

ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමන්ගේ
භාවනා අත්දැකීම්

2014 - 3





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>

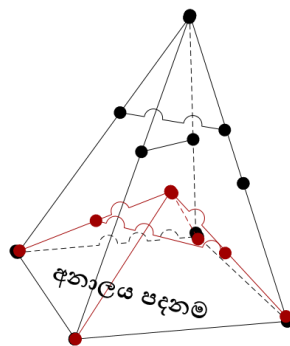
ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමන්ගේ

භාවනා අත්දැකීම්

**Meditation Experiences of
Dr. Lalith Ranatunga**

2014 - 3

(සැප්තැම්බර් - 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, විරිය, විමංසා ඉද්ධිපාදයෝ වඩමි

තතියම්පි සංඝං සරණං ගච්ඡාමි

මම සජ්ත බොජ්ඣංගයෝ වඩමි

පාණාතිපාතා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

පාණාතිපාතය නිසා ද්වේෂය ඇති වන්නේ ය. ද්වේෂය නිසා පාණාතිපාතය ඇති වන්නේ ය.

අදන්තාදානා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

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

කාමෙසුමිච්ඡාවාරා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

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

මුසාවාදා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

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

පරුසාවාවා, පිසුනාවාවා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

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

සම්ප්ප්පලාපා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

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

සුරාමෙරයමජ්ජපමාදට්ඨානා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

සුරාපානය නිසා චීනම්ද්ධය ඇති වන්නේ ය. චීනම්ද්ධය නිසා මෝහය ඇති වන්නේ ය.

පටුන

01/09/2014 - අනාශ්‍රව චිත්ත.....	1
Anāsava Citta	
05/09/2014 - භයහෙරව සූත්‍ර පළමු කොටස.....	4
Bhayabherava Sutta Part 1	
06/09/2014 - භයහෙරව සූත්‍ර දෙවෙනි කොටස.....	7
Bhayabherava Sutta Part 2	
07/09/2014 - භයහෙරව සූත්‍ර තුන්වන කොටස.....	13
Bhayabherava Sutta Part 3	
08/09/2014 - පාරිසුද්ධ චිත්ත.....	17
Pārisuddha Citta	
09/09/2014 - පෙර තණ්හා පෙර කම්ම.....	20
Peratanhā Perakamma	
10/09/2014 - අලෝභ අද්වේෂ අමෝහ භාවනා.....	22
Alobha Adosa Amoha Bhāvanā	
11/09/2014 - ප්‍රතිසංවේදනා රහිත.....	25
No Consciousness	
12/09/2014 - කාමාසව.....	27
Kāmāsava	
13/09/2014 - පදුට්ඨමනසඛිකප්පා.....	30
Paduṭṭhamanasaṅkappā	
14/09/2014 - අනාශ්‍රව ප්‍රඥා.....	33
Anāsava Paññā	
16/09/2014 - වත්ථුපම සූත්‍ර භාවනා පළමුවන කොටස.....	36
Vatthūpama Sutta Bhāvanā Part 1	
17/09/2014 - වත්ථුපම සූත්‍ර භාවනා දෙවන කොටස.....	40
Vatthūpama Sutta Bhāvanā Part 2	
18/09/2014 - වත්ථුපම සූත්‍ර භාවනා තුන්වන කොටස.....	42
Vatthūpama Sutta Bhāvanā Part 3	
19/09/2014 - මදය මානස.....	44
Madaya Mānaya	
20/09/2014 - පමාදා.....	45
Pmādo	
21/09/2014 - මිච්ඡාදිට්ඨි සහ මාන.....	49
Micchādītṭhi and Māna	
22/09/2014 - ප්‍රමාද 2.....	52
Pmāda 2	
23/09/2014 - විභව තණ්හා.....	55
Vibhava Tanhā	

24/09/2014 - මිච්ඡාදිට්ඨි සහ සායේයා.....	57
Micchāditt̥hi and Sāṭṭheyya	
25/09/2014 - ආසවක්ඛයෙ ඤාණ.....	59
Āsavakkhaya Ñāṇa	
26/09/2014 - සාධාරණ අසාධාරණ කාරණා.....	61
Sādhāraṇa Asadhāraṇa Kāraṇa	
27/09/2014 - දුක්ඛ නිරෝධය.....	64
Dukkha Nirodhaya	
28/09/2014 - ආසවක්ඛයෙ ඤාණ.....	66
Āsavakkhaya Ñāṇa	
29/09/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර පළමුවන කොටස.....	69
Vanapattha Sutta Part 1	
30/09/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර දෙවන කොටස.....	71
Vanapattha Sutta Part 2	
01/10/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර තුන්වන කොටස.....	73
Vanapattha Sutta Part 3	
02/10/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර හතරවන කොටස.....	75
Vanapattha Sutta Part 4	
03/10/2014 - සංඝ්ඛතං අභිසංඝ්ඛරොන්ති.....	79
Saṅkhatam Abhisāṅkharonti	
05/10/2014 - මච්ඡරිය භාවනා.....	82
Macchariya Bhāvanā	
06/10/2014 - මච්ඡරිය 2.....	84
Macchariya 2	
07/10/2014 - කාම, සීලබ්බත, දිට්ඨි උපාදාන.....	86
Kāma, Sīlabbata, Diṭṭhi Upādāna	
08/10/2014 - අත්තවාද උපාදාන.....	88
Attavāda Upādāna	
09/10/2014 - විපරිණාම දුක්ඛතා.....	91
Vipariṇāma Dukkhatā	
10/10/2014 - කාම තණ්හා විභව තණ්හා.....	94
Kāmatanḥā Vibhavatanḥā	
11/10/2014 - කාම තණ්හා භව තණ්හා විභව තණ්හා.....	97
Kāmatanḥā Bhavatanḥā Vibhavatanḥā	
13/10/2014 - ආසව.....	99
Āsava	
14/10/2014 - අකුප්පා චෙතොවිමුත්ති.....	100
Akuppā Cetovimutti	
15/10/2014 - මච්ඡරිය - නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන.....	102
Macchariya - Nevasaññānāsaññāyatanaṃ	
16/10/2014 - නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන.....	104

	Nevasaññānāsaññāyatana	
17/10/2014	- නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන 2.....	106
	Nevasaññānāsaññāyatana 2	
18/10/2014	- නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන 3.....	107
	Nevasaññānāsaññāyatana 3	
19/10/2014	- කාමාසව භවාසව දිට්ඨාසව.....	109
	Kāmāsava Bhavāsava Diṭṭhāsava	
20/10/2014	- දිට්ඨි අනුසය.....	111
	Diṭṭhi Anusaya	
21/10/2014	- අවිජ්ජා ආසව.....	113
	Avijjā Āsava	
22/10/2014	- යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.....	114
	Yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ	
23/10/2014	- විශේෂ ඉද්ධි.....	116
	Iddhi Special	
24/10/2014	- චිත්ත පාරිසුද්ධ 2.....	118
	Citta Pārisuddha 2	
25/10/2014	- පාරිසුද්ධ චිත්ත.....	120
	Pārisuddha Citta	
28/10/2014	- ධම්මකිත්ති භාවනා 2.....	122
	Dhamma Kitti Bhāvanā 2	
02/11/2014	- ඉද්ධිපාද.....	124
	Iddhipāda	
05/11/2014	- සුඛාපට්ඨපදා ඛිප්පාභිඤ්ඤා භාවනා.....	128
	Sukhapaṭṭipadā Khippābhiññā Bhāvanā	
06/11/2014	- සබ්බනිස්සග්ගය භාවනා.....	131
	Sabbanissaggaya Bhāvanā	
07/11/2014	- අවිජ්ජා ඕඝ.....	133
	Avijjā Ogha	
08/11/2014	- නාමරූප භාවනා.....	135
	Nāmarūpa Bhāvanā	
09/11/2014	- ජරා ධම්ම.....	137
	Jarā Dhamma	
10/11/2014	- ව්‍යාධි ධම්ම.....	139
	Vyādhī Dhamma	
11/11/2014	- සංස්කාර දුක්ඛතා.....	142
	Saṅkhāra Dukkhatā	
12/11/2014	- විපරිණාම දුක්ඛතා.....	145
	Vipariṇāma Dukkhatā	
13/11/2014	- දුක්ඛ නිරෝධ.....	147
	Dukkha Nirodha	

14/11/2014 - දුක්ඛ නිරෝධ 2.....	149
Dukkha Nirodha 2	
15/11/2014 - කාමච්ඡන්ද භාවනා.....	151
Kāmacchanda Bhāvanā	
16/11/2014 - ගිද්ධිලෝභ භාවනා.....	153
Giddhilobha Bhāvanā	
18/11/2014 - සුඛභාගිය ධම්ම.....	157
Sukhabhāgiya Dhamma	
19/11/2014 - සුඛභාගිය ධම්ම 2.....	159
Sukhabhāgiya Dhamma 2	
20/11/2014 - සුඛභාගිය ධම්ම 3.....	161
Sukhabhāgiya Dhamma 3	
21/11/2014 - උපායාස භාවනා.....	163
Upāyāsa Bhāvanā	
23/11/2014 - ගිද්ධිලෝභ භාවනා.....	165
Giddhilobha Bhāvanā	
24/11/2014 - දුක්ඛ නිරෝධ භාවනා.....	167
Dukkha Nirodha Bhāvanā	
25/11/2014 - අනාශ්‍රව චිත්ත.....	169
Anāsava Citta	
26/11/2014 - අනාශ්‍රව චිත්ත භාවනා.....	172
Anāsava Citta Bhāvanā	
27/11/2014 - දුක්ඛ නිරෝධ භාවනා.....	174
Dukkha Nirodha Bhāvanā	
28/11/2014 - ඉද්ධිපාද භාවනා.....	178
Iddhipāda Bhāvanā	
30/11/2014 - සෝක කරන සංස්කාර.....	181
Soka Karana Sanskāra	
01/12/2014 - ව්‍යාධි ධම්ම භාවනා.....	184
Vyādhi Dhamma Bhāvanā	
02/12/2014 - සත්තච්ඡාන කුසල.....	186
Sattaṭṭhāna Kusala	
03/12/2014 - සතර ඉන්ද්‍රිය භාවනාව.....	188
Catuttha Indriya Bhāvanā	
04/12/2014 - පරිදේව වූ සංස්කාර.....	191
Parideva vū Sanskāra	
07/12/2014 - සත්තච්ඡාන කුසල භාවනා 4.....	193
Sattaṭṭhāna Kusala Bhāvanā 4	
08/12/2014 - ආකිඤ්චඤ්ඤ විමුක්ති.....	196
Ākiñcañña Vimutti	
09/12/2014 - ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්ම.....	198

Acchariya Abbhuta Dhamma

13/12/2014 - අනාශ්‍රව චිත්ත.....	201
Anāsava Citta	
14/12/2014 - ද්වේෂ භාවනා.....	203
Dosa Bhāvanā	
15/12/2014 - උපෙක්ඛා අප්පමාණ.....	205
Upekkhā Appamāna	
17/12/2014 - උපෙක්ඛා අප්පමාණ.....	208
Upekkhā Appamāna	
20/12/2014 - විජ්ජා විමුක්ති.....	210
Vijjā Vimutti	
21/12/2014 - පංච ඉන්ද්‍රිය භාවනා.....	212
Pañca Indriya Bhāvanā	
22/12/2014 - අවිජ්ජා ආසව.....	217
Avijjā Āsava	
23/12/2014 - සබ්බාසව භාවනා.....	220
Sabbāsava Bhāvanā	
24/12/2014 - උද්ධච්ච භාවනා.....	225
Uddhacca Bhāvanā	
25/12/2014 - ඉද්ධිපාද භාවනා.....	227
Iddhipāda Bhāvanā	
26/12/2014 - මිච්ඡාදිට්ඨි භාවනා.....	231
Micchādiṭṭhi Bhāvanā	
28/12/2014 - ආසව භාවනා.....	234
Āsava Bhāvanā	
30/12/2014 - ඉන්ද්‍රිය බල ධම්ම.....	238
Indriya Bala Dhamma	

01/09/2014 - අනාශ්‍රව චිත්ත

Anāsava Citta

ඒ උතුම් බුදු පියවරුන්ව සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කළා.

භාවනාවට ඉස්සෙල්ලා ම මට කිව්වා, මේ උපශාන්ත භාවනාව කියලා භාවනාවක් කළා ඔය ජුනි මාසේ 21 වෙනිදා. ඒකෙදි, මං ඒක ඉස්සෙල්ලා කියලා ඉන්නම්. ඒකේ තියෙන්නේ, මම ද්වේෂය නැති කරමි කියලා කල්පනා කරපු වෙලාවේ ඉතින් කල්පනා කළා යම් සඤ්ඤාවකින් අපි ජීවත් වෙන්න පුළුවන් ය කියලා සිතනවා කියන එක පහ කරන්න ඕනෙ කියන එක. ඉතින් මෙහෙම ජීවත් වෙනවා කියලා මෙයා කියනවා නම්, ඒකට වඩා සැප වූ වේදනා ඇති තව යම්කිසි දෙයක් ඇති යැයි කියලා කල්පනා කරන්න ඕනෙ. දැන් මං කියනවා නම් මේ පළවෙනි ධ්‍යානයෙන් මම ජීවත් වෙනවා කියනකොට තව එක්කෙනෙක් ඇවිල්ලා කියනවා මේ, දෙවනි ධ්‍යානය රිට වඩා හොඳයි. ඉතින් ඔතන කෙළවරක් නෑ. කෙනෙක් හිතන හිතන එකට වඩා තව හොඳ කියන එකක් තියෙනවා.

ඒ කියන්නේ අපි නිතර ම එකකින් ජීවත් වෙනවා කිව්වහම අර නිත්‍යභාවය, නියත, permanent කියන කතාව අපිට ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඒක එහෙම කරන්න පුළුවන්කමක් ඇත්තෙ නෑ. ඉතින් ඒ පාර, දැන් මං මේක එදා සම්බන්ධ කළා මේ අනාශ්‍රව සඤ්ඤාවත් එක්ක සම්බන්ධ කළා. ඒ සම්බන්ධ කරපු වෙලාවේ මම දැක්කා, යම්කිසි වේදනාවක් නිසා පවතිනවා යැයි කියලා අපි, පැවැත්විය යුතු යැයි කියලා සිතනවා නම් අර සඤ්ඤා පරාමාස cross එක එතන ඇති වෙනවා, නාමරූප cross එක. ඒක ඇති වුණා නම් රිට පස්සේ අර අලුවා කැල්ල, diamond එක ඇති වෙනවා. වේදනා, චේතනා, ඉදංසච්ච, භය අගති කියන එක ඇති වෙනවා. මේක ඇති වුණා නම් මානය නිසා ඇති වෙන පාර. ඉතින් මේක ඇති වුණා නම් ඉතින් අපි දන්නවා මාන වෙනවා කියන එක සිද්ධ වෙනවා කියන එක.

ඒ භාවනාවේදි කල්පනා කළා රහතන් වහන්සේගේ සිත කොයි ආකාර ද කියලා. එතන මොකක්වත් stream එකක් නෑ. විඤ්ඤාණය කියන එක මේ දැනගැනීම සඳහා පමණයි තියෙන්නේ, අර knowledge instances විතරයි තියෙන්නේ කියන එක තියෙනවා. එතකොට මෙන්න මේ භාවනාව, ඒ කියන්නේ ඒ රහතන් වහන්සේට මේ සඤ්ඤා පරාමාස කියන කතාව නැතෙයි කියන එක තිබ්ලා ඉතින් ඒ බොහොම මනස peaceful ව පැවතුණා එදා ඒ භාවනාවේදි. ඒක තමා උපශාන්තයි කියලා කියන්නේ.

එතකොට දැන් මං, මට රහතන් වහන්සේ කිව්වේ අද, පන්සිල් ගන්න දක්වා ගිහිල්ලම ඒක කරන්නයි කියලා. එතකොට අර ලෝභය නැති කරමි කියලා ඒක අර කොඩිය වාගේ තියෙන එක, ඔය විදිහට ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි, ඒක හොඳට ඒක බැලුවා අන්තිමට ඉතින් සුරාමෙරය මජ්ජිමනිකායා කියන දක්වා ම මම හොඳට කාරණාවෙන් කාරණාවට හොඳට මං මෙනෙහි කළා. ඒ තත්වට ආවාට පස්සේ ඉතින් මම කල්පනා කළා මේ, දැන් අපි දැන් ධර්මයක් හොයනවා. දැන් අදත් අලුතෙන් ධර්මයක් අපි හොයනවා. මොකට ද මේ ධර්මයක් හොයන්නේ?

අලුතෙන් මේ ධර්මයක් හොයන්නේ, අපි දන්නවා මේ ධර්මයෙන් සමාධියක් ඇති වෙනවා, සමාධියක් අරගෙන ජීවත් වෙනවා කියන්නයි, දැන් මේ කතාවත් එක්ක සම්බන්ධ වෙනවා. සමාධියක් ඇතුළු ජීවත් වෙනවා. එතකොට අපි දන්නවා අර ධර්මමච්ඡරිය කියන එක. ඔන්න ඒක තියෙන්නේ අර diamond එකේ ම තමයි. එතකොට මේක හොයාගෙන යනවා කියලා කියන්නේ, එහෙම නම් අපි මේ යමක් දැනගන්න හදන්නේ මේක දුටුවලා. මේක හරහා දුටුවලා තමයි මේ අවබෝධයක් කියන එක ඇති කරගන්න අපි උත්සාහ කරන්නේ. එතකොට ඕක, ඒක හරියට මට ලස්සනට උදාහරණයත් එක්ක ආවේ, දැන් අද කාලේ මේ scientist ලා කරන්නේ, මොනවා හරි facts ටිකක් අරගන්නවා, අරගෙන මේක දිගේ දුටුවනවා. දුටුවලා ඉවර වෙලා ඊට පස්සේ මනුස්සයන්ට කියනවා එකක්, අද එකක් හෙට එකක්.

ඉතින් ඕක මේ ගමේ මනුස්සයන් ඔය විදිහ ම තමයි. Science කියලා කිව්වට ගමේ මනුස්සයන් ඔහොම ම තමයි. දැන් ඒ මනුස්සයා ගත්තහම ඔන්න දැන් ගස් කියනවා. ගස් ගැන දන්නවා. එතකොට ඒ මනුස්සයා කොයි ප්‍රමාණයට ද දන්නේ ගස් දැන් පොල් ගස් කියලා කිව්වහම මොකදද අපිට තියෙන්නේ? දැන් බලන්න, ගස කියලා කිව්වහම එකපාරට මනුස්සයෙක් නිකන් ගස් කියලා ගොඩකට දානවා නිකන් ධාතු වශයෙන් වාගේ කතාවක් තියෙනවා. එහෙම අතර අර්ථයක්මත් නෙවේ දැන් මනුස්සයෙක් ගහක් දිහා බැලුවහම ඔන්න පොල් ගහක් දැක්කා ම ආන්න අර, අර ඉස්සර අපි රචනා ලියන්නේ. පොල් ගස. තාල වර්ගයේ ගසකි. මේකේ කොලවලින් මේක හදනවා ය, කඳෙන් මේ පරාල ගන්නවා ය, පොල් ගෙඩිවලින් මෙහෙම කනවා ය. දැන් එතකොට එයාගේ knowledge එකේ instance එක තියෙන්නේ අර එයා කරපු සංස්කාරයන් තියෙනවා නේ. ඒකත් එක්ක තමයි එයා ඒක දුටුවලා කරගත්ත දේ තමයි මෙනෙහි ඒක තියෙන්නේ, නේ ද.

එතකොට තවත් මනුස්සයෙකුට ඕක එනවා, ගස්, ඔක්කොම එකයි, ගස්. ඒ කියන්නේ පොල් ගහ ද කිතුල් ගහ ද ඊළඟට මේ eucalyptus ගහ ද මේවා ඔක්කොම, හැබැයි ඉතින් හැම ගහක් ගැන ම යම්කිසි knowledge එකක් ඇතුළු තමයි අර මනුස්සයා ඒ හැඟීමක් තියෙන්නේ. තව එක්කෙනෙක් ඕවා ඔක්කොම ගස් කියලා කතාවක්

තියෙනවා කියන එක තියෙනවා. මේකේ ගත යුත්තක් නෑ ඔක්කොම ගස්, trees කියන එක.

එතකොට දැන් මං මේ කල්පනා කළා එහෙම නම් මේ දුවවලා දැනගන්නා වූ ධර්මයේ ඒ ඇති වැඩක් නෑ. මේකෙන් දුවවලා දන්නා වූ ධර්මයෙන් අපි එක එක කතාවල් හදනවා, අර scientist අරක කියනවා අද එකක් හෙට එකක් කියනවා වාගේ, තමන්ගේ ඇති වෙන්නා වූ මේ දිට්ඨියේ කතාවක් විතරයි මෙතන තියෙන්නේ. අරක කැරකෙව්වා නම් මාන වෙනවා, මාන වෙලා ඒකේ තියෙන ඒ දිට්ඨිය කියන එක ඇති වුණා, ඉතින් ඒක තමයි ඉස්සරහට දාලා මේ කියන්නේ, කියන එක තේරෙනවා.

ඉතින් දැන් මට මේ කතාව වෙනකොට දැන් මගේ අනාශ්‍රව විත්තය කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. දැන් මට, දැන් මේකේ ආයේ දුවවන්න දෙයක් නෑ. එතකොට එහෙනම් දැන් රහතන් වහන්සේ මොකද කරන්නේ? රහතන් වහන්සේත් දන්නවා. රහතන් වහන්සේ දන්නේ මොන වාගේ ද දන්නේ? එතකොට දැන් මගේ අර ගස් උදාහරණේ බලන්නකෝ. දැන් මනුස්සයෙක් කියනවා පොල් ගස්, අරවා ගස් මේ ගස්, ඉතින් එයා එක එක ගහ ගැන ගහ ගැන හිත හිතා ගිහිල්ලා තමයි ඔන්න ඒක ගස් කියලා ඒක යම්කිසි තැන්පත් වීමකට ආවේ.

එතකොට දැන් අර ඔක්කොම ධාතු වශයෙන් එහෙම බලපු මනුස්සයා කියනවා මේවා ඔක්කොම ගස්. පයවි ධාතු. ධාතු, මෙච්චරයි මේකේ කියලා. මොකද්ද රහතන් වහන්සේ දන්නේ? දුකයි, දුක්බ සමුදයයි, දුක්බ නිරෝධයයි, නිරෝධගාමිනී පටිපදාවයි. ඔන්න ඕක දන්නවා, මේකයි කියන එක.

අර එල විත්තය ම තමයි. එල විත්තයේ ම තියෙන්නා වූ අර්ථය කියන එක, ඒවා ම තමයි දන්නේ, වෙන මොකද්ද මේකේ දැනගන්න තියෙන්නේ? අර, දැන් ඊට පස්සේ දැන් ඔය අනාශ්‍රව තත්වට පත් වුණාට පස්සේ, දැන් මං මේක ඕගොල්ලන්ට කියන්න ඕනෙයි කියලා හිතන්න හදනවා, හිතන්න බෑ. ඇයි? දුවලා දැනගන්නේ නැහැයි කියලා කිව්වට පස්සේ දුවන්න බෑ. ඔන්න ඕකයි තියෙන්නේ.

අන්න ඒක තමයි ඒ භාවනාව.

05/09/2014 - භයහෙරව සූත්‍ර පළමු කොටස

Bhayabherava Sutta Part 1

ඒ උතුම් බුදුපියවරු දාහතර නම ම සිහි කලා, සිහියෙන් යුක්තව. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වශයෙන්. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කලා.

පංචනීවරණයන් යටපත් කරමි කියලා කිව්වම මේකෙන් පටන් ගන්නෙයි කියලා කිව්වා. දැන් අපි දන්නවා මේ කාමච්ඡන්දය කියන එක අර area 1 කියන එක, ඒක නිසා area 6 කියන එක ඇති වෙනවා, පරාමාස ඉදංසච්ච මෝහ අගති කියන එක. එතකොට area 1 වල belt එක කැරකවීම මගින් විඤ්ඤාණය ධාරාවක් මෙන් දුවනවා. දැන් මේ නිසා හටගන්නා වූ area 6 මගින් එම ධාරාව පැවැත්වීමට උදව් උපකාර වන්නේ ය කියන එක තියෙනවා.

දැන් මේක පෝතලිය සූත්‍රය මෙන් අපි කල්පනා කරන්න ඕනෙ. දැන් පාණාතිපාත, පෙර සංස්කාර නිසා පැවතීම. අර සුභ යැයි කියලා ගැනීම. එතකොට මේ විදිහට අර සිල් පද පහ ම අපි, මේ විදිහට සිල් පද පහ ම නිසා සිදු වෙනවා. පාණාතිපාතා, අදින්නාදානා, කාමෙසුමිච්ඡාවාරා. මුසාවාද, පරුෂා වාව, පිසුණා වාව, සම්පප්‍රලාප. මෙන්න මේ හතෙන් ම මේක ධාරාව පවත්වන්න උදව් උපකාර වෙනවා. එතකොට මනසෙන් වෙන්නා වූ කාරණා තුනක් තියෙනවා නේ. ඒ මිච්ඡා දිට්ඨි, අභිජ්ඣා, ව්‍යාපාද කියන එක. එතකොට දැන් අපි ඔය සුභ යැයි කියලා කියන එක ගන්න එක අපි බැලුවොතින් අපි දන්නවා අර, සුභ යැයි කියන එක ගත්තහම අර සඤ්ඤාව කියන එක පරාමාසයට එනවා, ඇවිල්ලා පරාමාසයේ ඉඳන් විඤ්ඤාණයට යන කතාව කියන එක තියෙනවා.

අන්න එතෙක්දි ඔන්න ඕක බලන්න ඕනෙ අභිජ්ඣා වශයෙන්. ඒ කියන්නේ පරාමාසයෙන් විඤ්ඤාණය යනවා කියන එක, මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවතීමක් තියෙනවා ද ඒක අභිජ්ඣා, කියන එක රහතන් වහන්සේ පැවසුවා. එතකොට ඔය භයහෙරව සූත්‍රයේ මේ තලාගතයන් වහන්සේ දේශනා කරනවා මේ අපිරිසිදු කාය කර්මාන්ත තියෙනවා ය, අපිරිසිදු වචි කර්මාන්ත තියෙනවා ය, ඊළඟට බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නනවා තුන් වෙනි කාරණේ ගත්තහම අභිජ්ඣාලු, කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියලා. කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියන එක ඔය full of lust කියලා කියනවා ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන්, ඒක තමයි අර මෙතනින් පහළට එන්නේ. චේතනාවෙන් ඉඳන් ඉදංසච්චයට එන්නෙ cross එක. ඒක තමයි කාමේසු

තිබ්බසාරාගො කියලා කියන්නේ. අර නාමරූප පැත්තෙන් එන්නා වූ එක, කතාව. මේ දෙක එක්කම වෙලා තමයි සුභය කියන එක ඇති වෙන්නේ.

ඊළඟට ඔය භයහෙරව සූත්‍රය ඉතින් දැන් දිගට යනවා. ඊට පස්සේ කියනවා ඒ පුද්ගලයාට තියෙනවා ය කියලා මේ ව්‍යාපාද විත්තයන් තියෙනවා ය, පද්ධියමනසිකාතබ්බා කියලා කියනවා. එතකොට ඒක බලන්න රහතන් වහන්සේ කියන්නේ මේ හතර වෙනි රවුම කියන එක බලන්නෙයි කියන එක. හතර වෙනි රවුම බලනවා කියන්නේ පෝතලිය සූත්‍රයේ අපි දන්නවා කේලාමී කීම කියන එක. එතෙත්දි අපි දන්නවා, අපි දන්නවා වේදනාව පරාමාසයට ඇදෙනවා කියන එක දන්නවා. ඒ කියන්නේ මේ කතාව විපරිණාමය නිසා ඇති වූ දුක්ඛ වේදනාවන්, පරාමාසයට ඇදීම නිසා ව්‍යාපාද සහගත ස්වභාවය හටගැනීම කියන එක, තමයි මේ කියන්නේ.

එතකොට පද්ධියමනසිකාතබ්බා කියලා කියන්නේ intentions of hate, දැන් අර වෙන් කර කර හරි පවත්වන්න නේ හදන්නේ. ඒක තමයි අර අපි හබල ගානවා කිව්වේ. ඒකෙ අපි පල්ලෙහායින් නේ හබල ඇන්දේ. දැන් අපි දැන් අදින්නේ උඩින්. අර විඤ්ඤාණයේ ඉඳන් පරාමාසයට අර නිත්‍යයි කියලා එන්නා වූ කැල්ල. එතකොට මේ විදිහට යමකින් වෙන් කර හෝ විඤ්ඤාණය පැවැත්වීමට සිතනවා.

දැන් මේ වෙලාව වෙනකොට කාරණා හතක් බලලා තියෙනවා, ඒ කියන්නේ, කාරණා හතයි කියලා කියන්නේ අතන මුලින් ම ගත්තහම පළවෙනි කාරණේදි භයහෙරව සූත්‍රයේ පෙන්න්නා වූ එක තමයි අපිරිසිදු කාය කර්මාන්ත. එතකොට ඒක නිසා විඤ්ඤාණය පවතිනවා කියන එක තියෙනවා.

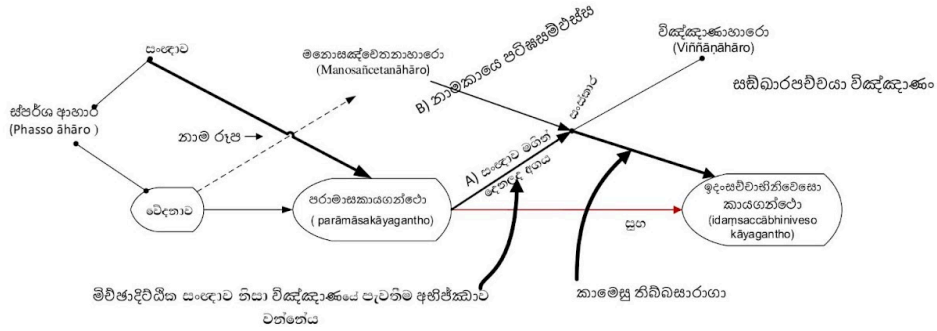
ඊළඟට පෙන්නනවා දෙවනි කාරණේදි දෙකක් පෙන්නනවා, අපිරිසිදු වච් සංඛාරයි, වච් කම්මං, අපිරිසිදු මනෝ කම්මං කියන එක. එතකොට ඒක දෙකට බෙදෙනවා, එතකොට කාරණා තුනක් වෙනවා. ඊළඟට තුන් වෙනි කාරණාවෙන් ආපහු දෙකක් තියෙනවා. එතන එකක් තමයි අපි දැන් ටිකකට ඉස්සෙල්ලා බැලුවා අභිජ්ඣා වෙනවා ය, කාමේසු තිබ්බසාරාගො වෙනවා ය කියන එක. මේ කාරණා දෙක.

ඊළඟට අර හතර වෙනි කාරණාවට මෙතන ව්‍යාපන්නය කියන එක අර වේදනාව පරාමාසයට ඇදෙනවා කියන කතාව එතන ගන්නවා. ඊළඟට පද්ධියමනසිකප්පා. මනසේ තියෙනවා පද්ධියමනසිකප්ප. ඒක තමයි අර නිත්‍යයි කියලා මේකට ඇදෙනවා කියලා කියන්නේ. අර මනුස්සයන්ව වෙන් කර කර හරි intentions of hate ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් කියනවා නම්. වෙන් කර කර හරි පවත්වනවා කියන එක. එතකොට මෙන්න මේ කාරණා එතකොට හතක් කියන එක අපි බලලා තියෙනවා මේ වෙනකොට. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

මේක මේ භයහෙරව සූත්‍රය පළවෙනි භාවනාව.

අධික ලොහ (අභිජ්ඣාලු) කාමයන්හි නියුණු රාග (කාමෙසු නිබ්බසාරාගා)

- ඇස, කණ ආදි වූ ඉංද්‍රියයන් මගින් රූප ස්පර්ශ වූ විට සංඥාව අවිද්‍යා අනුසය මගින් ඉස්සවීම කරනු ලබයි. මෙම දුර්වල වූ සංඥාව මිච්ඡාදිවිධීය නිසා හටගත් දෙයකි. මෙය මගින් දුර්වල වූ විඤ්ඤාණයක් සෑදීමට තුඩුදේ. මෙම සංඥාවට, වේතනාව හරහා ගලන්නාවූ අගයන් රුකුල් දිය යුතුය. මෙම ආධාර කිරීම නාමකායේ ප්‍රතිසසංස්පර්ශය (නාමකායෙ පටිසසම්චර්ස්ස) මගින් කරනු ලබයි.



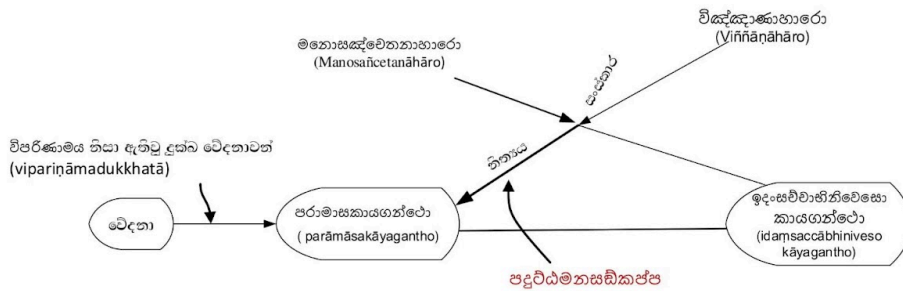
- පළමුවැනි රටුවේදී, A) දුර්වල වූ සංඥාව B) නාමකායේ ප්‍රතිසසංස්පර්ශය මගින් ඉදංසච්චාහිනිවෙසකායගන්ථයට තල්ලු කරන්නේ, සුභ යැයි ගැනීම සිදුවේ.
- කාමයන්හි නියුණු රාගය මෙයට හේතුව.

S_BhayabheravaDiagrams.pdf - Slide 3

වෙනසට පැමිණි සිත් (බ්‍යාපන්නචිත්තා) සහ දුෂ්ඨ ස්වභාවයට පැමිණි සිත් (පදුවධ්මනසඛිකප්පා)

හතරවැනි රටුවේදී, කේලාමි කීම (පිසුණා වාචා) පොතලිය සුත්‍රයේදී බලන ලද ආකාරයට සලකා බලමු.

- විපරිණාමය නිසා ඇතිවූ දුක්ඛ වේදනාවන් පරාමාසකායගන්ථයට ඇදීම නිසා චාපාද සහගත ස්වභාවය හට ගනී.



- 4 වන පිටුවේ දී සාකච්ඡා කරන ලද, නිත්‍යය භාවය ලබාගැනීම සඳහා යමකින් වෙන්කිරීම (පලාසය) මගින් හෝ විඤ්ඤාණය පැවතවීමට උත්සාහ කරයි. මෙසේ බ්‍යාපන්නචිත්තා සහ පදුවධ්මනසඛිකප්ප ඇතිවේ.

S_BhayabheravaDiagrams.pdf - Slide 5

06/09/2014 - භයභෙරව සූත්‍ර දෙවෙනි කොටස

Bhayabherava Sutta Part 2

භයභෙරව සූත්‍ර දෙවෙනි part එක මම කරන්නේ. ඉතින් උතුම් බුදුපියවරු දාහතර නම ආදර ගෞරවයෙන් යුතුව සිහි කළා, වැඳ නමස්කාර කළා.

ඊයේ භාවනාව මම නැවතත් කළා. ඉතින් බොහෝ ම හොඳයි සමාධිය එතකොට. ඊට පස්සේ මේ චිත්තමිද්ධිය සහ පරියුට්ඨිතා කියන එක සිහි කළා. එතකොට මේ චිත්තමිද්ධිය කියන එක, දැන් අපි දන්නවා මිද්ධිය කියන එක අර චේතනාවට පෙර තැනක. චිත්තය කියන එක හරියට ම වැටෙනවා අර චේතනාවෙන් අර උඩ කතිරය තියෙනවා නේ. චේතනා, ඉදංසච්ච, පරාමාස, විඤ්ඤාණය, කැපෙන තැන හරියට ම චිත්තය කියන එක තියෙනවා. එතකොට දැන් මෙතන අපි හිතන්න ඕනෙ මෙන්න මේ අපි මිද්ධියේ ඉඳන් චේතනාවට යන එක A කියලා කිව්වොත්, චේතනාවේ ඉඳන් චිත්තයට යන එක B කියලා කිව්වොත්, එතකොට විඤ්ඤාණය සෑදීමට පෙර මිද්ධි ස්වභාවයක් තියෙනවා. මේක මේ වෛතසිකවල මිද්ධි ස්වභාවය කියන එක තමයි අපි මේ කියන්නේ. සඤ්ඤාව මිද්ධියි. විඤ්ඤාණය හැඳුවාට පස්සේ විත්තයේ යම් අලසභාවයක් වෙනවා ද මේක චිත්තය කියලා කියනවා. Sloth කියලා කියන්නේ ඒකයි. එතකොට මේක A සහ B වශයෙන් මේක සිතන්න. අන්න ඒක තමයි චිත්තමිද්ධි පරියුට්ඨිතා කියලා කියන එක සිහි කරන්න ඕනෙ මේ විදිහට.

ඊළඟට උද්ධච්ච අවුපසන්තචිත්තා කියන එක මෙනෙහි කළා. උද්ධච්ච අවුපසන්තචිත්තා කියලා කිව්වහම අපි දන්නවා ඔය චේතනාවේ ඉඳන් ඉදංසච්චයට, විඤ්ඤාණයේ ඉඳන් පරාමාසයට, එතන කතිරය තියෙනවා. ඒ කතිරය කියන තැනට අපි කියන්නේ සංස්කාර කියලා නේ. එතකොට ඒක කියනවා පෙර උද්ධච්චය කියලා එතෙන්නට. ඊට පස්සේ පරාමාසයේ ඉඳන් මෝහ අගතියට, ඉදංසච්චයේ ඉඳන් භය අගතියට කතිරය කැපෙන තැන අපි, අර පරිදේව වූ සංස්කාර කියලා කිව්වේ. ආන්න ඒකට කියනවා පසුව ඇති වෙන්නේ අවුපසන්තචිත්තය කියන එක. එතකොට දැන් මෙතන උද්ධච්ච වූයේ කෙසේ ද? රෝගී සඤ්ඤාව මගේ යැයි ගැනීම නිසා, මේ නිසා මේ පෙර සංස්කාර වූයේ ය. අවුපසන්තචිත්තය වූයේ කෙසේ ද? හදන ලද සංස්කාරය පෙර හා සමානව නොපවතියි. “රූපය ස්පර්ශ කරන ලද්දා වූ විත්තයක, ජරාව නිසා ඇති වූ ව්‍යාධි ස්වභාවය ඇත.” අන්න ඒක තමයි අවුපසන්තචිත්තය කියලා කිව්වහම ඒ කියන්නේ unpeaceful in mind කියලා කියනවා. Unpeaceful in mind. එතකොට මේක විත්තයේ peace එකක් නෑ. උද්ධච්චය කිව්වහම restlessness දැන් අපි දන්නවා නේ ඒක.

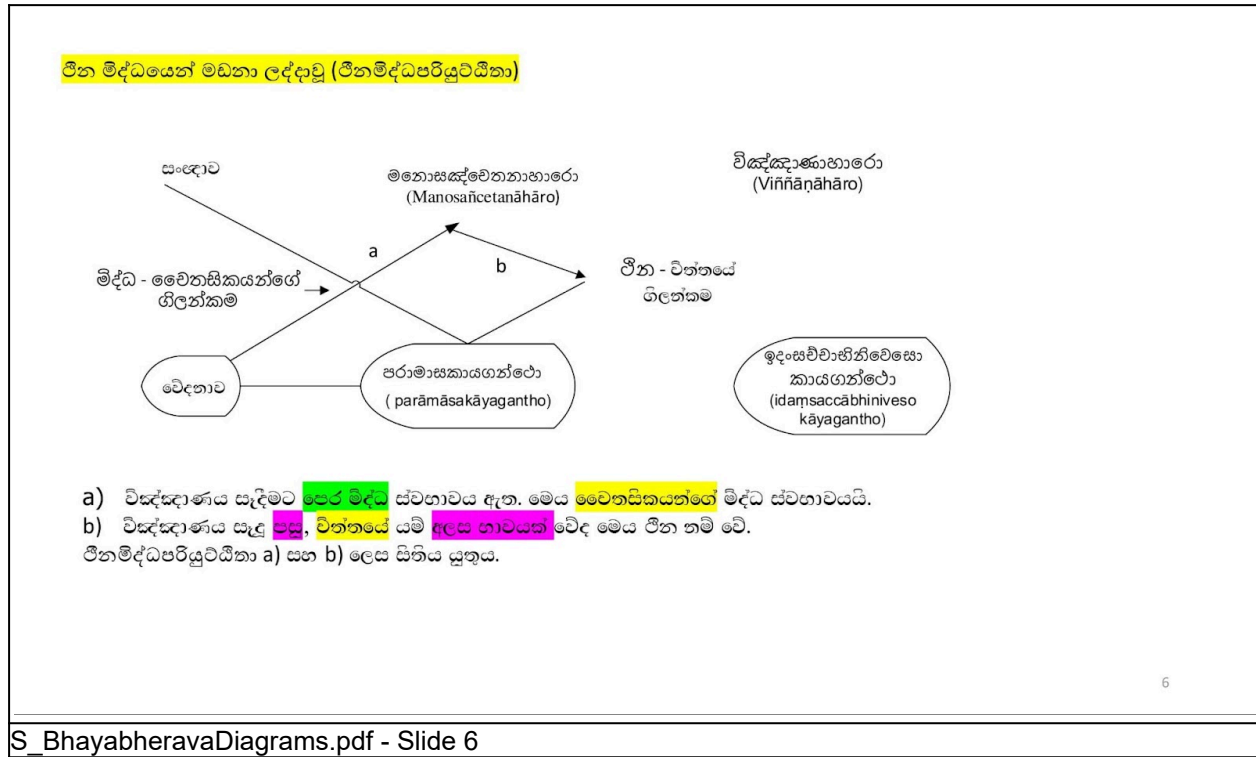
ර්ලහට කඩිඛි විවිකිවිඡති. එතකොට කඩිඛි කියලා කිව්වහම **uncertain** කියලා කියනවා. විවිකිවිඡති කිව්වහම **doubt** කියලා කියනවා. එතකොට දැන් අපි දන්නවා මේ හය අගතියේ ඉඳන් අර පරිදේවය තියෙන තැන. හය අගතිය ඉඳන් සෝකය කියන තැන අපි දන්නවා. එතකොට ඔන්න ඒ කඩිඛි කියන එක තියෙන්නේ ඔය හය අගතියේ ඉඳන් සෝකයට යන එකේ. විවිකිවිඡාව කියන එක අපි දන්නවා මේ පරිදේවයයි හය අගතියයි අතරයි තියෙන්නේ කියන එක. එතකොට විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පැවතීම සඳහා අපි අර **h1, h2** කියලා මේවා කළේ. ඒක ඉතින් මෙතන විස්තර කරන්න ඕනේ ඒ භාවනාව සම්පූර්ණයෙන් ඒක කොහොම ද, මොන අවස්ථාවේ ද, හැම අවස්ථාවේ දී ම මේක ටීනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී මේක **flow** වෙනවා කියන එක විස්තර කරන්න ඕනෙ.

කඩිඛි වූයේ කුමක් නිසා ද? පරිදේව වූ සංස්කාරය නැවත සෑදිය හැකි ද? සෝක නොවන්නේ ද? කියන ප්‍රශ්නය තියෙනවා. විවිකිවිඡාව වූයේ කුමක් නිසා ද? සාදන ලද විඤ්ඤාණය නැවත මිය නොයන්නේ ද? එය පරිදේව නොවන්නේ ද? කියන එකයි. ඒ කියන්නේ දැන් මෙතෙක්දී බලනකොට ධර්මය බලන්න ඕනෙ මෙතනින් උඩට ගිහිල්ලා අර මුළු රවුම ම හැදිලා එන එක. මේ මුළු, **diamond** එක නේ මේ කතා කරන්නේ. එතකොට මේ සෝකයේ ඉඳන් ගිහිල්ලා උඩින් හැදිලා එන එක ගැන තමයි අපි මේ කතා කරන්නේ. එතකොට ඒ විදිහට ඒක යන්න ඕනෙ කියන එක තියෙනවා. එතකොට දැන් අපි ඒ කැල්ල ඉගෙන ගත්තා.

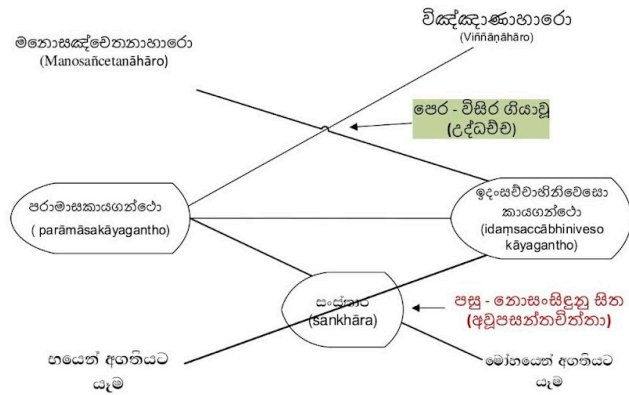
ර්ලහට තියෙන්නේ අත්තුක්කංසකො පරවම්භි කියන එක තියෙනවා. අත්තුක්කංසකො පරවම්භි කියලා කිව්වහම, අත්තුක්කංසකො කියලා කිව්වහම තමන්ට උසස් කරනවා නේ. අත්තුක්කංසකො කියන එක අපි ඉගෙන ගත්තා. පරවම්භි කියලා කියන්නේ අනිත් අයව ගරහනවා කියන එක. එතකොට අපි දන්නවා මේ හය අගතියේ ඉඳන් දැන් තියෙනවා පොඩි **triangle** එකක්. අභංනුයි මමංනුයි හැංගිලා ඉන්න තැන. හය අගතිය, වම් අත පැත්තේ සෝකය, පරාමාසය, පරාමාසයේ ඉඳන් මෙතන්ට එනවා පරිදේවයට කියන එක. එතකොට මෙන්න මේ **triangle** එකේ සෝකයේ ඉඳන් පරාමාසයට යන එක අත්තුක්කංසකො. එතකොට ඒක දික් කරෝතින් අර විඤ්ඤාණයට තමයි යන්නේ. පරවම්භි කියලා කිව්වහම එතන ඇවිල්ලා මේ මේ පැත්තට යන්නා වූ කැල්ල. ඒ කියන්නේ පරාමාසයේ ඉඳන් අර පරිදේව වූ කතාවට යන්නා වූ තියන තැන තමයි ඒක තියෙන්නේ. කොහොම ද අත්තුක්කංස කියන්නේ? මම නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය හදනවා, සංස්කාර නොබිදේ කියලා එයා කියනවා, මං හදන එක. පරවම්භි කියලා කියන්නේ ඔබ හදන විඤ්ඤාණය නැවතත් සඤ්ඤාව භාවිතා කර සෑදිය යුතුයි, යනුවෙන් මෝහ වන්නේ ය. ආන්න ඒක තමයි පරවම්භි කියලා කියන්නේ.

ඡම්භී, භීරුකජාතිකා. එතකොට ඡම්භී කියලා කිව්වහම **panic** කියලා කියනවා. භීරුකජාතිකා කියලා කිව්වහම **terror**. **Panic and terror**. දැන් අපි හිතමු **terrorist** කෙනෙක් ඇවිල්ලා මොකක් හරි කරන්න හදනකොට මිනිස්සු **panic** වෙනවා. ඊට පස්සේ ඉතින් මරාවි කියලා මේවා එක තියෙනවා. ඒක එන්නේ අර අහංනුයි මමංනුයි හැංගිලා ඉන්නා වූ මේක තියෙනවා නේ. දැන් අපි **diamond** එකක් ගන්නවා නේ පොඩ් **diamond** එක. හය අගතිය, සෝකය, පරාමාසය, පරිදේවය. ඒකේ උඩ කැල්ල. සෝකය පරාමාසය පරිදේවය කියන උඩ කැල්ල ඡම්භී. මේ යට කැල්ල භීරුකජාතිකා. ඒ කියන්නේ පරිදේවය, හය අගතිය, සෝකය කියන එක. ඡම්භී වූයේ ඇයි? අහං සහ මමං එකට සිටී ද? අහං විසින් හදන ලද ඇස මම නිවැරදිව භාවිතා කරන්නේ ද? කියන එකයි. භීරුකජාතිකා වූයේ ඇයි? සැක ඇත්තා වූ මම, බිය ඇත්තා වූ මම, කඩිඛි ඇත්තා වූ මම, නැවතත් ජීවිතයක් ලබාවි ද? ලැබුණත් පවතී ද?

ආන්න ඒක තමයි ඒ භාවනාව.



විසිර ගියාවූ (උද්ධතා), නොසංසිදුනු සිත (අවුපසන්නචිත්තා)



- උද්ධච්චි වූයේ කෙසේද? රෝගී සංඥාව මගේ යැයි ගැනීමෙනි. මේ නිසා පෙර සංස්කාර වූයේය.
- නොසංසිදුනු සිත (අවුපසන්නචිත්තා) වූයේ කෙසේද? සාදන ලද සංස්කාර පෙර හා සමානව නොපවතින නිසා අවුපසන්න චිත්තය ඇතිවේ. රූපය ස්පර්ශ කරන ලද්දාවූ චිත්තයක ජරාව නිසා ඇතිවූ ව්‍යාධි ස්වභාවය ඇත.

S_BhayabheravaDiagrams.pdf - Slide 7

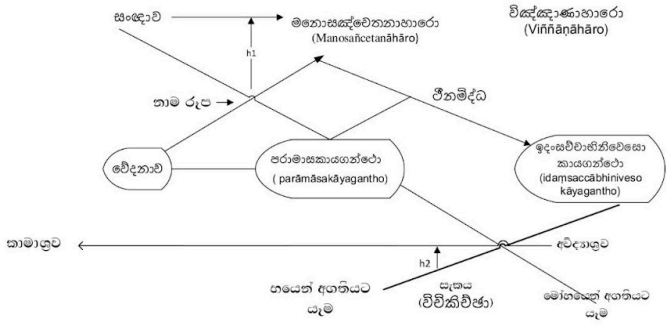
නිශ්චයක් නැත්තාවූ (කඩිඹි) සහ සැක කරන්නාවූ (චිචිකිච්ඡි) යන්න පහදා දීමට පෙර යමක් ඉගෙන ගත යුතුය.

- සුභ යන අදහස ඉදංසඵලාභිනිවෙසො කායගන්ථයට ඇතුළු වූ පසු එම අගය 'භයෙන් අගතියට යෑම' දක්වා ගමන් කරන්නේ සැකයේ අගය අඩු නම් පමණි. විඤ්ඤාණ දහරාව පැවතීමට නම්, අවිද්‍යාලව සිට කාමාලව දක්වා යෑම සිදුවිය යුතුය.



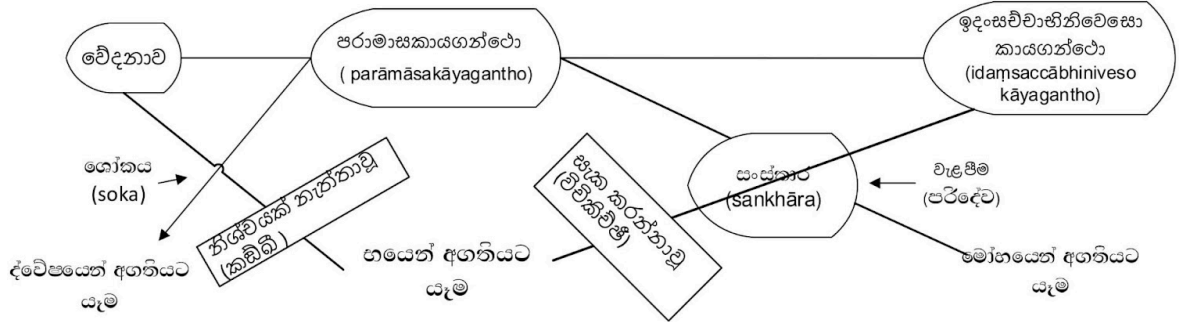
- h2 වල අගය වැඩි නම්, අවිද්‍යාලව සිට කාමාලව දක්වා යෑම සඳහා විචිකිච්ඡාව මගින් කරන ආධාරය අඩුයි, දුර්වලයි. භයෙන් අගතියට යෑම දක්වා සැකය ගොස් ඇති නම් අඩුම ආධාරය වන්නේය.
- වැඩිම ආධාරය වන්නේ h2 = 0. එනම්, අවිද්‍යාලව සිට කාමාලව දක්වා යන රේඛාව මත සැකය පිහිටා ඇති අවස්ථාවේදීය.

- සැකය ඇතිවීමට ජිනමිද්ධය තිබිය යුතුය. ජිනමිද්ධ ඇතිවීමට නාම රූප තිබිය යුතුය.
- h1 වල අගය නාම රූප සහ සංස්කාරවල වෙනස ලෙස සැලකිය යුතුය.
- h1 ඉතා කඩා වැටුණේ, එනම් සංඥාව වේගනාවට ආසන්න වන්නේ, හොඳම ගැලපුම වන්නේය. මෙහිදී විඤ්ඤාණ දහරාව පහසුවෙන් ගලන්නේය.
- දහරාව පැවතීමට නම්, h1, h2 වලට වඩා වැඩි හෝ සමාන විය යුතුය.
- h1=h2=0 අවස්ථාවේදී ඉතා හොඳින් දහරාව ගලන්නේය.



S_BhayabheravaDiagrams.pdf - Slide 8

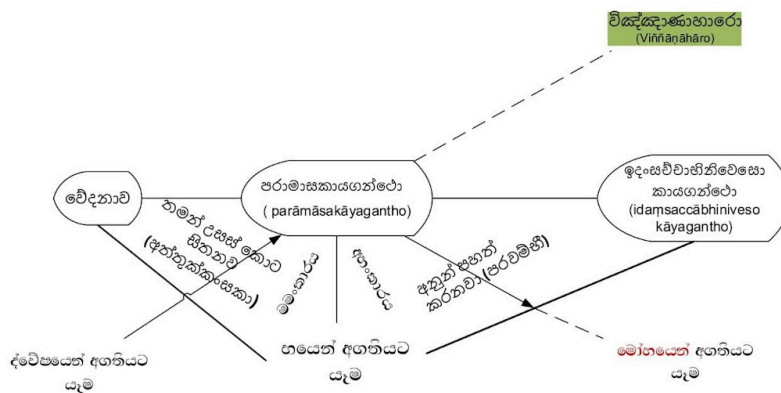
නිශ්චයක් නැත්නාවූ (කඩිබි), සැක කරන්නාවූ (විවිකිවෂී)



- නිශ්චයක් නැති වූයේ (කඩිබි) ආමන් නිසාද? පරිදේව වූ සංස්කාරයේ නැවත සැදිය හැකිද? නැවතත් ගෝක නොවන්නේද?
- විවිකිවෂා වූයේ ආමන් නිසාද? සාදන ලද විඤ්ඤාණය නැවත මිය නොයන්නේද? පරිදේව නොවන්නේද?

S_BhayabheravaDiagrams.pdf - Slide 9

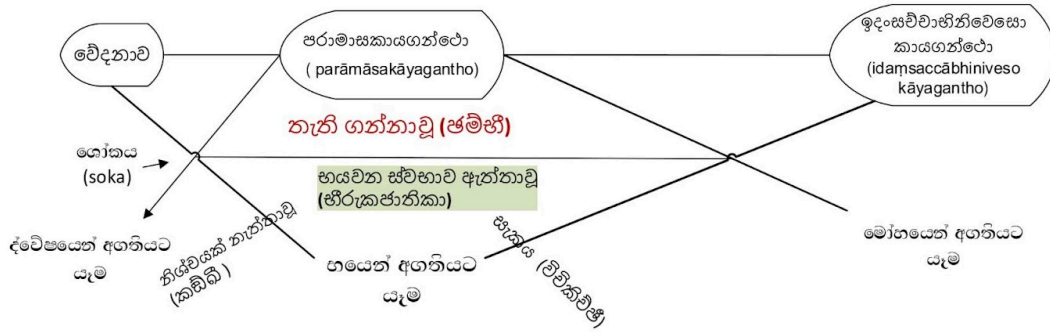
තමන් උසස් කොට සිතන්නාවූ (අත්තුක්කංසකා), අනුන් පහත් කරන්නාවූ (පරවම්භී)



- තමන් උසස් කොට සිතන්නාවූ (අත්තුක්කංසකා)– මම නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය සාදයි. සංස්කාර නොබිඳි පවති.
- අනුන් පහත් කරන්නාවූ (පරවම්භී)– ඔබ ගදන විඤ්ඤාණය නැවතත් “සංඤාට ගාවිතා කර සැදිය යුතුය” යනුවෙන් මෝහ වන්නේය.
- අභංකාරය සහ මමංකාරය සැලවී සිටින තැන සටහනෙහි ලකුණු කර ඇත.

S_BhayabheravaDiagrams.pdf - Slide 10

තැනි ගන්නාවූ (ජමභී) සහ භයවන ස්වභාව ඇත්තාවූ (භීරුකපානිකා)



- තැනි ගන්නාවූ ස්වභාවය(ජමභී) වූයේ කුමක් නිසාද? අහං සහ මමං ඵකට සිටිද? අහං විසින් සාදන ලද ඇස, මමං නිවැරදිව භාවිතා කරන්නේද?
 - භයවන ස්වභාව (භීරුකපානිකා) වූයේ කුමක් නිසාද? සැක ඇත්තාවූ මම, බිය ඇත්තාවූ මම, තිශ්චයක් නැති මම, නැවතත් පිටිතයක් ලබයිද? ලැබුණත් පටනිද?
- හය අගතියේ සිට (කුඤ්ඤය) දෙපැත්තට දිගු කළ හොත්, එක පැත්තක් රූපයට යයි, අනෙක් පැත්ත ඉදංසච්චාභිනිවෙසො කායගන්ථයට යයි .

07/09/2014 - භයභෙරව සූත්‍ර තුන්වන කොටස

Bhayabherava Sutta Part 3

ඒ භයභෙරව සූත්‍ර තුන් වෙනි කොටස. ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා, දාහතර නම.

ඊයේ භාවනාවේ අවසාන කොටස දෙක මම නැවතත් මෙනෙහි කළා. ඉතින් ඒ දෙක මෙනෙහි කළහම, ඒ කියන්නේ අර අත්තුක්කංසකො, පරවම්භී, ජම්භී, භීරුකජාතිකා කියන කොටස දෙක මෙනෙහි කළා. ඊට පස්සේ ඉතින් ඒකේ සමාධිය බොහොම උග්‍ර වුණා.

දැන් මෙනෙත්දී කල්පනා කරන්න ගන්නා ලාභ සත්කාර සිලොකං කියන එක. ඒ කියන්නේ අර ලාභය, සත්කාර, කීර්තිය ඒවාට තියෙනවා නේ. ඊළඟට නිකාමයමානා කියන එක. නිකාමයමානා කියලා කිව්වහම ඒ කියන්නේ තණ්හාව වීමට ඇති කැමැත්ත කියන එක එතන තියෙන්නේ. දැන් මට මෙනෙත්දී ජේතවා මේ භය අගතියේ ඉඳන් මේ, මෙතන කුඤ්ඤේ තියෙන තැන ඉඳන් දෙපැත්තට මේක දික් කළහම වෙන එක තමයි මේ පෙන්නන්නේ ඊළඟට. ඒ කියන්නේ මේ පැත්තට දික් කළොතින්, භය අගතියේ ඉඳන් අපි අර සෝකය හරහා දික් කළොතින් වේදනාවෙන් අපි යනවා නේ රූපය කළහම ගමන් කරනවා නේ. එතකොට අන්න ඒක රූපයට එක පැත්තකින් යනවා කියලා. අනෙක් පැත්තෙන් යනවා ඉදංසච්චයට යනවා කියන එක, එතකොට දැන් මේ ලාභ සත්කාර කතාවේදී තියෙන්නේ අර, මෙතන ජේතවා area 1 එකයි අපි දන්නවා නේ area 3 එකයි කියන එක. ඒ කියන්නේ 1 එක නිසා 3 ඇති වෙන එක තියෙනවා. ලාභ සත්කාර කියන එක area 1 එක කියලා ගන්නවා. අර නිකාමයමානා කියන එක area 3 කියලා ගන්නවා. දැන් area 3 වල තියෙනවා වේදනා, චේතනා, පරාමාස. වේදනාවේ ඉඳන් චේතනාවට යනවා, චේතනාවෙන් පරාමාසයට යනවා කියන එක තියෙනවා. අන්න ඒක කොටස හැටියට ගන්නවා තණ්හාව. අපි දන්නවා නේ වේදනාවත් එක්ක තණ්හාව ලකුණු කරලා තියෙන්නේ. ඊළඟට වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට ඇදෙනවා කියන එක පෙන්නනවා තණ්හා වීමට ඇති කැමැත්ත, කියන එක හිතන්න ඔනෙයි කියන එක.

එතකොට ඊට පස්සේ දැන් කුසීත කියන එක, ඒක අපි භාවිතා කරනවා අර කොසජ්ජය හැටියට. කුසීතය කියන එක indolence කියලා තියෙන්නේ, ලකුණු කරලා තියෙන්නේ. හීන විරිය කියන එක විරිය අඩුකම කියන එක සිදු කරනවා, එතකොට ඒ විරිය නැතිකම කියන එක තියෙන්නේ අර කබලිංකාර ආභාරයයි වේදනාවයි අතර අපි දන්නවා නේ විරිය ලකුණු කරලා තියෙනවා කියලා. අන්න එතන අනෙක් පැත්තට

යනවා විරිය නැතිකම ය කියන එක. එතකොට මෙතන මේ සඤ්ඤාව මගේ යැයි කියලා ගැනීමෙන් තමයි අපිට කොසප්පය කියන එක ඇති වෙන්නේ කියලා අපි දන්නවා ඒක. එතකොට මෙතෙන්දි අපි දන්නවා ඔය සඤ්ඤාව මුට්ඨස්සති, සඤ්ඤාව කියන එක ඒ line එක දිගට දික් කළොකින් අපි, රතු පාටට ඇඳලා තියෙන්නේ. ඒකේ අපි දන්නවා එතන sickness එක කියන තැනට තමයි ඒක එන්නේ කියලා. එතකොට ඒකයි අර මිද්ධයයි point එකයි යා කළහම අර කොසප්පය හරියට ම එතෙන්ට එනවා නේ. ඒ අපි දන්නවා නේ ඒ කොසප්පයයි, මිද්ධයයි, sickness එකයි එක ම line එකකට තියෙනවා කියන එක. එතකොට, රෝගී සඤ්ඤාව සහ මිද්ධය අතර කොසප්පය ඇති කියන බව අපි දන්නවා. කොසප්පය නැති කිරීම සඳහා සඤ්ඤාව මගේ යැයි නොගත යුතු ය කියන එක තියෙනවා.

එතකොට මුට්ඨස්සතිය කියන එක අපි දන්නවා ලකුණු කරලා තියෙන්නේ කොහෙද කියන එක. ඒ line එකේ ම යි මුට්ඨස්සතිය කියන එක ලකුණු කරලා තියෙන්නේ. සඤ්ඤාවේ ඉඳන් ඒ රෝගීභාවයට තියන එක තියෙන තැන. එතකොට මුට්ඨස්සතිය නිසා අපිට මේ වේදනා වේතනා සහ වේදනා පරාමාස වීමට ඉඩ කියන එක ලබා දෙනවා. වේදනාවෙන් වේතනාව, වේතනාවෙන් පරාමාසට අර area 3 එකේ අර උඩට ගිහිල්ලා එන්නා වූ කතාව. ඒ කියන්නේ ඒ තණ්හාව කියන එක ඇති වෙන කතාවට ඉඩ දෙනවා මුට්ඨස්සතිය කියන එක. අසම්පජානකාරී බව නිසා තණ්හාව නිසා දුක ඇති වන බව නොදනී. මේක නිසා මේක වෙනවා කියන එක එයා දන් නැතිකම කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඒකත් අපි දන්නවා නේ අසම්පජානකාරීත්වය කියන එක ලකුණු කරලා තියෙනවා නේ කලින්. එතකොට අසමාහිතා කියලා කිව්වහම අර උද්ධච්චය නිසා ඇති වන ප්‍රතිඵලය අපි ඊයේ බැලුවා නේ දෙපැත්තෙන් ඇති වෙන කැලි දෙක, ඒක බලන්න ඕනෙකම තියෙනවා.

එතකොට අර විහන්ත විත්තා කිව්වහම ඔකට ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් කියනවා scatterbrained කියලා. ඒ කියන්නේ වෙනස් වන රූපය නිසා මේක සිදු වන බව නොදන්නවා කියන එක තමයි ඒ විහන්ත විත්තා කියන එකේ තියෙන්නේ. මෙතන මේ ප්‍රශ්නයක් ඇති වෙලා තියෙනවා සමාහිත බවක් නැති, මෙතන ජේනවා අර උඩ කිව්ව එක නොදන්නා බව කියන එක. විහන්ත විත්තා කියන.

දුප්පඤ්ඤා, එළමුගා කියලා දෙකක් තියෙනවා. දුප්පඤ්ඤා කිව්වහම අර ප්‍රඥාව නැතිකම කියන එක. එළමුගා කියලා කිව්වහම ඔය, නිකන් ඔය සම්පප්‍රලාප වාගේ දේවල් මනුස්සයෝ කියව කියව ඉන්නේ. කිසි තේරුමක් නැති වචන තමයි එතන එයා කතා කරන්නේ. අගයක් නැති දේවල් කියන ඒවා. එතකොට අපි දන්නවා මේ දුප්පඤ්ඤය කියන එක අපි මෙතනදි ඉගෙන ගන්නවා මේ වේතනාවයි ඉදංසච්චයයි අතර තියෙන පාර තියෙන්නේ, ඊනමිද්ධය එහෙම ලකුණු කරලා තියෙන පාර. ඒ ඊනය කියන එක ලකුණු කරලා තියෙන පාරේ තමයි ඒ දුප්පඤ්ඤය කියන එක උඩින්

ලකුණු වෙන්න ඕනෙ. එතකොට දුප්පඤ්ඤය ඉදංසච්චයට යමක් ඇතුල් වන්නේ ද එය වැළැක්වීම කියන එක නොකරනවා. දුප්පඤ්ඤභාවය කියන එක. එතකොට මඟ හරිනවා, neglect කරනවා කියන එක තියෙනවා. එළමුගා කියලා කිව්වහම සම්ප්‍රලාප වීම නොවලකයි, එයට ඉඩ ලබා දෙයි කියලා කියනවා. එය ඉදංසච්චයට ඇතුල් වීමට ඉඩ හරිනවා කියන එක තියෙනවා.

ඉතින් මේක තමයි කරපු භාවනාව. ඉතින් මේක කළහම මහා, ඔඵව හරි විශාල බවට පත් වුණා.

ලාභ සත්කාර හා කීර්තිය පතන්තාවු (ලාභසත්කාරසිලොකං) සහ තණ්හාව විමට කැමැත්ත ඇති (නිකාමයමානා)

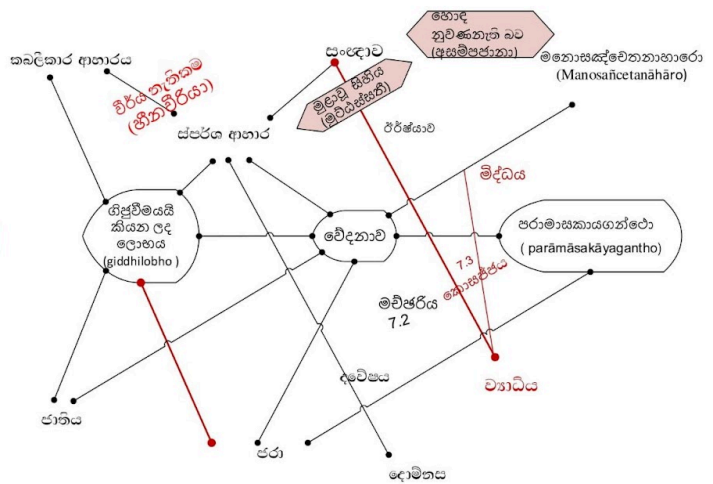
The diagram illustrates the process of attachment and craving. It starts with 'Gidhilo' (සිද්ධිමයයි කියන ලද ලොභය) which leads to 'Vedana' (වේදනාව). From 'Vedana', the path branches into 'Manosañcetanāhāro' (මනොසංකල්පේතනාහාරො) and 'Sakkāra' (සංකාර). 'Vedana' also leads to 'Parāmasakāyagantho' (පරාමාසකායගන්ථො). 'Parāmasakāyagantho' leads to 'Idamsacābhiveso kāyagantho' (ඉදංසච්චාභිනිවේසො කායගන්ථො). There are also arrows from 'Vedana' to 'Sakkāra' and from 'Sakkāra' to 'Idamsacābhiveso kāyagantho'. Labels like 'සමර්ථ ආහාර' and 'සමර්ථ 1' are associated with the initial stages, and 'දවේපයෙන් අගතියට යෑම' and 'හයෙන් අගතියට යෑම' are associated with the progression.

- ලාභ සත්කාර හා කීර්තිය පතන්තාවු (ලාභසත්කාරසිලොකං) – සමර්ථ 1 ලෙස සැලකිය යුතුය. මෙහිදී ජූපය ලාභ වශයෙන් ගනී.
- තණ්හාව විමට ඇති කැමැත්ත (නිකාමයමානා) – සමර්ථ 3 ලෙස සැලකිය යුතුය. වේදනාව --> වේතනාව --> පරාමාසකායගන්ථ යන පටය තණ්හාව තුළ අඩංගු වේ.
- වේදනාව --> පරාමාසකායගන්ථ යන කොටස තණ්හාව විමට ඇති කැමැත්ත (නිකාමයමානා).

12

කම්මැලිවූ (කුසිතා) සහ වීර්ය නැත්තාවූ (හීනවීරියා)

- රෝගී සංඥාව මගේ යැයි ගැනීමෙන් කොසප්පය ඇතිවන බව දැනිමු.
- රෝගී සංඥාව (ව්‍යාධිය) සහ මිද්ධය අතර කොසප්පය ලකුණු කර ඇත.
- කොසප්පය නිසා කුසිත බව හටගනී.
- කොසප්පය නැති කිරීම සඳහා සංඥාව මගේ යැයි නොගත යුතුය.



මූලාවූ සිහි ඇත්තාවූ (මුට්ඨස්සති) සහ හොඳ නුවණ නැත්තාවූ (අසම්පජානා)

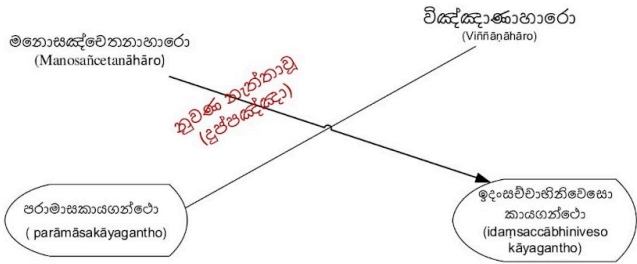
- මූලාවූ සිහිය (මුට්ඨස්සති) මගින් a) වේදනාව --> චේතනාව සහ b) වේදනාව --> පරාමාසකායගන්ථ වීමට ඉඩ ලබා දෙයි.
- තණ්හාව නිසා දුක්ඛය ඇතිවන බව නොදැනීමට හොඳ නුවණ නැති (අසම්පජානා) බව හේතුවේ.

එකඟ සිතක් නැත්තාවූ (අසමාහිතා), නොයෙක් අරමුණෙහි දූවන සිත් ඇත්තාවූ (විබහන්තවින්තා)

- එකඟ සිතක් නැත්තාවූ (අසමාහිතා)- උද්ධව්වය නිසා ඇතිවූ ප්‍රතිඵලය විමසිය යුතුය. පිටුව 7 බලන්න.
- නොයෙක් අරමුණෙහි දූවන සිත් ඇත්තාවූ (විබහන්තවින්තා) – වෙනස් වන රූපයක් නිසා මෙසේ සිදුවන බව නොදන්නේ, වප්පණිමයෙන් තොරවූ රූපයක් ඇති යැයි සිතා එයට දුටුයි. මෙසේ විබහන්තවින්ත පැවතීම සිදුවේ.

නුවණ නැත්තාවූ (දුප්පඤ්ඤා), කෙලනොලූවූ (ඵලමූගා)

- නුවණ නැත්තාවූ (දුප්පඤ්ඤා) – ඉදංසච්චාහිනිවෙසො කායගන්ථයට සමත් ඇතුළු වන්නේද, එය වැලකීම නොකරයි, මග හරියි.
- කෙලනොලූවූ (ඵලමූගා) – සම්ප්පජ්ජලාප වීම නොවලකයි. එයට ඉඩ ලබා දෙයි. එය ඉදංසච්චාහිනිවෙසො කායගන්ථයට ඇතුළු වීමට ඉඩ හරියි. මෙය වටහා ගැනීමට සම්මා වාචා සටහන යොදාගන්න.



08/09/2014 - පාරිසුද්ධ චිත්ත

Pārisuddha Citta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට ඒ දාහතර නම ම සිහි කරලා වැන්දා.

වැදලා ඉවර වෙලා මට ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියන එක මං කල්පනා කළා. මේ යම් ආකාර වූ කුඩා වූ දෝස සහගත සිතක් හෝ ඒ පැවතීමක් ගැන කියන එක මං හිතුවා. එහෙම කල්පනා කරලා ඊට පස්සේ මං කෙළින් ම මේ, මට හිතූණා මං ජිනම්ද්ධයෙන් මේ භාවනාව පටන් ගන්නවා කියලා. එතකොට අර ජිනම්ද්ධයේ අපි දන්නවා නේ අර A, B කියලා දෙකක් පෙන්නවා නේ. අර මිද්ධ සහගත ඒ සඤ්ඤාවකින් තමයි අපිට චේතනාවට යන්නේ. ඊට පස්සේ ඒ චේතනාවට ගිහිල්ලා එතනින් අපි ජිනය කියන එක ඇති වෙනවා. එතකොට ඉතින් අපි, පටන් ගන්නකොට තියෙන්නේ අපේ අර මිද්ධ ස්වභාවයක්. ඒ අවසන් වෙනකොට මේ චිත්තයේ තියෙන්නේ ජින ස්වභාවය. එතකොට ජිනම්ද්ධ පරිපූර්ණතා කියලා නේ කිව්වේ. ඒ කියන්නේ මේකේ ගැලපීමක් නැහැයි කියන එක මට ආවා.

ඉතින් දැන් මං මේ අවස්ථාව කල්පනා කළා, ජිනම්ද්ධය කියන එක මේ අට වෙනි රවුමෙන් පස්සේ නේ මෙතන ඇති වෙන්නේ. එතකොට නම වෙනි රවුම කියන එක මං බැලුවා මොකක් හරි ඒ පුද්ගලයෙක් දකිනකොට හරි කොහොම හරි ඇති වෙන්නා වූ අර ස්පර්ශය කියන එක, පළවෙනි එක. ඉතින් ඒකෙදි අර analysis එක මං බැලුවා අතන සඤ්ඤාව, ඒ චේතනාව, ඒ පරාමාසය triangle එකක් එක්ක. එතකොට දැන් මේ සඤ්ඤාවේ තිබිව්ව අගය, රහතන් වහන්සේ පෙන්නවා නේ මෙතන මේ සඤ්ඤාව කියන එක, මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවතීමක් තියෙනවා ද අහිච්ඡාව. ඒ කියන්නේ පළවෙනි රවුම ඇතුළත ම අහිච්ඡාව කියන එක තියෙනවා. එතකොට හටගත්තට පස්සේ ඉතින් එහෙනම් අහිච්ඡාව කියන එක තියෙනවා කියන එක එතන ආවා. ඊට පස්සේ මේක push කරනවා නේ අර නාමකායේ පටිසසම්ප්පයෙන්. එතකොට මේක push කරාට පස්සේ අපි කිව්වා අර කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියන එක ඔය කැල්ල බැලුවා.

ඔක බැලුවාට පස්සේ මම කල්පනා කළා දැන් මේ, මේක මොකක් හරි එකක් මෙයා ගත්තා නම් මේ මනුස්සයාට තියෙන්නේ, දැන් ඊළඟට උද්ධව්ව ස්වභාවය ම යි ඉතින් ඇති වෙන්නේ. ඇයි මේක රෝගී කතාවක් තියෙන්නේ, එතකොට මේක, අර සංස්කාර

දෙක සමථයකට පත් වෙන්නේ නෑ නේ, මොකක් හරි එකක් ගත්තා නම් ඒ මනුස්සයාගේ. එතකොට මෙතන උද්ධව්වයට මෙතනට ආවායින් පස්සේ මම කල්පනා කළා මේ මල බැඳිව්ව යකඩ ඇණයක්, මලකඩ කාපු යකඩ ඇණයක් කවදාවත් පවත්වන්න පුළුවන්කමක් තියෙනවා ද? ඒක දිරනවා ඇරෙන්න වෙන දෙයක් ඇත්තේ නෑ නේ. එතකොට අර ජරාවට යනවා කියන එක මලකඩ ඇණෙන් ම තමයි මම භාවනාව කළේ. තනිකර මලකඩ කාපු ඇණේ කියන එක. මේක කවදාවත් කොච්චර කරත් සුද්ද කරලා අපි අන්තිමට, ගාල ගාලා සුද්ද කරලා මේවා කරලා ගත්තත් අරකෙ මලකඩ පාට හරි තියෙනවා මේකේ. ඉවරයක් වෙන්නේ නෑ. ඒක තව දිරනවා මිසක් ඕක කවදාවත් මේවා වෙන්නේ නෑ.

අන්න ඒ වගේ තමයි මේ මනුස්ස ජීවිතේ, මොකක් හරි, මනුස්ස ජීවිතේ වේවා ඕනෙ ම හවයක් කියන එක ගත්තා නම් රූපය අල්ලගෙන කරා වූ දේ, මේක පවතින්නේ නැතෙයි කියන එක මේක එනවා. බොහෝ ම සැරට මේක එනවා සමාධිය අධික උග්‍රයි ඒ අවස්ථාව වෙනකොට.

එතන ඒ තත්වට ඇවිල්ලා දැන් මං උද්ධව්වය කියන එකත් ඔය විදිහට ම වගේ එතන කෙරිලා තියෙනවා. මේක නිසා මේ කිසිම එකක් ගැන ඕනෙ නැතෙයි කියන එක එනවා. ඒ කියන්නේ අර Saturn බලපු psychic power එකේ තියෙන්නා වූ ස්වභාවයවත් මොනවක්වත් ඕන්නෑ මේ මලකඩ කාපු එක මේක කවදාවත් කරන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමෙයි කියන එක. මේක මලකඩ කාලා නම් මේකෙන් ඇති වැඩක් නැහැයි කියන එක. ඒ පාර මං ඔන්න විවිකිච්ඡාවට ගියා.

ඉතින් විවිකිච්ඡාවෙදි අර කඩිඛි විවිකිච්ඡති කිව්වා නේ ඉතින් uncertainty කියන එක මං එතන බැලුවා. ඒ කියන්නේ අර පරිදේව වෙච්චි සංස්කාරය නැවත හදන්න පුළුවන් ද? මේ ජීවිතේ පවතී ද? කියන කතාව නේ තියෙන්නේ. එතකොට සෝක නොවන්නේ ද? ඕක තදින් එතන ඒ කතාව ආවා. ඉතින් ඊළඟට ආපහු කල්පනා කරන්න ගත්තා මේකේ අනිත් පැත්ත මේ විවිකිච්ඡාව කියන එක මොකද්ද කියන එක. විවිකිච්ඡාව කියන එක මම ඒ පැත්තට කල්පනා කරන්න හදනකොට අර, රහතන් වහන්සේ පෙන්නපු වචනය ම තමයි, ඉතින් ඕක බලන්න තියෙන්නේ පිටිපස්සට. නමුත් එතන මොකක්වත් සිතුවිල්ලක් එන්නේ නෑ. ඒ කියන්නේ සිත නතර වෙලා. හොඳට තේරෙනවා සිත නතර වෙලා දැන් මොකක්වත් දුවන්නේ නැතෙයි කියන එක, ඒක තදින් ම එනවා.

ඉතින් එතන අර විවිකිච්ඡාවේ අපි බැලුවේ මොකද්ද අර සාදන ලද විඤ්ඤාණය නැවත මිය නොයන්නේ ද? ඒ පරිදේව නොවන්නේ ද? කියන එකයි අපි ඒ බැලුවේ. එතකොට දැන් මේ සිත නතර වුණා කියන එක මං හොඳට තේරුණා. ඒ තත්වට භූහක් පත් වෙලා තියෙනකොට ඉතින් ඒ, මට කල්පනා වුණේ අර ඊයේ අපි සාකච්ඡා

09/09/2014 - පෙර තණහා පෙර කම්ම

Peratanhā Perakamma

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ ය කියලා. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ඊට පස්සේ මම පංචනීවරණයන් යටපත් කරමි කියන තැනින් මං, එතනින් පටන් ගත්තෙයි කියලා අදහසක් දුන්නා. එතකොට ඒ පංචනීවරණයන් කියන ඒවා අපි දන්නවා ඒ කාමච්ඡන්දය කියන එක අපි දන්නවා අර area 1 කියන එක. ඉතින් ඒක නිසා area 6 ඇති වෙනවා කියන එක තියෙනවා නේ. ඒකත් එක්ක ම මට කෙළින් ම ආවේ මේ පංචනීවරණයන් නිසා ඇති වෙන්නේ තනිකර අවිද්‍යාව කියන එක.

එතකොට අවිද්‍යාව කියන එක ඇති වෙනවා කියන එක ඒක මං බැලුවා මෙතන මේ දුප්පඤ්ඤභාවය කියන එක මේ සූත්‍රයේ අවසානයට තියෙනවා, භයහෙරව සූත්‍රයේ. එතකොට ඒ දුප්පඤ්ඤභාවය කියන එකේදී අපි ඉඩ දෙනවා යම්කිසි දෙයක් ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙනවා නම් ඇතුල් වෙන්න ඉඩ දෙනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙන්න ඉඩ දෙන්නේ මොනවද? දැන් මට තේරෙනවා ඉතින් අවිද්‍යාවයි දුප්පඤ්ඤභාවයයි අතර වෙනසකුත් තියෙනවා කියන එක. ඒක පාරවල් වශයෙන් ගත්තහම දෙපැත්තක තියෙන්නේ, ඉතින් එතනින් ජේනවා මෙතන මේ දුප්පඤ්ඤභාවයේදී ඉඩ දීමක් තියෙනවා යම්කිසි දෙයක් ඇතුල් වෙන්න. මොනවද මේ ඇතුල් වෙන්නේ? මේ ඇතුල් වෙන්නේ අර, නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සය තියෙනවා නේ. අන්න ඒකට තමයි ඉඩ දෙන්නේ. දැන් අපි දන්නවා ඉතින් ටීනමිද්ධ සහගත ඒ සඤ්ඤාව ඉඩ දෙනවා කියන එකත් තියෙනවා. ඒකත් ඇතුල් වෙනවා එතෙන්නට. එතකොට මේක නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සයට තමයි මේ ඉඩ දීම කියන එක තියෙන්නේ එයා එනවායි කියන එක.

ඒ පාර එතෙන්නදී මං කල්පනා කළා ඉතින් නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සය නොවෙන්න නම්, එහෙනම් අපි ස්පර්ශයක් වෙන්න දෙන්නේ නැතුව ඉන්න ඕනෙ. ස්පර්ශයක් වෙන්න දෙන්නැතුව ඉන්නවා නම් මේක කරගන්න පුළුවන් කියන එක. එතකොට දැන් අපි ඊයේ පෙරේදා භාවනාවලදී බලපු අර සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන කතාව තියෙනවා භයහෙරව සූත්‍රයේ, අනිත් අතට දැන් රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න ඉඩ දෙන්න ඕනෙයි කියන එක තියෙනවා. ඉතින් හොඳ සමාධියක් සහිතව මං ඔතන හිටියා, මට ඔය buildings එහෙම දකින්න පටන් ගත්තා මං ඔය වෙලාවේ.

ඊට පස්සේ මම කල්පනා කළා මේ නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සය තියෙන තැනයි, දැන් ඔන්න අර ස්පර්ශය වෙන තැනයි. එතකොට මේකේ උඩින් එකක් තියෙනවා ස්පර්ශය, සක්ඛ්ඤාව, නාමරූප. යටින් එකක් තියෙනවා ස්පර්ශය, වේදනාව, නාමරූප. එතකොට ඔන්න ඔය උඩ triangle එකයි යට triangle එකයි, උඩ එක කර්මය, යට එක තණ්හාව නේ ද කියන එක මම මේවා කළා. ඉතින් රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවහම “ඒක එහෙම ම යි කියලා කියන්නේ නැතෙයි” කියන එක කිව්වා. ඉතින් නමුත් මට තේරෙනවා මේකේ එහෙම එකක් තියෙනවා කියන එක. ඒ පාර මං තව ටිකක් විමසලා බැලුවහම කර්මය තාම වෙලා නෑ මේ චේතනාවට පෙරයි මේක තියෙන්නේ. එතකොට මට තේරෙනවා එහෙනම් මේක උඩ කැල්ල පෙර කර්මය, යට එක පෙර තණ්හාව කියලා. අන්න ඒ පාර මම එහෙම කියලා බලලා රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා ම කිව්වා “ඒක හරියි” කියලා. ඒ උඩ කැල්ල පෙර කර්මය.

එතකොට දැන් මං කල්පනා කළා මේක කොහොම ද නැති වෙන්නේ? මේක නැති වෙන්නේ කොහොම ද, දැන් අලුතෙන් මං යමක් හදන්නේ නැත්තන්. දැන් ඒ කියන්නේ, ඔය කියන්නේ අර statement එකක් තියෙනවා නේ having gone down the present feeling, we are going down the former feeling කියලා, කියලා කතාවක් තියෙනවා. එතකොට මේ දැන් මේ මොහොතේ දී තිබෙන්නා වූ දේවල් ගැන මේ මොකක්වත් කරන්නේ නැති වෙන්න ඕනෙ.

එතකොට මට තේරුණා එහෙම වෙනවා නම් අර ඊයේ භාවනාවත් එක්ක, අර මලකඩ කාපු ඇණේ. මලකඩ කාපු ඇණේකට මොනවා හරි, ඒකෙන් හයි කරලා තියෙන දෙයක් තියෙනවා ද, ඒකට clips දාලා මේවා කරලා තියෙනවා ද, මේක මලකඩ කාලා හින්දා මේවායේ ගැලවිලා යනවා මේකත් එක්ක පවතින්නේ නැති ගතිය තියෙනවා නේ. ඒක පවතින්නේ නැතුව වගේ ම අර අලුතෙන් එකතු කරන්නෙ නැත්තන්, ඔය මලකඩ කාපු ඇණේට මම සාත්තු සප්පායම් කරන්නෙ නැත්තන් තව ඇණ ගහන්නෙ නැත්නම්, මේක ගැලවිලා යනවා කියන එක, ඒක ආවා.

ඉතින් ඒක ආවායිත් පස්සේ එකපාරට ම ඉතින්, මම ඒක සිතට ආවා, එකපාරට ම මාව දැන් යනවා. Blank වෙලා යනවා මොකක්වත් නැතුව මට තේරුණා මොකක්වත් නැති අවස්ථාවක දී මං ඒක පත් වුණා කියලා. නිරෝධයක් වාගේ දෙයක් වුණා කියලා. මං කල්පනා කළා කොහොම ද ඒක වුණේ කියලා, මේක ගැන මෙහෙම මේවා වෙනකොට. ඉතින් අර මෙව්වර වෙලාත් අර හිත හිතා ඉඳලා තියෙන්නේ අර රහතන් වහන්සේලාගේ අර උදව්වෙන් තමයි අර රහතන් වහන්සේලා ඒ කරන දේ අත හැරපු ගමන් අර මගේ ස්වභාවය තත්වය කියන එක ඒකට ආවා. ඒක ඒකෙන් තමයි කියන එක මට තේරුණා.

ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

10/09/2014 - අලෝභ අද්වේෂ අමෝභ භාවනා

Alobha Adosa Amoha Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් ඉතින් මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

අර ලෝභය නැති කරමි කියන අවස්ථාවේ දී මං බැලුවා මේ, එක වෙලාවකට ජේනවා අර කොඩිය විදිහට බැලුවහම, ඊයේ බලපු පෙර තණ්හාවයි පෙර කර්මයයි කියන එක ඒ ලෝභ කියන area එකට කොඩිය කැල්ලට වැටෙනවා. එතකොට ඒ කියන්නේ අර වේතනාවේ ඉඳන් වේදනාවට එනවා, අනිත් පැත්තෙන් යනවා නේ ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ කියලා ඒ පැත්තට. එතකොට ඒ කැල්ලට වැටෙනවා කියන එක තියෙනවා. ආයෙත් බැලුවහම මේ ස්පර්ශ ආහාර පැත්තෙන් ගත්තහම ඔය ටික වැටෙනවා ඔක්කොම අර ද්වේෂ කියන කොටසට. ඇයි වෙදනුපගං විඤ්ඤාණං නිට්ඨති කියලා ඒ විදිහට වෙනවා. ඉතින් ඒ අනුව ගත්තහම අපිට ජේනවා ඒක ද්වේෂයට වැටෙනවා කියලා.

එතකොට ඊළඟට කල්පනා වෙනවා මේක මෝභයටත් වෙනවා, මොකද ටීනම්ද්ධය කියන එක අපි මතක් කරන්නේ අතන ස්පර්ශයේ ඉඳන් වේදනාවට එන කැල්ලෙදී, ඒක නිසා අර මෝභය කියන එක කැරකිලා එනවා. එතකොට එහෙම නම් මේක එකකට විතරක් කියන්න බෑ ලෝභයයි, ද්වේෂයයි, මෝභයයි තුන ම තමයි කියන එක මේකට, පෙර කර්මයටයි පෙර තණ්හාවටයි හේතු වුණේ කියන එක කල්පනාවට ආවා.

එතකොට දැන් අද ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝභය නැති කරමි කියලා කිව්වහම එතකොට මේක ඔක්කෝම නැති වෙනවා කියන එක ඒක එනවා. කොහොම ද මේක සිද්ධ වෙන්නේ කියන එක ආයෙත් බැලුවා. එතෙත්දී බැලුවා දැන් අපි අමුතුවෙන් මොකක් හරි එකක් හදන්නේ නැත්තන්, අපි හිතමු රේල් පාරක් වාගේ එකක් තියෙනවා කියලා. ඒ රේල් පාර, රේල් පාරේ උඩ මොකක්වත් දුටන්නේ නැත්තන්, කෝච්චි දුටන්නේ නැත්තන් මොකද වෙන්නේ කාලයක් යනකොට ඕකේ ලී කැලී ගැලවිලා යනවා, ඔය යකඩ කැලී ඉතින් ගමේ මිනිස්සු හරි ගලවගෙන යනවා, ඔහොම ගිහිල්ලා උඩින් තණකොළ වැවිලා ගස් වැවිලා ඊට පස්සේ ඔහොම කාලයක් ගියා ම ඕක හොයා ගන්නවත් බැරි වෙනවා. මේ අපේ වැලකට සම්බන්ධ වෙලා එකකින් එකකට මේ විත්තය ගමන් කිරිල්ලක් නේ තියෙන්නේ, ඒ පෙර ඒවා

අල්ලගෙන. එතකොට මේ විදිහට ජේනවා, මෙහෙම කරන්නේ නැත්තන් මේ ඔක්කොම ටික නැති වෙලා යනවා කියලා.

ඉතින් මේ වෙලාව වෙනකොට මට ඔය, මේ ගේ ඇතුළේ එහෙම හැමතැන ම දේවල් එහෙම ජේනවා හොඳට. එතකොට මෙතෙක්දී දැකිනවා නේ ඉතින් එක එක දේවල් ය කියලා. එතකොට හඳුනා ගැනීමක් කියන එක තියෙනවා. එතකොට දැන් මේ මොකක් හරි එකක් අල්ලගෙන අපි යනවා නම්, නැවතත් සිතුවිල්ලක් එනවා නම් ඒ කියන්නේ අපි දුවවනවා. එතකොට මේක දුවවන්නේ නැත්තන්, ලෝභය ද්වේෂය මෝහය තුන ම නැති කරගෙන තියෙනවා නම් මේක උඩ ආපහු වෙන්නේ නැතෙයි කියන එක තියෙනවා.

එතකොට දැන් මං **present moment** එකේදී මොකක් හරි ගන්නේ නැත්තන්, එහෙම නම් එතකොට අනාගතයට එකක් නෑ. එතකොට අනාගතයේ කතාවක් එහෙනම් අපි හිතන්න ඕන්නෑ. එහෙනම් දැන් හැබැයි අපි කලින් ගත්ත ඒවා ටික තියෙනවා. පෙර කරා වූ කර්මයෝ, පෙර කරා වූ තණ්හාවෝ කියන එක අපි දන්නවා. පෙර කර්මය තියෙනවා ඉතින් මේ කය තියෙනකන් අපි දන්නවා මං පුරුෂයා කියලා කාන්තාව දෙස බලනවා කියලා කියන්නේ.

එතකොට අර **maintenance** කියන එක අර පැත්තෙන් සිද්ධ වෙනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට එහෙම නම් ඒ පෙර අවස්ථාවේ දීත් මේක මම දුවවන්නේ නැත්තන්, පෙර එක ගැන මේවා කරලා මම දුවවන් නැත්තන් අර ලෝභය නැති කරමි ද්වේෂය නැති කරමි මෝහය නැති කරමි කියන කතාවේ ඉන්නවා නම් මම, එහෙම නම් මට මොකක්වත් සිද්ධ වෙන්නේ නෑ. එහෙම නම් පෙර එක නිසා මේක දුවවන්නේ කොහොම ද, අර සංස්කාර තියෙනවා, ඒ සංස්කාර නිසා ඉතින් අපි දන්නවා අර කඩිනම් කියන එක, විවිකිවිෂති එනවා නේ.

එතකොට කඩිනම් කියලා කිව්වහම අපි කිව්වේ මෙතන අර පරිදේව වූ සංස්කාරය නැවත සෑදිය හැකි ද? සෝක නොවන්නේ ද? කියන එක. එතකොට එහෙම නම් කඩිනම් කියන කතාවේ තියෙනවා සංස්කාරයයි සෝකයයි කියන **line** එක අහුවෙනවා.

එතකොට ඊළඟට ආපහු විවිකිවිෂති කියලා කිව්වහම අපි කතා කරනවා විඤ්ඤාණයයි, පරිදේවයයි කියන එක. **Reverse L shape** එකට මේක සම්බන්ධ වෙනවා. එහෙම නේ තියෙන්නේ මේක. උඩ විඤ්ඤාණය සකස් වුණා නිකන් **L** එක වාගේ, පොඩ්ඩක් ඇද වෙලා තියෙන්නේ, වාගේ සම්බන්ධ වෙනවා. එතකොට මේක වෙන්නේ නැත්තන් මේක වෙන්නේ නැතෙයි කියන එක එනවා. දැන් ඉතින් ඔය සිත නතර වෙනවා. ඉතින් මට රහතන් වහන්සේ **“Excellent”** කියලත් ඒ වෙලාවේ කියනවා ඇහුණා. ඉතින් මේ විදිහට තමයි මේකේ අවසානයක් සිද්ධ වෙනවා නම් සිද්ධ වෙන්නේ කියන එක තියෙනවා.

ඉතින් ඒක තමයි කරපු භාවනාව.

11/09/2014 - ප්‍රතිසංවේදනා රහිත

No Consciousness

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට මේ තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම ම සිහි කරලා වැන්දා.

ඊට පස්සේ මම භාවනාවට පටන් ගන්න ඉස්සෙල්ලා ම මට කිව්වා මේ අර නිත්‍ය කියලා වෙන්තේ කොහොම ද කියන එක, හයහෙරව එකේ 4 වෙනි slide එක, ඒක බලන්නෙයි කියන එක. එතකොට ඒ අපි දන්නවා මේ පැත්තෙන් අර කලින් අගයයි දැන් නාමරූපයේ අගයයි compare කරලා තමයි විඤ්ඤාණයේ ඔතන flow වීම කියන එක සිද්ධ වෙන්තේ. Flow වෙනවා නම් නිත්‍යයි කියලා එනවා කියන එක තියෙනවා.

එතකොට දැන් මං මේක කල්පනා කළා මේක මේ flow වෙන්නැති අවස්ථාවන් කියන ඒවා තුනක් තියෙනවා කියන එක භාවනාවේ මං කෙලින් ම ගත්තා. පළවෙනි වශයෙන් මම ගත්තේ මොකද්ද, අසුභය අසුභය වශයෙන් දන්නා වූ සද්ධන්තයා. ඒ කියන්නේ ඒ දැවැන්තයා මෙතනින් එහා පැත්තට යන්නේ නෑ. මේක ඥානයක් වශයෙන් මෙයා දන්නවා, ඒක නිසා ඒකේ දුවන්නේ නෑ. ඒ කියන්නේ අනාශ්‍රව සහිතව ඉන්න පුද්ගලයා කියන එක තියෙනවා. ඒක හොඳට ඒක කල්පනා කළා, ඒක එකයි. දෙවනි එක මට ආවා මේක මේ නිරෝධසමාපත්තියේ, මේ මමයි කියන්නේ, නිරෝධසමාපත්තියේ ඉන්න පුද්ගලයා මේක නෑ. ඒ කියන්නේ එයාට සඤ්ඤාවක් වේදනාවක් මොකක්වත් නෑ, එහෙම නම් එයාගේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාවක් දිවිල්ලක් මොකුත් නෑ කියන එක තියෙනවා. තුන් වෙනි එක්කෙනාත් එනවා. තුන් වෙනි එක්කෙනා තමයි අසංඛෙය්‍ය සත්වයා. අසංඛෙය්‍ය සත්වයාගේ, පුද්ගලයාගේ ගත්තහම එයා දන්නවා මෙන්න මේ ස්පර්ශය කියන එක දන්නවා. එයා නාමරූපය කියන එක දන්නවා. ස්පර්ශයයි නාමරූපයයි දැනගෙන මේ දෙකට ම අගයක් දෙන්නේ නෑ එයා. දෙක ම දුකයි කියලා එයා දන්නවා.

එතකොට, මේක හරි අමුතුවයි මේ experience එක. ඒ කියන්නේ මේ කය විතරක් පවතිනවා සිතක් දුවන්නේ නෑ. ධර්මයක් දැනගන්න ඕනෙකමක් නෑ. ධර්මයකට දිවිල්ලක් නෑ. මොකක්වත් දැනගන්න ඕන්නෑ. විඤ්ඤාණයේ යමක් දැනගන්න ඕනෙකමක් ඇත්තේ නෑ. එතකොට දැන් අපි දන්නවා මේ ස්පර්ශය නිසා තමයි

නාමරූපයන් ඇති වෙන්නේ. නාමරූපය නිසා තමයි ස්පර්ශය, “නාමඤ්ච රූපඤ්ච පටිච්ච එස්සො.” දෙපැත්තට යනවා.

මෙන්න මේ කෙළවර දෙක හරියට දන්නවා නම් ඒ පුද්ගලයාගේ මෙතන මොකක්වත් දුවන්නෑ, මොකද මේ දෙක ම දුකයි, මට මොකක්වත් දැනගන්න ඕන්නෑ. කය විතරයි. බැලුවහම ජේනවා මේ කෙනෙක් මේකට ඇලෙන්නත් පුළුවන්. ඒ තලය රහතන් වහන්සේ මට පෙන්නුවා. මට දැන් ආයෙත් ඒක හිතෙනවා ඒකට මං තුන් පාරක් හතර පාරක් ඒකට ගියා. ඒකේ මේ මොකක්වත් හිතන්න ඕන්නෑ නේ. කල්පනා කරන්න ඕන්නෑ. දැනගන්න ඕනෙ නෑ. කය පවතිනවා. එව්වරයි.

ඒ අය ඉන්නවා ලක්ෂ ගානක් ඒ තලයට ගිහිල්ලා ඉන්න අය. ඉතින් ඒක තමයි මම කරපු භාවනාව.

මේක හරියට නිකන් මේ log එකක් වගේ. දර කොටයක්, log එකක් කියන එක තියෙනවා. හැබැයි දර කොටේ මං මොනවක්වත් කරනවා කියන කතාව නෑ. අර පොල් ගස තාල වර්ගයේ ගසකි කතාව කියලා කතාවක් කිව්වේ. ඒවා මොනවක්වත් නෑ. ඒක log එක log එක විතරයි කියන අර්ථය තියෙනවා. ඉතින් එතකොට අර පෙර තණ්හාවයි පෙර කර්මයයි කියන කතාව, ඒකේ ඒ අවබෝධයත් තියෙන්න ඕනෙ මෙතන. මේක පෙර එකක් විතරයි කියන එක. මං මෙතනින් එහා පැත්තට මොකක්වත් කරන්න යන්නේ නැහැයි කියන එක.

නිත්‍යය යැයි ගැනීම කෙසේ ඇතිවන්නේද?

- නිත්‍යය යැයි ගැනීම කෙසේ ඇති වන්නේද? දෙවැනි උටුමේදී, විඤ්ඤාණය තුළ යම් අගයක් වීද එය නාමකායේ ප්‍රතිසංස්කරණය සමග සසඳයි. විඤ්ඤාණයේ තිබූ අගය පෙර අගය මෙන් සිතිය යුතුය. නාමකාය මගින් දෙන අගය රූපයේ ඇති අගය මෙන් සිතිය යුතුය.
- මෙම අගයන් දෙක සැසඳීමෙන් පසුව විඤ්ඤාණය දහරාවක් මෙන් ගලන්නේ නම් **නිත්‍යය සංඥාව** ඇතිවේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රව නොමැති නම්, සංස්කාර පරාමාස ගත නොවේ.

- C) සහ D) සසඳයි, මෙම අගයන් දෙක සැසඳීමෙන් පසුව විඤ්ඤාණය දහරාවක් මෙන් ගලන්නේ නම්, **නිත්‍යය සංඥාව** ඇතිවේ.

12/09/2014 - කාමාසව

Kāmāsava

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාරය වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැඳ නමස්කාර කළා. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා.

භාවනාවට ඉස්සෙල්ලා ම මට කිව්වා මේ, ඔය ආශ්‍රව, කාම ආශ්‍රව කියන එක බලන්නෙයි කියලා. ඒ කාම ආශ්‍රව කියන එක බලනකොට අපි දන්නවා කාම ආශ්‍රව කියන එක මේ හතර වෙනි රවුමේ හතර කියන එක. ඒකෙන්, එතකොට එතනින් පස්සේ තමයි කාම ආශ්‍රව කියන එක ඇති වෙන්නේ කියලා දන්නවා. ඒ කියන්නේ හතර වෙනි එකේ හතර කියන්නේ අර පරාමාස වෙන්න ඕනෙ කියන එක. එතකොට ඔය, එතකොට මට එකපාරට ම කල්පනා වුණා ඔය ව්‍යාපන්න විත්තයයි, පදුට්ඨමනසඛිකප්පයයි කියන එක එතන ඔය අවස්ථාවක්. එතකොට එහෙම නම් මේ කාම ආශ්‍රව කියන එක වෙනකොට අපිට ව්‍යාපන්න විත්තයක් තමයි, මේක විත්තයට සිතට ඇතුල් වෙලා නැති වුණාට ඒක හට අරගෙන තියෙන්නේ. එතකොට අපේ තියෙන්නෙ පදුට්ඨමනසඛිකප්පය කිව්වහම අර නිත්‍යයි කියලා පරාමාසයට ඇතුල් වීමක් කියන එක තියෙනවා. මෙන්න මේ කාරණා දෙක තියෙනවා.

එතකොට මං බැලුවා භාවනාවේදී එහෙම නම් මේ කාම ආශ්‍රවයේ ලක්ෂණය හැටියට පෙන්නනවා අප්ඤ්ඤානාය අල්ලීනාය කියලා. අල්ලීනාය කියලා කිව්වහම අර සුඛය කියන එක ගත්තා. අරගෙන තමා එතන ඇලීලා ඉන්නවා කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට අප්ඤ්ඤානාය කියන එක මට එතකොට කල්පනා වෙනවා එහෙම නම් අර පදුට්ඨමනසඛිකප්පය අර නිත්‍යයි කියලා මේ පැත්තට එන එක. එතකොට රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා ම කිව්වා “ඒකේ ඒ අර්ථය තියෙනවා” කියලා. රහතන් වහන්සේ එහෙම කිව්වා නම් ඒ කියන්නේ ඊට වඩා වැඩි දෙයක් ඕකේ තියෙනවා.

ඒ පාර දැන් මම මේක තව ටිකක් ඒ රහතන් වහන්සේගෙන් විමසුවා ම මට පෙන්නනවා අර උඩ නාමරූප පැත්තෙන් නාමරූප, චේතනා, අර සංස්කාර කියන කැල්ලට එනවා කියන අර්ථය තියෙනවා. එතකොට අර නිත්‍ය කතාවත්, ඇතුල් වීමකුත් යම් ප්‍රමාණයකට තියෙනවා. එතකොට මේක දැන් මං දිගට බලාගෙන යනවා. ඒ කියන්නේ මේකෙදි රහතන් වහන්සේ දැන් මට මේක හරියි කියලා “Excellent” කියලා කියන්නේ නැති නිසා දැන් මේක නිසා මට ජේනවා මේ මුළු රවුම ම මේක ඇති

වෙනවා කියන එක. මොකද මම රහතන් වහන්සේගේ උදව්වකුත් ඉල්ලුවහම කිව්වා “ඔබට කවුරු හරි ගැහුවොත් මොකද කරන්නේ?” කියලා.

එතකොට මම කල්පනා කළා ධර්මයේ හැටියට ඉන්න එක්කෙනෙක් හැටියට කල්පනා කළොතින් ඒ පුද්ගලයා කල්පනා කරනවා මම මොකුත් කරන්න යන්නේ නෑ. ඊට පස්සේ ඊළඟට තවත් කෙනෙක් කල්පනා කරනවා defend කරනවා කියලා. ඒ කියන්නේ හයෙන් අගතියට ගිහිල්ලා, ඒ කියන්නේ අත්තා, අභංනුයි මමංනුයි බිඳෙයි කියලා, එතකොට එහෙනම් පල්ලෙහා එක දක්වා ම යනවා. එතකොට ඒ වෙලාවේදී මට ජේනවා මුළු diamond එක ම දැන් එහෙනම් ඉතින් එතකොට හැදෙනවා. ඒ කියන්නේ දැන්, ඒ කියන්නේ වේදනා, වේතනා, ඉදංසච්ච, භය අගති, ආපහු වේදනා කියන එක දක්වා ම එනවා කියන එක තියෙනවා.

දැන් එතකොට එහෙම නම් දැන් මොකදද මේ අප්ඤ්ඤා කියලා කියන්නේ? එතකොට මට ජේනවා මේ අප්ඤ්ඤා කියන එක කියන්නේ එහෙම නම් මේ පුද්ගලයෙක් ඒ තමා යැයි කියලා define කරන විදිහ අනුව. තමාව කවුද කියලා, මොන ආකාරය ද කියලා define කරනවා මෙන්ම මේ වේදනාව නිසා තමා කියලා කෙනෙක් ගන්නවා. එතකොට මං මුලින් ගත්තේ මුළු සක්කාය දිට්ඨිය ම ද වෙන්වේ කියන එක. එතකොට මුළු සක්කාය දිට්ඨිය ද වෙන්වේ කිව්වහම මට, ඒ පාර මං හිතන්නේ එක්කො සිතට අදහසක් දුන්නා, එතකොට කවුරු හරි කෙනෙක් මේ අවිද්‍යාව කියන එක තියෙනවා නම්, අවිද්‍යා ආශ්‍රවය තියෙනවා නම් එතකොට කාම ආශ්‍රවයයි දෙක ම එකයි ද? ඒක එහෙම නෙවෙයි නේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රවය වෙනයි කාම ආශ්‍රව වෙනයි. හැබැයි ඉතින් කාම ආශ්‍රවය තුළ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ලක්ෂණය තියෙනවා. දිට්ඨි ආශ්‍රවයේ ලක්ෂණයත් කාම ආශ්‍රව තුළ තියෙනවා.

එහෙම නම් මට එනවා මෙතෙක්දී ගන්න ඕනේ මේ තමා යැයි කියලා කවුරු හරි කෙනෙක් තමන් define කරන විදිහ අනුවයි මේක තියෙන්නේ. ඉතින් මනස මහා විශාලයි, ප්‍රීති සුඛයනුත් ඇති වෙලා මහා විශාල තත්වයට ඒක ඒ තත්වයට පත් වුණා. අන්න ඒ වෙලාවේදී ඉතින් ඔන්න ඔය මට “Excellent” කියනවා වගේ ඇහුණා. සාධු කියනවා හරි, “Excellent” කියනවා වගේ කියන දෙකෙන් එකක් ඇහුණා මට. එතකොට අන්න ඒ තත්වට ආවායින් පස්සේ මගේ මනස හරි විශාලයි, රහතන් වහන්සේ ඇහුවා ඒ වෙලාවේ දැන් “මෙතන කාම ආශ්‍රවයක් තියෙනවා ද?” කියලා. මං කිව්වා මේ නෑ. මොකද මේ මම යැයි කියලා එකක් define කරන්න බෑ.

ඕක අර ඊයේ භාවනාවත් එක්ක සම්බන්ධයි. මොකද මට මේ වෙනකොට ආවා, අර කෙනෙක් කල්පනා කරනවා විඤ්ඤාණය එපා කියලා ඔන්න රූපය විතරක් පවත්වාගෙන ඉන්නවා. කය විතරක් පවතින්නා වූ විඤ්ඤාණය නැති. තවත්

එක්කෙනෙක් කල්පනා කරනවා මට කය එපා. නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට ගිහිල්ලා එයා ඒ අන්ත දෙකට ම ගිහිල්ලා තියෙනවා.

එතකොට මේ විදිහට ගත්තහම මේ පුද්ගලයෙකුට ජේනවා. මේ සම්පූර්ණයෙන් ගත්තහම මේ නොදන්නාකම අනුව තමයි මේ පුද්ගලයා මේ මමයි කියලා මේක **define** කරන්නේ. අර එක්කෙනෙක් රූපයත් එක්ක ගන්නා, තව එක්කෙනෙක් රූපය නැතුව ගන්නා විඤ්ඤාණය විතරක්, තවත් එක්කෙනෙක් ඔය දෙක අතර ගන්නවා. එතකොට මේක සක්කාය කියන එක ඒ ඒ පුද්ගලයා කොහොම ද **define** කරන්නේ, අර්ථ දක්වන්නේ, අන්න ඒ අනුව තමයි අප්කම්තාය කියන එක කෙනෙකුට ඇති වෙන්නේ කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ කාම ආශ්‍රවය අන්න ඒ ආකාර වෙනවා කියන එක එනවා. ඉතින් එන්න ඒක තමයි ඒ භාවනාව. එතන ඉතින් “බොහොම හොඳයි **Excellent**” කියන එක එතන තිබුණා මොකද මනස හරි විශාලට ඒක පවතිනවා.

13/09/2014 - පදුට්ඨමනසච්ඡිකප්පා

Paduṭṭhamanasaṅkappā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. ඊළඟට ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ඔය විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා. වැදලා මම, මුලින් ම මම කෘතඥතාවය පළ කළා මේ, අර වාගේ ධර්මයක් අපිට ලබා දීම ගැන.

ඊට පස්සේ මට භාවනාවට ඉස්සෙල්ලා ම හිනිව්ව දෙයක් තමයි අර පදුට්ඨමනසච්ඡිකප්පා කියන එක, ව්‍යාපාදය කියන එක, ඒකේ මේ නිත්‍යභාවය කියන එක කලින් ඇතුල් වෙන්නේ. ව්‍යාපාදය කියන එක පස්සේ. ඕක තමයි මනුස්සයින්ට හිතාගන්න බැරිකම කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට දැන් මේ කැල්ල මට හොඳට තේරුණා. ඒකත් එක්ක මං කල්පනා කළා මේ ව්‍යාපාදය කියන එක ඇති වෙන්න නම්, එහෙම නම් අපිට අභිජ්ඣා කියන එක තියෙන්න ඕනෙ. අභිජ්ඣා වෙලා අර තමන් ජරාවට පත් වුණා කියලා දැනගත්තහම නේ ඇති වෙනවා කියන එක, ව්‍යාපාදය ඇති වෙනවා කියන එක රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවේ සම්මා වාචා diagram එකේ.

එතකොට දැන් මං මුල අභිජ්ඣාවට ගියා. අභිජ්ඣාවට ගියහම මං අභිජ්ඣාවේ දී මම කල්පනා කළා අභිජ්ඣා නිසා රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවා, මේ “මිච්ඡාදිට්ඨික වූ සඤ්ඤාවක් නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවතීමක් තියෙනවා ද, ආන්න ඒක තමයි අභිජ්ඣා කියන එක.” එතකොට දැන් මං ඕක හොඳට කල්පනා කළා. එහෙනම් මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන්නේ මොකද්ද? එතකොට අර මහාවත්තාරිසක සූත්‍රයේ විදිහට මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එක මෙනෙහි කළා. අනිත් පැත්තෙන් මං කල්පනා කළා මේවා මේ ඔක්කෝම එක එක ඒ දේවල්වලට අගයන් දීලා තමයි අර සඤ්ඤාව ඇති වෙලා තියෙන්නේ. අර කහ පාටයි සුදු පාටයි ආදී වශයෙන් සඤ්ඤාවෙන් කරන්නේ. ඒ වගේ මේ ගොඩක් තියෙනවා ඒ ගොඩේ එක එක ඒවාට එක එක අගයන් දීලා. ඒ විදිහට තමයි මේක ඇති වෙලා තියෙන්නේ.

අනිත් පැත්තට කල්පනා කළා. ඉතින් මේ සම්මා දිට්ඨිය කියලා කිව්වහම අර අරිය චිත්තස්ස, අනාශ්‍රව චිත්තස්ස, අරිය මග්ගං සමඛිගිනො, අරිය මග්ගං භාවිතො, ප්‍රඥා, ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියං, ප්‍රඥා බලං, ධම්මච්චිය සම්බොජ්ඣකිගා කියලා ඒ පැත්ත බැලුවා. එතකොට දැන් එතනදී ඒ කාරණා දෙක බැලුවහම අනිත් පැත්තෙන් මට ජේනවා අර දුප්පඤ්ඤාභාවය කියන එක. මේ හයහෙරව සූත්‍රයේ. දැන් මං මුලට ආවා, අනිත්

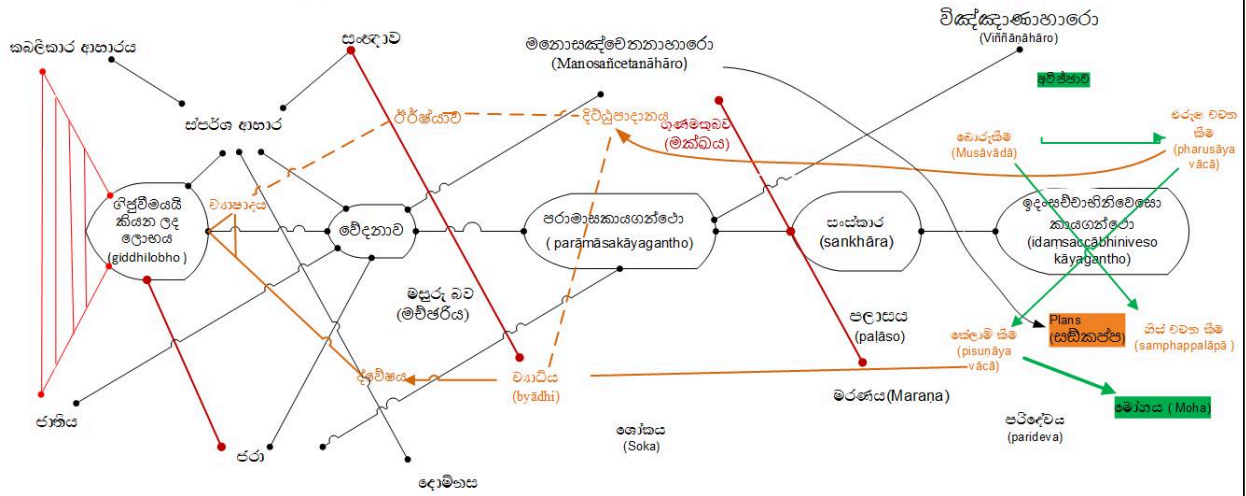
පැත්තෙන් ජේනවා දුප්පඤ්ඤාභාවය මෙතනින් මොකද්ද කරන්නේ මේ ජීනමිද්ධ සහගත වූ දේවල් මම එන්න ඉඩ දෙනවා. ඒ ඉඩ දීමෙන් තමයි මේ ප්‍රශ්නය ඇති වෙන්නේ කියලා. ඉතින් මෙව්වරයි ඔකේ තියෙන්නේ කියන එක. ඉතින් ඕක ආවායිත් පස්සේ මට තේරෙනවා. මම ඒ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය වෙනවා. කියන එක මට ජේනවා.

ඔය විදිහට දැන් මං ඒකෙන් එලියට එන අවස්ථාවන් තේරෙනවා. ඊළඟට මට තේරෙනවා මම ඇවිදිනවා. ඇවිදිනවා කියන්නේ මේ ලෝකේ යනවා නිකන් අර, දැන් ඇමරිකාවේ එහෙම අර, **buildings** එහෙම උඩින් මෙහෙම ගිහිල්ලා ගිහිල්ලා ගිහිල්ලා අර වතුර තියෙන එහෙම ඒ වගේ තැන් තියෙන්නේ, ඒවා, එක එක තැන්වල ඔය විදිහට ඇවිදිනවා. ඒවායේ පෙලක් ඒවා දිව්‍ය ලෝක, ඔය විදිහට. ඉතින් මම මොකක්වත් නැතුව ඉන්නවා, ආයෙ ඇවිදිනවා. ඔය රූප ජේනවා අරවා මේවා කියලා ඔය විදිහට. ඉතින් ඕක, මට නිකන් එක පාරකටත් ඇහෙනවා මේ, මට ජේනවා මේ වතුර, වීදුරුවට වතුර බිංදු බිංදු වැටෙනවා වගේ එකක් ජේනවා. ඒ අතරින් ඇහෙනවා මේක **alien ship** එකක් කියලා. එහෙම එකකුත් ඇහෙනවා. ඉතින් ඔය වගේ තැන් තැන්වල, ඉතින් ඔය මම, දැන් මට තේරෙනවා එහෙනම් මට මේ **direct** කරගෙන යන්න පුළුවන් වාගේ කියලා තැන්වලට. ඉතින් ඔහොම නිකන් හිතෙනවත් එක්ක ම මම දන්නෑ මම **blank** වෙලා යනවා.

රහතන් වහන්සේ කීව්වා මට අන්තිමට “මම නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය ඉක්ම වූවා ය, අසු හත් පොළකට ගියා ය, ඉතින් ඒ ඒවා ඇවිල්ලා ලෝක, දිව්‍ය ලෝක හතරයි, අකනිට්ඨාවයි, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයයි, පෘථිවියයි. ඔකේ අසු හත් පොළකට ඔය භාවනාව ඇතුළත ගිහිල්ලා තියෙනවා.”

ඒක තමයි ඒකේ භාවනාවේ තියෙන්නේ. හුහාක් ම ගැඹුරට ආපු එකක් තමයි රහතන් වහන්සේ සාධු සාධු කියලා කියපු අවස්ථාවක් තමයි මේකෙදි මේ පලාසය තියෙන්නේ, පිසුණා වාවය කියන එක. මං එතෙන්දි කීව්වා මේ පිසුණා වාවය කියන එක තමයි මෝහයේ ආරම්භය කියලා. රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කීව්වා. එතන එනවා නේ, මුසාවෙන් ඇවිල්ලා පිසුණා වාවය කියන එක ඔතන බලන්න, හතර වෙනි කාරණේ ගත්තහම අතන අර නිත්‍යභාවයක් කියන එකක් ඇතුල් වීමක් කියන එක තියෙනවා. ආන්ත එතන තමයි අරකේ ආරම්භය, මෝහයේ ආරම්භය කියන එක, කියන එක ආවා ඒකේ භාවනාවේදි.

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(vyāpāda), 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 ව්‍යාපාදය ඇතිවේ.
- ii) අභිජ්ඣා ව්‍යාපාද මිච්ඡාදිවිධී ඇතිවම, රෝගී වූ බව දන්නේ ද්වේෂය ඇතිවේ.
- iii) අභිජ්ඣා ව්‍යාපාද මිච්ඡාදිවිධී සහ අවිජ්ජාව ඇතිවම, මරණය වූ බව දන්නේ මෝහය ඇතිවේ.

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

S_Sammavaca_digram.jpg

14/09/2014 - අනාශ්‍රව ප්‍රඥා

Anāsava Paññā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

භාවනාවට පෙර ම මට කිව්වා, ඔය දිට්ඨි ආශ්‍රව ඇති වෙන භාවනාව, ආශ්‍රව කාම ආශ්‍රව හව ආශ්‍රව භාවනාව, ඒක බලන්නෙයි කියලා. ඒකේ ඒ දිට්ඨි ආශ්‍රව කැල්ල තමයි මං බැලුවේ. එතකොට ඔය දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක අපි දන්නවා ඔය හත් වෙනි රවුමෙන් පස්සේ තමයි ඕක පටන් ගන්නේ. ඒ කියන්නේ ඔය හත් වෙනි රවුමේ ධම්මමච්ඡරිය කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඔය ධම්මමච්ඡරිය කියන එක වේතනාවට ඇවිල්ලා ඒ වේතනාවෙන් ඉදංසච්චයට ඇවිල්ලා, ඔය අට වෙනි රවුම වෙනකොට ඉදංසච්චයේ තිබුණා වූ අගය පරාමාසයට යනවා. එතකොට පරාමාසයෙන් පහළට හය අගනිය කියන තැනට ඒමක් තියෙනවා. අනිත් අතට ගත්තහම ඔය සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා ඒ ඇතුල් වීමක් තියෙනවා, ඒක හය අගනියට ඇතුල් වීමක් කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඔය, දැන් එහෙම නම් දැන් අපිට ජේනවා අර, අපි දැන් දැක්කා නේ අර නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සයේ value එකයි විඤ්ඤාණයේ value එකයි අර දෙක push කරන්න ඕනෙ. ඒ push කළහම පස්සෙ තමයි, compare කරලා push කළහම තමයි මේක එන්නේ අනිත් පැත්තට.

අන්න ඒ වාගේ ධර්මයක් මෙතනත් තියෙනවා කියන එක තියෙනවා. ඒ කියන්නේ values දෙකක් ඇවිල්ලා තියෙනවා. සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා එක පැත්තකින් ඇවිල්ලා තියෙනවා. අර පරාමාසයේ ඉඳන් හය අගනියට ඇවිල්ලා තියෙන values දෙක, ඔය දෙක එක්කහු වෙලා තමයි අර දිට්ඨි අනුසය කියන එකට අපි යන්නේ. වේදනාවට යනවා කියන එක තියෙනවා.

එතකොට දැන් මෙන්න මේ අවස්ථාව ගැන මම හුඟාක් තදින් බැලුවා. ඒ කියන්නේ ඔය සංස්කාර ඔය නිත්‍ය වශයෙන් ඔතන අපිට එන අවස්ථාවේ දී, ඔතන අපිට ඔය සැකය කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඒ සැකය කියන එක තියෙනවා කිව්වහම ජේනවා මේ සැකයේ සමුදය වෙලා තියෙන්නේ ටීනමිද්ධයයි, කුක්කුච්චයයි. එතකොට එහෙම නම් ඔය සැකය කියන එක අපි කතා කළා මේ විඤ්ඤාණය අපිට හදන්න පුළුවන් ද, පරිදේව නොවන්නේ ද, කියන කතාව කල්පනා කළා. එහෙම නම් දැන් මේ ඉදංසච්චයේ ඉඳන් මේ එන්නා වූ දේ ඒ මොකද වෙනස? ඒ කියන්නේ හය අගනියට

මම සැකය හරහා එනවා, පරාමාසය ඔයා හිතුවොතින් කුක්කුච්චයයි කියලා ඒ කුක්කුච්චයේ අගය මෙතෙන්ට එනවා. එතකොට ඒ කුක්කුච්ච අගයෙන් ම තමයි ගිහින් තිබුණේ මේ ඉදංසච්චයට. ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙනකොට ජීනමිද්ධ කතාවයි කුක්කුච්චයයි දෙක එක්කනු වෙලා ඇවිල්ලා තියෙනවා. දැන් එතකොට මේ දෙකේ අතර වෙනස කියන එක හැටියට මොකද්ද තියෙන්නේ? වෙනස කියන එක හැටියට තියෙන්නේ අර සංස්කාර කියන එක පවතිනවා, නිත්‍යයි කියලා කතාවක් අර සත්‍ය කියලා ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඉදංසච්චයෙන් කියලා ගිහිල්ලා තියෙනවා සත්‍යක් කියලා, මේක පවතිනවා කියලා.

මේක හරියට මේ මනුස්සයෙක් රස්සාවක් කරනකොට ඒ මනුස්සයාට කල්පනා වෙනවා මේ රස්සාව කියන එක පවතී කියලා. දැන් හරි, දැන් නම් හොඳ රස්සාවක් මං හොයා ගත්තා, මේක දිගට ම තියෙනවා කියලා. එයා නොදන්නා වූ දේ තමයි රස්සාව තිබුණා වුණත් මෙයා ජරාවට පත් වෙනවා කියන කතාව එයා දන්නේ නෑ. රස්සාව පවතින්න නම් මම ඉන්න ඕනෙ. එතකොට මම මිය යනවා කියන එක, මම ජරාවට පත් වෙනවා, ඒක නිසා මේ රස්සාව කරගෙන මට ඉන්න බැරි ය කියන කතාව එක පැත්තකින් එනවා.

අනිත් පැත්තෙන් ගත්තහම අර ජම්හී භීරුකජාතිකා කියන කතාව හරහා තමයි පරාමාසයේ ඉඳන් භය අගතියට එන්නේ. එතකොට ඕකේ අර්ථය කෙතෙක් කල්පනා කලා නම්, ජම්හී කිච්චහම අභංනුයි මමංනුයි එකට ඉඳී ද? කියන කතාව කියන එක තියෙනවා. මේක පවතින්න පුළුවන් ද කියලා. අර සංස්කාර නිත්‍ය වශයෙන් භය අගතියට එන කතාවේදී හිතන්න ඕනෙ මේක මේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව නොබිඳී පවතිනවා කියලා. නොබිඳී පවතිනවා. ඒක නේ ඒ කියන්නේ සැකය, එයාගේ සැකයේ තියෙනවා නේ විඤ්ඤාණය හදන්න පුළුවන් ද? පරිදේව නොවන්නේ ද? ඒ කියන්නේ එයාට හිතෙනවා දැන් මේ flow එක, ඒක රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කිව්වා එතන, ඒ flow එක පවතිනවා කියන එක එයාට තියෙනවා. ඒක තමයි ඔය ඉදංසච්චයේ ඉඳන් භය අගතියට එන පාරේ තියෙන්නා වූ උත්තරේ.

එතකොට භය අගතියට එනකොට පරාමාසයට ඔතන අර දිට්ඨි පැත්තෙන් එන කතාව, දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන කතාව, එතන තියෙන්නේ මොකද්ද, මේ අභංනුයි මමංනුයි එකට ඉඳී ද කියන ජම්හී කතාවත් එක්ක තමයි එතන එන්නේ. එතකොට මෙන්න මේ දෙකෙන් මේ පල්ලෙහාට එනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට දැන් ඔය විදිහට තමයි අපිට දිට්ඨි ආශ්‍රවය ඇති වෙන්නේ, ඕකෙන් තමයි දිට්ඨි අනුසය ඇති වෙන්නේ.

එතකොට ඔය දිට්ඨි ආශ්‍රවයේ ලක්ෂණය මොකද්ද? පරාමාසයයි, අහිනිවේසයයි. පරාමාසය කියන එක ගත්තහම අර වරදවා වටහා ගැනීම. අහිනිවේසය කියන එක ගත්තහම අර සංස්කාරවලට ඇලුණා. ඔය දෙක නේ තියෙන්නේ. අන්න ඒ කැලී

දෙකෙන් තමයි මෙතන වෙන්වේ කියන එක ආවා. එතකොට ඔය තත්වට මනස ඇවිල්ලා තියෙනකොට, දැන් ඉතින් මේ විදිහට තමයි ඒ මනුස්සයෙක්, අර රස්සාවේ කතාවේ වාගේම කෙනෙක් යම්කිසි ධ්‍යානයක් උපදවාගෙන ඒ මනුස්සයා කල්පනා කරනවා දැන් නම් හරි මේ ධ්‍යානය මේක පවතිනවා, මේ විදිහට මට ඉන්න පුළුවන්. ඔය විදිහට දිට්ඨි අනුසය වෙනවා කියන එක.

එතකොට දැන් ඔය දිට්ඨි අනුසයේදී අපි දැන් ඊයේ කලින් ඉගෙන ගත්තා කාම ආශ්‍රව කතාව. කාම ආශ්‍රවයේ දී අපි කතා කලා මේ සක්කාය දිට්ඨියක් ගැන. තේරුණා ද? සක්කාය දිට්ඨිය එතකොට ඔය blotting paper එක වාගේ මේක එක්කහු වෙලා එක්කහු වෙලා ආපු එක. දැන් එතනින් ආපු එක දැන් මෙයාගේ, මේ දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එකේ හොඳට ඇති වෙලා තියෙනවා ඒකත් එක්ක අල්ලගෙන. අන්න ඒ අවස්ථාවේ දී ඉතින් රහතන් වහන්සේ කිව්වා “දැන් මේ, ඔබ ඉහළ ම වූ ප්‍රඥාවෙන් ඉන්නවා ය” කියලා. ඒ මනස ඒ විදිහට පවතින අවස්ථාවේ දී.

ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

16/09/2014 - වත්ථුපම සූත්‍ර භාවනා පළමුවන කොටස

Vatthūpama Sutta Bhāvanā Part 1

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මේක මේ සූත්‍රය වත්තු සූත්‍ර භාවනා 1. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වැනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් සිහි කළා, වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා.

එතකොට පංචනීවරණයන්ගෙන් සිත පිරිසිදු වෙනවා කියන එක තියෙනවා. පාරිශුද්ධ චිත්තය කියලා ආවේ අර, මේ හයහෙරව සූත්‍රය කරනකොට. අර ටීනමිද්ධයෙන් පටන් අරගෙන කරන භාවනාව. ඒ වගේ ම වත්ථුපම සූත්‍රයෙහිත් සිත පිරිසිදු වෙනවා. එතකොට මේ දෙකේ සබඳතාවය කියන එක මෙතෙහි කළා. රහතන් වහන්සේ මට ඊයෙම කිව්වා මේ “ඊළඟට කරන සාකච්ඡාව වත්තු සූත්‍රයයි” කියලා. එතකොට හයහෙරව සූත්‍රයේ හැටියට මේ කාරණාවෙන් කාරණාවට සිහි කළා. ඒ කියන්නේ අභිජ්ඣා ඇති වීම කියන එක ගත්තා. එතකොට එතෙත්දි අපි දන්නවා අභිජ්ඣාව කියනකොට අර මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවතීම කියන එක අභිජ්ඣාව කියන එක පෙන්නවා. පළවෙනි රවුමේ දී ම මේක සිද්ධ වෙනවා. සිදු වන්නේ නොවන්නේ ද කියන එක ආවා. “පළවෙනි රවුම මිච්ඡා දිට්ඨිය සහ අභිජ්ඣාව යන දෙකට ම ඇතුල්ව බැලිය යුතු ය, සැලකිය යුතු ය” කියලා රහතන් වහන්සේ කියනවා. හේතුව කිම?

තමාගේ තිබුණ දෙයක් ම ඇවිස්සීමක් රූපය ස්පර්ශ වීම සමඟ සිදු වෙනවා. ඒක මට භාවනාවේදි හොඳට ආවා. අර මං කියන්නේ අර perfect A එක කියලා. ඇතුළේ තිබිවිව එකක්. මේ නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවතීමට ඇති කරුණක් ඇති වීම අභිජ්ඣා නම් වේ. දැන් ඒ පාර ව්‍යාපාදය සිහි කළා. වත්ථුපම සූත්‍රයේ දෙවනි කාරණය. පදුට්ඨමනසච්ඡිකප්පය. හතර වන රවුම. ව්‍යාපාදයේ හටගැනීම. ඒ කියන්නේ අර නිත්‍යයි කියලා අපේ ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඕකෙන් තමයි මේක තියෙන්නේ කියන එක ආවා.

එතකොට දැන් ක්‍රෝධය ඇති වන්නේ දහතුන් වැනි රවුමේ. එතකොට මෙහි දී සිතට ඇතුල් වන්නේ ය. දැන් ඔය පදුට්ඨමනසච්ඡිකප්ප රේඛාව දික් කරන්නේ අපි කෙළින් ම එනවා ක්‍රෝධය කියන තැනට. ක්‍රෝධය කරා ගමන් කරනවා. මොහු මට හානි කරන්නේ ය, කියලා එහෙම හිතනවා. හානි කළේ ය, හානි කරන්නේ ය කියලා හිතනවා. පෙර නිත්‍යභාවය නිසා ඇති වූ දෙයක් ලෙස නොදනී. ජරාව ඇති බව

නොදනී. අර විපරිණාමය වෙනවා කියන කතාව, ඒක දන්නේ නෑ. එතකොට උපනාහය දැන් බැලුවා. උපනාහය බද්ධ වෙරය. බද්ධ සඤ්ඤාවක්.

එතකොට මෙතෙන්දී, දැන් මේ **diagram** එකේ අර සම්බන්ධතාවය උඩින් සම්බන්ධ වෙලා එනවා කියලා දැක්කට පස්සේ දැන් මේ වගේ ම සම්බන්ධතාවයක් දැන් මං භොයනවා මේකෙදී. මට උඩ සඤ්ඤාවක් ගැන හැඟීමක් එනවා. ඒ බුදුපියාගෙන් උදව් ඉල්ලුවහම බුදුපියාණන් කීව්වා “සඤ්ඤා උපරෝධනා” කියලා. සබ්බසම්බාරසමථා. ආන්න මට මතක් වුණා කෙළින් ම. මේක කවදාවත් මේ රූපය අත්තා කරගත් කෙනෙකුට මේක වෙන්තේ නෑ. නිවනෙන් පිටත දේකට ගත්ත එක්කෙනෙකුට වෙන්තේ නෑ.

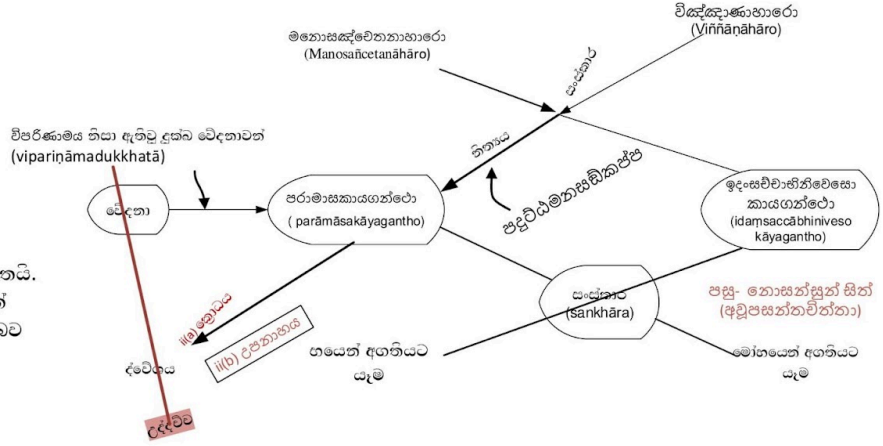
ඒ කියන්නේ උද්ධව්වය කියන එක මට සිහි වුණා. එතකොට අර උඩ සංස්කාරයයි යට සංස්කාරයයි. බලන්න පද්ධියමනසඛිකප්පයට ආවා උඩින් උද්ධව්ව කතාවේ තියෙන එක, පල්ලෙහායින් එනවා ඒ අනිත් එක. එතකොට සංස්කාරයෙන් කියන ඒවා, එතකොට රූපය ස්පර්ශ කර කවදාවත් අවුපසන්තචිත්තය නොවන්නේ ද? සංස්කාරය බිඳේ. නමුත් අපි නිත්‍ය යැයි ගන්නවා. පුද්ගලයන් වෙනස් නොවනවා යැයි සිතනවා. මෙසේ බද්ධ සඤ්ඤාව ඇති වෙනවා. උද්ධව්වය එකොළොස් වෙනි රවුම කියලා අපි දන්නවා. ක්‍රෝධය කියන්නේ දහතුන් වැනි රවුමයි කියලා සිහි වුණා. උපනාහය රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා ම “දාහතර රවුමේ දී සිතට ඇතුළේ වෙන” බව බුදුපියාණන් වහන්සේ පැවසුවා. එතකොට ඒක තමයි ඒ කරපු භාවනාව. ඉතින් මේකේ අර **diagram** එකත් එක්ක බැලුවහම හරි ෂෝක්. ලස්සනට තියෙනවා.

ව්‍යාපාදය

- හතරවන රටුමේදි ව්‍යාපාදයේ හටගැනීම සැලකිය යුතුය. විපරිණාමය නිසා ඇති වූ දුක්ඛ වේදනාවන් පරාමාසකායගන්ථයට ඇදීම නිසා ව්‍යාපාද සහගත සමභාවය හටගනී.
- නිත්‍යය භාවය ලබාගැනීම සඳහා යමකින් වෙන්කිරීම (පලාසය) මගින් හෝ විඤ්ඤාණය පැවැත්වීමට උත්සාහ කරයි. **භයහෙරව සටහන** පිටුව 5 දී **පද්ධත්මනසංකප්ප** පරාමාසකායගන්ථයට ඇදීම සිදුවන බව සාකච්ඡා කරන ලදී. නිත්‍යය ජේඛාව දික් කරන්න. එවිට, එය ක්‍රොධයට යයි.

ක්‍රොධය
 ක්‍රොධය මතසට ඇතුළු වන්නේ 13 වන රටුමේදි දීය.

- අන්‍ය අය හානි කරන්නේ යැයි සිතයි.
- පෙර නිත්‍යය භාවය නිසා හටගත් දෙයක් බව නොදනී. ජරාව ඇති බව නොදනී.



S_VattupamaDiagrams.pdf - Slide 3

උපනාහො (බද්ධවෙර) - මෙය බද්ධ සංඥාවකි.

භයහෙරව සටහන පිටුව 7 මෙතෙහි කරන්න. සාදන ලද සංස්කාර පෙර හා සමානව ගොපවනිත නිසා අවුපසන්න වින්තය ඇතිවේ. රූපය ස්පර්ශ කරන ලද්දාවූ වින්තයක ජරාව නිසා ඇතිවූ ව්‍යාධි සමභාවය ඇත.

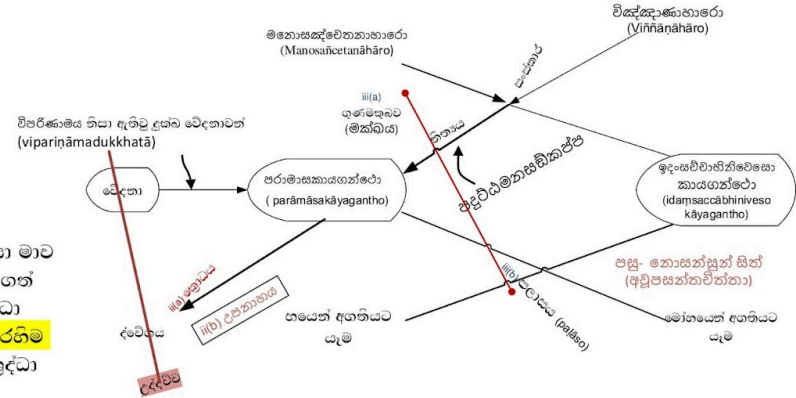
- සංස්කාර බිඳෙන නමුත් අපි නිත්‍යය යැයි ගන්නවා. පුද්ගලයන් වෙතස් නොවෙනවා යැයි සිතනවා. මෙසේ බද්ධ සංඥා (උපනාහය) ඇතිවේ.
- උද්ච්චවය 11 වන රටුමේදි සිතට ඇතුළුවේ. ක්‍රොධය 13 වන රටුමේදි සිතට ඇතුළුවේ. උපනාහය 14 වන රටුමේදි සිතට ඇතුළුවේ.

මක්ඛය (ගුණමඟුබව)

- මක්ඛය ඇතිවීමට නම් ක්‍රොධය තිබිය යුතුය.
- ක්‍රොධය ඇතිවන්නේ නිත්‍යය භාවය සහිත වූ **පද්ධත්මනසංකප්ප** නිසාය.

ගුණය මකන්නේ, කුමක් මකන්නේද?

- කාර්යාලයේ උදාහරණය; ආයතනයේ ප්‍රධානියා මාව තෝරාගත් පුද්ගලයා විය හැකිය. මාව තෝරාගත් අවස්ථාවේ ඔහු කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව විය. එම ශ්‍රද්ධා ගුණය නිත්‍යය භාවයක් නොවන විට, මා කෙරෙහිම **විඤ්ඤාණ දහරාව නොගලන විට නැතිවිය.** ශ්‍රද්ධා ගුණය මැඟින.
- අශ්‍රද්ධාවට යෑම ප්‍රඥාව නැති නිසාය. **ප්‍රඥාව නැතිවීම නිත්‍යය භාවය නිසාය.**
- මහණ සිටුරු හරින උදාහරණය; ශ්‍රද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා ගුණ මැඟින.



S_VattupamaDiagrams.pdf - Slide 4

17/09/2014 - වත්පූජ්‍යම සූත්‍ර භාවනා දෙවන කොටස

Vatthūpama Sutta Bhāvanā Part 2

ඒ වත්තු සූත්‍ර දෙවන භාවනාව. ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා, ඒ ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව. සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා. භාවනාවට පෙර ම අර මක්බය පලාසය වීම මම සිහි කළා. කොහොම ද, මක්බය ඇති වීමට නම් ක්‍රෝධය තියෙන්න ඕනෙ. ක්‍රෝධය ඇති වෙන්න නම් නිත්‍යභාවය සහිත වූ පදුට්ඨමනසඛිකජපය. එතකොට ගුණය මකන්නේ කුමක් මකයි ද?

පළවෙනි උදාහරණය. Office environment එකේ ගත්ත එක. අර ආයතනයේ ප්‍රධානියාගේ ගුණය. එයා මාවත් තෝර ගත්ත පුද්ගලයා වෙන්න පුළුවන්. එතකොට මාව තෝරගත්තේ, ඒ ශ්‍රද්ධාවක් ඇති වුණා. එම ශ්‍රද්ධා ගුණය ම නිත්‍යභාවයක් නොවන විට, මා කෙරෙහි ධාරාව නොගලන විට නැති වෙනවා. එතකොට එසේ නම් ශ්‍රද්ධා ගුණය මැකීම හැටියට පළවෙනි උදාහරණය ගන්න. අශ්‍රද්ධාවට යෑම ප්‍රඥාව නැති වීම නිසා. ප්‍රඥාව නැති වීම නිත්‍යභාවය නිසා. නිත්‍යයි කියලා ගත්ත නිසායි ඒක සිද්ධ වෙන්නේ.

එතකොට දෙවෙනි උදාහරණය අර භාමුදුරුවරු දෙදෙනාගේ කතාව, මතකයි නේ. එතකොට අර සිවුරු ඇරීම එතෙන්නදී. එතකොට ශ්‍රද්ධා විරිය, ඒ මුළු පංචඉන්ද්‍රියන්ගේ ම ගුණයන් මැකීම හැටියට ගන්න. දාහතර වෙනි රවුමේ දී මක්බය කියන එක හටගන්නවා. මක්බය significant වෙන්නේ දාහත් වෙනි රවුමේ දී. උපනාහය නිසා පලාසය කියන එක ඇති වෙනවා. එතකොට මක්බය මේකට ආධාර උපකාර වෙනවා. කෙසේ ද, නිවනින් පිටත යමක් ගත්ත අවස්ථාවේ දී එය පවතී යැයි සිතුවේ ය. එය නොපවතියි. මෙසේ මක්බය නිසා පලාසය ඇති වෙනවා.

ඊළඟට උපනාහය බලන අවස්ථාවේ දී අපි අර සංස්කාරවල නිත්‍යභාවයක් නොමැතිකම නිසා ඇති වන අවුපසන්තවිත්තයේ බලපෑම අපි සාකච්ඡා කළා නේ. එතකොට සංස්කාර සමාන නොවන බැවින් උපනාහ වී ඇත. එතකොට එයට වඩා හොඳ දෙයක් ඇති යයි සිතා විඤ්ඤාණය පිහිට වීම කියන එක කරනවා. සමානකම නොමැති නිසා යාච්චාගෙන් යාච්චාව වෙන් කරනවා. අර යාච්චා සමාන වුණා නම් වෙන් කරන්නේ නෑ. ඊළඟට සමානකම නොමැති නිසා තුවාල සහිත කකුලේ අර කොටස වෙන් කරනවා. සමානභාවයයි මෙතන බලලා තියෙන්නේ.

එතකොට පලාසය දාහත් වෙනි රවුමේ දී හටගන්නවා. මක්බය දාහත් වෙනි රවුම වෙනකොට significant. මක්බය නිසා ඊර්ණ්‍යාව වෙනවායි කියන එක අපි දකිනවා.

අනුන්ගේ සැපත නොඉවසයි. මක්බවයට නිත්‍යභාවය බලපෑවේ ය. එසේ නම් ඊර්ෂ්‍යාවටත් නිත්‍යභාවය බලපානවා. කොහොම ද?

“මෙම සැපත නිත්‍ය වශයෙන් පවතියි, මට එය අහිමි ය.” අන්ත ඒක රහතන් වහන්සේගේ වචන. මෙසේ ඊර්ෂ්‍යා සහගත විය. හතර වෙනි රවුමෙන් පස්සේ ඊර්ෂ්‍යාව හටගැනීම ආරම්භ වෙනවා. එහි අධිකභාවය මක්බවය ඇති වීමෙන් පසුව බව පැවසිය යුතු ය. මව්ඡරිය පලාසය මගින් ඇති වෙන බව ද මේ ලාභමව්ඡරිය වශයෙන් අපි කල්පනා කර, විමසා බලා ඇත්තේ ය. පලාසය තුළ සංස්කාරවල සමානභාවයක් නොමැතිකම ඇත. එසේ නම් මව්ඡරිය තුළත් සංස්කාරවල අසමානතාවයට තුඩු දුන් රූපයේ අසමානතාවය ගැන හැඟීම් ඇත. මෙසේ සඤ්ඤා භාවිතා කරන්නේ, මෙවැනි සඤ්ඤා භාවිතා කරන්නේ, මෙයට වඩා හොඳ රූප ඇති යයි සිතා ඒවා සොයයි. විඤ්ඤාණය පිහිටුවයි. මෙසේ මව්ඡරිය ඇති වේ. “මව්ඡරියට රවුම් අගයක් නොදිය යුතු” බව බුදුපියාණන් වහන්සේ පවසනවා. ඒක සෑම විට ම ඇත.

රහතන් වහන්සේට රවුම් නැත. ඒක තමයි භාවනාව.

18/09/2014 - වත්ථුපම සූත්‍ර භාවනා තුන්වන කොටස

Vatthūpama Sutta Bhāvanā Part 3

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේගෙන් පටන් අරගෙන දාහතර නමට ම වැද නමස්කාර කළා. එතකොට මේ මායාව කියන එක ඊර්ෂ්‍යාව නිසා ඇති වෙන බව අපි දන්නවා. තමන් යම් දුස්සීලභාවයකට පත් කරගෙන, එය වසා ගැනීම සඳහා අනුන් රැවටීම මායාව වෙනවා. යම් සැපතක් අන් අය විදින්නේ ය, මට මෙය අහිමි ය, මෙය ලබා ගනිමි යැයි කියලා සිතා මායාව ඇති වෙනවා.

එතකොට අපි දන්නවා නේ අර ඊර්ෂ්‍යා වෙන්නෙ, වෙන්නේ. මච්ඡරිය නිසා සාධේය්‍ය ඇති වෙන එක අපි කලින් දැනගෙන හිටියා නේ. මච්ඡරිය වශයෙන් සලකන්නේ ලාභමච්ඡරිය සැලකීම ප්‍රමාණවත් නොවේ. හේතුව කිම? සඤ්ඤාව නිසා ඇති වෙන්නා වූ දෙය සියුම් නිසා ය. නමුත් රූපයෙන් තොර වූ යමක් නැති බව සිහි කළ යුතු ය. නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියාත් රූපය සියුම්ව ස්පර්ශ කරයි. ඒ නිසා ය. සාධේය්‍ය ඇති වන්නේ වංචා කරයි. කුමක් වංචා කරයි ද?

නිවනින් පිටත වූ යමක් ගැනීම ම වංචාව ය. මෙන්න මේ අවස්ථාවේ දී මේ හත් වෙනි ධ්‍යාන සමාපත්තියක් ඇති වෙනවා, මේක කල්පනා කළහම. දැන් මායාව නිසා මිච්ඡා දිට්ඨිය වන්නේ ය. වූල අස්සපුර සූත්‍රයේ අපි දන්නවා. මේකෙදි ඊර්ෂ්‍යාව, මායාව, මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන triangle එකක් හැදෙනවා. සාධේය්‍ය නිසා දුස්සීලභාවය. එතකොට අපි දන්නවා ඒ 6A කියලා අපි දානවා සාධේය්‍ය කියන එක දුස්සීලභාවය කියන එක මෙතෙන්ට එනවා.

එතකොට ඒකත් අපි වූල අස්සපුර සූත්‍රයෙන් අපි දැනගත්තා. දැන් මච්ඡරිය, සාධේය්‍ය, දුස්සීලභාවය කියන triangle එක ඇති වෙලා තියෙනවා. සාධේය්‍ය, මච්ඡරිය, දුස්සීලභාවය. මෙතනදි සමාධිය හුඟාක් ම උග්‍ර වුණා. ඉතින් බුදුපියා “Excellent” කියලා මේක පැවසුවා. මේ කුමකට දුස්සීල වූයේ ද? සංස්කාරවල අසමානතාවය දක්නේ, මෙම සංස්කාරවලට වඩා මෙය හොඳ යැයි පලාසය මගින් ම සංස්කාර කරයි. මෙයට ම අනිමාන වෙනවා. කුමකට මිච්ඡා දිට්ඨි වූයේ ද?

පදුට්ඨමනසඛිකප්පය නිසා ඇති වූ නිත්‍යභාවය මෙයට හේතු විය, ප්‍රත්‍ය විය. මෙහි දී අපි මුලින් පටන් ගත්ත මිච්ඡා දිට්ඨිය නැවතත් ඇවිල්ලයි කියලා මට සිහි වුණා. පටන් ගත්තේ මිච්ඡා දිට්ඨියෙන්. අහිජ්ඣා වෙනවා එහෙම ආවායි කියලා කිව්වේ. ඇවිල්ලා ආපහු ඇවිල්ලා තියෙන්නේ මෙතෙන්ට. ඉතින් මෙතෙන්දි හොඳ සමාධියකුත් ඇති වෙනවා. ඒක තමයි මට පළවෙනියෙන් ම හොඳට සමාධිය ඇති වෙව්ව තැන. මෙසේ

අතිමාන මගින් ඵමභය ද, සාරමභය ද විය. අතිමානය, මිච්ඡා දිට්ඨිය සහ දුස්සීලභාවය හා සම්බන්ධය. මෙම දෙක හේතු සහ ප්‍රත්‍ය වන්නේ ය. මිච්ඡා දිට්ඨිය හේතු වේ. දුස්සීලභාවය ප්‍රත්‍යය.

ඵමභය මගින් සාරමභය ඵලවයි, පලවාහරීයි. මෙම සංස්කාරය මගේ යැයි දැඩි කොට ගනියි. විඤ්ඤාණයේ යම් තද බවක් වේ ද මේක ඵමභය වෙනවා. සාරමභය මගින් ඵමභය නිසා ඇති වූ ප්‍රතිඵලය විමසයි. එය සඳහා රූපයේ යම් වෙනසක් කළ යුතු ද, එය පසුපස විඤ්ඤාණය දුවවයි, යොමු කරවයි. මෙහි දී ගැලවීමක් නැත. කුමක් නිසා ද? සාරමභය අධික විමට ඵමභය හේතු විය. ප්‍රත්‍ය මිච්ඡා දිට්ඨිය. මෙසේ අග්‍රද්ධා විම නිසා සංසාරයේ සැරිසරයි. මේක තමයි භාවනාව.

19/09/2014 - මදය මානය

Madaya Mānaya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව, මණ්ඩලාධිපති බුදු පියාණන්ගේ සිට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා. පංචනීවරණ යටපත් කරමි කියන තැනින්, මේකෙන් පටන් ගන්නෙයි කියලා කිව්වා. පංචනීවරණ නිසා අවිද්‍යාව. පංචනීවරණ නිසා පලාසය.

එතකොට පලාසය ඇති වෙලා මේකෙන් මච්ඡරිය වෙනවායි කියලා මම සිහි කළා. එතකොට මේ සමඟ ම අවිද්‍යාව මිච්ඡා දිට්ඨිය වශයෙන් ම, සිහි වුණා. මච්ඡරිය නිසා සාධේය්‍ය වෙනවා කියන එක සිහි වුණා. දැන් මෙතෙක්දී අර triangle දෙක, ඊයේ බලපු triangle දෙක මතක් වුණා.

ඒ කියන්නේ දුස්සීලභාවය, මච්ඡරිය, සාධේය්‍ය එක triangle එකක්. මේකේ සාධේය්‍ය කියන එක මදය වශයෙන් ගන්න ඕනෙ. එයට ප්‍රත්‍ය වන්නේ දුස්සීලභාවයයි. හේතුව වශයෙන් ගන්න ඕනෙ මච්ඡරිය කියන එක.

ඊළඟ triangle එක මායාව, ඊර්ණ්‍යාව, මිච්ඡා දිට්ඨිය. මේකේ මිච්ඡා දිට්ඨිය මානය වශයෙන් ගත යුතු ය. ඒකට ප්‍රත්‍ය වන්නේ මායාවයි. හේතුව වන්නේ ඊර්ණ්‍යාවයි. මායාව තුළ දුස්සීලභාවය අඩංගු ය. ඒ නිසා සාධාරණ කාරණය විය.

යමෙක් ඊර්ණ්‍යාව නොකරන අවස්ථාවක් ඇත. එනම් අරුප ධ්‍යාන සමාපත්ති ලාභියා එය පවතින විට ඊර්ණ්‍යා නොකරයි. එය අසාධාරණ කාරණය වෙයි. පුද්ගලාකාර විදිහට සමාධියක් ඒක තියෙනකොට තියෙනවා. ප්‍රමාදය කියන එක බැලුවේ නෑ. ප්‍රමාදය තියෙන තැන අපි දන්නවා. ඉතින් ඒක හෙට බලන්න පුළුවන් කියන අර්ථය තමයි ඒ තියෙන්නේ. බොහෝ ම හොඳට හිටියා.

20/09/2014 - ප්‍රමාදය

Pmādo

මම භාවනාව හැටියට කළේ, මේ වත්පුපම සූත්‍රය අපි බලාගෙන යනවා බොහොම ගැඹුරු විදිහට. ඒකේ අවසානයට කරන්න තියෙන භාවනාව තමයි ප්‍රමාදය කියන එක. ඒක තමයි මම කළේ. එතකොට මම මේක ටිකක් කෙටියෙන් කියන්නම් මේක බොහොම දිගයි.

දැන් අපි දන්නවා, අපි හයහෙරව සූත්‍රයත් එක්ක ඉගෙන ගන්නා අර ඇති වෙනවා කියලා නිත්‍යභාවයක් කියලා එකක්. ඒ නිත්‍යභාවයක් ඇතුළු වෙනවා කියලා අපි තේරුම් ගන්නා. පද්ධිමනසඛිකප්පය කියලා කිව්වා. එතකොට ඔය පද්ධිමනසඛිකප්පයත් එක්ක ඔය රේඛාව ටිකක් දික් කරගෙන ගියොතින් ඕගොල්ලෝ එන්නේ හරියට ම අපේ තියෙනවා මේ ක්‍රෝධය කියන තැන. ඔන්න ඔතෙන්ටයි එන්නේ.

එහෙම නම් තේරෙනවා ක්‍රෝධය තුළ තියෙනවා කියලා නිත්‍යභාවය කියන එක. ඒ වේදනාවක් අල්ලගෙන අපි ඉන්නවා. ඊට පස්සේ අපි දන්නවා ක්‍රෝධය නිසා අපිට මක්බය කියන එක ඇති වෙනවා කියලා. එහෙනම් මක්බය තුළත් තියෙනවා අර නිත්‍යභාවය කියන එක. ඊළඟට අපි දන්නවා මක්බය නිසා ඊර්ෂ්‍යාව ඇති වෙනවා කියලා. එහෙම නම් ඊර්ෂ්‍යාව තුළත් තියෙනවා නිත්‍යභාවය කියන එක. එතෙක්දී එයා කියනවා මේ, අර පුද්ගලයා, දැන් අර රස්සාවේ කතාවේදී නම් තේරෙනවා අර පුද්ගලයා හොඳ සුබයක්, සත්‍ය වශයෙන් ම හොඳ සුබයක් විදින්නේ ය, නිත්‍ය වශයෙන් ම සුබයක් විදින්නේ ය, permanent, මට ඒක අහිමි වූයේ ය, කියලා එයාට කල්පනාවක් තියෙනවා. එතකොට ඒ ඊර්ෂ්‍යාව කියන තැනට වෙනකන් අපි දැන් ආවා.

දැන් ඔය ඊර්ෂ්‍යාවෙන් මායාව කියන එක ඇති වෙනවා. එහෙම නම් මායාව තුළත් තියෙනවා නිත්‍යභාවය කියන කතාව. ඊළඟට මායාවෙන් අපි එනවා මිච්ඡා දිට්ඨියට. එහෙනම් දැන් අපි රවුමක් ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ඔය රවුමේ ආවයෙන් පස්සේ දැන් එහෙනම් triangle එකක් හැඳෙනවා. ඒ triangle එකේ තියෙන්නේ ඊර්ෂ්‍යාව, මායාව, මිච්ඡා දිට්ඨිය. එතකොට ඔය මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන උඩ කෙළවර, ඔන්න ඔතෙන්ට තමයි අපි ලියාගන්න ඕන මානය කියලා.

දැන් මානය දක්වා ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඔය වගේ ම triangle එකක් පල්ලෙහායිනුත් හැඳෙනවා. අපි දන්නවා මේ සංස්කාරවල විෂමතාවය කියන එක. අවුපසන්තච්ඡත්ත කියලා කිව්වේ. අන්න ඒක නිසා අපිට ඇති වෙනවා උපනාහය කියන එක. බද්ධ සඤ්ඤාවක්. අර සංස්කාර සම්බන්ධයෙන්, මේ ටිකක් ගැඹුරට යනවා මේ භාවනාව.

මේක ඇති වෙලා මේ උපනාහය නිසා ඇති වෙනවා, අපි දන්නවා ඊළඟට පලාසය. පලාසය ආවාට පස්සේ අපි දන්නවා දැන් පලාසයෙන් තියෙනවා අර සංස්කාරවල විෂමභාවයේ කතාව. ඒක නිසා තමයි අපි ඒ වෙන් කිරීම කියන ඒවා කරන්නේ. සංස්කාරවල වෙනස දැකලා රූපයන් වෙන් කරන්න පටන් ගන්නවා. සංස්කාරන් වෙනස් කරන්න ගන්නවා. ඕක දිගින් දිගට යනවා. ඔය ඵම්භය හරියට යනකොට ඒවා සිද්ධ වෙනවා.

එතකොට එතන පලාසයට ආවාට පස්සේ පලාසයෙන් අපි දන්නවා මච්ඡරිය ඇති වෙනවා කියලා. සංගාරව සූත්‍රයේ අපි ඉගෙන ගත්තා නේ. එතකොට මච්ඡරියට ආවාට පස්සේ මච්ඡරියෙන් අපි යනවා සාධේයා කියන එකට. සාධේයා කියන එක ඇති වුණාට පස්සේ එතනින් එනවා අපේ දුස්සීලභාවය කියන එකට. මෙතන අතර මඟ තියෙන කොටසක් මම අයිත් කරලා කියන්නේ. අර ඵම්භය කියන කතාවේදී එහෙම තියෙන එක. ඒක හරි ගැඹුරට යනවා.

දැන් එහෙනම් තවත් triangle එකක් ජේනවා. සංස්කාරවල විෂමතාවය නිසා ඇති වෙන්නා වූ triangle එක තමයි, පල්ලෙභායින් තියෙනවා දුස්සීලභාවය, ඊළඟට තියෙනවා මච්ඡරිය, අනිත් පැත්තෙන් උඩින් ගත්තහම අපිට ඇති වෙනවා සාධේයා කියන එක. ඔන්න ඔය සාධේයා කියන තැනට එහෙනම්, වංචාව කියන තැනට අපි ලියාගන්නවා මදය කියලා. ඔය සංස්කාර සම්බන්ධයෙන් ඔය මදය කියන එක අපිට ඇති වෙලා තියෙනවා. දැන් එහෙනම් triangles දෙකයි. එතකොට එකක් මදය, උඩ triangle එකේ, පල්ලෙභා triangle එකේ. උඩ triangle එකේ එනවා මානය කියන එක මිච්ඡා දිට්ඨි කියන තැන. මිච්ඡා දිට්ඨියට ඇති වෙන තැන, ඒ කියන්නේ මානය, මානයට සමුදය හැටියට එන්නේ අර මායාව කියන එක. ඊළඟට ඊර්ණාව කියන එක හේතුව වෙනවා.

අනිත් පැත්තට ගත්තහම මදය කියන එකට සමුදය හැටියට එනවා දුස්සීලභාවය. හරි පුදුමයි මේ මානය කියන ඒවායේත් දුස්සීලභාවය තමයි ප්‍රත්‍ය වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට ඊළඟට අනිත් පැත්තෙන්, අපිට දැන් පල්ලෙභා triangle එකේ ඇති වෙනවා, වම් අත කෙළවරට අපි ගන්නවා මේ හේතුව හැටියට.

එතකොට දැන් මෙතන triangles දෙක හැදිලා තියෙනවා. ප්‍රමාදය කියන්නේ මොකද්ද? ප්‍රමාදය අපි ඉගෙන ගත්තා ප්‍රමාදවිහාරී සූත්‍රය කියන කතා කරන වෙලාවේදී ප්‍රඥාව කියන්නේ මොකද්ද කියලා ඉගෙන ගත්තා. ඒ කියන්නේ ඇති වෙනවා නම් ඇති වෙන්නේ දුක්ඛය. දුක්ඛය තමයි සමුදය. සමුදයයි අස්තංගමයයි කියන එක දැනගත්තා. සමුදය දුක්ඛය තමයි ඇති වෙන්නේ. ඇති වෙන ක්‍රමය අපි දැනගත්තා සමුදය. අස්තංගමය කියන එක දැනගත්තා. දැනගෙන ඒ දුක්ඛය නැති කරන්න පමා නොවීම කියන එක තමයි අපි කියන්නේ මේ ප්‍රඥාව කියලා. එහෙනම් ප්‍රමාදය කියලා

කියන්නේ එතකොට ඕකේ අනිත් පැත්ත. එතකොට අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන තැන නේ ඕක ලියන්නේ. මතක ද, තයොධම්ම සූත්‍රයේ.

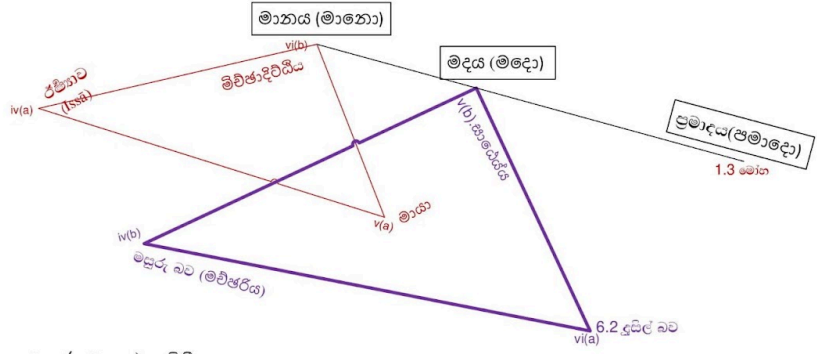
දැන් මේ තුන align වෙනවා. මානයයි, මදයයි, ප්‍රමාදයයි කියන එක. අපි දන්නවා ඉස්සෙල්ලා අර මානය කියන තැන අපි ලිව්වේ මිච්ඡා දිට්ඨිය, එතනින් අනත්තේ අත්තා කියලා අරගෙන කෙළින් ම 1-3 කියන තැනට එනවා නේ. ඔතන නේ ප්‍රමාදය කියන එක තියෙන්නේ. එහෙම නම් ඒ එතනින් හොඳට පැහැදිලි වෙනවා, ඒ කියන්නේ අර මිච්ඡා දිට්ඨිය තියෙන්නේ මානය කියන තැන නේ. එතන භිතන්න නිත්‍යභාවය කියන එක. අපි ආවේ නිත්‍ය circle එකේ කතාවෙන් තමයි එතන ආවේ.

සායේයා තියෙන තැන කල්පනා කරන්න ඕනේ අත්තභාවය කියන එක. නිත්‍යභාවයයි අත්තභාවය යි. සංස්කාර කියන ඒවා අත්තා කියලා අරගෙන. එහෙම නම් නිත්‍යභාවයයි අත්තභාවය යි නිසා දැන් මට ඇවිල්ලා තියෙනවා මේ ප්‍රමාදය කියන එක. දුක්ඛය. අන්න ඒක තමයි දුක්ඛභාවය කියන එක. ඒක කියන එක අපි ඉවසගෙන ජීවත් වෙලා ඉන්නවා. මානයයි මදයයි. ඒකෙන් තමයි මේ ප්‍රමාදය කියන කතාව තියෙන්නේ. ඉතින් මේක හරි ගැඹුරුයි. හරි ම ගැඹුරුයි වත්ථුපම සූත්‍රය ඔය විදිහට බලනවා කියන එක. මහ විසාල කාරණා තොගයක්. ඉතින් ඔය පැය එක හමාරක විතර එකක් තමයි මං ඔය මිනිත්තු හතකින් විතර කිව්වේ. හරි ම ගැඹුරුයි ඒක, භාවනාව. සිත නතර වෙනවා, හරියට නතර වෙනවා. ඒක කරගෙන යනකොට ආයේ ධර්ම කාරණා භිතන්න නැති වෙන තත්වට සිත නතර වෙනවා ඒක ඇතුළෙදි.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

ප්‍රමාදය (පමාදො)

- ප්‍රමාදය යනු කුමක්ද? පමාදවිභාටී සූත්‍රය සිහි කරන්න.
- මහණෙනි, වක්‍ර ඉන්ද්‍රියයාගේ සංවරයක් නැතිව වාසය කරන්නහුගේ සිත වක්‍ර වීඤ්ඤාණයෙන් දකුණු රූපයන් කෙරෙහි ක්ලේශයන්ගෙන් තෙත්වේ. ඒ ක්ලේශයන්ගෙන් තෙත්වූ සිත් ඇත්තහුගේ ප්‍රමාදය නොවෙයි. ප්‍රමාදය නැති කල්හි ප්‍රීතිය නොවෙයි, ප්‍රීතිය නැති කල්හි පසසඬිය නොවෙයි. පසසඬිය නැති කල්හි දුකසේ වාසය කරයි. දුක් ඇත්තහුගේ සිත එකඟ නොවෙයි. එකඟ නොවූ සිත ඇති කල්හි ධර්මයේ පහල නොවෙත්. ධර්මයන්ගේ පහල නොවීමෙන් ප්‍රමාදව වාසය කරන්නන්ගේ, යන සංඛ්‍යාවට පැමිණේ.
- දුක්ඛයේ සමුදය අත්ථධගමය දැක දුක නැති කිරීමට පමා නොවීම ප්‍රඥාවයි. මෙම අදහසට ප්‍රතිවිරුද්ධ අදහස ප්‍රමාදය නම් වේ.



- මානය, මිදය සහ ප්‍රමාදය පෙළ ගැසෙනවා.
- මිච්ඡාදිට්ඨිය නිත්‍යය භාවය ලෙස කල්පනා කළ යුතුය.
- සායේයා අන්ත භාවය ලෙස කල්පනා කළ යුතුය.
- ප්‍රමාදය (පමාදො) දුක්ඛ භාවය ලෙස කල්පනා කළ යුතුය.

නිත්‍යය භාවය සහ අන්ත භාවය නිසා දුක්ඛ භාවය (ප්‍රමාදය) ඇතිවී ඇත.

21/09/2014 - මිච්ඡාදිට්ඨි සහ මාන

Micchādittḥi and Māna

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා දාහතර නමට ම. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. එතකොට මේ විදිහට ඒ දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා. ඊට පස්සේ මම පන්සිල් ගන්න විදිහ කරගෙන ගියා. අර ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි, ඔය විදිහට දිගින් දිගට ම ගිහිල්ලා පන්සිල් ටික ගත්තාට පස්සේ මම කල්පනා කළා මේ යම්කිසි, අපි හිතමු මුසාවාදයක්, පරුෂා වාචයක්, ඒ වාගේ දුස්සීලභාවයක් තියෙනවා නම් ඒක නිසා අපිට මේ මිච්ඡා දිට්ඨිය එහෙම හටගන්නවා. ඒ කියන්නේ කුම්මග්ග පටිසේවනයට යනවා. එතකොට කුම්මග්ග පටිසේවනය කිව්වහම මිච්ඡා දිට්ඨිය හටගන්නවා.

එහෙම නම් මිච්ඡා දිට්ඨිය ඇති වෙන්නේ මේ මොකක් නිසා ද? එතකොට වන්ථුපම සූත්‍රයේ අපි මායාව නිසා මිච්ඡා දිට්ඨියයි කියලා දන්නවා. එහෙම නම් මායාව ඇති වෙන්නේ මොකක් හින්දා ද? ඊර්ෂ්‍යාව නිසා මායාව. ඊර්ෂ්‍යාව ඇති වෙන්නේ මොකක් හින්දා ද? මක්බය නිසා ඊර්ෂ්‍යාව. එතකොට මක්බය ඇති වෙන්නේ ක්‍රෝධය නිසා. ඒ පාර ක්‍රෝධය ඇති වෙන්නේ අතන අර පදුට්ඨමනසඛිකප්පය නිසා. මෙතන්ට ආවහම මම කල්පනා කළා මේ පදුට්ඨමනසඛිකප්පය කියන එක ඇති වෙන්නේ කුමක් නිසා ද කියන එක.

පදුට්ඨමනසඛිකප්පය ඇති වෙන්න නම් අර, අර bell shaped curve එකේ අර B කියන point එක හදන්න ඕනේ. විඤ්ඤාණය ධාරාවක් වශයෙන් දුවවන්න ඕනෙ. එතකොට එහෙම නම් මෙන්න මේක හැඳෙනවා කියන්නේ මේ මානය. ඒ point එක කියන්නේ මානය. ඕකට නේ අපි අභිජ්ඣා වෙනවා කියලා කියන්නේ. එතකොට මේක තමයි මානය. එතකොට එහෙනම් මේ මානය නිසායි මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එකට ආවා. එතකොට මට කල්පනා වුණා හරි නේත්නම් දැන් රහතන් වහන්සේ මෙතන මේක මිච්ඡා දිට්ඨියෙන් මානය කියලා ලකුණු කළා කියන එකත් එහෙනම් හොඳ ලස්සනයි කියන එක.

දැන් ඔතෙන්නේදි හිත නතර වුණා. එහෙමම ම නතර වෙනවා. ඊට පස්සේ දැන් මං කල්පනා කළා දැන් මිච්ඡා දිට්ඨිය ඇති වුණේ එහෙනම් මානය නිසා. දැන් මානය ඇති වෙන්නේ? දැන් අපිට ඊළඟට ජේනවා, අර අපි එනවා, මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ යම් පැවතීමක් හටගැනීමක් තියෙනවා ද අන්න ඒක අභිජ්ඣාවයි කියලා

කිවිවා. අන්ත ඒක ගත්තා. එතකොට එහෙම මෙතනින් සඤ්ඤාව, මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාවෙන් ඇවිල්ලා තමයි මේක හැදුවේ. දැන් එහෙම නම් මිච්ඡා දිට්ඨිය නිසා මානය. මානය නිසා මිච්ඡා දිට්ඨිය. දෙක ම එකටයි කියලා ආවා. මෙතන දැන් හිතන්න බෑ මෙතනින් පස්සේ, එක ම තැනට ආවාට පස්සේ.

දැන් ඊට පස්සේ ටිකක් වෙලා ගියාට පස්සේ ආයේ මට ආවා මේ ඔක්කොම ස්පර්ශය නිසා. ස්පර්ශයක් වුණේ නැත්තන් මේකේ කිසිම ධාරාවක් ගැලිල්ලක් ඇති වෙන්නේ නෑ. එහෙම ස්පර්ශයක් නැත්තන් මේ මිච්ඡා දිට්ඨියක්වත් ඒක නිසා ඇති වන මානයක්වත් මේ දෙකෙන් එකක්වත් නැතෙයි කියන එක ලස්සනට ආවා. ටිකක් ඔහොම හිටියා. ටිකක් ඔහොම ඉඳලා, සිත නතර වෙලා ඔය විදිහට ඉඳලා, ඔතෙන්දි අර රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කිව්වා ඔය ස්පර්ශය කතාව ආවාට පස්සේ.

ඊට පස්සේ මං, ආයේ ටිකක් වෙලා ගියා ම මට කල්පනා වෙනවා මේ අර සූත්‍රයක් තියෙනවා නේ අර “යා බො පනසා හික්බවෙ සමනුපස්සනා සඬ්ඛාරො” කියලා කියන්නේ. “රූපං අත්තතො සමනුපස්සති, යා බො පනසා හික්බවෙ සමනුපස්සනා සඬ්ඛාරො.” එතකොට එහෙම නම් මේ විදිහට ගැනීමෙන් තමයි මේ සංස්කාරයන් කියන එක ඇති වෙන්නේ. එතකොට මෙන්න මේ සංස්කාරයන් සමථය වෙනවා නම්, සඤ්ඤාව නතර වෙනවා නම්, ඔන්න දුක්ඛය නැති වෙනවා කියන අර ද්වයනානුපස්සනා සූත්‍රයේ ගාථාවට ආයෙන් ආවා.

එතකොට එහෙම නම් අර දෙවනි triangle එකේ එන කතාව ඔය කැල්ලෙන් cover වෙනවා. සංස්කාරයේ කතාව කියන එක සමථය වෙන්නේ නිර්වාණයේ දී විතරයි. එතකොට ආයෙන් ඔතන හිත නතර වෙනවා ඔය විදිහට ගියායෙන් පස්සේ. එතකොට සඤ්ඤාව නතර වෙන්න ඕනෙයි කියන එක.

දැන් ඊළඟට කල්පනා වෙනවා මේ විඤ්ඤාණය දුවවනවා නම් නේ මේක සිද්ධ වෙන්නේ. අර ස්පර්ශය වෙලා විඤ්ඤාණය දුවවනවා. දුවවනවා කියලා කියන්නේ තණ්හාව කියන එක නිසා අපි මේවා කරනවා.

එතකොට මට මතක් වුණා අර නිකාමයමානා කියන එක. මොකද බුදුහාමුදුරුවෝ ඒ සූත්‍රයේ පෙන්නනවා, උපාදාන පරිවත්තන සූත්‍රය මං හිතන්නේ නේ ද ඒක? නෑ, මට මතක නෑ සූත්‍රයේ නම. “යා බො පනසා හික්බවෙ සමනුපස්සනා සඬ්ඛාරො” කියලා ඒක, පාරිලෙයා සූත්‍රය.

එතකොට ඒ පාරිලෙයා සූත්‍රයේ බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නනවා මහණෙනි මේ තණ්හාවත් අනිත්‍යයි. ස්පර්ශයත් අනිත්‍යයි තණ්හාවත් අනිත්‍යයි ඔක්කොම අනිත්‍යයි කියන එක බුදුහාමුදුරුවෝ එතන කියනවා. අන්ත ඒකත් එක්ක මට මෙතන කල්පනා වුණා එහෙම නම් මේකේ මේ අපි අර සුඛය, තුන් වෙනි රවුම ගැන කතා කළේ නෑ

නේ තාම වැඩිය, තුන් වෙනි රවුමේ අර සුඛය කියන එක මේකට ඇදෙන්න ඕනේ. නිකාමයමානා කියන එක ආවා. නිකාමයමානා. මේක තමයි මේ කියන්නේ. තණ්හාව පවත්වන්න තියෙන්නා වූ කැමැත්ත. ඒක නිසා තමයි මේක මෙතන්ට හැදෙන්නේ. එතකොට මේ ස්පර්ශයේ කතාව නැත්තන් මේ කතාව නෑ. අපේ තණ්හාව නැත්තන් මේ කතාව වෙන්නේ නෑ. ඉතින් තණ්හාව නිසා තමයි මේ ඔක්කොම ඇති වෙන්නේ කියන එක ඔතන ඒ දෙක ආවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

22/09/2014 - ප්‍රමාද 2

Pmāda 2

ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ සිහි කළා. ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කරා. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම දක්වා සිහි කරලා වැද නමස්කාර කරා.

මට කල්පනා වුණා මේ අපේ සිත කියන එක දුවනවා කියන එකට මේ යම්කිසි නිකන් වචනයක්, ඒ කියන්නේ මනාප වූ වචනයක් ආවා නම් ඇති. ඒකත් එක්ක එකපාරට ම දුවන ස්වභාවය තියෙනවා ඉතින් අපි දන්නවා අර area 1 වලින් area 6 එක කියන එක හැදෙනවා කියන එක තියෙනවා නේ. ඉතින් මං මේක නිසා මේක වෙනවා කියන එක කල්පනා කළා.

ඒක කල්පනා කරගෙන ගියායින් පස්සේ මට ඡේතවා. මේ area 6 එක කියන එකට එන එක, ඔතන දැන් area 1 එකෙන් අර අභිජ්ඣා කතාව තියෙනවා. මේ පැත්තේ, ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණයේ ඉපදවීමක් කියන එක සිද්ධ වෙනවා උඩින් area 1 එකෙන් ඇවිල්ලා. ඊට පස්සේ ඉතින් යට කැල්ලේ තියෙන්නේ maintenance කියන එක. එතකොට හරියට අපි දැන් ජාතිය කියන එක පල්ලෙහායින් ලිව්වාට, විඤ්ඤාණයේ උපත කිව්වහම විඤ්ඤාණය තියෙන තැනට ජාතිය කියන එක වැටෙනවා. ඉතින් යට තියෙන්නේ මරණය කියන එක. පල්ලෙහා කෙළවර. අර area 6 එකේ මරණය කියන කතාව තමයි එතන තියෙන්නේ.

ඉතින් ඒ පාර දැන් මං කල්පනා කළා දැන් අභිජ්ඣාව නිසා මේ දේ සිද්ධ වෙයි. දැන් එහෙම නම් දැන් අපි මේ, අර භයහෙරව සූත්‍රයේ මේ අභිජ්ඣා වෙනවා ය, ඊළඟට එතනින් අර කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියලා අරක ඇතුළට යනවා, ඉදංසච්චයට කියන එකට ගිහිල්ලා අවසානට භයහෙරව සූත්‍රයේ පෙන්නනවා ඒ අපිට ඇති වෙන්නේ අර මනසෙන් අර දුප්පඤ්ඤභාවයයි ඊළඟට මේ අර එළමුගා කියන එකයි තියෙන්නේ. එතකොට දැන් එහෙම නම් මෙතෙක්දී මම කල්පනා කළේ මේ, ඒ diagram එකේ මේ පල්ලෙහා කොටුව, ඒ කියන්නේ පරාමාසය, ඉදංසච්චය, භය අගතිය, මෝහ අගතිය. අන්න ඒ කොටුව ඇතුළේ තමයි මං ඔය එළමුගා කියන එකයි මේකයි කල්පනා කරා.

එතකොට දැන් ඉතින් භාවනාව මම එතන හොඳට කල්පනා කරලා මං ඉතින් බැලුවා, නමුත් මේ රහතන් වහන්සේ ඒකේ පෙන්නුවේ අර දුප්පඤ්ඤභාවය කියන එක ගත්තහම අර ටීනමිද්ධය කියන තැන උඩ කොටුවෙන් නේ ඒක එන්නේ. එතකොට

උඩ කොටුවේ තියෙන කතාව තමයි දැන් සම්ප්‍රදාය නම් මේකේ පල්ලෙහා තියෙන්නේ. ඊනමිද්ධය තියෙන්නේ අතන උඩ. අරක නැවැත්තුවේ, පෙන්නුවේ ඉදංසව්වයට එනවා කියලා. එතකොට එතන මේ පල්ලෙහා කොටුව නේ මං මේ කල්පනා කරන්නේ මේ උඩ කොටුවේ නේ අරක තියෙන්නේ කියන එක මං බැලුවා. ඉතින් එහෙම නම් මට මෙහෙම ජේන්නේ මං මේ කල්පනා කළේ මේකේ සම්බන්ධතාවයක් තියෙන්න ඕනෙ. ඉතින් හරි තේන්නම්.

ඔන්න කෙළින් ම ආවා මං අර කලින් කරපු භාවනාවට, ඊනමිද්ධ අවස්ථාවේ දීත් අර මේක flow වෙන අවස්ථාව. ඒකෙදි මතක ද අපි බලනවා, ඔය පෙන්නනවා අර සඤ්ඤාවේ ඉදන් වේතනාවට වෙනකොට A කියලා ලිව්වා, ඊට පස්සේ මරණයේ ඉදන් ව්‍යාධියට යනකොට B කියලා ලිව්වා. අර ඊට පස්සේ C කියලා ලිව්වා යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛයේ ඉදන් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට යනකොට. අන්න ඒක එකපාරට ම මට මතක් වුණා මෙතන මං කල්පනා කළේ අර ඊනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී හිතාගන්න බැරි අවස්ථාවේ දී මොකද වුණේ දිට්ඨි ආශ්‍රවය. එතකොට අතන ඇති වුණේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය. එතකොට දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන කතාවට එනවා. A, B කියන point දෙකත් එක්ක. එතකොට ඒක නේ මේ වෙලා තියෙන්නේ. මං උඩ කොටුව කියන එක, පල්ලෙහා කොටුව කල්පනා කරන්නේ, අර උඩ කොටුවෙන් ඇති වෙලා තියෙන්නේ මෙන්න මේ දේ.

ඉතින් දැන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියලා කියන්නේ එතකොට අර, දැන් එනවා මට මිච්ඡා දිට්ඨියෙන් මානය, අර සාධේය්‍ය කියන එක අපි ඊයේ සාකච්ඡා කළා නේ මදය කියලා. ඊළඟට තියෙන්නේ ප්‍රමාදය. දැන් එතකොට මෙන්න මේ කැල්ල ආවායිත් පස්සේ දැන් මං කල්පනා කරනවා දැන් මේ මනුස්සයා, දැන් විඤ්ඤාණය එක පාරක් මලා නම් මේක හරියට නිකන් මේකට මේ රොඩු, දැන් වතුර පාර, ගලාගෙන යන වතුර පාරක මේ පැත්තෙන් අපි dye ටිකක් හරි කුණු ටිකක් හරි දානවා. කුණු ටික දැම්මට පස්සේ ඔන්න දැන් ආපහු මේකෙ යනවා පල්ලෙහාට.

දැන් මෙතනින් කපලා කියනවා මෙන්න මේ අද දැන් මම. දැන් ඔන්න මලා. වතුර පාර කඩුවකින් කැපුවා. මෙන්න මෙතනදි මං මලා. හැබැයි දැන් ඔන්න කුණු වතුර ටික ඇවිල්ලා තියෙනවා. දැන් ඊළඟ පාර ඊළඟ හවය ගත්තහම ඔන්න දැන් කලින් පාරත් මේක මලා නේ. අර මඩ ටික ආපහු මේකත් එක්ක ම තමයි යන්නේ. ගිය හවයෙන් මලා නේ.

එතකොට දැන් මං කල්පනා කළා මේ මනුස්සයා ඉන්න ඉන්න, හවයෙන් හවයට යන්න යන්න මොකද වෙන්නේ? අර බොර ගතිය, මඩ ගතිය කියන එක එන්න එන්න වැඩි වෙනවා. ඇයි හැම පාර ම මැරිලා නේ. මැරෙන්න මැරෙන්න අලුතෙන් experience එකක් මේකට එක්කහු වෙලා තියෙනවා.

එක්කභු වෙන්න එක්කභු වෙන්න අර මඩ ගතිය කියන එක වැඩියි. ඉතින් මේක නේ ප්‍රමාදය කියන්නේ. මේක ම තමයි ප්‍රමාදය කියලා කියන්නේ කියන එක මට ආවා. ඉතින් රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කීව්වා එතන ඒ මේවා එක.

ඒ කියන්නේ ප්‍රමාදය කියලා කියන්නේ මෙතන දුක්ඛභාවය නේ. එන්න එන්න ම වැඩි වෙනවා නේ ජීවත් වෙලා ඉන්න ඉන්න ම වැඩි වෙනවා. ඉතින් අර “ප්‍රමාදෝ මච්චුනො පදං.” කියලා එහෙම කියලා කියන්නේ. ඒ ගාලාව එන්න ඒකත් එක්ක මට සිතියකට ආවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

එකභ සිතක් නැත්තාවු (අසමාහිතා), නොයෙක් අරමුණෙහි දූවන සිත් ඇත්තාවු (විබහන්තචිත්තා)

- එකභ සිතක් නැත්තාවු (අසමාහිතා)- උද්ධච්චය තිසා ඇතිවූ පුත්ඵලය විමසිය යුතුය. පිටුව 7 බලන්න.
- නොයෙක් අරමුණෙහි දූවන සිත් ඇත්තාවු (විබහන්තචිත්තා) – වෙනස් වන රූපයක් තිසා මෙසේ සිදුවන බව නොදන්නේ, ව්‍යථිණාමයෙන් නොරටු රූපයක් ඇති යැයි සිතා එයට දුටයි. මෙසේ විබහන්තචිත්ත පැවතීම සිදුවේ.

නුවණ නැත්තාවු (දුප්පඤ්ඤා), කෙලනොලුටු (ඵලමුගා)

- නුවණ නැත්තාවු (දුප්පඤ්ඤා) – ඉදංසච්චාහිනිවෙසො කායගන්ඵයට සමක් ඇතැට වන්නෙද, එය වැලකීම නොකරයි, මග හරියි.
- කෙලනොලුටු (ඵලමුගා) – සම්ඵප්පලාප ටිම නොවලකයි. එයට ඉඩ ලබා දෙයි. එය ඉදංසච්චාහිනිවෙසො කායගන්ඵයට ඇතැට වුවේ ඉව හරියි. මෙය වටහා ගැනීමට සම්මා වාචා සටහන යොදාගන්න.

14

23/09/2014 - විභව තණ්හා

Vibhava Tanhā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාර වේවා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

භාවනාවේ ඉස්සෙල්ලා ම මට කල්පනා වුණා ඔය නිත්‍යභාවයයි අත්තභාවයයි නිසා දුක්ඛභාවය ඇති වෙනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට දැන් මම මේක කල්පනා කරන්න පටන් ගත්තා ඒ නිත්‍යභාවය නිසා ඇති වෙන්නා වූ දේ කියන එක. එක පැත්තකින් එනවා නිත්‍යභාවය නිසා දුක්ඛභාවය කියන එක අපිට ඇති වෙනවා, කොහොම ද ඇති වෙන්නේ, අර නිත්‍යභාවය හැදෙනකොට ම අභිජ්ඣාව කියන එක එතන තියෙනවා, කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියලා අපි යන්නේ.

එහෙම ගියාට පස්සේ මොකද වෙන්නේ, එතනින් අපි දන්නවා අභිජ්ඣාව වුණා නම් නිත්‍යභාවයට එතකොට අපි එනවා නේ උඩින්, පද්ධියමනසඛිකප්පය කියලා, අර විඤ්ඤාණය ධාරාව වශයෙන් ගමන් කරන්න. එතකොට මේක, නිත්‍යභාවයට අපි එතකොට අපිට තේරෙනවා එහෙම නම් අපේ මේ අභිජ්ඣාව නිසා දෝමනස්සය කියන එක වෙලා තියෙන්නේ. අර වේදනාව දුක වශයෙන් අර පැත්තෙන් විපරිණාම දුක්ඛතාවය නිසා ඇදිලා. එතකොට එහෙම නම් දෝමනස්සය කියන කතාව ම අපිට දුක්ඛභාවය කියන එක හැටියට ගන්න පුළුවන්. එතකොට නිත්‍යභාවය නිසා ඇති වෙන්නා වූ දුක්ඛභාවය කියන එක අපිට පැහැදිලි වෙනවා.

ඊළඟට මම කල්පනා කළා අත්තභාවය නිසා ඇති වෙන්නා වූ දුක්ඛභාවය කියන එක කොහොම ද කියන එක. එතකොට ඒ අත්තභාවය නිසා දුක්ඛභාවය ඇති වෙනවා කියන එක බලනකොට ඕක අර පස් වෙනි රවුමත් එක්ක තමයි ඕක බැලෙන්න ඕනේ. ඒ කියන්නේ අර අත්තා කියලා ගත්තහම තමයි අතනින් රූපය ලාභයි කියලා කතාවක් තියෙන්නේ. එතකොට ඒ ලාභයත් එක්ක තමයි සායේයා කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට දැන් මේ දුස්සීලභාවය නිසායි, ඒක ප්‍රත්‍යයෙන් තමයි අතන උඩ ඇති වුණේ සංස්කාරයන් කියන ඒවා අත්තා කියලා අරගෙන.

එතකොට දැන් කල්පනා වෙනවා ඒ අත්තා කියලා පස් වෙනි රවුමේ ගන්නවා කියන එක බැලුවහම, ඔය අත්තා කියලා පල්ලෙහාට බහින්න ඕනේ නේ. අතනින් ලාභ වෙන්න මෙතන අත්තා කියලා බහින්න ඕනේ. අත්තා කියලා බහින්න ඉස්සෙල්ලා අපිට ජේනවා, අපේ තියෙන්නේ මොකද්ද?

දුස්සීලභාවය, ඒ line එකේ ම ඊළඟට තියෙන්නෙ අතිමානය. ඊළඟට තියෙන්නේ ටම්හය. ටම්හය කියන එකයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ මම සංස්කාරයක් පලාස කරලා හැදුවා, ඒ සංස්කාරයට මම දැඩිව ගත්තා, ඒ සංස්කාරයට මම අතිමාන වුණා, අතිමාන වෙලා මම ඒක ම දැඩිව ගත්තා. ඒ දැඩිව අරගෙන තමයි අතන දී, සාධේයා කියන තැන අත්තභාවය කියන එකට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

එතකොට මෙතනින් මේ උඩට ගිය කියන එක තමයි මෙතනින් මේ පල්ලෙහාට අත්තභාවය කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට ඒක නිසා තමයි අපිට මේ ලාභයි කියන එක අපි ගන්නවා කියන එක තියෙන්නේ. ඒ කියන්නේ අර වේදනාවේ යම්කිසි පැවතීමක් ඒ විදිහට වෙනවා කියන එක. එතකොට මම කල්පනා කළා එහෙම නම් මේ අපි ලාභයි කියලා මේ විදිහට ගන්න මොකක් ද අපිට උදව්වක් උපකාරයක් වුණේ, මේ විදිහට.

දැන් තමන්ට තේරෙනවා මේ සංස්කාරවල විෂමතාවය තියෙනවා, මේ සංස්කාරවලින් තමන් කොහොම හරි මේක අල්ලගන්නවා. තෝරගත්තා, අල්ල ගත්තා. අර එන්න එන්න ම කුණුයි, dye යි එකතු වෙනවා කියන එක දැන් තියෙනවා දුස්සීලභාවයට. මේකට මට මෙහෙම වෙන්න උදව් උපකාරය වුණේ මොකද්ද, අර flow එක.

ඒ කියන්නේ මං මෙන්න මෙතනින් පල්ලෙහාට ආවා, හයේ අගතිය කියන තැන, හයේ අගතියේ ඉඳන් දිටියි අනුසයෙන් අපි ආවා වේදනාව කියන තැනට. වේදනාවෙන් අර උඩට ගියා.

එතකොට මෙන්න මේ මේකට එන එකයි යන එකයි. ඒ කියන්නේ මොකක් හරි රූපයක් දැකලා ස්පර්ශ වෙලා වේදනාවෙන් අපි අර මනෝසඤ්චෙනනාවට යවන එකයි, මේ පැත්තෙන් එන එකයි. මෙන්න මේ දෙක, මේක පවතිනවා නම් තමයි මේ පුද්ගලයෙකුට මේ, අර ලාභයි කියන කතාව ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. අර සංස්කාරයත් එක්ක එනවා කියන. ඉතින් මේක භාවනාව බොහොම සැරට ගැඹුරට ගියා මං මේ කෙටියෙන් මේක කියන්නේ. ඔන්න ඕක මට තේරුණා. මේ මේක උඩ තමයි මේක දුවන්නේ කියන එක.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

24/09/2014 - මිච්ඡාදිට්ඨි සහ සාධේය්‍යා

Micchādītthi and Sāḥeyya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම දක්වා සිහි කළා. සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මට කල්පනා වුණා මේ ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියලා කිව්වහම ඉතින් මේ, මේ කොටස්වලට අයිති වෙනවා ඔය මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එක මෝහ කොටසට අයිති වෙනවා. **Boundary** එකේ නේ තියෙන්නේ. එතකොට ඊළඟට ගත්තහම ඔය සාධේය්‍යා කියන එකේ කතාව තියෙනවා නේ. එතකොට ඒකත් වැටෙනවා ඒක ඇතුළට.

එතකොට දැන් මං මේකේ බැලුවා මේ මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එකේ සමුදය මොකද්ද කියන එක මම මෙනෙහි කළා, හේතුව සහ ප්‍රත්‍යය කියන එක විමසුවා. එතකොට ඉතින් මං කෙළින් ම ගත්තේ අර **triangle** එක. මිච්ඡා දිට්ඨිය, ඊර්ෂ්‍යාව, මායාව කියන **triangle** එක. එතකොට දැන් මට ජේනවා මේ මිච්ඡා දිට්ඨිය ඇති වෙන්නේ මේ ඊර්ෂ්‍යාව නිසා. ඊර්ෂ්‍යාවෙන් මිච්ඡා දිට්ඨිය ඇති වෙනවා කියන එක අපි දන්නවා අපි බලලා තියෙනවා නේ. ඒ කියන්නේ දැන් මායාවෙන් මිච්ඡා දිට්ඨිය, ඊර්ෂ්‍යාවෙන් මායාව, ඊර්ෂ්‍යාව, ඊර්ෂ්‍යාවෙන් තමයි මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එකට එන්නේ කියන එක අර්ථයට ආවා මං.

එතකොට මේ, මේකට මේ ප්‍රත්‍ය හැටියට අපිට එන්නේ මේ ඊර්ෂ්‍යාවයි කියන එක මට වැටහුණා. වම් අත පැත්තේ තියෙන එක. ඒ මේක ඇවිල්ලා මේ නිත්‍ය සඤ්ඤාව නිසා ම ඇති වුණායි කියලා අපි දන්නවා. ඒ කියන්නේ මිච්ඡා දිට්ඨියට හේතුව ප්‍රත්‍ය හැටියට පෙනෙනලා දීලා තියෙනවා අර නිත්‍ය කතාව කියන එක. එතකොට මේ ඊර්ෂ්‍යාව කියන එකත් ඔය නිත්‍ය සඤ්ඤාව නිසා නේ ඇති වෙලා තියෙන්නේ, අර පදුට්ඨමනසඛිකජ්ජයත් එක්ක එහෙම ඇවිල්ලා නේ.

ඒ පාර මං මේකට හේතු විමසුවා. ඒ හේතු විමසුවහම මේ මායාවේ කෙළවර කියන එක, ඒක දුටුවා. ඒ කියන්නේ මේ මායාව විතරක් නෙවේ. මේ මායාවටයි අර ප්‍රමාදයයි. ඒ දෙක ම එනවා. ඒ කියන්නේ, ප්‍රමාදය නිසා ඇති වන බාධාව වශයෙන් තමයි දුටුවේ. ඒ කියන්නේ මායාව කියලා කියන්නේ මොකද්ද, වැරැද්දක් කරලා ඒක සහවනවා.

හරියට ළමයෙක් ඉපදුණාම මනුස්සයෝ party එකක් දානවා. ළමයා ඉපදුණා ය මෙහෙමයි කියලා, විනෝද වෙනවා. හැබැයි මේකේ ආරම්භය මේ කාමයෙහි හැසිරීම කියන එක එතන වැහෙනවා. ඒක වහනවා අරක party එක දාලා මේ මෙහෙම වුණායි කියලා, හරි වැඩක් කළා වාගේ. එතකොට, ප්‍රමාදය වීම කියන්නේ මේ සංසාරේ සැරිසරමින් නැවත නැවතත් කුණු සහ dye එකතු කරගන්නා ලද බව අමතක නොකළ යුතු ය. අර එකතු කරගන්න මේවා ටිකෙන් ඒකෙන් තමයි මෙතන මේ මායාව, එතකොට ඒක හේතුව හැටියට එනවායි කියන එක එතනින් ආවා.

සායේයාට ප්‍රත්‍ය සහ හේතුව විමසුවා. සායේයා මච්ඡරිය නිසා ඇති වෙනවායි කියන එක අපි දන්නවා. එතකොට මච්ඡරියෙන් සායේයාට එනවා. එතකොට left triangle එක left කෙළවරකින් එනවායි කියන එක අපි දන්නවා. එතකොට දැන් මේකේ මේ මච්ඡරිය ප්‍රත්‍ය වශයෙන් ගන්න ඕනෙ. හේතුව කුමක් ද කියන එක මං කල්පනා කරනවා මට අර වාගේ අදහසක් එන්නේ නෑ.

ඉතින් ඒ පාර බුදුපියාගෙන් උදව්වක් ඉල්ලුවහම, ඒකේ උඩ තියෙන අර විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පැවතීම. උඩින් නේ එන්නේ, සායේයා ලකුණු කරලා තියෙන්නේ. අන්න ඒ ධාරාව පැවතීම තමයි මේකේ මේ, ඒ කියන්නේ අපි භයහෙරව සූත්‍රයේ අපි 4 වෙනි slide එකේ පෙන්නුවේ අර නිත්‍යභාවය කියන එක ඇති වෙන එක. ආන්න ඒක තමයි කියන එක. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

නිත්‍යය යැයි ගැනීම කෙසේ ඇතිවන්නේද?

- නිත්‍යය යැයි ගැනීම කෙසේ ඇති වන්නේද? දෙවැනි උවුමේදී, විඤ්ඤාණය තුළ යම් අගයක් වීද එය නාමකායේ ප්‍රතිසංස්කරණය සමග සසඳයි. විඤ්ඤාණයේ තිබූ අගය පෙර අගය මෙන් සිතිය යුතුය. නාමකාය මගින් දෙන අගය රූපයේ ඇති අගය මෙන් සිතිය යුතුය.
- මෙම අගයන් දෙක සැසඳීමෙන් පසුව විඤ්ඤාණය දහරාවක් මෙන් ගලන්නේ නම් **නිත්‍යය සංඥාව** ඇතිවේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රව නොමැති නම්, සංස්කාර පරාමාස ගත නොවේ.

- C) සහ D) සසඳයි, මෙම අගයන් දෙක සැසඳීමෙන් පසුව විඤ්ඤාණය දහරාවක් මෙන් ගලන්නේ නම්, **නිත්‍යය සංඥාව** ඇතිවේ.

25/09/2014 - ආසවක්ඛයෙ ඤාණ

Āsavakkhaya Nāṇa

ඒ උතුම් බුදුපියවරු අනුපිළිවෙළින් සිහි කළා, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. ඒ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා.

එතකොට මිච්ඡා දිට්ඨියට හේතුවයි, ප්‍රත්‍යයී කියන එක නැවතත් මං මෙනෙහි කළා. දැන් ඊර්ෂ්‍යාව ප්‍රත්‍ය. නිත්‍ය වශයෙන් ම අන් අය සැප විදිය, මට එය අහිමි විය. නැවත නැවතත් විඤ්ඤාණය පිහිටවනවා. මෙය වේදනාව නැවත නැවතත් ස්පර්ශ කරමින් කරනු ලබයි. ඒකයි ප්‍රත්‍ය වෙලා තියෙන්නේ. වේදනාව මෙහි දී බාහිර පුද්ගලයාගේ වේදනාව මෙන් බලා තමාට ආරූඪ කරගන්නවා. අරයා සැප විදිනවා, මටයි ඒක නැත්තේ. මායාව හේතුව වුණා. මෙහි දී දුස්සීලභාවය වැසීම සඳහා උත්සාහ කරනවා. මනස මෙහෙයවනවා. එසේ නම් මේක පෙර උත්සාහයක්. පෙර විරියක්. දුස්සීල් බව සඳහා ම වෙනවා. අර wrong effort කියලා කියන්නේ, අන්ත ඒක.

දැන් මානස වෙනකොට මෙම කොටස් දෙක හේතුව ප්‍රත්‍යය මාරු වීම ගැන මම කල්පනා කළා. මෙහි දී මායාව කියන එක ප්‍රත්‍ය වෙනවා. ඒක බාහිරයි. කෙසේ බාහිර වූයේ ද? කරගන්නා ලද වරද ඇත. මමත් එය කළේ ය. අන් පුද්ගලයින්ගේ එක කරන්නේ ය. උදාහරණයක් හැටියට රැකියාවක් කරලා ජීවත් වීම. එහෙමත් නැත්තන් ඔය මනුස්සයෙක්ව මරණවා නම් පළවෙනි පාරට මනුස්සයෙක්ව මරන්න හරි අමාරුයි. මැරුවාට පස්සේ ඒ එයාට පුළුවන්. පසුව කැමති පරිදි කරන්න පුළුවන්. නැවත නැවතත් මරන්න පුළුවන්.

මෙසේ අන් අයත් ජීවත් වන්නේ ය. මමත් මෙසේ ජීවත් වෙමි ය යනුවෙන් මාන වෙනවා. මේ අනුවෙන් තමයි මේ ප්‍රත්‍ය වෙලා තියෙන්නේ කියන එක තියෙනවා. එතකොට දැන් මෙනෙත්දී ඊර්ෂ්‍යාව නේ හේතුව වෙන්නේ. කෙසේ හේතු වී ද? ඊර්ෂ්‍යාව දැන් නැත, පෙර තිබුණේ ය යන්න විමසිය යුතු ය. පෙර තිබුණේ නිත්‍යභාවය මත ය. එය අභ්‍යන්තර විය. මේක හේතු වෙනවා මේ විදිහට.

මිච්ඡා දිට්ඨියේ බලපෑම කියන එක මෙනත තියෙනවා. එක වෙලාවකට වේදනාව active. එහි දී ඊර්ෂ්‍යාව ප්‍රත්‍ය වෙනවා. තව වෙලාවකට සංස්කාරය active. ඒ වෙලාවේදී මදය ප්‍රත්‍ය වෙනවා. ඔන්න ඕකයි ඕකේ තියෙන්නේ. මේ භාවනාව කරද්දී සමාධිය හරි ම උග්‍රව පැවතුණා. මනෝමය කාය jump වෙනවා කියන එක මං හරියට දැක්කා. උත්තරීතර සමාධියක්. මොකද්ද මේ?

“ආසවක්ඛය ඥානය නිසා ඇති වන සමාධිය බව දත යුතු ය” කියලා කියනවා රහතන් වහන්සේ. එතකොට මෙතන මේ ඊර්ෂ්‍යාව කියන කතාවේදී මම අර 4 සලකුණ කියන එක ඇවිල්ලා විමසා ඉද්ධිපාදය අන්ත ඒ කැල්ලත් ආවා මට ඒ වෙලාවේදී, ඒක කරනකොට.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

26/09/2014 - සාධාරණ අසාධාරණ කාරණා

Sādhāraṇa Asadhāraṇa Kāraṇa

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ලෝභය නැති කරමි කියලා කිව්වහම මම කල්පනා කළා ඒ ලෝභය තියෙන අර කොඩිය තියෙනවා නේ. ඒක ඇතුළට ඊර්ෂ්‍යාව කියන කොටස ඇතුළත් වේ කියන එක මම සිහි කළා. ඊර්ෂ්‍යාව තියෙන්නේ ඒක ඇතුළේ කියලා. එතකොට ඒ ඊර්ෂ්‍යාව මගින් අපි දන්නවා වේතනා කරනවා. ඒ වේතනාවන් ඇති වෙනවා කියන එක එතන තියෙනවා. එහෙම කරමින් ජීවත් වෙනවා කියලා සිහි කළා.

දැන් ඒ පාර මං ඊයේ භාවනාව නැවතත් සිහි කළා. එතකොට අර triangle එක තියෙනවා නේ. මොකද්ද ඒ triangle එක, ඊර්ෂ්‍යාව, මිච්ඡා දිට්ඨිය, මායාව කියන triangle එක හේතු ප්‍රත්‍ය වශයෙන් හොඳට දෙපැත්තට ආවා මං ඒක බැලුවා. ඒ බැලුවහම, එතකොට මට තේරුණා ඉතින් මේ බුදුපියවරු ඉතාමත් සැපතකින් ඉන්නවා කියන එක මං කල්පනා කළා මේ මේ විදිහට මේක කළහම. ඒක සඳහා මම ඊර්ෂ්‍යා නොකළ යුතු බව කියලා මං වටහා ගත්තා. ඉතින් ඒකට ඊර්ෂ්‍යා නොකරන්න ඕනෙයි කියන එක. එතකොට ඒ සමඟ ම අර නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට යන බව මට දැනෙන්න පටන් ගත්තා.

එතන මං හොඳට බැලුවා අර ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක අර, රහතන් වහන්සේ පෙන්නනවා නේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියාට, ඒ අරූප ධ්‍යාන සමාපත්ති ලාභියාට ඊර්ෂ්‍යාව නෑ. එතකොට ඊර්ෂ්‍යාව නැතෙයි කියලා කිව්වට, නමුත් මේක හේතුවක් වෙනවා නේ. කොහොම ද හේතුව වෙන්නේ? ඊර්ෂ්‍යාව නිසා ඇති වුණා වූ මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එක, දැන් එයාට ඊර්ෂ්‍යාව නෑ නමුත් ඒකෙන් ඇති වුණ මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන කතාව මේක ඇතුළේ තියෙනවා කියන එක මං බැලුවා. ඒ විදිහට තමයි මේකේ මේ හේතුව හැටියට මෙතන වෙන්නේ කියන එක.

ඒකට එයාට මානස කියන එක ඇති වෙනවා කියන එක. ඔන්න ඕක තේරුම් ගත්තහම තමයි මේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට එනවා කියන එක දැක්කේ. ඉතින් මං රූප දකින්න ගත්තා මේ Earth එක, Earth එකට යටින් මෙහෙම මේවා වෙන එක,

මම. මාව ම ම. දකිනවා බැනියමක් ඇදගෙන ඔතන ම භාවනා කරනවා. ඔය ස්ථානයේ ම. එතකොට, එහෙම ගිහිල්ලා ටික වෙලාවකින් පස්සේ ම. අර දෙවනි **triangle** එක සිහි කරන්න පටන් ගත්තා. ඒ කියන්නේ මච්ඡරිය, දුස්සීලභාවය, සායේයා කියන එක. සායේයා කියන එකේ සමුදය කියන එක ම. විමසුවා. ඒකේ ප්‍රත්‍යා කියන එක මච්ඡරිය. හේතුව දුස්සීලභාවය යන්න කියන එක මට වැටහුණා. ඉතින් මෙතන සමාධිය හරි ම උග්‍රයි සිත නතර වෙලා ගියා. කිසිවක් නොදන්නා ස්වභාවය, නිරෝධය කියන එකට මම ගියා. නැවතත් ආපහු යථා තත්වට පත් වුණා. යථා තත්වයේ කියලා කියන්නේ දුක්ඛ තත්වය නේ.

එහෙනම් දුක්ඛ තත්වය කියන එකට පත් වුණා. දුස්සීලභාවය කියන එක තවදුරටත් විමසුවා. ඒක විමසනකොට මට පෙනුණා, අර දුස්සීලභාවය ඇති වෙන්න නම් උපාරම්භ චිත්තය මට මතක් වුණා. එතකොට එතෙත්දි අපි දන්නවා ඒ කාමච්ඡන්දය, උපාරම්භ චිත්තය, කොසජ්ජය, දුස්සීලභාවය කියන ඒ **line** එක කෙළින් ම මට ආවා. ඉද්ධි **diagram** එක සිහි වුණා. ඒ වෙලාවේ ආපහු නිරෝධයට ගියා.

ඊට පස්සේ ආපහු යථා තත්වයට පත් වුණායින් පස්සේ මම ඒ දුස්සීලභාවයේ, මදය නිසා ඇති වී ඇති බලපෑම තිබෙන බව මට හොඳින් වැටහුණා. එතකොට මේක ජේනවා අර පළවෙනි, අපි ඉස්සෙල්ලා බලපු **triangle** එක මේක උඩ **superimpose** වෙනවා. අර **triangle** එක ගෙනැල්ලා මේක උඩින් තියන්න පුළුවන්. ඒකේ **effect** එක මේකට හොඳට තියෙනවායි කියන එක ආවා. ආපහු නැවතත් හිතන්න අමාරුයි.

මෙතන තියෙන්නේ මායාවෙන් අනතුරුව කුමන වරදක් කර හෝ ජීවිතය පැවැත්විය හැකි දැ යි සිතනවා. අන්න ඒකයි මේකයි දුස්සීලභාවය. මේක සිද්ධ වෙන්නේ අර සාරම්භය හරහා. එතකොට මේ **diagram** එකේ තියෙනවා ඒ දෙක සම්බන්ධතාවය කියන එක, ඔය වත්පුපම එකේ **slide 7** එකේ තියෙන **diagram** එකේ පෙන්නලා දීලා තියෙනවා නේ. එතන මෙතනින් මායාව, මායාවෙන් **competition** එක, **competition** එකේ හරහා එතකොට දුස්සීලභාවය කියන එකට එතනින් එනවා. එතකොට මේ **triangle** එක ගෙනැල්ලා මේක උඩින් තියන්න පුළුවන්කම කියන එක තියෙනවා.

ඔන්න ඕක තමයි මම කරපු භාවනාව.

27/09/2014 - දුක්ඛ නිරෝධය

Dukkha Nirodhaya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

ඉතින් ඒ භාවනාවට පෙර ම ඉතින් මේ වත්පූපම සූත්‍රය නිසා ඉතින් සිතේ තිබුණු පැහැදීම ඒ මං ප්‍රකාශ කළා ඉතින් ඒ මණ්ඩලයට ඒ පුදුමාකාර වූ ධර්මයක් කියන එක ගැන. එතකොට මම ලෝභය නැති කරමි කියන එක කල්පනා කරනකොට මට කල්පනා වුණා ඉතින් ඒ ලෝභය තියෙන කැල්ලෙම තමයි අර ඊර්ෂ්‍යාව කියන එක එහෙම තියෙන්නේ. ඒ වගේ ම මිච්ඡා දිට්ඨියක් ඉතින් දක්වා ම එතනින් එනවා.

ඊළඟට ද්වේෂය නැති කරමි කිව්වහම ඔන්න ජේනවා ඉතින් මේ ද්වේෂය කියන කතාව, කියන triangle එකට අයිති වෙනවා ඔය සාධේයා කියන එකයි මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එකයි ඒ දෙක ම ඒකට වැටෙනවා. ඊළඟට මේ මෝහය නැති කරමි කියලා කල්පනා කළහම එතෙක්දිත් ඒ මිච්ඡා දිට්ඨිය සාධේයා ඒ පැත්තෙනුත් ඇවිල්ලා තියෙනවා. එතකොට දැන්, ඒ boundary එකට ම ඇවිල්ලා තියෙනවා.

එතකොට මේක මෙහෙම කල්පනා කිරීමත් එක්ක දැන් මම කල්පනා කළා, ඔය භාවනාවට පෙර ම මට ආවා ඔය අත්තභාවය කියන එක, සාධේයා කියන තැන අත්තභාවය, ඒ line එක දික් කළහම ඉතින් අපිට වැටෙන්නේ අත්තභාව පටිලාභය කියන එකට ඒක යනවා ඒ ජාතිය කියන එක ඒ කතාව එතකොට, ඉතින් වත්පූපම සූත්‍රය ඉතින් හරි නේ එතෙක්දි ඊළඟට මේක වෙනවා කියලා දැනගෙන අර ඉද්ධි diagram එකේ අපි පෙන්වුවේ, මෙත්තා කරුණා මුදිතා උපෙක්ඛා කියන එක වැඩෙන්න ඕනෙයි කියන එක, ඉතින් ඒක බුදුභාමුදුරුවෝ පෙන්වුවා කියන එක ආවා.

ඒක ඇවිල්ලා ඊට පස්සේ දැන් මම කල්පනා කළා මෙතන මේ නිත්‍යභාවයක් කියන එක තියෙනවා. ඒ නිත්‍යභාවය තියෙනවයි කියන එකේ ගත්තහම ඇත්ත ම වශයෙන් ම ගත්තහම එතන තියෙන්නේ අර විපරිණාම දුක්ඛතාවය, වේදනාවේ වෙනස කියන එක එහෙම සත්වයෙකුට දැනෙනවා.

එතකොට අනිත් පැත්තෙන් ගත්තහම සාධේයා කියන එක පැත්ත, එතන පෙන්නනවා මේ සංස්කාරවල වෙනස නිසායි මේක ඇති වෙලා තියෙන්නේ. ඉතින් ඒක නිසා සංස්කාරවල දුක්ඛතාවය තියෙනවා කියන එක තියෙනවා. ඉතින් මේ දෙක ම නේ ද දුක්ඛතාවය. විපරිණාම දුක්ඛතාවය, සංස්කාර දුක්ඛතාවය, දැන් තියෙන්නේ ඉතින්

28/09/2014 - ආසවක්ඛයෙ ඤාණ

Āsavakkhaya Nāṇa

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාරය වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. ඒ බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ විශාල වූ ධර්ම ස්කන්ධයක් මේ විදිහට දරනවා ය, අනිත් අයට මේ විදිහට දෙනවා ය, අර මණ්ඩලයක ඒ නායකයා ය කියලා අරටුව වාගේ ගහක කියලා වැද නමස්කාර කළා. ඉතින් මේ විදිහට ඒ ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේට අර දෙවනි අරටුවක් වාගේ උදව් උපකාර කරනවා ය, අනිත් අයටත් ධර්මය දෙනවා ය කියලා ඔය විදිහට මං පිළිවෙළට සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා ඒ දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එහෙම කරලා මම කල්පනා කළා අර දැන් ලෝභය නැති කරමි කියලා කිව්වහම අර ඒකට වැටෙනවා නේ, මේකෙන් අර ඊර්ෂ්‍යාව පැත්ත වැටෙනවා කියන එක තියෙනවා, උඩින් වැටෙනවා මිච්ඡා දිට්ඨිය. ඊළඟට ද්වේෂය නැති කරමි කිව්වහම දැන් අපිට ජේනවා මේ ද්වේෂ කොටසට මහ ගොඩක් අයිතියි. අර ක්‍රෝධය, දැන් කොඩියේ පල්ලෙහා කැල්ල කියන එකත් වැටෙන්නේ ද්වේෂයට නේ. **Intersection** එකක් තියෙනවා නේ. එතකොට එතෙත්දි ඒ ක්‍රෝධය, උපනාභය, ඒ ටික ඔක්කෝම වැටෙනවා, අනිත් පැත්තෙන් කොච්චර දුරකට යනවා ද, අර සාරම්භය, ඒවා ඒ ඔක්කෝම නරක දේවල් ටික මේක අස්සේ තියෙනවා නේ කියන එක ආවා.

එතකොට මෝහය නැති කරමි කිව්වහම ඉතින් ඒකට ගත්තා අර මිච්ඡා දිට්ඨියයි, සාධේයයයි, ඒ කැලී ටික මේකට අයිති වෙනවා ය කියන එක ඉතින් ඒ පල්ලෙහායිත් ගත්තහම ඔය මානය කියන එක එහෙම, අනිමානය කියන එක එහෙම ඒකත් වැටෙන්නේ ඒ කැල්ලට නේ. ඵම්භය, විඤ්ඤාණය දැඩි කරගන්නවා අරගෙන, මෝහය පැත්තට නේ වැටෙන්නේ.

එතකොට මේ ටික මෙහෙම බලලා මම කල්පනා කළා ඔය මේ සාධේයය කියන එකේ සමුදය. දැන් මට ජේනවා දැන් මේ එක **triangle** එකක්, ඒක **triangle** එක දුවන්නේ, උඩ **triangle** එක, **red triangle** එක කියන එක, ඒ කියන්නේ ඊර්ෂ්‍යාව, මිච්ඡා දිට්ඨිය, මායාව කියන, ඒ **triangle** එකේ දිවීම කියන එක අර නිත්‍යභාවයත් එක්ක එන්නේ. එතකොට ඒක හුඟාක් ම අර වේදනාවේ වෙනස නිසායි ඕක දිවීම කියන එක සිද්ධ වෙන්නේ කියන එක ගත්තා.

ර්ලහට සංස්කාර වෙනස නිසා නේ මේ අනිත් triangle එක ක්‍රියාත්මක වෙන්නේ. ඒ කියන්නේ සාධේයය, ර්ලහට දුස්සීලභාවය, ඒ මච්ඡරිය කියන triangle එක. එතකොට දැන් ඕකෙන් සමුදය බැලුවා නේ. ඒ සමුදය බලපු වෙලාවේ කල්පනා කළා ඔය, ඒක 24 වෙනිදා භාවනාව. ඒ භාවනාවේදී ඒ කල්පනා කළා මේ සාධේයය කියන එක, මච්ඡරිය නිසා සාධේයය කියන එක ප්‍රත්‍යා වෙනවා නේ එතන. ඉතින් හේතුව මොකක් දැ යි කියන එක එතන බැලුවහම අර මේ විඤ්ඤාණය කියන එක නිසා තමයි එතනදී ඒක ඇති වෙන්නේ. විඤ්ඤාණය තමයි එතන හේතුව හැටියට, ඒ කියන්නේ රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවේ මේකේ ධාරාව කියන එක පවතිනවා කියන එකයි. විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පැවතීම කියන එක.

එතකොට එහෙම නම් මේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව, දැන් අපි දන්නවා කොහොම හැදුවත් මේ රූපය කියන ඒවා වෙනස් වෙනවා ඒක නිසා වේදනාව වෙනස් වෙනවා. අනිත් අතට ගත්තහම ඒ රූපය වෙනස් වෙන නිසා සංස්කාරයන් වෙනස් වෙනවා. එතකොට වෙනස් වීම කියන එක කොහොමත් තියෙනවා. එතකොට කොහොමත් වෙනස් වීම කියන එක තියෙනවා නම් මොකට ද එහෙනම් හදන්න යන්නේ? මේක හදලා වැඩක් නෑයි කියන එක බොහොම තදින් එනවා. ඒ කියන්නේ කොයි ආකාරයකට හැදුවත්, මේ ධාරාව මොන ආකාරයට පැවැත්තුවත් මේ ප්‍රශ්නය තියෙනවා කියන එක තියෙනවා. අන්න ඒක, ඉතින් දැන් මේ “Excellent” කියලා රහතන් වහන්සේ කීව්වා.

මේක බලනකොට ඉතින් අර, ඔය triangle එක සිහි කරනකොට ම සිත නතර වෙලා ඉවරයි. ඒ මුල දී ම, ඒක නතර වෙනවා. ඔය විදිහට දිගින් දිගට ම මම ඒක බලාගෙන ආවා. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

දැන් මේ, පවතින්න පවතින්න දුක්ඛභාවය කියන එක ඇති වෙනවා. ධාරාව පවතින්න පවතින්න. ඒ කියන්නේ අපි සංස්කාරවල වෙනස නිසා සංස්කාර දුක්ඛතාවය කියන එකෙන් එනවා, අතනින් අර වේදනාවේ විපරිණාම දුක්ඛතාවයෙන් ඇවිල්ලා අපි දුක්ඛ දුක්ඛතාවයට කියන එක යනවා. එතකොට මනුස්ස ලෝකේ වාගේ ලෝකවල ගත්තහම දුක්ඛතාවය කියන එක බොහොම වැඩියි.

එතකොට දැන් පිරිසිදු වෙන්න පිරිසිදු වෙන්න, දුස්සීලභාවය අඩු වෙන්න අඩු වෙන්න අපිට ඡේනවා එහෙම නම්, දැන් ඔය බ්‍රහ්ම ලෝක වාගේ ඒවායේ ගත්තහම ඒ දුක්ඛභාවය කියන එක අඩුයි ඒ අනුව ගත්තහම. එතකොට ඒ ආකාරයෙන් වෙනසක් තියෙනවා.

නමුත් දැන් කෙනෙක් මනුස්ස ලෝකේ ඉඳලා බ්‍රහ්ම ලෝකට ගිහිල්ලා, බ්‍රහ්ම ලෝකේ ඉඳන් මනුස්ස ලෝකට ආවහම එයාට ආපහු ඡේනවා වෙනස. ඡේනවා ද? අර මඩ එකතු වුණා මේවා එකතු වුණා කියන්නේ. දැන් එතකොට මෙන්න මේ වෙනස

නිසා ආයෙත් මෙයා මේක පවත්වනවා නේ ද? බුහුම ලෝකේ ධාන සහිත වූ ඒ දේ හොඳයි කියන අර්ථය මෙතන මේකේ වෙනස. එතකොට එහෙම නම් මේකේ කිසිම ආකාරයකින් පවත්වන්න බෑ. ඒ කියන්නේ මේ ප්‍රමාද වෙනවා කියන එක තමන්ට හොඳට තේරෙනවා, මොන ආකාරයෙන් හරි මං අතෙන්ට ගිහිල්ලා මෙතෙන්ට එනවා කියන එක අර්ථය උඩ වෙනස තියෙනවා. වෙනස තියෙන්න තියෙන්න ධාරාව පවතිනවා.

ඔන්න ඕක තමයි හුඟාක් ම මම දැක්කේ. ඒ දුස්සීලභාවය කියන තැනට මම ආවාට පස්සේ දැන් මට දැන් ආපහු ජේනවා මේ වෙනසවල් ඇති වෙනකොට අර ජම්භී භීරුකජාතිකා කියන කතාවට එනවා. එතකොට ජම්භී භීරුකජාතිකා කතාවට ඇවිල්ලා මම කල්පනා කළා දැන් මෙතන කාරණා තුනක් තියෙනවා. කඩ්ඩි කියන කතාව, විචිකිචිඡති එතන, ඊළඟට අර භයේ අගතිය වෙනවායි කියන එක. ඒ කියන්නේ නිශ්චිතභාවයක් නැති මම, බය ඇති මම, විචිකිචිඡ සැක සහිත වූ මම කියන එක. එතකොට මේක නිසා නේ ද මේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව අර පවත්වන්න යන්නේ. අර උඩින් ධාරාව පවත්වන්න යන්නේ මේක නිසා ය කියන එක. ඔන්න ඔය කැල්ලක් ආවා.

29/09/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර පළමුවන කොටස

Vanapattha Sutta Part 1

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාරය වේවා. ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඉඳන් සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාණන් වහන්සේ දක්වා ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. සිහි කළහම මම අර වනපත්ථ සූත්‍රය කියන එක කල්පනා කළා.

ඒ වනපත්ථ සූත්‍රයේ තියෙන්නේ භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් කැලෑවකට ගිහිල්ලා ඉන්නකොට ඒ භික්ෂූන් වහන්සේට සමාහිත බවක්, මේ සතියක් ඇති වෙන්නේ නැත්තන්, ඒ වගේ ම සමාහිතභාවයක් කියන එක ඇති වෙන්නේ නෑ. ඒ වගේ ම මේ ආශ්‍රවයේ කියන ඒවා ගැලවිලා යන්නේ නැත්තන්, ඒ වගේ ම යෝග කියන එක, කාම යෝග එහෙම තියෙන්නේ, ඒ වගේ යෝගයන් කියන එක, ඒකට ඒ වචනේ තියෙන්නේ ඒ යෝගකෙබම කියලා තියෙන්නේ. එතකොට ඒක වෙන්නේ නැත්තන්, ඒ යෝගයන් කියන ඒවා අයිත් වෙන්නේ නැත්තන් ඒ භික්ෂූන් වහන්සේ, ඊළඟට පෙන්නනවා ඒ භික්ෂූන් වහන්සේට ආහාර කියන ඒවා ගන්න, භෝයාගන්න බොහොම අපහසුයි. එතකොට ඒ භික්ෂූන් වහන්සේට තරාගතයන් වහන්සේ කියනවා මෙතනින්, ඒ තියෙන තැනින් ඒ දවාලේ හරි රාත්‍රියේ ම හරි, එදා රාත්‍රියේ ම හරි දවාලේ ම හරි පිටවෙලා යන්න ඕනෙ කියලා ඒ වනගෙයන්.

ඊළඟට ආගෙත් පෙන්නනවා අර භික්ෂූන් වහන්සේට මෙහෙම සමාධියන්, නැති සමාධියන් ඇති වෙනවා, නැති සතියන් කියන ඒවා ඇති වෙනවා, ආශ්‍රවයන් අඩු වෙනවා, අර බන්ධනයන් කියන ඒවා, යෝගයන් කියන ඒවා අඩු වෙනවා. එතකොට හැබැයි ආහාර තාමත් භෝයාගන්න අපහසුයි මේ අවස්ථාවේ දී. අන්න ඒ අවස්ථාවේ දී බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නනවා අතන, ඒ වනපතය වාසය කරාට කමක් නැහැ කියලා. ඒකේ ඉන්න කියලා. අර සතිය එහෙම වැඩි වෙන නිසා. එතකොට මේ විදිහට මේ සූත්‍ර දේශනාවේ දිගින් දිගට ම ගෙනියනවා.

ඉතින් ඊළඟ අවස්ථාවේ දී පෙන්නනවා මේ ආහාර කියන ඒවා එහෙම හම්බවෙනවා, නමුත් ඒ භික්ෂූන් වහන්සේට අරවා වැඩෙන්නේ නෑ. ඒ අවස්ථාවේ දී යන්න ඕනෙ. එතකොට ආහාරත් පහසුවෙන් ලැබෙනවා, සතිය එහෙම ඇති වෙනවා, අන්න ඒ අවස්ථාවේ දී ඉන්නෙයි කියන එක. එතකොට මෙතන කාරණාව තියෙන්නේ ඔය සතියයි, සිත සමාහිතභාවයට පත් වෙනවා කියන එකයි, ආශ්‍රවයන් අඩු වෙනවා කියන එකයි, බන්ධනයන් අඩු වෙනවා කියන එකයි තමයි මෙතන තියෙන්නේ.

එතකොට දැන් ඒක මම භාවනා කරනකොට, මම මේ රහතන් වහන්සේ ලියපු විදිහට පෙන්න්නම්, මං ආවේ ඔය triangle එක. දුස්සීලභාවය, මච්ඡරිය, සාධේයා කියන triangle එකට ආවේ. එතකොට යමෙක් කැලේක වාසය කරන්නේ නම් දුස්සීලභාවයට තුඩු දෙන්නා වූ සඤ්ඤා සංස්කාරයෝ සිතට ඇතුල් වෙන්නේ නම් ඒක ඔහුට බාධාවක්, නිවනට බාධාවක්. මේ නිසා ම මෙම සිතුවිලි නිසා ම ඔහුට මච්ඡරියක් ඇති වෙනවා නම් සතියක් කියන එක පවතින්නේ නෑ. මෙසේ නිවනින් පිටත දෙයක් ගන්නේ නම් සාධේයා වෙනවා, වංචාව කියන එක ඇති වෙනවා. අසමාහිතභාවය මේක නිසා සිද්ධ වෙනවා. සමාධිය සඳහාත් මේ විදිහට ම සිතන්න ඕනේ. මම මේ වනයට වෙලා සමාධි සහගත සිතින් ජීවත් වෙනවා. මෙසේ ජීවත් වී මරණයෙන් මතු යම් උත්පත්තියක් වන්නේ නම් එය හොඳ වූ ලෝකයක් යැයි සිතලා සිත බන්ධනය ඇති කරගන්නවා. එතකොට මේ මේක ආහාර පහසුවෙන් ලැබෙන අවස්ථාවේ දීත් නොලැබෙන අවස්ථාවේ දීත් විය හැකි ය කියන එක තමයි ඒ රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවේ.

ඒක තමයි භාවනාව.

30/09/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර දෙවන කොටස

Vanapattha Sutta Part 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේගේ ඉඳන් සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාණන් වහන්සේ දක්වා.

ඊයේ භාවනාව ම නැවතත් සිහි කළා. මතක නේ ඊයේ භාවනාවෙදි කළේ අර දුස්සීලභාවයට තුඩු දෙන්නා වූ සඤ්ඤා සංස්කාරයෝ සිතට ඇතුල් වෙනවා නම් ඒක නිවනට බාධාවක්. එම සිතුවිලි නිසා ම අපට මච්ඡරිය ඇති වෙනවා නම් සතිය කියන එක නැති වෙනවා කියලා. එතකොට සතිය කියන එක නොපවතිනවා නම් නිවනින් පිටත දෙයක් ගන්නා. ඒ කියන්නේ සාධේයා කියන එක ඇති වෙනවා. අන්න ඒ වෙලාවෙදි මට කල්පනා වුණා අර මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ පෙන්නා දීපු අර සාධේයා ඉඳන් අශ්‍රද්ධාවට යනකොට ද්වේෂයෙ ඉඳන් උද්ධච්චයට යනවා කියන එක, කැරකෙන එක.

උද්ධච්චය ඇති වෙනවා නම් එහෙම නම් අපි අවිද්‍යා යෝගයේ ඉඳන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරනවා. එතන මේ ඔය, දැන් ඔතන අවිද්‍යා යෝගයේ ඉඳන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියනකොට දැන් අපිට ජේනවා නේ මේ විඤ්ඤාණය සකස් වෙලා නිත්‍යභාවය, අත්තවාද උපාදාන මේ වෙනකොට සිද්ධ වෙලා ඉවරයි. කුමක් නිසා ද, මේවා ආශ්‍රවයේ කියලා දැනගන්න ඕනෙ. එහෙනම් දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක වෙලා තියෙනවා කියන එක තියෙනවා.

එතකොට මෙතෙන්දි දැන් අවුපසන්තච්ඡිතය කියන එක අපිට ඇති වෙලා තියෙනවා. උද්ධච්චය ඇති වුණා කිව්වා නම් එතන තියෙනවා. දැන් මේක වුණා නම් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට එනවා කියන එක සිද්ධ වෙනවා. කාම ආශ්‍රවයට ආවා නම් රාග සල්ලයට එනවා. රාග සල්ලයට ඇවිල්ලා අපි ආපහු රූපය නැවතත් ස්පර්ශ කරනවා කියන එක තියෙනවා.

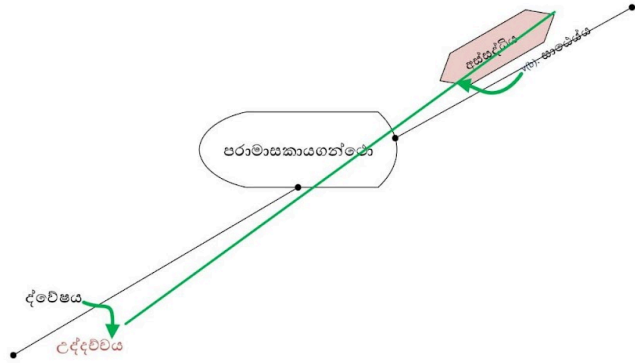
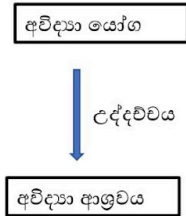
එතකොට අවිද්‍යා අනුසය මගින් සඤ්ඤාව උස්සනවා. එහෙම නම් මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා ක්‍රියාවලිය සිදු වෙනවා. දැන් අර red triangle එකට එනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඒක red triangle එක හැදෙනවා, එහෙම නම් ඊර්ෂ්‍යාව, මායාව, මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එක, ඒක දැන් මෙතෙන්දි ගැලවීමක් නෑ. කුමක් නිසා ද?

යමක් පටන් ගත්ත තැනට නැවත පැමිණ ඇති නිසා. මෙසේ අශ්‍රද්ධා වීම නිසා ජීවත් වීම පවත්වයි. නිරෝධය නොදනී, කියන එක.

ඒක තමයි ඒකේ භාවනාව.

සායෙයා නිසා අග්‍රද්ධාව වන්නේය, මෙවිට ද්වේශයේ සිට උද්දව්වය කරා ගමන් කරයි යනුවෙන් බොජ්කුඛිග සටහන් වල 2 පිටුවේ දී ඉගෙන ගෙන ඇත.

උද්දව්වය ඇතිවිට අවිද්‍යා යෝගයේ සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරයි.



දැන් නොසංසිඳුනු සිත (අවුපයන්ත චිත්තය) ඇතිවී ඇත. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ සිට කාම ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරයි.

01/10/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර තුන්වන කොටස

Vanapattha Sutta Part 3

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේගේ ඉඳන්, සහම්පති බුදුපියාණන් වහන්සේ දක්වා.

එතකොට ඊයෙයි පෙරේදායි භාවනා දෙක සිහි කළා. අර triangle දෙක දන්නවා නේ අපි. ඒ දෙක සම්බන්ධ වෙන, උද්ධච්චයට හේතු වෙන කාරණා කියන ඒවා මං සිහි කළා. මට තේරුණේ උද්ධච්චයෙහි මේක සම්බන්ධ වෙන්නේ කියන එක. ඒක නිකන් අර හරියට නිකන් අර rock වෙන්නේ ඔරුව, ඔරුවක් මේ පැත්තට එක පැත්තකට මෙහෙම වෙන්නේ, ආන්න ඒ වාගෙ, ඔරුවක් නෙවෙයි අර seesaw එකේ තියෙන්නේ. ආන්න ඒ වගේ තමයි rock වෙන්නේ.

එතකොට, එතෙත්දි මේ උද්ධච්චයට කාරණාවන්, ද්වේෂය නිසා උද්ධච්චය ඇති වෙනවා. ද්වේෂය නිසා උද්ධච්චයට ආවායි කියන එක කිව්වා නේ. ඒනම්ද්ධයේ ඉඳන් උද්ධච්චයට එනවා. ඊළඟට අශ්‍රද්ධාවෙන් උද්ධච්චයට එනවා තයොධම්ම සූත්‍රයේ. එතකොට ද්වේෂය කියන එක ඇති නම්, sick සඤ්ඤාව මගේ යැයි ගෙන ජීවත් විය හැකි යැයි සිතාගෙන තියෙනවා. එසේ උද්ධච්ච වීමට පෙර ම දෝස සහගත ස්වභාවය ඒනම්ද්ධ වීමෙන් අනතුරුව සිදු වෙනවායි කියලා අපි සම්මා වාචා diagram එකේ දන්නවා. ඇයි ඒනම්ද්ධය ඇති වෙන්න එපැයි ද්වේෂ වෙන්න ඉස්සෙල්ලා. එතකොට ද්වේෂය, ඒනම්ද්ධය ඇති වෙන්න වෙලාවේ තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නේ.

එතකොට ඊළඟට ආයෙන් එනවා, අපිට ඒනම්ද්ධය ඇති නම් උද්ධච්චය වෙනවා. ඒනම්ද්ධය වෙන්න පෙර ව්‍යාපාදය වෙලා තියෙනවා කියන එක අපි දන්නවා. ඒ ඇති ය කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඒක වෙනකොට ඒ දුස්සීල වෙලා තියෙනවා. ව්‍යාපාදය තියෙනවා නම් දුස්සීල වෙලා තියෙනවා. අශ්‍රද්ධාව වෙන්නේ නම් උද්ධච්චය ඇති වෙනවා. තයොධම්ම සූත්‍රය.

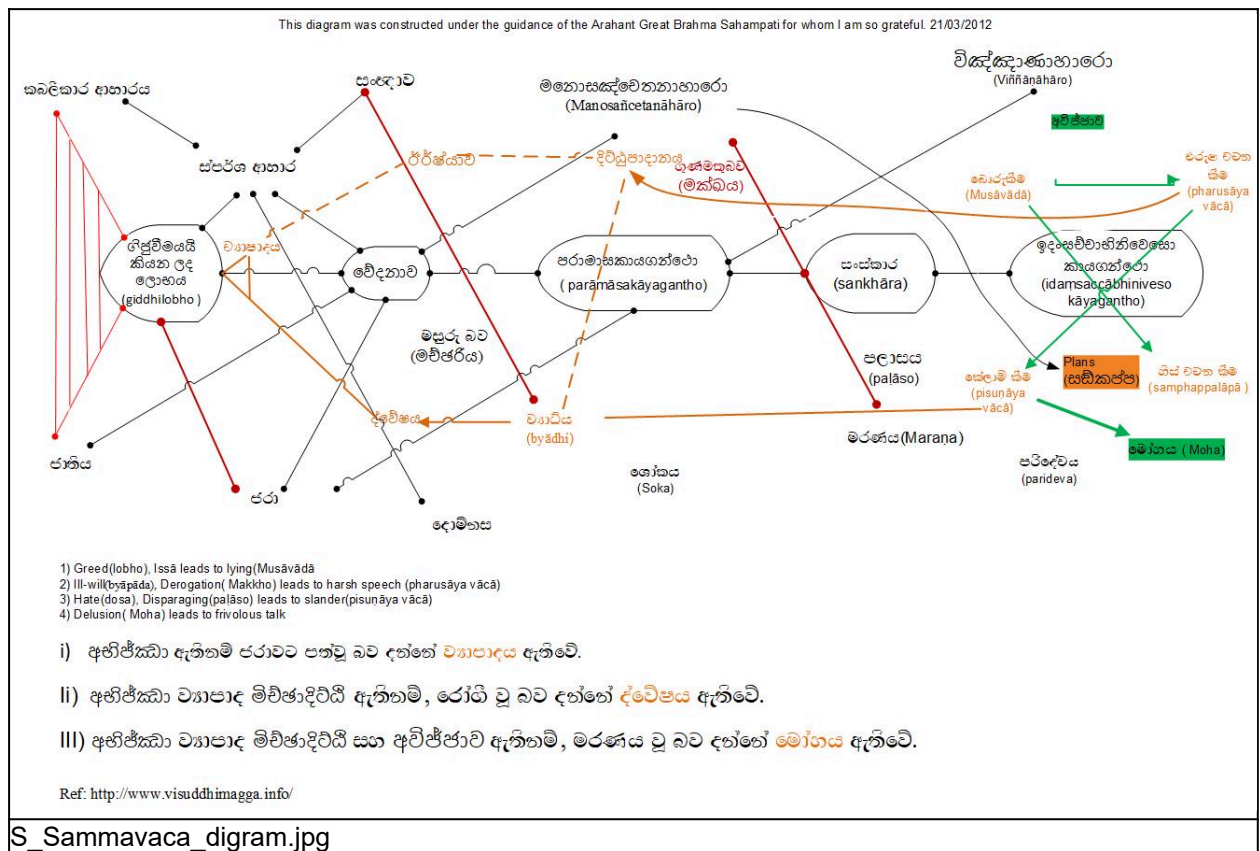
ඉතින් අශ්‍රද්ධාව කියලා කියන්නේ දුස්සීලභාවය ම නේ. වෙන මොකද්ද? එසේ නම් දුස්සීලභාවය ම උද්ධච්චය ඇති වීමට හේතුව වී ඇත. දුස්සීලභාවය අවුපසන්තචිත්තය මත භටගත්තයි කියලා අපි තේරුම් ගත්තා. එතකොට නිවනින් පිටත දෙයක් ගන්නේ, සංස්කාරවල සමානතාවයක් නැත. අන්න එතනදිත් ඉතින් සිත විශාල වෙලා පවතිනවා.

දුස්සීලභාවය තුළ අභිජ්ඣා කියන එක තියෙනවා. එහෙනම් මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවතීම කියන එක. එතකොට මේක ම තමයි හේතුව වෙන්නේ.

එතකොට දුස්සීලභාවය කියන එක එතනින් බැලුවා මෙන න හේතුව වෙනවා කියලා. එතකොට සාධේයය වීමට කියන එක අභිජ්ඣා කියන එක තියෙනවා කියලා.

එතකොට මෙන් මේකයි, ඒ කියන්නේ මේ අවිද්‍යාව හේතුවෙන් සංස්කාරය ලෙස ම සලකන්නෙයි කියන එකයි පෙන්න්නේ. අවිද්‍යා හේතුවෙන් සංස්කාරය, මේ අපි මේ කතා කරන්නේ. අර අභිජ්ඣා කියන එක තියෙනවා, මිච්ඡා දිට්ඨිය, මිච්ඡා දිට්ඨිය කිව්වහම එතෙතදි අපි ගන්නවා අවිද්‍යාව හේතුවෙන් සංස්කාරය කියන, හේතුවෙන් සංස්කාරය. අවිද්‍යා පව්වයා සඬ්ඛාරා කියන්න නැතුව අවිද්‍යා හේතුවෙන් සංස්කාර ලෙස සලකන්න ඕනි මෙන් මේ අභිජ්ඣා කතාවල් තියෙන එක. එතකොට මච්ඡරිය තමයි ප්‍රත්‍ය වෙන්නේ. ඒක හැම රවුමක ම ඇත. එය පැවතීම සඳහා දුස්සීලභාවය භාවිතා කරනවා, අර මච්ඡරිය පවත්වන්න, කියන එක.

අන්න ඒක තමයි ඒ භාවනාවේදි කළේ.



S_Sammavaca_digram.jpg

02/10/2014 - වනපත්ථ සූත්‍ර හතරවන කොටස

Vanapattha Sutta Part 4

ඒ උතුම් මණ්ඩලය සිහි කළා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ අනුක්තර වූ පුඤ්ඤං කෙත්තං කෙනක් කියලා ඒ දාහතර නම ම මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් ඉඳන් සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියා දක්වා සිහි කළා.

එතකොට මම ඊයේ භාවනාවේ කෙළවර තමයි මම, භාවනාවට පෙර ම මං කල්පනා කළා. එතෙන්දි කිව්වා නේ අවිද්‍යා හේතුවෙන් සංස්කාරය ලෙස සලකන්න ඕනෙයි කියලා. සාධෙය්‍ය කියන එක ඇති වෙනවා අභිජ්ඣාව. ඒක හේතුව වෙනවා. මච්ඡරිය කියන එක ප්‍රත්‍ය වෙනවා කියලා කිව්වා. එතකොට මච්ඡරිය කියන එක හැම රවුමක ම තියෙනවා. ඒක පැවතීම සඳහා දුස්සීලභාවය තමයි අපි භාවිතා කරන්නේ. එතකොට මෙතන ප්‍රත්‍ය වෙනවා කියලා ඒ විදිහට කිව්වහම, අරක හේතුව වෙනවා කිව්වහම, අවිද්‍යාව විඤ්ඤාණයට බීජ වෙනවා කියන එක මට ඔය ඊයේ භාවනාවේදි ආවා. විඤ්ඤාණය බීජ වෙනවා කියන එක.

එතකොට ඒ බීජ කතාවේදි සම්බන්ධ වෙන්නේ අපේ අර ආයතන භාවනාවේ අවසානෙට, 10 වෙනි slide එකේ පෙන්නනවා නේ අර අරුප ධ්‍යානයට ඇලීම සමුද්ද්‍යාතනය නොකිරීම තමයි අවිද්‍යා අනුසය කියන එක. එතකොට අවිද්‍යා අනුසය කෙනෙකුට බැලුවහම ජේනවා මේ වේදනාවත් එක්කයි මෙතන තියෙන්නේ. එතකොට මච්ඡරියත් මේක වටේ තියෙනවා. එතකොට එහෙනම් මේක තමයි ප්‍රත්‍ය. අවිද්‍යා පව්වයා සච්චාරා කියනකොට අවිද්‍යාවේ ප්‍රත්‍ය කියන එක ගත්තහම මෙතන තියෙන්නේ අවිද්‍යා අනුසය. මේක, මෙතන මේ පෙන්නන්නේ මොකද්ද අන්තිමට මේ කතාවේ දී, අර විඤ්ඤාණයට පලිබෝධයක් ඔයාට ඇති වෙනවා, ඒ පලිබෝධය නිසා පරිශුච්චානය, පරිශුච්චානයෙන් අප්පට්චේධය කියන එක ඇති වෙනවා.

එතකොට අප්පට්චේධයක් වුණා නම් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය වෙනවායි කියලා තියෙනවා. එතෙන්දි පැහැදිලි කළා අවිද්‍යාවට විඤ්ඤාණය බීජ වෙනවා කියලා. යමක් බීජ වෙනවා ද ඒක නොසිදී පවතින හේතුවක් වෙනවා. එතකොට ඒකෙන් ප්‍රතිසන්ධිය කියන එක ඇති වෙනවා කියන එක අර අංකුරේ කතාව මතක් වෙන්න ඕනෙ. එතෙන්දි කිව්වා මේ විදිහට උපාදාන වෙනවායි කියලා, අත්තවාද උපාදානය. විඤ්ඤාණය බැලුනහම අරුප ධ්‍යානයට ඇලීම සමුද්ද්‍යාතනය නොකිරීම නිසා හාත්පසින් බැලුනු විඤ්ඤාණය යථාභූතව දැනගන්නේ නැතෙයි කියලා ඒක පැහැදිලි කළා.

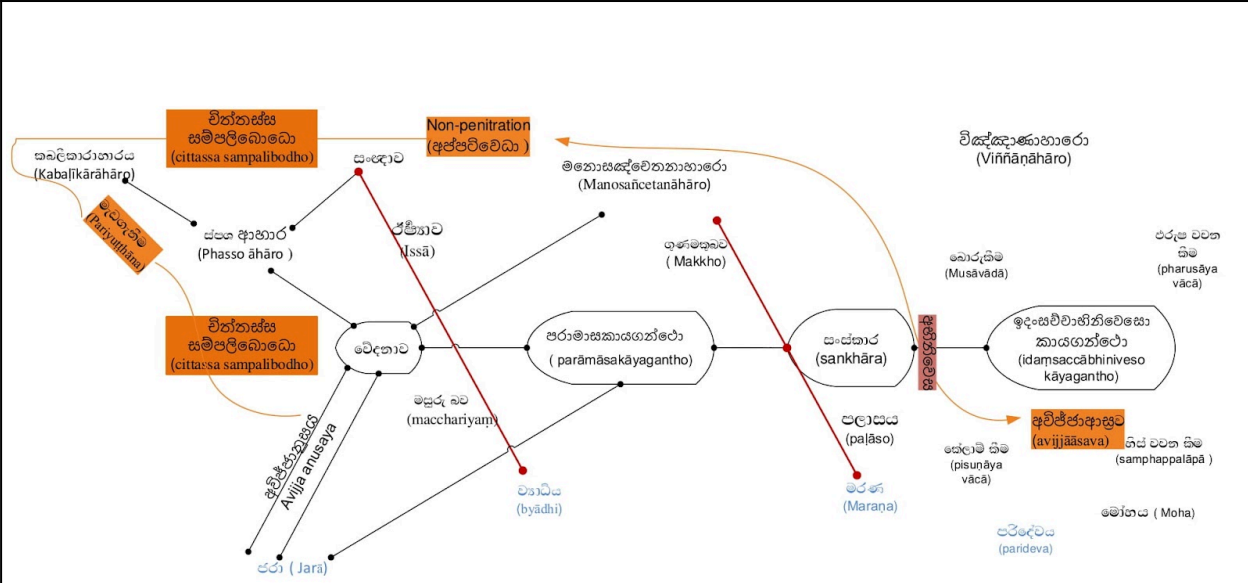
එතකොට එහෙම නම් දැන් අපිට ජේනවා මේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක ඇවිල්ලා, අපි දැන් අර පල්ලෙහා සංස්කාර තියෙන හරියට ඇවිල්ලා. ඒ කියන්නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක හේතුව වෙනවා. අවිද්‍යා අනුසය කියන එක ප්‍රත්‍ය වෙනවා. එතකොට ඒක තමයි මං භාවනාවේදී බොහෝ ම මම තදින් බැලුවේ. ඒ කාරණා දෙක, ඒක සිහි කළා ඒ විදිහට ඇවිල්ලා.

ඒ කියන්නේ මේ, මේක පැහැදිලි කරනවා, ඔය පෙටකොපදෙසයේ පැහැදිලි කරනවා මේ විඤ්ඤාණය කියන එක, අපේ මේ විඤ්ඤාණය නොසැලී පවතින්නට ගොඩක් කාරණාවන් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ ආශ්‍රවය වශයෙන් අවිද්‍යාවෙන් මේ කරන දේ තියෙනවා. හේතුව වශයෙන් මේක කරන එකෙන් තියෙනවා. **Non interruption**, ඒ කියන්නේ නොබිඳී පවතිනවා කියන අර්ථයෙන් ඒක කරනවා කියන එක තියෙනවා.

ඊළඟට තියෙනවා නැවැත්වීමක් නෑ කියන එක. ඊළඟට එලය වශයෙන් තියෙනවා. නැවතත් ප්‍රතිසන්ධියක් ඇති කරනවා කියන අර්ථය කියන එකේ තියෙනවා.

මේ විදිහට මේ දිගින් දිගට ම මේ අවිද්‍යාවේ ක්ෂේත්‍රය මෙසේ දක්වන්න ඕනෙයි කියලා පැහැදිලි කරනවා ඔය පෙටකොපදෙසය කියන එකේ. ඉතින් ඒක තමයි මම කරපු භාවනාව.

මෙතනදී බලපු අනිත් එක තමයි, දැන් මච්ඡරිය කියන එක අපි දන්නවා ඇති වෙන්න පලාසය. පලාසය කියන එක හේතුව. දැන් මච්ඡරියට ප්‍රත්‍ය ඇවිල්ලා අවිද්‍යා අනුසය. පලාසය කියන එක, දැන් කෙනෙකුට, දැන් අපි දන්නවා ඕක උපනාභයත් එක්ක සම්බන්ධයි නේ. කෙනෙකුට වෙන් කරන්න ඕනෙකම තියෙන්න පුළුවන්, වෙන් කරන්න ඕනෙ වුණාට එයාට වෙන් කරගන්න බෑ. නමුත් වෙන් කරනවා කියන මච්ඡරිය එයා තුළ පවතිනවා. කරගන්න බැරි වුණාට. අන්න ඒ අර්ථය ඕකේ තියෙනවා කියන එක මම බැලුවා. ඒ මච්ඡරියට හේතුවත් ප්‍රත්‍යයත් කියන එක විමසුවා.



- ආකාසඤ්ඤායතනය වැනි අරූප ධ්‍යානයන්ට ඇති ඇල්ම සමුද්ධානනය නොකිරීම අවිද්‍යා අනුසය වේ. මෙය විඤ්ඤාණයට බාධාවක් වේ (විත්තස්ස සම්පලිබොධො).
- පලිබොධ විත්තය නිසා මැඩගැනීම. මේ නිසාම අප්පට්චේදය. යමක් සිදුවූයේ කෙසේදැයි දැන ගත නොහැකිය. විඤ්ඤාණයේ අප්පට්චේදයක් වේද එය අවිද්‍යා ආශ්‍රවය වේ. Yathābhūtaṃ viññāṇassa appaṭivedho ayaṃ avijjāsavo .

S_Ayatana.pdf - Slide 10

මච්ඡරිය, සාධේයා, දුස්සිල් බව යන ත්‍රිකෝණය සිහිකරන්න

යමෙක් වනයක වාසය කරන්නේ දුස්සිල භාවයට තුඩුදෙන්නා වූ සංඥා, සංස්කාරයෝ සිතට ඇතුල් වන්නේ නම්, එය නිවනට බාධාවක් වන්නේය.

1. එම සිතුවිලි නිසාම ඔහුට මච්ඡරිය ඇති වන්නේ නම් සතිය නොපවතී.
2. මෙසේ නිවනින් පිටත දෙයක් ගන්නේ නම් සාධේයා වන්නේය. වංචාව වූයේය. අසමාහිතභාවය මෙය වන්නේය.

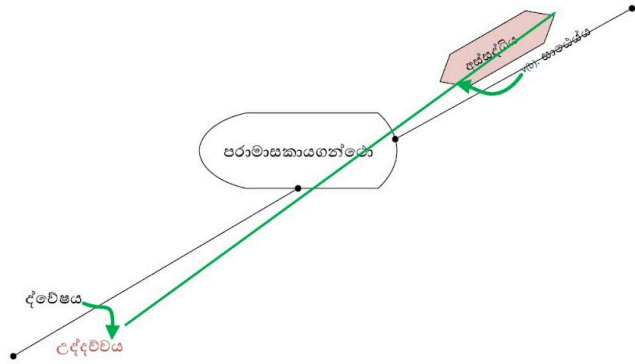
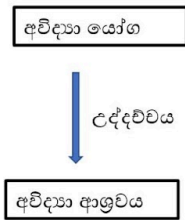
සමාධිය සඳහා මෙසේම සිතිය යුතුය. මෙම වනයට වී සමාධි සහගත සිතින් ජීවිතය පවත්වමි, මෙසේ ජීවත් වෙමි, මරණින් මතු යම් උත්පත්තියක් වන්නේ ද, එය හොඳ වූ ලෝකයක් යැයි සිතා බන්ධනයක් ඇති කර ගන්නේ ය.

- මෙය ආහාර පහසුවෙන් ලැබෙන අවස්ථාවේත්, නො ලැබෙන අවස්ථාවේත් විය හැක.

s_vanapaththa_diagrams.pdf - Slide 2

සාමාන්‍ය නිසා අග්‍රද්ධාව වන්නේය, මෙවිට ද්වේශයේ සිට උද්දව්වය කරා ගමන් කරයි යනුවෙන් බොජ්ඣංග සටහන් වල 2 පිටුවේ දී ඉගෙන ගෙන ඇත.

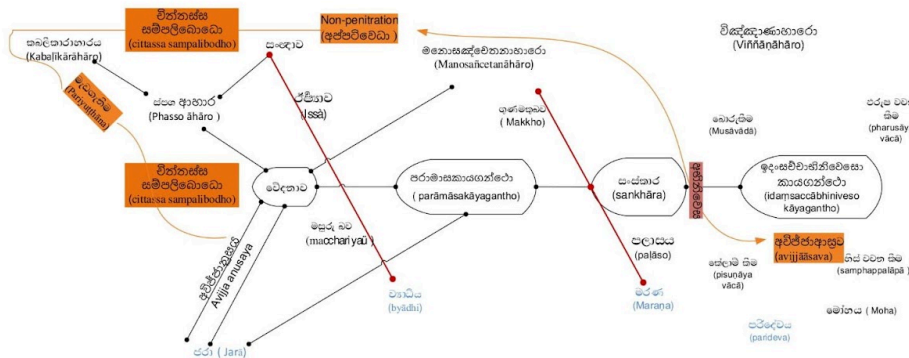
උද්දව්වය ඇතිවීම අවිද්‍යා යෝගයේ සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරයි.



දැන් නොසංසිද්ධ ක්‍රම (අවුපසන්න චිත්තය) ඇතිවී ඇත. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ සිට කාම ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරයි.

s_vanapaththa_diagrams.pdf - Slide 3

සාමාන්‍ය ඇතිවීමට හේතුව අභිජ්ජාව යැයි ද, මෙය අවිද්‍යා හේතුවෙන් සංස්කාර වශයෙන් සැලකිය යුතු යනුවෙන් 5 වන පිටුවේදී ඉගෙන ගන්නා. එනම්, අවිද්‍යාව විඤ්ඤාණයට බිජ වේ. යමක් බිජ වේ ද ඒ හේතුව නොසිඳී පවතී. නො සිඳී පවත්නේ ප්‍රතිසන්ධානය(relinking) කෙරෙයි.



අරූප ධ්‍යානයට ඇලීම සමුද්දායක නොකිරීමම තමයි අවිද්‍යා අනුසය. අවිද්‍යා අනුසය වේදනාව හා සම්බන්ධව පවතී. අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාර යනුවෙන් පවසන විට, මෙහි ප්‍රත්‍යය වන්නේ අවිද්‍යා අනුසය වේ. මෙයින් අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඇතිවේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රව හේතුවෙන් සංස්කාර ඇතිවේ.

- මච්ඡරිය වේදනාව වටය. මච්ඡරිය ඇතිවීමට ප්‍රත්‍යය වන්නේ අවිද්‍යා අනුසය වේ, හේතුව වන්නේ පලාසයයි.

s_vanapaththa_diagrams.pdf - Slide 6

03/10/2014 - සඩ්ධතං අභිසඩ්ධරොන්ති

Saṅkhatam Abhisāṅkharonti

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. සිහි කරලා, ලෝභය නැති කරමි කියලා කල්පනා කරන වෙලාවේදී මට කල්පනා වුණා, මේ වේදනාව වටේ ඔක්කොම මච්ඡරිය ටික තියෙනවා. එතකොට මේ මච්ඡරිය කියන එක අවිද්‍යා අනුසය නිසා ඇති වෙනවා. මච්ඡරිය ඇති වුණා නම් සාධේය්‍ය කියන එක ඇති වෙනවා.

එතකොට ඔය purple triangle එක තියෙන්නේ. ඒක මෙනෙහි කළා. ඉතින් මේකේ පෙන්වුවා නේ අර අවිද්‍යා පච්චයා සඩ්ධාරා කියනකොට අවිද්‍යා අනුසය නිසායි මේ සංස්කාරය කියන එක. එතකොට අවිද්‍යා ආශ්‍රව තමයි ඔතන සංස්කාර තියෙන තැන තියෙන්නේ. ඒක හේතුව වෙනවා. ඉතින් මේක මෙනෙහි කළහම මට කල්පනා වුණේ ඔය වනපත්ථ එකේ අන්තිම diagram එකේ තියෙන එක. මේ විදිහට මච්ඡරිය කියන එක හැම රවුමක ම තියෙනවා, මේක පැවැත්වීම කියන එක දුස්සීලභාවයෙන් කියන එක කරනවා.

එතකොට මේ කාය වචී මනෝ, මෙන්න මේ කර්මයන් අනුව තමයි මේක කරන්නේ කියන එක එනවා. ඉතින් මේක කල්පනා කළා ඔය, අපි මේ අරුප ධ්‍යානයන් අල්ලගෙන ඉන්නවා නම්, ඒත් මේක සිද්ධ වෙනවා මේ විදිහට. හැම එකකින් ම මොකක් හරි ලාභයක් කියලා ගත්තා, ඒක මච්ඡරියක් ඇති වුණා නම්, අරුප ධ්‍යානයක් වගේ එකක් අල්ලගෙන හිටිය නම්, ඉතින් මේ සම්පූර්ණයෙන් ම මේක, මේ ක්‍රියාවලිය දුවනවා කියන එක කල්පනා කළා. ඒක maintenance එක. ඉතින් එහෙම නම් මේක කවදාහරි නැති වෙන්නේ ඒ දුස්සීලභාවය නැති වුණා නම්. සම්මා ආජීවයට ආවා, දුස්සීලභාවය කියන එක නැති වුණා නම් විතරයි මේක නැති වෙන්නේ, නැත්තන් මේක නැති වෙන්නේ නෑ මේක පවතිනවා කියන එක, ඒක ආවා.

ඒක ආවාට පස්සේ මට කල්පනා උණා, මට දැක්ක, අර මිනිහෙක් ඉන්නවා නේ, සඤ්ඤාව ඔළුව, අර වේදනාව වම් අතේ උරහිස. එතකොට ඒ මනුස්සයාව මට පෙනුණා. අර මානය කියන එක වම් කකුල පැත්තෙන් එනවා, දකුණු කකුල තියෙන්නේ අර සංස්කාරය කියන තැන. ඉතින් ඒ කියන්නේ අවිද්‍යාව කියන එක නේ කියන එක ආවා. එතකොට මේකෙන් තමයි මේක පවත්වාගෙන ඉන්නේ කියන එක.

ඉතින් ඒක බැලුවා ම ඉතින් ඔළුව හරියට ඉතින් විශාල වීගෙන මෙහෙම ම පවතිනවා. අර කැරකෙන එක නතර වෙලා තියෙනවායි කියලා ඒක එහෙම පේනවා. ඉතින් ඔහොම ටිකක් වෙලා ඉඳලා ඊට පස්සේ ඉතින් “ඇතියි” කිව්වහම මම නැවැත්තුවා. ඉතින් භාවනාවේ කාරණා ගොඩක් තියෙනවා. ඉතින් ඔය අර්ථයෙන් බලපු ඒවා. ඉතින්

මේක තමයි මේ, සංඛතං අභිසඬ්ඛරොති කියන්නේ මේ මේක තමයි. මේකෙන් තමයි අර ඔක්කොම සකස් කරනවා, රූපය වේදනාව ඒ විදිහට මේ කියන එක. ඔන්න ඔය අර්ථය තමයි මේකේ භාවනාවේ තියෙන්නේ.

මෙතන ඒ භාවනාවේදී අර අග්‍රද්ධාවට ආවා නේ. අග්‍රද්ධාව කියන එක මේ සංස්කාරය කියන කතාව පවත්වනවා කියන එක, කාය වචී මනෝ සංස්කාරයෙන් ඒක maintain කරනවා කියනකොට, ඕක නේ අග්‍රද්ධාව කියලා කියන්නේ. එතකොට අග්‍රද්ධාව නිසා උද්ධව්වය. එතකොට මේ, මෙන්න මේ line එක තමයි අර triangle දෙක connect කරන්නේ. මේක create කරන එක්කෙනයි, maintain කරන එක්කෙනයි කියන එක්කෙනා join කරනවා.

එතකොට එහෙම නම් දැන් අග්‍රද්ධාවේ දී දන්නවා දැන් අපි මේ දුස්සීලභාවය කියන ඒවා පවත්වනවා. ඉතින් මේක නිසා අපිට උද්ධව්වය, රූප වශයෙන් ඒ ඒ වාගේ ඇති වෙන්නා වූ උද්ධව්වයන් තියෙනවා. ඊළඟට ඒවාගෙන් අයින් වෙලා ආකාසනඤ්චායතන වාගේ ඒ වගේ ධ්‍යානයන්ට ගිහිල්ලා ආපහු එතන, ඒවායෙන් උද්ධව්වය, ඒකත් අල්ලගෙන, නිවනෙන් පිටත දෙයක් අරගෙන ඒ උද්ධව්වය කියන එක පවතිනවා. එතකොට මේක, මේ process එක join කරන්නේ මෙන්න මේ, මේ දෙන්නා ය කියන එක ඉතින් නැවතත් මම බැලුවා ඒ භාවනාවේදී. ඒක තමයි තියෙන්නේ.

මච්ඡරිය, සාධේය්‍ය, දුස්සීල ඛව යන ත්‍රිකෝණය සිහිකරන්න

යමෙක් වනයක වාසය කරන්නේ දුස්සීල භාවයට තුඩුදෙන්නා වූ සංඥා, සංස්කාරයෝ සිතට ඇතුල් වන්නේ නම්, එය නිවනට බාධාවක් වන්නේය.

1. එම සිතුවිලි නිසාම ඔහුට මච්ඡරිය ඇති වන්නේ නම් සතිය නොපවතී.
2. මෙසේ නිවනින් පිටත දෙයක් ගන්නේ නම් සාධේය්‍ය වන්නේය. වංචාව වූයේය. අසමාභිතභාවය මෙය වන්නේය.

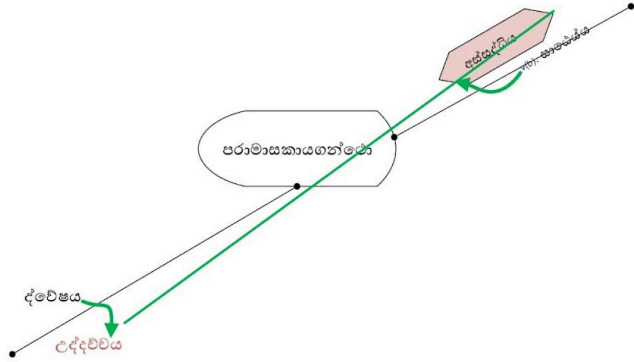
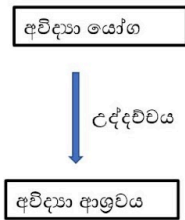
සමාධිය සඳහා මෙසේම සිතිය යුතුය. මෙම වනයට වී සමාධි සහගත සිතින් ජීවිතය පවත්වමි, මෙසේ ජීවත් වෙමි, මරණින් මතු යම් උත්පත්තියක් වන්නේ ද, එය හොඳ වූ ලෝකයක් යැයි සිතා බන්ධනයක් ඇති කර ගන්නේ ය.

- මෙය ආහාර පහසුවෙන් ලැබෙන අවස්ථාවේත්, නො ලැබෙන අවස්ථාවේත් විය හැක.

2

සාමාන්‍ය නිසා අග්‍රද්ධාව වන්නේය, මෙවිට ද්වේශයේ සිට උද්දව්වය කරා ගමන් කරයි යනුවෙන් බොජ්ඣංග සටහන් වල 2 පිටුවේ දී ඉගෙන ගෙන ඇත.

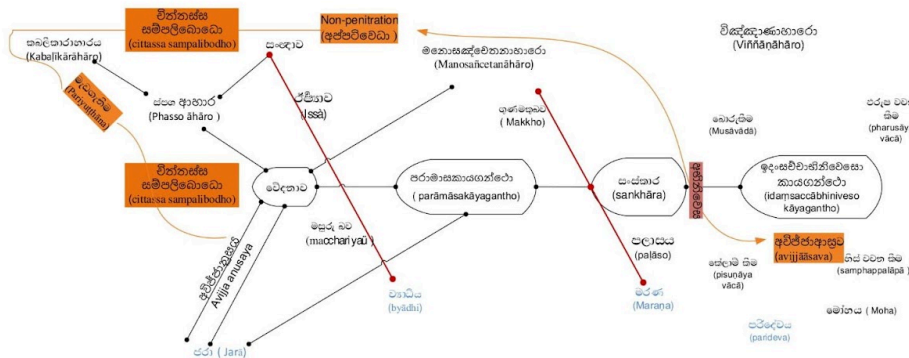
උද්දව්වය ඇතිවීම අවිද්‍යා යෝගයේ සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරයි.



දැන් නොසංසිද්ධ ක්‍රම (අවුපසන්න වින්තය) ඇතිවී ඇත. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ සිට කාම ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරයි.

s_vanapaththa_diagrams.pdf - Slide 3

සාමාන්‍ය ඇතිවීමට හේතුව අභිජජාව යැයි ද, මෙය අවිද්‍යා හේතුවෙන් සංස්කාර වශයෙන් සැලකිය යුතු යනුවෙන් 5 වන පිටුවේදී ඉගෙන ගන්නා. එනම්, අවිද්‍යාව විඤ්ඤාණයට බිජ වේ. යමක් බිජ වේ ද ඒ හේතුව නොසිඳී පවතී. නො සිඳී පවත්නේ ප්‍රතිසන්ධානය(relinking) කෙරෙයි.



අරූප ධ්‍යානයට ඇලීම සමුද්දායක නොකිරීමම තමයි අවිද්‍යා අනුසය. අවිද්‍යා අනුසය වේදනාව හා සම්බන්ධව පවතී. අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාර යනුවෙන් පවසන විට, මෙහි ප්‍රත්‍යය වන්නේ අවිද්‍යා අනුසය වේ. මෙයින් අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඇතිවේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රව හේතුවෙන් සංස්කාර ඇතිවේ.

- මච්ඡරිය වේදනාව වටා. මච්ඡරිය ඇතිවීමට ප්‍රත්‍යය වන්නේ අවිද්‍යා අනුසය වේ, හේතුව වන්නේ පලාසයයි.

s_vanapaththa_diagrams.pdf - Slide 6

05/10/2014 - මච්ඡරිය භාවනා

Macchhariya Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා, අර ධර්මය දීප්‍ර එක ගැන, අර අර stick එක මාරු වෙන එක, ඒක මට සිහි වෙලා ඉතින් ඒ විදිහට සිහි කළා. ඊට පස්සේ ඔහොම ගිහිල්ලා හත් නම සිහි කරලා දාහතර නම සිහි කළා. ඉතින් තපස්සි බුදුපියා සිහි වුණා අර අත්තා ඉඳන් නිත්‍යට යන එක දීප්‍ර එක ගැන. ඉතින් සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම බුදුපියාණන් වහන්සේ ගොඩාක් ධර්මය දුන්නා කියලා ඔය විදිහට සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

ලෝභය නැති කරමි කියලා කිව්වහම මට කල්පනා වුණා ඔය මච්ඡරිය කියන එකේ කොච්චර කාරණාවක් ලෝභය කියන එක ඇතුළත තියෙනවා ද කියන එක. එතකොට ලෝභය කියන එක අපි බලනකොට අපි බලන්න ඕනෙ, කබලිංකාර ආභාරය, ජාතිය, වේදනා, චේතනා, කියන එක දක්වා යන්න ඕනෙ. එතකොට මේ කොටස බැලුවහම අපිට ඡේතනා මේකේ තියෙනවා ලාභමච්ඡරියයි, ආවාසමච්ඡරියයි, ධම්මමච්ඡරියයි කියන එක ඒකට වැටිලා තියෙනවා. ඊළඟට, මේ තුනක් ම ඇතුළත් කියන එක තේරුණා.

ද්වේෂය නැති කරමි කිව්වහම මම කල්පනා කළා මෙතෙක්දී අර කුලමච්ඡරිය කියන එක මේකට ඇතුළත් වෙනවායි කියන එක. වණ්ණමච්ඡරිය ගැන පොඩි ප්‍රශ්නයක් තියෙනවා. එතකොට අර ද්වේෂයේ කුලමච්ඡරිය ඇතුළත් වෙනවා, ජරා වූ කුලයක් අල්ලගෙන ජීවත් වෙනවායි කියලා ඒක වැටහීම ඇති වෙනවා.

වණ්ණමච්ඡරිය කියන එක රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවහම මේ “ලෝභයටත් ද්වේෂයටත් මෝහයටත් තුනට ම ඇතුළත් වෙනවා” කියලා බුදුපියා පැවසුවා. කොහොම ද ඒ? වර්ණනාව ඇති වෙන්න නම් ලාභයක් ඇති වෙන්න ඕනෙ. එතකොට ලෝභය නිසා වණ්ණමච්ඡරිය ඇති වෙනවා කියන එක එතනින් එනවා. ඊළඟට ලාභය ඇති වෙන්න නම් අපි අත්තා කියලා ගන්න ඕනෙ. ඒ කියන්නේ අර නිකාමයමානා කියලා කියන්නේ. අපි අර පල්ලෙහාට එන්නේ උඩට ගිහිල්ලා. තණ්හාව පවතින්න ඒ කතාව තියෙනවා. අත්තා යැයි කියලා ගන්න ඕනෙ. මෙහෙම ජීවත් විය හැකි යැයි කියලා සිතනවා. එහෙම නම් මේක කුලමච්ඡරියත් එක්ක සම්බන්ධ වෙලා තමයි මේක තියෙන්නේ. මේ විදිහට ජීවත් වෙනවා කියන එක. මේ විදිහට ඡේතනා එහෙනම්, ද්වේෂය නිසා වණ්ණමච්ඡරිය ඇති වුණා කියලා.

ඉතින් මෙතෙක්දී මට කල්පනා වුණා මේ පලාස කරමින් තමයි මේක කරන්නේ කියලා. මේ කුලේ නෙවේ මේ කුලේ කියලා අල්ලගන්නවා, ජීවත් වෙමින්. ඉතින් එතකොට මට ඇහුණා “සාධු සාධු” කියලා කියනවා.

මෝහය ඇති වීමට දැන් අර sick සඤ්ඤාව කියන එක මගේ කියලා ගන්න ඕන. මේ උඩින් ගන්නවා, වේතනාවේ ඉඳන් අත්තා ඉඳන් කියලා කියන එක නේ අපි කතා කළේ. එතකොට ඒක අත්තා කියලා මගේ යැයි ගැනීම සිදු වෙන්න ඕන. එතකොට මෙසේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක මේකෙන් ඇති වෙනවා, මේ විදිහට සංස්කාර ඇති වෙනවා, සිදු කරනවා කියන එක තියෙනවා. මෙම සංස්කාරයන් නිසා මච්ඡරිය වෙනවායි කියලා අපි අර purple triangle එක මගින් අපි දන්නවා. එතකොට මේකේ, මේ මගින් මච්ඡරිය පවත්වනවා. අනුසය වෙනවා කියන එක තියෙනවා.

මෙන්න මේ අවස්ථාවේ දී කල්පනා කරන්න ඕනේ, අර අභිජ්ඣා කියන එකේ අර්ථය. ඒ කියන්නේ අභිජ්ඣා කියලා මගේ වේවා කියලා කියනවා නේ. එතකොට අර අවිද්‍යාවෙන් හේතුවක් හැටියට සංස්කාර වෙනවා කියලා අපි ඉගෙන ගත්තේ. අන්න ඒ කතාව කියන එක බලන්න ඕනේ. ඉතින් මේක කළහම ඉතින් හරියට අර ආලෝකය සහිතව ජීවත් වෙන්න පුළුවන්. තමන්, මම මගේ ශරීරය ම මම දකිනවා. හරියට අර negative එකක් දකිනකොට තියෙන්නේ, එක එක තැන්වල මෙහෙම. ඇස්වලින් ආලෝකය එහෙම තියෙනවායි කියන එක මට ම ජේනවා, පිටින් බලලා. ඒක තමයි භාවනාව.

06/10/2014 - මච්ඡරිය 2

Macchhariya 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඒ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්, මේ විදිහට තුන් නම ම සිහි කරලා ඊට පස්සේ මුළු දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා, අර දුන්නා වූ ධර්මය ගැන බොහොම කෘතඥතාවය සහිතව.

ආපඤ්ච මං ඊයේ භාවනාව ආපඤ්ච නැවතත් කළා. ඔය මච්ඡරිය කියන එක පහකට වැටෙනවා, මච්ඡරිය පහ, ලෝභ දෝස මෝහ කියන තුනට වැටෙනවා. එතකොට දැන් ඊයේ වගේ ම කල්පනා කළා ඒ ලෝභය කියන කොටසට කියලා ගත්තහම අර ලාභමච්ඡරියයි, ආවාසමච්ඡරියයි, ධම්මමච්ඡරියයි කියන එක වැටෙනවා කියන එක.

ඊට පස්සේ ද්වේෂය නැති කරමි කියන කොටසෙදි මම කල්පනා කළා, ඒ ද්වේෂයට ඇති වෙන්නා වූ ඒ කුලමච්ඡරියයි, ඊළඟට ඒ වණ්ණමච්ඡරිය තුනට ම සම්බන්ධ වෙනවා කිව්වා නේ. එතකොට ඉතින් ලාභය නිසා වණ්ණමච්ඡරිය කියන එක ඒක බැලුවා. එතකොට මෙතෙන්දි අත්තා කියලා ගන්න ඕනෙ ලාභයි කියලා කියන්න. එතකොට දැන් මෙතෙන්දි අපිට ජේතවා, ලෝභය නිසා වණ්ණමච්ඡරියේ ඇති විමක් තියෙනවා. ඊළඟට අත්තා කියලා අර චේතනාවේ ඉඳන් පල්ලෙහාට බහිනවා කියන එක තියෙනවා. එහෙම නම් අර **vector** එක වාගේ, ඒක තමයි තණ්හාව කියලා කියන්නේ නේ ද?

දැන් ඊට පස්සේ දැන් අපිට ජේතවා මේ වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට මේක ඇදෙනවා කියන අර්ථය තියෙනවා. එතකොට එහෙනම් ඇත්ත වශයෙන් ම ඇදෙන්නේ මොකද්ද, විපරිණාමය. දුක්ඛය. එතකොට මට කෙළින් ම ආවා එහෙම නම් මේ තණ්හාව කියන එක පැවතීම, අර නිකාමයමානා කියන එක ආවේ, **desire** එක තියෙනවා කියන එක. තණ්හාව කියන එක පැවතීම. මේ ඇත්ත වශයෙන් ම ඇදෙන්නේ දුක්ඛය. එතකොට එහෙනම් තණ්හාවේ පැවතීම කියන එක දුකයි කියන එක බොහොම තදින් එනවා එතෙන්දි. ඉතින් මේක තමයි මේ ද්වේෂය. මේක තමයි මේ ද්වේෂය.

මිනිස්සුන්ගේ ද්වේෂය කියලා කියන්නේ මේ තණ්හාවේ පැවතීම. මොකකට හරි තණ්හාවක් පවතිනවා ද, ඒක නිසා අපි ද්වේෂයට පත් වෙනවා කියන එක බොහෝ ම තදින් පෙනුණා. ඉතින් හව පව්වයා ජාති, ජාතිය දුකයි කියන එක ඒ පැත්තෙන්

පේනවා. තණ්හාවේ පැවතීම කියලා කියන්නේ හවය, එතනින් ඒක එනවා. ඉතින් එතනදී එහෙම, බොහොම සැපයි ඒක ඇති වුණහම ඒ අවබෝධය.

ඊට පස්සේ කල්පනා කළා ඉතුරු කැල්ල. මෝහය නිසා ඇති වෙන කොටස. එතකොට මෝහයේ දී අපි අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට යනවා කියන එක තියෙනවා නේ. එතකොට එතන ඒ සංස්කාර කියන කොටසට එතන ගියාට පස්සේ, අපි අර ඊයේ භාවනාවේ, ඉතින් මේ සංස්කාරයන් සිද්ධ වෙලා ඒවායේ මච්ඡරිය ඇති වෙනවා කියන කතාව එතන තියෙනවා. ඉතින් මේක නිසා ඒ purple triangle එක ඒක මගින් අපිට මෙනන දුක්ඛය ඇති වෙනවා කියන එක තියෙනවා.

එතකොට දැන් මෙතෙක්දී මම බැලුවා එහෙම නම් අපි මාන පාරේ අපි පහළට එනවා. දැන් ඔය දිවියේ ආශ්‍රවය කියන තැනට ආවායින් පස්සේ ඒවා ඇති වෙලා අපි ඔය අන්තිමට එන්නේ මොකද්ද? අර මාන පාරේ එනවා කියන එක තියෙනවා. එමහය එහෙම තියෙන මාන පාර. එතකොට මාන පාරේ පල්ලෙහාට ආවහම එහෙම නම් ඔය උඩින් අර අත්තා කියලා ආපු එක තව පල්ලෙහාට බැහැගෙන යනවා. මේ දෙක එකතු වෙලා, චේතනාවෙන් එන්නා වූ කැල්ලයි, ඉදංසච්චයේ ඉඳන් එන්නා වූ ඒ කැල්ලයි දෙක ම එකතු වෙලා අර වතුර පාර එකතු කරලා තල්ලු කරනවා වගේ දිවියේ අනුසය පාර දිගේ යන්නේ.

එහෙම නම් මට පෙනුණා මේ මානය තමයි මේ දුක්ඛය කියන එකේ ආරම්භය. දැන් ඇති වෙන්නේ අර වණ්ණමච්ඡරිය තියෙන පාර දිගේ යනවායි කියලා කියන්නේ, යන්නේ දැන් ඉස්සෙල්ලා කිව්වා නේ මේ දුක්ඛයේ පැවතීම කියලා. තණ්හාව කියලා කියන්නේ දුක්ඛයේ පැවතීම. එතකොට මේකේ ආරම්භය හැටියට එනවා අර මානයෙන් එන්නා වූ කියන එක. ඉතින් ඒ, රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කිව්වා. ඒ ඉතින් ඒක දැක්කට පස්සේ ඉතින් මට මේ රූපත් ජේන්න ගත්තා, එහෙම ම ම. නිරෝධයට ගියා හරියට. කීප සැරයක් ම ඒ නිරෝධයට යනවා කියන එක. බොහෝ වෙලාවක් හිටියේ ඒකේ.

ඒක තමයි භාවනාව.

07/10/2014 - කාම, සීලබ්බත, දීට්ඨි උපාදාන

Kāma, Sīlabbata, Dīṭṭhi Upādāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා, ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. ඔය විදිහට ඒ හත් නම, දාහතර නම සිහි කළා.

මං ඊයේ භාවනාව ම නැවතත් කළා. ඒ කියන්නේ කොහොම ද අර තණ්හාව කියන එක ඇති වෙලා, එතනින් අපි බැලුවා නේ තණ්හාවේ පැවතීම කියන එක එතන දුකයි කියන එක. එතකොට ඒකෙන් තමයි ද්වේෂය කියන එක ඇති වෙන්නේ කියලා, තණ්හාවේ පැවතීම කියන එකෙන්. එතකොට මේ triangle එක බැලුවහම, ඒ කියන්නේ වේදනා, චේතනා, පරාමාස කියන එක බැලුවහම මං ඒකට දාගත්තා 1, 2, 3 කියලා. ඔය වේදනාවේ ඉඳන් චේතනාවට ධම්මමච්ඡරිය කියන එක 1, අත්තා කියලා ගන්නේ. චේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට 2. ඊළඟට පරාමාසයේ ඉඳන් වේදනාවට යන එක 3 කියලා දැමීමා. එතකොට ඔය 1 යි 2 යි කියන එක තණ්හාව කියන එක හැටියට බැලුවා අපි. ඊළඟට 3 කියන එක තණ්හාවට ඇති කැමැත්ත කියන එක. නිකාමයමානා කිව්වේ නේ ද?

එතකොට 1, 2, 3 කියන, දැන් මේ ප්‍රශ්නයක් ආවා මේ උපාදාන කියලා කියන්නේ මොකද්ද කියන එක, මේ විදිහට බැලුවහම. එතකොට මේ area 3 triangle එකේ, 1, 2, 3 තියෙනවා නේ area 3 triangle එක නේ අපි ඔය කතා කරන්නේ. ඒකට සාපේක්ෂව area 1 triangle එකේ, කබලිංකාර ආහාර වේදනා ගිද්ධිලෝභ කියන triangle එකේ, අර වේදනාවේ ඉඳන් ගිද්ධිලෝභයට යන එක මම 4යි කියලා කිව්වොතින් එහෙම ලාභමච්ඡරිය තියෙන එක, ඊළඟට ගිද්ධිලෝභයේ ඉඳන් කබලිංකාර ආහාරයට යන එකට 5යි කියලා ගත්තොතින් එහෙම ඔය 4යි 5යි රේඛා දෙක මගින් කාම උපාදානය වශයෙන් උපාදානය වෙනවා.

ඒ කියන්නේ අර ලාභයි කියලා ගන්න එකයි, අර ගිද්ධිලෝභයේ ඉඳන් කබලිංකාර ආහාරයට යන එකයි. එහෙනම් අත්තා යැයි නොගත්තොත් 4 ලාභ වීමක් කියන එක නෑ. අත්තා යැයි කියලා ගන්න නම් අර දෙවෙනි කාරණාව, ඒ කියන්නේ චේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යනවා කියන එක සිද්ධ වෙන්න ඕනෙ. ඊළඟට සීලබ්බත උපාදාන රේඛාව මේ lines 1 and 2 වලින් දැක්වෙනවා. ඒ කියන්නේ ධම්මමච්ඡරිය එකයි, අර චේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යනවා කියන එකයි. ඒ තණ්හාව කියන එක තියෙන්නේ. අන්න ඒක තමයි එතන ම තමයි ඒ සීලබ්බත උපාදානය කියන එක, ඒක එන්නේ.

ඒ කියන්නේ අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම කියන එක සිද්ධ වෙනවා. තණ්හාව කියන එක පවතින්න ඕනෙ. මේ නිසා තුන් වන රේඛාවේ යම් තුඩු දීමක්, පැවතීමක් සිදු වන්නේ ද, එනම් තණ්හාවට ඇති කැමැත්ත සිදු වන්නේ මෙය සිලබ්බත උපාදානයයි.

ඊළඟට දිට්ඨි උපාදානය කියන එක. දැන් ඔය වේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යන එක අපි දෙවෙනි එක කියලා කිව්වා නේ. එතකොට මේ විදිහට අපිට බලන්න පුළුවන්, පරාමාසයේ ඉඳන් හය අගතියට යනකොට අපි 7යි කියලා කිව්වොතින් හය අගතියේ ඉඳන් ආපහු වේදනාවට එනවා කියන එක 8. ඒ කියන්නේ අර වේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට එන රේඛාවයි, හය අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට එන දිට්ඨි අනුසය ලකුණු කරන රේඛාවයි කියන එක, අන්න ඒ දෙක මගින් තමයි මේ දිට්ඨි උපාදානය කියන එක දක්වන්න ඕනෙ. ඒ කියන්නේ මේ මෙතෙක්ටයි ආපහු එන්නේ. එන්න හදන්නේ. දැන් එන්නෙ කොහොම ද මේ 2 යි 8යි භාවිතා කරලා. ඒ කියන්නේ මේ 3 කියන එක අපි කොහොම හරි represent කරනවා මේ 2 යි 8යි භාවිතා කරලා.

යමක් පරාමාසයට බැසගන්නේ ද, එය අත්තානුදිට්ඨිය මගින් පවත්වයි. මෙසේ වේදනාව දක්වා පැමිණෙන්නේ දිට්ඨි උපාදානය සිදු වේ. ඔන්න ඕක තමයි මේ මේවා එක. අනිත් එක පස්සට තිබ්බා, ඊළඟ කැල්ල බලන එක. ඒක තමයි භාවනාව.

08/10/2014 - අත්තවාද උපාදාන

Attavāda Upādāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාරය වේවා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ සිහි කළා මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් ශ්‍රේෂ්ඨතම. ඒ බුදුපියාණන් වහන්සේ අනුත්තර වූ ධර්මය මේ සත්වයා හට මනා කොට වදාරනවා කියලා මම නමස්කාර කළා. මේ විදිහට ම හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ඊට පස්සේ මං කල්පනා කළා දැන් අත්තවාද උපාදානය නේ බලන්න තියෙන්නේ. අත්තවාද උපාදානය කියන එක බලන එක අර භාවනාව, මච්ඡරිය පහ සම්බන්ධ වෙන විදිහට බැලුවා. ලෝභය නැති කරමි කිව්වහම අපි කිව්වා නේ ලාභමච්ඡරියයි, ආවාසමච්ඡරියයි, ධම්මමච්ඡරියයි. ඊළඟට ද්වේෂය නැති කරමි කිව්වහම එතන කිව්වා කුලමච්ඡරියයි, ඊළඟට වණ්ණමච්ඡරියයි සම්බන්ධ වෙනවා. වණ්ණමච්ඡරිය මේ ලෝභයටයි ද්වේෂයටයි මෝහයටයි තුනට ම අයිති වෙනවා කියන එක.

එතකොට අද මෝහය නැති කරමි කියලා කිව්වහම කල්පනා කළා මේකට අර ධම්මමච්ඡරියෙන් ඇති වෙන්නා වූ අනුසය ස්වභාවය කියන එක තියෙනවා චේතනාවෙන් එන්න ඕනෙ. ඊළඟට ගත්තහම අර දිට්ඨි අනුසය නිසා වේදනාවට ගිහිල්ලා මේ පරාමාසය හරහා යමක් ඉදංසච්චය පැත්තට එනවා ද ඒකත් සිද්ධ වෙන්න ඕනෙ, කියන අර්ථය මම කල්පනා කළා. ඒක කල්පනා කරලා එතකොට එහෙම නම් මේ, මෙතෙන්දි ජේනවා ඔය කාමේසු තිබ්බසාරාගය මගින් යනවා කියලා ඉදංසච්චයට. එතකොට සුභයි කියලා එහෙම නම් ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙනවා, මොනවා හරි පරාමාසයේ තියෙන දේවල් ඒවා ඇතුල් වීම කියන එක තියෙනවා. එතකොට එහෙම නම් ඔන්න ඔය point දෙකත් එක්ක මං බැලුවේ.

දැන් මෙතෙන්දි මං බැලුවා එහෙම නම් අත්තවාද උපාදානය කියලා කියන්නේ මොකද්ද කියන එක. එතකොට මට එන්නේ මොකද්ද? දැන් විඤ්ඤාණයේ දැන් සුඛයි කියලා පරාමාසයට ඇතුල් වෙනවා වම් අත පැත්තෙන්, අපි දන්නවා වේදනාවේ ඉඳන්. එතකොට ඔය අත්ත කොහොමත් අපි සලකන්න ඕන. එතකොට ඒ වණ්ණමච්ඡරිය තිබෙන්නා වූ ඒ අත්ත කියන එක සලකන්න ඕනෙකම කියන එක තියෙනවා ඔය line එකේ. ඊළඟට, මේක මේ අර, දැන් විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පවතින්න එපැයි මේ සුඛයි කියන එකට. එහෙම නම් ඒ සුඛයි කියන ධාරාව අර විඤ්ඤාණය සකස් වෙලා විඤ්ඤාණයේ අර පදුට්ඨමනසඛිකප්පය කිව්වෙ, ඒක දිගේ එන්න ඕනේ කියන එක තියෙනවා.

ඒ පද්ධතිය මනස ඒකප්පයෙ එන්න ඕනෙ කියන එකේ ඒකේ තේරුම මොකද්ද? අර සුබයි, පරාමාසයට ඇතුල් වෙනවා. ඒ සුබය නිසා අත්තා කියලා මනුස්සයෙක් ගන්නවා. ඒ අත්තා කියලා ගන්න දෙයින් අර විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පැවැත්තුවා ම තමයි ඒක පවතින්නේ. එතකොට එහෙම නම් මේ අත්තා කියන කතාවේ පැවැත්ම, සුබයේ පැවැත්ම, කියන එක ඔන්න ආවා. සුබය අත්තා කියලා ගත්තා, ඒ සුබයේ පැවැත්ම කියන එක ඒ අත්තවාද උපාදානය කියන එකට එනවා. එතකොට දැන් මේ සුබයේ පැවැත්ම අත්තවාද උපාදානයට එතකොට මේක මේ විදිහට පවතින්න නම්, අර මානයෙන් එන පාරෙන් එන සම්බන්ධතාවය එන්න ඕනෙ.

ඒ කියන්නේ, දැන් පරාමාසය කියන තැනට මිනිහෙක් මනුස්සයෙක්ව යොමු කළොතින්, සුබයි කියලා වේදනාව පැත්තෙන් එකක් ඇතුල් වෙනවා. පද්ධතිය මනස ඒකප්පය දිගේ මේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පවත්වමින් එක ඉරකින් සම්බන්ධ වෙලා තියෙනවා. එතකොට ඔය අත්තවාද කියන එක තමන්ට ඒක එනවා. එතකොට මේක පවතින්න නම් ඉදංසච්චයේ ඉදන් භය අගතියට ගිහිල්ලා භය අගතියෙන් එන්නා වූ එකත් එක්ක සම්බන්ධ වෙන්න ඕනි. ඒ කියන්නේ අපි දන්නවා අර පද්ධතිය මනස ඒකප්පය කියන එක දික් කළහම හරියට ම අර සෝකය කියන තැනටයි එන්නේ. එතකොට දැන් මෙතනින් මේ **flow** එකක් ආවා. ඇවිල්ලා අරහෙන් මානයේ පාරෙන් එන එක, දෙක එක්කහු වෙනවා. දෙක එක්කහු වෙලා තමයි ඔය **push** කරන්නේ වේදනාවට කියන එකට. දිට්ඨි අනුසය පාර දිගේ යවන්නේ අර වතුර පාරවල් දෙක එකතු වෙනවා වාගේ. එතකොට එහෙනම් ඒ සුභය කියන එකේ කතාව තමයි ඉදංසච්චයේ තියෙන එක තියෙන්නේ. එහෙම නම් අපිට ජේනවා මේ අත්තවාද උපාදානය කියලා කිව්වහම අර සුබය කියන එක, මේක තියෙනවා කියන එක අත්තා වෙනවා. අතනින් උඩින් එතකොට අත්තවාද කියන එක, ඒ කියන්නේ තමා ඉන්නවා කියන හැඟීම එනවා නිත්‍යභාවය. අර සුබය පවතිනවා, **surfboard** එක උඩ මං ඉන්නවා කියලා කියන්නේ. අන්න ඒ වගේ අර සුබය පවතිනවා කියන එක.

එතකොට මේක සඳහා අර සුභයෙන් ඇති වෙන්නා වූ, ඒ සුභය නොමැකී යන්න ඕනෙ. සුභය මැකෙනවා නම් අත්තවාද උපාදානය කියන එක එයාට පවතින්නේ නෑ. අර රූපයත් එක්ක තිබෙන්නා වූ ඒ දේ මැකෙන්නැතිව තියෙන්න ඕනෙ. ඒ කියන්නේ අඹ ගෙඩියක් නිසා කෙනෙකුට මේක ඇති වෙනවා නම් ඒ අඹ ගෙඩිය කියන එක නොමැකී තියෙන්න ඕනෙ. රූපය නොමැකී. අඹ ගෙඩිය කුණු අඹ ගෙඩිය හරි මට ඊළඟ දවසේ ගන්න නැත්තන් මට ඒක නෑ. අන්න ඒ අර්ථයෙන් මේක තියෙන්නේ.

එතකොට අර සුබය කියන එක ආවා. ඒක නිත්‍යභාවය කියන එක මෙතනින් ඇතුල් වුණා, ඒක සුබය පවතිනවා කියන එක. ඊට පස්සේ ඒකට එක්කහු වෙන්න ඕනෙ අර ඉදංසච්චයේ ඉදන් එන්නා වූ අර පෙර ගත්තා වූ ඒ සුභයේ අගය කියන එකත් එක්ක ඒ

එන එක එන්න ඕනෙ. දැන් අපි දන්නවා පද්ධතියමනසච්ඡාසය එනකොටත් සසඳලා බලලා නේ යන්නේ. දැන් එහෙම නම් මේ අපි පුද්ගලයෙක් දිහා බලනකොට හරි අර ඒ දේවල්, අඹ ගෙඩියක් දිහා බලනකොට හරි, ඒකේ අර ඒ ගතිය පවතින්න ඕනෙ. මේක සුභයි කියන කතාව, ඒක පවතින්න ඕනෙ. එනකොට ඒ තුන එකතු වෙලා තමයි මේ අත්තවාද උපදානය කියන එක ඇති වෙන්නේ කියන එක, ඒක ආවා. ඒක තමයි ඒ බලපු භාවනාව.

එතෙක්දී මට තව හොඳට තේරීවිච දෙයක් තමයි දැන් ඔය, දැන් අත්තවාද උපදානය එන්න ඉස්සෙල්ලා අර නිත්‍යයි කියන කතාව එන්න ඕනෙ. එහෙම නම් අර තපස්සි බුදුසියා පෙන්නුවේ, අත්තා ඉදන් jack එක ගැහුවා, එතන ඉදන් නිත්‍යයි කියන කතාවට ගියා. ගිහිල්ලා තමයි අත්තවාද උපදානය කියන එකට ආවේ. එතකොට මේ නිත්‍ය කියන කතාව ආවේ අපි, සංස්කාරවලින් තමයි ඒක jack එක ගහලා ඒක කරන්නේ. එතකොට දැන් අත්තා හැදුණා. ඊට පස්සේ ඒක නිත්‍ය වුණා. අන්න ඒක වෙලා තමයි, බලන්න එතන මුලින් ම අඹ ගෙඩිය ගත්තා. කනකොට මට සුබයි. අන්න ඒක නිසා අත්තා කියලා මට එකක් ආවා. ඒ flow එක පවතිනවා කියන එක මගේ තියෙනවා. ඒ කියන්නේ වේදනාව සහිතව flow එක පැවතීම කියන එක තියෙනවා, අර පද්ධතියමනසච්ඡාසයෙ එන්නා වූ නිත්‍යභාවය කියන එක. ඒ වේදනාව පැවතීම සඳහා රූපය කියන එක පවතිනවා කියන එක, ඒක තියෙන්න ඕනෙ. සුභය හරහා ඒක සිද්ධ වෙන්නේ. අන්න ඒ කැලි තුන ඇවිල්ලා තමයි අත්තවාද උපදානය.

09/10/2014 - විපරිණාම දුක්ඛතා

Vipariṇāma Dukkhatā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. ඔය විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා. ඉතින් මම කල්පනා කළේ මේ බුදු පියවරුන් මෙහෙම ඉන්නවා කියන එක ඉතින් කොයි තරම් වාසනාවන්ත ද? දැන් බුදුහාමුදුරුවෝ නැති කාලෙක ධර්මය ගන්න බැරුව ඉතින් මිනිස්සු බොහොම දුකකට පත් වෙලා ඉන්නවා. මේ වගේ හම්බවෙනකොට ඉතින් කොයි තරම් දෙයක් ද කියන එක මං කල්පනා කළා.

ඊයේ භාවනාව මම ආපහු කල්පනා කළා. ඒ අත්තවාද උපාදානය කියන එක, ඒකේ කොටස් තුන. ඒ වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යන එක. ඊළඟට අර දිට්ඨි අනුසය කියන පාර. එතකොට ඔය වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යන දේ හුඟක් ම මම බැලුවා අර පද්ධියමනසඝිකප්පයයි අර රූපයට දුන්නා වූ අගයයි කියන එක, මාන අගයයි කියන එකත් එක්ක නේ බැලුවේ. ඉතින් මේක බලලා මම මේ මාන පාරේ රූප අගය කියන එක. ඒක බැලුවාට පස්සේ මට යමක් තේරුණා.

එතෙන්දි තේරුණේ, මේ දිට්ඨි අනුසය මගින් තමයි මේ පැවැත්වීම කියන එක කියන්නේ. උපාදාන කිව්වහම දිට්ඨි අනුසය මගින් වෙන්නා වූ දේ තමයි මෙතන පෙන්නන්නේ කියන එක. ඒක එහෙම බලලා මං අර තපස්සි බුදුසීයා පෙන්නපු අත්තභාවයේ ඉඳන් නිත්‍යභාවයට යනවා කියන කොටස, ඒක හොඳට කල්පනා කරලා ඒකෙන් අත්තවාද උපාදානය නිසා අත්තභාව පටිලාභය දක්වා යනවා කියන එක, ජාතිය ඇති වෙනවා, මේක දුකයි කියන කතාව බැලුවා.

ඒක බලලා, මං ඒ, මං එතෙන්දි ආපහු ඉතින් එක්කො නිරෝධයට ගියා හරි සමාධිය පුදුමාකාර විදිහට මේවා වෙලා වුණාට පස්සේ මං නැවතත් අර කොටස ගැන බැලුවා. ඒ කියන්නේ දිට්ඨි අනුසය කියන එක, අත්තවාද උපාදානය කිව්වහම මේ, ඒ උපාදාන කොටසට අනුසය කියන එක, දිට්ඨි අනුසය කියන කතාව ඇති වෙනවා, ඒ කියන්නේ පැවැත්වීම කියන එක දිට්ඨි අනුසයෙන් කෙරෙන්නේ. එතකොට දැන් ඔය වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට ඇත්තෙන් ම කියනවා නම් ඇදෙන්නේ ඔතන වේදනාව ද? එහෙම නැත්තත් අර මාන කතාව ද? වණ්ණමච්ඡරියත් එක්ක ඇති වෙන්නා වූ මාන කතාව, ඒ කියන්නේ වේදනාවත් කලවම් වෙලා මේක තියෙන්නේ. ඉතින් මාන කතාවක් තමයි මෙතෙන්ට යන්නේ. එතකොට මේක පැවැත්වීම.

එතකොට මට ජේනවා එහෙම නම් මේ කතා කරන්නේ අත්තවාද උපාදානය කිව්වහම මේ මානසත් මානයේ පැවැත්වීමත් කියන එක. ඒ පාර ඒක කාරණය ම බැලුවා. ඊළඟට ආපහු බැලුවා මේ දිවියි උපාදානය කියන එක. ඒ දිවියි උපාදානය බලනකොට අපි දන්නවා අර වේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට එන කැල්ල තියෙනවා. ඊළඟට දිවියි අනුසය. එහෙම නම් මෙතෙක්දී මේ කතා කරන්නේ මොකද්ද මේ, දිවියියයි දිවියියේ පැවැත්මයි, කියන එක තමයි මේ එන්නේ කියලා. අනුසය මගින් පවත්වනවා.

ඊළඟට බැලුවා සීලබ්බන උපාදානය කියන එක, නෑ ඊට පස්සේ මං බැලුවා කාමය කියන එක. කාමය කියන එක ගත්තහම, කාමයේදී අපි එනවා අර ලාභයි කියලා ගන්න එක. එතකොට මේක අර අත්තා කියලා පල්ලෙහාට ගන්න ඕනෙ. එහෙම නැත්තත් ඔය කතාව නෑ. ඊට පස්සේ, අර area 4 triangle එක ගැන මං මේ කතා කරන්නේ. Area 4 triangle එකෙන් දැන් ආපහු දිවියි අනුසය කතාවක් එනවා. ඒකෙන් තමයි අර ගිද්ධිලෝභයේ ඉඳන් රූපය දක්වා යන්නේ, කබලිංකාර ආභාරය දක්වා යන්නේ. එතකොට මෙතෙක් මේ දිවියි අනුසය මගින් මේකේ පැවැත්වීමක් කියන එක කරනවා. රූපය, රූපයත් එක්ක තිබුණා වූ දේ කියන එක.

එතකොට සීලබ්බන උපාදානයට ආවා. සීලබ්බන උපාදානයේදී එහෙම නම් අර වේදනාව කියන එක, වේදනාවේ ඉඳන් අපි උඩට යන වේතනාවට යන line එකයි, වේතනාවෙන් පරාමාසයට යන එකයි. ඉතින් ඔය පරාමාසයට යනවා කියන එක, එතනදීත් අපිට ජේන්නේ මේ වේදනාවක් තියෙනවා. ඒ වේදනාව කියන එකේ පැවැත්මක් කියන එක තමයි තියෙන්නේ. එහෙම නම් මෙතන මේ කතා කරන්නේ රූපයත් රූපය කියන එකේ පැවැත්මත්, වේදනාවත් වේදනාව කියන එකේ පැවැත්මත්, දිවියියත් දිවියිය කියන එකේ පැවැත්මත්, මානසත් මානය කියන එකේ පැවැත්මත්, කියන එක තමයි මෙතන තියෙන්නේ කියන එක කල්පනා කළා.

මේක කරනකොට ඉතින් මනස හරි ම විසාලයි. ඉතින් මං නිරෝධයට ගියා කියන එක මං හොඳට දන්නවා. මම ගිහිල්ලා එලියට ආවා. ආපහු ආපහු මේක සිහි වුණා ද ඒ සිහිය පවතිනවා, ඒකත් එක්ක ම වැටීමක් නෑ, එතෙක්ට ම යනවා. ඉතින් ඔහොම මං බොහෝ ම දිගට ම ඉතින් සෑහෙන කාලයක් ඒකේ හිටියා මේ, මේ භාවනාවේ. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

දෙයක් තමයි මං ඔය භාවනාවේදී අත්තවාද උපාදානය කියන එකේ, ඒකේ මම කල්පනා කළේ අර මුහුදේ රැල්ලේ කතාවේදී, ඔන්න රැල්ල කියන එක පවතිනවා. රැල්ල කියන එක ආවා දැන් අරයා අරක උඩට නැග්ගහම එයාට වේදනාව තියෙන්නේ මොකද, වේදනාව නැංවීමක් කියන එක. අර රැල්ල නැගුණා කියලා කියන්නේ වේදනාවේ නැංවීම කියන එක. කැලි තුනක් තියෙනවා ඔතන. එතකොට මේක, රූපයේ පැවැත්මක් කියන එක තියෙන්න ඕනෙ අර චතුර පාරේ කියන එකේ

පැවැත්මක් කියන එක තියෙන්න ඕනෙ. එකයි, රූපයේ පැවැත්ම. දෙවනි එක අර රැල්ලක් උඩට නැංවූවා, ඒ කියන්නේ මගේ වේදනාවක් නැංවුණා කියන එක තියෙනවා. ඒක උඩ තමන් ඉන්නවා අන්න වේදනාව තමන්ට, ඔන්න ඔය අර්ථය කියන එක මට බොහොම තදින් මං බැලූවා ඔය අවස්ථාවේ දී.

10/10/2014 - කාම තණ්හා විභව තණ්හා

Kāmatanḥā Vibhavatanḥā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඥානවත්ත, ප්‍රඥාවත්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේයි කියලා, ඒ ධර්මය දීම ගැන ඒ කෘතඥතාවය පල කළා. එතකොට මේ විදිහට ඒ දාහතර නම ම සිහි කරලා ඒ කෘතඥතාවය පල කළා මේ ඥානය කියන එක දීම ගැන.

පන්සිල් කරගෙන යනකොට එතෙක්දී මම ආවා පාණාතිපාතා වේරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමී කියලා. ඒ කැල්ල එතකොට මම අර ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍ර diagram එකේ අර 5 වෙනි slide එක, පෙර මෝහය ද්වේෂ සහිතව ජීවත් වීම පාණාතිපාතා කියන එක. අන්න ඒ කැල්ල මං බැලුවා, ඒක ඇදෙන එක කියන එක. ඒක සිහි කරලා දැන් එතනදී ඉතින් දන්නවා ඉතින් ඉහළ ම තත්වයකට මනස පත් වෙලා තියෙන්නේ. ඒ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා යෑම කියන එක සිහි කළා. චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධ කරගන්න ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා යනවා කියන එක. එතකොට සම්මා දිට්ඨිය කියන එක සිහි කරනවාත් එක්ක ම මට ආවේ අර 1 කබලිංකාර ආභාරය, 2 අත්තා ඉඳන් නිත්‍යට යනවා, 3 ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා. ඒ දුක්බේ ඤාණං කියලා කියනවා.

ඒ දුක්බේ ඥානයන් කියන එක ගත්තහම රූපය නිසා තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නේ. අර ජාතියේ ඉඳන් ජරාවට යනවා ඒක පවත්වන්න පුළුවන් දෙයක් නෙවෙයි මේ රූපය නිසා මේ ප්‍රශ්නය කියන එක. දුක්බ සමුදයේ ඤාණං කියලා කිව්වහම තණ්හාව නිසා දුක්බය ඇති වෙනවා කියන එක අපි දන්නවා. එතකොට එහෙම නම් තණ්හාව කියන එක අපි දන්නවා වේදනාව ඉඳන් චේතනාවට, චේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට. 1 යි 2 යි කියලා ලකුණු කරේ. එතකොට මේක නිසා අර වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යනවා කියන 3 කියලා ලකුණු කළා නේ. එතකොට 1, 2 තණ්හාව වෙනවා. මේ නිසා වේදනාව පරාමාස වීමට තුඩු දෙන්නේ ය, කියලා එකක් කල්පනා කළා නේ ද, අර සිලබ්බත උපාදාන, ඒක එහෙම කරන වෙලාවේදී. අන්න ඒ වචනය මට සිහි වුණා.

ඒ කියන්නේ අර 3 වෙනි line එකේ තියෙන නිකාමයමානා. ඒ කියන්නේ තණ්හාවට ඇති කැමැත්ත. එතකොට එහෙම නම් සත්‍ය වශයෙන් ම සිදු වෙන්නේ මොකද්ද? විපරිණාමයට අපි කැමති වීම නොවේ ද? අර මෙහාට ඇදෙන්නේ විපරිණාමය නේ. වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යන්නේ විපරිණාමය. එතකොට එහෙම නම් විපරිණාමයට අපි කැමති වීම නොවේ ද කියන එක ආවා, එය එසේ ය. අපි

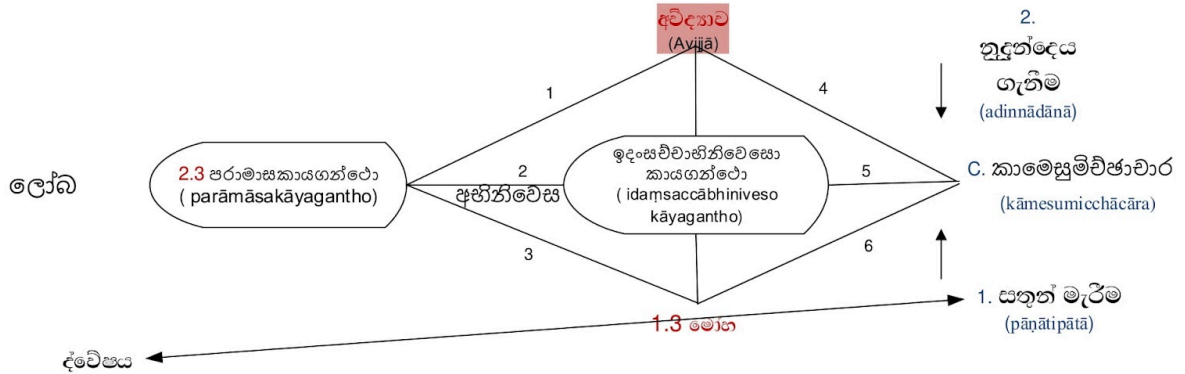
විපරිණාමයට කැමැත්ත තියෙනවා. ඒ යම් ලෝකෙක ඉපදීමක් කරනවා මේක නිසා. ඉතින් “සාධු” යි කියලා මට ඇහුණා ඒ අවස්ථාවේ.

එතකොට මේ විදිහට කාම තණ්හාව වෙන බව, මෙය විපරිණාමයට ඇති කැමැත්ත බවත් වැටහුණා. අත්තවාද උපාදාන ධර්මය කියන එක මම සිහි කළා. එතකොට අත්තවාද උපාදාන ධර්මයේදී මතක තේ අර වේදනාව පරාමාසයට යන එක එතන තියෙනවා. ඊට පස්සේ ඒකට අර දිට්ඨි අනුසයෙන් එන්නා වූ එක. එතකොට දිට්ඨි අනුසයට එන්නේ පද්ධියමනසඛිකප්පයයි, සංකල්ප අගයයි, මාන පාරේ රූප අගයයි. ඔන්න ඔය දෙක එකතු වෙලා තමයි ඒ දිට්ඨි අනුසය කියන එක ධාරාව එතෙන්නට එන්නේ.

එහෙම නම් විභව තණ්හාව කියලා කියන්නේ ඔය තුන් වෙනි රේඛාව, ඒ කියන්නේ වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට ඒකට සාපේක්ෂව, විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පද්ධියමනසඛිකප්පය හෝ, එහෙම නැත්තන් මාන පාරේ රූප අගය හෝ එහෙම නැත්තන් මේ දෙක ම හෝ භාවිතා කර පැවැත්වීම මෙසේ ය, එය එසේ ය කියලා මට වැටහුණා. ඒක උඩයි මේක තියෙන්නේ කියන එක.

ඒක තමයි මං කරපු 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.

11/10/2014 - කාම තණ්හා භව තණ්හා විභව තණ්හා

Kāmatanḥā Bhavatanḥā Vibhavatanḥā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, ශ්‍රේෂ්ඨතම වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේත් ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේත් සිහි කළා. ඊට පස්සේ දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මෙතෙන්දි කල්පනා කළා, මේ කාම තණ්හාව කියන එක බැලුවා නේ. ඒ භාවනාව මම නැවතත් කළා. එතෙන්දි බැලුවා ඒ කාම තණ්හාව කියන එක කියන්නේ අර විපරිණාමය, ඒ දුක්ඛතාවය තමයි යන්නේ. ඒකට කැමැත්තක් කියන එක තියෙනවා කියන. ඒ කියන්නේ අර වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට ඇතුල් වෙනවා කියන එක. එතකොට මේක වෙන්න නම් අර සීලබ්බත උපාදානයේ කතාව කලින්. එතකොට සීලබ්බත උපාදානය ඇති වෙලා කාම තණ්හාව කියන එක ඇති වෙනවා.

එතකොට, ඒ කියන්නේ අර වේදනාවේ ඉඳන් චේතනාවට ගිහිල්ලා, චේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට එනවා කියන කතාව සිද්ධ වෙන්න ඕනෙ. එතකොට සීලබ්බත උපාදානය පෙර, කාම තණ්හාව පසුව.

ඊළඟට මං බැලුවා, කාම උපාදානය කියන එක. කාම උපාදානය කියන එක බැලුවහම අපි ගන්නෙ අර වේදනාවේ ඉඳන් ගිද්ධිලෝභය, ගිද්ධිලෝභයේ ඉඳන් යන්න ඕනෙ කබලිංකාර ආභාරයට. හැබැයි මේක වෙන්න නම් අර අත්තා කියලා පල්ලෙහාට බහින්න ඕනෙ. ඒ කියන්නේ පල්ලෙහා අර අත්තානුදිට්ඨිය තියෙන තැන ඔය කතා කරන්නේ. පරාමාසයේ ඉඳන් හයේ අගතියට යනවා කියන කැල්ල. එතකොට දැන් අපිට ජේනවා එහෙනම් කාම තණ්හාව, කාම උපාදානය කියන එක එහෙනම් අර, අර කැලි දෙකයි කියන්නේ මේ අත්තාට සම්බන්ධයි කියන එක තියෙනවා. එතකොට එතනින් කාම තණ්හාව කාම උපාදානය කියන කතාවට ඇවිල්ලා තියෙනවා. එතකොට ඊළඟට මට ජේනවා මේ භව තණ්හාව කියන එක ඇති වෙන්න, කතා කළා අපි ඉස්සෙල්ලා අර දිට්ඨි උපාදානයේ කතාව බලන්න ඕනෙ.

එතකොට දිට්ඨි උපාදානයේ තියෙනවා උඩින් මනොසඤ්චෙනතාවේ ඉඳන් පරාමාසයට එන කැල්ලත්, ඊළඟට හයේ අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට එන කැල්ලත්. එතකොට මෙතෙන්දි පෙන්නුවා භව තණ්හාව කියලා කිව්වම අර අත්තානුදිට්ඨිය නිසා. එහෙම නම් අපිට ආපහු ජේනවා මේ කාම තණ්හාව, එතනින් කාම උපාදානය පල්ලෙහාට ආවා ඒක අපි එතන ලකුණු කලේ නැති වුණාට කාම උපාදාන අර්ථය

තියෙනවා. ඊට පස්සේ එතන ම තමයි හව තණ්හාව. එතකොට එහෙනම් කාම තණ්හාව ආවා, එතනින් හව තණ්හාව පල්ලෙහාට ආවා. පරාමාසයේ ඉඳන් හයේ අගතියට කියන එකට.

ඊළඟට දැන් අපි බැලුවා නේ අත්තවාද උපාදානය කියන එක. ඒ අර විඤ්ඤාණයේ ධාරාව, ඒක පැවතීම කියන එක සිද්ධ වෙනවා. එතකොට එතෙත්දි යන්නේ, වේදනාවේ එක පරාමාසයට ඇතුල් වෙනවා. එතකොට මේ ඒ අර්ථයෙන් බලන්න ඕනෙ, ඒකට සාපේක්ෂව.

අර සංකප්ප, පද්ධියමනසඤ්ඤාප්පය නිසා හෝ එහෙම නැත්තන් අර මානයේ, මාන පාචේ තියෙන රූප අගය නිසා හෝ, ඒ දෙක ම නිසා හෝ, ඒ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පවතිනවා නම් අත්ත එතනදි අපි කිව්වා අත්තවාද උපාදානයයි කියලා.

එතකොට ඒ අත්තවාද උපාදානයෙන් දැන් අපි බැලුවා ඒ දිට්ඨි අනුසය තියෙන පාර, ඒක වෙනවා කියලා මේ විභව තණ්හාව කියන එක. එතකොට එහෙනම් දැන් අපිට ඒ ලස්සනට ජේනවා, වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට යන එක කාම තණ්හාව. ඒකට පෙර තියෙන්නෙ සීලබ්බත උපාදානය. ඊළඟට හව තණ්හාව කියන එක ඇති වෙනවා පරාමාසයේ ඉඳන් හය අගතියට යනවා කියන එක. ඒකට පෙර තියෙන්න ඕනෙ දිට්ඨි උපාදානය කියන එක. කාම උපාදානයත් ඒක අස්සෙ ඉන්නෙ.

ඊළඟට අපිට ආපහු එනවා, අපි විභව තණ්හාව කියලා කියන්නේ අර ධාරාව පවතිනවා කියන එක. ඒ කියන්නේ දිට්ඨි අනුසය පාර. ඒකට පෙර අපිට අත්තවාද උපාදානය කියන එක තියෙන්න ඕනෙ. එතකොට උපාදාන හතර අනුව තමයි මෙතන ඒ, කාම තණ්හා හව තණ්හා විභව තණ්හා කියන එක, ඒක පවතින්නේ කියන එක එතන එනවා. උපාදානය පෙර. සීලබ්බත උපාදානය කාම තණ්හාවට පෙර. දිට්ඨි උපාදානය හව තණ්හාවට පෙර. ඊළඟට අත්තවාද උපාදානය විභව තණ්හාවට පෙර, කියන අර්ථය. ඒක එහෙමයි කියන එක මට වැටහුණා. රහතන් වහන්සේලාත් “අපිත් එසේ ම කියමි” යි කියලා කිව්වා.

13/10/2014 - ආසව

Āsava

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා.

එතකොට මේ කල්පනා කළේ මේ ආශ්‍රවයන් කියන ඒවා ඔය රවුම් එක්ක කොහොම ද වෙන්වේ කියන එකයි. දැන් අපි දන්නවා පළවෙනි පාර රවුම ගන්නකොට, සුභයි කියලා ඇතුල් වෙන අවස්ථාව වෙනකොට, අර මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා එන්නා වූ දෙයක් තියෙනවා. එතකොට මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව මෙහෙම එනවා කියලා කියන්නේ, එතන තියෙනවා අපිට අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ලක්ෂණයන්. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයන් කියන එක එතන තියෙනවා.

ඊළඟට අර කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියනකොට ඒ කැල්ලෙදි අපිට ජේනවා අර නන්දිය පැත්තෙන් තමයි ඒක ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ඒක නිසා කාම ආශ්‍රවය කියන එක තියෙනවා. එහෙම නම් අවිද්‍යා ආශ්‍රව, කාම ආශ්‍රව කියන එක පළවෙනි රවුමට වැටෙනවා. ඊට පස්සේ ඒ එතෙන්නට, ඉදංසච්චයට ආවාට පස්සේ, සුභයි කියලා එතන ඇති වුණාට පස්සේ අපිට ජේනවා ඒක ආපහු අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට යනවා. අනිත් පැත්තෙන් ගත්තහම මේ ඉදංසච්චයට ආපු value එක ඇදෙනවා පරාමාසයට. Copy වෙනවා කියලා කියන්නේ.

එතකොට එහෙම නම් ඒ අවස්ථාව වෙනකොට, අපි අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉදන් දිට්ඨි ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා. එහෙනම් දෙවනි රවුම කියන එක දිට්ඨි ආශ්‍රවය හැටියට බලන්න ඕනෙ. දෙවනි රවුමේ දී දිට්ඨි ආශ්‍රවය තමයි ඒ ක්‍රියාවලිය සිදු වෙන්නේ. අර නිත්‍යයි කියලා එහෙම එනවා නේ උඩින්. පද්ධියමනසඛිකජ්ජය කිව්වෙ.

එතකොට දැන් මෙතෙන්නට ආවාට පස්සේ දැන් තුන් වෙනි රවුම වෙනකොට, අර සුඛය කියන එක පරාමාස වෙන්න ගන්නවා. ඒ පැත්තෙන්, වේදනාව පැත්තෙන් ඇවිල්ලා. ආන්ත එතනදි තමයි අර හව ආශ්‍රවය කියන කතාව. සුඛය පරාමාස වෙනකොට. එතකොට ඔන්න ඔය විදිහට ඔය තුන තමයි මං බැලුවේ.

ඒක තමයි මගේ භාවනාව.

14/10/2014 - අකුප්පා වෙතොවිමුක්ති

Akuppā Cetovimutti

උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. පංචනීවරණවලින් පටන් ගන්නෙයි කියලා කිව්වා. එතකොට මං බැලුවේ අර area 1 එක කාමච්ඡන්දය තියෙන area එක, ඒක නිසා area 6 හැදෙනවා කියන එක බැලුවා. පරාමාස ඉදංසච්ච මෝහ අගති කියන එක. ඉතින් area 6 එක හැදුණායින් පස්සේ අර සුභයි නිත්‍යයි කතාවත් එක්ක අපිට සුඛයි කියලා කතාවක් එනවා. ඒ කියන්නේ එහෙනම් සඤ්ඤාවේ ඉඳන් වේතනාවට යනවා කියන එක සිද්ධ වෙනවා.

සඤ්ඤාවෙන් වේතනාවට යන එක අපි A කියලා කිව්වොතින් අපි දන්නවා ඉතින් අර මරණයේ ඉඳන් ව්‍යාධියට යන එක B කියලා. යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පියේ ඉඳන් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට යන එක C කියලා අපි දන්නවා. එතකොට එතන, ඔතෙන්දි අපි දන්නවා ඉතින් ආකිඤ්චන විමුක්තිය කියන එක අපිට ඇති වෙනවා කියලා. ඉතින් ආකිඤ්චන විමුක්තියෙන් ආකිඤ්චන සමාපත්තියට ඒ ඉතුරු කොටසත් බලලා, ජරාව කියන එක ගැන කල්පනා කරලා, එතනින් අප්පණ්හිත වෙතො විමුක්තියට කියන එකට ආවා.

අප්පණ්හිත වෙතො විමුක්තියට ඇවිල්ලා, එතෙන්දි මට කල්පනා වුණා මේ අකුප්පාමය වෙතො විමුක්තිය කියන එක මෙයිට වඩා උතුම් නේ ද කියලා. එතකොට මේක කුමක් ද කියන එක ඒ බුදුපියාගෙන් විමසුවා. එතෙන්දි ඒ අප්පණ්හිත වෙතො විමුක්තිය කියන කොටස තියෙනවා නම් අර පහළින් සිදු වෙන ක්‍රියාවලිය, අර maintenance කියන කතාව, ඒක සිද්ධ වෙන්නේ නෑ. මෙහෙම ඉන්න අවස්ථාවේ දී ස්පර්ශය නිසා ඇති වෙන ධාරාවක්, තුඩු දීමක්, විමංසනයක් මොකක්වත් නැත්තත්, ඒ කියන්නේ රාගය නිසා හෝ දෝසය නිසා හෝ ලෝභය නිසා හෝ සැලීමක් නැත්තත් අන්න ඒක අකුප්පාමය වෙතො විමුක්තිය වන්නේ ය.

මේක “ආශ්‍රව නසන ලද උත්තමයෙකුට පමණක් ම ය සාධාරණව පවතින්නේ, අන් අයට යම් පමණකට පමණයි ඒකේ පවතින්නේ,” කියන එක රහතන් වහන්සේ කිව්වා.

ඉතින් මේක තමයි ඔය මහා වේදල්ල සූත්‍රයේ ඒ පෙන්නනවා නේ මෙහෙම මේ රාගය ප්‍රමාණ කරනවා, ද්වේෂය ප්‍රමාණ කරනවා, මෝහය ප්‍රමාණ කරනවා, ඒ වෙතො විමුක්තියෙන් අප්‍රමාණ වෙතො විමුක්තියට වඩා අකුප්පා වෙතො විමුක්තිය කියන එක හොඳයි කියන එක එතන පෙන්නනවා නේ.

ඉතින් එතකොට අර ආපහු පෙන්නනවා නේ ඒ ආකිඤ්චන වෙතො විමුක්තියට වඩාත් අකුප්පා වෙතො විමුක්තිය කියන එක හොඳයි කියලා. ඒ කියන්නේ රාගය ද්වේෂය මෝහය කියන කතාව තියෙන නිසා. ආයෙත් පෙන්නනවා ඉතින් රාගය නිමිත්ත කරනවා, ද්වේෂය නිමිත්ත කරනවා, මෝහය නිමිත්ත කරනවා කියලා. එතකොට අනිමිත්ත වෙතො විමුක්තියට වඩා මෙතන මේ අකුප්පා වෙතො විමුක්තිය උතුම් වෙනවා, අර විදිහට අර නිමිත්ත කරන්නේ නැති එක නිසා කියලා ඔය මහා වේදල්ල සූත්‍රයේ පෙන්නන එක තමයි මෙතන තියෙන්නේ. ඒක ඉතින්, භාවනාව ඒක තමයි.

15/10/2014 - මච්ඡරිය - නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන

Macchariya - Nevasaññānāsaññāyatanaṃ

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වශයෙන්, මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ඊට පස්සේ මම පටන් ගත්තා ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියලා. ඒ ලෝභයට තියෙන මච්ඡරියන් තුන බැලුවා ආපහු. අර ලාභමච්ඡරියයි, ඊළඟට ආවාසමච්ඡරියයි, ධම්මමච්ඡරියයි. ද්වේෂයට තියෙන මච්ඡරි දෙක බැලුවා. ඒ කුලමච්ඡරියයි, ඊළඟට අර common වෙනවා නේ මේ වණ්ණමච්ඡරිය කියන එක. ඊළඟට මෝහයට ඇති වෙන මච්ඡරිය කියන එක ඒ වණ්ණමච්ඡරිය, හැබැයි ඉතින් ධම්මමච්ඡරියයි උඩිනුත් එනවා කියන හැඟීම ඇතුළු බැලුවා.

බලලා ඉතින් දැන් මේ මච්ඡරිය කියන එක නැති වෙනවා නම්, දැන් අර කිව්වේ දීම කියන එක නිසා මච්ඡරිය නැති වෙනවා. එතකොට ඒ දීම නිසා මච්ඡරිය නැති වෙනකොට මච්ඡරියන් ටික ගැලවිලා යනකොට ඒක නිසා දන්තෙම නැතුව ඒ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය කියන එකට යනවා කියන එක මට තේරුණා. ඒක වෙනවා. මච්ඡරිය කියන එක අත හරින්න අත හරින්න, පහ කරනවා කියන එක, තේරුණා ම එහෙම ලෝභයයි ද්වේෂයයි මෝහයයි නිසා මේක ඇති වෙනවා කියන. එතකොට මච්ඡරිය කියන එකේ අනුසය ධර්මය හැටියට අපි දන්නවා අවිද්‍යා අනුසය කියන එක, මේ ප්‍රත්‍යා හැටියට. හේතුව හැටියට ඉතින් ඒ පලාසය කියන එක බැලුවා නේ අපි.

එතකොට දැන් මේකත් එක්ක මම බැලුවා, මේ පලාස කරන්න කරන්න මච්ඡරිය ම තමයි ඇති වෙන්නේ. අනිත් පැත්තෙන් අරවා කිරීම නිසා, ලෝභ ද්වේෂ, මෝහ ඇති වෙලා ඉතින් ඒවා නිසා අපිට ඒ මච්ඡරිය කියන එක හැදෙනවා. එතකොට මේ විදිහට බැලුවහම නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය.

ඒ කියන්නේ මච්ඡරිය කියන එක පහ වෙනවා නම් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය. ඊර්ෂ්‍යාව අයිත් කළහම අපිට ඇති වෙනවා නේ ආකාසානඤ්චායතන. මක්බය පහ කළා ම විඤ්ඤාණඤ්චායතනය. සායේයා කියන එක පහ කළා ම හත් වෙනි ධ්‍යානය. මච්ඡරිය කියන එක පහ කළහම අට වෙනි ධ්‍යානය කියන එක එනවා. ඉතින් ඒ කියන්නේ මච්ඡරියට එන්නා වූ පාරවල් කියන ඒවා මාන පාර ඒවා ඔක්කොම ඒවා කැපිලා යනවා, ඒ මච්ඡරියන් අතහරිනවා කිව්වහම.

ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

16/10/2014 - නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන

Nevasaññānāsaññāyatana

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා, ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඉඳන් සහම්පති බුදුපියාණන් වහන්සේ දක්වා ඒ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියවරු දාහතර නම වශයෙන්.

එතකොට ඊයේ භාවනාවේදී මච්ඡරිය කියන එක නැති නම් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය බව සිහි කළා. සිහි කරලා ඒකට සමවදින කෙනෙකුට, සඤ්ඤාව කියන එක පරාමාස වෙනවා. නමුත් අර වේදනාවේ ඉඳන් වේතනාවට යන්නා වූ කියන පාර නෑ. මේ නිසා මිද්ධය කියන එක නෑ. නමුත් ඊන ස්වභාවය තියෙනවා. කුමක් හින්දා ද?

සංස්කාරයන් හැදූවා. ඊන ස්වභාවය තියෙන්නේ මොකද්ද? සකස් කළ නිසා. එතකොට එතෙත්දී එනවා උඩ දැන් සංස්කාරය සකස් වුණාට පස්සේ, විඤ්ඤාණයේ ඉඳන් පල්ලෙහාට ගමන් කිරීමක් කියන එක එනවා. ඒ පල්ලෙහාට ගමන් කිරීමක් කියන එක එනවා කිව්වහම, මේක දැන් අර push කිරිල්ලක් වෙන්නේ නෑ. අර ඒ අගය ම දෙකට බෙදිලා පරාමාසයට එකක් යනවා ඊනයේ ඉඳන්, එකක් යනවා ඉදංසච්චය කියන එකට.

එතකොට ඒක පල්ලෙහාට එනවා පරාමාසයේ ඉඳන් මෝහ අගතියට යන පාරයි, ඉදංසච්චයේ ඉඳන් භය අගතියට යන පාරයි අපි එතන්ට හිතමු B කියලා. උඩ ඊන අවස්ථාව A කියලා. එතකොට ඒ ඊනමිද්ධ ස්වභාවය ම පරාමාසයට යනවා. ඒක ම ඉදංසච්චයට යනවා. මෙම අගයන් දෙක එක සමානව පරාමාසය තුළත්, ඉදංසච්චය තුළත් නොපවතියි. කුමක් නිසා ද?

තමා නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය ගැන පෙර ඇසූ විස්තරය පරාමාසය තුළ තියෙනවා. සත්‍ය වශයෙන් ම තමා වින්ද, දැන් පිහිටුවන විත්තය ඉදංසච්චය තුළ තියෙනවා. මේ නිසා අර පල්ලෙහා B point එකේ, ඒකෙ පල්ලෙහා cross එක තියෙන්නේ, ඒ පාරවල් දෙකේ වෙනස තියෙනවා. මේක හරියට අර නිදා ගත්ත පුද්ගලයයි, ඇදට ගිහිල්ලා නින්දා යෑම සඳහා උත්සාහ කරලා හරියට නිදා ගත්තා ද නොදන්නා පුද්ගලයායි වාගේ. ඕකේ මනස නොදන්නා බව නිසා වෙනසක් පවතිනවා. ඔය නිදා ගැනීමට එම රූපයේ, ඒ කියන්නේ කයේ නිරෝධය සඳහා මෙම සංස්කාර දෙකේ වෙනසට දක්වන ප්‍රතිචාරය නිසා සැකයක් ඇති වෙනවා. එතකොට මට නිදා ගන්න ඕනෙයි කියලා හැඟීමක්, ඒ වගේ දෙයක් තියෙනවා.

එතකොට ඒ කැමැත්ත නිසා එයාගේ කාම ආශ්‍රවය දක්වා ගමන් කරනවා. කාම ආශ්‍රවය කියන්නේ අරකෙ නිරෝධය සඳහා එයා කරන්නා වූ දේමයි මේ පෙනෙන්නේ. එතකොට යම්කිසි රූපයක් නිරුද්ධ වීම සඳහා ඒ රූපය මට අවශ්‍ය නැති යැයි කියමින් රූපය ස්පර්ශ කරන මෙන් හිතන්න ඕනෙ. මට රූපය එපායි කියලා කියන්නා වූ පුද්ගලයෙක්. මේක නිරෝධයට තමයි මට ඕනේ කියන එක.

එතකොට remainder of volitional formations කියලා කියනවා නේ. ඒ සංස්කාරයෙන්, පෙර කරා වූ සංස්කාරයෙන් පමණයි කියලා. ඒකේ මොකද්ද අර්ථය? ඒ A point එකයි B කියන point එකයි අතර වෙනසක් නෑ. උඩ අර මේ ඊන අවස්ථාවෙයි පල්ලෙහා තියෙන එකෙයි මොකද මේ දෙක එකක් පරාමාසයට ගිහිල්ලා ආවා අනිත් එක ඉදංඝච්චයට ගිහිල්ලා ආවා. මේ පාරවල් දෙකේ විතරයි වෙනස තියෙන්නේ. හැබැයි මේකේ value දෙකේ වෙනසක් ඇත්තේ නෑ. අන්න ඒකයි තියෙන්නේ, අතන adjustment එක වෙලා තියෙනවා යම්කිසි ආකාරයකට.

ඔන්න ඕක තමයි භාවනාව ඔය නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය ගැන තමයි භාවනාව.

17/10/2014 - නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන 2

Nevasaññānāsaññāyatana 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්, මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මං අර ඊයේ භාවනාව නැවත කළා නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට යන භාවනාව. එතකොට එහෙම කරලා ඊට පස්සේ මම බැලුවා මේ හත් වෙනි ධ්‍යානයයි මේකයි අතර වෙනස මොකද්ද කියන එක. හත් වෙනි ධ්‍යානයේදී අර වේදනාවේ ඉඳන් වේතනාවට යනවා. වේතනාවේ ඉඳන් ඉදංසච්චයට යන එක කැපෙනවා කියන එක රහතන් වහන්සේ පෙන්වුවා නේ. එතකොට ඒ පාරවල් දෙක කැපෙනවා.

ඒ පුද්ගලයා තුළ මේ සංස්කාරයට ඇති අභංකාර අගය කියන එක එයාගේ පවතිනවා. එයා මමංකාරයක් කරන්නෑ. දැන් වේදනාවන් එහෙම මගේ කියලා ගන්නෙ නෑ නේ එයා. නමුත් ඒ සංස්කාරයන්ට අභංකාර අගය තියෙනවා. ඒ පිළිබඳ හැඟීම් තියෙනවා ඒ පුද්ගලයාට.

නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට යන පුද්ගලයාට මෙහෙම හැඟීමක් නෑ. ඒ කියන්නේ ඔය ඉදංසච්චයේ ඉඳන් භය අගතිය දක්වා යන රේඛාව තියෙනවා නේ. ඒක ගැන හැඟීමක් නෑ. එයා අගයක් පවරන්නේ නෑ ඒකට.

දැන් මේ ඉදංසච්චයේ ඉඳන් භය අගතියට ඒ පාරේ යන එක ඉතාමත් ම සියුම්ව සිදු වෙනවා. එතකොට ඒ කියන්නේ හරියට මේක නෑ වාගේ. භය අගතියේ ඉඳන් වේදනාව දක්වා යන රේඛාව එයාට ස්වභාවිකව පවතිනවා.

ඒ කියන්නේ දිවියි අනුසය තියෙන නිසායි ඒක ඒ විදිහට එයාට ඒක සිද්ධ වෙන්නේ. දිවියි අනුසයෙන් ඒ මේක සිද්ධ වෙනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට එතන තව භාවනාවක් තියෙනවා. ඉස්සරහට කරන්නේ, රහතන් වහන්සේ එතන නැවැත්තුවා. ඒකේ, ඒක අපි හෙට බලමු.

18/10/2014 - නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන 3

Nevasaññānāsaññāyatana 3

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඊයේ භාවනාව නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන භාවනාව නැවතත් මං මෙනෙහි කළා. අර ලෝභය නැති කරමි කියනකොට අර ජාතිය වේදනා වේතනා කියන කැල්ල අයිති වෙන්නේ ලෝභ කැල්ලට. ඒක ඇතුළත් වෙනවා. ද්වේෂය නැති කරමි කියලා කල්පනා කළා ම මේ දෝස කොටසට අපිට අයිති වෙනවා භය අගතිය ඉඳන් ඒ වේදනාවට එන්නා වූ කොටස අයිති වෙනවා.

එතකොට මෙහි දී වේදනාව සඳහා හඳුනා විත්ත සංස්කාර push කිරීම, අර ධාරාව ගලන්න උදව් උපකාර වෙනවා අර ද්වේෂයෙන් අර මට මේ වේදනාව ඕනෙයි කියන අර්ථය කියන එක තියෙනවා. දැන් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියාටත් තියෙනවා මේ හොඳ ම වූ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයක් හඳුනවා කියන අදහස.

ඒ කියන්නේ හැඟීම තියෙනවා. Perfect කිරීමට උත්සාහයක් පවතිනවා. මේක නිසා එයා මෝභයෙන් අගතියට යනවා කියන එක මට තේරුණා. අර පරාමාසය, ඉදංසච්චය, භය අගතිය, මෝභ අගතිය. එතකොට අර ඉදංසච්චයේ ඉඳන් මෝභ අගතියට යනවා කියන කැල්ල එතන සිදු වෙනවා. ඉතින් මේ අවස්ථාවේ දී ඒ h1, h2 කියන එක විමසුවා. දැන් මෙයාට ඕනි දැන් මම දන්නා වූ පරාමාසයේ තියෙන්නා වූ එකයි, ඉදංසච්චයේ තියෙන එකයි දෙකක් අතර වෙනසක් තියෙනවා නේ. එතකොට මෙයාට මේ කොහොම ද h1, h2 දුවන්නේ කියන එකයි මං කල්පනා කළේ.

එතකොට මෙතෙක්දී මං බුදුපියා විමසුවා ම, දැන් මෙතන අර සංස්කාරවලට මානයක් නෑ නේ මෙයාගේ. වේදනාවේ ඉඳන් වේතනාවට යන්නා වූ කතාව නෑ. එතකොට h1, ඒ කියන්නේ වේදනා වේතනා පාර නෑ, නිසායි මේකෙ ප්‍රශ්නේ තියෙන්නේ. එතකොට, එහෙම නම් ඕගොල්ලන්ට ජේතවා සඤ්ඤාව වේදනාව පරාමාසය කියලා එතන ම හැදෙනවා h1 කියන එක. ඇයි මෙතන මැද්දේ කැල්ල නැති හින්දා, වේදනාවේ ඉඳන් ම තමයි h1 එක තියෙන්නේ. එතකොට ලොකුවට h1 එකක් තියෙනවා. ඊළඟට ගත්තහම h2 වල අගය කියන එක ගත්තහම එතන ඒ අගය බිංදුවයි.

ඒකේ වෙලා තියෙන්නේ, සඤ්ඤා පරාමාස භය අගතිය කියන එක සිද්ධ වෙනවා. ඇයි සඤ්ඤාවේ ඉඳන් නේ එන්නේ. ඊළඟට ඉදංසච්චයේ ඉඳන් භය අගතියට කියන එක, ඒක එනවා. ඒ දෙක තමයි විමසන්න ඕනෙ. එකවරක් හරි පරාමාස වෙලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ පරාමාසයේ තිබෙන්නා වූ අගය ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙලා තියෙනවා.

දැන් මෙතෙන්දි අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක එයාට ඇති වෙනවා. දැන් මෙහෙම වුණහම ඉතින් මෝහ අගතිය වෙලා තියෙනවා. මෙයාගේ තියෙනවා නේ අර perfect කරමි කියන හැඟීම.

මේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය යම් ආකාර ද, හොඳ ම නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය කියන හැඟීම තියෙනවා නේ. අන්න ඒ අර්ථයක් තියෙනවා. එතකොට මේ ඉදංසච්ච අගයන්, පරාමාස අගයන් අතර වෙනස විඤ්ඤාණයේ හටගෙන තියෙනවා. එතකොට මේකෙදි නන්දි සහගත වූයේ අර නන්දියෙන් ජාතිය ජාතියෙන් වේදනාව කියන කතාව, එතන පාර සියුම්ව ක්‍රියාත්මක වෙනවා.

එතකොට මෙවැන්නෙක් තුළ විඤ්ඤාණ ධාරාව බාධාවකින් තොරව ගලනවා. අර 90% of the time කියන එක තියෙනවා නේ. එතකොට අර රූපය කරා නම් නේ මේක upset යන්නේ. 90% of the time මේක හොඳට ඒක තියෙනවා කියන එක තියෙනවා.

ඒක තමයි භාවනාව.

19/10/2014 - කාමාසව භවාසව දිට්ඨියාව

Kāmāsava Bhavāsava Diṭṭhāsava

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්, මේ විදිහට ම දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට මම බැලුවේ අපි දන්නවා සිලබ්බත උපාදානය නිසා ඒ රේඛා දෙක අපි දන්නවා අපි යනවා කියලා වේදනාවේ ඉඳන් උඩ වේතනාවට, වේතනාවෙන් පරාමාසයට. ඒ රේඛා දෙකෙන් තමයි සිලබ්බත උපාදානය. එතකොට ඒක නිසා අර කාම තණ්හාව කියන එක වේදනාවේ ඉඳන් පරාමාසගත වෙනවා. ඒක තමයි කාම තණ්හාව කියලා කියන්නේ.

එතකොට අපි දන්නවා හතර වෙනි රවුමේ හතර කියන එකෙන් පස්සේ තමයි කාම ආශ්‍රවය කියන එක ඇති වෙන්නේ. එහෙම නම් පරාමාස වුණාට පස්සේ. එතකොට එහෙම නම් කාම තණ්හාව කෙළවරේ කාම ආශ්‍රවය කියන එක තියෙනවා. ඒක ඇති වෙනවා පරාමාසය කියන තැනට.

ඊළඟට අපි දන්නවා හව තණ්හාව කියන එක ඔය වේදනාවේ ඉඳන් පල්ලෙහාට යන triangle එකයි, ඒ කියන්නේ පල්ලෙහාට අපි හය අගතියට යන කැල්ලයි කියන එක. එතෙත්දි අපි බැලුවා දිට්ඨි උපාදානය කියන එක ඇති වෙනවා, උඩ ඉඳන් වේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට එන අත්තා කියන කැල්ලයි, ඊළඟට හයේ අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට එන කැලි දෙකෙන් දක්වන්න පුළුවන් කියලා අපිට, ඒ දිට්ඨි උපාදානය. ඒ දිට්ඨි උපාදානය නිසා අර අත්තානුදිට්ඨිය කියන එක ඇති වෙනවා පරාමාසයේ ඉඳන් හය අගතියට කියන තැනට එන්න. අන්න එතන ඕක ඇතුළේ තියෙනවා කාම උපාදානය කොටසකුත්, අර අත්තා කියලා ගත්ත නිසා ඒ පල්ලෙහාට එන කැල්ලේ පෙන්නනවා ඒක තමයි හව තණ්හාව කියනවා.

එතකොට ඔය හව තණ්හාව කියන එක ඇති වෙනකොට, හව ආශ්‍රවය කියන එක අපි තේරුම් ගත්තා ඕක ඇති වෙන්නේ අර පස් වෙනි රවුමෙන් පස්සේ කියලා. එතකොට හරි නේ. 5A කියලා කියන්නෙන් ඔය line එක ම තමයි. අපි 5A කියලා ලකුණු කරන්නෙන් ඕක ම තමයි. එතකොට ඒකේ තියෙනවා ඒ අත්තා කියලා අරගත්තා කියන එක. ඒක නිසා මෙතන මේ පල්ලෙහා හය අගතිය කියන තැනට ආවා නම් ඒ කියන්නේ අපිට හව ආශ්‍රවය කියන එක ඇති වෙලා තියෙනවා. හව තණ්හා හව ආශ්‍රව

එතන. කාම තණ්හා කාම ආශ්‍රව, භව තණ්හා භව ආශ්‍රව කියන කතාව දැන් තියෙනවා අපිට.

එතකොට ඔතෙන්දි මම ඊළඟට කල්පනා කරන්න ගත්තේ මේ දිටියි ආශ්‍රවය කියන එක. එතකොට දිටියි ආශ්‍රවය කියන එකට එතෙන්ට එතකොට ජේනවා මේ කාරණා තුනකින් රහතන් වහන්සේ පෙන්නවා “මෙතෙන්ට ආවා නම් භය අගතිය කියන තැනට, පාරවල් තුනකින් එන්න පුළුවන්කම තියෙනවා.” ඒ එකක් තමයි අපි දන්නා වූ දිටියි ආශ්‍රව පාරේ එන්නා වූ දැන් ඔය භව තණ්හාව කියන ලකුණු කරපු පාරේ ම ඒක තියෙනවා. ඒ පාර දිගේ ආවා නම් ඉතින් දිටියි ආශ්‍රවය කියන එක ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඊළඟට ගත්තහම අර මානය ඇති වෙලා මාන පාරේ ආවා නම් ඒකත්, එතනිනුත් අපි දිටියි ආශ්‍රවයට කියන එකට එනවා.

ඊළඟට ආපහු තියෙනවා අර මෝහ අගතියේ ඉඳන් භය අගතියට එන්නා වූ පාරක්. ඒක හැදෙන්නේ කොහොම ද, මෝහ අගතිය නිසා අර සංස්කාර **CROSS** එක තියෙන තැනට ආවා. එතනින් පල්ලෙහාට ආවා මේවා එකට. ඒක සමාන වෙනවා මෝහ අගතියේ ඉඳන් භය අගතියට එනවා කියන එකට.

ඔය පාරවල් තුනෙන් කොයි එකෙන් හරි ආවා නම් එහෙනම් දිටියි ආශ්‍රවය කියන එක රහතන් වහන්සේ පෙන්නවා. එහෙනම් භව ආශ්‍රවය කියන තැනට අපි පල්ලෙහාට ආවා නම් භව ආශ්‍රවය කිව්ව තැන ම දිටියි ආශ්‍රවය කියන එක එනවා. ඒ කැලී තුනෙන්.

ඉතින් ඕක තමයි මම බැලුවේ, අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කතාව තාම බැලුවේ නෑ. ඒක ඉතුරු කරා ඊළඟ භාවනාවට කරන්නයි කියලා. ඒක ඊට වඩා ටිකක් ගැඹුරුයි නේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එකේ ගත්තහම අපි දන්නවා නේ ඒ රවුම දහයෙන් පස්සෙයි කියලා. එතකොට ඒක, ඒ කතාව බැලුවේ නෑ. මෙන්න මේ කාරණා තුන තමයි මම බැලුවේ භාවනාවෙන්. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

20/10/2014 - දිට්ඨි අනුසය

Ditthi Anusaya

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාරය වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට බුදුවරු දාහතර නම ම වැද නමස්කාර කළා.

ඊළඟට ලෝභය නැති කරමි කිව්වහම ඉතින් මම කල්පනා කරා අපි නිතර ම හදන්නෙ මේ ශරීරය මදුරුවෙක්වත් කන්නේ නැතුව මේක පවත්වන්න. එතකොට ඒකේ තියෙනවා අපේ ඒ ලෝභයත් එක්ක අර නිත්‍යභාවයක් කියන එක. මේක උත්පත්තියට ගිය වෙලාවේ ඉඳන් මේක පවතියි කියලා ඉතින් ඒ කතාවක් තියෙනවා.

එතකොට ද්වේෂය නැති කරමි කිව්වහම ඒක පොඩ්ඩක් වෙනස් වුණා නම් විපරිණාමයට පත් වුණා නම් මදුරුවෙක් කැවා නම් ඒ වාගේ එකක් උඩ ඒක ගැන ඔන්න ද්වේෂය කියන එක.

ඊට පස්සේ අර මෝභය නැති කරමි කියනකොට මං කල්පනා කළා අර, අර ලෝභය නිසා ඇති වුණා වූ නිත්‍යභාවය කියන එක තියෙනවා. මේක තමයි මේ පවත්වන්න හදන්නේ. එතකොට ඉතින් ඔය නිත්‍යභාවය තියෙනවා නම් අපි ඉතින් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එකට එහෙම යනවා.

ඒ පාර මම, එතෙන්නට ඇවිල්ලා මම කල්පනා කළා අර ඒ දිට්ඨි අනුසය පාර. ඒ දිට්ඨි අනුසය පාරේ ආවහම එතන තමා අපි විභව තණ්හාව කියන එක කිව්වෙ. ඉතින් ඒ විභව තණ්හාව නිසා අපිට ඇති වෙනවා මේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක. එතකොට ඒ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක අර වේදනාව කියන තැන තමයි එතෙන්නට එන්නෙ. මොකද අර වේදනාව නිසා අර, දැන් ශරීරයක් අපි ඇති කරගත්තා, ඒ ශරීරය පවතියි කියලා කරගන්නා වූ ඇති වුණා වූ නිත්‍යභාවය කියන එක. එතකොට ලෝභයෙන් ඇති වෙව්ව එක ම තමයි මෙනෙ මේක පවතින්නේ කියලා.

ඉතින් ඔන්න ඔය තත්වයට එනකොට මට ඒ රූප ඡේතවා, ඉතින් මට තේරුණා ඉතින් ඉහළට ම මනස නැංවිලා තියෙන්නේ. රූප ඡේතවා, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට යනවා, ඔය විදිහට දිගට ම ඒක පැවතුණා.

එතකොට අර වට වශයෙන් බලන්න ගියා ම ඉතින් අර මේ, දහයෙන් පස්සෙයි කියලා කිව්වා නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක. එතකොට නමයේදි අතන ඇති වෙලා දිට්ඨි, ඒ කියන්නේ ඊනම්ද්ධ ස්වභාවය කියන එක ඇති වෙලා, ඒ කියන්නේ දිට්ඨි ආශ්‍රවය

එතන තියෙන්නේ. ඉතින් එතනින් පස්සේ මේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක වෙනවා කියන එක විතරයි මට බලන්න හම්බවුණේ.

ඒක තමයි කරපු භාවනාව.

21/10/2014 - අවිජ්ජා ආසව

Avijjā Āsava

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාරය වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම ඔය, අර කලින් කරපු භාවනාව ම තමයි කළේ. අර ඒ භාවනාවන් ටික ඔක්කෝම ගත්තා ඒ කාම තණ්හා, භව තණ්හා, විභව තණ්හා කියන තුන ඇති වෙන හැටි. ඒ කාම තණ්හාවට වෙනවා සීලබ්බත උපාදානය, කාම තණ්හාව කාම ආශ්‍රවය. ඊළඟට දිට්ඨි උපාදානය, භව තණ්හාව භව ආශ්‍රවය. ඊළඟට බැලුවා අත්තවාද උපාදානය, ඒකෙන් විභව තණ්හාව, ඊළඟට අවිද්‍යා ආශ්‍රවය. අර කොටස් තුනට ආවායි කියන එක අර පහුගිය දවස්වල කරපු භාවනා හතර ම ඒක බැලුවා.

ඒක බලලා ඉවර වෙලා මං කල්පනා කළා මේ තණ්හාව නිරෝධ වෙනවා නම් දුක්ඛය නිරෝධ වෙනවා. එතකොට මම කල්පනා කළා දිට්ඨි උපාදාන නිරොධො, භව නිරොධො. එතකොට භව නිරොධො කිව්වහම භවයයි විභවයයි දෙක ම ගත්තා මං.

අන්න ඒ අවස්ථාවේ දී මං හොඳට දැක්කා මේ හොඳට මනෝමය කාය ඇවිදිනවා ආලෝකයෙන් යුතුව ජේනවා කියන එක. ඒ point එක මං හොඳට දැක්කා. ඊට පස්සේ ඒ තුන ම නිරෝධය. දැන් මේකේ එකක් ගියාට හරියන්නේ නෑ, සියලු උපාදානයන් නිරෝධ වෙන්න ඕනෙයි කියන එක කල්පනා කළහම, ඇයි ඉතින් කාම තණ්හාව තියෙනවා නම් generate වෙනවා නේ. ඒ ඔක්කෝම ගත්තහම ඉතින් අර නිරෝධයට ම යනවා. එන්න ඒ භාවනාව තමයි මං ඉතින් නිරෝධයට ගිහිල්ලා මං එහෙම හිටියා.

ගිහිල්ලා එලියට ආවා නම් ආපහු අරක මතක තියෙනවා. ඒ නිරෝධ වෙනවා නම් මේක නිරෝධ වෙනවා කියන එක. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

ජාති නිරොධො කියනකොට ඉතින් අර අනුසය පාරෙන් ගිහිල්ලා වේදනාවට දැන් ඇවිල්ලා නේ තියෙන්නේ. එතෙක්දී ඒ කියන්නේ හයේ අගතියයි වේදනාවට එතකලයි ඇවිල්ලා. භව කියලා කිව්වහම මම ගත්තා නේ භවයයි විභවයයි කියන එක දෙක ම. එතකොට අර උඩට රූපයට ජේනවා පල්ලෙහා පැත්තට ජාතිය ජේනවා. එතකොට ඔය දෙකේ නිරෝධය කියන එක, ඒක සම්පූර්ණයෙන් හිතුවහම තමයි ඉතින් නිරෝධය කියන එක.

22/10/2014 - යම්පිච්ඡං න ලභති තම්පි දුක්ඛං

Yampiccham na labhati tampi dukkham

මම භාවනාවට කළේ, ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවත්ත, ප්‍රඥාවත්ත, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් සිහි කළා. ඊට පස්සේ දාහතර නමට ම වැඳ නමස්කාර කළා.

මං භාවනා කළේ, ඕගොල්ලන්ට මතකයි අර අපි භාවනාවක් කරලා තියෙනවා කලින් අර නන්දි භාවනාව. ඒ කියන්නේ අර සඤ්ඤාවේ ඉඳන් චේතනාවට යනවා නම් ඒක නිසා අපි, ඊට පස්සේ අපිට ඇති වෙනවා කියලා අර මරණයේ ඉඳන් ව්‍යාධිය දක්වා.

මරණයේ ඉඳන් ව්‍යාධිය දක්වා ගියා නම් ඊට පස්සේ අපි එනවා අර යම්පිච්ඡං න ලභති තම්පි දුක්ඛයේ ඉඳන් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට. ඊට පස්සේ අපි දන්නවා අර පරිදේවයේ ඉඳන් සෝකයට යනවා කියන එක D කියන එක. පරිදේවයේ ඉඳන් සෝකයට ගියා නම් ඊට පස්සේ තමයි අපි කබලිංකාර ආභාරයේ ඉඳන් සඤ්ඤාවට යන්නේ කියන එක.

දැන් ඕක අනිත් පැත්තට බැලුවා මම. ඒ කියන්නේ කබලිංකාර ආභාරය නිසා සඤ්ඤාවක් ඇති වෙනවා නම්, එහෙම නම් අපි පරිදේවයේ ඉඳන් සෝකයට ගිහිල්ලා තියෙන්න ඕනෙ. පරිදේවයේ ඉඳන් සෝකයට ගිහිල්ලා තියෙනවා නම්, එහෙනම් යම්පිච්ඡං න ලභති තම්පි දුක්ඛයේ ඉඳන් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට ගිහිල්ලා තියෙන්නෙ. යම්පිච්ඡං න ලභති තම්පියේ ඉඳන් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට ගියා නම් එයිට ඉස්සෙල්ලා අපි මරණයේ ඉඳන් ව්‍යාධියට ගිහිත් තියෙන්නෙ. මරණයේ ඉඳන් ව්‍යාධියට ගියා නම් එයිට ඉස්සෙල්ලා අපි සඤ්ඤාවේ ඉඳන් චේතනාවට ගිහිල්ලා තියෙන්නෙ.

එතකොට එහෙම නම් චේතනාව කියලා කියන්නේ කර්මය. එහෙම නම් මං කල්පනා කළා එහෙනම් අපි කර්මයක් කරලා තියෙන්න ඕනෙ. ඒ කියන්නේ දස අකුසලය කියන එක තියෙනවා නම් කර්මයක් කරලා තියෙනවා. එතකොට ඒ කර්මය, එතෙත්දි රහතත් වහන්සේ “සාධු සාධු” කියලා කිව්වා, ඒ කියන්නේ අපි අපේ අතීතයේ කළා වූ කර්මයක් ඒක අපි අවසන් කරගෙන නැතුව එතන පවතින්නා වූ ස්වභාවය තියෙනවා නේ.

එතකොට ඊළඟට ගත්තහම දැන් කරන්නා වූ කර්මයක්, ඒ කියන්නේ මිච්ඡා දිට්ඨිය තියෙනවා නම් ඔතන අපි කර්මය කියන එක ගන්නවා. එතකොට මොන ආකාරයක හරි කර්මයක් අපේ තියෙනවා මිච්ඡා දිට්ඨියක් අහිඡ්ඤාවක් ව්‍යාපාදයක් ඒ විදිහට

තියෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ අර අපේ මේ කබලිංකාර ආහාරයෙන් සඤ්ඤාවට එනකන් එතෙන්ට යනවා කියන එක සිද්ධ වෙනවා.

ඔන්න ඕක තමයි මං කළේ. ඒක ඉහළ ම වූ භාවනාවක් ඒ විදිහට කළා ම, අනිත් පැත්තට බැලුවහම හරි ම ගැඹුරුයි මේ විදිහට. මොන ආකාරයකට හරි දෙයක් තියෙනවා නම් ඒක සිද්ධ වෙනවා.

23/10/2014 - විශේෂ ඉදිරි

Iddhi Special

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් සිහි කරලා, ඊට පස්සේ දාහතර නම ම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

මම ඊයේ භාවනාවේ කෙළවර තමයි නැවතත් බැලුවේ. ඊයේ භාවනාව මතකයි නේ අපි කිව්වා අර A, B, C, D, E කියන එක. ඒ කියන්නේ කබලිංකාර ආහාරයේ ඉඳන් අපි සඤ්ඤාවට යනවා කියන එක. ඒක වෙන එකේදි අපි අනිත් පැත්තට බලාගෙන ගියා ම අපිට ආවා, අපි චේතනාව කියන එක ආවා. A කියන එක වෙලා තියෙන්න ඕනෙ අර සඤ්ඤාවේ ඉඳන් චේතනාවට එනවා කියන එක එනවා. කර්මය කියන එක තියෙන්න ඕනෙයි කිව්වා. ඒ කියන්නේ දුස්සීලභාවය කියන එක.

එතකොට දැන් අපි දන්නවා ධර්මයක්, ඒ දුස්සීලභාවය කියන එක තියෙනවා නම් පරියුට්ඨානය, පරියුට්ඨානයෙන් චේතනාව කියලා ඇති වෙනවා කියලා. එතකොට අනිත් අතට මට කල්පනා වුණා, ඒ කියන්නේ රහතන් වහන්සේ මට මුලින් ම බලන්නෙයි කිව්වා මං කලින් කරපු භාවනාව. කාම ආශ්‍රවයේ ඉඳන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට එනවා කියන භාවනාව. ඒකේදි අපි තේරුම් ගත්තා අවිද්‍යා අනුසය තියෙනවා නම් චිත්තස්ස සම්පලිබ්බාධය, එතනින් ඇති වෙනවා පරියුට්ඨානය, පරියුට්ඨානය ඇති වුණායින් පස්සේ අපි ආපහු එනවා ඒ චේතනාවට. ඇයි එතනින් යනවා නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවය දක්වා. එතකොට දැන් මෙතෙන්දි යන්නේ මේකෙන් කොටසක්. පරියුට්ඨානයට එනවා කියන එක.

එහෙම නම් දැන් බලන්න මේ කාරණා දෙක තමන්ට එකතු කරන්න පුළුවන්. මං ඕක දැක්ක ගමන් ම මට තේරුණා මෙතන මේ පැත්තෙ මේ ප්‍රඥා විමුක්තියයි, මෙතන විරිය ඉදිරියයි, ප්‍රඥාවයි කියන එකයි දෙක මේවා වෙලා තියෙනවා. ඊට පස්සේ දැන් මං මේ කාරණා දෙක ම එකතු කරලා බැලුවා. දැන් අපි එන්න ඕනෙ පරියුට්ඨානයට. පරියුට්ඨානයට ආවා නම් චේතනාව. එහෙම නම් අවිද්‍යා අනුසය, චිත්තස්ස සම්පලිබ්බාධය, පරියුට්ඨානය. ඒක එකක්. අනිත් අතට ගත්තහම අපිට ජේනවා දුස්සීලභාවය තියෙනවා නම් අපි පරියුට්ඨානයට එනවා කියන එක. එතකොට මේක මං බැලුවා මේක join වෙන විදිහ. එතකොට අපි දන්නවා මේ දුස්සීලභාවය තියෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ අර චේතනාවේ ඉඳන් භය අගතියට ආවා. භය අගතියට ආවා නම් එහෙනම් දිට්ඨි අනුසය කියන එකට අපි එනවා.

එතකොට අපි කලින් කරලා තියෙනවා භාවනාවක් දිටියී අනුසයට යමක් ආවා නම් wiper එක වාගේ. මේක ගිහිල්ලා අවිද්‍යා අනුසයට මේක එනවා කියන එක. එතකොට මෙන්ම මේ කාරණා ටික join වුණාට පස්සේ දැන් ඡේනවා එහෙම නම් මේ දුස්සීලභාවයේ තිබිවිව එක ම තමයි දිටියී අනුසය ආවා, ඒකෙන් අවිද්‍යා අනුසය කියන එකට ආවා. අවිද්‍යා අනුසය ආවායින් පස්සේ එතනින් අපිට විත්තස්ස සම්පලිබ්බොධය, විත්තස්ස සම්පලිබ්බොධයෙන් අපිට ඇති වෙනවා පරිශුච්ඡායාන ය කියන එක. ඒ කතාව ආවා නම් එහෙනම්, බලන්න ඒ පරිශුච්ඡායාන ලකුණු කරලා තියෙන්නෙත් අර කබලිංකාර ආභාරය තියෙන තැන ම යි නේ ද?

එතකොට එහෙම නම් කොහොම හරි සඤ්ඤාවට අපි යනවා. මේක නිසා සඤ්ඤාව ඇති කරගන්නවා කියන එක තියෙනවා. ඉතින් ඔන්න ඔය වුණහම මේ පැත්තෙ මේ වෙනො විමුක්තියයි, මේ පැත්තේ ප්‍රඥා විමුක්තියයි ඒවා ඔක්කොම තියෙනවා. මේ භාවනාවේ නම ඉද්ධි. මේක තමයි ඉද්ධි කියලා කියන්නේ. එතකොට මේ විදිහට පවතිනවා නම්, දැන් ඒ කියන්නේ ඕන ම වෙලාවක තමන්ගේ එල විත්තයන් නංවන්න පුළුවන්. මේ හතර හරියට ඕක තේරුම් ගන්න පුද්ගලයාට ඕන ම වෙලාවක ඒ එල විත්තය කියන එක නංවන්න පුළුවන් අන්න ඒක තමයි ඉද්ධිය කියලා කියන්නේ. කැමති වෙලාවක නංවන්න පුළුවන් වීම.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

24/10/2014 - චිත්ත පාරිසුද්ධ 2

Citta Pārisuddha 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ. මේ විදිහට දෙවන බුදුපියාණන් වහන්සේත්, තුන් වෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේත්, ඊළඟට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

මම භාවනාව පටන් ගත්තේ අර “පාණාතිපාතා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි” කිව්වහම ඉතින් පාණාතිපාතා නිසා ද්වේෂය, ද්වේෂය නිසා පාණාතිපාතය. එතකොට එතෙන්දි අපි, ද්වේෂය ඇති වෙන්න ඉස්සෙල්ලා අපිට තියෙනවා නේ රෝගී සඤ්ඤාවක්. ටීනමිද්ධය කියන එක ඇති වෙලා තියෙනවා. ඒ පාර ඒ ටීනමිද්ධය අවස්ථාව මං බැලුවා, අර මුලින් අපිට තියෙන්නේ මිද්ධ සහගත ස්වභාවය, ඊට පස්සේ අපිට තියෙන්නේ ටීන සහගත ස්වභාවය.

එතකොට ඒ තත්වයට පත් වුණහම අර කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියන්නේ. ඒකෙන් අපි push කරනවා. එතකොට අපි උද්ධව්වය බවට පත් වෙනවා. එතකොට එහෙම නම් අර උඩ ඉඳන් පල්ලෙනාට එනවා. ඉතින් ඒ අර මතක් වෙන්න ඕනෙ අර මලකඩ කාපු යකඩ ඇණයක් අරගෙන මේක පවත්වන්න උත්සාහ කරනවා කියන එක. කවදාවත් ඒක කරන්න පුළුවන් දෙයක් නෙමෙයි. මලකඩ කාලා තියෙන එක දිරනවා කියන එක තමයි තියෙන්නේ. ඉතින් එතෙන්ට ආවාට පස්සේ ඊට පස්සේ දැන් පහළට ආවා නම් විවිකිච්ඡාවයි, කඬිඬි විවිකිච්ඡති කියන දෙකයි තියෙන්නේ.

ඉතින් අන්න ඒ වෙලාවේදි මට කල්පනා වුණා අර ඊයේ භාවනාවත් එක්ක සම්බන්ධ වෙලා, දැන් ඊයේ භාවනාවේදි අපි දැක්කා නේ දුස්සීලභාවය කියන එක නිසා දිට්ඨි අනුසය, දිට්ඨි අනුසයෙන් ඊට පස්සේ අපි ඒක අවිද්‍යා අනුසයට wiper එක වාගේ තල්ලු කරනවා කියලා. එතකොට දැන් මෙතන අපිට ජේනවා මේ සැකය කියන එකට අපි ආවා ම, ඔය සැකය කියන එක, දැන් පරිදේවය සෝකය. නේ ද? එතකොට එහෙනම් පරිදේවයේ තියෙන අගය හරියට ම අර cross එකේ නේ තියෙන්නේ. හරහට තියෙන්නේ. එතකොට දුස්සීලභාවය තියෙන line එක.

එහෙනම් පරිදේව අගය කියන එක අවිද්‍යා අනුසයට copy වෙනවා. ඒක නේ push වෙන්නේ. සෝක කියන එකත් එහෙනම් අවිද්‍යා අනුසය කියන එකට push වෙනවා කියන එක තියෙනවා. එහෙම නම් අපි, අවිද්‍යා අනුසයේදි අපි ඒ පරිදේව සහගතව ජීවත් වෙන්නත් පුරුදු වෙනවා. සෝක සහගතව ජීවත් වෙන්නත් පුරුදු වෙනවා. ඇයි

අවිද්‍යා අනුසය කියන එක අපිට දැන් ඔය විදිහට ගොඩනැංවිලා තියෙනවා ඔය කාරණාවන් උඩ.

ඉතින් ඒ වෙලාවේ මට ඇහුණා “මුසාවාදා වේරමණි සික්ඛාපදං සමාදියාමි” කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ අර උඩ line එක මුසාව කියන එක මිච්ඡා දිටියේ නේ. ඒ මිච්ඡා දිටියේ තමයි පල්ලෙහාට බහින්නේ. අපි සුබයි කියලා ගන්නවා මුසාව, ඒක නිසා දැන් භය අගතියට කියන එකට ඇවිල්ලා එක පැත්තකින්. අනිත් පැත්තෙන් එනවා අපි අර ඉදංසව්වාහිනිවෙසකායගන්ථයට. ඔය line දෙක හරහා මේ එන්නේ. භය අගතියට ඔය කැලි දෙකෙන් ආවා. එතකොට මේක තමයි යන්නේ.

එතකොට මිච්ඡා දිටියේ ම තමයි copy වෙව් copy වෙව් අවිද්‍යා අනුසයට ඇතුල් වෙන්නේ. ඒක නේ අපි කිව්වේ අර දුස්සීල වෙන්න වෙන්න ඒක නිසා මිච්ඡා දිටියේ. අර මඩ වෙනවා බොර වෙනවා dye දානවා කිව්වේ. එන්න එන්න ම මොනවා ද, ඒවා ම තමයි අර සායෙයා ඇතුල් වෙනවා කිව්වා මිච්ඡා දිටියට. අන්න ඒ වාගේ දැන් මේ මිච්ඡා දිටියේ ම නැවත නැවතත් copy වෙව් එනවා අවිද්‍යා අනුසයට.

එතකොට අර පාරිසුද්ධිපධානියඬගය හතර භාවිතා කරගෙන ඉන්නවා ඇරෙන්න වෙන දෙයක් ඇත්තේ නෑ. සීලපාරිසුද්ධිපධානියඬගය, දිටියිපාරිසුද්ධිපධානියඬගය, එතකොට චිත්තපාරිසුද්ධිපධානියඬගය, විමුක්තිපාරිසුද්ධිපධානියඬගය භාවිතා කර කර ඉන්නවා ඇර වෙන දෙයක් නැහැයි කියන එක. මේ විදිහට කළහම සිත පාරිශුද්ධයි. අන්න ඒ තත්වට තමන්ගේ සිත පත් වෙනවා. අර රවුම ම ඇවිල්ලා නේ තියෙන්නේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

25/10/2014 - පාරිසුද්ධ චිත්ත

Pārisuddha Citta

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාරය වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කළා. ඒ විදිහට දාහතර නම ම වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට මම කළේ අර කලින් කරපු භාවනාව ම තමයි. ඒ අසංඛෙය්‍ය සත්ව භාවනාව කියලා කලින් භාවනාවක් කළා. ඒකෙදි අර, ඒක කරන්න ඉස්සෙල්ලා මං පටන් ගත්තේ අර area 1 නිසා area 6 ඇති වෙනවා. එතකොට area 1 වලින් generate කරනවා. Area 6 වලින් maintenance කියන එක කරනවා. එතකොට දැන් මේක කරගෙන ගියා ම අපි දන්නවා මොකක් හරි වස්තුවක් නිසා කෙනෙකුට ඇති වෙනවා නම් අර සුභයි කියලා සිතුවිල්ලක් එනවා නම්, ඒ ඒක ධාරාව ගලන්න ඕනෙ නේ. අර පද්ධියමනසඛිකප්ප value එක නාමකායේ පටිසසම්ඵස්ස value එකෙන් push කරන්න ඕනෙ.

ඉතින් ඒ අසංඛෙය්‍ය සත්ව භාවනාවේදි කලින් කළේ, ඒක කෙරෙන්නැති අවස්ථාවන් තුනක් තියෙනවා, ඒ push කරන්නෙ නැති අවස්ථාවන්. ඒ පළවෙනි එක තමයි ඒ අර අසුභය, අසුභ යයි කියලා දන්නා වූ සද්ධන්තයා කියන එක්කෙනා. එතකොට ඒ කෙළින් ම ඒ අසුභය, අසුභ යයි කියන එකේදි මං මෙනෙහි කළේ මේ වෙලාවේදි අර ඒ මනුස්සයාගේ ශරීරය, සත්වයාගේ ශරීරය කියන එක ජරා ගොඩක්, කුණු ගොඩක්. මේකේ ඇතුළේ තියෙන්නේ අර වමනය වාගේ දෙයක්.

එතකොට මේ වමනය හරියට දැකපු මනුස්සයා ඒ වමනය සිහියේ තියෙනවා නම්, ඒ මනුස්සයා දන්නවා මේ වමනේ ගොඩක් තමයි මේ එන්නේ කියන එක. එතකොට මේක හමකින් වැහිලා මේක තියෙන්නෙ. ඒක හරියට නිකන් අර පාර්සලයක් මනුස්සයෙක් ඔතලා දෙනවා. ඔතලා දුන්නායින් පස්සේ දැන් මෙයා, මනුස්සයා හිතනවා මේක ඇතුළේ යම්කිසි හොඳ දෙයක් ඇතියි කියලා අර එළියේ තියෙන කඩදහිය දිහා බලලා. හම දිහා බලලා ඒ වගේ එකක් නේ කියන්නේ.

නමුත් ඇතුළේ ඔතලා තියෙන්නේ අසුවි ගොඩක්, වමනේ ගොඩක් කියන එක. ඉතින් ඕක ඔය විදිහට මම හිතුවා විතරයි, ඒක මනසට ආපු ගමන් ම කෙළින් ම එහෙම ම සිත නතර වුණා. සිත නතර වෙලා මං මිනිත්තු පහක් විතර ඔහොම හිටියා. දැන් ඉතුරු භාවනාව ඒකේ කාරණාවලට යන්න මේකක් නෑ.

ඒකෙන් ඉඳලා ඊට පස්සේ බොහෝ ම සැපතීන් ඉඳලා ආපහු එලියට ආපු වෙලාවේ, දැන් අර ඊළඟට දෙවෙනි පුද්ගලයා තමයි නිරෝධයට, නිරෝධසමාපත්ති ලාභියා. මෙයත් මේක push කරන්නේ නැහැයි කියන එක. ඉතින් ඒකේ ඒ කොටස බලාගෙන යනකොට රහතන් වහන්සේ කීවා ඒ “නිරෝධයට නොගියාට කමක් නෑ ඒ ආසන්න තත්වයට ඇවිල්ලා තියෙනවායි” කියන එක. මොකද ඒක ගියා නම් ඉතින් භාවනාව ඊළඟට කෙරෙන්නේ නෑ නේ.

ඊළඟට තුන් වෙනි කාරණයට ගත්තා අසංබෙයා සත්වයාගේ ඒ ස්වභාවය. එයාගේ තියෙන්නේ අර ස්පර්ශය කියන එක එයා දන්නවා. ඊට පස්සේ එහා පැත්තෙන් එයා දන්නේ මේ නාමරූප කියන එක, ඒ එයා ඒකට නාමරූපවලට එයා කැමති නෑ. විඤ්ඤාණය කිසිම ආකාරයකින් ඒක පවතිනවා කියන එකට එයාගේ කැමැත්තක් නෑ නාමරූප ධර්මයන්ගෙන් කියන එක.

එතකොට මේක මං ඒ සිහි කරගෙන යනකොට ඉතින් ඒ නාමරූපයට කැමති නෑ කියන්නේ සිතන්න කැමැත්තක් ඇත්තේ නෑ. එතකොට අර කලින් භාවනාවෙම උදව් උපකාරය එතනින් ලැබෙනවා. අර සිතන්නැතුව හිටපු අවස්ථාවේ ඇති වුණා වූ දේ තියෙනවා, හැබැයි මට තේරුණා ඒකේ වෙනස. වෙනස තියෙනවා හරියට. එතකොට දැන් කය ගැන විතරක් ඒක තියලා විඤ්ඤාණය සිතුවිල්ලක් නැතුව මේකේ පවතිනවා කියන එක හොඳට තේරෙනවා.

දැන් එතකොට මට තේරෙනවා මට දැන් රහතන් වහන්සේ කීවා “දැන් ඊයේ භාවනාවත් එක්ක සම්බන්ධ කරන්න” යි කියලා. එහෙම කීව්වට මගේ මනස එන්නේ නෑ. අර තැන ඉන්නවා. අර අසංබෙයා සත්වයාගේ තැන ඉන්නවා කියන එක මට හොඳට තේරුණා. තේරිලා මං දැන්, ටිකක් වෙලා ගිහිල්ලා මං කල්පනා කළා රහතන් වහන්සේට ගරු කරන්න ඕනේ. කීව්ව වචනේට ගරු කරන්න ඕනේ, මං එන්න ඕනේ කියන එක. ඉතින් මෙහෙම කල්පනා කළහම ඔන්න වුට්ටක් වෙලා යනකොට ඔන්න අර ඒක නිසා ඔන්න පොඩ්ඩක් එන්න පුළුවන්කම කියන එක ඇති වුණා.

ආපු ගමන් මට තේරුණා දැන් ඊයේ භාවනාවේ සම්බන්ධතාවය. මෙතනත් මිච්ඡා දිට්ඨිය නේ. මෙහෙම හරි ඉන්නවා කියලා තියෙන එක මිච්ඡා දිට්ඨිය. එතකොට මේකේ, මේක දිගේ පල්ලෙහාට බහිනවා ඕක තමයි සිද්ධ වෙන්නේ. අර ඊයේ භාවනාවේ කෙළවරට ආවා නේ අන්තිමට සියල්ල ම මේ මුසාව නිසායි කියලා. ඒක තමයි, බොහෝ ම සැපට හිටියා. ඒ භාවනාවෙන් ඒ තුනෙන් බොහෝ ම සැපට හිටියයි කියලා කියන්න පුළුවන්.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

28/10/2014 - ධම්මකිත්ති භාවනා 2

Dhamma Kitti Bhāvanā 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට ධම්මාධිපතිවිනයාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ධම්මාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ, ඒ තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියලා අර ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයේ ඉදන් ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගයට යන line එක මට සිහි වුණා. යමක් ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙච්ච විගසින් ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය වන්නේ ද කියන ප්‍රශ්නය මම කල්පනා කළේ, “එසේ නොකිය යුතුයි” කියන එක රහතන් වහන්සේ කිව්වා.

ඒක පරාමාසයට ඇදීමෙන් පසුව මේක සිද්ධ වෙන්නේ. එතකොට දැන් අපි දන්නවා අර විඤ්ඤාණකාය කියන එක හැදුණා, අර A කියන point එකට ආවා, එතෙත්දි ඒ පද්ධියමනසඬිකප්පයෙන් තමයි පල්ලෙහාට මේක push කරගෙන එන්නේ. ඒ line එක දික් කරොත් එන්නෙ දුක්ඛයට, විඤ්ඤාණයේ ඉදන් එන එක. එතකොට ඒ parallel line එක ගැන නේ අපි මේ කතා කරන්නේ. ජාතියේ ඉදන් මනොසඤ්චෙනනාවට යන line එකට parallel lines. ඉදංසච්චයේ ඉදන් ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගයටත් තියෙන්නේ ඒ parallel line එකක්.

එතකොට දැන් අපි bell shaped curve එකක අර A point එකේ ඉදන් B කියන එක දක්වා යෑම කියන එක ජාතිය වශයෙන් සලකන්න ඕනෙ. A කියන point එක නෙමෙයි ජාතිය වෙන්නේ. A සිට B දක්වා යෑම කියන එක. එතකොට මේ විඤ්ඤාණ ධාරාවේ යම්කිසි වෙනසක්, දැනගැනීමක් වෙයි ද ආන්න ඒක තමයි දුක්ඛය කියලා කියන්නේ. විඤ්ඤාණයෙන් දැනගන්නා. දැන් එතන දැනගන්නා කියලා කිව්වහම අපිට ජේනවා, කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් දැන් වතුර පාරක් ගත්තහම ඒ වතුර පාරෙ ඔන්න වෙනසක් වුණා. වතුර පාර අඩු වුණහම, ඒ කියන්නේ තමන්ට පෙර තිබුණා වූ සුඛය දැන් නැහැයි කියන අර්ථය තියෙනවා. වතුර පාර වැඩි වුණායි කියන්නේ?

ඒ කියන්නෙ වැඩි වෙලා තියෙන්නෙ රොඩ්පියි මඩපියි කියන ඒවා තමයි වැඩි වෙලා තියෙන්නේ. එහෙම නම් එතනත් ආපහු දුක්ඛය කියන එක. දැන් ජේනවා ද විපරිණාම දුක්ඛය කියන එක කොයි තරම් දුරකට එනවා ද කියලා.

එතකොට මේ වෙනස ඇති වීමෙන් අනතුරුව දෝමනස්සය කියන එක ඇති වෙනවා. මෙම විත්තයේ සටහන් වීම සිද්ධ වෙනවා. අර දෝමනස්සය කියන එක විත්තයේ සටහන් වීම. දුක්ඛය කියන එක විඤ්ඤාණකායේ සටහන් වෙනවා. විඤ්ඤාණකාය වශයෙන් වක්ඛු, සොත, සාන, මනෝ, විඤ්ඤාණ කියන ඒවා දැන යුතුයි. මෙය පංචඋපාදානස්කන්ධය පරිභාවිතා වීමෙන් ඇති වූ දෙයක්.

පරිභාවිතා වූණා කිව්වහම අර well developed කියන එකයි එතන තියෙන්නේ. මේ විදිහට මේ ජාති, දුක්ඛ, ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය කියන එක සිද්ධ වෙනවා කියන එක තියෙනවා. ඉතින් ඒක තමයි ඒ කරපු භාවනාව. මේක ධම්මකිත්ති භාවනා 2.

02/11/2014 - ඉද්ධිපාද

Iddhipāda

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාර වේවා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර ශ්‍රේෂ්ඨතම ඥානවන්ත ප්‍රඥාවන්ත පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට ඒ දාහතර නම ම සිහි කරලා වැන්දා.

ඊට පස්සේ මං පටන් ගත්තා, මට පටන් ගන්නෙයි කිව්වා ඡන්ද විත්ත විරිය විමංසා ඉද්ධිපාදයන් වඩම් කියලා. එතකොට මම බැලුවා අර විරිය කියන එක ගත්තහම, විරියො ව ඡන්දො කියලා යන්න හැදුවේ, විරිය කියන එක 3 ආකාර වූ විරිය. රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න, සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න, සංස්කාරය මගේ නොවෙන්න කියන එක. එතකොට ඒ විරියෙන් තමයි ඡන්දය කියන එකට යන්න. එතකොට නිකන් අර වක්ක diagram එකේ තිබුණා නේ. ඒකෙදි අර පල්ලෙහා විරිය උඩ ඡන්දය නේ. එතකොට ඒකේ දෙපැත්තෙන් තියෙනවා නේ කැලි දෙකක්. එතකොට දැන් එහෙම නම් මේ උඩට යනවායි කිව්වහම මෙතන මේ පැත්තෙන් දැන් මට නිකන් සම්බන්ධතාවය ඡේනවා. මේ තුන ම අයිත් කළහම නිර්වාණයට ම ඡන්දය කියන එක, ඒක පවතිනවා කියන එක.

එතකොට ඡන්දයෙන් ඊට පස්සේ අපි විත්තයට එනවා. එතකොට නිර්වාණයට විතරයි අතන ඡන්දය තියෙන්නේ. ඊට පස්සේ විත්තයට ආවහම එතන තියෙනවා අර නිවනට යොමු කරලා ඇති වුණා වූ ඒ සමාහිත බවක් කියන එක තියෙනවා නේ, විත්තයේ. එතකොට ඒක අර ද්වේෂය කියන එක, ඒක නැති කරනවා. මොකක් හරි නිවනෙන් පිටත දෙයක් ගත්තා නම් ඉතින් ද්වේෂයක් තියෙනවා. එතකොට ද්වේෂය කියන කතාව මෙතන නැති වෙනවා මොකද නිවනෙන් පිටත දෙයක් ගන්නේ නැයි කියන එක. ඉතින් ඒක නිසා ම අර උද්ධව්වය මගින් add වෙන්නා වූ, ද්වේෂයෙන් උද්ධව්වයට යන එක තියෙනවා නේ. ඒකේ add වෙනවා නේ දුස්සීලභාවය මිච්ඡා දිට්ඨියට. ඒක වෙන්නේ නැතෙයි කියන එකත් එතන එනවා.

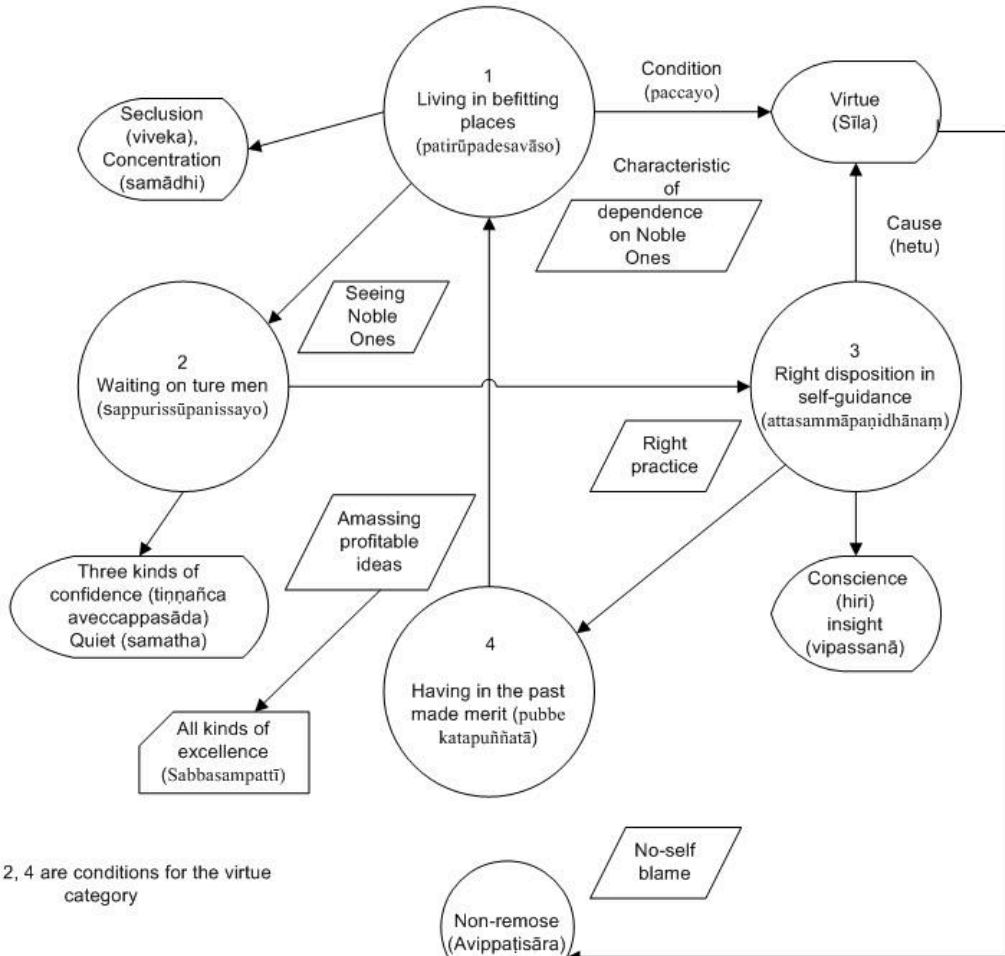
ඊට පස්සේ දැන් විත්තයෙන් එනවා අපි විමංසාවට, ඉද්ධිපාදයට. ඒ විමංසා ඉද්ධිපාදයට ආවහම එතන ඡේනවා විමංසා ඉද්ධිපාදයේදි අර විත්තයේ තියෙනවා නේ දැන් සමාහිත බවක්. මොකද නිර්වාණයෙන් තොර වූ දෙයක් ගන්නේ නෑ. ඒක නිසා ඇති වෙන්නා වූ සමාහිත බව කියන එක තියෙනවා. අන්න ඒ සමාහිත බව පැවැත්වීම කියන එක ඒ විමංසාව තුළ තියෙනවා.

දැන් අනිත් අතට ගත්තහම විමසා ඉද්ධිපාදයට දැන් එහෙම නම් ඒ තුන් පැත්තකින් සම්බන්ධතාවය තියෙනවා. ඒ කියන්නේ ඔය විත්තයෙන් ඔය විදිහට ඇවිල්ලා තියෙනවා සමාහිත බව පවත්වනවා කියන එක. අනිත් එක විරිය මගින්, දැන් විරිය නැත්තත් ඇති වෙන ප්‍රශ්නය තියෙනවා නේ, ඒ ප්‍රශ්නය කියන එක විරිය ඉද්ධිපාදය මගින් ඒක වළක්වනවා. එතකොට ඒකෙන් තමන්ට ජේනවා ඒ විමසාව කියන එකට විරියෙන් ඒ විදිහට support එක තියෙනවයි කියන එක. විත්තයෙන් ඒ විදිහට support එකකුත් තියෙනවා. ඊළඟට අනිත් පැත්තෙන් ගත්තහම ඒ ඡන්ද සමාධියෙන් ඒ විමසාවට support කරනවා.

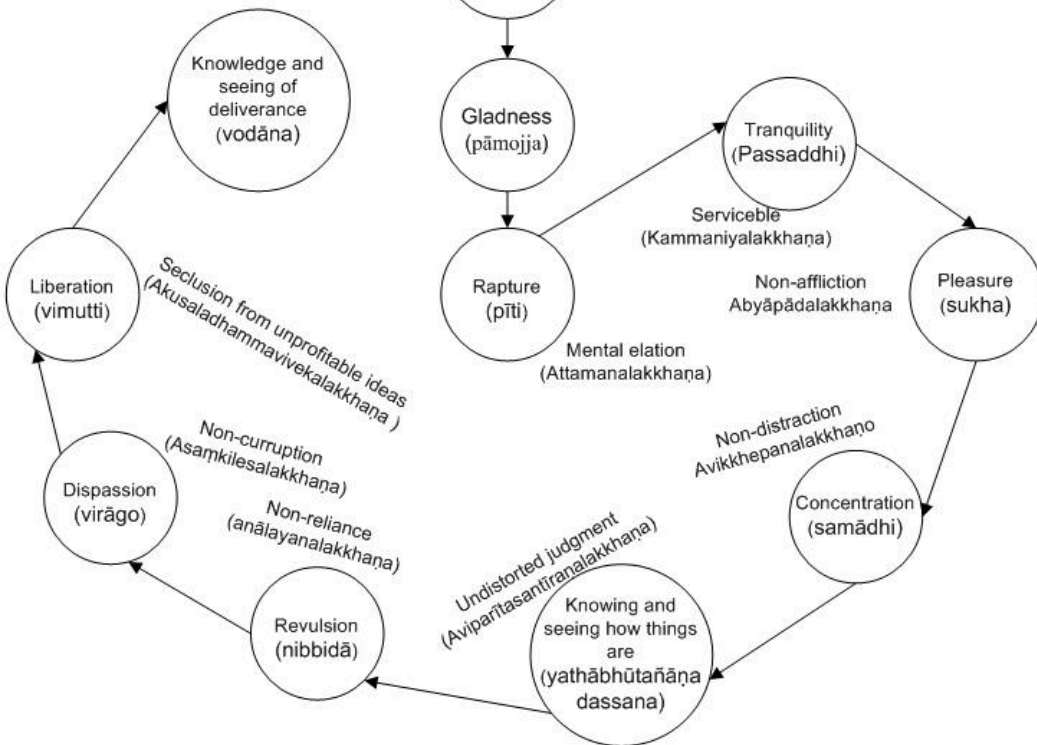
එතකොට මේ, ඒ තුන් ධර්මයෝ ම උදව් උපකාර කරනවා ඒ විමසාව ඒ විදිහට පවත්වාගෙන ඉන්න. එතකොට අර ලෝභය පැත්තෙන් එනවා කියන එක අපිට ජේනවා ඉතින් ඡන්ද සමාධිය තියෙනවා නම් ලෝභය පැත්තෙන් එන්නා වූ ඒක කැපිලා යනවා. ඊළඟට ද්වේෂය පැත්තෙන් එන්නා වූ එක කැපිලා යනවා විත්තය තියෙනවා නම්. ඊළඟට අපිට ජේනවා තමන්ට සංස්කාර, සංස්කාර මගේ කියලා ඇති වෙන්නා වූ ප්‍රශ්නයක් තියෙනවා නේ, සඤ්ඤා සංස්කාර මගේ කියලා ඇති වෙන ප්‍රශ්නය. ඒක අර විරිය සමාධියෙන් කියන එකෙන් ඒකෙන් නැති කරනවා. එතකොට මේ 3 support කරනවා විමසාවට.

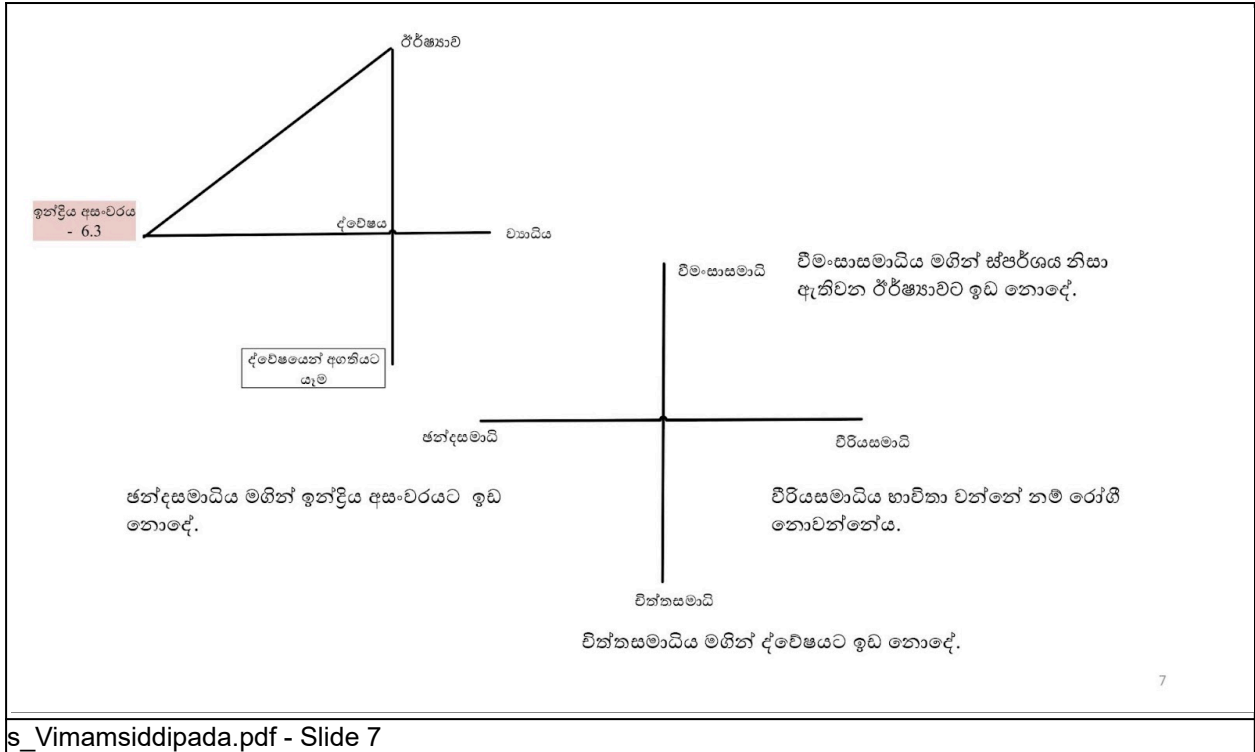
එතකොට මේ විදිහට මේ, අර 4 සලකුණට නේ ඔය බැලිලා තියෙන්නේ. 4 සලකුණ, වක්ක diagram එකයි 4 සලකුණයි දෙක ම එකට ඒ විදිහට මම බලාගෙන ගියා. ඉතින් ඒ බලාගෙන ගියහම ඉතින් ඒ රහතන් වහන්සේ වචනේකුත් කිව්වා මට දැන් ඒක මතක නෑ, ඒ තුනේ support එකෙන් තමයි එකක් පවතින්නේ. ඉතින් මේ විදිහට පැවතීලා, ඉතින් ඔය රූප එහෙමත් ජේන ඒවා දේවලුත් තිබුණා. ඒක තමයි කරපු 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





s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 7

05/11/2014 - සුඛාපටිපදා බිජ්ජාහිඤ්ඤා භාවනා

Sukhapaṭipadā Khippābhiññā Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට මම පටන් ගත්තේ සුඛාපටිපදා බිජ්ජාහිඤ්ඤාවෙන්. එතකොට ඒ සුඛාපටිපදා බිජ්ජාහිඤ්ඤාවේ අර මං පෙන්නනවා නේ අර හතර වෙනි භාවනාව හැටියට කරන්නයි කියලා, ආහාරයේ. එතකොට ඒකේ පෙන්නනවා නේ අර කබලිංකාර ආහාරය නිසා ජාතියයි දුක්ඛයයි ඇති වෙනවා, දෙවනි පාරේ ඒ ජරාවයි දෝමනස්සයයි, තුන් වෙනි පාරේ ව්‍යාධියයි සෝකයයි, හතර වෙනි පාරේ ඉතින් මරණයයි පරිදේවයයි ඇති වෙනවා, එතනින් හතර වෙනි ධ්‍යානයට එනවා. හතර වෙනි ධ්‍යානයට ආවාට පස්සේ එතනින් යන්න තියෙන්නේ අර ධම්මානුපස්සනාවට.

ඒ ධම්මානුපස්සනාවේදී අපි බලනවා අර 1 කබලිංකාර ආහාරය, 2 අත්තා ඉදන් නිත්‍යට, 3 ඒ ජාතියේ ඉදන් ජරාවට. එහෙම නම් ඉතින් මරණය සිද්ධ වෙනවා නම් ඒ නිත්‍යභාවයක් කොයිත් ද කියන එක එතන බලනවා. ඒක බලාගෙන ආවහම ඉතින් අපි අත්තා ඉදන් නිත්‍යට යන එක ඒක කඩාගෙන වැටෙනවා. එහෙම නම් ඉතින් මේ රූපය තමයි කියන එක මෙතනදී ඇති වෙනවා, ප්‍රශ්නේ කියන එක. එතෙත්ට එතකන් අපි ආවාට පස්සේ දැන් මෙතෙත්දී අර චතුත්ථධ්‍යානය කියන එකේ තියෙනවා.

මෙතෙත්දී ජේනවා අර රූපය කියන එක එක්ක ජීවත් වෙන්න බෑ. උපායාසය. කොහොම හැදුවත් මේක කඩාගෙන වැටෙනවා, කියන අර්ථයට ආවායිත් පස්සේ රූපය අල්ලලා විසි කරනවා, අරූප ධ්‍යානය. අරූප ධ්‍යානයට ආවායිත් පස්සේ එතනින් ඒ පුද්ගලයා දස කුසලය කියන එක හොඳට පවත්වනවා, පුළුවන්කම කියන එක තියෙනවා. එතකොට මෙතන ශ්‍රද්ධා විරිය සති සමාධි ප්‍රඥා වශයෙන් එතන ඒක පවත්වලා ඊට පස්සේ විරියෙන් කොහොම හරි මේ රූපයෙන් වෙන් වෙලා ජීවත් වීම කියන එකට උත්සාහයක් කියන එක එතන තියෙනවා. අර ධ්‍යානයන් පවත්වමින් ඉන්නවයි කියන එක.

දැන් මෙතනින් ආවා මේක නිසා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. එතකොට ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය කියන එකට ආවාට පස්සේ, දැන් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය නිසා අපි දන්නවා ඔය ඇති වෙනවා කියලා ඔය ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ අවසානට පෙන්නන අර ඇදෙන කතාව. කාරණා 3 යි, අභිනිවේසයයි, මෝහයයි, ඊළඟට

ගත්තහම නිත්‍යභාවය නිසා අවිද්‍යාව නිසා වෙන්නා වූ කාරණාව. ඒ දෙක සම්බන්ධයි. එතකොට, ඒක සම්බන්ධ වෙන්නේ ඔය සංස්කාර වශයෙන්. ඒ සංස්කාරයන් අපි එහෙම කරනවා කියන එක, ඒක නිසා ඇති වෙන්නා වූ මෝහය. ඒක නිසාම එතන සම්බන්ධතාවය.

එතකොට මෙතන මේ තත්වට පත් වුණාට පස්සේ මං බැලුවා උපසමාධිච්ඡානය කියන එක. ඒ උපසමාධිච්ඡානයෙදි දැන් අර කොයි පැත්තෙන් ආවත් වදින්නේ නැහැයි කියන එක නේ තියෙන්නේ. එතකොට එහෙම නම් දැන් අපිට මේ මෝහය පැත්තෙන් එන්නා වූ එක තමයි මුලින් බලන්නෙ. කවුරු හරි කෙනෙක් දැක්කා කියලා එකපාරට ම අර සුභයි කියලා ගන්න යන්නෙ නෑ, ඒක තමයි පළවෙනි රවුමෙන් ම වෙන්නා වූ දේ, මෝහයෙන් කරන්නා වූ ක්‍රියාවලිය. එහෙම නම් ඒක අපි කරන්නේ නැහැයි කියන එක. එතකොට එතනින් එහෙනම් අපි බලන්නේ, ලෝභ දෝස මෝහයෙන් ඒ මෝහ කතාව ඔන්න ඔතනින් ගියා.

ඊළඟට අර නිත්‍යභාවය කියන එක උඩින් එනවා නේ. ඒ අවිද්‍යාව කියන එක. එතකොට ඕක තමයි අර දෙවනි රවුමේ දී අපි කරන්නා වූ දේ අර cutlet තියෙනවා කියලා කියනවා වාගේ, ඒ කියන්නේ අදත්තාදානයත් එක්කයි ඕක සම්බන්ධ වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට එතන අපිට ජේනවා මේ කතාව තමයි මේ ලෝභ කතාව. නිත්‍යභාවයේ කතාවත් එක්ක එන එක ලෝභ කතාව කියන එක.

ඊළඟට අර අභිනිවේසය ඉදංසච්චයට ඇදෙනවා කියන එක, ඒක තනිකර ම ගත්තහම ද්වේෂයටයි අයිති වෙන්නේ. මොකද ස්පර්ශය නිසා තමයි අපිට මේ සුඛයි කියලා කතාවක් ඇති වෙන්නේ. විපල්ලාසයක් නේ ඇති වෙන්නේ. ඔන්න ඔය සුඛය තමයි පරාමාසගත වෙලා, පරාමාසයේ ඉදන් ඉතින් අභිනිවේස වෙලා ඒ කාම සඤ්ඤාවත් එක්ක මේකට ඇතුල් වෙන්නේ. එතකොට එහෙම නම් ඒක වැටෙන්නේ ද්වේෂ කොටසට.

එතකොට දැන් උපසමාධිච්ඡානයේ දී පෙන්නනවා මෝහය නිසාත් මට එපා. පල්ලෙහායින් වෙන්නා වූ දේත් එපා. උඩින් ඇති වෙන, අවිද්‍යාව නිසා ඇති වෙන අර නිත්‍යයි කියලා ගන්න, ඒක ලෝභය නිසා ඇති වෙන්නා වූ දේ ඒකත් එපා. ඔය ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ කිව්වේ ඉතින් දැන් අවිද්‍යාව, ලෝභ සහිතව ජීවත් වීම කියලා. ඉතින් ඒ වචනේ ම තමයි ඔතන එන්නේ. ඊළඟට එනවා අර අභිනිවේසයේ කතාවේදි ඒක තමයි ද්වේෂ කතාව. එහෙම නම් මෙන්න මේ පාරවල් තුනෙන් කිසිම ආකාරයකින් මම මගේ සිත ඉදංසච්චයට ඇදෙන්න දෙන්නේ නෑ. එතකොට මේක තමයි උපසමාධිච්ඡානය කියන එකේ තියෙන්නේ. ඉතින් උපසමාධිච්ඡානයට ආවාට පස්සේ ඕසය කියන එක නසනවා කියලා අපි දන්නවා. ඊළඟට තියෙන්නේ අර විමංසාව.

එතකොට විමසාවේදී අර සල්ලය කියන එක නසනවා. ඒ කියන්නේ අර මෝහය නිසා කරකවන්න දෙන්නෙත් නෑ. කිසිම ආකාරයකින් ඒ ලෝභ දෝස මෝහ එපා කියලා, කිසිම ආකාරයකින් මේක කරකවන්න දෙන්නේ නැහැයි කියන එක එයාගේ තියෙනවා. විඤ්ඤාණයේ ස්ඵීතියකට ඉඩ දෙන්නේ නෑ. කරකවලා ඇති කර ගන්නා වූ පිහිටීමකට ඉඩ දෙන්නේ නැහැ කියන එක.

දැන් ඊළඟට තියෙන්නේ සබ්බනිස්සග්ගය. ඉතින් ඒ සබ්බනිස්සග්ගය කෙනෙක් බලනකොට අපිට ජේනවා ඕක තමයි අර සුබභාගීය ධර්මය කියන එක. එතෙක්දී දැන් අපි, ඇහැ කන නාසය දිව ගර්චය මනස. එතකොට මුලින් ඇහැ කනින් වෙන්නා වූ දේ අර ඉන්ද්‍රිය සංවරය නිසා මුලින් නැති කරගත්තා. ඊට පස්සේ අර දෙවනි එකට ගත්තහම අර ඉද්ධිපාද 4ම භාවිතා කරලා අපි අර මුසාවාද, පරුෂා වාවචලින් වෙන්නා වූ දේ ඒක අයිත් කරගන්නවා. එතකොට අර කාය සංස්කාරයන්ගේ නිරෝධය අපි මුලින් කතා වෙනවා, ඊට පස්සේ ගත්තහම තමන්ගේ වචි සංඛාරයන් වගේ ඒවායේ නිරෝධයට ආවා.

දැන් බොජ්ඣංගිය ආවායින් පස්සේ, තුන් වෙනි පාරේ තියෙන්නේ බොජ්ඣංගිය. බොජ්ඣංගිය නිසා අපි උපෙක්ඛාවකට පත් වෙලා තියෙනවා යම්කිසි ධ්‍යාන වශයෙන් ඒ සුබයක් එහෙම තියෙනව ද, ඒකත් ගන්නේ නැහැයි කියලා.

දැන් ඊට පස්සේ හතර වෙනි පාර වෙනකොට දැන් ඉතින් අරුප ධ්‍යානයන්ගෙන් යම්කිසි දෙයක් තියෙනවා ද, ඒ කියන්නේ, මනසා ධම්මං විඤ්ඤාණං, කියන එකයි, අර ධම්ම ධාතුයි මනායතනයයි කිව්වේ. මේක නිසා ඇති වෙන්නා වූ දෙයක් තියෙනවා ද මේකත් අපි පහ කරනවා කියන එක මෙතෙක්දී තියෙනවා. එතකොට මේක කළාට පස්සේ ඉතින් ඒකෙන් අර උපෙක්ඛාවෙන් අප්‍රමාණය. සියල්ල අතහැරීම කියන එක එතන කළා, කරලා උපෙක්ඛාවෙන් අප්‍රමාණය. ඒ කිසිම තැනක ඒ සිතේ පිහිටවීමක් කියන එක නෑ. ඉතින් මේ උපෙක්ඛා අප්‍රමාණය ඉතින් දිගින් දිගට ම යනවා නේ ඉතින් අප්පණිත වෙතො විමුක්තිය දක්වා ම ඉතින් ඕක ගමන් කරනවා, ඔතන මුළු දේ ම දුකයි කියලා දැනගෙන.

ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

06/11/2014 - සබ්බනිස්සග්ගය භාවනා

Sabbanissaggaya Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාර වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට මම ඊයේ භාවනාව ම කරා. එතන අර ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගොස් චතුත්ථධ්‍යානයට යමි කියන තැනින්, මං එතනින් පටන් ගත්තෙ. ඒක පටන් අරගෙන දැන් ඊයේ මං බැලුවා නේ උපසමාධිථ්‍යානය. එතකොට එතෙත්දි කිව්වා නේ අර ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ වාගේ ඒ ලෝභයයි, ද්වේෂයයි, මෝහයයි ඒ කොටස් තුනට බැලුවා එකක්වත් එන්න දෙන්නේ නෑයි කියන එක. එතකොට මොන ම ආකාරයකින්වත් ඉදංසච්චයට පරාමාසකායගන්ථය ඇතුල් වෙන්න ඉඩ දෙන්නේ නෑයි කියන එක. එතකොට දැන් මෙතන හරියට මේ, ඔතන මං බැලුවේ විමංසාව ඉද්ධිපාදයයි මේකයි අතර වෙනස කියන එක.

මෙතෙත්දි උපසමාධිථ්‍යානයේ දී අපිට ජේනවා හරියට නිකන් මේ බලකොටුවකට මනුස්සයෝ තුන් දෙනෙක් ඇතුල් වෙන්න හදනවා දොරටු 3 කින්. එන්න හදනකොට එන්න දෙන්නේ නෑ. එන්න දුන්නෙ නැතෙයි කියන එක තමයි ඒ උපසමාධිථ්‍යානය කියන එකේ තියෙන්නේ. විමංසා ඉද්ධිපාදයේ දී අර ඇතුළේ ඉන්න කට්ඨය ඉදන් කියනවා හොඳයි ඒ අයට එන්න දීපු නැති එක කියලා. ලෝභයයි ද්වේෂයයි මෝහයයි එපා කියන එක, ඒක එන්න නොදිය යුතුයි කියන එක ඇතුළෙදි අනුමත කිරීමක් කියන එක තියෙනවා වාගේ.

ඊට පස්සේ සබ්බනිස්සග්ගය කියන එක බැලුවා. ඒ සබ්බනිස්සග්ගය බැලුවහම, එතකොට අර රූපය නිසා ඇති වෙන්නා වූ කොටස් ටික අපිට ජේනවා අර රූපය අල්ලගෙන විඤ්ඤාණයේ පැවතීමක් නේ තියෙන්නේ. ඒකට ඉඩ දෙන්නේ නෑ අර ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන එක තියෙන නිසා. ඊළඟට වේදනාව අල්ලගෙන විඤ්ඤාණයේ පැවතීමක් තියෙනවා නේ. එතන ඉද්ධිපාද 4ම භාවිතා කරලා ඒකට ඉන්න දෙන්නෑ කියන එක. ඊළඟට තුන් වෙනි පාරේ සප්ත බොජ්ඣංගිය භාවිතා කරනවා අපි, සඤ්ඤාව අල්ලගෙන ඒ විඤ්ඤාණයේ පැවතීමක් තියෙනවා. ඒකට එතකොට උපෙක්ඛාවට යනකොට අර වඩු බාසුන්නැහැගෙ කතාව එනවා, ඒ වඩු බාසුන්නැහැ දැන් මේ සංස්කාර බිඳෙනවායි කියන අර්ථය දන්න නිසා එයා සඤ්ඤාවට සලකන්නේ නැහැ.

රිලිගියානු භක්ත වෙනි පාර්ශ්ව අපිට තියෙන්නේ සංස්කාර අල්ලගෙන විඤ්ඤාණය පවතිනවා කියන එක. එතකොට සබ්බ නිස්සංගයෙදි මේ සංස්කාර අල්ලගෙන විඤ්ඤාණයට පවතින්නට දෙන්නේ නෑ. මොකද මෙතනදි අර සංස්කාරයන්ගේ නිරෝධය පිළිබඳව තමයි මෙයාගේ ගිහිල්ලා තියෙන්නේ, මොකද අර ලෝභ ද්වේෂ මෝහ එපා කියලා මොකද ඒවා, අලෝභ අදෝස අමෝහයෙන් තමයි අපිට ආවේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය. ඒකෙන් තමයි අපි උපසමාධිට්ඨානයට ඇවිල්ලා, එතනින් විමංසා ඉද්ධිපාදයට ආවේ. දැන් මෙයා කියන්නේ සබ්බනිස්සංගය කියන අවස්ථාවේ දී අර සංස්කාර, කිසිම ආකාරයකින් සංස්කාර අල්ලගෙන ඉන්නේ නෑ. එතකොට මෙතෙක්දි අපිට ජේනවා මේ මොන සංස්කාර ද, මේ ඇතුළේ මේ බල කොටුවක් ඇතුළෙ තේ මේ ඉන්නේ.

එතකොට මේ බලකොටුව නිසාවත් ඇති වෙන්නා වූ සංස්කාර, මම ඉන්නවා කියලා කියන එක නිසා හෝ ඇති වෙන්නා වූ සංස්කාරයන්, ඒවා කරන්නේ නැහැයි කියන එකයි මෙතන තියෙන්නේ. එතකොට ඉතින් අර මානය, අපි දන්නවා තේ ඔතන, ඔය ඔතන්ට හතුරෝ හැටියට තියෙන්නේ ඒ මානය කියන එකයි, ඒ විමංසා ඉද්ධිපාදයට හතුරෝ දෙන්නා හැටියට ඉන්නේ මානයයි අවිද්‍යාවයි. එතකොට මේ බලකොටුව කියන එක නිසා හරි ඇති වෙන්නා වූ දේ අපි පහ කරනවා කියන එක මේකේ තියෙනවා. ඉතින් ඒක තමයි ඒ මං කරපු භාවනාව.

07/11/2014 - අවිජ්ජා ඕස

Avijjā Ogha

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

එතකොට මං අර ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියලා ඒක කල්පනා කරන වෙලාවේ මට සිහියට ආවා අර බොජ්ඣංගයේ පෙන්නන, 1 කබලිංකාර ආභාරය, 2 අත්තා ඉදන් නිත්‍යට යන එක, 3 ජාතියේ ඉදන් ජරාවට යන එක, මේක ලෝභ දෝස මෝහ තුනට වැටෙනවා නේ කියලා. 1 අර කබලිංකාර ආභාරය කියන එක ලෝභ කොටසට වැටෙනවා. 2 අත්තා ඉදන් නිත්‍යට යනවා කියන එක ඒක මෝහ කොටසට වැටෙනවා. ඒ 3 ජාතියේ ඉදන් ජරාවට යනවා කියන එක ද්වේෂ කොටසට වැටෙනවා. මං මේ විදිහට බැලුවහම මට මනසට ආවා මේ අවිද්‍යා ඕසය කියන එක. අවිද්‍යා ඕසය කියන එක ආවහම මට කල්පනා වෙනවා ඒ අවිද්‍යා ඕසය, කොහොම ද හැදෙන්නේ?

ඒක flood එකක්. එතකොට මට, මං රහතන් වහන්සේලාගෙන් ඒ, මට තේරුණේ ඒක ධාරාව වශයෙන් ගලනවා කියන අර්ථයයි. රහතන් වහන්සේගෙන් උදව් ඉල්ලුවහම රහතන් වහන්සේලා පෙන්වුවා මට අතන පරාමාසකායගන්ථයේ ඉදන් යනවා ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයට සුභයි කියලා. එතකොට එතනින් පල්ලෙහාට එනවා, ඕසය දක්වා එන්නා වූ line එක ගත්තා. එතනින් ආපහු ඒක සම්බන්ධ වෙනවා පරාමාසකායගන්ථයට. Triangle එකක්. එතකොට මේ triangle එකේ දැන් සුභයි කියන එක අර ලෝභයත් එක්ක එන්නා වූ ඒ කොටස තමයි එතන තියෙන්නේ. මොකද කබලිංකාර ආභාරය නිසා.

එතකොට පළවෙනි සතිපට්ඨානය, පළවෙනි කොටසට ඒකට වැටෙනවා. ඊළඟට අර ඕසය ඇති වෙන්න ඉස්සෙල්ලා ආශ්‍රවය තියෙනවා. අවිද්‍යා ආශ්‍රවය. ඒ කියන්නේ අර අත්තා කියලා ගත්තා. එහෙනම් දැන් සුභයි මගෙයි කියන කතාව මෙතන තියෙනවා. සුභයි මගෙයි කියන කතාව ආවාට පස්සෙ මේක යන්න ඕනෙ පරාමාසයට. දැන් මේක ධාරාව වගේ ගලනවා. සුභයි, මගෙයි, අර ඕසයේ ඉදන් අවිද්‍යා ඕසයේ ඉදන් පරාමාසයට ඒ triangle එකේ ඇතුල් වීමක් කියන එක තියෙනවා. ඕක නිකන් ම ඇතුල් වෙනවා නෙමේ. ඔතනින් වෙන්නේ අර පදුට්ඨමනසච්ඡයයි, අර නාමකායේ පටිසසම්ඵස්ස අගයයි අර උඩින් එන්නා වූ අර්ථය තමයි මේ පෙන්නන්නේ.

එතකොට මේකේ විඤ්ඤාණ ධාරාව ගලනවා. ඒක නිසා ඉතින් අර සෝකයට යනකන් එවෙනවා කියන අර්ථය තියෙනවා. එතකොට එහෙම නම් අපිට ජේනවා, දැන් අර බලකොටුව ඇතුළේ ඉන්න එක්කෙනා වුණත් කල්පනා කරන්නේ මේක සුභයි, මේ බලකොටුව මගේ. ඔන්න ඔය අර්ථයත් තමයි එයාගේ තියෙන්නේ. එතකොට දැන් අපි අයිත් කරනවා නම්, අර ලෝභය නැති කරමි කිව්වහම සුභ කතාව කියන එක එතනින් අයිත් කරනවා. ඊළඟට ගත්තහම මෝභය නැති කරමි කිව්වහම අර මගේ කියන කතාව නැති කරනවා. එතකොට මේ දෙක නැති කරනවා නම් ඉතින් අර, මේ දෙක තියාගෙන ඉන්න පුළුවන් වෙයි කියලා නේ හිතන්නේ. එතකොට, දැන් ධාරාව ගලනවා නම් මනුස්සයෙකුට හිතෙනවා මම ඉන්නවා කියලා. එතකොට දැන් ද්වේෂය නැති කරමි කිව්වහම මෙහෙම ඉන්න බෑ කියන එක තේරුම් අරගෙන, අර අදෝසය කියන එකේ තේරුමට ඇවිල්ලා මෙහෙම ඉන්න බෑ කියලා මේ ධාරාව මේකේ පරාමාසයට ඇතුල් වීමක් කියන එක ඉඩ දෙන්නේ නෑ. එතකොට සිතට ස්ථාන වන දේ කියන එක, ඒක පවතින්නේ නෑ කිසිම ආකාරයකින්. ඔන්න ඔක තමයි ඒ කරපු භාවනාව.

ඒකේ අර වැදගත්කම තියෙන්නේ අර, රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කිව්වේ අර පරාමාසයට ආපහු එනවා කියන එක අර අවිද්‍යා ඕසය නිසා මේකට ආපහු එනවා කියන එක, පරාමාසයට එනවා කියන එක තමයි ඒක වටහා ගන්න ඕනෙ. එතකොට පරාමාසයෙන් ඉදංසච්චයට ගියා. ඉදංසච්චයේ ඉදන් මගේ කියලා අරගෙන මේ ධාරාව හරහා අපි ආපහු පරාමාසයට ඇතුල් වුණා. ඉතින් ඒක තමයි ඒ මං කරපු භාවනාව.

08/11/2014 - නාමරූප භාවනා

Nāmarūpa Bhāvanā

ඒ පූජාවෙන් පස්සෙ මම කල්පනා කළේ කලින් කරපු භාවනාවක්. ඒ කියන්නේ ඔය නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට යන්නා වූ භාවනාවක් පෙන්නුවා රහතන් වහන්සේ කලින්. දැන් ඔය ප්‍රමාදවිහාරී සූත්‍රයේ පෙන්නනවා ඔය ධම්මමච්ඡරිය කියන එක, ඒ කියන්නේ දැන් අපි මොකක් හරි එකක් අහිනන්දනි, අහිවදනි, අජ්ඣේසාසාය තිට්ඨති කියලා ගන්නවා නම් ඒකෙන් ප්‍රමාදය වෙනවා කියන එක බුදුහාමුදුරුවෝ පෙන්නනවා. ප්‍රමාදවිහාරී, යැයි කියනවා කියලා.

එතකොට දැන් එහෙම නම් කල්පනා කළා ඔය ධර්මයන් අපි අහිනන්දනි, අහිවදනි, අජ්ඣේසාසාය තිට්ඨති කියලා ගන්නවා. එතකොට ඒ ධර්මය අහිනන්දනා කරනවා නම් ඒ කොයි අවස්ථාවේ ද කරන්නේ කියලා බැලුවා. ඒක ඔය අට වෙනි රවුමේ දී තමයි එතන ඒක සිද්ධ වෙන්නේ. අර වේදනාවයි චේතනාවෙයි අතර තමයි ඒ ධම්මමච්ඡරිය කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට දැන් ඒ ධර්මය අහිනන්දනා කරනවා නම් අපිට ජේතවා එතනින් අර චේතනාවට ආවා, චේතනාවෙන් අපි එතවා අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට ආවා නම් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් එතවා දිට්ඨි ආශ්‍රවයට. දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් පල්ලෙහාට යනවා දිට්ඨි සල්ලය. දිට්ඨි සල්ලයෙන් ගිහිල්ලා අර සඤ්ඤාව අල්ලගෙන ඉන්නවා.

ඉතින් ඕක, ඒක කලින් බලපු අවස්ථාවේ දී ඉතින් ඒ වෙලාවෙම එකපාරට ම ඒ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට ගියා. ඉතින් දැන් මං මේ වෙලාවේදී මේ බැලුවේ, මේ විදිහට මේ ඒ සඤ්ඤාවන් අහිනන්දනය කරන පුද්ගලයා ඒ කිරීම හේතු කොටගෙන, ඔය විදිහට ඔය සල්ලයෙන් අල්ලගෙන ඉඳලා, ඒ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව එයා කොහොම හරි අර පකජ්ජ පාර හරහා 50% ක් ඒක පවත්වලා තමයි මේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියා, ඒ කජ්ජ පාර, ඒ විදිහට යන්නේ. එතකොට දැන් එහෙම නම් මේ ධාරාව පවතිනවා කියන එක රහතන් වහන්සේ මට පෙන්නුවා ඔතන බලන්න කියලා අර, ඒ සඤ්ඤා චේතනා පරාමාස, ඊළඟට පල්ලෙහායිත් අර අභංකාරය තිබෙන්නා වූ ඒ කොටුව. ඒ කියන්නේ පරාමාස හය අගතිය, ඊළඟට අර පරිදේවය ඇති වෙන්නා වූ ඒකේ.

එතකොට මේකේ, විඤ්ඤාණයේ ධාරාව පවත්වනවා නම්, ඒ කියන්නේ අපි දන්නවා අර උඩින් එන්න ඕනෙ, විඤ්ඤාණය සකස් වුණා, පරාමාසයට ඇවිල්ලා ඒක හරහා අර පදුට්ඨමනසඬිකජ්ජය කියන එක, ඒක පාර දිගේ එන්න ඕනෙ කියලා. එතකොට දැන් මේක දිගේ ආවා නම් ඉතින් අපි අන්තිමට යන්නේ ජරාව කියන තත්වයට නේ

ඇවිල්ලා තියෙන්නේ ඒක දික් කරායින් පස්සේ. ඉතින් අන්න එතෙන්දි මට මතක් වුණා අර බොජ්කඩ්ඩගයේ කොටස් තුන. ඒ කියන්නේ ජරාවට පත් වෙනවා නම් ඉතින් නිත්‍යභාවයක් කොයින් ද?

එතකොට නිත්‍යභාවයක් නැත්තන් අර අත්තා ඉඳන් නිත්‍යට යන කතාව ඇදගෙන වැටෙනවා, එහෙම නම් ඉතින් අත්තෙක් කොයින් ද? අත්තෙක් කොයින් ද කියලා බැලුවහම රූපය කියන එක තමයි පව්වාරයට ආවේ. එතකොට එහෙම නම් මට කල්පනා වුණේ මේ නිත්‍යභාවයක් නැත්නම් මේ නාමරූප දෙක ම බොරු. ඒක තමයි **key point** එකට ආවේ. නාමයයි රූපයයි කියන අපි ගන්න එක ධර්මය නිසා හෝ ගන්නා වූ ඒ දේ, ඒක සම්පූර්ණයෙන් බොරු.

එතකොට මෙතනින් පිටත තමයි අර නිර්වාණය කියන එක තියෙන්නේ. අපි අර යමක් අහිනන්දනා කරමින් ඒක පවත්වනවා. පවත්වන තාක් ඒ ධර්මය වුණත් ඉතින් ඒ ගලාගෙන යනවා. ඒක කවදාහරි කෙනෙක් තේරුම් ගත්තා නම් මේකත් **fake** කියලා, අර අනාශ්‍රව විත්තය කතාවට තමයි එන්නේ නාමරූපය **fake** කියලා කියන එක ආවහම. එතකොට ඒක නිසාවත් කෙනෙක් අහිනන්දනා කරන්නෙ නැත්තන් ඉතින් එහෙම නම් අර නිවන කියන එක ඒ පුද්ගලයාට පවතිනවා. එහෙම නැත්තන් අපි ධර්මය හරි අහිනන්දනා කරගෙන යනවා නම් මේක දුවනවා.

ඔන්න ඔය භාවනාව තමයි මම කළේ.

09/11/2014 - ජරා ධම්ම

Jarā Dhamma

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාර වේවා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට භාවනාවට ඉස්සෙල්ලා ම මට පටන් ගන්නෙයි කියලා මට කලින් පෙන්වුවා, කලින් කරපු භාවනාවක්. ඒකේ තියෙන්නේ අර, ඒ සඤ්ඤාවේ ඉඳන් අපි චේතනාවට යනකොට **A** කියලා ගන්නොත් ඒක, මරණයේ ඉඳන් අපි ව්‍යාධියට යනවා කියන එක තියෙනවා ඒක තමයි අපි **B** කියලා අපි ඉස්සෙල්ලා සඳහන් කළේ. එතකොට අර **vector** එක වාගේ. සඤ්ඤාවෙන් චේතනාවට යනවා, මරණයෙන් ව්‍යාධියට යනවා කියන එක. ඉතින් ඕක සිද්ධ වෙන්නේ, ඒ කියන්නේ සඤ්ඤාවෙන් අපි චේතනාවට යනවා කියලා කියන්නේ, එතනින් අපි අර උඩ සංස්කාර **cross** එක තියෙනවා නේ. ඒ උඩ සංස්කාර **cross** එකේ අපි දැන් මේ බාගයක් දුර ඇවිල්ලා. **Cross** එක තියෙන තැනට අපි ඇවිල්ලා. තාම සුභයි කියලා ඇවිල්ලා නෑ. එතකොට එතන චේතනාව වෙනකන් ඇවිල්ලා.

දැන් ඊට පස්සේ එන්නේ මොකද, අර චේතනාවෙන් තමයි අනිත් ඒවා **coordinate** කරලා එහෙම එන්නේ. එතකොට අර, අපි දන්නවා අපි නන්දිය නිසා ඇති වුණා වූ ඒ **push** එක නාමරූපත් එක්ක ඇවිල්ලා අර කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියන්නේ, අන්න ඒකෙන් එතකොට **push** කරලා ගිහිල්ලා තමයි අපි සුභයි කියලා ඒ තැනට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට අපි රවුමක් ගිහිල්ලා මේ වෙනකොට. එතකොට මේ වටය ආවාට පස්සේ, ඕක තමයි අපි අර **bell shaped curve** එකක අපි අර **A** කියලා **point** එකක් ගැන කිව්වේ. විඤ්ඤාණයේ සකස් වීමක් කියන එක.

ඊට පස්සේ දැන් අපි මොකද කරන්නේ අපේ දැන් විඤ්ඤාණයක් සකස් වුණා. ඒ විඤ්ඤාණය සකස් වෙලා ඒ ආපහු අර සංස්කාර **cross** එකේ දැන් උඩ ඉඳන් පල්ලෙහාටයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ඉස්සෙල්ලා ආවේ පල්ලෙහා ඉඳන් උඩට. දැන් ඇවිල්ලා තියෙනවා උඩ ඉඳන් පල්ලෙහාට සංස්කාර **cross** එකට. දැන් මෙන්න මේ අගය තමයි අර **push** කරන්න යන්නේ, නෑ පද්ධියමනසඤ්ඤාපය කියන එක. පද්ධියමනසඤ්ඤාපය කියන එක එනවා පරාමාසකායගන්ථයට. අන්න ඒ කැල්ලයි අපි දැන් බලන්නේ. දෙවනි රවුමේ කතාව.

ඒ පද්ධතිය මනස ඒක ඒකයෙන් ඒක ඒකයෙන් අපේ අර bell shaped curve එකේ අර B කියන point එකට අපි ඇවිල්ලා තියෙනවා. එතකොට ඒ අගය ම ඕගොල්ලන්ට ජේනවා A ඉඳන් B වලට ගියා කියන එක තමයි රහතන් වහන්සේ අර්ථ දක්වන්නේ ජාතිය කියලා. දැන් ඔය විඤ්ඤාණයේ ඉඳන් ඒ සංස්කාර cross එක, පද්ධතිය මනස ඒකයෙන් ඒකයෙන්, මේක දික් කරගෙන ගියොතින් එන්නේ ජරාව කියන තැනට.

එහෙම නම් අපි ජරාව කියන එකට reach වෙලා ඉවරයි. එතකොට ඒක තමයි අර bell shaped curve එකේ අර B වල ඉඳන් C වලට යනවා කියලා කියන්නේ. මොකද අර gap එක දැක්කා. ඒ කැල්ලේ ඒ flow එක දැන් ඔන්න ජරාවට කියන එකට ආවා. ඒ ජරාවට කියන එකට මෙතෙක්ට එතකොට, දැන් ඉතින් විඤ්ඤාණය ඉපදිලා විඤ්ඤාණයේ අර නැති වීම කියන එක සිද්ධ වෙලා නේ. එතකොට මරණයේ ඉඳන් දැන් අපි එනවා, දැන් හිතන්නකො අර පල්ලෙහා පැත්තෙන් සංස්කාර කොටුව කියලා හිතන්න. එතකොට මේක පැහැදිලි වෙනවා.

පල්ලෙහා පැත්තෙන් අපිට ජේනවා ඔය මරණය, එතකොට අර නිත්‍යයි කියන කතාව අපි මුලින් ඇති වෙලා තියෙනවා, එතකොට එතන දෙවනි රවුම නේ. දැන් මෙතනින් එනවා ඔය තුන් වෙනි රවුම C කියන point එකට ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඒ පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුවෙන් දැන් මේක යනවා පල්ලෙහාට හයේ අගතිය කියන තැනට.

අන්න එතකොට තමයි අපි කිව්වේ අර සඤ්ඤාවේ ඉඳන් චේතනාවට ගියා ම මේ මරණයේ ඉඳන් අපි ව්‍යාධියට එනවා කියන එක. එතකොට මේ point එක තියෙන්නේ මේ ව්‍යාධිය වෙන්න ඉස්සෙල්ලා අපි ජරාවට පත් වෙලා තියෙන්නේ. ජරාවට පත්වුන්නැත්තන් මෙතන ව්‍යාධිය කියන එක නෑ. ඉතින් මේ භාවනාව ටිකක් අමාරුයි. මොකද අර කාරණා ටික සිහි වෙන්න ඕනෙ. එතකොට අපිට ජේනවා අපි විඤ්ඤාණය මෙහෙම සකස් වුණා, හටගැනීමක් තිබුණා, ජරාවට පත් වීමක් කියන එක තිබුණා, ඒකක් එක්ක ම ඊට පස්සේ අපි අර ව්‍යාධිය කියන තැනට ඇවිල්ලා මරණය කියන එක.

ඒක තමයි මම මේ භාවනාවට කළේ. ඉතින් බොහොම ගැඹුරු, අමාරු භාවනාවක්.

10/11/2014 - ව්‍යාධි ධම්ම

Vyādhī Dhamma

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම අර ඊයේ භාවනාව ම ආපහු පටන් ගත්තා. ඒ ඊයේ භාවනාවේ තියෙන්නේ අර අපි දන්නවා මේ, සඤ්ඤාවේ ඉඳන් වේතනාවට යනවා කියන එක අපි A කියලා බැලුවා නේ. ඊට පස්සේ අපි බලලා තියෙනවා මරණයේ ඉඳන් ව්‍යාධියට යනවා කියන එක B වශයෙන් බලලා තියෙනවා. එතකොට ඕක වෙන හැටි තමයි ඊයේ අපි සිහි කළේ. ඒ කියන්නේ සඤ්ඤාවේ ඉඳන් අපි ඒ වේතනාව දක්වා අපි යනකොට, ඒ පරාමාසයේ ඉඳන් අර උඩ තියෙනවා නේ cross එකක්. අන්න අපි ඒ තැන කිව්වොත් X කියලා, ආන්න එතෙන්නට තමයි අපි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. සඤ්ඤා වේතනා වුණා කියන්නේ පරාමාසයේ ඉඳන් cross එක දක්වා ආවා, සංස්කාර cross එකට.

එතෙන්නට ආවාට පස්සේ අපි දන්නවා අර කාමයේ තිබ්බසාරාගය කියන එක නිසා ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙනවා. එතකොට ඕකට නේ අපි සුභයි කියලා කියන්නේ. එතකොට දැන් අපි අර A කියන point එක, අර bell shaped curve එකේ A කියන point එකට අපි ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඒ A කියන point එකට ආවාට පස්සේ දැන් අපිට ජේනවා විඤ්ඤාණයේ සකස් වීමක් කියන එක සිද්ධ වෙලා තියෙනවා, ඒ විඤ්ඤාණය arising කියන එක නේ ඔය කියන්නේ. විඤ්ඤාණය සකස් වුණා, දැන් මේක එනවා පල්ලෙහාට පරාමාසයට අර පදුට්ඨමනසඬිකජ්ජ අගයයි කියලා අපි කිව්වා. එතකොට ඒ පදුට්ඨමනසඬිකජ්ජ අගය අර නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සය මගින් තමයි මේ පල්ලෙහාට අපි මේවා කරන්නේ.

එතකොට පරාමාසගත වුණෝතින් අපි ඕක නිත්‍යයි කියලා කියනවා. ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණ ධාරාව ගලන නිසා නිත්‍යයි කියලා අපි කියනවා. දැන් මෙන්න මේ තත්වට ආවාට පස්සේ දැන් අපිට ජේනවා මේක දික් කරෝතින්, පදුට්ඨමනසඬිකජ්ජ අගය දික් කරගෙන ගියොත් ඔය ජරාව කියන එකට තමයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට එහෙනම් A ඉඳන්, අර bell shaped curve එකේ A ඉඳන් B දක්වා ගියා කියන එක, අපි කියනවා ඒක තමයි ජාතිය. B වල ඉඳන් C වලට යනවා කියන එක තමයි මේ ජරාව කියන්නේ.

ඉතින් ඕක අද මම බලනකොට ඉතින් මගේ සිත නතර වෙන්න පටන් ගත්තා. ඊට පස්සේ ටිකක් වෙලා ඔහොම ඉඳලා මං ආපහු ඉතුරු ධර්මයත් බලන්නෙයි කියලා

මෙතෙහි කළා. ඒක මෙතෙහි කළා ම අර දැන් අපිට ජේනවා දැන් ඔය පද්ධතියකට පයෙ අගය ආවා නේ පරාමාසයට. අපි ඔන්න ඔය කැල්ලට කිව්වොත් 1 යි කියලා, ඊට පස්සේ අර සුභයි කියලා ගන්න එක අපි කියමු 2 යි කියලා. ඉතින් දැන් සුභයට දැන් නිත්‍ය කතාව ඇවිල්ලා නේ තියෙන්නේ, 1 කියන්නේ නිත්‍ය කතාව. ඉතින් ඕක ම තමයි අපි අර පල්ලෙහායින් ලකුණු කරන්නේ නිත්‍යයි කියලා. පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුවේ අර 2B diagram එකේ නිත්‍යයි කියලා දැමීමේ ඔන්න ඕක තමයි.

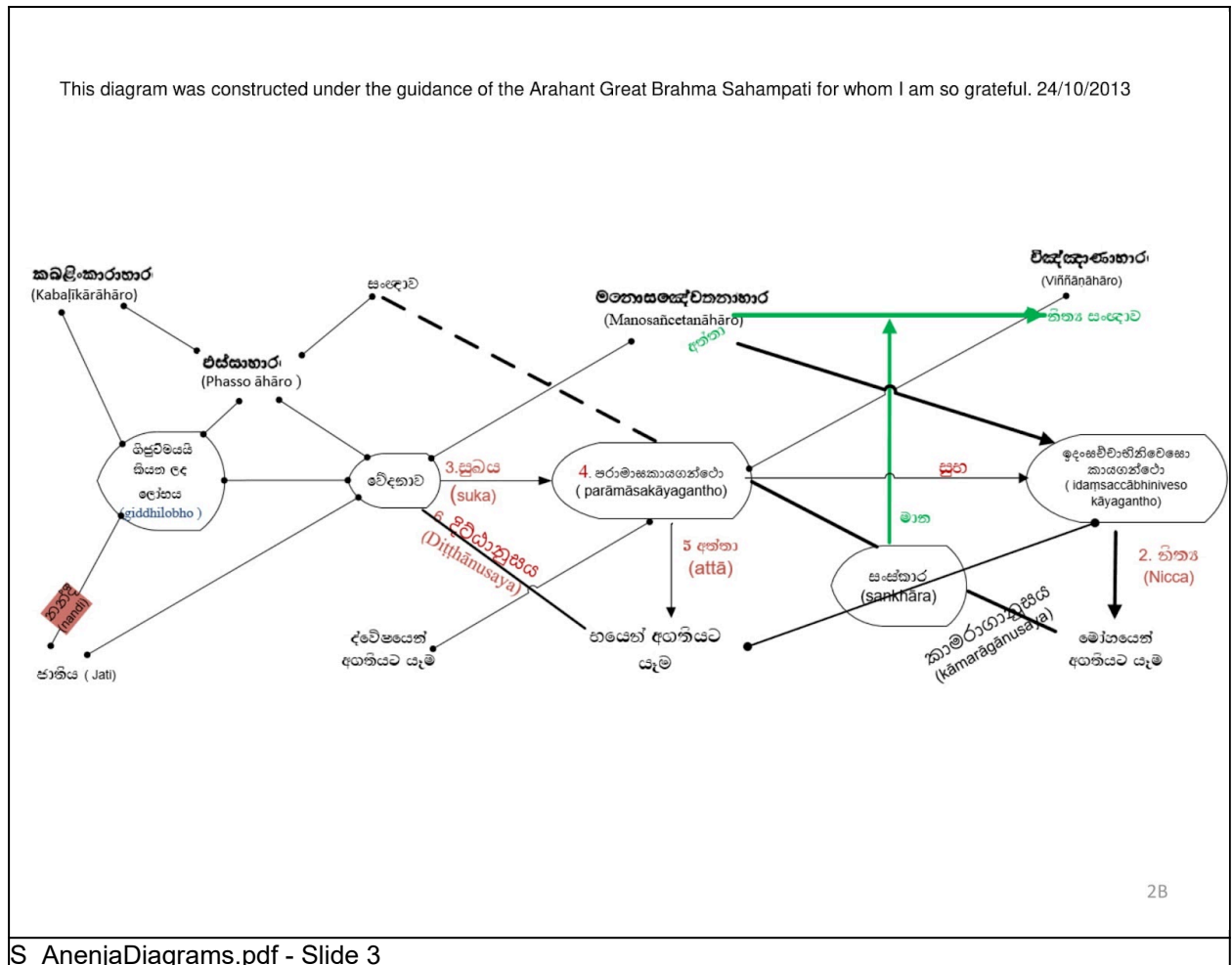
ඊට පස්සේ දැන් ඔය නිත්‍ය කතාවට ආවායින් පස්සේ දැන් අපි ආපහු එනවා ඔය පරාමාසකායගන්ථයට. එතන තමයි අපේ අර සුඛ කතාව කියන එක තියෙන්නේ. එහෙනම් ඕගොල්ලන්ට ජේනවා 1 යි 3 යි කියන එක සමානයි. නිත්‍ය කතාව තියෙන්නේ. ඒ වගේ ම තමයි ඔය 2 යි 4යි කියන එක. 2 කියන්නේ සුභයි කියලා ඇදුණා කියන එක, 4 හැටියට එනවා අර පරාමාසයට ආවා කියන එක නේ. එතකොට එතෙත්දි අර ආපහු සුඛයි කියලා, සුඛය පරාමාසයට ඇවිල්ලා, ඒ සුඛය ඇදෙනවා ඉදංසච්චයට. ඕක නේ අපිට සිද්ධ වෙන්නේ තුන් වෙනි රවුමේ දී අර බෝල කුඩුව ඇතිලෙනවා වාගේ. එතකොට ඉදංසච්චයට මේක ඇදෙනවා කියන එක තියෙනවා.

දැන් ඔන්න ඔය ධර්මය මට තේරුණා 1 යි 3 යි සමානයි, 2 යි 4යි කියන එකේ දෙක ම එකයි තියෙන්නේ කියලා, අර මේ පැත්තට ගියා කියන්නේ අතෙත්ට ඇතුල් වුණා කියන එක. එතකොට ඔන්න ඔය අවස්ථාව වෙනකොට, ඒ කියන්නේ අපි අර C කියන point එකට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ජරාව කියන එක සිද්ධ වෙලා තියෙනවා. එහෙම නම් අපිට ජේනවා ඔය තුන් වෙනි රවුමේ ආරම්භයේ දී ගත්තහම අර සුඛයි කියන අවස්ථාවට පත් වෙනවා කියන එකේදි ජරා ධර්මය සිද්ධ වෙලා ඉවරයි. ඊට පස්සේ ඒ තුන් වෙනි රවුමේ අවසාන කොටස කියන එක වෙනකොට, ඒ කියන්නේ හය, හය විතර, හයෙන් පස්සේ ව්‍යාධි ධර්මය සිද්ධ වෙලා තියෙනවා.

ඉතින් ඕක ගැලපෙනවා තරාගතයන් වහන්සේගේ ධර්මයත් එක්ක. බුදුහාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා, රොගං වදනි අත්තනො, කියලා. It is a sickness that call oneself. තමන් අත්තා කියලා ගැනීම ම රෝගයක්. ඒ කියන්නේ අර 5A වල අපි දන්නවා නේ අත්තා කියලා පල්ලෙහාට යනවා කියලා. එතන ම නේ ව්‍යාධිය කියන එක තියෙන්නේ. ඒ අත්තා කියලා ගැනීම ම තමයි එතන ව්‍යාධිය කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට මේ තුන් වෙනි රවුමේ දී තමයි මේක, ජරාවයි ව්‍යාධියයි කියන එක දෙක ම ඒක ඇති වෙන්නේ කියන එක මෙතෙත්දි ආවා.

එතකොට අපි තුනේ දී ගන්නවා, තුන් වෙනි රවුමේ මුල හරියෙදි, තුන් වෙනි step එක වෙනකොට අපේ ජරාව කියන එක තියෙන්නේ. තුනේ අන්තිම කැල්ල ගත්තහම ඒ හරියෙදි තියෙන්නේ ව්‍යාධිය කියන එක.

ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.



11/11/2014 - සංස්කාර දුක්ඛතා

Saṅkhāra Dukkhatā

ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් නමස්කාර කළා. ඒ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම අර ඊයේ භාවනාව ම නැවතත් කළා. එතකොට ඊයේ භාවනාවේ මතකයි නේ කොහොම ද අපේ සුභයි කියන එක ඇති වෙන එක අර සඤ්ඤාවේ ඉඳන් වේතනාවට යනවා කියන්නේ සඤ්ඤාවේ ඉඳන් අර සංස්කාර කොටුව තියෙන්නේ උඩ, අන්න ඒ කොටුව කරා ගමන් කරා. ඊට පස්සේ කාමේසු තිබ්බසාරාගය නිසා මේක තල්ලු කරා අර ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයට. අන්න එතෙත්දී තමා සුභයි කියන එක ඇති වුණේ.

ඊට පස්සේ දැන්, දැන් ඔතනදී අර දෙවනි රවුමට එනවා. දැන් විඤ්ඤාණය ඇවිස්සිලා සැකසීමක් එතන උඩින් ඇති වෙලා ආපහු සංස්කාර කොටුවට, උඩ සංස්කාර කොටුවට උඩින් එනවා. උඩින් එනකොට අර නාමරූපයයි පටිසසම්ඵස්ස අගයයි ඔන්න තල්ලු කරා පරාමාසයට. අන්න ඒ අවස්ථාව වෙනකොට ඔන්න ජාතිය කියන එක අපිට සිද්ධ වුණා. පරාමාසයට ආවා කියන්නේ අර bell shaped curve එකේ A ඉඳන් B දක්වා අපි ගමන් කිරීමක් කියන එක වුණා.

දැන් මේක තව ටිකක් දික් කරගෙන ගියා ම අපි දන්නවා ජරාව කියන තැනටයි එන්නේ. එතකොට අර අපි C කරා ගමන් කරනවා. ඒ curve එකේ ම C කරා ගමන් කරනවා. ඒ කියන්නේ දැන් ජරාව කියන එක අපිට සිද්ධ වෙලා තියෙනවා. එතකොට දැන් අපි ඊයේ බැලුවා නේ ඕකේ අර ඊළඟට 1 යි කියලා ගත්ත අර නිත්‍යභාවය. ඒ කියන්නේ නිත්‍යයි කියන එක, සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා පරාමාසයට ඇතුල් වීම 1, 2 අපි ගත්තා සුභයි කියන කතාවට, 3 යි කියලා කියන්නේ නිත්‍යයි කියලා ආපහු අර පල්ලෙහාට අපි අදින එක, පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුව. එතකොට ඊට පස්සේ අපි කිව්වා 1 යි 3 යි එක වගේයි කියලා. ඊට පස්සේ 2 යි 4යි. ඒ කියන්නේ මෝහයේ ඉඳන් පරාමාසයට එන එක එක විදිහයි කියලා කිව්වා.

එතකොට ඊට පස්සේ අපි පෙන්වුවා ඔය තුන් වෙනි රවුමේ තුන වෙනකොට සුඛය කියන කතාව ඒක වෙන අවස්ථාවේ දී අපිට ජරාව වෙලා ඉවරයි. ව්‍යාධිය කියලා කියන්නේ අත්තා කියලා ගත්තට පස්සේ, ඒ කියන්නේ පහෙන් පස්සේ, හය. හය

කියන එක තමයි රහතන් වහන්සේ කියන්නේ, හයෙන් පස්සෙ කියන එකයි කියන්නේ. එතකොට එතන ව්‍යාධිය කියන එක තිබුණා.

අද බැලුවා මරණය කියන එක. ඉතින් මරණය කියන එක හතරේ කියන එක, හතර වෙනි රවුමයි කියන එක මට ඊයෙම ආවා ඔය පස්සෙ වෙලාවක. එතකොට, ඔය ඒන මිනිස්සුන් හතර මරණය හැටියට නේ ගන්නේ. එතකොට ඒ හතරට ආවාට පස්සේ දැන් මං මේක **analyse** කරලා බැලුවා කොයි අවස්ථාවේ ද මේකේ මරණය කියන එක තියෙන්නේ කියන එක.

දැන් අපිට ජේනවා අපේ මේ ලියක් එහෙම කැඩිලා තියෙනවා නම් දැන් මනුස්සයෙක් කියනවා, ඉන්නකො මං හොඳ වැඩක් කරන්න මං මේක මීට වඩා හොඳ ලියක් දාල හදනවා මේක. දැන් කැඩෙනවා කියන්නේ උච්චස්ස කැඩිලා නම් හොඳ ලියක් දාලා හදනවා කියලා. එතකොට එහෙනම් අපි එතෙන්නේද නිත්‍යභාවයකට යනවා. මොන නිත්‍යභාවයකට ද, සංස්කාරයේ නිත්‍යභාවයකට යනවා. එතකොට මට ජේනවා මේ 4.4 තමයි මේ කතාව. හතරෙදි සංස්කාරයේ නිත්‍යභාවයකට අපි ගමන් කරන්න උත්සාහ කරනවා, අර පලාස අවස්ථාව නේ.

මේක වෙන් කරලා මේකට වඩා මේ හොඳ ලිය දාන එක ලාභයි කියන අර්ථයට අපි ඇවිල්ලා තියෙනවා. එතකොට දැන් ප්‍රශ්නේ තියෙන්නේ මරණය වෙන්නේ කොතනදි ද කියන එකයි. මේක දැන් ආපහු මේ ජාතිය නේ මේ කියන්නේ. සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුවෙන් පරාමාසයට ඇතුල් වීම තමයි මේ කියන්නේ.

දැක්ක ද අර ඉස්සෙල්ලන් සංස්කාර නිත්‍යයි කියලා පරාමාසයට උඩින් ඇතුල් වුණා, ජාතිය. සංස්කාර පල්ලෙහා කොටුවෙන් මෙතෙන්නට ඇතුල් වෙනවා ආපහු ජාතිය. දැන් මරණය කොතෙන්නේද ද සිද්ධ වෙන්නේ එතකොට?

ඉතින් රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවහම රහතන් වහන්සේ පෙනිනුවා අර මෝහයට යන තැන. මෝහයට යන තැන. දැන් මෙතන ඇතුල් වෙන්න ඉස්සෙල්ලා මෝහයට යන්න එපැයි. මෝහයට යනවා කියලා කියන්නේ උඩ විඤ්ඤාණයේ නිත්‍යභාවයයි කියලා අරගෙන එන්න ඕනෙ.

එතකොට විඤ්ඤාණයේ නිත්‍යභාවය තමයි අපි මේ මරණය කියලා කියන්නේ. ඒක හරි ලස්සනයි බැලුවහම. අතන ජරාවට යනකොට අපි ගන්නවා නිත්‍යයි කියලා. විඤ්ඤාණයේ නිත්‍යභාවය තමයි මේකේ මරණය. එතකොට 4.2. 4.2 දි මරණය, 4.4 වෙනකොට ආපහු මේක ඇති වෙනවා.

එතකොට එහෙනම් අර bell shaped curve එකක A, B, C වෙනකොට ජරාව. අර පල්ලෙහා, දැන් ඒ curve එකේ තව වූට්ටක් යන්න තියෙනවා නේ. ඒක 4.2. ආපහු

උඩට ඉස්සුලා, අර A හා සමානයි, අන්ත එතෙන්දි ආපහු ජාතිය. ඔන්ත ඔය විදිහටයි
ඒක සිද්ධ වෙන්නේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

12/11/2014 - විපරිණාම දුක්ඛතා

Vipariṇāma Dukkhatā

ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාර වේවා. ඒ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම මෙනෙහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

මං අර ඊයේ භාවනාව ම තමයි දිගට කරගෙන ගියේ. අර ලෝභය, බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි කිව්වම ලෝභය නැති කරනවා කියනවා නේ. ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කිව්වහම කෙළින් ම මං ආවේ අතන හතර වෙනි step එකට.

ඒ කියන්නේ, අපි කිව්වා නේ 4.2 මරණය කියලා. එතකොට අර නිත්‍යයි කියලා පල්ලෙහාට බහිනවා ඕක මරණය කියන එක. ඊට පස්සේ දැන් ඒ මරණයේ ඉඳන් අපි ආපහු යනවා සංස්කාරය 4.4 පරාමාසයට ඇතුල් වෙනවා කියන එක. ඒක නේ අපි ජාතියයි කියලා කිව්වේ. ඉතින් එතකොට මට ජේතවා දැන් මරණය, මෙතෙන්දි සංස්කාර කොටුවට ආවා, අතනින් පල්ලෙහාට බැස්සා, ආපහු ව්‍යාධිය. එතකොට දැන් තුනේ දීත් තියෙන්නේ ඉතින් එතන ව්‍යාධිය. ඊට පස්සේ 4.6 වෙන කොටත් ආපහු ව්‍යාධිය. 4.6 වෙන කොටත් ව්‍යාධිය, කියන එක තියෙනවා.

ඉතින් මේක බැලුවායිත් පස්සේ ඉතින් මම ඒ ව්‍යාධිය කියන එක කල්පනා කළහම මං එහෙමම ම යනවා. ගිහිල්ලා මං, ඊට පස්සේ මට එලියට එතකොට මම දකිනවා ඔය රූපයත් එහෙම ජේතවා, මේ ස්ථානය ගැන එහෙම, එහෙම ජේතවා.

ඊට පස්සේ මං ආපහු දැන් කල්පනා කළා මේ, දැන් 4.2 වෙනකොට මරණය, දැන් 4.6 වෙනකොට ව්‍යාධිය, දැන් කොයි එකේ ද ජරාව තියෙන්නේ කියලා. ඉතින් රහතන් වහන්සේ කිව්වා “4.3 කියලා.” එතකොට එහෙම නම් මරණය වෙලා 4.3 වෙනකොට අපිට ජරාවට පත් වෙලා. මරණය වෙලා, ජරාවට පත් වෙලා, තමයි මේ ව්‍යාධිය කියන එක තියෙන්නේ. ඉතින් මේක ටිකක් අමාරුයි නේ හිතන්න, මොකද්ද මේක කියන එක.

එතකොට 4.3 කියන එක මට කල්පනා වුණා 4.3 යි කියලා කිව්වහම අර නිත්‍යයි කියලා ආපු එක මෙතනින් පරාමාසයට ඇදෙනකොට මෙතනින් අපේ තියෙනවා අර සුඛය කියන කතාව.

එතකොට එහෙම නම් මේ කතා කරන්නේ, අර වේදනාව සුබයි කියලා කියන අවස්ථාවේ දී තමයි මේ ජරාව. ඒ කියන්නේ එහෙම නම් වේදනාවේ තමයි ජරාව. අර මුලින් තිබුණේ අර කයත් එක්ක රූපයත් එක්ක නේ. එතන තිබුණා ජරාව. දැන් වේදනාවේ ජරාව. අර විපරිණාමයට පත් වෙලා. ඒ වේදනාව තමයි මෙතෙක්දී මේක සිද්ධ වෙන්නේ.

ඉතින් අන්න ඒක තමයි. හරි ගැඹුරුයි. ඒ කියන්නේ අපි හිතන විදිහට ම නෙවේ මේකේ තියෙන්නේ. අපි සාමාන්‍යයෙන් බලාගෙන යනකොට ජාති ජරා ව්‍යාධි මරණ නේ ද. මෙතන ඊට පස්සේ මේ වේදනාවේ ජරාවක් තියෙනවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

13/11/2014 - දුක්ඛ නිරෝධ

Dukkha Nirodha

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරා, නමස්කාර වේවා. ඒ පූජාවෙන් අනතුරුව මම, අර සිඛි බුද්ධ ගාථාව මම කිව්වා. ඒක කියාගෙන ගියහම, ඒක මට කියන්නෙයි කියන එකත් කිව්වා. එතකොට, එතෙන්දී ඕගොල්ලෝ දන්නවා සිඛි බුද්ධ ගාථාවේ තියෙන්නේ, එතන පෙන්නනවා “යං කිඤ්චි දුක්ඛං සම්භොති, සබ්බං සඬ්ඛාර පච්චයා” මේ ලෝකේ යම්කිසි දුක්ඛයක් ඇති වෙනවා ද ඒක සංස්කාර නිසා ය ඇති වෙන්නේ. “එතං ආදීනවං ඥාත්වා, දුක්ඛං සඬ්ඛාර පච්චයා” මේ සංස්කාර නිසා තමයි මේ දුක්ඛය ඇති වෙන්නේ කියන ආදීනවය දැකලා, “සබ්බසඬ්ඛාරසමථා සඤ්ඤා උපරෝධනා, එවං දුක්ඛක්කයො හොති එවං ඥාත්වා යථා තථා”. සියලු සංස්කාරයන් සමථයට පත් කරලා, “සඤ්ඤා උපරෝධනා” සඤ්ඤාව නැවැත්වීමෙන් මෙන්න මේ දුක්ඛය නැති කරගන්න පුළුවන් ය කියන එක. ඉතින් ඔය ගාථාවේ තව වුවටක් දිගට තියෙනවා.

එතකොට මෙන්න මේක මම ඊයේ කරපු භාවනාවත් එක්ක මං සම්බන්ධ කළා. දැන් අපි දන්නවා 4.2 කියලා කියන්නේ අර මරණයයි කියන එක. විඤ්ඤාණ ධාරාවේ මැරීම කියන එක. 4.3 කියන එක අපි ඉගෙන ගන්නා වේදනාවේ ජරාවට පත් වීම කියන එක. 4.4 කියලා කියන්නේ ආපහු ඉපදවීම කියන එක. ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණයේ ඉපදවීම කියන එක. එතකොට එහෙම නම් මං කල්පනා කළා, ඔය අපේ, අපි හිතමු මේ ආහාර ගන්නකොට මේ කට්ටි රස, taste buds මෙහෙම වෙලා තියෙනවා නම්, බැහැලා ගිහිල්ලා තියෙනවා නම් අපි කොහොම හරි අර ලුණුමිරිස් ටිකක් හරි sauce ටිකක් දාලා හරි ඒ රසය ගන්න අපි උත්සාහයක් කරනවා. ඒ කියන්නේ අපි කාය කියන එක ජරාවට පත් වීම නිසා අපි මේ උත්සාහය කරනවා. අනිත් අතට මං අල්ල ගන්නා අර 4.3. අර වේදනාව වෙනස් වීම නිසා, වේදනාව ජරාවට පත් වීම නිසා අපි මේවා කරනවා. ඒ වෙලාවේ මට බොහොම තදින් ආවා, එහෙම නම් මේ කයේ ජරාවයි, වේදනාවේ ජරාවයි නිසා තමයි අපි මෙන්න මේ විඤ්ඤාණය නැවතත් අපි උපද්දවන්නේ කියන එක.

එතකොට දැන් ඒක බොහෝ ම, ඒක හොඳට තදින් මට වැටහුණා, ඒ වෙලාවේ, ඊට පස්සේ මං කල්පනා කළා මේක නැති වෙන්නේ කොහොම ද කියන එක. එතකොට මේක නැති වෙන්නේ කොහොම ද කියන එක “සබ්බසඬ්ඛාරසමථා, සඤ්ඤා උපරෝධනා” සංස්කාරය සමථයට පත් වෙන්න ඕනෙ. ඒක සිද්ධ වෙන්නේ නිර්වාණයේ දී විතරයි. “සඤ්ඤා උපරෝධනා” stopping of perception. සඤ්ඤාව නැති කිරීම කියන එක. මොන සඤ්ඤාව ද? එතකොට ඒ රහතන් වහන්සේත් මගෙන් ඇහුවා. “මොන සඤ්ඤාව ද දරුවා?” කියන එක. එතකොට මට මුලින් ම ආවා, මං

කල්පනා කළේ සුබ සඤ්ඤාව කියන එක නැති වෙන්න ඕනෙ. සුබ සඤ්ඤාව විතරක් නෙමෙයි. මොකද අර රූපය නිසා නැති වුණත්, වේදනාව නිසා නැති වුණත්, සඤ්ඤාව නිසා ඇති වෙන්නා වූ දේ තියෙනවා. එහෙනම් මිච්ඡා දිට්ඨිය නිසා ඇති වෙන්නා වූ ඒ සඤ්ඤාව, ඉතින් අන්න ඒ වෙලාවේ රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කියලා කිව්වා.

එතකොට මෙන්න මේ සඤ්ඤාව නැති වීමෙන් මේක නැති වෙනවා කියන එක තියෙනවා. ඉතින් එතෙක්දී අර කුඤ්ඤෙට එතකන් ම වැදිලා තියෙන්නේ. ඒ වෙලාවේ මම කියනවා කවුරුහරි කෙනෙක් මැරිලා ඒ, ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණය මැරිලා, නැවතත් මේ පුද්ගලයා මේ 4.4 කියන එකේදී උපද්දවන්නේ නැත්තන් ආන්න ඒ පුද්ගලයා මුණිවරයා. මුණින්ද්‍රයා පහළ වෙනවා කියලා මම කිව්වා. එතකොට එතන ඒ, ඉතින් ඒ ඒක මම දැක්කා, ඒ කියන්නේ බුදුහාමුදුරුවෝ වගේ ම ඒක පහළ වෙනවා කියන එක ඒක මම දැක්කා.

ඊට පස්සේ, ටිකක් වෙලා ඔහොම ඉඳලා ආපහු මම මේ බැලුවා ඒ ඒක වෙන්නේ, දැන් මට විමුක්තීන් ඔක්කොම පත්තු වෙලා තියෙන්නේ, මං බැලුවා ඒක එහෙම කරගන්නේ කොහොම ද කියන එක. ඒ කොයි එක්කෙනා ද ඒක කරගන්නේ කියන එක. ආන්න ඒ වෙලාවේදී මම, මට, මේ මම රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා මේක මෙහෙම නැති වෙන, කරන එක්කෙනා, අරක නිසා react කරන්නේ නැති එක්කෙනා නේ නේ ද කියන එක. රහතන් වහන්සේ කිව්වා මේ “ඒක පහසු වෙන පුද්ගලයා” කියලා. ඒ කියන්නේ ජරාවට, රූපය ජරා වෙනවා කියලා දඟලන්නේ නැති පුද්ගලයා. වේදනාව ජරාවට පත් වුණා කියලා දඟලන්නේ නැතිකම, ඒකට පහසු වෙච්ච පුද්ගලයා ඉන්නවා නේ. හැම එකකින් ම. දැන් මදුරුවෙක් කනකොට අපි හරියට ඕකට දඟලනවා නේ ද? වේදනාවක් වෙනස් වෙච්ච ගමන් අපි එතන හරියට, එතකොට අන්න එහෙම දඟලන්නේ නැති පුද්ගලයා, අර ඒකට react කරන්නේ නැති පුද්ගලයා, ආන්න ඒ පුද්ගලයා තමයි ඒ විදිහට ඒ විඤ්ඤාණයක් පිහිටවන්නේ නැතුව ඉන්නේ. ඒක easy වෙන්න ඕනෙ. පහසු වෙන්න ඕනෙ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

14/11/2014 - දුක්ඛ නිරෝධ 2

Dukkha Nirodha 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම මෙනෙහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම ඊයේ භාවනාව පටන් ගත්තා. ඒ හැබැයි පටන් ගන්නකොට අර සජ්ඣ බොජ්ඣංගය දක්වා යමි කියන පන්සිල් ගන්න විදිහට කරලායි කළේ. ඒ ඊයේ භාවනාවේදී අපි ඉගෙන ගත්තා නේ 4.2 කියනකොට මරණය. 4.3 කියනකොට වේදනාවේ ජරාව. 4.4 කිව්වහම ජාතිය. එතකොට මේක ජරාවට පත් වුණා කියලා රූපයෙයි වේදනාවෙයි අනුව තමයි අපි මේක සකස් කරන්නේ. ඊට පස්සේ 4.6 වෙනකොට ව්‍යාධිය. එතකොට වේදනාවේ ව්‍යාධිය.

අන්න ඒ point එකට ආවහම ඒක මට හරියට තදට වදිනවා. තදට වදිනවා කියලා කියන්නේ බලන්න, 4.3 වේදනාව ජරාවට පත් වුණා. ආපහු විඤ්ඤාණයක් උපද්දවනවා නම් 4.4ට නිත්‍යයි කියලා, මේ මනුස්සයාට තියෙන්නේ ආපහු වේදනාවේ ජරාව. 4.3 ඉඳන් 4.6ට. එතකොට මේක අර මුනිවරයාට ජේනවා, මේකේ ඇති වැඩේ මොකද්ද?

මෙතනින් මම ගිය ගමන්, මේක හදපු ගමන් ම මම වේදනාවේ ව්‍යාධියට පත් වෙනවා. එතකොට ජරාවේ ඉඳන් තමයි මම ව්‍යාධියට යන්නේ. මේ වේදනාව සඳහා නේ මේ විත්ත සංස්කාර හදන්නේ. එතකොට මෙතන මේක බලපු ගමන් ම දන්නෑ ඒක පුදුමාකාර විදිහට මගේ මනසේ ඒක වදිනවා. ඒක, රහතන් වහන්සේ එතන්ට “සාධු සාධු” කියපු තැනක් තමයි, ඒකත් එක්ක සිත නතර වෙනවා.

මේ සිත ගලවගන්න හරි අමාරුයි. එතනින් එහා පැත්තට කරකවනවා කියන එක කරන්න හරි ම අමාරුයි. එහෙමීම ම නතර වෙනවා ඒක, එහා පැත්තට යන්න බෑ. ඉතින් ඔහොම ටිකක් ඉඳලා මම ආපහු ඔය, භාවනාවට ඉස්සෙල්ලා ම මට ඕකෙ අදහස ආවා අද අර පස් වෙනි රවුම තමයි බලන්නෙ කියන එක. ඒක නිසා වුට්ටක් බැලුවා අමාරුවෙන්. ඒ කියන්නේ ඔතන තියෙන්නේ මොකද්ද අපි දන්නවා, දැන් ගන්න ඕනෙ අර 1 යි 4යි triangle එක. අපි දන්නවා 5A කියලා පල්ලෙහාට යනවා අර අත්තා කියලා. ඒ ගත්තාට පස්සේ අර රූපයට අපි ලාභයි කියන එක.

ඒකේ වෙන්වේ මොකද්ද මෙතන අත්තා, දිට්ඨි අනුසය කියන එක 4.6 දී අතන අනුසය කියන එක තියෙනවා, අර රූපයට ඇඟිල්ල දික් වෙනවා, ඒක ලාභයි කියලා ගන්නවා. ඕක නේ සිද්ධ වෙන්නේ. එතකොට 5B කියන තැනට එනවා, මේ ගිද්ධිලෝභය කියන තැනට.

එතකොට ඔතෙන්දි කල්පනා කරන්න අර දැන් අතන වේදනාව තියෙනවා නේ දැන් හතරේ ඉඳන් අපි කිව්වේ අර අපි, 4.6 වෙනකොට අපි ව්‍යාධිය ඇති වෙනවා කිව්වේ අතන 4.5 වෙනි රවුම වෙනකොට අත්තා කියලා අරගෙන. අර වේදනාව නිසා අත්තා කියලා අරගෙන තමයි මේක වෙලා තියෙන්නේ. දැන් ඉතින් අර මුනිවරයාගේ කතාව බලපු මනුස්සයාට මෙතන ජේනවා, මෙතනින් එහා පැත්තට යන්න බෑ. මොකද මේ වේදනාව තමයි අත්තා කියලා මම ගත්තේ. ඔය වේදනාව ගැන ම නේ අපි පස් වෙනි රවුමේ දී කතා කරන්නේ. අලුත් දෙයක් නෙමේ කතා කරන්නේ. අර කලින් ගත්ත එක.

ඒක ඉතින් මට උදාහරණයට ආවේ නිකන්, අපි හිතමු මේ හොඳ ලී කැල්ලක් ඕගොල්ලෝ ගෙනත් තියෙනවා. ඒකේ මේ පොඩි chip එකක් ගිහිල්ලා. ලොකු ගානක් දීලා ගත්තා වූ ලී කැල්ල. දැන් ඕගොල්ලෝ මේකට හරි මනාපයි නේ. දැන් මේකට, මේ මොනවා හරි board එකක් වාගේ ඒ වගේ එකක් හිතන්නකෝ.

ඒ පාර දැන් මේකේ chip එකක් ගිහිල්ලා දැන් මොකද කියන්නේ. මේකට මේ කල්පනා කරනවා මේකට අපි පොට් ටිකක් ගාලා හරි මේක පාවිච්චි කරමු. ලී කැල්ල විසි කරනවා කියලා කතාවක් නෑ. එතකොට මේ මනුස්සයා අර වේදනාව අත්තා කියලා කලින් ගත්ත එක ම තමයි මෙතනින් උඩට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. අර මගේ කලින් ලිය ගත්තා ඉතින් මං මේකට ලාභයි කියලා ඒක දානවා කියන එක තියෙනවා.

දැන් මට යන්න බෑ. අර ඉස්සෙල්ලා අර අදහස ගත්ත නිසා මට මෙතනට, ඔය තත්වට හරි යන්න පුළුවන් වුණාට. මේක පුදුම භාවනාවක්. හොල්ලන්න බෑ. සිත හොල්ලන්න බෑ. ඉතින් මං කිව්වා, මොකද මේ? මේක මේ මට යන්න බැරි එක කියන එක.

ඉතින් රහතන් වහන්සේ කිව්වා “අපිටත් එහෙම වුණා” කියලා. ඒ step එක, අරක තේරුම් ගත්ත එක්කෙනාට එතනින් එහා පැත්තට මෙනෙහි කරන්න බැරි වෙනවා. එතනින් සිත දුවන්නේ නැති වෙනවා. ඉතින් මේක හරි ගැඹුරුයි නේ. මේක මේ වේදනාව කියන එක තමන් තේරුම් ගත්තා නම්, 4.3 දී තමන්ට ජරාව කියන එක ඇති වෙලා, ඉපැද්දවා නම් උපද්දපු ගමන් ම ඉවරයි. ව්‍යාධිය. ඉතින් ඒ පුද්ගලයා, මුනිවරයා මේක මේවා කරන්න යන්නේ නෑ.

ආන්න ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

15/11/2014 - කාමච්ඡන්ද භාවනා

Kāmacchanda Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරමු, නමස්කාර වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් නමස්කාර කළා. ඒ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා නමස්කාර කළා.

එතකොට මේ භාවනාව කරන්න ඉස්සෙල්ලා ම මට කිව්වා මේ, කාමච්ඡන්දය ගැන භාවනාවක් මං කලින් කරලා තියෙනවා, ඒක කරන්නයි කියන එක.

එතකොට ඒ කාමච්ඡන්ද භාවනාවේ තියෙන්නේ, පළවෙනියට අපි දන්නවා අර දැන් සුභයි කියලා පළවෙනි රවුමේ කතාව අපි දන්නවා නේ. ඊට පස්සේ දෙවනි එකේදී අපි දන්නවා අර නිත්‍යයි කියලා ඇති වීම කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේ දෙක, ඒ රවුම් දෙකේදී අපි දන්නවා මේ පළවෙනි රවුමයි දෙවනි රවුමයි මේ දෙකේ gap එකක් තිබුණා. එතකොට මේ gap එක fix කරන්නයි කියලා තමයි අපි මේ විඤ්ඤාණයේ පිහිටීම කියන එක කරන්නේ. ඔක තමයි කාමච්ඡන්දය කියලා කිව්වේ.

එතකොට ඔක ඒ බලපු අවස්ථාවේ දී මම ඒ භාවනාවේදී දැක්කේ අර දැන් සුභයි කියලා ආවා, නිත්‍යයි කියලා ආවා, එතකොට අපිට ආවා සඤ්ඤාව සුඛ වශයෙන් අපිට ආවා. ඔය සඤ්ඤාව සුඛ වෙනකොට වේදනාව ඇවිල්ලා තියෙන්නේ දෝමනස්සය. වේදනාව දෝමනස්සය සඤ්ඤාව සුඛයි කියන එක.

එතකොට ඒ අවස්ථාවේ දී අපිට ජේනවා අර නිත්‍යයි කියලා අර සංස්කාරයන් කියන ඒවා, ඒක සුඛ වෙනවා. **Cutlet** තියෙනවා වාගේ සංස්කාරයන් සුඛ වීම කියන එක තියෙනවා. ඉතින් ඔක අපි ඔය ඊයේ පෙරේදා කරපු භාවනාවත් එක්ක සම්බන්ධ කරලා බැලුවොත් අපි දන්නවා අර නිත්‍යයි කියලා මේ සංස්කාරය පරාමාසයට ඇදෙනවා කියන්නේ අර පද්ධියමනසඛිකප්පය නේ ද? එතන ඒක නේ සිද්ධ වෙන්නේ. ඉතින් ඔය අවස්ථාවේ දී අපි කිව්වා ජාතියයි කියලා. දෙවනි රවුම ජාතිය.

දැන් අර curve එකේ B කියන point එකට ආවා. දැන් තියෙන්නේ අපි C කියන එකට යන්න. එතකොට කාමච්ඡන්දය වෙනවා කියන්නේ මේ C කියන point එකට යනවා කියන එකයි තියෙන්නේ.

එතකොට එහෙනම් අපිට කාමච්ඡන්දය තියෙන්නේ මොකකට ද? ජරාවට. ජරාවට තමයි කාමච්ඡන්දය තියෙන්නේ. ඕක මට භාවනාවට ඉස්සෙල්ලා ම, ඒක රහතන් වහන්සේ කිව්ව ගමන් බැලුවා ම මට මේක ආවා.

දැන් ඔන්න මං බුදුපියවරුන්ට අර නමස්කාර කරගෙන යනකොට මට ලැජ්ජයි. ලැජ්ජයි කියලා කියන්නේ මේ ජරාවකට පත් වෙන දේකට තමයි කාමච්ඡන්දය. ඒ බුදුවරු දෙනුත් දෙනෙක් සිහි කරනකොට මට ලැජ්ජයි හිත එහෙමම ම නතර වෙනවා. කිසිම ආකාරයකින් දුවන්නේ නැතුව මේකේ ඉතුරු ටික බුදුපියවරුන්ට කියා ගන්න මේකක් නෑ. ඒ පාර දැන් ඔන්න මං දෙව්වරුන්ට පින් දෙන්න ගත්තා නේ. ඒ දෙව්වරුන්ට පින් දෙනකොට මට තේරුණා මේක මෙහෙම නෙමේ. මේක දුවනවා.

එතකොට මං එතෙන්දි කල්පනා කළා දැන් මේකෙදි එහෙම නම්, දැන් අපි බලන්න මේ, දැන් දෙව්වරු ඒක නවත්තපු අය කියන එක නෙවෙයි නේ. එතකොට රහතන් වහන්සේලා නවත්තපු අය. එතකොට මට තේරුණා මේ cutlet වාගේ දෙයක් දිහා බලනකොට, රූපයක් දිහා බලනකොට මනුස්සයෙක් අර සංස්කාර නවත්තන්න නෙවෙයි බලන්නේ. රහතන් වහන්සේලා දෙස බලනකොට සංස්කාර නවත්තපු අය, නවත්තන අය දිහා බලනකොට අපේ සිත අර නතර වෙන ස්වභාවය තියෙනවා.

එතකොට අර නවත්තපු නැති අය දිහා බලනකොට, නවත්තපු නැති cutlet වාගේ දෙයක් දිහා බලනකොට මේක දුවනවා කියන එක තියෙනවා. එක ම ධර්මය. හරි ලස්සනට ඒ වෙනස මම දැක්කා.

එතකොට මේක මේ විදිහට මේ වෙනවා කියන එක මම දැක්කාට පස්සේ මං කල්පනා කළා එහෙනම් මොකද්ද මේකේ මේ වෙනස? ඇයි මෙහෙම වෙනසක් වෙන්නේ? සංස්කාරය කියන එක. එහෙම නම් අපි මේ බලන දිට්ඨියේ නේ වෙනස තියෙන්නේ. පළවෙනි එක සම්මා දිට්ඨිය සහිතව බලන්නේ. සම්මා දිට්ඨියේ තියෙන්නේ මොකද්ද? ඇති වෙනවා නම් ඇති වෙන්නේ දුක්බය. එතකොට මේක නැති වෙනවා නම් දුක්බය තමයි නැති වෙන්නේ කියන දෘෂ්ඨිය. ආන්න ඒක දිහා බලාගෙන බලනකොට අරක නතර වෙනවා කියන එක තියෙනවා. මිච්ඡා දිට්ඨියෙන් බලනකොට අරක දුවනවා.

ඔන්න ඕකයි ඉතින් එතෙන්දි රහතන් වහන්සේ අර “Excellent” කියන එක, එතන ඒක කිව්වා “සාධු සාධු” කියලා.

අන්න ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

16/11/2014 - ගිද්ධිලෝභ භාවනා

Giddhilobha Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාර වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වශයෙන් නමස්කාර කළා. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මට මුලින් ම කිව්වා කලින් කරපු නන්දි භාවනා 2, ඒක කරන්නයි කියලා. ඒ නන්දි භාවනා 2 තියෙන්නේ අපිට දැන් ඔය අහිච්ඡාව නිසා අපිට ලෝභය ඇති වෙනවා. එතකොට අහිච්ඡාවෙන් අපි දන්නවා අර, අහිච්ඡාවෙන් කාමච්ඡන්දයට යනවා, අහිච්ඡාවෙන් නන්දියට යනවා කියන එක අපි දන්නවා. එතකොට ඒ නන්දිය ඇති වුණායින් පස්සේ ඒක දිගේ අපි යනවා නේ වේතනාවට එතකන් යනවා. අනිත් පැත්තෙන් ගත්තහම ඕගොල්ලන්ට ඡේතවා අර සඤ්ඤාව නිසා දැන් අපි ඔය විදිහට කැරකිලා වට කැරකි කැරකි ගිහිල්ලා අපි හිතමු නම වෙනි රවුමට අපි ආවා කියලා.

ඒ නම වෙනි රවුමට එතකොට අපි දන්නවා අර ආපහු පළවෙනි රවුම වාගේ. ඒ කියන්නේ අර මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා අර උඩ සංස්කාර කියන කතාව ඇති වෙනවා, එතන ඒ සංස්කාර කියන කොටුවට ගිහිල්ලා ඊට පස්සේ ඒක push කරනවා ඉදංසච්චයට. එතකොට මේ වෙලාව වෙනකොට අපිට ඡේතවා අර value එක කියන එක copy වෙනවා. Copy වෙන්නේ කොහොම ද, අර වේතනාවේ ඉඳන් පල්ලෙහාට පරාමාස පැත්තට බැහීමක් කියන එක තියෙනවා.

ඊට පස්සේ ඒක, කලින් කරා මේ භාවනාව. එතකොට ඊට පස්සේ ආපහු ඡේතවා ඒ වේතනාව පැත්තේ ඉඳන් අර 1-3 මෝභයට යනවා කියනවා නේ. එතකොට එතන්ට ගියා කියලා කියන්නේ අර සුභය කියන value එක අතෙන්නට, ඉදංසච්චයට ගියා. ඉතින් value එක copy වීමක් තමයි ඕක තියෙන්නේ. එතකොට ඒ කලින් කරපු භාවනාවේදී දැක්කා මේක මෙහෙම වෙනකොට, දැන් අර අපි අහිච්ඡා නිසා අපිට මිච්ඡා දිට්ඨිය ඇති වෙනවා කියන එක තියෙනවා. ඉතින් ඕක සම්බන්ධ වුණා අර triangle එකත් එක්ක. අර මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා පෙන්නපු triangle එක තියෙනවා නේ. සම්මා දිට්ඨි ප්‍රඥා ශ්‍රද්ධා, අනිත් පැත්තෙන් ඉන්ද්‍රිය අසංවරය, අපිට තියෙනවා අහිච්ඡාව, පල්ලෙහායින් දෝමනස්සය කියන එක. එතකොට අහිච්ඡාවයි මිච්ඡා දිට්ඨියයි එතන සම්බන්ධ වෙනවා.

එතකොට ඊළඟට අපිට ඡේතවා මෙතන මේ ප්‍රඥා කියන කොටස කල්පනා කළහම, ඒක අපේ වැහිලා යන්නේ කොහොම ද අපේ අර ඉද්ධිපාද diagram එකේ

තියෙන්. කාමච්ඡන්ද පැත්තෙන් ආවා, එතන දුස්සීලභාවය, දුස්සීලභාවය නිසා මානසෙන් ඉස්සුවා, එතනින් ප්‍රඥාව නැති වෙනවා කියන එක.

එතකොට ඔය සම්බන්ධතාවය කලින් බලලා තිබුණේ. එතකොට ඒක මම ආපහු මෙනෙහි කරලා ඉවර වෙලා මම බැලුවා දැන්, මේ අවස්ථාව වෙනකොට කාමච්ඡන්දය කියලා කියන්නේ, දැන් අපි ඊයේ භාවනාවේදී පෙන්වුවා මේ ජරාවට යනවායි කියන එකට අපේ තිබෙන්නා වූ කැමැත්තක් තමයි මෙනෙහි වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට වට දෙකයි. වට දෙකක් ගහලා තුන් වෙනි රවුම වෙනකොට මේ කතාව කියන එක තියෙනවා.

එතකොට එහෙනම් අභිජ්ඣා වෙන් කාමච්ඡන්ද කතාව ඔන්න වට දෙකේ තියෙනවා. ඊළඟට ආපහු ගත්තහම ඒ රහතන් වහන්සේ, දැන් වට හතරකින් නේ මෙනෙහි මලා කියලා කිව්වේ අපි. 4.2 කියන්නේ මරණය. දැන් එහෙම නම් ආපහු රහතන් වහන්සේ කියනවා පොඩි වෙනසක් විතරයි තියෙන්නේ ඉතින් 8.2 කියන එක මරණය වශයෙන් බලන්න ඕනි. ඒ කියන්නේ ආපහු විඤ්ඤාණය ආපහු අර හතරක් යනවා නේ. හතරක් ගිහිල්ලා ඒ මැරීම කියන එක තියෙනවා.

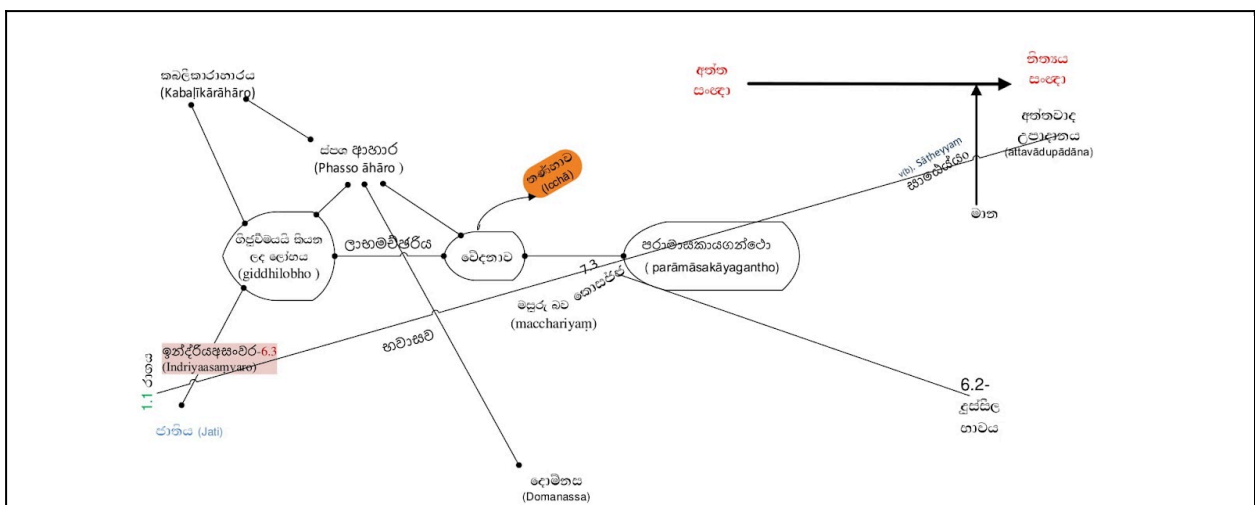
එතකොට දැන් බලන්න, දැන් අපි මරණයට පුරුදු වුණා. පළවෙනි වටේ විඤ්ඤාණය මලා, ඔන්න ඒකට පුරුදු වුණා. ඊට පස්සේ ආපහු අට කතාවේදීත් විඤ්ඤාණය මලා. දැන් අර කටට බත් කටක් දැම්මා ම මෙනෙහි ඉදන් මෙනෙත්ට ගියා, මලායිත් පස්සේ ආපහු පුරුදු වුණා කියන එක නේ කිව්වේ නේ ද? රවුම් දෙකක් ගහනකොට ජරාවට අපි පුරුදු වුණා. කාමච්ඡන්දය ඒකට. වට අටක් යනකොට එතන විඤ්ඤාණය දෙපාරක් මැරිලා ඔන්න නන්දිය දැන් තියෙනවා. මොකද අර වට අටක් ගියායිත් පස්සේ තමයි අපේ තණ්හාව, තථාගතයන් වහන්සේ පෙන්න්නේ තණ්හාව කියලා, නේ ද?

එතකොට දැන් වට අටක් ගියායිත් පස්සේ මෙනෙහි ඔන්න නන්දි කතාවට අපි ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඇයි දැන් හතක් ම යන්න එපැයි ඒ නන්දිය වෙන්න. එතකොට අර හැම step එකේ ම හැම රවුමේම significant වෙන්නේ නෑ නේ. දැන් පළවෙනි එකේදී සුභ, දෙවනි එකේදී නිත්‍ය, ඔහොම ගිහිල්ලා නන්දිය significant වෙනකොට වට අට ගිහිල්ලා තියෙන්නේ කියන එක.

එතකොට මෙනෙහි මෙන් මේ කාරණා දෙක, දැන් එහෙනම් ජේනවා වට දෙකයි, කාමච්ඡන්දය, ජරාවට කැමති වීම. වට අටයි, විඤ්ඤාණය මලා, ඔන්න නන්දිය කියන එක. එතකොට දැන් මේ අභිජ්ඣාවෙන් තමයි මේ දෙක ම ඇති වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට දැන් ඔන්න ඔතන connection එක ජේන්න ඕනෙ.

ර්ලභට අපේ නියෝගවා ගිද්ධිලෝභය කියන එක. ගිද්ධිලෝභයේ දෙපැත්තට නේ ඒක නියෝගේ. මෙන්න මෙහෙම තමයි ගිද්ධිලෝභය ඇති වෙලා නියෝගේ. ගිද්ධිලෝභය ඇති වෙලා නියෝගේ ඔය විදිහට මේ පැත්තෙන් අර දෙකේ කතාවයි මේ පැත්තෙන් අටේ කතාවයි, ඒ නන්දිය. එතන අපි ගිද්ධිලෝභය අර සිහිනයයි කියලා කිව්වට අපි තාම ඒක හරියට දන්නේ නෑ. ඒක මොකද අන්තිමට ඒක ජාතියයි කබලිංකාර ආහාරයයි නෙ connect කරන්නේ, join කරන්නේ. මෙන්න මේ විදිහට තමයි මේක වෙන්නේ කියන එක තමයි ඒ භාවනාවේදි මං බැලුවේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.



මානය ඇතිනම් අත්ත සංඥාවට නිත්‍යය යැයි අගය පවරනවා.

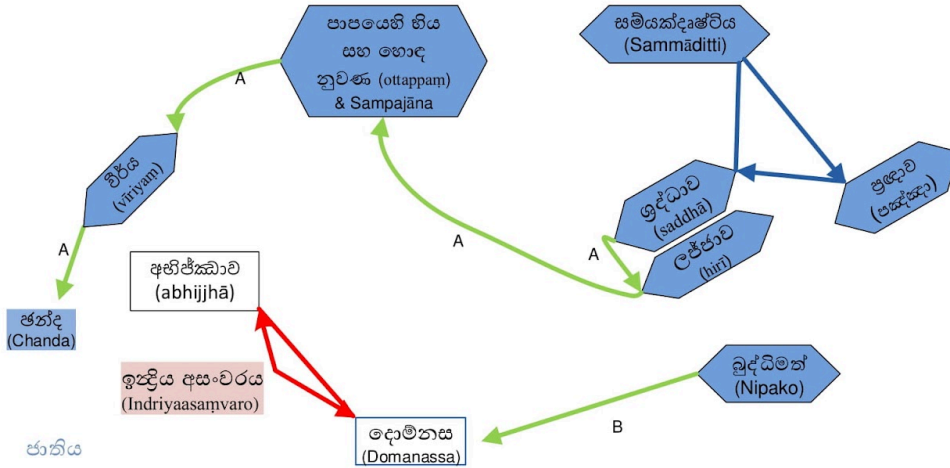
6.2- දුස්සිල භාවය ↔ මානය

මානය ඉවත් කර මෙන්තාව පැවැත්විය යුතුය. මෙහි වින්ත විමුක්තිය අග්‍රද්ධාවෙන් 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 තවන විරියය ඇතිව, මනා නුවණ ඇතිව, සිහියෙන් යුක්තව වාසය කරන්නේ නම්, මෙහිදී, විමංසා ඉධිපාදයන් උපෙක්ඛා අප්‍රමාණයන් ඇතිවේ.

අභිජ්ජා සහ දොමනස නැති කිරීම

තථාගතයන් වහන්සේ ගැන විශාල ශ්‍රද්ධාවක් තිබිය යුතුය. ශ්‍රද්ධාව සහිතව පහත දැක්වෙන සටහන භාවිතා කරන්න.



ත්‍රිකෝණ දෙක බලන්න.

- Path A - සම්මාදිට්ඨිය නිසාය. මෙහි විරිය වශයෙන් දැක්වෙන්නේ පළමුවන විරියයි - අත්හැරීම (නෙක්බම්ම ...). කුමක් සඳහාද? අභිජ්ජා නැතිකිරීමටය. මෙය Path A - මුළුලෙහිම පැවතිය යුතුය.
- Path B - ප්‍රඥාව නිසාය. අභිජ්ජා ඇතිනම් දොමනස ඇතිවේ යන්න පිටුව 2 දී ඉගෙන ගනිමු. මෙය දැන බුද්ධිමත් (nipako) විය. දැන් දොමනස නැතිවීම කෙසේදැයි දැනී. මෙසේ දැනගැනීම ඇත්තේ, එනම්, අස්තන්ගමය දන්නේ, ප්‍රඥාව පරාමාසකාය ග්‍රන්ථය ඇතුළුව ඇදේ. ඉන් අනතුරුව නිවර්ණය මෙයින් පිටත බව දැන, ප්‍රඥාව පරාමාසකාය ග්‍රන්ථයෙන් ඉවත්වීම සිදුවේ.
- මෙය ඉහළම උපෙක්ඛාවයි.

3

18/11/2014 - සුඛභාගිය ධම්ම

Sukhabhāgiya Dhamma

ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේට නමස්කාර කරමි, නමස්කාර වේවා. මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට ඒ භාවනාව කරනකොට අද මම කල්පනා කරේ අර ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියන එක. එතකොට ලෝභය නැති කරමි කියන එක කල්පනා කළහම ඉතින් ලෝභය කිව්වහම මම ආවා අර කබලිංකාර ආභාරය, ජාතිය, ඒ වගේ ම උඩට අර මනොසඤ්චෙනනා ආභාරය තියෙන ඒ කොටසට. ඒ කොටසට ආවහම කල්පනා කළා දැන් මේකේ, මේක ඇතුළේ ගිද්ධිලෝභය තියෙනවා. එතකොට එහෙම නම් දැන් ඔන්න පළවෙනි කාරණේ ගත්තහම, කාරණා දෙකයි. රවුම් දෙකක් කැරකෙව්වා, ඒක නිසා අපිට කාමච්ඡන්දය ඇති වෙනවා. ඒ කාමච්ඡන්දයෙන් අපිට ජේනවා අපි කාමච්ඡන්ද වෙලා තියෙන්නේ ජරාවට යන්න. එහෙම නම් ඒ කොටස වැටෙනවා ද්වේෂය තියෙන කොටසට.

ර්ලහට වට අටක් කැරකෙව්වහම රවුම් දෙකයි, ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණය එක පාරක් මළා, රවුම් දෙක කියන එකෙන් අදහස් කළේ විඤ්ඤාණය මළා, මළාට පස්සේ ආපහු උපද්දවනවා. මේ සංසාරයේ රවුම නේ මේ කියන්නේ. එතකොට විඤ්ඤාණය ආපහු උපද්දවනවා. එතකොට මේ වෙලාව වෙනකොට ඉතින් අර මරණය කියන එක සිදු වුණා කියන අවස්ථාවේ දී ම ජේනවා එහෙනම් අපි මෝහ කොටසට ඇවිල්ලා තියෙනවා. එතකොට මේකේ මෙන්න මේ කැලී දෙක බැලුවා. ඉතින් ඒ කොටස එකක් ජරාවට යන්නේ ඡන්දය, මරණය වෙලා ආපහු ඉපදෙන්නේ නන්දිය. මේක බලාගෙන ගියා ම ඉතින් ඒ සිත බොහොම සාමකාමීයි ඉතින් එක එක රූපත් ජේන්න ගත්තා.

ර්ට පස්සේ ඔය අතරේ ඉතින් එක එක අදහස් ඔය එන්න පටන් ගත්තා ඔය කලින්, ඔය ර්ටයේ හවස එහෙම සාකච්ඡා කරපු කාරණාත් උඩ. එතකොට මේ බුද්ධ ශාසනය ගැනත් ඉතින් කල්පනා කරන්න ගත්තා. ඉතින් මේ, එහෙම නම් රූපයන් විතරක් නෙවේ මෙතන ජරා වුණේ. ශාසනේ වුණත් ඉතින් ජරා වෙලා තියෙනවා නේ. ඒ ජරාවට පත් වීම ගැන ඉතින් එතකොට ඡන්දයක් ඇති වෙනවා මනුස්සයෙකුට. ඒකේ මරණය ගැන තියෙනවා, ඉතින් එතන ඒ නන්දිය කියන එක එතන ඒක තියෙනවා කියන එක ඒ පැත්ත ධර්මය වශයෙනුත් එතන බැලුවා.

බලලා ඉවර වෙලා ආපහු කල්පනා කලා, දැන් ඉතින් ඔය කාරණා ගැන කියනකොට රහතන් වහන්සේ කිව්වා නේ අපි මේ යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛයේ ඉඳන් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට යන්න උත්සාහ කරනවා කියලා. එතකොට මං අන්න ඒක සිහි කලා. ඒක සිහි කලා ම, ඉතින් රහතන් වහන්සේලාගේ වචන ඉතින් ගැඹුරු වචන නේ.

එතකොට එනවා අපි දැන් 4.2 කියලා ලියාගත්තොතින්, ඉස්සෙල්ලා මං ධර්මයෙන් දැක්කා මේක ලියන්න ඉස්සෙල්ලා, 4.2 කියන එක අපි ලියාගත්තොතින් එහෙම ඔය මරණය තියෙන තැනින්, ඊළඟට එතන ඉඳන් අපි එන්නේ අර ව්‍යාධි ධර්මය කියන එක. එතන අපිට කියන්න පුළුවන් මේ 4.3 යි කියලා. ඒ කියන්නේ වේදනාවේ ජරාව කියන එක නිසා තමයි අපි රෝගී වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට එහෙම නම් 4.3 කියන එක අපි ලියනවා ව්‍යාධිය තියන තැන. ඊට පස්සේ, අපි ඒ 4.4 කියලා කියන්නේ අර ජාතිය තියන තැනට. දැන් උපද්දවන්නයි කියන එකයි තියෙන්නේ.

එතකොට ඒක ඉපැද්දුවාට පස්සේ, දැන් එහෙම නම් අපිට එනවා ඔය 4.5 කියන එක යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛය කියන තැන. ඊට පස්සේ එනවා අපි 4.6. වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියන එක. වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියන එක ගත්තහම අර අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය. වේදනාවේ ව්‍යාධිය උඩින් ලියන්නැතුව මේක යටින් ලියනවා. එතකොට දැන් අපිට ජේනවා අපි අර ජරාවට පත් වෙලා, මේකට තමයි කැමැත්තක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ, ඉතින් මේක ආපහු උපද්දවන්න තමයි මේ මනුස්සයෙක් උත්සාහ කරන්නේ. එතකොට අර ජරා දෝමනස්සය තියෙනවා නම් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කියලා කියන්නේ. ආන්න එතෙත්ට ඒක සම්බන්ධ වෙලා එනවා. ඉතින් අන්න එහෙම ධර්මයක් තමයි මම දැක්කේ. භාවනාව බොහොම හොඳයි.

4.5 වෙනකොට අර අත්තා කියන කතාව තියෙනවා නේ. දැන් ඉතින් බලන්න අර X and Y කියලා සම්බන්ධ කරලා තිබුණේ. 4.5 අත්තා කියලා කිව්වේ. අතනින් අපි එතකොට 1-3 මෝහයට එතකොට X කියන කතාවේදී, පල්ලෙහායින් එනවා අපි ව්‍යාධියේ ඉඳන් යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛයට.

එතකොට අර අත්තා කතාව ගියේ, අත්තා කියලා සඤ්ඤාවක් අරගෙන නේ 1-3 වලට ගියේ. ඒක ම තමයි පස්සේ ව්‍යාධියේ ඉඳන් අපි එන්නේ යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛයට එන එක Y එක කියලා ගත්තේ. එතකොට එහෙම නම් අත්තා තමයි මෙතත්ට යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛයට.

ඉතින් ඒක නේ දැන් මැරෙන මනුස්සයා කල්පනා කරනවා අනේ අපි මැරෙන්නේ නැත්නම්. ව්‍යාධියට පත් වෙන මනුස්සයා අනේ අපි ව්‍යාධියට පත් වෙන්නේ නැත්නම්. එතකොට එහෙනම් මේ අත්තා ඉන්නවා. මේක මොකද්ද මේ පවත්වන්න හදන්නේ? අත්තෙක් නේ. ඔන්න ඔය එක දැක්කා මං.

19/11/2014 - සුඛභාගීය ධම්ම 2

Sukhabhāgiya Dhamma 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාර වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැඳ නමස්කාර කළා. මේ විදිහට ම දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

ඊට පස්සේ මම අර ඊයේ විදිහට ම භාවනාව පටන් ගත්තා අර ලෝභය නැති කරමි කිව්වහම ලෝභයේ ඒ කොටස කැරකීම, කාමච්ඡන්දය, ඒ කාමච්ඡන්දය නිසා ඔයා දන්නවා රවුම් දෙකක් යනකොට අපි ඒ ජරාවට යනවා. එහෙනම් ඒ කියන්නේ ඒ කොටස අයිති වෙන්නේ ද්වේෂය තියෙන කොටසට. ඒක බැලුවා.

ඊට පස්සේ ආපහු රවුම් හතරක් යනකොට ඉතින් මරණය කියන එක ඇති වෙනවා. මෝහ කොටසට වෙනවා කියන එක බැලුවා.

බලලා ඉවර වෙලා අර ඊයේ විදිහට ම ඒ මරණය කියන එක 4.2 නම් 4.3 ව්‍යාධිය. ඊට පස්සේ 4.4 කිව්වහම ජාතිය. 4.5 අර අත්තා කියන එක ගන්නවා යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛය කියන එක. ඊළඟට 4.6 කියන එක අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය. ඒ කියන්නේ අර වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියන එක. එතකොට ඒ කොටස මම හොඳට බැලුවා. ඉතින් සමාධිය බොහොම හොඳයි.

ඒ විදිහට පැවතිලා ඊට පස්සේ මම බැලුවා, ඊළඟට තියෙන්නේ ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය කියන එක. එතකොට ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය හතරේ කීය ද කියලයි බැලුවේ. ඉතින් එතකොට දැන් බලන්න, දැන් තියෙන්නේ ඊළඟට 4.7 කියන එක තියෙනවා. 4.7 කියන එකේ තියෙන්නේ නන්දිය. එතකොට ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය කියන එකේ තියෙන්නේ මොකද්ද? ඒ කියන්නේ බබා වාගේ රූපයක් තිබිලා, ජරා වෙලා, ව්‍යාධියට පත් වෙලා, මරණයට පත් වුණා. මේකෙන් වෙන් වුණා. එතකොට වෙන් වීම තමයි ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය. මේකට තියෙන කැමැත්ත නේ නන්දිය කියන්නේ. මළාට පස්සේ ආපහු ඉපදෙන්න තියෙන කැමැත්ත.

එහෙම නම් 4.7 කියන්නේ ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය. ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව. බොහෝ ම හොඳට අර කාරණා ටික දැන් ගැලපිලා ගැලපිලා එනවා. නැවත නැවතත් අර ඊයේ භාවනාවෙන් ඉතින් යම් ආකාරයකට නොපෙනුන දෙයක් තියෙනවා ද ඒක වැටහීම කියන එක ඇති වුණා.

ඒක තමයි භාවනාවේදී කළේ.

20/11/2014 - සුඛභාගිය ධම්ම 3

Sukhabhāgiya Dhamma 3

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. ඒ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මං අර ඊයේ භාවනාව ම නැවතත් කරගෙන ගියා. ඊයේ අපි දැක්කා නේ 4.2 කියලා කිව්වහම මරණය. 4.3 කියලා කිව්වහම වේදනාවේ ජරාව, ඒක තමයි ව්‍යාධිය වශයෙන් ගත්තේ.

ඊට පස්සේ අපි ආවා 4.4 කියන එක එතන තමයි ජාතිය. 4.5 කියන එක අත්තා. ඒක තමයි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛය කියන එක.

ඊට පස්සේ 4.6 කියන එක අපි බැලුවා අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය.

ඉතින් 4.7ත් අපි දැක්කා නේ ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය කියන එක.

ඉතින් අද මං කල්පනා කළේ ඔය 4.6ට අපි ආවා නම් දිට්ඨි අනුසය. එහෙම නම් අනුසයේ අපි දන්නවා අර පල්ලෙහා ඉඳන් වේදනාවටයි යන්නේ. ඒ වගේ ම අපි 4.6ට ආවා නම්, තියෙන්නේ පල්ලෙහා, ඒ අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයේ ඉඳන් අපි උඩට අර ජරාව කරා ගමන් කරන්න ඕනෙ.

ඔන්න ඕක තමයි මං බැලුවේ. ජරා දෝමනස්සය කියන එක අතෙන්නට එනවා කියන එක. ඉතින් මේකේ number එක මොකද්ද කියන එක තමයි මම හුහක් ම මං උත්සාහ කළේ. ඔය හව බලන අවස්ථාව වෙනකොට මට විවිධ පැත්තෙන් ජේනවා මට සමාධියන් කියන ඒවා ඇති වෙනවා. ඒ ඇති වුණාට number එක නම් හොයාගන්න අමාරු වුණා.

ඉතින් ඒ, මොකද ඒකෙ විවිධාකාරයෙන් ජේනවා අර පල්ලෙහාට දිට්ඨි ආශ්‍රවය හරහා නිත්‍ය කතාවකුත් ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඒක ගිහිල්ලා තියෙනවා ඔය පහළ තියෙන අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කියන එකට. ඒක පහළට බැසීමක් නේ තියෙන්නේ.

එතකොට අනිත් අතට අත්තා කතාවකුත් තියෙනවා. ඉතින් දැන් මේවායින් ගත්තහම කොයි එක ද කියන එකයි කල්පනාව. ඉතින් රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවහම රහතන් වහන්සේ කිව්වා 5.3 කියලා. ඒ 5.3 කියලා කියන්නේ ඔය සඤ්ඤාවේ ජරාව. 4.3

වේදනාවේ ජරාව වෙනවා වගේ ම 5.3 සඤ්ඤාවේ ජරාව වෙනවා කියන එක තමයි එතන තියෙන්නේ.

එතකොට ඒක සඳහා අපි triangle එකක් වශයෙන් හිතනවා නම් ඒ ජරාව තියෙන තැනයි, ඊළඟට ව්‍යාධියයි, පල්ලෙහායින් තියෙන අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයයි කියන එක තමයි හිතන්න ඕනෙ.

අනිත් අතට ජේනවා පල්ලෙහායින් තියෙන ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගයයි, දකුණු අත පැත්තට අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය, උඩ ජරාව. දෙතුන් පැත්තකින් එතන සම්බන්ධතාවයක් එනවා. ඉතින් දැන් අපි දන්නවා 5.3 කියලා කිව්වා නම් අර සුභයි, නිත්‍යයි කියලා

ඊට පස්සේ ඒ සඤ්ඤාවේ සුඛභාවය තමයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ඉතින් සඤ්ඤාවේ සුඛභාවය කියලා අපි ගන්නේ ජරාව. ඒක තමයි එතන ඒ භාවනාව හැටියට තියෙන්නේ. එතනින් තමයි නැවැත්තුවේ.

21/11/2014 - උපායාස භාවනා

Upāyāsa Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාර වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

මම අර ඊයේ භාවනාව ම දිගට කරගෙන ගියා. ඒ භාවනාවේ අපි දන්නවා 4.2 කියලා කිව්වහම මරණය. 4.3 කිව්වහම ව්‍යාධිය, වේදනාවේ ඒ ජරාවට පත් වීම කියන එක ව්‍යාධිය. ඊළඟට 4.4 කිව්වහම ආපහු ජාතිය. ඊට පස්සේ අපි දන්නවා 4.5 කිව්වහම යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛය. 4.6 කියලා කිව්වහම අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය. 4.7 කියලා ගත්තහම ප්‍රියේහි විප්‍රයෝගය කියන එක දන්නවා.

ඊට පස්සේ අපි ඊයේ බැලුවා 5.3 කියන එක. ඒ කියන්නේ අර නිත්‍යභාවය කියන එකයි අපිට එන්නේ. ඒ නිත්‍යභාවය කියලා කියන්නේ අර ඒ සඤ්ඤාවේ ජරා වීම කියන එක ඒ ජරාව තැනින් තමයි ඒක ලියන්න ඕනෙ. ඉතින් ඒක හරි අපිට අර නිත්‍යයි කියලා යමක් අපි හිතනවා, කල්පනා කරනවා. ඉතින් නමුත් ඒ නිත්‍යභාවය කියන එක, ඒකේ වෙනස් වීම ම තමයි ඒ ජරාව කියලා කියන්නේ. එතකොට ඒක සඤ්ඤාවේ ජරාව.

ඔන්න ඔය සඤ්ඤාවේ ජරාව කියන එක ඔය විදිහට බැලුවහම හරියට රූප ජේන්ත ගන්නවා. එක එක අය, මේ ගෙදර අයගෙ රූප, අතීතයේ ඒවා, විවිධාකාර වූ රූප වැලක් එනවා. මෙහෙම ඉතින් මේවා දැකලා දැකලා, නිකන් නවත්තගන්න බැරි තත්වෙට ම මේක එනවා.

මෙහෙම ඇවිල්ලා ඊට පස්සේ මං රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා උපායාසය තියෙන තැන. දැන් ඒක විතර නේ ඉතුරු වෙලා තියෙන්නේ. එතෙක්ට එන්නේ මොකද්ද කියන එක. ඒ පාර රහතන් වහන්සේ කිව්වා “ඒක 7.7” කියලා. ක්‍රෝධ උපායාසය කියන්නේ. ආත්ත ඒ විදිහට මෙතන්ට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

ඉතින් ජේනවා ඔය උපායාසය කියන එක ලියවෙලා තියෙන්නෙත් රහතන් වහන්සේ අදිනකොට ඔය දෙවනි පාරේ කිට්ටුව තියෙන්නේ. එතකොට අනිත් අතට ගත්තහම අපිට ජේනවා 7.7 කිව්වහම නන්දිය කියන කතාවකුත් තියෙනවා. ඉතින් නන්දිය කියලා තියෙන්නේ මැරිව්ව එකක් ආපහු උපද්දවන්න.

ඉතින් දැන් ඕකේ අනිත් පැත්තට ම මේක තියෙනවා නේ. මැරිව්ව මනුස්සයාට දැඩි වූ වෙහෙසක් එතන ඒකේ තියෙනවා. මේක මේ **frustrated** නෙ මේක උපද්දවන්න හදනවා, උපද්දවන්න හදනවා ඒක ආපහු මැරෙනවා. උපද්දනවා, ආපහු මැරෙනවා. ඉතින් උපායාසය, දැඩි වෙහෙස කියන එක ඒක හොඳ ලස්සනට පැහැදිලි වෙනවා එතන ඒ කාරණයෙන්. එතකොට ඕක තමයි අපි අර සුඛාපටිපදා බිජ්ජාහිඳ්ඳා වෙත් අර පුටුව අල්ලලා විසි කරනවා කිව්වේ. මේකත් එක්ක පවත්නන්න බැහැයි කියලා.

ඉතින් ඕක තමයි මං කරපු භාවනාව.

23/11/2014 - ගිද්ධිලෝභ භාවනා

Giddhilobha Bhāvanā

මේක ගිද්ධිලෝභ භාවනාව. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා. ඒ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා.

ලෝභය නැති කරමි කියනකොට මට, ගිද්ධිලෝභය ම මම සිහි කළා. ඒ ගිද්ධිලෝභය ගත්තහම අපි දන්නවා අර අහිච්ඡා එක, කාමච්ඡන්ද නියෙනවා, නන්දිය නියෙනවා, අනිත් පැත්තට ජේනවා අර රූපය ලාභයි කියලා අපි ගන්නවා ලාභමච්ඡරියන් එක්ක.

එතකොට රූපය ලාභය වශයෙන් ගත්තාට පස්සේ ඒකෙන් අපි භාණ්ඩයක්, මේසයක් හරි මොකක් හරි එකක් හදනවායි කියලා සිතන අර උදාහරණයකට මං පෙන්න්නේ ලී බඩු ගත්තායි කියලා. ඒක සිතීම තමයි කාමච්ඡන්දය වෙන්නේ. එතකොට මේකේ යටි අර්ථය නියෙන්නේ ජරාවට කැමති වීම කියන එක අපි කලින් භාවනා කළා. කාමච්ඡන්දය කියන්නේ රවුම් දෙකක් කැරකෙව්වා, අර දෝමනස්සය, දෝමනස්සයට නියෙන කැමැත්ත.

නන්දිය කියලා කියන්නේ මැරුණාට පස්සේ ඉපදීමට ඇති කැමැත්ත. දැන් සිහින මවමින් හිටපු මිනිසා මැරුණායින් පස්සේ ඒක හොඳ වේවි යැයි කියලා හිතාගෙන විඤ්ඤාණය පිහිටවනවා.

දැන් අර උදාහරණයට තථාගතයන් වහන්සේ පෙන්නවා. හෙතෙම පිබ්බියේ, කිසිවක් නොලබයි, කිසිවක් නැත. අන්න ඒ උදාහරණයන් එක්ක අපි හිතන්න ඕනෙ.

පිබ්බියේ කියලා කියන්නේ ජාතිය. නින්ද කියලා කියන්නේ මරණය. එතකොට නැවත උපදී බලන්නේ පෙර ලෙස ම දුක් විදිනවා. මේ කාරණා තුන මගින්, ඒ කියන්නේ ඔය ලාභයි කියන කතාවයි, කාමච්ඡන්දයයි, නන්දියයි මගින් ගිද්ධිලෝභය කියන එක දක්වන්න ඕනෙ. ඉතින් මේ භාවනාව මිනිත්තු දහයයි කළේ, රහතන් වහන්සේ මාව නැවැත්තුවා. මගේ නළල පත්තු වෙලා තිබුණේ.

ඉතින් මං එහෙම නැවැත්තුවායින් පස්සේ ඉතින් මං ඇහුවා මේක දරුණු ද කියන එක. රහතන් වහන්සේ කිව්වා “මේක මේ ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්මයේ කෙළවරයි” කියලා. ඒ පාර කුමන ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්මය ද? කියලා ඇහුවහම “තුන් වෙනි ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්මය” කියලා කිව්වා. ඒ කියන්නේ දුක්බ නිරෝධය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

24/11/2014 - දුක්ඛ නිරෝධ භාවනා

Dukkha Nirodha Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම ඊයේ භාවනාව ම නැවතත් කළා. ඊයේ භාවනාවේදී මතකයි නේ ඒ ගිඳ්ධිලෝභය භාවනාව, උඩින් කාමච්ඡන්දය, අනිත් පැත්තෙන් ගත්තහම අර ලාභයි කියලා ගන්න එක ලාභමච්ඡරිය, පල්ලෙනායිත් තියෙනවා නන්දිය කියන එක. එතකොට මේ තුන් ධර්මයෝ නැවතත් හොඳට මෙනෙහි කළා. මේ ලාභ, රූපය අපි ලාභයි කියලා අරගෙන මෙනන ඒක නිසා මේ කාමච්ඡන්දයන් ඔය විදිහට අපිට ඇති වෙලා තියෙනවා නේ. ඉතින් ඒක අපිට ජේනවා ඉතින් අපි මේ ජරාවට යන දේකට තමයි අපේ මේ කාමච්ඡන්දයක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ.

ඉතින් ඒ පාර අනිත් පැත්තට බැලුවා මේ නන්දිය කියන එක. ඒ මැරිලා ඉපදෙන එකට තිබෙන්නා වූ කැමැත්ත කියන එක. ඉතින් දැන් මේකේ බලාගෙන යනකොට මං කල්පනා කළා මේ ජරාවයි කියන එක දැන් තුන් වෙනි රවුම වෙනකොට වෙලා නේ. රවුම් දෙකක් ගැහුවා, තුන් වෙනි රවුම වෙනකොට ඒ ජරාව කියන එක, එතකොට ඒක රූපයේ ජරාව හැටියට නේ අපි ගන්නේ, තුන් වෙනි එක. එතකොට ඒකේ 3.6 වෙනකොට ඒ රූපයේ ම අර ව්‍යාධිය කියන එකට එනවා. එතකොට හතර වෙනි රවුමේ දී අපි ගන්නේ වේදනාවේ ජරාව 4.3 කියන්නේ, 4.6 කියලා කිව්වහම වේදනාවේ ව්‍යාධිය. ඒ 5.3 කිව්වහම සඤ්ඤාවේ ඒ ජරාවයි කියන එක ඒ විදිහට අර වටත් එක්ක ඒක සම්බන්ධතාවය බැලුවා.

බලලා ඉතින් මට තේරුණා ඉතින් මේ ධර්මය බොහොම ගැඹුරුයි කියන එක. අර ඊයේ රහතන් වහන්සේ කිව්ව එක මට තේරුණා ඒකේ ඒ මනස හරියට clear වෙනවා ඔය තුන් ධර්මය බැලුවහම.

ඊට පස්සේ මට කල්පනා වුණා මේ වගේ ම ධර්මතාවයක් අනිත් පැත්තෙන් තියෙනවා කියලා. මෙනන මේ තුන universally joined කියන එක ආවහම, ඒ කියන්නේ ඔතන ඔය වේදනාවත් එක්ක මේ පැත්තෙන් ජාතිය, මේ පැත්තෙන් කබලිංකාර ආභාරය. Universally joint. ඒක නේ ඔය පෙන්නුවේ. සර්වලෝක පූට්ඨව.

ඉතින් ඒක බොහෝ ම සැරට වැදුණහම මං ඒ වගේ ම ධර්මයක් අතින් පැත්තෙන් තියෙනවා ය කියන එක, මොකද මේ පැත්තේ නැති වුණාට, මේ පැත්තේ ඒවා කපලා දැමීමා වුණත් එහා පැත්තෙන් තියෙනවා කියන අර්ථය තියෙනවා නේ. ඉතින් එතනදී ඒ ධර්මය ම දැන් මම ඒක එහෙම මං කිව්වේ සංස්කාරයයි, විඤ්ඤාණයයි, අර මේ ඉදංසච්චය මැද්දේ ඉන්නවා, මේ පැත්තෙන් මෝහයේ අගතිය කියන එක. ඔය තුන් දෙනා තමයි ඔය ඕක කරන්නේ කියලා.

එතනත් ආපහු join වෙලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ ඉදංසච්චය. ඉතින් දැන් මෙතන ඒ වෙලාවේ රහතන් වහන්සේ “Excellent” කියලා කිව්වා. එතකොට දැන් මං බැලුවා මේකේ වැඩි ම සුදුසු වෙන්නේ ඒ පරාමාසය හැටියට ගන්න එක ද, කුක්කුච්චය හැටියට ගන්න එක ද, සංස්කාරය හැටියට ගන්න එක ද, මේ පැත්තේ කෙළවර කියන එක. ඉතින් රහතන් වහන්සේ මට ම හිතන්න ඉඩ දුන්නා.

දීලා, එතකොට සංස්කාරය කියන එක ම තමයි හරි කියන එක ඒක එතෙන්නට ආවේ. මොකද අතන මේ පැත්තෙන් වේදනාව නේ තියෙන්නේ. අර වාගේ ම මෙතනත් මේ විත්ත සංස්කාර. එතකොට ඒ සංස්කාරවලට තමයි ඉතින් අපි ඇලෙනවා කියන එක එහෙම තියෙන්නේ. අභිනිවේසය තියෙන්නේ. එතකොට ඒ සංස්කාර, අභිනිවේස, ඉදංසච්චය කියන ඒ කතාව තියෙනවා.

ඒ අතින් පැත්තෙන් ගත්තහම ඉතින් අපි දන්නවා අර උඩ අවිද්‍යාව තියෙන්නේ. ඒ උඩ මේවා එකට අවිද්‍යාව එනවා. පල්ලෙහා එකට අර මෝහය කියන එක එනවා. ඉතින් එතනදී අර අපේ ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ තියෙන මේ ධර්මය ම නේ නේ ද මේ කියන එක මට ආවා.

ඉතින් මේක ආපු ගමන් ම මට තේරුණා ඉතින් දැන් මේක සම්බන්ධ වෙන්නේ මේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට, කියන කැල්ලෙන් මේ දෙක යටින් පැත්තෙන් සම්බන්ධ වෙනවා කියන එක. ඕක වෙනකොට ම මට තේරුණා මේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය එහෙම වෙනවා කියලා මේ, ඒ රූප ජේන්න ගන්නා. Off යනවා on වෙනවා කියන එක ඒක තියෙනවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

25/11/2014 - අනාශ්‍රව චිත්ත

Anāsava Citta

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරා, නමස්කාර වේවා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් නමස්කාර කළා. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැන්දා.

එතකොට මම ඊයේ කරපු භාවනාව ම නැවතත් මෙනෙහි කළා. ඊයේ කරපු භාවනාවේ තියෙන්නේ දැන් අපි, ජේනවා මේ ලෝභය නැති කරමි කිව්වහම ගිද්ධිලෝභය කියන එක, ඒක ගන්න. ගිද්ධිලෝභය කියන එක තේරුම් ගන්නා ඒක ඉස්සෙල්ලා භාවනාවක දී අර කාරණා තුනක් තියෙනවා නේ.

ඒ කියන්නේ වේදනාවේ ඉඳන් ගිද්ධිලෝභයට එනවා කියන එක ලාභයි කියලා ගන්න එක. දෙවනි කාරණේට තියෙනවා කාමච්ඡන්දය. අනිත් පැත්තෙන් තියෙනවා නන්දිය. ගිද්ධිලෝභයට කාරණා තුන. ඔය කාරණා තුන, ඒ කියන්නේ ලාභයි කියලා ගන්න එක මච්ඡරිය. කාමච්ඡන්දය, නන්දිය කියන ඔන්න ඔය තුන තමයි ගිද්ධිලෝභය කියලා කියන්නේ.

එතකොට දැන් අපි දන්නවා නේ කාමච්ඡන්දය කිව්වහම අර අපිට තියෙනවා නේ ඡන්දය ඇති වෙලා තියෙන්නේ ජරාවට පත් වෙන දේකට. එතකොට එහෙනම් ජරාවට තමයි මේ ඡන්දය තියෙන්නේ කියලා කියන්නේ. ඊළඟට නන්දිය කියලා කිව්වහම අර මැරිලා ඉපදෙන්න තියෙන කැමැත්ත. ඉතින් මැරිලා ඉපදෙන්න තියෙන කැමැත්ත කියන එක, බලන්න දැන් ඔය ගිද්ධිලෝභ භාවනාවේදී තථාගතයන් වහන්සේ දෙන උදාහරණය.

බුදුභාමුදුරුවෝ දේශනා කරනවා නේ මේ සිහිනයක් දුටුවේ, පිබ්බියේ කිසිවක් නැතෙයි කියලා. එතකොට එතෙන්නේ කල්පනා කරන්න ඒ නිදා ගන්නා කියන එක මරණය. පිබ්බියේ කියලා කියන්නේ ජාතිය. අර කාමච්ඡන්දයේදී එයා එක එක ආකාරයෙන් හිතුවා මෙන් මේ ආකාරයට දැන් බලන්න දැන් ලී ටිකක් අරගෙන මේසයක් හරි හදන්න හිතන්නේ තිබ්බිව මේසේ කැඩිලා ගිහිල්ලා. ජරාවට පත් වෙලා නිසායි ඒක කරන්නේ.

එතකොට මේ මනුස්සයා මේ එක එක ආකාරයට හිතුවා. මෙන් මේ ලාභයන්ගෙන් මේ විදිහට අරගෙන මම ජීවත් වෙලා මේක පවත්වාගෙන ඉන්නවා කියලා එක එක විදිහට එයා හිතුවා. විවිධාකාරයෙන් එහෙම තිබ්බිලා දැන් අන්තිමට එකක්වත් හරි ගියේ

නැ. දැන් නන්දියේදී පෙන්නනවා මෙයා හිතනවා මේ ඊට පස්සේ මැරිලා ඉපදුණාට පස්සේ හරි යයි කියලා. හැබැයි ඒ අර ඉස්සෙල්ලා එක ම තමයි. බලන්න ඒ උදාහරණේ හරි වැදගත්. ඒ බුදුහාමුදුරුවෝ දීපු උදාහරණේ පෝතලිය සූත්‍රයේ. සිහිනයයි කියන එක.

ඒ භාවනාව ඊට ඉස්සෙල්ලා දවසෙයි කළේ. දැන් ඊට පස්සේ මට ඊයේ භාවනාවේදී ඕක සම්බන්ධ වුණා මේ වාගේ මේ තුන් ධර්මයක්, ඕක පොඩි ධර්මයක් නෙවේ ඔය දැන් කිව්ව එක. ඕක ඒ පළවෙනි පාර ඒක කළහම රහතන් වහන්සේ, මිනිත්තු දහයයි මං භාවනා කළේ මාව නැවැත්තුවා. ඕක ආශ්වර්ය අද්භූත ධර්මයේ කෙළවර. මොන ආශ්වර්ය අද්භූත ධර්මයේ ද? තුන් වෙනි ආශ්වර්ය අද්භූත ධර්මයේ කෙළවර. ඒ තරම් ගැඹුරු භාවනාවක් ඒක. ඒ ගිද්ධිලෝභ කියන එක.

ඒ පාර දැන් ඔය වාගේ ධර්මයක් මම ඊයේ භාවනාවේදී දැක්කා, මෙතන මේ තුන් ධර්මයෝ වාගේ ම තව තුන් ධර්මයක් එහා කෙළවරේ තියෙනවා. ඒ කෙළවරට තියෙන්නේ සංස්කාරයි, එතනින් උඩ තියෙනවා විඤ්ඤාණය, මේ පැත්තෙන් මෝභය. එතකොට එතන බලන්න ඔය මැද්දේ ඔය වගේ ඉදංසච්චයට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ උඩ අවිද්‍යාව, මේ පැත්තෙන් මෝභය කියන එක. එතකොට ආනෙඤ්ජ සප්පාය සූත්‍රයේ අර පෙන්නන එක, මේ පැත්තට මේක ඇදෙනවා කියන ඒ තුන් ධර්මයන් එක්ක එතන සම්බන්ධ වෙනවා.

දැන් අද බැලුවේ ඕකේ එහා කෙළවරයි මේ කෙළවරටයි සම්බන්ධ වෙනවා නේ, විචිකිච්ඡාව මගින්. ආන්න ඒක තමයි මං බැලුවේ. ඉතින් ඕක බලන්න ගිහිල්ලා ඉතින් මුලින් මිනිත්තු දහයක් පහළොවක් විතර මං හොඳට කරගත්තා අර මේක පටන් ගන්න ඉස්සෙල්ලා.

කාමච්ඡන්දය කියන එක මම හොඳ ගැඹුරට කල්පනා කළහම අර ජරාවට තිබෙන්නා වූ කැමැත්තයි කියන එක, ඉතින් මට කල්පනා වුණේ ඉතින් ජරා වෙනවා නම් ව්‍යාධිය වෙනවා, මරණය කියන එක ඇති වෙනවා. ඒක අනිවාර්යයි. එතකොට එහෙනම් මේ ඔක්කොට ම තමයි මෙයාගේ මේ කැමති වෙලා තියෙන්නේ. මේ දේවල්වලට. ජරා වුණා නම් ඉතින් ව්‍යාධිය මරණය වෙනවා නේ. ඒකටයි කැමැත්ත ඇති වෙලා තියෙන්නේ කියන එක බැලුවා.

ඒක බලනකොට ම ඉතින් මට මනස බොහෝ ම හොඳයි මේ, බොහෝ ම සැරට ගිහිල්ලා නතර වෙන්න වාගේ යන්නේ. ඒ පාර මං කොහොම හරි ආපහු තව වූට්ටක් බැලුවා, කාමච්ඡන්දය ඉතින් දැන් ව්‍යාපාදය, ඊනම්ද්ධය, දැන් එතන ආවා ඊට පස්සේ අර අවුපසන්තවිත්තයට එනවා. එතෙත්ට එතකන් ආවා. ඇවිල්ලා එතනින් ආවා ඔය විචිකිච්ඡාව කියන එක. ඉතින් දැන් මේ එකක්වත් මෙයාට පවතින දෙයක් නෙවෙයි කියන එකයි වුණේ. මොකද අර ජරා, ව්‍යාධි, මරණය වුණා කියන අර්ථය කල්පනා

කළහම අර විදිහට, මං මේකටයි කැමති වුණේ එහෙම නම් මං ව්‍යාධියට කැමති වුණා, මරණයට කැමති වුණා කිව්වහම ඉතින් ඒනම්ද්ධිය ව්‍යාධිය කියන ස්වභාවය එතන ඇවිල්ලා. ඊට පස්සේ ඉතින් අවුපසන්තවිත්තය. මේක අර එක ම අදහස මේක දිගේ දැන් යනවා.

මේක දිගේ ගිහිල්ලා ඒ පාර මං ආවා විවිකිවිඡාව කියන එක. ඉතින් අර ඡමභී භීරුකජාතිකා ඒවාත් මට මතක් වුණා. එතෙන්ට ඇවිල්ලා කල්පනා කලා දැන් මේ, විවිකිවිඡාව කියන එකේ තියෙනවා නේ දැන් අපි, මේක ආපහු, ඒ විත්තය, මැරිවිචි විත්තය ආපහු හදන්න පුළුවන් ද? අපි පරිදේව නොවන්නේ ද? කියන එක.

මෙතන්ට බැලුවහම ඔය විවිකිවිඡාව කියන එක එතකොට දහතුන් වෙනි රවුම නේ. දහතුන වෙනකොට තමයි ඔය විවිකිවිඡාව කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට එහෙම නම් දැන් මෙතන ඉදන් අපි යන්නේ නන්දියට. ඇයි අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉදන් කාම ආශ්‍රවයට මෙයා jack එක ගහලා නන්දිය තියෙන කොටුවට යන්නේ.

දැන් මෙතන රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවේ මේකේ දැන් තුන් පාරක් මැරිලා. ඇයි දොළහක් ගිහිල්ලා නේ. වට දොළහක් ගිහිල්ලා. තුන් පාරක් මේකට පුරුදු වෙලා. පළවෙනි එක මුලින් හැදුවා. දෙවනි එකේදී ඒ පාර ඒක මැරිලා ගියාට පස්සේ දැන් මෙයාට sample එක ආවා ඔන්න මලා මේක උපදිනවා කියලා. දැන් ඉතින් මෙයාට අර සැකයන් සහිතව මේකට පුරුදු වෙලා තියෙන්නේ අර පුරුදු වීමක් කියන එක ඇති වෙලා. තුන් පාරක් කරාට පස්සේ අරක හොඳට පුරුදු වෙලා තියෙනවා කියන එක. ඉතින් ඔන්න ඔතෙන්ට එතකන් තමයි මගේ භාවනාව මං කරගත්තේ.

26/11/2014 - අනාශ්‍රව චිත්ත භාවනා

Anāsava Citta Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාර වේවා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම මුලින් ම පටන් ගත්තේ, රහතන් වහන්සේ මට මුලින් ම කීවා ඔය කාම ආශ්‍රව ඇති වෙන භාවනාව බලන්නෙයි කියන එක. ඒ කියන්නේ අර, අපි දන්නවා 4.4 කියලා කියන්නේ කාම ආශ්‍රවය කියන එක. 4.4 කියන එක. ඒ කියන්නේ හතරෙන් පස්සේ තමයි කාම ආශ්‍රවය කියන එක ඇති වෙන්නේ. දහයෙන් පස්සේ තමයි අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට අටෙන් පස්සේ දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක. ඒ පාර මම බැලුවා මට එකපාරට ම click වුණේ 4.4 කියන්නේ ජාතිය. 4.4 ජාතිය.

එතකොට එහෙනම් මේ දෙක සම්බන්ධයි කියන එක. එතකොට කාම ආශ්‍රව කියනකොට බලන්න ඒකේ ලක්ෂණයක් තියෙනවා අප්කම්මතාය අල්ලිනාය කියලා කියනවා. එතකොට අර අභ්‍යන්තරයේ බැස ගැනීමක් කියන එක තියෙනවා අර ආයතනවලින්. ඒ කියන්නේ දැන් අපිට ජේනවා අර සුබයි කියලා ගත්තා නේ අපි 4.3. දැන් ඒකත් එක්ක තමයි මේ බැස ගැනීම කියන එක ඔතන තියෙන්නේ. එහෙම නම් අපිට ජේනවා මේ පරාමාසකායගන්ථය වටේ යමක් කැරකවීමක් තමයි මේ තියෙන්නේ. අර සුබය කියලා මේකට ඇතුල් වෙනවා. එතකොට 4.4 තමයි ඔය අපි දන්නවා එතන ඉඳන් පස්සේ 4.5 වෙනකොට අත්තා කියලා පල්ලෙහාට යෑමකුත් තියෙනවා. එතකොට මේකේ, ඒකේ වටේ රවුමක් කැරකිල්ල වාගේ එකක් තමයි මෙතන තියෙන්නේ.

එතකොට මේක බැලුවාට පස්සේ මට දැන් කල්පනා වුණා එහෙම නම් මේ ජාතිය කියන එක අපි දන්නවා අර A වල ඉඳන්, bell shaped curve එකේ A ඉඳන් B දක්වා ගියා කියන එක තමයි අපි ජාතිය කියලා කියන්නේ. එතකොට දැන් කාම ආශ්‍රවය කියන එක නිසා තමයි මෙතන, අපිට ජේනවා මේ ජාතිය කියන එක අපි ඇති කරගන්නේ කියන එක. දැන් ඒ පාර ම බැලුවා ඕකට, දැන් අපි දන්නවා අපිට අවිද්‍යා ආශ්‍රවය තියෙනවා නම් කාම ආශ්‍රවයට එනවා. ඒ කියන්නේ රවුම් දහයක් අපි කරකවලා තියෙනවා නම් ඒක නිසා අපිට ඔය කතාව තියෙනවා. ඊළඟට දිට්ඨි ආශ්‍රවය තියෙනවා නම් කාම ආශ්‍රවය වෙනවා, එතකොට දිට්ඨි ආශ්‍රවය කිව්වහම 8න් පස්සේ කියන එක.

එතකොට අර මුලින් අපි ජාතිය ඇති කරගන්න කාම ආශ්‍රවයට තිබුණා නේ යම්කිසි අර සුබයක් ඇතුළු වෙලා ආදී වශයෙන් තිබෙන්නා වූ ඒක වටේ එතන ගතියක් තියෙනවා නේ. එතකොට දැන් ඒක තමයි මේ push එක හැටියට ඒක තියෙන්නේ දැන් ඒකට support කරනවා අවිද්‍යා ආශ්‍රවයයි දිටියී ආශ්‍රවයයි කියන දෙක. එතකොට එහෙම නම් මේ මනුස්සයාට කොයි ම වෙලාවකවත් මේ, දැන් කාම ආශ්‍රවය කියන එක නැති කරා කියලා කෙනෙකුට කතාවක් ඇත්තේ නෑ මොකද අර අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් දිටියී ආශ්‍රවයෙන් මේක push කරනවා කියන එක තියෙනවා මොන ආකාරයකින් හරි. මොකද නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියාත් 50%ක් රූපය ස්පර්ශ කරනවා. එතකොට එයාගේ අර කාම ආශ්‍රවය කොහොමත් පවතිනවා.

ඉතින් මං මේක කල්පනා කරා එතකොට මේක නැති වෙනවා නම් මේ තුන ම නැති වෙලා තමයි මේක නැති වෙන්නේ කියන එක. එතකොට අර ඒ තුන ම නැති වෙනවා නම් ඉතින් නිර්වාණයයි කියලා අර “එතං සන්තං එතං පඤ්ඤං” කියලා නිකන් හැඟීම ආවා විතරයි ඒ එක්ක ම අර අනාශ්‍රව විත්තය කියන එකට මෙව්වර මේ සද්ද තිබුණත් එතෙන්නේදී ආවා. එතෙන්නේදී මට දැන් එනවා කියලා මට තේරෙනවා, දැන් මං දන්නවා මේක එන්නයි එන්නේ මේක මෙහෙමයි කියන එකත් මං දැන් වටහාගෙන තියෙනවා. ඉතින් ඒ තත්වට පත් වුණා. ඊට පස්සේ මම එතනින් ආපහු මේක පොඩ්ඩක් මෙනෙහි කරලා, ඒ ධර්ම කාරණාවන් කියන්න මෙනෙහි කරලා එතනින් නැවැත්තුවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

27/11/2014 - දුක්ඛ නිරෝධ භාවනා

Dukkha Nirodha Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාර වේවා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ඒ භාවනාවට පෙර ම මට කිව්වා මේ පෙර මං බලපු භාවනාවක්, ඒක බලන්නෙයි කියලා. ඒ භාවනාවේදී තියෙන්නේ දැන් අපි අර මේ මුලින් කරලා තියෙන භාවනාවේ ඒක පෙන්නන්නේ රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න, සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න, සංස්කාරය මගේ නොවෙන්න කියලා භාවනාවක් කළා. ඒ භාවනාවේදී මම දැක්කා ඔය රූපය ස්පර්ශ කරනවා කිව්වොත් අපේ කබලිංකාර ආහාර ප්‍රශ්න දිගේ පල්ලෙහාට බහිනවා. අර ඊට පස්සේ ඒක නිසා අපිට ජේනවා අර **area 1** එක නිසා **area 4** එක ඇති වෙලා අර වේදනා, පරාමාස, භය අගති කියලා අපි පල්ලෙහාට යනවා අර අත්තා කියලා ගැනීමක් කියන එක තියෙනවා. එතකොට අත්තා කියන එක, ඒ රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න නම් ඒකට රුකුලක් නොවෙන්න ඕනෙයි කියන එක. එතකොට ඒකට **support** කරනවා අර අත්තා කියලා ගන්න එක. එතකොට මෙන්න මේක නොවෙනවා කියන්නේ අර සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න විරිය කියන එක ජේනවා.

ඉතින් ඔය විදිහේ සම්බන්ධතාවයක් බැලුවා ඔය පල්ලෙහා ඒ සංස්කාර කොටුවේ, ඒ කියන්නේ පරාමාස, ඉදංසච්ච, මෝහ අගති, භය අගති. අර **area 6** එකේ තිබෙන්නා වූ එක. ඒකෙදී අපි තේරුම් ගන්නා දැන් අපිට දැන් අපි දන්නවා අර සුභයි කියලා ගන්න අවස්ථාවේ දී ඉදංසච්චයට ඇදුණා යමක්. එතකොට ඒ ඉදංසච්චයට අර අපි කිව්වේ කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියලා. එතනින් ආවා නේ. දැන් ඒකේ **flow** වෙන හැටියි මම ඒ භාවනාවේදී බැලුවේ.

එතෙන්නේදී බැලුවා ඔය ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුවට ඔන්න මුලින් ම එනවා. ඒ තිබ්බසාරාගො කතාවත් එක්ක. ඊළඟට අපිට ආපහු ජේනවා මේ මෝහ අගතියේ ඉඳන් අපිට එනවා කියලා ඔය සංස්කාර කියන කොටුවට. මෝහය තමයි මේක පවත්වන්න උදව් උපකාර වෙන්නේ කියන එක අර උද්ධච්චය මගින් ඒක සිද්ධ කරනවා.

ඊළඟට තියෙනවා ඔය භය අගතියට, මේ **value** එක **push** කරන්න නම් පරාමාසයේ ඉඳන් එන්නා වූ **value** එකෙන් තමයි මේක **push** කරන්නේ කියන එක තියෙනවා. ඉතින් මේ විදිහට, මේ එකොළොස් වෙනි වටයෙන් පස්සේ දැන් මේ විදිහට මේ

තියෙනවා මේ සංස්කාර නිසා අත්තා හැදෙනවා කියන එක ඒ භාවනාවේදී ඒක බලලා තියෙනවා.

දැන් මට ඊයේ භාවනාවත් එක්ක ඕක සම්බන්ධ වුණා. ඊයේ භාවනාවේදී කිව්වා නේ මේ සංස්කාර පරාමාසයට අර සුබය කියන එක ඇතුල් වෙලා ඕක වටේ කැරකෙනවා කියන එක. ඒ කියන්නේ පල්ලෙහා අත්තා කියලා ගන්නවා කියන එක. ඉතින් ඊයේ භාවනාවේදී අර කාම ආශ්‍රව කතාව නේ කළේ. එතකොට ඒක ජාතියයි කියන එක කිව්වා නේ. එතකොට ඒ 4.4 ඒ ජාතියයි කියන එක ඒක push කරනවා කියන එක.

දැන් එතකොට දැන් ජේනවා මේ විදිහට නම් මෙතන මේ පරාමාසයට ගිය value එක තමයි මෙතන්දී පල්ලෙහාට push කරනවා කියන්නේ අර වතුර පාරවල් දෙක දැන් push කරලා හය අගතියට යන කතාව කියන එක කරන්නේ එයා කියන එක.

දැන් මෙතන්දී එනවා මට හරි ලස්සනට අපි අර 2B diagram එකේ එහෙම අපි කියන්නේ නිත්‍යයි කියලා පල්ලෙහාට අරගෙන අර එතනින් පෙන්නන්නේ උඩට යනවා කියන එක. ඒක එහෙම ම පවතිනවා. අර පළවෙනි රවුම් දෙකේ නිත්‍ය කතාව තමයි ඒක තියෙන්නේ. දැන් 2B diagram එකේ පෙන්නන්නේ අර ඔය විදිහට මැද්දෙන් අපි දෙනවා අර සඤ්ඤාවට සුබයි කියලා අර්ථයක් දෙනවා.

එතකොට දැන් මෙතන value එකක් මේකේ ඇතුළෙනුත් තියලා මෙතනින් එනවා. පරාමාසයෙන් value එකකුත් එනවා. ආන්න එතන්දී මට ආවා හරි ලස්සනට, ඒ කියන්නේ දැන් මෙතන තියෙන current value එක ඇවිල්ලා තියෙනවා අර, දැන් අපි නිත්‍ය කතාවත් එක්ක ඔන්න සඤ්ඤාවට සුබයි කියලා කියන්නේ මේ දැන් වෙලාවේදී එක. මේ value එක push කරන්නේ අර ආවට අර පෙර තිබූ පරාමාස value එක තියෙනවා නේ. පෙර පරාමාස වෙලා තියෙන එක අතීතයේ, අපි දැන් වට අට ගහන ඒවා කරලා නේ තියෙන්නේ. අන්න ඒ value එක තමයි දැන් මේ මේ එන්නේ.

එතකොට මේ දෙක ගළපලා බලලා, මේ දෙක සැසඳුනහම හොඳ නම් තමයි අරක push වෙන්නේ පල්ලෙහාට. එතකොට දැන් මම රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවේ මෙහෙම වෙන්නේ නැත්තන්, ඒ කියන්නේ අපි වේදනාව නිසා නේ ඒ පරාමාසයේ value එක එතන එන්නේ. එහෙම වෙන්නේ නැත්තන් මේක push වෙනවා ද කියන එක. එතකොට රහතන් වහන්සේ පෙන්වුවා “ඔව් ඒක push වෙනවා.” ඒ push වෙන්නේ රූපයේ value එක නිසා. රූපය නිසා ඇති වුණා වූ දෙයක් තියෙනවා නේ. පරාමාසයේ වේදනාව කතාව වුණාට අර රූපයෙන් වටේ frame එකේ එන්නා වූ එක නිසා මේක push වෙනවා කියන එක. ඉතින් ඒක මට හොඳට තේරුණා නිකන් ඔය, මේ පොඩ් ලී කැල්ලක් තියෙනකොට ඒකෙන් ප්‍රයෝජනයක් ගන්නෑ, මේක නිකන් අර කුඤ්ඤයක් වගේ පොඩ් කැල්ලක්. ඉතින් ඒක අපි අල්ලලා බලලා, විසි කරන්නෙ

නැතිව ඕක පැත්තකට දාලා තියෙනවා මේකෙන් පස්සෙ කාලෙක හරි මොකක් හරි වැඩකට භාවිතයට ගන්න පුළුවන් කියලා කියන්නේ.

අන්න ඒ වාගේ මේක, ඒ රූප කැල්ල නිසා ඒක දුවනවා කියන එක ආවා. එතකොට ඔය රහතන් වහන්සේගෙන් මං ඇහුවා දැන් උඩ සංස්කාර කොටුවෙන් විඤ්ඤාණයට ඇතුල් වෙනවා කියන එක එතන තියෙනවා. එතකොට ඒ යටින් ඒ සංස්කාර නිසා ඒ භය අගතියට යනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේක මේ කොයි රවුම්වල ද මේක මේ විදිහට වෙනස? රහතන් වහන්සේ කිව්වේ අර උඩ වෙනවා කියන එක 1, 2 කියන එක ගන්න ඕනෙ. එතකොට 3, 4 කියන එක මේ පල්ලෙහා සංස්කාර කතාවෙන් තමයි එන්නේ.

ඒක නේ අර තුනේ මෙතෙන්නට යන්නේ. ඉතින් දැන් හරි ලස්සනට ඡේනවා අර රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවා නේ මේ ළඟ දී අර, අපි ඔය පද්ධියමනසඛිකප්ප value එක පරාමාසයට එවන නිත්‍ය කතාවයි, අර පල්ලෙහා නිත්‍ය කතාවයි දෙක ම එකයි කියන එක. එතකොට අර උඩ structure එකේ වෙච්ච එක පල්ලෙහා වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට 2B diagram එකේ කතාව හරියට හරි ඒකේ වෙනසක් නෑ. එතකොට උඩ දෙකට, රවුම් දෙකට උඩ දෙක ගන්නවා. පල්ලෙහා මේ, ඒ කියන්නේ රවුම 3, 4 කියන එක ගන්නවා පල්ලෙහායිනි. එතකොට රහතන් වහන්සේ පෙන්නන්නේ දෙකෙන් දෙකට මේක බලන්න ඕනෙයි කියලා. ඒ විදිහයි කියලා.

ඒක තමයි මම කරපු භාවනාව.

28/11/2014 - ඉද්ධිපාද භාවනා

Iddhipāda Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාර වේවා. ඉතින් මං පළවෙනියෙන් ම මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කළා. ඉතින් මට කල්පනා වුණා මේ පින් කෙතේ පළවෙනි පුද්ගලයා කියලා. ඉතින් ඒ විදිහට ඒ දෙවනි බුදුපියාණන් පින් කෙතේ දෙවනි බුදුපියා කියලා. ඔය විදිහට ඒ දාහතර නමට ම වැද නමස්කාර කළා ඒ පින් කෙතේ ඒ දාහතර වෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා ඔය විදිහට ඒ **individually** බැලුවා.

ඉතින් ඒ පාර මට කිව්වා, මම පන්සිල් ගන්න එක කරගෙන ගියා. ඡන්ද, චිත්ත, විරිය, විමංසා ඉද්ධිපාදයන් වඩම් කිව්වහම එතනින් පටන් ගන්නෙයි කිව්වා. ඒ පාර මම විරිය, විරියො ව ඡන්දො කියලා රහතන් වහන්සේ කිව්වා.

ඒ විරිය කියන එක මං බැලුවා. ඒ විරිය කියන එක බලනකොට මට අර රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න කියලා කතාව තියෙනවා. ඊළඟට අර අත්තා කියලා ගත්තහම ඒක **support** කරනවා නේ රූපය මගේ කියලා ගන්න එකට, මේ ස්පර්ශ වෙලා. එතකොට ඒක **support** කරන එකට කියලා ඒ දෙවනි කාරණේ බැලුවා අත්තා කියලා ගන්න එක තමයි **support** කරන්නේ සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න කියලා. තුන් වෙනි පාරට සංස්කාර මගේ නොවෙන්න කියලා කියනකොට ම මට මතක් වුණා අර කලින් කරපු භාවනාව. අර සංස්කාරය කියන එක **flow** වෙන හැටි අර පල්ලෙහා කතිරය. අපි ඊයේ පෙන්නුවේ අර, අර සුභයි කියලා සංස්කාරය අර ඇතුල් වෙන ක්‍රමය අපි දන්නවා උඩ සංස්කාරය ඉදංසච්චයට එනවා, ඉදංසච්චයේ ඉදන් “විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං” කියලා අර පල්ලෙහා සංස්කාර කොටසට ඒක එනවා.

ඒ කොටසට ආවාට පස්සේ ඒක අර අපේ, නිත්‍යභාවයක් පවතින්නා වූ අර උද්ධච්චය. උද්ධච්චයේ එහෙම දෙයක් තියෙනවා නේ. එතකොට මෝහයත් එක්ක අර ඒ සංස්කාර, පරිදේවය තියෙන එතන ඒ කොටුව, ඒ තැනට එනවා. ඉතින් මේක **flow** වෙන්නේ අර උඩින් එන්නා වූ, පරාමාසයේ ඉදන් එන්නා වූ පෙර ගත්තා වූ දේ තුළ තමයි මේක දුවන්නේ. මේක පල්ලෙහාට **push** කරන්න දාන්නේ, එක්කහු කරන්න. ඉතින් මේකෙන් හය අගතියට යනවා.

දැන් මට ඡේනවා එහෙම නම් මෙතන මේ අර කුඤ්ඤේ ගහන තැන හරියට ම අපිට ඡේනවා එහා කෙළවර. එහා කෙළවර, ඒ කියන්නේ රූප කෙළවර, පරියුට්ඨානය එතන තියෙනවා. ඊළඟට ආපහු ගත්තහම උඩ කෙළවර වේතනාව. මේ පැත්තෙන් මේ

සංස්කාර තමයි එන්නේ. සංස්කාර පරියුට්‍යාන, ඒ සංස්කාරය ප්‍රඥප්තියෙන් තමයි පරියුට්‍යානය පෙන්න්නේ, පරියුට්‍යාන ප්‍රඥප්තියෙන් තමයි වේතනාව පනවන්නේ. එතකොට මට මෙන් මේ කැලි 3 හොඳ ලස්සනට ජේනවා.

ඔය කැලි 3 මට පෙනුණාට පස්සේ මම කල්පනා කළා දැන් එහෙම නම් මෙතන විරියො ව ඡන්දො කිව්වහම එහෙම නම් ඡන්දය උඩ කෙළවර මේ වේතනාව කියන එක නැති කරන්න ඕනෙ. මේ විදිහට මේ සංස්කාර, පරියුට්‍යාන, ඒ වේතනාව ඉතින් ඇති වෙන එක, එහෙනම් වේතනාවට ගහනවා ඡන්ද සමාධියෙන්. මට මේවා එකක්වත් නෙවෙයි නිර්වාණයයි, මේක කර්ම කරන්නේ නැතුව ඉන්නවා කියන එක. එතකොට මෙතෙන්නට ආවාට පස්සේ, ඔය “Excellent” කියලත් මට ඒක ඇහුණා,

දැන් මට කල්පනා වෙනවා මේක ඔක්කෝම මේ පවතින්නේ දැන් බලන්න අර සංස්කාර මෙහෙම හය අගතියට යනවා කිව්වහම අර දෙවනි රවුමේ දී ම අපි දන්නවා නේ, තුන් වෙනි රවුම වෙනකොට අපි දන්නවා නේ සඤ්ඤාවට අර සුබයි කියලා කතාවක් එන්නේ. එතකොට දැන් එහෙම නම් දැන් මේක පවතින්නේ මේ පරාමාස කියන base එක උඩ තමයි අර උඩ 3 පවතින්නේ. අපි අර diagram එකේ ඇදලාත් තියෙන්නේ. සඤ්ඤා, වේතනා, විඤ්ඤාණ.

ඒක නිකන් හරියට මට වැටහෙන්නේ මේ වතුර පාරක් මෙහෙම පල්ලෙහාට වැටෙනකොට, ඒ පල්ලෙහාට වැටීව්ව වතුර පාර නිසා උඩ වතුර පාර දරන්න පුළුවන් එතන අවස්ථාවක් තියෙනවා. අර පහළට වැදිලා මේකෙන් උඩට එතකොට මේක දැරීමක් තියෙනවා, උඩ වතුර පාර. නැත්තන් ඒ වතුර පාර වැටෙනවා වාගේ. එතකොට ඔය water fountain එකකත් ඉතින් ඔය වගේ අර්ථයක් නේ තියෙන්නේ. අර උඩ එක තියෙන්නේ මේක තියෙන නිසා.

එතකොට දැන් පරාමාසය උඩ තමයි මේක දුවන්නේ කියන එක මට එනවා. ඉතින් මේ විදිහට මනස පත් වුණාට පස්සේ මට මේ, සීලයයි විත්තයයි දිට්ඨියයි මේ විමුක්තිපාරිසුද්ධිපධානියඬිගය ඒ පධානියඬිගය ඒ කතාව, ඒ පාර ටිකත් මට ආවා.

ඒකත් ඇවිල්ලා දැන් මට කල්පනා වෙනවා ඉතින් එහෙම නම්, දැන් මෙතනින් පල්ලෙහා ඔය වේදනා කියන කැල්ල ගත්තහම එහෙම නම් ඉතින් අපිට විත්ත ඉද්ධිපාදයෙන් තමයි එතන නැති වෙන්නේ. එතකොට ඡන්දයෙන් වේතනාව මෙතන ඇති වෙනවා, විරියෙන් අර කුඤ්ඤයේ කතාව මේවා වෙනවා, විත්තපාරිසුද්ධිපධානියඬිගයෙන් ඒ වේදනාව, ඉතින් හරි නේ වේදනාවට react කරන්නේ නැති එක.

විමංසාවෙන් ගත්තහම අපිට ඇති වෙනවා මේ ඉද්ධිපාදයෙන් ඉදංසච්චයේ කතාව අයිත් වෙනවා කියලා. ඉතින් මෙන් මේ විදිහට වුණාට පස්සේ මට මේ රූප ජේන්න

ගත්තා. ඉතින් ඔය දයානන්ද, ඔය විදිහට ජේන්න ගත්තා. ඉතින් ඒක මේ recording එකට ඕනි නෑ. ඒක තමයි මම කරපු භාවනාව.

ඒකේ ඒ භාවනාව අතර දී මට ආව එක තමයි අර කුඤ්ඤයේ තැනට ආවහම ඒ කියන්නේ අර විරිය කියන එක බලනකොට, ඒ දැන් වම් අත පැත්තට අපි ගියහම පරිපූර්ණතාවය ඒ පැත්තෙන් තියෙන්නේ එහෙනම් ඒ ලෝභය කියන එක, රූපය කියන එක. ඊළඟට වේතනාවෙන් පල්ලෙහාට බැස්සා නම් ඔතන තියෙන්නේ අර, ඒ කුඤ්ඤේ පල්ලෙහා, කුඤ්ඤේ තැනට ආවා නම් ඉතින් අපිට තියෙනවා නේ ව්‍යාධිය කියන එක. එතකොට ඒක නිසා ද්වේෂයෙන්. ඊළඟට තියෙනවා මේ ඉදංසච්චයට මං යම්කිසි දෙයක් ඇති වෙලා තියෙනවා ද ඉතින් ඒක අර මෝහය කොටසට අයිති වෙනවා. ඉතින් ඒක, ඒකත් බැලුවා ඒ භාවනාවේදී.

30/11/2014 - සෝක කරන සංස්කාර

Soka Karana Sanskāra

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාර වේවා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට මම අද භාවනාවට කළේ අර දිට්ඨි ආශ්‍රවය ඇති වෙන්නා වූ ඒ step එක තමයි මං බැලුවේ. ඒකේ අර ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියනකොට ම කෙළින් ම මට ආවා ඔය “සංස්කාර සමථා, සඤ්ඤා උපරෝධනා” කියන එක. එතකොට ඔය සඤ්ඤාවන් නිසා නේ එක එක දිට්ඨින් ඇති වෙන්නේ. එතකොට සංස්කාර කියන රැල්ල විසින් තමයි මේක හදන්නේ.

එතකොට මේ දෙක ආවා ම හරි විශාල සමාධියක් මට ඇති වුණා. ඊට පස්සේ මං දිට්ඨි ආශ්‍රවයේ දේ බැලුවහම, ඔය දිට්ඨි ආශ්‍රවයේ දී රහතන් වහන්සේ කිව්වා නේ, දිට්ඨි ආශ්‍රවය ඇති වෙන්නේ අට වෙනි රවුමෙන් පස්සේ. ඉතින් හත හරි ධම්මච්ඡරිය තිබිවිව ගමන් ම හතේ රවුමේ දී, 7.1 දී ධම්මච්ඡරිය තිබිවිව ගමන් ම මේක හරියන්නේ නෑ. දිට්ඨි ආශ්‍රවය කියන එක ඒ කියන්නේ අර තමන් වැඩක් කරන්න පුළුවන් කියලා කිව්වට අර ආයතනයකින් ඒක පිළිගන්න ඕනෙ මෙයාට මේ සංස්කාරයන් පුළුවන් කියලා. එතකොට එහෙනම් සංස්කාරයට අගය දෙන්න ඕනෙ.

එතකොට මං බැලුවා, ඒක අන්තිමට මං බැලුවේ හැබැයි, සංස්කාරයට අගය දෙන්නේ කොයි සංස්කාරය ද? ඒ කියන්නේ අර උඩ ඉඳන් එන සංස්කාරයටයි අගය දෙන්නේ. ඒ කියන්නේ අර අපි හිතමු සංස්කාර පච්චයා විඤ්ඤාණං, විඤ්ඤාණයයි නාමරූපයි කියන එක තියෙනවා නේ. එතකොට ඒ උඩ සංස්කාර කොටුවෙන් ඉදංසච්චයට ඇදෙන එක. ආන්න ඒක තමයි ඒ අගය දෙනවා කියන එක තියෙන්නේ.

ඊට පස්සේ, ඒ අගය දෙන එක ඒක පළවෙනි කාරණය හැටියට එන්නෙ. එතකොට ඔතෙන්ට ආවාට පස්සේ ඔය අගයන්, දැන් ඔය අට වෙනි රවුමයි කියලා කියන්නේ ඉදංසච්චයට ආපු එක පරාමාසයට ඇදෙන්න ඕනෙ. ඒ විදිහටයි එන්නේ. ඉතින් ඕක බැලුවාට පස්සේ මට කල්පනා වුණේ මේක හරියට නිකන් මේ නූල් වියන්නේ මනුස්සයෝ. නූල් වියනවා කියලා කියන්නේ මේ රෙද්දක් හදන්න. ඒ වගේ වැඩක් නේ ද මේ තියෙන්නේ.

මුලින් ම ගත්ත thread එක තමයි අපි මේ එක පැත්තකට ගෙනියන්නේ. ඊට පස්සේ ඒ thread එක ම තමයි අනිත් පැත්තට යන්නේ. වෙන දෙයක් නෑ නේ. මේක කරගෙන යනකොට හැබැයි ඉතින් අරකේ pattern එකක් එකතු වෙනවා. අර නාමරූප කොටස කියන ඒකේ, ඒකේ එකතු වෙලා තියෙනවා එක විදිහකට මේ විදිහටයි pattern එක කියලා ඒ නිසා, දැන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට එනකොට මෙතන තිබුණා වූ දේ පරාමාසෙට ඇදුණා වූ දේ ම ඊට පස්සේ ජේනවා අපිට මේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට එනකොට වෙනවා කියලා. මොකද ඒක දහයෙන් පස්සේ නේ. දැන් අටේ දී මේ පැත්තට ආවා. ඒ ආපු එක ම තමයි අනිත් පැත්තට අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට ඇතුල් වෙන්නේ.

වෙන එන්නා වූ දෙයක් නෑ නේ. අර රූපය නූල් කැල්ලක් වාගේ එතන ඒක ගත්තා. මේක ඉතින් එක එක ආකාරයට එතුණා, එතිලා තමයි. එතකොට මට ඉතින් මෙතන ආවා මේ සංස්කාරයන් කියන්නේ මේ කෙහෙල් බඩයක් කියලා බුදුහාමුදුරුවෝ කිව්වේ මේක නේ. මේකේ ඇති කෙහෙල් මලක් නෑ, ඒ දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් පස්සේ තමයි මෙතන මේක අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියන කතාව ඇති වෙන්නේ. මේකේ ඇති කිසිම දෙයක් නැතෙයි කියලා.

ඉතින් මට ඒ වෙනකොට මේ, එහෙම කියලා මං ඊට පස්සේ මං ගත්තා ඔය ඉද්ධිපාද 4. ඉතින් මේවා නොවෙන්න ඉද්ධිය, විරිය කියන එක තියෙනවා කියන එක තිබිය යුතු ය කියන එක කල්පනා කළහම ඔය එකපාරට ම මට ඔන්න ඔය nurse කෙනෙක් දැක්කා මෙතන. ඊට පස්සේ දැන් මං කල්පනා කළා දැන් මේවාට මම, මේවා භොයන්න යන්න මම සැලෙන්න ඕනෙ නෑ, මේකත් අර නූල් ඔතනවා වාගේ තමයි මේ වගේ දේවල් කියන ඒවත්, එතනින් ඒ ඡන්දය, ඡන්දයෙන් විත්තයට ආවා, ඒ විත්තයට ඇවිල්ලා ඒකට නොසෙල්වී ඉන්න ඕනෙ කියලා ඔය වාගේ දර්ශනයන්ට පවා.

එහෙම ඇවිල්ලා ඊට පස්සේ දැන් ආපහු අර සංස්කාර, ගත යුත්තක් නැති දෙයක් තමයි මේක කරන්නේ අතන විමංසාවෙන් ඒ පැත්ත බැලුවා. ඒ පැත්ත බලලා මෙතන අර කුඤ්ඤය කියන කොටසට ආපහු මනස යොමු වෙනකොට මම දැක්කා දෙව් කෙනෙක් මෙතන. ඉතින් ඒ, ඒක බලලා ඔය කාරණා ටික එකතු කරගෙන තමයි මම භාවනාව කළේ. ඒක නැවැත්තුවා එතනින් පස්සේ.

මම දැකපු දෙයක් තමයි මේ ඉදංසච්චයේ ඉදන් සංස්කාරය, දැන් අපි හිතමු අර රැල්ලක් කියලා. ඉදංසච්චයේ ඉදන් යම්කිසි ආකාරයට රැල්ලක් ආවා නම් ඒ රැල්ල මගින් අර ඉස්සරහ තියෙන වතුර ටිකත් ඔන්න තල්ලු කරනවා. තල්ලු කළහම මේ රැලි දෙක ම එක්කහු වෙලා තවත් රැල්ලක් තල්ලු කරනවා.

ඉතින් මේකේ අර push වෙච්ච push වෙච්ච යනවා කියන එක විතරයි මේකේ තියෙන්නේ. එක තමයි මට අන්තිමට තේරුණේ මේක මේ රෙද්දක් වියන එක තමයි මේකේ හොඳ ම උදාහරණය කියන එක ගත යුත්තක් නැති දේ කියන.

01/12/2014 - ව්‍යාධි ධම්ම භාවනා

Vyādhi Dhamma Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට ඒ දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ඊට පස්සේ මං ඒ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගමන් කළා. අර ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියලා, ජරාවට කැමති වෙන කාමච්ඡන්දය ඒක එහෙම බැලුවා. බලලා ඉතින් අර 4.2 වෙනකොට මරණය, ඊට පස්සේ 4.4 වෙනකොට ජාතිය. ඉතින් මං ඔතන ඕක බලලා ඊට පස්සේ මම ගියා ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා. සම්මා දිට්ඨියේ ඉඳන් සම්මා සතිය දක්වා ගියා. ගිහිල්ලා ඉවර වෙලා මං ආපහු බැලුවා මුලට. සම්මා දිට්ඨියට. ඒ සම්මා දිට්ඨියෙදි ජාතියේ ඉඳන් ජරාව. ජරාව කියලා කිව්වහම මේ සඤ්ඤාවේ ජරාව 5.3 කියලා කිව්වේ. අන්න ඒක බැලුවා.

එතන එතකොට මේක වෙන්න ඉස්සෙල්ලා මේ අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කියන එක සිද්ධ වෙලා තියෙනවා. එතන එහෙනම් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයයි මේකයි නිකන් මෙහෙම line එකක් නේ තියෙන්නේ, මේ ජරාවටයි කියන එකට. එතකොට ඔය වාගේ ධර්මයක් මම බැලුවා, දැන් අපිට තියෙනවා අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කිව්වහම අපි කිව්වේ වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියලා.

එතකොට උඩ තියෙනවා වේදනාවේ ජරාව. එහෙම නම් දැන් මේ, මෙතන මෙහෙම පල්ලෙහාට ආවා නේ දැන්, parallel line එකක් අර ජරාවේ ඉඳන්. 5.3 ඉඳන් අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට. අන්න ඒ වාගේ line එකක් උඩත් එහෙනම් සිද්ධ වෙන්න ඕනෙ. එතකොට එහෙම නම් මම බැලුවා මොකද්ද ඒකෙ සිද්ධ වෙන්නේ.

දැන් අපිට ජේනවා මේ ස්පර්ශ ආහාරය, වේදනාව, ඊට පස්සේ අපි අර අනාගත භවය දැඩිව ගත්තා, ඒ දැඩිව අරගෙන ඉවර වෙලා ඊට පස්සේ අපි එනවා ව්‍යාපාද කායග්‍රන්ථයට. එහෙනම් මුල පහ. ව්‍යාපාද කායග්‍රන්ථය එනවා කියන්නේ ම අන්න වේදනාව අපිට වෙනස් වුණා.

ඇයි මොකද මේ මට රස්සාව කියන එක නැති වෙන්න පුළුවන්, earthquake එකක් ඒ වාගේ එකක් එක්ක. එතකොට දැන් මං කල්පනා කළා මෙන්න මේ කතාවේ තියෙන්නේ අනාගත භවය දැඩිව ගත්තා, ඒක වෙනස් වුණා, ව්‍යාපාදය වෙලා තියෙනවා. මේක තමයි වේදනාවේ ජරාව.

එතකොට මේ වේදනාවේ ජරාව ව්‍යාධිය බවට පත් වුණා. එතකොට පල්ලෙහා කොටස බැලුවා. දැන් පල්ලෙහාත් කාරණා පහක් තියෙනවා නේ, ඒ වගේ. ව්‍යාපාද කායග්‍රන්ථයෙන් පල්ලෙහා කාරණා පහ.

ඒ හව ආශ්‍රවය කියන එක ගත්තහම කියනවා අත්තා ය කියලා ගත්තට පස්සේ ඇති වෙච්ච දේ. එතකොට එතෙත්දි අත්තා ය කියලා ගත්තහම කිව්වහම ඒ ඇති වෙන සඤ්ඤාව නේ ඔතන තියෙන්නේ. එතකොට රොගං වදනි අත්තතො කියනකොට තමන් ඔන්න ව්‍යාධිය කියන එක එතන තමන්ට එතන තියෙනවා.

දැන් බැලුවා මේකේ පල්ලෙහා කැල්ල. නමුත් මෙතනදි මං රහතන් වහන්සේගේ උදව් ඉල්ලුවා. රහතන් වහන්සේ කිව්වා “ඒ කාරණාව නැවතත් මෙනෙහි කරලා බලන්න” කියලා. එතකොට දැන් ද්වේෂ සල්ලයෙන් කියන්නේ අර පතන්නේ මොකද්ද? අර ජරාවට පත් වෙච්ච වේදනාව.

ජරාවට පත් වෙච්ච වේදනාවයි අපි මෙතනදි පතන්නේ. ඒක නේ අපි ආපහු එතන්ට යන්නේ. මේක පවත්වන්න පුළුවන්කමක් නෑ. පවත්වන්න පුළුවන්කමක් නැත්තන් එහෙනම් අපි දන්නවා අපි ලෙඩ වෙනවා කියලා.

ආන්න ඒක තමයි මේ වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියන එක වෙන්නේ. එතකොට ඒක තමයි අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කියන එකට අපි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. එතකොට අන්න ඒ කාරණා දෙක තමයි මං බොහොම ඒ ලස්සනට බැලුවේ, මහන්සි වෙලා.

ඒ වචනේ ඒ විදිහට ම මං ලියාගත්තා. අර පවත්වන්න බැරිකම. අර ස්පර්ශය පවත්වන්න බැහැයි කිව්වෙ. ආන්න ඒ වගේ තමයි අර ජරාවට පත් වෙච්ච වේදනාව තමයි අපි ද්වේෂ සල්ලයෙන් පතන්නේ, එතකොට මේක ලබා ගන්න බෑ. පවත්වන්න බෑ, ලබා ගන්න බෑ.

ඉතින් එහෙම නම් මේක තමයි වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියලා ඒක තමයි අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය වෙන්නේ. එතකොට අර උඩ කැල්ල, උඩ පහ මෙතන සම්බන්ධ වෙනවා මේ ව්‍යාධිය කියන එකට. යට පහ සම්බන්ධ වෙනවා අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කියන ධර්මයට. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව. ඉතින් මේකේ නම ව්‍යාධි ධර්මය.

02/12/2014 - සත්තට්ඨාන කුසල

Sattatṭhāna Kusala

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම මේ භාවනාව පටන් ගන්න මුල හරියෙදිම වාගේ මට අර අනාශ්‍රව විත්තයට නිකන් ම එන්න ගත්තා. ඒ රහතන් වහන්සේලා, ඒ දෙව්වරු එහෙම මෙනෙහි කරන අවස්ථාව වෙනකොට. ඊට පස්සේ මම මේ, මට කලින් ම කිව්වා මේ කලින් කරපු භාවනාවක් ඒ සත්තට්ඨාන කුසල භාවනාව ඒක කරන්නයි කියලා.

ඉතින් ඒකෙදි, පංචබලයන් පංචඉන්ද්‍රියන් බවට පත් කරමි කියන එකයි ඒකේ තියෙන්නේ. ඉතින් ඒකේ කාරණාවෙන් කාරණාවට මම සිහි කරගෙන ගියා. විවිකිච්ඡාවේ කියන එකේ සමුදය, ඒ කියන්නේ බුදු හාමුදුරුවන්ගේ ඥානයන් තුනක් තියෙනවා නේ. ඒකෙන් ආසවක්ඛය ඥානය සිහි කරනකොට විවිකිච්ඡාවේ සමුදය කියන එක බලන්න ඕනෙ. ටීනමිද්ධයයි, කුක්කුච්චයයි කියන එක.

මේක ඕනෙ ම අවස්ථාවක, දැන් අර හිතාගන්න බැරි වෙලාවෙන් ඒක විඤ්ඤාණය ධාරාව ගලනවා නේ. එතකොට එහෙනම් ටීනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී ඔය අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට එනවා කියන එක ඔය විදිහට බැලුවා. එහෙම බලලා, ගුණයන් තියෙනවා නේ. ඒ කියන්නේ මේ සීල ගුණය, ප්‍රාතිමෝක්ෂ සංචර සීලය සිහි කරා. ඊට පස්සේ ආපච්ඡ ඉන්ද්‍රියෙසු ගුත්තද්වාරො කියන එක සිහි කළා. ඊට පස්සේ අර ආභාරයේ පමණ දැනගෙන ගන්නවා කියන එක, ඒක බලනකොට මම අර ඊයේ භාවනාවත් එක්ක සම්බන්ධ වුණා. එතන වේදනාවට react කරන්නෙ නැහැ කියන එක නේ තියෙන්නේ. එතකොට අර උඩ කොටස් දෙක, උඩ කොටස් පහක් තියෙනවා නේ මේ ස්පර්ශ ආභාර පාරේ. ඒ දක්වා තියෙන කොටස මෙතනදි ඇති වෙනවා ව්‍යාධිය කියන එක. ඒ කියන්නේ ව්‍යාධිය කියලා කියන්නේ වේදනාවේ ජරාව කියන එක.

ඒ පල්ලෙහා කොටස් ටික බැලුවා. එතනදි මං බැලුවේ අර ජරා වෙච්ච වේදනාව කියන එක කවදාවත් ඒක ගන්න බෑ. කරන්න බැරි දෙයක් කරන්න ගිහිල්ලා මෙනත ලෙඩ වෙනවා කියන එක, ඔය කැල්ල බොහොම තදට මම දැක්කා, බැලුවා.

ඒ පාර දැන් පංචනීවරණයන් මම check කරන්න යනකොට දැන් කාමච්ඡන්දය කියන එක, ඒක බැලුවහම කෙළින් ම බැලුවේ ඔය, අර ඉස්සෙල්ලා භාවනාවෙන් කරලා තියෙනවා අර කුඩා ප්‍රේමය නිසා මේ ඇති වෙච්ච නන්දිය. ඕක නේ ඔය තියෙන්නේ. කාමච්ඡන්දය අර වෙනස දැක්කා ජරාවට යන එකට තියන එක. ඉතින් ඕක වැඩි වෙලා ගිහිල්ලා තමයි ඔය හය වෙනි රවුම වෙනකොට ප්‍රේමය කියන කතාව. ඉතින් ඔය විදිහට මේකෙන් තමයි මේ නන්දිය ඇති වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට ඒ කොටස බැලුවා.

දැන් ඊළඟට මං ව්‍යාපාදය කියනකොට මට තේරෙනවා ඒ කැල්ල මං භාවනා කරලා ඉවරයි. අර පෙන්නුවා නේ, ස්පර්ශ ආහාරය අරක දෙකත් එක්ක යනවා කියන එක මේක ලෙඩ වෙනවා කියන එකට එතකන් බලලා ඉවරයි. ඊළඟට බැලුවා ජීනමිද්ධිය. ඉතින් දැන් කල්පනා වුණා මේ ජීනමිද්ධියත් දැන් ටිකකට ඉස්සෙල්ලා විවිකිච්ඡාවත් එක්ක භාවනා කළා නේ. ඉතින් ඒක වට අටක් කරකවලා එතනින් ඒක මං බැලුවා ඉස්සෙල්ලා ම සෑහෙන්න.

එතකොට මේ විදිහට ගත්තහම ඉතින් මේ පංචනීවරණය ම මෙතන මේකේ කෙරිලා තියෙනවා කියන එක ආවා. ඉතින් ඒ විදිහට ඒ කාරණාවෙන් කාරණාවට මේක බලාගෙන ගියා. ඉතින් මට තේරුණා මේකේ ඔක්කොම මේ පත්තු වෙන ඒවා පත්තු වෙලා ඒ විදිහට තියෙනවා කියන එක. මේ මුළු, ඒ කියන්නේ පහළොස් වරණ ධර්මය ම මං මෙනෙහි කළා. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

03/12/2014 - සතර ඉන්ද්‍රිය භාවනාව

Catuttha Indriya Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කලා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කලා.

ඊට පස්සේ මං අර ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියලා ගත්ත අවස්ථාවට, ඒ ද්වේෂයත් එක්ක මම බැලුවා අර කලින් කරපු භාවනාව. ඒ කියන්නේ අපි දන්නවා 4.3 කියලා කියන්නේ වේදනාවේ ජරාවට පත් වීම. ඒ වේදනාවේ ජරාවට පත් වීම තමයි අපි ව්‍යාධිය කියලා කිව්වේ. එතකොට එහෙම නම් දැන් අපි ව්‍යාපාදයට එනවා කියලා කියන්නේ අපි ඊට පස්සේ රවුම්වල දී, එතකොට එහෙම නම් මේ වේදනාවේ ජරාවට පත් වෙලා තමයි අපිට අර ව්‍යාපාදය කියන එක තියෙන්නේ. ඒක පසුව කියන එක තියෙනවා. ඒකේ සම්බන්ධතාවය තියෙන්නේ පසුව.

ඊළඟට මං බැලුවා මේ විදිහට පල්ලෙහාට ආවහම, ද්වේෂ සල්ලය කියන තැනට ආවහම මේක පෙර ද පසුව ද කියන එක තමයි මං කල්පනා කළේ. ඒ කියන්නේ දැන් මං බලන්නේ අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය. එතන තියෙන්නේ වේදනාවේ ව්‍යාධිය. එතකොට රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවේ වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියන එක ඇති වෙන්නේ අර ජරාවට පත් වූ වේදනාව නැවතත් පතයි. ඒ කියන්නේ ද්වේෂ සල්ලයෙන් අපි කරකවලා පතලා තමයි මේක එහෙනම් වෙන්නේ. මේක ගන්න පුළුවන්කමක් නෑ. ඒක නිසා තමයි අපි රෝගී බවට පත් වෙන්නේ. ඉතින් හැබැයි, ද්වේෂ සල්ලය එන්නේ පස්සේ. මොකද මේ පස්සෙයි කියලා කියන්නේ ඔය විදිහට බැලුවොතින් ඔය රවුම්වල ගත්තොතින් එහෙම පස්සේ රවුම්වල තියෙන්නේ. අරක 4.6.

එතකොට මේක මොන ආකාරයට ද වෙන්නේ කියලා කල්පනා කළහම මට කල්පනා වුණේ මේක මේ පෙර වූ ද්වේෂ සල්ලය. පෙර කැරකවීම තියෙනවා නේ අපි කරකවන ගමන් නේ මේවා මේ බලන්නේ. අර පෙර වූ දේ නිසා ම තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නේ කියලා. දැන් ඔයාට භාවනා කර කර ඉන්නකොට අපි හිතමු වෙන පන්සලක මොකක් හරි එකක් ඇහෙනවා කියලා, සද්දයක්. එතකොට ඒකෙදි තමන්ට තේරෙනවා මං දැන් ඊයේ මෙහෙම නෑ නේ, ආදී වශයෙන්. ඒ කියන්නේ පෙර අපේ අර වේදනාවන් පතමින් තිබුණා වූ ස්වභාවය කියන එක මේකට බලපාලා තියෙනවා. අර අත්තා වුණා කියන එක මේකට බලපාලා තියෙනවා. එතකොට එහෙම නම් දැන් සිද්ධ වෙන්නේ

මේ පල්ලෙහා කාරණය, ද්වේෂ සල්ලය කතාවේදී ඒක, ඒක පළවෙනියට ගන්න ඕන. ඒ කියන්නේ පෙර cycle එකේ තිබුණා වූ එක. ඒක නිසා දැන් ඇති වෙන දේ තමයි මේ 4.6 කියන එක.

එතකොට ඒක දෙපැත්තට යන්නේ. ඒ කියන්නේ අපි 4.3 ව්‍යාධිය තියෙන තැන අපි ලකුණු කළහම වේදනාවේ ජරාවට පත් වීම, ඒක නිසා තමයි ව්‍යාපාදය. එතකොට උඩ අතට යන්නේ. අනිත් එක එන්නේ ඒ ද්වේෂ සල්ලය පැත්තේ ඉඳන් බැලුවහම අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයේ කතාව ද්වේෂ සල්ලයේ කතාව first. ඒක පෙර cycle එකේ. දැන් මෙතන මේ දෙක ඇති වෙනවා කියලා, ඒ කියන්නේ මේ, ඒ කියන්නේ යම්පිච්ඡං න ලහනි තම්පි දුක්ඛය කතාවත් ඔතන තියෙනවා 4.5 කියන එක. මොකද එතන අත්තා කියන ස්වභාවය තියෙනවා නේ. අර පෙර භවයේ, පෙර කලින් අවස්ථාවේ දී පෙර cycle එකේදී තමන්ගේ අත්තා කියන කතාවත් එක්ක සම්බන්ධ වෙලා තමයි මේක ඇවිල්ලා තියෙන්නේ.

එතකොට මේක මෙහෙම බලලා ඊට පස්සේ මට කල්පනා වුණා අර සති ඉන්ද්‍රිය ඒ ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය අර ඊයේ ඒ භාවනාව, ඔන්න ඔය මං කලින් කිව්වේ අර කරුණාව පවත්වනකොට ඇති වෙච්ච අවස්ථාව. ඉතින් ඒ පාර ඔන්න සති ඉන්ද්‍රිය ඇති වුණා. දැන් මේ කාරණාව, දැන් කරපු භාවනාවේ කාරණාවන් නිසා සතිය ඇති වුණා. ඒ වුණාට මේ ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියත් තියෙනවා. ඒ පාර මට කල්පනා වුණා මේ සතිය තුළ සමුදය අස්තංගමය, සමුදය අස්තංගමයෙන් තමයි මේ ප්‍රඥාව. එහෙම නම් මේ රූපයත් එක්ක මේක ඇති වෙනවා කියන එක, මේ රූපයයි වේදනාවයි, ඒ කියන්නේ සතිය, මේ ඉති රූපං ඉති රූපස්ස සමුදයො ඉති රූපස්ස අස්තංගමෝ කියන කතාව තියෙනවා. ඉති වේදනා ඉති වේදනාය සමුදයො. එතන ප්‍රඥාව තුළ එහෙම නම් සමුදය අස්තංගමය. අතන සතිය තුළ මේ රූප වේදනා ඔක්කොමත් මෙහෙමයි කියන එක. මේ විදිහට තමයි ඇති වෙන්නේ කියන එක. ඉතින් මට ආවා මේ සති ඉන්ද්‍රිය තුළ එහෙම නම් අප්පච්චියේ තියෙනවා නේ මේ ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියේ තියෙන ගතිය. ඒක ඇවිල්ලා තියෙනවා සති ඉන්ද්‍රිය තුළ කියන එක, ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියෙන් ඇති වෙච්ච දේ.

එතකොට මේ විදිහට ඒක දැක්ක ගමන් ඉතින් මට ඔය විරිය ඉන්ද්‍රියත් පත්තු වුණා. ඉතින් විරිය ඉන්ද්‍රියත් පත්තු වෙලා ඒ පාර මට ඡේනවා මේ එක්කෙනෙක් ඉන්නවා අර බෙර ගහනකොට, නිකන් රජවරුන්ගේ අර ඇඳුම තියෙන්නේ, ඒ වාගේ මෙතන මෙහෙම ඇදගෙන එහා පැත්තේ ඉන්නවා කියලා. ඉතින් මං ඒ දන්නවා මේ මෙතන මේ ගහේ ඉන්න ඒ දේවතාවා. ඉතින් ඊට පස්සේ මේ, ඕක තමයි මං ඔය අවසන් කළේ.

ඕකට ඉස්සෙල්ලා මං කළා අර, ඔය ඉන්ද්‍රියන්ට එන්න ඉස්සෙල්ලා අර දැන් ද්වේෂ සල්ලයෙන් අපි, දැන් ද්වේෂයෙන් අගතියට යනවා කිව්වා නේ. එතකොට මේ

අගතියට යන පුද්ගලයා ඒ කොහෙද ඒකේ ඉපදෙන්නේ කියන එක. දැන් ඡන්දයෙන් අගතියට ගිහිල්ලා අපි දන්නවා ඉතින් ජාතිය ඇති කරගන්නවා, මව් කුසක එහෙම බැස ගන්නවා කියන එක. කබලිංකාර ආභාරය අල්ලගෙන නේ. එතකොට ඒ ද්වේෂයෙන් අගතියට යන පුද්ගලයා ඇති කරගන්නවා ඔය භය වෙනි ධ්‍යාන තලය දක්වා ම දේවල්. එයා වේදනාව අල්ලගෙන ඉන්න එක තියෙනවා නේ. එතකොට ඒ දක්වා ම තලයන් අයිතියි එයාට. මනුස්ස ලෝකේ ඉදන් ඒ තිරිසන් ලෝකේ ඒවා ඔක්කොමත් අයිතියි, ස්පර්ශ වෙලා පවතින්නා වූ ඒ දක්වා ම පවතිනවා කියන එක.

ඊළඟට ගත්තහම අර භයෙන් අගතියට යන පුද්ගලයා, එයා කොහෙද යන්නේ කියන එක බැලුවහම, ඒ කියන්නේ මෙතෙක්දී ජේතවා මේ හත් වෙනි ධ්‍යාන තලය දක්වා ම ඔක්කොම එයාට අයිතියි. ඉතින් ඒ පුද්ගලයාට අර ඡන්දයෙන් අගතියයි ද්වේෂයෙන් අගතියයි කියන කතා දෙක නැති නම් අන්න අර හත් වෙනි ධ්‍යානයේ ඉපදෙනවා, හත් වෙනි ධ්‍යාන තලයේ කියන එක.

එතකොට ඒ විදිහට මෝහයෙන් අගතියට යන එක්කෙනාට ඔය ඔක්කෝම අයිතියි. හැබැයි එයාට අර ඡන්දයෙන් කතාවයි, ද්වේෂයෙන් කතාවයි, ඒ භයෙන් කතාවයි ඒවා නැත්තන්, ඒ අගතීන් නැත්තන්, එයාට අර නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය කියන එක වෙනවා කියන එක ආවා.

ඉතින් රහතන් වහන්සේලා ඒක approve කළා ඒක එහෙමයි කියලා. ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

ආයේ මම තව බලපු දෙයක් තමයි අර, අර පුද්ගලයා ඇයි, දැන් අපි හිතමු ද්වේෂ සල්ලයෙන් යන්නා වූ පුද්ගලයන් අපි කිව්වා නේ අතෙන්නට යනවා කියලා. ඒ කියන්නේ ඡන්ද අගතියේ කතාව එයා පැත්තට යනවා. ඒක ගිහිල්ලා නේ ජාතිය ඇති වෙන්නේ. ඊළඟට ගත්තහම හයේ අගතියේ යන එක්කෙනත් එයත් දිට්ඨි සල්ලය නිසා කාම ආශ්‍රවය ඇති වෙලා ඒ පැත්තෙන් රූපය ස්පර්ශ කරනවා කියන එක එතන තියෙනවා. මෝහ සල්ලයෙන් එන එක්කෙනාත් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉදන් කාම ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා එයා රූපය ස්පර්ශ කරලා ඡන්ද අගතියෙන් තමයි අර ඉපදීම කියන එක ඇති වෙන්නේ. ඉපදීම ඇති වෙන්න ඡන්ද අගතිය කතාව තියෙන්න ඕනෙ නේ. එතකොට දැන් මෙයාගේ මේ සියුම් වූ රූපය භාවිතා කරලායි එයා ඒක කරන්නේ. අන්න ඒකයි එතන තියෙන්නේ. “රූපේ විභූතෙ න චුසන්ති එස්සා” කිව්වේ ඕක තමයි.

04/12/2014 - පරිදේව වූ සංස්කාර

Parideva vū Sanskāra

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

මම අර ඊයේ පෙරේදා කරපු භාවනාව නැවතත් කරා අර ලෝභය නැති කරමි කිව්වහම එතන කාමච්ඡන්දය, කාමච්ඡන්දය මේ ජරාවක් තමයි පතන්නේ කියලා. ඒකෙන් ආවා අර දෙවනි කොටුවට ද්වේෂය නැති කරමි කියන කැල්ලට. ඉතින් ඒකත් එක්ක අපිට ජේනවා ඉතින් ජරාව, ඊළඟට තියෙන්නේ ව්‍යාධිය. ඒකත් ද්වේෂ කොටසටයි වැටෙන්නේ. ඒ පාර බැලුවා අර උඩ තියෙන ස්පර්ශයේ ඉඳන් ව්‍යාපාදය දක්වා තියෙන කොටස් 5 එතන සම්බන්ධ වෙන එක ව්‍යාධිය කියන එකට. 4.3 ව්‍යාධිය, එතකොට වේදනාවේ ජරාව කියන එක නේ ලකුණු කරේ එතන වේදනාවේ ජරාවට පත් වෙලා තමයි ව්‍යාපාදය කියන එක ඇති වෙන්නේ.

ඊට පස්සේ මේක අපි පතනවා පෙර මේක හොඳට තිබුණා කියලා ද්වේෂ සල්ලයෙන් කරකවන එක නිසා පෙර එක පතනවා, ඉතින් මේක නිසා වේදනාවේ ව්‍යාධිය. වේදනාවේ ව්‍යාධිය, අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය 4.6 කියලා. ඉතින්

ඊළඟට මං බැලුවා මේ 4.5 කියන එක අර යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛය. එතන අර පෙර සංස්කාරයේ යම් ආකාරයකට අත්තා කියලා අරගෙන තමයි එතනදි ඇති වෙලා තියෙන්නේ.

එහෙම නම් මං බැලුවා මෙතන තියෙන්න ඕනෙ, දැන් මට මේ කියනකොට ම මට මේ සමාධිය බොහොම තදයි, මට මෙතන කල්පනා වුණා දැන් අර රූපය එක පැත්තකට යනවා, රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න, සඤ්ඤාව, හැබැයි මට සිතට දුන්නා සංස්කාර පැත්තත් පොඩ්ඩක් බලලා ඉන්න කියලා.

ඒ කියන්නේ අපි එතවා නේ ඉදංසච්චයේ ඉඳන් අර කුඤ්ඤෙට එන තැන. ඒකත් බලන්නෙයි කියලා මම, එතකොට මට කල්පනා කළා මෙතන මේ සංස්කාර. ඒ සංස්කාර කියන එක දැන් මං මේක match කළා අර පල්ලෙහා, අපි දැන් කතා කළා නේ 4.2, 4.3, 4.5, 4.6. මෙතන මැද්දේ cross එකක් තියෙනවා. එහෙනම් මෙන්න මේ cross එක තමයි පරිදේවය කියන එක තියෙන්නේ. ඔය cross එක තමයි සංස්කාරය. එතකොට එහෙම නම් මං කල්පනා කළා මේක තමයි 4.4 වෙන්න ඕනෙ.

හැබැයි 4.4 අපි ලකුණු කරලා තියෙන්නේ ජාතිය කියලා. දැන් මෙතනත් 4.4ක් වෙනවා. මේක “හරිසි” කියලා රහතත් වහන්සේ කිව්වා. මෙතන මේ පරිදේවය. මේ වේදනාවේ පරිදේවය. 4.4.

ඇයි මොකද විඤ්ඤාණය මළා. මැරිලා ඉවරයි. ඒක නිසා අර පරිදේවය කියන එක, 4.2 දි ඇති වුණා වූ එක තියෙනවා නේ. දැන් ඒක තමයි ඇඟට වදින්නේ. එතනට ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. දැන් මෙතන මේ ධර්මය හරි ලස්සනයි. ඒ කියන්නේ අර Z අකුර අනිත් පැත්තට අපි බලලා තියෙනවා නේ. දැන් අපිට ජේනවා මරණයේ ඉඳන් අපි ව්‍යාධියට යනවා 4.2, 4.3. ඊට පස්සේ Z අකුර දිගේ පල්ලෙහාට මෙහෙම බහිනවා Z අකුරේ අර මැදදේ කැල්ල දිගේ. ඒ කියන්නේ යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛයට එනවා. ඒ 4.4 වෙනකොට පරිදේවය. ඒ කියන්නේ වේදනාවේ පරිදේවය. එතනින් යනවා අපි අර යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛයට. අර අත්තා කියලා ගත්තා කියන එක 4.5 කියන එක තියෙනවා. ඒ තමන්ට අවශ්‍ය දේ ලැබිලා නෑ නේ, තමන් හිතපු දේ. එතනින් අපි එනවා 4.6.

දැන් අර Z අකුරේ අනිත් පැත්තට යන එක ඒක ලස්සනට එනවා. දැන් මේක එක එක ආකාරයට බලන්න පුළුවන්. එක පැත්තකින් බැලුවහම, වේදනාව වශයෙන් බැලුවහම අපිට ජේනවා අර විඤ්ඤාණය මළා, මැරුණායින් පස්සේ අපි 4.3. ඉතින් වේදනාව ජරාවට පත් වුණා කියන හැඟීම තියෙනවා. ඔය 4.4, ඒ කියන්නේ ඔය පරාමාසය නේ. ඉතින් පරාමාස වුණා කියන්නේ එතන මේ සංස්කාර ගැන කතා කරන්නේ. හැබැයි සංස්කාර බිඳුණා කියන එක තියෙනවා. සංස්කාරය, අරක මැරිව්ව නිසා සංස්කාරය බිඳුණා කියන එක තියෙනවා. ඉතින් මේක නිසා ඇති වෙනවා පරිදේවය. එතකොට වේදනාවේ පරිදේවය.

එතකොට ඊට පස්සේ අපිට වේදනාවේ පරිදේවයෙන් කෙළින් ම අපිට එනවා අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කියන තැන. වේදනාවේ ඒ ව්‍යාධිය කියන එක. වේදනාව හඬා වැටිලා. සංස්කාර බිඳුණා කියලා තමයි හඬා වැටිලා තියෙන්නේ මේකේ.

ඊළඟට සංස්කාර වශයෙන් බලන්නත් පුළුවන්. මරණය කියන එක ඇති වුණා, ඒ විත්ත සංස්කාර බිඳුණා, ඒක නිසා ම පරිදේවය කියන එක තියෙනවා, අර විත්ත සංස්කාර බිඳුණා කියන පරිදේවය කියන එක තියෙනවා. ඊට පස්සේ අපි ඉතින් මේ අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගය කියන එකට අපි ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඒ මැදදේ කොටුවට එක එක ආකාරයෙන් ඇවිල්ලා ඒක බලන්න පුළුවන් කියන එක තියෙනවා.

ඉතින් ඒක තමයි ඒ කරපු භාවනාව, පරිදේව වූ සංස්කාර.

07/12/2014 - සත්තට්ඨාන කුසල භාවනා 4

Sattaṭṭhāna Kusala Bhāvanā 4

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට දෙවනි බුදුපියාණන් වහන්සේත් තුන් වෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේත් සිහි කළා. ඊට පස්සේ හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම භාවනාව කළේ අර සත්තට්ඨාන කුසල භාවනාව ම නමයි. එතෙක්දී මුලින් ම බැලුවා මේ, ඒ කුඩා වූ තණ්හාව නිසා ඒ නන්දිය කියන එක ඇති වෙන හැටි. එතකොට අපි අර ආභාරයක් කටට දාලා ඒක රසයි කියලා ගත්තා, ඒ විඤ්ඤාණය මැරිලා ගියා. වේදනාවක් දැනුණා විඤ්ඤාණය මැරිලා ගියා. ආපහු බත් කටක් දානවා අර වේදනාව ම ආපහු නැවත ගන්න. ඒ විඤ්ඤාණයත් මැරිලා යනවා. දැන් අපි මේකට පුරුදු වෙලා නේ තියෙන්නේ. එතකොට එහෙම නම් මැරිලා ඉපදෙන්න, දැන් අපි දීර්ඝ කාලීනව බැලුවොතින් ජාති ජරා ව්‍යාධි මරණ වුණා, මැරිලා ආපහු ඉපදෙන්න තියෙන කැමැත්ත තමයි මේ නන්දිය කියලා කියන්නේ. එතකොට මේ කුඩා තණ්හාව නිසා ඇති වෙන්නා වූ විශාල එකක් තියෙනවා.

එතකොට මුළු පටිච්චසමුප්පාදය ම ඔය විදිහට ඇති වෙනවා. ඇති වෙලා එතන අර එළියේ තිබෙන්නා වූ තණ්හාව, ඒක තමයි නන්දිය කියලා කියන්නේ. ඒ නන්දිය නිසා තමයි මේ මුළු පටිච්චසමුප්පාදය ම සිද්ධ වෙන්නේ කියන එක එතන එනවා. ඉතින් දැන් මේකේ බලනකොට පළවෙනියෙන් ම මං බැලුවා මේකේ සිද්ධ වෙන්නේ මේ ස්පර්ශය නිසා. ස්පර්ශය නිසායි මේ වේදනාව ඇති වෙන්නේ.

එතකොට දැන් ඔය, තථාගතයන් වහන්සේගේ ඔය ආසවක්ඛය ඥානයෙන් පෙන්නන්නේ ඔය ආශ්‍රවයන් නසන අවස්ථාවක ඔය විචිකිච්ඡාවේ සමුදය කියන එක ඔය ජීනමිද්ධයයි කුක්කුච්චයයි කියන එක.

දැන් අපිට ඡේනවා අර නැති වෙච්ච වේදනාවක් කොයි ම ආකාරයකින්වත් අපිට නැවතත් හදාගන්න බෑ අර විදිහට. මොකද අපි ජරාවට පත් වෙලා නිසා. ඉතින් මේක නිසා මෙයාට මේ සැකයක් තියෙනවා මේක හදන්න පුළුවන් ද කියන එක. මැරුණා වූ විඤ්ඤාණයක් නැවතත් සකස් කරන්න පුළුවන් ද කියන එක. එතකොට මේ විදිහට අර ආශ්‍රවයත් එක්ක මේක සම්බන්ධ වුණා, අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට යනවා කියන එක. වේදනාව නිසා මේක ඇති කරනවා කියන එකත් බැලුවා. වේදනාව නිසායි

මේ අපි මේ විදිහට ඒක කරන්නේ. මේ වේදනාව මට නැවතත් ඕනි ඕනි කිය කිය නැවත නැවතත් පතනවා කියන එක.

දැන් ඔතනින් සම්බන්ධ වුණා ඔය අහිනන්දනි, අහිවදනි, අජ්ඣොසාය තිට්ඨති කියන සමාධිභාවනා සූත්‍රයට. එතකොට එතනින් මේක නිසා අර හව පව්වයා ජාති. විඤ්ඤාණය නැවතත් ඉපදීමක් කියන එක කළා. ඒ විඤ්ඤාණය මැරෙනවා. එතකොට ආපහු ඒ සමාධිභාවනා සූත්‍රයේ අර විඤ්ඤාණ කොටසේ භාවනාව කියන එක එතනින් ඒ විදිහට සිද්ධ වෙනවා.

මේක සිද්ධ වුණාට පස්සේ මං කල්පනා කළා මෙනත අර කුක්කුච්චය කියන එක සමුදය කියලා කිව්වා නේ ජිනම්ද්ධය ඉතින් අපි දන්නවා ඒක නම් අපි ගන්නවා රෝගී සඤ්ඤාවක් මගේ කියලා අරගෙන මේ ඇති වන දේ. ඒ වගේ අර shirt එකක් ගන්න අවස්ථාවේ දී අපි මෙනෙහි කිරීමක් කරනවා නේ ඒ තමන්ට ඒක ගැලපෙන්නැති වුණත් තීරණයක් ගන්න බැරි අවස්ථාවේ දීත් මේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව දුවනවා අර විකුණන මනුස්සයාගේ වචනේ හරි අරගෙන. ඒ වගේ ම මම මේ බැලුවා කුක්කුච්චය කියන එක. ඉතින් ඒ කුක්කුච්චයට කාරණා ඉතින් දාහතරක් විතර තියෙනවා ඒකට සම්බන්ධ වෙන. ඒකත් එක්ක බැලුවා කොහොම ද මේකේ මේ සමුදය කියන ධර්මය.

ඉතින් ඕකේ අද විශේෂයෙන් බැලුවා දේ තමයි ඔය අපිට තියෙනවා, කුක්කුච්චය තියෙන්නේ හරියට ම පරාමාසකායගන්ථයයි ඉදංසච්චාහිනිච්චෙසකායගන්ථයයි අතර. එතකොට සුභයි කියලා ඇදෙනකොට ඔන්න කුක්කුච්චය හරහා එක පාරක් ගියා. ආපහු අනිත් පැත්තට එතකොට ඉදංසච්චාහිනිච්චෙසකායගන්ථය මේවා මේ සත්‍යයක් කියලා ඒවා ගත්තහම ආපහු මේ කුක්කුච්චයට ඇදුණා. ඒ කියන්නේ අර මැරෙන්නා වූ විඤ්ඤාණය වේදනාවක් යම්කිසි ආකාරයකට දැනගෙන, ඉතින් මේ වාගේ දේවල් මේ සුඛයි කියලා ඒ තමන්ගේ ඇදීමක් අනිත් පැත්තට සිදුවීම කියන එක තියෙනවා. ඒ පරාමාසයට අනිත් අතට අර මුලින් ගත්තා වූ වේදනාව, වේදනාව පැත්තේ ඉඳන් වේදනාව පරාමාසයට ඇවිල්ලා ඇදීමකුත් තියෙනවා.

ඉතින් මේ විදිහට මේ කුක්කුච්චයට මේ කැලී, අර පරාමාසයෙන් ඉදංසච්චයට යනකොටයි ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පරාමාසයට යනකොටයි මේක සත්‍ය කිය කියා එකතු වෙනවා කියන එක බැලුවා. ඉතින් මේකේ සත්‍යතාවයක් නෑ.

මේකේ තියෙන්නේ මේ පටිච්චසමුප්පන්නයක් විතරයි, මේකේ සත්‍යතාවයක් ඇත්තේ නෑ කියන එක තමන්ට ජේනවා. ඉතින් ඒ පාර මට ආවා මේ මානය කියන එක. එතකොට මේ වාගේ දේවල්වලට මේ මනුස්සයෝ මානයක් ඇති කරගන්නවා. මගේ වේදනාව පවතිනවා කියන ආකාරයට මනුස්සයන් හිතනවා. මං හදන ගේ පවතිනවා, වේදනාව පවතිනවා, ආදී ආකාරයට ඒ සංස්කාරවලට මානයන් වෙනවා කියන එක ආවා.

එතකොට එතෙත්ට ආවාට පස්සේ මට එහා පැත්තට ධර්මය බලන්න ඕනෙකමක් ඇත්තේ නෑ. එතනින් ම අර සිත නතර වෙලා ඒ අනාශ්‍රව චිත්තයට එනවා, ඒක මම හොඳට තේරුම් ගත්තා. ඉතින් ඊට පස්සේ ඒකෙන් ඔය යම්කිසි ආකාරයට එලියට ඒමක් වෙනවා ද අන්න ඒ වෙලාවේදී ඉතින් මේ රූප, මේ ස්ථානය ගැන ඒ වගේ රූපයන් කියන ඒවා, ඒවා ජේන්න ගත්තා.

ඒක තමයි මේ මං කරපු භාවනාව.

08/12/2014 - ආකිඤ්චඤ්ඤ විමුක්ති

Ākiñcañña Vimutti

මම කළේ ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ඒ පූජාව පැවැත්තුවාට පස්සේ මම ඒ කල්පනා කළා, මට මුලින් ම කිව්වා කලින් කරපු භාවනාවක් තියෙනවා අර කාමච්ඡන්දය කියන එක ඇති වුණායින් පස්සේ ඒ කාමච්ඡන්දය නිසා අපි දන්නවා අර area 1 කියලා area එකක් තියෙනවා. ඒ කියන්නේ ඔය ගිද්ධිලෝභයයි, කබලිංකාර ආභාරයයි, වේදනාවයි. ඒ area 1 හින්දා area 6 එක ඇති වෙනවා. Area 6 එක කියලා කියන්නේ පරාමාසකායගන්ථය, ඉදංසච්චාහිනිවෙසකායගන්ථය, ඊට පස්සේ මෝහ අගතිය කියන එක. එතකොට 1 ඉඳන් 6 එකට එනවා කියන්නේ අර සඤ්ඤාවෙන් ඒ වේතනා එතන ඇවිල්ලා එතනින් අර අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා ඉන්නේ.

එතකොට අපි දන්නවා ඉතින් මේ කාමච්ඡන්දය කියන්නේ ජරාවට තිබෙන්නා වූ කැමැත්තයි කියලා දන්නවා. එතකොට දැන් පල්ලෙහාට ආවාට පස්සේ, දැන් බලන්න අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට ආවා නම් අපි ආපහු උපද්දවන්නයි යන්නේ. විඤ්ඤාණය ආපහු උපද්දවන්නයි යන්නේ කියන එක තියෙනවා. ඉතින් ඔතන ඒක බලන්න ඔතේ ඔය පල්ලෙහා තියෙන සංස්කාර කොටුවත් එක්ක. පල්ලෙහා තියෙන සංස්කාර කොටුව, මේක කලින් කරපු භාවනාවක්, ඒකේ පෙන්නනවා අපි ඔය මුලින් ම අපිට එනවා නේ අර කාමේසු තිබ්බසාරාගො කියන එක හරහා අපි ඉදංසච්චයට ඇතුල් වෙනවා. පළවෙනි රවුමේ දී. ඒ පාර දිගේ දැන් අපි එනවා භය අගතියට යන්න ඉදංසච්චයේ ඉඳන් දැන් value එකක් එනවා. දැන් ඔය value එකට එකතු වෙනවා, ඕක maintenance කියන එක ඇති වෙනවා උද්ධච්චයෙන්.

ඒ කියන්නේ මෝහ අගතියේ ඉඳන් පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුවට එන එක. ඔය පරිදේවය තියන තැන තමයි ඔය සංස්කාර කොටුව. ඊළඟට ආපහු ඒ value එක පහළට භය අගතිය දක්වා push කරන්න එකතු වෙන්නේ පරාමාසකායගන්ථයේ ඉඳන් එන්නා වූ value එක. එතකොට පරාමාසකායගන්ථයේ ඉඳන් එන්නේ පෙර වූ සංස්කාර නිසා.

දැන් මං මෙතන පන්සිල් ගන්නකොට ම අර පාණාතිපාතයෙන් අයිත් වෙනවා, කාමයෙන් අයිත් වෙනවා කියනකොට මට මේ picture එක එන්න එන්න ම ඇවිල්ලා තිබුණේ. මේ පෙර වූ සංස්කාරයන් නිසා පරාමාසයේ ඉඳන් මෙතෙක්ට එන කැල්ල තියෙනවා. දැන් මෙහෙම තමයි මේක push වෙලා යන්නේ. දැන් අපි ඔතෙන්දී තේරුම් ගත්තා ඔයට ඉස්සෙල්ලා භාවනාවල ඔය මරණය ඇති වුණා නම් අපි,

මරණයේ ඉඳන් අපි, විත්ත සංස්කාර මැරෙන නිසා අපිට මනසේ තියෙනවා ව්‍යාධි ස්වභාවය මනසට ඇතුල් වෙලා.

ඕක මේ ළඟ දී කරපු භාවනාවේ තවත් ඕක එක්කහු කලා, ඒ කියන්නේ ව්‍යාධිය කියලා කියන්නේ වේදනාවේ ජරාවයි කියන එක. දැන් අර රහතන් වහන්සේ අර මූලින් කිව්ව වචනයයි මේකයි හරි ලස්සනට ගැළපෙනවා, ඒ දෙක.

ඊට පස්සේ මට ඕනෙකම තිබුණේ මේ පරිදේවයේ ඉඳන් ඇයි අපි සෝකයට දුවන්නේ කියන එක බලන්න. එතකොට ඔය රහතන් වහන්සේගෙන් මං ඇහුවා ම රහතන් වහන්සේ මගෙන් ඇහුවා, “පියා මලා නම් අම්මා මොකද කරන්නේ” කියලා. තාත්තා මලා නම් අම්මා මොකද කරන්නේ.

දැන් එතකොට දැන් මේක තේරුම් ගන්න තාත්තා කියන එක ගන්න ඕනෙ සංස්කාරය. 4.3, රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා ම කිව්වා සංස්කාරයට තමයි ඒක කිව්වේ කියලා. එතකොට 4.3 ඔන්න සංස්කාරය කියන එක මලා. අතන අම්මා කිව්වේ සඤ්ඤාව. සඤ්ඤාවෙන් වේතනා වෙලා තමයි මේක හදන්නේ. දැන් එහෙනම් සංස්කාරය මලා නම් දැන් මොකද කරන්නේ අම්මා?

දැන් අම්මා යනවා අර සඤ්ඤාවේ ඉඳන් වේතනාවේ ඉඳන් කෙළින්, දැන් අම්මාට produce කරන්න බෑ, සංස්කාරයන් හදන්න බෑ. තාත්තා නෑ. ළමයි හදන්න බෑ ඒ වාගේ දේවල් තියෙනවා නේ තාත්තා නැති නිසා. එතකොට දැන් එයා මොකද කරන්නේ? සංස්කාර පැත්තට යන්න විදිහක් නෑ, සඤ්ඤාවේ ඉඳන් වේතනාව, එතන ඉඳන් අර භය අගතියට යන පාරට ඒක දිගේ යනවා. එතනින් ගිහින් එයා යන්නේ සෝකයට.

එතකොට මේක නිසා තමයි මෙයා දුවන්නේ. අර කැල්ලක් කැඩ්ලා නේ. Pair එකෙන් එක කැල්ලක් ගිහිල්ලා. කැඩුණහම අර, දැන් වතුර පාරක් දෙකට බෙදිලා ගියා නම් ඒ පාර, එක පාරක් නැවැත්තුවා නම් අනිත් පාර දිගේ වේගයෙන් අපි යනවා නේ ද?

ආන්න ඒ වාගේ මේ සෝකය කියන එකට බොහෝ ම වේගයෙන් යනවා කියන එක. ඉතින් අර ඒක කළහම අර ඒ ආකිඤ්චන විමුක්තිය ඇතුළු එතන ඉන්න පුළුවන්කම කියන එක තියෙනවා.

ඒක තමයි කරපු භාවනාව.

09/12/2014 - ආශ්වර්ෂ අද්භූත ධර්ම

Acchariya Abbhuta Dhamma

ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨතම, උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

මං ලෝභය නැති කරමි, ද්වේෂය නැති කරමි, මෝහය නැති කරමි කියලා කල්පනා කළා. ඒකෙදි ලෝභයේ දී මං බැලුවා අර area 1 අර කාමච්ඡන්දය ඇති වෙලා, ජරාවට තිබෙන්නා වූ කැමැත්ත, ඒක නිසා area 6 කියන එක ඇති වෙනවා. ඒ area 6 වල අපි දන්නවා අර පරාමාසකායගන්ථය, ඊළඟට ඉදංසච්චානිනිවෙසකායගන්ථය, මෝහයේ අගතිය කියන. දැන් එතනින් අර ඊයේ භාවනාවත් එක්ක සම්බන්ධ කළා. අර සංස්කාරයන් කියන ඒවා මැරෙනවා කියන එක කල්පනා කළා නේ, විඤ්ඤාණය, සංස්කාර මළා.

එතකොට දැන් මං මේ ඒ පථය නැවතත් ආපහු මෙනෙහි කරලා, අර කාමේසු තිබ්බසාරාගො එකෙන් අපිට ඉදංසච්චයට ඇවිල්ලා ඉදංසච්චයේ ඉදන් පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුවට, ඒ කියන්නේ පරිදේව කොටුවට ඇවිල්ලා ඒක flow වෙන හැටි.

ඉතින් දැන් ඊයේ රහතන් වහන්සේ දුන්නා නේ උදාහරණයක්. පියා මළා නම් අම්මා මොකද කරන්නේ. එතකොට අම්මා අර හයෙන් අගතියට යනවා බොහොම වේගයෙන්. දැන් මේක පවත්වන්නේ කොහොම ද කියන ආකාරය කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේක නිසා තමයි එයා සෝකයට දුවනවා කියන එක කිව්වේ.

ඉතින් දැන් මං එතෙන්නේදී පෙන්නුවා නේ මේ වතුර පාරවල් දෙකක් එනවා, ඒ වතුර පාරවල් දෙකකින් ගිය එක දැන් එක පාරකින් යන්නේ. ඒක නිසා තමයි මේ වේගයෙන් යනවා කියන එක. ඉතින් දැන් මං මේ වතුර පාරවල් දෙක කොහොම ද කියන එක මං මේ මනසෙන් මෙනෙහි කළා.

ඉතින් ඒක මෙනෙහි කළා ම ඒ රහතන් වහන්සේ මට මවලා පෙන්නුවා හරියට වතුර පාර මෙහෙම කන්දක දිගේ මෙහෙම යනකොට කන්ද එකපාරට ම split වෙනවා. Earthquake එකකින් හරි මෙහෙම split වුණා ම මොකද වෙන්නේ? දැන් වතුර පාර කෙළින් ම පහළට පොළොවට යටට බහිනවා, අර මේ පැත්තේ තියෙන්නා වූ භූමියට වතුර ගලන්නේ නෑ.

එතකොට භූමියේ වතුර ගලනවා නම් ඒක සරු සාර වෙනවා, ඒ හෝගයන් කියන ඒවා, ඒවා හටගන්නවා කියන එක. දැන් ඉතින් අර දරුවන් කියන අයගේ පෝෂණයන් කියන ඒවා, ඒවා සිද්ධ වෙනවා. ඉතින් ඒක නිසා බොහෝ ම අර, අර කෙත්වතු පිරිලා සාරා කියලා වාගේ මේ මනුස්සයාට බොහොම සතුටක් ඒකේ තියෙනවා.

එතකොට පල්ලෙහා සංස්කාර එක තමයි මේකේ බිඳිලා තියෙන්නේ. අර පරිදේවය තියෙන තැන සංස්කාර. දැන් මෙහෙම වෙලාවේදී මට මතක් වුණා අර රහතන් වහන්සේ පෙන්නවා නේ බෝක්කුව කැඩිවිච අවස්ථාව. අර මරණය අවස්ථාවේ දී. ආන්න ඒ අවස්ථාවේ දී බැලුවා. ඒක මම, ඒක ද බලන්නේ කියලා? රහතන් වහන්සේ කිව්වා ඒක appropriate කියලා ඒක එහෙම බලන එක හොඳයි කියන එක.

එතකොට දැන් එහෙම නම් මේ, අපි දන්නවා ඒ භාවනාවේදී අර පල්ලෙහාට තියෙන, උඩ තියෙන සංස්කාරයේ ඉඳන් අර පල්ලෙහා මේ පරාමාසයට තියෙන කතාව ඉදංසච්චයට තියෙන කතාව ඒ lines දෙක කැපිලා. හැබැයි දැන් තියෙන්නේ අර වේතනාව නේ ද? සඤ්ඤාවේ උඩින් ආවා වේතනාවෙන් ඒ වේතනාවෙන් අර උඩ තියෙන සංස්කාර කොටුවට, එතනින් උඩට විඤ්ඤාණය. පල්ලෙහා කැල්ල නෑ. එතකොට මට තේරෙනවා

එහෙම නම් මේ අහංකාර අගය තමයි මෙතන මේවා වෙලා යන්නේ. ඇයි මෙතන පල්ලෙහා පරාමාසයට ගියා නම් ඉදංසච්චයට ගියා නම් තමයි ඉතින් මෙතනින් අර අහංකාරය කියන කැල්ල දන්නවා නේ අපි පල්ලෙහා හැංගිලා ඉන්න තැන. එයා පෝෂණය වෙලා එයා ඉන්නේ අර දෙක ඒ විදිහට එනවා නම්. දැන් මෙතන උඩින් විඤ්ඤාණයක් සකස් කිරීම අර ස්පර්ශ කරලා නේ ඉතින් අර ජාතියේදී අපි ස්පර්ශ කරලා නේ කොහොම හරි විඤ්ඤාණයක් ආපහු හදා ගන්නේ.

එතකොට ඒක කරගෙන ඉන්නවා කියන එක තියෙනවා. ඉතින් මෙයා අර, දැන් අම්මා කෙනෙක් නම් කියනවා නේ ඉතින් අනේ මහත්තයා ඉන්න කාලේ මම මේ විදිහට ජීවත් වුණා, දැන් ඔක්කෝම මං තනියෙන් කරගන්න ඕනෙ ආදී වගයෙන්. ඉතින් ඒවා හොඳට ලස්සනට ගැලපිලා එනවා. ඉතින් ඒක, ඒ භාවනාව කළහම බොහෝ ම හොඳයි ඒ එක එක ආකාර වූ ප්‍රීතීන් ගලනවා,

ඉතින් “Excellent” කියලා රහතන් වහන්සේ ඒක පැවසුවා ඒ අවස්ථාව කියන එක. මේක, ඉතින් මාව නැවැත්තුවා මේක තව ටිකක් බලන්න හදනකොට ඒකේ, මේකත් අර ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්මයේ කෙළවර. මොන ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්මයේ ද? මේක ඇවිල්ලා මේ හතර වෙනි ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්මයේ කෙළවර.

ගිද්ධිලෝභයේ අර තුන් වෙනි ආශ්චර්ය අද්භූත ධර්මයේ කෙළවර වෙනවා වාගේ මේක අර හතර වෙනි එකේ කෙළවර. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

අර භාවනාව ඇතුළෙදී ආවා අර භවඤ්ච හොඟඤ්ච වොකාරස්ස අභංකාරස්ස පදට්ඨානං කියන එක. දැන් එතකොට අර භව භෝග කතාව මෙයාගේ කැපිලා නේ, අභංකාරය වෙනින තියෙන ඒවා, කතාව.

13/12/2014 - අනාශ්‍රව විත්ත

Anāsava Citta

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කළා, නමස්කාර වේවා. ඉතින් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට තුන් නම, හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා.

මම අර ලෝභය, ලෝභ දෝස මෝහ භාවනාව වගේ ලෝභය කියන එක මෙනෙහි කළා. අර මනාපික වූ අරමුණ, සුඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය, ඒ සුඛ වේදනාව, මේක නිසා මේ ලෝභය කියන එක ඇති වෙනවා කියන එක. ඉතින් ඒකත් එක්ක ම මම කල්පනා කළේ ඉතින් මේ ලෝභය කියන එක ඇති වෙනවා කිව්වහම එතනින් මං කෙළින් ම ආවා මේ ගිද්ධිලෝභය කියන එකට. අර තමන්ගේ අර කාමච්ඡන්දය කියන එක තියෙනවා ජරා වෙනවා කියන එකට. ඒ රූප භොය භොයා ඔය විදිහට යනවා කියන එක, ඊට පස්සේ අර රාගය ඇති වෙනවා කියන එක බැලුවා.

එහෙම බලලා අර ඊයේ භාවනාව වාගේ අර උඩ කොටස බැලුවා කබලිංකාර ආහාරය, වේදනා, සඤ්ඤා කියන කොටස. එතකොට දැන් අපි දන්නවා ඔය සඤ්ඤාව කියන එක fake එකක්.

පළවෙනි එකට අර විඤ්ඤාණ ධාරාව ගැලුවා නම්, විඤ්ඤාණ ධාරාව ගැලීම හේතු කොටගෙන අර නිත්‍ය කියන කතාව. ඒ නිත්‍ය කියන කතාවෙන් ඇති වුණා වූ මේ සඤ්ඤාවක් මේ තියෙන්නේ.

එහෙනම් ධාරාව ගැලීම හේතු කොටගෙන ම තමයි අපේ මේ සඤ්ඤා කතාවත් ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. ඒකත් සකස් වුණා ඒ විදිහට කියන එක ආවා. මේක බැලුවාට පස්සේ අර ඊයේ අර වාගේ සඤ්ඤාව අල්ලගෙන ඉන්නවා කියන එකෙන්, මේ ජරා වූ වේදනාවක් අල්ලගෙන ඉන්නවා කියන එක, ඒක එහෙම සිහි වුණා.

ඉතින් එහෙම සිහි වෙලා ඊට පස්සේ මම ගත්තා අර තුන් වෙනි එකට ඔය සඤ්ඤාව කියන එක මැරිලා ගිහිල්ලා අපි අර දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට යනවා කියන එක තියෙනවා නේ. අර කිව්වේ split වුණා නම් මොකද වෙන්නේ? වතුර පාර ගලාගෙන යනවා, split වුණා නම් ඉතින් අර එකපාරට ම මේ, අර තාත්තා මළොත් අම්මා මොකද කරන්නේ කියලා ඇහුවේ. ඒ වගේ ඒ විඤ්ඤාණ ධාරාව දැන් අර සංස්කාරයන් කියන ඒවා අර සැකසෙන්නේ නෑ, මේ සඤ්ඤාවෙන් හදපු මේ විත්ත සංස්කාර තියෙන්නේ, ඒ සංස්කාර තමයි මළේ. අන්න තාත්තා මළා.

එතකොට අම්මා මොකද කරන්නේ අර සඤ්ඤාව බහිනවා අර මරණ මොහොතේ දී අර පල්ලෙහාට බහිනවා කියන එක, ඒක ගත්තා. දැන් දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට යනවා කියන එක බැලුවා.

දැන් එතකොට අපි දන්නවා ඔය ජාතියයි කියලා කිව්වහම දෙවෙනි රවුමේ දීත් අපි ජාතියක් කියනවා. A වල ඉඳන් B වලට ගමන් කරනවා කියලා අපි කතා කරනවා. ඒ වගේ ම අපි මේ 4.2 දී මරණය ඇති වෙලා 4.4 දීත් ජාතියක් කියන එකක් ඇති වෙනවා. එතකොට මොකද්ද මේ දෙවෙනි ජාතිය පළවෙනි ජාතිය මොකද්ද?

ඒ පළවෙනි ජාතිය තමයි අර රූපය ස්පර්ශ කරලා ඒ ආයතනවලින් ඇති වෙන්නා වූ, ඇහැ කන නාසය දිව ශරීරය කියන ඒවායෙන් ඇති වෙන්නා වූ ඒක තමයි එතෙන්දි පෙන්නුවේ ඒ ජාතිය කියලා. රූපයක් ස්පර්ශ වුණා. වට දෙකක් යනකොට ඔන්න විඤ්ඤාණ ධාරාව ගලනවා නම් අන්න එතෙන්දි ජාතියක් තියෙනවා විඤ්ඤාණයේ.

ඊළඟට 4.4 වෙනකොට අපි ආපහු ජාතියක් කියලා කියන්නේ මේ අභ්‍යන්තර ආයතනවලින්. ඒ කියන්නේ අර දිට්ඨි ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට ගිහිල්ලා ඇති වෙන්නා වූ ඒ දේ තමයි මෙතන සිද්ධ වෙන්නේ කියන එක.

ඉතින් ඔය තත්වට මනස ආවහම අර සංස්කාර කියන එක මම බලලා තියෙනවා නේ පල්ලෙහා සංස්කාර කොටුව flow වෙන්නේ කොහොම ද කියන එක. අර මුලින් ඇති වුණා වූ ධාරාව මගින් අතනින් ඇති වුණා වේදනාවන් කියන ඒවා පරාමාසයට ඇතුල් වුණා, පරාමාසයෙන් අත්තා කියලා පල්ලෙහාට ගමන් කිරීම කියන එක. එතකොට මෙන්න මේකයි, මේ දැන් ඇති වෙන්නා වූ සංස්කාරවලින් යම්කිසි අගයක් එනවා ද මේ දෙකේ ගැළපීමක් අනුව තමයි අර හයේ අගතියට අපි එනවායි කියන එක අපි බලන්නේ. එතකොට දැන් මෙන්න මේ හයේ අගතියට යන්නා වූ ඒ කොටස කියන එක මෙතන කතාව සම්පූර්ණයෙන් එතන නතර වුණා ඒ සංස්කාර මේ විදිහට මේක දැක්කහම.

මේක මේ අර උඩින් කරපු එකේ fake සඤ්ඤාවකින් නේ මේ ඔක්කෝම කරන්නේ. Fake සඤ්ඤාව මගින්, ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව ගැලීම නිසා ම ඇති වුණා වූ fake සඤ්ඤාව. ඒ fake සඤ්ඤාවකට තමයි අපි අගය දෙන්නේ. අනිත් අතට ගත්තහම මේ සංස්කාරයන් ඒ fake සඤ්ඤාව නිසා ඇති වෙලා මේ සංස්කාරයන් ඇති වෙලා එතනින් දුවන්නේ. එතකොට මේකත් දුවන්නේ අර විදිහට ධාරාව ගලනවා නම් තමයි. ඉතින් මෙන්න මේ දේ තේරෙනකොට ම ඒ සිත නතර වීම කියන එක සිද්ධ වුණා.

ඉතින් මේක තමයි අනාශ්‍රව විත්ත භාවනාව.

14/12/2014 - ද්වේෂ භාවනා

Dosa Bhāvanā

ඒ සූජාව පැවැත්කුවාට පස්සේ මම භාවනා කරන්න හැදුවේ ලෝභ පාර ඊයේ කරපු එක ම යි. රහතන් වහන්සේ කීව්වා මට “ද්වේෂ පාර භාවනා කරන්න” කියලා. ඉතින් ද්වේෂ පාර නොමනාප වූ අරමුණ, දුක්ඛ වේදනීය වූ ස්පර්ශය, දුක්ඛ වේදනාව කියලා බැලුවා.

එතනදී මම බැලුවේ මෙතෙන්දී මේ නොමනාපික වූ අරමුණ කිව්වහම අර විපරිණාමයට පත් වෙව්ව නිසා තමයි මෙතන මේක තියෙන්නේ. එතකොට මේ වේදනාව වශයෙන් මෙතන බලනවා කියන එක තමයි මං හුඟක් කල්පනා කළේ. එතකොට මේක බලාගෙන යනකොට නිකන් මට නිකන් හැඟීම ආවේ මේ වතුර පාරක් ගලාගෙන යනකොට ඒක කොහේ හරි වලකට වැටෙනවා දැන් අර ඉස්සර වාගේ පල්ලෙහාට යන්නේ නැතුව. ඉතින් මේක වල කියන එක පිරෙනවා නම් වතුර එන්න එන්න මේවා වෙනවා නම් වතුර ගලන්නේ නෑ නේ. ඉතින් මේක තමයි මේ මිනිස්සුන්ගේ ප්‍රශ්නේ. මිනිස්සුන්ට මේකෙන් ගැලවෙන්න විදිහක් නෑ. ඒක නිසා හරියට දුක්ඛිතතාවයක් තියෙනවා. ඉතින් ඒක නේ අර වචනයක් හරි පිට කරගන්න හම්බවුණා නම් මනුස්සයෙකුට සන්තෝසයි නේ, ඒ ද්වේෂ, දුකට පත් වෙලා ඉන්නකොට.

ඉතින් ඒ පාර එහෙම බලලා මම කල්පනා කළා මේක මේ වට වශයෙන් ගත්තහම මෙතන මේ කොච්චර වටවලින් ද, මේ ලෝභය ද්වේෂය මෝහය කියන එකේ ගත්තහම මේ වට වශයෙන් ගත්තොතින් ලෝභයට වට කීය ද ද්වේෂයට කියන එක මං බැලුවේ. එතකොට ඒ රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවේ ඉතින් ලෝභයට පළවෙනි වට දෙක, ද්වේෂයට දෙවනි වට දෙක, එහෙම ගන්නෙයි කියන එකයි. එතකොට ද්වේෂයට දෙවනි වට දෙක අපි ගත්තහම අපිට ජේනවා දැන් අපි ඊයේ අපි දැක්කා අර විපරිණතභාවය, ඒ කියන්නේ නිත්‍යභාවයක් කියන එකක් කිව්වේ ධාරාව ගලාගෙන යන නිසායි නිත්‍යභාවය කියලා කිව්වේ.

දැන් ඔය නිත්‍යභාවය වෙනස් වෙලා නේ. දැන් අත බැඳලා තිබ්බා නම් අරක ගලන්නේ නෑ, ඉතින් ඒක නිසා ඒ නිත්‍යභාවය කියන එකේ වෙනසක් තමයි ඇති වෙලා තියෙන්නේ. දැන් එහෙම නම් මෙතන මේ අපි කීව්වාට දැන් 4.3 දී අපි ගත්තහම සුඛයි කියලා ඇතුල් වෙනවා කියලා කීව්වට, අර නිත්‍යභාවයක් නැතිකම කියන එක මේකේ මෙතන තියෙනවා.

ඒක නේ අර ඉස්සර වගේ ගලනවා නම් අර මනුස්සයාට ප්‍රශ්නයක් නෑ, එක ම විදිහට වේදනාව තියෙනවා. එතකොට මෙතන දුක්බයක් තමයි ඇතුල් වෙන්නේ. නිත්‍යභාවයේ වෙනසයි තියෙන්නේ.

එහෙම නම් මේ ධීවස්ස අඤ්ඤාචර්‍යං සංඛත ලක්ඛණය කියලා කියන්නේ අර නිත්‍යභාවයේ වෙනස් වීම. කලින් තිබිවිච නිත්‍ය value එකට වඩා දැන් තියෙන නිත්‍ය value එක අඩුයි කියන එකයි තියෙන්නේ කියන එකයි. එතනදි රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කිව්වා ඒක දැක්කහම, ඒ නිත්‍යභාවයේ අඩුකමයි කියන එක.

ඉතින් ඒක නිසා මේ මනුස්සයා ඉතින් අර අපි කියනවා නේ දුක්බ දුක්බතාවයට පත් වෙනවා කියලා. දැන් අර දෙකක් කරකවලා අපිට දුක්බයි කියන කතාව ආවා. ඇයි ඉතින් දෝමනස්සයට ඇවිල්ලා නේ තියෙන්නේ. තව දෙකක් කරකවලා බැලුවා ඉතින් තවත් දුකයි කියන එක තමයි ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. අර නිත්‍යභාවය තවත් අඩු වෙලා.

4.2 කියලා කියන්නේ අපි නිත්‍යයි කියන එක නේ.

ඒක විඤ්ඤාණය ඉතින් මැරිලත් ගියා නේ ඒ වෙලාව වෙනකොට. එතකොට මේක තමයි මේ කියන්නේ කියන එක මම බැලුවා ඉතින් එතනින් මාව නැවැත්තුවා.

ඒ වෙලාව වෙනකොට ඉතින් හැබැයි ජේනවා, Saturn එකේ වළලුත් ජේනවා ඒ වගේ ම අර චෛත්‍යයන් එහෙම ඒවා හිටන් ජේනවා. ඒ වගේ, එතකොට මම මේකෙන් ගත්තා නිත්‍යභාවය මේ වගේ එකෙන් flow එකක්, නිත්‍යභාවයක් මේවායෙන් නැතෙයි කියන එක ඒ වෙලාවේදි. ඉතින් රහතන් වහන්සේ “Excellent” කියලා කිව්වා ඉතින් එහෙම කිව්වා ම, වූණාට පස්සේ.

15/12/2014 - උපෙක්ඛා අප්පමාණ

Upekkhā Appamāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා, ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළමු වන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ඒක කරනකොට ම මට තේරුණා මගේ මනසේ උපෙක්ඛාවක් පවතිනවා කියලා මේ සියලු දේවල් සම්බන්ධයෙන්. ඒ කියන්නේ ඒ බුදුපියවරු ගැනත්, ඒ කියන්නේ දැන් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ඔහොම ඉන්නවා. බුදුපියාණන් වහන්සේ පිරිනිවන් පෑවායෙන් පස්සේ තව බුදු පියෙක් එනවා. ඔය විදිහට ඔහොම ගිහිල්ලා ඔක්කෝම කට්ටිය ඔය විදිහට යනවා, තව කට්ටියක් මේකට ඇතුල් වෙනවා. එතකොට ඒක ගැනත් උපෙක්ඛාව. කරන්න තියෙන යම් වූ වැඩක් තියෙනවා ද ඒක ගැනත් උපෙක්ඛාව. ඔය විදිහට, ඒ පාර මං බැලුවා මේ උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගයා මයාධම්ම භාවිතා බහුලිකතා අභිඤ්ඤාය සම්බොධාය නිබ්බානාය සංවත්තති කියලා කියන පදයත් මතක් වුණා මට.

ඉතින් මේ උපෙක්ඛාව කියන එක ඇති වෙන්න නම් සබ්බ නිස්සග්ගයට එන්න ඕනෙ. ඒ පාර මං කල්පනා කළා මේ සබ්බනිස්සග්ගය මේ සියල්ල අතහරිනවා කියන එක. ඒකේ ඔතෙන්නදී ආවා මේ සබ්බසම්බාරසමථා සඤ්ඤා උපරෝධනා කියලා අර ද්වයතානුපස්සනා සූත්‍රයේ ගාථාවටත් ආවා. නිර්වාණයේ දී විතරයි මේක වෙන්නේ කියලා.

ඉතින් ඒ පාර මං මේ කැල්ලෙන් කැල්ලට බැලුවා මේ සබ්බනිස්සග්ගය සඳහා මේ සුබභාගීය ධර්මයන් කියන ඒවා, ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන එක තියෙන්න ඕනෙ. අර රූපයත් එක්ක ස්පර්ශ නොවී ඒක පවත්වන්න.

ඒ පාර ඊළඟට ආපහු බැලුවා, ඒ කියන්නේ අභිජ්ඣා දෝමනස්ස ඇති වෙනවා නේ ස්පර්ශ වුණා නම්. ඊළඟට ඉන්ද්‍රිය සංවරය තියෙන්න ඕනෙ. ඊළඟට සංස්කාර, ඒ කියන්නේ අපිට උපෙක්ඛාවක් තියෙන්න ඕනෙ සජ්ත බොජ්ඣංගය කියන එක උපෙක්ඛාව කියන එක තියෙන්න ඕනෙ. නැත්තන් මේ සඤ්ඤාවයි නිසා අපිට ඇති වෙන්නා වූ සංස්කාරයන් තියෙනවා. එතකොට මේ සඤ්ඤාව කියන එක කොයි වෙලාවක හරි නැති වෙනවා නම් සඤ්ඤාව නිසායි මේ හදන්නා වූ විත්ත සංස්කාරයන් කියන ඒවා මේ අපිට උපෙක්ඛාව තියෙනවා නම් ඒක අයිත් කරගන්න පුළුවන්. ඔතනදී තමයි අර ද්වයතානුපස්සනා සූත්‍රයේ ගාථාව හොඳට ගැලපෙන්නේ.

ඒ පාර දැන් මං කල්පනා කළා මෙතනින් ඉතුරු වෙලා තියෙන්නේ මොකද්ද මේ විදිහට අයිත් කරාට පස්සෙ. අර මෝහය නිසා ඇති වෙන්නා වූ කොටස. ඒ පාර මං බැලුවා ඔය මෝහයට එන්නා වූ කොටස. පාරවල් තුනකින් ඔතෙන්ට එනවා. එකක් තමයි අවිද්‍යාවෙන් එනවා කියන එක ජේනවා උඩින් එන එක.

ඊළඟට පරාමාසකායගන්ථය නිසා එතනින්, අර සංස්කාර සැසඳීමක් සමඟ එතනින් ඇති වෙන්නා වූ මෝහ කතාව තියෙනවා. ඊළඟට ගත්තහම වම් අත පැත්තෙන් පල්ලෙහායින් යමක් එනවා. ඒක තමයි මේ දිට්ඨි ආශ්‍රවයේ ඉඳන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට එන්නා වූ කොටස.

එතකොට මෙන්න මේ තුන් ධර්මයන්ගෙන් තමයි මෙන්න මේ ප්‍රශ්නය ඇති වෙන්නේ. එතකොට දැන් මං කල්පනා කළා මේ කාරණා තුන නැති වෙන්න, ඒ කියන්නේ අර මැද්දෙන් අර **hub** එක වගේ කරකවන එක තියෙනවා නේ පරාමාසකායගන්ථයෙන් සුබ්බ කියලා ආවා, පල්ලෙහාට අත්තා කියලා එනවා.

මෙන්න මේ කතාව ඒවා නැති වෙන්න ඕනෙ. ඉතින් මේක නැති වෙනවා කියන්නේ මේ දිට්ඨි ආශ්‍රවය කතාව නැති වෙන්න ඕනෙ. ඉතින් මේ විදිහට බලනකොට මට කල්පනා වුණා මේ තුන් ධර්මයන්ගෙන් ඉතින් මේ තථාගතයන් වහන්සේ දේශනා කරපු දේකුත් තියෙනවා නේ ද මෙන්න. අර,

මොකද්ද මට කල්පනාවට ආවේ මුලින් ම මේ චේතනාව කියන එක නැති වෙනවා නම් මේ උඩින් එන්නා වූ කතාවල් නැති වෙනවා. ඉතින් එතකොට මට මතක් වුණා “වෙනෙති පකප්පෙති අනුසති” කියන එක. මේ බුදුහාමුදුරුවෝ මේ පෙන්නලා දීලා තියෙන්නේ මෙන්න මේ තුන නැති වෙනවා නම් විඤ්ඤාණය පිහිටන්නේ නැහැ කියන එකයි.

ඒ කියන්නේ දැන් හොඳට ලස්සනට අර මම දැන් ඉස්සෙල්ලා කියපු ධර්ම කාරණා තුනත් එක්ක ගැළපෙනවා. මුලින් ම අපිට ජේනවා ඔය අනුසති කතාව අර දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් පස්සේ ඇති වෙන්නා වූ පසු ප්‍රතිඵලයක් හැටියට තමයි එතන අනුසය කියන එක තියෙන්නේ.

ඊට පස්සේ මේ වෙනෙති කියලා කියන එක ගත්තහම චේතනාවක් තියෙනවා නම් ඉතින් අත්තා ඉඳන් නිත්‍යට ගිහිල්ලා අර නිත්‍ය ඉඳන් එන්නා වූ කතාව කියන එක සිද්ධ වෙනවා.

පකප්පය කියන එකේදී ගත්තහම අර **plans** කියලා ගහන්නේ, ඒ **plan** එක කියන එක අර මේක කැරකවීම නිසායි. **Hub** එක ලඟ කැරකවීම නිසා තමයි, ඒ කියන්නේ

පරාමාසය ළඟට යමක් ඇවිල්ලා, ඒ කියන්නේ වේදනාවක් ආවා, අත්තා කියලා පල්ලෙහාටත් ආවා.

ඔන්න ඔය කාරණා දෙක නිසා තමයි අපිට ඔතනින් ඔය plans කියන ඒවා අපිට ඇති වෙන්නේ. එතකොට මෙන්න මේ කාරණා තුන මේ බුදුහාමුදුරුවෝ කියලා තියෙන්නේ එහෙම නම් අර මම භික්ෂු කාරණා තුනේ post condition එක.

බුදුහාමුදුරුවෝ නිතර ම මේ post condition එක තමයි පෙන්වන්නේ. පෝතලිය සුත්‍රයේත් එහෙම නේ කියන එක මට ඒකට ආවා. ඉතින් රහතන් වහන්සේ “Excellent” කිව්වා. එතනින් භාවනාව නතර කළා.

17/12/2014 - උපෙක්ඛා අප්පමාණ

Upekkhā Appamāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් මෙනෙහි කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම මෙනෙහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

ලෝභය නැති කරමි කියලා කල්පනා කළා. එතෙන්දී මං කල්පනා කළේ අර කාමච්ඡන්දය, ඉතින් මේ ජරාවට තියෙන්නා වූ කැමැත්ත. එතකොට ද්වේෂය නැති කරමි කිව්වහම එතකොට මේක නිසා ඇති වෙන්නා වූ ඒ ජරාවක් කියන දෙයකට කැමති වුණා නම් ඉතින් ද්වේෂය කියන එක ඇති වෙනවා. එතකොට මේක නැති වෙනවා නම් මේ, මුලින් ජරාවට කැමැත්ත නැති වෙනවා නම් මේක නැති වෙනවා.

එහෙනම් ලෝභය නැති වුණා නම් මේ ද්වේෂයෙ කතාවත් නැති වෙනවා. දැන් මං කල්පනා කළා මේ ද්වේෂය කියන එක සම්පූර්ණයෙන් නැති වෙනවා නම් මෝහයත් නැති වෙනවා ද? ඒ කියන්නේ ද්වේෂය කියන එක “අප්ඤ්ඤානරතො සමාහිතෙ වික්ඛෙප පටිසරණා අයං අදොසො” කියන අර්ථයෙන් බැලුවොතින් ද්වේෂය සම්පූර්ණයෙන් නැති වෙනකොට අර ධ්‍යානයකින්වත් ඉන්න බැරි ය කියන එක තියෙනවා.

එහෙම නම් ඒක නිසා මෙයාට මෝහයත් නැති වෙනවා කියන එක ආවා මට. එතකොට දැන් මේ වගේ ම මෝහය නැති වෙන්න රහතන් වහන්සේ මොකද්ද කියලා තියෙන්නේ කියලා බැලුවහම අර රෝගී සඤ්ඤාව මගෙයි කියලා ගන්නෙ නැතෙයි කියන එක. ගන්නා නම් තමයි මෝහය ඇති වෙන්නේ.

එතකොට එහෙම නම් මේ දෙක එකට ගැළපෙනවා. ඉතින් මෝහය නැති කරමි කියන එක එතනින් ආවා. ඉතින් මනස හරි විශාලයි, රහතන් වහන්සේ “Excellent” කියලා කිව්වා, ඒ තිබෙන්නා වූ ස්වභාවය.

ඉතින් එතන බොහොම සැරට මම ඔය විදිහට හිටියා. ඊට පස්සේ මම ආපහු කල්පනා කළා මේ ලෝභය කියන එක අර පළවෙනි රවුම් දෙකයි කියලා කියනවා නේ, අපි ගත්තේ. එතකොට අපි ඔතනදී ගන්නවා මේ මෝහය, මෝහයෙන් තමයි, පළවෙනි රවුම කැරකෙන්නේ මෝහයෙන්. එතකොට දැන් අපි මේ ඊයේ පෙරේදා බැලුවා නේ ලෝභය කියන එකට පළවෙනි දෙක ගන්නවායි කියලා. එතකොට මොකද්ද ඒ කියන්නේ?

එතකොට මෝහය කියන එක ගත්තහම අර පෙර වෙච්ච මෝහය නේ. පාණානිපාතා පෙර මෝහය කියන එක. දැන් මේ මොහොතේ නේ අපි මේ සුභයි කියලා ගන්නේ. මෝහයෙන් අරක ආවාට මෝහය ඇතුළේ මෙනත ලෝභය. ඇයි මම මේ සුභයි කියලා ගන්නේ? මගේ අර ලෝභය. පෙර තණ්හාව කැරකෙන රෝදය නිසායි මං මේක කරන්නේ. එතකොට ඒ අර්ථයෙන් ගත්තහම මෙනත ලෝභය කියන එක එනවා. මේ රවුම් දෙක ලෝභයට කියන එකට වැටෙනවා. ඒ ද්වේෂයට ඊළඟ රවුම් දෙක වැටෙනවා මොකද අර විපරිණාමය ජරාවකට තමයි කැමති වුණේ කියන එක තියෙනවා. එතකොට මේ විදිහට මේ ලෝභයේ ද්වේෂයෙ කතාව බැලුවා,

මොකද අර ආනෙක්ඪ්ඪ ස්ප්පාය සුත්‍රයේ අර present moment එකේදි තමයි මේක සුභයි කියන එක අරකට ඇදෙන්නේ. එතකොට මේ ඕක බැලුවා. බලලා ආපහු අර කාරණා තුන නැවතත් ලෝභ ද්වේෂ මෝහය කියන එක. ඉතින් මට ජේනවා නෙක්බම්ම අවාපාද අවිනිංසා. අලෝභ අදෝස අමෝහ. මේක මේ විදිහට සිද්ධ වෙනවා කියන එක. ඒක බැලුවහම මට තේරුණා මම අනාශ්‍රව විත්තයට ඇවිල්ලා තියෙනවා කියන එක.

ඒ වගේ ම මං දන්නවා මට නෙවසක්ඪ්ඪානාසක්ඪ්ඪායතනය වාගේ වුණා. ඊට පස්සේ මං මොකුත් දන්නේ නෑ. ආපහු එතකොට මම දැක්කා සුදු පාට එකක් දිහා මං බලාගෙන ඉන්නවා කියලා.

ඒක ඇවිල්ලා නිකන් මේ හරියට rigifoam එකක් දිහා බලාගෙන ඉන්නවා වාගේ එකක් මම දැක්කා. ඒක මොකක් හරි “අකනිට්ඨාවේ තියෙන එකක්” කියලා රහතන් වහන්සේ කිව්වා. ඒක තමයි මං ඒ කරපු ඒ භාවනාව.

කාරණාව තමයි අර අමෝහය කියන එක, ඒකෙන් මේවා එක බැලුවා නේ. අර “නිබ්බානං රතනංති කරිත්වා අච්ඡරියභාවෙන අතුලං. තත්ථ කුසලස්ස ව අභිසම්භවා ජානනා පස්සනා, අයං අමොහො” කියලා. අන්න ඒ අර්ථය තිබුණේ, ඒ කියන්නේ ලක්ෂණ තුන. ලක්ෂණ තුනක් තියෙනවා නේ. බොහොම කෙටියෙන් ඒ තැනට එනවා කියන එකයි තියෙන්නේ.

20/12/2014 - විජ්ජා විමුක්ති

Vijjā Vimutti

අද භාවනාවට කළේ, මම කලින් කරපු භාවනාවකින් මං පටන් ගත්තා, ඒ පුජාවෙන් පස්සේ. කලින් කරපු භාවනාව තමයි ඔය පාරිසුද්ධිපධානියඬගය හතර තියෙනවා නේ.

එතකොට ඒකේ අපි දන්නවා වේදනාව, ඊළඟට චේතනාව, මේ පැත්තෙන් ඉදංසච්චය, ඊට පස්සේ භය අගතිය කියන ඔය චතුරග්‍රය වගේ. එතකොට මේකේ, කොහොම ද මේක නතර වෙන්නේ කියන එකයි බැලුවේ.

ඒ කියන්නේ අපි, මගේ ප්‍රශ්නේ තිබුණේ ඒ කලින් භාවනා කරපු වෙලාවේ ඔය සීලපාරිසුද්ධිපධානියඬගයයි විත්තපාරිසුද්ධිපධානියඬගයයි තියෙනවා නම් අර දෙපැත්තට තියෙන දෙක, චේතනාවට එන එකයි, ඊට පස්සේ මේ භයේ අගතියට යනවායි කියන එකයි එතන කැපෙනවා කියන අර්ථය තියෙනවා.

එතකොට මේ දෙක තිබුණාට මේක නතර වෙනවා ද කියන එකයි බැලුවේ. එතකොට ඒ කලින් භාවනාවේදී තේරුම් ගත්තා මේක මෙහෙම වෙන්නේ නෑ, මොකද අපිට මාන්තය තියෙන නිසා, අපි දුස්සීලභාවය ඒ නිසා ම මාන්තය මාන්තය නිසා අපි චේතනාවේ ඉඳන් අර පල්ලෙහාට භය අගතියට යන ගමන දිගේ ගමන් කරනවා.

ඊළඟට ආපහු ඡේතනා ඒ වගේ ම ධර්මතාවයක් අර පල්ලෙහාත් තියෙනවා. දැන් උඩ චේතනාවේ ඉඳන් ඉදංසච්චයට යනවා වගේ ම ආපහු තවත් ධර්මතාවයකින් පල්ලෙහා කොටසෙන් දිවෙනවා කියන එක ඡේතනා.

ඒකේ හේතුව තමයි අපි දුස්සීලභාවය තියෙනවා නම් දුස්සීලභාවය නිසා පරියුට්ඨානය. පරියුට්ඨානය නිසා විත්තස්ස සම්පලිබ්බාධය. ඒකෙන් අප්පට්චේධය. දැන් දන්නේ නෑ මොකද මේ වෙන්නේ කියන එක. සුඛ නිසා ද සුභ නිසා ද කියන කතාවක්, ඒවා දන්නේ නැතිකම තියෙනවා. ඒක නිසා අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඇති වෙලා ආපහු කාම ආශ්‍රවයට යනවා.

එහෙම නම් පල්ලෙහායිනුත් ඕක කැරකෙනවා කියන එක තියෙනවා. එහෙම නම් අපිට ඡේතනා අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට යෑමකුත් තියෙනවා. අර දිට්ඨි ආශ්‍රවය නිසා කාම ආශ්‍රවයට යන එකකුත් ඇති වෙනවා.

එතකොට දැන් මට මේ වෙලාවේදී ඒ මතක් වෙච්චි එක තමයි ඒ අර සිඛි බුද්ධ ගාථාව. සිඛි බුද්ධ ගාථාවේ පෙන්නනවා මේ ලෝකේ යම්කිසි දුක්ඛයක් ඇති වෙනවා නම් “යං කිඤ්චි දුක්ඛං සම්භොති සබ්බං සඬ්ඛාර පච්චයා, සබ්බසඬ්ඛාරසමථා සඤ්ඤා

උපරෝධනා, එවං දුක්ඛක්ඛයො හොති එවං ඤාත්වා යථා තථා” එතකොට මේ දෙක අර ඉස්සෙල්ලා කියපු ධර්මයත් එක්ක සම්බන්ධ වුණා.

ඒ කියන්නේ සඤ්ඤාව කියන එක නතර වෙන්න ඕනෙ. එහෙම නම් අර, ඒ කියන්නේ අර සඤ්ඤාව නිසා සුඛයි කියලා සඤ්ඤාවක් නිසා තමයි අපි අර පල්ලෙහාට ගමන් කරන්නේ අර මාන්තය නිසා කතා කරන්නා වූ දේ, කියන එක ඒකට සම්බන්ධ වෙනවා.

එතන තියෙන්නේ මමංකාරය. එහෙම නම් මාන්තය ආවේ මමංකාරය නිසා ඇති වුණා වූ ඒ දේ නිසා තමයි ඉතින් එතකොට ඒක නැති වෙන්න ඕනෙ.

ඊළඟට අර සංස්කාර නිසා, දැන් ඒ කියන්නේ මේ අපි දැන් කරන්නා වූ දේ ගැන තමයි මේ කතා කළේ. ඊළඟට ආපහු තියෙනවා පෙර සංස්කාරයන් නිසා මට ඇති වුණා වූ පරිශුච්චානය කියන එක. පෙර සංස්කාරයන්ගෙන් නිසා තමයි මගේ සිත මැඩ පවත්වාගෙන ඉන්නේ. මම හොරකම් කරපු මනුස්සයා, පාණාතිපාතා කරපු මනුස්සයා කියන එක අර්ථය උඩ, ඒකෙන් මැඩගෙන පරිශුච්චානයෙන් අප්පට්චේධය ඒ කතාව ඇති වෙනවා.

එතකොට මේක නැති වෙන්නේ මේ සංස්කාරයන් සම්බන්ධයෙන් සම්පූර්ණයෙන් ම ගැලවිලා යන්න ඕනෙ. ඒ කියන්නේ පූර්ව සංස්කාරයන් අත හරින්න, මේක වෙන්න නම් ඉතින් නිර්වාණයට මනස යොමු වෙන්න ඕනෙ. ඉස්සර මං මේවාට අගයක් දුන්නා. දැන් නිවන සඳහා මේ රැකියාවල්වලටවත්, මිච්ඡා ආජීවය මේවා කිසිම එකකට මම අගයක් දෙන්නේ නැහැයි කියන එක එන්න ඕනෙ.

එතකොට මෙහෙම වෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ යට කතාවේ තියෙන්නේ අභංකාරය. උඩ කතාවේ තියෙන්නේ මමංකාරය. ඒ සඤ්ඤා සමථා කියලා කිව්වහම මමංකාර කතාව නැති වෙන්න ඕනෙ. එතකොට මමංකාරයයි අභංකාරයයි දෙක නැති වීමෙන් තමයි මේක නැති වෙන්නේ.

ඉතින් මේකේ භාවනාවේ නම විජ්ජා විමුක්ති කියන එක.

21/12/2014 - පංච ඉන්ද්‍රිය භාවනා

Pañca Indriya Bhāvanā

ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන් වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට මම පටන් ගත්තා අර ලෝභය නැති කරමි කියන එක. ඒ ලෝභය නැති කරමි කියනකොට ම බැලුවේ අර, රහතන් වහන්සේ මට කලින් කිව්වා මේ කලින් කරපු භාවනාවක්, ඒක කරන්නයි කියලා. එතකොට එතන ගන්නේ අර මුලින් ම රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න කියන එකයි. රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න විරියක් ගන්නවා කිව්වහම දැන් මම කල්පනා කළේ මේ වට දෙකක් යනකොට අපි ඔය ජරාවට නේ කැමැත්තක් ඇති වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට ලෝභය නැති කරමි කිව්වහම කාමච්ඡන්ද කොටස තියෙන්නේ ඒ කොටසේ. එතකොට මේ ජරාවට පත් වෙන රූපය. එහෙනම් ජරාවට පත් වෙන රූපය මගේ නොවෙන්න තමයි මේ විරියක් අපි ගන්න ඕනෙ.

එතකොට ඒක හොඳට කල්පනා කරනකොට ඉතින් මගේ මේ ඉන්ද්‍රියන් ඔක්කොම ඒක පත්තු වෙලා තිබුණා ඒ වෙලාවේ, ඒ සති ඉන්ද්‍රියයි ප්‍රඥාවයි ඔක්කොම විරිය ඉන්ද්‍රියයි ඔක්කොම පත්තු වෙලා තිබුණා ඒ වෙලාවේ.

ඉතින් දැන් මං කල්පනා කළා දැන් ඒ කලින් කරපු භාවනාවේ සම්බන්ධතාවය තිබුණේ මෙතනින් මේ කබලිංකාර ආභාරය, වේදනාව, ගිද්ධිලෝභය කියන ඒ belt එකත් එක්ක අපි area 4 කියන belt එක හැදෙනවා. Area 4 කියන belt එකේ අපි අත්තා කියලා ගන්නවා. එතකොට ඒ අත්තා කියලා ගැනීමෙන් තමයි මෙතන මේ රූපය ලාභයි කියලා අපි ගන්නේ. රූපය ස්පර්ශ කරලා රූපය ලාභයි කියලා ගන්නෙ අපි එතෙත්දී.

එතකොට එහෙම නම් මේ අත්තා කියන කතාව නොවෙන්න ඕනෙ. ඒ කියන්නේ සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න, අත්ත සඤ්ඤාව නොවෙන්න තමයි අර දෙවෙනි විරිය. එතකොට ඒ දෙවෙනි විරියේ දී මම කල්පනා කළා අත්ත සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න, ඒ කියන්නේ රූපය මගේ නොවෙන්න පළවෙනි විරියක් තියෙනවා, දෙවෙනි විරියක් සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න.

ඉතින් මේ සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්නයි කියලා අත්තා කියන කතාවේදී මම ගත්තේ අර ඉස්සෙල්ලා වගේ ම අපි ජරාවට පත් වෙන රූපය, දැන් මෙතෙක් කතා කරන්නේ ජරාවට පත් වෙන්නා වූ වේදනාව. අර වේදනාව නේ මෙතෙක් ඇතුල් වෙන්නේ. එතකොට ජරාවට පත් වෙන්නා වූ වේදනාව මගේ නොවෙන්න තමයි මේ දෙවනි විරිය කියන එක තියෙන්නේ.

ඉතින් ඕක සම්බන්ධ වෙනවා අර, සමහර අය අහලා ඇති අර, මේ 4.3 කියලා කියන්නේ අපේ අර ව්‍යාධිය නේ. වේදනාවේ ජරාව අපි ව්‍යාධිය හැටියට පෙන්නනවා. දැන් මේක නොවෙන්නයි මේ උත්සාහය මේ කරන්නේ කියන එක තියෙනවා.

ඒ කලින් භාවනාවේම ආපහු තිබුණා තව කොටසක් මං ඒ වගේ ම සම්බන්ධතාවයක් බැලුවා සංස්කාරවලත් ඕක තියෙන්න ඕනෙ කියන එක. එතකොට ඒකෙදි දැන් අපි දන්නවා ඒ සංස්කාර ධාරාව කොහොම ද එතනින් ගැලීලා එන්නේ, මුලින් ම අර උඩින් සංස්කාර cross එකෙන් ඇතුල් වෙනවා ඉදංසව්වයට. ඒ ඉදංසව්වයට ආපු අගය ඉදංසව්වයේ ඉදන් දැන් එනවා අර පරිදේව වූ සංස්කාර කියන කොටුවට, එතෙක්දි එනවා. මේක maintain කරන්නේ, අර මෝහයේ ඉදන් අපි එනවා ඒ පරිදේව කියන තැනට. එතෙක්දි එන්න උද්ධව්වය මගින් තමයි ඒක maintain කරන්නේ support කරන්නේ කියන එක තියෙනවා.

එතකොට ඊළඟට ඔය value එක පල්ලෙහා හය අගතිය දක්වා push කරන්නේ අර පෙර පරාමාස වෙච්ච ධර්මයන්. දැන් සුඛය නේ පරාමාස වෙලා තියෙන්නේ. මොනවා ද මේ ජරාවට පත් වෙච්ච සුඛයක් තමයි පරාමාස වෙලා තියෙන්නේ. ඒක තමයි එවන්නෙ දැන් මෙතන මේ පල්ලෙහාට. ඒක push වෙනවා නම් තමයි ඔන්න අපි හය අගතිය දක්වා ඒ ගමන් කරනවා කියන එක තියෙන්නේ. එතකොට දැන් ඒ කලින් භාවනාවේ දී පෙන්නවා නේ ඉතින් ඕක එකොළොස් වෙනි රවුමෙන් පස්සේ ඕක සිද්ධ වෙන්නේ, හැබැයි ඉතින් එතන සංස්කාර නිසා අත්තා වීම කියන එක සිද්ධ වෙන්නේ මේ විදිහයි කියන එක.

එතකොට එහෙම නම් දැන් අපි මුලින් කීවා ජරා වන රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න තමයි අපේ පළවෙනි විරිය. ජරා වන වේදනාව අපේ නොවෙන්න තමයි අර දෙවනි විරිය. දැන් එහෙනම් පරිදේව වෙච්ච සංස්කාරය මගේ නොවෙන්න තමයි මේ තුන් වෙනි විරිය කියන එක තියෙන්නේ. ඉතින් ඔය අතරේ මට ආපු දේ තමයි අර දෙවනි එක, ජරා වූ වේදනාව මගේ කියලා පල්ලෙහාට ගියා නම් නේ මට, ඒ කියන්නේ අරකට support කරනවා නේ පළවෙනි කතාව. දැන් ඕක දික් කළහම යන්නේ කෙළින් ම රූපයට. ඒ කියන්නේ මොකද්ද

මේ කියන්නේ. රූපය සුබයි කියන එක නේ ඔය කියන්නේ, දිට්ඨි අනුසය පාරේ ගිහිල්ලා. ඒ කියන්නේ මේ අර රූපකායේ අධිවචන සම්ඵස්සය කියන එක. රහතන් වහන්සේ “සාධු සාධු” කිව්වා ඒ point එක එනකොට. අධිවචන සම්ඵස්සය වෙන්ත තමයි මේ අපි දඟලන්නේ කියන එක.

දැන් එතෙන්දි දැන් ආපහු කල්පනා වෙනවා දැන් මේ විදිහටත් ආවහම දැන් හයේ අගතියේ ඉඳන්, පරිදේව වූ සංස්කාරය හය අගතියට ආවා නම් එයා ආපහු ඇහිල්ල දික් කරලා පෙන්නනවා රූපයට. අධිවචන සම්ඵස්සයට එයාත් යවනවා. ඒක විතරක් නෙවෙයි. අනිත් පැත්තෙන් ගත්තහම අවිද්‍යා ආශ්‍රවය නිසා කාම ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා කාම ආශ්‍රවය අපි උඩට රූපය ස්පර්ශ කරන්න ආපහු යවනවා කියන එක තියෙනවා. දැන් ඔතන තවත් කතාවක් තියෙනවා. ඔය තුන තමයි main, භාවනාවේ main කොටස.

තවත් කතාවක් තියෙනවා කියලා කියන්නේ අර උද්ධච්චය කියන එක තියෙනවා නේ. උද්ධච්චයෙන් නේ අර maintenance මෝහයේ ඉඳන් මෙතන්ට එවන්නෙ. ඉතින් බලන්න දැන් උද්ධච්චය කියන එක අර මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා පෙන්නපු එකත් එක්ක සම්බන්ධ කරන්න.

අශ්‍රද්ධාව නිසා උද්ධච්චය ඇති වෙලා අර ජේන්නේ අපි දුස්සීලභාවය ඔක්කොම මේවා වෙනවායි කියන එක නේ ද. එනකොට මේක නැතිකම නිසා නේ මේ ඔක්කොම දේවල් අපි සිද්ධ කරගෙන යන්නේ කියන එක තියෙනවා.

ඒක තියෙනවා නම්, ඒකේ පෙන්නුවා නේ අර ආයතන භාවනාව 2 දි පෙන්නුවා නේ අතන triangle එක හැදිලා, ඒ කියන්නේ අශ්‍රද්ධාව අර ප්‍රඥාව ඒ මේවා එක, ඒකේ අනිත් පැත්තට යනවා නම් ඉන්ද්‍රිය සංවරය කියන එක අභිජ්ඣා නොවෙන්න අපි එනවා කියන එක.

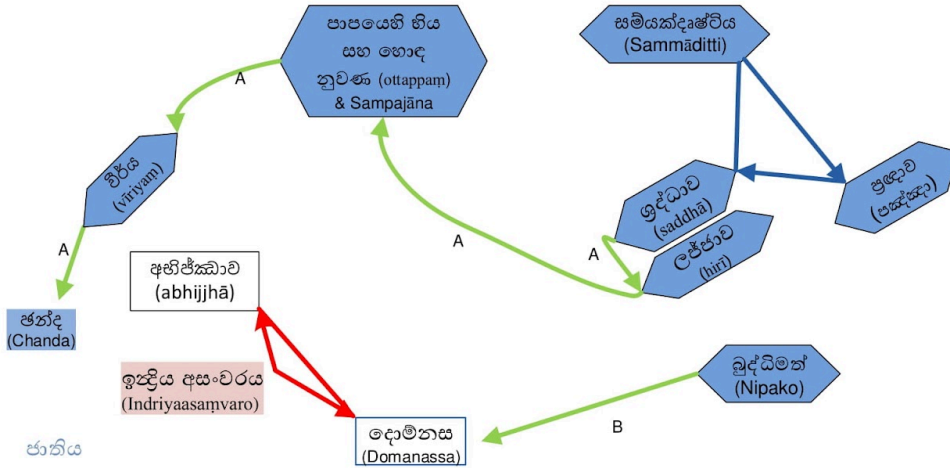
ඉතින් එතන ටිකක් ගැඹුරුයි බැලුවහම අර, ඒ මුලින් බලන්න ඕනෙ අර පරිදේව වූ සංස්කාරයන් කියන ඒවා මගේ නොවෙන්න ගත්තොත් අත්තා වෙනවා. නැත්තන් අර රූපය ස්පර්ශ කරන්න ආපහු එයා support කරනවා නේ. දැන් දෙන්නෙක් support කරනවා නේ?

හැබැයි ඉතින් අර ලැජ්ජා හිතෙන වැඩේ තියෙන්නේ අර ජරා වූ රූපයයි ජරා වූ වේදනාවයි පරිදේව වූ සංස්කාරයයි. ඔන්න ඕක තමයි key point එක හැටියට තියෙන්නේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

අභිජ්ජා සහ දොමනස නැති කිරීම

තථාගතයන් වහන්සේ ගැන විශාල ශ්‍රද්ධාවක් තිබිය යුතුය. ශ්‍රද්ධාව සහිතව පහත දැක්වෙන සටහන භාවිතා කරන්න.



ත්‍රිකෝණ දෙක බලන්න.

- Path A - සම්මාදිට්ඨිය නිසාය. මෙහි වීරිය වශයෙන් දැක්වෙන්නේ පළමුවන වීරියයි - අත්හැරීම (නෙක්බම්ම ...). කුමක් සඳහාද? අභිජ්ජා නැතිකිරීමටය. මෙය Path A - මුළුලෙහිම පැවතිය යුතුය.
- Path B - ප්‍රඥාව නිසාය. අභිජ්ජා ඇතිනම් දොමනස ඇතිවේ යන්න පිටුව 2 දී ඉගෙන ගනිමු. මෙය දැන බුද්ධිමත් (nipako) විය. දැන් දොමනස නැතිවීම කෙසේදැයි දැනී. මෙසේ දැනගැනීම ඇත්තේ, එනම්, අස්තන්ගමය දන්නේ, ප්‍රඥාව පරාමාසකාය ග්‍රන්ථය ඇතුළුව ඇදේ. ඉන් අනතුරුව නිවර්ණය මෙයින් පිටත බව දැන, ප්‍රඥාව පරාමාසකාය ග්‍රන්ථයෙන් ඉවත්වීම සිදුවේ.
- මෙය ඉහළම උපෙක්ඛාවයි.

3

22/12/2014 - අවිජ්ජා ආසව

Avijjā Āsava

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවත්ත, ප්‍රඥාවත්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

එතකොට මම, රහතන් වහන්සේ මට කලින් ම කිව්වා අර කලින් භාවනාවක් කරලා තියෙනවා නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට එනවා කාම ආශ්‍රවයෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට යනවා මේක column 2 sandwich එක වාගේ ඇකිලෙන භාවනාව. ඒක පොඩ්ඩක් බලන්න කියලා.

එතකොට මම, ඒකේ ඒ භාවනාවේ තියෙන්නේ ලෝභය කියන එක භාවිතා කරා. ඔය ලෝභය කියන එක, අපි හිතමු ඒ මුළු triangle එක ම 1 කියලා. එතකොට, ඒ කියන්නේ කබලිංකාර ආහාරය ජාතිය වේතනාව. එතකොට මේක නිසා එහා පැත්තෙන් අපිට 3 කියලා area එකක් ඇති වෙනවා. ඒක තමයි අර මෝභය කියන එක. එතන තියෙන්නේ වේතනාවයි, ඊළඟට ගත්තහම එහා පැත්තෙන් විඤ්ඤාණය, අර මෝභයෙන් අගතිය දක්වා එන 3 එක.

දැන් බලන්න කාම ආශ්‍රවයේ ඉඳන් අපි අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට යනවා කියන්නේ, දැන් කාමච්ඡන්දය කියන එක කල්පනා කරන්න. ජරාවට තිබෙන්නා වූ කැමැත්ත. එතකොට ජරාවට තිබෙන්නා වූ කැමැත්තකට අපි ඇති වෙලා අපිට මෝභය ඇති වෙනවා කියන්නේ මෝභය කියන්නෙන් මොකද්ද එහෙනම්? ජරාවට තිබෙන්නා වූ කැමැත්ත. ඇයි ජරාවකට නේ කැමති වුණේ. ඒ කියන්නේ අනිත්‍ය වෙච්ච දෙයකට අපි කැමති වෙලා තමයි අපිට එතෙන්නට ආවේ කියන එක තියෙනවා. ඒක ම තමයි මෝභය.

මෙතන්ට ආවාට පස්සේ මං කල්පනා කළා දැන්, දැන් මෝභයට ආපු මනුස්සයා, දැන් ඔයා එනවා ආපහු ඔය ද්වේෂය හරහායි යන්නේ. දැන් පල්ලෙහායින් යන එක මේ බලන්නේ. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන්, දැන් මම නිත්‍යයි කියලා අරගෙන තියෙනවා ජරාවට ගත්ත එක. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් දැන් මං කාම ආශ්‍රවයට යනවා. ඔය යන්න වෙන්නේ අර මැද්දේ number 2 කියන column එක, ඔයා දැන් 1 and 3 අයිත් කරා නම් මැද්දේ තියෙන්නේ 2. ඕක හරහා තමයි අපි යන්නේ.

එතකොට මෙතනින්, මෙතනට යනවා කියනකොට මම කල්පනා කළේ දැන් මෙතන මේ වේදනාව නේ මෙයා දැන් ද්වේෂයයි ඇති වෙන්නේ. වේදනාවක් ජරාවට පත් වෙන්නා වූ වේදනාවක් අල්ලගෙන තමයි මේ යන්නේ.

දැන් අතන රූපය ජරාවට පත් වෙන එක අල්ල ගත්තා නිත්‍යයි කියලා මෝහය වුණා. දැන් මෙතන මේ වේදනාව ජරාවට පත් වෙනවා. වේදනාවේ ජරාව තමයි ව්‍යාධිය කියලා මේක හරහායි යන්නේ.

දැන් ඊට පස්සේ දැන්, දැන් මේ මනුස්සයාට ද්වේෂය කියන එක ඇති වෙනවා. මෙතනින් මං ආවා කාම ආශ්‍රවය කියන එකට. ඒ කියන්නේ දැන් 4.3 වෙලා තියෙන්නේ. 4.3 නේ ව්‍යාධිය කියන්නේ. වේදනාවේ ජරාව. දැන් යන්නේ 4.4 ආපහු උපද්දවන්න. බලන්න රහතන් වහන්සේ කිව්වා නේ 4.4න් පස්සේ කාම ආශ්‍රවය කියලා. එක රවුමක්, මේක විඤ්ඤාණය ආපහු සකස් කළාට පස්සේයි මේකේ කාම ආශ්‍රවය කියන එක තියෙන්නේ.

දැන් මං මෙතෙන්නට ආවහම බොහොම හොඳයි හිත ආපහු වැඩිය හිතන්න යන්න, හිතන්න පුළුවන්, යන්න මේකක් නෑ. මේ දෙක තමන්ට මේ හොඳට පවතිනවා.

දැන් ඊට පස්සේ ආපහු එනවා, දැන් ඔය විදිහට දැන් අපි දන්නවා කාම ආශ්‍රවයෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවය මැද්දේ sandwich එක වාගේ ද්වේෂය කියන එක එන්න එන්න වැඩි වෙනවා කියන එකයි සිද්ධ වෙන්නේ.

මේ තත්වට ආවහම දැන් ආපහු බැලුවා දැන් මේ මනුස්සයා කල්පනා කරනවා මේ වගේ, දැන් රූපය upset නේ, ජරාවට පත් වෙන එක නේ. දැන් ඒක නිසා වේදනාවක් දිරලා ගිහිනි. එහෙනම් මේ දෙකෙන් තොරව හරි මම කල්පනා කරනවා පවත්වන්නෙයි කියලා.

එතකොට සඤ්ඤාවෙන් එන කතාව. දැන් යන්නේ අර අවිද්‍යා ආශ්‍රවය නිසා දිට්ඨි ආශ්‍රවයට එන එකයි දැන් මේක සිද්ධ වෙන්නේ. ඒ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් දිට්ඨි ආශ්‍රවයට එනකොට ඒකත් අපි කළා නේ භාවනාව.

ඒ කියන්නේ එතන තියෙන්නේ වේදනාවේ ඉඳන් ධම්මමච්ඡරිය line එකෙන් වේතනාවට ආවා, වේතනාවෙන් ඉදංසච්චය, ඉදංසච්චයෙන් අපි පල්ලෙහා අර අවිද්‍යා ආශ්‍රවය, අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් දිට්ඨි ආශ්‍රවය, පල්ලෙහාට ගියා දිට්ඨි සල්ලය, සඤ්ඤාව අල්ල ගත්තා.

ඕක නේ අර ධම්මෙසු උපගමනලක්ඛණා කියලා කියන්නේ. අත්ත සඤ්ඤාවක් ඇති වුණාට පස්සේ ධර්මය අල්ලගෙන නේ එතනින්, ධර්මය කියලා කියන්නේ සඤ්ඤා වේතනා.

එතකොට දැන් එහෙනම් අපි මෙතන අහිනන්දනා කරනවා කියන එක තියෙනවා. ඒකත් කලින් කරපු භාවනාවක තියෙනවා ඒක. දැන් අපිට තේරෙනවා රූපය ජරාවට පත් වෙලා ඒක අල්ලගෙන ඉඳලා මෝහ කතාව වුණා.

ඊට පස්සේ ඒක නිසා අර වේදනාවේ වෙනස් වීම නිසා මේ ද්වේෂ කතාවට ඇවිල්ලා තියෙනවා. වේදනාවේ ජරාවත් එක්ක. මේ දෙක ආවාට පස්සේ දැන් මේ උඩ කෙළවරයි මේ කතා කරන්නේ දැන්.

දැන් මං එහෙනම් දැන් සඤ්ඤාව අල්ලගෙන ඉන්නේ. මට මේ කසි කබල් රූපය එපා. මේක ජරාවට පත් වෙනවා, හැබැයි මේ සඤ්ඤාව හොඳයි කියලා. බලන්න දැන් ඔය වෙනකොට සඤ්ඤාව ජරාවට පත් වෙලා ඉවරයි. ඇයි 5.3. 4.6 වුණා වේදනාවේ ව්‍යාධිය කියන එකට ආවා. දැන් සඤ්ඤාව කියන එක 5.3 වෙනකොට ජරාවට පත් වෙලා තියෙන්නේ. අර නිත්‍යයි කියලා ගත්ත එකක් අපේ කතාවක් තියෙන්නේ. 5.3 තියෙන්නේ අර නිත්‍යයි කියලා ගත්තා අරගෙන ඒක ඇතුල් වෙන එක නේ.

ඉතින් මේක වෙන්න බෑ නේ, මොකද අපේ පටන් ගැනීමේ ඉඳන් ම රූපය ජරාව වේදනා ජරාව වෙලා තියෙන්නේ. එතකොට දැන් එහෙම නම් දැන් මට තේරෙනවා දැන් දිටියි ආශ්‍රවය රහතන් වහන්සේ කීව්වේ අට වෙනි රවුමෙන් පස්සේ. දැන් අට වෙනකොට මොකද වෙලා තියෙන්නේ?

සඤ්ඤාව ජරා වෙලා නෙවේ සඤ්ඤාව දැන් රෝගීයි. මිද්ධයි. රවුම් අටක් යනකොට. එතකොට ඒකේ ඒ රෝගීභාවය වුණායින් ම ඒක තමයි චේතනාවට **feed** වෙන්නේ.

දැන් එහෙනම් චේතනාවත් රෝගීයි. සඤ්ඤාවත් චේතනාවත් කියන ඒවා මිද්ධ ස්වභාවය කියන එක ඇති වෙලා තියෙනවා. එතකොට මේකට තමයි දැන් කැමති වෙලා තියෙන්නේ. තේරුණා ද අර රූපයේ කතාවයි වේදනාවේ කතාවයි දැන් ගන්න සඤ්ඤාවේ කතාව. දැන් මේ පාර කැමති වෙලා තියෙන්නේ මේක මේ රෝගී වෙන්නා වූ දේකට තමයි කැමති වෙලා තියෙන්නේ.

ඉතින් ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව. ඔයට වඩා දිගයි ඉතින් ඇතුළෙන් ගත්තහම කැලී කැලී වශයෙන්, ඕක තමයි අර්ථය.

23/12/2014 - සබ්බාසව භාවනා

Sabbāsava Bhāvanā

අද ඒ පුජාවෙන් පස්සේ මම කලින් කරපු භාවනාව ම තමයි මෙනෙහි කරන්න පටන් ගත්තේ. ඒ ඊයේ පෙරේදා කරපු භාවනාව ඒ පංචඉන්ද්‍රියන් වඩන භාවනාවක කළා මේ අපිට විරියක්, විරියවල් තුනක් තියෙනවා නේ. ඒ කියන්නේ රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න, ඒ වගේ ම සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න, ඊළඟට සංස්කාරය මගේ නොවෙන්න කියන එක.

ඉතින් අර ලෝභය නැති කරමි කියලා කල්පනා කරනකොට ඔය ලෝභ කොටසට දැන් ඕගොල්ලෝ දන්නවා කබලිංකාර ආභාරය, ජාතිය, චේතනාව කියන area එක තමයි අපි කතා කරන්නේ. එතකොට මේ area එක ඇතුළේ තියෙනවා අර කාමච්ඡන්දය තිබෙන්නා වූ කොටස කියන එක. දැන් එහෙම නම් මේ කාමච්ඡන්දය කියන්නේ මොකද්ද මේ රවුම් දෙකක් කරකවලා අපිට ඇති වෙනවා අර දෝමනස්ස සහගත ස්වභාවයක් ඇති වෙන්නේ.

ඉතින් අපි ඕක තේරුම් ගන්නා මේ කාමච්ඡන්දය කියලා කියන්නේ මේ ජරාවට පත් වෙන දේකට තිබෙන්නා වූ කැමැත්තක් කියලා. එහෙම නම් පළවෙනියෙන් ම ජේනවා මේ ජරාවට පත් වෙන දේකට තියෙන කැමැත්තක් ඇති වෙලා තමයි ඔය අපිට ඕකෙන් අපි මේක ගන්නවා, රූපයක් ගන්නේ. අරගෙන අපි මෝභය කියන එක අපිට ඇති වෙනවා ඕක නිසා. ඉතින් ජරාවට පත් වෙන දේකට කැමති වුණා ම අපිට මෝභය ඇති වෙනවා කියන එක තියෙනවා නේ.

එතකොට දැන් මේ, අපි එහෙනම් පළවෙනි විරිය භාවිතා කරන්නේ අර රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න. ජරාවට පත් වෙන රූපය.

ඊළඟට දෙවනි විරිය අපි භාවිතා කරනවා, ඔය area 1 කියන එක ඕගොල්ලෝ දන්නවා නේ කබලිංකාර ආභාරය, වේදනාව, ගිද්ධිලෝභය කියන එක. ඒක නිසා area 4 කියන එක ඇති වෙනවා. එතන තියෙන්නේ මොකද්ද, වේදනාව, පරාමාසකායගන්ථය, භය අගතියට යනවා කියන කොටස. එතකොට area 1 නිසා area 4 ඇති වෙනවා. 4 එකේදි අපි දන්නවා අපි මේ පරාමාසයේ ඉඳන් පල්ලෙහාට යනවා අත්තා කියලා ගැනීම කියන එක කරනවා. මේ අත්තා කියලා කියන ගැනීම නිසා තමයි අර රූපය මගේ කියලා ගන්න ඒ උදව් උපකාර කරන ධර්මය. අර ජරාවට පත් වෙන රූපය මගේ කියලා ගන්න යන්නේ මේ අත්තා කියන කතාව නිසා. එතකොට ඔය අත්තා කියන කතාව ටිකක් පරිස්සමෙන් බැලුවොත් ඕගොල්ලන්ට

ජේනවා මේ අත්තා කියලා ගන්න යන්නේ මොකද්ද මේ අපි මේ සුබයි කියලා අර වේදනාව පරාමාසයට ඇදීමක්.

ඔය අවස්ථාව වෙනකොට අපි දන්නවා ඔය වේදනාව කියන එක අපි දැන් බලලා තියෙනවා ටිකක් ධර්මය ඉහළට ඔය 4.3 කියනකොට ඒ වේදනාව ජරාවට පත් වෙලා. ඒක නිසා අපිට ඇත්තට ම කියනවා නම් ව්‍යාධියකුයි ඇති වෙලා තියෙන්නේ. 4.2 වෙනකොට විඤ්ඤාණය මැරෙනවා. 4.3 වෙනකොට වේදනාව කියන එක අපි ජරාවට පත් වෙලා තියෙන්නේ. ඒක ලකුණු කරන්නේ රහතන් වහන්සේ ඔය ව්‍යාධිය කියන තැන ම යි.

එතකොට දැන් මේක තමයි මේ දැන් මේ පල්ලෙහාට අත්තා කියලා අපි ගන්නේ. එහෙම නම් දැන් අපිට ජේනවා දැන් දෙවනි පාර අපි කැමති වෙලා තියෙන්නේ මොකද්ද? වේදනාවේ ජරාවට කියන එකටයි කැමති වෙලා තියෙන්නේ. දැන් මූලින් රූපයේ ජරාවට කැමති වුණා කාමච්ඡන්දය, දැන් වේදනාවේ ජරාවට කැමති වෙලා තියෙනවා. ඒක තමයි මේ අත්තා කියලා අරගෙන තියෙන්නේ.

දැන් ඊට පස්සේ ඒක තමයි උදව් උපකාර කරන්නේ අර රූපය මගේ කියලා ගන්න. ඒක නිසා අපි දැන් දෙවනි විරිය භාවිතා කරනවා මේ සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න. අර සුබයි කියලා බොරුවට ඇති වෙච්ච සඤ්ඤාවක් නේ ඒකෙන් නේ ඔය වේදනාව සුබයි කියලා ඇවිල්ලා තියෙන්නේ. සත්‍ය වශයෙන් ම තියෙන්නේ ජරාවට පත් වෙච්ච වේදනාව.

දැන් ඊළඟට ආපහු අපිට එනවා ඔය area 1 එක නිසා area 6 කියන එක ඇති වෙනවා. Area 6 කියන එකේ තියෙන්නේ පරාමාසකායගන්ථය, ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථය, එතනින් මෝභ අගතිය කියන area එක. එතකොට ඔය 6 කියන area එකේ ධර්මය කොහොම ද flow වෙන්නේ කියන එක. එතන සංස්කාර කොටුවක් තියෙනවා නේ අර පල්ලෙහා. ඒ සංස්කාර කොටුවේ කොහොම ද ධර්මය flow වෙන්නේ කියන එක අපි බලනවා.

පළමුවෙන් ම දැන් අපි දන්නවා මේ වටයක් ගිය ගමන් අපි දන්නවා ඔය කාමේසු තිබ්බසාරාගය හරහා ඉදංසච්චයට එනවා කියලා විඤ්ඤාණයේ ධාරාව එතන ඒ සඤ්ඤාවක් චේතනාවේ ඉඳන් එනවා කියන එක තියෙනවා.

ඊට පස්සේ දැන් ඒක ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පල්ලෙහා භය අගතිය දක්වා ගමන් කරන එකයි සිද්ධ වෙන්නේ, ඒ ගමන් කරන්න ඉස්සෙල්ලා ඒ මැද්දේ දී එයා එන්නේ අර පරිදේව වූ ඒ තැනට තමයි මේක නිකන් ලාමක වූ සඤ්ඤාවක් එච්චර හයිසක් නෑ.

මේ සඤ්ඤාව පවත්වන්න නම් අර උද්ධච්චය මගින්, මෝභය නිසා ඒ උද්ධච්චය මං මේක maintain කරනවා කියලා අර මෝභ අගතියේ ඉඳන් ඒ සංස්කාර තියෙන

කොටුවට එන්න ඕන. එතකොට එතෙන්දි දැන් යම් ආකාරයකට මේ ධාරාව පවත්වා ගන්න ඇති වෙච්ච තත්වයක් තියෙනවා. හැබැයි මේක **push** කරන්න ඕන කවුරු හරි, අර භය අගතිය දක්වා. ඒ **push** කරන්නේ අර වේතනාවේ ඉඳන්, මේ පරාමාසකායගන්ථයේ ඉඳන් ඒ පරිදේවය කියන තැනට එන්නා වූ එකෙන් තමයි **push** කරන්නේ. එතෙන්ට එන්නේ කොහොම ද?

එතෙන්ට එන්නේ, අර දැන් අපි සුබයි කියලා වේදනාව ආවා පරාමාසයට එතනින් පල්ලෙහාට ආවා අත්තා කියලා. නේ ද? එතකොට මෙන්න මෙනන ඕගොල්ලන්ට ජේනවා හරියට නිකන් මේ ලොකු **bicycle** රෝදයක් අපි මෙහෙම කරකවනවා උඩින් අල්ලලා, ඊට පස්සේ උඩින් අල්ලලා කරකවන්නැතිව මෙනන මේ **hub** එක ළඟින් පොඩ්ඩක් කරකවනවා වාගේ. ඒ කියන්නේ සුබයි කියලා පරාමාසයට ආවා පරාමාසයෙන් පල්ලෙහාට අත්තා කියලා ගත්තා. මේකේ **spin** එකක් තියෙනවා.

මෙන්න මේකෙන් තමයි අරක පල්ලෙහාට, ඒ කියන්නේ අර පරිදේව කියන කොටුවට තල්ලු කරනවා කියන එක තියෙන්නේ. එතෙන්ට ආවා නම් තමයි මේ පල්ලෙහාට එන්නේ. එහෙම නම් දැන් ඕගොල්ලන්ට ජේනවා මෙන්න මේ අවස්ථාව වෙනකොට ඒ භය අගතිය කියන තැනට අපේ විඤ්ඤාණය එතන ගලාගෙන ආවා නම්, මේක **flow** එක වුණා නම් අන්න ඒ වෙලාවේදි රහතන් වහන්සේ පෙන්නවා මේක වෙන්නේ මේ එකොළහෙන් පස්සෙයි කියලා. එතෙන්දි පෙන්නවා රහතන් වහන්සේ මේ සංස්කාර නිසා අත්තා වීමක් මේ අවස්ථාවේ දී සිද්ධ වෙනවා කියලා.

දැන් ඉස්සෙල්ලා අපි කිව්වා නේ ද රූපය මගෙයි කියලා ගන්න උදව් උපකාර වුණේ අර අත්තා කියන කතාව. වේදනාවත් එක්ක පල්ලෙහාට ගිහිල්ලා අත්තා කියන කතාව. දැන් වේදනාවත් එක්ක අත්තා කියලා පල්ලෙහාට ගන්න උදව් උපකාර වෙන්නේ මොකද්ද?

මේ සංස්කාරය නිසා අත්තා වීම. සංස්කාරය නිසා මේක අත්තා වීම. ඒ කියන්නේ අර **bicycle** රෝදය උඩින් කැරකෙව්වා අල්ලලා මේ පැත්තට. සංස්කාර කොටුවෙන් පල්ලෙහායින් කරන්නේ මොකද්ද? පල්ලෙහායින් ඒ පැත්තට තල්ලු කරනවා. මෙන්න මේ දෙක කිරීම නිසා තමයි අර මැද්දෙන් අත්තා කියන කතාව තියෙන්නේ. ඒක හරි **fundamental** එතන ඒ සිද්ධ වෙන ධර්මය තේරුම් ගන්නවා කියන එක. උඩින් එකයි, යටින් එකයි. මැද්දේ **hub** එක ළඟ කැරකෙනවා. අන්න ඒක නිසා තමයි මේ අත්තා වෙන්නේ.

එහෙම නම් අර දෙවනියට කිව්ව අත්තා කියන කතාව ඇති වුණේ, දැන් මුලින් අපි කතා කෙර් රූපයක් ගැන, ඊට පස්සේ වේදනාව නිසා අත්තා වෙනවා, අර දෙවනි විරිය අපි භාවිතා කළේ අත්තා නොවෙන්න කියලා. ඒ අත්තා කියන කතාව ඇති වුණේ මොකක් නිසා ද? අර සංස්කාර අත්තා කියලා ගැනීම නිසා. දැන් හරි ලස්සනයි ඒ

ධර්මය. එතකොට දැන් එහෙම නම් ඊළඟට ජේනවා මේකේ මේ order එක කොහොම ද හැදෙන්නේ? ඔය සංස්කාරයෙන් අත්තා කියන එක ගන්නේ?

එහෙම නම් අරගන්න ඕනෙ පල්ලෙහා තියෙන පරිදේවය ඇති වෙච්ච සංස්කාර කොටුවට. ඒකේ දැන් ඕගොල්ලන්ට ජේනවා අර රූපය නිසා ඇති වුණ ධාරාව නේ ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පල්ලෙහාට ආවේ පරිදේවය කියන තැනට. දැන් ඒකට support කරන දෙවනි කාරණය හැටියට ආවේ උද්ධච්චය, මේක maintain කරන්නේ නේ ද? ඉතින් අපි පහුගිය කාලේ ඉගෙන ගන්නා නේ මේ උද්ධච්චය නිසා මොකද්ද ඇති වෙන්නේ කියලා.

එතෙන්නේද අපි ක්‍රම දෙකකට ඕක ඉගෙන ගන්නා නේ? ඕක අපි ඉගෙන ගන්නා එකක් තමයි අර කාම ආශ්‍රව නිසා, ඉද්ධිපාද එකේ අපි කරා නේ, කාම ආශ්‍රව, කාමය නිසා අපි ඇති වෙනවා කියලා කාමච්ඡන්දය නිසා දුස්සීලභාවය, දුස්සීලභාවයෙන් අර තපස්සි බුදුසියා පෙන්නුවේ එතනින් අපි එනවා කියලා මේ ප්‍රඥාව, අනිත් පැත්තට අපි එනවා මේ අශ්‍රද්ධාව කියන එකට. එතන එහෙනම් අපිට තියෙනවා මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එක.

අනිත් අතට අපි ඉගෙන ගන්නා පහුගිය කාලේ ටිකක් ගැඹුරට, අර අපි දුස්සීලභාවයෙන් අර මණ්ඩලාධිපති බුදුසියා පෙන්නුවේ, උද්ධච්චය කියන එක විසින් කරන්නේ මොකද්ද අර purple triangle එකයි ඒ red triangle එකයි ඒකෙන් අර තියෙන දුස්සීලභාවයක් තියෙනවා ද ඒක අර මිච්ඡා දිට්ඨියට එකතු කරනවා. එහෙනම් පළවෙනි කාරණේ හැටියට අපිට ජේනවා මිච්ඡා දිට්ඨිය මගින් මේක පවත්වනවා කියන එක.

දෙවනි කාරණයට ඕගොල්ලන්ට ජේනවා අර පරිදේව වූ තැනට ආවා නම්, අපි ඒ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් ඒ කාම ආශ්‍රවය කියන එකට අපි යනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට එහෙනම් පකජ්ජ පාර නේ ද? අර කජ්ජං කියලා අපි ගන්නේ අතන. ඒ ජාතියේ ඉඳන්, මේ වේදනාව ඉඳන් ඇවිල්ලා ඉන්නා වූ එක. ඒක අභ්‍යන්තරයේ අපි අර 50%ක් විතර වැඩ කරන්නා වූ පාර. ආන්න ඒ පාර දිගේ මේක සිද්ධ වෙනවා කියන එක. ඒ කියන්නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව කාම ආශ්‍රව පාර කියන එක.

ඊළඟට ගත්තහම, දැන් බලන්න ඔය ධාරාව දැන් අපි ආවා නේ ද මේ භය අගතිය කියන තැනට. දැන් සංස්කාරය නිසා අත්තා වෙන එක භය අගතිය කියන තැනට මෙතෙන්නට ආවා කියන එක තියෙනවා. දැන් මෙතෙන්නට ආවා නම්, භය අගතියට ආවා නම් යන්නේ කොහෙද දැන්? දිට්ඨි අනුසය පාර නේ ද? දිට්ඨි අනුසය අර 40%ක් යනවා අපි කියලා කියන්නේ. දිට්ඨි අනුසය පාර දිගේ දැන් රූපයට මේක හොඳයි කියාගෙන එකතු වෙන්නා වූ දේ කියන එක තියෙනවා. ඒක තමයි එතකොට තුන් වෙනි එකට සිද්ධ වෙන්නා වූ දේ කියන එක.

එතකොට ඒ ආකාර තුනෙන් ම මේ සංස්කාරය, ඔය විදිහට මේ විඤ්ඤාණ ධාරාව ගලන්න සංස්කාරය විසින් උදව් උපකාර කරනවා අත්තා කියන එක වෙනවා කියන එක තියෙනවා. දැන් මෙතන, මෙතෙන්ට ආවාට පස්සේ දැන් හරි ලස්සනයි.

දැන් මෙහෙම වෙලා මොකද්ද අපිට ඇති වෙන්නේ? මේක නිසා අපිට ඇති වෙනවා මුසාව. මේ විදිහට මේක දුවන්න ගත්තහම දැන් ඉතින් මේ ලෝකේ මේක සැපයි, සුඛයි, කියලා ඒ කතාවක්. අර අඹ ගෙඩිය කාලා මං කියන කතාව කියන්නේ. අන්න ඒ සුඛයි කියන කතාව තමයි මෙයාට ඇති වෙලා තියෙන්නේ. එහෙම නම් මුසාව කියන එක තමයි ඇති වෙන්නේ කියන එක.

ආන්න එතෙන්නේදි රහතන් වහන්සේ කිව්වා “සාධු සාධු” කියලා ඒ මුසාවයි කියන එක, අර චතුරාර්ය සත්‍යට විරුද්ධව මේකේ අර මුසාව කියන එක. ඉතින් අපි දන්නවා ඉතින් පහළොස් වෙනි රවුම විතර වෙලා තමයි ඒක වෙන්නේ. ඉතින් අර එකොළහ පැනලා මේක මේ විදිහට මේ සිද්ධ වීගෙන යනවා කියන එක. ඉතින් ධර්ම කාරණා ටික බොහොම ගැඹුරුයි හැබැයි බොහොම, මුළු picture එක ම තියෙනවා ඒක ඇතුළේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

24/12/2014 - උද්ධව්ව භාවනා

Uddhacca Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරුන්ට නමස්කාර කරනවා, නමස්කාරය වේවා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවන, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට ඒ හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැඳ නමස්කාර කළා.

මම අර ඊයේ භාවනාව ම යි නැවතත් කරගෙන ගියේ. ඒ ඊයේ භාවනාව ඉතාමත් ම කෙටියෙන් කියනවා නම් අර රූපය මගේ නොවෙන්න අපි විරියක් භාවිතා කරනවා. ඒ කියන්නේ අපි දැනගන්නවා මේ කාමච්ඡන්දය කියලා කියන්නේ අර ජරා වෙන රූපයකට තිබෙන්නා වූ කැමැත්තක් කියලා තේරුම් අරගෙන රූපය මගේ නොවෙන්න විරියක් භාවිතා කරනවා. එතකොට මේක මගේ කියලා ගන්න උදව් උපකාර කරන්නා වූ ධර්මය තමයි අර අත්ත සඤ්ඤාව. එතකොට එහෙම නම් **area 4** එකේ කියන අත්තා කියලා ගන්නා වූ එක ඒක නොවෙන්න, ඒ අත්ත සඤ්ඤාව නොවෙන්න අපි ඒ විරියක් භාවිතා කළා.

ඊළඟට ඒ අත්ත සඤ්ඤාව ඇති වෙන්න උදව් උපකාර වෙන්නා වූ ධර්මය තමයි අර **area 6** එකේ සංස්කාරයන් මගේ කියලා ගැනීම. එතකොට ඒ සංස්කාරයන් නිසා අත්තා වෙනවා, අත්ත ඒක නොවෙන්න අපි සංස්කාර මගේ නොවෙන්න විරියක් භාවිතා කරනවා.

එතකොට සංස්කාර මගේ වෙන්නේ කොහොම ද කියන එක, ඒ වෙන්නේ අර විඤ්ඤාණ ධාරාව අර පරිදේව තියෙන ඒ කොටුවේ ඒක ගමන් කිරීමෙන් පල්ලෙහාට භය අගතිය දක්වා ඒමෙන් කියන එක අපි ඉගෙන ගත්තා. එතකොට ඒක සිද්ධ වෙන්න නම්, කාරණා තුනකින් එතන සිද්ධ වෙනවා.

එතකොට එක පැත්තකින් ගත්තහම අර, මේ විඤ්ඤාණ ධාරාව, අපිට අර උද්ධව්වය නිසා, ඒ කියන්නේ උද්ධව්වයෙන් තමයි **maintain** කරන්නේ. ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පරිදේව වූ කොටසට අර ධාරාව යන්නත් ගලාගෙන ආවාට මේක පවත්වන්න, උද්ධව්වය නිසා ඇති වෙන්නා වූ එකෙන් තමයි **support** කරන්නේ කියන එක අපි ඉගෙන ගත්තා.

එතකොට ඔය අනිත් කාරණාව තමයි අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට දුවන එක. එහෙම නැත්තන් අර තුන් වෙනි කාරණයට පෙන්නනවා භය අගතියේ ඉඳන් අපි දිට්ඨි අනුසය පාරේ ගිහිල්ලා යන්නා වූ කියන එක. ඒක අපි ඊයේ බලලා තියෙනවා.

දැන් අද මං බැලුවේ ඔය පළවෙනි කාරණේ. පළවෙනි කාරණේ කියලා කියන්නේ උද්ධව්වය මගින් මේක maintain කරනවා කියන එක. ඇයි උද්ධව්වය මගින් මේක maintain කරන්නේ කියන එක. එතකොට මේක පල්ලෙහා සංස්කාරය වෙන්න නම් උඩ සංස්කාරය වෙන්න ඕනෙ. ඒක තියෙන්න ඕනෙ.

එහෙම නම් දැන් මේ උඩ සංස්කාරය මගේ කියලා ගැනීම නිසා තමයි මේ පල්ලෙහා මේ කතාව ඇති වෙන්නේ. අර අවුපසන්තවිත්තය එහෙම ඇති වෙන්නේ උඩ සංස්කාරය මගේ කියලා ගැනීම, එතෙන්දී මට එතන ප්‍රීතියයි ඒ ඔක්කොම ඒක දැනුණා, ඒකත් එක්ක. එතකොට ඒ උඩ සංස්කාරය මගේ කියලා ගන්නේ, මම ඒ කියන්නේ මම ඉස්සර කළා කියලා දැන් කරනවා. අන්න ඒ ආකාරයට තමයි මෙතන මේ පස්සෙ එක එන්නේ.

එතකොට සංස්කාරය මගේ කියලා ගන්නා නම් ඒ කියන්නේ සංස්කාරය ලාභයි කියලා ගන්නා. සංස්කාරය ලාභ නම් සාධේයා. එතකොට අපි දන්නවා අර අපි ඊයේ කරපු භාවනාව අර මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා පෙන්නා දීපු දේ, ලාභයි කියලා ගන්නා නම් අග්‍රද්ධාවට යනවා. අග්‍රද්ධාවට ගියා නම් උද්ධව්වයට යනවා. එතකොට උද්ධව්වයට ගියායින් පස්සේ අපි දන්නවා දෝමනස්සයට එනවා කියන එක. එහෙම නම් අර maintenance එකේ ම තියෙනවා පරිදේවයේ ඉදන් සෝකය මෙතෙන්ට යන්න. හැබැයි අර දැන් එතන උද්ධව්වය ලකුණු කරපු තැන තියෙනවා නේ. ඒ උද්ධව්වය ලකුණු කරපු තැනට එනකල් ම දැන් ඒ කතාව කියන එක එනවා.

එතකොට අපි දන්නවා නේ මේ උද්ධව්වයෙන් තමයි maintain කරන්නේ කියලා අපි කලින් ඕක අහලා තියෙනවා. අපි අර ඊයේ භාවනාවේදීත් ඕක පෙන්නුවා මේ විදිහට අර මෙත්තාව පවත්වන අවස්ථාවේ දී කියන එකෙන්. එතකොට මේ විදිහට මේ මේකෙන් මේ පැත්තට එනවා, අර steps එක හරහා තමයි මේක සිද්ධ වෙන්නේ කියන එක තමයි ඒ බැලුවේ. අර පෙර සංස්කාරයන් කියන එක නිසායි මේ කතාව, ඒක ඇති වෙන්නේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

ඉතින් අද ඒ කියන්නේ බුදුපියාණන් වහන්සේ නමකුත් හඳුන්වා දීමක් තියෙනවා. ඒ විශ්වාසීන් කියලා තමයි ඒ කියන්නේ විශ්වය ජය ගන්නා කියන එක නේ, ඒ කියන්නේ බුදුවරු 120 නමකින් බණ අහලා තියෙනවා ඒ බුදුපියාණන් වහන්සේ.

25/12/2014 - ඉද්ධිපාද භාවනා

Iddhipāda Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම භාවනාව පටන් ගත්තේ ඒ සම්මා දිට්ඨියෙන්. එතකොට ඒ සම්මා දිට්ඨියෙන් පටන් ගත්තහම අපි දන්නවා සම්මා දිට්ඨියෙන් සම්මා සංකප්පයට එනවා කියලා. සම්මා සංකප්පයේ තියෙනවා නෙක්ඛම්ම, අව්‍යාපාද, අවිභිංසා. එතකොට අපි දන්නවා මේක මේ අලෝභ, අදෝස, අමෝහ කියන ඒ පාරවල්වල යන්නේ.

එතකොට සම්මා දිට්ඨියේ ගත්තහම සම්මා දිට්ඨිය තියෙනවා නම් අපි දන්නවා අර මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා මේ **New Zealand** වලදිම පෙන්නුවා සම්මා දිට්ඨිය තියෙනවා නම් ප්‍රඥාව, ප්‍රඥාවෙන් අපි ශ්‍රද්ධාවට එනවා. එතකොට එහෙම එනවා නම් ඒ පාර දිගේ අර ආයතන භාවනාව 2 දි අපි කරලා තියෙනවා ඕක අභිඡ්ඤා කියන එක වෙන්තේ නැහැයි කියලා.

එතකොට ඒ අභිඡ්ඤා වෙන්තේ නැතුව ඔය පාර අපිට එතන ඒ ඡන්ද සමාධිය කියන එක එතන පවතිනවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඉන්ද්‍රිය සංවරයන් අපි ඇති කරගන්නවා. ඉන්ද්‍රිය සංවරය තියෙනවා නම් අර රූපය අල්ලගෙන අපි ඉන්නේ නැහැයි කියන එක තියෙනවා.

එතකොට ඔය තත්වට පත් වුණා නම් ඉතින් ඒ ඡන්ද සමාධිය, ඉන්ද්‍රිය සංවරය, ඒ පාර අපිට එනවා මෙත්තාවෙන් අප්‍රමාණය කියන එක. එතකොට මෙත්තාව කියන එක අපි පැවතීම කියන එක තියෙනවා.

මෙත්තාව කියන එක තියෙනවා නම් දැන් එහෙනම් ආපහු ඉතින් අපි අර, දැන් සම්මා දිට්ඨියෙන් සම්මා සමාධිය දක්වා යම්කිසි කෙනෙක් ගමන් කරා නම් ඒක නිසා එයාට ආපහු මේ සම්මා දිට්ඨියට නැවතත් එනවා. එතකොට ඒ විදිහට ගිහිල්ලා අපිට ජේනවා මේ විමංසාව දක්වා අපි ගමන් කරනවා කියන එක. ඉතින් එතන සම්බන්ධතාවය ඕගොල්ලන්ට ජේනවා අර ඉද්ධි **diagram** එකේ පෙන්නනවා නේ මෙත්තාව තියෙනවා නම් අපිට තියෙනවා මේ, දෙවනි පාර දිගේ යන්නෑ, ද්වේෂ වෙන්තේ නෑ, විත්ත සමාධිය පවතිනවා, විත්ත සමාධිය එහෙම පැවතිලා ඒකෙන් විමංසාවට එනවා, විමංසාවෙන් අපි එනවා ආපහු මේ විරිය සමාධියට.

එතකොට විරිය ඉද්ධිපාදය කියන එකට ආවායින් පස්සේ අන්න එතෙන්දි අපි අර තුන් ආකාර වූ විරිය භාවිතා කරනවා. රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න විරියක්, ඊළඟට ඒ භාවනාව අපි ගැඹුරට කළා ඊයේ, එහෙම බැලුවහම ඒකේ පෙන්නන්නේ රූපය ස්පර්ශ වෙනවා විතරක් නෙවේ, දැන් එතෙන්දි විරිය ඉද්ධිපාදයට ආවොතින් අපි, අපි අර මෙත්තාව එහෙම පැවැත්තුවේ රූපය නිසා වෙන්නා වූ භානිය කියන එක නැති කරගන්න.

එතකොට ඒ රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න විරියක් භාවිතා කරනවා. ඒ රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න විරිය භාවිතා කරන්න උදව් උපකාර වෙන්නේ අර අත්තා කියලා ගන්නේ නැති එක. අත්තා කියලා අර 5 එකේදි අත්තා කියලා ගත්තොතින් ඒ අත්ත සඤ්ඤාව නිසා අපිට පෙන්නනවා අපිට රූපය ආපහු ඕනෙයි කියන එක අර්ථයට ඇවිල්ලා තියෙනවා.

එතකොට රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න නම් අර අත්ත සඤ්ඤාව කියන එක නොවෙන්න ඕනෙ. අර area 1 නිසා area 4 ඇති වෙලා ඒක ඕගොල්ලෝ පස්සෙ අහන්න. ඒකේ පෙන්නනවා මේ අත්ත සඤ්ඤාව නිසායි මේ කතාව ඇති වෙන්නේ.

ඊළඟට ආපහු ජේනවා ඔය අත්ත සඤ්ඤාව කියන එක නිකන් නෙමෙයි අපිට ඇති වෙන්නේ. අත්ත සඤ්ඤාව ඇති වෙන්නේ, ඒ කියන්නේ අර සුඛය පරාමාසයට ගිහිල්ලා පල්ලෙහාට යනවා අපි 5A කියලා එහෙම කියන්නේ අත්ත සඤ්ඤාව.

මේක ඇති වෙන්නේ මේ සංස්කාරයන් මගේ කියලා ගැනීම නිසා. ඒක, මොකද ඔය අත්ත සඤ්ඤාව ඇති වූණායින් පස්සේ ඔතනදි ඔය, ඒක හරියට නිකන් මේ රෝදයක් උඩින් අල්ලලා කරකවනවා, එතකොට මේ රෝදේ කැරකෙනකොට මැදදේ hub එක කැරකෙනවා නේ. ඒ hub එක තැන තියෙන කැරකෙන එකේ වගේ කතාව තමයි සුඛයි කියලා මේ පැත්තට ආවා පල්ලෙහාට ආවා. ඔන්න hub එක ළඟින් කැරකීමක් තියෙනවා. ඔක නිකන් නෙමේ සිද්ධ වෙන්නේ අර උඩිනුත් කරකවනවා රූපය අල්ලගෙන, යටින් කරකවනවා සංස්කාරත් එක්ක. ඒක අපි ගැඹුරට බැලුවා මේ සංස්කාර මේ පල්ලෙහා පරිදේව වූ කොටුවට, පල්ලෙහා තියෙන සංස්කාරයට අර මුලින් එන්නා වූ ධාරාව එනවා. ඊට පස්සේ ඒක ඉදංසව්වයේ ඉඳන් එනවා ඒ පරිදේව වූ සංස්කාරයට.

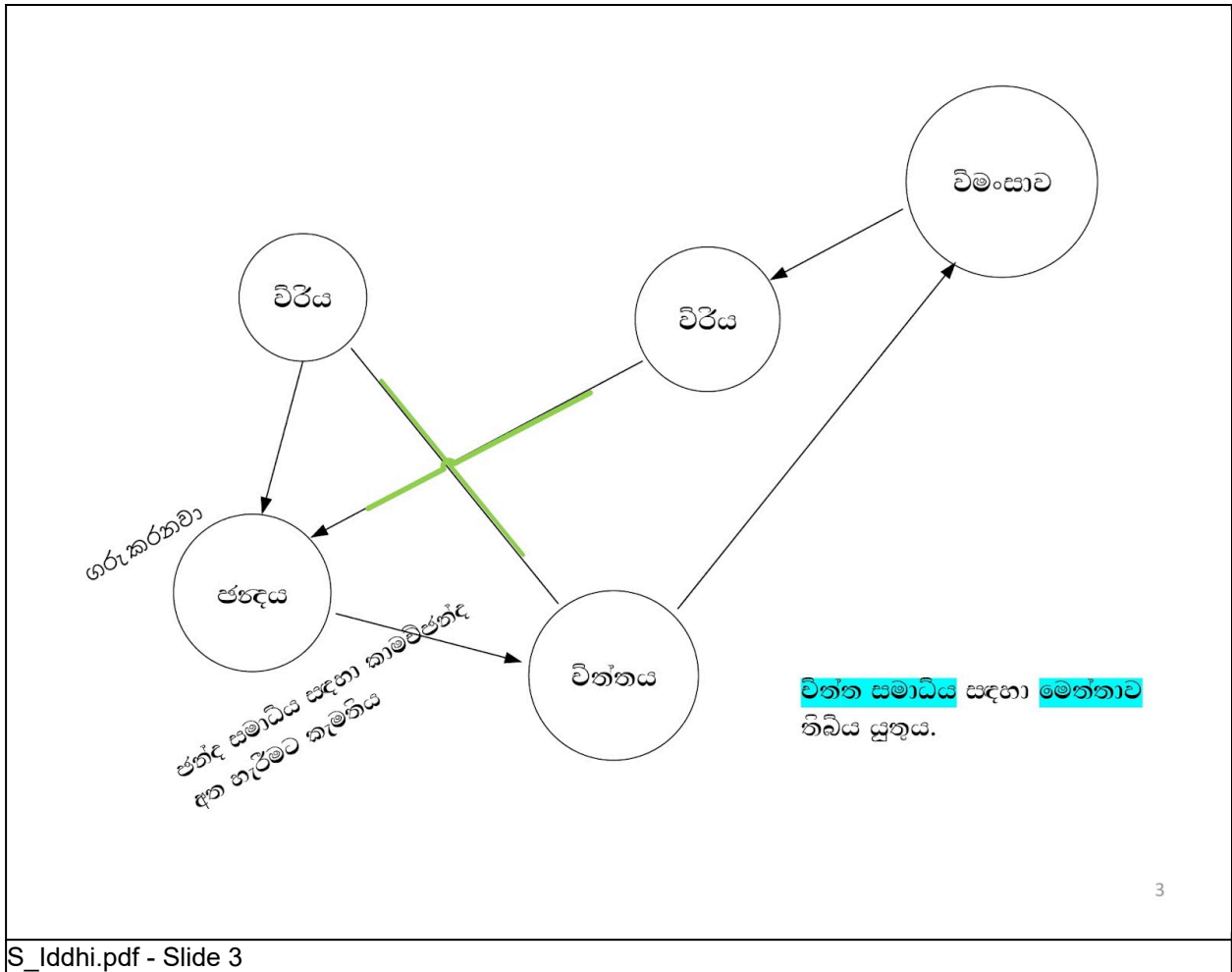
මේක පවත්වනවා අපේ උද්ධව්වය මගින්. මෝහය මගින් මෝහයේ ඉඳන් පරිදේවයට එනවා. ඒක උද්ධව්වය විසින් පවත්වන්නේ. එතකොට ඊළඟට මේ value එක තාම weak මේක push වෙන්නේ, අර hub එක ළඟින් කරකවලා එන්නා වූ ඒ කතාව තියෙනවා නේ. එතනින් එනවා නේ පරාමාසයට ඇතුල් වෙලා පරාමාසයේ ඉඳන්

එන්නා වූ එකෙන් තමයි මේ value එක push කරන්නේ භය අගතිය දක්වා ගමන් කරනවා.

එතකොට මේ වෙලාවේදී රහතන් වහන්සේ කීව්වා “මෙන්න මේ විදිහට තමයි මේ සංස්කාර නිසා අත්තා වෙන්නේ” කියලා. එතකොට දැන් මේ සංස්කාර නිසා අත්තා වුණායින් පස්සේ ඒක උදව් උපකාර වෙනවා අර අපි ඉස්සෙල්ලා ගත්ත අත්තා. ඒ කියන්නේ අර මේ උඩින් bicycle ring එකේ කැරකෙව්වා, උඩින් ඇල්ලුවා. ඊට පස්සේ මේ යටින් අල්ලලා මේ පැත්තට ආපහු ඒ පැත්තට ම යන්න ළමයි කරනවා නේ උඩින් එකයි යටින් එකයි නේ ද?

එතකොට මේකේ මැද්දේ එක කැරකෙනවා කියන එක තියෙනවා. දැන් එතකොට මෙතන මේ විරිය ඉද්ධිපාදය එහෙම නම් අපිට ඡේනවා මෙතනදී මේ භාවිතා කරන්නේ ඔය තුන් වෙනි පටිපදාවේ තියෙන විරිය ඉද්ධිපාදය, අර මෙහෙත් භය අගතියට එන්නා වූ සංස්කාරය අල්ලාගෙන නොහිටීම කියන එකට. එතකොට එහෙම නම් විරිය 3, රූපය ස්පර්ශ නොවෙන්න විරියයි, ඊට පස්සේ අර අත්තා කියලා අරගෙන ඒ කියන්නේ සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න විරියක්, අර සංස්කාරය මේ පැත්තෙන් එන්නා වූ එක නොවෙන්න විරියක් කියන එක තමයි මේකේ භාවිතා කරන්නේ.

එතකොට මේ විදිහට තමයි ඒ ධර්මය බොහොම ලස්සනට දැන් පැහැදිලි වෙනවා සම්මා දිට්ඨියේ ඉඳන් දෙපැත්තට ගිහිල්ලා අපි එන හැටි, පට දෙකක ගිහිල්ලයි එන්නේ එතන. එතකොට complete වෙනවා එතකොට ඒ සම්පූර්ණ එක. ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.



26/12/2014 - මිච්ඡාදිට්ඨි භාවනා

Micchādītṭhi Bhāvanā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු සිහි කළා. ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ මේ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

එතකොට මම, අපි ඊයෙන් පෙන්නුවා මේ භාවනාව. අපි දන්නවා දැන් ලෝභය කියන එක ඇති වෙන එක ඒ කාමච්ඡන්ද කොටස, කාමච්ඡන්දය කියලා කියන්නේ මේ ජරාවට පත් වෙන්නා වූ දේකට තිබෙන්නා වූ කැමැත්ත. ඉතින් මේක නිසා මේ **area 1** කියන එකේ ඕක තියෙන්නේ. එතකොට අර රූපය මගේ නොවෙන්න අපි විරියක් භාවිතා කරන්න ඕනෙ.

ඊට පස්සේ දෙවන විරියකට අපි එනවා, ඒ මගේ කියලා ගන්න උදව් උපකාර වෙන්නේ ඒ අත්තා කියන සඤ්ඤාව. එතකොට ඔය අත්තා කියන සඤ්ඤාව **area 4** එකේ, ඒ කියන්නේ වේදනා, පරාමාස, භය අගති කියන කොටසට **area 4** කියනවා එතන අපි පල්ලෙහා අත්තා කියලා ගැනීමක් කියන එක සිද්ධ වෙනවා.

එතකොට ඒ අත්ත සඤ්ඤාව මගේ නොවෙන්න අපිට විරියක් තියෙන්න ඕනෙ. ඊළඟට ඔය සංස්කාර, දැන් ඔය **area 1** එක නිසා **area 6** කියලා ඇති වෙනවා. ඒ කියන්නේ පරාමාස, ඉදංසච්ච ඒ වගේ ම මෝහ අගති කියන **area** එක. එතකොට එතන සංස්කාර කියන එක මෙහෙම පල්ලෙහා පරිදේව වෙච්ච කොටුවක් නේ තියෙන්නේ. ඒකෙන් උඩින් එන්න ඕනෙ ඉදංසච්චයේ ඉදන් මේ පරිදේවය කියන තැනට.

ඊට පස්සේ ඒ අගය පවත්වන්න දැන් මෝහයෙන් එන්නා වූ අගය, ඒක වතුර පාරක් වගේ හිතන්න මේක, දුර්වල වෙච්ච වතුර පාරක්. මේක පවත්වන්න නම් අර මෝහයෙන් එන්නා වූ අගයත් එන්න ඕනෙ. ඉතින් ඒක කරන්නේ උද්ධච්චය මගින්. එතකොට ඊට පස්සේ මේක තාම **weak**. මේක පල්ලෙහාට තල්ලු කරන්න පරාමාසයේ ඉදන් පරිදේවයට එන්නා වූ ඒ අගය එන්න ඕනෙ. ඒක අර රෝදය කැරකවීම නිසා එන්නා වූ අගය.

එතකොට මේක එනවා නම් තමයි සංස්කාරය ඔන්න භය අගතිය කියන කොටසට එන්නේ. එතකොට ඔතෙන්ට ආවොතින් කාරණා තුනකින් තමයි ඔතන **flow** වෙනවා

කියන එක ජේන්තේ, සංස්කාරය අර භය අගතිය දක්වා යන එක. ඒකෙ පළවෙනි කාරණාව තමයි මිච්ඡා දිට්ඨිය කියන එක. ඒක උද්ධව්වය නිසායි ඒ මිච්ඡා දිට්ඨිය.

ඊළඟට දෙවනි කාරණෙට තියෙනවා අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට යෑම කියන එක. තුන් වෙනි පාරට තියෙනවා භය අගතිය දක්වා ආවා නම් දැන් දිට්ඨි අනුසය පාර දිගේ ගමන් කරනවා කියන එක.

එතකොට එහෙම නම් අපිට ජේනවා මේ සංස්කාරය කියන එක ඔය විදිහට දුවන්න නම් ඔය කාරණා 3 උදව් වෙනවා කිව්වහම, අපි යට පැත්තෙන් දෙයාකාරයකින් ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ දිට්ඨි අනුසයෙන් ආවා, දිට්ඨි අනුසයෙන් ආවා නම් ඒක wiper එක වාගේ අවිද්‍යා අනුසයට එකතු කිරීමකුත් තියෙනවා, ඊට පස්සේ මේ පකජ්ජ පාර කජ්ජ පාර, ඒ කියන්නේ ජාතියේ ඉඳන් වේදනාවට එනවා. භය අගතියේ ඉඳන් වේදනාව, දැන් values දෙකක් මෙතනින් එනවා. දැන් මොකද වෙන්නේ, දැන් උද්ධව්වය කියලා කියන්නේ මොකදද?

උද්ධව්වය කියලා කියන්නේ රෝගී සඤ්ඤාවක් මගේ කියලා ගැනීම තමයි උද්ධව්වය කියන්නේ. රෝගී සඤ්ඤාව මගේ කියලා ගත්තා කියලා කියන්නේ එහෙම නම් අපිට තියෙන්නේ මිච්ඡා දිට්ඨියක්. එතකොට මිච්ඡා දිට්ඨියක් තමයි මෙතන තියෙන්නේ. එහෙම නම් මේ මිච්ඡා දිට්ඨිය දැන් හැදෙන්නේ කොහොම ද? ඒ මිච්ඡා දිට්ඨිය හැදෙන්නේ දැන් මං කිව්වා පාරවල් දෙකකින් අර වේදනාවට ඇවිල්ලා ඒකේ ධම්මමච්ඡරිය හරහා වේතනාවට එනවා. එතකොට මෙන්න මේ flow එකට මං රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා ම, මේක විතරක් නෙමෙයි මේකට එකතු වෙන්න ඕනෙ සඤ්ඤාව.

එතකොට මේ සඤ්ඤාව එකතු වෙනවා කියලා කියන්නේ මොකදද? මේකේ ඇත්තෙන් ම කියනවා නම් මේ රෝගී සඤ්ඤාවක් තමයි මේකට එකතු වෙන්නේ. එතකොට අර මිද්ධ වෙච්ච සඤ්ඤාවක්. මිද්ධ වෙච්ච සඤ්ඤාව එකතු වීමෙන් තමයි මේක හැදෙන්නේ.

ඉතින් එතකොට අර ජේනවා මතක ද අපි බැලුවා කඩ්ඩි විචිකිච්ඡති කියලා කිව්වේ. කඩ්ඩි කියලා කියන්නේ දැන් මෙතන මේ භය අගතියේ ඉඳන් අතන වේදනාවට එන එකේ තමයි ඒ කඩ්ඩි කියන එක තියෙන්නේ.

එතකොට මෙයාට ප්‍රශ්නේ තියෙන්නේ මේ පරිදේව් වෙච්ච සංස්කාරයන් නැවත සෑදිය හැකි ද? සෝක නොවන්නේ ද? එතකොට සෝක නොවන්නේ දැන් මතක ද ඔය සීල සූත්‍රය එහෙම අපි ලියනවා නේ මේක මේ සෝක කරන සඤ්ඤාව කියලා නේ ද? ඒ සඤ්ඤාව තමයි දැන් රෝගී වෙලා තියෙන්නේ. මිද්ධ භාවයට පත් වෙලා එයයි අර

කතාවයි. මේ ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණයේ ධාරාව, මේ සංස්කාර මේ විදිහට flow වීම මගින් පැවතෙන්නත් ඕනෙ, අතන රෝගී සඤ්ඤාව එකතු වෙන්නත් ඕනෙ.

ආන්න ඒකෙන් තමයි මිච්ඡා දිට්ඨිය. ඉතින් ඒක නේ අර මං කියන්නේ මිච්ඡා දිට්ඨිය කම්මැලියාගේ කතාව කියලා. කම්මැලියාගේ තමයි මෙතන මේක, ඒක තියෙන්නේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

28/12/2014 - ආසව භාවනා

Āsava Bhāvanā

ඒ උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේට නමස්කාර කළා, ඒ ලෝකයේ සිටින උත්තරීතර, ශ්‍රේෂ්ඨතම, ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පළවෙනි බුදුපියාණන් වහන්සේ වශයෙන්. මේ විදිහට දාහතර නම ම සිහි කරලා වැද නමස්කාර කළා.

මම මේ භාවනාව කළේ කලින් කරපු භාවනාවක් තියෙනවා මේ දුක්ඛ නිරෝධ භාවනාව කියලා. අගෝස්තු මාසේ 10 වෙනිදා කරලා තියෙන්නේ. ඒකෙදි මම සිහි කළා මේ මුළු පටිච්චසමුප්පාදය ම කියන එක ඇති වෙන්නේ තණ්හාව නිසා. තණ්හාව නැති වෙනවා නම් ඔය පටිච්චසමුප්පාදය නැතෙයි කියන එක.

එතෙන්දි එනවා නේ අපිට අවිද්‍යා පච්චයා සඬබාරා කියලා. අවිද්‍යාව නිසා සංස්කාර ඇති වෙනවා කියලා. එතකොට අවිද්‍යාව කියලා කියන්නේ අර රෝගී සඤ්ඤාව මගේ යැයි කියලා අරගෙන තමයි මේක ඇති වෙන්නේ. එතකොට අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් අපි එනවා කාම ආශ්‍රවයට. එතකොට ඒකට යන්න support කරන්නේ අපේ විචිකිච්ඡාව. ඉතින් මේ අවස්ථාවේ දී මං බැලුවා මේ විචිකිච්ඡාවේ සමුදය කියන එක මොකද්ද කියන එක. ඉතින් ඒකේ සමුදය තමයි ටීනමිද්ධයයි කුක්කුච්චයයි කියන එක. එතකොට, ඒ ටීනමිද්ධය නිසා මෙතන මේ සැකයට එන්නේ.

දැන් මෙතෙන්දි මම කල්පනා කළා මේ කලින් කරපු භාවනාවක තියෙනවා ඔය ටීනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී, ඔය bell shaped curve එකක නේ ඔය විඤ්ඤාණය කියන එක හටගන්නකොට මෙහෙම bell shaped curve එකක points දෙකක් හැටියට එන්නේ ඔතන. මුලින් A කියලා එනවා bell shaped curve එකේ වම් අත පැත්තේ, ඒක අර දකිනකොට ම ඇති වෙන්නා වූ එක. එතකොට මේ ධාරාව ගැලීමක් කියන එක සිද්ධ වෙනවා අර උඩ peak point එකට යනවා නම් තමන්ගේ කාරණාවන් එක්ක ගළපලා බලනවා. Dust එකත් එක්ක.

එතකොට මේක, ටීනමිද්ධ අවස්ථාවේ දී ඔය A යි B යි කියන points දෙක හරි ම ලඟයි. තමන්ට තීරණයක් ගන්න බැරි අවස්ථාවක්. උදාහරණයක් තමයි අපි හිතමු අපි shirt එකක් ගන්න යනවා, ඒ shirt එක තමන්ට ගැලපෙනවා ද කියලා sure එකක් නෑ. ඉතින් අර ඒ වෙලාවේදි අර තමන් දන්නෙන් නැති අර එතන වැඩ කරන මනුස්සයා shop assistant ඒ මනුස්සයා කියනවා මහත්තයාට ඕක ගැලපෙනවා කියලා.

එතකොට මේ මනුස්සයා ගැන trust එකකුත් නෑ. නමුත් අපි අරක අරයාගේ වචනයෙන් හරි push කරලා ගන්නවා 2nd opinion එකක් count කරලා හරි

ගන්නවා කියන එක තියෙනවා. එතකොට ඒ අවස්ථාවේ දී එහෙම නම් අපේ විඤ්ඤාණ ධාරාව ගලනවා.

අනිත් අතට ගත්තහම දැන් මේ මනුස්සයා ගැන අපේ trust එකක් නෑ නේ. දැන් ගෙදර යන ගමන් කල්පනා කරනවා මේක මේ wife මොනවා කියයි ද දන්නෙ නෑ, ළමයි මොනවා කියයි ද දන්නේ නෑ මේකෙ, ආදී වශයෙන් මේක මේ මට ගැළපෙනවා ද කියලා මේ sure එකකුත් නෑ ඒක නිසා කුක්කුවියකුත් තියෙනවා ගත්ත දේ ගැන.

දැන් එතකොට ඔතන එහෙම නම් අපිට එනවා ඒ සැකයේ අවස්ථා දෙකක්. ඒ එක සැකයක් මේ diagram එකේ පෙන්වන්නේ මිච්ඡා දිට්ඨියෙන් අපි එනවා මේ ඉදංසච්චයට, ඒ ඉදංසච්චයේ ඉඳන් විචිකිච්ඡාවට ආවා එතන අවිද්‍යා ආශ්‍රවය කියලා අපිට ලියන්න පුළුවන්.

අනිත් අතට ගන්න පුළුවන් මිච්ඡා දිට්ඨියෙන් පරාමාසය, එතන විචිකිච්ඡාව. ඒ විචිකිච්ඡාව, දැන් විචිකිච්ඡා දෙකක් ලිව්වා. මේ විචිකිච්ඡාව ඇවිල්ලා කාම ආශ්‍රවය නිසා ඇති වෙන්නා වූ විචිකිච්ඡාව. මේ කාම ආශ්‍රවය වෙන්නේ කොහොම ද?

අර ඉදංසච්චයට ගියා වූ value එක මේ කුක්කුවිය හරහා, දැන් shirt එක අරගෙන ඉවරයි නේ. කුක්කුවිය හරහා පරාමාසයට ඇවිල්ලා තියෙනවා. මෙයාගේ තියෙනවා යම් ආකාර වූ, මේ දේ මට සුබයක් තියෙනවා කියලා මේ shirt එකේ. දැන් අර මනුස්සයාත් කිව්වා නේ ගැළපෙනවා කියලා.

එතකොට එතනින් ආපු value එක තමයි මේ තියෙන්නේ. මේ විචිකිච්ඡාව රහතන් වහන්සේ කියනවා මේ කාම ආශ්‍රව නිසා ඇති වූණා වූ විචිකිච්ඡාව හැටියට බලන්නෙයි කියලා. එතකොට දැන් ඔය භාවනාව මම කරලා තිබුණේ.

ඉතින් මෙතන මේ කාම ආශ්‍රව කියලා කියන්නේ මොකද්ද මේ? පසු සඤ්ඤාවක් නේ. ඒ කියන්නේ සුබයි කියලා ගත්තාට පස්සේ ඇති වෙන්නා වූ පසු සඤ්ඤාව. එහෙනම් මෙතෙක්දී කාම ආශ්‍රව ලිව්වාහම ඕගොල්ලෝ බලන්න, දැන් කාම ආශ්‍රව ඉස්සෙල්ලත් ලියලා තියෙනවා අපි සුබයි කියලා ගත්තහම දෙවනි පාරෙ, පසු සඤ්ඤාව, කාම ආශ්‍රවය කියලා කියන්නේ.

ආපහු ජේනවා, මෙතෙක්දී කාම ආශ්‍රවය කියලා කියන්නේ මේ සුබයි කියලා ගත්තහම පසු සඤ්ඤාව, හැබැයි මේක ඇවිල්ලා තියෙන්නේ අර, ඒ කියන්නේ පරාමාස වුණාට පස්සේ. අන්න ඒ වෙනස තමයි තියෙන්නේ. හැබැයි මේකත් කාම ආශ්‍රවය තමයි. පරාමාස වුණාට පස්සේ, සුබය පරාමාස වෙලා.

දැන් එතකොට ඕකේ අපි දන්නවා නේ තවත් අවස්ථාවක්. අට වෙනි රවුමෙන් පස්සේ අපිට තියෙනවා දිට්ඨි ආශ්‍රවය. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් දිට්ඨි ආශ්‍රවයත් ඇති වෙනවා. ඒකත්

එන්නේ මෙතැනට නේ. මේක පල්ලෙහාට ම තමයි මෙතනට එන්නේ. දැන් මං ඔන්න ඔය දෙක සසඳලා බැලුවා මෙතන දැන්. දිටියි ආශ්‍රවය, දිටියි ආශ්‍රවය අවස්ථාවේ දී අපි දන්නවා ඔය නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියා වුණත් එයත් වැඩ කරන්නේ එතනින් දිටියි සල්ලයට ගියා, සඤ්ඤාව අල්ල ගන්නා. එයා ඒක කරකවනවා.

එතකොට එයා මේ පැත්ත ගැන කතා කරන්නේ නැතුව. දැන් එහෙනම් මෙතන මේ දෙක අතර තමන්ට තේරෙනවා මේ වෙනසක් එහෙම තියෙනවා කියන එක. ඒ වෙනස තමයි, ඔයාට ජේනවා මේ කාම ආශ්‍රව කතාවේදී අපි එක වෙලාවකට රූපය අල්ලගෙන ඉන්නවා. තව වෙලාවකට ගත්තහම මේ තත්වයට පත් වුණා ම ඒ පුද්ගලයා මේ වේදනාව අල්ලගෙන ඉන්නවා. එහෙම නම් එයාගේ range එකේ හැටියට තියෙන්නේ පළවෙනි ධ්‍යානයේ ඉදන් හය වෙනි ධ්‍යානය දක්වා. ඇයි වේදනාවක්, වේදනාව පරාමාස වෙලා ඇති වුණා, එතන මේ කාම ආශ්‍රවය කිව්වා නම් ඒ විචිකිචිඡාවට යටින් ලියන කාම ආශ්‍රවය, හය වෙනි ධ්‍යානය දක්වා range එකක් තියෙනවා කියන එක තියෙනවා.

අනිත් අතට ගත්තහම දිටියි ආශ්‍රව කතාවේදී ඒ එයාගේ තියෙන්නේ මොකද්ද? සඤ්ඤාව අල්ල ගෙනයි එයාගේ එතන තියෙන්නේ. එතකොට එයාගේ range එක වෙන්නේ හත් වෙනි ධ්‍යානයයි අට වෙනි ධ්‍යානයයි කියන එක.

අන්න එතෙන්නේදී රහතන් වහන්සේ “Excellent” කියලා කිව්වා. මේ දෙක දෙපැත්තට ඒක දැකීම. අර රූපය අල්ලගෙන ඉදීම එක කතාවක්. රූපය නිසා ඇති වුණා වූ යම්කිසි වේදනාවක්, ඒක අල්ලාගෙන ඉදීම මේ මෙතන මේ කාම ආශ්‍රව කතාව දක්වා එනවා. දැන් ඒ කියන්නේ විචිකිචිඡාවට යටින් ලියන කාම ආශ්‍රවය දක්වා තමන්ගේ එනවා. එතකොට හය වෙනි ධ්‍යානය දක්වා යනවා.

අනිත් අතට ගත්තහම අර දිටියි ආශ්‍රවය දැන්, එයා රූපය ගැන කතා කරන්නේ නෑ. වේදනාව ගැන කතා කරන්නෑ හැබැයි වේදනාව නිසා ඇති වුණා වූ සඤ්ඤාව තියෙනවා නේ. තේරුණා ද? අර කැලී දෙක නෑ. වේදනාව නිසා ඇති වෙච්ච සඤ්ඤාව ගැන අල්ලගෙන මෙයා කරකවනවා. ඉතින් ඕක නේ රහතන් වහන්සේ කියන්නේ, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියාත් රූපය ස්පර්ශ කරනවා. එයා ස්පර්ශ කරන්නේ සියුම්ව. ඒ සියුම්භාවයේ තියෙන්නේ මොකද්ද?

රූපය නෙමේ. දැන් ඕගොල්ලන්ට මං කිව්වේ, අඹ ගෙඩිය කනකොට ඔන්න වේදනාව ඇති වුණා. වේදනාව ඇති වෙලා, ඊට පස්සේ දැන් ඕකට පුරුදු වුණා. පුරුදු වෙලා දැන් වේදනාව පරාමාසයට එහෙම ගිහිල්ලා තියෙන්නේ. දැන් ඊට පස්සේ කියනවා මට මේ විදිගේ වේදනාවක්, මේ අඹ ගෙඩිය නැති වුණත් කමක් නෑ මේ විදිගේ වේදනාවක් තියෙනවා නම්.

එතකොට අර වේදනාව නිසා යම්කිසි සඤ්ඤාවක් තියෙනවා නේ, නේ ද? අන්න ඒ සඤ්ඤා කැල්ල අල්ලගෙන එයා ඉන්නවා. එතකොට එයාගේ කතාවේ, සම්පූර්ණ නෑ. එයාගේ කතාවේ මේ රූපයෙන් සම්පූර්ණයෙන් ම ඉවත් වෙච්ච කතාවක් නෙමේ.

අරක නිසා ඇති වුණා වූ යම්කිසි හැඟීමක්, අන්න ඒක අල්ල ගෙනයි එයා ඉන්නේ. ඒක නේ අර රූපේ විභූතෙ න චූසන්නි එස්සා කියලා කිව්වහම, රූපයක් නැත්තන් මෙතන ස්පර්ශයක්වත් නැහැයි කියලා බුදුහාමුදුරුවෝ කියන්නේ. ඒක ගැඹුරට ජේනවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

30/12/2014 - ඉන්ද්‍රිය බල ධම්ම

Indriya Bala Dhamma

එතකොට ඒ උතුම් බුදුපියවරු ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා. උතුම් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාණන් වහන්සේ ලෝකයේ සිටින ඥානවන්ත, ප්‍රඥාවන්ත, පණ්ඩිත වූ, පළවෙනි, ශ්‍රේෂ්ඨතම බුදුපියාණන් වහන්සේ කියලා වැද නමස්කාර කළා. මේ විදිහට හත් නම, දාහතර නම සිහි කරලා වැන්දා.

එතකොට අපි කලින් කරලා තියෙනවා මේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන භාවනාවක්. ඒක මේ ජූලි 8, 2014. ඒක නැවතත් කරන්නයි කියලා රහතන් වහන්සේ මට භාවනාවට පෙර ම දැනුම් දුන්නා. ඒකේ පෙන්නන්නේ මේ මනවඩනා රූපයෝ තියෙනවා, මනවඩනා මේ ධර්මයෝ අභිනන්දනා කරනවා නම් පරිභානිය යැයි කියලා තථාගතයන් වහන්සේ පැවසුවා.

ධර්මය අභිනන්දනා කිරීම කියන එක අට වෙනි රවුමෙන් පසුව තමයි ඒක වෙන්වේ කියලා අපි ඉගෙනගෙන තියෙනවා. ඉතින් එතෙක්දී අපි දන්නවා ඔය අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් දිට්ඨි ආශ්‍රවයට එහෙම යනවා කියන එක. ඉතින් ඒකේ අපි දන්නවා මේක ඇති වෙන්නේ කොහොම ද මේ වේදනාවෙන් වේතනාවට, වේතනාවෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට, අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් දිට්ඨි ආශ්‍රවය, දිට්ඨි සල්ලයට ආවා, දිට්ඨි සල්ලයෙන් සඤ්ඤාව. ඒ විදිහට තමයි යන්නේ.

එතකොට දැන් ඔය අවිද්‍යා ආශ්‍රව වෙන්වන පෙර කාම ආශ්‍රව එහෙම කියන එක සිද්ධ වෙලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ 4.4න් පස්සේ අපිට ඒක සිද්ධ වෙලා තියෙනවා. ඊට පස්සේ තමයි අපිට හව ආශ්‍රවය ඇති වෙලා තියෙන්නේ. මේකට අනතුරුව තමයි දිට්ඨි ආශ්‍රව. ඊට පස්සේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිද්ධ වුණා.

දැන් මේ ධාරාව ගලනවා. එතකොට මේ රෝදය කියන එක කැරකෙනවා. එතකොට, කැරකෙන්නා වූ රෝදය අපි තණ්හාව ලෙස සලකන්න ඕනෙ. අවිද්‍යා ආශ්‍රව වීම, කාම ආශ්‍රවවලින් තමයි සිද්ධ වුණේ. 4.4ට වෙලා ඒක අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට කියන එකට අපි ආවා. එතකොට දැන් අවිද්‍යා ආශ්‍රව නිසා දැන් කැරකෙන්නා වූ රෝදය තියෙනවා නේ. ඒ කැරකෙන්නා වූ රෝදය ගලන්නා වූ ධාරාව පැවැත්වීම කියන එක කාම ආශ්‍රව සහ අනෙකුත් ආශ්‍රවවලින් සිද්ධ කරනවා.

එතකොට මේකේ චලනය, motion, වායෝ ධාතුව ලෙස සලකනවා. දැන් මෙතන වෙලා තියෙන්නේ කාම ආශ්‍රවයෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය ඇති වුණා. ඊට පස්සේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව නිසා මේක දැන් කැරකෙනවා. මේ කැරකෙන රෝදේට දැන් තවත් කරකවන්න

කාම ආශ්‍රවය දැන් ඔන්ත අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට ආපහු එකතු වෙනවා. ජේනවා ද මේ රැල්ල තියෙන එක උඩට තවත් වෙනවා කියන එක තියෙනවා.

ඉතින් මේක නිකන් කෙනෙකුට හිතාගන්න පුළුවන් අපි හිතමු මේ රෝදයක් තියෙනවා. ඒ රෝදයට උඩින් මෙහෙම ජලය වැටෙනවා. ඒ ජලය වැටුණහම, ඒ ජලය වැටිලා අපි හිතමු මේ පැත්තේ, රෝදය දකුණු අත පැත්ත මෙහෙම **block** කරලා නම් තියෙන්නේ, එතකොට අර වතුර ටික එක්කහු වුණහම ඒ වතුර ටික නිසා මේ පල්ලෙහායිත් රෝදය ආපහු **push** කරනවා නේ, යන්නෙයි කියන එක.

එතකොට දෙපැත්තකින් මේක සිද්ධ වෙනවා. ඒ කියන්නේ අර ජලය වැටීම කියන එක කැරකවීමට හේතුව ප්‍රත්‍යය වෙනවා. එකතු වෙන ජල ධාරාව, ඒ කියන්නේ සංස්කාර නිසා එම කැරකීමට උදව් උපකාර කරනවා.

රෝදය කියන එක අපි පයවි ධාතුව ලෙස ගන්න. ජලය කියන එක ආපෝ ධාතුව. අර උඩින් අදිනවා නේ. අර **cohesion** කියලා කියනවා නේ **attraction force** එක නේ ද අර අතන වතුර ටික වැටුණා ඒක ඇදගෙන යන ඒවා නිසා නේ. නිකන් යකඩ කැල්ලක් වැදුණාට ඕක ටාං ගාලා පැත්තකට යනවා, වතුර එකත් එක්ක ඒක අදිනවා කියන එක තියෙනවා.

එතකොට ජලය වැටීම නිසා කැරකීම සිද්ධ වෙනවා. මේකේ වේදනාවක් හටගැනීමක් ඇති වෙනවා ද, මේ රෝදය කැරකුණහම වේදනාවන් හටගැනෙනවා නේ.

අන්න ඒක තේජෝ ධාතුව කියලා ගන්න පුළුවන්. ඉතින් “සාධු” කියනවා ඇහුණා මට ඒ වෙලාවේ. මේ විදිහට ධාතු 4ම සම්බන්ධ වුණා.

ඒ කියන්නේ රෝදය කියන එක පයවි ධාතුව, වලනය කියන එක වායෝ ධාතුව, අර ජලය තමයි ආපෝ ධාතුව, ඒ ජලය වැටීම නිසා කැරකිලා ඒක සිද්ධ වෙනවා, ඒ වේදනාව කියන එක තේජෝ ධාතුව කියලා ගන්න.

දැන් රූපේ විභූතෙ න චුසන්ති එස්සා. එතකොට මේකේ ධාතු, ධාතු වශයෙන් දන්නවා නම් දක්නේ නම් ඒ සමතික්කම විභූතිය දක්වා යනවා කියලා මට එතනදි පෙනුණා. ඒකෙදි පළවෙනි වශයෙන් ධාතු වශයෙන් දැනගන්නවා.

ඒ ඥාත විභූතිය මගේ යැයි කියලා නොගැනීම කියන එක කරනවා, ධාතු වශයෙන් දැනගෙන. දෙවනි කාරණාවේදි මේක මේ කැරකවීම කියලා දැනගෙන, අනිත්‍ය ස්වභාවය මේක ලෝකෙට ම සාධාරණ කියලා දැනගන්නවා. කැරකවීමක් විතරයි මෙතන තියෙන්නේ.

එතකොට තීරණ විභූතියත් තියෙනවා. අනිත්‍යභාවය කියන එක ඒකෙන් එනවා. කැරකවීම පහ කිරීම, කැරකවීමට නොසතුටු වීම කියන එක ප්‍රභාණ විභූතිය.

රිලිගන් රූපය අල්ලාගෙන ඇති වුණු ක්‍රියාවලියක්, නාම කොටසක් බව කියන එක දැනගෙන පහ කිරීම කියන එක සමතික්කම විභූතිය කියන එකට එනවා.

ඉතින් ඒක තමයි ඒ කරපු භාවනාව.

