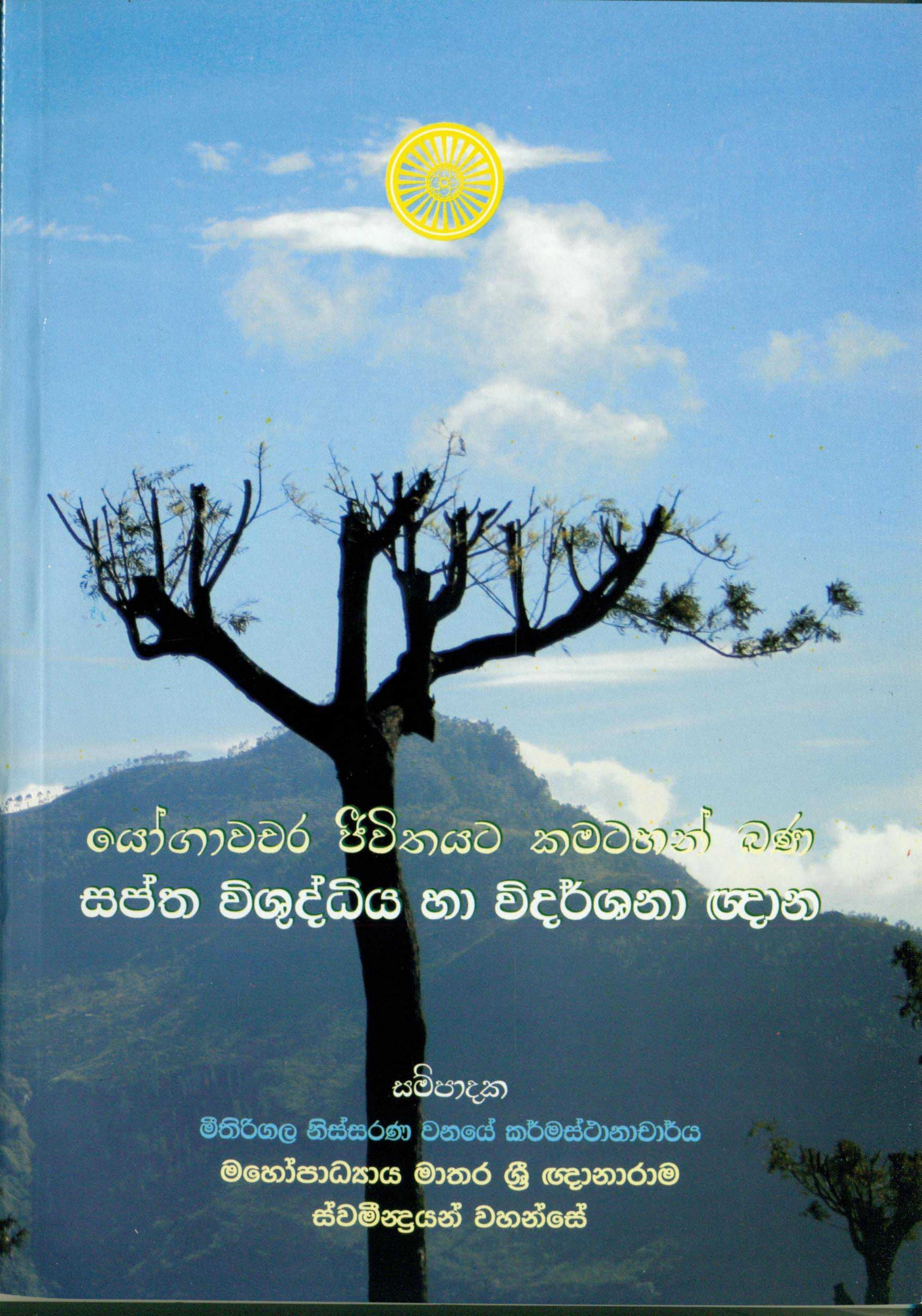


යෝගාවචර ජීවිතයට කමටහන් බණ
සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන

සම්පාදක

මීතිරිගල නිස්සරණ වනයේ කර්මස්ථානාචාර්ය

මහෝපාධ්‍යාය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම
ස්වමීන්ද්‍රයන් වහන්සේ

සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන

තථාගතප්පවේදිතො භික්ඛවෙ,
ධම්මවිනයො විවටො විරොචති
නො පටිච්ඡන්නො

මහණෙනි,

**තථාගතයන් වහන්සේ විසින් දේසිත, ධර්මය හා විනය
විවෘත වන්නේ බබලන්නේ ය. සැඟවීම නොම වන්නේ ය.**

යෝගාවචර ජීවිතයට කමටහන් බණ

සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන

සම්පාදක
මීතිරිගල නිස්සරණ වනයේ කර්මස්ථානාචාර්ය
මහෝපාධ්‍යාය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම
ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේ

සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන

උතුම් ධර්මදානයක් ලෙස පිළිගන්වන්නේ බැතියෙනි.

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති

(සියළු දානයන් පරදවා ධර්ම දානය ජය ගනී.)

යෝගාවචර ජීවිතයට කමටහන් බණ

සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන

කර්මස්ථානාචාර්ය
මහෝපාධ්‍යාය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම
ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේ

Lithira

අයිතිය
මීතිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

මුද්‍රණය ශ්‍රී. බු. ව. 2555 ව්‍ය. ව. 2011

ලිතිර
© Lithira Printing Industries
306, ඇඹුල්දෙණිය හංදිය, නුගේගොඩ.
0718152131/0114921309
lithira2008@yahoo.com

හැඳින්වීම

වර්ෂ1988

"සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන" නමැති මාහැඟි දහම් පොත මීතිරිගන නිස්සරණ වනසෙනසුනෙහි ප්‍රධාන කර්මස්ථානාචාර්ය වූ ද, ශ්‍රී කල්‍යාණී යෝගාශ්‍රම සංස්ථාවේ ප්‍රධානාචාර්ය වූ ද අති පූජනීය රාජකීය පණ්ඩිත මාතර සිරි ඥානාරාමාභිධාන මහොපාධ්‍යාය මාහිමිපාණන් වහන්සේ අතින් 1978 දී සම්පාදනය වූ හස්තසාර භාවනා ග්‍රන්ථයකි.

උදාර අධිෂ්ඨානයෙන් යුතු ව භාවනාවෙහි යෙදී සිටින මීතිරිගල නිස්සරණ වනයේ ගරු යෝගාවචරයන් වහන්සේලාට අවවාද - අනුශාසනා වශයෙන් හා කර්මස්ථාන දාන වශයෙන් ද අති පූජනීය මහෝපාධ්‍යාය මාහිමිපාණන් විසින් පිළිවෙලින් කරන ලද අගනා ධර්ම දේශනා පටිගත කරණ ලදුව, ඒ සියල්ල සම්පිණ්ඩනය කොට භාවනාභිලාෂීන්ගේ ප්‍රයෝජනය පිණිස මෙය මුද්‍රණය කොට ධර්ම දානයක් වශයෙන් බෙදා දෙන ලද්දේ මීට දශ වර්ෂයකට ඉහත දී ය.

මේ දහම් පොත කියවන කවරකුට වුව ද භාවනාව ගැන බලවත් ශ්‍රද්ධාවක් හා ධෛර්යයක් උපදිනුයේ එතරම් සරලවත් පැහැදිලිවත් දැක්වෙන භාවනා උපදේශ ඇති හෙයිනි. ප්‍රථම වරට මෙම පොත මුද්‍රණය කොට බෙදා දෙන ලද පින්වත් කේ. ටී. ප්‍රේමදාස මුදලාලි මහත්මයා, පින්වත් බී. එච්. එස්. පීරිස් මහත්මයා සහ එම මහත්මිය, පින්වත් පර්ල් ප්‍රනාන්දු මහත්මිය යනා දී පිනවතුන් විසින් විශාල පුණ්‍ය ලාභයක් අත්කර ගන්නා ලද්දේ ධර්මය බෙදා දීම අමෘතය බෙදා දීමක් වන බැවිනි.

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති 'සියලු ආමිස දාන අභිබවා ධර්ම දානය ම ජයගන්නේ ය'යි වදාළ උතුම් බුද්ධ වචනය මුදුනෙන් ම පිළිගන්නා වූ පින්වත් හරදාස මවුපිය දෙපළ මෙම ධර්ම දානමය පින්කම සිදු කිරීමට ඉදිරිපත් වූයේ විශේෂ කෘතවේදී කුසල් සිතකිනි.

පින්වත් හරදාස මහත්මයා දිනක් භාවනානුයෝගීව සිටිද්දී ඉතා අළුයම් වේලාවක, තමන් කුඩා කාලයේ දී හදා වඩා ගුණ දැනමුතුකම් කියා දී, අධ්‍යාපනය සහ ආගම ඥානය ද ලබා දී උපකාර වූ තමන්ගේ වැඩිහිටි ඥාති පිරිස ජීවමාන ව මෙන් තමා ඉදිරිපිට මැවී පෙනී ගියහ. එය එක් දිනක නොව කීප දිනක් ම එක ලෙස ම ඉහත සඳහන් එකම වේලාවට පෙනී ගිය බැවින් මෙහි යම්කිසි වටිනා ඇතුළතක් ඇති බව තේරුම් ගත් පින්වත් හරදාස මහතා විසින් කළගුණ සැලකීමේ උතුම් පින්කමක් වශයෙන් ඉතාමත් ම වටිනා නිවන දක්වා ම පිහිටි වන මෙවන් ධර්ම දානයක් පිරිනමා ඥාති සංග්‍රහයක් කිරීමට අධිෂ්ඨාන කරගන්නා ලද්දේ ඥානසම්ප්‍රයුක්ත වූ කුශල චේතනාවෙනි.

අති පූජනීය රාජකීය පණ්ඩිත කඩවැද්දුවේ ශ්‍රී ජිනවංශාභිධාන අස්මදාචාර්‍ය මාහිමිපාණන් වහන්සේගේ අනුමතය පරිදි මෙම "සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශීනා ඥාන" ග්‍රන්ථය දෙවැනි වරට මුද්‍රණය කරවා ධර්ම දානයක් වශයෙන් පිරිනැමීමට තෝරා ගන්නා ලද්දේ බොහෝ දෙනාට නිවන් මග පෙන්වීමේ වටිනා පින ඉහත සඳහන් ඥාති පිරිසට අනුමෝදන් කරවීම පිණිස මය.

"සෑම දන් අභිබවා ධර්ම දානය ද, සෑම රස අභිබවා ධර්ම ද, සෑම රති අභිබවා ධර්ම රතිය ද, සෑම දුක අභිබවා ශාන්ත නිවන ද ජය ගන්නේය" යි සර්වඥයන් වහන්සේ වදාරා ඇති බැවින් මේ භාවනා පොත පරිශීලනය කරන සැමට ඒ උතුම් ධර්ම දානය, ධර්ම රසය, ධර්ම රතිය හා ශාන්ත නිර්වාණය අත් වේවා යි ඒකාන් ව මෛත්‍රීයෙන් යුතුව ප්‍රාර්ථනය කරමු. එමෙන්ම මේ ධර්ම දානය ප්‍රදානය කිරීමෙන් අත් වන අත්‍යුත්තම කුශල සම්භාරය, පින්වත් ඇල්.එච්.ඇල්. හරදාස මහත්මාණන්ගේ පරලෝ සැපත් හරමානිස් සිල්වා වරුසවිතාන සීයාට ද, සච්හාමි වරුසවිතාන, පොඩිහාමි වරුසවිතාන යන නැන්දලාට ද, ඇල්.එච්.ඇල්. නෝරිස් ද සිල්වා සහ ඔමරිහාමි දයාබර මවු පිය දෙදෙනාට ද, සත්මුතු පරම්පරාව දක්වා ද, ඊටත් එපිට වූ සියලු ඥාති-බන්දු සමූහයාට ඒකාන්තයෙන් මේ පින් රැස අත් වේවා! ඒ සියලු ඥාති සමූහයා සසර වසනා තුරු නරකාදී සතර අපායෝත්පත්තියෙන්ද, ත්‍රිවිධ සත්ත්ව විනාශයෙන් ද, අෂ්ට දුෂ්ටක්ෂණයෙන් ද, පඤ්ච අන්තරාවෙන් ද

සම්පූර්ණයෙන් අත් මිදෙත්වා! සුගති සම්පත් විඳ ප්‍රාර්ථනා කරන උතුම් බෝධියකින් ශාන්ති ලක්ෂණ සහිත අමෘත මහා නිර්වාණ සම්පත්තිය ඒකාන්යෙන් සාක්ෂාත් කෙරෙත්වා!

මේ උතුම් ධර්මදානය කරන පින්වත් හරදාස මවුපිය දෙපල ඇතුළු දරු පිරිසට ද සියලු ආරක්ෂා සම්පත්තිය සැලසී ධර්ම ප්‍රාර්ථනා සඵල වීමෙන් ශාන්ත ලෝකෝත්තර නිර්වාණ ධාතු අවබෝධය පිණිස මේ පින හේතු වාසනා වේවා!

මෙයට මෙතැති,

නාඋයනේ අරියධම්ම ස්ථවිර.

ගුණවර්ධන යෝගාශ්‍රම මධ්‍යස්ථානය,

ගල්දූව-කහව.

Lithira

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති

සියළු දානයයන්ට වඩා ධර්ම දානය උතුම්ය

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති
සබ්බ රසං ධම්ම රසං ජිනාති
සබ්බ රතිං ධම්ම රතිං ජිනාත
තණ්හක්ඛයො සබ්බ දුක්ඛං ජිනාති

ආමිස දාන සියල්ල අභිබවා ධර්ම දානය ජය ගනී
ආමිස රස සියල්ල අභිබවා ධර්ම රසය ජය ගනී
ආමිස ඇලීම් සියල්ල අභිබවා ධර්ම රතිය ජය ගනී
ලෞකික සැපදුක් සියල්ල අභිබවා අමා මහ නිවන ජය ගනී

(ධම්ම පදය)

මහ පොළෝතලය සමතලා කොට අසුන් පනවා බුදු, පසේ බුදු, මහරහතන් වහන්සේලා වඩා හිඳුවා ප්‍රණීත ම සිවුපසයෙන් පූජා කරනවාටත් වඩා ලෝවාමහාපාය, සුවාසූ දහසක් වෙහෙර විහාර, ජේතවනාරාමය, පූර්වාරාමය වැනි විහාර ගොඩනැගීමටත් වඩා සතර පද ගාථාවකින් තරම් වත් කෙරෙන ධර්ම දානමය අති උතුම් යයි බුද්ධ වචනය මුදුනින් පිළිගත් අප මේ දහම් පොත මුද්‍රණය කරවා ධර්ම දාන වශයෙන් පිරිනමනුයේ අසීමිත ශ්‍රද්ධාවෙනි.

අති පූජ්‍ය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් ඉතා සරල ලෙසින් කාටත් කියවා තේරුම් ගත හැකි ආකාරයට ලියා ඇති **සප්ත විශුද්ධිය සහ විදර්ශනා ඥාන** නමැති ග්‍රන්ථය, බොහෝ දෙනාට ප්‍රයෝජනය පිණිස නැවත මුද්‍රණය කිරීමට ලැබීම දුර්ලභ භාග්‍යයකි.

මෙම ධර්ම දානමය කුසලය, අපවත් වී වදාළ අති පූජ්‍ය මහා කම්මට්ඨානාචාර්ය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම හිමිපාණන්ගේ සියලු සම්‍යක් ප්‍රාර්ථනා සමෘද්ධත්වයට පත්වීමට හේතු වේවා!

සම්බුද්ධ ශාසනයේ චිර ජීවනය පිණිස ප්‍රතිපත්තිමය බුද්ධ ශාසනය නගා සිටුවන්නා වූ අති පූජ්‍ය නාඋයනේ අරියධම්ම ස්වාමීන්වහන්සේට ලොවුතුරා සම්බුද්ධ රාජ්‍යය පිණිසම මේ කුසලය ඒකාන්තයෙන් හේතු වේවා! මීතිරිගල නිස්සරණ වනය ආරණ්‍යාධිපති, අති පූජ්‍ය උඩඊරියගම ධම්මජීව ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේගේ සියලු සම්‍යක් ප්‍රාර්ථනා සමෘද්ධත්වයට පත්වීමට මෙම කුසලය ඒකාන්තයෙන් ම හේතු වේවා!

සම්බුදු ශාසනය රක්නා වූත්, බබළවන්නා වූත්, සියලුම සම්‍යක් දෘෂ්ඨික දෙව් දේවතාවුන් වහන්සේලා, සියලුම සබ්‍රහ්මචාරීන් වහන්සේලා මෙම ධර්ම දානමය කුසලය අනුමෝදන් වෙත්වා!

මෙම ග්‍රන්ථය පරිශීලනය කිරීමෙන් ලද හැකි ප්‍රයෝජන ඉමහත් ය. එසේ කිරීමෙන් බුද්ධිමත් පාඨක පින්වතුන්ට ජීවිත සැනසිල්ල ම ලැබේවා! මෙම ග්‍රන්ථය මහත් පරිශ්‍රමයකින් මුද්‍රණ ද්වාරයෙන් පිරි නැමීමට දායක වූ සියලු ගිහි පැවිදි කල්‍යාණ මිත්‍ර සැමට නිවනේ සැනසීම ලැබේවා!

එසේම මෙම ධර්ම දානානිසංශ පුණ්‍ය සම්භාරය අප නමින් මිය පරලොව ගිය ඥාති බන්ධු වර්ගයාට නිවන් අවබෝධවීම පිණිස ම හේතු වේවා! අපගේ දෙමාපියන් දෙපළටත්, මාගේ ආදරණීය බිරිඳ ඇතුළු දරුවන්ටත් නිදුක් නිරෝගී සැප ලැබ, සුවසේ පාරමිතා සම්පූර්ණ කර, නිවන අරමුණු කර ගැනීමට මෙම ධර්ම දානමය කුසලය හේතු වේවා!

මෙම ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කර දුන් 'ලිතිර' හි කමල් ඇඹුල්දෙණිය මහතා ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලයට නිවන අරමුණු වේවා! සියලු සත්ත්වයෝ නිදුක් වෙත්වා! නිවනින් සැනසීමට ලැබේවා'යි මෙත් සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමි.

අනන්ත අප්‍රමාණ දෙව් මිනිසුන් සහිත ලෝකයාට නිවන් සුව පිණිස හේතු වූවා වූ, සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනාකොට වදාළා වූ, ශ්‍රී සද්ධර්මය මුළු මහත් ලෝක ධාතුව තුළ බැබලේවා!

සියලු සත්ත්වයෝ සුවපත් වේවා!

රුවන් රාජපක්ෂ

2011-05-17

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ සංකේත නිරූපණ

දී.නි. - දීඝ නිකාය
සං.නි. - සංයුත්ත නිකාය
අං.නි. - අංගුත්තර නිකාය
ධ.ප. - ධම්මපද
ථෙර. - ථෙරගාථා
පටි.අ. - පටිසම්භිදාමග්ග අට්ඨකථා
ප. සූ. - පපඤ්චසූදනී
වි.ම.ටී. - විසුද්ධි මග්ග ටීකා (බුරුම)

බු.ජ.ත්‍රි. - බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක මුද්‍රණ
හේ.මු. - සයිමන් හේවාවිතාරණ මුද්‍රණ

ඉතා සරලව, නමුත් ගැඹුරින්, හදවතට කාවදින අයුරින් ඉදිරිපත් කොට බුදුරජාණන්වහන්සේ විසින් උගන්වා වදාළ ධර්මය හැකි පමණින්, හැකිනාක් දුරට අප හදවත් තුළට උරාගැනීමට ඉඩ සලස්වා, අප වටකොට ගෙන ඇති අසහනයෙන්, දුකෙන් මිදීමට සාසනික දයාවෙන් කටයුතු සලසා ගැනීමය, අපගේ යුතුකම වන්නෙ.

නොසන්සුන් සිතෙන් සියයක් අවුරුදු ජීවිතයකට වඩා තැන්පත් වූ සිතෙන් එක් දිනක ජීවිතය ශ්‍රේෂ්ඨය. **-ලිහිර**

කමටහන් බණ

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස///

1. ක්ෂණ සම්පත්තිය

මනුස්සලාභං ලද්ධාන - සද්ධම්මෙ සුප්පවෙදිතෙ
යෙ ඛණං නාධිගච්ඡන්ති - අතිනාමෙන්ති තෙ ඛණං
බහූ හි අක්ඛණා වුත්තා - පුග්ගලස්සන්තරායිකා
කදාචි කරහචි ලොකෙ - උප්පජ්ජන්ති තථාගතා
තයිදං සම්මුඛීභූතං - යං ලොකස්මිං සුදුල්ලභං
මනුස්සත්ත පටිලාභො ච - සද්ධම්මස්ස ච දෙසනා
අලං වායමිතුං තත්ථ - අත්ථකාමෙන ජන්තුනා
කථං විජඤ්ඤා සද්ධම්මං - ඛණො වෙ මා උපච්චගා
ඛණාතීතා හි සොචන්ති - නිරයම්හි සමප්පිතා

(අං.නි. අට්ඨක නිපාත, අක්ඛණ සුත්ත)

යම් කෙනෙක් මිනිසත් බව ලැබ මැනවින් දෙසූ සදහම්හි ඵලයක් නො ලබත් ද, ඔවුහු ක්ෂණය ඉක්මවා යෙත්.

පුද්ගලයකුට අන්තරායකර වූ බොහෝ අනවකාශයෝ (අක්ඛණා) වදාරණ ලදහ. තථාගතයන් වහන්සේලා ලොවෙහි කලාතුරකින් ම උපදිත්.

මිනිසත් බව ලැබීම ද, සදහම් දෙසීම ද යන යමක්, ලොව අතිශය දුර්ලභ වේ ද, මෙය ඔහුට හමු විය. එහි ලා හිත කැමති මිනිසා විසින් වෑයම් කිරීම සුදුසුය. "සදහම් දෙසුම කෙසේ නම් දැන ගන්නේ ද, 'අවකාශය ඉක්ම නො යේවා' යන අදහසිනි. ඉකුත් අවකාශ ඇත්තෝ නිරයෙහි උපන්නාහු ශෝක කෙරෙත් මැයි."

මේ පිරිස විසින් සැලකිය යුතු විශේෂ කරුණක් නම්, මේ ආකාර වූ කමටහන් බණකට කන් යොමු කරන්නට අවස්ථාව සැලසීම තම සන්තානගත පාරමිතා කුශල කර්ම වාරයක ප්‍රවෘත්ති කාලය වශයෙන් සිතිය හැකි බවය. එය තවත් තහවුරු කර ගැනීමට අද ලැබී ඇති සැනසිලි තත්ත්වය කෙරෙහි ද සිත යෙදිය යුතුය.

නිවන් සුවය අත්පත් කර ගැනීමට උපයෝගී වන භාවනා මනසිකාරයක යෙදීමට සිතක් පහළ වීම ද ඉතා දුබල කරුණෙකි. එය මේ පිරිසට අද ලැබී ඇත. මෙයින් නියම ප්‍රයෝජනය ගැනීමට සිතා ගත යුතුය. මෙය මගහැරී යාමට ඉඩ තිබේ.

බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ සිටි කාලයේ දී පවා ඒ මහා කාරුණිකයාණන් වහන්සේගේ මහා කරුණාවට ලක් නො වී තමන් ගේ පාරමී ශක්තිය ඵලවත් කර ගැනීමට නො පිළිවන් වූවන් ගැන අපට අසන්නට ලැබේ. උන්වහන්සේ ළඟට පැමිණ බණ දෙසුමකට ද කන් යොමු කොට ඒ ධර්මයෙන් නියම ප්‍රයෝජනය ලැබීමට මත්තෙන් නැගිට ගිය පුද්ගලයන් ගැන ද අපට අසන්නට ලැබේ. ඒ කාලයේ සත්ත්වයින්ගේ සිතේ හැටි මෙසේ නම්, මේ අයට ද පැමිණි ලාභයෙන් ප්‍රයෝජන නොගෙන මග හැරී යන හැටියට සිත් පහළ වීමට ඉඩ ඇති බව අමුතුවෙන් කිව යුතු නැත. මේ නිසා ලැබුණු උතුම් වූ මෙම අවස්ථාව ගැන සැලකිලිමත් විය යුතු බව කිව යුතුය.

2. සතිය හා සමාධිය

අද පළමුවෙන් එක් කරුණක් මතක් කරමි. එනම්, සති - සමාධි දෙක ගැන සැලකිල්ලක් දැක්වීම ගැනයි. මේ ගුණ දෙක ම යෝගාවචරයාගේ උතුම් ගුණ බව තදින් සලකා ගෙන විසිය යුතුය. භාවනාරම්භයේ දී සතිය යොදන සැටි මැනවින් කියා දී ඇත. එය ඉගෙන, සිතට ගෙන ලොකු - කුඩා හැම ක්‍රියාවක් ම සිහිය යොදා කළ යුතු ව ඇත. කරන හැම වැඩක දී ම හොඳට සිහිය යොදා ගෙන කළ යුතු බව විශේෂයෙන් සිතා ගත යුතුය. හැම ක්‍රියාවක් ම සතියෙන් කරන විට, යෝගාවචරයාගේ සියලු ක්‍රියා ම එක මට්ටමකින් පවතින්නේය. මේ සතිය පිළිබඳ සමතාව දියුණු වීම නිසා යෝගාවචරයාගේ සිතේ පැවැත්ම ද දියුණුවට පත් වන්නේය. එම බලයෙන් යෝගාවචරයාගේ සෑම ඉරියව්වක් ම සම ව පවත්නේය.

පාරාසරිය මහ රහතුන් වහන්සේගේ ගාථා කිහිපයක් මෙහි දී සිහිපත් කර ගැනීම අගනේය:

සීතවාතපරිත්තාණං - හිරිකොපීනඡාදනං

මත්තට්ඨියං අභුඤ්ජිංසු - සන්තුට්ඨා ඉතරීතරෙ

ලද දෙයින් සතුටු වූ ඔවුහු සීත-වාතයෙන් රැක්ම හා හිරිකොපය ස්ථාන වැසීමත් යන ප්‍රයෝජන වශයෙන් සලකා සිවුරු පරිභෝග කළහ.

පණීතං යදි වා ලූඛං - අප්පං වා යදි වා බහුං

යාපනත්ථං අභුඤ්ජිංසු - අගද්ධා නාධිමුච්ඡිතා

ප්‍රණීත වූ හෝ රළු වූ හෝ මඳ වූ හෝ බොහෝ වූ හෝ ආහාරය ගිජු නොවී, තණ්හාවෙන් නො බැඳී, දිවි පැවැත්ම පිණිස ම වැළඳූහ.

ජීවිතානං පරික්ඛාරෙ - භෙසජ්ජෙ අථ පච්චයෙ

න බාළ්හං උස්සුකා ආසුං - යථා තෙ ආසවක්ඛයෙ

ඔවුහු දිවි පැවැත්වීමට කරුණු වූ ගිලන්පස හෝ බෙහෙත් හෝ ගැන කෙලෙසුන් ගෙවීමේ වැඩට ඒ තරම් උනන්දු නො වූහ.

අරඤ්ඤෙ රුක්ඛමූලෙසු - කන්දරාසු ගුහාසු ච

විවෙකමනුබ්‍රෑහෙන්තා - විහංසු තප්පරායණා

ආරණ්‍යයෙහි ද, රුක්මුල්හි ද, කඳුරුවල හා ගුහාවල ද විවේකය වඩමින් සහ විවේකයට නැමී වාසය කළහ.

නීචා නිවිට්ඨා සුභරා - මුදූ අත්ථද්ධමානසා

අබ්‍යාසෙකා අමුඛරා - අත්ථචින්තාවසානුගා

යටත් පැවතුම් ඇත්තාහු, සසුන් හි වැදගත්තාහු, සුභර වූවාහු, මොළොක් වූවාහු, නොදැඩි සිත් ඇත්තාහු, කෙලෙස් වැගිරීම් නැත්තාහු, මුඛරි නො වූවාහු අර්ථ චින්තාව පිළිබඳ යටතට ගියාහුය.

තතො පාසාදිකං ආසි - ගතං භුත්තං නිසෙවිතං

සිනිද්ධා තෙලධාරා'ච - අහොසි ඉරියාපථො

එසේ හෙයින් උන්වහන්සේලාගේ ගමන ද, වැළඳීම ද, ඇසුර ද ජනයාගේ පැහැදීම උපදවන සුළු විය. ඉරියව් තෛලධාරාවක් සේ සිනිඳු විය.

මෙහි සඳහන් ඉරියව් පැවතීම මනහර වීමේ හේතුව ඉහතින් සඳහන් ගුණ සම්පත්තිය බව තේරුම් ගත යුතුය.

සති-සමාධි දෙක දියුණු කිරීම මුල දී දුෂ්කර කාර්යයක් සේ ද, නොවුවමනා වැඩක් සේ ද වැටහී එය එපා වන්නට ද පුළුවන. මෙය කල් ඇතිව ම තේරුම් ගෙන එහි නොකඩවා යෙදීමට තදින් ඉටා ගත යුතු වෙයි. යෝගාවචරයාගේ දියුණුව නම්, සති - සමාධි දෙකේ දියුණුව බව විශේෂයෙන් සලකා ගත යුතුය. මුල දී සතිය ගැන උනන්දුවෙන් වැඩ කරන විට, සිතට සතිය යොදාලීමට මහන්සි ගන්නා විට, නොදැනීම වාගේ එය සිතට අල්ලන සැටි දැනෙන්නට පටන් ගනියි.

පුරුදු වන විට කිසි දුෂ්කරතාවයක් නැතිව එය කළ හැකිවෙයි. එය සිතට මැනවින් ගැලපී යන වැඩක් වශයෙන් දැනෙන්නට පටන් ගනියි. අන්තිමයේ දී සතිය යෙදීමට කිසිදු උත්සාහයක් නැතිව කළ හැකි තත්ත්වයට පැමිණෙන්නේය. එපමණකුදු නොව, ඒ දියුණුවට ගිය සතිය සමාධිය ද සපුරාලන සැටි දැනී යයි. සතිය මැනවින් දියුණු වී යන විට සමාධිය ද එම සන්තානයේ නොදැනීම වැඩී යන්නේය. මෙහි ලා අඛණ්ඩ වූ උත්සාහය ප්‍රයෝජනවත් වන සැටි සලකන්න. සතිය අඛණ්ඩව පවත්වාගෙන යාමට නම් තමන්ගේ ඉරියව් පැවතුම් ගැන සලකා බැලිය යුතුය.

ඉරියව් සතරයි. පර්යංක භාවනාවේ දී සිත තැන්පත් වෙයි. ඇතැමුන් එයින් නැගී සිටින විට ඒ තැන්පත්කම නැති වේ. සතියත් නැත, සමාධියත් නැත. නැගී සිට සක්මනට බසින විට, එහි දී නැගී සිටීමේ දී තිබූ තැන්පත් කම නැත. සතියත් නැත, සමාධියත් නැත. මෙසේ මේ අඛණ්ඩ නොවූ වැඩ පිළිවෙල නිසා හැමදා ම භාවනා කරයි. හැමදා ම එක තැන ම ගත කරයි.

මේ මහා බරපතල පාඩුව මගහරවා ගැනීමට නම්, හැම ඉරියාපථ සන්ධියක් ගැන ම සිත් යොමු කළ යුතුය. සක්මන් ඉරියාපථය මැනවින් සිතේ සමාධි බලය සලසාලන අවස්ථාවකි. එහි දී බොහෝ දෙනාට සමාධි ගුණය වැඩෙයි. එහි දී පහළ කරගත් සමාධියත්, සති බලයත් නොනවත්වමින් ම හිඳ ගැනීමේ දී සමාධියෙන් යුතුව ම 'හිඳ ගැනීමට සිතෙනවා, හිඳ ගැනීමට සිතෙනවා'යි මෙනෙහි කොට හිඳ ගැනීම කළ යුතුය.

පළමු තිබූ සතිය, පළමු තිබූ සමාධිය යන දෙකින් යුතුව එය කඩා බිඳ නො දමා පර්යංක භාවනාවේ යෙදිය යුතුය. මෙසේ ඉරියාපථ සන්ධිවල දී සිතත් ක්‍රියාවත් යන දෙක ම මෙනෙහි කොට ඒ ඒ ක්‍රියාවන් කරන විට සතියත් - සමාධියත් නො පිරිහෙලා පවත්වා ගෙන යා හැකි වග කල්පනාවට ගත යුතුය.

සතිය නොකඩවා ගෙන යාමට මහන්සි ගැනීමේ දී එය පැහැර හැරීමේ ආදීනව හා එය වැඩීමේ ආනිසංස ත් මැනවින් සැලකිය යුතුය. සතිය දියුණු කිරීම අප්‍රමාදය දියුණු කිරීමයි. එය හැම කුසලයකට ම උපකාරයි. සතිය පිරිහීම යනු ප්‍රමාදය දියුණු වීමයි. එය හැම අකුසලයකට ම මාර්ගයයි. මහා පරිහානි මාර්ගයයි. මෙසේ සලකා සිතින් තදින් අධිෂ්ඨාන කොට ගෙන සතිය දියුණු කර ගැනීමට උත්සාහ කළ යුතුයි. සතිය දියුණුවට පත් වීමෙන් සමාධිය දියුණුවට පත් වෙයි. සති - සමාධි දෙක වැඩීම භාවනාවේ දියුණුව බව සලකන්න.

සතිමතො සදා භද්‍රං, සතිමා සුඛමෙධති ('සතිය ඇත්තාට හැම කල්හි ම යහපතය, සතිය ඇති තැනැත්තේ සැපයෙන් වැඩේ') යන බුදු වදන නිතර සිහි තබා ගැනීමට උත්සාහ ගත යුතුය.

3. සමාධිය පිළිබඳ පරිපන්ථ හා වොදාන

සමාධිය පිළිබඳව යථා තත්ත්වය නො දැනීමෙන් සහ නො සැලකීමෙන් ලත් සමාධිය ද පිරිහෙන හැටි පෙනෙයි. සමාධිය පිළිබඳ පරිපන්ථ හා වොදානයන් ද තේරුම් ගෙන, ඒ අනුව තම සිත් පවත්වා ගැනීමට ද කල් ඇති ව පුරුදුවීම ඉතා හොඳය. '**පරිපන්ථ**' නම් සමාධිය කැඩී-බිඳී වැනසී යාමට හේතු වන කරුණු ය. එබඳු කරුණු සයකි. '**වොදාන**' නම් සමාධියේ මේරීමට උපකාර වන ධර්මයෝ ය. ඒවා ද සයකි.

සමාධි පරිපන්ථ කරුණු සය

i. **අතීතානුධාවනං චිත්තං වික්ඛෙපානුපතිතං සමාධිස්ස පරිපන්ථො,**

ii. **අනාගතපටිකඞ්ඛනං චිත්තං විකම්පිතං සමාධිස්ස පරිපන්ථො,**

iii. **ලීනං චිත්තං කොසජ්ජානුපතිතං සමාධිස්ස පරිපන්ථො,**

iv. **අතිපග්ගහිතං චිත්තං උද්ධච්චානුපතිතං සමාධිස්ස පරිපන්ථො,**

Lithira

v. **අභිනතං චිත්තං රාගානුපතිතං සමාධිස්ස පරිපන්ථො,**

vi. **අපනතං චිත්තං බ්‍යාපාදානුපතිතං සමාධිස්ස පරිපන්ථො,**

(පටිසඃ මහා වග්ග, ආනාපානසති කථා)

1. අතීතය ලුහුබඳනා සිත වික්ෂේපය අනුව ගියේ සමාධියට උවදුරකි.
2. අනාගතය ප්‍රාර්ථනා කරන සිත සැලුණේ සමාධියට උවදුරකි.
3. ලීන වූ සිත කුසීත බව අනුව ගියේ සමාධියට උවදුරකි.
4. ඉතා දැඩිව ගන්නා ලද සිත උද්ධච්චය අනුව ගියේ සමාධියට උවදුරකි.
5. වෙසෙසින් නැමුණු සිත රාගය අනුව ගියේ සමාධියට උවදුරකි.
6. නතු නොවූ සිත ව්‍යාපාදය අනුව ගියේ සමාධියට උවදුරකි.

යන මේ කරුණු සමාධියේ පිරිහීමට හේතු වන බව තේරුම ගෙන එයින් සිත රැක ගැනීමට උනන්දු විය යුතුය. මෙහි දක්වා ඇති සිතේ අවස්ථා සය ලැබෙන සැටි මෙසේය:

පළමු ව; භාවනා අරමුණෙහි සිත තබාගෙන සිටින විට ඒ භාවනා අරමුණට සම්බන්ධ වෙනත් සිත් පහළ වෙයි. ඒ පහළ වූ අරමුණ දිගේ සිත පවතින විට එයට සම්බන්ධව ම අතීත සිදුවීම්වලට ද සිත දිවෙයි. එසේ භාවනා අරමුණෙන් පිට පැන ගිය සිත තමාට නොදැනීම වාගේ එසේ රැ දී තිබී ඒ බව දැනෙනුයේ බොහෝ වේලාවකට පසුවය. මෙසේ ප්‍රධාන අරමුණෙන් බැහැර ව නොයෙක් අරමුණුවල තිබීම නිසා සමාධිය අඩු වෙයි. මෙයින් සිතේ පහළ වන්නේ වික්ෂේපයයි. මේ තත්ත්වය සමාධිය රැ කීමට බාධාය. මේරීමක් කෙසේ ලැබේ ද?

දෙවනු ව; අනාගතයට සිත දිවීමයි. එය බොහෝ විට දිවෙන්නේ ප්‍රාර්ථනා ස්වරූපයෙනි. බොහෝ වේලාවක් ආසාව සිත තුළ කැලඹීම නිසා සිතේ පහළ වන්නේ කම්පනයයි. මෙයින් ද සමාධිය නැති වෙයි.

තෙවනු ව; සිතේ ලීන ස්වභාවයයි. එයින් සිදුවන්නේ සිත කුසීත වීමයි. එය සමාධියට බලවත් බාධාවකි.

සිව්වනු ව; සිතේ අතිපග්ගහිත භාවයයි. ඇතැම් විටක දී යෝගාවචරයා සිතට තදින් උනන්දුවක් පහළ කර ගෙන, බලවත් උනන්දුවක් උපදවා ගෙන, ප්‍රමාණය ඉක්මවා ගෙන භාවනාවේ යෙදෙන්නට පටන් ගනියි. මෙය කයට මෙන් ම සිතට ද ඔරොත්තු නොදෙන තත්ත්වයකි. කයට වෙහෙස දැනෙයි. හිසට වේදනාව දැනෙයි. සිතට බලවත් අවුල් ගතියක් ඇති වෙයි. මෙයින් සමාධිය පිරිහෙයි.

පස්වනු ව; අභිනත ගතියයි. එය රාගය නිසා පහළ වෙයි. එය සිදු වන්නේ ද නොයෙක් බාහිර අරමුණු ඔස්සේ සිතට යාමට ඉඩ හැරීම නිසාය.

සයවනු ව; ලැබෙන්නේ අපනත්ත අවස්ථාවයි. එය ද බාහිර අරමුණු ඔස්සේ සිත යැවීමෙන්, ව්‍යාපාදය බලපෑමෙන් සිදුවන බව සැලකිය යුතුය. මේ නිසා මේ අවස්ථාවන්ගෙන් ආරක්ෂා වීමට සිත බාහිර අරමුණු දිගේ ගමන් කිරීම වළකා ගත යුතු වෙයි.

මේ පරිපන්ථ අවස්ථා සයෙන් වෙන් ව සිත තබා ගැනීමෙන් සමාධියේ චෝදනා අවස්ථා සය සම්පූර්ණ වන්නේය.

4. ඒකත්වය

ඉමෙහි ඡහි ඨානෙහි පරිසුද්ධං චිත්තං පරියොදාතං ඒකත්තගතං හොති. කතමෙ තෙ ඒකත්තා: දාන වොස්සග්ගුපට්ඨානෙකත්තං, සමථ නිමිත්තුපට්ඨානෙකත්තං, වයලක්ඛණුපට්ඨානෙකත්තං, චාගාධිමුත්තානං සමථ නිමිත්තුපට්ඨානෙකත්තඤ්ච. අධිචිත්තමනුයුත්තානං වයලක්ඛණුපට්ඨානෙකත්තඤ්ච විපස්සකානං, නිරොධුපට්ඨානෙකත්තඤ්ච අරියපුග්ගලානං.

(පටිසඃ මහා වග්ග, ආනාපානසති කථා)

"මේ කරුණු සයෙන් පිරිසිදු වූ සිත ප්‍රභාස්වර වූයේ ඒකත්වයට ගියේ වේ. ඒ ඒකත්වයෝ කවරහු ද යත්: දානවස්තු පරිත්‍යාගයාගේ එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය, සමථ නිමිත්ත එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය, භංග ලක්ෂණය එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය, නිරෝධය එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය යනුවෙනි.

ඒවා දානයෙහි අධිමුක්තයනට වෙයි. සමථ නිමිත්ත එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය සමාධි වැඩීමෙහි යෙදුනවුන් හට වෙයි. භංග ලක්ෂණය එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය විදර්ශනා භාවනාවේ යෙදෙන්නවුන් හට වෙයි. නිරෝධය එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය ආර්ය පුද්ගලයන් හට වෙයි."

මෙහි සඳහන් **පළමුවන ඒකත්වය** නම් සමාධිය මයි. එය මෙහි ඒ ඒ පුද්ගලයන් හට ඒ ඒ අවස්ථාවන්හි දී ලැබෙන හැටියට සතර ආකාරයකින්

වන බව සඳහන් වෙයි. එයින්, දානවස්තු පරිත්‍යාගයෙන් පසු එය ගැන සිත යෙදවීමෙන් පහළ වන සමාධියට සමාන ව වෙනත් පින්කම්වලට සිත යොදවාලීමේ දී ද මේ සමාධිය පහළ වෙයි. තමා රක්නා ශීලය ආවර්ජනා කිරීමෙහි දී ද මෙය පහළ වනු ඇත.

දෙවන ඒකත්වය නම්, ලෞකික මහද්ගත ධ්‍යානයන් ලබා ගැනීමට උපකාර වූ සමාධියයි. මෙයට ම අර්පණා සමාධිය කියාත් ව්‍යවහාර වෙයි. ප්‍රථම ධ්‍යානාදී රූපාවචර ධ්‍යාන පසත්, ආකාසානඤ්චායතනාදී අරූපාවචර ධ්‍යාන සතරත් මෙයට ඇතුළත් වෙයි.

තුන්වන ඒකත්වය නම්, **වයලක්ඛණුපට්ඨානෙකත්ත** යන්නෙන් හැඳින්වෙන විදර්ශනාවේ දී සංස්කාරයන් සම්මර්ශනය කිරීමෙන් පහළ වන සමාධියයි. වෙනම කළ සමථ භාවනාවකින් සිතෙහි සමාධියක් ඇති කර නො ගෙන ම, ශුද්ධ විදර්ශනාව කරන්නා වූ යෝගාවචරයා එක්තරා සංස්කාර කොටසකට තමාගේ සිත යොදාලයි, මෙනෙහි කිරීම පවත්වයි. එය නොනවත්වා කර ගෙන යයි. ඔහුට පහළ වන්නේ මේ ඒකත්වයයි, මේ සමාධියයි. අන්තිමයේ දී මේ සමාධිය ද අර්පණා සමාධිය මෙන් ම ශක්තිමත් සමාධියක් වනු ඇත.

යෝගාවචරයා මේ කියන සමාධියෙන් යුතු ව සංස්කාරයන් මෙනෙහි කරන විට, විදර්ශනා ඥානයෝ දියුණුවට පත් වන්නාහ.එයින් යම් අවස්ථාවක දී ලෝකෝත්තර මාර්ගඥානය ලැබේ නම්, එකල ඒ මාර්ග සිත ප්‍රථම ධ්‍යානාදියෙහි වූ එක්තරා අංග සමතාවකින් ධ්‍යාන නාමය ද ලබන බව දත යුතුය. ලෝකෝත්තර ධ්‍යාන නාමයෙන් හඳුන්වනු ලබන්නේ මේවා ය.

සතරවනු ව සඳහන් වනුයේ ආර්යයන් වහන්සේලාගේ ඵල සමාපත්ති අවස්ථාවේ දී ලැබෙන සමාධියයි. නිරෝධය එළඹ සිටීමෙන් වූ ඒකත්වය **(නිරොධුපට්ඨානෙකත්ත)** යයි සඳහන් කළේ, එය නිවන අරමුණු කොට ගෙන පවත්නා හෙයිනි. ආර්යයන් වහන්සේලා යම් සෝතාපත්ති ආදී මාර්ග සිතක් ලැබුවාහු නම්, සමාපත්තියට සමවැදීමේ දී එහි ඵල සිත යළිත් උපදවා ගෙන නිවන් සුවය නැවත නැවතත් විඳිමින් වාසය කරන්නාහ. මෙය ආර්යයන් වහන්සේලාගේ නියත චාරිත්‍රයයි.

මෙහි දී විශේෂයෙන් සැලකිය යුතු කරුණක් නම්; විදර්ශනා භාවනා මනසිකාරයේ යෙදෙන යෝගාවචරයන් විසින් යම්කිසි සමථ කර්මස්ථානයකින් උපචාර සමාධියක් හෝ අර්පණා සමාධියක් හෝ උපදවා ගෙන එහි යෙදෙතොත් පහසුවෙන් ප්‍රතිඵල සාදා ගත හැකි බවය. එසේ නැති ව ශුද්ධ විදර්ශනාවේ යෙදෙමින් භාවනා මනසිකාරය පවත්වන්නා ආරම්භයේ පටන් ම බලවත් වීර්යයක් යොදා අතරක කඩ නො කොට ප්‍රතිඵල ලැබෙන තාක් නො නවත්වා එහි යෙදිය යුතුය. කාය - ජීවිත දෙකෙහි අපේක්ෂාව හැර දමා එහි යෙදිය යුතුය.

Lithira

යෝගාවචර ජීවිතය

යෝගාවචර ජීවිතය යනු මෙතෙකැයි වටිනාකම කියා නිම කළ නොහැකි අන්දමේ උසස් ජීවිතයකි. ලොවෙහි නොයෙක් විධියේ විස්මයජනක ජීවිත ඇත. එහෙත් යෝගාවචර ජීවිතය තරම් විස්මයජනක ජීවිතයක් තවත් නැත. ඒ ගැන සිතා යෝගාවචරයා සතුටු විය යුතුය. ඒ ජීවිතය ඉතා වටිනා සහ පිරිසිදු වූවකි. ලොවෙහි අනෙක් විස්මයජනක ජීවිත බාහිර යන්ත්‍ර සූත්‍ර සමග, බාහිර දේ සමග ක්‍රියා කිරීමකි. යෝගාවචර ජීවිතය සිතත් සමග කරන වැඩකි.

ශ්‍රේෂ්ඨතම යෝගාවචරයාණන් වහන්සේ නම් බුදුරජාණන් වහන්සේය. යෝගාවචර ජීවිතය ඇරඹෙන්නේ උන්වහන්සේ ගෙනි. බුදු කෙනෙකුන් උපදින්නේ ඉතා කලාතුරකිනි. උන්වහන්සේගේ ධර්මයට සවන් දෙන සියල්ලෝම යෝගාවචර ජීවිතයට ඇතුළත් නො වෙති. ඉන් ටික දෙනකු පමණි ඒ ජීවිතයට එක් වන්නේ. තමා ද ඒ භාග්‍යසම්පන්න ටික දෙනාගෙන් කෙනකුයයි සිතා යෝගවචරයා සතුටු විය යුතුය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළ ශාන්තිදායක ධර්මය අනුව ක්‍රියා කිරීමෙන් ලැබෙන ශාන්ත වූ ප්‍රතිඵල ගැන සිතිය යුතුය. ගිහිගෙය හැර යන අදහස නම් වූ නෛෂ්කම්‍ය චේතනාව යම් දවසක යෝගාවචරයා තුළ හටගත්තා නම් ඒ විශාල චෛතසික බලවේගයක් නිසාය. ඒ ගැන යෝගාවචරයා විශේෂයෙන් සිහිපත් කළ යුතුය. ධර්මය ඇසීම නිසා ඇති වන ලොකු චෛතසික බලවේගයක් - නෛෂ්කම්‍ය ශක්තියක් - නිසාය මව්පිය, අඹුදරු, නෑ හිතවතුන් හා වස්තුව අතහැර යාමට හැකි වූයේ.[2] යෝගාවචරයා එම ශක්තිය කඩා නොගත යුතුය.

එක්තරා උපමාවකින් මේ කාරණය පැහැදිලි කළ හැකිය. යෝගාවචර ජීවිතයේ අවස්ථා සතරකි:

i ගිහිගෙයින් නික්මෙන අවස්ථාව,

ii විවේක ස්ථානයකට වී කර්මස්ථානයක වැඩ කරන අවස්ථාව,

iii එහි දී මුහුණ පාන්නට සිදු වන අනතුරු හා උපද්‍රව,

iv භාවනාවෙන් ප්‍රතිඵල ලබන අවස්ථාව.

ගිහිගෙයින් නික්මීම කටුලැහැබක ගමන් කොට ඉන් නික්ම එළිමහන් ප්‍රදේශයකට යාම වැන්න. ගිහි කම්කටොලු එකම කටුලැහැබක් හෙයිනි. කටුලැහැබින් ඉවත් ව එළිමහන් තැනකට ගිය ඔහුට වග-වළස්, නයි-පොළොං ආදීන්ගෙන් එන උපද්‍රව වලට මූණ පෑමට සිදු වෙයි. භාවනාවේ යෙදෙන අවස්ථාවේ දී විතර්කවලින් එන කරදර, සතුන්ගෙන් වන පීඩා වැනිය. යෝගාවචරයා ඒ විතර්කවලින් ද නිදහස් වේ. භාවනාවේ දී විතර්කවලින් නිදහස් වන අවස්ථාව භයානක ප්‍රදේශයක් ඉක්මවා වටිනා ප්‍රදේශයකට යාම වැන්න.

විතර්ක සහිත සිතට නිග්‍රහ කරගෙන ඒවායින් ජයගත් මේ අවස්ථාවේ දී යෝගාවචරයා දෙස බලන්නෙකුට 'මොහු වටිනා කෙනෙකැ'යි සිතේ. එවිට දෙවියන් සහිත ලෝකයා ඔහුට වැඳුම්-පිදුම් කරන්නට වෙති.

ඊළඟට හොඳ ප්‍රදේශයකැ'යි සිතාගෙන ගොස් යෝගාවචරයා මඩවගුරක එරෙයි. ලාභ, කීර්ති, ප්‍රශංසා මඩ වගුරක් වැනිය.[3] ඇතැම් කෙනෙක් එහි කරවටක් එරී ගොඩ එන්නට අසමත් වෙති. ඇතැමෙක් එහි මඳක් එරී ගොඩ එති. තවත් කෙනෙක් එහි භයානකම වටහාගෙන එයින් ඉවත් වෙති

විශුද්ධි මාර්ගයෙහි යෝගාවචරයෙකුට පැමිණෙන පළිබෝධ 10ක් සඳහන් වේ.[4] එහි කීර්ති පළිබෝධයක් සඳහන් නොවේ. එහෙත් සමහර තැනක කීර්තියත් පළිබෝධයක් ලෙස දක්වා ඇත.[5] ඇතැම් යෝගාවචරයෝ යෝගාවචර ජීවිතය මැද දී ම ලාභ, කීර්ති, ප්‍රශංසා නමැති මඩවගුරෙහි එරෙත්. එබැවින් ලාභ - සත්කාර ගැන නො සිතිය යුතුය. මේ මඩවගුරෙනුත් බේරී ගියහොත් යෝගාවචරයාට බුදුන්වහන්සේ දක්වා වදාළ ශාන්ති දායක පරම නිෂ්ඨාවට පැමිණිය හැකිය. ඒ නිසා යෝගාවචරයා, 'මේ ලාභ - සත්කාරවලින් මගේ සිත කිලිටි කර නොගෙන වසන්නෙමි'යි අධිෂ්ඨාන කර ගත යුතුය.

යෝගාවචර ජීවිතය වටිනා වූ ද, එමෙන් ම ප්‍රවේසමෙන් ගත කළ යුතු වූ ද, ජීවිතයකි. මේ වටිනා අදහස් සිහිපත් කර ගනිමින් තම හිත් අළුත් කර ගෙන යෝගාවචර ජීවිතය ගෙන යා යුතුය.

විදර්ශනා ඥාන දියුණු කර ගත යුතු සැටිත්, සප්ත විශුද්ධිය පිළිබඳවත් තේරුම් ගැනීම යෝගාවචරයාට ප්‍රයෝජනවත් වේ. මේ යෝගාවචර ජීවිතය කඩතොලු ඇති නොවන පරිදි ආරක්‍ෂා කර ගනිමින් ප්‍රවේසමෙන් ගෙන යා යුතුය. එක් වරක් හොඳ අතට ගමන් කළ චිත්ත වේගය මැද දී කඩ වුනොත් එහි බලය අඩු විය හැකිය. එබැවින් එය කඩාකප්පල් වන ලෙස කටයුතු නොකොට දියුණුවට පත් කර ගැනීමට තව තවත් ධෛර්යය දැඩි කර ගත යුතුය.

පලිබෝධ නමැති බාධා කරන කරුණු කල් ඇතිව තේරුම් ගෙන තිබීම ද යෝගාවචරයාට ප්‍රයෝජනවත් වේ. ආවාස, කුල, ලාභ, ගණ, ඥාති, කිත්ති යන පළිබෝධ සයෙන් මිදෙන්නේ ඒවාට ඇති ඇලුම් - බැලුම් අතහැරීමෙනි. කම්ම, අද්ධාන, ගන්ථ යන පළිබෝධ සිඳ දමන්නේ ඒවායේ නොයෙදීමෙනි. රෝග පළිබෝධය පිළියම් කරවා ගැනීමෙන් නැති කර ගත යුතුය. එහෙත්, ඒ පිළියම් කළ හැකි අන්දමේ (සාධ්‍ය) රෝග පිළිබඳවය.

පිළියම් කිරීමට අපහසු (දුස්සාධ්‍ය) රෝග ද ඇත. රෝගය දුස්සාධ්‍ය වුවත් අසාධ්‍ය වුවත් එය නොතකා භාවනා කළ යුතුය. පීනස වැනි යාප්‍ය රෝග[6] යටපත් කරගෙන වැඩ කළ යුතුය. රෝග වලට යටත්ව ජීවත් විය යුතු නැත. සංසාරයේ අනන්ත කාලයක් රෝගවලට යට වී සිටින්නට ඇත. එබැවින් කයට බෙහෙත් කරන අතර ම සිතට ද බෙහෙත් කිරීමට උත්සාහ ගත යුතුය. එවිට පළිබෝධ යටපත් කරගෙන භාවනා කළ හැකිය.

පළිබෝධයන්ගෙන් සිත ඉවත් කරගෙන යෝගාවචරයා තමාගේ චිත්ත වේගය නොනවත්වා ගෙන යා යුතුය. භාවනාව යනු සිතත් සමග කරන සටනකි, සිතෙහි සිටින කෙලෙස් සතුරන් සමග සටනකි. පළමුවෙන් ම කෙලෙස් සතුරන් හැඳින ගත යුතුය. කෙලෙස් සතුරෝ ඔවුනොවුන් සමග සටන් කරන අතර නිකෙලෙස් අදහස් සමග ද සටන් කරති.

නිදසුන්: ආසාව තරහාව සමග සටන් කරයි. ඊර්ෂ්‍යාව තරහාවට උදව් දෙයි. ලෝභය, මානය හා දිට්ඨිය සමග එකතු වේ. දිට්ඨිය සහ මානය ලෝභයෙන් පටන් ගන්නා නමුත් ඔවුනොවුන්ට විරුද්ධය.

යෝගාවචරයා කෙලෙසුන්ගේ ස්වභාවය තේරුම් ගත යුතුය. කෙලෙස් සතුරෝ වංචනිකය හ. ඔවුහු සිත රවටති. භාවනාව මඳක් හරියන විට සතුටක් ඇති වේ. යෝගාවචරයා රැවටේ. භාවනාව එහෙයින් පිරිහේ. සතුරා මිතුරු ස්වරූපයෙන් ඉදිරිපත් වීමකි මේ. මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ දී ද, යෝගාවචරයා රැවටේ.

නිදසුන්: 1. දුක් වේදනාවක් මෙනෙහි කරන යෝගාවචරයා දුක් වේදනාව නැති කරන අදහසින් එසේ කළොත් ද්වේෂයට ඉඩ ලැබේ.

2. ප්‍රිය අරමුණක් හමු වූ විට යෝගාවචරයා එය මෙනෙහි කරන්නේ තරමක් හෙමින් බැවින්, එයින් ලෝභයට ඉඩ ලැබේ. යම්කිසි අරමුණක් ගෙන භාවනාවේ යෙදී සිටින විට, 'සිතට පෙනෙන' එම අරමුණ ප්‍රිය එකක් නම් ආසාවට ඉඩ දීම පිණිස මදක් ප්‍රමාද වී මෙනෙහි කරයි. ඇතැම් විට කොහෙත් ම මෙනෙහි නොකරයි. මෙනෙහි නොකිරීමෙන් යෝගාවචරයාට වන පාඩුව ඉතා විශාලය. එය විස්තර කිරීමට වචන නැත.

එසේ මෙනෙහි නොකළොත් භාවනා මනසිකාරය පිරිහේ. ප්‍රිය අරමුණක් දකින විට ම එය මෙනෙහි කොට ඉවත් කළ යුතුය. නැතහොත් අනතුරු පැමිණේ. ඇතැම් විටක ස්ත්‍රී රූපයක් ඇහේ හැපෙන්නාක් මෙන් සිතට පෙනිය හැකිය. එබඳු අවස්ථාවල දී යෝගාවචරයා මෙනෙහි කිරීම අප්‍රමාදව ක්‍රියාත්මක කළ යුතුය. මෙනෙහි කරන විධි දෙකකි:

i. භාවනා කරන විට ශබ්දයක් ඇසෙයි. එය නිතර ඇහෙන ශබ්දයක් නම් දෙතුන් වරක් 'ඇහෙනවා' 'ඇහෙනවා' යනුවෙන් මෙනෙහි කළ යුතුය.

ii. භාවනා කරන විට ශබ්දයක් ඇසෙයි. එයින් භාවනාව කඩ කර නොගෙන ගෙන යා හැකි නම් දිගට ම මෙනෙහි නොකළාට වරදක් නැත.

භාවනාවේ දී හමුවන හැම දෙයක් ම මෙනෙහි කළ යුතුය. ලොකු - කුඩා, හොඳ - නරක, හැම දෙයක් ම මෙනෙහි කිරීමට පුරුදු විය යුතුය. සමහර විට දුක් වේදනා අකමැත්තකින් මෙනෙහි කෙරෙයි. එයින් ද්වේෂයට ඉඩ ලැබෙන බැවින් උපේක්ෂාවෙන් ම මෙනෙහි කළ යුතුය[7] බුදු පිළිමයක් දැකීමෙන් සතුටක් ඇති වේ. එහෙත් බුදු පිළිමය නිවන නොවේ. නිවන ම අරමුණු කරගෙන හැම දෙයක් ම උපේක්ෂාවෙන් මෙනෙහි කිරීමට පුරුදු විය යුතුය.[8]

විදර්ශනා භාවනාවේ දී 'රූපයක්, රූපයක්' 'ශබ්දයක්, ශබ්දයක්' 'හිතක්, හිතක්' යනුවෙන් මෙනෙහි කළ යුතුය. 'මිනිහෙක්, මිනිහෙක්' කියා මෙනෙහි නො කළ යුතුය. මෙනෙහි කිරීම සඳහා කොට වචන සහ පරමාර්ථයට වැටෙන වචන යොදා ගැනීම විදර්ශනාවට උපකාර වේ. මෙනෙහි කිරීම පිළිබඳව පිළිපැදිය යුතු ක්‍රමය යෝගාවචරයා වටහා ගත යුතුය.

Lithira

සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන

1. විශුද්ධි හත

නිවන් දැකීමට උපකාර වන පිරිසිදුවීම් හතකි. සප්ත විශුද්ධි කියන්නේ ඒවාටය. මේ විශුද්ධි හත එකිනෙකට උපකාරවත් වෙයි. අපට නිවන් දැකීමේ දී සිතට සම්බන්ධකම ලැබෙන්නේ එයින් හත්වෙනි වූ ඤාණදස්සන විශුද්ධිය සමගය. එය ලෝකෝත්තර මාර්ග ඥානයයි. එහෙත් ඒ විශුද්ධිය එක වරටම ලැබ ගත නොහැකිය. මේ විශුද්ධි හත හේතුඵල වශයෙන් සම්බන්ධව ලැබෙන ධර්ම සමූහයක් වන හෙයිනි. ඒ ඤාණ දස්සන විශුද්ධියට මුලින් ලැබ ගත මනා විශුද්ධි සය නම්:

i. **සීල විශුද්ධිය,**
ii. **චිත්ත විශුද්ධිය,**
iii. **දිට්ඨි විශුද්ධිය,**
iv. **කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය,**
v. **මග්ගාමග්ග ඤාණදස්සන විශුද්ධිය,**
vi. **පටිපදා ඤාණදස්සන විශුද්ධිය,** යන මේවාය.

Lithira

මේ විශුද්ධි හතේ දී ම පිරිසිදු බව සැලකිය යුත්තේ එයට විරුද්ධ වූ වැරදි කොටස් ඉවත් කිරීමේ පිළිවෙළ අනුව ය.

ඒ මෙසේයි: **සීල විශුද්ධියේ දී** අදහස් කරනුයේ කයිනුත්, බසිනුත්, දිවි පැවැත්මෙනුත් සිදුවන වැරදි වලින් ඉවත් වීමෙන් ලැබෙන පිරිසිදු බවයි. ඇලීම්, ගැටීම්, හැකිළීම්, ඇවිස්සීම්, හැප්පීම් ආදිය නිසා සිත වැටෙන්නට ඉඩ නො තබා, ඒවායින් ඉවත් වීමෙන් ලැබෙන පිරිසිදු බව '**චිත්ත විශුද්ධි**'යයි. වැරදි දිට්ඨිවලින් සිත ඉවත් කිරීමෙන් වන පිරිසිදු බව '**දිට්ඨි විශුද්ධි**' යන්නෙන් අදහස් කෙරෙයි.

තමාගේත්, අනුන්ගේත් සංසාර පැවැත්ම පිළිබඳ විචිකිච්ඡාව (සැකය) ඉවත් කිරීමෙන් වන පිරිසිදු බව '**කංඛාවිතරණ විශුද්ධි**'යයි. මෙනෙහි කිරීමෙන්, ඕභාසාදියෙහි ඇලෙන්නට සිතට ඉඩ නො තබා එයින් සිත ඉවත් කිරීමෙන් වන පිරිසිදු බව '**මග්ගාමග්ගා ඤාණ දස්සන විශුද්ධි**'යයි. ප්‍රතිපත්ති මාර්ගයට බාධක කෙලෙසුන් ඉවත් කිරීමෙන් වන පිරිසිදු බව '**පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධි**'යයි. '**ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය**' යනු ලෝකෝත්තර මාර්ගයට බාධක කෙලෙස් අනුසයන් සහමුලින් ඉවත් කිරීමෙන් වන පිරිසිදුකමයි.

සප්ත විශුද්ධීන් ගැන එක එල්ලේ පෙළක සඳහන් වන්නේ **රථවිනීත සූත්‍රයේ** පමණි.[9] සැරියුත් හිමියන් හා පුණ්ණ මන්තානිපුත්ත හිමියන් ද අතර වූ සංවාදයක ස්වරූපයෙන් සප්ත විශුද්ධිය පිළිබඳ ප්‍රශ්නය සාකච්ඡා වී ඇත. 'ඇවැත්නි, ඔබවහන්සේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත බඹසර වසන සේක් දැ'යි සැරියුත් හිමියෝ පළමුවෙන් ම මන්තානිපුත්ත හිමියන්ගෙන් විමසූහ. ඊට 'එසේය ඇවැත්නි'යි පිළිතුරු ලැබුණු විට, නැවත 'කිමෙක් ද ඇවැත්නි, ශීල විශුද්ධිය සඳහා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත බඹසර වසන සේක් දැ'යි සැරියුත් හිමියෝ ඇසූහ. ඊට මන්තානිපුත්ත හිමියන් දුන් පිළිතුර, 'නැත ඇවැත්නි' යන්නය. 'කිමෙක් ද ඇවැත්නි, චිත්ත විශුද්ධය සඳහා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත බඹසර වසන සෙක් දැ'යි සැරියුත් හිමි ඇසූ විට, ඊට ද 'නැත ඇවැත්නි' යනුවෙන් මන්තානිපුත්ත හිමියෝ පිළිතුරු දුන්හ.

මේ නයින් ම දිට්ඨි විශුද්ධිය, කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය, මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය, පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය හා ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය පිළිබඳව ඇසූ ප්‍රශ්නවලට ද මන්තානිපුත්ත හිමියන් දුන් පිළිතුර 'නැත, ඇවත්නි' යන්නය. ඒ සංවාදයෙන් හෙළිවන පරිදි මන්තානිපුත්ත හිමියන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වෙත බඹසර වසන්නේ සත්වන විශුද්ධිය වන ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය සඳහා වත් නොව, උපාදාන නැතිව කෙලෙස් නිවීම (**අනුපාදා පරිනිබ්බානත්ථං**) සඳහාය. අසංඛත ධාතුව නම් වූ නිර්වාණය සඳහා ය.[10]

නිවන සඳහා වැඩ කරන්නකු හට ඒ නිවනට ළඟ ම ඇති උපකාරක ධර්මය නම් 'ඤාණ දස්සන විශුද්ධි'යයි. ඊට පළමුවෙන් ලැබෙන ගොත්‍රභූ ඤාණ අවස්ථාවේ දී ද නිවන දිස්වන නමුත් හරිහැටි එය පෙනෙන්නේ

ඤාණ දස්සන විශුද්ධි අවස්ථාවේ දී ය. සෝවාන්, සකෘදාගාමි, අනාගාමි සහ අර්හත් යන මාර්ග ඥානයෝ ඤාණ දස්සන විශුද්ධියයි.

ශීල විශුද්ධිය හා චිත්ත විශුද්ධිය

මෙයයි ශීල විශුද්ධිය වශයෙන් සැලකෙනුයේ. තේරුම් ගෙන සමාදන් ව රකින සංවර කොටස් සතරකි. තමා සමාදන්ව ගත් ශික්ෂාපදයන් ජීවිතය මෙන් රැක ගැනීම, චක්ඛු ආදී ඉන්ද්‍රිය දොරටු වලින් කෙලෙසුන් මතුවීමට ඉඩ නොදී ම, දැහැමි දිවි පෙවෙත රැක ගැනීම, සිහි නුවණින් යුතුව ජීවිත උපකරණයන් පරිහරණය කිරීම යන මේ සතරයි. මේ සංවර මාර්ග සතරෙන් යුතුව දිවි පවත්වන යෝගාවචරයා හට ඇලීමට හෝ ගැටීමට හෝ දෙයක් ලැබෙන්නේ නැත. මුළු අහසත් පොළොවත් අතර 'මගේ' යයි පෞද්ගලිකත්වයක් නැති ව, සැහැල්ලු කයකින්, සැනසිලි සිතකින් දිවි ගෙවන තැනැත්තා යෝගාවචරයාය.

ශීල විශුද්ධිය හා චිත්ත විශුද්ධිය ගහක මුල් දෙක වැනිය. සමාධිය තනිකර ලැබිය නො හැකිය. එය ශීලයෙන් යුක්ත විය යුතුය. පැවිද්දනට සතර සංවර ශීලයක් ඇත. ගිහියන් පිළිබඳ ව ශීල විශුද්ධිය යන්නෙන් අදහස් කෙරෙනුයේ කිමෙක්දැයි සන්තති මහාමාත්‍ය, බාහිය වැන්නන්ගේ කථා පුවත් කියවන ඇතැමකු තුළ සැකයක් ඇති විය හැකිය. එහෙත් මෙහිදී නිගමනය කළ යුත්තේ හැම ඇත්තන් හට ම තම තමන්ගේ ප්‍රමාණයේ හැටියට නිවන් පිණිස පිරිනැමුණු ශීලයක් අවශ්‍ය බවය.[11] උපනිශ්‍රය සම්පන්න, පාරමී පිරුණු, දියුණු ශ්‍රද්ධාදී ඉන්ද්‍රියයන් ඇති පුද්ගලයෝ ලෝකෝත්තර මාර්ග ඵල ලාභයට පෙර බණ අසන අතර ම අධිෂ්ඨානයෙන් තම ශීල විශුද්ධිය සම්පූර්ණ කර ගනිති. සාමාන්‍යයෙන් ගිහියාගේ ශීලය හැටියට සලකන්නේ නිත්‍ය ශීලය වූ පඤ්ච ශීලයත්, ආජීව අෂ්ටමක ශීලයත්, දශ ශීලය හා උපෝසථාංග වශයෙන් සමාදන් ව රකින අෂ්ටාංග ශීලයත් ය.

මාර්ග ඵලයන් ලබන්නා වූ අවස්ථාවේ දී පැවිද්දන්ගේ හා ගිහියන්ගේ ඉන්ද්‍රිය සංවර ශීලය සමාන විය යුතුය. නොයෙක් විධියේ ආශාවන්ගෙන්, ලොකු කුඩා වූ ගැටීම්වලින්, ඉතා සියුම් වූ මුලාවීම්වලින්, වෙන් වන පරිදි ඒ ඒ ඉන්ද්‍රිය දොරටු සතියෙන් සංවර කර ගැනීම ඉන්ද්‍රිය සංවර ශීලයයි.

මුළාව යනු මෝහයයි, අවිද්‍යාවයි. සාමාන්‍යයෙන් මුළාව තේරුම් කර ගැනීම අපහසුය. එහෙත් සදොරට හමු වන හැම අරමුණක් ම සතියෙන් යුක්ත ව මෙනෙහි කිරීමෙන් ඒ මුළාවෙන් නිදහස් විය හැකිය. දත යුතු දේ නො දැනීමත්, එය ම වැරදි ලෙස දැනීමත් දෙක ම මෝහයයි.[12]

ශීලයෙහි ස්ථිර ව පිහිටීමට ශීලය හරිහැටි තේරුම් ගත යුතුය. ශීලය යනු කුමක් ද, එහි අර්ථය කුමක් ද, එහි ස්වභාවය (**ලක්ඛණ**), කෘත්‍යය (**රස**), වැටහෙන ආකාරය (**පච්චුපට්ඨාන**) සහ උපකාරක ධර්ම හෙවත් ආසන්න කාරණය (**පදට්ඨාන**) කවරේ ද, එහි ප්‍රභේද කවරේ ද, ඒ ශීලය පිළිබඳ ව කිලිටි වීම (**සංකිලෙස**) හා පිරිසිදු බව (**වොදාන**) යනු කුමක් ද යන කරුණු ද දැන ගත යුතුය.[13]

සාමාන්‍යයෙන් ලජ්ජාව සහ භය (**හිරි, ඔත්තප්ප**) යන පදට්ඨාන කරුණු පෙරදැරි කර ගෙන සිල් රකින නමුත් නුවණැත්තා නිවන ම ප්‍රාර්ථනා කර ගෙන සිල් රකියි. **සුත්වාන සංවරෙ පඤ්ඤා සීලමයෙ ඤාණං**[14] 'අසා තේරුම් ගෙන කායික හා වාචසික වැරදිවලින් වැළකීම (කායික හා වාචසික සංවරය) ශීලමය ඥානයයි......'

ශීලයෙහි තත්ත්ව

එනම්; i. **පුථුජ්ජන සීලය,**

ii. **කල්‍යාණ පුථුජ්ජන සීලය,**

iii. **සෙඛ සීලය,**

iv. **අසෙඛ සීලය (පටිප්පස්සද්ධි පාරිසුද්ධි සීලය)**, යනුවෙනි.

මින් හතරවැන්න කෙලෙසුන් සංසිඳවීමෙන් බුදු, පසේබුදු, මහරහතන් වහන්සේලාට ස්වභාවයෙන් ලැබෙන ශීලයයි. සතර සංවර ශීලය තේරුම් ගෙන හිරි, ඔතප් හා නිවන් අදහස පෙරදැරි කරගෙන දිවි පුදා සිල් රැකිය යුතුය. කායික සංවරයෙන් මානසික සංවරයට මග සැලසේ. මානසික සංවරය යනු චිත්ත විශුද්ධියයි.

දිට්ඨි විශුද්ධිය හා කංඛා විතරණ විශුද්ධිය

මේ දෙක විදර්ශනා ඥාන වලට පදනමක්, ප්‍රතිෂ්ඨාවක් ලෙස සැලකේ. ඉහත කී ශිල විශුද්ධි - චිත්ත විශුද්ධි මුල් දෙකෙන් ඔසවා තබාගෙන ඇති

Lithira

පදනමකි දිට්ඨි විශුද්ධිය හා කංඛා විතරණ විශුද්ධිය. බුද්ධ කාලය වන විට ලෝකයේ විවිධ දෘෂ්ටි පහළ වී තිබුණි. ආත්ම වාදය, ඊශ්වර නිර්මාණ වාදය, අහේතු - අප්‍රත්‍ය වාදය ආදී වශයෙනි. සතර මං සන්ධියකට පැමිණියකු තුළ ඇති වන සැකය මෙන් විචිකිච්ඡාව පැන නගින අතර, දිට්ඨියෙන් එය තහවුරු කෙරෙයි (එතැන ම නවතා තබා ගනියි).

මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය

'මෙය නියම මාර්ගයයි, මෙය අනියම් මාර්ගයයි' යන්න තේරුම් ගැනීම මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධියයි.

පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය

ඥාන 8කින් මේ විශුද්ධිය පසු කිරීමෙනි මාර්ග ඥාන ලැබෙන්නේ. මේ වන විට විදර්ශනාව මුල් බැස ඇතත්, සම්පූර්ණ විදර්ශනාව ඇරඹෙනුයේ මෙහි දීය.

උදයබ්බයානුපස්සනා ඤාණ, භංගානුපස්සනා ඤාණ, භයතුපට්ඨාන ඤාණ, ආදීනවානුපස්සනා ඤාණ, නිබ්බිදානුපස්සනා ඤාණ, මුඤ්චිතුකම්‍යතා ඤාණ, පටිසංඛානුපස්සනා ඤාණ, සංඛාරුපේක්ඛා ඤාණ, යන ඥාන අටත්, නව වැනි සච්චානුලෝමික ඤාණයත් (අනුලෝම ඤාණය) පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධියට ඇතුළත් වේ.

නාම රූප පරිච්ඡේද ඤාණය, පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය සහ සම්මස්සන ඤාණය විදර්ශනා ඥානයට උපකාර වන ආරම්භක වැඩ පිළිවෙළයි. **ඤාත පරිඤ්ඤා** වශයෙන් ධර්මයන්ගේ පෞද්ගලික ලක්ෂණය මෙහි දී වැටහේ. උදයබ්බය ඤාණය හොඳ විදර්ශනාවකි. එහි දී අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් 'තීරණ පරිඤ්ඤාව' සම්පූර්ණ වේ. මෙය ධර්මයන්ගේ පොදු ලක්ෂණය වටහා ගැනීමයි. භංග ඤාණය වඩාත් හොඳ විදර්ශනා තත්ත්වයකි. විශේෂ අන්දමකට තදංග වශයෙන් කෙලෙස් කැඩෙන්නට වන්නේ මෙහි දී ය. මෙය පහාන පරිඤ්ඤාවය. භංග ඤාණයේ සිට ඉහළට ඇත්තේ පහාන පරිඤ්ඤාවයි.

මුලින් ම වැටහිය යුත්තේ **පච්චත්ත ලක්ඛණ** නම් වූ ධර්මයන්ගේ පෞද්ගලික ලක්ෂණයයි.

Lithira

පඨවි - තද ගතිය (කක්ඛල ලක්ඛණය),

ආපො - වැගිරෙන ගතිය,

තෙජො - උණුසුම් ගතිය,

වායො - පිම්බෙන ගතිය,

චිත්ත - චින්තන ගතිය,

වෙදනා - වෙදයිත ලක්ඛණය, ආදී වශයෙනි.

අනතුරු ව අනිත්‍ය ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කිරීමෙන් ධර්ම ස්වභාවය ත්‍රිලක්‍ෂණයට අනුව තීරණය කෙරෙයි.

සංස්කාරයන්ගේ යථා තත්ත්වය වසා සිටින අවිද්‍යා පටලය ඉවත් වෙමින් සංස්කාරයන්ගේ තත්ත්වය පැහැදිලි වන විට කෙලෙස් වලට ඉඩ නැත. කෙලෙස් ඉවත් වේ. කෙලෙස් ඉවත් වන්නට වන්නට සිතට හොඳින් ශක්තිය ලැබේ. ඥානය දියුණු වන විට සත්තිස් බෝධි පාක්‍ෂික ධර්ම ද සිතට එකතු වේ.

ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය

බොහෝ වාරයක් රත් කොට තලා සාදන ලද රත්තරන් මෙනි ඤාණ දස්සන අවස්ථාවේ සිතෙහි තත්ත්වය. සිතට නිවන දකින්නට ලැබෙන විට සියලු කෙලෙස් අනුසය නැවත ඇති නො වන පරිදි වියළී යයි.

සමථ සමාධිය

ඉහත කී සමාධි වොදාන ධර්ම හයෙන් චිත්ත විශුද්ධියක් ඇති වන නමුත් එය සම්පූර්ණ වන්නේ සමාධි උපකාරක ධර්ම සතරත්[15] එක් වූ විටය. වොදාන හයෙන් පිරිසිදු වූ සිත බබළනසුළු වූත්, ඒකත්වගත වූත් සිතකි. චිත්ත විශුද්ධිය කීප ආකාරයකින් සිදු වේ. එනම් අර්පණා සමාධියේ දී, උපචාර සමාධියේ දී හා ක්‍ෂණික සමාධියේ දීත් ය. ක්‍ෂණික සමාධියේ ද උපචාර සමාධියේ ශක්තියම ඇත. විදර්ශනා ඥාන ලබා ගැනීමට මෙය උපකාර වේ. යට කී කරුණු දහය ම මෙහි ද අඩංගු වන හෙයිනි. මෙය උපචාර නමින් නො හඳුන්වන්නේ ධ්‍යානයකට මුල් නොවන බැවිනි. ධ්‍යානයකට පූර්වභාග වන ප්‍රධාන අවස්ථා නම්: 'පරිකර්ම' 'උපචාර' දෙකයි.[16]

ප්‍රථම ධ්‍යාන

සාමාන්‍ය සිතක් එක වරට ම මහග්ගත තත්ත්වයට පමුණුවා ලිය නො හැකිය. ඉන්ද්‍රිය සමතාව (ඒකරස බව) සඳහා කමටහන් අරමුණ බොහෝ වේලාවක් මෙනෙහි කිරීමට සිදු වේ. මේ පරිකර්ම අවස්ථාවයි. මෙතැන දී ඉන්ද්‍රියයන් සම වූ පසු සිත උපචාරයට වැටේ. උපචාර අවස්ථාවේ දී නීවරණයන්ගේ පෙළඹීම නැත.

උපචාර අවස්ථාවෙහි අනුක්‍රමයෙන් අරමුණු සහ සිත ඒකත්වයට ළං වේ. අවසානයේ දී සිත අරමුණෙහි කිඳා බසී. මේ අර්පණාව නම් වූ ධ්‍යාන සිතක පහළ වීමයි. අනතුරුව එම සිත විමසා බලන විට ධ්‍යාන අංග එහි තිබෙන බව පෙනේ.

එහෙත් ධ්‍යානය ලබා ගත් විට පළමුවෙන්ම එහි ඇතුළත් ධ්‍යාන අංග **(විතක්ක, විචාර, පීති, සුඛ, එකග්ගතා)** විමසීමට නොබැසිය යුතුය. මුල් වරට මිනිත්තු පහක් ධ්‍යානයේ සිට ඉන් නැගී සිටීම මැනවි. එය ද අධිෂ්ඨානයක් සහිත ව ම කළ යුතුය.

'මම මිනිත්තු පහක් ප්‍රථම ධ්‍යානයට සමවැදී සිට මිනිත්තු පහකින් නැගී සිටිමි' යනුවෙන් අධිෂ්ඨාන කොට බොහෝ වාර ගණනක් සිත ධ්‍යානයෙන් ඉවත් කර ගැනීමටත් නැවත ධ්‍යානයට සම වැදීමටත් පුරුදු විය යුතුය. ධ්‍යානය ලබා ගත් සැටියේ ම දිගු වේලාවක් සමවැදී සිටිය හොත් '**ධ්‍යාන නිකන්තිය**' නම් වූ ධ්‍යානය පිළිබඳ සීමාන්තික ඇල්මක් ඇතිවිය හැකි බැවිනි. තව ද, යට කී මූලික පුහුණුව **සමාපජ්ජන - වුට්ඨාන වසිතාව** (සමවැදීම හා නැගී සිටීම පිළිබඳ මනා පුහුණුව) සකස් කර ගැනීමට ද ඉවහල් වේ. බාහිර අරමුණුවලට සිත යා හැකි බැවින්, ධ්‍යානය ශක්තිමත් කර ගැනීම පිණිස හැකි තාක් වාර ගණනක් ධ්‍යානයට සමවදිමින් හා ඉන් නැගෙමින් කාලය ගත කළ යුතුය. හැම විටම අධිෂ්ඨානයකින් ම මෙය කළ යුතුය. ධ්‍යානයෙහි සිටින මිනිත්තු ගණන ක්‍රමයෙන් වැඩි කළාට වරදක් නැත. වාර ගණන නම් කොතෙක් වුවත් කමක් නැත.

මෙහි දී බලාපොරොත්තු වනුයේ **සමාපජ්ජන - වුට්ඨාන වසිතාවයි**. මේ වශී භාවය සම්පූර්ණ වූ ලෙස සලකන්නේ ධ්‍යානයේ සිටින හා ඉන්

Lithira

නැගිටින කාලය පිළිබඳ අධිෂ්ඨානය (මිනිත්තු ගණන) 'හරියට ම හරි' ගිය පසු ය. මෙසේ එම වශිතාව සකස් වූ පසු 'ආවජ්ජන - පච්චවෙක්ඛණ වසිතාව' පුරුදු කළ යුතුය. පළමුව ධ්‍යාන අංග වෙනවෙන ම සලකා බැලීම නම් වූ 'ආවජ්ජනයත්', දෙවනු ව, අංගයන්ගේ තත්ත්වය සලකා බැලීම නම් වූ 'පච්චවෙක්ඛණයත්' පුරුදු කළ යුතුය. ධ්‍යානයේ සිටිද්දී ම එහි අංග ප්‍රත්‍යවෙක්ෂා කළ නොහැකි බැවින්, ඉන් නැගී සිට ධ්‍යාන සිත දෙස බැලිය යුතු වේ.

ප්‍රථම ධ්‍යාන අවස්ථාවෙහි දී ප්‍රකට වශයෙන් ධ්‍යාන නමින් හැඳින්වෙනුයේ **විතක්ක, විචාර, පීති, සුඛ, එකග්ගතා** නම් වූ අංග පහය. එකී අංග පැහැදිලිව නො පෙනේ නම් යළියළිත් ධ්‍යානයට සමවදිමින්, ඉන් නැගිටිමින් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කළ යුතුය.

'විතර්කය' නම් අරමුණට සිත ඇතුළු වීමයි, අරමුණ පිළිබඳ කල්පනාවයි. 'විචාරය' නම් අරමුණෙහි සිත වැඩ කිරීමයි. මේවායේ වෙනස පිරිසිදු සිතක් ඇති මෙම අවස්ථාවෙහි දී හොඳින් පෙනෙන්නට වේ. පීති, සුඛ, ඒකග්ගතා යන අංග වඩාත් පැහැදිලිව වැටහේ.

මේ කොටස් පහ අනුලෝම - ප්‍රතිලෝම වශයෙන් කීප වරක් සිත යොදා තේරුම් ගැනීමත්, ඒවායේ තත්ත්වය පිරික්සා බැලීමත් අවශ්‍යයය. **ආවජ්ජන - පච්චවෙක්ඛණ** වසීතාව සකස් වන්නේ එමගිනි. **සමාපජ්ජන - වුට්ඨාන** යන කරුණු ද මේ අනුලෝම - ප්‍රතිලෝම වශයෙන් පිරික්සීමේ දී තවදුරටත් පුහුණු වේ.

ද්විතීය ධ්‍යානයට බසින ක්‍රමය

මෙසේ ආවජ්ජන - පච්චවෙක්ඛණ වසීතාව පුහුණු කරමින් අංග පිරික්සන අතර ඇතැම් අංග නීවරණයන්ට තුඩු දෙන නිසා ඖළාරික වශයෙන් වැටහෙන්නට වෙයි. මේවා නැති නම් වඩා හොඳය' යි හැඟේ. මේ මේ අංග ඇති මේ මේ අංග නැති දෙවන ධ්‍යානය මට ලැබේවා'යි අධිෂ්ඨාන කොට පටිභාග නිමිත්තට සිත යොදා භාවනා කළ යුතුය. (අධිෂ්ඨානයඃ විතක්ක - විචාර යන අංග දෙකින් ඉවත් වූ පීති, සුඛ, ඒකග්ගතා යන අංග තුනෙන් යුක්ත වූ දෙවැනි ධ්‍යානය මට ලැබේවා!)

ඇතැම් කෙනෙකුට විතර්කය පමණක් ඖළාරික වශයෙන් වැටහේ. තවත් කෙනෙකුට විතක්ක - විචාර දෙක ම එක විට ඖළාරික වශයෙන් වැටහේ. පෙර ජාති වල භාවනා පළපුරුද්ද නිසා ඇති වන මේ වෙනස අනුව, ධ්‍යාන පිළිබඳව චතුක්කන හා පඤ්චකන භේදය දක්නා ලැබේ.

මෙසේ දෙවැනි ධ්‍යානය ලැබෙන්නේ ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ අධිෂ්ඨානයට අනුවය. අධිෂ්ඨානය කළ විට පටිභාග නිමිත්තට නැවත සිත ඇතුළුවෙයි. නීවරණය ඇද ගන්නා විතක්ක - විචාරයන්ගෙන් නිදහස්ව සිත පිරිසිදු වී ඇති නිසා, යෝගාවචරයාට තමා දෙවැනි ධ්‍යානය ලබා ඇති බව මෙන් ම එහි ඇතුළත් අංග ද පැහැදිලි ව වැටහේ. ප්‍රථම ධ්‍යානයේ දී කළාක් මෙන් මෙහි දී ද පඤ්ච වසීතාවය පුරුදු කළ යුතුය. මෙහිදී එය පහසුවෙන් හා ඉක්මනින් කළ හැකිය.

විපස්සනා සමාධිය

සමාධි - වෝදාන ධර්ම හයෙන් පිරිසිදු වූ සහ සමාධි - උපකාරක ධර්ම හතරෙන් ශක්තිමත් වූ තැනැත්තා සමාධිමත් හිතක් ඇත්තෙකි.

විදර්ශනා භාවනාවට සැරසෙනුයේ, **වයලක්ඛණූපට්ඨානෙකත්තඤ්ච විපස්සකානං**[17] යන්නෙන් හැඟෙන පරිදි මේ අවස්ථාව සුද්ධ විපස්සනායානිකයාට සන්ධි ස්ථානයකි. තම කර්මස්ථාන අරමුණෙන් නාම-රූපය මතු කොට ගෙන හේ දිට්ඨි විශුද්ධිය ලබා ගනී.

වෝදාන හය සහ ඉන්ද්‍රිය දියුණුව පිළිබඳ හතර සහිතව ඒකත්වයෙන් යුක්ත සිත කර්මස්ථාන අරමුණෙහි පවතින අවස්ථාවේ දී එය ක්‍රියාකාරිත්වය අනුව එකක් නොව කොටස් දෙකක් බව වැටහේ. එවිට 'මම' යන හැඟීම සහ සත්ත්ව සංඥාව ඉවත් වී ධාතු සමූහයක් ලෙස යෝගාවචරයාට ප්‍රත්‍යක්ෂ වේ. මේ දැනීම ඇති වූයේ අරමුණෙහි සිදුවන්නා වූ වෙනස්කම් අනුව මිස අමුතුවෙන් හිතීමෙන් නොවේ. මෙසේ 'තදංග' වශයෙන් කැඩී ගියේ සක්කාය දිට්ඨිය මුල් කරගත් සකල දෘෂ්ඨි සමූහයයි.

විදර්ශනා ඥාන සොළොස යනු[18] විදර්ශනා භාවනාවේ දී ඥානය වැඩීමෙන් සිදු වන ඥානමය ක්‍රියා පද්ධතියකි. ඥාන පරම්පරාව ඇති වන්නේ ස්ථිර නොවූ සමාධි තත්ත්වයෙන් යුත් සිත කර්මස්ථාන අරමුණෙහි පවත්වන විටය. **ශීල විශුද්ධි,**[19] **චිත්ත විශුද්ධි, දිට්ඨි විශුද්ධි** යන මුල් විශුද්ධි

Lithira

තුන සම්පූර්ණ වීමෙන් ඥාන දහසයෙන් පළමුවැන්න වූ නාම-රූප පරිච්ඡේද ඥානය ලැබේ.

එහෙත් තවමත් විදර්ශනා ඥාන ඇති වූයේ නැත. ඒවාට මෙය පාදක වනු පමණි. ඥාන දහසයෙන් පළමුවන ඥානය ලැබෙනුයේ විශුද්ධි තුනෙන් අන්තිම විශුද්ධියේ දීය. දිට්ඨි විශුද්ධිය තිබෙනුයේ නාම-රූප පරිච්ඡේද ඥානය තුළය. නාම-රූප පරිච්ඡේද ඥානය මේරීමෙන් දිට්ඨි විශුද්ධිය සම්පූර්ණ වෙයි. '**අජ්ඣත්ත**', '**බහිද්ධා**' සහ '**අජ්ඣත්ත-බහිද්ධා**' යනුවෙන් තුන් ආකාරයකින් නාම-රූප පරිච්ඡේද ඥානය මේරීමට පත් කිරීමෙන් දිට්ඨි විශුද්ධිය සම්පූර්ණ වන්නේය.

සංසාරික පුරුද්ද ඇති ඇතැමකුට ප්‍රත්‍යය සහිත නාම-රූප පරිග්‍රහය (නාම-රූපයන් සැලකීම) ලැබේ. ප්‍රත්‍ය පරිග්‍රහ ඥානය මේරීමෙන් කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය සම්පූර්ණ වේ. මෙසේ දෙවන ඥානය ලැබෙන්නේ සිවුවන විශුද්ධිය ඇතුළත දීය. '**යථාභූත ඥානය**' සහ '**සම්මාදස්සනය**' යන නම්වලින් ද කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය හැඳින්වේ. ප්‍රත්‍යය පරිග්‍රහ ඥානයේ දී යෝගාවචරයා අංග දහසයකින් යතු පිරිසිදු සිත භාවනා අරමුණෙහි තබා ගෙන සිටියි. අරමුණ කෙස් ගහක්, ඇටසැකිල්ලක්, පිම්බීම්-හැකිලීම් (වායෝ-ඵොට්ඨබ්බ රූපය) හෝ ආනාපානය හෝ විය හැකිය. එවිට ඒ අරමුණ හේතු-ඵල වශයෙන් දෙකක් ව වැටහෙන්නට වේ. සාමාන්‍යයෙන්, මුලින් ම හිත යොමු වන්නේ රූප කොටස්වලට ය. නාම කොටස් අරමුණු වන්නේ ඊට පසුවය. ඇතැම් විට ඒ දෙක ම එක විට වැටහේ.[20] භාවනා අරමුණ තම සිතට වදින ලෙසක් ද යෝගාවචරයාට හැඟෙයි.[21]

හිතක් ඇති වීමට හැම විට ම අරමුණක් අවශ්‍ය බවත්, 'නිකන් හිතක්' කියා දෙයක් නැති බවත් වැටහේ.[22] රූපාරම්මණයක් නිසා චක්ඛු විඤ්ඤාණය ඇති වන බවත්, චක්ඛු සම්ඵස්සය නිසා වේදනාව, සංඥාව, චේතනාව හා චිත්තය ඇති වන බවත් ඔහුට වැටහේ.

චිත්තය ඊට හේතුව වේදනාව ඊට හේතුව සංඥාව ඊට හේතුව ආදී වශයෙන් යුගළ යුගළ ව අවබෝධ වෙයි.

1. නාමය 2. නාමයේ හේතුව

3. රූපය 4. රූපයේ හේතුව

යනුවෙන් කොටස් හතරක් ලෙස මිස 'මමෙක්' පුද්ගලයෙක් වශයෙන් ඔහුට ඒ අවස්ථාවේ දී නො හැඟෙයි. උදරයේ පිම්බීම් - හැකිලීම් දෙක වායෝ ධාතු රාශියක් බවත් වැටහේ. නැහැය අග හැපෙන පඨවි ධාතුවත්, ඊට ආශ්‍රිතව ඇති ආපෝ ධාතුවත්, ස්පර්ශයෙන් ඇතිවන උණුසුම හා සිසිල මගින් තේජෝ ධාතුවත් හේ හඳුනා ගනී. කලින් ම සිත නීවරණයන්ගෙන් ඉවත් වී ඇති බැවින් දැන් නුවණට ඉඩ ලැබේ. හේතුවක් සහිතව ම රූපයත් ඇතිවන බව ඔහුට වැටහේ.

පූර්ව කර්මයක් නිසා මේ උපත ඇති වූ බව ද, ඊට තණ්හාවත්, අවිද්‍යාවත්, උපාදානයත් හේතු වූ බව ද, යෝගාවචරයා ප්‍රඥාවන්තයෙක් නම් අවබෝධ කරගනියි. දකින දකින සතකු ඉහත කී පරිදි කොටස් සතරක් පමණක් ලෙස ඔහුට හැඟේ. ශරීරය ඇතුළත ඇති බොකු බඩවැල් පවා ඇතැම් යෝගාවචරයකුට පෙනී යයි.

දිට්ඨි විශුද්ධියෙන් පසුව ලැබෙන '**පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය**' '**ධම්මට්ඨිති ඤාණය**' නමින් ද හැඳින්වේ. දිට්ඨි විශුද්ධිය නිසා දැන් යෝගාවචරයා සත්ත්ව පුද්ගල සංඥාව ඉක්මවා සිටියි. මේ අවස්ථාවේ දී ඔහු වඩාත් සැලකිලිමත් ව තම සතිය මෙන් ම සම්පජන්නය ද දියුණු කර ගත යුතුය. හැම ඉරියව්වක දී ම, ක්‍රියාව සහ ක්‍රියාව කිරීමට හිතෙන හිත ද යන දෙකම මෙනෙහි කළ යුතුය. මෙනෙහි කිරීමේ දී පූර්ව චිත්තයත් සමග ම මෙනෙහි කළ යුතුය.

නිදසුන්

i. 'නැගිටින්න හිතෙනවා. නැගිටින්න හිතෙනවා.'

ii. 'නැගිටිනවා. නැගිටිනවා.'

මෙසේ හේතුව හා ඵලය වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම හේතු - ඵල සම්බන්ධය වටහා ගැනීමට උපකාර වෙයි. '**පච්චය පරිග්ගහ**' ඤාණයේ කියවෙන '**ප්‍රත්‍යය**' මෙහි ම තිබේ. හිත ඵලය ලෙසත්, අරමුණ හේතුව ලෙසත් ක්‍රමයෙන් ඔහුට වැටහෙන්නට වේ. ශබ්දයක් තිබෙන නිසයි ඇසීම පිළිබඳ සිතක් (සෝත විඤ්ඤාණයක්) ඇති වූයේ යනාදී වශයෙනි.

මෙනෙහි කිරීම නොකඩවා කරගෙන යන කල එය ඉබේටම කෙරෙන ලෙසක් ද පුහුණු වූ යෝගාවචරයාට හැගේ. අමුතුවෙන් උත්සාහ කොට වැටහීම වැඩි කර ගැනීම අනවශ්‍යය. අරමුණු එන එන හැටියට වටහා ගත යුතුය. උත්සාහයෙන් වටහා ගැනීමට තැත් කිරීමෙහි දී වැටහීමේ ශක්තිය අඩු වන්නේ හිත සමාධි අරමුණෙන් බැහැරට (පිට) යන හෙයිනි. යෝගවචරයා සුතමය ඤාණය වැඩි කෙනෙක් නම් ධර්මානුකූලව කල්පනා කොට ඉක්මනින් වටහා ගනියි. සුතමය ඤාණය අඩු යෝගවචරයාගේ වැටහීම සිදුවන්නේ හෙමිනි.

'**ධම්මට්ඨිති ඤාණය**' නමින් ද හැඳින්වෙන මෙම 'පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය' පටිසම්භිදා මග්ගයෙහි, ප්‍රත්‍යය සහ ප්‍රත්‍යෝත්පන්න වශයෙන් නව ආකාකරයකට විස්තර කොට ඇත.[23] ඒ පටිච්චසමුප්පාදයට අනුවය. සංස්කාරයන් පිළිබඳ පැවැත්ම තේරුම් ගන්නා නුවණ ඇතැම් කෙනෙකුට මුලින් ඇතිවේ. චිත්ත විශුද්ධිය ඇතිව යම් කිසි අරමුණක් ගෙන භාවනා කරන විට, ධර්ම චින්තා දියුණු කළ ඇතැම් යෝගාවචරයකුට මේ නුවණ පහළ වේ. එය හැඳින්වෙනුයේ 'සප්පච්චය නාම-රූප පරිග්ගහ ඤාණය'[24] යනුවෙනි. මෙය දියුණු කර ගැනීමෙන් කංඛා විතරණ විශුද්ධිය ලැබේ.

මිනිසා උගත් කමින් වැඩෙත් ම ඔහුගේ ප්‍රශ්න හා සැක ද වැඩිවෙයි. 'මේ සත්ත්වයා කොහි සිට ආවේ ද? මොහු යන්නේ කොතැනට ද?' ආදී වශයෙන් ජීවිතය පිළිබඳ විචිකිච්ඡා ඇති කර ගත් තවුසන් බුද්ධ කාලයේ විසූ බව සඳහන් වේ. අභිඥාලාභීන් අතර පවා නොයෙකුත් මිථ්‍යා දෘෂ්ටි ඇති කර ගත් අය වූහ. අභිඥාලාභී ඇතමකුට තමන්ගේ පෙර ආත්මභාව සීමාසහිත ගණනක් පෙනුණු විට, නොපෙනෙන කොටස පිළිබඳ විවිධ දෘෂ්ටි තනා ඉදිරිපත් කළහ.[25]

බාහිර තවුසන්ට නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණයක් හෝ කංඛා විතරණ විශුද්ධියක් හෝ නොවීය. ඔවුහු ආත්ම දෘෂ්ටියේ පිහිටා ධ්‍යාන ලබාගත් අය වූහ. හේතු-ඵල සම්බන්ධය මැනවින් හෙළි කොට වදාළ උතුමාණෝ බුදුරජාණන් වහන්සේය. කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය ලැබූ තැනැත්තාට ක්ලේශ වට්ට, කම්ම වට්ට, විපාක වට්ට[26] යන ගොඩවල් තුන මැනවින් වැටහේ. එය මේ මේ අයුරින් සිදුවේ යයි සිතා ගැනීමක් නොව, තමාට ම නිසැකව

වැටහෙන දෙයකි. නියම විදර්ශනාව[27] තව ම සම්පූර්ණ නැති නමුදු කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය ඉතා ශක්තිමත් සිතකි. එසේ ම මේ අවස්ථාව එක්තරා සන්ධිස්ථානයකි.

'චුල්ල සෝතාපන්න' තත්ත්වයක් ලෙස හැඳින්වෙන මේ අවස්ථාවට පත් යෝගාවචරයා තමා ලැබූ ඥානය තදංග වශයෙන් ප්‍රහාණය කළ විචිකිච්ඡා ආදී කෙලෙස් මලවලින් කිලිටි කර නොගෙන මරණ මොහොත වන තෙක් රැක ගෙන සිටියහොත්, ඔහු දෙවන ආත්ම භාවයේ දී අපායට නොයනු ඇත.[28] අභිඥාලාභියකු මේ තත්ත්වය ලැබුවහොත් ඇතැම් විට ඔහුට හේතු ප්‍රත්‍ය වශයෙන් අතීතාත්මභාවය පවා පෙනී යනු ඇත. ඇතැමකුට ශරීරය ඇතුළත ක්‍රියාකාරිත්වයත්, ළදරු වියත් පෙනී යයි. අභිඥා නැත්තකු වුව ද ලෝකය සම්බන්ධ බාහිර ප්‍රශ්න හා සිතිවිලි නොමැතිව, භාවනාවෙහි ම සිත ගිල්වා වසන විට, තම කුඩා අවදිය සහ පෙර භවය පිළිබඳ මතකයනුත් සිහියට නැගේ.

සංසාරය දිග්ගැසෙනුයේ 'දිට්ඨි' හා 'විචිකිච්ඡා' යන දෙකෙනි.[29] දිට්ඨි විශුද්ධිය නිසා දිට්ඨියෙන් අයින් වීමෙන් සිත පිරිසිදු වේ. කංඛා විතරණ විශුද්ධිය නිසා විචිකිච්ඡාව ඉවත් වීමෙන් සිත පිරිසිදු වේ. මෙහි දී සිදුවනුයේ තදංග ප්‍රහාණ වශයෙන් දිට්ඨි-විචිකිච්ඡා දෙක ඉවත් වීමකි. ඒ ඒ කුසල් සිත් මගින් අකුසල් සිත් පහ කිරීම නම් වූ තදංග ප්‍රහාණය පහනක් දැල්වීමකින් අඳුර දුරලීමක් වැන්න. සමථ භාවනාවෙන් කෙරෙන 'වික්ඛම්භනප්පහාණය' ඊට වඩා බලවත්ය. ඒ මගින් ඇතැම් විට කල්ප ගණනක් නීවරණ යටපත් කොට තැබිය හැකිය. 'සමුච්ඡේදප්පහාණය' යනු මාර්ග ඥානයෙන් කෙලෙස් මුල් හෙවත් අනුශය නැවත හට නො ගන්නා පරිදි උගුල්ලා දැමීමයි.

ඇතැම් විට ආර්ය පුද්ගලයන්ගේ පිරිහීමක් ගැන සඳහන් වේ. එය සමහරු වරදවා වටහා ගනිති. එයින් කියවෙන්නේ ලැබූ ලෝකෝත්තර මාර්ගයෙන් පිරිහීමක් නො ව ඉහළ මාර්ගඥානයක් ලබා ගැනීමෙහි ලා හෝ ඵල සමාපත්තිය පුහුණු නොකිරීමෙහි ලා හෝ වන ප්‍රමාදය ගැනය.

විදර්ශනා භාවනාවෙහි දී දිට්ඨි-විචිකිච්ඡා අනුසය ඉතිරි ව තිබේ. ඒවා සමුච්ඡේද වශයෙන් ප්‍රහාණය වන්නේ සෝවාන් මාර්ගයෙනි. කෙලෙස්

අනුශය මුල් නැවත හට නොගන්නා ලෙස විනාශ කිරීම ලෝකෝත්තර ධර්ම පිළිබඳ විශේෂ ගුණයකි.

ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා වඩන යෝගාවචරයා එහි ලා අප්‍රමාදව ක්‍රියා කළ යුත්තේ ගොවියකු කුඹුරෙහි වැඩ රාශිය වහ වහා **(සීසං සීසං ...)**[30] කරන්නාක් මෙනි. 'අද කළ යුතු දේ හෙටට කල් නො තැබිය යුතුය.' භාවනාවට හිඳගත් යෝගාවචරයාට පළමුවෙන් කරදර පැමිණෙන්නේ විතර්කයෙනි. දෙවනුව, ඔහුට පීඩා කරන්නේ වේදනාවය. විතර්කය මැඬලීම සඳහා මෙනෙහි කිරීම දියුණු කර ගත යුතුය.

හිත භාවනා අරමුණෙන් පිට පැන යන විට, 'හිත යනවා, හිත යනවා...' යනුවෙන් මෙනෙහි කළ යුතුය. මුළු දවස ම එසේ නොකඩවා මෙනෙහි කිරීමෙහි යෙදුණහොත් විතර්කය බොහෝ දුරට ජය ගත හැකිය. වේදනාව ඊට වඩා භයානකය. මුල දී විතර්කය හා වේදනාව යන දෙක යෝගාවචරයාට පීඩා කර ගත් භාවනාව මඳක් සකස් වන විට වේදනාව වඩාත් පීඩාකර ලෙස ඔහුට හැඟේ. භාවනාව හොඳට සකස් වෙනවා නම්, ඊට පෙර තිබූ ලොකු වේදනාවක් ජය ගත හැකි වීම අත් දුටු කරුණකි.

එබැවින් කාරණය හරිහැටි තේරුම් ගෙන, 'ඇට කැඩී ගියත්, සන්ධි කැඩී ගියත් නො නැගිටිමි'යි අධිෂ්ඨාන කර ගත යුතුය.[31] එවිට මුළු ඇඟ ම සිහිල් වී, වේදනාව යටපත් වී, බොහෝ වේලාවක්හිඳ ගෙන සිටිය හැකි වේ. එදා සිට ඔහුට වේදනාවක් නැති ව බොහෝ වේලාවක් ඉඳගෙන සිටීමේ හැකියාවක් ඇති වේ. 'මේ සුළු දුක අපාය දුක තරම් පීඩාකාරී නො වේ'යය සිතීමෙන් ද,[32] 'මේ සුළු දුක විඳීමෙන් මහත් වූ නිවන් ඵලය ළං කර ගත හැකිය'යි සිතීමෙන් ද යෝගාවචරයා වේදනාව ජය ගැනීමට අවශ්‍ය ධෛර්යය ඇති කර ගත යුතුය.

බණ අසන විට රහත් වූ අවස්ථා ධර්මයෙහි සඳහන් වේ. උපනිශ්‍රය සම්පත්තිය ඇති කෙනකු බලවත් ඡන්දයකින්, ධර්ම ගෞරවයකින් බණ අසන්නේ හිඳ ගෙන සිටීමේ වේදනාව යටපත් කරගෙනය. ඔහුගේ සිත සමාධිමත් වීමට එය ද උපකාරී වේ.

විදර්ශනා භාවනාව කර ගෙන යමින් සංස්කාර කොටස්හි සිත වැඩ කරන අතරෙහි දී ඔහුට සංස්කාර ස්වභාවය වැටහෙන අන්දමේ සිදුවීම් ද

වේ. හිඳ ගෙන භාවනා මනසිකාරයේ යෙදෙන විට, මුළු ඇඟ ම තද වේ. (ඒ පඨවි ධාතු ස්වභාවය වැටහෙන සැටියි.) හැපෙන තැන් ගිනි ගන්නාක් මෙන් දැනෙයි. (තේජෝ ධාතු ස්වභාවයයි.) දහඩිය වැගිරේ. (ආපෝ ධාතු ස්වභාවයයි.) ඇඟ ඇඹරී යන්නාක් මෙන් දැනෙයි. (වායෝ ධාතුව.) මෙය හරියට සතර මහා භූතයන් 'අප මෙහි ඉන්නවා'යයි හඬගා කියන්නාක් වැන්න. සතර මහා භූතයන්ගේ මේ භාෂාව යෝගාවචරයා තේරුම් ගත යුතුය.

විශුද්ධි ඤාණ සංසන්ධනය

i. මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය

මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය කරා පැමිණීමේ දී යෝගාවචරයා විශුද්ධි සතරක් ඉක්මවා ඇති[33] අතර ඔහු ඒ වන විට කංඛා විතරණ විශුද්ධියෙන් පිරිසිදු වී ඇත. මෙම අවස්ථාව වන විට ඔහුගේ සමාධිය මුල් අවස්ථාවේ දීට වඩා බොහෝ දුරට දියුණු වී ඇත. මක්නිසාද යත්, සමාධියට බාධක වන දිට්ඨිය හා විචිකිච්ඡාව ඔහු ඉවත් කොට ඇති හෙයිනි. සමාධිය හොඳට මෝරා ඇති ඔහුට දැන් ලොකු චිත්ත ශක්තියක් ඇත. නාම - රූප ධර්ම හා ඒවායේ ප්‍රත්‍යයන් ද ඔහුට වැටහේ.

තවත් විශේෂ කාරණයක් ඇත. එනම් නිතර ම ඔහුට පීඩා කළ කරුණු දෙකකින් දැන් පීඩා ඇති නො වීමය. විතර්කවලින් කරදර අඩුවීම එකකි. මේ සහනය, නො කඩවා ම මුළු දවසේ ම භාවනා කරන යෝගාවචරයා පිළිබඳව ය. දැන් ඔහුට විතර්ක ඇති වන්නේ ද කලාතුරකිනි. මුල දී විතර්කයක් ආ විට බොහෝ වේලාවක් පැවතුන නමුත් මේ අවස්ථාව වන විට එය වහා මෙනෙහි කොට ඉවත් කර ගැනීමට යෝගාවචරයා සමත් වේ.

දෙවෙනි කරුණ වනුයේ හිඳ ගෙන සිටීමේ දී ඇති වන දුක් වේදනාවය. මේ අවස්ථාවේ දී එබඳු වේදනා බොහෝ අඩුය. වේදනා පැමිණෙන නමුත් ඒවායින් පීඩා නැති ව මෙනෙහි කළ හැකි වීම යෝගාවචරයාට ලොකු අස්වැසිල්ලක් ගෙන දෙන කරුණෙකි. මෙය විශේෂ ජයග්‍රහණයකි. මේ නිසා යෝගාවචරයාට භාවනා අරමුණෙහි සිත තබා ගැනීම පහසුය.[34] එම ශක්තිය නිසා මේ අවස්ථාවේ දී යෝගාවචරයා වෙනදාට වඩා හොඳින් මෙනෙහි කිරීම පවත්වයි. කංඛා විතරණ විශුද්ධිය අවසාන වන අවස්ථාවයි මේ.

මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය ලැබෙන්නේ උදයබ්බය ඤාණයේ තරුණ අවස්ථාවේ දීය. උදයබ්බය ඤාණයේ මුල් අවස්ථාව කංඛා විතරණ

විශුද්ධියයි. කංඛා විතරණ විශුද්ධිය අවසානයේ සම්මසන ඤාණයත්, සම්මසන ඤාණය අවසානයේ උදයබ්බය ඤාණයත් ඇති වේ. උදබ්බය ඤාණයේ අවස්ථා දෙකකිඃ

i. තරුණ අවස්ථාව,

ii. බලව (ශක්තිමත්, මේරූ) අවස්ථාව.

තරුණ උදයබ්බය ඤාණයේ දී ය මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය ලැබෙනුයේ.[35]

සම්මසන ඤාණය[36] යනු සංස්කාරයන් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් මෙනෙහි කිරීමය. සම්මසන ඤාණය දියුණු කර ගෙන යාම සඳහා ඉහත කී කරුණු යෝගාවචරයාට උපකාරවත් වේ. ත්‍රිලක්ෂණය හරි හැටි වටහා ගැනීම සම්මසන ඤාණයේ දී සිදු වේ. මෙම ඤාණය හැමට ම එක ප්‍රමාණයට ම නො ලැබේ. ඇතැමුන්ගේ සම්මර්ශනය පුළුල්ය, විශාලය. ඇතැමකුට පහළ වන්නේ කුඩා සම්මර්ශන ඤාණයකි.

නාම - රූප සංස්කාරයන් පිළිබඳ කරුණු සැලකීමේ හැටිහැටියට සම්මසන ඤාණය පවත්වන කාලය ද කෙටි හෝ දික් වේ. සැරියුත් හිමියන්ගේ සම්මසන ඤාණය බොහෝ ප්‍රදේශයක් තුළ පැතිර පැවතුණි.

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නාම - රූප සංස්කාර සම්මර්ශනය දසදහසක් සක්වල සියලු සචේතනික - අචේතනික දේ පිළිබඳ ව පැතිර තිබුණි. සැරියුත් හිමියන්ගේ සම්මසන ඤාණය මධ්‍ය මණ්ඩලයේ සචේතනික - අචේතනික දේ පිළිබඳව පැවතුණි.

සබ්බං අභිඤ්ඤෙය්‍යං

සබ්බං පරිඤ්ඤෙය්‍යං[37]

යන්නෙන් කියවෙනුයේ ද සම්මර්ශනයයි. මෙහි **සබ්බං** යන්නෙන් අදහස් කරණුයේ මුළු ලොව ඇති තාක් සියල්ල නොව පඤ්චස්කන්ධයට සම්බන්ධ දේය. අටුවාචාරීහු, **සබ්බ-සබ්බ, පදෙස-සබ්බ** යනුවෙන් **සබ්බ** ශබ්දයෙහි ප්‍රභේද දෙකක් දක්වති. එයින් **පදෙස-සබ්බ** යනු සාමාන්‍ය පුද්ගලයාට සම්මර්ශනය කිරීමට හැකි සීමිත ප්‍රදේශයයි.

සම්මර්ශන ක්‍රමය: **යං කිඤ්චි රූපං අතීතානාගතපච්චුප්පන්නං අජ්ඣත්තං වා බහිද්ධං වා ඕළාරිකං වා සුඛුමං වා හීනං වා පණීතං වා යං දූරෙ වා සන්තිකෙ වා සබ්බං රූපං නෙතං මම නෙසො'හමස්මි න මෙ සො අත්තා'ති එවමෙතං යථාභූතං සම්මප්පඤ්ඤාය පස්සති, යා කා චි වෙදනා ... පෙ ... යා කා චි සඤ්ඤා ... යෙ කෙ චි සංඛාරා ..... යං කිඤ්චි විඤ්ඤාණං ...**[38] දැන් ඕනෑ කරනුයේ සාමාන්‍ය යෝගාවචරයා මෙම දේශනා පාඨය අනුව සම්මර්ශන කරන අන්දම තේරුම්-බේරුම් කර ගන්නා සැටිය.

යෝගාවචරයා තම කමටහනට හිත යොදා ගෙන සිටී. කමටහන ආනාපානය හෝ පිම්බීම්-හැකිළීම් හෝ අන් කිසිවක් හෝ විය හැකිය. මේ වන විට යෝගාවචරයාගේ කමටහන සම්මුතිය ඉක්මවා පරමාර්ථ තත්ත්වයට පැමිණ ඇත. කමටහන කෙස්ගහක් නම් එය පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, වණ්ණ, ගන්ධ, රස, ඕජා වශයෙන් වැටහේ. ආනාපානය ද සප්‍රත්‍ය නාම-රූප ධර්මයන් වැටහෙන තත්ත්වයට පත්ව ඇත. මේ අරමුණට හිත තබා ගෙන සිටින යෝගාවචරයාට ඒවායේ ඇතිවීම හා නැතිවීම පෙනේ. කමටහනට සම්බන්ධ නාම-රූප සංස්කාරයන් රාශි වශයෙන් [39] ඉපදෙමින් නැති වෙමින් ගෙවි ගෙවී යන සැටි වර්තමාන වශයෙන් වැටහේ.

අනිච්චං ඛයට්ඨේන[40] (ක්‍ෂය වන අර්ථයෙන් අනිත්‍යය) යනුවෙන් කියන ලද පරිදි සංස්කාරයන්ගේ අනිත්‍යතාව වැටහේ. අනිත්‍ය ස්වභාවය වැටහෙන විට දුක්ඛ ස්වභාවය හා අනාත්ම ස්වභාවය ද වැටහේ. ඒ වැටහීම ද මෙනෙහි කරන විට තව තවත් වැටහේ. මෙය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ සම්මසන ඥාණයයි. යෝගාවචරයාට ඒ අනුව, අනාගතයේ ද මෙසේ ම ගෙවි ගෙවී යන්නේයයි අන්වය ඥාණ වශයෙන් වැටහේ. අනාගත සංස්කාරයන්ගේ අනිත්‍ය ස්වභාවය වැටහෙන විට එයත් මෙනෙහි කරයි. අතීතයේත් මෙසේ ම වී යයි සැකෙවින් ඔහුට වැටහේ. කාලත්‍රයට ම අයත් සියලු ම සංස්කාරයන් 'අනිත්‍යය, අනිත්‍යය' කියා වැටහේ. ඒ වැටහීම ද මෙනෙහි කරයි.

අතීතානාගතපච්චුප්පන්නානං ධම්මානං සංඛිපිත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා සම්මසනෙ ඤාණං - 'අතීත අනාගත ප්‍රත්‍යුත්පන්න (පඤ්චස්කන්ධ) ධර්මයන් (කලාප වශයෙන්) කැටි කොට නිශ්චය කිරීමේ ප්‍රඥාව සම්මසන ඥාණයයි.'[41]

මේ අයුරින් ත්‍රිලක්‍ෂණයම වැටහේ. 'ගෙවි ගෙවී යන නිසා අනිත්‍යයි: භය නිසා දුක්ඛයි: සාරයක් නැති නිසා අනාත්මයි' යනුවෙනි. සම්මසන ඥාණ අවස්ථාවේ දී සිතේ ක්‍රියාකාරිත්වය ඉතා වේගවත්ය.

සම්මසන ඥාණයේ දී අතීත, අනාගත, පච්චුප්පන්න යන තුන් ආකාරය වුව ද කෙලෙස් කැඩීමට ප්‍රමාණවත් වේ. තව කොටස් අටක් යුගල හතරක් වශයෙන් දක්වා ඇත. හැමට ම ඒ ඉතිරි කොටස් මෙනෙහි කරන අවස්ථා නො ලැබේ. ඒවා මනා ව වැටහෙනුයේ දියුණු අයට පමණි. කොටස් එකොළසට අයත් ඉතිරි කොටස් නම්:

i. **අජ්ඣත්ත** - **බහිද්ධා**

ii. **ඕලාරික** - **සුඛුම**

iii. **හීන** - **පණීත**

iv. **දූර** - **සන්තික**

වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර හා විඤ්ඤාණ පිළිබඳව ද මේ අයුරින් ම වැටහේ. කමටහන් අරමුණේ සිත තබා ගෙන සිටින විට ඒ රූපය පිළිබඳව ද එසේම වැටහේ. විඤ්ඤාණය පිළිබඳව ද එසේ මය. මුලදී එක් විඤ්ඤාණයක් ලෙස සිතා සිටි නමුත් සම්මර්ශනය දියුණු වන විට හිත් දහස් ගණනක්, ගොඩක් වශයෙන් වැටහේ. සිත් ගොඩක් නම් මුලින් ඇති වූ ඒවා නැති වූ බව වැටහෙන විට ඝන සංඥාව කැඩී අනිත්‍යතාව අවබෝධ වේ. හිතේ ඇති වන වේදනා රාශියක් ලෙස වැටහේ. මෙනෙහි කරන විට වේදනාව සහ ඒ සමග වූ හිත ද නැති වන බවත්, ඵස්ස, වේදනා, සඤ්ඤා, චේතනා, චිත්ත යන නාම ධර්මයන් **(ඵස්ස,-පඤ්චමක-ධම්ම)** අනිත්‍ය බවත් ප්‍රකට ව වැටහේ.

පරමාර්ථ ධර්මයන් පිළිබඳව විශේෂ දැනුමක් ඇති අයට සංස්කාර කොටස් සියල්ල යට කී එකළොස් ආකාරයට නම් වශයෙන් කිව හැකිය. අනෙක් අයට සම්මර්ශනය කළ හැකි නමුත් එය විස්තරව කීමට නො හැකිය.

යෝගාවචරයා සිතිය යුත්තේ තමාගේ පඤ්චස්කන්ධය පිළිබඳවය. මේ අවස්ථාවේ ඔහුගේ සිත පවත්නේ කමටහන් අරමුණෙහි පමණක් නොවේ. කමටහන් අරමුණ මුළු සිරුරෙහි ම පැතිරී ඇත. මුළු සිරුරෙහි ම තත්ත්වය

මොහුට වැටහේ. වැටහෙන වැටහෙන දේ මෙනෙහි කරයි. එය සම්මර්ශනයයි. තමාගේ ශරීරය මෙන්ම අනුන්ගේ ශරීර පිළිබඳවත් මේ අන්දමින් ම වැටහේ. තමාගේ සිරුර ඇහැට පෙනෙන්නාක් මෙන් සිතට පෙනේ. අනුන්ගේ සිරුරු ද දකින දකින විට මෙබඳු ම වැටහීමක් ඇති වේ. මේ සම්මසන ඤාණයයි.

ඇතැම් යෝගාවචරයිනට තම සිරුරෙහි ඇති දුර්වල ස්වභාවය ද වැටහේ. මාගන්දිය සූත්‍රයෙහි බුදුරජාණන් වහන්සේ මාගන්දිය පරිබ්‍රාජිකයාට 'මාගන්දිය, ඔබ ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපත්තියෙහි යෙදෙතොත් තම පඤ්චස්කන්ධය පිළිබඳ ස්වභාවය තමාට ම වැටහෙනු ඇත. මේ පඤ්චස්කන්ධය යනු රෝගයක්, කෙලෙස් අසූචි වැගිරෙන ගෙඩියක්, ඇනුණු උලක්, ...'[42] යනාදී වශයෙන් දේශනා කළහ.

මෙයින් ද ඉහත කී සම්මර්ශන අවස්ථාව අදහස් කෙරෙයි. දීඝනඛ සූත්‍රයේ දී එකොළොස් ආකාරයකින් මේ සම්මර්ශන ක්‍රමය දේශනා කොට වදාළහ.[43] ඒ ඒ පුද්ගලයන්ට වැටහෙන පරිදි බුදුරජාණන් වහන්සේ සමහර තැනක වැඩි කොටත් සම්මර්ශන ක්‍රමය දැක්වූහ. පටිසම්භිදා මග්ගයෙහි හතළිස් ආකාරයක් දක්වා ඇත.[44] මේ හතළිස් ආකාරයට අනිත්‍යාදී කොටස් අයත් වේ:

අනිත්‍ය ලක්ෂණය - **10**

අනාත්ම ලක්ෂණය - **05**

දුක්ඛ ලක්ෂණය - **25**

යෝගාවචරයා මේ කොටස් අතුරෙන් තමාට වැටහෙන කොටස් පමණක් මෙනෙහි කළ යුතුය. කොටස් සියල්ල ම නොවැටහුණාට වරදක් නැත. වැටහෙන දේ පමණක් මෙනෙහි කිරීම සෑහේ.

සම්මසන ඤාණය සම්පූර්ණ වන අවස්ථාව යෝගාවචරයා තේරුම් ගත යුතුය. මේ සම්මර්ශනය දිග්ගැස්සෙනසුළු එකකි. මෙනෙහි කරමින් කාලය ගත කිරීමට සිතේ. ඇතැමකුට කෙටි කාලයක දී සම්මර්ශනය සම්පූර්ණ වේ. තම කමටහනෙන් තම පඤ්චස්කන්ධයටත්, බාහිර පඤ්චස්කන්ධවලටත්, අචේතනික දේවලටත් සම්මර්ශනය පැතිරී ගොස්, නො සිතා ම, ඉබේට ම, ධර්ම ස්වභාවයට අනුව ත්‍රිලක්ෂණය වැටහේ නම්, සචේතනික-අචේතනික සියල්ල ධාතු කොටස් වශයෙන් වෙන් වෙන්ව වැටහේ නම්,[45] ඒ අවස්ථාවේ දී සම්මසන ඤාණය සම්පූර්ණ වූ ලෙස සැලකේ.

සම්මසන ඤානය මෙසේ පවතින විට, යෝගාවචරයා හොඳින් භාවනාවෙහි යෙදෙයි. ඔහුට හිඳගත් තැනින් නැගිටින්නට පවා නො සිතේ. ඒ බාධා නැතිව බොහෝ වේලාවක් මෙනෙහි කරමින් සිටිය හැකි නිසාය. ඇතැම් විට, බාහිර දේ ගැන මොන ම කල්පනාවක් වත් නැත. මේ අවස්ථාව වන විට සම්මසන ඤාණය දියුණු වීම නිසා ත්‍රිලක්ෂණය හොඳට වැටහේ.

සංස්කාරයන්ගේ ඇති වීම-නැති වීම හොඳට පෙනේ. එක් එක් කොටසක් ඇතිව නැතිවන හැටි පෙනීමෙන් පහන් දැල්ලක්, ජලධාරාවක්, ශබ්දයක් වැනි දෙයක් පවා අංශු වශයෙන්, රාශි වශයෙන් වැටහේ. මේ හැම දෙයක් ම කොටස් වෙන් වෙන් ව චලනයක ස්වරූපයෙන් වැටහේ. පණුවන් ගොඩක් නලියන ලෙසය. අළුගොඩකට ගලක් ගැසූ විට සියුම් ධාතු කොටස් වෙන්ව පෙනෙන්නාක් මෙන්, ශරීරය පවා ධාතු සුණු වශයෙන් වැටහේ. ඇති වීම හා නැති වීම පෙනෙන මෙම අවස්ථාවෙහි දී යෝගාවචරයා ප්‍රවේසම් විය යුතුය. සමහර යෝගාවචරයනට මේ අවස්ථාවෙහි දී ඇතින් ඇතින් එළියක් පෙනේ. ඇතැම් විට කුටිය තුළ දී ලොකු එළියක් පෙනෙයි. එළි වී ඇතැයි සැකයක් සිතෙයි. මේ **ඕභාස** නම් වූ විදර්ශනා උපක්ලේශයයි.

ඔභාසො ඤාණංපීති පස්සද්ධිසුඛං අධිමොක්ඛො පග්ගහො උපට්ඨානං උපෙක්ඛා නිකන්තීති[46] යනුවෙන් දක්වන ලද පරිදි තීක්ෂණ ඥානයක්, දැඩි ප්‍රීතියක්, කයේ සැහැල්ලු බවක්, කායික සැපයක්, බලවත් ශ්‍රද්ධාවක්, බලවත් උත්සාහයක්, පුදුම අන්දමේ වැටහීමක්, පුදුමාකාර ධර්මාවබෝධයක් වැනි දෙයක්, උපේක්ෂාවක් සහ නිකන්තිය නම් වූ සියුම් ඇල්මක් ද ඇති වේ. මෙම විපස්සනා උපක්ලේශ දහය ඇති වන අවස්ථාවෙහි යෝගාවචරයා ප්‍රවේසම් විය යුතුය.

ආලෝකය, ශ්‍රද්ධාව, ප්‍රීතිය වැනි දේ සැලකිල්ලෙන් මෙනෙහි කළ යුතුය. බොහෝ දෙනා මෙනෙහි කිරීම අතපසු කරති. 'මේවා හොඳ දේය'යි

සිතා මෙනෙහි නො කරති. අවසන මෙය විකාරයක් බවට පත් වේ. මෙහිදී ගුරුපදේශ පිළිපැදිය යුතුය. මේවා බාධක වශයෙන් සලකා අයින් කළ යුතුය. මේ අවස්ථාවෙහි දී අනුනට බණ කීමට තරම් උද්‍යෝගයක් ඇති වේ. නවත්වා තබන ලද වතුර පාරක් මුදා හැරියාක් මෙන් ඇති වන එම දැඩි උද්‍යෝගය මෙනෙහි කොට ඉවත් කළ යුතුය. මේ උපක්ලේශ තුළ සියුම් ලෙස නිකන්තිය ගැබ්ව ඇත. මේ උපක්ලේශ අමාර්ගයයයි ද, මේවායින් ඉවත් වීම මාර්ගයයයි ද දැන ගැනීම, මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය නම්. මෙම විශුද්ධියේ අවසානය බලව උදයබ්බයේ ආරම්භයයි.

විදර්ශනා භාවනාව කරගෙන යන අවස්ථාවෙහි දී ලැබෙන ඥාන තුන් කොටස ලෞකික පරිඥා යනුවෙන් හැඳින්වේ. මෙය ලෝකෝත්තර තත්ත්වයට පත් වීමට පෙර යෝගාවචරයා තුළ පහළ වන ලෞකික ඥානයයි. ප්‍රතිවේධ නාමය බොහෝ විට ලෝකෝත්තර ඥානවලට ව්‍යවහාර වන නමුත් ඇතැම් තැනක එය ප්‍රත්‍යක්ෂ ලෞකික ඥාන වලටත් යෙදී ඇත.

ලෞකික පරිඥා තුන් කොටස නම්,

1. **ඤාත පරිඤ්ඤා,**

2. **තීරණ පරිඤ්ඤා,**

3. **පහාන ප රිඤ්ඤා,** යනුයි. මේවා සඳහන් වන්නේ අවස්ථා වශයෙනි.

නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණයේ පටන් පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය දක්වා ලැබෙන්නේ ඤාත පරිඤ්ඤාවයි. පච්චය පරිග්ගහ ඤාණයේ පටන් මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය දක්වා තීරණ පරිඤ්ඤාවයි. උදයබ්බය ඤාණයේ දෙවෙනි කොටසේ පටන් සංඛාරුපේක්ඛා ඥානය දක්වා පහාන පරිඤ්ඤාවයි.

මේ බෙදිල්ල හොඳට සිතේ තබා ගැනීම යෝගාවචරයාට ප්‍රයෝජනවත් වේ. නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණයේ සිට පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය දක්වාත්, කංඛා විතරණ විශුද්ධියේ පටන් මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය දක්වාත් දැනට කියා දී ඇත. නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණයේ සිට පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය දක්වා අධිපතිකම් කරන්නේ ඤාත පරිඤ්ඤාවයි. ඒ ඒ ධර්ම වලට අයත් පෞද්ගලික ලක්‍ෂණය (**පච්චත්ත ලක්ඛණ**) අවබෝධ කර ගැනීම ඤාත

පරිඤ්ඤාවෙන් සිදුවේ. **පඨවි**: කක්ඛල ලක්ඛණය (තද ගතිය), **රූප**: රුප්පන ගතිය ආදී වශයෙනි. එනම් ඤාත මාත්‍ර පරිඤ්ඤාවයි.

ලක්ඛණ, රස, පච්චුපට්ඨාන, පදට්ඨාන යන ආකාර සතර සතර අතුරෙන් කිහිපයකට අනුව දැන ගැනීම ඤාත පරිඤ්ඤාව සඳහා ප්‍රමාණවත් වේ. පරමාර්ථයන්ට බැස ගැනීමෙන් ධර්මයන්ගේ තත්ත්වය වටහා ගැනීම එයින් සිදුවේ. එය තීරණ පරිඤ්ඤාවට උපකාරී වන්නකි.

කංඛා විතරණ විසුද්ධියේ පටන් මග්ගාමග්ග ඤාන දස්සන විශුද්ධිය දක්වා තීරණ පරිඤ්ඤාව අධිපතිකම් කරයි. උදයබ්බයේ එක්තරා කොටසක් ද ඊට අයත් වේ. අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් ධර්මයන්ගේ '**සාමඤ්ඤ ලක්ඛණය**' අවබෝධ කර ගැනෙනුයේ මේ අවස්ථාවේ දීය.

ක්ලේශයන් නියම වශයෙන් තදංග ලෙස ප්‍රහාණය වන්නේ පහාන පරිඤ්ඤාවෙනි. උදයබ්බය ඤාණයේ උපරිම අවස්ථාවේ සිට සංඛාරුපේක්ඛා අවස්ථාව දක්වා පහාන පරිඤ්ඤාව අධිපතිකම් කරයි. මේ ගැන මත භේදයක් ද ඇත. 'භංග ඤාණයේ සිට පහාන පරිඤ්ඤාව පටන් ගනී' යයි ඇතමෙක් කියති. එහෙත් උදයබ්බයේ දෙවෙනි කොටසේ දී ම ප්‍රහාණය ඇරඹේ. උදයබ්බය ඤාණය ලැබූ තැනැත්තාට ශාස්වත, උච්ඡේද දෘෂ්ටි දෙක ම තදංග වශයෙන් ප්‍රහීණ වේ.[47] උදයබ්බය ඤාණය කොටස් දෙකකට වැටෙනුයේ මේ කාරණය නිසාය.

කලින් සඳහන් කළ විපස්සනා උපක්ලේශ ඇති වනුයේ උදයබ්බයේ මුල් අවස්ථාවෙහි දී ය. සම්මසන ඤාණයේ පටන් උදයබ්බය ඤාණයේ මුල් අවස්ථාව වන විට යෝගාවචරයාට පහසුවෙන් භාවනාවේ යෙදීමේ ශක්තියක් ඇත. හිත හොඳටම තැන්පත්ය. බාහිර විතර්ක ඉවත් වීමෙන් සිත පිරිසිදුය, ශාන්තය. මේ ශාන්ත ගතිය නිසාත්, බාහිර අරමුණු වලින් පීඩා නැති නිසාත්, චිත්ත සන්තානය (සන්තතිය) ඉතා පිරිසිදුය., කෙලෙස් ද අඩුය. රූප සන්තානය ද එමෙන්ම ශාන්තය.

සිතෙහි මේ දියුණුව නිසා ලොකු ආලෝකයක් දිස් වේ. මුලදී ඇතින් ඇතින් ලාම්පු එළියක් වැනි දෙයක් ඔහුට පෙනේ. කුටිය තුළ පහනක් නැතත් පහනක් ඇත්තාක් මෙන්, ඇස් ඇරගෙන සිටින විට පවා පෙනේ. තම සිරුරෙන් මේ රශ්මිය පිටවන බව ඔහුට හොඳින් වැටහේ. ආචාර්යයන්

වහන්සේ ඔහුට උපදෙස් දී ඇත්තේ දකින හැම දෙයක් ම මෙනෙහි කිරීමටය. එහෙත් යෝගාවචරයා එය නො තකයි. ආචාර්යයන් වහන්සේට මේ කරුණ පෙනී නැතැයි ද, උන්වහන්සේට වැරදි වෙන්නට ඇතැයි ද, තමා දැන් උන්වහන්සේට වඩා භාවනාවෙන් දියුණු යයි ද නිගමනය කොට, ඒ ආලෝකය මෙනෙහි නොකර විඳිමින් සිටියි.

මෙබඳු තන්හි දී යෝගාවචරයා මුළා නො විය යුතුය. ආචාර්යයන් වහන්සේ දුන් උපදේශය උන්වහන්සේට ලැබුණේ මහරහතන් වහන්සේලාගෙනි. රහතන් වහන්සේලාට එය ලැබුණේ බුදුරජාණන් වහන්සේගෙනි. එබැවින් ඉහත කී ගුරූපදේශය බුදුරජාණන් වහන්සේගෙන් ම ලැබුණු දෙයක් සේ සලකා මෙනෙහි කිරීමෙහි අප්‍රමාදී විය යුතුය.

ඥානවන්ත යෝගාවචරයා විසින් සැලකිය යුතු කරුණක් මෙහි ඇත. ඔහු ද සිතන්නේ මේ එළිය ලෝකෝත්තර තත්ත්වයක ලක්ෂණයක් කියාය. එහෙත් ඒ ආලෝකය පිළිබඳව තමා තුළ ආශාවක් ඇති බව ඔහුට හැඟේ. 'ලෝකෝත්තර තත්ත්වයක් නම් ආසාවක් ඇති විය නො හැකිය'යි නුවණින් කල්පනා කොට 'මෙය අමාර්ගය'යි දැන ගෙන ඔහු ඒ ආලෝකය මෙනෙහි කරයි. එසේ ම 'මෙය මාගේ ආලෝකයය'යි සිතන විට තණ්හාවත්, 'මගේ ආලෝකය බඳු දෙයක් ආචාර්යයන් වහන්සේට ද නැතැ'යි සිතීමෙන් මානයත්, 'මෙය ලෝකෝත්තර තත්ත්වයක් ම ය'යි නිගමනය කිරීමෙන් දෘෂ්ටියත් ඇති වන බව දැන ඥානවන්ත යෝගාවචරයා රැවටීමකින් තොර ව 'ඕභාස' උපක්ලේශය ඉවත් කර ගනියි.

අනෙක් උපක්ලේශ ගැනද මෙසේ මය. සම්මර්ශනය කිරීමේ දියුණු තත්ත්වය නිසා බලවත් ප්‍රීතියක් යෝගාවචරයාට ඇති වේ. මුහුදු රැල්ල ගසන්නාක් මෙන් **පක්ඛන්දන** ප්‍රීතිය හටගනී. අහසේ හුන්නාක් මෙන් ද, පුළුන් කොට්ටයක හිඳ ගත්තාක් මෙන් ද ඔහුට දැනේ. මෙහි දී ද අදක්ෂ යෝගාවචරයා රැවටේ. දක්ෂයා ආලෝකය සම්බන්ධයෙන් කලාක් මෙන් තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් සලකා උපක්ලේශයෙන් නිදහස් වේ.

තුන්වනුව සඳහන් වන විපස්සනා උපක්කෙල්ශය පස්සද්ධිය හෙවත් කයේ සහ සිතේ සැහැල්ලු බවයි. මුල දී ද තරමක පස්සද්ධියක් ඔහුට

දැනුණු නමුත් උදයබ්බය ඥාණයේ ආරම්භයේ දී ලැබෙන පස්සද්ධිය ඉතා මහත්ය. ඇතැම් විට අහසේ සිටින්නාක් මෙන් දැනේ. සක්මනේ දී ඉබේ යැවෙන්නාක් මෙන් දැනේ. 'අහසේ සිටින්නේ රහතුන් වහන්සේලා නේදැ'යි සිතා උතුම් ලොව්තුරු ගුණයක් නිසා මෙසේ වේයයි නිගමනය කරන අදක්ෂ යෝගාවචරයා රැවටෙයි. දක්ෂයා ආලෝකය ගැන කළාක් මෙන් තණ්හා, දිට්ඨි, මාන වශයෙන් උපක්ලේශ හඳුනා ගෙන නො රැවටෙයි.

ඇතැම් විට රත්නත්‍රය කෙරෙහිත්, ආචාර්යයන් වහන්සේ හා කමටහන ගැනත්, බලවත් ශ්‍රද්ධාවක් යෝගාවචරයාට ඇති වේ. උදයබ්බයේ මුල් අවස්ථාවෙහි දී ඇති වන මෙම **අධිමොක්ඛ** තත්ත්වයත් බාධක කරුණකි. එය ද නිසි ලෙස මෙනෙහි නො කළ හොත් දිගින් දිගට යයි. නිතර වැඳුම්-පිදුම් කිරීමට ද, බණ කීමට හා නෑයන්ට උපදෙස් වශයෙන් ලියුම් යැවීමට ද යෝගාවචරයා පෙළඹේ. ශ්‍රද්ධාව වැඩි කමින් අඬන්නට ද පටන් ගනියි. අවසානයේ එය විකාරයක් බවට ද පත් වේ. ඥානවන්ත යෝගාවචරයා මෙහි දී ද ආලෝකය පිළිබඳව කළාක් මෙන් නුවණින් සලකා උපක්ලේශය හැඳිනගෙන නියම මාර්ගයට බසියි.

හතරවනුව, **පග්ගහ** නම් වූ දැඩි වීර්යයක් ඇති වේ. මෙවිට වෙනදා මෙන් නිදිමත නැත. වීර්යයක් ඇති නමුත් හිතෙහි ඇවිස්සීමක් ද නැත. නො නවත්වා බොහෝ වේලාවක් භාවනා කළ හැකිය. එය ද ලෝකෝත්තර ගුණයකැයි රැවටෙන අදක්ෂය යෝගාවචරයා කාරණය ආචාර්යයන් වහන්සේට නො කියා ම තණ්හා, මාන, දිට්ඨි ඇති කර ගනියි. එවිට ද භාවනාව දිගට ගෙන යා නො හැකිය. කයට සහ සිතට බලවත් සැපයක් **(සුඛං)** උදයබ්බය මුල් අවස්ථාවෙහි දී ඇති වේ. කැක්කුම්, වේදනා නැත. මෙහි දී ද අදක්ෂයා රැවටේ. නුවණැති යෝගාවචරයා උපක්ලේශ හැඳින ගනිමින් ඉන් නිදහස් වේ. එමෙන් ම බණ පද, ධර්ම කරුණු වචනයක තේරුම් ආදිය ගැන පුදුම අන්දමේ අවබෝධයක් ඉහත කී අවස්ථාවෙහි දී යෝගාවචරයාට ඇති වේ. හිතන හිතන ධර්ම පද කිසිදාක නැති තරම් ගැඹුරින් වැටහේ. 'මේ පටිසම්භිදාවය'යි ද, 'ලෝකෝත්තර ගුණයකැ'යි ද රැවටී බණ කීමට උනන්දුවන යෝගාවචරයාගේ භාවනාව පිරිහෙයි. ඥාණ

නම් වූ මේ විපස්සනා උපක්ලේශයට යටින් වූ තණ්හාව, මානය හා දෘෂ්ටිය නිසි ලෙස තේරුම් ගෙන නුවණැති යෝගාවචරයා එය අමාර්ගය ලෙස නිගමනය කරයි.

සතිය කිසිම උත්සාහයක් නැතිව ම ලැබෙන බවක් ද යෝගාවචරයාට දැනෙයි. යම් කිසිවකට හිත යොදන විට සතිය ඉබේටම එහි යෙදී ඇති බවක් ද හැඟේ. **උපට්ඨාන** නම් වූ මෙම ඉබේට වැටහෙන ස්වභාවය නිසා, 'මට ලැබී ඇත්තේ සතියෙන් සම්පූර්ණ (**සතිවෙපුල්ලපත්ත**) රහතන් වහන්සේලාගේ ගුණයක්ය'යි සිතා අදක්ෂ යෝගාවචරයා රැවටෙයි. නුවණැති යෝගාවචරයා ඒ අදහසට යටින් වූ තණ්හා, දිට්ඨි, මාන හඳුනාගෙන උපක්ලේශය ඉවත් කර ගනී.

උපෙක්ඛා නම් වූ විදර්ශනා උපක්ලේශය දෙයාකාරයː විදර්ශනා උපේක්ෂාව හා ආවර්ජනා උපේක්ෂාව යනුවෙනි. උපේක්ෂාව යනු ලොකු මහන්සියක් නැතිව, භාවනා අරමුණෙහි හිතයොදා ගැනීමයි. මෙය වේදනා උපේක්ෂාව නොවේ. සංස්කාරයන් අරමුණු කොට විදර්ශනාවේ යෙදෙන විට වෙනදා මහන්සියක් ගත යුතු වූ නමුත් මේ අවස්ථාවේ දී චක්‍රයක් කරකැවෙන්නාක් මෙන් ඉබේට ම එය ක්‍රියා කරයි. සිත අරමුණට පතින්නාක් මෙන් පහසුවෙන් මෙනෙහි කෙරෙයි. මෙනෙහි කරන තාක් දේ ප්‍රකටව වැටහේ. ඵස්ස, වේදනා, සංඛාර ආදිය හැම පැත්තෙන් ම අනිත්‍යාදී ලක්ෂණ සහිතව ආවර්ජනා උපේක්ෂාවෙන් ඉබේට ම වැටහෙන විට, මෙය ලෝකෝත්තර අවබෝධයක් යයි රැවටීම ඉතා පහසුවන අතර අපහසු වන්නේ නො රැවටීමය. නුවණැති යෝගාවචරයා මෙහි දී ද විදර්ශනා උපක්ලේශයට යට නො වේ.

නිකන්ති නම් වූ සියුම් උපක්ලේශය හැම උපක්ලේශවලට ම යටින් ඇත. ආලෝකය ආදී විසිතුරු දෙයින් අලංකාර වූ විපස්සනාවට සියුම් ඇල්මක්, කැමැත්තක් ඇති කර ගනිමින් අදක්ෂ යෝගාවචරයා තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් මුළාවට වැටෙන නමුදු ඥානවන්ත යෝගාවචරයා කරුණු සලකා උපක්ලේශයෙන් මිදෙයි.

මේ අන්දමින් උපක්ලේශවලට යට වී, එහි ම හිත යොදමින් ගමන් කිරීම මාර්ගය නො වේ. ඒවා ඉවත් කොට නියම විදර්ශනාවට (**සලලක්ඛණ වීථියට**) බැසීම නියම මාර්ගයයි.

මග්ගාමග්ග දස්සන විශුද්ධිය ලැබීමෙන් පසු යෝගාවචරයාට ලැබෙන්නේ උදයබ්බය ඤාණයේ දෙවෙනි (**බලව**) අවස්ථාවයි. එකී විශුද්ධිය සම්පූර්ණ වූ පසුය පහාන පරිඤ්ඤා අවස්ථාව ඇරඹෙනුයේ.

පච්චුප්පන්නානං ධම්මානං විපරිණාමානුපස්සනෙ පඤ්ඤා උදයබ්බයානුපස්සනෙ ඤාණං: 'ප්‍රත්‍යුප්පන්න වූ ස්කන්ධ ධර්මයන්ගේ විපරිණාම දැකීමෙහි ප්‍රඥාව උදයව්‍යානුදර්ශන ඥානය'යි. මේ උදයබ්බය ඤාණය පිළිබඳ හැඳින්වීමයි. උදයබ්බය ඤාණය මෙනෙහි කිරීමේ දී සංස්කාරයන් අතීත, අනාගත, පච්චුප්පන්න යන තුන් ආකාරයෙන් ම මෙනෙහි කළ නමුත් මෙහිදී මෙනෙහි කරනුයේ වර්තමාන වශයෙනි. එසේ කළ යුත්තේ සංස්කාරයන්ගේ 'විපරිණාමය' (තිබෙන තත්ත්වය වෙන එකකට හැරීම) දැකීම පිණිසය.

අනිත්‍යතාව පෙණීමට වයලක්ඛණය පෙනිය යුතුය. වයලක්ඛණය පෙනීමට උප්පාදය ද පෙනිය යුතු බව මෙතැන සඳහන් නැති නමුත් නය ක්‍රමයට අනුව තේරුම් ගත යුතුය. උදයබ්බය ඤාණයේ දී උප්පාදය හා ගෙවී යාම යන දෙක ම පෙනී යා යුතුය. මේ අවස්ථාවේ දී යෝගාවචරයා හට ඇති වීම හා ගෙවීම තමා යෙදෙන භාවනා අරමුණෙහි දීම පෙනී යයි.

විපස්සනා උපක්ලේශවලින් පීඩා විඳි භයානක අවස්ථාව පසු කොට ඇති නිසා ලොකු චිත්තාධිෂ්ඨානයකින් මනසිකාරයේ යෙදෙන යෝගාවචරයාට ත්‍රිලක්ෂණය ම ප්‍රකට ව කරුණු සහිත ව අවබෝධ වේ. උදයබ්බය ඤාණයේ මුල් අවස්ථාවෙහි ද එය පෙණුනු නමුත් උපක්ලේශවලින් වූ පීඩාව නිසා පැහැදිලිව නො වැටහුණි.

විදර්ශනා ඤාණ වීථිය හැඳින්වෙනුයේ උදයබ්බය ඤාණයේ සිටය. ඒ නිසා යෝගාවචරයා විසින් උදයබ්බය ඤාණය පිළිබඳව විශේෂ අවබෝධයක් ඇති කර ගත යුතුය. අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ලක්ෂණ ගැන හොඳ අවබෝධයක් ඔහුට තිබිය යුතුය. ඒවායෙහි;

අනිත්‍ය සහ අනිත්‍ය ලක්ෂණය,

දුක්ඛය සහ දුක්ඛ ලක්ෂණය,

අනාත්මය සහ අනාත්ම ලක්ෂණය, යනුවෙන් එක් එක් කොටසක ප්‍රභේද දෙකකි.

අනිත්‍යය නම් පඤ්චස්කන්ධයය,

දුක්ඛය නම් පඤ්චස්කන්ධයය,

අනාත්මය නම් පඤ්චස්කන්ධයය.

අනිත්‍යය ලක්‍ෂණය නම් උප්පාද-වය දෙකය.

අනිච්චං ඛයට්ඨේන

දුක්ඛං භයට්ඨේන

අනත්තා අසාරකට්ඨේන[49]

'ගෙවී ගෙවී යන නිසා අනිත්‍යය, බිය ගෙන දෙන යන අර්ථයෙන් දුකය, සාරයක් නොමැති බැවින් අනාත්මය' යන මේ ත්‍රිලක්ෂණය පඤ්චස්කන්ධයෙහි ඇත. විදර්ශනාවෙහි යෝගාවචරයාගේ බලාපොරොත්තුව විය යුත්තේ මේ ලක්ෂණයන් මතු කර ගැනීමයි. බැලූ බැල්මට මෙය හිතට වද දීමක් ලෙස ද පෙනේ. එහෙත් එයින් ලැබෙන දර්ශනයෙන් මතු වන සහනය, සැපය ගැන සිතන විට මෙයට වඩා වටිනා දෙයක් තුන් ලොවෙහි ම නැති බව වැටහෙනු ඇත.[50]

අනිත්‍ය ලක්ෂණය සනයෙන් වැසී ඇත. දුක්ඛ ලක්ෂණය ඉරියව් මාරු කිරීමෙන් වසාගෙන ඇත. අනාත්ම ලක්ෂණය ද සනයෙන් වැසී ඇත. සන්තතිය බෙදා බැලිය යුතුය. රාශියක් ලෙස වැටහෙන විට අනිත්‍යතාවය ලැබේ. ඉරියව් මාරු නොකර හිඳීමෙන් දුක වැටහේ. සංස්කාරයන් පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, ඵස්ස, වේදනා ආදී වශයෙන් බෙදා බැලීමෙන් අනාත්ම ලක්ෂණය වැටහේ. මේ ලක්ෂණ තුන යෝගාවචචරයාට මැනවින් ප්‍රකට වන විට භාවනාව හොඳින් කරගෙන යාමට හැකිය.

පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය

මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධියෙන් පසුව ලැබෙනුයේ පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධියයි. එය අවසන් ලෞකික විදර්ශනා ඥානයයි. එය ලැබෙනුයේ උදයබ්බය ඤාණයේ දියුණු අවස්ථාවෙහි දීය. එනම්, යෝගාවචරයාට ඕභාසාදිය පහළ වූ අවස්ථාවේ ඒවා පිළිබඳ මුළාව තමාගේ ම උත්සාහයෙන් හෝ උපදෙස් දෙන ආචාර්යයන් වහන්සේගේ උපදෙස්

මගින් හෝ නැති කර ගෙන, එය අමාර්ගයයයි ඉවත් කොට, මුළාව නැති වීමෙන් පිරිසිදු වූ වීථිපටිපන්න සිත (නියම විදර්ශනා මාර්ගයට බැස්සා වූ සිත) කමටහන් අරමුණේ තබමින් මෙනෙහි කරගෙන යන විටය. (කමටහන, පිම්බීම්-හැකිළීම් හෝ ආනාපානය හෝ අන් කිසිවක් හෝ විය හැකිය.)

එවිට කමටහන් අරමුණ, සම්මසන අවස්ථාවේ දී මෙන් ප්‍රකටව වැටහෙන්නට පටන් ගනී. මේ නාම-රූප සංස්කාරයන් වැටහෙන අවස්ථාවේ දී, කමටහනට සම්බන්ධ රූප කොටස් එකිනෙක වෙන්වී වැටහෙන්නට වෙයි. එක පිම්බීමක් ඇතුළත හැකිළීම් රාශියක් ද ඇති බව වැටහේ. එසේ ම, ඒ එක එක කොටස අරමුණු කර ගෙන සිතිවිලි රාශියක් ද ඇතිවන බව සිතට පෙනේ. ආනාපාන අරමුණ මෙනෙහි කරන විට, ඊට සම්බන්ධ වායු කොටස් එකිනෙක වෙන්ව වැටහෙන අතර හිත් රාශියක් ද ඒවා අරමුණු කොට ඉපදෙන බව සිතට පෙනේ.

මෙසේ වෙන් වෙන්ව වැටහෙන විට කර්මස්ථාන අරමුණ වශයෙන් මුළු ශරීරයේ ම හිත ගමන් කරයි. මුළු ශරීරයම ධාතු සුණු ගොඩක් බවට හැඟෙයි. වායුවේ පා වී යන දූවිලි ගොඩක් හිරු එළියට චලනය වෙමින් පවතින්නාක් මෙන් රූප ධාතු සුණු ගොඩක් පවතින බව වැටහේ. මේ අවස්ථාවේ වෙන කිසිවකට හිත නො යයි. භාවනාවෙහි හිත තබා ගැනීමට යෝගාවචරයා සමත් වෙයි. රූප කොටස් හා නාම කොටස් රාශි වශයෙන් වැටහෙන විට ඒ වෙන් වූ එක එක කොටසක් ඇති වනු හා නැති වනු පෙනේ. මෙහි දී තවත් කාරණයක් සැලකිය යුතුය. රූපයක් හා නාමයක් පිළිබඳ අවස්ථා තුනක් ඇත. එනම්; i. උප්පාද, ii. ඨිති (ජරා) සහ iii. භංග (මරණ) යනුවෙනි.

සුළු කාලයක් ඇතුළත දීත්, මහ කාලයක් ඇතුළත දී මෙන් ම ඉපදීම, දිරීම හා මරණය සිදු වේ. මේ අවස්ථා තුන අතුරෙන් උප්පාදය හා භංගය වඩා ප්‍රකටය. මැදින් වූ 'ඨිති' අවස්ථාව එතරම් ප්‍රකට නැත. 'උප්පාදය' අනිත්‍යතාවේ මූලය, 'ඨිතිය' අනිත්‍යතාවයේ මැදය. 'භංගය' අනිත්‍යතාවයේ අගය.

අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණය ම යෝගාවචරයාට හොඳට වැටහේ. අනිත්‍යතාව ඇහැට පෙනෙන්නාක් මෙන් සිතට දැනෙයි. ඇති

වීම, ඇති වීමේ හේතුව, නැති වීම සහ නැති වීමේ හේතුව යන මේ කරුණු සතර පිළිබඳව තැන්පත් වූ සිතට හොඳින් වැටහෙයි. ඒ සමග ඇති වන ඥාණය උදයබ්බය ඥාණයයි. යම් අවස්ථාවක මෙම ඥාණය ප්‍රත්‍යක්‍ෂව වැටහේ නම්, එහි දී යෝගාවචරයා සෑහෙන කාලයක් නැවතී, නැවත නැවතත් එය සලකා බැලිය යුතුය. උදයබ්බය ඥාණය එක්තරා සීමාවකි. ඵල සමවතට සමවැදීමේ දී පවා මත්තට එය උපකාර වන බැවින් සිය වරක් හෝ දහස් වරක් හෝ තමා ලැබූ උදයබ්බය ඥාණය සලකා බැලීමෙහි වරදක් නැත.

පටිපදා ඥාණ දස්සන විශුද්ධිය ආරම්භ වන්නේ මෙතැනිනි. 'පටිපදා' යනු 'ප්‍රතිපත්තියය', 'නියම තැනට පැමිණීමය'. ඒ පැමිණීම පිළිබඳ දැනීමේ ඥාණය, ආලෝකය, 'පටිපදා - ඥාණ දස්සනය'යි. ඒ ඥාණයෙන් පිරිසිදු වීම, එනම්, ක්ලේශයන් කෙරෙන් වෙන් වීම, 'පටිපදා - ඥාණ - දස්සන - විශුද්ධිය'යි.

උදයබ්බය ඥාණය දියුණු කරගත් යෝගාවචරයා, නැවත නැවතත් එය පුරුදු කොට කමටහනට සිත යොදයි. එවිට භාවනා අරමුණෙහි උදයබ්බය හොඳින් පෙනෙයි. අත ඔසවන විට, හෙළන විට, පය ඔසවන විට, තබන විට පවා මුල, මැද, අග වශයෙන් ඇති වීම - නැති වීම සිතට පෙනේ. ඇතැම් විට මැද හොඳින් නො පෙනේ. පිම්බීම් - හැකිළීම්වල දී ද එසේ මය. ආනාපානයේ දී ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාසයන්ගේ පටන් ගැනීම, මැද හා අවසානය පැහැදිලි වේ. සිත වෙනතක නො යයි.

යෝගාවචරයා අරමුණෙහි ම හිත තබා ගෙන මෙනෙහි කර ගෙන යන අතර ටික වේලාවකට පසුව මුල හා මැද නො පෙනී අග පමණක් පෙනේ. උදරයේ පිම්බීම මෙනෙහි කරන විට මුල, මැද නො පෙනී අග පමණක් වැටහේ. හැකිළීමෙහි දී ද එසේ මය. එසවීම්, පහත් කිරීම්, ආදියේ දීත් මුල හා මැද නො පෙනී අග පමණක් පෙනේ. ආනාපානයේ ඇතුළුවීම්, පිටවීම් නො දැනේ. වෙන දා ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස හැපෙන තැන (නැහැය අග හෝ උඩු තොළ) 'ටක්' 'ටක්' ගා හැපෙනවා පමණක් ම මිස වෙන අරමුණක් නො දැනේ. මේ අවස්ථාවේ දී යෝගාවචරයා සමහර විට අරමුණ

ප්‍රකට නැතැයි ද, භාවනාව පිරිහී ඇතැයි ද සිතා භාවනාව නවත්වයි. ගුරුවරයකු යටතේ භාවනා කරන යෝගාවචරයා තමාට පැමිණ ඇති දුර්වලකම කියයි. උදා: 'මට භවානාවට රුචියක් නැහැ. භාවනාව එපා වෙලා'. එවිට ගුරුවරයා එය භාවනාවේ පිරිහීමක් නොව දියුණුවක් බව කරුණු සහිතව මෙසේ පෙන්වා දෙයි:

'කලින් භාවනා අරමුණ නිමිති වශයෙන් ආකාර සහිතවයි ගෙන තිබුණේ. ආකාරය නම් ආකෘතියයි. ආනාපානය, කෙස්ගහ, ඇඟිල්ල ආදී මේ හැම භාවනා අරමුණක් ම ප්‍රඥප්තිය.

දැන් සති සමාධි දෙක දියුණු නිසා ප්‍රඥාව ද දියුණුය. දියුණු වූ ප්‍රඥාවට නැති නිමිත්ත නැති හැටියට ම වැටහේ. ඒ නිසා කලකිරෙන්නට එපා. ඔය ඝන සංඥාව නැති වන හැටියි' යනුවෙනි.

ඝන සංඥාව යනු ක්‍රියා රාශියක්, කටයුතු රාශියක් එකක් වශයෙන් ගැනීමය. සන්තති ඝනය, සමූහ ඝනය, කිච්ච ඝනය, ආරම්මණ ඝනය යනුවෙන් ඝනය සිව් වැදෑරුම් ය. විදර්ශනා භාවනාව දියුණු අවස්ථාවේ දී ඝන සංඥාව ගිලිහී යයි. පිම්බීම හා හැකිළීම ද අනුක්‍රමයෙන් නො දැනී යයි. මුල දී හිඳින ශරීරය වැටහුණු නමුත් දැන් එය පවා නො පෙනී යයි. මේ ප්‍රඥප්තිය කැඩෙන අවස්ථාවයි. මෙහි දී ගුරූපදේශ අනුව උත්සාහයෙන් වැඩ කළ යුතුය.

සම්මත සම්මුති රාශියක් උඩය මිනිසා ජීවත් වන්නේ. ඝන සංඥාව කැඩෙන විට සම්මතය ද කැඩී යයි.[51] සංස්කාරයන්ගේ උත්පාදය නො පෙනී භංගය පමණක් පෙනෙන විට යෝගාවචරයාට භංග ඥාණය ඇති වූ ලෙස සැලකේ. ඊළඟට නැවත භාවනාව ඇරඹූ ඔහුට, නාම-රූප-සංස්කාරයන් බිඳි බිඳී යනු පෙනේ. දිය බුබුළු බිඳෙන්නාක් මෙන් ද, බත් හැළියක් උතුරන්නාක් මෙන් ද සංස්කාරයන්ගේ බිඳීම වැටහේ. 'සත්ත්වයෙක්, පුද්ගලයෙක් නැත. සංස්කාරයන් මයි බිඳි බිඳී යන්නේ' යනුවෙන් ඔහුට වැටහේ.

මේ භංග ඥාණය පවතින විට යෝගාවචරයාට විශේෂ දෙයක් සිදු වේ. භංගය මෙනෙහි කරන හිතත් පෙනේ. එවිට ඒ හිතත් මෙනෙහි කරයි.

මෙසේ යෝගාවචරයා **පටිවිපස්සනා** නම් වූ බලවත් විපස්සනාවක් ආරම්භ කරයි. **අධිපඤ්ඤා විපස්සනා** යනුවෙන් හැඳින්වෙනුයේ ද එයයි.[52] නාම-රූප අරමුණු ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කර අනතුරුව ඒ ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කළ හිතත් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරයි. මේ විශේෂ විදර්ශනාවකි.

යෝගාවචරයාට බලන බලන, හිතන හිතන හැම දෙයක් ම බිඳෙනු පෙනේ. නාමයන් හා රූපයන් බිඳෙනු පෙනේ. ඒ අවස්ථාවේ දී ඔහුට තමා අනාථ වූ ලෙසක් ද වැටහේ. අල්ලා ගෙන සිටි නාම-රූපය බිඳෙන විට පුදුම අන්දමේ සංවේගයක් ඇති වේ. පිහිට කර ගෙන සිටි හැම දෙයක් ම බිඳි බිඳී යන විට, 'කෝ පිහිටක්, කෝ සරණක්?' යනුවෙන් භයක් ඇති වේ. මෙම 'භයතුපට්ඨාන ඥාණය' (බිය විය යුතු දෙයක් හැටියට සැලකීමේ ඥාණය) පහළ වූ විට තමාට ඇති වූ භය යෝගාවචරයා මෙනෙහි නො කළ හොත්, ඒ භය දිගින් දිගට යයි. එය අවසන් කර ගැනීමට නො හැකි වීමෙන් භාවනාව කරගෙන යාමට නො හැකි වේ. එබැවින් මෙහි දී ද මෙනෙහි කිරීම අත්‍යවශ්‍යය.

මුළු සංසාරයම හෙවත් අතීත, අනාගත, වර්තමාන යන තුන් කාලයට අයත් භවත්‍රය ම බිඳෙන බව දැනී භය ඥාණයක් හා ඒ අනුව සංස්කාර ගොඩේ ආදීනව ද වැටහේ. 'මුල පටන් බැගෑපත් බව වැටහීම' ආදීනව වැටහීමයි. 'දීන' (බැගෑපත්) ලෙස සැලකිය යුතු දේ ආදීනවයි. සංස්කාර ගොඩේ කිසිදු ආනිශංසයක් නො පෙනේ. 'කොටසක් නරකයි, කොටසක් හොඳයි' කියා වෙන් කර ගත නො හැකි තරමට ආදීනව ගොඩක් පමණක් බව පෙනේ. භයානක කොටි-වලසුන්, නයි-පොළොඟුන් හා දාමරික පල් හොරුන් ඉන්නා තැනකට ගොස් වැටුණු ලෙසක් යෝගාවචරයාට දැනේ.

මේ ආදීනව ඥාණයයි. එය වැටහෙන විට නිබ්බිදාව ඇති වේ. 'මේ සංස්කාර කූඩුව වෙනුවෙන් අතීතයේ කොපමණ දුක් ගත්තා ද, අනාගතයේත් කොපමණ දුක් ගන්නට සිදු වනවා දැ'යි කලකිරීමක් ඔහු තුළ හටගනී. භංග ඥාණයේ සිට නිබ්බිදාවට එන විට ඒ විපස්සනා බලවත් අවස්ථාවයි. මේ ඥාණ පෙළ එක විට ම වාගේ පහළ වේ. භංග ඥාණය සමගම වාගේ භයතුපට්ඨාන ඥාණයත්, ආදීනව ඥාණයත්, නිබ්බිදාවත් ඇති වේ.[53] එබැවින් මේ සියල්ලටම 'නිබ්බිදා' යන වචනය සමහර විට ව්‍යවහාර වේ. (**නිබ්බිදං විරජ්ජති** මෙහි **විරජ්ජති** යන්නෙන් මාර්ගය අදහස් කෙරෙයි.) තියුණු නුවණ ඇති අය ඉතා වේගයෙන් මේ අවස්ථා පසු කරති. හොඳ හැටි භංග ඥාණය පහළ වූ අවස්ථාවේ දී යෝගාවචරයා (දාන වේල හා ගිලන්පස වේල වැරදුනත්) භාවනාව නතර කර නො නැගිටිය යුතුය. ඇඟ නොසොල්ලා ම ඥාණ චක්‍රය කැරකීමට (ඥාණ පහළ වීමට) ඉඩ දිය යුතුය.

පටිපදා ඥාණ දස්සන විශුද්ධියට අයත් ඥාණ පහක් දැනට විස්තර කර ඇත. මේවා අතුරෙන් උදයබ්බය ඥාණය ගැන විශේෂයෙන් උනන්දු විය යුතුය.

නිබ්බිදා ඥාණය, **පටිසම්භිදා මග්ගයේ** ඥාණ මාතෘකාවෙහි ඇතුළත් නොව නමුත්, එම අටුවාවේ සඳහන් වේ. **විශුද්ධි මාර්ගයේ** ද නිබ්බිදා ඥාණය සඳහන් වේ. ආදීනව වැටහෙන විට නිබ්බිදාව ඉබේට ම ඇති වේ. සංස්කාරයන් පිළිබඳව කලකිරීම ඇතිවීම් වශයෙන් පවතින නිබ්බිදා ඥාණය, යෝගාවචරයකු විසින් අවශ්‍යයෙන් ම දැන සිටිය යුතු ඥාණ විශේෂයකි.

කලකිරීම ඇති වන්නේ සංස්කාරයන්ගේ ආදීනව පිළිබඳවය. මෙය භාවනා අරමුණට සම්බන්ධ සංස්කාරයන් පිළිබඳ කලකිරීමකි. මේ ඥාණය හොඳට පවතින විට, තමාගේ පඤ්චස්කන්ධය මෙන් ම අනුන්ගේ පඤ්චස්කන්ධයන් ද, සියලු දේ, සියලු ස්ථාන, සියලු භව, යෝනි, ගති, ස්ථිති, සත්ත්වාවාස යන හැමෙකක් ම නිබ්බිදාවට තුඩු දෙන අයුරින් වැටහේ.

විදර්ශනා මුල් අවස්ථාවේ දී වූයේ සතර අපායෙන් මිදීමේ අදහස් වුවත්, සංස්කාරයන්ගේ ආදීනව වැටහීමෙන් කලකිරීම ඇති වන විට, අපාය පමණක් නො ව මුළු තුන් ලොව මත් එපා වේ. දෙව්ලෝ, බඹලෝ ආදියෙහි පවා කොතැනක වත් සැනසිල්ලක් දක්නට නැත.

භය සහිතව වැටහෙන නිසාය එසේ වනුයේ. මෙසේ කලකිරීම වැඩි දියුණු වන විට භාවනාවට අනවශ්‍ය නොයෙක් විපරීත අදහස් ද බොහෝ විට ඇති වේ. භාවනාව නතර කොට අන් තැනකට යාමට පවා සිතෙයි. උපදෙස් දෙන ගුරුවරයා හා හිතවත් වැඩිහිටියන් පවා එපා වේ.[54] එබැවින් මෙවැනි විදර්ශනා භාවනාවක යෙදෙන යෝගාවචරයා කර්මස්ථානාචාර්යවරයාට හෝ එවැන්නකු නැතිනම් අන් කිසි වැඩිහිටියකුට

Lithira
Lithira

හෝ තමා භාවනාවේ යෙදෙන බව දන්වා තැබීම මැනවි. එසේත් නැතිනම්, එබඳු බාධකවලට යට නො වීමට කල් තබා අධිෂ්ඨාන කර ගත යුතුය.

'......**යථාභූතඤානදස්සනූපනිසා නිබ්බිදා නිබ්බිදූපනිසා විරාගො විරාගුපනිසා විමුත්ති.....**'[55] '....නිර්වේදය යථාභූත ඥාණ දර්ශනය උපනිශ්‍රය කොට ඇත්තේය. විරාගය නිර්වේදය උපනිශ්‍රය කොට ඇත්තේය.....' යනුවෙන් පෙළෙහි සඳහන් නිබ්බිදාව සම්පූර්ණයෙන් ම දියුණු වූ නිබ්බිදාවයි. එය දියුණු වූ විට, විරාග නම් වූ මාර්ගයට පැමිණේ. මේ නිබ්බිදා තත්ත්වයට පැමිණියත්, තවත් ඔබ්බට යා යුතුව තිබේ.

මෙයින් පසුව මුඤ්චිතුකම්‍යතා ඥාණයයි. සියලු භව, ගති, යෝනි තුන් ලොවෙහි යම් තාක් ඇද්ද, ඒ සියල්ල කෙරෙන් මිදීමේ කැමැත්තක්[56] යෝගාවචරයාට ඇති වේ. 'කෙලෙස් සහිත මේ සංස්කාර ගොඩෙන් මිදෙන්නේ කෙසේ දැ'යි සංස්කාරයන්ගෙන් ඉවත් වීමේ කැමැත්තක් ඔහුට ඇති වෙයි.

මුල් අවස්ථාවේ දීට වඩා වෙනසක් දැන් තිබේ. මෙහි දී යෝගාවචරයා නිතර තමන්ගේ අඩුපාඩුකම් මෙනෙහි කරයි. භාවනා අරමුණෙන් පිට පනියි. ඔහුට අස්වැසිල්ලක්, සැනසිල්ලක් නැත. පර්යංකයෙන් නැගිට සක්මනට යයි. නැවත සක්මනෙන් අවුත් පර්යංකයෙහි හිඳ ගනී. භාවනා ආසනය අනෙක් අතට හරවයි. සිවුර හෝ රෙදි ආදිය හෝ දෙතුන් වරක් නවයි. පිරිකර වෙනස් කිරීමට සිතයි. මිදුල සකස් කිරීමට අදහස් කරයි. අනෙක් අය පවා වෙනස් කිරීමට යයි. එහෙත් භවනාව ද නො නවත්වයි.

මෙහි දී ද යෝගාවචරයා බොහෝ ප්‍රවේසම් විය යුතුය. භාවනාව පිරිහීමට ඉඩ ඇති බැවිනි. තමාට ඇති වන මේ විපරීත අදහස් තාවකාලික බව දැන ගත යුතුය. අවේලාවක පර්යංකයෙන් නැගිටීමට සිතුනොත්, ඒ සිතිවිල්ල මෙනෙහි කළ යුතුය. ඊට අවනත නො විය යුතුය. ඉරියව් ආදිය වෙනස් කිරීමට සිතෙන මේ දුර්වල අවස්ථාව පසු වන තෙක් විනාඩි ගණනක්, පැය ගණනක් හෝ දින ගණනක් හෝ තමා 'තදින්' සිටීමට අධිෂ්ඨාන කර ගත යුතුය.

මීට පසුව හොඳින් මෙනෙහි කිරීමට යෝගාවචරයාට ශක්තිය ලැබේ. **අට්ඨාරස මහාවිපස්සනා** නම් වූ අනුපස්සනා දහ අටක් ද ඔහුගේ සිතට

වැටහේ. මුල දී ම අනුපස්සනා තුනකි.[57] ඊට පසු අනුපස්සනා විධි හතකි.[58] දියුණු වූ සල්ලක්ඛණ ඥාණයට දහඅට[59] ආකාර අනුපස්සනාවක් සහ සතළිස්[60] ආකාර අනුපස්සනාවක් ද වැටහේ. සල්ලක්ඛණ ඥාණය දියුණු වත් ම, ඊට අරමුණු වූ සිතත් තියුණු වේ. මේ අවස්ථාවෙහි දී යෝගාවචරයාට උවමනා කරනුයේ පඤ්චුපාදානස්කන්ධය අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් වටහා ගැනීමයි.

හත් ආකාර, දහඅට ආකාර සහ සතළිස් ආකාර අනුපස්සනා සියල්ල මුලින් කී ත්‍රි ලක්‍ෂණයට වැටේ.[61] සමහර අවස්ථාවල දී මේවායින් කීපයක් පමණක් වැටහේ. එක් එක් විපස්සනාවකින්, සිතට සම්බන්ධව පැවති කෙලෙස් රාශිය තදංග වශයෙන් ඉවත් වේ. මුඤ්චිතුකම්‍යතා ඥාණය ඒ සමග ම වැඩේ. 'නිකං ඉඳලා බෑ, තව තවත් විදර්ශනා වැඩිය යුතුය'යි උනන්දු වන යෝගාවචරයා තුන, හත, දහඅට, සතළිස යන ආකාරවලින් මෙනෙහි කිරීම පවත්වයි. මේ මෙනෙහි කිරීමට කියනුයේ 'විදර්ශනා පටිසංඛා ඥාණය' හෙවත්, **පටිවිපස්සනා** (නැවත විදර්ශනා කිරීම) කියාය.

පටිසංඛා ඥාණය ලැබෙන අවස්ථාවේ දී විදර්ශනාව ඉතා දියුණුය.[62] 'මෙයින් එහාට තවත් විදර්ශනාව දියුණු කිරීමට ඉඩක් නැතැ'යි සිතෙන තරමට ම එය දියුණුය. 'භවයෙන් මිදීමට යමක් කළ යුතු ද, ඒ සියල්ල ම කරන්නෙමි'යි දැඩි අධිෂ්ඨානයක් යෝගාවචරයාට ඇති වේ.

ඉන්පසු ව ඇති වනුයේ සංඛාරුපෙක්ඛා ඥාණයයි. කෙලෙස් උගුළුවාලීමට කළ යුතු හැම දෙයක් ම කළ හෙයින් තවත් කළ යුතු දෙයක් නැතැයි යන හැඟීමෙන් ඇති වන උපේක්‍ෂාවක් සංඛාරුපෙක්ඛා ඥාණයේ තිබේ. ඒ ඥාණය පහළ වනුයේ ආත්ම-ආත්මීය වශයෙන් ශූන්‍යතාව වැටහීමෙනි. 'ආත්මයකුත් නැත, ආත්මයකට අයත් දෙයකුත් නැත' යන්න තමා පිළිබඳවත්, **(අජ්ඣත්ත)** අනුන් පිළිබඳවත් **(බහිද්ධා)** වැටහෙන බැවින් සතර ආකාර ශූන්‍යත්වයක් මෙහි ඇතඃ

i. තමාගේ ආත්මයක් නැත.
ii. තමාගේ ආත්මයකට අයත් දේකුත් නැත.
iii. අනුන්ගේ ආත්මයක් නැත.
iv. අනුන්ගේ ආත්මයකට අයත් දේකුත් නැත.

මෙසේ වැටහෙන වැටහෙන දේ මෙනෙහි කරමින් ඉදිරියට යන විට, සල්ලක්ඛණ සිත ඉතා දියුණු වීමෙන් සිතෙහි එක්තරා තැන්පත් වීමක් හෙවත් නැවතී පවත්නා ස්වභාවයක් ඇති වේ.[63] සංඛාරුපේක්ඛා අවස්ථාවෙහි දී, සියල්ල ශූන්‍ය බව පෙනෙන හෙයින් සංස්කාරයන්ගේ බිඳීම පිළිබඳව භයක් නැත. එසේ ම සම්මර්ශනය හොඳින් කිරීම සම්බන්ධයෙන් සතුටක් ද ඇති නො වේ.[64] අමුතු මහන්සියක් නැතිව අරමුණු මෙනෙහි වේ. සිත අරමුණු ඔසවාගෙන සිටින ලෙසක් දැනේ. මඳක් නැමුණු පියුම් පතෙහි වැටුණු දියබිඳු මෙන් ඇලුම්-ගැටුම් ආදී බාහිර අරමුණු දැන් යෝගාවචරයාගේ සිතෙහි නොරැඳෙයි.

සංඛාරුපේක්ඛා ඤාණය පරීක්ෂා කිරීම් වශයෙන් ලෝභ අරමුණක් හෝ ද්වේෂ අරමුණක් හෝ සිතට යෙදුවත්, එය පෙරළී යයි.[65] තාවකාලිකව තදංග වශයෙන් කෙලෙස් යටපත් වී ඇති නිසා මේ අවස්ථාවෙහි දී යෝගාවචරයාගේ සිත රහතන් වහන්සේගේ සිත වැනිය. මේ අවස්ථාව දිගටම පවත්වාගත හැකි නම් එය ඉතා අගනේය.

පටිසම්භිදා මග්ග ඤාණ මාතිකාවේ සංඛාරුපේක්ඛා ඤාණය හඳුන්වා ඇත්තේ මෙසේය: **මුඤ්චිතුකම්‍යතා පටිසංඛාසන්තිට්ඨනා පඤ්ඤා සංඛාරුපෙක්ඛාසු ඤාණං** '(උත්පාදාදිය) මුදාලන්නට කැමති බව ද, ප්‍රත්‍යවේක්ෂාව ද, සන්තිට්ඨනාව ද යන (ත්‍රිවිධ) ප්‍රඥාව සංස්කාරෝපේක්ෂා ඤාණය'ය. මේ අනුව, සංඛාරුපෙක්ඛාවෙහි අවස්ථා තුනකි:

i. මුඤ්චිතුකම්‍යතාව,

ii. පටිසංඛාව,

iii. සන්තිට්ඨනාව, යනුවෙනි.

සන්තිට්ඨනාව සංඛාරුපෙක්ඛාවෙහි විශේෂ ලක්ෂණයකි. ඤාණය 'සන්තාන' වශයෙන් අතරක් නැතිව පැවතීම හෙවත් ඤාණ පෙළක් සමූහ වශයෙන් අතරක් නැතිව පැවතීම එයින් අදහස් කෙරෙයි. ඤාණයෙන් බාහිර මොන ම සිතිවිල්ලක් වත් එහි දී නැත. මේ තත්ත්වය දිගට තබා ගත හැකි නම් අගනේය. මෙතනට පැමිණි යෝගාවචරයාට වෙන ලොකු දෙයක් කිරීමට නැත. සංඛාරුපෙක්ඛාව දියුණු වූ විට, එය **වුට්ඨානගාමිනී විපස්සනා**

යන නාමය ලබයි. වුට්ඨාන (කෙලෙසුන්ගෙන් නැඟී සිටීම) යනු ලෝකෝත්තර මාර්ගයයි. කෙලෙසුන් කෙරෙන් නැඟී සිටීමට කටයුතු කරන විපස්සනාව, **වුට්ඨාන ගාමිනී විපස්සනා** නමි.

ඇතැමකුට බලවත් ප්‍රාර්ථනා නිසා සංඛාරුපෙක්ඛාවෙන් එහාට යා නො හැකිය.[66] බලවත් ප්‍රාර්ථනා ඇති-නැති බව දැන ගන්නේ ද මේ අවස්ථාවෙහි දීය. සමහර විට යෝගාවචරයාට ම තමාගේ බලවත් ප්‍රාර්ථනයක් ඇති බව මේ අවස්ථාවෙහි දී වැටහේ.

එහෙත් බෝධිසත්ත්වයකුට, පසේ බුදු බව හෝ ශ්‍රාවක බෝධිය හෝ පතන්නකුට වුව ද සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය ප්‍රඥා පාරමිතා වශයෙන් සිටී. ඤාණයේ දියුණු තත්ත්වය ගැන සලකන විට සංඛාරුපෙක්ඛාව සුළු පටු තත්ත්වයක් නො වේ.

සංඛාරුපෙක්ඛාවෙන් පසුව ඇත්තේ අනුලෝම ඤාණයයි. මෙහි දී යෝගාවචරයාට අමුතුවෙන් කළ යුතු භාවනාවක් නැත. මුල් විදර්ශනාවට ම අනුකූල ව (අනුලොම් ව) පැවතීම හෙවත් කළ දේම නැවත නැවත පුරුදු කර ස්ථිර කර ගැනීම, අනුලෝම ඤාණයෙන් සිදු වේ. මේ අනුකූල හා අනුලෝම වීමට අර්ථ දෙකක් දැක්විය හැකි බව විශුද්ධිමාර්ගයෙහි එයි.

නඩුවක් විසඳන ඇමතිවරු අටදෙනකු මෙන් උදයබ්බය, භංගානුපස්සනා, භයතුපට්ඨාන, ආදීනවානුපස්සනා, නිබ්බිදා, මුඤ්චිතුකම්‍යතා, පටිසංඛා හා සංඛාරුපෙක්ඛා යන ඤාණ අටදෙන තම තමන්ගේ තීරණ කියන විට, සච්චානුලොමික ඤාණය (එනම්, අනුලෝම ඤාණය), විනිශ්චයස්ථානයෙහි හුන් ධාර්මික රජකෙනකු මෙන් 'ඒ ඒ ඤාණ වලින් අවබෝධ කළ පිළිවෙළ යහපතැ'යි මැදහත් ව ඒ තීරණ ස්ථිර කරයි. මෙසේ ඤාණ අටට අනුලෝම වීම එක් අර්ථයකි.

'අනුලෝම' යන්නෙහි අනෙක් අර්ථය වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මයන් දියුණු කර ගැනීමට අනුකූල වීමය. ධාර්මික රජුගේ විනිශ්චය පුරාතන රාජධර්මයට ද අනුලොම් වන්නාක් මෙන්, අනුලෝම ඤාණය ඉහත කී ඤාණ අටට මෙන් ම පුරාතන රාජධර්මය වැනි සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මයනට ද අනුලෝම වෙයි.

සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණයෙන් පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය අවසන් ලෙස සැලකෙන නමුදු පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධියෙහි අංග අටකි. සංඛාරුපෙක්ඛාව එහි අවසානයයි. එහෙත් අනුලෝම ඤාණයත් ඊට අයත් වේ.

ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය

සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය සම්පූර්ණ වන විට විශුද්ධි හයක් සම්පූර්ණ වේ. ඊළඟට සත්වැන්න වූ ඤාණ දස්සන විශුද්ධියයි. එය ලැබෙන විට ලැබෙන්නේ මාර්ග ඥානයයි. විශුද්ධි හතක් සහ ඥාන දහසයක් ගැන ඉහත සඳහන් කරන ලදී. මේ විශුද්ධි හා ඤාණ සම්බන්ධයෙන් ප්‍රධාන අර්ථය විය යුත්තේ ඉගෙනීමවත් ගණන් කිරීමවත් නොව, ප්‍රතිපත්තියෙහි යෙදී ප්‍රතිඵල ලබා ගැනීමයි.

සංඛාරුපෙක්ඛාවේ දියුණු වීමෙන් ලැබෙන 'වුට්ඨානගාමිනී විපස්සනාව' ලෝකෝත්තර මාර්ගය ලබා ගැනීමට උපකාර වන විපස්සනාවයි. මෙය දියුණු වූ විට[67] යම් කිසි අවස්ථාවක දී ලෝකෝත්තර මාර්ගය ලැබීමේ චිත්ත වීථිය පහළ වෙයි. සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය ලබන අවස්ථාවෙහි දී ම **වුට්ඨානගාමිනී** නම් වූ අනුලෝමයත් සම්පූර්ණ කොට මාර්ගඵල ලබන තියුණු නුවණැත්තෝ ද වූහ.

එහෙත් බොහෝ දෙනා අනුලෝම ඤාණය තෙක ගොස්, ඉන් එහාට යා නොහැකිව ආපසු සංඛාරුපෙක්ඛාවට එත්. මේ කාරණය විශුද්ධි මාර්ගයේහි 'දිශාකාක' උපමාවෙන් පැහැදිලි කොට ඇත. 'මුහුදු යන වෙළෙන්දෝ නැව් නැගෙන කල 'දිශාකාකයකු' රැගෙන යති. නැව කුණාටුවකට හසුව ගොඩබිමක් සොයා ගත නොහැකි ලෙස අතරමං වූ විට, දිශාකාකයා මුදා හරිත්. ඌ කුඹගස මුදුනේ සිට හැම පැත්තට ම පියඹා ගොස් ගොඩබිමක් දුටුව හොත් ඒ දෙසට පියඹා යයි. ගොඩබිමක් දක්නට නොලැබුණොත් ආපසු කුඹගස මුදුනටම එයි.

ඒ අන්දමින් ම සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය ශාන්තිපද වූ නිර්වාණය ශාන්ත වශයෙන් දුටුව හොත් සියලු සංස්කාර පැවැත්ම අතහැර නිවනට ම වදියි. නිවන ශාන්ත වශයෙන් නො දකී නම් නැවත නැවත සංස්කාරයන් ම අරමුණු කොට පවතී.

යෝගාවචරයා සුත සම්පන්න සිහිබුද්ධියක් ඇති කෙනෙක් නම් සිදු වූ දෙය තේරුම් ගනියි. එසේ තේරුම් ගත් විට නැවතත් සංස්කාර සම්මර්ශනය කොට අනුලෝම ඤාණය දක්වා යා හැකිය. මේ අවස්ථාව වන විට යෝගාවචරයාට සංඛත ධර්මයන්ගේ ස්වභාවය හොඳ හැටි වැටහේ. ඒ නිසා අසංඛත ධර්මය ගැන ද එක්තරා වැටහීමක් ඇතිව සිටියි. සංඛත ධර්මයන්හි ස්වභාව තුනකි.

i. පළිබෝධ ස්වභාවය,

ii නිමිත්ත ස්වභාවයි,

iii පණිධි ස්වභාවය.

i. 'සංඛත ධර්මයෝ පළිබෝධවලින් යුක්තයහ: මා බලාපොරොත්තු වන නිවන පළිබෝධවලින් වෙන් වූවකි' යන අදහස ඔහුට ඇති වේ. 'පළිබෝධ' යනු බාධා කරන ගතියයි. ශීලයක් සමාදන් වූවකුගේ ශීලය කඩා දමා අසංවරයෙහි පිහිටුවන ලක්ෂණයක් පළිබෝධයන්හි ඇත. සමාධියක් බලාපොරොත්තු වන්නකුගේ සමාධිය බිඳ දමා වික්ෂේපයට හරවන ගතිය පළිබෝධයන්හි ඇත. ප්‍රඥාව දියුණු කරන්නකුගේ ප්‍රඥාව වළක්වා මෝහයට හෙළන ස්වභාවය පළිබෝධයන්හි ඇත. සංඛත ධර්මයෝ රාග, දෝස, මෝහ, මාන, ඊර්ෂ්‍යා, දිට්ඨී ආදී වශයෙන් පළිබෝධ කරති. අසංඛතයෙහි කිසිදු පළිබෝධයක් නැත.

ප්‍රධාන ම පළිබෝධය සක්කාය දිට්ඨියයි. එයින් රැවටුණු පුද්ගලයා එය ඉවත් කළ යුතුය. දිට්ඨියෙන් කෙරෙන පළිබෝධය නැති කර ගත හැක්කේ දිට්ඨිය නැති කිරීමෙන්මය. නිවන දිට්ඨි පළිබෝධයෙන් වෙන් වූවකි. විචිකිච්ඡාව පළිබෝධයකි. නිවන විචිකිච්ඡාවෙන් ශූන්‍යය. නිවන සියලු ම කෙලෙස් පළිබෝධයන්ගෙන ශූන්‍ය වූවකි. සියලු ම සංඛත ධර්මයන් පළිබෝධයන්ගෙන් පෙළෙන බව යෝගාවචරයාට පෙනේ. යම් දිනක මේවායින් මිදුන හොත් නිවන අත්පත් කර ගතහැකි බව ඔහුට දැනෙයි.

ii. 'සංඛත ධර්මයෝ නිමිති සහිතයහ. ආකාර සහිතයහ' යන්න ද ඔහුට වැටහේ. කාල වශයෙන් ද, දේශ, දිශා, අවස්ථා, වර්ණ, සටහන් ආදී වශයෙන් කිසියම් ආකාරයක් අනුවය සංඛත ධර්ම හැඳින්වෙනුයේ.[68]

හැම සංඛත ධර්මයක් ම දුක් ගොඩක පිහිටා ඇත.[69] අසංඛත වූ නිවනෙහි මේ ලක්ෂණය නැති බව යෝගාවචරයා වටහා ගනියි. ජරා-මරණ ඇත්තේ සංඛත ධර්මවලය.[70] අසංඛතයේ ජරා-මරණ නැත. නිවන සංසිඳීමකැයි යන හැඟීම ද ඔහුට ඇති වේ.[71]

iii. 'පණිධි' යනු ප්‍රාර්ථනාවය හෙවත් ආසාවය. සංඛත ධර්මයන්හි ප්‍රාර්ථනා කරන ස්වභාවයක් ඇත. සංඛත ධර්ම පවතින්නේ ද ප්‍රාර්ථනා ස්වභාවය උඩය. කෑම්-බීම්, ඇඳුම්-පැළඳුම්, ගේ-දොර ආදී හැම වස්තුවක්ම ගෙවී ගෙවී යයි. මේ ගෙවී ගෙවී යන දේ (සබන් කෑල්ල, දැලි පිහිය, ඉදල, දැහැටි, සිවුර, කුටිය ආදිය) වළක්වා ගැනීමට නොයෙක් උත්සාහ ගත යුතු වේ. ඒ උත්සාහ ආසාව මත පවතින්නකි. එකක් බිඳෙන විට තව එකක් පතයි. පුද්ගලයා මෙසේ ප්‍රාර්ථනා කරන්නේ සංඛතයේ ඇති ආසා දියුණු කරන ගතිය නිසාය, සංඛත ධර්මයන්හි ඇති කරදරකාරී ස්වභාවය නිසාය.

මේ ලක්ෂණය අසංඛතයේ නැතැයි අනුමාන වශයෙන් දැනෙන විට යෝගාවචරයාගේ සිතට සහනයක් ඇති වේ. ඒ අනුව ඔහු අසංඛතය ගැන බලයි. සංඛතයේ දුක් ඇතැයි ද අසංඛතයේ දුක් නැතැයි ද දැන කෙසේ හෝ එය ලබමියි උත්සාහ කරයි. 'වුට්ඨාන-ගාමිනි විපස්සනාව' දියුණු වන්නේ එවිටය.

'වුට්ටාන-ගාමිනි විපස්සනා' සම්බන්ධ වන්නේ අනුලෝමයටය. එය සම්පූර්ණ වන අවස්ථාවේ දී - එනම්, මාර්ග චිත්ත වීථිය වන අවස්ථාවෙහි දී - එය කොටස් තුනකට බෙදේ:

i. **පරිකර්ම,**

ii. **උපචාර,**

iii. **අනුලෝම.**

ඇතැමකුට පරිකර්ම අවස්ථාවක් නැත. ඇත්තේ අවස්ථා දෙකක් පමණි. තවත් කෙනෙකුට අවස්ථා තුන ම ඇත. පරිකර්ම අවස්ථාවෙහි කරනුයේ ඉන්ද්‍රිය සමතාව පිළිබඳ අඩුපාඩුකම් ඇතොත් ඒවා සකස් කර ගැනීමයි, අවශ්‍ය කරුණු සම්පූර්ණ කිරීමයි. පරිකර්ම දියුණු වීමෙන් උපචාරය ලැබේ. පරිකර්මයේ දී මෙන් ම උපචාරයේ දී ද කෙරෙන්නේ සංස්කාරයන්ගේ

ලක්ෂණයන් සම්බන්ධ ව මෙනෙහි කිරීමය. ඒ මෙනෙහි කරන්නේ ගෝත්‍රභූ ඤාණය දක්වා යා හැකි දියුණු වූ සංඛාරුපෙක්ඛාවෙනි. එසේ ත්‍රිලක්ෂණය තියුණු අන්දමින් මෙනෙහි කරන විට, ඔහුගේ ශ්‍රද්ධාදී ඉන්ද්‍රිය ධර්ම අනුව එක ලක්ෂණයක් ඉස්මතු වේ.[72]

ඉන් පසු ඉහත කී අවස්ථා තුනේ දී ම එම ලක්ෂණය කීප වරක් මතු වී පෙනෙන්නට පටන් ගනී. ඒ අනුව දෙතුන් වරක් චිත්තාවාර පහළ වීමෙන් එකී ලක්ෂණය මනාව ශක්තිමත් වේ. ගෝත්‍රභූ ඤාණය ලැබීමට පළමුවෙන් පරිකර්ම, උපචාර, අනුලෝම යන අවස්ථාවන්හි දී සිත සංස්කාර අරමුණෙහි ම තිබේ. ගෝත්‍රභූවට පෙරළෙන විට ම සිත සංස්කාර අරමුණෙන් පැන නිවන අරමුණු කරගනී. පරිකර්ම, උපචාර, අනුලෝම අවස්ථාවන්හි දී තදංග වශයෙන් කෙලෙස් අයින් වේ. ගෝත්‍රභූ අවස්ථාවෙහි දී කෙලෙකස් අයින් වීමක් නැත. ගෝත්‍රභූවෙන් පසු මාර්ග ඤාණයයි. ඊට පසුව ඵල ඤාණයයි.

මග්ග ඤාණය හා ඵල ඤාණය නිවන අරමුණු කර ගන්නා අතර, පච්චවෙක්ඛණ ඤාණය සංස්කාරයන් අරමුණු කර ගනියි. මේ අවස්ථාවෙහි දී සිතෙහි ප්‍රවෘත්තිය (පැවැත්ම) ක්ෂණිකය. ඵල චිත්තයට ඇත්තේ උප්පාද, ඨිති, භංග යන ක්ෂණ තුනකින් යුක්ත වූ සිත් දෙකක් හෝ තුනකි. එසේ චිත්තක්ෂණ තුනකින් යුතු ඵල සිත් තුනක් ඇති වන්නේ පරිකර්ම අවස්ථාවක් නැති අයටයි. පරිකර්ම, උපචාර, අනුලෝම, ගෝත්‍රභූ සහ මාර්ග චිත්තය එක ජවන වාරය බැගින් පහළ වන අතර ඵල චිත්තයට ජවන වාර කීපයකි.[73] පච්චවෙක්ඛණය සඳහා නැවත වාරයක් චිත්ත වීථියක් ඇති කරගනු ලැබේ.

ගෝත්‍රභූ ඤාණය **පටිසම්භිදා මග්ගයෙහි** ඤාණමාතිකාවේ හඳුන්වා ඇත්තේ **බහිද්ධා වුට්ඨානවිවට්ටනෙ පඤ්ඤා ගොත්‍රභු ඤාණං** යනුවෙනි. 'සංස්කාර නිමිත්තෙන් නැගී සිට එයට පිටු පා සිටීමේ ප්‍රඥාව ගෝත්‍රභූ ඤාණයයි'.

හිතට අරමුණු වන කොටස් දෙකකි:

i. **නිමිත්ත (ආකාරය),**

ii. **පවත්ත (ක්ලේශයන්ගේ හා සංස්කාරයන්ගේ පැවැත්ම)**

ගෝත්‍රභූ අවස්ථාවෙහි දී නිමිත්ත හිතෙන් අයින් වේ. අනිමිත්ත

ස්වභාවය ඉබේට ම වැටහේ. ඒ අනුව නිවන අරමුණු වන බව කියවේ. මේ අවස්ථාවෙහි දී කෙලෙස් කැඩීමක් නැතත්, සිතට සම්බන්ධ වූ නිමිති ගැනීමේ පුරුද්ද (ආකාර වශයෙන් සංස්කාර ඇල්ලීමේ පුරුද්ද) බිඳ දැමීම නිසා ක්ලේශයන්ට සම්බන්ධ වී තිබුණු නිමිති අයින් වේ.

විදර්ශනා අවස්ථාවෙහි දීත් මේ පුරුද්ද බොහෝ දඅරට කඩා දමා තිබුණි. (උදාඃ ආනාපානය නොදැනී යාම, ශරීරය නොපෙනී යාම). එහෙත් ගොත්‍රභූවෙහි දී සිත නිමිති තත්ත්වයෙන් නැගී සිට ආපසු නො යන ස්වභාවයක් දරයි. සංඛාරුපේක්ඛාව හා ඉන් මෙහා ඇති ඤාණ නො ව, ගොත්‍රභූ තත්ත්වය ලැබූ විට ඉදිරියටම යයි. පරිකර්ම, උපචාර, හා අනුලෝම ලෞකික ජවන වාර වන නමුත් ගොත්‍රභූව ලෞකික-ලෝකොත්තර දෙක අතර වූවකි.

මාර්ග චිත්ත වීථිය යනු මාර්ග ඥාන ලැබෙන සිත් පෙළයි. නිමිත්ත, පවත්ත යන දෙකින් ම නැගී සිටින ස්වභාවය මාර්ග චිත්තයේ ඇතඃ

උභතො වුට්ඨානවිවට්ටනෙ පඤ්ඤා මග්ගෙ ඤාණං.

(පටිස. ඤාණමාතිකා)

'කෙලෙසුන් කෙරෙන් ද, ඒ අනුව පවතින ස්කන්ධයන් කෙරෙන් ද යන දෙකින් නැගී සිටුනා, එයට පිටුපා සිටීමෙහි ප්‍රඥාව මාර්ග ඥානයයි.' 'සංස්කාරයෝ දුක්ඛයෝ ය. නිරෝධ නම් වූ නිවන සැපයකැ'යි[74] යන හැඟීම මේ අවස්ථාවෙහි දී යෝගාවචරයාට ඇති වේ. මාර්ග ඤාණය හා සමග ඵල චිත්තය හටගනී.

මේ තාක් යෝගාවචරයා හැම දෙයක් ම කළේ මේ මාර්ග චිත්තය ලබා ගැනීමට ය. සිල් පිරීම, භාවනා කිරීම ආදී හැම දෙයක ම පරමාර්ථය වූයේ මාර්ග චිත්තය උපදවා ගැනීමය. ඵල චිත්තය ලබන විට ම තමාගේ කටයුතුවලින් එක් කොටසක් අවසන් කරන ලදැයි යන අවබෝධයක් ඔහුට ඇති වේ.

පයොගපටිප්පස්සද්ධිපඤ්ඤා ඵලෙ ඤාණං (පටිස. ඤාණමාතිකා)

'ප්‍රයත්නයෙහි සංසිඳීම පිළිබඳ ප්‍රඥාව ඵල ඥානයයි.' සිව්වන මාර්ග ඥානයෙන් රහත් ඵලයක් ලබා ගත් යෝගාවචරයා 'වැඩ ඉවරයි', **(කතං කරණීයං)** කියා සතුටු වෙයි.

Lithira

මාර්ග චිත්තය හා සමග ම ඵල චිත්තය ලැබෙන බවයි පෙළෙහි සඳහන් වනුයේ. එක් මාර්ග චිත්තයක් ඇති වන්නේ එක් වරකි. එක් එක් මාර්ග චිත්තයට අයත් කෙලෙස්වල සීමාවක් ඇත. මාර්ග චිත්තය පහළ වන්නේ තමාට අයත් කෙළෙස් සීමාව කඩා ගෙනය. මාර්ග චිත්තය එක විට වැඩ තුනක් ඉටු කරයිඃ

i. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය සම්පූර්ණ කිරීම; (එක චිත්ත වීථියේ අංග අටම පහළ වේ).

ii. නිවන් අරමුණු කිරීම.

iii. කෙලෙස් කැඩීම.

මාර්ගාංගයන් සම්පූර්ණ වීමෙනි මාර්ග චිත්තය පහළ වන්නේ. එය පහළ වන්නේ '**නිවන**' නමැති මහානුභාව සම්පන්න අරමුණ අරමුණු කරගෙනයන. මාර්ග චිත්තය නිවන අරමුණු කර පහළ වන විට ම කෙලෙස් සීමාව කැඩී යයි. එක විට වැඩ කිහිපයක් ඉටු කරමින් සිදුවන ස්වභාවික සිද්ධි ලොවෙහි තවත් ඇත.

නිදසුන්ඃ

i. ඉර පෑයීම.

ii. අඳුර නැතිවීම.

iii. එළිය පැතිරීම.

මාර්ග චිත්තයක් නිකරුණේ පහළ නො වේ. එය පහළ වන්නේ තමාට අයත් කෙලෙස් සීමාව කැඩීම සඳහා මය. එබැවින් එහි ඵලය ද අතරක් නැතිව ම පහළ වේ. ලෝකෝත්තර සමාධිය, 'ආනන්තරික සමාධිය' නමින් හඳුන්වන්නේ ද එහෙයිනි. මාර්ග ඥාන සතර ම 'ආනන්තරික සමාධි' නාමයෙන් පටිසම්භිදා මග්ගයෙහි හඳුන්වා ඇත.

අවික්ඛෙපපරිසුද්ධත්තා ආසවසමුච්ඡෙදෙ පඤ්ඤා ආනන්තරික සමාධිම්හි ඤාණං (පටිස. ඤාණමාතිකා)

'අවික්ෂේප පරිශුද්ධ භාවයෙන් ආශ්‍රවයන්ගේ සමුච්ඡේදය පිළිබඳ ප්‍රඥාව ආනන්තරික (මාර්ග) සමාධි ඥානයයි.'

Lithira

එය කිය නො හැකි තරම් තියුණු වූ සමාධියකින් පිරිසිදු වූ නිසා කෙලෙස් සීමාවන් සිඳ දමන ප්‍රඥාවකි. ලෝකෝත්තර සමාධිය වන ආනන්තරික සමාධිය සමග ම ඵල ඥානය පහළ වේ.

මේ පිළිබඳව පැරැන්නන් අතර වාදයක් වූ බව අටුවා ග්‍රන්ථයන්හි සඳහන් වේ. 'මාර්ග ඥානය පහළ වී පැය ගණනක් හෝ දින ගණනක් හෝ ගත වූ පසු ඵල ඥානය ඇති වේ ය.' යන මතය දැරූ අය ද වූහ. අටුවාචාරීන් ඔවුන් හැඳින්වූයේ 'විතණ්ඩවාදීන්' හැටියටය. 'ආනන්තරික' යන පදය 'අතරක් නැති' යන්නය. එබැවින් වාදය ඉබේටම අයින් වෙයි. මාර්ග චිත්තයට විපාක වශයෙන් පහළ වන්නේ ඵල චිත්තයයි.

සමහරුන්ට ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවක් ද **(පචචවෙකඛණ)**[75] ඇත. මේ පච්චවෙක්ඛණය ඇතැමකුට සලකා ගත නො හැකිය. එසේ වන්නේ, ඵලය ලැබීමෙන් වූ බලවත් ප්‍රීතිය නිසාය. එහෙත් පසුව සලකා බැලූ විට තමා ලැබූ තත්ත්වයක් මතක් වේ. මාර්ග චිත්තය හා ඵල චිත්තය අතර කාල පරතරයක් ඇතැයි යන මතය මේ කාරණය වරදවා වටහා ගැනීමක් විය හැකිය. ඵලය ලැබූ විට ඇතිවන ප්‍රීතිය භුක්ති විඳීමේ වරදක් නැත. 'පච්චවෙක්ඛණය' සිතා මතා කරන්නක් නො ව ඉබේටම සිදුවන්නකි. එබැවින් පසුව ඒ ගැන සලකා බැලීමෙහි වරදක් නැත.

මෙතෙක් විස්තර කළේ යෝගාවචරයනට අවශ්‍ය කරුණු ටිකක් පමණි. එය අංග සම්පූර්ණ විස්තරයක් නො වේ. මෙනෙහි කිරීම ගැන හොඳ හැටි තේරුම් ගත යුතුය.[74] මෙනෙහි කිරීමේ අඩුපාඩු කම් නිසා භාවනාව ආපස්සට ගොස් බාධක ද ඇතිවෙයි. ඒ නිසා ආදරයෙන් සැලකිල්ලෙන් මෙනෙහි කිරීම කළ යුතුය. හැම භාවනාවක දී ම සති සම්පජඤ්ඤයට විශේෂ තැනක් දිය යුතුය.

අනුන්ට තමාගේ භාවනාවේ තත්ත්වය නො කිව යුතුය.එසේ කියතොත් කියන්නේ කෙලෙස් සහිතවය. උපදෙස් ගැනීම සඳහා සුදුසු කෙනෙකුට කීමෙහි වරදක් නැත.

ගිනි නිපදවා ගැනීමට පැරැන්නො ගිනි ගානා දණ්ඩක් උපකාර කර ගත්හි. 'උත්තරාරණි' සහ 'අධරාරණි' නම් වූ ලී කැබලි දෙකකින් යුතු ඒ

උපකරණයෙන් ගිනි හටගැන්විය හැකි වූයේ 'උත්තරාරණිය' 'අධරාරණියෙහි' නො කඩවා බොහෝ වේලාවක් ඇතිල්ලීමෙනි. කීපවරක් අතුල්ලා යන්තමින් රත් වූ පසු මඳක් විවේක ගැනීමට ඇතිල්ලීම නතර කළ හොත්, නැවතත් මුල සිටම එය කිරීමට සිදුවේ. එබැවින් නො යෙක් වේලා ගියත් ගිනි හටගන්නා තාක් ම ඇතිල්ලීම නො නැවැත්විය යුතුය. යෝගාවචරයා ද ගිනි ගානා දණ්ඩෙහි උපමාව සිහිපත් කරගෙන තමා බලාපොරොත්තු වන උත්තමාර්ථය ඉටුවන තාක් නො කඩවා භාවනාවෙහි යෙදිය යුතුය.

තසස තං චිතතං අපරාපරං මනසිකරොතො පවතතං අතිකකමිතවා අපපවතතං ඔකකමති, අපපවතතමනුපපතතො මහාරාජ, සමමාපටිපනෙනා නිබබානං සචඡිකරොතී'ති වුචචති. (ම. ප. 284)

එසේ දියුණුවට පත් ඒ සිත නැවත නැවත මෙනෙහි කරන ඒ යෝගාවචරයාගේ සිත සංස්කාර ප්‍රවර්තය ඉක්ම ගෙන අප්‍රවර්තය වූ, විසංඛාර වූ නිබ්බානයට බැස ගනියි. මහරජ, මැනැවින් ප්‍රතිපත්ති මාර්ගය සම්පූර්ණ කළා වූ යෝගාවචරයා අප්‍රවර්තය වූ නිවන සාක්ෂාත් කෙරේ යයි කියනු ලැබේ.

උපග්‍රන්ථය

1. ශ්‍රමණ ආකල්පය විදහා දක්වන තවත් ගාථා පෙළක්:

(1) උපසේන හිමියන්ගේ අනුශාසනාව

මෙම උපසේන හිමියෝ අගසවු සැරියුත් හිමියන්ගේ ගිහි සොහොයුරු ය. උන්වහන්සේ අගසවු හිමිවරුන් අතුරෙහි ප්‍රසිද්ධ නමකි. පන්සියයක් පිරිස් ඇත්තෝය. සසර දුකින් නිදහස් ව නිවන් පසක් කිරීමට කැමති යෝගාවචර පිරිසට මෙසේ අවවාද දෙන සේක;

i. **විවත්තං අප්පනිග්ඝොසං - වාළමිගනිසෙවිතං**

සෙවෙ සෙනාසනං භික්ඛු - පටිසල්ලානකාරණා

'යෝගාවචරයා තම විවේකයට උපකාර සඳහා ගමෙන් හෝ වනයෙන් හෝ එන ශබ්ද අඩු වූ, වල් සතුන් ගැවසී ගත් වන සෙනසුනක් ඇසුරු කළ මැනවි.'

ii. ....

iii. ....

iv. **ලුද්ධෙන පි ච සන්තුස්සෙ - නාඤ්ඤං පත්ථෙ රසං බහුං**

රසෙසු අනුගිද්ධස්ස - ඣානෙ න රමතී මනො

'යෝගාවචරයා රළු දෙයිනුත් සතුටු විය යුතුය; වෙනත් බොහෝ රසවත් දේ නොපැතිය යුතුය. රසයෙහි ගිජු වූවහු ගේ සිත භාවනාවෙහි නො ඇලෙයි.'

v. **අප්පිච්ඡො වෙ ච සන්තුට්ඨො - පවිවිත්තො වසෙ මුනි**

අසංසට්ඨො ගහට්ඨෙහි - අනාගාරෙහි වූ භයං

'යෝගාවචරයා අල්පේච්ඡ විය යුතුය, ලද දෙයින් සතුටු විය යුතුය. ගිහියන් සමග හෝ පැවිද්දන් සමග හෝ එක් ව ගැවසෙමින් නොවිසිය යුතුය.'

vi. **යථා ජාළො ච මූගො ච - අත්තානං දස්සයෙ තථා**

නාතිවෙලං පභාසෙය්‍ය - සඞ්ඝමජ්ඣම්හි පණ්ඩිතො

'යෝගාවචරයා පිරිස අතරේ දී මෝඩයකු සහ ගොළුවකු සේ හැසිරීම මැනවි. සීමාව ඉක්ම ගෙනවිනෝද නො විය යුතුය.'

vii. **න සො උපවදෙ කඤ්චි - උපඝාතං විවජ්ජයෙ**

සංවුතො පාතිමොක්ඛස්මිං - මත්තඤ්ඤූ චස්ස භොජනෙ

'ඒ යෝගාවචරයා කිසිවකුටත් දෝෂාරෝපණය හෝ හිංසා නො කළ යුතුය. ශික්ෂා පද ශීලයෙන් ද, පමණ දැන වැළඳීමෙන් ද යුතු ව වාසය කළ යුතුය.'

viii. **සුග්ගහීතනිමිත්තස්ස - චිත්තස්සුප්පාදකොවිදො**

සමථං අනුයුඤ්ජෙය්‍ය - කාලෙන ච විපස්සනං

'කමටහනේ සමාධි නිමිත්ත හොඳින් රැගෙන තබා ගන්න. සිතේ හැකිළීම්-ඇවිස්සීම් සිදු වන අවස්ථාවන් තේරුම් ගන්න. දියුණු සමථයත් විදර්ශනාවත් මාරුවෙන් මැරුවට කරන්න.

ix. **විරියාසාතස්සසම්පන්නො - යුත්තයොගො සදා සියා**

න ච අප්පත්වා දුක්ඛස්සන්තං - විස්සාසං එය්‍ය පණ්ඩිතො

'නුවණ ඇති යෝගාවචරයා නිතර අඛණ්ඩ ව පැවති වීර්යය ඇති ව, හැම විට මනසිකාරයෙකහි යෙදී විසිය යුතුය. දුක කෙළවර වන තෙක් විශ්වාසයට පත් නො වන්න.'

x. **එවං විහරමානස්ස - සුද්ධචිත්තස්ස භික්ඛුනො**

ඛීයන්ති ආසවා සබ්බෙ - නිබ්බුතිං චාධිගච්ඡති

'මෙසේ වසන ශුද්ධිය කැමති ඔහුගේ සියලු ආස්‍රවයෝ ගෙවී යති, පරිනිර්වාණයට ද පැමිණෙයි.' **(ථෙ. ගා. දසක නිපාතය)**

(2) අපරගොතම ස්වාමීන් වහන්සේ වදාළ සමණපතිරූප ගාථා

i. **මිත්තං ඉධ කල්‍යාණං - සික්ඛා විපුලං සමාදානං**

සුස්සූසා ච ගරූනං - එතං සමණස්ස පතිරූපං

Lithira

'මේ සස්නෙහි කලණ මිතුරාය, අධිශික්‍ෂාවන් සමාදන් ව විසීමය, ගුරුන්ගේ ඔවා බසට ඇහුම්කන් දීමය යන කරුණු මහණහට ප්‍රතිරූපය, සුදුසුය.'

ii. **බුද්ධෙසු ච ගාරවතා - ධම්මෙ අපචිති යථාභූතං**
සංඝෙ ච චිත්තිකාරො - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'බුදුරජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි ගරු කිරීම් ද, ලොවුතුරා දහම් කෙරෙහි යථාභූත ව පුද පැවැත්වීම ද, ආර්ය සංඝ රත්නය කෙරෙහි සැලකිලි පැවැත්වීම ද යන මේ කරුණු මහණ හට ප්‍රතිරූපය, සුදුසුය.'

iii. **ආචාරගොචරො යුත්තො - ආජීවො සොධිතො අගාරයො**
චිත්තස්ස ච සණ්ඨපනං - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'කයින් සහ වචනයෙන් කෙරෙන වැරදි වලින් ඉවත් වීමෙන් ලැබෙන ආචාරයෙන් සහ පිණ්ඩපාතාදියට එළඹීමට සුදුසු ස්ථාන නම් වූ ගෝචරයෙන් ද යුතු වීමය, නුවණැත්තාගේ ගැරහීමට නුසුදුසු පිරිසිදු ආජීවයය, ඉන්ද්‍රිය දොරටුවලින් වන වැරදිවලින් වෙන් ව සිහියෙන් යුතු ව සිත පිහිටුවා ගැනීමය යන මේ කරුණු මහණ හට පතිරූපය, සුදුසුය.'

iv. **චාරිත්තං අථ වාරිත්තං - ඉරියාපථියං පසාදනීයං**
අධිචිත්තෙ ච අයොගො - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'චාරිත්‍ර ශීලය, වාරිත්‍ර ශීලය, දුටුවන් පහදවන ඉරියවු පවත්වන මනා නුවණය, සමථ-විදර්ශනා නම් වූ අධිචිත්තයෙහි යෙදීම ද (භාවනාවේ යෙදීම ද) යන මේ කරුණු මහණ හට පතරූපය, සුදුසුය.'

v. **ආරඤ්ඤකානි සෙනාසනානි - පන්තානි අප්පසද්දානි**
භජිතබ්බානි මුනිනා - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'යෝගාවචරයා විසින් භාවනා මනසිකාරය සඳහා ඇසුරු කළ යුතු වූ, ගමින් බැහැර වූ, නිහඬ වූ යම් වන සෙනසුන් ඇද්ද, එය මහණ හට සුදුසු වෙයි.'

vi. **සීලං ච බාහුසච්චඤ්ච - ධම්මානං පවිචයො යථාභූතං**
සච්චානං අභිසමයො - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'චතුපාරිශුද්ධ ශීලය ද, බොහෝ දහම් ඇසූ පිරූ බව ද, නාම-රූප ධර්මයන් පිළිබඳ ලක්‍ෂණාදිය ඇති සැටියෙන් මෙනෙහි කිරීම ද, ආර්ය සත්‍යයන් ප්‍රතිවේධ කිරීම ද යන මෙය මහණ හට සුදුසුය.'

vii. **භාවයෙ ච අනිච්චන්ති - අනත්තසඤ්ඤං අසුභසඤ්ඤඤ්ච**
ලොකම්හි ච අනභිරතං - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'හැම සංස්කාරයෝ අනිත්‍යහ යන අනිත්‍ය සංඥාව වඩනු මැනවි, සියලු ධර්මයෝ අනාත්මයහයි අනාත්ම සංඥාව වඩනු මැනවි, භූමි තුනට අයත් සියලු සංස්කාරයෝ ශුභ නො වන්නාහයි අශුභ සංඥාව වඩනු මැනවි. සියලු ලොව නො ඇල්ම සිදු කෙරෙන අනභිරත සංඥාව ද වඩනු මැනවි. මෙය මහණ හට පතිරූපය, සුදුසුය.'

viii. **භාවෙය්‍ය ච බොජ්ඣඞ්ගෙ - ඉද්ධිපාදානි ඉන්ද්‍රියානි බලානි**
අට්ඨඞ්ගමග්ග මරියං - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'බොජ්ඣඞ්ග ධර්ම සත ද, ඉද්ධිපාද සතර ද, ඉන්ද්‍රිය ධර්ම පස ද, බල ධර්ම පස ද, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හා සතර සතිපට්ඨාන හා සතර සම්‍යක්ප්‍රධාන ද වඩනු මැනවි. මේ කරුණු (හැම) මහණ හට ප්‍රතිරූපය, සුදුසුය.'

ix. **තණ්හං පජහෙය්‍ය මුනී - සමූලකෙ ආසවෙ පදාලෙය්‍ය**
විහරෙය්‍ය විප්පමුත්තො - එතං සමණස්ස පතිරූපං

'යෝගාවචරයා තණ්හාව දුරු කළ මනාය, ආසවයන් මුල් සහිත ව උදුරා පියනු මනා ය. සියලු කෙළෙසුන් ගෙන් සිත මුදා වාසය කරනු මැනවි. මෙය මහණ හට සුදුසු ය.' (ථෙ. ගා. දසක නිපාතය)

2. "........ ගැහැවියෙක් (ගෘහපතියෙක්) හෝ ගැහැවි පුතෙක් හෝ අන් එක්තරා කුලයක උපන්නෙක් හෝ ඒ ධර්මය අසයි. හේ ඒ දහම් අසා තථාගත බුදුරදුන් කෙරෙහි සැදැහැ ඇති කෙරෙයි. හේ ශ්‍රද්ධා ලාභයෙන් සමන්විත වූයේ, 'ගිහිගෙයි විසීම අවහිරයකි. (රාගාදී රජස් නැගෙන) රජස් පථයකි. පැවිද්ද එළිමහන වැන්න. ගිහිගෙයි වසන්නහු විසින් ඒකාන්තයෙන් පිරිපුන් කොට, ඒකාන්තයෙන් පිරිසිදු කොට, ශංඛලිඛිතයක් සේ මේ බඹසර සරන්නට පහසු නො වේ. (එබැවින්) මම කෙහෙරවුලු බහවා, කසාවත් හැඳ පෙරව, ගිහිගෙන් නික්ම පැවිදි බිමට වදනෙම් නම් යෙහෙකැ'යි මෙසේ නුවණින් සලකයි.

හේ පසු කලෙක අල්ප වූ හෝ සම්පත් රැස හැර, මහත් වූ හෝ සම්පත් රැස හැර, මඳ වූ හෝ නෑ පිරිස හැර, මහත් වූ හේ නෑ පිරිස හැර, කෙහෙරවුලු බහවා, කසාවත් හැඳ පෙරව, ගිහිගෙන් පැවිදි බිමට වදී ....."

(දී. නි. සාමඤ්ඤඵල සු.)

3. පඞ්කො'ති හි නං අවෙදයුං - යා'යං වන්දනපූජනා කුලෙසු

සුඛුමං සල්ලං දුරුබ්බහං - සක්කාරො කාපුරිසෙන දුජ්ජහො

(ථෙ. ගා. මහාකච්චායන ථෙරගාථා)

"කුලයන් හි මේ මේ වැඳුම් පිදුම් වේ ද එය මඩ වගුරකැ යි ද, උගුළුවාලිය නොහැකි සියුම් උලකැ යි ද (ආර්යයෝ) දත්හ. සත්කාරය කාපුරුෂයා (පහත් ගති ඇති පුද්ගලයා) විසින් අත්හැරිය නො හැකිය."

4. දස පළිබෝධ : 1. ආවාස 2. කුල 3.ලාභ 4. ගණ 5. කම්ම
6. අද්ධාන 7. ඤාති 8. ආබාධ 9. ගන්ථ 10. ඉද්ධි

(විසුද්ධි මග්ග, කම්මට්ඨාන ගහන නිද්දේසය බලන්න)

5. ප. ජො. ද්වත්තිංසාකාර-වණ්ණනා, 22 වන පිටුව

6. රෝගය තිබිය දී ම වැඩ කර ගෙන යා හැකි අන්දමේ ලෙඩ වලට 'යාප්‍ය රෝගයැ'යි කියනු ලැබේ.

7. මෙනෙහි කරන්නේ දුක් වේදනාව ඉවත් කිරීමේ අදහසින් නො ව, දුක් වේදනාව දුක් වේදනාවක් හැටියට තේරුම් ගැනීමෙන් ධර්ම ස්වභාවය අවබෝධ කර ගැනීම පිණිසය. සැප වේදනාවට හේතු වන ප්‍රිය අරමුණක් පිළිබඳව ද පිළිපැදිය යුත්තේ මෙසේ මය.

4. අජ්ඣත්තඤ්ච බහිද්ධා ච - වෙදනං නාභිනන්දතො

එවං සතස්ස චරතො - විඤ්ඤාණං උපරුජ්ඣති

(සු. නි. පරායණ-වග්ග, උදය සු.)

"ආධ්‍යාත්මික ආරම්මණයෙහි ද, බාහිර ආරම්මණයෙහි ද උපදනා වේදනාව පිළිබඳව පැතීම් වශයෙන් සතුටු නො වන, මෙසේ සතිමත් ව හැසිරෙන තැනැත්තාගේ විඥානය නිරුද්ධ වේ."

9. දීඝ නිකාය දසුත්තර සූත්‍රයෙහි දී භාවියිතව්‍ය ධර්ම නවයකට ඇතුළත් කොට මේ විසුද්ධි සත 'පාරිසුද්ධි පධානියංග' නමින් හඳුන්වා ඇත. එහි අගට 'පඤ්ඤා විසුද්ධි' සහ 'විමුත්ති විසුද්ධි' යනුවෙන් තවත් විසුද්ධි දෙකක් දැක්වේ.

10. (අ) 'මහණෙනි, අධන් මගට පිළිපන් පුරිස් තෙමේ යම් සේ වේ ද, හෙතෙමේ සැක සහිත වූ බිය සහිත වූ මෙතෙර ඇති, සැක රහිත වූ බිය රහිත වූ එතෙර ඇති, මහත් වූ ජලස්කන්ධයක් දක්නේය. ඔහුට මෙතෙරින් එතර යාමට තරණ නැවක් හෝ මත්තෙහි බැඳි හෙයක් හෝ නොවන්නේය. ඔහුට මෙවැනි අදහසෙක් වන්නේය: 'මේ මහා ජලස්කන්ධයකි, මෙගොඩ සැක සහිතය, බිය සහිතය, පරතෙර උවදුරු රහිතය, ප්‍රතිභය රහිතය. මෙතෙරින් එතෙර යාම සඳහා තරණ නැවක් හෝ මත්තෙහි බැඳි හෙයක් හෝ නැත. මම තණ, ලී දඬු, අතුකොළ කඩා එකතු කොට පසුරක් බැඳ ඒ පසුර නිසා අතින් හා පයින් වෑයම් කරමින් සුවසේ එතර වන්නෙමි නම් මැනවැ'යි කියායි.

'ඉක්බිති මහණෙනි, ඒ පුරුෂ තෙමේ තණ, දඬු, අතු, කොළ කඩා රැස් කොට පසුරක් බැඳ ඒ පසුර නිසා අතින් පයින් වෑයම් කරමින් සුවසේ එතර යන්නේය. එතර වූ පරතෙරට ගිය ඒ පුරුෂයාට .... 'මට මේ පසුර බොහෝ උපකාර විය, මම මේ පසුර නිසා අතින් පයින් වෑයම කරමින් සුවසේ එතර යන්නේය. එතර වූ පරතෙරට ගිය ඒ පුරුෂයාට... 'මම මේ පසුර බොහෝ උපකාර විය, මම මේ පසුර අතින් පයින් වෑයම් කරමින් සුවෙන් එතර වීමි; මම මේ පසුර හිස තබා ගෙන හෝ කර තබා ගෙන හෝ කැමති මගකින් යන්නෙම් නම් මැනවැ'යි මෙබඳු අදහසෙක් වන්නේ නම් මහණෙනි, ඒ කිමැයි හඟනහු ද, මෙසේ කරන්නා වූ ඒ පුරුෂ තෙමේ ඒ පසුරෙහි කළ යුතු දෑ කරන්නෙක් වන්නේ ද?'

'වහන්ස, මේ නො වේ මය'. 'මහණෙනි, කෙසේ කරනසුළු ඒ පුරුෂ තෙමේ ඒ පසුරෙහි කළ යුතු දෑ කරන්නෙක් වන්නේ ද? මහණෙනි, මෙහි ලා, එතර වූ, පරතෙරට පැමිණි ඒ පුරුෂයා හට මෙවැනි අදහසක් වන්නේය: 'මට මේ පසුර බොහෝ උපකාර ඇත්තේ විය, මම මේ පසුර නිසා අතින් ද පයින් ද වෑයම් කරමින් සුවසේ එතර වූයෙමි. මම මේ පසුර ගොඩට පමුණුවා හෝ දියෙහි පා කොට යවා හෝ කැමති මගෙකින් යන්නෙම් නම් මැනවැ'යි. මහණෙනි, මෙසේ කරන සුළු වූ ඒ පුරුෂ තෙමේ ඒ පසුරෙහි කළ යුතු දෑ කරන්නෙක් වන්නේය. මහණෙනි, එපරිද්දෙන් ම මා විසින් පසුරකට උපමා කොට ධර්මය දේශනා කරන ලදී. එයසසරින් එතර වීම පිණිසය, ගැනුම පිණිස නො වේ. මහණෙනි, පසුරකට උපමා කොට දෙසන ලද ධර්මය දන්නා වූ තොප විසින් (ශමථ-විදර්ශනා) ධර්මයෝ ද හළ යුත්තාහ. අධර්මයන් ගැන අමුතුවෙන් කිව යුතු නො වේ. (ම. නි. අලගද්දූපම සූ.)

(ආ) 'යම් සේ මහත් ඇළකින් පැන ගොස් පරතීරයෙහි පිහිටනු කැමති පුරුෂ තෙමෙ වේගයෙන් දිව ගොස් ඇළ මෙතෙර පිහිටි වෘක්ෂ ශාඛාවෙහි බැඳ එල් වූ රැහැණක් හෝ දණ්ඩක් හෝ ගෙන, උඩින් පැන පරතීරයට නැමුණා වූ කය ඇති ව, පරතීරයට උඩින් ළං වූයේ, ඒ අතින් ගත් රැහැණ හේ දණ්ඩ හෝ අත හැර වෙවුලමින් පරතීරයෙහි සෙමින් පිහිටයි ද, එපරිද්දෙන් ම මේ යෝගාවචරයා ද භව, යෝනි, ගති, ස්ථිති නිවාසයන්ගේ පරතෙර වූ නිවන් හි පිහිටනු කැමැත්තේ උදයබ්බයානුපස්සනාදී වේගයෙන් දිව, ආත්මභාව නමැති වෘක්ෂ ශාඛාවෙහි එල්ලෙන රූප නමැති රැහැණ හෝ වේදනාදීන් අතුරෙන් එක්තරා දණ්ඩක් හෝ 'අනිත්‍ය'යි හෝ 'දුක්' යයි හෝ 'අනාත්ම'යි හෝ අනුලෝමයාගේ ආවර්ජනාවෙන් ගෙන එන අත නොහැර ම පළමුවනු වූ අනුලෝම චිත්තයෙන් උඩට පැන නැඟී, දෙවන අනුලෝමයෙන් පරතීරයට නැමුණු කය ඇත්තහු මෙන් නිර්වාණයට නැමුණු සිත ඇතිව, තුන්වනුව අනුලෝම චිත්තයෙන් පරතීරයට උඩින් ළං වූයේ, දැන් පැමිණිය යුතු නිර්වාණයට ආසන්නව, ඒ තුන්වන අනුලෝම චිත්තයාගේ නිරෝධයෙන් ඒ සංස්කාර අරමුණ හැර ගොත්‍රභූ සිතින් විසංස්කාර වූ, පරතීර වූ නිර්වාණයෙහි පතිත වෙයි. නමුත් එක අරමුණෙහි ආසේවනයක් නොලද හෙයින් වෙවුලන ඒ පුරුෂයා මෙන් (යෝගාවචරයා) තවමත් නිවනෙහි හොඳින් නො පිහිටියේ ය. ඉක්බිතිව මාර්ගඥානයෙන් (නිවනෙහි) පිහිටයි.'

(වි. ම. ඤාණදස්සනවිසුද්ධි නිද්දෙස)

11. භික්ෂු-භික්ෂුණීන් විසින් ශික්ෂාපද ශීලය වශයෙන් උභයප්‍රාතිමෝක්ෂයේ ඇතුළත් ශික්ෂාපද රැකිය යුතු වේ.

සාමණේර සාමණේරීන් හට අනුසම්පන්න ශීලය නම් වූ දශ ශීලය නියමිතය.

උපාසක-උපාසිකාවනට නිත්‍ය ශීලය වන්නේ පඤ්ච ශීලයයි. ශීලය පිළිබඳ ව වඩාත් උත්සාහවත් වෙතොත්, අජීවාට්ඨමක ශීලය, දස ශීලය හෝ අට්ඨංග ශීලය ද සමාදන් ව රැකිය හැකිය.

12. සුඛාය ඛො ආවුසො විසාඛ වෙදනාය රාගානුසයො පහාතබ්බො, දුක්ඛාය වෙදනාය පටිඝානුසයො පහාතබ්බො, අදුක්ඛමසුඛාය වෙදනාය අවිජ්ජානුසයො පහාතබ්බො.

'ඇවත විසාඛයෙනි, සුඛ වේදනාවෙහි රාගානුසය දුරු කළ යුතුය, දුක්ඛ වේදනාවෙහි පටිඝානුසය දුරු කළ යුතුය, අදුක්ඛමසුඛ (නොදුක් නොසුව) වේදනාවෙහි අවිජ්ජානුසය දුරු කළ යුතුය. (ම. නි. චූලවෙදල්ල සූ.)

සැප වේදනාව මෙනෙහි නො කිරීමෙන් රාගයත්, දුක් වේදනාව මෙනෙහි නො කිරීමෙන් පටිඝයත් ඇති විය හැකි අතර, නො දුක්, නො සුව වේදනාව මෙනෙහි නො කිරීමෙන් මුළාව, මෝහය නැති නම් අවිද්‍යාව මතු විය හැකිය. හමුවන හැම අරමුණක් ම සතියෙන් යුක්ත ව මෙනෙහි කිරීම අවිද්‍යා අනුශය දුරු කර ගැනීමට ද උපකාරී වෙයි.

13. විශුද්ධිමාර්ගයෙහි ශීල නිර්දේශය බලන්න.

14. **පටිස, මහාවග්ග-මාතිකා.**

15. සමාධි උපකාරක ධර්ම සතර:

i. ශ්‍රද්ධා - ප්‍රඥා යන ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් එකින් එකට ඉස්මතු නොවීම.

ii. ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් එක රස වීම.

iii. ඊට සුදුසු වීර්යය පැවැත්වීම.

iv. නැවත නැවත ආසේවනය කිරීම.

මෙහි ලා 'ශ්‍රද්ධාව' යනු කර්මස්ථානය පිළිබඳ ව සැක නැති වීමයි, එය සාර්ථක වනු ඇත යන විශ්වාසයයි. 'ප්‍රඥාව' යනු එම ක්‍රියාවේ අර්ථය තේරුම් ගැනීමයි. 'නාම-රූප ධර්මයන් මතු කර ගැනීම මගේ බලාපොරොත්තුවයි' යන අදහසයි.

'සුදුසු වීර්යය' යන්නෙන් මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ වීර්යය අදහස් කෙරෙයි. සාමාන්‍යයෙන් ආනාපාන සතිය වැනි සමථ භාවනාවක දී පැය 3 ක් බැගින් දවසට තුන්වරක් හිඳ ගෙන සිටීම ප්‍රමාණවත් වන අතර විදර්ශනා භාවනාවෙහි දී මුළු දවස ම, හැම ඉරියව්වක දී ම භාවනා කළ යුතු වෙයි. 'ආසේවනය' යනු කුසල් සිතක් නැවත නැවත ඇති කර ගැනීමෙන්, විශේෂ ශක්තියක්, ප්‍රවණතාවක්, මතු කර ගැනීමයි. (මැදුමු සඟියේ **ද්වෙධාවිතක්ක** සූත්‍රයෙහි 'නති' යන්නෙන් ද, **පට්ඨානප්පකරණයෙහි** 'ආසේවනප්පච්චය' යන්නෙන් ද අදහස් කෙරෙනුයේ මෙයයි.

16. i. පරිකර්ම, ii. උපචාර iii. අනුලෝම iv. ගොත්‍රභූ v. අර්පණා යනුවෙන් අවස්ථා පසෙකි.

ඇතමෙක් පරිකර්මයක් නැති ව උපචාර අවස්ථාවෙන් ම පටන් ගනිත්. ඒ ඉන්ද්‍රියයන් කලින් සකස් කොට ගත් අයය.

'අනුලෝම': මුලින් කළ වැඩය අනු ව හිත පැවැත්වීම-දියුණුව තහවුරු කිරීම.

Lithira

'ගොත්‍රභූ' - මෙතැන කියවෙන ගොත්‍රය නම් කාම ගොත්‍රයයි. කාම ගොත්‍රය අභිභවනය කිරීම හා මහග්ගත ගෝත්‍රය (රූප හා අරූප භව) වැඩීම මෙයින් අදහස් කෙරෙයි.

'භූ' ධාතුවෙහි අර්ථ දෙකකි. i. අභිභවනය

ii. වැඩීම

විදර්ශනාවේ දී 'ගොත්‍රභූ' යන්නෙහි අර්ථය, පෘථග්ජන භූමිය අභිභවනය කිරීම හා ආර්ය භූමිය වැඩීමත්ය.

17. **පටිස, මහාවග්ග, ආනාපාන සති කථා, වොදාන ඤාණ නිද්දෙස.**

18. **ඥාන සොළසඃ**

i. **නාම රූප පරිච්ඡෙද**

ii. **පච්චය පරිග්ගහ**

iii. **සම්මසන**

iv. **උදයබ්බයානුපස්සනා**

v. **භංගානුපස්සනා**

vi. **භයතුපට්ඨාන**

vii. **ආදීනවානුපස්සනා**

viii. **නිබ්බිදානුපස්සනා**

ix. **මුඤ්චිතුකම්‍යතා**

x. **පටිසංඛානුපස්සනා**

xi. **සංඛාරුපෙක්ඛා**

xii. **සච්චානුලොමික**

xiii. **ගොත්‍රභූ**

xiv. **මග්ග**

xv. **ඵල**

xvi. **පච්චවෙක්ඛණ**

19. ශීල විශුද්ධිය නම් සතර සංවර ශීලයෙන් කාය, වාක් දුශ්චරිතයන් ගෙන්

Lithira

වෙන් වී පිරිසිදු වීමයි. ශීල විශුද්ධිය සම්පූර්ණ වූ විට එහි ඉඳගෙන සමථ භාවනාවක හෝ විපස්සනා භාවනාවක හෝ යෙදී සිටින විට නීවරණයන්ගෙන් වෙන් වී සිත පිරිසිදු වීමෙන් චිත්ත විශුද්ධිය ඇති වේ.

එය ක්ෂණික, උපචාර සහ අර්පණා සමාධි නාමයෙන් ව්‍යවහාර වේ. ශුද්ධ විදර්ශනාවේ දී ක්ෂණික සමාධිය නමින් හැඳින්වෙයි. **වයලක්ඛණුපට්ඨානෙකත්ත** නමින් පටිසම්භිදාමග්ගයේ දැක්වෙන්නේ ද මෙයයි.

20. නිදසුන්ඃ

ආනාපානයේ දී ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස දෙක = රූපය

ඒ ආශ්වාසය - ප්‍රශ්වාසය දැනීම = නාමය

21. නැහැය අග හෝ උඩු තොග හෝ වැදි වැදී ඇතුළුවීම හා පිටවීම ආශ්වාස-ප්‍රශ්වාසයේ ස්වභාවයයි. ඇතුළුවීමේ අවස්ථාව හා පිටවීමේ අවස්ථාව පමණය සැලකිය යුත්තේ. ඇතුළට යන හුස්ම දිගට ම යන හැටි හෝ පිටවන හුස්ම දිගට ම යන හැටි හෝ නො සිතිය යුතුය. එය සමාධියට බාධා වන හෙයිනි. යෝගාවචරයා තම තැන්පත් වූ සිත ආනාපනයේ දී ඇතුළුවන හා පිටවන වාතය හැපෙන තැනට (එනම්, නැහැය අග හෝ උඩු තොල) යොදා ගෙන සිටින විට සිත එහි ගොස් අරමුණට වැදෙන අයුරක් හැඟෙයි.

මෙය දැනෙන්නේ භාවනාව දියුණු වූ අවස්ථාවේ දීය. එනම්, නාමය හැ රූපය වෙන් ව වැටහෙන අවස්ථාවේ දීය. අනෙක් භාවනා අරමුණු සම්බන්ධව ද එසේ මය. අරමුණක් දෙසට නැමෙන ගතිය - පනින ගතිය - සිතෙහි තිබේ. මුල දී ආශ්වාසය එකක් හා ප්‍රශ්වාසය එකක් වශයෙන් වැටහේ. පසුව එය රාශියක්, ගොඩක් වශයෙන් වැටහේ. එය රූප පරිච්ඡේදයයි. එය සිතිවිලි ගොඩක් ලෙස දැනීම නාම පරිච්ඡේදයයි. ගොඩක් වශයෙන් වැටහෙනවා නම් එකින් එක වෙන් ව වැටහේ මයි.

මේ නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණයේ මූලික අවස්ථාවයි. පළමුවෙන් ම කර්මස්ථානය පිළිබඳ ව පමණෙකි මේ වැටහීම ඇති වන්නේ. පසු ව ඊට ආශ්‍රිතව වූ ශරීරයේ අනෙක් කොටස්හි මුළු ශරීරය ම පිළිබඳ ව මේ ඥානය පැතිර යයි. ඊටත් පසුව බාහිර දේ පිළිබඳව ද මේ ඥාන විහිද යයි.
(අජ්ඣත්ත, බහිද්ධා සහ අජ්ඣත්ත-බහිද්ධා වශයෙනි).

Lithira

22. 'මහණෙනි, යම් යම් ප්‍රත්‍යයක් නිසා ගිනි දැල්වෙයි ද (ඒ ගිනි) ඒ ඒ ප්‍රත්‍යය නාමයෙන්ම හැඳින්වේ. ලීයක් නිසා දැල්වෙන ගින්න 'ලී ගින්නකැ'යි හැඳින්වේ. ලී කැබලි නිසා දැල්වෙන ගින්න 'ලී කැබලි ගින්නකැ'යි හැඳින්වේ. තණකොළ නිසා දැල්වෙන ගින්න 'තණකොළ ගින්නකැ'යි හැඳින්වේ. ගොම නිසා ඇතිවන ගින්න 'ගොම ගින්නකැ'යි හැඳින්වේ. දහයියා නිසා ඇති වන ගින්න 'දහයියා ගින්නකැ'යි හැඳින්වේ. කසළ නිසා දැල්වෙන ගින්න 'කසළ ගින්නකැ'යි හැඳින්වේ.

එපරිද්දෙන් ම මහණෙනි, යම් යම් ප්‍රත්‍යයක් නිසා විඤ්ඤාණයක් පහළ වේ ද එය ඒ ප්‍රත්‍ය නාමයෙන් ම හැඳින්වේ. ඒ අනුව ඇස ද රූපයන් ද නිසා පහළ වන විඤ්ඤාණය 'චක්ඛු විඤ්ඤාණ'යයි හැඳින්වේ. කන ද ශබ්දයන් ද නිසා පහළ වන විඤ්ඤාණය 'සෝත විඤ්ඤාණ'යයි හැඳින්වේ. නැහැය ද ගන්ධයන් ද නිසා පහළ වන විඤ්ඤාණය 'ඝාන විඤ්ඤාණ'යයි හැඳින්වේ. දිව ද රසයන් ද නිසා පහළ වන විඤ්ඤාණය 'ජිව්හා විඤ්ඤාණ'යයි හැඳින්වේ. කය ද ඵොට්ඨබ්බයන් ද නිසා පහළ වන විඤ්ඤාණය 'කාය විඤ්ඤාණ'යයි හැඳින්වේ. සිත ද ධර්මයන් ද නිසා පහළ වන විඤ්ඤාණය 'මනෝ විඤ්ඤාණ'යයි හැඳින්වේ. (ම. නි. මහාතණ්හාසංඛය සූ.)

23. **අවිජ්ජා සඞ්ඛාරානං උප්පාදට්ඨිති ච, පවත්තට්ඨිති ච,**
නිමිත්තට්ඨිති ච, අයූහනට්ඨිති ච, සඤ්ඤොගට්ඨිති ච,
පළිබොධට්ඨිති ච, සමුදයට්ඨිති ච, හෙතුට්ඨිති ච,
පච්චයට්ඨිති ච. (පටිස. මහාවග්ග, ඤාණ කථා.)

'අවිද්‍යාව වනාහි සංස්කාරයන්ගේ උත්පාදයට කාරණය ද, පැවැත්මට කාරණය ද, නිමිත්ත වූ කාරණය ද, ආයූහන වූ (කර්ම රැස් කිරීමට) කාරණය ද, සංයෝග වූ කාරණය ද, පළිබෝධ වූ කාරණය ද, සමුදය වූ කාරණය ද, හේතු වූ කාරණය ද, ප්‍රත්‍යය වූ කාරණය ද වෙයි.'

24. නාම-රූපයන් වැටහෙන විට ඊට ඇති හේතුවත් සමග ම දෙක ම එක විට වැටහීම හෙවත් නාම-රූප දැනීම සහ හේතු-ඵල දැනීම දෙක ම එක විට පහළ වීම.

25. දීඝ නිකාය බ්‍රහ්මජාල සූත්‍රය බලන්න.

26. **කිලෙස වට්ට** : අවිජ්ජා, තණ්හා, දිට්ඨි, උපාදාන ආදී සිත කිලිටි කරන ධර්ම රාශිය.

කම්ම වට්ට : ඒ කෙලෙසුන්ගෙන් ඇති වන ක්‍රියාකාරී ස්වභාවය, හොඳ-නරක වශයෙන් පවතින කර්ම රාශිය.

විපාක වට්ට : ඒ කර්මයන්ගේ හොඳ වූ ද, නරක වූ ද ප්‍රතිඵල සමූහය.

27. සාමාන්‍ය ව්‍යවහාරයට අනුව උදයබ්බය ඤාණයේ දී විදර්ශනාව ආරම්භ වේ යයි කියනු ලැබේ. එසේ නමුත් සම්පූර්ණ විදර්ශනාව ඇරඹෙන්නේ භංග ඤාණයෙනි.

ආරම්මණං පටිසඞ්ඛා භඞ්ගානුපස්සනෙ පඤ්ඤා විපස්සනෙ ඤාණං
(පටිස. මහාවග්ග, ඤාණ-මාතිකා)

'ආරම්මණය ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂා කොට එය බිඳි බිඳී යන සැටි දක්නා නුවණ විදර්ශනා ඥානයයි.'

28. ශීල විශුද්ධිය හා චිත්ත විශුද්ධිය සම්පූර්ණ වීමෙන් පසු ව, මේ යෝගාවචරයා තුළ නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණය පහළ වන අවස්ථාව දක්වා ප්‍රණීත වූ කුශල චේතනා දහස් ගණනින් පහළ වේ. නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණය වැඩීමේ දී, දිට්ඨි විසුද්ධිය දක්වා ඊටත් වඩා ප්‍රණීත වූ කුශල චේතනා ලක්‍ෂ ගණනින් පහළ වේ. එතැන් සිට කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය දක්වා ඊටත් වඩා ප්‍රණීත වූ කුශල චේතනා ලක්‍ෂ ගණනින් පහළ වේ. එබැවින් **චූලසෝතාපන්න** යනුවෙන් මේ යෝගාවචරයා හැඳින්වීම හැම අතින් ම සුදුසුය.

29. මජ්ඣිම නිකායේ සබ්බාසව සූත්‍රය බලන්න.

30. මහණෙනි, සීසානා ගෘහපතියකු විසින් ඉක්මණින් කළ යුතු වැඩ තුනක් ඇත. කවර තුන ද යත්:

මහණෙනි, මෙලොව සීසානා ගෘහපතියෙක් වහ වහා කෙත මැනවින් සාන ලද්දක්, පුවරු ගා සම කරන ලද්දක් කරයි. වහ වහා කෙත මැනවින් සාන ලද්දක්, පුවරු ගා සම කළ තැනක් කොට වහ වහා බිජු පිහිටුවයි. වහ වහා බිජු පිහිටුවා වහ වහා දිය එළවීම හා නෙළීම කරයි. මහණෙනි, සීසානා ගෘහපතියා විසින් ඉක්මනින් කළ මනා වැඩ තුනය මේ.

Lithira

මහණෙනි, ඒ සීසානා ගෘහපතියා හට 'අද ම මාගේ ධාන්‍යයෝ නැගෙත්වා, සෙට ම ගර්භිත (බණ්ඩි) වෙත්වා, අනිද්දා ම පැසෙත්වා'යි එබඳු සෘද්ධියක් හෝ ආනුභාවයක් හෝ නැත. එසේද වුවත්, මහණෙනි, ඒ සීසානා ගෘහපතියාගේ ධාන්‍යයෙන් ඍතුපරිණාමයට පත් ව නැගී ගර්භිත වී (බණ්ඩි වී) පැසෙන කලෙක් ද ඇත. මහණෙනි, එපරිද්දෙන් ම මහණකු විසින් ඉක්මනින් කළ යුතු වැඩ තුනක් ඇත.

'කවර තුන ද යත්: මහණෙනි, අධිශීල ශික්ෂා සමාදානය, අධිචිත්ත ශික්ෂා සමාදානය, අධිප්‍රඥා ශික්ෂා සමාදානය, යන මේවාය මහණකු විසින් ඉක්මනින් කළ යුතු වැඩ තුන.

මහණෙනි, ඒ මහණහුට, අද ම මාගේ සිත උපාදාන වශයෙන් නො ගෙන ආශ්‍රවයන් කෙරෙන් මිදෙව'යි හෝ 'සෙට හෝ අනිද්දා හෝ මිදෙව'යි කියා හෝ එබඳු සෘද්ධියක් හෝ ආනුභාවයෙක් හෝ නැත. එසේ වුවත්, මහණෙනි, අධිශීලයෙහි හික්මෙන, අධිචිත්තයෙහි හික්මෙන, අධිප්‍රඥායෙහි හික්මෙන, ඒ මහණහුගේ සිත උපාදාන වශයෙන් නොගෙන මිදෙන කලෙක් ද ඇත.

එහෙයින් මහණෙනි, මෙහි ලා (තොප) මෙසේ හික්මිය යුතුය. අධිශීල ශික්ෂා සමාදානයෙහි අපගේ තීව්‍ර ඡන්දයක් වන්නේය. අධිචිත්ත ශික්ෂා සමාදානයෙහි අපගේ තීව්‍ර ඡන්දයක් වන්නේය. අධිප්‍රඥා ශික්ෂා සමාදානයෙහි අපගේ තීව්‍ර ඡන්දයක් වන්නේය. මහණෙනි, තොප හික්මිය යුත්තේ මෙසේය.

(අං. නි. තික නිපාත, ලොණඵල-වග්ග. සු 1)

31. කාමං භිජ්ජතුයං කායො - මංසපෙසී විසීයරුං

උභො ජණ්ණුකසන්ධිහි - ජඞ්ඝායො පපතන්තු මෙ

(ථෙ. ගා. මුදිතත්ථේරගාථා - චතුක්කනිපාතය)

'ඒකාන්තයෙන් මේ කය බිඳී යේවා, මාංශපේශීහු විසිරී යෙත්වා, මාගේ දෙදණ සන්ධියෙන් දෙකණ්ඩයෝ ගිලිහෙත්වා.'

32. ලොමස නාග තෙරුන්වහන්සේ දැඩි ශීතය සහ උෂ්ණය දරා සිටියාක් මෙනි. ඒ තෙරුන් වහන්සේ චේතිය පව්වෙහි පියංගු ගුහාවෙයි පධානඝරයේ වැඩ වසන සේක්. **අන්තරට්ඨක** නම් වූ හිමවලන සමයෙහි ලෝකාන්තරික නිරය ගැන ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කොට කමටහන අත නො හැර ම එළිමහනෙහි ගත කළ සේක. එසේ ම ග්‍රීෂ්ම සමයෙහි දිවා කාලයෙහි පිට සක්මනෙහි කමටහන

මෙනෙහි කරමින් වැඩ හුන් සේක. උන්වහන්සේගේ අන්තේවාසිකයකු 'ස්වාමීනි, මෙතැන වැඩ හිඳිනු මැනවි, මෙතැන සිහිල්'යි කී විට තෙරුන් වහන්සේ 'ඇවැත්නි, උෂ්ණයට භය නිසා ම තමා මා මෙතැන හිඳගත්තේ' කියා අවීචි මහ නිරය ගැන ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කොට එතැන ම වැඩ හුන්හ.

(ප. සූ. - **සබ්බාසවසුත්තවණ්ණනා**)

33. i. සප්ත විශුද්ධීන් අතුරෙන් මුල් විශුද්ධි හතරට නො ලැබෙන **ඤාණදස්සන** යන විශේෂණය මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධි, පටිපදා ඤාණ දස්සන විශුද්ධි, ඤාණ දස්සන විශුද්ධි යන ඉතිරි විශුද්ධි තුනට දී ඇත. එබැවින් විශුද්ධි ඥාන සංසන්දනයෙහි ලා මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය එක්තරා සන්ධිස්ථානයක් ලෙස සැලකිය හැකිය.

ii. ශීල විශුද්ධී හා චිත්ත විශුද්ධි යන මුල් දෙකෙන් ඔසවා තබාගෙන ඇති, දිට්ඨි විශුද්ධිය හා කංඛා විතරණ විශුද්ධිය මතු ලබන විදර්ශනා ඥාන වලට පදනමක් බව ඉහත සඳහන් විය. මේ අනුව මුල් විශුද්ධි හතර හුදෙක් විදර්ශනාව පිළිබඳ මූලික වැඩ පිළිවෙල යයි කිව යුතු සේය.

iii. තවත් අර්ථයකින් මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය නියම විදර්ශනාවට හැරෙන සන්ධිස්ථානයකි. අනන්ත කාලයක් මුළුල්ලේ සංසාරයේ මං මුළාව සිටීමට හේතු වූ දිට්ඨි-විචිකිච්ඡා දෙක කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය මගින් තදංග වශයෙන් ප්‍රහීණ කොට, **විපස්සනා උපක්කිලෙස** නම් වූ අතුරු අන්තරාවෙන් ද මිදී මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධියෙන් මග-නොමග හැඳින ගත් යෝගාවචරයා තුළ විදර්ශනාව මුල් බැස ගැනීමට සුදුසු මානසික පරිසරියක් ඇති වේ. උදයබ්බය ඤාණයේ දියුණු (බලව) අවස්ථාවට ද යෝගාවචරයා පැමිණෙනුයේ මග්ගාමග්ග ඤාණදස්සන විශුද්ධිය සම්පූර්ණ වන විටය.

34. ලොකු වේදනාවන් පවා පීඩා ලෙස නො ව, ස්වභාවික සිදුවීම් ලෙස ඔහුට වැටහේ. මෙය වේදනා විජයයි. (සමථයේ දී වේදනා විජය ලෙස සැලකෙනුයේ වේදනාවෙන් පීඩා නැති ව පැය තුනක කාලයක් පර්යංකයේ හිඳීමට සමත් බවයි.)

35. ඕභාසාදියෙහි නිකන්තිය පහළ කර ගැනීම අමාර්ගය යයි ද, වීථිපටිපන්න වූ සල්ලක්ඛණ චිත්ත පරම්පරාව පැවැත්වීම මාර්ගය යයි ද පෙනීමෙන් හා

Lithira

තේරුම් ගැනීමෙන් එයින් යුත් පුද්ගලයා අමාර්ගයෙහි මාර්ග සංඥාවෙන් පිරිසිදු කරන හෙයින් 'මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධි' නමි.

36. සම්මසන ඤාණය යනු කංඛාවිතරණ විශුද්ධිය හා මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විශුද්ධිය ද අතර ලැබෙන්නකි. එය නියමයෙන් එක විශුද්ධියකට වත් සම්බන්ධ නැත.

37. **සබ්බං අභිඤ්ඤෙය්‍යං** යනු ඤාත පරිඤ්ඤායි,

සබ්බං පරිඤ්ඤෙය්‍යං යනු තීරණ පරිඤ්ඤායි,

38. අතීත වූ, අනාගත වූ, වර්තමාන වූ, ආධ්‍යාත්මික වූ (තමා පිළිබඳ), බාහ්‍ය වූ (අනුන් පිළිබඳ), ඕළාරික වූ, සියුම් වූ, හීන වූ, ප්‍රණීත වූ, දුර වූ, ළඟ වූ, යම්කිසි රූපයක් වේ ද, ඒ හැම රූපයක් ම 'මෙය මගේ නො වේ, මෙය මම නො වෙමි, මෙය මගේ ආත්මය නො වේ'යැයි මෙසේ යථා භූත වශයෙන් මනා නුවණින් දකියි. ..... යම්කිසි වේදනාවක් වේ ද, ... යම්කිසි සඤ්ඤාවක් වේ ද, ... යම්කිසි සංඛාරයෝ වෙත් ද, ... යම්කිසි විඤ්ඤාණයක් වේ ද, ... මෙසේ යථා භූත වශයෙන් මනා නුවණින් දකියි. (අං. නි. චතුක්කනිපාත, යොධාජීවවග්ග)

39. රාශියක් වශයෙන් වැටහීමෙන් පසු එකින් එක වෙන් වී වැටහෙයි. අනිත්‍යතාවය වසා ගෙන සිටිනුයේ සන්තතිය (ඝනය) විසිනි. එය වෙන් වෙන් ව වැටහෙන විට අනිත්‍ය ලක්ෂණය ද වැටහේ.

40. පටිස, මහාවග්ග, ඤාණකථා, සම්මසන ඤාණ නිද්දෙස.

41. පටිස, මහාවග්ග, ඤාණමාතිකා.

42. **යතො ඛො ත්වං මාගන්දිය ධම්මානුධම්මං පටිපජ්ජිස්සසි, තතො ත්වං මාගන්දිය සාමංයෙව ඤස්සසි, සාමං දක්ඛිසි, ඉමෙ රොගා ගණ්ඩා සල්ලා ....**

(ම. නි. මාගන්දිය සූ.)

43. **අයං ඛො පන'ග්ගිවෙස්සන කායො රූපි චාතුම්මහාභූතිකො මාතාපෙත්තිකසම්භවො ඕදනකුම්මාසූපචයො අනිච්චුච්ඡාදන පරිමද්දනභෙදන විද්ධංසනධම්මො අනිච්චතො, දුක්ඛතො, රොගතො, ගණ්ඩතො, සල්ලතො, අඝතො, ආබාධතො, පරතො, පලොකතො, සුඤ්ඤතො, අනත්තතො, සමනුපස්සිතබ්බො.**

(ම. නි. දීඝනඛ සූ.)

තවද ගිනිවෙස්සන, මේ කය රූපවත් වූයේ, සතර මහා භූතයන්ගෙන් නිපන්නේ, මාපියන් නිසා හටගත්තේ, බතින් කොමුයෙන් වැඩුණේ, අනිත්‍ය ස්වභාව ඇතියේ, ඉලීම් - පිරිමැදීම් - බිඳීම් - විසිරීම් - ස්වභාව ඇතියේ, අනිත්‍ය වශයෙන් - දුක්ඛ වශයෙන් - රෝග වශයෙන් - ගඩු වශයෙන් - හුල් වශයෙන් - පීඩා වශයෙන් - ආබාධ වශයෙන් - තමාට අයත් නැති (පර) දෙයක් වශයෙන් - බිඳෙනසුළු දෙයක් වශයෙන් - ශූන්‍ය වශයෙන් - අනාත්ම වශයෙන් දැක්ක යුත්තේය'.

43. **පඤ්චක්ඛන්ධෙ අනිච්චතො[1] දුක්ඛතො[2] රොගතො[2] ගණ්ඩතො[2] අඝතො[2] ආබාධතො[2] පරතො[3] පලොකතො[1] ඊතිතො[2] උපද්දවතො[2] භයතො[2] උපස්සග්ගතො[2] චලතො[1] පභංගුතො[1] අද්ධුවතො[1] අත්තාණතො[2] අලෙණතො[2] අසරණතො[2] රිත්තතො[3] තුච්ඡතො[3] සුඤ්ඤතො[3] අනත්තතො[3] ආදීනවතො[2] විපරිණාමධම්මතො[1] අසාරකතො[1] අඝමූලතො[2] වධකතො[2] විභවතො[1] සාසවතො[2] සඞ්ඛතතො[1] මාරාමිසතො[2] ජාතිධම්මතො[2] ජරාධම්මතො[2] බ්‍යාධිධම්මතො[2] මරණධම්මතො[1] සොකධම්මතො[2] පරිදෙවධම්මතො[2] උපායාසධම්මතො[2] සඞ්කිලෙසධම්මතො[2]**

(පටිස. පඤ්ඤාවග්ග, විපස්සනා කථා)

සැ.යු.

අනිත්‍ය ලක්ෂණයට අයත් කොටස්	1
දුක්ඛ ලක්ෂණයට අයත් කොටස්	2
අනාත්ම ලක්ෂණයට අයත් කොටස්	3

'පඤ්චස්කන්ධය අනිත්‍ය වශයෙන්, දුක් වශයෙන්, රෝග වශයෙන්, ගෙඩියක් වශයෙන්, (ඇනුණු) උලක් වශයෙන්, විපතක් වශයෙන්, ආබාධයක් වශයෙන්, තමාට අයිති නැති (පර) දෙයක් වශයෙන්, බිඳෙනසුළු දෙයක් වශයෙන්, ව්‍යසනයක් වශයෙන්, උපද්‍රවයක් වශයෙන්, භයක් වශයෙන්, අන්තරාවක් වශයෙන්, චංචල දෙයක් වශයෙන්, කැඩී වැනසී යන දෙයක් වශයෙන්, අස්ථිර දෙයක් වශයෙන්, ආරක්ෂාවක් නැති දෙයක් වශයෙන්, පිහිටක් නැති තැනක් වශයෙන්, අසරණ වශයෙන්, හිස් වශයෙන්, තුච්ඡ වශයෙන්, ශූන්‍ය වශයෙන්, අනාත්ම වශයෙන්, ආදීනව වශයෙන්, වෙනස්වනසුළු දෙයක් වශයෙන්, සාරයක් නැති දෙයක් වශයෙන්, දුක් පීඩාවන්ගේ මුල වශයෙන්, වධකයකු වශයෙන්, හානියක් වශයෙන්, ආශ්‍රව සහිත දෙයක් වශයෙන්, සංඛත දෙයක් වශයෙන්, මාරයාගේ ඇමක් වශයෙන්, ඉපදීම් ස්වභාවය ඇති දෙයක් වශයෙන්, දිරන සුළු දෙයක් වශයෙන්, මරණ ස්වභාවය ඇති දෙයක් වශයෙන්, ශෝක ගෙන දෙන දෙයක් වශයෙන්, වැළපීම් ඇති කරන දෙයක්

වශයෙන්, දැඩි වෙහෙස ගෙන දෙන දෙයක් වශයෙන්, කෙලෙස් හටගන්වන දෙයක් වශයෙන්....'

45. 'කෙනෙක්' 'කණුවක්' යන සංඥාව ඉවත් ව ධාතු කොටස් වශයෙන්, රාශි වශයෙන් වැටහේ. ශබ්දයක් ඇසෙන විට පවා පළමු ව වැටහෙන්නේ 'ශබ්ද රූපය' (හුදු ශබ්දය) පමණි.

46. විසුද්ධිමග්ග, 4.1570, මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විසුද්ධි නිද්දෙස.

47. **අථඛො ආයසමා කච්චානගොත්තො යෙන භගවා තෙනුපසඞ්කමි. උපසඞ්කමිත්වා භගවන්තං අභිවාදෙත්වා එකමන්තං නිසීදි. එකමන්තං නිසින්නො ඛො ආයසමා කච්චානගොත්තො භගවන්තං එතදවොචː සම්මාදිට්ඨි සම්මාදිට්ඨි ති භන්තෙ වුච්චති කිත්තාවතා නු ඛො භන්තෙ සම්මාදිට්ඨි හොතී'ති?**

ද්වයනිස්සිතො ඛො'යං කච්චාන ලොකො යෙභුය්‍යෙන අත්ථිතඤ්චෙව නත්ථිතඤ්ච. ලොකසමුදයං ඛො කච්චාන යථාභූතං සම්මප්පඤ්ඤාය පස්සතො යා ලොකෙ නත්ථිතා සා න හොති. ලොකනිරොධං ඛො කච්චාන යථාභූතං සම්මප්පඤ්ඤාය පස්සතො යා ලොකෙ අත්ථිතා සා න හොති. උපායුපාදානාභිනිවෙසවිනිබද්ධො ඛ්වායං කච්චාන ලොකො යෙභුය්‍යෙන. තඤ්ච උපායුපාදානං චෙතසො අධිට්ඨානං අභිනිවෙසානුසයං න උපෙති, න උපාදියති, නාධිට්ඨාති, අත්තාමෙති. දුක්ඛමෙව උප්පජ්ජමානං උප්පජ්ජති, දුක්ඛං නිරුජ්ඣමානං නිරුජ්ඣතී'ති න කඞ්ඛති න විචිකිච්ඡති. අපරප්පච්චයා ඤාණමෙවස්ස එත්ථ හොති. එත්තාවතා ඛො කච්චාන, සම්මා දිට්ඨි හොතී'ති.

සබ්බමත්ථීති ඛො කච්චාන අයමෙකො අන්තො, සබ්බං නත්ථීති අයං දුතියො අන්තො, එතෙ තෙ උභො අන්තෙ අනුපගම්ම මජ්ඣෙන තථාගතො ධම්මං දෙසෙතිː අවිජ්ජාපච්චයා සඞ්ඛාරා, සඞ්ඛාරපච්චයා විඤ්ඤාණං - පෙ - එවමෙතස්ස කෙවලස්ස දුක්ඛක්ඛන්ධස්ස සමුදයො හොති. අවිජ්ජායත්වෙව අසෙසවිරාගනිරොධා සඞ්ඛාරනිරොධො, සඞ්ඛාරනිරොධා විඤ්ඤාණනිරොධො - පෙ - එවමෙතස්ස කෙවලස්ස දුක්ඛක්ඛන්ධස්ස නිරොධො හොති.

(සං. නි. නිදානවග්ග, කච්චානගොත්ත සූ.)

'ඉක්බිති ආයුෂ්මත් කච්චානගොත්ත ස්ථවිර තෙමේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කරා එළඹ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සකසා වැඳ එකත්පසෙක හුන්නේය. එකත්පසෙක හුන් ආයුෂ්මත් කච්චානගොත්ත ස්ථවිර තෙමේ භාග්‍යවතුන් වහන්සේට මෙය සැල කළේයː 'වහන්ස, සම්මාදිට්ඨිය, සම්මාදිට්ඨිය යයි කියනු ලැබේ. වහන්ස, කොතෙකින් සම්මාදිට්ඨිය ඇත්තේ වේ ද?'

'කච්චාන, මේ ලෝකයා අස්තිත්වය (ශාශ්වතය) ද, නාස්තිත්වය (උච්ඡේදය) ද යන දෙකොටස බෙහෙවින් ඇසුරු කළේ වේ. කච්චාන, ලෝක සමුදය තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දක්නා හට ලෝකයෙහි යම් නාස්තිත්ව දෘෂ්ටියක් ඇද්ද, එය නො වේ. කච්චාන, ලෝක නිරෝධය තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දක්නා හට ලෝකයෙහි යම් අස්තිත්ව දෘෂ්ටියක් ඇද්ද, එය නො වේ. කච්චාන, මේ ලෝකයා බෙහෙවින් (තෘෂ්ණා-දෘෂ්ටි සංඛ්‍යාත) උපාය-උපාදාන අභිනිවේසයන්ගෙන් බැඳුනේ වේ. (ආර්යශ්‍රාවකයා) ඒ උපායඋපාදනයට, ඒ සිත පිහිටුවා ගැන්මට, ඒ අභිනිවෙශානුශයට නො එළඹෙයි. උපාදාන වශයෙන් නො ගනියි. මගේ ආත්මයයි නො ඉටයි. උපදින්නේ දුක ම උපදියි. නිරුද්ධ වන්නේ දුකම නිරුද්ධ වේ යයි (සලකයි), අන්‍ය වූ සත්ත්වයෙක් ඇතැයි සැක නො කෙරෙයි. විචිකිච්ඡා නූපදවයි. මෙහි ලා ඔහුට පරප්‍රත්‍යය රහිත භාවයෙන් ආත්ම ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානය ම වේ. කච්චාන, මෙතෙකින් ම සම්‍යක් දෘෂ්ටි ඇත්තේ වේ.

'කච්චාන, සියල්ල ඇතැයි යන මෙය එක් අන්තයකි. සියල්ල නැතැයි යන මෙය දෙවෙනි අන්තයයි. කච්චාන, ඒ මේ අන්ත දෙකට නො පැමිණ මැදුම් පිළිවෙතින් තථාගත තෙමේ දහම් දෙසයි. අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාරයෝ වෙති, සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඥානය වෙයි ...මෙසේ මේ හුදු දුක් රැසේ හටගැන්ම වෙයි. අවිද්‍යාවගේ ම නිරවශේෂ විරාග නිරෝධයෙන් සංස්කාර නිරෝධය වේ. සංස්කාර නිරෝධයෙන් විඥාන නිරෝධය වේ.... මෙසේ මේ හුදු දුක් රැසේ නිරෝධය වේ'ය කියායි.

(සැ.යුː- උපාය-උපාදාන-චෙතසො අධිට්ඨාන-අබිනිවෙස යන පද මාලාවෙහි රූපකාර්ථයක් ගැබ් ව ඇත. 'ළං වීම' 'අල්වා ගැනීම' 'සිත දැඩිව පිහිටුවා ගැනීම' 'ඇතුළුවීම' 'වැතිර ගැනීම' යන අර්ථයන්ගේ ඡායාවක් මේ පදමාලාවෙහි ඇති බැවින් තෘෂ්ණා-මාන-දෘෂ්ටි වශයෙන් සත්ත්වයාගේ සිත ක්‍රියා කරන ආකාරය මෙහි පිළිබිඹු වේ. සිත අරමුණට ළං ව, එය ග්‍රහණය කොට, එහි දැඩි ලෙස පිහිටා, එය තුළට පිවිස, එහි ම ලැග ගැනීමේ, ඇබ්බැහි වීමේ ස්වභාවය වඩාත් ප්‍රකට වන්නේ දෘෂ්ටි ග්‍රාහය සම්බන්ධයෙනි.)

48. **පටිස, මහාවග්ග, මාතිකා.**

49. **පටිස, මහාවග්ග, ඤාණකථා, සම්මසනඤාණ.**

50. **සුඤ්ඤාගාරං පවිට්ඨස්ස - සන්තචිත්තස්ස භික්ඛුනො,**
අමානුසී රතී හොති - සම්මා ධම්මං විපස්සතො

(ධ. ප. භික්ෂුවර්ග)

'ශූන්‍යාගාරයට පිවිසියා වූ ශාන්ත වූ සිත් ඇති, මැනවින් ධර්මය විදසුන් නුවණින් දක්නා භික්ෂුව හට අමානුෂික වූ ඇල්මක් හටගනියි.'

51. **යං භික්ඛවෙ සදෙවකස්ස ලොකස්ස සමාරකස්ස සබ්‍රහ්මකස්ස සස්සමණබ්‍රාහ්මණියා පජාය සදෙව මනුස්සාය ඉදං සච්චන්ති උපනිජ්ඣායිතං තදමරියානං එතං මුසාති යථාභූතං සම්මප්පඤ්ඤාය සුදිට්ඨං, අයමෙකානුපස්සනායං භික්ඛවෙ සදෙවකස්ස -පෙ- සදෙවමනුස්සාය ඉදං මුසාති උපනිජ්ඣායිතං තදමරියානං එතං සච්චන්ති යථාභූතං සම්මප්පඤ්ඤාය සුදිට්ඨං, අයං දුතියානුපස්සනා.** (සු. නි. ද්වයතානුපස්සනා සූ.)

'මහණෙනි, යමක් දෙවියන් සහිත මරුන් සහිත, බඹුන් සහිත ලෝකය විසින්, ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයන් සහිත දෙව් මිනිසුන් සහිත ප්‍රජාව විසින් 'මේ සත්‍යය'යි කල්පනා කරන ලද, ආර්යයන් විසින් එය මුසාවකැයි සම්‍යක් ප්‍රඥාවෙන් යථාභූත වශයෙන් හොඳින් දක්නා ලදය යන මෙය එක් අනුපස්සනාවකි. මහණෙනි, යමක් දෙවියන් සහිත... දෙව් මිනිසුන් සහිත ප්‍රජාව විසින් මේ මුසාවකැ'යි කල්පනා කරනලද ද, 'එය සත්‍ය'යයි ආර්යයන් විසින් සම්‍යක් ප්‍රඥාවෙන් යථාභූත වශයෙන් හොඳින් දක්නා ලදය යන මෙය දෙවන අනුපස්සනාවයි.

52. **ආරම්මණඤ්ච පටිසඞ්ඛා - භඞ්ගඤ්ච අනුපස්සති**
සුඤ්ඤතො ච උපට්ඨානං - අධිපඤ්ඤා විපස්සනා

(පටිස. මහාවග්ග, භංගානුපස්සනාඤාණ නිද්දේස)

'පූර්ව වූ ආලම්බනය ද ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂා කොට, (ඒ ආලම්බනය ගත් චිත්තයාගේ) භංගයත් දකී, සංස්කාරයන් ශූන්‍ය ලෙස වැටහීම ද යන මෙය අධිපඤ්ඤා විපස්සනාවයි.'

53. යෝගාවචරයා මෙබඳු අවස්ථාවක දී අමාරුවට වැටීමට ද ඉඩ ඇත. මේ එපා වීම (නිබ්බිදාව) සංස්කාරයන් පිළිබඳ එපා වීමක් නමුත් ඇතමකුට තමා

කරන භාවනාව ද එපා වේ. අරුචියකින් භාවනාවේ යෙදෙයි. අන් තැනකට යාමට පවා සිතෙයි. 'මට මෙතැන හොඳ නෑ, වෙන තැනකට යන්නට අවසර දෙනු මැනැවැ'යි ආචාර්යයන් වහන්සේට කියයි.

කර්මස්ථානාචාර්යවරයා ද ඊට සුදුසු උපායකින් නැවත ඔහු භාවනාවට යොමු කොට ඇති වූ අරුචිය මග හැරවීමට ක්‍රියා කළ යුතුය. යෝගාවචරයා ද භාවනාව සම්පූර්ණයෙන් නතර නො කරයි.

මෙබඳු භාවනාවක යෙදෙන විට යෝගාවචරයා සුදුසු ගුරුවරයකුට නැති නම් අන් වැඩිහිටි කෙනෙකුන් හට හෝ කල ඇති ව දන්වා තැබීම මැනවි. අවශ්‍ය අවස්ථාවක දී නිසි උපදෙස් ලබනු පිණිසය.

54. උපග්‍රන්ථයේ 53 වන අංකය බලන්න.

55. **සං. නි. නිදානවග්ග, අභිසමය සංයුත්ත, උපනි සුත්ත.**

56. මෙය දෙයාකාරයකින් තේරුම් කළ හැකිය.

i. **මුඤ්චිතුකම්‍යතා** - මුදනු කැමැත්ත (කෙලෙසුන් මුදා හැරීම)

ii. **මුච්චිතුකම්‍යතා** - මිදෙනු කැමැත්ත (කෙලෙස් වලින් මිදීම)

57. i. **අනිච්චානුපස්සනා.**

ii. **දුක්ඛානුපස්සනා.**

iii. **අනත්තානුපස්සනා.**

58. **අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත, නිබ්බිදා, විරාග, නිරෝධ, පටිනිස්සග්ගානුපස්සනා.**

59. **අනිච්චානුපස්සනා,[1] දුක්ඛානුපස්සනා,[2] අනත්තානුපස්සනා,[3] නිබ්බිදානුපස්සනා,[2] විරාගානුපස්සනා[2], නිරෝධානුපස්සනා,[1] පටිනිස්සග්ගානුපස්සනා,[3] ඛයානුපස්සනා,[1] වයානුපස්සනා,[2] විපරිණාමානුපස්සනා,[1] අනිමිත්තානුපස්සනා,[1] අප්පණිහිතානුපස්සනා,[2] සුඤ්ඤතානුපස්සනා,[3] අධිපඤ්ඤාධම්මවිපස්සනා,[1] යථාභූතඤාණදස්සනං[3] ආදීනවානුපස්සනා,[2] පටිසඞ්ඛානුපස්සනා,[3] විවට්ටානුපස්සනා.[3]**

(වි.ම. මග්ගාමග්ගඤාණ දස්සන විශුද්ධි නිද්දේස.)

Lithira

සැ.යු.

සංකේත ◀
- 1. අනිච්ච
- 2. දුක්ඛ
- 3. අනත්ත

60. උපග්‍රන්ථයේ 64 වන අංකය බලන්න.

61. අනුලෝම අවස්ථාවේ දී මේ අනුපස්සනා ඔස්සේ අනුලෝම-ප්‍රතිලෝම වශයෙන් සිත ගමන් කරයි. (3 සිට 40 දක්වාත්, නැවත 40 සිට 3 දක්වාත්)

3 ---▶ 7 ---▶ 18 ---▶ 40

3 ---▶ 7 ---▶ 18 ---▶ 40

මෙසේ ත්‍රිලක්ෂණය වැටහෙමින් ගොස් වඩාත් වැටහෙන ලක්ෂණය අනුව විමෝක්ෂ මුඛයට ළං වේ.

විමොක්ඛ - 3 ◀
- 1. **සුඤ්ඤත** - (අනත්තානුපස්සනාවෙන්)
- 2. **අනිමිත්ත** - (අනිච්චානුපස්සනාවෙන්)
- 3. **අප්පණිහිත** - (දුක්ඛානුපස්සනාවෙන්)

62. පටිසංඛාඤාණාවස්ථාවේ දී විදර්ශනාව අලුත් වෙයි. කලින් නොතිබුණු කායික වේදනා (හිසරදය ආදිය) ඇති වේ. ඇඟ තළා දැම්මාක් මෙන් ද, හිස එසවීමට බැරි තරමට බර ගතියක් ද, ඇඟ කෙළින් තබා ගැනීමට අපහසු බවක් ද, නිදිමත නැති නමුත් නිදා ගැනීමට කැමැත්තක් ද, ඇති වේ. මේ වේදනා හොඳින් මෙනෙහි කොට ඉවසා සිටිය යුතුය. එවිට ඒවා සන්සිඳී යනු ඇත. ඒ සන්සිඳීම විදර්ශනාවේ කෙළවර දක්වා යාමට හැකි වන පරිදි දිගටම පවතිනු ඇත. ඇතැම් විට පුරුදු අසනීප ආදී ශාරීරික හේතූන් නිසා වේදනා හට ගනී. ඒවා පවා දැඩි අධිෂ්ඨාන බලයකින් ජය ගත විට නැවත හට නො ගනී. එපමණක් නො ව හිසරදය වැනි සමහර අසනීප පවා සුව වෙයි.

63. සංඛාරුපෙක්ඛාවේ දී වෙහෙසක් නැති ව ඉබේට ම සංස්කාරයන් මෙනෙහි වීම පවතින්නේ සම භූමියක, හොඳට යෙදූ විනීත අශ්වයන් ඇදි රථයක් ගමන් කරන්නාක් මෙනි.

64. **...... භයඤ්ච නන්දිඤ්ච විප්පහාය සංඛාරෙසු උදාසීනො හොති මජ්ඣත්තො**
(වි. ම. පටිපදාඤාණදස්සන නිද්දෙස. 4.1618 පිටුව)

'භය ද, සන්තෝසය ද හැර සංස්කාරයන් කෙරෙහි උදාසීන වෙයි, මධ්‍යස්ථ වෙයි.' (සැ.යු. මෙහි දී 'උදාසීන' යන්නෙහි තේරුම 'නිකං සිටීම' නො ව උත්සාහයක් නැති ව මෙනෙහි කිරීමයි).

65. සංඛාරුපෙක්ඛාවේ දී අරමුණු ධාතු වශයෙන් වැටහෙන බැවින් උපෙක්ඛාව තිබේ.

66. බුදු බව, පසේ බුදු බව, අග්‍ර ශ්‍රාවක තත්ත්වය, මහා ශ්‍රාවක තත්ත්වය ආදිය පැතීම.

67. අනුලෝම ඥාණය දියුණු වීමෙනි වුට්ඨානගාමිනී නම් වූ විපස්සනා ඥාණය ලැබෙන්නේ. ('වුට්ඨාන' යනු ලෝකෝත්තර මාර්ගයයි. 'ගාමිනී' ඒ දක්වා යන චිත්ත වීථියයි).

68. **'යෙහි ආනන්ද ආකාරෙහි යෙහි ලිඞ්ගෙහි යෙහි නිමිත්තෙහි යෙහි උද්දෙසෙහි නාමකායස්ස පඤ්ඤත්ති හොති, තෙසු ආකාරෙසු තෙසු ලිඞ්ගෙසු තෙසු නිමිත්තෙසු තෙසු උද්දෙසෙසු අසති අපි නු ඛො රූපකායෙ අධිවචනසම්ඵස්සො පඤ්ඤායෙථා' ති?**

'නො හෙතං භන්තෙ'.

'යෙන ආනන්ද ආකාරෙහි යෙහි ලිඞ්ගෙහි යෙහි නිමිත්තෙහි යෙහි උද්දෙසෙහි රූපකායස්ස පඤ්ඤත්ති හොති, තෙසු ආකාරෙසු තෙසු ලිඞ්ගෙසු තෙසු නිමිත්තෙසු තෙසු උද්දෙසෙසු අසති අපි නු ඛො නාමකායෙ පටිඝසම්ඵස්සො පඤ්ඤායෙථා' ති?

'නො හෙතං භන්තෙ'. (දී. නි. මහානිදාන සූ.)

'ආනන්දය, යම් ආකාරයන්ගෙන්, යම් ලිංගයන්ගෙන්, යම් නිමිත්තයන්ගෙන්, යම් උද්දේසයන්ගෙන් නාම ධර්ම සමූහයට ප්‍රඥප්තියක් වේ ද, ඒ ආකාරයන්, ඒ ලිංගයන්, ඒ නිමිත්තයන්, ඒ උද්දේසයන් නැති කල්හි, රූපකායයෙහි අධිවචනසම්ඵස්සයක් පැනෙන්නේ ද?'

'වහන්ස, මෙය නොවන්නේය'.

'ආනන්දය, යම් ආකාරයන්ගෙන්, යම් ලිංගනිමිත් - උද්දේසයන්ගේ රූප කායයාගේ ප්‍රඥප්තියක් වේ ද, ඒ ආකාර-ලිංග-නිමිත්ත-උද්දේසයන් නැති කල්හි, නාම කායයෙහි පටිඝසම්ඵස්සයක් පැනෙන්නේ ද?'

'වහන්ස, මෙය නොවන්නේය'.

69. **දුක්ඛෙ ලොකො පතිට්ඨිතො - සං. නි. සගාථක වග්ග, දෙවතා සංයුත්ත, අන්ව වග්ග.**

'ලෝකය දුකෙහි පිහිටා ඇත'.

Lithira

70. 'මහණෙනි, කුමක් ජරා ධර්මයයි කියන්නහු ද? පුත්‍රභාර්යාවෝ ජරා ධර්මයෝය, දැසි දස්හු ජරා ධර්මයෝ ය, එළු බැටළුවෝ ජරා ධර්මයෝ ය, කුකුළෝ හා ඌරෝ ජරා ධර්මයෝ ය, ඇත්, ගව, අස්, වෙළඹහු ජරා ධර්මයෝ ය, රන් රිදී ජරා ධර්මය. මහණෙනි, මේ උපධීහු ජරා ධර්ම වෙති. මේ ලෝ වැසි තෙමේ මෙහි ගැට ගැසුණේ, මුසපත් වූයේ, බැස ගත්තේ, තෙමේ ජරාව ස්වභාව කොට ඇත්තේ, ජරාවට යන ස්වභාව ඇති දෙයක් ම සොයයි.'

(ම. නි. අරියපරියෙසන සූ.)

71. අත්‍ථංගතස්ස න පමාණමත්‍ථි (උපසීවා'ති භගවා)

යෙන නං වජ්ජු තං තස්ස නත්‍ථි

සබ්බෙසු ධම්මෙසු සමූහතෙසු

සමූහතා වාදපථාපි සබ්බෙ

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළ සේක: 'උපසීවය, අනුපාදා පරිනිර්වාණයෙන් පිරිනිවියා හට (රූපාදී) ප්‍රමාණයෙක් (මිණුමක්) නැත. යම් මිනුමකින් ඔහු හැඳින්වෙත් නම් ඒ මිනුම ඔහුට නැත. සියලු (සංඛත) ධර්මයන් නැසූ කල්හි හැම වාදපථයෝ ද නසන ලද වෙති'යි.

(සු. නි. පරායණවග්ග, උපසීව සූ.)

72. මේ වෙනස සිදු වන්නේ චරිත වශයෙනි. අනිත්‍යාදී ලක්‍ෂණ තුනට අයත් ඉන්ද්‍රියයෝ තුන් දෙනෙකි. ඒ අනුව විමෝක්‍ෂ ද ලැබෙති. මෙසේයි:

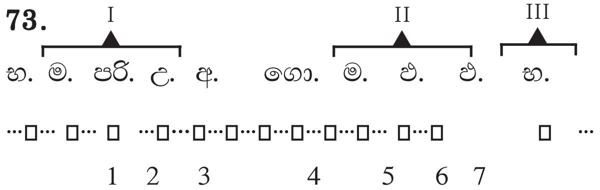
අනිච්ච ලක්ඛණය - සද්ධින්ද්‍රිය -- අනිමිත්ත විමොක්ඛය

දුක්ඛ ලක්ඛණය - සමාධින්ද්‍රිය -- අප්පණිහිත විමොක්ඛය

අනත්ත ලක්ඛණය - පඤ්ඤින්ද්‍රිය -- සුඤ්ඤත විමොක්ඛය

ලක්ඛණ තුන අතුරෙන් ඉබේට ම මතුවන එම ලක්‍ෂණය යෝගාවචරයාට හොඳ හැටි ප්‍රකට වේ. තමාට ම තමාගේ චරිත ස්වභාවය ඒ අනුව තේරුම් ගත හැකිය. ඒ ලක්‍ෂණය තවත් ඈතට දියුණු වන හැටි ද ඔහුට පෙනෙයි. සංස්කාර අරමුණ (භාවනා අරමුණ) එතැන එතැන ම දියුණු වන සැටි පෙනේ. පරිකර්ම, උපචාර, අනුලෝම අවස්ථාවන්හි දී ද සංස්කාර අරමුණ ම පවතියි. හදිසියේ ම අරමුණ නොදැනී ගිය හොත්, එය ගොත්‍රභූ ඵල අවස්ථාවේ දිත් පවතී. ඊට පසු 'ලොකු බරකින් නිදහස් වුණා වගෙයි', 'අමුතු සිදුවීමක් සිදු වුණා වගෙයි' යනුවෙන් ඔහුට හැඟේ.

73.



භ - භවංගම, ම - මනොද්වාරාවජ්ජන, පරි - පරිකම්ම, ඵ - ඵල

උප - උපචාර, අ - අනුලෝම, ගො - ගෝත්‍රභූ, ම - මග්ග

i. **සංඛාරම්මණය**

ii **නිබ්බාරම්මණය**

iii **සංඛාරාරම්මණය**

74. දුක්ඛා සඞ්ඛාරා සුඛො නිරොධො'ති දස්සනං

දුභතො වුට්ඨිතාපඤ්ඤා ඵස්සෙති අමතං පදං

(පටිස, මහාවග්ග, ඤාණකථා, මග්ගඤාණනිද්දෙස)

සංස්කාරයේ දුක්ඛයෝය, නිරෝධ නම් වූ නිවන සැපයකැයි යන දර්ශනය (එනම්, ආර්ය මාර්ග ඥානය) **දුභතො වුට්ඨිතා පඤ්ඤා** නමි. ඒ ඥානය අමෘත පදය නම් වූ නිවන ස්පර්ශ කරයි.

75. සෝවාන් වූවහු ට ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂා 5 කි.

i. මාර්ගය

ii. ඵලය

iii. නැති කළ කෙලෙස්

iv. ඉතිරි කෙලෙස්

v. අමෘත වූ නිර්වාණය.

යන කරුණු ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂා කරයි. සකෘදාගාමි හා අනාගාමි ආර්යයන් වහන්සේලාට ද එසේම පස් ආකාර ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂාවෝ වෙති. රහතන් වහන්සේට වනාහිඉතිරි කෙලෙස් ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂා කිරීමක් **(අවසිට්ඨකිලෙසපච්චවෙක්ඛණං)** නැති බැවින් ඇත්තේ පච්චවෙක්ඛණ සතරක් පමණි.

(වි. ම. ඤාණදස්සන විසුද්ධි නිද්දේසය බලන්න)

Lithira

76. 'මහණෙනි, චක්ෂුස යථාභූත ව දනිමින් දකිමින්, රූපයන් යථාභූත ව දනිමින් දකිමින්, චක්ෂුර් විඥානය යථාභූත ව දනිමින් දකිමින්, චක්ඛු සම්ඵස්සය යථාභූත ව දනිමින් දකිමින්, චක්ඛු සම්ඵස්ස හේතුවෙන් සුව වේවයි, දුක් වේවයි, නො දුක් නො සුව වේවයි යම් වේදනාවක් උපදී ද, එදා යථාභූත ව දනිමින් දකිමින්, චක්ෂුසෙහි නො ඇලෙයි, රූබයන්හි නො ඇලෙයි, චක්ෂුර් විඥානයෙයි නො ඇලෙයි, චක්ඛු සම්ඵස්සයෙහි නො ඇලෙයි. චක්ඛු සමස්ඵස්ස හේතුවෙන් සුව වේවයි, දුක් වේවයි, නො දුක් නො සුව වේවයි යම් වේදනාවක් උපදී ද, එහිදු නො ඇලේ.

නො ඇලී නො බැඳී නුමුළා ව ආදීන ව දකිමින් වාසය කරන ඔහුට මතු පඤ්චෝපාදනස්කන්ධයෝ අපචයට (අඩුවීමට) යෙති. ඔහුගේ පුනර්භවය ඇති කරන නන්දිරාග සහගත වූ ඒ ඒ භවයෙහි අභිනන්දනා කරන (සතුටු වීම් වශයෙන් පවත්නා) යම් තෘෂ්ණාවක් ඇද්ද, ඔහුට ඒ තෘෂ්ණාව ද ප්‍රහීණ වෙයි. ඔහුගේ කායික විඩාවෝ ප්‍රහීණ වෙති. චෛතසික විඩාවෝ ද ප්‍රහීණ වෙති. කායික තැවිලි ද ප්‍රහීණ වෙයි. චෛතසික තැවිලි ද ප්‍රහීණ වෙයි. කායික දැවිලි ද ප්‍රහීණ වෙයි. චෛතසික දැවිලි ද ප්‍රහීණ වෙයි. හේ කායික සුඛය ද චිත්ත සුඛය ද විඳියි.

එබඳු වූවහු ගේ යම් දෘෂ්ටියක් ඇද්ද, ඒ දෘෂ්ටිය ඔහුට සම්‍යක් දෘෂ්ටිය වෙයි. එබඳු වූවහුගේ යම් සංකල්පයක් ඇද්ද, ඒ සංකල්පය ඔහුට සම්‍යක් සංකල්පය වෙයි. එබඳු වූවහු ගේ යම් ව්‍යායාමයක් ඇද්ද, ඒ ව්‍යායාමය ඔහුට සම්‍යක් ව්‍යායාමය වෙයි. එබඳු වූවහු ගේ යම් ස්මෘතියක් ඇද්ද, ඒ ස්මෘතිය ඔහුට සම්‍යක් ස්මෘතියක් වෙයි. එබඳු වූවහු ගේ යම් සමාධියක් ඇද්ද, ඒ සමාධිය ඔහුට සම්‍යක් සමාධිය වෙයි. ඒ මහණහුගේ කාය කර්මය ද, වාක් කර්මය ද, ආජීවය ද, කළින් ම සුපරිශුද්දධව්. මෙසේ ඒ මහණ හට මේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය භාවනාවෙන් වැඩීමට යේ.

මෙසේ මේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වඩන ඒ මහණ හට සතර සතිපට්ඨානයෝ ද භාවනායෙන් පිරීමට යෙති. සතර සම්‍යක් ප්‍රධානයෝ ද ද භාවනායෙන් පිරීමට යෙති. සතර ඍද්ධිපාදයෝ ද භාවනායෙන් පිරීමට යෙති. පඤ්චේන්ද්‍රියෝ ද ද භාවනායෙන් පිරීමට යෙති. පඤ්චබලයෝ ද ද භාවනායෙන් පිරීමට යෙති. සප්ත බොජ්ජංගයෝ ද ද භාවනායෙන් පිරීමට යෙති. ඔහුට සමථ ද, විදර්ශනා ද යන මේ ධර්මයෝ දෙදෙනා යුගනද්ධව පවත්නාහ.

හෙතෙම යම් ධර්ම කෙනෙක් අභිඥායෙන් පිරිසිඳ දත යුත්තාහු ද, ඒ ධර්මයන් අභිඥායෙන් පිරිසිඳ දැන ගනී. යම් ධර්ම කෙනෙක් අභිඥායෙන් ප්‍රහාතව්‍ය වෙත් ද ඒ ධර්මයන් අභිඥායෙන් දුරු කෙරෙයි.

යම් ධර්ම කෙනෙක් අභිඥායෙන් භාවිතව්‍ය වෙත් ද, ඒ ධර්මයන් අභිඥායෙන් වඩයි. යම් ධර්ම කෙනෙක් අභිඥායෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ කට යුත්තාහු වෙත් ද, ඒ ධර්මයන් අභිඥායෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ කෙරෙයි.

(ම. නි. මහා සළායතනික සූ.)

Lithira

අතිපූජනීය කර්මස්ථානාචාර්ය මහෝපාධ්‍යාය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාමාභිධාන මාහිමිපාණන්වහන්සේ විසින් රචිත සත් අනුපස්සනා නමැති ග්‍රන්ථයේ සම්පිණ්ඩනය

මෙතෙක් අපි සත් අනුපස්සානාවන් වෙන් වෙන්ව ගෙන සාකච්ජා කළෙමු. (ඇතැම් විටෙක යම් යම් අනුපස්සනා අතර සම්බන්ධතාව ද සලකා බැලුවෙමු.) දැන් අනුපස්සනා සත ම සමස්තයක් වශයෙන් ගෙන පොදුවේ අවධානය යොමු කරමු.

"පටිසම්භිදා මග්ග"යෙහි සත්තානුපස්සනාවන්ගේ ක්‍රියාකාරිත්වය පෙන්වා දී ඇත්තේ මෙසේය:

"අනිත්‍ය වශයෙන් පුනපුනා දකියි; නිත්‍ය වශයෙන් නොදකියි. දුක්ඛ වශයෙන් පුනපුනා දකියි; සුඛ වශයෙන් නොදකියි. අනාත්ම වශයෙන් පුනපුනා දකියි; ආත්ම වශයෙන් නොදකියි. කලකිරෙයි, සතුටු නොවෙයි. නොඇලෙයි, ඇලීම නොකරයි. නිරුද්ධ කෙරෙයි, නූපදවයි. අත්හරියි, නොගනියි.

අනිච්ච ලෙසින් පුනපුනා දකින්නේ නිච්ච සඤ්ඤාව දුරලයි. දුක් ලෙසින් පුනපුනා දකින්නේ සුඛ සඤ්ඤාව දුරලයි. අනත්ත ලෙසින් පුනපුනා බලනුයේ අත්ත සඤ්ඤාව දුරලයි. කලකිරනුයේ නන්දිය දුරු කෙරෙයි. නොඇලනුයේ රාගය දුරු කෙරෙයි. නිරුද්ධ කෙරෙනුයේ සමුදය දුරු කරයි. අත්හරිනුයේ ආදානය දුරු කෙරෙයි."

සප්ත අනුදර්ශනාවන් අතර මූලිකත්වය දරන්නේ අනිච්ච - දුක්ඛ - අනත්ත යන තුන් අනුපස්සනාවන් බව මින් පැහැදිලි වෙයි. සෙසු අනුපස්සනා සතර ම එම තුන් අනුපස්සනාවන්ගේ ප්‍රතිඵලයෝ ය. (මුල් තුන අනුපස්සනා නමින් ද පසු සතර විපස්සනා නමින් ද "පටිසම්පදා මග්ග"යෙහි තැනක සඳහන් වෙයි.) ඇත්තෙන් ම විදර්ශනාව මුළුල්ලෙහි ම ක්‍රියාත්මක වන්නේ මෙම තුන් අනුපස්සනාවන්ගේ ම ප්‍රභේදයන් ය.

තව ද අනුපස්සනා සත අතර එක්තරා ක්‍රමික සම්බන්ධතාවයක් ද මෙහි නිරූපනය කෙරෙයි. මූලික තුන් අනුපස්සනාවන් එකිනෙකට සම්බන්ධ වන ආකාරය ඉහත පරිච්ඡේදවලදී සාකච්ජා කරන ලදී. සාමාන්‍යයෙන් අනිච්චානුපස්සනාවෙන් දුක්ඛානුපස්සනාව ද ඒ දෙකම ප්‍රත්‍යය කොටගෙන අනත්තානුපස්සනාව ද සිද්ධ වෙයි.

මෙම තුන් අනුපස්සනාවන්ගේ ප්‍රතිඵලය නිබ්බිදාව යි. නිබ්බදානුපස්සනාවෙන් විරාගය ඇති වෙයි. විරාගනුපස්සනාවෙන් නිරෝධය සිදු වෙයි. නිරෝධානුපස්සනාවෙන් පටිනිස්සග්ගය වෙයි.

මේ නයින් විදර්ශනා මාර්ගය සම්පූර්ණයෙන් ම විවරණය කළ හැකි වන්නේ ය.

එහෙත් මෙම ක්‍රමික සම්බන්ධතාව සෑම විටම ඒ ආකාරයෙන් ම සිදු විය යුතුයැ යි කිව නොහැකිය. විදර්ශනාව යනු සංකීර්ණ ක්‍රියාවලියකි. එහිදී ඒ ඒ අනුපස්සනාවන් විවිධාකාරයෙන් එකිනෙකට ප්‍රත්‍යය වනු ඇත. "පටිසම්භිදා මග්ග"යෙහි ම එක් තැනකදී පටිනිස්සගයෙන් අනතුරුව නිරෝධය වන ආකාරයෙන් පෙන්වා දී තිබේ. තව ද බය - නිරෝධානුපස්සනාව හෝ බය - විරාගානුපස්සනාව හෝ මුල් වීමෙන් සෙසු අනුපස්සනා ක්‍රියාවත් වීම සිදු විය හැකිය. එසේම විදසුන මුදුන්පත් වන්නා වූ ලෝකෝත්තර මාර්ගා'වස්ථාව, විරාගානුපස්සනා වශයෙන් ද නිරෝධානුපස්සනා වශයෙන් ද පටිනිස්සග්ගානුපස්සනා වශයෙන් ද දැක්විය හැක්කේ ය.

එක ම අනුපස්සනාව විදර්ශනා මාර්ගයෙහි විවිධ අවස්ථාවන්හි දී පෙරමුණට එන හැටි ඒ ඒ අනුපස්සනා විස්තරයන්හි දී පෙන්වා දෙන ලදී. විදර්ශනාව මුහුකුරා යත් ම අනුපස්සනාව ද ක්‍රමයෙන් ගැඹුරු වෙයි; පුළුල් වෙයි. ඉන් ඇතිවන අවබෝධය ද ක්ලේශ ප්‍රහාණය ද ඒ අනුව කෙමෙන් තියුණු වනු ඇත.

මේ අනුව, එක් අනුපස්සනාවක් සම්පූර්ණ වූ පසුව ම ඊළඟ අනුපස්සනාවට බැස ගැනීම සිදු වේ යැයි නියමයක් නැත. හැම අනුපස්සනාවක ම පොදු ක්‍රමික විකාශනයක් දක්නට ලැබෙයි. එහෙත් විදර්ශනාවේ ඇතැම් සන්ධිස්ථානයන්හි දී එක්තරා අනුපස්සනාවක් විශේෂයෙන් කැපී පෙනීමට ඉඩ ඇත. වෙනත් අවස්ථාවන්හි දී අනුපස්සනා

කීපයක් ම මාරුවෙන් මාරුවට ක්‍රියාත්මක වනු ඇත. එක ම අනුපස්සනාව නෙයෙක් මුහුණුවරින් ද මතු වන්නේ ය.

ඇතැම් අනුපස්සනාවන් බොහෝ සෙයින් එකිනෙකට සමාන ස්වරූපයක් දරන බව පෙනී යයි. ප්‍රායෝගික දෘෂ්ටි කෝණයකින් බලන කල්හි විදර්ශනාවේ සමහර අවස්ථා කවර අනුපස්සනාවක් යටතේ වර්ගීකරණය කළ යුතුදැ යි තීරණය කිරීම අසීරු වෙයි. එහෙත් මෙය යෝගාවචරයා හට බරක් විය යුතු නොවේ. සතිසම්පජඤ්ඤය (සිහි නුවණ) මැනවින් යෙදෙන්නේ නම්, සුදුසු අනුපස්සනාවන් නිරායාසයෙන් මෙන් මතු වී වැඩෙනු ඇත. විදර්ශනාව කෙරෙද්දී මේ අසවල් අනුපස්සනාව යැයි නම් වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම අවශ්‍ය නොවේ. එබඳු වැටහීමක් ඉබේ පහළ වුව ද එය ද විදර්ශනාවට නැංවිය යුත්තේය.

ඒ ඒ යෝගාවචරයාගේ පෞද්ගලික කුසලතා ප්‍රභේද අනුව සලකා බලන විට, කාහටත් ගැළපෙන්නා වූ, අනුපස්සනාවන්හි පොදු පිළිවෙතක් දැක්වීම දුෂ්කර වන්නේ ය. එහෙත් කවර යෝගාවචරයකු වුව ද නිසි ලෙස විදර්ශනා මර්ගයෙහි ගමන් කරන්නේ නම් මේ අනුපස්සනා සත ම වැඩෙන බව කිව හැකි ය. මෙහි දී ඒ ඒ යෝගාවචරයාගේ උපනිඃශ්‍රය සම්පත්තිය (එනම්, පෙර සසර භාවනා කොට තිබීම හා එසේ භාවනා වඩන ලද ආකාරය) බෙහෙවින් බලපාන බව පෙනෙයි.

කෙසේ වුව ද, විදර්ශනා මනසිකාරයෙහි කඩවීම් - පසුබැසීම් වේ නම්, වරින්වර නීවරණ පෙළඹීම මතු වෙයි නම්, උචිත අනුපස්සනාවන් පිළිබඳව වැඩි අවධානයක් යෙදීම ප්‍රඥාගෝචර වනු ඇත.

සිතේ බලවත් රාගයක් ඉපැදුණු විටෙක දී එක් යෝගාවචරයෙක් විරාගානුපස්සනාව වැඩීය. මනසිකාරය කෙමෙන් ගැඹුරු වී අවසානයේ දී රාගය මුළුමනින් ම දුරු විය. මෙවිට යෝගාවචරයා ඕනෑකමින් රාග සිතක් ඇති කර ගැනීමට වෑයම් කළ ද, නොහැකි විය.

සත්තානුපස්සනාවන් (මෙම පරිච්ඡේදය ආරම්භයේ දී ම දක්වන ලද ආකාරයෙන්) භඞ්ග ඤාණය තුළ ක්‍රියාවත් වන බව "පටිසම්භිදා මග්ග"යෙහි සඳහන් වෙයි. (භඞ්ග ඤාණය බෙහෙවින් පුළුල් ලෙසින් පැතිරෙන අන්දම මින් තහවුරු වෙයි.) ඒ අනුව, භඞ්ග ඤාණයෙහි සිට ඉහළට විහිදෙන පහාන පරිඤ්ඤා අවස්ථාවේ දී සත්තානුපස්සනාවන්ගේ අධිපති භාවය වෙතැ යි "විසුද්ධි මග්ගය" කියයි.

භඞ්ග ඤාණයට පෙරාතුව මෙම අනුපස්සනා ක්‍රියාකාරී නොවෙතැ යි මින් අදහස් නොකෙරෙයි. මේ බැව් "විසුද්ධි මග්ගය" ම පැහැදිලිව පවසයි. "පටිසම්භිදා මග්ග"යෙහි ද බොහෝ තැන්වල දී විදර්ශනා මාර්ගය ම සත්තානුපස්සනාවන් ප්‍රමුඛ අටළොස් විදසුන් මඟින් දැක්විමෙන්, විදර්ශනාවේ ප්‍රාථමික අවස්ථාවේ සිට ම මෙම අනුපස්සනා ක්‍රියාත්මක වන බව හැඟවෙයි.

එහෙත් අනුපස්සනාවන් ප්‍රබල ලෙස කෙලෙස් දුරු කරමින් තදින් ම ක්‍රියා කරන්නේ භඞ්ග ඤාණයේ සිට ඉහළට යැයි කිව හැකිය. භඞ්ග ඤාණය විදර්ශනා මාර්ගයෙහි වැදගත් සන්ධිස්ථානයක් වෙයි. අනුපස්සනා වශයෙන් සලකතොත්, භඞ්ග ඤාණයෙහි මූලික ස්වරූපය වනාහි බය - නිරෝධානුපස්සනාව හෝ බය - විරාගානුපස්සනාව හෝ වෙයි.

"පටිසම්භිදා මග්ග" යෙහි කායානුපස්සනා, වේදනුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානුපස්සනා යන සතර සතිපට්ඨානයන් විවරණය කොට තිබෙන්නේ ද සත්තානුපස්සනා වශයෙන් කෙරෙන අනුපස්සනා ලෙසිනි. එසේ ම සොළොස් වැදෑරුම් ආනාපානාසති කර්මස්ථානයෙහි එක් එක් පියවරක් පාසා සත් අනුපස්සනා මඟින් විදර්ශනා කෙරෙන ආකාරය මෙහි දක්වා තිබේ.

ඒ ඒ අනුපස්සනාවෙන් දුරු කෙරෙන කෙලෙසුන් හේතු කොට ගෙන කම්පාවක් - සැලීමක් නොවන අර්ථයෙන්, සත්තානුපස්සනාවන් 'විදර්ශනා බල' නමින් හඳුන්වා දී තිබේ. නිරෝධ සමාපත්තිය පිණිස ද මෙය පාදක වෙයි. තවත් නොයෙක් විග්‍රහයන්හි දී සත්තානුපස්සනාවන් සහ ඉන් සිදු කෙරෙන ක්ලේශ ප්‍රහාණය පිළිබඳව "පටිසම්භිදා මග්ගය" සඳහන් කරයි.

එහෙත් "පටිසම්පදා මග්ගය" හැර, මෙලෙසින් මේ සත් අනුපස්සනාවන් හා ඉන් දුරු කෙරෙන කෙලෙස් ද දක්වා තිබෙන අන් සූත්‍ර පිටක ග්‍රන්ථයක් දක්නට නොමැත. අනුපස්සනා එකක් හෝ කිහිපයක් හෝ නම් වශයෙන් අඩංගු වන ආදි ම බුද්ධ දේශනා වෙතත්, මෙම අනුපස්සනා සත ම නම් වශයෙන් සඳහන් වෙන තනි බුද්ධ දේශනයක් නම් අපට හමු වුයේ නැත.

බුද්ධ දේශනාවෙහි ඇතැම් තැනෙක 'සඤ්ඤා' නමින් ද මේ අනුපස්සනා දක්වා තිබේ. ඒ මෙසේය:

1. අනිච්ච සඤ්ඤා = අනිච්චානුපස්සනාව
2. දුක්ඛ සඤ්ඤා හෙවත් අනිච්චෙ දුක්ඛ සඤ්ඤා = දුක්ඛානුපස්සනාව
3. අනත්ත සඤ්ඤා හෙවත් දුක්ඛෙ අනත්ත සඤ්ඤා = අනත්තානුපස්සනාව
4. සබ්බලොකෙ අනභිරත සඤ්ඤා = නිබ්බිදානුපස්සනාව
5. විරාග සඤ්ඤා = විරාගානුපස්සනාව
6. නිරෝධ සඤ්ඤා = නිරෝධානුපස්සනාව
7. පහාන සඤ්ඤා = පටිනිස්සග්ගානුපස්සනාව

ඇතැම් තැනක මෙම සංඥා සත වෙනත් සමථ සඤ්ඤා තුනක් පෙරටු කොටගෙන දකින්නට ලැබේ. මෙම සප්ත සංඥා තුළින් එකක් හෝ කිහිපයක් හෝ පමණක් ඇතුළත් වන දේශනා නම් රාශියෙකි.

"සබ්බ සඞ්ඛාරෙසු අනිච්ච සඤ්ඤා" (= සියලු සංස්කාර කෙරෙහි අනිත්‍ය ය යන සංඥාව) යනුවෙන් ද දේශනා රාශියක අන්තර්ගත ව තිබේ. මෙහි විවරණය අනුව හැඟී යන්නේ එමගින් නිබ්බිදාව හෝ විරාගය හෝ කියැවෙන බවකි.

අනිච්ච - දුක්ඛ - අනත්ත යන තුන් අනුපස්සනාවන්ගෙන් අනතුරුව නිබ්බිදාව හා විරාගය ඇතිවීම දැක්වෙන බුද්ධ දේශනා බහුල වශයෙන් ඇත. ("නිබ්බිදානුපස්සනාව" පරිච්ඡේදයෙහි මෙවන් නිදසුන් රැසක් උපුටා දක්වා තිබේ.) නිබ්බිදා - විරාග - නිරෝධ යන පද තුන පිළිවෙළින් යෙදෙන දේශනා ද වෙයි.

"අනිච්ච ය; සඞ්ඛත ය (= ප්‍රත්‍යයන් එක්ව සැකසුනෙකි); පටිච්ච සමුප්පන්න ය (= ප්‍රත්‍යයන් නිසා, ප්‍රත්‍යයන් සමඟ උපන්නෙකි); ඛය (= ගෙවෙන) ස්වාභවය වෙයි; වය (= වැනසෙන) ස්වාභවය වෙයි; නිරෝධ ස්වභාවය වෙයි."

මෙය ද සූත්‍ර පිටකයෙහි බහුලව යෙදෙන්නා වූ අනුපස්සනා ක්‍රමයෙකි. මෙම පටිපාටියෙහි ද අනිච්ච ලක්ඛණය මුල් තැන ගන්නා බව පෙනෙයි. 'ඛය', 'වය' යනුවෙන් නිරෝධානුපස්සනාව දැක්වෙයි. ('ඛයානුපස්සනා' හා 'වයානුපස්සනා' නමින් අටළොස් මහ විදසුන් පෙළෙහි තවත් අනුපස්සනා දෙකක් ද වෙයි.) විරාග යනු ඛය- විරාගය හෝ තදඞ්ග - විරාගය හෝ විය

හැකිය. "සඞ්ඛත" හා "පටිච්ච සමුපන්න" යන දෙපදයෙන් ම අනිත්‍යතාව මෙන් ම අනාත්මතාව ද විදහා දැක්වෙයි.

කෙලෙසුන්ගේ ප්‍රහාණය පිළිබඳව කියැවෙන ඇතැම් දේශනාවන්හි ඛය- වය-විරාග-නිරෝධ-චාග-පටිනිස්සග්ග යන අනු-පිළිවෙලක් සඳහන් වෙයි. මෙහි 'චාග' යන්නෙන් පටිනිස්සග්ගය ම හැඟවෙයි.

සත් අනුපස්සනාවන්ගේ වශයෙන් නම් නොකොට ආකාරවලින් දේශනා කරන ලද අනුපස්සනා ක්‍රම ද වෙයි. මෙවැනි අනුපස්සනා නිරූපනය කරන්නා වූ විශේෂ පද බෝහෝමයකගේ සංග්‍රහයක් "පටිසම්භිද මග්ග" යෙහි එයි. පද 40 කින් සමන්විත වන මෙම එකතුවේ සෑම පදයක් ම නැවත අනිච්ච-දුක්ඛ-අනත්ත යන තුන් අනුපස්සනාවනට බෙදා තිබේ. මෙම අනුපස්සනා විධි40 ම ඇතුළත් වන්නා වූ තනි බුද්ධ දේශනාවක් දක්නට නොලැබුණත්, මින් 11 ක් හෝ ඊට අඩුවෙන් හෝ එකට යෙදී ඇති දේශනා රාශියක් වෙයි. "විසුද්ධි මග්ගය" ද විදර්ශනා මාර්ගයෙහි කීප අවස්ථාවක ම විස්තර කිරීම සඳහා මෙම චත්තාළීසාකාර (= 40 ආකාර) අනුපස්සනාවන් යොදාගෙන තිබේ.

සත්තානුපස්සනා යනු අට්ඨාරස (= 18) මහා විපස්සනා මාලාවේ මූලික අනුපස්සනා කාණ්ඩය බව ආරම්භයේදී ම සඳහන් කරන ලදී. එම අනුපස්සනා මාලාවේ සෙසු මහා විපස්සනාවලින් දැක්වෙනුයේ මෙම මූලික සත් අනුපස්සනාවන් ම විවිධ මුහුණුවරින් ඉදිරිපත් වන්නා වූ ආකාරයන් ය.

සත් අනුපස්සනාවන් පිළිබඳ විවරණය මෙතෙකින් සමාප්ත වෙයි. සත් අනුපස්සනා මාලාව ඒකාන්තයෙන් ම නිවනට පමුණුවන පිය ගැට පෙළකි.

★ ★ ★

" අනිච්චානුපස්සනාව වඩන ලද්දේ, බෙහෙවින් කරන ලද්දේ, ජවන පඤ්ඤාව (= දිවෙන සුලු වැනි පහසුවෙන් පැනිරෙන නුවණ) පුරවයි.

දුක්ඛානුපස්සනාව වඩන ලද්දේ, බහුලව කරන ලද්දේ, නිබ්බේධික පඤ්ඤාව (= විනිවිද කැපෙන සුලු, කෙලෙස් විදලීමට සමත් වන නුවණ) පරිපූර්ණ කරයි.

අනත්තානුපස්සනාව භාවිතා කරන ලද්දේ, බොහෝ සේ වඩන ලද්දේ, මහා පඤ්ඤාව (= මහත් වූ නිවන) පිරිපුන් කෙරෙයි.

සප්ත විශුද්ධිය හා විදර්ශනා ඥාන

නිබ්බිදානුපස්සනාව වැඩිමෙන්, බෙහෙවින් කිරිමෙන්, තික්ඛ පඤ්ඤාව (= තියුණු වූ නුවණ) පිරෙයි.

විරාගානුපස්සාව වැඩිමෙන්, බෙහෙවින් කිරීමෙන්, විපුල පඤ්ඤාව (= පුළුල් නුවණ) පිරිපුන් බවට යෙයි.

නිරෝධානුපස්සනාව වැඩිමෙන්, බහුලව වැඩිමෙන්, ගම්භිර පඤ්ඤාව (= ගැඹුරු නුවණ) පිරෙයි.

පටිනිස්සග්ගානුපස්සනාව වඩන ලද්දේ, බොහෝ සෙයින් කරන ලද්දේ, අසාමන්ත පඤ්ඤාව (= ළඟා විය නොහැකි නුවණ) සපිරෙයි.

මෙම සත් නුවන වැඩිමෙන්, බහුලව කිරිමෙන්, (සංඛාරුපෙක්ඛා - අනුලෝම - ගෝත්‍රභූ ඤාණ සඞ්ඛ්‍යාත) පණ්ඩිත බව පිරිමට යෙයි.

මෙම අට නුවණ වැඩීමෙන්, බහුලව කිරීමෙන්, (මාර්ග ඥාන සඞ්ඛ්‍යාත) පුථු පඤ්ඤාව (= පුළුල් වූ වෙන් වූ නුවණ) පිරෙයි.

මෙම නව - නුවණ වඩන ලද්දේ, බහුලව කරන ලද්දේ (පච්චවෙක්ඛණ ඤාණ නම්) හාස පඤ්ඤාව (= සතුටින් යුත් නුවණ) පුරවයි.