

ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමන්ගේ
භාවනා අත්දැකීම්

2013 - 2





උතුම් අරහත් සම්මා සම්බුද්ධ තපාගතයන් වහන්සේට නමස්කාරය වේවා!

උතුම් තපාගතයන් වහන්සේ නිසා ම බිහිවූවා වූ සද්ධර්ම රත්නයට නමස්කාරය වේවා!

උතුම් සද්ධර්ම රත්නය නිසා ම බිහිවූවා වූ ආර්ය පුද්ගල මහා සංඝ රත්නයට
නමස්කාරය වේවා!

අකනිට්ඨ බ්‍රහ්ම ලොව ධම්ම මණ්ඩලයේ ජීවමානව වැඩ වාසය කරන්නා වූ උත්තරීතර
රහතන් වහන්සේලාට කෘතඤ්ඤාපූර්වක නමස්කාරය වේවා!

උතුම් ධර්මාචාර්ය ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමාට හදපිරි කෘතඤ්ඤාපූර්වක
නමස්කාරය වේවා!

පෙරවදන

මෙම ග්‍රන්ථ මාලාවෙහි අන්තර්ගත වන්නේ ධර්මාචාර්ය ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමා විසින් අකනිට්ඨ බ්‍රහ්ම මණ්ඩලයේ රහතන් වහන්සේලාගේ මහ පෙන්වීම යටතේ සිදුකරන ලද භාවනාවන්ගේ පිටපත් කිරීමකි. ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමාගේ උපදෙස් මත මෙම භාවනාවන් පරිශීලනයට සුදුසු වන්නේ, දින හතරේ භාවනා වැඩසටහන සම්පූර්ණ කරනු ලැබුවන් ය. පරිශීලකයාගේ පහසුව පිණිස, මෙම භාවනාවන් වාර්ෂිකව බණ්ඩ කොට පිටපත් කිහිපයකින් මුද්‍රණය කිරීමට සලසා ඇත.

මෙම පිටපත් මුද්‍රණයෙහි අරමුණ වන්නේ, ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමාගේ භාවනාවන් ශ්‍රවණය කර, ධර්ම අවබෝධයන් ලබාගැනීම සඳහා උපකාරයක් වශයෙනි. භාවනාවන්ගේ ප්‍රායෝගිකත්වය මනාව ග්‍රහණය කර ගැනීම පිණිසත්, අපැහැදිලි ස්ථාන නිරාකරණය කර ගැනීම පිණිසත් එම භාවනා ශ්‍රවණය කිරීම ම නිර්දේශ කර සිටිමු. මෙම භාවනා පරිශීලනයේ දී උපකාරී වීම සඳහා යොදාගත් රූප සටහන් ද එම භාවනාවන් අවසානයේ දී දක්වා ඇත.

භාවනාවන් පිටපත් කිරීමේ දී හෝ මුද්‍රණයේ දී යම් යම් අඩුපාඩු සිදුවී ඇති නම් ඒ සඳහා අපි සමාව අයදීමු. මෙම පිටපත් සකස් කොට මුද්‍රණය කිරීම සඳහා නන් අයුරින් සහාය දුන් සැමට අපගේ හදපිරි කෘතඤ්ඤාවය පළකර සිටිමු.

තථාගත සම්මා සම්බුද්ධ ධර්මය අවබෝධය තුලින් සියලු සත්වයන්ට උතුම් වූ නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරගත හැකි වේවා!

වීරං ජයතු සම්මා සම්බුද්ධ සාසනං!

මෙම ග්‍රන්ථය අනවසරයෙන් හෝ ලාභ පරමාර්ථයෙන් මුද්‍රණය කිරීම හෝ පිටපත්
සැකසීම නොකළ යුතු ය.

2024 අප්‍රේල්

<https://visuddhimagga.info>

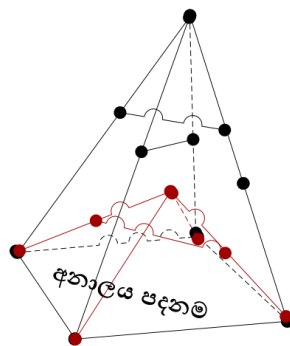
ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමන්ගේ

භාවනා අත්දැකීම්

**Meditation Experiences of
Dr. Lalith Ranatunga**

2013 - 2

(නොවැම්බර් - දෙසැම්බර්)



ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ග සීලය සමාදන් වීම

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස!

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස!

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස!

බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි

මම ලෝභය නැතිකරමි

ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි

මම ද්වේෂය නැතිකරමි

සංඝං සරණං ගච්ඡාමි

මම මෝහය නැතිකරමි

දුකියම්පි බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි

මම පංච නිවරණයෝ යටපත් කරමි

දුකියම්පි ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි

මම පංච නිවරණයෝ යටපත් කර ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගමන් කරමි

දුකියම්පි සංඝං සරණං ගච්ඡාමි

මම ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගොස් චතුර්ථධ්‍යානයට යමි

තතියම්පි බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි

මම පංච බලයෝ පංච ඉන්ද්‍රියන් බවට පත් කරමි

තතියම්පි ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි

මම ඡන්ද, චිත්ත, චිරිය, විමංසා ඉද්ධිපාදයෝ වඩමි

තතියම්පි සංඝං සරණං ගච්ඡාමි

මම සජ්ත බොජ්ඣංගයෝ වඩමි

පාණානිපාතා වෙරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි

පාණානිපාතය නිසා ද්වේෂය ඇති වන්නේ ය. ද්වේෂය නිසා පාණානිපාතය ඇති වන්නේ ය.

අදන්තාදානා වෙරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි

අදන්තාදානය නිසා ලෝභය ඇති වන්නේ ය. ලෝභය නිසා අදන්තාදානය ඇති වන්නේ ය.

කාමෙසුමිච්ඡාවාරා වෙරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි

කාමයේ වරදවා හැසිරීම නිසා මෝහය ඇති වන්නේ ය. මෝහය නිසා කාමයේ වරදවා හැසිරීම ඇති වන්නේ ය.

මුසාවාදා වෙරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි

මුසාවාදය නිසා ලෝභය ඇති වන්නේ ය. ලෝභය නිසා මුසාවාදය ඇති වන්නේ ය.

පරුසාවාවා, පිසුනාවාවා වෙරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි

පරුසාවාව, පිසුනාවාව නිසා ද්වේෂය ඇති වන්නේ ය. ද්වේෂය නිසා පරුසාවාව, පිසුනාවාව ඇති වන්නේ ය.

සම්ප්ප්පලාපා වෙරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි

සම්ප්ප්පලාපය නිසා මෝහය ඇති වන්නේ ය. මෝහය නිසා සම්ප්ප්පලාපය ඇති වන්නේ ය.

සුරාමෙරයමජ්ජපමාදට්ඨානා වෙරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි

සුරාපානය නිසා ඵීනමිද්ධය ඇති වන්නේ ය. ඵීනමිද්ධය නිසා මෝහය ඇති වන්නේ ය.

පටුන

01/11/2013 - ඉද්ධි භාවනා.....	1
Iddhi Bhāvanā	
04/11/2013 - අනාත්චික.....	4
Unreality	
05/11/2013 - පටි තුන.....	7
Three Belts	
07/11/2013 - ලාභ.....	9
Lābha - Gain	
08/11/2013 - ඉද්ධි භාවනා.....	13
Iddhi Bhāvanā	
09/11/2013 - අත්ත සඤ්ඤා භාවනා.....	17
Atta Saññā Bhāvanā	
10/11/2013 - අසනිය අසම්පජානය භාවනා.....	20
Asatiya Asampajānaya Bhāvanā	
11/11/2013 - නිර්වාණ.....	23
Nirvāṇa	
12/11/2013 - රූපරාග භාවනා.....	27
Rūpa Rāga Bhāvanā	
14/11/2013 - චිතමිද්ධ උද්ධච්ච මාන භාවනා.....	30
Thīnamiddha Uddacca Māna Bhāvanā	
15/11/2013 - උපසමාධිච්චාන භාවනා.....	33
Upasamādhittṭhāna Bhāvanā	
18/11/2013 - ඉද්ධි භාවනා.....	36
Iddhi Bhāvanā	
19/11/2013 - ලෝභ භාවනා.....	38
Lobha Bhāvanā	
22/11/2013 - මෝහ සිට කුක්කුච්ච - භාවනා.....	41
Moha to Kukkucca Bhāvanā	
23/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද භාවනා.....	43
Vīmaṃsā Iddhipāda Bhāvanā	
24/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද 2.....	47
Vīmaṃsā Iddhipāda 2	
26/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද - අවසාන.....	49
Vīmaṃsā Iddhipāda Final	
27/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද 5.....	51
Vīmaṃsā Iddhipāda 5	
28/11/2013 - සම්මා සමාධි.....	53
Sammāsamādhī	

29/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද 6.....	57
Vīmaṃsā Iddhipāda 6	
30/11/2013 - විමුක්ති.....	60
Vimutti	
01/12/2013 - පරාමාස භාවනා.....	63
Parāmāsa Bhāvanā	
04/12/2013 - ඉද්ධිපාද විභංග භාවනා.....	67
Iddhipāda Vibhaṅga Bhāvanā	
05/12/2013 - විචිකිච්ඡා භාවනා - ටීනමිද්ධ.....	70
Vicikicchā Bhāvanā - Thīnamiddha	
06/12/2013 - සුසමාරද්ධ - ඉද්ධි භාවනා.....	76
Susamāradha - Iddhi Bhāvanā	
07/12/2013 - සතර ඉද්ධිපාද භාවනා.....	83
Satara Iddhipāda Bhāvanā	
08/12/2013 - සම්මා දිට්ඨි භාවනා.....	86
Sammādiṭṭhi Bhāvanā	
09/12/2013 - වත්ථුපම සුත්‍ර භාවනා.....	88
Vatthūpama Sutta Bhāvanā	
10/12/2013 - සුඛභාගිය ධම්ම භාවනා.....	90
Sukhabhāgiya Dhamma Bhāvanā	
11/12/2013 - එස්ස නිරෝධ භාවනා.....	92
Phassa Nirodha Bhāvanā	
12/12/2013 - සුසමාරද්ධ භාවනා 2.....	96
Susumāradha Bhāvanā - 2	
13/12/2013 - සුසමාරද්ධ භාවනා 3.....	99
Susumāradha Bhāvanā 3	
14/12/2013 - දුක්ඛ දුක්ඛතා භාවනා.....	102
Dukkhadukkhatā Bhāvanā	
15/12/2013 - ආචාර්ය අද්භූත ධර්ම 1.....	105
Acchariya Abbhuta Dhamma 1	
16/12/2013 - නිරාසත්තියෙන් නිරෝධ භාවනා.....	108
Nirodha Bhāvanā from Nirāsatti	
17/12/2013 - ඉන්ද්‍රිය වේමන්තතා ඥානය.....	111
Indriyavemattatā Ñāṇa	
19/12/2013 - සංඛාර දුක්ඛතා භාවනා.....	114
Saṅkhāra Dukkhatā Bhāvanā	
20/12/2013 - ඉද්ධිපාද භාවනා 7.....	116
Iddhipāda Bhāvanā 7	
21/12/2013 - බොජ්ඣංග භාවනා 7.....	120
Bojjhaṅga Bhāvanā 7	
24/12/2013 - සීලබ්ධත උපාදාන 2.....	124

Sīlabbata Upādāna 2

25/12/2013	- එස්ස නිරොධො දුක්ඛ නිරොධො.....	128
	Phassanirodhā Dukkha Nirodho	
26/12/2013	- අභිජ්ඣා දෝමනස්ස භාවනා.....	132
	Abhijjā Domanassa Bhāvanā	
27/12/2013	- සුඛිත භාවනා.....	136
	Sukhita Bhāvanā	
28/12/2013	- ලෝභ ද්වේෂ මෝහ භාවනා.....	139
	Lobha Dosa Moha Bhāvanā	
29/12/2013	- ආශ්‍රව භාවනා.....	143
	Āsava Bhāvanā	
30/12/2013	- බොජ්ඣංග භාවනා 8.....	147
	Bojjhaṅga Bhāvanā 8	

01/11/2013 - ඉද්ධි භාවනා

Iddhi Bhāvanā

අද ඒ උතුම් බුදුපියවරු මම සිහි කළා. ඒ බුදුපියවරු සිහි කළා, ඒ බුදුපියවරු දාහතර නම ම ඉතින් ඒ ශ්‍රේෂ්ඨ වූ බුදුපියවරු. ඒ කියන්නේ, සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාණන් වහන්සේව කෙනෙකුට ඇසුරු කරන්න ලැබෙනවා ද, ඒ පුද්ගලයා ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් වෙනවා කියන එක අහන්න දෙයක් නැහැයි කියලා. ඉතින් මේ මහා ප්‍රඥාවෙන් යුතු වූ බුදුපියවරු, දාහතර වෙනි නම මෙසේ නම්, අතින් බුදුපියවරු ගැන කවර කතා ද කියලා. එහෙම කරගෙන ගියා ඉතින් මාව කොහෙත්වත් නැවැත්තුවේ නැහැ.

මම ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගමන් කරලා, සම්මා දිට්ඨියෙන් පටන් ගත්තා. මේ දුක්ඛය කියන එක මම මෙනෙහි කළා ජාති ජරා ව්‍යාධි මරණ උපායාස අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය දිගට ම මෙනෙහි කළා. පංචඋපාදානස්කන්ධය, මේ ඇලීම කියන එක තමයි මේ ප්‍රශ්නය කියන එක. ඉතින් ඒ කියන්නේ රූපයවත් වේදනාවවත් සඤ්ඤාවත් සංස්කාරයවත් කොහේවත් ස්ථිතියක් වෙන්න දෙන්නේ නැත්නම් මේ කිසිම දෙයක් නැතෙයි කියලා. දැන් ඒ වැඩ සටහනක ප්‍රතිඵලය මනුස්සයන්ට ලැබුණ ද, ලැබුණේ නැද්ද කියලා ඒ වුණත් ඒක ගැනත් හරියට උපෙක්ඛාවක් තියෙනවා. ඒක සහිතව. මොකද ඒ අර භාවනාවේදී ආරම්භයේ දී ම කිව්වා වූ වචනයක් ඇහිලා, ඒක තමයි මගේ උපෙක්ඛාව ඒ විදිහට ඇති වුණේ.

එතකොට මම කල්පනා කළා මේ විඤ්ඤාණයේ ස්ථිතිය හින්දා ම තමයි මේ ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ. විඤ්ඤාණයේ ස්ථිතියක් වෙන්න දෙන්නේ නැත්නම් ඔය ප්‍රශ්නය නැහැ. එහෙනම් ඒකට මම සතර සුඛ භාගීයධර්මය කියන එක භාවිතා කරන්න ඕන. එහෙම නම් මම පළවෙනි සුඛභාගීය ධර්මය හැටියට, ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන එක භාවිතා කරන්න ඕන. එතකොට එතෙත්දී අභිජ්ඣා දෝමනස්සය නොවෙන්න. එතකොට ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන එක මම ගත්තහම මට එනවා අභිජ්ඣාව, මේ රූපය සම්බන්ධයෙන් අභිජ්ඣාවක් නැහැ.

ඊට පස්සේ එහා කෙළවරට තමන්ට අභිජ්ඣාවන් එනවා. ඒ අර්ථය කිව්වේ මොකද මේ රූපය, රූප කුලය. රූප කුලයට එහෙම නැත්නම් සමාධි කුලයට. ඔය රූප කුලේ ඉඳන් සමාධි කුලය දක්වා තිබෙන්නා වූ කිසිම දේකට නොඇලී ඉන්නට ඕන, අභිජ්ඣාව නොපවතින්න ඕන.

ඉතින් ඔය වෙලාවේදී රහතන් වහන්සේ “Excellent” කියලා කිව්වා, ඒ දෙක ඒ කියන්නේ මෝහයෙන් වෙන්නා වූ දේ, ඒක නොවෙන්න ඕන. ඉතින් මේක මෙහෙම නොවෙන්න නම් මම කල්පනා කළා, මේකෙන් ඡන්ද සමාධිය තියෙන්න ඕන

නිර්වාණයට කියන එක. ඊළඟට විමංසාව තියෙන්න ඕනෙ අරක එතනින් නොගන්නයි. සමාධිය මගේ නොවන්න විමංසාව කියන එක තියෙන්න ඕනෙ. එතකොට දැන් ඔන්න ඡන්දයයි, විමංසාවයි කියන දෙක පැවතිය යුතුයි කියන එක එතන ඒ දෙකේ ආවා.

ඉතින් මේක හරි හොඳයි. ඔපව මහා විශාලයි. හොඳට තදේට දැනෙනවා ඔක්කෝම පත්තු වුණා. දැන් මේ දෙක පත්තු වෙලා තියෙනකොට මම කල්පනා කළා, දැන් එහෙම නම් මේ තපසට කියන එකට මම එතකොට, තපස නේ ඊළඟට තියෙන්නේ. වත්තාරොඉද්ධිපාදා කියලත් තියෙනවා. එතකොට මෙතන මේ දෙක ම මට දැන් ලස්සනට ගැලපිලා එනවා. වත්තාරොඉද්ධිපාදා කිව්වහම, අර ඡන්දයෙන් ඇති වුණා වූ සමාධියේ එතන කතාව තියෙනවා. විමංසා සමාධියේ කතාව තියෙනවා මේ රූප කුලය නොවෙන්නයි, සමාධි කුලය නොවෙන්නයි, ඒ දෙක ම ඔය දෙකෙන් ඇති වෙලා තියෙනවා. එතකොට ඉද්ධිපාදා කියන කොටස තියෙනවා. මේ විත්ත සමාධිය පවතින්න නම්, එහෙම නම් මට මුසාවාද, පරුෂා වාචා, පිසුණා වාචය, ඒවා නැති වෙන්න ඕනෙ.

එතකොට මට එනවා, එහෙම නම් මේ විත්ත සමාධියෙන් එන කතාවේ දී ඒ තියෙන්න ඕනෙ, අර විදිහට ඒ ඉද්ධිපාද සහිතව එතන පැවතීම. අනිත් කෙළවරෙන් මට මාන්තය නිසා වන්නා වූ දෙය නැති වෙන්නට ඕනෙ. ඒ කියන්නේ මුසාවාද, පරුෂා වාචා පැත්තෙන් එන්නා වූ ඒ දෙක නැති වෙන්න ඕනෙයි කියලා. දැන් එතකොට අර විත්ත සමාධිය හතරත් එහෙම අයින් වෙලා මේක ලස්සනට තියෙනවා කියන එක තියෙනවා. මේ sick වෙච්ච සඤ්ඤාවක් මගේ කියලා අරගෙන මම ද්වේෂයට යන කතාව ඒකත් නැති වුණා. එහෙම නම් හතරෝ දෙන්නම මෙතන නැති වෙනවා. ද්වේෂයේ කතාවක් නැති වෙනවා මුසාවාද, පරුෂා වාචා කතාවක් නැති වෙනවා. මොකද ඒක තමයි මාන්තය කියන්නේ.

එතකොට දැන් මෙතෙක්දී ගන්නවා මම විත්ත සමාධියේ දී, අර මාන්ත කොටසයි වේදනාව සම්බන්ධයෙන් ඇති වෙන කොටසයි, කියන එක ගන්නවා. එතකොට ඒ පටිසය පැත්තෙන් නේ, ඔතන වේදනාවේ කතාවත් ආවේ. මේ දෙක ඇවිල්ලා දැන් එහෙම නම් දැන් මොනවද ඉතුරු වෙලා තියෙන්නේ. දැන් ඉතුරු වෙලා තියෙන්නේ මේ විරිය සමාධිය තමයි. විරිය ඉද්ධිපාදයෙන් ඇති වෙන්නා වූ ඒ කොටස සහිතව පවතින එක. ඉතින් මේක සඳහා බොජ්ඣංගය කියන එක අපි භාවිතා කරනවා. සුඛභාගීය ධර්මය දැන් වෙන්නේ බොජ්ඣංගය කියන එක නේ.

එතකොට බොජ්ඣංගය භාවිතා කරනවා කිව්වහම, එතකොට අන්න එහෙම නම් මම අර රූපයේ ඉඳන් තනිකර උපෙක්ඛාව දක්වා, කාය සතියේ ඉඳන් සමාධි සතිය දක්වා නේ මේ යන්නේ. ධම්මච්ඡරිය නිසා ඇති වෙන්නා වූ දේ සඳහා උපෙක්ඛාවක්

මෙතන පවතින්නට ඕනෙ. එතකොට ඒ උපෙක්ඛාවේ දී අර ඒ සඤ්ඤාවන් මගේ කියලා නොගන්නට ඕනෙ. මේ සංස්කාරයන් මගේ කියලා නොගන්න ඕනෙ. අර විරිය දෙක ම මෙතන ඇවිල්ලා තියෙන්න ඕනෙ. එතකොට මෙතන ඉද්ධි කියන එක පාදයන්ගෙන් ඔක්කොම ටික සහිතව තමයි, මේ බොජ්ඣංගිය සහිතව මෙතන ඉන්නවා කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට දැන් අර දෙකයි, ඡන්ද, විමංසා දෙකයි, ඊට පස්සේ විත්ත කතාවත් එක්ක මානය එපායි කියන කතාව ආවා. ඊට පස්සේ විමංසාවෙදි උඩ සඤ්ඤා එපායි කියන එකයි, සංස්කාර එපායි කියන එකයි.

මෙතෙක්දී මම දන්නවා මම හුස්ම ගන්නෙන් නෑ මොකුත් නෑහැ, හිතන එකත් නතර වෙලා. ආයෙ හිතන්න ඕනෑකමකුත් ඇත්තෙන් නෑහැ, හිතන්න හිතෙන්නෙන් නෑහැ. එහෙම ම ඉන්නවා. ඒ ඉන්නකොට ඉතින් මට එක එක දේවල් ජේනවා. ඒ ජේන දේවල් ඔහේ තිබුණා, ඉතින් මට තේරුණා මට මෙහෙම නම් බොහෝ කාලයක් ඉන්න පුළුවන් වෙයි කියලා. ඉතින් මේ රහතන් වහන්සේ “ඇති” කියලා කිව්වා ම මම නැවැත්තුවා.

04/11/2013 - අතාත්වික

Unreality

අද භාවනාව කළේ ඒ උතුම් බුදුපියවරු මෙනෙහි කළා. මම කිව්වා ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා කියලා ඒක ගැන මට සැකයක් නැත ශ්‍රද්ධාව ඇත. නිර්වාණයෙන් පිටත වූ දෙයක් ගත්ත පුද්ගලයාට තමයි මේ සැකය ඇති වෙන්නේ කියලා. ඔය විදිහට අනුපිළිවෙලින් බුදුපියවරු ඔක්කොම මෙනෙහි කළා. මෙනෙහි කරලා අර පංචනිවරණවලින් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට යනවා කියන තැනින් එතනින් පටන් ගන්න කිව්වා. එතකොට මම ඒ පංචනිවරණයන්ගෙන් බැලුවා, කාමච්ඡන්දය ඊළඟට පලාසය කොටුව දක්වා එන එක. ඒ කාමච්ඡන්දය කියන එක ගත්තහම අර එතනින් සක්කය ගහනවා නේ. එතකොට ඒ ව්‍යාපාදයෙන් ගහන එක, ජීනමිද්ධයෙන් ගහන එක, ඊට පස්සේ උද්ධච්ච කියන එකෙන් ගහනවා කියන එක ආවා.

එතකොට ඒ උද්ධච්චය කියන එකෙන් ගහනවා කිව්වම මට මතක් උණා දැන් මේ වම් පැත්තෙන් නෙවෙයි මේක හරියට වදින්නේ දකුණු අත පැත්තෙන්. කාම සඤ්ඤාව කාමයේ වරදවා හැසිරීම කාම සඤ්ඤාව දකුණු අත පැත්තෙන් තමයි මේක එන්නේ කියන එක. නමුත් මේ ධර්මය අපි බලාගෙන එතකොට වම් අත පැත්තෙන් තමයි අපි ගත්තේ.

එතකොට දැන් මට ඡේනවා මේ සත්‍ය වශයෙන් ම තිබෙන්නා වූ දේ තමයි අර දකුණු අත පැත්තෙන් තිබෙන්නා වූ ඒ කාමයේ වරදවා හැසිරීම ඒ සුඛ වේදනාව ඒ ස්පර්ශය කියන එක. ඒක තමයි real එක. මෙතන තියෙනවා කියලා එකක් real අනිත් එක unreal. Unreal එක තමයි අර කුක්කුච්චය, උද්ධච්චයේ තිබිච්ච එක යනවා නේ උද්ධච්චය මක්බය කුක්කුච්චය. එතකොට ඒ කුක්කුච්චයෙන් මේ පැත්තෙන් එනවා කියන එක. ඒක මගේ කියලා ගත්තට පස්සේ වෙනවා කියන එක. ඔය උද්ධච්චයට තථාගතයන් වහන්සේ පෙන්නනව නේ මේ කාම සඤ්ඤාව තමා හේතුව කියලා උද්ධච්චය ඇති වෙන්න. අර ප්‍රත්‍ය වශයෙන් කියනවා නම් ඇලුම් කටයුතු ආලම්බනයයි, ඊළඟට ගත්තහම ආස්වාද ඉන්ද්‍රියයි හේතු වශයෙන් කියනවා මේ කාම සඤ්ඤාව හේතුවයි කියලා.

එතකොට කාම සඤ්ඤාව කියන එක real එක. අර එහා පැත්තෙන් තියෙන එක. දකුණු අත පැත්තෙන් ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රය පෙන්නුවේ අපි. එහා පැත්තෙන් තිබෙන්නා වූ ඒ කාම සඤ්ඤාව කාමයේ වරදවා හැසිරීම කාම සඤ්ඤාව කියන එක තමයි ඒ real එක හැටියට තියෙන්නෙ අනිත් ඒවා ඔක්කොම unreal ඒවා.

කාමච්ඡන්දය කියන එකත් මේ **mentally** මනසෙන් හදාගත්ත එකක් නේ **compensate** කරලා. අරක නැතිකමට ඇතුළෙන් දාගත්තා එකක්. එතකොට මේවා ඔක්කොම ව්‍යාපාදයත් එහෙමයි. ඔක්කොම **unreal** ඒවා මත ආපු ටික තමයි මේ සක්ක ගහගෙන ගහගෙන ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. මේක හොඳට මට තේරුණා

එතකොට මෙතන අර උඩින් බැලුවා අර අත තියෙන්නේ දකුණු අත කපනවා කියන එක. දකුණු අත කපනවා කියන එක. ඒ විඤ්ඤාණයේ එතන හැදෙනවා කියන කැල්ල ඒකත් එක්ක ම සම්බන්ධ වෙලා ආවා මට. ඒ කියන්නේ උඩින් මෙතනින් සක්ක ගහගෙන එනවා ටීනම්ද්ධය සහගතව මෙතනින් අත්තා නිත්‍ය කතාවට යනවා. මෙතනින් මේ කඹයේ උඩ කැල්ල මමංකාර කඹය ඇඹරෙනවා. අර කඹ දෙකක් නේ. දැන් එතකොට ඊළඟට එනවා මේ සැකය කියන එක ඇදෙන්නේ අර **A, B** කියන එක දන්නව නේ. **A** කියන්නේ වේතනාවෙ ඉඳන් ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයට එන එකයි, කුක්කුච්චයේ ඉඳන් මෙතෙන්ට පරාමාසයට, පරාමාස, කුක්කුච්ච, ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයට එන එකයි. ඒක තමයි **B** කිව්වේ.

එතකොට **A, B** නිසා තමයි මෙතන මේ **C** සැකය කියන එක හැදෙන්නේ. මේකත් මේ හැදිලා තියෙන්නේ **real** එකක් ගැන නොවෙයි. **Real** එකක් තමයි උදව් උපකාර වුණේ, මේක අපිට මුලින් ම ඇති වෙන්න. මේකෙන් **unreal** එකෙන් තමයි මේ සැකය කියන එකත් හැදිලා තියෙන්නේ. අර කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද ඔක්කොම **unreal** කියන කතාව සැකයටත් එහෙනම් මේ **unreal** කැල්ලෙන් තමයි මේකටත් ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

එතකොට එහෙනම් මේකත් **unreal**, මේකෙ යථාභූතව ගත්තම මේකෙ ඇත්තක් නෑ. යථාභූතව තියෙන්නේ අර එහා පැත්තෙන් එන්නා වූ ඒ සඤ්ඤාව, කාම සඤ්ඤාව කියන එක විතරයි. අනිත් ඒවා ඔක්කොම මේ **unreal** කතාවල් තමයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට දැන් මේ විදිහට මම කල්පනා කළහම, දැන් ඔය මව් කුසට එන්නා වූ ඒ දරුවා එයා එන්නෙත් අම්මව බදාගෙන මේකෙන් නේ එන්නේ. එතකොට එයා බලාපොරොත්තු වෙන්නේ ස්පර්ශයක් නේ ඒ අම්මගෙන්. එතකොට දැන් ඒ කියන්නේ දැන් කාමයේ වරදවා හැසිරීම හරි එතන එනවා කියන කතාව ස්පර්ශයක් තමයි එයා බලාපොරොත්තු වුණේ.

ඉතින් මට කල්පනා වුණා ඒ දරුවාට හැබැයි ස්පර්ශය බොහෝ කාලයක් හම්බවෙනවා. මේකෙ ක්‍රියාවලිය කොයි එක උණත් කමක් නෑ, ස්පර්ශයයි ඕන. එතකොට දැන් අම්මා බබාව පොඩි කාලෙ ඉඳන් හදනව නේ සෑහෙන කාලයක් තිස්සේ. එතකොට වඩා ගන්නවා, මේවා කරනවා. ඒකත් එක්ක ඒ ස්පර්ශය එයාට හම්බවෙනවා. තේරුණා ද? ඒක හොඳට මට තේරුණා. මේක මේ මෙයා බලාපොරොත්තු වෙන එක ඒ විදිහට වෙනවා කියන එක. ඔව්වරයි නේ තියෙන්නේ. සත්‍ය වශයෙන් ගත්තහම

ඔන්ත ඔව්වරයි තියෙන්නෙ. ඔය **reality** එක කියලා කියන්නේ ඉතින් මේ අර කාම සඤ්ඤාවේ කතාව තමයි. මේ එතකොට අනිත් ඒවා ඔක්කොම උස්සන ඒවා **unreal** කියලා කියන එක තමයි, ඒක තදින් ඒ භාවනාවේ දී ආවේ.

ඉතින් රහතන් වහන්සේ ඇති කිව්වම මම නැවැත්තුවා. ඉතින් ඒකේ, ඒ රහතන් වහන්සේ අන්තිමට කිව්වේ ඉතින් ඒකේ **unreal** කියන එක තමයි ඒකෙ තියෙන්නෙ කියන එක. ඉතින් ඕක ම තමයි අවිද්‍යාව වෙලා තියෙන්නේ. **Completely unreal** දෙයක්, අවිද්‍යා කියන්නේ ඒක ම තමයි.

05/11/2013 - පටි තුන

Three Belts

මම ඒ බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ඒ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා ය, බුද්ධ ශාසන 2502ක් ගොඩ ගත්තා ය, ඒ ගැන මට කිසිම සැකයක් නැත. මට ශ්‍රද්ධාව ඇත. නිර්වාණයෙන් පිටත වූ දෙයක් ගත්ත කෙනෙකුට පමණක් සැකය තියෙනවා ය කියලා. එතකොට ඔය විදිහට බුදුපියවරු දාහතර නම ම සිහි කළා. තුන් නමක් සිහි කළා අනුපිළිවෙළින්. ඒ විදිහට සිහි කරලා ඊට පස්සේ මම බුද්ධං සරණං ගවිජාමි, ලෝභය නැති කරමි කිව්වම එතනින් පටන් ගන්න ය කියලා කිව්වා.

එතකොට මට ආවා මේ මේක ඇති වෙන්න නම්, ලෝභය ඇති වෙන්න නම්, අර පළවෙනි පාර ලෝභ, දෝස, මෝහ භාවනාව. මනාප වූ අරමුණ සුඛ වේදනීය ස්පර්ශය සුඛ වේදනාව. මෙන්න මේක නිසා තමයි අපිට අර සෝමනස්ස පච්චාරය, මේක සංකල්පයෙන් රාගය ඒකෙන් ඇති වෙලා ඇති වෙනවා කියලා එකපාරට ම කල්පනා වුණා. කල්පනා වුණා ම මේ තුන නේ මේ බුදුභාමුදුරුවෝ පෙන්නලා තියෙන්නේ, පළවෙනි belt එක. අර සාතං අසාතං කියන belt එක. එතකොට මට ඒකත් එක්ක ම එනවා, මේක නිසා මේ නාමරූපයන් ඇති වෙනවා. දෙවෙනි belt එක කැරකෙනවා. දෙවෙනි belt එක වෙනවාමයි. ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණය මම පිහිටන්න ඉඩ දීමෙන්. විඤ්ඤාණය පිහිටන්න ඉඩ දුන්නා කියලා කියන්නේ ඉතින් නිත්‍යභාවයට මම ගියා. නිත්‍යභාවය කියන එක ඇවිල්ලා තියෙන්න ඕනි.

එතකොට දැන් මට එනවා, එහෙම නම් මේ සුඛ කියන එක මෙතෙක්දී සුභයි කියලා පරාමාසය, ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථය තුළට ගිහිල්ලා තියෙනවා. සුභයි කියන එකෙන්, එහෙම නම් සුඛ අවස්ථාවටත් ඇවිල්ලා තියෙන්න ඕනි. සුඛ අවස්ථාවට ආවායි කියලා කියන්නේ අර පල්ලෙහායිත් මම එන්න ඕන. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා මෙතනින් වෙනනාව හරහා උස්සන්න ඕනි. වෙනනාවක් නැති නම් මෙතන මේක සිද්ධ වෙන්නේ නැහැ. එතකොට එහෙම නම් මේ අර නිත්‍යභාවයට මම ගිහිල්ලා තියෙන්න ඕනි.

ඒ කියන්නේ පටිච්චසමුප්පන්නය ක්‍රියාත්මක වෙන්න ඉඩ දීලා තමයි මේ නාමරූප කතාව ඇවිල්ලා තියෙන්නේ, ඒ belt එක. එතකොට මේකේ ආයේ වෙන දෙයක් ඇත්තේ නැහැ, මෙච්චරයි කියනකොට ම එතනින් එහාට වෙන දෙයක් හිතන්න බැහැ. මෙතනින් එහා පැත්තට හිතන්න බැහැ. සිත තුනී වෙලා ගිහිල්ලා. මෙතනින් එහා පැත්තට මොකක්වත් යන්නේ නැහැ.

එතකොට මේ ආයෙ හිතන්න හදනවා, ආපහු එතෙත්ට ම වැටෙනවා. ඉතින් ඒ පාර මේ, ඒ වෙලාවේ තමයි ඔය call එක ආවේ. ඉතින් දැන් ඔය ඉවර වෙලා මම මෙනෙ දැන් ආපහු පොඩ්ඩක් පටන් අරගෙන, ඒක බලනකොට ඉතින් රහතන් වහන්සේ කිව්වා ඉතින් “කළ යුතු දේ ඉතින් කරලා ඉවරයි,” කියලා.

ඒ කියන්නේ මේ belt එකයි අර යටින් සැකයේ කතාවක් එක්ක එන එක ඒක තේරුම් ගන්න මනුස්සයට ජේනවා මේකෙ මොකක්වත් නැහැ. මේ උඩ belt එක කැරකීමකින් වෙන්නා වූ දෙයක් විතරයි මෙනෙ තියෙන්නෙ. එතකොට ඒ පටිච්චසමුප්පන්නය කියන එක පටිච්චසමුප්පන්නය වශයෙන් අවබෝධ කරගන්න ද, මෙතැනින් එහා පැත්තට සිතන්න දෙයක් නැහැ. ඔන්න ඕක තමයි භාවනාව.

07/11/2013 - ලාභ

Lābha - Gain

එතකොට මම ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් බුදුපියවරු, මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා. ඒ බුදුපියාණන් වහන්සේ ගැන මට සැකයක් නැත. මට ශ්‍රද්ධාව ඇත්තේ ය. නිර්වාණයෙන් පිටත වූ දෙයක් ගත්ත පුද්ගලයාට පමණයි සැකයක් ඇති වෙන්නේ කියලා. ඉතින් මේක, මේ බුදු පියාව මෙහෙම ශ්‍රේෂ්ඨ පුද්ගලයෙක් කියලා, මේ බුදු පියාව සිහි කරන එක ම ඇතියි කියලා හිතූණා භාවනාවේ දී. වෙන මොකක්වත් ඕනේ නැතෙයි කියලා. ඉතින් ඒක ඒ තත්වයට සිහි කරනකොට, කොන් හතර ම පත්තු වෙලා ඉවරයි.

මට මේ අවස්ථාවේ දී මම ම කියනවා මට මේ දැනෙන්නේ මේ සති ඉන්ද්‍රියයි, මෙතන විරිය ඉන්ද්‍රිය දැනෙනවා. මෙතැනින් ගත්තහම ප්‍රඥාව. මේ පැත්තෙන් සමාධිය. මේ පැත්තෙන් අර වෙනො විමුක්තියත් තියෙනවා. මේ පැත්ත බැලුවහම ප්‍රඥා විමුක්තියක් තියෙනවා. ඔක්කොම විමුක්ති සහිතව ඉන්නවා. ඉතින් මට එව්වර ධර්මයක් ඕන නැතැයි කියන මේකෙන් බුදුපියාණන් වහන්සේ ගැන ම ඒ ශ්‍රද්ධාවෙන් මම ඉන්නවා.

ඒ දෙවෙනි බුදු පියාත් ඒ විදිහට සිහි කළා. ඉතින් ඔය සිහි කරන්න සිහි කරන්න ඉතින් මේ සැකය නැතෙයි කියන එක අර නිවරණත් එක්ක සම්බන්ධ වෙවී සම්බන්ධ වෙවී එනවා. ඉතින් මෙහෙම ඇවිල්ලා අන්තිමට කියන්නේ එතන ම තුනී වෙලා ගියා. එහෙම ගිහිල්ලා ඉතින් මම බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි කිව්වහම, ලෝභය නැති කරමි කිව්වම ලෝභයෙන් එතනින් පටන් ගන්න ය කියලා කිව්වා. ඒ කියන්නේ ලෝභයි, දෝසයි දෙක ම ඇතිව භාවනාව කරන්නයි කියන එක ආවා. ලෝභය කියන එක මේ සාත.

දැන් මේක සම්බන්ධ වුණා ඊයේ භාවනාවත් එක්ක. මෙතන දැන් පළවෙනි පාර දිගේ යනවා. මනාප වූ අරමුණ, සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය, සුඛ වේදනාව. එතකොට මෙන්න මේ කැල්ල උඩ තමයි ලෝභය කියන එක ඇති වෙන්නේ. මේ ලෝභය කියන එක ඇති වෙනකොට දැන් අර ලස්සනට සම්බන්ධ වෙලා එනවා ඊයේ කරපු භාවනාවත් එක්ක. එතනින් ආවා නේ මේ අන්තිමට ඇති වෙන්නේ මේ ක්‍රෝධයයි, මුසාවයි, “කොධො මොස වජ්ජන්ති, කථංකථා ව” කියන කතාව ආවා. මේ මුසාවයි කියන එක. එතන අපි ඊයේ මතකයි නේ බැලුවා.

එතකොට ද්වේෂය කියන එක අර අශ්‍රද්ධාව. ඒකත් එක්ක ඇති වෙනවා. ඒක කල්පනා වෙලා එහෙම නම් මේ සාත අසාත හින්දා තමයි මේ කතාව වෙන්නේ කියන එක ආවා. එතකොට සාතයි අසාතයි කියන එක අර ඒකත් එක්ක ම අර පලාසය කොටුවේ

තිබෙන්නා වූ දේ ජේන්න ගත්තා. එතෙන්ට වෙනකල් අපි ගිහිල්ලා තියෙනවා. කාමච්ඡන්දයෙන් පලාසය දක්වා ගිහිල්ලා තියෙනවා.

දැන් මෙතෙන්දී මම කල්පනා කළා ඉතින් මේ සැකය කියන එක කෙනෙකුට ඇති වෙන්න නම්, මේ සැකය ඇති වෙන්න නම් අර **A, B** කියන දෙක තියෙන්න ඕනි. මනොසඤ්චෙනනාවෙන් අර ජීනමිද්ධයට යන ජීනමිද්ධ කතාව නේ. ජීනමිද්ධයෙන් ඇති වෙන එකයි **A** කියන එකයි, කුක්කුච්චය නිසා ඉදංසච්චාහිනිවෙසකායගන්ථයට ගිහිල්ලා එන එකයි **B** කියන එකයි, දෙකයි. එතකොට එහෙම නම් සැකයේ සමුදය මෙතන ජීනමිද්ධයයි, මෙතන මේ කුක්කුච්චයයි කතාව තියෙනවා.

එතකොට දැන් මම මේ වෙලාවේදී කල්පනා වුණා, මම දන්නේ නැහැ මාව මදුරුවෙකුත් කනවා, කාල තියෙනවා ඒ වෙලාවේදී. මම සමාධියේ ඉන්න නිසා ඒක ගැන හැඟීමක් නැහැ. ඊට පස්සේ දැන් මට ඒක අතගානකොට මට තේරුණා මෙතන මදුරුවෙක් ඉන්නවා කියන එක.

එතකොට දැන් එතෙන්දී අපි පරිස්සම් වුණේ නැති නම් ඒ මදුරුවා මැරෙනවා. කියන එකක් එන්න ඒ අර්ථයට ආවා. පරිස්සම් උණේ නැති නම් ඒ මදුරුවා කියන සතාව මැරෙනවා කියන එක කල්පනාවට ආවා එතන. එතකොට ඒ කියන්නේ වට්ට ඒ කොටස වුණා. අපි දැන් වේදනාවකට අපි **react** කරනකොට මේ වගේ ඇති වෙන්න පුළුවන් කියන එක.

එතකොට දැන් කල්පනා කළා, දැන් මෙතන මේ මේක වෙන්න ඉස්සෙල්ලා මම දැන් **backward** බලාගෙන යන්නේ. විචිකිච්ඡාව ඇති වෙන්න නම් ඒ ජීනමිද්ධයයි, කුක්කුච්චයයි. එතකොට දැන් අපි වේදනාවකට පරිස්සම් වුණේ නැති නම් අපිට කුක්කුච්චය කියන එක ඇති වෙන්න පුළුවන්. එතකොට ජීනමිද්ධය කියන එක අවස්ථාවේ දී ගත්තහම මේ වෙලාවේ දී, ඔය දෙක අතරට ජීනමිද්ධයෙන් පස්සේ අපිට උද්ධච්ච කියන එක තියෙනවා. උද්ධච්චයෙන් මක්බය කුක්කුච්චය.

එතකොට එහෙම නම් කොහොම ද ඒක වෙන්නේ කියන එක බැලුවම බොජ්ඣංග **diagram** එකේ **slide** එක තියෙනවා නේ. අර අග්‍රද්ධාව. අභිජ්ඣාව වෙලා, ඊට පස්සේ අපි අර වට ගහලා නේ ජීනමිද්ධ අවස්ථාවට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ඊට පස්සේ අර මෝහයෙන් ගත්ත තීරණයක් තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ මිච්ඡා දිට්ඨියක් අරගෙන තියෙනවා මගේ ය කියලා. ඒ මිච්ඡා දිට්ඨිය මගේ ය කියලා ගැනීමෙන්, ඒක තමයි ලාභය වෙලා තියෙන්නේ. ඒක තමයි ලොකු ම අග්‍රද්ධාව.

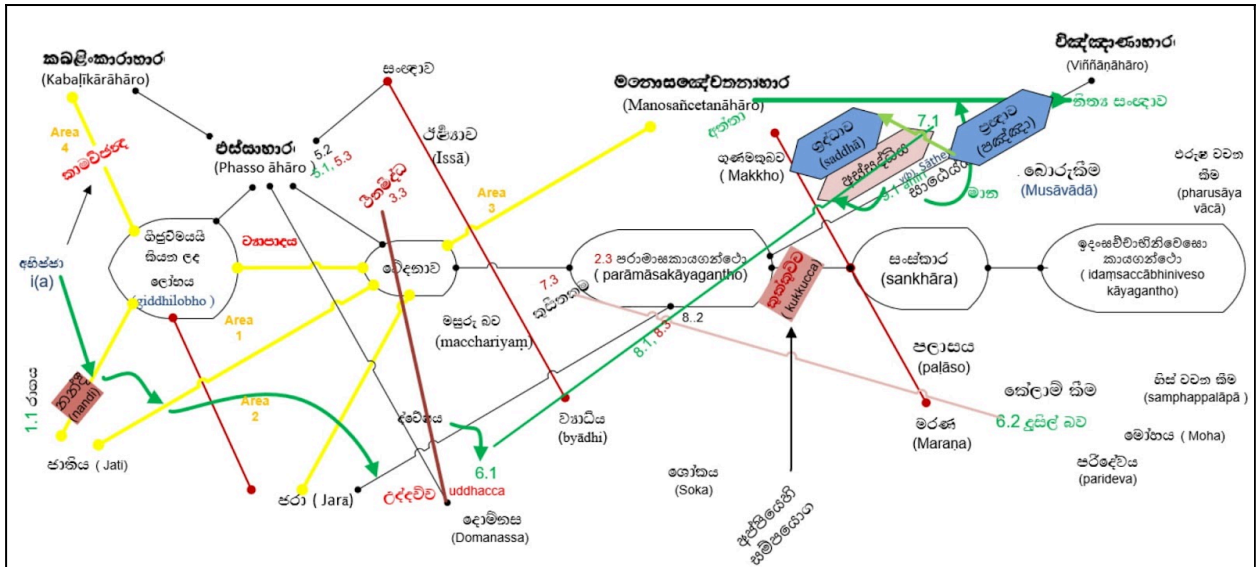
එතකොට ඒ අග්‍රද්ධාව මගින් තමන්ට අර ලාභයේ ඉඳන් ශ්‍රද්ධාවට යනකොට, අග්‍රද්ධාවේ ඉඳන් අපි යනවා උද්ච්චයට. එතකොට මෙතන දැන් අපි දන්නවා දැන් ද්වේෂය කියන එකක් මම එතන බැලුවා. ජීනමිද්ධය තියන අවස්ථාවේදී අර මිච්ඡා

දිට්ඨිය තියෙනවා. ඊනමිද්ධය ඇති වුණායි කියලා දැන ගත්තම තමා රෝගී කියන එක දැන ගත්තම තමයි අපිට ද්වේෂය ඇති වෙන්නේ. එතකොට ඊනමිද්ධයෙන් පස්සේ ද්වේෂය.

එතකොට ඊනමිද්ධය අවස්ථාව වෙනකොට අර අභිජ්ඣා කතාව තියෙනවා නේ, දැන් ලාබයි කියලා ගත්ත එක. ඒක නිසා ඒ අශ්‍රද්ධාවෙන් උද්ධව්වය, ජෙනවද ඒ දෙක එකට යන හැටි.

මෙතැන ඊනමිද්ධ කතාවෙදි, අපි ද්වේෂයට යන කතාවක් තියෙනවා. මේ අවස්ථාව වෙනකොට අපි උද්ධව්වයට යන කතාවක් තියෙනවා. එතකොට ඒක නේ ද්වේෂයෙන් උද්ධව්වයට. එහෙම නම් ද්වේෂය පෙර උද්ධව්වය පසුව කියන කැල්ල ඔතෙන්ට එනවා. එතකොට ඔය වෙලාව වෙනකොට ආපහු අර මේක අර තුනී වෙලා. සිතන්න එව්වර ම අර මේකත් නැහැ. ඒ තුනී වෙලා ඉදගෙන තමයි මේක දැක්කේ. ඉතින් මේ මොකක් ද මෙතැන එහෙම නම් මේ අරගෙන තියෙන්නෙ කියන එක බැලුවම, අන්තිමට එනවා අර සාතයි කියන එක ම තමයි.

මේකෙ මේ විදිහට යන්න අර ලාභ වෙලා තියෙන්නේ මොකක් ද? අර සාතයි කියන එක. අර සුභ වෙච්ච එක ම නේ මේක අස්සට ගිහින් තියෙන්නේ. ඒක ම තමයි ලාභ වෙලා තියෙන්නෙ කියන එක ආවා. එතෙන්දී රහතන් වහන්සේ ඇති කිව්වා. මම නැවැත්තුව.



උද්දව්වයේ සිට කුක්කුච්චයට

- අභිජජා -> නන්දි -> උද්දව්ව (අශ්වද්ධාව හරහා) -> දොමනස
- ලිස්සන තැනක සිටිනවා යන අර්ථයෙන් උද්දව්වය වටහා ගත යුතුය.
- උද්දව්වය නොවෙන්න නම් **නන්දි නොවිය** යුතුය. එනම් **අභිජජා නොවිය යුතුය (මෙහිදී සමාධිය උග්‍රවේ)**. මෙය සඳහා ශ්‍රද්ධාව පවතින්නේ නම් එතැන **නිවන** ඇත. මෙසේ නොවන්නේ නම් ලිස්සන බව දැන යුතුය.
- **3 වන පිටුවෙහි 6.2-දුසිල් බව - ළාභය - අශ්වද්ධාව. මෙහිදී සමාධිය පෙරටත් වඩා උග්‍රවේ.**
- **උද්දව්ව -> මක්කො (ගුණමකුඛව) -> කුක්කුච්චය.**
- යම් අයකුට සොයන විට "මම ඇතුළත වී සිටියා" යයි කියනවා වගෙයි, කුක්කුච්චයේ සවභාවය. නිවන පැන්නක තිබෙද්දී මම ලිස්සන තැනක සිටියා.

08/11/2013 - ඉද්ධි භාවනා

Iddhi Bhāvanā

අද භාවනාවේදීත් ඒ බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා. ඒක ගැන මට සැකයක් නැහැ. ඒ වගේ ම ඉතින් හරි ශ්‍රද්ධාවකුත් ඇති වෙනවා. ඉතින් බුදුවරුන් ඉතින් ඊයෙන් වැඩලා ඒ මනුස්සයන්ට උදව් උපකාර කළා කියලා අත් දෙකත් උස්සලා වැදලා මම මෙහෙම බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ සිහි කරගෙන ඒ සහම්පති බුදුපියා, තපස්සි බුදුපියා සිහි කරලා මට මේ අදහස දුන්න ය, ඉතින් ඒ අර්ථයක් ආවා ගොඩක්. සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාණන් වෙහෙසිලා කොච්චර නම් මේ සත්වයන්ට උදව් උපකාර කරනවා ද කියන එක මම කල්පනා කරන්න ගත්තා. ඉතින් එහෙම ගිහිල්ලා මට බොහෝ ම සමාධියක් හොඳයි.

ඡන්ද වික්ත විරිය විමංසාවලින් මට පටන් ගන්නේ කියලා කිව්වා. එතෙක්දී අර විරියො ව ඡන්දො කියන එක, ඒකත් එක්ක භාවිතා කළා. එතකොට විරියෙන් අර නෙක්බම්ම, අව්‍යාපාද, අවිහිංසා රොකට් එක වාගේ ඡන්දයට යනවා. එකපාරට ම මට හැඟීම ආවා මේ උඩ තියෙන ඡන්දයට මේ දෙන නමයි මේ support කරන්නේ කියලා. කවුද support කරන්නේ? මෙතනින් තියෙන්නා වූ මේ විරියයි, වික්ත සමාධියයි, මේ විමංසා සමාධියයි අර උඩ තියන එකට support කරනවා. ඉතින් ඒ ඡන්ද සමාධියට support කරනවා කියන එක කොහොම ද වෙන්නේ කියන එක බැලුවහම ඉතින් මට දැන් ඔය මුලින් එනවා අර නෙක්බම්මයේ ඇති රූපය එපා කියලා එහෙම නේ නෙක්බම්මය කතාවත් එක්ක එන්නේ.

ඒකෙන් මෙතන ඡන්දයට ආවා ම ඒ ඡන්දයෙන් අපි වික්තයට යනවා නම් වික්තයෙදී මතක ද අර ඉද්ධි diagram එකේ පෙන්වනවා නේ අයිත් කරන්න ඕනි කියලා. ඒ කියන්නේ මෙත්තාව කියන එක තියෙන්න ඕනේ. එතකොට මෙත්තාව කියන එක තියෙනවා නම් ඒකෙන් තමයි ඔයාට පුළුවන් වෙන්නේ වික්ත සමාධිය කියන එක පවත්වන්න. වික්ත සමාධියේ දී අර පළවෙනි පාරේ ගිහිල්ලා දෙවැනි පාරේදී කරුණාවට යනවා. එහෙම නම් ද්වේෂය නැති වෙනවා.

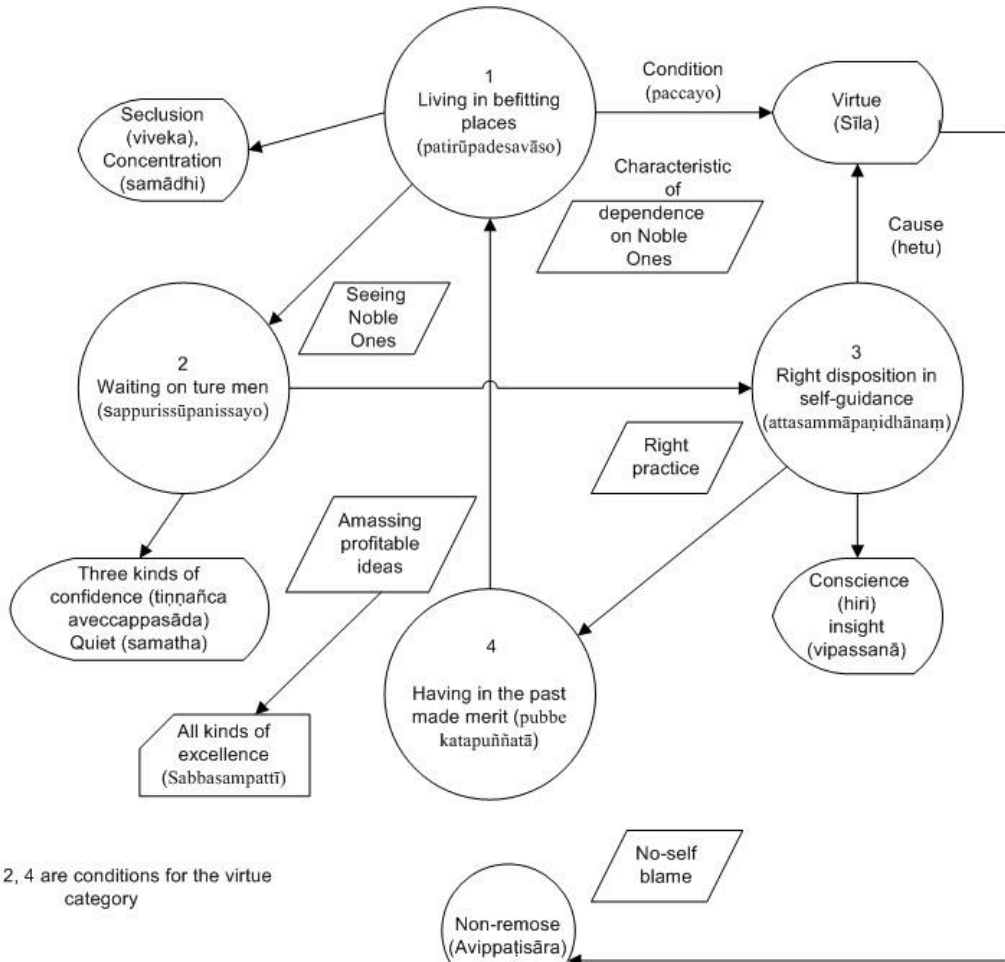
එතකොට දැන් මට ඡේතවා මේ යන්නේ පළවෙනි එකේදී ලෝභය, පළවෙනි විරිය ගත්තා ලෝභය, මේ දෙවැනි විරිය ගත්තහම වික්ත සමාධියෙන් ද්වේෂය තමයි මේ පහ වෙන්නේ. එහෙම නම් ඊළඟට ඉතින් විමංසාවෙන් මෝභය කියන එක. එතකොට ලෝභ දෝස මෝභ වශයෙන් විමංසාව, එතකොට තුන ම එපා කියන එක නේ යන්නේ. ඔන්න ඒ කැල්ල ආවා. ඊළඟට ආයිත් මට එනවා මෙන්න මේ විදිහට

ගත්තහම දැන් ඉතින් විමසාවෙන් මං එනවා ආපහු විරියට ඇවිල්ලා support කරන්න උඩ එකට.

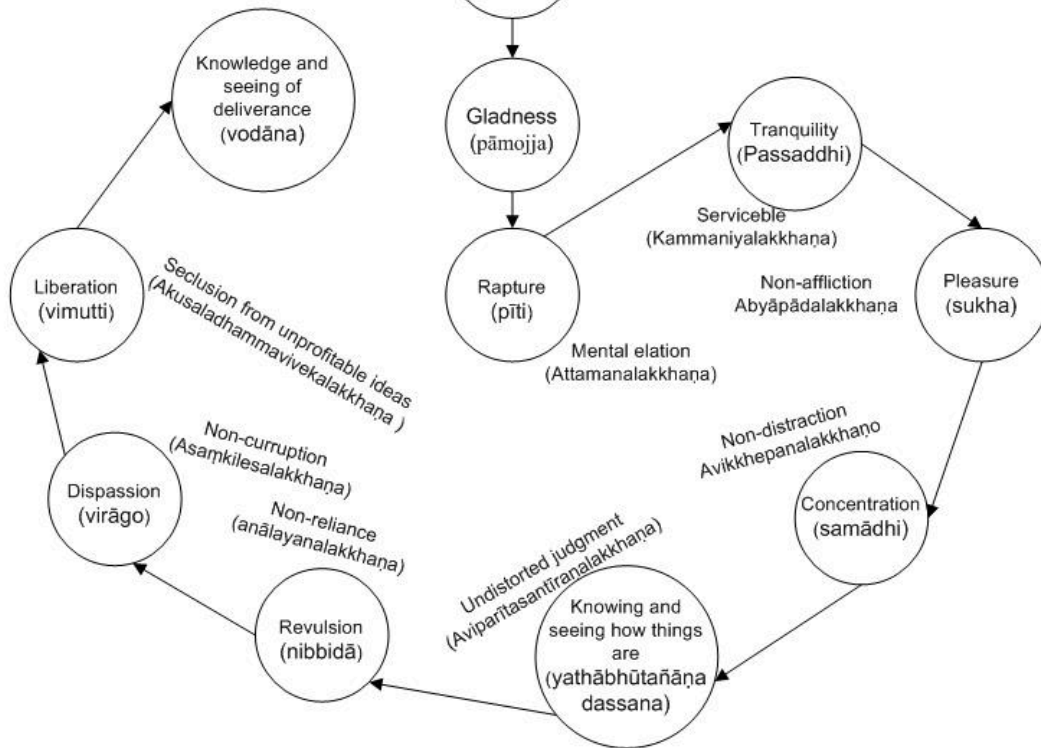
එතකොට ඒ විරියේ දී තියෙන්නෙ මොකක් ද, ඔය සංස්කාර එපායි කියන්න නේ. සංස්කාර මගේ නොවෙන්න කියන එක භාවිතා කරනකොට දැන් ආයෙත් එනවා, මෙතන තියෙනවා නේ ද කියලා. මුලින් කියනවා රූපය එපායි කියලා. විත්ත සමාධිය තියෙනකොට වේදනාව එපායි කියනවා. විමසාව තියෙනකොට සඤ්ඤාව එපායි කියනවා. සඤ්ඤාව එපායි කියලා දැන් විරිය සමාධියට ආපහු එන්නේ විරිය ඉද්ධිපාදයට වක්ක diagram එකේ එතකොට එතන සංස්කාර එපා කියනවා.

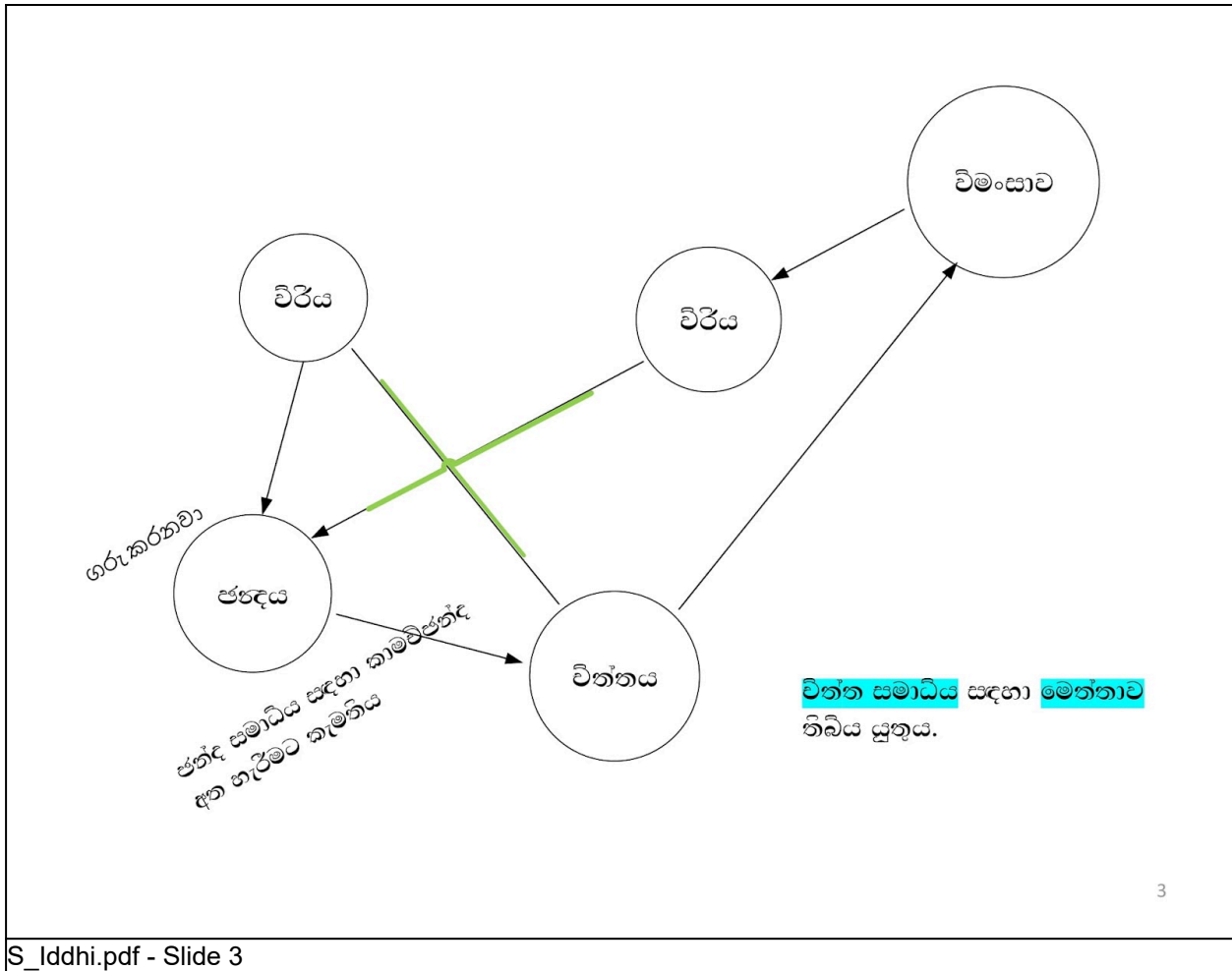
දැන් එතකොට ගානට ඇවිල්ලා තියෙනවා රූපයයි, වේදනාවයි, සඤ්ඤාවයි, සංස්කාරයයි එපායි කියලා. මේකෙ ඉතින් බොහොම හොඳයි සමාධිය ඉතින් ජේන දේවලුත් තිබුණ. නිරෝධයටත් ගියා. ඔය විදිහට බොහෝ ම හොඳට මේකේ හිටියා. ඉතින් ඒකේ අර තේරුණා මේ කතාව. මේක මේ රූප වේදනා සඤ්ඤා සංස්කාර කියන ඒවට මේ ඉද්ධිපාදයත් ඒ විදිහට පිළිවෙලට සම්බන්ධ වෙලා තියෙනවා කියන එක. අලෝභ අදෝස අමෝහ කියලත් ඇවිල්ලා තියෙනවා කියන එක. ඒක ලස්සනට ආවා. ඒක තමයි භාවනාව.

This diagram was constructed under the guidance of the Arahant Great Brahma Sahampati for whom I am so grateful. 20/11/2011



Note: 1, 2, 4 are conditions for the virtue category





09/11/2013 - අත්ත සඤ්ඤා භාවනා

Atta Saññā Bhāvanā

මගේ භාවනාවේ, මම බැලූවේ මේ නිත්‍යභාවය නිසා ඇති වන්නා වූ මාන්තය කියන එක. මම භාවනා කරන්න ගත්තහම මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා. බුද්ධ ශාසන 2502ක් ගොඩ නංවාගෙන තියෙනවා. ඒ කියන්නේ අකනිට්ඨාවට යන්න පෙර ම බුද්ධ ශාසන 2500ක් ගොඩ ගත්තා. සැකයක් නැතෙයි කියන එක මම කල්පනා කළා.

ඒ වගේ ම මම කල්පනා කළා ඒ බුදුපියාණන් වහන්සේත් ඒ කලින් බුදුවරු බණ කියපු තැන්වලට ගිහිල්ලා බණ කියන්න ඇති. මෙහෙම මම දෙවෙනි බුදුපියා ගැනත් මෙහෙම කල්පනා කරනකොට මේක නිසා යම් වූ මාන්තයක් ඇති වෙනවා නේ ද කියලා, මේ වගේ දෙයක් පැවතීම හේතු කොටගෙන. මෙතන කලින් කරපු තැනක දැන් කරනවා කියලා ඔයගොල්ලන්ට කිව්වහම හරි සතුටක් ඇති වෙනවා නේ. ඒකත් එක්ක මේ මාන්තයක් ඇති වෙනවා නේ ද කියලා. සියුම් ලෙස මේ විදිහට ම මාතයක් ඇති වෙනවා නේ ද කියලා.

ඉතින් ඕක අර ඊයේ රුවන්වැලි සෑය ළඟ කරපු භාවනාවක් එක්ක සම්බන්ධ වෙලා ආවා. ඒකෙ භාවනාවේ තියෙන්නේ, දැන් අපි රූපය වේදනාව සඤ්ඤාව ඒවා ඔක්කොම නිසා අපිට සංස්කාරයන් ඇති වෙනවා. එතකොට අපි දන්නවා මේ සංස්කාරයෙන් විඤ්ඤාණය කියන එක සකස් වෙනවා කියලා. සංඛතං අභිසඬ්ඛරන්ති. දැන් ඔතන මොනවද මේක ඇතුළට යන්නේ. අපි රූපය වශයෙන් ගත්තහම රූපයට සුභයි කියන කතාව. සුභ කියන සඤ්ඤාව අර ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයට ඇදිලා එනවා. එතකොට ඒකෙදි කාමරාග අනුසයෙන් කතාවක් තියෙනවා. දන්නව නේ සමහර අය දන්නවා කාමරාග අනුසය කියන එක අර පරාමාසකායගන්ථයේ ඉඳන් යනවා ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයට අර එතන පල්ලෙහා තියෙනවා නේ හතරැස් කොටුව කැපෙන. එතනින් ඒ සංස්කාර ඇති වෙනවා සුභයි නිත්‍යයි කියලා තමයි කතාව ඇති වෙනවා. සුභයි නිත්‍යයි කියලා එතන ගමන් කිරීමක් තියෙනවා.

ඊළඟ අවස්ථාවේ දී අපි ගත්තහම, වේදනාව වශයෙන් ගත්තොත් එහෙම, ඔයගොල්ලන්ට ජේනවා, වේදනාව ඒක සුඛයි කියන සඤ්ඤාව තමයි උදව් උපකාර වෙන්නේ සංස්කාරයන් හදන්න. ඒකට අර දිට්ඨි අනුසයේ කතාව එනවා. ඉස්සෙල්ලා කාමරාග අනුසය, දැන් දිට්ඨි අනුසය කියන එක මේ අවස්ථාවේදි වැඩ කරනවා. දිට්ඨි අනුසය කියන එක ඇති වෙන්නේ පහළට එනවා වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට, පරාමාසයේ ඉඳලා අර අත්තා කියන කතාවක් වෙනවා.

එතකොට වේදනාවෙන් එන සුබයි කියන එක අත්තා කියලා ගැනීමත් එක්ක දිටියි අනුසය, එයා ගිහිල්ලා ගහන්නේ රූපයට. අර කලින් එක්කෙනා ගහන්නේ කාමරාග අනුසයෙන් සඤ්ඤාවට. එතකොට ඊළඟට එනවා “රූපං අත්තතො සමනුපස්සති, යා බො පනසා හික්ඛවෙ සමනුපස්සනා සඬබාරා” කියනකොට අර අත්තා කියන සඤ්ඤාවෙන් ම සංස්කාරය හැදිලා තියෙනවා. එතකොට එහෙනම් අපි සංස්කාරය රූපය වශයෙන් සුභ සඤ්ඤාවක් එක්ක දැක්කා. ඊළඟට දැක්ක සුභ සඤ්ඤාවක් එක්ක දිටියිය කතාවත් එක්ක. මෙතන අත්තා කියලා අරගෙන නිත්‍යයට යනවා කියන එක ඇවිල්ලා තියෙනවා.

එතකොට මේවා ඔක්කොම මෙතෙන්දි සංස්කාර, එතකොට මෙන්න මේ සංස්කාරවලින් තමයි විඤ්ඤාණය හැදෙන්නේ. එතකොට ඔය සංස්කාර අවස්ථාවෙදි අර ඒ සඤ්ඤාව කියන එක ඉදංසච්චාහිනිවෙසකායගන්ථයට යනවා කියන එකත් මේ සංස්කාරයේ නිත්‍යභාවය උඩයි අපි මේක ගෙනියන්නේ. සංස්කාරයේ නිත්‍ය කතාවක් නැති නම් මෙතන මේ මෙහෙම එකක් නැහැ.

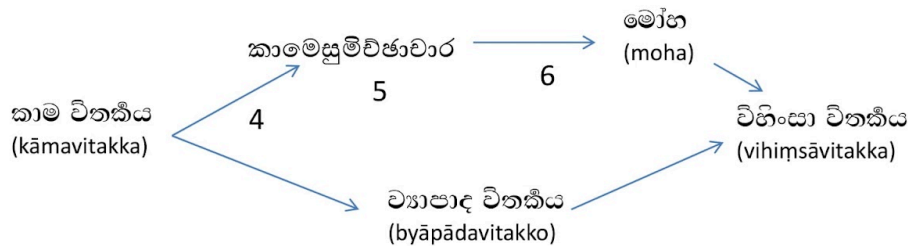
දැන් බලන්න අර මාන්තය කතාවෙදි බැලුවම ඔයගොල්ලන්ට ජේනවා බුදුභාමුදුරුවෝ මෙතන බණ කිව්වා ය, මෙතන අපි බණ ඇහුවාය කියන කතාවත් එක්ක ඇති වුණා වූ සියුම් වූ සංස්කාරයන් පවා මෙතන තියෙනවා. රූපයෙන් පටන් ගත්තම ඒ කෙළවරෙන් අපිට තියෙනවා රූපයේ ඉදන් මේ දක්වා, ඒ කියන්නේ මේ නිත්‍යභාවය කියන එක ඔය සංස්කාරය තුළ ඇති වෙලා තියෙනවා. ඒ සංස්කාරය විසින් ආපහු යමක් සකස් කරනවා. ඒ කියන්නේ නිත්‍යභාවය නිසා මාන්තය. ඒකත් සංස්කාරයක්. මානස කිව්වත් සංස්කාරයක්. මානස කියන එක මේ තියෙන fix එකක් නෙවෙයි නේ. ඒ වෙලාවෙදි යම් වූ කාරණයක් නිසාවෙන් හවය ද භෝගය ද නිසා භෝ තමාගේ සමාධිය, සමාධිය කුලයට ඇලීම නිසා හරි හදාගන්නා වූ දෙයක්.

එතකොට මෙන්න මේ සංස්කාරයේ නිත්‍යභාවය උඩ තමයි මේවා ඔක්කොම ඇතුළට ඇදෙන්න. මොකද නැවතත් අපි මේක කරන්න හදනවා. ඇයි මේක නැවතත් කරන්න හදන්නේ? අපිට සැකයක් තියෙනවා මේවා බිඳෙයි කියලා. අපි බියයි, ඒ කියන්නේ හයෙන් අගතියට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. මතක ද ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ අර අවසාන diagram එකේ පෙන්නන්නේ මේ ඔක්කොම ටික එකතු වෙලා ඇවිල්ලා තියෙන්නේ අර එක ම column එකකට. තුන් වෙනි පාරට තමයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

එතකොට චේතනාවයි මේකයි දෙක එකට වෙලා තියෙනවා. අතන දෝමනස්සය කියන එක පරාමාසකායගන්ථය ඇතුළේ තියෙනවා. මේවා ඔක්කොම තිබ්ලා අපි හයෙන් අගතියට තමයි යන්නේ. බිය වෙලා තමයි මේක අපි නැවතත් සකස් කරනවා කියන එක තියෙන්නේ. ඔන්න ඔය අර්ථය තමයි ඒ භාවනාවෙදි තියෙන්නේ.

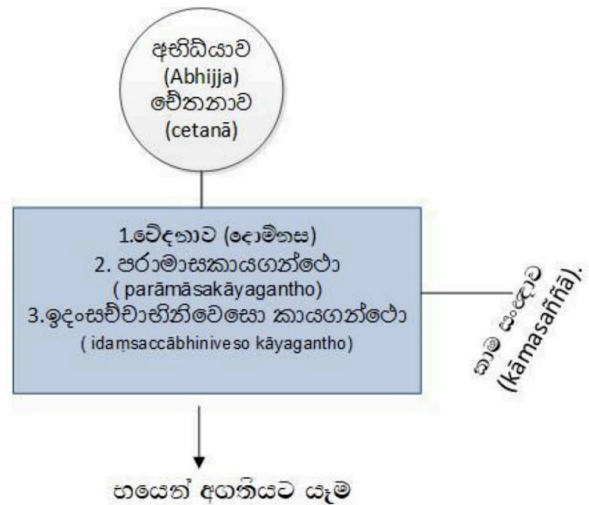
ඒ කියන්නේ රූපය වේදනාව සඤ්ඤාව විතරක් නෙවෙයි, නිත්‍ය සඤ්ඤාවත්, නිත්‍ය සඤ්ඤාවෙන් හැදෙන සංස්කාරය නිසා නිත්‍යභාවයත් කියන එක. ඒකත් තියෙනවා. නැවත කරපු දෙයක් අපි නැවත කිරීම. ඒ කියන්නේ “සංඛතං අභිසඬ්ඛරොති” කියන එක ම තමයි භාවනාවට අන්තිමට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. සකස් කරපු දෙය නැවත සකස් කරනවා කියන එක. ඒක තමයි මගේ භාවනාව.

ආයතන 3 සටහනේ කොටසක් පහත දැක්වේ.



දක්ෂිණාවර්තව 4, 5 සහ 6 කරකවන්න. එවිට, පස්වන පිටුවේ දකුණු පැත්තේ සටහන් කොටස ලැබේ.

- මහණෙනි, කාමයෝ අතිත්‍ය ය. හිස් ය. විනාශ වන්නාහුය. විනාශ වන ස්වභාවය ඇත්තාහුය. මහණෙනි, මෙය මායාවකින් කරන ලද්දක් වැනිය. බාලයාගේ වචනයකින් සිදු වූවක් වැනිය.
- “aniccā, bhikkhave, kāmā tucchā musā mosadhammā. Māyākatame taṃ, bhikkhave, bālalāpanaṃ”.
- කාම සංඥාව නිසා ඇතිවන්නේ දොමනස පමණි.



10/11/2013 - අසනිය අසම්පජානය භාවනා

Asatiya Asampajānaya Bhāvanā

හොඳයි මගේ භාවනාවෙදි මම කළේ ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කගෙන් බණ අහල තියෙනවා. මට ඒක ගැන සැකයක් නැත. මට ශ්‍රද්ධාව ඇත. නිර්වාණයෙන් පිටත වූ දෙයක් ගත්ත පුද්ගලයාට තමයි මේ විදිහට සැකයක් ඇති වෙන්නේ කියලා. ඔය විදිහට ඒ බුදුපියවරු දාහතර නම ම සිහි කළාට පස්සේ, ඉතින් අර ද්වේෂය නැති කරමි කියන තැනින් පටන් ගන්න ය කියලා කිව්වා.

එතකොට ඒ ද්වේෂය කියන එක මම භාවිතා කළේ අර සම්මා වාචා diagram එක. සම්මා වාචා diagram ඒකෙ අපි දන්නවා කෙනෙකුට මිච්ඡා දිට්ඨිය තියෙනවා නම්, ඒ මිච්ඡා දිට්ඨිය ඇති වුණාට පස්සේ, ඒ කියන්නේ තමන් ඊනමිද්ධය තියෙනවා කියලා දැන ගත්ත අවස්ථාවේ දී, අපි ද්වේෂයට යනවා. තමන් sick කියලා දැන ගත්තට පස්සේ. එතකොට දැන් මේ sick කියන එක මම භාවිතා කළේ මේ මදුරුවෝ කනවා කියන එක. මදුරුවෝ කෑවයින් පස්සේ අර මනුෂ්‍යයින්ට ඒකක් එක්ක ඇති වෙනවා ස්වභාවයක්, ඊනමිද්ධ ස්වභාවයක්, ඇති වෙන එක තියෙනවා රෝගීභාවයක් කියන එක.

එතකොට මට ජේනවා මිච්ඡා දිට්ඨිය තියෙනවා උඩ diagram එකේ මතකයි නේ. පල්ලෙහායින් තියෙනවා අපිට ද්වේෂය කියන එක. මිච්ඡා දිට්ඨියයි ද්වේෂයයි තියෙනවා. ඒකෙ දෙකක් දැන් සම්බන්ධ වෙනවා. මේ පැත්තෙන් එනවා ඊනමිද්ධය. ඒ කියන්නේ sickness එක. උඩින් තියෙනවා අසනිය කියන එක දෙපැත්තෙන් ඇවිල්ලා තියෙනවා. එතකොට මේ හතර frame එක මට දැන් ජේනවා. ඒ sickness එකත් එක්ක ආවායින් පස්සේ, මේක ආවායි කියලා මට ජේනවා, මේක යනවායි කියලා සාරම්භයට. සාරම්භය තමයි මේ හතර කොනට එන්නේ. මෙතනින් ද්වේෂය තියෙනවා. උඩින් මිච්ඡා දිට්ඨිය තියෙනවා. මේ පැත්තෙන් අසනිය එනවා. ඊළඟට මේ දකුණු පැත්තෙන් එනවා සාරම්භය, competition එක.

දැන් ඒ මදුරුවා කන එකටත් තමන්ට තියෙනවා, අසනිය තියෙනවා. කලින් කාලා දැන් ආයින් කාවි කියලා. මොකද මගේ මේ කය මම අල්ලගෙන ඉන්නවා නේ. මේ කය මගේ කියලා මම අල්ලගෙන ඉන්න එකත් එක්ක ම ඇති වෙලා තියෙනවා අසනිය කියන එක. එතකොට දැන් ඊයේ කෑවා නම් අදත් මාව කන්න පුළුවන් කියලා තියෙනවා. මෙතැනින් competition එකෙන්, සාරම්භයෙන් එනවා මේ පැත්තේ push එකක් එනවා, කෑලි දෙකක් එක්ක. එතකොට සාරම්භය කියනකොට මතක

නියාගන්න ඒ කතාව සම්බන්ධයි උද්ධව්වයත් එක්ක. මේ පැත්තෙ අර jack එක ගහනවා නේ, මේ පැත්තෙ කරකවනවා කියන එක තියෙනවා නේ. එතකොට ඒක දැන් සාරම්භයෙ කතාවෙදි මම මේ සමාධි කුලය හරි මම මේක අල්ලගෙන ඉදිමක් තියෙනවා කියන එක තියෙනවා.

දැන් මට මේක මේ හතරැස් කොටුව, අටපට්ටම නොවෙයි අර frame එක, ඒක මට තේරුණාට පස්සෙ, දැන් මට තේරෙනවා අර කලින් ඒක කරලා තියෙනවා මේ ධර්මය පරාමාසයයි, ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයයි, මේ පැත්තෙන් තියෙනවා හයෙන් අගතියට යන එකයි සහ මෝභයෙන් අගතියට යන එකයි. මෙතන මේ කොටුව මේ සංස්කාර. සාරම්භය අයිති වෙන්තේ මෙන්න මේ කැල්ලට. මෙතනින් මේ පැත්තට තියෙන කැල්ලට තමයි සාරම්භය තියෙන්නෙ. දැන් සැකය තියෙන්තේ පල්ලෙහා එකට. දැන් සාරම්භයෙන් එහෙම නම් මම දැන් යනවා පරාමාසයට. පරාමාසයට යන්නෙ මොකද මෙතන සංස්කාරවලින් එහෙම පල්ලෙහාට ඇවිල්ලා මෙතන තියෙන මේ සංස්කාරයට අර නිත්‍යයි කියලා අගයක් දෙනවා. දැන් මගේ මේ ජීනමිද්ධ පාරෙන් තමයි ගිහිල්ලා මේක ඇවිල්ලා තියෙන්තේ. ජීනමිද්ධය කියන එක contribute කරනවා. මට ජීනමිද්ධයයි, කුක්කුච්චයයි contribute කරලා තමයි මේ සැකය කතාවට එන්නේ. මේ සංස්කාර මැද්දට ඉන්නේ.

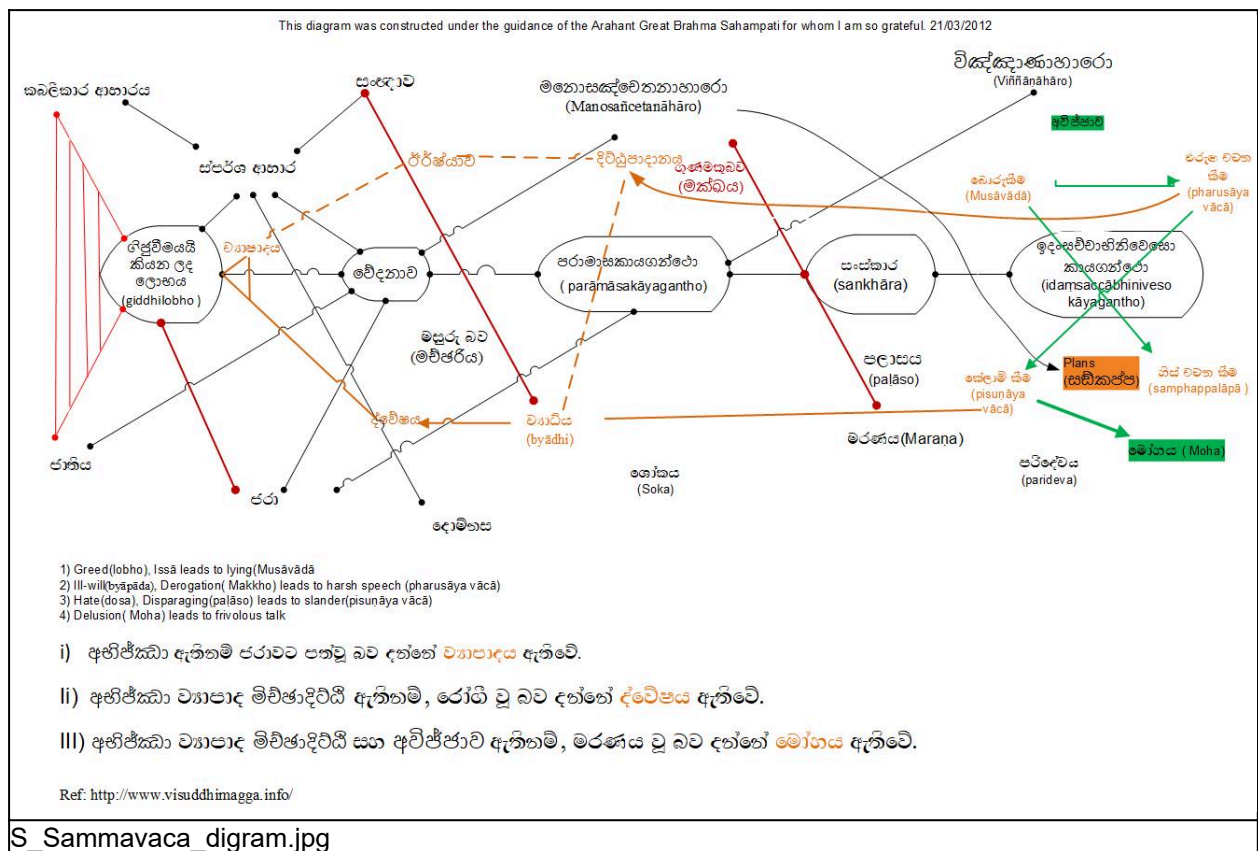
එතකොට මෙතනින් මේ සාරම්භයෙන් මම යනවා පරාමාසයට. සාරම්භයෙන් පරාමාසයට ගියායින් පස්සෙ, දැන් අපිට ඡේනවා එහෙම නම් පරාමාසයට ගියායින් පස්සේ ඒකෙ පල්ලෙහාට බැහැලා මම ද්වේෂයෙන් අගතියට යනවා. ඒක සම්බන්ධ වෙනවා, ද්වේෂයෙන් අගතියට ගියහම අනිත් පැත්තට සම්බන්ධ වෙනවා අභිජ්ඣා කාය ග්‍රන්ථය පැත්තට සම්බන්ධයකුත් තියෙනවා මේකෙ. එතකොට එහෙන් මේක push කරනවා කියන එක, ඒ වටේ කැරකෙනවා කියන එක එනවා.

මෙතන ඡේනවා මෙන්න මෙහෙම තියෙන තැනින් මේ සාරම්භයෙන් මම පරාමාසයට මේකෙ යනකොට, ද්වේෂයෙන් මම ද්වේෂ අගතියට ගමන් කරනවා. අර කැලි දෙක අර stick එක මෙහෙම තියන stick එක මෙහෙම වෙනවා කියන එක ඡේනවා. මතක ද අපි අර එහෙම ධර්මයක් කලින් දැකලා තියෙනවා නේ අර ලාභයයි කියලා ගත්තට පස්සේ අග්‍රද්ධාවෙන් උද්ධව්වයට යන stick එක තියෙන්නෙ ඒ වගේ, මෙතනත් stick එකක් ඇති වෙනවා. මෙතන තියෙන සාරම්භයෙන් මම යමකිසි විදිහකට මේක පරාමාසයට push කරනකොට මම එහෙම නම් ද්වේෂයෙන් ද්වේෂ අගති ගමනට යනවා කියන එක.

ඒ කියන්නේ මේ, කෙටියෙන් ම කියනවා නම් මෙතන මේ අර්ථය මේ වේදනාවකට අපි කොහොම ද react කරන්නේ කියන එක තමයි. වේදනාවකට අපි කොයි තරම්, මේ මදුරුවෙක් කැවා කියන එකට අපි කොච්චර දෙයක් තියෙනව ද? අසතියේ

තියෙනවා ඊයෙන් කැවා මාව, අදත් මේක වෙන්න පුළුවන්, කියන කතාවත් එක්ක. ඒ කියන්නේ මේ මගේ ය කියලා ගත්ත කතාවත් එක්ක ඇති වෙච්ච ප්‍රශ්නයක් තමයි. මේ මේ කය අතහැරලා නම්, මේකට react කරන්නේ නැහැ නේ. ඊයේ කැවයි කියලා එකක් මතක තියාගෙන ඉන්නෙත් නැහැ. ඊයෙන් මගේ ශරීරය කැවයි කියලා නේ කතාව තියෙන්නේ, නේ ද?

දැන් එතකොට අදත් අසතියෙන් ඔන්න මගේ ශරීරය කනවා කියන එක තමයි. එතකොට වේදනාවකට react කරන එක මේ සාරම්භය මේකෙ වැදගත් ම කැල්ල තමයි, අර සාරම්භයෙ ඉඳන් පරාමාසයට යනකොට ද්වේෂයේ ඉඳන් ද්වේෂ අගතියට යනවා කියන කැල්ල තේරෙනවා. ඒක තමයි මම භාවනාවට කළේ.



S_Sammavaca_digram.jpg

11/11/2013 - නිර්වාණ

Nirvāṇa

අද භාවනාවට මම ගත්තේ, මට මෝහයෙන් පටන් ගන්න කියලා කිව්වා. ඒ බුදුපියවරු මෙනෙහි කළාට පස්සේ මෝහයෙන් පටන් ගන්න කියලා කිව්වා. එතකොට මම, මෝහයට එන්න පුළුවන් විධි දැන් අපි කීපයක් දන්නවා නේ. එතකොට එකක් තමයි අර අපි බලනවා තුන් වෙනි පාර ලෝභ දෝස මෝහ භාවනාවේ තුන් වෙනි පාර දිගේ පහළට එනවා කියන එක. ඒ වගේ ම අපි දන්නවා අර මිද්ධිය සහිත සඤ්ඤාව මම ගත්තොතින් මගේ ය කියලා කෙළින් ම අර 1-3 මෝහයට යනවා. ඉතින් දැන් මට මේක, මේ දෙක එකට එක්කහු වුණා. ඒ කියන්නේ අර මනාප අමනාප වූ අරමුණ, ඊට පස්සේ අපිට තියෙනවා ඒ සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය. ඒ කියන්නේ මෙතන තියෙනවා අපිට අදුක්ඛමසුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය. ඊළඟට තියෙනවා අදුක්ඛමසුඛ වේදනාව.

එතකොට මේ තුන ageing diagram එකේ මේ තුන එකට එනවා. ඊට පස්සේ ඒ තුන නිසා අපි දන්නවා මේ අවස්ථාව වෙනකොට අපි අර මෝහ සහගත අවස්ථාව නිසා, ඒ කියන්නේ දෙවැනි පාරේ අපි ගිහිල්ලා ඉවරයි. ද්වේෂය පාරේ ගිහිල්ලා ඉවරයි. ඊනමිද්ධිය වෙලා ඉවරයි. එතකොට අපි දන්නවා ඊනමිද්ධිය කියන එක තියෙන්න නම් අර වේදනාවයි, ස්පර්ශයයි වේදනාවයි අතර දැන් මේක වෙලා ඉවරයි. දැන් අපිට තියෙන්නේ මිද්ධිය ඇති වෙලා. එතකොට මිද්ධිය තියෙන තැන දන්නවා නේ ඔයගොල්ලෝ. මිද්ධිය තියෙන තැන 1-3 වලට යනවා කියන එක. දැන් මෙතන මට මේ තුන සම්බන්ධ වෙලා දැන් ඔන්න එහෙනම් දෙවෙනි පාරේ ගිහිල්ලා ද්වේෂ වෙලා ඉවරයි කියන එක මට ඇවිල්ලා තියෙනවා දැන්. මෙතනින් දැන් මිද්ධියට ගිහිල්ලා.

මිද්ධියට පොඩ්ඩක් එහා පැත්තේ තමයි ඔය නාමරූපය අර CROSS වෙන තැන තියෙන්නේ. එතකොට දැන් එහෙම නම් මේ මිද්ධිය සහගතව තමයි මේ නාමරූප කතාව ඔක්කොම තියෙන්නේ. දැන් මෙතන මේ මෝහයට යනවා කියන එක එතන ආවට පස්සේ මං කල්පනා කළා, මට ඇහුණා ඇත්තෙන් ම කියනවා නම් “මේ දුක කෙළවර වන්නේ නිර්වාණයෙන්” කියන එක. එතකොට මේ මිද්ධිය සහගත එක අරගන්නේ මතක ද අපි ආයතන භාවනාවේ ගන්නේ. මිද්ධිය සහගත සඤ්ඤාව මගේ කියලා අරගෙන තමයි අපිට මේ මෝහයට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට මෙන්න මේ මෝහය, මේ දුක්ඛය කියන එක කෙළවර වන්නේ කවදා හරි නිර්වාණය කියන එක ආවා ම. ඒ නිර්වාණය කියන එක ආවට පස්සේ මට අර ඊයේ භාවනාවත් එක්ක connect වුණා. එතන දැන් කිව්ව නේ ඉස්සෙල්ලා ද්වේෂ පාරේ ගිහිල්ලා තියෙන්න කියලා. එතන ශ්‍රද්ධාව තියෙනවා නම් නිර්වාණය කියන එක ගැන, මේක ඇති වෙන්නේ නෑ. එතකොට අර ඊයේ භාවනාවේ කොන් හතර මතකයි නේ. එතකොට

මේ පැත්තෙන් අසනිය අසම්පජානය. මේ පැත්තෙන් ද්වේෂය. මේ පැත්තෙන් අර ශ්‍රද්ධාව කියන එක නැතිකම තියෙනවා. මේ පැත්තෙන් අර **competition** එක, සාරම්භය කියන එක.

දැන් මේක නිසා දැන් අපිට ඡේනවා. මේක කරකවනවා අර **competition** එක නිසා අර රැල්ල අපි හදනවා. මේ පැත්තෙන් රැල්ල හදන්න පටන් ගන්නවා. ඒ කියන්නේ මේ මිද්ධ සහගත අවස්ථාවේ දීත් අපි මේ **competition** එකෙන් මේක නැවත නැවතත් කරකව කරකවා හදනවා කියන එක ඒ රැල්ල ආවා මට. ඒක ආවට පස්සේ මට පෙනුණා මෙතන උඩ තියෙන්නේ මිද්ධය මේ යට තියෙන්නේ අර **sickness** එක, ව්‍යාධිය කියන එක. අපි කිව්වේ සාරම්භයයි ඒක එක **line** එකේ නේ තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ ද්වේෂයයි, අපි ව්‍යාධියයි. ඊළඟට මේ පැත්තෙන් තියෙන්නේ සාරම්භයයි එක **line** එකේ තියෙන්නේ. දැන් මෙතන මම ගන්නවා ඒ ව්‍යාධිය තියෙන තැන. ඒ ව්‍යාධියයි උඩ තියෙන මිද්ධයයි මේ පැත්තෙන් අර කොසප්පයයි ඕකත් අර පයිප්ප **line** එක වගේ එකට සම්බන්ධ වෙලා තියෙනවා නේ. එතකොට මේ මැද්දේ තියෙන්නේ මෙන්න මේ කැල්ල.

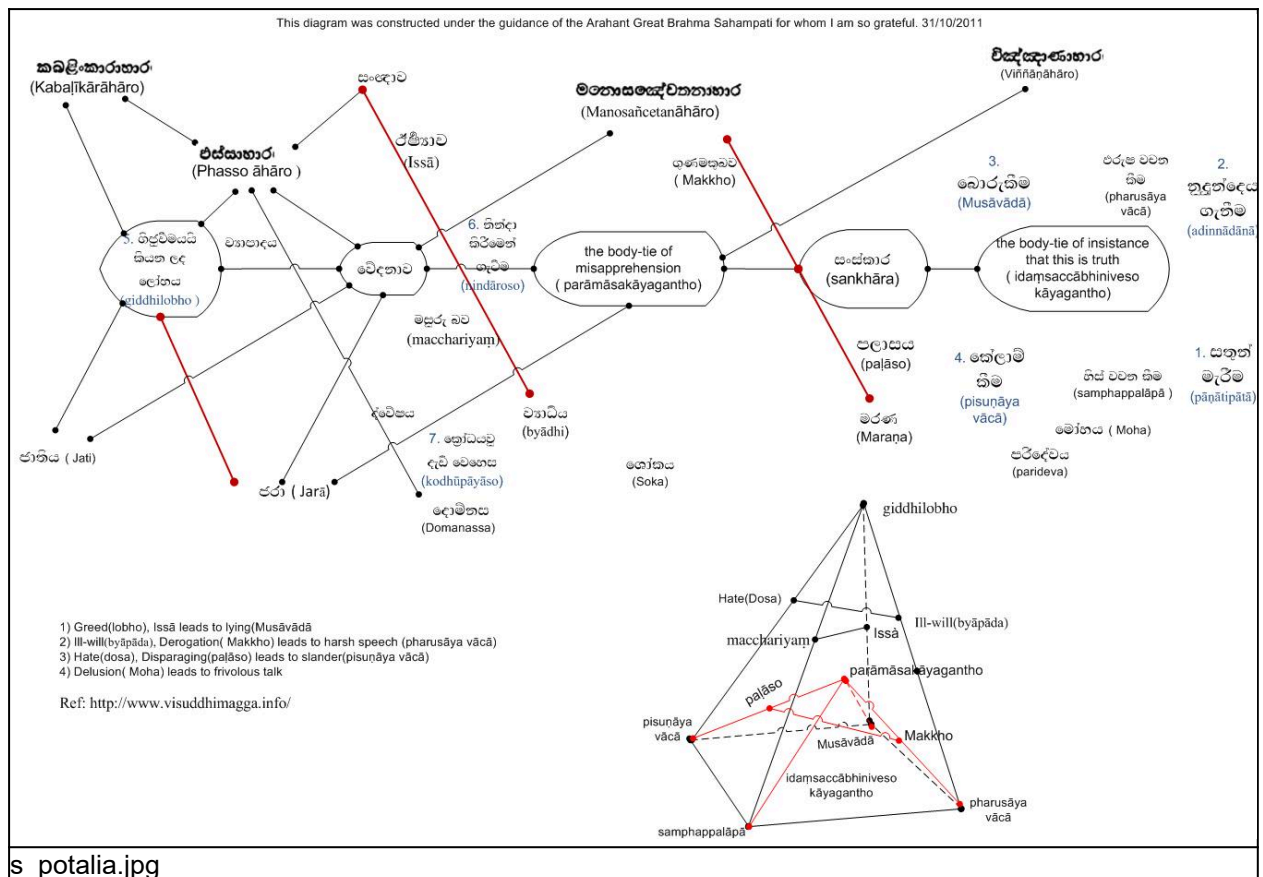
එතකොට මට මේක ඡේනවා, මේක පෙර, මිද්ධය පෙර. ඊට පස්සේ කරලා ආවට පස්සේ මෙතන පසු එක. ඒ කියන්නේ ව්‍යාධිය කියන එක පසුව වෙලා තියෙන්නේ කියන එක. එතකොට මේකේ මැද හරිය තියෙනවා කොසප්පය. පරාමාසයට යන්නේ ඒකයි දැන්. පෙර පසු කියලා ඒ තුන් කාලයට ම මට ඡේනවා, වර්තමානය මෙහෙමයි පරාමාසය දැන් අර, ඕක නේ ඇදෙන්නේ ඔය මේක ඇතුළට ඉදංසව්වාහිනිවෙසකායගන්ථයට මෙන්න මේ වගේ ඒක ඇදෙනවා. පරාමාසයට තියෙනවා මේක ඒ පරාමාසයේ තිබෙන ස්වභාවයෙන් ම මේක ඇදෙනවා ඉදංසව්වාහිනිවෙසකායගන්ථයට. එතකොට පෙර එකක් තියෙනවා. මැද එකක් තියෙනවා. මේ පැත්තේ එකක් තියෙනවා. මේ තුනයි තියෙන්නේ. එතකොට මේක වට්ට තමයි අර රැල්ල **generate** කරගෙන යන්නේ.

එතකොට මේක වට්ට මේ රැල්ල **generate** කරගෙන යනවා කියන එක ඒ තමන්ට ඡේනකොට එතනදි මට ආවා, මට ඇහුණා එතෙන්නදි සතිය ප්‍රඥාව සමාධිය කියන එක. සතියයි, සමාධියයි, ප්‍රඥාවයි තියෙනවා නම් මේක වෙන්නේ නැහැ. ඒ කියන්නේ මේ මැද්දේ තියෙන අර බලන්න දැන් සමාධිය කියන්නේ අර 10 තියන තැන ඉදන් මේ පැත්තට ගිහිල්ලා තියෙන එක නේ ද? මේ අපේ ඥාන පඨයේ ඒක නේ තියෙන්නේ.

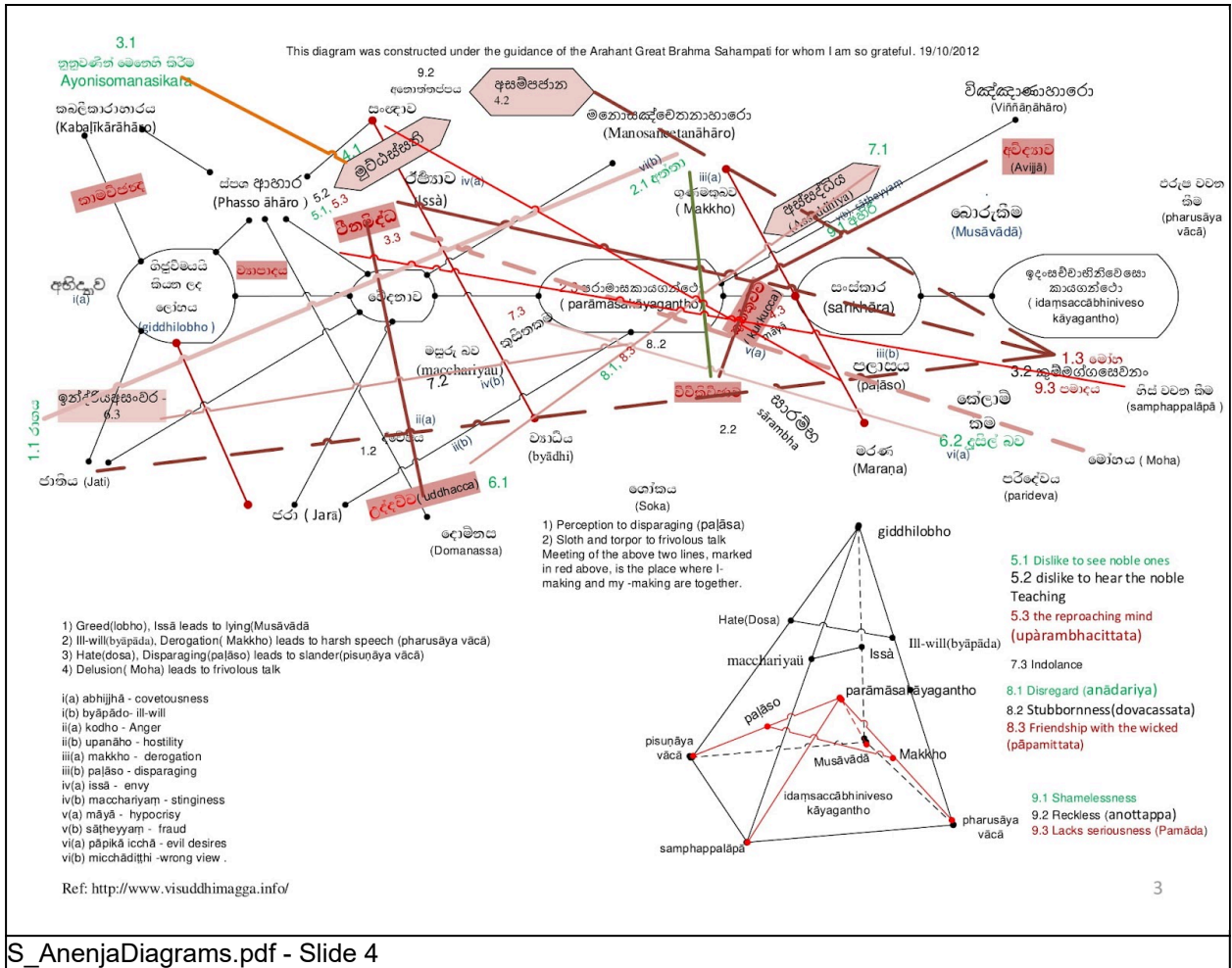
එතකොට පල්ලෙහා සමාධිය, මෙතන සතිය, මේ පැත්තේ තියෙනවා ප්‍රඥාව. මේක මැද්දෙන් තමයි මේ කුර තියෙන්නේ. අර **sickness** එක කියන කුර තියෙන්නේ මේක මැද්දේ. එතකොට දැන් මට හරි ලස්සනට ඡේනවා මේ පැත්තෙන් සතිය තියෙනවා නම්, මේ පෙර පසු ඔක්කොම තියෙන්නේ මිද්ධයයි කියලා කෙනෙක් මේක ගන්න

නැහැ. ප්‍රඥාව තියෙනවා නම් මේකෙ සමුදය කියන එක මෙයා දන්නවා. මේ ඇති වෙනවා නම් ඇති වෙන්නේ රෝගයක් කියන එක ජේනවා. පෙරත් රෝගයක් දැනුත් රෝගයක් පස්සෙත් රෝගයක් කියන එක මෙයා ප්‍රඥාවෙන් දකිනවා. සමාධිය තියෙනවා. ඒ කියන්නේ වෙනො විමුක්තියෙන් මෙයා ඉන්නවා. මේක එකක්වත් මම ගන්නේ නැතිව, අර නිවනට යොමු කරලා තියෙනවා.

එතකොට මේ අර විමුක්තීන් ඔක්කොම පත්තු වෙලා තියෙනවා මේ අවස්ථාව වෙනකොට. මෙතන මේ අර faculties ටික ඒ තුන හොඳට පවතිනවා නම් ඉතින් එතන එහෙම නම් නිවන. මේ භාවනාවේ නම තමයි නිවන, නිර්වාණය කියන එක.



s_potalia.jpg



S_AnenjaDiagrams.pdf - Slide 4

12/11/2013 - රූපරාග භාවනා

Rūpa Rāga Bhāvanā

බුදු පියවරුන් සිහි කළා. ඒ බුදු පියවරුන් සිහි කළේ, ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කගෙන් බණ අහල තියෙනවා. පළවන ශ්‍රේණියකම බුදුපියාණන් වහන්සේ. ඒ විදිහට අනුපිළිවෙලින් ඒ සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා සිහි කළා. සිහි කරලා මට කිව්වා පංචනිවරණවලින් පටන් ගන්න කියලා.

එතකොට ඒ කාමච්ඡන්දය කියන එක බැලුවා. ඒ කාමච්ඡන්දය කියන එක ඇති වුණා නම් අපි දන්නවා අර පලාසය තියන කොටුව දක්වා අපි ගමන් කරනවා. කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ඊනම්ද්ධ, උද්ධච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා දක්වා ඒ කොටුව දක්වා යනවා. එතකොට මේ කාමච්ඡන්දය කියන එක ඔයගොල්ලෝ දන්නවා මේ දෝමනස්සය කියන එක fix කරන්න නේ අපි හදන්නේ. එතෙත්ටයි ගිහින් තියෙන්නේ.

එතකොට මේ කාමච්ඡන්දය කියන එක ඇති වෙච්ච අවස්ථාවෙදි අපි සුභයි කියලා, අර අසුභයේ සුභයි කියන විපල්ලාසය එතකොට අර පළවෙනි කාරණය ස්පර්ශය මගින් එතන ගහනවා සුභයි කියන එක. එතකොට එහෙනම් ඔයගොල්ලන්ට ජේනවා මේ සඤ්ඤාවේ සුභයි කියන එක ඇති කළා මේ විදිහට. ඔය සඤ්ඤාවේ සුභයි කියන එක ඇති කළාට පස්සේ අපි එනවා අර නාමරූප කියන කොටසට. නාමරූප කියන කොටස ඔයගොල්ලෝ දන්නවා මෙතන තියෙන්නේ සඤ්ඤාව, මේ පැත්තෙන් වේතනාව. පල්ලෙහායින් තියෙනවා වේදනාව. මෙතන තියෙනවා පරාමාසය. එතකොට මෙතන මේ කොටස තමයි අපි නාමරූපයි කියලා කියන්නේ.

එතකොට මෙන්න මෙතන මේ නාමරූප සහිතව මෙතන තියෙන එක. දැන් මෙතනින් අපි jack එකක් ගහනවා නේ සුඛයි කියලා යන්න. දැන් මේක වෙන හැටි හොඳට පරිස්සමෙන් බලන්න. පරිස්සමින් බැලුවොත් ජේනවා මෙතන පළවෙනි කාරණය අපි දැන් සුභයි කියලා සඤ්ඤාවක් ඇවිල්ලා තියෙනවා. එහෙනම් මේ පැත්තේ ඉඳන් මෙතෙත්ට මේ කැල්ලේ තියෙනවා අර එක හැටියට ගන්න සුභයි කියපු සඤ්ඤාව. එතකොට ඒක සුභයි කියන සඤ්ඤාව. අර දකුණු පැත්තෙන් අර අපි දන්නව නේ සුභයි කියපු එක නේ ඉදංසච්චාහිනිවෙසකායගන්ථයට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. ඒ පැත්තෙන් තමයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. දැන් මේකට එකතු වෙලා තියෙනවා දෙවැනි කාරණය වේදනාවේ ඉඳන් නාමරූප කොටසට එන්න සුඛයි කියන කතාව. ඒක දෙක හැටියට ගන්න. අරක එක. මේක දෙක.

දැන් මේ සුඛය කියන එක ආවට පස්සේ, දැන් මොකද වෙන්නේ ඒ සුඛය යනවා පරාමාසයට. පරාමාසයෙන් මෙතන අගයක් දුන්නා අත්තා කියලා. අත්තා සඤ්ඤාව

සුබ සඤ්ඤාවට එකතු කළා. හැබැයි සත්‍ය වශයෙන් ම තියෙන්නේ දුක්ඛය. අපි දන්නවා පළවෙනි පාරේ උත්තරය දුක්ඛය. හැබැයි සුබයි කියලා මේකට එකතු කළා. දැන් අත්තා සඤ්ඤාව ආවා. මෙතැනින් එනවා දැන් එහෙනම් මෙතන හයෙන් අගතිය, මෙතන වේදනාව මේක හරහා කෙළින් ම යනවා රූපයට.

දැන් එතකොට මෙතෙක්දී වෙන්නේ මොකක් ද? එහෙම නම් මම දැන් රූපයට එකතු කරනවා සුබයි කියන එක. ඇයි මම ආවේ සුබය ඉඳන් පරාමාසයට. පරාමාසයෙන් මේක අත්තා කියලා ගත්තා. මේ උඩ පාරේ ඉඳන් ආවා. මගේ කියලා ආවා. දැන් සුබයට මම එකතු කළා, මේ සුබය කියන එක එකතු කළා. මම මෙතනින් පල්ලෙහාට ආවා නම් දිට්ඨි අනුසය කියලා කියන්නේ කෙළින් ම ගිහිල්ලා වදින්නේ රූපයට. ඒක දික් කළා නම් රූපයටයි වදින්නේ.

එහෙම නම් මම දැන් රූපයට එකතු කරලා තියෙනවා සුබයි කියන එක. හරි. ඉස්සෙල්ලා සුභ වෙච්ච දෙයක් දැන් සුබය කියන එක දැන් මම එකතු කරලා තියෙනවා. එතකොට මේ වෙලාවෙදී මට මේක හරි වටිනවා. මේ වෙලාවෙදී මට ආවා මේක නේ ද මේ රූපයේ රාගය වෙන්නේ කියලා. එතකොට රහතන් වහන්සේ ඉඳන් කිව්වා “ඒක ම යි කියලා නොකියමි” කියලා.

එතකොට එතනින් පල්ලෙහාට ආවායින් පස්සෙ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය නිසා කාම ආශ්‍රවයට එනව නේ. අර නන්දියත් භුක්ති විදින්න එපා ය. ඒ භුක්ති විදගෙන ආවයින් පස්සේ තමයි ඔන්න අර රූපයේ රාගය වෙලා තියෙන්නේ. හරි නේ සංකප්ප රාගො පුරිසස්ස කාමො කියනවා වගේ, මෙතන රූපයේ රාගය වෙන්න නම් මෙතනින් දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් මෙතන ඇවිල්ලා, දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවය උණාට පස්සේ අපි දන්නවා ධම්මමච්ඡරිය හරහා අපිට චේතනාව වෙනව නේ. අන්න ඒ ප්‍රමාණයට වෙනකොට තමයි රූපයේ රාගය කියන එක දැන් තියෙන්නේ.

දැන් අපි අර ඒ කියන්නේ මේ මම රූපයට එකතු කළා අර සුබයි කියන එක. ඉස්සෙල්ලා තිබුණේ මට සුභයි කියන එක විතරයි. මේක සුබයි කියන එක එකතු කළාට පස්සෙ මට දැන් තියෙනවා රූපයේ රාගය. දැන් ඊට පස්සේ දැන් මට එනවා දැන් එහෙම නම් ටිකක් වෙලා මම ඔතන හිටියා අකනිට්ඨාවත් අල්ලගෙන හිටියා. ඉඳලා ඊට පස්සේ මං කල්පනා කළා දැන් මෙතන අරූපයේ රාගයකුත් තියෙනවා නේ. අරූප රාගය කියලා කියන්නේ මොකක් ද කියන එක. අරූප රාගය වෙන්න නම් ඔයගොල්ලෝ අර රූපයේ කතාව මකන්න. ඒ පැත්ත eraser එකකින් erase කරලා දාන්න. ඒ වගේ erase කරලා දැම්මට පස්සේ දැන් තමන්ට තියෙනවා අර අරූපයේ රාගය.

ඒක හරියට අපි හිතමු වතුර ටිකක් තියෙනවා. හැබැයි මේ වතුර මඩ වතුරයි කියලා ඔයගොල්ලෝ දකිනවා. මඩ වතුරයි කියලා දැක්කට පස්සේ ඔයගොල්ලන් ගමනක්

යනවා නම් මේ මඩ වතුර ටික බාධාවක්. මේක බාධාවක්. එහෙම නම් කල්පනා කරනවා, මම මේ මඩ වතුර කියන එක නැත්නම් මට හොඳයි. මොකද එතකොට මෙතැනින් කරදරයක් නැතුව යන්න පුළුවන්. අන්න ඒ අර්ථය තමයි තියෙන්නේ. මේක මේ රූපයේ රාගය කියන එක. ඒ කැල්ල මකලා දැම්මා ම දැන් මට තියෙනවා අරූප රාගය කියන එක.

එතකොට ඒක තමයි භාවනාව. බොහොම ලස්සනයි ඒක. රූප රාගය කියන එක තේරුම් ගත්ත කියන එක. මෙව්වර කාලයක් අපි දැනගෙන හිටියේ නෑ නේ. මේක අර්ථ දක්වන්නේ කොහොම ද කියන එක.

14/11/2013 - ටීනමිද්ධ උද්ධව්ව මාන භාවනා

Thīnamiddha Uddacca Māna Bhāvanā

එතකොට මම ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළේ, මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින්නා වූ උත්තරීතර ම පළවන බුදුපියාණන් වහන්සේ. ඒ විදිහට ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ දෙවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඉතින් තුන් වෙනි වන බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඔය විදිහට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා මෙනෙහි කළා. මෙනෙහි කරලා මම, මට කිව්වා බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි, ලෝභය නැති කරමි, කිව්වම එතනින් පටන් ගන්න කියලා.

එතකොට මම එතෙතේදි ගත්තා අර පළවෙනි පාර ලෝභයට ඇති වන එක. සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය. මනාප අරමුණ, සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය, සුඛ වේදනාව රූපයත් එක්ක. ඒක ගත්තහම ඉතින් මට එනවා මේක තියෙනවා නම් ඉතින් මේකත් එක්ක ද්වේෂය කියන එක ඇති වෙනවා. දෙවෙනි පාරත් ඇති වෙනවා. මේකත් එක්ක තුන් වෙනි පාරත් ඇති වෙනවා. එතකොට මෙතනින් ඇවිල්ලා අර කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ටීනමිද්ධ කියන එක තියෙනවා නේ. මේ තුන තමයි මෙතන ඇති වෙන්නේ කියන එක ඇවිල්ලා අර ලෝභ දෝස මෝහ **diagram** එකේ මෙතනින් පටන් ගත්තහම මෙතෙතේට එනකල් ම එනවා කියන එක ආවා.

ඒ සම්බන්ධතාවය වැටහුණහම, ඒකත් එක්ක මම ඊළඟට බැලුවා ඔය එහා කෙළවරේ දැන් අපි දන්නව නේ සුභයි, සුඛයි, අත්තා, නිත්‍ය කියලා ඇවිල්ලා නේ තියෙන්නේ. ඒ කෙළවරේ මේ තුන් දෙනෙක් ඉන්නවා. **Jack** ගහන. එක්කෙනෙක් තමයි ටීනමිද්ධයෙන් අත්තා ඉඳන් නිත්‍යට යන්න ගහනවා. ඊළඟට තියෙනවා මේ මානයෙන් ගහන එක. ඊළඟට තියෙනවා අවිද්‍යාවෙන් ගහනවා කියන එක. එතකොට අවිද්‍යාවෙන් උඩට උස්සනවා කියන එක ගත්තහම මෙතන මම කල්පනා කරනවා, මෙතෙතේදි උද්ධව්වය තමයි මෙතෙතේට ගන්න ඕනි කියලා. අවිද්‍යාව කතාව ගත්තහම උද්ධව්වය, මොකද දන්නව නේ අපි අර ආකාසානඤ්චායතන කියන එක වාගේ එකකට තිබෙන ඇල්ම අඩු කරන්නේ නැති එක නේ අවිද්‍යා අනුසය කියලා කියන්නේ. පහ කරන්නේ නැති එක නේ. එතකොට එතන ආකාසානඤ්චායතන කිව්වම ඉතින් ඒ කියන්නේ තමන්ට සමාධියක් අල්ලගෙන ඉන්නවා. ඒ කියන්නේ ඉතින් උද්ධව්වය. එතන ඒක ඇලුම් කටයුතු ආලම්බනයෙන් ඉන්නවා කියන එක නේ. එතකොට එතන ගත්තහම මෙතන ටීනමිද්ධය, මෙතන උද්ධව්ව කියලා එනවා. එතකොට මැද්දෙන් තියෙන්නේ අර මාන්තයේ කතාව. එතකොට දැන් ඒ කියන්නේ උද්ධව්වය අර උඩටත් ගහනවා, මේ පැත්තටත් ගහනවා දෙපැත්තට ම තියෙනවා.

දැන් මට ඒ පාර කල්පනා වුණා, මේ ධර්ම කාරණා තුන වගේ ම තව ධර්ම කාරණා තුනක් මේ පල්ලෙහායින් තියෙන්න ඕන. එතකොට ඔය කාරණා තුන මොකක් ද කියලා බලනකොට ඉතින් මට ජේනවා එකක් තමයි සැකය. සැකය කියන එක ජීනමිද්ධය නිසා හටගන්නවා. එතකොට මං ඒක ජීනමිද්ධයයි කුක්කුච්චයයි දෙක බලපාන්න ඕන. එතකොට දැන් එහෙනම් ජීනමිද්ධයට තමයි මම priority එක දෙන්නෙ. එතන මම කියනවා මේ සැකය කියන එක ජීනමිද්ධය උඩයි ඇති වෙන්නේ කියලා.

ඊළඟට මට ටිකක් ඔය විමසගෙන ඕක හරියට ගැඹුරට විමසනවා. විමසනකොට මට ජේනවා, මේ උද්ධච්චය නිසා තමයි සාරම්භය කියන එක තියෙන්නෙ. එතැන මට ටිකක් වෙහෙසුණා. මේ මොකද ඒ ඒකේ අර මැද්දේ තිබෙන්නා වූ අර දුස්සීලභාවය නිසාත් ඕක වෙනවා නේ. එතකොට දැන් කොයි එක ද කියන එක හරියට මේවා වෙනකොට ඉතින් මට උදව්වකුත් ලැබුණා. අර ඒ මං උද්ධච්චයෙන් මේක වෙනවා කියන එක තමයි සාරම්භය කියන එක තමයි හොඳ කියන එක, හරි කියන එක.

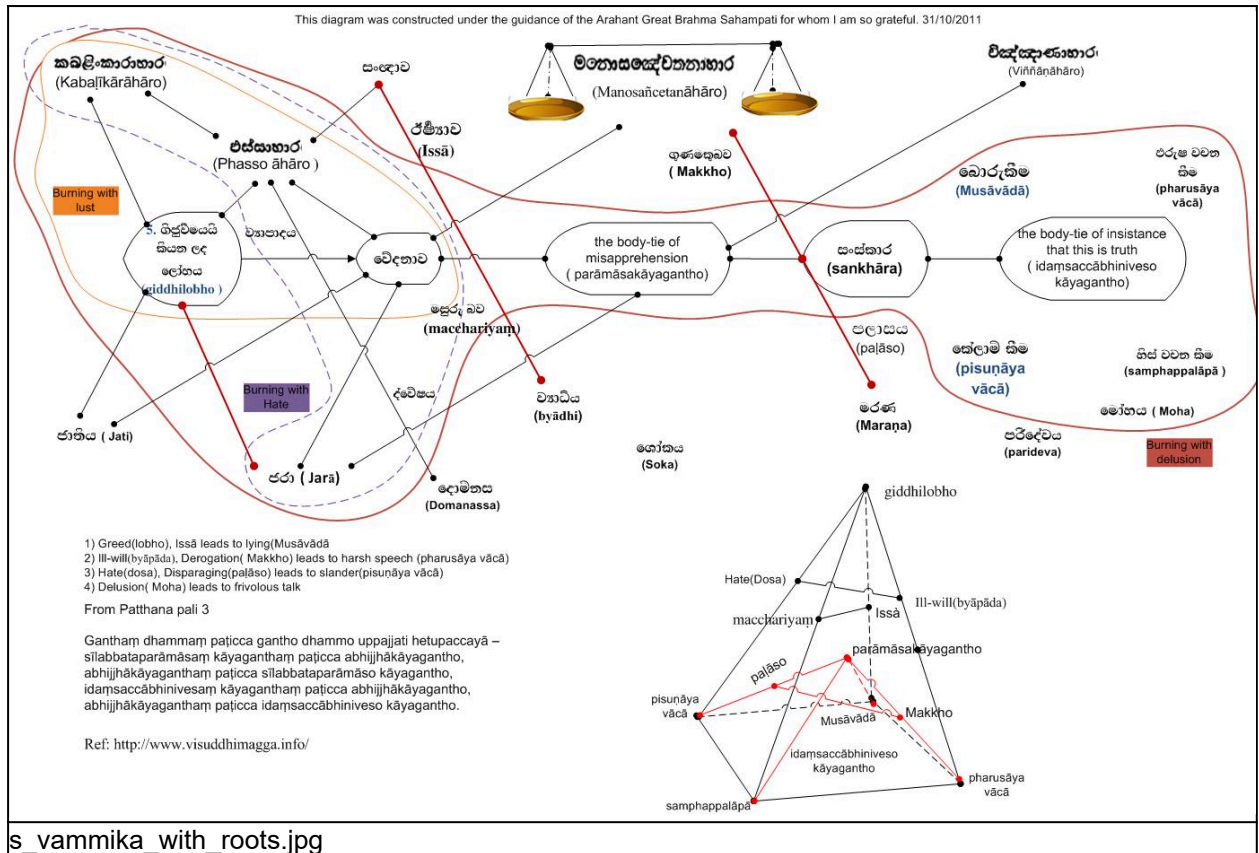
ඒ පාර උද්ධච්චයෙන් සාරම්භය කියලා එතන ඒ කැල්ල ගන්නා. එතකොට උද්ධච්චයෙන් සාරම්භය ගත්තහම ජීනමිද්ධය ඉඳන් සැකය. උද්ධච්චයෙන් මෙතන සාරම්භය ඇති වෙනවා. දැන් ඉතුරු වෙලා තියෙන්නෙ මැද්දේ තියෙන්නා වූ මාන්තය. මාන්තය කියන එකට තමයි මෙතන දුස්සීලභාවය කියන එක. කාමච්ඡන්දය නිසා දුස්සීලභාවය. දුස්සීලභාවය නිසා අතන මාන්තය කියන එක. අර තපස්සි බුදුසියා පෙන්නපු ධර්මය තියෙනවා නේ. මාන්තයෙන් මේ පැත්තට යනවා කියන එක. ඔන්න ඔය කැලි තුන බොහොම ගැඹුරට මෙතෙක්දී හරියට සමාධියකින් බොහොම හොඳයි. මේ තුනත් එක්ක මේ තුන සම්බන්ධ වෙනවා කියන එක කල්පනා කළහම.

ඉතින් ඊට පස්සේ දැන් ගොඩාක් දේවල් ඔය මට, ඔය රූප එහෙම හරියට ජේන්න ගන්නා. මං ඒ සමාධියෙන් ම යි හිටියේ. මෙහෙම පෙනිලා ඊට පස්සේ දැන් මෙතන මේ ඒ ඇතියි කිව්වම මට හොඳ ලස්සනට තේරුණා මම මේ උඩ ඉඳන් මෙතෙක්ට එනවා කියන එක. ඒ මේක මට හොඳට පැහැදිලිව ජේනවා. දැන් මං මෙතන නෙවෙයි ඉන්නෙ. අතනින් ඇත ඉඳන් අර මේවා ඔක්කොම ජේනවා මට.

ඕක අතරේ මම දැක්කා ඔය මේ කුඩා සතෙක්ව ටිකක් ලොකු සතෙක් ගිල ගන්නවා. එතකොට මට ඒ අවස්ථාවේ දී මට ඒ කල්පනා වුණා ඉබ්බාගේ කතාව. ඉබ්බා කියන කෙනා රූප වේදනා සඤ්ඤා සංස්කාර විඤ්ඤාණ නේ.

එතකොට මේක විසින් සතෙක්ව ගිල ගන්නවා වගේ අපිව ගිල ගන්නවා කියන එක, ඒවත් මට ආවා. ඒවා ඔක්කොම දැකලා අන්තිමට මට ලස්සනට පැහැදිලිව ජේනවා,

අර ඇතියි කිව්වම මම අරහෙ ඉඳන් බිරුස් ගාලා මේ කාමරේට ඇදිලා ආවා කියන එක. බොහොම හොඳයි අද භාවනාව.



s_vammika_with_roots.jpg

15/11/2013 - උපසමාධිච්ඡාන භාවනා

Upasamādhīṭṭhāna Bhāvanā

එතකොට මම ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා, ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ලෝකයේ ශ්‍රේෂ්ඨතම පළවන බුදුපියා වශයෙන්, බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා. ඊළඟට දෙවෙනි බුදුපියා බුදුවරු 2100 කින් බණ අහලා ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ. තුන් වෙනුවට ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 1287 නමකින් බණ අහලා ලෝකයේ ශ්‍රේෂ්ඨතම තුන් වන බුදුපියා වශයෙන් අනුපිළිවෙලින් සිහි කළා. සහම්පති බුදුපියා බුදුවරු දෙනමකින් බණ අහලා ඉන්න දාහතර වෙනි ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන් සිහි කළා.

ඉතින් මෙහෙම සිහි කරලා ඉවර වෙලා මට මම පන්සිල් ගන්නකොට, කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ඵ්නමිද්ධ, පංචනිවරණ යටපත් කරමි කියන භාවනාවෙන් පටන් ගන්න කිව්වා. ඒ පාර මම කාමච්ඡන්දය කියන එක මෙනෙහි කළහම ඉතින් මට එක එක ආකාරයෙන් ජේනවා. ඉතින් කාමච්ඡන්දය කිව්වම ඉතින් අර photocopy machine එක, මේකට වඩා මේක හොදයි කියන එක compare කරලා එතන ඇති වන එක. ඉතින් අන්තිමට දෝමනස්සය තමයි මේකෙ ඇති වෙන්නේ. දෝමනස්සය නිසා තමයි ආපහු මේක නැවත නැවතත් හිත පිහිටනවා කියන එක. එතනින් මට දැන් එනවා කාමච්ඡන්දය නිසා ව්‍යාපාදය, ව්‍යාපාදය නිසා විවිධ ආකාර වූ උදාහරණවලින් එනවා.

එතකොට ඊළඟට විහිංසාව. ඒ තුන් ආකාරයට දැන් මම බලනවා. කාමච්ඡන්දය, ව්‍යාපාදය, විහිංසාව කියලා. එතකොට අර ලෝභ දෝස මෝහ diagram එකේ කතාව නේ ඔය එන්නේ. කාමච්ඡන්ද ව්‍යාපාද විහිංසාව. ඉතින් මේක නිසා ඉතින් ඔන්න ඒ පාර එනවා ඒවා ඇති වුණායින් පස්සේ ඉතින් අර දැවීම කියන ඒවා තියෙනවා නේ. ඉතින් මේ රාගයෙන් දැවීම, ද්වේෂයෙන් දැවීම, මෝහයෙන් දැවීම කියන දැවීම් කියන ඒවා ඇති වෙනවා කියලා. එතකොට ඉතින් ඒ පාර අර අනිත් diagram එකේ රාගයෙන් දැවෙන belt එකයි, ද්වේෂයෙන් දැවෙනවා, මෝහයෙන් දැවෙනවා කියන මේ තුන ආවා. ඉතින් මේ තුන හොඳට උදාහරණත් එක්ක එනවා.

ඉතින් මෙහෙම ආවට පස්සෙ මම මේ කල්පනා කළා, මේවා ටික ඉතින් රාගයටවත්, ද්වේෂයටවත්, මෝහයටවත් හෙල්ලෙන්නේ නැති නම් ඉතින් එහෙම නම් මේක හොඳයි කියන එක. ඒ කියන්නේ උපසමාධිච්ඡානය කියන එක ගැන මම මෙනෙහි කළා. එතකොට හෙල්ලෙන්නේ නැතුව මම ඉන්නවා කියන එක. ඉතින් ඕක එහෙම මම ගන්නකොට රාග ද්වේෂ මෝහයට මම ඇලෙන්නේ නැතැයි කියන එක. මම පොඩ්ඩක් ධර්මය මෙනෙහි කරනකොට මට ඉතින් ඔය රූපයන්හෙම හරියට ජේන්න

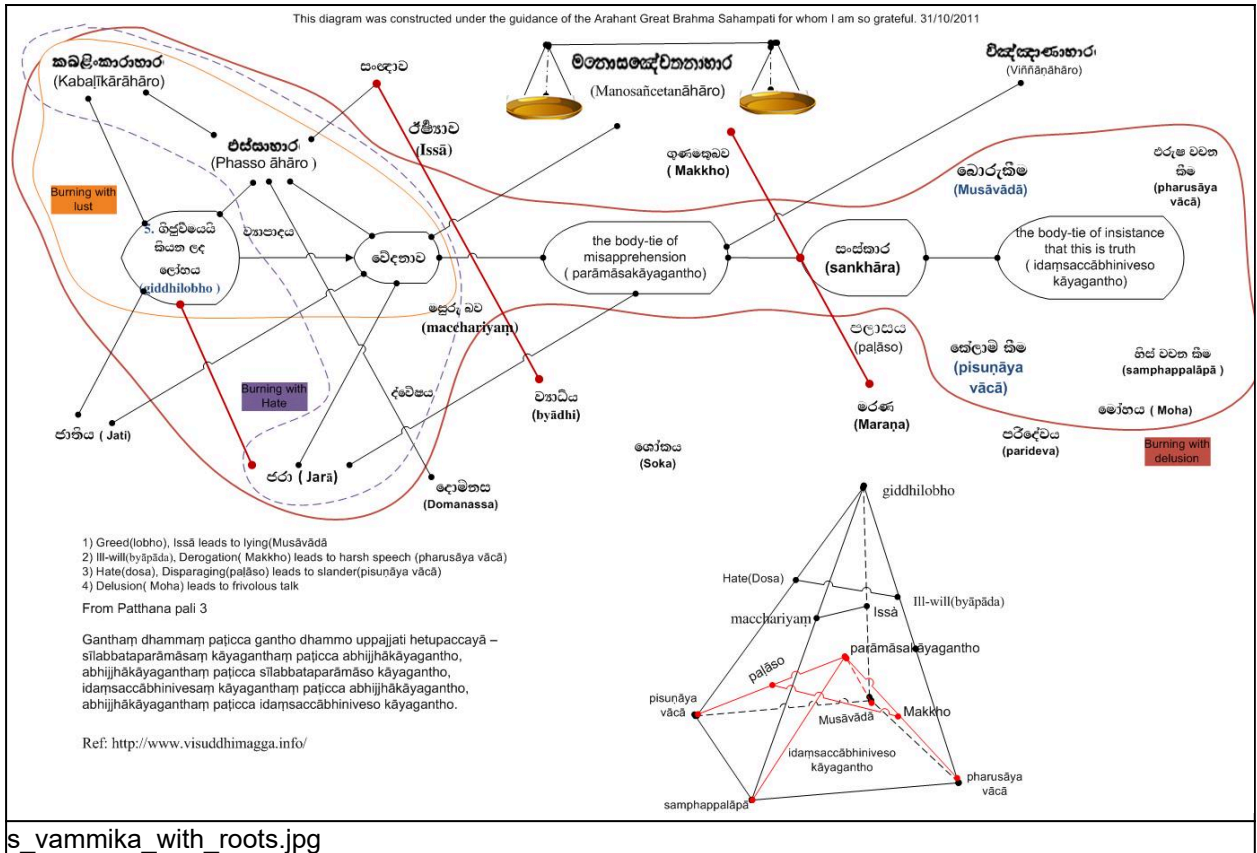
ගත්තා. ඒ එකකටවත් ඉතින් ඒ දැක්කයි කියලා ඒක වෙනස් වෙන්නෙ නැතුව ඒක පවතිනවා.

ඉතින් මට දැන් එතෙන්දි එනවා මේ රාග දෝෂ මෝහ උපසමය කියන එක ඇති වෙන්න නම් ඉතින් අර ඕක දැන් ඒකෙන් නසන්නේ ඕසය කියන එක නේ. අවිද්‍යා ඕසය එහෙම නේ. එතකොට මෙතන මේ ඕසයන් කියන ඒවා ඒ මෙතන මේ උපසමාධිට්ඨානය හෙම පවතිනකොට අවිද්‍යා ඕසය කියලා කිව්වම ඉතින් මේ අපි ඔය සමාධිත් ඒ කියන්නේ අනුසය ධර්මය කියන එක තියෙනවා නම් නේ මෙතන මේ ඔය විදිහට අපි move වෙන්නේ. ප්‍රවාහය කියන එක. ඕසය flood එක කියන එක නේ. එතකොට මේක move වෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ ඉතින් අර අනුසය කියන එක පහ කරන්නේ නැති නිසා ය කියලා.

ඒ පාර දැන් මට මේක අර අනුසයන් එක්ක භාවනාවත් ඒකත් එක්ක සම්බන්ධ වෙනවා. එතකොට මට එනවා මේ අර රාග අනුසය, මේ ඒ කියන්නේ පටිසානුසය, අවිද්‍යා අනුසය ඔක්කොම අනුසය ධර්මයන්ගෙන්, දිට්ඨි අනුසය, ඊළඟට ගත්තහම කාමරාග අනුසය මේවා ඔක්කොගෙන් ම අර අතෙත්ට ගිහිල්ලා වදිනවා කියන එක තියෙනවා නේ. අන්න ඒක නිසා තමයි මේක දැන් හෙල්ලෙන්නේ. මේක නිසා ප්‍රවාහයක් ඇති වෙනවා. හෙල්ලීමක් ඇති වෙනවා.

එතකොට මේක මෙහෙම නැති නම් ඒක නිකන් මේක ගැන එහෙම හැඟීමක් එතකොට ම ඉතින් තමන් නිරෝධයට ම යනවා. ඉතින් ඔය විදිහට ඒ කියන්නේ මේකේ blanks තියෙනවා. භාවනාව හරියට තැන් තැන්වල තියෙනවා blanks.

ඉතින් රහතන් වහන්සේ මට අන්තිමට කිව්වා ඉතින් මේ ඇති ය කියලා දැන් හතළිස් පාරකට වැඩිය නිරෝධයට ගියා ය කියලා ඒ භාවනාව ඇතුළත. එළියට එනවා. බොහොම light වට මේ භාවනාව කළේ. Calmness එකෙන් මේක කෙරෙනවා. නිරෝධයට යනවා කියලා හිතෙනවා නොවෙයි. මේක ගැන හිතනකොට මෙහෙම නිසයි මේක හෙල්ලෙන්නේ කියලා එහෙම ම නිරෝධයට යනවා. ඒ විදිහට තමයි මේ භාවනාව කළේ.



s_vammika_with_roots.jpg

18/11/2013 - ඉද්ධි භාවනා

Iddhi Bhāvanā

උතුම් බුදු පියවරුන් සිහි කළා, මම මේ ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන් මේ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ඒ බුදුවරු 2500 කින් බණ අභල තියෙනවා. මට ඒක ගැන සැකයක් නැහැ. මට ශ්‍රද්ධාව ඇත. නිර්වාණයෙන් පිටත වූ දෙයක් ගත්ත පුද්ගලයාට තමයි මේක තියෙන්නෙ කියලා, ඒ බුදුපියවරු දාහතර නම සිහි කළා පාළොස් නම සිහි කළා. සිහි කරලා ඒ ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන් වඩමිසි කියන තැනින් පටන් ගන්න කියලා කිව්වා.

එතකොට මං ඔය විරිය කියන එක, විරියො ව ඡන්දො, ඡන්දො ව විත්තො, විත්තො විමංසා කියලා ඒ විදිහට බැලුවා. අර ඒක නිසා මදය මානය ඊර්ණාව කියන එක කිරීම නැති වෙනවා කියන අර්ථය කල්පනා කළා. එතකොට දැන් ඔය විරිය කියන එක භාවිතා කළහම නෙක්බම්මය අව්‍යාපාදය අවිහිංසාව මේ තුන් විරිය එනවා. ඒක නිසා අර ඡන්දය කියන එක අතන තියෙනවා. ඡන්දයේ ඉඳන් අපි විත්තයට එනව නේ. විත්තයට එනවා කියන එකේ මට හොඳට පැහැදිලි උණා, මේ විත්ත සමාධිය කියන එක පවතින්නෙ නැහැ, විමංසාව නැත්නම්. විත්ත සමාධිය පවතින්න නම් විමංසාවෙන් බලලා approval එකක් තියෙන්න ඕනි මේ මුසාවාද පරුෂා වාචා පිසුණා වාචා සම්පප්‍රලාප මේ වගේ දේවල්, ඒවා වැරදිසි කියලා. කිසිම ආකාරයකින් මේවා හරිය කියලා තියෙනව ද, අපිට විත්ත සමාධිය නැතැයි කියන එක.

එතකොට මේ විරියෙන්, මේ විමංසා සමාධියෙන් මේක එහෙනම් අපි කලින් බලලා මේක දුකයි කියලා තේරුම් අරගෙන මේක approve කරලා තියෙන්න ඕන. එතකොට ඒ කියන්නේ විත්තය “මනෝ පුබ්බංගමා ධම්මා මනෝ සෙට්ඨා මනෝමයා” කියන එක එනවා. එතෙක්දී මේ මනස කියන එක මුල් වෙලා ඒ කියන්නේ විත්ත සංස්කාර නිරෝධය කිරීම සඳහා මේ දේ ඇති වෙනවා නම් තමයි වචී සංස්කාර නිරෝධයට යන්නේ. වචී සංස්කාර නිරෝධයෙන් තමයි මේ කාය සංස්කාර නිරෝධය. එතකොට අර ඡන්ද සමාධියේ දී අපි ගන්නව නේ කාය සංස්කාර නිරෝධය දක්වා යනවා කියලා. එතකොට එතන approval එකක් තමයි තියෙන්නේ, නිර්වාණය සඳහා. එතකොට අර කරන්නා වූ වැඩ ටික සම්බන්ධයෙන් තියෙන්නේ මේ විත්ත සමාධිය, මේ විමංසා සමාධිය, විරිය සමාධිය කියන තුනෙන් තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නේ.

එතකොට මේක විත්ත සමාධිය ඇති වෙන්න නම් එහෙම නම් ඒ විමංසා සමාධියෙන් ඒ විත්ත සංස්කාරයන් නිරෝධ කරනවා කියන අගය ඇවිල්ලා තියෙන්න ඕන. එතනින් ඒ

පාර විරිය එක්කහු වෙලා විමංසා සමාධියට, විමංසා සමාධියෙන් විරිය ඇති වෙලා ඒ විරියෙන් තමයි අපි ඊළඟට කරන්නේ මං මේක කරන්නේ නෑ නෙක්බම්මය, අව්‍යාපාදය, අවිහිංසාව හොඳට **strong** කරලා මං මේක පවත්වනවා කියන එක.

ඉතින් එතකොට නිකන් හරියට අර මේක නැවේ අර තියෙනවා නේ නැව ගත්තහම මෙහෙම පල්ලෙහායින් බොක්ක වගේ තියෙනවා නේ. උඩින් තියෙනවා අර **rudder** එක තියෙනවා. අන්න ඒවාගේ. මෙතන මේ ඡන්ද සමාධිය උඩ තියෙනවා. මේක මේ විදිහට පවතිනවා. එතකොට මේ ඒ මට හොඳට පැහැදිලි වුණ දෙයක් තමයි, මේ විත්තයේ යම්කිසි ආකාරයට කැලතීමක් තියෙනව ද, ඒ කැලතීම නිසා මේ මේක පවත්වන්න බැහැ. මේක මේ නිශ්චලව පවත්වන්න පුළුවන්කමක් නැහැ. එහාට වැනෙනවා. මෙහාට වැනෙනවා.

ඒක වැනෙන්න හේතුව තමයි, අර අපි **generate** කරලා තියන රැල්ල. ඒ රැල්ල හදාගෙන තියෙන්නේ මේ අර අපි අතීතයේ පුරුදු වෙලා මේක, ඒ කියන්නේ පරුෂා වචනය කියන්න, පිසුණා වාවය සම්පපුලාපය කරන්න පුරුදු වෙලා තියෙන්නා වූ ස්වභාවය. දැන් කාට හරි නිකන් බනින්න. දැන් වැරදියට ඉන්න එක්කෙනෙකුට බනින්න අපේ සිතක් තියෙනවා. ඒ වචනයක් එනවා. ඒ විතක්කයක් විචාරයක් තියෙනවා. අන්න ඒ විතක්ක විචාරය කියන එක. ඒක වැරදියි කියලා තමන්ගේ විමංසාවෙන් දැනගෙන කපාගෙන තියෙන්න ඕන. ඔන්න ඕක තමයි හුඟක් **strong** වට ආව **point** එක භාවනාවේදී.

19/11/2013 - ලෝභ භාවනා

Lobha Bhāvanā

පළමුවෙන් ඒ උත්තරීතර බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ බුදුපියවරු දාහතර නම ම, මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා කියන එක. ඒ වගේ ම ඒ අනුපිළිවෙලින් සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා ඒ දාහතර නම ම සිහි කළා, ඒ බුදුපියවරු පළවන ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව.

මට ලෝභයෙන් පටන් ගන්නෙයි කියලා කිව්වා බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි, කියලා කියනකොට. එතකොට මම ලෝභය බැලුවා. අර මනාප අරමුණ, සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය, සුඛ වේදනාව. ඉතින් මේකත් එක්ක අර කාමච්ඡන්ද ව්‍යාපාදය ඒ ටික ඔක්කොම ඇති වෙනවත් කියලා බැලුවා. කල්පනා වුණා. එතකොට මෙන්න මේක ඒ ටික බැලුවම සුඛ වේදනීය ස්පර්ශයක් එක්ක මෙන න සුඛ වේදනාව ඇති වෙනවා කියලා. ඊට පස්සේ දැන් මට එනවා මේකට මේ අර ආහාර diagram එකේ මෙයා මේ පල්ලෙහාට බහිනවා කියන එක.

ඒ කියන්නේ සුභයි කියලා ගත්ත එකක් තියෙනවා. දැන් මේකට මේ සුඛය කියන එක එකතු වෙනවා. සුභයට සුඛය එකතු වෙනවා කියන එක මම බලනකොට, දැන් මම කල්පනා කළා ඔය කාම ආශ්‍රවය කියන එක එන්න, කියන්නේ සුඛය වෙලා තියෙන්න ඕනි. එහෙම නම් මට කල්පනා වෙනවා සුභය ආවා. ඊට පස්සේ අපි හිතමු ඕකට එකයි කියලා දැම්මා කියලා.

ඊට පස්සේ ආපහු සුභය කියන එක ඉදංසච්චාහිනිවෙසකායගන්ථයට යන එක මම දෙකයි කියලා දැම්මොත්, ඊළඟට අර නිත්‍යයි කියලා ගන්න එක තුනයි කියලා දැම්මොත්, හතරට තමයි සුඛය කියන එක. අර කාමරාග අනුසය හරහා මේක ඉස්සීමක් කරනවා. අර කාමරාග අනුසයෙන් උඩ සඤ්ඤාවට එනකන් එනවා. එතකොට අන්න ඒක තමයි හතර වෙන්නේ. අන්න ඒකෙන් පස්සේ තමයි පස් වැනි කාරණය ඔය ආශ්‍රවය කියන එක, කාම ආශ්‍රවය කියන එක. එතකොට අනුසය ආවා. සඤ්ඤාව ඇති උණා. ඊට පස්සේ මෙනනින් මේ කාම ආශ්‍රවය වෙනවා කියලා එතකොට දැන් අර සුඛය කියන එක දැන් මේකට එකතු වෙලා තියෙනවා. සුභයට සුඛය එකතු වෙලා තියෙන්නේ ආශ්‍රවයෙන් පස්සේ.

ඉතින් මේක අනුව තමයි මේ පුද්ගලයාට මේ රාගය කියන එක, රාග සල්ලය ඇති වෙනවා, රාගය ඇති වෙනවා, මේකෙන් පස්සේ කියන එක මට ආවා. එතකොට මෙතැනට ආවට පස්සේ, මම කල්පනා කළා, මේ ලෝභයයි මේ රාගයයි අතර වෙනස මොකක් ද කියලා කියන එක. මම මේක සිතනකොට මට කල්පනා වුණා, මට මවලා

පෙන්නුවා මම හිතන්නේ, මේ නයෙක් අර දිව දික් කර කර අර මියෝ ඉන්නව ද කියලා හොයන්නේ. එතකොට මෙන්න මේක තමයි මෙයාගේ මේ රාගය. රාග සිත කියන එක අන්න ඒ ආකාරයි. ඊට පස්සේ දැන් මියෙක් හරි, සතෙක් හරි, මෙයාට ආහාරයක් ලැබෙනවා නේ. ඒ ලැබුණාට පස්සේ අන්න ලෝභය. ලැබුණාට පස්සේ තමයි මෙයාට ලෝභය කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. මේක තව එක්කෙනෙකුට දෙනව ද, මේකව අතහරිනවා ද, කියන එක. අර රාගය පෙර ආවා. ලෝභය කියන එක පස්සට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

ඕක තේරුම් ගත්තට පස්සේ මට සමාධිය, අර උග්‍ර වූ සමාධිය, මේ මම කිව්වේ අනුරාධපුරෙන් පස්සේ ඇති වෙන්න ගත්තා වූ ඒ සමාධිය හොඳ ලස්සනට ඇති වේගෙන ගිහිල්ලා, මාව දැන් තුනී වේගෙන, තුනී වේගෙන යනවා, බොහොම වේගයකින්. ඒ සමාධියත් ඇති වෙලා දැන් මට තේරුණා මම නිරෝධිය පැත්තට මෙහෙම යැවෙනවා කියන එක. ඒ යන වෙලාවෙදි ඔන්න මට phone එක ring වෙනවා. ඒ පාර දැන් ඒකට answer කරලා දැන් මං ඊට පස්සේ මම කල්පනා කළා මේක නිසා මේ දැන් මේ සඤ්ඤා පටිලාභය නේ මෙතන තියෙන්නේ, මේ සඤ්ඤා පටිලාභය කියන එක වෙනස් වීම නිසා මට මේ යම් ආකාර වූ ද්වේෂයක් හටගන්නවා නේ ද කියන එක.

ඒ කියන්නේ භාවනාවෙන් මේ හොඳට ගිහිල්ලා ඒ තියන තත්වය, නංවාගෙන තියෙන ඒ සඤ්ඤාවේ ස්වභාවය, ඒක වෙනස් වීමක් යම්කිසි ආකාරයකට වෙනවා නම්, මේක නිසා ද්වේෂය කියන එක ඇති වෙනවා නේ ද කියන එක. අන්න එතකොට එතෙන්නට ආවට පස්සේ රහතන් වහන්සේ කිව්වා ඉතින් “දැන් ඇති” කියලා. ඉතින් නැවැත්තුවා. ඒක තමයි භාවනාව.

සතර ආකාර දුකකිය

2

කඩලිඩිකාරානාරො කඩලිංකාර ආකාරය	එසසානාරො ස්පර්ශ ආකාරය	මනොසකොච්ඡනානාරො මනෝ සංවේතන ආකාරය	විකොකොච්ඡනානාරො විකොකොච්ඡන ආකාරය
අසුතෙ සුඛතනි විපලලාසො අසුඛයෙති සුඛි යැ යන විපඨාසය	දුකෙඛි සුඛතනි විපලලාසො දුකෙති සැප යැ යන විපඨාසය	අතතනති අතතාති විපලලාසො තමා නොවන්නේ තමා යැ යන විපඨාසය	අනිවෙච්චි විපලලාසො අනිතරයෙහි නිත්‍යය යැ යන විපඨාසය
කාමුපාදනං කාම උපාදනය (කාමය අල්වාගැනීම)	සීලබ්බතුපාදනං සීලබ්බත උපාදනය (ශීල-වුත අල්වාගැනීම)	දිට්ඨිපාදනං දිට්ඨි උපාදනය (දෘෂ්ටි අල්වාගැනීම)	අතතවාදුපාදනං අත්තවාදු උපාදනය (තමා යැ යන දෘෂ්ටිය අල්වාගැනීම)
කාමයොගො කාම යෝගය(කාමයෙහි යෙදීම)	භවයොගො භව යෝගය(භවයෙහි යෙදීම)	දිට්ඨියොගො දිට්ඨි යොගය(දෘෂ්ටියෙහි යෙදීම)	අවිජ්ජායොගො අවිජ්ජා යෝගය(අවිජ්ජාවෙහි යෙදීම)
අභිජ්ජාකායගපෙචා දුඛි ලෝකයෙහි ගැටගැසීම	බ්‍රහ්මාදිකායගපෙචා ව්‍යාපාදයෙහි ගැටගැසීම	පරාමාසකායගපෙචා දෘෂ්ටියෙහි ගැටගැසීම	ඉදංසච්චිතිවිවෙසො කායගපෙචා මේ සත්‍යය මැ යි ගෙන එහි ගැටගැසීම
කාමසවො කාම ආශ්‍රවය	භවසවො භව ආශ්‍රවය	දිට්ඨාසවො දෘෂ්ටි ආශ්‍රවය	අවිජ්ජාසවො අවිජ්ජා ආශ්‍රවය
කාමොසො කාම මිඝය(හෙවත් ප්‍රවාහය)	භවොසො භව මිඝය(හෙවත් ප්‍රවාහය)	දිට්ඨොසො දෘෂ්ටි මිඝය(හෙවත් ප්‍රවාහය)	අවිජ්ජාසො අවිජ්ජා මිඝය(හෙවත් ප්‍රවාහය)
රාගසලලං රාග සල්ලය(හෙවත් හුල)	දොසසලලං ද්වේෂ සල්ලය(හෙවත් හුල)	දිට්ඨිසලලං දෘෂ්ටි සල්ලය(හෙවත් හුල)	මොහසලලං මෝහ සල්ලය(හෙවත් මුළුව තම් හුල)
රූපුපතං විකොකොච්ඡනං විකොකොච්ඡන රූපයෙහි එළඹ සිටී	වේදනුපතං විකොකොච්ඡනං විකොකොච්ඡන වේදනායෙහි එළඹ සිටී	සකොකොච්ඡනං විකොකොච්ඡන සංඥායෙහි එළඹ සිටී	සඛාරූපතං විකොකොච්ඡනං විකොකොච්ඡන සංඛාරයෙහි එළඹ සිටී
ජන්ද අගතිගමනං ජන්දයෙන් අගතියට(නොමඟ) යෑම	දොසා අගතිගමනං ද්වේෂයෙන් අගතියට(නොමඟ) යෑම	භයා අගතිගමනං භයෙන් අගතියට(නොමඟ) යෑම	මොහා අගතිගමනං මෝහයෙන් අගතියට(නොමඟ) යෑම
ජාති	ජරා	ව්‍යාධි	මරණ
දුකඛි	දොමනසස	සොක	පරිදේව(වැලැයිම)
උපායාස	පියෙහි විපපයොග	අපපියෙහි සමපයොග	යමපිච්ඡං න ලභති තමපි දුකඛං

22/11/2013 - මෝහ සිට කුක්කුච්ච - භාවනා

Moha to Kukkucca Bhāvanā

ඉතින් අද උදේ භාවනාව, ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාර කළා, මේ බුදුපියවරු සිහි කරලා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ඒ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව පළවෙනි බුදුපියා වශයෙන්, ඔය විදිහට ඒ ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියා ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව දෙවෙනි බුදුපියා වශයෙන්, ඔය සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා අනුපිළිවෙළින් මේ දාහතර වන බුදුපියා වශයෙන් සිහි කළා.

මෝහය නැති කරමි යන තැනින් මට පටන් ගන්න ය කියලා කිව්වා. ඉතින් ඒ වෙලාවේ දී අර ටීනම්ද්ධ අවස්ථාවේ දී මෝහයෙන් ගත් තීරණය මම මෙනෙහි කළා. මෙනෙහි දැන් ටීනම්ද්ධය නිසා අපිට මක්බය ඇති වෙනවා. මක්බයෙන් කුක්කුච්චය, කුක්කුච්චයෙන් මායාවට යන එක එකක්. අතින් අතට කුක්කුච්චයෙන් විවිකිච්ඡාව, විවිකිච්ඡාවෙන් පලාසය.

එතකොට කුක්කුච්චය කියන්නේ නිවනට පිටත වූ දෙයක් ගන්නා. ඒ කියන්නේ තථාගතයන් වහන්සේ විසින් අනුමත නොකරන ලද දෙයක් මගේ කියලා ගන්නා. එතකොට දැන් මං මෙනෙහි ගන්නා ඔය පාණාතිපාතය අදින්නාදානා ඒ වගේ ඒවා බුදුහාමුදුරුවෝ අනුමත කරලා නැහැ නේ. එතකොට නීති කැඩීමක් තියෙනවා ද ඒක අනුමත කිරිල්ලක් නැහැ. එතකොට මේවාට ඇවිල්ලා කුක්කුච්චය ඇති වෙන්න ප්‍රත්‍ය හැටියට තියෙන්නේ නොපිරිහුණු නුවණ. එතකොට මෙසේ කිරීමෙන් හානි වන බව නොදැනීමයි. එතකොට එතෙහි රෝගී සඤ්ඤාව මගේ යයි කියලා ගැනීම කියන එක.

ඉතින් මං හොඳට අර පාණාතිපාතයේ ඉඳන් ඒ දස කුසලය ම මෙනෙහි කළා. එතෙහි බුදුහාමුදුරුවෝ මේ එපායි කියලා තියෙන දස අකුසලය. මේ දස අකුසලයෙන් ඒවා තමයි මේ මනුස්සයෝ ගන්නේ කියලා. එතකොට මේක පහ කරන්න නම් කෙනෙකුට මේ සතිය තිබිය යුතුයි කියලා, මේ සම්පජානකාරීත්වය තිබිය යුතුයි කියලා, විරිය තිබිය යුතුයි කියලා ආවා.

ඒක එන්නේ කොහොම ද? අර දැන් අපි මේ ශ්‍රද්ධාව කියන එක දැන් තියෙනවා කියලා කියන්නේ දැන් තථාගතයන් වහන්සේ අනුමත නොකරන ලද දෙයක් මගේ යයි කියලා ගන්න නැති ය කියන එක තමයි එතන ශ්‍රද්ධාව වෙන්නේ. පාණාතිපාතය, අදින්නාදානාය එතකොට ඒ දස කුසලය කියන එක. එතකොට ශ්‍රද්ධාවෙන් අපිට හිරිය, හිරියෙන් ඕනප්පය, ඒ ඕනප්පය කියන තැනින් ඒ කියන්නේ සම්පජානකාරීත්වය කියන එක බොහොම තදින් තියෙන්න ඕන ය කියන එක ආවා. එතකොට මං දැන්

තුනක් ගැන කතා කරනවා. සම්පජානකාරීත්වයයි විරියයි සතියයි කියලා. සම්පජානකාරීත්වය කියලා කිව්වම **sick** සඤ්ඤාව නොගැනීම කළ යුතු යැයි දැනීම. **Knowledge** එකක් තියෙනවා එතන. සතියයි කියලා කිව්වහම **sick** සඤ්ඤාව ගත්තොත් රෝගී වන බව දැන සිහිය පැවැත්වීම. ඒක තමයි සතිය. විරිය කියන එක ගත්තොත් එය තුන් ආකාර වෙනවා.

ඒ කියන්නේ රූපය ස්පර්ශ නොවීමට, ඊළඟට දෙවැනි එකට **sick** සඤ්ඤාව මගේ යයි නොගැනීමට, තුන් වෙනි එකට ගත්තහම සංස්කාර මගේ යයි නොගැනීමට.

ඒ කියන්නේ තුන් වෙනි පාලන නිබන්ධන වූ විරිය දෙක කියන එක. ඒ තුන් වන පටිපදාවේ තියෙන්නා වූ එක තමයි **sick** සඤ්ඤාව මගේ යයි නොගන්නවා කියන එක. ඉද්ධිපාදය වෙනකොට තුන් වෙනි එකට එනවා සංස්කාර මගේ යයි නොගැනීමට. අර විරිය මුලින් තියෙන්න ඕනි රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න. නැත්නම් අපි අර නිමිති කියන ඒවා ගන්නවා කියන එක, ඒක සිද්ධ වෙනවා. එතකොට මට මෙන්න මේ අවස්ථාවෙදි මට මතු උණා අර එකයි දෙකයි තුනයි කියන එක. ඒ කියන්නේ සතියයි, අත්තා ඉඳන් නිත්‍යයට යනවා ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවායි කියන එක.

එතකොට ඒ එකයි දෙකයි තුනයි හරියට ම සම්බන්ධ වෙනවා මෙතන මේ විරිය එකයි දෙකයි තුනට. 1 රූපය ස්පර්ශ නොවීමට, එතකොට අර සතිය තියන තැන පවත්වනවා කියන එක පළවන කාරණය. 2 **sick** සඤ්ඤාව මගේ යයි නොගැනීමට, අත්තා ඉඳන් නිත්‍යයට යනවා කියන කතාව. ඊළඟට 3 සංස්කාර මගේ ජාති ජරා ව්‍යාධි මරණ ඇති වෙනවා කියන එක. ඒ කියන්නේ කාය සංස්කාර මේවා ඇති වෙනවා කියලා කෙනෙක් දැනගෙන ඒ වගේ දේවල් මගේ කියලා නොගන්න.

ඉතින් අර මේ සතියත් එක්ක මේ තුන මතක් උණහම ඒ විමුක්ති තුන ම මට ඇති වුණා. මට ඕන ම විමුක්තියකින් එතන ඉන්න පුළුවන්කමක් තිබුණා. ඉතින් මේ භාවනාව බොහෝ ම, බොහෝ ම ලස්සනයි. බොහොම සැරට ලස්සනට කෙරුණා.

23/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද භාවනා

Vīmaṃsā Iddhipāda Bhāvanā

එතකොට මේ භාවනාව තමයි විමංසා ඉද්ධිපාදය. එතකොට මේ උතුම් බුදු පියවරුන් අනුපිළිවෙලින් සිහි කළා ඒ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව. බුදු පියවරුන් පස් නමක් විතර සිහි කරනකොට ඉතින් සමාධිය බොහොම උග්‍රයි. පටන් ගන්න ම ඉස්සෙල්ලා මම කිව්වා මට මේ උපසමාධිට්ඨානය කියන එක බොහොම හොඳට තියෙනවා කියලා. මොකකටවත් හෙල්ලෙන්නේ නැහැ, සැලෙන්නේ නැහැ. ඉතින් මං ඔය මණ්ඩලයට පවසලා තමයි මම මේ භාවනාව පටන් ගත්තේ. නොසෙල්වෙන සිතක් ඇති වෙලා තියෙනවා ය කියලා. ඉතින් මම ඒ මණ්ඩලයට පින් දුන්න. මණ්ඩලය ප්‍රසංසා කළා. ඉතින් ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාද වැඩීම පටන් ගන්න ය කියලා කිව්වා.

එතකොට විරිය ඉද්ධිපාදය කියන එක කල්පනා කළා නෙක්බම්ම, අව්‍යාපාද, අවිහිංසා අර වක්‍ර diagram එකේ විදිහට. එතකොට අර විරියො ව ඡන්දො කියන එක. එතකොට නෙක්බම්මයෙන් අලෝභය, අව්‍යාපාදයෙන් අදෝසය, අවිහිංසාවෙන් අමෝභය. මේක නිසා මට පෙනුණා අර ලෝභ දෝස මෝභ diagram එකේ කාම විතක්ක, ව්‍යාපාද විතක්ක, විහිංසා විතක්ක. රාගයෙන් දැවෙනවා, ද්වේෂයෙන් දැවෙනවා, මෝභයෙන් දැවෙනවා. මේ තුන නැති වෙනවා කියලා උපසමාධිට්ඨානයට ගිය භාවනාව. කලින් කරපු භාවනාව.

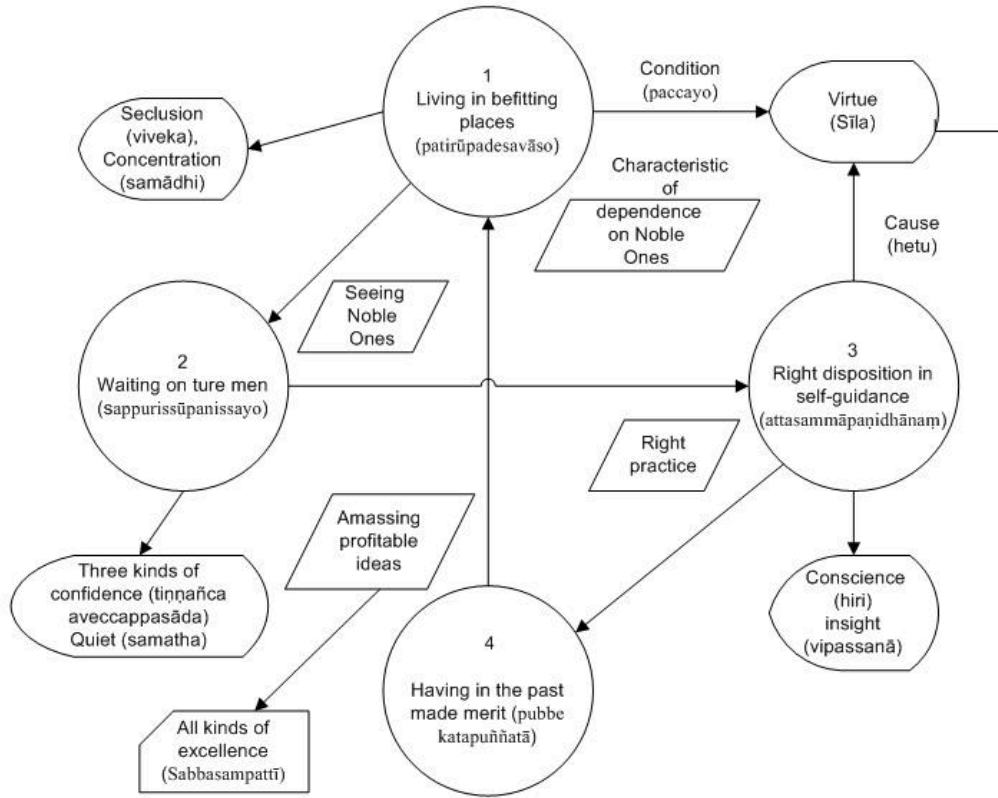
එතකොට මෙන්න මේක මම පොඩ්ඩක් මෙනෙහි කරගෙන යනකොට මම අර හතරේ සලකුණ දැක්කා. මතක ද හතරේ සලකුණ. ඉන්ද්‍රිය අසංවරයයි, ඊර්ෂ්‍යාවයි, ව්‍යාධියයි ද්වේෂ අගති ගමනටයි. එතකොට දැන් මට කල්පනා වුණා විරිය භාවිතා වෙනවා නම් sick වෙන්නේ නැහැ. අර කොසප්පය කියන එක ඒ පැත්තෙ යනවායි කියන එක තිබුණා. එතකොට මේක නිසා මේ ඡන්දය මගින් ඉන්ද්‍රිය අසංවරයට ඉඩ දෙන්නේ නැහැ. හරි නේ. එතකොට විත්ත ඉද්ධිපාදය තියෙනවා නම්, ද්වේෂයට ඉඩ දෙන්නේ නැහැ. විමංසාව මගින් ස්පර්ශය ඇති වන ඊර්ෂ්‍යාවට ඉඩ දෙන්නේ නැහැ. එතකොට දැන් මේක overlap වෙනවා එකක් උඩ එකක්. දැන් මෙනත දී එනවා විරිය ඡන්ද විත්ත විමංසා. මේක කරකවන්න 90°කින්. දැන් මොකද වෙන්නේ.

විරිය කියන එක ආවා sick කියන තැනට. එතකොට එතන ඒ කතාව හරි. හරි නේ. ඊට පස්සේ ඡන්දය කියන එක එනවා ඉන්ද්‍රිය අසංවරය තියෙන තැනට. ඉන්ද්‍රිය අසංවරය කරගන්නවා ඒක නිසා. ද්වේෂ අගති ගමනට යන්නේ නැහැ මේ විත්ත සමාධිය නිසා. එතකොට විමංසාවෙන් මේ ඊර්ෂ්‍යාව මේ මිච්ඡා දිට්ඨිය, ඊර්ෂ්‍යාව මිච්ඡා දිට්ඨිය එහෙම ඒවා ඇති වෙනවයි කියලා දැනගෙන ඒක කරන්න දෙන්නේ නැහැ.

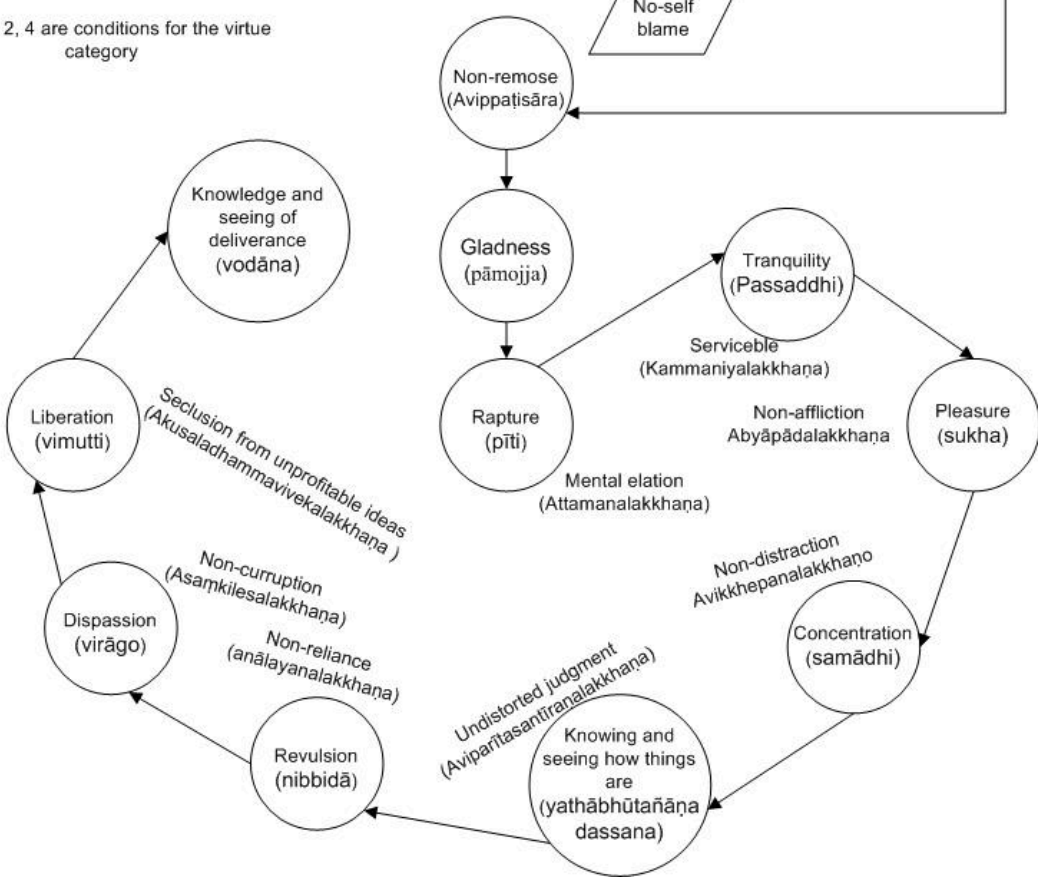
මේක උඩ මේක **overlap** වුණා. ඒක 90° කින් කැරකෙව්වා ම. බලන්න ලස්සනට යන හැටි. මේ ධර්මය මේකත් එක්ක නැති වෙනවා. දැන් මට මේක කෙළින් ම සම්බන්ධ වෙනවා ඊයේ භාවනාවට. දැන් කියනවා රූපය ස්පර්ශ නොවීමට අපි විරියක් භාවිතා කරන්න ඕනි. ඊළඟට **sick** සඤ්ඤාව නොගන්න දෙවන විරියක්. සංස්කාර මගේ නොවන්න තුන් වන විරිය.

එතකොට දැන් මේකත් එක්ක සතියයි, අත්තා නිත්‍ය, ජාති ජරා කතාව, ඊයේ භාවනාව එක්ක **connect** වෙලා ආවා. ඉතින් ඒක තමයි. ඒක ෂෝක් එකට ආවා ඒ භාවනා කැල්ල. මේකෙන් තව එකක් මම **analyse** කරන්න හදලා ඒක මට තේරෙන්නේ නැති හින්දා පොඩ්ඩක් නතර කළා. ඒක තමයි භාවනාව.

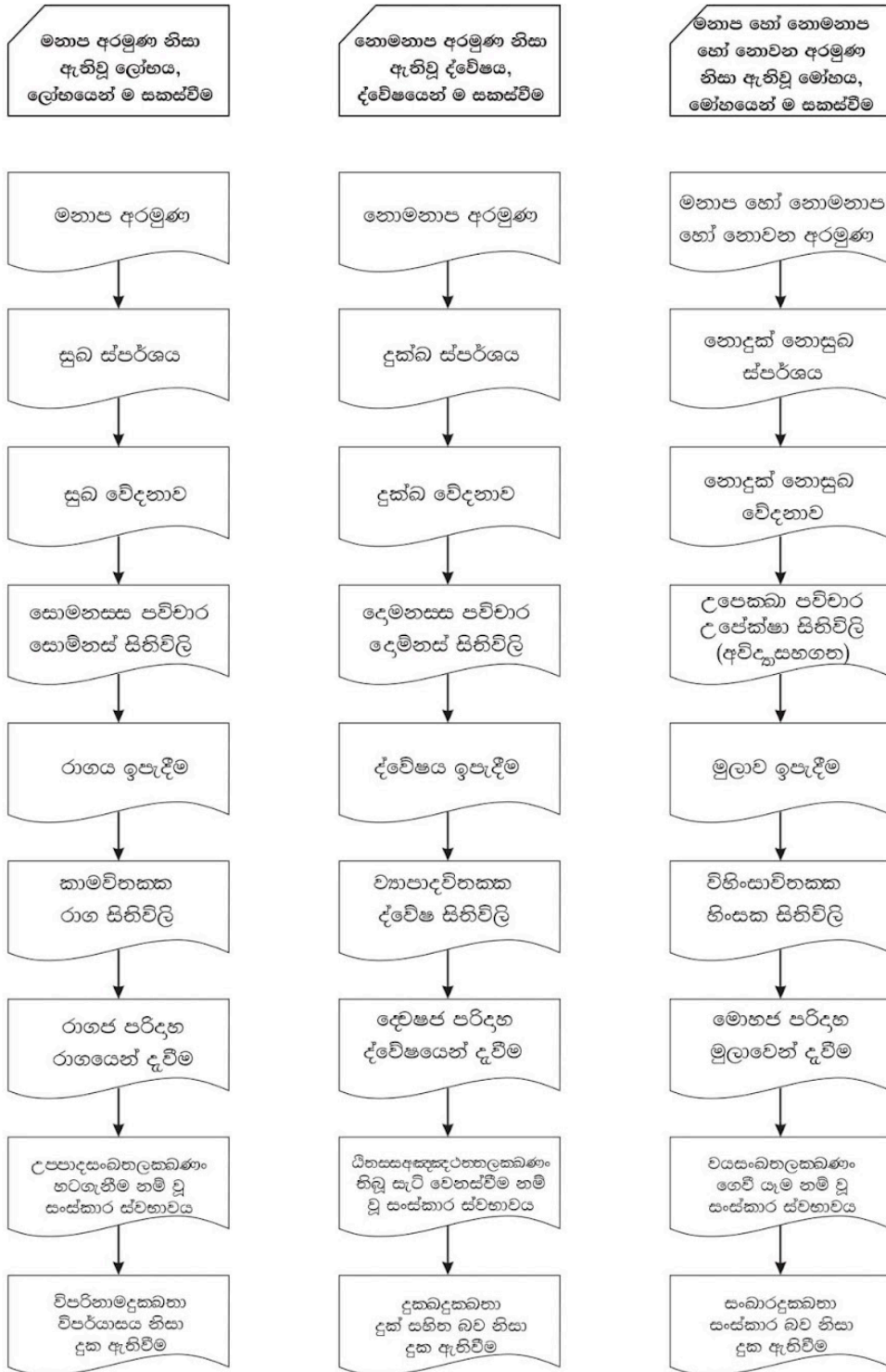
This diagram was constructed under the guidance of the Arahant Great Brahma Sahampati for whom I am so grateful. 20/11/2011



Note: 1, 2, 4 are conditions for the virtue category



ලෝභ-ද්වේෂ-මෝහ චක්‍රය



24/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද 2

Vīmaṃsā Iddhipāda 2

ඊයේ භාවනාව මම ආපහු කළා. විරිය කියන්නේ කාම විතක්ක, ව්‍යාපාද විතක්ක, විහිංසා විතක්ක එපා කියලා. එතකොට විරියෙන් අපි ඡන්දයට යනවා. එතකොට විරිය නිසා අර sickness එක කියන එක නැති වෙනවා. එතකොට ඡන්දය කියන එක ගත්තහම, අපි භාවිතා කරනවා නිර්වාණයට යොමු කරලා එතකොට ඒක නිසා අර ඡන්ද සමාධියේ දී පවතිනවා. දැන් අපි දන්නවා අභිජ්ඣා දෝමනස්සය කියන එක නේ හතුරෝ දෙන්නා තියෙන්නේ. අන්න ඒ අභිජ්ඣා දෝමනස්සය කියන එක ඇති වෙනවා කියලා තමයි මේ ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන එක පවත්වන්නේ.

එතකොට අභිජ්ඣා වුණෝතින් මට දෝමනස්සය වෙනවා කියන එක එනවා. එතකොට ඒ වගේ ම මම දන්නවා මේ ඊයේ හවස අපි ඇවිදිනකොට කිව්ව භාවනාව. ඒ කියන්නේ බැරි වෙලාවත් අභිජ්ඣා වෙනවා කියලා කියන්නේ අර මේක මගේ කියලා ගැනීමත් තියෙනවා. මගේ කියලා ගන්නෙ මොකක් ද? සුඛ සඤ්ඤාව. ඒ කියන්නේ මම හිතනවා නම් මට සුඛයක් ලැබෙනවා කියලා. අන්න ඒක තමයි මගේ වැරද්ද. එතකොට මම සුඛයක් ලැබෙනවා කියලා, මගේ වේවා කියලා, මම මේක පිහිටනවා ද, ඒ විඤ්ඤාණය පිහිටපු ගමන් මම දෝමනස්සයට යනවා. ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණය පිහිටපු ගමන් ඒ කියන්නේ මම ජරාවට යනවා.

එතකොට මේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියලා දන්න මනුස්සයාට, හරියට දන්න මනුස්සයාට, මෙන්න මේ විදිහට මේ සුඛයක් ලැබෙනවා කියලා විඤ්ඤාණය පිහිටවන්න යන්නෙ නෑ එයා. එතකොට ඡන්ද සමාධිය ඔන්න ඕක තේරුම් අරගෙන, මට ඒක බොහොම ලස්සනට එනවා මේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක හරියට තේරෙනවා නම් මේ මනුස්සයා විඤ්ඤාණය කොතනකවත් පිහිටන්න යන්නේ නැහැ කියන එක. ඒක හරියට මේ සපත්තු දෙකක් දාගෙන ගෙදරට එතකොට අර ඒ ගෙදර carpet එක හොඳයි කියලා දැකලා මේ කල්පනා කරනවා නේ සපත්තු දෙක ගලවන්න ඕනෙයි කියලා. මම කකුල ඔතනින් තිබ්බොතින් එහෙම කුණු ගෑවෙනවා.

ඒ වගේ තමයි විඤ්ඤාණය කොහේ හරි පිහිටෙව්වා නම් මේක අනිවාර්යයෙන් ම අර carpet එක ජරා වෙනවා වගේ මේක ජරා වෙනවා. ඒක එහෙම වෙනවමයි කියලා කල්පනා කරලා ඡන්ද සමාධියෙන් කොහේවත් විඤ්ඤාණය පිහිටන්නේ නැතෙයි කියලා තමන්ගේ අදහස භාවිතා කරනවා.

එතකොට මෙන්න මේක සඳහා එහෙනම් මගේ විත්තය සමාදන් කරගන්න ඕනි. ඒක තමයි විත්ත සමාධිය. විත්තය සමාදන් කරවනවා ය කිව්වම අර දස කුසලය කියන එක

සම්පූර්ණයෙන් මෙතන පවත්වන්න ඕනි. අර මම අභිඡ්ඤා වෙන්වෙත් නැහැ. ඒ වගේ ම මිච්ඡා දිට්ඨි කියන ඒවා මම ඒ එකක්වත් ඇති කරගන්නේ නැහැයි කියන එක.

එතකොට මේක සමාදන් කරගත්ත නම්, දැන් ඉතින් තමන්ට තේරෙනවා මේ විදිහට සමාදහන් කරගෙන ඉන්නකොට තමන්ට අර විමංසා සමාධිය කියන එක ඇති වෙනවා. මෙහෙම ඉන්න එක තමයි හොඳ. මං බැරි වෙලාවක් පිහිටෙව්වොත් මට මේක වෙනවා. ඉතින් මෙතෙක්දී මට ඡේනවා, මේ ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක එහෙම මැකිලා යනවා, ගැලවිලා යනවා. මොකද? මම විඤ්ඤාණය පිහිටෙව්වොතින් තමයි, මට ඔය සාරම්භයක්, **competition** එකක්, පලාසයක් ඒ වගේ දෙයක් ඇති වෙන්නේ. එතකොට දැන් මට ඡේනවා, සාරම්භය පලාසය පැත්තෙන් ගත්තොතින්හෙම එතනින් අර උපනාහයෙන් පලාසය, පලාසයෙන් ඇති වෙන්නා වූ මච්ඡරිය කියන එක මේක ලාභයි කියලා ගන්නැති කතාව තියෙනවා. එක පැත්තකින් ඒ රූපය කිසිම එකක පිහිටුවන්නේ නැතැයි කියන එක.

අතින් අතට ගත්තායින් පස්සේ අර ක්‍රෝධයෙන් ඇති වන්නා වූ මේ මක්ඛය තියෙනවා නේ, මගේ කියලා ගත්ත කතාව. ඒක නැතුව, එතනත් ඊර්ෂ්‍යාව නැතෙයි කියන එක. එතකොට මේක නිසා, මේ විමංසා සමාධිය නිසා, මේ ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක එහෙම නැති වෙනවා. ඒ කියන එක අර්ථයට ආවා. එතෙක්දී ඇවිල්ලා මම එතෙක්දී ඇවිල්ලා ඒක කොහේවත් පිහිටුවන්නේ නැතෙයි කියලා හිතනකොට රහතන් වහන්සේ කිව්වා “ඇතියි” කියලා. මම ඒ පාර ඒක නැවැත්තුවා. ඒක තමයි භාවනාව.

26/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද - අවසාන

Vimamsā Iddhipāda Final

එතකොට අද භාවනාව කළේ අර ඊයේ වගේ ම මම බුදුපියවරු සිහි කලා. ඒ කියන්නේ සම්මා දිට්ඨිය දීර්ඝ කාලයක් පැවැත්වීම මෙතෙහි කෙරීම. ඊට පස්සේ එතකොට මට අරි අට මහ වඩම් කියන තැනින්, එතෙන්දී පටන් ගන්න කියලා කිව්වා. එතකොට සම්මා දිට්ඨිය කියලා කියන්නේ ප්‍රඥාව, සමුදය අස්තංගමය කියන එක දැකලා, දුක නැති කිරීමට පමා නොවීම. සංස්කාරය මගේ නොවිය යුතුයි.

එතකොට අරි අට මහ වීමට නම් විරිය තියෙන්න ඕනෙයි කියන එක අර පටිපදාවේ තියෙනවා නේ. අර ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වෙන්න නම් අර හතර වෙනි පාරේ විරිය තියෙන්න ඕනෙ. එතකොට එතෙන්දී මම ගත්තා විරිය කියලා කිව්වහම, අර තිලියා අසම්මොසාය භියොසාභාවාය කියලා තියෙන්නේ. එතකොට නංවන ලද එල විත්තය, ඒ කියන්නේ ඒවා තමයි සංස්කාර, මගේ නොවිය යුතු ය. එතකොට මට ඒ වෙලාවේ දී ඇහුණා.

“එතං සන්තං එතං පණිතං, යදිදං සබ්බසම්බාරසමථො, සබ්බපට්ඨිපට්ඨිසග්ගො, තණ්හක්ඛයො නිරොධො නිබ්බානන්ති.” කියලා.

ඒක ඇහුවා ම ඉතාමත් හොඳයි කියලා මම පැවසුවා ඒ වෙලාවේ දී. ඒක appropriate ඒ වෙලාවේ හරියට ම. මෙසේ වීමට නම් උපාදාන නොවිය යුතුයි. ඒ කියන්නේ, උපාදාන තිබුණොතින් මේක කරන්න බැහැ. උපාදාන උඩ කෙළින් ම මට ජේනවා, පටිපදාවේ උපාදාන ටික නැත්නම්, මේක වෙන්නේ නැහැයි කියන එක.

එතකොට උපාදාන නොවෙන්න නම්, ඒ කියන්නේ ධ්‍යානෙම තියෙන්න ඕන. ධ්‍යානය මගින් අර සුභ, සුඛ යන විපල්ලාසයන් ඉවත් කරනවා. ඒ විපල්ලාසයන් ඉවත් වෙන්නේ සතිපට්ඨානයෙන්. නමුත් සුභ, සුඛය කියන එක, ධ්‍යානය භාවිතා කිරීමෙන් ම තමයි, ඒක පටන් ගත්තේ. කොහොම ද වුණේ? විවිච්චෙව කාමේහි කියලා ගත්තහම කෙළින් ම කාමයන්ගෙන් වෙන් වුණා. එතකොට අර සුභ කතාවෙන් අපි යනවා. සුභය කියන එක නැති වුණා. එතකොට ධ්‍යානයන්ගෙන් ධ්‍යානයට, ඉහළ ධ්‍යානයට යනවා නම් අපි අර සුඛය පහ කරලා උපෙක්ඛාවට යනවා.

දැන් මෙතෙන්දී මට ජේනවා, මේ හතර ධ්‍යානයයි, හතර වෙනි ඉද්ධිපාදයයි. හතර ධ්‍යානයන් හතර ඉද්ධිපාදයන් අතර වූ කොටස්, පටිපදාවල කොටස් ටික තියෙනවා නේ, මේක භාවිතා වෙනවා නම්, එතකොට ඒක නිසා මේ දෙක අතර කොටස් ටික හැකිලෙනවා කියලා. ඒ කියන්නේ මේක shrink වෙනවා. ධ්‍යාන හතරයි. පටිපදාවේ

ගියා ම අර ඉද්ධිපාද හතරයි කියන එක. මොකද සංස්කාර මගේ නොවෙනවා කියන එකට හතර වෙනි ඉද්ධිපාදය වෙනකන් එතන එනවා, විමංසා ඉද්ධිපාදය. මේක ඇකිලෙනවා. ඒ කියන්නේ මනා කොට භාවිතා කිරීම කියන එකයි මෙතන හැකිලෙනවා කියලා කියන්නේ. එහෙම නම් සම්මා සමාධිය තුළ උපෙක්ඛා අප්‍රමාණය සිදු වෙනවා කියලා ආවා.

එතෙන්නේ එතකොට සංස්කාරය කියන එක අපි ගමු සැකය කියලා. එතකොට ඒකේ සමුදය කියන එක දැනගෙන නිවනින් පිටත වූ දෙයක් නොගනිමි, එය ම එහි නිරෝධය වෙනවා, එතනින් ම සතුටු වෙනවා කියලා ඒක අගයනවා. ඒ විදිහට අර නිරෝධය ඇති වෙනවා කියන එක එතන ආවා.

ඉතින් ඔය අතරවාරේ ඉතින් මට ගොඩාක් තව ධර්මයන් ඔකත් ඇතුළින් ගියා. ඒ සංස්කාරයන් සම්බන්ධයෙන් අර සැකයෙන් A, B කියලා, එතනින් C කියලා ඇති වෙලා නිත්‍යයි කියලා දීල නේ එතන ඇති වෙන්නේ කියන, ඒ කතාවල ඔක්කෝම මට ඇති වුණා. ඒ ඇති වෙච්චා වූ සංස්කාරයන්ට නැවත නැවතත් අපිට ඕනෙ නැති වුණත් පෙලක් වෙලාවට ඒ සංස්කාරයන් දිහා අපි ඔහේ බලාගෙන ඉන්නවා. තමන්ට ඕනෙ නැති වුණත්. එතකොට ඕවා ඔක්කෝම තමන් අයිනේ වෙන්න ඕනෙ කියන එක, අර උපෙක්ඛාවෙන් අර වඩු බාස් උන්නැහේගේ කතාව වගේ උපෙක්ඛාවෙන් අප්‍රමාණයට යනවා කියන මේ දක්වා කරලා තියන භාවනාවන්, ඒවා ඔක්කෝම නිකම් එක සඤ්ඤාවක් තුළ ම මට ඒක තිබුණා. ඉතින් ඒක තමයි භාවනාව.

27/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද 5

Vīmaṃsā Iddhipāda 5

එතකොට මම ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව සිහි කළා, දාහතර නම ම. පළවෙනි බුදුපියාණන් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහලා ඒ ශ්‍රේෂ්ඨ ම පළවෙනි බුදුපියා වශයෙන්, ඒ දෙවෙනි බුදුපියාණන් ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ඒ තුන් වෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ. ඊළඟට විනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ධම්මරතන බුදුපියාණන් වහන්සේ, විනයධර බුදුපියාණන් වහන්සේ, අනුපිළිවෙළින් තපස්සි බුදුසීයා, සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාණන් වහන්සේ සිහි කළා.

සිහි කරලා ඒ වෙලාවේ මට එහෙම ම සමාධිය ඇති වුණා, ඒ වෙලාවේම. එතෙක්දී මේ පංචනීවරණයන් යටපත් කොට අරි අට මහ භරහා ගමන් කරමිසි කියන තැනින් පටන් ගන්නෙයි කියලා පැවසුවා. එතකොට මේ සම්මා සමාධිය තුළ පංචනීවරණයන් පවතින්නේ ද කියන එක මම විමසන්න පටන් ගත්තා. මොකද ඊයේ භාවනාවේදී සම්මා සමාධිය වෙනකන් ආවා නේ.

එතකොට අර “විච්චිවෙච කාමෙහි විච්චිව අකුසලෙහි ධම්මෙහි, කියලා සවිතක්කං සච්චාරං විවෙකජං ප්‍රීති සුඛං පයමජ්ඣානං උපසම්පජ්ජ විහරති” කියලා මම මේ විදිහට මෙනෙහි කළහම ඒ වෙලාවේම අර ඉතාමත් ම සතුට ඇති වෙන සුඛය, අර අනුරාධපුරයේ retreat එකෙන් පස්සේ තිබ්ව්ව, ඒක ඇති වෙන්න පටන් ගත්තා.

එතකොට ඊයේ හවස අපි ඇවිදිනකොට දැන ගත්ත ධර්මයක් තිබුණා නේ. එකක් තමයි අර සුභයි කියන එක. දෙවෙනි එක නිත්‍යයි කියන එක. තුන කියන එක සුඛයි කියන එක. අන්න ඒ පිළිවෙළට නේ ඇති වෙනවයි කිව්වේ. සුභයි, නිත්‍යයි, සුඛයි කියන එක.

එතකොට දැන් මම මේක තවදුරටත් විමසන්න පටන් ගත්තා, මෙතනින් පස්සේ. දැන් සුඛයි වෙලා දැන් අත්තා වෙන්නේ කොහෙද කියන එක. ඉතින් ඒ ඊළඟට අත්තා වෙනවද කියන එක මම ගත්තහම රහතන් වහන්සේ කිව්වා, මෙය නිවැරදියි කියලා කියන්නේ නැහැ, පරාමාස වුණාට පස්සෙයි, අත්තා වෙන්නේ කියලා. එතකොට හතර එනවා පරාමාසය කියන තැනට. ඊළඟට පස් වෙනි කාරණය එනවා, පරාමාසයේ ඉඳන් හය අගතියට යන එක, පහ තමයි අත්තා කියන එක තියෙන්නේ, එතනින්.

ඒ අත්තා වුණාට පස්සේ ඔයාට භය වෙනි කාරණයට එනවා භය අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට ලකුණු වෙනව නේ අපි දිට්ඨි අනුසය කියන එක. භය කියන එක ඊළඟට එනවා. දැන් භය අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට.

ඊට පස්සේ තමයි හත. මේ නන්දිය කියන එක එන්නේ. එතකොට අර නන්දිය වෙනකොට අර දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා නේ රූප රාගය එහෙම එන්නේ. අන්න එතෙන්නේදී තමයි, හත කියන order එකට ආවා දැන්.

එතකොට ඔය පරාමාස වීමෙන් අනතුරුව අත්තා වෙනවා කියන එක මට සිහි වෙච්ච වෙලාවෙ මට අර මමත්ති මන්ති කියන එක මතක් වුණා ඒකෙ දී. දැන් මේ හතර වෙනි කාරණය වෙනකොට දැන් රූප රාගය ඇති වෙලා තියෙනවා. එතකොට “සංකප්ප රාගො පුරිසස්ස කාමො” කියල නේ කිව්වේ. සංකප්පයේ රාගය නැති වුණාට දැන් රූපය රාගය කියන එක මෙයාට දැන් ඇති වෙලා තියෙනවා. සංකල්පයට කතාවක් නැහැ. ඒ සුඛ වේදනාවක රාග අනුසය ඇතියි කියන එක, මොකද මම මේ වෙලාවෙ අර හරි සෑප වේදනාවෙන් මම බොහෝ වෙලාවක් හිටියා එතන.

එතකොට මේක හරි සෑපයි, ඉතින් මේ සුඛය බොහොම තදට තියෙනවා. එතකොට මේකේ රාග අනුසයක් තියනව නේ. රාග අනුසය තියෙනවා. දැන් රූප රාගය තිබුණොත් ඉතින් මේකේ රාග අනුසය තියෙනවා. එතකොට දැන් අර පල්ලෙහා වූ ධර්මයන්වල ඕක නැති වුණාට ඉහළ ධර්මයේත් දැන් මේ කතාව තියෙනවා.

එහෙම නම් මට දැන් එනවා, එහෙම නම් මේක කොහොම ද නතර වෙන්නේ? එහෙම නම් මට මෙතන්දි තේරුණා, මේ සංස්කාරවල අස්මිති මානය කියන එක නැති වුණොත් තමයි මේක වෙන්නේ කියන එක මට ආවා. ඒ කියන්නේ සංස්කාරවල කොයි ආකාරයෙන් හරි, මම මෙහෙම ගියා කියලා ආකාරයකින් අස්මිතියක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ තමන් මේ මම පුරුෂයා කියන කතාව. මම කාන්තාව කියන කතාව කෙනෙක් නැති කරලා නැත්නම්, ඒක තියනතාක් කල් එයාට ඒ අස්මිතිය කියන එක තියෙනවා නේ. එතකොට මේක තියෙනවා නම් නිවන නොවන්නේ ය කියන එක ආවා.

එතකොට මෙන්න මෙහෙම වෙලාවෙ දී මට හිතුණා, මේ සංස්කාර කියන එක අර පල්ලෙහා තියන කොටුවේ, අර කාමරාග අනුසය තියන කොටුවේ, ඒ සංස්කාර කියන එක නිරෝධ වෙනවා නම්, මට නිවන ඕන බව සිහි වුණා.

ඒ සිහි වෙන්න ගත්තයින් පස්සේ මම අධික වේගයෙන් ඒ කියන්නේ නළලේ යම්කිසි දෙයක් මට දැනෙමින් මාව ඇදීගෙන ගියා ඒ වෙලාවේ බුදුපියා මාව නැවැතුවා ඇතියි කියලා. ඒක තමයි භාවනාව. ඉතින් ඒකේ අර බොහොම ශ්‍රේෂ්ඨයි.

28/11/2013 - සම්මා සමාධි

Sammāsamādhī

එතකොට මම අර උතුම් බුදුපියවරු අර ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා සහ සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව. එතකොට මට කිව්වා, අර අරි අට මහ හරහා ගොස් චතුත්ථධ්‍යානයට යම් කියන කැල්ල තියනව නේ, අන්න එතනින් පටන් ගන්න කියලා.

ඊට පස්සේ දැන් මම ගත්තා අර, “අරිය විත්තස්ස අනාසව විත්තස්ස අරිය මග්ගං සමඛිගිනො අරිය මග්ගං භාවිතො, ප්‍රඥා, ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියන්, ප්‍රඥා බලං, ධම්මච්චිය සම්බොජ්ඣකඛිගා.” කියන එක.

එතකොට එතෙන්නේ ප්‍රඥාව කියලා ගත්තහම, අර සමුදය අස්තංගමය කියන එක දැකලා, අපි මේ දුක්ඛය පහ කිරීමට පමා නොවීම කියන එක එතන ගන්නවා. ඒ ගත්තහම ඒ සම්මා සංකප්පය කියන එක නෙක්ඛම්ම, අව්‍යාපාද, අච්ඡිංසාව ඒ කැලී තුන මට ලස්සනට ඇවිල්ලා ඉතින් සම්මා වාචා, සම්මා ආජීව දක්වා ආවා. සම්මා ආජීවයේ අර මානය කියන එක අයිත් කිරීම කියන එක, මේක මෙතෙහි කළා.

එතකොට දැන් මෙතන මේ විරිය කියන එක, සම්මා වායාමය කියන එකේ විරිය කියන එක අර 1 රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න, 2 සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න, 3 සංස්කාර මගේ නොවීම, 4 වෙනි එක අර නංවන ලද එල විත්තය මගේ නොවීම කියන එක.

එතකොට සම්මා සතිය මම මෙහි කළා ම, මගේ ඊයේ භාවනාව මට සිහි වුණා. ඊයේ භාවනාව මේ විමංසා ඉද්ධිපාදය ම තමයි එතන තියෙන්නේ. මෙතන මේක හරියට ලස්සනයි. මේකේ කාරණා හතක් තියෙනවා. ඒකේ හත ඇවිල්ලා, පළවෙනියෙන් ම කබලිංකාර ආහාරය දන්නව නේ සුභයි කියන කතාව. ඊට පස්සේ දෙවෙනි කාරණයට එනවා අර ඉදංසච්චාභිනිච්චෙසකායගන්ථයේ ඉදන් මෝභය අගතියට යන එක, දෙක. එතකොට ඒක තමයි නිත්‍යයි කියලා ගන්න එක. ඊළඟට තුන් වෙනි එක තමයි සුඛයි කියන එක. වේදනාව තියෙන තැන සුඛයි කියලා දාගන්නවා. හතර වෙනි එක පරාමාසය. එතකොට මෙහෙමයි දැන් සුභ වුණා, සුභ වෙලා, නිත්‍ය වෙලා තමයි සුඛ වෙන්නේ, order එකක් තියෙනවා සුභ, නිත්‍ය, සුඛ. ඊට පස්සේ ඒක පරාමාස වෙනවා. පරාමාසයෙන් ඊට පස්සේ අපි අත්තා කියන එක අර පස් වෙනි කාරණය. අත්තා කියන එක, මේ පරාමාසය හය අගතියට යන පාර පහ. ඊට පස්සේ මේ දිවියේ අනුසය යන පාර

කියනව නේ, භය අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට, ඕක භය. ඊට පස්සේ මේ කබලිංකාර ආහාරයට අර සුබයි කියන එක එකතු වෙලා ඊට පස්සේ තමයි, නන්දිය හත.

දැන් order එකක් ලස්සනට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. මෙන්න මේක අර සම්මා සතියත් එක්ක දැන් මේ කාරණා හත, මතකයි නේ ද? ඒ කියන්නේ සුභයි, නිත්‍යයි, සුබයි, පරාමාස, අත්තා, ඊට පස්සේ දිට්ඨි අනුසය හරහා ඒ භය වෙති කාරණය, අරක සුබයි කියනවා, පස්සේ නන්දිය කියන එක හත යි. නන්දිය එතකොට හත් වෙති එක ඇවිල්ලා තියෙනවා.

මේක සම්බන්ධ වුණා අර 1, 2, 3 කියන ධර්මය මතකයි නේ අපි. සතිය, කබලිංකාර ආහාරය, අත්තා ඉඳන් නිත්‍යට, තුන ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවායි කියන එක. දැන් මේකයි, මේ දෙක මම match කරනවා. පළවෙනි එකේදී මට ජේනවා මේක පළවෙනි එක සුභයි. පළවෙනි එක කබලිංකාර ආහාරය නේ සුභයි කියලා තියෙන්නේ, ඒක සුභයි. දෙක නිත්‍ය කියන එක මම ගන්නවා. තුන් වෙනි එක ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක.

එතකොට ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා. අතනත් තුන ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන කතාව ම තමයි, මෙතන මේ තුන කතාවේ දී මේ සුබයි කියලා කියන්නේ. සත්‍ය වශයෙන් ම තියෙන්නේ දුක. මේ මනුස්සයා මේක සුබයි කියලා ගන්නවා. එතකොට මේක පරාමාස වීම කියන එක හතර වෙනි එක. ඊට පස්සේ මේක තමා වශයෙන් ගැනෙනවා පස් වෙනි කාරණය, පරාමාස වෙලා ආවට පස්සේ. ඊට පස්සේ භය, දිට්ඨි අනුසයේදී මේක ඉවසනවා. අර ඉවසීම කියන එක කරනවා මොකක් ද, අර දුක වේදනාව, ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන දුක වේදනාව, මේක මේ මනුස්සයා දැන් ඉවසීම කියන එක කරනවා. දැන් මේක දැන් නන්දිය. හත් වෙනි එක නන්දියට එනවා.

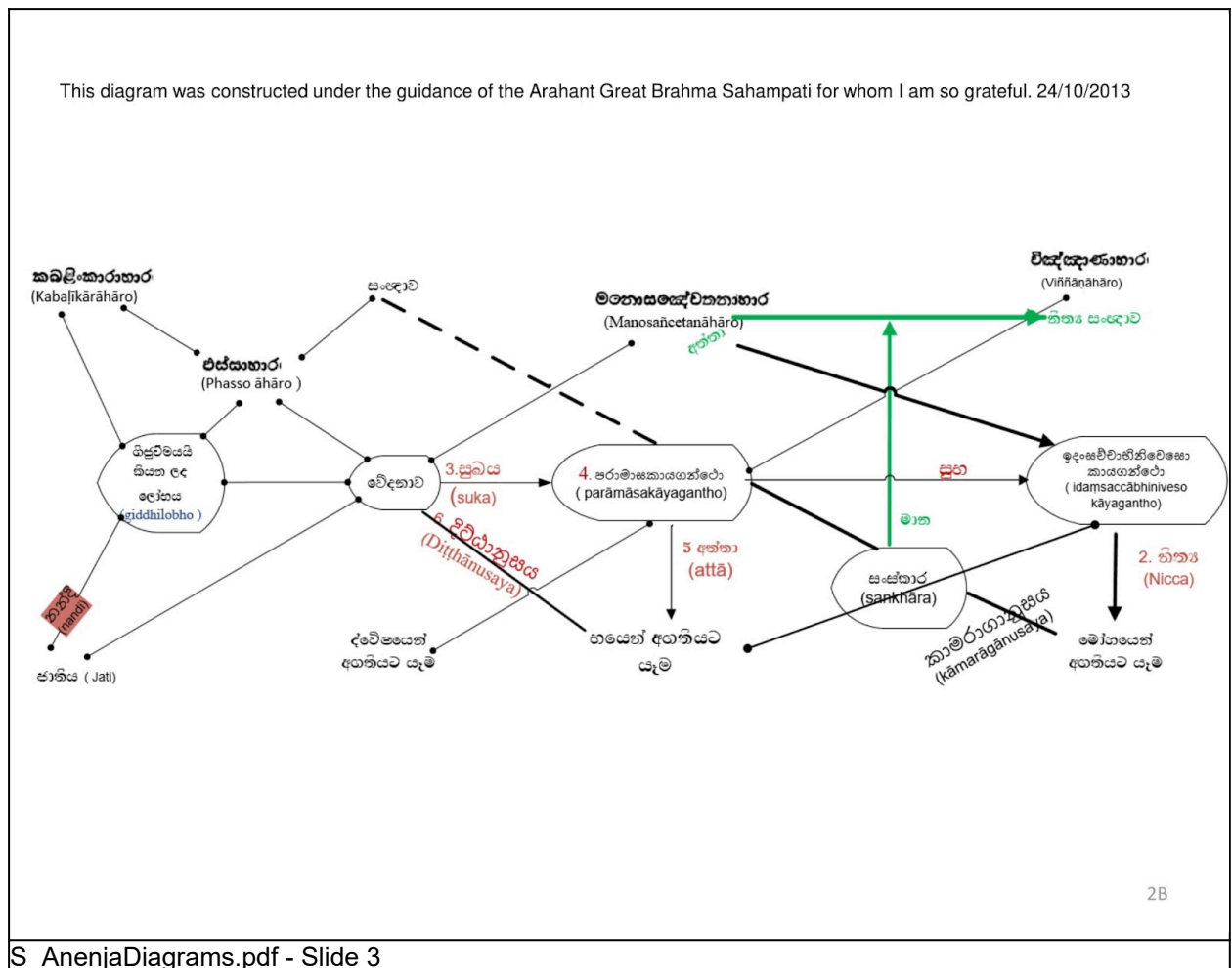
එතකොට දැන් මේ විදිහට තමයි, විමංසා සමාධිය කියන එක ඇති වෙන්නේ. දැන් විමංසා සමාධිය මේ පස් වෙනි විමංසා සමාධිය වෙනකන් මෙතන ඇවිල්ලා තියෙනවා. මෙහෙම ඇවිල්ලා මේකේ සමුදය අස්තංගමය කියලා දැනගෙන, දැන් ලෝභ, දෝෂ, මෝහ පහ කරන්න කියන උත්සාහය, පමා නොවීම කියන එක තමයි, මෙතන තියෙන්නේ. ඒකට පමා නොවීම කියන එක විමංසා සමාධියෙන් තියෙනවා. එතකොට මෙන්න මේ අවස්ථාවේ දී මම දැක්කා මෙන්න මේ picture එක, මේ කබලිංකාර ආහාරයයි, වේදනාවයි, ගිද්ධිලෝභයයි කියන එක තියෙනවා නේ. මෙතන මෙන්න මේ කැල්ල නිසා තමයි, මෙතන මේ කතාව තියෙන්නේ නන්දිය කියන එක.

එතකොට මේක සම්බන්ධ වෙනවා, දැන් අන්තිමට ගත්තහම මෙතනින් වේදනාවට එනවා, ලාභය කියන එක මේ පැත්තට මච්ඡරිය, මෙතනින් ආවාසමච්ඡරිය, මෙතනින් ධම්ම, මෙතන ඇවිල්ලා වණ්ණමච්ඡරිය කියන එක. මෙතන මේ කැල්ල, මේ

කැල්ලන් එක්ක සම්බන්ධ වෙනවා. රහතන් වහන්සේ මෙතෙන්දී මට කිව්වා “Excellent” කියලා, මේක මේවා වුණහම. මොකද මේ කාරණාව උඩින් මෙතන හුහාක් ම ජේනවා, ඔය දැන් නන්දිය කියන එක කෙනෙක්ගෙ නැති වෙන්නේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක දැකීමෙන් නේ. ජාතිය කියන එක ජරාවට දැමීම කියන එක දැකීමෙන්.

එතකොට මෙතන අර අපේ මේ සතියේ කතාවේ දී 1, 2, 3 කියන එක ගත්තහම ජාති ජරා කියන කතාව ගත්තහම, මේ මම සුබ්බි කියලා අරගෙන තියෙන්නේ මෙතන මේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යන මේ දුක්ඛය තමයි, මම සුබ්බි කියලා අරගෙන තියෙන්නේ. එතකොට මෙන්න මේක තමයි, මේ භාවනාවේ නම සම්මා සමාධිය.

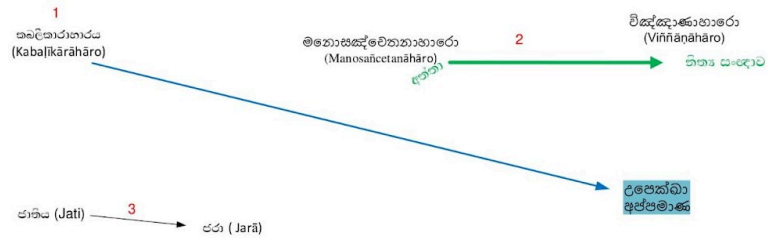
මේක තමයි භාවනාව.



S_AnenjaDiagrams.pdf - Slide 3

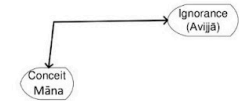
බොජ්ඣංග භාවනා

1) සතිසම්බොජ්ඣංගය වටහේ. සතිය යනු පහත දැක්වෙන 1,2 සහ 3 දැනීම ය.



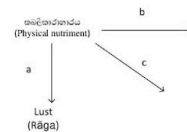
2) ධම්මච්චයසම්බොජ්ඣංගය

ධම්මච්චයසම්බොජ්ඣංගය විසින් රූපය නිසා ඇතිවන ප්‍රතිඵලය විමසයි. ප්‍රතිඵල දෙකක් ඇතිවේ; මානය සහ අවිද්‍යාවය.



3) විරියසම්බොජ්ඣංගය විසින් කුසිත (කොසජජ) වීම වළක්වයි;

- a) රූප ස්පර්ශ නොවීමට විරිය.
- b) සංඥාව මගේ නොවීමට විරිය.
- c) සංස්කාර මගේ නොවීමට විරිය.



29/11/2013 - විමංසා ඉද්ධිපාද 6

Vīmaṃsā Iddhipāda 6

එතකොට මම අර ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා අනුපිළිවෙළින්. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය. ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ඔහොම අනුපිළිවෙළින් ඒ තපස්සි බුදුසීයා, එතකොට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා සිහි කළා.

සිහි කරලා ඇවිල්ලා, මම මේක බුද්ධිං සරණං ගවිජාමි ඒ විදිහට ගිහිල්ලා, මම ගියා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගොස් වතුත්ථධ්‍යානයට යම් කියන එක තියනව නේ, එතනින් මම නැවැත්තුවේ නැහැ. මම එහෙම ගිහිල්ලා ඊට පස්සේ ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන් සහිතව මම ගියා.

ඒ ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන් භාවනා කරන්න ගත්තහම, මට අර ඊයේ ආනෙඤ්ජ සප්පාය සුත්‍රයේ අවසාන diagram එකට ඉස්සෙල්ලා diagram එක තියනව නේ. ඒක මට සිහි වෙලා ඒකත් එක්ක මම බැලුවා. ඒ බැලුවහම ඉතින් ඒ භාවනාව ඉතින් ඔයා දන්නවා. දීර්ඝ වශයෙන් ඒක කරනවා කියන එක, අර පෙර වූ මෝහය, sick සඤ්ඤාව මගේ යැයි ගැනීම, පාණාතිපාතය. ඊළඟට දැන් අවිද්‍යාව, අදත්තාදානය සහිතව ජීවත් වෙනවා කියන එක. ඊළඟට කාමයේ වරදවා හැසිරීම, කාම සඤ්ඤාව, එහි අහිනිවේසය, ඇලීම කියන එක. එතකොට මේ තුන අරකට ඇදෙනවා කියන එක, ඒක මම නැවතත් බැලුවා, ඉතින් බොහොම හොඳට තියෙනවා එතන ඒ භාවනාව.

ඒක කරලා ඉවර වෙලා මට ආපු දේ තමයි, මෙන්න මේ සංස්කාර කියන එක තියෙනවා නේ. ඒ සංස්කාරවලට අපි අහිනිවේසයක් කියන එක. අපි හිතමු යම්කිසි කතාවක්, වචන කතා කිරීමක් වාගේ දෙයක් කවුරුත් එක්ක හරි ඇති වෙනවා කියලා. ඊට පස්සේ ඒ සංස්කාරයන් අපි නැවතත් සකස් කරනවා. මේක මෙහෙම වුණා නම් හොඳයි, එහෙම නැත්තත් මෙහෙම නැත්තත් හොඳයි, ආදී වශයෙන් ඒ වගේ සංස්කාරයන් නැවතත් සකස් කරනවා කියන එක. එතකොට මට මෙතන ආව දේ තමයි මේ සංස්කාර අහිනිවේසය කියන එක. එතකොට ඔය පාණාතිපාතය කියන එක බුදුභාමුදුරුවෝ කියන්නේ මේක සංයෝජනයක්. මේක ම නීවරණයක් වෙනවා.

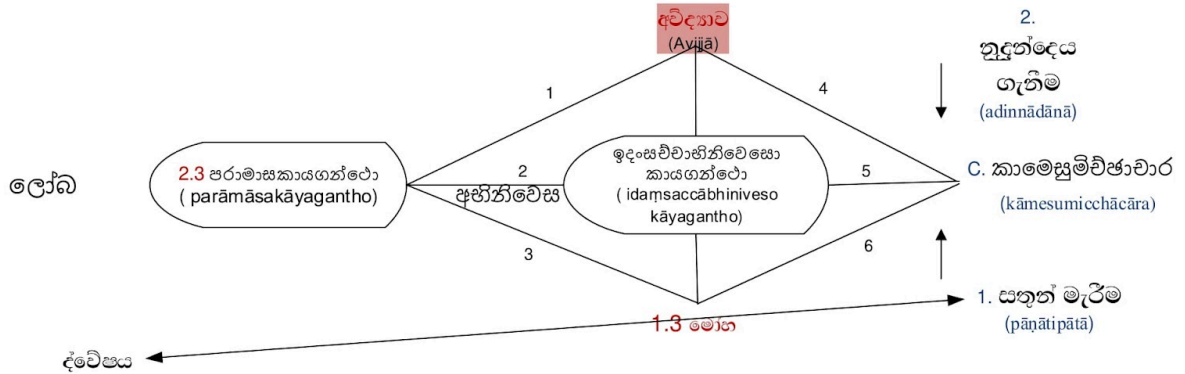
එතකොට මෙන්න මේ සංස්කාරයන් අපි ඇලිලා නැවතත් සකස් කරනවා. මෙතනින් මේ generate වෙන්නා වූ දේ තියනව නේ, දැන් මම ඒ සංස්කාරයට මගේ ඇලීම තියෙනවා. ඒ කියන්නේ පාණාතිපාතයට මම ඇලුණා ය කියන එක ම නෙවෙයි. පාණාතිපාතය කියන එක එක කෙළවරක්. ඒකේ ඉඳන් ඔය sick සඤ්ඤාව දක්වා ම

ඔය ඔක්කෝම දේවල්වල ඇල්ම කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේක නිසා මේ සංස්කාරයන් අහිනිවේස වෙනවා කියන එක තමයි, බොහොම තදින් මම ගත්තේ. එතකොට අතීත වෙච්ච සංස්කාරයන් දැන් ඉවරයි. නිරුද්ධ වෙලා ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. මේකේ ගත යුත්තක් නැහැ. කෙහෙල් බඩයක් වාගේ දෙයක්. ඒක තමයි අපේ මෝහය. ඒක අපි නැවතත් හදනවා. සංස්කාරයෙන් විඤ්ඤාණයක් ආපහු පිහිටුවනවා. සංස්කාර පච්චයා විඤ්ඤාණං කියන එකෙන් සිද්ධ වෙනවා.

එතකොට අර සංස්කාරයට අහිනිවේසය වෙලා තමයි මේ සංස්කාරයෙන් තවත් සංස්කාරයන් ඒක හදන්නේ. අතීත වෙච්ච එක නිරුද්ධ වෙලා ඉවරයි, ඒක ගැන අපි ආයේ භොයන්න යන්න ඕන නැහැ. නමුත් අපි භොයනවා. සිතනවා. කල්පනා කරනවා. ඔන්න ඔය සංස්කාර අහිනිවේසය කියන එක ඔය විදිහට වෙනවායි කියන එක කල්පනා කරලා දීර්ඝ වශයෙන්, මේක කවදා හරි නැති වෙන එක ම දේ තමයි නිර්වාණය. එතනින් තොරව ඕන ම සංස්කාරයක අපි හදපු නිසා ඕකේ අහිනිවේසය කියන එක තියෙනවා. ඔය හදපු product එකට තමයි මනුස්සයෙක් ඇලිල්ලක් තියනව නේ. හදපු product එක භාවිතා කිරිල්ලක් තියෙනවා.

එතකොට ඒක නිසා, ඒ අතීත වෙච්ච, නිරුද්ධ වෙච්ච සංස්කාරයන්, තමන් යම්කිසි දෙයක් කරලා ඉවරයි. මේක ගැන විදීමක් විදලා ඉවරයි. එතකොට මේ සංස්කාර අහිනිවේසයේ අර දෙවෙනි line එක, 1, 2, 3 කියලා දාලා තිබුණා නේ, ආනෙඤ්ජ සප්පායේ. එතකොට මේක පරාමාසයෙන් මේක අස්සට මේ මොහොතේ දී ඇදෙනවා කියන එක බොහොම තදින් මම බැලුවා. ඉතින් ඒක තමයි ඒ භාවනාව.

- ප්‍රාණසාතය(pāṇātipātā) <--> ද්වේෂය (Dosa).
- අදන්තාදානය (adinnādānā) <--> ලෝභ (lobha)
- කාමෙසුමිච්ඡාවාර (kāmesumicchācāra) <--> මෝහ (moha)



- 1 පෙරවූ මෝහය (ද්වේෂ සහිත ව ජීවත්වීම)–ප්‍රාණසාතය(pāṇātipātā)
 - 2 දැන් අවිද්‍යාව (ලෝභ සහිතව ජීවත්වීම)– අදන්තාදානය(adinnādānā)
 - 3 කාමෙසුමිච්ඡාවාර -කාම සංඥාව– මෙහි ඇලීම අහිනිවෙසය යි.
- මෙම තුන් ධර්මයෝ, එනම්, අහිනිවෙසය ද, අවිද්‍යාව ද, මෝහය ද ඉදංසච්චාහිනිවෙසො කායගන්ථය ඇතුළට ඇදී එන්නේය. පරාමාසය ඉදංසච්චාහිනිවෙස කායගන්ථය ඇතුළට ඇදෙන්නේ වර්තමාන මොහොතේදී නණ්භාව මගිනි. අතිතය ගැන නොසිතයි, අනාගතය ගැන නොසිතයි.
 - මෙම මොහොතේදී, අහංකාරය සහ මමංකාරය එකට එකතුවී සිටියි.
 - මෙම මොහොතේදී, පෙර අවිද්‍යාව සහ පසු මෝහය යන දෙදෙනාම එක සමානයයි.

30/11/2013 - විමුක්ති

Vimutti

ඒ උතුම් බුදුපියවරු අනුපිළිවෙළින් සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා බුදුපියවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා. ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2100 කින් බණ අහලා තියෙනවා. ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 1287 නමකින් බණ අහල තියෙනවා. ඔය විදිහට අනුපිළිවෙළින් සහම්පති බුදුපියා බුදුවරු දෙනමකින් බණ අහලා තියෙනවයි කියලා ඔය විදිහට සිහි කළා.

එතකොට මෙතෙන්දී මේ ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදවලින් පටන් ගන්නෙයි කියලා කිව්වා. ඔය හරියේ වෙනකොට ම මගේ සමාධිය බොහොම ගිහිල්ලා මොකද අර රියේ පෙරේදා කරපු භාවනාවන් නිසා ම මේක අරි අට මගේ කියන එකත් එක්ක ඇති වෙලා තිබුණේ. එතකොට මේ විදිහට මේ ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසාවල විරිය කියන එක මම මෙතෙහි කළා ම, ඒ එක්ක ම මට අර 4 සලකුණ කියන එක මතක් වුණා. එතකොට 4 සලකුණේ කියන එකේ තියෙන්නේ පල්ලෙහායින් දෝෂ අගති ගමන, උඩින් රිර්ණාව, වම් අත පැත්තට ඉන්ද්‍රිය අසංවරය, දකුණට අර ව්‍යාධිය කියන එක තියෙන එක.

එතකොට මේකත් එක්ක බැලුවා ඔය විරිය ඡන්ද විත්ත විමංසා කියන එකත්, අර පෙරලලා බලන්න පුළුවන් නේ. ඒ කියන්නේ විරිය ව්‍යාධිය තියෙන පැත්තට, ඡන්දය ඉන්ද්‍රිය අසංවරයට, විමංසාව රිර්ණාව නැති වෙන පැත්තට, ද්වේෂය නැති වෙන එකට විත්තය. එතකොට මේක මෙහෙම කල්පනා කරනකොට මට මේ විත්තයේ, ඒ කියන්නේ දැන් විරියෙන් නෙක්බම්මය, අව්‍යාපාදය, අවිහිංසාව. ඡන්දයෙන් අපි නිර්වාණයට මනස යොමු වෙලා තියෙනවා. එතකොට ඉන්ද්‍රිය අසංවරය එහෙත් ඇති වෙනවා. මේක නිසා මේ මට දෝමනස්සයන් එහෙම පවතින්නේ නැතෙයි කියන එක එනවා.

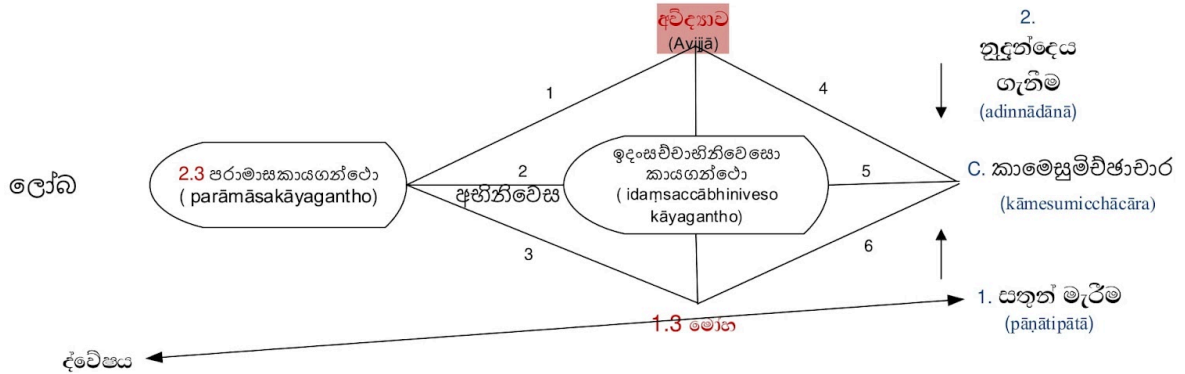
ඒකත් එක්ක ම මේ විත්තයට එතකොට, එතකොට තමන්ට කල්පනා වෙනවා, මේ විත්ත ඉද්ධිපාදය. ඒක එන්න නම් ඉතින් මෙත්තාව කියන එක තියෙන්න ඕනේ කියන එක. මට මේ ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ අර ඒ diagram එක මතක් වුණා. ඒකේ අර මේ පෙර වූ මෝහය, මේ sick සක්කෘත මගේ කියලා අරගෙන ජීවත් වීම, පාණාතිපාතය කියන එක. එතකොට මෙන්න මේ වෙලාවේ දී මේ සියල්ල ම මේ ස්ත්‍රී පුරුෂභාවය කියන එක, ඇසු දේවල්, කිව්ව දේවල්, දුටු දේවල්, නොදුටු දේවල් මේවා සියල්ල ම මේ සංස්කාර වශයෙන් මම මෙතෙහි කළා. මෙතෙහි කරලා තමයි මම මේ

මෙක්තාව පැවැත්තුවේ, මේ පුද්ගලයා කියන එකට නොවෙයි, මේ සංස්කාර වශයෙන් සිද්ධ වන්නා වූ දේවල්වලට.

ඉතින් මේ වෙලාවේ දී මට තේරුණා එතකොට විමසාවත් වෙලා තියෙනවා ය කියලා. මොකද, අර පෙර වූ මෝහය නිසයි මේ ටීනම්ද්ධ සහගත අවස්ථාවේ දී අර ගත්ත දේවල් තමයි, මේ වෙලා තියෙන්නේ කියන එක, විමසාවක් තියෙනවයි කියන එක. අන්න ඒ වෙලාවේ දී මම අර රේඛාවක් දැක්කා අර විරියේ ඉඳන් අර විමසාවට. විරියේ ඉඳන් විමසාවට, එතන ඒ කැල්ලක් මම දැක්කා. ඒ කැල්ල දැක්ක ගමන් එතෙන්නේ මට කල්පනා වුණා, මේක මේ විරිය කියන එක අපි භාවිතා කරන්නේ, තුන් ආකාරයි කිව්ව නේ. රූපය මගේ නොවෙන්න විරියක් තියෙනවා. සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න විරියක් තියෙනවා. තුන් වෙනි එක, සංස්කාර මගේ නොවෙන්න විරියක් කියලා. ඉතින් කෙළින් ම ඒකත් එක්ක අපි අර ඊයේ කියලා දීප්ත diagram එක තිබුණ නේ, කාමරාග අනුසය ගැන. එතකොට ඒ කාමරාග අනුසයේ කෙළින් ම කතාව මට දැන් ලස්සනට ජේන්න ගත්තා. මේ සංස්කාරවලට නිත්‍යයි කියලා අගයක් දීමක් මෙතන තියෙනවා. ඒ උඩින් සුබයි කියන එක පරාමාසයට ඇවිල්ලා තියෙනවා.

එතකොට සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා පරාමාසයට ඇතුල් වෙනවා. අරකෙන් සුබයි කියලා පරාමාසයට ආපහු ඇතුල් වෙනවා. එතකොට පරාමාස වෙද්දී සුබ සහ නිත්‍යභාවයයි කියලා මට ආවා, බොහොම තදට ආවා ඒක. ඒක ඒ සංස්කාරයේ කියන කතාවේ ඔක්කොගේ ම තියෙන්නේ මෙව්වරයි කියන එක. ඉතින් මේක ඉහළ ධර්මයක් කියන එක ඒ බුද්ධියාණන් වහන්සේ පැවසුවා. මේක තමයි විමුක්තිය, මේකේ නම. ඒ තරම් ගැඹුරට ගියා ඒ භාවනාව.

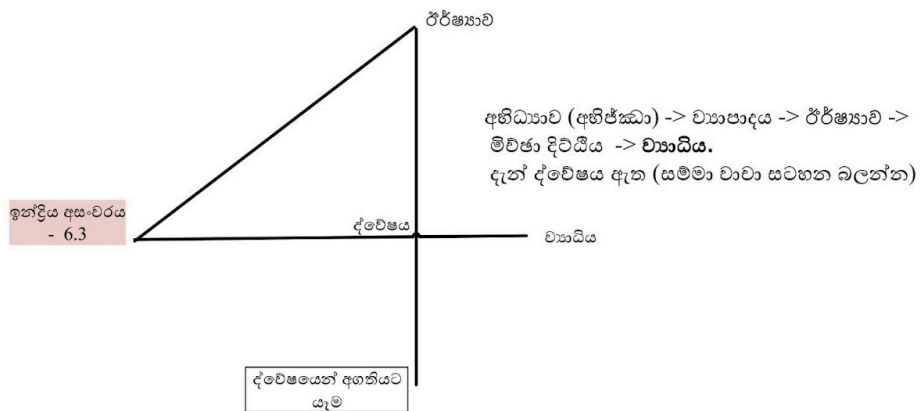
- ප්‍රාණසාතය(pāṇātipātā) <--> ද්වේෂය (Dosa).
- අදන්තාදානය (adinnādānā) <--> ලෝභ (lobha)
- කාමෙසුමිච්ඡාවාර (kāmesumicchācāra) <--> මෝහ (moha)



- 1 පෙරවූ මෝහය (ද්වේෂ සහිත ව ජීවත්වීම) - ප්‍රාණසාතය(pāṇātipātā)
 - 2 දැන් අවිද්‍යාව (ලෝභ සහිතව ජීවත්වීම) - අදන්තාදානය(adinnādānā)
 - 3 කාමෙසුමිච්ඡාවාර - කාම සංඥාව - මෙහි ඇලීම අහිනිවෙසය යි.
- මෙම තුන් ධර්මයෝ, එනම්, අහිනිවෙසය ද, අවිද්‍යාව ද, මෝහය ද ඉදංසච්චාහිනිවෙසො කායගන්ථය ඇතුළට ඇදී එන්නේය. පරාමාසය ඉදංසච්චාහිනිවෙස කායගන්ථය ඇතුළට ඇදෙන්නේ වර්තමාන මොහොතේදී නණ්භාව මගිනි. අතිතය ගැන නොසිතයි, අනාගතය ගැන නොසිතයි.
 - මෙම මොහොතේදී, අහංකාරය සහ මමංකාරය එකට එකතුවී සිටියි.
 - මෙම මොහොතේදී, පෙර අවිද්‍යාව සහ පසු මෝහය යන දෙදෙනාම එක සමානයයි.

S_AnenjaDiagrams.pdf - Slide 6

ඉන්ද්‍රිය අසංවරය -> අභිධ්‍යාව (අභිජ්ඣා) -> ව්‍යාපාදය -> ඊර්ෂ්‍යාව



- ඊර්ෂ්‍යාව ඇති පුද්ගලයා අන් අය දෙස බලයි. මෙය නිසා ඉන්ද්‍රිය අසංවරය ඇතිවේ.
දැන් අපිට
- ඉන්ද්‍රිය අසංවරය <--> ඊර්ෂ්‍යාව

s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 6

01/12/2013 - පරාමාස භාවනා

Parāmāsa Bhāvanā

උතුම් බුදුපියවරු මම සිහි කළා, ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා බුදුවරු 2500 කින් බණ අභල ඉන්නවයි, ඒ ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2100 කින් බණ අභල දෙවැනි ශ්‍රේෂ්ඨ වන බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් ඔය විදිහට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා සිහි කළා.

ඒ සිහි කළාට පස්සෙ, මම ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා, ඒ කියන්නේ ඉද්ධිපාදයන්වලට යන එක තියෙනවා නේ දැන්, චතුත්ථධ්‍යානයට යමි කියලා කියන අවස්ථාව. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගමන් කරලා චතුත්ථධ්‍යානයට යමි කියන අවස්ථාවේ දී මට එකපාරට ම සිහි උණා. මොකද, දැන් ඔය භාවනාව බොහොම කාලයක් තිස්සේ කරලා, අර මේ දෙක අතර කොට වෙලා යනවා නේ, ඒ දෙක අතර මොකක්වත් නැතිව. එතකොට මේක නිසා ඇති වන්නා වූ සමාධිය කියන එක, ඒකත් එක්ක මට බලන්න ඕනැයි කියලා සිතක් ආවා. ඒ සිත ආවා ම රහතන් වහන්සේ කිව්ව, “ඒක හොඳයි කියලා එතන. එහෙම බලන එක.”

එතකොට දැන් මම මේක බලනකොට මම කල්පනා කරන්න පටන් ගත්ත. දැන් අපි ඡන්ද සමාධිය කියන එක තියෙනවා නං, ඉද්ධිපාදය තියෙනවා නම්, නිර්වාණයට කියන එකට අපේ මනස යොමු වෙලා තියෙනවා. ඒක නිසා, මම ඔය නෙක්බම්මය කියන එක පවත්වනවා. ඒකෙන් මට නිර්වාණය කියන එක පමණක් අරමුණු වෙනවා.

ඊට පස්සේ දැන් මේ ඡන්ද සමාධියෙන් අපි දන්නවා විත්ත සමාධි, මට කල්පනා වුණේ මෙතැන දී, මේක නිසා අර සල්ලය කියන එක නැසෙනවා. ඔන්න ඕකයි මම අල්ල ගන්නේ. මේ සල්ලය කියන එක නැසෙනවා කියන එක. අර හතර සලකුණේ කතාවත් එක්ක එනවා මෙතන, සල්ලය කියන එක මම නසනවා කියන එක.

එතකොට මේ සල්ලය නසනවා කියන එක ඡන්දයෙන් කතාව දැන් හරි. නෙක්බම්මය ඒක හරි. කබලිංකාර අභාරය නිසා ඇති වන ඒ ප්‍රශ්නය හරිය කියන එක. ඊට පස්සේ ඡන්දයෙන් විත්ත සමාධියට එතකොට විත්ත සමාධියේ දී මම කල්පනා කළා, මේකෙන් මට මේ ද්වේෂ සල්ලය තමයි නැති වෙන්නේ.

ද්වේෂ සල්ලය කොහොම ද නැති වෙන්නේ? අර සුබයි කියන එක මම ගන්නෙ නැ. සුබයි කියන එක මම ගන්නෙ නැතෙයි කියන එක, ඔය පාළොස් වරණ ධර්මවල තිබෙන්නා වූ අර ආභාරයේ ප්‍රමාණය දැනගෙන ගන්නවා කියන අර්ථයත් එක්ක ම තමයි ඒක මගේ සිහියට ආවේ. මේක, එක කෑමක් කාල, තව කෑමකකට මීට වඩා

හොඳට රසට කන්න ඉන්නවා කියන කතාවක් කරන්නෙ නැතෙයි කියන අර්ථය තියෙනවා. එතකොට අර ව්‍යාපෘතියෙන් වෙන්නා වූ කොටස එතන නැහැ. එතකොට ඒක නැති නිසා මෙතන විත්ත සමාධිය මට මෙතන තියාගන්න පුළුවන් උණේ. ඒක නිසා මට ද්වේෂයක්, මෙහෙම සල්ලයෙන් දැවෙන්නේ නැතෙයි කියන එක එනවා. එතකොට වේදනාව අල්ලගෙන මේකෙ ඉන්නේ නැතෙයි කියලා.

දැන් වේදනාව අල්ලගෙන මේකෙ ඉන්නේ නැති වුණාට, ඊට පස්සේ මට දැන් කල්පනා වෙනවා. නමුත් මේ වේදනාව සඳහා හදන විත්ත සංස්කාරයන් අපි අල්ලගෙන ඉන්නව නේ. දැන් එහෙම නම් මේ විත්ත සංස්කාරයේ ප්‍රශ්නය දැන් මට කල්පනා වෙනවා. එතකොට ඒ කතාව එතකොට මට ජේනවා. ඔව් අන්න ඒක නිසා තමයි අපිට විමංසා සමාධිය කියන එක අවශ්‍ය වෙන්නේ, විමංසා සමාධිය නැත්තන්, ඒ සංස්කාරවලින් හැදෙන එක ආපභූ මේ පැත්තට එනවා.

එතකොට දැන් එහෙම නම් හරි එහෙම නම් අර ඉද්ධි **diagram** එකේ එන්නා වූ දේත් හරියට ම හරි. මොකද, විත්ත සමාධියෙන් තමයි විමංසා සමාධියට යන්නේ.

එතකොට ඒ විමංසා සමාධිය පවත්වන්න අර මෙන්තාව කතාවත් ඔක්කොම එනවා මේ භාවනාවේ තියෙන. විමංසා සමාධියෙන් මටවත් භානියක් වෙන්නේ නැතුව කාටවත් භානියක් වෙන්නේ නැතුව අර ඉන්නා වූ අවස්ථාව කියන එකට එනවා. අර මව් කුසටත් ගියොතින් ඒ අම්මටත් වදයක් දෙනවා නේ. ඒ අර්ථය තියෙනවා.

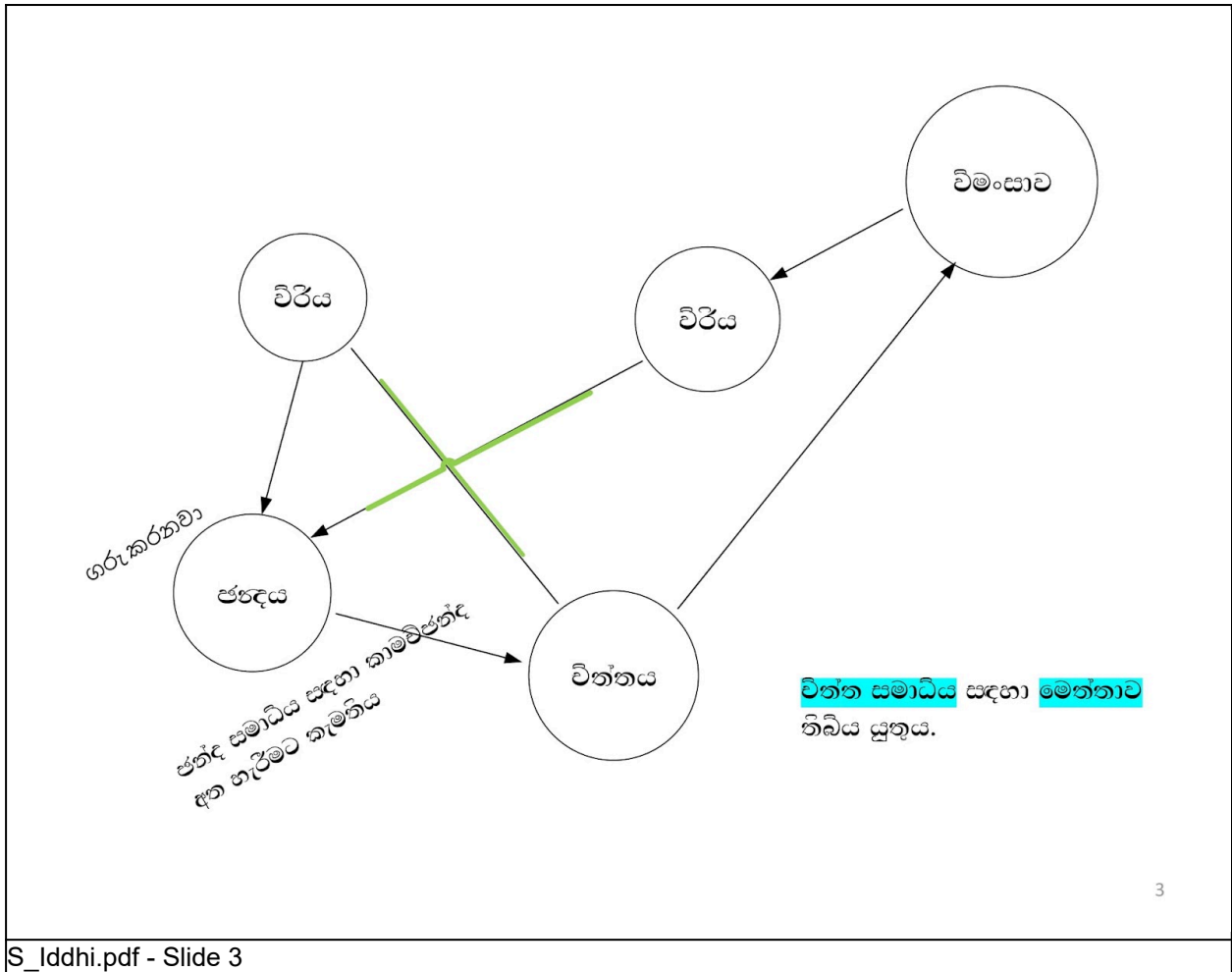
එතකොට මේ විමංසා සමාධියේ ඉඳගෙන, දැන් කල්පනා කරනවා මම. මේ පැත්තෙන් මම එන්න දෙන්නේ නැති වුණාට, තවත් මොකක් හරි එකක් වෙනව නේ. සංස්කාරවලින් දැන් මං කතා කරනවා. මේ පැත්තේ මේ සංස්කාරවලින් මේ සුබ්බි කියලා එකක්, දැන් සුභ්බි කියලා අරගෙන නිත්‍ය වෙලා පරාමාසයට ආපු එකක් තියෙනවා. එතකොට දැන් මේ සංස්කාර කතාව, මං මෝහ සල්ලයේ කතාව මම මේක කැපුව වුණත්, තවත් මගේ මේ සිතට වද දෙන්නා වූ සිත ඇති කරන්නා වූ යම් වූ ධර්මයක් මෙතන තියෙනවා කියලා. එතකොට මේක මම බලාගෙන යනකොට මට ජේනවා, මෙයා තමයි පරාමාස. පරාමාසය කියන එක්කෙනා කොහොම කළත්, අර කැලී දෙක නැති උණත්, මෙයා විසින් මේ කතාව කරනවා. සංස්කාරය කපන්න පුළුවන් දැන්. පරාමාසය තාමත් මේ වැඩේ කරනවා කියන එක මට එනවා. ඉතින් දැන් ඔය පරාමාස කියන එකෙන් එන එක නවත්තන්න, දැන් විරිය ඉද්ධිපාදය කියන එක භාවිතා කළහම, මට මේ සංස්කාරවලින් මේ පැත්තට **flow** එක එන එකයි මම මේ නවත්තන්නේ.

පරාමාසය කියන එක මෙතන නවතිනවා. ඉතින් දැන් මං මේ වෙලාවෙදී රහතන් වහන්සේගෙන් ඉල්ලුවා, මේ ලෝකයේ මේ මනුෂ්‍යයන්ටත් දෙව්වරුන්ටත් බ්‍රහ්මයන්ටත් තුන් කට්ටියට ම ගැළපෙන්නා වූ උදාහරණයක් මට දෙන්න කියලා.

එහෙම නැත්නම් මේ මනුස්සයන්ටත් දෙවිවරුන්ටත් ගැලපෙනවා වූ උදාහරණයක් එහෙම නැත්නම් මනුෂ්‍යයන්ටත් පමණක් හෝ ගැලපෙනවා වූ උදාහරණයක් මට දන්න කියලා. ඒ පාර කිව්වා, “තුන්ලෝකාග්‍ර වූ තථාගතයන් වහන්සේ, මේ තුන් ලෝකයට ම ගැලපෙනවා වූ දේ තමයි කිව්ව, තමා කියන එක. තමා කියන එක තමයි කිව්ව මෙතන උදාහරණය.”

ඉතින් අර පරාමාසයේ තිබුණේ තමා කියන එක නේ. පරාමාසයේ ඉඳලා ඇවිල්ලා තියෙන්නෙ මෙතන තමා කියන එක. තමා නිසා මේක වෙනවා කියන එක. ඉතින් එතකොට පරාමාස කියන එක නැති වෙන්නෙ මොකද? අර සමාස්ප්‍රධාන විරිය. සඤ්ඤාව මගේ නොවෙනවයි කියලා ගන්නා වූ විරිය. ඒකෙන් තමයි ඔය පරාමාසය, ග්‍රන්ථ line එකේ තියෙන්නා වූ ඒ පරාමාසය කියන එක එහෙම කැපෙන්නේ ඒ විරියෙන්. එතකොට තුන් වෙනි විරිය. තුන් වෙනි විරියේ තියෙන්නේ, සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න. සෝතාපන්නයාගේ ශ්‍රද්ධාව ඇති කරගන්නවා කියන්නේ, සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න.

ඒ සඤ්ඤාව මගේ නොවෙනවා නම්, මේක, මේක කරගන්න පුළුවන්. අන්න ඒකයි මේ භාවනාව.



04/12/2013 - ඉද්ධිපාද විභංග භාවනා

Iddhipāda Vibhaṅga Bhāvanā

එතකොට ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ සිට සහම්පති බුදුපියා දක්වා ඒ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව සිහි කළා. ද්වේෂය නැති කරමි කියනකොට “මෙතනින් පටන් ගන්න” කිව්වා.

සම්මා වාචා diagram එකත් එක්ක මම අර sick වෙලා තියෙනවා නම්, ද්වේෂය ඇති වෙනවා කියන එක මම කල්පනා කළා. ඒක කල්පනා කරපු හන්දා මට මේ ඉද්ධිපාද එකේ භාවනාව නේ මට ඕනේ. එකපාරට ම මට මේක එන්න පටන් ගත්තා, මොකද මේ හතරේ සලකුණ කියන එක මට මතක් උණා. මේක sick වෙලා තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නෙ කියලා.

එතකොට, ඒ සුත්‍රයේ දී දැන් ඔතන විරියක් භාවිතා කරනවා නේ sick වන එක, අපි දන්නවා නේ හතරේ සලකුණෙන් ඒක නැති කරගන්න. එතකොට ඒකෙදි පළවන විරියේ දී ගත්තහම අර රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න තියන විරිය. එතකොට මේක සම්බන්ධ වෙනවා “අතිලීනො ඡන්දො” කියන කතාව. ඒ කියන්නේ කොසප්පය වෙනවයි කියලා දැනගෙන, රූපය ස්පර්ශ වෙලා මට ඇති වන්නේ කොසප්පය ඇති වෙනවා කියලා දැනගෙන, ඔන්න පළවන එකට ඒ ඡන්දය භාවිතා කරනවා. එතකොට ඒක භාවිතා කළහම දැන් ඒ ඡන්දය එහෙනම්, අපිට මෙතැන දී ඒ විරිය භාවිතා කිරීම හේතු කොටගෙන අපිට ඡන්ද සමාධිය කියන එක ඇති වෙනවා, අර ඉන්ද්‍රිය අසංවරය නැති වෙනවා.

ඉන්ද්‍රිය අසංවරයේ දී අපි දැනගන්න ඕන, මේ උද්ධව්වය නිසා අපිට ඇති වන්නේ දෝමනස්සයයි කියන එක. බොජ්ඣංග slide එකේ අපි දැක්ක නේ. ඒ මානසෙන් අග්‍රද්ධාව වෙනවා. ඒ කතාව එහෙම තියෙනවා නේ නේ ද? එතකොට බොජ්ඣංග slide එකත් එක්ක උද්ධව්වයෙන් දෝමනස්සය ඇති වෙනවා කියන එක අපි තේරුම් අරගෙන, මේක භාවිතා කරනවා. එතකොට ඒක නේ ඒ දෙවන කාරණය හැටියට තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ මේකේ, මොකක් ද, **overly active** කියලා කියන්නේ? “අතිපග්ගහිතො ඡන්දො” කියලා කියන්නේ, තදින් ගත්තයි කියලා. ඒ දෙවන කාරණයට තියෙන්නෙ ඒක. එතකොට දෙවන කාරණය ඒ විදිහට නැති වෙන්න ඕන.

ඊළඟට තුන් වන කාරණයට එනවා, “අජ්ඣත්තං සංඛිත්තො” කියලා. ඊනම්ද්ධිය. ඊනම්ද්ධිය තියනකොට sick සඤ්ඤාව මගේ යයි ගැනීමෙන් තමයි මේක සිද්ධ වන්නේ. ඊනම්ද්ධි කතාව. නේ ද? එතකොට දැන්, ඒකට තමයි මේ තුන් වන එක

කියලා තියෙන්නේ. හතරේ සලකුණ ඒක නැති වෙන්න තමයි එතන ඒක භාවිතා කරන්න ඕනෙ කියන එක.

ඊළඟට හතර වන එකට තියෙනවා, මෙතන ඇවිල්ලා, වික්බිත්තො. “වික්බිත්තො ඡන්දො” කියලා පංචනීවරණයන් තියෙනවා නම්, වෙනවා කියන එක තියෙනවා නේ. පංචනීවරණයන්ගෙන් තියෙනවා නම්. ඉතින් මේ අපි දැන් මේ slides වලින් බැලුවේ මොකක් ද? මේ සම්මා සමාධිය තුළ මේ අස්මිති මානය කියන එක තියෙනවා කියන එකයි. මේකේ පෙන්නුවේ, අවසානට බැලුවා ම. එතකොට, විමංසාවේදී තමන් දැනගන්නවා මේක තුළ මේක පවතිනවා කියලා. එතකොට හතර වන කාරණය, ඊර්ෂ්‍යාවත් කියන කැල්ලත් එක්ක එතන ඒක එනවා. හරි නේ?

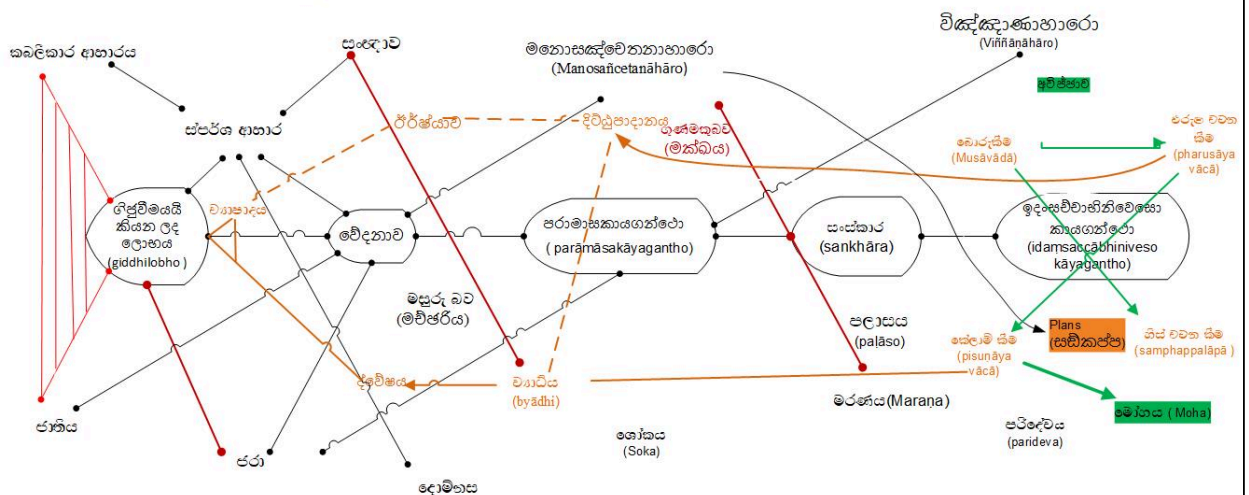
එතකොට ඊළඟට කාරණා ටික ගත්තහම ලියාගත්තා A, B, C, D කියලා, පෙර මෙන් ම පසුව කියලා තියෙනවා නේ. එතකොට පෙර මෙන් ම පසුව කියන එක එතකොට, A කියන එක මෙතනට එනවා. කාමරාග අනුසය නිසා මේ කැල්ලක් එකතු කරනවා කියලා අපි පැහැදිලි කරා නේ. අන්න ඒක තමා මේ තියෙන්නේ. A කියන එකේ.

ඊළඟට B කියන එකේ තියෙන්නේ කොහොම ද උඩයි යටයි කියන එක. එතකොට මෙතන ලස්සනට එනවා මේ ඡන්ද සමාධියේ තියා ගන්නවා නේ, දැන් ආහාරයේ පටික්කුලතා සඤ්ඤාවත් එක්ක කබලිංකාර ආහාරයත් එක්ක නේ එන්නේ. මේක දෙතිස් කුණුපයයි කියලා තමන් දැනගන්න ඕන. උඩ ඉඳන් යට, යට ඉඳන් උඩ, වෙනසක් නොවන්න ඕන මේක දෙතිස් කුණුපය තමයි කියන එක.

ඊළඟට තුන් වන එකට තියෙනවා, අර දවසයි, “යථා දිවා තථා තත්‍ර” කියලා කියන්නේ, තත්‍ර රාත්‍රී කියලා. ඒ කියන්නේ මේක පටිච්චසමුප්පන්නව ම මේක සිද්ධ වෙනවා කියන එක දැනගන්න ඕන මේ තුන් වන තුන් කාලයට ම. නැත්නම් ඔයා මේ ද්වේෂ සල්ලය කියන එක ඔයාගේ ඇති වෙනව නේ. ඒක නැති වෙන්න ඕන නේ. එතකොට ඔයා දැනගන්නවා මේ තුන් කාලයට ම මේක මේ විදිහට ම තමයි සිද්ධ වන්නේ. තුන් කාලයට ම ඒක ඇති වෙනවා කියලා.

ඊළඟට හතර වන එකට කියනවා, ආලෝකය මෙනෙහි කරනවා කියලා. මේ brighten mind එකකින් මේ විදිහට ආලෝකය භාවිතා කරනවයි කියන එක. Perception of light. එතකොට මේක තමයි අපි මේ diagram එකේ last one එකේ පෙන්වන්නේ. ඒ කියන්නේ අවසාන diagram එකට ඉස්සෙල්ලා පෙන්වන්නේ, මේ සංස්කාර කියන එක ඇවිල්ලා මේකේ සමුදය කියන එක අපි දැනගන්න ඕන. මේ සංස්කාරවල සමුදය. සංස්කාරවල සමුදය දැනගෙන මගේ නොවීමට, ඒ කියන්නේ මේ අපිට ඇති වෙනවා නම් ඇති වන්නේ අස්මිති මානය කියලා දැනගෙන, ඒ කියන්නේ පරාමාසය තුළ මේ මම වෙනවා කියලා දැනගෙන, විමංසාවෙන් මේක නොවන්න පවත්වනවා කියන එකයි.

This diagram was constructed under the guidance of the Arahant Great Brahma Sahampati for whom I am so grateful. 21/03/2012



- 1) Greed(lobho), Issā leads to lying(Musāvādā)
- 2) Ill-will(ṭṣāpāda), Derogation(Makkho) leads to harsh speech (pharusāya vācā)
- 3) Hate(dosa), Disparaging(palāso) leads to slander(pisunāya vācā)
- 4) Delusion(Moha) leads to frivolous talk

- i) අභිජ්ඣා ඇතිව පරාච චන්දන ව්‍යාපාදය ඇතිවේ.
- ii) අභිජ්ඣා ව්‍යාපාද මිච්ඡාදිවිධී ඇතිව, රෝධි වූ බව දන්නේ ද්වේෂය ඇතිවේ.
- iii) අභිජ්ඣා ව්‍යාපාද මිච්ඡාදිවිධී සහ අවිජ්ජාව ඇතිව, මරණය වූ බව දන්නේ මෝහය ඇතිවේ.

Ref: <http://www.vissuddhimaggā.info/>

S_Sammavaca_digram.jpg

05/12/2013 - විවිකිච්ඡා භාවනා - ටීනමිද්ධ

Vicikicchā Bhāvanā - Thīnamiddha

ඒ උත්තරීතර බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල තියෙනවා. ඒ ලෝකයේ ඉන්න උත්තරීතර ශ්‍රේෂ්ඨතම පළවන බුදුපියා වශයෙන්. ඊට පස්සේ ඒ දෙවන බුදුපියා වශයෙන්, ඔය විදිහට දාහතර නම ම සිහි කළා. සහම්පති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු දෙනමකින් බණ අහල තියෙනවා, ශ්‍රේෂ්ඨතම දාහතර වන බුදුපියා වශයෙන් කියලා.

මෙහෙම කියාගෙන මෙනෙහි කරගෙන ඊට පස්සේ, තුන් වන එකේදි තියෙනවා නේ මෝහය නැති කරමි කියන එක. මෝහය නැති කරමි කියනකොට අර මට අදහස දුන්න මේකයි අනිත් එකයි දෙක ම. පංචනීවරණ යටපත් කරමි කියන එකත් එක්ක බලන්න කියන එක.

එතකොට ඒ පංචනීවරණයන්ගෙන් මම සිහි කරන්න ගත්තේ, ඔය ඉහළ වූ අර තියෙනවා නේ ධර්මයන් රූපරාග, අරූප රාග කියලා. ඒ විදිහට තියෙනවා නේ. ඒ කොටස් ටික මම පොඩ්ඩක් බලලා, එතන විවිකිච්ඡාව කියන එක මම අල්ල ගත්තා. පංචනීවරණ යටතේ.

එතකොට ඒ විවිකිච්ඡාව කියන එක, ඒක තියෙන තැන ඔයගොල්ලෝ දන්නවා. විවිකිච්ඡාව අර කතිරය වැටිලා එහා කෙළවරින්, එතනින් පල්ලෙහාට එන්නේ හයේ අගතියට. හයේ අගතියට ආවහම ඒක යන්නේ වේදනාවට තියෙන තැනට. හයේ අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට. හරි නේ?

වේදනාවේ ඉඳන් ආපහු යන්නේ ඡන්දයෙන් අගතියට. එතකොට ඡන්දයෙන් අගතියට යනවා කියන එක, ඒක එතකොට එතෙත්දි මම බැලුවා මේ වේදනාව, දෙපැත්තකට ගමන් කිරීමක් තියෙනවා.

එකක් තමයි ඡන්දයෙන් අගතියට මේ පැත්තට එනවා. අනිත් පැත්තට මේ චේතනාව පැත්තට යනවා. අර නාමරූප බෝල කුඩුව හැකිලෙනවා වගේ කියලා. එතකොට කැලී දෙකකට මේක සිද්ධ වෙනවා කියලා. එහෙම සිතුවහම දැන් මං කල්පනා කළා, මේ ඡන්දයෙන් අගතියට යනකොට, ඉන්ද්‍රිය අසංවරය කියන එක ඔතන තියෙනවා. ඉන්ද්‍රිය අසංවරය තිබ්ලා තමයි ඔය ඡන්දයේ අගති ගමන කියන එක සිද්ධ වෙන්නේ. එතකොට ඒ හතරේ කැල්ල ඔතන මතක් වෙනවා. එතකොට දැන් එතනින් එනවා ඉන්ද්‍රිය අසංවරය කියන එක ඇති වුණා නම්, ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණය අපි පිහිටන්න ඉඩ දෙනවා. මෙතන අර සලායතන හදනවා කියන කතාවත් එනවා. විඤ්ඤාණය

පිහිටන්නට අපි ඉඩ දෙනවා කියන එක තියෙනවා. විඤ්ඤාණස්ථිතිය කියන එක ඇති වෙනවා.

එතකොට මට එනවා, රූපය කියන එකට එහෙම නම්, මේ විඤ්ඤාණස්ථිතිය කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්නේ, මේ කිව්ව කතාවෙන්. කොහොම ද? මෙතන තිබෙන්නා වූ භයෙන් අගතියට ගිහිල්ලා, එතනින් අපි යනවා වේදනාව හරහා රූපයට. අන්න ඒ විදිහටයි විඤ්ඤාණයේ ස්ථිතිය කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. පල්ලෙහාට දැම්මට ඇති වෙලා තියෙන්නේ මෙතනින්. ඒ කියන්නේ දිට්ඨි අනුසය මගින් තමයි අතන විඤ්ඤාණස්ථිතිය කියන එකට එතන ගිහිල්ලා තියෙන්නේ.

ඊළඟට මට එනවා මේකට එක කාරණයක් විතරක් නෙමෙයි, මේකත් එක්ක මේ පැත්තෙන් ගියා වූ අර නාමරූපයෙන් එන්නා වූ චේතනාව කියන එක එතන පවතිනවා කියලා. එතකොට දැන් මට එනවා, මේ සැකය කියන එක හැදිලා තියෙන්නේ ඔය ථිනමිද්ධයයි කුක්කුච්චයයි තමයි සැකයේ සමුදය.

එතකොට මේ ථිනමිද්ධය කියන එක කෙනෙකුට ඇති වුණා ම, ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණය පිහිටෙව්වා නම්, ථිනමිද්ධය කියන එක ඇති වෙනවා. ඒකේ සැකයක් නැහැ. එතකොට ථිනමිද්ධය ඇති වුණා නම්, ථිනමිද්ධය දැන් නැති වෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ ථිනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී මෝභයෙන් තීරණය අරගෙන තමයි මේ ඔක්කොම සිද්ධ වෙලා තියෙන්නේ. දැන් මට කල්පනා වෙනවා එහෙනම් ථිනමිද්ධය කොහොම ද නැති වන්නේ?

ථිනමිද්ධය නැති වෙනවා ආලෝකය මෙනෙහි කළා ම. අර ඊයේ අපි කතා කරපු ප්‍රශ්නය. ආලෝකය මෙනෙහි කළා ම ථිනමිද්ධය නැති වෙනවා.

එතකොට අර මෝභයෙන් ගන්න විදිහක් ඇත්තේ නැහැ. තීරණයක් ගන්න බැහැ, මේක මගේ කියලා. එතකොට ථිනමිද්ධය නැති වෙන්න නම් මට එහෙනම් කල්පනා වෙනවා, ව්‍යාපාදය කියන එක නැති වෙන්නට ඕන. ව්‍යාපාදය කියන එක නැති වෙනවා කියලා කියන්නේ, තමන්ගේ අර විඤ්ඤාණය අතන පිහිටන්න ඉඩ දුන්නේ නැත්නම් නේ ඕක සිද්ධ වන්නේ. ඒ කියන්නේ අභිජ්ඣා කියන එක නොවන්න ඕන. අභිජ්ඣා උණා නම් ව්‍යාපාදය කියන එක ඇති වෙනවා.

එතකොට ථිනමිද්ධය නොවෙන්න, ව්‍යාපාදය ඇති නොවන්න ඕන. එතකොට අභිජ්ඣා ඇති නොවන්න ඕන කියන එක අර මේකේ අනිත් පැත්තටත් දැන් ඡේනවා. අර උඩින් සාරම්භයත් එක්ක මෙහෙම ගිහිල්ලා ඒකෙන් යනවා නේ අභිජ්ඣාවට. එතකොට ඒ සැකයත් එක්ක. සැකයකට ආවායි කියන්නේ මට සංස්කාර වෙලා **competition** එක ඇති වෙලා ඉවරයි. ඒකත් එක්ක අභිජ්ඣාවට යනවා කියන කතාව තියෙනවා.

එතකොට, ඊනමිද්ධය වෙන්තේ නැත්නම්, මට මේ ප්‍රශ්නය නැතෙයි කියන කතාව ආවා. ඒ කියන්නේ ආලෝකය මෙනෙහි කරනවා නම්, එහෙනම් මේක නැහැ.

එතකොට අර ඊයේ භාවනාවත් එක්ක සම්බන්ධ වෙනවා. හතර වන කැල්ල උඩ කෙළවර විමසා ඉද්ධිපාද, මේවා ගන්නේ නැතිව ඉන්නවා කියලා. මේක ආවාට පස්සේ බොහොම හොඳයි. ආලෝකය හොඳට පවතිනවා. ආලෝකය මම මෙනෙහි කලා ඒ වෙලාවේ. ඊට පස්සේ මට කල්පනා උණා ඔය පල්ලෙහා කැල්ල ඇති වන්නේ, උඩ අර කාමච්ඡන්දය අර belt එක තියෙනව නේ, උඩ තියෙන belt එක, කාමච්ඡන්දය. අර සාත අසාත කියන එකත් ඔතන ආවා. මොකද මෙතැන දී මේක සාතයි කියලා අර රූපය කියන එකයි, ඉෂ්ට වස්තුවයි, වේදනාව සුබ්බයි කියන කතාව දෙක උඩ තමයි යන්නේ. එතකොට මෙයා මේ විත්ත සංස්කාර, සංස්කාර බිඳෙයි කියලා හය වෙච්ච හද හදා ගිහිල්ලා තමයි මේක වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට මේක තමයි මෙයාට මේ සැකය ඇති වෙලා තියෙන්නේ. “කොඳො මොසවජ්ජඤ්ච කථංකථා ව” ඒකෙන් සැකය ඇති වෙනවා කියන කතාවත් දැන් මෙතන හොඳට පැහැදිලියි.

මේ උඩ belt එක හින්දා අපි දැනගත්තා, අර පල්ලෙහා නන්දිය කියන කැල්ල ඇති වෙනවා කියලා. ඒ කැල්ල ඇති වුණා නම් එහෙම නම් මට එතනින් පල්ලෙහා නන්දිය කියන කැල්ල ඇති වුණා නම් මට ඇති වෙනවා, ඒ කියන්නේ ආවාසමච්ඡරියයි ඊළඟට එනවා ධම්මමච්ඡරියයි කියලා. එතකොට මෙතන මේ ආවාසමච්ඡරියේ කතාවේ තියෙන්නේ අර විඤ්ඤාණය පිහිටන්න ඉඩ දුන්න. එතන විඤ්ඤාණය පිහිටලා එතන ආවාසයක් උණා. විඤ්ඤාණස්ථිතියකට ඉඩ දුන්න නේ. මේක මගේ අරගෙන. එතකොට ඒක නිසා ආවාසය උණා.

ආවාසය වෙච්ච ගමන් දැන් ඒක සඳහා ධර්මය. ගෙයක් හදාගත්ත නම්, පවත්වන්න ඕන. අන්න ඒ විදිහට ආවාසමච්ඡරියෙන් ධර්ම මච්ඡරියෙන් එතන ඒ triangle එකේ කැල්ල එනවා.

ඊළඟට ගත්තහම මේ රූපය, මේක ලාභයි කියලා ගත්තා. ඒක නිසා අර වණ්ණමච්ඡරිය. ලාභයි කියලා ගත්තට පස්සේ එතන ඇති වෙනවා.

දැන් ඊළඟට එනවා, මෙතන මේ කැල්ලේ උඩ triangle එකේ, ඒ කියන්නේ චේතනාවයි, වේදනාවයි, පරාමාසයයි අතර එතන ඒ triangle එක ආවහම, ඒක නිසා පල්ලෙහා triangle එක. මොකක් ද ඒ triangle එක? වේදනාවයි, පරාමාසයයි, හයෙන් අගතියට යනවායි කියන එකයි. එතකොට ඒ triangle එක හැදෙනවා. මේ triangle එක ඇතුළේ මං දන්නවා කොසජ්ජය තියෙනවා පල්ලෙහා triangle එකත් එක්ක.

උඩ ගත්ත **triangle** එකේ හරියට ම අර මිද්ධය තියෙන්නේ අර රේඛාවෙ නේ. මිද්ධය තියෙන තැන දන්නවා නේ. වේදනාවේ ඉඳන් වේතනාවට යන්නා වූ රේඛාවේ. එතකොට ඒකේ තියෙනවා මෙතන මිද්ධය. මේක ඇවිල්ලා කොසප්පය කියන එක මේකට ඇවිල්ලා තියෙනවා කියන එක මෙතනට එනකන් ආවා. රහතන් වහන්සේ “ඇතියි” කියලා කිව්වා ඔතනට ආවට පස්සේ.

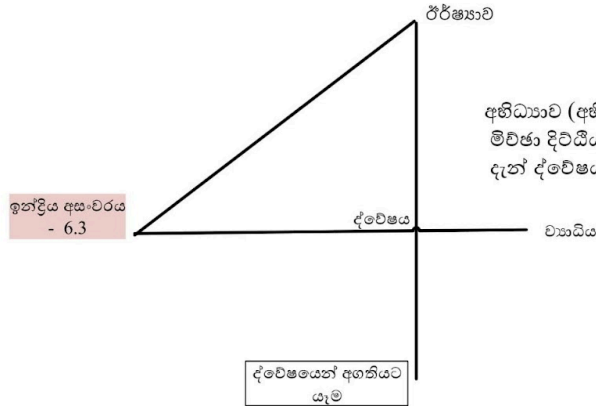
භාවනාවේ තව මැදදේ කැල්ලකුත් තියෙනවා. අර ටීනමිද්ධය කියන එක ඇති වුණාට පස්සේ, ඒ ටීනමිද්ධයෙන් ඕක අපි එනව නේ දැන් අර මෝහ කතාවට ඇවිල්ලා නේ ඉන්නේ. එතකොට දැන් මං දන්නවා ටීනමිද්ධය ආවා නම්, ටීනමිද්ධයෙන් මට දැන් නිත්‍යයි කියලා කතාවක් දීල නේ. නිත්‍යයි කියන කතාවක් දීල අර සඤ්ඤාව කතාවකට යනවා. නේ ද? ඒ සඤ්ඤාවට කාමරාග අනුසය හරහා යන එක මම මේ කියන්නේ.

එතන නිත්‍යයි කියලා ආවට පස්සේ මේ සංස්කාරය. දැන් ඒක නිසා අපි යනවා අර සාරම්භය තියන කැල්ල හරහා ඔය පරාමාසයට. ඒ පරාමාසයෙන් ඔයා එනවා මේ පල්ලෙහා තියන ද්වේෂ අගති ගමනට. ද්වේෂ අගති ගමනට ආවයිත් පස්සේ ඔයාට ජේනවා, ද්වේෂ අගති ගමනින් ඔයා යනවායි කියලා උඩ අභිජ්ඣා කියන කැල්ලට. එතකොට මට ඔතන අර කැලි පාර්සලය ම මතක් උණා.

ඒ අභිජ්ඣාව ඇති වුණා ම, **reflect** වෙලා මං ආපහු උද්ධව්වයට එනවා. දැන් එතකොට ටීනමිද්ධය උණාට පස්සේ උද්ධව්වය ඔන්න ඔය විදිහට තමයි හැදෙන්නේ. උද්ධව්වය උණාට පස්සේ ආපහු කුක්කුච්චය. උද්ධව්වය, මක්ඛය, කුක්කුච්චය. ඔය විදිහට නේ ඇති වෙන්නේ. ඊළඟට අර මෝහ තීරණය මෙතන.

අන්න එතැන දී මම කල්පනා කළා, මේ ටීනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී මං ඕක ගත්තේ නැති නම්, මට මේ කතාව නැහැ. ඒ කියන්නේ අපි ඉන්නේ නිතර ම ටීනමිද්ධ අවස්ථාවේ නේ. අන්න එතැන දී මං මේක ගත්තේ නැති වෙනවා. ගන්න නැති වෙන්න නම් මම ආලෝකය මෙනෙහි කරගෙන ඒක පවත්වන්න ඕන. ටීනමිද්ධය මට නොපවතිනවා කියන එක. එතන ඒ කැල්ලත් මගේ භාවනාවේ දී **connect** උණා.

ඉන්ද්‍රිය අසංවරය -> අභිධ්‍යාව (අභිජ්ඣා) -> ව්‍යාපාද -> ඊර්ණ්‍යාව



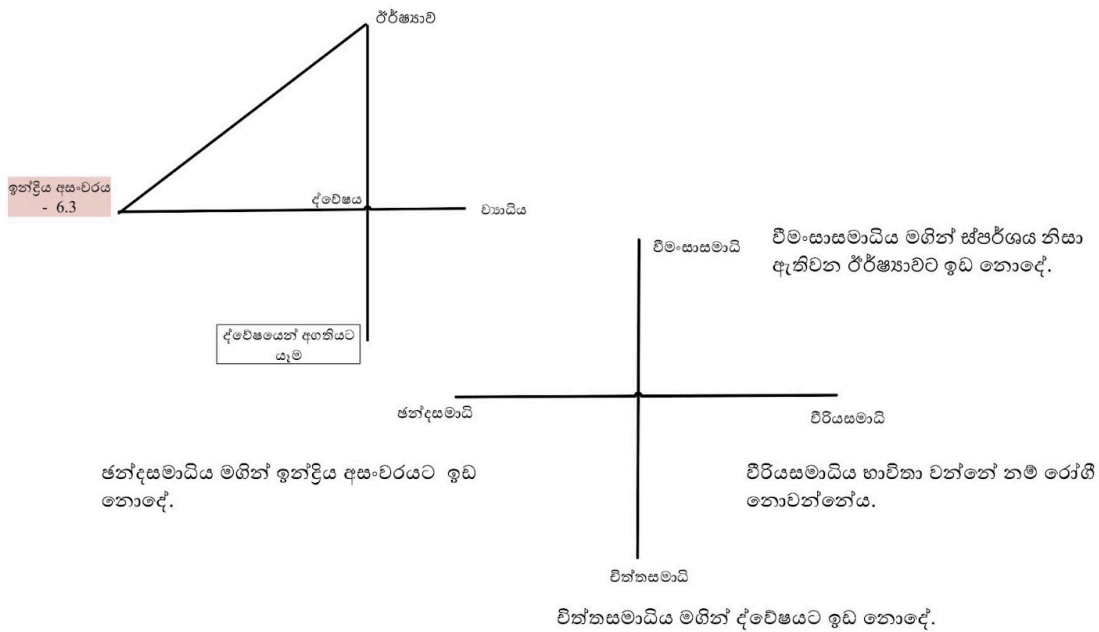
අභිධ්‍යාව (අභිජ්ඣා) -> ව්‍යාපාදය -> ඊර්ණ්‍යාව -> මිච්ඡා දිට්ඨිය -> ව්‍යාධිය.
දැන් ද්වේෂය ඇත (සම්මා වාචා සටහන බලන්න)

ඊර්ණ්‍යාව ඇති පුද්ගලයා අන් අය දෙස බලයි. මෙය නිසා ඉන්ද්‍රිය අසංවරය ඇතිවේ.
දැන් අපිට

- ඉන්ද්‍රිය අසංවරය <--> ඊර්ණ්‍යාව

6

s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 6



7

s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 7

ඊර්ණතාව
ඊමංසමාධි

ඊවෙසය
ඊන්තසමාධි

ඊන්ද්‍රිය අසංචරය - 6.3
ඊන්ද්‍රිය අසංචරය

ඊවෙසයෙන් අගතියට යෑම
ඊන්තසමාධි

2) ඉතා දැඩි කොට ගන්නා ලද ඊන්ද්‍රිය (අතිපග්ගහිතො ඊන්ද්‍රිය)

- ඊද්ධඊවය -> දෝමනස්ස (ඊබාඊකංග ඊවුඊ 3, 4)
- මානය -> අභ්‍රද්ධාව
- රෝගී සංභාව නිසා ඇතිවන ඊනිඊලයට අභිඊජා නොඊම සදහා ඊන්ද්‍රිය සමාධිය භාවිතා කර ඉන්ද්‍රිය සංචර කර ගත යුතුය.

B. යට යමිසේ නම ඊඩන් එසේ ව, ඊඩ යමි සේ නම යටන් එසේ ව ඊවෙසේ (යඊ අධො තඊ ඊද්ධං, යඊ ඊද්ධං තඊ අධො)

- පාදතලයෙන් ඊඩ කෙස්මතුයෙන් නන් වැදැරුම අභ්‍රවියෙන් ඊරුභු මෙ කය ම ඊත්‍රයාවෙක්භා කෙරෙයි (අභ්‍රභ භාවනා - 5 වෙනි ඊවුඊවෙහි, 1 - ගැන සිතන්න).

3) ඇතුළත හැකුළු ඊන්ද්‍රිය (අඊකන්තං සධ්විත්තො ඊන්ද්‍රිය)

- රෝගී සංභාව මගේ යැයි ගැනීමෙන් සිදුවියේය. ඊන්ත සංඊකාර මගේ නොඊමට ඊන්ත සමාධිය භාවිතා කරන්න.

C. දහවල් යමි බදු නම රැන් එසේ ව, රැ යමි බදු නම දහවලුන් එසේ ව ඊවෙසේ (යඊ දිවා තඊ රත්තී, යඊ රත්තී තඊ දිවා ඊභරකි)

- අතීත අනාගත ඊර්තමාන තුන් කාලයේදීම පඊඊව සමුඊපන්නව සිදුවන බව දත යුතුය. 5 වෙනි ඊවුඊව, 3 සහ 5 - ගැන සිතන්න. සුඊ වෙදනාව සහ ඊන්ත සංඊකාර මගින් පඊඊව සමුඊපාද ඇතිවන බව.

4) ඊටත ඊසුරුභු ඊන්ද්‍රිය (බභිද්ධා ඊක්ඊත්තො ඊන්ද්‍රිය)

- සංඊකාර වල අඊමිනි මාන ඇත.
- සමමා සමාධියේ සංඊකාර ඇත.
- ඊන්ත සංඊකාර මගේ යැයි නොගැනීමට ඊමංසා සමාධිය භාවිතා කරන්න (සංඊකාර -> සංඊකාර).

D. ඊලෝකසඊඊඊව මැනඊන් ගන්නා ලද්දී දිවාසඊඊඊව මැනඊන් තබන ලද්දී වෙ (ඊලෝකසඊඊඊ සුග්ගහිතා භොති දිවාසඊඊඊ ස්වාධිඊවිතා).

- ඊනමිද්ධ නොඊමට ඊලෝකසඊඊඊව භාවිතා කරන්න.
- ඊඊනිඊඊවෙ සමුදය දැන නිවනින් ඊටත වූ දෙයක් මගේ යැයි නොගනී. 5 වෙනි ඊවුඊව සියල්ල ගැන සිතන්න.

1) ඉතා සැහවුභු ඊන්ද්‍රිය (අතිලීනො ඊන්ද්‍රිය)

- රූප ඊප්ඊඊඊ ඊමෙන් කුඊඊඊඊඊඊ (කොසඊඊ) දැන ඊඊය භාවිතා කල යුතුය.

A) පෙර සංඊකාර යමිසේ නම පසුන් එසේ ය. පසු සංඊකාර යමිසේ නම පෙරන් එසේ ය. .

- කාමරාගානුසය මගින් සංඊඊවට යමක් එකතු නොකළ යුතුය (5 වෙනි ඊවුඊව, 2 - නිත්‍ය ගැන සිතන්න.)

06/12/2013 - සුසමාරද්ධ - ඉද්ධි භාවනා

Susamāradhā - Iddhi Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා අනුපිළිවෙළින්. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල ඔය විදිහට. ඔය විදිහට ඒ දාහතර නම ම පිළිවෙළට මෙනෙහි කරගෙන ගියා. එහෙම මෙනෙහි කරගෙන ගිහිල්ලා ඒ සහම්පති බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු දෙනමකින් බණ අහල තියෙනවා, ලෝකේ ශ්‍රේෂ්ඨතම උත්තරීතර බුදුවරුන්ගෙන් දාහතර වන බුදුපියා වශයෙන් සිහි කළා.

සිහි කරලා ලෝභය නැති කරමි කියලා කියනවා නේ. එතැන දී මට අදහස ආවේ ලෝභයයි ද්වේෂයයි දෙක එකට භාවනා වෙන්තේ ය කියන එක. ඒ පාර මම ලෝභය කියන එක ඇති වන්නේ කොහොම ද කියන එක බැලුවා. සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය, සුඛ වේදනාව. මනාපික අරමුණ, සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය, සුඛ වේදනාව. මෙන්න මේ කැල්ල හේතු කොටගෙන තමයි ඔය ලෝභය කියන එක ඇති වන්නේ. එතකොට එතන ඒ **belt** එක කැරකෙනවා.

ඒ **belt** එක කැරකෙනකොට අපිට ජේනවා, මේක නිසා අපිට, ඔය වට ගානක් ගහගෙන යනවා. ඒ වට ගාන ගහගෙන යනකොට දැන් දෙකක් කරකවලා එතකොට අපි දන්නවා අතන ව්‍යාපාදය දෝමනස්සය කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. ව්‍යාපාදය කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්නේ, ඒ කියන්නේ මේ ලෝභය කියන එක ඇතුළේ ම අර ව්‍යාපාද සහගත විත්තයනුත්, දෝමනස්ස සහගත විත්තයනුත්, ව්‍යාපාද සහගත විත්තයනුත් ඒවා **generate** වෙලා තියෙන්නේ මේක ඇතුළේ. එතකොට මම මේ හොඳයි කියාගෙන තමයි මම මේ යන්නේ, හැබැයි මේක ඇතුළේ තියෙන්නේ මේ නරක කියන එක. දැන් එතකොට දැන් මට දන්නවා, ද්වේෂය කියන එක ඇතිවන්න නම් මේ ටීනම්ද්ධය කියන එක ඇතිවන්න ඕන. ඒ කියන්නේ **sickness** එක, කියන එක ඇති වුණා ම තමයි සම්මා වාචා **diagram** එකේ අපිට මේ ද්වේෂය කියන එක ඇති වන්නේ.

එතකොට මේ ද්වේෂය ඇති වෙන්නේ, දැන් මම **sick** වනවායි කියන්නේ, අර ව්‍යාපාදය සහගතව ගිහිල්ලා, දැන් ඉතින් මම ව්‍යාපාදයෙන් ද්වේෂයට යනවා කියන එක, එක පැත්තකින් ජේනවා. අර ටීනම්ද්ධ අවස්ථාව, ඒ කියන්නේ රෝගී බව කියන එක තත්වයට පත් උණා, ඒක නිසා මම ද්වේෂයට යනවා.

දැන් මෙන්න මෙතැන දී මට කල්පනා උණේ, මේ මෙතැන දී අපි ගන්නේ අර සුඛයි කියන එකක්, අර සුභයට කියන එකට එකතු වෙලායි මට මේ සුඛය කියන එක ඇති වුණේ. එතකොට සුඛය කියන එක මට ඇති වුණා නම්, ඒ කියන්නේ මට මේ වැරදියට

ගත්ත දේකට ම තමයි මට මෙහෙම වෙලා තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ කාමරාග අනුසය විසින් මම එක්කහු කරලා තියෙනවා අර වේදනාවට, සුඛයි කියන අර දේට සුඛයි කියන එක නිත්‍ය කරගෙන මම එකතු කරගෙන තියෙනවා.

එතකොට මට දැන් ජේනවා, සත්‍ය වශයෙන් ම ලෝකයේ මෙතන තිබුණේ, මේ අසුභ යයි කියන එකයි. සුඛයි කියන එක නෙමේ තියෙන්නේ. එතකොට මේක කලවම් වෙලා තමයි මේ මනුස්සයට දැන් මේ සුඛය කියන එක හැදිලා තියෙන්නේ. සුඛය කියන්නේ අමුතු දෙයක් නෙමේ, අර සුභයට නිත්‍ය කියන එක එකතු වීමෙන්, සුඛය කියන එක ඇති වුණේ.

එතකොට මට කල්පනා උණා මෙතන මේ වැරදිලා තියෙන්නේ මේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියලා මනුස්සයට ජේනවා නම්, ඉතින් ඒ කියන්නේ සුභයක් කොයින් ද? දැන් මනුස්සයෙක් ඉන්නවා, ඒ මනුස්සයා ජරාවට පත් වෙනවා. බබෙක් ඉන්නවා ඒ බබා ජරාවට පත් වෙනවා. එතකොට මෙහෙම වෙනවා නම් මේකේ සුභයක් ඇත්තේ නැහැ. මේක හරියට දැක්ක නම්, මේ දත් වැටෙනවා ය, කෙස් සුදු වෙනවා යයි කියන ඒක හරියට දැක්ක නම්, ඒ පුද්ගලයාට ජේනවා එහෙම නම් මේ සුභ කතාවක් නැතෙයි කියලා. එතකොට මේ විපරිණාමය කියන එක මෙයා තේරුම් ගත්තේ නැති හින්දයි මේක මේ සුඛ යයි කියලා හිතාගෙන තමන් ගමන් කරනවා. සුඛයි කියලා හිතාගෙන මේකේ ගමන් කිරීමෙන් තමයි, අපිට මේ ඊළඟට අත්ත වෙලා, මගෙයි කියලා අරගෙන මේක තියෙන්නේ.

එතකොට දැන් මේක වැටෙනවා මගේ අර මම භාවනා කරපු, අර හතරේ diagram එකත් එක්ක. දැන් හතරේ සලකුණත් එක්ක මට වැටෙනවා. දැන් මෙතන මේ විරිය තියෙන්න ඕන නේ මේක, රූපය ස්පර්ශ වෙලා නොවන්න. ඊළඟට ගත්තහම තමන්ගේ ඡන්ද සමාධිය පවත්වා ගන්න ඕන. මෙතන දී අර අභිජ්ඣා දෝමනස්ස, අභිජ්ඣා වෙලා නේ දෝමනස්ස වෙලා තියෙන්නේ. මේක නොවන්න. එතකොට මෙන්න මේ කැල්ල නොවනවා නම් ඔන්න දැන් මට පුළුවන් මේ විත්ත සමාධිය කියන එක පවත්වාගෙන ඉන්න.

ඒ විත්ත සමාධිය පවත්වන්න නම් මට මේ කැලී දෙක අර විරියෙන් වන එකයි, ඡන්දයෙන් වන එකයි දෙක තියෙන්න ඕන. ඡන්දයෙන් වනකොට අර උඩ මෙන් ම යට කියන එක බැලුවා, ඒ කියන්නේ අර කොතන ගත්තත් මේකේ තියෙන්නේ ජරා ගොඩක් යයි කියන එක තමන් දන්නවා. ඒකේ විපරිණතභාවය තමන්ට මේකේ එකතු වනවා. විපරිණතභාවය තමයි මේකේ තියෙන්නේ කියලා. දැන් තේරුම් ගන්නා අර්ථය, මේකට එකතු වනවා.

එතකොට මේක නිසා මේ පුද්ගලයාට මේ විත්තයේ සමාධිය කියන එක එයාට පවත්වා ගන්න පුළුවන් කියන එක ආවා. එතකොට විත්ත සමාධිය කියන්නේ,

ඉද්ධිපාද එතන තමන්ගේ පවත්වාගෙන ඉන්නවා නම්, ඒ කියන්නේ එයාට ද්වේෂයක් නැතිව ඉන්න පුළුවන් වෙලා තියෙනවා කියලා.

එතකොට මෙතැන දී මම බැලුවා, අර මේ අවස්ථාවේ දී මට තේරුණා අර උද්ධව්වය කතාවත් මට නැත ය. ඊනම්ද්ධ කතාවත් මේ අවස්ථාවේ දී මට නැත ය කියලා. ඒ කියන්නේ මගේ මනස බොහොම pure කියන එක, ඊනම්ද්ධයයි උද්ධව්වයයි නැතෙයි කියලා මම ආලෝකය විහිදෙනවා එහෙම මම ම දැක්ක. ඒ විදිහට බොහොම ලස්සනට මෙතන මේ කැලී තුනේ හිටියා.

මෙතනට ආවට පස්සේ දැන් පෙර මෙන් ම පසුව. හැම අවස්ථාවේදීම කියන කතාව අර ඒ කියන්නේ විරියේ තිබ්ව්ව කතාව එහෙම ඇති වෙලා තියෙනවා. පටිච්චසමුප්පත්තව තමයි මේක හැම තිස්සෙම සිද්ධ වෙන්නේ. මං මෙන්න මේ තත්වයෙන් මම පවත්වනවා කියලා කිව්වේ. ඒ කියන්නේ මේ තත්වයට මම, තමන්ට ද්වේෂයක් කියන එක ඇති වෙනවා නම් ඇති වන්නේ අතීතයේත් මෙහෙමයි, දැනුත් මෙහෙමයි, අනාගතෙත් මෙහෙමයි කියන එක පටිච්චසමුප්පත්තයි කියන එක තමන්ට ජේනවා. එතකොට එතැන දී තමයි අර දහවල් මෙන් ම රාත්‍රිය කියන එක නේ. එතන ඒ කතාව තියෙනවා.

ඊළඟට ගත්තම දැන් මට ජේනවා ඔය ඉන්ද්‍රිය අසංවරයයි හරියට ම ව්‍යාපාදය එතනින් තමයි මේ ඊර්ෂ්‍යාව. ව්‍යාපාදයෙන් ඊර්ෂ්‍යාව වෙනවා. එතකොට මගේ මේ පල්ලෙහා base එක හරි ගියා ම මං මෙන්න මෙතනින් හතරේ සලකුණෙන් ඉන්ද්‍රිය අසංවරය, ව්‍යාපාදයේ ඉඳන් ඊර්ෂ්‍යාවට යන්නා වූ කැල්ල මගේ දැන් කැපෙනවා. ඒ කැල්ල නැතෙයි කියලා.

ඊළඟට මට දැන් ජේනවා මේ පැත්තෙන් තවත් යමක් එකතු වෙනවා, එන්න ඕන නේ. මේකට එන්නේ කොහෙන්ද, මට ජේනවා මෙතනට එන්න නම්, මක්බය කියන එක තියෙන්න ඕන. එතකොට මක්බය වන්න නම් මෙතන මේ පල්ලෙහායිත් තියෙන්නා වූ තත්වය තියෙනවා නේ, ඊනම්ද්ධයේ කතාව. මෙතනින් උද්ධව්වය. එතකොට පල්ලෙහා ද්වේෂ අගති කතාව. ද්වේෂ කතාව නොවන්න ඕන. ඒ ද්වේෂ අගති කතාව නොවන්න නම්, ඒ කියන්නේ දැන් මට ජේනවා, මේ ද්වේෂය තියෙනවා නම් ඒකෙන් ක්‍රෝධය. ක්‍රෝධයෙන් අපි යනවා මක්බයට. මක්බයෙන් ඊර්ෂ්‍යාව. එතකොට මේ කැල්ල මගේ නොවන්න ඕන.

ඊළඟට මට ජේනවා, මෙතන sickness එක කියන එක තියෙනවා නේ. ඊනම්ද්ධය. ඒ ඊනම්ද්ධයේ තියෙනවා නම්, ඒ sickness එකෙන් මට ඇති වෙනවා ද්වේෂය කියන එක. ඇයි මං sick කියලා දැක්කහම තමයි, මගේ කියලා අරගෙන දිටියීය තියෙනවා නම් මම sick කියලා දැක්කහම මට ද්වේෂය කියන එක ඇති වෙනවා. ද්වේෂය ඇති උණොතින් මේ path එක හැදෙනවා.

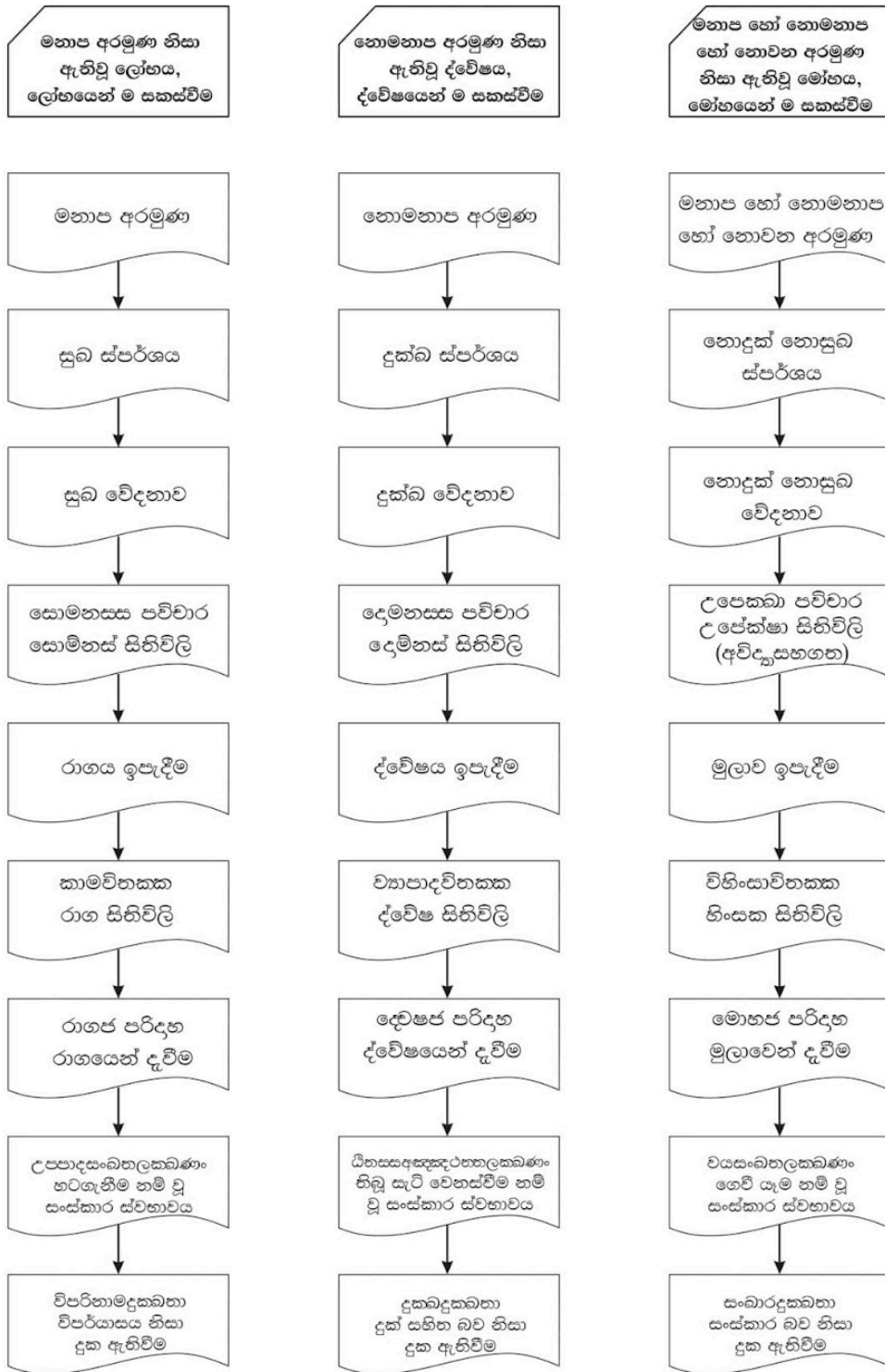
එතකොට දැන් එහෙම නම් මෙතන කැල්ලක් නැති වෙන්න ඕන. ඒ කියන්නේ මගේ කියලා අරගෙන මොකක්වත් ගත්ත නම් මට **sickness** කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේ **sickness** එක ඇති වුණා නම් මම ද්වේෂයට යනවා. ද්වේෂය ආවොත් ක්‍රෝධය එතනින් ඇති වෙනවා. ඒක නිසා මට මේ කැල්ලයි, මේ කැල්ලයි දෙක ම නැති වෙන්න ඕන. අර මෙහෙම තියන බාගයේ පල්ලෙහායින් විත්ත සමාධියයි විරියයි. එතනින් ඒ කැල්ල මෙහෙම නැති වෙන්න ඕන. ඊළඟට මෙතනින් මේ උඩ තියෙන, ඒ කියන්නේ ඉන්ද්‍රිය අසංවරයේ ඉඳන් එතන තියෙන කතාව තියෙනවා නේ. ඒ කියන්නේ මොකක් ද? මෙතන තියෙන්නේ අපි ඡන්ද සමාධිය. එතකොට පල්ලෙහා මේ **base** එක මෙහෙම වනකොට මෙන්න මේක සිද්ධ වන්නේ නැහැ. ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක සිද්ධ වන්නේ නැහැයි කියන එක තේරුණා. එතකොට දැන් මේ අවස්ථාවේ දී මට ආලෝකය කියන එක මම වඩන්නට ඕන.

මොකට ද ආලෝකය වඩන්නේ? මේ ජීනමිද්ධය ඇති වන **condition** එක මම නැති කරගන්න ඕන. ජීනමිද්ධය ඇති වන්නා වූ **condition** එක මම නැති කරගන්න ඕන. ඉතින් ඇයි ආලෝකය? ඒ ආලෝකය කියන එකෙන් තමයි මම දකින්නේ කෙනෙක් ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක. මෙයාගේ කෙස් පැහෙනවා කියන එක. දත් වැටෙනවා කියන එක. මේ ඒ ජරාව කියන එක මම දකින්නේ මේ මොහොතේ හිටපු මනුස්සයා, ඊළඟ මොහොතේ වෙනස් වෙලා. එතැන දී මට සිංදුවක කැල්ලක් මතක් උණා. අර “පෙරට වඩා ඔබ හැඩකාරයි” කියලා කියන්නේ. ඒ පෙරට වඩා ඔබ හැඩකාරයි කියලා කියන්නේ, එතන අර මෝඩ කතාවක් නේ කියන්නේ. මේ මනුස්සයා පෙරට වඩා මේ මනුස්සය ජරාවට පත් වෙලා තියෙන්නේ. නමුත් මේ මනුස්සයෝ හිතනවා මේ මනුස්සයා දැන් හැඩයි කියලා ඉස්සරට වැඩිය. අර ඉස්සෙල්ලා බබා වගේ කාලේ ලස්සන කාලේ, අර ඊළඟට එතකොට ජරාවට පත් වෙලා. මේක දකින්නේ නැහැ මේ මනුස්සයා. මේ මනුස්සයට හිතෙන්නේ මේ මනුස්සයා ජරාවට පත් වන්නේ නැතෙයි කියලා. ආලෝකයෙන් දකිනවා නම් ඒ මනුස්සයා දකිනවා, මේ මනුස්සයා ඊයෙට වඩා අද වයසට පත් වෙලා. ඊයෙට වඩා මෙයාගේ හම රැලි ගැහිලා. ආන්න ඒක තමයි ආලෝකය, හොඳට ආලෝකය මෙනෙහි කරලා බැලුවොතින් එහෙම මනුස්සයකුට ජේනවා මේ හමේ තියෙන්නා වූ ස්වභාවය හිටන් ජේනවා නේ, කුමන ආකාරය ද කියලා. ආන්න ඒ විදිහට තමන්ට වැටෙහෙනවයි කියන එක.

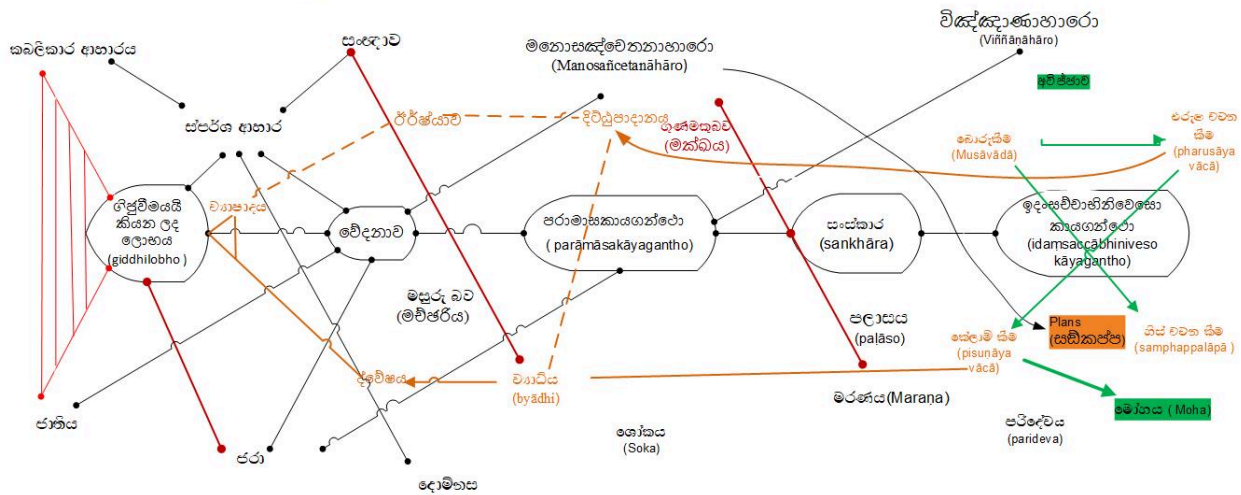
එතකොට මට පෙනුණා මෙතනදී මේ සැකයේ කතාවේ තියෙන්නේ අර මේක දැක්කේ නැත්නම්, මෙතන මේ සැකය කියන එක තියෙනවා. සැකයෙන් මේ කතාව ඒක කරනවා. එතකොට සැකයේ සමුදය මේ විදිහට දකිනවා කියන අර්ථය එතනින් ආවා. පොඩ්ඩකට හරි අපි හදාගත්තා නම්, පොඩ්ඩ එකකින් හරි යාන්තම හදාගත්ත නම්, **generate** කරගත්ත නම්, මේ ප්‍රශ්නය තියෙනවා.

ඒ කියන්නේ සැකයේ කතාව කියලා කියන්නේ මොන ආකාරයකට හරි මේක හදාගන්නා නම්, අර සුභයි කියන කතාවේ ඉඳන් මේ පොඩි රැල්ලක් හදාගන්නා නම්, එහෙනම් ඒ ප්‍රශ්නය තියෙනවා. පොඩි රැල්ලක්වත් නොහද ඉන්න ඕන. ඒ කියන්නේ මොකක් ද අස්මිති මානය කියන එක. අස්මිති මානය කියන්නේ මොකක් හරි එකකින් පොඩ්ඩකින් හරි මම විඤ්ඤාණය පිහිටන්න මේවා කරා නම් ඒ කියන්නේ, අස්මිති මානය කියන එක මට ඒකේ ඇති වෙලා තියෙනවා. අර සුභයි කියන කතාවත් එක්ක නේ ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

ලෝභ-ද්වේෂ-මෝහ වක්‍රය



This diagram was constructed under the guidance of the Arahant Great Brahma Sahampati for whom I am so grateful. 21/03/2012



- 1) Greed(lobho), Issā leads to lying(Musāvāda)
- 2) Ill-will(byāpāda), Derogation(Makkho) leads to harsh speech (pharusāya vācā)
- 3) Hate(dosa), Disparaging(palāso) leads to slander(pisunāya vācā)
- 4) Delusion(Moha) leads to frivolous talk

- i) අභිජ්ඣා ඇතිව පරාවට පත්වූ බව දන්නේ විචාරය ඇතිවේ.
- ii) අභිජ්ඣා විචාරය මච්ඡාදිවිධී ඇතිවීම, රෝගී වූ බව දන්නේ ද්වේපය ඇතිවේ.
- iii) අභිජ්ඣා විචාරය මච්ඡාදිවිධී සහ අච්ඡාදිවිධී ඇතිවීම, මරණය වූ බව දන්නේ මෝහය ඇතිවේ.

Ref: <http://www.visuddhimaggā.info/>

S_Sammavaca_digram.jpg

4) පිටත විසුරුණු ඡන්දය (බහිද්ධා වික්ඛින්නො ඡන්දො)

- සංස්කාර වල අස්මිති මාන ඇත.
- සම්මා සමාධියේ සංස්කාර ඇත.
- චිත්ත සංස්කාර මගේ යැයි නොගැනීමට විමසා සමාධිය භාවිතා කරන්න (සංස්කාර -> සංස්කාර).

D. ආලෝකසංස්කාර මානවින් ගන්නා ලද්දේ දිවාසංස්කාර මානවින් තබන ලද්දේ වේ (ආලෝකසංස්කාර සුග්ගහිතා හෙති දිවාසංස්කාර ස්වාධිප්පිතා).

- චිත්තද්ධ නොවීමට ආලෝකසංස්කාර භාවිතා කරන්න.
- විචිතිච්ඡා වේ සමුදය දැන නිවනින් පිටත වූ දෙයක් මගේ යැයි නොගනී. 5 වෙනි පිටුවේ සියල්ල ගැන සිතන්න.

2) ඉතා දැඩි කොට ගන්නා ලද ඡන්දය (අනිපග්ගහිතො ඡන්දො)

- උද්ධවිචය -> දෝමනස්ස (ඛෙජ්ඣංග පිටුව 3, 4)
- මානය -> අභුද්ධාව
- රෝගී සංඥාව නිසා ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට අභිජ්ජා නොවීම සඳහා ඡන්ද සමාධිය භාවිතා කර ඉන්ද්‍රිය සංවර කර ගත යුතුය.

B. යට යම්සේ නම් උඩින් එසේ ව, උඩ යම් සේ නම් යටින් එසේ ව වේසේ (යථා අධො තථා උද්ධං, යථා උද්ධං තථා අධො)

- පාදතලයෙන් උඩ කෙසේමුයෙන් නන් වැදුරුම් අසුචියෙන් පිරුණු මේ කය ම ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කෙරෙයි (අසුභ භාවනා - 5 වෙනි පිටුවේගි, 1 - ගැන සිතන්න).

3) ඇතුළත හැකුළුණු ඡන්දය (අජ්ඣක්තං සධ්ඛින්නො ඡන්දො)

- රෝගී සංඥාව මගේ යැයි ගැනීමෙන් සිදුවූයේය. චිත්ත සංස්කාර මගේ නොවීමට චිත්ත සමාධිය භාවිතා කරන්න.

C. දහවල් යම් බඳු නම් රැන් එසේ ව, රැ යම් බඳු නම් දහවලුන් එසේ ව වේසේ (යථා දිවා තථා රත්තී, යථා රත්තී- තථා දිවා විහරති)

- අතීත අනාගත චරිතමාන තුන් කාලයේදීම පවිච්ච සමුප්පන්නව සිදුවන බව දන යුතුය. 5 වෙනි පිටුවේ, 3 සහ 5 - ගැන සිතන්න. සුඛ වේදනාව සහ චිත්ත සංස්කාර මගින් පවිච්ච සමුප්පාද ඇතිවන බව.

8

s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 8

07/12/2013 - සතර ඉද්ධිපාද භාවනා

Satara Iddhipāda Bhāvanā

ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාර කළා. නමස්කාර වේවා. මේ බුදුපියවරු මම දාහතර නම ම ඒ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව මෙනෙහි කළා. මෙනෙහි කරලා මෝහය ඇති වීම කියන තැනින් බලන්නයි, කියන එක කිව්වේ.

එතකොට මෝහය නැති කරමි කියල නේ කල්පනා කරන්නේ. ඒකේදි ටීනමිද්ධය නිසා මෝහය ඇති වෙනවා කියන එක, ඒක එනවා. එතකොට ඒ වගේ ම දන්නව නේ ටීනමිද්ධයේ ඉඳන් මෝහයට යන්නා වූ පාරවල් දෙකක් තියෙනවා ය කියලා. එකක් අර 1-3 මෝහයට යන පාර තියෙනවා. අනිත් අතට, මහා මෝහයට යන්නා වූ කාරණාව මේ පලාසයත් එක්ක එහෙම සම්බන්ධ වෙලා එනනින් යන්නා වූ එක තියෙනවා. එතකොට මෝහය ඔය විදිහට දෙයාකාරයකට එතනට ටීනමිද්ධය නිසා ඇති වෙනවා කියන එක බැලුවා.

ඒක බලලා ඉවර වෙලා එතැන දී මම කල්පනා කළා මේ ටීනමිද්ධයේ අවස්ථාවේ දී, තමන්ගේ සිත මෙනත මේ හැකිලිලා තියෙන්නේ. එතකොට දැන්, අර ගන්නවා ද නැද්ද කියලා තීරණයක් අරගෙන නේ මේක ගන්නේ. මේක අර shirt එක ගන්නවා ද නැත්ද, වෙහෙසට පත් වෙලා මේක ගන්නවා. එතකොට ඒ විදිහට ඒ ධර්මය බලලා, මේ කොලයට ආවා.

අවසානට, ඊයේ කොලේ 8 වන slide එකට ඇවිල්ලා, ඒ දැන් මට ආවා අර හැකිලිවිට, ඉතා සැහවුණු ඡන්දයයි, ඉතා හැකිළුණු ඡන්දයයි කියන එක. ඇතුළත හැකිළුණු ඡන්දයයි කියන එක. මේ නාමරූප ගොඩක තමයි මේ ටීනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී තමන්ගේ අර දෙක එතිලා තියෙන්නේ. නාමරූපවලට. ඒක නේ මේ ඇතුළත සැහවුණු හැකිළුණු වෙලා තියෙන්නේ.

එතකොට මෙනත මේ, ඊළඟට මම බැලුවා මේ රූපය කියන එක දැන් මගේ මේ ටීනමිද්ධ අවස්ථාව නැතිවන්න නම් මම ආලෝකය මෙනෙහි කරන්න ඕන, මේ රූපය කියන එක හොඳට තේරුම් ගන්න ඕන. හොඳට දැනගන්න ඕන. ඒක අනුව නේ මේ පිටත විසිරිලා මේ ස්වභාවය තියෙන්නේ. මෙනත සංස්කාර වශයෙන් අරගෙන, සංස්කාරවලින් සංස්කාර හැදෙනවා කියලා අරගෙන මම මේක ගන්නේ නැතෙයි කියන විදිහට මම ඉන්න ඕන.

එතකොට මෙනත දී මේ, මං මේ diagram එකේ ඔය හතර ම හරහා මම ගියා. ඒ කියන්නේ පළවන කාරණය, සැහවුණු ඡන්දය. ඊට පස්සේ ඔය දැඩි කොට ගත්

ජන්දය, අර ටීනම්ද්ධ අවස්ථාවේ දී ගත්ත එක නිසා තමයි අපි මේ උද්ධව්වයට ගිහින් තියෙන්නේ. ඒක දැඩිව අරගෙන තියෙනවයි කියන එක. එතකොට මේ කාරණා 8 මම නැවත නැවතත් පුනපුනා වට්ට බලනවා.

මේ භාවනා කරලා ඉවර වෙලා, ගත්තහම ඔපව හරි විශාලයි එක එක අවස්ථාවල දී ඇති වෙලා තියෙන විදිහෙන්. ඒ විදිහේ ඉඳන් මට ජේනවා මේ ධාතු වශයෙන් මේක බලන්න ඕන කියලා. ඔය හතර වන කාරණයට මෙතැන දී ආවහම, මේක විශාල වෙලා, මේක ධාතු වශයෙන් බලන්න ඕන කියන අදහස මෙතන ආවා.

එතකොට මේ පයවි ධාතුව කියන එක ගත්තහම මේකේ තද ගතියක් තියෙන්නේ. ඉතින් මට තේරෙනවා නිකන් හරියට ඔය පොළව යටට යනවා වගේ. නිකන් ඒ වගේ හැඟීමක් සහිතව, ඉතින් මුලින් මම ඇත උඩයි කියන හැඟීමක් තිබුණා. එතකොට මේ පයවි යයි කියන එකට මම මේ යනවා කියන එක මට තේරෙනවා. මේකේ තියෙන්නේ මේ තද ගතියක් පමණයි. මේකේ මේකක්, ගත යුත්තක් නැහැ. හැබැයි මේ තද ගතිය තියෙන එකේ, මට ජේනවා මේක තුළ මේ ආපෝ ධාතුව කියන එක තියෙනවා කියලා. පයවි ධාතුව තුළ. ඒ කියන්නේ මේකේ අර වලනය විමක් වැගිරෙන ගතියක් සහිතව එකක් තියෙනවා කියලා ඒ සමාධියේ දී මට දැනෙනවා.

ඊළඟට මේ, ඒ ගැලවෙන මට දැන් ජේනවා මේ වතුර ගොඩක් වාගේ එක තැනක්, අර තියෙනවා නේ බොක්ක ඇතුළේ වතුර තියෙන්නේ, අර මුහුදේ ඒ වගේ තැන්වල අර උඩින් ගල් එහෙම තියෙන තැනක එහෙම. ඒ වතුරත් එක්ක මේ වතුර මෙහෙම gas එක වගේ මෙහෙම එනවා. එතකොට මේකේ ආපෝ ධාතුව තුළ වායෝ ධාතුව තියෙනවා කියන එක එනවා. ඒකේ වලනයක් තියෙනවා කියන එක. එතකොට පයවි ධාතුව තුළ ආපෝ ධාතුව, ආපෝ ධාතුව තුළ වායෝ ධාතුව, තියෙනවා කියන එක. ඊට පස්සේ ඒ වායෝ ධාතුවත් එක්ක මට සම්බන්ධ වෙනවා මේ වායෝ ධාතුව තුළ තේජෝ ධාතුවක්, කියන එක ඒ වලනයත් එක්ක තියෙනවා කියන එක. අර ඊයේ වන්දානි අහපු ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ. අර ඒකත් එක්ක, මට පෙනෙන ආලෝකය තුලින් මේක දකිනවා, ඒක දැකීම තුලින් අර radiance කියන එක තියෙනවා නේ ද? අන්න ඒ වගේ මට මෙතන එහෙම හැඟීමකුත් ජේනවා.

එතකොට ඔන්න ඔය විදිහට සිත විශාල වෙනවා. දැන් ඔකේ අවස්ථාවන් තිබුණා. මගේ මේ ප්‍රීතිය එහෙම හෝ ගාල ඇති වුණා. ඒ ඇති වුණාට මම ඒක දැඩි කොට ගන්නේ නැහැ. මේක හරියට මම apply කළා. අර ඉතා දැඩි කොට ගත්තහම උද්ධව්වය ඇති වෙනවා නේ. ඒක මම ගන්නේ නැතුව. ආස්වාද ඉන්ද්‍රියේ කතාව එතකොට ටක් ගාල මේක ඒ එන එන අවස්ථාවේ දී මං ඒක භාවිතා කළා. ඒ භාවිතා කරමින් ඉඳලා, ඒක පුදුමයි, ඒක තමයි භාවනාව.

ඉතින් ඕනේ අර ඡන්ද සමාධිය අධික අවස්ථාවක, ඔය රූපය මැකිලා යන එක, ඒක සිද්ධ උණා. ඒ කියන්නේ ධම්මච්ඡරිය එහෙම තුනී වෙලා ගිහිල්ලා, මීට වඩා හිතන්න මේකක් නැතිව ඒ වගේ එතන, මේකේ හතරේ ම හිටියා. ඒ කැලී හතරේ ම මේ අවසාන එක මම බොහොම තදට භාවනාව කළා කියන එක තමයි තියෙන්නේ.

4) පිටත විසුරුණු ඡන්දය (බහිද්ධා වික්ෂිතතො ඡන්දො)

- සංස්කාර වල අස්මිති මාන ඇත.
- සමමා සමාධියේ සංස්කාර ඇත.
- වික්ෂ සංස්කාර මගේ යැයි නොගැනීමට විමසා සමාධිය භාවිතා කරන්න (සංස්කාර -> සංස්කාර).

D. ආලෝකසංස්කාරව මැනවින් ගන්නා ලද්දී දිවාසංස්කාරව මැනවින් තබන ලද්දී වේ (ආලෝකසංස්කාර සුග්ගහිතා හොති දිවාසංස්කාරා ස්වාධිච්ඡිතා).

- චිතමිද්ධ නොවීමට ආලෝකසංස්කාරව භාවිතා කරන්න.
- විචිතිච්ඡාවේ සමුදය දැන නිවනින් පිටත වූ දෙයක් මගේ යැයි නොගනී. 5 වෙනි පිටුවේ සියල්ල ගැන සිතන්න.

1) ඉතා සැහවුණු ඡන්දය (අතිලීනො ඡන්දො)

- රූප ස්පර්ශ විමෙන් කුසිතවන බව (කොසජ්ජ) දැන විරිය භාවිතා කල යුතුය.

A) පෙර සංඥා යම්සේ නම් පසුත් එසේ ය. පසු සංඥා යම්සේ නම් පෙරත් එසේ ය. .

- කාමරාගානුසය මගින් සංඥාවට යමක් එකතු නොකළ යුතුය (5 වෙනි පිටුවේ, 2 - නිත්‍ය ගැන සිතන්න.)

3) ඇතුළත හැකුළුණු ඡන්දය (අජ්ඣන්තං සඛිඛිතතො ඡන්දො)

- රෝගී සංඥාව මගේ යැයි ගැනීමෙන් සිදුවූයේය. වික්ෂ සංස්කාර මගේ නොවීමට වික්ෂ සමාධිය භාවිතා කරන්න.

C. දහවල් යම් බඳු නම් රැන් එසේ ව, රැ යම් බඳු නම් දහවලුත් එසේ ව වෙසේ (යථා දිවා තථා රත්ති, යථා රත්තිං තථා දිවා විහරති)

- අතීත අනාගත වර්තමාන තුන් කාලයේදීම පටිච්ච සමුප්පත්තව සිදුවන බව දන යුතුය. 5 වෙනි පිටුවේ, 3 සහ 5 - ගැන සිතන්න. සුඛ වේදනාව සහ වික්ෂ සංස්කාර මගින් පටිච්ච සමුප්පාද ඇතිවන බව.

08/12/2013 - සම්මා දිට්ඨි භාවනා

Sammādiṭṭhi Bhāvanā

ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාර කරමි, නමස්කාර වේවා. එතකොට මම, ඒ බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා තමයි අද ලෝකයේ ඉන්න ශ්‍රේෂ්ඨතම පළවන බුදුපියාණන් වහන්සේ වන්නේ. එතකොට බුදුපියවරු 2500 කින් බණ අහල ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් උණා කියලා. ඒ දෙවන බුදුපියාණන් එහෙම සිහි කළා බුදුවරු 2100 කින් බණ අහල එහෙම ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් උණා කියලා. තුන් වන බුදුපියා ගැනත් සිහි කළා. ඔය විදිහට බුදුවරු 1287 කින් බණ අහල ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් උණා කියලා. ඔහොම අනුපිළිවෙලින් ගිහිල්ලා, සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාණන් වහන්සේ බුදුවරු දෙනමකින් බණ අහල ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් උණා කියලා.

එතකොට මේ විදිහට බලලා, පස්සේ මම පන්සිල් ගන්න එක කරගෙන ගියා. එතැන දී අර “සම්මා දිට්ඨිය, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා යමි” යි කියන තැනින් පටන් ගන්න කිව්වා. සම්මා දිට්ඨිය කියන එක මම මෙනෙහි කළා. දුක්බෙ ඤාණං, දුක්බ සමුදයේ ඤාණං, දුක්බ නිරෝධයේ ඤාණං, නිරෝධගාමිනී පටිපදාය ඤාණං.

එතැන දී, මේ දුක්බය කියන එක බැලුවහම, ඉතින් ජාති ජරා ව්‍යාධි මරණය කියන එක ඇති වෙනවා. එතකොට මම මෙතැන දී ගත්ත, මේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක. ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක කල්පනා කළහම, ඒක විපරිණාම දුක්බතා කියන එක. ඉතින් විපරිණාම දුක්බතාවය කියන එක ඇති වෙනවා නම් ඇති වන්නේ, අර විඤ්ඤාණය අපි එතන පිහිටීමෙන්. උප්පාදසංඛතලක්ඛණය, විපරිණාම දුක්බතාවය කියන එක. එතකොට ඒ උප්පාදසංඛතලක්ඛණය ඇති වන්නේ රාගජ පරිදාහයෙන්, රාගයෙන් දැවීමෙන්.

එතකොට කෙනෙක් රාගයෙන් දැවෙනවා නම්, ඉතින් අපිට එනවා, රාගයෙන් දැවෙනවා කියන්නේ, මේක තියෙන්නේ මේ පළවෙනි කොටුව. අපි දන්නවා ඒක තමයි රාගයෙන් දැවෙනවා කියන එක. එතකොට මේක රාගයෙන් මේ විදිහට දැවෙනවා නම්, එතකොට දැන් මට කල්පනා වෙනවා, මේක නිසා මේ diagram එක රූප රාගය ඇති වෙනවා කියන එක තියෙනවා නේ. මේකේ එකේ ඉඳන් හත දක්වා මේක මේ විදිහට ගිහිල්ලා, මේකේ අවසාන ප්‍රතිඵලය හැටියට ජේනවා අපිට, එතන තියෙන මේ රාගයෙන් දැවෙන කොටුව නිසා මේ පල්ලෙහා තියන නන්දිය සහගත කොටුව ඇති වෙනවා කියලා.

එතකොට මේ කොටුව ඇති වුණා නම්, එහෙනම් අපිට ජේනවා මේ පැත්තට ආපහු කොටුවක් ඇති වෙනවා ධම්මමච්ඡරිය හරහා ඇති වන්නා වූ කොටුව. ඒ කියන්නේ

නන්දි කොටුවෙන් අපිට ඇති වෙනවා ධම්මච්ඡරියෙ ඇති වන්නා වූ ඒ කොටුව. ඒ ධම්මච්ඡරියෙන් ඇති වන්නා වූ කොටුව. ඒ කියන්නේ වේදනාවයි පරාමාසයයි මනෝසස්ථවේතනාවයි කියන triangle එක. ඒක ඇති උණහම, ඒක නිසා මේ පල්ලෙහායින් තියෙන්නා වූ වේදනාව පරාමාසකායගන්ථ හය අගති කියන මේ කොටුව ඇති වෙනවා. මේ කොටුව ඇති වෙනවා නම්, එහෙම නම් මේක ඇතුළේ තමයි තියෙන්නේ අර කොසප්පය කියන එක. Sickness එක. අපි මෙහෙම වෙනකොට sick වෙලා ඉන්නේ.

අපි එතකොට මෙතෙක්දී sick කියලා දැන් එන්නේ. එහෙම නම්, විපරිණාම දුක්ඛතාවය මෙතැන දී ඇති වෙලා තියෙන්නේ කොසප්පය sickness කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට තමන් sick නම් අපි දන්නවා, අපි ද්වේෂ පාරේ අපි ගමන් කරනවා කියන එක. එතකොට දැන් මෙතනින් මෙතනින් ම එනවා, මේ කාම තණ්හාව නිසා මට මේ හව තණ්හාව ඇති වෙනවා කියලා. ලෝභ ද්වේෂ පාරේ ගමන් කරනවා කියන එක. හව තණ්හා කතාව කියන එක ඒක පැහැදිලිව ජේනවා. එතකොට ඉතින් ඕකේ තව ටිකක් බලන්න පුළුවන්. මේකේ මේ කොටුවේ හරියට ම මැද්දේ point එකේ තමයි සෝකය එහෙම තියෙන්නේ. මේක නිසා මේ සෝකයක් කියන එකක් ඇති වෙලා තියෙනවා කියන එක ජේනවා.

ඉතින් දැන් මේ කැල්ලත් එක්ක මේ පල්ලෙහා කැල්ලත් එක්ක පොඩ්ඩක් භාවනා කලා. ඒ විදිහට මේ වටේට ම මම ගියා.

නමුත්, අද භාවනාවට භාවිතා කරන්නේ, මෙන්න මේ කැල්ල. එතකොට, සම්මා දිට්ඨිය මේක ඇවිල්ලා, කාමරාගයයි, රූප රාගයයි, නිසා භවරාගය කියන එක. කාම තණ්හා නිසා හව තණ්හා ඇති වෙනවා කියන එක මෙතැනින් ඇවිල්ලා තියෙනවා. එතකොට මේ විදිහට ඒ සමාධිය සහිතව මම හිටියා.

මේක තමයි භාවනාව.

09/12/2013 - වත්ථුපම සූත්‍ර භාවනා

Vatthūpama Sutta Bhāvanā

එතකොට ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළේ, ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ප්‍රඥාව ලබාගෙන ඉන්න පළවන ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන්. ඉහළ ම ප්‍රඥාව ලබාගෙන ඉන්න. ඒ විදිහට දෙවන බුදුපියාණන් ගැනත්, දාහතර නම ම ඔය විදිහට ප්‍රඥාව අනුව සිහි කළා.

ඒ සිහි කරලා ඉවර වෙලා, මම බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි කියනකොට, ලෝභය නැති කරමි කිව්වා ම, අර ඊයේ භාවනාවට සම්බන්ධ උණා. මුළු භාවනාව ම එක මොහොතට ඒක එනවා ඒකත් එක්ක. මේක උදේ කියන්න බැරි වුණා. ඊට පස්සේ ඒක නිසා ද්වේෂය ඇති වෙනවා කියන එක.

එතැන දී, මෙත්තාව පවත්වන්න ඕන කියලා, ඒක ආවා. කොසප්පය ඇති වෙනවා නම් ඉතින් එතනින් ද්වේෂයට යනවා. එතකොට ඒක නිසා ඒක නොවන්න නම් මේක කරන්න ඕන කියන එක. ඔය විදිහට දැන් මෝභය ඇති වෙනවා. මේක මගේ කියලා අරගෙන, ඒ කියන්නේ අර සමාධිය සහිතව මගේ කියලා අරගෙන නේ මේක සිද්ධ වන්නේ අන්තිමට. ඉතින් ලෝභ දෝස මෝභ තුන එතනින් එහෙම ගියා. යනකොට දැන් පංචනීවරණයන් යටපත් කරමි කියලා, එතකොට අර විචිකිච්ඡාවේ භාවනාව එනව නේ. ඊළඟට එනවා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා යමි කියලා, ඒ සම්මා දිට්ඨිය කියන එක, අර ප්‍රඥාව, ආපහු ඊයේ භාවනාව. නැවතත් එතනට එනවා.

ඊළඟට ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා යනවා කිව්වා ම සම්මා දිට්ඨිය. ඊට පස්සේ චතුත්ථධ්‍යානයට යමි කියලා කියනකොට අන්න “එතනින් පටන් ගන්න” කියන එක කිව්වා. එතකොට දැන් මේ වෙනකොට ඉතින් මට මේක ඇවිල්ලා නේ ද කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට මට ජේනවා, අර ඊයේ භාවනාවේ කියපු කතාව ම තමයි. මේක ඇති වෙනවා නම් ඇති වන්නේ මේක නේ. දැන් අපි දුක්ඛයක් ඇති වන්නේ. එතකොට වේදනාව ලාභයක් කියලා අරගෙන, ආවාස කරගෙන. ලාභයක් කියලා අරගෙන ආවාස කර ගැනීමෙන් ඇති වන්නා වූ ප්‍රශ්නය කියන එක ආවා. ඉතින් එතැන දී සම්මා සමාධිය ඒ විදිහට තියෙනවා. මේකෙ එකක්වත් ගන්නේ නැතෙයි කියන එක. මේවා අතර ඉතින් ඔක්කොම කියනකොට ඒ ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය ඒවා ඔක්කොම වෙලා තියෙනවා ඉතින් අර ප්‍රීතිය ඒවා සහිතව. එතකොට ඔය විදිහට මේ හතර වෙනි ධ්‍යානයටත් ඇවිල්ලා, ඊට පස්සේ මේ ඔක්කොම දේවල් මේ පරාමාසයට රිංගීම තමයි මේකේ තියෙන්නේ කියන එක. ඒ කියන්නේ වේදනාව පැත්තෙන් ඇවිල්ලා රිංගන එකයි, අර නිත්‍යයි කියලා රිංගන එකයි, කියන එක බොහොම තදින් තියෙනවා.

එතකොට මේක මේ විදිහට තියෙනවයි කියන එක දැක්කහම, ඊට පස්සේ මම දැක්ක මෙහෙම අර පල්ලෙහායිත්, දැන් මෙතනින් නිත්‍යයි කියන කතාව තියෙනවා නේ. ඒ වගේ ම ද්වේෂ අගතියට යන කතාව තියෙනවා නේ. එතනින් දෙකයි, උඩින් මෙහෙම දෙකයි. මේ පැත්තෙන් සඤ්ඤාව, මේ පැත්තෙන් විඤ්ඤාණය. එතකොට මෙතන මේ හතර මේක ඒකෙ දැක්ක. මේ හතර විතරක් නෙමෙයි මේක බැලුවහම මට ජේනවා, මේකේ දාසය කාරණයක් විතර තියෙනවා කියන එක. ඒ දාසය කාරණයේ තියෙන කාරණා ටික නේ ද බුදුහාමුදුරුවෝ ඔය වත්ථුපම සූත්‍රයේ කියලා තියෙන්නේ. මේකට පරාමාසයට එන්නා වූ දාසය කාරණය. අභිජ්ඣා, ව්‍යාපාදය, ඔය විදිහට ඔය සාරම්භය, ඒවා ඔක්කොම ටික වටේට ම තියෙන.

දැන් ඔන්න මම ඒ කාරණා දාසය ම හරහා මම ගියා. මේක නිසා මේක මෙහෙම සිද්ධ වනවායි කියන එක. මේක නැති වුණා නම් මේක පිරිසිදුයි. මේක හරියට මේ බඩ විරේක කරලා තියාගෙන ඉන්නවා. බඩට මොකක් හරි දැම්මොත් තමයි මේක ජරා වන්නේ. අන්න ඒ වගේ පරාමාසයට නොවී ඉන්නවා කියන එක තමයි ආවේ.

එතකොට වත්ථුපම සූත්‍රයේ ඒ කාරණා දාසය කියලා කියන්නේ, අර බඩ සුද්ද කරනවා වගේ ඒක පිරිසිදු කරනවා කියන එක. ඒ විදිහට මනස පවත්වාගෙන හිටියා එතන ඔය භාවනාවේ. මට ජේනවා මේ මනෝමය කාය හැම තැන ම ඇවිදිනවා. මේ Tuggeranong වල, අරහේ මෙහේ, හතර වටේ. හොඳට ඒක පෙනුණා.

10/12/2013 - සුඛභාගීය ධම්ම භාවනා

Sukhabhāgiya Dhamma Bhāvanā

මම ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ ලෝකයේ පළවෙනි ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වශයෙන්. ඊට පස්සේ ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, විනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ධම්මරතන බුදුපියාණන් වහන්සේ, විනයධර බුදුපියාණන් වහන්සේ, අනුපිළිවෙළින් තපස්සි බුදු සීයා, සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා සිහි කළා.

සිහි කරලා ඉවර වෙලා, මම බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි, ලෝභය නැති කරමි කියලා ඔය විදිහට ගිහිල්ලා, පංචනීවරණයන් යටපත් කරමි කියනකොට, පංචනීවරණයන්ගේ මොන පංචනීවරණයන්? විචිකිච්ඡාව කියන එක එතනට ආවා. විචිකිච්ඡාව යටපත් කරමි කියන එක. එතකොට විචිකිච්ඡාව නිසා අපේ ඇති වෙනවා නේ භයෙන් අගති ගමනක් යනවා නේ. ඒ භයෙන් අගති ගමනට යනවා කියන එක මට එතැන දී සිහි උණා, විචිකිච්ඡාව හින්දා.

ඉතින් මේ භයෙන් අගතියට කෙනෙක් නොයන්න නම්, ඉතින් අපි දන්නවා මුදිතා අප්‍රමාණය කියන එක, ඒක එන්න ඕන. විචිකිච්ඡාව නැති වෙන්න ඕනයි කියන එක. ඉතින් මුදිතා අප්‍රමාණයට යනවායි කියන එක කල්පනා කළහම ඉතින් එතන දී මට එනවා මේක සඳහා අපි අර බොජ්ඣංග භාවිතා වන සුඛභාගීය ධර්මයන් කියන ඒවා භාවිතා වෙන්න ඕන. බොජ්ඣංගයන්ගෙන් ඕක මේවා වන්නේ.

ඉතින් ඊළඟට මේකේ path එකේ උඩ පැත්තට ගියා. ඒ එතැන දී කල්පනා වෙනවා, ඒ ශ්‍රද්ධාව කියන එක පවතිනවා නම් ඉතින් ඒක මේ මේක නැති වෙනවා කියන එක මට හොඳට තේරෙනවා. ශ්‍රද්ධාව තියෙනවා නම් ඉතින් මක්බය කියන එක පහ වෙනව නේ. ඒකත් එක්ක මේක නැති වෙනවා කියලා.

එතකොට ඊළඟට මට මතක් උණා. “තණ්හාය ජායතී සොකො තණ්හාය ජායතී භයං, තණ්හාය විජ්ජමුත්තස්ස නත්ථී සොකො කුතො භයං” කියලා. එතකොට තම තෘෂ්ණාව නිසා මේක ඇති වෙනවා කියන එක. සෝකය ඇති වෙනවා. එතකොට දැන් මට මේ පැත්තෙන් ජේනවා සෝකය, මේකෙ භය කියන එක. එතකොට ඒ පැත්තෙන් ජේනවා. දැන් එතකොට දැන් තුන් ආකාරයෙන් පැහැදිලි කරන්න පුළුවන්කම තියෙනවා. තණ්හාව නැත්නම් ඉතින් තමන්ගේ අර සංස්කාර බිඳෙයි කියලා බයක් වන්නේ නැහැ නේ. ඒ රෝගී සඤ්ඤාවකින් හදන සංස්කාරයෙන් සෝක කරන ස්වභාවයේ තියෙන්නේ. එතකොට කල්පනා කරනවා, මට බයක් වන්න

දෙයක් නැහැ, එහෙම තණ්හාව නැත්නම්. අනිත් අතට ගත්තහම ජේනවා නම් ශ්‍රද්ධාව තියෙනවා නම්, ඒ ශ්‍රද්ධාව නැත්නම් අපිට තියෙන්නේ අශ්‍රද්ධාව. අශ්‍රද්ධාව තියෙනවා නම් උද්ධව්වය. උද්ධව්වය තියෙනවා නම්, උද්ධව්වයෙන් මක්බය, කුක්කුච්චය.

එතකොට ඒ පාර දිගේ පහළට එනවා කියලා. එතකොට ඒක නිසා පරාමාසකායගන්ථයේ ඉඳන් මමයි කියලා අරගෙන එතන, මම ඉන්නව නේ ඒක අස්සේ ඔය කුක්කුච්චය උණා ම. ඉතින් ඒක නිසා මේ පැත්තෙන් එනවා. දැන් කුක්කුච්චය අර පැත්තට ගිහිල්ලා ඉදංසව්වාහිනිවෙසකායගන්ථය සැකය හරහා එහෙන් එනවා. කුක්කුච්චය මෙතන පල්ලෙහාට එහෙන් ඇවිල්ලා හයෙන් අගතියට යනවා කියන එකයි. ඉතින් සැකය කියන එක නම් ඉතින් කෙළවරට කොහොමත් ම ජේනවා නේ. සැකයෙන් මේක එනවායි කියන එක.

එතකොට මේ පැය බාගේ ම මම බැලුවේ ඔන්න ඔය හයෙන් අගතියට යනවා කියන එක මෙන්න මේ කාරණා තුන නිසා. ඒ කියන්නේ තණ්හාවයි, ඊළඟට ගත්තම තණ්හාව තියන නිසා මේක ඇති වෙනවා. ඊළඟට අශ්‍රද්ධාව. ශ්‍රද්ධාව තියෙනවා නම් මේක නැති වෙනවා.

එතකොට එහෙම නම් අශ්‍රද්ධාව ඔයාට ගණන් ගන්න පුළුවන්. ඊළඟට ගත්තහම සැකය. එතකොට මෙන්න මේ කාරණා නිසා මේක ඇති වෙනවා කියන එක. මක්බය ඇති වන එක තමයි භූහාක් ම ඔතන මේවා කළේ. මක්බයත් එක්ක පල්ලෙහාට බහිනවා කියන එක මොකද එයා හරියට ඉන්නවා ඔතන. නියම තැන ඉන්නේ. මක්බය ගත්ත නම් මක්බයත් එක්ක මේවා වෙනවා. නැත්නම් මේක නැතෙයි කියන එක ආවා. ඉතින් මේක තමයි ඒ භාවනාව. බොහොම හොඳට හිටියා ඒකෙ.

11/12/2013 - එස්ස නිරෝධ භාවනා

Phassa Nirodha Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට මම නමස්කාර කරමු, නමස්කාර වේවා. ඒ මම බුදුපියවරු සිහි කළා. ඉතින් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ඒ පළවන බුදුපියා වශයෙන් ඔය විදිහට අනුපිළිවෙලින් සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දාහතර වන බුදුපියා වශයෙන් සිහි කළා.

එහෙම සිහි කරලා ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියන එකට මම ආවා. ඒ අවස්ථාවේ දී මං මේ තව ගාථාවක් තියෙනවා ඒ ගාථාවට අනුව තමයි මං භාවනා කළේ.

ඒ ගාථාවේ තියෙන්නේ “නිරාසත්ති අනාගතෙ අතීතං නානුසොචති, විවෙකදස්සි එස්සෙසු දිට්ඨිසු ව න නියති.” කියලා ගාථාවක් තියෙනවා.

ඒ ගාථාවේ තථාගතයන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ, අපිට අනාගතයේ තෘෂ්ණා රහිත වෙනවා, ඊළඟට ඉක්ම ගිය දේට සෝක නොකරේ ද, දෙකයි. වර්තමාන වක්ඛු සම්පස්ස ආදී තමන් ගන්නේ නැත්නම්, මගේ කියලා ගන්නේ නැති නම්, ඒ පුද්ගලයා උපශාන්තයි කියලා බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා. එතකොට, මේක බලන්න ඕන කියන අර්ථයෙන් තමයි මං බැලුවේ.

එතකොට දැන් මුලින් එනවා අනාගතේ තෘෂ්ණා රහිත වෙනවා කියන එක ගත්තහම, යම්කිසි රූපයක් දැකල, ඒක ඒ දේ, දැන් අපි හිතමු අර හොඳ අවස්ථාවක දී නේ අපි අනාගතය කියන එක ගන්නේ. එතකොට අර අපි දන්නවා සිලබ්බත උපාදානය, ඒකට යන්නේ කියන එක. ඔතන ඔය තණ්හාව වෙනවා කියන එක තියෙනවා. කල්පනා කරනවා, මෙන්න මේ විදිහට රූප ඇති වේවා, කියලා තෘෂ්ණාව එළවන්නේ නැතෙයි කියන එකයි. මෙබදු සඤ්ඤා සංස්කාර විඤ්ඤාණ ඇති වේවා කියලා එළවන්නේ නැත කියන එකයි ඒකේ කියන්නේ, “නිරාසත්ති අනාගතෙ” කියලා කියන්නේ. එතකොට ඒ කැල්ල නිසා සෝකය කියන තැන දන්නව නේ, මේ සෝකය කියන කැල්ලට පල්ලෙහායින් එනවායි කියන එක බුදුහාමුදුරුවෝ මෙතන පෙන්නවා. සෝක කරනවා කියන එක.

ඊළඟට බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නවා “විවෙකදස්සි එස්සෙසු” කියලා. මේ වක්ඛු සම්පස්සය, මේ සම්පස්සය ස්පර්ශය ගැන කතා කරනවා. කතා කරලා ඊට පස්සේ බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නවා, මේ විදිහට ඒක දැනගෙන ඒක ගන්නවා කියලා. “අත්තෙන වා අත්තනියෙන වා” කියලා ගන්නවා. ඒක ගත්තොතින් ඒකෙන් විවෙකයෙන් අයින් වීම කියන එක නැහැ කියන එකයි පෙන්වන්නේ. ඉතින් මේ

විදිහට මේ දිටයින් අපි හදා ගන්නවා කියන එක බුදුහාමුදුරුවෝ කියනවා. එතකොට දැන් මං ඕක බැලුවා, මේ අර ඒකේ කොටස් වශයෙන් කොහොම ද මේක වෙන්තේ කියන කැල්ල. කැලි වශයෙන් බලනකොට දැන් මට ජේනවා, අර දැන් ස්පර්ශය ඇති වෙලා ඔන්න දැන් කොටසක් ඇති වෙනවා ඔයාට ජේනවා මෙතන මේ සඤ්ඤාවයි වේදනාවයි මනෝසඤ්ඤාවෙනනාවයි මෙතන උඩ කැල්ලක් තියෙනවා.

එතකොට මේ area එක ඇති වුණා නම් අපිට ජේනවා ඒකෙන් මේ area එක ඇති වන්නේ, මේ මුල තියෙන area එක මේ පැත්තෙන් තියන area එක උඩ. ඒ කියන්නේ මේ කබලිංකාර ආභාරයයි වේදනාවයි සඤ්ඤාවයි triangle එකක් තියෙනවා නේ. ඒක නිසා තමයි මෙතන මේ කැල්ල ඇති වන්නේ. මේ කැල්ල ඇති වුණායින් පස්සේ දැන් මෙයාගේ ඇවිල්ලා මේ මනෝසඤ්ඤාවෙන්, මෙතනින් උස්සල නේ තියෙන්නේ. මේ නාමරූපවලින් ඉස්සීමක් තියෙනවා. නාමරූපවලින් තමයි මෙතන සුභය, මෙතන සුඛය කතාවට. A, B කියලා area දෙකක් තියෙනවා. මේ B එක ආවයින් පස්සේ මෙතන අපිට මේවල C කියලා area එකක් දැන් පල්ලෙහායින් එනවා. තේරුණා ද? මෙතන තියෙනවා නේ අර ද්වේෂයෙන් අගති ගමන කතාව කියන එක. එතකොට මෙතන ජරාව.

එතකොට මේ කැල්ල තියෙනකොට, පල්ලෙහා කැල්ල, වේදනාවයි ජාතියයි ද්වේෂ අගති ගමනයි කියන කතාව. ඒ කැල්ල උඩ කැල්ලත් එක්ක සම්බන්ධයි. ඒ සඤ්ඤාවයි ඒ වේතනාවයි එක්ක තියෙන කැල්ලත් එක්ක එතන සම්බන්ධ වෙනවා. එතකොට මේ කැල්ලට, මේ පල්ලෙහා කැල්ලට අපි කියනවා C කියලා. එතකොට මේක නිසා තමයි මෙතන මේ D කියන එක ඇති වන්නේ. මෙතන මේ C එක වෙලාවේ දී හොඳට මතක තියාගන්න මෙතන මේ නාමරූප වෙලා කිව්වා නම් මං පටිසයෙන් තමයි මේක උස්සලා තියෙන්නේ. පටිසානුසයෙන් මං මේක උස්සනවා.

එතකොට මේ පටිසානුසයෙන් උස්සන අවස්ථාවේ දී තමයි දැන් මේක නිසා මේ කැල්ල ඇති වෙලා තියෙන්නේ. මේ කැල්ල ඇති වුණාට පස්සේ අපි දන්නවා අපි අර මාන්නයෙන් අල්ලලා කරකවනවා. ඊළඟට කරකෙව්වයින් පස්සේ දැන් ඉතින් ගැලපෙන්නේ නැතිකොට සෝකය. එතකොට ඒක නිසා D කියන එක ඇති වෙනවා. එතකොට එහෙම නම් A, B, C, D කියලා සෝකය සහිතව area එක එනවා. ඒ කියන්නේ වේදනාවෙන් අර ද්වේෂයෙන් අගතියට යනවා, ද්වේෂයෙන් අගතියට ගිහිල්ලා මේ පැත්තෙන් අර සෝකය තියෙනවා. මේ පැත්තෙන් හයෙන් අගතිය තියෙනවා කියන එක. ඒ කියන්නේ මේ triangle එක හැදෙනවා කියන එක.

මේක ආවාට පස්සේ මට කල්පනා උණා මේ මේ විදිහට වෙනකොට, මේකේ මේ order එක නම් රහතන් වහන්සේගෙන් අහගත්තා. දැන් මේකේ A, B, C, D එක B වලින් C වශයෙන් තියෙනව නේ. ඒකේ order එක මේකයි කියන එක. එතකොට

මේක හදා ගත්තට පස්සේ මට කල්පනා උණා, මේ දැන් බුදුහාමුදුරුවෝ ඊළඟට කියන්නේ මේ ඔක්කොම සිද්ධ වෙන්නේ ස්පර්ශයෙන් කියන එක. ස්පර්ශය නිසා ස්පර්ශයේ දී මේක මගේ කියලා අරගෙන කියලා.

එතකොට ස්පර්ශය කියන එක මම බැලුවා. මේක මේ රූපයයි, ඇහැයි රූපයයි වක්ඛු විඤ්ඤාණයයි, මේ තුනේ එකතුව තමයි ස්පර්ශය කියලා කියන්නේ. ඉතින් මං කල්පනා කරනවා අප්පච්චියේ කොහොම ද තුනක් එකතු කරන්න නේ? මේ දෙකක්වත් එකතු කරගන්න බැරි මනුස්සයෝ කොහොම ද තුනක් එකතු කරගන්නේ. රූපය වෙන්නත් ඕනේ, ඇහැ වෙන්නත් ඕනේ, එතැන දී වක්ඛු විඤ්ඤාණයක් මේකට එකතු වන්නත් ඕනේ. ඒ තුනක් එකතු උණා ම තමයි ස්පර්ශය කියලා කියන්නේ. මිනිසුන්ට දෙකක් එකතු කරගන්න බැහැ.

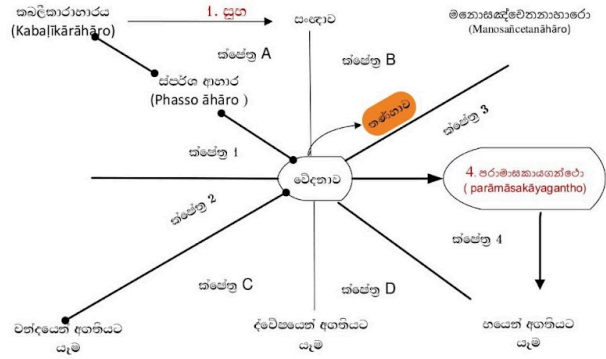
දැන් ඒක නේ මනුස්සයෙකුට මොකක් හරි දිහා බලාගෙන ඉන්නවා, ඒ මනුස්සයා මේ වෙත එකක් ගැන හිත හිතා නේ ඉන්නේ. බණ කියනකොට උණත් ඒක නේ. ඒකෙ කොටසක් අහගෙන ඉන්නවා, ඊට පස්සේ එයා වෙත තැනක. තුනක් එකතු කරගන්න බැහැ මනුස්සයෙකුට ලෙහෙසියෙන්. බොහොම කලාතුරකින් තමා තුනක් එකතු වන්නේ. ඉතින් මේක කොහොම ද, මේක ඒ තරම් අමාරු දෙයක් නේ මේ මනුස්සයෝ කරන්නේ.

මේක කරන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමෙයි කියන එක, ඒක ලස්සනට ආවා. ඒක මේ පවත්වන්න පුළුවන්කමක් ඇත්තේ නැහැයි කියන එක. ඉතින් රහතන් වහන්සේ කිව්වා “බොහොම හොඳයි” කියලා. මේ අවස්ථාවේ දී “ඒක විශිෂ්ටයි කියන එක, ගත්තට පස්සේ ඒක නිවැරදියි” කියලා.

මේක තමයි භාවනාව.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොචති;
විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිවධීසු ව න නීයති.

යමෙක් අනාගතයෙහි තාමෙණ රහිත වෙදි, ඉක්මැහිස දුගට ආසාදනො කෙරේ ද; වනීමාන වික්ඛුසච්ඤාදියෙහි ආත්මාදිසාවිච්චිකය දකී ද, දෙසැට දිටු අතුරෙන් කිසි දෘෂ්ටියක් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඔහු උපසාදන සධි කියමි.)



1) නිරාසන්නි අනාගතෙ

- අනාගතයෙහි මෙබඳු උපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාවෙන් සුක්ඛ නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
- තණ්හාව නොමැති නමි ක්ෂේත්‍ර A හිසා ක්ෂේත්‍ර B නොවේ.

2) අනීතං නානුසොචති

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙතසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. මාගේ ඇස වෙතස්සුවූයේ යැයි ගෝඤ නොකරයි.

- පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නමි, ක්ෂේත්‍ර C හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවේ.

3) විවෙකදස්සි එස්සෙසු - ස්පඨියන්හි විවේකය දන්නේ ය.

ඇසේ ස්පඨිය තමා වඩන් හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, හිත්ත වශයෙන් හෝ වලින් වෙතට බලයි. යඳිඳු හෝ අභිතවූ ස්පඨිය, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පඨියන්ගෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පඨිය, අභිතවූද, පවත්නා කල්හිවූද, ස්පඨියන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පඨිය, අභිතවූද, අනාගතවූ ස්පඨියන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

- ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනී.

4) දිවධීසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිත්වද නොපමුණුවයි

- ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැහිම ප්‍රතිණය, මුලින් සිඳුණේය. ගාන්ත විය, සංසිඳුණේය. ඉපදීමට අයෝග්‍යය. ඥානය නමැති ගින්නෙන් දැවුණේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
- ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

12/12/2013 - සුසුමාරද්ධ භාවනා 2

Susumāraddha Bhāvanā - 2

ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාර කරමි. නමස්කාර වේවා. මම උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මේ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ස්පර්ශයෙන් වෙන් වෙලා ඉන්නා වූ, ඒ කියන්නේ බුදුවරු 2500 කින් බණ අහල ඒ ස්පර්ශයෙන් වෙන් වෙලා ඉන්නා වූ පළවන බුදුපියා. ශ්‍රේෂ්ඨ ම පළවන බුදුපියා. එතකොට ඒ ධම්මාධිපති බුදුපියන් ඒ විදිහට බැලුවා ස්පර්ශයෙන් වෙන් වෙලා ඉන්න දෙවන බුදුපියා කියලා. 2100 ය පාරක්, ඒ කියන්නේ තථාගතයන් වහන්සේලාගෙන් මෙහෙම අහගෙන අහගෙන යනකොට ඉතින් 2100 පාරක් ඇහුවා කියන්නකෝ. 1287 නමකගෙන් ඇහුවා කියන්නකෝ තුන් වන බුදුපියා. එතකොට ඒ කියන්නේ ස්පර්ශයෙන් වෙන් වෙනවා කියන එක එව්වර පාරක් අහලම තියෙනවා. ඒ තාක් කාලයක් භාවිතා කරලා තියෙනවා.

එතකොට මේ විදිහට බුදුවරු දාහතර නම ම සිහි කළා. සිහි කරලා ඉවර වෙලා ඉතින් එතැන දී මේ පංචනීවරණයන්ගෙන් යටපත් කරමි කියන තැනින් එතනින් පටන් ගන්නෙයි කියලා අදහස ආවා මට.

එතකොට පංචනීවරණ නෙමෙයි කාමච්ඡන්දය කියන එක, ඒක ඇති වෙන්නෙන් ඔය ස්පර්ශය හේතු කොටගෙන ම තමයි. එතකොට මම මේක ගත්තා අස්වාභාවිකයි කියලා. ස්වභාවික නැහැ. අස්වාභාවිකයි කියලා කියන්නේ මේ man made කියන අර්ථය නේ. ඉතින් ඇත්ත නේත්නම්. මනුස්සය නේ හදලා තියෙන්නේ. සංකප්ප රාගො පුරුසස්ස කාමො. ඒ පුද්ගලයාගේ ඇතුළින් ඇති වුණා වූ දෙයක්. එතකොට මෙයා හදාගත්ත දෙයක්. මේකේ ස්වභාවිකත්වයක් නැහැයි කියන එක නීවරණ පහට ම බැලුවා. එතකොට නීවරණ පහට ම ස්වභාවිකත්වයක් නැහැ.

මේක ස්පර්ශය හේතු කොටගෙන ඇති වෙලා තියෙන්නේ කියන අර්ථය ගත්තහම එනවා මේක නිසා හැදෙන්නා වූ මේ අවිද්‍යාව කියන එකත් අස්වාභාවිකයි. ස්වභාවික නැහැ. මේ මනුස්සයෝ ස්වභාවිකයි කියලා හිතාගෙන පවත්වන්නා වූ දේවල් ගත්තහම ඔක්කොම අස්වාභාවිකයි කියන එක ආවා. එතකොට මේ විදිහට ගියා ම හිත පුදුමාකාර විදිහට විසාලයි. පුදුමාකාර විදිහට විසාල වෙලා පවතිනවා. ඒ කියන්නේ ඉතින් ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයේ ම තමයි මේක පවතින්නේ. ඊට පස්සේ මම ඊයේ භාවනාවත් එක්ක ම සම්බන්ධ කළා.

ඒ සම්බන්ධ කළේ අර, “නිරාසත්ති අනාගතෙ අතීතං නානුසොචති, විවෙකදස්සි එස්සෙසු දිට්ඨිසු ව න නියති” කියන ඒ භාවනාවේ ගාථාව ගත්ත. එතකොට ඒ

“නිරාසන්නි අනාගතෙ” කිව්වා ම අනාගතේ මෙබඳු රූප ඇති නොවේවා. වේදනා සඤ්ඤා සංස්කාර විඤ්ඤාණ ඇති නොවේවා කියලායි ඒ අය කල්පනා කරන්නේ. එතකොට එතැන දී ඒකෙන් එන්නේ මොකක් ද A නිසා B කියන එක නොවනවාය කියන එකයි. මේ A කොටස නිසා B කියන කොටස ඇති නොවනවා කියන එක තමයි මේකෙන් කතා කරන්නේ. මේක මේ විදිහට කරනවා නම් A හින්දා B කියන එක වෙන්නේ නැහැ. මේ දැන් තියෙන එකක් උඩ අපි අනාගතයට යනවා කියන එක තමයි සඤ්ඤා වේතනාවෙන් කියන්නේ.

“අතීතං නානුසොචති” කියලා කිව්වම නැසුණු වස්තුව නිසා සෝක කරන්නේ නැහැ. ඒ කියන්නේ මෙන්න මේ C කොටස නිසා D කරන්නේ නැහැ. C කොටසේ නේ සරසඬිකප්ප තියන කොටස තියෙන්නේ. ඒක නිසා සෝක කරනවා කියන එක කරන්නේ නැහැ කියන එකයි.

“විවෙකදස්සි එස්සෙසු” කියලා කිව්වහම, එතන ඇවිල්ලා, අපි වක්ඛු සම්ඵස්සය මම ය මගේ ය කියලා නිත්‍ය ආදී වශයෙන් ගන්නේ නැහැ කියන එකයි. රූපාවචර අරූපාවචරවලින් වෙන් කරලා මේක දකිනවා. වෙන් කරලා දැකීමක් තියෙනවා. මේක හැම දේවලින් ම වෙන් කරලා දැකීමක් තියෙනවා. අනාගතය ස්පර්ශය අතීත වර්තමාන ස්පර්ශයන්ගෙන් වෙනකොට දකිනවා. වර්තමාන ස්පර්ශය අතීත අනාගත ස්පර්ශයන්ගෙන් වෙනකොට දකිනවා. රාග දෝස මෝහ ක්‍රෝධ උපනාහ මක්ඛය පලාසය අර වත්ථුපම සුත්‍රයේ තියෙන ඒ කාරණා දාසය, ඒවායින් සම්පූර්ණව වෙන් කරලා දකිනවා. මේ ඔක්කොම වෙන් වූවක් ලෙස. ඒකෙන් කියන්නේ මොකක් ද? මෙන්න මේ B කොටස නිසා C නොවිය යුතුයි කියන එකයි. මේක වෙන් කරලා. මේ නාමරූප නේ මේ B වලින් වැටෙන්නේ. එතකොට ඒක නිසා මේ අපි අතීත කතාවක්, සරසඬිකප්පයක්, ඒක වෙන් කරලා අපි දකිනවා. ඊර්ණ්‍යාව, අතීත ඊර්ණ්‍යාව ඒ වගේ දේවල් B එක නිසායි C එක වෙලා තියෙන්නේ. ඒක එහෙම නොවිය යුතුයි කියන එක දකිනවා. ඒ කියන්නේ C කියන කොටසේ තියෙන්නේ අනිත්‍යභාවය ඇති බව. ඒ කියන්නේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන කොටස වෙලා නේ මෙතන තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ මේ පල්ලෙහා කැල්ල නේ. එතකොට ඒ කතාවේ දී තේරෙනවා, ඒ කියන්නේ අර ඊයේ මම කිව්ව භාවනාවේ මේ තුන එකතු කරන්න බැහැ. ඇහැයි කනයි නාසයයි දිවයි ශරීරයයි, ඇහැයි රූපයයි, ඊළඟට විඤ්ඤාණයයි තුන කියන එක එකතු කරන්න බැහැ. මේක මනුස්සයාගේ වැරද්ද තියෙන්නේ මේක එකතු කරන්න පුළුවන් කියලා හිතන එක. එතකොට ඒක නොපැවතිය හැකියි කියන එකට ආවා.

ඊළඟට අර “දිට්ඨිසු ව න නීයති” කියන එක ගත්තහම මේ දෘෂ්ඨි ගතයෝ 62ක් දෘෂ්ඨිගතයෝ පහ කරන ලද්දේ නම්, ඒ කියන්නේ එයාව දෘෂ්ඨිය විසින් නොයවනු

ලබයි කියන එකයි තථාගතයන් වහන්සේ මෙතන දේශනා කරන්නේ. නොපනවනු ලබයි. ඒ කියන්නේ B නිසා D නොවිය යුතුයි කියන එක. ඔය දිවියි කතාව තියෙන්නේ B ඉඳන් සඤ්ඤාවන් අරගෙන ඒ D කොටසට එන එක නේ. B නිසා D නොවිය යුතුයි කියන එකයි බුදුහාමුදුරුවෝ මෙතන පෙන්වන්නේ. ඉතින් මේ විදිහට මේ කොටස මම නැවතත් මෙතෙහි කළයින් පස්සේ එහෙම නම් කිසිම ස්පර්ශයක් මම පතන්නේ නැහැ.

ඒ කියන්නේ මේක කරන්න බැරි දෙයක් කියලා දැන ගැනීම හේතු කොටගෙන, කිසිම ස්පර්ශයක් පතන්නේ නැහැ. යම් යම් දේවල් ජේනවා උණක් ඒ තමන් ඒවා ගැන භොයන්න යන්නේ මේකක් නැහැ. මේක පවත්වන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමෙයි කියන අර්ථය නිසා ම ඒක තියෙනවා. ඒක නිසා ම අර ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සමාපත්තිය කියන එක වෙලා තිබුණා. ඇත්තෙන් ම කියනවා නම් සමාපත්තියත් සහිතව ඒකේ තමන්ට ඉන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවා ඔය විදිහට. ඉතින් නිරෝධයට ම තමයි යන්නේ. නිරෝධයට ම තමයි ඒකේ යන්නේ. නිකන් අර නින්ද යාගෙන එනකොට මනුස්සයන්ට ඇහෙන්නා වූ වචනයන් එහෙම ඒ වගේ දේවල් තියෙනවා නේ නේ ද? අන්න ඒ වගේ දේවලුත් ඇහෙනවා තමන්ට. ඒ ඇහුණයි කියලා ඒකත් එක්ක තමන්ට යන්නේ නැතිව ඉන්න පුළුවන්කම තියෙනවා. මොකක්වත් කරන්නේ නැතිව.

ඒක තමයි භාවනාව.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනිතං නානුසොචති;
විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිවධීසු ව න නීයති.

යමෙක් අනාගතයෙහි තාමණ රහිත වේ ද, ඉක්මැණිය දුටු අනාගත නො කෙරේ ද, වර්මාන වක්කුසච්ඤාදියෙහි ආත්මාදිතාවිචේතකය දකී ද, දෙසැට දිවු අතුරෙන් කිසි දෑපිටිකින් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඕසු උපයානන යයි කියමු.)

- නිරාසන්නි අනාගතෙ
 - අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාචෙන් සුක්ත නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
 - තණ්හාව නොමැති නම් ක්ෂේත්‍ර A නිසා ක්ෂේත්‍ර B නොවේ.
- අනිතං නානුසොචති

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙනසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. මාගේ අදා වෙනස්වූයේ යැයි ගෝඤ නොකරයි.

 - පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, ක්ෂේත්‍ර C නිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවේ.
- විවෙකදස්සි එස්සෙසු - ස්පර්ශයන්හි විවේකය දන්නේ ය.

අදේ ස්පර්ශ තමා වටින් හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, හිතා වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිතවූ ස්පර්ශය, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයන්ගෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පර්ශය, අභිතවූ, පවත්නා කල්හිවූද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පර්ශය, අභිතවූද, අනාගතවූ ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

 - ක්ෂේත්‍ර B නිසා ක්ෂේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනි.
- දිවධීසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිතරු නොපමුණුවයි
 - ඔහුගේ දෙසැට දෑපිටි ගැතිම ප්‍රතිණය, මූලින් සිඳුනේය. ශාන්ත විය, සාධිඳුනේය, ඉපදීමට අයෝගය, ඥානය තමැති ගින්නෙන් දැවුනේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
 - ක්ෂේත්‍ර B නිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

4

13/12/2013 - සුසුමාරද්ධ භාවනා 3

Susumāraddha Bhāvanā 3

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා ඒ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව. එහෙම සිහි කරලා මට ඒක කරගෙන යනකොට ම, ඊට පෙර ම මට “අනුත්තරො පුරුෂ ධම්ම සාරථී” කියන එක මනසට ආවා. අනුත්තරො පුරිසදම්ම සාරථී කියන එක මනසට ඇවිල්ලා “ඒක ම භාවනා කරන්න” කියලා මට කිව්වා.

එතකොට “රූපං රූපානුපස්සති” කියන එක ඒක ගත්ත. ඒක අරගෙන එතකොට දැන් මේක මේ අසනීපයක් වාගේ එකක් වඩලා නේ මේක කරන්නේ. එතකොට මේ ආලෝකය කියන එක මෙනෙහි කරලා කෙනෙක් අර ඉක්මවීම කියන එක කරනවා කියන එක. ඒ ඉක්මවීම කියන එක කරනවා කියන එක ගත්තහම, දැන් මං ඉස්සෙල්ලා ඒ ආලෝකය වඩනවා කියන එක. ඒ ආලෝකය මට තියෙනවා. ඒ ආලෝකය මම මෙනෙහි කරන්න පටන් ගත්ත. ආලෝකය ඉතින් එන්න එන්න මේවා වෙලා පවතිනවා. එතකොට මට ජේනවා මේක හොඳ ය කියලා අර අනිත් ඒවාට වැඩිය. රූපයන්ට වැඩිය. ඊට පස්සේ එතනින් ඇවිල්ලා, මෙතැන දී මේකත් කරන්න බැහැ නේ ද කියන එක. ඒ කියන්නේ එතැන දී මේ මනසයි ධර්මයයි විඤ්ඤාණයයි මේක එකතු වෙලා තියෙන්න ඕන මේ විදිහට මේ ආලෝකය පවතින්න කියන එක.

එතකොට මේකත් ස්පර්ශය කියන එක නැති උණා ම නැති වෙනවා නේ ද කියන එක. එතකොට අර ඊයේ භාවනාවේ විදිහට ම අර කාරණා ටික මම ඒ ගාථාවත් එක්ක ගියා. නිරාසන්නි අනාගතේ කියලා තියෙනවා නේ, ඒ විදිහට ඒ ගාථාව දිගේ මම ගමන් කරලා අර A නිසා B නොවෙනවායි. C නිසා තමයි D වන්නේ. එතකොට මේක ඒ පළවන පදය ගත්තහම ජේනවා A ඉඳන් B වන්නේ නැහැයි කියලා. දෙවන පදයෙන් පෙන්නනවා C නිසා D වෙන්නේ නැහැයි කියලා. මේ විදිහට මේක දිගේ ගිහිල්ලා, දැන් මේ ආලෝකයත් එක්ක මම මේක මෙනෙහි කරලා බැලුවා මොකක් ද මේකේ සම්බන්ධතාවය කියන එක.

එතකොට දැන් අපේ අර කතාවේ තියෙනවා නේ පෙරට වඩා ඔබ හැඩකාරයි, ආඩම්බර පාටයි කියන එක. එතකොට ඒ කතාවේ දී මට ජේනවා දැන් අර මේ හැඩකාරයි කියන කතාව කියන්නේ මෙයා මේක දකින්නේ නැතුව නේ. ඒ කියන්නේ ආලෝකයෙන් මේක දකින්නේ නැතුව. ඊළඟට අර හැඩකාරයි කිව්වම මාන්තය කියන එක. එතකොට මාන්තය කියන එක ගත්තම දැන් අපිට ජේනවා මෙතැන දී මේ B නිසා D නොවෙනවා කියන කතාව තමයි මෙතන තියෙන්නේ. අර තමුන්ට යම්කිසි නාම කොටසක් ඒක ඇති වෙලා, ඒ නාම කොටස නිසා අපි කියන්න ගන්නව නේ

මෙතන, දිටියකට යනවා නේ. එයාට දිටියෙන් he can not be let by the view කියන එකයි ඒ කියන්නේ. එයා දෘෂ්ටීන් නොයවන්නේ. දෘෂ්ටීන් නොයවන්නේ කියලා කියන්නේ, ඒ පුද්ගලයා දැකපු දෙයක් තියෙනවා නේ නාම කොටසක් නිසා ඇති වුණා වු. ඉතින් ඒක නිසා තමන්ට අර දෘෂ්ටියක් ඇති වෙලා අර වාගේ ආඩම්බර පාටයි කියන කතාව මේක වෙන්නේ නැහැ කියන එක.

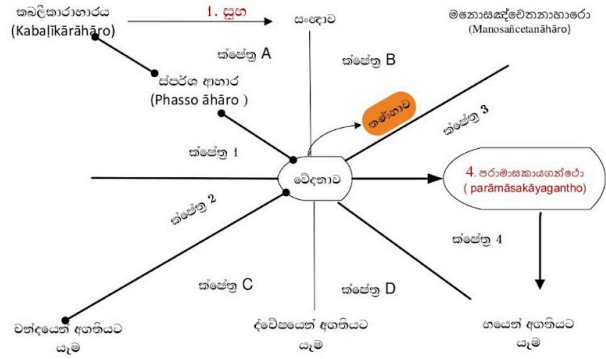
එතකොට දැන් මේ ආලෝකයෙන් තමයි මේක සිද්ධ වන්නේ. ආලෝකයෙන් ම තමයි මේක දැනගන්නේ. මේක පවත්වන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමේ. මේක කරන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමේ. මේක සත්‍ය වශයෙන් ම මේකේ තියෙන්නේ අර අනිත්‍යභාවයක් කියන එක ආලෝකයෙන් තමයි එතන දකින්නේ. ඉතින් ඕක ඔය විදිහට ඉතින් මට ගොඩාක් දේවල් ජේනවා. ඒ මනෝමය කායේ කතාවල්, ඒ වගේ දේවල්, ගොඩාක් රූප හැමතැන ම ඒවා ජේනවා. එක වෙලාවකට මට ජේනවා මහ පොළොවේ හරියටයි කියලා, ඒකෙ අර ස්පර්ශය නිසා බැහැයි කිව්වා ම, ආකාසානඤ්චායතන වාගේ වෙලා ඉතින් එතනත් ඉඳලා ජේනවා.

ඉතින් මම මෙතනත් කල්පනා කළා ම මේකත් පවත්වන්න පුළුවන්කමක් ඇත්තේ නැහැ. ආකාසානඤ්චායතනය කියන එකත් නිත්‍යක් කියන කතාවක් නැහැ ඒකේ. ආකාසය කියන එක, දැන් ඔයාගේ ගෙයක් කියන එකක් හැදුවා නම් space එක තියන තැන, එතකොට space එක එතන නැති උණා. එතකොට ඒ වගේ ඒකෙත් නිත්‍යභාවයක් නැතෙයි කියන එක කල්පනා කළා ම ඉතින් ඒ වෙනස් වෙව් වෙනස් වෙව් තැන් තැන්වල ඒ විදිහට යෑම තියෙනවා. එතකොට මේ හැමතැනට ම මේ ස්පර්ශය කියන එක කරන්න බැහැයි කියන එක තමයි අර “අනුත්තරො පුරිසදම්ම සාරථී” කියන එකෙහුත් එන්නේ එතනට. මේක පවත්වන්න පුළුවන්කමක් නැහැ. අර ඉක්මවනවා කියලා කියන්නේ මේක තේරුම් අරගෙන මේක පවත්වන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමේ කියලා.

මේක තමයි භාවනාව.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොචති;
විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිවධීසු ව න නීයති.

යමෙක් අනාගතයෙහි තාමෙණ රහිත වෙදි, ඉක්මැහිස දුගට ආසාදනො කෙරේ ද; වනීමාන වික්ඛුභවඤ්ඤාදියෙහි ආත්මාදිසාවිච්චිකය දකී ද, දෙසැට දිටු අතුරෙන් කිසි දෘෂ්ටියක් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඔහු උපසාදන සයි කියමි.)



1) නිරාසන්නි අනාගතෙ

- අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාවෙන් සුඤ්ඤා නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
- නන්තාව නොමැති නමි ක්ෂේත්‍ර A නිසා ක්ෂේත්‍ර B නොවේ.

2) අනීතං නානුසොචති

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙතසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝඤ්ඤා නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ ගෝඤ්ඤා නොකරයි. මාගේ ඇස වෙතස්සවූයේ යැයි ගෝඤ්ඤා නොකරයි.

- පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නමි, ක්ෂේත්‍ර C නිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවේ.

3) විවෙකදස්සි එස්සෙසු - ස්පර්ශනහි විවේකය දන්නේ ය.

ඇසේ ස්පර්ශ තමා වඩන හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, නිත්‍ය වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිභව ස්පර්ශය, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පර්ශය, අභිභවද, පවත්නා කල්හිවූද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පර්ශය, අභිභවද, අනාගතවූ ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

- ක්ෂේත්‍ර B නිසා ක්ෂේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනී.

4) දිවධීසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිවත්ත නොපමුණුවයි

- ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැහිම ප්‍රතිණය, මුලින් සිඳුණේය. ගාන්ත විය, සංසිඳුණේය. ඉපදීමට අයෝග්‍යය. ඥානය නමැති ගින්නෙන් දැවුණේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
- ක්ෂේත්‍ර B නිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

14/12/2013 - දුක්ඛ දුක්ඛතා භාවනා

Dukkhadukkhatā Bhāvanā

ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාර කරමි, නමස්කාරය වේවා. ඉතින් අර පූජාවක් කියපු දවසේ දාහතර නම ම වැඩ හිටියා. එතකොට මට අර “තුන් වෙනි ගාථාවෙන් පටන් ගන්න” කියලා කිව්වේ. ඒ තුන් වෙනි ගාථාව කිව්වේ, අර නිරාසත්ති අනාගතෙ, අතීතං නානුසොචති, විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිට්ඨිසුච න නියති. කියන ගාථාව.

එතකොට ඒකේ මම ඔය ඒ slide 4 එකේ කියන විදිහට ම බලාගෙන ආවේ, මේකේ අර areas 4 සම්බන්ධයෙන්. ඉතින් එතෙන්නේදී අර මුලින් කියනවා නේ A නිසා තමයි B කියන එක ඇති වෙන්නේ. එතකොට, A නිසා B නොවේ, කියන එක තමයි නිරාසත්ති අනාගතෙ කියන එක එතන කියන්නේ. එතකොට ඒ කියන්නේ අනාගතේ මෙබඳු රූප ඇති වෙන්නේ ය එහෙම කියලා කියන්නෙ නැතෙයි කියන කතාව නේ. එතකොට A කොටස නිසා තමයි B කොටස කියන එක ඇති වෙන්නේ.

ඊට පස්සේ අර අතීතං නානුසොචති කියලා කියනකොට අර සරසඬිකප්ප area එක නිසා තමයි, මේ D කියන area එක ඇති වෙන්නේ. ඉතින් විවෙකදස්සි එස්සෙසු කියලා කරනකොට ම, මම ඒ ස්පර්ශය ගැන හුඟාක් ම මෙනෙහි කළා. ඉතින් එතෙන්නේදී පෙන්නන්නේ, මේ B කියන area එක නිසා මේ C කියන කොටස නොවෙනවා කියන එක. එතකොට B කියන එකේ තියෙන්නේ අර හදාගත්ත සලායතනවලින් ඇති වෙච්ච දේ නෙ, සඤ්ඤාව, චේතනාවෙන් නාමරූප කොටස නිසා.

එතකොට ඒ නාමරූප කොටස නිසා තමයි අපිට ඔය area C කියන එක, ඒ කියන්නේ, ඡන්ද අගතියේ ඉඳන් දෝෂ අගතියයි, වේදනාවයි අතර කොටස. මෙතන මේක තමයි මේ විපරිණාම දුක්ඛතාවය කියන කොටස. එතකොට මේ විපරිණාම දුක්ඛතාවය කියන කොටස ඇති වෙන්නෙ නැහැ, මේ අර නාමරූප නිසා ඇති වෙන දේ නැත්නම්, කියන එක මෙතන තියෙනවා.

එතකොට මේකේ මම මේ බොහොම තදින් මේක බලනකොට මට තේරුණා, දැන් ස්පර්ශය කියන එක, මේකේ එකතු කරන්න බැහැයි කියන එක නේ අවබෝධයට ආවේ කලින්. මේක තුනක් එකතු කරන්න කොහෙත් ම බැහැ. මේ මිනිස්සු පුළුවන් කියලා හිතා ගත්තට කරන්න බැහැ. එතකොට මේක බැරි වෙනකොට මට එනවා, එහෙම නම් ඉතින් ඒ වේදනාව කියන එකත් ඒ විදිහට ම බෑ තමයි, අනිත්‍යයි කියන එක එතන ආවා. වේදනාවේ අනිත්‍යභාවය කියන එක තියෙනවා, මේක පවතින්න පුළුවන්කමක් ඇත්තේ නැහැයි කියලා.

දැන් එතකොට මට මේකත් එක්ක එනවා, අර මෙතන තියෙන්නේ අර ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන කොටස, ඔය area C කියන area එකේ තියෙනවා. ඒ කියන්නේ ඡන්ද අගතියේ ඉඳන් ද්වේෂ අගතියට යන කතාවෙ දී විපරිණාම දුක්ඛතාවය කියන එක සරසඬිකප්ප area එකේ එතන තියෙනවා විපරිණාම දුක්ඛතාවය කියන එක.

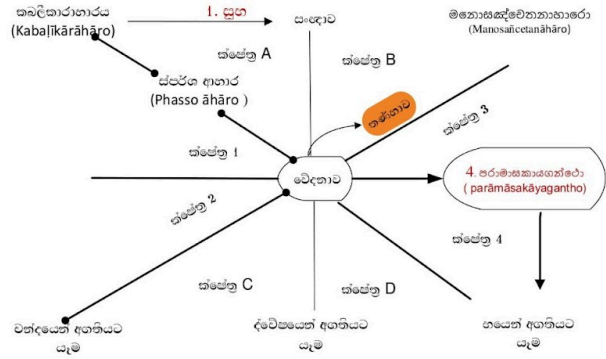
එතකොට මේ විපරිණාම දුක්ඛතාවය නිසා අර දුක්ඛ දුක්ඛතාවයට එනවා කියන එක area D කියන එක ඇති වෙනවා කියන එක තේරුණා. අරකේ වේදනාවේ අනිත්‍යභාවය ජේනවා. මෙතන දී මේ දුක්ඛතාවය කියන එක, දුක්ඛ දුක්ඛතාවය කියන එකට එනවා කියන එක තේරුණා. ඒ කියන්නේ ඔය area B, C අතර සම්බන්ධය තියෙන්නේ, අරක සඤ්ඤාව සුඛයි කියලා ගත්තහම, එතනින් මම මේ පැත්තෙන්, සඤ්ඤාවෙන් සුඛයේ ඉඳන් වේතනාවට යනකොට, මේ පැත්තෙන් මම ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා, කියන කතාව තියෙනවා. ඒ stick එක නිසා මේක ඇති වෙනවා කියන එක.

එතකොට මේ area D එකට එතකොට මට තේරුණේ, C නිසා D වෙනවා කියනකොට, අර ජාති, විපරිණාම දුක්ඛතාවය නිසා දුක්ඛ දුක්ඛතාවය කියන එක ඇති වෙනවා කියන එක. එතකොට අර ඒ කැල්ල ආවහම ඒ කියන්නේ අර ලෝභ දෝෂ diagram එකේ දෙවෙනි පාර ඒක ඇති වුණා ම මහා විශාලයි ඒ සමාධිය, එතන ඒ විදිහට ඇති වෙනකොට. මේක නිසා දුක්ඛ දුක්ඛතාවය කියන එක.

ඉතින් ඒකත් එක්ක ඊළඟට මට ජේනවා, දැන් එහෙනම් මේ කොටස මේ විපරිණාම දුක්ඛතා, මේක දුක්ඛ දුක්ඛතා නම්, එහෙනම් ඊළඟට හයේ අගතියයි, මෝභ අගතියේ ගමනයි කියන කැල්ල තමයි සංස්කාර දුක්ඛතාවය. මේක නිසා හැදෙන සංස්කාර දුක්ඛතාවය කියන එක ආවා, ඔය විදිහට analyse වෙලා. ඒක තමයි භාවනාව.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොචනි;
විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිවධීසු ව න නීයති.

යමෙක් අනාගතයෙහි තාමෙණ රහිත වෙදි, ඉක්මැහිස දුගට ආසාදනො කෙරේ ද; වනීමාන වික්ඛුභවඤ්ඤාදියෙහි ආත්මාදිසාවිච්චිකය දකී ද, දෙසැට දිටු අතුරෙන් කිසි දෘෂ්ටියක් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඔහු උපයානන යයි කියමි.)



1) නිරාසන්නි අනාගතෙ

- අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාවෙන් සුක්ඛ නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
- තණ්හාව නොමැති නම් ක්ෂේත්‍ර A නිසා ක්ෂේත්‍ර B නොවේ.

2) අනීතං නානුසොචනි

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙනසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝඤ්ඤාතෙහි වස්තුව වෙතස් විමෙහි හෝ ගෝඤ්ඤාතෙහි. මාගේ ඇස වෙනස්වූයේ යැයි ගෝඤ්ඤාතෙහි.

- පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, ක්ෂේත්‍ර C නිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවේ.

3) විවෙකදස්සි එස්සෙසු - ස්පර්ශයන්හි විවේකය දන්නේ ය.

ඇසේ ස්පර්ශ තමා විසින් හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, නිත්‍ය වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිභව ස්පර්ශය, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පර්ශය, අභිභවද, පවත්නා කල්හිවූද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පර්ශය, අභිභවද, අනාගතවූ ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

- ක්ෂේත්‍ර B නිසා ක්ෂේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනී.

4) දිවධීසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිවන්තර නොපමුණුවයි

- ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැහිම ප්‍රතිණය, මුලින් සිදුනේය. ගාන්ත විය, සංසිදුනේය. ඉපදීමට අයෝගයය. ඥානය නමැති ගින්නෙන් දැවුනේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
- ක්ෂේත්‍ර B නිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

15/12/2013 - ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්ම 1

Acchariya Abbhuta Dhamma 1

එතකොට ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාර කරමි, නමස්කාරය වේවා.

ඒ උතුම් බුදු පියවරුන් අනුපිළිවෙලින් සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා බුදුවරු 2500 කින් බණ අහලා ඉන්න ශ්‍රේෂ්ඨතම පළවෙනි බුදුපියා වශයෙන්. ඔය විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා, ඊට පස්සේ මම මේ කල්පනා කළා, මේ ලෝකයට මේ විදිහේ පින් කෙතක් පහළ වෙලා කියලා.

එතකොට මම ලෝභය නැති කරමි, කියලා සිතනකොට, මට ඒකත් එක්ක එකපාරට ම හිතුණා අර areas 1 2 3 4, A B C D අතර සම්බන්ධතාවය සිහි කරන්න ඕනේ කියලා මට සිතක් ආවා. ඒ පාර ඒ බුදු පියාණන්ගෙන් ඇහුවහම කිව්වා “ඒක හොඳයි” කියලා. ඒ පාර දැන් මට නිකම් සිතනකොට ම එකපාරට ම සිතුවිල්ල මට එනවා, A B C D වුණාට පස්සේ තමයි ඔය area 2 කියන එක ඇති වෙන්නේ කියලා, දෙවෙනි area එක ඇති වෙන්නේ areas A B C D වුණාට පස්සේ කියලා. ඒක මම දන්නවා කියලා මට හැඟීම තියෙනවා. බුදුපියවරු කිව්වා “ඒක හරි” කියලා.

මං ඇහුවා කොහොම ද මේක දන්නේ? සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාගෙන් විමසුවා, බුදුපියවරු මට මේක දීම නිසා ද? එහෙම නැත්නම් අතීතයේ අසා ඇති නිසා ද? එහෙම නැත්නම් මේ ස්වයං වූ ප්‍රඥාවකින්, ඒ කියන්නේ, අකනිට්ඨ බ්‍රහ්ම ලෝකයේ රහතන් වහන්සේලා මාව මේ වගේ මේ දියුණුවට පත් කරලා තියන නිසා ම, ඒ ස්වයං වූ ප්‍රඥාවකින් මම මේ විදිහට දකිනවා ද කියලා. ඇහුවා ම කිව්වා “ඒ තුන් කාරණයකින් ම මේක සිද්ධ වෙනවා” කියලා. ඔය පළවෙනි එකට එය අතීතයේ අසා ඇති නිසා, දෙවෙනියට ඒ බුදුපියවරු දීම නිසා, තුන් වෙනි එකට ස්වයං වූ ප්‍රඥාවකින් ඒ විදිහට ඒ අකනිට්ඨ බ්‍රහ්ම ලෝකය ප්‍රඥාව මතුකර දීම නිසා මේක වෙනවා කියලා.

එතකොට area A කියන එක තමයි මුලින් ම ඇති වෙන්නේ. එතකොට දැන් අර අවිද්‍යා ආශ්‍රවය මගින් අපි උස්සනව නේ, අර වට කතාව තියනව නේ. සාත කියන තීරණය. අවිද්‍යා අනුසය මගින් ඉස්සවීම කියන එක සිද්ධ වෙනවා. මේ වෙලාවේ දී අර හත දක්වා යන්නා වූ කාරණාවල නිත්‍ය කතාව පල්ලෙහාට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ, ඒ area A කතාව ඇති වෙනකොට.

එතකොට නිත්‍ය වුණහම, අතනින් අර සංස්කාර හරහා පරාමාසයට නිත්‍යයි කියලා කතාවක් දීලා සඤ්ඤාවක් ඇති වෙනව නේ. එතකොට අන්න ඒ සඤ්ඤාව අනුව තමයි, මේ මානය මගින් කරකැවීම කියන එක එතෙන්දී සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ දෙවෙනි

එක. ඒ සඤ්ඤාවක් ආවා. සුභයට නිත්‍යයි කියලා එකතු කරලා. ඒක මේ කරකවනකොට අර සුඛය කියන එක මේ පරාමාසයට ඇතුල් වීම කියන එක එනවා තුන් වෙනි කාරණය.

එතකොට අර වණ්ණමච්ඡරිය කියන එක, අර මාන්තය කියන එකේ ගන්න ඕනෙ වණ්ණමච්ඡරිය. ඒ වර්ණනාව. මේක හොඳයි කියලා කියන්නෙ. දැන් ඔය pyrex dish එකක් හරි මොකක් හරි එකක් හම්බවෙලා, ආ, මේක හොඳයි, කියන අදහස ඇවිල්ලා තියෙන්නෙ. එතකොට ඒ සුඛය පරාමාසයට යනවා, වණ්ණමච්ඡරිය කියන කතාව තියෙනවා. අන්න එතකොට තමයි අර A ඉඳන් B වලට වෙනවා කියන එක සිද්ධ වෙන්නේ.

දැන් මේ B දක්වා ආවට පස්සේ, දැන් මෙතන අර වෙනස කියන එක අපි දකිනව නේ. දැන් වට දෙකක් ගහලා තියෙන්නේ. වෙනස කියන එක ඇති වෙනකොට අන්න අර කාමච්ඡන්දය කියන එක ඇති වෙනවා. දැන් ඔය ඕක වෙනකොට ඔයගොල්ලෝ බලන්න ඕනෙ අර පල්ලෙහාට දැන් C කියන කොටසත් ඇති වෙන්න එපායැ. C කියන කොටස ඇති වෙන්නේ හරියට ම අර පරාමාසයේ ඉඳන් පල්ලෙහාට පස් වෙනි කාරණය තියෙන්නේ, අත්තා කියලා ගන්න එක. අන්න ඒක වීම අනුව තමයි මේක වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ රේඛා දෙකක් අවශ්‍ය වෙනවා මේක සිද්ධ වෙන්න. අර අවිද්‍යා අනුසයෙන් උස්සන කතාව, රේඛාව එකක්. ඊළඟට ගත්තහම අර පරාමාසයේ ඉඳන් අත්තා කියලා යන්නා වූ කාරණය කියන එක අනුව තමයි, දැන් C කියන එක ඇති වෙන්නේ.

දැන් අර වෙනස දැක්කට පස්සේ තමයි අර කාමච්ඡන්දය ඇති වෙන්නේ. මේක fix කිරීමට කරන උත්සාහය නිසා තමයි D කියන එක ඇති වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ, මේ අතීතයේ මට මෙහෙම වුණා. අර ලුණු මිරිස් ටිකක් කතාව තියෙන්නේ, මම මෙහෙම කාලා තියෙනවා කියලා. අන්න ඒක උඩ තියන නිසා තමයි අර D කියන කොටස ඇති වෙන්නේ. දැන් අර හය කියන එක ඇති වෙනවා නේ, හය වෙනි කාරණය දිවයි අනුසය. ඒකෙන් වීමෙන් අනතුරුව මේ කබලිංකාර ආභාරය සුඛ වෙනවා. අන්න එතකොට තමයි අර area 1 කියන එක ඇති වෙන්නේ. එතකොට ඒ area 1 කියන එක ඇති වෙනකොට වට හතරක් ගිහිල්ලා. වට හතරක් ගිහිල්ලා.

ඉතින් මේක තමයි මේ භාවනාව. “ඇතියි” කියලා කිව්ව නිසා මම නැවැත්තුවා. මට මේ තව සිතන්නයි මේක තියෙන්නේ. ඇතියි කියලා කිව්වහම මට නිකම් එකපාරට පුදුමයක් ඇති වුණා, මම මේ මිනිත්තුවක් වගේ නේ භාවනා කළේ කියලා. මෙව්වර වෙලා භාවනා කළේ මේ මිනිත්තුවක් වගේ කියලා. වෙලාව ඔරලෝසුව මම බැලුවා, ඇහැරිලා බැලුවහම මිනිත්තු 30 ක් ගත වෙලා. ඒකත් රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා, ඒක කොහොම ද ඒක වුණේ කියලා. ඒ අකනිට්ඨාවේ ඉඳන් කියලා කිව්වා, මම

භාවනා කළේ. ඒක නිසා අර වෙලාව පෘථිවියේ වෙලාවත් එක්ක ඒක දැනීමක් නැහැ. ඉතින් මේ භාවනාවේ නම ආශ්වර්ෂ අද්භූත ධර්මය 1.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොචති; විචෙකදස්සී එස්සෙසු, දිවධීසු ව න නීයති.

සමේක් අනාගතයෙහි තාමෙණ රහිත වේ ද, ඉක්මැහිය දුසට ආශාසනො කෙරේ ද; වනීමාන වික්ඛුභවෙසාදියෙහි ආත්මාදිසාවිච්චිතකය දකී ද, දෙසැට දිවු අභූතරත් කිසි දෘෂ්ටියකින් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (මිත්‍ර උපයානන සධි කියමි.)

- 1) නිරාසන්නි අනාගතෙ
 - අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාවෙන් යුක්ත නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
 - තණ්හාව නොමැති නම් ක්ෂේත්‍ර A හිසා ක්ෂේත්‍ර B නොවේ.
- 2) අනීතං නානුසොචති

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙනසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝඨ නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ ගෝඨ නොකරයි. මාගේ ඇස වෙනස්වූයේ යැයි ගෝඨ නොකරයි.

 - පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, ක්ෂේත්‍ර C හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවේ.
- 3) විචෙකදස්සී එස්සෙසු - ස්පර්ශනට විචේතය දන්නේ ය. ඇසේ ස්පර්ශ තමා වඩිත් හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, හිතා වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යලිදු හෝ අනිත්‍රවූ ස්පර්ශ, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයන්ගෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පර්ශ, අනිත්‍රවූ, පවත්නා කල්හිවූ, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පර්ශ, අනිත්‍රවූ, අනාගතවූ ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.
 - ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනි.
- 4) දිවධීසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිවන්ටද නොපමුණුවයි
 - ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැලීම ප්‍රතිණය, මුලින් සිදුකෙරේ. ශාන්ත විය, සංසිදුකෙරේ, ඉපදීමට අයෝගයය. ඥානය නමැති ගින්නෙන් දැවුණේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
 - ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

4

S_Purabheda_SuttaDiagrams.pdf - Slide 4

107

16/12/2013 - නිරාසත්තියෙන් නිරෝධ භාවනා

Nirodha Bhāvanā from Nirāsatti

ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාරය කරමි. නමස්කාරය වේවා

ඒ උතුම් බුදුපියවරු මම අනුපිළිවෙලින් සිහි කළා ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව ලෝකෙට පින් කෙතක් කියලා. ඊට පස්සේ ලෝභය නැති කරමියි, කියනකොට මම කල්පනා කළා, ඔය ගාථාව ම තමයි කල්පනා කළේ.

ඒ ගාථාවේ දී මට කල්පනා වුණා, මේ නිරාසත්ති අනාගතෙ කියලා කියනවා කියන එක තියෙනවා නේ. එතකොට අර A කියන area එක නිසා නේ, B කියන එක ඇති වෙන්නේ. එතකොට මේක තමයි, මේ අනාගතයට යන්නේ නෑ කියන එක. මේ ලෝභය නැති කරමියි කියන එක තමයි එතනින් වෙන්නේ. එතකොට ලෝභය කියන එක මම දන්නවා, අර කොටස තියනව නේ, පල්ලෙහා C කියන කොටස. විපරිණාම දුක්ඛතාවය නේ ඇති වෙන්නේ. ඒ ඇති වෙනවා කියලා දැනගෙන, මම අර දේ කරන්නේ නැතෙයි කියන එක තමයි මෙතනින් තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ මම C කොටසට කොහොම හරි එන්නේ නැහැයි කියන අර්ථය. C කොටසට එන්නේ නැතෙයි කියන අර්ථය තමයි මම මේ ලෝභය නැති කරමි කියන එක. මොකද, ලෝභය නිසා විපරිණාම දුක්ඛතාවය අතෙන්නට එනවා. එතකොට දැන් මෙන්න මේක කල්පනා වුණා.

ඊළඟට, අතීතං නානුසොචති කියලා කල්පනා කළහම, මම කල්පනා කළා, පල්ලෙහා තියෙන මේ C කියන කොටස නිසා ඔය D කොටස ඇති වෙනවා. එතකොට මම තියන විපරිණාම දුක්ඛතාවයෙන්, මම දුක්ඛ දුක්ඛතාවයට යනවා. එතකොට මෙතෙන්නේදී මේ ද්වේෂය කියන එක අපිට පවතිනවා. එතකොට ඒ ද්වේෂය කියන එක පවතිනවා කියන එක, එතකොට මේ area C and D කියන එක මේ ද්වේෂයට බලන්න ඕනෙයි කියන එක කල්පනා කළහම, හිතුණහම, බුදුපියා පෙන්වුවා, “ඔය C D විතරක් නෙවෙයි area 1 and A කියන දෙක ම ද්වේෂයට මේවා වෙනවා” කියන එක.

මොකද area 1 එක ඇති වෙනවා කියලා කිව්වහම ඒ කියන්නේ, අර දෝමනස්සයක් නේ. මේකෙ වෙනස දැකලා මේක fix කරන්න නේ යන්නේ. එතකොට එහෙම නම් ඒ area 1 එකේ මේ දෝමනස්සය කියන කතාව ඇතුළත්. දෝමනස්සය කියන එක ඇතුළත් වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට ඒක නිසා ඒ area 1 එකයි, A එකයි කියන එක දෝමනස්සයට අදාළයි, ඒ කියන්නේ C D ඇතුළත්ව. එතකොට C, D, one එකයි කියන කොටස එනවා.

දැන් ඊළඟට මෝහය නැති කරමි කියන එක මම කල්පනා කරනකොට, මට කල්පනා වුණා, ඒ කියන්නේ ස්පර්ශය නිසා නේ මෝහය කියන එක ඇති වෙන්නේ. ආයතන diagram එකේ ස්පර්ශය නිසයි, මේක ඇති වෙන්නෙ කියන එක. එතකොට ස්පර්ශය නිසයි මේක ඇති වෙන්නෙ කියනකොට, ස්පර්ශය නිසා තමයි මෝහය ඇති වෙන්නේ, මේක ගන්න හොඳ නැතෙයි කියන එක කෙළින් ම එනකොට, රහතන් වහන්සේ කිව්වා “Excellent” කියලා, ඒක මෝහය නැති කිරීම කියන එක.

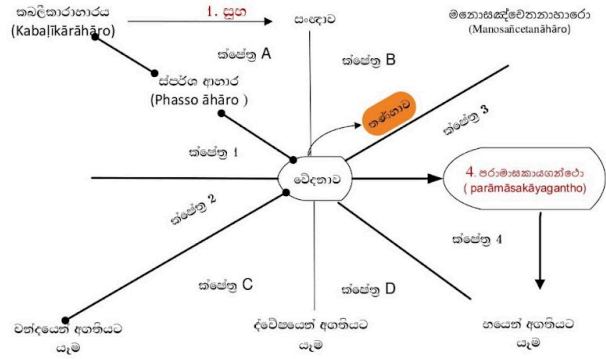
එතකොට දැන් මට ඊළඟ පදයෙහුත් පෙන්න්නේ, මේ මෝහය නැති කරමි කියන එක ම තමයි. ඒකෙ කියනවා නේ, දිට්ඨිත්ගෙන් යන්නේ නැතෙයි කියන එක. එතකොට අර B නිසා D නොයවන්නේ කියන එකත්, ඒ කතාව ම යි තියෙන්නේ. ඊළඟට B නිසා C වෙන්නේ නැතෙයි කියන එකත් මෝහය. B නිසා D ඔක්කොම ඇති වෙලා තියෙන්නේ ස්පර්ශය නිසා තමයි, ස්පර්ශයෙන් සඤ්ඤාව, සඤ්ඤාවෙන් මගේ කියලා අරගෙන ඇති වෙන මෝහය කියන එක.

එතකොට මේක ගත්තට පස්සේ දැන් මේ ගාථාවේ තේරෙනවා, එහෙනම් මේ අලෝභ අදෝෂ අමෝහ කියන මූල තුන තමයි, බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්න්නේ. පළවෙනි පදය අලෝභ කුසල මූලය. දෙවෙනි පදයෙන් පෙන්නනවා අදෝෂ කුසල මූලය කියන එක. තුන් වෙනි හතර වෙනි පද දෙකෙන් ම පෙනෙන්නේ අමෝහ කුසල මූලය.

ඉතින් මේක මෙහෙම ගත්තහම අර ආපහු සිතන්න ඕන නැතිකම ඇති වෙලා ඉතින් නිරෝධයට යනවා. ඒක භාවිතා කිරීමෙන් අලෝභ අදෝෂ අමෝහ. ඔය විදිහට තමයි භාවනාව කරගෙන ගියේ.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොචනි;
විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිවධීසු ව න නීයති.

යමෙක් අනාගතයෙහි තාමෙණ රහිත වෙදි, ඉක්මැහිස දුගට ආසාදනො කෙරේ ද; වනීමාන වික්ඛුසච්ඡාදියෙහි ආත්මාදිසාවිච්චිකය දකී ද, දෙසැට දිටු අතුරෙන් කිසි දෘෂ්ටියක් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඔහු උපයානන යයි කියමි.)



1) නිරාසන්නි අනාගතෙ

- අනාගතයෙහි මෙබඳු උපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාවෙන් සුක්ත නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
- තණ්හාව නොමැති නම් කපේත්‍ර A නිසා කපේත්‍ර B නොවේ.

2) අනීතං නානුසොචනි

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙතසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. මාගේ ඇස වෙතස්සුයේ යැයි ගෝඤ නොකරයි.

- පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, කපේත්‍ර C නිසා කපේත්‍ර D නොවේ.

3) විවෙකදස්සි එස්සෙසු - ස්පර්ශනහි විවේකය දන්නේ ය.

ඇසේ ස්පර්ශ තමා වඩන් හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, නිත්‍ය වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිභව ස්පර්ශය, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පර්ශය, අභිභවද, පවත්නා කල්හිවූද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පර්ශය, අභිභවද, අනාගතවූ ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

- කපේත්‍ර B නිසා කපේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනී.

4) දිවධීසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිත්වද නොපමුණුවයි

- ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැහිම ප්‍රතිණය, මුලින් සිඳුණේය. ගාන්ත විය, සංසිඳුණේය. ඉපදීමට අයෝග්‍යය. ඥානය නමැති ගින්නෙන් දැවුණේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
- කපේත්‍ර B නිසා කපේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

17/12/2013 - ඉන්ද්‍රිය වේමත්තතා ඥානය

Indriyavemattatā Nāṇa

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරමි. නමස්කාරය වේවා

බුදුපියවරු සිහි කළා මම, ඒ බුදුපියවරු, මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ සම්බුද්ධ ඥාන 73 ම ලබාගෙන ඉන්න ශ්‍රේෂ්ඨතම පළවෙනි බුදුපියාණන් වශයෙන්. ඔය විදිහට ඒ බුදුපියවරු දාහතර නම ම සිහි කළා, මේ විදිහට මේ ප්‍රඥාවන් ලබාගෙන ඉන්න බුදුපියවරු කියලා.

ඊට පස්සේ මම පන්සිල් ගැනීම කියන එක දිගට ම කරගෙන ගියා. දිගට ම කරගෙන ගිහිල්ලා, ඊට පස්සේ මට ඔය ඉතිපිසෝ ගාථාව හරහා යන්න හිතුණා. ඒ පාර හිතීලා, ඒ ඉතිපිසෝ ගාථාව හරහා මම ගියා. ගිහිල්ලා, ඒ “විජ්ජාවරණ” සම්පන්න කියන ගුණය කියන එක, මට ඒක මෙනෙහි කරන්න කියන අදහස මට දුන්නා. එතකොට ඒ විජ්ජාවරණ සම්පන්නයි කියන එක, දැන් ඒ ඉතින් ඒ බුදු පියවරුන්ගෙන් විජ්ජාවන් ඔක්කොම තියෙනවා නේ.

ඊළඟට ඉතින් වරණ ධර්මයන් කියන එකෙන් මම ගත්තා, මුලින් ම ප්‍රාතිමෝක්ෂ සංචර සීලය කියන එක. ඒ සීලය කියන එක මෙනෙහි කළහම දැන් පරුෂා වාවය එහෙම කියන්නේ නැහැයි කියන එක. ඒ පරුෂා වාවය එහෙම කියන්නේ නැතෙයි කියන එක මම කල්පනා කළා ම මට එනවා, දැන් මේ අපි කොහොම ද මේක වෙන්නේ, පරුෂා වාවය කියන එක ඇති වෙන්නේ කොහොම ද? අපි දන්නවා එතකොට ඕක ඇති වෙන්න නම් මක්බය එහෙම තියෙන්න ඕනෙ. එහෙමත් නැත්නම් මේ ව්‍යාපාදය කියන එක තියෙන්න ඕනෙ. ඔය දෙකෙන් නේ පරුෂා වාවය කියන එක තියෙන්නේ.

එතකොට ව්‍යාපාදය කියන එක තියෙනවා කියන එක බැලුවහම, එතකොට මට එනවා එහෙම නම් අර C කියන area එකට කෙනෙක් ගිහිල්ලා තියෙන්න ඕනෙ. විපරිණාමය කියන එක ඇති වෙලා නේ ව්‍යාපාදය ඇති වෙන්න. C කියන area එකට ගිහිල්ලා තියෙන්න ඕනෙ. C කියන area එකට කෙනෙක් යනවා කියලා කියන්නේ, ඒ කියන්නේ අර B කියන area එකේ ඉඳල තියෙන්න ඕනෙ. එහෙම නම් මෙයා මේ ස්පර්ශයෙන් විවේකය කියන එක මෙයා දන්නේ නැහැ.

එතකොට ඒ කියන්නේ, මෙයා පුළුවන් කියලා හිතනවා මේක එකතු කරන්න. නාමරූප ධර්මයන් එකතු කරන්න පුළුවන් කියලා හිතනවා, නිත්‍යයි කියලා මට යම්කිසි දෙයකට එකතු කරන්න පුළුවන් කියලා. එහෙම හිතලා තමයි මේක වෙලා

තියෙන්නේ. එතකොට මේක බැරි දෙයක් නේ කරන්න. නමුත් අපි හිතනවා ඕක කරන්න පුළුවන් වෙයි කියලා.

එතකොට දැන් කෙනෙකුට හොඳට පැහැදිලිව ජේනවා, ඔය තමන්ගේ ඇහැය රූපයයි විඤ්ඤාණයයි, එකතු කරන්න බැහැ වගේ ම, මේ ධර්මය කියලවත් මේ මනුස්සයෙක්ගේ මේ තුන, දැන් තව කෙනෙකුට අපි හිතමු ධර්මය කියනවා, එයාගේ විඤ්ඤාණය මේ කියන ධර්මයට එකතු වේවා, කියන අදහස කියන එක. ඒ කියන්නේ මේ තුන එකතු වෙනවා කියලා මම මෙතෙක්දී හිතනවා. එතකොට මේකත් කරන්න බැහැයි කියන එක, ඒ කියන්නේ, අපිට අනුපිළිවෙළට පැහැදිලි කරලා දෙන්න පුළුවන්, ඕක එකතු කරන්න බැහැයි කියන එක තමයි අවබෝධ කරලා දෙන්න උත්සාහ කරන්න පුළුවන් වෙන්නේ. ඒ මිසක්ක ඒ මනුස්සයාට මනස කෙනෙකුට එකතු කරන්න බැහැ. ඒක නේ දැන් මනුස්සයෙකුට තරහා යන්නේ කෙනෙකුට ධර්මයක් කියලා දීලා. ඉතින් ඒ මනුස්සයා ඒක අහන්නේ නැත්තම්, ඒක තමන්ගේ එකත් එක්ක එකතු වෙලා එන්නේ නැත්තම්, තරහා යනවා.

ඒ කියන්නේ තමන් හිතුවා, මේකේ මේ නිත්‍යභාවයක් කියන එක, මට මේකට එකතු කරනවා කියන එකට පුළුවන් වෙයි කියන අදහසක් තිබුණා. අරයාට ඇත්ත වශයෙන් ම උගන්නන්න උත්සාහ කරන්නේ මේ නිත්‍යභාවයක් කරන්න බැහැයි කියන එකයි. ස්පර්ශයෙන් මේ විදිහට පවත්වන්න බැහැයි කියන එකයි. එතකොට දැන් එහෙම නම් ජේනවා මේ පරුෂා වාවය කියන එක මේ විදිහට ඇති වෙන්නේ අපි මේක නිත්‍යභාවයක් එකතු කරලා මේක පවත්වන්න පුළුවන් කියන එක හිතලා.

එතකොට මෙන්න මේ කට්ටිය පවත්වන්න පුළුවන් කියලා හිතනකොට තමයි ඔන්න පලාසය හරහා පිසුණා වාවය කියන එක වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ දැන් මෙතන්දී කල්පනා කරනවා මේ අය දක්ෂයි, මේ අය මේ මම කියන විදිහට මේක පවත්වන්න පුළුවන් කට්ටිය. මේ අය බැරි කට්ටිය. එතකොට බැරි කට්ටිය, පුළුවන් කට්ටියගෙන් වෙන් කරනවා, අකුසලයෙන් කුසලය කියලා. එතකොට මේ එකතු කරන්න පුළුවන් කියලා හිතලා තමයි මේක කරන්නේ කියන එක. පරුෂා වාවයෙන් අර විදිහට පිසුණා වාවය වෙන්නේ අතෙත්දී අර B වල ඉඳන්, D වලට බැහැලා.

ඒ කියන්නේ දෘෂ්ටියකට ගිහිල්ලා තියෙනවා, මේක එකතු කරන්න පුළුවන්. මෙන්න මේ කට්ටියට එකතු කරන්න පුළුවන්. එතකොට ඒක නිසා අපි B වල ඉඳන් D වලට බහිනවා. එතෙත්දී ඔන්න පිසුණා වාවය කියන එක සිද්ධ වෙනවා, අර වෙන් කිරීම. ඒ කියන්නේ අර මගේ නිත්‍යභාවයෙන් කොටසක්, නිත්‍යභාවය දැන් තමන්ට ඔය වගේ තත්වයකට යනකොට දැන් මම එක පුද්ගලයෙක් නම් නිත්‍යයි කියලා සම්පූර්ණයෙන් ගන්නවා. තවත් පුද්ගලයෙක් මේ නිත්‍යභාවය කොටසකට ගන්නවා. ඒ නිත්‍යභාවයේ කොටසක් හෝ තමන්ට ජේනවා නම් මෙහෙම පවත්වන්න පුළුවන් කියලා, අන්න

එතෙන්දි තමයි අන්ත අර පල්ලෙහාට අන්තා කියලා එන්නේ පරාමාසයෙන්, කුක්කුච්චය ඉඳන් එන්නේ. කුක්කුච්චය, විච්චිච්චා, පලාසය. කුක්කුච්චය එනව නේ. එතකොට පලාසයට එනවා.

එතකොට ඒ පලාසයට ආවායි කියන එකේදි, අර වෙන් කිරීම කියන එක තියෙනවා. එතකොට එයා අර දෘෂ්ටිත්ගෙන් එයා යවනවා කියලා කියන්නේ, මෙන්න මේ කොටසට පුළුවන්, මේ කොටසට බැහැ කියන එක. එතකොට තමන්ගේ නොදන්නාකම නිසා තමයි ඔතන අර විච්චිච්චා කතාවත් තියෙන්නේ. දැන් තලාගතයන් වහන්සේට නම් තියනව නේ මේ පුද්ගලයාගේ ඉන්ද්‍රිය පරෝපරියත්ත ඥානය නිසා මේ අයට මෙහෙමයි, මේ අයට මෙහෙම නෙවෙයි, කියලා වේමත්තනා ඥානයන් තියනව නේ, ඒ අනුව බුදු භාමුදුරුවන්ට කියන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවා. අනෙක් මනුස්සයන්ට ඒ සැකයන් තියෙනවා. අන්ත ඒක තමයි භාවනාව.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනිතං නානුසොචති; විවෙකදස්සී එස්සෙසු, දිට්ඨිසු ව න නියති.

සමේක් අනාගතයෙහි තාමෙහා රහිත වේ ද, ඉක්මැහිය දුටු ආකාර නො කෙරේ ද, වච්චිත වකුසල්ඝ්ණදියෙහි ආත්මදිතාවිච්චිකය දකි ද, දෙසැට දිවු අතුරෙන් කිසි දෘෂ්ටියකින් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඔහු උපකාන්ත යයි කියමු.)

- නිරාසන්නි අනාගතෙ
 - අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාචෙන් සුඛත නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
 - තණ්හාව නොමැති නම් ක්ෂේත්‍ර A හිසා ක්ෂේත්‍ර B නොවේ.
- අනිතං නානුසොචති

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙනසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝච නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ ගෝච නොකරයි. මාගේ ඇස වෙනස්වූයේ යැයි ගෝච නොකරයි.

 - පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, ක්ෂේත්‍ර C හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවේ.
- විවෙකදස්සී එස්සෙසු - ස්පර්ශෙන් විවේකය දන්නේ ය.

ඇසේ ස්පර්ශ තමා වටින් හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, හිතා වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිභවු ස්පර්ශ, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයන්ගෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පර්ශ, අභිභවුද, පවත්නා කල්හිවූද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පර්ශ, අභිභවුද, අනාගතවූ ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

 - ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනි.
- දිට්ඨිසු ව න නියත - දෘෂ්ටිත්ටද නොපමුණුවයි
 - ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැලීම ප්‍රතිඵලය, මුලින් සිදුකෙරුණ. ගාතන විය, සාධිතෙය, ඉපදීමට අයෝග්‍යය, ඥානය නමැති ගින්නෙන් දැවුණේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
 - ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

4

S_Purabheda_SuttaDiagrams.pdf - Slide 4

19/12/2013 - සංඛාර දුක්ඛතා භාවනා

Saṅkhāra Dukkhatā Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු අනුපිළිවෙළින් සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා පළවෙනි ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන්. ඊළඟට ඒ ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් දෙවෙනි බුදුපියා වශයෙන්. ඔය විදිහට දාහතර නම ම සිහි කළා, සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දාහතර වෙනි ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන්.

ලෝභය නිසා මෝභය ඇති වෙන බව, බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි කිව්වහම, ඒ ලෝභය කියන එකෙන් මෝභය ඇති වෙනවා කියලා තේරුණා. ද්වේෂය නිසා මෝභය ඇති වෙනවා කියලත් තේරුණා. එතකොට මේවා වෙන්තේ මේ සංස්කාරවලට ඇලීම හේතුවෙන් තමයි මේක ඇති වෙන්තේ කියන එක දැක්කා.

මෝභය නැති කරමි කියන එක කල්පනා කළා ම මට මේ ඊයේ භාවනාව මතක් වුණා. ඊයේ භාවනාව මතක් වෙලා ඒ කියන්නේ නොසැදිය හැකි, නොපැවැත්විය හැකි, ස්පර්ශයෙන් හටගන්නා සංස්කාරයකට කුමකට ඇලෙනවා ද කියන එක ප්‍රශ්නය. එතකොට මුසාවාද, පරුෂා වාව, පිසුණා වාව, සම්පප්‍රලාප මේවාට ඇලෙනවා කියලා.

එතකොට දැන් මම මේකේ එකින් එක බැලුවා. දැන් මුසාවාදය කියන එක ඇති වෙන්තේ අභිජ්ඣා නිසා. ව්‍යාපාදය නිසා පරුෂා වාවය ඇති වෙනවා. ව්‍යාපාදය ඇති වෙන්තේ අභිජ්ඣා නිසා. මේ විදිහට මේ සියලුම සංස්කාරයන් අභිජ්ඣා නිසා ඇති වෙනවා. සංස්කාරයන් නිසා මෝභය. ඒ කියන්නේ මුසාවාද, පරුෂා වාව, පිසුණා වාව කියන තුන ම ඇවිල්ලා තමයි, මෝභය කියලා කියන්නේ. එතකොට සංස්කාරයන් නිසා මෝභය ඇති වෙනවා.

එතකොට දැන් එනවා, එහෙනම් අභිජ්ඣා නිසා මෝභය ඇති වෙනවා කියලා. එතකොට මෙසේ සකස් කරන ලද විත්තය, විචිකිච්ඡාව නිසා සැලෙනවා. යම්කිසි ආකාරයකට ඒක සකස් කරා නම් සැලීමක් තියෙනවා. ඉඤ්ඡිතයක් කියන එක සිද්ධ වෙනවා කියන එක. එතකොට මේ වෙලාවේ දී මේ සිත බොහෝ ම පිරිසිදුවට පැවතුණා.

එතකොට දැන් අර දේව රූපයක් එහෙම පෙනුණහම එතකොට මේකත් ගත්තා මෙතන මේක සංස්කාරයක්. මෙම සංස්කාරයත්, ඒ කියන්නේ දකින සියුම් සංස්කාර. ඒ දකින සියුම් සංස්කාර අභිජ්ඣා නිසා ඇති වෙනවා කියලා. අර ඒක දකිනවා, දැක්කහම ඔයාගෙ සිත වෙනස් වීමකුත් ඇති වෙනවා. ඒක ගැන බලන්නත් සමහර විට හිතෙන්න පුළුවන්. එතකොට මේක නිසාත් සංස්කාරයන් ඇති වෙනවා.

යම්කිසි දෙයකින් එළියක් විහිදෙනවා දැක්කා, **object** එකකින්. එතකොට මේකත් අහිඡ්ඤාව නිසා ඇති වෙනවා කියන එක ගත්තා. දැන් නිරෝධයට ගිය මනුස්සයාට ඕවා මොකක්වත් ම නැහැ නේ. එතකොට, දැන් ඔය විදිහට මගේ මේ සිත හරියට විශාල වෙලා තියෙන්නේ රහතන් වහන්සේ “ඇති” කිව්වා ම නැවැත්තුවට මේක **cool** වෙන්නේ නැහැ. **Cool** වෙන්න සෑහෙන වෙලාවක් ගියා, ඒ විදිහට ගිහිල්ලා.

ඉතින් මේක තමයි, මේ සංස්කාර දුක්ඛතාවය කියන එක තමයි භාවනාව.

20/12/2013 - ඉද්ධිපාද භාවනා 7

Iddhipāda Bhāvanā 7

ඒ උත්තරීතර මණ්ඩලයට නමස්කාර කරමි. නමස්කාරය වේවා

ඉතින් ඒ බුදුපියවරු මම ඒ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව පළවෙනි මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා, පළවෙනි බුදුපියාණන් වශයෙන්, ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියා දෙවෙනි ශ්‍රේෂ්ඨ බුදුපියා වශයෙන්, ඔය විදිහට අනුපිළිවෙලින් මෙනෙහි කරගෙන ගියා, සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා. ගිහිල්ලා මම භාවනාව කරගෙන ගියේ අර ලෝභය නැති කරමි කියන කැල්ල, එතන බලන්න ගන්නා.

එතකොට මට ඒක ඔය ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ ඊයේ බලපු ධර්මයත් එක්ක නිකම් සම්බන්ධ වෙවි ආවා. දැන් ලෝභයත් එක්ක තමයි මෙනන මේ සුභයි කියන සඤ්ඤාවක් කියලා අරගෙන නේ, මෙනන මේ කතාව ඇති වෙන්නේ. ඔය විදිහට ලෝභය ද්වේෂය මෝහය කියන ඒ තුන ම මම බලාගෙන ගියා. ඒ බලාගෙන ගිහිල්ලා, ඒ කියන්නේ, හැම කැල්ල ම මම මෙනෙහි කලා. ඒ කියන්නේ, පංචනීවරණයන් ගැන. ඔය විදිහට ගිහිල්ලා ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන් වඩමි කියනකොට එතෙන්නේ, පටන් ගන්න කියන එක කිව්වා.

ඒක කියන වෙලාව එතකොට, දැන් අර විරිය කියන එක ගත්තහම, අපි දන්නව නේ තුන් ආකාරයට ම බලනවා නේ අතෙන්නේ. කාම විතක්ක, ව්‍යාපාද විතක්ක, විහිංසා විතක්ක පහ කරන්න ඕනේ කියන එක. එතකොට කාම විතක්ක කියන එක කරනකොට දැන් අර කාම සඤ්ඤාව, ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ පෙන්නනව නේ, මුලින් ම අර කාම සඤ්ඤා තියෙනවා, ඒකට අර සුභයට නිත්‍යයි කියලා එකතු කරල නේ, මේ විදිහට වෙලා තියෙන්නේ. අර උඩ A ඉදන් B කියන කතාව තමයි පළවෙනි එකේ තියෙන්නේ.

ඉතින් ඊට පස්සේ දන්නව නේ, අර දෙවෙනි කාරණය දිගේ එනවා, මේක සතර මහා භූතයෝ කියලා. ඒ සතර මහා භූතයෝ කියන කතාව ඇවිල්ලා තියෙන්නේ අර අලුතෙන් අර area C එක නිසා. Area C එක නිසයි ඒක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. විපරිණාම දුක්ඛතාවය මේකේ ඇතුළත් වෙලා තියෙනවා. අත්තයි කියලා මෙයා අරගෙන තියෙනවා. ඊළඟට අර තුන් වෙනියට කියන්නා වූ එක ගත්තහම area 1 එක. කාමය කාම සඤ්ඤාව, රූපය රූප සඤ්ඤාව, ඔය විදිහට අර දිට්ඨි අනුසය විමෙන් පස්සේ තමයි, ඒක වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට රූපයට සුබයි කියලා එකතු කරලා තියෙනවා කියලා.

එතකොට මෙන් මේ කැලි තුන සහිතව තමයි මගේ මේ භාවනාව කෙරුණේ එතන. ඉතින් මේ කැලි තුනේ අර්ථයත් එක්ක. එතකොට දැන් මම ගන්නවා, මේ විරියෙන් මට මේක එපා ය කියලා, මේවායින් ඇති වෙන්නේ අර කොසප්පය කියන එක දැනගෙන. ඒක මට ජේනවා, මේකත් එක්ක අර ඉද්ධිපාදයේ කතාව හැදිලා තියෙනවා කියන එක, මේ භාවනාවේ කැල්ලත් එක්ක. එතකොට දැන් මම මේකෙන් විරියෙන් මේකට එන්න පෙර මෙන් ම පසුව මම එකතු වෙන්න දෙන්නේ නැහැයි කියන අර්ථය තියෙනවා. අර ඉද්ධිපාද diagram එකේ තියනව නේ මේ අවසානයට, මේ අවසාන slide එක තියනව නේ, අන්න ඒ slide එක. එතන තියන කාරණාත් එක්කයි මම බැලුවේ.

ඒකෙ කාරණාත් එක්ක බලනකොට, ඔය ඡන්ද සමාධිය කියන එක එතකොට, මට හොඳට තේරෙනවා, දැන් මේ දෙතිස් කුණුපය මේක ගැන මම මෙනෙහිත් කළා. ඒක මෙනෙහි කරනකොට මේ ඇට, ඇටසැකිලි, ඒවා ඔක්කොම මගේ ශරීරයේ, මගේ ඇට එහෙම මම දකිනවා. ඒක සහිතව මම දැකලා, ඒ කැල්ලයි, මෙහා කැල්ලයි දැන් දෙක එකට සම්බන්ධව යනවා. විරියයි, ඡන්ද සමාධියේ කතාවයි එක්ක. එතකොට මෙතන විරියෙන් කියනවා, මම මේ රූපයත් එහෙම ගත්තොතින් මට ඇති වෙන්නේ මෙන් මේ ප්‍රශ්නය, කොසප්පය දක්වා ඇති වෙනවා. මෙතෙක්දී කියන මේ දෙතිස් කුණුපය නිසා තමයි, මට මේක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. මේ දෙතිස් කුණුපයක් කියන එක මේක මට එපා කියන එකට තමයි මම මේක පවත්වන්නේ.

ඊට පස්සේ මම මේ තුන් වෙනි එකට එතකොට, දැන් මෙතන ජේනව නේ, අර area C කියන කැල්ලට ඇවිල්ලා නේ. ඒ කියන්නේ, දැන් අර 4 සලකුණත් එක්ක මේ යන්නේ මේ. එතකොට දැන් ඔන්න ඉන්ද්‍රිය සංවරය තියෙනවා නම් මට මේ ස්පර්ශ වෙන්න දෙන්නෙ නැතුව මට මේක කරගන්න පුළුවන්. දැන් මේ C කියන කැල්ලට මම ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට අර විවේකදස්සි එස්සෙසු කියන එක එනවා, මොකද මම මේ ද්වේෂය කියන එක මට තියෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ මම අර ජරාව හරියේ කැල්ලට ඇවිල්ලා නේ තියෙන්නේ.

එතකොට මේක සිද්ධ වෙලා තියෙන්නේ මේ ඔක්කොම මේ මගේ කියලා අරගෙන. ඒ කියන්නේ අරක සුබයි කියලා මම අරගෙන. ඒ කියන්නේ, ඔය C කියන එකට හැදෙන්න නම්, ඔය අත්තා සඤ්ඤාවේ පල්ලෙහාට බැහැලා තියෙන්න ඕන. ඒ කියන්නේ අර සුබයි, අත්තා කියලා අරගෙන ආවායින් පස්සේ තමයි මේ C කියන area එක ඇති වෙන්නේ. එතකොට මේක තියෙනවා නම් මේ අස්මිති මානය හරියේ තියෙනවා නම් ඉතින් මේක ඔක්කොම සිද්ධ වෙනවා. කොහොම වුණත් මේ කැල්ල මේක පවතිනවා කියන එක තියෙනවා. දැන් මේක නිසා මම සංස්කාරයන් මගේ නොවෙයි කියලා ගන්නවා කියන එක.

එතකොට සංස්කාරයන් මගේ නොවෙයි කියලා ගත්තහම මෙන්න මේ පැත්තෙන් එනව නේ අර නිත්‍යයි කියලා සංස්කාරයන් පරාමාසයට. මේක ඇතුල් වෙන එක කරන්න දෙන්නේ නැතෙයි කියන අර්ථය තමයි භූහක් තදින් ආවේ.

එතනින් ඇවිල්ලා ඊට පස්සේ විමංසාවට, එතකොට විත්ත ඉද්ධිපාදයෙන් විමංසාවට ගියා. විමංසා ඉද්ධිපාදයේ දී ඒක මම අතෙන්දි පෙන්නුවා, පටිච්චසමුප්පන්නවයි මේවා ඔක්කොම සිද්ධ වෙන්නේ කියලා. විත්ත ඉද්ධිපාද කොටසෙදි එතන තියෙනවා. උඩට ගියා ම විමංසාවෙදි මේ සංස්කාරවලින් සංස්කාර හදනවා කියන එක. මගේ මේ විත්ත සංස්කාරවලින් මම කාය සංස්කාර හදනවා, වචි සංස්කාර හදනවා, මේවා හදනවා කියන එක. අර රූපයට ම මම නැවත නැවතත් යමක් එකතු කරනවා කියන අර්ථය තමයි තියෙන්නේ. හැබැයි, එතෙන්නේ තමන් තේරුම් ගන්නවා, මේ එකතු කරන්නේ ඔක්කොම දුක්ඛයක් කියලා. මේ සංස්කාර වශයෙන් මම හද හදා එකතු කරන්නේ, අර ජරාවට පත් වෙන කතාව තියෙනවා නේ, අර C එකේ පෙන්නනව නේ, මගේ මේ area එකේ තියෙන්නේ ජරාව කතාව කියලා.

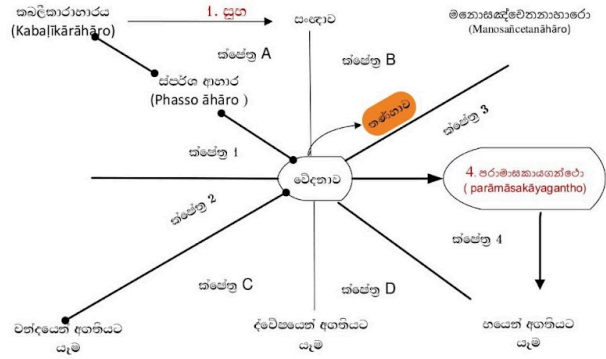
එතකොට මෙතෙන්නේදී මම තේරුම් ගන්නවා, මේක මම එකතු කරන්න හොඳ නැහැ. මේකේ තේරුමක් නැහැ, මේකට මෙහෙම එකතු කරනවා කියන එක, මේ විත්තය මෙතන මේවා එක. මේක දැන් මම ගන්නවා කිසිම ආකාරයකින් යම් වූ සඤ්ඤාවකට, දැන් හිතන්න ඔයාට යමක් නැතුව තව කෙනෙකුට යමක් ලැබෙනවා කියලා. ඒක මේ ධ්‍යානයක් වෙන්න පුළුවන්, ඉද්ධියක් වෙන්න පුළුවන්, එහෙම නැත්නම් මේ **psychic powers** පවතින එකක් වෙන්න පුළුවන්. මේකටවත් මම, ඒ කියන්නේ ඊර්ෂ්‍යා නොවෙන්න. මොකද මේක සංස්කාරයක් වශයෙන් මම දකිනවා.

එතකොට මේ සංස්කාරය නිසා මම සංස්කාරයක් හදන්නේ නැහැයි කියලා කියන්නේ, මම එහෙම එකකටවත් අල්ල ගන්නේ නැහැ. එහෙම කරන්නේ නැත්නම් මට ඒක ගැන ඊර්ෂ්‍යාවක් මොකුත් නැහැ කියන්නේ, අන්න එතෙන්නේදි, විමංසා ඉද්ධිපාදය කියන එක හොඳට පවතිනවා. ඒ කියන්නේ අර මේක රූපය නිසා, දැන් මෙතන මේ දෙපැත්තෙන් විරියෙනුයි, ඡන්දයෙනුයි කියනවා නේ, මම ගත්තොත් **sick** වෙනවා. මෙතනින් කියනවා මේකට ඇවිල්ලා මට මේවා එපා කියලා, මේක නිසයි මේ ප්‍රශ්නය. ඡන්දයේ දී කියනවා මේ ප්‍රශ්නය රූපය නිසා කියලා. එතකොට මේක හා සම්බන්ධව ගැට ගැහිලා, ගැට ගැහිලා ඇවිල්ලා තියෙන්නේ මේ එක ම සංස්කාරයක්වත්, මේකට එකක් එකතු කරනවා කියන එක, ඒක කරන්නේ නැතෙයි කියන එක.

ඉතින් ඒකෙ හොඳට එහෙම ඉඳලා ඊට පස්සේ එතනින් රහතන් වහන්සේ “ඇතියි” කියලා කිව්වා ම මම නැවැත්තුවා.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොචනී;
විවෙකදස්සී ඵස්සෙසු, දිට්ඨිසු ව න නීයනී.

යමෙක් අනාගතයෙහි තාමෙක රහිත වෙයි ද, ඉක්මැණිය දැයට ආසාදන නො කෙරේ ද, වනීමාන වික්ඛුසච්ඡාදියෙහි ආත්මාදිසාච්චිවෙකය දකී ද, දෙසැට දිටු අතුරෙන් කිසි දෘෂ්ටියකින් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඔහු උපයානන යයි කියමු.)



1) නිරාසන්නි අනාගතෙ

- අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි ඵහි ආගාවෙන් සුක්ඛ නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
- තණ්හාව නොමැති නම් කපේත්‍ර A නිසා කපේත්‍ර B නොවේ.

2) අනීතං නානුසොචනී

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙතසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ ගෝඤ නොකරයි. මාගේ ඇස වෙතස්සවූයේ යැයි ගෝඤ නොකරයි.

- පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, කපේත්‍ර C නිසා කපේත්‍ර D නොවේ.

3) විවෙකදස්සී ඵස්සෙසු - ස්පර්ශනහි විවේකය දන්නේ ය.

ඇසේ ස්පර්ශ තමා වඩන හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, නිත්‍ය වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිතවූ ස්පර්ශය, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවූ ස්පර්ශය, අභිතවූද, පවත්නා කල්හිවූද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවූ ස්පර්ශය, අභිතවූද, අනාගතවූ ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

- කපේත්‍ර B නිසා කපේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දනී.

4) දිට්ඨිසු ව න නීයන - දෘෂ්ටිවන්තර නොපමුණුවයි

- ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැහිම ප්‍රතිණය, මුලින් සිදුනේය. ගාන්ත විය, සංසිදුනේය. ඉපදීමට අයෝගයය. ඥානය තමැති ගින්නෙන් දැවුනේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
- කපේත්‍ර B නිසා කපේත්‍ර D නොවිය යුතුය.

21/12/2013 - බොජ්ඣංග භාවනා 7

Bojjhaṅga Bhāvanā 7

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරමි. නමස්කාරය වේවා.

ඒ බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ශ්‍රේෂ්ඨ බුදුපියා වශයෙන්. ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියා දෙවෙනි ශ්‍රේෂ්ඨ බුදුපියා වශයෙන්. එතකොට ධම්මාධිපති බුදුපියා තුන් වෙනි ශ්‍රේෂ්ඨ බුදුපියා වශයෙන්. ඔය විදිහට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා අනුපිළිවෙළින් සිහි කළා.

ඒ සිහි කරලා, ඒ පන්සිල් ගැනීම කියන එක කරගෙන ගියා. එතෙතේදී ගිහිල්ලා සජ්ඣ බොජ්ඣංගය වඩමිසි කියන කොටසෙදි තමයි පටන් ගන්නෙයි කියලා කිව්වේ. ඒ වෙනකොට මම භාවනාව ගොඩාක් දේවල් කරලා, අර හැම කැල්ලකින් ම භාවනාව මම කරලා තියෙනවා, ඒ වෙලාව වෙනකොට.

මෙහෙම කරනකොට මතක් වෙනවා, ඒකත් එක්ක ඉවරයි. ඒ බොජ්ඣංගය ආවට පස්සේ ඔය සුභ කියන විමුක්තිය ඇති වෙනවා කියන එක, ඔතන අර අසුභය ලාභයක් වශයෙන් නොගැනීමෙන් තමයි, ඒ සුභ කියන විමුක්තිය කියන එක වෙන්නේ.

ඒ කියන්නේ අර සුභයි, නිත්‍යයි කියලා එකතු කරනවා නේ. එතකොට ඒ නිත්‍යයි කියලා එකතු කරනවා කියන්නේ ඒ ලාභයක් කියලා ගත්තා මේක. දැන් මෙහෙම ගැනීමෙන් තමයි වෙන්නේ.

එතකොට මම මෙහෙම එකතු කරන්නේ නැත්නම්, නිත්‍ය කියන කැල්ල එකතු කරන්නේ නැත්නම්, එහෙම නම් අර ඇත්ත වශයෙන් ම තියෙන අසුභය, අසුභය වශයෙන් පවතිනවා. එතකොට ඒක නිසා මට සුභ කියන විමුක්තිය එනවායි කියලා, ඉතින් ඒ සුභ කියන විමුක්තියේ, මම හිතන්නේ මම මිනිත්තු පහක් විතර, ඒක සම්පූර්ණයෙන් විදගෙන හිටියා.

ඉඳලා ඊට පස්සේ මම ඊළඟට දෙවෙනි කැල්ලට ආවා, ඒ ආකාසානඤ්චායතනය කියන එක ඇති වෙනවා කියන කැල්ල. ඕක නොවෙන්න නම්, මේ ආකාසානඤ්චායතනය කියන එක ඇති වෙන්න නම්, අර අපි පහ කියන එක දන්නව නේ. දැන් එකයි දෙකයි නෙ, අපි ඔය කිව්වේ. සුභ, නිත්‍ය, ඊට පස්සේ සුඛ තුන් වෙනි කාරණය. හතර වෙනි කාරණය, පරාමාසය. පස් වෙනි කාරණය අත්තා කියලා පල්ලෙහාට බහින එක. ඒ පල්ලෙහාට බහින කැල්ල කියන එක නැති වෙන්න ඕනි. ඒ කියන්නේ අත්ත ඒ කැල්ල නැති වෙනවා නම්, අත්තා කියන එක සිද්ධ වෙන්නේ නැහැ කියන එක. අත්තා කියලා ගන්නේ නැත්නම් ආකාසානඤ්චායතනය කියන එක

එතන සිද්ධ වෙනවා. එතකොට මේ අත්තා කියන්නේ, මේ පල්ලෙහා තියන අත්තා කැල්ල.

ඒ කියන්නේ දැන් මෙතන්දි මම භූභාක් මෙනෙහි කරන්න ගත්තා මෙනත අත්තා වෙන්නයි, එහෙම නම් මේ සුබයට ආවා එක පැත්තකින්. සුබය පරාමාසයට එනවා. නිත්‍යයි කියලා සංස්කාරවලින් එක කැල්ලක් එනවා. මෙන්න මේ දෙක ම ද මේ අත්තා වෙන්නේ කියලා මට හැඟීමක් ආවා. එතකොට රහතන් වහන්සේගෙන් විමසුවා ම, රහතන් වහන්සේ කීවා, “ඒකට තවත් කැල්ලක් තියෙනවයි” කියලා, තුනක්. ඒ කියන්නේ වේතනාව. උඩින් තියෙන්නා වූ වේතනාවයි. මෙතනින් මේ සුබය පරාමාසයට ඇතුල් වීමයි. මෙතැන පරාමාසයට සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා ඇතුල් වීමයි. ඔන්න ඔය තුන නිසා තමයි මෙනත මේ අත්තා කියන එක තියෙන්නේ කියලා. මේ කාරණා තුන බලපානවා කියලා රහතන් වහන්සේ පැවසුවා.

එතකොට එහෙම නම් මේ වේදනාවයි, සංස්කාර නිත්‍යයි, වේතනාවයි කියන ඒවා විමෙන් තමයි, ඔය අභංකාරය කියන අත්තා වෙලා තියෙන්නේ. අභංකාර අත්තා ඔය තුනෙන් තමයි හැදිලා තියෙන්නේ කියන එක. එතකොට මෙතන්දි ඇත්තෙන් ම කියනවා නම්, ඔය දුක්බයක් තමයි තියෙන්නේ. හැබැයි මේ සුබයක් හැටියට නේ අපි එකතු වෙන්න යන්නේ. ඒ කියන්නේ, අපි මේ වෙලාවේ දී අර C කියන කොටසේ ඉන්නේ, ඒ area එකේ. අර ජරාවට පත් වෙලා තියෙන කොටසෙයි ඉන්නේ. එතකොට අපි ඒ දුක්බය, ලාභයක් වශයෙන් නොගන්න ඕනේ. සත්‍ය වශයෙන් ම තියෙන්නේ ජාතියෙන් ජරාවට පත් වුණා. අර රූපය වෙනස් වුණා, විපරිණාම දුක්බතාවය. ඒක ලාභයක් වශයෙන් නොගන්න ඕනේ. එතකොට ආකාසානඤ්චායතනය එතන ඒ විදිහට පවතිනවා.

ඊළඟට ඔය තුන් වෙනියට බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්න්නේ, අපි යනවා කියලා විඤ්ඤාණඤ්චායතනයට. මුදිතා වෙනො විමුක්තිය, විඤ්ඤාණඤ්චායතනය පරම කොට ඉන්නවා කියලා. අන්න ඒ කතාවේ දී මේ හය වෙනි කාරණය තියනව නේ. දැන් අපි පහ දක්වා ආවා. හය කියන්නේ දිට්ඨි අනුසය කියන එක. ඒ දිට්ඨි අනුසය කියන එක නොවෙන්නට ඕනේ. ඒක නොවෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ, මම අර දැන් රූපය පැත්තකට දාලා මේකෙ ඔතපු කොල ටික තමයි තියෙන්නේ. ඒ ඔතපු කොල ටික නිසාත්, අපි දැන්, මං මේ යන්න කැමතියි. ආකාසානඤ්චායතනය කියන එක, ඒ වේදනාව කියන එක යම් ආකාරයක ද, ඒ වේදනාව ආකාසානඤ්චායතනය එපා. ඒක නිසා ඇති වෙච්චා වූ වේදනාව වශයෙන් තියන එක දිට්ඨි අනුසයෙන් ඒක එපායි කියන එක තියෙනවා.

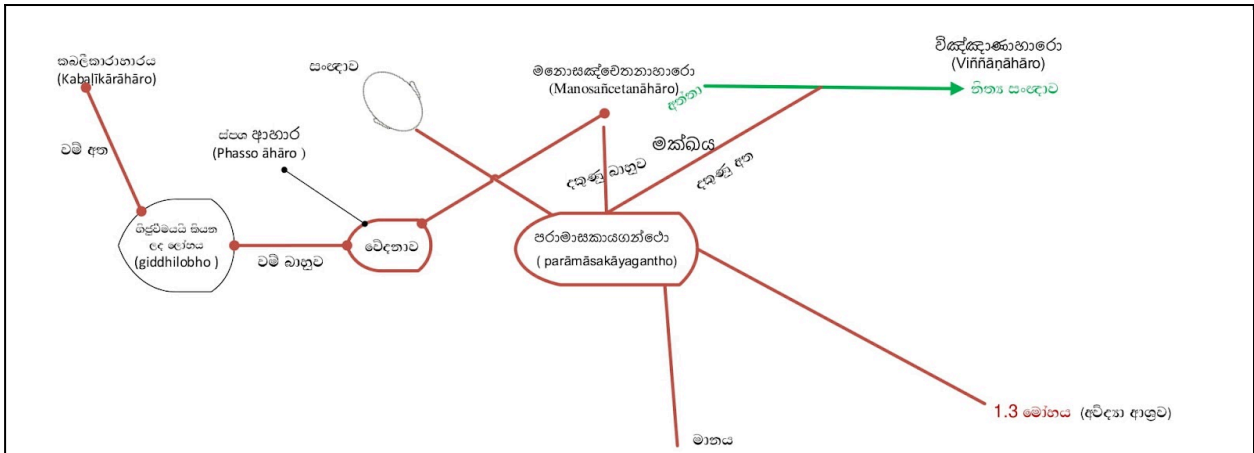
ඒ හය වෙනි කාරණය කියන එක නොවෙනවා නම්, දිට්ඨි අනුසය කියන එක නොවෙනවා නම්, අපිට පුළුවන්කම තියෙනවා, ඒ විඤ්ඤාණඤ්චායතනයට යන්න.

ඉතින් එහෙම වෙන්න නම් අපි හයෙන් අගතියට යනවා කියන එක නොවෙන්න ඕන. මොකද හයෙන් අගතියට යනවා නම් ඔයාට හය වෙති කාරණය සිද්ධ වෙනවා. ඉතින් එහෙම වෙන්න නම් ඔයාට සැකයක් එහෙම නොතියෙන්න ඕන, ඒක ආවා.

ඊළඟට, ඊළඟ භාවනාවට ගත්තා, ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය වෙන එක. ඒ ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය නොවෙන්න නම් අපි දන්නවා අර දකුණු අතේ බාහුව කපනවා කියන එක නේ, අත්තා කියන එක නොවෙන්න නේ තියෙන්නේ. උඩින් තියෙන අත්තා, ඒ මමංකාරයත් එක්ක තියන අත්තා, නොවෙන්න ඕන. එතකොට මේක නොවෙන්න නම් මට ආවා, අර සඤ්ඤාවයි, වේදනාවයි කියන දෙක තියනව නේ. ඒ සඤ්ඤා වේදනා දෙකෙන්, දැන් වේදනාවේ ඉදන් එනවා කෙළින් ම ඕක නාමරූපය තියෙන තැන එහෙම දන්නවා. අපි එතනින් කෙළින් ම වේතනාවට එන එක තියෙනවා. සඤ්ඤාවෙන් වේතනාවට එන එක තියෙනවා. මෙන්න මේ දෙක නැති වෙන්න ඕන. **A B** කියලා මම එවෙලේ මතක් කරගත්තා. ඒ කැලි දෙක සඤ්ඤාවෙන් එන කැල්ලයි, වේදනාවෙන් එන කැල්ලයි නොවීම තියෙන්න ඕන.

මෙන්න මේ අවස්ථාවේ දී මේ සංස්කාර ලාභයක් වශයෙන් අපි ගන්නේ නැහැ, සංස්කාර. සංස්කාර ලාභයක් කියලා ගත්තොතින් ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය කියන එක පවතින්නේ නැහැ. ඉතින් මෙන්න මේ භාවනා හතර තමයි කළේ.

ඒ සුභ කියන එකෙන් හිටියා. ආකාසානඤ්චායතනයෙන් හිටියා. විඤ්ඤාණඤ්චායතනයෙන් හිටියා. ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයෙන් හිටියා.



මනුෂ්‍යයෙක් මෙම පිටුව අභිමුඛ කර සිටියි. ඔහුගේ ඔළුව සංඥාවයි. වම් උරහිස වේදනාව වේ. දකුණු උරහිස මනෝබලයයි. කුස පරාමාසකායගන්ථය වේ. වම් පාදය මාතය වේ. දකුණු පාදය මෝහය වේ.

- සුභ විමුක්තිය- වම් අත කපන්න.
- ආකාසඤ්ඤායතනය- වම් බාහුව කපන්න. මෙහිදී සුඛ සංඥාව විචාරයි. ඊර්ෂ්‍යාව පහ කර ආකාසඤ්ඤායතනයට එළඹේ.
- විඤ්ඤාණඤ්ඤායතනය- දකුණු අත කපන්න. ආකාසඤ්ඤායතනය නිසා ඇතිවන වේදනාව ද, එම වේදනාව මගේ යයි ගැනීමෙන් ඇතිවන දුටුසුල්ල භාවය ද විචාරයි. මක්ඛය පහ කර විඤ්ඤාණඤ්ඤායතනයට එළඹේ.
- ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය- දකුණු බාහුව කපන්න. මෙහිදී අන්ත සංඥාව විචාරයි. සාධේය්‍ය පහ කර ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයට එළඹේ.

24/12/2013 - සීලබ්බත උපාදාන 2

Sīlabbata Upādāna 2

මම අද භාවනාව කළේ, මුලින් ම ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ බුදුපියවරු සිහි කරලා, මම මුලින් ම මේ දරුවට මෙමත්‍රිය පැවැත්තුවා. මෙමත්‍රිය පවත්වලා, ඒ අනෙක් අයටත් මෙමත්‍රිය පවත්වලා, මෙත්තාවෙන්, කරුණාවෙන්, ඊට පස්සේ, අර ලෝභය නැති කරමි කියලා මම කියන තැනින්, මම පන්සිල් ගන්න ක්‍රමයක් තියෙනවා. ඒ ලෝභය නැති කරමි යි කියන එක මම කල්පනා කරලා, එතෙන්දී පටන් ගන්න කියලා රහතන් වහන්සේ කීවා.

එතකොට ඒ ලෝභය කියන එක මම එකපාරට ම බැලුවේ, මේ ලෝභය කියන එක අර A නිසා B වෙනවා කියන කතාව. ඒ කියන්නේ, මේ පුරාහෙද සුත්‍ර නිර්දේශයේ, අපි ගාථාවල් තුනක් බැලුවා. ඒකේ තුන් වෙනියට තියන ගාථාවේ තමයි තියෙන්නේ මේ, “නිරාසත්ති අනාගතෙ, අතීතං නානුසොචති, විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිට්ඨිසු ච න නීයති.” කියන ගාථාව.

එතකොට මෙතන මේ මෙතෙන්දී පළවෙනි එකට පෙන්වන්නේ, නිරාසත්ති අනාගතෙ කියලා කීව්වහම, අනාගතයේ මෙබඳු රූප ඇති වෙමිවා, මෙබඳු වේදනා සඤ්ඤා සංස්කාර විඤ්ඤාණ ඇති වෙමිවා, කියලා එයාගේ කල්පනාවක් තියෙනවා. එතකොට ඒක එහෙම වෙන්නේ, අර ඔයගොල්ලන්ගේ හොඳ අවස්ථාව තියෙනවා නේ, ජීවිතේ. දැන් හොඳට කෑම කාලා බීලා ඉන්න හොඳ අවස්ථාවේ දී තමයි අපි කල්පනා කරන්නේ, මට අනාගතයේ මෙහෙම තියෙනවා නම් හොඳයි. අල්ලපු ගෙදර මනුස්සයා Benz car එකකින් යනවා දැක්කහම, මටත් ඒ ජාතියේ එකකින් යන්න තියෙනවා නම් හොඳයි, කියලා සිතක් ඇති වෙනවා.

එතකොට ඔය නිරාසත්ති අනාගතෙ කියන්නේ, මෙන්න මේ area A එක තියෙනවා. මේ area A එක නිසා, area B කියන එක ඇති වෙනවා කියලා. එතකොට area A එකේදී අපි ගන්නවා, අර යම්කිසි ස්පර්ශයක් ඇති වෙලා, මේ මොහොතේ ඇති වෙන්නා වූ ඒ යම් වූ වේදනාවක් තියෙනවා ද, කල්පනා කරනවා මට අනාගතයට මෙහෙම වේවා කියලා. එතකොට මෙන්න මේ කතාව තනිකර සීලබ්බත උපාදානයයි කියලා, බොහෝ ම තදින් මට පෙනුණා.

සීලබ්බත උපාදානය තමයි, මෙතන කතා කරන්නේ. අපි අනාගතේ මෙසේ වේවා, මෙසේ වේවා කියලා තියෙන්නේ. ඔයගොල්ලෝ අනාගතයේ මෙසේ වේවා, එසේ වේවා කියලා ගත්තා නම්, එහෙම නම්, ඔයගොල්ලන්ගේ විඤ්ඤාණයේ අනාගතයේ යම්කිසි එකක් සඳහා පිහිටුවීමක් කරනවා. ඒ කියන්නේ මගේ උත්පත්තියක් කියන

එකක් මම ඇති කර ගැනීමක් කියන එක තියෙනවා. ඒ උත්පත්තිය කියන එක ඇති වෙනවා නම්, මම ජරාවට යනවා කියන එක තියෙනවා. අන්න ඒක තමයි, මෙන්න මේ area එකේ තියෙන්නේ. මේ area එකේ තියෙන්නේ, ඔය ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක ඇති වෙනවා. අර අනාගතයේ මම මෙසේ වෙමිවා, කියලා ගත්ත එක හින්දා ම තමයි, මට මේක තියෙන්නේ. එහෙම නම් ඉතින් මම සුදානම් වෙන්න ඕනෙ, බලාපොරොත්තු වෙන්න ඕනෙ, මම ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එක, ඊළඟ හවයේ දීත් මට ඇති වෙනවා කියන එක.

එතකොට ඒකෙදි වෙන්නේ මොකද? මෙතන පෙන්නනවා, තර්කයන් වහන්සේ අතීත නානුසොවති කියලා. පසුගිය දෙයට දුක් නොවෙයි. වෙනසට පැමිණෙන වස්තුවේ සෝක නොකරයි, කියලා. ඒ කියන්නේ දැන් මට අතීතයේ යම්කිසි ආකාරයට මේ විදිහට ශරීරයක් තිබුණා කියලා කියන්න කල්පනා කරනවා. දැන් ඊළඟට ගත්තහම, ඒ ශරීරය වෙනස් වෙලා. ඒ වෙනස් වෙලා, ඒක නිසා ඒ සෝකයට පත් වෙනවා. මට car එකක් තිබුණා, car එක කැඩුණා. කෙස් තිබුණා, කෙස් පැහුණා. ඇඟ රැලි වැටුණා. වයසට ගියා. දත් වැටුණා. මේ ලෙඩ රෝග බවට පත් වුණා. අන්න ඒක තියෙනවා. එතකොට දැන් අපි A වලින් B වලට ඇවිල්ලා, B වලින් C එක හදාගත්තා, අර සීලබ්බත උපාදානය හේතු කොටගෙන.

එතකොට දැන් මේක නොවෙන්න නම්, මේ තුන් වෙනි ගාථාවෙන් බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්වුවේ, විවේකදස්සි එස්සෙසු. ස්පර්ශයන්ගේ විවේකය දන්නේ ය. ස්පර්ශයන්ගේ විවේකය දන්නවා කියලා කියන්නේ, මේ ඇසේ ස්පර්ශය තමා කියලා ගන්නේ නැහැ. නිත්‍ය වශයෙන් ගන්නේ නැහැ. අර මේ වෙලාවේ යම්කිසි දෙයක් ස්පර්ශ වුණා ද, යම්කිසි රූපයක් මේවා වෙලා අපි හොඳ අවස්ථාවක් තිබුණ ද, ඒ වෙලාවෙදි නේ, අපි අනාගතය අල්ල ගන්නේ. එතකොට මගේ ස්පර්ශයක් නැත්නම් මම අල්ලන්න යන්නේ නැහැ. අනාගතයක් අල්ලන්න මොකක්වත් කරන්න යන්නේ නැහැ, මගේ ස්පර්ශයෙන් කියන එකේ විවේකය තියෙනවා.

එතකොට අන්න ඒක පැහැදිලියි මෙතෙන්නට එතකොට. ඒ තුන පැහැදිලි වුණාට පස්සේ, ඒ කියන්නේ මෙතන මේ ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන කොටස මම ඇති කරගත්තා, මගේ සීලබ්බත උපාදානය නිසා. එතකොට මට මේකත් එක්ක මතක් වුණා, මේ 4 සලකුණ. ඒ කියන්නේ ඔය ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන් අපි වඩනවා නම්, ඔතෙන්නදි අපි ගන්නවා, අලෝභය කියන එක. දැන් අලෝභයෙන් නේ පටන් ගන්නේ ලෝභය නැති කරමියි කියලා. එතකොට අලෝභය කියන එක තියෙනවා නම් නෙක්බම්මය. නෙක්බම්මය, අව්‍යාපාදය, අවිහිංසාව. එතකොට අපිට ජේනවා අර ලෝභ දෝෂ මෝහ diagram එකේ අලෝභ අදෝෂ අමෝහ කියන එකට යනවා කියලා. එතකොට අලෝභ, අදෝෂ, අමෝහ කියන තුනට යනවා නම්, ඔකෙදි

පෙන්නනවා ඔය 4 සලකුණ. ඒ භාවනාව මම කලින් කරලා තියෙනවා. ඒ 4 සලකුණ කියන එක හැදෙනවා.

4 සලකුණේ එක පැත්තක තියෙන්නේ ඉන්ද්‍රිය අසංවරය. උඩට ගත්තහම උඩ කෙළවරේ තියෙන්නේ ඊර්ෂ්‍යාව. 4 සලකුණේ උඩින් තියෙනවා, ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක. එතකොට උඩ ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක ඇති වෙනවා. මෙහෙත් ගත්තහම ඉන්ද්‍රිය අසංවරය ඇති වෙනවා. මේ පැත්තෙන් ගත්තහම sickness එක කියන එක ඇති වෙනවා. ඉතින් පල්ලෙහාට ගිහාම ද්වේෂය. එතකොට ඕක නැති වෙනවා, ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන් කියන ඒවා වැඩීමෙන්.

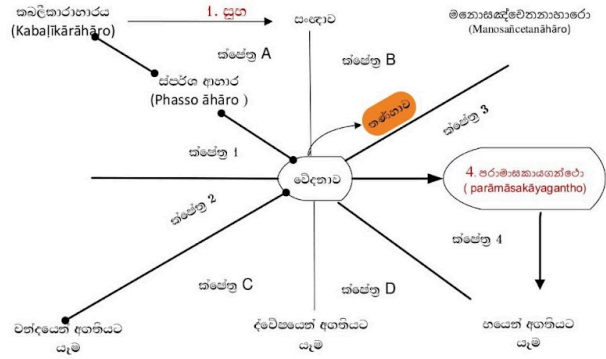
එතකොට ඒකේ දී මට පෙනුණා, ඒ කියන්නේ, මේ මුළු 4 සලකුණ ම ඇවිල්ලා සිලබ්බත උපාදානය. සිලබ්බත උපාදානය ම තමයි 4 සලකුණේ කියන එකේ තියෙන්නේ. මොකද මම ඊර්ෂ්‍යා වෙන්නේ මොකට ද? දැන් මගේ මොකක් හරි ඇහෙන්න මොකක් හරි ස්පර්ශයක් වෙලා, මට යම්කිසි ආකාරයකට වේදනාවක් ඇති වෙලා, මම කල්පනා කරනවා මටත් ඒ ඡාතියේ එකක් තියෙනවා නම් හොඳයි. අනාගතයේ මම මෙහෙම වෙනවා නම් හොඳයි. එතකොට මම අනාගතය අල්ලා ගැනීමක් කියන එක, එහෙම එකක් කලා. එතකොට දැන් ඉතින් ඒකෙන් තමයි මම ඊර්ෂ්‍යා වෙන්නේ. අර මනුස්සයාට සැපතක් තියෙනවා කියලා මම දැකලා තමයි, මගේ ඊර්ෂ්‍යාවක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට ඒක සඳහා තමයි මම මේ අනාගත භවය දැඩිව අරගෙන යන්නේ.

ඉතින් අර මනුස්සයාට තිබුණහම මට මොකෝ, කියන එක කල්පනා වෙනවා නම්, එතකොට ස්පර්ශයේ විවේකය තියෙනවා නම් මගේ නෑ ඔය ඉන්ද්‍රිය අසංවරයේ කතාව නැහැ. මොකද මම මෙතන එක්කහු කරන්න යන්නේ නෑ. ඇහැයි, රූපයයි, චක්ඛු විඤ්ඤාණයයි එකතු කරගන්න බැරි දෙයක් කියලා තේරුම් අරගෙන, මේක එකතු කරගන්න යන්නේ නැහැ.

එතකොට ඒක තමයි භාවනාව. මේක නිසා අර ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා තියෙනවා නම් මේ 4 සලකුණ ඇති වෙනවා. මේ මුළු එක ම සිලබ්බත උපාදානයයි කියලා මේ භාවනාවේ දී ආවා.

නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොචති;
විවෙකදස්සී එස්සෙසු, දිට්ඨිසු ව න නීයති.

යමෙක් අනාගතයෙහි තාමෙක රහිත වෙයි ද, ඉක්මැහිට දැකට ආසාදන නො කෙරේ ද, වනිමාන විකල්පවිචාරයෙහි ආත්මාදිභාවිවේකය දකී ද, දෙසැට දිවු අතුරෙන් කිසි දැකියකින් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඔහු උපකාන්ත සයි කියමි.)



1) නිරාසන්නි අනාගතෙ

- අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාචෙන් සුක්ත නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නෙක් වන්නෙමි යැයි...
- තණ්හාව නොමැති නම් කපේත්ත A නිසා කපේත්ත B නොවේ.

2) අනීතං නානුසොචති

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙතසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ ගෝච නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙතස් වීමෙහි හෝ ගෝච නොකරයි. මාගේ ඇස වෙතස්වූයේ යැයි ගෝච නොකරයි.

- පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, කපේත්ත C නිසා කපේත්ත D නොවේ.

3) විවෙකදස්සී එස්සෙසු - ස්පර්ශයන්හි විවේකය දන්නේ ය.

ඇසේ ස්පර්ශ තමා වඩන හෝ, තමා කෙරෙහි හෝ, නිත්‍ය වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිතවු ස්පර්ශය, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයන්ගෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවු ස්පර්ශය, අභිතවුද, පවත්නා කල්හිවුද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවු ස්පර්ශය, අභිතවුද, අනාගතවු ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

- කපේත්ත B නිසා කපේත්ත C නොවිය යුතු බව දනි.

4) දිට්ඨිසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිතර්ක නොපමුණුවයි

- ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැහිම ප්‍රතිණය, මුලින් සිදුනෙය. ගාන්ත විය, සංසිදුනෙය. ඉපදීමට අයෝගයය. ඥානය තමැති ගින්නෙන් දැවුනෙය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
- කපේත්ත B නිසා කපේත්ත D නොවිය යුතුය.

S_Purabheda_SuttaDiagrams.pdf - Slide 4

4) පිටත විසුරුණු ඡන්දය (බභිද්ධා වික්ඛින්නො ඡන්දො)

- සංස්කාර වල අස්මිති මාන ඇත.
- සම්මා සමාධියේ සංස්කාර ඇත.
- චිත්ත සංස්කාර මගේ යැයි නොගැනීමට විමංසා සමාධිය භාවිතා කරන්න (සංස්කාර -> සංස්කාර).

D. ආලෝකසක්ඛාඤ්ඤාව මැනවින් ගන්නා ලද්දී දිවාසක්ඛාඤ්ඤාව මැනවින් නබන ලද්දී වේ (ආලෝකසක්ඛාඤ්ඤා සුග්ගහිතා හොති දිවාසක්ඛාඤ්ඤා ස්වාධිච්ඡිතා).

- චිතමිද්ධ නොවීමට ආලෝකසක්ඛාඤ්ඤාව භාවිතා කරන්න.
- විචිකිච්ඡාවේ සමුදය දැන නිවනින් පිටත වූ දෙයක් මගේ යැයි නොගනී. 5 වෙනි පිටුවේ සියල්ල ගැන සිතන්න.

I) ඉතා සැහැල්ලු ඡන්දය (අතිලීනො ඡන්දො)

- රූප ස්පර්ශ වීමෙන් කුසිතවන බව (කොසප්ප) දැන විපිස භාවිතා කල යුතුය.

A) පෙර සංඥා යම්සේ නම් පසුත් එසේ ය. පසු සංඥා යම්සේ නම් පෙරත් එසේ ය. .

- කාමරාගනුසය මගින් සංඥාවට යමක් එකතු නොකල යුතුය (5 වෙනි පිටුවේ, 2 - නිත්‍ය ගැන සිතන්න.)

2) ඉතා දැඩි කොට ගන්නා ලද ඡන්දය (අතිපග්ගහිතො ඡන්දො)

- උද්ධච්චය -> දෝමනස්ස (බොජ්ඣංග පිටුව 3, 4)
- මානය -> අභුද්ධාව
- රෝගී සංඥාව නිසා ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට අභිජ්ජා නොවීම සඳහා ඡන්ද සමාධිය භාවිතා කර ඉන්ද්‍රිය සංචර කර ගත යුතුය.

B. යට යම්සේ නම් උඩත් එසේ ව, උඩ යම් සේ නම් යටත් එසේ ව වෙසේ (යථා අධො තථා උද්ධං, යථා උද්ධං තථා අධො)

- පාදතලයෙන් උඩ කෙස්මතුයෙන් නන් වැදැරුම් අසුවියෙන් පිරුණු මේ කය ම ප්‍රකාශවක්ෂා කෙරෙයි (අසුභ භාවනා - 5 වෙනි පිටුවේහි, 1 - ගැන සිතන්න).

3) ඇතුළත හැකුළුණු ඡන්දය (අජ්ඣන්තං සඛිඛින්නො ඡන්දො)

- රෝගී සංඥාව මගේ යැයි ගැනීමෙන් සිදුවූයේය. චිත්ත සංස්කාර මගේ නොවීමට චිත්ත සමාධිය භාවිතා කරන්න.

C. දහවල් යම් බඳු නම් රැන් එසේ ව, රැ යම් බඳු නම් දහවලුත් එසේ ව වෙසේ (යථා දිවා තථා රත්තිං, යථා රත්තිං තථා දිවා විහරති)

- අතීත අනාගත චරිතමානා තුන් කාලයේදීම පවිච්ච සමුප්පන්නව සිදුවන බව දත යුතුය. 5 වෙනි පිටුවේ, 3 සහ 5 - ගැන සිතන්න. සුභ වේදනාව සහ චිත්ත සංස්කාර මගින් පවිච්ච සමුප්පාද ඇතිවන බව.

s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 8

25/12/2013 - එස්ස නිරොධො දුක්ඛ නිරොධො

Phassanirodhā Dukkha Nirodho

අද භාවනාව මම කරමි මුලින් ම ඒ බුදුපියවරු සිහි කලා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝභය, ද්වේෂය, මෝහය කියන එක නැති කරලා ඉන්නා වූ පළවන ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වශයෙන්. ඔය විදිහට ඒ බුදුපියවරු ලෝභයටවත්, ද්වේෂයටවත්, මෝහයටවත්, සැලෙන්තේ නැහැයි කියන එක ගත්තා, පළවෙනි බුදු පියාට, දෙවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේට, ඔය විදිහට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා සිහි කලා. ලෝභයටවත්, ද්වේෂයටවත්, මෝහයටවත්, සැලෙන්තේ නැතෙයි කියන එක.

එහෙම සිහි කලාට පස්සේ දැන් මම භාවනාව කරගෙන යනවා, අර පන්සිල් ගන්න විදිහට ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියන මේවා එකේදි, ඉතින් මට ජේනවා, මේ ලෝභය නැති කරනවා නම්, ද්වේෂයයි, මෝහයයි නැති වෙනවා. ඔය විදිහට භාවනාව ගිහිල්ලා, ඊට පස්සේ මම චතුක්ඛ්‍යානසට යමි යි කියන තැනදි රහතන් වහන්සේ කීව්වා, එතනින් පටන් ගන්න කියලා.

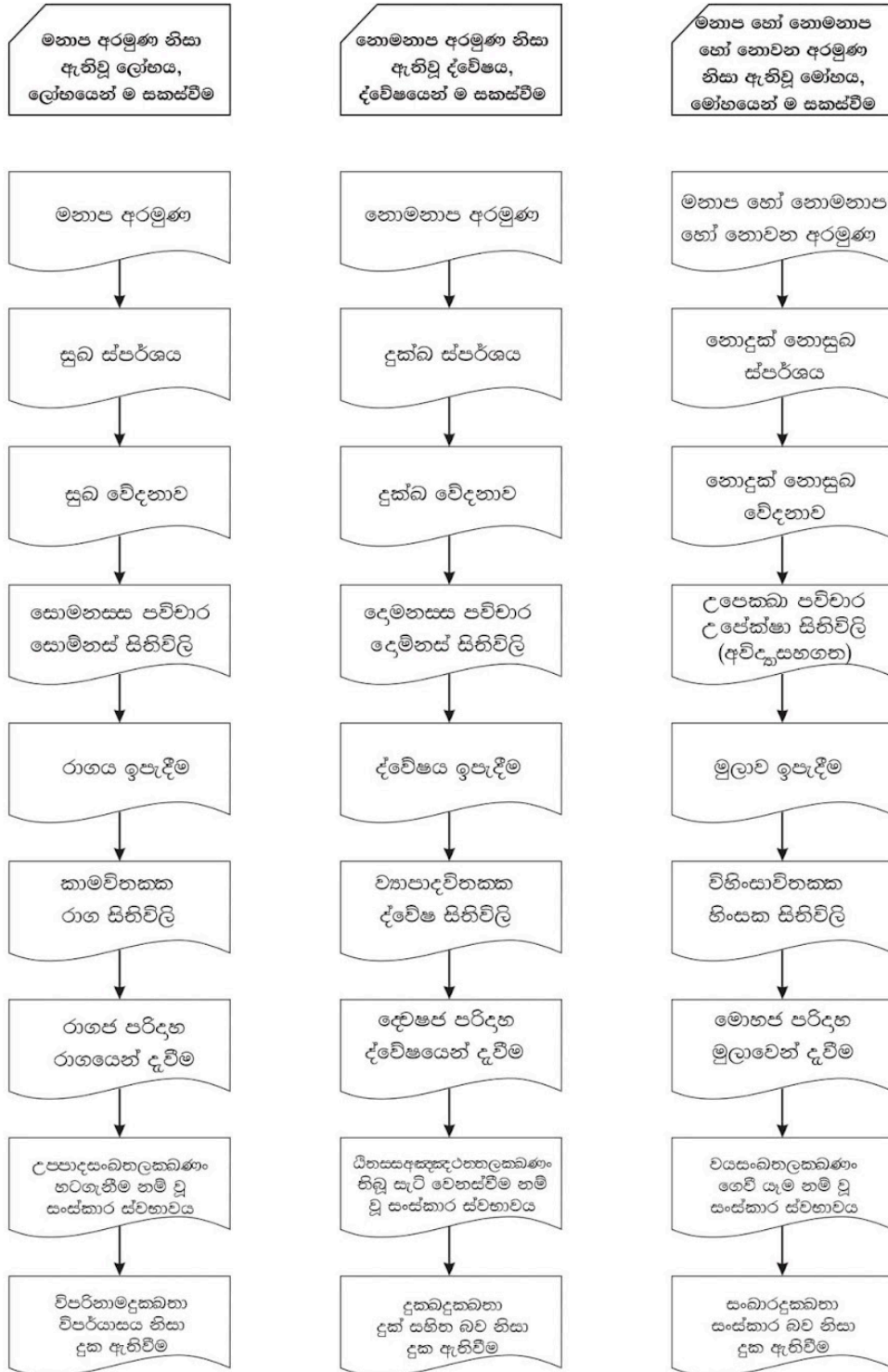
ඒ පාර දැන් මම චතුක්ඛ්‍යානසට යන්න නම්, ඉතින් ප්‍රථමධ්‍යානසට යන්න ඕනේ. ඉතින් ප්‍රථමධ්‍යානසට යන්න මම මෙනෙහි කරන්න ගත්තා, ඔය දෙනිස් කුණුපය, අට්ඨක සඤ්ඤාව, ඔය විදිහට බොහොම කෙටි කාලයකින් ඒක සිහි කලා. සිහි කරලා ඉතින් ඒ ඇට, එක එක පුද්ගලයාගේ ඇට සහිතව, ඉතින් මෙනෙ ඉන්න අයගේ ඒක ඒ විදිහට දකිනවා මම. දැකලා ඊට පස්සේ දැන් බොහෝ ම සුඛයක් තියෙනවා. ඒ සුඛය තුන් වෙනි ධ්‍යානස සහිත ඒ සුඛයට ආවහම, පස්සේ මම කල්පනා කලා, මේ සුඛය කියලා කියන්නේ දුක්ඛයේ තාවකාලිකව පහ වීමක් විතරයි. දැන් ඒ සත්‍ය වූ දුක්ඛය, දැන් ඇති වෙයි කියන අර්ථයට ඒ කියන්නේ. ස්පර්ශය කියන එක නිරෝධ වෙනවා නම්, ඉතින් එතන මේක නැති වෙලා යනවා කියලා. ස්පර්ශය නැති වුණහම ඒක නැති වෙනවා, කියන එක කල්පනා වුණහම මට ආවා, අර පුරාහෙද සුත්‍ර නිර්දේශයේ ගාථාවට, විවෙකදස්සි එස්සෙසු කියන එකට ආවා. ස්පර්ශය නිරුද්ධ වෙනවා කියන එක.

ඉතින් එතෙක්දී, ඒක සිතීමත් එක්ක, එහෙම ම අර සිතේ සමාධිය ඉතින් උග්‍ර වෙලා අර නිරෝධය කළහම සිත ගමන් කරන්න පටන් ගත්තා. අර උපෙක්ඛාව අර විදිහට ඇති වෙලා, ඒ නිරෝධය දක්වා එතන දී බොහෝ ම ලස්සනට ඒක ගමන් කරන්න ගත්තා. එතකොට ඒ කියන්නේ එතෙක්දී ආවේ මට ස්පර්ශය කියන එක නිරෝධ වෙනවා නම්, වේදනාව කියන එක නැති වෙනවා.

එතකොට වේදනාව නැති වෙනවා නම්, අර ලෝහ දෝෂ මෝහ diagram එකේ ඒ ටික, විපරිණාම දුක්ඛතාවය, දුක්ඛ දුක්ඛතාවය, සංස්කාර දුක්ඛතාවය ඔක්කොම නැති වෙනවා. එතකොට ඒකත් එක්ක එනවා, ඉතින් එහෙනම් ස්පර්ශය කියන එකේ නිරෝධය කියන එක දැන් එතෙන්දී පෙන්නනව නේ, අර B නිසා C වෙන්නේ නැහැයි කියලා. ඒ කියන්නේ, මම විපරිණාමයට කියන එකට යන්නේ නැහැ. එතකොට ඒ අර්ථය සහිතව, ඒ කියන්නේ, ඒ විපරිණාමය විතරක් නෙවෙයි, මෙතෙන්දී මුළු දුක්ඛතා තුන ම නැති වෙනවා. ඒ මුළු දුක්ඛතා තුන ම නැති වෙනවා කියන අර්ථය ඇතුළුව, ඉතින් ඒ විදිහට ඉන්නකොට, එතෙන්දී ඒ විදිහට ම නිරෝධයට ගියා.

එහෙම නිරෝධයට ගිහිල්ලා ආපහු ආවා. ඉතින් රූප එහෙම, අරවා මේවා ජේන්න ගන්නා. මෙතන නැති, එක එක තැන්වල රූප. ආපහු මේවායේ ස්පර්ශය නිරෝධය නම්, එහෙම නිරෝධ වෙනවා නම්, මේ දේ නිරෝධ වෙනවයි කියන එක ගත්තහම, ආයෙත් ඉතින් නිරෝධයට යනවා. ඒ විදිහට තමයි ස්පර්ශය නිරෝධයෙන්, නිරෝධය කියන එක. නිරෝධයට ම තමයි ගියේ. නැවත නැවතත් පුනපුනා ආවා කියන එක.

ඒක තමයි මගේ භාවනාව වුණේ.



නිරාසන්නි අනාගතෙ, අනීතං නානුසොවති;
විවෙකදස්සි එස්සෙසු, දිවධීසු ව න නීයති.

සමෙක් අනාගතයෙහි තාණො රහිත ඵෙ ද, ඉක්මැහිත දුසට ඡොක නො කෙරේ ද, වනීමාන විකල්පවර්ණාදියෙහි ආත්මාදිතාවිවෙකය දකී ද, දෙසැට දිවු අතුරෙන් කිසි දූෂ්ටයකින් නො පමුණුවනු ලැබේ ද, (ඕසු උපශාන්ත යයි කියමි.)

1) නිරාසන්නි අනාගතෙ

- අනාගතයෙහි මෙබඳු රූපයක් ඇතිවන්නක් වන්නෙමි යැයි එහි ආගාවෙන් සුත්ත නොවූයේ වෙයි, මෙබඳු වේදනාවක් ඇතිවන්නක් වන්නෙමි යැයි...
- තණ්හාව නොමැති නම් ක්ෂේත්‍ර A හිසා ක්ෂේත්‍ර B නොවේ.

2) අනීතං නානුසොවති

"පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ" යනු වෙනසට පැමිණෙන වස්තුවෙහි හෝ හෝක නොකරයි. ඒ වස්තුව වෙනස් වීමෙහි හෝ හෝක නොකරයි. මාගේ ඇස වෙනස්වූයේ යැයි හෝක නොකරයි.

- පසුගිය දෙයට දුක් නොවේ නම්, ක්ෂේත්‍ර C හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවේ.

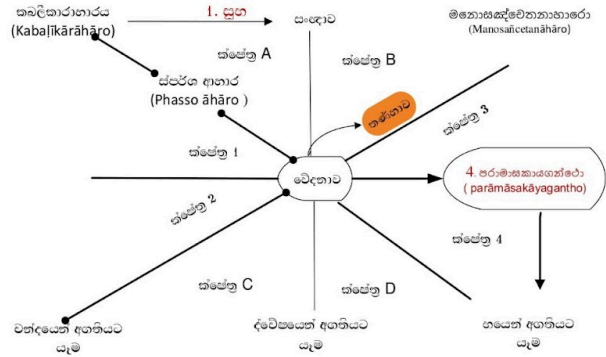
3) විවෙකදස්සි එස්සෙසු - ස්පර්ශනි විවෙකය දන්නේ ය.

ඇස් ස්පර්ශ නමා විධිත් හෝ, නමා කෙරෙහි හෝ, නිත්‍ය වශයෙන් හෝ වලින් වෙන්ව බලයි. යඳිඳු හෝ අභිතවු ස්පර්ශ, අනාගතය හා පවත්නා කල්හි ස්පර්ශයෙන් වෙන්කොට බලයි. අනාගතවු ස්පර්ශ, අභිතවුද, පවත්නා කල්හිවුද, ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි. පවත්නා කල්හිවු ස්පර්ශ, අභිතවුද, අනාගතවු ස්පර්ශයන් ගෙන් වෙන්කොට බලයි.

- ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර C නොවිය යුතු බව දැනි.

4) දිවධීසු ව න නීයත - දෘෂ්ටිතටද නොපමුණුවයි

- ඔහුගේ දෙසැට දෘෂ්ටි ගැහිම ප්‍රතිණය, මූලිත් සිදුනේය. ශාන්ත විය, සංසිදුනේය, ඉපදීමට අයෝග්‍යය, ඥානය නමැති ගින්නෙන් දැවුනේය. හෙතෙම දෘෂ්ටියෙන් නොයයි.
- ක්ෂේත්‍ර B හිසා ක්ෂේත්‍ර D නොවිය යුතුය.



26/12/2013 - අභිජ්ඣා දෝමනස්ස භාවනා

Abhijjā Domanassa Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු මම සිහි කළේ, ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේට අභිජ්ඣා දෝමනස්සය කියන එක නැහැයි කියලා. ඒ විදිහට ඒ ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේටත්, ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේටත්, ඒ විනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේටත්, ඔය විදිහට ධම්මරතන බුදුපියාණන් වහන්සේ, විනයධර බුදුපියාණන් වහන්සේ, තපස්සි බුදුසියා, සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා මම සිහි කලා, අභිජ්ඣා දෝමනස්ස නැතෙයි කියලා.

එතකොට ඊට පස්සේ මම පටන් ගත්තා, අර පන්සිල් ගන්න විදිහට බුද්ධං සරණං ගවිජාමි, මම ලෝභය නැති කරමි. එතකොට ලෝභය නැති කරනවා කිව්වහම නෙක්ඛම්මය. නෙක්ඛම්මයෙන් තමයි, ඒ කියන්නේ, කාම විතක්ක තියෙනවා නම් අපිට ලෝභය කියන එක ඇති වෙනවා. කාම විතක්කයෙන් රාගජ පරිදාහය කියන්නේ, එතකොට ඒක නැති වෙනවා, මම නෙක්ඛම්මය. ඒක නිසා මම අලෝභයට යනවා. එතකොට ඒ එක්ක ම මම දන්නවා, කලින් කරපු භාවනාවක් තියෙනවා, නෙක්ඛම්මයෙන් අව්‍යාපාදය, අවිනිංසාව. එතකොට නෙක්ඛම්ම අව්‍යාපාද අවිනිංසාව වෙනකොට අර අලෝභ අදෝෂ අමෝහ කියන තුනට යනවා. ලෝභ දෝෂ මෝහ තුන කියන එක, එතනින් නැති වෙනවා. එතකොට ඊළඟට ඒ කියන්නේ, මට අභිජ්ඣාව තියෙනවා නම් කාම විතක්කයන් කියන එක මට ඇති වෙනවා, කියන එකත් සිහියේ තියෙනවා.

ඊළඟට ආපහු ගත්තා ද්වේෂය නැති කරමි. එතකොට ද්වේෂය නැති කරමි කියනකොට මම දන්නවා, අර අභිජ්ඣාව නිසා දෝමනස්සය ඇති වෙලා නේ මේ ද්වේෂයේ කතාව එන්නේ. අභිජ්ඣාවෙන් පස්සේ අර වට දෙකක් ගහනවා, කරුකිමක් තියෙනවා. ඔයගොල්ලෝ දන්නේ නැහැ, පෙළක් අය. ඒකේ අපි අර මොකක් හරි වස්තුවක් සුභයි කියලා අරගෙන, ඒකට අර නිත්‍යයි කියලා අගයක් එක්කහු කරනවා. ඔය තියෙනවා අවිද්‍යා ආශ්‍රවය මගින් ඕක තීරණය කරලා කරුකිමක්. ඒ කරකවලා ඊට පස්සේ ඕක මානය විසින් බලනවා ඕක හරි ද කියලා. ඕක fit වෙන්නේ නැහැ. ඒක නිසා දෝමනස්සයක් ඇති වෙනවා. ඒ ජරාවට යෑම නිසයි ඒක වෙන්නේ.

එතකොට මෙන්න මේ දෝමනස්සය ඇති වුණාට පස්සේ තමයි, ඔය ඉතින් කාමච්ඡන්දය එහෙමත් ඇති වෙන්නේ, දෝමනස්සයෙන් පස්සේ. එතකොට දැන් මේ දෝමනස්සය වෙනවා කියන්නේ, අර නෙක්ඛම්මය මගේ හරියට නැහැ, මම කලින්

අරගෙන තියෙනවා. දැන් ඉතින් අපි ජාති ජරා බවට පත් වෙලා නේ. ජරාවට පත් වෙලා තියන නිසා දැන් ඉතින් දෝමනස්සය කියන එක එතන තියෙනවා.

එතකොට දැන් මේ දෝමනස්සය පාරේ ගිහිල්ලා තමයි මම ද්වේෂයට යන්නේ. එතකොට දැන් මම ඒක නිසා ව්‍යාපාද වෙන්නේ නැහැයි කියන අර්ථය තියෙනවා. ආපහු මගේ මනස මුලින් අභිජ්ඣාවට එනකල් ම යනවා. අභිජ්ඣාව නිසා තමයි මේ කාමච්ඡන්දය ඇති වෙන්නේ. ඒ කාමච්ඡන්දය ඇති වුණහම මට ඊට පස්සේ අර දෝමනස්සය කියන එක, ඒ කියන්නේ, දෝමනස්සය ඇති වෙලා ම යි කාමච්ඡන්දය වුණේ. ඒ කතාව මට එනවා ආපහු. දැන් එතකොට, දැන් ද්වේෂයෙන් ගිහිල්ලා මම ආපහු මෝහයට යන්නේ නැහැ.

ඊළඟට ඔය විදිහට ම, සංසං සරණං ගච්ඡාමි කිව්වහම මෝහය නැති කරමි කිව්වහම අර අවිනිංසාව කියන එක අර විදිහට එනවා. එතකොට ඒක වෙන්න නම් අර නෙක්බම්ම අව්‍යාපාද අවිනිංසා කියන එකට මම එන්න ඕනේ. අලෝභ අදෝෂ අමෝභ වෙනවයි කියන එක. ඉතින් ඔතෙන්ට කෙනෙක් ආවොතින්, ඕක තනිකර ඒක භාවනාවක්. ඕක තමයි උපසමාධිට්ඨාන භාවනාව.

දැන් එතෙන්ට ආවට පස්සේ, ඊළඟට මම ආයෙ කල්පනා කරනවා, දුකියම්පි බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි, පංචනිවරණයන් යටපත් කරමි. දැන් එතෙන්දි මට ජේනවා මේ අභිජ්ඣාව නිසා තමයි මෙතන දෝමනස්සය. ඒ දෝමනස්සය නිසා තමයි කාමච්ඡන්දය ඇති වෙන්නේ. එතකොට පංචනිවරණ යටපත් කරමි කිව්වහම මේක නිසා ඇති වුණා වූ කාමච්ඡන්ද ව්‍යාපාද ජිනම්ද්ධ උද්ධව්ව කුක්කුච්ච විචිකිච්ඡා, මේවා යටපත් කරමි කියන එක. එතකොට දැන් මම දන්නව නේ, අපි ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන්නේ, දැන් මං ගත්තේ නැති වුණත් කලින් ගත්ත ඒවා නිසා මගේ දෝමනස්සය කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේක නිසා මට කාමච්ඡන්දය ඇති වෙනවා. මගේ මේ සිත කියන එක මම පිහිටුවන්න හදනවා. එහෙනම් මට දැන් තියෙන්නේ, මේක යටපත් කරගන්න තමයි. එතකොට මම මේ ටික යටපත් කරගෙන ඉන්නවා, කියන එක ආවා.

ඊළඟට දුකියම්පි ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි කියලා කියනකොට මම කියන්නේ, පංචනිවරණ යටපත් කර ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා යනවා කියලා. එතකොට එතන එහෙනම් සම්මා දිට්ඨිය. සම්මා දිට්ඨියේ දී මම කියන්නේ, ඒ සම්මා දිට්ඨියෙන් තමයි, අභිජ්ඣාවයි, දෝමනස්සයයි කියන එක නැති වෙන්නේ. සම්මා දිට්ඨි. මිච්ඡා දිට්ඨියෙන් තමයි අභිජ්ඣාව. එතකොට අභිජ්ඣාවෙන් තමයි දෝමනස්සය කියන එකට එන්නේ. එතකොට, සම්මා දිට්ඨිය මම භාවිතා කරනවා නම් මට අභිජ්ඣාවයි දෝමනස්සයයි නැහැ. දැන් එතකොට එහෙනම්, ඒ පන්සිල් ගන්න ක්‍රමය බොහොම

ලස්සනට හරියි කියන එක එනවා. සම්මා දිට්ඨියෙන් මේ විදිහට අර මුලට ම මේක ගිහිල්ලයි කියලා.

ඊළඟට කියන්නේ මොකක් ද? මම අරි අට මහ භාවිතා කරලා චතුත්ථධ්‍යානයට යමි යි කියන එක. එතකොට එතෙත්දි චතුත්ථධ්‍යානයට යමි යි කිව්වහම, දැන් මම යන්නේ අර ඉද්ධිපාද හතර ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන්ට තමයි මගේ මේ ගමන කියන එක සිද්ධ වෙන්නේ. ඉතින් එතන මම වෙනම ම භාවනාවක් කරලා තියෙනවා. අර 4 සලකුණ කියන එක මැකෙනව නේ, ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසාවෙන්, ඉද්ධිපාදයෙන්.

එතකොට එතෙත්දි ඔය විත්තය කියන එක ගත්තහම, ඒ කියන්නේ, දැන් මම විරිය භාවිතා කරනකොට එතන තියෙනවා, මගේ නෙක්ඛම්මය අව්‍යාපාද අවිහිංසා පළවෙනි විරිය. එතකොට ඒක තමයි, අපි දැන් ටිකකට ඉස්සෙල්ලක් කිව්වේ. ඒක භාවිතා කළහම මම අලෝභ අදෝෂ අමෝහ. ඒක නිසා මම යනවා උඩ ඡන්ද සමාධියට, නිර්වාණයට පිහිටනවා. ඒ ඡන්ද සමාධියට පිහිටුවාගිත් පස්සේ මම අභිජ්ඣා වෙන්න දෙන්නේ නැහැ. අභිජ්ඣා වෙන්න දෙන්නේ නැහැ, අභිජ්ඣා වුණෝතින් මේ ඡන්ද සමාධිය, එතකොට මම දන්නවා ඡන්ද සමාධිය හතරො නේ අභිජ්ඣාවයි දෝමනස්සයයි කියන එක. ඒක වෙන්න දෙන්නේ නැහැ. ඒක වෙන්න දෙන්නේ නැත්නම්, දැන් මම එනවා මේ විත්තය ඒකට සමාදන් කරගන්නවා කියන අර්ථයට. ඒ විත්ත සමාධිය කරගන්න, එතකොට මම විත්ත ඉද්ධිපාදයට තමයි එතන ආවේ.

එතෙත්දි මම අභිජ්ඣා දෝමනස්සය ඇති වෙන නිසා, ඔය දස කුසලය කියන එක මම සමාදන් කරගන්නවා. මොකද ඒවා අභිජ්ඣාව කියන එක මම ගත්තොතින් හරි යන්නේ නැහැ. මගේ විත්තය ඉන්නේ, දැන් එන්නේ, ඡාතියේ ඉදන් ජරාවට යනවා කියන area එකකයි මම ඉන්නේ. ජරාවට පත් වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට මම මෙන්න මේ කොටසට ගිහිල්ලා මම මේකේ දැන් ජීවත් වෙන මනුස්සයා. මේකෙන් ඇති වෙන ප්‍රශ්නයන් වළකා ගන්න නම් මට තියෙන්න ඕන දස කුසලය ම. මේවා එපා කියලා. අර ඉස්සෙල්ලා කිව්ව කතාව සම්මා දිට්ඨිය. දැන් මේක දැනගෙන සම්මා දිට්ඨියෙන් අර අභිජ්ඣා දෝමනස්ස එපා කියන අර්ථයට තමන් ඇවිල්ලා, ඒ සඳහා විත්තය සමාදන් කරලා දස කුසලය ම දැන් සමාදන් කරගෙන ඉන්නවා ඉතින්.

එතකොට දැන් හරි නේ, පංචඉන්ද්‍රියන් පංචබලයන් බවට පත් කරමි කිව්වහම ඔක්කොම මේ දහයේ කාරණා තමයි මෙතනින් ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා, ඉද්ධිපාද හතරෙන් අපි අර 4 සලකුණ කියන එක කපාගෙන යන්නේ. එතකොට 4 සලකුණ කපාගෙන යනකොට අර ඉද්ධිපාද 4 න්, එතකොට අර අපි දන්නවා, මේ ඊයේ පෙරේදා කරපු භාවනාව, අර සිලබ්බත උපාදානය කියන එක කියන්නේ 4 සලකුණ නේ. ඉතින් ඒක නැති වෙනවා කියන එක, ඒක එනවා. ඉතින්

බොජ්ඣකඩගය මේ විදිහට පවත්වනවා කියන එක. එතෙන්ට එනකන් භාවනාව කළා. බොහොම හිමින් සිරුවේ භාවනාව කරගෙන ගියේ.

ඒක තමයි භාවනාව.

2) ඉතා දැඩි කොට ගන්නා ලද ඡන්දය (අතිපග්ගහිතො ඡන්දො)

- උද්ධව්වය -> දෝමනස්ස (බොජ්ඣංග පිටුව 3, 4)
- මානය -> අභුද්ධාව
- රෝගී සංඥාව නිසා ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට අභිජ්ජා නොවීම සඳහා ඡන්ද සමාධිය භාවිතා කර ඉන්ද්‍රිය සංවර කර ගත යුතුය.

B. යට යම්සේ නම් උඩත් එසේ ව, උඩ යම් සේ නම් යටත් එසේ ව වෙසේ (යථා අධො තථා උද්ධං, යථා උද්ධං තථා අධො)

- පාදතලයෙන් උඩ කෙස්මතුයෙන් නන් වැදෑරුම් අසුවියෙන් පිරුණු මේ කය ම ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කෙරෙයි (අසුභ භාවනා - 5 වෙනි පිටුවෙහි, 1 - ගැන සිතන්න).

4) පිටත විසුරුණු ඡන්දය (බහිද්ධා වික්ඛින්නො ඡන්දො)

- සංස්කාර වල අස්මිති මාන ඇත.
- සම්මා සමාධියේ සංස්කාර ඇත.
- විත්ත සංස්කාර මගේ යැයි නොගැනීමට විමංසා සමාධිය භාවිතා කරන්න (සංස්කාර -> සංස්කාර).

D. ආලෝකසංස්කාරව මැනවින් ගන්නා ලද්දී දිවාසංස්කාරව මැනවින් තබන ලද්දී වෙ (ආලෝකසංස්කාරා සුග්ගහිතා හොති දිවාසංස්කාරා ස්වාධිච්ඡිතා).

- චිතමිද්ධ නොවීමට ආලෝකසංස්කාරව භාවිතා කරන්න.
- විචිතිච්ඡාවේ සමුදය දැන නිවනින් පිටත වූ දෙයක් මගේ යැයි නොගනී. 5 වෙනි පිටුවෙහි සියල්ල ගැන සිතන්න.

1) ඉතා සැහවුණු ඡන්දය (අතිලීනො ඡන්දො)

- රූප ස්පර්ශ විමෙන් කුසිතවන බව (කොසජ්ජ) දැන විරිය භාවිතා කල යුතුය.

A) පෙර සංඥා යම්සේ නම් පසුත් එසේ ය. පසු සංඥා යම්සේ නම් පෙරත් එසේ ය. .

- කාමරාගානුසය මගින් සංඥාවට යමක් එකතු නොකළ යුතුය (5 වෙනි පිටුවෙහි, 2 - නිත්‍ය ගැන සිතන්න.)

3) ඇතුළත හැකුළුණු ඡන්දය (අජ්ඣන්තං සඛිඛින්නො ඡන්දො)

- රෝගී සංඥාව මගේ යැයි ගැනීමෙන් සිදුවූයේය. විත්ත සංස්කාර මගේ නොවීමට විත්ත සමාධිය භාවිතා කරන්න.

C. දහවල් යම් බඳු නම් රැන් එසේ ව, රැ යම් බඳු නම් දහවලුත් එසේ ව වෙසේ (යථා දිවා තථා රත්තී, යථා රත්තීං තථා දිවා විහරති)

- අතීත අනාගත චරිතමානා තුන් කාලයේදීම පවිච්ච සමුප්පන්නව සිදුවන බව දත යුතුය. 5 වෙනි පිටුවෙහි, 3 සහ 5 - ගැන සිතන්න. සුඛ වේදනාව සහ විත්ත සංස්කාර මගින් පවිච්ච සමුප්පාද ඇතිවන බව.

8

s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 8

135

27/12/2013 - සුඛිත භාවනා

Sukhita Bhāvanā

මම ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ලෝකයේ ඉන්න ඒ පළවෙනි ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන්. ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ ශ්‍රේෂ්ඨතම දෙවෙනි බුදුපියා වශයෙන්. ඔය විදිහට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා වශයෙන් දාහතර වෙනි උත්තරීතර ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන් සිහි කළා.

සිහි කරලා මම පන්සිල් අරගෙන ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගිහිල්ලා චතුත්ථධ්‍යානයට යමි යි කියන තැනදි මම පටන් ගත්තා. එතකොට ඒ ධ්‍යානයට යනවා කියන තත්වයේ දී, අර සම්මා සතියෙන් තමයි සම්මා සමාධිය කියන එක ඇති වෙන්නේ. එතකොට දැන් සම්මා සතිය වශයෙන් අපි ගන්නේ අර කබලිංකාර ආභාරය 1 වෙනි කාරණය, අත්තා ඉදන් නිත්‍යයට යන 2 වෙනි කාරණය, ඒ 3 වෙනි කාරණය හැටියට ජාතියේ ඉදන් ජරාවට යනවා කියන 3 වෙනි කාරණය තමයි ගන්නේ.

ඉතින් මේක ගත්තට පස්සේ දැන් ජරාවට යනවා කියලා කිව්වහම, ඉතින් ඔතන සංස්කාරයන් තමයි හැදෙන්නේ. ඒ කියන්නේ අපි ජාතිය කියලා කියන්නෙත් සංස්කාරයක්. එතකොට දැන් අපිට මුලින් ම ජේනවා, ජාතියේ ඉදන් ජරාවට යනවා නම් ඒ කියන්නේ ව්‍යාධි මරණයන් ඇති වෙනවා. ඒ කියන්නේ නිත්‍යභාවයක් නැතෙයි කියලා එනවා. ඒ නිත්‍යභාවයක් නැත්නම් අර අත්තා ඉදන් නිත්‍ය කතාවක් නැහැ. නිත්‍යයක් නැත්නම් අත්තෙක් නැහැ කියන එක එනවා. අර මොකක් හරි එකක් අපි මෙහෙම අල්ලා ගත්තොතින් තමයි, අත්තා ඉදන් නිත්‍යයට යනවා කියලා jack එකක් ගහලා නේ මේක හදන්නේ. එතකොට නිත්‍යභාවයක් නැහැයි කියලා යටින් එනවා නම් මෙතනින් මේ කෙළවරක් නැහැ. ඒක නිසා අත්තෙක් කියලා එකක් නැහැ. එතකොට ඒක නිසා මේ සතියක් කියන එක මෙතන ඇති වෙනවා. මේ කබලිංකාර ආභාරය තමයි ප්‍රශ්න කිරීම කියන එක කෙරෙන්නේ. මේක උඩ තමයි මේ ඔක්කොම කතාව ඇති වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට මෙතෙන්දී මේකෙන් පිටත තමයි, නිර්වාණය තියෙන්නේ කියන අදහස එනවා.

ඊළඟට දැන් මෙතන මේ සංස්කාරයන් කියන ඒවා, මේ ජරාවට පත් වෙන මේ සංස්කාරයන් කියන ඒවා හදලා වැඩක් නැතෙයි කියන එක තමන්ට තේරෙනවා, සංස්කාරය කියන එක අර කෙහෙල් බඩයක් කියන අර්ථය. ඉතින් ඕකේ ඔයිට ඉස්සෙල්ලා කරපු භාවනාවක් තියෙනවා, ඒ සංස්කාරය කියන එක ඉදන් අපි එන්නේ, සංස්කාරයට අපි ඇලීමක් කියන එක තියෙනවා. දැන් සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න තමයි, අපි විරියක් භාවිතා කරන්නේ. එතකොට මෙතන මේ සංස්කාරය මගේ

නොවෙන්නත් අපි විරියක් භාවිතා කරනවා. එතකොට ඒ සංස්කාරය මගේ වෙන්වේ සැකය හරහා. සැකය උඩින් තමයි ඒ jack එකක් ගහලා, සංස්කාරය මේ පැත්තේ ඉඳන් අර කාම ආශ්‍රව කියන පැත්තට එන්නේ.

එතකොට ඔය තත්වයට එතකොට ජේනවා, මේවා අපි ඔක්කෝම කරන්නේ මේ වේදනාව සඳහා. වේදනාවක් විදීම සඳහා තමයි අපි එක එක ආකාරයෙන් අර ඔරලෝසුව අරගෙන, මම කියන්නේ, අර tissue කොලවලිනුයි අරවායින් මේවායින් ඔතනවා කියලා. ඒකෙ එහෙම එතීමෙන් යම්කිසි ඵලයක් ආස්වාදයක් තියෙනවා කියලා හිතීමෙන් තමයි අපි මේක කරන්නේ. එතකොට අර ඇතුළේ තියන එක ජරාවට පත් වෙන, බොල් වෙච්ච දෙයක්. ඒකේ ගත යුත්තක් ඇති දෙයක් නෙවෙයි තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ ඔරලෝසුව කැඩෙනවා. ශරීරය බිඳෙනවා. නමුත් අපි එතීමක් කරනවා, මේක මෙහෙම කිරීම හොඳයි කියලා හිතලා. මේක සැපයක් කියලා හිතනවා. ඉතින් ඕකෙ අර්ථය තියෙන්නේ, අර ගැඹුරු අර්ථය සුභයට, නිත්‍යයි කියලා අරගෙන, ඒකෙන් සුඛය හදාගෙන, ඊට පස්සේ අත්තා කියලා අරගෙන, මේක මෙහෙම වටේට ඔතාගෙන ඔතාගෙන යන කතාවක් තියෙන්නේ.

එතකොට මේක කරන්නේ, අපි මෙහෙම අතීතයේ මම කරලා තියෙනවා, මගේ පුරුද්දක් තියෙනවා, මොකක් හරි එකක් ගත්තහම, මම මේක කරනවා. එතකොට ඒක නිසා මම එතීමක් කරනවා. අර මනුෂ්‍යයෙක් දැක්ක ගමන් ඒ ඔතාගෙන ඔතාගෙන යන එක කතාව, ක්‍රියාව සිද්ධ වෙනවා. එතකොට ඉතින් මට ආවේ, මේකේ ඇති වෙන්නේ මේ වේදනාව කියන්නේ මොකක් ද, කියන එක කල්පනා කළා එතකොට. මේකේ ගත්තහම මේ කරකවගෙන කරකවගෙන ගිහිල්ලා අන්තිමට මොකක් ද මේ වේදනාව කියන එක කියන්නේ? එතකොට එතෙන්නේ මට එනවා, මේ වේදයිතය කියලා මෙතන ඇවිල්ලා තියෙන්නේ, වේදනාව කියන්නේ වේදයිතය කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ විදීමක් කියන එකක් තියෙනවා.

මොකක් ද මේ විදීමක් කියන එක තියෙන්නේ දුක. දුක තමයි විදින්නේ. ඒ දුක තමයි අර ජාතියෙන් ඉඳන් ජරාවට යනවා කියන එකේදී අපි තේරුම් ගන්න දේ තමයි, ඒ අපි විදින්නේ. හැබැයි අපි ඉතින් සැපක් විදිනවා කියලා හිතාගෙන නැවත මේක සැකසීමක් කියන එක කරනවා. ඉතින් ඒ වේදනාව මේ විදින්නේ දුකයි කියන එක ආවහම නිරෝධයට යනවා. කෙළින් ම එතනින් එතෙන්නේ, ආපහු ඒ කියන්නේ, සංස්කාරය මගේ කියලා ගන්න යන්නේ නැතිකමක් කියන එක ඇති වෙනවා. අර සැකයෙන් ඇවිල්ලා මේ වෙන්නා වූ දේ එනවා. මොකද අපි නිතර ම හිතනවා මොකක් හරි එකක් සම්බන්ධයෙන් අපි කල්පනා කරනවා, මේකෙන් මම කැමති විදිහකට මේක ඔතලා මට මේකෙ සැපක් හම්බවේවි කියලා. මෙතන මේ fundamental දෙයක් තියෙන්නේ.

තමන්ට හිතෙනවා අර පාර්සලයක් ඔතනවා වගේ, මනුස්සයෙක් සම්බන්ධයෙන් හෝ වේවා, කලින් තමන් යමක් විදලා තියෙන හින්දා, මේක මෙහෙම කළහම මට යම්කිසි සැපක් සුවයක් ඇති වේවි කියලා හැඟීමක් තියෙනවා. එතකොට ඒක නිසා තමයි, මේ ඔතන එක කරගෙන යන්නේ, අර සැකය හරහා මේක ඔතාගෙන යනවා. ඉතින් ඒකේ අර ඇති වෙන්නේ දුක්බය කියන එක දන්නෙ නැතුව තමයි ඒක කරන්නේ. එතකොට දුක්බය කියන එක, විදින්නේ දුකයි කියන එක කෙනෙකුට ජේනවා නම්, ඒ වේදයිතය සඳහා උත්සාහ කරන්නේ නැහැ. එතකොට අර වේදනාව කියන එකේ නිරෝධය කියන එක එතෙන්නට ගිහිල්ලා, නිරෝධසමාපත්තියට එතන යන්න පුළුවන්කම තියෙනවා.

ඔහොම ඉතින් සැරෙන් ඕකෙන් එළියට එනවා, එළියට එනකොට රූපයන් එහෙම ජේනවා. ඒ කියන්නේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය වෙනව නේ. එතනින් එහෙම එළියට එනකොට ඒ අර්ථයන් එනවා. නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය වෙනකොට ඒකෙන් එළියට එනකොට, පෙනීම් කියන ඒවා තියෙනවා. එක එක අයව ජේනවා තියෙනවා. මෙතන ඉන්න අය වුණත් මේක ඒ කලින් හවවල ඒවා එහෙම පෙනීම් එහෙම ඇති වෙනවා. ඉතින් ආයෙත් අර විදිහට මේක වේදයිතයක් කියලා අල්ල ගත්තහම, දුක තමයි මෙතන තියෙන්නේ, කියන එක බැලුවහම ආපහු නිරෝධයට යනවා.

ඔහොම තමයි ඒ භාවනාව කළේ.

28/12/2013 - ලෝභ ද්වේෂ මෝහ භාවනා

Lobha Dosa Moha Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින්නා වූ උත්තරීතර ශ්‍රේෂ්ඨතම පළවෙනි බුදුපියා වශයෙන්. ඔය විදිහට අනුපිළිවෙළින් ඒ බුදුපියවරු දාහතර නම සිහි කළා.

සිහි කරලා මම බැලුවා, අර දැන් ලෝභය නැති කරමි කියලා කියනවා නේ. ඒ ලෝභය නැති කරමි කියනකොට ඒ අර 1 වෙනි **belt** එක තියනව නේ, කාමච්ඡන්දය රූපය නිසා ඇති වෙන එක, සාත අසාතයි කියලා කරකවන එක, ඒක තමයි ගත්තේ. ඉතින් අද තමයි හරියට ම තේරුම් ගත්තේ, ඉගෙන ගත්තේ ලෝභයයි, ඒ කියන්නේ රාගයයි අතර ඒ තියන වෙනස. ඒ ලෝභය කියන එක **greed** කියල නේ ඉංග්‍රීසියෙන් **translate** කරන්නේ. ඒක ඇවිල්ලා පෙර එක. දැන් කෑමක් දැක්කහම අපිට කන්න කියලා සිතීමක් ඇති වෙනව නේ. එතකොට ඒකත් එක්ක කැරකෙව්වා ම තමයි රාගය කියන එක තියෙන්නේ. අර පල්ලෙහායින් ලකුණු කරලා තියෙන්නේ ඒක. එතකොට ඔතන ලෝභයේ කතාව තියෙනවා, ඔය 1 වෙනි **belt** එකේ.

ඊට පස්සේ දැන් අර සුඛ වේදනාව, ඒ කියන්නේ, දැන් අපිට ද්වේෂය කියන එක නැති කරමි කියනකොට මට වෙනවා අර සුඛ වේදනාව පරාමාසයට රිංගනවා නේ. දැන් සුභයි කියන එක ගත්තා, නිත්‍යයි කියලා එක්කහු කළා. කාමරාග අනුසය හරහා ඔතනින් ඇති වෙනවා සුඛයි කියලා. ඒ සුඛය කියන එක පරාමාසයට රිංගනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඔය පරාමාස වුණාට පස්සේ තමයි අත්තා වෙන්නේ. පරාමාස වුණාට පස්සේ අත්තා. එතකොට පරාමාස වීමෙන් අනතුරුව අත්තා වී ඇත, කියන අර්ථය ගත්තා.

ඊට පස්සේ දැන් මම ඔය විදිහට දිගට ම පන්සිල් එක අරගෙන යනකොට, දැන් මට අර උපාදානය දන්නව නේ, චතුත්ථධ්‍යානයට යමි, කියලා. ඒ චතුත්ථධ්‍යානයට යමි කියනකොට මට එනවා අර සුඛය කියන එක අරකට ගිහිල්ලා තමයි මේක ඇති වෙන්නේ. මේක නොවෙන්න නම් අපි උපෙක්ඛාවට යන්න ඕනේ. මොකද මේක සුඛ වේදනාවක රාග අනුසය කියන එක තියෙනවා. සුඛ වේදනාවක තිබෙන්නා වූ ඒ රාග අනුසය පහ කරන්න තමයි අපි උපෙක්ඛාවට යන්නේ කියන එක තියෙනවා.

එතකොට දැන් මුල රූපය එක්ක එන එක එනවා. දැන් මැද්දෙන් මෙතනින් පරාමාසය එනවා. එහා කෙළවරින් උපෙක්ඛාවට යන්න ඕනේ කියලා එනවා. මොකද නැත්නම් මට මෝහය ඇති වෙනවා කියන එක. එතකොට දැන් අර ඉද්ධිපාදයන් කියන එක එනකොට, විමංසා ඉද්ධිපාදයෙන් දැන් මම කියනවා මට මේ ඡන්ද සමාධිය මට

නිර්වාණය තමයි ඕනේ. එතකොට අර අරකේ පල්ලෙහා කැල්ල මට ඡන්ද සමාධිය තියන තැන මතක් වෙනවා. මේක සඳහා මම මේ රාගය ද්වේෂය මෝහය මෙතන නැති වෙන්න ඕනේ. ඉතින් මෙතෙක්දී අර උපෙක්ඛාවෙන් අප්‍රමාණයට ගිහිල්ලා මම ඉන්න ඕනේ කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේ **line** එක තමයි, දැන් මට හොඳට ජේන්නේ. මේ **line** එකේ දැන් ජේනවා මෙතන අර රූපය, මෙතන පරාමාසය, මේ කෙළවරින් අර මෝහයයි ඇති වෙන්නේ. එතකොට ඒක නිසා උපෙක්ඛාවට යන්න ඕනේ කියන අර **line** එක.

එතකොට දැන් මට මෙතෙක්දී ජේනවා, දැන් මෙතන අර පරාමාස වීමෙන් අනතුරුව අත්තා වෙනවා කියලා කිව්වහම, දැන් ඉතින් මෙතන අර මේක උඩ තමයි මේ **stick** එක තියෙන්නේ. එතකොට මේ අත්තා වුණායින් පස්සේ තමයි, දැන් අත්තා වුණා, ඊට පස්සේ අත්තවාද උපාදානය. අත්තාගෙන් තමයි මෙතන අත්තවාද උපාදානය කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට ඒ අත්තවාද උපාදානය කියන එකේ, මේක හරි අමාරුයි මේ භාවනාව කියන්න. ගොඩාක් කාරණා තියෙනවා. එතකොට ඒ උපාදානය කියන එක නැති කරන්න තමයි අපි අර ධ්‍යානයන් කියන ඒවා භාවිතා කරන්නේ. උපාදානයන් නැති වෙන්නේ ධ්‍යානයන්ගෙන්.

එතකොට ඒ ධ්‍යානයේ තියෙන්නේ මොකක් ද? අපි ගන්නේ නැතුව ඉන්නව නේ එකින් එකට. අර ප්‍රථමධ්‍යානය කිව්වහම, මම අන්න සුභ කතාව කියන එක අයින් කරනවා. ඊළඟට මම තුන් වෙනි ධ්‍යානයේ ඉඳන් සුඛ වේදනාවක මට රාග අනුසය තියෙනවා කියලා දැනගෙන, මම ඒක පහ කරන්න තමයි උපෙක්ඛාවට යන්නේ. එතකොට දැන් මෙතන තියෙන අර සුඛ කතාවෙන් ඇති වෙන ඒ උපාදානය, අර දැන් උපාදානය නැති වෙනකොට විපල්ලාසත් යනවා, මේ උපාදානය නැති කරනකොට. මොකද අර සුභ කතාව ගියා එක පැත්තකින්. ඊළඟට සුඛ කතාව ගියා. මෙතන මේකේ ඇත්තට ම කියනවා නම්, දුකක් තියෙන්නේ, දුක ය සුඛයි කියලා විපල්ලාසය මෙතනින් මේක කැපෙනවා.

එතකොට ඊට පස්සේ මේ පැත්තෙන් අර මෝහය කියන එක නැති වෙනවා. දැන් මෙතන පරාමාසයේ දී මගේ කියලා ආවා. එතකොට පරාමාස වුණායින් පස්සේ තමයි, අත්තා වුණේ. දැන් අත්තා කියලා මේක තියෙනවා කියලා මේ රේඛාව තියෙනවයි කියලා දැන් උපාදානය. දැන් ජේනවද අර ඉද්ධි **diagram** එකේ අපි කරන භාවනාව, කාමච්ඡන්දය මෙතනින් තියෙනවා අර තමන් ගත්තා, මේ දේවල් මම ගත්තයි කියලා තියනව නේ, දෝෂාරෝපණ විත්තය. ඊට පස්සේ අර කොසප්පය හරහා කෙළින් ම යන්නේ දුස්සීලභාවය, මේ පැත්තෙන් මාන්නය. එතකොට අත්තවාද උපාදානය. මෙතන දැන් මේකත් එක්ක තමයි අර **balance** වෙට් අපි මේක පාවිච්චි කරන්නේ, එක එක ආකාරයට අපි මේක කරනවා. අර උඩ තියන, වේතනාව උඩ තියන තරාදිය දැන් ජේනවා නේ ද? මෙතනින් තමයි මේ තරාදිය හැදිලා තියෙන්නේ, මේ විදිහට.

එතකොට මේකේ මට එතෙන්දි ආවා, අර මමත්ති මන්ති කියන එක කියන්නෙත් මෙතැන නේ. අර පරාමාසය අර අත්තා වුණාට පස්සේ තමයි මමත්වය. “සාතං අසාතන්ති යමාහු ලෝකෙ, තමුපනිස්සාය පහොති ඡන්දො” කියන එක එතනින් එනවා. එතකොට මෙතනින් අරගන්නවා අපි අර මමත්ති මන්ති කියන එක. දැන් එතනින් අපි ගන්නවා “නාමඤ්ච රූපඤ්ච” ගාථාවත් එක්ක ඇවිල්ලා, එතනින් එනවා “ඉච්ඡා නිදානානි පරිග්ගහානි,” තණ්හාව නිසා මෙහෙම වෙනවා. “ඉච්ඡා සන්ත්තා න න මමත්ති මන්ති,” මෙතන මේ මමත්ති මන්තියක් කියන එක අර පරාමාසයෙන් මෙතන පල්ලෙහාට ආපු කතාව, පරාමාස වීමෙන් තමයි තියෙන්නේ.

එතකොට මේ සංස්කාරවල තමයි මේ අස්මිති මානය කියන එක තියෙන්නේ. මමත්ති මන්තිය කියන එක තියෙන්නේ කියන එක. එතකොට දැන් මේ විදිහට මේ රේඛාවේ සම්බන්ධතාවය තමයි මම බොහොම හොඳ ලස්සනට දැකගෙන හිටියේ. මේක නිසා තමයි අපි මේ **balance** කර කර මේක කරන්නේ. එහා පැත්තෙන් සංස්කාරය එවනවා. ඒක ගහනකොට ඉතින් අරක, රේඛාව උඩට යනවා, පල්ලෙහාට යනවා, මේකේ බරය කියන එක. ඉතින් ඒකත් එක්ක අර ගාථාව “රූපෙසු දිස්වා විභවං භවඤ්ච.” එතන පෙන්නනව නේ, රූපය නිසා තමයි මේ භවය විභවය කියන එක තියෙන්නේ. දැන් අර ස්පර්ශය නිසා භවය. භවය, එතකොට මේක නැතුව ඊළඟට විභවය. එතකොට ඒ ගාථාව බුදුහාමුදුරුවෝ කියලා තියෙන්නේ හරියට ම මෙන්න මේ කතාව කියන එක දැකලා තමයි මෙතන මේක ඇවිල්ලා තියෙන්නේ කියන එක මට ආවා.

ඉතින් මේ භාවනාවේ නම ලෝභ දෝෂ මෝහ. ඒ කියන්නේ රාගය ද්වේෂය මෝහය කියන එක තුන ම මේකේ තියෙනවා. ඒක තියෙනවා, මේක නැති කිරීමේ බෙහෙත කියන එකත්, ඒ එක්ක ම අර උපෙක්ඛාවෙන් යනවා කියන එකත් ඇති වෙනවා.

ඉතින් ඕක තමයි ඒ භාවනාව.

සාතං අසාතන්ති යමානු ලොකෙ, නමුපනිස්සාය පහොති ඡන්දො; රුපෙසු දිස්වා විභවං භවස්ඤ්ච, විනිවජ්ජං කුරුතෙ ඡන්තූ ලොකෙ.

What they call 'appealing' & 'unappealing' in the world: in dependence on that desire arises. Having seen existence & non-existence with regard to forms, a person gives rise to decisions in the world;

මේ ලොවද සුව යැයි ද දුකැයි ද යමක් කියත් නම්, ඒ සාධාසාත වේදනාව නිසා ඡන්දය උපදී, ලොවද සත්ත්ව කෙරෙහි භූකෝපාදයරූපයන්හි විනාශයත් උපාතනියත් දැක තෘප්තිය - දෘටිචිතියෙහි කරන්නේ යි.

සාතං අසාතන්ති යමානු ලොකෙ - 'සාත' නම්, පුබ්බවේදනාව හා ඉච්චිතිය යැයි; අසාතං - නම්: දුඛවේදනාව හා අනිච්චිතිය යැයි; යමානු ලොකෙ - යමක් පවසත් නම්, යමක් කියත් නම් යමක් බෙණෙත් නම් යමක් දක්වත් නම් යමක් වහරත් නම් නුසි 'සාතං අසාතන්ති යමානු ලොකෙ' යනු වේ.

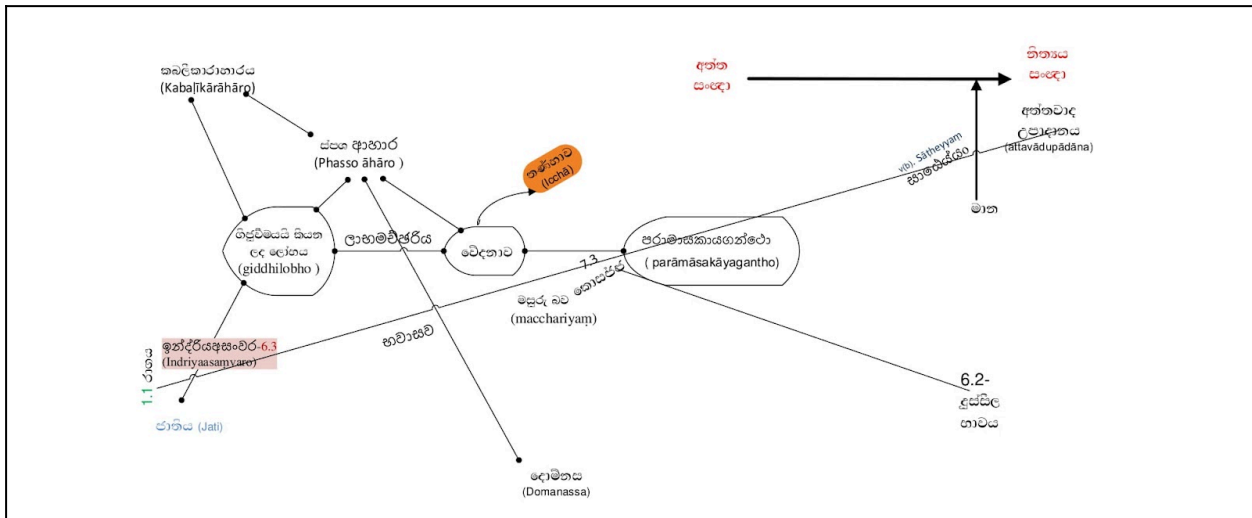
නමුපනිස්සාය පහොති ඡන්දො - සාධාසාත (වේදනාව හා ච්ඡිද්ධාව) නිසා සැපයක් නිසා සොභිතත් දෙමිතත් නිසා ඉටුඅතීටු නිසා අනුතය ප්‍රතිඝ නිසා ඡන්දය වෙයි පහල වෙයි උපදී හටගනී නිපදී වෙසෙසින් නිපදී නුසි 'නමුපනිස්සාය පහොති ඡන්දො' යනු වේ.

රුපෙසු දිස්වා විභවං භවස්ඤ්ච - 'රුපෙසු' යනු: සතර මහාභූතයෝ ද සතර මහාභූතයන් නිසා උපදනා රූපය ද වේ; රූපයන්ගේ භවය කවර් යත්? රූපයන්ගේ යම් භවයක් රාධියෙක් හටගැනීමෙන් නිපදීමෙන් වෙසෙසින් නිපදීමෙන් පහල වීමෙන් වේ ද, මේ රූපයන්ගේ භවයයි; රූපයන්ගේ විභවය කවර් යත්? රූපයන්ගේ යම් ක්ෂයවීමෙන් වැනැසීමෙන් හෙදයෙන් පරිහෙදයෙන් අනිත්‍ය බවෙන් අතුරුදහන් වීමෙන් වේ ද, මේ රූපයන්ගේ විභවය යයි. රුපෙසු දිස්වා විභවං භවස්ඤ්ච - රූපයන්හි හටගැනීම් ද වැනැසීම් ද දැක බලා තුලනය කොට තීරණය කොට සලකා ප්‍රකව කොට නුසි 'රුපෙසු දිස්වා විභවං භවස්ඤ්ච' යනු වේ.

විනිවජ්ජං කුරුතෙ පහානු ලොකෙ - 'විනිවජ්ජං' නම්: තෘප්තිය - විනිවජ්ජං ද දෘටිචිතියෙහි දුඛ විනිවජ්ජං දෙකෙහි: කෙසේ තෘප්තියෙහි විනිවජ්ජං කෙරෙයි යත්? දෙසි එකක් හට නුපත් භොගයෝත් නුපදිති, උපත් භොගයෝත් සෘජු වීමට යෙදී; ඔහුට මෙසේ සිතෙත් වෙයි: 'කවර උපාතයෙකින් මට නුපත් භොගයෝත් නුපදිත් ද, උපත් භොගයෝත් සෘජු වීමට යෙදේ ද'යි. යළි ඔහුට මෙසේ සිත් වෙයි: 'මිදුණට ප්‍රමාදයට කරුණු වූ රහමේර පිමේහි තැවක තැවක යෙදුණු මට නුපත් භොගයෝත් නුපදිති, උපත් භොගයෝත් පිරිහෙති: කො කල්හි විවිධඝෝරයෙහි පුනපුනා යෙදුණු මට නුපත් භොගයෝත් නුපදිති, උපත් භොගයෝත් පිරිහීමට යෙයි; නාධායදීය දුකීම් වශයෙන් පිරිහිය නැතිවීමෙහි පුනපුනා යෙදුණු මට - ප්‍රමාදයට කරුණු වූ දුෂ්කරයෙහි පුනපුනා යෙදුණු මට - පාපභ්‍රාතූයෙහි පුනපුනා යෙදුණු මට - ආලසයෙන් යුක්ත බැවිහි පුනපුනා යෙදුණු මට නුපත් භොගයෝත් නුපදිති, උපත් භොගයෝත් පිරිහීමට යෙති' මෙසේ නුවණ උපදවා සවැදුරුම් වූ භොගයන්ගේ විනාශයෙහි දේරවු සෙවනය කො කෙරෙයි, සවැදුරුම් වූ භොගයන්ගේ ආයචාරයන් සෙවනය කෙරෙයි; මෙසේත් තෘප්තිය විනිවජ්ජං කෙරෙයි.

කං දිට්ඨිවිනිවජ්ජං කෙරෙති? වස්සුස්මි. උප්පන්නෙ ජානානි - "අත්තං මෙ උප්පන්නො" කී, වස්සුස්මි. අත්තරහිත ජානානි - "අත්තං මෙ අත්තරහිතො විගතො මෙ අත්තං" කී. එට්ඨි දිට්ඨිවිනිවජ්ජං කෙරෙති. සොකස්මි...සාතස්මි...විභවස්මි... ඡන්තූති සත්තො නරො මානවො...පෙ... මනුෂො, ලොකෙහි අසාලොකෙ...පෙ... ආයතනලොකෙහි.

S_KalahaVivivadhaSutta_Diagrams1.pdf - Slide 9



මානය ඇතිනම් අත්ත සංඥාවට නිත්‍යය යැයි අගය පවරනවා.
6.2- දුස්සිල භාවය ↔ මානය

මානය ඉවත් කර මෙන්තාව පැවැත්විය යුතුය. මෙහි විත්ත විමුක්තිය අග්‍රදධාවෙන් **කම්පා නොවිය යුතුය**. කුසිත බැවින් කම්පා නොවිය යුතුය, ප්‍රමාදයෙන් කම්පා නොවිය යුතුය, සිතේ නොසන්සුන් බැවින් කම්පා නොවිය යුතුය, අවිද්‍යාවෙන් කම්පා නොවිය යුතුය.

ඉහත ධර්මය දැකීමෙන් සමාධිය උග්‍රවේ. කෙලෙස් නවන වීර්යය ඇතිව, මනා නුවණ ඇතිව, සිහියෙන් යුක්තව වාසය කරන්නේ නම්, මෙහිදී, විමංසා ඉධිපාදයන් උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයන් ඇතිවේ.

S_Iddhi.pdf - Slide 8

29/12/2013 - ආශ්‍රව භාවනා

Āsava Bhāvanā

අද භාවනාවෙදි මම ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඉතින් ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියවරු වශයෙන් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා පිදිය යුතු, ගරු කළ යුතු පළවෙනි ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියා වශයෙන්, අද ලෝකයේ ජීවත් වන. ඉතින් ඔය විදිහට අනුපිළිවෙලින් බුදුපියවරු දාහතර නම සිහි කළා.

සිහි කරලා මම අර දිගට ම පන්සිල් ගන්න එක දක්වා මම ගියා. හොඳට ඒ කාරණාවෙන් කාරණාවට බලලා, ඒ සුරාමෙරය දක්වා ම එහෙම ගිහිල්ලා, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා යනවා කියලා, ඒ රහතන් වහන්සේලාගේ මෙහෙයවීම ලැබේවා කියලා, දෙව්වරුන්ගේ ආරක්ෂාව, රහතන් වහන්සේගේ මෙහෙයවීමත් ලැබේවා කියලා ගිහිල්ලා ඉතින් ඔය සම්මා දිට්ඨියෙන් පටන් ගත්තා මම, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයෙන්.

එතකොට සම්මා දිට්ඨියෙන් පටන් ගත්තහම, ඊට පස්සේ ඒ සම්මා දිට්ඨිය තියනව නේ, දෙයාකාරයි නේ. එකක් ආශ්‍රව සහිතයි, අනිත් එක අනාශ්‍රවයි. ඒ අනාශ්‍රව සම්මා දිට්ඨිය කියන එක මම බලන්න ගත්තා. ඒ අනාශ්‍රව කියනකොට, එතකොට ඔතන ආශ්‍රව කියලා කියන්නේ මොකක් ද? එතකොට ආශ්‍රව කියලා කිව්වහම දැන් අපි දන්නවා කාම ආශ්‍රවය කියන එක තියෙනවා. කාම ආශ්‍රවය ඇති වෙන්න නම් අර අතන තියෙන්න ඕන සුබයි කියන කතාව ඇවිල්ලා තියෙන්න ඕනේ. ඒකෙන් පස්සේ, අර පසු සඤ්ඤාව නේ කාම ආශ්‍රවය කියලා කියන්නේ, අර මම එහෙම පෙන්නන්නේ. ඒ කියන්නේ සුබයි කියලා ඒ විපල්ලාසය ඇති වුණාට පස්සේ තමයි, කාම ආශ්‍රවය කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට ඔතෙන්දි මට එනවා අර සුභයට නිත්‍යයි කියලා එක්කඟු කරලා තමයි සුබය කියන එක හදාගෙන තියෙන්නේ. ඉතින් මේක තමයි මේ කාම ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

ඊළඟට මම බැලුවා, ඔය හව ආශ්‍රවය කියන එක. එතකොට මේ හව ආශ්‍රවය ඇති වෙනකොට අපිට ජේනවා, අර අත්තා කියලා ඇවිල්ලා තියෙන්න ඕන. අත්තා කියන එක වෙනවා කියලා කිව්වේ, පරාමාස වීමෙන් අනතුරුව තමයි අත්තා වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට අර ඊයේ භාවනාවේ කැල්ල එනවා, මෙහෙම stick එක. මේකෙන් පල්ලෙහාට ඇවිල්ලා තමයි, මෙතන අත්තා වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට මෙතන හව ආශ්‍රවයට මේ විදිහට සම්බන්ධ වෙලා තියෙනවා කියලා.

එතකොට මේ විදිහට ම බැලුවා, දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක. ඒ දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක බලනකොට දැන් මට ජේනවා, දැන් අර හව ආශ්‍රවය වෙනකොට අපිට ජේනව නේ

කාරණා පහක් ම ගිහිල්ලා කියලා. හතර වෙනි එක, දැන් සුභයි කියලා ගත්තා. නිත්‍යයි කියලා ගත්තා. ඊට පස්සේ සුඛයක් එන්න ඕනෙ මෙහෙත්, පරාමාසයත් එන්න ඕනෙ. එතකොට ඒ කියන්නේ, පරාමාසයට එන්න ඕනෙ අර සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා මේකට ඇතුල් වෙලා, උඩින් වේතනාවකුත් තිබ්ලා තමයි, මේ අත්තා කියන එක හැදෙන්නේ. ඒකට තුනක් තියෙනවා. එතකොට සුඛයි කියලා එකක් පරාමාසයට ඇතුල් වෙන්න ඕනෙ, අත්තා වෙන්න නම් සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා ඇතුල් වෙන්න ඕනෙ අර කාමරාග අනුසය හරහා, උඩින් වේතනාව කියන එකක් තියෙන්න ඕනෙ. එතකොට ඒක වෙලා තමයි අත්තා කියන එක වෙන්නේ. අන්න ඒ අත්තා කියන එක වුණහම තමයි මෙතන මේ හව ආශ්‍රවය කියන එක තියෙන්නේ.

එතකොට දැන් මම බලනවා දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක. එතකොට දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක එතකොට, මට රහතන් වහන්සේ අර මෙහෙම කරලා පෙන්වුවා, ඒ වෙලාවේ. එතන තියෙනවා, අර කතිරය ඇදලා පෙන්වුවා. ඒ කියන්නේ, උඩින් තිබෙන්නා වූ අර අවිද්‍යා ආශ්‍රවය, මුලින් ම අත්තා ඉඳන් නිත්‍යයට යනවා නේ. එතකොට ඒකෙ පසු සඤ්ඤාව තමයි දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියලා කියන්නේ. අර පසු සඤ්ඤාව කතාව දිගට ම ගන්න ඕනේ.

එතකොට එතෙත්ට එනවා තුනක් දැන්. ඒ තුන මොකක් ද? එක පැත්තකින් එනවා, දැන් මේ වෙනකොට අමතක කරන්න එපා අර ඊයේ භාවනාවේ කොටස, ඒ කියන්නේ මෙතන අර පොල්ල මෙහෙම හැදිලා, අර අත්තවාද උපාදානයේ ඉඳන් අත්තභාව පටිලාභයට යනවා කියන කොටස අමතක කරන්න එපා. ඒ කියන්නේ, මේකේ අත්තා කියන එක ආවායින් පස්සේ, අත්තවාද උපාදානය කියන එක තියෙනවා. මම වුණා කියන එකේ අර්ථය ඒකෙ තියෙනවා කියන එක අමතක කරන්න එපා. ඒක wrap වෙලා තියෙන්නේ.

දැන් මෙතන්ට එනවා කාරණා තුනකින්. එකක් තමයි, මේ පරාමාසයේ යමක් තියනවද ඒක නිසා දිට්ඨි ආශ්‍රවයට එනවා. අනිත් අතට ගත්තහම අර නිත්‍යයේ කියලා කතාව තියෙන තැන point එකේ ඉඳන් කෙළින් ම මෙතන්ට බැහීමක් තියෙනවා දෙකයි. ඊළඟට තියෙනවා අවිද්‍යා ආශ්‍රවය තියෙනවා නේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රවය නිසා ඇති වෙන්නා වූ දිට්ඨි ආශ්‍රව කොටස තියෙනවා. එතකොට අර අත්තවාද උපාදානය නිසා තමන් අර පල්ලෙහාට බැහැපු කතාව තියෙනවා නේ, ආන්න ඒක ගතිය දැන් මේකට ඇතුල් වෙලා තියෙන්නේ.

ඒ පාර දැන් මම බැලුවා අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක ඇති වීම කියන එක. එතකොට අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියනකොට, දැන් අපිට ආපහු පේනවා, දිට්ඨි ආශ්‍රවය තියෙනවා නම් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක ඇති වෙනවා. පටියාන පාලියේ අපි දන්නව නේ ඒක. ඊළඟට ගත්තහම අපි අර උඩ අවිද්‍යාවේ ඉඳන් පල්ලෙහාට බැහීම කියන එක

තියෙනවා. අනෙක් අතට ගත්තහම අපි කෙළින් ම උඩින් එනව නේ අර උඩින් තියෙන්නා වූ අත්තා කියන දිවිය ම කෙළින් ම සම්බන්ධ වෙනවා. මෙතනත් කාරණා තුනකින් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට එනවා කියන එක තියෙනවා. දිවිය ආශ්‍රවයෙන් එන එක තියෙනවා. උඩින් අවිද්‍යාව නිසා එන එක තියෙනවා. ඊට පස්සේ මෙහෙම හරහට අත්තා කියලා ගත්ත එක නිසා මේකට ඇතුල් වීම කියන එක තියෙනවා.

එතකොට මේ වෙනකොට අර අත්තවාද උපාදානය හොඳට ඒ පැත්තෙන් **pressure** එක පැත්ත වැඩියි. අනිත් අතට ගත්තහම මෙතෙක්දී මතක් කරගන්න අර විභව තණ්හා කොටස. ඒ කියන්නේ, අර රූපයයි වේදනාවයි කියන එක කපලා දාලා සකස්කොටවත් වෙන්නා වූ කොටස තමයි මෙතන ගොඩක් ම **significantly** ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට මොකද අර දෙකේ දී තිබුණ නේ අර කැලි දෙක. දැන් මෙතන්දී ඒක නැති වුණත් මේක සිද්ධ වෙනවා. රූප වේදනා දෙක නැති වුණත්, සකස්කොට නිසා ඇති වෙන කොටස සිද්ධ වෙනවා කියන එක තියෙනවා.

එතකොට මේ විදිහට මේ ආශ්‍රවයන් කියන එක, ඒක එහෙම බැලුවා. බලලා ඉවර වෙලා, ඉතින් රහතන් වහන්සේ “ඇති” කියලත් කිව්වා. ඉතින් ඊට පස්සේ ආපහු මම ඉතින් මෙතෙහි කරනවා නේ අනෙක් අයට කියන්න කියලා. ඒ මෙතෙහි කරන වෙලාවේ දී දැන් මට ආපහු ජේනවා, දැන් මේකේ අර **stick** එකේ බර ගොඩාක් වැඩි වෙනකොට, දැන් මෙහෙම තිබිවිව **stick** එක, අත්තවාද උපාදානය මේ කතාව නිසා, අපි ඊයේ කරපු භාවනාව, මම ඊයේ කරපු භාවනාව නිසා, මෙතනින් තියෙනවා කබලිංකාර ආහාරය, මෙතනින් ඇවිල්ලා පරාමාසය, මෙතනින් පල්ලෙහාට මෝහය කියන එක **align** වෙලා. දැන් මේ **line** එක තමයි අනෙක් පැත්තට හැරිලා තියෙන්නේ, මේක ලාභයක් කියලා අරගෙන අත්තවාද උපාදානය. එතකොට අපිට ජේනවා, මේක පරාමාසය හරහා මෙහෙ යනවා කියලා අත්තභාව පටිලාභයට. දැන් මේක ලාභයි, ලාභයි කියලා ගන්න එක තියෙනවා. ගොඩාක් ලාභයි, ලාභයි කියලා අරගෙන තමයි අපි ඇවිල්ලා අර ඕසයට ගිහිල්ලා එහෙම තියෙන්නේ. දැන් මට මෙන්න මේකේ බර එනවා, දැන් අවිද්‍යාවේ කතාව එතකොට හොඳට මේකේ බර ඇවිල්ලා තියෙනවා.

මේක දැන් මම අනෙක් පැත්තට කරකවන එක තමයි ඉද්ධිත්වලින් එහෙම කරන්නේ. අර “දදතො පුස්සුං පවඨසති” ගාථාවෙන් මේක අනිත් පැත්තට කරකවනවා, මේ **stick** එක. එතකොට මෙහෙම, මෙහෙම කරකවගෙන ගිහිල්ලා අර වඩු බාස් උන්නැහේගේ කතාව මතක ද? සකස්කොට අගයක් දෙන්නෙ නැතෙයි කියන තත්වයට ඒකේ ඇවිල්ලා තමයි, අර තමන්ට පුළුවන් වෙන්නේ, උපෙක්ඛාවෙන් අප්‍රමාණයට ගිහිල්ලා මේකෙන් අයිත් කරගන්නවා කියන එක කරගන්න පුළුවන් වෙන්නේ. අන්න ඒ **point** එක. ඒක කලින් ඒ භාවනාව කරලා තියෙනවා නේ අපි ගොඩාක්. ඒක උඩ

තමයි මෙතන පවතින්නේ කියන එක එනවා ආශ්‍රවය කියන එක, මේ විදිහට තමයි නැති කරගන්න පුළුවන් වෙන්නේ කියන එක.

මේක තමයි භාවනාව.

30/12/2013 - බොජ්ඣංග භාවනා 8

Bojjhaṅga Bhāvanā 8

අද භාවනාවෙදින් ඒ උතුම් බුදුපියවරු ඒ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය අනුව මෙනෙහි කලා. මෙනෙහි කරලා පන්සිල් ගන්නකොට අර සජ්ඣ බොජ්ඣංගය වඩම් කියන කොටසට ආවහම පටන් ගන්න, කියන එක කිව්වා.

එතකොට සජ්ඣ බොජ්ඣංගය කිව්වම, දැන් අපි දන්නවා ඕක ක්‍රම කීපයකට. එකක් තමයි, අර ප්‍රීතිය. ප්‍රීතිය, ඉද්ධිපාද එකේ තියෙන්නේ. පළවෙනි ධ්‍යානය, දෙවෙනි ධ්‍යානය ප්‍රීතිය. ඊට පස්සේ තුන් වෙනි ධ්‍යානය සුඛය, හතර වෙනි ධ්‍යානය උපෙක්ඛාව කියන එක තියෙනවා.

අනිත් අතට ගත්තහම ඔය බොජ්ඣංගයේ ගිහිල්ලා, දීර්ඝ වශයෙන් ගිහින් තියෙනවා, අර සතිය කියලා කිව්වා ම, කබලිංකාර ආභාරය 1, අත්තා ඉදන් නිත්‍යයට යනවා කියන එක 2, ජාතියේ ඉදන් ජරාවට යනවා කියන එක 3. එතකොට අන්න එතන මම බැලුවා, අර ඉස්සෙල්ලා එක පොඩ්ඩක් කල්පනා කරලා, මෙනෙහි කරලා, අර ප්‍රථමධ්‍යානයට යනවා කියන අර්ථයේ දී කල්පනා කරලා, එතන ඒ ධ්‍යානයට ගිහිල්ලා, ඊට පස්සේ අර තුන් කොන බැලුවා. බලනකොට කබලිංකාර ආභාරය තමයි, දැන් ප්‍රශ්නය කියන එක තියෙන්නේ. ඒක තමයි සති සම්බොජ්ඣංගය, මෙන්න මේක එනවා. සති සම්බොජ්ඣංගය මෙන්න මේ කැලී තුන තමයි ප්‍රශ්නය, කබලිංකාර ආභාරය නිසා අත්තා ඉදන් නිත්‍යයට යනවා, ජාතියේ ඉදන් ජරාවට යනවා කියන දේ සිද්ධ වෙනවා කියන එක.

ඊළඟට ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය එතකොට, ඒ ඔය line එකේ ම දකුණු කෙළවරේ අපි අර අනුමාන සූත්‍රයේ එහෙම බලලා තියෙන්නේ අර තරුවක් එහෙම දාලා තියෙන්නේ, මෙතන මේ මානය කියන එකයි, අවිද්‍යාවයි තමයි මේ ප්‍රශ්නය කියන එක ධම්මවිචයේ දී ඒ තත්වයට තමන්ගේ එනවා සිත.

ඊට පස්සේ තුන් වෙනි කාරණයට එතකොට විරිය සම්බොජ්ඣංගය. දැන් විරිය සම්බොජ්ඣංගයෙන් ආපහු කියනවා, අන්න අර රූපය එපා කියලා. මේ රේඛාව තමයි මේ දිගට යන්නේ. මේ මුළු picture එක ම දැක්කා සතියෙන්. ධම්මවිචයෙන් මෙතන මෙහා කෙළවර දැක්කා. ඊට පස්සේ ආපහු විරියෙන් කියනවා, කබලිංකාර ආභාරය එපායි කියන එක. විරිය සම්බොජ්ඣංගය, රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න විරිය.

ඊළඟට ආපහු එනවා, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගය කියන එක. එතකොට ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගය ආවහම කියනවා, මම ඉන්නේ මෙන්න මේ දුකක් තමයි මට

තියෙන්නේ. එතකොට මේ දුක කියන එකෙන් මම දැවෙනවා නේ. එතකොට මම මේ පුටුවේ තද වෙලා ඉඳලා, මම මේ දුකකින් දැවෙනවා. මේක නොවෙන්න මම ප්‍රීතිය කියන එක භාවිතා කරනවා. එතකොට ඒ නොදැවීම සඳහා ඒක තියෙනවා, කියන එක තියෙනවා. මොකද සත්‍ය වශයෙන් ම තියෙන්නේ දුක්බයක්. එතකොට දැන් ඒ කැල්ල ආවා.

ඊළඟට එනවා ප්‍රීති සම්බන්ධයෙන්. ආවයින් පස්සේ ඉතින් ඔතන පස්සේදී කියන එක ඇති වෙනවා. එතකොට පස්සේදී සම්බන්ධයෙන් තියෙන්නේ අර දුටුල්ලභාවය කියන එක පහ කරනවා කියන එකයි. එතකොට ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක පහ කරනවා කියන අර්ථයට තමන් එනවා. ඉතින් ආකාසානඤ්චායතනය වාගේ තැන්වල එහෙම තමන් ඉන්නවා. ඕක පහ කරනවයි කියලා තමන්ගේ සිතක් ඒ ඇති කර ගත්තට පස්සේ, දැන් බලන්න දුටුල්ලභාවයේදී අර හතර ම තියෙනවා, ඊර්ෂ්‍යාවයි, මක්බයයි එහෙමත් තියෙනවා. නමුත් මේ ඊර්ෂ්‍යාව කියන point එක තමයි තදින් අල්ලා ගන්න ඕනේ. ඒ point එක තමන් අයිත් කරනවා කියන එක තමන්ට එනවා. ඊට පස්සේ තමන් එනවා සමාධියට. සමාධියේ දී හිතන්න ඕනේ අර සුබය වශයෙන්.

එතකොට මේ සුබය, අරක පහ කරලා දැන් මම සුබයෙන් ඉන්නවා. එතකොට සුබයෙන් ඉන්නවා කියන එක ගත්තහම, අර මුදිතාවෙන් අප්‍රමාණයට යනවා කියන කතාව තමන්ට එන්න ඕන. ඒ තත්වයට ඇවිල්ලා කල්පනා කරනවා මේ මගපිල විත්තයන් කියන ඒවා තමන්ගේ එකත් නංවලා, අනිත් අය නංවන්නා වූ ඒකෙන් නොපිරිහී පවතීවා, කියලා තමන් කල්පනා කිරීමත් තියෙනවා. එතකොට දැන් ඒ අවස්ථාවේ දී තමන්ගේ කීමක් තියනව නේ, මේ අයට මෙහෙම කරගෙන ඉන්න කියලා. ඒ කියන්නේ පැවැත්මක් කියන එක තිබීමක් තියෙනවා.

එතකොට උපෙක්ඛා සම්බන්ධයෙන් දී තමන්ගේ එනවා, මේකත් ලාභයක් කියලා ගන්න එපා. සාධේය්‍ය ඒ කියන්නේ, සාධේය්‍ය කියන එක පහ කරල නේ උපෙක්ඛාවෙන් ඉන්නේ. අරකෙන් පවත්වාගෙන ඉන්නවා කියන එකත් ලාභයක් කියලා ගන්න එපා කියලා, ඒ උපෙක්ඛා සම්බන්ධයෙන් දී එතන ඒ විදිහට පවතිනවා. එතකොට මේක දිගේ යනකොට ඒ විදිහට ම උපෙක්ඛාවට ඒ විදිහට යනවා ඉතින්. ඒ ඒ අවස්ථාවේ දී හැබැයි තමන් ඉන්න ඕන. ඒ අවස්ථාවේ දී ඒ ඒ ධර්ම කාරණාව තියනව නේ. දැන් බොජ්ඣංග හතේ, දැන් ඒ හතේ ම ඉන්නවා. සතියෙන් තමන් ඉන්නවා, ධම්මවිචයෙන් අරක දැනගෙන ඉන්නවා. ඊට පස්සේ කියන්නේ දැන් අර කලින් කරපු භාවනාවන් ඔක්කෝම අර packet එක packet එක එතෙන්නට එන්න ඕන. ඇවිල්ලා එතෙන්නේ ඒ තත්වයෙන් තමන් පවත්වලා ඉන්න ඕන.

ඉතින් ඒ උපෙක්කාවට ගියා ම අර සඤ්ඤාව වඩු බාස් උන්නැහේගේ කතාව එහෙම තියෙනවා නේ. සඤ්ඤාව කියන එක හොඳට ම තුනී වෙලා, තුනී වෙලා ගිහිල්ලා. තුනී වෙලා යනකොට මට ඔන්න ආපහු අර රූපයන් එහෙම ජේන්න, ඒ වගේ අරගෙන, ඊට පස්සේ තමන් blank මොකුත් නැති තත්වයකට, නින්ද ගියා වගේ නිරෝධයට ගිහිල්ලා, ආපහු ඇවිල්ලා, ආයෙත් ඉතින් අර මම ඒක ම ආපහු කියනවා කියලා මෙනෙහි කළා. ඉතින් ඒක තමයි කෙටියෙන් ම කියනවා නම් ඔය භාවනාවේ අර්ථයේ තියෙන්නේ.

සබ්බෙ සත්තා අවෙරිනො හොන්තු, බෙමීනො හොන්තු, සුබ්බනො හොන්තුනි - සතිං උපට්ඨාපෙනි.
සතිසම්බොජ්ඣාසංඝාතපටිභාවිතා හොති මෙත්තාවෙතොවිමුත්ති.

“සියලු සත්වයෝ අවෙරිහු වෙත්වා, භය නැත්තෝ වෙත්වා සෑප ඇත්තෝ වෙත්වා”යි සිහිය පිහිටුවයි මෙත්‍රිවිත්ත විමුක්තිය වඩයි.

සබ්බෙ සත්තා අවෙරිනො හොන්තු, බෙමීනො හොන්තු, සුබ්බනො හොන්තුනි - පඤ්ඤාය පච්චිනාති.
ධම්මවිචයසම්බොජ්ඣාසංඝාතපටිභාවිතා හොති මෙත්තාවෙතොවිමුත්ති.

සබ්බෙ සත්තා අවෙරිනො හොන්තු, බෙමීනො හොන්තු, සුබ්බනො හොන්තුනි - විරියං පග්ගණ්හාති.
විරියසම්බොජ්ඣාසංඝාතපටිභාවිතා හොති මෙත්තාවෙතොවිමුත්ති.

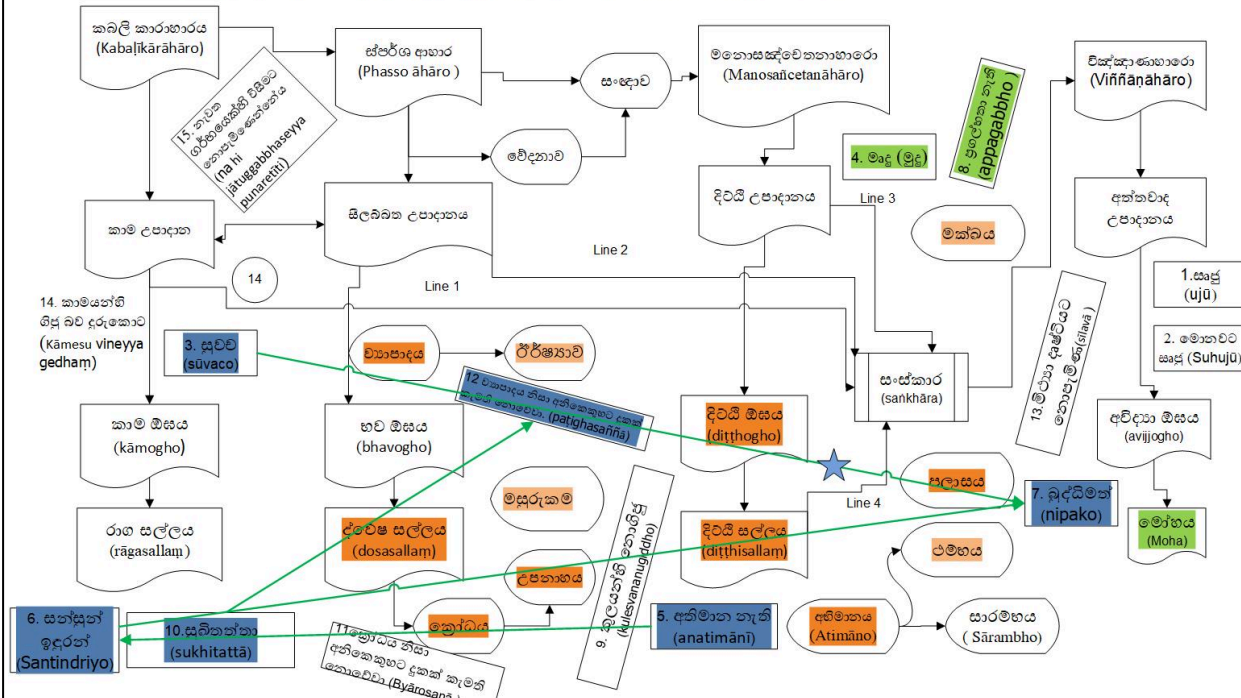
සබ්බෙ සත්තා අවෙරිනො හොන්තු, බෙමීනො හොන්තු, සුබ්බනො හොන්තුනි - පරිලාභං පටිජ්ජස්සම්හෙති.
පීතිසම්බොජ්ඣාසංඝාතපටිභාවිතා හොති මෙත්තාවෙතොවිමුත්ති.

සබ්බෙ සත්තා අවෙරිනො හොන්තු, බෙමීනො හොන්තු, සුබ්බනො හොන්තුනි - දුට්ඨුල්ලං පටිජ්ජස්සම්හෙති.
පස්සද්ධිසම්බොජ්ඣාසංඝාතපටිභාවිතා හොති මෙත්තාවෙතොවිමුත්ති.

සබ්බෙ සත්තා අවෙරිනො හොන්තු, බෙමීනො හොන්තු, සුබ්බනො හොන්තුනි - විත්තං සමාදහති.
සමාධිසම්බොජ්ඣාසංඝාතපටිභාවිතා හොති මෙත්තාවෙතොවිමුත්ති.

සබ්බෙ සත්තා අවෙරිනො හොන්තු, බෙමීනො හොන්තු, සුබ්බනො හොන්තුනි - ඤාණෙන කිලෙසෙ පටිසඬ්ඛාති.
උපෙක්කාසම්බොජ්ඣාසංඝාතපටිභාවිතා හොති මෙත්තාවෙතොවිමුත්ති.

This diagram was constructed under the guidance of the Arahant Great Brahma Sahampati for whom I am so grateful. 1/03/2012



- 1) If you cut down line 1 with the aid of the first jhana then you will reach metta uppanāya by using the metta sutta.
- 2) If you cut down lines 1 and 2 with the aid of the second jhana and maintain illimitable (eg compassion(Karuna)) then you will reach space is infinite.
- 3) If you cut down lines 1, 2 and 3 with the aid of the third jhana and maintain Ariya vihāra (eg Bojjanga – seven factors of enlightenment) then you will reach consciousness is infinite.
- 4) If you do not cling to the consciousness thus arose by removing lines 1, 2 and 3 then you will reach plane of nothing (need to use faith about Buddha here, clear-knowing & conduct -Vijjācaraṇasampanno) Ref: <http://www.visuddhimagga.info/>

s_Anumana.jpg

