

# මහා-සී

විපස්සනා නාවනා කුමය

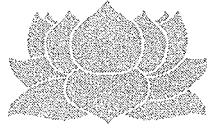
විපසකනා නයපපකරණය

2 - 1

(පරිච්ඡේද 5,6)



මුරුමයේ අති පුජ්‍ය මහා-සී සයාඩෝ ස්වාමීන් වහන්සේ



# මහා-සී විපසසනා භාවනා ක්‍රමය

බුරුම ජාතික  
අභිපූජ්‍ය මහා-සී සයාඛෝ  
ස්වාමීන් වහන්සේ විසින්  
බුරුම බසින් රචනා කරන ලද

විපසසනා නයප්පකරණය  
නම් භාවනා ග්‍රන්ථයේ සිංහල පරිවර්තනය

දෙවන භාගය  
පළමුවන කොටස (පරිච්ඡේද අංක 5 සහ 6)

පරිවර්තනය  
බුරුම ජාතික පූජ්‍ය යූ. ඤාණීන් සෙයාඛෝ මහා ස්ථවිර,  
පූජ්‍ය නා උයනේ අරියධම්ම මහා ස්ථවිර සහ  
පූජ්‍ය උඩරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ

ප්‍රකාශනය  
මිනිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

සබ්බ දුනං ධම්ම දුනං ජීනාති.



# Lithira

මහා-සී විපසසනා භාවනා ක්‍රමය  
විපසසනා නයපපකරණය  
නම් භාවනා ග්‍රන්ථයේ සිංහල පරිවර්තනය

ප්‍රථම මුද්‍රණය  
ශ්‍රී. බු. ව. 2549 ව්‍ය. ව. 2005

ප්‍රකාශනය  
මිතිරිගල නිස්සරණ වනය  
සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

මුද්‍රණය  
ලිනිඊර්  
306, ඇඹුල්දෙණිය,  
නුගේගොඩ.  
දුර: 071 488 78 58

---

ධම් දනය වශයෙන් නොවිලයේ බෙදා හැරීම පිණිසයි.



අපවත් වී වදාළ,  
 ශ්‍රී කල‍්‍යාණී යෝගාග්‍රම සංස්ථාවේ ප්‍රධානාචාර්ය,  
 මිනිරිගල නිස්සරණ වන ආරණ්‍යයේ ප්‍රථම සේනාසනාධිපති,  
 කම්ප්‍යානාචාර්ය, මහෝපාධ්‍යාය, අතිපූජ්‍ය  
 මාතර ශ්‍රී ඥානාරාමාභිධාන මාහිමිපාණන් වහන්සේට

සහ

ශ්‍රී කල‍්‍යාණී යෝගාග්‍රම සංස්ථාවේ  
 ගරු සමුත්පාදක හා ප්‍රධාන අනුශාසක,  
 ගල්දූවේ ශ්‍රී ගුණවදින යෝගාග්‍රම මධ්‍යස්ථානාධිපති,  
 රාජකීය පණ්ඩිත, අතිපූජ්‍ය  
 කඩවැද්දුවේ ශ්‍රී පිනවංශාභිධාන මාහිමිපාණන් වහන්සේට  
 ප්‍රාජ්තිදාන පිණිස

ශ්‍රී කල‍්‍යාණී යෝගාග්‍රම සංස්ථාවේ ප්‍රධාන අනුශාසක,  
 ත්‍රිපිටකාචාර්ය, කම්මට්ඨානාචාර්ය  
 අතිපූජ්‍ය හා උයනේ අරිය ධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේට

“මහා-සී විපසසනා භාවනා ක්‍රමය”

(විපසසනා නයප්‍යකරණය)

නම් වූ මෙම ග්‍රන්ථය  
 සාකිශය ගෞරවයෙන් පිළිගැන්වෙයි.





## හැඳින්වීම

ශ්‍රී ලංකාවේ ඇත අතීතයේ වසර දෙදහසකට පමණ ඉහතදී සම්බුදු සසුන බැබළුනේ අනෙකුත් බෞද්ධ රටවලටත් ආදර්ශවත් වෙමිනි. මේ හිඤ්ඤත් වහන්සේ පමණක් මඟ-පල අධිගම ලබා නැතැයි ඇඟිල්ල දික් කොට කිව නොහැකි තරම් මඟ-පල අධිගම ලාභිත්ගෙන් ශ්‍රී ලංකාව ඉතිරි පැතිරී පැවති ඇත. පර්යාප්ති, ප්‍රතිපත්ති, ප්‍රතිවේධ ත්‍රිවිධ ශාසනයම බැබළෙමින් පැවති නිසාම ශ්‍රී ලංකාව ධර්ම ද්වීපය නමින් ලෝකයේම ගෞරව සම්මානයට පාත්‍රවී ඇත.

කෝට්ටේ රාජධානි සමයේ ශ්‍රී ලංකාවෙන් බුරුම රටටත්, එරටින් තායිලන්තයටත් බුදු සසුන ගෙනයන ලදී. ඒ දෙරටේම දැනටත් මාගීඵල ලාභී ආයතීයන් වහන්සේලා වැඩ සිටිති, ගිහි පැවිදි දෙපිරිසේම බෞද්ධයෝ ඉතාමත් ගෞරවයෙන් ප්‍රතිපත්ති පිරිමෙහි අප්‍රමාදීව යෙදී සිටිති.

අර්ධ ශත වර්ෂයක සිට ශ්‍රී ලංකාවෙන් ගිහි පැවිදි බොහෝ දෙනා මේ හවයේදීම අධිගම අපේක්ෂාවෙන් භාවනාහිලාශීව ප්‍රතිපත්ති පිරිමට යොමු වූයේ බුරුම රටින් මෙරටට කර්මස්ථානාවායතීයන් වහන්සේලා වැඩම කරවා විදගීනා භාවනා පුහුණු කරවීම ආරම්භ කළ බැවිනි.

සම්බුද්ධ ජයන්තිය නිමිත්තෙන් බුරුම රටේ පැවති ජටිය සංගායනාවේදී මුල් තැනක් ගෙන කටයුතු කළ අතිපූජ්‍ය අග්ගමහා පණ්ඨිත හදන්ත මහා-සී සෙයාඩෝ මාහිමියන් වහන්සේ විසින් ආරම්භ කොට

පවත්වාගෙන එන විදේශීය භාවනා පුහුණු කරවන මධ්‍යස්ථාන දහසකට ආසන්නය. එරටේම බාල - තරුණ - මහළු ගිහි පැවිදි කෝටි-සංඛ්‍යාත ජනතාවක් දැනට භාවනා පුහුණු වෙමින් දහම් රස විදගන්නා බව අසන්නට ලැබීමත් වාසනාවකි.

පූජනීය මහා-සී සෙයාඩෝ මාහිමියන්ගේ කර්මස්ථාන ආචාර්යන් වහන්සේ පූජනීය ජේතවන සෙයාඩෝ වෙති. එතුමන් වහන්සේගේ ආචාර්යයන් වහන්සේ බේමින්ද සෙයාඩෝය. එතුමන් වහන්සේගේ ආචාර්යයන් වහන්සේලා වන පූජනීය තීලුං සෙයාඩෝ සහ කෙන්යෙන් සෙයාඩෝ යන දෙනම අභිඥාලාභී රහතන් වහන්සේලා දෙනමකි. එම ගුරු සිසු පරපුරේ මහා-සී සෙයාඩෝ මාහිමියෝ එම භාවනා මාගීය මේසා විශාල ජනතාව අතරට බෙදා දීමෙන් දේශීය විදේශීය රටවල් රාශියකට ශාසන දායාදය ලබා දුන්න. ඒ මාහිමියන් වහන්සේට අපේ ගෞරවාදර නමස්කාරය වේවා.

යථෝක්ථ මාහිමියන් අතින් සම්පාදිත වූ විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය නම් වූ බුරුම බසින් මුද්‍රිත මහා ග්‍රන්ථ රත්නය, මිනිරිගල නිස්සරණ වන සේනාසන වාසී පූජ්‍ය උඩරියගම ධම්මජීව ස්ථවිරයන් වහන්සේ විසින්, බුරුම ජාතික පූජ්‍ය උ අගගඤ්ඤ සෙයාඩෝ හිමියනගේ ද සහායෙන් සිංහල බසට නංවා පරිච්ඡේද හතක් වශයෙන් කොටස් කොට මුද්‍රණය කරවා ප්‍රසිද්ධ කිරීම සිංහල බෞද්ධයන්ට ඉමහත් ධර්මානුග්‍රහයකි.

ප්‍රථම කොටසෙහි, 1- අවවාද කථා සහ සීලවිගුද්ධිය ද, 2- චිත්ත. විගුද්ධියත් යන පරිච්ඡේද දෙකකින් යුක්තය, ප්‍රථම ග්‍රන්ථය වශයෙන් එය මුද්‍රිතයි. මේ දෙවන ග්‍රන්ථයෙහි පරිච්ඡේද දෙකක් ඇතුළත් වෙති. 1- ප්‍රඥප්ති - පරමාර්ථ දෙක වෙන්කිරීම - සමථයානිකයාගේ භාවනා මාගීය විදහා දැක්වීම. 2- මනසිකාර ක්‍රමය තත්ත්වකාරයෙන් කල්පනා කොට බැලීම හා දැනගැනීමට දේශනා මාගීයෙන් විස්තර කිරීම ද ඇතුළත් වී ඇත.

ඉතිරි පරිච්ඡේද තුනෙන් පරිච්ඡේද දෙකක් වන 5- විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය සහ 6- ඤාණ පරම්පරාව යන මාතෘකා මෙම ග්‍රන්ථයට ඇතුළත් කොට ඇත. ඉදිරියේදී ඉතිරි පරිච්ඡේදය මුද්‍රණය කරනු ලැබේවා. විපස්සනා යානික යෝගාවචරයන් හට අර්භත්වය දක්වා යා හැකි භාවනා මාගීය අනුපිළිවෙළින් සිංහල බසට නැංවීම අතිශයින් ප්‍රයෝජනවත් බැවිනි.

පූජ්‍ය උඩරේගම ධම්මජීව ස්ථවිරයන් වහන්සේ නිලඹේ භාවනා මධ්‍යස්ථානයේ දී ද, මිනිරිගල නිස්සරණ වන සෙනාසනාධිපති ප්‍රධාන කර්මස්ථානාවාසී අතිගරු පූජනීය රාජකීය පණ්ඩිත මාතර ශ්‍රී ඤාණාරාමාභිධාන මහෝපාධ්‍යාය මාහිමියන් වහන්සේ වෙතින් ද, බුරුම රට රැන්ගුන් අගනුවර පණ්ඩිතාරාම භාවනා මධ්‍යස්ථානයේදී තෙවසරක් ද විපස්සනා භාවනාවක් බුරුම බසත් ප්‍රගුණ කරගත් බැවින් නිවැරදිවත් පැහැදිලිවත් ලෙස මෙම විපස්සනා භාවනා මාගීය සිංහල බසට නංවාලීම සෑම දෙනාගේ චිත්ත ප්‍රසාදයට විශේෂ හේතුවකි.

බුරුම ජාතික පූජ්‍ය උ. අග්ගඤාඤ ස්ථවිරයන් වහන්සේ ද බුරුම රටේදී මහා - සී විපස්සනා භාවනාවක්, මෝලමියෙන් එා-අවුක් චිත්තලපබ්බත භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිගරු පූජනීය අග්ගමහා කම්මට්ඨානාවරිය සෙයාචෝ යු. ආචිණ්ණ මාහිමියන් වහන්සේ වෙත සමථ-විදගීනා උභය භාවනා මාර්ගයත් සර්වාකාරයෙන් ප්‍රගුණ කරගෙන එහිම උප ප්‍රධාන කර්මස්ථානාවාර්ය වශයෙන් කටයුතු කරන සම්භාවනීය ස්ථවිරයන් වහන්සේ තමක් බැවින් මෙය බුරුම බසින් සිංහලට පරිවර්තන කිරීම විශේෂයෙන්ම ප්‍රසංසනීය වේ.

සුද්ධ විපස්සනා යානිකයාට ද සමථාභියෝගය පහසුවකි, සමථයානිකයාට ද විපස්සනාව සුවසේම වැඩෙයි, මේ දෙකම ඒකාබද්ධව, එකිනෙකට පිහිටවන බැවිනි. පූජනීය මහා-සී සෙයාචෝ මාහිමියන් වහන්සේගේ ප්‍රාචාර්යවර තීලුං සෙයාචෝ-කෙත්තයෙන් සෙයාචෝ දෙදෙනා වහන්සේ අභිඥාලාභී රහතන් වහන්සේලා බැවින් එය පැහැදිලි වේ. වකිමානයේ සුප්‍රසිද්ධ එා-ඕ සෙයාචෝ මාහිමියෝ ද පළමුවෙන් මහා - සී විපස්සනාව සපුරා පුහුණු වී, ඉන් අනතුරුව සමථ විපස්සනාව ප්‍රගුණ කොටගෙන ඒ අනුව විශාල ජනතාවකට සමථ පූර්වාංගම විපස්සනා භාවනා පුහුණු කරවන බැවින් ද සමථ විදගීනා භාවනා මාගී දෙකම එකට අත්වැල් බැඳගෙන පවත්නා බව ඉතා පැහැදිලිය.

ධම්මපදයේ හිකඛු වග්ගයෙහි ඒ බව මෙසේ දැක්වේ.

නත්ථි ක්කානං අපඤාඤාසස - පඤාඤා නත්ථි අක්කායතො  
 යමහි ක්කානඤාච පඤාඤාච - සචේ නිබ්බාන සනතිකෙ

පස්වන පරිච්ඡේදය 1980 දී තරම් ඇත දිනයකදී පරිවෘත්තය කිරීමට මුල් වූ බුරුම ජාතික අපේ උ. ඥාණින්ද සයාඩෝ ස්වාමීන් වහන්සේ පසුගිය මැයි මස 03 දින බුරුමයේදී අපවත් වී වදාළ සේක. මෙම සටහන ලියන අපවත් බුරුමයට කැඳවාගෙන ගොස් මෙම භාවනා ක්‍රමය පුහුණු වීමට ප්‍රස්ථාව සලසා දෙමින්, බුරුම බස උගන්වමින් කළ එම සේවයට ලක් වැසි සියලු බෞද්ධයන් කෘතචේදී විය යුතු යැයි හඟිමි. මෙම පරිවෘත්ත, ධර්ම දානමය සියලු කුසල් බෙලෙන් අති පූජනීය ස්වාමීන් වහන්සේට ශාන්ත සුන්දර නිවන් සුව අත්වේවා! යි ප්‍රාර්ථනා කරන්නේ සමහන් සිහිනි.

එසේ ම පස්වන පරිච්ඡේදය පරිවෘත්තය කරමින් මෙන්ම මෙම පොතට එය ඇතුළත් කිරීමට නො මසුරුව අනුදනුම ලබාදුන්, සියලු කටයුතු විෂයෙහි අනුශාසනා කරන අතිපූජනීය නා උයනේ අරියධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේටත් විරාත් කාලයක් උතුම් ශාසනික කටයුතු ප්‍රවඩනය කරගෙන යෑමට නිදුක් නිරෝගී සුවයත් සැලසේවා, පතන සම්මා සම්බෝධියෙන් නිවන් සුවයත් අත්කරගැනීමට මෙයත් පාරම් කුසලයක් වේවායි පතමු.

පූජ්‍ය පානේගම ධම්මසුමන ස්වාමීන් වහන්සේ තම භාවනා කාලය මිඩංගු කොට, මෙහි සොදුපත් බැලීමේදී බොහෝ කටයුතු කළේ හුදු ශාසනික හැඟීමෙනි. මෙම කුසල් බෙලෙන් කරගෙන යන භාවනාව තවත් දියුණු වේවා. නිදුක් නිරෝගීව කරගෙන යෑමට සියලු ආරක්‍ෂාව රැකවරණ සැලසේවා යි පතමු.

සෝදුපත් බැලීම, සම්බන්ධීකරන කටයුතු, මුද්‍රණය ප්‍රකාශනය යන සියලු අංගයන්හි නියැලෙමින් බොහෝ ග්‍රන්ථ එළිදැක්වීමෙහි යෙදී සිටින අප නිස්සරණ වන සංරක්ෂණ මණ්ඩලය සභාපති තැන්පත් කමල් ඇඹුල්දෙණිය මහත්මයාට මෙම පොත කියවන කාගේත් ප්‍රශංසාව හිමි විය යුතුය. එසේම එම "ලිතිර" මුද්‍රණාලයේ සියලු කාර්ය මණ්ඩලයටත් ධර්මාරක්‍ෂාව වැඩි වැඩියෙන් සැලසේවා. නිදුක් නිරෝගීකම තම තමන්ගේ බණ භාවනා කටයුතු කරගැනීමට ලැබේවායි පතමු.

මේ තුන්වන කොටස සඳහා ප්‍රධාන දායකත්වය කලවානේ විශ්‍රාමික විදුහල්පති එස්. ඩී. පී. ලියනරත්න මහත්මයා සහ විශ්‍රාමික ගුරු හේමසීලි අතුකෝරාල මෙනවිය ද සම්බන්ධ විය. මීට වසරකට පෙර මියපරලොව ගිය කේ. බෝධිපාල මහත්මයාගේ වාර්ෂික ගුණ සැමරුම සළකා මෙම

පොත එළිදැක්වීම එම දායකාවගේ ද දු දරුවන්ගේ ද අදහසය. ඒ සඳහා කවුරුත් දැක්වූ සහයෝගයක් ලෙස පොත ඉක්මනින් මුද්‍රණය විය. මේ සියළුම පිං කේ. බෝධිපාල මහත්මයා දැකිත්වා. දැක සතුටු සිතැතිව පිං අනුමෝදන් වෙත්වා. සියලුම ඥාතීන් ද අනුමෝදන් වෙත්වා. දායකත්වය දරූ සියලුම දෙනා අදහස් කරන පරිදි තම මව්-පිය, ගුරුවර වැඩිහිටි සියලුම දෙනාත් මේ පින් අනුමෝදන් වෙත්වා. එමගින් සියලු දෙනාගේ ඥාණාලෝකය වඩිනය වීමට හේතු වේවා.

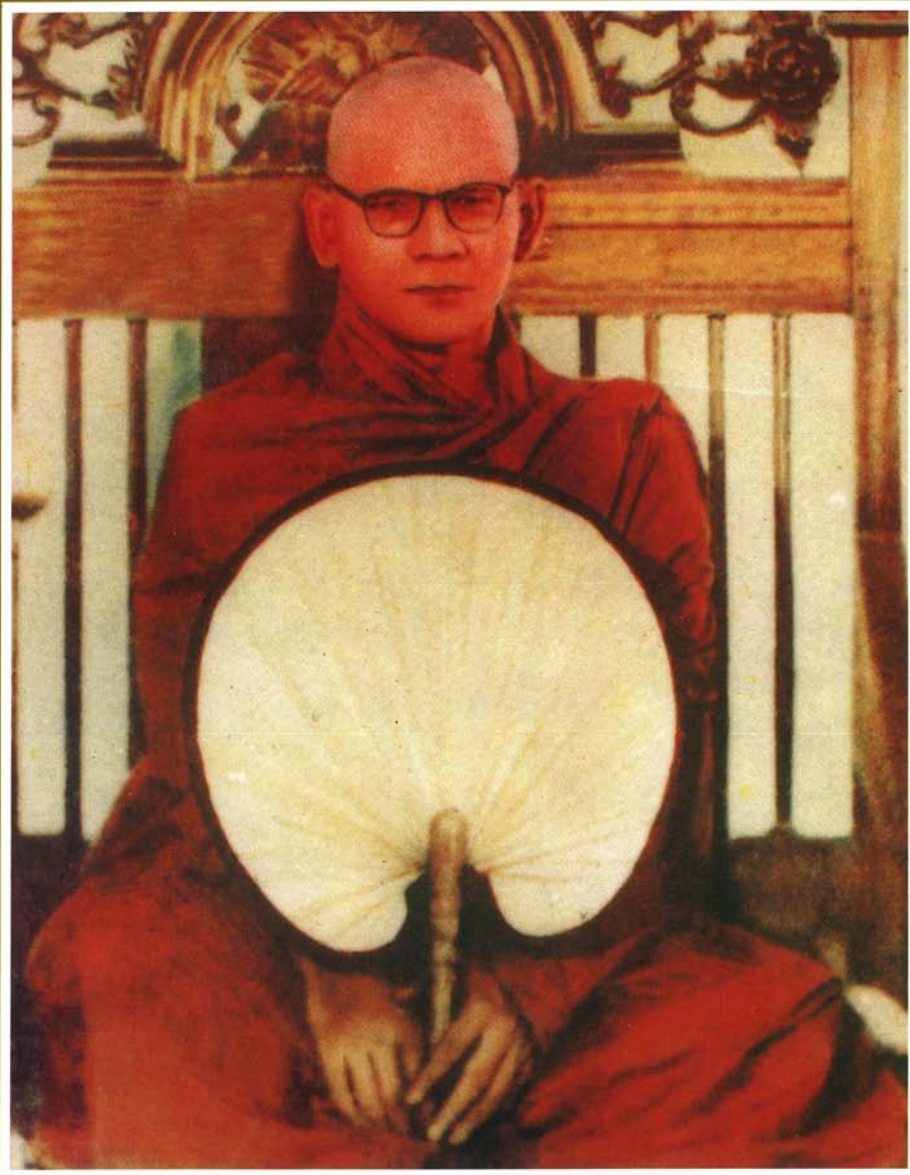
මෙතුවාක් නොතිබුණු පහසුවක් ලෙස මෙම පරිවර්තනයේදී විශේෂයෙන් උපකාරී වූ මෙහි පාළු පරිවර්තනය [බුරුම අකුරු (මුද්‍රණය)] සිදු කළ මණ්ඩලේ නුවර පන්-මෝ විහාරාධිපති බුරුම ජාතික අග්‍රාමහා පණ්ඩිත අති පූජ්‍ය උ. කුමාරාභිවංස සයාබෝ ස්වාමීන් වහන්සේට ද විශේෂ ගෞරව නමස්කාරය පුද කරමු.

මෙම කටයුතු කරගෙන යෑමේදී නිස්සරණ වන වාසී අප ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ ප්‍රධාන අනෙකුත් සියලු සබ්‍රහමචාරීන් වහන්සේලාගෙන් ලැබුණු සියලු සහයෝග ඇප උපස්ථාන කෘතවේදීව සිහිපත් කරලමු. සියලු දෙනා වහන්සේලා ට මේ ජීවිතේදී ම තම ශ්‍රමණ ධර්ම සම්පූර්ණ කරගැනීමට මෙම ධර්ම දානය පිංකම හේතු වේවා යි පතමු.

මෙයින් ජනිත කුසල ශක්තියෙන් අප සියලුදෙනා ගේ අභ්‍යන්තර බාහිර යන දෙපාර්ශවයේ ම ශීල ශාසනය, සමාධි ශාසනය සහ ප්‍රඥා ශාසනය වැඩේවා. සමස්ථයක් ලෙස ලක්දිව බුදුසසුන බැබළේවා යි පනත්තේ ශාසනික ගෞරවයෙනි,

මීට මෙතැනි  
 උ. ධම්මජීව හිත්‍යුව  
 නිස්සරණ වනය  
 මීතිරිගල

2549 ක් වූ නිකිණි මස පුර අමාවකදා





# ဗုဒ္ဓသာသနာ့နွဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်

မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ

အမှတ်-၁၆၊ သာသနာ့ရိပ်သာလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကင်းမြို့။

ဖုန်း - ၅၄၅၉၁၈  
၅၄၅၉၇၁  
ဖက်ကွဲ - ၂၈၉၉၆၀  
၂၈၉၉၆၁  
သိကြီးလမ်းမဟာစည်

**Buddha Sāsana Nuggaha Organization**  
**MAHASI SĀSANA YEIKTHA**  
16, Sāsana Yeiktha Road, Yangon.(MYANMAR)

Phone: 545918  
541971  
Fax-No. 289960  
289961  
Cable: MAHASI

Email - Mahasi-ygn@mptmail.net.mm

၁၆  
Date August, 2002

## To Whom it may concern

Mahāsi Meditation Centre Yangon, Myanmar, has no objection to the publication of the late Venerable Mahāsi Sayādaw's book intitled Vipassanā Shuni Kyan ( The Method of Vipassanā Meditation) translated by the Venerable Dhammajiva of Sri Lanka to be published in the Sinhalese Version.



( U Tin Wan )

The President

Buddha Sāsana Nuggaha Organization  
Mahāsi Sāsana Yeiktha  
Yangon Myanmar.

## ග්‍රන්ථ සංකේත නිරූපණය

ම. නි.	-	මජ්ඣිම නිකාය	-	බු. ජ.
ස. නි.	-	සංයුත නිකාය	-	"
අං. නි.	-	අංගුතර නිකාය	-	"
බු. නි.	-	බුද්දක නිකාය	-	"
ප. ම.	-	පටිසම්භිදා මග්ග	-	"
පු. ප.	-	පුග්ගල පඤ්ඤානි	-	"
දී. අ.	-	දීඝ නිකාය අට්ඨකථා	-	ස. හේ.
ම. අ.	-	මජ්ඣිම නිකාය අට්ඨකථා	-	"
ස. අ.	-	සංයුක්තනිකාය අට්ඨකථා	-	"
ධ. ස. අ.	-	ධම්ම සංගති අට්ඨකථා	-	"
පු. ප. අ.	-	පුග්ගල පඤ්ඤානි අට්ඨකථා-	-	"
ධ. අ.	-	ධම්මපද අට්ඨකථා	-	"
වි. ම.	-	විසුද්ධි මග්ග	-	"
දී. වි.	-	දීඝනිකාය විකා	-	"
මහා. වි. (සී)	-	මහා විකා සිංහල අකුරු	-	සී. අ.
ම. වි. (බු)	-	මජ්ඣිම නිකාය විකා බුරුම	-	බු. අ.
මහා. වි. (බු)	-	මහා විකා බුරුම අකුරු	-	"
මූල. වි. (බු)	-	මූල විකා බුරුම අකුරු	-	"
අනු. වි. (බු)	-	අනු විකා බුරුම අකුරු	-	"
බු. ජ.	-	බුද්ධ ජයනති මුද්‍රණය		
ස. හේ.	-	සයිමන් හේවාචිතාරණ මුද්‍රණය		
සී. අ.	-	සිංහල අකුරු		
බු. අ.	-	ජට්ඨ සංගීති බුරුම අකුරු මුද්‍රණය		

මූලාශ්‍ර දැක්වීමට මෙම ග්‍රන්ථයෙහි යොදා ඇති කෙටි ක්‍රමය මෙසේය:  
 [ග්‍රන්ථ සංකේතය / ග්‍රන්ථ කාණ්ඩය / පිටු අංකය]

උදා: [සං. නි. 4/32] යනුවෙන් දැක්වෙන්නේ, සංයුක්ත නිකායෙහි  
 4 වන කාණ්ඩයෙහි 32 වන පිටුවයි.

අදාළ ග්‍රන්ථය කාණ්ඩවලට බෙදා නැත්නම්, [ග්‍රන්ථ සංකේතය/පිටු අංකය]  
 වශයෙන් දැක්වෙනු ඇත.

උදා: [වි. ම. 331] = [විසුද්ධි මග්ග : 331 පිටු]



## පටුන

### ඡර්චනා 5

විපසසනා භාවනා ක්‍රමය	1
විදේශිතාවේ පරිකම්	2
මූලික මෙතෙහි කරන ක්‍රමය	5
මෙතෙහි කරන ක්‍රමය	8
වේදනාව	13
මෙතෙහි කිරීම වැඩි දියුණු කිරීම	16
මෙතෙහි කරන කෙටි ක්‍රමය	30
පතුරුවා මෙතෙහි කරන ආකාරය	38
අඩු වැඩිවන ආකාරය	39
නිර්වාණය අරමුණු වන ආකාරය	42
එල සමාපත්ති ලැබෙන පිළිවෙල	44
විපසසනා ඥාණ පරම්පරාව පැහැදිලිව දැන ගැනීම	46
මතු මාර්ග එල සඳහා භාවනා ක්‍රමය	50
උනන්දු කරවීම	51
විශේෂයෙන් සැලකිය යුත්තකි	

### ඡර්චනා 6

ඥාණ පරම්පරාව විසඳුම	
නාම-රූප පරිච්ඡේද ඥාණය හා දිට්ඨි විසුද්ධිය	53
විකාවේ අථය	54
පච්චය පරිග්‍රහ ඥාණය හා කංඛා විතරණ විසුද්ධිය	65
දක ගත හැකි ප්‍රථම ක්‍රමය	67
අතීත සහ අනාගතය කෙරෙහි අනුමාන ඥාණ පහළවීම	70
දහසස (16) ආකාර සැකයන්	71
සැකයන් පහ කරන ආකාරය	73
දැන ගන්නා දෙවැනි ක්‍රමය	74

දූන ගන්නා තුන්වැනි ක්‍රමය	75
දූන ගන්නා හතරවැනි ක්‍රමය	76
දූන ගන්නා පස්වැනි ක්‍රමය	76
අතීත හේතු කම් වට පහ (5)	77
පච්චුසාන්ත හේතු විපාක වට පහ (5)	79
පච්චුසාන්ත හේතු කම්ම වට පහ (5)	82
අනාගත ඵල විපාක වට පහ (5)	83
විවරණය	94
චූල සෝකාපන්නයා	95
නියත ගතිකයාගේ හව විභාගය	98
උතුම් වූ සංයුක්ත නිකාය පාළි අවවාදය	99
සම්මසන ඥාණය	100
දුක්ඛ සම්මසනය	108
අනත්ත සම්මසනය	109
අනාත්මය ප්‍රකටවන ආකාරය	112
භීත-පණීත වශයෙන්	116
දුර-සන්නික වශයෙන්	117
වන්තාලීසාකාර ක්‍රමය	118
පාලි මුත්තක අධ්‍ය කතා න්‍යාය	119
ඉන්ද්‍රියන් තියුණු කරවන කාරණා නවය	119
රූප සත්තක සම්මසන විධි	122
1. ආදාන නිකේපන සම්මසන විධිය	122
ත්‍රිලක්‍ෂණයන්ට නංවමින් සම්මසනය කරන ක්‍රමය	124
2. වයො වුඤ්ඤාංගම සම්මසන ක්‍රමය	128
3. ආහාරමය සම්මසන ක්‍රමය	134
4. උතුමය සම්මසන ක්‍රමය	135
5. කම්මජ සම්මසන ක්‍රමය	135
6. විත්තජ සම්මසන ක්‍රමය	141
7. ධම්මකා රූප සම්මසන ක්‍රමය	148
නාම සත්තක සම්මසන ක්‍රමය කලාප ක්‍රමය	148

බණික සමමසන ක්‍රමය	149
පටි පාටි සමමසන ක්‍රමය	150
දිට්ඨි උග්‍යාධාන සමමසන ක්‍රමය	153
මාන සමුග්‍යාධාන සමමසන ක්‍රමය	155
නිකනති පරියදාන සමමසන ක්‍රමය	156
විපසානා උපකොච්චි ස්වරූප ශක්තිය	157
සත්තති වශයෙන් පිරිසිදු දැනීම	167
කෂණ වශයෙන් පිරිසිදු දැනීම	168
උදයබබය ඤාණයේ මනිමය	169
ලක්ෂණ පස නම්	171
අනුමාන ඤාණ පහළවන ආකාරය	179
ප්‍රත්‍යක්ෂනනයෙන් පටන්ගෙන විපසානා කළ යුතු බව	179
විපසානුපකම්ලෙස	181
1. ඕහාස	184
2. ඤාණ	188
3. පිති	188
4. පස්සද්ධිය	191
5. සුඛ	192
6. අධිමොක්ඛ	194
7. පශ්‍ය	194
8. උපධ්‍යාන	195
9. උපෙක්ඛා	195
10. නිකනති	197
මග්ගාමග්ග ඤාණ දසසන විසුද්ධිය	200



# මහා-සී විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය

දෙවන භාගය

පළමුවන කොටස

ජර්නෙෂ්ඨ අංක 5

*නමෝ කසස භගවතො අරහතො සමමා සමඤ්ඤධසස!!!*

විපස්සනා භාවනාව පිළිබඳ මෙනෙහි කිරීමේ පිළිවෙල හා විදුහිතා ඥානයෙන් දක්නා ආකාරයන් ද මේ කාණ්ඩයෙහි පිළිවෙත් ක්‍රමයෙන් පැහැදිලි කර දක්වන්නෙමි. අල්පශ්‍රැතයන්ටත් පහසුවෙන් තේරුම් ගැනීමට හැකිවන පරිදි දේශීය භාෂාවට අනුරූප වචන බොහෝ සේ ඇතුළත් කරමි. සාධක පාලි හා යුක්තීන් ද ස්වල්ප වශයෙන් දක්වන්නෙමි.

## විදුහිතාවේ පරිකමී

මේ භවයේදී ම මාගී-ඵල-නිච්චාණයට පැමිණීමට ඉතා බලවත් සේ යෝග්‍ය භාවනා වඩනු කැමති පුද්ගලයා විසින් භාවනා කරන කාලයේදී සියලු පළිබෝධ සිඳිය යුතුයි. ප්‍රථම පරිචේෂ්ඨයෙහි ලා දැක්වූ පරිදි ශීලය පිරිසිදු කරගත යුතුය. “මේ ශීලය මාගී ඥානයට උපකාර වේවායි” සිත පිරිනැමිය යුතුය. අධිෂ්ඨාන කර ගත යුතුය. භාවනා දියුණු කළ පුද්ගලයන්ට නින්දා අපහාස කිරීමෙන් වන ආර්යෝත්පවාද කර්මය ගැන සැකයක් ඇත්නම්, ඒ වැඩිහිටියෙක් නම් වැදිය යුතුය. යාඥා කළ යුතුය. ඒ පුද්ගලයා වෙත යා නො හැකි නම් ආචාර්යයන් වහන්සේ සමීපයෙහි වැඳ යාඥා කළ යුතුය. තමන්ගේ ජීවිතය “බුදුරජාණන් වහන්සේට පූජා කරන්නේ නම් භාවනා කිරීමේදී භයානක අරමුණු පැමිණි විට බියපත් නොවී සිටිය හැකි යැයි”ද “ආචාර්යයන් වහන්සේට ජීවිතය පූජා කරන්නේ නම්

ආචාර්යයන් වහන්සේගෙන් අවශ්‍ය අවවාද අනුශාසනා සියල්ල ලැබෙන්නේ යැයි”ද අටුවාවේ කියා ඇත්තේය. එබැවින් භාවනා කිරීමට පළමුව තම ජීවිතය බුදුපියාණන් වහන්සේ ට පූජා කිරීම හා අවශ්‍ය උපදෙස් ලැබීම පිණිස ආචාර්යයන් වහන්සේ ට පූජා කිරීමක් යහපත්ය. එසේ පූජා නො කළේ නමුත් ආචාර්යයන් වහන්සේගේ වචනය ඉතා ගෞරවයෙන් මුදුනෙන් පිළිගෙන නො පසුබට වීයායෙන් යුතුව භාවනා වඩන්නේ නම් ලැබීමට බලාපොරොත්තුවන විශේෂ ඥාණ ධර්මයන් පිළිබඳ අධිගමයට බාධාවක් නො වන්නේය.

“නාම - රූප ස්කන්ධ සංඛ්‍යාත දුක්ඛය සංසිදුවන්නා වූ නිර්වාණය යහපත් ය. උතුම් ය. ඒ නිවන ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් දකින්නා වූ ද, කෙළෙසුන් සිදින්නා වූ ද, මාර්ග ධර්මයන් යහපත් ය. උතුම් ය. ඒ මාර්ග ධර්ම හා නිවාණ ධර්ම විශේෂයෙන් මේ විපස්සනා පිළිවෙතින් ඒකාන්තයෙන් ලැබිය හැකි වන්නේ යයි” සිත පිරිනැමිය යුතුයි. “බුදු, පසේ බුදු, මහරහත් ආර්යයන් වහන්සේලා වැඩිය මාර්ගය වන විපස්සනා භාවනාව වඩන්නෙමි”යි මෙනෙහි කොට සිත උනන්දු කළ යුතු ය. අනතුරුව බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ගුණකද දන්නා පමණින් මෙනෙහි කොට නමස්කාර කළ යුතු ය. ආරාමාධිවාසී දෙවියන් ආදී කොට සියලු සත්ත්වයෝ “සුවපත් වෙත්වා, සුවපත් වෙත්වා”යි! මෙහි කළ යුතුයි. අසුභ භාවනාව හා මරණානුස්මාතිය ද හැකි පමණ ස්වල්ප වේලාවක් මෙනෙහි කරන්න. ඉන් පසු බද්ධපර්යංකය බැඳගෙන හෝ වෙන ක්‍රමයකින් හෝ ඉඳ මෙහි පහත දැක්වෙන ක්‍රමයට මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන්න. දෙකකුල නොගැවෙන සේ පහසු විදියකට හිඳ ගන්නේ නම් ඒත් මැනවි.

**මූලික මෙනෙහි කරන ක්‍රමය**

තමාගේ උදරය සිතින් හොඳට බලන්න. පිම්බෙන ආකාරය ද, හැකිලෙන ආකාරය ද දැකිය හැකි වන්නේ ය. පිම්බීම, හැකිලීම නොදුනේ නම් උදරයට අත තබා බලන්න. සුළු වේලාවක් එසේ බලා පිම්බීමක්, හැකිලීමක්, හැකිලීමක් පාසා පැහැදිලිව පෙනේ නම් හුස්ම ඉහලට ගැනීමේදී උදරය පිම්බී එන ආකාරය සලකා “පිම්බෙනවා”යි මෙනෙහි කරන්න. හුස්ම පහළට හෙලීමේදී උදරය හැකිලෙන ආකාරය සලකා “හැකිලෙනවා”යි මෙනෙහි කරන්න. පිම්බෙන විට පිම්බෙන උදරය පැහැදිලි ව දැනගන්න.

හැකිලෙන විට හැකිලෙන උදරය පැහැදිලි ව දැනගන්න. එසේ උදර සටහන පමණක් දැන ගැනීමෙන් ඇති පලක් නැතැයි සැක නො උපදවන්න. මූලික භාවනා කිරීමේදී මෙම ප්‍රඥප්තිය පැහැදිලි ව දැන දැන මෙනෙහි කරන කල්හි ම සති-සමාධි-ඤාණ පහසුවෙන් මෝරයි. දියුණුවෙයි. නුවණ මෝරණ කාලයේ සියලු ම ප්‍රඥප්ති අරමුණු නැතිවී පරමාර්ථ ස්වභාවයෙහි පමණක් ම පිහිටා මතු ඤාණ ඉතා ප්‍රකට ව පහළ වන්නේ වෙයි. තවද සදොරෙහි පැහැදිලි ව පහළ වන්නාවූ තාම-රූප පිළිවෙලින් දැන ගැනීමට මෙනෙහි කිරීම ම විපස්සනාවේ සම්පූර්ණ වැඩ පිළිවෙළ වේ. එහෙත් භාවනා පටන්ගත් මුල් කාලයේදී සති - සමාධි නො දියුණු බැවින්, දුබල බැවින් උපදනා පිළිවෙළට ම අනුව සිත යොදා බලමින් මෙනෙහි කිරීම අපහසු වේ. මෙනෙහි කළ නො හැකිද වේ. මෙනෙහි කළයුතු දේ සෙවීමට ම බොහෝ කාලය ගතවෙයි. ඒ නිසා නිතරම පවත්නා වූත් මෙනෙහි කිරීමට ඉතා පහසු වූත්, පැහැදිලි ව ඇත්තා වූත්, පිම්බීම-හැකිලීම මුල්කොට මෙනෙහි කිරීම ම මෙහි දක්වන ලදී. නුවණ වැඩෙන විට උපදින පිළිවෙළට අනුව සිත යොදා මෙනෙහි කරන ක්‍රමය පසුව දකින්නට ලැබෙන්නේය.

මෙසේ පිම්බීමත්, හැකිලීමත් ඇතිවීමක් පාසා “පිම්බෙනවා” “හැකිලෙනවා” “පිම්බෙනවා”යි. නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න. සිතින් පමණක් මෙනෙහි කරන්න. වචනයෙන් නො කියන්න. පිම්බීම-හැකිලීම පැහැදිලි වීමට කියා උත්සාහ ගෙන වහ වහා හුස්ම ඉහළ පහළ නො ගන්න. ආශ්වාස-ප්‍රශ්වාසයන් හෙමිහිට හෝ ඉක්මනට හෝ නො කරන්න. එසේ වන්නේ නම් ඊක වෙලාවකදී වෙහෙස ඇති වන්නේය. මෙනෙහි කිරීම ද කළ නො හැකි වන්නේය. ඒ නිසා ප්‍රකෘති ස්වභාවයෙන් හුස්ම ගැනීම කෙරෙන්නට හැර ඒ ඒ ආකාරයට ම මෙනෙහි කරන්න.

උදරය පිම්බීමේදී - හැකිලීමේදී ප්‍රකට තදවීම්, තෙරපීම්, චලන ක්‍රියා වායෝ ධාතු - පොට්ඨබ්බ රූප වන බැවින් “පිම්බීම - හැකිලීම” යැයි මෙනෙහි කොට භාවනා කරමින් මෙම තදවීම්, තෙරපීම්, චලන තත්ත්වකාරයෙන් දැකගැනීම,

රූපං භිකධවෙ යොනිසොමනසිකරොප රූපානිචචනඤච යථා භුතං සමනුපසසථ = මහණෙනි රූපය නුවණින් සලකා බලන්න. රූපයේ අනිත්‍යභාවයද ඇති සැටියෙන් දැක ගන්න” [සං. නී. 3/92]

අනිවච්ඤාව හික්කවෙ හික්කු රූපං අනිවචනති පසසති. සාසස හොති සමමා දිට්ඨි = මහණෙනි හික්කුව අනිත්‍ය වන්නාවූ රූපය ම අනිත්‍ය ලෙස බලයි. එම හික්කුවගේ මේ භාවනාකර බැලීම සමග දෘෂ්ඨිය වේ.  
[සං. නි. 3/90]

මේ ආදී කොට ඇති බන්ධ සංයුක්ත දේශනා පාලිය හා සමවේ. මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ බන්ධ ධම්මානුපසසනා කොටස ද ඇතුළත් වේ. තවදුරටත්

පොට්ඨබ්බෙ හික්කවෙ යොනිසොමනසිකරොපං, පොට්ඨබ්බානිවචනඤාව යථාභූතං සමනුපසසපං = මහණෙනි පහස ගෙන දෙන අරමුණ තුවණින් සළකා බලන්න. පහස ගෙන දෙන අරමුණු වල අනිත්‍ය බවද තත්ත්වාකාරයෙන් භාවනාවෙන් දකගන්න. [සං. නි. 4/284]

අනිවචයෙව හික්කවෙ හික්කු පොට්ඨබ්බෙ අනිවචාති පසසති. සාසස හොති සමමාදිට්ඨි = මහණෙනි හික්කුව අනිත්‍යවූ ම පහස ගෙනදෙන අරමුණ අනිත්‍ය යැයි දකියි. එම දැකීම සමග දෘෂ්ඨියයි. [සං. නි. 4/282]

පොට්ඨබ්බ අභිජානං පරිජානං විරජයං විජහං භබ්බො දුක්ඛකඛයාය පහස දෙන අරමුණට මුහුණ දී බලන්නේ නම්, පිරිසිදු දන්නේ නම්, දුරු කරන්නේ නම් දුක්ඛ ඝෂය කිරීමට, දුක්ඛ ඝෂය කිරීම නම් වන අර්භත් ඵල නිව්චාණය සාක්ෂාත් කිරීමට සමත්වේ. [සං. නි. 4/190]

පොට්ඨබ්බෙ අනිවචතො ජානතො පසසතො අවිජජා පභියති විජජා උපපජජන = හැපීම ගෙනදෙන අරමුණ අනිත්‍යයැයි දන්නහුට දක්නහුට අවිද්‍යාව ප්‍රභීණ වේ. විද්‍යාව උපදී. [සං. නි. 4/68]

යනාදී වූ සංයුක්ත නිකාය සළායතන වග්ග පාලිය සමගද ගැළපේ. සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ එන ආයතන ධම්මානුපසස්සනාවටද ඇතුළත් වේ. තවදුරටත්,

"යා වෙව බො පන අජකධනනික වායො ධාතු, යාව බාහිර වායො ධාතු වායොධාතුරෙවෙසා නොනං මම නොසො හමසමීං නමෙසො අනනාති එව මෙතං යථා භූතං සමමපපඤ්ඤාය දට්ඨබ්බං = යම් ඒ අධ්‍යාත්මික වායෝ ධාතුවක් වේද, යම් බාහිර වායෝ ධාතුවක්වේද ඒ සියල්ල හුදු වායෝ ධාතු ම වෙත්. එම වායො ධාතු මෙය මම නොවෙමි, මෙය මගේ

නොවේ. මෙය වනාහි මගේ ආත්මයද නොවේ යැයි යථාභූත ඥාණයෙන් සමයත් ප්‍රඥාවෙන් දැකිය යුතු [ම. නි. 2/144], [ම. නි. 3/502]

යනාදී වූ ධාතු දේශනා පාලිය සමග ද පෑහේ. මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ එන ධාතු මනසිකාර කායානුපස්සනාවට ද ඇතුළත් වේ. තවදුරටත් උදරයේ පිම්බෙන-හැකිලෙන වායෝ ධාතු රූපය රූප උපාදානස්කන්ද දුක්ඛ සත්‍ය ධර්මය වන බැවින් "කතමඤ්ච භික්ඛවෙ දුක්ඛං අරිය සචං." මහණෙනි: දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය යනු කුමක්ද: යන්නට පඤ්ච උපාදානස්කන්දයේ මෑ යි යන පිළිතුර දිය යුත්තේ ය. [සං. නි. 5-2/276]

"දුක්ඛං භික්ඛවෙ අරියසචං පරිඤ්ඤායං = මහණෙනි දුක්ඛ ආර්යය සත්‍යය භාත්පසින් පිරිසිදු දත යුතු ය. [සං. නි. 5-2/292]

යනාදී වූ සත්‍යය දේශනා පාලිය සමග ද ගැලපේ. මහා සතිපට්ඨාන දේශනාවෙහි එන ධර්මානුපස්සනාවට ද ඇතුළත් වේ. මෙපමණකින් පිම්බීම - හැකිලීම යැයි මෙනෙහි කරමින් භාවනා කොට තදවිම් තෙරපිම් වලන දක්වන්නා වූ වායෝ ධාතුව තත්ත්වකාරයෙන් දූත ගැනීම බුද්ධ දේශිත පාලියට ගැලපී, බුද්ධානුශාසනාව අනුව යන්නක් බවට මනාව ඔප්පු වේ. එම නිසා හතරවන පරිවේෂ්ඨයෙහි ආනාපානස භාවනා කිරීම දක්වන තැන" යථා යථා පනසස කායෝ පණ්ඨිතෝ භොති තථා තථා නං පජානාති" යන පාලි යෙහි ද ලා මෙය ගැනෙන බව ද දක්වන්නට යෙදුනි.

"පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා"යි. දිගටම මෙනෙහි කිරීමේදී ඒ අතරතුර සිතේ කල්පනාවෝ පහළ වෙති. ඒ කල්පනාවන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට ම මෙනෙහි කරන්න.

### මෙනෙහි කරන ක්‍රමය

කල්පනා වේ නම් "කල්පනා වෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. විතකී පහළ වේ නම් "විතකී පහළ වෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. සිතෙනවා නම් "සිතෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. විමසා බලනවා නම් "විමසා බලනවා"යි ද ආවර්ජනා කරනවා නම් "ආවර්ජනා කරනවා"යි ද, සිත යනවා නම් "සිත යනවා"යි ද ඒ ඒ දෙයට සිත ගියා නම් එසේ "සිත ගියා" යැයි ද කල්පනා කිරීමේදී යමෙක් දකිනම් "දකිනවා" යැයි ද සිතට



යම් කෙනෙක් පහළ වී පෙනේ නම් “පෙනෙනවා” යැයි ද, ඒ පෙනීම නැතිවන තුරු නැවත නැවතත් මෙනෙහි කරන්න. කලා කරනවා ඇසේ නම් “ඇසෙනවා” යැයි මෙනෙහි කරන්න. මෙසේ ඒ අවසන් කොට “පිම්බෙනවා හැකිලෙනවා” යැයි පුරුදු අරමුණ ම නිතර මෙනෙහි කරන්න.

මෙසේ මෙනෙහි කිරීමේදී කෙළ ගිලිනු සිත් වේ නම් “කෙළ ගිලීමට ඕනෑ” යැයි ද, කෙළ ගසනු සිතේ නම් “කෙළ ගැසීමට සිතේ” යැයි ද ගසන්නේ නම් “කෙළ ගසනවා” යැයි ද මෙනෙහි කරන්න. කෙළ ගසා ඉවර නම් “පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා” යි පුරුදු ක්‍රමය මෙනෙහි කරන්න.

හිස නමනු කැමති නම් “හිස නමනවා” යි මෙනෙහි කරන්න. නැමීමේදී නැමීමක් පාසා “නමනවා” යි මෙනෙහි කරන්න. ඉක්මන් වන්න එපා, හෙමිහිට නවන්න. කෙළින් කරනු කැමති නම් “කෙළින් කරනවා” යි ද මෙනෙහි කරන්න. කෙළින් කිරීමේදී කෙළින් වන ආකාරයට “කෙළින් වෙනවා යි” ද මෙනෙහි කරන්න. හෙමිහිට කෙළින් කරන්න. එය අවසන් වූ විට “පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා” යි පුරුදු අරමුණ ම නැවත මෙනෙහි කරන්න. යම් කිසි තැනකින් දැඩි වෙහෙස දුනේ නම්, ඒ වෙහෙසට සිත තදින් යොදා “වෙහෙසයි” කියා ඉක්මන් නොවී, පමා නොවී වෙන් වෙන් කොට නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

ඒ වෙහෙස ආකාරය මෙනෙහි කිරීමේදී ම ටිකෙන් ටික අඩුවී අතුරුදහන් වන්නේය. ඉවසිය නො හැකි තරමට බලවත් වී එන්නට ද පිළිවන. ඉවසිය නො හැකිව ඉරියවු වෙනස් කිරීමට ඕනෑ නම් “වෙනස් කරන්න සිතෙනවා” යි ඒ සිත මෙනෙහි කොට, ඉරියවු වෙනස් කිරීමේදී ශරීර ක්‍රියාද භාවිතා කරන වචන වලින් නැවත නැවත මෙනෙහි කරන්න.

### මෙනෙහි කරන ක්‍රමය

අතපය ඔසවන්නට ඕනෑ නම් “ඔසවන්න ඕනෑ” යි මෙනෙහි කරන්න. එසවීමේදී එසවීමක් පාසා “ඔසවනවා” “ඔසවනවා” යි මෙනෙහි කරන්න. අතපය දිග හරින්නේ නම් “දිග හරිනවා” යි ද නවන්නේ නම් “නමනවා, නමනවා” යි ද පහත් කරන්නේ නම් “පහත් කරනවා- පහත් කරනවා” යි ද ඉක්මන් නොවී මෙනෙහි කරන්න. හෙමිහිට ඉරියවු වෙනස් කරන්න. යම්

තැනක් හැපේනම් "හැපෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. මෙසේ ඉරියවුව මාරුකොට අවසන් වූ විට හෝ මෙනෙහි කිරීමේදී වෙහෙස නැතිවූ විට "පිම්බෙනවා - හැකිලෙනවා"යි පුරුදු අරමුණ ම නැවතත් නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

යම්කිසි තැනකින් උෂ්ණයක් පහළ වන්නේ නම් ඊට තදින් සිත යොදා "උෂ්ණයි- උෂ්ණයි" කියා ඉක්මන් ද නොවී ප්‍රමාද නොවී ද වෙන් වෙන් කොට නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න. එසේ මෙනෙහි කිරීමේදී උෂ්ණය නැතිව ගියොත් "පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා"යි පුරුදු අරමුණ ම නැවතත් නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න. උෂ්ණය වැඩිවී ඉරියව් වෙනස් කිරීමට සිතේ නම් "වෙනස් කරන්න සිතෙනවා"යි මෙනෙහි කොට ඉරියව් මාරුකිරීමේදී කය ක්‍රියා කරන ආකාරය ද එනම් "ඔසවන්නට ඕනෑ" "ඔසවනවා- ඔසවනවා" ආදී වශයෙන් පෙර කී නය ක්‍රමයට ම අත නොහැර මෙනෙහි කරන්න. හෙමිහිට ඉරියවු මාරු කරන්න. අනතුරුව "පිම්බෙනවා - හැකිලෙනවා"යි නැවතත් පුරුදු අරමුණ ම නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරන්න. නො නවතින්න.

යම්කිසි තැනක කැසීමක් පහළ වේ නම්, ඒ කසන තැනට ම සිත යොමු කොට "කසනවා-කසනවා" යි ඉක්මන් නොවී පමා නොවී වෙන් -වෙන් වශයෙන් නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න. මෙනෙහි කිරීමෙන් කැසීම දුරුව ගියේ නම් පිම්බීම-හැකිලීම ම නැවතත් මෙනෙහි කරන්න.

ඉවසිය නොහැකි තරම් කැසීමක් ඇතිවූ කල්හි අතගාන්න ඕනෑ නම් "අතගාන්නට සිතෙනවා" කියා හෝ "කසන්නට සිතෙනවා" කියා හෝ මෙනෙහි කරන්න. අත ඔසවන්නට උවමනා නම් "ඔසවන්නට ඕනෑ" යැයිද ඔසවන්නේ නම් "ඔසවනවා- ඔසවනවා"යි ද මෙනෙහි කරන්න. හෙමිහිට ඔසවන්න. කසන තැන අත හැපෙන විට "හැපෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. කැසීම පිණිස අතින් පිරිමදින ආකාරය සලකා "අත ගානවා - අත ගානවා" කියා හෝ "කසනවා- කසනවා" කියා හෝ මෙනෙහි කරන්න. නතර කිරීමට සිතේ නම් "නතර කිරීමට ඕනෑ" යැයි මෙනෙහි කරන්න. නැවත අත පහත් කිරීමට සිතේ නම් "පහත් කරන්නට සිතෙනවා"යි ද පහත් කරන විට "පහත් කරනවා-පහත් කරනවා"යි ද පහත් කරන විට "හැපෙනවා- හැපෙනවා"යි ද මෙනෙහි කරන්න. එය අවසන් වූ විට "පිම්බෙනවා- හැකිලෙනවා"යි මූලික අරමුණ ම නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

# වේදනාව

ශරීරයෙහි හිරිවැටීම ආදී නො ඉවසිය හැකි එක් එක් වේදනා පහළ වී එන්නේ නම් ඒ වේදනාවට ම තදින් සිත යොමු කොට "රිදෙනවා-රිදෙනවා" "හිරිවැටෙනවා - හිරිවැටෙනවා" "කකියනවා- කකියනවා" "කෙවෙනවා-කෙවෙනවා" "මහන්සියි- මහන්සියි" "කැරකිල්ලයි - කැරකිල්ලයි" ආදී වශයෙන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට ඉක්මන් ද නොවී, ප්‍රමාද ද නොවී, වෙන් වෙන් කොට මෙනෙහි කරන්න. ඒ වේදනාව මෙනෙහි කිරීමේදී නැති වී යන්නේ ද වේ. වැඩි වන්නේ ද වේ. නො පසුබට ව දැඩි වශයෙන් මෙනෙහි කරන්නේ නම් බොහෝ සේ නැති වන්නේ ම වේ. නමුත් මෙනෙහි නො කළ හැකි පමණට ඉවසිය නො හැකි නම් වේදනාව දැඩි වීමේදී ඒ වේදනාව මෙනෙහි නො කරන්න. මෙනෙහි කිරීමට පුරුදු පිම්බීම, හැකිලීම ම විශේෂයෙන් ගරු කළ හැකි කාලයේ ඉතාමත් නො ඉවසිය හැකි වේදනා පහළ වේ. පසුවේ සුලං බෝලයක් හිරවන්නා සේ දැනෙයි. මස් පිඩුවලට පිහියා උල්වලින් අනින්නා සේ දැනෙයි. මුළු සිරුර දූවෙන්නාක් මෙන් දැනෙයි. ඉදිකටු උල්වලින් තැනින් තැන විදින්නාක් මෙන් දැනෙයි. කුඩා සතුන් ශරීරයෙහි ඇවිදින්නාක් මෙන් දැනේ. බලවත් කැසිලි ද, කැක්කුම් ද, ශීතල ගති ද පහළ වෙයි. බිය වී මෙනෙහි නො කර අත්හරි නම් ක්ෂණයකින් ම ඒ වේදනාව නැති වෙයි. නැවත මෙනෙහි කරමින් සමාධිය හොඳට දියුණුවීමේදී ඒ වේදනාව නියතයෙන් ම නැවතත් පහළ වන්නේය. මෙසේ වේදනාවත් පහළ වී ඇත් නම් බිය නොවන්න. ඒවා රෝග නොවේ. බර පතල වේදනා ද නොවේ. ශරීරයෙහි ප්‍රකෘතියෙන් ඇත්තා වූ සාමාන්‍ය වේදනා ස්වභාවයේ ම ය. මෙනෙහි නො කර සිටීමේදී ඒ වේදනාවට වඩා ප්‍රකට බොහෝ අරමුණු ඇති නිසා ඒ වේදනාව පැහැදිලි නො වී නො දැනී අතුරුදහන් වේ. හොඳින් මෙනෙහි කිරීමේදී බලවත් සමාධිය නිසා අතුරුදහන් විය නො හැකි ඒ වේදනාව ධම් ස්වභාවයට අනුව පැහැදිලි ව ප්‍රකට වෙයි. ඒ වේදනාවට ම සිත යොමු කොට ඉක්මවා යාමට මෙනෙහි කළ යුතු ය. මෙනෙහි කිරීම නිසා කිසියම් පිරිහීමක් නො වේ. මෙනෙහි නො කොට අතරින් පතර නැවතිල්ලේ මෙනෙහි කිරීමේදී වනාහි එබඳු මෙනෙහි කිරීමක් පාසා එපමණට සමාධිය දියුණු වීමේදී ඒ වේදනාව නැවත නැවතත් පහළ වන්නේ මය. නො පසුබට වියය්‍යෙන් දැඩිකොට මෙනෙහි කරන්නේ නම් නොබෝ වේලාවකින් විසිකරන්නාක් මෙන්, දුරුකරන්නාක් මෙන් ම ඒ

වේදනාව නැතිවී යන ආකාරය දැකගත හැකි වන්නේය. එතැන් පටන් එබඳු වේදනා නැවත නො ඉපදී සංසිද්දෙන් නේ ම ය.

ශරීරය පැද්දවීමට අවශ්‍ය නම් "පද්දවන්නට ඕනෑ"යි මෙතෙහි කරන්න. පැද්දවීමේදී, "පැද්දවෙනවා-පැද්දවෙනවා"යි මෙතෙහි කරන්න. සමහරෙකුට පුරුදු ක්‍රමයට මෙතෙහි කිරීමේදී ශරීරය ඉබේ ම පැද්දෙයි. බිය නො වන්න. පැද්දවීමට සිතක් ද නූපදවන්න. එය මෙතෙහි කිරීමේදී දුරුවී යන බව අදහාගෙන එය පැද්දෙන ආකාරයට සිත තදින් යොදා පැද්දෙනවා-පැද්දෙනවා"යි ඉක්මන් ද නොවී පමාද නොවී වෙන් වෙන් වශයෙන් මෙතෙහි කරන්න. බලවත් සේ පැද්දේ නම් කණුවකට හෝ බිත්ති ආදියකට හේක්කු වී හෝ හාන්සි වී හෝ මෙතෙහි කරන්න. නොබෝ වේලාවකින් ඒ පැද්දෙන ගතිය සම්පූර්ණයෙන් දුරුවී යන්නේය. වෙව්ලීමක් පැමිණි කල්හි මේ පැද්දවීමට කී ක්‍රමයට ම හොඳින් මෙතෙහි කරන්න. මෙතෙහි කිරීමේදී වරින් වර ලොවු දෑ හැ ගැන්වීම් ඇති වෙයි. පිටේ හෝ මුළු සිරුරේ ම හෝ ශීතල ගති පහළ වේ. බිය නොවන්න. ධම් ස්වභාවයට අනුව ජීවිතය පහළ වන බව දැන ගන්න. යම්කිසි කුඩා ශබ්දයක් අසන්ට ලැබෙන බැවින් තිගැස්සීම ද ඇති වේ. බිය නො වන්න. සමාධිය දියුණුවීම නිසා ස්පර්ශයේ ස්වභාව ආකාරය පැහැදිලි ව වැටහේයයි දැන ගන්න. අත් පා ශරීරයේ අවයව වෙනස් කිරීමට ඕනෑ නම් "මාරුකරන්න සිතෙනවා"යි මෙතෙහි කරන්න. වෙනස් කරන කායික ක්‍රියා සියල්ල ද භාවිතා කරන ක්‍රමයට වෙන් වෙන් වශයෙන් ඉක්මන් නොවී මෙතෙහි කරන්න. හෙමිහිට මාරු කරන්න.

චතුර බීමට අවශ්‍ය නම් "චතුර බොන්ට ඕනෑ" යයි මෙතෙහි කරන්න. නැගිටින්න අවශ්‍ය නම් "නැගිටින්න ඕනෑ" යයි මෙතෙහි කරන්න. නැගිටීම සඳහා ක්‍රියා කරන්නා වූ අත් පා ශරීරාවයන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට මෙතෙහි කරන්න. ටිකෙන් ටික නැගිටුවන ශරීරාවයවයන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට මෙතෙහි කරන්න. ටිකෙන් ටික නැගිටුවන ශරීරයට සිත තදින් යොමු කොට "නැගිටිනවා-නැගිටිනවා"යි මෙතෙහි කරමින් හෙමිහිට නැගිටින්න. නැගී සිටීමේදී "සිටිනවා - සිටිනවා"යි ද බලන්නේ නම් "බලනවා, ජේනවා"යි ද, යන්නට උවමනා නම් "යන්නට ඕනෑ" යයිද මෙතෙහි කරන්න. පය එසවූ තැන් සිට තබන තුරු යැවීමේදී සිහියෙන් යන්න. හෙමිහිට යනවිට හා සක්මන් කිරීමේදී ද එක එක පියවරක් පාසා

“ඔසවනවා-යවනවා” කියා හෝ “යවනවා-තබනවා” කියා හෝ යුගල යුගල කොට මෙනෙහි කරමින් යන්න. ඒ යුගල වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම හොඳට පුරුදු වූ කල්හි එක එක පියවරක් පාසා “ඔසවනවා-යවනවා තබනවා” කියා තුනක් කොට මෙනෙහි කරන්න.

පැන් බඳුන් ආදිය බැලීමේදී “බලනවා-පේනවා” යයි මෙනෙහි කරන්න. සිටින්නේ නම් “සිටිනවා” යි මෙනෙහි කරන්න. පැන් කෝප්පයට අත යවනවා නම් “යවනවා-යවනවා” යි ද කෝප්පය හා හැපීමේදී “හැපෙනවා” යි ද ඇල්ලීමේදී “අල්ලනවා” යි ද භාජනය ඇලකොට ගැනීමේදී “ඇලකරනවා” යි ද ගැනීමේදී “ගන්නවා-ගන්නවා” යි ද තොලෙහි හැපීමේදී “හැපෙනවා” යි ද මෙනෙහි කරන්න. ශීතල නම් “ශීතලයි” කියා මෙනෙහි කරන්න. බීමේදී “බොනවා- ගිලෙනවා” “බොනවා-ගිලිනවා” යි මෙනෙහි කරන්න. උගුර හා උදරය ශීතල වන ආකාරය “ශීතලයි- ශීතලයි” කියා මෙනෙහි කරන්න. කෝප්පය ආපසු තැබීමේදී “තබනවා- තබනවා” යි ද අත පහලට හෙලන්නේ නම් “පහත්කරනවා-පහත්කරනවා” යි ද ඇඟේ හැපීමේදී “හැපෙනවා-හැපෙනවා” යි ද මෙනෙහි කරන්න. නැවත හාත්සි වීමට උවමනා නම් “හාත්සිවෙන්නට ඕනෑ” යැයි ද හාත්සි වීමේදී “හාත්සි වෙනවා” යි ද මෙනෙහි කරන්න.

යාමේදී මෙනෙහි කළ යුතු ක්‍රමයට ම මෙනෙහි කරමින් යන්න. සිටීමට ඕනෑ නම් “සිටීමට ඕනෑ” යයි ද සිටීමේදී “සිටිනවා-සිටිනවා” යි ද මෙනෙහි කරන්න. බොහෝ වේලාවක් සිටින්නේ නම් “පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා, සිටිනවා” යි මෙනෙහි කරන්න. හිඳ ගැනීමට සිතේ නම් “හිඳින්නට සිතෙනවා” යි මෙනෙහි කරන්න. හිඳින තැනට යාමේදී මෙනෙහි කරමින් ම යන්න. පැමිණි විට “පැමිණියා” යි මෙනෙහි කරන්න හැරීමේදී “හැරෙනවා-හැරෙනවා” යි ද හිඳ ගැනීමට සිතේ නම් “හිඳගන්නට සිතෙනවා” යි ද මෙනෙහි කරන්න. හිඳ ගැනීමේදී හෙමිහිට සකස් කරන්නා වූ ශරීරයට තදින් සිත යොමු කොට “හිඳගන්නවා-හිඳගන්නවා” යි මෙනෙහි කරමින් ම හෙමිහිට හිඳගන්න. හිඳගන්නා විට අත් පා වෙනස් වන ආකාරයන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට මෙනෙහි කරන්න. විශේෂ මෙනෙහි කිරීමක් නැති නම් “පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා” යි පුරුදු අරමුණ ම නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

භාන්සි වීමට නිදාගැනීමට සිතේ නම් “භාන්සි වීමට සිතෙනවා” යි හෝ “නිදන්ට සිතෙනවා” යි කියා හෝ මෙතෙහි කරන්න. භාන්සිවීමට සූදානම් වීමේදී අත් පා ශරීර අවයවයන් “මසවනවා, දිගහරිනවා, බර කරනවා” යන ආදී වශයෙන් මෙතෙහි කරන්න. භාන්සිවන, නිදන කාලයේදී ටිකෙන් ටික ඇලවෙන්නා වූ ශරීරයට සිත තදින් යොමු කොට “භාන්සි වෙනවා-භාන්සි වෙනවා” කියා හෝ “නිදනවා-නිදනවා” කියා හෝ මෙතෙහි කරන්න. කොට්ටයෙහි හා නිදන ආසනයෙහි හැපීම “හැපෙනවා-හැපෙනවා” යි මෙතෙහි කරන්න. භාන්සි වීමේදී අත් පා ශරීරාවයව ක්‍රමයෙන් වෙනස්වන ආකාරයද මෙතෙහි කරමින් හෙමිහිට වෙනස් කරන්න. මෙතෙහි කළයුතු විශේෂයක් නැති කල්හි පිම්බීම, හැකිලීමට ම සිත යොදා “පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා” යි නිරතුරුව මෙතෙහි කරන්න.

මෙසේ මෙතෙහි කිරීමේදී වෙහෙස, උණුසුම, රිදුම, කැසීම ආදී වේදනා විශේෂයන් පැමිණේ නම් ඒ වේදනාවලට සිත යොමු කොට හිඳ ගැනීමට කී ක්‍රමයට ම මෙතෙහි කරන්න. කෙළ ගිලීම, කෙළ ගැසීම, කල්පනාවීම මෙතෙහි කිරීම ද ඒ ඒ ක්‍රමයට ම මෙතෙහි කරන්න. වම් ඇළයට, දකුණු ඇළයට හැරීමේදී අත පය නැමීම දිගු කිරීම ආදියෙහිදී ද පහළ වන ඒ ඒ සිත් මෙතෙහි කොට සකස් කිරීම ද නො පිරිහෙලා මෙතෙහි කරන්න. මෙතෙහි කිරීමට විශේෂයක් නැති කාලයෙහි “පිම්බීම - හැකිලීම” යන පුරුදු අරමුණ ම නිතර මෙතෙහි කරන්න.

නිදා ගැනීමට සිතෙයි නම් “නිදන්න හිතෙනවා” යි මෙතෙහි කරන්න. ඇස් පිය වේ නම් “ඇස් පියවේ-ඇස් පියවේ” යයි මෙතෙහි කරන්න. භාවනා දියුණුවන කල්හි එසේ මෙතෙහි කරයි නම් නිදීමක නැතිවී නැවත ප්‍රබෝධ වේ. එකල්හි “ප්‍රබෝධයි - ප්‍රබෝධයි” කියා මෙතෙහි කොට අවසන් වී පිම්බීම හැකිලීම යන මූලික අරමුණ ම නැවත මෙතෙහි කරන්න. නිදන සිත නැති වුවත් මෙතෙහි නො කර නො නිදනු, නො නිදා දිගටම මෙතෙහි කරන්නෙමි” යි සිත උපදවා පිම්බීම, හැකිලීම ආදී පුරුදු නිරතුරුව මෙතෙහි කරමින් සිටිය යුතුයි. ශරීරයට වෙහෙස නම් මෙසේ මෙතෙහි කිරීමේදී ම ටිකෙන් ටික ඇස් පියවී නින්ද යන්නේය.

නින්ද යාම යනු හවංග සිත් පමණක් ම බොහෝ වේලාවක් පහළ වීමය. හවංග සිත් යනු ද හවයේ මුලදීම උපන් සිතට හා අන්තිමට පහළ වන්නා වූ වුති සිතටත් සමාන සිත් ය. ඒ නිසා ඉතා ම සියුම් වේ. කුමක්

අරමුණු කොට පවතී දැයි නො දන හැකි ය. අවදිව සිටින විට පෙනෙන්නා වූ සිත හා සිතන්නා වූ සිතට ද ආසන්න වූ සිත හා සිතන්නා වූ සිත යනාදී සිත් වලට ද අතරතුර ඒ භවංග සිත් උපදිත්. එහෙත් බොහෝ වේලාවක් නූපදින බැවින් ඒ භවංග සිත පැහැදිලි ව දන නො හැකි ය. නින්ද ගිය කල වනාහි බොහෝ කාලයක් පහළ වන බැවින් පැහැදිලි ව සිතා ගත හැකි ය. එහෙත් කුමක් අරමුණු කරයිද? කෙසේ පහළ වේද? කියා නො දන හැකි ය. ඒ නිසා නින්ද ගිය කල්හි මෙතෙහි කිරීමට නො ලැබේ. මෙතෙහි කිරීමට හැකිකමක් ද නැත.

අවදිවන විට වනාහි ඒ අවදිවන සිත අවදි වූ බව සිහි කරන්න. නමුත් පටන් ගන්නා විට පළමුකොට අවදිවෙන සිත මෙතෙහි කිරීම අපහසු ය. එසේ වුවත් අවදිවන විට ම සිහි කිරීමට අපහසු නම් සිහිය ලද කාලයේ පටන් උපදින උපදින අරමුණක් පාසා නිතර සිහි කරන්න. ඉදින් කල්පනා කරන්නේ නම් එසේ කල්පනා කරන බව මෙතෙහි කොට පිම්බෙන, හැකිලෙන ස්වභාවය නැවත, නැවත මෙතෙහි කරන්න. ශබ්දයකින් අවදිවෙනවා නම්, ශබ්දයක් ඇසුන බව මෙතෙහි කොට හැකිලෙන පිම්බෙන ස්වභාවය නැවත නැවත මෙතෙහි කරන්න. ඉදින් යම්කිසිවක් ප්‍රකට ව නැත්නම් නිරන්තරයෙන් හැකිලෙන, පිම්බෙන ස්වභාවය මෙතෙහි කරන්න. අවදිවීම හා අතපය දිගහැරීම ආදී ශරීරයේ සෑම ක්‍රියාවක් පාසා ම මෙතෙහි කොට හෙමින්, හෙමින් ඉරියවු වෙනස් කරන්න. “වෙලාව කියදැයි” ආදී වශයෙන් කල්පනා කරනවා නම් ඒ බව “කල්පනා කරනවා” යි මෙතෙහි කරන්න.

ඉදින් නැගිටීමට උවමනා වේ නම් “නැගිටිනවා” යි මෙතෙහි කරන්න. නැගිටින විට ශරීරයේහි අවයව ගැන නිරන්තරයෙන් මෙතෙහි කරන්න. නැගිටීම සංඛ්‍යාත වූ ශරීරය හා අවයවයන් “නැගිටිනවා” යැයි මෙතෙහි කරන්න. වාඩිවන විට “වාඩිවෙනවා” යි මෙතෙහි කරන්න. ඉන්පසු පිම්බීම හැකිලීම එක දිගට පුරුදු ලෙස මෙතෙහි කරන්න.

මුහුණ සෝදන කාලයෙහි හා නාන කාලයෙහි බැලීම ද දැකීම ද අත් දිග හැරීම ද, වතුර ගැනීම ද වතුර උඩට ඔසවා ගැනීම ද මුහුණ සේදීම හා නෑම කරන විට ශීතල ගතිය ද, ඇඟ ඉලීම් ආදිය ද නිරන්තරයෙන් පිළිවෙලින් මෙතෙහි කරන්න.

ඇඳුම්, පැලඳුම්, ඇඳීම, ආසන සකස් කිරීම, දොරවල් ඇරීම සහ වැසීම යම් කිසිවක් ගැනීම, ගෙන ඊම ආදිය ද නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න.

ආහාර ගන්නා කාලයෙහි "බලනවා, දකිනවා" යැයි මෙනෙහි කරන්න. බත් පිඬ ගන්නා විට එය "ගන්නවා, ගන්නවා" යැයි ද හිස නමනවා නම් "හිස නමනවා" යයිද කට අරින විට "කට අරිනවා" යයිද බත් පිඬ කටට ඇතුල් කරන විට "ඇතුල් කරනවා" යයිද කට වහන විට "වහනවා" යයිද අත පහත් කරන විට "පහත් කරනවා" යයිද පිඟාන ස්පර්ශ කරනවා නම් "ස්පර්ශ කරනවා" යයිද හිස ඔසවනවා නම් "ඔසවනවා" යයිද මෙනෙහි කරන්න.

මෙයින් පසු සැපීමක් පාසා "විකනවා- විකනවා, හපනවා- හපනවා" යයි මෙනෙහි කොට, රස දූනෙනවා නම් "දූනෙනවා" යයිද ගිලෙනවා නම් "ගිලෙනවා" යි ද ගිලෙන විට උගුරට හා බඩ වැලට ස්පර්ශවෙනවා නම් "ස්පර්ශ වෙනවා" යි ද මේ ක්‍රමයෙන් බත් පිඬක් පාසා මනාකොට මෙනෙහි කරන්න.

පටත් ගන්නා මුල් අවස්ථාවේ පිළිවෙලින් මෙනෙහි කිරීම අපහසුය. මෙහි කී සියල්ල ම මෙනෙහි කිරීම ද අපහසු විය හැකිය. වෙනස් වන සුදුසු මෙනෙහි කිරීම ද අපහසුවිය හැකිය. නො පසුබට වන්න. කම්මැලි නො වන්න. "මනාකොට මෙනෙහි කරනවා" යයි කල්පනා කොට ගෞරවයෙන් බලවත් ලෙස මෙනෙහි කරනවා නම් මෙනෙහි කිරීමද දැන ගැනීමට බොහෝ සෙයින් හැකි වන්නේය.

නුවණ මෝරණ කාලයේ වනාහි මෙහි දැක්වෙන කරුණු වලට වඩා වැඩිපුර කරුණු බොහෝ සෙයින් මෙනෙහි කිරීමට හා දැන ගැනීමට හැකි වන්නේය.

**මෙනෙහි කිරීම වැඩි දියුණු කිරීම**

එක් රැයක් හෝ එක් දවසක් හෝ ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කරන කාලයේදී හුස්ම ඉහළ පහළ ගන්නා එක් එක් වාරයෙහි දෙවරක්, දෙවරක් බැගින් පිම්බෙන, හැකිලෙන බව මෙනෙහි කිරීම ඉතා පහසුය.

හුස්ම ඉහළ පහළ ගන්නා කාලයෙහි පිම්බෙන, හැකිලෙන දෙක අතර මෙනෙහි කිරීමට යමක් නැති බව යෝගාවචර පුද්ගලයා කල්පනා



කරයි. ඒ කල්පනා කරන කාලයෙහි හිඳගෙන සිටින තමන්ගේ ශරීරයෙහි (අත්, පා, ආදී.) අවයවයන්ගේ ආකාරයද සලකා

- (1) පිම්බෙනවා      (2) හැකිලෙනවා      (3) වාඩිවෙනවා
- (1) පිම්බෙනවා      (2) හැකිලෙනවා      (3) වාඩිවෙනවා

යයි අවස්ථා තුනක් කොට මෙනෙහි කරන්න. “පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා” යයි දැන ගන්නාක් මෙන් “වාඩිවෙනවා” යයි මෙනෙහි කරන ඝෂණයෙහි ශරීරය වාඩි වී සිටින බව දැන යුතුය. නිදා ගන්නා කාලයෙහිද

- (1) පිම්බෙනවා      (2) හැකිලෙනවා      (3) නිදාගන්නවා යයි තුන්වර මෙනෙහි කරන්න.

මේ ක්‍රමයෙන් තුන්වර බැඟින් මෙනෙහි කිරීමේ ක්‍රමය අතර ද යමක් නැති බව යෝගාවචර පුද්ගලයා නැවත සිතනවා නම්

- (1) පිම්බෙනවා      (2) හැකිලෙනවා      (3) වාඩිවෙනවා

(4) (ස්පර්ශ වෙනවා) හැපෙනවා යයි ශරීරයෙහි ස්පර්ශ වෙන තැන ද යොදා හතරවර බැඟින් මෙනෙහි කරන්න. මෙ ලෙස අනුපිළිවෙලින් මෙනෙහි කොට, එයත් නුසුදුසු බව හැඟුන පසු “වාඩිවෙනවා” යන්න දෙවරක් ගෙන

- (1) පිම්බෙනවා      (2) හැකිලෙනවා      (3) වාඩිවෙනවා
- (4) වාඩිවෙනවා යයි සතරක් වන ලෙස ගොතා මෙනෙහි කරන්න.

නිදන කාලයෙහිද

- (1) පිම්බෙනවා      (2) හැකිලෙනවා      (3) නිදාගන්නවා      (4) වාඩිවෙනවා
- යයි හෝ (1) පිම්බෙනවා      (2) නිදාගන්නවා      (3) හැකිලෙනවා      නිදා ගන්නා යයි හෝ සතර වර බැඟින් මෙනෙහි කරන්න.

පිම්බෙනවා හැකිලෙනවා ආදී වශයෙන් දැඩි ලෙස මෙනෙහි කරනවත් සමග ම ඒ දැකීම ඇසීම ආදී ආරම්භණ ධර්මයන්ද මෙනෙහි කළා වේ. දැකීම, ඇසීම, මාත්‍රයෙන් ම සිතෙහි පිහිටයි. නමුත් තමාගේ ඕනෑකමින් බලන්නේ නම් “බලනවා දකිනවා” යයි මෙනෙහි කොට “පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා” ආදී ධර්මයන් පුරුදු පරිදි නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න.

නිරුත්සාහයෙන් මෙන් ස්ත්‍රී, පුරුෂ ආදී විශේෂ අරමුණු දකින කාලයේදී “දකිනවා-දකිනවා” යයි දෙතුන් වර බැඟින් මෙනෙහි කොට

“පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා” ආදී ධර්මයන් පුරුදු පරිදි නැවත මෙනෙහි කරන්න. කථා කරන ශබ්දය, හීන ශබ්දයන් හෝ රළු ශබ්දයන් හෝ බලු කුරුළු කුකුළු ආදී සතුන්ගේ ශබ්දයන් හෝ පැහැදිලි වශයෙන් ඇසෙන කාලයෙහි “ඇසෙනවා-ඇසෙනවා” යයි දෙකුන් වරක් මෙනෙහි කොට “පිම්බෙනවා- හැකිලෙනවා” ආදී මුල් අරමුණට ම සිත යොමු කරන්න. විශේෂයෙන් මේ ඇසීම්-දැකීම් ආදී ශබ්දයන් මනාකොට ඉදින් මෙනෙහි නො කරන්නේ නම් ඉහත පුරුදු කළ පරිදි පිම්බීම-හැකිලීම ආදී ධර්මයන් පැහැදිලි ලෙස නො දන හැකි වේ. කෙළෙසුන් ඉපදීමට ද හැකි වේ.

කෙළෙසුන් උපදිනා විට “කල්පනා කරන්නෙමි, කල්පනා කරන්නෙමි” යයි මෙනෙහි කොට “පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා” ආදී ධර්මයන් පුරුදු පරිදි නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න.

ශරීරාවයව හෝ කල්පනාව හෝ ඉදින් මෙනෙහි කරන්නේ නම් “පමා උනා පමා උනා” යයි මෙනෙහි කොට හුස්ම ඉහළ-පහළ ගැනීම සියුම් බැවින් පිම්බීම-හැකිලීම පැහැදිලි නැත්නම් හිඳීම ද හොචීම ද හිඳීම හා ස්පර්ශය ද මෙනෙහි කරන්න.

මෙසේ මෙනෙහි කරන කල්හි ස්පර්ශය වනාහි සතර පස් තැන සංක්‍රමණය කොට මෙනෙහි කරන්න. බොහෝ කාලයක් හෝ භාවනා කොට දියුණුවක් නැතැයි සිතන විට කම්මැලි සිත ඉපදීමට ඉඩ ඇති වේ.

මේ කම්මැලි සිත ද “කම්මැලි වෙනවා- කම්මැලි වෙනවා” යයි මෙනෙහි කරන්න. ඉදින් සමාධියේ විශේෂ ඤාණයක් නො උපදී නම් මෙනෙහි කිරීමෙන් වැඩක් නැතැයි කල්පනා කරයි.

එහෙයින් සත්‍යයක් ද අසත්‍යයක් දැයි සැක උපදීමට ඉඩ ඇත. ඒ සැකය ද “සැක ඇතිවෙනවා, සැක ඇතිවෙනවා” යයි මෙනෙහි කරන්න.

මෙනෙහි කිරීමට සුදුසු යයි කියා හෝ විශේෂ ධර්මයක් ලැබෙන්නේ යයි කියා හෝ දියුණුව ගැන බලාපොරොත්තු වෙයි. ඒ බලාපොරොත්තුව ද “බලාපොරොත්තු වෙනවා- බලාපොරොත්තු වෙනවා.” කියා මෙනෙහි කරන්න.

පෙර සිහිකරන ලද්ද නැවත ආවර්ජනා කරනවිට ඒ ආවර්ජනය කිරීමද “ආවර්ජනා කරනවා - ආවර්ජනා කරනවා” යයි මෙනෙහි කරන්න.

මෙතෙහි කරන අරමුණු රූපයක් වේදෝ, නාමයන් වේදෝ යයි ආදී වශයෙන් ආවර්ජනා කරයි නම් ඒ “ආවර්ජනය කරනවා” යයි මෙතෙහි කරන්න. අයහපත්ව මෙතෙහි කරන විට සිත දුර්වල වෙයි. ඒ දුර්වල වීම ද “දුර්වල වෙනවා-දුර්වල වෙනවා” යයි මෙතෙහි කරන්න.

යහපත්ව මෙතෙහි කරනවිට සිත සතුටු වෙයි, පිනායයි, ඒ සතුටුවීම ද “සතුටු වෙනවා, සතුටු වෙනවා” යයි මෙතෙහි කරන්න. මේ ක්‍රමයෙන් සිතේ පැතුම් ඉපදීමක් ඉපදීමක් පාසා මෙතෙහි කොට පුරුදු පරිදි “පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා” යයි නිරන්තරයෙන් නැවත නැවත මෙතෙහි කරන්න.

මෙතෙහි කටයුතු කාලය වනාහි සිත අවදිවීමෙහි පටන් (පබුජ්ඣනනො පටිඨාය යාව සුඤ්ඤා තාව) නින්ද යනතුරු මුළු දිවා රැ දෙකෙහි ඇසිපිය හෙලීම් පමණ කාලයක් වත් අත් නොහැර නිරන්තරයෙන් මෙතෙහි කටයුතු කාල යයි.

(නියමිත කාලයන් තුළ කෑම්, බීම, ආදී ශරීර කෘත්‍යයන් පිළිබඳ කාලයක් හැර මෙහි කී කාලයන් ගත යුතු වේ) ප්‍රථමයෙන් ආරම්භ කරන ලද කාලයෙහි පටන් “නො නිදා නිරන්තරයෙන් මෙතෙහි කරන්නෙමි” යි සිතා නො කඩවා මෙතෙහි කරන්න.

නුවණ මෝරණ කාලයෙහි වනාහි ඉබේම නිදා වැටීමත් නැති වෙයි. නිතර මුහුණේ ප්‍රබෝධයක් ඇති වෙයි.

### මෙතෙහි කරන කෙටි ක්‍රමය

හොඳ හෝ නරක හෝ කල්පනාවක් පාසා සිතීමක් පාසා සිත් පැවැත්ම ද ලොකු හෝ කුඩා හෝ කායික ක්‍රියාවක් පාසා කායික පැවැත්ම ද මෙතෙහි කරන්න.

කයෙහි හෝ සිතෙහි සැප හෝ දුක් ඉවසිය නො හැකි සියළු ම වේදනාවන් පහළ වීමක් පාසා මෙතෙහි කරන්න. හොඳ හෝ නරක හෝ සිතෙහි පහළ වී එන සියලුම අරමුණු මෙතෙහි කරන්න.

මෙබඳු මෙතෙහි කළයුතු අමුතු දෙයක් නැති නම් පිම්බීම, හැකිලීම හා හිඳීම ආදී පුරුදු අරමුණක් ම නිතර මෙතෙහි කරන්න.

යාමේදී ඔසවන ආකාරය, යවන ආකාරය, තබන ආකාරයන් ම නිතර මෙනෙහි කරන්න.

මේ ක්‍රමයෙන් නින්ද යන වේලාව හැර දිවා රැ දෙකලිනි නිරන්තරයෙන් එක විදියට ම මෙනෙහි කරන්නේ නම් නොබෝ කලකින් ම වර්තමාන වශයෙන් උදය-ව්‍යය ඤාණාදී විපස්සනා ඤාණ පරම්පරාව පහළවන බව තමන්ට ම දැකගත හැකි වන්නේය.

*මෙනෙහි කිරීම විලිබිඳු මුල් කොටස ගිවි.*

දක්වූ ආකාරයෙන් මෙනෙහි කොට සති, සමාධි, ප්‍රඥා වැඩි දියුණුවට පැමිණීමෙන් පිම්බෙන රූපය හා පිම්බීම මෙනෙහි කරන සිතය, හැකිලෙන රූපය හා හැකිලීම මෙනෙහි කරන සිතය, හිඳින රූපය හා හිඳීම මෙනෙහි කරන සිතය, නැමෙන රූපය හා නැවීම මෙනෙහි කරන සිතය, දිග හැරෙන රූප හා දිග හැරීම මෙනෙහි කරන සිතය, ඔසවන රූප හා එසවීම මෙනෙහි කරන සිතය. යැවෙන රූප හා යැවීම මෙනෙහි කරන සිතය, තබන රූප හා තැබීම මෙනෙහි කරන සිතය, මෙසේ මේ ක්‍රමයෙන් අරමුණු හා අරමුණු මෙනෙහි කරන විත්තයන් යුගල, යුගලව එකිනෙකට ගැළපී තිබෙන පෙට්ටිය හා පියන මෙන් වැටහීමට එන්නේය.

ඉතාමත් හොඳින් මෙනෙහි කිරීමේදී පිම්බීම එකකය, එය මෙනෙහි කිරීම කරන්නේ අනිකකය. හැකිලීම එකකය. එය මෙනෙහි කරන සිත අනිකකය. මේ අයුරින් නාම - රූප වෙන් වෙන්ව වැටහෙන්නේය. මෙනෙහි කරන සිත වනාහි පිම්බීම, හැකිලීම ආදී අරමුණු වෙත පැන පැන මෙනෙහි කරන්නාක් මෙන් පැහැදිලි වන්නේය. මෙසේ පැහැදිලිවීම වනාහි (නමන ලක්ධණ-නැමෙන ලක්ෂණය) අරමුණ වෙත නැමීමේ ලක්ෂණය ප්‍රකට වීමකි. මෙසේ රූපය මෙනෙහි කිරීමෙන් මනාව පැහැදිලි වීමත් සමග ම නාම ධර්මයන් තමාට ඉබේම පැහැදිලි වන බව පහත දැක්වෙන විසුද්ධි මාර්ග පාඨයෙන් කියන ලදී.

යථා යථා හිසස රූපං සුවිකඛාලිතං හොති නිජජටං සුපරිසුද්ධං  
තථා තථා තදාරම්මණා අරූප ධම්මා සයමෙව පාකටා හොනති

[විසුද්ධි මග්ග 463]

තේරුම:- හි- එසේම නාම ධර්මය පැහැදිලි වීමට රූප අරමුණ ම නැවත නැවතත් මෙනෙහි කළයුතු බව සැබෑ ම ය අසස - ඒ යෝගාවචරයාට

නොහොත් යෝගාවචරයා, යථා-යථා යම් යම් ආකාරයකින් මෙනෙහි කිරීමෙන්, රූපං - රූප ධර්මය, සුවිකතාලිතං මනාසේ සෝදා පිරිසිදු කරන ලද්දේ හොකි - වේද නිජජටං- නිරවුල් වූයේ ද සුපරිසුදධං- මනාසේ පිරිසිදු වූයේ වේද, තථා තථා ඒ ඒ රූප ධර්මය මෙනෙහි කළ කළ ආකාරයෙන් තදාරම්මණං- ඒ රූපය අරමුණු කරන්නා වූ, අරූපධමමා - නාම ධර්මයෝ සයමෙ ව- තම තමාට ම, පාකටා හොනති - ප්‍රකට වන්නාහ.

අරමුණු වන රූපයද නිශ්‍රය වන රූපයද ඒවා මෙනෙහි කරන නාම ධර්මයෝද යන මොවුන් පමණක් ම මෙනෙහි කිරීමක් පාසා පවත්නා බැවින් මේ අයුරින් ඇති තතු මනාව අවබෝධ කරන්නේ වේ. නාම-රූප දෙක පමණක් ඇත්තේය. මේ නාම-රූප දෙක හැර ස්ත්‍රිය, සත්ත්වයාය පුද්ගලයා යයි වෙන වෙන ම කිසිවෙක් නොමැත්තේය. මෙනෙහි නො කරන කාලයේදීත්, මෙනෙහි නො කරන රූප හා මෙනෙහි නො කරනු ලබන නාම ධර්මත් යන මේ දෙකොටස පමණක් ම ඇත. මෙනෙහි කරන කාලයේ වෙනසක් නොමැතිව මේ දෙක ම ඇත. අරමුණු කරනු ලබන රූප හා නිශ්‍රය- ආධාර වන රූපත් කල්පනා කිරීම ආදී නාම ධර්මයන් යන මේ, දෙවර්ගය පමණක් ම විද්‍යාමානව ඇත. මේ නාම-රූප දෙවර්ගයට ම සත්ත්වයාය, පුද්ගලයාය, ස්ත්‍රිය, පුරුෂයාය කියා ව්‍යවහාර කරනු ලැබේ. ව්‍යවහාර මාත්‍රය පමණක් ඇත. සත්‍ය වශයෙන් ඒකාන්තයෙන් සත්ත්වයා ය, පුද්ගලයාය, ස්ත්‍රියය, පුරුෂයාය කියා කිසිවෙක් නැත්තේ ම ය. මෙසේ මෙනෙහි කරනු ලබන නාම-රූප ස්වභාව මාත්‍රයක් ම සත්‍ය වශයෙන් ඇත්තේ යයි තත්ත්වාකාරයෙන් වටහා ගන්නේ වෙයි.

අනතුරුව ඒ වැටහෙන, වැටහෙන වාරයක් පාසා "වැටහෙනවා වැටහෙනවා"යි මෙනෙහි කොට පිම්බීම, හැකිලීම ආදී මෙනෙහි කිරීම නිරතුරුව නො කඩවා කළ යුතු ය.

තවද භාවනාව දියුණුවට පත්වන කාලයේ දී නොයෙක් කායික කටයුතු කිරීමට අවශ්‍ය නම්, ඒ සඳහා කල්පනා කරන සිත වෙන වෙන ම වැටහීමට පත්වන්නේය. සිත පහළ වෙනවාත් සමග ම ඒ සිත නිරවුල්ව දැන ගැනීමට හැකිවන්නේය. මුලදී වනාහී නැමීමට සිතමින් "නැමීමට සිතනවා"යි මෙනෙහි කළේද, ඒ නැමීමට ඕනෑ කරන සිත මනාව නො වැටහෙනු ඇත. භාවනාව වැඩි දියුණු වූ ඒ කාලයෙහි වනාහී නැමීමට ඕනෑ කරන සිත කිසිම අපහසුවක් නැතිව ඉතා හොඳට දැන ගන්නේය.

එසේ හෙයින් කායික ක්‍රියාවක් පවත්නා වාරයක් පාසා ඒ ක්‍රියා කිරීමට ඕනෑ කරන සිත පළමුකොට මෙතෙහි කරනු.

ආරම්භයේදී මෙතෙහි නො කරනු. කටයුතු බහුල බැවින් කායික ක්‍රියා ඉතා ඉක්මන් ය. මෙතෙහි කරන සිත පමා යයි සිතේ, භාවනා ඥාන දියුණුවට පත්වූ කල්හි වනාහි මෙතෙහි කරන සිත පුරෙවාරික (පෙර ගමන් කරන්නාක්) මෙන් පවතී.

නැමීම, දිගහැරීම, හිඳීම, සිටීම, සයනය කිරීම ආදිය කරනු ලබන සිත් ද මෙතෙහි කරනු. නැමීම ආදී කටයුතු ද මනාව මෙතෙහි කළ හැකි වේ. එසේ හෙයින් කායික ක්‍රියා ඉක්මන් නැත. සිත වහා වහා පවත්නේ යයි මෙතෙහි කිරීමෙන් තත්ත්වකාරයෙන් දැන ගන්නේ වෙයි. කය ක්‍රියා කිරීමට ඕනෑ කරන සිත් ඉපදීමෙන් පසු ඒ ඒ සිතට අනුරූපව නැමීම, දිගහැරීම, හිඳීම, ආදී කායික ක්‍රියා කරන රූප උපදින්නේ යයි ද ප්‍රත්‍යක්ෂව දැන ගන්නේය.

ශීත හා උණුසුම දැනීමේදී “ශීතලයි-ශීතලයී, රස්නෙයි-රස්නෙයී” කියා මෙතෙහි කරන්ම ශීතල ද, උණුසුම ද, ඉපදී එන ආකාරය ප්‍රත්‍යක්ෂ වන්නේය. ආහාර ගැනීම මෙතෙහි කිරීමේදී කාය ශක්තිය වැඩිවන ආකාරය ද ප්‍රත්‍යක්ෂ වන්නේය.

පිම්බීම-හැකිලීම ආදී මෙතෙහි කරනු ලබන අරමුණ ද එක එකක් නිමවීමට අනතුරුව තවත් එක් එක් අරමුණු පරම්පරාවන් ගලා එන බැවින් එන එන අරමුණු වෙන වෙනම අතරක් නැර නිරතුරුව ම මෙතෙහි කරයි.

ඒ අතර බුද්ධ රූප. රහත් රූප ආදී නොයෙක් අරමුණුද ශරීරයේ කැසීම, දැවීම, රිඳීම, කැක්කුම ආදී නා නා වේදනා ද ඒවා මෙතෙහි කිරීමේදී ද එක එක නිමවීමටත් පෙරම, තවත් එක් එක් දේවල් පහළ වී එන බැවින්, පහළ වන පහළ වන දේ මාරුකොට නො කඩවා නිරතුරුව මෙතෙහි කරයි. මෙසේ එන එන අරමුණක් පාසා මෙතෙහි කරන බැවින් අරමුණ ඇති නිසා මෙතෙහි කිරීම සිදුවන බවද ප්‍රත්‍යක්ෂ වන්නේය.

තවද එබඳු කාලයේදී පිම්බීම-හැකිලීම් සියුම් බවට පත්ව නොදැනී යන බැවින් මෙතෙහි කිරීමට යමක් නැති නිසා මෙතෙහි නො කොට සිටිය හැකිය. එකල්හි මෙතෙහි කරමින් සිටි අරමුණ නැති බැවින් “මෙතෙහි කිරීමක්ද නැත්තේය යයි” අදහස් පහළවිය හැකිය.

මෙසේ පිම්බීම හැකිලීම් නොදැනී ගිය කල්හී “මෙතෙහි කිරීමක්ද නැත්තේ යයි” අදහස් පහළ විය හැකිය.

මෙසේ පිම්බීම හැකිලීම් නො දැනී ගිය කල්හී “හිඳිනවා-හැපෙනවා, හිඳිනවා-හැපෙනවා”යි මෙතෙහි කරන්න. හැපීම වනාහී තැන මාරු කරමින් මෙතෙහි කළ යුතුය. ඒ මෙසේය. “හිඳිනවා”යි මෙතෙහි කොට නිමවා දකුණු පස ආසනයේ ගැව් ඇති තැන අරමුණු කොට “හැපෙනවා”යි මෙතෙහි කරන්න.

නැවත “හිඳිනවා”යි මෙතෙහි කොට නිමවා වම් පස හැපෙන තැන අරමුණු කොට “හැපෙනවා” යි මෙතෙහි කරනු. මේ පිළිවෙලින් හැපීම් වාර හතරක්-පහක්- හයක් පමණ මාරුවෙන් මාරුවට මෙතෙහි කරන්න. තවද දකීම්. ඇසීම් ආදිය ද මෙතෙහි කරන ඇසත්, රූපයත් ඇති නිසා පෙනීම ඇති වේ. කණත්, ශබ්දයත් ඇති නිසා ඇසීම සිදුවේ. මේ පිළිවෙලින් මෙතෙහි කිරීමේදී ම ඉතා පැහැදිලි ස්වභාවය අවබෝධ වේ.

ඒ නිසා නමන්නට ඕනැය. දිග හරින්නට ඕනැයි. ආදිය සිතන සිත් ජාති ඇතිවන බැවින් නැමීම, දිග හැරීම ආදී ශාරීරික ක්‍රියා ජාති ඇති වන බවද වැටහෙන්නේය.

තවද ශීතල ගති උණුසුම් ගති ඇතිවන බැවින්, ශීතලෙන් හට ගන්නා නා නා රූප උණුසුමෙන් හටගන්නා නා නා රූප ඇති වන්නේ යයි ද, අනුභව කරන ආහාර පාන වර්ග ඇති බැවින් මේ රූප කය පවත්නේ යයි ද, පිම්බීම- හැකිලීම ආදී මෙතෙහි කළ යුතු අරමුණු ඇති බැවින් දකින අසන සිත් ජාති පහළ වන්නාහු යයි ද, ඇස, කණ ආදී නිශ්‍රය රූප ඇති බැවින් දකින සිත්, අසන සිත් ආදිය පහළ වන්නේ යයි ද, පූර්ව, පූර්ව මෙතෙහි කරන විත්ත වෛතසික ධම් ඇති නිසා පසුව පසුව ආවර්ජනා කරන මෙතෙහි කරන නාම ධම් ඇති වන්නාහු යයි ද, පූර්ව කම් හේතුවෙන් මෙවැනි වේදනා ජාති හටගන්නාහු යයි ද, පූර්ව කම් හේතු ඇති බැවින් මේ නාම රූප පරම්පරාව ප්‍රතිසන්ධියේ පටන් නිරතුරුව පහළවන්නේ යයි ද මේ නාම රූප පරම්පරාව මවන යම්කිසි මැවුම්කාරයෙක් නැත්තේ යයි ද ඒ මේ නාම රූපයන් උපදවන හේතු ධම් ඇති බැවින් උපදින්නාහු යයිද මේ ආදී වශයෙන් සත්‍ය ස්වභාවයන් ද වැටහීමට පටන් ගන්නේය. මෙබඳු වැටහීම් වනාහී බොහෝ වේලාවක් කල්පනා කිරීමෙන් වැටහෙන දේ නො වෙති. මෙතෙහි කිරීමෙන් ම මනාව වැටහෙන්නා වූ ඝෂණික අවබෝධ

වන්නා වූ වැටහීම් ය. මේ වැටහීම් ද “වැටහෙනවා” “ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙනවා” “සිතෙනවා” යයි මෙනෙහි කොට මෙනෙහි කිරීම ම නිරතුරුව පැවැත්විය යුතුය.

දැන් මෙනෙහි කළ “නාම රූපයන් හේතු ඇතිව උපන් බව” අවබෝධ වූ කාලයේ අතීත භවයේ අතීත කාලයේදී ද මෙබඳු හේතු පහළ වූ බැවින් මෙබඳු නාම රූපයෝ ම ඇති වූවාහු යැයි ද අනාගත භවයේදී අනාගත කාලයේදී මෙබඳු හේතු පහළ වන බැවින් මෙබඳු නාම රූපයෝ පහළ වන්නාහු යයි ද සත්ත්වයෙකු පුද්ගලයෙකු තැන්තේ යයි ද, හේතු ධර්මයෝ පමණක් ඇත්තාහු යයි ද මෙසේ වැටහීම ඇති වන්නේය. මෙවැනි වැටහීම්ද මෙනෙහි කොට මෙනෙහි කිරීම ම නො නවත්වා කළ යුත්තේය.

මෙසේ මෙනෙහි කිරීමෙන්, වැටහීමෙන් නුවණ දියුණුවට පත් වූයේ අල්පශ්‍රූත වූ ධර්ම ඥානය අඩු කෙනෙකුට නම් ස්වල්ප වශයෙන් ටික ටික වැටහීම් ඇති වේ. නුවණ වැඩීමට පත්වූයේ බහු ශ්‍රූත ධර්ම ඥානය ඇති කෙනෙකුට නම් බහුල වශයෙන් වැටහීම් පහළ වෙති. එසේ වුවත් වැටහීම් ගරු නො කොට මෙනෙහි කිරීම ම ගරු කොට පැවැත්විය යුත්තේය. නො නවත්වා මෙනෙහි කිරීමෙන් ම වනාහි ක්‍රමයෙන් ටික ටික වුවත් ඥානය වැඩීමට පත් වන්නේය. මෙතැනදී ස්වල්ප වශයෙන් මෙනෙහි කිරීමෙන් ද කටයුතු නිම වේ යයි ඒකාන්තයෙන් විශ්වාස කරනු.

සමාධි වැඩි දියුණුවට පත් වූ යෝගාවචරයන්ට වනාහි කැසීම, දැවීම, රිදීම, කැක්කුම, බර ගතිය, දැඩි ගතිය ආදී ඉවසිය නොහැකි නා නා වේදනා ජාති පහළ විය හැකිය. මෙනෙහි නො කර හැරියොත් ඒ වේදනාවෝ වහාම නැති වන්නාහ. මෙනෙහි කරත් කරත් ම නැවතත් ඇති වන්නාහ. මෙබඳු වේදනා, රෝග නොවෙති.

ධර්ම ස්වභාව වශයෙන් පහළවී දූනෙන වේදනා බව තීරණය කරනු, හය නො වන්න. ඒ වේදනාවට ම දැඩි ලෙස සිත පිහිටුවා මෙනෙහි කරනු. ටිකෙන් ටික හෙමින් හෙමින් ඒවා නැති වන්නාහ.

තවද නා නා විධ රූප සටහන් අරමුණු ඉදිරිපිට ඇසට පෙනෙන්නා සේ පැහැදිලිව පෙනෙන්නාහ. සවණක් සණ බුදුරැස් සහිත බබලන්නාවූ බුදුරජාණන් වහන්සේ වඩින්නා සේ ද අහසින් මහ සඟ පිරිස් වඩින්නා සේ ද බුද්ධ රූප. වෛතස ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් ඉදිරිපිට ඇත්තාක් මෙන් ද,



බොහෝ උපකාරීව සිටි හිතවතුන් එන්නාක් මෙන් ද, ගස්, ගල්-පර්වත-උයන්-සුදුවලා ඉදිරිපිට පෙනෙන්නාක් මෙන් ද, ඉදිමී ගිය මෘත ගරීර-ඇට සැකිළි තමා ඉදිරිපිට ඇත්තාක් මෙන් ද කුටිගෙවල් විහාර මන්දිර මිනිසුන් පදිංචි ගෙවල් තමා අහිමුඛයෙහි උස් පහත් ආකාරයෙන් ඔබ්බෙනොබ විසිරි ඇත්තාක් මෙන් ද තමාගේ ගරීරයේ කලවය, කෙණ්ඩිය රතුපාටට කැබලි, කැබලිව වෙන් වෙන්ව එක් එක් ආකාරයෙන් ඇත්තාක් මෙන් ද, ගරීරයේ ඇටකටු, මස්පිඬු, නහර, අතුනු, හෘදයමාංශය ආදිය ඇසට පෙනෙන්නා සේ ද නරකාදිය දිව්‍ය ලෝක, නිරිසත්වයෝ, ප්‍රේතයෝ, දිව්‍යාංගනාවෝ, දිව්‍යරාජයෝ ඇසට පෙනෙන්නා සේ ද, මේ ආදී වශයෙන් නා නා ප්‍රකාර අරමුණු ජාති පහළ වී පෙනෙන්නාහ. චිත්ත සමාධි ආනුභාව බලයෙන් නැමී ගත් සිතට පහළ වී දූනෙන ප්‍රඥප්ති අරමුණු බව ම දන යුතුය. ඇලුම් නො කරනු. බියපත් නො වනු. සිහිනෙන් දකින දේ මෙන් තේරුම් ගත යුතුය.

එසේ නමුත් ඒ අරමුණු දකින්නා වූ මනෝ විඥානය වනාහි විද්‍යාමාන වූ පරමාර්ථ ධර්මයකි. ඒ නිසා මෙතෙහි කරනු. මෙතෙහි කළේ නමුත් නො පැහැදිලි වූ සිත ප්‍රධාන කොට මෙතෙහි කිරීමට නො හැකි වන්නේය. ප්‍රකට වූ අරමුණ ම ප්‍රධාන කොට මෙතෙහි කළ හැකි වන්නේය. ඒ නිසා යම්කිසි අරමුණක් මනාව පෙනේද? ඒ අරමුණ ම දැඩිකොට "පෙනෙනවා පෙනෙනවා"යි එය නැතුව යනතුරු මෙතෙහි කරනු, පැන පැන හෝ කුඩා වෙවී හෝ නො පැහැදිලි වෙවී හෝ විසි වෙවී හෝ ඒවා අතුරුදහන් වී යන්නාහ. ඒ අරමුණු පෙනීමට ආරම්භ වූ තැන් පටන් සතර පස් වරක්, දහ දොළොස් වරක් මෙතෙහි කරනු. එය නැතිවී යන්නේය. ඤාණය දියුණුවට පත් වූ විට වරක් දෙකක් මෙතෙහි කිරීමෙන් ම අතුරුදහන් වී යන්නාහ. ඒ අරමුණු ගැන ඇලුම් කරන හෝ බියපත් වන සිත් තමා හට පහළ වූයේ නම් වහා ම අතුරුදහන් නො වන්නාහ. සිත නැමීගත් අරමුණක් වූයේ නම් එයට ආශා කරන බැවින් අතුරුදහන් නො වී පවතින්නේය. එනිසා සමාධිය මනාව වැඩෙන කල්හි එක එක අරමුණක් පාසා සිත ඇලුම් කිරීමෙන් වැළකීමට විශේෂයෙන් සිහිකටයුතුය. සිත යම් අරමුණකට නැමී ගත්තේ නම් ඒ සිත වහාම මෙතෙහි කොට නැති කළ යුතුයි.

ඇතැම් පුද්ගලයෙකුට වනාහි විශේෂ අරමුණු නානාවිධ වේදනා නො පැමිණීමෙන් දිගින් දිගට මෙතෙහි කිරීමෙන් මැළිකමක් ඇති වේ. ඒ

මැලිකම “කම්මැලියි කම්මැලියි” කියා ඒ නැතිවන තුරු මෙතෙහි කොට නැති කරනු. මේ උදයව්‍ය ඥාන අවස්ථාවේ විශේෂ අරමුණු, වේදනා ජාති, දකින්නට ලැබෙන පුද්ගලයා ද නො ලැබෙන පුද්ගලයා ද මෙතෙහි කිරීමක් පාසා, මෙතෙහි කරන්නාවූ අරමුණේ මූල, මැද, අග මනාව දකින්නේ වේ.

භාවනා ආරම්භයේ දී එක එක අරමුණු මෙතෙහි කිරීමේ දී පහළවන අන්‍ය අන්‍ය අරමුණු මාරු වෙවී මෙතෙහි කරමින් යයි. මුල් අරමුණ නැතිවී ගිය ආකාරය මනාව දැන නො ගනී. මේ උදය වය ඥාන අවස්ථාව වනාහි මෙතෙහි කරනු ලබන එක එක අරමුණ අතුරුදහන් වී යන සැටි දකිමින් අලුත් අලුත් අරමුණු මෙතෙහි කරයි. ඒ නිසා මෙතෙහි කරනු ලබන අරමුණේ මූල, මැද, අග ඉතා පහැදිලිව දකින්නේ වේ.

එකල්හි වනාහි ඉතාමත් යහපත් ව මෙතෙහි කිරීමේදී මෙතෙහි කිරීමක් පාසා ඇතිවන, ඇතිවන කෙතෙහි පහළ වී එන්නා වූ ද නැතිවන නැතිවන කෙතෙහි අතුරුදහන් වන්නා වූ ද අරමුණු ඉතා ම හොඳින් දැන ගන්නා බැවින් “අනිච්චං ඛයට්ඨන” ඝෂය වන අර්ථයෙන් අනිත්‍යය, නුඤා අභාවනො අනිච්චා ඇතිවී නැතිවී යන හෙයින්, අතුරුදහන් වී යන බැවින් අනිත්‍යය යයි වදාළ පෙළ අටුවා වචනයට අනුව, ගෙවී යන්නේය. අතුරුදහන් වී යන්නේ ය. අස්ථිර බවට යන්නේ ය. නැති බවට යන්නේ යයි අනිත්‍ය ලක්ෂණය අවබෝධ වන්නේ ය.

යදනිච්චං නං දුක්ඛං - අනිත්‍ය වූ දේ වනාහි දුක්ඛ, දුක්ඛං භයට්ඨන බියපත් විය යුතු අර්ථයෙන් දුක්ඛ. උදයබ්බය පති පිළනතො දුක්ඛා ඇතිවීම නැතිවීම දෙකින් නිරන්තරයෙන් පෙළෙන්නාවූ බැවින් දුක්ඛායී වදාළ පෙළ අටුවා වචනයට අනුව, නො දන්නා කමින් ආශා කරන්නේය. ආශා කළ යුතු කිසිවක් ම නැත්තේය. පහළ වී අතුරුදහන් වී යන්නේය. ඇතිවීම නැතිවීම දෙකින් නිරන්තරයෙන් පෙළෙන්නේය. කිසියම් ක්ෂණයක මරණයට යන්නේය. ක්ෂණයක් පාසා වහා වහා නැතිවන දුක් නිසා දුක්ක ම වන්නේය. යහපතක් නොමැත්තේ යයි ද වැටහීම් පහළවේ.

“දුක්ඛමදකඛි සලලතො, දුක්ඛ චක්ඛාය දුක්ඛතො, රොගතො ගණ්ඨතො, සලලතො”

ආදී පෙළ අටුවා අනුව ඉවසා ගත නො හැකි නා නා විධ දුක් වේදනා මතු වී ප්‍රකට වී එන බැවින් “දුක්ම වන්නේය. යහපතක් නොවේම” යයි නුවණින් වටහා ගන්නේය.

යං දුක්ඛං තදනතනා- යමක් දුක් වේද, එය ආත්ම නො වන්නේ ය. අනතනා අසාරකටෙයන - අසාර අර්ථ ඇති බැවින් මම කියා, ආත්මය කියා කෙනෙක් නොමැත්තේය. අවසවත්තනතො අනතනාති - සවකීය වසයෙහි නො පවත්නා බැවින් "මම යැයි කියා ආත්මයක් නැතැයි" වදාළ පෙළ අටුවා වචනය අනුව නිදුක්ව සිටිය හැකි සමර්ථ කෙනෙක් නොමැත්තේය. දුකට ම පත්වන අසරණ, අනාථ ස්වභාව ම ඇත්තේය. ඉපදී වහා ම නිරුද්ධ වී යන තත්ත්වයක් ඇත්තේය. කිසිවෙක් සිය කැමැත්තට අනුව නො පවත්තේය. නො ඉපදී සිටීම ද නො හැකිය. ඉපදී නො මැරී සිටීමටද නො හැකිය. ඉපදී නො මැරී සිටීමට ද නො සමත්ය. ස්ව වශයෙහි පවත්නා කෙනෙකු නොමැත්තේය. ස්වභාව ධර්ම වශයෙන් ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවත්නා අනාත්ම ධර්ම ස්වභාවය ම විද්‍යාමාන වේ යයි ද නුවණට වැටහේ. මෙබඳු වැටහීම් ද මෙනෙහි කොට පළමු අරමුණ ම නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරනු.

ප්‍රත්‍යක්‍ෂව දූත මෙනෙහි කළ අරමුණු අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මය යයි ත්‍රිලක්‍ෂණ ස්වභාව වැටහෙන කාලයේ ප්‍රත්‍යක්‍ෂව හමු නොවූ අරමුණු සියල්ල ද, මේ ධර්මයන් මෙන් ම අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මය, යයි නුවණින් වටහා ගත්තේය. මේ වැටහීම වනාහි ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥාන ඇසුරෙන් ලැබෙන්නා වූ අනුමාන ඥානය වේ. මෙබඳු අනුමාන වැටහීම වනාහි ප්‍රකෘතියෙන් නුවණ අඩු පුද්ගලයාට ද ධර්ම ඥානය අඩු පුද්ගලයාට ද, වැටහීම් ගරු නො කොට මෙනෙහි කරන්නාට ද සුළු වශයෙන් වැටහෙන්නේය.

වැටහීම් ගැන ගරු කොට සළකන්නාට බහුල වශයෙන් ලැබෙන්නේය. ඇතැමෙක් මූලික භාවනා අරමුණු මෙනෙහි කිරීම අඩුකොට වැටහීම් අනුව මෙනෙහි කිරීම වැඩි වශයෙන් කරති. එසේ වැටහීම් අරමුණු මෙනෙහි කිරීම බහුල කළ හොත්, මූලික භාවනාව දියුණුවට නොමයන්නේය.

මේ ඥාණ අවස්ථාවේ වැටහී එන අරමුණු බහුලව නො ආවේ නමුත් මත්තෙහිදී ඥානයන්ට පැමිණ අවබෝධය යහපත්ව ලැබෙන්නේය. එනිසා වැටහී එන අනුමාන අරමුණු ගරු නොකරනු. ප්‍රධාන මූලික භාවනා අරමුණ ම ගරුකොට වැටහී එන අරමුණ ද ලැබෙන පරිදි මෙනෙහි කරනු.

අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, ස්වභාව ලක්‍ෂණයන් වැටහීමට පත්වන කාලයේදී පහළ වී එන වෙනත් අරමුණු ගැන වැටහීමක් නො ලැබුනේ නමුත්, ප්‍රධාන අරමුණු නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරයි. ඒ කාලයේ සිතෙහි

පහළ වන්නාවූ ශ්‍රද්ධාව ද, උත්සාහවත් කරන චීරය ද, මෙතෙහි කරවන ස්මෘතිය ද එක් අරමුණෙහි පිහිටුවන සමාධිය ද ඇති තතු මනාව දකින්නා වූ ප්‍රඥාව ද යන මේ ඉන්ද්‍රිය ධර්මයෝ පස්දෙන අඩු වැඩි නොවී සම බවට පත් වූ ඤාණයේදී මෙතෙහි කරමින් සිටි චිත්තය එක් වරට ම අහසට නැංගා සේ බර අඩු බවට පත්ව ඉතාමත් සැහැල්ලු, සංසුන් බවට පැමිණේ, මෙතෙහි කරනු ලබන නාම-රූප අරමුණු ද, ඉතාමත් පැහැදිලි ව පෙනෙන්නට වෙති. හුස්ම ගන්නා වරක් පාසා පිම්බීමේදී මතු මත්තට පිම්බීම් රැසක් සිදුවන බව දැනෙන්නට වේ.

හුස්ම හෙලන වාරයක් පාසා හැකිලීමේදී ද පිළිවෙලින් පසු පස්සට හැකිලීම් රාශියක් ව දැනෙන්නේය. නැමීම් දිග හැරීම් සෙලවීම් ආදියේදී ද ආරම්භයේ පටන් අවසානය තෙක් සිදුවීම් රැසක් පවත්නා බව මතු මත්තෙහි (දේශානන රොක්පතති) වශයෙන් පවත්නා බව වැටහෙන්නේය.

ශරීරයේ තැන තැන නාඨි වැටීම් වැනිවූ ද කුඩා, කුඩා ස්පර්ශ ද, එකින් එකට වේගයෙන් පරම්පරාවට පවත්නා සැටි දැනෙන්නේය. ඇතැම් කෙනෙකුට එවැනි අවස්ථාවේ දැඩි නොවූ කුඩා කුඩා කැසීම්, ඉදිකටු වලින් අනින්නාක් වැනි එක් එක් වේදනා එකින් එකට පහළ වී එන්නාහ. බොහෝ සෙයින් එවැනි අවස්ථාවේ එන වේදනා ඉවසිය නොහැකි දේවල් නො වෙති. මෙවැනි ඉතා වේගයෙන් එන අරමුණු මෙතෙහි කිරීමේදී අරමුණු එක එක, නම් වශයෙන් ගෙන මෙතෙහි කළ හැකි නො වේ. සිහිනුවණින් "දැනෙනවා-දැනෙනවා" යි දැඩි කොට මෙතෙහි කළ යුතු වේ.

එනිසා මෙසේ ඉතා වේගයෙන් අරමුණු පහළවී එන විට ඒවායේ නමින් මෙතෙහි නො කරනු. "දැනෙනවා-දැනෙනවා" යි දැඩි ලෙස මෙතෙහි කරනු. නම ගෙන මෙතෙහි කිරීමට උත්සාහ නො කරනු. කළේ නමුත් සියල්ල පිළිවෙලින් මෙතෙහි කළ නො හැකිව වෙහෙසට පැමිණේ. එක එකක් නමින් මෙතෙහි කිරීමේදී අරමුණු හතලිහක් පනහක් පමණ වෙන් කොට දැන දැන මෙතෙහි කරමින් ගිය කල්හි ද කටයුතු නිම වේ. වරදක් නොමැත. සම්පූර්ණයෙන් සියල්ල නම් වලින් ගෙන මෙතෙහි කිරීමට උත්සාහ කළේ නම් වෙහෙසට පැමිණේ. එනිසා නමින් මෙතෙහි කරන්නේ නම් මධ්‍යම තත්ත්වයෙන් මෙතෙහි කරන්න. එක් එක් වර මෙතෙහි කිරීමේදී අරමුණු සතරක්, පහක්, දහයක්, දොළහක් පමණ දැන ගත හැකි වන්නේය. පැහැදිලිව දැන ගැනීම ම ප්‍රධාන කරුණය. මෙබඳු අවස්ථාවේදී

මූලික භාවනා අරමුණ මෙතෙහි කීරීම නවත්වා සදොරෙහි එන එන අරමුණු පිළිවෙලින් දැඩිව සිහිය යොදා මෙතෙහි කරනු. මෙසේ මෙතෙහි කොට නිමවා මූලික භාවනා අරමුණු පුරුදු පිළිවෙලින් නො කඩවා මෙතෙහි කරනු.

ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවත්නා නාම-රූපයෝ ඇසිපිය හෙලන ක්ෂණයක්, විදුලි කොටන ක්ෂණයක් තරම් ඉතා කෙටි කාලයක අති බහුලව පෙනෙන්නට ලැබෙති. එසේ පෙනෙන්නාවූ නාම-රූප අරමුණු නුවණින් දැන දැන තදින් මෙතෙහි කෙරේ නම් එයින් නුවණ දියුණුවට පත්වූ කල්හී ඉපදී එන පිළිවෙලින් සියල්ල නිරවශේෂයෙන් විදර්ශනා ඤාණයෙන් දනගත හැකි වන්නේය. එවිට මෙතෙහි කරන සිහිය ද ඉතාමත් උසස් බවට පැමිණේ. නාම රූප එක එක පහළ වී එන විට සිහිය එම අරමුණ වෙත පැන පැන පවත්නා සේ මෙතෙහි කරමින් පවතී. ඒ අරමුණද, සිහිය වෙත ඇදී එන්නාක් මෙන් පවතී.

විදර්ශනා කරන නුවණ ද, පහළ වී එන අරමුණු සියල්ල ම එකින් එක මිශ්‍ර නො කොට වෙන වෙන ම ඉතාමත් හොඳින් අවබෝධ කරන්නේ වෙයි. එනිසා භාවනා වඩන යෝගාවචරයා ද මෙබඳු අදහස් ඇති කරයි. "මේ නාම රූපයෝ වනාහී චිත්‍රපටයක් සේ පවතී. ඔරලෝසුවක- යන්ත්‍රයක පවත්නා වේගවත් ශබ්ද පරම්පරාවක් සේ ඉතාමත් පැහැදිලි ව පවතී. මෙබඳු දැකීමේදී ද පිළිවෙලින් සියල්ල නුවණින් දැකගත හැකි වේ. මෙසේ දැන ගන්නා ලද්දට වඩා තවත් ගත යුත්තක් නොමැත. දතයුතු සියල්ල දැනගෙන අවසානය" යි කියා කල්පනා විය හැකිය. සිහිනෙන්වත් නො ලද විරූ අති විශේෂ සිහිනුවණ ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් ලබන ලද්දේ වෙයි.

තවද විදර්ශනා භාවනා බලයෙන් ස්වල්ප වශයෙන් හෝ බහුල වශයෙන් හෝ ආලෝකයන් මතු වී පහළ වන්නේය. මෙතෙහි කරන්නා වූ අරමුණ හා විදර්ශනාව ගැන පිනා යන්නා වූ ප්‍රීතියද ඉතා උසස්ව පහළ විය. ඒ ප්‍රීති වේගයෙන් ශරීරයේ රෝමෝද්ගමනය වීම, කිලිපොලා යෑම, සිරුර හිරිවැටීම ද, සිදුවෙයි. තොට්ල්ලක පැද්දෙන්නා සේ ද, ඕන්විල්ලාවක පැද්දෙන්නා සේ, පවත් සලන්නා සේ ද, සීතල වන්නා සේ ද, ප්‍රීතිය සිරුරපුරා පැතිරෙයි.

ඇතැම් කෙනෙකුට මුලදී මෙසේ වලනාදිය ගැන සිතේ. "කැරකෙනවා, තිගැස්සෙනවා" යි අදහස් ඇතිවෙයි. සිතේ, කයේ සංසිදීම

වූ පස්සද්ධිය ද ඉතා හොඳින් පහළ වේ. ඒ පස්සද්ධි බලයෙන් ඉදිම, සිටීම සක්මන් කිරීම, සයනය කිරීම යන හතර ඉරියව්වේදී ම බොහෝ වේලාවක් සුවසේ වෙහෙසක් නොමැතිව භාවනා කළ හැකි වේ. තවද බර අඩු බව වූ "ලහුතා" ආදිය හේතුවෙන් ද, මුළු කය-සිත යන දෙක ම ඉතා නිරෝගී බවට පැමිණෙයි. බොහෝ වේලාවක් හිඳගෙන, වැතිරගෙන හෝ මෙතෙහි කරන්නේ නමුත් අතරක් නැර මනාව දෑක දෑක විදර්ශනා කළ හැකි වේ. රිදුමක්, කැක්කුමක්, රත්වීමක් හෝ නො පැමිණෙයි. මෙතෙහි කරන සිත හා අරමුණ ඒකාබද්ධව යුගල, යුගලව පවත්නා සැටි පෙනේ. ස්වභාවයෙන්ම සිත සෘජු බවට පත්වී සියලු පාපයෙන් විරමණය වනු කැමති වෙයි. ප්‍රසන්න බවට, පැහැදීම් බවට, පමුණුවන්නා වූ ශ්‍රද්ධාවද, පහළ වේ. දියුණුවට පත්වූ ඒ ශ්‍රද්ධා බලයෙන් සිත අභිශයින් ම ප්‍රසන්න වේ. සමහර විට මෙතෙහි කළ යුත්තක් නොමැතිව ඉතාමත් ප්‍රසන්න චිත්ත සන්තානයක් පමණක් ම ඇත්තාක් මෙන් දනේ. "බුදුරජාණන් වහන්සේ සියල්ල අවබෝධ කළේය" යනු ඒකාන්ත සත්‍යයකැයිද, මේ නාම-රූප දෙක අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යනු ද "ඒකාන්ත සත්‍යයකැ"යි පැහැදීම් මුල්කොට ඇති මෙවැනි කල්පනා බොහෝ සේ පහළ වෙති. මෙතෙහි කිරීමෙන් පසු කල්පනාවට වැටී ඇතිවන, නැතිවන නාම- රූප ගැන අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ස්වභාවයන් ම එකින් එකට මනාව දකිමින් අනුන්ටත් මේ ධර්මාවබෝධය දීමට බොහෝ සෙයින් සිත් පහළ වේ.

පසුබට නො වන්නා වූ ඉතා ම බලවත් බවට පත්වූ විරියය ද පහළ වන්නේය. ඉබේම වාගේ විදර්ශනා කිරීමේ සමාන ගුණයවූ විදර්ශනා උපේක්ෂාව ද ප්‍රකට වේ. විදර්ශනා කිරීමේ සැපවත් බව වූ සුඛ වේදනාවද, ඉතාමත් අධිකව පහළ වේ. එහෙයින්ම තමා ලත් සැපවත් බව අනුන්ටත් සම්පූර්ණයෙන් දීමට කැමැත්ත ඇතිවෙයි. ආලෝකය, සතිය, ඤාණය, ප්‍රීතිය, යනාදී විශේෂ ලාභ ගැන ආශ්වාදය කරන්නාවූ නිකාන්තිය ද, පහළ වේ. ඒ නිකාන්තිය නිසා භාවනා මනසිකාරය වැඩි වැඩියෙන් දියුණුවට පැමිණියේ යයි කල්පනා ඇති වෙයි.

වැඩි දියුණුවට පත්වූ මේ විදර්ශනා ආලෝක ආදිය ද ආශ්වාදනය නොකරනු. ඒවාද පහළ වේවී එන පිළිවෙලට "ආලෝකයි, ආලෝකයි" "සැපයි, වැටහෙයි. කල්පනාවෙයි, ප්‍රසන්නයි. ප්‍රීතිය, ආසයි" යනාදී වශයෙන් මනසිකාරය ම පැවැත්විය යුතුයි. ආලෝකය මෙතෙහි කරන්නේ නම්

“ආලෝකයක්, ආලෝකයක්” කියා නොපෙනී යනතුරු මෙතෙහි කරනු. පෙනීම මෙතෙහි කරන්නේ නම්” පෙනෙනවා, පෙනෙනවා “යයි මෙතෙහි කරනු. එසේ නමුත් ආලෝක ආදිය මුලදී පහළවී එන කල්හි මෙතෙහි කළ නො හැකිව එය ඇලුම් කරමින් සකුටු වෙයි. මෙතෙහි කළේ ද, සැපයත්, නිකාන්තියත් දෙක මතු වී එන බැවින් බොහෝ වේලාවක් නැති නොවී පවතියි. ඇලුම් නො කොට මෙතෙහි කිරීමෙන් ම අතුරුදහන් වෙති.

ආලෝකය අධිකව පහළවන යෝගාවචර පුද්ගලයන්ට කොතෙක් මෙතෙහි කළත් අතුරුදහන් නොවෙති. එනිසා ආලෝක ආදිය ගරු නො කොට සිත-කය දෙකෙහි පහළවන ක්‍රියා මාත්‍රයන් ම ගරු කොට විදර්ශනා කරනු. ආලෝකයක් පහළ වූයේ යයි කල්පනා නොකරනු. කල්පනා නො කරන්නේ නම් ආලෝක මාත්‍රයෙහි ම නවතින්නේය. එසේ කල්පනාවක් හොඳින් විදර්ශනා කරනු. ආලෝකය පමණක් නොව වැඩි දියුණුවට පත් වූ සමාධිය ගැනද සිත ආශාවෙන් නමාගත්තේ නම් අරමුණු වැඩි වැඩියෙන් පහළ වී එන්නාහ. මෙබඳු සිත් ඇලුම් ඇතිකිරීම වනාහි නො කළ යුතුයි. ඇල්මක් ඇතිවූයේ නම් තදින් ම විදර්ශනා කොට දුරුකළ යුතුය. ඇතැම් පුද්ගලයෙකුට ඇලුම් සහිත සිත් බහුලව පහළ නොවූවත් නො පැහැදිලි වූ ඡායා සෙවනැලි පින්තුර ආදී නා නා දේවල් රථයක ගමන් කරන්නෙකුට දෙපස පෙනෙමින් ඉකුත්වන දේවල් මෙන් එකින් එකට වේගයෙන් පහළ වී එන්නාහ. “පෙනෙනවා - පෙනෙනවා”යි මෙතෙහි කළේ නම් මෙතෙහි කිරීමක් පාසා ඒ ඒ අරමුණු දුරුවී යන්නාහ.

ඥාණය අඩු කාලයේදී පැහැදිලි වේවී පහළ වන්නාහ. “පෙනෙනවා, පෙනෙනවා”යි මෙතෙහි කිරීමේදී එක් එක් වරක් ම මෙතෙහි කිරීමෙන් ඒ ඒ අරමුණු එකින් එක පහළ වූ පමණකින් ම දුරුවී යති. නැවත නූපදනා පරිද්දෙන් ම සම්පූර්ණයෙන් ම නිරුද්ධ වෙති.

විදර්ශනා ආලෝක ආදියට ඇලුම් කරමින් බලා සිටීම නොමඟ යාමකි. විදර්ශනාව නිරන්තරයෙන් පැවැත්වීම නියම මාර්ගය යයි සලකා සිතේ, කයේ එකින් එකට පහළවී එන නාම-රූපයන් නො නැවතී නිරතුරුව මෙතෙහි කරන්නේ නම් විදර්ශනා ඥානයෙන් ඉතාමත් හොඳින් අවබෝධය ඇති වේ. නාම-රූපයන්ගේ වහා වහා ඇතිවීම, නැතිවීම ඉතා පැහැදිලිව අවබෝධ වේ. මෙතෙහි කිරීමක් පාසාම “එකිණෙහි ම ඉපදී, එකිණෙහි ම නැතිවූයේ” යයි වැටහෙයි. පළමු, පළමු නාම - රූපයෝ පසු - පසු නාම

- රූපයන් සමග මිශ්‍ර නොවෙත්, කොටස්, කොටස් සිඳි සිඳි නැති වෙත් යයි මනාව අවබෝධ වේ. එනිසා මෙතෙහි කිරීමක් පාසා අනිත්‍යය හෝ දුක්ඛය හෝ අනාත්මය කියා හෝ දැන දැන ධර්ම ස්වභාවය ම අවබෝධ කරයි.

එබඳු අවස්ථාවේදී ඇතැම් යෝගාවචරයෙක් හට බොහෝ වෙලාවක් මෙතෙහි කරන්නේ නම් මෙතැන් පටන් "යහපත් බවක් නොමැත. විශේෂයක් නැතැ"යි සිතා වරින් වර භාවනා කිරීම නැවැත්වීමට සිතෙයි. එසේ සිතට අනුව වරින් වර නො නවත්වනු, වෙනදාට වඩා වැඩි වෙලාවක් විදර්ශනා මනසිකාරය නො නවත්වා පවත්වනු.

භාවනා ඥානය මතු මත්තෙහි දියුණුවට පැමිණි විට මෙතෙහි කරනු ලබන ආරම්භණයන්ගේ උත්පාදකෂණය පැහැදිලිව නො පෙනී යයි. නැති වීමම භංගකෂණයම පෙනෙන්නට වෙයි. නිරෝධකෂණයම බල බලා සිටින්නේ වෙයි. මෙතෙහි කරන චිත්තය ද බිඳී බිඳී යන්නේ යයි වැටහේ. වැටහෙන ආකාරය-පිම්බීම මෙතෙහි කිරීමේදී එකින් එකට පිම්බීම් රැසක් පිළිවෙලින් බිඳී බිඳී යන්නේ යයි වැටහෙයි. ඒ දකින්නා වූ චිත්තය ද වහාම බිඳී යන්නේ යයි අවබෝධ වෙයි.

හැකිලෙනවා, හිඳිනවා, නමනවා, දිගහරිනවා, රිදෙනවා යනාදී වශයෙන් මෙතෙහි කිරීමේදී පළමුව අරමුණ ද දෙවනුව මෙතෙහි කළ සිත ද එසේම පෙර පසු නොවී බිඳී බිඳී යන්නේ යයි අවබෝධ වෙයි. සමහර පුද්ගලයකුට වනාහි පළමුව අරමුණ ද දෙවැනිව මෙතෙහි කරන සිත තෙවනුව නැවත ඒ වටහාගත් සිතද, යන තුනක් තුනක් ම පෙර පසු නොවී බිඳී යන්නාහ, යි විශේෂයෙන් අවබෝධවෙයි. එසේ වුවද අරමුණ හා මෙතෙහි කරන සිත ද යන දෙක පමණක් පෙර පසු නොවී යුගල යුගලව බිඳී බිඳී යන්නේ යයි පැහැදිලි ව අවබෝධ වේ නම් එපමණක් සෑහෙන බව දැනගත යුතුයි.

අරමුණ හා මෙතෙහි කරන සිත ද යුගල යුගලව බිඳී බිඳී යාමට නිරන්තරයෙන් මෙතෙහි කළ හැකි තත්ත්වයට දියුණු වූ කල්හි කය, හිස, අත, පය ආදී සංඛාර නිමිති, සණ ප්‍රඥප්ති, ද්‍රව්‍ය-පුද්ගල සටහන් නො වැටහී එකින් එකට බිඳී බිඳී යන ස්වාභාවය ම මෙතෙහි වෙමින් අවබෝධ වේ. ඒනිසා සමහර පුද්ගලයෙක් හට මේ භංග ඤාණය පහළවන කල්හි මෙතෙහි කිරීමෙන් පලක් නැතැයි ද නිකරුනේ සිටීමක් යයි ද යහපත්



බවක් නැතැයි ද අදහස් වෙයි. එසේ අදහස් නො කළ යුතුයි. සිත වනාහි ගෝචරකොට ඇත්තා වූ සංස්කාර නිමිති, සෂ්ණ ප්‍රඥප්ති හා ද්‍රව්‍යයන් කෙරෙහි රමණය කරන්නේ වෙයි. ඒ ප්‍රඥප්ති අරමුණු පෙර සේ නො ලැබෙන නිසා සැහීමක් ඇති නො වේ. නො ඇල්මක් ඇති වේ. භංග ඥානය වැඩීමට පත්වීමෙන් එසේ වැටහීම ඇති වෙයි. භාවනාව ළදරු අවස්ථාවේ පෙනීම, ඇසීම, දැනීම පුද්ගල සටහන් ආදී ප්‍රඥප්ති අරමුණු පළමු කොට ප්‍රකට වෙති. මේ භංග ඥානය දියුණුවට පත්වීමේ දී එකින් එකට නිරුද්ධ වන්නා වූ නාම -රූප ස්වභාවය ම පළමුව ප්‍රකට වේ. නැතිවන්නේය. අතුරුදහන් වන්නේය. අහෝසි වන්නේය යයි විදර්ශනා වශයෙන් අවබෝධ කර ගන්නා වූ ඥානය පළමුකොට පහළ වෙයි. නැවත නැවතත් කල්පනා කරන්නේ නම් පුද්ගල සටහන් ආදී ප්‍රඥප්තිය දැන ගැනීමට හැකි වෙයි. කල්පනා නො කොට මනසිකාරය ම නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්නේ නම්, ප්‍රඥප්ති අරමුණු මිශ්‍ර නො වී ප්‍රකට නො වී නිරුද්ධ වන්නා වූ පරමාර්ථ ස්වභාවයෙහි ම පිහිටන්නේය. එනිසා “ ප්‍රඥප්තිය මතු වූයේ නම්, පරමාර්ථය සැඟවේ. පරමාර්ථය මතු වූයේ නම් ප්‍රඥප්තිය සැඟවේ යයි” කියන පණ්ඩිත වචනය ඒකාන්ත සත්‍ය බව අවබෝධ වෙති.

මනසිකාරය බොහෝ සෙයින් දියුණු කල්හි පළමු මෙනෙහි කිරීම හා පසුව මෙනෙහි කිරීම අතර දුරස්තයක් අන්තරයක් ඇතැයි ද සිතේ, පැහැදිලි වේ. ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානය ඉතාමත් සීඝ්‍රව වැඩෙමින් පවත්නා බැවින් පෙර පසු වීචිත්තේ අතරයෙහි වූ භවාංග සිත් කාලය වැටහීම බව දැනගත යුතුය. නැමීමට දිගහැරීමට සිත සිත මෙනෙහි කොට දැනගත් නිසා ඒ සිත නිරුද්ධ වී ගිය බැවින් වහාම නැමීමට දිගහැරීමට නො හැකි වෙයි. වැඩි වේලාවකින් පසුව හැකිවෙයි. එසේ වනුයේ මෙනෙහි කරන විදර්ශනා ඥානය ඉතා යහපත්ව සීඝ්‍රව පවත්නා බැවිනි. මෙබඳු කාලයෙහි මූලික භාවනා අරමුණ ස්වල්ප වේලාවක් මෙනෙහි කිරීම නවත්වා සදොරෙහි ප්‍රකට වන්නා වූ නාම-රූප ස්වභාවයන් ද පතුරුවා මෙනෙහි කරන්න.

**පතුරුවා මෙනෙහි කරන ආකාරය**

පිම්බෙනවා - හැකිලෙනවා - හිඳිනවා ආදී වශයෙන් පෙර ලෙස මෙනෙහි කොට නුවණ වැඩි දියුණු වූ කල්හි මුළු සිරුරෙහි පැහැදිලි වන්නා වූ හැපීම-දැනීම් සියල්ල ද ඇසීම, පෙනීම් ආදිය ද පහළ වී යන පිළිවෙලින් මෙනෙහි කිරීමේදී නො පැහැදිලි වීමක් හෝ සිත විසිරී යාමක්

හෝ වෙහෙසක් හෝ ඇති වේ නම් පිම්බීම-හැකිලීම-හිඳීම ආදී පෙර පුරුදු අරමුණ ම නැවත මෙතෙහි කරනු. නැවතත් නුවණ යහපත් වූ විට නැවත ද පහළවන, පහළවන අරමුණු ගෙන එසේ ම පතුරුවා මෙතෙහි කරනු. මේ නය ක්‍රමයෙන් වරින් වර පතුරුවා මෙතෙහි කළ යුතුයි. අනුපිළිවෙලින් තොරව පතුරුවා පතුරුවා යහතින් මෙතෙහි කළ හැකි කල්හි බොහෝ වේලාවක් මෙතෙහි නො කළේ නමුත් ඇසෙන ශබ්ද පෙර පසු නොවී කොටස, කොටස වහා වහා නැති වේවී යන්නේ යයි ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වේ. පෙනෙන පෙනෙන සියල්ල ද, එකින් එකට නිරුද්ධ වේ යැයි අවබෝධ වේ. එය "යථා භූත ඤාණයයි".

ඇතැම් යෝගාවචරයෙක් හට හොඳ හැටි බලා සිටියත් හැම අරමුණම පැහැදිලිව නොපෙනී එකින් එකට පහළවීම ම පැහැදිලිවන බැවින් හොඳ හැටි නොපෙනේ. "ඇස දුබලයි" අන්ධකාරයක් ඇතිවූවායි සිතේවේ. ඇසේ දුබලකමක් හෝ අන්ධකාරයක් හෝ නොවෙයි. ස්වභාව ධර්ම වශයෙන් පළමු පෙනීම හා පසුව පෙනීම අතර වටහාගත් විදර්ශනා ඥානයට යහතින්ම අවබෝධ වන බැවින් ප්‍රඥප්ති අරමුණ නොපෙනී ඇති සැටියෙන් දැකීමකි.

එබඳු කාලයෙහි මෙතෙහි නොකොට "ටිකක් නවතිමි" යි නැවතුනේ නමුත් නාම-රූප සංස්කාරයෝ පෙනෙමින් ම, මෙතෙහි වෙමින් ම පහළවෙමින් පවතී. ඒ සංස්කාරයන් ඉබේ ම නුවණට අසුවේ. ඒනිසා නිදා ගත්තේ ද නින්ද නොයා රූ දහවල් සුවපේ ඉකුත් වේ. නින්ද නො යාම ගැන කණගාටු නො වෙනු. ඉන් අයහපතක්, රෝගයක්, ආබාධයක් හට නො ගනී. නො කඩවා මෙතෙහි කරනු. මේ නුවණ ඉතා දියුණුවට පත්වූ කල්හි මෙතෙහි කරන සිත අරමුණකට පැන පැන යමින් පවත්නා සැටි ද අවබෝධ වේ.

අරමුණ හා මෙතෙහි කරන සිත නිරන්තරයෙන් එකවරට නිරුද්ධ වී යාම මනාව අවබෝධ වන අවධියේ දී මෙබඳු ආවර්ජනා අදහස් පහළ වේ. ඇසිපිය හෙලන ක්‍ෂණයක්, විදුලිය කොටන ක්‍ෂණයක් තරම්වත් නො නැවතී අනිත්‍යයට යන්නාහයි ද මෙතෙහි නොකර සිටියා වූ කාලයේ ද, දැන්මෙන් නිරුද්ධ බවට ගියහ. මත්තෙහිත් දැන්මෙන් නිරුද්ධ බවට යන්නාහ යයිද අදහස් වේ. ඒ අදහස්ද දැඩිව මෙතෙහි කරනු.

තවද මනසිකාරයන්ට අතරෙහි, අතරෙහි බියජනක අදහස් ද, පහළ වේ. ඒ මෙසේය. නොදැනීම හේතුවෙන් ම ලොව ඇලීම ඇතිවේ. එක එක

නැති වේවී යාම ම වහා වහා පවත්නා බැවින් සංස්කාරයෝ බිය ජනකයෝ ය. ඔවුන්ගේ බිඳෙන, බිඳෙන කවර හෝ ඝෛණියකදී මරණයට පත්වන්නෝ ය. මේ භවයේ පළමුවෙන් ම ඉපදීම ද භයානකය. නිරන්තරයෙන්, අතරක් නො හැර ම බිඳි-බිඳි පවත්නා මොවුන්ගේ පුන පුනා ඉපදීම ද භය ජනක ය. සත්ත්වයෙක්-ද්‍රව්‍යයක් ද නොමැතිව සත්ත්ව-ද්‍රව්‍යයක් ඇත්තා සේ පහළ වී පෙනීම ද භයානක ය. දුකක් ම වූ මොවුන් සැපවත් කිරීම සඳහා මෙසේ උත්සාහ ගැනීම ද මොවුන් මතු මත්තෙහි ජීවත් කරවීම ද භය ජනක ය. මතු භවයක ඉපදීම ද මේ බිඳෙන ධර්මයන් ම මතු භවයන්හී ඉපදීමත් භයානක ය. ජරාව, ව්‍යාධිය, මරණය, ශෝක වීම, හැසීම, වැළපීම හා අධික ලෙස චිත්ත වේදනා වීම නම් වූ උපායාසය ද භය ජනක යයි අදහස් පහළ වේ. මේ අදහස් සිත සිතා නො සිට දැඩිව සිහිය යොදා මෙනෙහි කරනු. එවිට යෝගාවචරයාගේ සිත අසරණ අනාථ බවට පත්වූවෙකුගේ මෙන් පවතී. පැහැදිලි බිඳි බිඳි යන්නා වූ නාම-රූපයන් භය දෙන්නවුන් සේ වැටහේ. සතුටුවිය යුත්තක් නැති බවද වැටහේ. කණගාටුව හා කළකිරීමක් ඇති වේ. සිත කලකිරවා නො ගනු. ධර්ම ස්වභාවයෙන් ඥානයාගේ දියුණුවට පැමිණීමකි. බිය විය යුතු ධර්මයන් විදසුන් නුවණින් දැනගෙන උපෙක්‍ෂා චිත්තයේ දුකක් කණගාටුවක් නොමැතිව මධ්‍යස්ථ බවට පැමිණේ. එන එන අදහස් ද මෙනෙහි කොට එන එන පරිදි නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරන්නේ නම් වැඩිවේලා නොගොස් වහාම අතුරුදහන් වී යන්නාහ. එසේ වුවද මෙනෙහි නො කොට බොහෝ වේලාවක් අදහස් පහළකරමින් සිටියේ නම් දොම්නස ඇතිවී නැවත භය ම පහළ වේ මෙසේ නැවත නැවත භය පහළවීම් විදර්ශනා ඥානය නො වේ. එනිසා දොම්නස් කණගාටු ඇති නො කොට පහළවන අදහස් නො කඩවා මෙනෙහි කරනු.

තවද මෙනෙහි කරන අතරේදී ආදිනව වැටහීමෙන් මතුවී එන ආවර්ජනා ඇත. එම අදහස් මෙනෙහි කරන්නේ මෙසේය. මේ නාම - රූපයෝ වනාහී වහා වහා බිඳී බිඳී අනිත්‍ය බවට යාම ද යහපතක් නොවේ. මේ ආත්මභාවයේ මුලින් ඉපදීමත් යහපතක් නො වේ. නිමාවක් නොමැතිව නිරන්තරයෙන් ඇතිවීමද, යහපතක් නො වේ. සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් ද්‍රව්‍යයක් නොමැතිව ම සත්ත්ව පුද්ගල ද්‍රව්‍යයන් ලෙස පහළ වී ඒමත් යහපත් නො වේ. සැපවත් වීම සඳහා උත්සාහ කිරීමද යහපතක් නො වේ. මතු භවයක ඉපදීමට වීමත් සුවයක් නො වේ. ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ශෝක,

හැඬීම්, වැළපීම්, අධික සිත් තැවුල් වීමත් යහපත් නො වේය. සියල්ලම දුක් ගොඩකි. මේ අදහස් ආවර්ජනා නුවණින් මෙනෙහි කරනු, එවිට මෙනෙහි කරනු ලබන නාම -රූප හා මෙනෙහි කරන චිත්ත වෛතසිකයන් ද ඉතාමත් ඖදාරික යයි කටුක, කර්කශයයි ද අදහස් ඇති වේ. කිසිවක් ම සාත බවක්, මිහිරි බවක් නැතැයිද අදහස් වේ. ඇතිවීම- නැතිවීම සමඟ පිළිකුල් කළයුතු අසුභයක් යයි ද අදහස් ඇතිවේ. මුළු කය ම පූති බව, අපචිත්‍ර, ජරා, ජීණ් බව ඇත්තෙකැයි ද අදහස් වේ. සීඝ්‍රයෙන්ම බිඳෙන සුලු යයි වැටහේ.

ඒ අවධියේදී නාම-රූපයන් ඉපදී එන අයුරෙන් මෙනෙහි කළේ නමුත් යෝගාවචරයාගේ සිත ඒ නාම - රූපයන්හී ඇල්මක් නොකරයි. මනසිකාරයක් පාසා ම නාම- රූපයන්ගේ නැතිවීම වෙන් වෙන් වශයෙන් දක දක විදර්ශනාව හොඳින් පැවැත්වූයේ නමුත් පෙර ම මෙන් සතුටක් ඇති නො වේ. නිබ්බදාව ම-කළකිරීම ම ඇතිවේ. එනිසා මෙනෙහි නො කරනු කැමැත්තක් මෙන්- උදාසීන වූවාක් මෙන් සිටී, එහෙත් මෙනෙහි නො කර සිටිය නො හැකි වේ. මෙනෙහි කරමින් ම සිටී. උපමාවක්:- අසුච්චි, මඩ ආදියෙන් අපචිත්‍ර වූ මාර්ගයක, අන් යාහැකි මඟක් නැති නම් පියවරක් පාසා මි පිළිකුල්ව යන්නාක් මෙනි. ගමන් නො කර නො සිටිය හැකි ද වේ. ගමන් කරන්නට ම සිදුවේ. මෙයද එබඳුය. එවිට මිනිස් ලෝකය ගැන කල්පනා වූයේ නම් ඝෂණයක් පාසා බිඳී බිඳී යන නාම - රූපයන් හැර වෙන කිසිවක් නොමැති බව දන්නා බැවින් කිසියම් මනුෂ්‍යත්වයක් ගැන කිසියම් ස්ත්‍රී, පුරුෂ තත්ත්වයක් ගැන හෝ කිසියම් රජ බවක්, සිටු බවක් ගැන හෝ අහිරතියක්- ඇල්මක් නො දකී. කළකිරීම් සහගත වූ ම අදහස් පහළ වේ. දිව්‍යලෝක, බ්‍රහ්මලෝක ගැන හෝ ආවර්ජන කළේ ද? එසේම ස්වභාවය වටහා ගත් බැවින් නිර්වේදය ම කළකිරීම ම ඇති වේ.

කළකිරීම ඇති වූ බැවින් මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ම සිත මෙනෙහි කරනු ලබන නාම - රූප සංස්කාරයන් කෙරෙන් දුචගොස් මිදී යාමට මෙන් අදහස් ඇති වේ. දැකීම, ඇසීම, හැපීම, ආවර්ජනා කිරීම, හිඳීම, නැගිටීම, නැමීම, දිග හැරීම, මෙනෙහි කිරීම, ආදී මේවා කිසි සුභයක් නොමැත්තේය. මේ සියල්ල ඉවත් කිරීමක් වේ නම් යහපතකි. මේවා නැති කැනකට මිදීයාමට ඇත්නම් මැනවයි යනාදි වශයෙන්ද සංස්කාරයන්

කෙරෙන් මිදීමට කැමති අදහස් ඇති වේ. එවැනි අදහස් ද සිතමින් පමණක් නො සිට විදර්ශනා කරනු.

“මේ නාම-රූපයන්ගෙන් සම්පූර්ණයෙන් මිදියාම පිණිස කුමක් කරන්නෙමිද” යි මෙතෙහි කරන කල්හිද, අසුභයක් අයහපතක් බව ම ඇති වේ යයි කල්පනා වේ. අයහපත් යන තීරණයට ද, පැමිණේ, මේ සියල්ල මෙතෙහි නො කොට සිටීම යහපතක් යයි ද අදහස් වේ. ඒ අදහස් ද මෙතෙහි කරනු.

ඇතැම් කෙනෙක් වනාහි එබඳු අදහස් ලැබෙන පරිද්දෙන් මෙතෙහි නො කර හරිත්. මෙතෙහි නො කර හැරියේ නමුදු දැකීම, ඇසීම, පිම්බීම, හැකිලීම. හිඳීම, නැමීම, දිග හැරීම, සිටීම ආදී නාම-රූප සමූහය නො නවත්වා ඉපදී ඉපදී පහළ වනු ම ඇත. මෙතෙහි කරන්නාවූ විදර්ශනා බලයෙන් ප්‍රකට නො වී නො සිටී. ප්‍රකට වෙමින් පහළ වන්නේ ම වෙයි. ප්‍රකට වන්නාවූ ඒ නාම -රූපයන් විදර්ශනා කිරීම ද ඉබේ ම නො කඩවා පවතී. එනිසා මෙබඳු වැටහීම් ස්වභාව ඇතිවේ. මෙතෙහි නො කෙළේ නමුදු නාම රූපයේ ඉපදී ඉපදී පහළ වන්නාහ. ප්‍රකට වීමද, ඇත්තේ ම ය. විදර්ශනාවෙන් දැනීම ද නිරතුරුව ම දැන ගැනීමට පැමිණෙහි, එනිසා මෙතෙහි නොකර සිටීමෙන් මේ නාම-රූපයන් කෙරෙන් මිදීමක් නො වන්නේ ය. මේවා ඉවත දැමීමක් අතහැර දැමීමක් නො වන්නේ ය. පිළිවෙලින් මෙතෙහි කොට අනිත්‍ය - දුකඩ - අනාත්ම බව හොඳහැටි අවබෝධ වීමෙන් මේවාට ගරු නො කොට මධ්‍යස්ථ විය හැකිය. මොවුන්ගේ නිරෝධය වූ නිර්වාණය ද අවබෝධ කළ හැකිය. ඒ කාලයේ ම ඉතාමත් ශාන්ත බවට, නිවීම බවට, සැනසීම් බවට යන්නේ යයි සත්‍යය වැටහීමෙන් මෙතෙහි කිරීම ම නැවතත් කරන්නේය. දැනුම අඩු පුද්ගලයෝද, ගුරු උපදේශ අනුව සත්‍ය වටහා ගෙන නැවතත් මෙතෙහි කරන්නාහ.

මෙසේ පෙර පරිද්දෙන් නැවත මෙතෙහි කොට නුවණ දියුණු කල්හි ඇතැම් පුද්ගලයකුට ඉවසිය නො හැකි බොහෝ වේදනාවෝ පහළ වෙති. සිත දුබල නො කරගනු. දුකඩනො- දුක් වශයෙන්, රොගනො-රෝග වශයෙන් ගණධනො - ගඩුවක් වශයෙන්, සලලනො- ලල් වශයෙන්, අසනො - පාප වශයෙන්, ආබාධනො - පීඩාවක් වශයෙන් යනාදී වදාළ පෙල වචනයට අනුව දුකක් මෙන්. රෝගයක් මෙන්ද, පහල වෙවී දැනීම, දුක්බලක් වශයෙන් විශේෂයෙන් පැහැදිලි වීමකි. සම්පූර්ණයෙන් අතුරුදහන් වනතුරු මෙතෙහි කරනු.

මෙබඳු බලවත් දුක් වේදනා මතු නො වුවත්, අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ලක්ෂණ 40 අතුරෙන් එක එක සුදුසු පරිද්දෙන් මෙතෙහි කිරීමක් පාසා ප්‍රකට වෙති. මෙසේ ප්‍රකට ව වික්ෂේපයක් නොමැති ව මනා ව මෙතෙහි කළේ නමුදු යෝගාවචරයා වනාහි මෙතෙහි කිරීම හරි නැතැයි කියා ම අදහස් කරයි. අරමුණ හා මෙතෙහි කිරීමේ සිත හොඳ හැටි නො ගැලපී ඇති වෙවී නැති වෙවී පවතී යයි ද අදහස් වෙයි. මේ වනාහි නාම-රූපයන්ගේ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ලක්ෂණ වෙන් වෙන්ව අවබෝධ කර ගැනීම නිසා සෑහීමකට පත් නො වීමකි. මෙසේ සෑහීමකට පත් නොවූ බැවින් නා නා විධි වෙනස් කිරීම් ගැන සිත් වේ. හිඳගෙන භාවනා කිරීමෙන් හරි නැතැයි සිතා සක්මන් කිරීමට සිත් වෙයි. ඇවිදීමෙන් භාවනා කළේ නම් හරි නැතැයි සිතා වාඩි වීමට සිතෙයි. නැවතත් හරි නැතැයි සිතා අත් පා වෙනස් කිරීමට සිතෙයි. වරක් සයනය කිරීමට ද, හාන්සිවීමට ද සිතෙයි. මෙසේ ඉරියව් අත් පා ආදිය මාරු කරමින්, වෙනස් කරමින් මෙතෙහි කළේ නමුදු කිසිම ආකාරයකින් කවර ඉරියව්වකින් වත් වැඩි වේලාවක් භාවනා කළ නො හැකි වේ. වහ වහා වෙනස් කරන්නේ ම වේ. පසු බට නො වෙනු, සිත දුර්වල කර නොගනු.

නාම-රූප සංස්කාරයන් ආශ්වාදනය කිරීමක් නැතිව තත්ත්වකාරයෙන් අවබෝධ කරගත් බැවින්ද සංස්කාරෝපේක්ෂා ඥානය මෙන් මධ්‍යස්ථය මෙතෙහි නොවන බැවින් ද, මෙතෙහි කිරීම - භාවනාව යහපත් බවට පැමිණියේ නමුදු "යහපත් නැතැයි" "හරි නැතැයි" වැටහීමෙන් සෑහීමකට තෘප්තියකට පත් නො වීම කි. මාරුකිරීමක් වෙනස් කිරීමක් නොමැතිව එකම ඉරියව්වෙන් යුතුව වැඩි වේලාවක් භාවනා කිරීමට උත්සාහවත්ත වෙනු, වැඩි වේලාවක් නො ගොස් භාවනාව හොඳට කරගත හැකි වන්නේය. නො පසුබට ව මනා ව මෙතෙහි කරන්නේ නම් භාවනා සිත එකින් එකට ගැලපී පැහැදී එන්නේය. අවසානයේදී වැටහීම් වශයෙන් පැමිණි අදහස් සියල්ල නැති වී යන්නේය.

සංස්කාරයන් ගැන විශේෂ ව්‍යාපාර කිරීමක් නොමැති ව මධ්‍යස්ථ ව භාවනා කළ හැකි තත්ත්වයට සංඛාරෝපේක්ෂා ඥානය වැඩීමට පත්වූ කල්හි මෙතෙහි කරන සිත ඉතාමත් ප්‍රසන්න බවට පැමිණෙයි. ඉතාමත් සියුම් බවට පැමිණෙයි. මෙසේ දියුණුවට පැමිණි කල්හි ඉබේ ම අවබෝධ වෙවී පවත්නේ යයි වැටහෙයි. ඉතාමත්ම සියුම් බවට පැමිණියා වූ නාම-

රූප රාශියද විශේෂ ව්‍යාපාර නොමැතිව ම අවබෝධ වේවී පවතියි. අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ස්වභාවයන් ගැන ද වැඩි කල්පනා කිරීමක් ඇති නො වේ. ප්‍රකට වශයෙන් වැටහී, වැටහී පවතී, බොහෝ මෙතෙහි කරන්නේ නම් මුළු ශරීරය අතුරුදහන්වී කුඩා ස්පර්ශයෝ ම එකින් එකට වැටහෙමින් පවතී. පුළුන් රොදක් හැපෙන්නාක් වැනි වූ ද, ඉතාමත් සියුම් වූ ස්පර්ශයන් පහළ වී දූනෙති. සමහරවිට ශරීරය අවට-හාත්පසින් ම සියුම් වූ කුඩා ස්පර්ශයන් පහළ වී සියල්ල ම එකවරට ඉතා හොඳින් අරමුණු වෙති. සමහරවිට සිත කය අහසට පැන නගින්නාක් මෙන් ද දූනේ. ඇතැම් විට මෙතෙහි කරනු ලබන අරමුණු ඉතා කුඩා බවට පැමිණ ඉතා ශාන්ත ආකාරයෙන් මෙතෙහි වේ. ඇතැම් විට පිම්බීම-හැකිලීම-හැපීම-ඇසීම ආදිය සහ මුළු කයම නැතිවී, සිත පමණක් ඇති වෙමින් පවත්නා සැටි මෙතෙහි වේ. ශරීරයෙහි සියුම් දියබිඳු ඉසින්නාක් මෙන් ප්‍රීතියද පහළ වේ. සංසිද්ධි ලක්ෂණ ඇති පස්සද්ධිය පහළවීම ද දූනේ. වලාකුළු නැති අවකාශය සේ ඉතා පිරිසිදු ආලෝකය ද පහළ වේ. මේ විශේෂ වැටහීම් පහළ වීමෙන් පෙරදී මෙන් අධික සන්තෝෂයක් හට නො ගනී. එහෙත් විදර්ශනා නිකාන්තිය (සියුම් ආශාව) නම් පහළ වේ. එම නිකාන්තිය ද මෙතෙහි කරනු, ප්‍රීති, පස්සද්ධි, ආලෝක ආදිය ද මෙතෙහි කරනු. මෙතෙහි කිරීමෙන් නැති නොවුවේ නම් ඒවා ගැන උපෙක්ෂකව මධ්‍යස්ථව එන එන අරමුණු මෙතෙහි කරමින් ගත කරනු.

මේ සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණ අවස්ථාවේදී මෙතෙහි කරනු ලබන අරමුණු සියල්ල හා මෙතෙහි කරන සිත් සියල්ලද "මම නො වේ" "මගේ නො වේ" යයි ද අන්කෙනෙකු නො වේ ය - අන් කෙනෙකුගේ නො වේ යයිද සංස්කාර ධම් මාත්‍රයක් ම යයි ද, සංස්කාර ධම්යෝ සංස්කාර ධම්යන් විදර්ශනා කරත් යයි ද, මෙබඳු අවබෝධයක්, වැටහීමක් පැහැදිලි ව වැටහේ. මෙතෙහි කිරීම ඉතා රසවත් දෙයක් මෙන්, ඉතා යහපත් ම යයි වැටහේ. කොතෙක් කලක් මෙතෙහි කොටත් සැහීමක්, ඇතිවීමක් නො වේ යි. කැක්කුම් -වේදනා මහන්සි රිදුම් හා කැසීම් ආදී දුක් වේදනා සියල්ල සංසිද්ධි ඇත. එනිසා ඉරියවු ද බොහෝ වේලාවක් පවත්වයි. වාඩි වී හෝ හාන්සි වී හෝ එක එක ඉරියවුවෙන් මෙතෙහි කරන්නේ නම් පැය දෙක, තුන තරම් කාලය ගත වුවද, මහන්සියක් නො දූනේ. බොහෝ වේලාවක් ගියේ ද, වේලාව ගත වූ බව නො දූනේ. ටිකවේලාවක්-මොහොතක් භාවනා කරන්නෙමි යි සිතා භාවනා පටන්ගත්තේ නමුත් පැය දෙක

තුනක් කාලය ගත වෙයි. ඒ කාලයේදී ද පටන්ගත් වේලාවේ සිටි කය-හිස අතපය ආදිය පිහිටුවා ගත් ආකාරයෙන් වෙනස් නො වී පවතියි. සමහර විට බර අඩු බවට පැමිණ මෙතෙහි කිරීම ඉතා සැපවත් තත්ත්වයට පැමිණෙයි. එවිට “කුමක් වේදෝ” යයි බියක් වැනි සැකයක් ඇතිවෙයි. ඒ බිය සැකය මෙතෙහි කරනු. ධර්මයෝ ප්‍රකටව එහි “හොඳ හැටි එකි” යි කියාද කල්පනාවේ. ඒ කල්පනාවද මෙතෙහි කරනු. නුවණ පහළවී එන්නේ යයි ද බලාපොරොත්තු ඇති වේ. බලාපොරොත්තුව ද විදර්ශනා කරනු. මෙතෙහි කොට ද, හීන වීර්ය ද නො කරනු.

සමහර කෙනෙක් මෙබඳු හයවිම්, සතුවිම් සියලු ආශාව වූ නිකාන්තිය හා බලාපොරොත්තු වීම ද, මෙතෙහි කළ නො හැකි වීමෙන් මනසිකාරය ඥානය කඩවෙවී පහත වැටෙති. තවත් සමහර කෙනෙක් “භාවනාව මුදුන්පත් කරන්නෙමි” යි සිතා අධික වීර්ය කරති. අධික වීර්යයෙන් භාවනා මනසිකාර පැවැත්වීමෙන් කැඩී කැඩී පරිහානියට වැටෙති. හය-සැකය-නිකාන්තිය-බලාපොරොත්තුව හා අධික උත්සාහය ද නිසා විසිරී ගිය චිත්තය විදර්ශනාවට බැස නො ගන්නා බැවින් අධික ව වීර්යය නො කළ යුතුයි.

ඒ නිසා මනසිකාරය මධ්‍යම තත්ත්වයෙන් පැවැත්වීමෙන් වැඩි දියුණුවට පත්වී එක කල්හි වීර්යය අඩු වැඩි නො කර පෙර පුරුදු ලෙස භාවනා මනසිකාරය යථා ස්වභාවය දකිමින් පවත්වනු. මෙසේ මෙතෙහි කරන්නේ නම් සංස්කාර නිරෝධ සංඛ්‍යාත, නිර්වාණයට පත්වීම එක ගමනින් ම සිදුවන්නේය. එහෙත් සමහර පුද්ගලයෙකුට මේ සංඛාරඋපෙක්ඛා ඤාණයේදී වීර්යය අඩු වැඩි වීම වාර ගණන අතිශයින් බහුල වෙයි. සිත පසුබට කර නො ගෙන වැඩි උනන්දුවක් ඇතිකර ගත යුතුයි.

මේ සංඛාරඋපෙක්ඛා ඤාණය බලවත්ව දියුණුවීම සඳහා සදොරෙහි අරමුණු පහළ වී එක පිළිවෙලින් මෙතෙහි කොට මුළු කයෙහි හසුරුවමින් මෙතෙහි කිරීම ගැන ද සැලකිලිමත් විය යුතුයි. හසුරුවමින් මෙතෙහි කිරීමට කී නමුත් ශාන්තව සියුම්ව-යහපත්ව මෙතෙහි කරන කාලයේදී හසුරුවා මෙතෙහි කළ නො හැකි වෙයි. එනිසා ශාන්ත වූ, සියුම් වූ අරමුණු මෙතෙහි කිරීමට පූච්ඡයන් මෙතෙහි කිරීම ඉතා යහපත් වූ තැන් සිට හසුරුවා හසුරුවා මෙතෙහි කරනු.



## අඩු වැඩිවන ආකාරය

පිම්බීම, හැකිලීම, හිඳීම, ආදී යමක් හෝ යම්කිසි කායික පැවැත්මක් හෝ සිත පිළිබඳ ස්වභාවයක් හෝ මෙනෙහි කරන්නේ නම් මනසිකාරය නොබෝ වේලාවකින් යහපත් බවට දියුණුවට යන්නේය. අධික උත්සාහයක් නොමැති ව ඉබේ ම ශාන්ත ව, සියුම් ව අවබෝධය එන්නාක් මෙන් පවතියි. එකින් එකට නිරුද්ධ වන්නා වූ සංස්කාරයෝ බාධකයක්-අවහිරයක් නොමැති ව පිළිවෙලින් පැහැදිලි ව වැටහෙමින් පවතියි. එබඳු කාලයේ කෙළෙස් පහළ විය හැකියි. අරමුණු ගැන ස්වල්ප මාත්‍රයක්වත් සිත නොයයි. කොපමණ ඇළුම් කටයුතු ඉෂ්ටාරම්මණයක් පැමිණියත් සුභ වශයෙන් නො බලයි. නො සිතයි. කොපමණ අයහපත් අනිෂ්ටාරම්මණයක් පැමිණියත් ද්වේශ වශයෙන් නො බලයි. නො ගැටෙයි. පෙනීම් මාත්‍රයෙහි. පිහිටයි. ඇසීම් මාත්‍රයෙහි, ආසාදන මාත්‍රයෙහි රස විඳීම් මාත්‍රයෙහි ස්පඨි මාත්‍රයෙහි, සිතුවිලි මාත්‍රයෙහි පිහිටයි. හතරවන පරිච්ඡේදයෙහි දැක්වූ පරිදි සදොරට ලැබෙන අරමුණු ගැන මැදහත් බව නම් වූ ඡලංගුපෙකධාව මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ප්‍රකට ව පහළ වෙමින් පවතියි.

තවද, යටත් පිරිසෙයින් "මම වාඩිවෙන්නෙමි" යි කියා ද වාඩිවී බොහෝ වේලාවක් වූයේ ය" යි කියා ද, "කොතරම් වේලාවක් වූයේය" යි කියා ද මෙබඳු කල්පනා කිරීම් පමණක්වත් ඇති නොවී සමාධිය තැත්පත් බව පවතියි. එයට වඩා වෙනත් කල්පනාවන් පහළ නො වන බව කිය යුතු නො වේ. එසේ වුව ද මාර්ගයට පැමිණීමට හැකිවන පරිදි නුවණ බලවත්ව නැත්තේ නම් පැයක්, දෙකක්, තුනක් පමණ කාලය ගත වීමේදී උත්සාහය අඩුවී අදහස්-කල්පනා පහළ විය හැකියි. එවිට භාවනා මනසිකාරය කඩවෙවී පහත වැටීමට පත්වෙයි. එසේ නැත්නම් භාවනාව ඉතා උසස් බවට පත්වී මනසිකාරය යහපත්ව පවත්නා විට "ඤාණය ලැබෙනවා ඇතැයි" බලාපොරොත්තු ඇතිවෙයි. සතුට ද ඇතිවෙයි. එසේම, පහත ද වැටී පිරිහෙයි. මේ කල්පනාවීම්, බලාපොරොත්තුවීම්, සතුටුවීම් ද නො පමාව මෙනෙහි කරනු. නැවතත් ගරු කොට මෙනෙහි කිරීමෙන් පෙර ලෙස ම යහපත් බවට පැමිණෙයි. නුවණ වැඩීමට පත් නො වූයේ නම් බොහෝ වේලාවකදී නැවතත් මනසිකාරය කැඩී කැඩී පරිහානියට පත්වෙයි. මේ ක්‍රමයෙන් ඇතැම් පුද්ගලයකුට භාවනාව නැඟීම හා බැසීම බොහෝ වාර ගණනක් ම ඇතිවෙයි. විදර්ශනා ඥාන පරම්පරාව ගැන

අසා වටහාගත් යෝගාවචරයන්ට මෙබඳු අඩු වැඩි වීම් ඉතා බහුලව සිදුවේ. ඒ නිසා ගුරුවරයෙකු ඇසුරුකොට භාවනා වඩන්නේ නම් ඥාණ පිළිවෙල අසා නො ගැනීම ඉතා හොඳ ය. මෙසේ දියුණුව හා පිරිහීම් ආකාර කොතරම් අධිකව ඇති වුවත් සිත දුර්වල කර නො ගනු, මාර්ග ඵලයන්ට ඉතාමත් ආසන්න ය. ශ්‍රද්ධා- වියෑ-ස්මෘති- සමාධි- ප්‍රඥාවන් සම සමව බලවත් බවට පත්වූයේ නම්, එක් මාත්‍රයක් තුළදී මඟ ඵල, නිවන් පසක් වීම සිදුවේ.

### නිර්වාණය අරමුණු වන ආකාරය

මෙසේ අඩුවැඩි වෙමින් පවත්නා විදර්ශනා ඥානය වනාහි, නාවිකයන්ගේ දිසා කාකයාට උපමා කළ හැකිය. ඒ මෙසේය. අතීතයේ සමුද්‍ර යාත්‍රා කරන නාවිකයෝ වෙරළ හා ගොඩබිම දිසාවෙන් තේරුම් ගැනීමට නො හැකි අවස්ථාවන්හිදී නැවෙන් ගෙන ගිය දිසා කඩුවන් මුදාහැර බලා සිටිති. එම දිසා කඩුවෝ නැවෙන් පියාඹා සිවුදිග ගොඩ බිම් සොයා යති. ගොඩ බිමක් සොයා ගත නො හැකි වූයේ නම් නැවතත් නැවට ම එති. නිවාණය ප්‍රත්‍යක්ෂ කිරීමට මාර්ග ඥානය ලැබීම සඳහා විදර්ශනා ඥානය වැඩි දියුණුවට පත් නො වී නැවත නැවත පහත වැටීම වනාහි ගොඩබිම සොයා ගැනීමට නො හැකි වන්නා වූ මේ දිසා කඩුවන් නැවට ආපසු පැමිණීම හා සාමාන්‍යය. ගොඩ බිම දක්නා ලද නම් ඒ දිසා කඩුවෝ නැවට ආපසු නො එන්නාහ. ඒ ගොඩ බිම දිසාවට ම වේගයෙන් යන්නාහ.

මෙසේම මේ මනසිකාර විදර්ශනා ඥානය ද ඉන්ද්‍රියය ධර්ම පස් දෙන බලවත් වූ කල්හි මනසිකාරය විශේෂයෙන් යහපත් වී එකින් එකට ම ඉතාමත් පැහැදිලි බවට පත් වී අන්තිමේදී තුන්, සතර වාරයකින් ම මෙනෙහි කිරීමෙන් හැපීම, දැනීම, ඇසීම, පෙනීම, විඳීම, ආඝ්‍රාණය කිරීම යන මේ සංස්කාර හය අතුරෙන් (මේ වනාහි වැටහෙන ආකාර සළකා ගෙන කියන ලදී.) මේ මොහොතේ ප්‍රකට වී එන්නා වූ උදයවාස සංස්කාර මෙනෙහි කිරීමත් සමග ඒකක්ෂණයෙහි ම "මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණ හා මෙනෙහි කරන සිත ද" යන සංස්කාර සියල්ල සම්පූර්ණයෙන් නිරුද්ධ වන්නා වූ ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් දකින්නා වූ මාර්ග ඵල අවබෝධයට පත්වන්නේය.

මෙසේ අවබෝධයට පත්වන්නා වූ උතුමන්ට වනාහි අවබෝධයට ආසන්නයේදී පෙරටුව මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණු එකින් එකට අතිශයින් ප්‍රකට වෙමින් පැවතුනහ. අවසාන මනසිකාරයට අනතුරුව ම සංස්කාර අරමුණු සියල්ල අතහැර සංස්කාර නිරෝධය වූ නිර්වාණ අරමුණට පැමිණීම ද ඉතාමත් පැහැදිලි වේ. ඒ නිසා ම මෙසේ අධිගමනයට පත්වන්නෝ මෙබඳු වැටහීම් ප්‍රකාශ කරති.

"අරමුණු සහ මෙනෙහි කළ නාමයෝ ද ඤාණයකින් සිදී ගියාහ. තියුණු ආයුධයකින් මානෙල් දඩුවක් සිදී ගියාක් මෙනි. ඔසවා ගත් මහා බරක් බිම වැටුනාක් මෙන් අරමුණුත් සිතත් සියල්ල වැටී ගියාහ" යැයි ද කියති.

"හිරවී සිටිය කරදර සහිත තැනකින් වහා ම මිදීගියාක් මෙන් නාම-රූප සංස්කාරයන් කෙරෙන් වහා ම මිදී ගියේ" යයි ද.

"අරමුණත් මෙනෙහි කළ සිතත් නැතිවූයේ, දූල්වෙමින් තිබුණ පහන් දූල්ලක් නිවෙන්නාක් මෙන් ඉතාමත් පැහැදිලි ව පෙනී ගියේය" යි ද,

"අන්ධකාරයකින් ආලෝකයකට වහා ම ගියාක් මෙන් මෙනෙහි කරනු ලැබූ අරමුණත්-සිතත් මාරුවී ගියේය" යි ද "අවුල් ජාලාවකින් මිදී නිරවුල් තැනකට පත් වූවා සේ අරමුණු හා සිත මාරුවී ගියේය" යි ද දියේ ගිලුනාක් මෙන් ආරම්භණයෝ ද මෙනෙහි කළ නාමයෝ ද ගිලුනාක් මෙන් වුවාහු ය" යි ද

"අරමුණත්, මෙනෙහි කළ නාමත් නැතිව ගියාහ" යි ද, මේ ආදී වශයෙන් වැටහී ගිය දේට අනුරූපව ප්‍රකාශ කරන්නාහ.

සංස්කාර නිරෝධ ස්වභාවය ප්‍රත්‍යක්ෂ වන්නාවූ ඒ මොහොත වනාහි දිගු කාලයක් වැඩිවේලාවක් නොවේ. එක් වරක් මෙනෙහි කරන කාලය තරම් ඉතා කෙටි එක් ඤාණ මාත්‍ර කාලයකි. ඉන්පසු ඒ ප්‍රත්‍යක්ෂය ගැන නැවත ආපසු ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීමක් සිදුවේ.

අරමුණත්-මෙනෙහි කළ නාමත්. නිරුද්ධ වී නිවීමට ගිය විශේෂ අවස්ථාවක් යයිද, මාර්ග-ඵලය-නිර්වාණය යයි ද ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කෙරෙයි. ධර්ම ඥානය ඇත්තාවූ සමහර කෙනෙක් වනාහි සංස්කාරයන් නිරුද්ධ වී නිවීමට යන ස්වභාවය නිර්වාණය යයි ද, නිවීම අවබෝධ කරන්නා වූ ප්‍රත්‍යක්ෂ කරන්නා වූ ධර්මය, මාර්ගය හා ඵලය යයි ද "මම නිර්වාණය ප්‍රත්‍යක්ෂ කර ගත්තෙමි යයි" ද, "සෝවාන් මාර්ග ඵලයට පැමිණියෙමි" ය

ද ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කළා වූ ආයතී පුද්ගලයන්ගේ ආපසු ආවර්ජනා කිරීමකි. තවද, ප්‍රභාණය කළා වූ ක්ලේශයන් ද, ප්‍රහීන නො කළා වූ ක්ලේශයන් ද ඇතැම් ආයතී පුද්ගලයෙක් ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරන්නාහ. ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කොට වර්තමාන වශයෙන් පහළ වී එන නාම-රූප පරම්පරාව නුවණින් දැක දැක මෙනෙහි කරන්නාහ. එවිට නාම-රූපයන්ගේ ඉපදීම හා නැතිවීම එකින් එකට පහළ වෙමින් ප්‍රකට වේ. මූල හා අග හෙවත් ඉපදීම හා නැතිවීම යන මේ දෙක පැහැදිලි ව ප්‍රකට වෙයි. එනිසා භාවනාව අඩුවී පිරිහීමට පත් වූයේ යයි කල්පනාවක් ඇති වෙයි. සැබැවින් ම උදයව්‍යය ඥානයට ආපසු පැමිණීම නිසා මූලට ගිය බව ඇත්තකි. එය උදයව්‍යය ඥානය බැවින් වර්ණ ආලෝක හා සටහන් නිමිති අරමුණු ද මතු වී පෙනෙති.

සමහර කෙනෙක් හදිසියෙන්ම මූල සිට මෙනෙහි කිරීමේ දී අරමුණ හා මනසිකාරය යුගල යුගලව මෙනෙහි කිරීමට නො හැකි වෙති. ඇතමෙකුට කුඩා කුඩා දුක් වේදනාවෝ ක්‍ෂණිකව පහළ වෙති. බොහෝ සෙයින් ම ඉතා ප්‍රසන්න චිත්ත පරම්පරාව ඇතිවෙමින් පවතියි. එවිට කිසිවක් නැති අභ්‍යවකාශයෙහි සිත පමණක් පවත්නාක් මෙන් අන් කිසි දුකම නැතිව ඉතාමත් හොඳ සැපයක් ම සනීපයක් ම පවතියි. ඒ සිත් ද මෙනෙහි කළ නො හැකි වෙයි. මෙනෙහි කලත් වෙන වෙනම පැහැදිලිව මෙනෙහි කළ නො හැකි වේ. අනිකක් ද සිතිය නොහේ. එසේ සිතීමට ද නො හැකිව සිතේ ප්‍රසන්න බව ම, සැපවත් බව ම පවතියි. ප්‍රසන්න වූ ඒ චිත්තයන් දුබල බවට පත්වූ කල්හි ගරු කොට මෙනෙහි කිරීමෙන් උදයව්‍යය පැහැදිලිව දැන ගතියි. ටික වේලාවකින් සියුම් වූ ද යහපත් වූ ද මනසිකාර තත්ත්වයට නැවතත් පැමිණෙයි. එවිට නුවණ බලවත්ව සංස්කාරයන්ගේ සංසිදීමි ස්වභාවය පෙර පරිද්දෙන් අවබෝධයට පත්වේ.

සමාධි ඤාණයන් බලවත් වීමෙන් මෙලෙස ක්‍ෂණයෙකින් ක්‍ෂණයෙකින් ම අවබෝධ ඇතිවේ. මෙබඳු කාලයෙහි පුද්ගලයා කෙරෙහි ප්‍රථම මාර්ග-ඵලයන්ට පැමිණීම සඳහා අධික අපේක්‍ෂාවක් ඇති වන බැවින් ලබන ලද පළමු සෝවාන් ඵලයට ම නැවත, නැවතත් පැමිණීම සිදුවේ. මේ වනාහි සෝතාපත්ති ඵලයට පැමිණී පිළිවෙල නම් වූ භාවනා මාර්ග යයි. සෝවාන් මඟ නැණින් දුටු පිළිවෙලයි.

මාර්ග-ඵලයට පැමිණි පුද්ගලයාගේ චිත්තය වනාහි පෙර මෙන් නොව ඉතා විශේෂ චිත්තයකි. අලුත් භවයක ඉපදීමක් වැනි ව වැටහේ.

විශ්වාසය-පැහැදීම-ප්‍රසන්න භාවය යයි, කියන ලද ශ්‍රද්ධාව ඉතාමත් දියුණුවෙන් පවතී. ඒ ශ්‍රද්ධාවේ බලයෙන් ප්‍රීති පස්සද්ධිහු උසස් බවට පැමිණෙති, සැප වේදනාව ද නිරායාශයෙන් පහළ වේ. මේ ශ්‍රද්ධා, ප්‍රීති, පස්සද්ධි හා සැපයන් වැඩි වැඩියෙන් පහළ වී එන බැවින් මාර්ග ඵලයන්ට පැමිණී ආසන්නයෙහි මෙනෙහි කළත් එකින් එකට වෙන් වෙන්ව දැන ගැනීමට ද නො හැකි වේ. එහෙත් පැය ගණනක් හෝ දින ගණනක් හෝ ඉක්ම ගිය කල්හි ඒ ශ්‍රද්ධා ආදිය සමනය වන්නාහ. එකල්හි වෙන වෙන ම එකින් එකට දැනගත හැකිව මෙනෙහි කිරීම පහසු වන්නේය.

සමහර පුද්ගලයෙකුහට මාර්ග-ඵල ලැබුන විට මහා බරක් බහා තැබුවාක් මෙන් ද මෙනෙහි කිරීමට අදහසක් නැත්තාක් මෙන් ද සැහීමකට -තෘප්තියට පත්වූවාක් මෙන් ද, සිත් පහළ වේ. පළමු සෝවාන් මඟඵලයට පමණක් පැමිණී බැවින් එබඳු අදහස් ඇතිවන බව දැන යුතුයි.

**ඵලසමාපන්නී ලැබෙන පිළිවෙල**

ලබන ලද ඵල සිත නැවතත් උපදවනු කැමති නම් (උපන්නා වූ ඵල සිතට අනුව නිවන් සැපය ප්‍රත්‍යක්‍ෂව විදගැනීමට කැමති නම්) ඵලයට පැමිණීම අපේක්‍ෂා කොට වර්තමාන වූ කාය-චිත්ත- ස්වභාවයන් පිළිවෙලින් මෙනෙහි කළ යුතුයි. විදර්ශනා ආරම්භය වනාහි පෘථග්ජනයා කෙරෙහි නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණයේ පටන් ද ආයතී පුද්ගලයා කෙරෙහි උදයව්‍ය ඤාණයේ පටන් ද, සිද්ධිමි ධර්මතාවයකි. එනිසා පළමුවෙන් මෙනෙහි කිරීමේදී ඇතිවීම - නැතිවීම-දෙක මෙනෙහි කිරීමෙන් දැන උදයව්‍ය ඤාණය උපදවා පිළිවෙලින් ඉහළට දියුණුවීමෙන් නොබෝ වේලාවකින් ඉතා සියුම් වූ ද, සැපවත් වූ ද, මෙනෙහි කිරීම් ඇත්තා වූ සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණයට පැමිණෙන්නේය.

එම සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණය සම්පූර්ණ වූ කල්හි සංස්කාරයන්ගේ සංසිද්ධි වූ නිර්වාණය අරමුණු කරන්නා වූ ඵල සිත් පරම්පරාව පෙර සේ ම පහළ වන්නේය.

පළමුව කාලසීමා නො කොට, ඵල සමචන උපදවන ඇතමෙකුට මේ ඵල සිත ඇතැම් විට එකම ක්‍ෂණයක් පවතී. ඇතැම්විට මිනිත්තු පහක්, දහයක්, පහළොවක්, පැය භාගයක්-පැයක් ආදී වශයෙන් බොහෝ වේලාවක් ද පවතී. අටුවාවෙහි කී පරිදි එක් දවලක්, එක් රාත්‍රියක් ද පවතී. කාලය

නියම කොට අධිෂ්ඨාන කරගත් සම්පූර්ණ කාලය ම පවත්නේ යයි ද කියති. ඒ කීමට අනුව මෙකල ද සමාධි විදර්ශනා දියුණුවට පත්වූ බොහෝ දෙනා පැයක්, දෙකක්, තුනක්. වශයෙන් වෙලාව නියම කරගත් පරිදි බොහෝ වෙලාවක් ද එල සමවතෙහි පිහිටා සිටින සැටි දකින්නට ලැබේ.

"මෙතෙක් වේලාවකින් නැඟිටීම වේවා"යි මුලදී ම කාල නියමය කරගෙන සමවතට සමවැදීමෙන් නියම වෙලාවට නැඟිටීම සිදුවේ. එහෙත් පැයක්, දෙකක් යනාදී වශයෙන් වෙන්කර ගත් කාලය නිමවූ අතරෙහි ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරන්නා වූ සිත් පහළ වෙත්, එවිට සතර වරක් පස් වරක් පමණ මෙතෙහි කොට නැවතත් එලයට පැමිණිය හැකිය. මේ පිළිවෙලින් ඇතිනාක් කල් බොහෝ පැය ගණන් සමවත පිහිටන සැටි දක්නට ලැබේ. මේ එල සිත් පරම්පරාවේදී සියලු සංස්කාරයන් ගේ සංසිදීම වූ නිර්වාණය ම අරමුණු කොට සිත පවතී. ඒ හැර අන් කිසි අරමුණක් නොමැත. නිර්වාණය යනු ද මෙලොව පරලොව හා සම්බන්ධ නාම රූප සංස්කාර හා ප්‍රඥප්ති ධර්මයන් කෙරෙන් සම්පූර්ණයෙන් වෙන්වූ පරමාත්ම ධර්මයකි.

ඒනිසා එලසමවත් කාලයෙහි තමන්ගේ ස්කන්ධ ආදී මේ ලෝකය හා පරලෝකය සම්බන්ධ වූ කිසිවක් සිහි නො වේ. වැටහීමක් නො වේ. ආවර්ජනා කිරීම, විතකී කිරීම සම්පූර්ණයෙන් නැති වේ. රූප-ශබ්ද-ගන්ධ-රස-ස්පර්ශ යන අරමුණු කොපමණ ප්‍රකට ව ඇතත් ඒ කිසිවක් සිහි නො වේ. නො දැනෙයි.

"අපපනා ජවනං ඉරියා පටමපි සනනාමෙනි" අර්පනා ජවනය ඉරියව්ව ද පිහිටුවයි. යන වචනය අනුව ඉරියව්ව ද ශක්තිමත් කරයි. හිදීමේ ඉරියව්වෙන් සමවතට සම වැදුනේ නම් හිඳගත් ශරීරය මුලින් පිහිටුවාගත් ආකාරයෙන් ම පිහිටා සිටී. සෙලවීමක්, පැද්දීමක් ඇති නො වන්නේය.

එලසිත් පරම්පරාව නිරූද්ධ වූ කල්හි සංස්කාර සංසිදීම හා සංසිදුමට පත් වන්නා වූ නාම ධර්මයන් ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරන්නා වූ හෝ සන්ධාන-නිමිති ආදී නා නා අරමුණු දැකීමක් හෝ ආවර්ජනාවක් හෝ පළමුකොට ප්‍රකට වෙයි.

ඉන්පසු පෙර පුරුදු පරිදි මෙතෙහි කිරීම ද, ශ්‍රද්ධාව ද, ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරන්නාවූ සිත් ද, සුදුසු පරිදි පහළ වෙති. පුරුදු මෙතෙහි කිරීම කළත්

මුලදී ඉතා ම පැහැදිලි ව ඇතිවීම, නැතිවීම දැක විසිරී ගිය බව ඇති වේ. විදර්ශනාව ඉතා බලවත් බවට පත් වූ කල්හි එල සමච්චන් නැඟී සිටීමේදී ද, මෙතෙහි කිරීම විසිරී යාමක් නොමැතිව සැපදායකව සියුම්, සියුම් බවට පත්ව යහපත්ව පවතී. විශේෂය නම්:- එල සමච්චතට වහා සමච්චදීමටත්, එලයෙහි බොහෝ වේලාවක් පිහිටීමටත් කල් ඇතිව මුලදී ම අධිෂ්ඨාන කළ යුතුයි. මෙතෙහි කරන අතරේදී වෙලාව ගැන හෝ නැඟීම ගැන හෝ අධිෂ්ඨානය නො කළ යුතුය.

විදර්ශනාව සම්පූර්ණ බවට නො පැමිණ මෙතෙහි කිරීම හොඳ හැටි පවත්නා කල්හි නැති ගැනීමක්, ඇනුම් යාමක්, සෙලවීමක්, සුසුම් හෙලීමක්, ඇතිවීමෙන් මෙතෙහි කිරීම විසිරී යාම ද, සිදුවේ. ඉතා සැපයේ මෙතෙහි කිරීම දියුණු වූ කල්හි “දියුණු වෙනවා” යයි කල්පනා කිරීම නිසා ද මෙතෙහි කිරීම විසිරී යන්නේය. එසේ කල්පනා නො කරනු. කල්පනා කළේ නම් එයද හොඳහැටි සිහියෙන් මෙතෙහි කරනු. මෙසේ බොහෝ වාර ගණනක් විසිරීයාම් ඇති වුව ද සමහර කෙනෙක් එල සමච්චතට පැමිණෙති. සමාධිය හා ඥාණය බලවත් නො වූයේ නම් වහා එල සමච්චතට සම වැදීමට නො හැකිය. සම වැදුනේද වැඩි වේලාවක් නො පිහිටන්නේය. මේ වනාහි එල සමච්චත් පිළිවෙලයි.

**විපසසනා ඝට්ඨාණා පරමිපරාව පැහැදිලිව දැන ගැනීම**

ඇතැම් යෝගාවචර පුද්ගලයෙකුට භංග ඥාණ, ආදීනව ඥාණ, නිබ්බිදා ඥාණ, මුඤ්චිතුකමයනා ඥාණයන් බොහෝ වේලාවක් නො වැටහෙන බැවින්, ඒ ඥාණයන්හි දී පැහැදිලි ව නො දැනේ. ඒ නිසා වෙන්, වෙන් ව පැහැදිලි ව දැනගනු කැමති නම් වේලාව පරිච්චේෂ්ඨකොට - සීමාකොට එක එක ඥාණය ගෙන භාවනා කරනු.

එහි පිළිවෙල; “මේ පැය භාගය ඇතුළත, මේ පැය ඇතුළතදී උදයව්‍ය දෙක මෙතෙහි කරන්නෙමි’ යි. උදයව්‍ය ඥාණය ම පහළ වේවා”යි කාලය නියම කොට භාවනා කිරීමෙන් ඒ නියමිත කාලය තුළදී ඉන් ඉහළ ඥාණයක් පහළ නොවී උදයව්‍ය ඥාණය ම පහළ වේවා”යි කාලය නියම කොට භාවනා කිරීමෙන් ඒ නියමිත කාලය තුළදී ඉන් පහළ ඥාණයක් පහළ නොවී උදයව්‍ය ඥාණය පමණක් ම පහළ වන්නේය.

නියමිත කාලය අවසන් වූ පසු නැතිවීම - ව්‍යය පමණක් දකිමින් භංග ඥාණය නිරායාසයෙන් ඉබේ ම පහළ වන්නේය. යම් හෙයකින්

භංග ඥාණය ඉබේම පහළ නො වූයේ නම් "භංගය පමණක් මෙතෙහි කරන්නෙමි භංග ඥාණයම පහළ වේවායි" කාලය සීමා කොට මෙතෙහි කිරීමෙන් භංගය ම-ව්‍යය ම-නැතිවීම ම දකින්නා වූ භංග ඥාණය පහළ වන්නේය.

නියමිත කාලසීමාව අවසන් වූ කල්හි ඉන්මතු ඥාණයන්ට නිරායාෂයෙන් ම ඉබේ ම පත්වන්නේය. මත්තෙහි ද මේ පිළිවෙලට ම ය. මතු මත්තෙහි ඒ ඥාණයන් ඉබේ ම පහළ නො වූයේ නම් ඒ භංග ඥාණයෙන් සැහීමට පත්වූ කල්හි "සංස්කාරයන්ගේ භය ජනක බව දකින්නා වූ භයතුපට්ඨාන ඥාණය පහළ වේවා"යි සිත පිරිනැමීමෙන් භය ජනක ආකාරය දකිමින් භයතුපට්ඨාන ඥාණය පහළ වන්නේය.

ඒ ඥාණයෙහි සැහීමක් ඇතිවූ කල්හි ආදීනව මෙතෙහි කරන්නාවූ "ආදීනවානුපස්සනා ඥාණය පහළ වේවා"යි සිත පරිනමනු. මෙතෙහි කිරීමක් පාසා ආදීනව ස්වභාවයන් දක්නාවූ "ආදීනවානු පස්සනා ඥාණය" පහළ වන්නේය.

ඒ ඥාණයෙහි ද සැහීමක් ඇති වූ කල්හි "නිර්වේදය" කළ කිරීම මෙතෙහි කිරීමක් පාසා කළකිරීම් ස්වභාව ඇති "නිබ්බිදා ඥාණය" පහළ වන්නේය.

ඒ නිබ්බිදා ඥාණයෙහි සැහීමක් ඇතිවීමෙන් පසු "සංස්කාරයන් කෙරෙන් මිදීයාමේ කැමැත්ත ඇත්තා වූ මුඤ්චිතුකමයතා ඥාණය පහළ වේවා"යි සිත පිරිනමනු, මෙතෙහි කිරීමක් පාසාම සංස්කාරයන් අතහරිනු කැමැත්තාවූ "මුඤ්චිතුකමයතා ඥාණය" පහළ වන්නේය.

ඉන් සැහීමකට පත්වූ කල්හි මතු ඥාණයට පත් වීමට සිත නමාගත යුතුය. ඉවසිය නො හැකි වේදනා මතුවීමත් ඉරියවු වෙනස් කරන අදහසත්, සහනයකට පත් නො වීමත් සමඟ පටිසංඛානුපස්සනා ඥාණය පහළ වන්නේය. එහිදී සැහීමකට පත්ව, ඉතාමත් යහපත් මනසිකාර ඇත්තාවූ සංඛාරෝපෙක්‍ෂා ඥාණය ඉපදවීමට සිත පිරිනමනු. අපක්‍ෂපාතීව ඉබේ ම අවබෝධ වෙමින් ඉතාමත් ස්වභාව ඇත්තා වූ සංඛාරෝපෙක්‍ෂා ඥාණය පහළ වන්නේය.

මේ ක්‍රමයෙන් කාලය සීමාකොට මෙතෙහි කිරීමෙන් නියම කරගන්නාවූ ඒ කාලය ඇතුළතදී උපදවනු කැමති ඥාණය පමණක් ඉපදීම



ද, ඒ ඒ ඥාණයෙහි සැහීමකට පත්ව මතු ඥාණ පහළ කරවනු කැමති කල්හි නියම කරගත් කාලය නිමවූ පසු, උෂ්ණ මාපක (උණ කටුවක) උෂ්ණය නගින්නා සේ ද, ඔරලෝසුවක කටුව ගමන් කරන්නා සේ ද, මනසිකාරය එකින් එකට ඉහළට වැඩ කිරීමත් ඉතා පැහැදිළි ව දැකගත හැකි වන්නේය.

එකවරකින් ම පැහැදිළි නො වූයේ නම් නැවත නැවත භාවනාව වැඩිය යුතුය. මෙසේ කාලසීමා නො කොට ඥාණ භාවනා කිරීමෙන් සමාධි, ඥාණ බලවත් පුද්ගලයෝ වැඩි වේලාවක් නො ගොස් ඝණයකින් සකර, පස්වරක් හෝ දහ දොළොස්වරක් පමණ මෙනෙහි කිරීම අතරේදී ද, සංඛාරූපෙක්ඛා ඥාණයට පැමිණෙන්නාහ. එලයට ද නැවත නැවත පැමිණෙන්නාහ.

එලසමවතෙහි වසිබවට පත් පුද්ගලයෝ වනාහි ගමන් කරන අතර ද, ආහාර ගන්නා අතර ද එලයට සමවදින්නාහ.

### මතු මාර්ග ඵල සඳහා භාවනා ක්‍රමය

ලබන ලද එලයට නැවත නැවත පැමිණීමෙන් ද බොහෝ වේලාවක් පිහිටීමෙන් ද, බොහෝ වාර ගණන් සමවැදීමෙන් ද, සැහීමක් ඇති වූ කල්හි මතු මාර්ග ඵල ධර්මයන් ප්‍රත්‍යක්ෂ කරගැනීම සඳහා හොඳහැටි භාවනා මනසිකාරය වඩනු. ඒ මෙසේය. භාවනා කිරීම කැමති දින ගණනක් සීමා කොට “මෙනෙක් දවස් ඇතුළත ලැබූ එලයට සම නො වදිම්වා ලැබූ එලයට නො පැමිණෙම්වා නො ලැබූ මාර්ග ඵල ධර්මයෝ ම පහළ වෙත්වා. මතු මාර්ග, ඵල ධර්මයෝ ම අවබෝධ වෙත්වා. පැමිණෙත්වා”.

මෙසේ අධිෂ්ඨානය කරනු දින ගණන් පිරිසිදීමේ ඵලය වනාහි: මතු මාර්ග ඵලයට නො පැමිණියේ නම් ඒ දින ගණන ඉකුත් වූ කල්හි ලැබූ එලයට සමවදිනු කැමති නම් නිදුකින් සමවැදීමට හැකි වේ. එසේ නැත්නම් මේ දිනයේ පටන් මතු මාර්ග ඵල සඳහා ම භාවනා වඩන්නෙමි” අධිෂ්ඨාන කොට භාවනා වැඩීමෙන් ලැබූ එලයට නැවත සම වැදීමට නො හැකි වෙයි. එවිට මතු මාර්ග, ඵලයටද පැමිණිය නො හැකි වූ පුද්ගලයන්ට, ලැබූ එලයට ද, නැවත සමවැදීමට නො හැකි වීමෙන් නො සන්සුන්කමක් හෙවත් අසහනයක් පහළ වේ.

“ලැබූ එලයට සමවැදීමට අදහස් නොකරමි” යි ආලය අත්හැරීමෙන් ඒ දවස් ඇතුළත දී ලැබූ එලයට නැවත නො පැමිණීමේ ප්‍රයෝජනය ද,

ඥාණ බලවත්ව මතු මාර්ග - ඵලයට පැමිණීමේ ප්‍රයෝජනය ද සිදු වේ. ඵලය ගැන ආලය සම්පූර්ණයෙන් අත් නො හැරීමෙන්, ලැබූ ඵලයට නැවත පැමිණේ. ඒ නිසා කැමති දින ගණනක් සීමා කොට ඒ දවස් තුළදී ලැබූ ඵලය ගැන සම්පූර්ණයෙන් ආලය අත්හැර භාවනා වඩනු. මෙතෙහි කිරීමේදී උදයවාස ඥාණයේ පටන් විදර්ශනා ඥාණයේ පෙර ලෙසම පිළිවෙලින් පහළ වන්නාහ. ඥාණ පහළ වීමේදී ඵල සමචන් සදහා කරන විදර්ශනාවට සමාන නොවී මාර්ගය සදහා වැඩු විදර්ශනාවට සමච පහළ වේ.

උදයවාස ඥාණය ළදරු කාලයේ වර්ණ ආලෝකයේ ද, නිමිති සටහන් ද දැකීමට ලැබේ. බොහෝ දුක් වේදනාවෝ ද පහළ වෙති. නාම රූපයන්ගේ ඇතිවීම් - නැතිවීම් දෙක ම ඔළුරිකව පැහැදිලි ව ප්‍රකට වෙති.

ඵලය සදහා වඩන භාවනා මනසිකාරයේදී ක්ෂණයක් තුළදී සංඛාරූපෙක්ඛා ඥාණයට ද, ඵල ඥාණයට ද, පැමිණීම සිදුවුවත් ඉන් ඉහළට යාගත නොහැකිව පහළ ඥාණයන්හි ම බොහෝ වේලාවක් පිහිටා සිටී. එහෙත් භාවනා පටන් ගත් මුල් කාලයේදී මෙන් වැඩි වේලාවක් ප්‍රමාද වීමක් නො වේ. එක් දිනක් ඇතුළත දී ද ඥාණ පිළිවෙලින් ඉහළට ගොස් සංඛාරූපෙක්ඛා ඥාණයට යා ගත හැකි වන්නේය. අවබෝධය ද පෙරට වඩා විශේෂයෙන් පැහැදිලි වන්නේය. ඉතා විසිතුරු ද වන්නේය. ඇසට පෙනෙන්නාක් මෙන් පෙනෙන්නේය. විදර්ශනා අති විශිෂ්ඨ වන්නේය. පැහැදිලි ද වන්නේය. ලෞකික ආරම්භණයෙන් සංසාර වට්ට දුක්ඛයෙන් බියවීම, ආදීනව දැකීම, කළ කිරීම, මිදීමේ අදහස හා උදාසීන බවද, පෙරටත් වඩා දියුණුවක් ඇතිවේ. පෙර පැයක් තුළදී සතර පස්වාරයක් පමණ ඵලයට පත්වීම සිදුවුව ද දැන් වනාහි මතු මාර්ගය සදහා ඥාණය බලවත් නො වූ බැවින් සංඛාරූපෙක්ඛා ඥාණය ම පහළ වෙමින් පවතී.

දිනක්, දෙකක්, තුනක් ආදී වශයෙන් දින මාස අවුරුදු ගණනක් ද ගතවන්නේය. ඥාණය බලවත් වූ කල්හි වනාහි ඉතා විශේෂත්වයෙන් ප්‍රකට වන්නා වූ මනසිකාරය පහළ වීමෙන් සංස්ඛාර ව්‍යුපසමනය වන්නා වූ නිර්වාණය පෙර පරිදි මෙන් අරමුණු කොට දෙවෙනි වූ සකෘදාගාමී මාර්ග ඵලය - පහළ වන්නේය.

අනතුරුව මාර්ග ඵලය හා නිර්වාණය ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කිරීම ද ප්‍රතිණ ක්ලේශ හා ශේෂ ක්ලේශ ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කිරීම ද සුදුසු පරිදි සිදුවන්නේය. ඉන්පසු පුරුදු පරිදි මෙනෙහි කොට ඇතිවීම්, නැතිවීම් අරමුණු කරන්නා වූ උදයවාස ඤාණය හා අතිශයින් ප්‍රසන්න වූ චිත්ත පරම්පරා ආදිය ද සුදුසු පරිදි පහළ වන්නේය.

මේ වනාහී සකෘදාගාමී මාර්ග ඵලයට පත්වීම සඳහා මනසිකාර භාවනා හා ඤාණ පහළ වන පිළිවෙලක්ය.

තුන්වැනි වූ අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට පැමිණීමට නම් භාවනා කරනු කැමති දින පිරිසිදු ලැබූ ඵල සමවනෙහි ආලය හැර "අවබෝධ නොකළා වූ මතු මාර්ග-ඵල ධර්මයෝ පහළ වෙත්වා! මතු මාර්ග-ඵල ධර්මයන් දැකීම්වා! පැමිණෙමිවා"යි මැනවින් අදිටන් කොට වර්තමාන වූ කාය, චිත්ත ක්‍රියාවන් පෙර පුරුදු පරිදි මෙනෙහි කළ යුතුයි. උදයවාස ඤාණයේ පටන් ඤාණ පරම්පරාව මේරීමට පත්ව බලවත් වීමෙන් නොබෝ වේලාවකින් සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණයට පැමිණෙන්නේය. සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණය බලවත් නොවූයේ නම් එහිම නැවතී සිටින්නේය. ඒ සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණය බලවත් වූ කල්හී, සම්පූර්ණ වූ කල්හී, සංඛාර නිරෝධය වූ නිර්වාණය පෙරදීමෙන් අරමුණු කොට තුන්වැනි වූ අනාගාමී මාර්ග-ඵල ධර්මයෝ පහළ වන්නාහ. ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාව ද, මනසිකාරය ද, ප්‍රසන්න බව ද, පෙර මාර්ග- ඵලයනට අනතුරුව පෙරසේ පහළ වෙති. මේ වනාහී අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට පැමිණීම දක්වා භාවනා මනසිකාරය හා ඤාණයෙන් අවබෝධ වන ආකාරයයි.

සතරවැනි වූ මාර්ග ඵලයට පැමිණීමට ද මේ නය ක්‍රමයෙන් දින සීමාකර ගැනීම, ලැබූ ඵල සමවන ගැන ආලය අතහැරීම, බලවත් ලෙස අධිෂ්ඨාන කිරීම ද කොට වර්තමාන කාය - චිත්ත ක්‍රියාවන් පුරුදු ලෙසට මෙනෙහි කළ යුතුයි. මින් පිටත මෙනෙහි කළ යුතු අන් ක්‍රමයක් නොමැත. ඒ ක්‍රියාම සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙහි මේ මනසිකාර සිහිය "එකායනො" එකම මාර්ගය, එකම ප්‍රතිපදාව යයි, වදාරා ඇත්තේය.

උදයවාස ඤාණයේ පටන් ඤාණ පරම්පරාව මේරීමට-වැඩීමට, පැමිණීමෙන් නොබෝ වේලාවකින් සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණයට පැමිණෙන්නේය. සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණය සම්පූර්ණ නොවූයේ නම් එම ඤාණයෙහි ම නවතින්නේය. එම සංඛාරූපෙක්ඛා ඤාණය සම්පූර්ණ වූ

කල්හී සංස්කාරයනගේ සංසිද්ධිම වූ නිර්වාණය පූර්ව මාර්ග-ඵලා බෝධියේදී මෙන් අරමුණු කොට සතරවැනි වූ අර්හත් මාර්ග ඵල ඥාණයේ පහළ වන්නාහ.

මෙතෙක් දැක්වූ මාර්ග-ඵල ලැබීම සම්බන්ධව කියන ලද කථාව අතුරෙන් "ඒ ඒ මාර්ග-ඵල ඥාණයේ පහළ වන්නාහ"යි කී කථාව වනාහි මාර්ග-ඵල ලාභය තෙක් පාරමී සම්පූර්ණ වූ පුද්ගලයන් අරමුණු කොට කියන ලද්දකි.

පාරමී ඥාණ සම්පූර්ණ නොවූ පුද්ගලයෝ වනාහී සංඛාරූපෙක්ඛා ඥාණයෙහි ම පිහිටති. විශේෂයෙන් ම පළමුවෙනි සෝවාන් මාර්ග-ඵලයට පැමිණි පුද්ගලයා දෙවෙනි සකාදාගාමී මාර්ග-ඵලයට නොබෝ කලකින් ම සුවසේ පැමිණීමට සමත් වූයේ ද, තුන්වැනි වූ අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට වහා නො පැමිණ බොහෝ කලක් ගත කරන්නේය. මෙයට හේතුව පරික්ෂා කිරීමේදී මෙසේ දක්නට ලැබේ.

සෝවාන්, සකාදාගාමී දෙදෙනාම "සීලෙසු පරිපූරකාරී" සීල ශික්ෂාවෙහි සම්පූර්ණ බවට පත් පුද්ගලයෝ වෙත්. එනිසා ම සෝවාන් පුද්ගලයා ශීල ශික්ෂාවෙහි පරිපූර්ණත්වයෙන් සමාන බැවින් දෙවැනි වූ සකාදාගාමී මාර්ග ඵලයට වහාම සැපසේ ම පැමිණිය හැකි වන්නේය. අනාගාමී පුද්ගලයා වනාහි "සමාධිසම්. පරිපරකාරී" සමාධි ශික්ෂාවෙහි පරිපූර්ණ බවට පත් වූ පුද්ගලයා වෙයි. එනිසා සීලයෙන් පරිපූර්ණ බවට පත් වූ දෙවැනි සකාදාගාමී බලයෙන් නැගිට සමාධියෙහි පරිපූර්ණ බවට පත් වූ තෙවැනි අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට වහාම නො පැමිණිය හැකිව නවති. එහෙත් ඒ ඒ මාර්ග-ඵලයට පැමිණීමට සමත් ලෙස පාරමී අඩු වැඩි කම් ගැන සිතමින් භාවනා නො කර සිටියොත් මඟ-ඵල අවබෝධ කළ නො හැකි වෙයි.

තවද බොහෝ දින මාස-අවුරුදු ගණනක් හෝ භාවනා කිරීමෙන් මාර්ග ඵලයන්ට පැමිණිය හැකි පුද්ගලයන් ද ඇති බැවින් දින කීපයක්, මාස කීපයක්, භාවනා කිරීමෙන්ම මාර්ග-ඵල නො ලැබූයේ ද, පාරමී ඥාණ සම්පූර්ණ නැතැයි තීරණය නො කළ යුතුයි. තව ද අද මේ කාලයේ භාවනා කිරීමද නො මේරූ පාරමී ඥාණය මේරීමට පත්කර ගැනීමකි. එනිසා පාරමී අඩු වැඩිකම් ගැන කල්පනා නො කළ යුතුයි.

භාවනා නො කිරීමෙන් එක් පාරමිතාවක්වත් නො පිරෙන්නේය. පාරමි සම්පූර්ණ නො වූයේ නම් මේ භවයේදී මාර්ග-ඵලයට නො පැමිණෙන්නේය. භාවනා කිරීමෙන් ම පාරමි මේරීමට පත්ව බලාපොරොත්තු වන මාර්ග ඵලයන්ට සුවසේ වහාම පැමිණිය හැකි වෙයි. පාරමි ඤාණ එක්තරා මට්ටමකට වැඩුණු කෙනෙක් දැන් භාවනා වඩන්නේ නම් සම්පූර්ණත්වයට පැමිණ අදහස් කරන මාර්ග-ඵලයට මේ ආත්ම භාවයේදී ම පැමිණිය හැකි වන්නේය. යටත් පිරිසෙයින් මිළඟ මතු භවයකදී හෝ සුවසේ මාර්ග- ඵලයන්ට පැමිණීමට සමර්ථ වන්නා වූ පාරමි බිජයක්ම ඒකාන්තයෙන් වන්නේය. මේ නිගමන කථාව පිළිගෙන නො පසුබට වියායෙන් භාවනාව වැඩිය යුතු ම ය.

අර්භත් ඵලයෙන් අවබෝධයට පත්ව මාර්ග-ඵල නිර්වාණයන් නැවතත් ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කරයි. “ක්ලේශයෝ සම්පූර්ණයෙන්ම ඤය වී ගියහ. කිසි කළෙකත් ක්ලේශයෝ හට නො ගන්නාහ. කළ යුතු භාවනා ක්‍රියාය නිමාවට ගියේය යි”ද ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාවෙන් කීරණය කරයි. මේ වනාහි අර්භත්වය දක්වා භාවනා මනසිකාරය හා ඤාණයෙන් අවබෝධ කරගන්නා පිළිවෙලයි.

**උභන්දු කරවීම**

“භවෙ තබ්බා සතාවෙවං - සතිපට්ඨාන භාවනා විපසසනා රසසසාදං - පඤ්චනෙතනිධි සාසනෙ”

වා = දැක් වූ වචනය සත්‍යයකි. ඉධ සාසනෙ = ගෞතම බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මේ සාසනයෙහි, විපසසනා රස සසාදං = විදර්ශනා ඤාණයෙන් ඒකාන්තයෙන් විදිය යුතු වූ, මධුර වූ මාර්ග-ඵල නිර්වාණ යන තෙයාකාර වූ සැපය; පඤ්චනෙතන = අවබෝද කර ගැනීමට, විදීමට ජඤය ඇත්තා වූ, සතා සනෙතන = සත්පුරුෂ ගුණ ඇති පින්වතුන්, පින්වතියන් විසින්, සතිප්ඨාන භාවනා = සතිප්ඨාන භාවනාවට හෙවත් කාය, වේදනා, චිත්ත, ධර්ම යන අරමුණෙහි පැන පැන අවබෝධ කර ගන්නාක් මෙන් මෙනෙහි කරන්නාවූ ඵලඹ සිටි සිහියෙන්, මෙනෙහි කිරීම නැමැති සතිප්ඨාන භාවනාව එවං = මේ පස්වැනි කාණ්ඩයෙහි දැක්වූ පරිද්දෙන් මෙනෙහි කිරීමෙන්, භාවෙ තබ්බා = වැඩිය යුතුයි. භාවිතා කළ යුතුයි. දියුණු කළ යුතුයි.

## විශේෂයෙන් සැලකිය යුත්තකි

මේ ග්‍රන්ථයෙහි කියන ලද විදර්ශනා භාවනා මනසිකාර පිළිවෙල ධම්මදානය ඇත්තා වූ බහුශ්‍රැත පුද්ගලයන් උදෙසා විශේෂයෙන් සකස් කරන ලද්දකි. එබඳු බහුශ්‍රැත පුද්ගලයෝ මේ ග්‍රන්ථය බැලූ පමණකින් ශ්‍රද්ධා, ඡන්ද, වීර්යයන් අඩු නොකොට අධික උනන්දුවෙන් උත්සාහයෙන් භාවනා වැඩිමෙන් මෙහි දැක්වූ අයුරින් ම විදර්ශනා ඥාණයන්ට මාර්ග ඵල ඥාණයන්ට ඒකාන්තයෙන් පැමිණිය හැකි වන්නාහ.

එහෙත් භාවනා වඩන්නවුන්ට පහළ වී එන ආකාර සහ ඥාණයෙන් අවබෝධවන ආකාර විශේෂයන් සියල්ල මේ ග්‍රන්ථයෙහි දැක්විය නො හැක. වැඩි කොටස නො දක්වන ලද්දේය. මේ ග්‍රන්ථයෙහි දක්වන ලද වැටහීම් අවබෝධ සියල්ල ම එක ම පුද්ගලයෙකුට ලැබෙන්නේ ද නො වේ. භාවනා වඩන්නාගේ පාරමිතා අනුව අවබෝධ ඥාණය විවිධාකාරය, නා නා විධය, විශේෂත්වයෝ ද ඇත්තාහ.

තවද යෝගාවචරයන්ගේ ශ්‍රද්ධා, ඡන්ද, වීර්යයෝ ද සෑම කල්හි අඩු නො වී නො නැසී දියුණුවෙන් පවතින්නේ ද නැත. ගුරුවරයෙක් නැතිව පොත බලාගෙන පමණක් භාවනා කරන්නේ නම් පෙර නො ගිය චිරු මඟක යන්නා වූ මගියෙකුට සැක ඇති වන්නාසේ විවිකිච්ඡාව ද පහළවී එයි. එනිසා සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙක් උපකාරක ගුරුවරයෙකු නොමැතිව භාවනා කරන්නේ නම් විදර්ශනා ඥාණ විශේෂයන්ට ද මාර්ග-ඵල ඥාණයන්ට ද සුවසේ පැමිණිය නො හැකි වන්නේය.

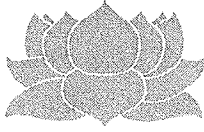
එනිසා මාර්ග-ඵල ඥාණයෙන් නිර්වාණය ප්‍රත්‍යක්ෂ කිරීම තෙක් ම නො කඩවා භාවනා කරනු කැමති සත්පුරුෂයෝ "යථා භූතං ඥාණාය සත්ථා පරියෙසිතබ්බො" ප්‍රත්‍යක්ෂව තත්ත්වාකාරයෙන් අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස ගුරුවරයෙකු සොයා ගත යුත්තේය යි, වදාළ නිදාන වග්ග සංයුක්ත පාලියට අනුව මනාව භාවනාව වඩා විදර්ශණා ඥාණ පිළිවෙලින් මාර්ග-ඵල, ප්‍රත්‍යවේක්ෂා ඥාණය ද සමඟ ඵල සමාපත්ති දක්වා ධර්ම ග්‍රන්ථයන් ඇසුරෙන් උපකාර සැලසිය හැකි කළ‍්‍යාණ මිත්‍ර ආවායඪීයන් වහන්සේ තමක් වෙත නැවතී භාවනා කළ යුතුය.

“මම විශේෂ පුද්ගලයෙකි. අන්පුද්ගලයෙකු ඇසුරු කිරීමට අවශ්‍ය නැතැයි” උඩගු සවභාවය ඇත්තා වූ මාන-ද්වේෂය ඔසවා ගත්තේ ද, ආයුෂමත් පොඬිල තෙරුණුවන්ගේ චරිතය සලකා බලා නිහතමානීව භාවනා වඩත්වා, භාවනා වඩන කාලයේදී ද, පහත දක්වන බුද්ධාවචාදය ගරු කොට සලකා වැඩි, වැඩි වියඪියෙන් උනන්දුවෙන් උත්සාහයෙන් භාවනා වඩත්වා.

නයිදං සිටීල මාරඛ්‍ය - නයිදං අපෙපන ටාමසා  
 නිබ්බානං අධි ගනනබ්බං - සබ්බ දුක්ඛපපමොචනං

හිකබ්වෙ = මහණෙනි” සබ්බ දුක්ඛපපමොචනං = සියලු දුකින් මිදීයාම වූ, ඉදං නිබ්බානං = මේ නිර්වාණය, සිටීලං ආරඛ්‍ය = දුර්වල වූ ලිහිල් වූ වියඪියන් කොට, න අධිගනනබ්බං = නො පැමිණිය හැකිය. ඉදං නිබ්බානං = මේ නිර්වාණය, අපෙපන ටාමසා = ස්වල්ප වියඪියකින් න අධිගනනබ්බං = අවබෝධ නො කළ හැක්කේය. නො පැමිණිය හැක්කේය. බලවත් වූ වියඪියෙන් ටෙටියඪියෙන් උත්සාහයෙන් භාවනා කිරීමෙන් ම ලැබිය යුත්තේය. පැමිණිය යුත්තේය. අවබෝධ කළ යුත්තේය.

උප්පෙති ජරිච්ඡේදය නිමිගේ යැ



## ඛද්‍යාණා පරමිපරාව විසඳුම

ඡර්වේජ්‍ය අංක 6

පරිච්ඡේද අංක එකෙහි සීල විසුද්ධිය ලියා දක්වන ලදී. පරිච්ඡේද අංක දෙකෙහි චිත්ත විසුද්ධිය ලියා දක්වන ලදී. පරිච්ඡේද අංක 3, 4, 5, හි දිට්ඨි විසුද්ධියෙන් පටන් ගෙන ඤාණදස්සන විසුද්ධිය තෙක් භාවනා කරන ක්‍රමය අත් දැකීමී ද සහිතව ලියා දක්වන ලදී. මෙම පරිච්ඡේදය වනාහි භාවනා කරන්නාහට අනුපිලිවෙලින් පහළ වන්නා වූ නාම - රූප පරිච්ඡේද ඤාණ ආදිය ද දිට්ඨි විසුද්ධි ආදී පඤ්ඤා විසුද්ධි පහ සම්මත පොත් වලට අනුව ලියා දක්වන්නෙමු.

### නාම-රූප පරිච්ඡේද ඛද්‍යාණාය හා දිට්ඨි විසුද්ධිය

නාමරූපානං යාථාව දසසනං දිට්ඨි විසුද්ධි නාම [වි. ම. 441]

නාමරූපානං = අරමුණට නැමීමට හැකි, යා හැකි නාම ස්වරූපය හා අරමුණ දෙසට නැමිය නො හැකි විකාර ස්වරූපය ම ප්‍රකට, විකාර භාවයට පත් විය හැකි රූප ධර්ම

යාථාවදසසනං = තත්ත්වාකාරයෙන් දැක ගැනීම

දිට්ඨි විසුද්ධිනාම = විසුද්ධි භාවයට පත් ඤාණ දස්සනය නම් වේ.





අනාරම්භණා = අරමුණු කරන බවක් නැති හෙයින්  
 අධ්‍යාකතනා = අධ්‍යාතන (අධ්‍යාකෘත) බව  
 දධ්‍යබ්බා = දත යුතුයි.

තේරුම වනාහි, ඉති කේසා නාම ඉමසමිං සරිරෙ පාටියෙකෙකා කොධ්‍යාසො අවෙනතො අධ්‍යාකතො සුඤ්ඤො නිස්සතො ඵදෙධා පඨවි ධාතු මේ ආදී වතු ධාතු වචනථාන වණිනා අධ්‍යාකතො = අරමුණු කළ නොහැකි යන අර්ථය ගත හැකි වන්නාසේ, අධ්‍යාකත පවචුපටධ්‍යානං කියන තැනද “අරමුණු කළ නොහැකි ධර්මයකැයි ඤාණයට වැටහේ” යන මේ අර්ථය දතයුතුයි යන්න අදහස් කෙරේ. මේ ටීකා විවරණය යෝගීන්ගේ ඤාණයට වැටහෙන ආකාරය හා සම වන්නේ ම ය.

තවදුරටත් මෙතෙහි කරන අතරවාරයේ ම “පිම්බීම-හැකිලීම ආදී අරමුණු වෙතට මෙතෙහි කරන හිත වේගයෙන් වේගයෙන් ළං ළං වන්නා සේ ද” ප්‍රකට වේ. “දැකීම, ඇසීම, ආඝ්‍රානය කිරීම, රස දැනීම, පහස විඳීම නැවීම දිග හැරීම, කල්පනා කිරීම ආදී සිත් වනාහි අදාළ අරමුණු වෙතට ළං ළංව යොමු වෙන්නා සේ ද” ප්‍රකට වේ. මෙලෙස ප්‍රකට ව දැකීම දැන ගැනීම “නමන ලකඛණා” වගයෙන් නාම ධර්මයේ තත්ත්වාකාරයෙන් දැනගැනීම වන නිසා “නාම යථාව දසසන” = නාමයන් තත්ත්වාකාරයට අනුව දන්නා වූ ඤාණය වේ.

මෙලෙස තතු ලෙසින් දැක දැනගන්නා තැනැත්තාට රූප සහ නාමයන් පිරිසිදු ප්‍රකට වෙත්. මෙතෙහි කිරීමට කලින් අවස්ථාවේ, මෙතෙහි කිරීම ආරම්භ කළ අලුත මෙන් ප්‍රවාහයක් ලෙස, පිඬුවක් ලෙස, එකක් ලෙස එකෙක් ලෙස ප්‍රකට නො වේ. යටත් පිරිසෙයින් පිම්බෙන අවස්ථාවෙහි පිම්බීම එකක්, මෙතෙහි කිරීම එකක් යන යන ලෙසට වෙන් වෙන්ව ම ප්‍රකට වේ. මෙලෙසට ම හැකිලෙන අවස්ථාවේ හැකිලීම එකක් මෙතෙහි කිරීම එකක්, හිඳීම මෙතෙහි කරන අවස්ථාවේ හිඳීම එකක් මෙතෙහි කිරීම එකක් නමන දිගහරින අවස්ථාවේ නැවීම දිග හැරීම එකක්, මෙතෙහි කිරීම, එකක්, දකින අවස්ථාවේ දකින දෙය සහ ඇස එකක්, දැකීම හා මෙතෙහි කිරීම එකක් යන ලෙසට වෙන් වෙන්ව ම ප්‍රකට වේ. මෙලෙසට

මෙනෙහි කරන අවස්ථාවෙහි රූප සහ නාම වෙන් වෙන්ව ම ප්‍රකටවන ආකාරය සලකා විසුද්ධි මාර්ගයෙහි පොරාණ ගාථාවක් උපුටා දක්වයි.

න චක්‍රතො ජායරි එසස පඤ්චමා  
 න රූපතො නොව උභින්නමන්නරා  
 හෙතුං පටිච්චසාවනනි සංඛතා  
 යථාපි සද්දො පහතාය හෙරියා

[වි. ම. 447]

- එසස පඤ්චමා = එස්ස වේදනා සංඥා වෙනතා විතත යන එසස පඤ්චමක ධර්මයෝ
- වා = දකින්නේ නම්, දැකීම පස්වෙනි කොට ඇත්තාවූ ස්වභාවය
- චක්‍රතො = ඇස කෙරෙත්
- න ජායරෙ = මතු වී පහළ වන්නේ නො වේ.
- රූප තො = වණ් රූපයෙන්ද
- න ජායරෙ = මතු වී පහළ වනවා නො වේ
- උභින්නං අන්නරාව = ඇස සහ රූපය යන මේ දෙක අතර මැදින් ද
- නො ජායරෙ = මතු වී පහළ වනවා නො වේ,
- සංඛතා = අදාල හේතු සමූහ වී පහළ කරන දැකීම් ස්වභාවයෝ
- හෙතුං පටිච්ච = ඇස-වණ් රූපය ආදී හේතු මත පිහිටා
- පහතාය හෙරියා = ගසන ලද බෙරෙත්
- සද්දො = ශබ්දය
- පහවනනි යථා = (බෙරයත්, අතින් ගැහීමත් ආදී හේතූන් පදනම් කොටගෙන පහළ) වන්නා සේය.

අදහස වනාහි බෙර ශබ්දය තට්ටු කිරීමට කලින් බෙරෙහි තැන්පත් වී තිබුනේද නො වේ. අතින් ගසන ලද පහර තුළද ගැබ් වී තිබුනේද නො

වේ. බෙරයක් අත් පහරක් යන මේවා අතර ද තැන්පත්ව තිබුණේද නො වේ. එම නිසා තට්ටු කරන අවස්ථාවේදී පැන නගින්නා වූ එම ශබ්දය බෙරය තුළින් පැන නැංගාද නො වේ. අත් පහර තුළින් පැන නැංගාද නො වේ. (බෙරයේ රූප හා අත්පහරේ රූපයන්ගෙන් පමණක් ශබ්ද රූප පහළ වූවා නො වේ, යැයි යන්න අදහසයි.) බෙරය සහ අත් පහර යන මේ දෙක අතරින් පහළ වූවාද නො වේ. ඇත්ත වනාහි... බෙරයට අත්පහර වැදීම නම් වූ හේතූන් ප්‍රත්‍යාකරගෙන ගසන, ගසන වාරයේ අලුතින්, අලුතින් පහළ වන්නාවූ ශබ්ද වන්නාහි - යන මෙය සත්‍ය වේ. එම නිසා බෙරය සහ අත් පහර වනාහි එකකි. බෙර සද්දය වනාහි එකකි යැයි වෙන් කරන්නේ යම් සේ ද එසේම දැකීම වනාහි දැකීමට පෙරාතුව ම ඇසේ ගැබ් වී තිබුණා නො වේ. වණි රූපයෙහිද තැන්පත් වී තිබුණා නො වේ. ඇසත් වණි රූපයක් අතරද තැන්පත්ව තිබුණා නො වේ. එම නිසා වණි රූපයක් ගැටෙන ගැටෙන අවස්ථාවේ සිදුවන්නාවූ එම දැකීම ඇසෙන් පහළ වන්නක් නො වේ. වණි රූපයෙන් පහළ වන්නක් නො වේ. (වක්‍රප්‍රසාද රූපය හා වණි රූපයෙන් වනාහි දැකීමේ පහළ වීම නො වූනේ යැයි කියවේ) ඇස සහ වණි රූපය අතර මැදින්ද පහළ වූවා නො වේ. ඇත්ත වශයෙන් වනාහි ඇස වණි රූපය මණසිකාරය යන හේතූන් ප්‍රත්‍යය කරගෙන වර්ණ රූපයක් ඉදිරිපත්වන ඉදිරිපත්වන අවස්ථාවේ පහළ වන්නාවූ දැකීම් ස්වභාවයේ පමණක් වන්නාහ. එබැවින් ඇස හා වණි රූපය වනාහි එකකි. "දැකීම වනාහි අනෙකකි". යන ලෙසට බෙදී ප්‍රකට වන්නේ යැයි කියයි. (අසන, ආඝ්‍රානය කරන, රස බලන, පහස විදින අවස්ථාවන්ට අදාළ ගාථාවන්හි පාළිය හා අර්ථය පමණක් පහත දක්වන්නෙමු.)

- න සොනතො ජායරි එසස පඤ්චමා
- න සද්දතො නොව උභින්න මනතරා -පෙ-
- න ඝානතො ජායරි එසස පඤ්චමා
- න ගනධතො නොව උභින්න මනතරා -පෙ-
- න ජ්වහතො ජායරි එසස පඤ්චමා
- න රසතො නොව උභින්න මනතරා
- න කායතො ජායරි එසස පඤ්චමා
- න එසසතො නොව උභින්න මනතරා -පෙ-

[වී. ම. 448]

- එසස පඤ්චමා = ඇසීම පස් වෙනි කොට ඇත්තා වූ ඇසීම් ස්වභාවයෝ
- සොතතො = කණ කෙරෙන්නද
- න ජායරෙ = පහළ වනවා නො වේ. ජනිත වනවා නො වේ.
- සඤ්ඤාතො = ශබ්දය කෙරෙන්නද
- න ජායරෙ = ජනිත වනවා නො වේ.
- උභින්නං අනතරාව = කණ සහ ශබ්දය යන මේ දෙක අතර මැදින්ද නො ජායරෙ = ජනිත වනවා නො වේ.
- සංඛතා = අදාල හේතුධර්මයන් එකතු වී සිදුකරන ඇසීම් ස්වභාවයෝ
- හෙතුං පටිච්ච = කණ ශබ්දය ආදී හේතූන් පිහිට කොට ගෙන පහවනති = ජනිත වෙත්,
- යථාපි -පෙ- = උපමාවකට අනුව වනාහි -පෙ-
- එසස පඤ්චමා = ආඝානය පස්වෙනි කොට ඇත්තාවූ ආඝාන ස්වභාවයෝ
- සාතතො = නාසය කෙරෙන්නද?
- න ජායරෙ = ජනිත වනවා නො වේ.
- ගතධතො = ගතධයෙන්ද
- උභින්නං අනතරාව = නාසය සහ ගඳ යන මේ දෙක අතර මැදින්ද නො ජායරෙ = -එම-
- සංඛතා = අදාල හේතුධර්මයන් එකතු වී සිදුකරන ආඝාන ස්වභාවයෝ
- හෙතුං පටිච්ච = නාසයත් සන්ධියත් ආදී හේතූන් ප්‍රත්‍ය කරගෙන පහවනති = පහළ වෙත්
- යථාපි = උපමාවකට අනුව...
- එසස පඤ්චමා = දැනීම පස් වෙනි කොට ඇත්තාවූ රස විදීම ස්වරූපයෝ

ජීවිතතො	=	දිව කෙරෙන්නද
න ජායරෙ	=	-එම-
රසතො	=	රසය කෙරෙන්නද
න ජායරේ	=	-එම-
උභින්නං අන්තරාව	=	දිවද රසද යන මේ දෙක අතර මැදින්ද
න ජායරේ	=	-එම-
සංඛතා	=	අදාල හේතු ධර්ම සාමග්‍රියෙන් සිදු කරන ලද රස දැනීමි ස්වභාවයෝ
හෙතුං පටිච්ච	=	දිව රස ආදී හේතූන් ප්‍රත්‍යාකරගෙන
පහවනති	=	පහළ වෙත්.
යථාව	=	උපමාවකට අනුව
එසස පඤ්චමා	=	පහස පස්වෙනි කොට ඇත්තාවූ විදීම දැනගන්නා ස්වභාවය
කායතො	=	කය කෙරෙන්නද
න ජායරේ	=	-එම-
එසසතො	=	ගැටෙන අරමුණ කෙරෙන්නද
න ජායරේ	=	-එම-
උභින්නං අන්තරාව	=	කයද ස්ප්‍රීයද යන මේ දෙක මැදින්ද
න ජායරේ	=	-එම-
සංඛතා	=	අදාල හේතු ධර්මයෝ එකතුව ඇති කරන්නාවූ හැපීම දැනගන්නා ස්වභාවය
හෙතුං පටිච්ච	=	කයන් හැපෙන හේතූන් ආදිය ප්‍රත්‍යා කරගෙන
පහවනති	=	පහළ වෙත්
යථාපි	=	උපමාවකට අනුව

න ව්‍යුච්ච රූපා පහවනති සංඛතා  
න වාපි ධම්මායතනෙ හි නිග්ගතා  
හෙතුං පටිච්ච පහවනති සංඛතා  
යථාපි සද්දො පහතාය හෙරියා

[වි. ම. 448]

- සංඛතා = අදාළ හේතූන් එකතු වී පහළ වූ සිතුවිලි, මෙතෙහි කිරීම් ස්වභාවයෝ
- චක්ඛු රූපා = ඇසුර ලබන්නා වූ හෘදයවස්තු රූප කෙරෙන්
- න පහවනති = ප්‍රභවය ලබනවා නො වේ
- ධම්මායතනෙ වාපි = මෙතෙහි කරන්නාවූ සිතන්නාවූ, ආයතනයෙන්ද
- න නිශාකා = පහළ වූනා නො වෙත්
- සංඛතා = සිතිවිලි, මෙතෙහි කිරීම් ස්වභාවයෝ
- හෙතුං පටිච්ච = හෘදය රූපය, ස්වභාවික අරමුණු ආදී හේතූන් ප්‍රත්‍යා කොට
- පහවනති = පහළ වෙත්
- යථාපි = උපමාවක් වශයෙන්
- පහතාය = පහරදෙන ලද
- හෙරියා = බෙරයෙන්
- සඤ්ඤා = ශබ්දය
- පහවති යථා = (බෙරය අත් පහර ආදී හේතූන් මත පිහිටා) පහළ වෙන්නා සේ ය.

එළෙස රූප-නාම දෙක වෙන්කොට දැනගන්නා තැනැත්තාට මෙලෙසට ද සළකා බලා තීන්දු කළ හැක්කේය. තීන්දු කරන ආකාරය වනාහි හිඳීම, සිටීම, යෑම, නැවීම, දිගහැරීම, දැකීම, ඇසීම ආදී ඉරියව් එකක් හුදු නාම වලින් පමණක් සම්පූර්ණ නොවේ. හුදු රූප වලින් පමණක් සම්පූර්ණ නොවේ. නාම-රූප යන දෙකම එකතුවීමෙන් ම සම්පූර්ණ භාවයට යයි. මෙලෙස සම්පූර්ණ භාවයට යා හැකි නාම- රූප දෙක මත ම රැඳී "මම හිඳ ගනිමි. මම සිට ගනිමි. මම යමි. මම නවමි. මම දිගහරමි. මම දැකමි. මම ඇසමි" යනාදී ලෙසට කියමින් ව්‍යවහාර කරමින් සිටින්නේය. ඇත්ත වශයෙන් ම නම්..... හිඳීම- සිටීම- යෑම ආදිය කළ හැක්කාවූ මමෙක් සත්ත්වයෙක් යන්න නො පැවතේ. හුදු නාම- රූප දෙක පමණක් ඇත්තේය. යන ලෙසට කරුණු සළකා බලා තීන්දු කරයි. පහත සඳහන් වන්නේ මෙම අදහස ඉගිකරන්නාවූ විසුද්ධි මාගී කථාවකි.

අර්ථබෝ නාමං නිසසාය රූපං පචතනති. රූපං නිසසාය නාමං පචතනති. නාමසස ඛාදිතුකාමතාය පිචිතුකාමතාය ඛ්‍යාහරතුකාමතාය ඉරියාපථං කපෙපතුකාමතාය සති රූපං ඛාදති ජිවති ඛ්‍යාහරති ඉරියාපථං කපෙපති [වි. ම. 448]

- අර්ථබෝ = ඇත්ත වශයෙන් ම
- නාමං නිසසාය = කෑමට කැමැත්ත ආදී නාමයන් ආශ්‍රයකොට
- රූපං පචතනති = වැළඳීම ආදී රූප පහළ වේ.
- රූපං නිසසාය = ඇස ආදී රූපයන් නිශ්‍රය කොට ගෙන
- නාමං පචතනති = දැකීම ආදී නාමයෝ පහළ වේ.
- නාමසස = නාමයෝ
- ඛාදිතු කාමතාය = කෑමට කැමැත්ත
- පිචිතු කාමතාය = බීමට කැමැත්ත
- ඛ්‍යාහරිතු කාමතාය = කතා කිරීමට කැමැත්ත
- ඉරියාපථං කපෙපතුකාමතාය = ඉදීම-හිටීම-යෑම ආදී ඉරියාපයන් පැවැත්වීමට කැමැත්ත
- සති = ඇති කල්හි
- රූපං = රූපය තෙමේ
- ඛාදති = කෑම කයි
- පිචති = බීම බෝයි
- ඛ්‍යාහරති = කථාකරයි
- ඉරියාපථං කපෙපති = ඉදීම- සිටීම - යෑම - නිදීම කරයි.

මෙම පාලියෙන් "කෑමට කැමැත්ත නාමයයි. කෑම වනාහි රූපයයි! බීමට කැමැත්ත නාමයයි. බීම වනාහි රූපයයි. කීමට කැමැත්ත නාමයයි. කීම වනාහි රූපයයි. හිදීමට කැමැත්ත නාමයයි, හිදීම වනාහි රූපයයි, සිටීමට කැමැත්ත නාමයයි, සිටීම වනාහි රූපයයි, යෑමට කැමැත්ත නාමයයි, යෑම වනාහි රූපයයි" යන මේ අර්ථයෝද සෘජුව ම දක්වති. තවදුරටත්



සමහර යෝගීන්ට උපමා ගෙන හැර දැක්වීමෙන්ද සළකා බලා විනිශ්චය පහසු කළ හැක්කේය. මේ විසුද්ධි මාග්ධියෙන් උපුටා ගන්නා ලද පරිවර්තනයකි. අලවංගුව, රෝදය, මැදිරිය බෝන්ලිය ආදී කොට ඇත්තාවූ අංගෝපාංග සියල්ල ම එකක් වශයෙන් බැඳී පවතින අවස්ථාවේ පමණක් එය රථය යයි ව්‍යවහාරයට යයි. සාවධානව විමසා බලා මනසිකාරය පවත්වන්නේ නම් රථය නම් වූ වස්තුව ඇත්තට නො පැනෙන සේ ම දූව උණදැඬූ ආදී ගෙයි අංගෝපාංග යොදා බිත්ති බැඳ වහලය සෙවිලි කොට එකක් වශයෙන් පවතින්නේ නම් එවිට එය ගෙය යන ව්‍යවහාරයට යන්නේ ම ය. එක එකක් කොටස් බෙදා සාවධානව බැලුවහොත් ගෙය යන වස්තුව නො පෙනෙන්නා සේද - පෙ - කඳ අතු කිහිනි පත්‍ර ආදී ගසක කොටස් සමස්ථයක් වශයෙන් පවතින්නේ නම් ගස යන ව්‍යවහාරයට යයි, එක් එක් කොටසක් මත සාවධානව භාවනා කොට බැලුව හොත් ගස නම් වූ වස්තුව ඇත්ත වශයෙන් ම නො පැනෙන්නා සේ ද, යන මේ උපමාවන්ට අනුව පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයෝ = නාම - රූප දෙක සමස්ථයක් ලෙස, ප්‍රවාහයක් ලෙස පවතින්නේ නම් සත්ත්වයෙක්ය - පුද්ගලයෙක් යයි ව්‍යවහාරයට යන්නේය. එක එක රූප-නාම ස්කන්ධයක් මතට පමණක් අවධානය යොමු කොට භාවනා කර බැලුව හොත් "මම වෙමි" යයි මාන වශයෙන් අල්ලාගැනීම හෝ "මම" යැයි දිට්ඨි වශයෙන් ගැනීම යන මේ දෙයාකාරයන්ගේ පිහිටා ඇත්තාවූ (විඤ්ඤානය ආදී වශයෙන් ව්‍යවහාරය ඇත්තාවූ) සත්ත්වයා යන්නක් පරමාථී වශයෙන් (සාක්ෂාත් කර හැකි ස්වභාවයක් = තත්‍ය වූ ස්වභාවයක්) නැත්තේ ම වේ. ඇස් පනා පිට දැක මුල ස්වරූපයන්ට අනුව තත්‍ය ස්වභාව වශයෙන් අරමුණ වෙතට නැමිය හැකියා හැකි අරමුණ දත හැකි නාම ස්වරූපය සහ අරමුණ නො දත හැකි විකාර භාවයට පත්වෙන, විවිධාකාර වූ වෙනස් වෙන, වෙනස් භාවයකට පත්විය හැකි රූප ස්වභාවය පමණක් ඇත්තේ යයි නිරවද්‍ය ලෙස කීන්දු කරයි. මෙලෙස දැක දැන අවබෝධ කර ගන්නා පුද්ගලයාගේ දැනුම යථා භූත දස්සන = තත්ත්වාකාරයෙන් දැක දැන ගන්නා ඤාණය නම් වේ. (වි. ම. 446) දිට්ඨි විසුද්ධියම වේ.

එසේ නමුදු උපමා දැක්වීම වනාහි සාරය නො වේ. මෙතෙහි කරන මෙතෙහි කරන අවස්ථාවෙහි විශේෂයෙන් කල්පනාවට ඉඩනොදී හුදු

මෙතෙහි කීරීමෙන් ම නාම - රූපයන් වෙන් වෙන්ව දැක දැන "මෙම ශරීරයෙහි අරමුණ දැන ගත හැකි නාම සහ අරමුණ දැනගත නො හැකි රූපයන මේ දෙවර්ගය පමණක් ඇත්තේය. මේ දෙකෙන් තොර වෙනම ම සත්ත්වයෙක් - මමෙක් - ආත්මයක් - විඤ්ඤාණයක් නොමැත්තේය." යි නිරවුල්ව තීන්දුවකට බැසගැනීමට හැකිවීම ම සාරය වන්නේය. එම නිසා මෙතෙහි කරන වාරයේ අවුලකින් තොරව අනායාසයෙන් ම පැහැදීමෙලෙස තීන්දු කළ හැකි උසස් ඤාණය, මුදුන්පත් වූ නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණ නම් වේ. මෙම ඤාණයම - මමෙක් "ආත්මයක් ඇත්තේ" යයි සිතීන් බැඳී ගන්නා අත්ත දිට්ඨි කෙලශය පිසදමා බැහැර කළ හැකි දිට්ඨි විසුද්ධිය නම් ද වේ. පහතින් දැක්වෙන්නේ මහා ටීකා විචරණයයි.

නාම රූපානං යථාවදස්සනන්ති ඉදං නාමං, එත්තකං නාමං, න ඉතො හියෙයා, ඉදං රූපං එත්තකං රූපං න ඉතොහියෙයාති ච තෙසං ලක්ඛණ සලලක්ඛණ මුඛෙන ධම්ම මත්තභාව දස්සනං අත්තදිට්ඨි මල විසොධනතො දිට්ඨි විසුද්ධි වෙදිතබ්බං. [මහා. ටී. (බු.) 2/367]

- නාමරූපානං යථාව දස්සනන්ති = නාම සහ රූපයන්ගේ තත්ත්වකාරය දැකීම යන්න වනාහි
- ඉදං = මෙතෙහි කොට දතයුතු මේ ස්වභාවය
- නාමං = අරමුණ දෙසට නැවීමට හැකි, යෑමට හැකි අරමුණ දැකගත හැකි නාම ධර්මය
- එත්තකං = මෙතෙහි කොට දත්තාක්
- නාමං = අරමුණ ද දැන හැකි. නාම ධර්මය (මෙතෙහි කොට දැනගත හැකිතාක් නාම-රූපයේ අරමුණු කොට "මේ තාක් වනාහි නාමයෝ ම වෙන්, මම නො වෙමි" යයි දැන ගැනීම කෙරේ.)
- අදහස්
- ඉතො = මෙතෙහි කොට දැනගත් මේ නාම ධර්මයන්ට

හියොහා	=	වැඩි වූ මමෙක්, සත්ත්වයෙක්
න	=	නැත්තේය
ඉති ව	=	මේ තාක්ද, (ධම්ම මතට ස්වභාව දසුනට අනන්තරාධී මල විසොධනතො - යන මේ පදය ගෙන ස්ථානයට අනුව පරිවර්තනය කරන ලද අර්ථය ම වේ)
ඉදං	=	මෙතෙහි කොට දන යුතු මේ ස්වභාවයද
රූපං	=	රූප්පන සවභාවය ම ප්‍රකට, විකාර විය හැකි, පෙරළිය හැකි රූප ධර්ම වේ.
එතතකං	=	මෙතෙහි කොට දත්තාක්
රූපං	=	රූප ධර්ම පමණක් වේ.
ඉතො	=	මෙතෙහි කොට දැක ගත මේ රූප ධර්මයන්ට වඩා
හියොහා	=	වැඩිවූ මමෙක්, සත්ත්වයෙක්
න	=	නැත්තේය.
ඉතිව	=	මේ තාක්ද
තෙසං	=	එම නාම-රූප ධර්මයන්ගේ
ලකඛණ සලලකඛණමුධෙන	=	ස්වභාව ලක්ෂණයන් මෙතෙහි කිරීම මුඛ්‍ය කිරීම වශයෙන්
ධම්ම මතක භාව දසුනට	=	මමෙක් සත්ත්වයෙක් නැත්තේය, ධර්ම ස්වභාවය පමණක් ඇත්තේය යන මෙය දැකීම, දැනීම
අනන්තරාධී මල		
විසොධන තො	=	අනන්තරාධීය යන කෙළෙස් මල පිසහැරීමට, දුරුකිරීමට හැකි බැවින්
දිට්ඨි විසුද්ධි	=	දිට්ඨි විසුද්ධිය නම් වේ.
ඉති වෙදි තබබං	=	මෙලෙස දනගුණයි.

රුප්පන කකබලකත ආදී කොට ඇත්තාවූ රූපයන්ගේ සවභාව ලක්ෂණ හා නමන ප්‍රසන්න, වේදියන, සංජානන, විජානන ආදීකොට ඇත්තාවූ නාමයන්ගේ සවභාව ලක්ෂණ යන මේවා ඒ ඒ රූප නාමයන්ගේ උප්පාද යිති හංග යන තුනෙන් යිති හංග යන ක්ෂණයන්හි පමණක් ප්‍රකටව පැනේ. ගතවූ, මතු පහළ වන්නාවූ ක්ෂණයන්හි ප්‍රකට නැත. එම නිසා රූප නාමයන්ගේ ස්වභාව ලක්ෂණ පහළ වන පහළ වන ක්ෂණයේ මෙනෙහි කිරීම මගින් ම පමණක් තත්ත්වකාරයෙන් දත හැක්කේය. මෙලෙස ස්වභාව ලක්ෂණයන් පහළවන ක්ෂණයෙහි මෙනෙහි කිරීම මුඛ්‍ය වන බැවින් ප්‍රධාන බැවින් "මමෙක් සත්ත්වයෙක් වනාහි නොමැත්තේය. ධම් ස්වරූපය පමණක් ඇත්තේය" යැයි දක දක වටහාගැනීම දිට්ඨි විසුද්ධි නම් වේ. අත්ත දිට්ඨි කෙළෙස් මළ පිසදමා බැහැර දක දක ගැනීම යැයි අදහස් කෙරේ.

නාම - රූප රූපිකා ආදිය හා දිට්ඨි විසුද්ධිය නිමි.

**පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය හා කංඛා විතරණ විසුද්ධිය**

එකසෙසවං පන නාම - රූපසස පච්චය පරිගහණෙන නිසු අදධාසු කංඛංවිතරිතො යිතං ඤාණං කංඛාවිතරණ විසුද්ධි නාම [වි. ම. 449]

- එකසෙසව නාම රූපසස = මෙනෙහි කොට දැනගත්තාවූ මේ නාම රූපයන්ගේ ම
- පච්චය පරිගහණෙන = ප්‍රත්‍යය පරිගහ කිරීමෙන්
- නිසු අදධාසු = අතීත- අනාගත- වතීමාන යන කාල තුනෙහි
- කංඛං = සැකය
- විතරිතො යිතං = ඉක්මවා, බැහැර කොට සිටි
- ඤාණං = "හේතු රූප-නාම ධර්මයන් නිසා පහළ වන එල රූප-නාම පමණක් ඇත්තේය." යයි දැනගන්නා ඤාණය
- කංඛාවිතරණ විසුද්ධි නාම = සැකයක් ඉක්මවා සිටි පිරිසිදු වූ ඤාණය නම් වේ.

පහළ වන පහළ වන අවස්ථාවේ මෙතෙහි කොට රූප නාමයන්ගේ තත්ත්වකාරය වටහා ගත්තාවූ තැනැත්තා එම රූප නාමයන්ගේ පහළ වීමට හේතුව ද මෙතෙහි කරන අතර වාරයේම යෝග්‍ය ආකාරයෙන් දැක දූන ගනී. එම අවස්ථාවේ “මෙලෙස වූ හේතූන් නිසා ම තුන්කාලයෙහි මෙයාකාර වූ ම නාම-රූපයෝ පහළවීම වන්නේ” යැයි දැක දූන වටහා ගන්නා පව්වය පරිගහ ඤාණය පහළ වේ. මෙම ඤාණය පහළ වන ආකාරය ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ අප්‍රකාශය හා පාරමි ඤාණයන්ට අනුව විවිධ වේ. එම නිසා මේ ඤාණය පහළ වන ආකාරය විසුද්ධිමාගීයෙහි පස් ආකාරයකට බෙදා දක්වා ඇත.

“මමෙක් සත්වයෙක් වනාහි නැත්තේය. නාම - රූප දෙක පමණක් ඇත්තේය” යි වටහාගන්නා ලද යොගාවචරයාට මෙතෙහි කරන අතර වාරයේදී ම එම නාම රූපයන්ගේ හේතුව විමසා සලකා බැලිය හැක්කේය. සලකා බලන්නේ නම් “අහේතුක ව ඉබේ ම පහළ වන්නේය” යි ද පිළිගත නො හැක්කේය, මක්නිසාදයත් සමහර හේතු ධර්මයෝ ඇස්පනාපිට දැක ගත හැකි බැවිනි. දැකගන්නා ආකාරය වනාහි පසුව දක්වන්නෙමු. තවදුරටත් “සච්ච ඛණ්ඩාදි දෙවියන්වහන්සේ, බ්‍රහ්මයෙක්, ශක්‍රයෙක්, මැවුම් කාරයෙක්” යන්න ද පිළිගත නො හැක්කේය. මක්නිසාදයත්.... සමහර හේතූන් නිසා රූප-නාමයන් පහළ වීම ඇස්පනාපිට දැක ගැනීම අනුව මෙසේ අනුමාන කොට දැක හැක්කේය. දූනගන්නා ආකාරය වනාහි... මැවුම් කරු යනු, සිතින්ම සිතාගෙන බැඳීගත් එම සච්චඛණ්ඩාදියා බ්‍රහ්මයා - ශක්‍රයා - දෙවියා ද මා මෙන් ම නාම-රූප දෙකකින් ම යුත් ශරීර ඇත්තෝය. ඔවුන්ගේ නාම රූපයන්ට ද තම නාම රූපයෝ මෙන් කිසියම් තව කෙනෙක් පහළ වීම පිණිස මැවීම කළ නො හැක්කේ යයිද ඉදින් මැවිය හැක්කේ නම් ඔහුන්ගේ ශරීර කවුරුන් විසින් මවන ලද්දක් ද, ඒ මවනු ලබන්නා කවුරුන් විසින් මවනු ලැබුවෙක් ද, යන මේ ක්‍රමයෙන් මවනු ලබන්නාගේ ප්‍රභවය සොයා කෙළවර කර නො හැකි බවක් ඇත්තේ යයි ද යන මේ ලෙසට අනුමාන කොට වටහාගත හැක්කේය. එම නිසා “යමෙක් විසින් මවන ලදී” යයි යන්න ද පිළිගත නොහේ.

## දැක ගත හැකි ප්‍රථම ක්‍රමය

සමහර යෝගීන් හේතු ධර්මයෝ මෙසේ දකිති. පෙර හවයේදී සිදුකරන ලද අවිජ්ජා, තණ්හා උපාදාන, කම් යන හේතු සතර (4) නිසා පටිසන්ධියේ පටන් මේ දක්වා රූප සන්තතිය නො සිදු පහළ වෙන්නාහු ය. මේ හවයේ කන - බොන ලද ආහාර නිසා මේ රූප කය සන්තතිය නොසිදු තහවුරු ලෙස පවතී. හිඳි මේ කැමැත්ත, නැවීමේ කැමැත්ත ආදී සිත් නිසා හිඳි මේ රූප, නැවීමේ රූප, ආදිය පහළ වෙත්, උණුසුම් භාවය, සීතල භාවය නිසා උණුසුම් රූප, ශීතල රූප පහළ වේ. යැයි රූපයේ හේතූන් දැකගනී.

මේ හේතූන් තුළින් චිත්ත, උතු, ආහාර යන්තාවූ වතීමාන හේතූන් මෙනෙහි කොට බලා ඇස් පනා පිට ද දැක ගත හැක්කේය. අවිජ්ජා, තණ්හා, උපාදාන, කම් යන අතීත හේතූන් වනාහී ඇස් පනාපිට දැක ගත නො හැක්කේය. එසේ වතුදු දිට්ඨිව උජුකා යන්තට අනුව විපස්සනා භාවනා කරන්නෙක් පාසා ම "කුසලධර්ම නිසා හොද හවයක්, හොද කම් ඵල පහළ වේ. අකුසල ධර්ම නිසා නරක හවයක්, නරක කම් ඵල පහළ වේ" යැයි භාවනා කිරීමට කලින් ද මනාකොට ම ඒත්තු ගෙන ඇත්තේය. එම නිසා දැන් වතීමාන ව පහළ වන්නා වූ අවිජ්ජා, තණ්හා, උපාදාන, කම්යෝ මෙනෙහි කොට සලකා බලා ඇස්පනා පිට දුටු අවස්ථාවේ අතීත හවයේදී සිදුකරන ලද එම හේතූන් ද අනුමාන වශයෙන් සිතා තර්කාන්විතව දැකගත හැක්කේය. විස්තර වශයෙන් දක්වනොත්, ඇතිනාක් නාම - රූප හවයෝ දුක ම යැයිද එම නිසා රූප හවයන් කැමැති වන්නාවූ තණ්හාව දුකෙහි හේතුව යැයි ද, තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීම = විද්‍යාමාන නො වීම "අප්‍රච්ඡාදි අවිජ්ජා" නම් වේ. දුක්ඛ සත්‍යය, සමුදය සත්‍යය යන මේවා "තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීමය"යි මින් අදහස් කෙරේ. මතුමත්තෙහි මෙම නාම-රූප හවයන් ම සැපයයි, එම ආසාව උතුම් යයි කියා ද මනාපය ම සැපයට සෞභාග්‍යට හේතු යයි කල්පනා කිරීම මිච්ඡා පටිපතති අවිජ්ජා නම් වේ. දුක්ඛ සත්‍යය, සමුදය සත්‍යය, යන මේවා විපරිත ලෙස වටහා ගැනීම වරදවා වටහා ගැනීම යයි අදහස් කෙරේ. මෙම අවිද්‍යා දෙවර්ගීය පාතග්ජනයන්ගේ සන්තානයන් සනබ්‍රුල ලෙස මුළු කරමින් පහළ වෙමින් පවතින්නේය. සුතමය ඤාණයට අනුව සලකා බලා තුනී

කරන්නේ නමුදු සහමුලින් දුරුවන්නේ නො වේ. එම නිසා ම දිවා - රාත්‍රී නො තකා මනාපය, කැමැත්ත යන මේවා වැඩි වැඩියෙන් ලැබීමට රුකුල් දෙමින් සිත උදෝගිමත් කරමින් සිටින්නාහ. වර්තමාන ව ඇත්තා වූ නාම - රූප භවය තහවුරු කර ගැනීමට ද ඉදිරියෙහි නාම - රූප භවය සමෘද්ධිමත් කරගැනීමට බලා පොරොත්තු ඇතිවද දිවා- රාත්‍රී නො තකා වෙහෙස වෙමින් සිටිත්.

තව දුරටත් හේතුවන්නාවූ කෙළෙස් සහ කම් සංසිදුවා පරිනිබ්බාන වුතියෙන් පසු මනුෂ්‍ය- දිව්‍ය - ස්ත්‍රී - පුරුෂ භාවයකට නො පැමිණ නාම-රූප යන්ගේ සම්පූර්ණ නිරෝධය, වෙනත් ආකාරයකට කිවහොත් නැවත පහළ නො වීම අනුපාදිසේස නිබ්බානය නම් වන නිරෝධ සත්‍ය වන නිවන "හොඳය- සැපය යැයි ද එම නිවනට පත්කළ හැකි විපස්සනා ප්‍රතිපදාව සහ මාගී ප්‍රතිපදාව එම සුවය ලැබීම සඳහා සම්පූර්ණ කළ යුත්ත" යැයි ද තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීමද නො සිතීමද අප්‍රපටිපතනී අවිද්‍යාව ම වේ. "නිරෝධ සත්‍යය, සහ මාගී සත්‍යය, යන මේවා තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීම" යන්න මින් අදහස් කෙරේ.

තවදුරටත් නිවන "නරකයැ"යි කියා ද, විපස්සනා සහ මාගී ප්‍රතිපදාව "දුක පිණිස වන්නාවූ කට යුත්තකි" යයි කියා ද සලකා විශ්වාස කිරීම මිච්ඡා පටිපතනී අවිජ්ජාව නම් වේ. "නිරෝධ සත්‍යය, මාගී සත්‍යය යන මේවා විපත්ති ලෙස වටහා ගැනීම" යන්න මින් අදහස් කෙරේ. මෙම අවිද්‍යා දෙක බලවත් වූ පුද්ගලයා නිවන නරක දෙයක් යැයි ම අදහා ගනී. "පරිනිබ්බානයට සැපත් වූ කල්හි සියල්ල නැති වන්නේය, කිසිවක් දැන ගැනීමට විඳ ගැනීමට නො ලැබේ. කිසි ම කෙනෙක් හමුවිය නො හැක්කේය" මේ ආදී ලෙසින් සලකන බැවින් නිවනට සැපැත් වීම ගැන පවා බියට පත්විය හැක්කේය. "මහා මරණයක්-කිසිම හොඳක් නැත "යයි කියා ද ළාමක කොට සැලකිය හැක්කේය. නිවන ලබා ගැනීමට විරිය කරමින් සිටින පුද්ගලයා ද "කාය-චිත්ත දුක පිණිස කටයුතු කරමින් සිටී, මහා මරණයෙන් (මරණයට පත්වීමට) විරිය කරමින් සිටී යැ"යි ළාමක කොට සිතිය හැක්කේය.

චතුරායඪී සත්‍යය පිළිබඳ හුදු නො දැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම යන මේ අවිද්‍යාවෝ පාඨග්ජනයෙක් පාසා සන්තානයන්හි උපාදාන

වශයෙන් යෝග්‍ය පරිදි පහළ වෙත්. ආරම්භණානුසය කැමතිවීම වශයෙන් මෙනෙහි නො කළාවූ සෑම අරමුණක් පාසා ම පැන නැගී. එම නිසා යෝගී තෙම මෙම අවිද්‍යා පහළ වන මොහොතේ ද මෙනෙහි කොට දකී, පෙර සිදුවූවක් සිහිපත් වීමෙන් ද ඇස්පනාපිට දක ගනී, තව දුරටත්, නාම-රූප හව සන්තතිය හොඳය උතුම් යයි සලකන බැවින් මනාප වෙයි. එහි සිත බිඳ. තණ්හාව ම වේ, සිත් අලවන බැවින් "කෙලෙස සිදුකළ හොත් සැපයට පත්විය හැක්කේ ද" යි තප්පර වෙයි. බැඳි ගනී, උපාදානය ම වේ. තප්පර වී එහි ම බැඳි ගන්නා නිසා යම්කිසි කම්මාන්තයක් කරයි. කම්ම වේ. එම නිසා මෙම තණ්හා- උපාදාන- කම්මයෝ සිදුවන සිදුවන මොහොතේ මෙනෙහි කොට ද, පෙරවූවක් සිහිපත් වීමෙන් ද ඇස් පනාපිට දක ගනී. මෙලෙසට කම් පහළ කෙරේ නම් අවිද්‍යා, තණ්හා, උපාදාන යන හේතුන්ගෙන් ද පහළ වෙත්" යැයි අනුමාන කොට සලකා බලා ඒත්තු ගත හැක්කේය. මෙය වනාහි රූපයන්ගේ හේතුන් පව්වකඩ, අනුමාන ඤාණයන් මගින් දක පරිග්‍රහ කරන ආකාරයයි.

නාමයේ හේතුන් පරිග්‍රහ කරන ආකාරය වනාහි "දකිනවා" යැයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ "ඇසත්-රූපයත් ඇතිව දකීම සිදුවේ යැයිද, සිතත්-රූපයත්- දැකීමත් යන මේ තුන නිශ්‍රය කොට සිතත් අරමුණත් එකට ගමන්කරයි යැයි"ද දක දන වටහා ගනී. එසේම අසනවා යයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ කණත් ශබ්දයත් ඇතිවට ම අසයි. "කණත් සද්දයත් ඇසීමත් යන මේ තුන නිශ්‍රය කොට ගෙන අරමුණ සහ සිත එකට ගමන් කරයි, යැයිද" "හැපෙනවා" යැයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ "කයත් - රූපයත් ඇතිව ගැටීම වේ. කය- හැපෙන වස්තුව- හැපීම යන මේ තුන එකතුවීම මත අරමුණ සහ සිත එකට ගමන් කරයි කියාද- හිතයි- දැනගනී යයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ හෘදය වස්තුව සහ දැන ගන්නා දෙයක් ඇතිව, හිතයි- දැනගනී යැයි මෙනෙහි කරයි. හෘදය වස්තුවත් අරමුණත් දැනගැනීමත් යන මේ තුන එකතු වීම මත අරමුණ සහ සිත එකට ගමන් කරයි. දක දන ගෙන ඒත්තු ගනී, තවදුරටත් දකිනවා - අසනවා - හැපෙනවා - හිතෙනවා" ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ "අරමුණ සමඟ ගැටීම සිදුවී කයෙහි, සිතෙහි හොඳවීම, නරක්වීම වේ" යැයි කියා ද "ප්‍රිය වූ හමුවීමක් තවත් හොඳ වේවා සැපවත් වේවා, අප්‍රිය වූ හමුවීමක් විෂයෙහි



එම අප්‍රිය භාවය දුරු වේවා, සැපවත් වේවා යයි කියාද සැප කැමති භාවය පිණිස කුමක් කළ හොත් හොඳ දැයි වැඩිදුර සිතා සිතින් දැඩිකොට අල්ලා ගනී. සිතින් ගනී යැයිද අල්ලා ගැනීම නිසා (හොඳ යැයි සිතා) සුවර්ත-දුශ්චරිත කිරීමට-කීමට හිත යොදයි යයි කියා ද යනාදි වශයෙන් නාමයේ හේතූන් සුදුසු ලෙසට ඇස්පනාපිට දකී. මේ වනාහි නාමයේ හේතු දැක දැන පරිග්‍රහ කරන ආකාරයයි.

**අතීතය සහ අනාගතය කෙරෙහි අනුමාන ඝට්ඨාණ පහළවීම**

මෙලෙස දැක දැන ගත් යෝගාවචරයා "මේ භවයේ නාම-රූපයන් හේතු නිසා නාම-රූපයන් පහළ වූයේ යම් සේද එසේම අතීත භවයන්හිද මෙලෙස හේතුධර්මයන් නිසාම මෙලෙසට නාම-රූප දෙක පමණක් පහළ කළේය. ඉදිරි භවයන්හි දු මෙලෙස වූ හේතූන් මගින් ම මෙලෙස වූ නාම-රූප දෙක පමණක් පහළ කරන්නේය"යි අනුමාන ඤාණයෙන් අනුමාන කොට සලකා බලා තීරණයකට එළඹේ.

සො එවං පච්චයනො නාමරූපසස පචතනිං දිසවා යථා ඉදං එතරහි එවං අතිතෙපි අදධානෙ පචච යෙනො පචතනිතථ, අනාගතෙපි පච්චයනො පචතනිසසතිති සමනුපසසති. [වි. ම. 450]

- සො = එම යෝගී තෙමේ
- එවං = මේ කියන ලද ක්‍රමයට අනුව
- පච්චයනො = හේතූන් නිසා
- නාම රූපසස පචතනිං දිසවා = වතීමාන භවයේ නාම-රූපයන්ගේ පැවැත්ම දැක (ටීකා දැක්වීමට අනුව, එතරහි පචතනිං දිසවා)
- ඉදං = මේ නාම -රූපයෝ
- එතරහි = වතීමාන කාලයේ
- පචතනි යථා = හේතූන් නිසා පහළ වන්නා සේ
- එවං = මේ ක්‍රමයටම
- අතිතෙපි අදධානෙ = අතීත භව කාලයෙහි ද

- පව්වයනො පවතතිත්‍ය = මේ කියන ලද ක්‍රමයට හේතූන් නිසා පහළ විය.
- අනාගතෙපි = අනාගතයෙහි ද
- පව්වයනො පවතතිසසතීති = හේතූන් නිසා පහළ වන්නේය යැයි
- සමනුපසානි = භවනානුකූලව විමසා බලයි.

මෙලෙස තීන්දු කරන්නාවූ යෝගිතෙමේ අතීත-අනාගත- වතීමාන යන කාල තුනෙහි හේතු රූප-නාම සහ ඵල රූප - නාමයෝ පමණක් ඇත්තේ යයි දැක දැන එකඟ වූ බැවින් ආත්මයක් - මමෙක් හා සම්බන්ධ සැකයන් 16 අතහැර නිදහස් වෙයි.

**දුභසය ආකාර සැකයන්**

1. වතීමාන භවය පහළ විමට කලින් පෙර කාලයේ මා සිටියෙම් දැයි සැක කිරීම එකකි.
2. වතීමාන භවය පහළවීමට කලින් පෙර කාලයේ මා නොසිටියෙම්දැයි සැක කිරීම එකකි (මේ දෘෂ්ටිත් දෙකකි. පළමු වැන්න මේ භවය පහළ විමට කලින් ආත්මයක් සදාකාලිකව තිබුනේ දැයි සැක කිරීම. දෙවැන්න ආත්මයක් ඉස්සර කාලයේ නොතිබී මේ භවයේ දීම ඉබේ පහළ වී දැයි සැක කිරීම.)
3. මා පෙර කාලයේ කවරෙක්ව සිටියෙම් දැයි වරදවා වටහා ගැනීම (කුමාරයෙක්, සිටුවරයෙක්, ධනවතෙක්, දුප්පතෙක්, මනුෂ්‍ය හිඤ්චක්, බුරුම ජාතිකයෙක්, බ්‍රහමයෙක්, දෙවියෙක්, මනුෂ්‍යයෙක්, තිරිසනෙක් ආදීන් තුළින් කුමන වර්ගයක් වූයේදැයි සැක කිරීම මින් අදහස් කෙරේ.)
4. මා අතීතයේ කෙබන්දෙක් වූ, කුමන රූපසංයෝගයක් තිබුණේ දැයි වරදවා වටහා ගැනීම එකකි. (රූපසංභන දිග එකක් ද උස එකක් ද කෙටි එකක් ද මිටි එකක් ද සුදු එකක් ද කලු එකක් ද යන මේ ආදී වශයෙන් සැක කිරීම කියැවේ) වෙනත් විධියකට දක්වනොත් ආත්මය අතීතයෙහි කුමන හේතුවකින් පහළ වී දැයි සැක කිරීම (සදාකාලික දෙවියන් විසින් මවන ලදුව පහළ වීද බ්‍රහ්මයා ශක්‍රයා විසින් මවන ලද්දේද අහේතු ව ඉබේ පහළ වී දැයි සැක කිරීම මින් අදහස් කෙරේ.

5. මා පෙර හවයන්හි කවරෙක්ව සිට කවරෙක් වූයෙමිදැයි සැක කිරීම, මේවා වනාහි අතිත කාලය හා බැඳී පහළ වන්නාවූ පුළුචන සංඛ්‍යාත සැක (5) පහ වෙත්

- 1. මරණයෙන් මතු කාලයෙහි මා වන්නෙමි දැයි සැක කිරීම
- 2. මරණයෙන් මතු කාලයෙහි මා නොවන්නෙමි දැයි සැක කිරීම

මේ දෘෂ්ඨි දෙක තුළින් පළමුවැන්න වනීමාන හවයේ මරණයෙන් පසු අනාගත කාලයෙහි ද ආත්මය නො නැසී සදාකාලිකව පවතින්නේ දැයි සැක කිරීම, දෙවැන්න මරණයෙන් පසු කාලයෙහි ආත්මය උචෙඡද වී සිදී යන්නේ දැයි සැක කිරීම.

3. මා අනාගත හවයේ කුමන ජාතියක පහළ වන්නේ දැයි සැක කිරීම (රජ කුමරෙක් වෙයිද ආදී වශයෙන් සැක කිරීම.)

4. මා අනාගත හවයේ කෙබන්දෙක් = කුමන රූප සණ්ඨානයක ඇතිව පහළ වන්නේ ද යැයි සැක කිරීම වෙනත් ආකාරයකට දක්වනොත් ආත්මය අනාගත හවයෙහි කුමන හේතුවක් කරන කොට ගෙන පහළ වනු ඇත්දැයි සැක කිරීම, (තව කෙනෙක් විසින් මවන ලදුව පහළ වන්නේද, අහේතුකව ඉබේ පහළ වන්නේ දැයි සැක කිරීම.)

5. මා මතු මතු හවයන්හි කුමන ජාතියෙන් කුමන ජාතීන්ට මාරු වන්නේ දැයි සැක කිරීම

මේ වනාහි අනාගත කාලය හා බැඳී පහළ වන්නා වූ අපරාන්ත සංඛ්‍යාත සැක 5 ආකාරයේ වෙත්...

- 1. මේ කයෙහි සත්ත්වයෙක් , ආත්මයක්, මමෙක්, විඤ්ඤාණයක් සත්ත්වයෙක් වන්නේ දැයි සැක කිරීම.
- 2. මෙම කයෙහි සත්ත්වයෙක්, ආත්මයක්, මමෙක් විඤ්ඤාණයක් නොවන්නේ දැයි සැක කිරීම.
- 3. මා කවරෙක්, කුමන ජාතියේ කෙනෙක්ව වන්නේ දැයි සැක කිරීම
- 4. මා කෙසේ, කුමන රූප සටහනක් ඇතිව වන්නේ දැයි සැක කිරීම

(විශාලද කුඩාද රවුම්ද පැතලිද හතරැස් වී පවතින්නේද ගබසුකාරව පවතින්නේද යනාදී වශයෙන් ආත්මයේ සංශ්ඨාන සැක කිරීම. වෙනත් ආකාරයකට වනාහි ආත්මය කුමන හේතුවක් කරන කොට ගෙන පවතින්නේ දැයි සැක කිරීම. (කෙනෙක් විසින් මවන ලදුව පහළ වී පවතින්නේද අහේතුකව ඉබේම පහළ වී පවතින්නේ දැයි සැක කිරීම.

5. මා වනාහි කුමන භවයෙන් මේ භවයට මාරු වූයේ දැයි සැක කිරීම.
6. මා මරණයෙන් මතු කුමන භවයකට මාරු වන්නේ දැයි සැක කිරීම. මේවා වනාහි වර්තමාන කාලය මත පිහිටා පහළ වන්නා වූ හය (6) ආකාර සැකයන් වෙත්.

### සැකයන් පහ කරන ආකාරය

අතනාහි නිවෙසුපනිසසයා හි අහොසිං නුබො අහනති  
 ආදී නයපවතනා සොළස වනථුකාකංඛා [මහා. ටී. (බු.) 2/83]

අහොසිං නුබො අහනති

ආදී නයපවතනා = අතීත කාලයේ මා වූයෙමි ද යනාදී ලෙසට වන්නාවූ

සොළස වතතුකා = දෘෂ්ඨීන් 16 ආකාරව පිහිටන වස්තු

කංඛා = සැක කිරීම

අතනාහිනිවෙසුපනිසසයා = ආත්මයක් ඇත්තේ යයි අභිනිවෙසනය කිරීම  
 = ආත්මදෘෂ්ඨිය සරණ යෑම හේතුවකොට පවතී.

මේ ටීකාවට අනුව “ආත්මයක්, මමෙක් ඇත්තේ ය”යි සලකා එහි බැඳී ගන්නා පුද්ගලයාට පමණක් 16 ආකාර වූ මේ සැක පහළ විය හැක්කේය. “හේතු -ඵල, නාම-රූප සම්බන්ධයක් පමණක් ඇත්තේය. ආත්මයක් නැත්තේය” යයි මනාකොට දැක දැන ගෙන වටහා ගත් පුද්ගලයාට එම සැක පහළ විය නොහැක්කේය. විකඛම්භන නිරෝධ වශයෙන් දුරුවී සංසිදී යෑම වන්නේ ම ය.

උපමාවක් වශයෙන් හාවුන්ට අං නැත්තේය. සහතික ලෙස නොදන්නේ නම් “හාවුන්ට අං ඇත්තේද නැත්තේද හාවන්ගේ අං කෙලෙස

වනු ඇද්ද"යි ආදී වශයෙන් සැක කිරීම් විය හැක්කේය. භාවුන්ට අං නැත්තේයයි සහතික ලෙස දන්නේ නම් එලෙස වූ සැක පහළ විය නො හැක්කේ ම ය. මේ වනාහි නාම- රූපයන්ගේ හේතූන් දැක බලා සැකයන් දුරු කරන පළමුවෙනි ක්‍රමය වේ.

### දැන ගන්නා දෙවැනි ක්‍රමය

සමහර යෝගීන් වනාහි හේතු ධර්මයේ මෙසේ ද දැන ගනී. එනම්... ඇස සහ වණි රූප ඇතිකල්හි දකී. කණ සහ ශබ්දය ඇති කල්හි අසයි. නාසය සහ ගඳ ඇති කල්හි විඳී, දිව සහ රස ඇති කල්හි ඇඹුල් පැනී රස ආදී වශයෙන් දනී. කය සහ පොට්ඨබිබ රූප ඇති කල්හි පහස ලබයි. හෘදය වස්තුව සහ විවිධ ධර්ම ස්වරූප ඇති කල්හි සිතයි - කල්පනා කරයි මෙනෙහි කරයි. සමයක් ලෙස මනසිකාරය යොදවා කුසල කම් කරයි. භාවනා මනසිකාරය පවත්වයි. ප්‍රතිරූප දේශයන් හි වාසය කොට කල්‍යාණ සත්පුරුෂයන්ගේ ආශ්‍රය ලබයි. උතුමන්ලාගේ සමයක් ධර්මයට ඇහුම් කන් දී පෙර කරන ලද පාරමී කුසල් දියුණු කරයි. භාවනා මනසිකාරය වශයෙන් විපස්සනාව වඩයි. අසමයක් ලෙස මනසිකාරය යොදවා නොගැළපෙන ස්ථාන වල වාසය කොට බාල පුරුෂයන් සමග මිත්‍ර වී ඔවුන්ගේ කතාවලට ඇහුම් කන් දී පෙර කරන ලද පාරමී කුසල් ද මඳ බැවින් අකුසල් රැස්කරයි. කුසල කමීයන් නිසා (අවිද්‍යා, තණ්හා, උපාදාන හා කුසල කමීයන් ඇතිවී) සුභ ඵල විපාක පහළ වේ. (හොඳ හවයක ඉපදීම හොඳ රූප දකිනට ලැබීම හොඳදේ අසන්ට ලැබීම ආඝ්‍රානය කරන්න ලැබීම, වළඳන්නට ලැබීම, පහස ලැබීම, දැනගන්නට ලැබීම, හොඳ ඵල විපාක නම් වෙත්). නරක කර්මයන් නිසා (අවිද්‍යා තණ්හා උපාදාන සමග යෙදෙන අකුසල කම් නිසා) නරක කර්මයන් නිසා නරක ඵල විපාක පහළ වේ. (නරක හවයක ඉපදීම, අප්‍රිය ජනක අරමුණු දකීම, ඇසීම, ආඝ්‍රාණය ලැබීම, රස විඳීම පහස ලැබීම දැනගන්නට ලැබීම නරක ඵල විපාක නම් වෙත්) පෙර හවාංග සිත නිසා ආවර්ජන සිත පහළ වේ. මේ ආදී ක්‍රමයට නාමයේ හේතු යෝග්‍ය ලෙස දකී.

රූපයේ හේතු දැනගන්නා ආකාරය වනාහි, පෙර කරන ලද හොඳ කම් නිසා මේ හවයේ ප්‍රතිසන්ධියේ සිට හෘදය රූපය, චක්‍ර රූප, ජීවිතා

රූප ආදී රූප සමූහ අතරක් නොතබා පහළ වෙමින් පවතී. හිඳීමට කැමැත්ත, යෑමට කැමැත්ත, නැවීමට කැමැත්ත ආදී සිත් නිසා ඉඳීම, යෑම, නැවීම ආදී රූප සමුදා පහළ වේ. උණුසුම් - සිසිල ආදී සෘතුව නිසා උණුසුම් රූප, සිසිල් රූපයන් පහළ වෙත්, කෑ යුතු පිය යුතු ආහාර නිසා මේ කයෙහි රූප සමූහය කායික ශක්තිය නොසිඳ පත්වෙමින් පහළ වෙමින් පවතිත්. මේ ආකාරයට රූපයන්ගේ හේතු නිසි ආකාරයෙන් දැනගනී.

මෙලෙස දැක ගන්නා වූ යොගාවචරයා "මේ භවයේ නාම - රූපයන් මෙන්, පෙර භවයන්හිද මෙබඳුම වූ හේතු ධර්මයන් නිසා ම මෙ ලෙස වූ නාම-රූප දෙක පමණක් පහළ කළාහුය. ඉදිරි භවයන්හි ද මෙ ලෙස ම වූ හේතු නිසා ම මෙ ලෙසට නාම - රූප දෙක පමණක් පහළ කරනු ඇති" යැයි අනුමාන ඥාණයෙන් සලකා බලා නිගමනය කොට යට සඳහන් කරන ලද 16 ආකාර සෑක බැහැර කොට නිදහස් වෙයි. මේ දෙවැනි ක්‍රමයයි.

**උපත ගන්නා තුන්වැනි ක්‍රමය**

සමහර යෝගීන් වනාහි වතීමානව ඉදිරිපත් වන මෙනෙහි කරන්නාවූ සංස්කාරයන්ගේ උප්පාද- ධීති- භංග නම් වූ ජාති, ජරා, මරණ යන මේවා ඇස්පනා පිට දැකගනී. එම නිසා "මේ භවයේ ප්‍රථම පහළ වීම හෙවත් ප්‍රති සන්ධිය යන්න සිත් එක එකක මෙම උප්පාදය ම වේ. මරණය යන්තද සිත් එක එකක භංගය ම වේ. වයසට යෑම යන්තද මෙනෙහි කළ යුතු නාම - රූපයන්ගේ ධීතියේ පැවැත්ම ම වේ" යයි ඒත්තු ගනී. එම නිසා නාම - රූපයන්ගේ හේතූන් මෙලෙස සලකා බලා දැනගනී. දැන ගන්නා ආකාරය වනාහි... ජරාවට යෑම මරණය පෙරාතුව ම පහළ වී තිබී සිදු වේ. පෙරාතුව ම පහළ වීමද කම්ම භව = පහළ වීමට හේතුවන කම්ය ඇතිවම සිදුවේ. මෙම කම්යෙහිද මෙලෙස සිදු කළහොත් හොඳ යයි කල්පනා කොට බැඳී ගැනීම නිසා සිදු වෙයි. එම බැඳීමද නාම - රූපයන් කෙරෙහි කැමතිව ම, මනාපවීම නිසා පහළ වේ. එම මනාප භාවය කැමැත්තද හොඳ නරක විඤ්ඤාන ලැබීම නිසා සිදුවේ. එම විඳීමද අරමුණ සහ සිත ගැටීම නිසා සිදුවේ. එම ගැටීමටද ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, සිත යන ආයතනයන්ගේ ප්‍රසාද භාවය ඇතිව ම පහළ වේ. (ඇසත් සිතත්

ඇතිකල්හි වණි රූපයක් දකින්නේ නම් එස්සය පහළ වේ. මේ ආකාරයට විස්තර වශයෙන් වටහා ගනී) එම ආයතනයේදී නිග්‍රය ලබන නාම-රූප ඇතිවිට පහළ වේ. (ප්‍රසාද වූ ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය යන රූපයේ වකලු රූපය ආදී ආශ්‍රය ලබන භූත රූපයන් ඇතිවිට ම පහළ වේ. සිත වනාහි නිග්‍රය ලබන භෘදයවස්තුයන් රූපය සහ සම්ප්‍රයුක්ත නාම ඇති විට පහළ වේයයි මින් අදහස් කෙරේ, මෙම නාම-රූපයේදී පටිසන්ධි විඤ්ඤාණ ඇතිවිට ම පහළ වේ. එම සිත් හවාංගය, දෑකීම, ඇසීම ආදී විඤ්ඤාණ ඇතිවිට ම පහළ වේ. විඤ්ඤාණ ද පෙර හවයක සුභසිද්ධිය බලාපොරොත්තුවෙන් කරන ලද උත්සාහ කිරීමක් හේතුකොට පහළ වේ. එම උත්සාහය = සංස්කාරයන්ද තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීම හා වරදවා වටහාගැනීම යන අවිද්‍යාවන් ඇතිවිට පහළ වේ. යැයි පටිලෝම පටිච්ච සමුප්පාදයට අනුව නාම -රූපයන්ගේ හේතු දැක ගනී. මෙය මහ බෝසතාණන් වැනි විශේෂ උතුම් පුද්ගලයන්ගේ සම්ප්‍රණි ලෙස දැක ගන්නා ආකාරයයි. මෙලෙස දැක ගන්නා වූ යෝගී පුද්ගල තෙමේදී කියන ලද ආකාරයෙන් තුන් කාලයන් කෙරෙහි සලකා බලා තීරණය කරයි. 16 ආකාර සැක දුරු කිරීමෙන් නිදහස් වේ. මෙතෙකින් තුන් වන ක්‍රමය නිමිදේය.

### දැන ගන්නා හතරවැනි ක්‍රමය

සමහර යෝගීන් වනාහි "අවිද්‍යාව නිසා සංස්කාර පහළ වේ. සංස්කාර නිසා විඤ්ඤාණය පහළ වේ." මේ ආදී වශයෙන් සිදුවන අනුලෝම පටිච්ච සමුප්පාද ක්‍රමයට අනුව නාම - රූපයන්ගේ හේතුව දැක ගනී. උසස් පුද්ගලයන්ගේ පිරිපුන් දැකීම් ආකාරයක් වේ. මෙලෙස දකිනා වූ යෝගාවචරයාද දක්වන ලද ක්‍රමයට අනුව තුන් කල් සලකා බලා තීන්දු කරයි. 16 ආකාර සැක අතහැරීමෙන් නිදහස් වේ. මේ වනාහි හතර වන ක්‍රමයයි.

### දැනගන්නා පස්වැනි ක්‍රමය

සමහර පුද්ගලයෝ වනාහි කම්ම වට්ට, විපාක වට්ට වශයෙන් නාම -රූපයන්ගේ හේතූන් දැනගනී. කර්මය නිසා එල- විපාකයෝ පහළ වෙත්, එම එල - විපාකයන් මත පිහිටා අලුත් කම් රැස් කරයි. එම අලුත් කම් නිසා අලුත් එල - විපාක පහළ කරයි. මේ ක්‍රමයට කර්ම සහ විපාකයෝ

එකිනෙක පෙරළෙමින් පහළ වන බැවින් කර්මයට කර්ම වට්ට යැයි කියනු ලැබේ. ඵලයන්ට විපාක වට්ට යයි කියනු ලැබේ. මේවා අතරින් කම්ම වට්ට යනු අවිජ්ජා, සංඛාර, තණ්හා, උපාදාන, කම්ම හව යන නාම ස්කන්ධයේ පස්දෙනාගේ එකතුවයි. විපාක වට්ට වනාහි විඤ්ඤාණ, නාම -රූප, ආයතන, එස්ස, වේදනා යන මේ ධර්ම පස්දෙනාගේ එකතුවයි. විස්තර වශයෙන් වනාහි, මනසිකාරය යොදා සලකා බලන යෝගාවචරයා මෙම කම්ම වට්ට 5 විපාක වට්ට 5 වෙන් වෙන් ව බෙදා සම්පූර්ණ වන ආකාරයට දැකීමට සමත්වේ. සංක්ෂිප්ත වශයෙන් සලකා බලා භාවනා කරන යෝගාවචරයා වනාහි වෙන් වෙන් ව බෙදාගෙන මනසිකාරය නො පවත්වයි. කම්ම වට්ටය එක ම වූ හේතු කම්ම-යන් පහළ වේයැයි සලකා භාවනා කරයි. විපාක වට්ටය එක ම වූ ඵලයක් වශයෙන් ගෙන භාවනා කරයි. මේවායේ ස්වරූපයේ පටිසම්භිදා මාගීයෙන් උපුටා දක්වන්නෙමු.

**අතීත හේතු කම්ම වට්ට පහ (5)**

පුරිම කමම හවසමිං මොහො අවිජ්ජා ආයුහනා සංඛාරා නිකනති තණ්හා උප ගමනං උපාදානං චෙතනා හවොති ඉමෙ පංච ධම්මා පුරිම කමම හවසමිං ඉධ පටිසන්ධියා පචචයා [ප. ම. 98]

- පුරිම කමම හවසමිං = පෙර කම්ම හවයෙහි
- කරිය මානෙ = කරන කල්හි
- චා = කරමින් සිටිනවිට
- මොහො = චතුරායථි සත්‍යය තත්ත්විකාරයෙන් නොදැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම
- අවිජ්ජා = අවිද්‍යාව වේ
- ආයුහනා = සැපවත් වීම පිණිස ආධ්‍ය වීම පිණිස අපේක්ෂාවෙන් සිදුකරන ලද දාන, සීල පාණාතිපාතාදී උත්සාහයන්
- සංඛාරා = සංඛාර වේ.
- නිකනති = කරන ලද කම්මයෙහි වතීමාන ඵල අනාගත



හව සම්පත්ති කැමතිවීම අපේක්ෂා කිරීම

- තණහා = තණහාව වේ.
- උපගමනං = වතීමානයේ ආධ්‍යා වෙමි. අනාගතයේ ආධ්‍යා වේවා. ජීවිත ගමන පුරා සැපවත් වේවා! ආදී වශයෙන් දැඩිකොට බැඳීම
- උපාදානං = උපාදානයයි.
- වෙනනා = අභිමතාර්ථය දෙසට ම මෙහෙයවන්නා සේ රුකුල් දීම, උසි ගැන්වීම
- හවො = නැවත අලුත් හවයක් පහළ වීම සඳහා වන කම් හවයයි
- ඉති = මෙලෙස
- පුරිම කමම හවසමිං = පෙර කම් හවය සිදුකරන අවස්ථාවේ
- සිදධා = සිදුකරන ලද්දාවූ
- ඉමෙ පඤච ධම්මා = මේ පහක් වූ ධර්මයෝ
- ඉධ පටිසන්ධියා = මේ හවයේ පටිසන්ධියට
- පවවයා = ප්‍රත්‍ය වේ.

සංස්කාර හා කම් හවයන්හි සම - විසම වන ආකාර තුනක් අධ්‍යයකරා දක්වා ඇත. මෙයින් වටහා ගැනීමට පහසු ප්‍රථම ක්‍රමය පමණක් දක්වන්නේය. දානය, ප්‍රාණඝාතය ආදිය සිදු කිරීමට හිතන තැන පටන් පෙර පහළ වූ වෙනතාව සංස්කාර නම් වෙත්. මේවා "වහා වහා හමාර කරව" යැයි පොළඹවන්නාක් සේ පහළ වෙත්. කෘත්‍යය හමාර කළ ක්ෂණයේ පහළ වූ වෙනතාව ම කම් හවය වේ. එය දානය දෙන අවස්ථාවේ, ප්‍රතිග්‍රහක පුද්ගලයාට දාන වස්තුව අත්පත්කරවන අවස්ථාව වේ. මෙමගින් "මගේ වස්තුව මුදා හැරීම වේවා, ප්‍රතිග්‍රහකයාට අයත් වේවා ගනීවා, ලබාවා, පරිභෝග කරවා" යැයි අභිමතාර්ථය දෙසට මෙහෙයවන්නාසේ කෘත්‍ය නිමකිරීම් වශයෙන් පහළ වෙත්. පාණාතිපාතය සිදුකරන අවස්ථාවේ "තෝ නැසේවා" යයි අභිමතාර්ථය දෙසට මෙහෙය වන්නාක් සේ පහළ වේ. අනෙකුත් කුසල කම් - අකුසල කම් විෂයෙහි ද මෙලෙසම වටහා

ගන්න. මේ පාළියේ දක්වන ලද පිළිවෙල වනාහි ශ්‍රී මුඛ දේශනා පිළිවෙල ම යි. ප්‍රයෝගික වශයෙන් වනාහි නො දැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම නම් වූ අවිද්‍යා නිසා අපේක්ෂා කිරීම, කැමැති වීම නම් තණ්හාව පහළ වේ. තණ්හාව නිසා "මේ කටයුත්ත කළේ නම් ආධ්‍ය වේවි, පොහොසත් වේවි" යැයි කල්පනා කොට සිතින් අල්ලා ගැනීම නම් වූ උපාදානය පහළ වේ.

උපාදානය නිසා කල්පනා කිරීම- උත්සාහ කිරීම - සංඛාර පහළ වේ. උත්සාහය නිසා එම කෘත්‍ය හමාර වන ක්ෂණයෙහි කම් හවය පහළ වේ. කෘත්‍ය හමාර වන කාලයෙහිදු එම කෘත්‍ය සැප පිණිස වන්නේ යැයිද එම කෘත්‍යයේ හා එල සැපදායක යැයිද සිතන්නාක්හාම අවිද්‍යාව නැවත අලුත් වැඩියා වෙයි. එම කටයුත්තෙහි හා ලැබිය හැකි එලයත් වශයෙන් ඇලී බැඳී ගැනීම = තණ්හාවද අලුත් වැඩියාවේ. මෙම කටයුත්තෙන් ආධ්‍ය වන්නේ යයි දැඩිකොට ගන්නා වූ උපාදානය ද අලුත් වැඩියාවේ. මෙලෙස පෙර හා පසු අවිද්‍යා-තණ්හාව නේ වටකර ගන්නා ලද කමියට ම එල වශයෙන් අලුත් හවයක් ගෙන දිය හැක්කේය. මේ නිසා පටිසම්භිදා මඟ ගති කතාවෙහි.

කුසල කම්මසා ජවනකමණෙ තයොහෙතු කුසලා, නිකන්තකමණෙ \*1 දේවහෙතු අකුසලා, පටිසන්ධිකමණෙ තයො හෙතු අධ්‍යාකතා, ගති සම්පතියා ඤාණ සම්පයුතෙන \*2 ඉමෙසං අට්ඨන්තං හෙතුනං පච්චයා උපපතති හොති.

ආදී වශයෙන් නිකන්ති යැයි දෙවරක් ඇතුළත් කොට දක්වන ලදී

**පච්චුපපහන හේතු විපාක වට්ට පහ (5)**

ඉධ පටිසන්ධි විඤ්ඤාණං ඕකකන්ති නාමරූපං පසදො ආයතනං, පුට්ඨො එසෙසා වෙදයිතං වෙදනා ඉති ඉමෙ පංච ධම්මා ඉධුසානති හවසම්. පුරෙකතසාස කම්මසස පච්චයා [ප. ම. 98]

---

\*1 අත්තනො විපාකං දාතුං පච්චුපට්ඨිත කමෙම වා කරා පච්චුපට්ඨිත කමෙමන උපධ්‍යාපිතෙ කමම නිමිත්ත වා, ගති නිමිත්තෙ වා, උපජ්ජමාන නිකන්තිකකණෙ (අටුවා විවරණය)

\*2 ඤාණ සම්පයුතන පටිසන්ධිකමණෙ (අටුවා විවරණය.)

ඉඩ	=	වකීමාන හවයෙහි
පටිසන්ධි	=	පෙර හවය හා සම්බන්ධ වී පහළ වුනා වූ සිත
විඤ්ඤාණං	=	විඤ්ඤාණයයි.
ඔකකනති	=	වෙන තැනකින් පැමිණ ඇතුල්වුනා සේ වන්නාවූ සවභාවය
නාම - රූපං	=	නාම රූපය යැ.
පසාදෝ	=	පැහැදිලි වූ සවභාවය
වා	=	ඇසේ ඔපය, කණය නාසය දිව යන ශරීර මේවායේ ඔපය
ආයතනං	=	ආයතනය
වා	=	අරමුණ හා සිත හමුවන සථානය හමුවීම සඳහා වන ධර්මය යැ
ථුට්ඨො	=	අරමුණ සහ සිත හමුවීම
ඵසෙසා	=	ඵසසය යැ
වෙදයිතං	=	විදීම
වේදනා	=	වෙදනා යැ
ඉති	=	මේ
ඉධ උපපතති හවසමිං	=	මේ පවතින්නා වූ හවයෙහි
පචතතා	=	පැවතුණු
ඉමේ පඤ්ඤා ධම්මා	=	මේ පංච ධර්මයෝ
පුරෙ කතස්ස		
කමමසස පචචයා	=	පූච්ඤ්ඤා කම්මයාගේ ප්‍රත්‍යයෙන් (උදරස්ස කාරණා යන තැන මෙන් තුල්‍යධර්මය වියේන, වියේනයි)
පචතති විපාක ධම්මා	=	උපන් ඵල සවභාවයයි

පහළ වන නාම-රූප අතරක් නොතබා මෙනෙහි කරමින් සිටින්නා වූ යොගාවචරයාට ඇසීම-දැකීම ආදී සිත් "පෙර පෙර සිත් හා අනන්තරව බැඳෙමින් අඛණ්ඩව පැවතීම වශයෙන්" ප්‍රකට වෙත්. එම නිසා එම යොගිහට වත්මන් හවයෙහි පහළ වුනාවූ පටිසන්ධි සිතද "පෙර හවයෙහි අවසාන සිත හා අතරක් නැතිව සම්බන්ධ වී පහළ වී යැයි" අනුමාන

කොට දත හැක්කේය. මෙලෙස දත හැකි ආකාරය විසුද්ධි මාර්ගයෙහි පහත සඳහන් ලෙසට දක්වයි.

යථෙව චක්ඛු විඤ්ඤාණං, මනොධාතු අනන්තරං  
 න චෙව ආගතං නාපි-න නිබ්බතනං අනන්තරං,  
 යථෙව පටිසන්ධිමහි, චතොතෙ විත්තසන්නති  
 පුරිම හිජ්ජතෙ චිත්තං, පච්ඡිමං ජායතෙ තතො [වි. ම. 454]

- මනොධාතු අනන්තරං = සලකා බලන්නා වූ මනෝධාතු සිතට අනතුරුව පහළ වුනා වූ
- චක්ඛු විඤ්ඤාණං = දකින සිත
- තතො = එම සලකා බලන සිතින්
- න චෙව ආගතං = ආවේද නො වේ
- අනන්තරං = සලකා බලන සිතට අනතුරුව
- නාපි න නිබ්බතනං යථෙව = පහළ නොවුනේද නොවේ, එකාන්තයෙන් ම පහළ වූයේ යම් සේ ද
- තථෙව = එසේ ම
- පටිසන්ධිමහි = පටිසන්ධි ක්ෂණයෙහි
- විත්ත සන්නති = පෙර සිත පසු සිත යන මේවායේ සන්තතිය
- චතතතෙ = පහළ වේ,
- පුරිමං චිත්තං = පෙර භවයේ අවසාන සිත
- තිජ්ජතෙ = බිඳී ගියේය.
- තතො = එම සිත බිඳී යෑමට අනතුරුව
- පච්ඡිමං චිත්තං = ඊ ළඟ භවයේ මුල් හිත
- ජායතෙ = පහළ වේ.

චක්ඛු ප්‍රසාදයෙහි වණ් රූප ප්‍රකටව පිළිඹිඹු වී ගියේ නම්, එම වණ් රූපය කුමක් දැයි ආවර්ජනය කර බලන සිත වනාහි ප්‍රථම කොට පහළ වේ. එම සිත අනතුරුව දකින සිත පහළ වේ. එසේ සිදුවන තන්හි ආවර්ජන සිතින් ම දකින සිත පහළ වුනාද නොවේ. ආවර්ජන සිතට

අනතුරුව දකින සිතද පහළ නො වී සිටිය නො හැක්කේය. එකාන්තයෙන් ම පහළ වන්නේ යම් සේද එසේ ම පෙර හවයේ අවසාන වුනි සිත බිදී ගියේ නම් අලුත් හවයේ පළමුවන ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ වේ. මෙසේ සිදුවන තැන්හි වුනි සිතින් ම ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ වනවා නො වේ. එම වුනි සිත බිදී යෑමත් හා සමග නව හවයේ ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ නොවී නො පවතින්නේය. එකාන්තයෙන් දිගට අලුතෙන් සම්බන්ධ වී පහළ නො වී නො පවතින්නේය. එකාන්තයෙන් දිගට අලුතෙන් සම්බන්ධ වී පහළ වේ. මෙලෙස සම්බන්ධ වෙමින් සිත් පහළ වීම යොගී වනාහි ස්වකීය ඥාණයෙන් තේරුම් ගනු ඇතැයි යන්න මින් අදහස් කෙරේ. තවදුරටත් පහළ වෙන අවස්ථාවේ නාම - රූපයන් නොසි ද මෙනෙහි කරමින් සිටින්නාවූ යෝගාවචරයාට මෙනෙහි කොට දැන යුතු එම නාම -රූප සිතෙහි සහ කයෙහි අලුතෙන් පහළ වෙමින් දායක වන්නා සේ ප්‍රකට වේ. එම නිසා ප්‍රතිසන්ධි ඤාණයෙහි පහළ වුනාවූ නාම-රූපයෝද “දූන් මෙනෙහි කොට දැන ගත්තාවූ නාම - රූපයන් මෙන් පහළ වී පවතින්නා වූ ස්වභාවය ම වේ” යැයි අනුමාන කොට දැනගත හැක්කේය. ආයතන, එසස, වේදනාවන් යන මේවාගේ දැනගැනීම් ආකාර ප්‍රකට කරන ලදී.

මේ හවයේ පහළ වුනා වූ මේ ඵල ධර්මයන් පහම (5) ඇසුරු කොට ආයතන මේරූ අවස්ථාවේ අවිජ්ජා, තණ්හා, උපාදාන, සංඛාර, කමම හව වන ඵල ධර්මයෝ පහ (5) නැවත පහළ වේ.

**පවච්ඡාහන හේතු කමම වට්ට පහ (5)**

ඉධ පරිපකඛතතා ආයතනානං මොහො අවිජ්ජා, ආයුහනා සංඛාරා, නිකතති තණ්හා, උපගමනං උපාදානං චෙතනා භවොති, ඉමෙ පංච ධමමා ඉධ කමම හවසමීං ආයතිං පටිසන්ධියා පච්චයා [ප. ම. 100]

ඉධ = මේ හවයේ  
 ආයතනානං = ආස, කත, නාසය, දිව, ශරීරය යන ආයතනයන්ගේ  
 පරිපකඛතතා = ඇස, කත, නාසය, දිව, ශරීරය යන ආයතනයන්ගේ මේරීම නිසා\*

---

\*මේ පදයෙන් හවයන් පහළ කළ හැකි වූ කමයේ පහළවන කාලය දක්වයි. ආයතන නොමේරූ ළදරුවාගේ හවංග සිතම, පහළ වීම වනාහි බහුලය. හවයක් නිපදවන කම් සිදුවීම දුෂ්කරය, ආයතන මේරූ පුද්ගලයාට පමණක් එසේ එම කම් බහුල වශයෙන් පහළ විය හැක්කේයැයි අදහස් කෙරේ.

වා	=	ආයතනයන් මේරූ කල්හී
මොහො	=	නොදැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම
අවිජජා	=	අවිද්‍යාව වේ
ආයුහනා	=	උත්සුක වීම
සංඛාරා	=	සංඛාරයෝ යැ
නිකනති	=	ඇලී බැඳී ගැනීම, ආසාවීම
තණ්ඛාව	=	තණ්ඛාව යි
උපගමනං	=	එළඹීම
උපාදානං	=	උපාදානයයි.
වෙනනා	=	රුකුල් දීම, උනන්දු කරවීම
භවො	=	කම් භවයයි.

(අර්ථය සම්පූර්ණයෙන් දැන ගැනීම සඳහා යට දක්වන ලද්දේ නැවත බලන්න)

ඉති	=	මේ
ඉධ කමම භවසමී	=	මේ භවයේ හේතු කම් සිදුකරන අවස්ථාවේ
සිදධා	=	සිදුකරන ලද
ඉමෙ පංච ධම්මා	=	මේ පහක් වූ ධර්මයෝ
ආයතිං පටිසන්ධියා	=	නැවත පටිසන්ධියට
පච්චයා	=	හේතූන් වෙන්

මේ පව්වුප්පන්න හේතු (5) පහ නිසා පසු භවයේ විඤ්ඤාණ, නාම - රූප, ආයතන, එසෂ වේදනා යන එල පංචමකය නැවත පහළ වේ.

### අනාගත ඵල විපාක වට්ට පහ (5)

ආයතිං පටිසන්ධි විඤ්ඤාණං, ඔකකනති නාම-රූපං, පසාදො ආයතනං, චුට්ඨො එසෙසා පසාදො ආයතනනං වෙදහිතං වෙදනා ඉමෙ පඤ්ච ධම්මා ආයතිං උපපතති භවසමී. ඉධ කතසස කම්මසස පච්චයා

[ප. ම. 100]

ආයතීං	=	අනාගත කාලයේ
පටිසන්ධි	=	අතීත භවය හා සම්බන්ධව පහළ වන සිත
විඤ්ඤාණං	=	විඤ්ඤාණය යැ
ඔක්කන්ති	=	අවකක්‍රාන්තිය (වැදගත්තා වූ සේ පහළ වන ධර්ම ස්වභාවය)
නාම-රූපං	=	නාම-රූපයයි
පසාදො	=	ඔපය-ප්‍රසාද බව
ආයතනං	=	ආයතනය යැ
චුට්‍රෙයා	=	හැපීම
ඵසෙසා	=	ඵසස යැ
වෙදයීතං	=	විදීම
වෙදනා	=	වෙදනාව යැ (වැඩි විස්තර සඳහා යට දැක්වූ විස්තර නැවත බලන්න)
ඉති	=	මේ තාක්
ඉමේ පංච ධම්මා	=	මේ ධර්මයෝ පහ (5)
ඉධ කතස්ස කම්මස්ස පච්චයා	=	වත්මාන භවයේ සිදුකරන ලද කම්මය නම් වූ හේතුවෙන්
ආයතීං උප්පත්ති භවස්මිං	=	මතු පහළ වන්නා වූ භවයේ
විපාක ධම්මා	=	පහළ වන්නාවූ ඵල ධර්මයෝ යැ

මෙම හේතු - ඵලයන් කුලින් අතීත හේතු පහ (5) වත්මාන හේතු පහ (5) සමඟ ස්වභාවය අතින් සමානය, අනාගත ඵල පහද පවිච්ඡේපන්න ඵල පහ සමඟ ස්වභාවය අතින් සමානය. එම නිසා පවිච්ඡේපනන හේතු - ඵලයන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වශයෙන් දැක ගන්නා යෝගී හට අතීත හේතූන් සහ අනාගත ඵලයන් ද අනුමාන වශයෙන් දැක දැන වටහාගත හැක්කේය.

ඒ කුලින් ඵල ධර්මයෝ පහ (5) යන්න මෙනෙහි කොට දක යුතු සිත් එකක් එකක් කුල ඇති ස්වභාවයෝ ම වෙත්. එම නිසා සංක්‍ෂිප්ත ක්‍රමයට අනුව භාවනා කරන්නාවූ යෝගාවචරයා එම ඵල ධර්ම පස්දෙනා ඵල ධර්ම

එකක් ම වශයෙන් වෙන්කොට ගෙන භාවනා කරයි. බලයි. හොඳ නරක අරමුණු හමුයෙහි විශේෂයක් නො කොට "පහළ වන්නා වූ හුදු ඇසීමි, දැකීමි, ආසාදනය කිරීමි, රස බැලීමි, හැපීමි, කල්පනා කිරීමි ස්වභාවයෝ පෙර කම් හේතුවෙන් පහළ වන ඵල" යැයි වශයෙන් පමණක් වෙන් කරයි. එහිදී මෙය වනාහි විඤ්ඤාණය නාම-රූපය යනාදී වශයෙන් වෙන්කොට නො බලයි. එසේම හේතු පහ (5) යැයි කියන තැනද සිත් එක එකක් හා බැඳුණු ස්වභාවයෝ ම වෙත්. එම නිසා එම හේතූන්ද කම් හේතුව වශයෙන් එකක් ම යැයි වෙන්කොට ගෙන භාවනා කරයි. බලයි. වනීමාන සෞභාග්‍යය පිණිස වේවා පසු භවයක සෞභාග්‍යය පිණිස වේවා විශේෂ උත්සාහයක් නැතත් කිම්-කිරීමි ඇති තාක් "අනාගත නව භවයේ ඵල පහළ කිරීමට හේතු කම්යෝ පමණක් යැ"යි වෙන් කරයි." මෙය වනාහි අවිද්‍යාව ය, සංඛාරය" යයි ආදී වශයෙන් බෙදා වෙන්කොට නො බලයි. මෙ ලෙස බලමින් භාවනා කරන යෝගාවචරයා මෙනෙහි කරන වාරයක් පාසා හේතු කම්යන් හා ඵල විපාකයන් පමණක් දැකගන්නා බැවින් "පෙර භවයන් හිද මෙලෙස වූ ඵල - විපාක සහ හේතු කම් පමණක්ම පහළ විය. අනාගත භවයන්හි මෙ ලෙසට ම ඵල-විපාක සහ හේතු කම් පමණක් පහළ වන්නේය. කම් සහ විපාක පමණක් ඇත්තේය. කම්යන් සදාකාලික ව ම සිදුකළ හැකි සත්ත්වයෙක්-මමෙක් ද නැත්තේය. ඵලයන් විදිය හැකි සත්ත්වයෙක් මමෙක් නැත්තේ යැ"යි නුවණින් සලකා බලා තීන්දු කිරීමට හැකි වන්නේය. දක්වන ලද 16 දහසය ආකාර සැක දුරුකර නිදහස් වේ.

සො එවං කමම වට්ඨ වසෙන පච්චයතො නාම-රූපසස පච්චනිං දිඤ්ඤා යථා ඉදං එරෙහි එවං අනිතෙපි අද්ධානෙ කමම වට්ඨ විපාක වට්ඨ වසෙන පච්චයතො පච්චනිතථ, අනාගතෙ පි කමම වට්ඨ විපාක වට්ඨ වසෙන පච්චයතො පච්චනිසසති" ඉති කමමං.වෙව කමම විපාකොව කමම වට්ඨඤ්ඤා විපාක වට්ඨඤ්ඤා කමම පච්චනඤ්ඤා විපාක පච්චනඤ්ඤා කමම සත්තනි ව විපාකසෙනතනි ව කිරියා ව කිරියා ඵලඤ්ඤා



කම්මා විපාකා චතතචනති විපාකො කමමසමභවො

කම්මා පුනබ්භවො හොති එවං ලොකො පචතතතිකි සමනුපසසතිති

[වි. ම. 452]

එම යොගී තෙමේ කියන ලද ආකාරයට කම් වටට විපාක වටට වශයෙන් ප්‍රත්‍යයෙන් ප්‍රත්‍යුත්පන්න නාම - රූප ධර්ම පහළ වීම දක දන වටහා ගත්තේ වී නම් "මේ හවයේ මේ නාම - රූප ධර්ම පහළ වීම දක දන වටහා ගත්තේ වී නම් "මේ හවයේ මේ නාම -රූපයන් යම් සේ ද එසේම අතිත කාලයේ ද කමම වටට විපාක වටට වශයෙන්ම ප්‍රත්‍යයෙන් නාම - රූප පමණක් පහළ කරන්නාහු යැ"යි නුවණින් සලකා බලයි. මෙලෙස අත්දක වටහා ගත්තේ නම් කමීය සහ කමීයේ ඵල, පමණක් ඇත්තාහු යැයිද, කමම වටට - විපාක වටට, පමණක් ඇත්තාහු යැයිද කමම ප්‍රචාත්ති විපාක ප්‍රචාත්ති පමණක් ඇත්තාහු යැයිද කමම සන්නතිය විපාක - සන්නතිය පමණක් ඇත්තාහු යැයිද, ක්‍රියා, ක්‍රියා ඵල, පමණක් ඇත්තාහු යැයිද නුවණින් සලකා බලා තීන්දු කරයි \*1

කම් හේතු ඵලයන් පහළ කරත්, ඵලයෝද කමීයන්ට හේතු වෙත්, වෙනත් ආකාරයකට දක්වතොත් ... ඵලයන්ට නැවත කමීයන් පහළ කළ හැක්කේය \* 2 කම් හේතුවෙන් නැවත වරක් අලුත් හවයක් පහළ කරයි. කම් සහ විපාක මාරුවෙන් මාරුවට හේතු හා ඵල වන්නා වූ මේ ක්‍රමයෙන් සත්ඵලෝකය යයි කියනු ලබන නාම - රූප සන්නතිය දිගට ම නොසිඳ පවත්වන්නේ යයි ද සලකා බලා තීන්දු කරයි. අනුමාන කරයි.

**කමමසස කාරකො නස්ථි, විපාකසස ච වෙදකො  
සුද්ධ ධර්මො පචතතනති,**

---

\*1 කොමාවලින් වෙන් කොට දක්වන ලද (5) පහ තුළින් එක එක පදයකට හෝ අනුව එක් එක් කෙනෙකුට සලකා බලා තීන්දුකිරීම ගැළපේ.

\*2 සමභවති එතෙනාති සමභවො කමමසස සමභවො කමම සමභවො යන ජට්ඨි සමාස ක්‍රමය වේ. සද්දහථ අධිපපායනථ යන දෙකට අනුවය. මේ පදය අඤ්ඤානථ සමස ක්‍රමයන් මේ ගාථාවෙහි තුන්වන පදයෙහි පමණක් විපාකයේ හේතු දක්වීම පමණක් සිදු කරන අතර කමීයේ හේතු දක්වීමෙන් බැහැර වේ.

එවෙන සමමදසසනං

එවං කමෙම විපාකෙව, වතනමානෙ සහෙනුකෙ,  
බීජරුකධා දිකානංව, ප්‍රඛිකොටී න නායති  
අනාගතෙපි සංසාරෙ, අසචන්ති න දිසසති.

[වි. ම. 453]

- කමිසස = කුසල කම්ම, අකුසල කම්ම
- කාරකො = කළහැකි පුද්ගලයෙක්, සතෙක්
- නතී = නොමැත්තේය.
- විපාකසස = කුසල විපාක අකුසල විපාක
- වෙදතොව = විදිය හැක්කෙක්ද විදිය හැකි සතෙක්ද
- නතී = නැත්තේය
- සුදධ ධමෙමා = පුද්ගලයෙක් - සතෙක් සමග නො යෙදෙන
- සුද්ධ = කම්-ඵලයෝ පමණක්
- පචතනනති = එකිනෙක මාරුවෙමින් දිගට පහළ වෙත්.
- එවං = මෙසේ
- එතං දසසනං = මේ දැක්ම
- සමමා දසසනං = විපල්ලාසයන්ගෙන් තොර තත්ත්වකාරයෙන් දැක දැන ගැනීමකි.
- එවං = මේ දැක්වන ලද ක්‍රමයට
- සහෙනුකෙ වතනමානෙ = ඇසුර ලබන නිශ්‍රය ලබන විපාක නම් වූ හේතූන් සහිතව පහළ වුනා වූ
- කමෙමව = කමිය ද
- සහෙනුකේ වතනමානෙ = කමිය නම් වූ හේතුව සහිතව පහළ වුනාවූ
- විපාකෙව = විපාකය ද
- දිට්ඨ = දැකිය හැකි
- බීජ රුකධාදිකානං = බීජ සහ වෘක්ෂ ආදීන් ගේ
- ප්‍රඛිකා කොටී = පූච්චි කෙළවර

- න නායනි ඉටු = නොදන්නා, නො දත හැකි සේ ම.
- පුබ්බාකොට්ඨි = කම්ය සහ කම් ඵලය යන නාම - රූප සන්තතියේ පූච්ඡ කෙළවර
- න නායනි = නො දන්නේය, නො දත හැක්කේය.
- අනාගතෙපි = අනාගත කාලයෙහිද
- සංසාරෙ = නාම - රූප සන්තතිය නම් වූ සංසාරය
- සති = හේතු කම් මාගී ඤාණයෙන් නො සංසිද වූ බැවින් අධිණ්ඩව පවතින කල්හි
- අඤ්චනි = කම් සහ විපාක සන්තතියේ නො පැවැත්ම හෙවත් නතරවීමක්
- න දිසසති = නො පෙනේ නො දැකිය හැක්කේය.

අථය වනාහි: දන් දෙන අවස්ථාවේ දීමට කැමති චේතනාව පහළ වේ. සතෙක් මරණ අවස්ථාවේ මරණ චේතනාව පහළ වේ. මෙම චේතනාවන් සමග යෙදෙන්නාවූ කායික වාවසික හැසිරීම් නම් වූ රූපයෝ ද පහළ වේ. මෙම චිත්ත වෛතසික හා කාය වාවසික ඉරියවු රූපයෝ ම හොද කම් නරක කම් නම් වේ. මෙම නාම - රූප දෙක ම කම් = ක්‍රියා නම් වන නමුදු "වෙනනාහං හිකං වේ කමං වදාමි - මහණෙනි, චේතනාවම කම්ය යයි මම වදාරමි" යන දේශනාවේ වනාහි ප්‍රධානව මූලිකව ඵල ගෙන දිය හැකි චේතනාව ම කම් යැයි දේශනා කරන ලදී මෙය ප්‍රධාන නය ක්‍රමයයි. අප්‍රධාන වශයෙන් වනාහි චේතනාව සමග පහළ වූ නාම - රූප දෙක ම කම් හෙවත් ක්‍රියා නම් වේ මැයි. එම නිසා කම්ය වන අවස්ථාවේ සිදුකරන්නාවූ චිත්ත-වෛතසික සහ කායික වාවසික ක්‍රියා යන නාම - රූප දෙවර්ගීය පමණක් ම පහළ වෙමින් පවතී. එම නාම - රූපයන්ම ඇසුරු කොට පුද්ගලයෙක් වනාහි දානයක් දෙයි, පුද්ගලයෙක් වනාහි සතුන් මරයි, ආදී වශයෙන් ව්‍යවහාරයට යයි. ව්‍යවහාර මාත්‍රය පමණි. ක්‍රියා = කම් නම් වූ එම නාම - රූපයන් කළ හැකි, නිම කළ හැකි, පහළ කළ හැකි වෙනම ම පුද්ගලයෙක්, සත්ත්වයෙක් නොමැත්තේ ම ය. තවදුරටත් දකින, අසන අවස්ථා ආදීන්හි ප්‍රිය-අප්‍රිය අරමුණු දැනීම-විඳීම යන ඵලයන් පමණක් පහළ වෙමින් පවතී. එම ඵල නාම-රූප ධර්මයෝ ම

ඇසුරු කොට "පුද්ගලයා වනාහි විදී" යැයි ව්‍යවහාර කරනු ලැබේ. හුදු ව්‍යවහාරය පමණකි. එම ඵල නාම - රූපයන් පහළ කොට විදිය හැකි වෙනම සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් වනාහි නොමැත්තේ ම ය. මේ අනුව පෙර හවයේ කමිය සිදුකරන අවස්ථාවේ හොඳ කමී නරක කමී පමණක් සිදුවිය. වකිමාන හවයේ පටිසන්ධි භවාංගය දකින අසන ආදී අවස්ථාවන්හි එම කමීයන් නිසා විදින ඵලයන් පමණක් පහළ කරයි. එම විපාකයන් ම ඇසුරු කොට මේ හවයේ නැවත හොඳ කමී, නරක කමී යන දෙක පමණක් පහළ වේ. මේ නව කමී නිසා අනාගතයෙහි විදින ඵලයන් පහළ කරවනු ඇත්තේ ම ය. මේ ක්‍රමයට කමීයන් සහ ඵලයන් පමණක් එකිනෙක මාරුවෙමින් පහළ වෙමින් පවතී. කාරක අතන - කමීයන් කළ හැක්කාවූ මමෙක් වනාහි නොමැත්තේය. වෙදක අතන - ඵලයන් විදිය හැකි මමෙක් වනාහි නොමැත්තේය යන මෙය දක දන වටහා ගැනීම සම්මා දස්සන නම් වූ පච්චය පරිග්ගහ ඤාණ නම් වේ. මෙසේ දක දන පිළිගත්තේ නම් "බිජයක් ඇතිකල්හි එම බිජයේ ඵලය පහළ කරවන ගසක් ද තිබිය යුත්තේය. එම ගසෙහි හටගන්නා වූ බිජද ඇත්තේය. මේ නය ක්‍රමයට බිජ සහ ගස්වල පූච්ච කොටිය (මුල් ආරම්භය) සොයා දක ගත නොහැක්කා සේ බිත්තර ඇති කල්හි එම බිත්තරයේ මවු කිකිළිය ඇත්තේය. මේ නය ක්‍රමයට බිත්තරය සහ කිකිළියගේ සම්බන්ධතාවය සොයා ගිය නමුත් මූල දක ගත නොහැක්කේ යම් සේද" එ ලෙසට ම වකිමානයේ ඵල පහළ කරමින් ඇති බැවින් ඒවායේ හේතු කමී පෙර හවයක සිදුවිය. එම කමීයෙහි ඇසුර ලැබූ ඵල ධර්මයෝ ද එම හවයේදී පහළ විය. එම ඵලයන්ගේ හේතු කමීයන් ඊටත් වඩා කලින් වූ හවයකදී සිදුවිය. මේ නය ක්‍රමයෙන් නාම - රූප සන්නතිය නම් වූ සංසාරයේ වූච්ච කොටිය සොයන්නේ නමුත් හමුවිය නො හැක්කේය.

මේ අවස්ථාවට දෙවියන් වහන්සේ විසින් මවන ලද නිසා ය යි කියන්නේ නම් එම දෙවියන් වහන්සේ කවුරුන් විසින් මවන ලද්දේද? ඔහු කුමන කාලයක කුමන හේතුවක් නිසා පහළ වීද? යනාදී ලෙසට මූලික හේතුව දිගින් දිගට යමින් සෙවිය යුතු වේ. එසේ කරන කල්හි මූල වනාහි සොයන්නේ නමුත් හමුවිය නො හැකි වනවා ඇත්තේය. එම නිසා "මැවුම් කාර දෙවියන් වහන්සේගෙන් පටන් ගෙන මැවීම සිදු වියැ" යි

යන්න පිළිගැනීමට සුදුස්සක් නො වන්නේ මය. එසේ නොමැතිව “ ආරම්භයේදී හේතුවක් නොමැතිව ඉබේ ම පහළ වී යැ” යි කියන්නේ නම්, ආරම්භයේදී අහේතුක බව වී නම් දැනුණු අහේතුක බව විය යුත්තේය. නමුදු මනසිකාරය පැවැත්වීම නම්වූ පව්වකබ ඥාණයට අනුවද නුවණින් සලකා බලන අනුමාන ඥාණයට අනුවද අහේතුකව ඉබේම පහළ විය හැකි නාමයක් රූපයක් දැකගත නො හැක්කේය. එම නිසා “අහේතුකව ඉබේ පහළ වී පටන් ගැනීම” යන්න ද පිළිගැනීමට තරම් නො වන්නේය. මේ සන්ධිස්ථානය දක්වන ලද බීජය හා ගස, බිත්තරය හා කිකිළිය යන උපමාද “උපමේය සමග භාත්පසින් සමාන වන්නේ යැ” යි සලකා ගත යුතු නොවේ. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මුව මධුල පියුමක් සේ පැහැපත් යැ” යි වණිනා කරන්නාසේ එක දේශයකින් පමණක් සමාන වේ” යැ යි සලකා ගත යුතු මක්නිසාදයත් බීජය සහ ගස, බිත්තරය සහ කිකිළිය යන මේවා මේ මහා කල්පය ආරම්භයේදී පහළ වී යැ යි දැනගත්තේ වී නමුදු කමීය හා කමී ඵලය යන නාම - රූප සන්නතියේ හෙවත් සංසාරයේ ආරම්භය වනාහී මොනම ක්‍රමයකින් හෝ දත නොහැකි නිසාය.

තව දුරටත්, පසු කාලයෙහි ද “ගසින් බීජ හට ගනී. එම බීජයෙන් නැවතත් ගසක් හටගනී, එම ගසින් නැවත බීජ හට ගනී” යන මේ ක්‍රමයට අනතුරක් නැති නම් බීජ හා ගස වල සම්බන්ධ අවසානයක් සොයන්නේ නමුදු හමුවිය නො හැකි වන්නා සේ ද කිකිළියගෙන් බිත්තර ලැබේ. එම බිත්තරයෙන් නැවත වරක් කිකිළියක් බිහිවේ. එම අලුත් කිකිළිය බිත්තර දමයි. මේ ක්‍රමයට අනතුරක් නොමැති විට කිකිළිය හා බිත්තර වල ඇති සම්බන්ධතාවයේ අවසානයක් සොයන්නේ නමුත් හමුවිය නො හැක්කා සේ ද” මෙම වතීමාන භවයෙහි සිදුකරන කමී නිසා පසු භවයෙහි ප්‍රතිසන්ධියේ පටන් විපාක ධර්ම පහළ වනු ඇත. එම විපාකයන් ම පදනම් කොට එම භවයෙහිදු හොඳ නරක කමී රැස්කරනු ඇත. එම නව කමීයන් නිසාද මතු මත්තෙහි අලුත් භවයන් පහළ කරන්නේය. මේ ක්‍රමයට යන කමී හා ඵල කියන්නා වූ නාම - රූපයන්ගේ අවසානයක් සොයන්නේ නමුදු හමුවිය නො හැක්කේය. හේතු කමීයන් මාගී ඥානයෙන් නැවැත්විය නො හැක්කේ නම් කිසිවිටකත් නැවැත්මක් නො වන්නේ ම ය. කිසියම් භවයක අවසානයේ වූහි සිත පහළ වී නම් එම සිත හා අතරක් නොතබා

නව භවයෙහි පටිසන්ධි විඤ්ඤාණයේ පටන් ද විපාක ධර්මයන් පහළ වෙමින් පවතින්නේමයැයි යන ලෙසට ද දූක දූන එකඟ විය හැක්කේ යැයි අදහස් කෙරේ.

කම්මං නත්ථි විපාකමහි, පාකො කමෙම න විජජති  
 අඤ්ඤං මඤ්ඤං උභොසුඤ්ඤං න ච කම්මං විනා ඵලං  
 කමමඤ්ඤං ඛො උපාදාය, තතො නිබ්බතතතො ඵලං  
 නහෙඤ්ඤං ඛො ඛුභමා වා, සංසාරසසන්ථි කාරකො.  
 සුදධ ධමෙමා පටතනනති, හොතු සමභාර පචචයා. [වි. ම. 453]

- කම්මං = හේතු කම්මය තෙමෙ
- විපාකමහි = විපාකයන් කෙරෙහි
- නත්ථි = ඇත්තේ නොවේ\*
- පාකො = ඵලය
- කමෙම = හේතු කම්මයෙහි
- න විජජති\* = විද්‍යාමාන වනවා නොවේ
- උභො = කම් හා කම් ඵලය යන ධර්ම දෙක
- අඤ්ඤං මඤ්ඤං සුඤ්ඤං = එකිනෙක අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් සම්ප වන්නේ වී
- ච = නමුත්
- කම්මං විනා = කම්මයෙන් තොර
- ඵලං = ඵලය
- න = පහළ විය නො හැක්කේ ය.
- ඛො = ඇත්ත වශයෙන්
- කමමඤ්ඤං උපාදාය = කම්මය ම උපාදාන කොට

---

\* හේතුව වන්නා වූ කපුනුල ඵලය වන්නා වූ වස්තුවෙහි නිරූපිතව තිබෙන්නා සේ, කම්මය වන්නී ඵල විපාකයන්හි තැන්පත්ව පවතිනවා. නොවේ. කම්මයම වෙනසකට පත්නොවී ඵල පහල කරනවා නොවේ යන්න අදහසයි.

\* විකරල බන්ධි ගොයමේ සැඟවී සිටියේ යම්සේද එසේ ඵල - විපාකයන් කම්මය සිදු කරන විට එය තුළ නිදන්ගතව පැවැතිය නො හැක්කේය. දන් දන් අලුතින් පහල වන බව කියවේ.

එලං	=	එලය
තනො	=	එම කමියෙන්
වා	=	හෝ කමිය නිසා
නිබ්බනනෙ	=	පහළ වේ.
එඤ්ඤා	=	මෙම ලෝකයේ, සත්ත්වයන්ගේ
සංසාරය	=	එක භවයකට පසු තව භවයක්, එක ජාතියකට පසු තව ජාතියක් වශයෙන් මාරුවෙමින් පවතින"
නාම- රූප සන්තති	=	රූප- නාම සන්තතිය නම් වන සංසාරය
කාරකො	=	මැවිය හැකි පහළ කළ හැකි
දෙවො වා	=	දෙවියෙකු හෝ
බ්‍රහ්මො වා	=	බ්‍රහ්මයකු හෝ
වා	=	සච්චලධාරී දෙවියකු හෝ
න හි අඤ්ඤා	=	නොමැත්තේ ම ය.
හෙතු සමහාර පවචයා	=	හේතු වන්නාවූ කම් හා ආධාරක විපාක යන කාරණා දෙක නිසා (=හෙතු පවචයා නිමිතතං
වා	=	යන මේ විචරණයට අනුව
සුද්ධ ධම්මා	=	කම් හා විපාක යන හුදු නාම-රූප ධම්ම පමණක්
පවතනනති	=	එකිනෙකට මාරුවෙමින් අඛණ්ඩව පහළ වෙත් (මෙලෙසටද දෑක දෑන භාරගනී යන්න අදහස්කෙරේ)

කමිය හා එල කැමති වන්නාවූ නාම-රූපයෙහි හේතූන් හමුවී. දෑකගත් යෝගී තෙම අතීත භවයෙහි චූතිය සහ අලුත් භවයෙහි පටිසන්ධි යන මේවායේ පහළවීම ද මෙ ලෙසට ම භාර ගනියි. ඇසට වණි රූපයක් ආපාතගත වී නම්, එම වණි රූපය "කවරෙක්දැයි සලකා බලන්නා සේවූ" මනසිකාරය පහළ වේ. එම මනසිකාරයත් හාම දැකීම සිදුවේ. මේ

සංසිද්ධියේදී මනසිකාරය හා දෑකීම අතරක් නො තබා සිදුවන්නේ යම් සේද එසේම චුති සිත හා පටිසන්ධි සිත ද අතර ඉඩක් පරතරයක් නැත්තේය. පෙර භවයෙහි අවසාන සිත චුතවී ගියා නම් පෙර කම් ශක්තිය නිසා අලුත් භවයෙහි ආරම්භය හටගැනීම වන්නේ යැයි භාරගනී. සුතමය ඤාණය ඇත්තත් විෂයෙහි සිදුවන්නකි මෙය. සුතමය ඤාණය මඳ තැනැත්තා වනාහි “දෑකීම, ඇසීම ආදිය අතරක් නොතබා නැවත සිදුවන්නා සේද ” මියයෑම” යන්නද මෙලෙසට ම සිතක් නිරුද්ධ වීමක් වන්නේය. “අතීත භවයෙහි අවසාන සිත වනාහි නිරුද්ධ වී යනවාක් සමඟම, පෙර කරන ලද කම්භානුරූපව මීලඟ මෙම භවයත්, මෙම නව භවයෙහි අවසාන සිත වනාහි නිරුද්ධ වී යනවාක් සමඟම පෙර කරන ලද කම්භානුරූපව නව භවයෙහි ආරම්භක සිත පහළවීම පමණක් යැයි පිළිගනී. චුති - පටිසන්ධි යන මේවායේ නිරුද්ධවීම පහළවීම මෙපමණ දෑක දෑන පිළිගන්නේ නම් ” අතීත-අනාගත-පවචුපන්න යන ධර්ම සියල්ල හේතුන්ද සහිතව දෑක දෑනගත්තේ යැ”යි කිව හැක්කේය. එම නිසා ම විසුද්ධිමග්ගයෙහි පහත සඳහන් ලෙසට දක්වා ඇත්තේය.

සබ්බෙ අතීතානාගත පච්චුප්පනනා ධම්මා චුති පටිසන්ධි වසෙන විදිතා භොනති [වි. ම. 453]

එවං චුති පටිසන්ධි වසෙන විදිතා සබ්බධම්මස්ස සබ්බාකාරෙන නාම රූපස්ස පච්චය පරිභව ඤාණං ටාමගතං භොති [වි. ම. 454]

- සබ්බෙ අතීතානාගත
- පච්චුප්පනනා ධම්මා = සියලු අතීත අනාගත වර්තමාන ධර්මයෝ
- චුති පටිසන්ධි වසෙන = චුති ප්‍රතිසන්ධි වශයෙන්
- විදිතා = ප්‍රකට
- භොනති = වෙත්
- එවං = මේ කියන ලද ක්‍රමයට
- චුති පටිසන්ධි වසෙන = චුති ප්‍රතිසන්ධි වශයෙන්
- විදිත සබ්බ ධම්මස්ස = ප්‍රකටව දැනගත් සියලු ධර්මයන් ඇත්තහුට
- වා = සියලු ධර්මයන් ප්‍රකට වූ පුද්ගලයාට



නාම රූපසංස පච්චය

පරිග්‍හන ඤාණනං = නාම රූපයන්ගේ ප්‍රත්‍යය පරිග්‍රහ කරන ඤාණය

සබ්බකාරෙන ටාමගතං = සියලු ආකාරයෙන් ගක්තිමත්

හොති = වේ.

විචරණය

ඉහත සඳහන් අටය කථාහි සියලු ධර්මයන් ප්‍රකටව දැන ගැනීම යැයි කියන තැන “සබ්බඤ්ඤාන ඤාණය මෙන් සියලු ධර්මයන් පිළිබඳව අතිශාසින් නිවැරදි ලෙස හේතු එල සම්බන්ධතා දැන ගනී යන්න වනාහී අදහස් නොකෙරේ. චූතිය හා ප්‍රතිසන්ධිය යන මේවායේ ඇතිවීම - හටගැනීම දැනගන්නා ප්‍රමාණයට පමණක් සියලු ධර්මයන් දැනගනී” යන්න කියැවේ. මෙම අදහස චූති පටිසන්ධි වසෙන යන විශේෂනය මාර්ගයෙන් දැක්වේ.

චූතිය හා ප්‍රතිසන්ධිය යන මේවායේ නිරුද්ධවීම හා හටගැනීම පිළිගන්නා මෙම යෝගී තෙම “අතීත භවයෙන් නාම - රූප සමහරෙක් නව භවයට මාරුවී ආවා නොවේ. එම අතීත භවයෙහි ඉතිරියක් නොතබා නිරුද්ධවිය. නව භවයෙහි අතීත භවයේදී ම නිරුද්ධවී සිඳී ගියේ යැයිද නව භවයෙහි නාම-රූපයෝද එම භවයෙහි දීම නිරුද්ධවනු ඇති. දිගට නොපවතිනු ඇතැයි”ද යන ලෙසට දක දැන පහදින බැවින් “අතීත භවයේ නාම-රූපයෝ එම අතීත භවයේදී ම නිරුද්ධවී සිඳී ගියේ යැයිද නව භවයෙහි නාම-රූපයෝද එම භවයෙහි දී ම නිරුද්ධවනු ඇති, දිගට නොපවතිනු ඇතැයිද, යන ලෙසට සලකා බැලිය හැක්කේය. මෙම සලකා බැලීම වනාහී සම්මසන ඤාණයේ ආරම්භයයි.

එම නිසා නාම රූපයන් පහළ වනවාත් සමඟ ම මෙතෙහි කරමින් භාවනා කිරීම දක්වන්නට යෙදුණු ක්‍රම පහ තුළින් එක් ක්‍රමයකට අනුව නාම-රූපයන්ගේ හේතූන් යෝග්‍ය ආකාරයට දක බලාගෙන “තූන් කාලයෙහි හේතු නාම - රූපයන් නිසා එල නාම-රූප පහළ වීම පමණක් සිදුවෙමින් පවතී” යැයි පිළිගෙන තීර ලෙස නිගමනය කරන ඤාණය වනාහී මුහුකුරා ගිය පච්චය පරිග්‍හන ඤාණය වන්නේය. මෙම ඤාණය, දක්වන්නට යෙදුණු

දහසයකාර (16) සැකයන් බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ, ත්‍රිශික්‍ෂාවන්, අතීත නාම - රූප, අනාගත නාම - රූප, පච්චුප්පනන නාම- රූප එක එකක් සම්බන්ධ කරගෙන පහළ වන්නා වූ හේතු-ඵල ධර්ම නම් වන මෙම අටතැන්හි සැකයන්, යන මේවා දුරුකළ හැකි බැවින් කංඛාවිතරණ විසුද්ධි යැයි කියනු ලැබේ.

**චූළ සොතාපන්නයා**

ඉමිනා පන ඤාණෙන සමන්තාගතො විපසසකො බුද්ධ සාසනෙ ලද්ධස්සාසො ලද්ධ පතිට්ඨො නියත ගතිකො චූළ සොතාපන්නො නාම හොති. [වි. ම. 455]

- පන = කංඛාවිතරණ විසුද්ධියේ ඵලය වනාහී
- ඉමිනා ඤාණෙන = කංඛාවිතරණ විසුද්ධි නම් වූ මේ ඤාණයෙන්
- සමන්තාගතො = සමන්විත
- විපසසකො = විපස්සනා යෝගී තෙම
- බුද්ධ සාසනෙ = බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශාසනයෙහි
- ලද්ධස්සාසො = අස්වැසිල්ලක් ලත්
- ලද්ධ පතිට්ඨො = ප්‍රතිෂ්ඨාවක් ලත් තැනැත්තකු වී
- නියත ගතිකො = නියත ලෙස සුගතිගාමී වූ
- චූළ සොතාපන්නො නාම = චූල්ල සොතාපන්න නම්
- හොති = වේ

ආර්ය ඵලය වනාහී ශාසනයෙහි නියම අස්වැසිල්ල වන්නේය. ආර්ය මාර්ගීය නියම ප්‍රතිෂ්ඨාව වන්නේය. මෙම යෝගී තෙම වනාහී එම ආර්ය මාර්ගීය, ඵලය තවම ලබා නැත්තේය. නමුදු එම මාර්ගී ඵලයන් ඒකාන්තයෙන් ලබාගත හැකි භාවනා පිළිවෙත වන බැවින් “අස්වැසිල්ලක් ඇති තැනකට පත් තැනැත්තා” යයි කිව හැක්කේය. වෙනත් ආකාරයකට දක්වතොත් නාම - රූප පරිවේෂද ඤාණය මඟින් නාම-රූපයන් තත්ත්වකාරයෙන් දැනගත ශාසනයෙහි ධර්මය හා සම්බන්ධ පාමුණ්ණ = තරුණ ප්‍රීතියට පත්වියැ. එම නිසා අස්වැසිල්ලකට, සහනයකට පත්වූ පුද්ගලයා යැයි කියනු ලැබේ.

පව්වය පරිගහන ඥාණය මඟින් හේතූන් නිසා පහළ වූ නාම-රූපයන් පමණක් ඇත්තේ යැයි දැනගත් බැවින්, "මමෙක් ඇත්තේ යැයිද, සත්ත්වයෙක් වනාහි මැවුම්කාර දෙවියන් විසින් මවන ලද්දේ යැයිද, අහේතුකව ඉබේ ම මම පහළ විය යැයිද" යනාදී ලෙසට වැරදි ලෙසට ගන්නා සිතාගැනීම්, වැරදි විශ්වාස පහළ විය නො හැක්කේය. එම දිට්ඨිත් විෂයෙහි ඇදහීම = ශ්‍රද්ධාව පහළ විය නොහැක්කේය. ශාසනයෙහි නො සැලෙන වෙනස් නො වන සුළු ස්ථිරසාරවූ මෙම ශ්‍රද්ධාවෙන් සමන්විත බැවින් " අස්වැසිල්ලකට පත් වියැයි කිව යුත්තේය. නියත ගතික වන අයුරු වූළ සොනාපන්න නම් වන ආකාරය පහත දැක්වෙන මහා ටීකා දැක්වීම මඟින් දැන හැකකේය.

අපරිහීන කංඛාවිතරන විසුද්ධිකො විපසුකො ලොකීයාහි සීල සමාධි පඤ්ඤා සමපදාහි සමනනාගතනනා උතාරි අප්පට්චිජ්ඣධනෙනා සුගතිපරායණො හොති වුත්තං "නියත ගතිකො" ති, තතො එව වුළ සොනාපනෙනා නාම හොති [මහා. ටී. (බු.) 385]

- අපරිහීන කංඛාවිතරණ විසුද්ධිකො = කංඛාවිතාරන විසුද්ධියෙන් නොපිරිහුණු
- විපසුකො = විපස්සනා යෝගී තෙම
- ලොකීයාහි සීල සමාධි සමපදාහි = පිරිසිදු ලොකී ශීල සමාධි ප්‍රඥා අතින්
- සමනනාගතනනා = සමන්වාගත බැවින්
- උතාරි අප්පට්චිජ්ඣධනෙනා = ඉහළ විශේෂ ඥාණ විශේෂ ධර්මයන්ට පත්නොවූනේ (වී නමුත්)
- සුගති පරායණො = සුගති ගාමී
- හොති = වේ.
- ඉති = මේ නිසා
- නියත ගතිකො = ගතිය නියත තැනැත්තා යැයි
- වුත්තං = කියනු ලැබේ.
- තතො එව = එලෙස ගතිය නියත බැවින් ම

- චූළ සොතාපනො නාම = නියත ගතික ආකාරයට විකක් සමාන වන්නේ චූළ සොතාපන්න නම්
- හොති = වේ.

මෙම ටීකා දැක්වීමෙහි අපරිහින කංඛාවිතරණ විසුද්ධිකො යන පදයෙන් මෙවැනි අදහසක් දක්වයි: දිට්ඨි සහ විචිකිච්ඡා ස්ථිර ලෙස දුරුකොට නිදහස්වීම සිදුවූ මෙම කංඛාවිතරණ විසුද්ධියෙන් නොපිරිහුනු, දුච්ච නොවූන පුද්ගලයාට පමණක් නියත ගතික යැයි කෙළින් ම කියයි. තව දුරටත් මෙම විසුද්ධිය ලෝකෝත්තර නොවේ, ලොකික ම වේ. එම නිසා පිරිහීමට දුච්ච වීමට ඉඩ තිබේ. නොදැනුවත්ව ම ඉබේ ම වැරදි ක්‍රමයට මනසිකාරය පැවැත්වීම නිසා වේවා, මිත්‍යා ධර්ම අසන්නට ලැබීමෙන් වේවා සැක = විචිකිච්ඡා ද පහළ වන්නේය. වැරදි චිත්තන, වැරදි ඇදහීම් - දිට්ඨි ද පහළ වන්නේය. එම දිට්ඨි, විචිකිච්ඡාවෝ සණ බහුල ලෙස මතුවූ අවස්ථාවෙහි මෙම විසුද්ධිය පිරිහෙන්නේය. දුච්ච වන්නේය. එම අවස්ථාවෙහි නියත ගතික යයි නොකිය යුතු බවද බ්‍යතිරේක = ප්‍රතිපක්‍ෂ දැක්වීමේ ක්‍රමයට දක්වයි.

සීල සමාධි ප්‍රඤ්ඤා සමපදාහී සමනනාගතනා යන පදයද මෙලෙසට විවරණය කරයි. භාවනා කරන අවස්ථාවෙහි පිරිසිදුවූ ශීල, සමාධි, ප්‍රඤා යන මේ තුනෙන් සමන්වාගත බැවින් නියත ගතික යයි සෘජුවම දක්වයි. එසේම විපස්සනා කටයුත්තෙහි වෙන්වී සීල - සමාධි-පඤ්ඤාවන් පිරිහී ගිය අවස්ථාවන් වනාහී නියත ගතික නො වේ යැයි ද ප්‍රතිපක්‍ෂය දැක්වීමේ ක්‍රමයට අනුව දක්වයි. එම නිසා මෙම විසුද්ධියෙන් සමන්විත තැනැත්තා භාවනා කරන කාලය තුළ වේවා විපස්සනා වශයෙන් මෙම භාවනා නො කරන කාලය තුළ වේවා දිට්ඨි විචිකිච්ඡා වලින් තොරව ම වෙන්ව ම අඩු තරමින් ශීලය අතින් පිරිසිදුව ම සිටිය යුතු වේ. එසේ ගත කරන්නේ නම් පමණක් නියත ගතික යැයි පිළිගැනීම භාර ගැනීම ගැළපෙන්නේය. "මම චූළ සෝතාපන්න වීමි, නියත ගතික වීමි" යි යැයි එම ඥානය ලැබුණු පමණින් සතුටු වී සංතෘප්ත වී විපස්සනාවෙන් බැහැර වී ශීල ශික්‍ෂාවන් පිරිසිදුව නො පවත්වා සැහැල්ලු නොසැලකිලිමත් ලෙස කාලය ගතකිරීම වනාහී නො ගැළපෙන්නේ මය.

## නියත ගතිකයාගේ හව විභාගය.

මූල සෝනාපන්නයාගේ ගතිය හවයක් පාසා ස්ථාවරව රක්ෂිත වන්නේද නැතිනම් මිලඟ හවය පමණක් සහතික වන්නේද යන මේ ප්‍රශ්නය තහන්නේ නම් මිලඟ හවය පමණක් "එකාන්තයෙන් ස්ථිර" යැයි සහතික කළ හැක්කේය. මිලඟ දෙවැනි තුන්වන හවයන් වනාහී "ඒකාන්තයෙන් ස්ථිර" යයි සහතිකයක් නොමැත්තේය. හේතුව වනාහී මෙම යට දක්වන ලද ටීකාවෙහි "කංඛාවිතරණ විසුද්ධි" නොපිරිහී ගතකරන තාක් ගතිය නියතයැයි ද ලොකික ශීල, සමාධි, පඤ්ඤාවන් අතින් සමාන්විත බැවින් ගතිය නියතයැයිද" දක්වන ලද කතාවට අනුව "මෙම හවයෙහිද ශීල - සමාධි හා කංඛාවිතරණ ඤාණය අතින් පිරිහී ගිලිහී යා හැකි බවද එවැනි අවස්ථාවක මිලඟ හවයද නියත වීමට හේතු නොමැත්තේ යැයිද" ප්‍රකටව ම දක්වයි. මිලඟ හවය ආදියෙහි එම ශීල - සමාධි - පඤ්ඤාවන් අතින් පිරිහී ඉදිරි හවයන්හී නියත ගතික වීමට හේතුව නැතිවීම සම්බන්ධයෙන් විශේෂයෙන් කිය යුත්තක් නොමැත්තේ ම ය. මෙ පමණක් ම නොවේ. සළකා බැලිය යුතු තවත් කරුණකුදු ඇත්තේය. අප මහා බෝසතාණන් වහන්සේ සාරාසංඛ්‍යය කල්ප ලක්ෂ්‍යකට වඩා ඉහතදී බුද්ධත්වයට පත්වූ කොණ්ඩඤ්ඤ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පටන් බුදු වරුන් නව නමක් වහන්සේලා සමීපයෙහි නව හවයක් ම අත නැර පැවදිවූ සේක, යැයි බුද්ධ වංශ පාලියෙහි සඳහන්ය. බුදුවරයන් වහන්සේ නමක් ලග පැවදි වූ සෑම බෝසත් උතුමන් වහන්සේ නමක් සෑම ගත පවචාගත වන පුරා විපස්සනා වඩා අනුලෝම ඤාණය තෙක් සැපත් වී යැයි මඤ්ච නිකාය ම සටිකාර සූත්‍ර අට්ඨකථා ආදියෙහි දැක්වේ. "සුමන සච්ඤයන් වහන්සේ හා විපස්සී සච්ඤයන් වහන්සේලා ජීවමාන සමයන්හී අප මහා බෝසතාණන් වහන්සේ නාග රාජයකුව ඉපිද විවරණ ලැබූ සේක. පදුම සච්ඤයන් වහන්සේගේ කාලයේ සිංහ රාජයකුව විවරණ ලැබී යැයි බුද්ධ වංශ පාලියෙහි එයි. මෙම කල්පයේ ඉපදුණු ජාති සඳහන් ජාතක වස්තු අතර මහා බෝසතාණන් වහන්සේ කිරිසන් හවයන්ට පත්වූ අවස්ථා දැක ගත හැක්කේය. තේමීය ජාතකයෙහිලා නරකයේ උපන් බවක්ද දැක්වේ- එම නිසා මෙම පාළි අට්ඨකතා දැක්වීම් පිටුකොට බැලුවහොත්

කංඛාවිතරණ විසුද්ධියටත් වඩා උතුම් වූ සංඛාර උපෙක්ඛා ඥානය තෙක් වරෙක ලඟා වූ මහා බෝසතාණන් වහන්සේ පවා නිත්‍ය ලෙස සුගති ගාමී නොවූන බව, තරකයෙහි ඉපැද්දීමෙන් අත් නොමිදුණු බව ප්‍රකටව දැකගත හැක්කේය. මහ බෝසතාණන් වහන්සේ මෙන් සද්ධා-විරිය ආදිය නොදියුණු සංඛාර උපෙක්ඛාවට වඩා බොහෝසේ පහත් වූ කංඛා විතරණ ඥාණ මට්ටමට පමණක් සාක්ශ්‍යත් කරගත් සාමාන්‍ය කෙනෙකුට ස්ථාවර ලෙස දිගින් දිගට නියත ගති බවක් කෙසේ ලැබිය හැක්කේද? එම නිසා ස්ථීර ලෙස අපායෙන් අත්මිදී නියත ගතික වීමට කැමති කෙනෙක් වනාහී සෝවාන් මඟ නැණින් සක්කාය දිට්ඨිය ඉතිරි නො කොට දුරු කිරීමට බලවත් වූ චිත්ත ශක්තියෙන් නො පසු බස්නා විර්‍යයකින් දිගට උත්සාහ කළ යුතු වේ. කංඛා විතරණ විසුද්ධිය පමණකින් නිසැක වූ දුකින් තොර ජීවිතයක් වනාහී නො ලැබිය හැකි වන්නේ ම ය.

**උතුම් වූ සංයුක්ත නිකාය පාළි අවවාදය**

සත්තියා විය ඔමටෙයා, ඩඤාමානොව මත්තකෙ  
 සකකාය දිට්ඨි පභානාය සතො හිකඤ්ඤ පරිබ්බජේ. [සං. නි. 1 /24]

- සත්තියා = කුන්තයකින් නැතහොත් අඩයටියකින්
- ඔමටෙයා විය = පපුවට ඇණීමෙන් සිදුරුව වේදනා විදින්නෙක් එම කුන්තය වහා වහා උදුරා දැමීමට තරම් වත් තත්පර නොවී, වහා වහා භාවනා කරන්නේ යම්සේද
- මත්තකෙ = හිස
- ඩඤාමානො ඉට්ඨ = බුරු බුරා නගින ගින්නකින් දූවෙන එයින් පෙළෙන තැනැත්තෙක් එම ගිණින වහා නිවා දැමීමට තරම්වත් පමා නොවී. වහා වහා ඉක්මණින් භාවනා කරන්නා සේද
- හිකඤ්ඤ = සංසාර හය දුරු කිරීමේ කටයුත්ත විෂයෙහි ගැඹුරින් සලකා බලන ඒ පිළිබඳව පිළිකුල් සහිත බියක් ඇති තැනැත්තා

- සකකාය දිට්ඨි පභානාය = ප්‍රකටව ඇති නාම - රූප ස්කන්ධ සන්තතිය මත ආත්මයක්, කෙනෙක්, මමෙක් යන ලෙසට වරදවා වටහා ගන්නා සක්කාය දිට්ඨිය, ආර්ය මාර්ග ඥාණාලෝකයෙන් ඉතිරියක් නොතබා දුරුකිරීමට
- සතො = සතිමත්වීම සිහිය පිහිටවීම නම් වූ සතියෙන් සමන්විත කෙනෙක් වී
- පරිබ්බජේ = වෙහෙස නො බලා නතර නො වී විමුක්තිය පිණිස නික්මිය යුතුවේ.
- වා = හිසගිනි ගත්තේ නමුත්, පපුවට උලක් ඇණුනේ නමුත්, එය දුරුකරලීමට පමා වුවත්, එය දුරුකරලීම නො සළකා හැර දමුවත්, කිසිවිටක් පසු බැසීමක් විශ්‍රාම ගැනීමක් නොමැතිව වහා වහා ඉක්මනින් මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම වනාහී කළ යුත්තේ ම ය.

පව්වය පරිගහ ඥාණය යන කංඛා විතර්ණ විෂුද්ධි නිමිඥේ ය.

### සමමසන ඥාණය

අතීතානාගත පච්චපනනානං ධම්මානං සංඛිපිතවා වචතොනෙ පඤ්ඤා සමමසනෙ ඥාණං [ප. ම. 2]

- අතීතානාගත පච්චපනනානං = අතීත අනාගත වර්තමාන වන්නා වූ නාම- රූප ධර්මයන්
- සංඛිපිතවා = සංකෂ්ප කොට රැස්කොට
- වචතොනෙ පඤ්ඤා = විභාග කොට විනිශ්චය කිරීමෙහි ප්‍රඥාව
- සමමසනෙ ඥාණං = සම්මඤ්ඤා ඥානයැයි.

පව්වයපරිගහ ඥාණය මුහුකුරා ගියේ වීනම් පච්චුප්පන්නයෙන් මෙනෙහි කරන වාරයක් පාසා මෙනෙහි කරන නාම-රූපයන්හි ඇතිවීම - නැතිවීම ප්‍රසිද්ධිව පෙනෙන්නේය. පහළ වී එක ඝණයක් තුළදී ම නැති

වී යෑම ඇස්පනාපිට පෙනෙන්නේය. එම නිසා මෙනෙහි කරමින් සිටින නාම - රූපයන් ඇතිවූයේ නම් නැතිවෙමින් නැතිවෙමින් යන බැවින් අනිත්‍ය යැයිද, ඇතිවීම- නැතිවීම දෙකින් අතරක් නැර පෙළෙන බැවින් දුකක් යැයිද, තම කැමැත්ත අනුව නොපවත්නා බැවින් ආත්මයක්, මමෙක් නොමැත්තේ යැයිද" ද දුක දැන වටහා ගනී. " අනිත්‍ය බව ඇත්තය. දුක දෙන බව නරක බව ඇත්තය. මගේ නොවන බව මමෙක් නොවන බව ඇත්තය. යැයි" ද සළකා බැලීම විය හැක්කේය. මෙලෙස එක් වරක් වේවා, බොහෝ වාරයක් වේවා භාරගත්, පිළිගත් විට ඇස්පනා පිට එම නාම රූපයන් සමඟ සංසන්දනයකොට සියළු අතීත නාම-රූප, අනාගත නාම- රූප, වර්තමාන නාම -රූප ධර්මයන්ද මෙලෙස වූ ධර්මයෝමයැ අනිත්‍යයැ, දුකබැ, අසාරයැ, මමෙක් නොමැත්තේය යන සවභාවය පමණක්යැ" යි සමස්ථයක් ලෙස සංග්‍රහකොට නුවණින් සළකා බලයි. මතු වන මොහොතෙහි නාම -රූප එක එකක් ස්වභාවය ලක්ෂණ වශයෙන් විස්තර වශයෙන් මෙනෙහි කරන්නා සේ නොවී අතීත වූ- අනාගතවූ සියළු ධර්මයන් ප්‍රත්‍යක්ෂපත්ත වූ සියළු ධර්මයන් යන මේ සියල්ල සමස්තයක් ලෙස ගෙන සංකේෂ්ප කොට සළකා බලා විනිශ්චය කරන ඥාණය සම්මස්සන ඥාණය නම් වේ. මෙනෙහි කොට වටහා ගන්නා ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥාණය මෙන් වෙන් වෙන් වශයෙන් භාවනා නොකොට රාශියක් වශයෙන් භාවනාවෙන් සළකා බැලීමක් වන බැවින් මෙම ඥාණයට ම කලාප සම්මසසන ඥාණ යැයිද, වර්තමාන වශයෙන් දැකගත් නාම-රූප අනුව න්‍යායානුකූලව සළකා බැලීමක් බැවින් නය විපසසනා යැයිද විසුද්ධිමග්ගයෙහි දක්වයි. නය මනසිකාර, නය දසසන යැයි ද කියනු ලැබේ. පහත දැක්වෙන කථා වස්තු අට්ඨකථාවට අනුව වටහා ගන්න.

එක සංඛාරසසාපී අනිවචනය දිට්ඨිය "සබ්බ සංඛාරා අනිච්චාති අවෙසෙසෙ සු මනසිකාරො හොති.

"සබ්බ සංඛාරා අනිච්චාති ආදී වචනං නයනො දසසනං සන්ධාය වුත්තං න එකකඛණේ ආරම්භණනො [කථා ව්‍යුත්ත අට්ඨකථා]

එක සංඛාරාසසාපී = එකම සංඛාරයක් හෝ  
 අනිවචනය = නිත්‍ය නොවන බව, නිත්‍ය නොවන බව



නම්වූ අනිත්‍ය ලක්ෂණය

- දිට්ඨිය = මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම පවතින ඥාණයෙන් දැකගත් කල්හි
- සබ්බෙ සංඛාරා අනිච්චාති = සියලු සංස්කාරයෝ අනිත්‍යයැයි
- අවසෙසෙසු වා = අනෙකුත් සංස්කාරයන් කෙරෙහි
- නයනො මනසිකාරො හොති = නය ක්‍රමයට මනසිකාරය පැවැත්වීම
- “සබ්බෙ සංඛාරා අනිච්චාති ආදී වචනං = සබ්බෙ සංඛාරා අනිච්චා යදා පඤ්ඤය පස්සති, සබ්බෙ සංඛාරා දුක්ඛාති යදා පඤ්ඤය පස්සති, සබ්බෙ ධම්මා අනන්තා යදා පඤ්ඤය පස්සති, යනාදී කථා
- යනො දසසනං සන්ධාය = නය ක්‍රමයට දැකීම සලකා
- චූතනං = කියන ලදී
- එකකධණෙ = විතතක්ෂණයක කාලයක් තුළ
- ආරමමණනො දසසනං සන්ධානං සන්ධාය = ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් අරමුණු කරමින් දැකීම සලකා
- න චූතනං = කියන ලද්දක් නොවේ.

ඉහත දැක්වූ අට්ඨ කථාව මගින් මෙවන් අදහස ප්‍රකටව දැන හැක්කේය. නය මනසිකාරය, නය විපසයනා නම් වූ සම්මසන ඥාණය වනාහි ව්‍යාපාරකොට ආයසයෙන් පහළ කරවිය හැකි ඥාණයක් නො වේ. භාවනා කළයුතු ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥාණයෙන් එක වරක් වේවා බොහෝ වාරයක් වේවා

අනිච්ච, දුක්ඛ. අනන්ත ලක්ෂණයක් සමයයක් ලෙස දැක දැන භාරගත් පමණින් එසේ භාරගත් පිළිගත් ලෙසට සලකා බලා විනිශ්චය කරමින් ඉබේ ම අනායාසයෙන් ම පහළ වන්නා වූ විශේෂ ඥාණයක් මය යන මේ අර්ථ පැහැදිලි ව දැන යුත්තේය.

මේ සම්මසන ඥාණය සහජයෙන්ම බුද්ධිමත් පින්වතුන්ට හා බහුශ්‍රැත පින්වතුන්ට සලකා බැලීම පුළුල් කළහොත් පාඨුල ලෙස පහළ වේ. පළල් ලෙස පහළ වේ නම්, සලකා බැලීම් විමසීම් පමණක් බහුල වී මෙනෙහි කිරීම අඩු වන්නේ නම් එම නිසාම ඉහළ ඥාණ කරා එළඹීමට නො හැකිව එම ඥාණයෙහි ම බොහෝ වේලාවක් පමාවීම සිදුවිය හැක්කේය. මේ ගැන සැලකිලිමත් වන්න. බොහෝ දෙනාගේ අධ්‍යායනට ගැළපෙන පරිදි මෙම ඥාණය පහළ වන අකාරය පටිසම්භිදා මගේ පාලියෙහි සවිස්තරව දැක්වේ. සුළු විස්තරයක් පමණක් මෙහිලා උපුටා දක්වන්නෙමු.

යං කිඤ්චි රූපං අතීතානාගත පච්චුපපනනං අජකධතතං වා, බහිදධා වා, ඕලාරිකංවා, සුඛුමංවා, හීනංවා, පණීනංවා, යං දුරේ සනතිකෙවා සබ්බං රූපං අනිච්චතො වචනෙථි එකං සමමසනං, දුක්ඛතො වචනෙථි, එකං සමමසනං, අනන්තතො වචනෙථි, එකං සමමසනං. [ප. ම. 100]

- අතීතානාගත පච්චුපපනනං = ගත වූ අතීත රූප වේවා, මතු සිදුවන්නා වූ අනාගත රූප වේවා, සිදුවෙමින් පවතින වතීමාන රූපවේවා
- අජකධතතංවා බහිදධාවා = අධ්‍යාත්මික රූප වේවා, බාහිර රූප වේවා
- ඕලාරිකං වා සුඛුමං වා = ඕලාරික රූප වේවා, සුක්ෂම රූප වේවා
- හීනං වා පණීනං වා = හීන වූ රූප වේවා, ප්‍රණීන වූ රූප වේවා
- යං දුරේ සනතිකෙ වා = දුර වූ රූප වේවා සමීප වූ රූප වේවා
- යං කිඤ්චි රූපං = විශේෂයක් නොමැති කිසියම් රූප
- අනථී = ඇත්තේද,
- තං සබ්බරූපං = එම සියලු රූපයන්

අනිච්චතො වචතෙථ ති	=	අනිච්ච යැයි ව්‍යස්ථාපනය කරයි
එකං සමමසනං	=	එක් සම්මසනයෙකි.
තං සබ්බං රූපං	=	එම සියලු රූපයෝ
දුකඛතො වචතෙථ ති	=	දුක යැයි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි
එකං සමමසනං	=	එක් සම්මසනයෙකි
තං සබ්බං රූපං	=	එම සියලු රූපයෝ
අනත්තතො වචතෙථ ති	=	අනාත්මයයැයි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි.
එකං සමමසනං	=	එක් සම්මසනයෙකි.

රූපං අනිත්‍යානාගත පච්චුසුන්නං අනිච්චං ඛයට්ඨන, දුකඛං භයට්ඨන අනත්තා අසාරකට්ඨනාති සංඛිපිත්වා චච්ඡථානෙ පඤ්ඤා සමමසනෙ ඤාණං [ප. ම. 22]

රූපං අනිත්‍යානාගත පච්චුසුන්නං=	අතීත අනාගත හෝ චරිතමාන රූපයන්
ඛයට්ඨන	= ක්‍ෂයවන සුළු බැවින්
අනිච්චනි	= අනිත්‍යයැ
භයට්ඨන	= බිය විය යුත්තක් බැවින්
දුකඛනි	= දුකක් යැ
අසාරකට්ඨන	= සාරයක් ගත යුත්තක් නැති බැවින්
අනත්තං	= අනාත්මය යැ
සංඛිපිත්වා චච්ඡථානෙ පඤ්ඤා	= සංකෂපකොට පිරිසිදින විනිශ්චය කරන ප්‍රඥාව
සමමසනෙ ඤාණං	= සම්මිශ්‍රිණ ඤාණයයි

අනිච්ච සමමසනය

රූපං අනිතානාගත පච්චුප්පනානං අනිච්චං සංඛතං පටිච්ච සමුප්පනානං  
 ඛය ධම්මං විරාග ධම්මං නිරොධ ධම්මනති සංඛිපිඤ්චා වච්ඤානෙ පඤ්ඤා  
 සම්මසනෙ ඤාණං

- අනිතානාගත පච්චුප්පනානං = ගතවූ, ඉදිරියට පහළ වන, පහළවී පවතින රූප
- අනිච්චං = අනිත්‍යයැ
- සංඛතං = අදාල හේතූන්ගේ සම්චායෙන් කරන ලද ධර්මයෝ යැ.
- පටිච්ච සමුප්පනානං = හේතූන් ප්‍රත්‍යාකොට උපන් ධර්මයෝයැ.
- ඛය ධම්මං = ක්‍ෂයවන සුළු ස්වභාවය ඇත්තේයැ.
- වය ධම්මං = විශෝවන සුළු ස්වභාවය ඇත්තේයැ.
- විරාග ධම්මං = ගෙවී යන සුළු ස්වභාවය ඇත්තේයැ.
- නිරොධ ධම්මං = නිරුද්ධ වන සුළු ස්වභාවය ඇත්තේයැ.
- ඉති = මෙසේ
- සංඛිපිඤ්චා වච්ඤානෙ පඤ්ඤා = සංකේෂ්ප කොට ව්‍යවස්ථාපනය කරන, නිගමනය කරන විශේෂ ප්‍රඥාව
- සම්මසනෙ ඤාණං = සම්මසන ඤාණය නම් වේ.

නාමස්කන්ධ හතර හා ද්වාර හය, ආරම්භණ හය, විඤ්ඤාණ හය, ස්ප්‍රී හය, වේදනා හය ආදිය සම්බන්ධයෙන්ද මේ ආකාරයට ම වාර තුන බැගින් දේශනාකොට ඇති සේක. ග්‍රන්ථය විශාලවන නිසා ඉතිරි වාරයන් මෙහි දක්වනු නො ලැබේ. ඤාණය පහළ වන ආකාරය පමණක් දක්වන්නෙමු.

ප්‍රත්‍යුත්පන්න වශයෙන් මෙනෙහි කළ හැකි විට පිම්බෙන රූප, හැකිලෙන රූප, හිඳින රූප, නවන රූප, දිගහරින රූප ආදිය "වහා වහා ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් නැති වෙමින් යන්නාහ" යැයි ප්‍රකට ව දැන ගනී. එම නිසා මෙනෙහි කොට දැනගන්නා රූපයන් "අනිත්‍යම"යි පිළිගනී. එම

අවස්ථාවෙහි "පෙරභවයෙහි රූපයෝද දූන් මෙනෙහි කොට වටහා ගත් රූපයන්ට ම සමානයැ. මේ වතීමාන රූප මෙන් ම නැති වෙමින් නැති වෙමින් ම පැවතියේය. මෙම භවය තෙක් කිසි ම දෙයක් නො පැමිණිය හැක්කේය. පහළ වූ ස්ථානයේ ම එම භවයේදී ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යමයැ"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරගන්නේය. මෙයද වනාහී සම්මසන ඤාණයක් වන්නේය. තව දුරටත්, කලින් පැවති තාක් රූප ධර්මයන් අතරින් එකක් වත් මේ දූන් මෙනෙහි කරන ඝෂණය තෙක් නො පැවතිය හැක්කේය. ඒවායේ මතු වීමත් හා සමඟ ම එතැනදී ම නිරුද්ධ වී ගිය බැවින්ද අනිත්‍යමයැ"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. එයද සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

තවදුරටත් "ඉදිරි භවයේ පහළ වන්නාවූ තාක් රූපයෝ ද දූන් මෙනෙහි කොට වටහාගත් රූපයන්ට ම සමානයැ. මෙම රූපයන් මෙන් ම එක ඝෂණයකින් නිරුද්ධ වන්නේ ම ය. වෙනත් භවයක් තෙක් කිසිවක් ගමන් නොකරන්නේ ම ය. පහළ වූ තැන ම එම භවයෙහිදී ම නිරුද්ධ වීම සිදුවන බැවින් අනිත්‍යය ම යැ"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඤාණයක් ම ය. තවදුරටත් "මතු කාලයේ පහළ වන්නා වූ තාක් රූපයන් දූන් මේ මෙනෙහි කොට වටහා ගත් රූපයන් මෙන් නිරුද්ධ වනවා ම වන්නේය. වෙනත් විභ්‍වඝෂණයක් කරා කිසි ම රූපයක් පවතිනවා නො වේ. ඒවා පහළ වූ තැන ම එම ඝෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නාවූ බැවින් අනිත්‍ය වන්නේමැයි" පිරිසිදින්නේය. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

තව දුරටත් මෙම භවයෙහි පවතින්නාවූ තාක් රූප වලින් එකක් හෝ මිලඟ භවයට පත්වීමක් වනාහී සිදු නො වන්නකි. දූන් මෙනෙහි කොට දූන ගත් රූපයන් සියල්ල මෙම භවයෙහිදී ම නිරුද්ධ වී යන නිසා අනිත්‍යය ම යැ"යි පිරිසිද දූනගනී. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

ප්‍රශ්නවිසයක් හෙලන අතර වාරයේ, දුම් වැටියක් උරණ අතර, බුලත් වීටක් හපන අතර, මුත්‍රා කරන මල පහ කරන අතර වාරයේ ආදී අවස්ථාවන්හි මෙනෙහි කොට බලා "ඒ ඒ ඝෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි" භාරගත්විට "ඇතුළත ඇතිතාක් රූපයෝ ඇතිතාක් පිටතට නො පැමිණ ම, ඇතුළතදීම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යය ම යැයි පිරිසිද දූනගනී. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

ආශ්වාස කරන වාරයේ, දුම් බොන අතර වාරයේ, කෑම බීම වළඳන අතර වාරයේ බුලත් සපන ගිලින වාරයේ ආදී අවස්ථාවන්හී මෙතෙහි කොට බලා ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙන්හි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි” පිළිගත් අවස්ථාවෙහි ඇති තාක් බාහිර රූපයන් ඇතුළතට නො පැමිණ ම බාහිරයෙදී ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යයැයි” ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

ඕලාරික ප්‍රකට වූ රූප, ශබ්ද ගන්ධ, රස, ස්පෂ්ඨ බලා ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වියැ”යි පිළිගත් අවස්ථාවෙහි ඕලාරික ගොරෝසු රූප ඇතිතාක් සියුම් සුක්‍ෂම රූප බවට පත් නො වී ම පහළ වූ ක්‍ෂණයෙහිදී ම නිරුද්ධ වී යන බැවින්, අනිත්‍යයැයි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

සියුම් සුක්‍ෂම රූප, ශබ්ද ගන්ධ, රස, ස්පෂ්ඨ යන මේවා ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඕලාරිකව ප්‍රකට වන අවස්ථාවෙහි මෙතෙහි කරමින් භාවනා කොට “ ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි පිළිගත්විට “සියුම් සුබුම රූප ඇති තාක්, විශාල ඕලාරික රූප බවට පත්නොවී ම පහළ වූ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වී යන බැවින් අනිත්‍යයැයි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

සනීප නැති, රෝගී තත්ත්වයක සිට සැහැල්ලු සෞඛ්‍ය සම්පන්න භාවයට, සුවය ලබන තත්ත්වයට පත් අවස්ථාවන්හී මෙතෙහි කොට බලා “ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරෝධ වන්නේ යැයි” පිළිගන්නේ නම් “හීන වූ, නිව වූ, රූප ඇතිතාක් උතුම් ප්‍රණීත රූප බවට පත් නො වී ම හීන, ළාමක, නිව අවස්ථාවෙහිදී ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යය”යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඤාණයක් ම වන්නේය.

සැහැල්ලු, සෞඛ්‍ය සම්පන්න තත්ත්වයක සිට අසනීප දුච්ච අකම්ණ්‍ය තත්ත්වයට පත්වන අවස්ථාවන්හී ආදී මෙතෙහි කොට බලා ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි පිළිගන්නේ නම් “ඇතිතාක් ප්‍රණීත, හොඳ රූප හීන, නිව බවට පත් නොවී ප්‍රණීත හොඳ රූප ලෙසට ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යයැ”යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඤාණයක් ම වන්නේය.

දිග හරින ලද අත්-පා නවන අවස්ථාවෙහි මෙතෙහි කරමින් බලා පියවරින් පියවර ඉඩක් නො තබා නිරුද්ධ වෙමින් නිරුද්ධ වෙමින් යන්නේ යැයි වටහාගත් විට ඇත ඇති තාක් රූප සමීපයට නො පැමිණ ම, මාරු නො වී මෙන් ම ඇතදී ම නිරුද්ධව යන බැවින් අනිත්‍යය"යි පිරිසිඳ දැනගනී. සම්මසන ඤාණයක් ම වන්නේය.

නැවු අත් - පා දිගහරින ආදී අවස්ථාවන්හි මෙතෙහි කොට බලා "ඉරියව්වෙන් ඉරියව්වට පත් නොවී නිරුද්ධ වන්නේ යැයි වටහාගත් අවස්ථාවෙහි "ආග ඇති තාක් රූප දුරට නොයාම, මාරු නොවීම ආගදීම නිරුද්ධව යන බැවින් අනිත්‍යයැ"යි පිරිසිඳ ගනී. සම්මසන ඤාණයක්ම වන්නේය.

සැලකිය යුත්තක්:

මෙහිලා නිෂ්ඵන්ත ඕලාරික - සුබ්‍රම - රූපයන් මතද ලක්ෂණාදී වශයෙන් දුර - සන්තික - රූපයන්ත් මතද සම්මසන ඤාණ පහළ වන ආකාරය වටහා ගැනීම දුෂ්කර බැවින් ඇතුල් නො කරන ලදී.

### දුකඛ සමමසනය

නාඹර තරුණ විශේ කෙනෙක් සැප සනීපයෙන් සිටින අවස්ථාවෙහි එවැනිම යොවුන් විශේ සිටින්නන් හා ඇලී ගැලී කෙළි ලොල්ව ගත කරන්නකුට තම නාම - රූපයන් "බිය ජනකයැ"යි සිතීමත් දැකීමත් වනාහී සිදුවීම විරලය. නමුත් වයෝ වෘද්ධව දිරාගිය සිරුරක් ඇත්තකුට වනාහී මහාමාරිය, උදර රෝග, වසුරිය ආදී රෝග නිසා බොහෝ දෙනා මැරී යනු නිතර නිතර දැකීමට ලැබී තමා තමා වශයෙන්ද අසනීප වලින් පෙළෙන අවස්ථාවන්හීදී වනාහී "මාද ඔවුන් මෙන් මැරීයනු ඇතැයි සිතේ" යැයි සිතට නැඟෙන්නේ නම් ලෙඩ වියහැකි, මැරීයාහැකි තමාගේ නාම - රූපයන් පිළිබඳව" බිය විය යුත්තක් යැ"යි පහසුවෙන් සිතාගත හැක්කේය. මේ උපමාව අනුව නාම-රූපයන්හී අතරක් නොතබා ඇතිවන-නැතිවන ආකාරය ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණයෙන් නො දක්නා ලද්දේ නම් එම නාම- රූපයන් බිය ජනකයැයි සිතීම. දැකීම දුෂ්කරයැ, නමුදු ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් පවතින නාම-රූපයන් අඛණ්ඩව මෙතෙහි කරමින් බලා ඇස් පිල්ලන්

ගසන වාරයක් තුළ පවා අස්වැසිල්ලක් නො ලබා ඇති වෙමින් නැතිවෙමින් පැවතීම ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ලෙස දැකගත් අවස්ථාවෙහි එම නාම-රූපයේ හුදු ඇතිවීම - නැතිවීම මුත් නතරවීමක්, නිත්‍ය බවක් නොමැතිව මැරෙමින් පවතින බැවින් බිය ජනකයැයි, ඇතිවීම - නැතිවීම දෙකින් දිගින් දිගට පෙළෙමින් තිබෙන බැවින්ද බිය ජනක යැයි පහසුවෙන් ම දැක දැන පිළිගත හැක්කේය. ගත වූ නාම-රූපයන් නිරුද්ධවන වාරයක් පාසා අලුත් නාම-රූප පහළ වන විට වනාහී මැරෙන්නා වූ කාලය පමණක් ඇත්තේය. නො මැරී සිටිය හැක්කේයැයි සිතන්නට තරම්වත් කාලයක් නොමැති බැවින්ද බිය ජනක යැයි දැක දැන භාර ගැනීම විය හැක්කේය. විවිධ නො ඉවසිය හැකි වේදනාවන් අත නො හැර පත්වන අවස්ථාවන්හිද දුක් පීඩා, පෙළීම ගොඩක් යැයි පිළිගැනීමට එකඟ විය හැක්කේය.

එම නිසා "පිම්බෙන රූප, හැකිලෙන රූප, හිඳින රූප, නවන රූප, දිගහරින රූප, චලන රූප ආදිය මෙනෙහි කරන, මෙනෙහි කරන විට ම වහ වහා නිරුද්ධවී යන්නේයැ" යි ඇස්පනාපිට දැක දැනගත් යොගී තෙම එම රූපයේ "ඇතිවීම - නැතිවීම දෙකින් අතරක් නොතබා පෙළෙමින් පවතින බැවින් බිය විය යුත්තකි. නිරුද්ධ වෙමින් නිරුද්ධ වෙමින් මිය යමින් මිය යමින් පවතින බැවින්ද බිය ජනකයැ - නොඉවසිය හැකි වේදනා සඳහා ස්ථානයක් වන බැවින්ද බිය ජනකයැ හොඳක් නැත්තේ ම ය, හුදු දුකක් ම පමණක් යැයි දැක දැන පිළිගනී. මෙලෙස ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ලෙස දැක දැන ගත් අවස්ථාවේ අතීත රූප, අනාගත රූප යන මේවාද වතීමාන රූප මෙන්ම ඉඩක් නො තබා පෙළෙන්නේය, ඒකාන්තයෙන් මැරෙමින් පවතින්නේය. බිය ජනකයැ. හොඳක් කැළ ම නැත්තේයැයි පිරිසිඳ ගනී. විස්තර සඳහා අනිච්ච සමමසනයේ මෙන් යැයි වටහාගත යුත්තේය.

*දුකඛ සමමසනය නිවේශ් යැ.*

## අනන්ත සමමසනය

ආත්ම ලෙස ගැනීම:

රූප-නාමයන්ගේ තත්ත්වකාරය ස්වකීය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඤාණයෙන් තවමත් වටහා නො ගත් බාල ප්‍රථුජජනයන් "ස්කන්ධය තුළ ශරීරය තුළ



ඒකාන්තයෙන් ආත්මයක් ඇත්තේයැ"යි සලකා එහි බැඳී ගත්තේය. එම නිසා සාමාන්‍ය ලොකික ග්‍රන්ථ කතෘ වරු එම ආත්මයේ ස්වරූප ගක්කින් විවිධාකාරයෙන් ලියා දක්වන්නට යෙදුනි. ඒ තුළ විසේෂිත දසසන, න්‍යාය දසසන ග්‍රන්ථ කතෘ වරු වනාහී ආත්ම යනු සාමී = ස්වාමී යැයි කියන ලදී. කණ, සම, ඇස, දිව නාසය යන බුද්ධිභ්‍යය පහ, සිත යන උභයිච්ඡේදය එක යන මේවා ආදීකොට ඇති කයෙහි සියලු කොටස්ද මුළු කය ම ද, ශරීර ස්කන්ධ වශයෙන් පවත්වන අයිතිකරු ආත්මයම යැයි දක්වයි. මෙයාකාර වන්නාවූ ආත්ම දෘෂ්ටීන් බැහැර කිරීම සඳහා

රූපං හිකබ්වෙ අනන්තා, රූපඤ්චහිදං හිකබ්වෙ අනන්තා අභවිසස,  
නයිදං රූපං ආබාධාය සංවතෙනයා, ලබ්බෙ ට් ව රූපෙ එවං මෙ රූපං  
හොතු එවං මෙ රූපං මා අහොසීති.

යනාදී ලෙස ම අනන්ත ලක්ෂණ සූත්‍රයෙහි ලා දේශනා කළ සේක.

විමංසා ග්‍රන්ථයන් ආත්මය යන්න වනාහී කාරක කතෘ යැ"යි කියා ඇත්තේය. පිහිය කියන ආදිය කරණ කොට කැපීම, කෙටීම, ඉරීම ආදී ක්‍රියා කතෘ විසින් කරන්නාසේ කන්, ඇස්, ආදිය කරණ කොට, අත් පා ආදිය කරණ කොට ඇපීම, දැකීම ආදී ක්‍රියා යෑම සිටීම, හිඳීම හොවීම, නැවීම, දිග හැරීම ආදී ක්‍රියාවන් ආත්මය නමැති කතෘ විසින් සිදු කරයි. කායික, වාචසික, සියලු මානසික ක්‍රියා කළ හැකි කරවිය හැකි ඇත්තා = ආත්මය" යැයි කියයි. මෙම කාරක ආත්මය බැහැර කිරීම සඳහා ටීකා ජෝ' නමැති බුරුම ටීකා වෙහි 1\*

"තථා නිදසසනං පන ධම්ම සභාව විනිමුක්තසස කතනාදිනො අභාව දීපනත්තනති වෙදිතබ්බං" යැයි කියයි.

සමපජඤාඤ පබ්බ විචරණය කරන අට්ඨකථාවන්හීදු යථා අන්ධබලපුපුජ්ජනා අභිකකමාදීසු අනන්තා අභිකකමති, අනන්තා අභිකකමො නිබ්බන්තිනොති වා, අහං අභිකකමාමී මයා අභිකකමො නිබ්බන්තිනොති වා සමමුඤ්ඤති, තථා අසමමුඤ්ඤනොතා යැයි කියාද [ම. අ. 1/235]

\*1 විතක සදදය පිළිබඳ විවරණය



අහං හි හො ගොතම එවං වදාමි රූපං මෙ අත්තා වෙදනා මෙ අත්තා, සඤ්ඤා මෙ අත්තා, සංඛාරා මෙ අත්තා, විඤ්ඤාණං අත්තා ති” යැයි පිළිගත්තේය. පඤ්චස්කන්ධයෙන් මුක්ත වූ කසිණ රූප ආදී හුදු ප්‍රඥප්තීන්ද ආත්මයැයි වරදවා ගත්තේ නමුදු එම වරදවා ගැනීම පඤ්චස්කන්ධයට සම්බන්ධ කරගෙන ම පහල වේ. එම නිසා “එම අල්ලා ගැනීම් ස්කන්ධ පහ මත ම වැටේ” යැයි සලකා ගත යුතුවේ. ලෞකික ගත් කතුවරයන් පනවන ලද ආත්මයේ රූ සටහන්ද දැන ගැනීමට කැමැත්තේ නම් අභයාරාම සයාචෝගේ නව අභිධාන නිස්සය (ගාථා නිපාත 92 හි ) කියවා දැන ගන්න.

සිංහලයන් ද මම දකින්නෙමි, අසන්නෙමි යනාදී ලෙසට ද මම යන්නෙමි, නතරව සිටින්නෙමි, හිඳින්නෙමි, නවත්තෙමි, දිගහරින්නෙමි, කතා කරන්නෙමි යන ලෙසට ද මම ම සැපයුක් විදින්නෙමි යනාදී ලෙසටද, වරදවා කල්පනා කරයි. විනාශ නො වන සදාකාලික ව පවතින ආත්මයක් විඤ්ඤාණයක්, මමෙක්, ඇත්තට ම ඇත්තේ ම යැයි කල්පනා කරයි. මේ නිසා සිංහලයේද ලෞකික ග්‍රන්ථ කතෘවරුන්ගේද දක්වන ලද ආකාරයට ම ආත්මය යැයි වරදවා වටහා ගැනීම ඇත්තේ ම ය. එම “නිසාම අතරක් නො තබා ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවතින රූප - නාම සන්තතියක් පමණක් ඇත්තේය. තම, වසයෙහි පැවැත්විය හැකි මමෙක් වනාහී නොමැත්තේයැ”යි සුතමය වශයෙන් නැවත නැවතත් දැන සලකා බැලීමෙන් වරදවා වටහා ගැනීම තාවකාලිකව නැතිවීමක් සිදුවන්නේ නමුදු එලෙස තදින් ගත් දෘෂ්ඨියක් සම්පූර්ණයෙන් ම දුරුවීමක් කිරීමට තරම් එය පොහොසත් නො වන්නේ ය.

**අනාත්මය ප්‍රකට වන ආකාරය**

මතුව එන තාක් රූප - නාම ඉරියව් මෙනෙහි කොට, මොහොතකුදු අස්වැසිල්ලක් නො ලබා ඇතිවෙමින් - නැතිවෙමින් පවතින රූප - නාමයන් පමණක් ඇස් පනාපිට දැකගත් යෝගාවචරයාට වනාහී “මම යැයි කිවහැකි, තම මනාපය පිණිස පවතින සාරයක්, හරයක්” දැකගත නො හැකි වන බැවින් මමෙක් වනාහී නොමැත්තේය. දිගට යන ඇතිවීම් - නැතිවීම්, රූප - නාම දෙක පමණක් ඇත්තේයැයි නිසැක ලෙස විනිශ්චය

කළ හැක්කේය. එම නිසා හේතූන් පහළ වන පහළ වන ඝෂණයෙහි පහළ වී විනාශ වෙමින් විනාශ වෙමින් යන්නාවූ පිම්බෙන රූප, හැකිලෙන රූප, නවන රූප -දිගහරින රූප, චලනය වන රූප ආදිය ප්‍රකට ව දැක ගන්නා අවස්ථාවේ මෙලෙසට පිළිගත හැක්කේය. කෙසේද යත්, මෙම රූපයන්ගේ පහළවීම අකමැති වුවද නො නවතී. හේතු ධර්ම පහළ වී නම් පහළ වන්නේ ම ය. විනාශවීම කැමති නොවන්නේ නුමුදු නතර නොවේ. ඒවායේ කාලය එළඹියේ නම් විනාශවී යන්නේ ම ය. මෙලෙස පහළ වෙමින් විනාශ වෙමින් යන්නාවූ රූප ධර්මයන්හි මම යැයි කීව හැක්කක් පාලනය කළහැකි බවක්, සාරයක්, හරයක් නැත්තේ ම ය. සදාකාලිකව පැවතිය හැකි සාරයක් ද නැත්තේය. තම කැමැත්ත පරිදි පැවැත්විය හැකි සාරයක්ද නැත්තේය.

එම නාම ධර්මයන්හිදු මම යැයි කීමට තරම් වූ පාලනය කළ හැකි බවක් නැත්තේය. සාරයක් හරයක් ද නැත්තේය. සදාකාලික වූ සාරයක් ද නැත්තේය. තම කැමැත්තට අනුව පැවැත්විය හැකි සාරයක් ද නොමැත්තේය. එම නිසා වසගකොට පැවැත්විය නො හැක්කේය. මමෙක් නැත්තේය. මමෙක් නො වන්නේ ය. අනාත්ම ස්වභාවය පමණක් ම ඇත්තේයැ”යි කීම සත්‍යයකි යන ලෙසට පිළිගනී. මෙලෙස පිළිගැනීම තමාට අමනාප වූ කිසියම් කාය ඉරියව්වක් මතුවූ අවස්ථාවකින් පටන්ගෙන ද පහළ විය හැක්කේය.

දිගට පැවැතීමට මනාප කිසියම් ප්‍රිය ඉරියව්වක් නැතිව ගිය අවස්ථාවකින් පටන්ගෙන ද පහළ විය හැක්කේය. මෙනෙහි කරමින් සිටින අවස්ථාවෙහි දැනගන්නා රූප - නාමයන්හි ඇතිවීම - නැතිවීම ප්‍රකටව දැක ගෙන පාලක වූ මමෙක් නොමැත්තේය. සදාකාලිකව පවතින්නා වූ මමෙක් නැත්තේය. තමා කැමති දේ ලැබීම අතින් සම්පූර්ණ බවෙක් නැත්තේය. අතරක් නො තබා ඇතිවෙමින් - නැතිවෙමින් යන ස්වභාවය පමණක් ඇත්තේයැ”යි දැක දැන පිළිගැනීම නියම අනාත්මය ලක්ෂණය ප්‍රත්‍යක්ෂව දැනගන්නා අනන්ත සම්මසන ඤාණය වේ. එම නිසාම අනන්ත අසාරකට්ඨනානි සංඛිපිත්වා වච්චා වච්චානෙ පඤ්ඤා සමමසනෙ ඤාණං යන පාලියෙහි විචරණය විසුද්ධි මග්ගයෙහි පහත දක්වන ලෙසට දක්වයි.

සබ්බමපි තං අනන්තා අසාරකට්ඨන, අසාරකට්ඨනානි අත්තා සාමී  
 නිවාසි කාරකො වෙදකො සයංවසීති එවං පරික පිනසස අත්ත සාරසස  
 අභාවෙන යඤ්ඤි අනිච්චං දුක්ඛං තං අත්තනොපි අනිච්චතං වා උදයබ්බය  
 පිළනං වා වාරොතුං න සකෙකාති. කුතො තස්ස කාරකාදිභාවො

[වි. ම. 458]

- තං සබ්බමපි = අනිත්‍ය වූ දුක්ඛ වූ එම සිලුම රූපයන්ද
- අනන්තා = ආත්මයෙන් තොරය
- අසාරකට්ඨනානි = අසාරකට්ඨන යන්න වනාහී
- අත්තා = ආත්මය යන්නෙන්
- සාමී = ස්කන්ධ කුඩුවෙහි අයිතිකරු, ස්වාමී වූ
- නිවාසි = අතරින් නොතබා දිගටම වාසය කරන්නා
- කාරකො = ඉරියව් පැවැත්වීම, කටයුතු කිරීම, යන මේ සියල්ල  
කරන්නා
- වෙදකො = හොඳ-නරක වශයෙන් විඳිය හැකි කෙනෙක්
- සයංවසී = අනුන්ගේ වසයෙහි නොසිට තමා කැමති පරිදි  
කටයුතු කළ හැකි කෙනෙක්
- ඉති එවං = මෙලෙස
- පරිකපපිනසස = බාල පෘතග්ජනයන්ගේ පරිකල්පනා පරිදි
- අත්තසාරසස = ආත්ම සාරයක්
- අභාවෙන = නොමැති බැවින්,
- ඉති = මේ 'අසාරකට්ඨ'යන පදයෙහි අර්ථය
- හි = සත්‍යය.
- යං = මේ ධර්මය තෙමේ
- අනිච්චං = අනිත්‍යය
- දුක්ඛං = දුක් ජනකය
- තං = එවැනි ස්වරූප ඇති
- අත්තනොපි = තමාගේ යැයි
- අනිච්චතං වා = අශාස්චත භාවය හෝ
- උදයවයපිළනං වා = ඇතිවීම නැති වීම වශයෙන් හාත් පසින් පෙළීම  
හෝ

- වා රෙකුං = නතර කිරීමට
- න සකෙකාති = නො හැක්කේය.
- තසස = මෙවන් තමාටවන් කැමති පරිදි කළ නො හැකි ධර්මයාගේ වශයෙන්
- කාරකාදිභාවො = අනුන් සඳහා කෙසේ නම් කර දිය හැකියාවක්
- කුතො = කෙසේ විය හැක්කේ ද

(කුතො තසස සාමී නිවාසී කාරකාදි භාවෝ යන පාඨය යෙදුවේ නම් මීටත් වඩා අර්ථාන්විතවේ) මීට අනතුරුව චන්තාලීසාකාර චණ්ණාව සම්බන්ධ කරගෙන සුඤ්ඤතො, අනත්තතො යන පාඨයන් පහත දැක්වෙන ලෙසට විගුද්ධි මාර්ගයෙහි දක්වා ඇත.

සාමී- නිවාසී - කාරක-වෙදකාධිධායක විරහිතතාය සුඤ්ඤතො, සසඤ්ච අසසාමීකභාවාදිතාය අනත්තතො [වි. ම. (බු) 97]

සාමී නිවාසී කාරක වෙදකා විධායක විරහිත තාය = මේ ස්කන්ධ කුඩුවෙහි ස්වාමී වූ අයිතිකාරයෙක්, නිත්‍ය ලෙස වාසය කරන්නෙක්, ඇතිතාක් කටයුතු කරණ, කර දෙන්නෙකු, හොඳ තරක විදිම් විදින්නකු, සියලු කටයුතු විධානය කරන්නකු යැයි කිව හැකි පුද්ගලයෙකු නොමැති හෙයින්

- සුඤ්ඤතො = ආත්මයෙක්, මමෙක්, නැති ලෙසට බලයි
- සසංච = සකන්ධ පඤ්චකය සහිත තමාගේ ද
- අසසාමීකභාවාදිතාය = ස්වාමීකත්වයක් නොමැති බව සම්බන්ධයෙන්
- වා = ස්වාමීකත්වයක් නැති නිසා
- අනත්තතො = ආත්මයක් නැත, මමෙක් නැතැයි බලයි

මෙම අර්ථ කථා වචනය සම්බන්ධයෙන් මෙම කය සටහන් වලින් තොර යැයි මනසිකාරය පැවැත්වීමෙන් පමණක් ශුද්ධ අනත්ත සංඥාව නො ලැබේ. ස්වාමී, නේවාසික ආදීවශයෙන් මනසිකාරය පවත්වන්නා හට ජීව ආත්මයේ අභාවය දැක දැන ගැනීමට කැමැත්ත පහළ කරගැනීම මඟින් පමණක් මේ නියම ශුද්ධ අනත්ත ඤාණය පහළවේ” යන්න දැඩිව සිතට ගත යුතු. අරූප බ්‍රහ්මයන්ට පවා කාය සටහන් නො පැනවෙන මුත් අත්ත දිවධීය උපදී යැයි යන මේ කාරණය විශේෂයෙන් සිහිපත් කරගත

යුතු. ඇස්පනාපිට මෙනෙහි කොට දකයුතු රූප සම්බන්ධයෙන් මෙනෙක් දක්වූ ආකාරයට පිළිගෙන වටහාගත් විට අතීත රූපාදිය සම්බන්ධයෙන්ද “මෙම රූපයන් ද ස්වාමී නොවේ, නිත්‍ය නොවේ, තමා කැමති පරිදි පවත්නේ නොවේ, මම නොවේ, මට නොවේ. හුදු ධර්මතාවයක් පමණි” යැයි පිරිසිදු දෑනගනී, විස්තර විභාගය අනිවිච්ච සම්මසන න්‍යාය අනුව වටහා ගනිත්වා.

මෙනෙක් රූප ස්කන්ධය සම්බන්ධයෙන් දක්වූ ආකාරයට ම අනෙකුත් ස්කන්ධයන් වන වේදනා, සංඝ්ඤා, සංස්කාර හා විඤ්ඤාන යන ස්කන්ධයන් සම්බන්ධයෙන් ද වටහා ගත යුතු. වටහා ගැනීමට දුෂ්කර වූ අජකධත්ත - බහිද්ධා යන තන්හි සිත ප්‍රධාන කරගෙන සංකෙෂ්පයෙන් දක්වන්නෙමු.

අධ්‍යාත්මය (අජකධත්ත) අරමුණු කරගෙන මෙනෙහි කරන සිත ආධ්‍යාත්මික සිත නම්. තම අධ්‍යාත්මික ශරීරයෙන් පිටත බාහිරය අරමුණු කරන සිත බාහිර සිත නම්. මෙලෙස මෙනෙහි කරන සිත පිවිතුරු වූ කල්හි එම අජකධත්ත - බහිද්ධා වශයෙන් දක්වූ සිත් එතැන එතැන එම ඝෂණයේදීම බිඳීයෙන් යැයි දැන ගනී. එහෙයින් අජකධත්ත - බහිද්ධා වශයෙන් එකිනෙකට මාරුවන අවස්ථාවන් අරමුණු කරන කල්හි, මෙනෙහි කරන කල්හි ආධ්‍යාත්මික සිත බාහිරයට නො යයි. අධ්‍යාත්මයේදී ම බිඳී යයි. අනිත්‍යයි. යැයි වටහා ගනී. බාහිර සිත අධ්‍යාත්මයට නො යයි. බාහිරයේ ම ඝෂයවී යයි. අනිත්‍යයැයි යැයි වටහා ගනී.

**ඕලාරික සුබ්බම වශයෙන්...**

ඕලාරික (ගොරෝසු) සිතක් සුබ්බම (සියුම්) සිතක් බවට පෙරළෙන අවස්ථාවේදී ඕලාරික සිතක් කෙළින් ම සුබ්බම සිතක් නොවේ. සුබ්බම සිතක් යනු ඕලාරික සිතක් නොවේ. ඒ ඒ විතරාඝෂණයෙහි ඝෂය වෙමින් ඝෂය වෙමින් යන බැවින් අනිත්‍යයැයි වටහා ගනී.

**හීන පණීත වශයෙන්...**

අකුසලාදී සිතක් අනෙකකට මාරුවන අවස්ථාවක් සලකා අකුසල සිතක්, දුක්ඛිත සිතක්, කෙළෙසුනු සිතක් කුසල, සුඛිත, ප්‍රසන්න කුසල සිතක් පහළ නොකරයි. එසේම සුන්දර, සුඛිත, ප්‍රසන්න කුසල සිතක්

සුන්දර නොවූ දුක්බිත වූ කෙලෙස් සහිත වූ සිතක් බවට පත් වීමක් නැත. "ඒ ඒ ඝෂණයෙහි ම පැවති ආකාරයෙන් ම බිඳී බිඳී යන බැවින් අනිත්‍යය යැයි වටහාගනී.

### දුර-සන්තික වශයෙන්

දුර සිතක් සන්තික = සමීප බවට පත්වීමේදී ඒ අනුව මනසිකාරය යොදා භාවනා කරමින් සිටින විට දුර අරමුණකට යොමුවී තිබුණු සිතක් එලෙසින් ම සමීප අරමුණකට යොමුවෙනවා නොවේ. ඒ ඒ වින්තක්ඝෂණයෙහි බිඳී බිඳී යන බැවින් අනිත්‍ය" යැයි වටහා ගනී.

"යං පන අනිච්චං තං යසමා නියමතො සංඛතාදිහෙදං ඉහාති තෙනසස පරියාය දසසනතනං, නානා කාරෙහි වා මනසිකාරප්පවත්ති දසසනතනං, රූපං අතීතානාගත පච්චුප්පනනං අනිච්චං සංඛතං පටිච්චසමුප්පනනං ඛය ධමමං වය ධමමං නිරොධ ධමමනති පුන පාලි චුත්තා" යන විගුද්ධි මාථී පාලිය අනුව පෙර දක්වන ලද පාලි වාර තුනෙන් තුන්වන පාලි වාරය නැවත දැක්වීම වනාහි අනිත්‍ය ශබ්දයාගේ අර්ථයන් සඳහා පාලි පරියාය වචන දැක්වීමටත් විවිධාකාර මනසිකාර ක්‍රම මූලයන් දැක්වීමටත් වේ. එහෙයින් අතීත - අනාගත සහ වර්තමාන වශයෙන් උපන් රූප,

- අනිච්චං = සදාකාලික නොවේ
- සංඛතං = ප්‍රත්‍යයාගේ සමවායයෙන් කරන ලද,
- පටිච්ච සමුප්පනනං = ප්‍රත්‍යය සාධක ඇතිවීමට පහළ වේ, ප්‍රත්‍යයෙන් ම පහළ වේ.
- ඛය ධමමං = ඝෂය වන ස්වභාවයෙන් යුක්තය
- වය ධමමං = නැසෙන සුළු භාවයෙන් යුක්තයි, නැතිව යන සුළුය
- විරාග ධමමං = ගෙවීයන සුළුය
- නිරොධ ධමමං = නිරුද්ධ වී යන සුළුය කියා හෝ දැන ගැනීමේ කැමැත්ත අනිච්ච සමමසන ඤාණය ම යැයි දන යුතු වේ.



තව දුරටත් "අනිච්චතො, දුක්ඛතො, රොගතො" යනාදී ලෙසට විස්තර විභාග කොට දැන ගැනීමේ රුචිය ද අනිච්ච, දුක්ඛ-අනත්තානු පසුපාචන්ට ගැළපෙන පරිදි ඇතුලත් කොට පටිසම්භිදා මගග- විසුද්ධි මග යන ග්‍රන්ථවල දක්වා ඇත.

### චතතාලීසාකාර ක්‍රමය

ඒ සම්බන්ධයෙන්, පටිසංඛා ඤාණ විස්තර කථාවෙහි දැක්වීමට බලාපොරොත්තු වෙමු.

මතුවන, මතුවන නාම - රූපයන්ගේ ජාති - ජරා -මරණ අවස්ථාවන් විසඳව දැකගන්නා අවස්ථාවෙහි

ජාති පවචයා ජරා මරණං අසති ජාතියා නත්ථි ජරාමරණනති සංඛිපිතා වචස්ථානො පඤ්ඤා සමමසනෙ ඤාණනං"

මෙලෙස මූල පුරණ පටිසම්භිදා මගග වතුත්තවාර පාලියට අනුව උත්පාදයක් ඇති කල්හි ජරාවක් මරණයක් ඇතිවන්නේය. ධීතියක්, භංගයක් ඇතිවන්නේය. ජාතියක් නැති කල්හි ජරාවක් -මරණයක්, ධීතියක් - භංගයක් නැතිවන්නේය. එසේම පෙර භවයෙහිදී ද ජාතිය ඇතිවීම නිසා ජරාව මරණය සිදුවිය. ජාතිය නැති නම් එහිදු ජරා-මරණයක් නො වන්නේය. අනාගත භවයෙහිදු ජාතිය වන්නේ නම් ජරා -මරණ විය හැක්කේය. ජාතිය නොමැති වන්නේ නම් ජරා - මරණාදියක් නො වන්නේය. මේ ආකාරයට පටිච්ච සමුප්පාද අංග දෙකක් කාරණ -ඵල වශයෙන් එකිනෙකට ගලපමින් කාලත්‍රය අනුව විහිදීගිය ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා වෙන්ම විනිශ්චය ඤාණයක් ද උපදී. එම ඤාණයන් වනාහී නියම සමමසන ඤාණය නො වේ. ඒවා ගැනෙන්නේ පවචය පරිගහ ඤාණයන් වශයෙනි. එබැවින් පටිසම්භිදා මගග අටය කථාවෙහි මෙලෙස දක්වා ඇත.

"ජාති පවචයා ජරාමරණනති ආදී න විපසුපාචන වසෙන චුත්තං කෙවලං පටිච්චසමුප්පාදස්ස එකෙක අංග වසෙන සංඛිපිතා වචස්ථානතො සමමසන ඤාණං නාම භොතී ති පරියායෙන චුත්තං න පනෙතං කලාප සමමසන ඤාණං ධමමට්ඨිති ඤාණ මෙවෙනං භොතී ති" යැයි දක්වා ඇත.

මේ තාක් දක්වන්නට යෙදුණු විස්තර වනාහි පටිසම්භිදා මගහ පාලියෙහි සෘජු අර්ථ වශයෙන් (නීතාථී වශයෙන්) දක්වා ඇති සම්මසන ඤාණය පහළ වෙන ආකාරය සම්බන්ධ සංකෂිප්ත දැක්වීමකි.

### පාලි මූහතක අට්ඨ කථා න්‍යාය

විශුද්ධි මාර්ගයෙහි, පටිසන්ධියේ පටන් රූප - නාම පහළවන ආකාරය සම්බන්ධ විපස්සනා ක්‍රමයද, රූප සත්‍යක විපස්සනා ක්‍රමයද, නාම සත්‍යක විපස්සනා ක්‍රමයද දක්වා ඇත. [වී. ම. (මු) 2/19]

මෙම ඉහත දැක්වූ ක්‍රම තුනෙහි ප්‍රථම විපස්සනා ක්‍රමය දක්වා ඇති පාළි නය ක්‍රමයට ගැළපෙන පරිදි නමුත් සංකේෂපයෙන් දක්වා ඇත. එම පාලි සූත්‍රාග්‍රයෙන් ප්‍රත්‍යාවේෂ්‍යා ඤාණ වර්ධනය කර ගැනීමට ඇති හැකියාව නිසාත්, පොත පමණට වඩා විශාලවීම වැළැක්වීම සඳහාත් මෙහි ලා අඩංගු නො කරමු. ඒ වෙනුවට විපස්සනා යෝගීන් විසින් දතයුතු ඉන්ද්‍රිය තීක්‍ෂණ භාවය ඇති කරවන නවාකාර ක්‍රමය ද රූප සත්‍යක, අරූප සත්‍යක මනසිකාර ක්‍රමය ද සංකේෂපයෙන් මෙහිලා අඩංගු කරමු.

### ඉන්ද්‍රියයන් තියුණු කරවන කාරණා හවය

නවභාකාරෙහි ඉන්ද්‍රියානි තිකධානි හවනනි උප්පනනුප්පනනානං සංඛාරානං ඛයමෙව පසසති, කඝථ ව සකකචච කිරියාය සමපාදෙති, සාකචචකිරියාරි සමපාදෙති, සප්පායකිරියාය සමපාදෙති සමාධිසසච නිමිත්තග්‍රහාහෙන බොක්කඩගානඤ්ච අනුපච්ඡනනනාය, කායෙච ජීවිතෙච අනපෙකඛනං උපට්ඨාපෙති, තඝථ ව අභිභුය්‍ය තෙකඛමෙමන, අනතරාව අබ්‍යොසානෙනානි [වී. ම. (මු) 2/196]

- නවහි ආකාරෙහි = නව විධ ආකාරයකින්
- ඉන්ද්‍රියානි = ඉන්ද්‍රිය ධර්ම පහ
- තිකධානි හවනනි = තියුණු වෙත්
- උප්පනනුප්පනනා නං = උපනුපන්
- සංඛාරානං = නාම - රූප සංස්කාරයන්ගේ
- ඛය මෙව = ක්‍ෂයවීමම
- පසසති = බලයි

මෙහි දැක්වෙන සංස්කාරයන්ගේ ක්‍ෂයවීම, 'බිඳීයෑම' ඥාණය නෙමේරූ අවස්ථාවේදී ද එසේ ම යැයි මනසිකාරය පැවැත්විය යුතු. සංස්කාරයන් ක්‍ෂය නො වෙන නො බිඳෙන ආකාරයෙන් නො බැලිය යුතු. සංස්කාරයන්ගේ ක්‍ෂයවීම බිඳීයෑම ඇස්පනා පිට දකින අවස්ථාවේදී යම් ආකාරයෙන් එම ක්‍ෂයවීම බිඳීයෑම අත්දකී ද එළෙසින් ම විනිශ්චය කටයුතු ක්‍ෂයවීම නො දකින බිඳීම නො දකින, මුල් කාලයේදී කරුණු කාරණා - යුක්ති යුක්ත සොයමින් පමා නොවිය යුතු. මෙලෙස බය දඹිතය තුළින් පඤ්ඤාදියයේ පටන් ඉතිරි සියලු ඉන්ද්‍රියයන් තියුණු බවට පත්වන්නේය යනු මෙහි අර්ථයි.

- තසථ = මෙලෙස ක්‍ෂයවීම - බිඳීයෑම බලන කල්හී
- සකකවම කිරියායව = සකස්කොට, ගෞරවයෙන් යුක්තව ආදරයෙන් යුක්තව
- සමපාදෙති = විපසානා ඥාණ සාධනය කටයුතු (ක්‍ෂයවීම බිඳීයෑම යථාකාරයෙන් දැක දැනගත හැකිවන පරිදි සාදරව මනසිකාරය පැවැත්විය යුතු යැයි මෙයින් කියැවේ)
- සාතවම කිරියායව = කඩවීමකින් තොරව, නිරන්තරව මනසිකාරය පැවැත්වීම මගින්
- සමපාදෙති = විපසානා ඥාණ පුරණය කරයි (අතරමග නතර නො කරමින් අඛණ්ඩව මනසිකාරය පැවැත්විය යුතු බව කියැවේ)
- සසාය කිරියාව = අනුරූප කාරණයන් සලසා දීමෙන්
- සමපාදෙති = විපස්සනා ඥාණ පුරණය කරයි.

ආවාසො ගොවරා භංසු පුගගලො අථ භොජනං,  
උතු ඉරියාපථො වෙව - සපපායො සෙවිතඛිතො

(මෙම මජ්ඣිම නිකාය උපරිපණනාසක අට්ඨ කථාවට අනුව සුදුසු වාසස්ථානය ආදී පරිභෝග කරන්නා වූ යෝගාවචර තෙම නූපත් විපස්සනා ඥාණ උපදවාගනී. උපත් ඥාණ අභිවධීනය කරගනී. සුදුසු ආවාසය ආදී මේ සතට සප්පාය කරුණු සතයැයි කියනු ලැබේ. එවන් සුදුසු ආවාසයකම වසයි. එවන් සුදුසු ගොදුරු ගමකටම පිණිඬපාතය සඳහා වැඩම කරයි.

එවන් සප්පාය වචන ම (භාෂණයම) කථා කරයි. එවන් සුදුසු පුද්ගලයන්ම ඇසුරු කරයි. එවන් සප්පාය හෝජන, සෘතු සහ ඉරියව් ම ඇසුරු කරයි සේවනය කරයි, යන්න මෙහි අදහසයි.)

- සමාධිසස = විපස්සනා සමාධිය
- නිමිත්තගාහෙන ව = පහළ වීම පිණිස නිමිති ගැනීම හෙවත් සලකුණු ගැනීම පිණිස
- සමපාදෙති = කරුණු සම්පාදනය කරයි

(යම් ආකාරයකින් මෙතෙහි කරන්නා හට, මනසිකාරය පවත්වන්නාහට සමාධිය බලවත්ව වැඩේද ඒ ආකාරය සිත තබාගෙන ඒ අනුව මෙතෙහි කරයි. මනසිකාරය පවත්වයි යන්න මෙහි අදහසයි.)

**බොජ්ඣංගානං**

- අනපවත්තනාය ව = බොජ්ඣංග ධර්මයන් ක්‍රමානුකූලව වැඩීමෙන් සමපාදෙති = විපස්සනා ඥාණ සම්පාදනය කරයි.

(භාවනා සිත සැගවීමෙන් ලීන භාවය ඇති කල්හී පිති - විරිය - ධම්ම විචය යන බොජ්ඣංගයන් වැඩිය යුතු. උද්ධච්ච භාවයට, විසිරී ගිය භාවයට සිත වැටේ නම් පසසද්ධි, සමාධි, උපෙක්ඛා යන බොජ්ඣංගයන් වැඩිය යුතුයැයි කියැවේ)

- කායෙව = තම කයෙහි ද
- ජීවිතෙව = තම ජීවිතය කෙරෙහි ද
- අනපෙක්ඛං = නිරපේක්ෂ සිතක් උපයා සපයාගනී

(කාය ජීවිත අපේක්ෂාවෙන් තොරව දැඩි වියඪියෙන් යුක්තව භාවනා වැඩිය යුතුයි යන්න අදහසයි)

- තපථ = කාය ජීවිත අපේක්ෂාවන්ගෙන් තොරව වියඪි වඩන්නේ
- උසුනනුසුනනාන දුකඛං = ඉදිරිපත් වන දුක්,
- නෙකඛමෙමන = කුසිත කම් ආදියෙන් බැහැරවීම සංඛ්‍යාත විපසුනා වියඪියෙන්
- අභිභුයොව = අභිබවනය කොට, යටපත් කොට
- සමපාදෙති = විපසුනා ඥාණ වඩයි

(භාවනාව නිසා පැන නගින පීඩා කරදර යම්තාක් වේ ද ඒ සියල්ල ලාමක නො වූ විශ්චයකින් යුක්තව නිවැරදි ව මෙතෙහි කොට බැහැර කරයි යන්න මෙයින් කියැවේ)

- අන්තරා = මාගී - එල ඤාණ ලැබීමෙන් මොබ
- අඛණ්ඩතාව = පසු නොබැස, නිරතුරුව අරඹන ලද විරිය ඇතිව සමපාදෙති = විපසනා ඤාණ වඩයි.

(යම්තාක් අභිමත විශේෂ ධර්ම අධිගමයක් නො දැකී ද ඒතාක් මෙතෙහි කිරීම නතර නො කරයි, කම්ප්ථානයෙන් බැහැර නොවෙයි, නිරතුරුව අරඹන ලද විරියෙන් යුක්තව කටයුතු කරයි යන්න මෙහි අදහසයි.)

ඉති = මේ වනාහි ඉඤ්ජියෙන් තියුණු කරලන නවාකාරයෙන් වෙත්.

ඤාණය බලවත් ලෙස දියුණු නැති තාක්, මෙම ආකාර නවයෙන් ගැලපෙන එකක් විශේෂයෙන් සලකා බලමින් සම්පූර්ණ කරනු පිණිස වැර වඩයි.)

### රූප සත්තක සමමසන විධි

#### 1. ආදාන නිකේඛපන සමමසන විධිය

මෙහිලා ප්‍රතිසන්ධි අවස්ථාවේ නව භවයෙහි ස්කන්ධභාරය ගැනීම ආදාන නම් වේ. චූතිය නමැති අතීත භවයෙහි ස්කන්ධ භාරය හැරදැමීම නිකේඛපන නම් වේ. මෙම ප්‍රතිසන්ධි, චූති වශයෙන් පරිවේෂද කොට මෙම වතීමාන භවයෙහි රූපයන් අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මයැ"යි සමමසනය කිරීම ආදාන නිකේඛපන සමමසන නම් වේ. එම රූප ත්‍රිලක්ෂණයන්ට නැංවීම නම් වේ. එලෙස නැංවීමේ ක්‍රමය මෙසේය.

මෙතෙහි කොට දත යුතු රූපයන්ගේ උදය-වය දෙක වතීමාන වශයෙන් දැකගත් විට, වතීමාන භවයේ ප්‍රතිසන්ධියේ පටන් චූති කාලය තෙක් අතර කාලයේ උපදින, උපදින, රූප දැන් ඇස්පනාපිට මෙතෙහි කොට දත යුතු රූප ලෙසට ම ඇතිවීම නැතිවීම අනුව අනිත්‍යයැ. මුලින් පැවති ආකාරයෙන් නො වෙනස්ව නො පවතින බැවින්ද, විපරිණාමයට පත්වන බැවින් ද අනිත්‍යයැ. එකම විතකෂණයක් පවත්නා බැවින් ද අනිත්‍යයැ. නිත්‍ය ස්වභාවයට භාත්පසින් ප්‍රතිපක්ෂ පැවැත්ම ඇති අතර නිත්‍ය බව ප්‍රතික්ෂේප කරන බැවින් ද අනිත්‍යයැ.

(නීත්‍යතාව ප්‍රතිකෂේප කරන ආකාරය මෙසේය. “අනීත්‍යයැ” යි දූක දැනගත යුතු ධර්මය එළෙස වටහාගන්නා යෝගාවචරයා මෙසේ පිළිගන්නවා ඇත. බොහෝ සත්ත්වයින් “අපි නීත්‍ය වන්න මෝ යැ” යි පොදුවේ හඟියි. අපි වනාහි “තොප වනාහි තොපට වැටහෙනාකාරයෙන් එසේ සිතත්.” නමුත් “ඒකාන්තයෙන් අනීත්‍ය යැ යි පිළිගන්නෙමු. ඒ අනුව එම නීත්‍යභාවය ප්‍රතිකෂේප කරමින් අනීත්‍ය යැ යි කියත්.” සුඛභාව ප්‍රතිකෂේප කරමින් දුකඛභාවත්, අනාත්මභාව ප්‍රතිකෂේප කරමින් අනාත්මභාවත්” පිළිණ කරන තැන්හි ද මෙම ක්‍රමයට ම බව වටහාගත යුතු.)

තවදුරටත් පහළ වූ රූපයන් යීතියටත් ජරාවටත් පත්වෙත්. ජරාවට පත් රූප බිඳී යත්. එහෙයින් මරණයට මත්තෙන් මේ හවයේ ඇති තාක් රූපයන්ද “ඇස්පනා පිට මෙනෙහි කොට වටහාගන්නා රූපයන් මෙන්” උදය - වය දෙකින් අතරක් නො තබා පෙළන හෙයින් හාත්පස සිත් දුකයැ. උපනුපත් ක්‍ෂණයෙහි ඉස්පාසුවක් නො තබා දුක් දෙන බැවින් ද දුකයැ. කායික දුක් වෛතසික දුක් උපදවන බැවින් දුකයැ. සුඛයට ප්‍රතිපක්‍ෂව, විරුද්ධව සිටගනිමින් සුඛය ප්‍රතිකෂේප කරන බැවින් ද දුක යැ යි මනසිකාරය පවත්වයි.”

තවදුරටත් උපදනා රූපයන් නූපද්වයි ප්‍රාර්ථනා කළත් එසේ නො පවතින බැවින් ද, ඉපදුනු රූපයන් ජරා දිරාවට නොයාවයි ප්‍රාර්ථනා කළත් එසේ ඉෂ්ඨ නො වන බැවින් ද, වකීමාන හවයේ මරණයට පෙර සියලු රූපයන්, දැන් ඇස්පනාපිට මෙනෙහි කොට දැනගන්නා රූපයන් මෙන් “ආත්මය ය, ජීවය යැ නිත්‍ය යැ, සියලු ක්‍රියාවන් කරදෙන කාරකයෙකුයැ, සැපදුක් විඳින වේදකයෙකි,” යැ යි සිතිය හැකි ආත්මභාවයකින් තොර බැවින් අනාත්මය. (මනුෂ්‍යයන්ගෙන් තොර වූ ශුන්‍ය ග්‍රාමයක් මෙන් එම රූපයන් කෙරෙහි ආත්මයක්, ජීවිතයක් විද්‍යාමාන නොවේ යැ යි අර්ථයි). ස්වාමීත්වයක් නොමැති බැවින්ද අනාත්මයැ. එම රූපයන්ට ඊශ්වර - නායක වූ, ස්වාමී වූ ආත්මයක්, ජීවිතයක් නැත. එමෙන් ම ආත්මයකට, ජීවියෙකුට අයිතිව පවතින රූපයක් ද නොමැත්තේය.) තමා කැමති පරිදි පවතින, තමා වසයෙහි පැවැත්විය හැකි ස්වභාවයක් නොමැති නිසාද අනාත්මය. (ආත්මය නම් තමා කැමති දේ සාධනය කරන්නෙකි” ආදී වශයෙන් සලකන අර්ථයක් වේද ඊට ප්‍රතිපක්‍ෂ වන්නේ නුයි අනාත්මයැ යි සමමසන කරයි.

මේතැන් හි අනන්ත පදය ආත්මය නැති තැන අනාත්ම යැයි හෝ ආත්මය නොවන්නේ අනාත්මය යැයි හෝ කියන දෙවිධියකට අර්ථගත හැක්කේය.

*ද්‍රව්‍ය ආදාන - නිකේපන න්‍යය ක්‍රමය නිව්‍යේ යැ.*

### ත්‍රිලක්ෂණයන්ට නංවමින් සම්මසනය කරන ක්‍රමය

කෙනෙක් මෙහිලා "නාම - රූපයන්ගේ ඇතිවීම - නැතිවීම ඇස්පනාපිට ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් නොදැක, සුතමය - චිත්තමය - ඤාණ පමණින් අනුමාන කොට 'අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත' යැයි කට පාඩමින් කියමින් මෙනෙහි කළ යුතුය. මෙලෙස කට පාඩමින් මෙන් කියමින් මෙනෙහි කිරීමෙන් තිලක්ෂණයන්ට නැංවීම සම්පූර්ණ වේ." යැයි අදහස් කරත්. මෙලෙස සළකා ගැනීම නො මැනවි. නිවැරදි ක්‍රමය නම් මෙනෙහි කරන ඇස්පනා පිට පහළුවන රූපයන්ගේ උදය - වය දක්නා අවස්ථාවේ එම නාම-රූපයන්ගේ නිව් නැතිවී යන, බිඳීයන ස්වභාවය අනිත්‍යයැයි හෝ, උදය - වය වශයෙන් හාත්පසින් පෙළන බැවින් දුක්ඛ යැයි හෝ තමා වසයෙහි නො පවත්නා බැවින් අනත්ත යැයි හෝ දැක - දැන පිළිගෙන, තමා වශයෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ ඤාණයෙන් වටහා ගෙන භාවනා කිරීම නියම සම්මසන ක්‍රමයයි.

'ආරොපෙතවා සම්මසනනාති' යන වචනයෙන් කියවෙන කාරණය දක යුතුයි. "හුතවා අභාවතො අනිච්චං, උදයබ්බය පිළනතො දුක්ඛං, අවසවත්තනතො අනත්තනාති" යනාදී ලෙසට මේ නාම - රූපයන් සාමඤ්ඤ ලක්ෂණ තුනට නිරතුරුව නංවමින් සිටී. මෙහි තේරුම සරලව මෙසේය. ඇතිව-නැතිව යන හෙයින් අනිත්‍ය යැ. ඇතිවීම-නැතිවීම දෙකින් නිරතුරුව පෙළෙන බැවින් දුක්ඛ යැ. තමාවසයෙහි පැවැත්විය නොහැකි හෙයින් අනාත්මය යැ.

භාවනා කිරීමට පෙර කාලයේ ද, භාවනා ආරම්භක කාලයේ ද මෙලෙස මෙම ත්‍රිලක්ෂණය වටහාගත නොහේ. භාවනා ඤාණ මේරු කාලයේ පමණක් මෙලෙස ප්‍රත්‍යක්ෂ ලෙස දැකගත හැක්කේය.

එබැවින් යෝගීන් විසින් මෙම ත්‍රිලක්ෂණයන් ප්‍රත්‍යක්ෂ ලෙස දැකීමට පෙර, ආරම්භක කාලයේ ද එම නාම-රූප ධර්මයන් කෙරෙහි ආරෝපනය

කොට මෙනෙහි කළ යුතුව ඇත. එම නිසා "ත්‍රිලක්ෂණයන්ට ආරෝපනය කොට සම්මසනය කරයි" යන්න භාවනා පොත්පත්වල ඇතුළත් කොට ඇත.

පහත දැක්වෙන්නේ මහා ථීකා පාඨයකි. රූප ධර්මම නිරූප. ලක්ඛණත්තයං පුබ්බෙ අත්තනා අසලලකඛිතං සලලකෙඛිතා සමමසනෙනා තං තස්ථ ආරොපෙතිති චුච්චති” [මහා ථී. (බු) 2/902]

රූප ධර්මමා = රූප ධර්මයන් (රූප සමමසන සම්බන්ධයෙන් විස්තර කෙරෙන තැනක් නිසා මෙසේ දක්වා ඇතිමුත් නාම ධර්ම සම්බන්ධයෙන් ද මෙය වලංගු වේ)

නිරූප. = නිතර නංවමින් ආරෝපනය කරමින්

පුබ්බෙ අත්තනා අසලලකඛිතං = පෙර තමන් මනසිකාරය නොපැවැත් වූ

ලක්ඛණත්තයං = අනිච්ච දුකඛ, අත්තන යන ලක්ෂණ තුනට

සලලකෙඛිතා සමමසනෙනා = මෙනෙහි කරමින් විපස්සනාකරන යෝගී තෙම

තං තස්ථ

ආරොපෙතිති = එම ත්‍රිලක්ෂණයන් උක්ත රූප ධර්මයන්ට ආරෝපනය කරයි යැයි

චුච්චති = අර්ථ කථා වායඪයන් කියයි.

මෙය මුඛ්‍ය කියමනක් නොවේ. සදිසුපචාර වචනයක් යැයි දත යුතු එසේම;

කකඛිලත්ත = ගොරෝසු, තද බව

වෙදියන = විදීම

සඤ්ජානන = මෙනෙහි කිරීම

ථුසන = අරමුණ හා සිත හැපීම

විජානන = අරමුණ දැන ගැනීම



යනාදී නාම රූපයන්ගේ ස්වභාව ලක්ෂණාදී උත්පාද - ධීනි - භංග සංඛ්‍යාත ක්ෂණ තුන දැන ගනී. එම ක්ෂණ තුන මෙනෙහි කළ යුතුය. මෙනෙහි කළ හැක්කේය. එක එකක් නාම - රූපයන්ගේ ඒ ඒ නියත ස්වභාවයන් ප්‍රකටව දැන යුතුය. ආදිකම්මික කාලයේදී ද එම ස්වභාවික ලක්ෂණයන් විසඳව දැන යුතුය. එම නිසා "එම ලක්ෂණ ආරෝපනය කොට සමමසනය කටයුතු යැයි පොත් පත්වල නො දැක්වේ. අනිත්‍යාදී ත්‍රිලක්ෂණයන් හෙවත් සාමඤ්ඤ ලක්ෂණයන් තුන විතරක්ෂණ තුන කෙරෙහි මෙනෙහි කොට භාවනා නො කළ යුතු. නො බැලිය යුතු. වෙන් වෙන් වශයෙන් එන නාම - රූපයන් නියත ලක්ෂණයන් විසඳ වශයෙන් දැන ගත යුතුයි යන්න ද සත්‍යය නොවේ. භාවනා ආරම්භයේ එළෙස දැනගත හැක්කේය යන්නද සත්‍යය නොවේ. ඇත්ත වශයෙන්ම රූප ධර්මයක් පාසා, නාම ධර්මයක් පාසා අනිත්‍යය ස්වභාවය ඇත්තේය.

එසේම දුකඛ - ස්වභාවය අනත්‍යතා ස්වභාවය ද ඇත්තේය. ඤාණය තීක්ෂණ අවස්ථාවේදී "මෙනෙහි කොට දැන යුතු රූප - නාමයන්හි බිඳෙන සුළු බවද, ඇතිවීම් - නැතිවීම් දෙකින් පෙළෙන සුළු බවද තමා වසයෙහි නො පවත්නා සුළු බව ද නැවත නැවතත් දැකීමෙන් එම - නාම - රූප "අනිත්‍ය වන්නේ නො වේද? දුක් වන්නේ නො වේද?, අනාත්ම වන්නේ නො වේද?" යැයි දැන ගනී. මෙම දැන ගැනීම කලින් දුටු ස්වභාව ලක්ෂණයන් මත සාමඤ්ඤ ලක්ෂණයන් නැවත ආරෝපනය කොට දැකිය යුත්තක් ලෙස වන්නේය. එබැවින් ද "තිලකුණු වලට නංවා බලයි" යන්න මෙලෙස පොත්වල ඇතුළත් කොට ඇත. පහත දැක්වෙන සාධකය ද උපුටා ගන්නා ලද්දේ මහා ටීකාවෙනි.

යථා පඨවි එසසාදීනං කකබ්බ ඵ්ඵසනාදී ලකඛණනි තීසුපි බනෙසු සලලකඛිතඛබ්බානි පටිනියත රූපතාය සභාව සිදධානෙනව හුඤ්ඤා ගඤ්ඤානි න එවං අනිච්චතාදී ලකඛණානි, තානි පන භංගදයබ්බය පීළා වසවත්තනාකාරමුඛෙන ගහෙ තඛිතො සමාරොපිත රූපානිච්ච ගඤ්ඤානි චුත්තං සාමඤ්ඤ ලකඛණං ආරොපෙඤ්ඤානි. [මහා ටීකා (බු) 2/207]

පඨවි එසසාදීනං = පඨවි එසසා ආදිකොට ඇත්තාවූ රූප-නාම

**කකබල චූසනාදී**

**ලකබණානි** = කර්කෂ බව, හැපෙන බව ආදී ස්වභාව ලක්ෂණයන් (ගඤනනි යන්න හා බැඳේ)

**තීසුපි බණෙසු** = උපාද - ධීනි - භංග යන ක්ෂණ තුනෙහි

**සලලකබ්බබ්බානි** = මෙනෙහි කළ හැකි, බැවින්

(හේතුමනන විශේෂණ පදයකි, "පි" ශබ්දයෙන් එක් ක්ෂණයක්ද, දෙකක්ද මෙනෙහි කළ හැක්කේය යන්න දක්වයි)

**පටිනීයන රූපතාය** = නාම - රූප ධර්මයන්ගේ එක එකක් නිත්‍ය නිත්‍ය ද්‍රව්‍ය භාවයෙන්

**සභාව සිද්ධානෙව**

**හුක්ඛා** = ස්වකීය ප්‍රකෘති ස්වභාවයෙන් සම්පූර්ණයෙන් ප්‍රකට වී

**ගඤනනි යථා** = ගත හැකි- දතහැකි වන්නාසේ

**අනිච්චතාදී**

**ලකබණානි** = අනිත්‍යතාව ආදී සාමාන්‍ය ලක්ෂණයන්

**එවං** = මෙම සභාව ලක්ෂණ ක්‍රමයටම

**ත ගයහනනි** = නොගත යුතුය. නොදත යුතු

**වා** = නොදත හැකිය

**පන** = ඇත්ත වශයෙන් වනාහි

**තානි** = එම අනිත්‍ය, දුකබ, අනත්ත, ලක්ෂණයන් (ගඤනනි හා බැඳේ.)

**භංගදයබ්බය පිළාවසවත්තනා**

**කාර මුඛෙන** = බිඳී යන ආකාරය, ඇතිව-නැතිව යන පෙළන තම වසයෙහි නො පවත්නා ආකාරය යන ආකාරයන් මුඛ්‍ය වශයෙන්

**වා** = ප්‍රධාන වශයෙන්

**ගහෙ තබ්බතො** = ගත යුතු - දත යුතු බැවින්

**සමාජවේදීය රූපානි**

**විය හුඬා** = ස්වභාව ලක්ෂණයන් මත ආරෝපනය කළ යුතු ධර්ම ස්වභාවයන් ලෙස

**ගයහනනි** = ගත යුතු - දත යුතු

**ඉති** = මෙලෙස ස්වභාව ලක්ෂණයන් මත ආරෝපනය කොට නංවා දතයුතු හා සමාන බැවින්

**සාමඤ්ඤ ලක්ඛණ**

**ආරාපෙකානි** = සාමඤ්ඤ ලක්ෂණ තුනට නංවා යන යෙදුම

**චුත්තක** = අධ්‍ය කථා ආවායාසීයන් විසින් යොදන ලදී

මෙම ටීකාවෙහි බිඳී බිඳී යන ආකාරය, ඇති වීමි -නැතිවීමි අනුව පෙළෙන ආකාරය, තමා කැමති පරිදි නො පවතින ආකාරය යන දේ දැකීමෙන් පසුව අනිච්ච - දුක්ඛ - අනත්ත ලක්ෂණයන් දත හැක්කේය. මෙලෙස දත ගැනීම සභාව ලක්ෂණයන් මත සාමඤ්ඤ ලක්ෂණයන් නංවා, ආරෝපනය කොට දත ගැනීම හා සමාන වන්නේය. එබැවින් සාමඤ්ඤ ලක්ෂණයන් ආරෝපනය කොට භාවනා කරයි යන ලෙසට අර්ථකථාවාසීයන් වහන්සේලා අනුශාසනාකරයි” යන කථාවට ගැඹුරින් සැලකිල්ල යොමුකරත්වා, එබැවින් “ලක්ෂණයන්ට නංවා” යයි දක්වන තැන ඇතිවීම -නැතිවීම දැක දැන ගැනීමට පෙරාතුව, තවමත් ප්‍රකට නොවූ ලක්ෂණයන් අමෝරාවෙන් ප්‍රකට කරගැනීමේ අදහසින් සිතා - මතා කටපාඩමින් සිත යොදයි යන්න අදහස නොවේ. ඇත්ත වශයෙන් නම් යෝගී තෙම නාම -රූපයන්ගේ අත්‍යයන්ත ලක්ෂණයන් පහළ වන පහළ වන අයුරින් මෙනෙහි කිරීමෙන්ම නියම ඇතිවීම-නැතිවීම දත යුතුය. මෙලෙස මෙනෙහි කොට දනගත් නාම-රූපයන් ද එම නාම- රූපයන් අනුමානයෙන් පහළ වන නාම - රූපයන්ද අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, හුදු ධර්මතාවයන් පමණක්මයැ, පිළිගැනීම ප්‍රත්‍යක්ෂ අනුමාන ඤාණයන් මගින් දන ගැනීම, සලකා ගැනීම හා විය යුතු යැයි යන්න මෙහි අභිමත අර්ථය බව සැකයෙන් තොරව සිත තබා ගත යුතුයැ.

**2. වයො චුද්ධිත්ථංගම සම්මසන ක්‍රමය**

වයස අනුව වැඩුණු, වෘද්ධියට පත් වූ රූපයාගේ අසථංගමය වයො චුද්ධිත්ථංගම නම් වේ. මෙහිලා රූපයන් ලොකු කාල පරාස වශයෙන් හෝ

කුඩා කාල පරාස වශයෙන් හෝ බෙදා වෙන්කරගෙන “අනිවං - දුකබං - අන්තං” යැයි සම්මසනයට පෙළඹීම වයෝ වූදානුභවයේ විපසනා යැයි කියැවේ. මෙතෙහි කොට වටහාගත් රූප යන්ගේ ඇතිවීම්-නැතිවීම් ඇස්පනා පිට විසඳව දුක දැන ගත් අවස්ථාව මෙහිලා නියම විපස්සනා කාලයයි. ප්‍රථම වයසෙහි වූ රූපයන්, දැන් ඇස්පනා පිට දක්නා රූපයන් මෙන් දෙවැනි මධ්‍යම වයසට පත් නොවී එම ප්‍රථම වයසෙහිදීම නිරුද්ධ වූ බැවින් “අනිත්‍ය යැ - දුකබ යැ-අනාත්ම යැ”යි සලකා බලයි. මධ්‍යම වයසේ රූප පශ්චිම වයස තෙක් නො පවතී. මධ්‍යම වයසේදීම නිරුද්ධ වේ. පශ්චිම වයසේ රූප මතුහවයට නොයයි එම පශ්චිම වයසේදීම, දැන් වනීමානව දක්නා රූප මෙන් නිරුද්ධ වෙමින්, නිරුද්ධ වෙමින් යන නිසා “අනිත්‍යයැයි දුකබ යැයි අන්තං යැ”යි සලකා බලයි.

වනීමානයෙහි වසර සියයක් ආයුෂ විදින්නන් විරලය. නමුදු අර්ථ කථාවන්හි දක්වෙන ක්‍රමයට අනුව සාමාන්‍ය වයස වසර සියයක් ලෙසට සලකා විස්තරය ගෙන හැර දක්වන්නෙමු. වසර සියයක ආයු කාලය වසර දහයේ කොටස් දහයක්, දශක දශකයක් කොට,

ප්‍රථම වසර දහය තුළ වූ රූප දෙවැනි වසර දහය තෙක් නොපවතී. එම මුල් වසර දහය තුළ ම දැන් ඇස්පනා පිට දුක ගන්නා රූපයෙන් එතැන එතැන නිරුද්ධ වූ බැවින් අනිත්‍ය යැ, දුකබ යැ, අනාත්ම යැයි සලකා බලයි.

දෙවැනි දශකයෙහි ආදියෙහි වූ රූපයන් මෙලෙසට ම ගෙන දන යුතුය. මෙලෙසට ම සාමාන්‍ය ලෙසට ම ගත් වසර සියයක් වූ ආයු කාලය වසර පහේ කොටස් විස්සකට, වසර හතරේ කොටස් විසි පහකට වසර දෙකේ කොටස් පනහකට වසර එකේ කොටස් සියයකට බෙදා ගෙනද සලකා බලයි. එක වසරකට එක සෘතුව බැගින් කොටස් තුනක් දෙමාසය බැගින් කොටස් හයක් යන ලෙසට ද බෙදාගෙන සම්මසනය කළ හැක්කේය. එක මාසයක්ද පුර පක්‍ෂය, අව පක්‍ෂය වශයෙන් කොටස් දෙකක් ලෙසට ද සලකා බැලිය හැක. දිනයක් තුළ දිවා - රාත්‍රී වශයෙන් කොටස් දෙකක්, උදය, මධ්‍යණය, සවස-පෙරයම, මැදියම් රැය, පැසුළු යම, අරුණෝදය යනලෙස කොටස් හයක් වශයෙන් ද බෙදාගෙන එක

කාල පරිච්ඡේදයකින් තවත් කාල පරිච්ඡේදයකට නො යාම දැන් ඇස්පනාපිට දක්නා රූප මෙන් නිරුද්ධ වී යන බැවින් "අනිත්‍යය ළක්ඛ යැ අනාත්මයැ" යි සමමසනය කර බලයි. මෙලෙස දැක්වූ සමමසන ක්‍රම සියල්ල ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥාණයන් අනුගමනය කරමින් පහළ වන හුදු අනුමාන ඥාණ මතු කරගන්නා ආකාරයන් වන්නාහ. මේ දක්වන ලද විපසනාකාරයන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥාණයන්ගේ විෂයයෙන් ද වෙත්.

අභිකකමෙ පචතත රූපං පටිකකමං අප්‍යඤ්චා තසෙච්ච නිරුජ්ඣති , පටිකකමෙ පචතතරූපං ආලෝකනං, ආලෝකනෙ පචතතරූපං විලෝකනං, විලෝකනෙ පචතත රූපං සම්ඤ්ජනං, සම්ඤ්ජනෙ පචතත රූපං පසාරණං අප්‍යඤ්චා තසෙච්ච නිරුජ්ඣති. තසමා අනිච්චං දුකං අනත්‍යානි නිලකංණං ආරොපෙති [වි. ම. (බු) 2/196]

ඉදිරියට ගමන් කරන අවස්ථාවේ පහළ වන රූප නැවත හැරී එන අවස්ථාව තෙක් නො පැවතී එම ඉදිරි ගමන තුළදී ම නිරුද්ධ වේ. නැවත ආපසු හැරී එන අවස්ථාවේ පහළ වන රූප ඉදිරිය බලන අවස්ථාව තෙක් නො පැවතී නිරුද්ධ වෙත්. ඉදිරිය බලන අවස්ථාවේ පහළ වූ රූප පැත්ත බලන අවස්ථාව තෙක් නො පැවතී නිරුද්ධ වෙත්. තවන අවස්ථාවේ පහළ වූ රූප දිග හරින අවස්ථාව තෙක් නොපැවතී නිරුද්ධවෙත් එම නිසා අනිත්‍ය යැ දුක්ඛය යැ. අනාත්ම යැ යි ත්‍රිලක්‍ෂණයන්ට නංවමින් භාවනා කරයි.

ඉහත දැක් වූ අට්ඨ කථාවෙහි දැක්වෙන්නේ බුද්ධ දේශනාවෙහි දැක්වෙන පිළිවෙළ ම ය. කෙසේ නමුත් මේ පිළිවෙළ කටපාඩම් කරගෙන එම පිළිවෙළට ම සලකා බැලිය යුතු යැ යි ඉන් අදහස් නො කෙරේ. මක් නිසාද යත්, නැවත ආපසු එන වාරයක් පාසා ඉදිරියට බැලිය යුතුයැයි නියමයෙක් නැත. එසේ වන්නේ ද නැත. ඉදිරියට යෑම, ඒ මේ අතට වැනීම, පැත්ත බැලීම, නැවීම, දිගහැරීම ආදිය ද සිදුවිය හැක්කේ ම ය. ඉදිරිය බලන බලන වාරයේ ඉන් පසු පැත්ත බැලීම සිදුවෙනවා ම නො වේ. ඒ වෙනුවට ඉන්පසු ඉදිරියට යෑම සිදුවීමට ඉඩ තිබේ. එසේම පැත්ත බලන බලන වාරයේ නැවීම සිදු නො වේ. තවන වාරයක් පාසා දිග හැරීම සිදුවෙනවා නො වේ. ඉදිරියට නැවීම වැනි දෙයක් ද සිදු විය

හැක්කේය මෙලෙස යම් ඉරියව්වකට පසු වෙනස් ඉරියව්වක් වියහැක. මෙලෙස උපදින උපදිනාකාරයට විපසයනා කිරීම සකලාකාරයෙන් නොදක්වා වැටහෙන ආකාරයන් පමණක් ද පවත්වන බැවින් මෙම දැක්වීම හුදු දේශනාක්‍රමයක් යැයි වටහා ගත යුතු.

විපසයනා යොගාවචරයා වනාහි ඒ ඒ රූප ආකාරයන් මතුවන මතුවන ඉරියව්වට අනුව මෙනෙහි කරමින් භාවනා කටයුතු. ඒ ඒ අවස්ථාවේ පහළවන ඒ ඒ ආකාරයන්ගේ නිරුද්ධ වීම ඇස්පනාපිට දැකගත් විට ඒ ඒ රූප ආකාරයන් අනිත්‍ය යැයි ද, දුක්ඛ යැයිද අනාත්ම යැයිද, යන ආකාරයට පවත්නා ඤාණයන්, සිතා නොබැලුවත්, මෙනෙහිකර භාවනා කිරීමෙන්ම විශුද්ධව ප්‍රකටව උපදී

සක්මන් කරනවිට දකුණු පස විහිදුවන රූප වම් පසට නොයයි. වම්පස විහිදුවන අවස්ථාවේ රූපයන් ද දකුණු පස අවස්ථාව තෙක් නොපවතී. එක එක පියවරක් තුළ පවී වශයෙන් නිරුද්ධ වී යන බව අනිත්‍යය, දුක්ඛයැයි අනාත්මයැයි, නොසිතා නමුත්, මෙනෙහි කිරීම් පමණින් විසඳව දන හක්කේය. තවදුරටත් එක පියවරක් තුළ පවා ඔසවන අවස්ථාවේ රූප යවන අවස්ථාව තෙක් නොපවතී. යවන අවස්ථාවේ රූප තබන අවස්ථාවට පත් නොවේ, තබන අවස්ථාවේ පවතින රූප ඊලඟ පාදයට නොයයි. එලෙස ඔසවන-යවන - තබන අවස්ථාවන්හිදී නිරුද්ධ වී යනබව අනිත්‍යයැ, දුක්ඛයැ, අනාත්මයැයි කල්පනා නො කර ම මෙනෙහි කිරීම් පමණින් විසඳව, ප්‍රකටව දන හැක්කේය. සම්මසන ඤාණය මුදුන්පත් වන අවස්ථාවේදී පියවර එකක් එකක් තුළ භය ආකාරයකට බිදී බිදී යන බව ප්‍රකට විය හැක්කේය.

භය ආකාරයකට බෙදා දැක්වීම මෙලෙසය

1. උදාරණ. = ඔසවන අවස්ථාව
2. අතිහරණය = එසවූ පය තිබූ පය තෙක් ගෙන යෑම
3. විනිහරණ = එය ඉක්මවා පසෙකින් ඉදිරියෙන් තැබීම.

මෙහි දැක්වෙන විස්තරය මහ ටීකා, මූල ටීකා යන ටීකාවන්ට අනුව දක්වන විග්‍රහයකි. අධ්‍ය කථාවන්ට අනුව අතිහරණ යනු එසේ යැවීමයි. විනිහරණ යනු කටු, වල ගොඩැලී සලකා බලා මගහැරීම වශයෙන් දැක්වේ

- 4. වොසසස්ඡන. = පහත් කිරීම
- 5. සනනිකෙඛපන = බිමට තැබීම
- 6. සනනිරුමහන = බිමට තදකිරීම

මේ හය ආකාරය අතරින් ප්‍රථම උද්ධරන අවස්ථාවේ ඇති වන රූප දෙවන අතිහරණ අවස්ථාව තෙක් නො පවතී, දෙවන අවස්ථාවේ පහළවන රූප තුන්වන විනිහරණ අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. තුන්වන අවස්ථාවේ එම රූප හතරවන වොසසස්ඡන අවස්ථාව තෙක් නොපවතී. හතර වන අවස්ථාවේ පහළ වන රූප පස්වන සනනිකෙඛපන අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. පස්වන අවස්ථාවේ රූප අවසාන සනනිරුමහන අවස්ථාව තෙක් නො පවතී, සනනිකෙඛපන අවස්ථාවේ පහළ වන රූප අනෙක් පය එසවීම තෙක් නො පවතී. ඒ ඒ ක්ෂණයෙහි අවස්ථාවෙන් අවස්ථාවට, පච්ඡයන් පච්ඡයට, කොටසින් කොටසට, කැල්ලෙන් කැල්ලට ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින්, නිරුද්ධ වෙමින් යන නිසා අනිත්‍ය යැ, දුක්ඛය යැ අනාත්ම යැයි දකී. උද්දරණයක් පාසා මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන පමණින්, කල්පනා කිරීම් වලින් තොරව ඇති සැටිය විසඳව ප්‍රකටව දැකගන්නේය. වටහා ගන්නේය. අදාළ පාළි උධාත හතරවන පරිච්ඡේදයේ (සිංහල දෙවන කොටසේ) සිංහල පරිවර්තනයන් සහිතව 260 - 262 පිටුවල දක්වන්නට යෙදුනි. විශුද්ධි මාගීයෙහි වනාහි රූප සමමසන විස්තර දක්වන ස්ථානය බැවින් රූප ධම්ම පමණක් දැක්වීම උදෙසා දක්වා ඇති විස්තරය එම පාළියට වඩා විශිෂ්ඨය. මතු වන මතු වන ආකාර, ඉරියව් මෙනෙහි කරමින් භාවනා කොට මෙතෙක් විසඳ ප්‍රකට භාවයට පත් වී නම් සමමසන ඥාණය මුදුන්පත් වුවා වන්නේය. උදයබ්බය ඥාණ ආරම්භයට පත්වී යැයි වටහා ගත යුතු. එබැවින් විශුද්ධි මාගීයෙහි මෙසේ අනුශාසනා කරයි.

තසෙසවං පබ්බ පබ්බ ගතෙ සංඛාරෙ විපසසතො රූප සමමසනං සුබ්බමං හොති [වි. ම (බු) 2/297]

- එවං = මේ ආකාරයට
- පබ්බ පබ්බ ගතෙ = කලාප, කලාප - පච්ඡ පච්ඡ වූ
- සංඛාර = සංස්කාරයන්

විපසසනො	=	විපසසනා කරන්නාවූ
වා	=	විපසසනා කළ හැකි
තසස	=	යෝගී හට
රූප සම්මසනං.	=	රූපයන් සලකා බලන ඥාණය
සුඛුමං.	=	සියුම්
හොති	=	වේ.

කෙටි අර්ථය

“ඉදිරියට යෑමේදී පහළ වූ රූප ආපසු පෙරළා පැමිණීම තෙක් නොපවතී” යැයි මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන තැන් පටන් පියවරක් පියවරක් හයක් හයක් වූ ආකාරයන්ට බෙදා ගනිමින් භාවනා කරන තැන තෙක් විග්‍රහකරන්නට යෙදුණු ක්‍රමය අනුව විසඳව ප්‍රකටව වටහාගත ඉදිරියට බලන්නේ නම් රූප සම්මසන ඥාණය සුඛුම බවට සියුම් බවට පත්වී යැයි දක්වයි. මෙයට වඩා සුඛුමතර තත්ත්වයකට, නිෂ්ඨාවකට පත්වීමක් නැත්තේය. ඒ අනුව මෙය සම්මසන ඥාණය මුදුන්පත් වීයැයි කියැවේ.

ආහාර සම්මසන ක්‍රමයන් මීට අනතුරුව දක්වා ඇති නිසා, එම ක්‍රම අනුව වටහා ගන්නා දේවල් මීටත් වඩා සුඛුම, සියුම් විය යුතු නොවේ දැයි විතර්කයක් පහළ විය හැක්කේය. එලෙස නො සිතන්න. එලෙස නො සලකන්න. හේතුව වනාහි පොත් පත් වල ක්‍රම සියල්ල එකට මිශ්‍ර කොට දැක්වීමට නො හැකි නිසා එම ක්‍රම වෙන වෙන ම බෙදා දක්වා ඇත. භාවනා පටන්ගැන්මේ දී එම එක් ක්‍රමයකින් තව ක්‍රමයකට ක්‍රම අනුපිළිවෙලින් භාවනා කළයුතු යැයි යන අදහසින් මෙසේ දක්වනවා නො වේ. ඇත්ත වශයෙන් ම නම් මේ දැක්වූ ක්‍රමයට ප්‍රකටව විසඳව දැක දැන ගත හැක්කේ නම් අනෙකුත් අදාල ක්‍රම අනුවත් දැක දැන ගන්නා හා සමාන වන්නේය. එම නිසා සුඛුමං හොති යැයි දක්වා ඇත. “ඉදිරියට ගමන් කිරීමේදී පහළවන රූප ආපසු හැරී එන අවස්ථාව තෙක් නොපවතී” යන ලෙසට ස්වභාව අතින් සම වූ රූප සන්තතින්හි මුල, අග වෙන් වෙන්ව දැක දැන ගත හැක්කේ නම් ඥාණය මුහුකුරා ගිය කෙනොගේ



සමමසන ඥාණය මුදුන් පත්වී යැයි පිළිගත යුතුය. ඥාණය ශූර කෙනාට වනාහි පියවරක් පියවරක් පාසා කොටස් හයකට හයකට බෙදමින් සමමසන ඥාණය පහළ වී යැයි භාරගත යුතුය. තවදුරටත් අට්ඨ කථාවෙහි නාම සත්තක ක්‍රමයට අනතුරුව දක්වන දේවල් ද වඩා පිරිසිදු බව පිණිස ලියාදක්වා ඇති හුදු පොතේ දැනුම ම වේ. භාවනා කරන අවස්ථාවේ රූප - නාම කළවම් කර නො ගෙන මතු වන ආකාරයට ප්‍රකට භාවයට අනුව ම මෙනෙහි කොට බැලිය යුතු. එම නිසා යෝගාවචරයාට යම් ආකාරයකට රූප ප්‍රකට ව පෙනේද එලෙසට ම නාම ධර්මයන් ද ප්‍රකටව පෙනෙන්නු ඇත. මෙලෙස රූප මෙනෙහි කරමින් භාවනා කිරීමෙන් ම ප්‍රකට වූ නාම ධර්ම මෙනෙහි කළ යුතු බැවින් නාම සත්තක සම්බන්ධයෙන් රූප මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා සිත ම දිගට මෙනෙහි කොට බැලිය යුතු බව ප්‍රකාශිතය. එබැවින් මෙම ස්ථානයෙහි “රූප සමමසන ඥාණය මුදුන්පත් වූයේ නමුත් නාම සත්තක ඥාණය තවම මුදුන්පත් වූයේ නැතැයි යන්න පිළි නො ගත යුතුයි. එලෙස නො කිව යුතු වන්නේ ම ය. මක්නිසා ද ඇත්ත වශයෙන් ම රූප සත්තක ඥාණය සුබ්‍රමව විසදව පහළ වන විට ම එපමණකින් ම නාම සත්තක ඥාණය ද සුබ්‍රමව විසදවේ. මුදුන්පත් වීම සිදු වේ” යන්න තදින් සිතට ගත යුත්තකි.

*දෙවැනි සන්නයන ක්‍රමය නිවේශය.*

3. ආභාරමය සමමසන ක්‍රමය

ආභාරමය. ඡාත සුභිත වසෙන පාකටං හොති, ඡාත කාලෙ සමුට්ඨිතං රූපඤ්ඤි කධතතං හොති කිලනතං ඤාමබාණුකො විය අංගාර පච්ඡං නිලීන කාකො විය ව දුබ්බණණං දුසසණධීතං. සුභිත කාලෙ සමුට්ඨිතං ධාතං පිණිතං මුදු සිනිදධං එසසවනතං හොති සො තං පරිගහනෙතවා ඡාතකාලෙ පවත්තරූපං සුභිතං කාලං අප්පතවා එතෙතව නිරුජ්ඣධති

[වී. ම. 468]

මේ දක්වන විගුද්ධි මග්ග ක්‍රමයට අනුව ආභාර නිසා හටගන්නා රූප, බඩ ගින්න, බඩ පිරි ඇති බව වශයෙන් ප්‍රකටය. එසේ ප්‍රකටවන ආකාරය මෙසේය. බඩගිනි ඇතිවිට පහළවන රූප මිලාන වූ වෙහෙසකරවූ

බවත් දක්වයි. පිළිස්සී ගිය කණුවක් මෙන්ද, අගුරු ගබඩාවක සැඟවුණු කපුටෙකු මෙන්ද දුච්ඡේ වෙයි. දරුණු වෙයි. ආහාරයෙන් බඩ පිරුණු කල සුභික්ෂිත කල උපන් රූප ප්‍රණීත වෙයි, මෘදු වෙයි සිනිඳු වෙයි. මනා පහසක් දනවයි. යෝගී තෙම මේවා පිරිසිඳ දූන ගෙන බඩගිනි කාලේ පැවති රූප සුභික්ෂ කාලය තෙක් නොපැවති එතැනම නිරුද්ධ වේ යැයිද, එබැවින් අනිත්‍ය යැ, දුකබ යැ, අනාත්ම යැයිද, මෙම ආහාර නිසා පහළ වන රූපයන් මෙතෙහි කොට බලමින් වටහා ගනී

4. උතුමය සමමසන ක්‍රමය

උතුමයං රූපං සීතුණ්ඛවසෙන පාකටං හොති උණ්ඛ කාලෙ සමුට්ඨිතං රූපඤ්ඤි කධතතං හොති කිලනනං දුබ්බණණං, සිත උතුතා සමුට්ඨිතං රූපං ධාතං පිණිතං සිනිද්ධං හොති. සො තං පරිභාහෙතවා උණ්ඛකාලෙ පවත්ත රූපං සිත කාලං අපපඤා එසෙථව නිරුජ්ඣති. [වි. ම. 468]

මෙලෙස මුල පුරන විශුද්ධි මාර්ගී දැක්වීමට අනුව සෘතුජ රූප, ශීත - උණහ වශයෙන් ප්‍රකටය. එසේ ප්‍රකට වන ආකාරය වනාහී... උෂ්ණ සෘතුවේදී පහළ වන රූප මලානික, වෙහෙසකර දුච්ඡේ වූ ඒවා වේ. ශීත සෘතුවේදී පහළ වන රූප ප්‍රණීත, මෘදු, සිනිඳු වේ. සුව පහස දනවන්නේය. යෝගී තෙම ඒ රූප පිරිසිඳ දූන ගෙන උෂ්ණ සෘතුවෙහි පැවති රූප ශීත කාලයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධ වේ. ශීත කාලයේ පවතින රූප උෂ්ණ කාලය තෙක් නො පවතී. එම ශීත කාලයේදී ම නිරුද්ධ වෙත්. එම නිසා අනිත්‍යය දුකබ යැ අනාත්ම යැයි උතුජ රූප මෙතෙහි කොට භාවනා කරන්නේ වටහා ගනී.

වතාව ක්‍රමය නිව්ඤ්ඤා යැ.

5. කමමජ සමමසන ක්‍රමය

කමමජං ආයතන දවාර වසෙන පාකටං හොති. චකඤ්ඤි දවාරසමිඤ්ඤි චකඤ්ඤි -කාය - භාව දසක වසෙන හිංස කමමජ රූපානි, උපඤ්ඤාකානි පන තෙසං උතුචිත්තාහාර සමුට්ඨානානි චතුච්ඡිනිති චතුපාණණාස හොත්ති, තථා සොත - ඝාත - ජීවහා ද්වාරෙසු, කායද්වාරෙ කාය භාව දසක වසෙන මෙව උතු සමුට්ඨානාදී වසෙන ච චතුචතනාලීස, මනොද්වාරෙ

සිංහල අර්ථය

කමීය නිසා උපන් රූප එසසය පහළවීම අනුව ද්වාර වශයෙන් ප්‍රකට වේ. (අරමුණ හා සිත හමුවීම නිසා ඇසේ ඔපය, නාසයේ, දිවේ, කයේ ඔපය, හදය ව්‍යුහරූපය යන මේවා ප්‍රකට වීම බැවින්, ඒවායේ යෙදී පවතින කමමඡ රූප සියල්ල ප්‍රකට වීම වන්නේ යැයි කියැවේ) එසේ ප්‍රකට වන ආකාරය වකඛු ද්වාරයෙහි වකඛු දශක, කාය දශක, භාව දශක වශයෙන් කමමඡ රූප තිසෙකි. ඊට අමතරව ඒවාට උපසඵමහක වන්නා වූ උතුඡ, විතඡ, ආහාරඡ යන කලාප රූප විසි හතර (24) යන මේ සියල්ල (පනස් හතර) ප්‍රකට වේ.

දැකීම කරනු පිණිස වක්‍රප්‍රසාදය පහළ වන ක්‍ෂණයෙහි හෙවත් දර්ශනය කරන ක්‍ෂණයෙහි මෙම වක්‍රප්‍රසාදය නම් වූ ඇසේ ඔපයේ විද්‍යාමාන බව ප්‍රකටව දැන ගන්නා බැවින් "ඇසේ සසමහාර වකඛුවෙහි එම වකඛුප්‍රසාදය සමග සහජාන වන්නා වූ" රූප පනස් හතර ම ප්‍රකට බවට පත්වන්නේය" යනු මෙයින් කියැවේ. නමුදු අභිධම්මී ස්වරූප බෙදා දක්වන තැන් වලදී මෙන් "ඇසෙහි කලාප වශයෙන් මෙපමණ යැ, රූප සියල්ල මෙපමණ යැ, කුමන කලාපයේ කුමන රූප වර්ග ඇත්තේ දැයි යන්න ප්‍රකට වනවා නො වේ. මෙලෙස ප්‍රකට වීමත් මින් නො කියැවේ. එම නිසා ම ආයතන ද්වාර වසේන = ආයතන ද්වාර වශයෙන් ප්‍රකට වන්නේ යැයි විසෙන පද සහිතව දක්වා ඇත. මේ සම්බන්ධයෙන් සමහර කෙනෙක් කලාප හය වර්ගයක් රූප 54ක් යන මේවා එවායේ නම්, ඉලක්කම් ද සහිතව පරිපූර්ණව ගෙන ගණන් කරමින් ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂා කර දැන ගැනීමෙන්ම සවිස්තරව සත්‍ය ලෙස දැන ගැනීම වන්නේ යැයි කල්පනා කරයි. එලෙස කල්පනා නො කළ යුතු. මක්නිසා ද යත් එම කලාප හය, රූප පනස් හතර යන මේවා ගණන් සංඛ්‍යා සහිතව අංග සම්පූර්ණව බෙදා දැක්වූව ද සවිස්තරව ඇත්තට ම දත හැකි නො හැකි නිසාය. දැන ගැනීම නො වන නිසාය. තවදුරටත් විස්තර කරන්නේ නම්,

කලාප හය යන තැන, සමාන ජාතික වූ බොහෝ කලාපයන් සමාන වශයෙන් ගෙන ගණන් බලා දැක්වන දැක්වීමකි. එය වෙන් වෙන් වශයෙන් ගතහැකි තරම් ප්‍රමාණ සලකා ගෙන කරන ගණන් බැලීමක දැක්වීමක් නොවේ. එබැවින් දකින අවස්ථාවේ ඇසෙහි වකුඳු දසක කලාප සියල්ල කොපමණ ඇත්තේදැයි යන්න ද කාය දසක ආදී තැන්හි ද ඇත්තේද යි යන්න ද, සම්මා සම්බුදු රජාණන් වහන්සේට හැර වෙන කිසිවෙකුටත් නිශ්චය ලෙස සථිච්ච දන නො හැක්කේය. සබ්බසංසාර ඤාණ ශක්තියට පමණක් විෂය වන්නකි. එසේවන බැවින් කලාප හයයි. රූප පනස් හතරයි යැයි ගණන් සලකා බලා දැන ගන්නත් නිශ්චිත ලෙස වෙන් වෙන්ව දැන ගන්නවා නොවේ. තව දුරටත් දකින වාරයක් වාරයක් පාසා එම කලාප මිටි, රූප මිටි ගණන් හිලවූ ද සමග නිවැරදිව සම්පූර්ණව ගණන් සලකා බැලීමට ශක්තියක් නොමැත්තේම ය. හැකියාවක් ශක්තියක් තිබුණේ වී නමුත් මෙලෙස ගණන් කිරීමක් අවශ්‍ය නැත්තේය. අපේක්ෂා නො කරන්නේ ය. විපස්සනා ක්‍රමයෙන් අනුශාසනා කෙලෙසේ පහළ වන උපස්ථරය (භූමිය) හෝ විනාශ කිරීම මෙහි අදහසයි. අවශ්‍යතාව යයි. දකින අවස්ථාවේ ප්‍රකට වන ඇසේ ඔපය නම් රූප අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත යැයි නිවැරදිව දැක දැන ගන්නේ නම් ඒ සමග පහළ වන සමහාර වකුඳුව නම් රූප සියල්ලම ද නිවච්ච, සුඛ, අත්ත යැයි අල්ලා බදා ගැනීමක් සිදුවිය නො හැකි බැවින් එම කලාප හය රූප පනස් හතර යන මේවා අනුශාසනා භූමිවශයෙන් විනාශ කිරීමක් සිද්ධ වූනා වන්නේය. එබැවින් ම විපස්සනාවට අදාළ සූත්‍ර පාලියෙහි කලාප සහ රූපයන්ගේ නම් - සංඛ්‍යා දැන ගැනීමට අනුශාසනා නො කර පොදුවේ වකුඳුකුළු පජානාති වකුඳුං අනිච්චනාති යථා භූතං පජානාති යනාදී ලෙසට එම රූප පනස් හතර වෙනුවට වකුඳු ප්‍රසාදය රූපය පමණක් දැන ගන්නා ලෙසට අනුශාසනා කරන සේක. විශුද්ධි මග්ග යෙහිදු ආහාරමය, උතුමය, චිත්තජ රූප භාවනා කිරීම සම්බන්ධයෙන් කලාප රූපයන්ගේ නම් සංඛ්‍යාව දැන ගැනීම පිණිස අනුශාසනා නො කරයි. සාමාන්‍ය ලෙස දැන ගැනීමට අනුශාසනා කොට ඇත්තේය. එබැවින් මේ කමමජ සමමසන ක්‍රමය සම්බන්ධයෙන් ද දකින දකින ඤාණයෙහි ඇසේ ඔපය වකුඳුද්වාල රූප එකට ප්‍රකට වීම නිසා ඇස කුළු සමස්ථයක් වශයෙන් ඇති කලාප හය රූප පනස් හතර යන සියල්ල ප්‍රකට වන බව

මෙහිලා දැක්විය යුතු කාරණය වන්නේයැ යි දැඩිව සිතට ගත යුතු, පසු දැක්වෙන පාඨයන් හිදී ද මෙම ක්‍රමයට ම යැයිද වටහා ගත යුතු.

සිංහල අර්ථය,136 පිටේ හතර කළ තැන සිට...

සෝත ද්වාර, ඝාන ද්වාර, ජීවහා ද්වාර යන තන්ති (අසන විට ආඝ්‍රාණය කරන විට, රස බලන විට) ද මෙලෙසට ම රූප පනස් හතර බැගින් ප්‍රකට වේ. කාය ද්වාර = පහසක් විඳින අවස්ථාවේදී කාය දසක භාව දසක, උතුප් කලාප ආදිය වශයෙන් රූප හතළිස් හතරක් ප්‍රකට වේ. මනෝද්වාර = සිතන අවස්ථාවේහිදී හෘදය ව්‍යුත්පන්න දසක, කාය දසක, භාව දසක උතුප් කලාප ආදී වශයෙන් රූප පනස් හතරක්ම ප්‍රකට වන්නේය.

සො පබ්බමපි තං රූපං පරිග්‍රහණෙඤා වක්ඛුද්ධාරෙ පච්ඡන්තරූපං සොන ද්වාරං අප්පඤ්ඤා ඵලේච නිරුජ්ඣති සොන ද්වාරෙ පච්ඡන්ත රූපං ඝාන ද්වාරං, ඝාන ද්වාරෙ පච්ඡන්ත රූපං ජීවහා ද්වාරං, ජීවහා ද්වාරෙ පච්ඡන්ත රූපං කාය ද්වාරං කාය ද්වාර පච්ඡන්ත රූපං මනෝද්වාරං අප්පඤ්ඤා ඵලේච නිරුජ්ඣති. තසමා අනිච්චං දුක්ඛං අනත්තාති ඵලං තස්මිනිලක්ඛණං ආරොපෙති (විගුද්ධි මාගීයේ යටගිය 468 පිටුවෙහි උධානය හා බැඳේ)

ඒ යෝගී තෙමේ ඒ සියළු රූප පරිග්‍රහ කොට වක්ඛුර් ද්වාරයෙහි පැවති රූපය ප්‍රෝත ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ. ශ්‍රෝත ද්වාරයෙහි පැවති රූපය ඝ්‍රාණ ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ. ඝ්‍රාණ ද්වාරයෙහි පැවති රූපය ජීවහා ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ. ජීවහා ද්වාරයෙහි පැවති රූපය කාය ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ. කාය ද්වාරයෙහි පැවති රූපය මනෝ ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ.

එහෙයින් එය අනිත්‍ය යැ දුක්ඛ යැ අනාත්ම යැයි මෙසේ තිලකුණට නගයි.

මේ පාඨයෙහි දැක්වෙන පිළිවෙලත් හුදු දේශනා පිළිවෙලක් පමණි. මෙය කටපාඩම් කොට ගෙන මේ ක්‍රමයට ම භාවනා කරන්නායි දැක්වෙන ප්‍රතිපත්ති ක්‍රමයක්, විපස්සනා ක්‍රමයක් නො වන්නේ ම ය. හේතුව වනාහි

සෑම විට ම දකින අවස්ථාවක් සමඟ ම අතරක් නො තබා, අසන අවස්ථාවක් ඇතිවනවා ද නො වේ. බාල - පෘතග්ජනයන්, දකින අවස්ථාවේ රූපයන් අසන අවස්ථාවට පත්වන්නේය. අසන අවස්ථාව දක්වා පවතින්නේය. බැලීම සඳහා වන ප්‍රසාද රූපය හා ඇසීම සඳහා වන ප්‍රසාද රූපය එක ම ය. බලන්නා හා අසන්නා එක් කෙනා ම යැ"යි මෙලෙස කල්පනා කරයි දැඩිව ගෙන සිටී. එපමණකුදු නොවේ. දැකීමට අනතුරුවම අතරක් නොතබා ආඝ්‍රාණය ප්‍රකට විය හැක්කේය. එවන් අවස්ථාවල බාල පෘතග්ජනයන් මෙම දකින අවස්ථාවේ රූප ආඝ්‍රාණය කරන අවස්ථාවට ගමන් කරයි. එම ආඝ්‍රාණය කරන තෙක් පවතියි. ආඝ්‍රාණයට ගමන් කරයි. ඇසේ ඔපය ද නැහැයේ ඔපය ද එකක් ම ය. දැක්ම ද ආත්මය ය ආඝ්‍රාණය ද ආත්ම ය යැ එකම ආත්මය දකියි, "ආඝ්‍රාණය කරයි" යැයි හඟියි. දැඩිව ගෙන සිටියි එපමණක් නොවේ. ඉක්බිති දැකීමක් සමඟම අතරක් නො තබා රසබලන - පහස විඳින සිතන අවස්ථා ද වෙත්. බාල පෘතග්ජනයන් දැකීමට, රස බැලීම, පහස විඳීම සිතීම පවත්වයි. "දැකීම ද ආත්මය යැ. රසබැලීම, පහස විඳීම, සිතීම යන මේවාද එම එකම ආත්මය" යැයි මෙලෙස මඤ්ඤනා කරයි. දැඩිව ගෙන සිටී ඇසීමාදියත් සමඟ ම අතරක් නො තබා සිදුවන දේද ඉහත දැක්වූ ක්‍රමයට ම, විවිධ ආකාරයට සිදුවිය හැකිබව, ඒ ඒ අනුව මඤ්ඤනා කිරීම, දැඩිව ගෙන සිටීම සම්බන්ධයෙන් ද ඉහත විවරණය අනුව වටහා ගන්න.

විපස්සනාවේදී වනාහි, නාම-රූපයන් මතුවන මතුවන ආකාරයට මෙනෙහි කොට භාවනා කරමින් බාල පෘතග්ජනයන්ගේ මඤ්ඤනා - උපාදාන-අනුශය යන මේවා දුරු කරයි. විද්වංසනය කරයි. එබැවින් එක එකක් ද්වාරයක ප්‍රකටවන දේ අතරක් නො තබා ඊලඟට මතුවන මතුවන ආකාරයට ප්‍රකට විය හැකි ද්වාර සියල්ල අනුව යමින් විස්තර ඉදිරිපත් කළ යුතුව ඇත. නමුදු එසේ සියල්ලෙන් සියල්ල විස්තර නො කර දේශනා ක්‍රමයට ම දක්වන්නක් "දේසනාකකම" යැයි කියනු ලැබේ. මෙහිදී අනුගමනය කර ඇත්තේ දේසනාකකාමයටයි. ප්‍රතිපත්ති ක්‍රමය මෙලෙස වටහා ගත යුතුය.

දැකීම, ඇසීම ආදිය මතුවන මතුවන ආකාරයට අත නැර මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන යෝගී හට දැකීමට අනතුරුව ඇසීම වෙයි නම්

දැකීම අවස්ථාවේ රූප, අසන අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. දැකින අවස්ථාවේ ම ඤායවී යැයි දැනගනී. එලෙසට ම දැකීමට අනතුරුව ආඝාණයක් කරන්නේ නම්, රස බලන්නේ නම්, පහසක් ලබන්නේ නම්, සිතන්නේ නම් දැකින අවස්ථාවේ රූප, ගඳ සුවඳ බලන අවස්ථාව, රස බලන, පහස ලබන, සිතන අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. දැකින එම අවස්ථාවේදී ම ඤායවී නිරුද්ධවී යැයි දැන ගනී. මෙලෙසට ම ඇසීමකට අනතුරුව එම රූප දැකින අවස්ථාවක් ආඝාණය කරන අවස්ථාවක්, රස බලන අවස්ථාවක් පහස විඳින අවස්ථාවක්, සිතන අවස්ථාවක්, තෙක් නො පවතී. එම අසන අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වේයැ" යි දැනගනී. ආඝාණයකට පසු දැකීමක්, ඇසීමක්, රස බැලීමක්, විඳීමක්, සිතීමක් ලබන්නේ නම් ආඝාණය අවස්ථාවේ රූප දැකින අවස්ථාව, අසන අවස්ථාව, රස බලන අවස්ථාව, පහස විඳින අවස්ථාව, සිතන අවස්ථාව තෙක් නො යයි. ආඝාණය අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වී යයි යැයි දැනගනී. "රස බැලීමකට පසු දැකීමක්, ඇසීමක් ගඳ බැලීමක්, පහස විඳීමක්, සිතීමක් දක්වා එම රූප නො යයි. රස බලන අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වේ යැ" යි දැනගනී. සිතීමක් දැනගෙන මෙතෙහි කොට බැලීමෙන් පසු දැකීමක්, ඇසීමක්, ගඳ බැලීමක් රස බැලීමක්, පහස ලැබීමක් ඇතිවී නම් සිතන අවස්ථාව දැනගෙන මෙතෙහි කරන කල එම රූප දැකින, අසන, ගඳ බලන, රස බලන, විඳින, අවස්ථාවකට මාරු නො වෙයි. සිතීම දැනගෙන මෙතෙහි කරන අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වේයැ යි දැනගනී. නැවත නැවතත් දැකින, නැවත නැවතත් අසන අවස්ථාවන්හිදී ද ප්‍රථම දැකීම් අවස්ථාවේ රූප දෙවැනි දැකීම් අවස්ථාව දක්වා නො පවතී. දෙවැනි දැකීම් ඤාණයෙන් රූප තුන්වන දැකීම් ඤාණය තාක් නො පවතී. ප්‍රථම ඇසීම් අවස්ථාවේ රූප දෙවැනි ඇසීමේ අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. දෙවැනි ඇසීම් රූප තෙවැනි ඇසීම් අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. ඒ ඒ ඤාණයෙහි නිරුද්ධ වී යෙත් මිලඟ ඤාණයට නොයාම ඒ ඒ තම තමන්ගේ ඤාණයන්තුළ නිරුද්ධ වී යෙත්. යැයි ඇස්පනාපිට දැන ගන්නා බැවින් "ප්‍රකට වූ එම රූප සමූහ කෙරෙහි" අනිත්‍ය යැ, දුකඛ්‍ය යැ, අනාත්ම යැ" යි කල්පනාවෙන් තොරව සිතා බැලීමෙන් තොරව ම හුදු මෙතෙහි කොට භාවනා කිරීම් පමණින් ප්‍රකටව විසඳව දැක දැන වටහා ගනී. පිළිගනී.

පෑවන මහානිකාඨ ක්‍රමය නිව්වේ යැ.

**චිත්තජ සමමසන ක්‍රමය.**

චිත්ත සමුදයානං සොමනසසිත දොමනසසිත වසෙන පාකටං නොක (වි. ම. 468) වශයෙන් සිත නිසා උපන් රූප වශයෙන් ප්‍රකට වන්නේ යැයි දක්වා ඇති ඉතා ප්‍රකට විදීම් වශයෙන් දැක්වීම් මෙලෙස වේ. සොමිනස් දොමිනස් වශයෙන් එතරම් ප්‍රකට නැති, සිටීම්, හිඳීම්, දිග හැරීම්, නැවීම් කැමති අවස්ථාවන්හි සොමිනස්-දොමිනස් දෙකින් තොර සිත් වශයෙන් ද ඇත්තේ ම ය. ප්‍රකට වන්නේ ම ය. එබැවින් යෝගී තෙම සොමිනස්-දොමිනස් සිත් එකිනෙකට පෙරළන අවස්ථාවන්හි සොමිනසින් උදොග්ගිමත් වූත් දොමිනසින් මිලාන වූත් රූපයන් එසේ උපනුපත් ඝෂණයන් හි මෙනෙහි කොට මෙලෙස වටහා ගනී. සොමිනස් සිත් අවස්ථාවේ පැවතී රූප දොමිනස් ඝෂණය තෙක් නො පවතී. එසේම දොමිනස් සිත් අවස්ථාවේ පවතින රූප සොමිනස් අවස්ථාව තෙක් ගමන් නො කරයි. එම සොමිනස්-දොමිනස් ඝෂණය තෙක් නොපවතී. එසේ ම දොමිනස් සිත් අවස්ථාවේ පවතින රූප සොමිනස් චිත්ත ඝෂණයක් හි ම ඝෂය වී යෙත්. "හිදගැනීමට-නැඟීටීමට, නැවීමට-දිගහැරීමට කැමති කාලයන්හි ද සිතන සිත් ද එම හිඳින, සිටින, නවන, දිගහරින, රූපයන් ද ඒවා උපනුපත් ඝෂණයන්හි මෙනෙහි කොට ඒ ඒ ඝෂණයන් හි ඝෂය වී යන බව දැනගනී. මෙලෙස චිත්ත ක්‍රියා අනුව, උපන් කාය ක්‍රියා රූපයන් අනිවචං-දුකඛං-අනත්තං යැයි, සිතින් කල්පනා නො කරම මෙනෙහි කිරීම් පමණින් විසඳ ව ප්‍රකට ව දැනගනී. පිළිගනී.

*සයවන සමමසන ක්‍රමය නිව්ඤ්ඤා යැ.*

මෙලෙස චිත්තජ රූපයන් ත්‍රිලඝෂණයන්ට නංවමින් විදැඹිනා කරන්නා වූ යෝගී හට, පහත දැක්වෙන ගාථා මගින් දැක්වෙන පරිදි සංස්කාරයන් හි මන්දායුෂ්ක බව ප්‍රකට වන්නේ යැයි විඤ්ඤා මාගීයේ 469 පිටෙහි දැක්වේ.

ජීවිතං අත්තභාවො ව සුඛදුකඛා ව කෙවලා,  
 එකචිත්තසමායුතනා ලහුසො වත්තතෙ බණො.

ජීවිතඤ්ඤාව = ජීවිතය ද  
 අත්තභාවොව = ආත්ම භාව වශයෙන් සාමූහික ව ව්‍යවහාර කරන රූප-නාම සියල්ල ද



- සුඛ දුකබා ව = සුඛය හා දුකබය ද
- කෙවලා = ආත්මභාව, හෝ නිත්‍යභාව හෝ සමඟ කළවම් නො වූ ශුද්ධ ධර්ම
- එක විභව සමායුතතා = එක එකක් සිතෙහි යෙදේ.
- බණ්ණා = ජීවිතයාදීන්ගේ ක්‍ෂණය
- ලහුසො = ඉතා යුහුසුළු-ක්‍ෂණික
- වතනතෙ = වෙයි

චූලොසීති සහසානි - කපපං තිට්ඨනති යෙ මරු  
 නතෙ තෙපි තිට්ඨනති - දවිති විතෙති සමොහිතා

- යෙ මරු = නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායනතික බ්‍රහ්මයන් මෙන්
- චූලොසීති කපපං = අසුභාරදාහක් වූ මාහා කල්පයක් පුරා
- තිට්ඨනති = සිටිත්
- තෙපි = එම බ්‍රහ්මයන් ද
- දවිති විතෙති සමොහිතා = සිත් දෙකකින් යුක්ත ව
- වා = විතක්‍ෂණ දෙකකින් යුක්ත ව
- නතෙතව තිට්ඨනති = නො සිටින්නේ ම ය

(එම බ්‍රහ්මයන් ද මනුෂ්‍යයන් මෙන් විතක්‍ෂණයෙන් විතක්‍ෂණයට ම ජීවත්වෙමින් සිටී යැයි මින් කියැවේ. නිදෙදස පාළියෙහි නතෙතව තෙපි ජීවනති යන පාඨය දැක්වේ.)

යෙ නිරුද්ධා මරනතසස තිට්ඨමානසස වා ඉධ  
 සබ්බෙපි සදිසා බන්ධා ගතා අපපට්ඨන්ති

- මරසස = මැරෙමින් සිටින සත්ත්වයන්ගේ
- යෙ බන්ධා = යම් වූ පශ්චිම ස්කන්ධයේ
- නිරුද්ධා = බිඳීගියේ ද,
- ඉධ තිට්ඨමානසසවා = දැනට මෙම භවයෙහි හැසිරෙන්නන් ද
- යෙ බන්ධා = දකින, අසන, නවන, දිගහරින ආදී ඒ ඒ ස්කන්ධයන්

නිරුද්ධා	=	මෙනෙහි කරන වාරයේ නිරුද්ධ වෙත්
සබ්බෙපි	=	සියලු
තෙබ්බා	=	මිය යන ජීවත් වන යන දෙතැනම නිරුද්ධ වන මෙම ස්ථිත වර්ග දෙක
සද්දසා	=	නිරුද්ධ වීම් වශයෙන් සමානය
අප්පට්ඨසක්කා	=	නැවත පැමිණ සැබෑ නොවේ. සම්බන්ධ නොවේ
ගතා	=	සම්පූර්ණයෙන් නිරුද්ධව ගියේය.

මරණයට පෙරාතුව මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන අවස්ථාවන්හී, "මෙනෙහි කිරීමක් කිරීමක් පාසා 'ඤාණ වී යන්නේ යැයි දැන ගන්නේ. දකින, අසන, නවන, දිගහරින ආදී නාම-රූපයන් මරණයේදී අවසාන වශයෙන් නිරුද්ධවන නාම-රූප සමග ඤාණවන හැටි-නිරුද්ධ වන හැටි වියෝ වන හැටි එක සමානය. කිසිදු විශේෂත්වයක් නොමැත්තේය. නැවත පැමිණ සම්බන්ධවීමක්, නැවත මතු වී ඒමක් නැතුව ම සියල්ල ම ඤාණවී-නිරුද්ධ වී යන්නේ ම යැයි කියනු ලැබේ.

**අනන්තරා ව යෙ භගගා යෙව භගගා අනාගතෙ තදන්තරා නිරුද්ධානං වෙසමං නත්ථි ලක්ඛණේ**

යෙව	=	යම් ස්කන්ධ සමූහයක් ද
අනන්තරා	=	අතරක් නොතබා ම
භගගා	=	නිරුද්ධ විය
යෙව	=	යම් ස්කන්ධ සමූහයක් ද
අනාගතෙ	=	අනාගත කාලයේ
භගගා	=	බිඳෙන්නේ ද, නිරුද්ධ වන්නේ ද
තෙසංච	=	නිරුද්ධ වන ස්කන්ධයේ ද
තදන්තරා නිරුද්ධානං ච	=	එම අතීත අනාගත ස්කන්ධයන්ගේ අතර කාලයේ මෙනෙහි කොට දැනගන්නා අවස්ථාව ම නිරුද්ධ වන ස්කන්ධයන් ද

ලකබණ වෙසම = නිරුද්ධවීම් ලක්ෂණ වශයෙන් සමානය. වෙනසක් නැත.

වා = නිරුද්ධවීම් ආකාරයෙන් වෙනසක් විෂමතාවක් නැත.

ගත වූ නාම-රූප, අනාගත නාම-රූප යන මේ වාගේ නිරුද්ධ වන ආකාරය, දැන් මේ මෙතෙහි කරමින් සිටින නාම-රූපයන්ගේ නිරුද්ධ වන ආකාරයට වෙනසක් නැත. සමාන වේ මැ යි. එම නිසා ම මෙතෙහි කළ යුතු නාම-රූපයන් ක්ෂය වන බිඳියන ආකාරය ඇස්පනා පිට විපස්සනා කරන යෝගීහට වතීමාන නාම-රූපයන් තුලනය කොට "පෙර ද මෙලෙස නිරුද්ධවිය. අනාගතේදී මෙලෙසට ම නිරුද්ධවනු ඇතැයි අතීතානාගත භවයන්හි නාම-රූපයන් ද විනිශ්චය කිරීමට හැකිවන්නේය.

අනිබ්බතොන න ජාතො පච්චුසානොන ජීවති  
චිත්තභවගා මනො ලොකො පඤ්ඤානති පරමත්ථියා

- අනිබ්බතොන = අනිබ්බතොන = නොනිපන් සිතින්
- වා = මතු පහළ වන්නා වූ සිතින්
- න ජාතො = පහළ නොවේ. ජීවත් වනවා නොවේ.
- පච්චුසානොන = පහළ වී පවතින සිතින් ම
- ජීවති = ජීවත් වේ.
- චිත්තභවගා = සිතෙහි බිඳියෑම නිසා
- ලොකො = සත්ත්වයා
- මනො = මිය යයි.
- එවමපි = මෙලෙස සිත බිඳියන වාරයක් පාසා සත්ත්වයා මිය යන නමුත්,
- පඤ්ඤානති = "තිස්ස" ජීවත් වේ "ඵුසස" ජීවත් වෙයි. යනුවෙන් ව්‍යවහාර කරන සංකීර්ණ පඤ්ඤානතිය.
- පරමත්ථියා = මේ කථා කරන වතීමාන සිතින් ජීවමාන වන බැවින් පරමාථීයන් හා සමාන බවක් පැනේ යැයි මින් කියැවේ.

මතු පහළ වන සිතක් එසේ පහළවන තෙක් ප්‍රකට නොවේ. එබැවින් සත්ත්වයා මතු පහළවන සිත් නිසා ජීවත් වනවා නො වේ. දැනට සාන්ද්‍රාණීක වශයෙන් පවතින සිත් පමණක් ප්‍රකට යැ. එබැවින් පහළ වෙමින් පවතින සිත් වලින් පමණක් ජීවත් වෙත්. උපත් සිතත් නිරුද්ධවන අවස්ථාවේ කොතැනකවත් පවත්වනවා නොවේ. මියගිය පුද්ගලයාගේ වූහි චිත්තය මෙන් පෙරළා නො පැමිණ සම්පූර්ණයෙන් විශේෂවෙත් මැයි. එබැවින් එක එකක් සිතක බිඳීයන ඝණයෙහි සත්ත්වයා මළා හා සමාන වේ. නමුත් "තිස්ස" ජීවත්වෙයි. "ථුසස" ජීවත්වෙයි. යනාදී ලෙසට ව්‍යවහාර කරන සණ්ඨාන ප්‍රඥපතීන් වනාහි පරමාථී ස්වභාවය මෙන් වන්නේය. කෙසේද යත්, එළෙස කියන ව්‍යවහාර කරන අවස්ථාවෙහි අලුතින්, අලුතින් පහළ වන සිත් මඟින්, කියන්නාක් මෙන්ම ජීවත් වෙමින් පවතින බව සත්‍යය නිසාය. ඉදින් සිතක් නිරුද්ධ වී අලුතින් නැවතත් එකක් පහළ නොවී නම් සත්ත්වයා ඇත්තට ම මළා වන්නේය. මෙලෙස සිත් එක එකක් නිරුද්ධවී ඝණවී යන වාරයේ මිය යා හැකි බව යෝගාවචරයා දැක දැන පිළිගනී. වටහා ගනී. එබැවින් මරණය ද, මේ විතතඝණයේ මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා සිත් එක එකක බිඳීයෑම හා සමාන ම වේ. මෙලෙස ම වූ බිඳියෑමකි" යැයි තීරණයකට එළඹිය හැක්කේය.

අනිධාන ගතා හග්ගාපුඤ්ජාසනාපී අනාගතා  
නිබ්බතා යෙපි තිට්ඨනති - ආරග්ගෙ සාසපුපමා

- හග්ගා = බිඳී යෑම් ස්වභාවය
- අනිධානගතා = කොතැනකවත් තැන්පත් ව පවතිනවා නොවේ
- වා = ඉතිරියක් නොතබා සියල්ල අභාවයට ම යයි
- අනාගතෙ = තවම පහළ නොවූන අනාගත කාලයෙහි
- ධීනානං = පිහිටන ධර්මයන්
- පුඤ්ජා = සමූහයක්, ගොඩක්
- නාපී = නොමැත්තේ ය
- යෙපි = යමක් වනාහි
- නිබ්බතා = පහළ වී පවතින් ද

- නෙපි = එය ද, එම පවතින ධර්මයෝ ද
- ආරගෙ සාසුපමා = තියුණු ඉදිකටු තුඩක රැඳවීමට උත්සාහ කරන අබ ඇටයක් මෙන්
- තිට්ඨනති = එකම ඝෂණයක් පමණක් පවතී.

බිඳී යන ධර්ම සියල්ල කොතැනකවත් නො රැඳී සම්පූර්ණයෙන් බිඳී යයි. අනාගතයේ පහළවන ධර්මයන් ද කිසි ම තැනක සැඟවී රැස්වී සිටිනවා නො වේ. මතු ඉපදීම පිණිස සුදානම් ව, කල්තියා සුදානම්ව සිටිනවා නො වේ. පහළ වෙමින් දැන් පවතින ධර්මයන් පමණක් ප්‍රකටව පවතින්නේය. එම ධර්මයන් ද දිගු කාලාන්තරයක් නො පවතින් "ඉතාමත් සියුම් තියුණු ඉදිකටු තුඩග අබ ඇටයක් රැඳවුවහොත් එම අබ ඇටය ඝෂණයකින් ලිස්සා වැටෙන්නාක් මෙන්" පහළ වී ඝෂණකින් බිඳී නිරුද්ධ වේ යැයි කියැවේ.

නිබ්බානානඤ්ච ධම්මානං - හඬගා නෙසං පුරකඛතො  
පලොකධම්මා තිට්ඨනති - පුරාණෙහි අමිසසිතා

- ව = නැවත ද
- නෙසං නිබ්බානා නං ධම්මානං = එම පහළ වෙමින් පවතින ධර්මයෝ
- හඬගා = බිඳීම
- පුරකඛතො = පෙරටු කරගෙන
- නෙ = එම පහළ වෙමින් පවතින ධර්මයන්
- පුරාණෙහි අමිසසිතා = පෙර අතීත ධර්මයන් හා කළවම් වී නැත
- පලොක ධම්මා = බිඳෙන සුළු බව
- වා = බිඳීමට සුදුසු බව
- තිට්ඨනති = එකම ඝෂණයක් පවතී

අදසසනතො ආයනති - හගා ගච්ඡන්තා දසුනං  
විජ්ජුප්පාදොව ආකාසෙ - උප්පජ්ජනති වයනති ව

- සංඛාරා = සංස්කාර ධර්මයන්

- අදසසනනො = නොදැකිය හැකි තැන
- වා = නොදකින නොහමුවන තැනකින්
- ආයතනි = පැමිණේ
- වා = මතු වේ.

(මතු වීමට පෙරාතුව කොතැනක හෝ ගොණු වී පැවතුනා නොවේ. මතු වන මතු වන තැනට හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් එම ඝෂණයෙහි ම මතු වී එත්. එබැවින් නො දැකිය හැකි තැනක සිට පහළ වී යැයි කියනු ලැබේ. වෙනත් වචනයකින් දක්වතොත් පහළ වීමට පෙරාතුව කිසි ම ද්‍රව්‍යයාකාරයන් නො දක්වන බැවින් දැක දැනගැනීමට නො හැක්කේය. පහළ වූ, ප්‍රකාශ වූ ඝෂණයෙහි ම පමණක් ද්‍රව්‍යාකාරය-ස්වභාවය දැක දැන ගත හැක්කේය. එබැවින් දැකිය නො හැකි, හමුවිය නො හැකි තැනින් මතු වී පහළ වී එන්නේ යැයි කියලු ලැබේ.)

- හගා = බිඳී ගිය සංස්කාරයෝ
- අදසසනං = නොදැකිය හැකි තැනට
- වා = නොදැකිය, හමුවිය නොහැකි තත්ත්වයට
- ගවජනනි = පත්වෙත්

බිඳී ගිය අවස්ථාවේදී ද කිසි තැනකට ගොස් පවතිනවා නො වේ. එම බිඳී ගිය තැන ම කිසි ම ද්‍රව්‍ය ස්වභාවයක් ඉතිරි නැතිව සම්පූර්ණයෙන් ම විනාශ වියෙන් යැයි කියැවේ)

- ආකාසෙ = අහසෙහි
- විජ්ජුසාදෙ ඉව = විදුලි අකුණු කොටන්නාක් මෙන්
- උපපජ්ජනනි ව = කිසිවක් නැති මූලකින් පටන්ගෙන අභිනවයෙන් පහළ වේ.
- වයනතිව = ඉතිරියක් කැලම නැතිව සුන්නද්දුලි වී යයි

මෙම ගාථා වෙන් විග්‍රහ කරන අන්දමට පූර්ණ ඝෂණික බිඳීයෑම, විශේෂයෙන් උදයබබය ඤාණය බලවත් වූ තැන් පටන් විසඳව දැක බලාගත හැකිවනු ඇත. ඤාණය තරුණ අවස්ථාවෙහි සිටිනා යෝගීන්ට ඉහළ ඉහළ ඤාණයන්ට පත්වූ විටකදී ම පැහැදිලිව දැක බලා ගත හැකි වනු ඇත.

නමුදු බලවත් තියුණු ඥාණය ඇතියවුන්හට මෙම සමමසන ඥාණය මෝරණ අවස්ථාවේ පටන් ම පිරිසිදුව දැනේ. සෑම යෝගාවචරයෙකුට ම සමමසන ඥාණ අවස්ථාවේ පටන් පිරිසිදුව පැහැදිලිව දැක දැන ගත හැකිවේ යැයි යන්න පිළිගත යුතු නැත.

**ධම්මතා රූප සමමසන ක්‍රමය**

වසානු, පැදුරු, කළ, පාත්‍ර, පොළොව, ගින්න, වාතය, දරකොට, කණු ගස්, ගල්, රත්‍රන්, රිදී ආදී බාහිර වස්තූන් කෙරෙහිදු පිහිටි ජීවිතිඤ්ඤිය හා සම්බන්ධයක් නැති බැවින් අනිද්‍රියබඳධ යැයි ද වයච්චාර කරන බාහිර රූප ධම්මතා රූප නම් වේ. එම රූප දකින, අසන, රස බලන, ගඳ බලන, පහසලබන අවස්ථාවන්හි මෙනෙහි කොට දැන ගනිමින් පෙර පසු සම්බන්ධ නොවී ඇතිවීම්-නැතිවීම් දෙකින් වෙනස් වෙමින් පවත්නා කාලයෙහි “අනිච්චං-දුක්ඛං-අනත්තං යැ”යි සළකා බැලීමෙන් ද ධම්මතා රූප මත භාවනා කිරීම සිද්ධවේ. එසේම ඇස්පනාපිට මෙනෙහි කොට දැනගත් අජ්ඣතන-බහිද්ධ රූපයන් හා ගළපමින් දැන් අස්පනා පිට නො දකින බාහිර (බහිද්ධා) රූප සියල්ල සළකා මෙම රූප යෙන්ම ඇතිවන නැතිවන ස්වභාවයම යැ, අනිත්‍යයැ, දුක්ඛත්වයැ, පෙළීමක්මයැ, සැනසීමක් කැලට ගත්තේය. සත්ත්වයෙක් නොමැත්තේය. හුදු ධම් ස්වභාවයක් පමණි. යැයි පිරිසිදු දැකගැනීම මගින් ද ධම්මතා රූප මත භාවනාකිරීම සිද්ධ වේ.

*සැත්තම සම්මසන ක්‍රමය නිව්යේයැ.*

**භාම සත්තක සමමසන ක්‍රමය**

කලාප සමමසන ක්‍රමය, යට රූප සත්තක භාවනා ක්‍රමයෙහි දැක්වූ ලෙසට, රූප එක එකක මෙනෙහිකර බලා නිම කල, කල්හී, එම මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම ම මෙනෙහි කරනවා වශයෙන් හෝ බලනවා යැයි හෝ දැනගන්නවා යැයි හෝ වේවා නැවතත් මෙනෙහි කරමින් මෙනෙහි කරමින්” අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත’යි දැක දැන පිළිගැනීම = පරිසිදීම, විනිශ්චය කිරීම කලාප සමමසනය නම් වේ.

### යමක සමමසන ක්‍රමය

රූප එක එක් වර්ගයක් මෙනෙහි කරන කරන වාරයේ එම මෙනෙහි කරන සිත ද වරක් වරක් මෙනෙහි කරමින් අනිත්‍ය, දුකබ, අනත්තයැයි දැක පිළිගැනීම - පිරිසිඳ විනිශ්චය කිරීමයි. රූප මෙනෙහි කිරීම වරක් නාම මෙනෙහි කිරීම වරක් බැඟින් යුගල යුගල මෙනෙහි කිරීමයි. මෙනෙහි කරන මෙම ක්‍රමය යමක වශයෙන් සමමසන කරන ක්‍රමයයි. මේ කලාප සහ යමක යන සමමසන ක්‍රම දෙකෙහි වෙනස වනාහි රූපයක් මෙනෙහි කරමින් පහළවන සිත- සති, ඤාණ සමාධි, විරිය, එසස, වේතනා, වේදනා ආදීන්ගෙන් එක එකක් වශයෙන් පිරිසිඳ විසඳව නො දැක, එම මෙනෙහි කරන සිත සාමාන්‍ය ලෙසට සමස්ථයක් ලෙසට සම්මසනය කිරීම කලාප සමමසන ක්‍රමයයි. මෙනෙහි කිරීමක් පාසා මතු වන නාම ධර්ම එක එකක් පිරිසිඳ දැක ගෙන එම එසේ ප්‍රකට වූ නාම ධර්මයට ප්‍රධාන කොට සමමසනය කිරීම යමක සමමසන ක්‍රමයයි. මෙම නාමසත්‍යතා භාවනාවේදී “සිත මෙනෙහි කොට බලයි” යන කථාව වනාහි ප්‍රධාන වූ සිත ම මුල් කරගෙන දක්වන කථාවකි. එබැවින් මෙහි ලා සිත හා සමප්‍රයුක්තව යෙදෙන එසස, වේදනා, වේතනා, සඤ්ඤා, සති, ඤාණ, සමාධි, විරිය ආදී වෛතසිකයන් ද සමමසනය කළ යුතුවේ. මේ බව දැක්වීමට ටීකාවෙහි විතත සීසෙන නිදේදසො යැයි දක්වා ඇත.

### බණ්ඩ සමමසන ක්‍රමය

රූප ධර්මයන් මෙනෙහි කොට නිමවූ කෙනෙහි එම මෙනෙහි කළ සිත දෙවැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි. එම මෙනෙහි කරන දෙවැනි සිත තුන්වැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි. එම තුන්වැනි සිත හතරවැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි. එම හතරවැනි සිත පස්වැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි මෙලෙස රූපයක් මෙනෙහි කරන වාරයක් වාරයක් පාසා, එසේ මෙනෙහි කරන හතර වතාවක් බැඟින් මෙනෙහි කොට අනිත්‍යයැ දුකබයැ අනාත්මයැ යි දැන ගැනීම, පිළිගැනීම = පිරිසිඳීම විනිශ්චය කිරීම බණ්ඩ සමමසන ක්‍රමය නම්වේ. මෙනෙහි කරමින් පහළ වන සිත ඊට පසු අතරක් නොතබා පහළවන සිතින් නැවත නැවතත් හතර වතාවක් දක්වා මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම මාඝියෙන් සිත් පරම්පරාව ඤාණමාත්‍ර බව දැක දැනගන්නේය. එබැවින් එවන් සමමසන ක්‍රමය බණ්ඩ සමමසන ක්‍රමය යැයි කියනු ලැබේ.



පටිපාටි සමමසන ක්‍රමය

රූප ධර්ම එක එකක් මෙතෙහිකර හමාරවූ කල්හි සෑම අවස්ථාවක ම එම මෙතෙහි කරන සිත දෙවැනි සිතින් නැවත මෙතෙහි කරයි. එම දෙවැනි සිත ඊළඟට පහළවන තුන්වැනි සිතින් මෙතෙහි කරයි. එම තෙවැනි " " " හතරවැනි " " " " " හතරවැනි " " " " " පස්වැනි " " " " " හයවැනි " " " " " හත්වැනි " " " " " අටවැනි " " " " " නවවැනි " " " " " දසවැනි " " " " " එකළොස්වැනි " " " " "

මෙලෙස වරක් වරක් මෙතෙහි කරන අවස්ථාවේ එම මෙතෙහි කළ සිත් පරම් පරාව පසුවට අතරක් නොතබා අඛණ්ඩව දස වතාවක් දස වතාවක් දිගින් දිගට මෙතෙහි කොට බලා "අනිත්‍යය, දුක්ඛය අනාත්මයැ"යි දැක දැන පිළිගැනීමි = පිරිසිඳු විනිශ්චය කිරීමි වශයෙන් යෝගිතෙම, මෙතෙහිකිරීමි = බොහෝකොට පිළිවෙල (පටිපාටි) බලන බැවින් පටිපාටි සමමසන ක්‍රමය නම් වේ.

එවං විපස්සනා පටිපාටිය සකලමපි දිවසභාගං සමමසිතුං වට්ඨෙය්‍ය යාව දසම විතත සමමසනා පන රූප කමමධ්‍යානමපි අරූප කමමධ්‍යානමපි පගුණං හොති. තසමා දසමෙ යෙව ධ්‍යානෙතෙතනි චූතතං [වි. ම. 471]

- එවං = මේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන්
- විපස්සනා පටිපාටියා = විපස්සනා පිළිවෙල
- සකලමපි දිවසභාගං = මුළු දවස ම ද
- සමමසිතුං = සමමඤ්ඤා කිරීමට
- චා = සමමඤ්ඤා කොට භාවනා කිරීමට
- වට්ඨෙය්‍ය = වටී. (සමභවෙය්‍ය යනු චිකා දැක්වීමයි)
- යාව දසම විතත =
- සමමසනා = දසවැනි සිත තෙක් සමමසනය කිරීම

ආරභිය මානං	=	අරඹන ලද (ලකඛණ වන විශේෂණයකි)
රූප කමමධ්‍යානමපි	=	රූප ධර්ම කම්ප්ථානයෙක් ද
අරූප කමමධ්‍යානමපි	=	නාම ධර්ම මෙනෙහි කරන කම්ප්ථානයක් ද
පගුණං	=	ප්‍රගුණ වීම
යසමා	=	යම්භෙයකින්
භොති	=	වෙයිද
තසමා	=	එබැවින්
දසමෙයෙව	=	දසවැනි සිත තෙක්
සමමසනං	=	සමමඤ්ඤය, මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම
ධපෙත්ති	=	කළ යුතුයැයි
චුතතං	=	අරියාවංස කථා හි දක්වා ඇත.

(දසවෙනි සිත තෙක් මෙනෙහි කළ පසු නැවතත් මුල් රූපා රමමණයට නැවත මෙනෙහි කළයුතුය. එම රූප මෙනෙහි කරන සිතෙන් පටන්ගෙන දස වෙනි චිත්තය තෙක් ගමන් කළ පසු නැවතත් එම රූපය ම මෙනෙහි කළ යුතු. මෙලෙස මේ ක්‍රමයට රූපය වරක් වරක් මෙනෙහි කරමින් සිත් පෙළ දසවෙනි සිත තෙක් මෙනෙහි කළ යුතු. එකොළොස්වන සිත දක්වා මෙනෙහි කොට බැලීම වැනි වැඩි සිත් ප්‍රමාණයක් අනුව යමින් මෙනෙහි නො කළ යුතු, භාවනා නො කළ යුතු, යන්න මෙහි අදහසයි)

### උපදේශයක්

මෙතැන්හිලා සළකාගත යුතු වචනයන් අටුවාචාරීන් වහන්සේලා කළාක් මෙන් දක්වන්නෙමු. එනම් මේ ක්‍රමයෙන්ලා විග්‍රහ කළ භාවනා - මෙනෙහි කිරීමේ ක්‍රම සියල්ල වෙන වෙන ම විශේෂ කොට භාවනා කළ යුතු ක්‍රම යැයි දක්වනවා නොවේ. ඇත්ත වශයෙන් ම වනාහි මෙම පොතේ පස්වන පරිච්ඡේදයෙහිලා දැක්වූ පරිදි යෝගාවචරයාට පහළ වූ ප්‍රකට වූ විශේෂ ඥාණයන් හා සසඳමින් ගළපමින් සමමසනය කිරීම දැක්වීම සඳහා පමණක් ගෙන හැර දැක්වීමකි. නිර්දේශ කිරීමයි. එබැවින්

භාවනා කරගෙන යන යෝගාවචරයා පරිවේෂ්ඨ අංක පහෙහි(05හි) දක්වා ඇති ආකාරයට මතු වී එන ප්‍රකට නාම රූප අතරින්, මතු වී මතු වී එන ආකාරයට පැහැදිලිව දැකගැනීම සලකා මෙනෙහි කරමින් භාවනා කටයුතු. රූප සත්තක, නාම සත්තක ක්‍රම අතරින් කුමන ක්‍රමයක් අනුව භාවනා කළ යුතුදැයි කල්පනා කරමින්, වික්ෂිප්ත නො විය යුතුය. මක්නිසාදයත් ආරම්භක යෝගාවචරයා එලෙස කල්පනා කරමින් තප්පර චූච්භොත් එලෙස වික්ෂිප්තව ගත කරන සිත් සහ ක්‍රමය හරිද වැරදි දැයි කල්පනා කරන සිත් වරින් වර වැඩි වැඩියෙන් පහළ විය හැක්කේය. එම සිත් ද මෙනෙහි නො කරන නො දන්නා අවස්ථා බොහෝ විය හැක්කේය. මෙලෙස අත පසුවන සිත් වරින් වර අතරමැද පහළ වන බැවින් මෙනෙහි කරන භාවනා කරන විපසසනාව අඛණ්ඩව, දිගට නො වැඩේ. එබැවින් සති -සමාධි විපසසනා ඤාණයන්, බොහෝ කාලයක් භාවනා කළත්, දියුණු කියුණු නො වෙත්, විශේෂයෙන්... ආදිකම්මික යෝගාවචරයා පෙර පෙර විපසසනා සිත් පසු පසු සිත් මගින් බොහෝ වාර ගණනක් දිගින් දිගට මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරමින් යන්නේ නම්, මෙනෙහිකළ යුතු එම නාම අරමුණ ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ටිකෙන් ටික අප්‍රකටවී යන්නේය. එවිට මෙනෙහිකළ යුතු අලුත් අරමුණක් සොයමින්, බලමින් භාවනා කරනවා වන්නේය. මෙලෙස අලුතින් අරමුණු සොයමින් භාවනා කරන කරන වාරයේ භාවනා අලුතින් පටන් ගන්නවා මෙන් විය හැක්කේය. එබැවින් භාවනාව නොමේරී, නොවැඩී පැවතිය හැක්කේය මෙලෙස අලුත් වෙමින් භාවනාව එකතැන පල්වන ස්වභාවය දක්වන තථා සති කමමටඨානං නවං නවං මෙව සියා යන මහාවිකා පාඨය හොඳින් ඇදහිය යුත්තකි. එබැවින් පරිවේෂ්ඨ අංක පහ (05) මගින් දක්වා ඇති ආකාරයටම භාවනා වඩත්වා. කාලය මෝරා ගිය අවස්ථාවේ රූප අරමුණ වරක් වරක් මෙනෙහි කිරීම මගින් එම මෙනෙහි කරන සිත පිළිවෙලින් වරක් දෙවරක් වේවා, ඊටත් වඩා වේවා දිගිල් දිගට මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම ඉබේට ම මෙන් පිරිසිදුව සිදුවනු ඇත. නමුදු භංග ඤාණය පහළවන ආකාරය හුවා දක්වන පාලි අටඨකථා වන්හි රූප මෙනෙහි කිරීම වරක් වරක් පාසා නාම මෙනෙහි කිරීම සිදුවීම දක්වා ඇත්තේය. එබැවින් රූප වරක් වරක් බැගින් මෙනෙහි කිරීමෙන් ම මාථී - එලයන්ට පත්වන ආකාරයට විපසසනා ඤාණ පරිපූර්ණත්වයට පත් වන්නේ

ය යන්න පිළිබඳ නම් කිසිම සැකයක් නැත. එබැවින් තදින් එය සිතට ගතයුතු. මාගේ -එල ඥාණයන්ට පත්වී, තමා කැමති පරිදි එලයට සමවැදීමට විපසස්නා ඥාණ දක්ෂලෙස වගිකරගත් පුද්ගලයන් වනාහි තමා පරීක්ෂා කොට බැලීමට කැමති ඕනෑම විටෙක සිත් එකින් එක රිසි පරිදි මෙතෙහි කොට බැලිය හැක්කේය. එවන් දක්ෂ පුද්ගලයන්ට විපස්සනා සිත් පරම්පරාව දසදහස් වාරයකටත් වඩා අනුව යමින් මෙතෙහි කොට බලන්නේ නමුදු වඩ වඩාත් මිහිරි වඩ වඩාත් පිරිසිදු වෙමින් පැවතිය හැක්කේය. එබැවින් මෙලෙස වගිභාවයට පත්කරගත් පුද්ගලයන්ට නම් විමසා බැලීමට කැමති විටෙක මෙතෙහි කොට බැලිය හැක්කේය. මග-එල ඥාණයන්ට පත්නොවූන ආදිකම්මික යෝගාවචරයාට සිත් පරම්පරාව මෙතෙහිකොට බැලීමේදී සිත් එකිනෙක වෙන් වෙන් වශයෙන් උත්සහා කළ යුතු නැත.

**දිට්ඨි උගඤ්චන සමමසන ක්‍රමය**

මම මෙතෙහි කරමින් සිටිමි යැයි කියා හෝ මෙතෙහි කිරීම මගේ කටයුත්තෙකි කියා හෝ මෙලෙස "මෙතෙහි කරන කෙනෙක් සිටින්නාක් මෙන්" කල්පනා කරන, සිතන දැඩිග්‍රහණ නොනිමිව පවතින තාක් කල් එම යෝගාවචරයාගේ මෙතෙහි කිරීම භාවනා කිරීම "මෙලෙස සිතන කල්පනා කරන දෘෂ්ඨි" බැහැර නො කළ හැකි බැවින් දිට්ඨි උගඤ්චන නම් නො වේ. මුල් මුල් විශුද්ධි දෙක මගින් දෘෂ්ඨිය බැහැර කළ නමුදු මාගේ ඥාණයෙන් ඉතිරියක් නො තබා දුරු නො කළ බැවින් මෙලෙසට දිට්ඨි පහළ විය හැක්කේය.

**සියුම් දෘෂ්ඨි, විචිකිච්ඡා දුරුනොකළ බැවින්**

කාමඤ්චයං දිට්ඨි විසුද්ධි කඩ්ඛාවිතරණ විසුද්ධි සමධිගමෙන විසුද්ධි දිට්ඨිකො මගෙන පන අසමුග්‍යාවිතතනා අනොළොථිකාය දිට්ඨියා වසෙනෙවං චුත්තං [මහා වී (බු) 2/315]

අයං = සමමසන ඥාණය සම්පූර්ණ කළ යෝගාවචරයා

දිට්ඨි විසුද්ධි කඩ්ඛාවිතරණ විසුද්ධි සමධිගමෙන = දිට්ඨි විශුද්ධි කංඛාවිතරණ විශුද්ධි ලබාසිටින බැවින්

කාමඤ්ච දිට්ඨි විසුද්ධි කොසතාය = ශුද්ධියටපත් දෘෂ්ඨියෙන් සමන්වාගත බව

පන = නමුදු

මගෙන අසමුගසාවිතතා = මාගී ඤාණයෙන් ඉතිරියක් නොතබා දුරු නොකළ බැවින්

අනොලොරිකාය දිට්ඨියා

වසන = ඉතා සියුම් දෘෂ්ටියක් වශයෙන්

එවං = "අහං විපසන්නාමි, මම විපසන්නාති ගණහතො "මම විපසන්නාකරමි, මගේ විපසන්නාවැ" යි දැඩිව ගනී යන මේ කථාව

වුත්තං = කියන ලදි

(මෙම ටීකා දැක්වීම අනුවත් සමමසන ඤාණ ආදියෙන් සම්පූර්ණ වූ යෝගාවචරයා කෙරෙහිදු සියුම් දෘෂ්ඨි පහළ විය හැකි බව වේ" යැයි පිළිගත යුතු)

අනාත්ම වූ සංස්කාර ධර්මයන් ම වනාහි අනාත්ම වූ මෙනෙහි කරන මෙනෙහි කරන වාරයේ එලෙස දැක පිළිගන්නේ නම් එම යෝගාවචරයාගේ භාවනාව "දෘෂ්ඨි උගුළුවාලීමට සමත් බැවින්" දිට්ඨි උගසාටන නම් වේ. ඉතා තදින් පහළ වන අනත්තානුපසන්නාවක් ම වන්නේය.

එවං සංඛාරෙ අනත්තතො පසන්නසංසු දිට්ඨි සමුඤ්ජාටනං නාම හොති [වි. ම. 472]

එවං = මෙලෙස

සංඛාරෙ = මෙනෙහි කළ යුතු දෙයාකාර සංස්කාර ධර්මයන්

අනත්තතො පසන්නසංසු = ආත්මයක් නැත. හුදු ධර්මතාවක් පමණ යැයි මෙනෙහි කොට බලන්නා වූ යෝගාවචරයාගේ

විපසන්නා = විපසන්නා කිරීම

දිට්ඨි සමුග්ගාචනං නාම = දිට්ඨි සමුග්ගාචනය නම්  
 හොති = වෙයි.

යදා අනත්තානුපසංයනා තිකඛා සුරා විසදා පචතති ඉතරා දොපි  
 තදනුගතිකා. තදානෙන දිට්ඨිඋසාචනං කතං හොති [මහා වී. (ඉ) 2/316]

යදා = යම් කලෙක  
 අනත්තානු පසංයනා = අනාත්මය අනුව බලන භාවනාව  
 චා = ආත්මයක් නැත, මමෙක් නැත යැයි මෙනෙහි කොට බලන භාවනාව  
 තිකඛා සුරා විසදා = තියුණු සුර මෙන්ම පිරිසිදුවීම  
 පචතති = සිදුවී  
 ඉතරා දොපි = අනිච්චානුපසංයනා දුකඛානුපසංයනා යන දෙක ද  
 තදනුගතිකා = එම අනත්තානුපසංයනාව අනුව වැටේ  
 (ප්‍රථමයෙන් අනත්තානුපසංයනානුකූලව දෑක දැන පිළිගනී. අනතුරුව අනිච්ච -දුකඛ යැයි සලකා බලයි යන්න මෙහි අදහසයි.)  
 තදා = අනත්තානු පසංයනාව බලවත් වූ එම අවස්ථාවෙහි  
 නෙ න = මෙම යෝගාවචරයා  
 දිට්ඨි උසාචනං = දෘෂ්ඨි ගලවා ඉවත් කිරීම, උගුළුවා දූෂීම  
 කතං = කරන ලද්දේ  
 හොති = වෙයි.

**මාන සමුග්ගාචන සම්මසන ක්‍රමය**

"මට විපසංයනාව පුළුවන්, මට විපසංයනා හැකියාව ඇත්තේ යැ"යි තදින් ගන්නේ නම් එම යෝගාවචරයාගේ මෙනෙහි කරමින් බලන එම භාවනාව "මානයෙන් උදුම්වාගත් සිත එයින් මුදවාලීමට අස්කර ගැනීමට

නො හැකි හේතුවෙන්” මාන සමුග්‍රහාටනය සම්පූර්ණ නැතැයි කියැවේ. අනිත්‍ය වූ සංස්කාර ධර්මයන් මෙතෙහි කරමින් භාවනා කරමින් සිටින්නේ යැයි මෙතෙහි කරන කරන වාරයේ එය දැක දැන පිළිගන්නා ගතිය ඇත්තේ නම් එම යෝගාවචරයාගේ විපසසනාව මානය අඩු කිරීමට දුරු කිරීමට හැකිවන බැවින් මාන සමුග්‍රහාටන නම් වේ. මේ වනාහි බලවත්ව පහළ වන අනිච්චානුපසසනාවයි.

අනිච්චානුපසසනා මාන සමුග්‍රහාටනං නාම හොති

[වි. ම. 472]

යදා පන අනිච්චානුපසසනා නිකඛා සුරා විසදා පවනති ඉතරා දොපි තදනුගතිකා, තදානෙන මාන සමුග්‍රහාටනං කතං හොති

[මහා ටී. (බු) 2/316]

නිකනති පරියදාන සමමසන ක්‍රමය

“හොදින් විපසසනාව වේ, මෙතෙහි කොට බැලීම රසවත් ද හොදින් මෙතෙහි වේ” යැයි ආශ්වාද කරන යෝගාවචරයාගේ භාවනාව “එහිම ආකර්ශනය, මනෝඥ භාවය දුරු කළ නොහැකි බැවින්” නිකනති පරියදාන නම් නොවේ. අතරක් නොතබා ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් යන හුදු සංස්කාරධර්මයන් මෙතෙහි කොට දැක දැන පිළිගනී යැයි මෙතෙහි කරන කරන වාරයේ දැක පහදීනම් එම යෝගාවචරයාගේ භාවනාව නිකනති පරියදාන නම්වේ. විශේෂයෙන් බලවත් වූ දුකඛානුපසසනාව මැයි.

අට්ඨකථාවන්හි දැක්වෙනපරිදි වනාහි සුට්ඨු විපසසනම් මනාපං විපසසනාමී යැයි ගතහොත් මානය පහළවේ. මානය වේ. විපසසිකුං සකෙකාමී යැයි ආශ්වාද කරන්නේ නම් නිකනතිය වෙයි” යැයි සළකාගත යුතුව ඇත. මහා ටීකා වෙහිද මෙයට අනුරූපව ම විග්‍රහ කොට ඇත.

දුකඛනො පසසනසන නිකනති පරියදානං නාම හොති

[වි.ම. 472]

යදා පන දුකබානුපසසනා තිකබසුරා විසදා පවත්නති ඉතාර දෙවපි  
 තදනුගතිකා තදානෙන නිකනති පරියාදානං කතං හොති

[මහා වී (බු) 2/316]

නාම සත්තක ක්‍රමයද

සමුසන ඤාණයද නිවේයෙ 24/715

උදයබ්බය ඤාණය

යා යද්ඨී යං භුතං, තං පජ්භතී, උපෙකබ්බං පටිලභතී”ති එවමාගතා  
 විචිනනෙ මජ්ඣධ්මනභුතා උපෙකබ්බා, අයං විපසානුපෙකබ්බා නාම -පෙ-  
 පඤ්ඤා එව හි සා, කිච්චවසෙන අබ්බා භින්නා යථා හි සුරිසසස සායං  
 ගෙහං පවිට්ඨං සප්පං අජපද දණ්ඩං ගහෙත්වා පරියෙසමනාසස තං  
 ථුසකොට්ඨාසෙ නිපන්නං දිසවා සප්පො නු බො නොති අවලොකෙනනසස  
 සොවත්තිකත්තයං දිසවා නිබ්බේතිකසස සප්පො න සප්පොති විචිනෙන  
 මජ්ඣධ්මතා හොති, එව මෙව යා ආරඳ්ඛවිපසසකසස විපසසනාඤාණෙන  
 ලකබ්බන්තයෙ දිට්ඨේ සංඛාරානං අනිච්චභාවාදී විචිනෙන මජ්ඣධ්මතා  
 උපාජ්ජති අයං විපසානුපෙකබ්බා [වී.ම. 472]

විපසසනා උපෙකෞවෙහි ස්වරූප ගුණ්තිය

- යද්ඨී -පෙ-පටිලාභතීනි = යැයි
- එවං ආගතා = මෙලෙස ම. නි. උපරිපණ්ණාසකයෙහි හා  
 අංගුත්තර නිකාය පාළියෙහි එන
- විචිනනෙ = අනිත්‍ය, දුකබ්බ, අනත්ත මැනෝ යැයි විමසුම්  
 කරන කල්හි
- මජ්ඣධ්මනභුතා = මධ්‍යස්ථ ස්වභාවයට පත්වන්නා වූ
- වා = බලවත්ව උත්සාහ නො කරන සවභාවය  
 ඇතිව
- යා උපෙකබ්බා = විපසානා ඤාණ සංඛ්‍යාත යම් උපේක්ෂාවක්
- අඨී = ඇත්තේය.



- අයං = එම උපේක්ෂාව
- විපසානුපෙකධානාම = විපසානා උපේක්ෂාව නම් වේ.
- යද්ඪි = ආදී කොට ඇති පාළියෙහි අර්ථය වනාහි
- යං = යම් පඤ්චස්කන්ධයක්
- අත්ථී = පරමාර්ථ වශයෙන් ඇත්ද
- යං = එම සකන්ධ පඤ්චකය
- භූතං = හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් පහළ වෙමින් පවතී.

(යං අත්ථී - යං භූතං එතර්හි ඛන්ධ පඤ්චකං - උපරිපණ්ණසා අට්ඨ කථා, යද්ඪි යං භූතං පච්චුප්පනකඛන්ධ ඤ්චකං - අංගුත්තරට්ඨ කථා, උපරි පණ්ණයන ටීකා යං අත්ථී - යං ඛන්ධපඤ්චකං පරමස්ථනො අත්ථී යැයි විචරණය කරයි).

- තං = එම පරමාර්ථ වශයෙන් ප්‍රකටව පවතින, වතීමාන වශයෙන් පහළ වෙමින් පවතින ස්කන්ධ පඤ්චකය
- පජනති = දුරු කරයි
- උපෙකධං = විශේෂ ප්‍රයත්න නොකර "අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මය" යි ප්‍රකටව පිරිසිදුව දක දන ගන්නා විපසානුපෙකධාව
- පටිලහති = ලබයි  
පාළි පොත්වල වනාහි
- පටිලහති තං =
- පජනමිති උපෙකධං = යැයි දක්වා ඇත්තේය.
- තං = එම පහළවෙමින් වතීමානව පවතින ස්කන්ධ පඤ්චකය
- පජනමිති = දුරු කරයි.
- ඉති = මෙලෙස දුරු කිරීම වශයෙන්
- උපෙකධං = විපසානුපෙකධාව

පටිලහති

= ලබයි යන ලෙස අර්ථ විවරණය කරයි

තං පජ්ඣාමිති උපෙකධං පටිලහතිති තං තස් ඡන්දරාගස්සභානෙන පජ්ඣාමිති විපස්සනුපෙකධං පටිලහති - [අං. අ.2/719]

ආරම්භක භාවනා අවස්ථාවේ, තවම ඥාණය නො මේරූ කාලයේ මතු වන මතු වන නාම-රූප, වතීමාන ස්කන්ධ පඤ්චකය 'අනිත්‍යා, දුක්ඛ, අනාත්ම යැයි පිරිසිඳ හොඳින් දැකිය නො හැක්කේය. එබැවින් එම ස්කන්ධයන් කෙරෙහි නිවච සුඛ අත්‍ය යැයි සලකාගෙන ආශාව, බැඳීම නම් වූ ඡන්ද, රාග තවමත් පහළ විය හැක්කේය. සම්මසන ඥාණය මුදුන්පත් වීමට තරම් ඥාණය මුහුකුරා ගිය අවස්ථාවේ විශේෂ ආයාසයකින් තොරව, හුදු මෙනෙහි කිරීමෙන් ම පමණක් මතු වන මතු වන නාම-රූප වතීමාන පඤ්චස්කන්ධයන් "අනිත්‍යයැයි, දුක්ඛයැයි, අනාත්මයැයි පිරිසිදුව දක දැනගෙන පිළිගන්නවා ඇත. එබැවින් එම පඤ්චස්කන්ධයන් කෙරෙහි "නිවච, සුඛ, අත්ත" යැයි සලකාගෙන කැමැත්ත, බැඳීම නම් වූ ඡන්ද රාගය පහළ විය නො හැක්කේය. මෙලෙස ඡන්දරාග පහළ නො වන ආකාරයට දැක දැන ගැනීම සිදුවන නිසා "මතු වන මතු වන ඝෂණයෙහි නාම-රූපයන් විශේෂ ආයාසයකින් තොරව අනිත්‍යයැ දුක්ඛයැ අනාත්මයැ යි මෙනෙහි කොට දැනගනී. එම නාම රූපයන් පහළ කරවන ඡන්දරාගය ද දුරු කළා නම් වන්නේ යැයි යන්න මෙහි අදහසයි. මෙය වටහා ගැනීමට දුෂ්කර ස්ථානයකි. මහා ටීකාවෙහි දැක්වෙන "යද්ධි යං භුත්තනි ඛන්ධ පඤ්චකං තං මුඤ්චිතුකමයතා ඥාණෙන පජ්ඣති" යන විවරණය වනාහි උත්කෘෂ්ඨ ක්‍රමයට කරන දැක්වීමකැයි සලකා ගතයුතු. මෙලෙස සලකා ගතහොත් පමණක් උදයබ්බය ඥාණ අවස්ථාවෙහි විපස්සනුපෙකධාව දක්වන විශුද්ධි මග්ගය හා සැසඳේ

- සා = විපස්සනුපෙකධා, සංඛාරුපෙකධා යන මේ උපෙක්‍ෂා දෙක පඤ්ඤා එව = ධම් වගයෙන්, සරමාථී වගයෙන් ඥාණය ම වේ
- කිච්ච වසෙන = ත්‍රිලක්‍ෂණයන් සමසමච බලන කෘත්‍යය, සංස්කාරයන් කෙරෙහි සමසමච බලන කෘත්‍යය යන ආකාරයකට
- ඤ්චධා = දෙකකට
- හින්නා = බෙදී යයි.

හි	= විස්තර වශයෙන් බලනහොත්
සායං	= සවස් කාලයෙහි
ගෙනං පවිට්ඨං සප්පං	= ගෙට වැදුණු සපීයෙක්
අප්පද දණ්ඩං ගහෙත්වා	
පරියෙසමානසස	= එළු කුරයකට සමාන සටහන් සහිත කෙළවරක් සහිත දණ්ඩක් අතින් ගෙන සොයා යන කල
තං	= එම සපීයා
ඵස කොට්ඨාසෙ නිපන්නං	
දිසවා	= දහයියා ගොඩක ලැග සිටිනු දෑක
සප්පොනුබො, හොති	
අවලොකෙනනසස	= සපීයා ද නැද්දැයි පරික්ෂාකර බලන්නහුට
සොවත්තිකත්තයං දිසා	= පෙනයේ ඇති ඉර තුන දෑක
නිබ්බමතිකසස	= සපීයා ම යැයි සැකහැර දෑකගත හැකි
පුරිසසස	= පුරුෂයාට
සප්පො න සප්පොති	
විචිනතො	= සර්පයෙක්දෝ හෝයි සර්පයෙක් නොවේදෝ හෝයි විමසා බලනුයේ
මජ්ඣන්තනා	= විශේෂ ආයාසයක් නොකර මැදහත්වන බවට
හොති යථා	= පත්වන්නාක් සේ
එවං එව	= මේ ක්‍රමයෙන් ම
ආරඬු විපසසකසස	= සමමසන ඤාණ ක්‍රමයෙන් ආරම්භ කරන ලද විපසසනා යොගීහට
විපසසනාඤාණෙන	= සමමසන විපසසනා ඤාණයෙන්
ලක්ඛනනයෙ දිට්ඨ	= ලක්ෂණත්‍රය දැන දැනගත්

- සංඛාරානං අනිච්චතාදි විචිතනෙ= සංස්කාරයන්ගේ අනිත්‍යතාව ආදිය විමසා බැලීම වශයෙන්
- යා මජ්ඣනිකානා = යම් වූ මධ්‍යස්ථතාවක්, විශේෂ ප්‍රයත්න නො කිරීමක්
- උප්පජ්ජති = පහළ වේ.
- අයං = මේ විශේෂ ආයාස, ප්‍රයත්න නොමැතිව දැක ගැනීම් ස්වභාවය-
- විපසංනුපෙකංඛා = විපසංනුපෙකධාව නම් වේ.

අඤ්ඤානා පිට දැකිය හැකි පහළ වෙමින් පවතින නාම රූපයන් ද, එම වකිමාන නාම-රූපයන්ගේ අනුමාන කිරීමෙන් වකිමාන නොවන නාම -රූපයන්ද, ඇතිවීම් - නැතිවීම් සහිත අනිත්‍යය, දුකඛ අනාත්ම යන ලක්ෂණයන් සලකා බලා සැක රහිතව විනිශ්චය කරන්නා හට, අධ්‍ය කථාවල දැක්වෙන පරිදි “අනිත්‍ය, දුකඛ, අනාත්ම” යන්න විමසා බලන්නා වූ අමතර ප්‍රයත්නයක් නො කර, මෙතෙහි කරන කරන නාම-රූපයන් මෙතෙහි කිරීම් පමණකින් මුල සහ අග යන ඇතිවීම් - නැතිවීම් පිරිසිදුව දැක දැන ගන්නා විපසංනුපෙකධාව පහළ වේ. එම අවස්ථාවේ පටන් වකිමාන නාම-රූපයන්ගේ උදය හා වය දෙක දැක දැන ගන්නා උදයඛය ඤාණය පහළ වේ. එම ඤාණයෙහි පහළ වීම් ආකාරය පටිසම්භිදාමග්ග පාළිය අනුව දක්වන්නෙමු.

පච්චුප්පනනානං ධම්මානං විපරිණාමානුපසසනෙ පඤ්ඤා උදයඛයානුපසසනෙ ඤාණං [පටිසම්භිදා මගග 1]

- පච්චුප්පනනානං = කාරණයක් හේතුකොට පැන නගින්නා වූ
- ධම්මානං = නාම-රූප ස්වභාව ධර්මයන්
- විපරිණාමානුපසසනෙ = පහළ වන ඤාණය හා සම නොවූ
- පඤ්ඤා = වෙනස්වීම, බිඳීයෑම අනුව විපසංනා කරන ඤාණය
- උදයඛයානුපසසනෙ ඤාණං = උදයඛයානුපසසනා ඤාණය නම්වේ.

මෙතෙහි කරන කරන වාරයේ බුබුලු මතු වන්නාක් මෙන් පහළ විමද හිස තෙක් පිරි එන්නාක් මෙන්ද මෙතෙහි කරන නාම-රූපයන්හි මූල -ආරම්භය මෙතෙහි කොට දැන ගන්නා සිත ඥාණයට ප්‍රකට වේ. ඉටිපන්දම් දුල්ලක් වහා වහා නිවී යන්නාක් මෙන් මෙතෙහි කළ යුතු නාම-රූපයන්හි නිමාව- අවසානය ද මෙතෙහි කොට දැන ගන්නා සිත ඥාණයට ප්‍රකටවේ. මෙලෙස ප්‍රකට වූ අවස්ථාවෙහි, මෙතෙහි කරන මෙතෙහි කරන ගෝචර නාම-රූපයන්හි මූල පහළවීම සහ අග-බිඳී යෑම දක දැන ගැනීම උදයබ්බය ඥාණය නම්වේ.

ජාතං රූපං පච්චුසානනං තස්ස නිබ්බන්ති ලක්ඛණං උදයො විපරිණාම ලක්ඛණං වයො අනුපසස්සනා ඥාණං [වි. ම. 104]

- ජාතං රූපං = (උපාදා, සීති භංගයට පත්වූ) පහළ වෙමින් පවතින රූප
- පච්චුසානනං = පච්චුසානන නාම-රූප නම් වේ.
- තස්ස = එම පහළවෙමින් පවතින රූපයන්හි
- නිබ්බන්ති ලක්ඛණං = මූල පහළවීමේ ලක්ෂණය
- උදයො = පහළ වීම නම් වේ
- විපරිණාම ලක්ඛණං = පහළ වීමේදී පැවති තත්ත්වයෙන් ම නොපැවති වෙනස්වන, ගෙවියන ලක්ෂණය
- වයො = බිඳීයෑම නම් වේ
- අනුපසස්සනා = එම පහළවීම - බිඳීයෑම දක දැන ගැනීම
- ඥාණං = උදයබ්බය ඥාණය නම් වේ.

සත්තති පච්චුසානෙන බණ පච්චුසානෙනවා ධම්ම උදයබ්බය දස්සනාහිනිවෙසො කාතබ්බො න අතිතානාගතෙහි වුත්තං "පච්චුපන්නානං ධම්මනති"

ජානනති නිබ්බන්තං භාවං පටිලඤ්ඤානභාවං - පෙ- පච්චුසානනරූපං නාමජාතං බණතනයපරියාපනනනනි අපෙථා, තං පන ආදිතො

දුසාරිශාභනති සන්තතිපච්චුසානනවසෙන විපසානාහිනිවෙසො කාතබ්බො”

[මහා වී (බු.) 2/415]

- සන්තති පච්චුසානනවා ධමමෙම = සන්තතිපච්චුප්පන්න ධම් වේවා
- බණ පච්චුසානනවා ධමමෙම = බණ පච්චුප්පන්න ධම් වේවා
- උදයබ්බය දසසානාහිනිවෙසො = ඇතිවීමි - නැතිවීමි වෂයෙහි මෙතෙහි කරමින් භාවනා කිරීම
- කාතබ්බො = කළ යුතුයි.
- න අනිකානාගතෙ පටන් = අනිත - අනාගත ධම්යන්ගෙන් ගෙන මෙතෙහි කොට භාවනා නො කළ යුතු
- ඉති = එබැවින්
- පච්චුසානනාතං ධමමානති = පච්චුප්පන්න ධම්ය යැයි
- වුතං = කියනු ලැබේ.
- ජානනති = ජානං යන්න
- නිබ්බතං = නිපැදීම
- පටිලඤ්ඤානභවං = ලද්දා වූ ආත්මභාවය
- පෙ- පච්චුසානනරූපං නාම = ප්‍රත්‍යක්ෂන්න රූප නම්
- ජාතං = පහළ වෙමින් පවතින රූප
- බණ්ණකය පරියාපනනං = උප්පාද - ධීති - භංග යන ක්ෂණ තුනට ඇතුළත් රූප
- ඉති අසෝ = මේ ජාතං රූපං පච්චුසානනං යන පාඨයේ අර්ථයයි
- පන = නමුදු
- එතං = එම ක්ෂණ වශයෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂන්න වූ රූප

- ආදිකො = උදයඛනය ඤාණය ආරම්භයේදී
- දුපාරිභහං = මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීමට, පරිග්‍රහ කිරීමට අපහසුය.
- ඉති = එබැවින්
- සන්නති පච්චුසානන වසෙන = සන්නති ප්‍රත්‍යුත්පන්න වශයෙන්
- විපසානාහිනිවෙසො = විපසානා කම්ප්ථානයේ මූල තබා මෙනෙහි කිරීම
- කාතබ්බො = කළ යුතු

මෙම ටීකා දැක්වීමට අනුව ජාතං රූපං පච්චුසානනං යනාදී පාළිය මගින් හුවා දක්වන ලද ප්‍රත්‍යුත්පන්න ධර්ම යන්න උත්පාද, ධීති, භංග යන අවස්ථාවට පත්වී ඇති බණ පච්චුසානනයයි. අදා පච්චුසානන සන්නති පච්චුසානන ධර්ම නොවේ යැයි දකුණු වේ. මේ ආකාරයට උදයඛනය ඤාණ පටන්ගන්නා අවස්ථාවේ සන්නති පච්චුසානන ධර්මයෙහි ඇතිවීම නැතිවීම පමණක් දක හැක්කේය. එම අවස්ථාවේ පටන් තරුණ උදයඛනය ඤාණය පහළවේ. උදයඛනය ඤාණය මුහුකුරා ගිය කළ බණ පච්චුසානන ධර්මයේ ඇතිවීම නැතිවීම දැක, දනගැනීම පහළවී යැයි ද දකුණු.

සන්නති පච්චුසානන සහ බණ පච්චුසානන ජාතං රූපං පච්චුසානනං” ආදියෙහි අදහස වනාහි පිම්බන රූප-හැකිලෙන රූප, හිඳින රූප, සිටින රූප, යවන රූප, නවන රූප, දිගහරින රූප ආදී කායික ඉරියව් සියල්ල, උපදින, ක්‍රියා කරන, විද්‍යාමාන ඝණය ප්‍රත්‍යුත්පන්න වන්නේය. එම රූපයන්හි මූල නම් වූ පහළ වීම=උදය නම්වේ. අග නම් වූ බිඳීයාම=වය නම් වේ. එක එකක් පිම්බීමක්, හැකිලීමක්, හිඳීමක්, සිටීමක්, යැවීමක්, නැවීමක්, දිගහැරීමක්, සෙලවීමක්, ඉදිරියට යැවීමක්, කිරීමක් මූල =ඇතිවීමේ එක වාරයක් අග=බිඳීයෑම් එකවාරයක් බැගින් පිරිසිඳ දැක දන ගැනීම සන්නති පච්චුසානන රූපයන්හි ඇතිවීම- නැතිවීම දැක දන ගැනීම පටන්ගන්නා උදයඛනය ඤාණය නම්වේ. මෙපමණක් ම දනගැනීමෙන් පමණක් පිම්බීම වරක්, හැකිලීම වරක්, හිඳීම වරක්, නැවීම වරක්, දිග හැරීම වරක්, වම යැවීම වරක්, දකුණ යැවීම යනාදී ලෙසට වෙන් වෙන්ව පුරැක්,

පුරුක් වශයෙන් හොඳින් බෙදී ප්‍රකටවන බැවින් ම “එක එකක් කායික ඉරියව්වක් වෙනත් ඉරියව්වක් තෙක් නොපැමිණ ඒ ඒ ඝණයෙහි මතු වෙමින් මතුවෙමින් බිඳී බිඳී යෙත්” යැයි මෙනෙහි කොට බැලීමෙන් ම වෙනත් කල්පනා කිරීම් වලින් තොරව ම පිරිසිදුව දැක දැන වටහාගනී.

උදයබිබය ඤාණය බලවත් වූ කල්හි වනාහි වරක් වරක් හුස්ම ගන්නා අවස්ථාවේ එක පිම්බීම් අවස්ථාවක් තුළ කුඩා පිම්බීම් රාශියක් සිදුවන්නාක් මෙන් ප්‍රකට වේ. එම කුඩා පිම්බීම් රාශියක් සිදුවන්නාක් මෙන් ප්‍රකටවේ. එම කුඩා පිම්බීමක් ද බිංදු නිසා වහා වහා පැන නගින දිය බුබුලු ඝණයකින් බිඳී යන්නා සේ, එක වලනයකින් තවත් එක වලනයක් ඊලඟ වලනය තෙක් නොයා ඒ ඒ ඝණයෙහි වහා වහා පැන නැගෙමින්, බිඳී දුරුවී යන්නේ යැයි ප්‍රකට වේ. එක එකක් හැකිලීම්, හිඳීම්, යැවීම්, නැවීම් ,දිගහැරීම් වලනය කිරීම්, කටයුතු කිරීම් ද මෙලෙසට ම කුඩා කුඩා ක්‍රියාකාරකම් විශාල රාශියක් මෙන් ක්‍රියාවලියක් මෙන් කැඩී කැඩී ප්‍රකට වේ. එම අවස්ථාවෙහි ඇතිවීම්-නැතිවීම් රාශියක් අඛණ්ඩව සිදුවන කායික ක්‍රියාවක මුල පටන් ගැන්ම, අග බිඳීයෑම, හිනාමතා ගැනීමකින් තොරව හුදු මෙනෙහි කොට බැලීමෙන් ම පමණක් පිරිසිදුව දැක දැන ගැනීම පාළු භාෂාවෙහි බණ පවුපනන, රූපයන්හි උදයබිබය දැක දැන ගන්නා බලව උදයබිබය ඤාණය නම් වේ. දකින දකින වාරයේ අසන අසන වාරයේ යන තන්හිදු දකින වණ් රූපය, අසන ශබ්ද රූපය ආදියද ඇසේ ඔපය කණේ ඔපය ආදියද ඒ ඒ ඝණයෙහිම වහ වහා පැන නැගී බිඳී බිඳී යන්නේ යැයි දැනගනී. මෙම බණ පවුපනනය පිරිසිදීම සඳහා ඉතා සීඝ්‍රයෙන් නම් වශයෙන් කියමින් මෙනෙහි කරන්නට ගිය හොත්, පහළ වන තාක් බිඳීයන තාක් රූප ලුහුබැඳ යා නො හැකි ආකාරයක් විය හැක්කේය. හුදු දැනගැනීම් මාත්‍රයෙන් ලුහුබැඳ යමින් භාවනා කළහොත් සියල්ල පිරිසිදුමින් පහසුවෙන් මනසිකාරය පැවැත්විය හැකි වන්නේය.

ජාතා වේදනා පවුපනනා, ඡාතා සඤ්ඤා පවුපනනා ජාතා සංඛාරා පවුපනනා, ජාතං විඤ්ඤාණං පවුපනනං තස්ස නිබ්බන්ති ලක්ඛණං උදයො, විපරිණාම ලක්ඛණං වයො අණුපසානා ඤාණං

[පටි. ම. 104]



ජාතා වෙදනා	=	වතීමාන විදීමි
පච්චුප්පනනා	=	පච්චුප්පන නම්වේ. ප්‍රත්‍යුත්පන්න වෙයි
ජාතා සඤ්ඤා	=	වතීමාන හැඟීමි
පච්චුප්පනනා	=	ප්‍රත්‍යුත්පන්න වෙයි
ජාතා සංඛාරා	=	චර්තමාන සංස්කාර
පච්චුප්පනනා	=	ප්‍රත්‍යුත්පන්න වෙයි
ජාතං විඤ්ඤාණං	=	වතීමාන සිත
පච්චුප්පනනං	=	ප්‍රත්‍යුත්පන්න වෙයි.
තස්සා	=	එම ප්‍රත්‍යුත්පන්න සිතෙහි
නිබ්බතති ලක්ඛණං	=	මූල, පහළවීමි ලක්‍ෂණය
උදයො	=	හට ගැනීම නම් වේ.
විපරිනාම ලක්ඛණං	=	මූල හා සමාන නොවී විකෘතියට යන බිඳියන ලක්‍ෂණය
වායො	=	වියෝවීම නම් වේ.
අනුපස්සනා	=	මෙම හටගැනීම වියෝවීම දක දන ගැනීම
ඤාණං	=	උදයබ්බය ඤාණය නම්වේ.

දක්නා වූ, අසන්නා වූ, ආඝ්‍රාණය කරන්නා වූ, රස බලන්නා වූ, පහසක් ලබන්නා වූ, සිතන්නා වූ, මෙනෙහි කිරීමක් කරන්නා වූ, වාරයක් පාසා ලබන අත්දැකීම් ප්‍රත්‍යුත්පන්න වේදනා නම් වේ. මෙනෙහි කිරීම ප්‍රත්‍යුත්පන්න සඤ්ඤාවයි. අරමුණ දන ගැනීම අරමුණු කිරීම සිදු කරන සිත ප්‍රත්‍යුත්පන්න විඤ්ඤාණයයි. ඉතිරි නාම ධම්මී සියල්ල ප්‍රත්‍යුත්පන්න සංස්කාර සමූහයයි. දැකීම, ඇසීම ආදී කෘත්‍යයන් නිමාව තෙක් පවත්වන්නා වූ ප්‍රයත්න කරන්නා වූ ධම්මී යැයි කිව හැක්කේය. එම සංස්කාරයන් “අරමුණ වෙතට සිත යනු පිණිස මෙන්ද සිත වෙතට අරමුණ ළඟාවනු පිණිස මෙන්ද” අරමුණ හා සිත ගැටීම නම් වූ එසාය, අරමුණ වෙතට වේගයෙන් ධාවනය කරන්නාක් මෙන්ද, බලව, අසව, වින්දනය කරව ආදී වගයෙන් සිතන්නා සේද, අරමුණ හා සිත සම්බන්ධ කරවන වේතනා,

සිතීම නම් වූ විතක්කය, කල්පනා කිරීම, සලකා බැලීම නම් වූ විචාරය පිනායන ගතිය නම් වූ පීති, සංසිදුවීම නම් වූ පසද්ධියද අදහන පහදින සඬාවද සිතිය නම්වූ සතිය, භාවනා ප්‍රයත්නය කරන විරිය, එකාග්‍ර බව සමාධි, දැනීම පඤ්ඤා, අසාව කැමැත්ත ලෝභ, සිතේ තරඟව දොස, නාම රූපයන් ම සෝභන යැයි ආදී ලෙස වරදවා වටහා ගන්නා මෝහ, යුගග්‍රාහය නම් වූ මානය, ඇවිස්සුනු ගතිය උදධවම, නාම - රූපයන් සත්ත්වයෙකු ලෙස සලකන දිට්ඨි, සැක මුසු ගතිය විචිකිච්ඡා යනාදී ධම් පමණි. වෙන් වශයෙන් වන මෙම නාම ස්කන්ධයන්ගේ මුල - පහළ වීම උදයයි. අග බිදියෑම වයයි. දකින අවස්ථාව ආදියෙහි මෙනෙහි කොට බලා මෙම නාමස්කන්ධයන් හි ඇතිවීම් නැතිවීම්- සන්නතියක් ලෙස හෝ වේවා, ක්ෂණ වශයෙන් හෝ වේවා, වෙන් වෙන් වශයෙන් දක දන ගැනීම උදයබබය ඤාණ නම් වේ .

**සන්නති වශයෙන් පිරිසිඳු දැනීම**

වෙහෙස ඇතිවී පසුව හරි බරි ගැසීමෙන් හිඳීමේ සුවයක් ලබයි. සුවසේ හිඳගෙන සිටින්නේ නමුත් ටිකකට පසු නැවත වෙහෙස ඇතිවේ. වේදනා හෝ, කැසීම් හෝ නැවත ඇතිවේ. මෙලෙස මතුවන වෙහෙස මුල පටන් වෙනස් කරන තැන දක්වා වෙහෙස කර තත්ත්වය නැවත නැවත බොහෝ වතාවක් උපදින නමුත් උදයබබය ඤාණය තරුණ අවස්ථාවේදී එම වෙහෙසකර බවේ නැවතත් පහළ වීම වෙන් වෙන් වශයෙන් දන ගත නො හැක්කේය. එකම ස්වභාවයකින් දකින නිසා එකම වෙහෙස යැයි සිතාගෙන සිටී. මෙලෙස එකක් ලෙස සමාන ස්වභාවයෙන් වෙහෙස දිගට පැවැත්ම ප්‍රත්‍යක්ෂපන්න වේදනා නම් වේ. මෙලෙසට ම මුල සිට අග දක්වා ම එක ම යැයි සිතා ගන්නා ස්වභාවයේ පැවැත්ම, ඉදීමේ පහසුව, උෂ්ණ, වේදනා, කැසීම් යන මේවායේ පැවැත්ම ද සන්නති ප්‍රත්‍යක්ෂපන්න වේදනා නම් වේ. මෙලෙස තරුණ උදයබබය ඤාණ ආරම්භයේ වෙහෙස එකක්, වෙනස් කොට වාසීවී පහසු වීම එකක්, නැවත වෙහෙස බව උෂ්ණ වේදනා කැසීම් යන මේවා එකක් යන ලෙසම දුකඩ- සුබ වේදනාවන් කොටස් -කොටස් -පුරුක් -පුරුක් කොට දක දන වටහා ගනී. මෙලෙස එක එකක් වශයෙන් වණි රූප-ශබ්ද යනාදිය

මෙනෙහි කරගෙන යෑම සන්තති ප්‍රත්‍යක්ෂපන්න සංඥා දැන ගැනීමේ ක්‍රියා පිළිවෙල සනතති ප්‍රත්‍යක්ෂපන්න සංඥා නම් වේ. එකක් එකක් වූ වණි රූප - ශබ්ද ආදී අරමුණු දැන ගැනීමේ ක්‍රියා පිළිවෙල සන්තති ප්‍රත්‍යක්ෂපන්න විඤ්ඤාණ නම් වේ. එක එකක් ඉරියව්, ක්‍රියාකාරකම්, කරන උත්සාහ කරන වැඩ පිළිවෙල සන්තති ප්‍රත්‍යක්ෂපන්න සංස්කාර නම් වේ. මෙම සංඥා, සංස්කාර, විඤ්ඤාණ යන මේවා ද ඊට අසමාන සංඥා, සංස්කාර, විඤ්ඤාණ වලට පෙරළන වාරයක් පාසා "පෙර පර ස්වභාවයන් එකකි. පසු පසු ස්වභාවයන් වෙනස් එකකි" යැයි බෙදා වෙන් කර දක දැන ගනී.

**කෂණ වශයෙන් පිරිසිඳ දැනීම**

එකම ප්‍රවාහයක් ලෙස දිගට පහළ වන වෙහෙසකර ගතියක් තුළම ප්‍රථම අවස්ථාවේ වෙහෙස එකකි. දෙවැනි අවස්ථාවේ වෙහෙස තව එකකි. තුන් වැනි අවස්ථාවේ වෙහෙස තව එකකි. යන ලෙසට වහා වහා පහළ වී බිඳී යන්නාවූ වෙහෙස අවස්ථාවන් සියල්ල සමූහය මතුවන තුනිවන අවස්ථාවක් පාසා වෙන වෙන ම පිරිසිඳ දක දැන වටහාගනී. වෙහෙසකර ඉරියව්ව මාරුකර පහසුවක් ඇතිවීමේදී දක්වූ ක්‍රමයටම බලයි. තවදුරටත් වණි රූපයක් දැන මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේදී ප්‍රථම මෙනෙහි කිරීම එකකි, දෙවැනි මෙනෙහි කිරීම තව එකකි, යන ලෙසට වෙන් වෙන් වශයෙන් පිරිසිඳ දැනගනී. ක්‍රියාකාරකම් ගැන සිතා ඒ අනුව කටයුතු කිරීමේදී ප්‍රථම සිතීම හා ක්‍රියාවක් වීම එකකි. දෙවැනි සිතීම හා අනුව ක්‍රියාවක් වීම තව එකකි. යන ලෙසට වෙන් වෙන් වශයෙන් පිරිසිඳ දැනගනී. මෙලෙසට දේශනා පාලියට අනුව නාම ධර්මයන් කෂණ වශයෙන් බෙදා වෙන්කොට දක හැකිවන ලෙසට සවිස්තර ව දකින අවස්ථාවේ නාම වශයෙන්, 'නාම' කියා මෙනෙහි කිරීමට ගියහොත් සෑම මතුවීමක් පාසා සෑම තුනී වීමක් පාසා අනුව යමින් මෙනෙහි කරගත නො හැකි තරම් වනු ඇත. වේගයෙන් පෙරළෙන සක රෝදයක් මෙන් ඉතාමත් යුහුසුඵව ඇතිවෙමින් නැතිවී යන නාම - රූප ධර්මයන් දැනගැනීමේ පමණකින් එම ප්‍රවාහය සම්පූර්ණයෙන් ලුහුබැඳ මනසිකාරය පැවැත්වීම යෝග්‍යාවචරයාට හැකිවනු ඇත.

පටිසම්භිදා මග පාලියෙහි ද්වාර හය විඤ්ඤාණ හය එසස හය වේදනා හය, යන මේවාද "ජාතං වක්ඛු පච්චුප්පනනං, ජාතං සොතං

පවවුපපනනං” ආදී වශයෙන් වෙන වෙනම කොටස් කොට සවිස්තරව දේශනා කොට ඇත. ග්‍රන්ථය අනවශ්‍ය ලෙස විශාල වීම වැළැක්වීමේ අදහසින් එම විස්තර මෙහි ඇතුළත් නො කරනු ලැබේ.

දක්වන්නට යෙදුණු ක්‍රමයෙන් ඝෂණ ප්‍රත්‍යන්පන්න වූ පහළ වෙමින් පවතින නාම-රූප මතුවන මතුවන වාරයේ නැතිවන වාරයේ අනුව යමින් දැන ගන්නා යෝගාවචරයා මෙලෙසට ද විනිශ්චයකට එළඹෙනු ඇත: එනම් දැන් මෙතෙහි කොට දැන ගන්නා ඇති වෙන -නැතිවෙන නාම රූප පහළ වීමට පෙරාතුව වනාහි කොතැනක හෝ රැස්වී තිබුණා නොවේ. පහළවූ අවස්ථාවේ ද වෙනත් තැනකට මාරුවී ගියා නොවේ. බිඳී ගිය අවස්ථාවේදී ද වෙනත් තැනකට ගොස් රැස්වී තිබෙනවා නොවේ. ඇත්ත වශයෙන් ම ඒවාට අදාළ හේතු නිසා මෙතැන ම පහළ වී මෙහි ම සම්පූර්ණයෙන් බිඳී විනාශ වී යෙත් යැයි මෙලෙස නිගමනයකට එළඹිය හැක්කේය. ප්‍රතිපක්‍ෂ උපමාවක් වශයෙන් මෙම ඥාණ මට්ටමට පත්වීමට පෙරාතුව “නවන අත නැවීමට පෙරාතුව ද තිබුණේයැයි ද, නවන අවස්ථාවේදී එම තිබුණු අත වෙනස් වී ආයේ යැයි ද, නැවීම නිමාවෙහි දී එම නැවුණු අත එතැනට පත්වී යැයි ද, නැවුණු තැන නැමුණු ලෙස ම පවතින්නේ යැයි ද, අතිවිමි-නැතිවිමි වලින් තොරව සරීර භාවයකින් යුක්තව නිත්‍ය භාවයකින් යුක්තව පවතින්නේ යැයි හඟියි. දැන් වනාහි මෙවන් වැරදි හැඟීම් තැත්තේ යැයි කියනු ලැබේ. පිම්බීම, හැකිලීම, හිඳීම, පය එසවීම, යැවීම, තැබීම දැකීම ආදියෙහි ද මෙලෙසට ම ප්‍රතිපක්‍ෂ උපමාවක් විස්තර කළ ආකාරය අනුව ගළපා තේරුම් ගනින්නවා. මේ වටහා ගැනීම උදයබ්බය ඥාණ මට්ටමේදී ඉතාමත් ම වැදගත් කාරණයයි.

දක්වන්නට යෙදුණු පාලි-සිංහල තේරුම් පමණින් උදයබ්බය ඥාණය සම්පූර්ණ කරගැනීමට ප්‍රමාණවත්ය. මතු දැක්වෙන්නේ එම සම්පූර්ණ කරගත් උදයබ්බය ඥාණය පහළ වන ක්‍රමය විනිශ්චය කිරීමට අදාළ පාලි හා සිංහල තේරුම් නො වේ. වැලික් එම ඥාණයේ බල මහිමය හුවා දක්වන විස්තරයන් ය.

### උදයබ්බය ඥාණයේ මහිමය

පඤ්චනං බන්ධානං උදයං පසසනෙනා පඤ්චවිසති ලක්ඛණානි පසසති වයං පසසනෙනා පඤ්චවිසති ලක්ඛණානි පසසති. උදයවයං පසසනෙනා පණණාස ලක්ඛණානි පසසති [ප. ම. 104]

පඤ්චනනං ඛන්ධානං	=	පඤ්චස්කන්ධයන්ගේ
උදයං පසසනෙනා	=	පහළ වීම දක්නා යොගාවචරයා
වා	=	පහළවීම දක්නේ නම්
පඤ්ච වීසති ලක්ඛණානි පසසති	=	විසි පහක් වූ ලක්ෂණයන් දකියි
වයං පසසනෙනා	=	වියෝවීම දක්නා වූ යොගාවචරයා
වා	=	වියෝවීම දක්නේ නම්
පඤ්ච වීසති ලක්ඛණානි පසසති	=	විසි පහක් වූ ලක්ෂණයන් දකියි
උදය වයං පසසනෙනා	=	පහළවීම-වියෝවීම දක්නා යෝගාවචරයා
වා	=	පහළවීම-වියෝවීම දකීමෙන්
පණණාස ලක්ඛණානි පසසති	=	පණසක් වූ ලක්ෂණයන් දකියි.

අවිජ්ජා සමුදයා රූප සමුදයෙනානි පච්චය සමුදයටෙධන උදයං පසසති තණහා සමුදයා කමමසමුදයා ආහාර සමුදයා රූප සමුදයොනි පච්චය සමුදයටෙධන රූපකඛස්ස උදයං පසසති නිබ්බත්ති ලක්ඛණං පසසනොති රූපකඛන්ධස්ස උදයං පසසති. රූපකඛන්ධස්ස උදයං පසසනෙනා ඉමානි පඤ්ච ලක්ඛණානි පසසති [ප. ම. 104]

අවිජ්ජා සමුදයා	=	අවිද්‍යාව ඇතිනිසා (අවිද්‍යාවේ ඉපැදීම ඇති බව මෙහි අර්ථයි. මහා ථිකා විචරණයයි)
රූප සමුදයොනි	=	රූප ස්කන්ධයන්ගේ පහළවීම වේ යැයි
වා	=	රූප පහළවීම වේ යැයි
පච්චය සමුදයටෙධන	=	හේතු ප්‍රත්‍යය ඇති බැවින් (ප්‍රත්‍යයාගේ උපදින්නාවූ සභාව ඇති බව නිසා - මහා ථිකා)
රූපකඛන්ධස්ස උදයං	=	රූපස්කන්ධයන්ගේ හටගැනීම
පසසති	=	දැක දැන පිළිගනී. වටහා ගනී

තණ්හා සමුදයා	=	තණ්හාව ඇති නිසා
කමම සමුදයා	=	කමිය ඇති නිසා
ආහාර සමුදයා	=	කෑ යුතු ආහාර ඇති නිසා
රූප සමුදයෙයැයි	=	රූපයන්ගේ ඇතිවීම වෙයි යැයි
පච්චය සමුදයට්ඨන	=	හේතු ප්‍රත්‍යය ඇති බැවින්
රූප කඛන්ධසස උදයං	=	රූප ස්කන්ධයාගේ හටගැනීම
පසසති	=	දෑක දෑන පිළිගනී
නිබ්බතනි ලකඛණං	=	නිපැදීම ලක්‍ෂණය
පසසනෙනාපි	=	පහළ වන වාරයෙහි දැකීම ඇතිව
රූපකඛන්ධසස උදයං	=	රූපස්කන්ධයනගේ හට ගැනීම
පසසති	=	දෑක දෑන ගනී
රූපකඛන්ධසස උදයං	=	රූපස්කන්ධයාගේ හටගැනීම
පසසනෙනා	=	දක්නා යෝගාවචරයා
ඉමානි පඤ්ච ලකඛණාන	=	මෙම ලක්‍ෂණ පස
පසසති	=	දකී

**ලක්‍ෂණ) පස හිමි**

පෙර හවයෙහි කම් රැස්කරන අවස්ථාවෙහි පැවති අවිද්‍යාව එකකි. පෙර තණ්හාව තිබීම එකකි. පෙර කම් තිබීම එකකි. මෙම හවයෙහිදී ගත් ආහාර තිබීම එකකි. මෙතෙහි කරමින් පවතින ප්‍රත්‍යුත්පන්න රූප තිබීම එකකි. මෙලෙස ලක්‍ෂණ පහකි.

අවිජ්ජා නිරොධා රූප නිරොධොති පච්චය නිරොධට්ඨන රූපකඛන්ධසස වයං පසසති තණ්හා නිරොධා කමමනිරොධා ආහාර නිරොධා රූප නිරොධට්ඨන රූපකඛන්ධසස වයං පසසති විපරිනාම ලකඛණං පසසනෙනාපි රූපකඛන්ධසස වයං පසසති රූපකඛන්ධසස වයං පසසනෙනා ඉමානි පඤ්ච ලකඛණානි පසසති [පටි. ම. 104]

අවිජ්ජා නිරොධො = අවිද්‍යාවේ නිරුද්ධවීම - පහළ නොවීම  
 = දුරුවීම නිසා

- රූප නිරෝධොති = රූප නිරුද්ධවීම, පහළනොවීම, දුරුවීම වෙයි
- වා = රූප මතු පහළනොවේ යැයි
- පවචය නිරෝධටෙධන = හේතු නිරෝධයෙන්, පහළ නොවීමෙන් දුරුවීමෙන්
- රූපකඛන්ධස්ස වයං = රූපස්කන්ධයාගේ වියෝවීම, නැති බව, දුරුවීම
- පස්සති = දැක දැන වටහා ගනී

(අඟ මඟ ඤාණෙන අවිජ්ජාය අනුප්පාද නිරෝධනො අනාගතස්ස රූපස්ස අනුප්පාද නිරෝධො හොති යන මහා ටීකා දැක්වීමට අනුව නිරෝධය= නිරුද්ධ වීම =අනුප්පාද= මතු පහළ නොවීම වය, වියෝවීම අභාව නැති වීම යන මේ වචන සියල්ල මෙම පසුබිමට සාපේක්ෂව සමාන අර්ථ දැනවයි. නැවත මතු නොවීම නැති බව ම ප්‍රකට කරයි. පහළ වීමෙන් පසු බිඳී යෑම කැඩී යෑම වනාහී මෙයින් අදහස් නො කරයි)

- තණ්හා නිරෝධා = තණ්හා නිරුද්ධ වීම නිසා
- කමම නිරෝධා = කම් නිරුද්ධ වීම නිසා
- ආහාර නිරෝධා = ආහාර නොමැති වීම නිසා
- වා = ආහාර නොමැති වූ  
(පවනති පවචයස්ස කබලීකාරාහාරස්ස අභාවො ම. ටී.)
- රූපකඛන්ධස්ස වයං = රූප ස්කන්ධයාගේ වියෝව, නැතිබව, අභාවය
- පස්සති = දැක දැන වටහා ගනී
- විපරිණාම ලකඛණං = මූලදී නොතිබූ අකාරයකට පෙරළීම, වෙනස්වීම ලක්ෂණය
- පස්සනොපි = දැක දැන ගනී

(මෙම අවසාන වියෝවීම ලක්ෂණය වනාහී පහළ වූ ධර්මයන්ගේ බිඳීයෑම, කැඩී යෑම නම් වන හංග ලක්ෂණය ම යි)

රූපකකිකියාව	=	රූප ස්කන්ධයාගේ විශේෂීම් නැති බව
පසසනෙතා	=	දකින යෝගාවචරයා
ඉමානි පඤ්ච ලකුණානි	=	මෙම ලක්ෂණ පස
පසසනි	=	දකි

**ලක්ෂණ පහ යනු**

අර්භත් මාර්ගයෙන් දුරු කළ හේතුක අවිද්‍යාව නිරෝධ වීම එකකි. තණ්හාව නිමවීම එකකි, කමිය නිමවීම එකකි. ගන්නා ලද ආහාර නොමැති බව එකකි. මෙනෙහි කොට බලන වතීමාන රූප නිරෝධ වීම එකකි. මෙලෙස ලක්ෂණ පහකි.

නාම ස්කන්ධ හතර සම්බන්ධයෙන්ද මෙම රූප ස්කන්ධය සම්බන්ධයෙන් දක්වූ ලෙසටම උදය ලක්ෂණ පහ පහ බැගින් වය ලක්ෂණ පහ පහ බැගින් දේශනා කොට ඇත. විශේෂ වශයෙන් වෙදනා සහ සඤ්ඤා, සංඛාරා යන ස්කන්ධයන්හි හතරවැනි ලක්ෂණය එසස සමුදයා එසස නිරෝධා යන ලෙසටද, විඤ්ඤාණ ස්කන්ධයෙහි එය නාම-රූප සමුදයා නාම-රූප නිරෝධා යන ලෙසටද දේශනා කොට තිබීම දක යුතුය.

මෙලෙස ස්කන්ධ එක එකකට උදය ලක්ෂණයන් පහ බැගින්, වය ලක්ෂණ පහ බැගින් යන ක්‍රමයට සියල්ල ලක්ෂණ දහය බැගින් වේ. ස්කන්ධ පඤ්චකයෙහි ම උදය ලක්ෂණ විසිපහකි, වය ලක්ෂණ විසි පහකි. සියල්ල ලක්ෂණ පණහකි, මෙම පණහ තුළ නිබ්බතතිලකුණ පහ වතීමාන ස්කන්ධ පහක් පහළවීම නම් වන උත්පාදයයි. විපරිණාම ලකුණ පහ බිඳෙමින් පවතින ස්කන්ධ පහක හංගයයි එබැවින් මෙම නිබ්බතති ලකුණ විපරිණාම ලකුණ යන මේවා මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීමෙන් පමණක් ඇස්පනා පිට දකිය හැක්කේය. ඉතිරි හේතු ලක්ෂණයන් වනාහි අතීත කාලයෙහි වේවා මෙනෙහි කරන අතර වාරයේ හෝ වේවා, තමන් කැමති පරිදි අනුමාන කොට දැනගනී. එලෙස අනුමාන කොට දැනගන්නා අයුරු අංක 4 පරිච්ඡේදයෙහි (පිටු අංක 193 සිට ඉදිරියට) ස්කන්ධයන් වටහා ගන්නා ආකාරය විස්තර කරන තැන දක්වන ලදී. නමුදු අනුමාන වශයෙන්



දනගන්තා අවස්ථාව ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් පවතින රූප ස්කන්ධයන්හි නියම ඇතිවීම නැතිවීම ප්‍රත්‍යක්ෂ ලෙස දැන ගැනීමක් නොවේ. අවිද්‍යාව ආදිය තවමත් නොනිමිච්ච පවතින නිස රූප වේදනාදියෙහි හඟු වීමට ඇති හැකියාවත් අවිද්‍යාව ආදිය නැවත මතු නො වන ලෙස දුරුකළේ නම් රූප - වේදනාදියෙහි නැවත මතු නො විය හැකි බවත්, සලකා බලා හුදු අනුමාන වශයෙන් ගෙන පිළිගැනීමක් පමණක් බැවින් මහා ටීකාවෙහි මෙලෙස අනුශාසනා කොට ඇත.

එත් ව කෙටි තාව ආහු "අරූපකඛන්ධානං උදයඛ්ඛය දස්සනං අද්ධා සන්තතිවසෙනව, න ඛණ්චසෙනා" කි. තෙසං මනෙන ඛණතො උදයඛ්ඛයදස්සන මෙව න සියා. අපරෙ පනාහු" පච්චයතො උදයඛ්ඛය දස්සනෙ අතීතාදි විභාගං අනාමසිඤ්ඤා සඛ්ඛ සාධාරණතො අවිජ්ජාදි පච්චයා වෙදනාදීනං සමභවං ලඝුමානතං පසසති, න උප්පාදං අවිජ්ජාභාවෙව..... තෙසං අසමභවං අලඛ්ඛමානතං පසසති, න භංගං. ඛණතො උදයඛ්ඛය දස්සනෙ පච්චුපනනානං උප්පාදං භංගඤ්ඤව පසසති" කි. තං යුත්තං සන්තතිවසෙන හි රූපා රූපධමෙම උදයතො වයතොව මනසිකරොන්තස්ස අනුකමමෙන භාවනාය බලප්පත්තකාලෙ ඤාණස්ස තිකඛිවිසදභාවප්පත්තියා භණතො උදයඛ්ඛයා උපධ්වහන්ති [මහා ටී. (බු.) 2/322]

- ව = දිගට විස්තර දක්වනොත්
- එත්ව = මෙහිලා
- තාව = ප්‍රථමයෙන්
- කෙටි = සමහර ආචාරීවරු
- ආහු = කියන ලදී (කියන ලද ආකාරය)
- අරූපකඛන්ධානං
- උදයඛ්ඛය දස්සනං = නාමස්කන්ධයන්ගේ ඇතිවීම-නැතිවීම මෙනෙහි කරමින් භාවනා කිරීම
- අද්ධා සන්තති
- වසෙනෙව = අද්ධා පච්චුප්පනන, සන්තති පච්චුප්පනන යන මේවායේ වශයෙන් පමණක් විය හැක්කේය.
- න ඛණ වසෙන = ඛණ පච්චුප්පනන වශයෙන් විය නො හැක්කේය

- ඉති = මෙලෙස දක්වා ඇත. (මෙම කෙටිත් වාදය, පටිසම්භිදා මඟ අට්ඨ කථාවෙහි සකවාදය වශයෙන් දක්වා ඇත.)
- තෙසං = මෙම සමහර ආචාර්යවරු
- මනෙන = මතය වශයෙන්
- බණතො උදයබ්බ දසුනමෙව = පහළවන නැතිවන අවස්ථා වශයෙන් ඇතිවීම - නැතිවීම මෙනෙහි කොට බැලීම මඟින් පමණක්
- න සියා = විය නොහැක්කේය.

ප්‍රත්‍යක්ෂපත්ත නාමස්කන්ධයන් යනු මෙනෙහි කරමින් පවතින චින්තූප්පාදයන් ම යැ. දැක දැනගනිමින් භාවනා කරමින් තිබෙන මෙම චින්තූප්පාදයන්ගේ ඇතිවීම - නැතිවීම එම චින්තූප්පාදයන් මඟින් ම මෙනෙහි කරමින් දැකගැනීමට හැකිනම්” ක්‍ෂණ ප්‍රත්‍යක්ෂපත්ත නාමස්කන්ධයන්හි ඇතිවීම-නැතිවීම දැකිය හැකියැයි කීම සාධාරණය, මෙලෙස භාවනාවෙන් දැනගත හැකිවීම “ඇඟිලි බිත්තරය එම ඇඟිලි බිත්තරයෙන් ම ඇල්ලීමට නො හැකිවන්නා සේ” සිදුවිය නො හැක්කක් ම වන්නේය. එබැවින් සමහර ආචාර්යවරු “බණ පවුළුපනන වශයෙන් නාම ස්කන්ධයන්හි ඇතිවීම් නැතිවීම් නොදැකිය හැක්කකි” යැයි කියති. මෙම කෙටිත් වාදය සමහර ආචාර්ය වරුන්ගේ වාද කැලට නො ගැළපෙන්නකි යැයි බැහැර කළ නො හැක්කේ ය.

නමුදු “නිබ්බතනි ලකඛණං පසුනෙනාපි විපරිණාම ලකඛණං පසුනෙනාපි” යන පටිසම්භිදා මඟ පාලි, “ත්‍යාසා ධම්මා විදිතා උප්පජ්ජති විදිතා උප්පජ්ජති විදිතා අඛාතං ගච්ඡති” යන අනුපද ධම්ම සූත්‍ර (ම.නි) යන දේශනා හිදු බණ පවුළුපනන වශයෙන් දක්වන ආකාරය හුවා දක්වා ඇත. අට්ඨකථාහිදු ව්‍යුත්පන්න අරමුණ පිරිසිදු ලද බැවින්, මොහොතකට කලින් ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් ගිය නාම ධර්මයන්හි උප්පාද, ධීති, භංග යන මේවා වනීමානව පහළ වන පවතින බිඳෙන ආකාරයට ම යෝගාවචරයාට ප්‍රකට වේ. එබැවින් විදිතා උප්පජ්ජති යනාදිය දේශනා කරන ලදී යැයි විවරණය කර දක්වයි. යෝගීනට මෙනෙහි කොට දැන

ගන්නා ඥාණයෙනුදු මොහොතකට පෙර ඇතිව - නැතිව ගිය නාම ධර්මයන් වකිමානව ඇස්පනාපිට ඇතිවෙමින්, නැතිවෙමින් පවතින්නා සේ ම ප්‍රකටව පැවතේ.

එබැවින් කේවින් වාද, යෝගීන්ගේ ඥාණ වර්ධනය සමග නො සිහේ, පාළි අධ්‍යාපන අර්ථයන්ට හරස් වේ, යැයි දොස් දක්වා බැහැර කිරීම වස් "තෙසං මතෙන ඛණතො උදයඛනය දසුනමෙව න සියා" යැයි ටීකා වායාඪීයන් වහන්සේ අනුශාසනා කරයි. අදහස වනාහි, එම කෙවින් ආවාඪීයන් වහන්සේලාගේ මනාපය අනුව කිවහොත් ඛණ පවුච්ඡන්ත නාම ධර්මයන්හි ඇතිවීම - නැතිවීම දැක දැන ගැනීමෙන් පමණක් කායාඪී සිද්ධි නොවේ. එවන් මෙනෙහි කොට දැක ගැනීමක් පාළි අධ්‍යාපන වල දක්වා ඇත්තේද? පාළි අධ්‍යාපන කථාවල එවන් දැක්වීමක් ඇත්තේය. එම දක්වා ඇති ආකාරයට යෝගීන්ගේ දැක ගැනීම, අත්දැකීම ද වන්නේය. එමනිසා එම කෙවිවාද යුක්ති යුක්ත නැත්තේයැ යි කියනු ලැබේ. අපරෙපන=කේවින් වාදයන්ට පරිබාහිර වූ තවත් ආවාඪීවරු වනාහි

- පවයතො උදයවය දසුනෙන = හේතු ප්‍රත්‍යය වශයෙන් ඇතිවීම්-නැතිවීම් මත භාවනා කොට බලන අවස්ථාවෙහි
- අතීතාදී විභාගං අනාමසිත්වා = පසුගිය අතීත ධර්ම ආදී වශයෙන් බෙදා වෙන් කොට නොගෙන
- සඛ්ඛසාධාරණතො = තුන්කාලයටම සාධාරණ ලෙස
- අවිජ්ජා පවයා = අවිජ්ජාදී හේතු ප්‍රත්‍යයන්
- වේදනාදීනං
- සමභවං ලඛ්ඛමානනං = වේදනාදීයෙන් පහළවීම විය යුතු පහළවිය හැකිවීම, ලැබීම, ලැබිය හැකිවීම.
- න පසුසති = දැක ගන්නවා නොවේ.
- අවිජ්ජාදී අභාවොව = අවිජ්ජාදිය නැත්තේ නම් ද
- තෙසං අසමභවං අලඛ්ඛමානනං = එම වේදනාදී නාම ධර්මයන්හි පහළ නො විය හැකි බව
- පසුසති = දකී, පිළිගනී.

- භංගං = බිඳී යමින් තිබෙන නාම ධර්මයන්හි නියම භංගය, ඇස්පනා පිට
- න පසුසති = දකිනවා නො වේ
- බණනො උදයබ්බිය දසුසනෙ = පහළවන පහළවන ක්ෂණය වශයෙන් ඇතිවීම නැතිවීම දැකීමේදී
- පච්චුසන්නානං = ඇති වෙමින් නැතිවෙමින් පවතින වතීමාන නාම ධර්මයන්ගේ
- උසාදකඤ්ච = නියම පහළවීම ද
- හඛගකඤ්ච = නියම නැතිවී යෑම ද
- පසුසති = ඇස්පනාපිට දකී
- ඉති ආහු = මෙලෙස දක්වා ඇත.
- කං = මෙම අපරේ (අනෙක්) ආචාර්යයන්ගේ කථාව
- යුක්තිං = යුක්ති යුක්ත වේ  
 (අභිධම්මාවතාර ටීකාවෙහි අයුක්තිං යැයි දක්වා තිබීම වනාහි නැවත නැවතත් ලියමින් මුද්‍රණය කරමින් පැවති කාලයේ ප්‍රමාද දෝෂයකින් සිදු වූ ප්‍රමාද දෝෂයකි. යුක්තිං යැයි ගන්නේ නම් පමණක් ගැළපෙන්නේය. පසුව අවධාරණය කරන කරුණු අනුව ද සමචන්තේය. යුක්ති සහගත වාදයන් සමග අනුව යන බවක් ද වන්නේය.)
- හි = අපරෙවාද (අනෙකුත්වාද) යුක්ති සහගත වන ආකාරය
- සන්න ති වසෙන = සන්තති පච්චුසන්න වශයෙන්
- රූපාරූපධමෙම = රූප-නාම ධර්මයන් හි
- උදයනො ව = පහළවීම් වශයෙන් ද
- වයනො ව = බිඳීයෑම් වශයෙන් ද
- මනසිකරොන්නසු = මනසිකාරය පවත්වන යෝගී හට
- අනුකකමෙන = අනුක්‍රමයෙන්

**භාවනාය බලවසාන**

- කාලෙ = භාවනාව බලවත් වූ කල්හි
- ඤාණසස = දැක දැනගන්නා නුවණ
- තිකඛි විසදභාවසානතියා = තිසෂණ, පිරිසිදු බවට පත්වී
- උදයබ්බය = ඇතිවීම - නැතිවීම
- බණනො = ඤාණ ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන් වශයෙන්
- වා = ඇතිවන නැතිවන ඤාණ වශයෙන්
- උපධ්වහනි = පහළවෙත් ප්‍රකටවෙත්
- ඉති = මෙය වනාහි අපරේවාද (අනෙකුත් වාද) යුක්ති සහගත බව දැක්වීමයි

පටිසම්භිදා මග්ග අධ්ව කථාවෙහි මෙම අපරේවාද, කේවිවාද වශයෙන් දක්වා ඇත. මෙම අපරේවාදයේ අදහස වනාහි අවිජ්ජා නො නිමි නිසා වේදනාව පහළ වේ. ඒ අවිද්‍යාව දුරු කළේ නම් වේදනා පහළ විය නො හැක්කේය. මෙ ලෙස නාමස්කන්ධයන්හි ඇතිවීම-නැතිවීම හේතුධම් වශයෙන් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීමේදී ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවතින නාම ධම්මයන්හි නියම ඇතිවීම - නැතිවීම ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට බලනවා නො වේ. අතීත අනාගත ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන් වශයෙන් කොටස් කොට නො ගෙන සමාන ලෙසට අවිද්‍යාදිය ඇති බැවින් වේදනාදිය පහළ විය හැකි බව ද අවිද්‍යාදිය නැත්නම් වේදනාදිය පහළවිය නො හැකි බව ද ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කොට භාවනාවෙන් බැලීම පමණකි. ප්‍රත්‍යක්ෂයෙන් නාම ස්කන්ධයන්ගේ ඇතිවීම -නැතිවීම ඇතිවන - නැතිවන ඤාණයෙහි ඤාණ වශයෙන් මෙතෙහි කොට දැනගැනීමේදී වනාහි ඇස්පනාපිට පහළවීම= උපපාදයය, ඇස්පනාපිට බිඳීයෑම භංගයය යන මේවා ඇති සැටියෙන් ම දැක දැන ගැනීම යැයි කියයි. මෙහිලා කෙවි අපරේ යන වාද දෙක තුළින් කේවි වාදයන් පරිබාහිර අනෙකුත් ආවායඝීවරු අපරේ වාදයෙහිලා එකතුවේ. මහා ටිකාචායඝීයන් වහන්සේද, කේවි වාදයෙහි දොස් දක්වා අපරේවාදය සාධාරණ යැයි පිළිගන්නා බැවින් අපරේවාද පිලට වැටේ. එබැවින් මේ අපරේ වාදය කෙවිවාදයෙන් පරිබාහිර සියලු ආවායඝීයන් වහන්සේලාගේ පිළිගැනීම අනුව පොදු වාදය වේ.

*උදයබ්බය ඤාණ යක්ති කථා නිව්යේ ය*

## අනුමාන ඥාණ පහළවන ආකාරය

ඇතිවෙමින් - නැතිවෙමින් පවතින ප්‍රත්‍යක්ෂපත්ත රූප-නාමයන්ගේ ඇතිවීම - නැතිවීම හොඳින් ඇස්පනාපිට දැක දැන ගත් යෝගාවචරයා “ඉස්සර කාලයේත් පෙර භවයහිදීත් මෙ ලෙසට ම ඇතිවෙමින් නැති වෙමින් ම පැවතියේය. පසු කාලයේ, මතු භවයෙහි ද මෙ ලෙසට ම ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් යන්නේ ම යැ”යි අතීත අනාගත රූප- නාමයන්ද වකීමානව ඇස්පනාපිට දකිනා ප්‍රත්‍යක්ෂපත්ත නාම-රූපයන් හා ගළපා ඒ අනුසාරයෙන් විනිශ්චය කරයි.

## ප්‍රත්‍යක්ෂපත්තයෙන් පටන්ගෙන විපස්සනා කළයුතු බව

පඨමඤ්ඤි පච්චුසානන ධම්මානං උදයඛ්ඛයං දිඤ්ඤා අථ අතීතානාගතෙන නයං නෙන [මහා වී. (බු.) 2 324]

- පච්චුසානන ධම්මානං = පහළ වෙමින් පවතින ප්‍රත්‍යක්ෂපත්ත ධර්මයන්හි
- උදයඛ්ඛයං = ඇතිවීම - නැතිවීම
- පඨමං දිඤ්ඤා = ප්‍රථමයෙන් දැක
- අථ = පසුව
- අතීතානාගත = අතීත අනාගත ධර්මයන්හි
- නයං = න්‍යාය මත පිහිටා සලකා බලා විනිශ්චයකට එළඹීම
- නෙනි = දරයි
- වා = උපදවයි.

(මෙම පාළියෙහි ද ප්‍රත්‍යක්ෂපත්තය ප්‍රථමයෙන් විපස්සනා කළ යුතු බව කෙළින් ම දක්වන සාධකයකි)

බණ පච්චුසානන නාම-රූපයන්හි ඇතිවීම-නැතිවීම සිදුවන ආකාරයට අනුව යමින් වහ වහා මෙතෙහි කොට භාවනා කළ හැකි අවස්ථාවේ “පහළ නොවූ විරූ ධර්මයන් ම පහළ වෙත්. පහළ වූ ධර්ම කිසිවක් තවත් තැනකට ගොස් එකතු වී පවතින්නේ නැත. සම්පූර්ණයෙන් ම කැඩී - බිඳී විනාශ වී යෙත්” යැයි දැක දැන වටහා ගන්නා බැවින් රූප-නාම සංස්කාරයන් මෙතෙහි කොට දැන ගන්නා ඤාණයෙහි අලුතින්

අලුතින් ම පහළ වී ප්‍රකට වෙත්. දියකඩක් මතට වැසී වැටෙන විට වහ වහා පහළ වන දිය බුබුලුමෙන්, දිය මත ඇදී ඉරක් මෙන්, අහසෙහි මතු වන විදුලිය රේඛා මෙන්, යන්ත්‍රයක් ක්‍රියාකරන විට පහළ වන දඩ-බඩ, දඩ-බඩ සද්දයන් මෙන්, ඉතාමත් සුළු කාලයක් යුහුසුළු ව විනාශ වී බිඳියන්තා සේ, සංස්කාර ධර්මයන් ද ඉතාමත් කෙටි ඝණයක් පැවති යුහුසුළු ව බිඳී විනාශ වී යත් යැයි දැනගන්නා ඥාණය පහළ වෙත්.

මන්ත්‍ර විජ්ජා කාරයන් මෙන් මවා පාන රන් - රිදී මුතු මාල ආදී මායා වස්තු, ඇස්බැන්දුම්. ඇත්ත සත්‍යය මෙන් පෙනෙන සිහින වස්තු, රාත්‍රී අන්ධකාරයේ කරකවන ගිණි පෙණෙල්ලකින් මතු වන ගිණි වළල්ලක් සේ, අභ්‍යාවකාශයේ ගන්ධබ්බ-දේව නිර්මාණ වශයෙන් මවාපාන ගන්ධබ්බ නගරයක්සේ, පෙණ පිඩක්, කෙසෙල් කඳක් වැනි වස්තු වල සාරයක් අර්ථයක් කැලම නැත්තා සේ සංස්කාර ධර්මයන්හි කල් පවතින හරයත් ගතයුත්තක් කැලම නැතැයි මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා ඥාණය ප්‍රකට වේ. මෙනෙහි කොට දැනගන්නා ඥාණයෙහි මෙතුවාක් ප්‍රකට ලෙස දැක ගන්නා යෝගාවචරයා උදයබ්බයානුපසානා නම් වූ තරුණ විපසානා ඥාණය ලබයි. මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම විපසානාව, වැඩීම මුල් කොටස නිම වූ බැවින් ද, තමා වඩන්නකු වන බැවින්ද මොහුට ආරඳු විපසානා යැයි කියනු ලැබේ.

(ආරභනීති ආරදේධා, විපසසනීති විපසසකො ආරදේධාව විපසසකොවානී ආරඳු විපසසකො යැයි වචනාර්ථය දක්වයි)

එත්තාවතානෙන "වයධමමමෙව උප්පජ්ජති උප්පනඤ්ච වයං උපෙති" ඉමිනා ආකාරෙන සමපඤ්ඤාස ලක්ඛණානි පටිච්ජනධිත්වා ධීතං උදයබ්බයානු පසානා නාම පඨමං තරුණවිපසානා ඥාණං අධිගතං හොති යසාධිගමා ආරඳු විපසසකොති සංඛං ගවජති. [වි. ම. 475]

- එත්තාවතා ජාතං රූපං = ආදී පාළියට අනුව, මේ තාක් පච්චුප්පනං = දැනුමින්
- වය ධමම මෙව උප්පජ්ජති = වියෝවන සුළු, වියෝවන ධර්මයන් ම පහළවෙත්

උසුනනං වයං උපෙතිති = පහළ වූ ධර්මයන්ද බිඳී බිඳී යෑමට, බිඳී යෑමට පත්වෙත් යැයි

ඉමිනා ආකාරෙන = ඇස්පනාපිට දන්තා එම ස්වභාවයෙන්

සම පඤ්ඤාස ලක්ඛණානි පටිච්ඡක්ඛවා ධීතං = පණසක් වූ ලක්ෂණයන් දැක සිටී

ඉමිනා ආකාරනාති ඉමිනා යථාචුත්තෙන පච්චක්ඛ කරනා කාරෙන යන ටීකා විචරණය ඇතිවීම-නැතිවීම ඇස්පනාපිට දැකීම මගින්ම ලක්ෂණ පහස දැක සම්පූර්ණ වීම යන්න අර්ථයයි)

අනෙන = මෙම යෝගාවචරයා

අධිගතං = අධිගමනය කිරීම

හොති = කරන ලදී

යසොධිගමා = මෙම ඤාණය ලැබීම නිසා

ආරඳා විපසොකොති සංඛං = ආරඳා විපසාක පුද්ගලයා ය කිවහැකි ගණනට

ගච්ඡති = යෙත්

කලාප සම්මසනාදිවසෙන පචතං සම්මසනං න නිපාර්යායෙන විපසානා සාමඤ්ඤං ලභති. උදයබ්බියානුපසානාදිවසෙන පචතං මෙව ලභති [මහා ටී. (බු.) 2/326,327]

කලාප සම්මසන ආදිය වශයෙන් වන්නා වූ සම්මසනය ඤාණය මුඛ්‍ය වශයෙන් විපසානා නමට තරම් නොවේ. උදයබ්බියානුපසානා ආදී වශයෙන් පහළවන සම්මසන ඤාණයම මුඛ්‍ය වශයෙන් විපසානා නමට තරම් වේ.

**විපසානුපතතිලෙස**

උදයබ්බ ඤාණය පළමුවන වරට පහළවන අවස්ථාවේදී යෝගාවචරයනට විපසානා උපක්ලේශ ධර්ම දහය පහළ වේ. කුමන ආකාරයේ පුද්ගලයන්ට මෙය පහළ විය හැක්කේ ද, පහළ විය නොහැක්කේ ද යන්න පහත දැක්වෙන විශුද්ධි මාථී උධාතයෙන් දැක හැකිය.



විපසානුපකකිලෙසා හි පටිවේධපාතනසා අරිය සාවකසාමෙව විපටිපනනකසසව ව නිකකිතන කමමධානසා කුසීන පුගලසස නුපසජනති. සමමාපටිපනනකසා පන යුතනපයුතනසා ආරඤ්චිපසාකසා කුලපුතනසා උපසජනති යේව. [වි. ම. 475]

- විපසානුපකකිලෙසා = විපසානාවට උපක්ලේශ වන ධම්යන්
- පටිවේධපාතනසා = මාගීඵල වලට පත් වූ
- අරියසාවකසාමෙව = ආයඝීශ්‍රාවකයන්ට ද
- විපටිපනනකසා ව = වැරදි ලෙස හික්මෙන්නහුට ද
- නිකකිතන කමමධානසෙසව = කම්ප්ඵානය බහා තබා භාවනාව නතර කොට සිටින්නහුට ද
- කුසීන පුගලසසව = කුසීනව, කම්මැලිව සිටින පුද්ගලයාටද
- නුපපජනති = පහළ නොවේ
- පන = පහළවිය හැකි පුද්ගලයා දක්වන්නේ නම්
- සමමා පටිපනනකසා = නියම ප්‍රතිපදාවට අනුව භාවනා කරමින් සිටින
- යුතනපයුතනසා = අතනැර දිගට වියඝීකරන
- ආරඤ්චි පසාකසා = උදයබ්බය ඤාණයටපත් ආරද්ධවිපස්සක නම් වූ
- කුල පුතනසා = කුලපුත්‍රයාට
- උපසජනති එව = පහළ වන්නේ ම ය.

පහළ නො විය නො හැක්කේය යනුයි, බලවිපසාකයාට ද මෙම උපක්ලේශ පහළ විය නො හැකි බව අරියසාවකසා යන කථාවෙන් උත්කාෂ්ඨ නිර්දේශ වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ යැයි මහා ටීකාහි දක්වා ඇත. එම නිසා නිබ්බිදා ඤාණ ආදියෙන් සම්පූර්ණ පුද්ගලයාට ද මෙම උපක්ලේශ පහළ විය නො හැකි බව සිතාගතයුතු)

ඔහාසො වෙච ඤාණෙච - පීතියා ච විකම්පති  
 පසාදධියා සුඛෙචෙච යෙහි විතතං පචෙධති  
 අධිමොකෙඛ ච පග්ගහෙ උපධ්‍යානෙච කම්පති  
 උපෙකඛාවජ්ජනාය ච උපෙකඛාය නිකන්ති යා

- ඔහාසො වෙච = පහළවන ආලෝකයෙන් ද
- ඤාණෙ ච = ඉතාමත් තියුණු විශේෂ ඤාණ නිසා ද
- පීතියාච = පිනායන ගතියෙන් ද
- විතතං = මෙතෙහි කොට දැනගැනීමේ භාවනා සිත
- විකම්පති = කම්පනයට පත්විය හැක්කේය
- පසාදධියාච = සිත කය සංසිඳෙන නිසා ද
- සුඛ මෙච = සිතේ සුඛය, සතුට නිසා ද
- යෙහි = මෙම හේතු දෙක නිසා ද
- විතතං = මෙතෙහි කොට දැනගන්නා සිත, භාවනා සිත
- පචෙධති = කම්පනය වී කැඩී බිඳී යා හැක්කේය
- අධිමොකෙඛ ච = ඉතාමත් පිරිසිදු ශුද්ධාව නිසා ද
- පග්ගහෙච = විශේෂ ආයාසයක් නැතිව සමච භාවනා කරන විරිය නිසා ද
- උපධ්‍යානෙන ච = අරමුණ වෙතට වැදගත්තා ලෙසට ප්‍රකට වෙන සතිය නිසා ද
- උපෙකඛා චජ්ජනාය = අරමුණ විෂයෙහි පර්යේෂණ නො කර සමානව ආචර්ජනය කළ හැකි බව ඇති අපේක්‍ෂාව ඇති උපෙකඛාය ච = විපසානා උපෙක්‍ෂා නිසා ද

(උපේක්‍ෂාව නම් වූ උපක්ලේශයේ එක් ස්වරූපයක් ලබනු පිණිස උපෙකඛා චජ්ජනායාති පදය විශේෂණ කොට අධිප්‍රායර්ථව හුවා දක්වයි)  
 නිකන්තියාච = විපසානාවෙහි ඇලෙන ගතිය, තණ්හාව ද  
 විතතං = මෙතෙහිකොට දැනගන්නා භාවනා සිත

කම්පනි

= සැලෙයි, කම්පාවෙයි, බිඳීයයි.

1. ඔහාස

සමාධිය ශක්තිමත් නිසා ද ආලෝකය පහළ විය හැක්කේය. විපසානා ඥාණ නිසාත් පහළවිය හැක්කේය. මෙහිදී බුද්ධානුස්සතිය ආදී සමථ භාවනාවක් කරමින් සිටි යෝගාවචරයාට ද, ඇතිව නැතිව යන රූප නාමයන්ගේ ක්‍රියාවලිය අනුව යමින් යුහුසුඵව මෙනෙහි කළ නො හැකි, පරිග්‍රහ කළ නො හැකි, විපසානා යෝගාවචරයාට ද, පහළ වූ විවිධ ආලෝක, සමාධිය ශක්තිමත් නිසා පහළ වූ ඒවාය. මේ කථාව අනාථපිණ්ඩික සිටුතුමාගේ කථාවෙන් ස්ථිර ලෙස දත හැක්කේය.

අනාථපිණ්ඩික සිටුතුමා රජගහ තුවර සිටුතුමාගේ සිටු මැදුරට ගිය අවස්ථාවේ, බුදුරජාණන්වහන්සේ ලොව පහළ වූ ප්‍රවෘත්තිය අසා දැන ඉක්මනින් බුද්ධ වන්දනාවට යෑමට කල්පනා කළේය. නමුදු රාත්‍රී කාලය නිසා යා ගත නො හැකි බැවින් 'උදේ පාන්දර ම යන්නෙමි'යි සිතාගෙන බුද්ධාලම්භන සිතින් යුක්තව නිජුට ගියේය. නිජු ගිය පසු රාත්‍රී තුන් යම් කාලයේ වරින්වර තුන් වතාවක් අවදි විය. අවදි වන වන වාරයේ බුද්ධානුස්සතිය භාවනා බෙලෙන් ආලෝකය උදා විය. එබැවින් අරුණ නැගුනේ, යැයි සිතාගෙන නිදි ඇඳෙන් නැගිට විමසනුයේ තවමත් එළිවී නැති බව දැන ගෙන ප්‍රථම දෙවන අවස්ථාවල නැවත නිදා ගත්තේය තුන්වැනි වාරයේ වනාහි ඇත්තට ම අරුණාලෝකය යැයි සිතාගත් බැවින් බුදුන් වහන්සේ වැඩ සිටින තැනට තනිව ම පිටත්විය. නගරයේ පිට සුසාන භූමියට පත්වී එහි තිබූ මලමිණි දෑක තිගැස්සි සිත විසිර ගියේය එම අවස්ථාවෙහි බුද්ධානුස්සති ශක්තිය දුච්චීම නිසා ආලෝකය දුරුවී ගියේය. තද අන්ධකාරය පැවතියේය. එම නිසා සිටුතුමාට නැවත සිටුමැදුරට යෑමට සිත් විය. මේ අවස්ථාවේ සුසාන භූමියේ ආරක්‍ෂක දේවතාවා,

සතං හඤ්චී සතං අසසා සතං අසසතරී රථා  
සතං කඤ්ඤා සහසානී ආමුක්ඛ මණි කුණ්ඩලා  
එකස්ස පදවිච්චාරස්ස කලං නගඤ්ජනි සොලසීං

සතං හඤ්චී = ඇතුන් දස දහසක් ද  
සතං අසසා = අසුන් දස දහසක් ද

- සතං අසසතරී රථා = අසසතරින් කොටඵවන් යොදන ලද රථ දස දහසක් ද
- අමුතන මණි කුණ්ඩලා = වෙරළ මිණි කොඩොල්, ආහරණ සැරසිලි වලින් අලංකාරකරන ලද
- සතං කඤ්ඤා සහසානි = දස දහසක් කන්‍යාවන් ද
- එකසාපදවිථි භාරසා = බුද්ධ වන්දනාවට යන එක පියවරකින්
- සොලසිං කලං = දහසයෙන් එකක්
- න අගසති = නො වටී

ඉදිරියටම යන්න සිටුකුමනි! නැවත හැරෙන්න එපා! යන එක හොඳයි. ආපසු හැරීම හොඳ නැහැ, යැයි ටොඩෝවන් කරන ලදී. එම අවස්ථාවේ සිටුකුමා මම තනිව ම යැයි හිතාගන සිටියෙමි. නමුත් එහෙම නැහැ මාත් එක්ක සමූහයක් ද ඇවිත් වගේ යැයි සිතා සිතා ටොඩෝවන් කරගත් බැවින් බුද්ධානුස්සතිය නිසා පහළ වූ ආලෝකය ද නැවත මතු විය. මෙලෙසට තුන්වරක් ආලෝකය අතුරුදහන් විය. එම තුන් වතාවේම ආරක්ෂිත දේවතාවගේ ටොඩෝ කරවීම අනුව නැවතත් ටොඩෝමත්වී බුද්ධානුස්සතියට සිත යෙදෙන සෑම වතාවේදීම ආලෝකය නැවත පහළ විය. අවසාන වතාවේ අනායාසයෙන් ම බුදුන් වහන්සේ වැඩ සිටින තැනට සැපත් විය. මේ ප්‍රවෘත්තිය සංයුක්ත අධ්‍යාන කථා ආදියෙහි සඳහන් වෙයි. එම කථා වස්තුව මගින් සමාධිය ශක්තිමත් නිසාද අලෝකය පහළ විය හැකි බව සැකයකින් තොරව දැන හැක්කේය.

මේ නිසා විපස්සනා යෝගාවචරයාට නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණය බලවත්ව සම්පූර්ණ වූ කාලයේ පටන්, සමහරෙකුට හමුවිය හැකි අල්ප වූ ආලෝක ලපද, පවය පරිග්‍රහ ඤාණ අවස්ථාවේ මූල පටන් සමහරෙකුට දැකිය හැකිවන නිල්, කහ, රතු කොළ ආදී ආලෝක කැටිති ද වැනි ආලෝකය සමාධි ආලෝක යැයි විනිශ්චය කළ හැක. ආලෝකය පමණක් නො වේ. ඒ ඒ සමාධි බලයෙන් බුද්ධ රූප රහතත්වහන්සේලාගේ රූප ආදී විවිධ සටහන් ද විවිධ වණි ද සමගින් නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණ මෝරන අවස්ථාවේ පටන් පෙනෙන බැවින් ඒවා සමාධියේ බලවත්කම නිසා ම

පහළ වන්නේ යැයි විනිශ්චය කටයුතු. සමමසන ඥාණ අවස්ථාවේ ඉහත දැක්වූ දේවල් බහුලව මතු වී පැමිණිය හැක්කේය. උදයබ්බය ඥාණය තරුණ අවධියේ ද ටික ටික ඉදිරිපත් විය හැක්කේය. විශේෂය නම්, මෙහිලා නාම-රූප පරිවේෂ්ඨ අවස්ථාවෙහි එම සටහන්වල මතු වීම = ආරම්භය-බිඳී යෑම = අවසානය එසේ පිරිසිදුව දැනගත නො හැක්කේය. පව්වය පරිගහන අවස්ථාවේ ඉපැදීම=මුළු දැනගත හැකි නමුදු බිඳීයෑම = අවසානය පිරිසිදුව දක දැනගත නොහැක්කේය. නැවත නැවත අලුතින් මතු වීම අනුව යමින් යමින් මෙතෙහි කළ හොත් මුල කම්ප්ථානය ඇත් ඇත් වී යා හැක්කේය. සමමසන අවස්ථාවේ මුල, මැද, අග යන අවස්ථා තුන ම මතු වී එන්නේ නම් එය ඉපිද පිරිසිදුවී විසද වී සිට එතැනින් ලිස්සා ගොස් තුනිවී ඇත් ඇත් වී යා හැක්කේය. උදයබ්බය ඥාණ අවස්ථාවෙහි නම් වරක් මෙතෙහි කිරීමෙන් අරමුණක් අරමුණක් වශයෙන් දුරුවී, දුරුවී යන්නේය. මෙතෙහි නොකර අරමුණ අනුව යන හැකියාව අනුව හුදු අරමුණ දකගත් පමණින් වහා වහා දුරුවී දුරුවී යන ගතියක් ද ඇත. ස්ථානයෙන් ලිස්සා යෑමක් ද නැත. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් මඳින් මඳ තුනිවී යෑමක් ද නැත. වහා ම මතු වී එන්නේ නම් එතැන එතැන ම බිඳී බිඳී යා හැක්කේය. එම මොහොතෙහි ම ඉපදී එතැන ම බිඳී බිඳී යනු ඇත. ප්‍රකටව පෙනෙන පිහිටියා වූ මැද ස්ථානයක් දකගත හැකි නොවේ. මෙය මෙහි විශේෂ ලක්ෂණයි. ඊට අමතරව නාම-රූප පරිවේෂ්ඨ, පව්වය, පරිගහන, සමමසන ඥාණ අවස්ථාවන්හි ප්‍රීති, පසුසදධි, සුබ, ශ්‍රද්ධා යන මේවාද සමාධි ශක්තිය අනුව විශේෂයෙන් මුදුන් පත් වන්නේ යැයි සිත තබාගත යුතු.

අති සීඝ්‍රව ඉපිද බිඳී යන බව දක්නා නාම-රූප යම් ලෙසට උපදී ද යම් ලෙස බිඳීයයි ද එම තත්ත්වයට සැපත්ව අබ ඇට පුපුරන්නා සේ ඉතා සීඝ්‍රව ඥාණයෙන් මෙතෙහි කිරීමට සමත් වූ අවස්ථාවේ උපන් ආලෝක ප්‍රභාව නම් විපසානා ඥාණ ශක්තියෙන් උපන් අලෝකයකි. සමහර යෝගීන්ට මෙය අල්ප ලෙස උපදී. පිහිටන්නේ ද ක්ෂණයකට පමණි. අකුණු, විදුලි රේඛා එළියක් සේද දිස්වේ. පිශානක් මෙන් ආලෝක මණ්ඩලයක් සේද පෑනේ. විශාල තැටියක් ආලෝක මණ්ඩලයක් ද මතු විය හැක්කේය. සමහර යෝගීන්ට කාමරය පුරාමත්, තවත් එහාටත් පැතිරී යා

හැක්කේය. මෙතෙහි කර බැලුව ද සැඟවී නො යන සුළුය. බොහෝ වේලා තහවුරුව එසේ පැවතිය හැක්කේය. සිතන කල්පනා කරන අවස්ථාවල ද ඖෂධ ප්‍රකටව පැවතිය හැක්කේය. වාහනයක ඉදිරි ලාම්පු එළියක් මෙන්ද විදුලි පන්දමක් දැල් වූ විටක මෙන් ද ඉර එළිය, හඳ එළිය මෙන් ද යනාදි ලෙසට විවිධාකාරයෙන් මතු විය හැක්කේය. එම ආලෝකය තම කයින් මතු වී එන්නාක් ලෙසට ද, තමා ඉදිරියෙන් මතු වී එන ලෙසට ද, පැත්තකින්, පහළින් මතු වී එන්නාක් ලෙසට ද, විවිධාකාරයෙන් සිතාගත හැකි වන්නේය. ආලෝකය පැතිර පවත්නා ප්‍රදේශය තුළ ඇති දේවල් රාත්‍රියේ නමුත් දහවල් එළියක මෙන් ප්‍රකටව දැකගත හැකිවේ. දහවල් වුව ද මෙම ආලෝකය විශේෂයෙන් ප්‍රකටව දැකගත හැක්කේය. ප්‍රකෘති ඇසින් නොදැකිය හැකි ලෙසින් මුවහ වී සැඟවී තිබූන ද විවෘත තැනක ඇති ඇස් පනාපිට දැකිය හැකි සේ දැකගත හැකි වන්නේය.

මේ අවස්ථාවෙහි ප්‍රකෘති ඇසින් දකිනවාද? නැතිනම් මනෝ විඤ්ඤාණ යැයි කියන සිතීමෙන් දකිනවාද? යන්න, දිබ්බ වකුටු අභිඤ්ඤා ඤාණයෙන් දකින්නා සේ සිතන මනෝ විඤ්ඤාණයෙන් දකින්නේ යැයි ගන්නා සේ ඇති බවත් මහා ථිකාවෙහි දක්වා ඇත. ප්‍රකෘති ඇසින් පෙනෙන ස්ථානයක ප්‍රකෘති ඇසින් ද දකින්නේ යැයි සිතෙයි. භාවනා කොට ආලෝකය පහළ වී ආ කල පරීක්ෂා කොට තමා ම විනිශ්චය කරන්නා වා.

මෙම ආලෝකය පහළ වූ අවස්ථාවෙහි යෝගාවචරයා මග-එල-නිවන් සාක්ෂාත් වූ නිසා ආලෝකය පහළ විය යැයි සිතාගන්නට ඉඩ තිබේ. එම ආලෝකය ම නිවන යැයි ද සිතා ගැනීමට ද ඉඩ තිබේ. එවන් විශේෂ ධර්මයක් යැයි සිතා නො ගත්තත් එම ආලෝකයේ ඇලී, ගැලී, බැදී මනාප වී සිටින්නට ඉඩ තිබේ. එළෙස සිතාගෙන ආශා කරන යෝගාවචරයාගේ මනසිකාරය කැඩී යන්නේය. මෙතෙහි කර බැලුව ද මෙතෙහි කරන අරමුණ සංස්කාරයන් පෙරමෙන් ප්‍රකට නොවී යා හැක්කේ ය. එබැවින් මෙම ආලෝකය විපසසනාවට විශේෂ උපක්ලේෂයක් යැයි කියන ලැබේ. මුඛ්‍ය වශයෙන් නම් ආලෝකය සමග පහළ වන ආශාව, තණ්හාව, මානසම, දෘෂ්ඨි යන මෙම කෙලෙස් ධර්මයන් විපසසනාවට නියම අනතුර උපක්ලේශ යි.

## 2. ඥාණ

ද්වාර හයෙහි ඉතාමත් යුහුසුළුව ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පහළ වී එන රූප-නාමයන් මතුවන, මතුවන ආකාරයට ම අනුව යමින් කඩිසරව මෙනෙහි කරමින් විසඳ ලෙස ප්‍රකටව දැන ගැනීම ඥාණ යයි. තියුණු පිහියකින් ලබු ගෙඩියක්, බටු ගෙඩියක් දෙපලු කිරීමේදී වහා වහා පිරිසිදුව කැපී කැපී යන්නා සේ මතුවී එන තාක් රූප නාම මෙනෙහි කරන, කරන වාරයේ මෙම ඥාණය නිසා වහ වහා පිරිසිදුව පිරිසිදු වැටහී, වැටහී යන්නේය. තවදුරටත් මෙනෙහි කරන නාම-රූප ඇතිවීම් නැතිවීම්, අනිත්‍ය, දුකබ, අනාත්ම ස්වභාවයන් ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාවෙන් ද පිරිසිදුව දැන ගන්නේය. මෙලෙස දැන ගැනීම පවා ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂාවක් බවත් නො සිතයි. මෙනෙහි කිරීමෙන්ම ඉබේ වැටහී ගිය බවත් සිතාගනී. මෙම විශේෂ ඥාණය ද විශේෂ ඥාණයක් ලෙසද, විශේෂ අවබෝධ ලැබීම අනුව මෙලෙස පිරිසිදු ලෙස දැන හැක්කේ යැයි ද සලකා ගෙන ආශ්වාද කරයි. මෙලෙස සිතා ආශ්වාද කිරීම නිසා ම මනසිකාරය වල්මත් වේ. එමනිසා මෙම විශේෂ ඥාණය ද විපස්සනාවට උපක්ලේශයක් යැයි දක්වයි. මුඛ්‍ය වශයෙන් නම් මෙම විශේෂ ඥාණ සමග මුසුවී පහළවන තණ්හා, මාන, දිට්ඨි යන මේවා ම නියම උපක්ලේශ වන්නේය. ප්‍රීතියේ පටන් උපේක්‍ෂාව තෙක් ඉතිරි උපක්ලේශ හත (7) සම්බන්ධයෙන් ද උපක්ලේශ ලෙස නම් කිරීමට හේතුව මේ දැක්වූ ක්‍රමය බව දැන ගන්නවා.

## 3. පීති

බුද්ධිකා පීති, බණික පීති, ඔකකනනිකා පීති, උබ්බගා පීති, එරණ පීත යන මේ පස්වනක් ප්‍රීතිය ද, මෙනෙහි කිරීමක් පාසා පහළ විය හැක්කේය. උදයබ්බය ඥාණය මුල පටන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් දියුණු වී උදයබ්බය ඥාණයේ බලවත් අවස්ථාවේ එරණ පීතිය පහළ වන බව මහා ටීකාවෙහි දක්වා ඇත. මෙම පස් ආකාර ප්‍රීතිය කයෙහි එකවර ම හිරි ගඩු මතුවීම, තැන තැන මස් පිටු සැලීම, නැටීම, කදුළු වැගිරීම, පපුවෙහි හදවතෙහි උද්‍යෝගි ගති මතුවීම, ශරීරයෙහි සිසිල් බුබුලු දමන්නාක් මෙන් දැනීම් ආදී ලෙසට මතුවී එකවර ම ඒවා නැතිවී යන මේ ප්‍රමෝදය බුද්ධිකා පීති නම් වේ. ඉතා ක්‍ෂුද්‍ර වූ ප්‍රමෝදය යැයි කියැවේ. බොහෝ වාර ගණනක් හිරිගඩු පිපීම්, මවිල් කෙළින්වීම් ආදිය ඇතිවී ක්‍රමයෙන් වැඩි වෙමින් යෑම බොහෝ වාර

ගණනක් සිදුවී, අකුණු විදුලි කොටන්නාක් සේ වරින් වර නැවත නැවතත් සිදුවීම් ස්වරූපය බණික පීති නම් වේ.

යා පනෙනසා ධම්ම. කථේනනසසවා සුණනනසසවා වාවෙනනසස වා අනෙනා උපසස්මානා පීති උදගහභාවං ජනෙති. අසුනි පවනෙති, ලොමභංසං ජනෙති. සායං සංසාර වට්ටසස අනනං කභවා අරහනන පරියොසනා හොති, තසමා සඛරතිනං එවරූපා ධම්මරති යෙව සෙට්ඨා  
[ධම්මපදට්ඨ කථා (ඉ) 2/353]

හනෙන නාගසෙන, යොව මානරි මතාය රොදති, යොව ධම්මපෙමෙන රොදති, උහිනන තෙසං රොදනනානං කසස අසුනු හෙසස්සං, කසස අසුනු න හෙසස්සනති. එකසස ඛො මහාරාජ අසුනු රාගදොසෙහි සමලං උණභං, එකසස (ධම් ප්‍රේමයෙන් අඩන්නා වූ කෙනාගේ කදුළු) පීති සොමනසෙසන (ප්‍රීති සොමනස් සහිතව) විමලං සීතලං (කිලුටු නැති, සීතල) යං ඛො මහාරාජ සීතලං, තං හෙසස්සං (එම සීතල කදුළු රෝග කෙලෙස් දුරු කිරීමට බෙහෙතක් වේ) යං උණභං තං න හෙසස්සනති.

මෙම පාලි අට්ඨ කථා සාක්ෂිකොට ප්‍රීතිය හේතුකොට කදුළු වැගිරීම, ඇසීම ආදිය ද විය හැකි බව සිතට ගතයුතු. සකල ශරීරයේ පැතිර යන්නා සේ ශරීරයේ ලොමු දහැගැන්වීම් සීතල, වශයෙන් බලවත්ව උපදින්නේ ශරීරය පුරාමදී, එක් ශරීරාංගයක් හෝ උඩට යන්නාසේ තුටු පහටු වේ. මෙය ඔක්කනනික පීත නම් වේ. යම් සේ වෙරළ ඉක්මවා රළ නඟින්නේ එම රළ වෙරළේ හැපී බිදීයන්නේ යම් සේ ද ශරීරය තුළ වේග රැල්ලක් පැන නැඟී පැමිණ පුරා පැතිර යන ප්‍රමෝදයක් යැයි කියනු ලැබේ. එම ශරීරයේ පවා කොතැනක පවතින්නේද යි දැනගත නො හැකිවන කරමට ලෙල දෙන්නා සේ මෝදුවෙමින් මෝදුවෙමින් එන්නා සේ බලවත්ව පැමිණ ශරීරය පුරාම හෝ, ශරීරාංගයක හෝ වේවා උඩ දමන්නාක් සේ නළවන්නාක් සේ සැහැල්ලු වන්නාක් සේ ප්‍රීතිය ප්‍රමෝදය පහළවීම උබෙබගා පීති නම් වේ.

සිංහල දේශයේ (ලංකාවේ) මහා වෛත්‍යය අරමුණු කොට සිත පහදවා ගත් මහා තිස්ස මහා තෙරුන් වහන්සේ ද මැදිවියේ කාන්තාවක් ද තමා අරමුණු කළ එම වෛත්‍යය ද මළවට අහසින් එක කෂණයකින් ම ඔසවාගෙන ගියේ මෙම උබෙබගා පීත නිසා බව අට්ඨ කථා දැක්වීම්වල හුවා දැක්වා ඇත. අද කාලයේ ද සතිපට්ඨාන භාවනාවේ යෙදෙන මෙනෙහි



කොට භාවනා කරන යෝගීන් අතර සමහරෙකුගේ ශරීරය කොටසක්, පැත්තක් උඩට එසවී යනවා දැකගත හැකිවනු ඇත. සමහරෙකුට වනාහි සිටින ඉරියව්ව වෙනස් නොවී මුළු ශරීරය බොහෝ වාරයක් පොළො පනින්නා, පොළො පනින්නාක් මෙන් ඉහළ යන්නේය. සමහරුකුගේ ශරීර කොටසක් පැත්තක්, ඇදියන්නාක් සේ යන හැටි දැකගත හැක්කේය. හිස, පය පාද වහාම හදිසියේ ම ඉබේ ම මෙන් ගැස්සියන්නාක් සේ ද වන්නේය. මේවා උඛේග පීති ශක්තියෙන් සිදුවන්නේ යැයි පිළිගත යුතුය. ශරීරය පුරාම සිසිලසක්, සීතලක් හාත් පසින් විදීම, පුරාම සුව පහසක් දෙන පීතිජ රූප පැතිර යන්නාක්මෙන් බලවත්ව පහළවන ප්‍රීතිය ඵරණා පීති නම් වේ. මෙම ප්‍රීතිය පහළ වන අවස්ථාවේ හුලං පිරවූ බැඳුනක සේ ශරීරය තුළ සැහැල්ලු වාතයක් පිරී ඉතිරි ඇතිසේ වැටුණේ. එවිට කිසිම කායික මානසික ක්‍රියාවක් කරගත නො හැකි සේ ගල්වී ගියාක් මෙන් විය හැක්කේය. ඇසිපිල්ලන් පවා සෙලවිය නො හැකි ලෙසට, ඇස් පවා ඇරිය නො හැකි ලෙසට ශාන්ත රසයෙන් ප්‍රීතිය විදිමින් සිටිය හැක්කේය.

මෙම පස් වණක් වූ ප්‍රීතිය බලවත්ව ප්‍රකටව පහළ වූ යෝගාවචරයාට එක විතාක්ෂණයක් තුළ මේවා පහළ වන ලෙසම ද විය හැක්කේය. බුදුරජාණන් වහන්සේ ලොව පහළ වූ බව අසන්නට ලැබුණු සුමේධ තාපසතුමාට, අනාථ පිණ්ඩික සිටුතුමාට, මහා කප්පින රජතුමාට පහළ වූ ප්‍රීතිය මෙන් යැයි පිළිගත හැක්කේය. එම අවස්ථාවෙහි පමණක් මෙලෙස වනවා නො වේ. හංග ඤාණය වැනි ඉහළ ඤාණ අවස්ථාවන්හි මෙනෙහි කරමින් හොඳින් භාවනා කරගෙන යන විට, හදිසියේ ම එකවැර ම පහළ විය හැක්කේය. ඊට පසුව ද මෙනෙහි කිරීම සිතිදුව සුන්දර ව හොඳින් පැවතිය හැක්කේය. මෙලෙස ඤාණය පරිපූර්ණ වී බලවත් ප්‍රීතිය උපදින්නේ යැයි පිළිගත යුතුවේ. තවදුරටත් පස්සද්ධිය බලවත් අයට මෙනෙහි කිරීම සුවදායක වී මුදුන් පත් වූ කල කිසිවක් මෙනෙහි නො කර මනසිකාරය නො කර කල්පනා නො කර හිස්වී ගිය ආකාරයට ටික වෙලාවක් කාලය ලිස්සා යන්නාසේ දැනේ. දැන් සිහි එළවාගෙන නැවත මෙනෙහි කළහොත් නැවත භාවනාව හොඳින් සිදුවන තැනට පත්වේ. සමහර කෙනෙකුට විශේෂ ආයාසමයකින් තොරව පහසුවෙන් හොඳින් මෙනෙහි කිරීම් ඇතිවිට එකවර ම සිත හිස්වී යන්නාක් මෙන් දැනේ. ටිකකට පසු සියල්ල නැවතත් තිබුණු ලෙසට ම හොඳින් පැවැත්වීමට පටන්ගනී. තනුමජකධිත්‍රතා උපේක්ෂාවේ බලයෙන් මෙසේ වන්නේ යැයි පිළිගත යුතු වේ. කෙනෙකුට

හොඳින් පහසුවෙන් මෙතෙහි කරගෙන යනවිට අරමුණ හා මෙතෙහි කිරීම ක්‍රමක්‍රමයෙන් තුනීවීගෙන එකවර ම ලිස්සා යන්නාක් මෙන් සිදුවේ. සමහර විටක බොහෝ වේලාවක් නින්දට වැටී යා හැක්කේය. සිහි එළවාගෙන නැවත මෙතෙහි කළහොත් නැවතත් හොඳින් භාවනාව සිදුවේ. සිත කළබල බව, අන්ද මන්ද ගතිය ඇති නො වේ. මෙසේ සිදුවන්නේ අරමුණ මත දැඩිව ආයාස කරමින් මෙතෙහි කිරීම, හොඳින් සාවධානව මෙතෙහි කිරීම නම් වූ චීර්‍ය දුර්වල වී සමාධිය අධිකවීම නිසා පහළවන චීනමිද්ධය යැයි සළකා ගත යුතුය. එවැනි අවස්ථාවල ළඟ ළඟ මෙතෙහි කිරීම සාවධානව මෙතෙහි කිරීම යන ක්‍රම අනුගමනය කිරීමෙන් පස්සද්ධිය , උපේක්‍ෂා, චීනමිද්ධය යන හේතු නිසා පහළවන මෙම ලිස්සා වැටීම යටපත් කළ හැක්කේය.

#### 4. පස්සද්ධිය

අධික ආයාසය නිසා සිත විසිරී යෑමද, වෙහෙසවී කය දරඵ වීම දුරු වී කය හා සිත සන්සිදී යෑම පස්සද්ධිය නම් වේ. මෙම පස්සද්ධිය ද අධික උණුසුම් තැනක සිට සිසිල් තැනකට වහා පිවිස යන්නාක් මෙන් ද, වෙහෙසකර තැනක සිට වහාම ඉස්පාසු තැනකට පත්වන්නාක් මෙන් ද ප්‍රකටව පහළ වේ. මෙම පස්සද්ධිය නිසා සිදුවන විශේෂ කරුණු ඉහතින් දක්වන්නට යෙදුනි. පස්සද්ධිය පහළවී නම් ලහුණා, මුදුණා, කමමඤ්ඤා පාගුඤ්ඤා, උජ්ජකතා යන ගුණ ද එකට ම පහළ වේ එම නිසා යෝගීන්ගේ කය- සිත දෙකෙහි බර ගතිය පහ වේ. සැහැල්ලු බවට පත් වේ මෙතෙහිකොට හඳුනාගැනීම ඉතාමත් සැහැල්ලුව යුහුසුඵව සිදු වේ. සිත යොදා බැලූව ද ඒ ඉතා පහසුවෙන් සුරව සිදුවේ. ගමන් කරන විට පාද නැතුවාක් මෙන්ද සැහැල්ලු ලෙස දැනී යන්නේය. හිඳීම, නිඳීම, නැවති සිටීම, ආදියෙහිදී කය, අතපය, නැත්තාසේ සැහැල්ලු ගති දූනේ. යන්නට සිතුවොත් ඉතා දුර බැහැර තැනකට චූවත් වහා යා හැක්කේ යැයි සිතට දූනේ. ඉතා ඉක්මණින් දිවීමට සිත් ද පහළ විය හැක්කේය. සිතට නිසි පරිදි යෑමට නො හැකිවන ලෙසට සතිය පිහිටුවන්න. කය - සිත ගොරෝසු කර්කශ බව නැතිව ගොස් ඉතාමත් සියුම් බවට පෙරළෙන්නේය. කීකරු කරවා ගැනීම, හසුරුවා ගැනීම දුෂ්කර නො වේ. කැමති කුමණ තැනක හෝ සිත රැඳවිය හැකි වන්නේය. මෙතෙහි කොට බැලීමට කැමති තැනකට කෙලින් ම සිත යොදා මෙතෙහි කිරීම හැකි වේ. රඵ පරඵ දරුණු පුද්ගලයන්

හමු වීමට කැමති නො වී සැහැල්ලුව සිසිල්ව මෙනෙහි කිරීමට හැකි වන්නේය. මෙනෙහි කොට භාවනා කරන කටයුත්තට සිත කය දෙක විශේෂ වේ. මේ දෙක විශේෂයෙන් කර්මණ්‍ය වේ. පැයක් දෙකක් දිගට වාඩි වී මෙනෙහි කරමින් භාවනා කළත් කැක්කුම්, රත්වීම්, වේදනා, වෙහෙසකර ගතිය නොමැතිව ප්‍රකෘති ලෙස සිටිය හැකි වන්නේය. මෙනෙහි කිරීම කැඩීයෑම, සිත විසිරීයෑම නොමැතිව බොහෝ වේලාවක් මෙනෙහි කරමින් සිටිය හැකි වන්නේය. කය-සිත දෙක ම ඉතා ම බලවත් වේ. කයෙහි පසුබැසිය බලවත් වූයේ නම් මෙනෙහි කරන සිත් ප්‍රගුණ කරන ලද බුද්ධ වන්දනා පාඨය "නමො තසුමා භගවතො අරහතො සමමා සමබ්බුධංසු" යයි සප්තධායනා කරන විට වැරදි නැතිව ඉතා සුලලිත වන්නායේ මෙනෙහි කරන මූල කර්මස්ථානය වෙත ක්‍රමාණුකූලව ලඟා වී යෝග්‍ය ලෙස පිහිටවා සිටී. සැලෙන නතරවන අපහසු තත්ත්වයන් නොමැතිව මෙනෙහි කිරීම සිග්‍රවේ. නරක දේ වලට සිත යෑම, තම අතපසුවීම් වලට පශ්චාත්තාප වීම, නැතිගුණ හුවා දැක්වීම, ඇත්තා වූ දුර්වල කම් හැඟවීම යන මේවා සම්පූර්ණයෙන් දුරුවේ. සිත පහසුව ඉතාමත් උපු පුපුච්ච ම මුළු ජීවිතය ම සුපරිසිදුව විසීමට කැමති වේ. මේ පස්සද්ධි ආදී ධර්ම හය බලවත්ව තියුණුව පහළවන බැවින් හිඳින සිටින, ගමන් කරන, දිග හරින, නවන, භාවනා කරන යන ඕනෑම අවස්ථාවක කිසිම නරකක් නපුරක් හමුනොවී සැමදා ම පහසුවෙන් සිටීමට සිතේ. කය සිත සන්සිදීම පහසුවෙන් යුක්ත වීම අනුව ඉදුම් හිටුම් පහසුව ලබයි. ඉතාමත් සුව ඵලවන ගතිය සිතට දැනේයි.

[නපු කායග්‍යානණෙන රූප කායසොපි ගහණං වෙදිතබ්බං, න (වෙදනාදිකබ්බතයසෙසව) කාය පසුබැසි ආදෙයො හි රූප කායසොපි දරුපාදි නිමමඤ්ඤාති යන මේ මහා ටීකා දැක්වීම අනුව රූප කයෙහි සංසිදීම ආදියෙහි බලවත් කම නිසා වන්නකැයි සළකාගත යුතු.]

5. සුඛ

මෙනෙහි කරන සිත හා සම්ප්‍රයුක්ත ධර්මයන් යන මේවායේ සුවය ඉතාමත් බලවත්ව පහළ වේ. මෙලෙස සිතේ සුඛය නිසා උපදින කායික සුඛය ද බලවත්ව උපදී. එම නිසා බොහෝ කල් පැවති රෝගයන් එම අවස්ථාවෙහි ම සුව වූ ලෙසට දැනේ. තවදුරටත් කල්පනා කළහොත් සතුට ද දිගට ම බලවත්ව පැවැත්විය හැක්කේය. එබැවින් මෙලෙසට තමා

තුළ පහළ වන සැපය සම තත්ත්වයේ සිටින අනෙක් අයට නොකියා සිටිය නො හැකි තත්ත්වයක් ඇතිවේ. මෙම සුඛ, ප්‍රීති, පස්සද්ධිය යන ගුණයන්ගෙන් පිරිපුන් යෝගී තෙම එම අවස්ථාවේ සාමාන්‍ය දිව්‍ය, මනුෂ්‍ය සතුටට- සැපයට වඩා උතුම් විශේෂ සතුටක් සැපයක් විඳී. ලබයි. මෙලෙසට වූ, වන සතුට සැපය සලකා පහත දැක්වෙන ලෙස (ධම්මපද 373 - 374 ගාථා) අධ්‍ය කථාවාර්යයන් වහන්සේ ගෙනහැර පායි.

සුඤ්ඤාගාරං පවිට්ඨස්ස - සනත චිත්තස්ස හික්ඛුනො  
 අමානුසී රතී හොති සමමා ධම්මං විපස්සතො.

යතො යතො සමමසති ඛන්ධානං උදයඛබ්බයං

ලභතෙ පීති පාමොජ්ජං අමතං තං විජානතං [ධ. ප. 373-374 ගාථා]

- සුඤ්ඤාගාරං = ශුන්‍යාගාරයකට, නිශ්ශබ්ද තැනකට
- පවිට්ඨස්ස = ඇතුල් වූ
- සනත චිත්තස්ස = පස්සද්ධි බලයෙන් සිසිල් වූ සංසිඳුනු සිතක් ඇති
- ධම්මං = රූප-නාම ධර්මයන්
- සමමා විපස්සතො = මනාලෙස විපස්සනාවෙන් දැක දැනගන්නා
- හික්ඛුනො = හික්ෂුවට
- වා = සංසාර භය දක්නා යෝගීභට
- අමානුසී = සාමාන්‍ය මනුෂ්‍ය-දේව යන අයගේ සතුට සැපතට වඩා
- වා = සාමාන්‍ය දිව්‍ය-මනුෂ්‍යයනට පත්විය නොහැකි වූ ළඟාවිය නොහැකි තරම් වූ
- රතී = පස්සද්ධි ආදීන්ගේ පිටුවහල ලත් විපසසනා පීති - සුඛ යැයි කියන සතුට - සැපත
- හොති = පහළ වේ.
- යතො යතො = යම් යම් රූප කොටස් නාම කොටස්
- ඛන්ධානං උදයඛබ්බයං = ස්කන්ධ පඤ්චකයෙහි ඇතිවීම් - නැතිවීම්
- සමමසති = සමමගීණය කරයි. විමසා බලයි.
- තතො තතො = එලෙස සමමගීණය කරන්නා වූ රූප කොටස් - නාම කොටස් වල

පීනි පාමොස්ස = බලවත් සතුට නම් වූ ප්‍රීතිය හා සාමාන්‍ය සතුට  
 නම් වූ ප්‍රමෝදය  
 ලභනෙ = ලබයි.

(අවිච්ඡෙදයට පුබුද්ධිය යන ව්‍යාකරණ සූත්‍රයට අනුව පූජිතබ්බ වූ අර්ථය ඇති බැවින් පීනි පදය මූලට යොදා ද්වන්ධ සමය කොට දක්වා ඇත. මෙය වනාහි ධම් පහළවන අනුපිළිවෙල නො වේ. ධම් පහළවන අනුපිළිවෙල අනුව නම් පාමොස්ස පදය ඉස්සර විය යුතුය.)

තං = එම ප්‍රීතිය ප්‍රමෝදය  
 විජානනං = ඇතිවීම-නැතිවීම දන්නා විපක්‍ෂනා යෝගාවචරයාට  
 අමනං = මරණයෙන් තොර වූ නිවනට ඒකාන්තයෙන්  
 පමුණුවන බව ඇති අමෘත වූ නිවන ලබාදේ

(මෙම ගාථා උපරිපණ්ණාස අට්ඨ කතා හි නිරාමිස සුඛ දක්වන තැන විවරණය කොට දක්වා ඇත. එයට ද විෂම නොවන ලෙසට මෙහිලා සුඛයෙහිලා දක්වන ලදී.)

6. අධිමොක්ඛ

මෙනෙහි කරන සිත හා සම්ප්‍රයුක්ත ධම් ඉතා පිරිසිදු කරන ශ්‍රද්ධාව, අධිමොක්ඛ අවස්ථාවෙහි ද ප්‍රකට වේ. බලවත් වූ එම ශ්‍රද්ධාව නිසා මෙනෙහි කරන කරන වාරයේ සිත කෙලෙස් වලින් තොරවනුයේ ඉතාමත් පැහැදිලි වේ. මෙනෙහි නො කර නතර වී සිටින කාලවල ද පිරිසිදුව පැහැදිලිව ම පවතී. ඕභාස, ඤාණ ආදිය නිසාද, මෙම විපක්‍ෂනා ශ්‍රද්ධාවේ ශක්තිය නිසාද, කම්ය-කම් එලය, ක්‍රිවිධ රත්නයේ අසීමිත ගුණ මත අදහන ශ්‍රද්ධාව ද මෙම අවස්ථාවට බලවත්ව පහළ විය හැක්කේය. එබැවින් තමා ට තවදුරටත් දිගට භාවනා කිරීමට ද බලවත් සිතිවිලි කල්පනා පහළ විය හැක්කේය. අනුන්ට ද ධේරුමත් කරවන අනුශාසනා කථා කිරීමට සිතිවිලි පහළ විය හැක්කේය. භාවනා කරන සබ්බම වාරින් වහන්සේලා කෙරෙහි ද බුදු පියාණන් වහන්සේ විශේෂයෙහි ද විශේෂ පැහැදීමක් ඇතිවිය හැක්කේය.

7. පග්ගහ

මෙනෙහි කළ යුතු ඒ ඒ මතුවන රූප - නාමයන් මෙනෙහි කිරීමට විශේෂ වූ ආයාස කිරීමක් ද නැතිව - ආයාස කිරීමක් සම්පූර්ණයෙන් බහා

තබන්නේ ද නැතිව මධ්‍යස්ථ ලෙස නිවැරදිව සමච භාවනා කරන වීර්යය පගන හ නම්වේ. අති සීතල ද නොවූ අති ආරඳධ ද නොවූ මෙම මනසිකාරය ප්‍රකටව ඇතිවේ. එබැවින් යෝගී තෙම එවන් අවස්ථාවල විශේෂ ආයාස නො කර ඉබේට ම මෙන් මනසිකාරය පවතින්නේ යැයි හඟියි.

8. උපධ්‍යාන

මතු වන- මතු වන නාම-රූපයන් මෙනෙහි කරන සිතට ඉබේ ම මෙන් පැමිණ වැදගත්තාක් මෙන් ද, මෙනෙහි කරන සිතත් ඉබේ ම මෙන් එම අරමුණු කරා නැමියන බවක් ද පෙන්වනලෙස ප්‍රකට වන ලෙස ක්‍රියාත්මක සතිය උපධ්‍යාන නම් වේ. අරමුණ තුළට කිඳා බසින සුළු මෙම සතිය බලවත්ව ප්‍රකටව පහළවීම නිසා ඉතාමත් සියුම් කුඩා නාම - රූප ඉරියව් ද සැඟවී නො යෑමක් - ආචරණය වීමක් නොමැතිදී ප්‍රසිද්ධව ඉදිරිපත් වේ. මෙනෙහි කිරීමක අවසානයක් සමග අතරක් නොතබා පහළ වන මෙනෙහි කටයුතු ඊළඟ අරමුණ හා එකට ගැවීමම ප්‍රකටව පෙනේ. (පෙර ඇසූ දුටු, විඳි කල්පනා කළ අරමුණක් වඩාමාන ලෙස මෙනෙහි කළහොත්, එම ක්‍ෂණයෙහි ම ඇස්පනාපිට ඇති දෙයක් සේ විශේෂයෙන් ප්‍රකටවී මතු වී එන්නේය. කෙසේ නමුත් එලෙස කල්පනා කිරීම් නො කළ යුතු)

9. උපෙක්ඛා

යට දක්වූ විපසානා උපේක්‍ෂාව ද එයට පෙරාතුව පහළවන ආවර්ජනය ද උපෙක්ඛා නම් වේ. පැහැදිලි කිරීමක් කළ හොත්: දැකීම ඇසීම වේවා, මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීමක් වේවා එසේ කරන සිත උපද්දවන ආවර්ජන සිත ප්‍රථමයෙන් පහළ වේ. එම සිත හොඳ දෙයක් කල්පනා කළ හොත් පසු සිත් පෙළද හොඳ පැත්තට ම පහළවේ. එම සිත නරක දෙයක් කල්පනා කළහොත් පසු සිත් පෙළ නරකට ම හැරී පහළ වේ. යෝගාවචරයා වනාහි ඇතිවීමක් -නැතිවීමක් පාසා නාම-රූප මෙනෙහි කොට බලම් යැයි කලින් ම සිත පිහිටුවා සිටී. බොහෝ වාර ගණනක් මෙනෙහි කළහොත් එය පුරුද්දකට ගැමීමකට යන ගතියක් ද ඇතිවේ. මෙම මූලික කරුණු දෙක නිසා ඇතිවන-නැතිවන අවස්ථාවක් පාසා රූප-නාම සියල්ල "ඇතිවේ-නැතිවේ" යැයි ඇති සැටියට ම සළකමින් පවතින ආවර්ජන සිත පළමුවෙන් පහළ වේ. මෙනෙහිකොට දැනගන්නා විපස්සනා ජවන ද මෙලෙස සළකා බලන ආකාරයට ම "ඇතිවෙනවා-

නැතිවෙනවා” යැයි දැනීමින් දැකීමින් අනුව යමින් පහළ වේ. මෙලෙසට ම සිදුවිය හැකි නමුදු ආදි කම්මික යෝගාවචරයාට භාවනාව තරුණ අවධියේදී උපදින මෙනෙහි කළ යුතු අරමුණ සෘජුව ආවර්ජනා කිරීමට මෙනෙහි කිරීමට නිතර උත්සාහ කළ යුතු වන්නේය. නිතර සොයා බැලිය යුතුවාක් මෙන් වන්නේය. අනෙකුත් අරමුණු අනුව පහළ වන ආවර්ජනා ද බහුලය. සිත මෙනෙහි කළ යුතු අරමුණට යැවීමට වහා තල්ලු කරමින් සිටින්නාක් මෙන් ද වන්නේය. හොඳින් උදයබ්බය ඤාණය වැඩ කරන එම අවස්ථාවේදී විශේෂයෙන් ආයාස කිරීමක්, විශේෂයෙන් අරමුණ සොයා යෑමක් නොමැතිව ඉදිරියට මෙනෙහි කරයි. ඒ අතර නිරතුරුව ම වාගේ ඇතිවීම් - නැතිවීම් සිදුවන නාම - රූප කෙළින්ම සලකා බලයි. එම අරමුණට ම වේගයෙන් දිවයන්නාක් සේද වැටහේ. මෙලෙස සෘජුව සලකා බලන්නාක් මෙන් පහළවන ආවර්ජනය ආවස්ථානුපෙකකා නම් වේ. එම ආවර්ජනය ශක්තියෙන් විශේෂ ව්‍යාපාර කිරීමක් නොකර ඇතිවන - නැතිවන ක්ෂණයෙහි එම නාම-රූපයන්ම මෙනෙහි කරමින් කරමින් පහළවන විපසානා ඤාණය විපසානානුපෙකකා නම් වේ. ආයාසයකින් තොරව ඉබේට ම මෙන් සලකා බලමින් මෙනෙහිකොට දැන ගනිමින් සිටින්නාක් මෙන් පහළවන මෙම උපෙක්ඛා වර්ග දෙක මෙනෙහි කිරීමක් කිරීමක් පාසා ක්‍රියාත්මක වේ. මෙම දෙක ම මෙනෙහි විපස්සනා උපක්ලේශ උපෙක්ෂා යැයි කියනු ලැබේ. මහා ථිකාවෙහි “ විපසානානුපෙක්ඛා යන තැන මූල ධර්ම වශයෙන් තනුමස්සධනතාව ගැනේ” යැයි දක්වා ඇත. ඤාණ උපක්ලේශ සහ නියම මූලධර්ම වෙන්කර දක්වීම උදෙසා කර ඇති විග්‍රහයකි ඒ. පටිසම්භිදා මග්ග අට්ඨ කථා එම විග්‍රහය ආචාර්ය වාද වශයෙන් ගෙනහැර දක්වා තමා අගය කරන සකවාදය වශයෙන් මධ්‍යස්ථව ප්‍රීති සමාධිය මෙහිලා දක්වයි. පටිසම්භිදා මග්ග ගාථාවෙහි “විසුද්ධි මග්ගයෙහි දක්වා ඇති ආකාරයට විපසානානුපෙකකා යන තැන ඤාණය ම දක්වා ඇත්තේය. නමුත් සංස්කාරයන් සම්මශීණය කරන තැන මධ්‍යස්ථ කෘත්‍ය වශයෙන් ඤාණ උපක්ලේශයෙන් වෙනස්වන නිසා සමහර තැනකට විරුද්ධ නොවේ යැයි අනුශාසනා කරයි. අපිදු ග්‍රහණි පද දක්වීමට කැමැත්තෙමු. එබැවින් ඤාණයම විපස්සනානුපෙක්ඛා යැයි අර්ථ දක්වමු.

10. නිකනති

ආලෝක - ඕනෑම සමග එකට පහළවී ඉතා විශේෂ වශයෙන් මෙනෙහි කොට දන හැකි විපස්සනා විෂයෙහි ඇලෙන කැමති වන තත්භාව නිකනති නම් වේ. මෙම ඇලෙන, බැඳෙන බව ඉතාමත් ශුක්ෂමය. එය කෙල්ලෙයන් යැයි නො සිතන තරම්ය. එබැවින් එම ඇලෙන බැඳෙන බවට විශේෂ ධර්මයක් ලෙස ද, විශේෂ ධර්ම සාක්ෂ්‍යාත් කර ගත් බැවින් භාවනාවෙහි මෙලෙස මනාප බවක් පහළවේදැයි ද සිතාගත හැකි තරම් වන මෙම නිකනතිය නියම උපක්ලේශයකි. එබැවින් නිකනති පහළවීම පමණි. විපස්සනාව වැනසී යා හැක්කේය. මේ නිකනති තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් දැඩිව ගෙන බැඳී ගැනීමට හේතුවන බැවින් විපස්සනාව කෙලසී යා හැකි බවට අමුතුවෙන් කිව යුත්තක් නැත.

මේ උපක්ලේශයන් වනාහි මෙනෙහි කොට දැනගන්නා සිත් එක එකක උපදී. දෙකක්, තුනක්, හතරක්, පහක් වශයෙන් බොහොමයක් ද උපදී. නිකනතිය හැර ඉතිරි උපක්ලේශ නවය එක ම ක්ෂණයක ඉපදිය හැක්කේය. ප්‍රත්‍යවේක්ෂා වශයෙන් ගැනීම වනාහී වෙන වෙන ම උපදී. එබැවින් දක්වන ලද පිළිවෙල "උපක්ලේශ පහළවන පිළිවෙල නොවේ. හුදු දේශනා ක්‍රමය ම අනුව දැක්වීමකැයි" දන යුතු

නවාපි හි උපකකිලෙසා එකකකිණෙපි උප්පජ්ජනති. පච්චවෙකකිණා පන විසුං හොති [මහා වී. (බු.) 2/432]

- නව අපි = නවයක් වන
- උපකකිලෙසා = නිකනතිය හැර ඉතිරි නවය
- එකකකිණ = එකම ක්ෂණයන් තුළ
- උප්පජ්ජනති = පහළවිය හැක්කේය
- පච්චවෙකකිණා පන = ප්‍රත්‍යවේක්ෂා වනාහි
- විසුං විසුං = වෙන වෙනම පහළවේ.

(මෙහිලා නවාපි "අපි" ශබ්දය මගින් උපක්ලේශ අටක්, හතක්, හයක් ආදිලෙසට ද පහළවිය, හැකි බව පොදුවේ දක්වයි. 'එකකකිණෙපි' හි "අපි" ශබ්දය මගින් ඒකක්ෂණයකට නොවී වෙන වෙන ක්ෂණයන්හිදු පහළ විය හැකි බව පොදුවේ දක්වයි.)



පෙර නොතිබුණ තරම් විශේෂ වූ ආලෝක, ඥාණ, ප්‍රීති ආදී වූ මේවා විශේෂ ධර්ම අවබෝධ ලෙසටත්, විශේෂ අධිගමනයක් නිසා මෙලෙස විශේෂ තත්ත්ව පහළවන ලෙසටත්, දැඩිලෙස පිළිගන්නා යෝගීන් මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම නම් වූ මග ඉක්මවා නොමග යන්නේය. ඉහළ ඥාණ, විශේෂ අධිගම ලබාගැනීම පිණිස වීර්යයෙන් භාවනා නොකිරීම ද, පහළ වූ ආලෝක ආදියට මත ආසාවී බැඳීගෙන නැවත නැවත කල්පනාවට වැටී සිටීම ද විය හැක්කේය. එම ආලෝක ආදිය තුළ එක එකක බැඳීගෙන ඇඳීගෙන සිටීමෙන් තණ්හාව වැඩේ. "මම පමණක් මෙලෙස විශේෂ තත්ත්වයකට පත්වී ඇත. මම අනිත් අයට වඩා උතුම් යැ"යි ඉහළින් කල්පනා කරන්නට ගිය හොත් මානය දැඩිවේ. "මම බැබලෙන්තේය. මෙම බැබලීම මමයි. මගේ ආලෝකය මට අයිති යැයි" මෙලෙස ගමන් ගෙන බැඳී ගතහොත් දෘෂ්ඨි ග්‍රහණය වැඩිවේ. මෙලෙස උපක්ලේශ එක එකක ග්‍රහණය දැඩිව ගැනීම සිදුවිය හැකිය. එකතුව උපක්ලේශ දහය මත මෙලෙස දැඩිව අල්ලා ගැනීම් තිහක් (30) විය හැක්කේය. එක එක වස්තුවක් මත තුන තුන බැගින් උපක්ලේෂ දහයෙහි සියල්ල තිහක එකතුව

[වී. ම. 478]

එත්ඵව ඕභාසාදයො උපකකිලෙස ව්‍යුත්තාය උපකකිලෙසාති වුත්ඵා න අකුසලත්තා නිකන්ති පන උපකකිලෙසො වෙව උපකකිලෙස ව්‍යුත්ඵ ව්‍යුත්ඵ වසෙන වෙනෙ දස, ගාහ වසෙන පන සමතිංස හොන්ති

- එත්ඵව = මෙම උපක්ලේශ
- ඕභාසාදයො = ඕභාස මුල් කොට උපෙක්ෂාව අවසන් කොට ඇති උපක්ලේශ නවය
- උපකකිලෙස ව්‍යුත්තාය = තණ්හා, මාන, දිට්ඨි යන ක්ලේශයන්ට වාසාඨානය පාදස්ඨානය වන බැවින්ම
- උපකකිලෙසාති වුත්තා = උපක්ලේශ යැයි කියා ඇත
- න අකුසලත්තා = මේවා අකුසල් වන බැවින් එසේ කියනවා නොවේ
- නිකන්ති පන = නිකන්තිය වනාහි
- උපකකිලෙසො වෙව = උපක්කිලේශයක් මෙන්ම

- උපකම්ලෙස ව්‍යුහ ව = උපක්ලේශයන්ට පාදක වන බව ද සැබෑය
- ව = දිගට විස්තර කළහොත්
- එනෙ = මෙම උපක්ලේශයන්
- ව්‍යුහ වසෙන වෙනෙ = ඕනෑම ආදී පාදක වස්තු වශයෙන් නම්
- දස = දහයක් වන්නේය
- ගහ වසෙන පන = දැඩි ග්‍රහණ වශයෙන් වියහැකි තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් නම්
- සමතිංස හොනති = තිසෙක් වෙත්.

මෙම අවිධි කථාවට අනුව මෙම අර්ථය සිත තබාගත යුතුය. මූල ඕනෑම සහ අග උපේක්ෂා යන උපක්ලේශ වස්තු නමය තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් දැඩිව ගෙන ඒවායේ නිමග්න වුවහොත් ඒවා උපක්ලේශ නම් වේ. එලෙස දැඩිව බදා නො ගත්තොත් උපක්ලේශ නම් නොවේ. එබැවින් හංග ඤාණ, සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණ දක්වන තැන්වල ප්‍රකටව පහළවන සතිය ආදී බොජ්ඣංග ධර්මයෝ ද එම බොජ්ඣංග හා බැඳී පහළවන සුඛ සද්ධා ආදිය ද උපක්ලේශ යැයි නම් කළ යුතු නැත. තවදුරටත් ආර්යන් වහන්සේලාට, භාවනා ආරම්භයේදී ම උදයබිය ඤාණය පහළවන අවස්ථාවේ ඉදිරිපත් වන ආලෝකය ද, උපක්ලේශයක් ලෙස ගණන් ගත යුතු නැති බව සිත තබාගත යුතුය.

ආචාර්යයන් වහන්සේ සමීපයෙ මනාකොට ක්‍රමය ප්‍රගුණ කළ යෝගාවචරයා වනාහි එම ඕනෑම - ඤාණ - ප්‍රීතිය ආදිය පහළ වී නම් “ආචාර්යයන් වහන්සේ කියන ලද විපස්සනාවට උපක්ලේශ වස්තුවක්, අනතුරක් මට පහළ විය. මේවා විශේෂ අධිගම නොවේ. විශේෂ අධිගමයක් නිසා පහළ වූ ගුණයක් නො වේ. ආලෝක ඕනෑම ආදිය පෙර නො තිබී දැන්ම අළුතින් පහළ වූවාක් නිසා නිත්‍ය නැත. දුකක්ය. තමා වසයෙහි පැවැත්විය හැක්කක් නො වේ. මෙනෙහි කොට බැලිය යුතු තවත් අරමුණක් පමණි. පහළවන පහළවන අවස්ථාවෙහි මෙනෙහි කරමින් මෙනෙහි කරමින් බැලීම ම ඉහළ ඤාණ විශේෂ ඤාණ ළඟා කරගැනීමට ඇති නියම විපස්සනා මාර්ගය වන්නේ” යැයි සලකා බලා තීරණයකට එළඹෙන්නේ නම් මතු වන මතු වන වාරයේ රූප - නාම ධර්ම සියල්ල මෙනෙහිකොට

බැලීම සඳහා භාවනා කරමින් සිටී. ඕභාස-ඤාණ-ප්‍රීති ආදිය ගරුකොට බැලීමක් නැත. ගරුකොට සිතා ගැනීමක් නැත. මෙලෙස මෙනෙහි කොට බැලීම ම ගරු කොට දිගට ම බලමින් සිටින්නා හට නාම-රූපයන්ගේ ඇතිවීම -නැතිවීම විශේෂයෙන් පිරිසිදුව පැහැදිලිව ප්‍රකට වේ. පහළ වී එය ම නැවත නැතිවී යාම නම් වූ අනිත්‍ය ලක්ෂණය, ඇතිවීම - නැතිවීම දෙකින් අතරක් නැතිව පෙළෙන බව නම් වන දුක්ඛ ලක්ෂණය, නමා කැමති පරිදි නො පවතින නම් වන අතත්ත ලක්ෂණය යන මේ ලක්ෂණ තුනද විශේෂ වීසද භාවයකින්, පිරිසිදු භාවයකින් යුක්තව ප්‍රකට වේ. එවිට මෙනෙහි කරන මෙනෙහි කරන වාරයේ ඇතිවීම - නැතිවීම පිරිසිදුව නිරවුල්ව දක දන ගන්නා බව අනුව පහළවන ඤාණය කෙලෙසෙන සුළු උපක්ලේශයක් කෙරෙත් දුරුවූ උදයබ්බය ඤාණය නම් වේ.

**මග්ගා මග්ග ඤාණ දසසන විසුද්ධිය**

මෙලෙස මෙනෙහි කිරීමේදී "ඕභාස ආදිය ද ආර්ය මාර්ගය නොවේ. එම ආලෝක = ඕභාස ආදි ගැන සිතීම, සළකා බැලීම නියම විපස්සනා මාර්ගය ද නොවේ. ඒවාට ගරු නො කොට මතුවන තාක් රූප- නාම අඛන්ඩව මෙනෙහිකර බැලීම නියම විපස්සනා මාර්ගය වන්නේ යැයි සළකා බලා විනිශ්චයකට එලඹෙන ඤාණය මග්ගාමග්ග ඤාණ දසසන විසුද්ධිය නම් වේ."

*උදයඛිය ඤාණ හා මග්ගාමග්ග ඤාණ දසසන විෂුද්ධිය නිව්ශේ යැ.*

