙයක් කියලා ඔය විදියට හදපු කෙනාව මුළාවට පත්කරනවා. එතකොට ඔන්න ආයතන පිරිසිඳ දකින කොට තමයි ඔය පැත්ත පෙනෙන්නේ. නැත්නම් පෙනෙන්නේ නැහැ. නැත්නම් අර ප්‍රපංචයේ ඉඳගෙන තමයි අපි හිතන්නේ. එළියේ බල්ලෙක් ඉන්නවා. ඌ හැදිලා තියෙන්නේ මෙහෙමයි කියලා හිතනවා මිසක්, ඔය බල්ලා මේ ආයතන මුළාව නිසා හදපු ප්‍රපංචයක් නේද කියන එක පෙනෙන්නේ නැහැ. ඒක දකින්න නම් ආයතන පැත්ත නුවණින් බලන්න ඕන. ආයතන මුළාවෙන්, ආයතනයේ ඇත්ත ඇතිහැටියට නො දන්නාකම

නිසාම හදපු ප්‍රභවයක් නේද කියන ඒ පැත්තත් දකින්න පුළුවන්.

එතකොට ඔන්න සමුදය තව පැත්තකින් දකිනවා. දැන් සමුදය දකින්නේ තමන් තුළින් - මේ ආයතන පැත්තෙන් බලනකොට. ඉස්සෙල්ලා සමුදය දැක්කේ බාහිරයෙන්. බාහිර තියෙන රූපය බාහිර දෙයකින්මයි හැදිලා තියෙන්නේ. බාහිර තියෙන රූපය බාහිර දෙයකින්ම හැදිලා තියෙනවා කියලා නේ අපි කලින් බැලුවේ. හැබැයි ඔය බාහිර හැම දෙයක්ම, ඉස්සෙල්ලා රූපෙට කියපු හේතුවත් බාහිරයේ නේ තියෙන්නේ. ශරීරයක් තියෙනවා, ඕක ආහාරයෙන් හැදිලා තියෙන්නේ කියලා, ආහාරයත් තව බාහිර රූපයක් නේ. ඒ බාහිර රූපය හැදිලා තියෙන්නේ මේ විදියටම ආයතන හරහා යි. ආයතනයෙන් සංඥාවක් අරගෙන, ඕක ප්‍රභවයක් බවට පත්කරලා. ආයතනයකට අරගෙන දෙන්න පුළුවන් සංඥාවක් විතරයි. සංඥ මාත්‍රයක් විතරයි. ඇහෙන් අරගෙන දෙන්නේ රූප සංඥ, එහෙම නැත්නම් වණි සංඥ. කනෙන් අරගෙන දෙනවා ශබ්ද සංඥ. නාසයෙන් අරගෙන දෙනවා ඝාන සංඥ. දිවෙන් අරගෙන දෙනවා රස සංඥ. කයෙන් අරගෙන දෙනවා පොට්ඨබ්බ - ස්පර්ශී - සංඥ.

එතකොට ඔය සංඥාවට අනුව තමයි හිතන්නේ. යං සංජානාති තං විතක්කෙති, යං විතක්කෙති තං පපඤ්චෙති. ඕක තමයි ඔන්න හේතුව, නිදනය. අර සංඥාව ගැන හිතලා, යං සංජානාති තං විතක්කෙති.

පිළිතුරක්: ඒ ප්‍රභවය ඒක හදපු පුද්ගලයාව අභිභවා යනවා. එයාව ම ඉක්මවා යනවා. එයාම හදගත්තු එක එයාම පාලනය කරනවා. දැන් අපිම හීනයක් හදලා, ඒ හීනෙන් අපිම බයවෙනවා නේ. කවුද හීනෙ හැදුවේ? තමන්මයි. තමන්ගේ හිතෙන්ම නේ හැදුවේ. තමන්ගේම හිතෙන් හදපු එකට තමන්ම බය වෙලා. ඒක තමයි සමුදවරන්ති කියලා කියන්නේ. ඒ හදපු දෙය හදපු කෙනාවම ඉක්මවා යනවා.

පිළිතුරක්: දැන් රූපය පිරිසිදු දකින්න දකින්න නුවණක් එන්න ඕන ඔය හැම රූපයම අපිම හදලා එළියෙන් තියලා තියෙන්නේ කියලා. මේ විතක්කයෙන් හදපු ප්‍රභව විකක්. කල්පනා කරලා හිතපු දේවල් විකක්. ඒ වික එළියේ තියෙනවා කියලා විශ්වාස කළහම තමයි රූපයට අහුළුනේ. ඔන්න රූප උපාදනය. ඉතින් එයා අපිව ඉක්මවා, අභිභවා යන කොට දුකක් නෙවෙයි ද? එහෙම වෙන්න ඉඩ දෙන්නේ

අපි ඕක උපාදනය කරපු හින්ද, ඒක එහෙමමයි කියලා භාරගත්තු හින්ද, මේක හැදුන හැටි දකින්නේ නෑ. සමුදයයි, සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් ඔහොම දෙයක් උපදින්නේ නැහැ කියන එක දකින්නේ නෑ. අපි රූපයම කෙලින්ම භාර අරගෙන උපාදන කරලා දුකට පත්වෙනවා. කෙටියෙන් කිව්වොත් රූප උපාදනයමයි දුක - සංඛිත්තෙන පංචුපාදනක්ඛණ්ඩා දුක්ඛා.

එතකොට ඔය රූපය උපාදන කරන කොට රූපය විතරක් නෙවෙයි, එතැන තියෙන රූපයට අදාළ ඔක්කෝම උපාදන කරලා. ඒකට අදාළ යම් සංඥාවක් තියෙනවා නම්, ඒක උපාදන කරලා. ඒකට අදාළ මොනවා හරි වේතනා ටිකක් ආවා නම්, ඒක කර්මය. ඒකත් උපාදන කරලා - සංඛාර උපාදනය. ඒක දැනගත්තු විඤ්ඤාණයත්, 'මම තමයි ඕක දැනගත්තේ' කියලා ඒකත් උපාදනය කරලා - මේ දැනුවත්වීම මම.

පිළිතුරක්: තණ්හාව යෙදිලා තියෙන කොට අපි එහෙම දෙයක් තියෙනවා කියලා කැමැත්තෙන් ඒක භාරගන්නවා. භාරගන්නාට පස්සේ ඒක එක්ක ගැටෙන්නත් පුළුවන්. හයවෙනින, තරහවෙන්නත් පුළුවන්. හැබැයි ඒක එහෙමමයි කියලා භාර අරගෙන තියෙන්නේ කැමැත්තෙන්. භාර ගැනීමමයි නිමිති හදනවා කියන්නේ. නිමිති හදලා ඉතුරු කර ගන්නවා. ඒ කියන්නේ ආයෙ ඕක ගැන මතක් කරගන්න පුළුවන්. ඒකට අදාළ මොකක් හරි සංඥාවක් එන කොට මේ නිමිත්ත ආයෙන් මතක් කර ගන්න පුළුවන්. හදපු දෙයට අදාළ සංඥාවක් ආපු ගමන් මේ නිමිත්ත අපි හදගෙන ඒක මතක් කර ගන්නවා. ඒක තමයි දකින්නේ. සංඥාව වුණේ එක ආයතනයකට අදාළ දෙයක් විතරයි. රූප සංඥාව ද, ශබ්ද සංඥාව ද, ඝාත සංඥාව ද, රස සංඥාව ද, පොට්ඨබ්බ සංඥාව ද කියලා. එතකොට ඔය සංඥාවක් එනකොට, සංඥාව කියන්නේ රූපයක් නෙවෙයි. ඒක පැහැදිලි ද? සංඥාව කියන්නේ රූපයක් නෙවෙයි. යන්තම් දැනගන්න ඡායා මාත්‍රයක් විතරයි. සංඥාවට බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ මීරිගුවක් කියලා.

පිළිතුරක්: සංඥාව රූපයක් කිරීම තමයි ප්‍රපංචය. මනසෙන් කරන දෙය. මේ අවිද්‍යාවෙන්ම කරන දෙයක් නේ ද? අවිජ්ජාපච්චයා සංඛාරා. ප්‍රපංචය හිතෙන්මයි හදන්නේ. ඔය නිමිත්ත වේතනා ටිකකින් හදන්නේ. නමුත් අපි විශ්වාස කරන්නේ ඒ හදපු දෙය එළියේ තියෙනවා කියලා. ප්‍රපංචය කියන්නේ ඕක එළියේ තියෙන දෙයක්

විදියටම භාර අරගෙන ඉවරයි. හිතේ හදපු ස්වභාවය හිතේ ගතියක් කියලා දකින්නේ නැහැ. ඇත්තටම සංඥාවට අනුව හිතලා හිතෙන්නේ ඕක හැදුවේ. එහෙම නුවණක් අපට නැහැ. අපි හිතන්නේ එළියේ තියෙන දෙයමයි මේ දැනගන්නේ කියලා. බාහිර දෙයක්මයි මේ දැනගන්නේ, ලෝකයට අයිති දෙයක්මයි මේ දැනගන්නේ, රූපයක්මයි මේ දැනගන්නේ.

‘රූපයක්’ කිව්වහම අර එකොළොස් ආකාරය. ඒ රූපය තමන්ගේ වෙන්න පුළුවන්, බාහිර වෙන්න පුළුවන්. අප්කමත්ත වෙන්න පුළුවන්, බහිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. දුර වෙන්න පුළුවන්, ලඟ වෙන්න පුළුවන්. හීන වෙන්න පුළුවන්, ප්‍රණීත වෙන්න පුළුවන්. ඕලාරික වෙන්න පුළුවන්, සියුම් වෙන්න පුළුවන්. අතීත වෙන්න පුළුවන්, අනාගත වෙන්න පුළුවන්, වර්තමාන වෙන්න පුළුවන්. එතකොට ඒ රූපය උපාදන කරන කොට ඔය එකොළොස් ආකාරයෙන් ඕන පැත්තකින් එන්න පුළුවන්.

දැන් බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නනවා රූපය පිරිසිදු දකින්න ඕන විදිය - රූපයයි, රූප සමුදයයි දකින්න. දැන් සමුදය ගත්තහම, අපි ආයතන පැත්තෙන් බැලුවොත්, ආයතනවල මුළාවක් හින්දාම නේ එළියේ රූපයක් පිහිටියේ. මෙතැන ඇත්ත ඇතිහැටි දැක්කා නම්, මෙතැන අවිද්‍යාවක් යෙදුනේ නැත්නම්, මේ හිතෙන් හදපු එක හිතෙන් හදපු එකක් කියලා දැනගන්නවා නේ. හිතෙන් හදපු එක හිතෙන් හදපු දෙයක් කියලා සිහිය, නුවණ පිහිටනවා නේ. ඒක හරියට අපි හීනයක් දකින කොට හීනයක් දකිනවා කියලා දැනගන්නවා. හිතෙන් හදපු දෙය හිතෙන් හදපු දෙයක් කියලා දැනගන්නවා. දැන් අර ප්‍රපංච මට්ටමට යයි ද? ඒවාට පුළුවන් වෙයි ද අපව පාලනය කරන්න? බැහැ නේද? එතකොට ප්‍රපංච මට්ටමට පත්වුණා නම්, හීනය හීනය බව නො දන්න තත්වයට පත්වුණා නම්, ඇත්තටම තියෙන දෙයක් මේ දැනගන්නේ, ලෝකයට අයිති දෙයක් මේ දැනගන්නේ කියලා භාරගත්තොත්, එතකොට රූප උපාදනය. ඒකට හේතුව, සමුදය තියෙන්නේ තමන් තුළම නේද? තමන් තුළ තියෙන මේ ආයතන ගැන සිහිය, නුවණ පිහිටලා නැහැ. ආයතන ගැන මුළාවෙලා, අවිද්‍යාවෙන් භාර අරගෙන.

එතකොට ඒ සමුදය තියෙන තාක් කල් රූපය තියෙනවා. අපට වතුරට එබෙන බල්ලාගෙන් හිතාගන්න පුළුවන්. එතැන මුළාවක්, ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නකම, අවිද්‍යාවයි, ඒ නිසා වුණ මුළාවයි තියෙනකම්

උාට එළියේ බල්ලෙක් ඉන්නවා. බාහිර බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා විශ්වාස කරනවා. දැඩිව භාර අරගෙන, උපාදාන කරගෙන. එයා කවද හරි මේ ආයතනය ගැන දකිනකම්, මේ ඇහෙන් දැකලා නේද, මුළාවකට පත්වෙලා නේද ඔය එළියේ බල්ලෙක්ව හදගන්නේ කියලා අවබෝධ කරන තාක් කල් එයා රූපයෙන් මිදෙන්නේ නැහැ. රූපයට අනුවෙලා. රූපයෙන් මිදෙන්න නම්, ඉති රූපං ඉති රූපස්ස සමුදයො කියන එක හරියට දකින්න ඕන.

ඒ සමුදයන් බාහිරයෙන් දැකලා හරියන්නේ නැහැ. ඉස්සෙල්ලා සමුදය දැක්කේ, ඔය බල්ලෙක් ඉන්නවා, ඔය බල්ලා ආහාර වලින් නේ හැදිලා තියෙන්නේ කියලා. එතකොට බාහිරයෙන් සමුදය දැක්කේ. බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නනවා, ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න නම්, ඕක තමන් තුළින් බලන්න. ලෝකය ගැන හරියට දැනගන්න ඕනෑ නම් බඹයක් පමණ ශරීරය තුළින් බලන්න. ලෝකය මොකක්ද කියලයි, ලෝක සමුදය මොකක්ද කියලයි, ලෝක නිරෝධය මොකක්ද කියලයි, නිරෝධ කරන මාර්ගය මොකක්ද කියන එකයි, බාහිරයෙන් බලලා තේරුම්ගන්න බැහැ. මේ බඹයක් පමණ ශරීරය තුළින් දකින්න කියලා රෝහිතස්ස සූත්‍රයේ දී පැහැදිලි කරනවා. බාහිරයෙන් හෙවිවාට දැන් පෙනෙනවා නේ අර මුළාවෙන් මිදෙන්නේ නැහැ කියලා. ඇලීම් ගැටීම් වලින් නම් මිදෙයි. අවිද්‍යාවයි මුළුවයි කියන දෙකෙන් මිදෙන්නේ නැහැ. තව විදියකට කිව්වොත් බාහිරයෙන් භොයලා සක්කාය දිවධිය කැඩෙන්න විදියක් නැහැ.

සක්කාය දිවධිය - 'මම තමයි ඕක දැනගන්නේ. එළියේ තියෙන රූපය ගැන මමයි දැනගන්නේ. නැත්නම් මාව තමයි ඒ රූපයෙන් සතුවට හරි දුකට හරි පත්කරන්න පුළුවන්, අභිභවා යන්නේ. ප්‍රපංචය හදපු කෙනාවමයි ප්‍රපංචය විසින් පාලනය කරන්නේ. තරහා කරන්නේ, භය කරන්නේ, ඇලීමක් ඇති කරන්නේ, හීනය හදපු එක්කෙනාමයි භය කරන්නේ. දැන් අපි හිතේ හැදුවා කියලා වටේ ඉන්න අය බය වෙන්නේ නැහැ. හීනය දැකපු කෙනාමයි බය වෙන්නේ. එතකොට ප්‍රපංචය හදපු කෙනාවමයි ප්‍රපංචය විසින් පාලනය කරන්නේ. ඒකෙන් මිදෙන්න නම්, මේ සිද්ධිය බාහිරෙන් නෙවෙයි, තමන් තුළින් බලන්න ඕන. මොකද බාහිරයට යන කොට මුළාවෙලා ඉවරයි. අවිද්‍යාවෙන් හදපු දෙයට අනුවෙලා ඉවරයි. අවිජ්ජාපච්චයා සංඛාරා.

පිළිතුරක්: ඇහෙන් අරන් දීපු සංඥාව ගැන මනසෙන් නේ

හිතන්නේ. හිතනකොට නේ නිමිති ටික හැදෙන්නේ. හිතට පෙනෙන රූප ටික. ඕකේ ඇත්ත නො දන්නාකම හින්දා ඕක බාහිර දෙයක් කරලා භාර ගන්නවා. ඒක තමයි රූප උපාදාන කරනවා කියන්නේ.

පිළිතුරක් :- මොකක් හරි සංඥාවක් ආවහම ඕක ගැන හිත හිතා ඉන්න පුළුවන්. ඒ හිතනවා කියන්නේ හිතෙන් හදන නිමිති ටික දැනගන්නවා. හිතෙන් හදන ටික බල බලා විශ්වාස කරන්නේ ඔය එළිය ගැනයි මම හිතන්නේ කියලා. දැන් හීනය දකින ගමන් විශ්වාස කරන්නේ මේ ඇත්තටම තියෙන ඒවා තමයි දකින්නේ කියලා නේ; අත්දකින්නේ කියලා නේ. එයා දන්නේ නැහැ මේ හිතෙන් හදපු දෙයක් බල බලා ඉන්නවා කියලා. විශ්වාස කරන්නේ ඇත්තටම බාහිරයේ තියෙන දේවල් තමයි මේ දැනගන්නේ කියලා. ඒ විශ්වාස කිරීම මයි රූප උපාදානය කියන්නේ.

පිළිතුරක්: වණි සංඥාව නිකම් අර විත්‍ර ප්‍රදර්ශණයකට ගියා වගේ තමයි. විත්‍ර ටික බලනවා. එක එක ජාතියේ විත්‍ර ටිකක් තියෙනවා. වණි සංඥාව කියන්නේ එව්වරයි. සංඥාවක් විතරයි. දැන් බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්වන්නේ ඕක මිරිඟුවක් කියලා. අපි ඒකට අදාළ රූප හදන්නේ මිරිඟුවේ ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම නිසයි. මිරිඟුව මිරිඟුව කියලා දැක්කා නම් වතුර හදන්නේ නැහැ නේ. වතුර තියෙනවා කියලා භාරගන්නේ නැහැ නේ. ඒ වගේ අපි සංඥාව සංඥාව කියලා දැක්කා නම් රූප හදන්නේ නැහැ. ඕක මිරිඟුවක් විතරයි. එතකොට සතරමහා ධාතු රූප හදන්නේ නැහැ සංඥාව මිරිඟුව විදියට දැක්කා නම්.

මිරිඟුව විදියට දකින්න නම් මේක තේරුම්ගන්න වෙනවා. ඇහැට පුළුවන් සංඥාවක් අරන් දෙන්න විතරයි. කනට පුළුවන් සංඥාවක් අරන් දෙන්න විතරයි. ඔය ආයතන හයම ගත්තොත් සංඥ මාත්‍රයක් අරන් දෙන්න විතරයි පුළුවන්. ඕක හොඳට තේරුම් ගත්තොත් තමයි අර හිතෙන් හදන එක මේ මෝඩකමට හදපු එකක් නේද? ඒක එළියෙන් තියලා භාරගත්තු එක තවත් මෝඩකමක් නේද? මිරිඟුවක් දැකලා වතුර තියෙනවා කියලා හිතන එකත් මෝඩකමක්. ඒ වතුර තියෙන්නේ එළියේ කියලා හිතන එක ඊටත් වඩා මෝඩකමක් නේ. දැන් මිරිඟුව පෙනෙන කොට වතුර වගේ හිතෙනවා. හිතෙන එකත් වැරද්දක් නැහැ කියමු කෝ. ඒක හිතෙන් හදපු එකක් කියලා දන්නවා නේ. ඔය වතුර ඇත්තටම එළියේ තියෙනවා කියලා හිතුවොත් නේ ලොකුම මෝඩකම. අන්න එතකොට තමයි ඒ රූපයට අනුවෙන්නේ.

ප්‍රභවයක් බවට පත්වෙන්නේ.

දැන් වතුර වගේ පෙනෙන කොට, වතුර වගේ පෙනෙනවා කියලා හිත දැනගන්නවා. හැබැයි ඒක වතුර කියලා එළියෙන් තියලා, ඒක දැඩිව පිළිගන්න කොට රූප උපාදනයක්. ඇහෙන්න පෙනෙන කොට ඒ පෙනෙන දෙය ගැන මෙහෙම හිතුවා කියලා දන්නවා නම්, ඒක ලොකු දෙයක්. මොකද තවම ඒක එළියෙන් තිබ්බේ නැහැ නේ. පෙනෙන දෙයට මෙහෙම හිතුවා කියලා නුවණ පිහිටනවා නේ. මොනවා හරි පෙනෙන කොට පෙනෙන දෙයට මෙහෙම හිතුවා. එකකොට හිතුවා කියන එක හිතෙන් හදපු එකක් කියලා නුවණක් තියෙනවා නේ. දැන් අපට එතැන සිහිය නුවණ නැහැ. පෙනෙන දෙයට මෙහෙම හිතුවා කියලා සිහිය නුවණ නැහැ. හිත ඇතුළේ මේක හැඳුවේ කියලා. මොකද අපි හිතන එක ආයෙත් එළියට අයිතිකරලාමයි හිතන්නේ. යම් තැනකට දලා. ඒ දැනීම තුළ තමයි අර දුර, ලඟ, අප්‍රකාශ, බහිද්ධ - ඔහොම බෙදන්නේ. එතකොට ඒ බෙදන මට්ටමට එතකොට ලෝකයට අනුවෙලා. රූපයට අනුවෙලා.

බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නවා, ඔන්න ඔය මුළාවෙන් හදපු, මුළාවෙන් අනුවණ රූපය, නැත්නම් ලෝකය ගැන ඇත්ත දකින්න නම් ක්‍රම ටික. එක්කෝ රූපයේ අනිත්‍ය සංඥාව වඩන්න ඕන. ඉති රූපං - මෙන්න මේකයි දැන් රූපය කියලා භාරගත්තේ. ඕක හටගත්තේ මෙන්න මෙහෙමයි - සමුදය. දැන් සමුදය අපට පෙන්නන්න පුළුවන් හිතේ හදපු නිමිත්තේ ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම හින්දා අපි එළියේ තියෙනවා කියලා භාරගත්තා. ඒ සමුදය යෙදෙනකම් එළියේ රූපය තියෙනවාමයි. හැබැයි මේ සමුදය යෙදුනේ නැත්නම්, අපි හිතෙන් හදපු දෙය හිතෙන් හැඳුවේ කියලා දැක්කා නම් එළියේ රූපය පිහිටන්නේ නැහැ. අන්න අත්ඵඛගමය නැත්නම් නිරොධය. සමුදයට අනුවෙනකම් අපි රූපයට අනුවෙනවා, එළියේ තියෙන රූපයට. ඒ සමුදය දකින සිහිය නුවණ පිහිටන්න පුරුදු කරන කොට අර රූපයෙන් මිඳෙනවා.

ඔන්න ඔය පුරුදු කිරීමට කියනවා රූපය පිරිසිදු දැකීම සඳහා කායානුපස්සනාව කියලා.

දැන් ඕක නුවණින් දැනගන්නත් ඕන මෙහෙම දෙයක් වෙනවා කියලා, එතැන සිහිය පිහිටන්න උත්සාහ කරන්නත් ඕන. ආනාපි -

සම්පජානෝ - සතිමා. සිහිය පිහිටන්න උත්සාහ කරන්නත් ඕන. එතැන නුවණක් ඇතිවෙන්නත් ඕන. මේ හිතෙන් හදපු දෙය, හිතෙන් හදපු දෙයක්. ඒක එළියේ පිහිටන්න බැහැ. දැන් සමුදයට අනුවෙන්නෙ නැහැ එතකොට. සමුදයට අනුවෙන්නේ නැත්නම් එළියේ රූප භාරගන්නේ නැහැ. උපාදන කරන්නේ නැහැ.

එතකොට අර බලලා වතුරට එබුණාට වතුරේ බලලෝ හදන්නේ නැහැ. ඇහෙන් මෙහෙම දෙයක් දැක්කා. වණි සංඥාවක් ඇහැ අරන් දුන්නේ. ඒක ගැන හිතන කොට මෙහෙම හිතට නම් රූප ටිකක් පෙනුනා. ඔහොම පෙනෙන්නේ බලලෙක් වෙන්න ඇති කියලා. හැබැයි ඒක අපි එළියෙන් තියලා දැඩිව විශ්වාස කරන්න ගියේ නැහැ. ඔය එළියේ ඉන්න බලලෙක් කියලා විශ්වාස කරන්න යන්නේ නැහැ; මොකද හිතේ මේ ආයතනවල වැඩ කරන හැටි ගැන සිහිය, නුවණ පිහිටියා නම්. එතකොට ඔහොම සිහිය නුවණ පිහිටන්න පටන්ගන්න එක රූපයේ ඇත්ත අවබෝධය සදහා කායානුපස්සනාව වෙනවා.

එතකොට අපට ඕක බලන්න පුළුවන්, එළියේ තියෙන බාහිර රූප ගැනත් බලන්න පුළුවන්, අපේ ශරීරය කියන අජ්ඣාත්ත රූපය ගැනත් බලන්න පුළුවන්. ඉති අජ්ඣාත්තං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති, බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති. ඊළඟට ඔය දෙක එකට බලන්නත් පුළුවන්, ඕනෑම රූපයක් - අජ්ඣාත්ත වේවා, බහිද්ධ වේවා, ඕන රූපයක් අපි භාරගත්තා නම් භාරගන්නේ මේ හිතේ හදපු එකේ ඇත්ත දන්නේ නැති හින්දා, එතැන සිහිය නුවණ පිහිටියේ නැති හින්දා. එතකොට අජ්ඣාත්ත වේවා, බහිද්ධ වේවා, ඒ දෙකම එකට. අජ්ඣාත්තබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති කියලා දැන් සිහිය නුවණ පිහිටන්න පුළුවන්.

ඔන්න ඕකට කියනවා කායානුපස්සනාව වඩනවා කියලා. ඕකේ ප්‍රතිඵලය තමයි, න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති - කිසිම රූපයක් උපාදන කරන්නේ නැහැ. කිසිම රූපයක් උපාදන කරන්නේ නැති මට්ටමකට එන්න පුළුවන්. න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති - මේ ලෝකයේ කිසියම් ම රූපයක් උපාදන කරන්නේ නැහැ, අල්ලාගන්නේ නැහැ.

එතකොට පෙනෙනවා, ඔන්න දැන් දුකයි, සමුදයයි, නිරෝධයයි. දැන් වඩන්නේ මාර්ගය. එතකොට වතුරායයි සත්‍යය අවබෝධය තියෙන

කෙනාට ඔන්න දැන් මාර්ගය වඩන්න පුළුවන්. මේ ආයතන පැත්තෙන් සිහිය පිහිටීම. ඕකට තමයි බුදුදහමක් අහලා ආයතන පිරිසිඳ දැනගන්න ඕන. ඊළඟට මේකේ සමුදයයි අඝට්ඨගමයයි ගැන නුවණක් ඇතිකරගන්න ඕන. මේ සමුදය යෙදෙන හින්දයි ඕක පිහිටන්නේ. මේ සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් පිහිටන්නේ නැහැ.

ඕකට කියනවා පටිච්චසමුප්පාදය කියලා - පටිච්චසමුප්පන්න බව. රූපයේ පටිච්චසමුප්පන්න බව ඔය දකින්නේ. එතකොට ඔක්කෝම රූප ටික ඉබේ පහළවුණා නෙවෙයි. ඒකට හේතු යෙදිලාමයි පහළවුණේ. එතැන තියෙන්නේ පටිච්චසමුප්පන්න රූපයක්. මේ රූපය හේතු නිසා හටගත්තු හින්ද සංඛතයි. පටිච්චසමුප්පාදයකට යටත්වුණ හින්ද පටිච්චසමුප්පන්නයි. මේ ලෝකයට අයිති ඕනෑම දෙයක් සංඛතයි, පටිච්චසමුප්පන්නයි. ඇහැ කිව්වත්, ඇහෙන් දැනගන්න රූපය කිව්වත් එකම විදියයි. ඔය දෙකම සංඛතයි, පටිච්චසමුප්පන්නයි.

පිළිතුරක්: විපරිණාම කියන ඒවා අපි එළියෙන් නේ දකින්නේ. සංඛතයකට අනුවුණා කියන්නේ දුකට අනුවුණා. ලෝකයට අයිති හැම දෙයක්ම සංඛතයි. ඒකට අනුවුණේ නැහැ කියන්නේ නිවන - අසංඛතය. මේකට අනු නො වුණොත්, නිවන තමයි ඔය අවබෝධ කරන්නේ. අපට වෙලා තියෙන්නේ, අපි සංඛතයටමයි අනුවෙලා තියෙන්නේ. සමුදය යෙදිලාම රූපය හදලා භාර අරගෙන. ලෝකයට අයිති හැම රූපයක්ම සංඛතයි. එතැන පටිච්චසමුප්පන්න බව දැක්කොත්, සමුදය නිසාමයි ඕක තියෙන්නේ කියලා දැක්කොත්, ඔය සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් ඕක පිහිටන්න විදියක් නැහැ - නිරෝධය. ඒ නිවන එතකොට අසංඛතයි. හේතු යෙදුණොත් පිහිටන ඒවා සංඛතයි. නිවනට හේතු නැහැ - අසංඛතයි. නො පිහිටන බව, නූපදින බව. දැන් උපදින්න තියෙන හේතුවයි මේ නැතිකරන්නේ. හේතුවත් යෙදුනොත් නේ උපදින්නේ. හේතු යෙදුනේ නැත්නම් උපදින්නේ නැහැ. රහතන්වහන්සේ කියන්නේ නැවත නූපදින මට්ටමට හිත දියුණු කරපු කෙනාට, ප්‍රඥව දියුණු කරපු කෙනාට යි.

ඇත්ත ඇතිහැටි දකිනවා. එතැන අවිද්‍යාව පිහිටන්නේ ම නැහැ. අවිද්‍යාවෙන් නේ ඕවා ඔක්කෝම හදන්නේ. ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නාකම මතම නේ ලෝකයක් හදන්නේ. දැන් මුලාවෙන් හදන්න ලෝකයක් නැතිවෙනවා. මුලාවෙන් හදන ලෝකය ටික ටික අයිත්වෙනවා. ලෝකය ඉක්මවා යනවා. මේ ලෝකය ඉක්මවා යන

නිසා ඕක ලෝකෝත්තර මාර්ගය. එතකොට ඒ ලෝකෝත්තර මාර්ගයට වැටෙන්න තමයි අපි දහමක් අහලා නුවණින් විමසන්න ඕන. ලෝකෝත්තර දැක්ම ඇතිකරගන්න. ඒ දැක්මට කියනවා සම්මා දිට්ඨිය කියලා. සම්මා දිට්ඨිය ඇතිකරගන්නයි මේ දහම නුවණින් විමසන්න ඕන. සම්මාදිට්ඨිය ඇතිකරගත්තොත් තමන්ට මාර්ගය වඩන්න පුළුවන්. දුකෙන් මිදෙන මාර්ගය. තව විදියකින් කිව්වොත් ලෝකයෙන් මිදෙන මාර්ගය. ඒ තමයි ලෝකෝත්තර මාර්ගය. ඒක ඇතිකරගන්න අවශ්‍ය ධර්මාවය තමයි බුදු කෙනෙක් පැහැදිලිකරලා දෙන්නේ. ඒකයි බුදුදහම අහලා දැනගත්තු කෙනාටම විතරයි මේක කරන්න පුළුවන්.

අනිත්‍ය බලන එක ඕන කෙනෙක් කරයි. හැබැයි බුදුදහම අහලා දැනගෙන කරන කෙනාට විතරයි සක්කායදිට්ඨිය දුරුවෙන්නේ. අනික් අය අනිත්‍ය බැලුවාට සක්කායදිට්ඨිය දුරුවෙන්නේ නැහැ. දැන් පෙනෙනවා ද වෙනස? බුදුදහමක් අහලා තේරුම්ගත්ත කෙනාට විතරයි සක්කාය දිට්ඨිය දුරුවෙන විදියට ලෝකය ගැන භොයන්න පුළුවන්. එහෙම භොයන්න වෙන්නේම තමන් තුළින්. මේ බඹයක් පමණ ශරීරය තුළින් බැලුවොත් විතරයි, ආයතන තුළින් බැලුවොත් විතරයි, ඒ සක්කායදිට්ඨිය දුරුවෙන විදියට ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න පුළුවන්.

එහෙම නැත්නම් වෙන්නේ එළියේ ලෝකය ගැන දැනගනියි. දැනගන්න 'මම' කියලා කෙනෙකුත් ඉදියි. මම තව ටිකක් දන්නවා කියලා තව අයට කියාදෙන්න වෙනවා. එහෙම දෙයක් නෙවෙයි මෙතැන තියෙන්නේ. ඔය දැනගත්තු දේවල් ඔක්කෝම මුළාවක්, මෝඩකමට දැනගත්තු ඒවා. ඔය මානය හදගත්තේත් මෝඩකමට ම නේද කියලා පෙනෙයි. දැනගෙන කියලා කතා කළාට, නොදන්න දෙයක් අවිද්‍යාවෙන් ම නේද කතා කළේ කියලා පෙනෙනවා.

ඉතින් ධර්මයට අනුව මෙනෙහි කරන්න.

රූපය පිරිසිදු දැකීම - කායානුපස්සනාව

2016.01.17 දින මාතර දී පැවැත් වූ ධර්ම සාකච්ඡාව

බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා කය ගැන සිහිය පිහිටුවන්න කියලා. සතර සතිපට්ඨානය තමයි නිවන් පිණිස තියෙන ඒකායන මාර්ගය. වෙන ක්‍රම නැහැ. සිහිය පිහිටුවන්න පහසුම ක්‍රමය තමයි ශරීරය. සිත ගැන සිහිය පිහිටුවනවා කිව්වාට ඒක එතරම් පහසු නැහැ. පුළුවන් අය කරන්න, නමුත් කයට සිහිය පිහිටුවන එක කරන්න ඊට වඩා ටිකක් පහසුයි. ශරීරය රිදුන ගමන්ම ඒ ගැන දන්නවා. මොක කල්පනාවක හිටියත් ඇගේ මොකක් හරි රිදීමක් ඇති වුණොත් අපි ඒ ගැන දන්නවා. දන් මේ හොඳට ධර්ම සාකච්ඡා කර කර ඉන්න කොට මදුරුවෙක් කැවෙත් මදුරුවාට පුළුවන් මේ ඔක්කෝම නවත්වන්න. අපට වැඩිපුර දනෙන්නේ කය පිළිබඳවයි. සිත දනෙනවා අඩුයි. සමහර වෙලාවට ඔහේ හිත හිතා ඉන්නවා, දන්නේ නැහැ මොනවා හිතුවාද කියලා. හිතනවා කියලා වත් දන්නේ නැහැ. කොන්ද එහෙම රිදුනොත්? අපට හොරෙන් කොන්ද රිදෙන්න පුළුවන් ද? බැහැ.

ඒකයි කියන්නේ මේ කයට සිහිය පිහිටුවන්න පහසුයි. පහසු එකෙන් පටන්ගන්න. අමාරු එක අල්ලන්න කලින් පුළුවන් දෙය කරන්න. ඒ නිසා බුදුරජාණන්වහන්සේ පළමුවෙන් දේශනා කරන්නේ කායානුපස්සනාව. කායේ කායානුපස්සී විහරති ආනාපී සම්පජානො සතිමා විනයො ලොකෙ අභිජ්ඣාදොමනස්සං - කයෙහි කය පිළිබඳව බලමින් ඉන්න. ඒක තමයි උපදේශය. ශරීරය කියන එක ගැන බලමින් ඉන්න. කය කියලා මොනවා හරි කිව්වා නම් ඒක ගැන බලමින් ඉන්න.

එතකොට කය කිව්වහම පොදුවේ රූප. ශරීරය කියන්නේ රූපයක් නෙ. ශරීරය ගැන බලනවා කියන්නේ රූපයක් ගැන බලන එක. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - අජ්ඣන්ත කියන්නේ තමන්ගේ ශරීරය. බහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - මෙන්න මේවා බාහිරයි. තමන්ගේ කය වෙන්කර ගත්තාට පස්සේ ඉතුරු ඔක්කෝම බාහිරයි. අජ්ඣන්ත දෙය අයිත් කෙරුවහම ඉතුරු ටික ඔක්කෝම බහිද්ධ. ඒවා ශරීර වෙන්න පුළුවන්, අනිත් රූප වෙන්න පුළුවන් - සියල්ලම. දන් ඒකට මුළු ලෝකයම අයිති වෙනවා. තමන්ගේ ශරීරයයි, ශරීරයට අයිති නැති ඒවායි. එතකොට ජීවිත කාලයේම

බැලුවත් පුළුවන් වෙයිද ඔක්කෝම ගැන බලන්න? ලෝකයේ හැම එකක්ම ගැන බලන්න පුළුවන් ද? මේ ගැන නුවණින් හොයන්න ඕනේ.

කායානුපස්සනාව කරන කොට ප්‍රතිඵලය තමයි න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති වෙන්න ඕනේ. මේ ලෝකයේ කිසිම දෙයක් අල්ලගන්නේ නැති මට්ටමකට එන්න ඕනේ. දැන් ලෝකය කිව්වහම අප්ඤ්ඤාත්ත නියෙනවා, බහිද්ධත්ත නියෙනවා. එතකොට ඒකේ කායානුපස්සි විහරති වෙන කොට ප්‍රතිඵලය තමයි කිසිම දෙයක් අල්ලගන්නේ නැති මට්ටමකට එන්න ඕනේ. එතකොට දැනෙන්නේ නැති මට්ටමක් වෙන්න පුළුවන්. ඒක කායානුපස්සනාවේ ප්‍රතිඵලයක්.

එතකොට අපි යම්කිසි රූපයක් ගැන හොඳට මෙනෙහි කරන කොට ඇත්ත දැක්කා නම් ඒකේ ප්‍රතිඵලය තමයි ඒකෙන් මිඳෙනවා. එහෙම වෙන්න ඕනේ. න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති වෙන්න ඕනේ. දැන් ලෝකය කියන්නේ 'කය' කියන ලෝකය. කායෙ කායානුපස්සි විහරති කියන කොට ලෝකය කියන්නේ කය. කය කිව්වහම පොදුවේ රූප. ඒවා අප්ඤ්ඤාත්ත වෙන්න පුළුවන්, බහිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. හරියට සිහිය පිහිටුවොත් ඒකෙන් මිඳෙන්න ඕනේ. ආයේ ඒක උපාදන කරන්න ඉතුරු වෙන්න බැහැ - න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති වෙන්න ඕනේ. එතකොට ශරීරය ගැන සිහිය පිහිටුවන කොට ශරීරයක් නැතිවෙන්න ඕනේ. එදට සිහිය පිහිටුවන්න ඕනේ නැහැ.

දැන් කායානුපස්සනාව නවත්වන්න පුළුවන් කවද ද? උපාදනය කරන්න පුළුවන් ශරීරයක් නැතිවුණ දවසට තමයි නවත්වන්න වෙන්නේ! කායානුපස්සනාවේ ප්‍රතිඵලය න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. මොකද දැන් හිතෙන්නේ? භාවනා නො කර හිටියා නම් ලේසියි කියලා ද? භාවනා කරන විදිය අනුව තමයි ඒක වෙන්නේ. ඔකට තමයි නුවණක් ඇති කරගන්න ඕනේ.

දැන් අපි අවබෝධ කරගත්ත කෙනෙක් ගැන හිතුවොත්, රහතත්වහන්සේනමක් ගැන හිතුවොත්? එතකොට අපවත් වෙනකම් සිහිය පිහිටුවන්න ඕනේ ද? නැහැ - ඊට කලින් රහත්වෙලා තියෙන්නේ. අවබෝධය ලබලා තියෙනවා. අවබෝධය ලැබුවා කියන්නේ තවදුරටත් සිහිය පිහිටවන්න ඕනේ නැහැ. කායානුපස්සනාව වඩන්න ඕනේ නැහැ. අවබෝධය ලබනකම් තමයි වඩන්නේ. අපි තේරුම් ගන්න ඕනේ දෙයක් තමයි අවබෝධය ගන්න කායානුපස්සනාව මැරෙනකම් වඩන්න

මිනේ එකක් නෙවෙයි කියන කාරණාව. හැබැයි කයෙන් මිදෙන්නන් මිනේ. කය කියන එකට අහුවෙන්නේ නැතුව, උපාදනය නො කරන මට්ටමට වෙනකම් මේක වඩන්න තියෙනවා. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියනි. එතකොට තමයි කායානුපස්සනාව සම්පූර්ණ වෙන්නේ. උපාදනය කරන්න මොනවා හරි ඉතුරුවෙලා නම් ඒ කියන්නේ තවම කායානුපස්සනාව වැඩිලා මදි. එතකොට අපට හිතෙනවා එහෙනම් මැරෙනකම් ඕක කරන්න මිනේ කියලා. හැබැයි රහතන්වහන්සේ මැරෙනකම් කරලා නැහැ. ඊට කලින් කායානුපස්සනාව ඉවර කරලා තියෙනවා. ප්‍රතිඵල ලබලා තියෙනවා.

එහෙනම් මැරුණයින් පස්සේ අතහරින කයක් ගැන නෙවෙයි මේ කියන්නේ. ප්‍රඥව, නුවණ දියුණු කළහම ඊට කලින් කය අතහැරෙනවා. එහෙම ස්වභාවයක් තේරුම් ගන්න. එතකොට අපට කය කියන අප්‍රීක්ෂිත රූප හරි, බහිද්ධ රූප හරි තියෙන්නේ අපේ මෝඩකම තියෙනකම් විතරයි. අවිද්‍යාව තියෙනකම් විතරයි. අපි රූප භාර අරගෙන තියෙන්නේ අවිද්‍යාවෙන්. එතකොට විද්‍යාව, නුවණ පහළවෙන කොට, ප්‍රඥව වැඩෙන කොට අවිද්‍යාවෙන් භාරගත්ත රූප ටික අතහැරෙන්න මිනේ. අවිද්‍යාවෙන් භාරගත්ත රූප ටික, ඇත්ත ඇතිහැටියෙන් නො දන්නාකම මත භාරගත්ත රූප ටික අතහැරෙන්න මිනේ. පැහැදිලි ද?

පැහැදිලි නැත්නම් අර උපමාවේ අනුසාරයෙන් හිතන්න. අවිද්‍යාවෙන් භාරගත්ත රූප කියන්නේ අර බල්ලා වතුරට එබ්ලා වතුරේ බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා හිතන්නේ අවිද්‍යාවෙන් භාරගත්ත රූපයක් නේද? ඇත්ත ඇතිහැටියේ දෑක්ක දවසට ඒ රූපය ඉතුරු වෙයි ද? වතුරේ ඉන්න බල්ලා ඉතුරු වෙයි ද ඇත්ත ඇතිහැටියේ දෑගත්ත දවසට? මුළාවෙලා ඉන්නකම් වතුරේ බල්ලෙක් ඉන්නවා. කවද හරි දෑගත්තොත් ඔය ඡායාවක් පෙනෙන්නේ කියලා, මගේ මේ ඡායාව වතුරේ වැටිලා ඔය දකින්නේ කියලා දෑගත්ත දවසට, දෑන් වතුරේ බල්ලෙක් පිහිටයි ද? නැහැ. න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියනි. එතකොට බල්ලෙක් කියලා කිසිම දෙයක් වතුරේ ඉතුරු වෙන්නේ නැහැ නේද? දෑන් එයා මැරෙන්න මිනෙ ද ඒ බාහිර රූපයෙන් මිදෙන්න? මොකක් ද කරන්න තියෙන්නේ? නිවැරදි අවබෝධයක් තියෙන්න මිනේ. මුළාවෙලා භාරගත්ත රූපයෙන් මිදෙන්නේ මුළාව නැතිවුණ දවසට. මුළාව නැතිවෙන්නේ අවබෝධයෙන් - ප්‍රඥව වැඩුන දවසට. ප්‍රඥව වැඩීම

කියන්නේ මුළුව දුරුවෙනවා. ඇත්ත ඇතිහැටියේ දකිනවා කියන්නේ මුළාවුණු ටිකෙන් අයින් වෙනවා. බුදුරජාණන්වහන්සේ පෙන්නනවා එදා න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියි. ඇයි ඒ? ලෝකය කියන එක අපි මුළාවෙන් හදලා ගත්ත දෙයක් නිසා. අපි මුළාවේ ඉන්නකම් අපට තේරෙන්නේ නැහැ මුළාවෙන් හදලා භාරගත්ත දෙයක්. අපට හිතෙන්නේ ඇත්තටම තියෙන දෙයක් කියලා.

දැන් බල්ලාට රැවටිලා ඉන්නකම් හිතෙන්නේ ඇත්තටම වතුරේ ඉන්න බල්ලෙක් කියලා. බල්ලාගේ මුළාව තියෙනකම් ඌට හිතෙන්නේ තව බල්ලෙක් ඉන්නවාමයි කියලා නේ. ඒ මුළාව තියෙන කම් උගෙන් මිදෙන්න නම් ඔය වතුරේ ඉන්න බල්ලා එක්කෝ මැරිලා යන්න ඕනේ. එහෙම නැත්නම් මම මැරෙන්න ඕනේ උගෙන් මිදෙන්න. ඔය දෙකෙන් එකක් වෙන්න ඕනේ නේ. දැන් පෙනෙනවාද අපි මුළාවේ ඉන්නකම් අපට වෙන විදියක් නැහැ උගෙන් මිදෙන්න - රූපය භාරගත්තට පස්සේ, රූපයට අනුච්ඡාට පස්සේ. පොදුවේ හිතන්න ලෝකය භාරගත්තට පස්සේ, ලෝකයට අනුච්ඡාට පස්සේ එයාට නුවණක් නැත්නම් මේක මුළාවෙන් හදගත්ත ලෝකයක් කියලා, එක්කෝ ලෝක විනාශයක් වෙන්න ඕනේ, නැත්නම් තමන් විනාශ වෙන්න ඕනේ. ඔය දෙකෙන් එකක් වෙනකම් ලෝකයෙන් මිදෙන්න බැහැ නේද?

හැබැයි බුදුරජාණන්වහන්සේ ඔතන ඇත්ත ඇතිහැටියේ සර්වඥතා ඥානයෙන් දැකලා අපට පෙන්නනවා, ඔය ලෝකය අවිද්‍යාවෙන් හදපු එකක්. මුළාවෙන් හදපු එකක්. අවිද්‍යාව නැතිවුණු දවසට ඔය ලෝකයෙන් මිදෙනවා. එක ලෝකයකින් නෙවෙයි, තුන් ලෝකයෙන්ම මිදෙනවා. තුන් ලෝකයම ඉක්මවා යනවා. තුන් ලෝකය කියන්නේ කාම, රූප, අරූප ලෝක. හව කියලාත් කියනවා - කාම හවය, රූප හවය, අරූප හවය. හව කියන්නේ 'තියෙන බව'. ශරීරයක් තියෙන 'බව', වතුරේ බල්ලෙක් ඉන්න 'බව'. ඉන්නවා කියලා භාරගන්නවා. පවතින බවක් භාරගන්නවා. කාම ලෝකයක් 'තියෙන බව'. කාම ලෝකයේ ඉන්නකම් අපි ඒ ටික තියෙනවා කියලා භාරගන්නවා. මම 'ඉන්න බව', අනිත් අය 'ඉන්න බව'. 'පවතින බව'. ලෝකය කියන්නේ ලෝකයේ මොනවා හරි තියෙන බව.

එතකොට අපි රූප තියෙන බවක ඉන්නවා. අපට තියෙන රූප මොනවා ද? කොටස් දෙකකට බෙදුවහම ඔක්කෝම අයිතියි - අජ්ඣන්ත රූප සහ බහිද්ධ රූප. තව තව විදි වලට ඔය තියෙන රූප

බෙදන්න පුළුවන්. ලග රූප, දුර රූප, එතකොටත් ඔක්කෝම අයිති වෙනවා. අපි කැමති රූප සහ අකැමති රූප. දැන් ඔක්කෝම අහුවෙලා නේද? තුන් ලෝකයම අහුවෙලා. සියුම් රූප සහ ඕලාරික, රළු රූප. හැම එකක්ම අහුවෙලා. අතීත, අනාගත, වර්තමාන කිව්වහම ඔක්කෝම දන්න රූප ටික අහුවෙනවා නේද? තුන් ලෝකයම අහුවෙලා.

එතකොට ඔය ටික ඔක්කෝම පිහිටලා තියෙන්නේ අපේ මුළාව මත, අවිද්‍යාව මත. අවිද්‍යාව දුරු කරපු රහතන්වහන්සේ තුන් ලෝකයම ඉක්මවා යනවා. කිසිම එකකට අහුවෙන්නේ නැහැ. ඒ වෙලාවට කියන්න පුළුවන් න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති කියලා. මේ ලෝකයේ අල්ලගන්න, උපාදනය කරන්න, භාරගන්න කිසිම දෙයක් ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ. ඉතින් ඔහොම කියන කොට හිතාගන්න අමාරුයි නේද? ඇයි අපට ලෝකය තියෙනවා නේ. අපේ ශරීරය තියෙනවා, අනිත් අයගේ ශරීර තියෙනවා, ගස්කොළන්, ගෙවල්දෙරවල්, යානවාහන, දරුවෝ, පවුලේ අය, නෑදෑයෝ, හුඟක් අය ඉන්නවා. මැරීව්ව අයත් ඉන්නවා. අනාගතයේ උපදින අයත් ඇති. මැරුණු කෙනෙක් සිහි කරගත්තොත් අඬන්න බැරි ද? අඬන්නේ නැති හින්ද ද? නැහැ කියලා තමයි අඬන්නේ, ඒ චුණාට මතක් කරගත්තේ ඉන්න හින්ද නේ. දැන් සිහිකරගෙන අඬන්න 'කෙනෙක්' ඉන්නවා. එයා මැරීලා ගියාට අපට තවම එයා ඉන්නවා. ඒ කියන්නේ අතීත රූපත් අපට තියෙනවා. අපි යන්න දීලා නැහැ. අපි හිතෙන් තියාගෙන ඉන්නවා. දැන් උපාදනය කරන්න රූප තියෙනවා. මැරීව්ව කෙනාට යන්න දුන්නා නම් අඩු ගණනේ අතීත ඒවාට වත් න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති වෙන්න පුළුවන්. අතීතය ගෙවිලා ඉවරවෙන්න දුන්නා නම් අපි අතීත රූප එකක්වත් අල්ලගන්නේ නැහැ. එතකොට අතීත රූප වලට නම් න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති කියන්න පුළුවන් නේ. ඒ එහෙම වෙන්න දුන්නා නම් විතරයි. දැන් හොඳටම දන්නවා නේ අතීතය ගෙවිලා ඉවරයි කියලා. එහෙම කියන්න පුළුවන් ද? ප්‍රඥව චැඬුන, ඇත්ත ඇතිහැටි දකින එළඹ සිටි සිහියක් පිහිටි දවසට පුළුවන් වෙයි එහෙම කියන්න. එළඹ සිටි සිහියක් පිහිටි දවසට කියන්නේ සති පච්චුපට්ඨිතා හොනි. සති කියන්නේ සිහිය. අතීත දෙයක් සිහිවෙන කොටම 'ඕක අතීතය නේ, ඒක දැන් නැහැ නේ, නැති දෙයක් නේ ඔය මවාගන්නේ' කියලා සිහිය, නුවණ පිහිටන මට්ටමක තිබුණොත් ඒකට අහුවෙන්නේ නැහැ, උපාදනය කරන්නේ නැහැ. පටිස්සතිමත්තාය පිහිටලා සිටින, එළඹ සිටින සිහිය.

දැන් අපි ඒ තත්වයේ නැති නම්, එහෙනම් සතිපට්ඨානය වැඩුවොත් පටිස්සතිමත්තාය මට්ටමට අනාගතයේ දී පත්වෙයි. කායානුපස්සනාව වැඩුවොත් පටිස්සතිමත්තාය එළඹ සිටි සිහිය පිහිටලා ඉන්න මට්ටමකට පත්වෙයි. යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය - ඔන්න කායානුපස්සනාවේ ප්‍රතිඵලය. ඤාණමත්තාය නුවණ පිහිටනවා. නුවණ පිහිටන කොට අතීත රූප උපාදනය කරන්නේ නැහැ. අතීතය කියන්නේ දැන් නැති දෙයක්, ආයේ කවදවත් ගන්න බැරි දෙයක් කියලා නුවණ පිහිටියොත් අතීත ඒවා මතක් කර කර අඩයි ද? න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති වෙන්න නම්, දැන් නැති වුණාට අනාගතයේදී වත්, යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය-නුවණ පිහිටයි.

ඔය සඳහා නේද කායානුපස්සනාව දීලා තියෙන්නේ? දැන් අපට ඕක කරන්න බැරි හින්දා බුදුරජාණන්වහන්සේ පනවනවා මේ කායානුපස්සනාව වඩන්න කියලා. කුමක් සඳහා ද? යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය.

අත්ථි කායොති'වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති - අත්ථි කියන්නේ 'ඇත', 'තියෙනවා'. මොනවා ද තියෙන්නේ? කායොති'වා - කයක් කියලා කියන්න දෙයක් තියෙනවා. පනස්ස - පනවාගෙන තියෙනවා. සති පච්චුපට්ඨිතා හොති - සිහිය පිහිටුවනවා, මෙහෙම පනවාගත්ත කයක් නේද මේ තියෙන්නේ කියලා. 'පනවාගත්ත කයක්' නමුත් අපි ඉන්නේ 'තියෙන' කයක් කියලා. දැන් තියෙන්නේ ඇත්තටම තියෙන කයක් ද, නැත්නම් පනවාගත්ත කයක් ද? 'මගේ ශරීරය' කියලා කියන්න පුළුවන් ඇත්තටම තියෙන එකක් තියෙනවා ද? එහෙම තියෙන්නේ නුවණ නැති, අවිද්‍යාවේ ඉන්න අයට. ඥානය පිහිටියොත්, මුළාව දුරු වුණොත්, එදට දකිනවා මේ පනවාගත්ත කයක් නම් තියෙනවා කියලා.

දැන් බල්ලා වතුරේ ඉන්නවා කියලා ඇත්තටම තියෙන කයක් ද, නැත්නම් පනවාගත්ත කයක් ද තියෙන්නේ? පනවාගත්ත කයක්. බල්ලා එහෙම කයක් පනවාගත්තේ ඇයි? නුවණ නැති එක එක කාරණාවක්, ඇහැ පෙනුනේ නැත්නම් පනවා ගන්නෙත් නැහැ. වතුරට එබෙන කොට පෙනෙන්නත් ඕනේ. ඇහැ උදව් කරගෙන තියෙනවා. ඇහෙත් දූකලා, දූකපු දෙය ගැන හිතලා තමයි පනවගෙන තියෙන්නේ තව

බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා. ඇහෙන් දැක්කේ නැත්නම් පනවන්නේ නැහැ, ඒ ගැන හිතුවේ නැත්නම් ඒත් පනවන්නේ නැහැ. හිතුවේ නැත්නම් බල්ලෙක් කියලා දනගන්න බැහැ නේ. ඇහෙන් දකපු දෙය ගැන හිතලා තමයි තව බාහිරයේ ඉන්න බල්ලෙක්ව පැනෙව්වේ. දැන් ඌට ඒක පනවාගෙන ඉන්නකම් බහිද්ධ රූපයක්.

එහෙනම් දැන් බහිද්ධ රූපය ගැන කායානුපස්සනාව වඩන්න කියනවා. බහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - බාහිර රූපයක් තියෙනවා නම් දැන් ඒ රූපය ගැන සිහිය පිහිටුවන්න ඕනේ. ඇයි කායෙ කායානුපස්සී විහරති කරන්න කියන්නේ? කුමක් සඳහා ද? යාවදෙව ඤාණමත්තාය - දැන් නුවණ නැති වුණාට ඉදිරියටවත් නුවණක් පිහිටුවාගන්න. එළඹ සිටි නුවණක්, සිහියක් පිහිටුවාගන්න - පටිස්සතිමත්තාය. නුවණ පිහිටන කොට මොකද වෙන්නේ? අත්පී කායොති'වා පනස්ස - ඔය තියෙනවා කියලා පනවපු කයක් තියෙනවා නම් - සති පච්චුපට්ඨිතා හොති - දැන් නුවණත් එක්ක තමයි එන්නේ. මෝඩකම හින්දා තියෙනවා කියලා භාරගත්තු කයක් පනවාගෙන තියෙනවා කියලා නුවණක් එයි, කායානුපස්සනාව වැඩුවොත්.

දැන් වතුරට එබ්ලා බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා රැවටිලා ඉන්නවා නම්, ඌට බාහිර රූපයක් තියෙනවා. එතකොට බුදුරජාණන්වහන්සේ අනුකම්පාවෙන් දේශනා කරලා තියෙනවා බහිද්ධාවා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - රැවටිලා ඉන්නේ, ඒ රැවටීමෙන් මිදෙන්න නම් කායානුපස්සනාව වඩන්න කියනවා. කුමක් සඳහා ද? අනාගතයේ ඥානය පිහිටන්න, එළඹ සිටි සිහිය පිහිටන්න. අත්පී කායොති'වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති - එහෙම ඥානය පිහිටියොත්, එළඹ සිටි සිහිය පිහිටියොත්, එහෙම පනවපු කයක් තියෙනවා කියලා දනගත්තොත්, එදට ඒ රූපය උපාදනය කරන්නේ නැහැ. එතකොට න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදයති වෙයි නේද? මේ ලෝකය කියලා භාර අරගත්ත බහිද්ධ රූපය. එහෙම වෙන්න ඕනේ නේද?

දැන් මැරෙනකම් ඉන්න වෙයිද රූපයෙන් මිදෙන්න? උපාදනය නො කරන තත්ත්වයට එන්න. හරියට කායානුපස්සනාව නුවණත් දනගෙන වැඩුවොත්, සම්මා දිට්ඨියක් ඇතුව කායානුපස්සනාව වැඩුවොත්, ජීවත්ව සිටිද්දීම මුළාවෙන් මිදෙන්න පුළුවන්. ජීවත්ව සිටිද්දීම අවබෝධ කරගන්න පුළුවන් වෙයි නේද? ආයේ වතුරට එබ්ලා

බල්ලෝ බලන්නේ නැති මට්ටමකට එන්න අනාගතයේ දී එළඹ සිටි සිහියයි, නුවණයි පිහිටයි නේද? යාවදෙව ඤාණමත්තාය - අනාගතයේ දී ඥානය තියෙයි. එළඹ සිටි සිහියයි, නුවණයි පිහිටි දවසට - ඒක දැන් නෙවෙයි අනාගතයේ දී නේ. දැන් රැවටිලා නේ ඉන්නේ.

එහෙනම් මොකටද කායානුපස්සනාව දීලා තියෙන්නේ? රූපය ගැන ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න, මුළාවෙන් මීදෙන. එතකොට අපි රූපය උපාදන කරලා තියෙන්නේ මුළාවෙන්, අවිද්‍යාවෙන් ම යි. මේ රූපය ගැන අවිද්‍යාව දුරු කරගන්න, රූපයේ ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න, ප්‍රඥාවෙන් දකින්න. ඒ සඳහායි කායානුපස්සනාව දීලා තියෙන්නේ.

ඔය වගේමයි වේදනානුපස්සනාව. වේදනාව ගැන බලන්න කියලා තියෙන්නේ වේදනාවේ දැනට රැවටිලා ඉන්නවා නම්, මුළාවෙලා ඉන්නවා නම්, උපාදනය කරගෙන ඉන්නවා නම්, ඕකෙන් මිදීම පිණිසයි වේදනානුපස්සනාව දීලා තියෙන්නේ.

දැන් කවුද එතකොට කායානුපස්සනාව වඩන්න ඕනේ? කයේ රැවටිලා ඉන්න අය. රූපයේ රැවටිලා ඉන්න අය. රූපයේ මුළාවෙලා ඉන්න අය තමයි කායානුපස්සනාව වඩන්න ඕනේ. කවද ද කායානුපස්සනාව ඉවර කරන්නේ? කය පිළිබඳව, රූපය පිළිබඳව මුළාව නැතිවුණ දවසට. එතකොට මොන කය ද? අප්ප්ඤාන කයයි, බහිද්ධ කයයි. ඉති අප්ප්ඤානං වා කායෙ කායානුපස්සි විහරති - මේ තමයි බුද්ධ දේශනාව. මෙන්න මේක තමයි අප්ප්ඤාන කය. මේක ගැන කායානුපස්සි විහරති ව ඉන්න. මෙන්න මේකයි බහිද්ධ කය, මෙය පිළිබඳව කායානුපස්සි ව ඉන්න. කුමක් සඳහා ද? යාවදෙව ඤාණමත්තාය අනාගතයේ ඥානය පිණිස. පටිස්සතිමත්තාය එළඹ සිටි සිහිය පිණිස. සතිය පවතින්න.

තව ප්‍රතිඵලයක් තමයි අනිස්සිතො ව විහරති. නිස්සිත කියන්නේ නිශ්‍රයකරගෙන, ආශ්‍රය කරගෙන, ඇසුරුකරගෙන. දැන් අපි ඉන්නේ කය ඇසුරුකරගෙන. අප්ප්ඤාන කයත් ඇසුරුකරගෙන, බහිද්ධ කයත් ඇසුරුකරගෙන. කායානුපස්සනාව වඩාගෙන ප්‍රඥාව වැඩෙන කොට නිශ්‍රයකරන්න බැහැ, අනිස්සිතො ව විහරති වෙනවා. දැන් වතුරේ බල්ලෙක් නැහැ කියලා අවබෝධ වෙන කොට නිශ්‍රය වෙන්නේ නැහැ, අනිශ්‍රිතයි. ඇසුරුකරන්නේ නැහැ. මුළාව තියෙනකම් බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා ඇසුරු කළා. ප්‍රඥාව වැඩෙන කොට, ඇත්ත දකින

කොට අනිස්සිතො ව විහරති. අනාගතයේ දී තමයි ඕක වෙන්නේ. අනිස්සිතො ව විහරති ව ඉන්න පුළුවන් වෙන්නේ කායානුපස්සනාව වැඩුවොත්. ඊට කළින් නිශ්‍රයකරගෙන ඉන්නේ. රූප ඇසුරු කරගෙන ඉන්නේ. කායානුපස්සනාව වැඩුවොත් ලැබෙන ප්‍රතිඵලය තමයි අනිස්සිතො ව විහරති.

එතකොට ඥානය පහළවෙන කොට යාවදෙව ඤාණමත්තාය, එළඹ සිටි සිහිය පිහිටන කොට පටිස්සතිමත්තාය - අපි හිතමු දැන් බල්ලාට නුවණක් ආවා මෙහෙම මුළාවක් හින්දයි බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා හිතන්නේ. හැබැයි පරණ පුරුද්ද තවම වැඩියි. පෙනෙන කොටම හිතෙනවා අන්න බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා. තවම නුවණක් ආවේ නැහැ. බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා හිතනාට දැන් නුවණක් පිහිටන්න ඕනේ. නුවණත් එක්කම එළඹ සිටි සිහිය තියෙන්න ඕනේ. සිහිය නැති වුණොත් පරණ පුරුද්දට යනවා - අන්න බල්ලෙක් ඉන්නවා කියලා බුරනවා. ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තායයි එකතු වුණොත් - එළඹ සිටි සිහියයි, ඒ එක්කම ඥානයයි, දෙක එකට යෙදුණොත් නිශ්‍රය කරන්නේ නැහැ. එතකොට අනිස්සිතො ව විහරති වෙනවා, වතුරේ ඉන්න බල්ලෙක් ඇසුරු කරන්නේ නැහැ. එතකොට වතුරේ බල්ලෙක්ව භාරගන්නේ නැහැ. න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති මට්ටම.

දැන් තේරුම් ගන්න ඕනේ දෙය තමයි මේ මට්ටමට එන්න අපි මැරෙන්න, නැත්නම් ලෝක විනාශයක් වෙන්න ඕනේ ද කියන කාරණාව. අපේ මෝඩකම, අවිද්‍යාව දුරුවුණා නම් හරි. ඒ සදහා ඇති මාර්ගයක් තමයි කායානුපස්සනාව. බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා මේක තමයි එකම මාර්ගය කියලා - එකායනො අයං හික්ඛවෙ මග්ගො. සතර ආකාරයට සිහිය පිහිටුවන්න කියනවා. කොහොමද සිහිය පිහිටුවන්න ඕනේ? කායෙ කායානුපස්සි විහරති වෙන්න ඕනේ කොහොම ද? ආනාපී - උත්සාහ කරන්න. නිකම් සිහිය පිහිටන්න බැහැ. සම්පජානො - නුවණකුත් ඇති කරගන්න ඕනේ. කොහොමද ඇති කරගන්නේ? ධර්මය අහලා දකලා. ජානං එස්සං යථාභුතං. කාගෙන්ද ධර්මය අහගන්නේ? කල්‍යාණ මිත්‍රයන්ගෙන්. බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරපු දහම අහගන්න ඕනේ. සත්පුරුෂ සේවනය, කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රයෙන් ආයථී ධර්මය අහගෙන, සද්ධර්ම ශ්‍රවනය කරලා, ඒකේ දක්ෂ වෙන්න ඕනේ - කොවිදෙ, සප්පුරිසානං.

දස්සාවී - සත්පුරුෂයන් දෑකලා, ධර්මය අහගෙන, ඒ පිළිබඳව දක්ෂ වෙන්න ඕනේ. දක්ෂ වෙන්න නම් නුවණ යෙදෙන්න ඕනේ. අහගන්න ධර්මය තමන් තුළින් දැකින්න ඕනේ.

එතකොට කායානුපස්සනාව කියන්නේ නිකම් දෙයක් නෙවෙයි. වැඩ ගොඩක් තියෙනවා. ආතාපී සම්පජානො සතිමා - එහෙම කරන කොට කය කියන ලෝකය අතහැරෙනවා - විනෙය්‍ය ලොකෙ - මොනවාද අතහැරෙන්නේ? අභිජ්ඣාදොමනස්සං - ඇලීම්, ගැටීම් ටික අතහැරෙනවා හරියට කායානුපස්සනාව වැඩුවොත්. ඉස්සෙල්ලා ඇලීම්, ගැටීම් අතහැරෙනවා, ඊළඟට එන්න ඕනේ යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය අනිස්සිතො ච විහරතිවෙන මට්ටම. ඇසුරු කරගන්නේ නැතුවම ඉන්න මට්ටමකට එන්න ඕනේ. එදට කියන්න පුළුවන් න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති කියලා.

කය කියලා අජ්ඣන්ත කයක් හරි, බහිද්ධ කයක් හරි තිබුණා නම්, ඒක ඇසුරු කරන්නේ නැහැ - අනිස්සිතො ච විහරති. එදට උපාදනය කරන්න දෙයක් ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ. උපාදනය කරන්න දෙයක් රූප ලෝකයේ ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ. මෙතන රූප ලෝකය කියන්නේ කාම භූමියේ තියෙන රූප. අපි ඉන්න කාමාවචර මට්ටමේ තියෙන රූප කිසිම දෙයක් උපාදනය කරන්න ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ හරියට කායානුපස්සනාව වැඩුවොත්.

එතකොට මේක මැරෙනකම් ඉඳලා අතහැරෙන දෙයක් නෙවෙයි. මුළාව දුරුකර ගත්ත දවසට අතහැරෙන දෙයක්. එතකොට අපි තේරුම් ගන්න ඕනේ අපි මුළාවෙන් තමයි ලෝකයට අහුවෙලා ඉන්නේ කියන එක. මුළාවෙන් රූප භාර අරගෙන, ඒවා පිලිඅරගෙන, රූප වල බැසගෙන අපි ඉන්නේ. මම, මගේ කීව්වා හරි නැතුව හරි, ශරීරයක් තියෙනවා කියලා භාර අරගෙන නේද? අජ්ඣන්ත රූපය භාර අරගෙන නේද, පිලිඅරගෙන, බැසගෙන නේද? ඕවා ගැන කතා කරන්න පුළුවන් නේද? බාහිර රූප පිලිඅරගෙන, බැසගෙන ඕවා ගැන කතා කරන්න පුළුවන් නේද? අභිනන්දනී, අභිවදනී, අජ්ඣාසාය තිට්ඨනී - ඒවා නන්දනය කරනවා, අගය කරනවා, කැමැති වෙනවා. ඒවා ගැන කතා කරන්න පුළුවන්.

එතකොට රූප කියන කොට තමන්ගේ රූපයත් අයිති වෙනවා, අනුන්ගේ රූපත් අයිති වෙනවා, පන තියෙන ඒවාත් අයිති වෙනවා,

පන නැති ඒවාත් අයිති වෙනවා, සියල්ල අයිති වෙනවා. ඉර, හඳ, තාරකා පවා අයිති වෙනවා. රහතන්වහන්සේට - නිවන කියන එකේ දී ඉර, හඳ, තාරකා වත් පිහිටන්නේ නැහැ. දරුපවුල්, නෑදෑයෝ, අම්මලා තාත්තලා, දූදරුවෝ විතරක් නෙවෙයි, ඉර, හඳ, තාරකා වත් නො පිහිටන මට්ටමක්. ඒවාත් ඉක්මවා ගිහිල්ලා. හිතාගන්නත් අමාරුයි නේද? ඒ හින්දා තමයි කායානුපස්සනාව වඩන්න කියන්නේ. අපි රූප ඇත්තමයි කියලා භාරඅරගෙන, රූප පිලිඅරගෙන. අර වතුරට එබෙන බල්ලා වගේ. අපට හිතෙන්නේ නම් බල්ලා නැති රූප නේ භාර අරගෙන තියෙන්නේ, අපි භාරඅරගෙන තියෙන්නේ තියෙන රූප නේ කියලා අනිත් පැත්තට තර්ක කරනවා. කවුද ඒ තර්ක කරන්නේ? අපේ සසරේ ආපු පුරුද්ද. මෙව්වර කල් අපි ආයතන පාවිච්චි කරපු පුරුද්ද. අපි රූප ගැන දැනගත්තේ ආයතන වලින් නේ. ඇහෙන්න දෑකලා, කනෙන්න අහලා, නාසයෙන් ගඳසුවඳ බලලා, දිවෙන් රස බලලා, කයෙන් ස්පර්ශ කරලා. ඕවායින් නේ රූප දැනගත්තේ. මේ ජීවිතයේත් දැනගෙන තියෙනවා, සසරේත් අනන්ත කාලයක් ඔය වගේ රූප භාරගන්න ඇති.

ඒ පුරුද්ද නිසා තමයි 'ඔය තියෙන රූප නේ අපි දැනගත්තේ' කියලා කියන්නේ. දැන් බල්ලාගෙන් ඒ මට්ටමේ දී කියන්නේ 'ඔය ඉන්න බල්ලෙක් ගැන නේ මම තරහා ගත්තේ' කියලා. ඒ මානසික මට්ටමේ දී එහෙම නේ කියන්නේ? ඉතින් අපිත් බල්ලෝ වෙලා ඉන්න ඇති නේ! එතකොට එහෙම නේද කියලා ඇත්තේ? ඒ පුරුද්ද තවම තියෙනවා. ඉතින් බල්ලෝ වෙන්නම ඕනේ නැහැ, බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා මේ තුන් ලෝකයේ කොහේ හිටියත් ඔය පුරුද්ද තමයි තියෙන්නේ කියලා. ආයතනයෙන් දැනගන්න එක තියෙනවාමයි කියලා භාර අරගෙන. ඒ මට්ටමට ආයතන හදගෙන නම්, ඇහැක්, කනක්, නාසයක්, දිවක්, ශරීරයක් හදගන්නා නම්, ඒවායින් පෙන්නන දෙය තියෙනවාමයි, ඇත්තමයි කියලා භාර අරගෙන.

ඉතින් බුදුරජාණන්වහන්සේ සර්වඥතා ඥානයෙන් දෑකලා මේ ආයතන හය ගැන දේශනා කරනවා - ඔය ආයතන අපව මුළා කරනවා. ඔය ආයතන හයම ගිනි අරන් තියෙන්නේ - ආදිත්තං - ඒවායින් අපව පුච්චනවා, දුකට පත් කරනවා. මුළාවට පත් කරනවා. මේ ලෝකයට අහුකරනවා කියන්නේ දුකට පත් කරනවා. මේ ලෝකය පවතින්නේ දුක මත නේ. මේ ආයතන හයෙන් අපව පුච්චනවා. මේ දුකෙන් බේරෙන්න, ගැලවෙන්න විදිහක් තමයි ඒකායන මාර්ගය කියලා

බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ. සත්තානං විසුද්ධියා - මේ සෝකයෙන්, පරිදේවයෙන් ඉන්න සත්වයාගේ විසුද්ධිය පිණිස. සොකපරිදේවානං සමතික්කමාය - සෝකයෙන්, දුකෙන් ඉන්න, අඬන වැළපෙන ගතියෙන් මුදවන්න විදිහක් මේ කියලා දෙන්නේ. ඤයස්ස අධිගමාය - නුවණ ඇති කරවන්න. මෝඛකමීන් ඉන්න කොට නේ පිච්චෙන්නේ, දුකට අහුවෙන්නේ, ලෝකයට අහුවෙන්නේ. එතකොට ලෝකයෙන් බෙරෙන්න විදිහක් මේ කියලා දීලා තියෙන්නේ කායානුපස්සනාවෙන්.

ඉතින් කායානුපස්සනාව ගැන අවබෝධය ගත්තොත් තමයි ඒක වඩන්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒකයි මේ ධර්මයක් අහලා දකින කෙනාට තමයි මේ මාර්ගය වඩන්න පුළුවන් - ජානං එස්සං යථාභුතං - දන්න දකින කෙනාටයි මේ මාර්ගය තියෙන්නේ. එයාට තමයි සම්මා දිට්ඨිය තියෙන්නේ. දැනගන්න දෙය දකින්න ඕනේ. නිකම් මෝඛයන්ට නෙවෙයි මේ කායානුපස්සනාව තියෙන්නේ. දන්න දකින නුවණක් ඇති කෙනාටයි තියෙන්නේ. හැමෝටම බැහැ. දන්න දකින ගතිය ඇති කරගන්න ඕනේ. බුදුදහම තියෙන්නේ ප්‍රඥවන්තයන්ට. දැන් ඕක කියන කොට අත්හරින්න එපා 'අනේ අපට බැහැ නේ' කියලා. අපි හැමෝම ප්‍රඥව වඩන්න පුළුවන් මට්ටමක ඉන්නේ මනුස්සයෝ වෙලා. මනස උසස් අයට මේක දකින්න පුළුවන්, තේරුම්ගන්න පුළුවන්. බැරි දෙයක් බුදුකෙනෙක් දේශනා කරන්නේ නැහැ. තේරුම්ගන්න පුළුවන් දෙයක් නමුත් හොඳට හොයන්න ඕනේ, විමසන්න ඕනේ, නුවණින් බලන්න ඕනේ.

බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා මේ ඇහැ ගැන හොඳට දැනගන්න, දකින්න - ජානං එස්සං යථාභුතං. ඇහෙන් දැනගන්න රූපය ගැන ජානං එස්සං යථාභුතං දැනගන්න, දකින්න. කන ගැන දැනගන්න, දකින්න. කනෙන් දැනගන්න ශබ්ද ගැන ඇත්ත ඇතිහැටි දැනගන්න, දකින්න. මෙහෙම කියන්නේ ඇයි? අපි ඇත්ත නො දන්නා නිසා. මුළාවෙලා නිසා. එතකොට මේ ආයතනයන් ගැන යථාභුත ස්වභාවයෙන්, ඇත්ත ඇතිහැටි දැනගන්න, දකින්න. ඔච්චරයි කියන්නේ. එහෙම කෙනාට සම්මා දිට්ඨිය ඇතිවෙනවා. සම්මා දිට්ඨිය ඇති වුණොත් ආයතී මාර්ගය වඩන්න පුළුවන්. එතකොට ඒ සඳහා නේද ධර්මයක් දේශනා කරන්නේ? ඔන්න ඕක තමයි අපි තේරුම් ගන්න ඕනේ. මේ දහම අහන්නේ, හොයන්නේ, සාකච්ඡා කරන්නේ ඔන්න

ඔය දෙය තේරුම් ගන්න. සම්මා දිට්ඨිය ඇතිකර ගැනීම සඳහා.

ඉතින් මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය සිහියෙන් නුවණින් කියෙව්වොත් සෑහෙන දෙයක් තේරුම්ගන්න පුළුවන්. කරන්නන් වාලේ කරනවා නෙවෙයි. නුවණක් ඇතිව, දැක්මක් ඇතිව, කුමක් සඳහාද මේක කරන්නේ කියලා අවබෝධයක් ඇතුළු වඩන්න පුළුවන්. එතකොට විරියයත් එනවා. මාව මේ දුකකට පත්වෙලා තියෙනවා, මම පිවිචි පිවිචි මේ ලෝකයට අහුවෙලා ඉන්නේ කියලා දකිනවා. මේ ලෝකයෙන් මිදෙන්න මාර්ගයක් තමයි බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ. ඒක තමයි කායානුපස්සනාව. එතකොට තමන්ටම ඕනේකමක් එනවා ඒක වඩන්න. හැබැයි දන්න, දකින කෙනාට විතරයි. පිවිචෙන බව දන්න කෙනා තමයි පිවිචෙන එකෙන් මිදෙන්න බලන්නේ. දන්නේ නැත්නම් මිදෙන්න උත්සාහ කරන්නේ නැහැ. දුකට අහුවෙලා ඉන්න බව දැනගත්තොත් තමයි දුකෙන් මිදෙන්නේ, මිදෙන්න උත්සාහයක්වත් ගන්නේ.

සුනාමිය එතකොට දුටලා බේරුනේ දැනගත්ත අය. නො දන්න අය අහුවුණා. ඒ වගේ තමයි, හැම දුකක්ම දැනගත්තොත් අවස්ථාවක් තියෙනවා බේරෙන්න. ඒ නිසා බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරන්නේ දුක පිරිසිදු දකින්න කියලා. පළවෙනි දෙය තමයි දුක දුක විදිහට දකින්න ඕනේ. අපට බැරිත් ඔය ටිකම යි. පංචඋපාදන ස්කන්ධය දුකයි කියලා දන්නවා, අහලා තියෙනවා. පෙනෙන්නේ නැහැ. කතාවට කියනවා පංචඋපාදන ස්කන්ධය දුකයි කියලා හැබැයි අල්ලගන්නේම මොනවා ද? රූපමයි අල්ලගන්නේ. රූප උපාදන ස්කන්ධය දුකයි කියලා එක පැත්තකින් කියනවා. නමුත් අල්ලගන්නේම රූප. ඒකයි කියන්නේ දුක දුක විදිහට දකින්න කියලා. ඒ හැකියාව ඇති කරගන්න ඕනේ. දුක දුක විදිහට දැක්ක දවසට තමයි දුක ආයෙත් ගොඩ ගහගන්නේ නැත්තේ. නො දන්නා තාක් අර පළඟැටියෝ දුල්ලට පනිනවා වගේ තමයි. බුදුරජාණන්වහන්සේ අපිව උපමා කරන්නේ පළඟැටියන්ට.

පළඟැටියෝ දුල්ලට පනිනවා වගේ අපි රූප පිටුපස්සේ එළවනවා. රූප කියන්නේ කාම වස්තු. ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය පිනවන්න තියෙන දේවල්. කාම ලෝකයේ තියෙන්නේ කාම වස්තු. ඒවා විදින්න තමයි අපි මේ ආයතන ටික හදගෙන තියෙන්නේ. මේවායින් අපව පුච්චනවා, අපව දුකට පත් කරනවා කියන එක අපි

දැකලා නැහැ. ඒ හින්දා තමයි ඒවාට කැමති වෙන්නේ. කැමති වෙන්නේ දුක දුක විදිහට දකින්න නුවණක් නැති නිසා යි. අපේ ප්‍රඥාව වැඩිලා නැහැ.

ප්‍රශ්ණයකට උත්තරය: ධර්මය ඇහුනාටම මදි. ඇහෙනවා කියන්නේ ජානං - දූතගන්නවා. දූතගන්නාට මදි, දකින්න ඕනේ. තමන්ගේ දැක්මක් කරගන්න ඕනේ. සාමාන්‍යයෙන් අපි ඉන්න මට්ටමේ දී අප්ප්කාමික කියන්නේ මේ ශරීරය. ඒකට අයිති නැති ඔක්කෝම බහිද්ධ. එතකොට මතක තියාගන්න කායානුපස්සනාව වඩන්න කියන්නේ රූපයට අනුවෙලා ඉන්න කෙනාට යි. රූපයෙන් මිදුනු කෙනාට නෙවෙයි. රූපයේ ඇත්ත ඇතිහැටි දැක්ක කෙනාට කායානුපස්සනාවක් ඕනේ නැහැ. රූපයේ මූලාවෙලා, රූපයට අනුවෙලා, රූපය භාර අරගෙන, රූපයේ බැසගෙන ඉන්න අයට තමයි, රූපයෙන් මිදෙන්න උපායක් විදිහට, ක්‍රමයක් විදිහට, ඇත්ත අවබෝධ කරගන්න විදිහටයි මේ කායානුපස්සනාව දීලා තියෙන්නේ.

දැන් අප්ප්කාමික රූප, බහිද්ධ රූප තියෙන්නේ මූලා වුණු කෙනාට යි. රූප භාරගත්ත කෙනාට. රූපයේ බැසගත්ත කෙනාට. එතකොට ඒ මට්ටමේ දී අප්ප්කාමික කියන්නේ තමන්ගේ ශරීරය. බහිද්ධ කියන්නේ ඒකට බාහිරව තියෙන ඔක්කෝම රූප. එතකොට ඒ මට්ටමේ ඉන්න කෙනාට (තමන් ඉන්නවාද නැත්ද කියන එක වෙනම බලාගන්න), අප්ප්කාමික රූප තියෙනවා නම්, බහිද්ධ රූප තියෙනවා නම් අන්න එයාට කියනවා ඒවායේ සිහිය පිහිටුවමින් ඉන්න කියලා. ඉති අප්ප්කාමිකං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති - ඔය උපදේශය තියෙන්නේ අප්ප්කාමික රූප තියෙන කෙනාටයි, බහිද්ධ රූප තියෙන කෙනාටයි. ඔය දෙක ගැනම එතකොට සිහිය නුවණ පිහිටුවමින් ඉන්න කියනවා.

කොහොමද සිහිය නුවණ පිහිටන්නේ? ඔන්න දැන් හොයාගන්න ඕනේ. දැන් මේක කරන්නේ කුමක් සඳහා ද කියන එක අපි දන්නවා. දැන් අපි මේ මූලාවේ හිටියොත් අපි රූපයට අනුවෙලා, රූප උපාදනය කරගෙන දුකට පත්වෙලා, ආයතන ටිකක් ගිනි අරගෙන අපව පුවච්චනවා. ලෝකයට අනුවෙලා සංසාරයේ යනවා, එතකොට ඒකෙන් මිදීම සඳහායි මේ උත්සාහය ගන්නේ. එහෙනම් අප්ප්කාමික රූපයෙන් ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න, අවබෝධය නුවණ ඇති කරගන්න. එළඹ සිටි සිහිය ඇතිකර ගන්න. බහිද්ධ රූපයේත් ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න, සිහිය

නුවණ ඇති කරගන්න. කවද හරි න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති මට්ටමට පත්වෙන්න, ඔය අප්ප්කමත්ත රූපයේ හරි බහිද්ධ රූපයේ හරි උපාදන නො කරන මට්ටමට - අනිස්සිනො ව විහරති මට්ටමකට එනවා. දැනට ඕවා ඇසුරු කරගෙන ඉන්නවා. ඇසුරු නො කරන මට්ටමකට එන්න. ඒ සඳහායි කායානුපස්සනාව වඩන්න පටන් ගන්නේ. කුමක් සඳහා ද කියන නුවණක් තියෙන්න ඕනේ.

එතකොට නුවණක් එන්න ඕනේ අපි දැන් මේවාට අනුවෙලා, මේවායින් මිදීම සඳහායි මේ කායානුපස්සනාව වඩන්නේ. එතකොට බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා අප්ප්කමත්ත රූපය ගැන සිහිය පිහිටුවාගෙන ඉන්න වෙනවා. බහිද්ධ රූපය ගැන සිහිය පිහිටුවාගෙන ඉන්න වෙනවා - කායෙ කායානුපස්සි විහරති.

එතකොට මුලින්ම මේක බහිද්ධ රූපයක්, මේක අප්ප්කමත්ත රූපයක් කියලා දැනගන්න ඕනේ. මේ ශරීරය අප්ප්කමත්තය කියලා දැනගන්න ඕනේ. බාහිර මොනවා හරි දැක්ක ගමන් ඕක බහිද්ධයි කියලා දැනගන්න ඕනේ. තව විදිහකට කියනවා ඉති රූපං කියලා. මෙන්න මේකයි රූපය කියලා. ඔතනින් පටන්ගන්න ඕනේ. සිහිය නුවණ පිහිටුවන්න ඕනේ. දැන් සිහිය පිහිටුවනම දැනගන්නවා මේක බහිද්ධ රූපයක්, මේක අප්ප්කමත්ත රූපයක් කියලා. තමන්ගේ ශරීරයේ කොටසක් දැනගන්නා නම් මේක අප්ප්කමත්ත රූපය කියලා දැනගන්නවා, සිහිය පිහිටුවනවා. බාහිර මොකක් හරි දැනගන්නා නම් ඒක බහිද්ධ රූපයක් කියලා සිහිය පිහිටුවනවා. තවම නුවණ නැහැ. ඉති රූපං - මෙන්න මේකයි රූපය.

ඊළඟට අපට හොයාගන්න තියෙනවා රූපයේ සමුදය. ඉති රූපස්ස සමුදයො - මේක හටගත්තේ කොහොමද කියලා හොයාගන්න තියෙනවා. ඉතින් අපට පුළුවන් මට්ටමින් පටන් ගත්තහම - මේ ශරීරය කියලා දෙයක් තියෙනවා, ඔය ශරීරය හටගෙන තියෙන්නේ කොහොමද? අපි කාපු කැම හින්ද. ආහාර නිසා. ආහාර නැතිවුණා නම් රූප තියෙන්න බැහැ. තමන්ගේ වයසත් එක්ක හිතලා බලන්න මේ වෙනකම් කොච්චර කන්න ඇති ද? ගණන් බැලුවොත් ටොන් ගණන් කන්න ඇති නේද? ඔය කැම නො කැවා නම් එහෙම මේ ශරීරය තියෙයි ද? දැන් නුවණක් එනවා ආහාරය හින්ද ශරීරය තියෙනවා කියලා. ඒ එක පැත්තක්.

බාහිර ශරීරයක් ගැනත් අපට ඔහොම හිතන්න පුළුවන්. ආහාර නිසා තමයි ඔය විදිහට ඉන්නේ කියලා හිතන්න පුළුවන්. අප්‍රකාශිත රූපය ගැනයි, බිහිද්ධ රූපය ගැනයි මේ විදිහට සිතීම එක මට්ටමක්. ඒක හරි - ආහාරය නිසා තමයි රූපය ඇතිවෙලා තියෙන්නේ. දැන් ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ අර වතුරට එබෙන බල්ලාක් ඔය විදිහට හිතයි නේද? අර ඉන්න බල්ලා ආහාරය නිසා තමයි ඔය ඉන්නේ කියලා. එහෙම හිතුවොත් එතන මොකක්දෝ වැරද්දක් තියෙනවා නේද? දැන් බාහිර ශරීර බලන්න ගිහිල්ලා ඔය දෙය වෙන්න පුළුවන්. දැන් මේක දහමක් අහලා දක්කේ නැති කෙනාට වෙන්න පුළුවන් දෙයක්. ලෝකය පැත්තෙන් විතරක් හේතු භාගයන්න ගිහිල්ලා, බාහිරයෙන් හේතු භාගයන්න ගිහිල්ලා වරදවා ගන්නවා. වරදින්න පුළුවන්.

එතකොට ඔන්න දහම අහලා තියෙන කෙනාට මතක් වෙනවා බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා නේද බාහිරයෙන් ලෝකය භාගයන්න එපා, බාහිරයෙන් දකින්න බැහැ, මේ බඹයක් පමණ ශරීරයෙන් බලන්න කියලා තියෙනවා නේද කියලා. රෝහිතස්ස සූත්‍රය. දැන් දහම මතක් වුණොත් එළියේ තියෙන ඒවා භාගයන්න ගිහින් තමන් කරන වැඩේ වැරද්ද පෙනෙනවා. මවා ගත්ත බල්ලෙක් මෙව්වර ආහාර කාලා තියෙනවාද කියලා හිතුවේ මුළාවකින් නේද? ඇත්ත ඇතිහැටි වෙන්න බැහැ නේ. එහෙනම් ඇත්ත ඇතිහැටි දකින්න බුදුරජාණන්වහන්සේ අපට තවත් උදව් කරනවා. ආයතන විදිහට දකින්න කියලා දේශනා කරනවා.

දැන් අපි ආයතන විදිහට බැලුවොත් බාහිර ශරීරයක් තියෙනවා කියලා දැනගත්තේ කොහොමද? ඒක දැනගන්න මොන ආයතනයද උදව් වුණේ? ඇහෙන්න දැකලා නම් ඇහැයි, සිතයි. ඇහෙන්න දක්කා, දැකපු දෙය ගැන හිතුවා. ඒ නිසා නේද බාහිර ශරීරයක් තියෙනවා කියලා දැනගත්තේ? ඇහෙන්න දැකලා දැකපු දෙය ගැන හිතලා, කල්පනා කරලා. ඇහෙන්න සංඥාවක් රූප අරන් දුන්නා. නැත්නම් වර්ණ සංඥාවක් කියන්න පුළුවන්. කතෙන් නම් ශබ්ද සංඥාවක් අරන් දුන්නා කියන්න පුළුවන්. සංඥාවෙන් අරන් දීපු එක ගැන යං සඤ්ජානාති තං විතක්කෙති - යමක් හඳුනා ගනියි ද, ඒක ගැන හිතනවා, කල්පනා කරනවා. කල්පනා කරද්දී තමයි දැන් මේ කවුද, ඒක ශරීරයක්, ඕක එළියේ තියෙනවා කියන මට්ටමට යන්නේ. ඔහොම පෙනුනේ ශරීරයක්, ඕක තියෙන්නේ එළියේ. ඔහොම පෙනුනේ බල්ලෙක්, ඒ බල්ලා

ඉන්නේ වතුරේ. ඌට හිතෙන්නේ නැහැ ඒ බල්ලා වතුරට වෙලා කොහොම ඉන්නවාද කියලා නේ! ඇහෙන්න දැකපු දෙය ගැන හිතනවා, හිතන කොට හිතෙනවා 'මය බල්ලෙක් ඉන්නේ' කියලා. යං සඤ්ජානාති නං විතක්කෙති - දැකපු දෙය ගැන හිතනවා. යං විතක්කෙති නං පපඤ්චෙති - ප්‍රපංච බවට පත්වෙනවා. ප්‍රපංච තමයි දැන් වතුරේ ඉන්නේ. දැකපු දෙය ගැන හිතලා, හිතපු දෙය දැන් ප්‍රපංච බවට පත්වෙලා. ඒක එළියේ තියෙනවා කියලා භාර අරගෙන. ඇහෙන්න දැකපු දෙය ගැන හිතුවා. හිතන කොට දැනගත්ත දෙය බාහිරයේ ඉන්නවා, තියෙනවා කියලා භාරගත්තා. යං සඤ්ජානාති නං විතක්කෙති යං විතක්කෙති නං පපඤ්චෙති - තතොනිදනං පුරිසං - ඔන්න ඕක තමයි නිදනය. සල්ලි හම්බවෙන නිධානය නෙවෙයි, රෝගයට නිදනය, හේතුව, මූලික හේතුව මේ පුරුෂයාගේ, නැත්නම් සත්වයාගේ පපඤ්චසඤ්ඤසංඛිධා - ප්‍රපංච සංඥව - සමුදවරන්ති - අභිභවා යනවා. කාවද අභිභවා යන්නේ? මේ පුරුෂයාව. මෙහෙම කල්පනා කරන පුරුෂයාව අභිභවා යනවා, ඉක්මවා යනවා, එයාව පාලනය කරනවා.

කොහොමද පාලනය කරන්නේ? අතීතානාගතපච්චුප්පන්නෙසු රූපෙසු - ඒවා එක්කෝ අතීත රූප, අනාගත රූප, නැත්නම් වර්තමාන රූප කියලා. කාල තුනෙන් ඕනෑම එකක් වෙන්න පුළුවන්. රූප කියන කොට දන්නවා අර එකොළොස් ආකාරයෙන් ඕනෑම එකක්. කාවද අභිභවා යන්නේ? ඒවා හදපු කෙනාව. අර වතුරේ ඉන්න බල්ලාව හැඳුවේ ගොඩ ඉන්න බල්ලා නේ, ඌවම තරහා ගස්සනවා අර හදපු රූපය. එයාම බල්ලෙක් මවාගෙන වතුරෙන් තියලා, ඌටම බුරනවා තරහා අරගෙන. එතකොට හදපු බල්ලාට, වතුරේ ඉන්න බල්ලාට පුළුවන් මේ බල්ලාව තරහා ගස්සන්න. සමුදවරන්ති - අභිභවා යනවා.

එතකොට අපිත් හදලා එළියෙන් තියපු රූප වලට පුළුවන් අපිවම පාලනය කරන්න. මේ විස්තරය තියෙන්නේ මධුපිණ්ඩික සුත්‍රයේ. වක්ඛුඤ්ච පටිච්ච රූපෙ ව උප්පජ්ජති වක්ඛු විඤ්ඤණං, තිණ්ණං සංඝති එස්සො. එස්සපච්චයා වෙදනා යං වෙදෙති නං සංජානාති - යමක් විදියි ද, එය හඳුනා ගනියි. යං සංජානාති නං විතක්කෙති - යමක් හඳුනායි ද, ඒ ගැන කල්පනා කරයි. යං විතක්කෙති නං පපඤ්චෙති - ඒක ප්‍රපංච බවට පත්වෙනවා. ඔන්න ඕක තමයි නිදනය - තතොනිදනං පුරිසං පපඤ්චසඤ්ඤසංඛිධා සමුදවරන්ති අතීතානාගතපච්චුප්පන්නෙසු වක්ඛු විඤ්ඤයොසු රූපෙසු. ඔන්න

රූපයට මුළාවුණාට පස්සේ වෙන දෙය.

දැන් එතෙන්ට ආවේ කොහොමද? ඇහෙන්නේ රූප දැකලා. වක්බුඤ්ච පටිච්ච රූපෙ ච උප්පජ්ජති වක්බු විඤ්ඤාණං - විඤ්ඤාණයක් පහළවෙලා. තිණ්ණං සංඝති එස්සො - ඔය තුනේ සංඝතිය එස්සය. එස්සපච්චයා වෙදනා - ඒ එස්සය නිසා වේදනාව හටගත්තේ. එස්සපච්චයා වෙදනා කියනකම් හේතුපල ක්‍රියාවලියක්. එතන කවුරුවත් නැහැ. යං වෙදෙති කියන කොට යමක් විදියි ද, ඔන්න දැන් විදින කෙනෙක් රිංගලා ඔතෙන්නට. එතකල් කෙනෙක් හිටියේ නැහැ. ඇහැක් තිබුණා, රූපයක් තිබුණා, විඤ්ඤාණයක් පහළ වුණා. ඔය තුනට එස්සය කියලා කිව්වා. මොනවා හරි ජාති තුනක් තිබුණා. ඕකට නමකුත් දුන්නා. ඒ එස්සය නිසා වේදනාවක් හටගන්නා - එස්සපච්චයා වෙදනා. තවම කෙනෙක් නැහැ. යං වෙදෙති කියන කොට දැන් විදින කෙනෙක් ඇවිල්ලා. යමක් විදියි ද, ඕක තමයි හඳුනගන්නේ.

දැන් ඇහැ ද, රූපය ද, වක්බු විඤ්ඤාණය ද, එස්සය ද මේ හඳුනගන්නේ? වක්බුඤ්ච පටිච්ච රූපෙ ච උප්පජ්ජති වක්බු විඤ්ඤාණං, තිණ්ණං සංඝති එස්සො. එස්සපච්චයා වෙදනා - දැන් හඳුනගත්තේ ඔය ටිකෙන් මොකක් ද? ඇහැ ද, රූපය ද, විඤ්ඤාණය ද, එස්සය ද, වේදනාව ද? යං වෙදෙති තං සංජානාති - යමක් විදියි ද, ඔන්න ඕකයි හඳුනගන්නේ. වේදනාව ගැන තමයි දැන් හඳුනගන්නේ. අර විදින්නා හඳුනගන්නේ. යමක් විදියි ද කියන කොට දැන් වේදනාවක්. වේදනාව ඇතිවුණේ කාටද? එස්සපච්චයා වෙදනා. ස්පර්ශය නිසායි වේදනාව හටගෙන තියෙන්නේ. යමක් විදියි ද, ඕක තමයි හඳුනගන්නේ. දැන් ඒක ඇහැවත්, රූපයවත්, වක්බු විඤ්ඤාණයවත්, එස්සයවත් - ඒ එකක්වත් නෙවෙයි. එස්සය නිසා හටගත්ත වේදනාව. ඔන්න තේරුම් ගන්න පටිච්චසමුප්පන්න බව.

සංඥව එස්සයෙන් කියලා වෙන පැත්තකිනුත් කියනවා. ඒ වෙන සූත්‍රයක්. එස්සපච්චයා සඤ්ඤා කියලාත් කියනවා. මෙතැන දී එස්සයෙන්මයි වේදනාව හටගත්තේ. එස්සපච්චයා වෙදනා කියන කොට වේදනාව අර එකකටවත් අයිති නැහැ. වේදනාව එලයක්. හේතූන්ට අයිති නැහැ. ඔන්න ඕකට තමයි පටිච්චසමුප්පාදය දකින්න කියන්නේ. එලය හේතූන්ට අයිති නැහැ. හේතු කියන්නේ වෙනම

ධර්මතා ටිකක්, එලය කියන්නේ වෙනම ධර්මතාවයක්. දැන් ගිනිපෙට්ටියට ගිනිකුර ගැනුවහම ගින්දර හටගන්නවා. ගින්දර කියන්නේ ගිනිපෙට්ටිය ද? ගිනිකුර ද? නැහැ. ඒක හේතු වලට අයිති නැහැ, ඒක වෙනම ධර්මතාවයක්. ගිනිපෙට්ටියෙන් ගින්දර නැහැ, ගිනිකුරෙන් ගින්දර නැහැ. ගින්දර කියන්නේ ගිනිපෙට්ටිය කිව්වත් වැරදියි, ගින්දර කියන්නේ ගිනිකුර කිව්වත් වැරදියි. එස්සපච්චයා වෙදනා නම්, එස්සය නිසා හටගත්ත ධර්මතාවයක් නම්, ඒක කිසිම සම්බන්ධයක් නැහැ හේතු වලට. හේතු නිසා තමයි හටගත්තේ - ගිනිපෙට්ටියයි, ගිනිකුරයි නිසා තමයි ගින්දර හටගත්තේ. ඒ චුණාට ගින්දර කියන්නේ ගිනිකුරවත්, ගිනිපෙට්ටියවත් නෙවෙයි නේ. හැබැයි ඒවා නැතුවත් හටගන්නේ නැහැ. ඒක තමයි පටිච්චසමුප්පන්නයි කියන්නේ. හේතුවල සම්බන්ධය. ඒවා නැතුවත් හටගන්නේ නැහැ කිව්වාට එහෙම කිව්වොත් වැරදියි නේ. ගින්දර දිහා බලලා ඕක ගිනිපෙට්ටිය කිව්වොත් වැරදියි නේ.

දැන් ගින්දර විදලා, ගිනිපෙට්ටියට මගේ අත පිවිචුනා කිව්වොත් හරි ද? ගිනිකුරට මගේ අත පිවිචුනා කිව්වොත් හරි ද? වැරදියි නේ. ගින්දර කියන්නේ වෙනම ධර්මතාවයක්. හේතු වලට ඒක කියන්න බැහැ. එහෙනම් වේදනාව කියන්නේ වෙනම ධර්මතාවයක්. ඕකට ඇහැ කිව්වොත්, ඇහෙන් දැකපු රූපය කිව්වොත්, දැනගත්ත විඤ්ඤාණය කිව්වොත් වැරදියි. ඔය තුනේ එකතුවට නේ එස්සය කියන්නේ. එස්සය කිව්වත් වැරදියි. එස්සපච්චයා වෙදනා - ඔන්න පටිච්චසමුප්පාදය තේරුම් ගත්ත කෙනාට පෙනෙනවා වේදනාව කියන්නේ ස්පර්ශයවත් නෙවෙයි කියලා. ස්පර්ශය නිසා, එස්සය හේතුවෙන් හටගත්ත එලයක්. එලය කියන්නේ හේතුව නෙවෙයි කියලා නුවණක් එන්න ඕනේ.

එතකොට මේ වේදනාව කියන්නේ ඇහැත් නෙවෙයි, රූපයත් නෙවෙයි, වක්ඛු විඤ්ඤානයත් නෙවෙයි, ස්පර්ශයත් නෙවෙයි. වෙනමම ධර්මතාවයක්. පටිච්චසමුප්පන්න ධර්මතාවයක්. වැයවෙලා කියන එක සුදුසු නැහැ. පටිච්චසමුප්පාදය කියන්නේ හේතු ඉවරවෙලා එලය එනවා නෙවෙයි. හේතු තියෙන කොටමයි එලය තියෙන්නේ. ගහේ හෙවනැල්ල තියෙන කොටමයි ගහයි, ආලෝකයයි, පොළොවයි සියල්ලම තියෙන්නේ. හේතු තියෙන කොටමයි එලය. හේතු වැයවෙලා කිව්වොත් හේතු නැති කොටත් එලය තියෙනවා වගෙයි නේ. හේතු ඉවරවෙලා එලය ආවා වගෙයි නේ. එහෙම එකක් නෙවෙයි. ඉමස්මිං.

සති ඉදං හොති - මෙය ඇති කල්හි මෙය වෙයි. වැයවෙලා කිව්වොත් පටලවා ගන්න පුළුවන්. හේතු ඉවරවෙලා එලය ආවේ කියලා හිතෙන්න පුළුවන්. එහෙම නෙවෙයි පටිච්චසමුප්පාදය. පටිච්චසමුප්පන්න කියන කොටම තේරුම් ගන්න ඕනේ ඉමස්මීං සති ඉදං හොති - හේතූන් යෙදෙන නිසාමයි එලය. හේතූන්ගෙන් තොරව අපට එලය ගැන කතා කරන්න බැහැ. හේතු මතමයි එලය ගැන කතා කරන්න තියෙන්නේ. එහෙම ධර්මතාවයක් තියෙනවා. හැබැයි එලය කියන්නේ හේතු නෙවෙයි.

ගින්දර කියන්නේ ගිනිකුර නෙවෙයි. එහෙනම් කියන්න වෙනවා ගිනිකුරට අත පිවිච්චනා කියලා. ගිනිපෙට්ටියට අත පිවිච්චනා කියලා. ඒ කතාව වැරදියි නේ. වේදනාව කියන්නේ එලයක්. එලය කිව්වහම ඒක හේතු නෙවෙයි. ඇහැන් නෙවෙයි, රූපයත් නෙවෙයි, චක්ඛු විඤ්ඤණයත් නෙවෙයි, එස්සයත් නෙවෙයි. හැබැයි අපට ඕක අමතක වෙලා අපි හිතනවා ඔය ඇහෙන් දූකපු රූපය තමයි මේ වේදනාව දෙන්නේ කියලා. ඒ රූපය තමයි මේ හඳුනාගන්නේ කියලා අපට හිතෙනවා. එතකොට වේදනාව දුන්නේ ඇහෙන් දූකපු රූපය, අපි හඳුනාගන්නේ ඇහෙන් දූකපු රූපය කියලා හිතෙනවා. එහෙම වෙන්නේ මෙතන ඇත්ත දකින්නේ නැතිකම නිසා. වේදනාව පටිච්චසමුප්පන්න දෙයක් කියන එක දකින්නේ නැහැ. වේදනාව වෙනම ධර්මතාවයක් කියන එක දකින්නේ නැහැ.

දූන් බලන්න හඳුනාගන්නේ යං වෙදෙති - යමක් විදියි ද, ඒක තමයි තං සංජානාති. විදින දෙය තමයි හඳුනාගෙන තියෙන්නේ. එහෙනම් ඒක රූපය වෙන්න පුළුවන් ද? ඇහැ වෙන්න පුළුවන් ද? චක්ඛු විඤ්ඤණය වෙන්න පුළුවන් ද? එස්සය වෙන්න පුළුවන් ද? බැහැ. ඒවා ඔක්කෝම වේදනාව උපද්දන්න හේතු වුණ ඒවා. යං වෙදෙති - යමක් විදියි ද, තං සංජානාති - ඒක තමයි හඳුනාගෙන තියෙන්නේ. හඳුනා ගැනීම වේදනාව ද? නැහැ, ඒක වෙන ධර්මතාවයක්. ඒකත් පටිච්චසමුප්පන්නයි. වේදනාව තමයි හඳුනාගෙන තියෙන්නේ, ඒ වුණාට හඳුනා ගැනීම කියන්නේ වේදනාව නෙවෙයි. යං සංජානාති තං විතක්කෙති - හඳුනාගත්ත දෙය ගැන තමයි කල්පනා කරන්නේ. හඳුනා ගැනීම ගැනයි කල්පනා කරන්නේ. එහෙනම් වේදනාව ගැනද කල්පනා කරන්නේ? හඳුනාගත්ත දෙය ගැනයි කල්පනා කරන්නේ. යං සංජානාති තං විතක්කෙති. එහෙනම් රූපය ගැනද ඔය

කල්පනා කරන්නේ? අපට හිතෙන්නේ නම් රූපය ගැන තමයි කල්පනා කරන්නේ කියලා. ඇහෙන්න දැකපු රූපය තමයි මේ හඳුනා ගන්නේ, ඒ ගැන තමයි කල්පනා කරන්නේ කියලා තමයි අපි විශ්වාස කරන්නේ. ඔය එළියේ තියෙන රූපය ගැන. ඒ කියන්නේ වතුරේ ඉන්න බල්ලා ගැන තමයි හඳුනා ගන්නේ, කල්පනා කළේ කියලා. කල්පනා කරන කොට, ඔතන සිහිය නුවණ පිහිටියේ නැත්නම් ප්‍රපංච වෙන එක ගැන අහන්න දෙයක් නැහැ නේ. යං විතක්කෙති තං පපඤ්චෙති - යමක් කල්පනා කරයිද, ඒක තමයි ප්‍රපංච වෙන්නේ. ඒ ප්‍රපංචයෙන් තමයි ප්‍රපංච හදපු කෙනාවම පාලනය කරන්නේ, අභිභවා යන්නේ. අපිම රොබෝ කෙනෙක් හදලා, රොබෝ අපව පාලනය කරනවා.

අපිම ලෝකයක් හදලා ඒ ලෝකයෙන් අපි දුක් විඳිනවා. ඒ දුක් විඳීමට තව නමක් තමයි අටලෝදහමට අනුවෙනවා කියන්නේ. ලෝකයට අනුවෙනවා කිව්වත්, අටලෝදහමට අනුවෙනවා කිව්වත් එකම දෙය. එතකොට ලෝකය පවතින්නේ දුක මත කියලා බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා. නමුත් අපට ඒ නුවණ නැහැ. ඇයි ඒ? අටලෝදහම තුළ අපට සැපදුක් තියෙනවා. දුක විතරක් නෙවෙයි, සැපදුක් තියෙනවා. ඒ කාටද තියෙන්නේ? ලෝකයට අනුවෙන කෙනාට. ඇත්ත දුක්ක කෙනාට සැපෙයි දුකෙයි දෙකේම තියෙන්නේ දුක. ලෝකයට අනුවුණා නම් දුක. එතන ආයේ සැපක් දකින්න බැහැ ඇත්ත දුක්ක කෙනාට. ලෝකයට අනුවුණු කෙනාට නම් තියෙනවා සැපදුක්. සැපත් තියෙනවා, දුකත් තියෙනවා. ඒක ලෝකයට අනුවුණු තාවකාලික, සාපේක්ෂ මූලාව මත තියෙන්නේ. කෙනෙක් සැපයි කියන එක තව කෙනෙකුට දුකක් වෙනවා - සාපේක්ෂව.

දැන් අපායේ ඉන්න කෙනා කියනවා මනුෂ්‍යයෝ සැප විඳිනවා කියලා, දෙවියෝ කියනවා මනුෂ්‍යයෝ දුක් විඳිනවා කියලා. අපායට සාපේක්ෂව මනුෂ්‍යය ලෝකය සැපයි. දිව්‍ය ලෝකයට සාපේක්ෂව දුකයි. එකම දෙය එක වෙලාවකට සැප වෙලා, එක වෙලාවකට දුක වෙලා. ඒකයි සාපේක්ෂ කියන්නේ. එතකොට ඒක ඇත්ත ඇතිනැටියේ නෙවෙයි. අටලෝදහම මූලාව මත පිහිටි දෙයක්. ඇත්ත දුක්ක කෙනාට ඔය ඔක්කෝම දුකයි. අපායේ හිටියත් දුකයි, දිව්‍ය ලෝකයේ හිටියත් දුකයි, මොකද සංසාරයේ හින්ද. මේ තුන්ලෝකයේ කොහේ හිටියත් දුකමයි. සසරේ මොහොතක් හරි හිටියා නම් ඒ දුකමයි. සසරේ ඉන්නවා කියන්නේ තුන්ලෝකයේ නේ ඉන්නේ. තුන්භූමිය ඉක්මවා ගිය

රහතන්වහන්සේට තුන්භූමියේ මොහොතක් හරි කියන්නේ දුකක්, ලෝකය පවතින්නේ දුක මත කියලා නුවණක් තියෙනවා. මුළාවෙන් හදගත්ත, අවිද්‍යාවෙන් හදගත්ත ලෝකයක්.

ඉතින් ඔය ටික අපේ ඕනේ ආයතනයක් හරහා බලන්න පුළුවන්. ඇහැ එක්ක බලන හැටි තමයි මම පෙන්නුවේ. ඇහෙන් දුකලා, රූපයක් දැනගෙන, ඔය රූපය තියෙන්නේ එළියේ කියලා අහුවෙන කොට සිද්ධවෙන දෙය. දැන් නුවණක් එන්න ඕනේ ඇහෙන් දුකලා දැනගන්න එක පිළිබඳව. ආයතන පිරිසිඳ දකින්න නුවණින් බලන්න ඕනේ. වක්ඛායතනයට පුළුවන් මොකක් ද? රූප සංඥාවක් අරන්දෙන්න විතරමයි - සංඥ මාත්‍රයක්. සංඥව තව ටිකක් තේරුම්ගන්න බුදුරජාණන්වහන්සේ උපමාවක් දෙනවා - මිරිඟුවකට. සංඥවක් අරන් දුන්නා කියන්නේ මිරිඟුවක් දක්කා. ඇහෙන් මිරිඟු ස්වභාවයක් හදලා දුන්නා. මිරිඟුව පෙනෙන කොට වතුර කියලා භාරගන්නත් පුළුවන්, මිරිඟුව මිරිඟුව කියලා දකින්නත් පුළුවන්. වතුර කියලා භාරගත්ත කෙනාට ලෝකයට අයිති දෙයක් තියෙනවා. මිරිඟුව කියලා දක්ක කෙනාට ලෝකයට අයිති දෙයක් පිහිටන්නේ නැහැ. සංඥ මිරිඟුවක් විතරයි. ඇහැට අරන්දෙන්න පුළුවන් සංඥ මිරිඟුවක් විතරයි. කනට අරන්දෙන්න පුළුවන් සංඥ මිරිඟුවක් විතරයි. ලෝකයට අයිති දෙයක් අරන්දෙන්න බැහැ. ලෝකයට අයිති දෙයක් භාරගත්තා නම් අවිද්‍යාවෙන්මයි, මුළාවෙන්මයි, ඇත්ත ඇතිහැටි නො දන්නකම නිසාමයි.

ඒ නිසා බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා අපට ආයතන ගැන දක්ෂවෙන්න කියලා. ආයතන කුසල වෙන්න කියනවා. සද්ධර්මය අහලා තේරුම්ගත්ත කෙනාට කියනවා ආයතන කුසල වෙන්න කියලා. ආයතන ගැන අහලා දැනගන්න ඕනේ. ඡානං එස්සං යථාභුතං - ආයතන ගැන සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගන්න ඕනේ. ආයතන කුසල වෙන්න ඕනේ. එදට ලෝකයට අහුවෙන්නේ නැහැ. ආයතන ගැන සිහිය නුවණ පිහිටියොත් මිරිඟුව දුකලා වතුර හදන මට්ටමට යන්නේ නැහැ. එතකොට මෙන්න මේ තැන දක්වා අපට එන්න තියෙනවා. ධර්මයන් අහලා තේරුම්ගන්නේ මේ සඳහායි.

දැන් බලන්න අර රූප දැනගත්තේ කොහොමද? එළියේ රූප තියෙනවා කියලා අපි දැනගෙන තියෙන්නේ ඇහෙන් දුකලා නම්, මිරිඟුව මිරිඟුව විදිහට දුකලා නැහැ. ඇහෙන් අරන් දීපු සංඥව

මිරිඟුවක් කියලා දැක්කේ නැතුව පනවපු රූප. සංඥාව මිරිඟුවක් විදිහට නො දන්නාකම නිසා පනවපු රූප. අත්ටී කායොති'වා පනස්ස- ඔය තියෙනවා කියපු රූප ඔක්කෝම පනවපු රූප කියලා සිහිය පිහිටුවනවා - සති පවිච්චපට්ඨිතා හොති. මේ බාහිර රූප ඔක්කෝම පනවපු රූප කියලා නුවණක් එනවා මේ ආයතන ගැන නුවණින් බලන කොට. මිරිඟු ස්වභාවය දන්නේ නැති හින්දා තියෙනවා කියලා හිතපු වතුර වගේ - පනවපු රූප ගොඩක්. ඇත්තට කවදවත් අනුවෙන්නේ නැති, අත්දකින්න බැරි, පනවපු රූප ගොඩක්. අත්ටී කායොති'වා - කයක් තියෙනවා කියලා පැනෙව්වා නම් ඔවා ඔක්කෝම - පනස්සසති පවිච්චපට්ඨිතා හොති - ඒවා ගැන නුවණ පිහිටලා හිටිනවා, ඇත්ත ඇතිහැටි දකිනවා.

ඕකම අප්ඤාන්ත කයටත් දකින්න පුළුවන්. තමන්ගේ ශරීරය තියෙනවා කියලා දැනගන්නේ කොහොමද? ආයතනයක් නැතුව ශරීරය තියෙනවා කියලා දැනගන්න බැහැ. ආයතනයක් වැඩ කළේ නැත්නම්, ආයතනයක් උදව් වුණේ නැත්නම් මේ ශරීරය තියෙනවා කියලා දැනගන්න බැහැ. රිදෙනවා කියලා දැනගන්නේ කායාතනයෙන්. කායාතනය වැඩ කළේ නැත්නම් රිදෙනවා කියලා දැනගන්නේ නැහැ. තද වෙලා තියෙනවා, රස්තෙයි - මේවා කායාතනයෙන් දැනගන්නේ. කායාතනය වැඩ කළේ නැත්නම් දැනගන්නේ නැහැ. කායාතනයෙන් අරන් දෙන්නේ පොට්ට්ට්ට්ට් සංඥාව. සංඥාව මිරිඟුවක්. අපි මිරිඟුව විදිහට දන්නේ නැති හින්දා යං සංජානාති තං විතක්කෙති යං විතක්කෙති තං පපඤ්චෙති - සංඥාවෙන් දැනගත්ත දෙය ගැන කල්පනා කරනවා, කල්පනා කරන කොට රූපයක් තියෙනවා කියලා හිතනවා, ඒ රූපය ප්‍රපංචයක් කරනවා ඒක බාහිරයේ තියෙනවාමයි කියලා භාරඅරගෙන. කල්පනා කරපු දෙය දැනගත්තා කියලා නුවණකුත් නැහැ. ඕක එළියේ තියෙනවාමයි - ඔන්න ප්‍රපංච. තතොනිදනං පුරිසංපපඤ්චසඤ්ඤසඛ්ඛා සමුදවරන්ති අතීතානාගතපවිච්චප්පන්තෙසු වක්ඛුච්ඤ්ඤෙයොසු රූපෙසු - ඇහෙන් නම්. කතෙන් නම් සොතච්ඤ්ඤෙයොසුරූපෙසු - ඒ වගේ ඒ ආයතනයෙන් දැනගත්ත රූපයක් ඒක. කායච්ඤ්ඤෙයොසුරූපෙසු - කාය විඤ්ඤණය නිසා දැනගත්ත රූපයක් රිදිලා දැනගත්තා නම්.

දැන් ඇහෙන් දැකලා දැනගත්තා නම් තමන්ගේ ශරීරය? ඔලුව ඇරෙන්න ඉතුරු ටික පෙනෙනවා නේ? එතකොට

වක්ඛුච්ඤාඤායොසු රූපෙසු. එතනත් ගිහිල්ලා නේද යං සංජානාති තං විතක්කෙති යං විතක්කෙති තං පපඤ්චෙති තතොනිදනං පුරිසංපපඤ්චසඤ්ඤසඛිබා සමුදවරන්ති අතීතානාගතපච්චුප්පන්තෙසු වක්ඛුච්ඤාඤායොසු රූපෙසු. ඇත්ත දැනගන්න නම් බය නැතුව පාලි සූත්‍ර කියවන්න. පරිවර්තන කියවලා දැනගන්න අමාරයි.

කායානුපස්සනාව වඩන්න ඕනේ කුමක් සඳහා ද, වඩන්නේ කොහොමද කියන එක දැන් පැහැදිලි ඇති. කය ඉක්මවා යෑම සඳහා, රූපය ඉක්මවා යෑම සඳහා - න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති වීම සඳහා, අනිස්සිතො ච විහරති වීම සඳහායි කායානුපස්සනාව වඩන්න ඕනේ. එතකොට ඔය දෙය දැක්කොත් ඊටපස්සේ රූප ඇසුරු කරගන්නේ නැහැ. උපාදනය කරන්න රූප ඉතුරුවෙන්නේ නැහැ කියලා තමන් දකිනවා. මේ තමයි සම්මා දිට්ඨිය. සත්‍යය ඥානය පහළවෙනවා. රූපය පිළිබඳව සත්‍යය ඥානය පහළවෙනවා. රූපය කියන්නේ මේකයි, රූප සමුදය කියන්නේ මේකයි, මේ සමුදය යෙදුනේ නැත්නම් ඔහොම දෙයක් පිහිටන්නේ නැහැ, නිරෝධයි. අන්න එහෙම දැක්ක කෙනාට කියන්න පුළුවන් න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති නැත්නම් අනිස්සිතො ච විහරතිකියලා. සමුදය හින්දයි රූපය තියෙන්නේ, සමුදය නැත්නම් රූපයක් ගැන කතා කරන්න බැහැ.

දැන් චතුරට එබෙන බල්ලාට බල්ලෝ ඉන්නේ මේ පැත්තේ අවිද්‍යාව, මූළාව තියෙනකම් විතරයි. අවිද්‍යාව, මූළාව නැතිවුණ දවසට ඇසුරු කරන්න රූප පිහිටන්නේ නැහැ. දැන් එහෙනම් මැරෙනකම් ඉන්න ඕනේ ද ශරීරයෙන් නිදහස් වෙන්න? මැරෙනකම් ඉන්න ඕනේ ද මූළාවෙන් හදපු බාහිර රූප වලින් නිදහස් වෙන්න? දැන් නුවණක් එනවා. මේ ජීවිත කාලයේදීම කරන්න පුළුවන් දෙයක් තමයි බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ.

උත්තරයක්: දැන් රූප ටික නම් හිතෙන් හදපු ඒවා කියලා හොයාගන්න පුළුවන්. එතකොට ධාතු? ධාතු හිතෙන් නෙවෙයි ද හැඳුවේ කියලා හොඳට හොයලා බලන්න. ධාතු කියන්නේ පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, වර්ණ, ගන්ධ, රස, ඕජා - ශුද්ධාෂ්ඨකය. දෙතිස් කුණපය හරි කෙස්, ලොම්, නිය, දත් හරි හැදිලා තියෙන දේවල් නේ? එතකොට දැන් අජ්ඣාත්ත කය තියෙනවා කිව්වහම ඒ කය හැදිලා තියෙන දේවල්. ඒ වගේමයි බහිද්ධ කය තියෙනවා කිව්වහම ඒ කය

හැදිලා තියෙන දේවල්. දැන් ඔය ධාතු ටික තියෙන්නේ රූපය තියෙන කෙනාට නේද? අනිස්සිතො ච විහරති වුණ දවසට, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති වුණ දවසට ඔය කතාව කියයි ද? බුදුරජාණන්වහන්සේම තමයි දේශනා කළේ ඔය කය තියෙන්නේ ආහාරය නිසා කියලා. සමුදය දකින මට්ටම් වෙනස් වෙනවා ප්‍රඥව අනුව. ආහාර සමුදය නෙවෙයි කියන්න බැහැ රූපය තියෙන කෙනාට. ඒක බුද්ධ දේශනාව. පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ කියන එකක් බුද්ධ දේශනාව. හැබැයි අපි බුද්ධ දේශනාව තේරුම් ගන්න ඕනේ. කාටද මේ දේශනා කළේ? ඇත්ත දූකපු කෙනාට ද, මුළාවේ ඉන්න කෙනාට ද? මුළාවේ ඉන්න කෙනාට. එයාට පියවරෙන් පියවර ඔය මුළාවෙන් මිදෙන්න මාර්ගය මේ දේශනා කරලා තියෙන්නේ.

එතකොට ලෝකයට අයිති මට්ටමකින් කෙලෙස් තුනී කරන්නත් මාර්ගය දේශනා කරනවා, ලෝකය ඉක්මවා යන්න ලෝකෝත්තර ප්‍රතිපදාවකුත් දේශනා කරනවා. ඔය දෙක වෙන් කරගත්තේ නැති හින්ද තමයි අපට ප්‍රශ්න එන්නේ. ලෝකයට අයිති මට්ටමේ හේතු ටිකත් වැරදියි කියන්න බැහැ. ලෝකයට අයිති දූක්මේ ඉන්න අයට ඒක හරි. හැබැයි ලෝකෝත්තර දර්ශනය එතකොට, ඒ හේතු ඊට වඩා වෙනස්. එතකොට තමයි මේ ආයතන මට්ටමෙන් බලන්න කියන්නේ. ලෝකය ඉක්මවා යන දර්ශනයේ දී ලෝකයට අයිති හේතු අදාළ නැහැ. ලෝකය පවතිනකම් තමයි ලෝකයට අයිති හේතු තියෙන්නේ.

ප්‍රශ්නය: වර්ණ රූපයක් කියන එක ලෝකෝත්තර මට්ටම නෙවෙයි ද?

උත්තරය: වර්ණ රූපය තියෙන්නේ කොහේද? දැන් වර්ණ රූපය තියෙන්න එතන තියෙනවා පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ. වර්ණය කියන්නේ උපාදය රූපයක් නේ. එතකොට වර්ණ රූපය තියෙන තැන සතරමහා ධාතුව තියෙනවා. ඔන්න ඕකට කියනවා මඤ්ඤණා කරනවා කියලා. සම්මුති පඨවි, ආරම්මණ පඨවි, සසම්භාර පඨවි, ලක්ඛණ පඨවි. මේ සතර ආකාරයෙන් ඕනෑම විදියකට මඤ්ඤණා වෙන්න පුළුවන්. පෘථග්ඡනයා පඨවිං පඨවිතො මඤ්ඤති, සේඛ පුද්ගලයා පඨවිං පඨවිතො මා මඤ්ඤති, රහතන්වහන්සේ පඨවිං පඨවිතො න මඤ්ඤති. ඔය වෙනස තියෙනවා. රූපය ඉක්මවා ගිය දවසට න මඤ්ඤති වෙනවා. රූපයක් තිබුණොත් නේ ඒක හැදිලා තියෙන ඒවා

ගැන කියන්න තියෙන්නේ. බල්ලෙක් හිටියොත් නේ බල්ලා හැදිලා තියෙන්නේ පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ වලින් කියලා කියන්න වෙන්නේ. බල්ලා නො පිහිටන දවසට කොතේද තියෙන්නේ පයවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ?

ප්‍රශ්නය: සතරමහා ධාතුව අනිදස්සන හින්ද ද?

උත්තරය: ඇත්ත තත්ත්වය අනිදස්සනයි. ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ තියෙනවා කියලා අරගෙන නේ. ඒක තමයි මඤ්ඤණා කරනවා කියලා කියන්නේ. ගන්න බැරි වුණාට එහෙම භාර අරගෙන තියෙනවා. රූපය කියන එකත් එහෙමයි. ගන්න බැරි වුණාට අපි අරගෙන තියෙනවා. ඒකයි කියන්නේ අපි නිත්‍යය සංඥාවෙන් අරන් තියෙනවා - තියෙනවා කියලා අරගෙන තියෙනවා. ඒ නිසා තමයි අපට ඒක ගැන කතා කරන්න පුළුවන්. අභිනන්දනි, අභිවදනි, අජ්ඣොසාය නිට්ඨනි. ඇත්ත තත්වය එහෙම කරන්න බැහැ. නිශ්‍රය කරගෙන ඉන්න බැහැ - අනිස්සිතො ව විහරති ඇත්ත දකින කොට. න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියනිමේ ලෝකයේ කිසිම දෙයක් උපාදනය කරන්න ඉතුරු වෙන්නේ නැහැ. පයවියවත් ඉතුරු වෙන්නේ නැහැ. ඒකයි රහතත්වහන්සේ න මඤ්ඤති කියන්නේ. අපේ මඤ්ඤණා වෙන ගතිය තියෙනවා. සේබ පුද්ගලයා ඒක වැරදියි කියලා දකලා ඒකෙන් මිදෙන්න උත්සාහයක් තියෙනවා. අපට මෙහෙම හිතුනාට රහතත්වහන්සේට ඔහොම හිතෙන්නේ නැහැ නේ කියලා දැක්මක් තියෙනවා.

ඒක එන්නේ සම්මා දිට්ඨිය එක්ක. එතකොට ඒ සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගන්න තමයි අපි මේ ධර්මය අහන්න ඕනේ, නුවණින් විමසන්න ඕනේ.

උත්තරය: රූපය සනිදස්සන කියනවා නම් ආයතන වලට බැහැලාමයි කියන්න ඕනේ. ආයතන ඉක්මවා ගිය දවසට? එදට ඕවා වචන ගොඩක් විතරයි.

ප්‍රශ්නය: ආයතන ගැන ඉගෙන ගන්න එක අපට අවශ්‍යය වෙනවා නේ?

උත්තරය: ඒක හරි. දැන් රූපයේ ඉන්නකම් රූපය ගැන ඉගෙන ගන්න ඕනේ. හැබැයි ඉගෙන ගන්නේ මොකටද කියලා නුවණක්

තියෙන්න ඕනේ. රූපය පිරිසිදු දැකීම සඳහා නේ රූපය ගැන ඉගෙන ගන්නේ. ඇහැ පිරිසිදු දැකීම සඳහා නේ ඇහැ ගැන ඉගෙන ගන්නේ. ඉතින් ඇහැ තියෙන කෙනාට ඇහැ ගැන හොයන්න කියලා තියෙන්නේ. කය තියෙන කෙනා කය ගැන හොයන්න ඕනේ, සිහිය පිහිටුවන්න ඕනේ, කායානුපස්සි විහරති. කායානුපස්සි විහරති ව ඉන්න ඕනේ කවුද? කය තියෙන කෙනා. ඒක අප්ඤ්ඤා වෙන්න පුළුවන්, බහිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. හැබැයි කයෙන් මිදුණු දවසට ආයෙන් කායානුපස්සනාවක් ඕනේ නැහැ. න ව කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති නැත්නම් අනිස්සිතො ව විහරති ඔය නුවණ ආපු දවසට. එතකොට කායානුපස්සනාව කරලා ඉවරයි. එදට කතං කරණියං කියන්න පුළුවන්.

උත්තරය: කායාතනය දකින්න බැහැ කියලා කියන කොට - දැන් කායාතනය පිහිටන්නේ නැති මට්ටම එතකොට කොහොමත් ඉතින් ඒකට උත්තරය ඇවිල්ලා. ඊට මෙහා මට්ටමේ දී ඒ ගැන කතා කරන්න පුළුවන්. ඒ තව නුවණක් ගන්න. ඔය දක්කාට ඕක දකින්න බැහැ කියලා තව ටිකක් ඇත්ත පෙනෙනවා. ඇහැ අනිදස්සනයි. අපි ඉන්නේ ඇහැ දකින්න පුළුවන්, අල්ලන්න පුළුවන් කියන මට්ටමක නේ. එතකොට ඒකෙන් ටිකක් එහාට නුවණ පාදගන්න මාර්ගය ඔය තියෙන්නේ. එක පාරට නැහැ කිව්වාට තේරෙන්නේ නැහැ. පියවරෙන් පියවර ගෙනියන්න ඕනේ. අපි තවම රූප ලෝකයේ ඉන්නේ.

ඒකයි වේදනානුපස්සනාව ගැන ඇහුවාට ඒ ගැන මම කතා කරන්නේවත් නැත්තේ ඉස්සෙල්ලා මෙන න සුද්දකරගන්න ඕනේ. මෙන න මේක විසඳගන්නේ නැතුව ඊළඟ එකට ගිහින් තව ටිකක් පටලවා ගන්නවා. පියවරෙන් පියවර දකින්න ඕනේ. දන් ආයතන ගත්තත් පියවරෙන් පියවර - පංච ඉන්ද්‍රියයෙන් පටන්ගන්න ඕනේ. පංච ඉන්ද්‍රිය පිරිසිදු දකින කොට තමයි මනසට යන්න තියෙන්නේ. පංච ඉන්ද්‍රිය දකින කොට මනස අතහැරෙනවා. පංච ඉන්ද්‍රියයට පිළිසරණ කවුද? මනස. මනසට පිළිසරණ කවුද? සතිය. මෙහෙම පිළිවෙලක් තියෙනවා. අපි කෙලින්ම සතිය ගැන කතා කරන්නේ. නැත්නම් විමුක්තිය හෝ නිවන ගැන කතා කරන්නේ. මුල් ටික එහෙමම තියෙනවා.

ප්‍රශ්නය: එතකොට මැද අතහැරෙනවා ද?

උත්තරය: එහෙම අතහැරෙන්න බැහැ. ඒක තමයි ප්‍රශ්නය. ඒක

තමයි ටිකක් දුර ගිහිල්ලා ආයෙත් මෙහෙම වෙන්නේ කොහොමද කියලා අහන්නේ. අපි පටලවාගෙන, අපි ආයෙත් පංච ඉන්ද්‍රියයෙන් කතා කරනවා ලෝකෝත්තර දේවල් ගැන. එතකොට ඒවාට උත්තර දෙන්න බැහැ. ඒ නිසා තමයි පිළිවෙලකට යන මාර්ගයක් තියෙන්නේ. මම ඒකෙන් ලෝකෝත්තර දේවල් ගැන කතා කරන්න එපා, හොයන්න එපා කියන එක නෙවෙයි මේ කියන්නේ. හෙව්වාට එතන පැටලෙන්නේ මෙතන සුද්දවෙලා නැති හින්දා කියන නුවණක් එන්න ඕනේ. අපි ලෝකෝත්තර දේවල් ගැන කතා කරන්න හදනවා ලෝකයට අයිති දේවල් වලින්. අපි රූප ගැනම නේ කතා කරන්නේ අපි ලෝකෝත්තර දේවල් කියලා. බුදුරජාණන්වහන්සේටත් වේදනා දැනුනා නේද, රහතන්වහන්සේටත් වේදනා දැනුනා නේද කියලා අහනවා අනිත් පැත්තට. නිවන ගැන කතා කරන්න හදනවා රූප ටික අල්ලගෙන. මෙතන අපට නුවණ එන්නේ නැහැ උන්වහන්සේලා රූපය ඉක්මවා ගිය මට්ටමක් කියන එක. ඉතින් අපට රූප මට්ටමේ තියෙන ප්‍රශ්න ටික දනව. ඒ පටලැවිලි එන්නේ සම්මා දිට්ඨිය නැතිකම හින්දා, දහමක් අහලා ඒ දර්ශනය ඇති නො වුණකම මතයි ලෝකයට අයිති ප්‍රශ්න ටික අපි දන්නේ ලෝකෝත්තර භූමියට.

අපට මූලික මට්ටමේ කරන්න තියෙන ටික ඉස්සෙල්ලා කරන්න ඕනේ. කය පිරිසිඳ දැක්කාට පස්සේ තමයි හරියට වේදනාව දකින්න පුළුවන්. ඒකෙන් කියන්නේ නැහැ වේදනාව ගැන හොයන්න එපා කියලා. අපි ඉන්න මට්ටමේ කෙලෙස් වලට මුල් අනුමාන ඥානයකින් ඒ කෙලෙස් ටික කඩා ගන්න විදිය පියවරෙන් පියවර බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරලා තියෙනවා. මේ ධර්මයේ තියෙනවා. එතකොට අපි එක පියවරකට එක මුළාවක ඉන්න මට්ටමේ ඉඳන් කියපු ටික අර මුළාව නැති වුණ මට්ටම ගැන අහන කොට පටලැවෙනවා. අවුල් වෙනවා. මේ අවුල ලිහාගන්න සිහිය දියුණු කරමින් පියවරෙන් පියවර යන්න කියන්නේ ඒකයි. විදර්ශනය කරන්න වෙනවා. කායානුපස්සනාව හොඳට වඩන්න ඕනේ. වඩන්න වඩන්න කයෙන් මිදෙනවා. කයේ තියෙන මුළාවෙන් මිදෙනවා. රූපයේ තියෙන මුළාවෙන් මිදෙනවා.

රූපයේ මුළාවෙන් මිදුනාට පස්සේ ඔය ප්‍රශ්න හුඟක් ඉවරයි. රූපය ගැන අහන ප්‍රශ්න ඔක්කෝම ටික ඉවරයි. දැන් ධාතු ගැන ප්‍රශ්නය වුණත් තියෙන්නේ රූපය තියෙනකම් නේ. මම හිතන්නේ අරූපාවචර

මට්ටමේ අයට ඔය ප්‍රශ්න එන්නේ නැතුව ඇති. අරුපාවචර බුහුම ලෝකයේ අයට නම් ඔය රූප ගැන අපි අහන ප්‍රශ්න නැතුව ඇති. රුපාවචර බුහුමයන්ට නම් සතරමහා ධාතු ගැන ප්‍රශ්න ටිකක් ඇති. කාම ලෝකයේ අයට කොහොමත් තියෙනවා නේ. රූප භූමියේත් ඇති. අරුප භූමියේ දී? සිත විතරයි නම් පවතින්නේ ඔය ප්‍රශ්න එන්නේ නැතුව ඇති නේද?

ප්‍රශ්නය: අපට මේ ප්‍රශ්නය ඇවිල්ලා තියෙන්නේ අපි කාම භූමියේ ඉන්න නිසා ද?

උත්තරය: ඒක තමයි මේ කියන්නේ. දැන් ආයතන වලට අනුවෙලා හින්දා නේ කාම භූමියේ ඉන්නේ. එතකොට ඒ මට්ටම ඉක්මවා යන්න එක පැත්තකින් පුළුවන් තමන් ධ්‍යාන වඩා ගත්තා නම් අත්දැකීම් තුළත් ඔය නුවණ එනවා. මම නම් කියන්නේ පුළුවන් නම් සමාධිය වඩලා ධ්‍යාන වඩන්න. ඒ අත්දැකීම උදව් වෙනවා ඇත්තටම මේ වගේ තත්ත්වයකුත් කියෙනවා කියලා අත්දැකීමක් ගත්තාට පස්සේ මේ ගැන හිතන්න ටිකක් පහසුයි. අපි එහෙම දෙයක් ගැනත් හිතෙත් මවාගෙන නේ ඉන්නේ, රුපාවචර මට්ටම මේ වගේ ඇති කියලා. ඒක අත්දැක්කාට පස්සේ ඇත්තටම පෙනෙනවා මේ කාම ලෝකයෙයි, ඒ රූප ගතියෙයි වෙනස. අරුපාවචර මට්ටම අත්දැක්කොත් ඇත්තටම පෙනෙනවා අරුපාවචර මට්ටම කියන්නේ මොකක්ද කියලා. රූප ගැන කිසිම හැඟීමක් ඇත්තේම නැහැ එතකොට. ඕනේ කෙනෙකුට සමාධි ධ්‍යාන කියන ඒවා වඩන්න පුළුවන්. පැයක් සමාධියේ ඉන්න පුළුවන් නම් එයාට පුළුවන් ධ්‍යාන වඩන්න. ඒක තාවකාලිකව හරි අත්දැක්කා නම් ඒ අත්දැකීම උදව්වෙනවා මේවා ගැන හිතන්න. සමහරු කියනවා සමාධි වඩන්න එපා, ධ්‍යාන වඩන්න එපා කියලා. නමුත් බුදුරජාණන්වහන්සේ දේශනා කරනවා සමාධිය වඩන්න, ධ්‍යාන වඩන්න කියලා. බුදුරජාණන්වහන්සේ මේවා වර්ණනා කරනවා. ධ්‍යාන වඩාගෙන මේ විමසනවා නම් දහම හොඳට වැටහෙනවා. බාහිර දරුවීරිය දහම දැක්කේ එහෙම දියුණු කරගත්ත මනසකින්.

දහම දකින කෙනාට නුවණක් එනවා දහම අහලා සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගත්තොත් ගැලවුණා, නැත්නම් පෘථග්ජනයි කියලා. කොච්චර ධර්මය දන්නවා කිව්වත්, කොච්චර අභිධර්මය දන්නවා කිව්වත්, සම්මා දිට්ඨිය ඇති වුණේ නැත්නම් සාමාන්‍ය කෙනාගෙයි එයාගෙයි ලොකු වෙනසක් නැහැ. දෙන්නාම සසරේ යනවා. දහමක් අහලා, නුවණින්

විමසලා, මේ ලෝකෝත්තර දර්ශනය තේරුම් ගත්තොත් එදාට කියන්න පුළුවන් නැවත සතර අපායට යන්නේ නැහැ කියලා. ඒක ඇති කරගන්න පුළුවන්. ඒ වාසනාව තියෙනවා, ඒ පරිසරය තියෙනවා. ඒ නිසා අපි එක එක ඒවාට මුළාවෙන්ම නැතුව දහම නුවණින් විමසන්න ඕනේ. අමාරු නැහැ, මේ විදිහට හිතලා නැතිකමයි තියෙන්නේ. දළ වශයෙන් හරි මෙහෙම වෙන්න ඇති කියලා තේරෙනවා නම් ඒ කියන්නේ ප්‍රඥාව තියෙනවා.

ඔය දැක්මට ආවාට පස්සේ දහමේ නො ගැලපෙන තැනක් කොහේවත් නැහැ. ලෝකයට අනුවෙන එකයි, ලෝකෝත්තර පැත්තයි දැක්කාට පස්සේ ඕනෑම තැනක් දහමෙන් කිව්වොත් ඒක විස්තර කරන්න බැරිවෙන්නේ නැහැ. ඒකයි සම්මා දිට්ඨියේ වෙනස තියෙන්නේ. සම්මා දිට්ඨි සුත්‍රයේම තියෙනවා නේ සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගන්න 16 ආකාරයක්. සීලය සම්පූර්ණ වෙන්න නම් සම්මා දිට්ඨිය තියෙන්න ඕනේ. ආයතන සංවර කරන්න බැරි අපි ආයතන වල දක්ෂ වෙලා නැහැ, ආයතන කුසලතාවය ඇති කරගෙන නැහැ. සිල් රැකීමෙන් පමණක් අවබෝධ වෙන දහමක් නම් නෙවෙයි බුදු දහම. නුවණින් දකින්නම වෙනවා. දහමෙන් ප්‍රයෝජනය ගන්නා වෙන්නේ සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගත්තොත් පමණයි. සීලය කැඩුනත් සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගත්තොත් සසරෙන් ගැලවෙන මාර්ගයට වැටෙනවා. සීලය හොඳටම රැකුනත් අපාගත වෙන එකෙන් මිදිලා නැහැ. සසරෙන් මිදිලා නැහැ. මේ පිළිබඳව පැහැදිලිව තියෙනවා බුද්ධ දේශනාවේ. හැබැයි මේක වරද්දවලා ගන්න එපා. එහෙනම් සිල් රැකලා වැඩක් නැහැ කියලා ඒක අතහරින්න කියලා නෙවෙයි මේ කියන්නේ. සීලය අවශ්‍යයි. ආයතන සංවර සීලයට එන්න බැහැ දහම දකින්නේ නැතුව. අපි සීලය කිව්ව ගමන් පස් පව් වලට විතරක් දගන්නවා. එහෙම හරියන්නේ නැහැ. දහම හොඳට නුවණින් විමසන්න ඕනේ. සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගත්තොත් සීලය රැකෙන මට්ටමට එනවා. සීලය රැකගෙන හිටියාට සම්මා දිට්ඨිය එන්නේ නැහැ. අපට දෙන්න ඕනේ පණිවිඩය තමයි දහම පුළුවන් තරම් හොයන්න, මේ ආර්ය මාර්ගය මොකක්ද කියන තැන අල්ලගන්න.

හැම දෙනාටම තෙරුවන් සරණයි.