මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරෙන්
27-01-2019 - ශ්‍රී ලංකාරාමය
නවසීලන්තය

හොඳයි ශ්‍රද්ධාවන්ත පිංවත්නි මේ වේලාවේ අදට හිතාගෙන ඉන්න ධර්ම කොට්ඨාසය කියලා දෙනවා. අපේ විජයවර්ධන මහත්තයා අහපු කාරණයක් තිබෙනවා. මේ පිංවතුන් භවනා කරනකොට සමාධිය හදාගන්න අපි ගොඩක් උදව් කරනවා. සමාධිය හදාගන්න උදව් කරනවා කියලා කියන්නේ ඒක විපස්සනාවට ලොකු පිහිටක් වෙන හින්දයි.

විපස්සනාවට යනකොට ප්‍රධාන කරුණු ටිකක් අපි මතක් කරනවා. එකක් තමයි මේ පිංවතුන්ට ධර්ම දේශනාවල් කරනකොට සහ සූත්‍ර දෙශ්නාවල් තෝරා ගන්නකොට ගොඩක්ම විපස්සනාවට බර වෙච්ච, මේ පිංවතුන්ගේ සිත්වලට ගැලපෙන පරාසයක සූත්‍ර දේශනාවල් එහෙම තමයි අපි තෝරාගෙන කියලා දෙන්නේ. හේතුව, අපිට විස්වාසයක් තිබෙනවා මේ පිංවතුන් ගැන, ඇත්තම කියනවා නම් මේ පිංවතුන් ඉස්සර වගේ නොවෙයි. මේ පිංවතුන්ට දැන් අවුරුදු ගණනාවක්ම තිස්සේ අභිධර්මය කොටස් කරගෙන ඇවිල්ලා තිබෙනවා. ස්කන්ධ ධාතු ආයතන පිළිබඳව කථා කරගෙන ඇවිල්ලා තිබෙනවා. ඒක නිසා යම් කිසි ධර්ම අවබෝධයක් වටහා ගැනීමක් තිබෙනවා. ඒක ඒ විදියට තිබෙන්න ඕනෑ. 'ආ අපි දැන් හොඳයි qualify වෙලා' කියලා හිතලා ඒකෙන් මාන්නයක් උපදවා ගත්තොත් තිබෙන ටිකත් නැතිවෙනවා. ඒක නිසා මේ පිංවතුන්ට යම්කිසි කොටසක් කියලා දෙන වේලාවේදී අපි තෝරගත්තේ සංයුත්ත නිකායෙන් වගේ ගැඹුරු සූත්‍ර කාණ්ඩ. ඒවා එක්තරා පෙළකට ආවා. අභිධර්මය ඉගෙන ගන්න ඕනෑ කියලා කිව්වා මම ඒවායේත් මූලික දේවල් කියලා දීලා තිබෙනවා. පත්‍රිකා හදලා මේ පින්වතුන්ට දුන්නා. එක කාලයක් මම ගොඩක් මෛත්‍රී භාවනාව කියලා දුන්නා. මෛත්‍රී භාවනාව කරන තාලේ සක්මන් භාවනාව කරන තාලේ වගේ ගොඩක් දේවල් මේ පිංවතුන්ට කියලා දුන්නා. ඒවගේම ඒවා සිද්ධ කළා.

දැන් සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ විශේෂ කොටසක් තිබෙනවා ඒක තේරුම් ගත්තොත් හොඳයි කියන අදහස ඒ මහත්තයා මතක් කළා. ඒ තමයි සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ ගැඹුරින් විපස්සනාවට යන තැනක් තිබෙනවා. සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ තිබෙනවා නිර්වාණයට පිවිසුම් වාර 21ක්. දොරටු (gateways) 21 තිබෙනවා. ඒ 21 කෙන්ම යන්න ඕනෑ කියලා නෑ. ඕක සමහරුන්ට ප්‍රශ්නයක්. කායානුපස්සනාව යටතේ නිර්වාණයට පිවිසෙන විදර්ශනා දොරටු 14 ක් තිබෙනවා. වේදනානු පස්සනාව යටතේ එක දොරටුවක් තිබෙනවා. චිත්තානු පස්සනාව යටතේ එක දොරටුවක් තිබෙනවා. ධම්මානුපස්සනාව යටතේ තිබෙනවා දොරටු 5 ක්. එතකොට ඔක්කොම 21 තිබෙනවා.

අපි දන්නවා මේ හැම එක්කෙනාටම නිර්වාණ ධාතුවට පිවිසෙන්න හරි ඕනෑකමක් ඡන්දයක් ඉක්මන් බවක් තිබෙනවා කියලා. වීරියකුත් දරන බව දන්නවා. බණත් අහනවා භාවනත් කරනවා, නිවනට යන්න ඕනෑ කියන අදහස ඡන්දය තිබෙන බව අපි දන්නවා. ඒ කුසලච්ඡන්දය ඒ නිවන් දැකීමේ ඕනෑකම තිබෙන නිසාම මොනවා හරි දෙයක් දාන්න බෑ. හේතුව තමයි හිත් හරියන්නත් ඕනෑ. හිත් පදම් වෙන්න ඕනෑ. එහෙම පදම් උනේ

නැත්නම් ඒකට අවශ්‍ය කරන ධර්ම ටික උඩට මතු වෙලා නැත්නම් ඒක කරන්න බෑ. ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් මේරෙන්න ඕනෑ. අපි මේ පිංවතුන්ට අද වගේ කාලයක කියල දෙන ඒවා මීට ඉස්සෙල්ලා කිව්වේ නෑ. මේ කියන හැම එහෙකින්ම මේ පිංවතුන්ගේ ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් මෝරවනවා. ඒ කියන්නේ බණ අහන වේලාවේදී ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය මෝරවා ගන්නවා. වීරිය ඉන්ද්‍රිය මෝරවා ගන්නවා. සති ඉන්ද්‍රිය මෝරවා ගන්නවා. සමාධි ඉන්ද්‍රිය මෝරවා ගන්නවා. ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය මෝරවා ගන්නවා. මේවා සාමාන්‍ය කථා නොවෙයි. බුදුරජාණන්වහන්සේගේ ධර්මයේ ගැඹුරු කොට්ඨාස වලට හරවලා තමයි මේ කථා කරන්නේ. ඒක නිසා අදත් මේ පිංවතුන්ට මම ඒ වගේ තැනක් කියලා දෙනවා.

මේක තිබෙන වාක්‍යය ටික පොඩ්ඩයි. නමුත් ඒකෙ අන්තර්ගතය ඇදලා ගන්න උත්සාහ කරන්න ඕනෑ. අපි ඒ වාක්‍යය දෙක තුන මේ විදියට බලමු. පළවෙනි ටික මම කියන්නම්.

දැන් මේ සූත්‍ර දේශනාව කරලා තිබෙන්නේ කාටද? කුරු රට හිටපු හොඳම හොඳ පාරමී ගුණ පිරිච්ච ස්වාමීන්වහන්සේලා 500 ක් පමණ පිරිසකට තමයි දේශනා කරලා තිබෙන්නේ. බුදුරාජාණන්වහන්සේ කුරු රට කම්මාසදම්ම ගමට වැඩම කළාට පස්සේ අළුතින් ස්වාමීන්වහන්සේලා මහණ වෙලා තිබෙනවා. කුරුරට මිනුස්සු ස්වභාවයෙන්ම හරිම බුද්ධිමත්. දැන් ඔය සමහර කථා මැද පෙරදිග ගිහිල්ලා කියන්න බෑ. එහෙ මිනුස්සුන්ගේ බුද්ධිය චින්තනය වෙනස්. ඉන්දියාවේ උනත් සමහර පළාත් වල ඔය කථා කියන්න බෑ. ලංකාවේ සමහර පැතිවල කියන්නත් බෑ. ඥානය ප්‍රඥාව මෝරවාගන්න හේතුවෙන පරිසර තිබෙනවා. සමහර පළාත්වල මිනුස්සු හරි ඥානවන්තයි, බුද්ධිමත්. ඒවගේ මේ කුරුරට කම්මාසදම්ම කියන නියම් ගමේදී මහණ වෙච්ච පිරිසකටයි බුදුරාජාණන්වහන්සේ ධර්මය දේශනා කරන්නේ. ඒකටත් අදාළ දෙයක් කියන්නම්. මේ පළාතෙත් ඔස්ට්‍රේලියාවෙත් සත් පුරුෂ ආශ්‍රය සමඟ ඉන්නා වූ අයට ධර්මය දේශනා කරන්න පුළුවන්. ආහාර පාන වශයෙන් සහ කලබල අඩු නිසා හිතට නිදහස තිබෙනවා. ඒ නිදහසත් නිරෝගී කමත් එක්ක මේ පින්වතුන්ට හිතන්න පුළුවන්. හැබැයි මේ නිරෝගී කමත් මේ ගැඹුරු ධර්මය හිතන එකත් ආරක්ෂා කරගන්න ඕනේ නම් ඒවාගේම ඔය කුරුරට කම්මාසදම්ම නියම් ගමේ දේශනා කරපු ඒ දේශනාවක් අහල මේ මම කියන විදියට ධර්මයෙන් දියුණුවෙන්න කැමතිනම් කරුණු දෙකක් මම කියනවා. එකක් තමයි නිතරම cell phone එකේ facebook යනඑක නවත්වන්න. අනිත් එක තමයි උදේ පාන්දර නැගිටපු ගමන්ම ගිහිල්ලා ලංකාවේ දිවයින සිළුමිණ අරවා මේවා කියවන එක නවත්වන්න. ඒකෙන් වෙන්නේ මේ තිබෙන ටිකත් නැතිවෙනවා. එතකොට එහෙ හිටියා වගේ. නිරෝගී කම ගැන කොච්චර කිව්වත් ඒවා බැලීමෙන් ලෙඩ වෙනවා. ඒ මනුස්සය තරහ යන මනුස්සයෙක් බවට පත්වෙනවා. අපි කොච්චර ගැඹුරු දේවල් කියන්න ගියත් අරවා බැලුවහම කිපෙනවා. තරහ යනවා, ලෙඩ වෙනවා. අනිත් එක තමයි නොයෙක් ආකාරයේ දේවල් ආරංචි වෙනවා. එතකොට අපි මෙහෙන් උත්තර සපයන්න යනවා. සමහර ඒවා අපිට අදාළ නෑ. ඒවායෙන් අපේ හිතේ කෙලෙස් ඇතිවෙනවා. ඒවගෙනුත් පරෙස්සම් වෙන්න. එතකොට පුළුවන් මහා නිධාන සූත්‍රය මේ සති පට්ඨාන සූත්‍ර ආදී දේවල් වලින් වැඩ ගන්න.

එතකොට මේ සූත්‍රයේ ඉස්සරවෙලාම කොටස මොකක්ද? කායානුපස්සනාව

කායානුපස්සනාවේ පළවෙනි කාණ්ඩය මොකක්ද? ආනාපානසතිය. අනාපාන සති භාවනාව කරගෙන ගිහිල්ලා අන්තිම හරියේ තිබෙනවා මෙන්න මෙහෙම කොටසක්

'සබ්බකායපටිසංවෙදී අස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, 'සබ්බකායපටිසංවෙදී පස්සසිස්සාමී'ති සික්ඛති, කියලා

ඊළඟට කියනවා මෙහෙම, මෙතැන වාක්‍යය 8 ක් තිබෙනවා, ඒ ටික මතක තබා ගන්න.

ඉති අජ්ඣත්තං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති, බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති, අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති.
සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති, වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති, සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.
'අත්ථි කායො'ති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති යාවදෙව ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය අනිස්සිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති. එවම්පි ඛො, භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති.

දැන් මේ වාක්‍යය 8 අන්තර්ගතය බලමු. කෙනෙක් අනාපාන සතිය වඩලා 'දීර්ඝ හුස්ම' 'කෙටි හුස්ම' ඊළඟට 'සම්පූර්ණ හුස්ම කාය දැනගෙන' ඊළඟට 'හුස්ම සංසිඳෙන ආකාරය පුරුදු කරලා' ඊළඟට තිබෙනවා මෙහෙම

ඉති = මෙසේ

අජ්ඣත්තං වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති = තමාගේ කයෙහි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස දිහා බලනවා.
බහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති = අනිත් අයගේ කයෙහි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස බලනවා.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී විහරති = තමන්ගේත් අනුන්ගේත් කයෙහි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස බලනවා. දැන් මෙයා ක්‍රියා තුනක් කරනවා.

අපි දැන් මේක බලමු. මෙතෙන්දි තමන්ගේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස දැනගන්න පුළුවන්. තමන් ඇස දෙක පියා ගත්තහම නාසය කෙලවරට හිත හැරෙව්වහම එතැන හොඳට දැනෙනවා පෙනෙනවා. අනිත් අයගේ කයේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස අපේ හැටියට දකින්න බෑ. ඒක කරන්න බෑ. අනිත් අයගේ කයේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස දැනෙන්නේ ඒ කය අයිති එක්කෙනාටයි. අපිට දැනෙන්නේ අපේ කයේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස. නමුත් මෙහෙම එකක් තිබෙනවා. අපි යම් කිසි දෙයක් දැනගෙන ඉන්නවා. අපි යම්කිසි පාඩමක් දැන ගත්තහම ඒ පාඩම අනිත් කෙනෙකුට කියලා දෙනවා. ඇයි ඒ කියලා දෙන්නේ? එයා ඒක දන්නේ නැති නිසා. දැන් අපි එයාට කියලා දීලා අපිට තහවරු කරගන්න ඕනෑ මම දැනගත්තු දේ අනිත් එක්කෙනාත් දැනගත්තද කියලා. එතකොට අපි මොකද කරන්නේ? එතකොට අපි එයාට කියනවා නැවතත් ඒක කියන්න කියලා. නැත්නම් අපි ප්‍රශ්න අහනවා. ඒ ප්‍රශ්න වලට නිවැරදිව උත්තර දෙනවා නම් එයා ඒ කියන දේ අපේ එකට

සමානයි නම් අපි තේරුම් ගන්නවා එයාට වැටහුණා කියලා. මේ තමයි අපි අනිත් එක්කෙනාට දීපු දැනුම දැනගන්න විදිය.

අපි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කරලා හොඳට දැනුමක් තේරුමක් තිබෙනකොට ඒ අනුසාරයෙන් අනිත් එක්කෙනාටත් මේ විදියට වෙනවා කියලා අපි ප්‍රත්‍යයවේක්ෂා මාර්ගයෙන් දැනගන්නවා. අනිත් අයගේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස දැන ගන්නේ ඔය විදියටයි. අපි අපේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් දැනගන්නවා. අනිත් අයගේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස සිදුවන්නේ මෙන්න මේ විදියටයි කියලා අපි ප්‍රත්‍යයවේක්ෂණ වශයෙන් දැනගන්නවා. **අජ්ඣත්ත කාය බහිද්ධ කාය** ගැන දැනගන්නේ ඔන්න ඔය ක්‍රමයටයි.

අපි හිතමු පැයක් විතර කාලයක් අපි අපේ අධ්‍යාත්මික කයේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස බලාගෙන යනවා. පැය භාගයක් විතර අනිත් එක්කෙනාට වෙන්නෙත් මේ විදියටයි කියලා මෙනෙහි කරනවා. **අජ්ඣත්තං වා කායෙ කායානුපස්සී** කියලා කියන්නේ තමා තුල බලනකොට. අනිත් විනාඩි 30 ක් කාලය අනිත් අය භාවනා කරන්නෙත් මේ විදියටයි, එයාට දැනෙන්නේ මේ විදියටයි කියලා උපකල්පනාත්මකව ප්‍රත්‍යයවේක්ෂා අනුසාරයෙන් බලනවා. ඒ බලන්නේ බහිද්ධ කාය.

ඊළඟට විනාඩියක් තමාගේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස බලනවා තව විනාඩියක් අනිත් කෙනාගේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස මෙනෙහි කරනවා. ඊළඟට විනාඩි භාගයක් ආධ්‍යාත්මික කයේ ස්වභාවය බලනවා. විනාඩි භාගයක් අනිත් කෙනාගේ කයේ ස්වභාවය බලනවා. එතකොට කියනවා **අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායෙ කායානුපස්සී** විහරති කියලා. ඔන්න ඔය විදියට තමයි ඔය වැඩේ කරන්නේ.

මේ කොට්ඨාසයට කියනවා විපස්සනා කරනවා කියලා. මේ තමයි අනාපාන සතිය විදර්ශනා කරන තැනට පත්වෙන විදිය. ඊළඟට තිබෙනවා තව වාක්‍යය තුනක්.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,
වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,
සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

සමුදය ධර්ම බලන ක්‍රම දෙකක් තිබෙනවා. මේ වාක්‍යය මෙහෙම තිබුණාට මෙහි අභ්‍යන්තරය ඇදලා ගැනීම හරි බරපතලයි. ඒක හරි වටිනවා. වාක්‍යය තුනයි තිබෙන්නේ. හැබැයි ඒ වාක්‍යය තුන යම්කිසි කෙනෙක් නියම විදියට තේරුම් ගත්තා නම් එයා නිවන් අවබෝධ කරගන්නවා.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති = අපි ඉස්සෙල්ල බරපතලව හිතන්නේ නැතුව සරලව හිතමු. ඇත්තට මේ හුස්ම වැටෙනකොට ඒක අපිට නොතේරුණාට හුස්ම පිට කරන එක ලේසියි. අපිට දැනෙනවා නේද හුස්ම ගන්නකොට තෙරපුමක් එක්ක හුස්ම ගන්න බවක්? හුස්ම නොගෙන බැරි නිසා ගැනෙනවා නමුත් හුස්ම පිටකරනකොට relief එකක් තිබෙනවා. ඔය කාරණය අපි ප්‍රායෝගිකව ගත්තහම ඔහොම එකක්

තිබෙනවා. හුස්ම පිටකරනකොට හරි පහසුයි. ඇත්තටම මේ කයේ හුස්ම රැල්ල තිබෙනේ කුමක් නිසාද? සමුදය කියලා කියන්නේ යමක් හැදෙන හේතුව කියන එකයි. මේ හුස්ම රැල්ල කියන එක තිබෙන්න කරුණු තුනක් අවශ්‍යයයි. ඒ තමයි මේ 'ඇඟ' 'නාස් කුහරය' සහ 'හිත'. හිතත් අවශ්‍යයයි හුස්ම රැල්ල වැටෙන්න.

කම්මල් වල තිබෙනවා මයිනහම කියලා එකක්. ඒක බෑග් එකක් වගේ එකක්. ඒ හුළං පිරෙන බෑග් එකේ ඇතුලට හුළඟ අරගෙන ඊට පස්සේ ඒකෙ තිබෙනවා බටයක් වගේ එකක්. ඒකෙන් තමයි ඒ ඇතුලට ගත්තු වායුව ගිනි අඟුරට පිට කරන්නේ. ඒකෙ handle එකක් තිබෙනවා. ඒ කම්මලේ වැඩ කරන එක්කෙනා ඒ handle එකෙන් අදිනවා. එහෙම අදිනකොට ඒකට වායුව පිරෙනවා, අත හැරපු ගමන්ම වායුව පිට වෙනවා. දැන් එතකොට එයාට අතට අල්ල ගන්න එකකුත් තිබෙනවා. හුළඟ පිරෙන්න එකකුත් තිබෙනවා. හුළඟ පිටවෙන්න එකකුත් තිබෙනවා.

එතකොට ඒක දිහා බැලුවයින් පස්සේ මේ හුළඟ තිබෙන්නේ කුමක් නිසාද? ඒ හුළඟ තිබෙන්නේ ඒ මනුස්සයාගේ handle එක නිසා සහ අර ලොකු මයිනහම් බෑග් එක නිසයි. එතකොට අපේ ශරීරයයි නාස් පුඩුවයි හින්දා තමයි මේ කියන්නා වූ හුස්ම තිබෙන්නේ. ඒ නාස් පුඩුවයි ශරීරයයි නැත්නම් හුස්ම නෑ. දැන් මේ හුස්ම අල්ලන්න අපි හිතත් සම්බන්ධ කරගන්නවා. අපි සිහියෙන් හුස්ම ගන්න වෙලාවට හිත සම්බන්ධයි. දැන් අපි හුස්ම ගන්නවා, හුස්ම හෙලනවා. අපේ මේ ශරීරය base කරගෙන නේද මේ හුස්ම පහළ වෙන්නේ? ආන්න ඒ නිසා හුස්ම ඇතිවීමට සමුදය ධර්මය හැටියට සලකා ගන්නේ මේ 'ශරීරයයි' 'නාස් කුහරයයි' 'හිතයි'. 'ශරීරයයි' නාස් කුහරයයි' 'හිතයි' නැත්නම් හුස්ම ගැනීමක් නෑ. 'හිත' හරියට කම්මලේ වැඩ කරන එක්කෙනාගේ හස්තය වගේ. 'කය' හරියට අර හුළං බෑග් එක වගේ.

ඉස්සරවෙලාම මහා ගොඩක් දේවල් බලන්න කලින් ළඟ ළඟම සමුදය දැනෙන්නේ ඔන්න ඔය විදියටයි. දැන් අපිට හිතෙනවා මේ විදියට සමුදය දැනගෙන නිවන් දකින්න පුලුවන්ද කියලා. මේ ටිකෙන් බෑ. තව යන්න ඕනෑ. නමුත් ඉස්සරවෙලාම සමුදය ධර්මය බලනකොට ඔන්න ඔය විදියටයි බලන්නේ. අනිත් අයගේ ශරීරය දෙසත් ඔන්න ඔය විදියටයි බලන්නේ. අනිත් අයගේ ශරීරයට වෙන්නෙත් ඔය විදියමයි. ඒ අයගේ හුස්ම රැල්ල ඇතුලට පිරෙනවා. නැවතත් පිට වෙනවා. අනිත් අයගේ ශරීරයත් ඒ විදියයි. මගේ ශරීරයත් ඒ විදියයි. අන්න එතකොට **අජ්ඣත්තබහිද්ධ** වැඩේ ඕකේ සිද්ධ වෙනවා. දැන් මේ 'ශරීරයයි' මේ 'නාස් පුඩුවයි' 'හිතයි' කියන්නා වූ තුන්දෙනා නිසා තමයි මේ කියන්නා වූ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස පහළ වෙන්නේ කියලා හේතුව දකිනවා. මේ හේතු දකිනවට කියනවා 'සමුදය දකිනවා' කියලා.

හොඳට හිතලා බලන්න කයක් නැත්නම් හුස්ම තිබෙනවද? නෑ. නාස් පුඩුව නැත්නම් හුස්ම තිබෙනවද? නෑ. හිතක් නැත්නම් හුස්ම දකිනවද? නෑ. පේනවා නේද මේ හුස්ම වැටෙන්න, හුස්ම ගන්න, හුස්ම හෙලන්න ළඟම තිබෙන්නා වූ සමුදය ධර්ම ටික.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස හිත නැතුවත් හුස්ම වැටෙනවා නේද?

<u>පිළිතුර</u> - නෑ, ඒ අනාපාන සතිය නොවෙයි. මේ ආනාපාන සතිය. මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස බැලීම. **දීඝං වා අස්සසන්තො 'දීඝං අස්සසාමී'ති පජානාති, දීඝං වා පස්සසන්තො 'දීඝං පස්සසාමී'ති පජානාති,** කියන එක. මේ දැන් ආනාපාන සතියට ගිහිල්ලා ඒකෙ ඇතුලට බැහ ගන්න හැටියි මේ කියන්නේ. අරක ආනාපාන සතියක් නොවෙයි. ඒක අවසිහිය.

හොඳයි, දැන් අපි තව ටිකක් දුර යනවා. ඉස්සරවෙලාම බොහොම ලාබාල සමුදය ධර්ම ටිකක් හොයා ගත්තේ. මොනවාද ඒ ? ඒ තමයි 'කයයි' 'නාස් කුහරයයි' 'හිතයි'. දැන් කය කියන එකේ තව ටිකක් ඇතුලට යනවා. ඇත්තටම මොකක්ද මේ කය කියලා කියන්නේ? පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ කියන මහා භූත ටිකයි ඒවාට සම්බන්ධ වෙලා තිබෙන්නා වූ උපාදාය රූප වල එක්කාසුවක් තමයි මේ **කය** කියලා කියන්නේ කියලා අර ඉස්සරවෙලා ගත්තු ඕලාරික කය දෙස ඔන්න දැන් බලනවා. ඉස්සෙල්ලා **කය** කියලා කිව්වා. නමුත් ඇත්තටම තිබෙන්නේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ කියන රූප ටිකයි උපාදාය රූප ටිකයි තමයි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදෙන්න හේතු උනේ. එහෙම නේද තිබෙන්නේ? ඉස්සෙල්ලා කය කියලා කියපු කථාව තව ටිකක් විස්තාරණය කරලා බෙදලා ගත්තයින් පස්සේ ඔය ටික තමයි කයේ තිබෙන්නේ. එතකොට, පඨවි ටිකක් ආපෝ ටිකක් තේජෝ ටිකක් වායෝ ටිකක් උපාදාය රූප ටිකක් **කය** හැටියට ඉදිරිපත් වෙලා නේද හුස්ම රැල්ල ඔය විදියට හැදෙන්න සකස් කරලා තිබෙන්නේ? ආන්න ඒ විදියට 'සමුදය' බලනවා. ඒ කියන්නේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදෙන ළඟ හේතු බලනවා. ඕකට කියනවා' සමුදය' බලනවා කියලා.

අර **සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති** කියන වාක්‍යය නම් ලෙහෙසියි. නමුත් ඒකෙන් කියලා දෙන්නාවූ ධර්ම කාණ්ඩය නම් හරි ගැඹුරුයි.

ඊළඟට බලනවා කය නැත්නම් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නෑ කියලා. අපි හිතමු මනුස්සයෙක් මැරෙනවා. මැරුණට පස්සේ මොකද වෙන්නේ? ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස තිබෙනවද? නෑ. කය කුණු වෙලා යනවා. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස තිබෙනවද? නෑ. හිත මේ කයෙන් ඈත් වෙලා යනවා. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස තිබෙනවද? නෑ. එහෙම නැත්නම් මේ නහය block වෙලා යනවා. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස තිබෙනවද? නෑ. ආන්න ඒ වගේ මේ කය නැති උනහම ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති වෙනවා, හිත නැති උනහම ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති වෙනවා, නාසය block උනහම ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති වෙනවා කියලා ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැතිවෙන හේතු ටික බලනවා.

දැන් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස ඇතිවෙන්නේ කුමක් නිසාද? කය තිබෙන නිසා, නාස් කුහරය තිබෙන නිසා සහ හිත තිබෙන නිසා.

එතකොට ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැතිවෙලා යන්නේ කුමක් නිසාද? කය කැඩී බිඳී යෑම නිසා, හිත නැතිවෙලා යෑම නිසා සහ නාසය හිර වීම නිසා.

මෙන්න මේ වගේ ආශ්වාසය හැදෙන හේතුවට කියනවා **'සමුදය ධර්ම'** කියලා. නැතිවෙන හේතුවට කියනවා **'වය ධර්ම'** කියලා.

මෙතකින් නවතින්නේ නෑ. තව තිබෙනවා. දැන් මේ සමුදය ධර්ම බලාගෙන ගියහම බලන්න නැතිවෙලා යන්නේ මොකක්ද? නැතිවෙලා යන්නේ හිත. නැතිවෙලා යන්නේ පඨවි අපෝ තේජෝ වායෝ වලින් හැදිච්ච ශරීරය.

දැන් අපි level දෙකෙකට කිච්චා. ඉස්සෙලාම ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදෙන්න හේතු උනේ කය සිත සහ නාසය. ඊට පස්සේ දෙවෙනි level එකට බැලුවේ 'කය කියලා කියන්නේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ සහ උපාදාය රූප' කියලා ඊට පස්සේ 'හිත කියලා කියන්නේ ඵස්සය වේදනාව සංඥාව චේතනාව සහ චිත්තය යන නාම ධර්ම' ටික. මේ ධර්ම 5 හට කියනවා ඵස්ස පඤ්චනික ධර්ම කියලා.

දැන් හොඳට බලන්න ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස පැත්තට හිත හැරී තිබෙනකොට ඒ හිත ආශ්වාස වල සැප දුක් වේදනාවක් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වල සංඥාවක් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වල සපර්ශයක් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වල චේතනා ගතියක් යන මේ නාම ධර්ම පහ ප්‍රධාන වශයෙන් ගන්නවා. තවත් ඔය සමග චෛතසික ධර්ම තිබෙනවා. මේ ටික තමයි අර ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස පැත්තට හැරිලා බලන්නේ.

දැන් එතකොට රූප වශයෙන් ගත්තොත් පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ සහ උපාදාය රූප ටිකයි මේ ධර්ම 5 යි තමයි හේතු වෙන්නේ අර ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස හැදෙන්න මතුවෙන්න හටගන්න. සමුදය බලන්නේ ඔය විදියටයි.

දැන් කියනවා නේද **සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති** කියලා. හොඳට ඇස් දෙක පියාගෙන බලන්න මේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස හැදෙන්නේ කොහොමද කියලා. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදෙන්නේ කය හින්දා. මේ **කය** තමයි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයේ සමුදය. ඊළඟට කය තිබුණා කියලම හරියන්නේ නෑ. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වලට වෙනම line එකක් තිබෙනවා. එතකොට මේ නාස් කුහරයත් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයට හේතුවක්. කය එකක් නාස් කුහරය තව එකක්. ඊළඟට අපි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස දෙස බලාගෙන ඉන්නේ හිතෙන්. එතකොට එතැන හිතත් සම්බන්ධ වෙලා තිබෙනවා. සමහර වෙලාවට හුස්ම රැල්ල ඕනෑකමින් ගන්නවා. සමහර වේලාවට ස්වභාවයෙන් පහළ වෙනවා. මේ දෙකම දිහා හිත බලාගෙන ඉන්නවා. එතකොට හිතත් මේක එක හේතුවක් වෙනවා.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස නාස් කුහරය කය හැටියටද එන්නේ?

<u>පිළිතුර</u> - කයේ කොටසක් තමයි. ඒකෙ තිබෙනනේ opening එකක්. සරලව උඩින් බැලුවහම මේ රූපය තමයි හේතුවෙන්නේ මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කියන වැඩේ සිද්ධ වෙන්න. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසත් රූපමම තමයි. ඒ උනාට වායෝ රූපය විශේෂිත රූප වර්ගයක්. මේ වායෝ රූපයට ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසය හැටියට එහෙට මෙහෙට වැඩ කරන්න පරිසරයක් හැටියට දෙයක් තිබෙන්න ඕනෑ. ආන්න ඒ පරිසරය හැටියට තිබෙන්නේ මේ

කය. එකයි ඉස්සරවෙලා බලන්නේ. කයක් නැත්නම් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නෑ. මෙහෙම එකකුත් තිබෙනවා. අපි බලන්න ඕනෑ ළඟම ළඟ තිබෙන හේතු. සමුදය බලන්නේ එහෙමයි. දැන් අපි විස්තරාත්මකව තිබෙන ධර්ම කාණ්ඩ වලට යන්නේ නැතුව ළඟ ඒවා බලන්න ඕනෑ. ගොඩක්ම විස්තර දැනෙන්නේ පේන්නේ හොඳට සිහිය නුවණ දියුණු වෙනකොටයි. අපි සිහිය නුවණ දියුණු වෙන්න කලින් බලන්නේ ළඟ ඒවා.

අපි ඉස්සෙල්ලාම සමුදය හොයන්න යනකොට දැන ගන්නේ ලොකුවට. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස තියෙන්නේ කුමක් නිසාද? මේ කය හින්ද - මේ නාස් කුහරය හින්ද - මේ සිත හින්ද. ප්‍රාථමික සමුදය දකින්නේ අපි ඔහොමයි. මේකට මයිනා හමේ උපමාවත් කිව්වා. **සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති** කියන වාක්‍යය ලේසියි. නමුත් ඒක දිග හැරීම හරිම ගැඹුරයි. ‘වය’ කියලා කියන්නේ ඒක නැතිවෙන තාලේ.

තව ටිකක් අපි ගැඹුරට යන කොට අපි බලා ගන්නවා ඇත්තටම මම කය කියලා බලා ගත්තේ මොකක්ද? පඨවි අපෝ තේජෝ වායෝ වලින් හැදිච්ච උපාදාය රූප වලින් හැදිච්ච මහා භූත සම්භාරයක්. මේ රූපය නිසා නේද මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස තියෙන්නේ කියලා දැන් ටිකක් ගැඹුරින් සමුදය හොයනවා. එතැනින් නවතින්නේ නෑ. එතැනින් නවතින්නේ නැතුව තව ටිකක් ඈතට යනවා. ඇත්තට මේ කය ඇයි පුටුවක් හැටියට හැදෙන්නේ නැතුව ඇයි මේට්ටයක් හැටියට හැදෙන්නේ නැතුව ඇයි වෙනත් වස්තුවක් හැටියට ගහක් හැටියට හැදෙන්නේ නැතුව ඇයි මේ විදියට හැදුනේ කියලා මේ මුණ මැද හිල් දෙකක් එක්ක ඇයි මේ රූපය මේ විදියට හැදුනේ කියලා හිතලා බලන්න. අත් දෙකක් තිබෙනවා. උස කඳක් තිබෙනවා. උස කඳක ඔලුව කියලා වෙනම කොටසක් තිබෙනවා, ඒ ඔලුව කියන කොටසට වෙනමම ප්‍රදේශයක් හැදිලා ඇයි මේ විදියේ රූපයක් හැදුනේ? ඒකට හේතුව මොකක්ද?

මේ කියන්නේ කොහොමද අපි සමුදය ධර්ම ඇතුලට ඇතුලට බලාගෙන බලාගෙන යන්නේ කියලා. ඉස්සෙල්ලා පටන් ගත්තේ ඇහෙන්. දැන් පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ හොයාගෙන ඊට පස්සේ බලනවා ඇත්තට මේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ මේ විදියට හැදුනේ ඇයි? තවත් තිබෙනවානේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ, ගස්වල තිබෙනවා ගල්වල තිබෙනවා, බිත්තිවල තිබෙනවා, පොළොවේ තිබෙනවා. ඒ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ වලට වඩා වෙනස්ව ඇයි මේ විදියට හැදුනේ? දැන් පොළොවට අතගහල බලන්න එබෙනවද කියලා. නෑ. තමන්ගේ ඇඟට අත තියලා බලන්න එබෙනවද කියලා. එබෙනවා. ඇයි අනිත් ඒවාට සමාන නොවෙන්නේ. එහෙම නම් මේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ කියන මේ ඇඟ මේ උපාදාය හැදිලා තිබෙන්නේ හේතුවක් හින්දයි. මේ වගේ රූප හදන්න හැංගිච්ච හේතුවක් පිටි පස්සේ තිබෙනවා.

අපි ලේසි පැත්තකට යමු. හැම එක්කෙනාගේම කය මේ වගේ ලොකු කරලා ලොකු කරලා ලොකු කරලා ගත්තේ මොකෙන්ද? ආහාරයෙන් = **ආහාර සමුදයා රූප සමුදයො.** කෑම හින්දයි. පොඩි කාලේ ඉඳලාම මොකද කළේ? කන්න දුන්නා. ඉස්සෙල්ලාම මව් කිරි බිලා බිලා ඊළඟට soft වට්ටක්කා කැලි කැරට් කැලි දිය කරලා ගන්න තාලේට ලොකු

කරලා ගත්තා. ඊළඟට කිරිබත් වගේ soft ආහාර කන තත්වයට පත්කළා. ඊළඟට ලොකු ලොකු කෑලි කඩාගෙන කන තාලේට පත් උනා. දැන් මේ ආහාර නිසා තමයි මේ රූපය මේ තත්වයට ගෙනාවේ. ආහාර වලින් තමයි පවත්වන්නේ. ඒක නිසා තේරුම් ගන්නවා මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදෙන්න මේ කය තිබෙනවා. මේ කය හැදෙන්න ආහාර තිබෙනවා. දැන් මේ අපි හේතු හොයාගෙන යන්නේ. ආහාර වලින් තමයි අපි මේ රූප ලොකු කරගෙන ලොකු කරගෙන යන්නේ.

ඊළඟට මේක කෑම වලින්ම පුලුවන්ද? බෑ. එහෙම නම් මොකද කරන්නේ මේ කෑම කවවන්න මේ කෑම දීලා මේක පවත්වන්න මේ වගේ කයක් හැදෙන්න ඕනෑ. මේ වගේ කයක් හැදෙන්න කයවල් හැදෙන කර්මයකුත් පිටි පස්සෙන් තිබෙන්න ඕනෑ. දැන් එතකොට කර්මයත් තිබෙන්න ඕනෑ = **කම්ම සමුදයා රූප සමුදයො.** දැන් මේ කෑම කවවන්න රූපය හදලා දුන්නේ කර්මය. කර්මයෙන් තමයි මේ ඔළුවක් උඩට දාල මූණ මැද් දැවට නහයක් දාල ඊළඟට කටක් එහෙම හදලා හයිය දත් කෑලි කට්ට කට්ට වගේ set එකක් දාලා කන්පෙති දාලා ජනෙල් වගේ ඇස් තියලා signboard එකක් වගේ නළලක් දාලා පොල් අතු වහළ වගේ කොන්ඩේ දෙපැත්තට දාල මේක ඇත්ත වශයෙන්ම අමුතුම වැඩ සටහනක්, මේ කර්මයෙන් හදාපු ඇඟ. කවුරුවත් කියලා නොවෙයි. එහෙමනම් මේ වගේ රූපයක් මේ වගේ ඇඟක් හදන්න කර්මය උදව් උනා.

එතකොට බලන්න ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදෙන්න හේතු බලාගෙන යන විදිය. මෙන්න මේකට කියනවා සමුදය බලනවා කියලා. පිටි පස්සට පිටි පස්සට හෙමිහිට හෙමිහිට බලාගෙන බලාගෙන යනවා. දැන් හේතු දෙකක් හොයා ගත්තා. ඒ තමයි ආහාර සහ කර්මය.

මේ ඉස්සෙල්ලා හදපු කර්ම වලින් තමයි මේක හදලා තිබෙන්නේ. හැබැයි ඒ කර්ම හදනකොට ඇයි ඒ රූප හදන කර්මයක් හැදුවේ. මේ වගේ රූපයක් තිබුණොත් හොඳයි කියලා තණ්හාවක් හදලා තිබෙනවා. තණ්හාවක් නැත්නම් ඒ කර්මය හදන්නේ නෑ. කර්මය හදන්න කලින් තණ්හාවක් ආවා. ඒකනිසා මේ කය හැදෙන්න තව සමුදය ධර්මයක් තමයි තණ්හාව. කර්මයෙන් මේක හැදුවේ අපිට ඕනෑ කමක් ඇති වෙච්ච හින්දයි. මේ වගේ ලස්සන කයක් ලැබෙන්න කියලා අපි ප්‍රාර්ථනා කරනවා. ඒ ප්‍රාර්ථනා කරන්නේ තණ්හාවෙන්. ඒක ලෝභය. ප්‍රාර්ථනා කරලා ඊට පස්සේ කර්මය හදනවා. කර්මය හදනකොටත් ප්‍රාර්ථනාවත් එක්කම හදනවා.

එතකොට **තණ්හාව** එක සමුදයක්. **කර්මය** එක සමුදයක්. **ආහාර** එක සමුදයක්.

ඇත්තට තණ්හා කළේ ඇයි? ඒ වේලාවේ අපි දැනගෙන හිටියානම් මූණ මැද්දට හිල් හයිකරන කයක් එන්නේ කියලා මේ වගේ අමාරුවෙන් හුස්ම ගන්න මේවගේ හැමවෙලේම කන්න දෙන්න ඕන කයක් අපිට හම්බවෙනවා මේකේ දුකක් තිබෙනවා කියලා අපිට දැනුනා නම් අපි හදන්නේ නෑ.

ඒ කර්මය හදන වෙලාවේ ඒකට ලෝභ කරන වෙලාවේ තණ්හාවට උදව් කළා අවිද්‍යාව. අවිද්‍යාව ගිහිල්ලා 'ඕවා ගණන් ගන්න එපා' කියලා cover කරලා දැම්මා. අවිද්‍යාවෙන් වැහුවා මෙතැන තිබෙන්නා වූ දුක්ටික. තණ්හාවෙන් ඇලුම් කළා. ඒ එක්කම කර්ම හැදුවා. ඊට පස්සේ මෙහෙට ආවට පස්සේ ආහාරය උදව් උනා.

දැන් හේතු 4 ක් තියෙනවා. ඒක නිසා කියනවා එහා පැත්තේ හේතු 3 යි මෙයා පැත්තේ හේතුවයි. මෙයා පැත්තේ තිබෙන හේතුව තමයි **ආහාර**. එහා පැත්තේ තිබෙන සමුදය හේතු තුන තමයි **අවිද්‍යාව තණ්හාව** සහ **කර්මය**.

දැන් මේ කය මෙතැනට ගෙනල්ලා නවත්වාගෙනයි තිබෙන්නේ. මේ කයට කියන්න පුළුවන් කර්මයෙන් ලැබුණ කයක් කියලා. තණ්හා වෙන් ලැබුණ කයක් කියලා කියන්න පුළුවන්. අවිද්‍යාවෙන් ලැබුණ කයක් කියලා කියන්න පුළුවන්. ඇයි ඒ? ඒ තුන් දෙනාම සමානයි. දැන් මේ කර්මයෙන් හැදිච්ච කය අවිද්‍යාවෙන් හැදිච්ච කය තණ්හාවෙන් හැදිච්ච කය මෙහෙ යන්තම් hold කරගෙන ඉන්නේ අපි. ඒ මොකෙන්ද? ආහාරයෙන්.

බඩු පටවාගෙන ලොරියක් යනවා. ඒ බඩු පටවාගෙන යන ලොරිය කොතන හරි නවත්වනවා. නවත්වලා ඒකට අඩ තියනවා. ඇයි ඒ? නැත්නම් කඩාගෙන යනවා. අපි මේ ශරීරයට කෑම දෙනවා කියලා කියන්නේ අඩ තියනවා වගේ එකක්. ඒකයි කරන්නේ. මේ ශරීරය කඩා වැටෙනවාට විනාස වෙනවට අඩ තියෙනවා.

දැකලා තියෙනවද බඩු ඇදගෙන තල්ලු කරගෙන යනවා. ඒ කියන්නේ එක්කෙනෙක් ඉස්සරහෙන් අදිනවා. දෙන්නෙක් පිටි පස්සෙන් තල්ලු කරනවා. එක්කෙනෙක් ඉස්සරහට ඇදගෙන යනවා අනිත් එක්කෙනා තල්ලුව දෙනවා. ඒවගේ තමයි කර්මය කියන එක කර්ම හද හද ඇදගෙන යනවා. අවිද්‍යාවයි තණ්හාවයි දෙක පිටිපස්සෙන් තල්ලුව දෙනවා. ඒ අවිද්‍යාවෙනුයි තණ්හාවෙනුයි තල්ලු කරපු කර්මයෙන් ඇදගෙන ආපු ඇඟක් තමයි මේ තිබෙන්නේ. අපි දැන් ඒක නවත්තන් ඉන්නේ ආහාරයෙන්. ඔන්න ඔය විදියට තමයි **සමුදය** බලන්නේ.

ඔය සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ තිබෙන සමුදය බලන්නේ ඔය විදියටයි. **සමුදයධම්මානුපස්සී** කියලා පිටිපස්සට පිටිපස්සට ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයේ සමුදය බලාගෙන යන්නේ ඔන්න ඔය විදියටයි. ඔය ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස සමුදයේ ළඟ හේතුවයි ඒකෙ අස්සේ කය කියන එක ඉස්සරහට දාලා පිටි පස්සෙන් තව සමුදය set එකක් ඉන්නවා හැංගිලා. මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙන් කරන්නේ මේ හැංගිලා ඉන්න සමුදය කාරයෝ ටිකත් හොයා ගන්න එක. ඒ විදියට බැලුවොත් තමයි නිවන් දකින්නේ. ඒකට කියනවා **සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති** කියලා.

දැන් බලන්න මෙතැන මේ හුස්ම රැල්ල හැදෙන්න අවිද්‍යාවෙන් හේතු හැදිලා තිබෙනවා. තණ්හාවෙන් හේතු හැදිලා තිබෙනවා. කර්මයෙන් හේතු හැදිලා තිබෙනවා. ආහාර වලින් හේතු හැදිලා තිබෙනවා. ඒ හේතු වලින් මේ ඇඟ හැදිලා තිබෙනවා. ඒකෙන් තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නේ. ඔය විදියට තමයි සමුදය බලන්නේ.

මේ විදියට සමුදය බලාගෙන බලාගෙන යනවා. තව එකක් තිබෙනවා. මේ ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස ඒ ඒ වෙලාවේදීම ඇතිවෙනවා නැතිවෙනවා. ආශ්වාසය එක පාරම හට ගන්නවා. ඒ පටන් ගැනීමත් සමුදයක් හැටියට දකිනවා. මේක අර පිටිපස්සේ තිබෙන හේතු වශයෙන් බලන එකක් නොවෙයි. ඒ කියන්නේ අනිත් ඒවාගෙන් ප්‍රත්‍යය ලබලා මෙතැන මතු වෙනවා. අපිට බලන්න ලේසි මේකයි. මේ වේලාවේ ආශ්වාස පටන් ගත්තා ආශ්වාස නැවතුනා කියලා බලන එකට කියනවා නිබ්බන්ති ගතිය හෙවත් ආශ්වාසයේ හට ගැනීමේ ලක්ෂණය කියලා. බොහෝ අය බලන්නේ ඕකයි. නමුත් නියම විදියට ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වල සමුදය බලන්න නම් කරන්න ඕනෑ වෙන්නේ අර විදියට පිටිපස්සට පිටිපස්සට හොයාගෙන හොයාගෙන යන්න ඕනෑ නියම සමුදය කාරයෝ කොහෙද කියලා.

අපි සමුදය වශයෙන් කිව්වේ

- රූප වශයෙන් පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ සහ උපාදාය රූප සහිත ඇඟ
- ඇඟ හදලා දීපු ආහාර
- කර්මය
- තණ්හාව
- අවිද්‍යාව.

මේවා දකින්නේ නැතුව සමුදය සම්පූර්ණ වෙන්නේ නෑ. මේවා හඳුනා ගන්න ඕනෑ. අපිට දුර හේතු දැකීමේ හයිය නෑ. හැම වේලාවේම අපි ළඟින් පහතින් බලන්න තමයි අපි හදන්නේ. අපි හිතුවොත් එහෙම හොඳට රස මුසුවට කෑමක් හදලා කන්න යනකොට එළවළු ගෙනියන්න ඕනෑ. මාළුපිනි ගෙනියන්න ඕනෑ. තුනපහ ගෙනියන්න ඕනෑ. හෝදන්න ඕනෑ. තම්බන්න ඕනෑ. ටිකක් වැඩ වැඩියි. ඊට වඩා හොඳයි කඩේකට ගියා, short eats ටිකක් ඔතා ගත්තා. නැත්නම් takeaway එකෙන් කොත්තුවක් වගේ එකක් අරගෙන යනවා. අපි හැම වෙලේම ඒවගේ පහසු දේවල් වලට කැමතියි. හැබැයි ඒවා කෑවට පස්සේ වෙනදේත් අපි දන්නවා නේද? මහ වෙනවා - කෙටි වෙනවා - ලෙඩ වෙනවා - මිය යනවා.

ඊළඟට **වයධම්මානුපස්සී. 'වය'** කියන්නේ මොකක්ද? නැතිවෙනවා කියන එක. අපි බලන්න ඕනෑ මොකක් නැති වෙන එකද? ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැතිවෙන්නේ කොහොමද?
මේක බැලීමේදී අපිට ලේසිම එක තමයි එකපාරට ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නවතින කොට දැනගන්නවා නැවතුනා කියලා. ඒක නිබ්බන්ති ගතියෙ අනිත් පැත්ත. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නවතින හැටි බලන්නේ මේ විදියටයි. ඒකත් ඉස්සෙල්ලා බලපු විදියටම බලන්න ඕනෑ. දැන් මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදුනේ කයක් තිබෙන නිසා. හිසක් තිබෙන නිසා. නාස් පුඩුව තිබෙන නිසා. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැතිවෙන්නේ කුමක් නිසාද? නාස් පුඩුව නැති වෙන්න ඕනෑ. කය නැතිවෙන්න ඕනෑ. සිත නැති වෙන්න ඕනෑ. මැරිච්ච මිනුස්සුන්ගේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නෑ. කයක් නැත්නම් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නෑ. නාස් කුහරය නැත්නම් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නෑ. ඉස්සෙල්ලාම බලනවා මේවගේ ළඟ තිබෙන හේතු නැති වෙනකොට ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නවතිනවා කියලා.

මේ ළඟ තිබෙන හේතු නැතිවෙනකොට කයක් හැටියට විනාස වෙනකොට නැති උනේ මොකක්ද? පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ කියන රූපයි උපාදාය කියන රූප ටික තමයි නැති උනේ. එහෙමනම් උපාදාය රූප සහ මහා භූත **කයක්** හැටියට නිරූපනය උනා. ඒ ටික නැති උනා කියන්නේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති වෙනවා කියන එකයි.

එතකොට මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස හැදෙන්න තිබෙන මේ කය හදලා දීපු ආහාර නැති උනොත් මේ කය නැති වෙනවා. කය නැති උනොත් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති වෙනවා.

ඊළඟට කර්මය නැති උනොත් මේ කය නැතිවෙනවා. කය නැති උනොත් ආශ්වාස නැති වෙනවා.

මේ ශරීරයට තණ්හාව නැති උනොත් ශරීරය නැතිවෙනවා. ශරීරය නැති උනොත් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති වෙනවා.

අවිද්‍යාව නැති උනොත් ශරීරය නැති වෙනවා. ශරීරය නැති උනොත් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති නැති වෙනවා.

'වය' දකින්නේ ඔය විදියටයි. අපි අර ඉස්සෙල්ලා හොයාගෙන ගියානේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස ඇතිවීමට හේතු ටික. ඒ හේතු ටික නැති වීමම තමයි වයධම්මානුපස්සී කියලා කියන්නේ.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස දැන් කෙනෙක් මිය ගියාට එතන ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස නැති උනාට පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ තියෙනවා නේද?

<u>පිළිතුර</u> - එතැන තිබෙනවා මෙහෙම එකක්. ඒකත් හැබෑ ප්‍රශ්නයක්. අපේ කයේ මේ වේලාවේ තිබෙනවා රූප වර්ග හතරක්. කර්මජ රූප තිබෙනවා. චිත්තජ රූප තිබෙනවා. ඍතුජ රූප තිබෙනවා. ආහාරජ රූප තිබෙනවා. මැරෙන වෙලාවට කර්මජ රූප නැතිවෙනවා චිත්තජ රූප නැතිවෙනවා. ආහාරජ රූප නැති වෙනවා. ඍතුජ රූප ටිකක් පමණක් තිබෙනවා.

හිත නැති නිසා චිත්තජ රූප නෑ. සිත අයින් වෙලා ගිය නිසා කර්මජ රූප නෑ. ඒවාගේම ජීවිත ඉන්ද්‍රියක් සම්බන්ධ නැති නිසා ආහාරජ රූප නෑ.

දැන් ඔය විදියට තමයි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසවල තිබෙන සමුදය සහ වය දකින්නේ. එහෙම යනකොට එයාට තේරෙනවා මෙතන සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නෑ. නිකං හුස්ම රැල්ලක් තිබෙනවා. ඒ හුස්ම රැල්ලට ළඟින් ඉඳගෙන support කරපු හේතුවක් තිබෙනවා, දුරින් ඉඳගෙන support කරපු හේතුවක් තිබෙනවා, ඒ හේතු ටික මිසක් වෙන මොකක්වත් මේකේ නෑ කියලා මෙයාට වැටහීමක් ඇතිවෙනවා. අවබෝධ වෙනවා. ආන්න එතැන තමයි ධර්ම අවබෝධ වෙන තැන. සත්වයෙක් නෑ පුද්ගලයෙක් නෑ. නමුත් හුස්ම

තිබෙනවා. හුස්ම හැදිලා තිබෙන්නේ අන්න අර කියපු හේතු ටිකෙන්. හැබැයි ඒ අවිද්‍යාව සත්වයෙක් නොවෙයි. තණ්හාව සත්වයෙක් නොවෙයි. ජීවයක් ආත්මයක් පුද්ගලයෙක් නොවෙයි. ආහාරජ රූප ආත්මයක් පුද්ගලයෙක් සත්වයෙක් නොවෙයි. ඒකෙන් හදලා දීපු ඇඟත් සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නොවෙයි. ඒ වාගේම මේ නහස් කුහරය සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නොවෙයි. හිතත් සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නොවෙයි. ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසත් සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නොවෙයි. කිසිම තැනක 'සත්ව ගති' 'මගේ කියන ගති' හයි කරන්නේ නැතුව නිකං flow එකක් බලාගෙන ඉන්නවා. 'මේක සිද්ධ වෙන්නේ මේක හින්ද, මේක සිද්ද වෙන්නේ මේක හින්ද' කියලා හේතු බල බලා බල බලා ඉන්නවා. ආන්න ඒ වෙලාවට තමයි නිවන් දකින්න හේතු වෙන පදනම හැදෙනේ.

මේකේ බලන්න ඕනෑ ළඟ හේතුව, අපි කථා කරන මට්ටමේ හේතුව. ඒවගේම කථා කරන්නේ නැති හැංගිලා තිබෙන මට්ටමේ හේතුව. මම හිතනවා මේ කාරණය මේ පින්වතුන්ට දැනෙන්න වැටහෙන්න ඇති කියලා.

එක වෙලාවකට තමන්ගේ කය බලනවා. මේ හුස්ම රැල්ලට හේතුව ඇඟ - ඊළඟට ඇඟ කියලා කියන්නේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ සහ උපාදාය රූප. ඒක හැදුනේ කර්මයෙන්. ඒක පවතින්නේ ආහාරයෙන්. ආහාරයෙන් පවතින මේ කය හැදුනේ මොකෙන්ද? කර්මයෙන්. කර්මය හැදුනේ තණ්හාවෙන් සහ අවිද්‍යාවෙන්. ඔන්න ඔය විදියට ළඟ හේතු දුර හේතු බලාගෙන යනවා. ඒ කිසිම තැනකට මේ බලන හිත හයිකරන්නේ නෑ - පිළිගන්වන්නේ නෑ - භාර කරන්නේ නෑ 'මෙන්න මෙයා තමයි සත්වයා, මෙයා තමයි කෙනා, මෙයා තමයි පුද්ගලයා, මෙයා අල්ල ගන්න ඕනෑ' කියලා. එහෙම මුකුත් නැතුව ' මේ ටික පිටිපස්සෙන් හේතු උනා, සමුදය ධර්ම කියන්නේ මේවා, සමුදයට දුර හේතු, සමුදයට ළඟ දුර මේවා, මේ ටික මෙතැනට set උනේ මෙහෙමයි' කියලා හොඳට ආපස්සට පීර පීර බලනවා. මෙන්න මේකට කියනවා සමුදය දකිනවා කියලා. ඒකෙ අනිත් පැත්ත බලනවාට කියනවා **වය** දකිනවා කියලා.

තමන්ගේ කයෙත් **'සමුදය' 'වය'** දකිනවා. අනිත් අයගේ කයෙත් **'සමුදය' 'වය'** දකිනවා. කිසිම තැනක මෙයා ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වලට කියනවද සත්වයා පුද්ගලයා කියලා? නෑ. නමුත් වායු රැල්ලක් නම් තිබෙනවා. ඊළඟට බලනවා මේකට හේතු උනේ මේ ඇඟ. නමුත් ඒ ඇඟ සත්වයෙක් පුද්ගලයෙක්ද? නෑ. ඔය විදියට මෙනෙහි කරගෙන කරගෙන යනකොට මෙයා **හේතු** දකිනවා **ධර්මය** දකිනවා. ධර්ම සමුදායක් ඉස්සරහ ඉඳලා පස්සට බලනවා. ඒ ධර්ම හොයාගෙන ගියේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසය නිසයි. ආශ්වාසයේ සිට පිටිපස්සට පිටිපස්සට ගියේ. හරියට ඕක බලාගෙන ඉන්නකොට මෙයාට තේරෙනවා **'අත්ථි කායො'ති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හොති** = 'මෙන්න මේ වගේ කර්මයෙන් හැදිච්ච ඇඟක් - ඒ වගේම සත්වයෙක් නොවන - ස්ත්‍රියක් නොවන - පුද්ගලයෙක් නොවන - ආත්මයක් නොවෙන - ජීවයක් නොවෙන කයකුත් තිබෙනවා, ඒ වාගේම ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස තිබෙනවා, ඊට වඩා වෙන දෙයක් මේකේ නෑ' කියලා එයාට තීරණයකට යන්න පුළුවන්. මෙහෙම ඉන්නකොට එයාට සිහිය වැඩෙනවා නුවණ වැඩෙනවා.

මේ කරුණු කාරණා එක්ක මේ ටික තමන් හුදකලාවේ ඇස් දෙක පියාගෙන බලාගෙන ඉන්නකොට 'ඇත්තටම මෙහෙම උනානේද' කියලා තව තව හොඳ අවබෝධයක් එනවා. තව තව සිහිය ගැඹුරට පිහිටනවා. ඒ අවබෝධය ඒ සිහිය දියුණුවට හේතු වෙනවා. ඒකට කියනවා **ඤාණමත්තාය පටිස්සතිමත්තාය -** ඥානයේ අර්ථය සඳහා ප්‍රයෝජනය සඳහා සිහියේ ප්‍රයෝජන සඳහා මේක දියුණු වෙනවා. අවසානයේදී කියනවා **'අනිස්සිතො ච විහරති'** කියලා. දැන් මෙහෙම **හේතු** බල බලා ඉන්නකොට **'අනිස්සිතො ච විහරති'** කියලා කියනවා.

දැන් මම මේ කියලා දීපු කරුණු වලට අනුව මේ පින්වතුන් ආපසු යන්න බලන්න.

අපි පටන්ගත්තේ **දීඝං වා අස්සසන්තො 'දීඝං අස්සසාමී'ති පජානාති, දීඝං වා පස්සසන්තො 'දීඝං පස්සසාමී'ති පජානාති, රස්සං වා අස්සසන්තො 'රස්සං අස්සසාමී'ති පජානාති, රස්සං වා පස්සසන්තො 'රස්සං පස්සසාමී'ති පජානාති** කියලයි පටන් ගත්තේ.

ඊළඟට බලනවා ඇයි ඒක තිබෙන්න හේතුව කියලා. ඇයි එහෙම තිබෙන්නේ? නාස් කුහරය නිසා, හිත නිසා, කය නිසා.

ඊළඟට කය කියලා කියන්නේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ සහ උපාදාය රූප.

ඊළඟට ඒ කය පවතින්නේ අහාරජ රූප නිසා.

ඊළඟට ඒ කය කර්මය නිසා තණ්හාව නිසා අවිද්‍යාව නිසා ඇති උනා.

නැවතත් ඒ පැත්තේ ඉඳලා බලාගෙන එනවා.

මේ කය අවිද්‍යාව නිසා කර්මය නිසා තණ්හාව නිසා හැදිච්ච කයක් ආහාර වලින් පවත්වාගෙන යන කයක් කියලා බලනවා.

ඊළඟට අපි කයක් කියලා ගත්තට මේක හැදිලා තිබෙන්නේ පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ වලින් කියලා බලනවා.

ඊළඟට ඒ කයේ තමයි මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස දෙක වැඩ කරන්නේ කියලා නැවතත් ආපස්සට බලාගෙන යනවා. මේ වගේ නැවත නැවත කීප වාරයක්ම බලාගෙන යනවා. මේකට කියනවා ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසය හැදෙන්න සමුදය බැලුවා කියලා.

ඊළඟට ඒවා නැතිවෙන්නේ කොහොමද කියලා අනිත් පැත්තට බලාගෙන යනවා. නාස් කුහරය නැත්නම් මේක නෑ. කයක් නැත්නම් මේක නෑ, ආහාර නැත්නම් මේක නෑ කර්මයෙන් හැදුනේ නැත්නම් මේක නෑ කියලා ඔය විදියට පිටිපස්සට බලාගෙන යනවා. ඔහොම බලාගෙන යනකොට කිසි තැනක අවිද්‍යාව මොකක්වත් කරන්නේ නෑ. ඒක එක්තරා ධර්මයක්. තණ්හාවට මුකුත් දෙන්නෙත් නෑ. ඔය විදියට බලාගෙන යනවා = **අනිස්සිතො ච විහරති. අනිස්සිතො ච විහරති**, කියලා කියන්නේ ආශ්වාස රැල්ල තණ්හාවෙන් දෘෂ්ඨියෙන් ගන්නෙත් නෑ. ප්‍රාශ්වාස රැල්ල දෘෂ්ඨියෙන් ගන්නෙත් නෑ.

නිස්සිත ධර්ම කියලා කියනවා කරුණු තුනකට. ඒ තමයි තණ්හාව දෘෂ්ඨිය මාන්නය. මාන්නයට තව එක්කෙනෙක් ඕනෑ. ඒ කියන්නේ මාන්නය හැදෙන්න නම් තව එක්කෙනෙක් ඉන්න ඕනෑ. අනිත් එක්කෙනා වැටිලා ඉන්නතාක් කල් මට හොඳයි කියන අදහසත් එක්කයි මාන්නය හැදෙන්නේ. ඇතුලත දෙස බලමින් භාවනා කරනකොට මාන්නය හැදෙන්න කවුරුවත් ගැන කල්පනා වෙන්නේ නෑ. ඒක නිසා මාන්නය අත්හරිනවා. එතකොට තිබෙන්නේ දිට්ඨියයි තණ්හාවයි. දිට්ඨියෙන් කරන්නේ 'මෙයා හොඳ කෙනෙක් මනුස්සයයෙක් සත්වයෙක්' එයාට කියලා ලකුණු දාන එක. එතකොට තණ්හාවෙන් කරන්නේ දෘෂ්ඨිය දාන්න දාන්න ඒකට ඇලෙනවා. දැන් අපි යම්කිසි දේකට නිමිත්තක් ලකුණක් හයි කරපු ඒකට ගමන් වටිනාකමක් දෙනවා.

අපේ ස්ථානය ධම්මා ගවේසී සේනාසනය ගන්න කාලේ ඒකෙ ට්‍රැක්ටර් එකක් තිබුණා. ඒක හරියට පිහිට උනා බණ තේරුම් ගන්න. ඒ ට්‍රැක්ටර් එකේ steering wheel එකක් තිබුණා. රෝදත් තිබුණා. නමුත් කරකවන්න බෑ. ඒක මලකඩ ගොඩක්. ඒක සේනාසනයට යන තැනම ඉස්සරහ වංගුවේ අයින් කරලා තිබුණා. ඒක හරිම අප්‍රසන්නයි. අපිට ඒක හරි නෑ.

මහත්තයෙක් ඒකෙ පින්තූරයක් අරගෙන antique කියලා වචනයක් එකතු කරලා trademe එකේ දැම්මා. දවස් දෙකයි ගියේ ඒක club එහෙකින් ඇවිල්ලා අරගෙන ගියා. අර මලකඩ ගොඩට ගෙවලා අරගෙන ගියා. ඉතින් බලන්න යම්කසි දෙයකට නමක් දෘෂ්ඨියක් දාපු ගමන් ඒක value කරලා ගන්න ගතියක් තිබෙනවා.

දෘෂ්ඨිය 'මෙන්න මේක මෙහෙමයි, මේ විදියයි' කියලා නමක් ගහපු ගමන්ම ඇලෙනවා. ඒවගේ මේ හුස්ම රැලි වලට මේ කබල් කෑම බීම වලට දෘෂ්ඨියක් දාපු ගමන්ම ආත්මය ජීවය දේවතාවා කියලා මහා වටිනාකමක් දීපු ගමන්ම ඇලෙනවා. ඒක නිසා තණ්හාවයි දෘෂ්ඨියයි කියන දෙක ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වලට 'ඔයාට තියෙන්නේ හරි පිංවත්ත හුස්ම රැල්ලක්' කියලා වටිනාකම් දෙන්න හොඳ නෑ. වටිනාකම් දීපු ගමන්ම තණ්හාව ඇතිවෙනවා. ඒකයි කියන්නේ **අනිස්සිතො ච විහරති** කියලා.

අනිස්සිතො ච විහරති කියලා කියන්නේ, 'පේළියක තිබෙන හේතු ටිකක් නිසයි ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස පවතින්නේ, මේ සමුදය ධර්ම ටිකේ තිබෙන්නාවූ බලයෙන් තල්ලුවෙන් තමයි මේක පවතින්නේ' කියලා දකිනවා. එහෙම දකිනකොට එයා මේ ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස වලටවත් කයටවත් පඨවි ආපෝ තේජෝ වායෝ වලටවත් කර්මජ රූප වලටවත් තණ්හාවටවත් කෑම බීම වලටවත් මොකකටවත් සත්ව පුද්ගල ඇලීම් සංඛ්‍යාත කිසිම වටිනාකමක් දෙන්නේ නෑ. ඇලෙන්නේත් නෑ. හැබැයි දැන් ඒ ටික නැති කරන්නත් බෑ. ඉසෙල්ලා කරගත්ත එහෙක flow එක දැන් තිබෙනවා. මෙයා කරන්නේ **'අනිස්සිතො ච විහරති'** - ඒ දෙස බලාගෙන ඉන්නවා. කිසිම දෙයකට වටිනාකමක් දීලා තණ්හාවෙන් ගන්නෙත් නෑ. දෘෂ්ඨියෙන් ගන්නෙත් නෑ. මම කියලා හිතන්නේ නෑ. මගේ කියලා හිතන්නේ නෑ. මේක නිකම් ධර්ම ස්වභාවයක් විතරයි කියලා බලනවා. අන්න ඒකට කියනවා අනිස්සිත විහරණය කියලා. නිස්සිත නෑ.

අනිස්සිතො ච විහරති, න ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති = මේ දිගට තිබෙන කිසි දේකට උපාදානය කරන්නේ නෑ. මේ වගේම තමයි ඔය ඉන්න අනිත් අයගෙ හුස්ම රැල්ල පිටි පස්සේ තිබෙන්නෙත් මේ වගේම ධර්ම set එකක් හින්දා අනිත් අයට උපාදාන කරන්නෙත් නෑ. තමන්ට උපාදන කරන්නෙත් නෑ. මොහොකටවත් උපාදන කරන්නේ නැති හින්දා න **ච කිඤ්චි ලොකෙ උපාදියති** කියලා ලෝකයේ කිසිම දෙයක් උපාදානය කරන්නේ නෑ.

ඊළඟට **එවම්පි ඛො භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති -** ඒ භික්ෂුව ආනාපාන සතිය වඩමින් කායානුපස්සනාව තුල විදර්ශනාවෙන් ඉන්නේ මේ විදියටයි කියලා දේශනා කරනවා.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - නිස්සිත කියලා කියන එකේ තේරුම?

<u>පිළිතුර</u> - 'නිස්සිත ධර්ම' කියලා ධර්ම තිබෙනවා. හේත්තු වෙනවට කියනවා නිස්සය කියලා. යම්කිසි දෙයක් හටගන්න යම්කිසි දෙයක් හැදෙන්න හේතු වෙන්නා වූ පදනමට කියනවා **නිස්සය** වෙනවා කියලා. ඒ කියන්නේ **භූමියක්** වෙනවා කියලා. දැන් බලන්න ඔතන පහනක් තියලා තිබෙනවා. ඔය පහන තියන්න නිස්සය උනේ පොළොව. එතකොට පොළොව නිස්සය වෙනවා.

ඕක පට්ඨානයේ ලස්සනට විස්තර කරනවා. දැන් අපි යමක් බලනවා. බලනවා කියලා කියන්නේ සිතුවිලි පහළ වෙනවා කියන එක. චිත්ත චෛතසික ධර්ම පහළ වෙන එක. චිත්ත චෛතසික ධර්ම පහළවීම සඳහා මේ ඇස නිස්සය වෙනවා. ඇස නිස්සය කරගෙන තමයි ඇස පාදක කරගෙන තමයි ඇස foundation එක කරගෙන තමයි චිත්ත චෛතසික ධර්ම ටික පහළ වෙන්නේ. මොකක් හරි දෙයක බැහැලා එහෙ පදනම් වෙලා ඒකට හේත්තු වෙලා කියන තේරුම.

දැන් සමහර වෙලාවට ඔය මිනිස්සු මරණ ගෙවල් වල මගුල් ගෙවල්වල හොඳ ලස්සනට ඇඳගෙන කියාගෙන ටයි කෝට් දාගෙන ඇවිල්ලා ඉන්නවා. කිසිම කෙනෙක් එක්ක කථා කරන්නේ නෑ. ඒ කථා කරන්නේ නැත්තේ එයා මොකකට හරි හේත්තුවෙලා. බිත්තියකට එහෙම නොවෙයි. එයා ඉගෙන ගත්තු campus එහෙකට හේත්තුවෙලා ඉන්නේ. නැත්නම් මොකක් හරි වලව්වක පවුලකට හේත්තු වෙලා ඉන්නේ. ඒ වේලාවේ එයා 'මම ඔහේලත් එක්ක කථා කරන එක්කෙනෙත් නෙමෙයි. මම නුවර. මගේ කාර් එක බෙන්ස් එකක්. ඔහෙලගෙ වගේ පොඩි එකක් නෙමෙයි' කියලා. ඒ කියන්නේ එයා කාර් එකට හේත්තු වෙලා. සමහර කෙනෙක් 'මම ආවේ විසාකා එකෙන් ඔය ගොල්ලෝ වගේ පොඩි ඉස්කොලෙකින් නෙමෙයි' කියලා එයා ඉන්නේ විසකාවට හේත්තු වෙලා.

සමහර අය ඉන්නව clique එකක් හැදිලා 'ඔය ගොල්ලෝ යන්න එපා අනිත් කට්ටියත් එකක් ආශ්‍රය කරන්න, ඔය ගිහිල්ලා ඒ අයත් එක්ක කථා කළොත් ඒක අපිටත් අවනම්බුවක්. ඒක නිසා ඒ පැත්තේ යන්න එපා කියල' තණ්හාවෙන් හේත්තු වෙලා ඉන්නවා. ආන්න ඒවාට කියනවා නිස්සය ධර්ම කියලා. මාන්නයෙන් හේත්තුවෙනවා දෘෂ්ටියෙන් හෙත්තු වෙනවා. තණ්හාවෙන් හෙත්තුවෙනවා. මේවාට කියනවා නිස්සිතය

කියලා. ඔය මේ පින්වතුන්ට තේරෙන භෂාවෙන් කිව්වේ. දැන් දැනගන්න පුළුවන් කොහේ හරි ගියොත් අන්න අරය හෙත්තුවක් දාගෙන ඉන්නේ කියලා.

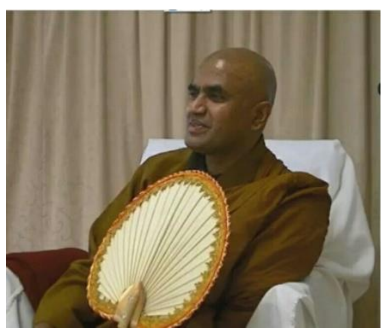
<u>ප්‍රශ්නය</u> - .... (පැහැදිලි නැ).

<u>ස්වාමීන්වහන්සේ</u> - මේ ශරීරය විතරක් නොවෙයි අපි තව හුස්ම ගත්ත ශරීර කොච්චර දාලා ඇවිත් ඇත්ද? රජ පවුල්වල සිටු පවුල්වල අශ්ව කරත්තවල නැගලා ගිය ඒවා තියෙන්න ඇති. බෙල් එක ගහපු ගමන්ම කෑම එන ඒවා තිබෙන්න ඇති. ඒ උනාට දැන් නෑ. ඒවගේ හුස්ම ගන්න ශරීර කොච්චර අත හැරලා අපි එන්න ඇතිද. ඒවා සියල්ල අපි උපාදානය කරගත්ත. ඒවගේ අපි හේතු බැලුවේ නෑ. ආශ්වාස බැලුවේ නෑ ප්‍රාශ්වාස බැලුවේ නෑ. සමුදය ධර්ම බැලුවේ නෑ. වය ධර්ම බැලුවේ නෑ. ඒවා අවබෝධ වෙන්න දෙන්නේ නැතුව වෙන ඒවාගෙන් වහ ගත්ත. ඒවාට ඇලුනා. එතැනින් අවබෝධ උනා නම් අපිට අද ශරීරයක් නෑ. ඒක නිසා ධර්ම අවබෝධ කරගන්න අර විදියට දිගටම බලන්න ඕනෑ.

ඔය මම දැන් කිව්වේ නිස්සය වෙන්නේ නැතුව තණ්හාවෙන් දිට්ඨියෙන් ගන්නේ නැතුව පවත්වන විදියයි.

අනිත් එක තමයි ලෝකයේ කිසිම දෙයක් උපාදානය කරන්නේ නෑ, ඔය අවබෝධය ආවහම. සැම දෙනාටම ධර්ම අවබෝධය වේවා! කියලා මෛත්‍රීයෙන් ප්‍රාර්ථනා කරනවා.

සාධූ! සාධූ! සාධූ!



ඉහත සඳහන් ධර්ම දේශනාව

අති පූජ්‍ය හන්තේ ජිනාලංකාර ස්වාමීන්වහන්සේ විසින් දේශිතයි.