චිත්තානුපස්සනාව - (2)
21.06.20 - ශ්‍රී ලංකාරාමය
නවසීලන්තය

හොඳයි, ඊයේ කථා කරලා ඉතුරු වෙච්ච ධර්ම කොටසක් තිබෙනවා. ඒ ධර්ම කොටස අපි මේ වෙලාවේ කියලා දෙනවා. ඒක වටිනවා. හොඳ ධර්ම ගෞරවයකින් අහන්න. මේ ධර්ම කොට්ඨාසය ඉතාමත්ම හොඳින් වටහා ගන්න තේරුම් ගන්න අවබෝධ කරගන්න සැම දෙනාටම සිහියත් නුවණත් අවධි වේවා කියලා අපි මෛත්‍රියෙන් ප්‍රාර්ථනා කරනවා. මේ ධර්ම කාණ්ඩය තරමක් ගැඹුරුයි. ඒවගේම හිතන්න ඕනෑ, ගොඩක් මෙනෙහි කරන්න ඕනෑ, හිත යොදලා අහගන්න ඕනෑ. මේ ධර්ම කරුණු ටික හොඳට තේරුම් අරගෙන වටහාගෙන එයම මාර්ගයක් කරගෙන සැම දෙනාටම උතුම් නිවන් ගමන සුවසේම යාගන්න ලැබේවා කියලා අපි මෛත්‍රියෙන් ආශිර්වාද කරනවා, ප්‍රාර්ථනා කරනවා.

අපේ මාතෘකාව තමයි චිත්තානුපස්සනාව. සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ චිත්තානුපස්සනාව තුන්වෙනි අනුපස්සනා ධර්මය හැටියට බුදුරජාණන්වහන්සේ බොහෝම කරුණාවෙන් පැහැදලිව දේශනා කරලා තිබෙනවා. චිත්තානුපස්සනාව කියලා කියන්නේ සිතේ තිබෙන්නා වූ ස්වභාවය හොඳට තේරුම් ගනිමින් අනුපස්සනා කරමින් නුවණින් දකිමින් වාසය කරනවා කියන එකයි. චිත්තානුපස්සනාව ගැන මෙහෙම පොඩි උදාහරණයක් දෙන්න පුළුවන්. හොඳට වතුර උනන ළිඳකින් අපි වතුර බාල්දියක් ගත්තහම ඒ ගත්තු වතුර හා සමාන තව වතුර උනනවා. බාල්දි දෙකක් ගත්තොත් ඒ දෙකට හරි යන්න ඒ ළිඳේ වතුර පිරෙනවා. ඔය ස්වභාවය තිබෙනවා. අපේ හිත දිහා බැලුවහමත් හරියට ළිඳක් වගෙයි. එක සිතුවිල්ලක් නැතිවෙනකොටම ඒක replace වෙනවා. එතැන පිරෙන්න නැවත සිතුවිල්ලක් ඇතිවෙනවා. සිතුවිලි අඩුයි කියලා එහෙම එකක් නෑ. සිතුවිලිත් අර ළිඳේ වතුර උනනවා වගේ දිගටම දිගටම එනවා. ඒ විදියට තමයි මේක තිබෙන්නේ. ඒ සිතුවිලි එන ඒකේ නැවතීමක් නෑ. ඉතින් අපිට කරන්න තිබෙන්නේ 'සිතුවිල්ලක් එනවා - ඒ සිතුවිල්ල යනවා' කියන එකට සිත අවධියෙන් තියාගෙන බලන එකයි. අන්න ඒකට කියනවා **චිත්තානුපස්සනාව** කියලා. ඉතින් මේ චිත්තානුපස්සනාව හොඳට ආදරයකින් ගෞරවයකින් වඩන්න ඕනෑ. වඩනවා කියලා කියන්නේ ඒක දිහා බලාගෙන ඉන්න ඕනෑ. හොඳට සිහියෙන් නුවණින් බලන ගතිය වැඩි කරන්න ඕනෑ. ඒක දිගට continue කරන්න ඕනෑ.

ඊයේ අපි කථා කළා ආකාර දෙකක්. වාක්‍ය හතරක් මම කියලා දුන්නා.

- **සරාගං වා චිත්තං 'සරාගං චිත්ත'න්ති පජානාති, වීතරාගං වා චිත්තං 'වීතරාගං චිත්ත'න්ති පජානාති.**
- **සදොසං වා චිත්තං 'සදොසං චිත්ත'න්ති පජානාති, වීතදොසං වා චිත්තං 'වීතදොසං චිත්ත'න්ති පජානාති.**

මේ වාක්‍යය හතරෙන් කියන්නේ එකම දෙයක් නොවෙයි, හතරක්. මේ හතර ආකාරයෙන් අමතන්නේ කොයි හරියද කියලා අපි දැන ගන්න ඕනෑ. **සරාගං වා චිත්තං** කියන එකෙන් කිව්වේ රාග සහිත වූ සිතක් කියන එකයි. ඒ කියන්නේ ලෝභය. ලෝභයෙන් මිශ්‍ර වූ සිතක් තිබෙනවා නම් ඒක ඒ විදියයි කියලා දැනගන්නවා. එහෙම බලනකොට ඒ සරාගී සිත නැතිවෙලා ඒ වෙනුවට ඇතිවෙනවා සරාගී සිත දිහා බලපු සිතක්. අන්න ඒ සිත විතරාගී සිතක්. ඔය 'බලන' වැඩේට එන්නේ කාමාවචර කුසල් සිත් 8 න් එකක්. ඒක උපෙක්ඛා සහගත වෙන්න පුළුවන් නැත්නම් සොමනස්සසහගත වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඒක විතරාගී සිතක්. එතකොට තිබෙන්නේ **විතරාගී සිතක්** කියලා දැන හඳුනා ගන්නවා.

ඊළඟට **සදොසං වා චිත්තං 'සදොසං චිත්ත'න්ති පජානාති. සදොසං වා චිත්තං** කියලා කියන්නේ දෝස සහිත සිතක්, ගැටෙන සිතක් පහළ වෙනවා. ඒ සිත පහළ උනහම 'ඒක දැවිලි සහිත සිතක්, ඒක තැවෙන

සිතක්' කියලා දැන හඳුනා ගන්නවා. ඒ දැන හඳුනා ගැනීමට ඉදිරිපත්වෙන හිත **වීත දොස** සිතක්. එතකොට ලබෙන්නෙත් අර කාමාවචර සිත් 8 එකක්.

ලෝභ සහගත සිත් 8 ක් තිබෙනවා. මේ සිත් එක වෙලාවට එක එක හැඩතල අරගෙන එනවා. ඒ ලෝභ සිත් 8 න් මොකක් ආවත් ඒ සිත් දෙස බලනකොට ඇතිවෙන්නේ **කාමාවචර කුසල් සිත්**. ද්වේශ සහගත සිත් 2 ක් තිබෙනවා. එතකොට සිත් 10.

අද අපි බලමු අනිත් අකුසල සිත.

- **සමොහං වා චිත්තං 'සමොහං චිත්ත'න්ති පජානාති, වීතමොහං වා චිත්තං 'වීතමොහං චිත්ත'න්ති පජානාති.**

සමොහ සිත කියලා කියන්නේ මෝහය සහිත සිත්. මෝහ මූල සිත් 2 ක් තිබෙනවා. එකක් තමයි **උද්ධච්ච සහගත සිත**. අනිත් එක තමයි **විචිකිච්ඡා සහගත සිත**. ඒ සිත්වල ලෝභයක් නෑ. ද්වේශයකුත් නෑ. ඒ සිත් පහළ උනහම මුකුත් වැඩක් කරන්න ඕනෑ කමකුත් නෑ, එපා කමකුත් නෑ, නැගිටින්නෙත් නෑ. යන්නෙත් නෑ, ලෝභ කරන්නෙත් නෑ, තරහ ගන්නෙත් නෑ. එහෙම ඉන්න කෙනෙක් ගැන අපි හිතනවා 'හරි හොඳ මනුස්සයෙක්' කියලා. නමුත් එයා සම්පූර්ණයෙන්ම මෝහයෙන් පිරිච්ච කෙනෙක්. ඒකට තමයි අපි එක එක credit දෙන්නේ. ඒකට තමයි අපි හරි හොඳයි ශාන්තයි කියලා කියන්නේ.

මේ පින්වතුන් අනුරාධපුර කුරුණෑගල කතරගම වගේ පැතිවල ගම්මාන වලට ගිහිල්ලා තිබෙනවාද? ඒ පැතිවල හරකුන් ඉන්නවා එකතැන හිටගෙන. ඒ හරක් එක තැනක හිටගෙන ඇස් දෙක පියාගන්නවා. ඇස් දෙක පියාගෙන හප හපා ඉන්නවා. කවුරුහරි ළඟට ගියොත් ඇහේ බාගයක් ඇරලා බලනවා. එයා පාඩුවේ හප හපා ඉන්නවා. ඒ හරකගේ සැරකුත් නෑ, අනින්න එන්නෙත් නෑ, ඒ හරකා පාඩුවේ ඉන්නවා. සමහර හරක් ඉන්නවා තණකොළ හපන්නේ නැතුව එක තැන හිටගෙන ඉන්නවා. සමහර මිනිස්සුත් වාඩි වෙලා ඔන්න ඔය වගේ ඉන්නවා. අපි රහතන් වහන්සේලාගේ අනාගාමීන් වහන්සේලාගේ තිබෙන ගුණ එයාට පට්ටල කරලා 'එයා හරි හොඳයි ශාන්තයි' කියලා කියනවා. දැන් මේ අපි හොඳයි කියලා කියන්නේ අර මෝහ සහගත චරිතයකට.

මේ සිත්වල සමහර වෙලාවට විචිකිඡාව තිබෙනවා. සමහර වෙලාවට උද්ධච්චය තිබෙනවා. ගොඩක් දුරට සැක සාංකා ආවහම එතැන තිබෙන්නේ ද්වේශයකුත් නොවෙයි, ලෝභයකුත් නොවෙයි, එතැන තිබෙන්නේ මෝහය. එවැනි අයගෙන් මොකක් හරි ඇහුවහම 'මම දන්නේ නෑ, මට වැටහෙන්නේ නෑ' කියලා කියනවා. ඒ තමයි උද්ධච්ච සහගත මෝහ මූල සිත්. ඒවගේ සිතක් ආවට පස්සේ අපි ඒක තේරුම් ගන්න ඕනෑ. සමහර වෙලාවට සිත අහකට දුවන්නෙත් නෑ, ඇතුලත දෙයක් හිතන්නෙත් නෑ. සමහර සිත් තිබෙනවා ඇස් දෙක පියාගත්තහම මුකුත් මෙනෙහි කරන්නේ නෑ. නාමයක් මෙනෙහි වෙන්නෙත් නෑ, රූපයක් මෙනෙහි වෙන්නෙත් නෑ, නමුත් සාමාන්‍යයෙන් සැහැල්ලු ගතියක් තිබෙනවා. ඒ පාවෙනවා වගේ ස්වභාවය තුල ඉන්නවා. නින්ද යන්නෙත් නෑ, ඇහැරලත් නෑ. ඔන්න ඔය වගේ ගතියක් තිබෙනවා. ඒවගේ අවස්ථාවලදී ගොඩක් තිබෙන්නේ මෝහය. ඒවෙලාවට අපි හිතලා බලන්න ඕනෑ 'මගේ සිත යන්නෙත් නෑ, උද්‍යෝගයකුත් නෑ, අරමුණ ගැන විපරම් කරන්නෙත් නෑ' කියලා. අරමුණ ගැන විපරම් කරනවානම් ඒ සිතේ වීර්යක් තිබෙන්න ඕනෑ. ඒ හිතේ ඒවෙලාවට තිබෙන්නේ මෝහය. ඒ වෙලාවට තිබෙන්නේ උද්ධච්ච සහගත සිතක් හෝ විචිකිච්ඡා සහගහ සිතක් නම් අපි තේරුම් ගන්න ඕනෑ ඒක මෝහ මූල සිතක් කියලා. ඒ මෝහ මූල සිත තේරුම් ගත්තට පස්සේ ඒ මෝහ මූල සිත තේරුම් ගන්න එනවා හොඳ සිතක්. ඒක කුසල සිතක්. එතකොට කියනවා **සමොහං වා චිත්තං 'සමොහං චිත්ත'න්ති පජානාති, වීතමොහං වා චිත්තං 'වීතමොහං චිත්ත'න්ති පජානාති** කියලා.

අපි ඊයේ ඉඳන් ඉගෙන ගත්තු සිත් තමයි

සරාගං වා චිත්තං 'සරාගං චිත්ත'න්ති පජානාති, වීතරාගං වා චිත්තං 'වීතරාගං චිත්ත'න්ති පජානාති.
සදොසං වා චිත්තං 'සදොසං චිත්ත'න්ති පජානාති, වීතදොසං වා චිත්තං 'වීතදොසං චිත්ත'න්ති පජානාති.
සමොහං වා චිත්තං 'සමොහං චිත්ත'න්ති පජානාති, වීතමොහං වා චිත්තං 'වීතමොහං චිත්ත'න්ති පජානාති.

මේ තමයි අකුසල් සිත් 12 හේ තිබෙන ලෝභ මූල සිතක් හරි ද්වේශ මූල සිතක් හරි මෝහ මූල සිතක් හරි බලනකොට ඇතිවෙන අවස්ථා තුන.

සමහර වෙලාවට තිබෙනවා මෙහෙම දෙයක්. සමහර වෙලාවට සිත හැකිලී යනවා. සිතේ උදෝයෝගය නෑ. වීරිය අඩුයි. විරිය අඩු උනහම උදෝයෝගය අඩු උනහම සිතේ බලය අඩු උනහම ඒ සිතට කියනවා හැකිලිච්ච සිත කියලා = **සංඛිත්ත සිත** කියලා. **සංඛිත්තං වා චිත්තං** කියලා කියන්නේ අන්න ඒ හැකිලිච්ච උදෝයෝගයක් නැති කිරා වැටෙන සිත. එවගේ සිතක් ඇති උනහම ඒ කිරා වැටෙන සිත පිළිබඳව දැනගන්න ඕනෑ. ඒ සංඛිත්ත සිත ගැන සිතන්න ඕනෑ. සංඛිත්ත සිත කියන්නේ ථීනමිද්ධය සහිත සිත.

සංඛිත්ත චිත්ත - වික්ඛිත්ත චිත්ත

සංඛිත්ත චිත්ත, වික්ඛිත්ත චිත්ත කියලා සිත් දෙකක් තිබෙනවා. යම්කිසි අවස්ථාවකදී අපි මේ සිත් හඳුනා ගන්න ඕනෑ. සිත හඳුනා ගත්තට පස්සේ තමයි ඒකට බෙහෙත් කරන්න පුළුවන් කම තිබෙන්නේ. සංඛිත්ත සිත කියලා කියන්නේ හැකුළුනා වූ සිත. නැත්නම් ගිලා බැහැපු සිත. ඒ සිතේ කිසිම ප්‍රාණවත් ගතියක් නෑ. ඒ සිත භාවනා අරමුණට යන්නේ නෑ.

සමහර අවස්ථාවන් තිබෙනවා මෙන්න මෙහෙම. භාවනාවේදී අපි කියනවා 'හිස කෙලින් තබා ගන්න, ඇස් දෙක පියා ගන්න, ශරීරය දෙස බලන්න කියලා. ඊට පස්සේ කියනවා ආනාපානසති අරමුණට යොමුවෙන්න, හිත දිහා බලන්න' කියලා. අරමුණු ගැන අපි කොච්චර කියලා දුන්නත් ඒ වචන ටිකට අනුකූලව ඇතුලත වැඩේ කරගන්න බෑ. හිත ඒ අරමුණට ගොඩ වෙන්නේ නෑ. අර ගල් තලාවක නගිනකොට ලිස්සලා වැටෙනවා වගේ ලිස්සන තාප්පයක් උඩට ගොඩ වෙනවා වගේ හිත ඒ අරමුණට ගොඩ කළාට ඒකට සම්බන්ධ කළාට ඉන්නේ නෑ, වැටෙනවා. ඒ තරම් හයියක් ඒ හිතට නෑ. ඒකට ගොඩ වෙන්නත් හයියක් නෑ, ඉන්න හයියකුත් නෑ. හැමවෙලේම අමතක වෙලා යන ගතියක්, වැහිලා යන ගතියක් තිබෙනවා. කොච්චර කිව්වත් අනාපාන අරමුණ දිහා බලන්න කියලා ඒ හරිය පැහැදිලි නෑ. තමන්ගේ තිබෙන්නා වූ අනාපානය තිරයකින් එහා 'මට හොරෙන් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කරනවා වගේ' ගතියක් දැනෙනවා. ඒ කියන්නේ ඒක පැහැදිලි නෑ. ඒක හින්දා හිත ඒ අරමුණේ ඉන්නේ නෑ. ඒකට හේතුව හිතට ඒ ආරම්මණයට ගොඩ වෙන්න හැකි energy ශක්තිය ඒකෙ නෑ. අන්න ඒ සිතට කියනවා **සංඛිත්ත සිත** හෙවත් හැකිලිච්ච සිත කියලා. ඒක වෙන්නේ ථීනමිද්ධ කියන ධර්මතා දෙක ආපු ගමන්. ථීනමිද්ධ දෙක ආපු ගමන් ශක්තිය බාල කරනවා.

කුසල් සිත්වල ථීනමිද්ධය නෑ. ඒක නිසා මෙයින් සිතක් ආපු ගමන්ම අපි දැනගන්න ඕනෑ මේ සිත ථීනමිද්ධයෙන් යුක්තයි කියලා. ඒක 'හැකිලිච්ච සිතක් - පණනැති හිතක් - ශක්තිය නැති හිතක්' කියලා තේරුම් ගන්න ඕනෑ. මේ සිත තේරුම් ගන්න අර කුසල් සිත් අටෙන් එකක් තමයි අපි ඉදිරිපත් කරගන්නේ. ඒ සිත් දැක ගත්තොත් හොඳයි, දැක ගත්තේ නැත්නම් නින්ද යනවා. සංඛිත්ත හිත කියලා කියනකොට ඒක කාමරයක් ඇතුලත කොටු වෙනවා වගේ එකක්. හිතකොටු උනහම ඒකටම ගුලි වෙලා භවංගයට යන්න කිට්ටුවෙනවා. ඒ කියන්නේ නිදා ගන්නවා කියන එක.

ඊළඟට තිබෙනවා **වික්ඛිත්ත හිත**. **වික්ඛිත්ත හිත** කියලා කියන එක හරියට හෙල්ලෙන පාලමක් උඩට නැග්ගා වගේ. ඒකෙ තිබෙන්නේ පැද්දෙන ගතිය. අළුගොඩකට ගලකින් ගැහුවම ඇවිස්සිලා තිබෙනවා වගේ සිත එක අරමුණකවත් ඉන්නේ නෑ. සමහර අවස්ථා තිබෙනවා හිත හරියට දුවනවා. අපිත් ඉතින් සිත එක අරමුණකට ගන්න ඕනෑ කියලා ආනාපානසතියට යනවා ඒකෙ ඉන්නෙත් නෑ, චිත්තානුපස්සනාවට යනවා ඒකෙ ඉන්නෙත් නෑ, කායානුපස්සනාවට යනවා ඒකෙ ඉන්නෙත් නෑ, ඊළඟට මෛත්‍රියට යනවා, ඒ මොකක්වත් වැඩ කරන්නේ නෑ. ඊළඟට එහෙනම් අනුරාධපුරේ ගිය එකක්වත් හිතනවා කියලා ගියහම ඒකෙ ඉන්නෙත් නෑ. දානයක් දීපු එකක් ගැන හිතනකොට ඒකෙ ඉන්නෙත් නෑ. ඒක හරියට පේළියට තිබෙන කණුවලට අතින් ගසාගෙන යනවා වගේ. එකකවත් හිටින්නේ නෑ. අරමුණෙන් අරමුණට පැන පැන යන ගතියක් තිබෙනවා. එවැනි අවස්ථා තිබෙනවා.

සමහර වෙලාවට හිතලා බැලුවොත් විනාඩියක් දෙකක් ඉන්නකොට මගේ හිත වැඩියෙන්ම වැඩ කළේ මේකේ කියලා හිතාගන්න පුළුවන් අවස්ථා තිබෙනවා. නමුත් සමහර අවස්ථා තිබෙනවා 'මම මොකක්ද හිතුවේ, කොච්චරක් හිතුවද' කියලා count කරන්නත් බෑ. ඒ තරමටම හිත දුවනවා. හිත ගැස්සෙනවා. අන්න ඒවගේ අවස්ථා තිබෙනවා. එහෙම අවස්ථාවක් ආපු ගමන් තේරුම් ගන්න ඕන 'මේ හිතේ දැන් ශක්තිය වැඩියි' කියලා.

අපි භාජනයකට වතුර දැම්මහම ඒකෙන් මූණ පේන්නනම් වතුර නිසොල්මනේ තිබෙන්න ඕනෑ. එතකොට තමයි ඒකෙන් අපේ මූණ පේන්නේ. ඒකට යටින් ගින්දර දැම්මහම ඒක උතුරනවා. උතුරනකොට අපේ මූණ පේන්නේ නෑ. අන්න ඒ වගේ සිත උතුරනවා වගේ එකක් වෙනවා. සිතුවිලි පැන පැන එනවා. ඒ සිතට කියනවා **වික්ඛිත්ත චිත්තය** කියලා. ඒ කියන්නේ වික්ෂිප්ත වූ සිත. ඒ සිත ඇති උනගම ඒක නැති කරන්න හදන්නේ නැතුව 'මෙන්න මේක තමයි අර සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ කියලා තිබෙන්නා වූ වික්ඛිත්ත චිත්තය' කියලා තේරුම් ගන්න ඕනෑ. එතකොට අපි දැන් සිත් 8 ක් දැනගත්තා.

1) **සරාගී සිත** 2) **වීතරාගී සිත** 3) **සදොසී සිත** 4) **වීතදොසී සිත** 5) **සමොහ සිත** 6) **වීතමොහ සිත** 7) **සංඛිත්ත සිත** 8) **වික්ඛිත්ත සිත**

සංඛිත්ත සිත කියලා කියන්නේ සිතේ හැකිලිච්ච ස්වභාවය.
වික්ඛිත්ත සිත කියලා කියන්නේ ඊට විරුද්ධ සිතේ ඇවිස්සිච්ච ස්වභාවය.

සරාගී සිත - **සදොසී සිත** - **සමොහ සිත** - **සංඛිත්ත සිත** - **වික්ඛිත්ත සිත** යන අකුසල් සිත් 5 දෙස බලන්නේ කුසල් සිත් වලින්. මෙතැනින් කියන්නේ මේවගේ අකුසල් සිත් තිබෙනවා නම් ඒවා දැන හඳුනා ගත යුතුයි කියලයි.

ඊළඟට කෙනෙක් භාවනා කරනවා. එයාට පහළ වෙනවා කුසල් සිත්. ඒ කුසල් සිත් ධ්‍යාන සිත්.

- **ප්‍රථම ධ්‍යාන සිත**
- **ද්‍විතිය ධ්‍යාන සිත**
- **තෘතිය ධ්‍යාන සිත**
- **චතුත්ථ ධ්‍යාන සිත**

} **රූපාවචර සිත්**

- **ආකාසානඤ්චායතන සිත**
- **විඤ්ඤාණඤ්චායතන සිත**
- **ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සිත**
- **නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සිත**

} **අරූපාවචර සිත්**

මේ රූපාවචර සහ අරූපාවචර සිත් කියලා කියන්නේ බොහෝම සියුම් වෙච්ච සන්සුන් වෙච්ච සිත්. මේ සිත් සමාන්‍ය සිත්වලට වඩා ඉස්සරහට ගිය ශාන්ත වූ සිත්. මේවා කුසල ආරම්මණික සිත්. මේවාට කියනවා මහත් භාවයට ගියා වූ ලොකු තත්වයට පත් උනා වූ **මහග්ගත සිත්** කියලා. අපි හිතමු කෙනෙකුට පළවෙනි ධ්‍යාන සිත තිබෙනවා කියලා. ඒ ධ්‍යාන සිත් ආවට පස්සේ ඒ ධ්‍යාන සිත් හඳුනා ගන්න ඕනෑ. ධ්‍යාන සිත හඳුනා ගන්න බෑ තවත් ධ්‍යාන සිතකින්. මේ ධ්‍යාන සිත් හඳුනාගන්න තිබෙන්න ඕනෑ කාමාවචර කුසල් සිතක්. ධ්‍යාන සිත් කියලා කියන්නේ ආරම්මණයත් එක්ක බද්ධ වෙච්ච අර්පණා සිත්. අපි හිතමු කෙනෙකුට ද්‍විතිය ධ්‍යාන සිතක් පහළ වෙනවා කියලා. එතකොට එයා 'මෙන්න මේක තමයි දෙවන ධ්‍යාන සිත' කියලා හඳුනා ගන්නවා. ඒ හඳුනා ගන්නේ කාමාවචර කුසල් සිතකින්. ඒවගේම තතිය ධ්‍යාන සිත් සහ චතුත්ථ ධ්‍යාන සිතුත් ඒවගේම හඳුනා ගන්නවා.

ඊළඟට ආකාසානඤ්චායතන විඤ්ඤාණඤ්චායතන ආකිඤ්චඤ්ඤායතන නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන යන ධ්‍යාන සිත් වලිනුත් තවත් ධ්‍යාන සිතක් හඳුනා ගන්න **බෑ**. ධ්‍යාන සිතක් කියලා හඳුනා ගන්න නම් **කාමාවචර කුසල්** සිතක්ම තියෙන්න ඕනෑ. ඒකෙන් තමයි ඒ සිත් හඳුනා ගන්නේ. මේ සිත් අටට කියනවා **මහග්ගත සිත්** කියලා. ඊළඟට තිබෙන්නේ **අමහග්ගත සිත්. අමහග්ගත සිත්** කියන්නේ ලොකු නැති සිත්. ඒ කියන්නේ අර අපි කියපු කාමාවචර සිත්.

උදාහරණයක් වශයෙන් කියනවා නම් යම්කිසි කෙනෙක් තමන් සිද්ධ කළා වූ වන්දනාවක් පිළිබඳ වූ හිතක් ගැන හිතනවා. තමන් අනුරාධපුර ගිහිල්ලා වන්දනාවක් කරලා ඒ කුසල් සිත ගැන මෙනෙහි කරනවා. අනුරාධපුරේ ගිහිල්ලා වන්දනා කරපු හිත කුසල් සිතක්. ඒ කුසල් සිත් **අමහග්ගත සිත්.** ඒ කියන්නේ ලොකු තත්වයකට පත්වෙච්ච නැති සිත්. දැන් අපි හිතමු එයා ගිහිල්ලා අනුරාධපුර භාවනා කරනවා. එතකොට එයාට ධ්‍යාන සිතක් පහළ වෙනවා. ඒ ධ්‍යාන සිත පහළ උනාට පස්සේ ඒ ධ්‍යාන සිත පිළිබඳව 'මෙන්න මේ සිත තමයි ඔය කිව්ව ධ්‍යාන සිත කියලා' එයා හොඳට දැන හඳුනා ගන්නවා. අන්න ඒ දැන හඳුනා ගන්න සිත **අමහග්ගත** සිතක්. ධ්‍යාන සිත් කියන්නේ **මහග්ගත සිත්**. දානමය පිංකමක් කරනකොට ඒ දානමය පිංකමට සම්බන්ධ සිත **අමහග්ගත** සිතක්. ඒ සිත ගැන තවත් සිතකින් මෙනෙහි කරනවා. ඒ සිතත් **අමහග්ගත** සිතක්. ධ්‍යාන සිත් නොවන සියලුම කුසල් සිත් **අමහග්ගත සිත්.**

තවත් තිබෙනවා සිත් වර්ග දෙකක්. ඒ තමයි **සඋත්තර සිත්** සහ **අනුත්තර සිත්. සඋත්තර සිත්** කියලා කියන්නේ කාමාවචර කුසල් සිත් වලට පාවිච්චි කරන තවත් නමක්.

තවත් දෙයක් තිබෙනවා කියලා දෙන්න. අපි 'උස' කියලා කිව්වහම උසට සාපේක්ෂව අපි පාවිච්චි කරන අනිත් වචනය තමයි 'මිටි'. 'දිගට' සාපේක්ෂව පාවිච්චි කරන අනිත් වචනය තමයි 'කොට'. 'මිටි' කියන එකට සාපේක්ෂව පාවිච්චි කරන අනිත් කරන වචනය තමයි 'උස'. ඒවගේ **මහග්ගත** කියලා කියපු ගමන් ඒකට සාපේක්ෂව පාවිච්චි කරන අනිත් වචනය තමයි **අමහග්ගත.** ඒ කියන්නේ කාමාවචර අනිත් සිත්. මෙතැන **සඋත්තර සිත්** කියලා තිබෙනවා. ඒ කියන්නේ කාමාවචර හොඳ කුසල් සිත්. මේ තමයි එක අර්ථයක්. රූපාවචර සිත් සහ අරූපා වචර සිත් වලට කියනවා **අනුත්තර සිත්** කියලා.

සඋත්තරං වා චිත්තං 'සඋත්තරං චිත්ත'න්ති පජානාති, අනුත්තරං වා චිත්තං 'අනුත්තරං චිත්ත'න්ති පජානාති.

දැන් පේනවා නේද ඉස්සෙල්ලා කියපු දේම තමයි දැන් නැවතත් මේ හරියේදී කියවෙන්නේ කියලා.

- ඉස්සෙල්ලා කිව්වා **මහග්ගත සිත්** කියලා ධ්‍යාන **සිත්** මුල් කරගෙන, **කාමාවචර** සිත් වලට **අමහග්ගත** සිත් කියලා කිව්වා.
- දැන් **සඋත්තර සිත්** කියලා කියන්නේ කාමාවචර කුසල් සිත්. **අනුත්තර සිත්** කියන්නේ ඊට වඩා උසස් සිත්.
- තව විදියකට **රූපාවචර ධ්‍යාන** සිත් පහළ වෙනකොට ඒවාට කියනවා **සඋත්තර සිත්** කියලා කියනවා. **අරූපාවචර සිත්** වලට කියනවා **අනුත්තර සිත්** කියලා.

ඔය විදියට සිත්වල තිබෙන්නා වූ තරාතිරමට අනුකූලව අපි සිත් හඳුනා ගන්නවා, **මහග්ගත - අමහග්ගත, සඋත්තර - අනුත්තර** කියලා.

මේ ටික තේරුම් ගැනීමේදී සිත එක තැනක ගිහිල්ලා හැප්පෙන ගතියක් තිබෙනවා. ඇයි ඉස්සෙල්ලා කියපු සිත් තේරුම් ගන්නත් මේ සිත් තේරුම් ගන්නත් අපිට අමාරු? එහෙම වෙන්න හේතුව තමයි ඉස්සෙල්ලා කිව්ව කාමාවචර සිත් අපිට පහළවන සිත්. ධ්‍යාන සිත් පිළිබඳව අත්දැකීම් අඩු නිසා අපේ සිත ඒ පැත්තට ගොඩවෙනවා හොරයි.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමීන්වහන්ස දැන් ඉස්සෙල්ලා කිව්වා සඋත්තර සිත් කියලා කියන්නේ කාමාවචර කුසල් සිත් කියලා. ඊට පස්සේ කිව්වා රූපාවචර සිත්වලට සඋත්තර සිත් කියනවා කියලා. කොහොමද මේක තේරුම් ගන්නේ?

<u>පිළිතුර</u> - ඒක තේරුම් ගන්නේ සිතින්. දැන් ඉස්සෙල්ලා කිවවා නේද වන්දනා කරන්න යනවා කියලා අනුරාධපුරේ. එතකොට පහළවන හොඳ පැහැදිලි පිරිසිදු කුසල් සිත් ටිකක් තිබෙනවා. එතකොට ඒ ටික අකුසල් නොවෙයි. එතැන සදෝස නෑ, සමෝහ නෑ, මහගත්ත භාවයට ගිහිල්ලත් නෑ. අන්න ඒ ටික තේරුම් ගන්නවා එතකොට කාමාවචර කුසල් සිත් හෙවත් **සඋත්තර** සිත් කියලා.

ඒ ටික වඩාගෙන යනකොට අපිට උපචාර සමාධි අවස්ථාවක සිතක් පහළ වෙනවා. ඒවත් අපි තේරුම් ගන්නවා **සඋත්තර** සිත් කියලා. ඊට පස්සේ එකෙන් ගොඩවෙලා ඉස්සරහට ගියහම අපිට පහළ වෙනවා හොඳ ධ්‍යාන සිත් ටිකක්. එතකොට අඳුර ගන්නවා ඉස්සෙල්ලා තිබුණේ **සඋත්තර** සිත දැන් තිබෙන්නේ **අනුත්තර සිත** කියලා. මම කිව්වා නේද 'කොට' දේට සාපේක්ෂවයි 'දිග' - 'මිටි' බවට සාපේක්ෂවයි 'උස' - 'උස' බවට සාපේක්ෂවයි 'මිටි' කියලා. ආන්න ඒ විදියට තමයි මේ කාරණය තේරුම් ගන්න ඕනෑ.

ධ්‍යාන තත්ව වලට යනකොට තමයි මේ සිත් හසුරුවන්න පුළුවන්කම තිබෙන්නනේ. ඒ කියන්නේ මේ සිත් ඇතිවෙච්ච බව නැති වෙච්ච බව දැනගන්න පුළුවන් කම තිබෙන්නේ එතැනට යනකොටයි.

තවත් සිත් තිබෙනවා. සමහර වෙලාවට තිබෙනවා හිත නිස්කලංක ශාන්ත එකතැන් වෙච්ච ගතියක්. ආන්න ඒ සිත් ඇති උනහම ඒකට කියනවා **සමාහිත** සිත කියලා. **සමාහිත** කියලා කියන්නේ සමාධිමත් වූ එකතැන් වූ කියන එක. ඒක දැන ගන්න පුළුවන්, ඒ වෙලාවට හිත දුවන්නෙත් නෑ. හරිම නිස්කලංකයි ශාන්තයි ප්‍රභාශ්වරයි. අර අපි ඉස්සෙල්ලා කිව්වා නේද හරකෙක් හප හපා ඉන්නවා කියලා, ඒ හිත නොවෙයි මේ. ඒ හිත සම්පූර්ණයෙන්ම මෝහයෙන් යුක්ත වෙච්ච් සිතක්. නමුත් **සමාහිත** සිත අවධිමත් වූ සිතක්. මේ සිත අවධිවෙලා හොඳට ආරම්මණයත් එක්ක ඉන්නවා, හොඳට energy තිබෙනවා, ශක්ති සම්පන්නයි, වීර්යෙන් යුක්තයි, කුසලාරම්මණිකයි. ඒ එකතැන් වූ සිතට කියනවා **සමාහිත** සිත කියලා.

සමහර විට උපචාර සමාධිය තිබෙනවා, සමහර විට අර්පණා සමාධිය තිබෙනවා. උපචාර කියලා කියන්නේ ධ්‍යානයට ලංවෙච්ච කාමච්ඡන්ද ආදී නීවරණ කිසිම දෙයක් නැති සන්සුන් වෙච්ච සිත. ඒකට කියනවා සමාහිත සිත (සමාධිය සහිත හිත) කියලා.

මේ සමාධි දෙකම නැති හිත් තිබෙනවා. සමහර වෙලාවට අපි භාවනා කරනවා කරනවා, ආනාපාන සති භාවනාවත් කරනවා ඒත් සමාධිය එන පාටක් නෑ, නමුත් භාවනාවකුත් කරගෙන යනවා. අන්න ඒ සිත **අසමාහිත** සිතක් කියලා දැන ගන්නවා. මේ වැඩේ කරන්න සෑහෙන්න නුවණක් තිබෙන්න ඕනෑ. මේ හැම සිතක්ම අඳුරගන්නේ කාමාවචර කුසල සිතකින්. කාමාවචර කුසල සිත් ලොකු වැඩ කොටසක් කරනවා. අකුසල් සිත් දැන ගන්නෙත් ඒ සිත්වලින්. **ලෝභ දෝස මෝහ** කියන ඒවා දැනගන්න ඉදිරිපත් වෙන්නෙත් කාමාවචර කුසල් සිත්. ධ්‍යාන සිත් හඳුනාගන්න ඉදිරිපත් වෙන්නෙත් ඒ කාමාවචර කුසල් සිත්. ධ්‍යාන ඇති බව නැති බව දැන ගන්නෙත් ඒ කාමාවචර කුසල් සිත් වලින්. ඒක නිසා මේ කාමාවචර කුසල් සිත් හරි ලොකු කාර්ය භාර්යක් ඔය ස්ථානයේ සිද්ධ කරනවා.

මේ සිත් වර්ග නම් කිරීමේදී එක පිළිවෙලක් තිබෙනවා. ධම්මසංඝණී ප්‍රකරණයේ සිත් කියලා තිබෙන්නේත් ධම්මසංඝණියේ නිරූපණය කරලා තිබෙන සිත් ස්වාමීන් වහන්සේලා කටපාඩම කරන්න අරගෙන තිබෙන්නේත් එකම විදියකටයි. කාමාවචර කුසල් සිත් 8 තිබෙන්නේ මෙහෙමයි,

1. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
2. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**
3. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
4. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**

5. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
6. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**
7. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
8. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**

මේ සිත් 8 ඉතාමත්ම වටිනා සිත් 8 ක්.

මෙන්න මේ විදියට කාමාවචර කුසල් සිත් 8 ක් තිබෙනවා. මේ සිත් වලින් මුල් සිත් 4 සොමනස්ස සහගතයි. මේ සිත් හතරට කියනවා සොමනස්ස සහගත සිත් 4 කියලා. සමහර සොමනස්ස සහගත සිත්වල ඤාණය තිබෙනවා. සමහර සොමනස්ස සහගත සිත්වල ඤාණය නෑ. සමහර සොමනස්ස සහගත සිත් අසංඛාරිකයි. සමහර සොමනස්ස සහගත සිත් සසංඛාරිකයි.

ඊළඟ සිත් 4 උපෙක්ඛා සහගතයි. මෙයින් සිත් දෙකක් ඤාණ සම්පයුත්තයි. සිත් දෙකක් ඤාණ විප්පයුත්තයි. සිත් දෙකක් අසංඛාරිකයි, සිත් දෙකක් සසංඛාරිකයි.

මේ කුසල් සිත් 8 අපිට අත්‍යාවශ්‍යයි. මේ සිත් ඉතාමත් වටිනා bright සිත් 8ක්. මනුස්ස ලෝකයේ හොඳ පිංවන්ත කෙනෙක් උපදිනවානම් ඔය 8 න් එකකින් එන්න ඕනෑ. ඔය අටෙන් එකක් ඉදිරිපත් වෙලා මනුස්සලෝකයට ආපු එක්කෙනෙකුට තමයි ධ්‍යාන මාර්ග ඵල ඔක්කෝම හදාගන්න පුළුවන් කම තිබෙන්නේ. **සොමනස්ස සහගත** හරි **උපෙක්ඛා සහගත** හරි මෙන්න මේ කියන්නා වූ කුසල් සිත් අටෙන් එකක් ඉදිරිපත් වෙලා මනුස්සලෝකයට ආපු එක්කෙනාගේ විසිතුරු කමක් තිබෙනවා. බැබලෙන ගතියක් තිබෙනවා. සමහර අයගේ ඤාණ සම්පයුත්ත සිත් තිබෙනවා, සමහර අයට ඤාණ විප්පයුත්ත සිත් තිබෙනවා. ඤාණ විප්පයුත්ත සිත් වලින් ආවොත් bright ගතිය ටිකක් අඩුයි. ඤාණ සම්පයුත්ත සිතකින් ආවට පස්සේ ඒ ගොල්ලන්ගේ තිබෙනවා යමක් හොඳට තේරුම් ගන්න හිතන්න මෙනෙහි කරන්න පුළුවන් ගතිය. මම ඒකත් මේකෙන් පස්සේ කියලා දෙන්නම්. මේ සිත්

වලට කියනවා සෝභන සිත් 8 කියලා. ඒ කියන්නේ ඒවා ලස්සනයි. ඒ සිත් අභ්‍යන්තරයේ තිබෙන contents කියලා කියන චෛතසික ධර්ම හරි ගොඩක් තිබෙනවා. 32 කට 33 කට එහා පැත්තේ තිබෙනවා. ඉතින් ඒවගේ ලොකු චෛතසික මණ්ඩලයක් එක්ක වැඩ කරන නිසා මේ සිත් හරි bright, හරි හයියයි, හරි හොඳයි. නමුත් සමහර සිත් 4 ක් තිබෙනවා ඥාන විප්‍රයුක්තයි. එහෙම උනහම ඒකෙ තක්සේරුව පොඩි අඩු ගතියක් තිබෙනවා. ඥාණ සම්පයුත්ත සිතකින් ආවොත් හරිම හොඳයි.

දැන් මේ විදියට හිතන්න. මේ සිත්වල සොමනස්ස සහගත සිත් තිබෙන්නේ 4යි. සොමනස්ස සහගත සිත් 4 තුල ඥාණ සම්පයුත්ත සිත් එනම් ප්‍රඥාව තිබෙන සිත් තිබෙන්නේ 2 යි. උපෙක්ඛා සහගහ සිත් තිබෙන්නේ 4යි. ඒ උපෙක්ඛා සහගත සිත් 4 තුල ඥාණ සම්පයුත්ත සිත් තිබෙන්නේ 2 යි. කුසල් සිත් 8 තුල ඥාණ සම්පයුත්ත සිත් තිබෙන්නේ 4 යි. මෙම ඥාණ සම්පයුත්ත සිත් හතරෙන් එකකින් තමයි ධ්‍යාන සිත් මෙනෙහි කරන්න පුළුවන්. ඒ සිත් 4 නුත් අසංඛාරික සිත් තමයි වැඩියෙන්ම බල පාන්නේ. 'මේ පහළ උනේ **සමාහිත සිත**' 'මේ පහළ උනේ **අසමාහිත සිත**' කියලා හඳුනා ගන්න පුළුවන් කම තිබෙන්නේ ඥාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත් වලටයි. හොඳට පිං කරගෙන කුසල් වඩාගෙන මේ සිත් වලින් ඉපදුන කෙනෙකුට තමයි හොඳට ධර්මයක් තේරුම් ගන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් බෑ. ඒක තමයි හිත්වල ස්වභාවය.

Meat කියලා කියන්නේ මොකක්ද? මස්. එතකොට මස් තිබෙන්නේ සත්ව ශරීර වලයි. මිහිඳු මහා රහතන්වහන්සේ දේවානම්පියතිස්ස රජ්ජුරුවන්ගෙන් ඇසූ ප්‍රශ්නය වගේ එකක් අපි ඇහුවොත් මස් නොවෙන මසුත් ඇත්ද? කියන ප්‍රශ්නයට පිළිතුර වෙන්නේ ඔව් කියන එකයි. ඒ තමයි Soya Meat. Soya Meat කියන්නේ මස් ජාතියක් නොවෙයි. නමුත් මස් නොවෙන මස් ජාතියකුත් තිබෙනවා. මේ තමයි මිනිස් සිතේ හැටි. අපි මැණික් කියලා බෝතල් කටු ගන්නවා. ඇත්ත වශයෙන්ම යමක් නොවන්නා වූ දෙයක් බාර ගන්න ගතිය මිනිස් හිතේ තිබෙනවා.

සොමනස්ස සහගත හෝ උපෙක්ඛා සහගත ඥාණ විප්‍රයුක්ත සිතකින් යම්කිසි කෙනෙක් ඉපදුනොත් එහෙම ඔන්න ඔය වැඩේ බොහෝ දුරට සිද්ධ වෙනවා. ඒ අය ධර්මය නොවෙන දේවල් ධර්මය හැටියට බාර ගන්නවා. රත්තරන් නොවෙන දේවල් රත්රන් හැටියට බාර ගන්නවා. මිනිස් ධර්ම නොවෙන දේවල් මිනිස් ධර්ම හැටියට බාර ගන්නවා. සමහරු කියනවා 'එයා කසිප්පු විකුණුවත් එයාගේ ලඟ මනුස්සකම තිබෙනවා' කියලා. මනුස්සකම තිබෙනවා නම් එයා කසිප්පු විකුණයිද? ආන්න එහෙම දේවල් තිබෙනවා. ඒ අය මිනිස් ධර්මය හඳුනන්නේ නෑ. ඒ අය මිනිස් ධර්මය කියලා අර්ථ දක්වන්නේ ඒ ගොල්ලන්ට වාසිය තිබෙන්නා වූ දෙයකටයි. ඇත්තටම ඒක මිනිස් ධර්මය නොවෙයි. මේ කාලේ ඕක හරියට තිබෙනවා. අපි කොච්චර කිව්වත් මනුස්සයෙක් යම්කිසි දෙයක් බාරගන්නේ එයාගේ mental capacity එකට fit වෙන්නයි. ඒක වෙන්නේ ඒ අයගේ මනෝධාතුවේ ගැලපීමත් එක්කයි.

දැන් අපි බුදුරජාණන්වහන්සේගේ පාත්‍රා ධාතුව දැකලත් නෑ, පටී ධාතුව දැකලත් නෑ උන්වහන්සේගේ චීවර ධාතුව දැකලත් නෑ, නමුත් අපි ගිහිල්ලා ශ්‍රද්ධාවක් උපදවා ගන්නවා. බුදුරජාණන්වහන්සේ වැඩ සිටින කාලයේ බුදුරජාණන්වහන්සේගේ සිවුරු අතින් අල්ලපු අය හිටියා, පාත්තරේ අතින් අල්ලපු අය හිටියා, උන්වහන්සේගේ පිටිපස්සෙන් උන්වහන්සේ තබපු පියවර මතු පිටින් ගිහිපු අය හිටියා නමුත් ඔවුන් වැන්දේ වෙන කෙනෙකුට. එහෙම අය ඉන්නවා. බුදුරජාණන්වහන්සේගේ පිටිපස්සෙන්ම ගිහිල්ලා එකම ගෙදරට ගිහිල්ලා දානේ වළඳලා වෙනත් නිගණ්ඨයන්ට වැඳපු චරිත තිබෙනවා. හිතලා බලන්න ඒකෙ අරුමේ මොකක්ද කියලා. ඒ තමයි මනසේ හැටි. බුදුරජාණන්වහන්සේ අවස්ථා කීපයකදීම කිව්වා "ඔහොම කරන්න එපා, ඕක වැරදියි" කියලා. බුදුරජාණන්වහන්සේට අවනම්බුවක් අපහාසයක් නින්දාවක් එනවානම් ඒ අය හරි සතුටුයි. බුදුරජාණන්වහන්සේට ගෙනෙන දානයම වළඳලා බුදුරජාණන්වහන්සේගේ සිවුරු දරාගෙන උන්වහන්සේට අවනම්බුවක් අපහාසයක් නින්දාවක් එනවානම් හරිම සතුටුයි. ඒකට හේතුව තමයි

සමහර අය උපදිනවා සොමනස්ස සහගත හරි උපෙක්ඛා සහගත හරි ඤාණ විප්පයුත්ත සිත්වලින්. ඤාණ විප්පයුත්ත සිත්වලින් මෙහෙ උපදින්න නම් ඒ අය ඊට ඉස්සෙල්ලා කරලා තිබෙන පිංකමුත් ඒ වගේ කඩතුලු තිබෙන පිංකම්. ඔන්න ඔය කාරණය නිසා තමයි නැවත නැවත කරන්නා වූ මොකක් හරි දෙයක් තිබෙනවා නම් එය වන්දනාවක් ද සාධු කීමක් ද අනිත් අයගේ දේවල් බලන්නේ නැතුව, අනිත් අය කරන දේවල් මෙනෙහි කරන්නේ නැතුව, ඒවාට සම්බන්ධ වෙන්නේ නැතුව තමන්ගේ පාඩුවේ සීලාදී ගුණ ධර්ම වඩාගෙන හුදකලාව ඉඳගෙන හොඳට ඤාණ සම්ප්‍රයුක්ත මෙනෙහි කිරීමෙන් යුතුව ඒවා කරන්න කියන්නේ ඔන්න ඔය ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික කුසල් සිත් හදාගන්නයි. එහෙම නැති උනොත් වෙන්නේ quality බාල වෙච්ච, ඤාණ විප්පයුක්ත වෙච්ච, හැඩක් නැති, බාල පහේ කුසල් වඩාගෙන කොහේ හරි යනවානම් අපිට අවශ්‍ය තැනට යාගන්න බැරි වෙනවා.

අපිට යන්න ඕන රත්නපුරේට නම් රත්නපුරේ යන බස් එක කියලා නගින්න පුළුවන් එක්කෝ අංගොඩ යන බස් එකක නැත්නම් මුල්ලේරියාවේ බස් එක්ක. ඔය දෙකින් එකක තමයි නගින්න පුළුවන්. නමුත් අපිට යන්න ඕන රත්නපුරයට. ඒක වෙන්නේ කුසල් වල quality නැති නිසා. ඒක නිසා හැම වෙලාවේම වඳිනකොට උනත් පුදනකොට උනත් යමක් කරනකොට හොඳට ඤාණ සම්පයුත්ත වෙන විදියටම කරන්න ඕනෑ. කාටවත් හානියක් වෙනවා නම් ඒ දේ කරන්න හොඳ නෑ.

ඊළඟට තිබෙනවා තවත් සිත් දෙකක්.

විමුත්ත සිත සහ අවිමුත්ත සිත.

විමුත්තං වා චිත්තං 'විමුත්තං චිත්ත'න්ති පජානාති. අවිමුත්තං වා චිත්තං 'අවිමුත්තං චිත්ත'න්ති පජානාති. විමුත්ත චිත්ත කියලා කියන්නේ කෙලෙසුන්ගෙන් අයින් වෙච්ච නීවරණයන්ගෙන් අයින් වෙච්ච සිත. **සමාහිත සිත, විමුත්ත** (මිදුන) **සිතක්** කියලා ගන්න පුළුවන්. ඒක සලකන්නේ නීවරණත් සම්බන්ධ කරලා. සිතක් කෙලෙසුන්ගෙන් මිදෙනකොට මිදෙන ක්‍රම කීපයක් තිබෙනවා. ඒ තමයි තදංග, වික්ඛම්භන, සමුච්ඡේද.

විමුත්ත සිත = **තදංග** = **වික්ඛම්භන** = **සමුච්ඡේද**

අපේ සිත කෙලෙස් එක්ක තිබිලා තිබිලා එක පාරටම කෙලෙස් නැති වෙලා කාමච්ඡන්ද නැති වෙලා ව්‍යාපාදය නැතිවෙලා ථීනමිද්ධය නැති වෙලා ටික වෙලාවකට සිත මිදිලා යනවා. ඒක සමහර විට උපචාර සමාධි භාවයෙන් වෙන්න පුළුවන් අර්පණා ගතියෙන් වෙන්න පුළුවන්. එහෙම උනහම 'ඉස්සෙල්ලා මේ හිත කෙලෙසුන් එක්ක බද්ධ වෙලා තිබුණා, දැන් ඒක මිදුනා' කියලා මෙනෙහි කරගන්නවා. අපි ඒක බලන්නේ කෙලෙස් වලට සම්බන්ධ කරලයි. 'දැන් ඔන්න මගේ සිත මිදී ගියා' කියලා බලනවා. 'සමුච්ඡේද වශයෙන්' කිව්වහම ඒක ලෝකෝත්තර ඵල සිතක්. විශේෂයෙන්ම චිත්තානුපස්සනාවේදී බලන්නේ ඊට මෙහා පැත්තේ තිබෙන තදංග සහ වික්ඛම්භන දෙක. සමුච්ඡේදය භාවනාවේ කෙළවර ප්‍රතිඵලයයි. සිත කෙලෙසුන් සමග ගැවසීගෙන තිබෙනවානම් ඒකට කියනවා මිදිලා නැති **අවිමුත්ත චිත්තය** කියලා. මේ විදියට චිත්තානුපස්සනාවේ ආකාර 16 කට කියනවා. මේ 16 විදියටම දැන ගත්තහම අපිට හොඳට මෙනෙහි කරන්න හිතන්න පුළුවන් අවස්ථානුකූලව. නමුත් ඔක්කොම සිත් එක පාරම මෙනෙහි කරනවා කියන එක නොවෙයි මේකෙන් කියන්නේ.

අපි චිත්තානුපස්සනාව වඩන්න කියලා කියනවා. ඉතින් ගිහිල්ලා වාඩිවෙලා නීවරණත් එක්ක ගැටී ගැටී ඉඳලා මම ඇහුවහම චිත්තානුපස්සනාව වැඩුවද කියලා 'ඔව් ස්වාමීන්වහන්ස ඔක්කොම නම් වඩා ගන්න බැරි උනා, දෙකක් තුනක් විතර තමයි වැඩුවේ' කියලා කියනවා. ඒක හරි, මහග්ගත සිත්, විමුත්ත සිත් බලාගන්න බෑ. වැඩිපුරම කියන්න පුළුවන් කම තිබෙන්නේ සරාග, සදෝස, සමෝහ සිත් ගැන

පමණයි. සමහර වෙලාවට සංඛිත්ත සිත වික්ඛිත්ත සිත තරමක් අල්ලගන්න පුළුවන්. ඔය වගේ range එකක තමයි තිබෙන්නේ. හැබැයි මේකෙන් කියන්නේ නෑ ඔක්කොම සිත් පිළිවෙලට මෙනෙහි කරන්න ඕන කියලා. අර අපි ඉස්සෙල්ලා උදාහරණයක් ගත්තා. ළිඳකින් වතුර ගන්න ගන්න ළිඳට වතුර උනනවා කියලා, ඒවගේම සිතක් ඇතිවෙනවා නැතිවෙනවා. හිතක් මෙනෙහි කරගමන් ඒක නැතිවෙලා යනවා. ඒක නැතිවෙලා ගිය ගමන් තව සිතකට පරිවර්තනය වෙනවා. ඊළඟට ඒක දිහා බලනවා. අපිට කරන්න තිබෙන්නේ එන එන වෙලාවට, එන එන හිත හඳුනා ගනිමින් පවත්වනකොට අවසානයේදී **විමුත්ත සිත් අවිමුත්ත සිත්** කියන ඒවත් තේරුම් ගන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ කාරණා 16 තමයි චිත්තානුපස්සනාව යටතේ තිබෙන්නේ.

<u>ප්‍රශ්නය</u> - ස්වාමින්වහන්ස සංඛිත්ත සිත් කියන්නේ මොනවාද?

<u>පිළිතුර</u> - සංඛිත්ත සිත් අකුසල් සිත් වල තමයි තිබෙන්නේ. ඒ අකුසල් සිත් අතර තිබෙනවා සසංඛාරික සිත් කියලා ථිනමිද්ධය මිශ්‍ර වෙච්ච සිත්. ආන්න ඒවා උදාසීනයි. ඒ උදාසීන සිත් තමයි හැකිලීගිය ථිනමිද්ධයෙන් බර වෙච්ච සිත්.

ථිනමිද්ධ සහිත සිත ද්වේශ සහගතයිද ලෝභ සහගතයිද මෝහ සහගතයිද කියලා හිතලා බලන්න. ඒවා අර්පණාද ඒවා කුසල්ද මොනවාද? ප්‍රායෝගිකව බැලුවොත් කොහමද තිබෙන්නේ? ප්‍රායෝගිකව බැලුවොත් ලෝභ සහගත සිත්වල සිත් 4 ක් තිබෙනවා සංසඛාරික සිත් කියලා. ඒ සංසඛාරික සිත් වල සමහර වෙලාවල් වලට ථිනමිද්ධය එනවා. ථිනමිද්ධය ගැන කථා කරනකොට අපි කියනවා ඒ සිත ශක්ති සම්පන්න නැති කිඳා බැහැපු හැකිලිච්ච බාල වෙච්ච හිතක් කියලා.

මේ හිත හඳුනා ගැනීමේදී මෙහෙම එකක් වෙනවා. අපි හොඳට මහන්සි වෙලා ඉන්න වෙලාවට උදේ පාන්දර හතරට විතර කවුරුහරි කථා කරනවා වැඩට යන්න. වැඩට යන්න තිබෙන්නේ හයට. කථා කරන්නේ හතරට. එතකොට හොඳට සීතලත් එක්ක මහන්සි ගතියත් එක්ක ඒ වෙලාවට පොඩ්ඩක් ඇහැඇරිලත් තිබෙනවා. ඒ වෙලාවට හැබැයි නැගිටින්නේ නෑ. ඒ වෙලාවට හිත තිබෙන්නේ ඇතුලාන්තයට වෙලා ගුලි වෙලා. ඒ වෙලාවට ඇහැරුනහට නැවතත් ඇස් දෙක පියාගෙන මොකක්වත් ලෝකය ගැන හිතන්න යන්නේ නෑ. ලෝකය ගැන හිතන්න යන්නේ නැතුව හිත ඇතුලේම තිබෙන්නා වූ යම්කිසි තැනකට ගුලිවෙලා එක්කාසුවෙලා සහ සම්බන්ධවෙලා යන ගතියක් තිබෙනවා. හැබැයි සිහියෙන් හිටියොත් තමයි ඕක අල්ලගන්න පුළුවන් වෙන්නේ. නැත්නම් අහුවෙන්නේ නෑ. එතකොට ඇතුලාන්තයකට හිත ලෝභ කරගෙන ඒකෙ ගුලිවෙන්න ඒකට බද්ධ වෙන්න කැදරකමක් තිබෙනවා. ඒ තමයි ලෝභය. ඒක නිසා ලෝභ මූල හිතත් එක්ක තමයි ථිනමිද්ධය ගනුදෙනුව හදාගන්නේ. එතකොට ඒ හිත කිඳා බැහැලා හිතේ ශක්තිය අඩු වෙලා පරවෙලා යන ගතියක් තිබෙනවා. ඒ මානසික ස්වභාවයට හිත කැමතියි. ඒක සිහියෙන් ඉන්නකොට හොඳට තේරෙනවා, නිදා ගැනීමේදී මෙන්න මේ සිද්ධිය තමයි වෙන්නේ කියලා.

සෝභන කුසල් සිත් 8

1. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
2. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**
3. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
4. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**

5. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
6. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**

7. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත අසංඛාරික සිත**
8. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත සසංඛාරික සිත**

රූපාවචර සිත් වලට කලින්, අරූපාවචර සිත්වලට කලින්, ලෝකෝත්තර සිත් වලට කලින් හැම වැඩකටම අවශ්‍යවන සිත් තමයි මේ කුසල් සිත් 8. විපස්සනා කරන්න මේවා අවශ්‍යයයි. මේ සිත් 8 ම එක සමාන නෑ. මේ සිත් 8 එක සමානයි නම් ඒ කියන්නේ එහෙනම් එය එක හිතක් විය යුතුයි. මේ සිත් 8 ක් වෙන්න හේතුව මේ සෝභන සිත් වල ඇතුලාන්තයේ තිබෙන්නා වූ waves ඒ කියන්නේ ඒවා ක්‍රියාත්මක වන ස්වභාවයන් යම් යම් දේවල් වලින් වෙනස් වෙනවා.

දැන් බලන්න පළවෙනි සිත් හතරේ **සොමනස්සය** apparent. හැම සිතක්ම **සොමනස්ස** සහගතයි. දෙවැනි කොටස **උපෙක්ඛා** සහගතයි, අසතුටුත් නෑ. උපෙක්ඛා කියන්නේ අසතුටුයි කියන එක නොවෙයි. සතුටකුත් නැති අසතුටකුත් නැති neutral විදියට තමයි ඕවා වැඩ කරන්නේ.

මේ සිත් අතරේ හොඳ සිත් හතරක් තිබෙනවා.

1. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත.**
2. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත.**

5. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත.**
6. **උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත.**

1,2,5,6 යන සිත් විශේෂයි. ඒවා හරි bright. ඒ සිත්වල හොඳ හයිය ගතියක් තිබෙනවා. එහෙම හයිය ගතියක් ඇතිවෙන්න හේතුව කුමක්ද? ඒ සිත් ඤාණ සම්පයුත්තයි. මේ සිත් ඤාණ සම්පයුත්ත නිසා බල සම්පන්නයි. මේ සිත් බල සම්පන්න වෙන්න හේතුව ඒ සිත් ත්‍රිහේතුකයි. ත්‍රිහේතුකයි කියලා කියන්නේ අලෝභය අදෝසය අමෝහය කියන කරුණු තුනම ඒ සිත්වල තිබෙනවා. ඒක නිසා ඒ සිත්වල gravity එක වැඩියි. හයිය ගතිය වැඩියි.

3. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත අසංඛාරික සිත.**
4. **සොමනස්ස සහගත ඤාණ විප්පයුත්ත සසංඛාරික සිත.**

3,4 සිත්වල හයිය ගතිය අඩුයි. නරකම නෑ. නමුත් හයිය අඩුයි. රජ මාළිගාවට ගිහිල්ලා මේසයක වාඩිවෙලා රත්තරන් පිඟානක කන්න ලැබෙනවානම් හොඳයි නේද? රාජ මාළිගාව ඇතුලටත් ගිහිල්ලා කුස්සිය පැත්තේ බංකුවක වාඩිවෙලා ප්ලාස්ටික් පිඟානක ඉතුරු වෙච්ච කෑමක් කන්න ලැබෙන එක හොඳයිද නරකයිද? ඒක එළියෙන් කනවාට වඩා හොඳයි. නමුත් හොඳ quality නෑ. පිඟානත් ප්ලාස්ටික්. අන්න ඒ වගේ මේ සිත් **කුසල** උනත් **සොමනස්ස සහගත** උනත් සමහර සිත්වල quality අඩුයි. පිංකම කරනකොට ඤාණ විප්පයුත්තයි. නමුත් සතුටින් කරනවා. කර්මය කර්මඵලය ගැන විස්වාසයක් අදහසක් කල්පනාවක් මොකක්වත් නෑ. එතකොට ඤාණය නෑ. ඒවගේ පිංකම් කරපු අය කොහොමද ත්‍රිහේතුක තැනකට යන්නේ? හිතනවද ඤාණ විප්පයුත්ත වැඩ කරලා ඤාණ සම්පයුත්ත results ලැබෙයි කියලා? කවදාකවත් හරි යන්නේ නෑ. ඒක වෙන්නේ නෑ. පිංකම් කරනකොට ඤාණ විප්පයුත්ත සිත් පහළ කරගෙන හයිය නැති පිංකම් කළහම වෙන්නේ ඒවගේම quality බාල තැනක quality බාල මානසිකත්වයකින් උපදිනවා. එහෙම ඉපදුනාට පස්සේ නැවත ඒක වෙනස් කරන්න බෑ. මේ වගේ සිතකින් ඉපදුනහම එයා ද්වි හේතුක වෙනවා. සමහර අය අහේතුක වෙනවා. (අහේතුක වීමේදී සිත් වැඩ කරන වෙනම විදියක් තිබෙනවා) ද්වි හේතුක උනාට පස්සේ අපි කොච්චර කථා කළත් උපමා දාල කිව්වත් එයාට වැටහෙන්නේ නෑ.

සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සිත් වලින් කෙනෙක් ඉපදුනහම බොහෝම සන්තෝසයෙන් සතුටින් සිනහමුසු මුහුණින් පැහැදිච්ච ගතියෙන් පුංචි කාලේ ඉඳලාම ටිකක් හිනහවෙන් ඉන්න ගතියක් තිබෙනවා. අනිත් අය එහෙම නෑ. සමහර අය ඉන්නවා හිනහ වෙන්නේ නැතුව බලාගත් අතේ බලාගෙන ඉන්න අය. ඒ තමයි උපෙක්ඛා සහගත සිත් වැඩ කරන විදිය.

ප්‍රශ්නය - ස්වාමීන්වහන්ස යම්කිසි කෙනෙක් ඤාණ විප්පයුත්ත සිතකින් උපත්තිය ලැබුවොත් එයාට කවදාවත් මාර්ග ඵලයක් ලබන්න බැරිද?

පිළිතුර - ඒ ජීවිතියේ බෑ. එයාට සාමාන්‍යයෙන් අනිත් අයගේ ආශ්‍රයෙන් පොඩි පොඩි දේවල් කරගෙන quality හදාගෙන කල්‍යාණ මිත්‍ර සම්පත්තිය ඇතුව ඤාණ සම්පයුත්ත පිං කරන්න පුළුවන්. හැබැයි එයාට ගාම්භීර තත්වයකට යන්න බෑ. අපි ඔය ගැඹුරු බණ කිව්වහම අපිව එපා වෙන්නේ ඒ අයට. මේ ආත්මයේදී ජාතක කථා හරි දේශනා කරලා එයාට කර්මය කර්මඵලය අදහන ඤාණ සම්පයුත්ත පිං කරන අවස්ථාව හදලා දෙන්න පුළුවන්. කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍ර සම්පත්තිය ඒකට බලපානවා. හැබයි එයාට ඒ ජීවිතියේදී ඊට වඩා හයිය ඇති දෙයක් කරගන්න බෑ. සමහර වෙලාවට මම දැකලා තිබෙනවා මහාචාර්යවරු වගේ අය ඉන්නවා. ඒ අයට එක subject එකක් පුළුවන්. හැබැයි කියන කථා හරි බොළඳයි. ඒ අයට ඒ තරම් ගැඹුරකට යන්න බැරි ඒ subject ඒකෙ වරදවත් මොකක්වත් නොවෙයි ඒ ගොල්ලන්ට ගැඹුර අහුකරගන්න බෑ.

අනිත් එක තමයි ඒ සිත්වල තිබෙන්නා වූ අසංඛාරික සහ සසංඛාරික ස්වභාවය. මේ අසංඛාරික සසංඛාරික ස්වභාවය කුසල් සිතකයි අකුසල සිතකයි විධි දෙකකට වැඩ කරනවා. අසංඛාරික සිත කියලා කියන්නේ සමහර සිත් තිබෙනවා ‘මම මේක කරන්න ඕන’ කියලා හිටපු ගමන්ම අමුතු අදහසක් එනවා. සමහර වෙලාවට මම දැකලා තිබෙනවා අපිට මිනිස්සු යම් යම් දේවල් පූජා කරනවා. අපිට ඒ සම්බන්ධයෙන් කිරා බැලිලක් නිකම්ම එනවා. සමහර වෙලාවට යම්අය යම් යම් දේවල් පූජා කරනකොට ඒකෙ චින්තනය නෑ. අපිට ඒවා ගැලපෙන්නේ නෑ. සමහර වෙලාවට බැලුවහම මට ඕනෑ කරන දේමයි හම්බවෙලා තිබෙන්නේ. මම බලනවා ‘ඇයි මෙයා මෙහෙම උනේ’ කියලා. ඔක්කොම අය දායකයෝ උනාට සමහර අයගේ චින්තනය වැඩියි, හිත අවුස්සන්න පුළුවන් ගතියක් ඒ අයට තිබෙනවා. අන්න ඒ ගතිය අසංඛාරික ගතියයි. ඒ අයට කවුරුවත් මුකුත් කියන්න අවශ්‍ය වෙන්නේ නෑ. එයාට හිතෙනවා මෙන්න මේක තමයි කරන්න ඕන කියලා.

ඊයේ මම දැක්කා දෙන්නෙක් ඇවිල්ලා බෝධියට පැන් වක්කරලා ගියා. ඊළඟට තව එක්කෙනෙක් ආවා. එයා ඉස්සෙල්ලාම ගත්තේ කොස්ස. එයා ඉස්සෙල්ලාම කළේ clean කරන එක. ඉස්සෙල්ලා දෙන්නගෙත් පැන් වැඩිල්ලක් තිබුණා. නමුත් ඒක unclean. අනිත් එක්කෙනා ඇවිල්ලා ඉස්සෙල්ලා පිරිසිදු කළා. දැන් බලන්න එයාට කවුරුවත් කිව්වෙත් නෑ. බෝඩ් එකක් ගහලත් නෑ. ඒ තමයි සිතේ තිබෙන අසංඛාරික ස්වභාවය. දැන් මේ වෙලාවට කරන්න ඕන මේකයි කියලා සිතුවිල්ලක් auto එනවා.

ඊළගට හිතමු මෙතැනට උදේ කවුරුහරි ආවා කියලා. එතකොට එයා ‘මේ පැදුරුටික දාමුද’ කියලා කවුරුහරි කියනකම් ඉන්නේ නෑ, එයා ඒවා දානවා. ඒ තමයි අසංඛාරික ස්වභාවය. සමහර වෙලාවට තිබෙනවා එයා ඒ දේත් කරනවා, අතුගාන එකත් කරනවා නමුත් යෝජනාවක් කළොත් පමණයි. එයා කළේ එයා තුලින්ම ආපු සිතුවිල්ලක් නිසා නොවෙයි අනිත් කෙනා යෝජනා කරලා encouragement එකක් දුන්න නිසා. එහෙම උනහම තමයි එයා වැඩ කරන්නේ. හැබැයි එයත් ඒක ඤාණ සම්පයුත්තව සතුටින් කරනවා. නමුත් ඒ ක්‍රියාව energise උනේ තවත් එක්කෙනෙකුගෙන්. එතකොට ඒක පළවෙනි එක්කෙනාට අසංඛාරිකයි, දෙවෙනි එක්කෙනාට සසංඛාරිකයි.

සමහර වෙලාවට අසංඛාරික සසංඛාරික ස්වභාවය තිබුණාට කර්ම විපාක පිළිබඳ විශ්වාසයක් නැති නිසා ඒ සිත් ඤාණ විප්පයුත්තයි. අසංඛාරික සසංඛාරික සවභාවය තුල සමහර අයගේ වීර්යත් අඩු වැඩි වෙනවා. සමහර වෙලාවට තිබෙනවා පළවෙනි පිංකම සසංඛාරිකයි. දෙවැනි පිංකම අසංඛාරිකයි. ඒක වෙන්නේ මෙහෙමයි. දැන් මට ආරංචි වෙනවා කවුරුහරි හොඳ පිංකමක් කළා කියලා. එතකොට මටත් හිතෙනවා කරන්න ඕන කියලා. මට එහෙම කරන්න ඕන කියලා enthusiasm එකක් හැදෙන්නේ අනිත් එකෙකෙනා කියපු දෙයක් අහලා ඒ ගැන හිතපු නිසා. ඉතින් මම ඒක හොඳට කරනවා. ඒවගේ පළවෙනි ඒවා සමහර අවස්ථාවල සසංඛාරිකයි. සසංඛාරිකව දෙක තුනක් කළාට පස්සේ තමන්ට කරලා පුරුද්ද හැදෙනවා. ඊට පස්සේ ඒ සිතුවිල්ල auto තමන්ට එනවා. එතකොට ඒ වෙලාවේ අසංඛාරිකයි.

අපි හැම වෙලාවේම කියන්නේ අනිත් මිනිස්සු හදන්න අපිට බෑ. ඒක නිසා කරන්න තියෙන්නේ මෙන්න මේ ටික හිතේ තියාගෙන 'මම මේකෙන් ගැලවිලා යන්න මේ වැඩේ කරන්න ඕන' කියලා හිතන එක. භාවනාවක් කරනකොට සමහර වෙලාවට මුල් ටික සසංඛාරිකයි. ඒ ටික කරන්නේ අපි කියපු නිසයි. ඇස් දෙක පියාගන්න කියනවා. ඇස් දෙක පියා ගැනීම සසංඛාරිකයි. ඊට පස්සේ පුරුදු උනහම එයා දන්නවා භාවනාවේදී ඇස් දෙක පියාගත යුතුයි කියලා. එතකොට ඒක අසංඛාරිකයි. ඊළඟට පළවෙනි අවස්ථාවේ ආරම්මණයට ගොඩ කරලා දෙනවා. හුස්ම මෙනෙහි කරන්න කියලා දෙනවා. එතකොට එයා එහෙම කරන්නේ අපි කියපු නිසා. ඒක සසංඛාරිකයි. ඒක පුරුදු උනාට පස්සේ තමන් ගිහිල්ලා කොතන හරි වාඩිවෙලා තමන්ම භාවනා කරනවා. එතකොට අසංඛාරිකයි. ඔය විදියට තමයි අසංඛාරික සසංඛාරික ස්වභාවය වෙන්නේ.

ප්‍රශ්නය - ස්වාමීන්වහන්ස විමසා බලනකොට අසංඛාරික වෙනවාද?

පිළිතුර - අසංඛාරිකත් වෙනවා ඤාණ සම්පයුත්තත් වෙනවා. හොඳට විපරම් කරලා තමයි දෙන්න ඕන වෙන්නේ. **'විචෙය්‍ය දානං සුගතප්පසත්ථං'** කියලා තියෙනවා. හොයලා බලලා දෙන එක හරි වටිනවා කියලා තිබෙනවා.

ප්‍රශ්නය - ස්වාමින් වහන්ස 5, 6යි සිත් භාවනා කරන අයට ලැබෙනවද?

5. උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත.
6. උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත.

පිළිතුර - ඔව්, ගොඩක් ඉහළට යනකොට එනවා. සංඛාර උපෙක්ඛා ඤාණ අවස්ථාවේදී ඔය සිත් පහළ වෙනවා. විපස්සනා ඤාණ අවස්ථාවේදී පහළ වෙන්නේම 1,2,5,6 කියන සිත්.

1. සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත.
2. සොමනස්ස සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත.

5. උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත අසංඛාරික සිත.
6. උපෙක්ඛා සහගත ඤාණ සම්පයුත්ත සසංඛාරික සිත.

විපස්සනාවක් කරන්න නම් ඤාණ සම්පයුත්ත භාවය තිබෙන්නම ඕනෑ. ඤාණය නැතුව ඔක කරන්න බෑ. අපි නාම රූප ධර්මයන්ගේ ඇති වීම නැති වීම බලන්නේ මෙනෙහි කරන්නේ සන්තෝසෙන්. විපස්සනා කරනකොට සතුටක් ඇතිවෙනවා. එතකොට වැඩ කරන්නේ පළවෙනි සොමනස්ස සහගත සිත් දෙක. සමහර අවස්ථාවලදී ඒ විදියට බලලා බලලා සංඛාර උපෙක්ඛා අවස්ථාවට එනකොට සමහර

අවස්ථාවේදී සතුටකුත් තිබෙනවා, සමහර විට තේරෙනවා මේක තමයි හැටි කියලා. එතකොට සිත උපෙක්ඛා සහගත වෙනවා.

භාවනාවකදී මුල් හරිය සසංඛාරිකයි. පස්සේ යනකොට අසංඛාරිකයි. භාවනාව වැඩෙන්න වැඩෙන්න තමන් තනියම ඇතුලේ ඉන්නේ. නාම රූප ධර්මයෝ පේන්නේ තමන්ට. එතකොට ඒවත් එක්ක හැප්පෙන්නේ තමන්. එතකොට ඔක්කොම අසංඛාරිකයි.

හොඳයි, සැමදෙනාටම ධර්ම අවබෝධය නිර්වාණ අවබෝධය සුවසේම සිද්ධ වේවා කියලා මෛත්‍රීයෙන් ප්‍රාර්ථනා කරනවා. තෙරුවන් සරණයි!

සාධු! සාධු ! සාධු!

ඉහත සඳහන් ධර්ම දේශනාව
අති පූජ්‍ය භන්තේ ජිනාලංකාර ස්වාමීන්වහන්සේ විසින් දේශිතයි