රූප කලාප මෙනෙහි කිරීම
01 .07.2017 - ශ්‍රී ලංකාරාමය
නවසීලන්තය

අද අපි බලමු රූප කලාප මෙනෙහි කරන විදිය. මෙතෙක් අපි කියලා දුන්නේ diagram type එකේ එකක්. ඒකත් හොඳයි සුතමය ඥානයට සහ අපිට කරදරයක් නැතුව ධර්මය තේරුම් ගන්න. හැබැයි මේ රූප කලාප ප්‍රායෝගිකව දකින්න ඕන. එතකොට තමයි ඒකෙ රස තිබෙන්නේ. දැන් කාලේ ඉන්න ළමයින්ට උයන්න බෑ. ඒක නිසා එක එක කෑම වර්ග හදන හැටි කියලා පිංතූර දාල මාත්‍රාව දාලා තිබෙන cookery පොත් තිබෙනවා. ඒවා කියවගෙන යනකොට හිතෙනවා හරි ලේසියි ඒ කෑම හදන්න කියලා. අපිට රූප කලාප ගැන කියන කොටත් ඔය වගේ හැඟීමක් ඇතිවෙනවා. ඒකත් හොඳයි. හැබැයි අපේ ආච්චිලා අම්මලා අක්කලා ඔය වගේ diagram වලින් බලාගෙන නොවෙයි මාත්‍රාව දැම්මේ. අන්න ඒ වගේ කොච්චර පොතේ තිබුනත් අපි ඒ තැනට බහින්න ඕන. එතකොට තමයි හොඳට මේකේ රහ දැනේන්නේ. අපි දැන් බලන්න ඕන අපි ඉස්සෙල්ලා ඉගෙන ගත්තු රූප කලාප අපිට තේරෙන්නේ කොහොමද කියලා සහ තේරුම් ගන්න පුළුවන් ආකාරයට අපි ඒ තැනට යන්නේ කොහොමද කියලා.

අපි කිව්වා වර්ග හතරක රූප තිබෙනවා කියලා. හිතලා බලන්න ඒ රූප වර්ග හතරින් දැන් මේ වෙලාවේ අපිට දැනෙන්නේ මොන වර්ගයේ රූපද කියලා. අපි හැම වෙලාවේම බලන්න ඕන වර්තමානයේ අපිට ලෙහෙසියෙන්ම දැන ගන්න පුළුවන් මොන වගේ රූපද කියලා. මේ රූප දැනගන්නවා කියලා කියන්නේ මෙනෙහි කරමින් මෙනෙහි කරමින් ගිහිල්ලා තර්කානුකූලව හිතන එක නොවෙයි. මම මේ කථා කරන්නේ වර්තමානයේ අත් විඳින රූපය මොකක්ද කියලා දැන ගන්න එක.

අපේ ශරීරයේ රූප කාලප වර්ග හතරක් තිබෙනවා. ඒ තමයි 'කර්මජ' 'චිත්තජ' 'ඍතුජ' සහ 'ආහාරාජ'. මේ රූප වර්ග හතරෙන් මේ වෙලාවේ අපිට පහසුවෙන්ම දැන ගන්න පුළුවන් රූපය තමයි **ඍතුජ රූපය**. අපිට මේ වෙලාවේ හොඳට තේරෙනවා රස්නෙයි කියලා. ඒ කියන්නේ ඍතුජ රූප. ඒවා ඇතිවෙලා තිබෙන්නේ කර්මය නිසා නොවෙයි. හැබැයි කර්මජ රූප තිබෙන මණ්ඩියක තමයි ඍතුජ රූපයත් තිබෙන්නේ. ඒක වෙන කථාවක්. හැබැයි දැනට අපිට දැනෙන්නේ කර්මජ රූපත් යටකරගෙන චිත්තජ රූපත් යට කරගෙන ආහාරජ රූපත් යටකරගෙන ඍතුජ රූපය උඩට ඇවිල්ලා. ඒක තමයි ප්‍රායෝගික දැනුම. මේ ඍතුජ රූප කලාපයක් ගත්තහම ඒකෙ තිබෙනවා basic රූප 8 ක්. 'පඨවි' 'ආපෝ' 'තේජෝ' 'වායෝ' 'වර්ණ' 'ගන්ධ' 'රස' 'ඕජා'. මේ ප්‍රාථමික ශුද්ධ අෂ්ඨක කලාපයෙන් අපිට ඒ අටම දැනෙන්නේ නෑ. අපිට දැනෙන්නේ තේජෝ ධාතුව පමණයි. එතකොට 'මෙන්න මේ මට දැනෙන තේජෝ ධාතුව, ඍතුජ රූපයයි' කියලා දැනගන්න කොට පිහිටනවා ඍතුජ රූප දැනගැනීමේ සම්මා දිට්ඨිය. ඒ හරියේ තවත් රූප තිබෙනවා. හැබැයි සමහර ඒවා තේරෙන්නේ නෑ. ඒ තේරෙන්නේ නැති ඒවත් එතන ටිකක් වෙලා ඉන්නකොට තේරෙන්න පටන් ගන්නවා. නමුත් මේ අනුසාරයෙන් අල්ලන්න පුළුවන් තවත් රූප තිබෙනවා. 'තේජෝ ධාතුව' තනියෙන් පවතින්නේ නෑ. තේජෝ ධාතුව යම් කිසි තැනක තිබෙනවා 'වායෝ ගුණයක්' 'පඨවි ගුණයක්' ඒ අසලම තිබෙනවා. තේජෝ ධාතුව දිහා බලාගෙන තේජෝ ධාතුව අරමුණු කරගෙන ඉන්නකොට එතැන දැනෙනවා යම් කිසි ඝන ගතියක්. ඒ තමයි පඨවි ගුණය. නමුත් ඒ පඨවි ගතිය ප්‍රගුණ වෙලා එන්නේ නෑ, තේජෝ ගතිය වැඩි හින්දා. පඨවි ගතිය හැම වෙලේම තේජෝ ධාතුවට යටවෙලා තමයි තිබෙන්නේ. ප්‍රකට ධාතු ස්වභාවය තමයි 'තේජෝ' ධාතුව. ඒකට යටත්ව යන්තමින් තිබෙන එකක් තමයි පඨවි ගතිය. වායෝ ගතියත් ඔය වගේම අපිට දැනගන්න පුළුවන්. ඔය විදියට තමයි ඍතුජ රූපයේ තිබෙන 'තේජෝ ධාතුව' 'වායෝ ධාතුව' සහ 'පඨවි ධාතුව' හසුකරගන්නේ.

මේ ධර්මතා තුනම දැනේනේ 'කයටයි'. මෙහෙම තමයි ප්‍රායෝගිකව අපි මේ ධාතු ස්වභාව දැනගන්නා ක්‍රමය. මේකේ කිසිම තර්ක විතර්ක මුකුත් නෑ. අපි ධර්මයට ගොඩවෙන්නේ මෙහෙමයි. අපි දැන් මේ බැලුවේ ඇඟට දැනෙන අයුරු. ඇඟට දැනෙන්නේ ධාතු 3 යි. අපි භාවනාවක් කරනකොට ඇස් දෙක පියාගෙන ඉන්නේ. එතකොට අපි ස්පර්ශ කරන්නේ 'පඨවි ධාතුවයි' 'තේජෝ ධාතුවයි' 'වායෝ ධාතුවයි'. ඒ ධර්මතා තුනෙනුත් එකයි ප්‍රකට.

අපි සෘතුජ රූපයෙහි තිබෙන තේජෝ ධාතුව දැන ගන්නා කාලයේදී දිවට මුකුත් දැනෙන්නෙ නෑ. නාසයට මුකුත් විශේෂතත්වයක් දැනෙන්නෙත් නෑ. කනටත් විශේෂත්වයක් දැනෙන්නෙ නෑ. ඇහැ පියාගෙන ඉන්න නිසා වර්ණ රූපයක් ගැටෙන්නෙත් නෑ. නමුත් ඇහැ ඇරියට පස්සේ අනිත් ඔක්කෝම දේවල් block වෙනවා. එතකොට තමයි බාහිරව තිබෙන වර්ණ රූපය ඇස ගැටෙන්නේ. ඒ තමයි බාහිරව තිබෙන සෘතුජ වර්ණ රූපය.

දැන් මෙතක් අපි සොයා බැලුවේ අප තුල ඇතිවෙන සෘතුජ රූපයක් හඳුනා ගන්න විදිය. තව රූපයක් හඳුනා ගන්න හැටි බලමු. **ආහාරජ රූපය** ගත්තහම ඒකෙ තිබෙනවා රස ධාතුව. එහිදී අපිට ඉස්සෙල්ලාම දැනෙන්නේ අපි ගන්න කෑම වල තිබෙන රස ස්වභාවය විතරයි. ඒ ආහාර වල රස්නය දැනෙනවා නම් ඒක ආහාරජ රූපයේ තිබෙන තේජෝ ධාතුව දැන ගත්තා වෙනවා. එහි සුවඳ දැනෙනවා නම් ඒක ආහාරජ රූපයේ ගන්ධය වෙනවා. දැන් අපි වර්ණය දැන ගත්තා, පඨවි තේජෝ වායෝ දැන ගත්තා, රසය දැන ගත්තා. නමුත් ඕජාව අපිට දැන ගන්න බෑ. ඇත්තටම ඕජා රූපය දැනෙන්නේ කොහේටද? ඕජා රූපය ඇහැට අහුවෙන්නෙත් නෑ, කනට අහුවෙන්නෙත් නෑ, නාසයට අහුවෙන්නෙත් නෑ, දිවට අහුවෙන්නෙත් නෑ, කයට අහුවෙන්නෙත් නෑ. මේ ඉන්ද්‍රිය 5 හට අහුවෙන්නේ නැති ඔක්කෝම මනෝද්වාරිකයි. ඕජා රූප ස්වභාවය අහුවෙන්නේ දැනෙන්නේ වැටහෙන්නේ මනෝ ද්වාරයට පමණයි.

අපි හිතමු අපි උත්සවයක යනවා ලොකු ශාලාවක. ඒකෙ ඉන්නවා නවසීලන්තයේ මිනිස්සු. චීන මිනිස්සු. ඉන්දියන් මිනිස්සු. ශ්‍රී ලාංකික මිනිස්සු. දැන් මේ මිනිස්සු ඔක්කොම එක hall එහෙකට දාලා අපි stage එකට ගිහිල්ලා බලනවා. එතකොට අපිට පුළුවන් වෙයිද කට්ටිය තෝරා ගන්න? අපිට පුළුවන්. ඒ මිනුස්සුන්ගේ හැඩයෙන් කොන්ඩෙන් හඳුනා ගන්න පුළුවන්. සමහර වෙලාවට ඉන්දියන් අයයි ශ්‍රී ලාංකික අයයි ගොඩක් සමානයි. ඒ උනත් ඒ අයගේ හැසිරීමෙන් වරදින්නේ නැතුව කියන්න පුළුවන් මේ කෙනා ශ්‍රී ලාංකිකයෙක් කියලා. එතකොට ඒ අය තෝරලා බේරලා හඳුනා ගන්න යම් කිසි දැනුමක් අවශ්‍යයි. ඒවගේම තමයි අපි, ඇඟේ පහළ වෙන්නා වූ චිත්තජ, සෘතුජ, කර්මජ, ආහාරජ යන රූප වලට ගිහිල්ලා නුවණින් බැලුවහම ඒ වැඩෙත් ඒ විදියමයි. මොකක් හරි කාපු එහෙකට බඩ දනකොට 'ඔය තිබෙන්නේ කාපු එකේ දැවිල්ල' කියලා කෙලින්ම දැන ගන්න පුළුවන්. ඒ වෙලාවට 'පෙර කරපු කර්මයකින් තමයි මේක ඇති උනේ' කියලා එහෙම ඒවා කියන්නේ නෑ. කෙලින්ම දන්නවා ඒ කාපු ආහාරයේ තිබුන මිරිස් සැර කියලා. උණුවතුර බිව්වට පස්සෙත් රස්නේ හැදෙනවා. කෑම කෑවහමත් රස්නේ හැදෙනවා. කෑම කෑවට පස්සේ සීතල හැදෙනවා. ඒවගේ දේවලුත් තිබෙනවා.

සමහර වෙලාවට මිනුස්සුන්ගේ ඇඟට දැනෙනවා මෙන්න මෙහෙම ස්වභාවයක්. ඒ මනුස්සයාගේ ගෙදර ඉන්න අයත් හොඳයි. ගෙදර තිබෙන විදියත් හොඳයි. ළමයිනුත් හොඳයි. අම්මා තාත්තාත් හොඳයි. උදේට දවාලට රෑට කාපු බීපු විදියත් හොඳයි. බාහිර වශයෙන් කිසිම අඩුවක් පාඩුවක් මොකක්වත් නෑ. ඔක්කොම හොඳයි. නමුත් ඇඟට දැනෙනවා මොකක් හෝ අඩුපාඩුවක්. එක්කෝ ශරීරය තදවෙලා හරි අමුතු විදියට ශරීරයට පීඩා කාරී ගතියක් දැනෙනවා. තද වීමක් හරි මොකක් හරි කියා ගන්න බැරි යම් කිසි ස්වරූපයක් ඇඟේ දැනෙනවා. 'මේක මට ඇති උනේ අරයා නිසා, මෙයා නිසා' කියලා එහෙම

කවුරුත් බාහිරෙන් හොයා ගන්නත් නෑ. කාපු දෙයක් ගැන බැලුවහම එහෙම අගුණ අප්‍රත්‍ය දේකුත් නෑ. ඒ වේලාවට එහෙම වෙන්නේ අපි හිතපු සිතිවිල්ලක් හින්දයි. නොමනා විදියට ගත්ත ආරම්මණයක් හින්දයි ඕක වෙන්නේ. සමහර ඒවා තිබෙනවා අපි ද්වේශයෙන් හරියට අල්ලනවා. සමහර ඒවා තිබෙනවා තණ්හාවෙන් අල්ලනවා. සමහර ඒවා තිබෙනවා දෘෂ්ටියෙන් අල්ලනවා. එහෙම හිතේ දාගෙන ඉන්න ඒ අරමුණ ඇල්ලීමේ වරදයි බලාගෙන ගියහම තිබෙන්නේ.

සමහර අයට මෙහෙම එකක් තිබෙනවා. එයා හොඳට කෑම කාලත් ඉන්නවා. හැබැයි යම් කිසි සිදුවෙච්ච සිදු වීමක් නිසා ඇඟ paralyse උනා වගේ වෙනවා. අපිට එක සැරේටම අහන්න ලැබෙනවා අපේ හිතවත්ම එක්කෙනෙක් accident එකක් වෙලා hospital එකේ නැත්නම් මිය ගිහිල්ලා කියලා. දැන් මේක අහන්න හම්බවෙන්නේ කෑම කාල හොඳට ඉන්න වෙලාවක. අරක අහපු ගමන්ම අර හොඳට තිබුන ශරීරය පන නැති ගිලන් වෙච්ච මොකක්වත් කරන්න බැරි ශක්තියක් ගැම්මක් නැති ගතියක් ඇතිවෙනවා. ඒක දැනෙන්නේ ඇඟට. අර ඉස්සෙල්ලා තිබුන ගතිය නැති වෙලා කඩා වැටිච්ච ගතියක් ඇති උනා. ඒ මලානික වෙච්ච ගතිය තිබෙන්නේ ඇඟේ. ඒ මොකක් හරි රූප ස්වභාවයක්. මේ ගතිය ඇති උනේ සිතුවිල්ලක් නිසයි.

සමහර අයට තිබෙනවා anxiety. මේක එක එක විදියට තෝරනවා. නුරුස්නා ගතිය, යම්කිසි තීරණයකට පැමිණිය නොහැකි කම වශයෙන්. අනිත් එක තමයි භය චකිතය. එයාගේ හිතේ හැමවෙලේම uncertainty ගතියක් තිබෙනවා. ලොකු කරදරයක් ඉස්සරහට වෙයි කියලා අස්ථාන භයක් තිබෙනවා එයාගේ ජීවිතය සහ position එක සම්බන්ධව. ඒකත් anxiety ස්වභාවයක්. ඒක නිසා එයාගේ හිත හැම වෙලේම අරමුණෙන් අරමුණට පැන පැන යන ගතිය තිබෙනවා. හිත වික්ෂිප්ත වෙනවා. ඒක නිසා එයාට නින්ද යන්නේ නෑ. එතකොට ඒකට බෙහෙත් දෙන්න වෙනවා. දැන් එහෙම ගතියක් ආවහම ඒ කියන්නේ ඒ මොන රූපද ඇතිවෙලා තිබෙන්නේ? චිත්තජ රූප. ඒ වේලාවට වෙන්නේ පෞරුෂත්වය බිඳෙන එක (personality). 'මට ඕන දෙයක් කරන්න පුළුවන්, ඕන කෙනෙක් ඕන දෙයක් කියපු දෙන්' කියල කියන්න පුළුවන් ශක්තිය බිඳ වැටෙනවා. Personality එක ශක්තිමත්ව තිබෙනවා නම් හරි. ඒකයි අපි හැම වෙලේම personality එක ගොඩ නගන්නේ. 'ඔන්න ඕන දෙයක් වෙච්ච දෙන්' කියලා ඒවාට මුණ දෙන්න පුරුදු කරන්නේ. ඇත්ත වශයෙන්ම අපි දැන ගන්න ඕන මේ ජීවිතයේ තිබෙන්නා වූ චිත්තජ රූප සවභාවයන් මේ අයුරින් ආවහම 'මේ රූප ස්වභාවය, මේ කලබගෑනිය ඇති වෙලා තිබෙන්නේ මේ හිත නිසා' කියලා තේරුම් ගන්න. අපි හොඳට ශක්තිය හදාගෙන මේ විදියට මෙනෙහි කරමින් යන්න ඕනෑ . එතකොට හරි.

චිත්තජ රූප අල්ලන එක හරිම හොඳට කරන්න පුළුවන්. අපි මෙනෙහි කර කර මෙනෙහි කර කර ඉන්නකොට හිත සමාධි වෙනවා. එතකොට හිත පවතින ස්වභාවයේ හැටියට හිතේ ගැස්සීම් ඇතිවෙනවා. වතුරේ ඉන්නවා මදුරු කීටයෝ. ඒ මදුරු කීටයෝ එක පාරම ඇකිලිලා එක පාරම දිග ඇරෙනවා. දෙපාරක් විතර එහෙට මෙහෙට පැන පැන යනවා. එහෙම තමයි ඒ කීටයන්ගේ ස්වභාවය. ඒ වගේ අපි ටික වෙලාවක් අපේ හිත දිහා බලාගෙන ඉන්නකොට හිටපු ගමන් ආපු අදහසකට අර මැලවීගෙන ගිය හිත හොඳට පණ ගැහිලා ඒ පැත්තට හැරෙනවා. ඒ එක්කම ඒ ආපු හිතට 'මේ විදියට කරොත් හොඳයි' කියලා ප්‍රතිචාරත් දක්වනවා. මේක දැනෙන්නේ හිත මුකුත් කරන්නනේ නැතුව, හෙලවෙන්නේ නැතුව තිබෙන වෙලාවක. එහෙම ඉඳලා ඉඳලා එක පාරම එන සිතුවිල්ලක් නිසා ඒ අරමුණත් එක්ක සිත අමුතු පිබිදීමකට පත්වෙනවා. එතකොට කරන්න තිබෙන්නේ එහෙම උනා කියලා දැන ගන්න එක. එහෙම අවස්ථා ඇති වෙනවා. මේ හිත අරමුණේ හැටියට මෙහෙට එහෙට පනිනවා. ඒකත් හොඳට notice කරන්න. ඒ සිතුවිල්ලත් එක්කම ශරීරයට ප්‍රමෝදමත් ගතිත් ඇතිවෙනවා, කඩා වැටිච්ච ගතිත් ඇතිවෙනවා. 'මේක තිබුනොත් හොඳයි' කියන සිතුවිලිත් එනවා. ආන්න ඒවත් හෙමිහිට notice කරන්න ඕන.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස personal development කියලා අපි කථා කරනකොට එතැන මමත්වය වැඩි වීමක් වෙන්නේ නැත්ද?

<u>පිළිතුර</u> - පරමාර්ථයයි සම්මුතියයි දෙක පටලවාගන්න හොඳ නෑ. සම්මුතියේදී අපි යම් කිසි ගැම්මකට ඉන්න ඕන. පරමාර්ථයේදී සත්වයෙක් නැති බව හැබැවයි. 'පරමාර්ථයේදී සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නැත, පරමාර්ථයේදී ආත්මයක් ජීවිතියක් නැත' කියලා භය නැතුව අවබෝධ කරගන්න පුළුවන් විදියට සම්මුතියේ ඉන්න ඕන හොඳ ගැම්මක් තිබෙන කෙනෙක්. දැන් සම්මුතියේදී 'අනේ කවුරුත් නෑ, මොකද මේ උනේ' කියලා හිතුවොත් එහෙම එයාට පරමාර්ථයට යා ගන්න බෑ. එයා එහෙමම ලෙඩ වෙනවා. එහෙම වෙනවා සමහරුන්ට. සමහරුන්ට භාවනා කරගෙන කරගෙන යනකොට ඇතිවෙන මනෝමය පින්තූර වලට භය වෙනවා. එයා භය වෙන්නේ ඒක තනියෙන් deal කරගන්න හයියක් නැති නිසා. එයාට තේරුම් ගන්න බෑ 'සත්වයෙක් නෑ පුද්ගලයෙක් නෑ මොකටද මම මේකට භය වෙන්නේ' කියලා හිතෙන් හයිය හදාගන්න බෑ. ඇත්තටම personality එක develop කර ගන්නවා කියන්නේ නැති පුද්ගලයෙක් හදාගන්නවා කියන එක නොවෙයි, හිතට වීර්යය ඇති කරගැනීමයි. තමන්ව encourage කර ගන්නවා කියන එකයි.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස අපි තේජෝ නම් බලන්නේ එතැනට විඤ්ඤාණය එන්න ඕන නේද?

<u>පිළිතුර</u> - අනිවාර්යයෙන්ම, ඒක හොයන්න දෙයක් නෑ, ඒක එතනට ඇවිල්ලා ඇති. දැන් අපි හිතමු අපේ දණහිසේ වේදනාවක් තිබෙනවා කියලා. අපි හිතමු ඒ වේදනාව තිබෙන කොට ඒ වේදනා ගතිය හොඳට අපිට දැනෙනවා. ඒ වෙලාවට කිසිසේත්ම අවශ්‍ය වෙන්නේ නෑ 'මම දැන් වෙන එකක් හිත හිත හිටියා, කෝ මගේ විඤ්ඤාණය මෙතනට දාන්න ඕන' කියලා එහෙම අවශ්‍ය නෑ. ඒ වේදනාව දැනෙනවා කියලා කියන්නෙම එතැන විඤ්ඤාණයේ පිහිටීමයි.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - එතකොට ස්වාමීන්වහන්ස ඒ රස්නය දැනෙන්නේ මොකටද?

<u>පිළිතුර</u> - ඒක දැනෙන්නේ හිතට. ඇත්තටම විදර්ශනාවේදී ඕක දැනෙන්නේ නුවණට. අපි කියනවා හිතට දැනෙනවා කියලා. අරමුණ තමයි 'තේජෝ ධාතුව' 'පඨවි ධාතුව' 'වායෝ ධාතුව'.

දැන් අපි කථා කළා හිතේ ඇතිවෙන නුරුස්නා ගතියක් ගැන. ඒ හිතේ ඇතිවෙන නුරුස්නා ගති නිසා ශරීරයේ හදනවා යම්කිසි අමුතුම කායික පරිසරයක්. ඒ කායික පරිසරය තමයි අපිට පස්සේ දැනෙන්නේ. දැන් මෙහෙම හිතන්න. අඬලා අඬලා ඉවර උනාට පස්සේ කොහොමද අපිට ඇඟට දැනෙන්නේ? තෙහෙට්ටු ගතියක් දැනෙනවා. මලානික අප්‍රාණික ගතියක් දැනෙනවා. ඒ මලානික ගතිය කොහෙද තිබෙන්නේ? ඒ මලානික ගතිය තිබෙන්නේ ඇඟේ. ඒ පණ නැති ගතිය තිබෙන්නේ ඇඟේ. ඒ පණ නැති ගතිය මලානික ගතිය ඇතිකළේ හිතේ ඇති වූ සෝකය. ඒකෙන් කියන්නේ හිත යම් කිසි විදියකට වැඩ කරනවද ඒ අනුව ශරීරයත් වෙනස් වෙනවා. අපිට පස්සේ දැනෙන්නේ හිතේ බර ගතිය නොවෙයි ඇඟේ බර ගතියයි. හිතේ තිබෙන කඩා වැටීම ඇඟට වැදිලයි අපිට දැනේන්නේ.

අපි හිතමු මනුස්සයෙකුට තරහ යනවා. තරහ ගියහම ඒ මනුස්සයා වෙව්ලනවා. අපේ හිතට යම් කිසි දෙයක් ආවහම ඒ හිතේ තිබෙන්නා වූ ගතිය නිර්මාණය කරනවා ශරීරයේ යම් කිසි රූප ස්වභාවයක්. ඒ රූප ස්වභාවය තමයි නැවතත් හිත විසින් රහ විඳින්නේ. සෝක උනහම ඇඟ මලානික වෙනවා. ඒ සෝකය නිසා ඇති වූ මලානික ස්වභාවය නැවතත් හිතෙන් මලානිකයි කියලා විඳිනවා. තරහ ඇති උනහම ඇඟේ හදනවා චිත්තජ රූප ස්වභාවයක්. ඒ ඇති උනා වූ චිත්තජ රූප නැවතත් තව හිතකින් විඳිනවා. රාගයත් ඔය විදියයි. රාගය කරන්නෙත් රාග සිතට අනුරූපව ඇඟේ හදනවා යම් කිසි සෞම්‍ය රූපමය හැඩ තලයක්. ඒ සෞම්‍ය රූපමය හැඩ තලය හැදෙන්නේ රාග සිතෙන්. ඊට පස්සේ තව සිතකින් ඒ

හදපු රූප ටික විඳිනවා. තරහවත් ඔහොමයි. ඊර්ෂ්‍යාවත් ඔහොමයි. ද්වේෂයත් ඔහොමයි. හැම එකක්ම ඔහොමයි. දැන් අපිට යම් කිසි විදියක රූප ස්වභාවයක් ඇති උනොත් හිතක් බලපාල එතකොට හිතා ගන්න පුළුවන් 'මේක ඇතිවෙලා තිබෙන්නේ හිත නිසා' කියලා. ඒක නිසා ඒවා චිත්තජයි කියලා තේරුම් ගන්න පුළුවන්. ඔය විදියටයි අපි **චිත්තජ රූප** හඳුනාගන්නේ. මේක තමයි නියම ප්‍රායෝගික ක්‍රමය රූප ධර්ම හඳුනාගන්න.

ප්‍රශ්නය - ස්වාමීන්වහන්ස මොකක් හරි කරන්න ආසාවක් ඇති උනහම හිතට ශක්තියක් ඇති වෙනවා නේද?

පිළිතුර - ඔව් ඒත් රූප තමයි. දැන් මේ ශරීරය ඔහේ තියපු තැන තිබෙනවා. නමුත් හිතට පුළුවන් ශරීරයට energy දාන්න. දැන් ඔහේ තිබෙන ශරීරය energize කරලා නැගිට්ටවනවා. නැගිට්ටා කියලා කියන්නේ චිත්තජ රූප වල බලපෑම. ඊට පස්සේ හෙමිහිට ඉදිරියට තල්ලු කරගෙන යනවා කියන්නෙත් energize උනා කියන එක. හිතෙන් දාන ශක්තියෙන් තමයි ශරීරය ඉසරහට තල්ලු වෙන්නේ. දැන් ඒ හෙමින් ගිය මනුස්සය දුවනවා කියන්නේ තවත් හිතෙන් ශක්තිය දුන්නා කියන එකයි. අනිත් ඒවටත් ඒ විදියම තමයි.

ඊළඟට **කර්මජ රූප**. ගොඩක් සමාධිමත් හිතක් ඇති උනාට පස්සේ ඒ සමාධිමත් හිතෙන් කර්මජ රූප හොඳට දැන ගන්න පුළුවන්. චක්ඛු ප්‍රසාදය හඳුනා ගන්න පුළුවන් හොඳට සමාධිය යොමුකරලා. සෝත, ඝාණ, ජිව්හා, කාය වැනි ප්‍රසාද රූපත් දැන ගන්න පුළුවන් ඒවාගේම සමාධිමත් වූ සිතකින්. භාව රූප දැන ගන්නත් පුළුවන්. ඒවාගේම ඒ කර්මජ රූප වල තිබෙන පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ දැන ගන්නත් පුළුවන්. ඒවාගේම තවත් කර්මයෙන් හටගන්නා වූ රූප ස්වභාවයන් තිබෙනවා. ඒවාත් හොඳට සමාධිය ඇති උනායින් පස්සේ චිත්තජ රූප වලට පටලවා ගන්නේ නැතුව ඍතුජ රූප වලට පටලවා ගන්නේ නැතුව හොඳට වෙන් කරලා දැන ගන්න පුළුවන්. අපි කිව්වනේද චීන මිනිස්සුයි ඉන්දියන් මිනිස්සුයි ශ්‍රී ලංකාවේ මිනිස්සුයි ශාලාවකට දැම්මට පස්සේ කිසිම කරදරයක් නැතුව හඳුනා ගන්න පුළුවන් කියලා. ආන්න ඒ වගේ තමයි 'මෙන්න මේ ටික කර්මජයි' කියලා හොඳට තේරුම් ගන්න පුළුවන් ගතිය ඇතිවෙනවා.

අපි හිතමු අපි ඉන්න කාමරය ඒ තරම්ම සීතලත් නෑ, රස්නෙත් නෑ. අපි කෑම බීමත් සාමාන්‍ය විදියට අරගෙන තිබෙන්නේ. ඒකත් ප්‍රකට නෑ. හිතෙත් දැඩි ලෙස තරහක් නෑ, සෞම්‍යත් නෑ, සාමාන්‍යයෙන් මධ්‍යම විදියට තිබෙනවා. නමුත් අපේ ශරීරයේ 'ඇස' ගාව හිතාගෙන මෙනෙහි කරගෙන යනකොට ඇසේ තිබෙන යම් කිසි උණුහුම් ස්වභාවයක් අපිට දැනෙනවා. ගොඩක් ලොකු රස්නයක් නොවෙයි. නමුත් මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ රස්න ගතියක් ඇසේ තිබෙනවා. ඒ රස්නේ ගතිය ඇත්ත වශයෙන්ම අවශ්‍යයි. ඒක නිර්මාණය කරලා දෙන්නේ හිත නිසාම නොවෙයි. ඒක **කර්මජ ස්වභාවයෙන්** යුක්තව එතනට අවශ්‍ය කරන ටික අල්ලලා දීලා තිබෙනවා. අඩුවේවී වැඩිවේවී මරෙනතාක්ම ඕක තිබෙනවා. ඒක 'මම මේ භාවනා කරන්න' කියලා ගෙනාපු එකක් නොවෙයි. ඒක එතන තිබෙන්නා වූ තේජෝ ධාතු ස්වභාවයයි.

ඊළඟට හිතලා බලන්න මේ ඇහැ උඩට හරවනකොට එක්තරා ප්‍රමාණයකට යනවා. එතනින් එහාට යන්නේ නෑ. පහළටත් දකුණු පැත්තටත් වම් පැත්තටත් හැරෙව්වහමත් එහෙමමයි. ඔහොම කරමින් ටික වෙලාවක් ඉන්නකොට අපිට දැනෙනවා මේ ඇස් බෝලෙත් යම් කිසි කර්කශ ගතියක්, හැප්පෙන තැවරෙන ගතියක්. ඇහැ කරකවන්නේ සිතෙන්. නමුත් ඒ කැරකෙන තැන දැඩි ගතියක්, බෝල ගතියක්, කර්මයෙන් සකස් වෙච්ච රූප ස්වභාවයක් තිබෙනවා. ඒ විදියට තමයි අපි ඇස ගාවට යන්නේ.

දැන් බලන්න අපිට දත් හැදිලා තිබෙනවා. දත් හැදිලා තිබෙන්නේ ඍතුව නිසාවත් චිත්තජ නිසාවත් ආහාරජ නිසාවත් නොවෙයි, දත් හැදිලා තිබෙන්නේ කර්මය නිසා. අපි දත් දිවෙන් සපර්ෂ කරහම දැනෙනවා මෘදු ගතියක්. ඒ මෘදු ගතියත් ඇතිවෙලා තිබෙන්නේ කර්මය නිසා.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස අපි දැන් හැම එක්කෙනාම එකිනෙකාට වෙනස්. ඒවාත් කර්මජ රූපද?

<u>පිළිතුර</u> - ඔව්, ඒවත් කර්මජ රූපම තමයි. අපි ඒ බලන්නේ සාමුහික වශයෙන් අරගෙන compare කරලා. නමුත් මේ අපි දැන් බලමින් හිටියේ තමා තුලම තිබෙන්නා වූ කර්මජ රූප මනසිකාරයෙන් එක එක අල්ලගන්නේ කොහොමද කියන එක.

අපේ අත සමහර තැන් වලින් පමණයි නමන්න පුළුවන්. හැම තැනින්ම නමන්න බෑ. ඒ අපිට කර්මයෙන් හම්බ වෙලා තිබෙන අස්ථි වල තද ගතිය නිසා. ඒවගේ අපි ශරීරයේ ඒ ඒ තැන් වලට ගිහිල්ලා සිහියෙන් නුවණින් යුක්තව බලනවා. ඔය විදියට 'කර්මජ' 'චිත්තජ' 'ඍතුජ' 'ආහාරජ' කියන්නා වූ රූප ස්වභාව තිබෙන මණ්ඩියකට ගිහිල්ලා   එක එක කලාපය නිවැරදිව, අහවල් හේතුව නිසා හටගත්තා කියන එක හොඳට දැන හඳුනා ගන්න ඕන.

දැන් අපි මෙතෙක් කථා කළේ කලාප වල වැටහීම ඇතිකර ගැනීමට මනසිකාරයෙන් බැහැ ගන්න විදිය.

අපි කථා කළා 'හිතකින්' 'රූපමය අරමුණු' දෙස බලන විදිය. අපිට ඒ රූපමය අරමුණු කලාප වශයෙන් බලන්න පුළුවන්. ගොඩවල් වශයෙන් බලන්න පුළුවන්. 'කර්මජ' 'චිත්තජ' 'ඍතුජ' 'ආහාරජ' වශයෙන් බලන්න පුළුවන්. ඒ රූප ස්වභාවයක් බලන වෙලාවේදී ඒවා බැලීමට 'හිතක්' පහළ වෙනවා. ඒ හිත නැත්නම් ඒ රූප අපිට පේන්නේ නෑ. ඒ බලන්න පහළ වෙන හිතත් යම් කිසි ධර්ම පොකුරක්. එතැන තිබෙන්නේ නාම ධර්ම කලාපයක්. නාම ධර්ම කලාපයක් කියලා කියන්නේ සිත සහ චෛතසික ධර්ම සමූහයක්. ආන්න ඒ චෛතසික ධර්ම සමූහයකුත් එක්ක සිතේ තිබෙන්නා වූ ඒ ගුණ ස්වභාව ටික බලන බැලිල්ලට කියනවා 'නාම ධර්මයන් බලනවා' කියලා.

අපි මෙහෙම හිතමු ප්‍රායෝගිකව. අපි කියනවා ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස මෙනෙහි කරන්න කියලා. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස මෙනෙහි කරනවා කියලා කියන්නේ ආශ්වාස රැල්ලයි ප්‍රාශ්වාස රැල්ලයි දිහා බලාගෙන ඉන්න එක. ඒ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස රැල්ල දිහා බලාගෙන ඉන්නකොට අපිට දැනෙන ස්වභාවයක් තිබෙනවා. ආශ්වාසයේ තිබෙන ප්‍රකට ධර්මය මොකක්ද? වායෝ ප්‍රකටයි. අනිත් ධර්මත් තිබෙනවා නමුත් අඩුයි. වැඩි පුර තිබෙන්නේ වායුවයි. එතකොට ඒ වායෝ ධාතුව දිහා බලාගෙන ඉන්නකොට ඒ වායෝ ගතිය දැනෙන්නේ හිතට. ඒ වායෝ ධාතුව හිතට දැනෙන්නේ ඒ වායෝ ධාතුව පැත්තට හිත හැරුනොත් පමණයි. එතකොට අපි තේරුම් ගන්නවා මේ වායෝ ධාතුව පැත්තට හිත හැරිලා තිබෙන නිසා තමයි හිතට ඒක දැනෙන්නේ කියලා. වායෝ ධාතුව පැත්තට හැරිලා විතරක් මදි වායෝ ධාතුවේ ගිහිල්ලා හිත ස්පර්ශ වෙන්නත් ඕන. එතකොට ඒ ස්පර්ශ වීමත් එතැන තිබෙනවා. ඊළඟට වායෝ ධාතුව පිළිබඳව හඳුනා ගැනීමකුත් හිතේ තිබෙන්න ඕන. වායෝ ධාතුවේ තිබෙන සැප හෝ දුක හෝ උපේක්ඛා වශයෙන් දැනෙන ගතියකුත් එතැන තිබෙන්න ඕන.

දැන්, වායෝ ධාතුව සම්බන්ධයෙන් සිත ස්පර්ශ වෙලා තිබෙන්න ඕන, යොමුවෙලා තිබෙන්න ඕන, වේදනා ගතිය තිබෙන්න ඕන. ඒකෙ සංඥා ස්වභාවය දැන ගන්න ඕන. හිත එතනින් අහකට නොයා තිබෙන්න ඕන (සමාධි ගතිය) සිතේ ඒකාග්‍රතාවය   තිබෙන්න ඕන. තව තිබෙන්න ඕන සිතට සම්බන්ධ වෙලා සිහිය සහ නුවණ. ඔය සිහියයි නුවණයි දෙක එන්නේ නැතුව හිතට විතරක් හුදකලාව බලා ගැනීමට බෑ. මෙතැන තිබෙන්නේ දහම් පොකුරක්. මේ දහම් පොකුර **ධර්ම කලාපයක්**. මේ දහම් පොකුර, මේ ධර්ම කලාපය ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස පැත්තට යොමුවෙලා තිබෙනවා. 'මේ ධර්ම පොකුරෙන් තමයි වායෝ

ධාතුව නාසය ගාව එහෙට මෙහෙට යන ගතිය දැන ගන්නේ හඳුනා ගන්නේ සහ අවබෝධ කරගන්නේ' කියලා දකිනකොට වායෝ ධාතුවට යොමු වී තිබෙන්නා වූ හිත තමයි දැන ගන්නේ. මේ තමයි නාම ධර්ම අහුකරගන්න විදිය.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස ඒ වායෝ ධාතුව හසුකරගන්න කොට 'හිතේ තිබෙන චෛතසික ධර්ම මේවයි' කියලා හිතන එකද?

<u>පිළිතුර</u> - ඇත්ත වශයෙන් ඒක හිතනවා කියන එකම නොවෙයි, ඒකෙ ක්‍රියාත්මක වෙලා තිබෙන ටික දැන ගන්න පුළුවන්.

ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස රැල්ලේ තිබෙන්නා වූ ධර්ම ඒවාටම දැන ගන්න බෑ. ඒවා දැනගන්න පුළුවන් කම තිබෙන්නේ දැනුම් හැකියාව තිබෙන්නා වූ වෙනත් ධර්ම වලට පමණයි. ඒ තමයි **සිත්** සහ **නාම ධර්ම**. ඒ නාම ධර්ම කියන තැන තිබෙන්නා වූ ටික අපි හඳුනා ගන්න විදියයි මේ. 'හිතා ගන්නවා' කියන එකම නොවෙයි. හිතා ගන්නවා කිව්වහම imagine කරනවා වගේ එකක් වෙනවා. මේකේ තිබෙන්නේ ඒ ආරම්මණය ළඟටම ගිහිල්ලා ඒ ආරම්මණයට අනුකූලව ක්‍රියාත්මක වෙන විදිය දැකලා හඳුනා ගැනීම. අවබෝධ කරගැනීම.

මෙන්න මෙහෙම එකක් තිබෙනවා. ඉස්සර මුල් කාලේ මගෙන් මිනිස්සු අහනවා 'ස්වාමීන්වහන්ස භාවනාව කියන්නේ මොකක්ද' කියලා. එතකොට මම භාවනාව කියන්නේ සිහිය නුවණ සති සම්පජඤ්ඤය හරි මොකක් හරි දෙයක් කියලා දානවා. ඊට පස්සේ එතනින් එහාට ඒ මිනිස්සු අහන්නෙත් නෑ. ඒ අයට තේරෙන්නෙත් නෑ. පස්සේ මට එක අවස්ථාවකදී හිතුනා ඒක හරි නෑ කියලා. ඒ කාලේ මමත් ධර්මය වශයෙන් පොඩියි. පස්සේ මම මෛත්‍රී භාවනාව කියලා දුන්නා. සුවපත්වේවා! කියලා කියන්න කිව්වා. එතකොට ඒ ගොල්ලො ඇහුවා කොහොමද ඕක කරන්නේ කියලා. මම කිව්වා ඔහොම මෛත්‍රිය මෙනෙහි කර කර ඉන්න කියලා. ඒ ගොල්ලන්ට ඒකත් හරියට තේරෙන්නේ නෑ. ඊට පස්සේ මම කිව්වා 'දැන් ඔයගොල්ලන්ගේ අම්ම තාත්ත හරි ගුරුවරයෝ හරි මේ වෙලාවේ ඉන්න තැන් ඔය ගොල්ලො දන්නවා. එයා හරියටම ඉඳගෙන ඉන්නවද වෙන වැඩක් කරනවාද කියලා ඒවා දැනගන්න අවශ්‍ය නෑ. ඔය ගොල්ලො හිතාගන්න ඒ අය මේ අවට ඉන්නවා කියලා. එහෙම හිතාගෙන එයා 'සුවපත් වේවා' කියලා හිතමින් ප්‍රාර්ථනා කරමින් ඉන්න කියලා. මෛත්‍රී කරන්න ඕනේ නෑ, ඔය විදියට කරමින් ඉන්න කිව්වා. එතකොට ඒ අය ඒක කරන්න පුළුවන් කිව්වා. 'භාවනා කරනවා' 'මෙනෙහි කරනවා' කියන technical වචන ඒ අයට අමාරුයි. ඔය විදියට භාවනාව කියන එක මම ඉස්සර කියලා දුන්නේ 'හිත හිතා' ඉන්න කියලා, මොකද මෙනෙහි කරනවා කියන එක තේරෙන්නේ නැති නිසා. ආහාරය ප්‍රත්‍යයවේක්ෂා කරනවා කියන එකත් තේරෙන්නේ නෑ සමහරුන්ට. මම ඒ අයට කිවවා 'මේ ආහාරය මට බඩ ගින්න නැති කරගන්න හේතු වෙනවා, මේ ආහාරය ගත්තට පස්සේ පැය කීපයක් බඩ ගින්න නැතුව ඉන්න පුළුවන් වෙනවා' කියලා හිතන්න කියලා. ඔහොම හිතන්න කියලා කිව්වට පස්සේ තමයි ඒ අයට හිතට වදින්නේ. ඒක නිසා 'හිතනවා' කියන එකේ එක්තරා හැංගිච්ච අදහසකුත් තිබෙනවා. ප්‍රයෝජනවත් එකකුත් තිබෙනවා. ඒවගේ සමහර අයට වචන තේරුම් ගන්න අමාරුයි.

හොඳයි, දැන් අපි කියලා දුන්නේ නාම ධර්ම ටික අහුකරගන්න විදිය. හැබැයි නාම ධර්ම තිබෙනවා කියලා 'හිතන්නේ' නෑ. මෙතනදී කරන්නේ මෙතැන තිබෙන ධර්මය මේකයි කියලා දැන ගැනීමක් පමණයි.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස සතෙක් ඝාතනය කරන්න කියලා හිතක් පහළ වෙනවා. ඒ හිත හඳුනා ගන්නවා. ඊට පස්සේ ඒ ක්‍රියාවෙන් වැලකිලා ඒ හිතත් මම අඳුර ගන්නවා. ඒ විදියටද ස්වාමීන්වහන්ස?

<u>පිළිතුර</u> - ඔව්, නියම විදියට නම් හිත හතර වතාවක් විතර යන්න ඕන කියලා කියනවා. හතර වතාවක් කියලා කියන්නේ මෙහෙමයි. 'මට අත ඔසවන්න හිතෙනවා. අත ඔසවන්න හිතුන බව මම දැන ගන්නවා = (පළවෙනි එක). අත ඔසවන්න ඕන කියලා හිතපු හිත තව හිතකින් දැන ගත්තා කියලා නැවතත් වෙන හිතකින් දැන ගන්නවා = (දෙවෙනි අවස්ථාව). ඒ අත ඔසවන්න ඕන කියලා හිතපු හිත මම දැන ගත්තා. ඒ හිත තව හිතකින් දැන ගත්තා කියලා ඒ හිතත් තවත් හිතකින් දැන ගන්නවා = (තුන්වෙනි අවස්ථාව) ඊට පස්සේ 'මම මේ හිතින් හිත ආපස්සට දැන ගන්නවා කියලා තවත් හිතකින් දැන ගන්නවා කියලා ඒ හිතපු හිතත් දැන ගන්නවා. එතකොට හිත් 4 යි. ඒ විදියට බලන හිත, බලන හිත, දැනගන්න හිත, දැනගන්න හිත වශයෙන් හතර වාරයක් යන්න ඕන. එතකොට තමයි නාම ධර්ම දැනෙන තාලේ හොඳට අහුවෙන්නේ.

මෙහෙම නාම ධර්ම බලාගෙන ගිහිල්ලා ඊට පස්සේ යුගලයක් බලනවා. යමක් බලනවා, ඒක බලපු හිත දැන ගන්නවා. ඊට පස්සේ යමක් දකිනවා, ඒක දැකපු හිත දැන ගන්නවා. ඒ හිත දැන ගන්නවා කියන්නේ ඒ ධර්ම සමූහයක් එකට බලනවා කියන එකයි. මෙහිදී ප්‍රඥාව යෙදිලා තිබෙන්නේ දැන ගන්නා වූ හිත පැත්තටයි.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස සිහියයි නුවණයි දෙක නිසානේ අපි අඳුර ගන්නේ ඒ දැක්කේ මොකක්ද කියලා. සමහර අසනීපෙන් ඉන්න කෙනෙක් ගාවට දරුවෙක් හරි කවුරු හරි ගියහම ඒ අය අඳුර ගන්නේ නැත්තේ සිහියයි නුවණයි නැති නිසාද?

<u>පිළිතුර</u> - අපි පාවිච්චි කරලා තිබෙන වචන සමූහය නිසයි ඔහොම වෙන්නේ. අපි කියනවා ලෙඩෙක් ලෙඩ ඇඳේ ඉන්නකොට එයාට සිහිය තිබෙනවා කියලා. අපි හිතමු ඒ මනුස්සයා මේ ජීවිතියේ කිසිම ගුණ යහපත් දෙයක් කරලා නෑ. පුළුවන් තරම් අන් අයට බැනපු එක දොස් කියපු එක තමයි කළේ. දැන් ඒ මනුස්සයා ලෙඩ වෙලා. දැන් අසාධ්‍යයයි අවසානයි. අපි කියනවා එයාට සිහිය තිබෙනවා කියලා. ඒ කෙනාට තිබෙන සිහියයි අපි මේ භාවනාවේදී සිහියෙන් ඉන්න කියලා කියන සිහියයි වෙනස්. භාවනාවේදී 'සිහිය' කියලා කියන්නේ 'නුවණ මිශ්‍ර වෙච්ච සිහියට'. අර ලෙඩාට තිබෙන්නේ වට පිටාවේ ඉන්න අය දැනගන්නා සංඥාව.

ඕක තිරිසන් සත්තුන්ටත් තිබෙනවා. ඒ ගොල්ලොත් alert එකෙන් ඉන්නේ. ඒක ප්‍රඥාව මිශ්‍ර වෙච්ච එකක් නොවෙයි. ඒක සංඥාව. තමන්ගේ ස්වාමියා හඳුනා ගන්න පුළුවන්. ගෙදර ඉන්න එක්කෙනා හඳුනා ගන්න පුළුවන්. බලන්න අපි එක වචනයක් පැති කීයකට පාවිච්චි කරලා තිබෙනවද කියලා. 'සතිය' කියන වචනයවත් 'සිහිය' කියන වචනයවත් එතැනට පාවිච්චි කරන්න බෑ. ඒක හඳුනා ගැනීමේ සංඥාවක් පමණයි. 'සතිය' කියන එක කොයි වේලාවකවත් හුදෙකලාව එන්නේ නෑ. එතැන අනිවාර්යයෙන්ම 'නුවණ' තිබෙනවාමයි.

'සම්මා සතිය' කියන්නේ ඒ වේලාවට යොමුවෙලා තිබෙන සිහියට ප්‍රමාණවත් වූ දැනුමක්. රූපය හඳුනා ගැනීම හරි නාමය හඳුනා ගැනීම හරි ධර්මය හඳුනා ගැනීම හරි ඒ ප්‍රමාණයට තිබෙන්නා වූ අවබෝධයක් එක්ක තිබෙන සිහිය.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස එතකොට අඳුනා ගන්න එකත් නුවණක් නැතුව බැනේ ද?

<u>පිළිතුර</u> - නුවණක් අවශ්‍ය නෑ. ඒකට අවශ්‍ය සංඥාව පමණයි.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස එතකොට කවුරුහරි මරන්න plan කරන කොට?

<u>පිළිතුර</u> - ඒවා කරන්නේ දෘෂ්ඨි සහගත ලෝභ සිත් වලින්.

අපි ඉගෙන ගත්තා නේද කුසල සිත් පහළ වෙනකොට අනිවාර්යයෙන්ම පහළ වෙන ධර්ම 19 යක් තිබෙනවා කියලා. ඒ තමයි සද්ධා, සති, හිරි, ඔත්තප්ප, අලෝභ, අදෝස, තත්‍රමජ්ඣත්තතා, කාය පස්සද්ධි, චිත්ත පස්සද්ධි, කාය ලහුතා, චිත්ත ලහුතා, කාය මුදුතා, චිත්ත මුදුතා, කාය කම්මඤ්ඤතා, චිත්ත කම්මඤ්ඤතා, කාය පාගුඤ්ඤතා, චිත්ත පාගුඤ්ඤතා, කාය උජ්ජුකතා, චිත්ත උජ්ජුකතා. භාවනා කරනකොට මේ චෛතසික ධර්ම 19 සමග ප්‍රඥාව තිබෙන්න ඕන. සමහර අවස්ථා තිබෙනවා මේ චෛතසික ධර්ම 19 පමණක් යෙදෙනවා ප්‍රඥාව නැතුව. ඒක භාවනාවට මදි. ඒ වගේ අවස්ථා වලදී අපි කියනවා ඥාන විප්‍රයුක්ත කුසල් කියලා. දැන් අපි එදිනෙදා ජීවිතියේ වැඩ කරන කොටත් අපි අපිට එන සිතුවිලි හඳුනා ගන්නවා, 'මේක අකුසලයක් හොඳ නෑ' කියලා. ඒ තමන්ගේ සිතට ඇතිවෙන්නා වූ සිතුවිල්ල ඒ විදියට දැන ගන්න හයිය හත්තිය ඇති උනේ ධර්මය අහලා හිතලා මෙනෙහි කරලා තිබ්ච්ච හුරුව නිසා. සමහර වෙලාවට හිතෙනවා 'මට කරගන්න බැරි උනත් එහෙම හිතපු එකත් හොඳයි' කියලා. ඒ විදියට තමයි හිත හඳුනා ගන්නේ.

<u>අදහසක්</u> - ස්වාමීන්වහන්ස දැන් ධර්මය ගැන නොදන්න අය දානේ දෙනවා, කන්න නැති නිසා දෙනවා කියලා. ධර්මය දන්න කෙනෙක් ස්වාමීන්වහන්සේ කෙනෙකුට දානයක් දෙනකොට ඒ ස්වාමීන්වහන්සේලා ඒක වළඳලා ප්‍රඥාව දියුණු කරගෙන ධර්මය දේශනා කරනවා කියලා හිත ලොකු පරාසයක දුවනවා. එහෙම නැතුව දෙන කොට එතැන ප්‍රඥාවක් යෙදිලා නෑ.

<u>ස්වාමීන්වහන්සේ</u> - ඔව් සමහර අවස්ථාවලදී ඥාන සම්ප්‍රයුක්ත වෙන්නේ නෑ. ඥාන සම්ප්‍රයුක්ත වීම සඳහා කර්මය, කර්ම ඵලය විස්වාස කරන ගතිය, හේතු ඵල ධර්මයට බැස ගත්ත ගතිය තිබෙන්න ඕන. ගැඹුරින් නම් තවත් හොඳයි. නැතත් යම් ප්‍රමාණයකට හරි තිබෙන්න ඕන.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස එහෙම නොහිතෙනවා නම් ඒකත් කර්මයක ප්‍රතිඵලයක්ද ස්වාමීන්වහන්ස?

<u>පිළිතුර</u> - නෑ, ඒක කර්මයක විපාකයක් නිසා නොහිතෙනවා නෙමෙයි, ඒක හිතේ පුරුදු කරපු නැති ගතිය. ඒ ගොල්ලො වැඩි පුර හිත පුරුදු කරලා තිබෙන්නේ අකුසල පැත්තට. ඒකයි ඒ. සංසාරයේ ඒ ගොල්ල එහෙම හිතන්න මෙනෙහි කරන්න පුරුදු කරලා නෑ. සත්වයෙක් නැසෙනකොට ඒක හොඳ නෑ කියලා කරුණාබර හිතක් හැදෙන තාලයට හිතක් හදලා නෑ.

<u>ප්‍රශ්නයක්</u> - ස්වාමීන්වහන්ස ධර්ම අවබෝධය නැති නිසාත් එහෙම වෙනවද?

<u>පිළිතුර</u> - අනිවාර්යයෙන්ම එහෙම වෙනවා. දවසක් මම ලස්සන බණක් ඇහුවා. මට හරි පැහැදීමක් ඇති උනා ඒ ස්වාමීන්වහන්සේ ගැන. එක සේනාසනයක චෛත්‍යයක් හදලා ඕකට බහිරව රූප වගයක් ගෙනල්ලා හයි කළා. දැන් ඒවා හයි කරලා විවෘත කරන දවසේ එතැනට ආව හැඩට ඇඳපු නෝනලා වගයෙකුයි තරුණ දුවලයි. ඇවිල්ලා ඒක දිහා බලලා කියනවා 'මේ හාමුදුරුවරුන්ට මොනවටද මේ ඉසුරුමුණියේ පෙම් යුවලවල්' කියලා. ඕක මේ හාමුදුරුවන්ට ඇහුනා. ඇහිලා ඒ හාමුදුරුවෝ ඒ නෝනගෙන් ඇහුවා 'දැකලා තිබෙනවද ඉසුරුමුණියේ පෙම් යුවල' කියලා. ඒ නෝනා කිව්වා 'නෑ හාමුදුරුවනේ' කියලා. එයා ඒ බහිරව රූපය දිහා හරියට බලලත් නෑ. බහිරව රූපෙයි ඉසිරුමුණියේ පෙම් යුවලයි වෙනස්. හැබැයි දෙකම තිබෙන්නේ ගල් පුවරු දෙකක තමයි. මොකක් හරි දෙයක් විපරම් කරන්නේ නැතුව හොයන්නේ බලන්නේ නැතුව ඔහේ වචන පිට කරනවා. එතකොට ඒ ස්වාමීන්වහන්සේ කිව්වා 'ආයුෂ්මතුන් බලන්න, ඒ අය ඒ වචන කථා කරන තාලේ පුරුදු කරලා නෑ. ඒකයි ඔය' කියලා. අර මිනිස්සු මැද අවතක්සේරුවට පත් උනේ, ඒ වචනය කියන්න හොඳ නෑ, මේක අපිට වැඩක් නෑ. මේක සුදුසු නෑ කියලා හොයලා බලලා විපරම් කරලා වචන පිට කිරීම කියන එක පුරුදු කරලා නැති නිසා. ඒක ඉබේම එනවා. ඒකෙන් මම ගොඩාක් දේවල් ඉගෙන ගත්තා.

තවත් ස්වාමීන්වහන්සේ නමක් හිටියා. ඒ ස්වාමීන්වහන්සේ ගොඩාක් හිනහ වෙනවා. ඒ ස්වාමීන්වහන්සේ කවුරු හරි කෙනෙක් එක්ක එක පාරක් හිනහ උනාට පස්සේ ඒ හිනහව පැයක් හමාරක් තියෙනවා. එක රවුමක් කරකැවුනහම හැමෝටම හිනහ උනා වෙනවා. ඒකට අපේ ස්වාමීන්වහන්සේ කෙනෙක් ලස්සන කථාවක් කිව්වා. 'ආයුෂ්මතුන්, ඒ හාමුදුරුවන්ට තිබෙන ප්‍රශ්නය තමයි එක්කෙනකුට සිනහ සෙන්න ඕනේ කියලා තොල් විවර උනහම ඒ හාමුදුරුවෝ වෙන එකක් හිතනවා. සිනහ උනා ඇති කියලා තොල් වහ ගන්න අමතක වෙනවා' කියලා. ඒ හාමුරුවන්ට රවලා ගියත් ඒ හාමුදුරුවෝ හිනහ වේවි තමයි ඉන්නේ. ඒක හොඳයි නමුත් ඒක අසාමාන්‍යයයි. අසාමාන්‍යයයි කියලා කියන්නේ දැන් අපි හැම කෙනාටම හිනහ යනවා, නමුත් ඒ සිද්ධිය හරි ඒ කාරණය හරි ඉවර උන ගමන් ඒක නවතිනවා. ඒ හාමුදුරුවන්ට වෙලා තියෙන්නේ ඒක නවතින්නේ නෑ.

ඒක නිසා යම් කිසි දෙයක් අපි සංසාරේ පුරුදු කළේ නැත්නම් ඒක නිකම්ම එන්නේ නෑ. අපි හිතට හොඳ දේවල් පුරුදු කරවන්න ඕන. ඒක අමාරුවෙන්න පුළුවන්, නමුත් දරුවන්ට හරි පවුලේ නෑදෑයන්ට හරි පුරුදු කරවන්න ඕන. සම්මා දිට්ඨිය ඇතිවෙන්න හේතුවක් ඒක.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස එතකොට ඒ පුරුදු කරපු දේ නේද චුති සිතට එන්නේ? එතකොට ඒක කර්මයක් වෙනවා.

<u>පිළිතුර</u> - ඔව් පුරුදු කරපු එක කර්මයක් වෙනවා.

මැරෙන අවස්ථාවේදී භය නැතුව තමන් හිටපු විදිය, තමන් සමාජයට සාසනයට කරපු දේවල් ගැන හිතලා 'මට මේ ජීවිතිය භය නැතුව අවසන් කරන්න පුළුවන්, මගේ ජීවිතියෙන් මම වැඩ ගත්තා, සීල සමාදාන, බණ ඇසීම්, භාවනා කිරීම්, දාන මාන පිංකම්, ස්වාමියාට භාර්යාවට දරුවන්ට කරපු යුතුකම් මගේ උපරිමයෙන් මම කළා. දැන් මේ ශරීරය මටත් වලංගු නෑ. මට වලංගු නැත්නම් අනිත් අයට කොහොමත් වලංගු නෑ' කියලා තේරුම් අරගෙන දැන් මේක අයින් කරන්න වෙලාව හොඳයි කියලා හෙමිහිට ආයුබෝවන් කියන්න හොඳට හිතට ශක්තියක් තිබෙන්න ඕන. ඒ ගතිය තිබෙන්න ඕන. ආපහු මේ පැත්තට හැරෙන්න හොඳ නෑ. ශරීර කොච්චර අපි දාල ඇවිල්ලා ඇත්ද? දිව්‍ය ශරීර, බ්‍රහ්මශරීර වගේ ඒවත් දාල ආපු නිසා මේකට ඇලි ගැලී ඉන්න හොඳ නෑ. මේක අතහැරලා දාල නිදහසේ මේකෙන් අයින් වෙන්න හොඳට ශක්තිය හදාගන්න ඕන. ඒක හැම එක්කෙනාටම බෑ.

මම එක ඉංග්‍රීසි අම්ම කෙනෙකුගේ අවසන් දවසට ගිහිල්ලා තිබෙනවා. එදා ඔක්කොමටම එන්න කියලා තිබුනා. දූ දරුවන්ට මුනුබුරු මිනිබිරියන් ඔක්කොටම. ඒ ගොල්ලෝ කාඩ් තෑගි මල් එහෙම අරගෙන ඇවිල්ලා තිබුනා. ඩොක්ටර්ස්ලා කියලා තියෙනවා එයා එදා මැරෙනවා කියලා. ඉතින් එයා ටික වෙලාවක් ඇස් පියා ගන්නවාලු. ආයිමත් ඇස් අරිනවලු. වතුර ඉල්ලනවලු. එක පාරක් එයා ඇස් වහගෙනම හිටියලු. එතකොට ඒ ළමයි අඩන්න පටන් ගත්තලු. ඊට පස්සේ ඇහැ ඇරලා එයා කියලා තියෙනවා 'මම තවම මැරුණේ නෑ' කියලා. 'wait wait I am still here' කියලා කිව්වලු. බලන්න කොච්චර වටිනවද කියලා. එයා හරියට සිහියෙන් ඉඳලා. ආන්න ඒ විදියට තමයි ඉන්න ඕන. අපිට මරණය කෙරෙහි තිබෙන්නේ ගොඩක් නිර්මාණ භය. පිං කරපු නැති එක්කෙනාට නම් එහෙම දේවල් වෙනවා. ඒ අයට එන මතකයන්, පින්තූර, චිත්ත රූප ඔක්කොම අවුල් සහගතයි.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස painkillers වගේ ඒවා දුන්නහමද එහෙම වේදනාවක් නැතුව ඉන්න පුළුවන්?

<u>පිළිතුර</u> - painkillers කියන ඒවා දෙන්නේ ශරීරයට විතරයි. ශරීරය සම්බන්ධයෙන් ඇතිවෙන වේදනාවල් වලට විතරයි දොස්තර මහත්තයා responsible. වෙන කිසිදෙයක් ඒ අයට කරන්න බෑ. මනසට දැනෙන ඒවා මනසට දැනෙනවා. මනසට එන පින්තූර නවත්වන්න බෑ. ඒ පින්තූර range එක විතරක් වෙනස් කරලා දෙන්න පුළුවන්, පිරිත් කියලා මලක් පහනක් පූජා කරලා බුදුපිළිමයක් වැඩමවලා වගේ දේවල්

කරලා. අපි වෛද්‍යවරයෙකුට පවරන්න හොඳ නෑ ඔක්කොම ටික. අපේ අවසාන අවස්ථාව අපිම හදාගන්න ඕන.

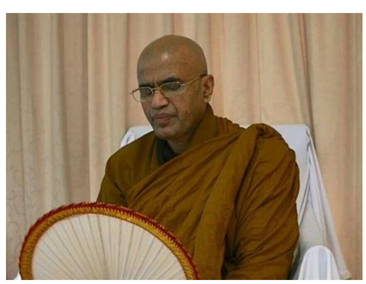
<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස දැන් ඔය කතෝලික අය මැරෙන කොට ඒ ගොල්ලන්ගේ දෙවියන් වහන්සේ ගාවට යනවා කියලා ඒ ගොල්ලන්ගේ භය අඩු වෙනවා. ඒක අවිද්‍යා සහගතව උනාට ඒක හොකොමද අපි justify කරන්නේ?

<u>පිළිතුර</u> - ඒක මිත්‍යාවක්. මුලාවක්. මනුෂ්‍යයන්ව ඝාතනය කරන්නත් ඔය විදියට brainwash කරනවා කියනවා. එයා ඒකෙන් motivate වෙනවා. එයා හිතනවා එයා ඒකෙන් පස්සේ දෙවියන් වහන්සේ ළඟට යනවා කියලා. නමුත් කර්මයට අනුව වෙන්නේ වෙන දෙයක්. එතකොට තිබෙන්නේ මුලාවක්. ඕක හරියට කියනවානම් සමහර ලංකාවේ අය නවසීලන්තයට එනවා වගේ. මම අහල තියෙනවා ලංකාවේ අය ලක්ෂ දහයක් පහළොවක් ගෙවල එනවා. ඒ අයට කියනවලු ඔයාට ඉන්න තැනක් තියෙනවා. කාමරයක් තියෙනවා. කාර් එකක් එයි ඔයාව ගන්න. කෑම බීම ඔක්කොම අරගෙන දේවි. ඊට පස්සේ පොඩි rest එකක් අරගන්න. ඊට පස්සේ ඔයාට රස්සාව හම්බවේවි කියලා. ඉතින් ඒ මනුස්සයා සන්තෝස වෙලා හරි බලපොරොත්තුවෙන් එනවා. මෙහෙ ඇවිල්ලා airport එකෙන් බැස්සට පස්සේ ආපු හැමෝම කාර් වල නැගලා යනවා. එයාව ගන්න කිසිකෙනෙක් නෑ. කෑමත් නෑ මුකුත් නෑ. ඒවගේ අය ගොඩක් ඉන්නවා. එයා මෙතැනට එනකම් සතුටෙන් තමයි ආවේ. ඊට පස්සේ ගිහිල්ලා කොහේ හරි farm එහෙක තමයි නවතින්නේ.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස එතකොට මෙහෙම ගත්තොත් කොහොමද? එක්කෙනෙක් ඉන්නවා මැරෙන, එයා බෞද්ධ. එයා කුසල් කරලා නැහැ. එයා ඒක නිසා මරණය ගැන භයයි. එයා මරණ මංචකයේදී භය වෙලා මැරෙනවා. අන්‍යආගමික එක්කෙනා සන්තෝසෙන් මැරෙනවා. හැබැයි එයා මිත්‍යාදෘෂ්ඨියෙන් මැරෙන්නේ. එත්කොට අන්තිම ප්‍රතිඵලය ගත්තහම කොහොමද?

<u>පිළිතුර</u> - දිව්‍ය ලෝකය කියන එකයි දෙවියන්වහන්සේ කියන එකයි මගේ ළඟ නැති අදහසක් දාපු එකක් පමණයි. ඒක දුර තිබෙන්නේ. ඒක බෞද්ධයාටත් අබෞද්ධයාටත් දෙන්නාටම සාධාරණයි. නමුත් ඊට වඩා ළඟ තිබෙන එකක් තමයි හෘදය සාක්ෂිය. බෞද්ධයාටත් අබෞද්ධයාටත් හැම එක්කෙනාටම ළඟම තිබෙන printout එක තමයි හෘදය සාක්ෂිය. එයා දන්නවා එයා කරලා තිබෙන ටික. ඒකට බෞද්ධ අබෞද්ධ කථාවක් නෑ. මොන විස්වාසය තිබ්බත් එතනදී වැඩ කරන්නේ ඒකයි. බෞද්ධ හෝ වේවා අබෞද්ධ හෝ වේවා යම් කිසි කෙනෙක් හොඳට එයාගේ ජීවිතිය පවත්වාගෙන ගියා නම් එයා තමයි අවසානයේදී භය නැතුව යන්නේ. සමහර අය දෙවියන්ට බණිනවා. එක දවසක් මම දැක්කා එක මනුස්සයෙක් මත්පැන් විකුණලා, මම හිතන්න එයා කතෝලික. එයා කියනවා ‘දෙවියෝ මාව මැව්වා. ඒක එයාගේ වැඩක්. මම එයාව care කරන්නේ නෑ. එයාගේ punishment එක එයා දීපුවාවේ. ඒක අපායේදී මම බලාගන්නම්. මම second වෙන්නේ නෑ දෙවියන්ට’ කියලා එයා දෙවියන්ට බණිනවා. ඒ වගේ බෞද්ධ අයත් ඉන්නවා අබෞද්ධ අයත් ඉන්නවා.
හොඳයි සැම දෙනාටම තෙරුවන් සරණයි! ධර්ම අවබෝධය වේවා!

සාධූ! සාධූ! සාධූ!



ඉහත සඳහන් ධර්ම දේශනාව අති පූජ්‍ය හන්තේ ජිනාලංකාර ස්වාමීන්වහන්සේ විසින් දේශිතයි.