ධර්ම පත්‍රිකා අංක: 4

හිතේ පහල වන ගති 52
(චෛතසික පනස්දෙක)

‘ඒකුප්පාද නිරෝධා ච – ඒකාලම්බන වත්ථුකා
චේතෝ යුත්තා ද්විපඤ්ඤාස – ධම්මා චේතසිකා මතා’

සිත සමඟ උපදින – සිත සමඟ නැතිවී යන
එක අරමුණක–වස්තුවක හැසිරෙන – චෛතසිකයෝ දෙපණසකි

1.	ඵස්සය	සිත අරමුණට සැපෙන, සම්බන්ධවන ගතිය
2.	වෙදනා	අරමුණ වින්දනය කරන ගතිය
3.	සඤ්ඤාව	අරමුණ සටහන් කරගන්නා ගතිය
4.	චේතනාව	සිත ක්‍රියාකරවීමේ උත්සාහ ගතිය
5.	ඒකග්ගතා	සිත අරමුණෙහි පිහිටන ගතිය
6.	ජීවිතින්ද්‍රිය	චිත්ත–චෛතසිකයන් ජීවත් කරවන–පවත්වන ස්වභාවය
7.	මනසිකාරය	නැවත නැවතත් අරමුණට හිත යොවදන ගතිය
8.	විතක්ක	අරමුණ වෙතට හිත නැගී යන ස්වභාවය
9.	විචාරය	අරමුණේ හිත පැතිරෙන, ඇතිල්ලෙන ගතිය
10.	අධිමොක්ඛ	අරමුණේ හොඳ/නරක විනිශ්චය කරගන්නා ගතිය
11.	වීර්ය	සිත අරමුණට යෑමේ හැකිබව. වීර්‍ය්‍ය ගතිය. ශක්ති ස්වභාවය
12.	ප්‍රීතිය	අරමුණේ හිත පැහැදී යන ස්වභාවය
13.	ඡන්දය	අරමුණට යෑමේ කැමැත්ත – ඕනෑකරන ගතිය
14.	මෝහය	අරමුණේ සැබෑ තත්වය නොපෙන්වන ගතිය, වසන ස්වභාවය
15.	අහිරික	නරක දෙයට (පාපය) අකැමැති නොවන ස්වභාවය
16.	අනොත්තප්ප	නරක දේ (පාපය) ගැන කිසි බියක් නොදැනී යන ගතිය
17.	උද්ධච්චය	සිතේ සැලෙන ගතිය, අරමුණේ හොඳින් නොපිහිටන ගතිය
18.	ලෝභය	අරමුණේ ඇලෙන ගතිය, බැඳෙන ස්වභාවය
19.	දිට්ඨිය	අරමුණ වරදවා දකින ස්වභාවය, වරදවා පිළිගන්නා ගතිය
20	මානය	අරමුණ වෙත යන සිත (තමන්ම) මැන ගන්නා ගතිය
21.	දෝස	අරමුණ එපාවන, අරමුණට කැමැති නැති ගතිය
22.	ඉස්සා	අන් අයගේ හොඳ ගති, සැප සම්පත් නොඉවසන ගතිය
23.	මච්ඡරිය	තමා සතු දේ (අරමුණ) වෙන කෙනෙකුට අයිතිවනවාට, ප්‍රයෝජන ගන්නවාට අකැමැති ස්වභාවය
24.	කුක්කුච්ච	කළ නොහොඳ ගැන, නොකළ හොඳ ගැන පසුතැවෙන ගතිය
25.	ථීනය	සිතේ දුර්වල ගතිය, වේගවත් නැති ගතිය, ශක්තිය නැති බව
26.	මිද්ධය	චිත්ත ගතිවල (චෛතසික වල) මන්දෝත්සාහි බව, ප්‍රාණවත් බවක් නැතිකම
27.	විචිකිච්චාව	අරමුණ පිළිබඳව සැක කරන ගතිය, තීරණයකට නොඑන ස්වභාවය

28.	සද්ධා	තුනුරුවන් අදහන – සත්‍යය පිළිගන්නා ගතිය
29.	සතිය	සිත කුසල් අරමුණට, නිවැරදි අරමුණට යොමුකරවන ගතිය
30.	හිරි	අකුසලය, නරක දේ පිළිකුල් කරවන, එපා කරවන ගතිය
31.	ඔත්තප්ප	නරක දෙයට, අකුසලයට බියවන ගතිය. එය නරකක් විනාශයක් ඇති කරන්නක් බව සලකන ස්වභාවය
32.	අලෝභ	අරමුණෙහි සිත නො ඇලෙන ගතිය
33.	අදෝස	අරමුණෙහි සිත නොගැටෙන ස්වභාවය. ද්වෙෂ නොකරන ගතිය හෙවත් මෛත්‍රී ස්වභාවය
34.	තත්‍ර මජ්ඣත්තතා	සිතේ පහළ වන (චෛතසික) ගති ස්වභාවයන් සමව පවත්වන ගතිය. වේගයන් අඩු–වැඩි නොකරන ස්වභාවය
35.	කාය පස්සද්ධි	චෛතසික වල සන්සුන් ගතිය
36.	චිත්ත පස්සද්ධි	අරමුණ දැනගන්නා චිත්තයේ ඇති සන්සුන් ගතිය
37.	කාය ලහුතා	චෛතසිකයන්ගේ සැහැල්ලු බව
38.	චිත්ත ලහුතා	අරමුණ දැන ගන්නා සිතෙහි ඇති සැහැල්ලු බව
39.	කාය මුදුතා	චෛතසිකයන්ගේ මෘදු බව, මොළොක් ගතිය
40.	චිත්ත මුදුතා	අරමුණ දැනගන්නා සිතේ ඇති මෘදු බව, මොළොක් බව
41.	කාය කම්මඤ්ඤතා	චෛතසිකවල ඇති ප්‍රාණවත් ගතිය, වැඩ කිරීමේ සුදුසු ස්වභාවය (කර්මණ්‍ය ස්වභාවය)
42.	චිත්ත කම්මඤ්ඤතා	සිතේ ඇති ප්‍රාණවත් ගතිය, වැඩ කිරීමේ සුදුසු ගතිය (කර්මණ්‍ය ස්වභාවය)
43.	කාය පාගුඤ්ඤතා	අරමුණු කෙරෙහි වැඩ කිරීමට චෛතසිකවලට ඇති හුරු ගතිය (ප්‍රගුණ ගතිය)
44.	චිත්ත පාගුඤ්ඤතා	අරමුණ පිළිබඳව ක්‍රියා කිරීමට චිත්තයට ඇති හුරු ගතිය (ප්‍රගුණ ගතිය)
45.	කාය උජ්ජුකතා	අරමුණ ගැන ක්‍රියා කිරීමට චෛතසිකයන්ට ඇති ඍජු ගතිය. ඇද නැති බව
46.	චිත්ත උජ්ජුකතා	අරමුණ පිළිබඳව දැන ගැනීමට චිත්තයේ ඇති ඇද නැති ගතිය. ඍජු ස්වභාවය
47.	සම්මා වාචා	වචනයෙන් සිදුවන වැරදි වැළැක්වීමට හිතේ ඇතිවන වළක්වන ගතිය. සංවර කරවන ස්වභාවය
48.	සම්මා කම්මන්ත	කයින් සිදුවන වැරදි වැළැක්වීමට සිතේ පහළ වන සංවර කරවන ස්වභාවය
49.	සම්මා ආජීව	ජීවිතය පවත්වා ගැනීමට වුවද කයින්, වචනයෙන් වරදක් කෙරෙන්ට ඉඩ නොදෙන, වළක්වන ගතිය
50.	කරුණා	අනුන්ට දුකක් වෙනවාට අකැමැති, අනුන් දුකෙන් මුදවාලීමට කැමැති ගතිය
51.	මුදිතා	අනුන්ගේ සැපය, සාර්ථකත්වය, සම්පත් ගැන, දියුණුව ගැන සතුටු වන ස්වභාවය
52.	පඤ්ඤා	අරමුණ ගැඹුරු ලෙස මනාව අවබෝධකරගන්නා ස්වභාවය

සැමට ධර්මාවබෝධය වේවා
තෙරුවන් සරණයි

හන්තේ ජිනාලංකාර
බෝධිඥානාරාම ආරණ්‍යය
ස්ටෝක්ස් වැලි
වෙලින්ටන්
නවසීලන්තය