ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමන්ගේ භාවනා අත්දැකීම්

2023

උතුම් අර්හත් සම්මා සම්බුද්ධ තථාගතයන් වහන්සේට නමස්කාරය වේවා!

උතුම් තථාගතයන් 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 කෘතඥතාපූර්වක නමස්කාරය වේවා!

උතුම් ධර්මාචාර්ය ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමාට හදපිරි කෘතඥතාපූර්වක නමස්කාරය වේවා!

පෙරවදන

මෙම ග්‍රන්ථ මාලාවෙහි අන්තර්ගත වන්නේ ධර්මාචාර්ය ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමා විසින් අකනිට්ඨ බ්‍රහ්ම මණ්ඩලයේ රහතන් වහන්සේලාගේ මඟ පෙන්වීම යටතේ සිදුකරන ලද භාවනාවන්ගේ පිටපත් කිරීමකි. ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමාගේ උපදෙස් මත මෙම භාවනාවන් පරිශීලනයට සුදුසු වන්නේ, දින හතරේ භාවනා වැඩසටහන සම්පූර්ණ කරනු ලැබූවන් ය. පරිශීලකයාගේ පහසුව පිණිස, මෙම භාවනාවන් වාර්ෂිකව ඛණ්ඩ 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 අයදිමු. මෙම පිටපත් සකස් කොට මුද්‍රණය කිරීම සඳහා නන් අයුරින් සහාය දුන් සැමට අපගේ හදපිරි කෘතඥතාවය පළකර සිටිමු.

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

චිරං ජයතු සම්මා සම්බුද්ධ සාසනං!

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

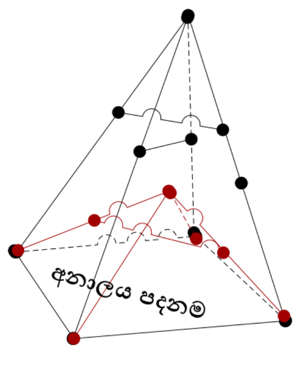
2024 අප්‍රේල්

https://visuddhimagga.info

ආචාර්ය ලලිත් රණතුංග මැතිතුමන්ගේ
භාවනා අත්දැකීම්

Meditation Experiences of
Dr. Lalith Ranatunga

2023



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

දුතියම්පි බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි

මම පංච නීවරණයෝ යටපත් කරමි

දුතියම්පි ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි

මම පංච නීවරණයෝ යටපත් කර ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හරහා ගමන් කරමි

දුතියම්පි 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 සප්ත බොජ්ඣඞ්ගයෝ වඩමි

පාණාතිපාතා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

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

අදින්නාදානා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

අදත්තාදානය නිසා ලෝභය ඇති වන්නේ ය. ලෝභය නිසා අදත්තාදානය ඇති වන්නේ ය.

කාමෙසුමිච්ඡාචාරා 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.

පරුසාවාචා, පිසුනාවාචා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

පරුසාවාච, පිසුනාවාච නිසා ද්වේෂය ඇති වන්නේ ය. ද්වේෂය නිසා පරුසාවාච, පිසුනාවාච ඇති වන්නේ ය.

සම්ඵප්පලාපා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

සම්ප්‍රප්ඵලාපය නිසා මෝහය ඇති වන්නේ ය. මෝහය නිසා සම්ප්‍රප්ඵලාපය ඇති වන්නේ ය.

සුරාමෙරයමජ්ජපමාදට්ඨානා වෙරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

සුරාපානය නිසා ථිනමිද්ධය ඇති වන්නේ ය. ථිනමිද්ධය නිසා මෝහය ඇති වන්නේ ය.

පටුන

06/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - සති.. 1
Āhāra Sutta - Sati
13/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - ධම්මවිචය.. 4
Āhāra Sutta - Dhammavicaya
20/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - විරිය... 8
Āhāra Sutta - Viriya
27/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - ප්‍රීති.. 10
Āhāra Sutta - Prīti
03/02/2023 - ආහාර සූත්‍ර - පස්සද්ධි...14
Āhāra Sutta - Passaddhi
10/02/2023 - ආහාර සූත්‍ර - සමාධි..19
Āhāra Sutta - Sāmadhi
17/02/2023 - ආහාර සූත්‍ර - උපෙක්ඛා...25
Āhāra Sutta - Upekkhā
24/02/2023 - අග්ගි සූත්‍රය - ලීන චිත්ත.. 28
Aggi Sutta - Līna Citta
03/03/2023 - අග්ගි සූත්‍රය - උද්ධතං චිත්ත... 32
Aggi Sutta - Uddhataṃ Citta
10/03/2023 - අභය සූත්‍රය - බොජ්ඣඞ්ග..36
Abhaya Sutta - Bojjhaṅga
17/03/2023 - අට්ඨික සූත්‍රය..42
Aṭṭhika Sutta
24/03/2023 - සමණ සූත්‍රය.. 46
Samaṇa Sutta
31/03/2023 - විභංග සූත්‍රය.. 49
Vibhaṅga Sutta
07/04/2023 - දුක ඉන්ද්‍රිය දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය...52
Dukkhindriyaṃ Domanassindriyaṃ
14/04/2023 - සුඛ ඉන්ද්‍රිය සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය...55
Sukha Indriya Somanassa Indriya
21/04/2023 - උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය.. 59
Upekkhā Indriya
28/04/2023 - ජරා සූත්‍රය.. 64
Jarā Sutta
05/05/2023 - සාකෙත සූත්‍රය.. 68
Sāketa Sutta
12/05/2023 - නිබ්බාන... 71
Nibbāna

19/05/2023 - නිබ්බාන 74
Nibbāna
26/05/2023 - නිබ්බාන 79
Nibbāna
02/06/2023 - නිබ්බාන 83
Nibbāna
09/06/2023 - නිබ්බාන 86
Nibbāna
16/06/2023 - නිබ්බාන 92
Nibbāna
23/06/2023 - නිබ්බාන 99
Nibbāna
30/06/2023 - නිබ්බාන 105
Nibbāna
07/07/2023 - නිබ්බාන 109
Nibbāna
14/07/2023 - නිබ්බාන 113
Nibbāna
21/07/2023 - නිබ්බාන 116
Nibbāna
28/07/2023 - අමෘතය 120
Amurthaya
04/08/2023 - අමෘතය 2 123
Amurthaya 2
11/08/2023 - අමෘතය 3 129
Amurthaya 3
18/08/2023 - අමෘතය 4 134
Amurthaya 4
25/08/2023 - අමෘතය 5 142
Amurthaya 5
01/09/2023 - අමෘතය 6 151
Amurthaya 6
08/09/2023 - අමෘතය 7 157
Amurthaya 7
15/09/2023 - අමෘතය 8 167
Amurthaya 8
22/09/2023 - අමෘතය 9 170
Amurthaya 9
29/09/2023 - මෝහය 174
Mohaya
06/10/2023 - අභිජ්ඣා 181

Abhijjā
13/10/2023 - ආනෙඤ්ජ විහාර.. 186
Āneñja Vihāra
20/10/2023 - දොර පොල්ල.. 191
Door Bar
27/10/2023 - අමෘතය 10.. 196
Amurthaya 10
03/11/2023 - අමෘතය 11..201
Amurthaya 11
10/11/2023 - අධිමොක්ඛ...206
Adhimokkha
17/11/2023 - පරිනිබ්බාන.. 211
Parinibbāna
24/11/2023 - අමෘතය 12.. 216
Amurthaya 12
01/12/2023 - නිබ්බාන.. 220
Nibbāna
08/12/2023 - නිබ්බාන.. 232
Nibbāna
15/12/2023 - පහ සහ හය ධ්‍යාන.. 242
5 and 6 Jhāna
22/12/2023 - කාමාසව..247
Kāmāsava
29/12/2023 - නිබ්බාන.. 252
Nibbāna

06/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - සති

Āhāra Sutta - Sati

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ ආහාර සූත්‍රය.

මහණෙනි, නූපන් සති සම්බොජ්ඣඞ්ගයාගේ ඉපදීමටත් උපන් සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් ආහාර කිමෙක යත්. මහණෙනි, සති සම්බොජ්ඣඞ්ගයට කරුණු වූ දහම්හු ඇතියහ. එහිලා නුවණින් මෙනෙහි කිරීම බහුල කිරීමක් වේ ද, නූපන් සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත්, උපන් සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් මේ ආහාරයයි.

මේ භාවනා කොටස සඳහා, 1 කබලිංකාර ආහාරය, 2 අත්තා ඉඳන් නිත්‍ය කියන තැන, 3 ජාතියේ ඉඳන් ජරාව යන ධර්මයන් නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතු ය.

තුනෙන් පටන් ගත්තා. තමන්ගේ ශරීරය ජරා වෙලා නේ ද තියෙන්නේ? එහෙම නම් ඉදිරියට ව්‍යාධියයි මරණයයි. මැරෙනවා නම් නිත්‍යභාවයක් කොයින් ද? එහෙම නම් අත්තා ඉඳන් නිත්‍යට තියෙන පාලම කඩාගෙන වැටෙනවා. එතකොට එහෙම නම් අපි මේ අත්තා කියලා තදින් අල්ලාගෙන ඉන්නේ මොකක් ද? 1 කබලිංකාර ආහාරය නේ ද? කලින් ශරීරයක් තිබුණා. ඒක මැරිලා වැටිලායි මේක හදා ගත්තේ. දැන් මේක ජරා වෙලා. ඉස්සරහට ව්‍යාධියයි මරණයයි. එහෙම නම් මේකත් එක්කත් ඉන්න බැහැ. එහෙම නම් අනාගතයේ එකක් ගත්තොත් ඒත් ඔච්චරයි. එහෙම නම් දැඩි ලෙස වෙහෙසට පත් වෙලා, මේ රූපය අල්ලලා විසි කරනවා. එතකොට අපි යනවා අරූපයට.

1, 2 සහ 3 ධර්මතාවයෝ මනා කොට මෙනෙහි කරන්නේ, එහි දී යම් මනෝමය කායක් ඇති වන්නේ ද, එය රූපය නිසා වූ වේදනා ධර්මයෝ ද, සඤ්ඤා නිසා ඇති වූ චේතනා ධර්මයෝ ද, විඤ්ඤාණ නිසා වේදනා සහ සඤ්ඤා සමඟ පැවතිය හැකි ද යන සැකය සහිත වූ භය අගති ධර්මයෝ ද යන්න, මනෝමය කායේ පැවැත්ම පිණිස බලපායි.

එතකොට මෙතන කෙනෙකුට diagram එකක් ඇඳගන්න පුළුවන්. ඒ මනොසඤ්චෙතනාවේ ඉඳන් විඤ්ඤාණ ආහාරය එතන අත්තා ඉඳන් නිත්‍ය. විඤ්ඤාණ ආහාරයේ ඉඳන් සංස්කාර mode value එක, එතනින් එනවා භය අගති කියන තැනට. භයෙන් අගතියට යෑමේ ඉඳන් වේදනාවට දිට්ඨි අනුසය. වේදනාවේ ඉඳන් ආපහු මනොසඤ්චෙතනාවට arrow එකක් ඇඳගන්න පුළුවන්.

මෙහි පැවැත්මක් කළ නොහැකි බව දන්නේ දක්නේ, උතුම් වූ සතියක් පවතියි. කුමක් නිසා පැවතිය හැකි නොවන බව දන්නේ ද? රූපය නිසා ඇති වූ වේදනා ධර්මයන්හි දිට්ඨිය බිඳීම නිසා ඇති වූ ජරා ස්වභාවය අඩංගු වන නිසා ය. එසේ ම, සඤ්ඤා නිසා ඇති වූ චේතනා ධර්මයන්හි සංකල්ප බිඳීම නිසා ඇති වූ ව්‍යාධි ස්වභාවය අඩංගු වන නිසා ය.

මෙසේ දෙයාකාර වූ ධර්මයන්, එනම් ජරා ධර්ම ව්‍යාධි ධර්ම වටහා ගන්නේ, යමෙක් භය අගති වේදනා චේතනා පාරවල් ඔස්සේ සංස්කාරයන් සැකසුව ද, එහි පැවැත්මක් නැති බව දැනගැනීම විශේෂ ය.

වේදනා සිට චේතනා, චේතනා සිට විඤ්ඤාණ, විඤ්ඤාණ සිට සංස්කාර mode හරහා භය අගති, එතන ඉඳන් වේදනා යන්න, මනෝමය කායේ පථය වන්නේ ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 21/01/2023**</u>

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේ භාවනාව කරනකොට තමන්ගේ ශරීරය ජරා වීම බලලා අනුන්ගේ වයසට ගිය ශරීරයක් ගැන විමසා තමන්ට එය ආදේශ කර බැලීම වඩා ප්‍රබල වෙනවා. කුමක් නිසා ද? තම ශරීරය ජරා ස්වභාවයට මනස පුරුදු වී ඇති නිසා ය. මේ විදිහට ව්‍යාධි මරණ කියන ඒවත් බලන්න ඕන.

ඒ කියන්නේ හොඳට ම ලෙඩ වෙලා ඉන්න එක්කෙනෙක්, දැන් තමන්ට diabetic නම් තියෙන්නේ, තමන් ඒක බෙහෙත් එහෙම ගන්න හින්දා ඒක control කියලා වාගේ තමන්ගේ මනස වෙනස් වෙන ස්වභාවයක් තියෙන්නේ. එතකොට වෙන, අපි හිතමු cancer හැදිලා heart අමාරු හැදිලා ආදී වශයෙන් එහෙම තියෙන කෙනෙක්ගේ තත්වය බලලා මේක මටත් එනවා කියන එක එහෙම ගත්තහම ඒක ලොකු වෙනසක් තියෙනවා.

ඒ වගේ ම, මේ හඳුන්නා වූ සංස්කාර මගේ නොවන ප්‍රමාණයට සඤ්ඤාවේ අනිත්‍යභාවය දැකීම මගින් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට යනවාක් මෙන් 1, 2, 3 සතිය සිහි කිරීමේ දී මනෝමය කායේ ඇති වීමට යම් ධර්මතාවයක් තිබිය යුතු යයි සිතන්නේ, එසේ ධර්මතාවයක් ඇති යැයි පවසා බුදුපියා මෙම දහම කියා දෙන ලදී.

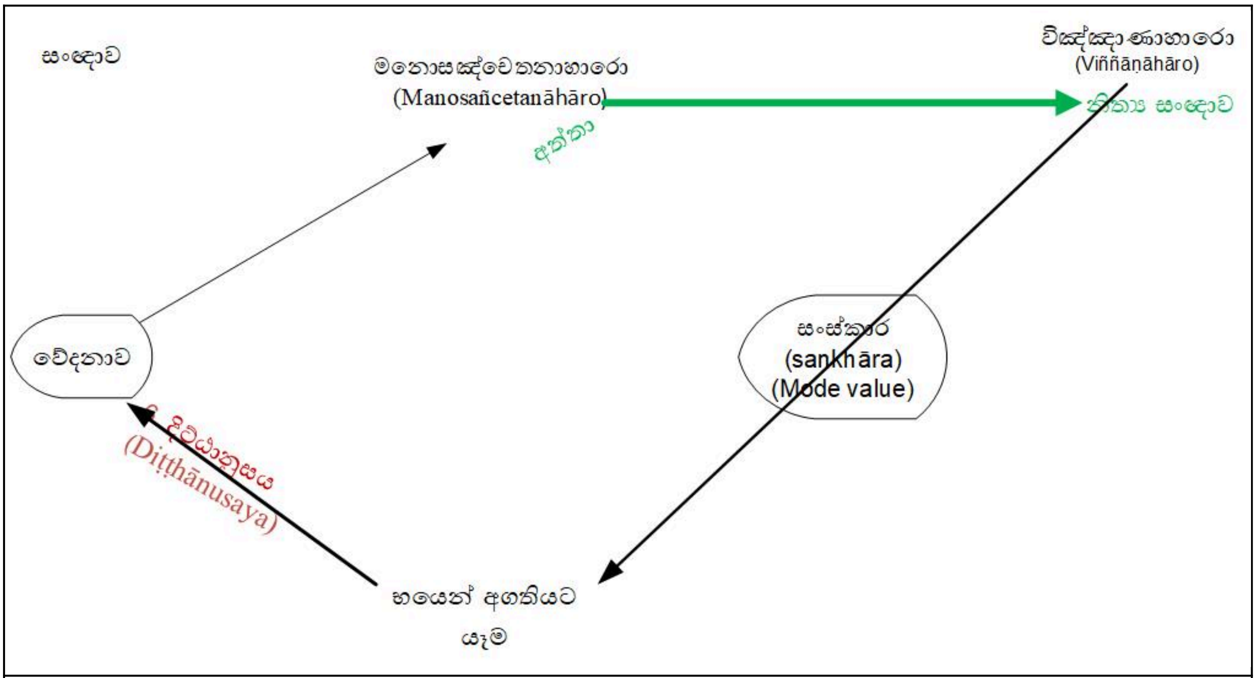
ඊළඟට තවත් ටිකක් කියනවා නම්, ඔය 30/08/2015 දුක්ඛ නිරෝධ අරිය සච්ච භාවනාවේ දී අපි පථයක් සාකච්ඡා කරලා තියෙනවා, පරාමාසකායගන්ථයේ ඉඳන් ජීවිත ඉන්ද්‍රිය, එතනින් ඉදංසච්ච, එතනින් පහළට පරිදේව, පරිදේවයේ ඉඳන්

පරාමාසයට. එය මනෝමය කායේ සිටින අයකු ආහාර වශයෙන් ගන්නා දේ වශයෙන් විමසා ඇත.

වේදනා, චේතනා, විඤ්ඤාණ, සංස්කාර mode හරහා භය අගති, වේදනා යන්න මනෝමය කායේ පථය වශයෙන් පෙන්වා දී ඇත්තේ, ඔහු ආහාර ගෙන ජීවත් වෙන ක්‍රමය වේ. Behaviour කියන අර්ථය තියෙනවා ඒකේ. මට ඉන්න ඕන මෙහෙමයි. ඒ වුණාට ජරා ධර්ම ව්‍යාධි ධර්ම නිසා, මට කැමති පරිදි ජීවත් විය නොහැකි ය. ඒ කියන්නේ, “I can not behave the way I want”. අන්න ඒ වෙලාවේ දී රහතන් වහන්සේ “Excellent” කියලා කිව්වා.

උතුම් සතිය මෙහි දී ඇති විය. එහි මුහුණ ප්‍රභාස්වරව පෙනිණ.

එතකොට ඒක තමයි කියන්න තියෙන්නේ.



s_Sati_Mindmadebody.jpg

13/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - ධම්මවිචය

Āhāra Sutta - Dhammavicaya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ ආහාර සූත්‍රයේ තථාගතයන් වහන්සේ පෙන්නනවා, මහණෙනි, නූපන් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් ආහාර කිමෙක ද යත්.

මහණෙනි, කුසලා අකුසලා ධර්මයෝ, සාවද්‍යා අනවද්‍යා ධර්මයෝ, හීන ප්‍රණීත ධර්මයෝ, කෘෂ්ණ ශුක්ල සප්‍රතිභාග (සප්‍රතිභාග කියන්නේ අන්‍යෝන්‍ය ප්‍රතිවිරුද්ධ) ධර්මයෝ ඇතියහ. එහිලා නුවණින් මෙනෙහි කිරීම බහුල කිරීමෙක් වේ ද, නූපන් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත්, උපන් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් මේ ආහාරයයි.

කුසලා අකුසලා ධර්මයෝ යන කොටස සිහි කිරීම. යම් කයක් හට ගත්තේ ද, සමුදය ධර්මය දකී. දැක, හටගැනීම අකුසලය ලෙස වටහා ගනී. යම් කයක නිරෝධය දකී ද, එය කුසලය ලෙස වටහා ගනී. මේක අර බ්‍රහ්මචරියෙසනාවේ පළවෙනි කොටස, භවය අත්හැරියා නම් අකුසලය පහ කළා යන අර්ථය මෙහි තියෙන්නේ.

සාවද්‍යා අනවද්‍යා ධර්මයෝ. සාවද්‍යා ධර්ම කවර? මිච්ඡා දිට්ඨි මිච්ඡා සංකල්ප මිච්ඡා වාචා මිච්ඡා කම්මන්ත මිච්ඡා ආජීව මිච්ඡා වායාම මිච්ඡා සති මිච්ඡා සමාධි මිච්ඡා ඥාන මිච්ඡා විමුක්ති. මහණෙනි, මෙය සාවද්‍යා ධර්ම යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, අනවද්‍යා ධර්ම කවර යත්. සම්මා දිට්ඨි සම්මා සංකල්ප සම්මා වාචා සම්මා කම්මන්ත සම්මා ආජීව සම්මා වායාම සම්මා සති සම්මා සමාධි සම්මා ඥාන සම්මා විමුක්ති. මහණෙනි, මෙය අනවද්‍යා ධර්ම යයි කියනු ලැබේ. මේක අංගුත්තර නිකායේ සාවද්‍යා සූත්‍රයේ තියෙන්නේ.

හීන ප්‍රණීත ධර්ම. මෙය මජ්ඣිම නිකායේ චූලකම්ම විභංග සූත්‍රයේ මෙන් වටහා ගත යුතු ය. හීන ධර්මයෝ. අල්ප ආයුෂ, බොහෝ ආබාධ, දුර්වර්ණයෝ, අල්ප භෝග, අල්පේශාක්‍ය, නීච කුල. අල්ප ආයුෂ ප්‍රාණ වධ සතුන් වැනසීම, බොහෝ ආබාධ සත්වයන්ට හිංසා කිරීම, දුර්වර්ණයෝ ක්‍රෝධනො හොති උපායාස බහුලො කිසිවෙක් කිපෙන සුලු වූයේ දැඩි ආයාස බහුල කොට ඇත්තේ වේ ද, අල්ප භෝග දන් නොදීම, අල්පේශාක්‍ය ඊර්ෂ්‍යාව සහගත සිත් ඇති බව, නීච කුල අධික මාන නිසා.

ප්‍රණීත ධර්මයෝ. දීර්ඝ ආයුෂ, අල්ප ආබාධ, වර්ණවත් වූවාහු, මහා භෝග, මහේශාක්‍ය, උසස් කුල, මෙය කර්මය හා සම්බන්ධ ය.

කෘෂ්ණ ශුක්ල සප්‍රතිභාග. මේ තේරුම් ගැනීම සඳහා ජළාභි ජාති සූත්‍රය බැලිය යුතු ය.[1]

ආනන්දයෙනි, කෙසේ නම් කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම කෘෂ්ණ ස්වභාව ඇතිව උපදනේ ය. යමෙක් යම් කුලයක දුක සේ ආහාරපාන වස්ත්‍ර ලැබේ නම් එබඳු කුලයක උපදනේ ය.

හේ කයින් දුසිරිත් පුරයි. වචනයෙන් දුසිරිත් පුරයි. මනසින් දුසිරිත් පුරයි. හේ කයින් දුසිරිත් පුරා වචනයෙන් දුසිරිත් පුරා මනසින් දුසිරිත් පුරා, මරණින් මතු අපාය නම් වූ දුගති නම් වූ විනිපාත නම් වූ නිරයට පැමිණේ.

දෙවනියට පෙන්නනවා ආනන්දයෙනි, කෙසේ නම් කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම ශුක්ල ස්වභාව ඇතිව උපදනේ ය යත්. යමෙක් යම් කුලයක දුක සේ ආහාරපාන වස්ත්‍ර ලැබේ නම් එබඳු නීච කුලයක උපදනේ ය. හේ කයින් සුසිරිත් පුරයි. වචනයෙන් සුසිරිත් පුරයි. මනසින් සුසිරිත් පුරයි. හේ කයින් සුසිරිත් පුරා වචනයෙන් සුසිරිත් පුරා මනසින් සුසිරිත් පුරා, මරණින් මතු සුගති ස්වර්ග ලෝකයෙහි උපදනේ ය.

තුන් වෙනියට පෙන්නනවා ආනන්දයෙනි, කෙසෙයින් කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණියේ ය යත්. යමෙක් යම් කුලයක දුක සේ ආහාරපාන වස්ත්‍ර ලැබේ නම් එබඳු නීච කුලයක උපදින්නේ ය. හේ පැවිදි වූයේ චිත්තයට උපක්ලේශ වූ, ප්‍රඥාව දුර්වල කරන, පංචනීවරණයන් දුරු කොට, සතර සතිපට්ඨානයේ මනා සේ පිහිටියේ සප්ත බොජ්ඣඞ්ගයන් තත් වූ පරිදි වඩා අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණේ.

හතර වෙනියට පෙන්නනවා ආනන්දයෙනි, කෙසෙයින් ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම කෘෂ්ණ ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය යත්. ආනන්දයෙනි, මෙලොවෙහි ඇතැමෙක් මහත් ධන ඇති මහා භෝග ඇති බොහෝ රන් රිදී ඇති බොහෝ ධන ධාන්‍ය ඇති උසස් කුලයේ උපන්නේ වේ. හේ කයින් දුසිරිත් පුරයි. වචනයෙන් දුසිරිත් පුරයි. මනසින් දුසිරිත් පුරයි. හේ කයින් දුසිරිත් පුරා වචනයෙන් දුසිරිත් පුරා මනසින් දුසිරිත් පුරා, මරණින් මතු අපාය නම් වූ දුගති නම් වූ විනිපාත නම් වූ නිරයට පැමිණේ.

පස් වෙනියට පෙන්නනවා ආනන්දයෙනි, කෙසෙයින් ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම ශුක්ල ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය යත්. ආනන්දයෙනි මෙලොවෙහි ඇතැමෙක් මහත් ධන ඇති මහා භෝග ඇති බොහෝ රන් රිදී ඇති බොහෝ ධන ධාන්‍ය ඇති උසස් කුලයේ උපන්නේ වේ. හේ කයින් සුසිරිත් පුරයි. වචනයෙන් සුසිරිත් පුරයි. මනසින් සුසිරිත්

පුරයි. හේ කයින් සුසිරිත් පුරා වචනයෙන් සුසිරිත් පුරා මනසින් සුසිරිත් පුරා, මරණින් මතු සුගති ස්වර්ග ලෝකයෙහි උපදනේ ය.

හය වෙනියට පෙන්නනවා ආනන්දයෙනි, කෙසෙයින් ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණියේ ය යත්. මෙලොවෙහි ඇතැමෙක් මහත් ධන ඇති මහා භෝග ඇති බොහෝ රන් රිදී ඇති බොහෝ ධන ධාන්‍ය ඇති උසස් කුලයේ උපන්නේ වේ. හේ පැවිදි වූයේ චිත්තයට උපක්ලේශ වූ, ප්‍රඥාව දුර්වල කරන, පංචනීවරණයන් දුරු කොට, සතර සතිපට්ඨානයේ පිහිටියේ සප්ත බොජ්ඣඞ්ගයන් තත් වූ පරිදි වඩා අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණේ.

මේ භාවනාව කිරීමේ දී, යම් මනෝමය කායක් හට ගත්තේ ද එහි සමුදය ධර්මය දකී. යම් බාහිර කායක් වේ ද එහි සමුදය ධර්මය දකී, පච්චිනති. අභ්‍යන්තර බාහිර දෙකේ ම සමුදය අස්තංගමය විමසයි, පච්චරති.[2] සමුදය අස්තංගමය දැන, එහි යම් නිරෝධයක් කැමති වේ ද, එය පරිවිමංසමාපජ්ජති යන අවබෝධය යොදාගෙන බැලිය යුතු ය.

උදාහරණ වශයෙන් සත්වයන්ට හිංසා කිරීම කර, ආබාධ සහිතව උපන් අපි, බාහිර කායක් සාදා ගත්ත අපි, තවදුරටත් සත්වයන්ට හිංසා කිරීම නොකළ යුතු ය. එසේ කරන්නේ නම්, අභ්‍යන්තර කායට එය බැසගන්නේ, නැවතත් බොහෝ ආබාධ ඇති වේ යනුවෙන් සිහි කළ යුතු ය. සංස්කාරයන්ගේ නිරෝධයට කැමති විය යුතු ය.

එතකොට ඒක තමයි භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 21/01/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඒක අංගුත්තර නිකායේ හයේ කොටස් තියෙන ඒකේ තියෙන්නේ.
2. ඒ කියන්නේ, this is apple this is orange, and they both are the same.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මේ භාවනාව කරනකොට කෙනෙක් හොඳට ඔය තමන්ගේ තත්වය බලන්න ඕන. තමන් මේ හිංසා කරලා, තමන් අසනීප ස්වභාවය සහිතව ඉඳලා, මම තවදුරටත් මේක කරන්නේ නෑ. අර කෘෂ්ණාභිජාති, තමන්ව බින්දුවට දාලම බලන්න, කෘෂ්ණාභිජාති හැටියට උපන්නා කියලා. එහෙම දාලා, ඊට පස්සේ කල්පනා කරන්න මං තවදුරටත් ඒ හිංසා කිරීම්, පාණාතිපාත, අදත්තාදාන ඔය විදිහට ඉතින්, පරුෂා වාච කාටවත් බනින්න, මම ඒවා මොකක්වත් කරන්න යන්නේ නැහැ. ඒකයි අර බුදුහාමුදුරුවෝ කිව්ව විදිහට ඒ කාය, වචී, මනස ඒ තුනෙන් ඒ විදිහට සුසිරිත් පුරනවා කියන අර්ථය ඇතුව සිහි කළහම, මොකද අර

තමන් යමක් කරලා මේ තත්වයට වුණා කියන එක අරගෙන, ඊට පස්සේ දැම්මහම ලොකු වෙනසක් තියෙනවා තවදුරටත් කරන්නෙ නැහැ කියන එක.

20/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - විරිය

Āhāra Sutta - Viriya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ ආහාර සූත්‍රයේ තථාගතයන් වහන්සේ පෙන්නනවා, මහණෙනි, නූපන් විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් ආහාරය කිමෙක් ද යත්.

මහණෙනි, පළමු ඇරඹූ විරියෙක් ආරම්භ ධාතු, මැළි බැවින් නික්මෙන විරියෙක් නික්ඛම ධාතු, මතු මතු තැන් ඇක්මෙන විරියෙක් පරක්කම ධාතු ඇත. එහිලා නුවණින් මෙනෙහි කිරීම බහුල කිරීමක් වේ ද, නූපන් විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් මේ ආහාරයයි.

එතකොට ඔය නික්ඛම කිව්වම, going out, departure. පරක්කම ධාතු කිව්වම, උතුම් විරිය. මෙහි දී විරිය බලයෙහි අර්ථ දැක්වීම සිහි කළ යුතු ය. ඒක සාකච්ඡා කරලා තියෙනවා, 18/04/2016 පංචබල භාවනාවේ.

1 මේ සස්නේ අරිය ශ්‍රාවකයා, අකුසල ධර්මයන්ගේ ප්‍රහාණය පිණිස කුසල ධර්මයන්ගේ උපසමත් පිණිස වැර ඇතිව වෙසේ.

2 ස්ථාමවත් වූයේ දළපැරකුම් ඇති වේ.

3 කුසල් දහම්හි නොහළ ධූර ඇති වූයේ වේ.

මෙහි පළවන කාරණය, පළමුව ඇරඹුණු විරියෙක් ආරම්භ ධාතු ලෙස ගත යුතු ය. මෙහි දී කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම ශුක්ල ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය, කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණියේ ය, යන ධර්මතාවයන් සහිතව සිහි කළ යුතු ය. උදාහරණ වශයෙන්, සතුන්ට හානිකර රෝග සහිතව කෘෂ්ණාභිජාති ඇතිව උපන් පුද්ගලයා තවදුරටත් සතුන්ට හානි කිරීමට නොසිතිය යුතු ය.

මෙහි දෙවන කාරණය, ස්ථාමවත් වූයේ දළපැරකුම් ඇතියේ යන්න, මැළි බැවින් නික්මෙන විරියෙක් නික්ඛම ධාතු, ලෙස ගත යුතු ය. ස්ථාමවත් වන්නේ කෙසේ ද? යම් උපන් කුසලයක් වේ ද එහි මනා කොට පිහිටයි. අත් නොහරී. මෙහි දී ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම ශුක්ල ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය, ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණියේ ය යන ධර්මතාවයන් සහිතව සිහි කළ යුතු ය.[1]

දළපැරකුම් වන්නේ කෙසේ ද? යම් අකුසලයක් ප්‍රහාණය කළේ ද, එම අකුසලයෝ නැවත ඉපදෙමින් වන්නා වූ පරාජයට අකමැති වන්නේ ය. ඔහු යුද්ධයකින් දිනුවා වූ රජෙකු, නැවත පරාජය වීමට අකමැති වන්නේ යම් සේ ද, මේ එසේ ය. දළපැරකුම් වන්නේ ඉවතන ලද බැහැර කරන ලද දේ නැවතත් නොගනී. කුමක් බැහැර කළේ ද? කුමක් ඉවතන ලද ද? තණ්හාව බැහැර කළේ ය. තණ්හාව ඉවතන ලද්දේ ය.

මෙහි තෙවන කාරණය, කුසල් දහම්හි නොහළ ධූර ඇතියේ යන්න, මතු මතු තැන් ඇක්මෙන විරියෙක් පරක්කම ධාතු, ලෙස ගත යුතු ය. නොහළ ධූර වන්නේ යම් කුසලයක් ඉපදවිය යුතු ද, එය පමා නොවී ඉපදවීම කිරීමෙනි. මෙහි දී කුසලය වන්නේ, තථාගතයන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව ය. එය අත් නොහරී.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 04/02/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතනත් උදාහරණ වශයෙන් බලන්න පුළුවන් පෙර පාණාතිපාතයන්ගෙන් වැළකී ශුක්ලාභිජාති වුයේ කිසිම ආකාරයකින් කවරෙක් පැවසුව ද පාණාතිපාත නොකිරීම යන්නේ මනා කොට පිහිටයි. එසේ ම තණ්හාව බැහැර කළේ තණ්හාව අතහැරීමෙන් මනා කොට පිහිටයි.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේ භාවනාව කරන්නේ මේ හිස globe එකක් මෙන් විශාල වෙලා පවතිනවා. කිසිවක් අල්ලන්නේ නැහැ.

27/01/2023 - ආහාර සූත්‍ර - ප්‍රීති

Āhāra Sutta - Prīti

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ ආහාර සූත්‍රය, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය. මහණෙනි, නූපන් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් ආහාරය කිමෙක් ද යත්.

මහණෙනි, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගයට කරුණු වූ දහම් ඇත. එහිලා නුවණින් මෙනෙහි කිරීම බහුල කිරීමක් වේ ද, නූපන් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් මේ ආහාරයයි.

02/12/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී සාකච්ඡා කළ අයුරින්, විරිය මගින් දස අකුසලය පහ කර ඇති නිසා, advanced 2 උපෙක්ඛා භාවනාවේ දී සිහි කළාක් මෙන් දස අකුසලයෙන් වෙන් වීම නිසා වූ ප්‍රීතිය ඇත්තේ, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගයේ වැඩීම සිදු වේ. තව ද ස්ථාමවත් වූයේ දළපැරකුම් ඇතියේ යන්න, මැළි බැවින් නික්මෙන විරියෙක් නික්ඛම ධාතු, ලෙස විමසන්නේ එහි යම් ස්ථාවරභාවයක් ඇති ද එනම් යම් උපන් කුසලයක් වේ ද එහි මනා කොට පිහිටන්නේ, එහි සාක්ෂි වශයෙන් ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ශුක්ල ස්වභාවය ඇතිව උපන්නේ ය යන්න සිහි කරන්නෙකුට, ප්‍රීතිය ඇති වේ. එය success යයි දන්නා නිසා ය.

එසේ ම අරි අට මඟට පිළිපන් බව මෙනෙහි කරන්නෙකුට ප්‍රීතිය ඇති වේ.

30/12/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත් දෙයාකාර ප්‍රීතිය විමසන්නෙකුට ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීම සිදු වේ. එනම් සවිතක්ක සවිචාර ප්‍රීතියකුත් වේ නම්, එය ද ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගයකි. යම් අවිතක්ක අවිචාර ප්‍රීතියකුත් වේ නම්, එය ද ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගයකි.

සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය තුළ දිබ්බ විහාර බ්‍රහ්ම විහාර අරිය විහාර ආනෙඤ්ජ විහාර ඇතුළත් වේ. මෙහි යම් අධිචිත්ත ශික්ෂාව සාර්ථක වන සමාධියක් ඇති වන්නේ නම්, එනම් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන හදන සංස්කාරයන් පළමුව ඉවතලන්නේ, දෙවනුව අරූප ධ්‍යාන සඤ්ඤාව ඉවතලන්නේ, තුන් වෙනුව රූපයට නිත්‍යයි එකතු කරන ලද සඤ්ඤා ඉවතලීම නිසා යම් ප්‍රීතියක් වේ ද, එය සවිතක්ක සවිචාර ප්‍රීතිය යන්නට වැටේ.

අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය තුළ කාම විතක්කයෝ නැත. විචාරයෝ නැත. ව්‍යාපාද විතක්කයෝ නැත. විචාරයෝ නැත. විහිංසා විතක්කයෝ නැත. විචාරයෝ නැත. මෙසේ පග්ගහ නිමිත්ත ස්ථිර වීම නිසා ඇති වන ප්‍රීතියක් වේ ද එය අවිතක්ක අවිචාර ප්‍රීතිය වේ.

අරි අට මඟේ සිටින තාක් කල් එහි සාර්ථකත්වය මෙනෙහි කරන තාක් කල් එම ප්‍රීතිය වැඩීම සිදු වේ. දැන් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගයට කරුණු වූ දහම් පැහැදිලි වේ.

1 දස අකුසලයෙන් වෙන් වීම එකකි.

2 දස කුසලයේ පිහිටීම තව එකකි.

3 පටිපදාවේ පිහිටීම තව එකකි.

4 විභංගය, විශ්ලේෂණය කිරීම [1] තව එකකි. එය දෙයාකාර ය.

4.1 රූපයට නිත්‍යයි එකතු කරන ලද සඤ්ඤා ඉවතලීම දක්වා විමසන්නේ එහි අනිත්‍ය බව දැකීම නිසා, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගයකි. කුමක් නිසා ද? එය උපාදාන ධර්මයන්ගෙන් සිත ගලවන නිසා ය. මෙහි අත්තවාද උපාදානය විශේෂිත ය. එහි සුභය ඉක්මවන නිසා මානය ඉක්මවීම වටහා ගැනීම වැදගත් ය.

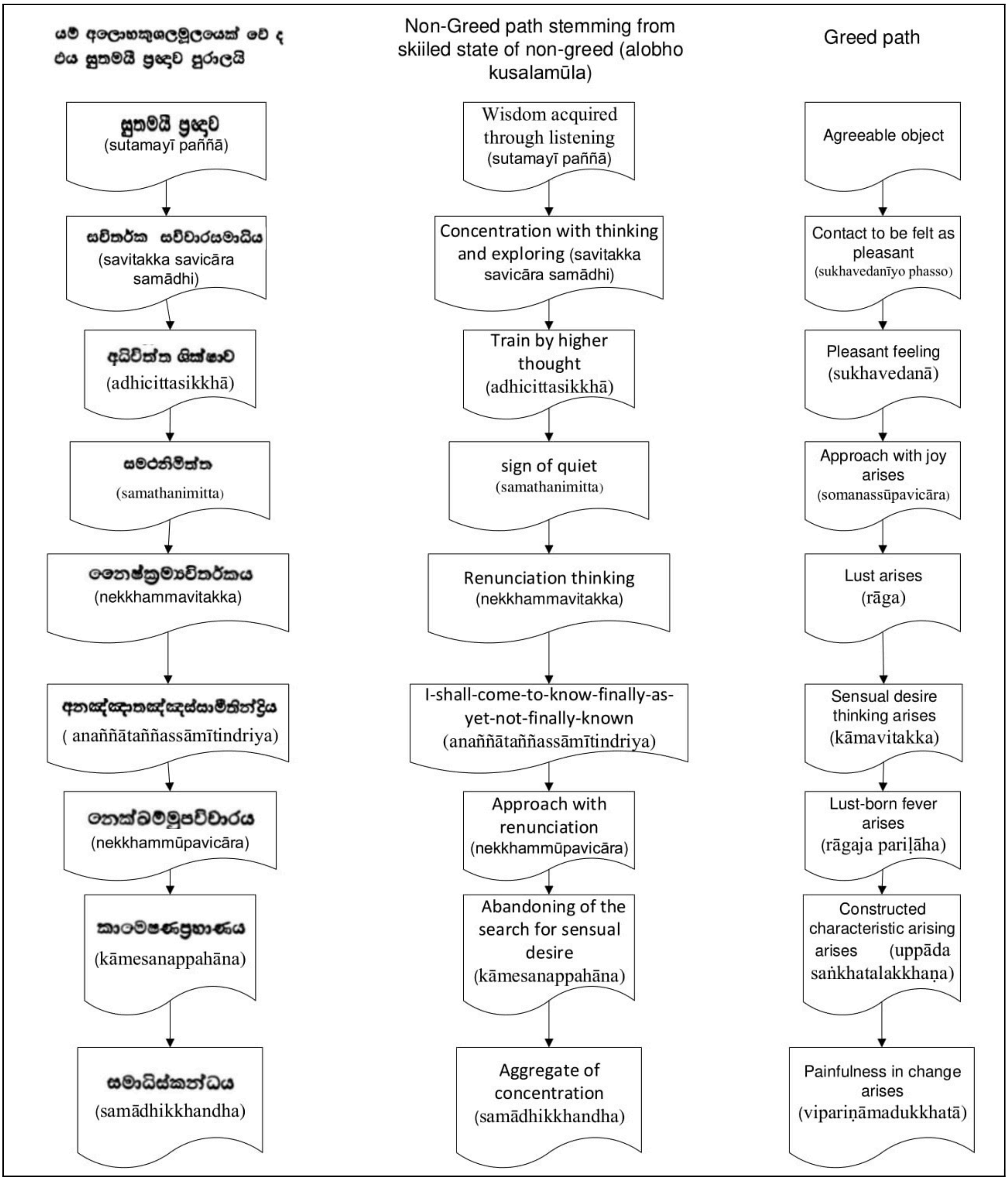
4.2 අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය මගින් විහිංසා විචාරයෝ පහ වන්නේ, මෝහ පාරේ නොයන්නේ, මෝහය ඉවත් වීමත්, මෝහය නිසා වන දහම් ඉවත් වීමත් නිසා ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ග වේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

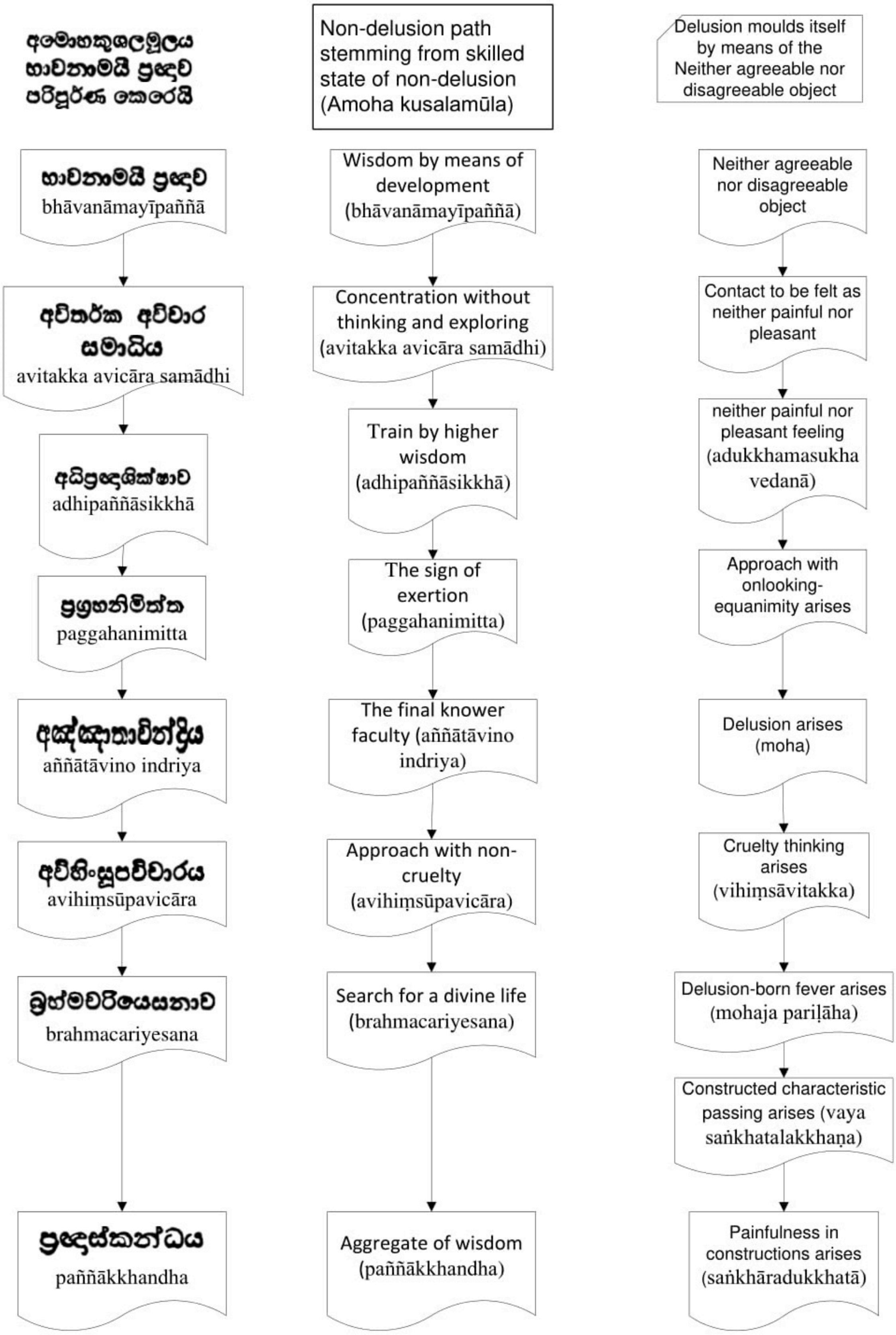
<u>සාකච්ඡාව - 04/02/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. Analysis කියන එක



NonGreed.pdf - Slide 2



NonDelusion.pdf - Slide 2

03/02/2023 - ආහාර සූත්‍ර - පස්සද්ධි

Āhāra Sutta - Passaddhi

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ ආහාර සූත්‍රය. මහණෙනි, නූපන් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් ආහාරය කිමෙක් ද යත්.

මහණෙනි, කයේ සැහැල්ලු බවෙක්, සිතේ සැහැල්ලු බවෙක් ඇත. කාය පස්සද්ධි, චිත්ත පස්සද්ධි. එහිලා නුවණින් මෙනෙහි කිරීම බහුල කිරීමෙක් වේ ද, නූපන් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් මේ ආහාරයයි.

30/12/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී, කාය පස්සද්ධිය ඇති වන්නේ කාය විවේකය මගිනි. එහි ජරාව බව දැන ජරාව නොගනී යන්න ඇතුළත් වේ. චිත්ත පස්සද්ධිය ඇති වන්නේ චිත්ත විවේකය මගිනි. එහි ව්‍යාධිය බව දැන ව්‍යාධිය නොගනී යන්න ඇතුළත් වේ යනුවෙන් ඉගෙන ගතිමු.

තව ද 02/12/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගයට හේතු වූ ධර්ම කරුණු දෙකක් ඉගෙන ගතිමු.

1 උපසමාධිට්ඨානය දක්වා යන්නේ, පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගයට අඩිතාලම දමයි. කුමක් නිසා ද? අලෝභ අදෝෂ අමෝහ හරහා අරි අට මඟට පැමිණි නිසා ය. එනම් අලෝභ අදෝෂ අමෝහ වීමෙන්, අරි අට මඟට පැමිණෙන බව වැටහීම ය. එහි සම්මා සමාධියට පදනම සකස් වී අවසාන ය. කුමක් නිසා එසේ පවසත් ද? ලෝභ දෝෂ මෝහ එපා යයි පවසන්නේ නම් එසේ වන නිසා ය. එනම් ලෝභ දෝෂ මෝහ එපා යයි, ස්ථාවරයක් වීම ය.

2 විමංසා සමාධිය දක්වා යන්නේ එහි පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය ක්‍රියාත්මක වේ. කුමක් නිසා ද? ගැලවූ ධර්මතාවයන් මගින් ඇති වූ ශාන්ත ස්වභාවය, ක්‍රියාත්මක වන නිසා ය. බිම තබන ලද යකඩ පොල්ල නැවත ගැනීමක් ගැන අදහස් මෙහි නැත. මෙසේ සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීම සිදු වේ.

කාය පස්සද්ධිය ඇත්තේ එහි කාය විවේකය අඩංගු විය. එනම් දුක ගැන මෙනෙහි කිරීම අඩංගු විය. එහි දී යම් ස්ථාවරභාවයකට පැමිණියේ නම් [1] උපසමාධිට්ඨානය දක්වා ගමන් කිරීමක් සිදු වේ. කුමක් නිසා ද? දුක බව දන්නේ නම් එයින් මිදීමට

කැමැත්ත ඇති වන නිසා ය. මෙසේ කාය පස්සද්ධියට හේතු වූ කරුණු විමසීම මගින් කාය පස්සද්ධිය ඇති වන්නේ එහි මනා කොට පිහිටන්නේ කාය පස්සද්ධිය අඛණ්ඩව පැවතීම, ගැලවූ ධර්මතාවයන් මගින් සිදු කරනු ලබයි. බිම තබන ලද යකඩ පොල්ල නැවත නොගැනීම සිහි කරන්න.

චිත්ත පස්සද්ධිය ඇත්තේ එහි චිත්ත විවේකය අඩංගු විය. ධ්‍යාන තලයක් හෝ මගේ යයි නොගැනීමට තරම් ප්‍රබල වන්නේ, ලෝභ දෝෂ මෝහ පහ කර උපසමාධිව්ධ්‍යානය දක්වා ගමන් කිරීමක් සිදු වේ. කුමක් නිසා ද? සෑම ධ්‍යාන තලයක් ම රෝගී බව දන්නා නිසා ය. මෙහි යම් විමුක්ති ස්වභාවයක් ඇති ද එය ම සම්මා සමාධියට තුඩු දේ.

මෙසේ මනා කොට පවතින්නා වූ පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි.

කෙසේ සෑම ධ්‍යාන තලයක් ම රෝගී බව දන්නේ ද? ජරාව දන්නේ නම් ව්‍යාධිය ඇති බව දනී. එනම් කාය විවේකයෙහි වටහා ගන්නා ලද ජරාව ම, ධ්‍යාන තලයන් රෝගී බව වටහා ගැනීමට උදව් උපකාර විය. කුමක් නිසා ද? යම් මනෝමය කායක් හටගත්තේ ද එය රූපය සම්බන්ධව, 1 කබලිංකාර ආහාරය, 2 අත්තා ඉඳන් නිත්‍ය කියන තැන, 3 ජාතියේ ඉඳන් ජරාව යන ධර්මයන් සිහි කිරීමෙන් සිදු විය. ගැලවුණා වූ රූපය මත ම ඇති වුණා වූ මනෝමය කාය, රූපය මත ම යැපෙන බව, දන්නකුට දක්නකුට සෑම ධ්‍යාන තලයක් ම රෝගී බව වැටහේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 18/02/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. සුබ යයි නොසිතයි කියන එක.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මෙතන මේ රූපය මත ම යැපෙන බව දන්නකුට කියන එක වටහා ගන්නවා නම්, අපි ගමු, කකුල් හතරකින් යුතු මේසයක්. ඒකෙ එක කකුලක් කැඩුණ ද, මේසය මෙන් පෙනෙන්නේ දන්නේ යම් සේ ද මෙය එසේ ය. එය කකුල් දෙකක් හෝ ඊට වැඩි ගණනක් කැඩුණ ද, ආපෝ ධාතු ඒ කියන්නේ පාවීම, වායෝ ධාතු රැඳවීම, තේජෝ ධාතු වර්ණවත් ව පෙනීම උපකාරයෙන් හෝ මේසය මෙන් පෙනෙන්නේ යම් සේ ද, මෙය එසේ වටහා ගත යුතු ය. සියල්ල ම ගැලවී ගියත්, ධාතු ස්වභාවය ම සිත්හි දරයි. ඒ කියන්නේ, අර තද ගතිය උෂ්ණය ආදී වශයෙන්.

ඊළඟට ඔය රූපය මත ම යැපෙන බව දක්නකුට කියන එක, ඒක 1, 2, 3 සතිය මත

යැපෙන බව දැකීම.

ආපහු පෙන්නන්න පුළුවන්, ඔය කාය පස්සද්ධියෙන් උපසමාධිට්ඨානය ඇති වන අවස්ථාවේ දී, එතන ඒ දුක බව දන්නේ නම්, එයින් මිදීමට කැමැත්ත ඇති වන නිසා ය කියලා පැහැදිලි කළා. එනම් විඤ්ඤාණය සකස් වෙනවා කියලා දැනගෙන, ඒ විඤ්ඤාණය සකස් වෙන්න නොදෙනවා. ඒ කියන්නේ පටිච්චසමුප්පාදය වෙන්න ඉඩ නොදෙනවා. පටිච්චසමුප්පාදය වෙන්න ඉඩ නොදෙනවා කියලා කියන්නේ අභිජ්ඣාව කොයි වෙලාවක හරි නැති වුණා නම්, උපසමාධිට්ඨානය ඇති වෙනවා කියන එක තේරුම් ගන්න ඕන.

ඒ වගේ ම ඉතින් මේකට තවත් එකතු කරනවා නම්, ඔය 29/05/2016 දුක්ඛ නිරෝධ භාවනාව සමඟ මේ භාවනාව කරන්නේ, මේකේ මේ මුලින් වම් ඇස ඇරීමත් එම ප්‍රදේශය දැනීමත් කියන එක සිදු වෙනවා. අපි දන්නවා එතන ඒ සතිය කියන ඒ පැත්ත.

කුමක් නිසා ද? කාය විවේකය සිහි කරන විට දුක බව දැන එහි සමුදය දහම විමසා, පටිච්චසමුප්පන්න නොවීමට වග බලා ගන්නේ නම් කාම ඕසයන්ගෙන් සිත ගැලවෙන අතර විඤ්ඤාණස්ථිතියට ඉඩ නොදීම නිසා ය. මෙම සති බලය ප්‍රබල වන්නේ උපසමාධිට්ඨානය දක්වා ගමන් කිරීමක් සිදු වේ.

චිත්ත විවේකය සිහි කරන්නේ, ව්‍යාධිය දැක ධ්‍යාන තලයක් හෝ මගේ යයි නොගැනීමට තරම් ප්‍රබල වන්නේ, ප්‍රඥා විරිය සමාධි ඉන්ද්‍රියන් මතු වන්නේ, ඔළුවේ එම කොටස හොඳින් දැනේ.

මෙසේ සතිය නිසා වූ ධර්මතාවයෝ, ප්‍රඥා විරිය සමාධි නිසා වූ ධර්මතාවයෝ සමඟ එකතු වන්නේ පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය, එය මනා කොට පවතිනවා.

එතකොට ආපහු තව ටිකක් කියනවා නම්, ඔය සෑම ධ්‍යාන තලයක් ම රෝගී බව දන්නා නිසා ය යන්න සිහි කිරීම, මෙන්න මේ ආකාරයට කෙනෙකුට කරන්න පුළුවන්.

චිත්ත විවේකය, පළමු ධ්‍යානයට ගිය පුද්ගලයාගේ සිත, නීවරණයන්ගෙන් වෙන් වෙනවා. ඊළඟට දෙවෙනි ධ්‍යානයට සමවැදුණු කෙනාගේ සිත, විතක්ක විචාරයන්ගෙන් වෙන් වෙනවා. තුන් වෙනි ධ්‍යානයට සමවැදුණු පුද්ගලයාගේ සිත, ප්‍රීතියෙන් වෙන් වෙනවා. හතර වෙනි ධ්‍යානයට සමවැදුණු කෙනා, සුඛ දුක දෙකෙන් ම වෙන් වෙනවා. ඊළඟට ආකාසානඤ්චායතනයට සමවැදුණු පුද්ගලයාගේ සිත, රූප සඤ්ඤා පටිඝ සඤ්ඤා නානත්ත සඤ්ඤා කියන ඒවයෙන් වෙන් වෙනවා.

මෙසේ වෙන් වීමක් ඇති ද, එනමුදු සියල්ල ම ගැලවී ගියත් ධාතු ස්වභාවය ම සිත්හි

දරයි. ඒ කියන්නේ අර උෂ්ණය තද ගතිය ආදී වශයෙන්. මෙසේ ජරාවට පත්වන්නා වූ රොඩු මඩ සුන්බුන් වැනි ධාතු ස්වාභාවයෙහි ම සිත පිහිටන්නේ නම්, ව්‍යාධිය වැළකිය නොහැක. පටිච්චසමුප්පාදය වෙන්න ඉඩ නොදෙනවා යන්න සිදු නොවේ. මෙසේ වටහාගෙන, කාය පස්සද්ධිය සිහි කරන්නේ එය ඔළුවෙන් ආලෝකය විහිදීම සිද්ධ වෙනවා. ඒ චිත්ත පස්සද්ධිය සිහි කරන්නේ කුණ්ඩය පවා දැනෙනවා.

Sukhā ca paṭipadā khippābhiññā	
සුඛා පටිපදා ඛිප්පාභිඤ්ඤා	සුව පිළිවෙත් ඇති ශීඝ්‍ර අභිඥා
Pleasant way with quick realisation	

catutthaṃ jhāna	
චතුර්ථධ්‍යානය	
Fourth Meditation	

catutthañca satipaṭṭhāna	Dhammānupassanā
සතරවැනි සතිපට්ඨානය	
Mindfulness regarding the doctrine	

catuttho ca vihāro	arūpasamāpattiyo āneñjavihārā
සතරවැනි විහරණය	
The fourth abiding	Formless concentration

catutthañca sammappadhāna	Uppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ ṭhitiyā asammosāya …
සතරවැනි සම්‍යක්ප්‍රධානය	
The fourth right endeavour	Protect path and fruits of attainment. This includes Preservation(anurakkhaṇāpadhāna - samādhinimittaṃ anurakkhati)

catuttho ca acchariyo abbhuto dhammo	
සතරවැනි ආශ්චර්ය අද්භූතධර්මය	
The fourth wonderful and marvellous idea	The Noble Eightfold path

upasamādhiṭṭhāna	rāgadosamohānaṃ upasamo
උපසමාධිෂ්ඨානය	
The fourth determination	The highest determination for calm

vīmaṃsāsamādhi	
වීමංසාසමාධිය	
Concentration due to investigation	

sabbanissaggo	
සබ්බනිස්සග්ගය	
Relinquishment of all	All – eye and the sight object etc.

upekkhā appamāṇaṃ	
උපෙක්ඛා අප්පමාණං	
Measureless state of equnimity	

Fourth_profitable_direction.pdf - Slide 1

10/02/2023 - ආහාර සූත්‍ර - සමාධි

Āhāra Sutta - Sāmadhi

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ ආහාර සූත්‍රය. මහණෙනි, නූපන් සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය පිරීමටත් ආහාරය කිමෙක් ද යත්.

මහණෙනි, සමථ නිමිත්තෙක් අව්‍යග්ග නිමිත්තෙක් ඇත. පාලි භාෂාවෙන් පෙන්නනවා සමථ නිමිත්තං අබ්‍යග්ග නිමිත්තං, the sign of serenity, the sign of non dispersal. එහිලා නුවණින් මෙනෙහි කිරීම බහුල කිරීමක් වේ ද, නූපන් සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් මේ ආහාරයයි.

30/12/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත්තා, මහණෙනි, යම් සවිතක්ක සවිචාර සමාධියක් වේ නම් එය ද සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගයකි. යම් අවිතක්ක අවිචාර සමාධියකුත් වේ නම් එය ද සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගයකි. මෙසේ මෙය සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය යයි උදෙසීමට යේ. ඒ මේ ක්‍රමයෙන් දෙකක් වේ. මෙය කෙසේ වටහා ගත යුතු ද?

1 සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වන්නේ නම් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන හදන සංස්කාරයන් පළමුව ඉවතලන්නේ, දෙවනුව අරූප ධ්‍යාන සඤ්ඤාව ඉවතලන්නේ, තුන් වෙනුව රූපයට නිත්‍යයි එකතු කරන ලද සඤ්ඤා ඉවතලීම නිසා යම් ප්‍රීතියක් වේ ද එම ප්‍රීතිය කෙරෙහි උපෙක්ඛාවක් පවතී ද එය සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වන සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වන්නේ ය.

මෙහි දී සමථ නිමිත්තේ අර්ථ දැක්වීම සිහි කළ යුතු ය. සම්මා ඥානය තුළ ඇති ප්‍රඥාව, අධිචිත්ත ශික්ෂාව තුළට කා වදින්නේ යම් ධර්මයක් පහ කළ යුතු ද එයට සමවදිනවා යන්න සමථ නිමිත්ත බව අපි දනිමු. ඉහත රූපයට නිත්‍ය එකතු නොකර එයින් ඇති වන ප්‍රීතිය නිසා සතුටු නොවන්නේ, එහි ලෝභ දෝෂ මෝහ පහ වීම ඇත.

මේ සඳහා පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ග භාවනාවේ දී වටහා ගත් කරුණු භාවිතා කළ යුතු ය. මෙහි දී චිත්ත විවේකයෙහි ගුණය සිහි කරන්න. පළමු ධ්‍යානයට ගිය පුද්ගලයාගේ සිත නීවරණයන්ගෙන් වෙන් වෙනවා. ඊළඟට දෙවෙනි ධ්‍යානයට සමවැදිච්ච එක්කෙනාගෙ සිත විතක්ක විචාරයන්ගෙන් වෙන් වෙනවා. තුන් වෙනි ධ්‍යානයට සමවැදී සිටි පුද්ගලයාගේ සිත ප්‍රීතියෙන් වෙන් වෙනවා. හතර වෙනි ධ්‍යානයට

සමවැදුණු කෙනා සුඛ දුඛ දෙකෙන් ම වෙන් වෙනවා. ඊළඟට ආකාසානඤ්චායතනයට සමවැදුණු පුද්ගලයාගේ සිත, රූප සඤ්ඤා පටිඝ සඤ්ඤා නානත්ත සඤ්ඤා කියන ඒවායින් වෙන් වෙනවා, ආදී වශයෙන්.

මෙසේ වෙන් වීමක් ඇති ද, එනමුදු සියල්ල ගැලවී ගියත් ධාතු ස්වභාවය ම සිත්හි දරයි, තද ගතිය උෂ්ණය ආදී වශයෙන්. මෙසේ ජරාවට පත් වන්නා වූ රොඩු මඩ සුන්බුන් වැනි ධාතු ස්වභාවය ම හි සිත පිහිටන්නේ නම් ව්‍යාධිය වැළකිය නොහැක. පටිච්චසමුප්පාදය වන්න ඉඩ නොදෙනවා යන්න සිදු නොවේ.

මෙසේ වටහාගෙන කාය පස්සද්ධිය සිහි කරන්නේ, මෙහි මනා කොට සිත පිහිටන්නේ එමගින් සමථ නිමිත්ත සම්පූර්ණ වීම නිසා සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගයේ ඇති වීමත් වැඩිදියුණු වීමත් සිදු වේ.

2 අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය තුළ පග්ගහ නිමිත්ත ස්ථිර වීම නිසා ඇති වන ප්‍රීතිය කෙරෙහි උපෙක්ඛාවක් පවතී ද එය අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වන සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වන්නේ ය, යනුවෙන් ඉගෙන ගතිමු. මෙය අබ්‍යග්ග නිමිත්ත, the sign of non dispersal ලෙස ගත යුතු ය. කුමක් නිසා ද? අරි අට මඟේ පිහිටීම මගින් නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරගන්නා නිසා ය.

අබ්‍යග්ග නිමිත්ත සිහි කරන්නේ, යම් දහමක පෙර සිත ගොඩනැඟුවා ද එමගින් යම් උපතක් සිදු වූවා ද එම සියල්ල දුක වශයෙන් දැක එහි නැවත නොපිහිටයි. වර්තමානයේ යම් දහමක සිත ගොඩනැඟී ඇත්ද එමගින් යම් උපතක් සිදු වන්නේ නම්, එය දුක වශයෙන් දැක එහි නැවත නොපිහිටයි. මෙහි දී කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම කෘෂ්ණ ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය, කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම ශුක්ල ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය, ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම කෘෂ්ණ ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය, ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම ශුක්ල ස්වභාවය ඇතිව උපදනේ ය, යන අවස්ථා හතර යොදා විමසිය යුතු ය.

යම් දහමක අනාගතයේ සිත පිහිටුවොත් එමගින් යම් උපතක් ඇති වන්නේ ද, එය මගින් දුක ඇති වන බව දැක, එහි නැවත නොපිහිටයි. මෙසේ අබ්‍යග්ග නිමිත්ත, the sign of non dispersal වටහා ගත යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 18/02/2023**</u>

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව කාරණා හතක් විතර එකතු කරන්න පුළුවන්.

එතකොට එක කාරණාවක් තමයි, ඔය සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය නිසා සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය සිහි කරන අවස්ථාවේ දී, අනිත්‍ය බව දැන, ධාතූන් මත පිහිටවීම නොවන බව වටහා ගත යුතු ය. අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වන සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය සිහි කරන අවස්ථාවේ දී, කර්මය බව දැන, සංස්කාර මත සිත පිහිටවීම නොවන බව වටහා ගත යුතු ය. මෙහි දී දුක්ඛ චක්‍රයේ එක පිටුවේ ඉගෙන ගත් සටහන සිහි විය.

දෙවෙනියට සමථ නිමිත්තේ අර්ථ දැක්වීම සිහි කරන්නේ සියල්ල ම ගැලවී ගියත් ධාතු ස්වභාවය ම සිත්හි දරයි. ඒ කියන්නේ, තද ගතිය උෂ්ණය ආදී වශයෙන් සිහි කරන්නේ, ශාන්ත සුවිමුක්ත චිත්තය ඇති වෙනවා. එතකොට ඒ අවස්ථාවේ දී, ඔය සති ප්‍රඥා සමාධි කියන එක බොහොම පුදුමාකාර විදිහට ඔළුවෙන් ශාන්තව සුඛව දැනෙනවා. ඒ කියන්නේ විරිය කොටසට වඩා, ඔය සති ප්‍රඥා සමාධි කොටස ඔළුවේ විශාලව පවතිනවා.

තුන් වෙනි කාරණේ අබ්‍යග්ග නිමිත්ත සිහි කරන්නේ, කර්මය වශයෙන් දැන සංස්කාර ඉවත් කරන්නේ, ප්‍රඥා විමුක්ති චෙතො විමුක්ති ඒකාබද්ධ වෙනවා. එතකොට ඒකෙ වම් පැත්ත ධාතු, දකුණ පැත්ත අර සංස්කාර කියන එක අපි advanced 2 එකේ බලලා තියෙනවා.

ඊළඟට හතර ඕසයන්ගෙන් ඉවත් වීම නිසා, උපසමාධිට්ඨානය. එතකොට ඒකෙන් සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය.

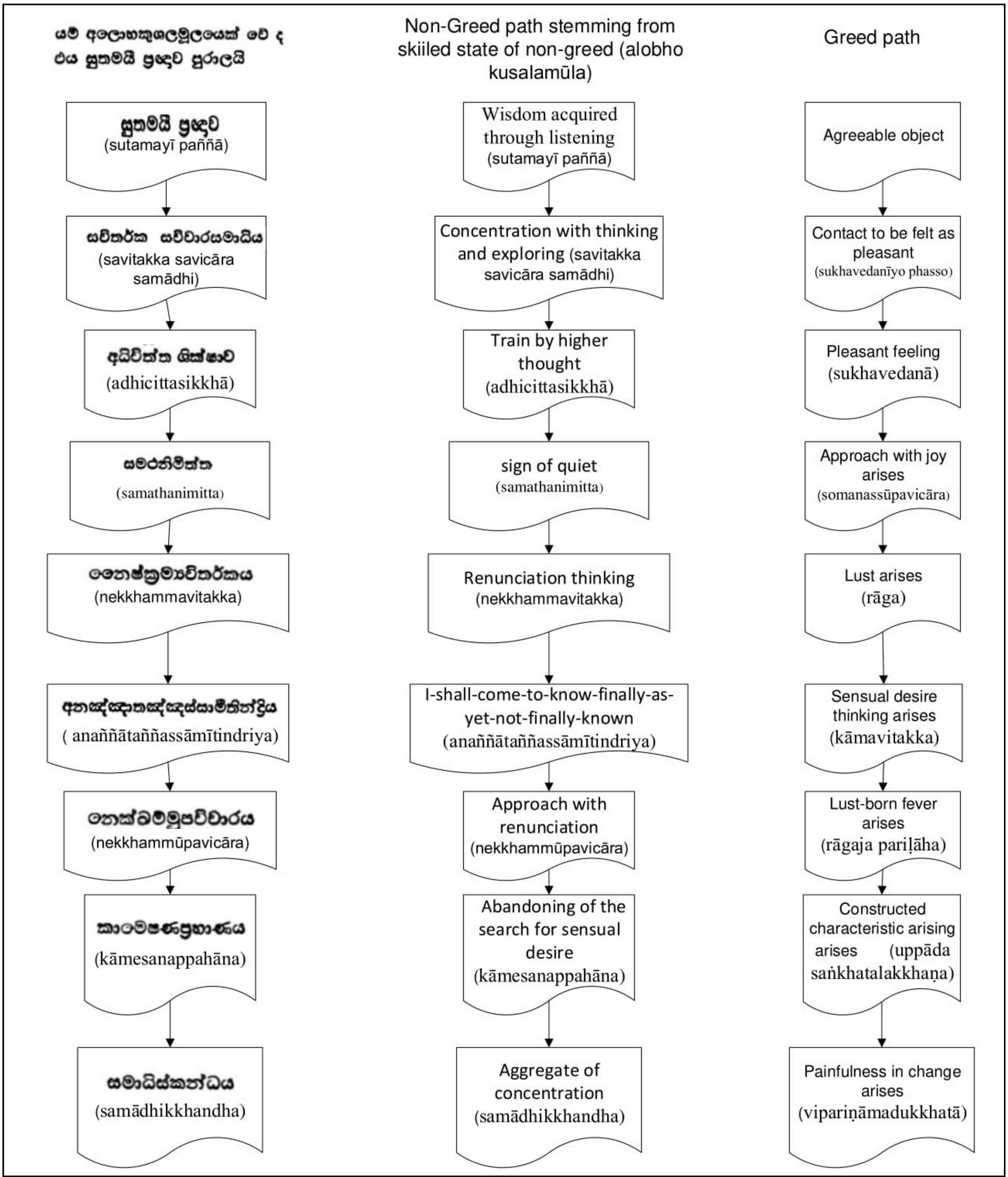
පස් වෙනියට කියන්නට පුළුවන් සල්ලයන්ට තුඩු දෙන ධර්ම කරුණු, ඒ කියන්නේ රූපයට නිත්‍ය එකතු කිරීම, නොවීම නිසා සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය.

හය වෙනියට කියන්නට පුළුවන් විමංසා සමාධිය දක්වා යන්නේ, එහි පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය ක්‍රියාත්මක වෙනවා. මෙය සමඟ සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීම සිදු වෙනවා. මේ සංස්කාර විෂයෙන් ඇති වන දුක, උදාහරණ වශයෙන් පාණාතිපාතය කළොත් මරණය දුක බව නොදනී, ආදී වශයෙන් අපි බලපු එක. ඒ බව දැන, වේදනා සඳහා සාදන චිත්ත සංස්කාරයන් ඉවතලීම නිසා, ද්වේෂ සල්ලය ඉවත් වීම මගින් සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීම. මෙහි සමථ නිමිත්ත සම්පූර්ණ වීම ඇත.

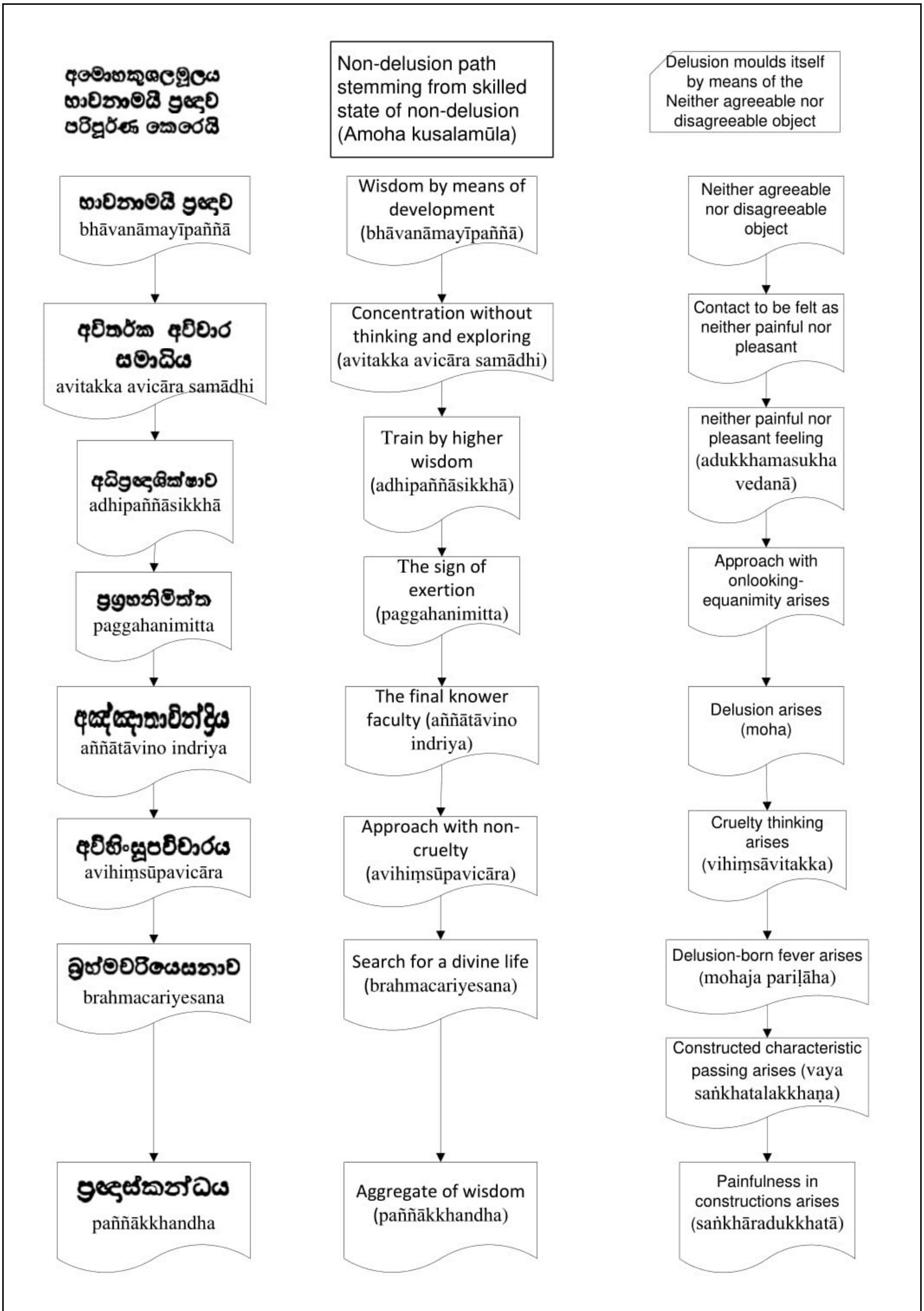
හත් වෙනියට කියන්නට පුළුවන් අබ්‍යග්ග නිමිත්ත මෝහ සල්ලය උදුරා දමනවා. කුමක් නිසා ද? කුම්මග්ග පටිසේවනය ඉවත ලා පග්ගහ නිමිත්තේ ස්ථාවරව පිහිටීමෙන්. හොඳයි ඒක තමයි කියන්න තියෙන්නේ.

ඔතන ඔය අබ්‍යග්ග නිමිත්ත කියන එකේ හොඳට කියවලා බලන්න, ඔය dictionary එකක ගහලා ඔය dispersal කියන වචනය. ඒකෙ කියන්නේ මේ පුද්ගලයන් තමන්

එක තැනක ඉඳගෙන තව තැනකට යනවා. මේක ඇවිල්ලා මේ refer to the both the movement of individuals, animals and plants ඔය විදිහට from their birth site to their breeding site. එතකොට ඒක හරි විශාල ගාම්භීර අර්ථයක් තියෙනවා. මෙතන මම මේ ඉපදිලා ඉඳලා, මම මේ breed කරන්න තව තැනකට, බ්‍රහ්ම ලෝකය හරි අපාය හරි අන්න ඒකට යනවායි කියන අර්ථය. ඒක හොඳට කියවලා බලන්න.



NonGreed.pdf - Slide 2



NonDelusion.pdf - Slide 2

17/02/2023 - ආහාර සූත්‍ර - උපෙක්ඛා

Āhāra Sutta - Upekkhā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ ආහාර සූත්‍රය. මහණෙනි, නූපන් උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපැද්දීමටත් උපන් උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් ආහාරය කිමෙක් ද යත්.

මහණෙනි, උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගයට කරුණු වූ දහම්හු ඇතියහ. එහිලා නුවණින් මෙනෙහි කිරීම බහුල කිරීමෙක් වේ ද, නූපන් උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය ඉපදීමටත් උපන් උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමෙන් පිරීමටත් මේ ආහාරයයි.

30/12/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත්තා, මහණෙනි, ඇතුළත දහම්හි යම් උපෙක්ඛා බවකුත් වේ නම් එය ද උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගයකි. පිටත දහම්හි යම් උපෙක්ඛා බවකුත් වේ නම් එය ද උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගයකි. මෙසේ මෙය උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය යයි උදෙසීමට යේ. මේ ක්‍රමයෙන් උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය දෙකක් වේ.

මෙය කෙසේ වටහා ගත යුතු ද? සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය 30/12/2022 නිබ්බාන භාවනාව අයුරින් ඇති වන්නේ, සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය තුළ යම් දහමක් නිසා, සුඛ දුඛ යන්න කෙරෙහි යම් නුවණින් සෙවීම, පවිච්නති, පරීක්ෂා කෙරෙයි, පවිචරති, හාත්පසින් විමසීම, පරිවිමංස යන ධර්මතාවයන්ගෙන් ප්‍රගුණ වන්නේ එහි යම් උපෙක්ඛාවක් වේ ද, එනම් කැමති වුණා වූ නිරෝධය ම නොසැලී පවතින්නේ නම්, එය ඇතුළත සහ පිටත දහම්හි උපෙක්ඛා යන්න වේ. මෙහි වෙන් කිරීම ඇතුළත යන්න මනෝමය කාය හා සම්බන්ධ වන අතර පිටත යන්න බාහිර කාය හා සම්බන්ධ වේ.

පිටත දහම්හි උපෙක්ඛාව පළමුව විමසනුයේ, සමථ නිමිත්ත පෙරටු කොට භාවනාව වඩන්නේ, සියල්ල ම පහ කළත් ධාතු ස්වභාවය ම සිත්හි දරයි යන්න විමසන්නේ, එහි පටිච්චසමුප්පාදය වෙන්න ඉඩ නොදීමට තරම් උපෙක්ඛාව ප්‍රබල වන්නේ නම් ධාතු විෂයයෙහි සිත සමාදන් නොවේ. එහි ම නිර්වාණය ගැබ් වේ.[1]

ඇතුළත දහම්හි උපෙක්ඛාව දෙවනුව විමසනුයේ, අබ්‍යග්ග නිමිත්ත the sign of non dispersal පෙරටු කොට භාවනාව වඩන්නේ සංස්කාර විෂයයෙහි සිත නොපිහිටන්නේ අවිද්‍යාව නිසා වන සංස්කාරයන් තුනී වී යන්නේ කිසිදු ධ්‍යාන තලයක් මගේ යයි

නොගැනීමට තරම් උපෙක්ඛාව ප්‍රබල වන්නේ නම්, සියුම් වූ ධාතු ස්වභාවය ඉක්මවීමට හැකි වන්නේ, නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි.

මෙහි ආපෝ ධාතු එනම්, බැඳීම කරන ධාතු ඉවත් කරන බව වටහා ගත යුතු ය. මෙය කර්මය හා සම්බන්ධ ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 04/03/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඒ කියන්නේ සතර ධාතු ගති අල්ලා ගැනීමෙන්, materiality, පුටුව, ඒ වාගේ සත්වයෝ ආදී වන්නේ යම් ආකාරයට ද, එම ධාතු ගතියන්හි සිත නොපිහිටන්නේ, එය ම නිර්වාණය ගැබ් ගැනීමට තුඩු දේ.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට ඔය කර්මය හා සම්බන්ධයි කියන එක බලන්න මේ විදිහට. පෙර කළා වූ සංස්කාර නිසා නැවත සිත එහි බැඳීම ඉවත් කළ යුතු ය. උදාහරණ වශයෙන් ඊයේ වැඩට ගිය නිසා, එය හොඳ යයි කිව් නිසා, අදත් වැඩට යෑම කිරීමට සිත පිහිටීම. මෙහි අස්මිති මානය ඉවත් කිරීම ඇත. The sign of non dispersal. අතීතයේ ඉපදීම නමැති සංස්කාරය කළ නිසා, නැවතත් ඉපදීම නමැති සංස්කාරයෙහි සිත බැඳීම ඉවත් කළ යුතු ය.

එතකොට තවත් කාරණා එකතු කරනවා නම්, දැන් අපි අර පවිචිනති, පවිචරති, පරිවිමංසමාපජ්ජති යන ධර්මතාවයන් ප්‍රගුණ වන්නේ, අන්න ඒ අවස්ථාවේ දී, අපි ඔය 1, 2, 3 කියන සතිය කියන එක භාවිතා කරන්න ඕනෙ.

ඊළඟට ඔය සමථ නිමිත්ත පෙරටු කොට භාවනාව වඩන්නේ, සියල්ල ම පහ කළත් ධාතු ස්වභාවය ම සිත්හි දරයි කියන අවස්ථාවේ දී සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය මෙහි දී සිහි කළ යුතු ය. අන්න එතෙන්දි ශාන්ත සුවිමුක්ත චිත්තයක් ඇති වෙනවා.

ඊළඟට තුන්වෙනුව කියන්න පුළුවන්, ඔය the sign of non dispersal අබ්‍යග්ග නිමිත්ත, කිසිදු ධ්‍යාන තලයක් මගේ යයි නොගැනීමට තරම් උපෙක්ඛාව ප්‍රබල වන්නේ නම් අන්න ඒ අවස්ථාවෙදි ඒ අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය මෙතෙන්දි සිහි කරන්න ඕනේ. ප්‍රඥා විමුක්තියයි චෙතො විමුක්තියයි ඒකාබද්ධ වෙනවා මේ අවස්ථාවෙදි.

ඉතින් මේ භාවනාව කරලා, මේක repair කරනකොට ඔය මනෝමය කායේ ඇස්

දෙක ම පේනවා.

ඊළඟට දැන් තවත් පේනවා අපිට ඔය සමථ නිමිත්ත අවස්ථාවෙදි පටිච්චසමුප්පාදය වෙන්න ඉඩ නොදීම, ඒ කියන්නේ නාභිනන්දති, නාභිවදති, නාජ්ඣොසාය තිට්ඨති කියන එක අපි භාවිතා කරනවා. අබ්‍යග්ග නිමිත්ත අවස්ථාවේ දී ධ්‍යාන තලයක් මගේ යයි නොගැනීම. ආපෝ ධාතුව, එනම් බැඳීම කරන ධාතු ඉවත් කිරීම දුක වශයෙන් දැක, යම් දහමක සිත පිහිටීම ඉවත් කිරීම, සංස්කාර ඉවත් කිරීම කියන එක.

ඊළඟට තවත් පෙන්නන්න පුළුවන්, ඔය දැනීමක් වශයෙන් ඔය මනුලොව සත්වයන්ට මනෝමය කාය, සඤ්ඤාමය කාය ඇත්තේ යම් සේ ද, එසේ ම රූප ධ්‍යාන තලවල මනෝමය කාය සහිතව ඉපදී ඇති සත්වයන්ට ඒ gross body එක තියෙනවා. එය එම අයගේ බාහිර කාය, පිටත දහම වන්නේ ය. 1, 2, 3 සතිය මගින් රූප ඉක්මවීම මගින් මනෝමය කාය අපිට යම් අයුරින් ඇති වන්නේ ද, එසේ ම 1, 2, 3 සතිය මගින් රූප ඉක්මවීම නොකිරීම මගින් ධ්‍යාන තලවල වාසය කරන අයගේ බාහිර කාය කියන එක, පිටත දහම මතු වෙනවා.

හොඳයි ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන කාරණා.

24/02/2023 - අග්ගි සූත්‍රය - ලීන චිත්ත

Aggi Sutta - Līna Citta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ අග්ගි සූත්‍රය. මහණෙනි, යම් කලෙක සිත සැහවුණේ, ලීනං චිත්තං වේ නම්, ඒ සමයෙහි පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමට නොකලි. සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමට නොකලි. උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩීමට නොකලි. ඒ කවර හෙයින යත්, මහණෙනි, සිත සැහවුණේ ය. එය මේ දහමින් නඟා සිටුවීමට දුෂ්කර වේ.

මහණෙනි, යම් සේ පුරුෂයෙක් මඳ ගින්නක් දල්වනු කැමැත්තේ වන්නේ ද, හෙතෙමේ එහි අමු තණත් බහාලන්නේ නම් අමු ගොමත් බහාලන්නේ නම් අමු දරත් බහාලන්නේ නම් සිහිල් සුළඟත් දෙන්නේ නම් වැලිත් ඉසින්නේ නම් ඒ පුරිස් තෙමේ මඳ ගින්න දල්වන්නට සුදුසු දැ යි. වහන්ස, මෙය නොවේ ම ය.

මහණෙනි, එසෙයින් ම යම් කලෙක සිත සැහවුණක් වේ නම්, ඒ සමයෙහි පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩන්නට නොකලි. සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩන්නට නොකලි. උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩන්නට නොකලි. ඒ කවර හෙයින යත්. මහණෙනි, සිත සැහවුණේ ය. එය මේ දහමින් නඟා සිටුවීමට දුෂ්කර වේ.

මහණෙනි, යම් කලෙක සිත සැහවුණේ වේ නම්, ඒ සමයෙහි ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. ඒ කවර හෙයින යත්, මහණෙනි, සිත සැහවුණේ ය. එය මේ දහමින් මනා කොට නඟා සිටුවන්නේ වේ.

මහණෙනි, යම් සේ පුරුෂයෙක් මඳ ගින්නක් දල්වනු කැමැත්තේ වන්නේ ද, හෙතෙමේ එහි වියළි තණත් බහාලන්නේ නම් වියළි ගොමත් බහාලන්නේ නම් වියළි දරත් බහාලන්නේ නම් මුව සුළඟත් දෙන්නේ නම් වැලි නො ද ඉසින්නේ නම් ඒ පුරිස් තෙමේ මඳ ගින්න දල්වන්නට සුදුසු දැ යි. වහන්ස, එසේ ය.

මහණෙනි, එසෙයින් ම යම් කලෙක සිත සැහවුණේ නම් ඒ සමයෙහි ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. ඒ කවර හෙයින යත්, මහණෙනි, සිත සැහවුණේ ය. එය මේ දහමින් මනා කොට නඟා සිටුවන්නේ වේ.

කුමක් නිසා එසේ පවසා ද? පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය භාවනාවෝ නිර්වාණය ම පෙරටු කොට පවතින්නේ, විරිය භාවිතා කිරීමෙන් අනතුරුව වන නිසා ය. එම විරිය ඇති වීමට ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය උපකාර වේ. යම් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගයක් වේ ද, එමගින් විරිය නිසා ඇති වූ චිත්ත ස්වභාවය සනාථ කරනු ලබයි. එමගින් ලීන ස්වභාවය ඉක්මවයි.[1] ඒක තමයි භාවනාව.

ඉතින් මෙයින් අදහස් කරන්නේ, පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය භාවනාවෝ භාවිතා කළ නොහැකි බව නොවේ. එම භාවනාවෝ භාවිතා කළ ද, නිර්වාණය පෙරටු කොට නොපවතින බව ය.

එනම් උදාහරණ වශයෙන්, චිත්ත විවේකය මගින් ඇති වූ චිත්ත පස්සද්ධිය මගින් ඇති වන චිත්ත ස්වභාවයට සතුටු වී සිටිය ද, එය නිර්වාණය පෙරටු කොට නොපවතින බව ය. මෙය දිට්ඨධම්ම සුඛ විහරණයේ දී සිටියාක් මෙන් මනස නිර්වාණය පෙරටු කොට නොපවතින ස්වභාවයෙන් පැවතිය හැකි නිසා ය. මෙයට කාය පස්සද්ධිය එකතු වන්නේ, දුක බව මෙනෙහි කරන්නේ, ධාතු ස්වභාවයෙහි ම සිත නොපිහිටන්නේ නම් නිර්වාණයට තුඩු දේ.

ඒ සඳහා ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැනි දහම් අවශ්‍ය වේ. කුමක් නිසා ද? සිත ලීන ස්වභාවයෙන් ගලවා ගැනීම කළ යුතු නිසා ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 04/03/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතන තව කාරණා හයක් විතර කියන්න පුළුවන්. ඒකෙන් එක කාරණාවක් අපි එදා පැවසුවා. පළවන කාරණාව හැටියට කිව්වා,

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට දෙවෙනි කාරණයට කියන්න පුළුවන්, ඔය විදිහට ම අපට හිතන්න පුළුවන් සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය ගැන. සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වන්නේ ද, එයට අමෝහය එකතු නොවන්නේ නම්, නිර්වාණය සාක්ෂාත් නොකරයි. මෙහි දී නෙක්ඛම්ම විතක්කයේ සාකච්ඡා කළ කරුණු සිහි කළ හැකි ය. වෙන් කිරීම නිසා හොඳ යයි සිතන උදාහරණය.

තුන් වෙනියට කියන්න පුළුවන්, සමථ නිමිත්ත පෙරටු කොට භාවනාව වඩන්නේ,

පටිච්චසමුප්පාදය වෙන්න ඉඩ දීම, විරිය නැති නිසා සිදු විය හැකි ය. කුමක් නිසා ද? යම් විරියක් වේ ද, එය මගින් නිවනට අහිතකර ධර්මයන් මඟහරවාලන නිසා ය. නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයට ඇලීම තිබිය හැකි නිසා ය. මෙය ඉදංසච්චයේ සිට පැමිණේ. චිත්තපාගුඤ්ඤතා නැත. මෙහි සමථ නිමිත්ත සම්පූර්ණ නැත. සඤ්ඤාවෙන් වෙන් වීම හොඳ යැයි සිතයි.

එතකොට හතර වෙනියට පෙන්නන්න පුළුවන්, ඔය කාරණා තුන ගැන, ඒ කියන්නෙ පළවෙනි අවස්ථාවේ දී ධ්‍යාන මගින් රූපයන්ගෙන් වෙන් වී පැවැත්ම, දෙවෙනි අවස්ථාවේ දී සමාපත්ති ධර්මයන් මගින් රූපයන්ගෙන් වෙන් වී පැවැත්ම, තුන් වෙනි අවස්ථාවේ දී සඤ්ඤාවෙන් වෙන් වී පැවැත්මට උත්සාහ කරයි. එනමුදු වෙන් වීමට උත්සාහ කරන සඤ්ඤාව ද, ධාතු මත ම යැපෙයි.

ඊළඟට පස් වෙනි කාරණයට කියන්න පුළුවන් ඔය 19/03/2021 නිබ්බාන භාවනාව සිහි වෙනවා නම්, ඒකේ අර ඉතා සැඟවුණු ඡන්දය, අතිලීනො ඡන්දො, ඉතා දැඩිකොට ගන්නා ලද ඡන්දය, අතිපග්ගහිතො ඡන්දො, ඇතුළත හැකිළුණු ඡන්දය, අජ්ඣත්තං සංඛිත්තො ඡන්දො, තමාගේ සක්කාය දිට්ඨිය නිසා අජ්ඣත්තං. පිටත විසුරුණු ඡන්දය, බහිද්ධා වික්ඛිත්තෝ ඡන්දො සිහි කරන්නේ, අනාසව චිත්ත ඇති වී සිත නතර වෙනවා.

ඊළඟට හය වෙනියට කියන්න පුළුවන් ඔය බ්‍රහ්මයකු අල්ලාගෙන සිටින්නේ කුමන ධාතු ස්වභාවයක් දැ යි මෙනෙහි කරන්නේ, ඔහු මුදු ගතිය ඒ කියන්නේ පඨවි ස්වභාවය, ආලෝක ස්වභාවය තේජෝ, චලනය අවකාශයේ බොහෝ දුර ගමන් කිරීමට ඇති හැකියාව වායෝ ස්වභාවය, මේ තුන් ගුණයන් එකතු කිරීම වන ආපෝ ධාතු ස්වභාවය බව වැටහිණ.

මෙම භාවනාවේ දී ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ග, විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ග, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ග වැඩිය යුතු ය. කෘෂ්ණාභිජාති ආදී වශයෙන් සිහි කර ඇත්තේ භාවනාවට අනතුරුව ලෝක සත්වයා කෙරෙහි මෙත්තාව පතුරුවන්නේ, ඒ කියන්නේ අපි බලනවා මේ ලෝකේ සත්වයා ඉපදිලා තියෙන්නෙ කර්මයන් කරලා, පාණාතිපාත වැනි අකුසල ධර්මයන් කරලා. එතකොට අපි උතුරු දිසාවට පතුරුවනකොට කියනවා, මේකෙ ඉන්නෙ මේ උතුරු දිසාවේ බැලුවම කෘෂ්ණාභිජාති අය ඉන්නවා, අකෘෂ්ණාභිජාති අය ඉන්නවා. අකෘෂ්ණ, අශුක්ල නිර්වාණයට ගිය අය ඉන්නවා. එතකොට මේ විදිහට කියලා, අර සත්ත්වයාට මෙත්තාව පතුරුවනකොට, අර කර්මය වැඩියෙන් කරලා අපායෙ ගියයි කියන අයයි, කර්මය අඩුවෙන් කරලා බ්‍රහ්ම ලෝකවල ඉපදුණා වූ කියන අයයි, ඒ දෙගොල්ලොම එක වශයෙන් සලකලා තමන්ට අර හොඳට මෙත්තාව පවත්වන්න පුළුවන්. එතකොට ඒක බොහොම තීව්‍රව පවතිනවා.

එතකොට ඒ අවස්ථාවේ දී, ඒ ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ග, විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ග, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ග මනා කොට පැවතුණා කියන්න පුළුවන්.

03/03/2023 - අග්ගි සූත්‍රය - උද්ධතං චිත්ත

Aggi Sutta - Uddhataṃ Citta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ අග්ගි සූත්‍රය. මහණෙනි, යම් කලෙක සිත නොසන්සුන් වේ ද නම්, ඒ කියන්නේ උද්ධතං චිත්තං. ඒ සමයෙහි ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට නොකලි. විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට නොකලි. ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට නොකලි. ඒ කවර හෙයින යත්, මහණෙනි, සිත නොසන්සුන් ය. එය මේ දහමින් සංසිඳුවීම දුෂ්කර වේ.

මහණෙනි, යම් සේ පුරුෂයෙක් මහත් ගිනි කඳක් නිවනු කැමැත්තේ වන්නේ ද, හෙතෙමේ එහි වියළි තණත් බහාලන්නේ නම් වියළි ගොමත් බහාලන්නේ නම් වියළි දරත් බහාලන්නේ නම් මුව සුළඟත් දෙන්නේ නම් වැලි නො ද ඉසින්නේ නම් ඒ පුරිස් තෙමේ මහත් ගිනි කඳ නිවන්නට සුදුසු දැ යි. වහන්ස, මෙය නොවේ ම ය.

මහණෙනි, එසෙයින් ම යම් කලෙක සිත නොසන්සුන් වේ නම්, ඒ සමයෙහි ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට නොකලි. විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට නොකලි. ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට නොකලි. ඒ කවර හෙයින යත්, මහණෙනි, සිත නොසන්සුන් ය. එය මේ දහමින් සංසිඳුවීම දුෂ්කර වේ.

මහණෙනි, යම් කලෙක සිත නොසන්සුන් වේ නම්, ඒ සමයෙහි පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. ඒ කවර හෙයින යත්, මහණෙනි, සිත නොසන්සුන් ය. එය මේ දහමින් මැනැවින් සංසිඳුවිය හැක්කේ වෙයි.

මහණෙනි, යම් සේ පුරුෂයෙක් මහත් ගිනි කඳක් නිවනු කැමැත්තේ වන්නේ ද, හෙතෙමේ එහි අමු තණත් බහාලන්නේ නම් අමු ගොමත් බහාලන්නේ නම් අමු දරත් බහාලන්නේ නම් සිහිල් සුළඟත් දෙන්නේ නම් වැලිත් ඉසින්නේ නම් ඒ පුරිස් තෙමේ මහත් ගිනි කඳ නිවන්නට සුදුසු දැ යි. වහන්ස, එසේ ය.

මහණෙනි, එසෙයින් ම යම් කලෙක සිත නොසන්සුන් වේ නම් ඒ සමයෙහි පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩනට කලි. උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩන්නට කලි. ඒ කවර හෙයින යත්. මහණෙනි, සිත නොසන්සුන් ය. එය මේ දහමින් මැනැවින් සංසිඳුවිය හැක්කේ වෙයි. මහණෙනි, සිහිය වූ කලී සියලු තන්හි ම කැමති විය යුතු යයි මම කියමි.

කුමක් නිසා එසේ පවසා ද? ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය භාවනාවෝ නිර්වාණය ම පෙරටු කොට පවතින්නක් බැවිනි. විසිරුණා වූ සිත පළමුව සමාධිමත් කළ යුතු ය. මෙය දෙයාකාර ය.

ඇලුම් කටයුතු ආලම්බනය නිසා සිත විසිරී ඇත්තේ නම්, වහලාගේ කතාව මෙන් වටහා ගන්නේ, ඇලුම් කටයුතු ආලම්බනයට වඩා උතුම් වූ සමාධි ස්වභාවයක් ආදේශ කර, එම දහම් ඉක්ම විය යුත්තේ ය.

ආස්වාදය ඉන්ද්‍රිය නිසා උද්ධච්ච ස්වභාවයක් ඇති ද, කාය පස්සද්ධිය වැනි දහමක් භාවිතා කර සන්සුන් වූ සිත, පටිච්චසමුප්පාදය වෙන්න ඉඩ නොදී වළකා ගත යුතු ය.

මෙහි දී විමංසා ඉද්ධිපාද පිටුව 8 ට මනස යොමු විය. ඉතා දැඩි කොට ගන්නා ලද ඡන්දය අතිපග්ගහිතො ඡන්දො යන්න සිහි විය. රෝගී සඤ්ඤාව නිසා ඇති වන ප්‍රතිඵලයට අභිජ්ඣා නොවීම සඳහා ඡන්ද සමාධිය භාවිතා කර ඉන්ද්‍රිය සංවර කරගත යුතු ය. රෝගී සඤ්ඤාව නිසා ඇති වන ප්‍රතිඵල දෙක ම ගත යුතු ය.

අත්තා යයි ගෙන ඇති වන මෙම ප්‍රතිඵල දෙක, රාගය සහ මෝහය, 26/03/2021 භාවනාවේ දී මෙය පැහැදිලි කර ඇත.

එතකොට එතැන diagram එකක් එනවා. 2-1 අත්තා. ඒ දකුණු පැත්ත 1-3 මෝහය. වම් පැත්තේ 1-1 රාගය. මෙහි රාගය, තේජෝ ධාතුව ලාභ වශයෙන් පවතී යයි සිතයි. මෙහි මෝහය, ඒ සඳහා වූ සංස්කාර නිත්‍යයි මෝහ සහගත වේ.

ඉතින් මෙතෙන්දි අර 01/04/2018 රූපරාග curve එක සිහි වෙනවා. 4.4 දී සුබය පරාමාසගත වුණා. 5.5 දී අපි අත්තා කියලා ගත්තා. 6 වෙනි රවුමේ අත්තා යයි ගත් දේ නිසා වූ ලාභය පවතී යයි සිතනවා. මේ නිසා රූප විෂයයෙහි රාගය ඇති වෙනවා.

එතකොට 6.4 වෙනකොට සුබය පරාමාසගත වන්නේ එය උත්සන්නභාවයට පත් වෙනවා. Peak එක එනවා. මෙහි වට අටක් නොවීමට වග බලා ගන්නේ නම් නිර්වාණය සාක්ෂාත් කළ හැකි ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 25/03/2023</u>

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

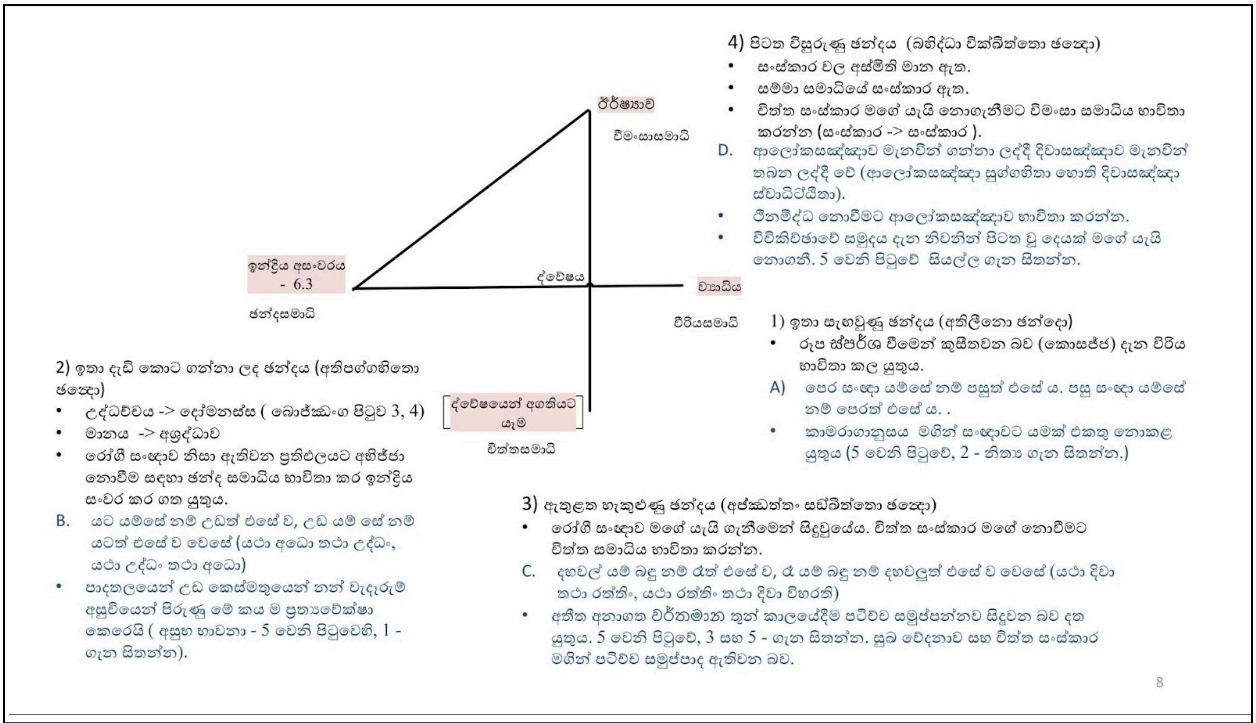
> ඉතින් මේ භාවනාවට තවත් කාරණා එකතු කරනවා නම්, ඇලුම් කටයුතු ආලම්බන අවස්ථාවේ දී සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වුණ සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය භාවිතා කරන්න පුළුවන්. සමථ නිමිත්ත විමසිය යුතු ය.

දෙවෙනියට කියන්න පුළුවන්, ආස්වාද ඉන්ද්‍රිය නිසා උද්ධච්ච ස්වභාවයක් ඇති ද එම අවස්ථාවේ දී, අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වුණ සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය භාවිතා කළ හැකි ය. අබ්‍යග්ග නිමිත්ත විමසිය යුතු ය.

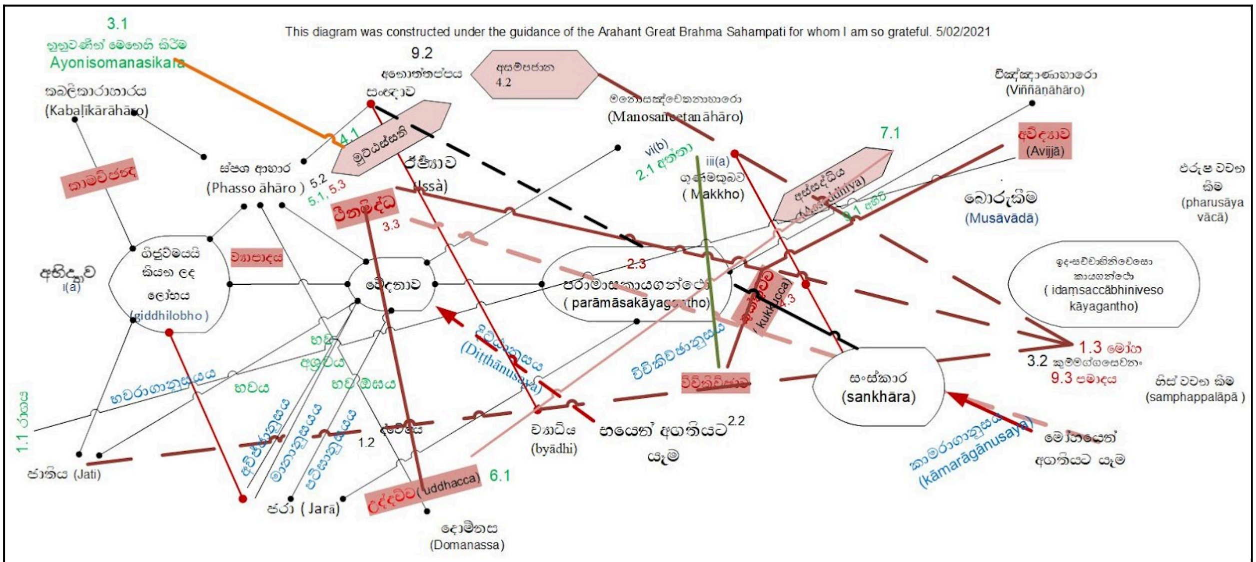
තුන් වෙනියට කියන්න පුළුවන්, ඇලුම් කටයුතු ආලම්බන අවස්ථාවේ දී සමථ නිමිත්ත පෙරටු කොට භාවනාව වඩන්නේ, සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය මගින් රූපයට නිත්‍ය එකතු නොකරන්නේ, වහලාගේ කතාව මෙන් වටහා ගන්නේ, ඇලුම් කටයුතු ආලම්බනය ඉක්මවිය හැකි ය.

හතර වෙනියට කියන්න පුළුවන්, ආස්වාද ඉන්ද්‍රිය නිසා උද්ධච්ච ස්වභාවයක් ඇති අවස්ථාවේ දී, අබ්‍යග්ග නිමිත්ත, the sign of none dispersal පෙරටු කොට භාවනාව වඩන්නේ, සංස්කාර විෂයයෙහි සිත නොපිහිටන්නේ, අවිද්‍යාව නිසා වන සංස්කාරයන් තුනී වී යන්නේ, කිසිදු ධ්‍යාන තලයක් මගේ යයි නොගැනීමට තරම් උපෙක්ඛාව ප්‍රබල වන්නේ නම්, සියුම් වූ ධාතු ස්වභාවය ඉක්මවීමට හැකි වන්නේ නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි.

මෙහි දී ඇලුම් කටයුතු ආලම්බන අවස්ථාවේ දී එය එපා යයි කියන්නේ apple එපා නම් orange ගනිමි යන සිත ඇති විය හැක්කේ, විවිධ orange, එනම් විවිධ ධ්‍යාන තලයන් සාදන සංස්කාර පෙර කරන ලද නිසා නැවත නොකිරීමට සිත් ඇතියේ, දකින දකින සෑම තලයක් ම මගේ නොවේ යයි අත්හරින්නේ යම් සේ ද, එහි නැලීම, ආපෝ ධාතු එනම් බැඳීම කරන ධාතු ඉවත් කර නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරගත යුතු ය.



s_Vimamsiddipada.pdf - Slide 8



s_BhavaragaAnusaya.jpg

10/03/2023 - අභය සූත්‍රය - බොජ්ඣඞ්ග

Abhaya Sutta - Bojjhaṅga

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ අභය සූත්‍රය. රජකුමර, මේ සස්නෙහි මහණ විවේක නිස්සිත විරාග නිස්සිත නිරෝධ නිස්සිත වොස්සග්ග පරිණාමී කොට සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩයි. හේ සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩූ සිතින් තතු සේ දනී, දකී.[1] රජකුමර, දැකීමට දැනීමට [2] මෙය ද හේතුවෙකි. මෙය ද ප්‍රත්‍යයෙකි.[3]

පාලි භාෂාවෙන් පෙන්නනවා, "සො සති සම්බොජ්ඣඞ්ගං භාවිතෙන චිත්තෙන, යථාභූතං ජානාති පස්සති. අයම්පි බො රාජකුමාර, හෙතු අයං පච්චයො ඤාණදස්සනාය."

මෙසේ සහේතු සප්‍රත්‍යයව දැනීම දැකීම වේ. ඒ විදිහට පෙන්නනවා. රජකුමර, නැවතත් අනෙකක් ද කියමි. මහණ විවේක නිස්සිත විරාග නිස්සිත නිරෝධ නිස්සිත වොස්සග්ග පරිණාමී කොට උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩයි. හෙතෙමේ උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වැඩූ සිතින් තතු සේ දනී, දකී. රජකුමර, දැනීමට දැකීමට මෙය ද හේතුවෙකි. මෙය ද ප්‍රත්‍යයෙකි. මෙසේත් සහේතු සප්‍රත්‍යයව දැන්ම දැක්ම වේ.

සත් බොජ්ඣඞ්ග වැඩීමෙන් කෙසේ ඤාන දස්සන ඇති වේ ද යත්. විවේක නිස්සිතව වාසය කරන්නේ කාය චිත්ත විවේක ඇත්තේ කාය පස්සද්ධි චිත්ත පස්සද්ධි ඇති වේ. විරාග නිස්සිතව වාසය කරන්නේ යම් රූපයක් කෙරෙහි ඇල්ම ඉවත් කරයි.

මෙහි දී 21/05/2021 නිබ්බාන භාවනාවේ දී භාවිතා කළ සටහනට සිත යොමු විය. ඒකෙ අපි දන්නවා පථ තුනක් සාකච්ඡා කළා. පථය 1, ඉදංසච්චාභිනිවෙස එතනින් පරාමාස නිසා line 7 වීම ඇත. මෙය මගින් පරාමාසය තුළ වූ ජලය ඇවිස්සීම මගින් පරාමාස පරිදේව භය අගති. එම මගින් භය අගති වේදනා නාමරූප පරාමාස වීම පළමුව සිදු වේ.

පථය 2, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වන්නේ රාග සල්ලය හරහා රූප ස්පර්ශ කර සඤ්ඤා නාමරූප පරාමාස පරිදේව වීම දෙවනුව වන්නේ, පෙර පැවතියා වූ චිත්ත සංස්කාරයෝ නැවතත් ගොඩනංවා සනාථ කරනු ලබයි. මෙය අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාර වීම ය. මෙය නොකිරීම විරාගය ලෙස ගත යුතු ය.

පථය 3, භය අගති සෝක වේදනා රූප. මෙය 2 වෙනි පථයට අනතුරුව සිදු වේ. කාම ආශ්‍රවයට පැමිණීම, අවිද්‍යා ආශ්‍රව, දිට්ඨි ආශ්‍රව යන දෙකෙන් ම සිදු වන අතර මෙම

මොහොතේ දී, දිට්ඨි ආශ්‍රවය වැදගත් වේ. මෙය නොකිරීම නිරෝධය ලෙස ගත යුතු ය.

එහි සඳහන් කළ දෙවැනි පථය සිදු නොවීම හරහා රූප කෙරෙහි ඇල්ම ඉවත් කරයි. එය කෙසේ ද? කාය පස්සද්ධිය මගින් පටිච්චසමුප්පන්න නොවීමට වග බලා ගන්නේ සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය මගින් රූපයට නිත්‍ය යයි එකතු නොකරන්නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව නොවේ. සුභයට නිත්‍ය එක්කහු කරලා සුබ. සුබයේ පසු සඤ්ඤාව කාම ආශ්‍රව. මෙය සඳහා අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වන සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය උදව් උපකාර කරයි. කෙසේ ද? අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය තුළ පග්ගහ නිමිත්ත ස්ථිර වීම නිසා ඇති වන ප්‍රීතිය කෙරෙහි උපෙක්ඛාව මගින් රූපයන් ඉක්මවීමට තුඩු දෙන නිසා ය.

නිරෝධ නිස්සිතව සත් බොජ්ඣඞ්ග වඩන්නේ සර්වප්‍රකාරයෙන් සියලු දහම් ඉවත් කිරීම සිදු වේ. මෙය ඥාන දස්සනයට හේතු ප්‍රත්‍ය වේ. මෙහි දී තුන් වන පථය එනම්, භය අගති සෝක වේදනා රූප ඉවත් වේ. කෙසේ ද? උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය මගින් ඉහත සඳහන් කාය පස්සද්ධිය මගින් රූප විෂයයෙහි පටිච්චසමුප්පන්න නොවීමත්, චිත්ත පස්සද්ධිය මගින් ධ්‍යාන විෂයයෙහි සිත නොපිහිටීම යන කරුණුවලින් සමන්නාගත වන්නේ අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය නිසා ඇති වුණ සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගයේ උපකාරයෙන් දෙකෙළවර අල්ලා නොගනී. එනම් රූප කෙළවරත් සංස්කාර කෙළවරත් ය. සංස්කාර කෙළවර අත්හරින්නේ භය අගති ගමන් නොයයි. සමථ නිමිත්ත පෙරටු කොට ඇති උපෙක්ඛාව මගින් ධාතු විෂයයෙහි සිත සමාදන් නොවීමත් අබ්‍යග්ග නිමිත්ත the sign of non dispersal පෙරටු කොට ඇති උපෙක්ඛාව මගින් වේදනා සඤ්ඤා අළලා රූප සොයා යාම නවතයි.

මෙසේ ඥාන දස්සන ඇති වන්නේ, රූපය මුදාලයි, වේදනා මුදාලයි, සඤ්ඤා මුදාලයි, සංස්කාර මුදාලයි, විඤ්ඤාණ මුදාලයි, නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි. මෙසේ මුදාලීම වොස්සග්ග පරිණාමී වීම නම් වේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 25/03/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඒකේ පෙන්නනවා, යථාභූතං ජානාති පස්සති කියලා
2. ඒ කියන්නේ ඤාණදස්සනාය
3. එතකොට මේ විදියට අනිත් බොජ්ඣඞ්ග පෙන්නලා

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේ භාවනාවට තව කාරණා එකතු කරනවා නම්, මේ කාරණාව අපි ඊළඟ භාවනාවේ දී කිව්වා. ඒ කියන්නේ, සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය, ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය යන දහම් මගින් 1 වෙනි පඨය නවතාලයි. උදාහරණයක් වශයෙන්, සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය නිත්‍යභාවය ඉවත් කරයි. ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, පරිවිමංසා සමාපජ්ජති, නිරෝධය කැමති වන්නේ ජලය ඇවිස්සීම නොකරයි. විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, පරිදේව වීමට ඉඩ නොදේ. ඒ කියන්නේ, ගත්තොත් පරිදේව වන බව දැකලා දැන එය අයින් කරනවා. ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය මගින් භය අගති සෝක වේදනා නොවේ. කුමක් නිසා ද? ප්‍රීතිය ඇති නිසා ය. අභ්‍යන්තරයේ ප්‍රීතිය ඇත්තේ බිය නොවේ. ආහාර ඇති නම් බිය නොවන්නාක් මෙනි.

තවත් ටිකක් කියනවා නම්, දැන් අපි පෙන්නුවා අර සුභයට නිත්‍ය එක්කහු කරලා සුඛ. එතකොට කාය පස්සද්ධිය මගින් පටිච්චසමුප්පන්න නොවීමට වග බලා ගන්නේ රූපයට නිත්‍ය යයි එකතු නොකරන්නේ, ඒ කියන්නේ අර සුභයට නිත්‍ය එකතු කරන කොටස, නිත්‍ය කැල්ල, ඒ කොටසත්, අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය තුළ පග්ගහ නිමිත්ත ස්ථිර වීම නිසා ඇති වන ප්‍රීතිය කෙරෙහි උපෙක්ඛාව මගින් රූපය ඉක්මවීම මගින් A, ඒ කියන්නේ පළවෙනි කොටස, සුභ කියන කොටසත් ඉවත් වන බව වැටහීම.

තව ද, පැවිදි වන්නේ සම්මා ආජීවයෙන් ජීවත් වීම රූපයන් ඉක්මවීමට තුඩු දේ. එය පග්ගහ නිමිත්ත ස්ථිර වීම සඳහා විද්‍යාමාන වන රුකුලක් වන්නේ ය. මේ කිව්ව කැල්ල බොහොම ගාම්භීරයි, ඒක බොහොම විශාල සමාධියක් ඇති වෙනවා, අවබෝධයකුත් ඇති වෙනවා. එතන අපි මේ අවිතක්ක අවිචාර සමාධියෙන් තමයි අපි මේ සුභ කියන කතාව අයින් කරනවා කියන එක තියෙන්නේ, ඒ පග්ගහ නිමිත්තත් එක්ක ඉදීම.

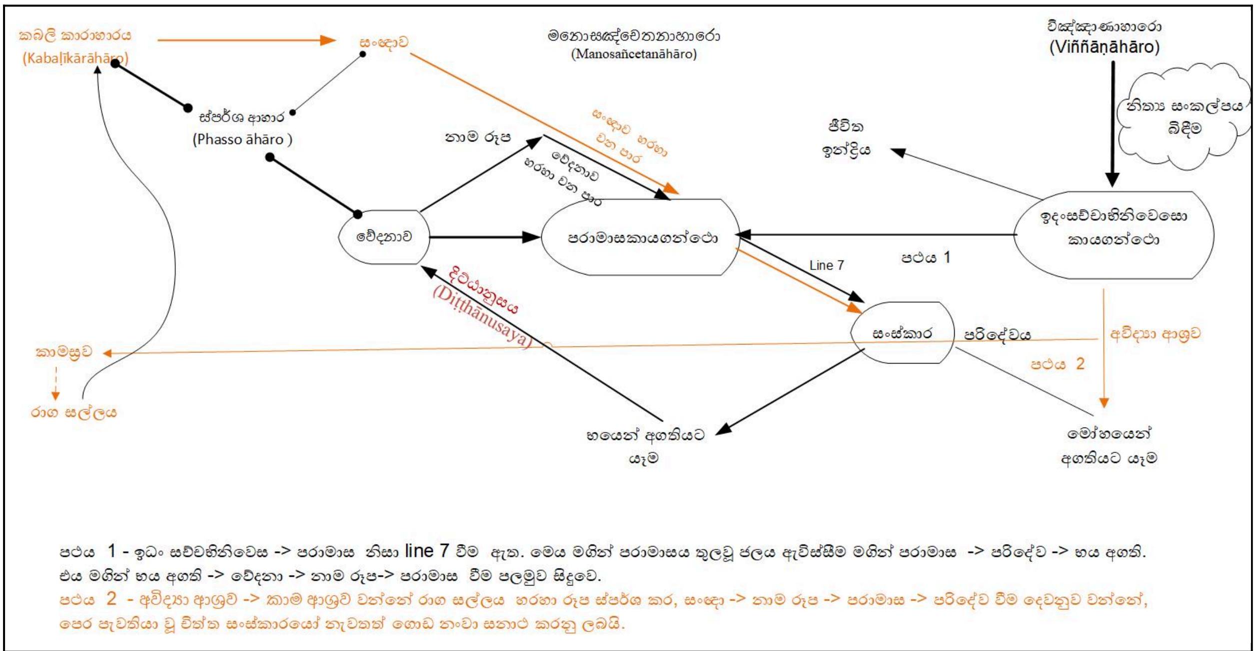
එතකොට ඊළඟට තවත් කියන්න පුළුවන්, ඔය අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය තුළ පග්ගහ නිමිත්ත ස්ථිර වීම නිසා ඇති වන ප්‍රීතිය කෙරෙහි උපෙක්ඛාවක් කියන එක අපි විමසලා බැලුවහම, දැන් මේ අයින් කරගෙන ගිහින් මොනවා ද ඉතුරු වෙලා තියෙන්නේ වාගේ හැඟීමක් එනවා නේ. එතකොට එතන අපිට ජේනවා, මේ රැකියාවක් ලැබිලා එය කරමින් සතුටු වන අයකු එහි උපෙක්ඛාව අපි සිහි කරලා බලනවා. ඉන් අනතුරුව, මේ සංස්කාරත් එපා යයි සිතන්නේ retire වීම හොඳ යයි සිතන්නේ, උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය මගින් නිරෝධය කැමති වීම සිහි කරන්න. Retire වුණත් අතීතයේ මමත් ඔය ආකාරයට හොඳ වාහනවලින් ගියා යයි සඤ්ඤා මනසිකාරයෝ ඇති ද, එසේ ම ප්‍රීති සහගත වේදනාවන් ඉක්මවුවත්, සඤ්ඤා

ඉක්මවීම උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය මගින් කළ යුතු ය කියන එක හොඳට විමසලා බලන්න.

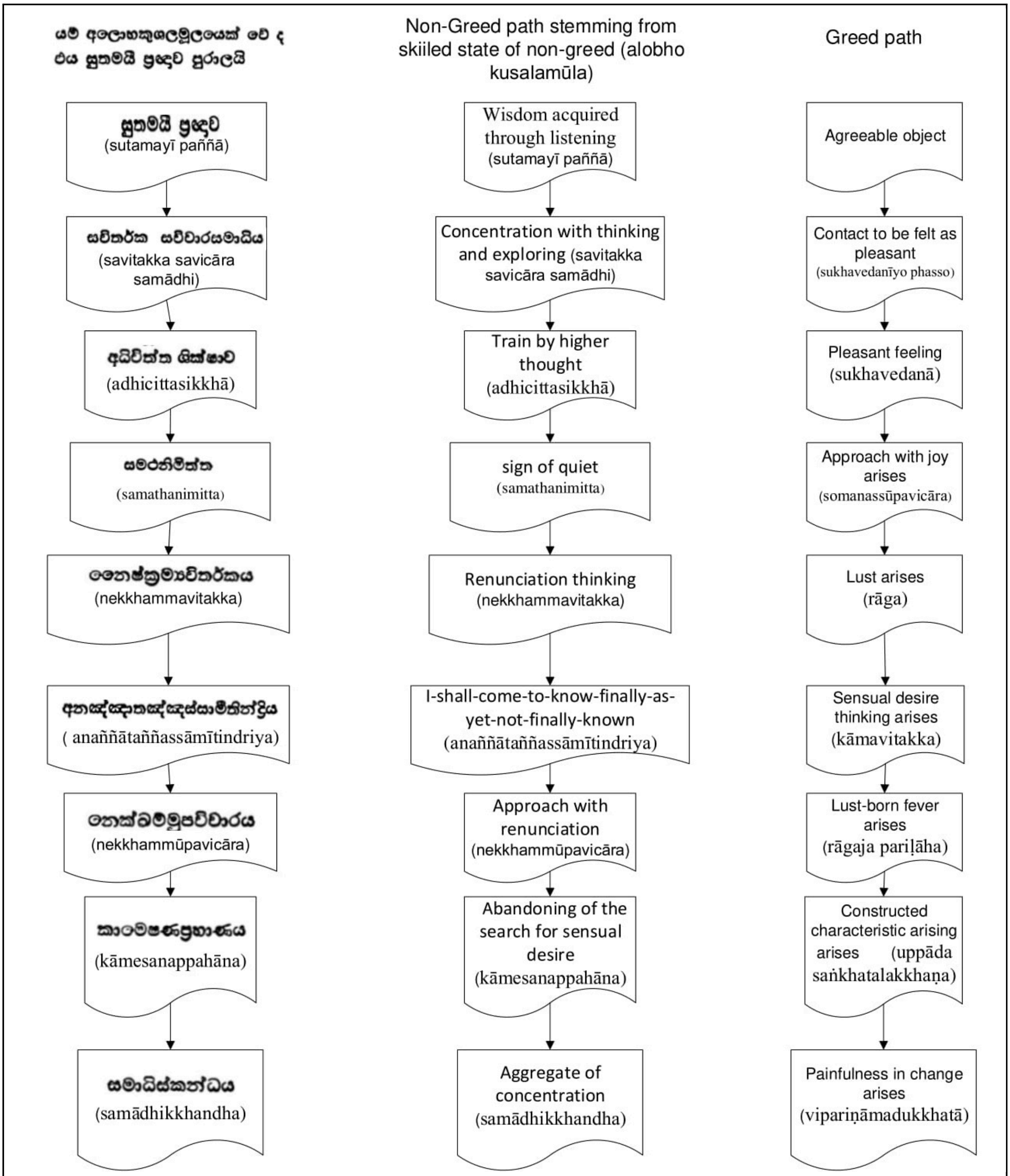
ඉතින් මේ භාවනාව බොහොම strong භාවනාවක්. මේකේ ඔළුව හැම පැත්තෙන් ම ඇරෙනවා.

ඉතින් මේකට අනතුරුව මෙත්තාව පතුරුවන්නේ, ඒ කියන්නේ මේ සත්වයන් කර්මය කරලා ඉපදිලා තියෙන්නේ. හැම සත්වයෙක්ම ගත්තහම අපිට පේනවා අකුසල කර්මයන් කරලා තමයි ඉපදිලා තියෙන්නේ. එතකොට කෘෂ්ණාභිජාති ශුක්ලාභිජාති, කෘෂ්ණාභිජාති ඇතියේ ම, අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණ, ශුක්ලාභිජාති ඇතියේ ම අකෘෂ්ණ අශුක්ල නිර්වාණයට පැමිණෙන සත්වයෝ උතුරු දිසාවේ ඇත යනුවෙන් උතුරු දිසාවට පතුරුවන විට ඔළුවේ මේ ඉදිරි කොටස ඇරෙනවා, මෙත්තා චෙතො විමුක්තිය.

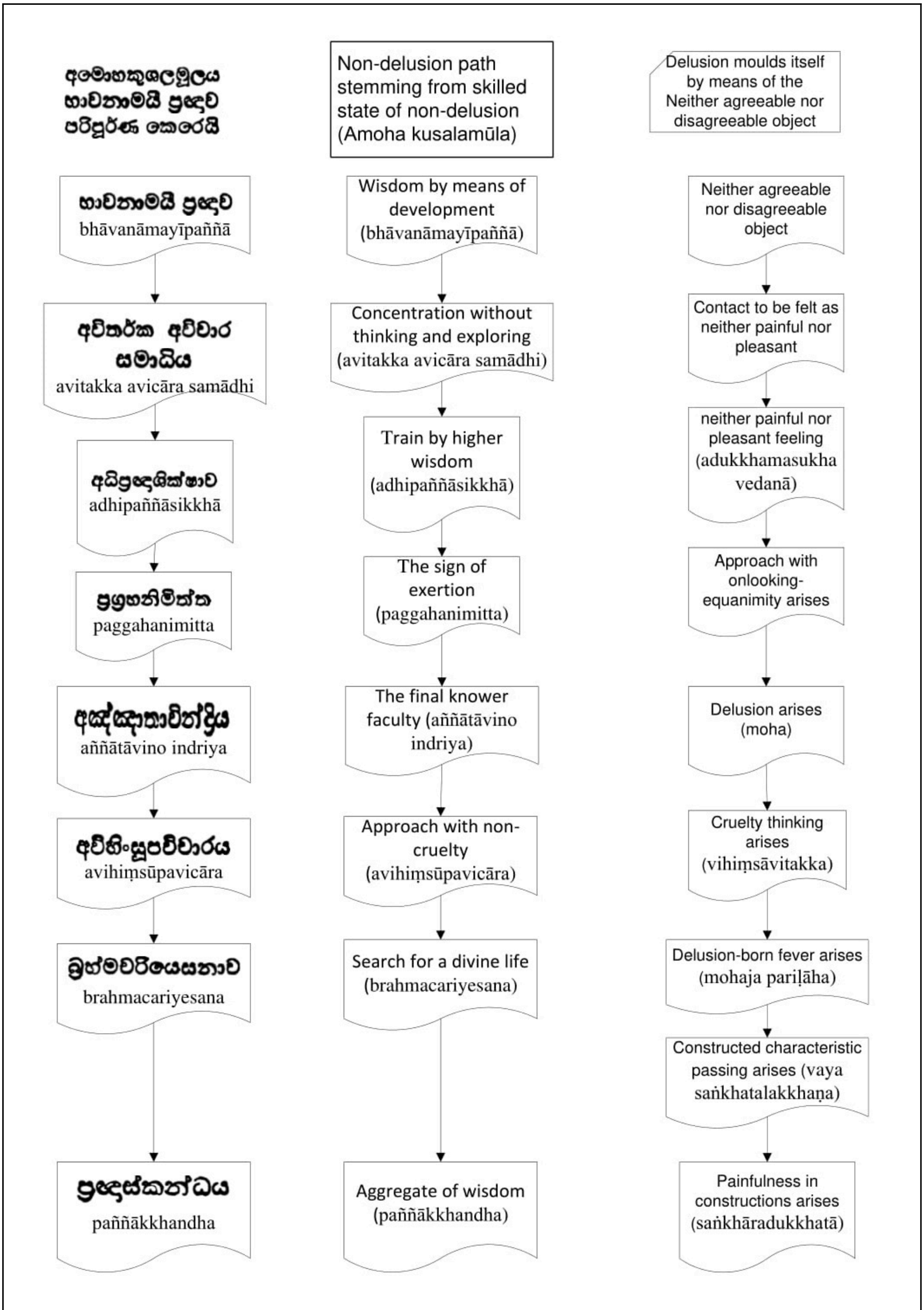
එය නැගෙනහිර දිසාවට පතුරවන විට ඔළුවේ දකුණු කොටස ඇරීමත්, කරුණා චෙතො විමුක්තිය ඇති වීම, ඒ කියන්නේ දකුණු දිසාවට පතුරවන විට ඔළුවේ පිටිපස්ස කොටස ඇරීමත්, මුදිතා චෙතො විමුක්තිය, එතන නිකටත් දැනෙනවා. බටහිර දිසාවට පතුරවන විට, ඔළුවේ වම් කොටස ඇරීම, උපෙක්ඛා චෙතො විමුක්තිය වීම කියන එක සිදු වෙනවා. ඒ වගේ බොහොම ගාම්භීර භාවනාවක්.



s_BrokenNiccaSankalpa1.jpg



NonGreed.pdf - Slide 2



NonDelusion.pdf - Slide 2

17/03/2023 - අට්ඨික සූත්‍රය

Aṭṭhika Sutta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

බොජ්ඣඞ්ග සංයුත්තයේ අට්ඨික සූත්‍රය.

මහණෙනි, අට්ඨික සඤ්ඤාව වඩන ලද්දී, බහුල කරන ලද්දී මහත්ඵල මහත් අනුසස් ඇති වෙයි. මහණෙනි, කෙසේ වඩන ලද කෙසේ බහුල කරන ලද අට්ඨික සඤ්ඤාව මහත්ඵල මහානිසංස වේ ද යත්.

මහණෙනි, මෙහි මහණ විවේකය ඇසුරු වූවක් විරාගය ඇසුරු වූවක් නිරෝධය ඇසුරු වූවක් නිවනට නැඹුරු වූවක් කොට අට්ඨික සඤ්ඤාවෙන් යුක්ත, සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩයි. මේ විදිහට පෙන්නනවා, විවේකය ඇසුරු වූවක්, විරාගය ඇසුරු වූවක්, නිරෝධය ඇසුරු වූවක්, නිවනට නැඹුරු වූවක් කොට අට්ඨික සඤ්ඤාවෙන් යුක්ත උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩයි. මහණෙනි, මෙසේ වඩන ලද මෙසේ බහුල කරන ලද අට්ඨික සඤ්ඤාව මහත් ඵල ඇත්තී මහත් අනුසස් ඇත්තී වෙයි.

ඉතින් මෙතනට එනවා, අර පඨය 1, 2, 3 තියෙන diagram එක. මෙහි දී 10/03/2023 අභය සුත්ත බොජ්ඣඞ්ග භාවනාව මෙන් කළ හැකි ය. සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය, ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය යන දහම් මගින් පළවන පඨය නවතාලයි.

සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය නිත්‍යභාවය ඉවත් කරයි. ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය පරිවිමංසමාපජ්ජති, නිරෝධය කැමති වන්නේ ජලය ඇවිස්සීම නොකරයි. යමක් ගත්තොත් පරිදේව වන බව දැන විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය පරිදේව වීමට ඉඩ නොදේ.

ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය මගින් භය අගති සෝක වේදනා නොවේ. කුමක් නිසා ද? ප්‍රීතිය ඇති නිසා ය. අභ්‍යන්තරයේ ප්‍රීතිය ඇත්තේ බිය නොවේ. ආහාර ඇති නම් බිය නොවන්නාක් මෙනි.

සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය අට්ඨික සඤ්ඤාව සමඟ වඩන්නේ, 1 කබලිංකාර ආහාරය, 2 අත්තා ඉඳන් නිත්‍ය කියන තැන, 3 ජාතියේ ඉඳන් ජරාව, යන ධර්මයන් සිහි කිරීමෙන් වන සතිය උපකාරයෙන් රූපය ඉවත් කරන්නේ එහි රූපය නිසා හට ගත්තා වූ දහම් ඉවත් වී ඇත්තේ, රූපය ඇටසැකිල්ලක් මෙන් මෙනෙහි කරන්නේ, එහි යම් ධාතු ස්වභාවයක් ඇති ද එහි සිත ඇලීම නොවේ. මෙහි දී පඨවි ස්වභාවයත්, පඨවි ස්වභාවය

නිසා ම විහිදී පවතින ස්වභාවය එනම් කුඩු වී ගිය ස්වභාවය විමසන්නේ එහි තද ගතිය යන්න තුනී වී යන්නේ, පඨවි ස්වභාවය ඉක්මවයි. යමක් දක්නා විට එම අර්ථයෙන් කුඩු වී ගිය අර්ථයෙන් දැකීමට සිත පුරුදු පුහුණු කිරීම ඉතා වැදගත් වන අතර එහි සතිය මගින් කළ යුතු දෙයක් ඇති ද, එය සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය විසින් සිදු කරනු ලබයි. මෙය ම කාය විවේකයට තුඩු දේ, පටිච්චසමුප්පන්න වීම මඟහරවයි.

ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය අට්ඨීක සඤ්ඤාව සමඟ වඩන්නේ, යම් දහමක් පරාමාසගත වී තිබුණා ද, එම දහම් පරාමාසය තුළින් ඉවත් කිරීම කරනු ලබයි. කෙසේ ද? එහි ජලය ඇවිස්සීම නොකිරීම මගිනි. යම් දහමක් මගින් පරාමාසය ඇවිස්සීම නවතා ද එය ම නිර්වාණයට තුඩු දේ.[1]

විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය අට්ඨීක සඤ්ඤාව සමඟ වඩන්නේ, පරිදේවය දක්වා යෑමට ඉඩ දීම නවතාලයි. කෙසේ ද? විරිය මගින් සඤ්ඤාවන් පුනපුනා ගැනීම වළකාලන නිසා ය. එහි තද ගතිය තිබුණා වූ ශරීරයක් මෙන් වූ දෙය, කුඩු බවට පත් වූ විලාසය දන්නේ දක්නේ තද ගතිය වූ සඤ්ඤාවෝ නොගනී. මෙහි දක්නේ යන්න ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය මගිනි.[2]

ප්‍රීති සම්බොජ්ඣඞ්ගය අට්ඨීක සඤ්ඤාව සමඟ වඩන්නේ, ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය මගින් යම් දහමක් තහවුරු වූවා ද, විරිය මගින් ඉවත් කිරීමක් සිදු වූවා ද, එම ධර්මයෝ නැතිකම නිසා ඇති වන ප්‍රීතිය මගින් පරාමාස සිට භය අගති ගමන දක්වා නොයෑමට තරම් සිත ප්‍රබලතාවයකට පත් වේ. කුමක් නිසා ද? වරදවා වටහා ගත් දේ නිසා ම සත්වයෝ බියට පත් වන නිසා ය. ප්‍රීතිය මගින් එම ධර්මයෝ නැති බවට සාක්ෂි දරයි. නොගැනීම ම සතුටට කාරණයක් බව ඒත්තු ගන්වා සනාථ කරයි.

මෙම භාවනාවේ ඉතුරු කොටස, 10/03/2023 අභය සුත්ත බොජ්ඣඞ්ග භාවනාවේ කොටස් අර්ථයෙන් වටහා ගත යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 01/04/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. මේ අවස්ථාව හරියට මේ පරාමාසය numbness හිරි වැටිලා වගේ තියෙන අවස්ථාවක්.

2. ඒ කියන්නේ මෙතෙන්දි පරිවිමංසා සමාපජ්ජති අවබෝධය යොදාගෙන බලන්න ඕන.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

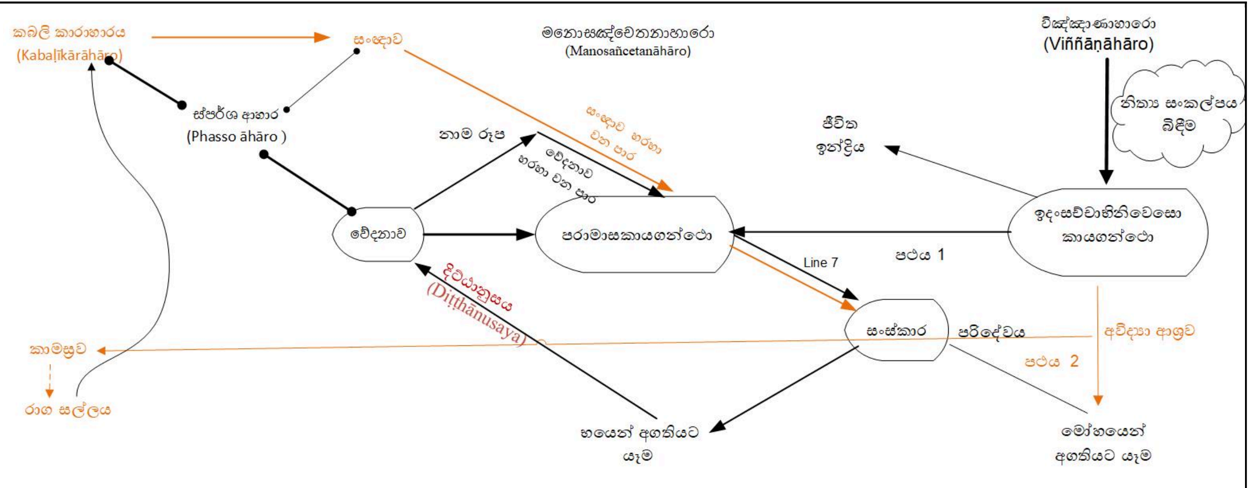
ඉතින් මේකට තව වුට්ටක් එකතු කරනවා නම්, ඔය කෙසේ වඩන ලද කෙසේ බහුල කරන ලද, කථං භාවිතා කථං බහුලීකතා කියන එක, එතන වඩන ලද කියන එක උදාහරණයකට ගන්න පුළුවන් ගස පැලවීම, ඊට පස්සේ ඒකෙ එලයන් ඇට ආදී දේ බිහිවීම ලොකු වීම, ඒක තමයි භාවිතා. එම ගස මගින් අනිත් ගස් ඇති වීම බහුලීකතා, cultivated.

ඒ විදිහට ම, 1, 2, 3 පථයන් නැති වීම, එනම් නිබ්බිදාය විරාගය නිරොධාය වර්ධනය, ඒක භාවිතා. සෑම තැන ම නිරෝධය කැමති වීම, බහුලීකතා.

ඒ වගේ ම තව දෙයක් කියන්න පුළුවන්, ඔය අපි ලීන චිත්තය කියන එක එහෙම බැලුවා, එතකොට ඔය කොසජ්ජය, ඒක රෝගී සඤ්ඤාව මගේ යයි ගැනීමෙන් සිදු වෙනවා.

එතකොට තවදුරටත් ඉදිරියට යන්නේ, මිද්ධ ස්වභාවය හට ගන්නවා 8 වෙනි රවුමේ. එතකොට අපි දන්නවා ඔය මිද්ධය ලකුණු කරන තැන අර නාමරූප එහෙම තියෙන පැත්තේ, එතන මිද්ධය කියලා දාගත්තොත්, එතකොට මිද්ධයේ ඉඳන් අපි ඒ කොසජ්ජය, එතන ව්‍යාධියත් වැටෙනවා, ඒ රේඛාව කැපෙන තැන, පරාමාසයයි වේදනාවයි එක්ක, අන්න එතනට තමයි ඔය ලීනය කියන එක එන්නේ. එතකොට ඒ ලීන ස්වභාවය ප්‍රීතිය මගින් මඟහරවනවා.

මේ නිසා ඔය 10 වෙනිදා අභය සූත්‍රයේ බොජ්ඣඞ්ග භාවනාවේ දී නිරෝධ නිස්සිතව උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය වඩන අවස්ථාවේ දී සාකච්ඡා කළ වේදනා සඤ්ඤා අළලා රූප සොයා යෑම, නැවතීමට තුඩු දෙනවා ඒක. ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



පථය 1 - ඉධං සච්චාභිනිවෙස -> පරාමාස නිසා line 7 වීම ඇත. මෙය මගින් පරාමාසය තුලවූ ජලය ඇවිස්සීම මගින් පරාමාස -> පරිදේව -> භය අගති. එය මගින් භය අගති -> වේදනා -> නාම රූප-> පරාමාස වීම පලමුව සිදුවෙ.

පථය 2 - අවිද්‍යා ආශ්‍රව -> කාම ආශ්‍රව වන්නේ රාග සල්ලය හරහා රූප ස්පර්ශ කර, සංඥා -> නාම රූප -> පරාමාස -> පරිදේව වීම දෙවනුව වන්නේ, පෙර පැවතියා වූ චිත්ත සංස්කාරයෝ නැවතත් ගොඩ නංවා සනාථ කරනු ලබයි.

s_BrokenNiccaSankalpa1.jpg

24/03/2023 - සමණ සූත්‍රය

Samaṇa Sutta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ සමණ සූත්‍රය.

මහණෙනි, යම්කිසි මහණ කෙනෙක් හෝ බමුණු කෙනෙක් හෝ මේ පසිඳුරන්ගේ සමුදයත් අස්තංගමයත් ආස්වාදයත් ආදීනවයත් නිස්සරණයත් තතු සේ දනිත් ද, මහණෙනි, ඒ මේ මහණෝ හෝ බමුණෝ හෝ මහණුන් කෙරෙහිත් මහණහයි සම්මත හ. බමුණන් කෙරෙහිත් බමුණහයි සම්මත හ. ඒ ඇවැත්හු ශ්‍රාමණ්‍යාර්ථය බ්‍රහ්මණ්‍යාර්ථය දිටුදැමියෙහි තෙමේ වෙසෙසින් දැන පසක් කොට [1] එයට පැමිණ වෙසෙතියි.

ඉන්ද්‍රිය පහ, ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය, විරිය ඉන්ද්‍රිය, සති ඉන්ද්‍රිය, සමාධි ඉන්ද්‍රිය, ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය.

ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය කෙසේ ඇති වන්නේ ද? එනම් එහි සමුදය දහම කුමක් ද, ප්‍රඥාව යයි කිව යුතු ය. ප්‍රඥාව කෙසේ ඇති වන්නේ ද? සමාධිය යැයි කිව යුතු ය. සමාධිය කෙසේ ඇති වන්නේ ද? සතිය යැයි කිව යුතු ය. සතිය ඇති වන්නේ සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම මගිනි.

ශ්‍රද්ධාවේ අස්තංගමය කෙසේ ද? යම් විරියක් නැති අයකුට නිර්වාණ ධර්මයෙහි පිහිටීමක් නොවන්නේ නම් එනම් ඡන්ද සමාධිය නොවන්නේ, එහි විසුරුණු සිත් ඇත්තේ ශ්‍රද්ධාව නොපිහිටයි, නොවැඩේ.[2]

විරිය ඉන්ද්‍රිය කෙසේ ඇති වන්නේ ද? එක් ක්‍රමයකට විමසනුයේ, හිරි ඕතප් ඇති වීමෙන් බව කිව යුතු ය. තව ආකාරයකට විමසනුයෙ සම්මා ආජීවය මගින් යැයි කිව යුතු ය. මෙහි දෙවනියට සඳහන් ක්‍රමය මගින් ඇති වන විරිය වඩා සාර්ථක ය. කුමක් නිසා ද? එහි පදනම ස්ථිර නිසා ය.

විරිය ඉන්ද්‍රියේ අස්තංගමය කුමක් ද? සම්මා ආජීවය නැතිකම බව කිව යුතු ය.

සති ඉන්ද්‍රිය කෙසේ ඇති වන්නේ ද? සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම මගිනි.

සති ඉන්ද්‍රියේ අස්තංගමය කුමක් ද? කායානුපස්සනාව නැතිකම බව කිව යුතු ය.

සමාධි ඉන්ද්‍රිය කෙසේ ඇති වන්නේ ද? සති ඉන්ද්‍රිය මගින් යැයි කිව යුතු ය. මෙහි ලා සත් බොජ්ඣඞ්ග පැවතීම විශේෂ ය.

සමාධි ඉන්ද්‍රියේ අස්තංගමය කෙසේ ද? සත් බොජ්ඣඞ්ග නොමැති වීම යැයි කිව යුතු ය.

ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය කෙසේ ඇති වන්නේ ද? සමාධි ඉන්ද්‍රිය මගිනි.

ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියේ අස්තංගමය කෙසේ ද? සමාධි ඉන්ද්‍රිය විනාස වීම මගිනි.

මෙහි යම් විමුක්ති ස්වභාවයක් ඇති ද එය ම ආස්වාදය වන්නේ ය. එය ම නිස්සරණය වන්නේ ය. මෙහි ආදීනව කිම? නිරෝධය යැයි කිව යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 01/04/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතන පෙන්නනවා පාලි භාෂාවෙන්, පසක් කොට කියන එක පෙන්වනවා, අභිඤ්ඤා සච්චිකත්වා කියලා.

2. ඔන්න ඔය වාක්‍යය රහතන් වහන්සේ දීපු එක හරි වැදගත්. ඒක පුදුමාකාර දෙයක් සිද්ධ වෙනවා ඔය වාක්‍යය හොඳට මෙනෙහි කරනවා නම් ඔය අවස්ථාවේ දී.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට කරුණු කාරණා පෙළක් අය එකතු කරගන්න ඇති. අපි දන්නවා ඔය හිරි ඕතප් ඔය 16/12/2022 භාවනාවේ දී එහෙම පෙන්නුවා. හිරි ඕතප් දෙක ඇති නම් ධ්‍යාන තලයක් හෝ මගේ යයි නොගන්නේ භාවිත චිත්තා ඇති වෙනවා, සම්මා සංකප්ප සම්මා සමාධි. ධ්‍යාන තලයක් හෝ මගේ යයි නොගන්නේ ද එහි නෙක්ඛම්මය ඇති ද, එයින් විරිය සමාධිය ඇති වෙනවා.

එතකොට මේකේ පෙන්නුවා, මේ තව ආකාරයකට විමසනුයේ සම්මා ආජීවය මගින් යයි කිව යුතු ය කියලා. ඉතින් මේකේ දෙවනුවට සඳහන් වන ක්‍රමය මගින් ඇති වන විරිය වඩා සාර්ථක ය. ඉතින් මේක ගැන පොඩ්ඩක් මම විමසුවා භාවනාවල, මේ ක්‍රම දෙක පිළිබඳව යමෙකුට පහදා දීම සඳහා වෙහෙසෙන්නේ බුදුපියාගෙන් උදාහරණයක් ඉල්ලුවා.

බුදුපියා පැවසුවා, වෙනස හිටගෙන ඉදීමත් ඉඳගෙන හිටීමත් කියලා.

පළවන ක්‍රමයේ දී එක ධ්‍යාන තලයක් හෝ මගේ යයි නොගන්නේ තව ධ්‍යාන තලයක් විමසයි. එයා හිටගෙන ඉන්නේ, එය නොගනී යන්න ඒ කියන්නේ බලාපොරොත්තු මේකේ තියෙනවා, දෙවන ධ්‍යාන තල කතාවක්. හිටගෙන ඉන්නේ

ඒක නේ.

එතකොට සම්මා ආජීව අවස්ථාවේ දී, කය අතහැර ගොස් ඇත්තේ නිර්වාණ මඟේ ඉඳගෙන සිටින අවස්ථාව ය.

එතකොට මේකේ මේ භාවනාවේ දී මේ පළවෙනි වාක්‍යය මෙනෙහි කරනකොට ම ඉන්ද්‍රිය පහ ම ඇති වෙනවා. ඒ සඳහා ශ්‍රද්ධාවේ අස්තංගමය යන කොටස මනා කොට සිතෙහි පවතින්න ඕන, රහතන් වහන්සේ කියපු ඒ වාක්‍යය.

ඉතින් අනික් අතට මේක repair කරනකොට කෙනෙකුට කල්පනා කරන්න පුළුවන්, ඔය අජ්ඣත්ත කාය repair වී ඇත්තේ, බාහිර කාය repair කරන්න යයි පවසන්නේ, මනා කොට repair කිරීම සිදු වෙනවා.

ඒක වෙන්නේ අර ශ්‍රද්ධාවේ අස්තංගමය කියන වාක්‍යය තමන්ගේ සිතේ මනා කොට පවතිනවා නම්, ඒක මෙනෙහි කෙරෙනවා නම්.

31/03/2023 - විභංග සූත්‍රය

Vibhaṅga Sutta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ විභංග සූත්‍රය.

මහණෙනි, මේ ඉන්ද්‍රිය පසෙකි. කවර පසෙක් ද යත්. ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය, විරිය ඉන්ද්‍රිය, සති ඉන්ද්‍රිය, සමාධි ඉන්ද්‍රිය, ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියයි.

මහණෙනි, මේ ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්? මහණෙනි, මෙහි අරිය සවු, සැදැහැ ඇත්තේ වේ. ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මේ නිසා අර්හත් හ. සම්මා සම්බුද්ධ හ. විජ්ජාචරණ සම්පන්න හ. සුගත් හ. ලෝකවිදූ හ. අනුත්තර පුරිසදම්ම සාරථී හ. දෙව් මිනිසුන්ට ශාස්තෘ හ. බුද්ධ හ. භගවත් හ. තථාගතයන් වහන්සේගේ බුදු බව හදහයි. මහණෙනි, මේ ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ.

24/03/2023 සමණ සූත්‍රය කළ ආකාරයට, ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රියේ සමුදය දහම් විමසා ඉන් අනතුරුව බුදු ගුණ සිහි කළා.

මහණෙනි, විරිය ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්? මහණෙනි, මෙහි අරිය සවු, අකුසල් දහම් ප්‍රහාණය පිණිස කුසල් දහම් රැස් කිරීම පිණිස පිරිපුන් වැර ඇත්තේ, කුසල් දහම්හි තිර වැර ඇත්තේ, දැඩි පැරකුම් ඇත්තේ, නො බහා තැබූ ධූර ඇත්තේ වෙසෙයි. මහණෙනි, මේ විරිය ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ.

මෙහි දී විරිය ඉන්ද්‍රියේ සමුදය දහම් විමසා ඉන් අනතුරුව,

1 ආරද්ධ විරිය. අකුසල ධර්මයන්ගේ ප්‍රහාණය පිණිස කුසල ධර්මයන්ගේ උපසමත් පිණිස වැර ඇතිව වෙසේ.

2 ස්ථාමවත් වූයේ දළපැරකුම් ඇතියේ. ස්ථාමවත් - යම් උපන් කුසලයක් වේ ද එහි මනා කොට පිහිටයි. අත් නොහරී. කුසලය වෙන්නේ තථාගතයන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව. ඒක අත් නොහරී. තුන් වන විරිය ලෙස සැලකිය යුතු ය. දළපැරකුම් - යම් අකුසලයක් ප්‍රහාණය කළේ ද, එම අකුසලයෝ නැවත ඉපදීමෙන් වන්නා වූ පරාජයට අකමැති වන්නේ ය.

3 අනික්ඛිත්තධූරො. කුසල් දහම්හි නොහළ ධූර සිහි කළ යුතු ය. නොහළ ධූර ඇත්තේ නිර්වාණය ම පසක් කරයි. දුක ම ඉවත් කරයි. මෙය දුක්ඛ table එක සම්බන්ධයෙන් 16/04/2016 නිබ්බාන භාවනාවේ දී මෙනෙහි කළ ආකාරයට බැලිය යුතු ය. ඒ ඒ

ධ්‍යාන එල ලාභියා යමක් ඉවත් කළේ ද යමක් ඉවත් නොකර සිටියේ ද එම ඉවත් නොකරන ලද ධර්මය පුනපුනා විමසා ඉවත් කිරීම කරයි.

මහණෙනි, සති ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්? මහණෙනි, මෙහි අරිය සවු තෙමේ සිහි ඇත්තේ උතුම් බලවත් සිහියෙන් යුතු වූයේ, ඉතා පෙර කරන ලද්ද කියන ලද්ද පවා සිහි කරනුයේ පුනපුනා සිහි කරනුයේ වෙයි. මහණෙනි, මේ සති ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ. මෙහි දී සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ පුනපුනා සිහි කළ යුතු ය.

මහණෙනි, සමාධි ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්? මහණෙනි, මෙහි අරිය සවු නිවන අරමුණු කොට සමාධිය ලබයි. සිත්හි එකඟ බව ලබයි. මහණෙනි, මේ සමාධි ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ.

මෙහි දී සමාධි ඉන්ද්‍රියයේ සමුදය දහම් වශයෙන් වන්නා වූ සත් බොජ්ඣඞ්ග වැඩීම සිහි කළ යුතු ය.

මහණෙනි, ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්? මහණෙනි, මෙහි අරිය සවු ප්‍රඥා ඇතියේ උදය වය පිරිසිඳ දක්නා ආර්ය වූ නිර්වේදයට සමත් වූ, මැනවින් දුක් ගෙවීමට පමුණුවන නුවණින් යුතු වූයේ වෙයි. මහණෙනි, මේ ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ. මහණෙනි, මොහු පසිඳුරෝ ය.

මෙහි දී 17/02/2023 ආහාර සූත්‍ර උපෙක්ඛා භාවනාව මෙන් උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය සිහි කිරීම ද වැඩීම ද කළ යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 15/04/2023</u>

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, මේ භාවනාව කරන්නේ, ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය ධර්ම කොටස සිහි කරන්නේ, සිත ප්‍රභාස්වර වී ආලෝකය විහිදෙනවා.

ඊළඟට කියන්න පුලුවන්, විරිය ඉන්ද්‍රිය ධර්ම කොටස සිහි කරන්නේ, ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය මගින් පැතුරුණා වූ ප්‍රඥා ආලෝකය නිර්වාණය හැර කිසිම තැනක නොනවතී.

ඉතින් මේ මුළු භාවනාව ම කරලා repair කරන්නේ, පරිදේව වූ සංස්කාර යැයි සිහි කරන්නේ, එය මනා කොට අවබෝධ විය. මෙපමණ කලක් සංස්කාර කර ඇත්තේ, ධාතු ස්වභාවය අල්ලා ගැනීමට ය.

කිසිම සංස්කාරයකින් එය කළ නොහැකි බව, නොහැකි වූ බව, සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය උපදවන සංස්කාර මගින් රූප ඉවත ලා හෝ, අවිතක්ක අවිචාර සමාධිය

උපදවන සංස්කාර මගින් අවිද්‍යාව ඉවත ලා හෝ, ධාතු ස්වභාවය අල්ලා හෝ පැවතිය හැකි එක ම ජීවිත ඉන්ද්‍රියක්වත් නොදුටුවෙමි.

07/04/2023 - දුක ඉන්ද්‍රිය දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය

Dukkhindriyaṃ Domanassindriyaṃ

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ උප්පටිපාටික සූත්‍රය.

මහණෙනි, මේ ඉන්ද්‍රිය පසෙකි. කවර පසෙක් ද යත්. දුක ඉන්ද්‍රිය, දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය, සුඛ ඉන්ද්‍රිය, සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය, උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රියයි. මහණෙනි, මෙහි නොපමාව [1] කෙලෙස් තවන වැර [2] ඇතිව නිවන් පිණිස මෙහෙයූ සිත් ඇතිව [3] වෙසෙන මහණ හට (පාලි භාෂාවෙන් පෙන්නනවා අප්පමත්තස්ස ආතාපිනො පහිතත්තස්ස කියලා) දුක ඉන්ද්‍රිය උපදී. හේ මෙසේ දැනගනී. මට මේ දුක ඉන්ද්‍රිය උපන, හෙ ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ දුක ඉන්ද්‍රිය නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කරුණ ඒකාන්තයෙන් නැත. හේ දුක ඉන්ද්‍රියත් දැනගනී. දුක ඉන්ද්‍රිය සමුදයත් දැනගනී. දුක ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධයත් දැනගනී. යම් තැනක උපන් දුක ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂයෙන් නිරුද්ධ වේ නම් එය ද දැනගනී. කොහි උපන් දුක ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂයෙන් නිරුද්ධ වේ ද යත්.

මහණෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ කාමයන්ගෙන් වෙන්ව අකුසල් දහමුන්ගෙන් වෙන්ව විතක්ක සහිත විචාර සහිත විවේකයෙන් හටගත් ප්‍රීතිය හා සුවය ඇති පළමු වන දැහැනට පැමිණ වෙසේ. මෙහි උපන් දුක ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂයෙන් නිරුද්ධ වෙයි. මේ මහණ දුක ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධය දත්තේ ය. ඒ බැවි පිණිස සිත එළවා යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, මෙහි නොපමාව කෙලෙස් තවන වැර ඇතිව නිවන් පිණිස මෙහෙයූ සිත් ඇතිව වෙසෙන මහණ හට දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය උපදී. හෙතෙමේ මෙසේ දැනගනී. මට මේ දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය උපන. එය ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කරුණ ඒකාන්තයෙන් නැත. හෙතෙම දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියත් දැනගනී. දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය සමුදයත් දැනගනී. දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධයත් දැනගනී. යම් තැනෙක උපන් දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය, නිරවශේෂව නිරුද්ධ වේ නම් එය ද දැනගනී. කොහි උපන් දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂව නිරුද්ධ වේ ද යත්.

මහණෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ විතක්ක විචාරයන් සංසිඳීමෙන් තම සිත්හි පැහැදීම ඇති සිතේ එකඟ බව ඇති විතක්ක රහිත විචාර රහිත සමාධියෙන් හටගත් ප්‍රීතිය හා සුවය ඇති දෙවන දැහැනට පැමිණ වෙසෙයි. මෙහි උපන් දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය

නිරවශේෂයෙන් නිරුද්ධ වෙයි. මහණෙනි, මේ මහණ දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධය දත්තේ ය. ඒ බැව් පිණිස සිත එළවා යයි කියනු ලැබේ.

එතකොට ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ ම විභංග සූත්‍රයේ පෙන්නනවා.

මහණෙනි, දුක ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්. මහණෙනි, කාය ප්‍රසාදයෙහි වස්තු කොට ඇති දුක් වූ කාය ප්‍රසාදය වස්තු කොට ඇති අමිහිරි වූ කාපහසින් හටගත් දුක් වූ අමිහිරි වූ යම් වේදනාවක් වේ ද, මහණෙනි, මේ දුක ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්. මහණෙනි, සිත පිළිබඳ දුක් වූ, සිත පිළිබඳ අමිහිරි වූ, මන පහසින් හටගත් දුක් වූ, අමිහිරි වූ යම් වේදනාවක් වේ ද, මහණෙනි, මේ දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ.

භාවනාව සඳහා මට මේ දුක ඉන්ද්‍රිය උපන. හෙ ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ දුක ඉන්ද්‍රිය නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කාරණය ඒකාන්තයෙන් නැත, යන කරුණු කෙරෙහි සිත යොමු කරන්න.

මෙහි දී 10/03/2023 අභය සූත්‍ර බොජ්ඣඞ්ග භාවනාව භාවිතා කළ යුතු ය. දුක ඉන්ද්‍රිය හෝ දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය ඇති වූයේ, දුක සොයා ගිය බැවිනි. එනම් සංස්කාර විෂයයෙහි ලා උපාදාන වූ බැවිනි. එම උපාදානයෝ පහ කිරීමට, අඩු ම තරමින් ප්‍රථමධ්‍යානය හෝ පැවතිය යුතු ය. දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය නිරුද්ධ වීම සඳහා, අඩු ම තරමින් දෙවන ධ්‍යානය අවශ්‍ය වේ. කුමක් නිසා ද? ලීන චිත්තය මඟහැරීමට තරම් ප්‍රීතිය ප්‍රබල විය යුතු ය. එය උත්සාහයකින් තොරව පැවතිය හැකි විය යුතු ය. මෙය සඳහා තුන් වන පථය නොමැති වීම උදව් උපකාර කරයි. ඒ කෙසේ ද? සංස්කාර විෂයයෙහි ලා සිත සමාදන් වීම තුන් වන පථය නැවතීමෙන් සිදු වේ. මේ දෙවන ධ්‍යානය, ආර්ය වූ බොජ්ඣඞ්ග සහිත වූ ධ්‍යානය බව කිව යුතු ය.

ඒක තමයි භාවනාව. මේක තවදුරටත් පැහැදිලි කරනවා නම්, මට මේ දුක ඉන්ද්‍රිය උපන, හෙ ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය, යන්න හොඳින් විමසන්න. එතකොට,

1 නිමිති, මෙහි දී මව් කුසට යන අවස්ථාව යොදා බලන්න. කහ පාටට දැකීම, නිමිති.

2 කාම ආශ්‍රව නිසා ශුක්‍රාණු අල්ලා ගැනීම, නිදාන.

3 කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම, සංස්කාර. එහි උපාදාන වශයෙන් කාම උපාදානය ගත යුතු ය.

4 උපාදාන ප්‍රත්‍යයෙන් භව, භව ප්‍රත්‍යයෙන් ජාති. ප්‍රත්‍ය සහිත ය.

මට මේ දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය උපන. එය ද නිමිති සහිත ය නිදාන සහිත ය සංස්කාර සහිත ය ප්‍රත්‍යය සහිත ය, යන්න විමසන අවස්ථාවේ දී, අනිෂ්ට වස්තුව නිමිති වශයෙන්, භව ආශ්‍රවය නිදාන වශයෙන්, උපාදානය ලෙස සීලබ්බත උපාදානය ද, වේදනා ප්‍රත්‍යයෙන් තණ්හා යන්න ප්‍රත්‍ය සහිත ය, ලෙස යොදා විමසන්න.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 15/04/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. අප්පමත්තස්ස කියන පාලි වචනය. Diligent කියලා ඉංග්‍රීසියෙන් කියනවා.
2. ආතාපිනො Ardent කියලා කියනවා.
3. පහිතත්තස්ස, resolute කියලා ඉංග්‍රීසියෙන් කියනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට ඒ කාරණා ටික භාවනාවේ දී කිව්වා. තව චුට්ටක් එකතු කරනවා නම්, මේකේ මේ අප්පමත්තස්ස ආතාපිනො පහිතත්තස්ස හරි වැදගත් වචන තුනක්. ඒ වචන තුන හොඳට සිහි කරනවා නම්, නොපමාව, කෙලෙස් තවන වැර ඇතිව, නිවන් පිණිස මෙහෙය වූ සිත් ඇතිව. මේක සිහි කරන්නේ, මෙතන ම පුදුමාකාර විදිහට සිත විශාල වෙනවා. ඒ වචන තුන අමතක කරන්න එපා භාවනාවේ දී.

ඉතින් මේ භාවනාව පුදුමාකාරයි, මේ දුක ඉන්ද්‍රියයි දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියයි ඉවත් වන්නේ ඉතා ම සතුටකින් ඉන්න පුළුවන්. ඒ වගේ ම ඒක දවස පුරා පවතිනවා.

ඊළඟට තවත් වැටහෙනවා, මේ කාම ආශ්‍රවයට, භව ප්‍රත්‍යයෙන් ජාති යන්න එකතු වන්නේ, භව ආශ්‍රවය වෙනවා කියලා. කුමක් නිසා ද?

මෙහි වේදනා ප්‍රත්‍යයෙන් තණ්හා යන්න පවතින්නේ, භවය පැවැත්වීමට කැමැත්ත ඇත්තේ ය. ඒ නිසා ය.

14/04/2023 - සුඛ ඉන්ද්‍රිය සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය

Sukha Indriya Somanassa Indriya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ උප්පටිපාටික සූත්‍රය.

මහණෙනි, මෙහි නොපමාව [1] කෙලෙස් තවන වැර ඇතිව [2] නිවන් පිණිස මෙහෙයූ සිත් ඇතිව [3] වෙසෙන මහණ හට සුඛ ඉන්ද්‍රිය උපදී. හේ මෙසේ දැනගනී. මට මේ සුඛ ඉන්ද්‍රිය උපන, එය ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ සුඛ ඉන්ද්‍රිය නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කරුණ ඒකාන්තයෙන් නැත. හෙතෙම සුඛ ඉන්ද්‍රියත් දැනගනී. සුඛ ඉන්ද්‍රියේ සමුදයත් දැනගනී. සුඛ ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධයත් දැනගනී. යම් තැනක උපන් සුඛ ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂව නිරුද්ධ වේ නම් එය ද දැනගනී. කොහි උපන් සුඛ ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂව නිරුද්ධ වේ ද යත්.

මහණෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ ප්‍රීතියෙහිත් නොඇල්මෙන් උපෙක්ෂකව වෙසේ. සිහි ඇත්තේ මනා දැනුම් ඇත්තේ කයින් සුවත් විඳියි. ආර්යයෝ යම් ඒ දැහැනක් උපෙක්ෂා ඇත්තේ ය, සිහි ඇත්තේ ය, සුව විහරණ ඇත්තේ යයි කියත් නම්, ඒ තෙවන දැහැනට පැමිණ වෙසෙයි. මෙහි උපන් සුඛ ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂව නිරුද්ධ වෙයි. මහණෙනි, මෙහි මහණ සුඛ ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධය දත්තේ ය. ඒ බැව් පිණිස සිත එළවා යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, මෙහි නොපමාව කෙලෙස් තවන වැර ඇතිව නිවන් පිණිස මෙහෙයූ සිත් ඇතිව වෙසෙන මහණ හට සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය උපදී. හෙතෙමේ මෙසේ දැනගනී. මට මේ සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය උපන. එය ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කරුණ ඒකාන්තයෙන් නැත්තේ ය. හෙතෙමේ සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියත් දැනගනී. සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියේ සමුදයත් දැනගනී. සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධයත් දැනගනී. යම් තැනෙක උපන් සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය, නිරවශේෂයෙන් නිරුද්ධ වේ නම් එයත් දැනගනී. කොහි උපන් සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂයෙන් නිරුද්ධ වේ ද යත්.

මහණෙනි, මෙහි මහණ තෙමේ සුවත් පැහීමෙන් දුකත් පැහීමෙන් පළමුව සොම්නස් දොම්නස්ගේ අස්තංගමයෙන් නොදුක් වූ නොසුව වූ මැදිහත් බැවින් හා සිහියෙන් හටගත් පිරිසිඳු බැව් ඇති සිව් වන දැහැනට පැමිණ වෙසෙයි. මෙහි උපන් සෝමනස්ස

ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂයෙන් නිරුද්ධ වේ. මහණෙනි, මේ මහණ සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධය දත්තේ ය. ඒ බැව් පිණිස සිත එළවා යයි කියනු ලැබේ.

විභංග සූත්‍රයේ පෙන්නනවා, මහණෙනි, සුඛ ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්. මහණෙනි, කායප්‍රසාදය වස්තු කොට ඇති සුව වූ කායප්‍රසාදය වස්තු කොට ඇති මිහිරි වූ කාපහසින් හටගත් සුව වූ මිහිරි වූ යම් වේදනාවක් වේ ද, මහණෙනි, මේ සුඛ ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද යත්. මහණෙනි, සිත පිළිබඳව සුව වූ සිත පිළිබඳව මිහිරි වූ මන පහසින් හටගත් සුව වූ මිහිරි වූ යම් වේදනාවක් වේ ද, මහණෙනි, මේ සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ.

භාවනාව සඳහා, මට මේ සුඛ ඉන්ද්‍රිය උපන. හේ ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ සුඛ ඉන්ද්‍රිය නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කරුණ ඒකාන්තයෙන් නැත, යන කරුණ කෙරෙහි සිත යොමු කරන්න.

මෙහි දී 10/03/2023 අභය සුත්ත - බොජ්ඣඞ්ග භාවනාව භාවිතා කළ යුතු ය. සුඛ ඉන්ද්‍රිය හෝ සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය ඇති වූයේ, සුඛ සොයා ගිය බැවිනි. එනම්, සංස්කාර විෂයයෙහි ලා උපාදාන වූ බැවිනි. සුඛ ඉන්ද්‍රිය නිරුද්ධ වීම සඳහා, අඩු ම තරමින් තෙවන ධ්‍යානය අවශ්‍ය වේ. කුමක් නිසා ද? පෙර ලීන චිත්ත විෂයයෙහි සිත සමාදන් වීම වැළකීම කළ හැක්කේ, එයට වඩා උතුම් වූ, දැන් පවතින්නා වූ, ලීන චිත්තයෙහි සිත නොපිහිටන ධර්මතාවයක් මගිනි. මෙහි චිත්තය ශක්තිමත් කළ යුතු ය. චිත්තය ශක්තිමත් වන්නේ, සිත බලවත් වූ අරමුණක එනම් පැවතිය හැකි අරමුණක පිහිටන්නේ නම් පමණි. ඒ සඳහා තෙවන ධ්‍යානය අවශ්‍ය වේ. කුමක් නිසා ද? තෙවන ධ්‍යානයේ ඇති සුඛ විහාරය තුළ, දිට්ඨීන් නිසා ආපසු යන්නා වූ, එනම් භව ආශ්‍රවය නිසා අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යන ස්වභාවය මඟහරවාලන නිසා ය. දැන් පවතින්නා වූ සුඛය නැසීමට කැමැත්තක් නැති බව වටහා ගත යුතු ය.

ඉතින් මෙතන අපිට පේනවා, මේ පරාමාසයයි චේතනාවයි අතර අර අත්තා, දිට්ඨී උපාදානය එහෙම ලකුණු වෙනවා. එතකොට අත්තා කියන එකේ පසු සඤ්ඤාව භව ආශ්‍රවය. ඒකෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රව. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රව.[4]

සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය මඟහැරීමට නම් හතර වන ධ්‍යානය අවශ්‍ය වේ. කුමක් නිසා ද? අහංකාර ස්වභාවය ඉක්ම විය යුතු ය. ඒ නිසා ය. අහංකාරය නිසා නැවත රූප සොයා යෑම වැළකිය හැක්කේ හතර වන ධ්‍යානයේ ඇති උපෙක්ඛාව නිසා ය. මෙය සඳහා තුන් වන පඨය නොමැති වීම උදව් උපකාර කරයි. ඒ කෙසේ ද? සංස්කාර විෂයයෙහි ලා සිත සමාදන් වීම, තුන් වන පඨය නැවතීමෙන් සිදු වේ. ඒක තමයි භාවනාව.

මේක තවදුරටත් පැහැදිලි කරනවා නම්, මට මේ සුඛ ඉන්ද්‍රිය උපන, හෙද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය, යන්න හොඳින් විමසන්න.

1 නිමිති, මුහුදු වෙරළක මනාප වූ සුළං පොදක් කයෙහි ස්පර්ශ වීම මෙනෙහි කරන්න.

2 නිදාන වශයෙන් භව ආශ්‍රවය ගන්න.

3 සංස්කාරයන්හි උපාදාන වශයෙන් දිට්ඨි උපාදානය ගත යුතු ය.

4 උපාදාන ප්‍රත්‍යයෙන් භව. ප්‍රත්‍ය සහිත ය.

මට මේ සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය උපන. හෙ ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය, යන්න විමසීමේ දී.

1 නිමිති, වඩු බාස්ගේ කතාව මෙන් විමසන්නේ, තෙවෙනි ධ්‍යාන සුඛ සහිත සඤ්ඤාව නිමිති ලෙස ගන්න. තෙවෙනි ධ්‍යාන සුඛය නොපවතින නිසා, එම සංස්කාරයන්ට උපෙක්ඛා වීම සිහි කරන්න.

2 නිදාන වශයෙන් දිට්ඨි ආශ්‍රවය ගන්න.

3 සංස්කාරයන්හි උපාදාන වශයෙන් අත්තවාද උපාදානය ගත යුතු ය.

4 උපාදානයෙන් භව. ප්‍රත්‍ය සහිත ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 20/05/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. අප්පමත්තස්ස
2. ආතාපිනො
3. පහිතත්තස්ස
4. එතකොට ඒක තමයි වළක්වා ගන්නවා කියන එක තියෙන්නේ

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට ඒකයි භාවනාව. ඉතින් මේකට තව එකතු කරන්න පුළුවන්.

කුමක් නිසා සුඛ ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී නිදාන වශයෙන් භව ආශ්‍රවය ගන්නේ ද? කායිකව යමක් ඇති වන්නේ ද, එය භව ආශ්‍රවයට තුඩු දේ. ඒ නිසා ය. මෙහි පෙර

චේතනාවෝ බලපායි. දිට්ඨීන් නිසා ආපසු යන්නා වූ, එනම් භව ආශ්‍රව නිසා අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යන ස්වභාවය, තෙවැනි ධ්‍යානයේ කුමන ගුණයක් නිසා මඟහරවාලයි ද? කායිකව දැනෙන දේ නිසා යන්නා වූ ස්වභාවය නැත. සුව වූ උතුම් කායික ප්‍රීතිය පවා ඉක්මවීමට දක්ෂ වී ඇත.

කුමක් නිසා සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී නිදාන වශයෙන් දිට්ඨී ආශ්‍රවය ගන්නේ ද? චෛතසිකව යමක් ඇති වන්නේ ද, එය දිට්ඨී ආශ්‍රවයට තුඩු දෙයි. ඒ නිසා ය. මෙහි අපර චේතනාවෝ බලපායි. ඉතින් මෙතැන ඔය නිත්‍ය කියන එක ඉදංසච්චගත වෙලා, එතනින් පරාමාසයට පැමිණිලා ඒ දිට්ඨී ආශ්‍රව වීම.

මෙසේ ම කුමක් නිසා දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී නිදාන වශයෙන් භව ආශ්‍රවය ගන්නේ ද? මෙහි දී සීලබ්බත උපාදානය විමසන්න. ඊර්ෂ්‍යාව ඇත්තේ, මෙහි පෙර චේතනාවෝ බලපායි.

එතකොට මෙතන මේ ආර්ය බොජ්ඣඞ්ග සහිත වූ ධ්‍යානය අවශ්‍ය නොවේ. කුමක් නිසා ද? සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී උපෙක්ඛාවේ ප්‍රබලතාවය නිසා, සුඛ සහිත සඤ්ඤාව ඉවතලිය හැකි ය. තව ද යම් උපාධියක් සමත් වූ අයකු මම මේ degree එක පාස් වුණා කියලා යම් සතුටක් ඇති ද, එසේ ම හතර වෙනි ධ්‍යාන තලයේ උපන් අයකුට එම තලයේ ඉපදීම නිසා උපෙක්ඛා ස්වභාවයක් ඇති ද, ඔහු අවසන් කරගෙන නැති බව වටහා ගත යුතු ය. තුන් වන පථය ඉවත් කළ යුතු ය. එනම් උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය සහිතව හතර වන ධ්‍යාන තලයේ සිටිය යුතු ය.

21/04/2023 - උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය

Upekkhā Indriya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ උප්පටිපාටික සූත්‍රය.

මහණෙනි, මෙහි නොපමාව අප්පමත්තස්ස, කෙලෙස් තවන වැර ඇතිව ආතාපිනො, නිවන් පිණිස මෙහෙයූ සිත් ඇතිව පහිතත්තස්ස, වෙසෙන මහණ හට උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය උපදී. හේ මෙසේ දැනගනී. මට මේ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය උපන, එය ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කරුණ ඒකාන්තයෙන් නැත. හෙතෙම උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය දැනගනී. උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රියේ සමුදයත් දැනගනී. උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධයත් දැනගනී. යම් තැනක උපන් උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂව නිරුද්ධ වේ නම් එය ද දැනගනී. කොහි උපන් උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂව නිරුද්ධ වේ ද යත්.

මහණෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ සර්වප්‍රකාරයෙන් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය ඉක්මවා සඤ්ඤා වේදයිත නිරෝධයට පැමිණ වෙසෙයි. මෙහි උපන් උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය නිරවශේෂව නිරුද්ධ වෙයි. මහණෙනි, මෙහි මහණ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රියේ නිරෝධය දත්තේ ය. ඒ බැවි පිණිස සිත එළවා යයි කියනු ලැබේ.

විභංග සූත්‍රයේ පෙන්නනවා, මහණෙනි, උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය කවරේ ද? යම් ඒ කායික වූ ද චෛතසික වූ ද, මිහිරි නොවූ (නෙවසාතං), අමිහිරි ද නොවූ (නාසාතං), විඳීමක් වේ ද, මහණෙනි, මේ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය යයි කියනු ලැබේ. මෙය චක්ඛු සොත ඝාන ජිව්හා ප්‍රසාද වස්තු කොට ඇත්තා වූ හෝ සිත පිළිබඳව වූ වශයෙන් සිතන්න.

භාවනාව සඳහා, මට මේ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය උපන. එය ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය. ඒ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය, නිමිති රහිතව නිදාන රහිතව සංස්කාර රහිතව ප්‍රත්‍යය රහිතව උපදනේ ය, යන මේ කරුණ ඒකාන්තයෙන් නැත, යන කරුණ කෙරෙහි සිත යොමු කරන්න.

මෙහි දී 10/03/2023 අභය සුත්ත - බොජ්ඣඞ්ග භාවනාව භාවිතා කළ යුතු ය. උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය ඇති වූයේ, උපෙක්ඛාව සොයා ගිය බැවිනි. එනම් සංස්කාර විෂයයෙහි ලා උපාදාන වූ බැවිනි. යම් සිත්හි පවතින උපෙක්ඛාවක් වේ ද එහි මනා කොට පිහිටන්නේ නම් නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය දක්වා එහි පරාසය වේ.

නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනයේ සඤ්ඤාවන් ඉතා තුනී වුව ද, හඳුනා ගත නොහැකි වුව ද, ඉන් එළියට එන විට, යම් හතර වන ධ්‍යානයක පිහිටයි ද, එහි දී නිරෝධය කැමති විය යුතු ය. යම් නිරෝධයක් වේ ද එහි නිර්වාණය ගැබ් ගනියි. මේ සඳහා සඤ්ඤා වේදනා නිරෝධ ධර්මයට කැමති විය යුතු ය. එනමුදු නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන සාදන සංස්කාර කෙරෙහි උපාදාන නොවිය යුතු ය. ඒක තමයි භාවනාව.

මේක තවදුරටත් පැහැදිලි කරනවා නම්, මට මේ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය උපන. හේ ද නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය, සංස්කාර සහිත ය, ප්‍රත්‍යය සහිත ය, යන්න හොඳින් විමසන්න.

1 නිමිති, නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය නිමිති ලෙස ගන්න.

2 නිදාන, වශයෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය ගන්න.

3 සංස්කාරයන්හි උපාදාන වශයෙන්, අත්තවාද උපාදානය ගත යුතු ය.

4 ප්‍රත්‍ය සහිත ය, ස්පර්ශ ප්‍රත්‍යයෙන් වේදනා ගත යුතු ය. කුමක් නිසා ද? යම් ස්පර්ශයක් නොවන්නේ නම් වේදනාවක් නැත. එය හඳුනා ගත හැකි සඤ්ඤාවකුත් නැත.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 20/05/2023</u>

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකේ තව ගොඩක් එකතු කරන්න තියෙනවා. කුමක් නිසා උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී නිදාන වශයෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවය ගන්නේ ද? දිට්ඨීන් නිසා යමක් ඇති වන්නේ ද, එය අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට තුඩු දේ. ඒ නිසා ය. මෙහි පෙර චේතනා අපර චේතනා යන දෙක ම බලපායි.

අපර චේතනා යන්න විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං 1 අත්තා යන්න සමඟත්, පෙර චේතනා යන්න නාමරූප පච්චයා විඤ්ඤාණං 2 අත්තා සමඟත්, සිතා බලන්න. එහි යම් එකතු වීමක් අත්තානුදිට්ඨිය නිසා ඇති වන්නේ ද, අවිද්‍යා ආශ්‍රව හටගනී.

එතකොට මේ උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය ඇති වූයේ උපෙක්ඛාව සොයා ගිය බැවිනි. මෙහි දී මනස පුදුමාකාරයි. හැම ඉන්ද්‍රියක් ම ප්‍රභාස්වර වී පවතී. එවැනි සඤ්ඤාවන්හි සමුදය අස්තංගමය බලන්නේ, එම ඉන්ද්‍රියන් තවත් ප්‍රභාස්වර වෙනවා. භාවනාව කර අවසානයේ බුදුපියා මෙවැනි දහම් මතු කර දීම ගැන කෘතඥතාවය පළ කරන්නේ,

එහි යම් emotion ඇති ද, එයට උපෙක්ඛා වීම සිහි කරන්නේ මනස විශ්වය මෙන් විශාල විය.

ඉතින් තවත් මේක පැහැදිලි කරනවා නම් එකතු කරනවා නම්, ඔයගොල්ලො දන්නවා 19/08/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී අපි diagram එකක් දුන්නා මතක ඇති, ඔය සාධ්‍යයා ගැන බලන අවස්ථාවේ දී ඒක දුන්නේ.

ඒකෙ ඒ පෙන්නන්නෙ අර අපි ලකුණු කළා 5a, 6a, 7a කියලා ඔය q කියලා ලකුණු කරනවා නේ වේදනාවයි පරාමාසයයි අතර. එතකොට ඒ 7a වෙන්න නම් අපි 7b වෙන්න ඕනේ. 7b වෙන්න නම් 6b වෙන්න ඕනේ. 6b වෙන්න නම් 5b වෙන්න ඕනේ, අර ගිද්ධිලෝභය ළඟ ඔය විදිහට diagram එකක් දුන්නා.

එතකොට ඔය සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී, ඔය තුන් වන පථය නැති වීම, p නැති වීම කියන එක උදව් උපකාර කරනවා, p කියලා කියන්නේ භය අගතියේ ඉඳන් වේදනාව දක්වා අත්තවාද උපාදානය දැන් කොටස් දෙකකට බෙදෙනවා. මෙතන p කොටස ගැන දැන් අපි මේ කතා කරන්නේ, ඒක සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී කතාව. එතකොට ඒ කියන්නේ hub එක rotate වීම නිසා වෙන දහම්, භවය. උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී ඔය q නැති වීම කියන එක. ඒ කියන්නේ 7b කියන එක. 7b කියන්නේ මොකක් ද ස්පර්ශයයි වේදනාවයි අතර. එතකොට අන්න ප්‍රත්‍යය. මෙතන පෙන්නුවා නේ මේ ස්පර්ශ ප්‍රත්‍යයෙන් වේදනාව. ස්පර්ශ ප්‍රත්‍යයෙන් වේදනාව නැති නම් හඳුනා ගතහැකි සඤ්ඤාවකුත් නැත්තේ, ඒ නිසා සංස්කාර කළ යුතු යැයි පරාමාසගත වීමක් නැත. එවැනි සඤ්ඤාවන් අත්තා කර නොගැනීම නිසා අවිද්‍යා ආශ්‍රව නොවන්නේ සංස්කාර ඉවත් කළ හැකි ය කියන එක.

එතකොට මෙතන තවත් දෙයක් කියන්න පුළුවන්, අපි පැහැදිලි කළේ නෑ, ඔය දුක ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී, කවුරුත් ඇහුවෙත් නැහැ මං හිතන්නේ, ඔය දුක ඉන්ද්‍රියේ තියෙනවා නේ කායික දුකයි. කායිකං අසාතං කියලා එහෙම කිව්ව නේ. එතකොට ඕකේ ඔය අභිධර්ම පිටකයේ හැටියට බැලුවහමත් මේ කයෙන් ඇති වෙන්නා වූ දෙයක නැහැ අපට neutral feeling එකක් කියන එක. එක්කෝ අපට සුඛයක් තියෙනවා. ඉතින් ඕක එහෙම නැත්නම් වේදනාවක් තියෙනවා, දුක වේදනාවක් තියෙනවා. ඉතින් ඕක රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවහම ඇයි එහෙම වෙන්නේ කියලා, ඉතින් බුදුපියා ඇහුවා මේ පඨවි ධාතුවේ තද ගතිය මෘදු ගතිය ඇරුණාම වෙන මොකක් වත් තියෙනවා ද කියලා. ඒ කියන්නේ මැද එකක් නැහැ නේ, එක්කෝ තද ගතියක් තියෙනවා එක්කෝ මුදු ගතියක් තියෙනවා ඒකෙ neutral එකක් නැහැ කියන එක කියන්න පුළුවන් මේ අවස්ථාවේ දී.

එතකොට දැන් මෙතෙන්දි අපි බලන්න ඇහෙන් දකිනකොට උපෙක්ඛා වශයෙන් අපි ගම්මු මේ fridge එකක් හරි මොකක් හරි තැනකට තමා ඔය shop එකේ

salesman එතැනට ගෙනියනවා. ඒක හරියට අර 50% පාර දිගේ පැමිණීම. 50% පාර මතකයි නේ, නේ ද? එතකොට ඒ අපි ජාතිය ඉඳන් ඒ වේදනාව දක්වා එන පාර. එතකොට මේකේ මේ චෛතසික අගය 50% යි. එතකොට එම භාණ්ඩය පෙන්වන්නේ එය ගැනීමට ඇති කැමැත්තත් ඒක 50% යි තමන්ගේ ඇතුළෙන් තියෙන්නේ අන්න ඒ විදිහේ දෙයක් තමයි තියෙන්නේ, 50% කියන එක.

එතකොට අර උපෙක්ඛාව වටහා ගන්න පහසු වෙන්නයි මේ පෙන්නන්නෙ. එසේ ම චෛතසිකව ඇති වෙන උපෙක්ඛාව වශයෙන්, 50% පාර දිගේ යෑම මගින් වන චෛතසික අගය 50%ක් වන්නේ නම්, එනම් 40% පාර නැති නම්, ඒ කියන්නේ තුන්වෙනි පාර නැති නම්, 10% පාර දිගේ ගමන් කරයි ද? මෙය අලුත් වාහනය පරණ වාහනය ලෙස සිහි කරන්න. දෙක ම දුවනවා. එනමුදු අලුත් වාහනයේ නැවුම් බවක් තියෙනවා. එසේ ම නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියා එහි පැමිණියේ අබලන් වූ පරණ ශරීරය, ඔන්න පරණ වාහනය, ඉවතලා ය. එනමුදු විඤ්ඤාණ ධාරාව පැවතීම සඳහා, ධාරාව මගින් අලුත් රූප ස්පර්ශ කිරීම 10% පාර දිගේ ගමන් කරනවා. එතකොට මේක තවදුරටත් ඔගොල්ලන්ට පස්සේ දී තේරේවි පස්සේ දෙන භාවනාවත් එක්ක ඔතෙන්ට අස්මිතිය කියන එක බලපානවා කියන එක.

එතකොට මෙම ඉන්ද්‍රිය භාවනා තුන ම, එක භාවනාවක දී සිහි කරන්නේ, උපෙක්ඛාව දක්වා යන්නේ තමාට කැමති පරිදි ධ්‍යාන අතර මාරු වීම කියන එක කරන්න පුළුවන්. ඒ සඳහා භාවනා තුනෙහි ම, ආශ්‍රව කෙසේ වූයේ දැ යි පැහැදිලි කිරීම, අපි දැන් මේ සාකච්ඡාවේදි පැහැදිලි කරලා දුන්නා, මේ ආශ්‍රවයන් කියන එක ඇයි එහෙම ගත්තෙ කියන එක. එතකොට අන්න ඒක සිත්හි තබා ගැනීම කියන එක පමණක් ප්‍රමාණවත් වෙනවා. අර ගොඩක් ධර්මයන් ඕනෙ නැහැ. ඒක සිත්හි තියෙනවා නම්, ඒකෙන් ම පුළුවන් වෙනවා තමන්ට මේ විදිහට ධ්‍යානයන් අතර මාරු වෙන්න. ඒ කියන්නේ මෙහි උපෙක්ඛාව ඇත්තේ සුඛය දැනුණත්, ප්‍රීතිය දැනුණ ද, එය හඳුනා ගනු ලබයි. නමුත් එහි ඇලීමක් නැත. මෙසේ ධ්‍යාන හතර තුළ මාරු වීම පහසුවෙන් කළ හැකි ය.

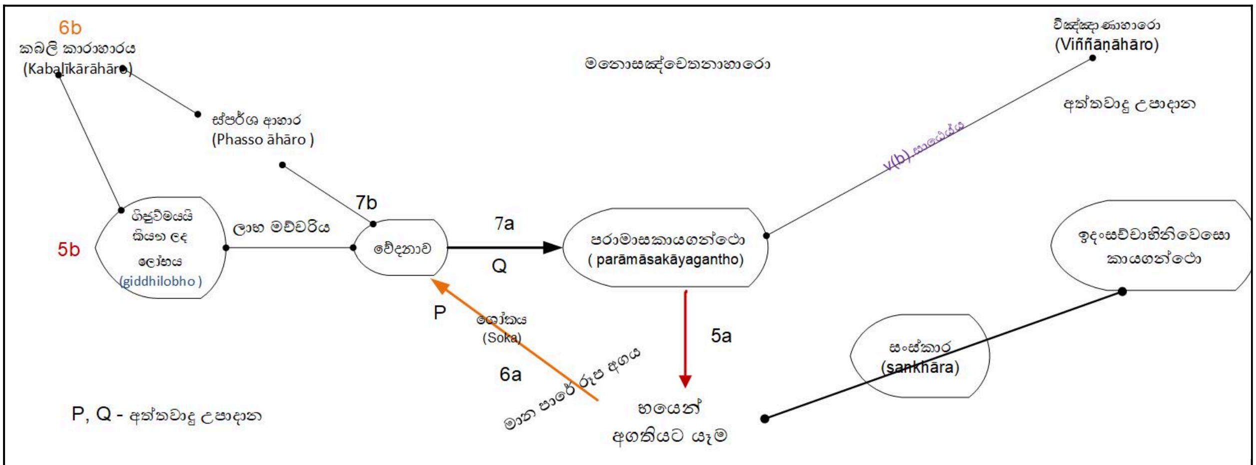
ඒ කියන්නේ හරියට ඔගොල්ලන්ගේ ගෙදර මොනවහරි fridge එකක හරි බඩු තියෙනවා නම් තමන් කැමති කැමති විදිහට එළියට ගන්නවා. නමුත් ඒ එළියට ගන්න එකට තමන්ගේ ඇලීමක් මොකක්වත් නැත්නම් උපෙක්ඛා ස්වභාවයක් තියෙනවා නම්, තමන් දන්නවා මෙන්න මේක ප්‍රීතිය සහගත ගෙන දෙන්නා වූ ආහාරයක් කියන එක. සුඛයක් දෙන්නා වූ ආහාරයක්. ඒ වගේ දෙයක් තියෙනවා. නමුත් ඒකට තමන්ගෙ උපෙක්ඛාවක් තියෙනවා. එතකොට මේ විදිහට මේකෙ මාරු වෙන්න පුළුවන් කම කියන එක තියෙනවා. තමා තුළ තියන ධර්මය, ඉතින් මේක තමයි මේ සම්මා සමාධිය කියන එක බුදුහාමුදුරුවෝ ධ්‍යාන හතරකින් මේ විදිහට කිව්ව එක, අර පළවෙනි ධ්‍යානය ඉවර කරලා හතර වෙනි ධ්‍යානයට ගිහිල්ලා ඒකෙ

“ඉන්නවා” කියන එක නෙමෙයි. ඒක හරි පුදුමයි.

ඉතින් මේක මට මේ විදිහට කරන්න පුළුවන් වුණා. ඉතින් රහතන් වහන්සේ කිව්වා මේක මට පමණක් සාධාරණ ධර්මයක් නෙමෙයි කියලා. ඔයගොල්ලන්ටත් මේ හැමෝට ම කරන්න පුළුවන් යයි කියන එක බුදුපියා පැවසුවා.

එතකොට දැන් මේ භාවනාවේ දී තමන්ට කොහොම ද කෙනෙක් හිතන්න පුළුවන් කොහොම ද දැන් මං උපෙක්ඛාවෙන් ඉන්නේ ප්‍රීතිය කියන එක. දැන් මං කිව්වේ, විරිය ඉන්ද්‍රිය අපි දන්නවා ඔළුව පිටිපස්සේ තියෙන්නේ, එතකොට එතෙන්ට සිත යොමු වුණා නම් ප්‍රීතිය දැනෙනවා, එතකොට ඒකට උපෙක්ඛාව තියෙනවා. මුහුණට සිත යොමු වුණා නම්, මුහුණේ තියෙන සුඛය දැනෙනවා, ඒකට උපෙක්ඛාව තියෙනවා. මේ විදිහට මේ මනසිකාරය මගින් පමණක්, ඒ ඒ ධ්‍යාන අතර මාරු වීම කරන්න පුළුවන්. එනමුදු අර උතුම් උපෙක්ඛාව තමා තුළ පවතිනවා.

එතකොට ඉතින් මේකට අර මතක තියෙන්න ඕන දෙයක් තමයි, පෙර චේතනාව කියන එක, පුබ්බ චේතනා, ඊර්ෂ්‍යාවේ ඉඳන් මායාවට. අපර චේතනා කියන එක මච්ඡරිය ඉඳන් සාඨෙය්‍යාට. ඔන්න ඔච්චරයි මතක තියෙන්නෙ. ඒක නිසා හිතන්න එපා, අර පස්සේ කිව්ව භාවනාවේ දී තමන්ට මේක හරහා යන්න බැරි ය කියලා. රහතන් වහන්සේ පෙන්නපු ඒ ධර්මය, කෙනෙක් හොඳට මෙනෙහි කළා නම්, එතන අර බුදුහාමුදුරුවෝ කිව්වා මෙතන මේක නිමිති සහිත ය, නිදාන සහිත ය. ඉතින් ඒක පොඩ්ඩක් විමසලා බැලීම විතරයි තමන්ට තියෙන්න ඕනේ.



MM_19_08_2022.jpg

28/04/2023 - ජරා සූත්‍රය

Jarā Sutta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ ජරා වග්ගයේ ජරා සූත්‍රය.

ආනන්ද තෙරණුවෝ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ අවයව අතින් පිරිමදිමින් භාග්‍යවතුන් වහන්සේට මෙය සැලකළහ. වහන්ස, ඇසිරියෙකි, වහන්ස, පුදුමයෙකි, වහන්ස, භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ සිවි පැහැය පෙර මෙන් දැන් නොද පිරිසිදු වේ. නොද හාත්පසින් බබළන්නේ වේ. සියලු අවයවයෝ ලිහිල්හ. හටගත් රැලි ඇතියහ. කය ද ඉදිරියට නැඹුරු වූයේ ය. ඉදුරන්ගේත් එනම්, චක්ඛු ඉන්ද්‍රියේත් සොත ඉන්ද්‍රියේත් ඝාන ඉන්ද්‍රියේත් ජිව්හා ඉන්ද්‍රියේත් කාය ඉන්ද්‍රියේත් වෙනස් බවෙක් පෙනේ.

ආනන්දය, ඒ එසේ ම ය. යොවුන් බැව්හි දිරන ස්වභාව ඇත්තේ (ජරා ධම්මො යොබ්බඤ්ඤෙ), නිරෝගී බැව්හි රෝගී ස්වභාව ඇත්තේ (ව්‍යාධි ධම්මො ආරොග්‍යෙ), ජීවත් වීමේ මැරෙන ස්වභාව ඇත්තේ (මරණ ධම්මො ජීවිතෙ) වෙයි. සිවි පැහැය ඇතිතාක් ද එය පිරිසිදු නොවෙයි. හාත්පසින් බබළන්නේ නොවේ. සියලු අවයවයෝ ලිහිල් වූවාහු හටගත් රැලි ඇත්තාහු ද වෙති. කය ඉදිරියට නැඹුරු වූයේ වෙයි. ඉදුරන්ගේ ද එනම් චක්ඛු ඉන්ද්‍රියේත් සොත ඉන්ද්‍රියේත් ඝාන ඉන්ද්‍රියේත් ජිව්හා ඉන්ද්‍රියේත් කාය ඉන්ද්‍රියේත් වෙනස් බවෙක් පෙනේ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙය වදාළ සේක. සුගත වූ ශාස්තෘන් වහන්සේ මෙය වදාරා යලි මතු ද මෙය වදාළ සේක. එතන ගාථාවක් එනවා.

ධිතං ජම්මි ජරෙ, අත්ථු දුබ්බණ්ණකරණී ජරෙ, තාව මනොරමං බිම්බං, ජරාය අභිමද්දිතං.

මෙතන මේ "අත්ථු" කියන එක, ඒක අර්ථය, අභිවෘද්ධිය ඒක වැදගත්.

එම්බල ලාමක ජරාව, දුර්වර්ණ කරන සුලු ජරාව, තට නින්දා වේවා. ඒ තාක් මනරම් සිරුර ජරාවෙන් මඩනා ලද්දේ ය. යමෙක් සිය වසක් ජීවත්වතු දු හෙතෙමේත් මරු වසඟ වන්නේ ය. කිසිවක් අත් නොහරී (Death spares none along the way). සියල්ල ම මැඩලායි (But comes crushing everything).

මෙය පැහැදිලි කිරීම මෙසේ දත යුතු ය.

1 එම්බල ලාමක ජරාව. මෙය කාය වශයෙන් ගන්න.

2 අත්පු දුබ්බණ්ණකරණී ජරෙ. දුර්වර්ණ කරනු සුලු ජරාව. මෙය තණ්හා වශයෙන් ගන්න. තට නින්දා වේවා, මෙය තණ්හාවට නින්දා වේවා. එනම් තණ්හාව අත්හළ යුතු දහමක් බැවින් නින්දා වේවා.

3 ඒ තාක් මනරම් සිරුර. මෙය යොවුන් බැව්හි දිරන ස්වභාවය ඇති, නිරෝගී බැව්හි රෝගී ස්වභාවය ඇති, ජීවත් වීමෙහි මැරෙන ස්වභාවය ඇති, සිව් පැහැය ඇතිතාක් පිරිසුදු නොවූ හාත්පසින් බැබළීමක් නැති කය, ජරා ධර්මයන්ගෙන් මඩනා ලද්දේ ය වශයෙන් ගන්න. ධාතුවලින් සිත නිදහස් කරගත්තා නම් පිරිසුදු පාරිශුද්ධ වූ (පරිසුද්ධො) බැබළීම (පරියොදාතො) ඇත.

භාවනාව සඳහා, යොවුන් බැව්හි දිරන ස්වභාවය (ජරාධම්මො) ඇති බව ද, නිරෝගී බැව්හි රෝගී ස්වභාවය (බ්‍යාධිධම්මො) ඇති බව ද, ජීවත් වීමෙහි මැරෙන ස්වභාවය (මරණධම්මො) ඇති බව ද, සිව් පැහැය ඇතිතාක් පිරිසුදු නොවූ හාත්පසින් බැබළීමක් නැති බව මෙනෙහි කර, 1 කබලිංකාර ආහාරය, 2 අත්තා ඉඳන් නිත්‍ය කියන තැන, 3 ජාතියේ ඉඳන් ජරාව යන්න භාවිතා කළ යුතු ය. ශාස්තෘවරයාට වූ දෙය විමසිය යුතු ය. තමාට ද එසේ යැයි ගන්න.

මෙහි උපෙක්ඛාවක් ඇති ද, එය ම නිර්වාණය ගැබ් ගැනීමට තුඩු දේ. එහි මනා කොට පිහිටන්නේ නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි. ඒක තමයි භාවනාව.[1]

මෙම භාවනාව තවදුරටත් පැහැදිලි කරනවා නම්, 26/06/2015 සොපාදිසෙස නිබ්බාන ධාතු භාවනාව සමඟ මෙම භාවනාව මෙනෙහි කරන්නේ, නිරෝගී බැව්හි රෝගී ස්වභාවය ඇත්තේ ය, යන්න හොඳින් මෙනෙහි කළා. ජරාවට කැමති වෙලා ජීවිතය සකස් කරගත්තු පුද්ගලයා, එම රූපය වෙනස් වෙනවා යැයි දුක් වෙනවා. එනමුත් මෙම රූපය නිසා ඇති වූ යම්කිසි දිට්ඨීන් පවතිනවා. ඒ කියන්නේ කළය බිඳුණු පසු, බිඳුණු කැලි දැක කළයෙන් ප්‍රයෝජන ඇති යයි වූ දිට්ඨීන්. එම දිට්ඨී නිසා පවතියි කියලා හිතනවා.

අපි දන්නවා 4.2 විඤ්ඤාණය මළා. ඉන්පසු වේදනාවේ ජරාව 4.3 දැනගනියි. 5.4 සුඛ වේදනාවේ මරණය වූ පසු සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය 6.4. මෙයට පෙර 5.3 සඤ්ඤා ජරා. වේදනාවේ ජරාව 4.3 දැනගන්නේ, 5.3 සඤ්ඤාවේ ජරාව ඇති වේ. මෙය හඳුනා ගැනීම 6.4 ථිනමිද්ධ වූ පසුව ය. කුමක් නිසා ද? දිට්ඨීන් නිසා මිය ගිය වේදනාව නැවත උපදවිය හැකි යැයි සිතයි.

බ්‍රහ්ම තලවල ඉපදුණු අයකුට යම් පහළ ධ්‍යාන තලයක සඤ්ඤාවන් ස්පර්ශ වීම, එම අයගේ ව්‍යාධිය ලෙස අපි දනිමු. එවැනි සඤ්ඤා ස්පර්ශ වන්නේ, ථිනමිද්ධ ස්වභාවය 6.4 හටගන්නේ ය.[2] සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය 6.4, නන්දි අගය වේදනාව ඉක්මවා පැමිණ ඇත.

එතකොට අපිට පේනවා සඤ්ඤාවෙන් චේතනා වෙනවා. එතකොට ඒ සඤ්ඤාව 5.4 නිසා ඇති වූ ස්වභාවය, සුඛ වේදනාව මැරීම. 5.3 සඤ්ඤා ජරා. එතකොට ඒ සඤ්ඤාවෙන් චේතනාව. චේතනාවෙන් ජීනය 6.4, සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය.

මෙසේ සඤ්ඤා ජරා වීම යන්න, බ්‍රහ්ම තලයක ඉපදුණා වූ අයගේ ජරා ස්වභාවය වේ. එහි පැවැත්මක් නැති බවට ලකුණු පහළ වූවා යැයි සිතයි. මෙසේ දිට්ඨී බිඳීම නිසා, නැවතත් එසේ නොවන සඤ්ඤා සොයා යෑම නිසා, සංසාරේ ගමන් කරයි.

ඉතින් මෙතන්ට එනවා අර 15/08/2015 ජාති නිරොධො ජරා මරණ නිරොධො භාවනාවේ අපි පෙන්නුවා,[3] අපි අත්තා කියන එකෙන් පටන් ගත්තොත්, අත්තා ඒකෙන් යම්පිච්ඡං න ලභති තම්පි දුක්ඛය. ඊට පස්සේ නැවතත් පාරවල් තුන ම මගින් ජාතිය.[4] ජාතියෙන් වේදනාව, වේදනාවෙන් චේතනාව. චේතනා සිදු වූවා නම් සළායතන. චේතනාවේ ඉඳන් ජීනයට සළායතනය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 27/05/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. මේකට තව එකතු කළා. එකතු කරන්න හේතුව තමයි ඔය බ්‍රහ්ම තලයක ඉපදිච්ච අයගේ ජරා ස්වභාවය කෙසේ දැ යි සිතුවා. ඒකත් එක්ක 26 වෙනිදා භාවනාව හමු වුණා.

2. ඉතින් එතන අපි දන්නවා සඤ්ඤාව 5.4 නිසා ඇති වූ ස්වභාවය. සුඛ වේදනාව මැරීම, එතකොට 5.3 සඤ්ඤා ජරා වෙලා. එතනින් අපි චේතනාවට ඇවිල්ලා එතනින් අපි ජීනය 6.4 සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය.

3. ඒ ජීනයෙන් 1 අත්තා කියන එක එනවා, එතනින් දෙවෙනි කාරණය යම්පිච්ඡං න ලභති තම්පි දුක්ඛය.

4. ඒක තමයි තුන් වෙනි කාරණය.

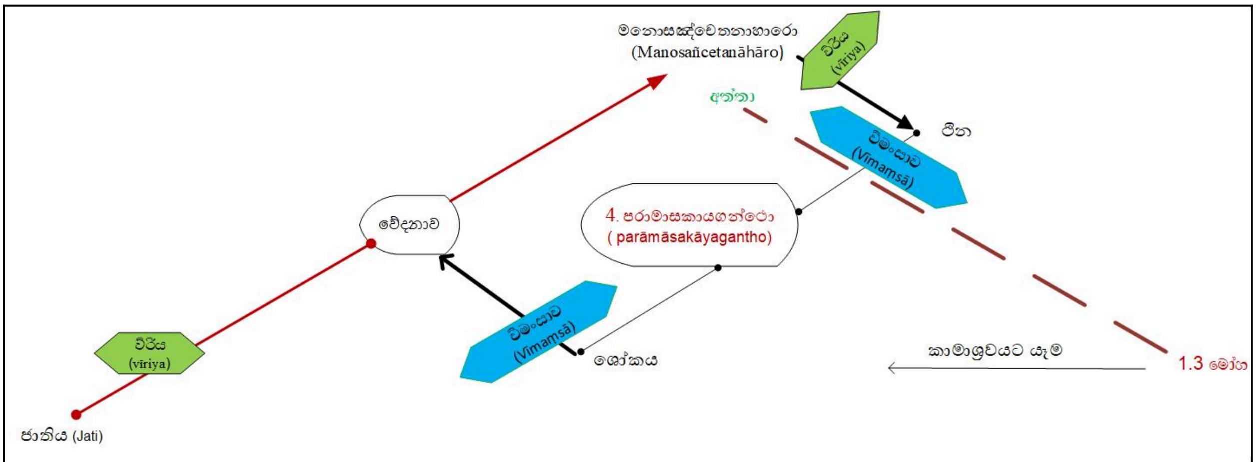
සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මේක තවත් පැහැදිලි කරනවා නම් "අත්ථු දුබ්බණ්ණකරණී ජරෙ," දුර්වර්ණ කරන සුලු ජරාව. මෙය තණ්හා වශයෙන් ගන්න. තට නින්දා වේවා. මෙහි දී අභිවෘද්ධිය, අර්ථය, නිර්වාණය ලෙස ගන්න. ඔය අත්ථු කියලා කියන්නේ, අර්ථය කියන එක. එතකොට නිර්වාණය ලෙස ගන්න.

එම අර්ථය නිර්වාණයට පිට වූ ඕනෑ ම තණ්හාවක් සහ බ්‍රහ්ම තලයක ඉපදුණා වූ අයගේ ජරා ස්වභාවය සමඟ විමසන විට හෝ කළයේ උදාහරණය සමඟ විමසන විට, තණ්හාව මගින් නිර්මාණය කළ සියලු දිට්ඨීන් ද සමඟ, අර්ථය, අභිවෘද්ධිය විනාස වන බව දන්නේ දක්නේ තණ්හාවත් දිට්ඨීන් ද යන දෙකට ම නින්දා වේවා යයි කියලා සිතුණා. ඉතින් රහතන් වහන්සේ “Excellent” යැයි කියලා පැවසුවා. එතකොට තණ්හා පපඤ්ච, දිට්ඨි පපඤ්ච වශයෙන් මේක සිතන්න.

ඊළඟට 4.2 විඤ්ඤාණය මළා. වේදනාවේ ජරාව 4 3. 5.3 සඤ්ඤාවේ ජරාව. 5.4 සුඛ වේදනාවේ මරණය. සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය 6.4. මෙය මෙනෙහි කොට ඇත්තේ 15/08/2015 ජාති නිරොධො, ජරා මරණ නිරොධො, පථය මතක තිබෙන තාක් කල් සිත slow වෙනවා. බුදුපියවරුන්ගේ නම් මතක ඇති අතර, එය කීමේ දී වචන අතර කාලය බොහෝ ය. අභිනන්දනා නොකරන තාක් කල් එසේ වන බව බුදුපියා පැවසුවා. Repair කර අවසානයේ දී මෙවැනි සිතක් කුමකට සුදුසු වන්නේ දැ යි බුදුපියා විමසුවා. නිර්වාණය සඳහා යැයි බුදුපියා පැවසුවා.

ඒ වගේ ම තථාගතයන් වහන්සේ අපි දෙදෙනාට එකට තබා මනසට භාවනාවෙන් කරන ලද දේ, තැන්පත් වන්නේ කොහේ දැ යි, බුදුපියාගෙන් විමසුවා. මනෝමය කායේ ද? නැති නම් සඤ්ඤාමය කායේ ද? ඒ දෙකේ ම යයි බුදුපියා පැවැසුවා. මනෝමය කාය ස්පර්ශ වෙනවද, එය සඤ්ඤාමය කායෙන් අනුමත කරනවා ද, එය නැවතත් මනෝමය කායට එනවා යයි පැවසුවා. හොඳයි ඒක තමයි කියන්න තියෙන ධර්මය.



s_JaraMaranaNiroda.jpg

05/05/2023 - සාකෙත සූත්‍රය

Sāketa Sutta

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ සාකෙත සූත්‍රය.

මහණෙනි, යම් ක්‍රමයකින් පංච ඉන්ද්‍රියයෝ පංච බලයෝ වෙත් ද, පංච බලයෝ පංච ඉන්ද්‍රියයෝ වෙත් ද, මහණෙනි එබඳු ක්‍රමයක් ඇත. මහණෙනි, යම් ක්‍රමයකින් පංච ඉන්ද්‍රියයෝ පංච බලයෝ වෙත් ද පංච බලයෝ පංච ඉන්ද්‍රියයෝ වෙත් ද, මහණෙනි, ඒ ක්‍රමය කවරේ ද?

මහණෙනි, යමෙක් ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය වෙයි නම්, එය ශ්‍රද්ධා බලය වෙයි. යමෙක් ශ්‍රද්ධා බලය වෙයි නම්, එය ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය වෙයි. යමෙක් විරිය ඉන්ද්‍රිය වෙයි නම්, එය විරිය බලය වෙයි. යමෙක් විරිය බලය වෙයි නම්, එය විරිය ඉන්ද්‍රිය වෙයි. යමෙක් සති ඉන්ද්‍රිය වෙයි නම්, එය සති බලය වෙයි. යමෙක් සති බලය වෙයි නම්, එය සති ඉන්ද්‍රිය වෙයි. යමෙක් සමාධි ඉන්ද්‍රිය වෙයි නම්, එය සමාධි බලය වෙයි. යමෙක් සමාධි බලය වෙයි නම්, එය සමාධි ඉන්ද්‍රිය වෙයි. යමෙක් ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය වෙයි නම්, එය ප්‍රඥා බලය වෙයි. යමෙක් ප්‍රඥා බලය වෙයි නම්, එය ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය වෙයි.

මහණෙනි, යම් සේ පෙරදිගට නැමුණා වූ පෙරදිගට බස්නා වූ පෙරදිගට ගලන්නා වූ ගඟක් වෙයි ද, ඒ ගඟ මැද දිවයිනක් වෙයි ද, මහණෙනි යම් ක්‍රමයකින් ඒ ගඟ එක ම ජල පහරක් යයි ව්‍යවහාරයට යයි ද, මහණෙනි එවැනි ක්‍රමයක් ද ඇත. යම් ක්‍රමයකින් ඒ ජල පහර දෙකකැයි ව්‍යවහාරයට යේ ද, මහණෙනි එවැනි ක්‍රමයක් ද ඇත්තේ ය.

යම් ක්‍රමයකින් ඒ ගංගාවෙහි එක ම ජල පහරකැයි ව්‍යවහාරයට යෙයි ද, මහණෙනි ඒ ක්‍රමය කවරේ ද? මහණෙනි, ඒ දිවයිනේ පෙර කෙළවර යම් ජලයක් වෙයි ද, පසු කෙළවර යම් ජලයක් වෙයි ද, ඒ කියන්නේ East and West කියන එක. යම් ක්‍රමයක් නිසා මේ ජලය එක ම ජල පහරක් යයි ව්‍යවහාරයට යේ ද, මහණෙනි, මේ වනාහි එක ම ජල පහරකැයි ව්‍යවහාරයට යන ක්‍රමය වෙයි.

යම් ක්‍රමයකින් ඒ ගංගාවේ ජල පහර දෙකකැයි ව්‍යවහාරයට යේ ද, මහණෙනි, ඒ ක්‍රමය කවරේ ද? මහණෙනි, ඒ ද්වීපයාගේ උතුරු පැත්තෙන් යම් ජලයක් වෙයි ද, දකුණු පැත්තෙන් යම් ජලයක් වෙයි ද, ඒ දිය පාරවල් දෙකකැයි යන ව්‍යවහාරයට පැමිණෙයි. මෙය වනාහි ඒ දිය පාරවල් දෙකකැයි ව්‍යවහාර වන ක්‍රමය වෙයි.

දිවයින, සිත වශයෙන් ගන්න. West, සිතට එන අරමුණු. East, සිතේ ඇති වන අරමුණු. South, අපාය වැනි දුක් මෙනෙහි කිරීමෙන් ඇති වන අරමුණු. North, අකනිට්ඨාව දක්වා සිත මෙහෙයවීමෙන් වන අරමුණු.

විමුක්ති සහගත සිත් ඇත්තෙකුගේ විරිය ඉන්ද්‍රිය, විරිය බලය වෙයි. විරිය බලය, විරිය ඉන්ද්‍රිය වෙයි. එසේ නොවන්නකු එය දෙකට බෙදයි. කුමක් නිසා ද? යම් දහමක් ස්පර්ශ වූ විට, සතිය නැති නම් දෙකඩ වන නිසා, නිවන ද නිවනට පිට ධර්ම ද යන දෙකොටස ඇති වන්නේ ය. එහි දී විරිය ඉන්ද්‍රිය සහ විරිය බලය භාවිතා කළ යුතු වන්නේ ය.

කෙසේ විරිය ඉන්ද්‍රිය භාවිතා කළ යුත්තේ ද? සති ඉන්ද්‍රිය භාවිතා කිරීමෙන් අනතුරුව වේ. කුමක් නිසා ද? සතිය මගින් ඇති වන සමාධිය මගින් විරිය ඉන්ද්‍රිය සහ විරිය බලය ඒකාබද්ධ කිරීම නිසා ය. මෙසේ මෙම ධර්ම දෙක ම එකතු කිරීමෙන්, නිවනට යන්නා වූ නිවනට නැඹුරු වන්නා වූ ඉන්ද්‍රිය හටගනී. බලය හටගනී.

(South) දකුණ, අපාය වැනි දුක් මෙනෙහි කිරීමෙන් ඇති වන අරමුණු. දුක දැක මම සිල්වත්ව සිටිමි යයි, පමණක් කියන්නේ නම් එහි සමුදය අස්තංගමය, සතිය මගින් විමසා, සමාධිය මගින්, විරිය ඉන්ද්‍රිය සහ විරිය බලය ඒකාබද්ධ කිරීම කළ යුතු ය.

උතුර (North), අකනිට්ඨාව දක්වා සිත මෙහෙයවීමෙන් වන අරමුණු. එහි හෝ ධ්‍යාන තලයක හෝ නතර වෙමි යැයි සිතන්නේ නම් සමුදය අස්තංගමය, සතිය මගින් විමසා, සමාධිය මගින්, විරිය ඉන්ද්‍රිය සහ විරිය බලය ඒකාබද්ධ කිරීම කළ යුතු ය.

මෙහි ඒකාබද්ධතාවයක් නැති ද, එහි දී වෙන් වෙන් වශයෙන් මේ ධර්මයෝ වැඩිය යුත්තාහු ය. උදාහරණ වශයෙන් පංච බල, පංච ඉන්ද්‍රිය භාවනාවන් වෙන් වෙන් වශයෙන් වඩන ආකාරය 23/04/2016 පංච බල 5 සහ 24/03/2023 සමණ සුත්ත භාවනාව මෙන් වටහා ගත හැකි ය.

කෙසේ එක ම ජල පහරකැයි ලෙස ඒකාබද්ධතාවයක් ඇතුව ඉන්ද්‍රියන් සහ බලයන් වැඩිය යුතු ද? තථාගතයන් වහන්සේ කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව පෙරටු කොට වැඩිය යුතු ය.

යම් දහමක් ස්පර්ශ වන විට, ශ්‍රද්ධාවෙහි පෙර සිත පිහිටුවා ඇති අයකු බල ධර්මයෝ භාවිතා කර 23/04/2016 පංච බල 5 භාවනාවේ අර්ථයෙන්, දිට්ඨීන් නොසාදන තාක් කල් එක ම ජල පහරකැයි ලෙස ඒකාබද්ධතාවයකින් යුතුව, මනස නිර්වාණයට නැඹුරු වී පවතී. එහි යම් වෙනස්කමක් නොවන්නේ නම් නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

සාකච්ඡාව - 27/05/2023

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, ඔය බලන්න අපි දකුණ දිහා බලාගෙන ඉන්නකොට දකුණු පැත්ත, අපාය පැත්ත බලාගෙන ඉන්නකොට, අපේ මොන ඇස් දෙක ද වෙන්නේ කියලා වතුර එනවා කියන එක ජේන්නේ. දකුණු ඇහෙන් බලන්නේ නේ ද? එතකොට ඒ කියන්නේ ප්‍රඥාවෙන් අපි බලලා, මේ අපායට ගිහිල්ලා ඉන්නවා කියලා ඊට පස්සේ වම් පැත්තේ ඇහැට කියන්නේ සතිය, එතකොට අර ඉන්ද්‍රියන් තියෙන විදිහට ම ඒක කල්පනා කරන්න. එතෙන්දී තමන්ට ජේනවා ප්‍රඥාවෙන් බලලා මේ පාණාතිපාතය එහෙම කරන්න හොඳ නැහැ කියලා සතියට යනවා කියලා.

අකනිට්ඨාව පැත්ත බලාගෙන ඉන්නකොට, තමන්ගේ වම් ඇහෙන් තමයි මුලින් ම ජේන්නේ වම් පැත්තෙන් වතුර එනවා කියලා, ඒ කියන්නේ සතිය. ඒ සතිය භාවිතා කරලා ඒකෙන් තමන්ට ප්‍රඥාව ඇති වෙනවා. අන්න දකුණු ඇහැ කියන එක. අන්න ඒ වගේ අර්ථයකුත් තියෙනවා. ඉතින් දැනට මේ ප්‍රමාණයට තමයි මේක සති කිහිපයකට පස්සේ නැවතත් යම් ආකාරයකට පෙන්නනවා. බොහොම ගැඹුරට යන්නා වූ ධර්මයක් මෙතන තියෙනවා.

12/05/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තයේ පාචීනනින්නාදි සූත්‍රය.

මහණෙනි, ගංගා නම් ගඟ පෙරදිගට නැමී පෙරදිගට හැරී පෙරදිගට බර ව පවත්නේ යම් සේ ද, එසෙයින් ම මහණ තෙමේ පංච ඉන්ද්‍රියෝ වඩන්නේ පංච ඉන්ද්‍රියෝ බහුල කරන්නේ නිවනට නැමුණේ නිවනට නැඹුරු වූයේ නිවනට බර වූයේ වෙයි.

මහණෙනි, මහණ තෙමේ කෙසේ නම් පංච ඉන්ද්‍රියෝ වඩන්නේ පංච ඉන්ද්‍රියෝ බහුල කරන්නේ නිවනට නැමුණේ නිවනට නැඹුරු වූයේ නිවනට බර වූයේ වේ ද යත්.

මහණෙනි, මෙහි මහණ විවේකනිස්සිත වූ විරාගනිස්සිත වූ නිරෝධනිස්සිත වූ වොස්සග්ගයට නැඹුරු වූ ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය වඩයි. මේ විදිහට පෙන්නනවා විවේකනිස්සිත වූ විරාගනිස්සිත වූ නිරෝධනිස්සිත වූ වොස්සග්ගයට නැඹුරු වූ ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය දක්වා වඩයි, යනුවෙන්. මහණෙනි, මහණ මෙසේ පංච ඉන්ද්‍රියෝ වඩන්නේ පංච ඉන්ද්‍රියෝ බහුල කරන්නේ නිවනට නැමුණේ නිවනට නැඹුරු වූයේ නිවනට බර වූයේ වේ යයි.[1]

ඉතින් මෙතනට එනවා අර diagram එක, පථය 1, 2, 3.[2] මෙහි දී 05/05/2023 සාකෙත සූත්‍රය භාවනාවේ සඳහන් කළ ජල පහර දෙකක් ව්‍යවහාරයට ගත් ක්‍රමයේ දී, යෙදූ ධර්මතාවය භාවිතා කළ යුතු ය.

මෙහි දී පංච බලයන්ගෙන් පටන්ගෙන භාවනාව වැඩීම වඩා සුදුසු වේ. කුමක් නිසා ද? දුක යන්න මෙනෙහි කර කාමය අත්හැර ධ්‍යාන තලයන්ට එළඹ එහි දී, විවේකනිස්සිත ස්වභාවය සිහි කළ යුතු ය. එහි යම් සාර්ථකත්වයක් ඇති ද, එය ම පස්සද්ධිය වැඩීමටත් පැවතීමටත් තුඩු දේ.

පළවන පථය නැවතීම සඳහා යම් දහමක් උදව් උපකාර වූවා ද, එම ධර්මයෝ භාවිතා කළ යුතු ය, බහුලීකරණය කළ යුතු ය.[3] එයින් යම් විමුක්ති ස්වභාවයක් ඇති වන්නේ ද, එය විරාගයට තුඩු දේ. මෙහි දී දෙවන පථය භාවිතා කළ යුතු ය. මෙහි දී සමාධි සම්බොජ්ඣඞ්ගය උදව් උපකාර කරයි. එහි යම් උපෙක්ඛාවක් ඇති ද, එය ම නිර්වාණයට තුඩු දේ.

මෙහි දී නිර්වාණ ධර්මය කෙරෙහි යම් පැහැදීමක් ඇති වන්නේ ද, එහි දී තුන් වන පථය භාවිතා කළ යුතු ය. ඒ සඳහා උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣඞ්ගය උදව් උපකාර කරයි.

මෙහි උපෙක්ඛාවත් ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියත් අතර වෙනස සොයා ගැනීමට නොහැකි තරමට උපෙක්ඛාව ප්‍රබල වන්නේ නම් එවැනි ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියක් මගින් නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 03/06/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඕක ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් පෙන්නනවා slants, slopes, and incline කියලා. ඉතින් ඔය slants කියන එකේ කියවෙනවා. ඒ නැමුණා කියන එක lean in a particular direction කියන එක. එතකොට ඊළඟට slope එකක් කිව්වහම අපි දන්නවා අර එක පැත්තක් උසයි කියන එක. ඊළඟට incline කිව්වහම ඕකේ එනවා බර වූයේ කියන එකේ willing to do something කියන අර්ථය.

2. එතකොට ඔය පළවෙනි පඨය ඉදංසච්චාභිනිවෙස, පරාමාස නිසා line 7 වීම. මේ මගින් පරාමාසය තුළ වූ ජලය ඇවිස්සීම මගින් පරාමාස, පරිදේව, භය අගති, එමගින් භය අගති, වේදනා, නාමරූප, පරාමාස වීම පළමුව සිදු වෙනවා. අන්න ඒක තමයි අර නිවනට නොනැමුණේ කියන අර්ථය, ඒ පඨය දිගේ යනවා නම්, ඒ කියන්නේ opposite of slants කියන එක.

ඊළඟට පඨය 2 අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වන්නේ රාග සල්ලය හරහා රූප ස්පර්ශ කර සඤ්ඤා නාමරූප පරාමාස පරිදේව වීම දෙවනුව වන්නේ, පෙර පැවතියා වූ චිත්ත සංස්කාරයෝ නැවතත් ගොඩනංවා සනාථ කරනු ලබයි. මෙය අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාර වීම ය. ඉතින් අපි දන්නවා ඕක, මේක නොකිරීම විරාගය ලෙස ගත යුතුයි කියලා. ඉතින් ඔය පඨය 2 කියන එක අර නිවනට නැඹුරු නොවූයේ කියන එක ගන්න ඕනි. ඒ කියන්නේ opposite of slopes කියන එක. ඉතින් ඕක කෙනෙක් ප්‍රඥාවෙන් යුතුව ඔය පඨය දිහා බැලුවා ම පේනවා අර එක පැත්තක් උසයි එක පැත්තක් පහතයි කියලා. ඉදංසච්චය පැත්ත නිර්වාණ පැත්ත කියලා හිතන්නකො. එතකොට ඒ පැත්ත පහතයි කියන එක තමන්ට පේනවා.

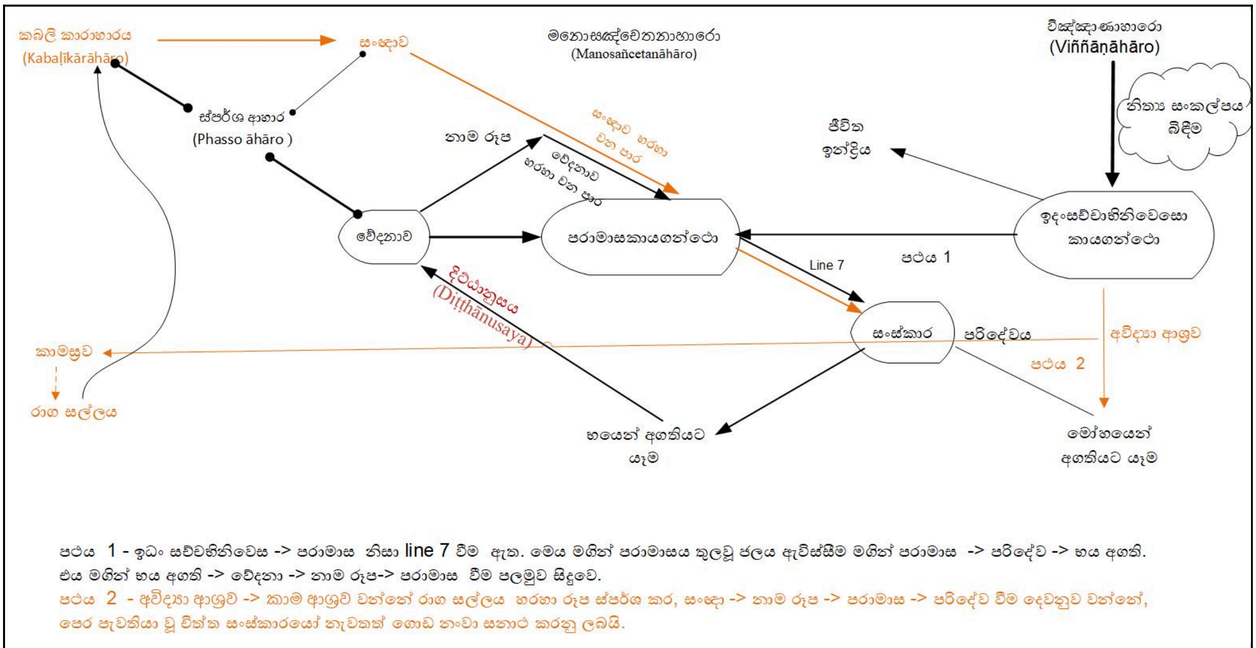
ඊළඟට පඨය 3 භය අගති, සෝක, වේදනා, රූප. මෙය දෙවන පඨයට අනතුරුව සිදු වේ. කාම ආශ්‍රවයට පැමිණීම අවිද්‍යා ආශ්‍රව, දිට්ඨි ආශ්‍රව යන දෙකෙන් ම සිදු වන අතර මෙම මොහොතේ දිට්ඨි ආශ්‍රවය වැදගත් වෙනවා. මෙය නොකිරීම නිරෝධය ලෙස ගත යුතු ය. ඉතින් මේ පඨය 3 අර incline කියන එකේ opposite එක. නිවනට බර නොවූයේ කියන එක. එතන අර incline කියන්නේ willing to do something කියන එක, ඒක නැතිකම කියන එක. එතකොට එතනත් පේනවා

incline එක කොහොම ද තියෙන්නෙ කියලා.

3. එතකොට මෙතන දී ඉතින් අර දාහත් වෙනිදා අට්ඨික සූත්‍රයේ විදිහට අර සති සම්බොජ්ඣඞ්ගය, ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, විරිය සම්බොජ්ඣඞ්ගය, ප්‍රිති සම්බොජ්ඣඞ්ගය භාවිතා කරන්න ඕනේ.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මෙතන අර උපෙක්ඛාව ප්‍රබල වෙනවා කිච්චහම ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රියත් ඒ තරමට, ඒකෙ අපිට පේනවා ඉතින් ඒ අර දෙකෙළවර අල්ලා නොගැනීම කියන එක හිතන්න ඕනි, සංස්කාර කෙළවරයි ඊට පස්සේ රූප කෙළවර පැත්ත. ඒ කියන්නේ සමුදය අස්තංගමය එතන නාභිනන්දති, නාභිවදති, නාජ්ඣෝසාය තිට්ඨති කියලා ගන්නවා කියන අර්ථය හොඳට එන්න ඕනේ.



s_BrokenNiccaSankalpa1.jpg

19/05/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සංයුත්ත නිකායේ සච්ච සංයුත්තයේ ඛන්ධ සූත්‍රය.

මහණෙනි, මේ ආර්ය සත්‍ය සතරෙකි. කවර සතරෙක යත්. දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය, දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය, දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය, දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය.

මහණෙනි, දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය කවර යත්. පස් උපාදානස්කන්ධයෝ යි එයට කිව යුතුයි. කවර පසෙක යත්. එනම් රූප උපාදානස්කන්ධය, වේදනා උපාදානස්කන්ධය, සඤ්ඤා උපාදානස්කන්ධය, සංස්කාර උපාදානස්කන්ධය, විඤ්ඤාණ උපාදානස්කන්ධය. මහණෙනි, මේ දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය කවර යත්. පුනර්භවය ඇති කරන නන්දිරාගය සහගිය ඒ ඒ භවයෙහි ඇල්ම ඇති කරන යම් මේ තෘෂ්ණාවක් වේ ද, එනම්, කාම තණ්හා භව තණ්හා විභව තණ්හා යි. මහණෙනි, මේ දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය යයි කියනු ලැබේ.[1]

මහණෙනි, දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය කවර යත්. ඒ තෘෂ්ණාවේ ම යම් නිරවශේෂ විරාග නිරෝධයෙක් දුරලීමෙක් අත්හැරීමෙක් මිදීමෙක් නොඇල්මෙක් වේ ද, මහණෙනි, මේ දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය කවර යත්. මේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය මැ යි. එනම්, සම්මා දිට්ඨි, සම්මා සංකප්ප, සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව, සම්මා වායාම, සම්මා සති, සම්මා සමාධි යි. මහණෙනි, මේ දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, මොහු චතුරාර්ය සත්‍යයෝ යි. මහණෙනි, එහෙයින් මෙහි ලා මේ දුක යැ යි විරිය කටයුතුයි.[2] මේ විදිහට පෙන්නනවා මේ දුක් වැළකීමට පෙන්නන පිළිවෙත යැ යි වීර්ය කටයුතුයි.

මෙහි දී භාවනාව සම්මා දිට්ඨියෙන් පටන් ගත යුතු ය. යම් සම්මා දිට්ඨියක් වේ ද එය තුළ චතුරාර්ය සත්‍ය ගැබ්ව ඇත. එහි යම් විමුක්ති ස්වභාවයක් ඇති ද එය ම නිර්වාණය

පෙරටු කරයි. කෙසේ වඩන ලද සම්මා දිට්ඨිය නිර්වාණය පෙරටු කරයි ද? පංච ඉන්ද්‍රියන් සමඟ වඩන ලද සම්මා දිට්ඨිය නිර්වාණය පෙරටු කරයි.

මේ සඳහා ඉන්ද්‍රිය භාවනාවන් 12/05/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ පැහැදිලි කළ ආකාරයට හෝ 21/04/2023 උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය දක්වා, දුක ඉන්ද්‍රියෙන් පටන්ගෙන කරන ලද භාවනා සමූහය භාවිතා කළ හැක්කේ ය. මෙහි දී මෙම ක්‍රම දෙකෙන් තමාට වැඩෙන්නා වූ කැමති ක්‍රමයක් භාවිතා කිරීම සුදුසු වේ.

යමෙක් 12/05/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ පැහැදිලි කළ ආකාරයට වඩන්නේ නම්, එහි බොජ්ඣඞ්ගයෝ ඇතුළත් වන බැවින් සම්මා සමාධිය දක්වා ගමන් කර, එහි හතර වන ධ්‍යාන උපෙක්ඛාව භාවිතා කළ යුතුයි.

21/04/2023 උපෙක්ඛා ඉන්ද්‍රිය දක්වා දුක ඉන්ද්‍රියෙන් පටන්ගෙන කරන ලද භාවනා සමූහය භාවිතා කරන්නේ නම්, දුක ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී නිවන් පිණිස මෙහෙය වූ සිත් ඇතිව පහිතත්තස්ස යන්නත්, දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී තුන් වන සත්‍ය එනම් දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය, පහිතත්තස්ස යන ධර්මතාවයට අනතුරුව භාවිතා කළ යුතු ය. කුමක් නිසා එසේ පවසා ද? යම් නිවන් පිණිස මෙහෙය වූ සිත් ඇතිව වාසය කරන්නකුට නිරෝධය ඇගයීම නොවන්නේ නම් සිත සාධාරණකරණයකට පත් නොවන නිසා ය. එනම් ධ්‍යාන තලයන් ඉක්මවීම නිරෝධය මගින් ම කළ යුතු නිසා ය.[3]

එසේ ම සුඛ ඉන්ද්‍රිය සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී සම්මා සමාධිය භාවිතා කළ යුතු ය. එහි උපකාරය අත්‍යාවශ්‍ය වේ. කුමක් නිසා ද? සුඛ ඉන්ද්‍රිය තුන් වෙනි ධ්‍යානයෙන් ඉක්මවීම කළත් සෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය හතර වන ධ්‍යානයෙන් ඉක්මවීම කළත්, මෙහි සංයෝජන ඇති නොවීම සඳහා එකක් මත එකක් පෙරළෙන දහමක් නොවීම සඳහා ය.

එනම් ප්‍රථමධ්‍යාන ප්‍රීතිය අතහැර ගොස් උපෙක්ඛාව දක්වා යන්නේ නැවතත් ප්‍රීතිය හොඳ යැ යි, එනම් ඉවතලුවත් පෙර ප්‍රයෝජනයක් වූවා යයි [4] දිට්ඨි නොවිය යුතු ය. මේ සඳහා හතර ධ්‍යානයන් අනුලෝම ප්‍රතිලෝම වශයෙන් දැකීම වැදගත් වේ. එනම්, එකේ සිට හතරටත් හතරේ සිට එකටත් යෑම හැකි විය යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 03/06/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතන ටිකක් focus වෙන්න ඕන, ඒ ඒ භවයන්හි ඇල්ම ඇති කරන කියන එකට. පාලි භාෂාවෙන් කියනවා යායං තණ්හා පොනොභවිකා, ඉංග්‍රීසි

භාෂාවෙන් කියනවා, seeking delight here and there කියන එක.

2. දුක්ඛ සමුදයයි විරිය කටයුතු ය. දුක්ඛ නිරෝධයයි විරිය කටයුතු ය. මේ දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාවයි පිළිවෙතයි විරිය කටයුතු ය.

3. මෙහි දී ප්‍රීතිය සහිත වූ ආර්ය වූ දෙවන ධ්‍යානය නොපවතින බව දත යුතු ය. එහි නිරෝධය කැමති විය යුතු ය. Reverse alpha, ඒ කියන්නේ ජාති වේදනා චේතනා භය අගති වේදනා රූප දැක, වේදනාවට ඇති තණ්හාව ඉවත් කළ යුතු ය.

4. ඒ කියන්නේ ඒක හරියට අර බිඳුණු කලයේ කැලි දැකලා ප්‍රීතිය ගලන්නේ චලනය ඇත. එනම් motion සඳහා කැමැත්ත ඇත. අන්න ඒ විදිහට දිට්ඨි නොවිය යුතු ය.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, ඔය පංච ඉන්ද්‍රියන් සමඟ වඩන ලද සම්මා දිට්ඨිය නිර්වාණය පෙරටු කරයි කියන එක, එතන ශ්‍රද්ධාව, තථාගතයන් වහන්සේ තමයි පැවසුවේ මේක දුකයි, මේක දුක්ඛ සමුදයයි, දුක්ඛ නිරෝධයයි නිරෝධගාමිනී පටිපදාවයි. එතකොට ඒක මහා පුදුමාකාර දෙයක් බුදුහාමුදුරුවෝ අපිට ඔය චතුරාර්ය සත්‍ය කියලා දුන්නයි කියන එක.

එතකොට ඒ කිච්චා වූ ඉතින් ඉහළ ම ධර්මය. එතකොට තමන්ට ඒකට ශ්‍රද්ධාව තියෙනවා නම්, ඒ කියන්නේ තමන්ට විද්‍යාමාන වෙලා තියෙන මේ දුක්ඛයත් එක්ක තමන්ට පේනවා නම්, ඒක පිළිගන්නවා, එය දැකීමට අපි උත්සාහ කරනවා, නොදැකපු දේ. ප්‍රඥාවෙන් විමසනවා. සතිය පවත්වනවා. සමාධි සහගතව විමසනවා. ඒ විදිහට එනම් කාමයන්ගෙන් වෙන්ව සත්‍ය විමසා බලයි කියන එක තියෙනවා. එතකොට හරි විශාල දෙයක් තියෙනවා එතැන ඒ විදිහට ඒ ශ්‍රද්ධාවත් එක්ක ඒක ගන්නවා කියන එක.

දෙවෙනියට කියන්න පුළුවන්, සංයෝජන ඇති නොවීම සඳහා එකක් මත එකක් පෙරළෙන දහමක් නොවිය යුතු ය. එනම් ප්‍රථමධ්‍යාන ප්‍රීතිය අතහැර ගොස් උපෙක්ඛාව දක්වා යන්නේ, නැවතත් ප්‍රීතිය හොඳ යැයි යන්න විමසන්නේ, මෙහි දී උපෙක්ඛාව ඇති විට, අශ්වාස ප්‍රශ්වාස නැත, ගැලීම් නැත, චලනය නැත, ප්‍රීතිය ගලන්නේ චලනය ඇත. එනම් motion සඳහා කැමැත්ත ඇත. එනම් හුස්ම ගැනීමට පිට කිරීමට කැමැත්ත ඇත. උපෙක්ඛාව සහිතව සිටියේ, ප්‍රීතිය ගැලුව ද හුස්ම නොගැනීම සිදු විය. බුදුපියා "Excellent" යැයි පැවසුවා.

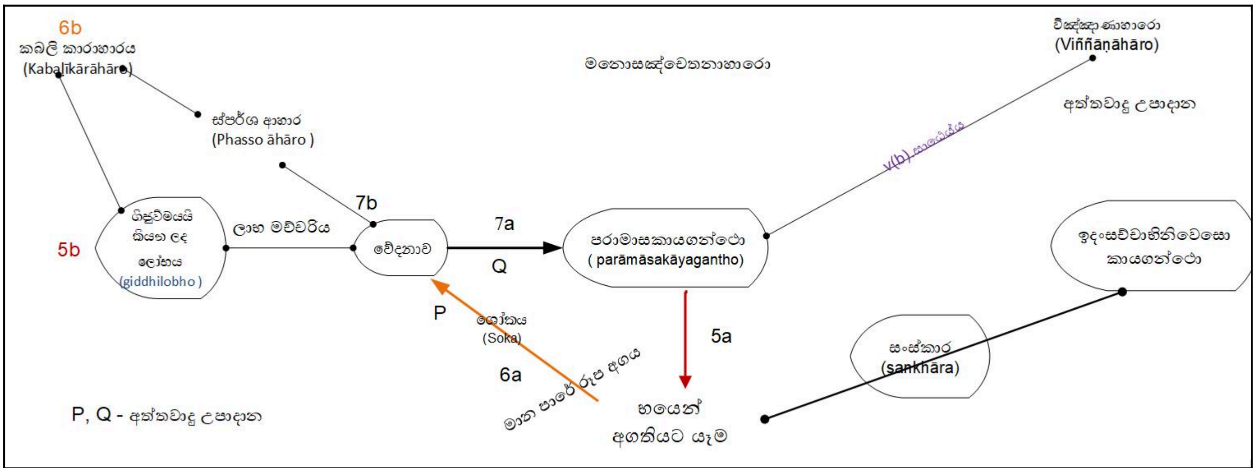
එතකොට අපි මේ විදිහට යන්නෙත් මොකක් ද කියන එක අපිට පේනවා, අර අපි ඉස්සෙල්ලා diagram එකක් ඔයගොල්ලන්ට දුන්නා මතක ඇති අර 5a 7a 6a ආදී

වශයෙන් දීලා, ඒකෙ දකුණු පැත්තෙ ඔය සංස්කාර, එතන අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට යන එක තියෙනවා නේ, අන්න ඒ සංස්කාර පැත්ත කියන එක. ඒක නිසයි අපි ඔය යන්නේ. අපි හොයනවා looking for motion, චලනයක් හොයනවා. මේ ධාතුවල ඒ චලන ස්වභාවයක් අපි සොයන්න යනවා.

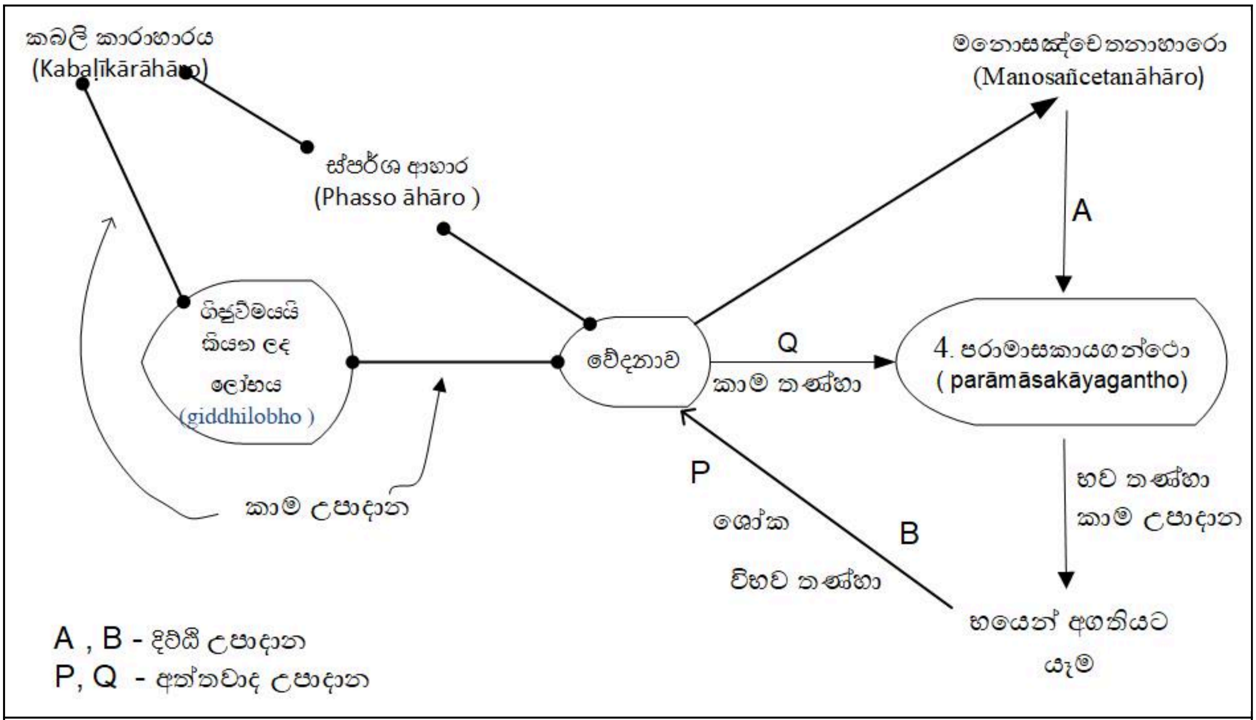
ඉතින් ඕක තව ටිකක් විමසනකොට මම බුදුපියාගෙන් ඇහුවහම ඇයි අපි මෙහම වෙන්නේ කියලා, බුදුපියා පැවසුවා, මේ චලනය නොවන්නා වූ දෙයක් ඔබට දැකිය නොහැක කියලා. මේ මුළු විශ්වයේ ම බැලුවහම ඔයගොල්ලෝ දන්නවා සූර්යයා චලනය වෙනවා, එතකොට මේ පෘථිවිය, මුළු සක්වල ම චලනය වෙනවා.

ඊළඟට තවත් ටිකක් කියනවා නම්, අර දෝමනස්ස ඉන්ද්‍රිය අවස්ථාවේ දී, 3 වන සත්‍ය එනම් දුක්ඛ නිරෝධ සත්‍යය, පහිතත්තස්ස යන ධර්මතාවයට අනතුරුව භාවිතා කළ යුතු ය. කුමක් නිසා එසේ පවසා ද කියන එක, යම් නිවන් පිණිස මෙහෙයූ සිත් ඇතිව වාසය කරන්නකුට නිරෝධය ඇඟයීම නොවන්නේ නම් සිත සාධාරණකරණයකට පත් නොවන නිසා ය, කියලා කිව්වා. මෙතැන දී කෙනෙක් හිතන්න ඕන, මේ සීලබ්බත උපාදානය නොවීම කියන එක. අනාගත භවය දැඩිව නොගැනීම, එහි තණ්හා නොවීම. එතකොට අපි දන්නවා දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය කියන්නේ කවරක් ද? ඒ ඒ භවයන්හි ඇල්ම ඇති කරන. එතකොට යම්කිසි භවයක් දැන් තියෙනවා ද ඊළඟ භවයක් තියෙනවා ද ඒ භවයන්හි පොනොභවිකා, අන්න ඒ තැන්වල තෘෂ්ණාවක් වේ ද මෙන්න මේ ධර්මතාවය, ඒක මතක තියෙන්න ඕන. අන්න ඒකයි එතන හුඟාක් බලන්න ඕන.

මේ භාවනාවේ හුඟාක් ම focus එක තියෙනවා, ඔය ඒ ඒ භවයන්හි ඇල්ම ඇති කරනවා කියන කාරණාවට.



MM_19_08_2022.jpg



s_upadana.jpg

26/05/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

සුත්ත නිපාතයේ අට්ඨක වග්ගයේ දුට්ඨට්ඨක සූත්‍රය. ඒකෙ ගාථාවක් තියෙනවා.

“දිට්ඨීනිවෙසා න හි ස්වාතිවත්තා, ධම්මෙසු නිච්ඡෙය්‍යා සමුග්ගහීතං,

තස්මා නරො තෙසු නිවෙසනෙසු, නිරස්සතී ආදියතිච්ච ධම්මං”.

ඉදංසච්චාභිනිවෙසයයි කියූ දිට්ඨී නිවෙශනයෝ සුව සේ ඉක්මවිය නොහෙත්, දම් අතුරෙහි මොනොවට බැස ගත් ඒ ඒ ධර්මය නිශ්චය කොට පවත්නේ ය. එහෙයින් සත්ව තෙමේ ඒ දෘෂ්ටි නිවෙශනයන්හි ධර්මය හරනේත් ගන්නේත් වෙයි.

මහා නිද්දේසයේ මේ ගාථාව පැහැදිලි කරනවා.

දිට්ඨීනිවෙසා න හි ස්වාතිවත්තා - දිට්ඨීනිවෙසා යනු ලෝකය ශාස්වත ය. ඒ කියන්නේ eternal. මෙය ම සැබෑවක් යයි අභිනිවෙසයෙන් පරාමර්ශනය කිරීම දෘෂ්ටි නිවෙශනයයි.

න හි ස්වාතිවත්තා - දිට්ඨී වැළඳ සිටීම පහසුවෙන් ඉක්මවනු නොහැක. දුක සේ ඉක්මවිය යුත්තාහු ය.[1]

ධම්මෙසු නිච්ඡෙය්‍යා සමුග්ගහීතං - “ධර්මයන්හි පිළිගන්නා ලද්ද, නිශ්චය කරන්නේ” යන්නෙහි ධර්මයන්හි යනු, දෙසැට දිට්ඨී ගතුවන් කෙරෙහි නිශ්චය කොට කල්පනා කොට සම කොට බලා තීරණය කොට ප්‍රකට කොට යනුයි.[2]

තස්මා නරො තෙසු නිවෙසනෙසු - එහෙයින් සත්ව තෙමේ ඒ දිට්ඨී නිවේශනයන්හි නිරස්සතී ආදියතිච්ච ධම්මං - “ධර්මය දුරු කෙරේ ද, පිළිගනී ද.” නිරස්සතී යනු කරුණු දෙකකින් දුරලයි. දුරලයි කියන්නේ rejects. අන්‍යයන් විසින් වෙන් කරනු ලැබීමෙන් හෝ දුරලයි.[3] නොපැමිණුනේ හෝ නොහැකි වනුයේ දුරලයි.

කෙසේ අන්‍යයන් විසින් වෙන් කරනු ලැබීමෙන් දුරලයි ද? ඒ ශාස්තෘවරයා සර්වඥ නොවේ. ධර්මය ස්වාක්ඛාත නොවේ. සංඝයා සුපටිපන්න නොවේ. දෘෂ්ටිය යහපත් නොවේ. ප්‍රතිපදාව මනාව පනවන ලද එකක් නොවේ. මාර්ගය නෙයියානික ඒ කියන්නේ නික්මීම ගෙන දෙන නොවේ. මෙහි ශුද්ධියක් හෝ විශුද්ධියක් හෝ පාරිශුද්ධියක් හෝ මිදීමක් හෝ නැත. හීන ය නිහීන ය ලාමක ය. මෙසේ අදහස් බිම

දමයි. මෙසේ සිඳ දමනු ලබන්නේ මෙසේ වියෝග කරනු ලබනුයේ ශාස්තෘහු දුරලයි. ධර්මය දුරලයි. සංඝයා දුරලයි.

නොපැමිණුනේ හෝ නොහැකි කියන්නේ unable to succeed වනු වේ දුරලයි යත්, සීලය නොපුරනුයේ සීලය දුරලයි. වෘතය නොපුරනුයේ වෘතය දුරලයි. සීල වෘතය නොපුරනුයේ සීල වෘතය දුරලයි වේ. යහපත් හැසිරීම තුලින් සාර්ථක වීමට නොහැකිව යමෙක් යහපත් හැසිරීම් ප්‍රතික්ෂේප කරයි.

ආදිසතිච්ච - ධර්මය පිළිගනී [4] යනු ශාස්තෘවරයා පිළිගනී. ධර්ම දේශනය පිළිගනී. සංඝයා පිළිගනී. සම්මා දෘෂ්ටිය පිළිගනී. ප්‍රතිපදාව පිළිගනී. මාර්ගය පිළිගනී.

බුදුපියා පැහැදිලි කළා. දිට්ඨීනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨී වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨී වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨී වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨී වේ. මෙසේ දිට්ඨී අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි.

22/01/2021 නිබ්බාන භාවනාවේ diagram එකක් දුන්නා. පරිදේවයෙන් පරාමාස, විඤ්ඤාණ ආහාරය, එතකොට එතනින් අපි මෝහ අගතියට යනවා. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රව රාග සල්ල ජාතිය, අර සංකප්ප පාර 50% පාර පකප්පිතා කියලා අපි ජාතියේ ඉඳන් වේදනාවට ලකුණු කරලා තියෙනවා.

එතකොට යම් පරිදේව වීමක් සිදු වූවා ද, එමගින් අභිජ්ඣා අගය සනාථ කිරීම වන අතර, එමගින් මෝහය සනාථ කිරීමත් ජාතිය දක්වා ගමන් කිරීමත් වන බව සාකච්ඡා කළා. මෙහි යම් අවිද්‍යා ආශ්‍රව කාම ආශ්‍රව වීමක් ඇති ද එමගින් ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාව clockwise කැරකැවී තණ්හා පපඤ්චය සෑදේ. මෙහි මූලය වූයේ අස්මිතියයි. මෙය ප්‍රඥාවකින් විමසා දැන වැළකිය යුතුයි.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 17/06/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ස්වාතිවත්තා කියන්නේ not easily overcome කියන එක.
2. ඔය සමුග්ගහීතං කියන්නේ accepted කියන එක, නිච්ඡෙයා කියන්නේ නිශ්චය.
3. ඒ දුරලයි කියන්නේ reject කියන එක, throw off.

4. takes up.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

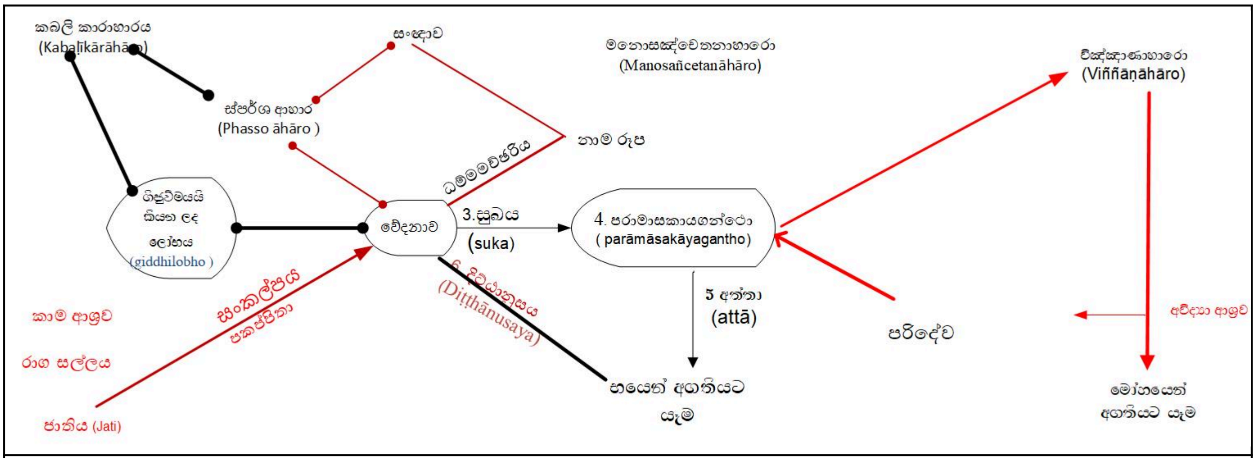
මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, මෙම භාවනාව ඉතා ශ්‍රේෂ්ඨ ය. බුදුපියා පෙන්වා දුන් දිට්ඨිනිවෙස සිහි කිරීම පමණක් ප්‍රමාණවත් විය. අන් කොටස මතක තිබිය යුතු ය. මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙහි එක සත්‍යයක් හෝ ගිලිහෙන්නේ ද අඩුපාඩු ඇති වන්නේ ද එමගින් ම දිට්ඨි ඇති වන්නේ ය. එමගින් දිවීම කරයි. පපඤ්චයෝ හට ගනී. මෙහි මූලය වූයේ අස්මිතියයි.

තවත් ටිකක් එකතු කරනවා නම්, දෙවෙනි කාරණය හැටියට අස්මිති මානය, ගසක් ලෙස පරාමාසයේ සිට මනොසඤ්චෙතනා දක්වා ලකුණු කරගන්න. සඤ්ඤාව සිට පරාමාසයට රේඛාවක් ඇඳ, එහි පොහොර ජලය වශයෙන් ලියාගන්න. මෙම ගසේ මුල් භය අගති මෝහ අගති දක්වා පැමිණ ඇත. ඉදංසච්චය ළඟ, සම්මා දිට්ඨිය ලකුණු කරගතහොත්, එමගින් මෙම අස්මිති මානය සහිත වූ ගසට සඤ්ඤාවෙන් පොහොර නොදැමිය යුතු බව පෙන්වා දෙයි, ඇති වී ඇත්තේ දුක බව පෙන්වා දෙයි, දුක්ඛ සමුදයෙන් ගස ලොකු වීම දුක බව පෙන්වා දෙයි, දුක්ඛ නිරෝධයෙන් එසේ නොකිරීම මගින් දුක නැති වෙන බව පෙන්වා දෙයි, ආදී වශයෙන් සිතන්න.

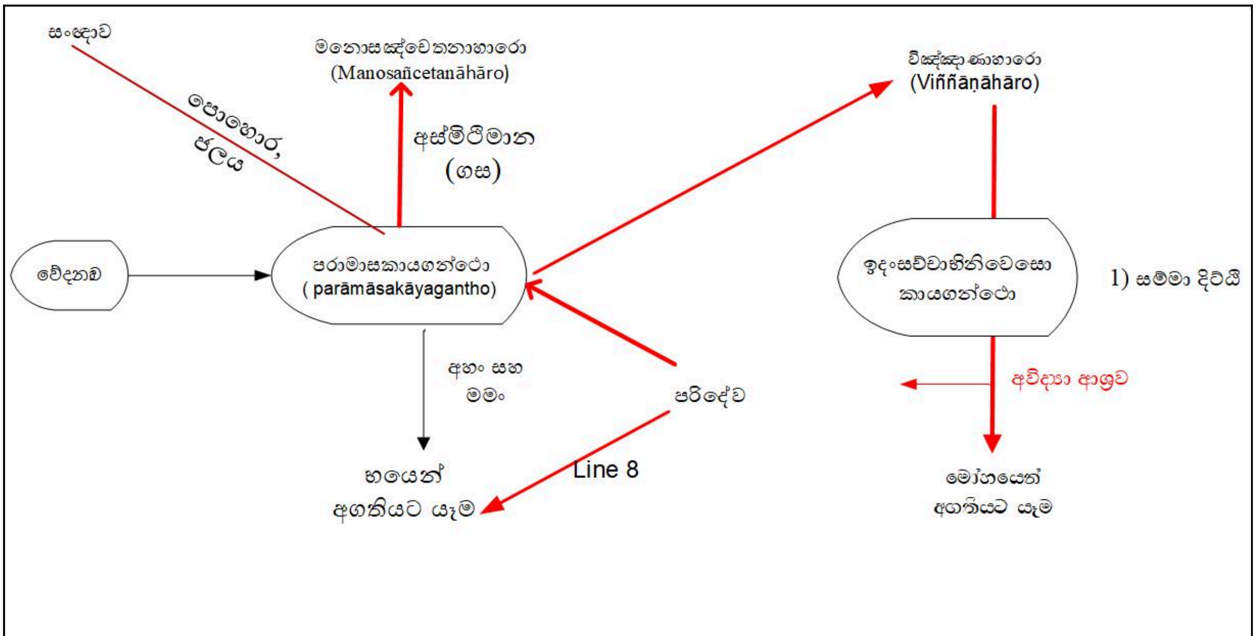
පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් පොහොර ජලය නොඉපදවිය යුතු ය. ගෙන ඒම නොකළ යුතු ය. මෙසේ බොහෝ කල් සිත නොසැල් වී පැවතිය හැකි ය.

ඉතින් අදහස ඕකේ එන්නේ, ඔය මූලං පපඤ්ච සඞ්ඛාය, පපඤ්ච මූලය මම වෙමි යන අස්මිතිය. එතකොට මූලය කියන්නේ root, root is in the sense of foundation. දැන් ගසක foundation එක මුල්. සඤ්ඤා නිදානානි පපඤ්ච සංඛා යනුවෙන් අපි ඉගෙනගෙන තියෙනවා. නිදාන කිව්වහම source, ගස සැදීමට වතුර පොහොර. පපඤ්චයන්ගේ මූලය, root එක අස්මිතිය. ඉතින් මේ diagram එක මම මේ discussion එකට ම දෙන්නම්.

එතකොට ඒක තමයි කියන්න තියෙන්නේ.



s_Pakappita.jpg



මූලං පපඤ්ච සඞ්ඛාය-පපඤ්ච මූලය, මම වෙමි යන අස්මිතිය.
එතකොට මූලය කියන්නේ root. Root is in the sense of foundation. දැන් ගසක foundation එක මුල්.
“ සඤ්ඤානිදානා හි පපඤ්චසඞ්ඛා”
නිදාන කීවාම Source: ගස සෑදීමට වතුර, පොහොර. පපඤ්ච (ප්‍රපඤ්ච) යන් ගේ මූලය, root එක, අස්මිතිය.

s_MM_Asmithi_26_05_2023.jpg

02/06/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

26/05/2023 නිබ්බාන භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. බුදුපියා පැහැදිලි කළ, දිට්ඨිනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙසේ දිට්ඨි අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි, යන්නෙන් පටන් ගත්තා.

22/01/2021 නිබ්බාන භාවනාවේ අවසානයට, අධිශීලයේ අධිචිත්තයේ අධිප්‍රඥාවේ හික්මීමෙන්, එහි සඳහන් diagram එකේ පථයන් කිහිපයක් කැපී යැම පෙන්වා දී ඇත්තේ, එම කරුණුවලට සිත යොමු වුණා.

පළමුව අධිශීල ශික්ෂා - පාණාතිපාතය නිසා ද්වේෂය. අදත්තාදානය නිසා ලෝභය. කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම නිසා මෝහය. මෙම ධර්මයෝ පහ කළොත්, අලෝභ අදෝෂ අමෝහ. මෙයින් වැළකෙන්නේ පරිදේවයේ සිට එන්නා වූ ගැම්ම නැති වී යයි.

අධිචිත්ත ශික්ෂා - නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය හදන සංස්කාර, අරූප ධ්‍යාන සඤ්ඤා, ඒ වගේ ම රූපයට නිත්‍ය යයි එකතු කරන ලද සඤ්ඤා ඉවත ලා ඇත. අධිචිත්ත ශික්ෂාව, ධ්‍යානයන් භාවිතා කරන්නේ, එමගින් වේදනා චේතනා පාර කැපී යන්නේ ය.

අධිප්‍රඥා ශික්ෂා - අරූප ධ්‍යාන කුසලය. අරූප ධ්‍යාන කිසිවක් අල්ලා ගැනීමක් නැතිව ඉවර වීම. අධිප්‍රඥා ශික්ෂාව ඇත්තේ මගඵල චිත්තයන් නංවන්නේ චේතනා පරාමාස පාර කැපී යන්නේ ය. මෙහි දී දෙවන හතර සලකුණ පෙනිණ.

Repair කරන විට පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛය යැයි පවසන්නේ ය යන්න විමසන්නේ, එහි ලෝභ ද්වේෂ මෝහ මගින් එසේ කියන බවත්, පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත ඉදංසච්චය, එසේ නොකියන බවත් වැටහිණ.

මෙම අවබෝධය ඇතිව ඥාන පථයේ හික්මීම භාවිතා කරන්නේ, චෙතො විමුක්ති ප්‍රඥා විමුක්ති ඒකාබද්ධ විය. හතර සලකුණෙහි විරිය, තථාගතයන් වහන්සේ පවසන ආකාරයට දුක යැයි විරිය කළ යුතු ය, දුක්ඛ සමුදය යැයි විරිය කළ යුතු ය, ආදී වශයෙන් යොදා ගත්තා.

ඥාන පථයේ ප්‍රඥාව මගින් [1] ජාති සිට ජරා නොවීම මගින් අස්මිතිය පහ කිරීමට අඩිතාලම වැටේ. එතන අපි දන්නවා, ඒ ජාතියේ ඉඳන් අපි ශුන්‍යතාවය දක්වා ලියලා තියෙනවා, අනිත්‍ය නම් දුක නම් විපරිණාමයට පත් වෙන සුලු නම් එය මගේ යයි ගැනීමට සුදුසු ද කියලා. මේ අර්ථය භාවිතා කළ යුතුයි.

Reverse Alpha, ඒ කියන්නේ ජාති වේදනා චේතනා භය අගති වේදනා රූප, දැක වේදනාව සඳහා රූප එපා යන්න පවසන්නේ, වේදනාවට ඇති තණ්හාව ඉවත් කළ යුතු ය. කුමක් නිසා ද? ජරා වන නිසා ය. සඤ්ඤාව දුකයි. අරූප ධ්‍යාන කිසිවක් අල්ලා ගැනීමක් නැතුව ඉවර වීම යන කරුණු මෙනෙහි කරන්නේ නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි.

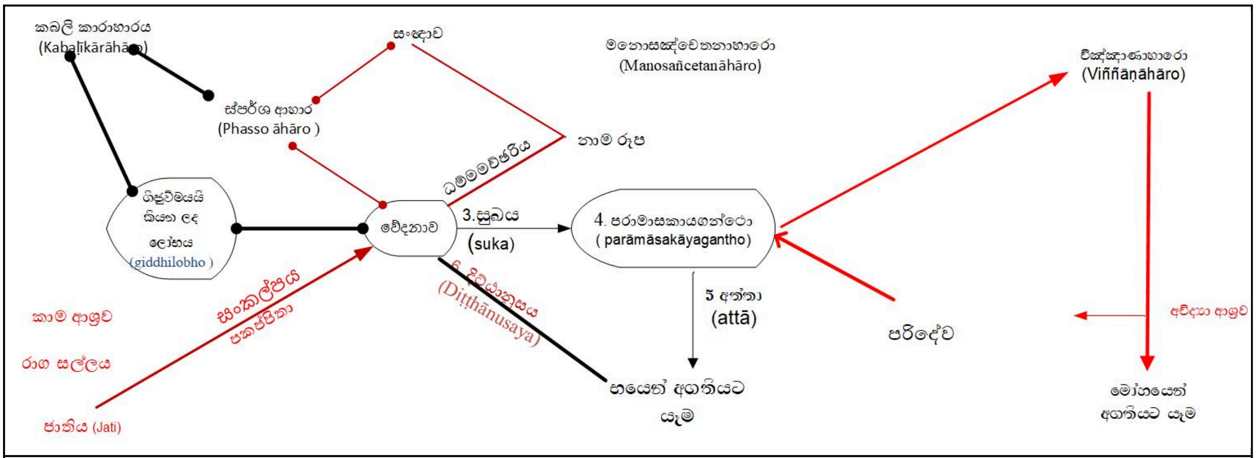
ඉතින් මෙතනදි කෙනෙකුට පොඩියට diagram එකක් වගේ ලියාගන්න පුළුවන්, ඒ රූපය තියෙන තැන, reverse alpha දැක රූපය එපා යැයි පැවසීම. සඤ්ඤාව, එතන ලියාගන්න පුළුවන්, දුකයි කියන එක. චේතනාවේ ඉඳන් පරාමාසයට, අරූප ධ්‍යාන අල්ලා නොගැනීම. වේදනාව තියෙන තැන ලියාගන්න පුළුවන්, තණ්හාව ඉවත් කළ යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

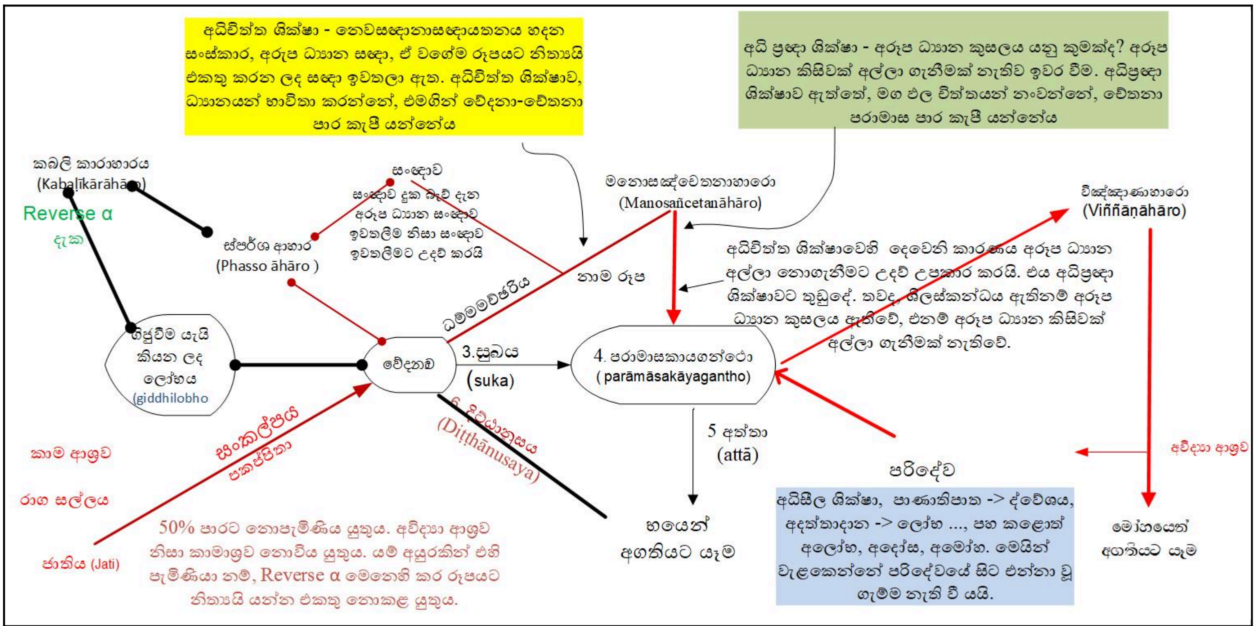
<u>**සාකච්ඡාව - 17/06/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. අපි දන්නවා ඔය අපි ලියාගෙන තියෙනවා ඒ ඡන්ද සමාධියේ ඉඳන් ප්‍රඥාවට, අර ඥාන පථයේ අනිත්‍ය නම් දුක්ඛ නම් විපරිණාමයට පත් වෙන සුලු නම් එය මගේ යයි ගැනීමට සුදුසු ද කියලා අර ජාතියේ ඉඳන් ශුන්‍යතාවය දක්වා එන එක. ඉතින් එහෙම වෙනවා නම්.



s_Pakappita.jpg



s_Pakappita_2.jpg

09/06/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

02/06/2023 නිබ්බාන භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. බුදුපියා පැහැදිලි කළ, දිට්ඨිනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙසේ දිට්ඨි අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි, යන්න සිහියේ තබාගෙන පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛ යයි පවසන්නේ ලෝභ දෝෂ මෝහ මගින් බවත් පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත වූ ඉදංසච්චය එසේ නොකියන බව මෙනෙහි කළා.

අධිශීලයේ අධිචිත්තයේ අධිප්‍රඥාවේ හික්මීම අරමුණු කර, අලෝභ අදෝෂ අමෝහ පාරවල් සිහි කළා. එනම් අලෝභ කුසල මූලය, සුතමය ප්‍රඥාව, සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය, අධිචිත්ත ශික්ෂාව.

1 නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය හදන සංස්කාරයන් පළමුව ඉවතලන්නේ,

2 දෙවනුව අරූප ධ්‍යාන සඤ්ඤාව ඉවතලන්නේ,

3 තුන් වෙනුව රූපයට නිත්‍ය යයි එකතු කරන ලද සඤ්ඤා ඉවතලීම.

මෙහි දෙවෙනි කාරණය, සඤ්ඤාව දුක බැව් දැන, අරූප ධ්‍යාන සඤ්ඤාව ඉවතලීම නිසා, සඤ්ඤාව ඉවතලීමට උදව් කරයි. මෙයට සවිතක්ක සවිචාර සමාධියේ දී වටහා ගත් දුක උදව් උපකාර විය. එසේ ම මෙම දෙවෙනි කාරණය අරූප ධ්‍යාන අල්ලා නොගැනීමට උදව් උපකාර කරයි. එය අධිප්‍රඥා ශික්ෂාවට තුඩු දේ.

එසේ ම අදෝෂ පාර දිගේ ගමන් කරන්නේ අධිශීල ශික්ෂාව දක්වා පැමිණෙන්නේ පාණාතිපාතය නිසා ද්වේෂය, අදත්තාදානය නිසා ලෝභය, කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම නිසා මෝහය. මෙම ධර්මයෝ පහ කළොත් අලෝභ අදෝෂ අමෝහ. මෙයින් වැළකෙන්නේ, පරිදේවයේ සිට එන්නා වූ ගැම්ම නැති වී යයි. මෙහි සීලස්කන්ධය දක්වා යන්නේ නම්, එහි දුකයි කියලා දැකගෙන දස අකුසලය අයින් කරනවා නම්, අපි අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට යන්නේ නැත. කුමක් නිසා ද? කාම ආශ්‍රවය කියන්නේ සුඛයි කියන එකේ පසු සඤ්ඤාව. එහෙම නම් සුඛයි කියාගෙන යන්නේ නැහැ. එම කරුණු මගින් අධිප්‍රඥා ශික්ෂාව ඇති වේ.

මෙය diagram එකක ලකුණු කර දී ඇත. 50% පාරට නොපැමිණිය යුතු ය. අවිද්‍යා ආශ්‍රව නිසා කාම ආශ්‍රව නොවිය යුතු ය. යම් අයුරකින් එහි පැමිණියා නම්, reverse alpha මෙනෙහි කර රූපයට නිත්‍ය යයි යන්න එකතු නොකළ යුතු ය.

මෙය හොඳින් විමසන්නේ, නොඉපදීමට 50% ක chance එකක් ඇත. මෙහි දී ආදිසතිච්ච යන වචනය සිහි විය. එනම් පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත වූ ඉදංසච්චය ගැනීම වන්නේ නම්, නිරස්සති - දුරලයි යන්න සිදු වේ. රූපය දුරලයි, වේදනාව දුරලයි, සඤ්ඤාව දුරලයි, සංස්කාරය දුරලයි, විඤ්ඤාණය දුරලයි.

චතුරාර්ය සත්‍ය නොගන්නේ නම්, එම දහම් නිරස්සති. දහම් දුරලයි යන්න සිදු වේ. එහි දී ආදිසතිච්ච වේ. එනම්, රූපය ගනියි, වේදනාව ගනියි, සඤ්ඤාව ගනියි, සංස්කාරය ගනියි, විඤ්ඤාණය ගනියි යන්න සිදු වේ.[1]

මෙම භාවනාවේ දී, diagram එකේ මුල කොටස දිහා බලාගෙන පමණක් සිටිය හැකි ය. සිත නොසැලේ. ඒ කියන්නේ රූපය ළඟ, reverse alpha දැක, එපා යැයි පැවසීම. සඤ්ඤාව, එතන දුක. අරූප ධ්‍යානයන් ඉවතලීම, අර දෙවෙනි කාරණය. චේතනා ඉඳන් පරාමාසයට, අරූප ධ්‍යාන අල්ලා නොගැනීම සහ අධිප්‍රඥා ශික්ෂාව. වේදනාව ළඟ, තණ්හාව ඉවත් කළ යුතු ය යන අර්ථය. ඊළඟට අර පරිදේවයේ ඉඳන් 50% පාර මෙහි නොපැමිණිය යුතු ය කියන එක. අන්න ඒ කොටස බලාගෙන පමණක් ඉන්න පුළුවන්, සිත නොසැලේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 24/06/2023**</u>

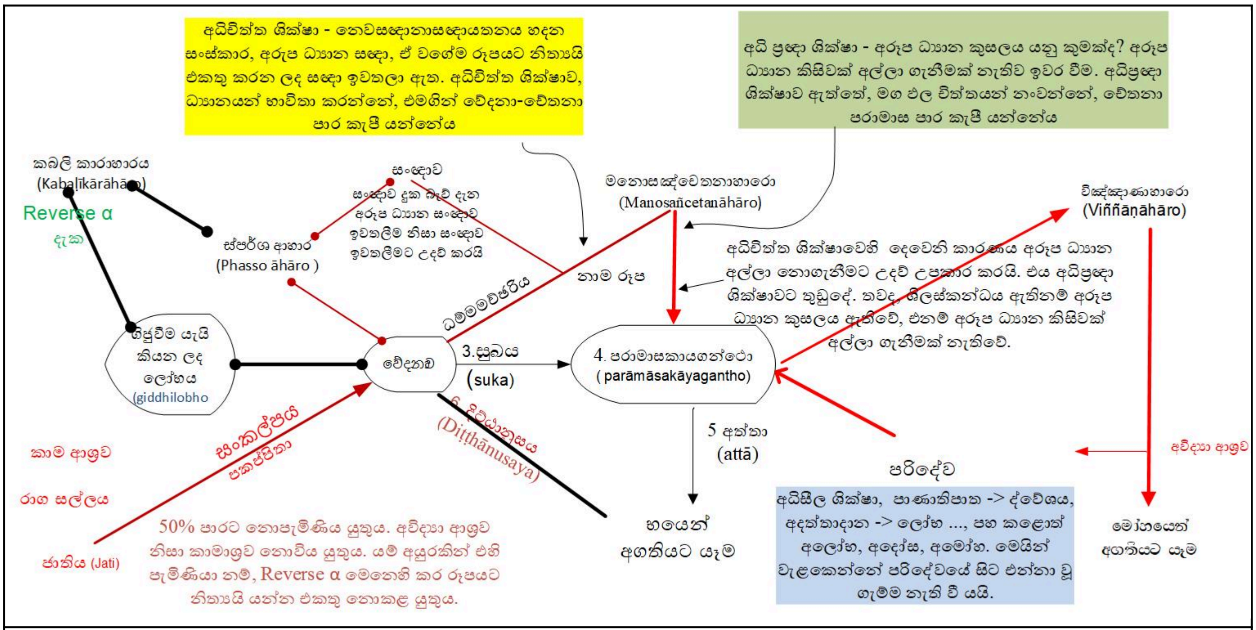
සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතැන දී කීප දෙනෙකුටම ප්‍රශ්නයක් ඇති වෙලා තියෙන නිසා කියන්න පුළුවන්, ඔය ආදිසතිච්ච, ආදියතිච්ච කියන වචන දෙක, එතකොට රහතන් වහන්සේ පෙන්නනවා ඒ ආදිසතිච්ච කියන එක වඩා නිවැරදියි කියලා. ආදි සති කියන එක ගත්තොතින් ප්‍රකාශ කරයි කියන එකයි. ආදිස තිච්ච යයි බුදුපියා පැවසුවා. එය වඩා නිවැරදි ය. මොකද එතන පෙන්නන්නේ takes up කියන එක. ආදිය කිච්චොතින් having taken කියන වචනය. එතකොට මෙතන අපි පෙන්නනවනේ, එක්කෝ දුරලනවා එහෙම නැත්නම් ගන්නවා, takes up කියන එක.

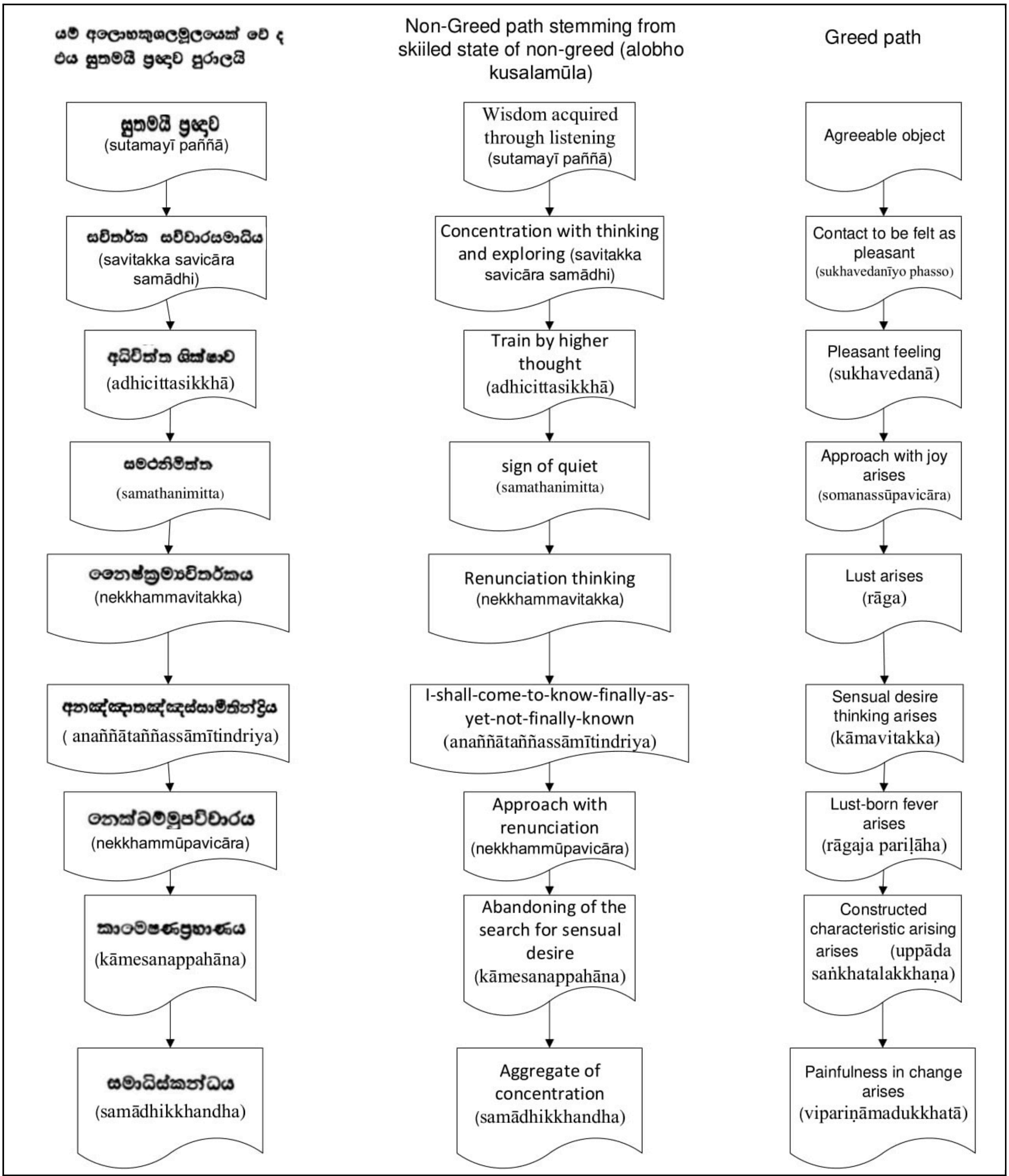
සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

මෙම භාවනාව අලෝභ පාරෙන් පටන්ගෙන කළ යුතු ය. අදෝස පාර, අධිශීල ශික්ෂාවෙන් පටන් නොගත යුතු ය. එසේ කරන්නේ, ඉක්ම වූ විදා ඇති ශාන්ත වූ

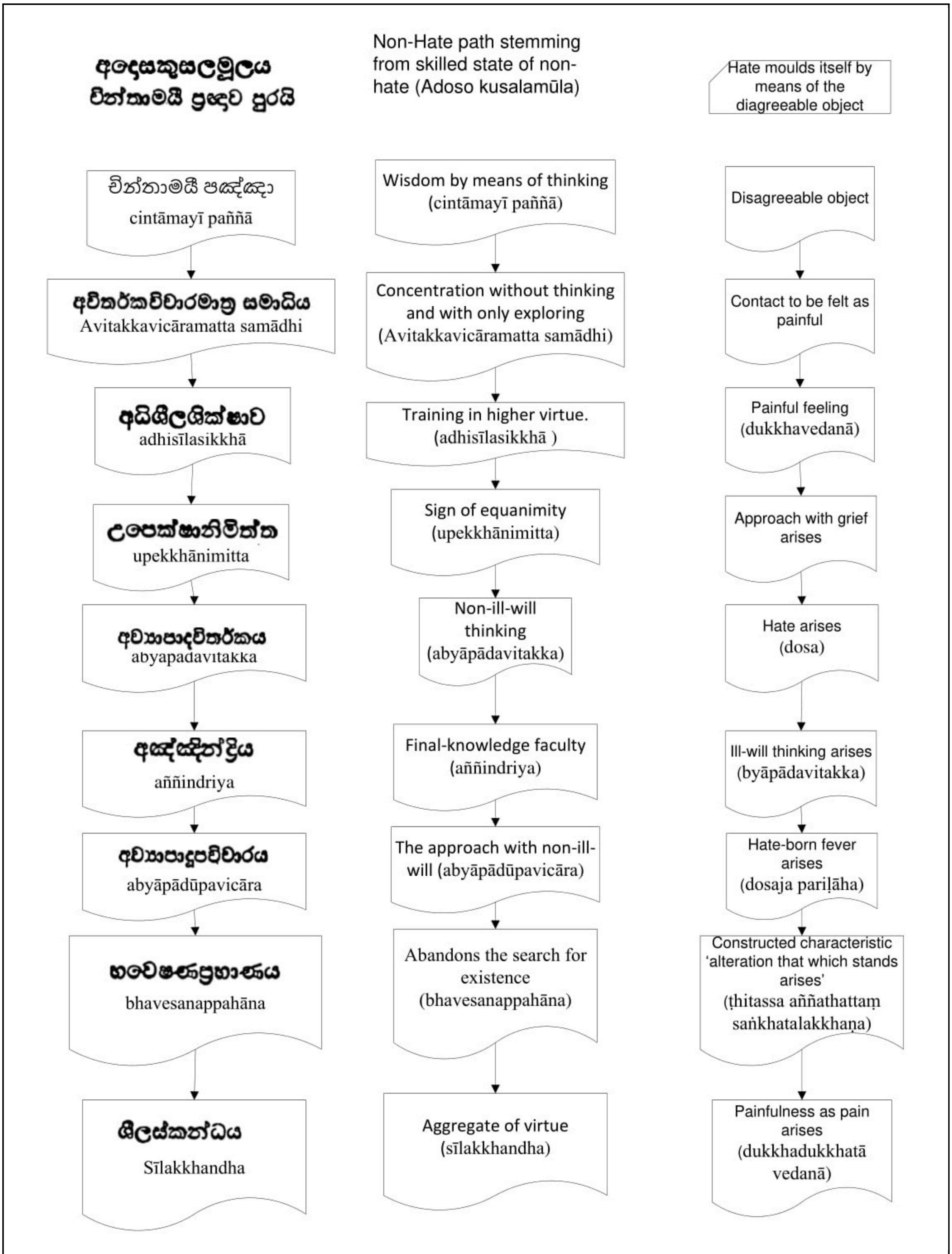
මොනවට යෙදුණු සිත වේ.



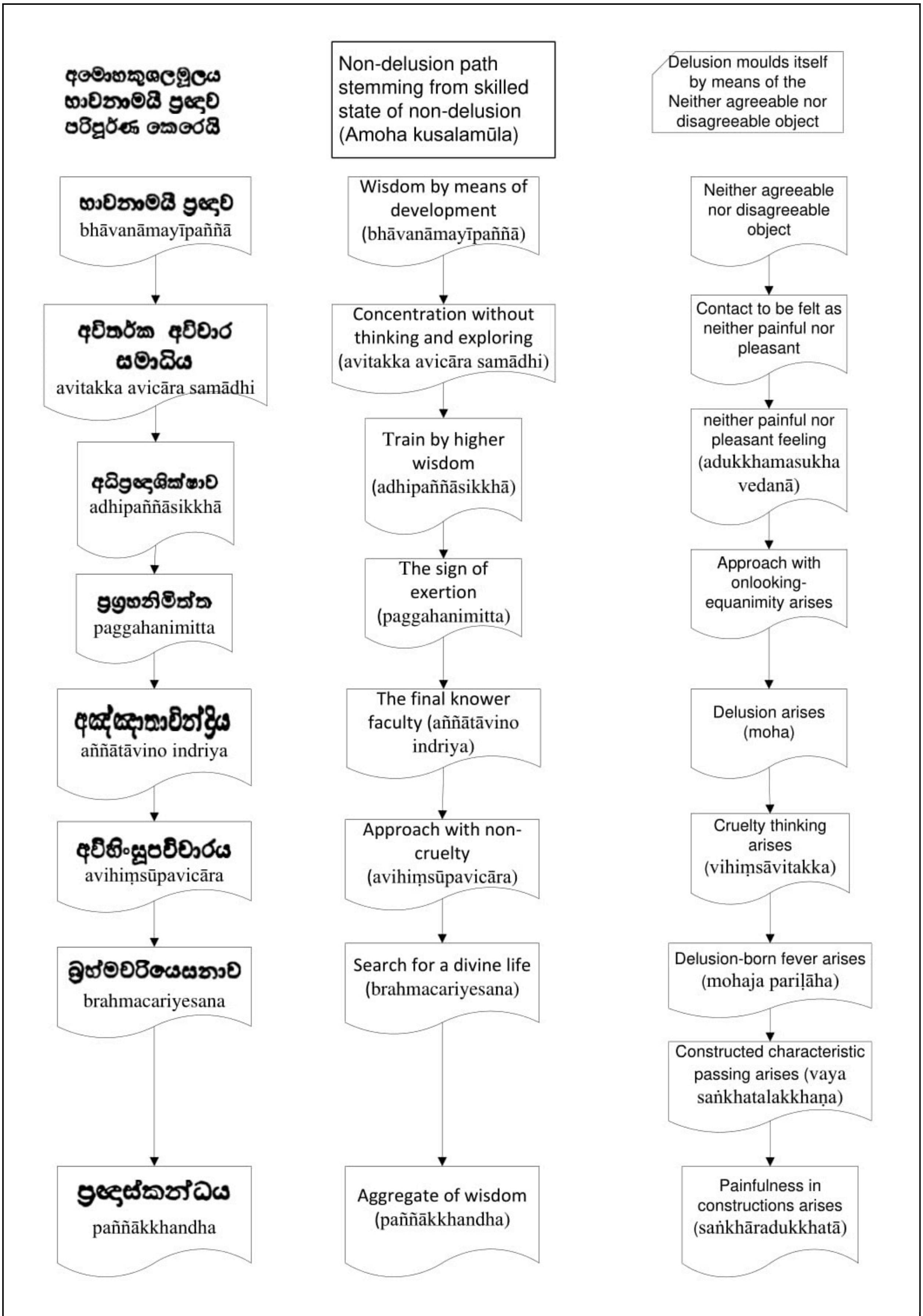
s_Pakappita_2.jpg



NonGreed.pdf - Slide 2



NonHate.pdf - Slide 2



NonDelusion.pdf - Slide 2

16/06/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

09/06/2023 නිබ්බාන භාවනාව, 23/04/2016 පංච බල 5 භාවනාව සමඟ කරගෙන ගියා. බුදුපියා පැහැදිලි කළ, දිට්ඨිනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙසේ දිට්ඨි අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි, යන්න සිහියේ තබාගෙන පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුබ යයි පවසන්නේ, ලෝභ දෝෂ මෝහ මගින් බවත්, පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත වූ ඉදංසච්චය එසේ නොකියන බව මෙනෙහි කළා.

23/04/2016 පංච බල 5 භාවනාවේ, යම් පාණාතිපාතයක් වේ ද එය ආකාසානඤ්චායතනය වැනි ධ්‍යානවල නැත. කාමයන්ගෙන් වෙන් වන නිසා, පළවන ධ්‍යානයේ සිට හතර වෙනි ධ්‍යානය දක්වා තලවල ද එය නැත. යම් අභිජ්ඣාවක් වේ ද එය කාමයන්ගෙන් වෙන් වීම නිසා බැස යයි. නමුත් කාමයන්ගෙන් වෙන් වීම නිසා, ඇති වන ධ්‍යානයන්ට ඇලීම හේතු කොටගෙන අභිජ්ඣා හටගනී. මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවතීම අභිජ්ඣාවයි. මෙසේ නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ලාභියාටත් සක්කාය දිට්ඨිය නිසා අභිජ්ඣා ඇති වේ. කුමන සමාධියකින් මෙය වළකයි ද? එය සම්මා සමාධිය නම් වේ.

සම්මා සමාධිය මගින් කෙසේ වළකයි ද? එය සම්මා දිට්ඨි, සම්මා සංකප්ප, සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව, සම්මා වායාම, සම්මා සති දක්වා මහා චත්තාරීසක සූත්‍රයේ පෙන්වන කාරණා හත සහගත වූ සම්මා සමාධිය යි.

මේ කොටස් හත අඩංගු වන නිසා තමයි, මේකෙන් වැළකීම කියන එක සිද්ධ වෙන්නේ. සම්මා දිට්ඨියෙන් මිච්ඡා දිට්ඨිය පහ වන්නේ, ඇති වන්නේ දුක බව දන්නේ නිවනින් පිටත දෙයක් නොගනී. මනස යොමු නොකෙරෙයි. එහි දී සම්මා දිට්ඨිය, ඉදංසච්චය ළඟ ලකුණු කළ යුතු බව වැටහුණා. මණ්ඩලාධිපති බුදුපියාගේ පඨයේ ලකුණු කර ඇත්තේ අවබෝධ වූ කෙනෙකුගේ සම්මා දිට්ඨිය වේ.

සම්මා සංකප්පය මගින් සම්මා දිට්ඨියෙන් ඇති වුණා වූ ධර්මයෝ, වාහකයක් මෙන් රැගෙන යන්නේ ව්‍යාපාද නොවේ. අත්හැරීම මනා කොට පවත්වයි. මෙහි දී සම්මා සංකප්පය, පරාමාස විඤ්ඤාණ පාරේ ලකුණු කළ යුතු ය. මෙතෙන්දී ඔය විහිංසා

විතක්ක එහෙම අපි 16/07/2017 නිබ්බාන භාවනාවේ පෙන්නා දීලා තියෙනවා. ඒකෙ diagram එකකුත් දීලා තියෙනවා 17/07/2017.

සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව මගින් සියලු ක්ලේශයන්ගේ ප්‍රහාණයට තුඩු දෙන්නා වූ සීලය ම මනා කොට පවත්වයි. මෙහි දී, සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව, පරිදේවය ළඟ අධිශීල ශික්ෂා ලකුණු කළ තැන ම ලකුණු කළ යුතු ය.

සම්මා වායාමය හතර ආකාරයක් වන්නේ ස්ථාමවර, දළපැරකුම්, නොහළ ධූර වශයෙන් 18/04/2016 භාවනාවේ දී සඳහන් කළ අයුරින් යම් දහමක් ඉවත් නොකර ඇද්ද, එය ඉවත් කරයි. ඉහළ ම වූ නිබ්බානයට පමණක් මනස යොමු කෙරේ. මෙහි දී සම්මා වායාමය, ඉදංසච්චය ළඟ ලකුණු කළ යුතු බව වැටහුණා.

සම්මා සතිය මගින් 19/04/2016 භාවනාවේ දී සඳහන් කළ අයුරින් දුක්ඛ table එකේ අනිත්‍ය නම්, දුක නම්, විපරිණාමයට පත් වේ නම්, මගේ යයි ගන්න වටිනවා ද? මෙහි දී සම්මා සතිය, ස්පර්ශය සහ සඤ්ඤාව අතර, පෙර ලකුණු කළ තැන ම ලකුණු කළ යුතු යි.

සම්මා ප්‍රඥාව, චේතනා පරාමාස අතර ලකුණු කළ යුතු ය. සම්මා සමාධිය, ධම්මමච්ඡරිය පාරේ ලකුණු කළ යුතු ය. මෙය diagram එකක ලකුණු කර දී ඇත. මෙම diagram එක සම්මා දිට්ඨි diagram යනුවෙන් භාවිතා කළ යුතු වේ.

05/05/2023 [1] භාවනාව සමඟ විමසන්නේ,

1 East, සිතේ ඇති වුණ අරමුණු, සම්මා දිට්ඨිය භාවිතා කර පිළිනොගනී නම්, ඉතා පහසුවෙන් විරිය මගින් ඉවත් කළ හැකි ය. මෙසේ විරිය මගින් ඉවත් කිරීම, විරිය බලය වේ. මෙහි බල පහ ම ඇත. කුමක් නිසා ද? දිට්ඨිය නිසා උපන්නා වූ ධර්මයෝ, විරිය මගින් ඉවත් කිරීම නිසා ය. පෙර චේතනා - අත්තා 2. ගායිකාව තමා දුස්සීලභාවයට පත් කර ගැනීමට පෙර, සිතා ඉවත් කිරීම.[2]

2 තව ද, සිතේ ඇති වුණ අරමුණු කෙරෙහි, දිට්ඨි සහගත නොවී, විරිය බලය භාවිතා කර ඉවත් කිරීම.[3]

ඉහත කරුණු දෙක අතරින් දෙවනියට සඳහන් කරුණ ප්‍රබල විය යුතු ය. එනම් යමෙක් forceful ලෙස දිට්ඨි ඇති කිරීමට උත්සාහ කළත්, එය නොගැනීමට තරම් දක්ෂ විය යුතු ය. එපමණට චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධය ප්‍රබල විය යුතු ය. යමෙක් නිර්වාණය සඳහා business එකක් ඉවත් කරන්න හදන්නේ, අන් අය මේ තරම් හොඳට වෙද්දිත්, ඇයි මෙය නවතන්නේ යයි අසන්නේ, සිත වෙනස් නොවීමට තරම් දක්ෂ විය යුතු ය. අපර චේතනා - අත්තා 1.[4]

3 West, සිතට එන අරමුණු, සමාධියෙන් යුතුව බැලිය යුතු ය.[5] සමාධි සහගත ඇස මෙහි දී ඉන්ද්‍රිය ලෙස භාවිතා කළ යුතු ය. ප්‍රීතියට ද නොසැලේ. එහි උපෙක්ඛාව ම පවතී. පරිදේව, පරාමාස, සඤ්ඤා රේඛාව දිහා බලාගෙන සිටීම පමණක් ප්‍රමාණවත් ය. මෙසේ උගුලා දමනු ලබන සඤ්ඤා සහිතව, සම්මා සමාධි සහගත ඇස, භාවිතා කරන්නේ නම් නිර්වාණය බොහෝ දුර නොවේ.

ඉතින් මෙතන දී සිහි වුණා. "සතඤ්ච විවටං හොති, ආලොකො පස්සතාම්ව. සන්තිකෙ න විජානන්ති, මගා ධම්මස්ස කොවිදා." ගාථාව. ඔය 05/11/2021 නිබ්බාන භාවනාවේ දී අපි සාකච්ඡා කරලා තියෙනවා.

මෙහි දී ඉහත සම්මා දිට්ඨි diagram එක, රවුමට නමා, වේදනාව ඇති තැනට සම්මා දිට්ඨිය ලකුණු කර ඇති කොටස ගෙන එන්න. ඒ කියන්නේ bring east to west. මෙහි දී දිවයින නැතිව යන බව සිහි කරන්න. මෙය සඳහා ග්‍රන්ථ රේඛාව හරහා, සීල කොටසින් දක්වා ඇති බලයෝ එනම් දකුණින් දක්වා ඇති ධර්මයෝ, උතුරට ගෙන යා යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 24/06/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. සාකේත සූත්‍ර.

2. ඉතින් මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, අරූප ධ්‍යාන හෝ ගත්තොත් චතුරාර්ය සත්‍ය විනාස වන්නේ ය, යන්න සිතන්න. ඒකට භාවිතා කරන්න ඔය අවිතක්ක අවිචාර diagram එකක් දීලා තියෙනවා 17/07/2017. ඒ diagram එකේ c කොටස අර ජීවිත ඉන්ද්‍රිය ඉඳන් අපි ලකුණු කරලා තියෙනවා ඉදංසච්චය ළඟ විහිංසා විතක්කය කියන එක යොදා ගන්න. ඉතින් අපි ඒක තව ටිකකින් බලමු ඒ diagram එක, ඒ ධර්මය.

3. එතකොට අර අවිතක්ක අවිචාර diagram එකේ d කොටස කියන එක විචාර කියන එක, විහිංසා විචාර කියන එක යොදා ගන්න.

4. සාධ්‍යෙයා කියන පැත්තේ ඉඳන් එන එක කල්පනා කරන්න.

5. එතකොට පෙළක් අයට ප්‍රශ්න තියෙනවා, මේ සිතට එන අරමුණු කිච්චහම ඉතින් කල්පනා කරන්න, මේ ඇහෙන් ස්පර්ශයක් වෙනවා, ආදී වශයෙන් කල්පනා කරන්න.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

මේකට තව ටිකක් සාකච්ඡා කරමු.

මේ භාවනාව කරන්නේ සමාධියෙන් යුතුව බලන්නේ, සමාධි සහගත ඇස මෙහි දී ඉන්ද්‍රිය ලෙස භාවිතා කරන්නේ, ධ්‍යාන හතර ම පැවතෙනවා. ප්‍රීතියට ද නොසැලේ. එහි උපෙක්ඛාව ම පවතී. බුදුපියවරු මෙසේ සිටින්නේ ද යන්න විමසන්නේ, නිතැනින් එසේ සිටින බව පැවසුවා. ඒ කියන්නේ තැනක් නැතුව බොහොම පහසුවෙන් එතනට යන්න පුළුවන්. Independent of a place. භාවනාව අවසන් වූ පසු ද එය එසේ ම පැවතිණ. ව්‍යාපාදය නැත.

සම්මා දිට්ඨි diagram එකේ ධර්ම කරුණක් touch වීම පමණක් පවතී. ඒ කියන්නේ sprinkle කරනවා වාගේ. අර ලුණු ටිකක් ඉහින්නේ, දෙහි ටිකක් ඉහින්නේ, අන්න ඒ වගේ එක කරුණක් touch වීම පමණක් ඇත.

සම්මා ඥාන, සම්මා ප්‍රඥාව ඇති තැන ම ලකුණු කළ යුතු ය.

එතකොට අපි බලනවා නම් අර අවිතක්ක අවිචාර diagram එක 17/07/2017, ඒකෙ c කොටසේ දී, අරූප ධ්‍යාන නිසා විහිංසා සඤ්ඤා, වෙන් කිරීම නිසා විහිංසා සඤ්ඤා, සමාපත්ති නිසා වෙන් කිරීම. මෝහය නිසා වන වෙන් කිරීම. විහිංසා සඤ්ඤා, මෙනෙහි කරන්නේ සම්මා දිට්ඨියට හානි නොකරමි යන්න සිතන්නේ සිත ප්‍රභාස්වර වෙනවා. එය අරූප ධ්‍යාන හෝ ගත්තොත් චතුරාර්ය සත්‍ය විනාස වන්නේ ය, ඉදංසච්චයේ සිට පරිදේව වී විහිංසා සඤ්ඤා ඇති වී, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව ඇති වේ. සංසාරේ ගමන් කරයි.

එතකොට ඒ සම්මා දිට්ඨි සම්මා සංකප්ප පමණක් මෙනෙහි කර, දැන් ඔතන අපි ලකුණු කරලා තියෙනවා c, d, e කියලා තුනක්, ඒ කියන්නේ අපි ඒ diagram එකට පොඩ්ඩක් පෙන්වනවා නම්, ඔයගොල්ලෝ දන්නවා a කියලා ලකුණු කළා වේදනාවේ ඉඳන් අසම්පාජනයට අර මෙත්තාව, කාම සඤ්ඤාව තියෙන රේඛාවේ මෙත්තාව, රූපය ජරා බව දැන ඉක්මවීමෙන් කාම සඤ්ඤා ඉවතලනවා කියලා.

ඊට පස්සේ අපි b කියලා ලකුණු කළා, ඔය සම්මා සංකප්පය ලකුණු කරන රේඛාව ව්‍යාපාද සඤ්ඤාව තියෙනවා. එතනට එනවා, භවයේ යන විතක්කය නැති වීමෙන් ව්‍යාපාද සඤ්ඤා නැති වේ කියලා.

ඊට පස්සේ c කියලා ලකුණු කළා, ජීවිත ඉන්ද්‍රියේ ඉඳන් ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථයට, ඔය දැන් අපි a, b කියලා කාරණා දෙකක් පෙන්නුවා, භවයේ යන විතක්කය එහෙම නැතෙයි කියලා සහ අමෝහ පාරේ යන නිසා සංස්කාර ඉවත ලා විහිංසා සඤ්ඤාවෝ මඟහරී. විහිංසා සඤ්ඤාවෝ

මගහරින්නේ විහිංසා විතක්කය ඉක්මවයි කියලා. එතන විහිංසා සඤ්ඤාව තමයි ජීවිත ඉන්ද්‍රියේ ඉඳන් ඉදංසච්චයට.

එතකොට පහළ තියෙනවා, ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පරිදේවයට ආපහු විහිංසා සඤ්ඤා, ඒකෙන් විහිංසා විචාර ඇති වෙනවා. එතන අපි d කියලා ලකුණු කළා, ඉහත විහිංසා සඤ්ඤාවෝ මගහරින්නේ, විහිංසා විතක්කය ඉක්මවීමට දක්ෂ වන්නේ ඉදංසච්චය තුළට මෙය ම සත්‍ය යයි ගන්නා මුසාව බැස නොගන්නේ, මිච්ඡා දිට්ඨි නිසා වන අභිජ්ඣා ඉවතලයි. එනම් පග්ගහ නිමිත්ත තුළ සම්මා දිට්ඨිය නිසා අනභිජ්ඣා වේ. මෙහි දී අවිතක්ක විචාරමාත්‍ර සමාධියේ නිර්වාණය ම සොයයි යන්නත් අධිප්‍රඥා ශික්ෂාවත් උදව් උපකාර කරයි.

ආපහු අපි ලකුණු කළා e කියලා, පරිදේවයේ ඉඳන් පරාමාසකායගන්ථයට අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව හෝ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට දිට්ඨි ආශ්‍රව නොවේ නම් පග්ගහ නිමිත්ත සම්පූර්ණ වන්නේ, චතුරාර්ය සත්‍යයේ මනා කොට බැස ගැනීම නිසා පරාමාසය පිරිසිදු වේ කියලා.

එතකොට මේකෙ මේ c, d, e කියන කාරණා මෙනෙහි කරන්නේ, මිනිත්තු 7ක් ඉතාමත් සුඛ සහිතව වෙතො විමුක්ති සහිතව සිටියා. එය සිහියේ තිබෙන තාක් කල් විමුක්තිය ම පවතිනවා, ව්‍යාපාදයෝ නැත, විහිංසාවෝ නැත.

එතකොට ඔය කාරණා එහෙම නම් c, d, e කියන එක අපි මේකට සම්බන්ධ කරලා පොඩ්ඩක් බලමු.

මෙතන දී මේ c කොටසේ දී සීලස්කන්ධය ඇත්තේ, අරූප ධ්‍යාන තලයක හෝ ඉපදෙන්නේ යයි හැඟීම් ඇත්තේ නම්, එය මගින් විහිංසා විතක්කය ඇති විය හැක්කේ, ඒ කියන්නේ අපි රූප, වේදනා ඉල්ලීම්. මතක නේ අපි ඉපදීම නිසා පාන් කෑල්ල ඉල්ලනවා කියන එක කිව්වේ. අන්න ඒ විදිහට සිතන්න. එය පහ කිරීම මෙහි දී විමසිය යුතු ය. ඒක instant එක හැටියට තමයි එතන බලන්න තියෙන්නේ.

එතකොට, චේතනා ජීවිත ඉන්ද්‍රිය ළඟ ලකුණු කරන විරිය, ඔයගොල්ලන්ට මතක ඇති ඉද්ධිපාද diagram එක, ඕක අපි පස්සේ භාවනාවක දීලත් තියෙනවා. එය මගින් අරූප ධ්‍යාන කියන එක ඉවත් කරනවා. ඒ කියන්නේ අලුත් සංස්කාර කියන ඒවා. ඊළඟට d කොටස, එතකොට මතකයි නේ d කොටස කියන්නේ ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පරිදේවයට ලකුණු වෙන කොටස. මෙහි දී 5 වන ධ්‍යාන, 6 වන ධ්‍යාන අත්හැරියාට, 7 වන ධ්‍යානයේදීත් මෙම ප්‍රශ්නය වේ දැ යි විමසීම, විහිංසා විචාරයට ඇතුළත් වෙනවා. අර දෙක අතහැරියා, හැබැයි 7 දීත් මේ ප්‍රශ්නය තියෙනවා. අර පාන් කෑල්ල, රූපයි වේදනායි ඉල්ලන කතා. 7 දි ඒක නැහැ නේ. එතකොට එයා කල්පනා කරනවා එහෙමයි කියලා. එනමුදු එහි විහිංසා සඤ්ඤා ඇත. කුමක් නිසා

එසේ පවසා ද?

කිසිවක් නැති යයි සිතා ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයට ගිය අයකුට, තව කෙනෙක් එහි එන්නේ නම්, එය ඔහුට බාධාවකි. දැන් මම 7 වෙනි ධ්‍යානයට ගිහිල්ලා ඉන්නවා මොකක්වත් නැතෙයි කියලා, මට පේනවා මේ තව එක්කෙනෙක් එතනට ඇවිල්ලා. එතකොට මගේ ශූන්‍යතාවය නැහැ නේ. මෙවැනි විහිංසා සඤ්ඤා ඉවත් විය යුතු ය.

විරිය බලය, සම්මා වායාමය කියන එක, ඒක active. ඉදංසච්චය ළඟ ලකුණු කළ එක විමසන්න. ඉදංසච්චයෙන් පහළට නොබැසිය යුතු ය. මෙහි විමංසා ඉද්ධිපාදය ලකුණු කළ පරාමාස ජීවිත ඉන්ද්‍රිය රේඛාව ඔය පහළට අපි ලකුණු කරපු d රේඛාවට parallel බව විමසන්න. එහි විමංසා ඉද්ධිපාදය මගින් පදුට්ඨමනසඞ්කප්පයන්ගේ ආස්වාදය ඉවත් කරයි. ඉදංසච්චයෙන් පහළට නොබසින්නේ නම්, නිත්‍යභාවය ගිලිහෙන්නේ, ඔය line a - පෙර නිත්‍යභාවය කියන එක ගිලිහී යනවා. ඉතින් මේක පස්සේ භාවනාවේ දී ඕගොල්ලන්ට ආපහු සාකච්ඡා වෙනවා ඒ කෑල්ල.

ඊළඟට e කොටස, ඒක මතකයි නේ, අපි පරිදේවයේ ඉඳන් අපි ලකුණු කරනවා පරාමාසය ළඟට, මෙහි දී සඤ්ඤා නැති 8 වෙනි ධ්‍යානයෙහි මෙවැනි ප්‍රශ්න නැතිවාක් යයි සිතීම භාවිතා කළ හැකි ය. අර කවුරුහරි ඉන්නවායි කියලා තමන්ට දකින්න නැහැ නේ. එයා හිටියාට කමක් නැහැ, මට ඒක ගැන සඤ්ඤා නැත්නම්. මෙසේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව විය හැකි ය. කිසිවක් නැති යයි පවසන්නේ කිසිවක් නැති යයි කියා තමා කාමරය තුළ සිටින්නේ ය. එය එපා කියන 8 වෙනි ධ්‍යානයට සමවදින්නේ එහි සංස්කාරයෝ තමාගේ නොවන ප්‍රමාණයට සඤ්ඤාවේ අනිත්‍යභාවය දුටුවත්, එහි තමා යන අස්මිතිය පහ වී නැත.

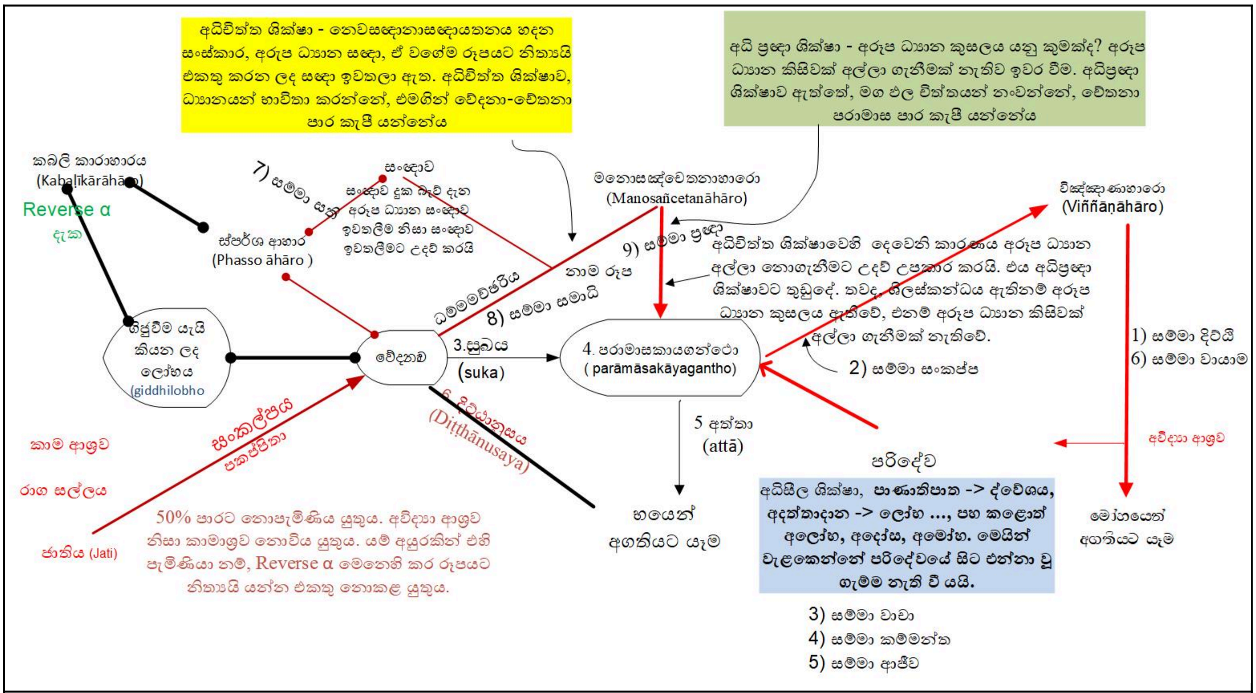
මෙහි සඤ්ඤා හඳුනා ගත හැකි ප්‍රමාණයට නැති නිසා හානිය නැත. විහිංසා සඤ්ඤා නැත යන හැඟීම ඇත. එය එසේ ය. මෙහි දී, මේ e රේඛාව නැති වීම කුමකින් ද යන්න බුදුපියාගෙන් විමසුවා. අලෝභ අදෝස අමෝහවලින් බව බුදුපියා පැවසුවා.

ඉතින් මෙතන මේ කොටස් ටික ම තමයි මං පෙන්නුවේ. මේක අර ඔයගොල්ලෝ connect කරලා බලන එක තමයි මම පෙන්නලා දුන්නේ, අර east එකේ දී ඔතන පාවිච්චි කරන්න කියලා අර පෙර චේතනාත් එක්ක ගන්න කතාව. එතෙන් දී අපි යොදා ගන්න ඕන, එතන ඒ c කොටස, විහිංසා විතක්කය.

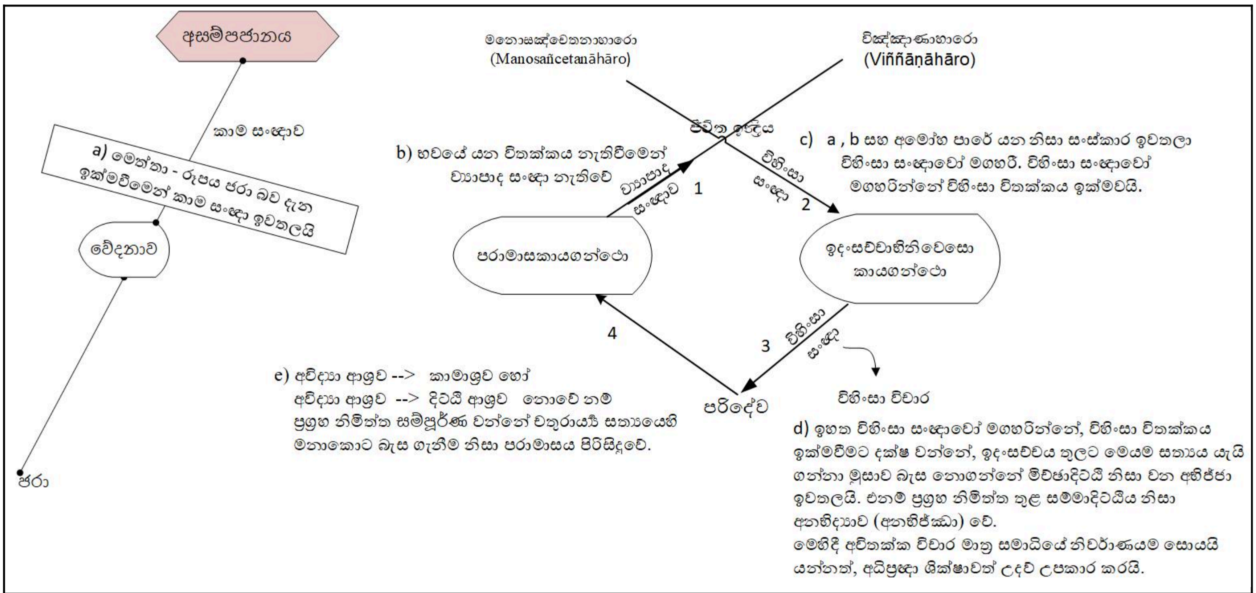
ඊළඟට දෙවෙනියට පෙන්නපු අර සිතේ ඇති වුණ අරමුණු කෙරෙහි දිට්ඨි සහගත නොවී විරිය බලය භාවිතා කර ඉවත් කිරීම කියන එක, ඒකෙදි මේ d කොටස කියන එක යොදා ගන්න ඕන.

එතකොට කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් මේක හරි අමාරුයි ගැඹුරුයි කියලා. එහෙම නෑ, මේක තේරුම් ගත්ත කෙනාට, මේක බොහොම ලස්සනයි පහසුයි, ඔය

වචන ටිකෙන් හිතට අදහස ගත්තහම, හරි ලස්සනයි කියලා පේනවා. ඉතින් මේක ගැන ආපහු ජූලි මාසේ 21 වෙනිදා විතර වෙනකොට සාකච්ඡා වෙනවා.



s_Sammaditti2.jpg



s_AvitakkaAvicara.jpg

23/06/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

16/06/2023 නිබ්බාන භාවනාව, 16/05/2015 අශ්චර්ය අද්භූත ධර්ම 4 භාවනාව සමඟ දී ඇති, paths of iddhi දෙවන සටහන සමඟ විමසා බැලුවා.

බුදුපියා පැහැදිලි කළ, දිට්ඨිනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙසේ දිට්ඨි අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි, යන්න සිහියේ තබාගෙන පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛ යයි පවසන්නේ, ලෝභ දෝෂ මෝහ මගින් බවත්, පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත වූ ඉදංසච්චය එසේ නොකියන බව මෙනෙහි කළා.

Paths of iddhi දෙවන සටහනට සිත යොමු වුණා. ඡන්ද චිත්ත විරිය විමංසා. සංස්කාර නිත්‍ය නොවන නිසා, ඡන්ද සමාධිය සංස්කාර ඉවත් කිරීම සිදු කරයි. සංස්කාරයන්ගේ නිත්‍යභාවයක් නොවන්නේ, චිත්ත සමාධිය මගින් සංස්කාරයන්ගෙන් පෙර ඇති වුණා වූ ගැම්මක් ඇති ද, එය පහ කරයි. පරාමාස නොවීමට වග බලා ගනියි.

ආච්චිඅම්මාගේ තුවා දන් දීම මෙන් සිතන්නේ, රූපය නිසා වූ යම් ආස්වාදයක් වේ ද, එය නැති බව, දිර දිරා යන රූපයට ඇඟිල්ල දිගු කර පෙන්වා දෙන්නාක් මෙන්, ජරාව සිහි කර දෙන්නේ නන්දිය බැස යයි. වම් පැත්තේ ලියා ඇති ඡන්ද සමාධිය මෙවිට ක්‍රියාත්මක වේ. සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛ යයි පවසන්නේ ලෝභ ද්වේෂ මෝහ මගින් ය. සංස්කාර ඉවත් කළ පසු, ලෝභ ද්වේෂ මෝහවලට එසේ කිව නොහැක. යථා ස්වභාවය දනී. කුමක් නිසා ද? යමක ආස්වාදය ඉවත් කළ පසු, එහි වටිනාකමක් නැතිවාක් මෙනි.[1]

විරිය මගින් අලුත් සංස්කාරයන් ඉවත් කරයි. මෙවිට විරිය ඉද්ධිපාදය අනුෂ්ඨිත වන්නේ ය.[2] Hub එක කැරකැවීම නැත. මෙහි අලුත් සංස්කාරයෝ යනු කුමක් ද? ඡන්ද සමාධිය මගින් පාණාතිපාත වැනි සංස්කාර ඉවත් කර ඇත්තේ, අරූප ධ්‍යාන ස්වභාවයට සිත පත්ව ඇත්තේ, එහි සිටීමට කැමැත්ත ඇති වේ. එවැනි අරූප ධ්‍යාන උපදවන සංස්කාර ඉවත් කිරීම, මෙහි දී විරිය ඉද්ධිපාදය මගින් සිදු කරන්නේ නම් එය අනුෂ්ඨිත වන්නේ ය. මෙසේ විරිය ඉද්ධිපාදය අනුෂ්ඨිත වන්නේ නම් 50% පාරට, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා පැමිණීමක් නොවේ.

වම් පැත්තේ ලියා ඇති ඡන්ද සමාධිය මෙහි දී ඉතා ප්‍රබල වී ඇත. Hub එක කැරකැවීමෙන් නිත්‍යභාවයක් ඇති නොවන්නේ ය, යන වැටහීම් සහිතව විමංසා ඉද්ධිපාදය මගින් පදුට්ඨමනසඞ්කප්පයන්ගේ ආස්වාදය ඉවත් කරයි.[3]

මෙසේ සමාධිමත් වන්නේ, පෙර කළා වූ, පෙර බැසගත්තා වූ, දහම් නිසා යම් අස්මිතියක් ඇත්ද, එය විමංසා ඉද්ධිපාදය මගින් ඉවත් කරනු ලබන්නේ ය. බල්ලා පෙර ලැග ඇති තැන් සොයා යාමක් නොවන්නේ, එම තැන්වල උණුසුම සොයා යාමක් නොවන්නේ නම් කුමක් වන්නේ ද යන ලෙස සිතා බලන්නේ නම් වැටහේ. මෙහි දී අස්මිති මානය අස්මිති ඡන්දය බැස යයි. නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි. බල්ලාගේ උදාහරණයේ දී එම සත්වයා එම සිටිනා තැන පමණක් සිටී, යන්න වටහා ගත යුතුයි.

ඉද්ධිපාද ධර්මයෝ 16/06/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ දී දුන්නා වූ diagram එකේ ලකුණු කර දී ඇත.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 15/07/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතෙන්ට පොඩ්ඩක් එකතු කරන්න පුළුවන්. අපි A කියලා ලියාගත්තොත් ආස්වාදය ඉවත් කළ පසු වටිනාකම නැත කියලා. B කියලා ලියාගත්තොත් වටිනාකම නැති නිසා ලෝභ විය නොහැක, ද්වේෂ විය නොහැක, මෝහ විය නොහැක කියලා, එහෙම නම් අපිට පේනවා A නිසා B. එතකොට ආස්වාදය ඇති වන්නේ සංස්කාර මගින්. මෙය ගැඹුරට බලන්නේ අට වන ධ්‍යාන පවා පරාමාසගත නොවේ. Small diamond එකේ e කොටස පරිදේව සිට පරාමාස නැති වන්නේ ලෝභ ද්වේෂ මෝහ නැති වීමෙනි. එතකොට ඔතන ඔය කාරණා හතර හොඳට මෙනෙහි කරන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ මේ සංස්කාර මගින් ආස්වාදය, එතකොට ඒකෙන් තමයි අර ආස්වාදය ඉවත් කළා නම් A කියන කොටස වටිනාකම නැත කියලා, වටිනාකම නැති නම් ලෝභ ද්වේෂ මෝහ විය නොහැක, කියන අර්ථය හොඳට බලන්න පුළුවන්.
2. steady.
3. එතකොට ඔය ආස්වාදය එහෙම අපි ඔය 07/11/2016 නිබ්බාන භාවනාවේ සාකච්ඡා කරලා තියෙනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මේකේ තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, ටිකක් නෙමෙයි ඉතින් ගොඩක් එකතු කරන්න තියෙනවා.

බුදුපියා පැහැදිලි කළ දිට්ඨිනිවෙස මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ.

මෙහි දී, යම් අයකු මෙහි order එක වෙනස් කරන බව අසා ඇත්තේ, ඔහු නොදන්නා නිසා එසේ කරන බවත් මෙහි දී සැරියුත් තෙරණුවෝ මෙන් සම්මා දිට්ඨියට යා යුතු බවත් සිහි විය. ව්‍යාපාදයට හෝ ඇලෙන්නේ එහි ආස්වාදය නිසා ය යන්න වැටහිණ. මෙහි දී සැරියුත් තෙරණුවන්ගේ සම්මා දිට්ඨිය කොතරම් ප්‍රබල දැ යි සිතිණ. තවදුරටත් විමසන්නේ, ද්වේෂයට ලෝභ නොවිය යුතු ය. ද්වේෂයට ලෝභ වන්නේ මෝහය නිසා ය. එය ඉවත් කළ යුතු ය. ආස්වාදය නොසෙවිය යුතු දහමකි.

ඒ වගේ ම ඔය 05/05/2023 සාකේත සූත්‍ර භාවනාව සමඟ විමසන්නේ,

1 - East සිතේ ඇති වුණ අරමුණ - සම්මා දිට්ඨිය භාවිතා කර පිළිනොගනී නම්, ඉතා පහසුවෙන් විරිය මගින් ඉවත් කළ හැකි ය. මෙසේ විරිය මගින් ඉවත් කිරීම, විරිය බලය වේ. මෙහි බල පහ ම ඇත. කුමක් නිසා ද? දිට්ඨිය නිසා උපන්නා වූ ධර්මයෝ විරිය මගින් ඉවත් කිරීම නිසා ය. පෙර චේතනා, අත්තා 2, ගායිකාව තමා දුස්සීලභාවයට පත් කර ගැනීමට පෙර සිතා ඉවත් කිරීම. මෙසේ විරිය මගින් ඉතා පහසුවෙන් ඉවත් කිරීම, අලුත් සංස්කාර ඉවත් කිරීමෙන් අනතුරුව වේ. අරූප ධ්‍යාන උපදවන සංස්කාර ඉවත් කිරීම, මෙහි දී විරිය ඉද්ධිපාදය මගින් සිදු කිරීම සිහි කරන්න. සමුදය ඇත, අස්තංගමය ඇත යනුවෙන් දැක ඉවත් කිරීම. මෙහි සම්මා දිට්ඨිය “පුබ්බංගමා හොති” පූර්වාංගම විය.

ඊළඟට දෙවෙනියට, තව ද, සිතේ ඇති වුණු අරමුණු කෙරෙහි දිට්ඨි සහගත නොවී විරිය බලය භාවිතා කර ඉවත් කිරීම. විරිය බලය active.

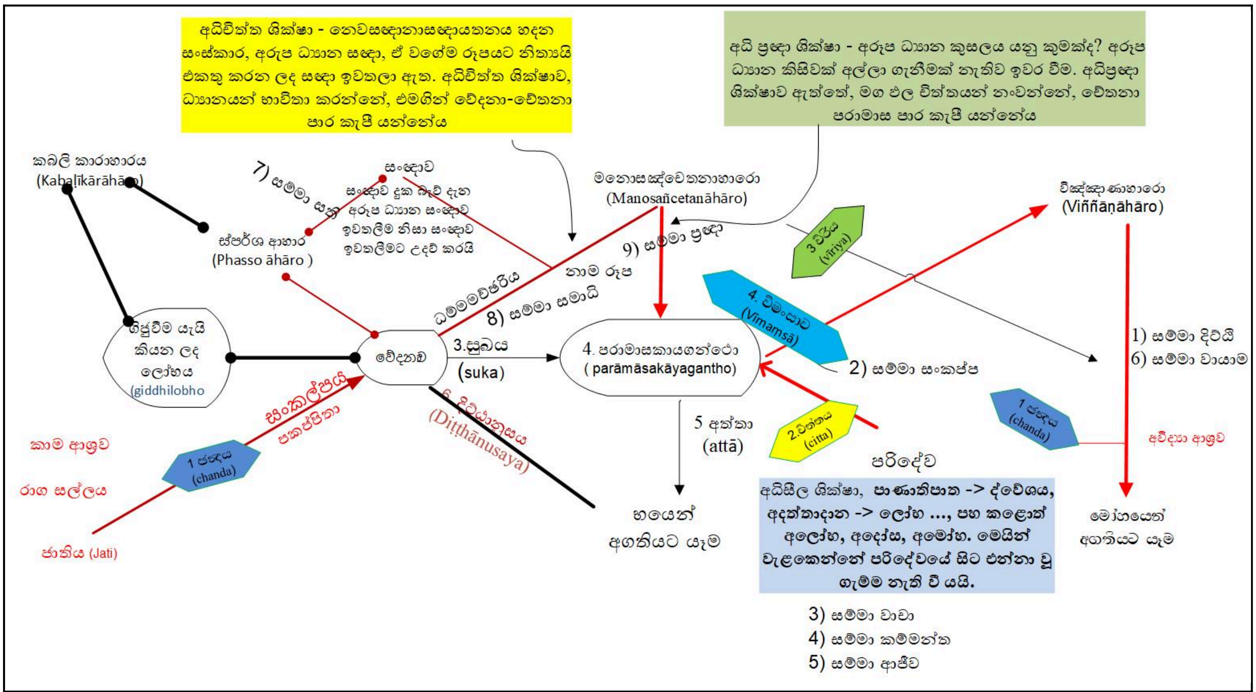
ඉහත කරුණු දෙක අතරින් දෙවනියට සඳහන් කළ කරුණ ප්‍රබල විය යුතු ය. එනම් යමෙක් forceful ලෙස දිට්ඨි ඇති කිරීමට උත්සාහ කළත් එය නොගැනීමට තරම් දක්ෂ විය යුතු ය. එපමණට චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධය ප්‍රබල විය යුතු ය, යමෙක් නිර්වාණය සඳහා business එකක් ඉවත් කරන්න හදන්නේ, අන් අය මේ තරම් හොඳට වෙද්දිත් ඇයි මෙය නවතන්නේ යයි අසන්නේ, සිත වෙනස් නොවීමට තරම් දක්ෂ විය යුතු ය.

අපර චේතනා, අත්තා 1. මෙය ලැගලා සිටියා යයි විඤ්ඤාණස්ථිතියක් නොවිය යුතු ය. අස්මිති මානය අස්මිති ඡන්දය ඉවත් කළ යුතු ය. මෙය විමංසාවට කාවැදීම,

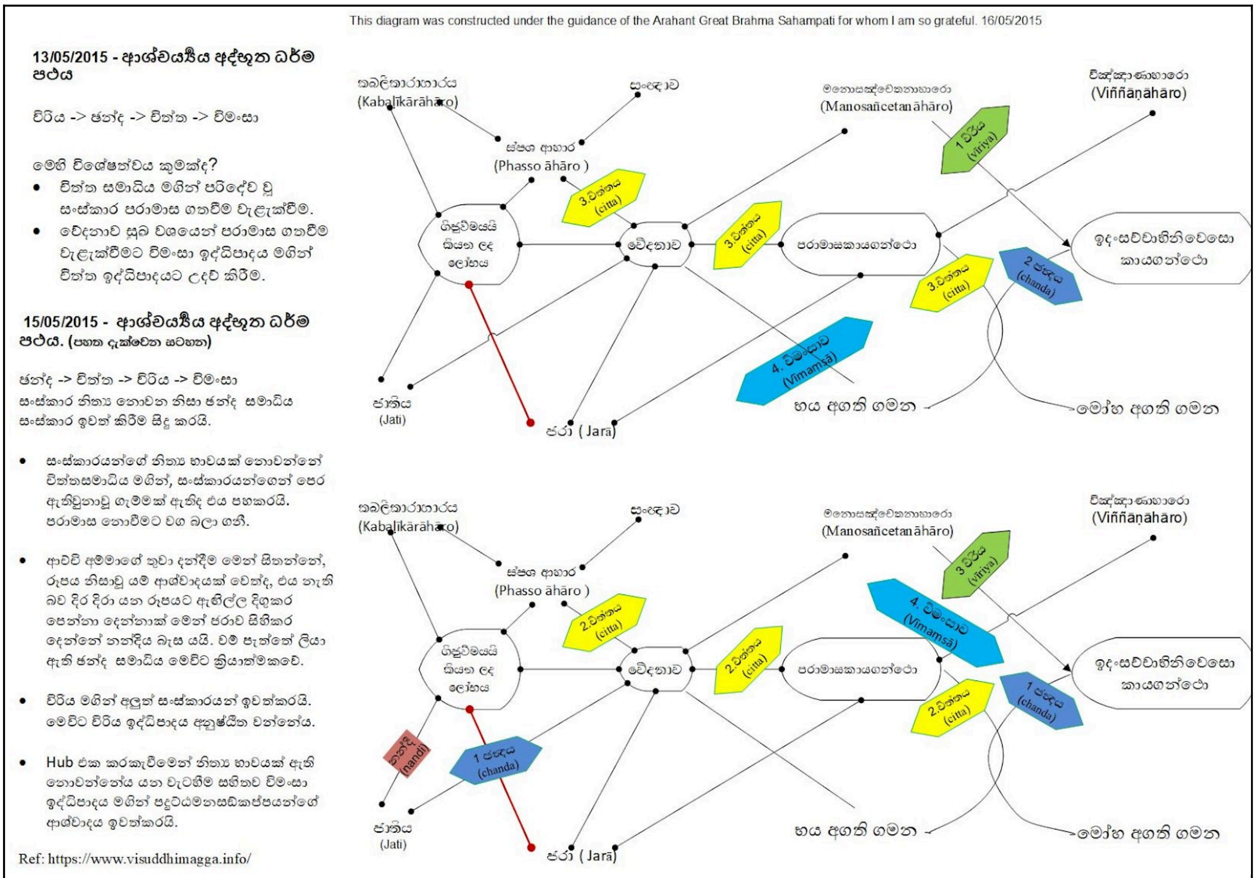
අනුෂ්ඨිත වූ විරිය ඉද්ධිපාද නිසා ම සිදු විය. 50% පාරට අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා පැමිණීමක් නොවේ නම්, ධාරාව නොගැලීම නිසා ආස්වාදය ගිලිහේ. එවිට එය විමංසාවට කාවැදීම සිදු වේ.

ඉතින් මේ කාරණේ රහතන් වහන්සේ මට කිව්වේ මේ අනිත් අයට පළමුව සිතීමට ඉඩ දිය යුතුයි කියලා, ඒක නිසයි මේ discussion එකට මේක දැම්මේ. තව ද විමංසාව සමඟ විමසන්නේ පෙර ලැගලා හිටපු තැන්වල ආස්වාදයක් නැත. එහි දුක විතරක් ඇත. විඤ්ඤාණස්ථිතියක් නොවිය යුතු ය. රූපයේ ලගින්න යන්න එපා, වේදනාවේ ලගින්න යන්න එපා, සඤ්ඤාවේ ලගින්න යන්න එපා. සංස්කාරයේ ලගින්න යන්න එපා. මෙසේ දැන, repair කරන්න යන්නේ, සංකල්ප දෙක සමාන නොවිණ. පදුට්ඨමනසඞ්කප්පය නිත්‍ය යැයි පවසයි. ලැගලා හිටිය තැන්වල දී ගත්තා වූ දේ, line 7 හරහා පරිදේව වී ඇත. මෙසේ වෙනස විමසිය යුතු ය. දිට්ඨි දෙකක් සමාන නොවී ය.1 අත්තා, රූප මගේ නොවේ යයි කියන දිට්ඨිය, මෙය ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය මෙන් විශාල ය. 2 අත්තා, රූප මගේ යයි කියන දිට්ඨිය, මෙය කුඹියාටත් වඩා කුඩා විය හැකි ය. මෙසේ ලැගපු තැන් විමසා බලා විඤ්ඤාණස්ථිතියක් නොවිය යුතු ය. මෙහි ඉදංසච්චයෙන් දුක ඇති බව පෙන්නා දෙන තාක් කල්, විඤ්ඤාණස්ථිතියක් නොවී සිටිය හැකි ය. පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුබ යැයි පවසන්නේ, ලෝභ ද්වේෂ මෝහ මගින් බවත්, පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍යය සහිත වූ ඉදංසච්චය එසේ නොකියන බව මෙනෙහි කර සංස්කාර නිත්‍ය නොවන නිසා ඡන්ද සමාධිය සංස්කාර ඉවත් කිරීම සිදු කරයි. සංස්කාර සහ සඤ්ඤා යන දෙක ම ඉවත් කරන්නේ.

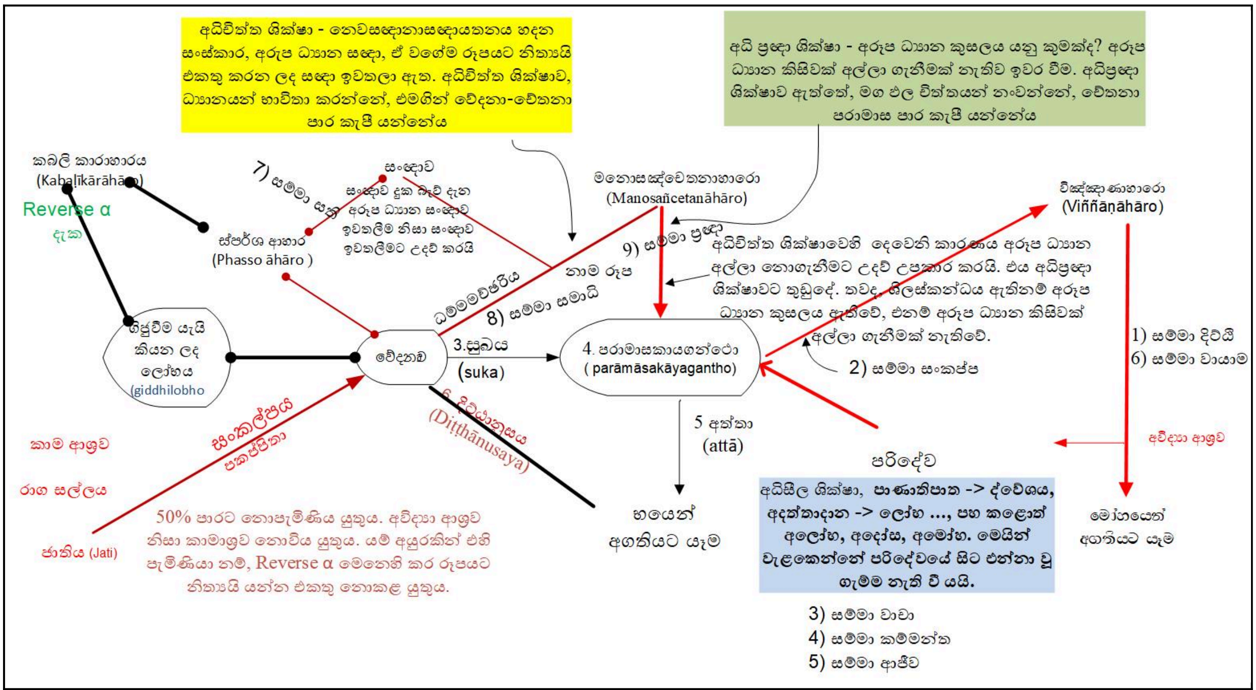
එතෙන් දී මම රවුමක් වගේ ඒක දැක්කා, ඉතින් රහතන් වහන්සේ කිව්වා, දරුවෝ චෛත්‍යය නේ කියලා, චෛත්‍යයක් මෙන් ඒක පෙනුණා. ඉතින් මේකේ චෛත්‍යය වගේ පේන එක තියෙන්නේ නම්, ඔය චෛත්‍යයේ base එක හැටියට ගන්න, ඔය සඤ්ඤා, පරාමාස, පරිදේව කියන line එක. එතකොට සඤ්ඤාවේ ඉඳන් චේතනාවට අර curve එකක් වගේ චෛත්‍යය ඇඳගන්න පුළුවන්. ඊට පස්සේ චේතනාව, විඤ්ඤාණ, ඉදංසච්ච අර උඩ තියෙන, මේ උල වගේ තියෙන්නේ කොටසක්, triangle එක වගේ තියෙනවා. ඊට පස්සේ ඉදංසච්චයේ ඉඳන් පරිදේවයට අර curve එක වගේ චෛත්‍යයේ කොටස ගන්න පුළුවන්. ඉතින් මේකේ හරි ගැඹුරට මේ ධර්මය යනවා. ඉතින් ඒකේ පෙන්නන්නේ ඉතින් සීලබ්බත උපාදානය මගින් ඔය වන්නා වූ ක්‍රියාවලිය නතර කිරීමක් කියන එක. ඉතින් ඒක ඕගොල්ලන්ට හොඳට ගැඹුරට තේරේවි ඔය සැප්තැම්බර් මාසේ 8 වෙනිදා දෙන භාවනාවත් එක්ක, ඒක කරන එක. ඒකෙ අර්ථය තමයි මේ සීලබ්බත උපාදානය කියන එකෙන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට යන්න කරන්නා වූ ක්‍රියාවලියේ ප්‍රබලතාවය ගැන විමසීමක් එතන පෙන්නනවා.



s_Sammaditti3.jpg



s_Paths_of_Iddhi.jpg



s_Sammaditti2.jpg

30/06/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

09/06/2023 නිබ්බාන භාවනාව, නැවතත් කරගෙන ගියා. බුදුපියා පැහැදිලි කළ, දිට්ඨිනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙසේ දිට්ඨි අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි, යන්න සිහියේ තබාගෙන පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛ යයි පවසන්නේ, ලෝභ දෝෂ මෝහ මගින් බවත්, පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත වූ ඉදංසච්චය එසේ නොකියන බව මෙනෙහි කළා.

අලෝභ කුසල මූලය, සුතමය ප්‍රඥාව, සවිතක්ක සවිචාර සමාධිය, අධිචිත්ත ශික්ෂාව.

1 නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනය හදන සංස්කාරයන් පළමුව ඉවතලන්නේ,

2 දෙවනුව අරූප ධ්‍යාන සඤ්ඤාව ඉවතලන්නේ,

3 තුන් වෙනුව රූපයට නිත්‍ය යයි එකතු කරන ලද සඤ්ඤාව ඉවතලීම.

යන කරුණු සිහි කරන්නේ, මෙය අත්තා, සංස්කාර අත්තා සහ සඤ්ඤා අත්තා නිසා සුඛ වන වේදනා සොයා නොයෑම වේ. මෙහි දී වේදනාව නිසා ඇති වූ සඤ්ඤා දුක නම්, වේදනාව දුක බව දනී. පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛ යයි පවසයි යන්න සමඟ සිතන්න. එනම් සංස්කාර අත්තා නිසා සඤ්ඤාව සුඛ විය. එය මගින් සුඛ වන වේදනා සෙවීම විය.

එසේ ම අදෝෂ පාර දිගේ ගමන් කරන්නේ අධිශීල ශික්ෂා දක්වා පැමිණෙන්නේ පාණාතිපාතය නිසා ද්වේෂය, අදත්තාදානය නිසා ලෝභය, කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම නිසා මෝහය. මෙම ධර්මයෝ පහ කළොත් අලෝභ අදෝෂ අමෝහ. මෙයින් වැළකෙන්නේ, පරිදේවයේ සිට එන්නා වූ ගැම්ම නැති වී යයි. මෙහි සීලස්කන්ධය දක්වා යන්නේ නම්, එහි දුකයි කියලා දැකගෙන, දස අකුසලය අයින් කරනවා නම්, අපි අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට යන්නේ නැත. මෙය සංස්කාර නිසා, සුඛ වන රූප සොයා නොයෑම ලෙස ගත යුතු ය.

මෙසේ සංස්කාර නිසා සුඛ වන රූප සොයා නොයන්නේ, අත්තා යයි ගත් නිසා සුඛ වන වේදනා සොයා නොයන්නේ නම්, සුභයට නිත්‍ය එකතු කර, සුඛ යන්නෙහි

රූපයට නිත්‍ය එකතු කිරීම නොකළ යුතු බව හොඳින් වැටහේ. සුභයට + නිත්‍ය සුඛ. එනම් අලෝභ පාරේ ගමන් කර, සුඛ වන වේදනා ඉවතලීමත්, අදෝෂ පාරේ ගමන් කර, සුඛ වන රූප ඉවතලීමත්, සිහි කර රූපයට නිත්‍ය යයි එකතු නොකිරීම, දී ඇති diagram එක මගින් වටහා ගත හැකි ය.

ඉතින් මේකේ ඒ diagram එකේ ඔය සෝකය ළඟ පවතිනවා පැවතිය හැකි ය කියලා එහෙම අපි ලකුණු කරලා තියෙනවා. මෙහි දී line 8 හරහා භය අගතියට පැමිණි අගයෝ විශ්‍රාම නොයවා, not retiring කියන එක, සඤ්ඤාවේ ජරා අගය පැවතිය හැකියි, යන මිච්ඡා දිට්ඨිය line 5 හරහා පැමිණ, අප්‍රිය සම්ප්‍රයෝගයට මුලින් පැමිණීමට ඉඩ දීමත්, පවතිනවා යන මිච්ඡා දිට්ඨිය, line 6 හරහා ව්‍යාධියේ සිට සෝකය දක්වා පැමිණීමට ඉඩ දීමත්, සිදු කර ඇත්තේ, එහි ගැම්ම නවතා නැති නම්,[1] පවතිනවා යන මිච්ඡා දිට්ඨිය මත පැවතිය හැකි ය යන මිච්ඡා දිට්ඨියේ ගැලීම සිදු වේ. මෙය ඉවත් වන්නේ නම් රූපයට නිත්‍ය යයි යන්න එකතු නොකරයි. මෙය නැවතීම වන්නේ සම්මා දිට්ඨිය මගිනි. මෙහි විශ්‍රාම යෑම යනු, සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව මගිනි.

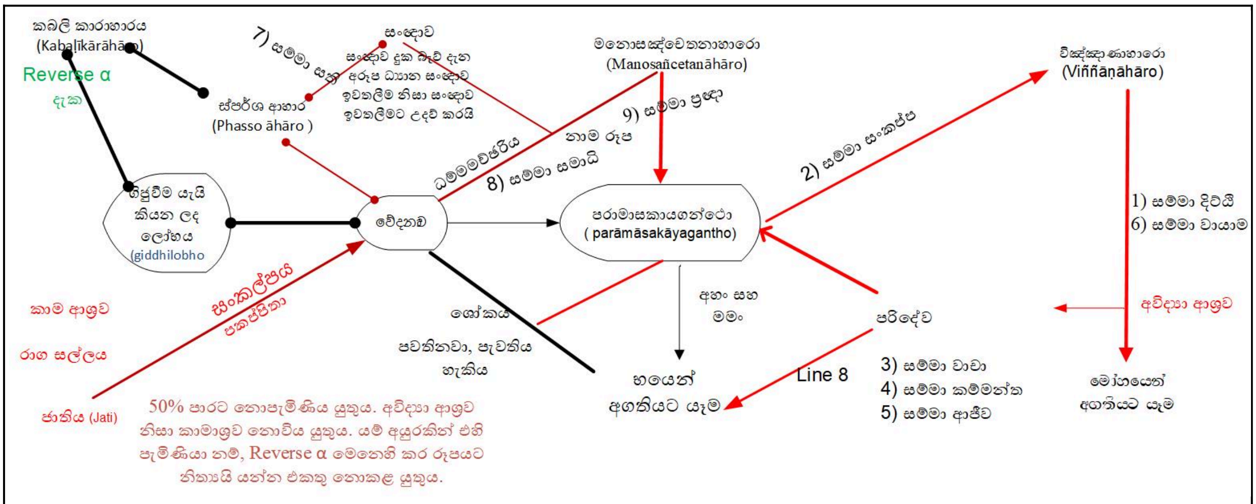
ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.[2]

<u>**සාකච්ඡාව - 15/07/2023**</u>

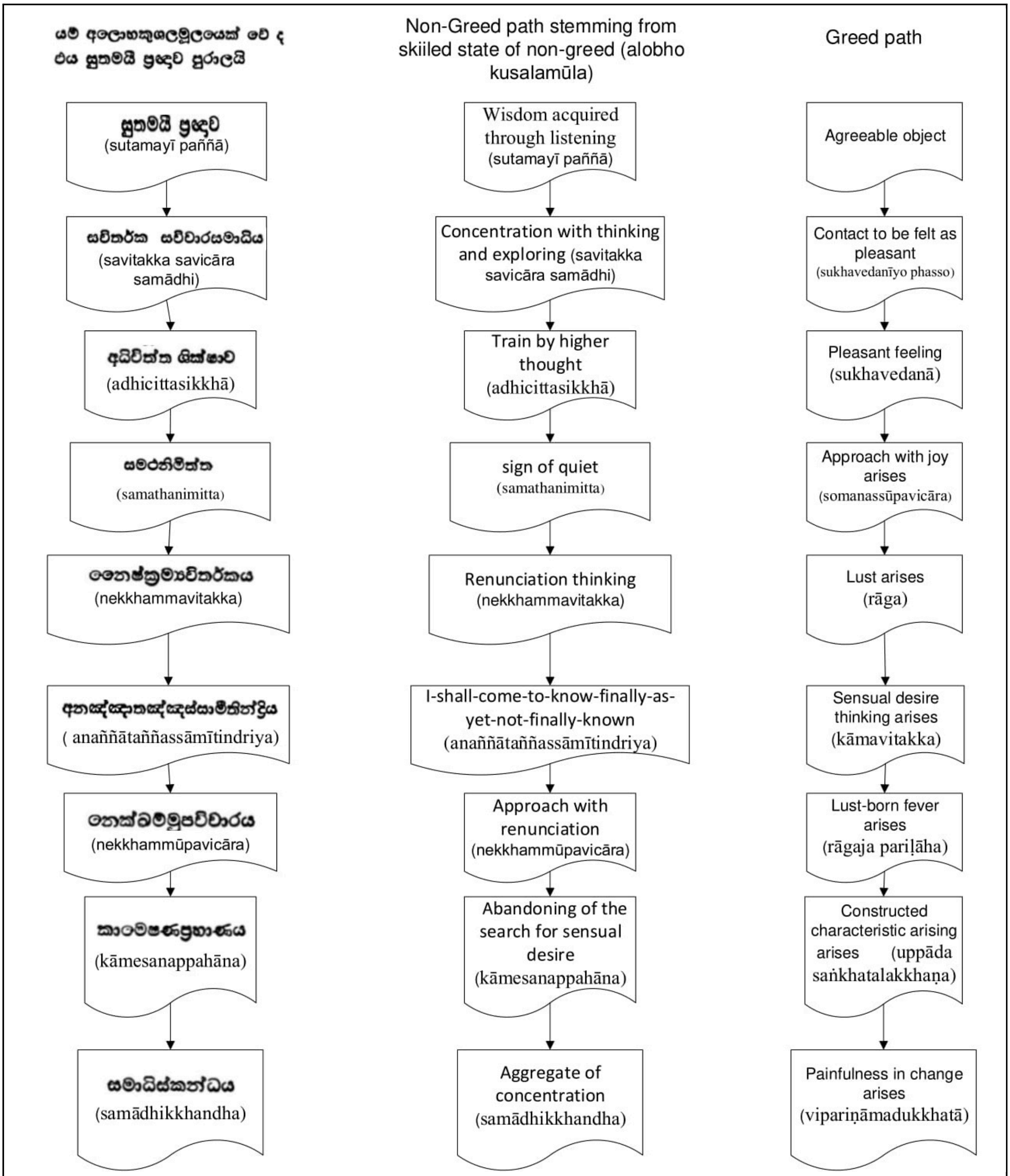
සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඒ කියන්නේ ඕනෑ ම දෙයක් ගැනීමට පුරුදු කර ඇති ලෝභය ඇත්තේ.

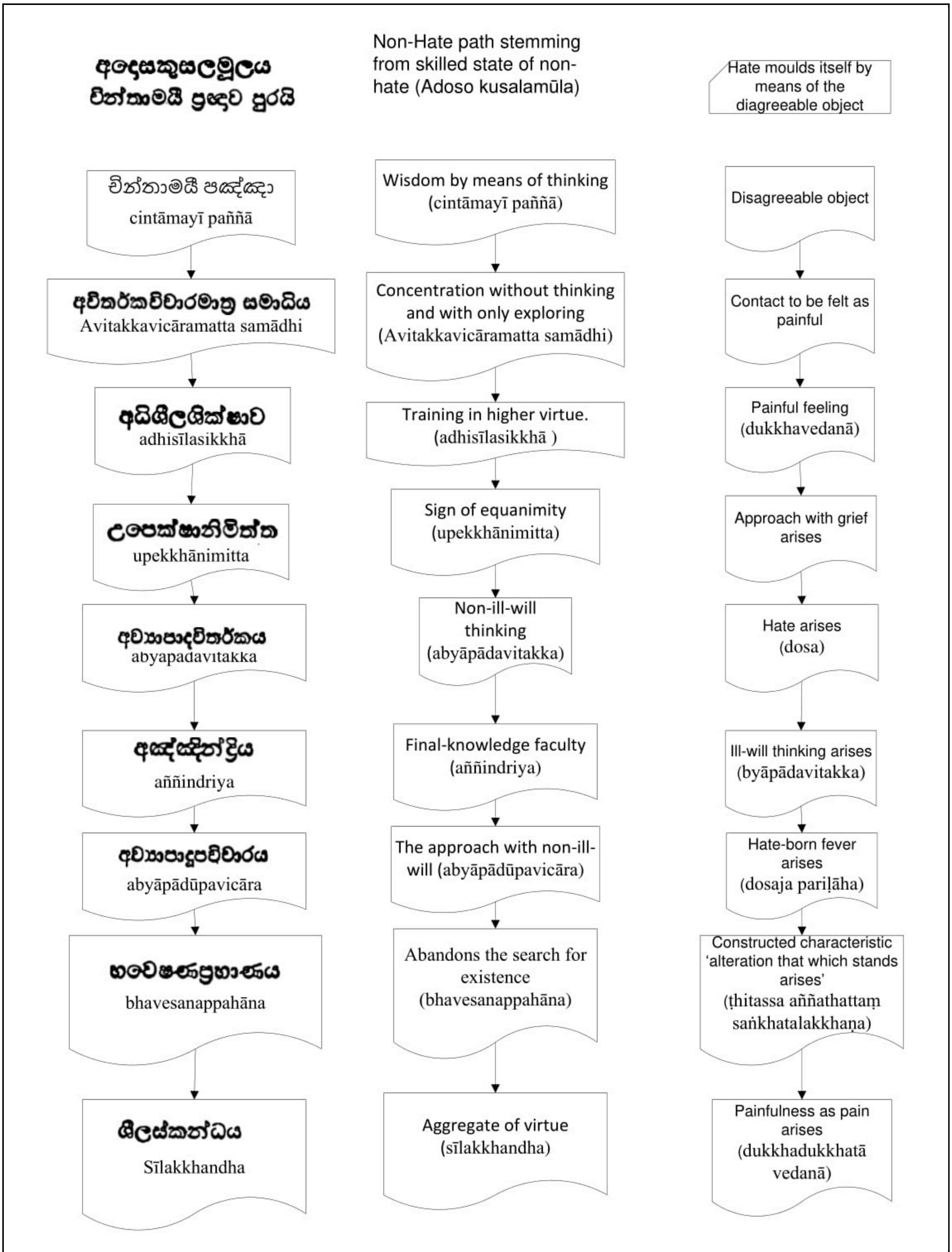
2. එතන සෝකය මිසදිටුයි කියන එක එහෙම කෙනෙකුට එතෙන්දි සිහි කරලා බලන්න පුළුවන් මේ ධාරාව ගැලීමත් එක්ක.



s_MM_30_06_2023.jpg



NonGreed.pdf - Slide 2



NonHate.pdf - Slide 2

07/07/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

30/06/2023 නිබ්බාන භාවනාව, නැවතත් කරගෙන ගියා. බුදුපියා පැහැදිලි කළ, දිට්ඨිනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙසේ දිට්ඨි අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි, යන්න සිහියේ තබාගෙන පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛ යයි පවසන්නේ, ලෝභ දෝෂ මෝහ මගින් බවත්, පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත වූ ඉදංසච්චය එසේ නොකියන බව මෙනෙහි කළා.

මෙසේ සංස්කාර නිසා සුඛ වන රූප සොයා නොයන්නේ, අත්තා යයි ගත් නිසා සුඛ වන වේදනා සොයා නොයන්නේ නම්, සුභයට නිත්‍ය එකතු කර සුඛ යන්නෙහි, රූපයට නිත්‍ය එකතු කිරීම නොකළ යුතු බවත්, ඒ සඳහා විශ්‍රාම යෑම, එනම් සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව පැවැත්විය යුතු බව සිහි කළා.

මෙහි දී සෝක පරාමාස විඤ්ඤාණ යන රේඛාව වටා, භ්‍රමණය වන diagram එකක් දුටුවා. ඒකට කියන්නේ දෝලනය diagram එක කියලා. ඒක අපි දෙනවා. මෙහි දී සීලපාරිසුද්ධිපධානියඞ්ගය චිත්තපාරිසුද්ධිපධානියඞ්ගය දිට්ඨිපාරිසුද්ධිපධානියඞ්ගය විමුක්තිපාරිසුද්ධිපධානියඞ්ගය, ලකුණු කර ඇති block එක, සෝක පරාමාස විඤ්ඤාණ යන රේඛාව වටා භ්‍රමණය වන බව සලකන්න. (Clockwise) දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකවීම සංස්කාර කිරීම නිසා ය. එහි පවතිනවා යන්න ගැබ් වේ. (Anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකවීම තමා නිසා ය. මෙහි පැවතිය හැකි ය යන අදහස ඇත.

වටහා ගැනීම සඳහා වේදනා චේතනා රේඛාව, මෙම කොළයට ලම්බකව පහළට ඔබන්න. එසේ කැරකවීම, වීම තමා නිසා ය. එයට තුඩු දෙන්නේ වේදනා සඤ්ඤා රේඛාව වටා රූප වේදනා චේතනා cone එක, (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කරකැවීම නිසා ය. එයට අත්තා යන්න බලපෑවේ ය. මෙහි දී වේදනා චේතනා රේඛාව පහළට ඔබන නිසා රූප වේදනා චේතනා cone එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කරකැවීම සිදු වේ. අනික් පැත්ත නොවේ. එනම් රූප වේදනා චේතනා cone එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකවීම නිසා, වේදනා චේතනා රේඛාව පහළට එබීම වන ලෙස නොගත යුතු ය.[1]

සුභ + නිත්‍ය සුඛ යන්නෙහි, විශ්‍රාම යවන තාක් කල් නිත්‍යයභාවය ගිලිහී යයි. නිත්‍යයභාවය ගිලිහී යන තාක් කල් සුභ සහ සුඛ වෙන්ව පවතී. පරාමාසය සහ ඉදංසච්චය වෙන්ව පවතී.[2] මෙසේ සිත නිදහස් වන්නේ නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි.

එසේ සිත නිදහස් කර නොගන්නේ නම්, සෝක පරාමාස විඤ්ඤාණ යන රේඛාව වටා කැරකැවීමෙන්, magnetic field එකකින් යමක් එකතු කිරීම, තල්ලු කිරීම වන්නේ යම් සේ ද, එසේ ම සිතට කරුණු එකතු වීම ද, ඉවත් කිරීම ද යන දේ සිදු වේ. මෙය නිරස්සතී ආදිසතිච්ච ධම්මං - ධර්මය හරනේත් ගන්නේත් වේ, ලෙස වටහා ගත යුතු ය.[3]

පදුට්ඨමනසඞ්කප්පය ගිලිහී යා නම් භ්‍රමණය නවතී. එයට line - a නැති වීම තුඩු දේ. විමංසා ඉද්ධිපාදය මගින් පදුට්ඨමනසඞ්කප්පයන්ගේ ආස්වාදය ඉවත් කරයි, යන්න පෙර ඉගෙනගෙන ඇත. Line - a, පෙර නිත්‍යයභාවය පිරිසිඳු චතුරාර්ය සත්‍ය මගින් නැති වන්නේ ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 22/07/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මේකේ පෙළක් අයට මේ clockwise, anticlockwise අමාරුකමක් තියෙන නිසා කෙනෙකුට ඇඳගන්න පුළුවන්, ඔරලෝසුවක ලකුණු කරගෙන පරිදේවය තියෙන තැන 3 o'clock කියන තැන තියාගන්න. ඊළඟට නාමරූප කියන එක 9 o'clock කියන තැන තියාගන්න. එතකොට පරාමාස ඒකෙ මැද්දේ, එතකොට සෝකය පැත්තෙන් බලන්න, බැලුවහම තමන්ට පේනවා, පරිදේව පැත්තෙන් සංස්කාර කරනවා නම්, එතකොට තුන හතර වෙනවා ඒ කියන්නේ clockwise. ඊට පස්සේ නාමරූප පැත්තෙන් අපි 9 තියෙන තැනින් අපි පල්ලෙහාට ඔබනවා නම් 9, 8 වෙනවා ඒ කියන්නේ anticlockwise. අන්න ඒ විදිහට කෙනකුට මතක තියා ගන්නත් පුළුවන්.

2. ඉතින් මෙතෙන්ට කෙනෙකුට ඔය ආනෙඤ්ජ සප්පාය special එකේ මේ diagram එකේ 5 වෙනි slide එක භාවිතා කරන්න පුළුවන්.

3. දැන් මෙතනට තව පොඩ්ඩක් එකතු කරනවා නම්, ඔය 4.4 දී අපි දන්නවා අර පරණ staircase එක, ඒක කැඩිලා ඒක අතහැරීම ඒක "නිරස්සතී". ඊට පස්සේ අලුතෙන් gold වලින් හරි මම හදනවයි කියලා ගත්ත නම් යන නැවුම් වේදනා ගැනීම "ආදිසතිච්ච." තීරණය 4.4 දී තමයි වෙලා තියෙන්නේ.

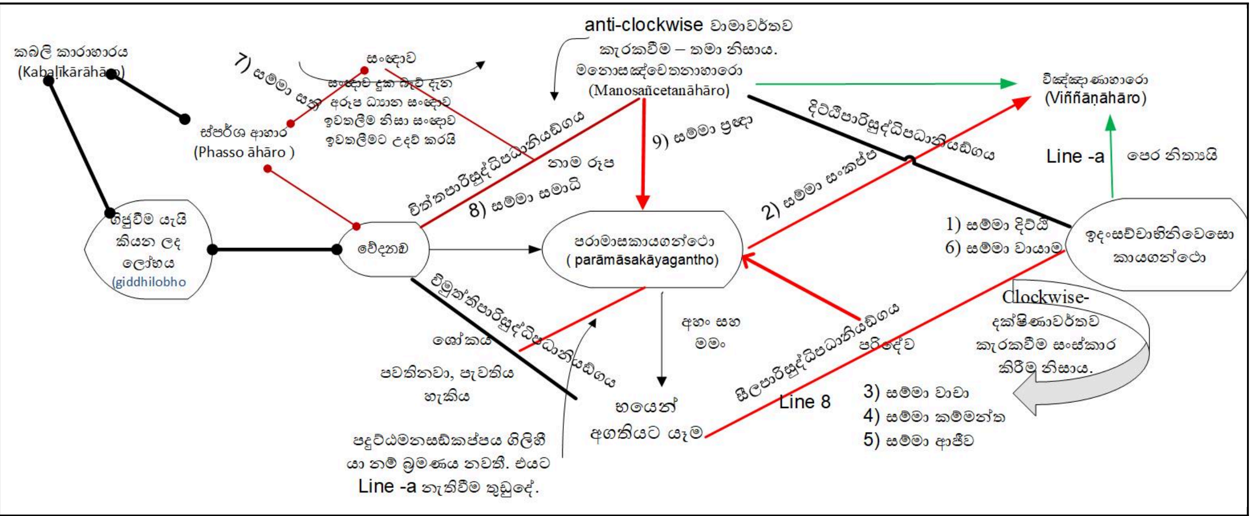
සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේ භාවනාව කරන්නේ ඒ ශූන්‍යතාවය කියන එක ඇති වෙනවා. එතෙන්දි ප්‍රීතියක් සුඛයක් දැනුණ ද, එය නොගනී. ශූන්‍යතාවය ම පවතිනවා. මෙය උපෙක්ඛාවට වඩා වෙනස් ය. කුමක් නිසා ද? සඤ්ඤාවෙන් යම් දහමක් ප්‍රීතියක් සුඛයක් හඳුනාගත්ත ද එහි ඇල්මක් නැති බැවිනි. ලෝභය නැත. ශූන්‍යතාවය ම පවතිනවා. මෙය තථාගතයන් වහන්සේ පවසන ශූන්‍යතා විහාරය වේ.

තව ද ශූන්‍යතාවය ඇති වීම සෝකය ළඟදි පවතිනවා යන මිච්ඡා දිට්ඨිය මත පැවතිය හැකි ය, යන මිච්ඡා දිට්ඨිය ගැලීම සිහි කිරීම සමඟ ය. මෙය ඉවත් වන්නේ නම් රූපයට නිත්‍ය යන්න එකතු නොකරයි යන්න සිහියේ තිබෙන තාක් කල්, ශූන්‍යතාවය ඇති වේ. මෙය ප්‍රායෝගිකව භාවනාවෙන් පසුව ද භාවිතා කළ හැකි ය. එසේ ශූන්‍යතාවයට යෑමට පුරුදු වීම අගනේ ය. මෙහි දී මානය නැති බව වැටහිණ.

ඒ වගේ ම අපි කිව්වා අර special එක භාවිතා කරන්න පුළුවන් කියලා. ඒ පරාමාසය සහ ඉදංසච්චය වෙන් වී පවතී කියන එක. එතන අපිට පේනවා ඔය මුසාවාද, පරුෂා වාචා, කාමයේ වරදවා හැසිරීම වගේ සංස්කාරවලට ඇලීම අභිනිවේසය. කාමයේ වරදවා හැසිරෙන මනුස්සයා සුඛ වන රූප සොයනවා. කාමයේ වරදවා හැසිරෙන්නේ නැත්නම් ලස්සන කාන්තාවෝ, පුරුෂයෝ හොයන්න ඕනේ නෑ. අදත්තාදානය නොකරන හාමුදුරු කෙනෙකුට මුදල් ගොඩක් දැක්කා කියලා මුකුත් වෙන්නේ නෑ. එතකොට සුභ + නිත්‍ය, සුඛ. එතකොට සුඛයට අපි එතැන මුසාව කියන කතාව දාගත්තොතින්, අර නිත්‍යභාවය අපි දන්නවා ඒ මෝහෙන් තමයි ඇති වෙන්නේ. එතකොට සොයන්නේ සුඛය නම් මෝහය ඇති වුණ නිත්‍යභාවය සමඟ සුභ යයි පරාමාසයේ සිට ඉදංසච්චයට ඇදෙනවා කියලා අපි ඔය special එකේ එහෙම අපි බලලා තියෙනවා. අනික් අතට අපි ඕක මේ ඊයේ දීපු භාවනාවේ දී අපි පෙන්නා දීලා තියෙනවා, ඔය 13/08/2015 ඔය ජාති diagram එකේ අපි anticlockwise කැරකෙනවා කියලා, අර පවතිනවා කියලා ඒක රූපය නිසා, ඉතින් ඒකට සමාන්තරව මේකෙත් තමන්ට පේනවා ඔය දෝලනය diagram එකත් පැවතිය හැකි ය කියලා ඒ anticlockwise ම කැරකෙනවා, ඒකෙ මේක වේදනාව නිසා මේ වෙලාවේ දී.

එතකොට ඒක අර backward wave එක වශයෙන් ඔය 05/12/2016 එකේ අපි පෙන්නා දීලා තියෙනවා. එතකොට ඒ වගේ ම, ඒකෙ forward එකත් ඉතින් දීලා තියෙනවා එතකොට ඔයගොල්ලන්ට ඊයේ දීපු නිසා ඒක ආපහු කියන්න යන්න ඕනෙ නැහැ.



s_oscillation.jpg

14/07/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

07/07/2023 නිබ්බාන භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. භාවනාවට පෙර ලෝභ ද්වේෂ මෝහ අතර සම්බන්ධතාවය සිහි කළා. මෙය 09/08/2016 නිබ්බාන භාවනාවේ සඳහන් කර ඇත.

අපි දන්නවා ලෝභය නිසා මෝහයයි ද්වේෂයයි ඇති වෙනවා. කොහොම ද? Area 1 නිසා area 6, මෝහය. ඊළඟට ලෝභ පාරේ යනවා නම් විපරිණාම දුක්ඛතා. ඒ පාර ද්වේෂ පාරේ යනවා කියන එක සිද්ධ වෙනවා.

ආපහු මෝහය නිසා ලෝභය ඇති වෙනවා. ඒ කියන්නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව එතනින් කාම ආශ්‍රව, රාග සල්ලය, රූපඋපග විඤ්ඤාණං තිට්ඨති.

ආපහු පේනවා, මෝහය නිසා ලෝභය ඇති වෙනවා නම්, ලෝභයෙන් ද්වේෂය. ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ භාවනාව. පළවන පාරේ ගියා නම් දෙවන පාරේ යනවා. ලෝභය නිසා ද්වේෂ පාරේ යනවා.

තුන් වෙනි පාරට පේනවා, ද්වේෂය නිසා මෝහය. රෝගී සඤ්ඤාව මගේ යැයි ගැනීම මෝහය. ථීනමිද්ධය, ද්වේෂය. ද්වේෂයෙන් මෝහය.

ඊළඟට ද්වේෂය නිසා මෝහය ඇති වෙනවා නම්, මෝහයෙන් ලෝභය. ඇයි මෙතන අපි ඉස්සෙල්ලා පෙන්නුවා නේ මෝහයෙන් ලෝභය ඇති වෙනවා කියලා. අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව හරහා ඇති වන එක.

බුදුපියා පැහැදිලි කළ, දිට්ඨිනිවෙස - මෙහි දුක යන්න නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ සමුදය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධය නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව නැත යනුවෙන් දිට්ඨි වේ. මෙසේ දිට්ඨි අභිනිවෙස වූ සත්වයා, ඒ නිසා ම සසරේ සැරිසරයි, යන්න සිහියේ තබාගෙන පරිදේව වූ සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුඛ යයි පවසන්නේ, ලෝභ ද්වේෂ මෝහ මගින් බවත්, පිරිසිදු චතුරාර්ය සත්‍ය සහිත වූ ඉදංසච්චය එසේ නොකියන බව මෙනෙහි කළා.

ඉතින් මෙතන oscillation diagram එකට මනස යොමු කරන්න පුළුවන්. සඤ්ඤාවේ ජරා අගය, පැවතිය හැකි ය යන මිච්ඡා දිට්ඨිය line 5 හරහා පැමිණ, අප්‍රියේහි සම්ප්‍රයෝගයට මුලින් පැමිණීමට ඉඩ දීම සිහි කළා. දකිනකොට ම ප්‍රිය නොවිය යුතු ය.

සඤ්ඤා පරිඤ්ඤා - පිරිසිඳ දැනීම නැතිකම නිසා ඉඩ දීම සිදු විය. පවතිනවා යන මිච්ඡා දිට්ඨිය line 6 හරහා ව්‍යාධියේ සිට සෝකය දක්වා පැමිණීමට ඉඩ දීම අත්තා කරගත් නිසා ය. එය සිදු කර ඇත්තේ එහි ගැම්ම නවතා නැති නම්, ඕනෑ ම දෙයක් ගැනීමට පුරුදු කර ඇති ලෝභය ඇත්තේ, පවතිනවා යන මිච්ඡා දිට්ඨිය මත පැවතිය හැකි ය යන මිච්ඡා දිට්ඨිය ගැලීම සිදු වේ. මෙය ඉවත් වන්නේ නම් රූපයට නිත්‍ය යන්න එකතු නොකරයි, යනුවෙන් 30/06/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත්තා.[1]

සෝකය ළඟ දී වන මෙම ගැලීම නැවතීම, කුමකින් නතර වන්නේ ද, යන්න බුදුපියාගෙන් විමසුවා. අවිද්‍යා අනුසය නතර වීමෙන් බව බුදුපියා පැවසුවා. ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාවේ අවිද්‍යා අනුසය ලකුණු කරන බව අපි දනිමු. අවිද්‍යා අනුසය මගින් සඤ්ඤාව ඔසවයි. එයින් අසම්පජානය සහිතව, ඔසවන සඤ්ඤාව නොවන්නේ නම්, සෝකයට එන්නා වූ සඤ්ඤාවේ ජරා අගයක් නොවන්නේ, ධාරාව නොගලයි. එය නවතී.

මෙසේ, මෙය පමණක් සිහියේ තබාගෙන, සිත නොසැල් වී සිටිය හැකි ය. මෙසේ සිටින්නේ අවිද්‍යා අනුසය නතර වීම, සම්මා දිට්ඨිය මගින් සිදු වන බව වැටහිණ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

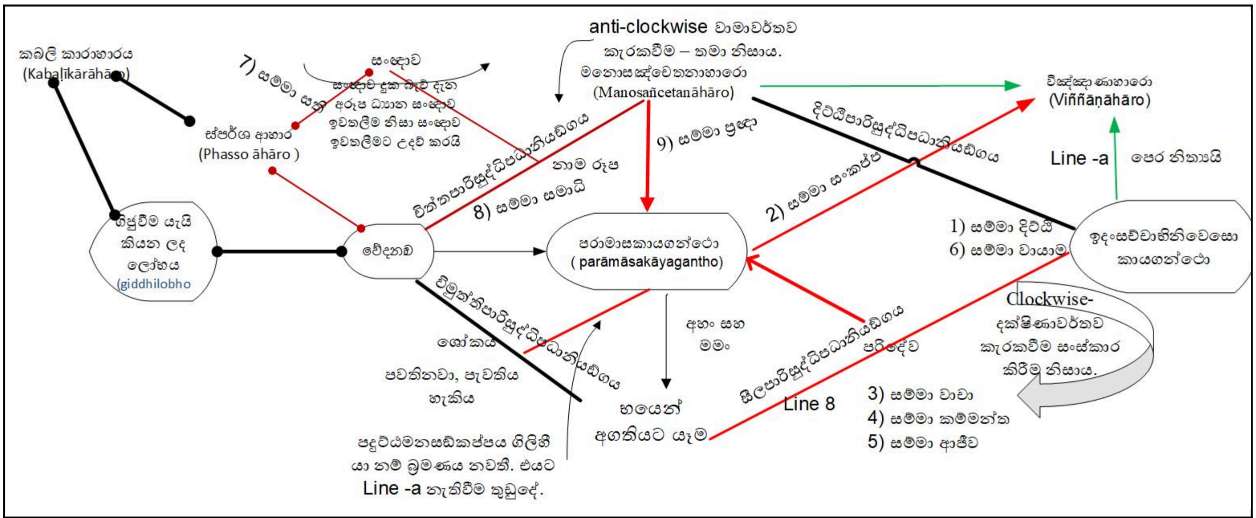
<u>සාකච්ඡාව - 22/07/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතනට පොඩ්ඩක් එකතු කරනවා නම්, අපිට පේනවා මේ ද්වේෂය. ද්වේෂයෙන් අපිට එනවා සඤ්ඤාවේ ජරා අගය ගැනීම නිසා මෝහය. පවතිනවා යන මිච්ඡා දිට්ඨිය line 6, ඒකෙන් ලෝභය. එතකොට අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රව කියන එක අපිට පේනවා මෙතන මේ කොටසින්.

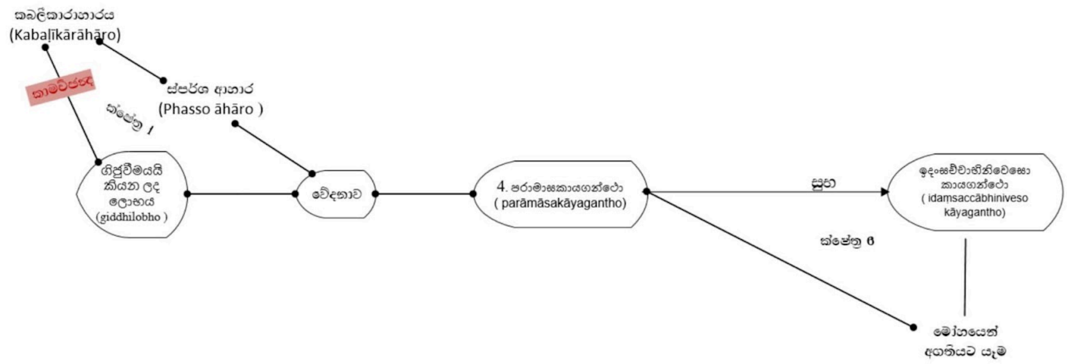
සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව පොඩ්ඩක් එකතු වෙනවා නම් මෙය නිසා දෝලනය නැති වීම නිසා ය. එතකොට සම්මා දිට්ඨිය ඒ තරම් ප්‍රබලයි ඒ විදිහට ගත්තහම.



s_oscillation.jpg

- ක්ෂේත්‍ර 1 හි පටිය (belt) කැරකවීමෙන්, විඤ්ඤාණය දහරාවක් මෙන් දුවවන්නේය.
- මේ නිසා හටගත් ක්ෂේත්‍ර 6 මගින් එම දහරාව පැවත්වීමට ආධාර උපකාර වන්නේය.



- මෙය පොතලිය සූත්‍රය මෙන් සිතිය යුතුය. සුභ යැයි ගැනීම පෙර සංස්කාර නිසා සිදු වන්නේය. උදාහරණ වශයෙන් පාණාතිපාතය නිසා සුභ යැයි ගැනීම සිදුවේ. මෙසේ අපරිසුද්ධකායකම්මන්ත සහ අපරිසුද්ධවචීකම්මන්ත නිසා සුභ යැයි ගැනීම සිදුවන අතර එමගින් විඤ්ඤාණ දහරාව පැවැත්වීමට ආධාර කරයි.
- අපරිසුද්ධමනොකම්මන්ත නිසා සුභ යැයි ගැනීම කෙසේ සිදුවන්නේද?

2

S_BhayabheravaDiagrams.pdf - Slide 2

21/07/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

09/06/2023 නිබ්බාන භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. එහි සඳහන් කරුණු මෙනෙහි කර, 50% පාරට නොපැමිණිය යුතු ය. අවිද්‍යා ආශ්‍රව නිසා කාම ආශ්‍රව නොවිය යුතු ය. යම් අයුරකින් එහි පැමිණියා නම්, reverse alpha මෙනෙහි කර රූපයට නිත්‍ය යයි, යන්න එකතු නොකළ යුතු ය, යන්න සිහි කරන්නේ, එය 07/07/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ දෝලනය diagram එක හා සම්බන්ධ විය.

50% පාරට, එම සංකල්පයට පැමිණීම මිච්ඡා දිට්ඨි නිසා විය හැකි ය. එහි වේදනාව නිසා පැවතිය හැකි ය යන හැඟීම තිබිය යුතු ම ය. එනම් සුඛ යන හැඟීම, ධ්‍යාන ප්‍රීතිය නිසා හෝ පැවතිය යුතු ම ය. මෙහි දී 05/12/2016 නිබ්බාන භාවනාවේ විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන්න, භය අගතියේ සිට උඩු අතට, චේතනාව දක්වා ලකුණු කිරීම සිහි විය.[1] මෙහි විඤ්ඤාණයේ පිහිටීමට තුඩු වූ සංකල්පය, 50% පාර, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං වීමට තුඩු දෙන ප්‍රධාන කාරණය විය.

Line 8 වලින් පැමිණි අගයෝ විශ්‍රාම නොයවා, භය අගති සිට උඩු අතට යම් දිට්ඨි සල්ලයක් නිසා යන්නේ නම්, දෝලනය diagram එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. එය වේදනා නිසා පැවතිය හැකි ය යන සඤ්ඤා සහිතව සිදු වේ. වේදනා සඤ්ඤා රේඛාව වටා, රූප වේදනා චේතනා cone එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවී රූපය චේතනා දෙසට එන බව සිහි කරන්න.

එතකොට ඔය 13/08/2015 ඔය ජාති diagram එකේ, ඒක අපි දන්නවා, පරාමාසය anticlockwise කැරකෙනවා, (exist) පවතිනවා කියලා, මේක මෙය රූපය නිසා. ඒක backward wave එක. එතකොට ඒ වගේ ම මේ දෝලනය diagram එකේ, අපි දන්නවා ඒ සෝක පරාමාස විඤ්ඤාණ රේඛාව වටා ඒකේ කැරකැවීම, එතනත් anticlockwise. මෙතන පැවතිය හැකි ය. මෙය වේදනාව නිසා ය. මෙවිට ජාතිය, වේදනා ජරා සමඟ භය අගතියට පැමිණීම reverse alpha බැලීමෙන් වැටහේ. එනම් පහළ cone එක, ජාති වේදනා භය අගති (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවී ජාතිය, භය අගතියට පැමිණීම වේ. මෙවැනි ජරා වේදනා සහිත ධර්මතාවයන් මගේ යයි නොගත යුතු ය.

ඒ වගේ ම [2] අපි දන්නවා පරාමාසය clockwise කැරකෙන අවස්ථාව, forward wave එක. එතකොට අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට එනවා, ඒ ජාතියට පාරවල් තුන ම හරහා. Odd, even paths, ඒ වගේ ම අවිද්‍යා ආශ්‍රව කාම ආශ්‍රව.

එතකොට ඒ වගේ ම මේ දෝලනය diagram එකේ, අපි සංස්කාර නිසා clockwise කැරකෙනවා. එතන පවතිනවා යන්න ගැබ් වෙනවා. තව ද දෝලනය diagram එක (clockwise) දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකවීම සංස්කාර කිරීම නිසා ය. අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් වන සංස්කාර නිසා 50% පාරට පැමිණීම සිදු විය. මෙම ද්වතාවය එනම් අත්තා නිසා (anticlockwise) වාමාවර්ත ව හෝ සංස්කාර නිසා (clockwise) දක්ෂිණාවර්ත ව දෝලනය නොකරන්නේ නම් නිර්වාණය බොහෝ දුර නොවේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 05/08/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතකොට මෙතන මේ backward wave එක, ඔය නිත්‍ය යන්න සකස් වීම වේදනා නිසා ය, කියන එක තියෙනවා.

2. අර ඉස්සෙල්ලා 13/08/2015 භාවනාවේ.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

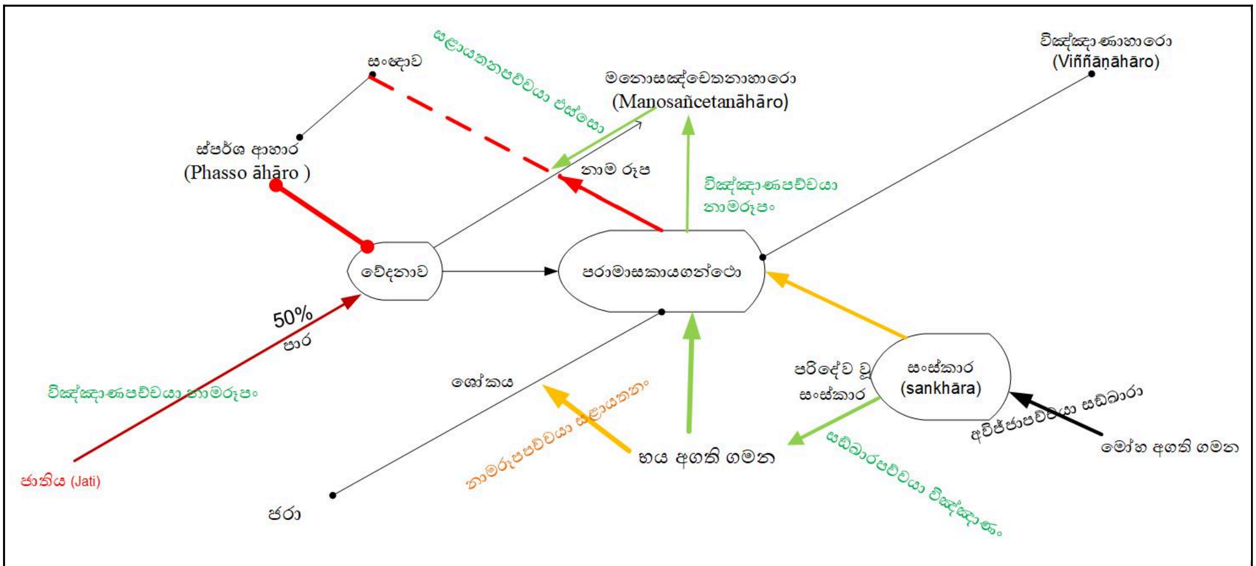
එතකොට මේ භාවනාව කරන්නේ, අපිට පේනවා ජාතිය නිසා සළායතනය කියන එක වුණා කියන එක. ඉතින් මේක කෙනෙකුට ඕනෙ නම් ඇඳගන්නත් පුළුවන්. අපි ජාති වේදනා චේතනා රේඛාවයි, ඊළඟට භය අගති ඉඳන් චේතනා රේඛාවයි. එතකොට භය අගතියේ ඉඳන් චේතනාවට විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං කියලා එනවා. එතකොට ග්‍රන්ථ line එක තමයි වේදනාව තියෙන line එක.

ඊළඟට අපි සළායතන පච්චයා නාමරූපං කියලා චේතනාවේ ඉඳන් නාමරූපයට ලකුණු කිරීමක් තියෙනවා. ඒ වගේ ම අපි දැන් දන්නවා ඔය 50% පාරට එන්න, අර පැත්තෙන් එන්න ඕන, අවිද්‍යා පච්චයා සඞ්ඛාරා කියලා. එතකොට විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූප වෙන්න උදව් උපකාර වුණා කියන්නේ, මේ ජාතියේ ඉඳන් වේදනාවට තියෙන ඒ 50% පාර. එහෙම නම් අපිට ඔය ජාති වේදනා රේඛාවටත් විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං කියලා ලියාගන්න පුළුවන්. එතකොට එහෙම නම් මෙතැන දී පේනවා මේ භාවනාව කරනකොට ජාතිය නිසා සළායතන විය, මෙයට විඤ්ඤාණ පච්චයෙන් නාමරූප එකතු නොකළ යුතු ය.

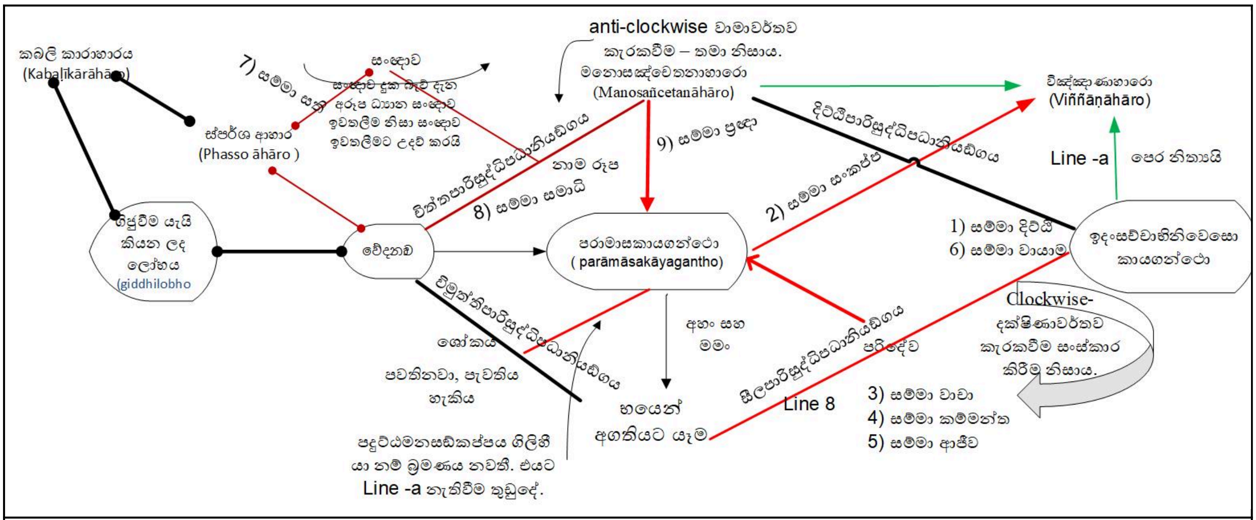
තව ද පහළ ලකුණු කළ භය අගතිය, ග්‍රන්ථ රේඛාව හරහා සුදුසු වූ ධර්මයෝ පමණක්, චේතනාව දක්වා ගෙන යා යුතු ය. එනම් චතුරාර්ය සත්‍යයෙන් තොර වූ ධර්මයෝ ගෙන යාම වැළකිය යුතු ය. මෙසේ චේතනාව ලකුණු කර ඇති ස්ථානයට සිත යොමු කරන්නේ ඉතාමත් සැනසීමක් ඇති විය. ශාන්ත ස්වභාවයක් ඇති විය. මෙය තණ්හා පපඤ්චය නැති වීම යයි බුදුපියා පැවසුවා.

තවදුරටත් මේක ඉස්සරහටත් තේරුම් ගන්න උදව් උපකාර වෙන්න කියනවා නම්, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං, ඔය backward wave එක, ඔය 05/12/2016 නිබ්බාන භාවනාවේ, නිත්‍ය යන්න සකස් වීම වේදනාව නිසා ය. මෙහි විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන්න උඩු අතට ලකුණු වේ. භය අගති සිට චේතනා දක්වා. කුමක් නිසා ද? භය අගතියේ සිට පැමිණි නිසා ය. Line 8 කියන එක විමසන්න. මෙහි දිට්ඨි සල්ලය ක්‍රියාත්මක ය.

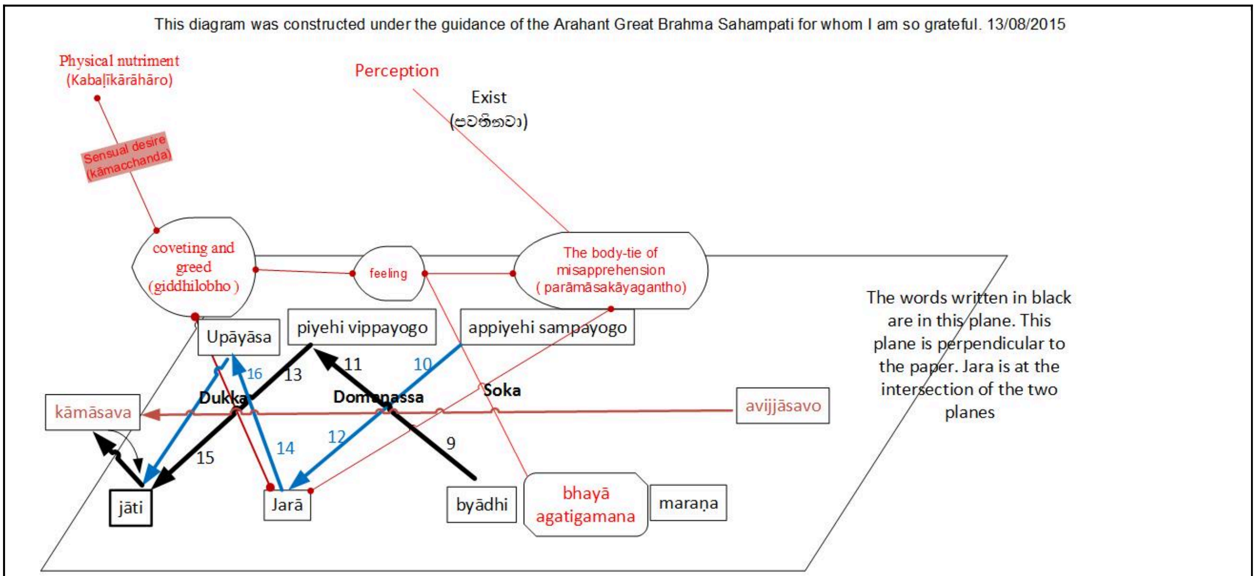
ඊළඟට forward wave එක බැලුවොතින්, 05/12/2016 නිබ්බාන භාවනාවත් එක්ක, සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් වන විඤ්ඤාණ, පරාමාසගත වීම නිත්‍යයි ගත්තාට පසුව ය. මෝහයේ සිට පරිදේවයට අපි දන්නවා අවිද්‍යා පච්චයා සඞ්ඛාරා. එතකොට අපි නිත්‍ය යයි කියලා අරගෙන තියෙනවා. මෙතැන දී මෝහ සල්ලය ක්‍රියාත්මකයි. අන්න ඒ කාරණා දෙක කෙනෙකුට මතක තියාගන්න පුළුවන්, මේ ධර්මතාවයන් ඉස්සරහටත් බලනකොට. මේක තමයි මට එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



D_05_08_2023.jpg



s_oscillation.jpg



The stream marked by the path marked with odd numbers 9 to 15 (called odd path) reaches Birth (Jāti) before the stream comes through the path marked by even numbers 10 to 16 (called even path – shown in blue colour) reaches Birth (Jāti).

Therefore, the notion 'exist' (පවතිනවා) pertaining with the wrong view (miccāditti) reaches the Birth (Jāti) first through odd path. The notion 'exist' establish at the 'Jati' and become nourished from this later addition of the notion 'can exist' (පැවතිය හැකිය) flowing through the even path. The result is the continuous flowing of the stream of consciousness.

How was this made possible?

The rotation of the hub (parāmāsakāyagantha) anticlockwise led to the perception 'exist' while its rotation clockwise led us to go from avijjāsava to kāmāsava. In this way, the birth (Jāti) had three contributors through odd path, even path and from kāmāsava.

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

Jati.jpg

28/07/2023 - අමෘතය

Amurthaya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

23/06/2023 නිබ්බාන භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. ආච්චිඅම්මාගේ තුවා දන් දීම මෙන් සිතන්නේ, රූපය නිසා වූ යම් ආස්වාදයක් වේ ද, එය නැති බව, දිර දිරා යන රූපයට ඇඟිල්ල දිගු කර පෙන්වා දෙන්නාක් මෙන්, ජරාව සිහි කර දෙන්නේ නන්දිය බැස යයි. වම් පැත්තේ ලියා ඇති ඡන්ද සමාධිය මෙවිට ක්‍රියාත්මක වේ. සංස්කාර මගින් සඤ්ඤාව සුබ යයි පවසන්නේ ලෝභ ද්වේෂ මෝහ මගින් ය. සංස්කාර ඉවත් කළ පසු, ලෝභ ද්වේෂ මෝහවලට එසේ කිව නොහැක. යථා ස්වභාවය දනී. කුමක් නිසා ද? යමක ආස්වාදය ඉවත් කළ පසු, එහි වටිනාකමක් නැතිවාක් මෙනි, වශයෙන් සඳහන් කළ ධර්මතාවය සිහි කළා.

සංස්කාර ඉවත් කිරීම, එමගින් ආස්වාදය ඉවත් කිරීම, එමගින් වටිනාකම නැති වීම. වටිනාකම නැති නිසා ලෝභ විය නොහැක, ද්වේෂ විය නොහැක, මෝහ විය නොහැක යනුවෙන් සිහි කළා.

මෙහි දී amazon එකෙන් මිල දී ගත් mouse එක සඳහන් කළ දිනයේ නොපැමිණි නිසා එයින් මිල දී ගැනීම යන සංස්කාර ඉවත් කිරීමත්, එම අය හොඳින් එම ව්‍යාපාරය කරනවා යන ආස්වාදය ඉවත් කිරීමත්, එමගින් එම ආයතනයට දී ඇති වටිනාකම නැති වීමත්, ඒ නිසා ලාභ වශයෙන් ගෙන ලෝභ විය නොහැක, ද්වේෂ විය නොහැක, මෝහ විය නොහැක යනුවෙන් විමසා බැලුවා.

විරිය මගින් අලුත් සංස්කාරයන් ඉවත් කරයි. මෙවිට විරිය ඉද්ධිපාදය අනුෂ්ඨිත වන්නේ ය. Hub එක කැරකැවීම නැත, steady. මෙහි අලුත් සංස්කාරයෝ යනු කුමක් ද? ඡන්ද සමාධිය මගින් පාණාතිපාත වැනි සංස්කාර ඉවත් කර ඇත්තේ, අරූප ධ්‍යාන ස්වභාවයට සිත පත්ව ඇත්තේ, එහි සිටීමට කැමැත්ත ඇති වේ. එවැනි අරූප ධ්‍යාන උපදවන සංස්කාර ඉවත් කිරීම, මෙහි දී විරිය ඉද්ධිපාදය මගින් සිදු කරන්නේ නම් එය අනුෂ්ඨිත වන්නේ ය.

මෙසේ විරිය ඉද්ධිපාදය අනුෂ්ඨිත වන්නේ නම් 50% පාරට, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා පැමිණීමක් නොවේ. වම් පැත්තේ ලියා ඇති ඡන්ද සමාධිය මෙහි දී ඉතා ප්‍රබල වී ඇත, යන්න සිහි කළා.

මෙහි දී චේතනා සිට ජීවිත ඉන්ද්‍රිය දක්වා, විරිය ලකුණු කළ රේඛාව, a වශයෙන් ලියා ගනිමු, e කොටස පරිදේව සිට පරාමාස, a සහ e සමාන්තර රේඛා (parallel lines). මෙහි දී a නැති වීම සමඟ e කොටස නැති වීම සිදු වේ. එනම් දිට්ඨිපාරිසුද්ධිපධානියඞ්ගය a සහ e ධර්මයන් ඉවත් කිරීම සිදු වන්නේ නම්, විමුක්තිපාරිසුද්ධිපධානියඞ්ගය ස්ථාවර වේ (steady). නොසැලී ඉන්නවා.

මෙහි දී සෝක වේදනා සඤ්ඤා චේතනා ජීවිත ඉන්ද්‍රිය සහිත ත්‍රිශූලය දුටුවා. ඒක අපි දෙනවා. ඒ ත්‍රිශූලය ඔය කාම රාග අනුසය රේඛාව වටා තමයි කැරකෙන්නේ. මෙහි දී සෝක වේදනා සඤ්ඤා චේතනා ජීවිත ඉන්ද්‍රිය සහිත ත්‍රිශූලය, කිසිදු දහමක් නිසා භ්‍රමණය නොවේ. නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි. මෙය අමෘතය වේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

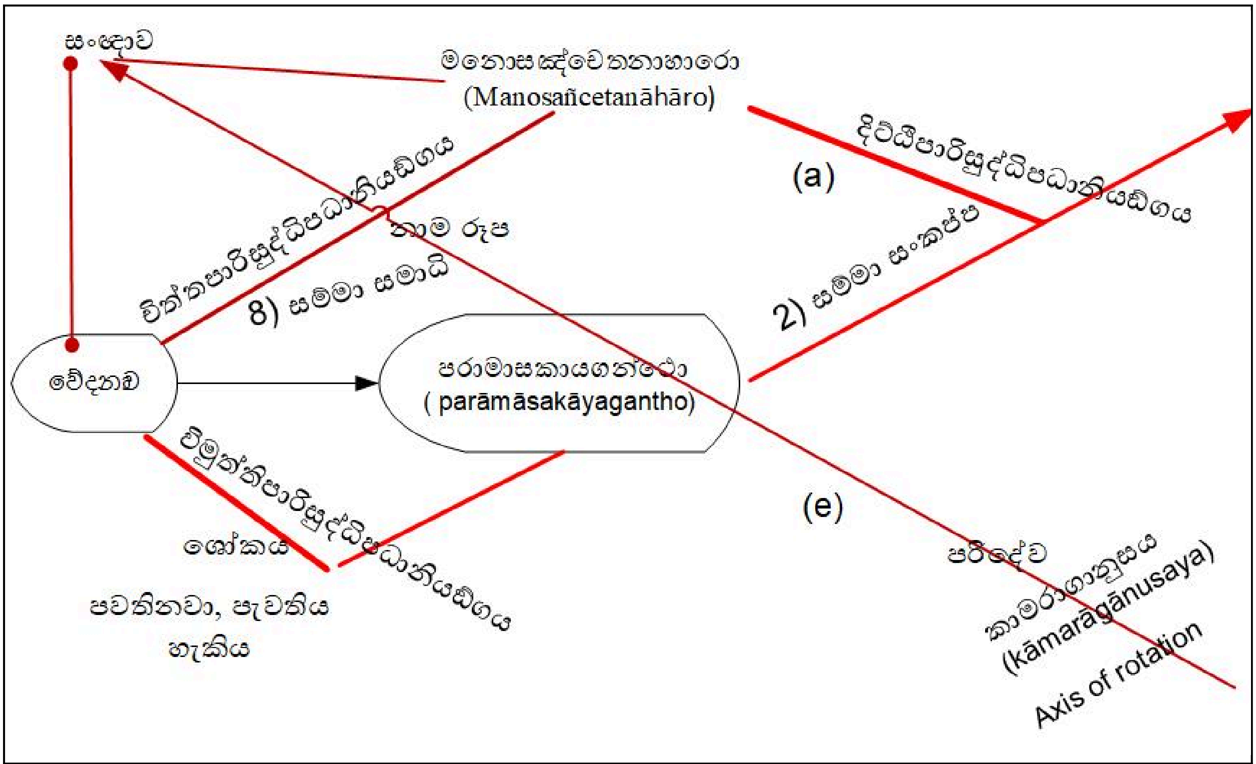
<u>සාකච්ඡාව - 05/08/2023</u>

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව චුට්ටක් එකතු කරනවා නම්, ඔය ත්‍රිශූලය, වේදනාව එක උලක්. චේතනා තව උලක්. සඤ්ඤාව ලොකු ම දිග ම උලයි. එය සංසාරයේ ගෙනියයි. සසරේ ගෙනියයි.

මෙම භාවනාව කරන්නේ, ඉහත කරුණු සිහි කරන්නේ පරාමාසය වටා කිසිවක් කරකැවීම නතර විය. එහි අනාශ්‍රව ස්වභාවය ඇති නමුදු, මෙය open eye සහිත අනාශ්‍රවයක් ය. පසුව දී මෙය සිහි කිරීමෙන් පමණක් නැවතත් ඇති විය. තව ද repair කරන්නේ ඉද්ධි පථය බලා ඇත්තේ කුමක් සඳහා repair කරයි ද යන්න සිහි කරන්නේ ධර්මය දීමට හෝ ගැනීමට යන දෙකට මනස යොමු කරන්නේ, එම සංස්කාරවල ද ආස්වාදය ගතහොත්, ඉහත දෝලනය සහ ත්‍රිශූලය කරකැවීම විය හැකි යයි සිතා, කරකැවීම නතර වීම සිදු විය.

මෙය සමඟ පරාමාසය ඇති තැන star එකක් විය. එහි ආලෝකය ඇති වුව ද එහි මැද හිස් ය. “Excellent” යයි බුදුපියා පැවසුවා. පසුව දී මෙය සිහි කිරීමෙන් පමණක්, නැවතත් ඇති විය. කරුණාව පවත්වන්නේ සියල්ලෝ ම කුඩාවට පෙනිණ. එතකොට ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



s_trident.jpg

04/08/2023 - අමෘතය 2

Amurthaya 2

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

28/07/2023 අමෘතය භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. 21/07/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ සඳහන් ධර්මය, එනම් line 8 වලින් පැමිණි අගයෝ විශ්‍රාම නොයවා, භය අගති සිට උඩු අතට යම් දිට්ඨි සල්ලයක් නිසා යන්නේ නම්, දෝලනය diagram එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. එය වේදනා නිසා පැවතිය හැකි ය යන සඤ්ඤා සහිතව සිදු වේ.

වේදනා සඤ්ඤා රේඛාව වටා, රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව කැරකැවී රූපය චේතනා දෙසට එන බව සිහි කරන්න, යන්න සමඟ විමසා බලන්නේ, මෙහි පළමුව line 8 වලින් පැමිණි අගයෝ විශ්‍රාම නොයවා, භය අගති සිට උඩු අතට යම් දිට්ඨි සල්ලයක් නිසා යන්නේ නම්, එය මගින් ත්‍රිශූලය diagram එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සමඟ වේදනා සඤ්ඤා රේඛාව වටා රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව කැරකැවී රූපය චේතනා දෙසට එන බව වැටහිණ.

මෙහි දී වේදනාව ඉස්සී කොළයට ලම්බකව උඩින් පිහිටා, වේදනා සඤ්ඤා රේඛාව වටා රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව කැරකැවී රූපය චේතනා දෙසට එන බව බුදුපියා පැවසුවා. එහි දී වේදනා අගය peak වී ඇත.

31/03/2018 වේදනා රාග curve එක අපි බලලා තියෙනවා. ඒකෙ අපි දන්නවා වේදනාවේ රාගය හටගැනීම 6.6. ඊට පස්සේ 7.7 උත්සන්නභාවය peak එක. ඊට පස්සේ 8.2 ඒක අර මැරිලා යන අවස්ථාව, ඒ 50% පාරත් එක්ක සම්බන්ධ කරලා.

එතකොට මෙතෙන්දි 40% පාර විශේෂිතයි. 4.4 දි සුබය පරාමාසගත වුණා. 5.5 දි අත්තා යයි කියලා ගත්තා. 6.6 දි දිට්ඨි අනුසය වෙනවා. මෙය වේදනාවේ රාගය ඇති වීමට තුඩු දිය. දැන් 7.7 දි නන්දි වීම ඇති වන්නේ, එය උත්සන්නභාවයට පත් වෙනවා යනුවෙන් ඉගෙනගෙන ඇත.

ඉහත ධර්මය විමසීමේ දී අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට දිට්ඨි ආශ්‍රව වීම පළමුව සිදු වේ. මෙහි විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ.

මෙහි දී දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකෙන්නේ ත්‍රිශූලය diagram එක වාමාවර්ත ව කැරකැවේ. මෙහි දී 40% පාර විද්‍යාමාන ය.[1] සංකල්පය 50% පාර, මෙයට එකතු වීම සඳහා අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම සිදු වේ.[2] මෙසේ දිට්ඨි ආශ්‍රව පළමුව වීමත්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දෙවනුව සිදු වන්නේ, රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව කැරකැවී රූපය චේතනා දක්වා පැමිණේ. මෙය 8.2 ය. අවිද්‍යා ආශ්‍රව අට වෙනි රවුමෙන් පසුව යයි කියන්නේ මේ නිසා ය. ඒක අපි දන්නවා දහ වෙනි රවුමයි කියලා.[3]

සතර ඉද්ධිපාදයෝ භාවිතා කරන්නේ නම්, කිසිදු දහමක් නිසා භ්‍රමණය නොවේ. නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි. මෙය අමෘතය වේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 19/08/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් එතන දිට්ඨි අනුසය මගින් එය කරනු ලබයි. ඒ නිසා ය.

2. එතකොට මෙතන අපිට පේනවා, මේ fridge එක හොයාගෙන යනවා. Salesman එක්කගෙන යනවා නෙමෙයි. අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම, සීලබ්බත උපාදානය බලපානවා.

3. අත්තා යන්නෙහි පසු සඤ්ඤාව අවිද්‍යා ආශ්‍රව. රූපය චේතනා දක්වා පැමිණ තමයි අපිට මේ අත්තා කියන එක. එතකොට 8 වෙනි රවුමෙන් පසුව තමයි අවිද්‍යා ආශ්‍රව කියන එක, අපිට ඒක වැටහෙනවා ඒ නිසා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මේක තමයි භාවනාව. ඉතින් මෙතෙන්දි මේ සතර ඉද්ධිපාදයෝ භාවිතා කරන්නේ, ඒ සංස්කාර, ඒ ඡන්දයෙන් අයින් කරනවා. එතකොට සහ සඤ්ඤා, විරිය මගින් ඉවත් කරන්නේ, පෘථිවිය භ්‍රමණය වීම ද දුටුවා. ඒක මට පේන්නේ පහළින්. ඒ කියන්නේ වාමාවර්ත ව කරකැවීම. ඒ කියන්නේ මම උතුරේ ඉඳගෙන තමයි බලාගෙන ඉඳලා තියෙන්නේ. මොකද උතුරේ ඉඳන් බැලුවොත් තමයි අපිට පේන්නේ මේ පෘථිවිය වාමාවර්ත ව කැරකෙනවා කියන එක.

ඉතින් මෙතන මේ දෝලනය diagram එක හොඳින් විමසන්න. ඒක බලන්න මේ ජරාව පැත්තෙන්. එතකොට අපිට පේනවා මේ ජරාව, එතන සෝක පරාමාස විඤ්ඤාණ, ඒ රේඛාව, ඒක axis එක හැටියට තියෙනවා. එතකොට අපිට පේනවා

ඔය පරිදේවය කියන තැන, 3 කියන එක ගන්න පුළුවන් clock එකේ. නාමරූප, 9 කියන එක ගන්න පුළුවන්.

එතකොට ජරාව පැත්තෙන් බලා, ඡන්ද සමාධිය සංස්කාර ඉවත් කිරීම සිහි කරන්න. ජරාව බව දැන පාණාතිපාතය ඉවත් කරන්න. සුභ යයි ගත්තොත් විඤ්ඤාණ ජරා වේ. ශුක්‍රාණු හොරකම් කරගත්තොත් විඤ්ඤාණ ජරා වේ. කාමයේ වරදවා හැසිරෙන්නේ විඤ්ඤාණ ජරා වේ, ජරාව ව්‍යාධිය ඇති වේ ආදී වශයෙන් සිතන්න.

ජරාව පැත්තෙන් බලා ව්‍යාධිය සහිතව සිට බිය වී, නාමරූප එකතු නොකළ යුතු ය, යනුවෙන් චිත්ත සමාධියේ දී සිතන්න. සිත ඉතා ප්‍රභාස්වර වෙනවා. එතකොට සිත නතර වීමත්, ඒක වෙනවා.

ඉතින් මේක මේ හුඟ දෙනෙකුට මේ diagram එක කැරකවීම කියන එක තේරුම් ගැනීම අපහසු වෙලා තියෙන බව පේනවා.

ඉතින් ඔය ත්‍රිශූලය diagram එක, සඤ්ඤාවට උඩින් එම කොළයේ ම තැනක ඉඳගෙන බලාගෙන කැරකවීම ලෙස ගැනීමෙන් වාමාවර්ත ව කැරකීම වැටහෙනවා. ඒ කියන්නේ අපි පැන්සලක් අරගෙන සඤ්ඤා කෙළවරින් අල්ලාගෙන, පැන්සලේ තුඩ කියන්නකෝ, සඤ්ඤා කෙළවරින් අල්ලාගෙන, වේදනාව 3 o'clock, චේතනාව 9 o'clock, දිහා බලාගෙන වාමාවර්ත ව කැරකවීම කරන්න.

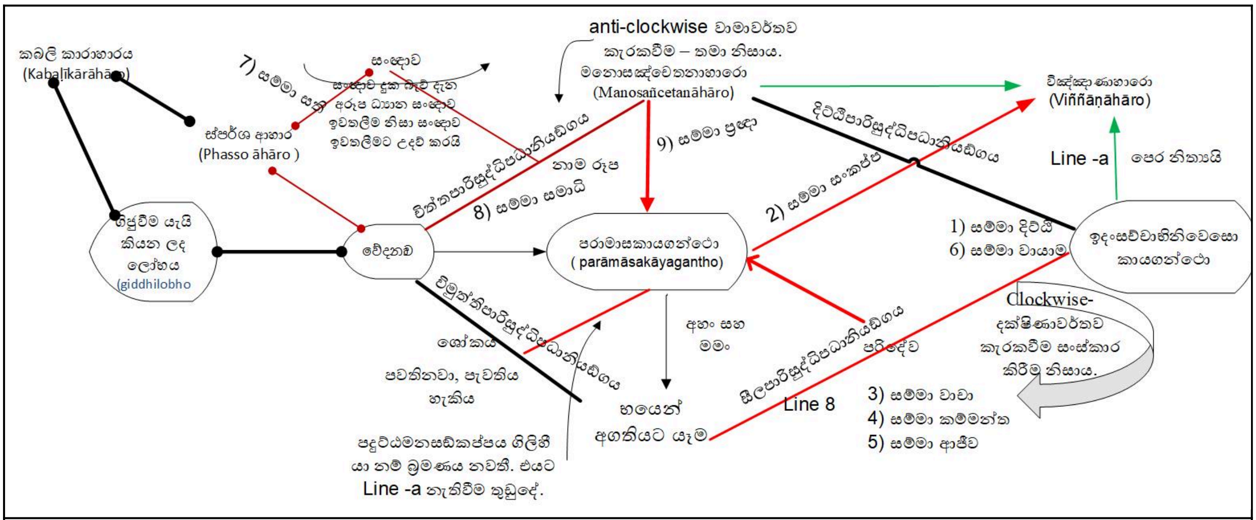
ඒ වගේ ම, රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව කැරකීම වටහා ගැනීම සඳහා සඤ්ඤාවට උඩින් කොළයේ ම තැනක සිට බලාගෙන කැරකවීම කරන්න. එනම් පැන්සලක් ගෙන සඤ්ඤා කෙළවරින් අල්ලාගෙන රූප 3, චේතනා 9 o'clock දිහා බලාගෙන වාමාවර්ත ව කැරකවීම කරන්න.

එතකොට ඒකෙ අපිට පේනවා, උඩ ඒක බලනකොට සඤ්ඤා කෙළවරින් ඒ සඤ්ඤාව පැත්තෙන් බලන්නේ. පල්ලෙහා අපිට පේනවා, දෝලනය කතාවේ දී ජරාව පැත්තෙන්. ඉතින් අපි ජරා වෙලානේ ඉන්නේ. ජරාවේ ඉඳන් තමයි බලන්න ඕන. අනිත් අතට ඉතින් සඤ්ඤාවේ ඉඳන් තමයි බලන්න ඕන. තමන් ඉතින් සුභ සුඛ අත්තා සඤ්ඤා ඇතුව නේ යමක් දිහා බලන්නේ.

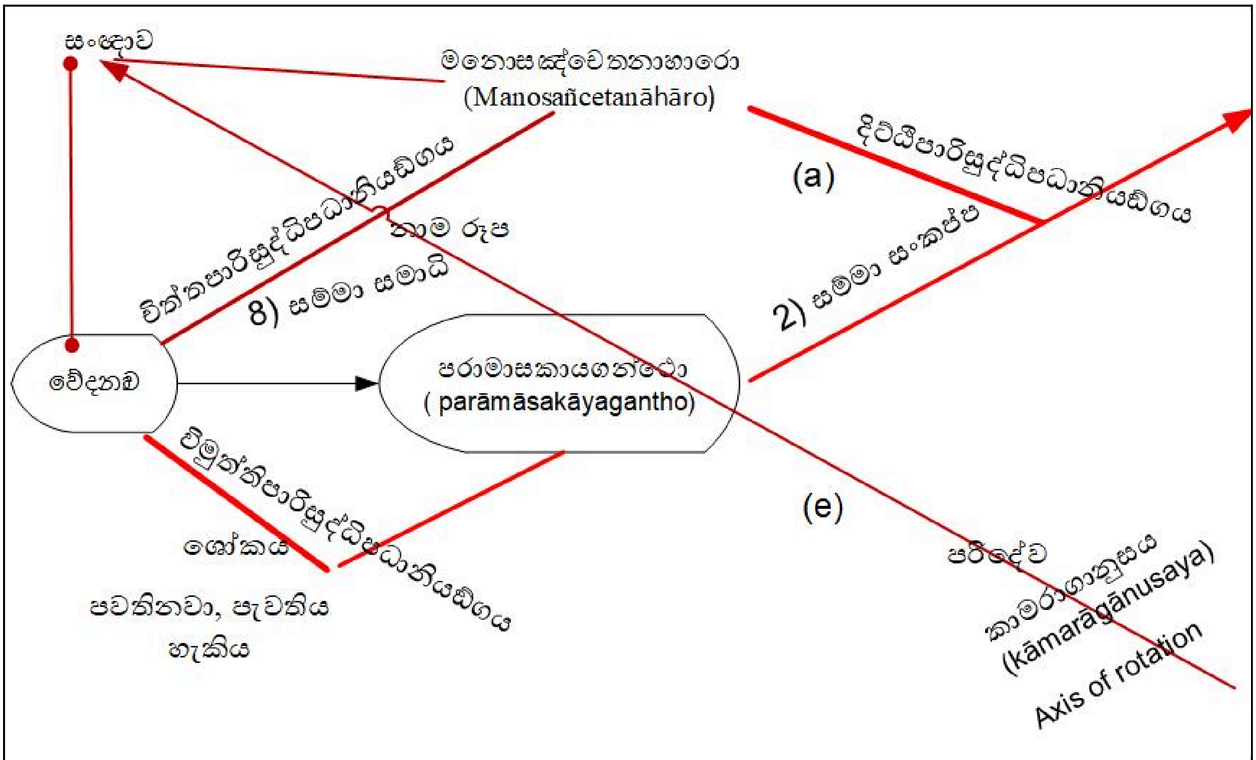
ඒ වගේ ම තේරුම් ගත යුතු දෙයක් තමයි, මේ පැන්සලක් අරගෙන සඤ්ඤා කෙළවරින් අල්ලාගෙන වේදනාව 3 o'clock චේතනා 9 o'clock දිහා බලන්නේ, වාමාවර්ත ව කරකැවීම කරන්නේ පැන්සලේ අනිත් කෙළවරින්, එහා පැත්තේ ඉඳන් බලන අයකුට, එයාට පෙන්නේ මේක clockwise කියලා. දක්ෂිණාවර්ත ව කියල, පෘථිවියෙත් ඒ විදිහයි. ඒ North pole එකේ එහා ඉඳන් කවුරුහරි බැලුවොත් එයාට වාමාවර්ත ව කියලා පේනවා. South Pole එකේ පහළ ඉඳන් කවුරුහරි කෙනෙක්

බැලුවොත් එයාට පේනවා මේක දක්ෂිණාවර්තවයි කැරකැවෙන්නේ කියලා.

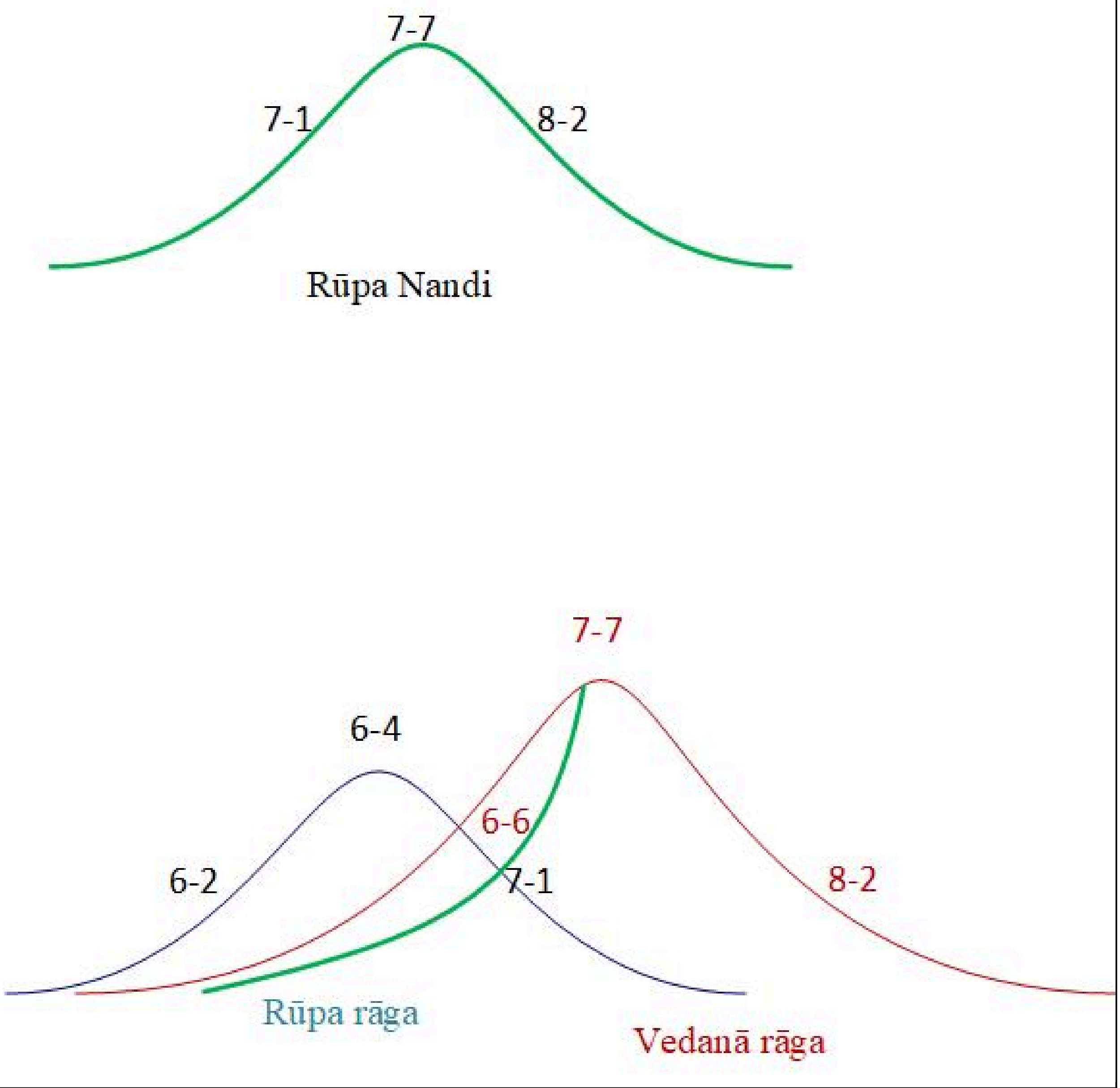
ඉතින් මේ 4 වෙනිදා ධර්මය දෙනකොට, මේ අවස්ථාව වෙනකොට ගෞතම බුදුහාමුදුරුවෝ බණවර 16,000 ක් දේශනා කළා කියලා අකනිට්ඨාවෙන් බණවර බලන විදිහට පැවසුවානේ අපි කලින්. ඒකෙන් 12,000 ක් විනාසයි. 4,000 යි ඉතුරු වෙලා තියෙන්නේ. දැන් මේ වෙනකොට අපිට 8,000 ක් ලැබිලා තියෙනවා කියන එක කියන්න පුළුවන්.



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg



RupaNandi.jpg

ගෞතම තථාගතයන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළා වූ බණවර 16,000න් 8,000ක් මේ වන විට සම්පූර්ණත්වයට පත් වී ඇත.

11/08/2023 - අමෘතය 3

Amurthaya 3

උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

04/08/2023 අමෘතය 2 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ, යන ධර්මතාවය සිහි කරන්නේ මෙහි උපාදාන වශයෙන් අත්තවාද උපාදානය ගත යුතු ය, යනුවෙන් බුදුපියා පැවසුවා.

මෙහි දී දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකෙන්නේ, ත්‍රිශූලය diagram එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවේ. මෙහි දී 40% පාර විද්‍යාමාන ය.[1] මෙහි දී උපාදාන වශයෙන් දිට්ඨි උපාදානය ගත යුතු ය, යනුවෙන් වැටහුණා.

සඤ්ඤා උපග විඤ්ඤාණං තිට්ඨති යන්න, මනා කොට වැටහේ. කුමක් නිසා ද? කාමරාග අනුසය රේඛාව වටා ත්‍රිශූලය diagram එක වාමාවර්ත ව කැරකැවෙන්නේ, වේදනා චේතනා සෙලවීම වුවත්, සඤ්ඤාව අල්ලා ගත හැකි ලෙස නොසෙලවී පවතී යන්න පෙනේ. සංකල්පය 50% පාර මෙයට එකතු වීම සඳහා අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම සිදු වේ. Fridge එක හොයාගෙන යනවා. Salesman එක්කගෙන යනවා නොවේ. අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම, සීලබ්බත උපාදානය බලපායි.

එතකොට මෙතන කෙනෙකුට පේනවා අර diagram එකක් වගේ පරාමාස චේතනාව අතර ඒ සීලබ්බත උපාදාන, එතනින් අර torch එක අල්ලනවා වගේ විඤ්ඤාණ පැත්තට නිත්‍යයි කියලා. ඊට පස්සේ පහළ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රව, ඒ 50% පාරට ඒම, ජාති වේදනා රේඛාවට ඒම එහෙම පේනවා.[2]

මෙසේ දිට්ඨි ආශ්‍රව පළමුව වීමත්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දෙවනුව සිදු වන්නේ, රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව කැරකැවී, රූපය චේතනා දක්වා පැමිණේ. මෙහි උපාදාන වශයෙන් කාම උපාදානය ගත යුතු ය, යන්න වැටහිණ.[3]

තව ද සංකල්පය 50% පාර මෙයට එකතු වීම සඳහා, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම සිදු වේ, යන්න සිහි කරන්නේ මෙය ධම්මමච්ඡරිය වීම සඳහා ය. සීල ව්‍රත උපාදාන වීම සඳහා ය, යන්න වැටහිණ.

ආයතන සටහන්වල පිටුව 3 සිහි විය.[4] ඒක අපි දන්නවා අර උදැල්ල 1, ඒ සඤ්ඤාවේ ඉඳන් පරාමාසයට. ඊළඟට උදැල්ල 2 තියෙනවා, වේදනාවේ ඉඳන් මනොසඤ්චෙතනා ආහාරයට. සඤ්ඤාව, වේදනා සිට චේතනාව දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය

වන්නේ නම් එය වරදවා වටහා ගනී. එය සීල ව්‍රත උපාදාන වීමට තුඩු දේ. මෙය මෙතනින් අවසන් නොවේ. වේදනාව, සඤ්ඤාව සිට පරාමාසය දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය නොවන්නේ නම්, චේතනා අගයෝ ගිලිහී යෑම විය හැකි ය. එසේ පරාවර්තනය නොවන්නේ නම් සීල ව්‍රත උපාදාන විය නොහැක. මේ සඳහා ධම්මමච්ඡරිය අවශ්‍ය ය.

උදාහරණ වශයෙන් සත්වයන් වැඩක් නැතිව සිටින විට විනෝදය සඳහා යමක් සොයන බව අපි දනිමු. මෙය තමා නිසා දෝලනය වීමයි. චිත්‍රපටියක් සංගීත සංදර්ශනයක් ආදිය මගින් යම් වේදනාවක් පතන්නේ, එම චිත්‍රපටිය හෝ සංගීත සංදර්ශනය මගින් හෝ නොලැබෙන්නේ නම්, එනම් ජෝතිපාල බයිලා කීමෙන් පසු අමරදේවව දමනවා මෙන් සිදු වන්නේ නම්, එම වේදනා අගය සඤ්ඤාව සිට පරාමාසය දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය නොවන්නේ, චේතනා අගයෝ ගිලිහී යයි නම්, චිත්‍රපටිය නොබලයි. සංගීත සංදර්ශනයෙන් ඉවත් වේ.

මෙම ධර්මතාවය මෙසේ දකින්නේ, “අයියෝ” යැයි කිය වේ. මනස තීව්‍ර වේ, serious වෙනවා. අයියෝ යැයි කියවෙන්නේ සංසාරයේ මේ තාක් දුර කරගත් අපරාධය නිසා ය. මනස තීව්‍ර වන්නේ දිට්ඨීන් බිඳී යෑම නිසා, සිත සතර ආහාර දුක්ඛය ඉක්මවන නිසා බව බුදුපියා පැවැසුවා.

මෙතරම් ශ්‍රේෂ්ඨ වූ ගැඹුරු ධර්මයක් ඉතා සරලව අපිට ඉගැන්වීම ගැන මුළු මණ්ඩලයට ම කෘතඥතාවය පළ කළා. සතර ඉද්ධිපාදයෝ භාවිතා කරන්නේ නම් කිසිදු දහමක් නිසා භ්‍රමණය නොවේ. නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි. මෙය අමෘතය වේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 19/08/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඒකෙ දිට්ඨී අනුසය මගින් ඒක කරනු ලබනවා. ඒ නිසයි.
2. ඒ diagram එක එතනට බොහොම වැදගත්.
3. ඉතින් මෙතෙන්දි අපිට පේනවා, ඔය 09/10/2014 විපරිණාම දුක්ඛතා භාවනාවේ, අර 5a කියලා අපි ලකුණු කරනවා පරාමාස භය අගති. එතකොට 5b කියලා ලකුණු කරනවා වේදනා ගිද්ධිලෝභ. එතකොට 5a වුණහම අපි අත්තා කියලා ගත්තහම තමයි ඒක ලාභයි කියලා ගන්නේ. රූපය ලාභයක් වීම. ඒ පාර 6a කියන එක, දිට්ඨී අනුසය මගින් ඒ කියන්නේ භය අගති වේදනා, එහෙම වුණහම අපිට පේනවා අර 6b කියන එක ගිද්ධිලෝභ ඉඳන් රූප දක්වා. ඒ රූපය වෙත 6a

දිට්ඨි අනුසය මගින් රූපයට මනස යොමු වීම කියන එක තියෙනවා.

4. අර උදලු 2 කියන එක තියෙනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකේ පොඩි පැහැදිලි කිරීමක් කරනවා නම්, ඔය අපි AKDS කියලා එහෙම බලලා තියෙනවා නේ. එතකොට දැන් මෙතන බැලුවහම, ඒ කියන්නේ අත්තවාද උපාදාන, කාම උපාදාන, දිට්ඨි උපාදාන, සීලබ්බත උපාදාන වශයෙන්. ඉතින් මෙතෙන්දි කල්පනා කළා මම මේකේ කොයි එක ද පෙර වෙලා තියෙන්නේ කියලා. ඒ අත්තවාද උපාදානය වුණාට පස්සේ, කාම උපාදානය ද? නැත්නම් දිට්ඨි උපාදානය ද?

මෝහය පැත්තෙන් බලන්නේ දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකෙන්නේ මෙහි දී අලුත් දිට්ඨීන් සකස් වන්නේ ය. මෙය දිට්ඨි උපාදාන සකස් වීම ලෙස ගත යුතු ය. ඒ කියන්නේ අත්තවාද උපාදානයෙන් දිට්ඨි උපාදාන.

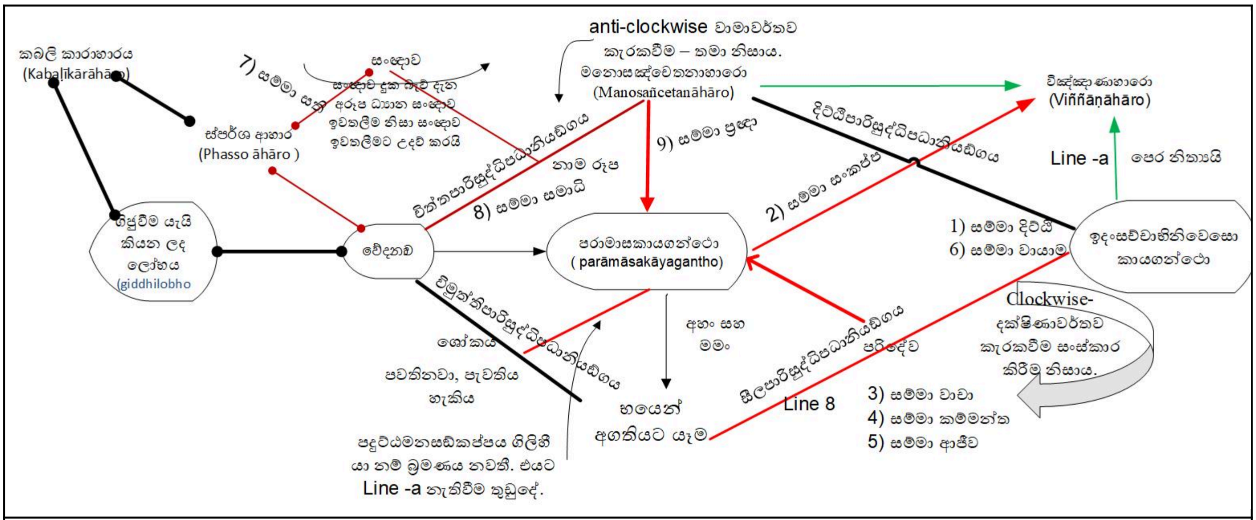
දැන් ඔය අපි ඉස්සර AKDS කියලා බලපු වෙලාවේ දී, උදාහරණ වශයෙන් පෙන්නනවා 12/02/2016 උපාදාන භාවනාවේ, මෙතෙන්දි අපිට පේනවා දිට්ඨි උපාදානය පෙර ඇති වෙලා තියෙනවයි කියන එක. ඒ කියන්නේ ඒකෙ විස්තරය බැලුවොත් පේනවා, එතකොට යම්කිසි වේදනාවක් පරාමාසගත වුණා නම් ඔය q රේඛාවේ, ඒ කියන්නේ වේදනා පරාමාස හරහා, ඒක මගින් අපිට අත්තා කියන එක සෑදෙනවා කියලා. එහෙම නම් කාම උපාදානය කියන එක අපිට ඇති වෙනවා.

කාම උපාදානය පරාමාසයේ ඉඳන් භය අගතිය දක්වා. එතකොට කාම උපාදානය වෙනවා නම්, රූප වේදනා ගිද්ධිලෝභ belt එක කැරකෙනවා. ඒක කැරකෙනවා නම්, නාමරූප කියන එක සෑදෙනවා.

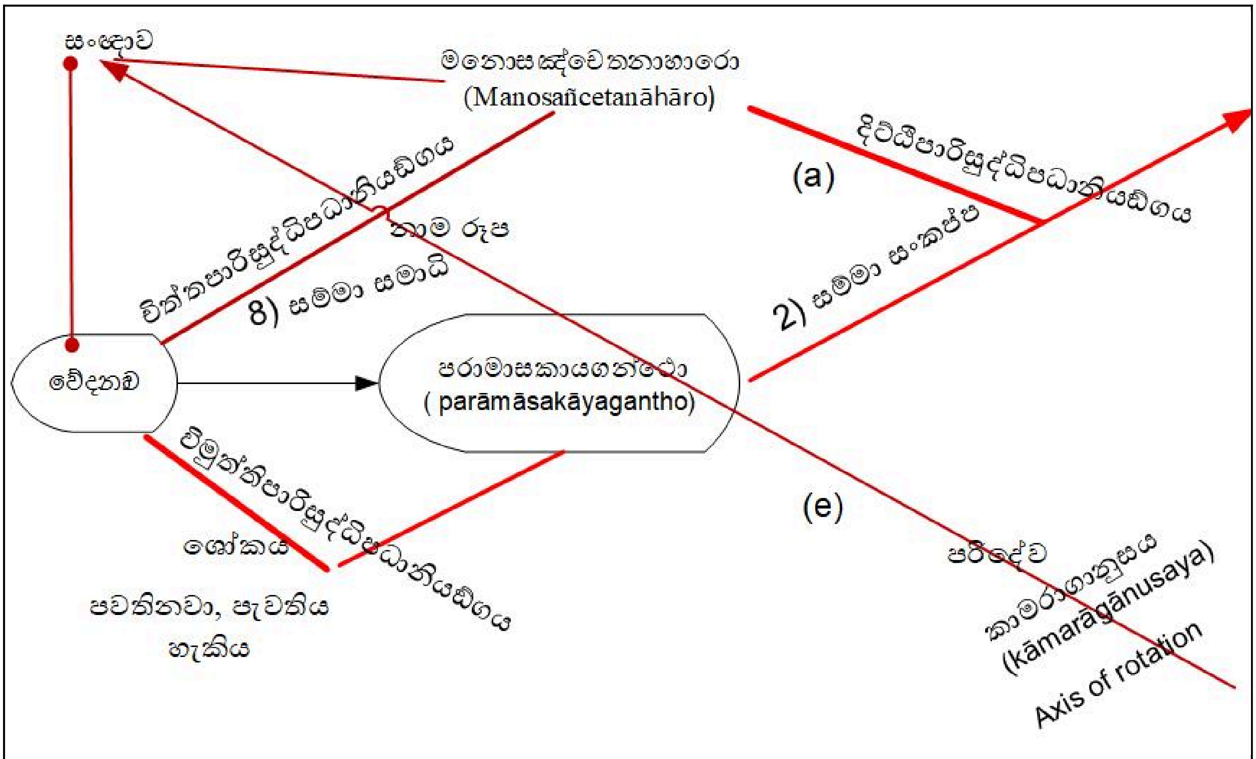
එතකොට යම් අභ්‍යන්තර සුභ සඤ්ඤාවක් වී ද, මෙය ක්‍රියාත්මක වන්නේ පෙරටත් වඩා ගරු ගාම්භීර ලෙස අත්තවාද උපාදානය මගින් නියම කරන ලද රූපය, ඉතා ම පහසුවෙන් දිට්ඨි උපාදානය පිළිගනු ලබනවා. ඒ කියන්නේ පිළිගනු ලබනවා කියන්නේ, එහෙනම් කලින් දිට්ඨි උපාදානය කියන එක ඇති වෙලා තියෙන්න ඕන.

ඉතින් මේ විදිහට බැලුවහම අපිට පේනවා, order of arising කියන එක. කොහොම ද මේක ඇති වෙන්නේ, අත්තවාද උපාදානයෙන්, අපි දන්නවා එතන දෝලනය diagram එක, ඊට පස්සේ දිට්ඨි උපාදානය, එතන ත්‍රිශූලයත් එක්ක ආවා. එතකොට ඊළඟට සීලබ්බත උපාදාන කතාව එනවා. ඒකෙන් එනවා කාම උපාදානයට. එතකොට ADSK කියන එකයි ඒ ඇති වන පිළිවෙළ. එතකොට දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකෙන්නේ ත්‍රිශූලය diagram එක වාමාවර්ත ව කැරකැවේ.

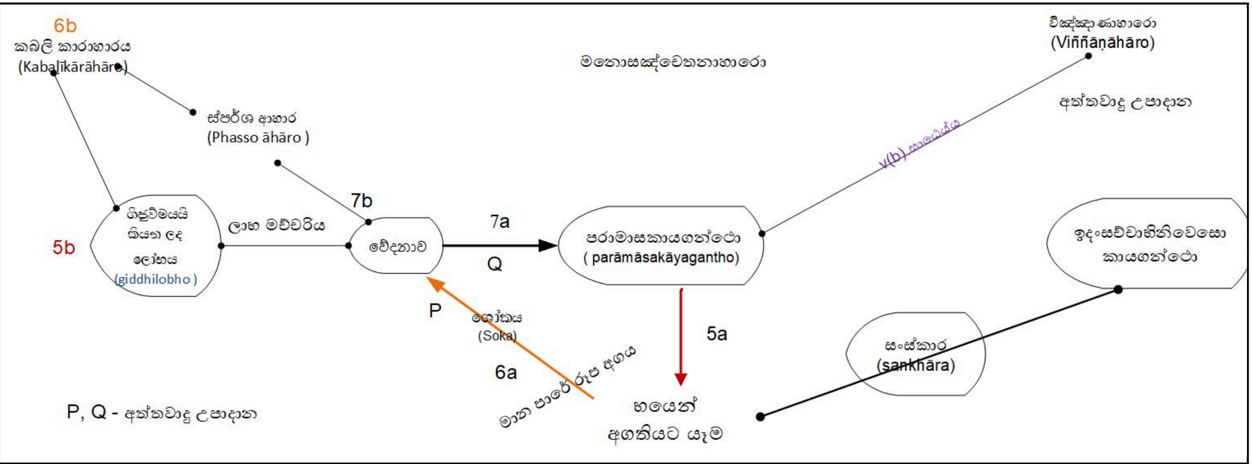
මේ දිට්ඨි උපාදාන කුමක් නිසා ද? දොර පොල්ල ගැන සිතන්න. දොර පොල්ල සැදීමට තුඩු දුන් දිට්ඨි අනුසය ගැන සිතන්න. ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



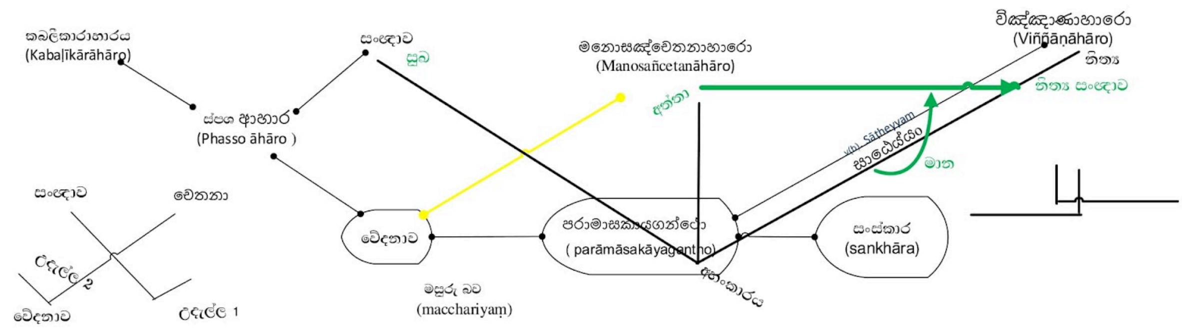
s_oscillation.jpg



s_trident.jpg



MM_19_08_2022.jpg



වරදවා තේරුම් ගැනීම (parāmāsa) සහ ඇලීම (abhinivesa) දෘෂ්ඨිආසව (diṭṭhāsava) යේ ලක්ෂණ යි

- පරාමාසය – සීලබ්බත උපාදානයෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට ඇලීමෙන් පරාමාස වේ. වරදවා ගනී. අනාගතයේ මෙබඳු රූප, වේදනා ... ඇත්තෙක් වෙම්වා. (උදැල්ල 1)
- අභිනිවෙසය–වේදනාව සඳහා හදන චිත්ත සංස්කාරයන්ට ඇලෙනවා. (උදැල්ල 2)

3

S_Ayatana.pdf - Slide 3

18/08/2023 - අමෘතය 4

Amurthaya 4

උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

11/08/2023 අමෘතය 3 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. මෙහි උපාදාන වශයෙන් අත්තවාද උපාදානය ගත යුතු ය, යන ධර්මතාවය සිහි කර, ත්‍රිශූලය diagram එක වාමාවර්ත ව දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකැවෙන්නේ, අත්තවාද උපාදානයේ p කොටස, එනම් සෝක සිට වේදනාව දක්වා කොටස, දිට්ඨි උපාදානය හා එක් වන්නේ, වේදනාව දිට්ඨි අනුසය මගින් කොළයෙන් උඩ අතට ඉස්සවීම වන බව වැටහිණ.[1] මෙහි දී අත්තවාද උපාදානයේ p කොටස, එනම් සෝක සිට වේදනාව දක්වා කොටස, දිට්ඨි උපාදානය හා එක් වන්නේ දිට්ඨි අනුසය සැදෙන බව බුදුපියා පැවසුවා.[2]

සංකල්පය, 50% පාර, මෙයට එකතු වීම සඳහා අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම සිදු වේ. අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම, සීලබ්බත උපාදානය බලපායි. ඉතින් මෙතෙන්දී කෙනෙකුට ජේනවා, අර පරාමාස චේතනා, එතන ඒ සීලබ්බත උපාදාන, ඒකෙන් torch එක අල්ලනවා වගේ විඤ්ඤාණ පැත්තට නිත්‍යයි කියලා, එතකොට විඤ්ඤාණ ආහාර පාරේ පහළ අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රව, අර 50% පාරට පැමිණීම කියන එක තියෙනවා.

මෙසේ දිට්ඨි ආශ්‍රව පළමුව වීමත්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දෙවනුව සිදු වන්නේ, රූප වේදනා චේතනා cone එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවී, රූපය චේතනා දක්වා පැමිණේ. මෙහි උපාදාන වශයෙන් කාම උපාදානය ගත යුතු ය, යනුවෙන් ඉගෙන ගතිමු.

ඉතින් මෙතන කෙනෙකුට මතක් කරගන්න පුලුවන් අර diagram එක, 09/10/2014 විපරිණාම දුක්ඛතා කියන භාවනාවේ අපි දුන්නා, 5a කියලා ලකුණු කරලා පරාමාසයේ ඉඳන් භය අගතියට, වේදනාවේ ඉඳන් ගිද්ධිලෝභයට 5b කියලා. 5a අත්තා කියලා ගත්තම 5b රූපය ලාභයක් වීම. ඒ වගේ ම 6a ලකුණු කරා භය අගතියේ ඉඳන් වේදනාවට, 6b කියලා ලකුණු කරා ගිද්ධිලෝභයේ ඉඳන් රූපයට. 6a දිට්ඨි අනුසය මගින් රූපය වෙත මනස යොමු වීම.

මෙහි කාම උපාදානය, සීලබ්බත උපාදානය නිසා ඇති වූ නිත්‍යභාවයේ බලපෑම ඇතිව දිට්ඨි ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම ඇත්තේ 07/11/2015 භූත සටහන මෙන් කාම

උපාදානය වටහා ගත යුතු ය. මෙහි සීලබ්බත උපාදානය නිසා කාම තණ්හා ද, කාම තණ්හා නිසා කාම උපාදාන වීම දැකීම වැදගත් ය. මෙයට දිට්ඨි උපාදානය එකතු වී ඇත්තේ ගලවාගත නොහැකි තරමට බැඳීම රූපය කෙරෙහි සිදු වේ. සසරේ සැරිසරයි.

ඔය 25/08/2018 නිබ්බාන භාවනාවේ දී අපි අර [3] π අකුර සහිත diagram එකක් ඉගෙන ගත්තා. එතකොට ඒ π අකුරේ ධර්මය අපි දන්නවා. අත්තා කියලා ගත්තා නම් එතන අපි දන්නවා සඤ්ඤා කොටස් මනොසඤ්චෙතනාව දක්වා ආවා නම් ධම්මමච්ඡරියත් ඔතෙන්ට ඇවිල්ලා නේ තියෙන්නේ, එතනින් අත්තා කියලා ගත්තා, විඤ්ඤාණය, එතනින් නිත්‍ය සඤ්ඤාවට, එතනින් එනවා දිට්ඨි ආශ්‍රවයට, දිට්ඨි ආශ්‍රවයෙන් අපි එනවා කාම ආශ්‍රවයට.

එතකොට එක පැත්තකින් අපිට පේනවා මේ විදිහට, දැන් ඔය පථය ගත්තහම, ඒ අත්තා නිත්‍ය, දිට්ඨි ආශ්‍රව, දිට්ඨි සල්ල, මේකෙන් අනතුරුව සඤ්ඤාව සනාථ කරනවා. නැවතත් දිට්ඨි ආශ්‍රව වීම පළමුව සිදු වෙනවා. ඒ කියන්නේ සුබ යන සඤ්ඤාව කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම පළමුව සිදු වෙනවා. එතකොට භය අගතිය කරා යෑම කියන එක දෙවනුව තමයි සිද්ධ වෙන්නේ. එතනින් වෙන්නේ මොකක් ද? භය අගති, දිට්ඨි අනුසය, වේදනා එතනින් රූප යනුවෙන් සාකච්ඡා කර ඇත.

රූපය චේතනාව දක්වා කොළේට ලම්බකව උඩු අතට ලකුණු කළ වේදනාව සහිතව ගෙන යන්නේ මෙහි දී ගිද්ධිලෝභ, චේතනා, භය අගති cone එක භ්‍රමණය වීම සිදු වේ. මෙහි භ්‍රමණය ග්‍රන්ථ රේඛාව වටා ය. එමගින් මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වේ.

ඉතින් මෙතන කෙනෙකුට ඇඳගන්න පුළුවන් diagram එක වාගේ ගිද්ධිලෝභ, චේතනා, භය අගති. එතකොට ඒකෙ මැද්දේ පරාමාසය තියෙනවා. චේතනා ඉඳන් භය අගති රේඛාව. එතකොට චේතනාව ඉඳන් පරාමාසයට මමංකාරය, පහළ පරාමාසයේ ඉඳන් භය අගතියට අහංකාරය. එතකොට curve arrow එකක් දාලා, ලකුණු කරගන්න පුළුවන් චේතනාවේ ඉඳන් භය අගතියට, මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වේ කියලා.

මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වී භය අගතිය දක්වා රූප අගයෝ ගෙන යෑම සිදු වේ. මෙය සිදු වන්නේ 7.2 න් පසුව ය, මෙහි දී ජාති, වේදනා, භය අගති cone එක පෙනිණ.

එතකොට එතන අපිට එනවා. ඒ ජාති, වේදනා, භය අගති cone එකේ, අපි පල්ලෙහාට රේඛාවක් ඇන්දොතින් වේදනාවේ ඉඳන් එකේ භව ආශ්‍රවය කියන එක ලකුණු වෙනවා. එතකොට භය අගතියේ ඉඳන් curve arrow එකක් භය අගතියේ ඉඳන් ජාතිය දක්වා.

මෙම cone එක වේදනා සිට භව ආශ්‍රව දක්වා වූ රේඛාව වටා කරකැවීම වන්නේ, ජාතිය සනාථ කරයි, odd path කියන එක ගන්න පුළුවන්. එනම් භය අගති දක්වා ගෙන ආපු රූප අගයෝ ජාතිය දක්වා ගෙන යෑම සිදු වේ. මෙයට පෙර ජාතිය භය අගතිය දක්වා ගෙන ඒම සිදු විය. එය වේදනාව නිසා ය. මෙසේ වටහා ගන්නේ නම් ජාතිය දුක බව හොඳින් වැටහේ. කුමක් නිසා ද? බිය සහිතව ම එහි පැමිණි බැවිනි. මෙම ධර්මතාවය දැන සතර ඉද්ධිපාදයෝ භාවිතා කරන්නේ නම් කිසිදු භූමියක ඉපදීමක් ඇති නොවේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

__සාකච්ඡාව - 02/09/2023__

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතකොට මෙතන මේක මේ ටිකක් සියුම් අවස්ථාවක් ඒක නිසා පොඩ්ඩක් කියන්න පුළුවන්. ඒක තව ටිකක් පැහැදිලි කරනවා නම්, මාන විය හැකි සංස්කාර ඔය p හරහා ගලනවා. පදුට්ඨමනසඞ්කප්පයේ බලපෑම. මෙය හදාගත්ත නිත්‍යභාවයක්. ඒ කියන්නේ අපි හිතමු, වඩු බාසුන්නැහේ කෙනෙක් වඩු වැඩ කරනවා, ඒ පුටුවල ගණන මිනිසුන් ඇවිත් විමසන නිසා වඩුවා සතුටු වීම වැනි ය. පුටු විකිණෙනවා යයි නොකියයි. පහළ ධාරාව, ඒ කියන්නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව, ඒ විකිණෙන නිසා නොගලයි, එනමුදු පෙර පුරුද්ද නිසා ගලයි. විකිණේයි යන හැඟීම ඇතිව කරන වඩු කර්මාන්තය. තවම දිට්ඨි අනුසය නැත. අන්න ඒ කෑල්ල එකතු කරන්න පුළුවන්.

2. එතකොට මෙතනට තව පොඩ්ඩක් එකතු කරනවා නම්, මෙහි දී පුටු විකිණේ යන්න සිදු වේ. ඒ නිසා ඇති වූ දිට්ඨි උපාදානය ඇත. ඒ කියන්නේ මේ business එක හොඳට කෙරෙනවා, මේක කරන එක හොඳයි කියලා, එයාට confirmation එකක් තියෙනවා. මෙයට චේතනා සිට පරාමාස A යනුවෙන් දැක්වෙන දිට්ඨි කොටස සහ පහළ ධාරාව ගලන නිසා වන සුබය එකතු වීම ඇත. එතකොට අන්න ඒ කෑල්ල එකතු කළහම කෙනෙකුට පේනවා මේක වෙනස් වෙන්නෙ කොහොම ද කියන එක, දිට්ඨි අනුසය සෑදීම කියන එක.

3. අත්තා පථයක් එහෙම ඉගෙන ගත්තා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

මේ භාවනාව කරලා, ඒ අකනිට්ඨ මණ්ඩලයට කෘතඥතාවය පළ කරන්නේ, හිස් බවක් දැනුණා. හිස් බව දැනුණා යයි සිහි කරන්නේ ඔබට එසේ දැනීම සාධාරණ යයි

බුදුපියා පැවසුවා. ඒ සමඟ ම හිස් බව අඩු විය. එනම් මෙහි දී බුදුපියවරු පවා නොගැනීම සිදු විය. ඇල්ම නැත.

තවත් ටිකක් එකතු කරනවා නම්, ඔය අත්තවාද උපාදානයේ p කොටස එනම් සෝක සිට වේදනා දක්වා කොටස, දිට්ඨි උපාදානය හා එක් වන්නේ, දිට්ඨි අනුසය සැදෙනවා යන්න විමසන්නේ, දිට්ඨි අනුසය මගින් කාමරාග අනුසය විසින් හඳුන්වා දුන් සඤ්ඤාව සුබ යයි ස්ථිර කරයි. මෙසේ වන්නේ අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම සීලබ්බත උපාදානය ක්‍රියාත්මක වෙයි. මෙය මගින් අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම සිදු වේ. සඤ්ඤාව නිසා මෙය හොඳයි, මේ භාණ්ඩය ගන්න යැයි කියනවාක් මෙනි.

තවත් කාරණයක් එකතු කරනවා නම්, ඒක කියන්න පුළුවන්, හැබැයි මේ කාරණය පැටලෙනවා නම් අත්හරින්න. ඒක දෝලනය නිසා වන ක්‍රියාවලිය තේරුම් ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය වෙන්නේ නෑ, මොකද මේ පෙළක් ධර්මයන් කිව්වට අපි ඒ පෙළක් වෙලාවට අපි ඒක බොහොම සැරට දකිනවා, දකින දේ කියනවා, ඉතින් ඒක නිසා පැටලෙන්න පුළුවන්.

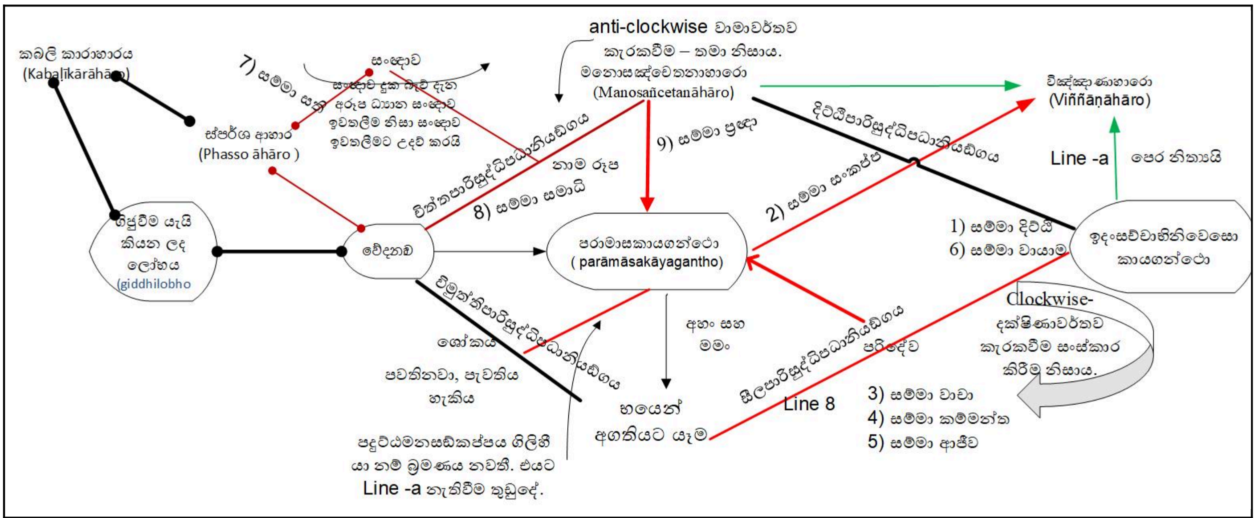
ඔය උදාහරණයකට කියනවා නම්, ඔය 4 වෙනිදා අපි භාවනාවේ මේ පෙන්නා දීලා තියෙනවනේ වේදනා රාගය කියන එක එහෙම, එතකොට ඒක හරි, නමුත් ඒක සැර වැඩියි, එතන 4.4 ගත්තා නම් ඇතියි කියන එක රහතන් වහන්සේ කිව්වා. ඉතින් ඒක ඒ වගේ අපි අර දකිනකොට ගොඩක් දේවල් කිවුවහම ඉතින් පැටලෙන්න පුළුවන්, අන්න ඒකයි මේ ප්‍රශ්නය තියෙන්නේ.

එතකොට මෙතන මේ කාරණය තමයි, ඒ සුබ යන සඤ්ඤාව කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම පළමුව සිදු වෙනවා. මේ වන විට නිත්‍යභාවය නිසා දිට්ඨි ආශ්‍රවය සිදු වී ඇත්තේ, භව ආශ්‍රවය හරහා කැරකවීම ආරම්භ වී ඇත. මෙම ක්‍රියාවලිය සෝකය ළඟ දී, ඒ කියන්නේ පවතිනවා යන්න මත පැවතීම ගැලීම ආරම්භ වේ. මෙවිට සෝකය, භව ආශ්‍රවය, භවරාග අනුසය යන තුන් ධර්මයෝ එක ම රේඛාවක පිහිටයි. එනම් align වීම සිදු වේ. මෙය උත්පත්තිය සඳහා බලපාන විශේෂිත වූ ධර්මයක් වන්නේ ය. මෙය භවය, භෝගය, වෝකාරය යන cone එකේ බලපෑම නිසා ම සිදු වී ඇති බව වැටහිණ. Align වීම දක්වා මෙනෙහි කරන්නේ එල චිත්තය මුළු නළල පුරා ම පැවැතිණ, ආලෝකය සහිත ය, සිත ඍජු ය. ඔබට දැන් ආශ්‍රව නැසිය හැකි බව බුදුපියා පැවසුවා. මම එසේ නොකරමි යැයි පැවසුවා.

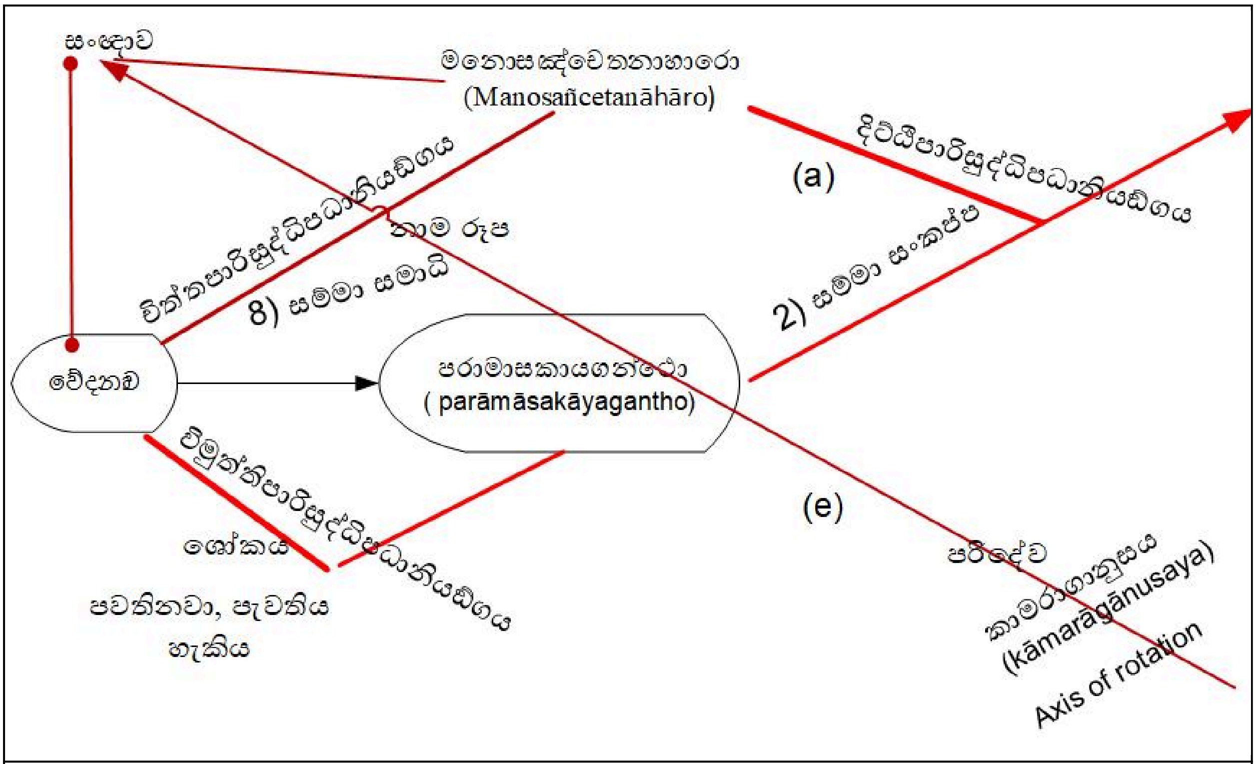
එතකොට ඒක, අපි ඔය භවරාග අනුසය 2 diagram එකක් එහෙම කලින් දීලා තියෙනවා, ඒකත් එක්ක කෙනෙකුට ඕනෙ නම් බලන්න පුළුවන්, මං කිව්වේ අමාරු නම් ඒක අතහරින්න. මේ දෝලනය තේරුම් ගන්න නම් මේක ඕනේ නෑ.

තවත් කාරණයක් එකතු කරනවා නම්, භය අගති දක්වා ගෙන ආපු රූප අගයෝ ජාතිය දක්වා ගෙන යෑම සිදු වේ යැයි පැවසූ අවස්ථාවේ දී, සියල්ල සූදානම් කර ඇත්තේ එනම් සඤ්ඤාව සුබ යයි අනුමත කර ඇත්තේ, එයට පෙර වේදනා අගය චේතනා දක්වා peak වී ගොස් ඇත්තේ, මෙවන් රූප ස්පර්ශය සුදුසු යයි සංස්කාර අධිමොක්ඛ වී ඇත්තේ, දිට්ඨි ආශ්‍රව මගින් අවිද්‍යා ආශ්‍රව පළමුව සිදු කර යමෙක් විඤ්ඤාණයට අණ කර කියන්නාක් මෙන්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම වටහා ගත යුතු ය. ඒක හරියට නිකන් ඔක්කොම සූදානම්, දැන් ඕක ගේන්න කියනවාක් මෙනි.

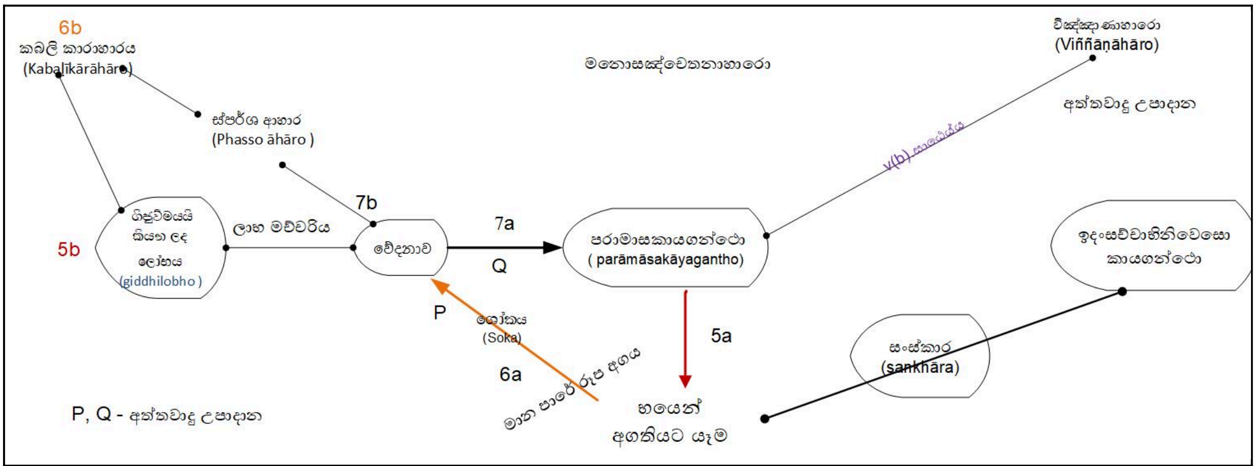
එතකොට මේක වැටහෙන්නේ නැත්නම් මේ කාරණය ඔයගොල්ලන්ට පුළුවන් මේ ඉස්සරහට නොවැම්බර් මාසේ දාහත් වෙනිදා භාවනාව ලැබුණට පස්සේ මේක විමසලා බලන්න, මේක ටිකක් අර පැටලෙන්න පුළුවන් බලන්න ගියා ම මොකද භාවනා ගොඩක් ඒ අතර තියෙන නිසා.



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg

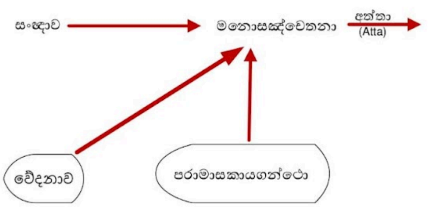


MM_19_08_2022.jpg

මෙසේ අත්ත සංඥාව සෑදීම මගින් විඤ්ඤාණ දහරාව පවත්වයි.

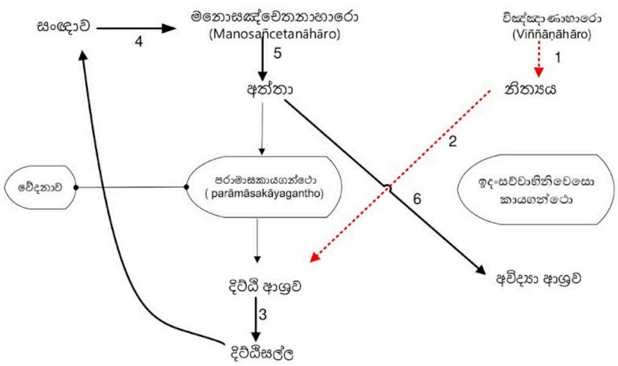
අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඇතිවන 6 වන ඊතලය දක්වා 3 වන ඊතලයේ සිට ලකුණුකර ඇති ධර්ම ක්‍රියාරම්භ කිරීම මානය විසින් කරනු ලබයි.

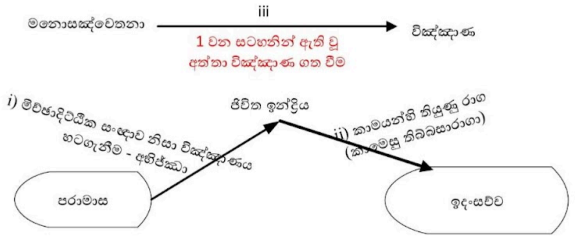
මෙම ධර්මතාවය වටහා ගැනීමට කුමක් උදව් උපකාර කරයිද?



සටහන 1: ඉහත ධර්මයන්ගේ ගැලීම මගින් 'අත්තා' යන්න සෑදීම.

අත්තවාදු උපාදානය ඇතිවීම පහළ 2 වන සටහන මගින් පෙන්වාදී ඇත. එය ඇතිවන අනුපිළිවෙල i), ii) සහ iii) මගින් දක්වා ඇත.

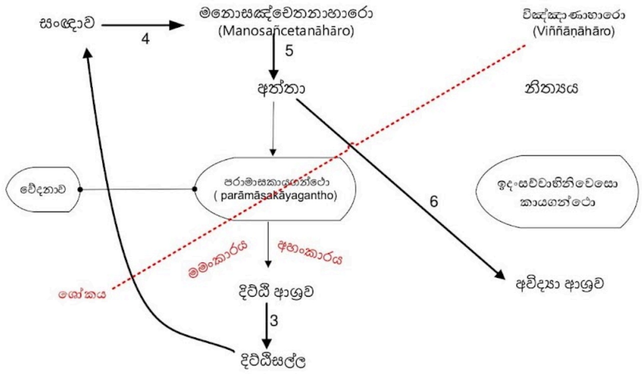




3

s_Skilled_states_of_mind_p5.pdf - Slide 3

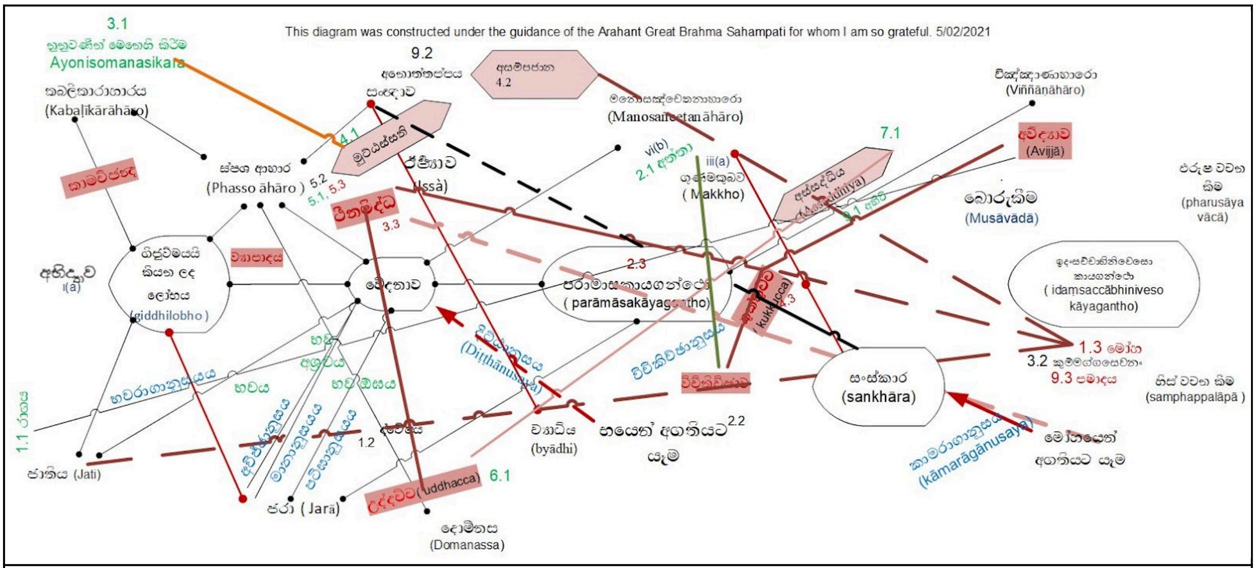
අත්තවාදු උපාදාන වූයේ, තවදුරටත් කරකැවීමට ආශ්වාදය පවතී. සංසාරය ඉක්මවා නොයන්නේය.



චේතනා සිට විඤ්ඤාණය දක්වා යම් ගිනි පුපුරක් (spark) වීමක් වන්නේද (3 වන පිටුව 2 වන සටහන බලන්න) එය සංසාරය ඉක්මවා නොයෑමට ප්‍රමාණවත්ය. එය ඉවත්විය යුතුය. ඒ සඳහා, අහංකාරය සහ මමංකාරය ඉවත්විය යුතුය. පරාමාස වී ඇති නිත්‍ය යන අදහස ඉවත්වී, ශෝක නොවන්නේ නම් චිත්තප්‍රාගුණ්‍යතාවය ඇතිවේ.

4

s_Skilled_states_of_mind_p5.pdf - Slide 4



s_BhavaragaAnusaya.jpg

25/08/2023 - අමෘතය 5

Amurthaya 5

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

18/08/2023 අමෘතය 4 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. ඉන් අනතුරුව ත්‍රිශූලය diagram එක, වාමාවර්ත ව දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකැවෙන අවස්ථාව සිහි කරන්නේ, දුක්ඛ චක්‍ර සටහන්වල හතර වන පිටුවේ 6.4 සටහනට මනස යොමු විය. මෙහි දී සඤ්ඤාව ස්ථිර කරයි (confirm), යන්න වැටහිණ. කෙසේ ද?

එතකොට අපිට පේනවා එතන අර නිත්‍ය සඤ්ඤාව පසු දිසාවට යෑම නිසා වන බලපෑම. එතකොට නන්දි අගය වේදනාව ඉක්මවලා ඇවිල්ලා තියෙනවා. ඒ දිට්ඨි අනුසය උපකාරයෙන් නන්දිය පරාමාසගත වීම [1] කියන එක පෙන්නා දීලා තියෙනවා.

නිත්‍ය සඤ්ඤාව පසු දිසාවට යෑම නිසා වන බලපෑම සමඟ නන්දිය පරාමාසගත වන්නේ නම් ත්‍රිශූලය diagram එක, වාමාවර්ත ව දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකැවෙන්නේ, වේදනා අගය චේතනාව මගින් ග්‍රහණය කරන්නේ සඤ්ඤාව සනාථ කරයි. මෙය යම් ක්‍රියාවලියක් සඳහා සඤ්ඤාව විසින් තෝරා ගත් මේ ලී කෑල්ල, මේ යකඩ කූර ප්‍රමාණවත් යයි, චේතනාව මගින් අනුමත කිරීමක් මෙන් සිතන්නේ නම් වැටහේ.[2] මෙහි ලී කෑල්ල, රූප, මේ ආකාරයේ ලී කෑල්ලක් ගත යුතු යයි, සඤ්ඤාව මගින් පෙර වෙන් කර දී ඇත. සනාථ කරන්නේ එයයි.[3]

තව ද, 25/08/2018 නිබ්බාන භාවනාවේ දී සාකච්ඡා කළ අත්තා පථයේ, නිත්‍ය නිසා දිට්ඨි ආශ්‍රවයට පැමිණීමේ දී, එය දිට්ඨි ආශ්‍රවයට තුඩු දීම ලෙස ගත යුතු බව බුදුපියා පැවසුවා. සඤ්ඤාව සනාථ කළ පසු වන දිට්ඨි ආශ්‍රවය, අට වන රවුමෙන් පසුව වන දිට්ඨි ආශ්‍රවය යනුවෙන් ගත යුතු ය.

භය අගති දක්වා රූප අගයෝ චේතනාවේ සිට ගිද්ධිලෝභ, චේතනා, භය අගති cone එක භ්‍රමණය වීම මගින් ගෙන යෑම සිදු වන්නේ, උස් වී ඇති වේදනාව සහිත දෝලනය diagram එකෙහි, වේදනාව කොළයට ලම්බකව පරාමාසයට උඩින් පිහිටා ඇති අවස්ථාවක් දුටුවා.[4] මෙහි දී සංස්කාර කිරීම මගින් එනම්, කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම වැනි සංස්කාර කරනුයේ, ජාති වන්නේ නම් දෝලනය diagram එක දෙදරන බව vibrate වන බව වැටහිණ. මෙය වාමාවර්ත ව කැරකවීම තමා නිසා, සංස්කාර නිසා

දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකවීම, දෙපැත්තට කැරකීම ගැන සිතන්නේ නම් වැටහේ. එසේ නොවන්නේ නම් ඉතා ශාන්තව එල චිත්තය සහිතව සිටිය හැකි ය.

මෙහි දී ජාති, වේදනා, භය අගති cone එකට උඩින් සඤ්ඤාව ලකුණු කරගන්න. පහළින් ප්‍රියේහි විප්පයොගය ලකුණු කරගන්න.

එතකොට අපි මේ diagram එක දෙනවා. ඒ කියන්නේ 2D විදිහට diagram එකකුත් දෙනවා, දීලා ඒක 3D විදිහට පෙන්වා දීලා තියෙනවා.[5] එතකොට ඒ diagram එකට කියන්නේ පරිනිබ්බාන diagram එක කියලා.

අපිට පේනවා මේ 3D diagram එක බැලුවොතින්, ඒ රතු පාටින් ලකුණු කරලා තියෙන ධර්මතාවය සඤ්ඤා, වේදනා, එතකොට ගිජුවීම යයි කියන ලද ලෝභය, පරාමාසකායගන්ථය, භයෙන් අගතියට යෑම තියෙනවා. ආපහු ගන්න පුළුවන් ජරාව තමයි intersection එකේ තියෙන්නෙ, එතකොට ව්‍යාධි, ප්‍රියේහි විප්පයොග, ජාති. ඒක කළු පාටින් ලකුණු කරලා තියෙනවා.

ඉතින් ඔය planes දෙක, රතු පාටින් ලකුණු කරපු එකයි, කළු පාටින් එකයි, ඒ දෙක අංශක 90 කින් ලම්බකව තියෙන විදිහට සිතලා බලන්න. මේ වෙලාවේ දී විමුක්තියෙන් යුතුව බලාගෙන සිටීම පමණක් ඇත.

එතකොට ඉහත සටහන සිහියේ තිබෙන තාක් කල් මනස නොසැල් වී පවතී. අනන්ත සංසාරයේ කළා වූ පාපයන් නොකර සිටිය හැකි ය. මෙසේ පිරිනිවන් පෑම කළ හැකි ය. 1 සඤ්ඤාව 2 වේදනාව 3 ප්‍රියේහි විප්පයොග යන ධර්මතාවයෝ එකම රේඛාවක පිහිටන අවස්ථා ඇත. ත්‍රිකෝණය මෙන් වෙන අවස්ථාව මෙහි ඇඳ ඇත. එය පරිනිර්වාණ අවස්ථාව ය.[6]

එතකොට එකම රේඛාවේ අවස්ථාවේ diagram එකත් අපි ඔතන දීලා තියෙනවා. එතෙන්දි අපිට පේනවා, 1 සඤ්ඤාව 2 වේදනා 3 ප්‍රියේහි විප්පයොග, භව ආශ්‍රවය කියන එක තියෙනවා, වේදනාවට පහළින්. එතකොට භය අගතියේ ඉඳන් ඒ ජාතියට යන එක.

එතකොට ඒක, එක රේඛාවක පිහිටන අවස්ථාව, එතන පරිනිර්වාණය සිදු නොවේ. මෙහි ප්‍රියේහි විප්පයොගය පෙර තිබුණා වූ ශරීරයෙන් වෙන් වීම නිසා ය. ගැනීමට යන දේ, ඒ කියන්නේ අර මේ ලී කෑල්ල - රූප, මේ ආකාරයේ ලී කෑල්ලක් ගත යුතු යයි [7] සඤ්ඤාව මගින් පෙර වෙන් කර දී ඇත. සනාථ කරන්නේ එයයි ලෙස ගත යුතු ය.

එතකොට ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 02/09/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. 6.4 කියලා ලකුණු කරලා තියෙනවා.

2. ඒ කියන්නේ කෙනෙක් චේතනාව කියන තැන වඩු බාසුන්නැහේව තිබ්බොත්, සඤ්ඤාව ගෝලයා හැටියට ගත්තොතින්, තමන්ට තේරෙනවා අර ගෝලයා අරගෙන ආපු ලී කෑල්ල, වඩු බාසුන්නැහේ හදන කබල් මේසෙට ගැළපෙන ලී කෑල්ල, මෙයා තෝරාගෙන ආවා කියලා. මෙතෙන්දී ගන්න පුළුවන්, අපි a කියලා ලියාගත්තොත්, මේ ලී කෑල්ල, මේ රූප.

3. එතකොට එතන ත්‍රිශූලය diagram එක එනවා.

4. මේ අවස්ථාවේ දී කෙනෙකුට තේරුම් ගන්න උත්සාහ කරනවා නම් අර රහතන් වහන්සේ මුලින් කිව්ව වේදනාව ලම්බකව ඉන්න එක, මම කිව්වේ ඒක 4.4 භාවිතා කරන්න කියලා. අපි 7.7 භාවිතා කළා, ඒක සෑර වැඩියි. මේක ගත්තහම ඊට වඩා වෙනස් අවස්ථාවක්. ඒ 4.4 න් පසු අවස්ථාවක් මේ කියන්නේ. එතකොට මේ වෙලාවේ දී කෙනෙක් කල්පනා කළොත්, මේ චේතනාව දක්වා ගෙන ගිය වේදනා අගය, චේතනාව මගින් නිරූපණය කරන ලෙස සිතන්නේ නම් වැටහේ. ඒ කියන්නේ කෙළින් ම, අපි දැන් මේ රූපය ගැන කතා කළා වුණත්, කල්පනා කරන්න මේ රූප අගය යම්කිසි විදිහකට වේදනාව මගින් නිරූපණය කරනවා.

වේදනා අගය චේතනාව දක්වා ගියහම වේදනා අගය චේතනාව මගින් නිරූපණය කරනවා, coordinate කරනවා. අන්න ඒ විදිහට හිතන්න. මේක ඇත්තට ම රූපය ගියා කියන හැඟීම නැතුව, හිතන්න.

5. ඒකෙ කල්පනා කරන්න මේක තල දෙකක්. රතු පාටින් දීලා තියෙන සඤ්ඤාව වේදනාව ගිද්ධිලෝභය පරාමාසකායගන්ථය භයෙන් අගතියට යෑම, ඒක එක තලයක තියෙන්නේ. එතකොට ජරාව කියන එක තියෙන්නේ ඔය intersection එකේ. ඒක අපි කලින් ම කියලා තියෙනවා. එතකොට දෙවෙනි තලයේ අපිට පේනවා, ඔය ව්‍යාධිය ප්‍රියේහි විප්පයොග, ජාතිය කියන එක තියෙනවා. ඒක පරිනිබ්බාන diagram කියලා අපි පෙන්නලා තියෙනවා.

6. එතකොට අපි අර දෙවෙනි එකත් දීලා තියෙනවා. පරිනිර්වාණය නොවන අවස්ථාව.

7. අර වඩු බාසුන්නැහේ හදන එකට අපි කියන්නේ කබල් මේසයක් හදන්නේ කබල් ලී කෑල්ලක් ගෙනාවා, අන්න ඒ වාගේ.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

මේ භාවනාව කරන්නේ මිනිත්තු 7 ක්, 1 සඤ්ඤාව 2 වේදනාව 3 ප්‍රියේහි විප්පයොගය දෙපැත්තේ භය අගති ජාති යන diagram එක දිහා බලාගෙන හිටියා ඉතා ශාන්තව. එල චිත්තය සහිතව හිටියා. බුදුපියා එය කුමක් දැ යි පැවසුවේ මෙය ලියන විට ය. මෙහි කූඤ්ඤය නැත. කිසිම දෙයකට අගයක් නැත. අගයක් දෙන වේදනා නැත. සඤ්ඤාව නැත.

තවත් එකතු කරනවා නම් කියන්න පුළුවන්, තව ද දෝලනය diagram එකේ දී, සෝකය නොසැලේ. දැන් කල්පනා කරලා බලන්න ඒ භ්‍රමණය වන රේඛාවේ ඒක පිහිටලා තියෙන්නේ. ත්‍රිශූලය diagram එකේ සඤ්ඤාව නොසැලේ. ග්‍රන්ථ රේඛාවේ ගිද්ධිලෝභ නොසැලේ. ජාති වේදනා භය අගති යන cone එකේ භව ආශ්‍රවය නොසැලේ. මෙසේ නොසැලීම නිර්වාණය සඳහා හේතු ප්‍රත්‍ය වේ.

ඉතින් මේක මේ නොසැලෙනවා කිව්වාට මේක මෙහෙම rigid විදිහට ම ගන්න එපා, මොකද මේක අර fluid එකක් වගේ නේ විඤ්ඤාණ ධාරාව කියන එක. ඒ නිසා උඩ යනවා පල්ලෙහාට යනවා, අපි දන්නවා වේදනාව ලම්බකව එහෙම එනවා කියලා, නමුත් මේක භ්‍රමණය වීම එක්ක බැලුවහම තමන්ට පේනවා, මෙහෙම නොසැලී ඉන්න අවස්ථාව තියෙනවා කියන එක.

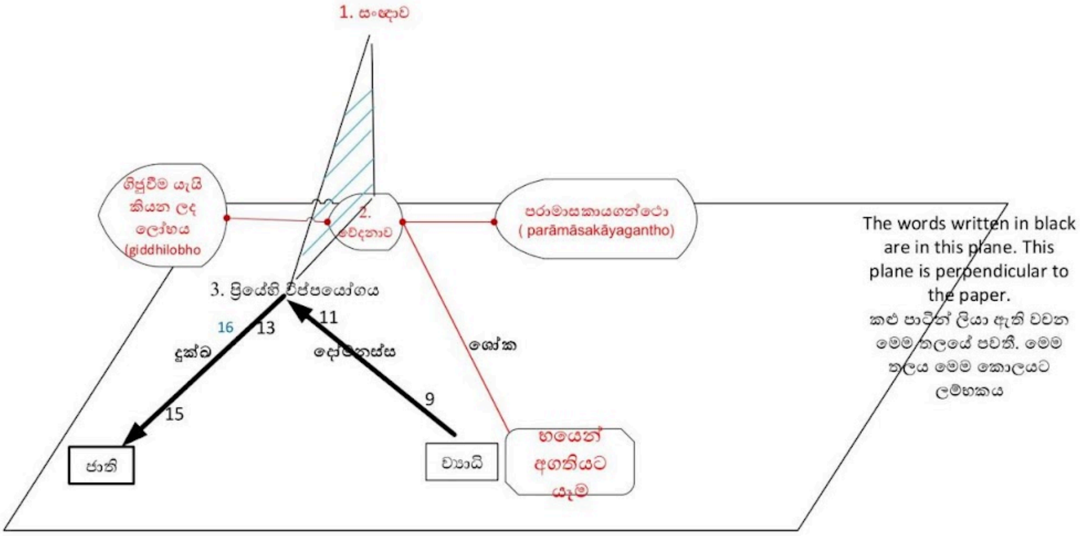
තවත් එකතු කරනවා නම්, ඔය සම්මා සංකල්ප 3 slide 2 බැලීමේ දී, ද්වේෂය හරහා ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන් වීම පළමුව සිදු වේ. මෙහි පථය 1, සංස්කාර නිත්‍ය වශයෙන් පරාමාසගත වන්නේ දෝලනය දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකීම සමඟ විමසා බලන්නේ, කාමය වරදවා හැසිරීම වැනි සංස්කාර, මෙහි අත්තා යන්න පහළ දිසාවට ලකුණු වේ. දැන් මතක ඇති නේ අපි අවිද්‍යා පච්චයා සඞ්ඛාරා කියලා අපි ආවා නම් මෝහ අගතියෙන් සංස්කාරයට, සංස්කාර පච්චයා විඤ්ඤාණං කියලා, භය අගතියට ආවා නම්, ඊට පස්සේ විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං කියලා අපි යන්නේ උඩට.

දැන් මේ විදිහට ගත්තොත් සංස්කාර නිත්‍ය යයි කියලා ගත්තොත්, ඒ පථය ඔයගොල්ලන්ට මතක ඇති, පථය 1 එතෙන්දි සංස්කාර නිත්‍ය යයි කියලා පරාමාසයට එන්නේ. එතකොට ඒක අපිට පේනවා ඊට පස්සේ ද්වේෂයෙන් අගතියට එහෙම යනවායි කියන එක.

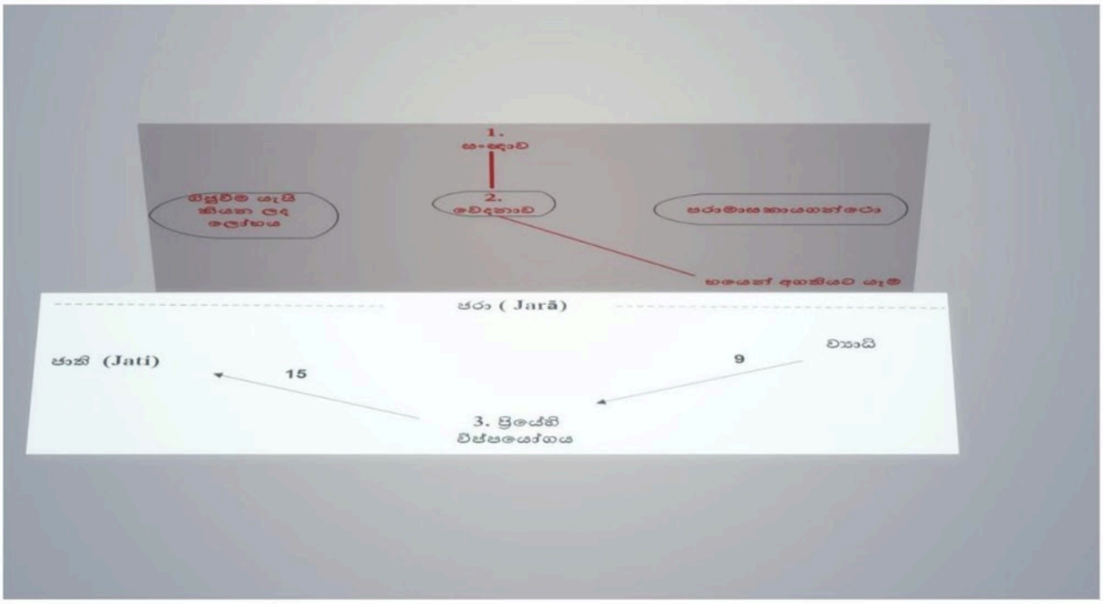
එතකොට අන්න ඒ විදිහට බැලුවොතින් ද්වේෂය නිසා ඉපදෙනවා යන්න වැටහේ. ඉතින් ද්වේෂය වෙලා තමයි ප්‍රියේහි විප්පයොගය කියන කතාව තියෙන්නේ. එතකොට තමන්ට පේනවා එක තලයක ඉඳන්, දැන් තමන් ඉන්න තලය, මේ මනුස්සයෙක් හැටියට ඉන්න එක තලය. ඊට පස්සේ ඉතින් තලය cross කරන්න යන්න එපා කියන එක හොඳට ගන්න. ඒ කියන්නේ ව්‍යාධි එහෙම තියෙන ඊළඟ තලය බ්‍රහ්ම ලෝකය වේවා, තිරිසන් ලෝකය වේවා, අපාය වේවා, ඒක වෙන

තලයක් කියලා කල්පනා කරන්න.

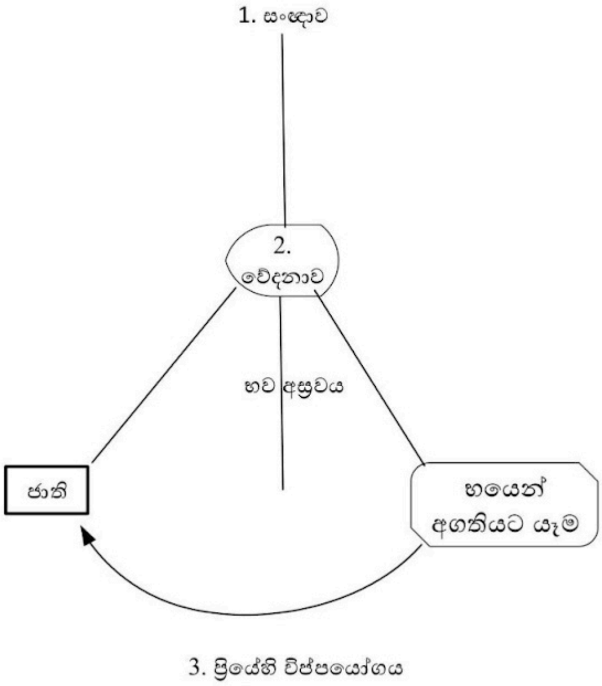
ඒක තමයි තව එකතු කරනවා නම් කියන්න පුළුවන්.



Parinibbana 2D

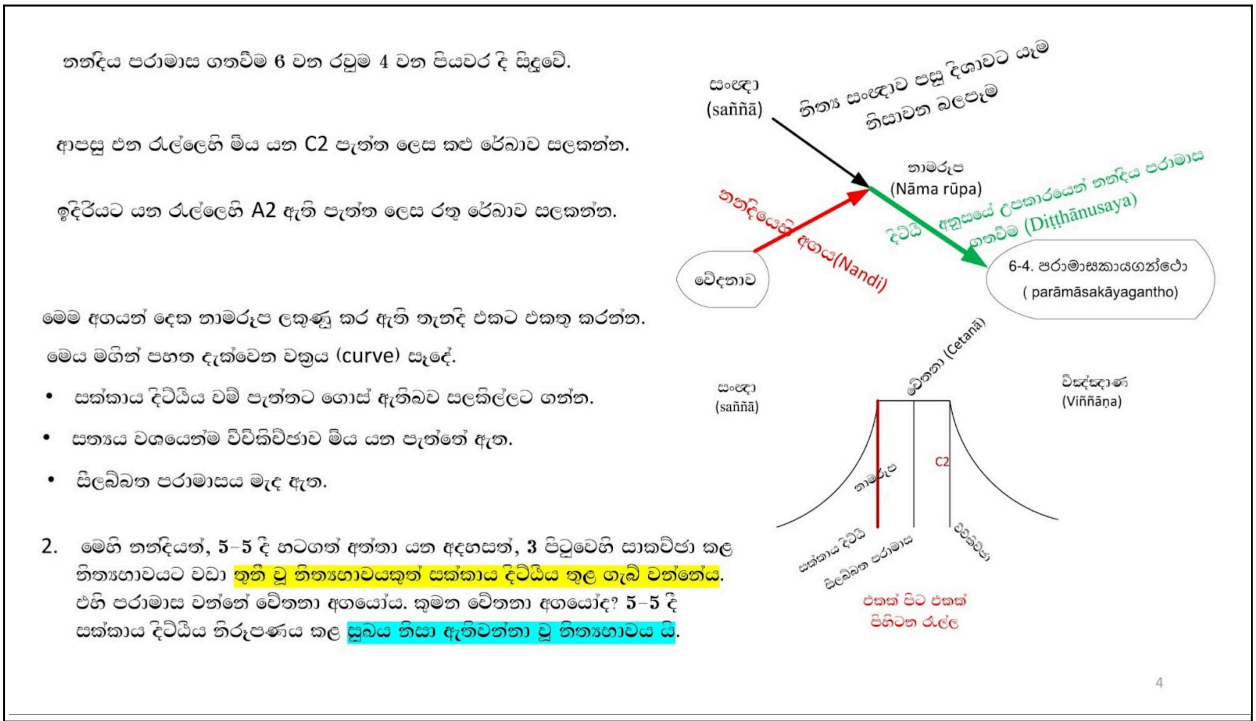


Parinibbana 3D

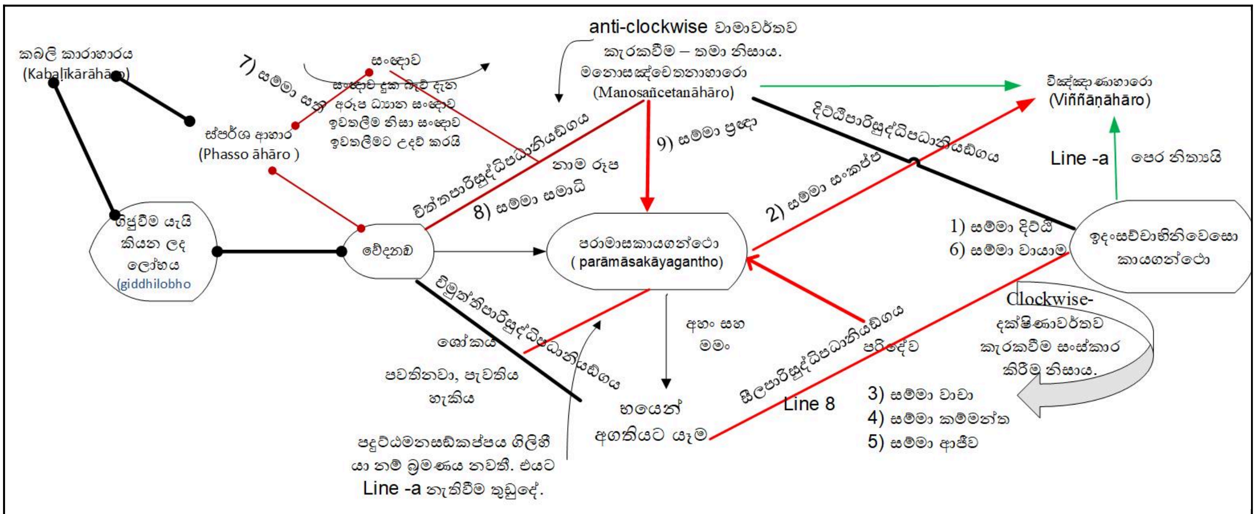


එක රේඛාවක පිහිටන අවස්ථාව - පරිනිර්වානය සිදු නොවේ

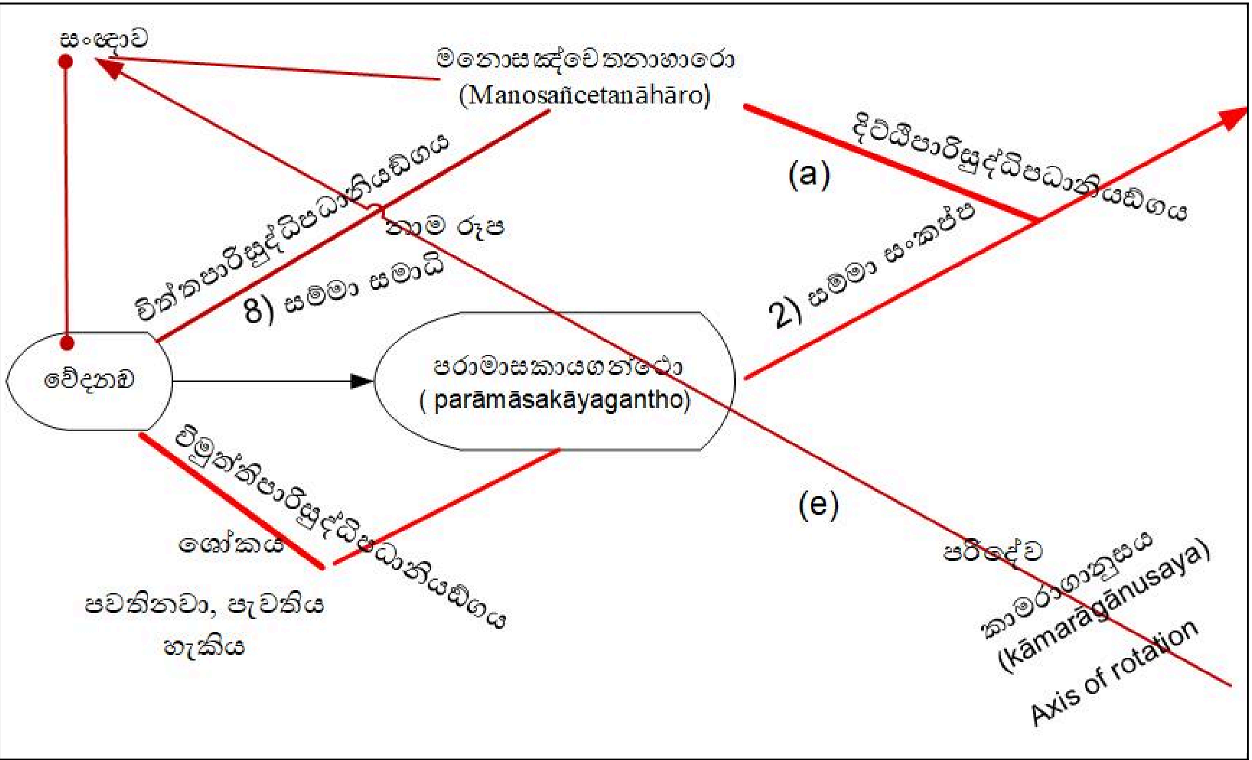
Parinibbana.pdf - Slide 2



DukkaChakraya.pdf - Slide 4



s_oscillation.jpg



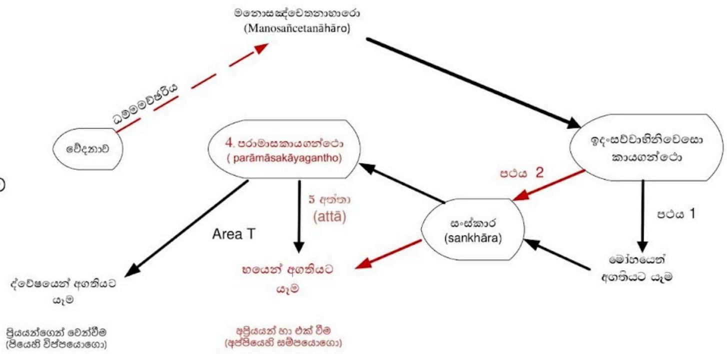
s_trident.jpg

සම්මා සංකල්පය -නෛෂ්ක්‍රම්‍ය සංකල්පනාවය, අව්‍යාපාද සංකල්පනාවය, අවිහිංසා සංකල්පනාවය.
කතමො ච, භික්ඛවෙ, සම්මාසඞ්කප්පො? නෙක්ඛම්මසඞ්කප්පො අබ්‍යාපාදසඞ්කප්පො අවිහිංසාසඞ්කප්පො

අප්‍රියයන් හා එක් වීම (අප්පියෙහි සම්පයොග) සහ ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම (පියෙහි විප්පයොගො) යන දෙකින් කුමක් පළමුව ඇතිවන්නේද?

කළු පාටින් ලකුණු කර ඇති 1 වන පථය - අවිද්‍යාව සමඟ යෑම.

- වර්තමාන මොහොතේදී, සංස්කාර නිත්‍ය වශයෙන් පරාමාස ගතවන්නේ, ද්වේෂ අගති ගමන හරහා ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම පළමුව සිදුවේ.
- ක්ෂේත්‍ර T (Area T) ප්‍රියවී ඇත.
- සංකල්ප රාගය මගේ යැයි ගෙන ඇත.
- දැන් සංකල්පයේ තිබුනාවූ ධර්ම අගය රූපයේ නැති බව දැන අප්‍රියයන් හා එක් වීම (අප්පියෙහි සම්පයොග) ට යයි.



- රතු පාටින් ලකුණු කර ඇති 2 වන පථය, මානය නිසා වන පාර. වර්තමාන මොහොත නොවේ.
- ඉදංසච්චාභිනිවෙස කායගන්ථය, පරාමාස කායගන්ථය තුලට ඇදේ.
- මානය නිසා භය අගති ගමන යෑම සිදුවේ. ඉන් අනතුරුව අප්‍රියයන් හා එක් වීම (අප්පියෙහි සම්පයොග) පළමුව සිදුවේ. මෙහිදී, සම්මා සංකල්ප භාවනා 1 මෙන් මෙනෙහි කළ යුතුය.

2

s_Sammasankappa_bhavana3.pdf - Slide 2

01/09/2023 - අමෘතය 6

Amurthaya 6

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

25/08/2023 අමෘතය 5 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. ඉන් අනතුරුව ත්‍රිශූලය diagram එක, වාමාවර්ත ව දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකැවෙන අවස්ථාව සිහි කරන්නේ, දුක්ඛ චක්‍ර සටහන්වල හතර වන පිටුවේ 6.4 සටහන දක්වා පැමිණ, එහි සඤ්ඤාව ස්ථිර කරයි (confirm), යන්න සිහි කළා.

වේදනා අගය චේතනාව මගින් ග්‍රහණය කරන්නේ, සඤ්ඤාව සනාථ කරයි. මෙහි දී 29/09/2017 නිබ්බාන භාවනාවේ සඳහන් ධර්ම කරුණුවලට සිත යොමු විය.

සරසුල සටහන මෙනෙහි කළා.[1] 5.5 සිට 6.4 දක්වා පැමිණෙනවා නම්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම ආරම්භ වෙලා තියෙනවා. 6.4 දක්වා පැමිණ ඇත්තේ, නන්දිය මගින් හෝ පැවතුණායි සතුටු වෙනවා. දිට්ඨිය බිඳුණත් අපි ඒකෙන් සතුටු වෙනවා.[2] මේ නිසා භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම (firm වීම) කියන එක සිදු වෙලා තියෙනවා. එවැනි භව ආශ්‍රව මගින් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට එකතු කිරීම කියන එක සිද්ධ වෙනවා යනුවෙන් ඉගෙනගෙන ඇත.

මෙහි දී 6.4 යන පියවරේ දී කරුණු තුනක් වැටහේ.

1 සඤ්ඤාව සනාථ කරයි.[3]

2 භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම (firm වීම), කියන එක සිදු වී ඇත.[4]

3 අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම ආරම්භ වී ඇත.[5]

මෙම තුන් ධර්මයන් එකට මුසු වන්නේ, නිරෝගී බව නැති වේ. ව්‍යාධිය ඇති වේ. කුමක් නිසා එසේ පවසා ද?

6.4 සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය බව අමතක නොකළ යුතු ය. එනමුදු අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම, සඤ්ඤාව සනාථ කිරීම සහ භව ආශ්‍රවය ස්ථිර වීම 6.4 දී සිදු වී ඇත්තේ, එමගින් සීලබ්බත උපාදානයේ ක්‍රියාකාරීත්වය සිදු වේ. 6.4 දී ආරම්භ වී ඇති, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යන ධාරාව, ස්ථිර යයි ප්‍රබලතාවයකට පත් වීම, සීලබ්බත

උපාදානයේ බලපෑම නිසා සිදු වේ. මෙහි දී කාම උපාදානයෝ හටගනී. කුමක් නිසා ද? ස්ථිර වූ භව ආශ්‍රවය ඇත්තේ සුබ යන හැඟීම් සහිත වූ කාම ආශ්‍රව ප්‍රබල වී ඇත්තේ, කුමන රූපයක් හෝ ලාභ යයි ගැනීමට තරම් සිත පදම් වී, එනම් පුරුදු කර ඇත. ඒ නිසා ය.

එම ධර්මයෝ පරාමාස වීම පෙර ආරම්භ වී ඇත්තේ, 5.4 දී ආරම්භය. 6.4 වන විට තීව්‍ර (sharp) වී ඇත්තේ, යම් ධාතුවක් [6] ස්පර්ශ කිරීමට ලැබෙන්නේ මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වේ.

එතකොට එතන අපිට පේනවා අර ගිද්ධිලෝභ, චේතනා, භය අගති cone එක.[7] 7.2 න් පසුව ස්ථිර වූ භව ආශ්‍රව මත පදනම්ව, 6.4 සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය අමතක කර, ජාතිය සනාථ කරනු ලබයි. මෙහි දී 1 සඤ්ඤාව, 2 වේදනාව, 3 ප්‍රියේහි විප්පයොගය යන ධර්මතාවයෝ එකම රේඛාවක පිහිටන අවස්ථාව යොදා ගන්න.[8]

ඉතින් මෙතෙන්දි එතන ජාති වේදනා භය අගති cone එක, අපිට පේනවා අපි භය අගතියේ ඉඳන් ඒ ජාතිය දක්වා එනවයි කියන එක.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 16/09/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතකොට ඒකෙ අපි දන්නවා අර අත්තා කියලා 5.5 එතන නිත්‍යයි කියලා විඤ්ඤාණය පැත්තට යනවා, අනිත් පැත්තට 6.4 පැත්තට යනවා කියලා, පහළින් අර අහංකාර අගය සඤ්ඤාවක් ලෙස 7.4 ලකුණු කරලා තියෙනවා.

2. එතකොට මේක දුක්ඛ table එකත් එක්ක සිහි කරන්න.

3. Confirm කියන එක.

4. ඉතින් මෙතන මේ දිට්ඨිය බිඳුණත් නන්දිය මගින් හෝ පැවතුණා කියන එක. මේකේ පැවතිය හැකි ය යන අදහස තියෙනවා.

5. ඉතින් මෙතනට චුට්ටක් එකතු කරනවා නම්, ඔය පළවන කාරණය, සඤ්ඤාව සනාථ කරයි කියන එක, ඒකෙ ඔය පල්ලෙහායින් තියන දෙවනියට තියෙන firm වීම කියන එකට වඩා ඒ confirm කියන එක strong. ඒ කියන්නේ මේ පළවෙනි කාරණයේ දී චේතනා නිසා සංස්කාර ඇති වන්නේ එමගින් පවතිනවා යන අදහස ගැබ් වෙනවා. මේ නිසා 1 වන කොටසේ සඳහන් සඤ්ඤාව සනාථ කරයි, confirm යන්න, 2 කොටසේ සඳහන් භව ආශ්‍රය ස්ථිර වීම, firm යන්නට වඩා strong වේ. එතකොට ස්ථිර විම, firm වූ පසු confirm. මෝරන ලද ධර්මයෝ තහවුරු වූ

ධර්මයෝ ම පැවතිය හැකි ය, confirm කරන්නේ ය. එහි පවතිනවා යන අදහස ගැබ් වේ කියන කැල්ල එතනට එකතු කරන්න පුළුවන්.

6. ශුක්‍රාණු හෝ ආලෝක ධාතු.

7. ඒකෙ දී, මමංකාරය අහංකාරයත් සමඟ එකතු වෙනවා කියන එක.

8. එතකොට එතන ඉඳන් අපිට පේනවා මේ දකුණු පැත්තේ භය අගති ඉඳන් ඒ ප්‍රියේහි විප්පයොග හරහා ජාතියට එනවා කියන එක.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේ භාවනාව කරන්නේ, තමාට සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව ඇති නම්, සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව සහිතව තව කෙනෙක්ව ප්‍රතික්ෂේප නොකරන්නේ යම් සේ ද, එසේ ම තමා රෝගී නිසා, සඤ්ඤාව රෝගී, ඕනෑ ම මළ මුත්‍රා ගොඩක් (කාන්තා ගර්භාෂය කියන එක සිහි කරන්න) ප්‍රතික්ෂේප නොකරන බව වැටහිණ.

මෙම තුන් ධර්මයන් එකට මුසු වන්නේ නිරෝගී බව නැති වේ යන්න සිහියේ පවතින්නේ නම්, කිසිදු දහමක් අල්ලාගෙන විඤ්ඤාණය නොසිටී. සතර සුබභාගී ධර්මයෝ පවතී යන්න වැටහිණි. කෙසේ ද?

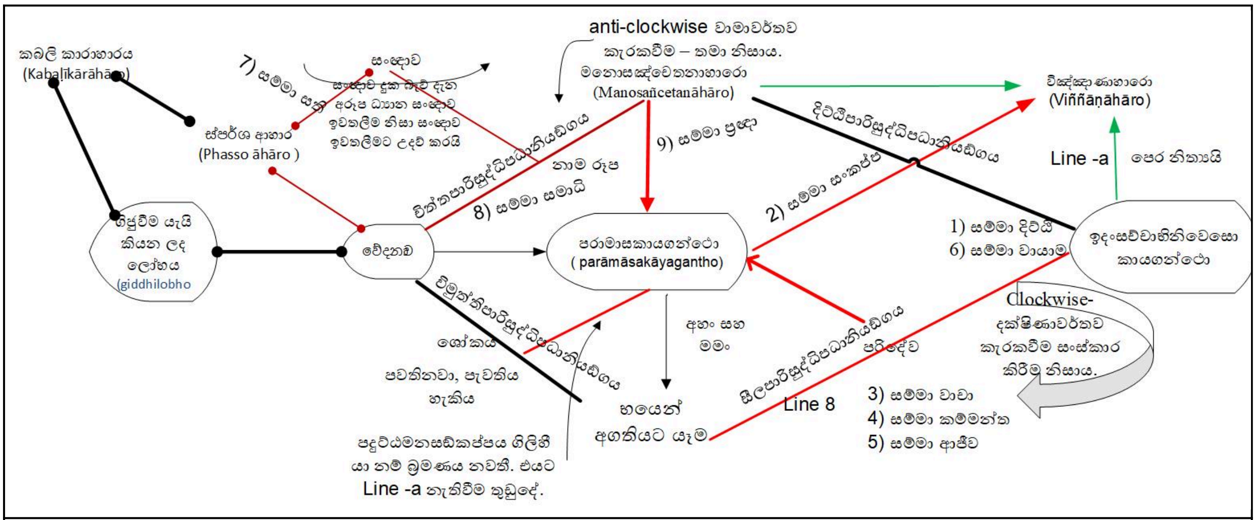
පළමුව, ස්පර්ශ වන විට ම රෝගී බව ඇති විය හැකි ය යන්න බව දැන, ඉන්ද්‍රිය සංවර කර ගනී. අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා ධාරාව නොගැලීම සඳහා ඉද්ධිපාද භාවිතා කරයි. බොජ්ඣඞ්ග 7 මගින් වඩු බාස්ගේ කතාව මෙන් සඤ්ඤාවට නොසලකයි. සබ්බනිස්සග්ගය මගින් ආයතන බිම තබයි. මෙසේ බොහෝ වෙලාවක් උපෙක්ඛාවෙන් යුතුව සිටිය හැකි ය. හිසේ බර ගතියක් නැත. ශාන්ත ය, ප්‍රණීත ය.

7.2 න් පසුව ස්ථිර වූ භව ආශ්‍රවය මත පදනම්ව 6.4, සඤ්ඤාවේ ව්‍යාධිය අමතක කර ජාතිය සනාථ කරනු ලබයි යන්න සිහි කරන්නේ, සිත ජාතිය ළඟ පිහිටුවා සිතන්නේ, සිත ඉතාමත් සමාධිගත වන්නේ, එයින් එළියට ඒමට පවා අපහසු වන්නේ ය. එය කුමක් නිසා ද යන්න බුදුපියාගෙන් විමසුවා.

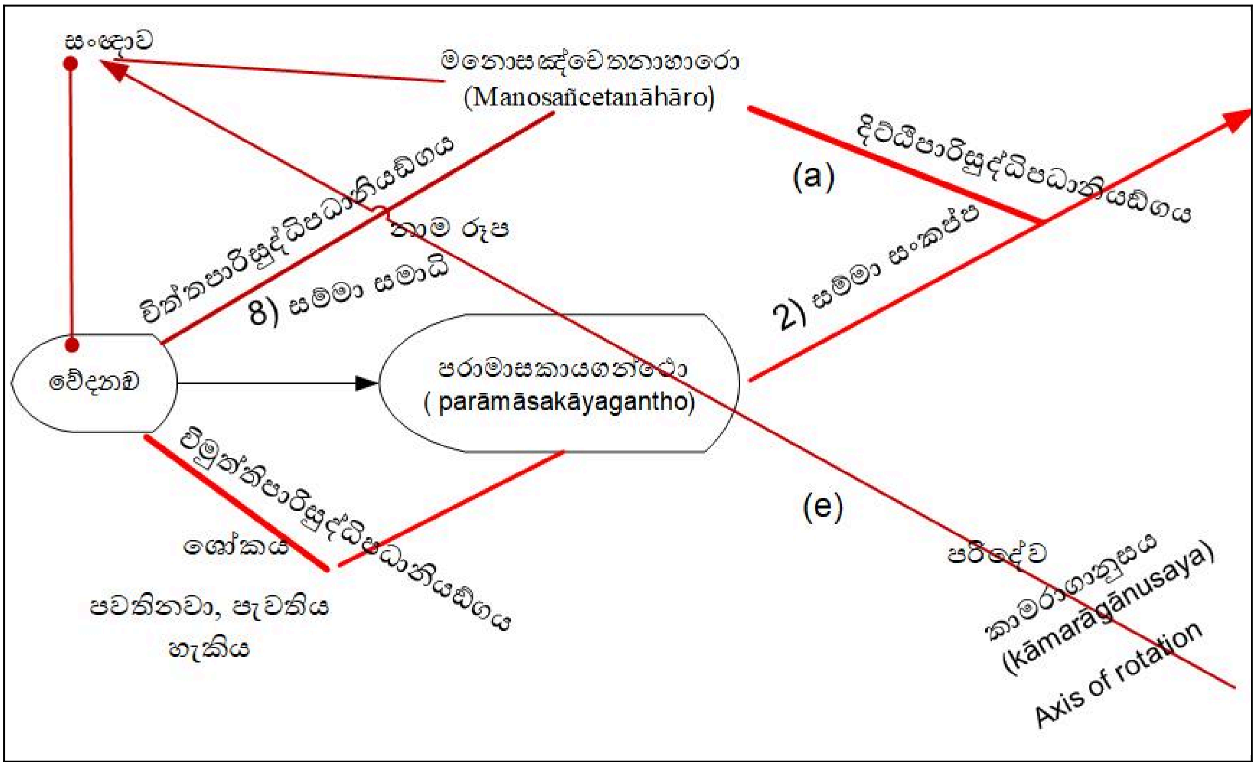
එතකොට බුදුපියා පැවසුවා රූපයට නොයයි. වේදනාවට නොයයි. චේතනා නොකරයි. භය අගති නොයයි, යයි බුදුපියා පැවසුවා.

එතකොට එතන අපිට පේනවා අර ජාතියේ ඉඳන් උඩ රූප, ඊට පස්සේ ජාතියේ ඉඳන් වේදනා චේතනා. එතකොට ජාතියේ ඉඳන් 7.2 දී අපි දන්නවා භය අගතියට එනවා කියන එක. එතකොට ඒ භය අගතියට එන කැරකීමත් නැහැයි කියන එක.

ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg

නන්දිය පරාමාස ගතවීම 6 වන රවුම 4 වන පියවර දි සිදුවේ.

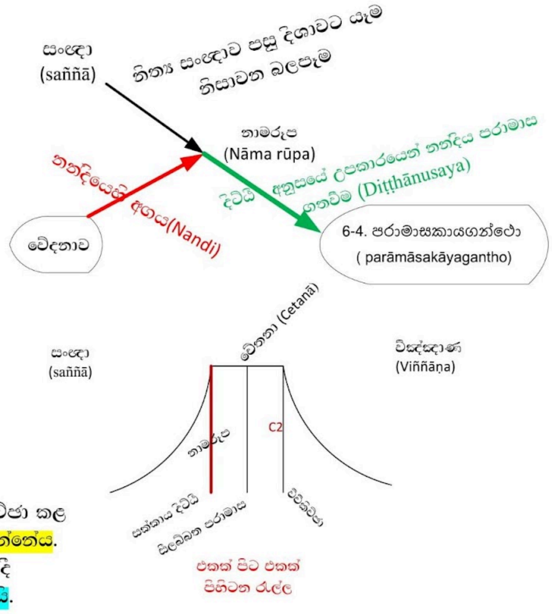
ආපසු එන රුල්ලෙහි මිය යන C2 පැත්ත ලෙස කළු රේඛාව සලකන්න.

ඉදිරියට යන රුල්ලෙහි A2 ඇති පැත්ත ලෙස රතු රේඛාව සලකන්න.

මෙම අගයන් දෙක නාමරූප ලකුණු කර ඇති තැනදි එකට එකතු කරන්න.

මෙය මගින් පහත දැක්වෙන වක්‍රය (curve) සෑදේ.

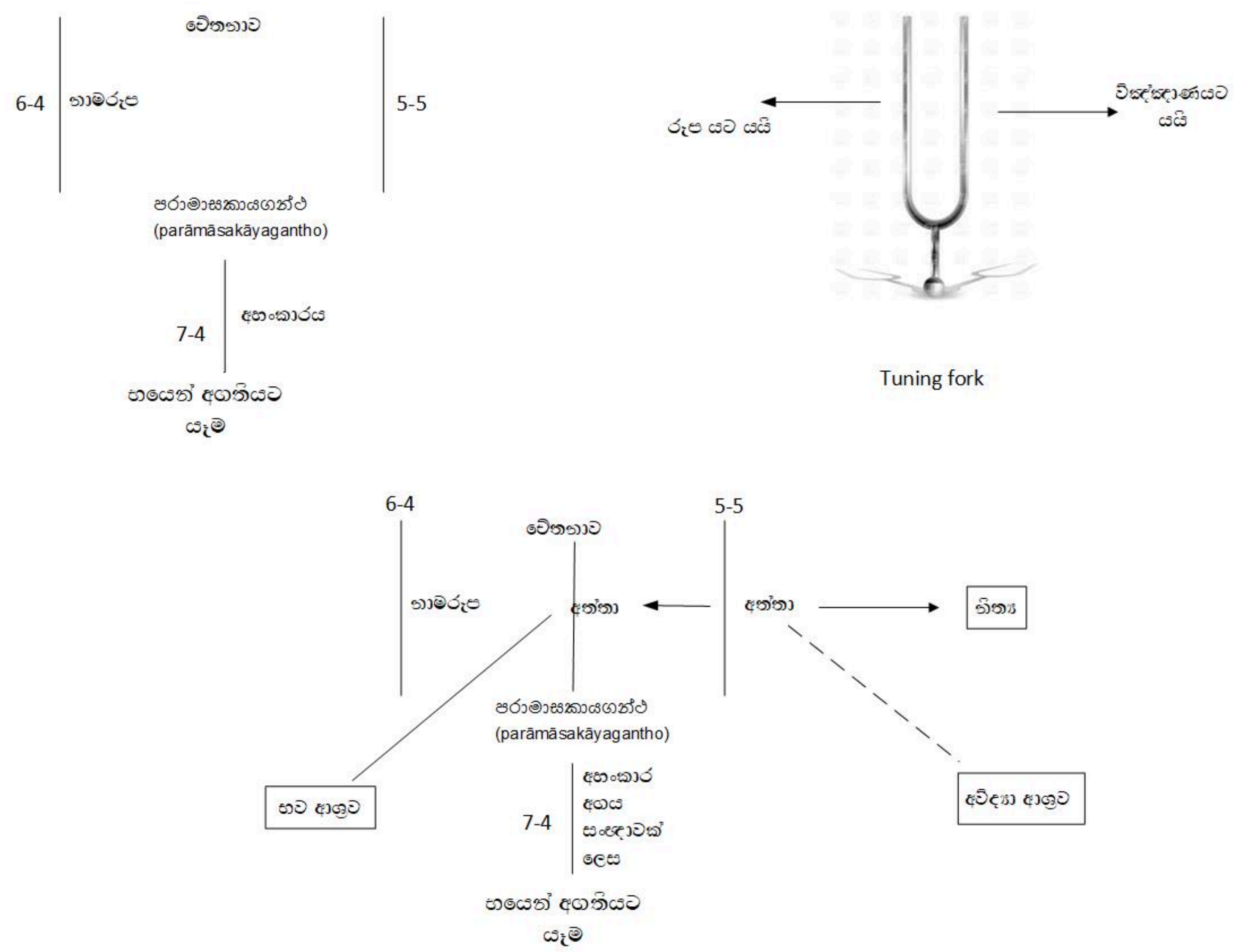
- සක්කාය දිට්ඨිය වම් පැත්තට ගොස් ඇතිබව සලකිල්ලට ගන්න.
- සත්‍යය වශයෙන්ම විචිකිච්ඡාව මිය යන පැත්තේ ඇත.
- සීලබ්බත පරාමාසය මැද ඇත.



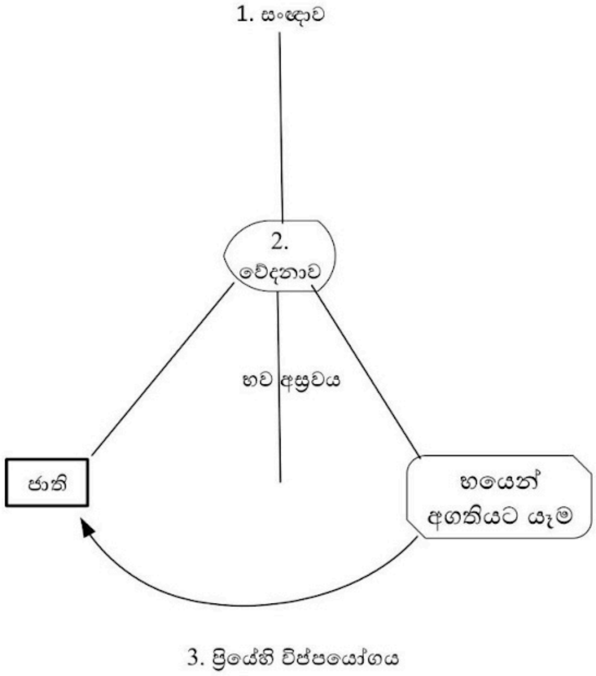
2. මෙහි නන්දියත්, 5–5 දි හටගත් අත්තා යන අදහසත්, 3 පිටුවෙහි සාකච්ඡා කළ නිත්‍යභාවයට වඩා තුනී වූ නිත්‍යභාවයකුත් සක්කාය දිට්ඨිය තුළ ගැබ් වන්නේය. එහි පරාමාස වන්නේ චේතනා අගයෝය. කුමන චේතනා අගයෝද? 5–5 දි සක්කාය දිට්ඨිය නිරූපණය කළ සුඛය නිසා ඇතිවන්නා වූ නිත්‍යභාවය යි.

4

DukkaChakraya.pdf - Slide 4



Sarasula.jpg



එක රේඛාවක පිහිටන අවස්ථාව - පරිනිර්වානය සිදු නොවේ

08/09/2023 - අමෘතය 7

Amurthaya 7

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

01/09/2023 අමෘතය 6 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. ඉන් අනතුරුව ත්‍රිශූලය diagram එක, වාමාවර්ත ව දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකැවෙන අවස්ථාව සිහි කරන්නේ, දුක්ඛ චක්‍ර සටහන්වල හතර වන පිටුවේ 6.4 සටහන දක්වා පැමිණ, එහි සඤ්ඤාව ඝනාථ කරයි [1] යන්න සිහි කළා.

ඉන් පසුව 6.4 යන පියවරේ දී වටහා ගත් කරුණු තුන මෙනෙහි කළා.

1 සඤ්ඤාව ඝනාථ කරයි.

2 භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම (firm වීම), කියන එක සිදු වී ඇත.

3 අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම ආරම්භ වී ඇත.

මෙම තුන් ධර්මයන් එකට මුසු වන්නේ, නිරෝගී බව නැති වේ. ව්‍යාධිය ඇති වේ.

අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම ආරම්භ වුණා නම් භව ආශ්‍රවය ස්ථිර වීම (firm වීමත්), අනාගත භවය ඇඩිව ගන්නේ සීලබ්බත උපාදානය එකතු වන්නේ, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යන ධාරාව ප්‍රබලතාවයකට පත් වේ.

ස්ථිර වූ භව ආශ්‍රවය ඇත්තේ කාම ආශ්‍රව ප්‍රබල වී ඇත්තේ, කුමන රූපයක් හෝ ලාභ යයි ගැනීමට තරම් සිත පදම් වී ඇත්තේ කාම උපාදානය හටගනී. මෙම ධර්මයෝ පරාමාස වීම පෙර ආරම්භ වී ඇත්තේ, 5.4 දී ආරම්භය, 6.4 වන විට තීව්‍ර [2] වී ඇත්තේ ය, යන්න සිහි කරන්නේ, දෙවන 4 සලකුණ පෙනිණ.[3]

එතකොට අපි මෙතන diagram set එකක් දෙනවා ඒකට කියනවා driving force diagrams කියලා. එතකොට ඒ දෙවෙනි 4 සලකුණේ අපි දන්නවා, වේදනා චේතනා, පරාමාස එතන සීලබ්බත උපාදානය, ඒක අපි රතු පාටින් ලකුණු කරලා තියෙනවා. පහළ පරාමාසයේ ඉඳන් භය අගතියට කාම උපාදානයත් රතු පාටින් ලකුණු කරලා තියෙනවා. එතකොට ඉදංසච්චය දකුණු පැත්තෙ තියෙනවා.

රූපය චේතනාව දක්වා (7.4) කොළයට ලම්බකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව සහිතව (7.5) ගෙන යන්නේ, මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වේ. මෙය ගිද්ධිලෝභ චේතනා භය අගති cone එක භ්‍රමණය වීම මගින් සිදු වේ. මෙහි භ්‍රමණය ග්‍රන්ථ රේඛාව වටා ය.[4]

මෙහි දී, රූප ගිද්ධිලෝභ ජාති cone එක භ්‍රමණය වීම ද සිදු වේ. එමගින් අලුත් භවය කෙරෙහි නන්දිය හටගනී. මේ දෙක ගිද්ධිලෝභ හරහා coupling ලෙස නොගත යුතු ය. 6.4 දී නන්දි අගය පරාමාසගත වීම මෙම කැරකවීම ආරම්භ වීමට තුඩු දේ. 6.4 වීමෙන් පසුව spark වීමක් සිදු වේ ද, එමගින් රූප ගිද්ධිලෝභ ජාති cone එක,[5] කැරකවීම සිදු වේ.

මෙය දකින්නේ ඇස් දෙක වෙන වෙනම ප්‍රභාස්වරව දැනේ. ඉතින් මේ වෙලාවේ දී රහතන් වහන්සේ “Excellent” කියලාත් කිව්වා. මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වී භය අගති දක්වා රූප අගයෝ ගෙන යෑම සිදු වේ. මෙය සිදු වන්නේ 7.2 න් පසුව ය. නන්දිය හටගත් පසුව ය. මෙය 7.7 නොවේ. 7.6 ගත හැකි ය. මෙහි දී 7.2 න් පසුව ජාති වේදනා භය අගති cone එක භ්‍රමණය ආරම්භ වේ.

අපි ඔය හතරවෙනි සටහනක් දීලා තියෙනවා. ඒ හතරවෙනි සටහනේ දැක්වෙන්නේ 7.6 දී වන කැරකවීම ය. එහි 7.2 දී වන කැරකවීම ලකුණු කර නැත.[6] එතකොට අපිට මෙතන ජේනවා. 1 සඤ්ඤාව 2 වේදනාව 3 ප්‍රියේහි විප්පයොගය එතන භය අගතියේ ඉඳන් අපි ජාතිය කරා ගමන් කිරීම ලකුණු කරලා තියෙනවා සටහන හතරේ. 7.7 දී නන්දි අගය සම්පූර්ණ වේ. එනම් මැරී ඉපදීමට ඇති කැමැත්ත ස්ථිර ය. වේදනා peak වේ.

මෙම භාවනාව කරන්නේ, අපි ලකුණු කරගත්තොත් ඔය කොළයක, සතිය ඇති තැන නළලේ වම් පැත්ත,[7] ඊළඟට දකුණු කන තියෙන තැන, ඒ දෙක හරහා රේඛාවක් ඇඳලා ඔළුව දෙකට බෙදලා ගත්තොත්, ඒ රේඛාවෙන් දකුණු පැත්තේ අපි A කියලා ලියාගත්තොත්, වම් පැත්තේ කොටස B කියලා ලියාගත්තොත්, ඔය හිස දෙකොටසකට බෙදී දැනෙනවා. A, B දෙපැත්තම සුඛ ය. නමුත් වෙන් වී දැනේ.

මෙය තමන්ගේ ද අන් අයගේ ද ලෙඩ රෝග සුව කර ගැනීමට යොදා ගත හැකි හොඳම අවස්ථාව වශයෙන් බුදුපියා පැවසුවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 16/09/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. confirm.

2. sharp.

3. එතකොට අපි driving force diagram set එක දුන්නා. ඉතින් මෙතෙන්දි පොඩ්ඩක් එකතු කරනවා නම්, ඔය ධර්මයෝ පරාමාස වීම 5.4 දී ආරම්භය කිව්ව අවස්ථාවේ දී, මේකෙ දී මේ ඔය ගිද්ධිලෝභ චේතනා භය අගති cone එක, clockwise භ්‍රමණය ද ආරම්භ වෙනවා. නමුත් කිව්වේ නැත්තේ මේ ගැන මේ මොහොතේ හිතන්න එපා. අන්න ඒ නිසයි. නමුත් ඒවා පස්සේ දී උදව් උපකාර වෙනවා.

4. එතකොට ඒක අපි 2 වන සටහනේ දීලා තියෙනවා. එතකොට අර ගිද්ධිලෝභ චේතනා භය අගති cone එක.

5. ඔය තුන් වෙනි සටහන.

6. ඉතින් මෙතැනට චුට්ටක් එකතු කරනවා නම්, ඔය 7.2 කතාවේ දී, ඒ 7.2 යන්න හිතන්න පුළුවන් කෙනෙක් හිතනවා කඩයට යනවායි කියලා. කඩයට යන්න සිතන්නේ වාහනයට නගින්නේ ය යන්න මෙනි. තවම එහි ගිහින් නැත. එනමුදු පාන් ගෙන එමියි යන අදහස වේදනා අගයන් සමඟ පැමිණ ඇත. මෙසේ නොවන්නේ නම් පාන් නිසා විඤ්ඤාණ ධාරාව නොගලයි කියන එක. ඉතින් ඕක බොහොම වටිනා දෙයක් ඔය 7.2 දී ඔය මං එකතු කරපු කෑල්ල. පස්සේ දී ඒක තව තවත් තේරෙයි. එතකොට දැන් එතැන දී 4 වෙනි සටහන දීලා තියෙනවා. ඒ භය අගතියේ ඉඳන් ඒ ජාතිය දක්වා යනවා කියන එක.

7. අර ඔළුව අපි පෙන්නුවා දෙපැත්තට බෙදෙන හැටි, සතිය ඇති තැන නළලේ වම් පැත්ත.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, ඔය 15/09/2023 අපි දුන්නා භාවනාවක්, ඒකෙ මතක ඇති සත්තො ගුහායං ගාථාවෙන් පටන් ගන්න කියලා පවසලා, ඒකෙ ඡන්දය රාගය නන්දිය අධිට්ඨාන භව ඕඝය, එහෙම සිහි කළා. එතකොට මෙහි දී භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම firm වීම ඇති නම් ඕඝය, ඒ කියන්නේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම ඒ flooding කියන එක වෙනවා. මේක මෙනෙහි කළ විගසින්, ඔය A, B ලෙස මනස පවතිනවා. ඒ විදිහට මුළු භාවනා කාලය තුළ ම ඒ 6 වන ධ්‍යාන සමාපත්තිය සහිතව සිටියා.

එතකොට මම මේ කියන්නේ, අර A, B කියන එක, කෙනෙකුට ගන්න පහසු

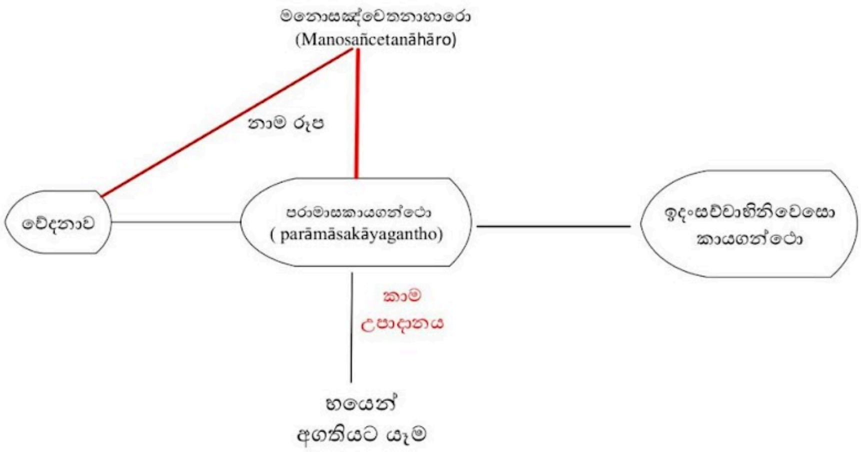
වෙන්න, ඔය බලන්න ඔය නන්දිය කියන එක සිහි කරනකොට අන්න එතෙන්දී නන්දිය මගින් හෝ පැවතුණා ය කියලා සතුටු වෙනවා. දිට්ඨීය බිඳුණත් අපි ඒකෙන් සතුටු වෙනවා. මේ නිසා භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම firm වීම කියන එක, මේක සිහි වෙනවා. එතකොට එනම් සඤ්ඤාව සනාථ කරයි නම් අත්තා සෑදේ. එහි පසු සඤ්ඤාව භව ආශ්‍රවය යන්න සිහි විය.

එතකොට දෙවෙනියට කියන්න පුළුවන්, අර ඕසය සිහි කරන අවස්ථාවේ දී, ආච්චිඅම්මාගේ තුවා දත් දීම මෙන් සිහි කරන්නේ, රූපය නිසා වූ යම් ආස්වාදයක් වෙත් ද, එය නැති බව, දිර දිරා යන රූපයට ඇඟිල්ල දිගු කර පෙන්නා දෙන්නාක් මෙන් ජරාව සිහි කර දෙන්නේ, නන්දිය බැස යයි. මේ කාරණා දෙක සිහි වීම කියන එක මට ඒ වෙලාවේ වුණා. එතකොට ඒක අනුව තමයි අර A, B විදිහට ඒක පැවතීම තියෙන්නේ.

ඉතින් කෙටියෙන් ම කියනවා නම්, මේකෙ මේ අර දොර පොල්ල කියන එක සෑදීම, තමන් එතැන දී පොඩ්ඩක් පෙනෙන්න ඕන. අන්න ඒ පෙනෙනවා නම් තමයි ඔය A, B කතාවත් එක්ක ඒක වෙන් කිරීම කියන එක, තමන්ට වටහා ගන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

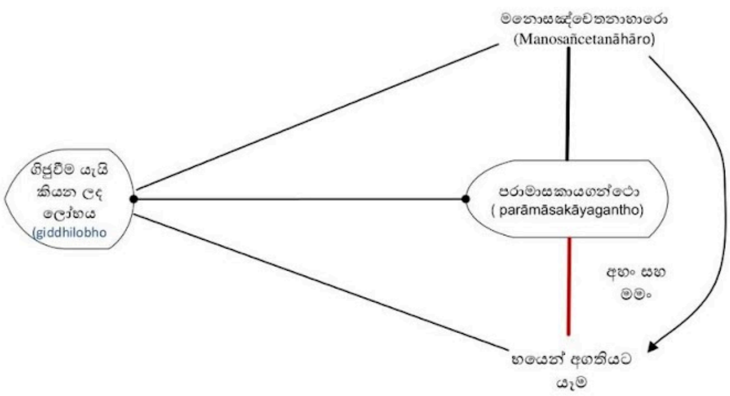
ඒකයි මට එකතු කරන්න තියෙන්නේ.

ස්ථිර වූ භවාස්‍රවය ඇත්තේ කාමාස්‍රව ප්‍රබල වී ඇත්තේ, කුමන රූපයක් හෝ ලාභ යැයි ගැනීමට තරම් සිත පදම් වී ඇත්තේ කාම උපාදානය හට ගනී, මෙම ධර්මයෝ පරාමාස වීම පෙර ආරම්භ වී ඇත්තේ (5-4 දී ආරම්භය), 6-4 වන විට තීර්ව (sharp) වී ඇත්තේය යන්න සිහි කරන්නේ, දෙවන 4 සලකුණ පෙනිණ.



සටහන 1

රූපය චේතනාව දක්වා, කොලයට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව සහිතව ගෙන යන්නේ මමංකාරය අහංකාරය සමග එකතු වේ. මෙය ගිද්ධි ලෝභ, චේතනා, භය අගති cone එක භ්‍රමණය වීම මගින් සිදු වේ, මෙහි භ්‍රමණය ග්‍රන්ථ රේඛාව වටා ය. (පාදසටහන (Footnote) 1 බලන්න)

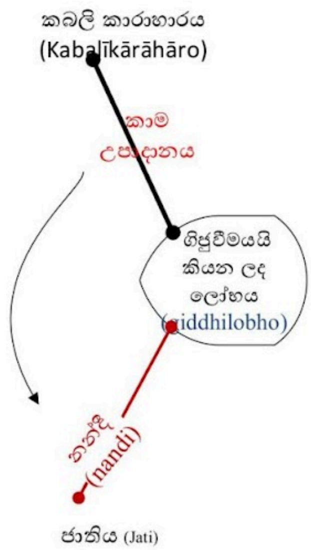


සටහන 2

1

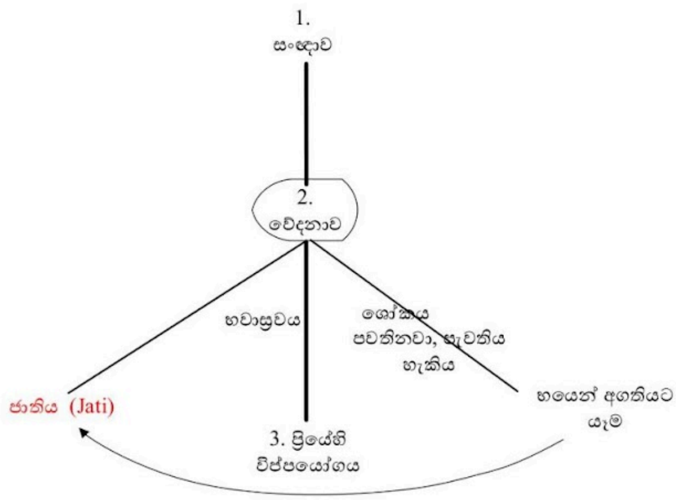
DrivingForceDiagrams.pdf - Slide 1

මෙහිදී රූප - ගිද්ධි ලෝභ -ජාති cone එක භ්‍රමණය වීමද සිදුවේ එමගින් අලුත් භවය කෙරෙහි නන්දිය හටගනී. (ඉහත සටහන 2 සහ පහත සටහන 3 ගිද්ධි ලෝභ හරහා coupling ලෙස නොගත යුතුය.). 6.4 දී නන්දි අගය පරාමාසගත වීම මෙම කැරකවීම ආරම්භ වීමට තුඩු දේ.



සටහන **3** (Nandi generation – This rotation is not a driving force)

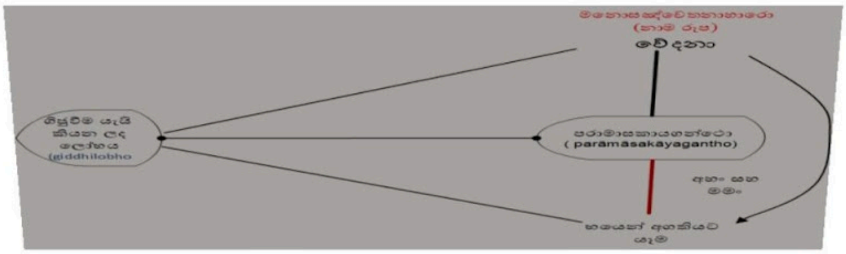
මමංකාරය අහංකාරය සමග එකතුවී භය අගති දක්වා රූප අගයෝ ගෙන යෑම සිදුවේ. මෙය සිදු වන්නේ, 7-2 න් පසුවය. මෙහිදී ජාති - වේදනා - භය අගති cone එක භ්‍රමණය ආරම්භ වේ.



සටහන 4

පාදසටහන 1

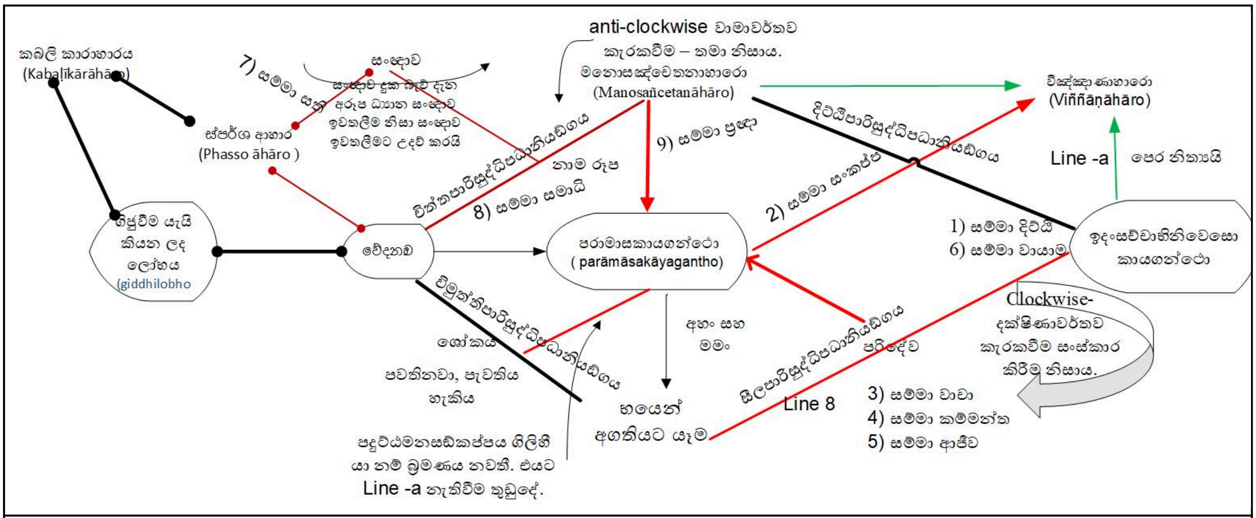
කඩදාසියට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව වටහා ගැනීම සඳහා පමණක් සටහන 2 නැවතත් පහත දක්වා ඇත. සටහන 2 අංශක 60 න් ගිද්ධි ලෝභ - පරාමාසකාය ග්‍රන්ථ රේඛාව වටා කැරකැවූ පසු අවස්ථාව පහත දක්වා ඇත. එය අංශක 90ක් දක්වා කරකවන්නේ නම් “චේතනාව දක්වා ගමන් කර ඇති වේදනා අගය කඩදාසියට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව” යන්න වැටහේ (එය අවම වශයෙන් රවුම7-5 පියවර ලෙස ගත හැකිය).



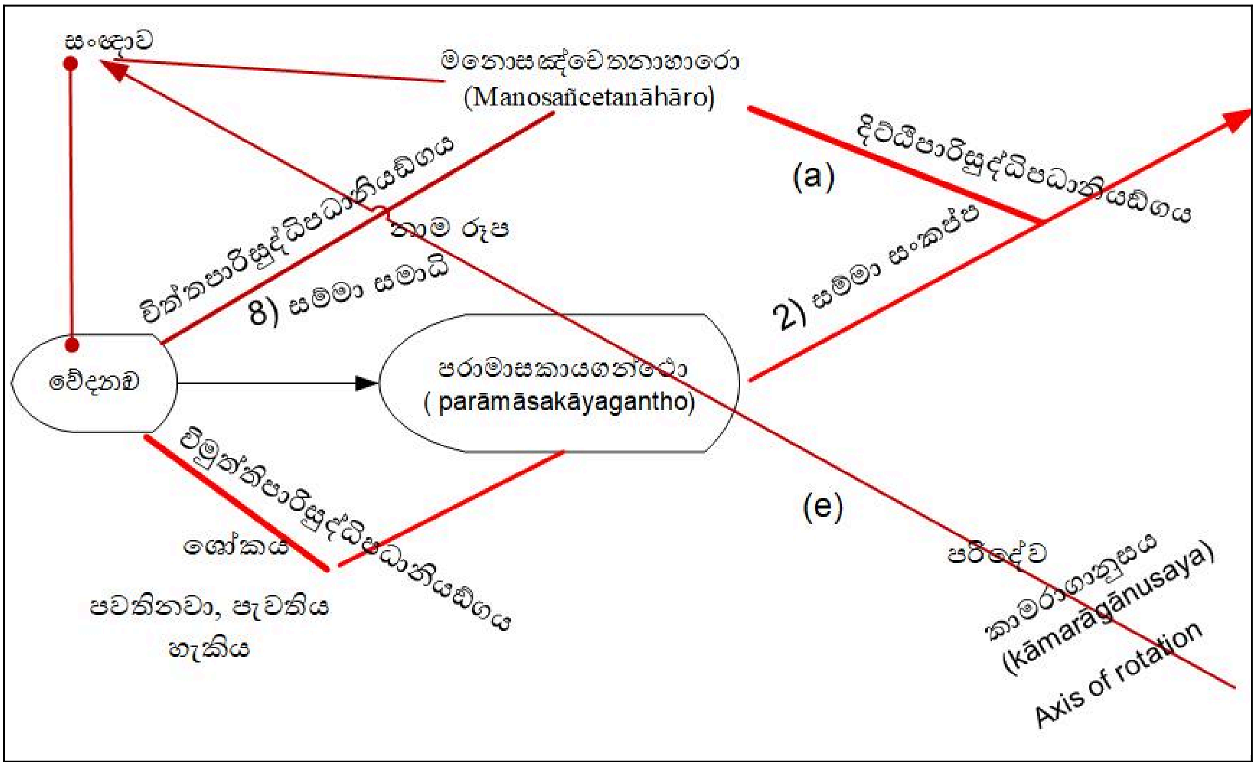
තවද මෙයට පෙර **සංස්කාර** ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ ඇති වන විට දෝලනය සටහන අංශක 47ක් පමණ දක්ෂිණාවර්ත ව කරකැවී ඇති අවස්ථාව පහත දැක්වේ. එනම් දෝලනය සටහනේ පරිදේව - පරාමාස- නාම රූප යන රේඛාව, ශෝක- පරාමාස - විඤ්ඤාණ axis එක වටා අංශක 47ක් පමණ දක්ෂිණාවර්ත ව කරකැවී ඇති අවස්ථාව පහත පෙන්වා දී ඇත. හැඩය වෙනස් මෙන් ඇඳ ඇත්තේ පෙන්වීමේ පහසුව සඳහාය.

3

DrivingForceDiagrams.pdf - Slide 3

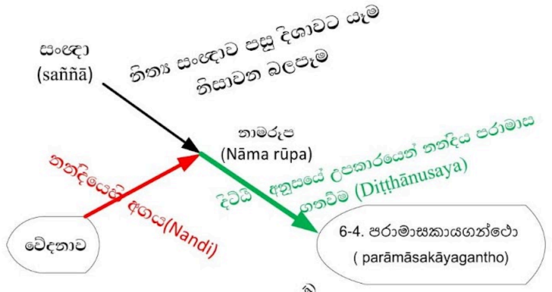


s_oscillation.jpg



s_trident.jpg

නන්දිය පරාමාස ගතවීම 6 වන රවුම 4 වන පියවර දි සිදුවේ.

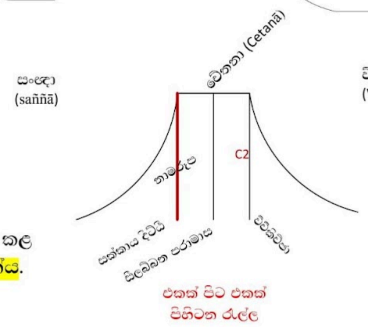


ආපසු එන රුල්ලෙහි මිය යන C2 පැත්ත ලෙස කළු රේඛාව සලකන්න.

ඉදිරියට යන රුල්ලෙහි A2 ඇති පැත්ත ලෙස රතු රේඛාව සලකන්න.

මෙම අගයන් දෙක නාමරූප ලකුණු කර ඇති තැනදි එකට එකතු කරන්න.

මෙය මගින් පහත දැක්වෙන වක්‍රය (curve) සෑදේ.

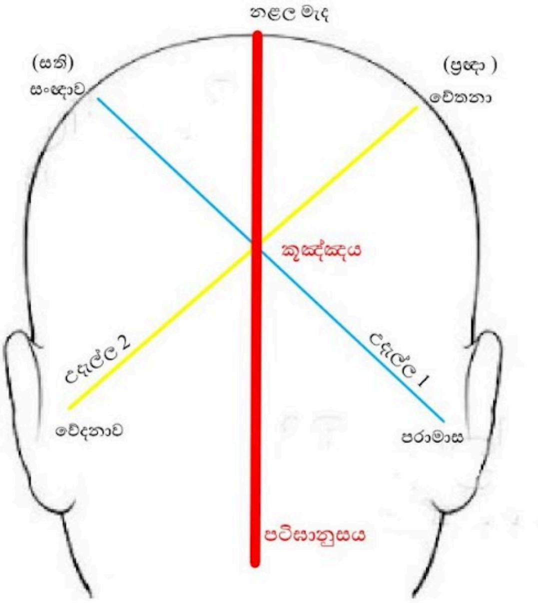


- සක්කාය දිට්ඨිය වම් පැත්තට ගොස් ඇතිබව සලකිල්ලට ගන්න.
- සත්‍යය වශයෙන්ම විචිකිච්ඡාව මිය යන පැත්තේ ඇත.
- සීලබ්බත පරාමාසය මැද ඇත.

2. මෙහි නන්දියත්, **5–5** දී හටගත් අත්තා යන අදහසත්, **3** පිටුවෙහි සාකච්ඡා කළ නිත්‍යභාවයට වඩා තුනී වූ නිත්‍යභාවයකුත් සක්කාය දිට්ඨිය තුළ ගැබ් වන්නේය. එහි පරාමාස වන්නේ චේතනා අගයෝය. කුමන චේතනා අගයෝද? **5–5** දී සක්කාය දිට්ඨිය නිරූපණය කළ සුඛය නිසා ඇතිවන්නා වූ නිත්‍යභාවය යි.

4

DukkaChakraya.pdf - Slide 4



හිසේ පිටුපසින් බැලීම පෙන්වා ඇත. 3D ලෙස සිතීමෙන් පමණක් වේදනාව, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව මත යැයි වැටහේ. (කොලයට ලම්බකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව)

සංඥා යන තැනැත්තා (ගෝලයා) දකුණු කණෙන් (පරාමාසය) අසයි. ඔහුට වැරදි හැඟීම් ඇත. එනම් වඩු බාස් කිච්චට ලී කැල්ල ගෙන එන සංස්කාර කළ යුතු නැති නමුත්, වැරදි වැටහීම් ඇති නිසා, එසේ කිරීම හොඳ යැයි වරදවා වටහා ගත් නිසා (getting his salary) එම ලී කැල්ල ගෙන ඒම ලෙස සිතන්නේ නම් වැටහේ.

වඩු බාස්ට වේදනාව අවශ්‍ය ව ඇත (වම් කණ) කුමක් නිසා ද? අන් අය හොඳ යැයි පවසන්නේ නම් පමණක් ඔහු සතුටු වන නිසා ය, මෙය නැතිනම් ආඩම්බර විය නොහැක, ඒ නිසා ය. මෙම දෙක මැදින් කුසද්ඝදය දැනෙන ස්ථානයේ සිට පටිසානුසය ලකුණු කළ, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව නළල මැද දක්වා ඇඳගන්න. 3D ලෙස සිතීමෙන් පමණක් වේදනාව, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව මත යැයි වැටහේ. (කොළයට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව) මෙම රේඛාවේ උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වන තැන මොළය තුළ ඇත. එය කුසද්ඝදය දැනෙන ස්ථානය වන අතර එය plasma (Cerebrospinal fluid -CSF) ලෙස හඳුන්වනු ලබයි. නළල මැද මෝහය. එල චිත්තය නැංවෙන විට මෙය ඉවත් වීම නිසා එය තදින් දැනෙන්නේ වරින් වර මෝහය පැමිණෙන නිසා ය.

patiganiusa.pdf - Slide 1

15/09/2023 - අමෘතය 8

Amurthaya 8

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

08/09/2023 අමෘතය 7 භාවනාව බලා අවසන් කර, භාවනාව කරන්න ගියා. "සත්තො ගුහායං" ගාථාවෙන් පටන් ගන්න යයි පැවසුවා. ඡන්දය, රාගය, නන්දිය, අධිෂ්ඨාන. මෙහි දී භව ඕඝය සිහි කළා. 6.4 යන පියවරේ දී භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම (firm වීම), ඇති නම් ඕඝය වශයෙන්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම, එනම් flooding වන්නේ ය.

මෙය මෙනෙහි කරන විට ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සඤ්ඤා ඇති විය.[1] මෙහි දී එහි කිසිවක් නැති වුණ දර්ශනය, යමෙකුට රූපයක් ලෙස ගත හැකි ය. එයට කාම සහගත වන්නේ නම්, රූප ගිද්ධිලෝභ ජාති cone එක භ්‍රමණය වීම සිදු වී, එමගින් ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයේ ඉපදීම කෙරෙහි නන්දිය හට ගැනීම විය හැකි අතර, ජාති වේදනා රේඛාව හරහා සංකප්ප රාගය හට ගැනීම විය හැකි ය.[2]

මෙය සිදු වුණා නම්, 05/11/2015 අත්තානුදිට්ඨිය භාවනාවේ මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා පෙන්වූ, "රූප ජාති වේදනා චේතනා භය අගති රූප," යනුවෙන් පෙන්වන අත්තා block එක සෑදෙන්නේ ය.

"රූපං අත්තතො සමනුපස්සති" රූපය මම යයි දකී, යන්න සිදු වේ. "Excellent" යයි බුදුපියා පැවසුවා. එය සිදු වන්නේ නම් ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයේ හෝ ඉපදෙන්නේ ය. රූප ගිද්ධිලෝභ ජාති cone එක භ්‍රමණය වීම, නොකර සිටීම මගින් "කාමා හි ලොකෙ න හි සුප්පහායා" යන්න වැටහේ.[3]

මෙම භාවනාව අවසන් කර අකනිට්ඨ මණ්ඩලයෙන් ඇසුවා, ගිද්ධිලෝභ චේතනා භය අගති cone එක භ්‍රමණය වීම මගින් මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වූ පසු, රූප අගය චේතනා සිට භය අගති දක්වා ගෙන ඒමට පෙර, රූප ගිද්ධිලෝභ ජාති cone එක භ්‍රමණය වීම නැවතිය යුතු ද යන්න. "ඔබ සිතන්නේ කුමක් ද?" යනුවෙන් බුදුපියා විමසුවා.

මම පැවසුවා රූප අගය චේතනා සිට භය අගති නොයෑම පළමුව සිදු විය යුතු බව. "Excellent" යයි බුදුපියා පැවසුවා.[4] එනම් අස්මිතියක්, අහං සහ මමං එකතු වී ඇති වුවත් රූප අගය චේතනා සිට භය අගති දක්වා ගෙන යෑම නතර කළ යුතු ය. මෙසේ පරිනිබ්බානය වේ. "කාමා හි ලොකෙ න හි සුප්පහායා" යන්න හොඳින් ගත යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 30/09/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් කෙනෙකුට ඔය සත්තො ගුහායං ගාථාව නිසා ඒ ආකිඤ්චඤ්ඤායතන සඤ්ඤා ඇති වෙන්න පුළුවන්. එතකොට මම මේ අවස්ථාවේ දී ඔය නන්දිය කියන වෙලාවේ දී අර ආච්චිඅම්මාගේ තුවා දන් දීම කියන එක එහෙම මට සිහි වුණා. ඒ කියන්නේ චිත්ත ඉද්ධිපාද කොටස.

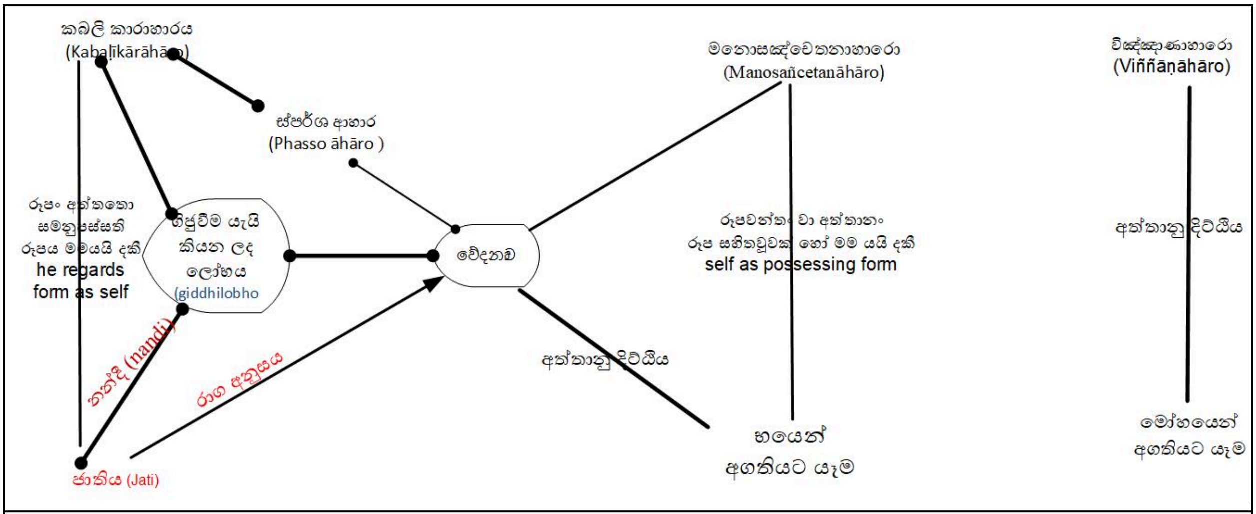
2. එතකොට අපිට එතෙන්දී ජේනවා කාම උපාදානය. ඒකෙන් අර නන්දිය දක්වා cone එක කැරකිලා එනවායි කියන එක. එතකොට ඒක සිද්ධ වුණා නම්, ඉතින් ජාතියේ ඉඳන් වේදනාවට ඒ සංකප්ප රාගය කියන ඒ රේඛාව, ඒක හටගැනීම.

3. එතකොට අපි ඒ diagram එක දුන්නා, අත්තානුදිට්ඨිය හැදෙන එක. අර මනොසඤ්චෙතනා ආහාරේ ඉඳන් භය අගතියට රූපවන්තං වා අත්තානං. ඊළඟට කබලිංකාර ආහාරයේ ඉඳන් ජාතියට අපි ලකුණු කරලා තියෙනවා "රූපං අත්තතො සමනුපස්සති." කියලා. එතකොට ජාතියේ ඉඳන් වේදනාවට ඒ රාග අනුසය රේඛාව එහෙම ලකුණු කරලා තියෙනවා.

4. ඉතින් මේක ඔය 01/12/2023 වෙනකොට හොඳට වැටහේවි.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මෙතන මේ මම අහපු ප්‍රශ්නයේ කතාව තව පොඩ්ඩක් විස්තර කරනවා නම්, ඒ කියන්නේ ඔය ගිද්ධිලෝභ චේතනා ඒ එතනින් භය අගතිය දක්වා එතන තියෙන ඒ ඒක කැරකැවීම කියන එක, ඒක කැරකැවීම පවතින දෙයක්, ඉතින් ඇත්තෙන් ම කියනවා නම් ඕක 5.4 ඉඳන් ම ඕක කැරකීම කියන එක තියෙනවා. ඒ කැරකැවීමේ ගිහිල්ලා අපි දන්නවා අර driving force diagrams වල අපි බැලුවා 7.5 එහෙම වෙනවායි කියලා. වේදනාව ඒ පරාමාසය උඩට එනවායි කියලා. ඉතින් තව ටිකක් ගියොතින් 7.6 වෙනවා නේ, භය අගති හරියට එනකොට. ඊට ඉස්සෙල්ලා මේක නවත්වාගන්න ඕන ය කියන එක තමයි ඔය මම ප්‍රශ්නය අහපු එකේ තියෙන්නේ. ඒකෙ වටිනාකම තමයි මම කිව්වේ අර දෙසැම්බර් මාසේ වෙනකොට හොඳට වැටහේවි කියලා.



s_Attanuditti3.jpg

22/09/2023 - අමෘතය 9

Amurthaya 9

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

15/09/2023 අමෘතය 8 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. “සත්තො ගුහායං” ගාථාවෙන් පටන් ගන්න යයි පැවසුවා. ඡන්දය, රාගය, නන්දිය, අධිෂ්ඨාන. මෙහි භව ඕඝය සිහි කළා.

6.4 යන පියවරේ දී, භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම (firm වීම) ඇති නම්, දිට්ඨිය බිඳුණත් නන්දිය මගින් හෝ පැවතුණා යන්න සිහි කරන්නේ, උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වීමෙන්, සඤ්ඤා පරාමාස වේදනා චේතනා block එක සැදෙන්නේ, එහි යම් මිච්ඡා දිට්ඨියක් ගැබ් වේ ද, එය අභිජ්ඣා වීම සඳහා ප්‍රමාණවත් වන්නේ ය.[1]

වරදවා තේරුම් ගැනීම (පරාමාස), සහ ඇලීම (අභිනිවෙස), දිට්ඨි ආශ්‍රවයේ ලක්ෂණයයි. සීලබ්බත උපාදානයෙන් ඇති වන ප්‍රතිඵලයට ඇලීමෙන් පරාමාස වේ. වරදවා ගනී. අනාගතයේ මෙබඳු රූප වේදනා ඇත්තෙක් වෙම්වා. උදැල්ල 1. අභිනිවෙසය වේදනාව සඳහා හදන චිත්ත සංස්කාරයන්ට ඇලෙනවා. උදැල්ල 2.

ඉතින් මෙතෙන්ට diagram එකක් එනවා, අපි ඒක දෙනවා.[2] ඒකෙ ඔය භව ආශ්‍රවය, භව ඕඝය, භවරාග අනුසය එහෙම ලකුණු කරලා තියෙනවා.

මෙසේ මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ හටගැනීම වන්නේ, ඕනෑ ම දෙයක් තමා කර පැවැත්වීමට විඤ්ඤාණය පසුබට නොවේ. මෙසේ මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවැත්ම අභිජ්ඣා යන්න වටහා ගත යුතු ය.

මෙහි දී වේදනා, පරාමාස, භය අගති යන ත්‍රිකෝණය දුටුවා. එහි භව තණ්හාව, පරාමාස භය අගති අතර ලකුණු වේ. වම් පැත්තේ භව ආශ්‍රවය ඇත. මෙසේ භව තණ්හාව ඇත්තේ, විඤ්ඤාණ ධාරාව මනා කොට, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා ගලන ධාරාවෙන් පෝෂිත වී ඇත්තේ, ගසාගෙන යන සැඩ පහරකට අසු වූ අයකු මෙන්, ජාතිය ම සනාථ කරයි. එය ම අල්වා ගනී.

මෙම භාවනාව කරන්නේ, චේතනා සිට පහළට රතු ඊතලය ලකුණු කර ඇත්තේ, එය විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන්න, පහළට ලකුණු කිරීම වන අවස්ථාව ය. එය නිත්‍ය යයි සකස් වූ පසු ය. නිත්‍ය යයි සකස් වූයේ කෙසේ ද? එය සෝකය ළඟ දී ධාරාව ගැලීමට තරම් සැඩපහර ප්‍රබල වීම නිසා යයි වැටහුණා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 30/09/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් අපි ඔතන දන්නවා මිච්ඡාදිට්ඨික සඤ්ඤාව නිසා විඤ්ඤාණයේ පැවැත්ම අභිජ්ඣා කියලා.

2. ඒකෙ අපිට පේනවා ඔය block එක හැඳුණහම ඉතින් නිත්‍ය යයි කියලා අර විඤ්ඤාණය පැත්තට ගමන් කරනවා. එතනින් පල්ලෙහායින් අවිද්‍යා ආශ්‍රව කාම ආශ්‍රව කියන එක සිද්ධ වෙනවා කියන එක. ඒ වගේ ම එතකොට ඒ line එක යන්නේ ඔය පරාමාසයේ ඉඳන් භය අගතිය දක්වා රේඛාවේ, ඉතින් ඒකේ අපි දන්නවා ඔය කාම උපාදානය එහෙම ලකුණු වෙනවා. එතකොට එතන භව තණ්හාව තියෙනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, මේ භාවනාවේ පෙන්නා දීලා තියෙන්නේ මේ උදැල්ල 1 කියන එක strong වීම කියන එක පෙන්නලා දීලා තියෙනවා. එය එසේ වන්නේ නම්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව ගැලීම ප්‍රබල වෙනවා. එනම් 6.4 දී වේදනාව අළලා එය පවතී යයි ධාරාව හොඳින් ගලයි. මෙසේ උදැල්ල 1 strong වීම සිදු වන්නේ, වේදනාව සඤ්ඤා සිට පරාමාස දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය වන්නේ, චේතනා අගයෝ ගිලිහී නොයයි. එය මගින් ධම්මමච්ඡරිය ඇති වේ.

ඒ කියන්නේ මෙතන මේ පරාවර්තනයන් දෙකක් ගිහිල්ල නේ තුන් වෙනි පරාවර්තනය ගැනයි මේ සඳහන් කරන්නේ. පළවෙනි පරාවර්තනයේ දී ඔයගොල්ලෝ දන්නවා, වේදනාව චේතනාවට යනවා. දෙවෙනි පරාවර්තනයේ දී, ඒ වේදනා චේතනා රේඛාව හරහා සඤ්ඤාව පරාවර්තනය වෙනවා. එතකොට සඤ්ඤා පරාමාස. එතකොට අපි පස්සේ දී ඉතින් මේකට numbers ත් දෙනවා. ඊළඟට තුන් වෙනියට දැන් ඔහොම වුණහම අපිට පේනවා දැන් මේ ධාරාව 6.4 වෙලා හොඳට ගලනවා. ඒ ගැලුවාට පස්සේ අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙන් කාම ආශ්‍රවයට ඇවිල්ලා අර සංකප්ප පාර දිගේ, ජාති වේදනා ඒ රේඛාව දිගේ ඇවිල්ලා, අන්න දැන් ආපහු මේ සඤ්ඤා පරාමාස කියන රේඛාව වටා, වේදනාව පරාවර්තනය වෙනවා. එතකොට ඒ වේදනා චේතනා. දැන් බලන්න වේදනා චේතනා කියන එක දෙපාරක් සිද්ධ වුණා කියන එක. අන්න ඒ අවස්ථාව තමයි 7.1 කියන අවස්ථාව, ධම්මමච්ඡරිය ඇති

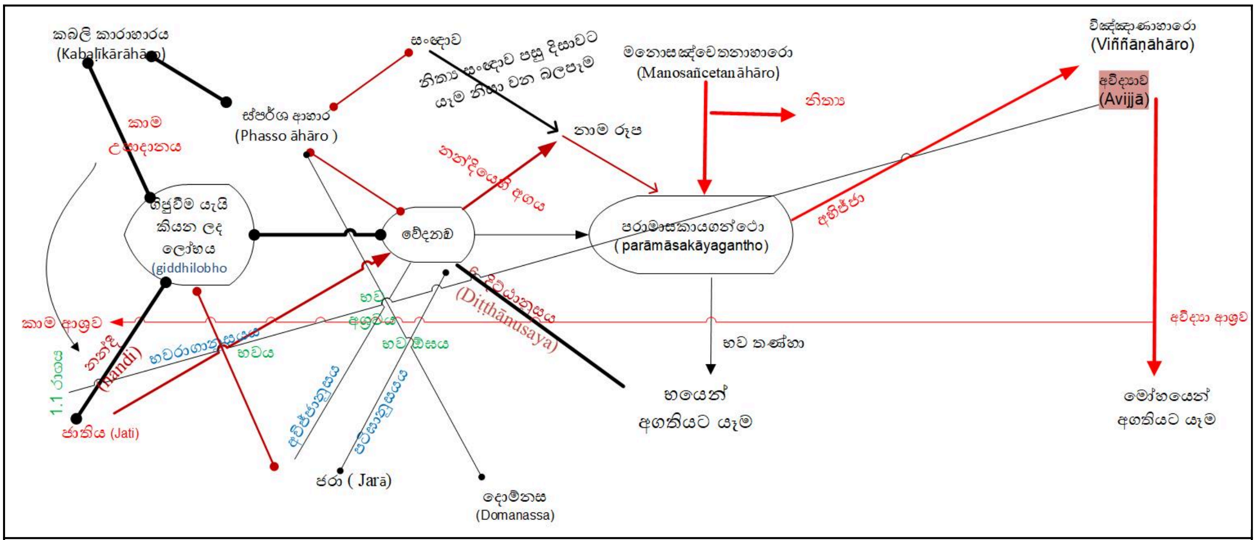
වෙන්නේ, ඒ දෙවෙනි පාරට පරාවර්තනය වුණහම.

ඉතින් මෙතන මේ පෝතලිය සූත්‍ර සාකච්ඡාවේදී, අපි මේ මානය කියන එක ඇති වෙන්නේ කොහොම ද කියලා සාකච්ඡා කරලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ හත් වෙනි රවුමේ දී ක්‍රමය. ධම්මමච්ඡරිය නිසා අගය දී චේතනා වෙනවා. දීලා මාන වෙනවා කියලා. එතකොට 7.1 දී අගය නොදෙන්නේ නම් 7.2 කියන එක වෙන්නේ නැහැ. ඉතින් මම මේ ටිකක් ඔයගොල්ලන්ව සූදානම් කරන්නේ, මේ ඉස්සරහ භාවනාවලට තේරුම් ගන්නත් පහසු වෙන්න. ඔය 7.2 කියන එක බොහොම significant එකක්. එතකොට 7.2 යන්න, කඩයට යන්න සිතන්නේ වාහනයට නගින්නේ ය, යන්න මෙනි.

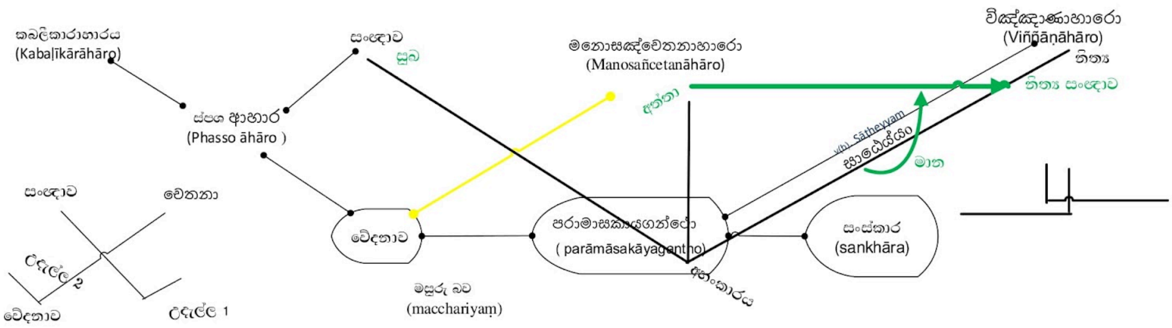
ඉතින් අපි දන්නවා ඕකේ සඳහන් වන ත්‍රිකෝණය වේදනා පරාමාස භය අගති ත්‍රිකෝණය, ඔය ත්‍රිකෝණය දකින අවස්ථාව 7.2. තමා පවතිනවා යන්න ස්ථිර ය, කියන එක.

දැන් අපි කිව්වා, වේදනාවේ ඉඳන් චේතනාවට 7.1, දැන් ඔය දෙවෙනි පාරටත් පරාවර්තනය වෙලා ආපු එක. එතකොට ඒ රේඛාව ආපහු පරාවර්තනය කරන්න බලන්න වේදනා පරාමාස රේඛාව වටා. ඒ කියන්නේ ධම්මමච්ඡරිය රේඛාව වේදනා පරාමාස රේඛාව වටා පරාවර්තනය වුණොත් ඔයගොල්ලන්ට පේනවා වේදනා භය අගති, එතකොට ඔය 7.2 අවස්ථාවේ දී, දැන් 7.1 වුණොත් 7.2 වෙනවා. එතකොට අපි දන්නවා 7.2 කියන්නේ සංස්කාර නිත්‍ය යයි කියලා පරාමාසගත වීම.

එතකොට නිත්‍ය නම්, ඔය මනෝමය කාය අතහැරීමට සූදානම්. එම තීරණය ගැනීමට අවශ්‍ය කරුණු සම්පාදනය වී ඇත. ඒ වෙලාවේ අතහරිනවා කියන එක නෙමෙයි. ඒ තරමකට අපේ මනස සූදානම් වෙලා තියෙනවා කියන එකයි මේ පෙන්නා දුන්නේ. ඉතින් මේක ඔයගොල්ලන්ට උදව් උපකාර වෙනවා ඉස්සරහටත් භාවනාවට. මේ භාවනාවේ අර්ථය මොකක් ද කියන එකත් කෙනෙකුට පැහැදිලි වෙනවා.



s_MM_22_09_2023.jpg



වරදවා තේරුම් ගැනීම (parāmāsa) සහ ඇලීම (abhinivesa) දෘෂ්ඨිආසව (diṭṭhāsava) යේ ලක්ෂණ යි

- පරාමාසය – සීලබ්බත උපාදානයෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට ඇලීමෙන් පරාමාස වේ. වරදවා ගනී. අනාගතයේ මෙබඳු රූප, වේදනා … ඇත්තෙක් වෙම්වා. (උදැල්ල 1)
- අභිනිවෙසය–වේදනාව සඳහා හදන චිත්ත සංස්කාරයන්ට ඇලෙනවා. (උදැල්ල 2)

3

S_Ayatana.pdf - Slide 3

29/09/2023 - මෝහය

Mohaya

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

22/09/2023 අමෘතය 9 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. එහි අවසානයට සඳහන් කළ වේදනා, පරාමාස, භය අගති යන ත්‍රිකෝණය දැක, මෙසේ භව තණ්හාව ඇත්තේ, විඤ්ඤාණ ධාරාව මනා කොට, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා ගලන ධාරාවෙන් පෝෂිත වී ඇත්තේ, ගසාගෙන යන සැඩ පහරකට අසු වූ අයකු මෙන් ම, ජාතිය ම සනාථ කරයි, එය ම අල්වා ගනී, යන්න මෙනෙහි කළා.

ඉහත ත්‍රිකෝණය දකින අවස්ථාව, 7.2 බව අපි දනිමු. 7.2 වන විට, ස්ථිර වූ දෙයක් ඇත. කුමක් ද? තමා පවතිනවා යන්න ස්ථිර ය.[1] එනමුදු තව ඉදිරියට යමක් කළ යුතු බව වැටහේ. එය කුමක් ද? රූපය ගැනීම සඳහා යම් කාර්යයක් කළ යුතු ද, එයයි. මෙයට මනෝමය කාය අත්හැරීම අඩංගු ය. රූප නන්දි curve එක මෙන් විමසන්නේ, 7.7 වන විට වේදනාව peak එකට ඇවිත් ඇත්තේ, ධාරාව මනා කොට ගලන්නේ, යම් තැනෙක සිට දිය කඩිත්තක් හරහා යමෙක් පනින්නේ ද, එසේ පැනීම සිදු වේ. මෙසේ තම උපප්‍රාප්ති භවය සම්පූර්ණ කර ගනී.

එතකොට අපි දන්නවා මෙතන මේ රූප නන්දි curve එක 7.1, ඊට පස්සේ 7.7 වෙනකොට peak වෙනවා. 8.2 වෙනකොට මැරිලා යනවා, කියන එක.

තව ද, උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වන අවස්ථාව තවදුරටත් විමසන්නේ, පටිසානුසය තමයි සඤ්ඤාව ඔසවා උදලු දෙක බන්ධනය කිරීමට තුඩු දෙන්නේ.

අපි ඒක බලලා තියෙනවා ඔය ආයතන 3 සටහන්වල, කෝටුව 4 සෑදීම කියලා, බලලා තියෙනවා. ඒ කියන්නේ, අපිට පේනවා ඔය පටිසානුසය, වේදනා සඤ්ඤාව කියන රේඛාව, එතකොට කබලිංකාර ආහාරයේ ඉඳන් මනොසඤ්චෙතනා ආහාරයට [2] කෝටුව 4 කියලා ලකුණු කරලා තියෙනවා.

මෝහය නිසා ලෝභ ද්වේෂ වන බව දැන, එනම් උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වීමෙන්, block එක සෑදෙන්නේ, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා ධාරාව දිවීම, සීලබ්බත උපාදානයෙන් පෝෂිත වී ඇත්තේ, ධාරාව හොඳින් ගලයි. කාම විතක්ක ඇති වෙයි. එය ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාවේ ලකුණු කරයි.

මෙසේ ඇති වී ඇත්තේ දුක බව නොදන්නේ නම්, අසම්පජානය ඇති වේ. එනම් පටිසානුසය මගින් සඤ්ඤාව ඔසවයි. සඤ්ඤාව චේතනාවට හරස් වන අවස්ථා ද මෙහි ඇති විය හැක.

උදාහරණ වශයෙන්, වඩු බාස් කබල් ලීවලින් මේසයක් හදයි. ඔහු සඤ්ඤා යන ගෝලයාට ලී කැල්ලක් ගේන්න යැයි පවසයි. ගෝලයාට හොඳ ලී පෙනෙයි. නමුත් ගුල්ලෝ ගැසීමට තරම් නරක් වීගෙන යන ලී කැබැල්ලක් ගේන්නට සිදු වෙයි. කුමක් නිසා ද? වඩු බාස් හදන්නේ කබල් මේසයක් නිසා ය. මෙසේ සඤ්ඤාව චේතනාවට විරුද්ධ විය හැකි ය. එනමුදු ධාරාව ගලයි.

දැන් නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සය වැටහේ. එනම් සඤ්ඤාව චේතනාවට විරුද්ධ ය.

තව ද,

1 අපි ජාතියේ සිට මිච්ඡා දිට්ඨී වූයේ නම් ජරාව වේ. මෙයින් නාමකායේ පටිසසම්ඵස්ස අගය සෑදේ.

2 අපි ජාතියේ සිට අභිජ්ඣා වූයේ නම් දුක ය. අභිජ්ඣාවෙන් පටිසානුසය ඇති වන්නේ නැවතත් නාමකායේ පටිසසම්ඵස්සය සෑදේ.

3 අපි ජාතියේ සිට ව්‍යාපාද වූයේ දෝමනස්සය හටගනී. එසේ නම් පටිසානුසය ඇත්තේ නැවතත් නාමකායේ පටිසසම්ඵස්ස අගය සෑදේ.

තණ්හාවෙන් ජරා, දුක්ඛ, දෝමනස්සය යන තුන් අගයන් එකතු කරන්නේ ය. දුක එකතු කරන්නේ, දුක ම ඇති වේ.

මෙහි සුඛ යන වචනය කොහේවත් ගැබ් ගෙන නැති නමුත්, එසේ ඇති යයි අවිද්‍යාව පමණක් පවසයි.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 14/10/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් අපි ඔය 30/09/2023 සාකච්ඡාවේදි පැවසුවා, නිත්‍ය නම් මනෝමය කාය අත්හැරීමට සුදානම් ය. එම තීරණය ගැනීමට අවශ්‍ය කරුණු සම්පාදනය වී ඇත

   කියලා. ඉතින් මේ තීරණය මේ අවස්ථාවේ දී ගන්න එකක් නෙවෙයි, ඕක, 7.6 දී

   තමයි ඕක ගන්නේ.

2. ඒ ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාව, ඒකේ අපි අසම්පජානය වෙනුවට සඤ්ඤාව එතන ලකුණු කරලා තියෙනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට ඒක තමයි භාවනාව. ඉතින් මේ භාවනාව කළහම, මේ block එක ඔළුවේ ඇතුළේ ඇති බව වැටහුණා. ඉතින් මෙතෙන්ට මේ diagram එකක් එනවා, අපි ඒක දෙනවා. කෙනෙකුට හිතාගන්න පුළුවන් දැන් මේ ඔළුවේ, අපි දන්නවා නළලේ වම් පැත්ත සති ඉන්ද්‍රිය ලකුණු කරන තැන, එතන අපි සඤ්ඤාව කියලා ලියාගත්තොත්, ඊළඟට පරාමාසය, දකුණු කන හැටියට ගත්තොත්, ඒ දෙක හරහා අපිට රේඛාවක් අඳින්න පුළුවන්, සඤ්ඤාවේ ඉඳන් පරාමාසයට උදැල්ල 1.

ඒ වගේ ම අපේ ඔළුවේ, නළලේ දකුණු පැත්තේ, ඒ ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය, එතන අපි චේතනාව කියලා, ලකුණු කරගත්තොත්, එතන ඉඳන් මේ වම් පැත්තේ කන, එතන වේදනාව කියලා ලකුණු කරලා ඒ වේදනාවේ ඉඳන් ඒ චේතනාවට රේඛාවක් ලකුණු කරගන්න පුළුවන්. එතකොට මේ දෙක කැපෙන තැන තමයි කුඤ්ඤය, ඒක හරහා තමයි ඔය පටිසානුසය කියන රේඛාව, ඒක මේ නළලේ මැද්දට එන විදිහට ඇඳගන්න පුළුවන්. ඒ diagram එක බැලුවහම පැහැදිලි වෙයි.

එතකොට මේකේ තියෙන්නේ මොකක් ද, මේ සඤ්ඤා යන තැනැත්තා, ගෝලයා දකුණු කනෙන්, ඒ කියන්නේ පරාමාසයෙන් අසයි. ඔහුට වැරදි හැඟීම් ඇත. එනම් වඩු බාස් කිච්ච පලියට ලී කැල්ල ගෙන එන සංස්කාරය කළ යුතු නැති නමුත්, වැරදි වැටහීම් ඇති නිසා එසේ කිරීම හොඳ යයි වරදවා වටහා ගත් නිසා, එයාගේ පඩිය හරි හම්බවෙනවා කියලා, එම ලී කැල්ල ගෙන ඒම සිතන්නේ නම් වැටහේ. වඩු බාස්ට වේදනාව අවශ්‍යව ඇත. වම් කන. කුමක් නිසා ද? අන් අය හොඳ යයි පවසන්නේ නම් පමණක් ඔහු සතුටු වන නිසා ය. මෙය නැති නම් ආඩම්බර විය නොහැක. ඒ නිසා ය.

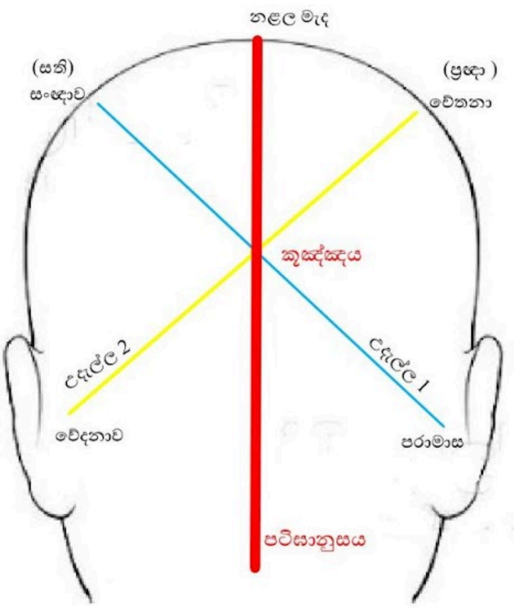
මෙම දෙක මැදින් කුඤ්ඤය දැනෙන ස්ථානයේ සිට පටිසානුසය ලකුණු කළ ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාව, නළල මැද දක්වා ඇඳගන්න. 3D ලෙස සිතීමෙන් පමණක් වේදනාව, ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාව මත යයි වැටහේ.

ඒ කියන්නේ කොළයට ලම්බකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව. මෙම රේඛාවේ උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වන තැන, මොළය තුළ ඇත. එය කුඤ්ඤය දැනෙන ස්ථානය වන අතර, එය plasma (cerebrospinal fluid - CSF) ලෙස හඳුන්වනු ලබයි.

නළල මැද මෝහය. එල චිත්තය නැංවෙන විට මෙය ඉවත් වීම නිසා එය තදින්

දැනෙන්නේ, වරින්වර මෝහය පැමිණෙන නිසා ය.

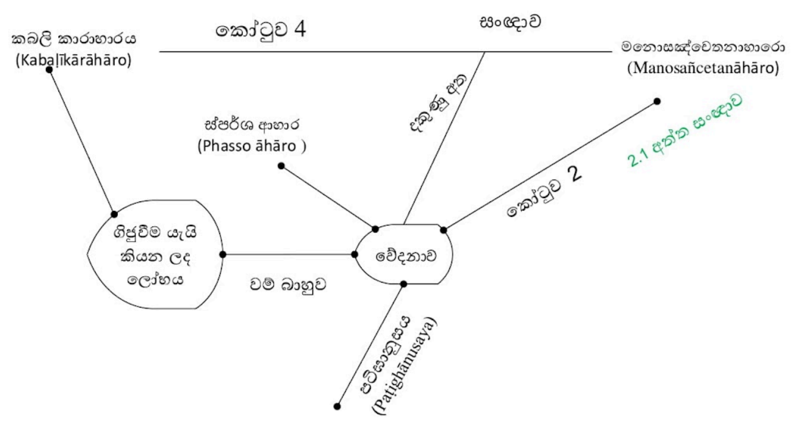
එතකොට මේක බොහොම විශිෂ්ට භාවනාවක්. මේක එක එක ඔය පසු ධර්මයන් එක්ක මේක කළහම එහෙම ඔළුවේ එක එක ආකාරයට එහෙම සුබ සහිතව දැනීම එහෙම ඇති වෙනවා. එතකොට ඒක තමයි කියන්න තියෙන්නේ.



හිසේ පිටුපසින් බැලීම පෙන්වා ඇත. 3D ලෙස සිතීමෙන් පමණක් වේදනාව, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව මත යැයි වැටහේ. (කොලයට ලම්බකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව)

සංඥා යන තැනැත්තා (ගෝලයා) දකුණු කණෙන් (පරාමාසය) අසයි. ඔහුට වැරදි හැඟීම් ඇත. එනම් වඩු බාස් කිච්චට ලී කැල්ල ගෙන එන සංස්කාර කළ යුතු නැති නමුත්, වැරදි වැටහීම් ඇති නිසා, එසේ කිරීම හොඳ යැයි වරදවා වටහා ගත් නිසා (getting his salary) එම ලී කැල්ල ගෙන ඒම ලෙස සිතන්නේ නම් වැටහේ.

වඩු බාස්ට වේදනාව අවශ්‍ය ව ඇත (වම් කණ) කුමක් නිසා ද? අන් අය හොඳ යැයි පවසන්නේ නම් පමණක් ඔහු සතුටු වන නිසා ය, මෙය නැතිනම් ආඩම්බර විය නොහැක, ඒ නිසා ය. මෙම දෙක මැදින් කුසද්ඤය දැනෙන ස්ථානයේ සිට පටිසානුසය ලකුණු කළ, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව නළල මැද දක්වා ඇඳගන්න. 3D ලෙස සිතීමෙන් පමණක් වේදනාව, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව මත යැයි වැටහේ. (කොළයට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව) මෙම රේඛාවේ උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වන තැන මොළය තුළ ඇත. එය කුසද්ඤය දැනෙන ස්ථානය වන අතර එය plasma (Cerebrospinal fluid -CSF) ලෙස හඳුන්වනු ලබයි. නළල මැද මෝහය. එල චිත්තය නැංවෙන විට මෙය ඉවත් වීම නිසා එය තදින් දැනෙන්නේ වරින් වර මෝහය පැමිණෙන නිසා ය.

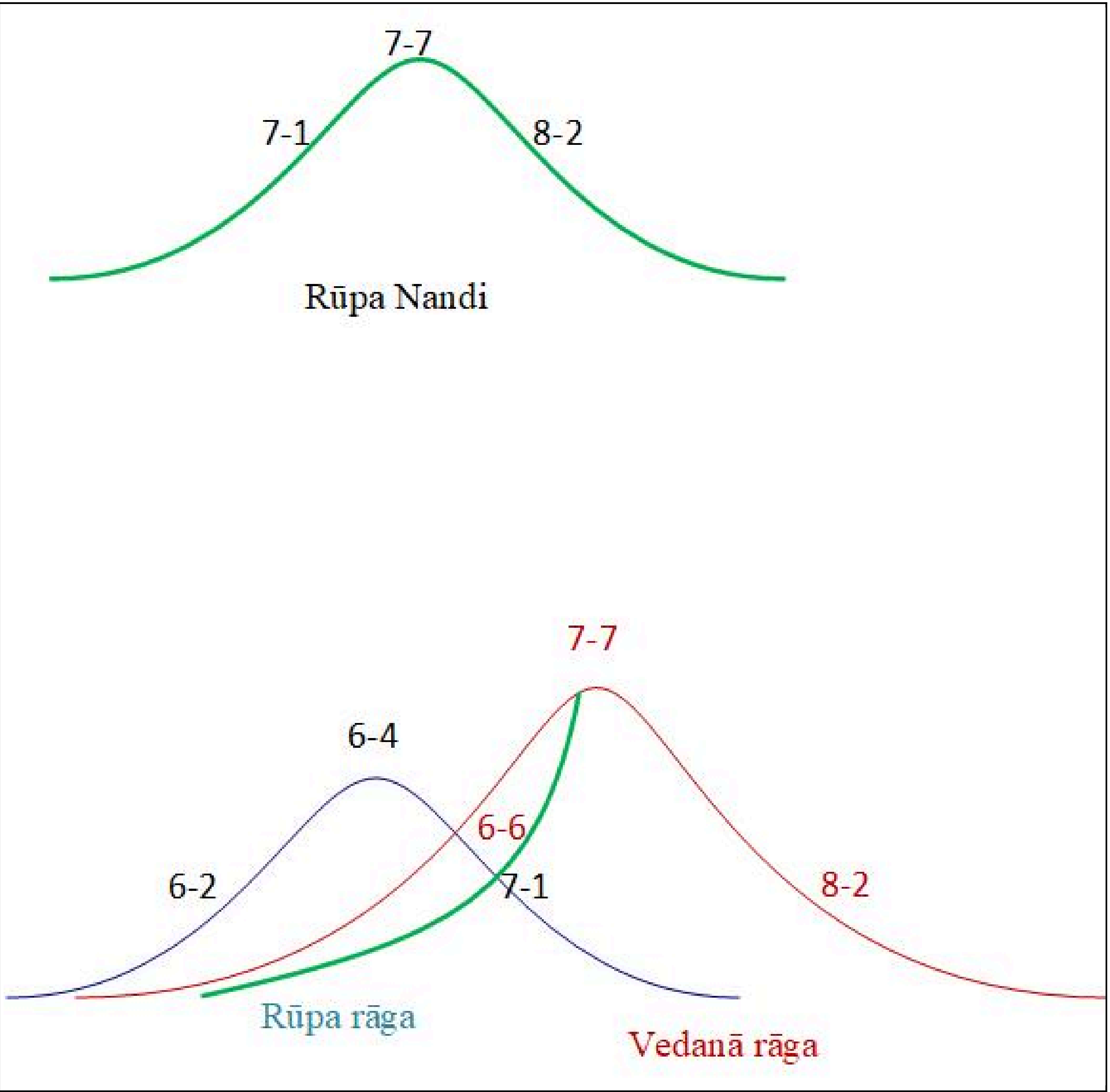


රූප සිට චේතනාව දක්වා වන හතරවන කෝට්ටුව පැවැත්වීම කෙසේද ?

- දෙවන කෝට්ටුව ගැන ආයතන සටහන්හි 3න් වන පිටුවෙහි සඳහන් වේ.
- පටිසානුසය මගින් ඇති කරන ලද සංඥාවම රූපය එසවීමට ආධාර විය. තමාගේ හිස ස්පර්ශය ඇති තැන තබන්න. උරහිස වේදනාව ඇති තැන තබන්න. එවිට වම් බාහුව සහ දකුණු අත ඉහත සටහන අනුව හතරවන කෝට්ටුව එසවීම කරයි.
- රූපෙ විභූතෙ න ඵුසන්ති ඵස්සා - රූපයේ විභූතියක් තියෙනවා නම් ස්පර්ශයක් වත් වෙන්නේ නැත.
- පටිසානුසයෙන් තොරව සංඥා යැයි දෙයක් නැත.
- නිත්‍ය සංඥව සැදෙන සුභ, සුඛ, අත්ත සංඥා.
- සුභ, සුඛ, අත්ත සංඥා මගින් චේතනා වන්නේ පරිග්‍රහය වූයේ නම්, එම අවස්ථාවේදී මළොත් අපායේ යෑම සිදුවෙ.

4

s_Ayatana3.pdf - Slide 4



RupaNandi.jpg

06/10/2023 - අභිජ්ඣා

Abhijjā

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

29/09/2023 මෝහය භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. එහි සඳහන් කළ මෝහය නිසා ලෝභ ද්වේෂ වන බව දැන, එනම් උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වීමෙන්, block එක සෑදෙන්නේ, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා ධාරාව දිවීම, සීලබ්බත උපාදානයෙන් පෝෂිත වී ඇත්තේ, ධාරාව හොඳින් ගලයි. කාම විතක්ක ඇති වේ, යන්න සිහි කළා.

ආයතන 3 සටහන්වල භය වන පිටුවට මනස යොමු වුණා. කාමච්ඡන්දය කෙසේ ඇතිවන්නේ ද?

* අභිජ්ඣාවෙන් දෝමනස්ස

* ප්‍රියයන්ගෙන් වියෝ වීම, මනසින් යමක් එකතු කිරීම, ඒකෙන් කාමච්ඡන්දය.

* පුරුෂයාගේ සංකල්පය විසින් උපන් රාගය, කාම වේ.[1] අඩු වූ තෘප්තිය සඳහා තම මනසින් හිලව් කිරීම නිසයි කාමච්ඡන්දය.

* කාමච්ඡන්දයෙන් උපාදාන, ඒකෙන් භවය.

* දැන් භවය නිසා අපි ඉන්න ඕනි යයි පවසනවා. භවයෙන් ජාතිය.

මේ සියල්ල, උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වීමෙන්, block එක සෑදීම නිසා ය. පටිසානුසය සඤ්ඤාව එසවීම නිසා වූ බන්ධනය මගිනි. ආයතන 3 සටහන්වල පස් වන පිටුවේ දී අභිජ්ඣාව ඇති වීමට, මෙය "මාගේ වේවා" යන මිච්ඡා දිට්ඨිය තිබිය යුතු ය, යනුවෙන් සාකච්ඡා කළා.

එතකොට අපි දන්නවා ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාව, ඒකේ පහළ පටිසානුසය තියෙනවා. දිට්ඨිය ඇති වෙන්න නම් ආධාරකය තිබිය යුතු ය.

* පටිසානුසය මගින් අභිජ්ඣාව.

* අභිජ්ඣාව මගින් පටිසානුසය.

* එහෙම නම් අභිජ්ඣා සහ පටිසානුසය අතර වෙනස කුමක් ද?

නිර්වාණයට යන කෙනෙකුට යම්කිසි බාධාවක් වෙනවා නම් එය ඔහුට අවැඩක් යයි බුදුපියා පවසා ඇත. මෙයයි අභිජ්ඣාව. නිර්වාණයට යන පුද්ගලයාට ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය යන ආයතන පහ නිසා ස්පර්ශයක් ඇති වෙනවා නම්, අභිජ්ඣාව මෙයයි. අවැඩ මෙයයි. බාධාව මෙයයි. එනම් ස්පර්ශය මගින් වන අභිජ්ඣාව මෙයයි. අවැඩ මෙයයි. බාධාව මෙයයි.

ස්පර්ශය ළඟ දී වන අවැඩ සිහි කරන්නේ, ඉතා ම සැනසීමක් ඇති විය. පටිසානුසය නැත. නළල මැද කිසිම tension එකක් නැත. මෙය මෝහය නොපැමිණෙන නිසා ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 14/10/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. සංකප්ප රාගො පුරිසස්ස කාමො.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේ භාවනාව කරනකොට අර උදැල්ල 1, 2 බන්ධනය වෙන තැන මොළය තුළ ඇත. එය කූඤ්ඤය ස්ථානය වන අතර, එය plasma ලෙස හඳුන්වනු ලබයි කියන එක එහෙම ඒක සිහි වුණා. ඉතින් ඒකට තමන්ගේ මනස යොමු වෙලා තියෙනවා නම් අර වාගේ අර සැනසීම් ස්වභාවයක් ඒ විදිහට එනවා, මෝහය එන්නේ නැතුව.

- ක්ෂේත්‍ර 1 සහ ක්ෂේත්‍ර 2 අතර වෙනස දුටුවිට අපි රූපය විචාරයි (බොජ්ඣංග පිටුව 5). අඩු වූ තෘප්තිය සඳහා තම මනසින් මෙසේ වන්නේ නම් හොඳ යැයි සිතයි, හිලව් කරයි, සංස්කාර සම්පූර්ණ කරයි.
- ප්‍රියයන්ගෙන් වියෝ වීම නිසයි අපි මනසින් යමක් එකතු කරන්නෙ.

කාමච්ඡන්දය කෙසේ ඇති වන්නේද?

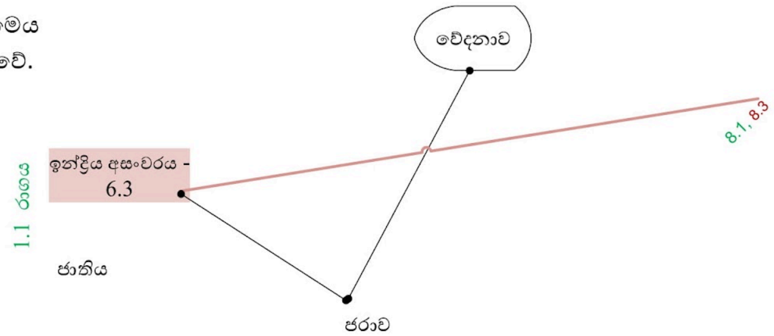
- අභිජ්ඣාව -> දොම්නස
- ප්‍රියයන්ගෙන් වියෝ වීම -> මනසින් යමක් එකතු කිරීම -> කාමච්ඡන්දය
- පුරුෂයාගේ සඞ්කල්ප විසින් උපන් රාගය, කාම වෙයි (සංකප්ප රාගෝ පුරිසස්ස කාමෝ). අඩු වූ තෘප්තිය සඳහා තම මනසින් හිලව් කිරීම නිසයි **කාමච්ඡන්දය.**
- කාමච්ඡන්දය -> උපාදාන-> භව.
- දැන් භවය නිසා අපි ඉන්න ඕනි යැයි පවසනවා. භව -> ජාති.

ප්‍රඥා විමුක්තිය

- ඉහත කරුණ වැටහෙන්නේ, තෙවන පිටුව ගැන සතිය ඇත්තේ නම් මුළු පටිච්ච සමුප්පාදයම දක්නේ ප්‍රඥා විමුක්තිය ඇතිවේ. අවිද්‍යා ... -> ජාති. මෙහි මිනිත්තු 5ක් සිටින්න. එවිට පහත දේ දකී.

මෙම ත්‍රිකෝණය තමයි ප්‍රශ්නය. මෙය දැකීමෙන් **චේතෝ විමුක්තිය** ඇතිවේ.

මේ සියල්ල සම්ප්‍රළාප නිසා යැයි ඇසුනා. ආයතන දෙකෙහි අවසාන පිටුව මතක් විය.

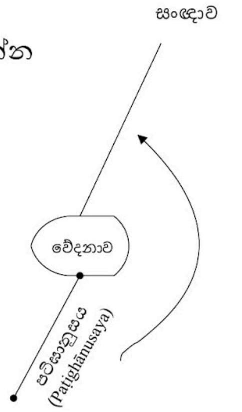


6

s_Ayatana3.pdf - Slide 6

- පියෙහි විප්පයොගො දුක්ඛො - ප්‍රියයන්ගෙන් වියෝ වීම දුකය. මෙයින් දොම්නස හටගනී.
- අප්‍රියයන් හා එක් වීම දුකය (අප්පියෙහි සම්පයොගො). මෙයින් කුක්කුච්චය හටගනී.
- එසේම, ප්‍රියයන්ගෙන් වියෝ වීම දුකය (පියෙහි විප්පයොගො දුක්ඛො) යන්න මගින් පටිඝානුසය හටගනී.
- අභිජ්ඣාව මගින් ප්‍රියයන්ගෙන් වියෝ වීමේ දුක (පියෙහි විප්පයොගො දුක්ඛො) හටගනි, මෙහි දොම්නස ඇත.
- අභිජ්ඣාව ඇතිවීමට, මෙය මගේ වේවා යන මිච්ඡා දිට්ඨිය තිබිය යුතුය.

දිට්ඨිය ඇති වෙන්න නම් ආධාරකය තිබිය යුතුය

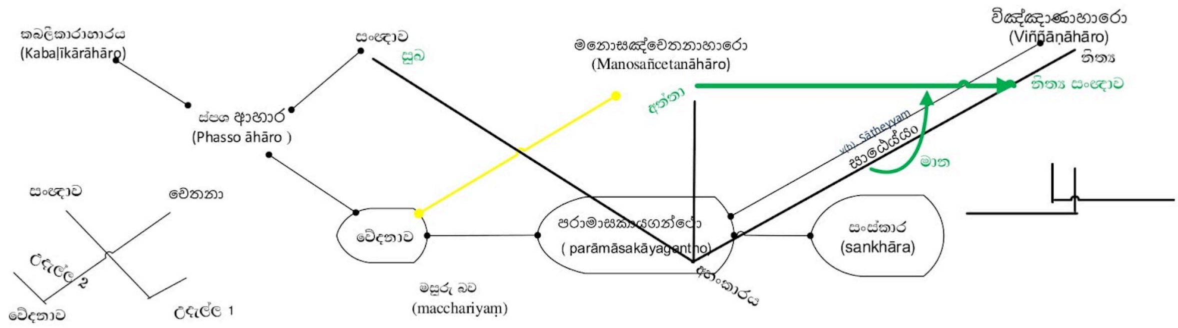


දැන් අපිට

- පටිඝානුසය (->සංඥාව-> චේතනාව-> දිට්ඨි ආශ්‍රව) මගින් අභිජ්ඣාව
- අභිජ්ඣාව මගින් පටිඝානුසය
- එහෙම නම් අභිජ්ඣා සහ පටිඝානුසය අතර වෙනස කුමක්ද?
- සහම්පති මහා බ්‍රහ්ම රහතන් වහන්සේගෙන් ඇසුවා.
- නිර්වාණයට යන කෙනකුට යම් කිසි බාධාවක් වෙනවා නම් එය ඔහුට අවැඩක් යැයි පැවසුවා. මෙයයි අභිජ්ඣාව.
- නිර්වාණයට යන පුද්ගලයාට ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය යන ආයතන පහ නිසා ස්පර්ශයක් ඇති වෙනවා නම් අභිජ්ඣාව මෙයයි, අවැඩ මෙයයි, බාධාව මෙයයි.

5

s_Ayatana3.pdf - Slide 5



වරදවා තේරුම් ගැනීම (parāmāsa) සහ ඇලීම (abhinivesa) දෘෂ්ඨිආසව (diṭṭhāsava) යේ ලක්ෂණ යි

- පරාමාසය – සීලබ්බත උපාදානයෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට ඇලීමෙන් පරාමාස වේ. වරදවා ගනී. අනාගතයේ මෙබඳු රූප, වේදනා ... ඇත්තෙක් වෙම්වා. (උදැල්ල 1)
- අභිනිවෙසය–වේදනාව සඳහා හදන චිත්ත සංස්කාරයන්ට ඇලෙනවා. (උදැල්ල 2)

3

S_Ayatana.pdf - Slide 3

13/10/2023 - ආනෙඤ්ජ විහාර

Āneñja Vihāra

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

06/10/2023 අභිජ්ඣා භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. එහි සඳහන් කළ මෝහය නිසා ලෝභ ද්වේෂ වන බව දැන, එනම් උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වීමෙන්, block එක සෑදෙන්නේ, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා ධාරාව දිවීම, සීලබ්බත උපාදානයෙන් පෝෂිත වී ඇත්තේ, ධාරාව හොඳින් ගලයි. කාම විතක්ක ඇති වේ, යන්න සිහි කළා.

මේ සියල්ල, උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වීමෙන්, block එක සෑදීම නිසා ය. පටිඝානුසය, සඤ්ඤාව එසවීම නිසා වූ බන්ධනය මගිනි. දිට්ඨිය ඇති වෙන්න නම් ආධාරකය තිබිය යුතු ය. පටිඝානුසය මගින් අභිජ්ඣාව. අභිජ්ඣාව මගින් පටිඝානුසය.

එහෙම නම් අභිජ්ඣා සහ පටිඝානුසය අතර වෙනස කුමක් ද?

නිර්වාණයට යන කෙනෙකුට යම්කිසි බාධාවක් වෙනවා නම් එය ඔහුට අවැඩක් යයි බුදුපියා පවසා ඇත. මෙයයි අභිජ්ඣාව. නිර්වාණයට යන පුද්ගලයාට ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය යන ආයතන පහ නිසා ස්පර්ශයක් ඇති වෙනවා නම්, අභිජ්ඣාව මෙයයි. අවැඩ මෙයයි. බාධාව මෙයයි. එනම් ස්පර්ශය මගින් වන අභිජ්ඣාව මෙයයි. අවැඩ මෙයයි. බාධාව මෙයයි. ස්පර්ශය ළඟ දී වන අවැඩ සිහි කරන්නේ, ඉතා ම සැනසීමක් ඇති විය. පටිඝානුසය නැත.

භාවනාව අවසානයට අකනිට්ඨ මණ්ඩලයට කෘතඥතාවය පළ කරන්නේ, මම ඇත සිට එසේ කරන බව වැටහිණ. එය එසේ ය යයි බුදුපියවරු පැවසුවා. මම අරූපයට ගියේ කෙසේ ද?

1 තුන් ධර්මයක් මගිනි. ස්පර්ශය, පටිඝානුසය සහ මෝහය යන ධර්මතාවයන් හොඳින් මනසේ පැවතීම නිසා ය. මෙය අන් අයට කීමට මතක තබා ගැනීම සඳහා සිහි කරන්නේ අරූපය ඇති විය.

2 තව ද භාවනාව කරන විට දී, වඩු බාස් සහ ගෝලයාගේ කතාව සිහි කරන්නේ, එනම් සඤ්ඤාව හොඳ ලී දුටුවත්, චේතනාව යන වඩුබාස් කබල් මේස හදනවා යන්න සිහි කරන්නේ එය කර්ම භවය බව, බුදුපියා පැවසුවා.

මෙම ධර්ම දෙකෙහි, 1 බලපෑම මත අරූප වීම ද, 2 නිසා පැවතීම ද, යන්න සිදුවේ. “රූප සඤ්ඤානං සමතික්කමා, පටිඝ සඤ්ඤානං අත්ථඞ්ගමා. නානත්ත සඤ්ඤානං අමනසිකාරා, අනන්තො ආකාසොති.” යන්න සිහි විය.

මෝහය ඉවත් වන්නේ නම් කාමරාග අනුසය හරහා සඤ්ඤාව සුඛ යයි නොකියයි. වාමාවර්ත ව දෝලනය නොවේ. චූල සුඤ්ඤත පැහැදිලි කිරීම මතක ඇතිනේ?

නැවත මතක් කර ගන්නවා නම්, නානත්ත සඤ්ඤානං අමනසිකාරා කියන්නේ අපි විඤ්ඤාණයේ තියෙන දේ මෙනෙහි කරන්නේ නැත්තම්, තමන්ට නානත්ත සඤ්ඤානං අමනසිකාරා කියන එක වෙනවා.

කබලිංකාර ආහාරය ඉඳන් සඤ්ඤා චේතනා එහෙම වෙලා තමයි අපි විඤ්ඤාණයට එන්නේ, ආවට පස්සෙ ආපහු අපි කබලිංකාර ආහාරයට යන්නේ නැති වෙන්න ඕන. උදාහරණ වශයෙන් තාත්තා කෙනෙක් වයසට ගිහිල්ලා, තමන්ගේ දරුවන්ට බාර දෙනවා business එක, පුතා මේ කෑල්ල කරන්න, දුව මේ කෑල්ල කරන්න, මේ පුතා මේ කෑල්ල කරන්න, ආදී වශයෙන්.

ඉතින් ඔය එක පුතෙකුට දුවෙකුට බැරි වුණත්, එක්කෙනෙක් හරි කරනවා නම් business එක දුවනවා. පුතාලා දුවලා කිව්වේ සඤ්ඤා වේදනා වාගේ දේවල්. මෙහි කුමක් වන්නේ ද? රූපයේ ජරාව නිසා විඤ්ඤාණය ජරා වෙලා. මෙය පළවන රවුම ලෙස ගත යුතු ය.[1] ඉතින් විඤ්ඤාණය ජරා වුණාට පස්සේ, ඒක නිසා නාම රූප කොටස් කරා ගමන් කරනවා. එතකොට ඒවට යන්නෙ නැති වෙන්න ඕන. එතකොට ඒ කියන්නේ දකුණට ගිහිල්ලා වම් පැත්තට තීන්ත ගානවා වගේ එන්නැති වෙන්න ඕන. ඒක තමයි නානත්ත සඤ්ඤානං අමනසිකාරා.

ඊළඟට පටිඝ සඤ්ඤානං අත්ථඞ්ගමා. පටිඝය කියන්නේ ඇහැයි රූපයයි ගැටුනොත් පටිඝය. අපේ සීයට තරහ යන්නේ මොකද? එයාගේ රස අංකුර ගිහිල්ලා. එතකොට එයා ඉල්ලන්නේ රස කෑම නේ ද? ඉතින් ඒවා හම්බවුණොත් මොකද වෙන්නේ, දුකට තමයි පත් වෙන්නේ. සීයා ජරාවට පත් වෙලානේ තියෙන්නේ එහෙම නම් මේ ජරාව කියන එක අභිනන්දනා කරන්නේ නැති වෙන්න ඕන. එනම් පටිඝානුසය මගින් ඔසවන සඤ්ඤාව අභිනන්දනා කරන්නේ නැති වෙන්න ඕන. එනම් ත්‍රිශූලය කැරකවීමට තුඩු දෙන, ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාව දිගේ උඩට ගමන් නොකළ යුතු ය.

රූප සඤ්ඤානං සමතික්කමා. රූපය කුඩා වෙනවා නම් රූපය ඉක්මවන්න පුළුවන්. අපි කූඹියෙක් දිහා බැලුවහම අහක බලා ගන්නවා. අලියෙක් දිහා බැලුවහම උගේ හොඬවැල මෙහෙමයි ආදී වශයෙන් සිත අල්ලනවා. කූඹියාගේ ගත යුත්තක් නැහැ, insignificant.

මෙහි දී දෝලනය සටහනේ 8.2 නොවීම සඳහා කරන යම් වැයමක් වේ ද, එය ගෝලයාගේ අකමැත්ත ලෙස ගත යුතු ය.[2]

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

__සාකච්ඡාව - 28/10/2023__

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. අවිජ්ජා පච්චයා සඞ්ඛාරා, සඞ්ඛාර පච්චයා විඤ්ඤාණං. පළවෙනි රවුම - සුභ.

2. ඉතින් මේක කෙනෙකුට හිතන්න පුළුවන් අලියෙක් වගේ ලොකු දෙයක් හදන්න පුළුවන් හැබැයි හදන්න යන්නේ කූඹියෙක් වගේ කුඩා දෙයක් යයි අකමැති වෙනවා කියලා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

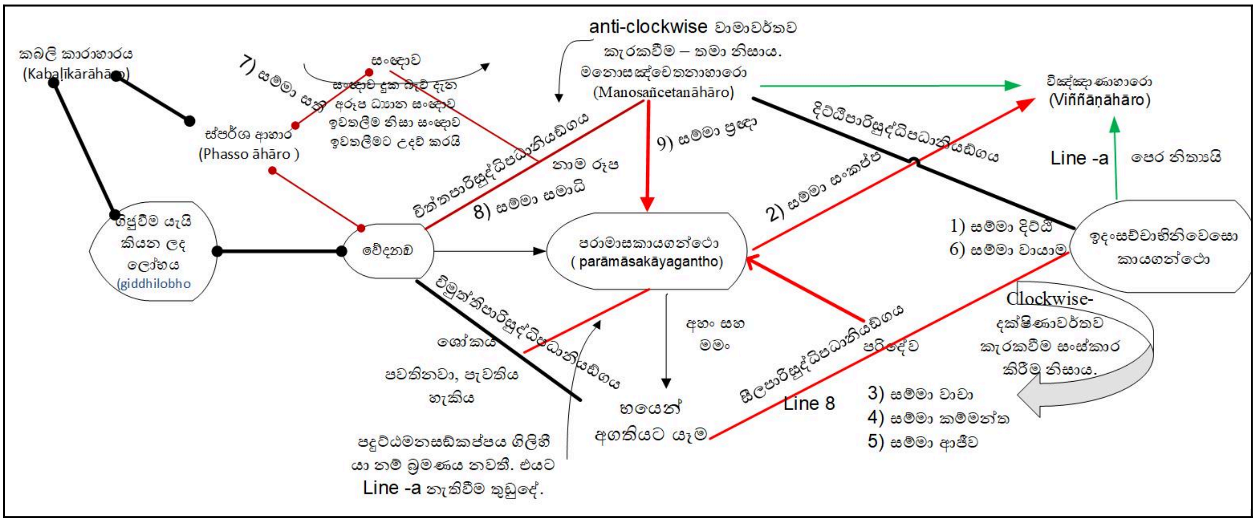
එතකොට මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, පළවෙනියට කියන්න පුළුවන් මෝහය ඉවත් වන්නේ සුබ යයි නොපවසයි. දෙවනුව පටිස සඤ්ඤා නොමැති නම් ජරාව අභිනන්දනා නොකරයි. තුන් වෙනුව ගෝලයාගේ අකමැත්ත සංස්කාර කිරීමට අකමැත්ත ඇත. කුමක් නිසා ද? ජරා ලී ගැනීමට සිදු වී ඇත. එය නිවනින් පිටත ය. මෙසේ විමසන්නේ විඤ්ඤාණ ධාරාව ඉතා slow වන්නේ ය.

අකනිට්ඨ මණ්ඩලයට කෘතඥතාවය පල කරන්නේ, නම කියන්නේ, වචන අතර gap එක බොහෝ ය. මෙය මෙත්තාව සහ කරුණාව සමඟ සිදු වේ. මෙය අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව හෝ කාම ආශ්‍රව සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රව නොවීම නිසා යයි බුදුපියා පැවසුවා.

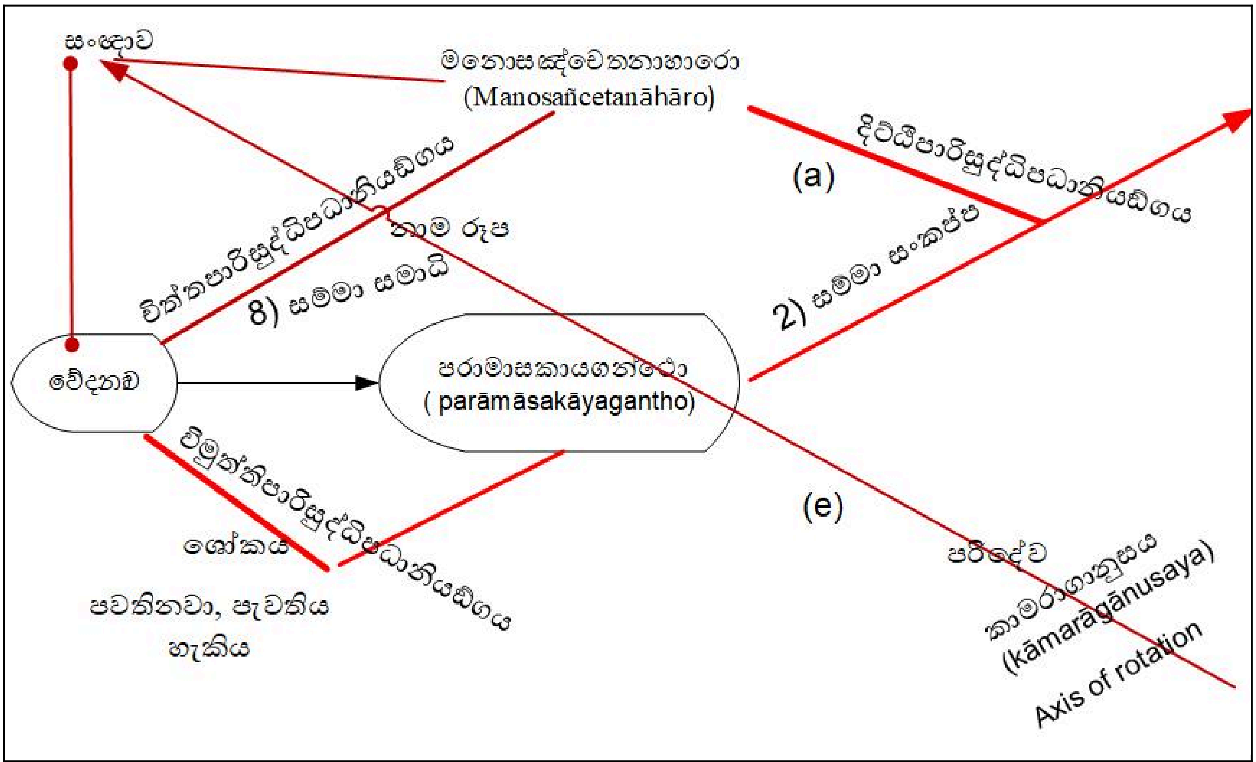
මෙම භාවනාව කරන්නේ දොර පොල්ල සෑදීම මනා කොට වැටහෙනවා.

ඊළඟට පටිස සඤ්ඤානං අත්ථඞ්ගමා, ත්‍රිශූලය කැරකීමට තුඩු දෙන ජරා වේදනා අසම්පජාන රේඛාව දිගේ උඩට ගමන් නොකළ යුතු ය. මෙහි කෙසේ ත්‍රිශූලය වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ ද? පෝතලිය සූත්‍ර සටහන්වල තුන් වෙනි රවුම, සුබ යන්න විමසුවා. සුභයට නිත්‍ය එකතු කරලා සුබ. එසේ නම් අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව, area 6 සිට සරසංකප්ප area එකට පැමිණීම විමසන්න. මෙසේ වන්නේ පහළ ධාරාව ගැලීම වන්නේ ජරා වේදනා අස්මිපජාන කෝටුවේ, ජරා වේදනා කොටස ජල පහර නිසා ඉස්සීම වන්නේ යම් සේ ද, එසේ ම ධාරාව ගැලීම නිසා ඔසවයි. එවිට ත්‍රිශූලය වාමාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. හරියට අර lever එකක් දාලා lever එකේ, ජරා වේදනා කොටස වතුර පාරෙන් උඩට ඉස්සුවහම අනිත්

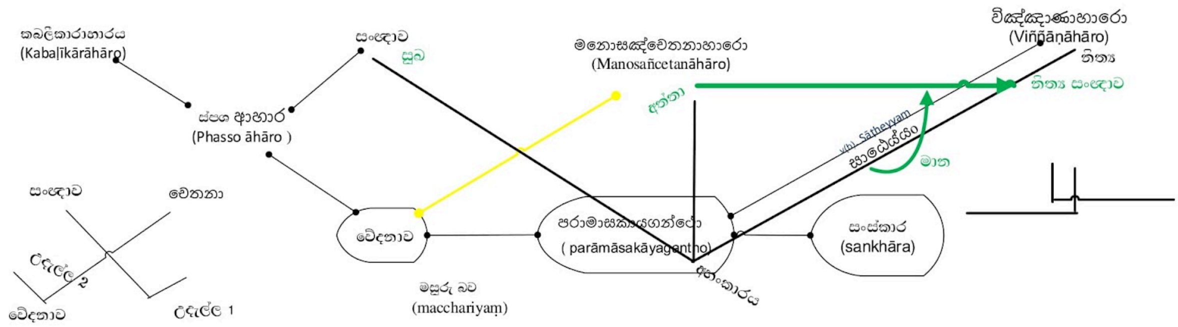
කැල්ල කැරකෙනවා වගේ. එතකොට ඒක තමයි කියන්න තියෙන්නේ.



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg



වරදවා තේරුම් ගැනීම (parāmāsa) සහ ඇලීම (abhinivesa) දෘෂ්ටිආසව (diṭṭhāsava) යේ ලක්ෂණ යි

- පරාමාසය – සීලබ්බත උපාදානයෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට ඇලීමෙන් පරාමාස වේ. වරදවා ගනී. අනාගතයේ මෙබඳු රූප, වේදනා … ඇත්තෙක් වෙම්වා. (උදැල්ල 1)
- අභිනිවෙසය–වේදනාව සඳහා හදන චිත්ත සංස්කාරයන්ට ඇලෙනවා. (උදැල්ල 2)

3

S_Ayatana.pdf - Slide 3

20/10/2023 - දොර පොල්ල

Door Bar

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

13/10/2023 ආනෙඤ්ජ විහාර භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. එහි දී දොර පොල්ල සෑදීම මනා කොට වැටහිණ. එතන diagram එකක් අඳින්න පුළුවන් අපි ඒක දෙනවා.[1]

1 සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් වන විඤ්ඤාණ නිසා, දෝලනය සටහන දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකැවීම සිදු වේ. තම ශරීරයේ එක උරහිසක් පාත් වූ පසුව, තුලනය කිරීම සඳහා අනික් පැත්ත පාත් කරන්නේ කෙසේ ද, එසේ ම විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං ලෙස වන ක්‍රියාවලිය ඇති වේ. සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් වන විඤ්ඤාණ පළමුවෙනි රවුම. සුභ යයි පරාමාස සිට ඉදංසච්චයට ඇදෙන්නේ, ඒ සමඟ විඤ්ඤාණයට ජරාව එකතු වීම සිදු වේ. විඤ්ඤාණය ජරා වුණාට පස්සේ, ඒක නිසා නාමරූප කොටස් කරා ගමන් කරනවා. එමගින් විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං ලෙස වන ක්‍රියාවලිය ඇති වන්නේ, කොළ පාටින් ලකුණු කළ දොර පොල්ල සෑදේ.

2 ත්‍රිශූලය සටහන භ්‍රමණය වන්නේ වේදනා අගයෝ චේතනාව දක්වා ගමන් කරයි. මෙහි යම් බැස ගැනීමක් වේ ද, චේතනාව විසින් සඤ්ඤා අගය සනාථ කිරීම සිදු වන්නේ, 6.4 වන විට කළු පාටින් දක්වා ඇති දොර පොල්ල සෑදේ.

3 රූප වේදනා චේතනා cone එක (anticlockwise) වාමාවර්ත ව කැරකවීම සිදු වන්නේ, රූප අගයෝ චේතනා දක්වා ගමන් කරයි. මෙය 7.4 අවස්ථාව වන අතර එමගින් මමංකාර සහිත උඩ, රතු පාටින් දක්වා ඇති දොර පොල්ල කොටස සෑදේ. මෙයින් අනතුරුව යම් භවයක් කෙරෙහි තීරණයක් - සංස්කාර අධිමොක්ඛ ඇති ද, එය හට ගැනීම සමඟ, ජාතිය සනාථ වේ. එමගින් පහළ, කහ පාටින් දක්වා ඇති දොර පොල්ල කොටස සෑදේ, 8.2.

මෙම දොර පොලු තුනෙහි එකතුව සක්කාය දිට්ඨි (කළු පාට) විචිකිච්ඡා (කොළ පාට) සීලබ්බත පරාමාස (රතු සහ කහ පාට) යනුවෙන් තථාගතයන් වහන්සේලා නම් කරනු ලබයි. මෙම ශ්‍රේෂ්ඨ ධර්මය රැක ගත යුතු ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 28/10/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. Driving force 4 diagram එක, එතකොට ඒකෙ, කළු පාට, රතු පාට, කොළ පාට ආදී වශයෙන් ඒ දොර පොලු තුනක් එතන පෙන්නා දීලා තියෙනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, ටිකක් කිව්වට ගොඩක් එකතු කරන්න තියෙනවා. මෙම දොර පොලු තුන තුළ, රූප ජරා අගයෝ, වේදනා ජරා අගයෝ, සඤ්ඤා ජරා අගයෝ, මෙතෙන්දී හිතන්න ඕන අර ගෝලයාට වුණ දේ සිහි කරන්න, විඤ්ඤාණ ජරා අගයෝ, සංස්කාර ජරා අගයෝ, යන සියල්ල සහිතව භය අගති වී දොර පොල්ල දකින්නේ නළල cool විය.

6.4 කළු පාට දොර පොල්ල, ද්වේෂය සිට 7.4 රතු පාට දොර පොල්ල ද්වේෂය. අපි ඔය 07/08/2020 නිබ්බාන භාවනාවේ පෙන්නලා දීලා තියෙනවා. 6.4 න් පසුව ද්වේෂය පළමුව ඇති වෙනවා, ව්‍යාපාදය දෙවනුවට. ඒ කියන්නේ 7.4 න් පසුව.

මෙතන ඉදිරියට දෙන භාවනාවක් තියෙනවා, මේ නොවැම්බර් 24 වෙනිදා ඒකෙන් පසුව බැලුවොතින් ඕතන පෙන්වනවා, ඕක අපි වාහනයක් බවට පත් වෙනවා මේ විදිහට මේ diagram එක ගිහිල්ලා. ඒකෙ axle එක කැඩෙනවා. කැඩීම පේනවා. සඤ්ඤා වේදනා දෙක ම ගුගුරනවා, හදන කබල් මේසය නිසා.

නැවතත් කියන්න පුළුවන්, මේ 8.2 කහ පාට දොර පොල්ල, ව්‍යාපාදය. 7.7 සංස්කාර ජරා. 7 රවුම සම්පූර්ණයි, ව්‍යාපාදය. මෙහි දී සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ වන්නේ සංස්කාර ජරා නිසා ව්‍යාපාදය වන්නේ ය. මෙය සිදු වන්නේ 8.2 දී බව බුදුපියා පැවසුවා.

6.4 දී අපි යමක් හදන්නේ torch එක අල්ලනවා වගේ, ඒක දන්නවා ඔයගොල්ලෝ. නිත්‍ය යයි ඇල්ලීමට පසුව, 7.4 වන විට ඊතලය නිසා කැඩී යෑම. දැන් අපිට පේනවා 6.4 දී හදනවා, 7.4 වෙනකොට කැඩිලා යනවා. මෙය සමුදය ඇත. වය ධම්මා, බිඳීම ඇත යනුවෙන් වැටහෙනවා. අර සංස්කාර අධිමොක්ඛ අවස්ථාවේ දී, එතෙන්දී මව් කුසට යන අවස්ථාව සිහි කරමු. එතැන දී කාමය වරදවා හැසිරීමට සිතයි.

පෙර චේතනා සහ දැනුත් මෙය කරමින් පවතියි. පෙර ද කළේ ය, එයින් පැවතිණ. සාඨෙය්‍ය යන වංචාව, අපර චේතනා. මෙම දෙක ගැළපීම වන්නේ නම් තීරණය ගැනීම සිදු වේ.

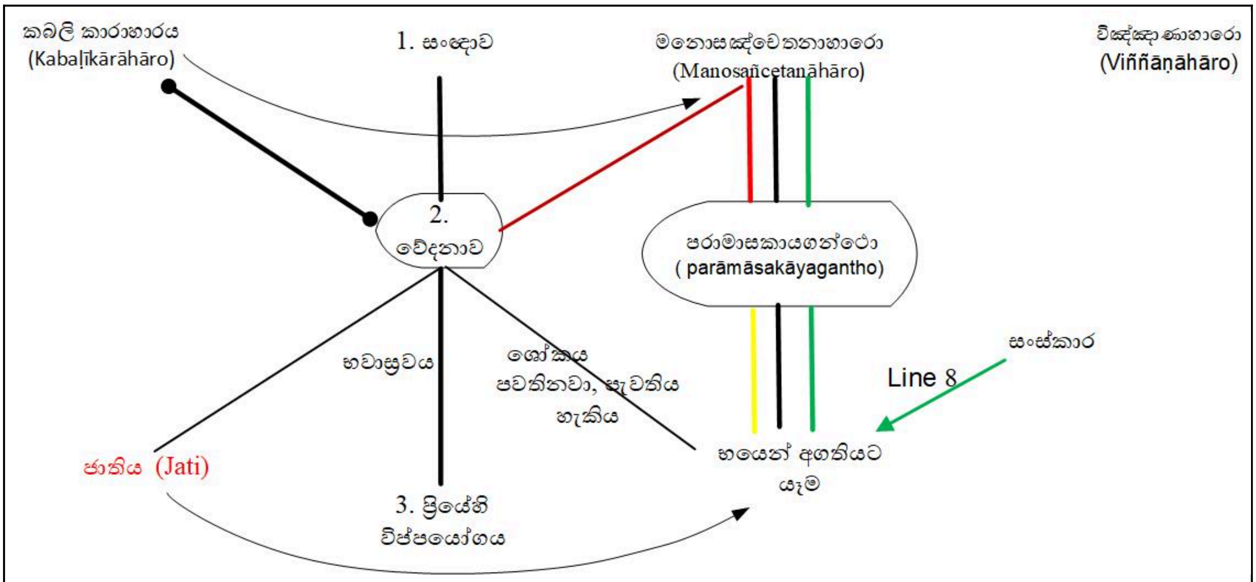
ඉතින් ඔයගොල්ලන් දන්නවා ඔය 05/08/2022 නිබ්බාන භාවනාව අපි

15/04/2022 තමයි සංස්කාර අධිමොක්ඛ, 05/08/2022 ඒක නැවතත් පෙන්නා දීලා තියෙනවා, diagram එකත් එක්ක. ඒ diagram එකේ පෙන්නනවා ඒ චේතනා කෙරෙහි උපෙක්ඛාව විමසන අවස්ථාවේ දී විචිකිච්ඡාව ඇති අවස්ථාවේ දී ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථය පරාමාසකායගන්ථයෙන් වෙන් වන බව සාකච්ඡා කර ඇත.

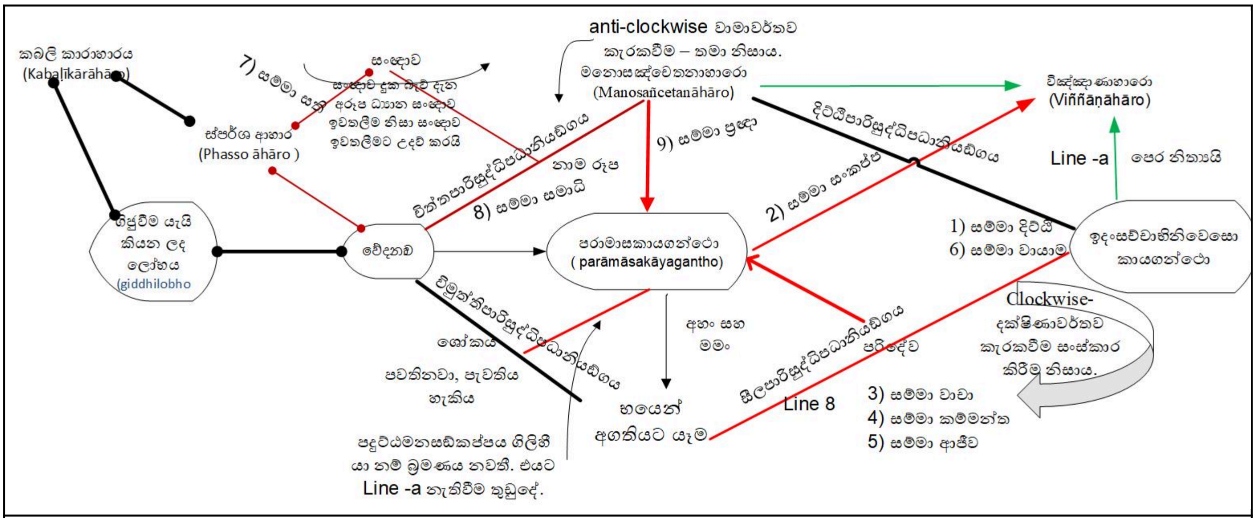
පෙර චේතනා සහ අපර චේතනා ගැළපීම නොවන්නේ නම් තීරණය ගැනීම පසුවට කල් දැමීම සිදු වන බව පෙන්නා දී ඇත. මෙහි තීරණය යනු සංස්කාර අධිමොක්ඛය වේ.

පෙර චේතනාව වේදනාව හා සම්බන්ධ ය. එනම් සුදුසු කුලයන් සොයයි. අපර චේතනාව සංස්කාර හා සම්බන්ධ ය. මෙය ලාභය සොයයි. මෙහි ලාභය සොයයි.

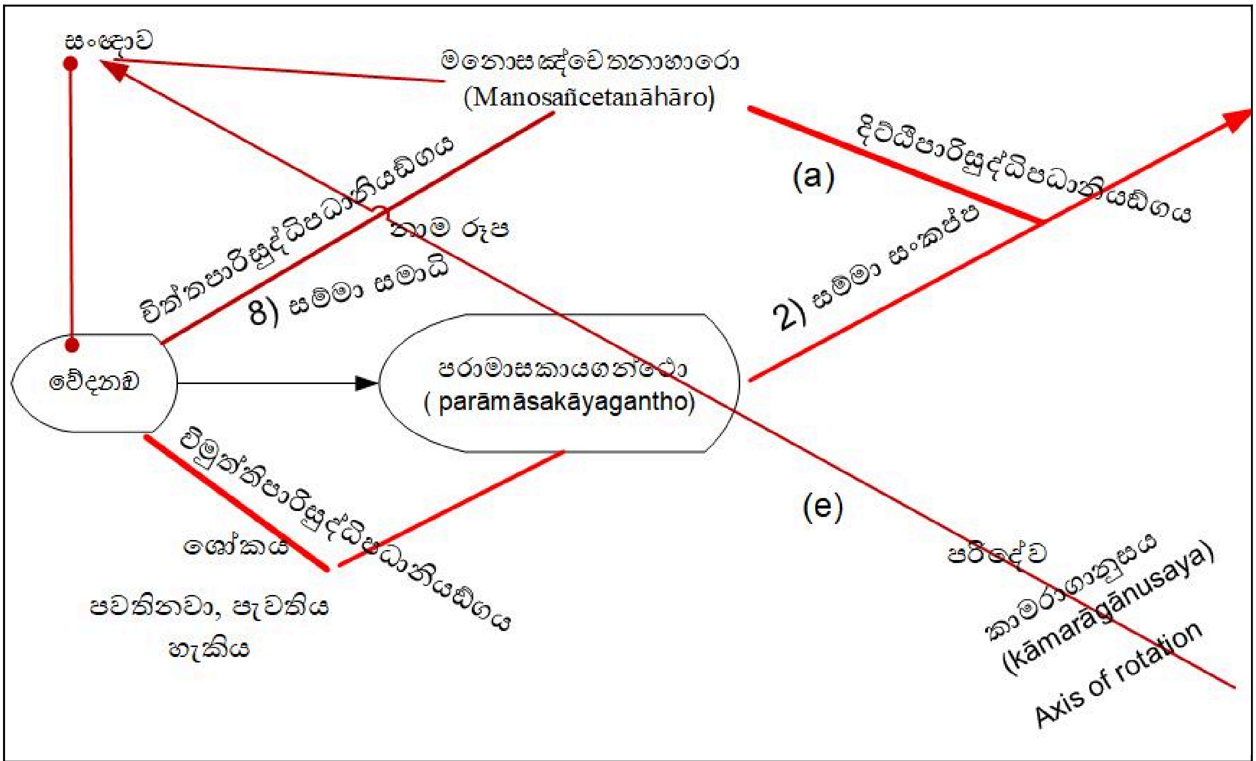
7.4 රතු පාට දොර පොල්ල, ද්වේෂය. මෙම දොර පොල්ල, චේතනා සමඟ බැඳේ. 8.2 කහ පාට දොර පොල්ල, ව්‍යාපාදය. මෙම දොර පොල්ල, අපර චේතනා සමඟ බැඳේ. හොඳට හිතලා බලන්න බොහොම ලස්සනයි.



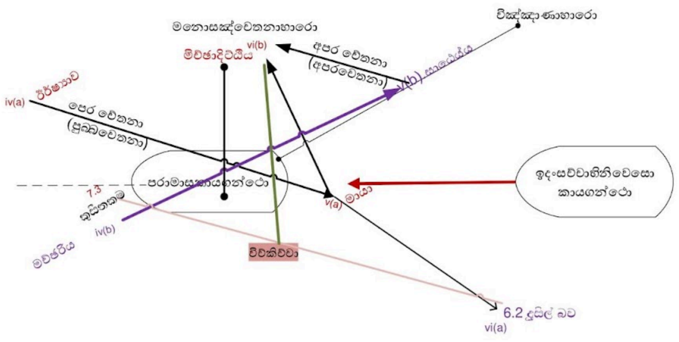
s_DrivingForce4.jpg



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg



චේතනා කෙරෙහි උපෙක්ඛා

- කාමච්චන්ද -> ව්‍යාපාද -> ඊර්ෂ්‍යාව ->මායා
  මෙහිදී ඉදංසච්චාභිනිවේසකායගන්ථය පරාමාසකායගන්ථය ඇතුලට ඇදෙන්නේය.
- ඉහත ධර්මය දකින්නේ සිත නතරවේ, මෙලෙස තමා කැමති කාලයක් සිටිය හැකිය.
- ඉදංසච්චාභිනිවේසකායගන්ථය පරාමාසකායගන්ථයෙන් වෙන්වන අවස්ථාවක් තිබිය යුතුය.
- මෙය විචිකිච්ඡා ඇති අවස්ථාවේදීය. පෙර ගත්තාවූ දේ හරිද? මෙහිදී සැකයෙන් (කථංකථාසල්ලයෙන්) කැරකවීම සිදුවේ. දැන් අපර චේතනා සිදුවේ.
- පෙර චේතනා සහ අපර චේතනා ගැළපීම නොවන්නේ නම් තීරණය ගැනීම පසුවට කල් දැමීම සිදුවේ. ගැළපීම සිදුවන්නේ ආනන්තරික සමාධිය ඇතිවිටය.

6

s_CulaAssapuraDiagrams.pdf - Slide 6

27/10/2023 - අමෘතය 10

Amurthaya 10

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

11/08/2023 අමෘතය 3 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකැවීම සිදු වේ. මෙහි උපාදාන වශයෙන් අත්තවාද උපාදානය ගත යුතු ය, යන ධර්මතාවය සිහි කරන්නේ කොළ පාට දොර පොල්ල පමණක් ඉතිරි වී, දොර පොල්ලෙන් වම් පැත්තේ ධර්මයෝ, රූප වේදනා සඤ්ඤා ජාති ආදි සියල්ල මැකී ගියා. වම් ඇස ඇරිණ. ඉතා සැනසීමක් දැනිණ. මෙය සිදු වූයේ, අත්තවාද උපාදාන q රේඛාව සහ දිට්ඨි උපාදාන b රේඛාවන් විමසන විට දී ය.

විඤ්ඤාණයේ පිහිටීමට තුඩු වූ සංකල්පය 50% පාර, විඤ්ඤාණ ප්‍රත්‍යයෙන් නාම රූප වීමට තුඩු දෙන ප්‍රධාන කාරණය බව අපි දනිමු.

මෙහි දී දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකෙන්නේ, ත්‍රිශූලය diagram එක වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකැවේ. මෙයට 40% පාර බලපායි. දිට්ඨි අනුසය මගින් එය සිදු කරනු ලබයි. ඒ නිසා ය. මෙහි දී උපාදාන වශයෙන් දිට්ඨි උපාදානය ගත යුතු ය යන්න විමසන්නේ, මෝහය පැත්තෙන් බලන්නේ, කුමක් පෙර වී ද? ඒ කියන්නේ අත්තවාද උපාදාන කාම උපාදාන දිට්ඨි උපාදාන යන පිළිවෙළ ද, නැති නම් අත්තවාද උපාදාන සිට දිට්ඨි උපාදාන ද, යන අදහස විමසන්නේ, දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකෙන්නේ මෙහි දී අලුත් දිට්ඨීන් සකස් වන්නේ ය. මෙය දිට්ඨි උපාදාන සකස් වීම ලෙස ගත යුතු ය. මෙහි දී අත්තවාද උපාදානයෙන් දිට්ඨි උපාදාන වීම සිදු වේ.

දැන් නැවතත් 50% පාර සංකල්පය, මෙයට එකතු වීම සඳහා අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම සිදු වේ. මෙය 6.4 න් පසුව යයි බුදුපියා පැවසුවා. මෙය මෙසේ කැරකවීම හොඳ යයි, සුබ යයි, අනුමත කිරීම සඳහා ය. සුබ යයි හැඟීම් ඇති නම්, අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම සිදු වේ. එමගින් සීලබ්බත උපාදානය සකස් වේ. මෙය සිහි කරන්නේ මෝහය ම ගලනවා යයි වැටහිණ. මෙතනට diagram එකක් එනවා, අපි ඒක දෙනවා. ඒ diagram එකේ නම පුනර්භව. ඒකේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා ඇඳ ඇති රතු රේඛාව විමසන්න. භවයේ යෑමේ බලපෑම රතු රේඛාවට ඇත. මෙය සිහියේ තිබෙන තාක් කල් දොර පොල්ල නැත. නළලේ තද ගතිය නැත. ඉතා ම සැනසීම් සහිත ය. අතහැරීම තිබිය යුතු ය.

“අවිජ්ජා භයං මහාමොහො, යෙනිදං සංසිතං චිරං. විජ්ජාගතාච යෙ සත්තා, නාගච්ඡන්ති පුනබ්භවන්ති.” යන ගාථාව සිහි විය.[1]

මෙහි දී සීලබ්බත උපාදානය, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යම් ධාරාවක් ගලයි ද, එය පෝෂණය කරනු ලබයි. ඒ නිසා අත්තවාද උපාදානයෙන් කාම උපාදාන ඇති වේ යයි පවසයි. මෙසේ දිට්ඨි ආශ්‍රව පළමුව වීමත්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දෙවනුව සිදු වන්නේ, රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකැවී, රූපය චේතනා දක්වා පැමිණේ. මෙහි උපාදාන වශයෙන් කාම උපාදානය ගත යුතු ය.

ආයතන සටහන්වල පිටුව 3හි, උදලු 1 සහ 2 මෙනෙහි කරන්නේ, එහි සඤ්ඤාව, වේදනා සිට චේතනා දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය වන්නේ නම්, එය වරදවා වටහා ගනියි. එය ශීල ව්‍රත උපාදාන වීමට තුඩු දෙනවා. මෙය මෙතනින් අවසන් නොවේ. වේදනාව, සඤ්ඤා සිට පරාමාස දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය නොවන්නේ නම් චේතනා අගයෝ ගිලිහී යෑම විය හැකි ය. එසේ පරාවර්තනය නොවන්නේ නම්, ශීල ව්‍රත උපාදාන විය නොහැක. මේ සඳහා ධම්මමච්ඡරිය අවශ්‍ය ය යන්න සිහි කරන්නේ ඉතා ම සැනසීම් ස්වභාවයක් ඇති විය. දකුණු ඇස ද ඇරිණ. මෙහි දී කොළ පාට දොර පොල්ල පසු කර, 5.5 අත්තා යන දොර පොල්ල සැදෙන අවස්ථාවේ සිට, 6.4 කළු දොර පොල්ල මගින් වන ක්‍රියාවලිය දැක, නතර වීම යැයි වැටහිණ.

මෙය එක දොර පොල්ලක් සහිතව පමණක් සිට ධර්මය බැලීම ය. තවත් දොර පොලු නොසෑදීම ය. පැවතියා වූ දොර පොල්ල ගැලවීම සමඟ දකුණු ඇස ඇරීම සිදු වේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 11/11/2023**</u>

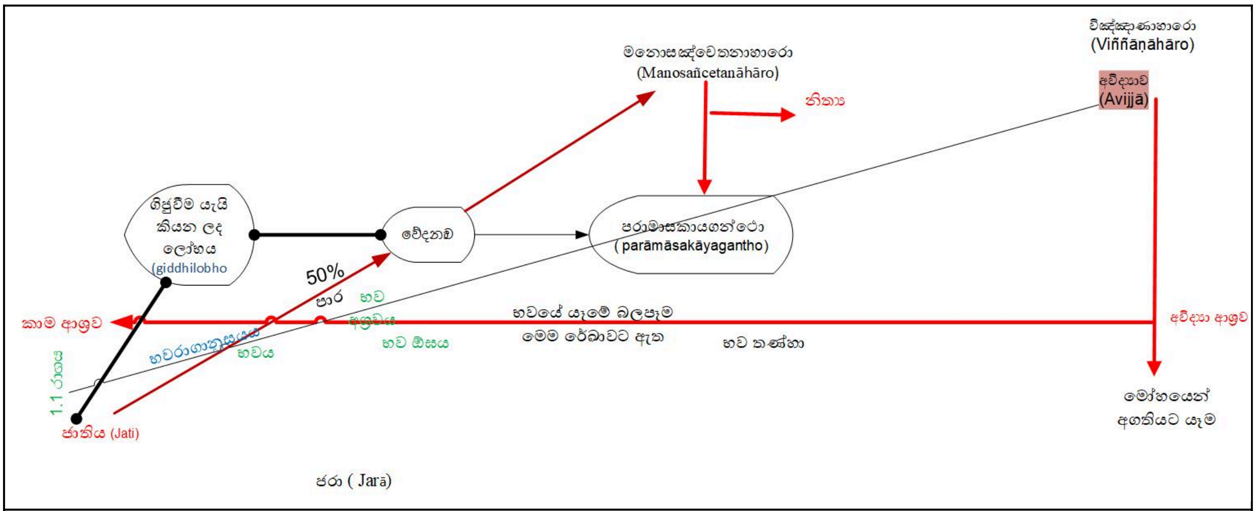
සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතකොට ඔය පුනර්භව diagram එකේ අපි ලකුණු කරලා තියෙනවා, අර භවයේ යෑමේ බලපෑම මෙම රේඛාවට ඇත කියලා, අර අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවයට තියෙන රේඛාව.

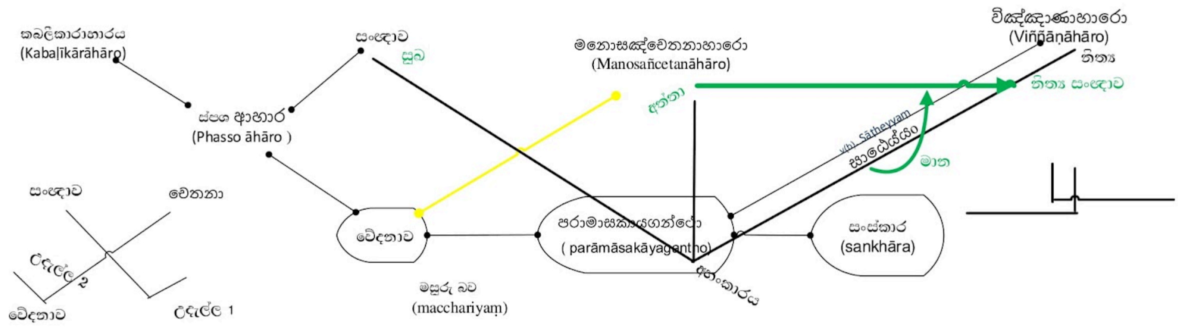
සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේ භාවනාව කරලා, ඉන් අනතුරුව repair කරන්නේ, මනස ඉතාම slow වන්නේ ය. වචන අතර gap එක වැඩි ය. මෙයට හේතුව බුදුපියාගෙන් විමසුවා. භික්ෂුණී ශාසනය බිහි වූ පසු විනය පැනවූයේ කුමක් නිසා ද යන්න බුදුපියා ඇසුවා.

භික්ෂුණිය සහ භික්ෂු එකතු වීම වැළැක්වීමටයි මම පැවසුවා. එසේ ම අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව හෝ කාම ආශ්‍රව සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රව නොවේ නම්, එසේ මනස ඉතා ම slow වන්නේ ය. වචන අතර gap එක වැඩි වන්නේ ය, යයි බුදුපියා පැවසුවා. එතකොට ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන කොටස.



s_punarbhava.jpg

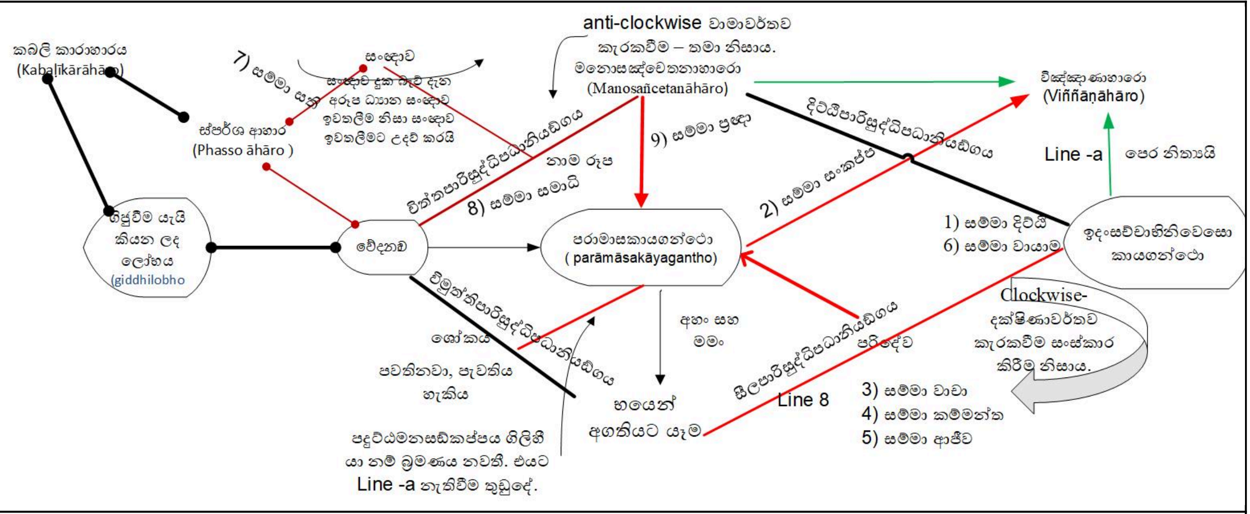


වරදවා තේරුම් ගැනීම (parāmāsa) සහ ඇලීම (abhinivesa) දෘෂ්ටිආසව (diṭṭhāsava) යේ ලක්ෂණ යි

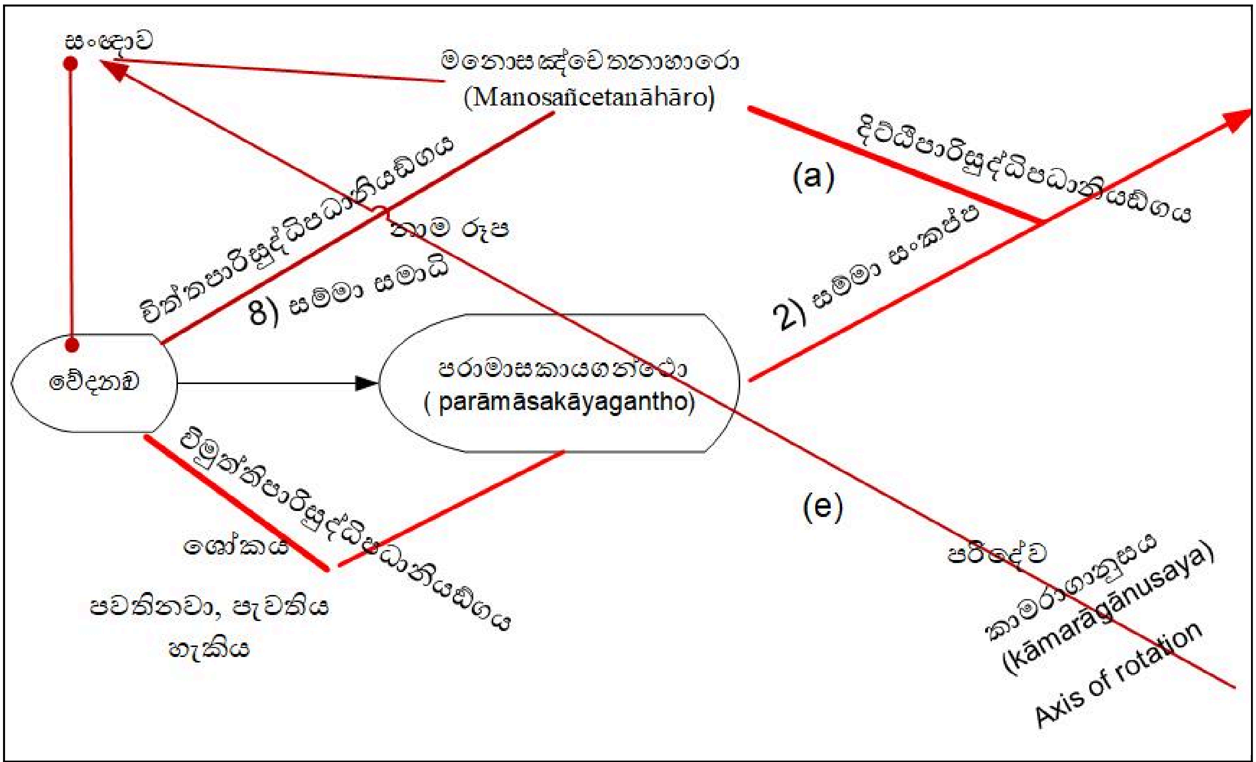
- පරාමාසය – සීලබ්බත උපාදානයෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට ඇලීමෙන් පරාමාස වේ. වරදවා ගනී. අනාගතයේ මෙබඳු රූප, වේදනා ... ඇත්තෙක් වෙම්වා. (උදැල්ල 1)
- අභිනිවෙසය–වේදනාව සඳහා හදන චිත්ත සංස්කාරයන්ට ඇලෙනවා. (උදැල්ල 2)

3

S_Ayatana.pdf - Slide 3



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg

03/11/2023 - අමෘතය 11

Amurthaya 11

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

27/10/2023 අමෘතය 10 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. අවිද්‍යා පච්චයා සඞ්ඛාරා, මෙය සමඟ සංස්කාර අධිමොක්ඛය හටගන්නේ ය. 15/04/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී, "යම් දිට්ඨියක් සැදෙන්නේ ද, එමගින් විඤ්ඤාණ දක්වා ගමන් කිරීමට තරම් දිට්ඨිය පෝෂිත ද, ස්ථාවර ද, මෙසේ සංස්කාරයන්ගෙන් අධිමොක්ඛ වන්නේ ය," යනුවෙන් ඉගෙනගෙන ඇත. මෙය සමඟ සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ ඇති වන්නේ, එය සමඟ දෝලනය සටහන, දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකවීම සිදු වේ. යම් විඤ්ඤාණයක් වේ ද, එමගින් විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස ක්‍රියාත්මක වේ. දෝලනය වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකැවීම සිදු වේ. මින් අනතුරුව ත්‍රිශූලය diagram එක, වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකැවේ.

25/08/2023 අමෘතය 5 භාවනාවේ දී, "නිත්‍ය සඤ්ඤාව පසු දිසාවට යෑම නිසා වන බලපෑම සමඟ නන්දිය පරාමාසගත වන්නේ නම්, ත්‍රිශූලය diagram එක, වාමාවර්ත ව (anticlockwise) දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකැවෙන්නේ, වේදනා අගය චේතනාව මගින් ග්‍රහණය කරන්නේ සඤ්ඤාව සනාථ කරයි," යනුවෙන් සාකච්ඡා කර ඇත. මෙම අනුමත කිරීම වේදනා අගය චේතනාවට පැමිණීමෙන් පසුව සිදු වී ඇත්තේ, එය 4.4 න් පසුව බව වටහා ගත යුතු ය. මෙහි විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්ම කොටස, ක්‍රියාත්මක වීම තිබිය යුතු ය. මෙය සඳහා කථංකථා සල්ලයෙන් කැරකවීම තිබිය යුතු ය.

සඤ්ඤාව සනාථ කරන්නේ සෝක සල්ලයෙන් කැරකවීම වන්නේ, 4.4 න් පසුව පවතිනවා යන්න ස්ථිර වන්නේ, පෙර සක්කාය දිට්ඨිය මගිනි. එහි ස්ථාවරභාවයට ධම්මමච්ඡරිය මගින් වූ පැවැතිය හැකි ය,[1] යන්න තුඩු දේ. මෙම අගයන් දෙක පවතිනවා, පැවතිය හැකි ය, සැසඳීමට අනතුරුව විඤ්ඤාණ ධාරාව පවතිනවා යන හැඟීම් ඇත්තේ නම්, විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛ ඇති වේ. මෙය 4.4 සිට 5.4 දක්වා ය. 4.4, 5.4 ඊට පස්සේ 6.4. දැන් නැවතත් 50% පාර සංකල්පය, මෙයට එකතු වීම සඳහා, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම සිදු වේ. මෙය 6.4 න් පසුව යයි බුදුපියා පැවසුවා. මෙය මෙසේ කැරකවීම හොඳ යයි, සුබ යයි, අනුමත කිරීම සඳහා ය. සුබ යයි හැඟීම් ඇති නම් අනාගත භවය දැඩිව ගැනීම සිදු වේ. එමගින් සීලබ්බත උපාදානය සකස් වේ.[2] එතකොට මෙතන එනවා ඒ 27 වෙනිදා දීපු ඒ diagram එක.

මෙහි දී සීලබ්බත උපාදානය, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යම් ධාරාවක් ගලයි ද, එය පෝෂණය කරනු ලබයි. මෙසේ දිට්ඨි ආශ්‍රව පළමුව වීමත්, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දෙවනුව සිදු වන්නේ, රූප වේදනා චේතනා cone එක, වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකැවී රූපය චේතනා දක්වා පැමිණේ.

ආයතන සටහන්වල පිටුව 3හි, උදලු 1 සහ 2 මෙනෙහි කරන්නේ, ඒ සඤ්ඤාව, වේදනා සිට චේතනා දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය වන්නේ නම්, එය වරදවා වටහා ගනියි. එය ශීල ව්‍රත උපාදාන වීමට තුඩු දේ. මෙහි දී සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ වී ඇත. මෙය ස්ථාවර ය.[3] වේදනාව, සඤ්ඤාව සිට පරාමාස දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය නොවන්නේ නම් චේතනා අගයෝ ගිලිහී යෑම විය හැකි ය. පරාවර්තනය වන්නේ නම් වේදනා අධිමොක්ඛ වන්නේ ය.[4] මෙහි වේදනා අධිමොක්ඛය, සඤ්ඤා අධිමොක්ඛයට පෙර සිදු වී ඇත.[5]

මෙහි දී සඤ්ඤා සහ සංස්කාර දෙකෙළවර සහිත, කාමරාග අනුසය රේඛාව දෙස ටික වේලාවක් නොසැල් වී බලාගෙන සිටියා. ඔළුවේ දකුණු පැත්ත සහ ඉන් අනතුරුව වම් පැත්තත් open ය. විවෘත ය. මේ සියල්ල නැති වීමට සියලු අධිමොක්ඛයෝ නැවතිය යුතු ය. ඒ කෙසේ ද? සබ්බසඞ්ඛාරසමථා සඤ්ඤා උපරෝධනා යයි සිහි විය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 11/11/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඒ කියන්නේ prospects මේ ක්‍රමයට පැවතිය හැකි ය.

2. ඉතින් මෙතනට පොඩ්ඩක් එකතු කරනවා නම්, මේ මේ විදිහට අවිද්‍යා ආශ්‍රව කාම ආශ්‍රව, ඒක වෙන්නේ මේ සිත සැදීම සඳහා, සෝක සල්ලයෙන් කැරකවෙන්නේ 5.3 සඤ්ඤාව ජරා වී ඇත. 5.4 සුඛ වේදනාවේ මරණය වී ඇත. මළ ගෙදරට යමෙක් ඇවිත් සිත හදන්නේ යම් සේ ද, එසේ වටහා ගත යුතු ය. තව ද, දොර පොලු දෙක සිහි කරන විට මෙය නිවන් දැකිය හැකි අවස්ථාවක් යැයි බුදුපියා පැවසුවා.

3. ඒ කියන්නේ මෙතන මේ consolidated කියන අර්ථය තියෙනවා, ඒ වුණාට එතන මේ පරිචිතා ලෙස නොගත යුතු ය. මේවා ඉද්ධි නෙමෙයි. ස්ථාවරය කියන වචනයයි මං මේ පොඩ්ඩක් පැහැදිලි කළේ.

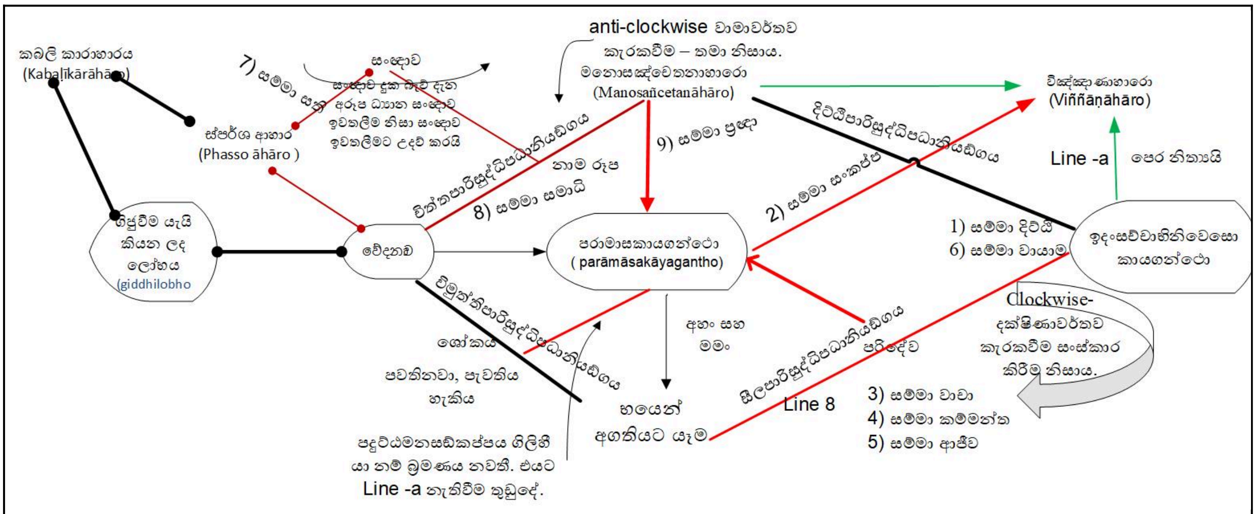
4. ඉතින් මෙතැනට පොඩ්ඩක් එකතු කරනවා නම්, දැන් අපි ඊයේ දීපු භාවනාව අධිමොක්ඛ භාවනාවේ අපි අර traffic light ලෙස විමසලා තියෙනවා නේ.

එතකොට red විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛ, green වේදනා අධිමොක්ඛ, yellow සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ, කියන දේ.

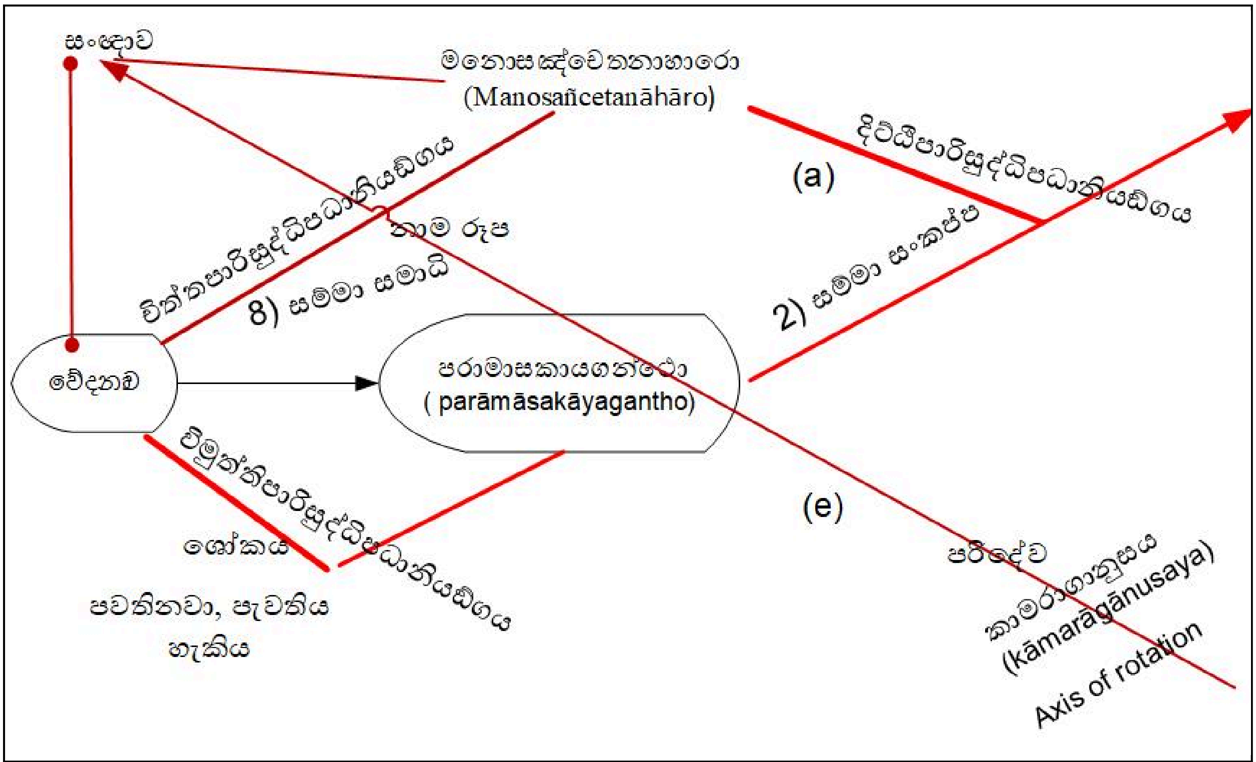
5. පොඩ්ඩක් පෙන්නනවා නම් උදාහරණයක් වශයෙන්, ඔය office එකේ මනුස්සයා වැඩක් කර ඉන් පසු අන් අය, ඒ කියන්නේ විඤ්ඤාණ යන ලොක්කා අනුමත කර ඇත්තේ, තමා හොඳ යයි වරදවා වටහා ගනී යන්න මෙනි. එතකොට ඒ විදිහට වේදනා අධිමොක්ඛය, සඤ්ඤා අධිමොක්ඛයට පෙර සිදු වී ඇත යන්න පේනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

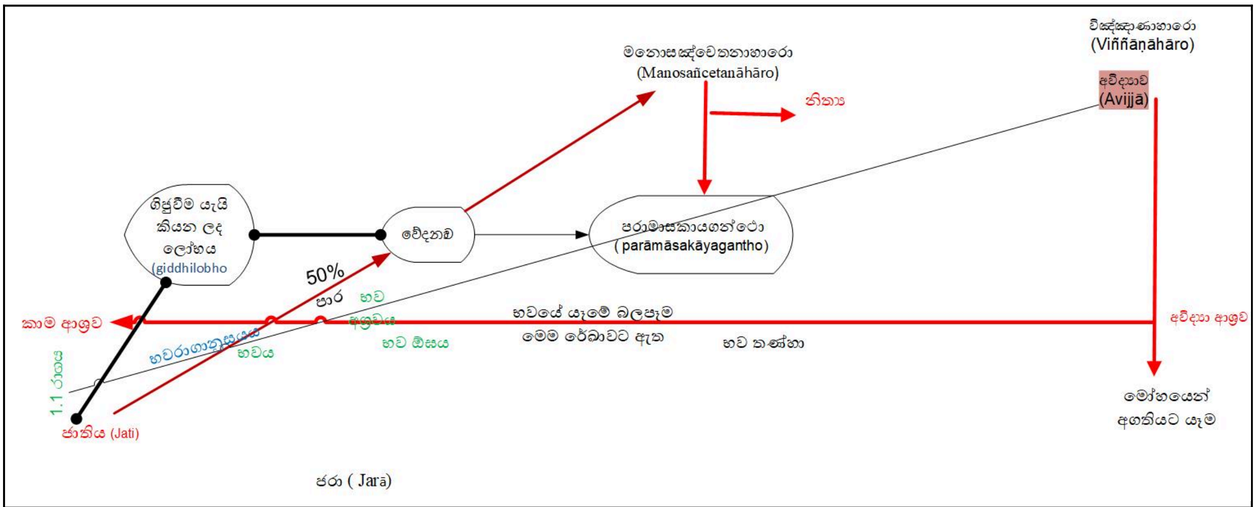
එතකොට මේකේ, මේ මම දැන් අර traffic light එක ගැන පොඩ්ඩක් කිව්වේ. එතන yellow light එක, ඒ කියන්නේ සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ වන්නේ නම්, ධාරාව කුමන දිසාවකට ගලයි ද? මෙහි සෝක සල්ලයෙන් කැරකවීමත් කථංකථා සල්ලයෙන් කැරකවීමත් ඇති අතර, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්මතාවයෝ ක්‍රියාත්මක වීම, උඩු අතට භය අගති සිට චේතනා දක්වා ක්‍රියාත්මක වී, එම පථය දිගේ ම පහළට ගැලීමට ඉඩ සැලසීම ය. මේ සමඟ කුඤ්ඤය දැනෙන ස්ථානයේ සිට පහළට ධාරාව ගලනවා යන්න සිදු වේ. මෙහි අත්තා යන block එක ස්ථිර ය. Plasma වල මෙම අගයෝ තැන්පත් වීම ද සිදු වේ. Repair කරන්නේ හොඳින් repair වෙන්නේ plasma flow control වීම සිදු වේ. එහි ගමන් කරන පථය අනුව repair වීම හොඳින් සිදු වේ. එමගින් ලෙඩ අසූවක් පමණ සුව කළ හැකි බව බුදුපියා පැවසුවා. එතකොට ඒක තමයි මට එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



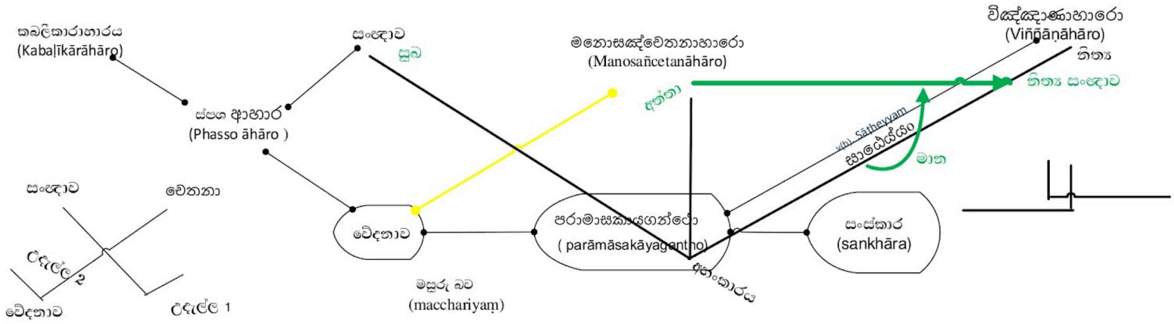
s_oscillation.jpg



s_trident.jpg



s_punarbhava.jpg



වරදවා තේරුම් ගැනීම (parāmāsa) සහ ඇලීම (abhinivesa) දෘෂ්ඨිආසව (diṭṭhāsava) යේ ලක්ෂණ යි

- පරාමාසය – සීලබ්බත උපාදානයෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵලයට ඇලීමෙන් පරාමාස වේ. වරදවා ගනී. අනාගතයේ මෙබඳු රූප, වේදනා ... ඇත්තෙක් වෙම්වා. (උදැල්ල 1)
- අභිනිවෙසය–වේදනාව සඳහා හදන චිත්ත සංස්කාරයන්ට ඇලෙනවා. (උදැල්ල 2)

3

S_Ayatana.pdf - Slide 3

10/11/2023 - අධිමොක්ඛ

Adhimokkha

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

03/11/2023 අමෘතය 11 භාවනාවේ අධිමොක්ඛ සිහි කරන්නේ අධිමොක්ඛ තුන් වන රවුම ලෙස ගත යුතු ය. මෙහි දී සංස්කාර අධිමොක්ඛ පළවෙනි රවුම, වේදනා අධිමොක්ඛ දෙවෙනි රවුම, ආදී වශයෙන් නොගත යුතු ය. මෙසේ පවසන්නේ කුමක් නිසා ද?

පටිච්චසමුප්පන්න වීම අධිමොක්ඛ නිසා නොවේ. පටිච්චසමුප්පන්න වීම අධිමොක්ඛයට තුඩු දේ, ඒ නිසා ය. 03/11/2023 භාවනාව, සැමට සාධාරණ ලෙස ලියා ඇත. කාම ලෝකවල සහ රූප ලෝකවල අයගේ සිතීම, පරාමාස සිට විඤ්ඤාණ දෙසට ය. අරූප ලෝකවල අය, විඤ්ඤාණ සිට පරාමාස දක්වා ය. එම අයට හත් වන ධ්‍යාන පවතී යැයි සිත් ඇත්තේ වේදනා අධිමොක්ඛ වී ඇත.

සංස්කාර අධිමොක්ඛය, ගෙය හදන්න පුළුවන්, ක්‍රීඩාවෙන් දිනන්න පුළුවන් යන අවිද්‍යාව සහිතව සිදු වේ. විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛය, ගෙය සෑදූ පසු, පවතී යන තීරණය ඇත. සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ වටහා ගැනීමට සටහනක් අපි දෙනවා. ඒකෙ පළවෙනි සටහන බලන්න. ඒකෙ පෙන්නනවා, වේදනාවේ ඉඳන් චේතනාවට කොළ පාට රේඛාවක් ලකුණු කරලා, ඒ curved arrow එකේ දාලා තියෙනවා කළු පාටින්, ඒ බනියා සෙනෙහසක් මෙන් වූවා, මෙහි වේදනා අධිමොක්ඛය ඇත, යනුවෙන්.

මෙහි බනියා සෙනෙහසක් මෙන් වූවා යැයි දැන් පවතින වේදනා ධර්මයන් නොඉක්මවිය යුතු ය. එනම්, එයත් ඕනි යයි පිළිගනී. පසුව පවතින වේදනා ධර්මයන් නොඉක්මවිය යුතු ය. මෙසේ සිතා, බනියාගෙන් වෙන් වීමට තීරණය, “නාසීසතී ලොකම්මං පරඤ්ච” යන්න නොවීම ය. මෙලොව නොපතයි, පරලොව නොපතයි, යන්න නොවීම ය.

වේදනා අගය චේතනාව දක්වා ගෙන යෑමට තුඩු දුන්නා වූ යම් සඤ්ඤාවෝ ඇති ද, එමගින් සෑදුණා වූ දිට්ඨීන්, විඤ්ඤාණ සෑදීමට ප්‍රමාණවත් වන්නේ නම්, විඤ්ඤාණ විසින් සුබ යයි නිශ්චය කරන්නේ, වේදනා අධිමොක්ඛ සිදු වේ. 4.4 සිට 5.4, විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛ, මෙය රතු පාටින් ලියා ගනිමු. 5.4 වේදනා අධිමොක්ඛ, මෙය කොළ පාටින් ලියා ගනිමු. 6.4 සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ, මෙය කහ පාටින් ලියා ගනිමු.

Traffic light ලෙස සිතන්න. දී ඇති සටහන්වල දෙවන සටහන උපකාර කරගන්න. එතන පෙන්නා දීලා තියෙනවා ඒ වේදනාව, සඤ්ඤා පරාමාස රේඛාව වටා පරාවර්තනය වෙලා, ඒ වේදනා අධිමොක්ඛ සිදු වේ, 5.4 කියලා. චේතනාව ළඟ ලියලා තියෙනවා. ඊළඟට සඤ්ඤාව, වේදනා චේතනා රේඛාව වටා පරාවර්තනය වෙලා, ඒ සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ සිදු වේ, 6.4 යනුවෙන් පරාමාසය ළඟ ලියලා තියෙනවා.

මෙතන දී 29/04/2022 විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛ භාවනා diagram එක උපකාර කරගන්න.[1] පවතිනවා යන්න ස්ථිර වන්නේ, සක්කාය දිට්ඨිය මගිනි. එහි ස්ථාවරභාවයට ධම්මමච්ඡරිය මගින් වූ පැවතිය හැකි ය, prospects, මේ ක්‍රමයට පැවතිය හැකි ය, යන්න තුඩු දේ. මෙම අගයන් දෙක සැසඳීමට අනතුරුව විඤ්ඤාණ ධාරාව පවතිනවා යන හැඟීම් ඇත්තේ නම්, විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛ ඇති වේ. Red traffic light ලෙස සිතන්නේ කුමක් නතර කරන්නේ ද? සිතීම. එනම් ධාරාව ගලන්නේ තවදුරටත් විශ්ලේෂණය [2] කළ යුතු යයි නොසිතයි. එනම් උඩ ධාරාව නතර කරයි. සෝකය ළඟ ධාරාවට ඉඩ දේ. මෙය ආහාර [3] ගෙන ඇත්තේ, තවදුරටත් ආහාර ගැනීම නොකරනවා මෙන් සිතන්න.

ඒක තමයි භාවනාව.

ඉතින් මේකට තවදුරටත් එකතු කරනවා නම්,

1 Red light එක මගින් නැවැත්වීම, නිරෝධ සහ නිරෝධසමාපත්ති අවස්ථාවල දී සඤ්ඤා නොදැනෙන්නේ යම් සේ ද, එසේ සඤ්ඤා නැවැත්වීම ඇත.

2 හුස්ම ගැනීම හතර වන ධ්‍යානයන් සහ ඉන් ඔබ්බට නතර වී ඇත්තේ, එනමුදු නාසය වාතය සමඟ සම්බන්ධ වී ඇත්තේ යම් සේ ද, එසේ ම සඤ්ඤා වේදනා අගයන් කෙරෙහි යම් තීරණයක් වේ ද, පහත සෝකය ළඟ ධාරාව ගලන්නේ, උඩ ධාරාව නැවතීම වටහා ගත හැකි ය.

3 භාවනාව කරන්නේ උඩ ධාරාව නැවතීම සිහි කරන්නේ, හතර වන ධ්‍යානය සිදු විය. ටික වෙලාවකින් ප්‍රීතිය ගැලීම සිදු විය. Yellow light, කහ පාට පටන් ගත්තා. මෙය එක සහ දෙක ධ්‍යාන ප්‍රීතියන් විය. ඉන් අනතුරුව සුඛය ඇති විය. මෙය තුන් වන ධ්‍යාන සුඛය විය. ඉන් අනතුරුව red light, සතර වන ධ්‍යානය විය. කිහිප වතාවක් මෙය මෙසේ මාරු වීම සිදු විය.

4 භාවනාව අවසන් කරන්නේ පින් අනුමෝදන් කරන්නේ මනෝමය කාය විශාලව දැනිණ. එය සමඟ yellow light ඇති විය. එනම් ධාරාවට සූදානම් වීම ය. කුමක් නිසා ද?

එය විශාල යයි, සඤ්ඤා ඇති වීම ය. එසේ සිතන්නේ නැවතත් red light විය. ඉහළ ධාරාව නතර විය. මෙම ක්‍රියාවලිය දෙවරක් සිදු විය. එය මතක තබා ගැනීමට සිතන විට ය.

ඒක තමයි භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 25/11/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතෙන්දී දන්නවා අර line 6 හරහා පැමිණි පවතිනවා අගය, ඒක line 9 වල ලකුණු කරලා තියෙනවා, line 5 හරහා පැමිණි පැවතිය හැකියි යන අගය, line 10 වල ලකුණු කරලා තියෙනවා.
2. evaluate
3. ඒ කියන්නේ, රූප වේදනා සඤ්ඤා

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

මේකට තව කාරණා හතරක් කියන්න පුළුවන්.

1- 11/08/2023 අමෘතය 3 භාවනාවේ සඳහන් උපාදානයෝ සිහි කරන්නේ, මළ ගෙදරකට ගිහින් කෙනෙකුගේ සිත සැදීම ඉතා නුසුදුසු බව වැටහිණ. එනම් 5.4 වේදනා මැරී සිට 6.4 අවස්ථාවට පැමිණ ඇත්තේ, අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම අශ්‍රව දෙසට ධාරාව ගලන්න සකස් කරන්නේ, එම පුද්ගලයා අනාගත භවය දැඩිව ගනී. සීලබ්බත උපාදාන වේ. වේදනා අධිමොක්ඛ සිදු වේ. එම පුද්ගලයාට, ඔබටත් මෙය ම සිදු වේ යන්න පවසන්නේ නම් උතුම් බව වැටහිණ. තථාගතයන් වහන්සේලා මළ ගෙදර නොයන්නේ මේ නිසා ය. සමාජය අන් ආකාරයකට සිතන නිසා ය.

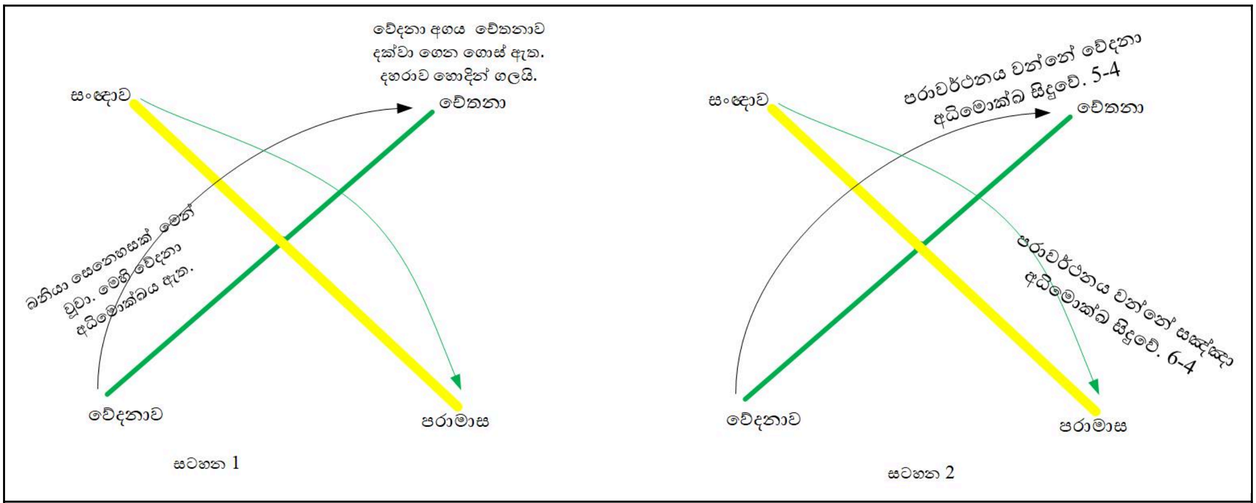
2 - තව ද මෙම ධර්මය වැටහෙන්නේ කෘතඥතාවයෙන් යුතුව මණ්ඩලය දෙස බලා සිටින්නේ, තථාගතයන් වහන්සේ බෝ ගස දෙස ඇසිපිය නොහෙලා බලා සිටීම වැටහිණ. එනම්, උදව් උපකාර කළා වූ සියලු දෙනාට ම කෘතඥතාවය පළ කිරීම ය.

3 - අත්තවාද උපාදානය සිහි කරන්නේ, ඉපදීමටත් මරණයටත් දෙකට ම අත්තවාද උපාදානය බව බුදුපියවරු පැවසුවා.

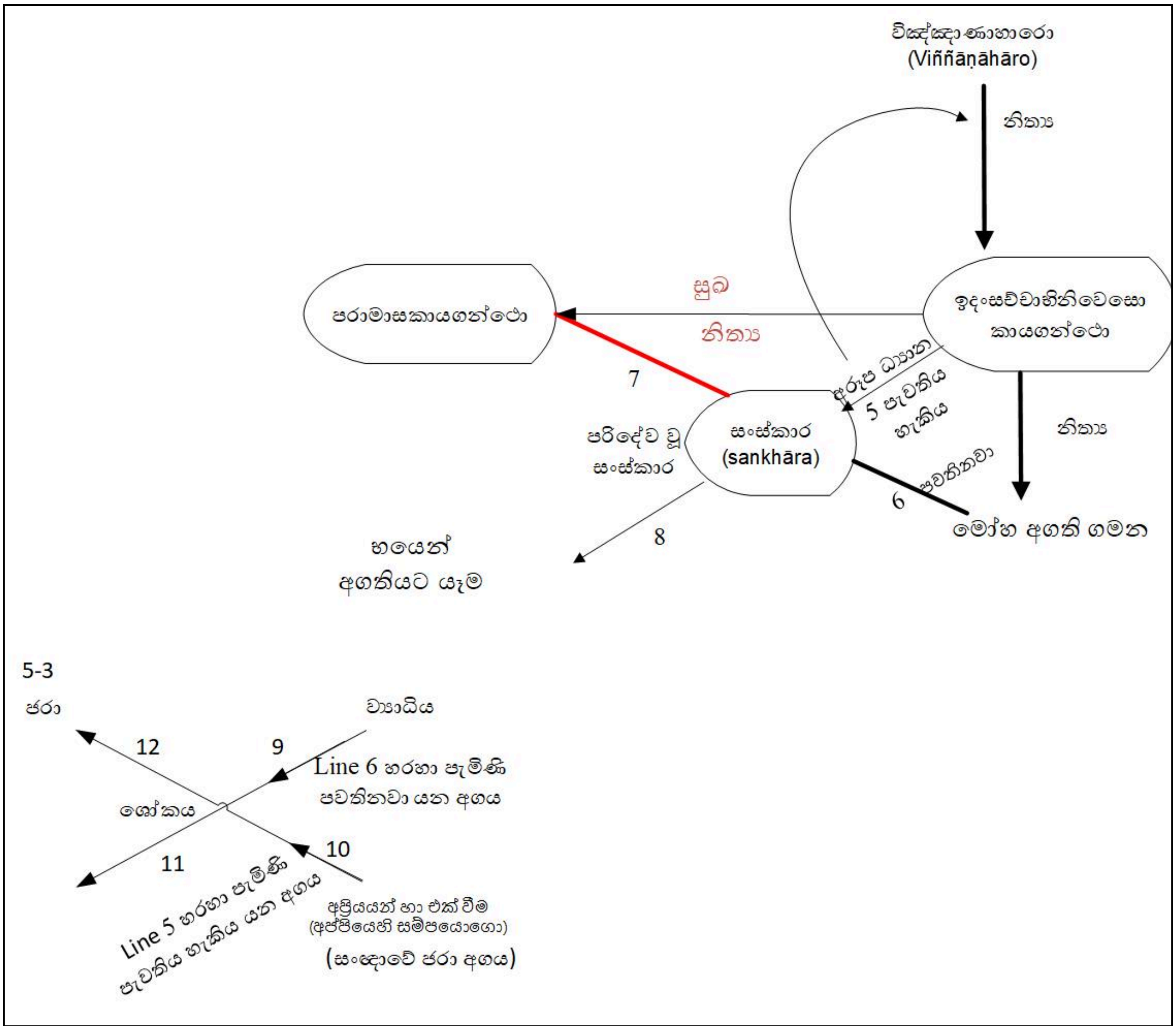
4 - වේදනා අගය චේතනාව දක්වා ගෙන යැමට තුඩු දුන්නා වූ යම් සඤ්ඤාවෝ ඇති ද, එමගින් සැදුණා වූ දිට්ඨීන් විඤ්ඤාණ සැදීමට ප්‍රමාණවත් වන්නේ නම්, විඤ්ඤාණ විසින් සුබ යයි නිශ්වය කරන්නේ වේදනා අධිමොක්ඛ සිදු වේ. මෙහි දී වේදනා

අධිමොක්ඛය පළමුව සිදු වන බැවින් සුඛ යන අවස්ථාවේ දී වේදනා අධිමොක්ඛය පළමුව වීම වන බව වැටහේ. සඤ්ඤාවෝ පරාමාසගත වන 6.4 අවස්ථාව සිහි කරන්නේ, ගෝලයාගේ අකමැත්ත ඇත්තේ, මෙහි දී ද, වේදනා අධිමොක්ඛය සඤ්ඤා අධිමොක්ඛයට අනතුරුව නැවතත් සිදුවේ. එහි දී විඤ්ඤාණ විසින් දුක යැයි නිශ්චය කරයි. අදුක්ඛමසුඛ යයි තීරණය කරන අවස්ථාව 4.4 දී ම සිදු වේ.

එතකොට ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



MM_10_11_2023.jpg



MM_29_04_2022.jpg

17/11/2023 - පරිනිබ්බාන

Parinibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

27/10/2023 අමෘතය 10 භාවනාවේ පුනර්භව සටහන සිහි කළා. එම සටහනේ අධිමොක්ඛ ලකුණු කළ හැකි ය. අපි ඒක දෙනවා.

එතකොට ඒ 5.4 වේදනා අධිමොක්ඛය, මනොසඤ්චෙතනා ආහාරය ළඟ ලකුණු කරලා තියෙනවා. 6.4 සඤ්ඤා අධිමොක්ඛය, පරාමාසකායගන්ථය ළඟ ලකුණු කරලා තියෙනවා. අවිද්‍යා ආශ්‍රවයේ ඉඳන් කාම ආශ්‍රවය දක්වා යන රේඛාවේ, 4.4 සිට 5.4 දක්වා, විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛය, ලකුණු කරලා තියෙනවා.

4.4 සිට 5.4 විඤ්ඤාණ අධිමොක්ඛ, මෙය රතු පාටින් ලියා ගනිමු. 5.4 වේදනා අධිමොක්ඛ, මෙය කොළ පාටින් ලියා ගනිමු. 6.4 සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ, මෙය කහ පාටින් ලියා ගනිමු.

මෙහි ධාරාව හොඳින් ගලන්නේ, 6.6 දී රූප වේදනා චේතනා cone එක, වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකැවීම ආරම්භ වේ. දෙවෙනි සටහන යොදා ගන්න. එතකොට 7.4 රූපය චේතනාව දක්වා පැමිණීම, ඒකෙ ලකුණු කරලා තියෙනවා. 7.5 කොළේට ලම්බකව උඩු අතට ලකුණු කළ වේදනාව. 7.6 මමංකාරය අහංකාරය සමඟ එකතු වීම, භය අගති දක්වා රූප අගයෝ ගෙන යෑම. 7.7 භය අගතියේ ඉඳන් ජාතිය දක්වා පැමිණීම පෙන්වා දීලා තියෙනවා.

7.7 ජාතිය දක්වා පැමිණීම සිදු වන්නේ, මෙම රූපය සමඟ ඉදිමි, යන තීරණය ඇත්තේ, 8.2 දක්වා ගමන් කරයි. මෙය දැන, 6.6 ලකුණු කර ඇති රූප කෙළවරත්, 7.6 ලකුණු කර ඇති භය අගති කෙළවරත්, දැක්වෙන රේඛාව දෙස බලාගෙන සිටීම පමණක් ප්‍රමාණවත් ය.[1]

මෙහි දී, 08/09/2023 අමෘතය 7 භාවනාවේ දී, හිස දෙකොටසකට වෙන් වී, සුඛය දැනුණු අවස්ථාවට වඩා වෙනස්ව හිස දැනේ. මෙහි දී එම වෙන් වීම නැත. එක ම කොටසක් මෙන් දැනේ. සිත ශාන්ත ය. මෙය පරිනිර්වාණයට සුදුසු ම අවස්ථාව යයි, බුදුපියා පැවසුවා.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

සාකච්ඡාව - 25/11/2023

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතෙන්දී මට මේ නින්දාරොසය අර Scott සහ ආච්චිඅම්මගේ කතාව සිහියේ තිබුණා, ඒ අවස්ථාවේ දී.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මේ භාවනාවේ අර මං කිව්වා අර Scott ගේ කතාව, අපි ඒක නැවතත් මතක් කර ගමු. ඒ කියන්නේ ජාතියේ ඉඳන් වේදනාවට තියෙනවා සංකප්පය. ඒ සංකප්ප පාර හරහා අම්මගෙන් ලැබුණු වේදනාව තියෙනවා නේ, ඒ සැප පහ, ඒ අගය. මේ රේඛාව දික් කළහම යන්නේ චේතනාවට. එතකොට අර collar එක උඩට දාලා එයා, අන්න වැඩේ හරි ගියා නේ ද, අන්න ඒ විදිහට ආවා නේ, ඒක මාන අගය. මෙතන පහළ තියෙනවා භය අගතිය. එතන ඉඳන් වේදනාවට තියෙනවා දිට්ඨි අනුසය. ඒක දික් කළහම යන්නේ රූපයට. ඒක දික් කරලා, කබලිකාර ආහාරයට සුබයි කියලා කියනවා. අර ගෑණු ළමයගෙන් ඉල්ල ගන්න කියලා නේ කියන්නේ අන්න ඒ අගයන් තුන.

එතකොට එතන වේදනා අගයයි, මාන අගයයි, අර සුබයි කියන එක. රූපය ම නෙමෙයි රූපයට අර ඇඟිල්ල දික් කරලා සුබයි කියන අගය.

එතකොට කාමයෝ අනුන්ගෙන් ඉල්ලා ගත් දෙයක් වැනි ය යන්න, හොඳින් වැටහෙනවා. මවගෙන් ලැබුණා වූ සැපත, අනිකුත් කාන්තාවන්ගෙන් ඉල්ලා ගන්නේ ය, යන්න සිහි කරන්නේ වැටහේ. අපි නිතරම අන් අය කරන දේ දැක, ඒවා මත අනාගත භවය දැඩිව ගනී. උදාහරණයක් වශයෙන් ඉංජිනේරුවකු පාලමක් හැදීම දැක, ඉංජිනේරුවෙකු වීමට සිතයි. එසේ කාම සහගත වේ.

තවදුරටත් විමසන්නේ අඹ ගෙඩියේ කතාව මෙන් බලන්නේ, විභව තණ්හාව දක්වා ම වැටහේ. කුණු අඹ ගෙඩිය ඉවතලා කුණු අඹ ගෙඩිය නිසා වූ වේදනා ඉල්ලනවා. දැන් අපි ටිකකට ඉස්සෙල්ලත් සාකච්ඡා කළා ඕක, අරූපයත් පතනවායි කියන එක, ඒකත් ඕනේ කියන එක. මෙහි දී අත්තවාද උපාදානය මානය හා සබැඳේ.

මේ භාවනාව කරනකොට හොඳට මතක තියාගන්න, අර මේකේ මූලික භාවනාව තියෙනවානේ 27/10/2023 භාවනාවේ. ඒ පුනර්භව ඒකෙදි අපි උපාදානයන් බොහොම සාකච්ඡා කළා නේ. ඒ උපාදානයන්ගේ කතාව අමතක කරලා මේ භාවනාව කරලා හරි යන්නේ නෑ. එහෙම උපාදානයන් සහිතව කළොත් තමයි මේක තේරෙන්නේ. එතකොට අර විදියට අර හොඳම තත්ත්වය ඇති වෙන්නේ.

එතකොට මෙහි දී අත්තවාද උපාදානය මානය හා සබැඳේ. දැන් මං මේ

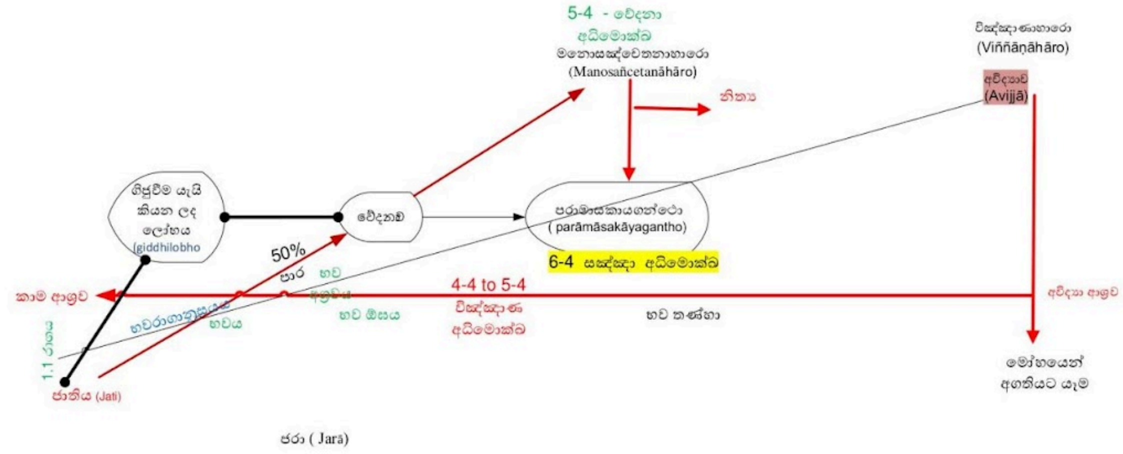
පෙන්නන්නෙ අර Scott ගේ එහෙම කතාව. එතන රහතන් වහන්සේ පෙන්නුවා මේ අත්තවාද උපාදානය මානයත් එක්ක සබැඳෙනවා. එයාගේ collar එක එහෙම උඩට දාලා ඇති වෙච්ච ස්වභාවය. දිට්ඨි උපාදානය වේදනාව හා සබැඳේ. සීලබ්බත උපාදානය වරෙක වේදනාව සමඟත් තව වරෙක සඤ්ඤාව සමඟත් සබැඳේ. කාම උපාදානය මෙම තුන් දහමට ම පොදු ය.

එතකොට දැන් ටිකකට ඉස්සෙල්ලත් ඉතින් කියවුණා කට්ටියගෙන් ඉතින් අරූපයට ගිහිල්ලත් එතැන ඒ කාමය කියන එක. ඉතින් බුදුහාමුදුරුවන්ගේ කාමයේ අර්ථ දැක්වීම කොයි තරම් ගැඹුරු ද, “සංකප්ප රාගො පුරිසස්ස කාමො” කියන එක බොහොම තදින් තේරෙනවා.

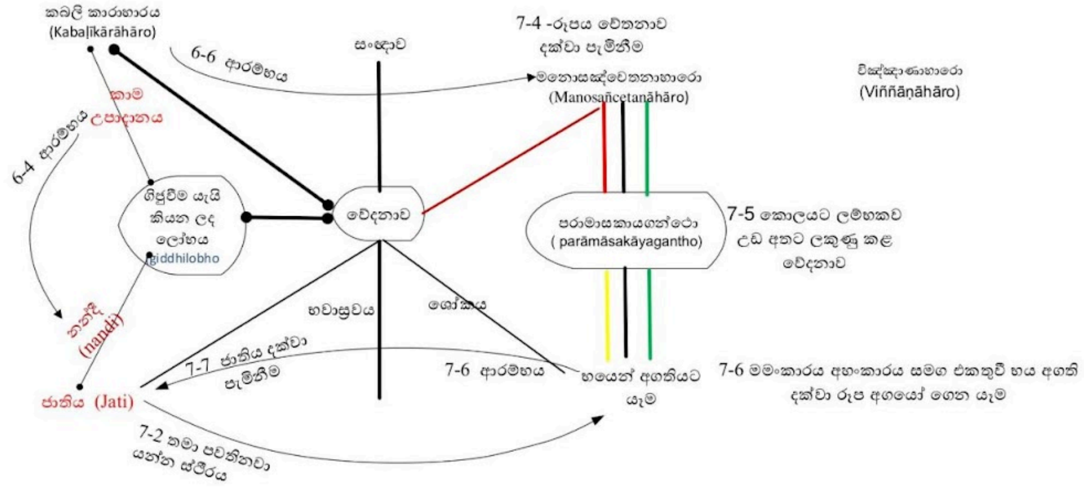
එතකොට දිට්ඨි උපාදානය නිරූපණය කළ “a” රේඛාව චේතනා සිට පරාමාස වශයෙන් ලකුණු කිරීමත් හොඳින් වැටහේ. එය ත්‍රිශූලය කැරකැවී වේදනා අගය චේතනාව දක්වා පැමිණීම හා සම්බන්ධ වන නිසා ය. මින් අනතුරුව “b” රේඛාව ඉස්මතු වීම සිදු වේ. කුමක් නිසාද? “a” රේඛාව මගින් සෑදෙන දිට්ඨීන් කරපින්නාගෙන යන නිසා ය. මෙසේ දිට්ඨි උපාදාන ධර්මයෝ සිහි කරන්නේ පරිනිර්වාණයට සුදුසු ම අවස්ථාව එමගින් ද ඇති වේ.

එතකොට මෙතන දැන් අපි මේ සාකච්ඡා කරපු අර අධිමොක්ඛ සටහනේ, සටහන 1 ගත්තහම අර මතකනේ බනියා සෙනෙහසක් මෙන් වූවා, මෙහි වේදනා අධිමොක්ඛ ඇත කියලා. එතකොට ඒ සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ වූ පසුව, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්මතාවයෝ, චේතනාවේ සිට පහළ දිසාවට ගලනවා. මතකයි නේ, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං කියලා, භය අගතියේ ඉඳන් උඩට නේ ගියේ. සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ වුණහම, මේක පහළට ගලනවා. මේ මගින් දිට්ඨි උපාදාන ධර්මයෝ පෝෂිත වේ. මෙහි දී නැවතත් වේදනා අධිමොක්ඛ සිදු වේ.

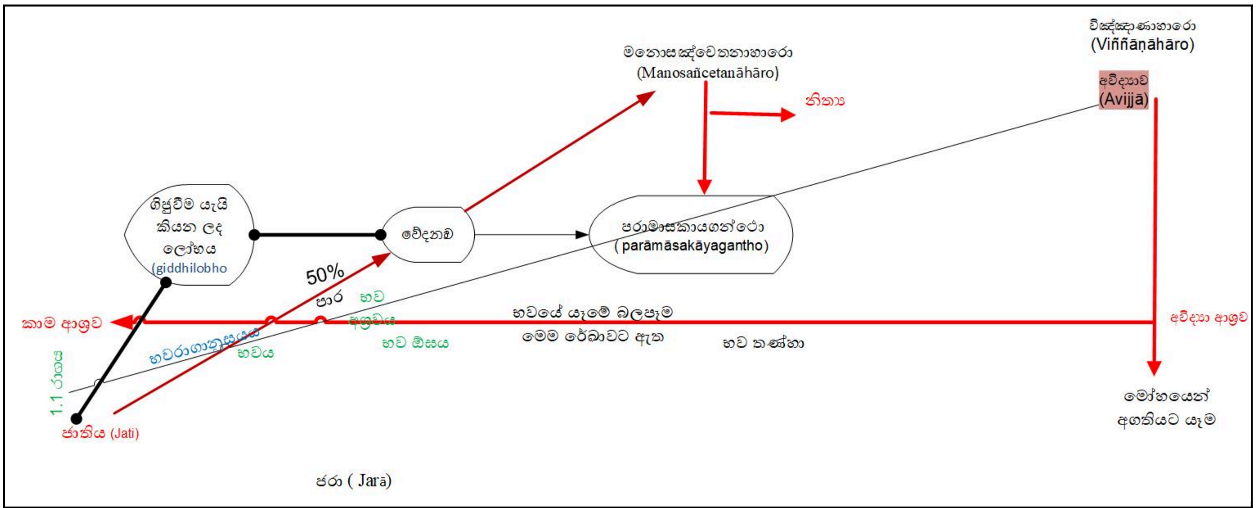
එතකොට මෙන්න මේ අවබෝධය ඇතිව තමයි අර පරිනිර්වාණයට සුදුසු අවස්ථාවක් එන්නේ. අර ඉස්සෙල්ලා අර විදිහට Scott ගේ කතාවෙන් එනවා, ඒ විදිහට බලන එක. ඒකෙ තවදුරටත් මේ උපාදානත් එක්ක මේ විදිහට බැලීමෙන්, තමන්ට ඒ අවස්ථාව පැහැදිලි කරන්න පුළුවන් ආයෙත් ඇති වෙනවයි කියන එක. එතකොට ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.


5-4 - වේදනා
අධිමොක්ඛ
මනොසඤ්චෙතනාහාරො
(Manosañcetanāhāro)
විඤ්ඤාණාහාරො
(Viññāṇāhāro)
අවිද්‍යාව
(Avijjā)
නිත්‍ය
ගිජුවීම යැයි
කියන ලද
ලෝභය
(giddhilobho
වේදනාව
පරාමාසකායගන්ථො
(parāmāsakāyagantho)
50%
6-4 සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ
කාම ආශ්‍රව
4-4 to 5-4
විඤ්ඤාණ
අධිමොක්ඛ
අවිද්‍යා ආශ්‍රව
භව ඕඝය
භව තණ්හා
භවය
1.1 රාගය
ජාතිය (Jati)
මෝහයෙන්
අගතියට යෑම
ජරා (Jarā)

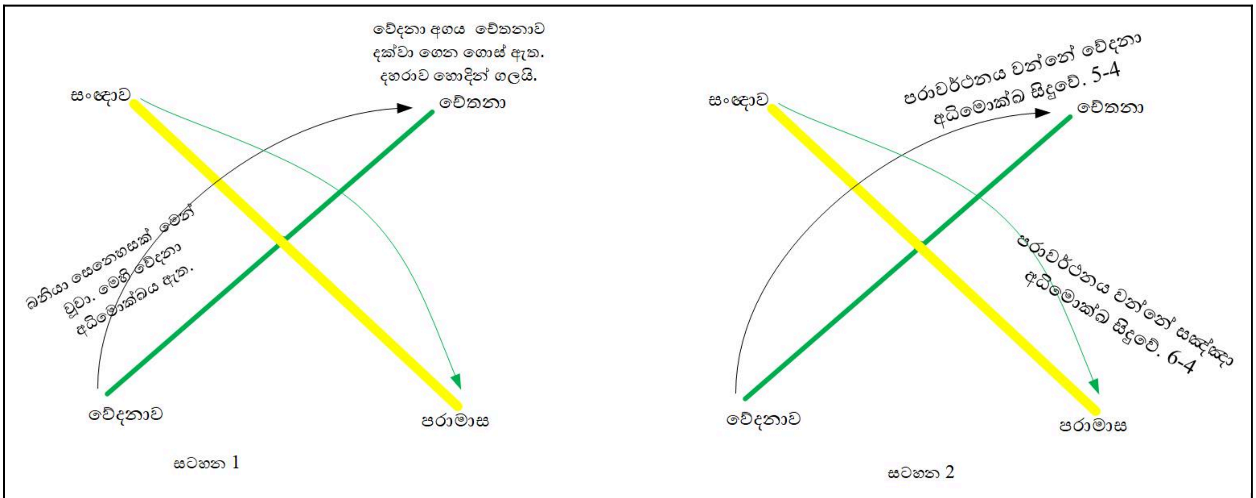
සටහන 1


කබලි කාරාහාරය
(Kabaḷīkārāhāro)
6-6 ආරම්භය
සංඥාව
7-4 -රූපය චේතනාව
දක්වා පැමිනීම
මනොසඤ්චෙතනාහාරො
(Manosañcetanāhāro)
විඤ්ඤාණාහාරො
(Viññāṇāhāro)
කාම
උපාදානය
6-4 ආරම්භය
ගිජුවීම යැයි
කියන ලද
ලෝභය
giddhilobho
වේදනාව
පරාමාසකායගන්ථො
(parāmāsakāyagantho)
7-5 කොලයට ලම්භකව
උඩ අතට ලකුණු කළ
වේදනාව
භවාශ්‍රවය
ශෝකය
නන්දි
(nandi)
7-7 ජාතිය දක්වා
පැමිනීම
7-6 ආරම්භය
භයෙන් අගතියට
යෑම
7-6 මමංකාරය අහංකාරය සමග එකතුවී භය අගති
දක්වා රූප අගයෝ ගෙන යෑම
ජාතිය (Jati)
7-2 තමා පවතිනවා
යන්න ස්ථිරය

සටහන 2



s_punarbhava.jpg



MM_10_11_2023.jpg

24/11/2023 - අමෘතය 12

Amurthaya 12

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

08/09/2023 අමෘතය 7 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාර, සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ. දෝලනය දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකවීම. විඤ්ඤාණ ප්‍රත්‍යයෙන් නාමරූප, දෝලනය වාමාවර්ත ව කැරකවීම සිදු වේ. මෙය සිහි කරන විට ම සිත නතර වේ.

ඉන් අනතුරුව ත්‍රිශූලය diagram එක, වාමාවර්ත ව (anticlockwise) දිට්ඨි සල්ලයෙන් කැරකැවෙන අවස්ථාව සිහි කළා. ඉන් පසුව 6.4 යන පියවරේ දී වටහා ගත් කරුණු තුන මෙනෙහි කළා.

1 සඤ්ඤාව සනාථ කරයි.

2 භව ආශ්‍රවය පසු සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීම පමණක් නොව, එය ස්ථිර වීම (firm වීම), කියන එක සිදු වී ඇත.

3 අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යෑම ආරම්භ වී ඇත.

මෙම තුන් ධර්මයන් එකට මුසු වන්නේ, නිරෝගී බව නැති වේ, ව්‍යාධිය ඇති වේ, යන්න සිහි කරන විට ද සිත නතර වේ.

ඉන් අනතුරුව driving force diagrams සිහි කළා. මෙහි දී 6.4 වූ විට, ගිද්ධිලෝභය hub එක වශයෙන් තිබෙන රෝදයක් මෙන්, රූප ගිද්ධිලෝභ ජාති, cone එක මෙනෙහි කරන්න. එසේ ම පරාමාසය hub එක වශයෙන් තිබෙන රෝදයක් මෙන්, ගිද්ධිලෝභ චේතනා භය අගති, cone එක මෙනෙහි කරන්න.

මෙම tricycle diagram එක දෙනවා. එහි සටහන 1 බලන්න. ඉස්සරහත් රෝදයක් ඇත. එය විඤ්ඤාණ වශයෙන් ගත යුතු ය. මෙම රෝද දෙක වෙන වෙනම කැරකේ, no coupling. උදාහරණ වශයෙන් 6.4 වූ විට, වම් පැත්තේ රෝදය කැරකවීම ආරම්භ වී ඇත්තේ, දකුණු පැත්තේ රෝදය ද කැරකෙමින් පවතී. මෙහි ලකුණු කර ඇති 7.4 අවස්ථාව, එහි රූප අගය චේතනාව දක්වා පැමිණි අවස්ථාව ය.

7.2 න් පසුව තමා පවතිනවා යන්න ස්ථිර වන්නේ ය, යන්න මෙම රෝද දෙක හරහා ඊතලයක් විදින්නේ, එම ඊතලය හිර වී ඇති අවස්ථාවක් ලෙස සිතන්න. සටහන 2 බලන්න.

අලුත් රූපය නිසා tricycle එක යන දිශාව වෙනස් වීම මෙනි. මෙහි භව ආශ්‍රවය යන්න හොඳින් පැහැදිලි වේ. ඔහු tricycle එක උඩ ඉන්න සත්වයා මෙනි. රෝද දෙක වෙන වෙනම කැරකේ, යම්කිසි තැනකට වෙන භවයකට හෝ යන්නේ නම් පමණක්, ඔහු සම්බන්ධ වේ, කෙසේ ද? මැද පොල්ල, එනම් ඊතලයේ දකුණු පැත්තේ කොටස, 7.4 සිට පහළට කරකවා, 7.6 දක්වා ගෙන ඒමත්, වම් පැත්තේ ඊතලයේ කොටස, උඩට රූපය දක්වා, දිට්ඨි අනුසයේ උපකාරයෙන් අලුත් රූපය අරමුණු කොට ගෙන යාමට උදව් කිරීමත් ය. මෙයට කාමරාග අනුසය යන රිට භාවිතා කරයි. එයට කළ යුතු සංස්කාරය මෙය බව, පාණාතිපාත අදත්තාදාන කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම, යන අකුසල ධර්මයන්ගෙන් සිත ඔසවා, පෙන්වා දේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

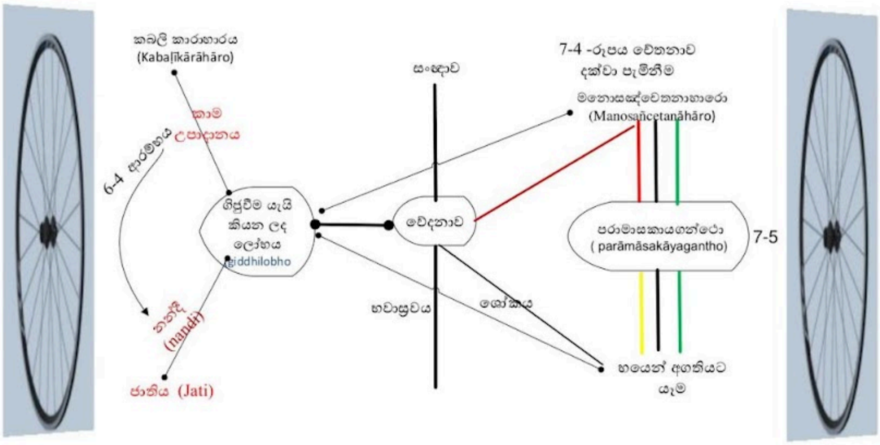
<u>**සාකච්ඡාව - 09/12/2023**</u>

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව පොඩ්ඩක් එකතු කරනවා නම්, ඔය අවිද්‍යා පච්චයා සඞ්ඛාරා. මෙය සමඟ සංස්කාර අධිමොක්ඛය හටගන්නේ ය. යම් දිට්ඨියක් සැදෙන්නේ ද, එමගින් විඤ්ඤාණය දක්වා ගමන් කිරීමට තරම් දිට්ඨිය පෝෂිත ද, ස්ථාවර ද, මෙසේ සංස්කාරයන්ගෙන් අධිමොක්ඛ වන්නේ ය. මෙය සිහි කිරීම සමඟ සිත නතර වීම සිදු වේ. ඒ විදියටයි අර මුල එකේ නතර වෙන්නේ.

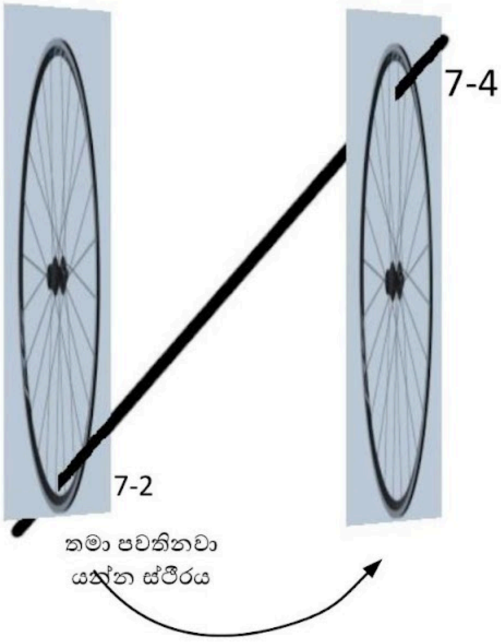
දෙක, ඊතලය හිරවී ඇති අවස්ථාව මෙනෙහි කරන්නේ කන් දෙක පහළින් මාංශ පේශී පවා ඉතාම සුඛ ස්වභාවයක් පැවතිණ. මෙම සටහන සිහි වන විට එය නැවතත් සිදු වේ. බුදුපියා විමසන්නේ, සංස්කාර නිත්‍ය යයි පරාමාසගත වීමක් නැත, වේදනා සුඛ යයි පරාමාසගත වීමක් නැත, කැරකවීම පමණක් ඇත, යන අවබෝධය නිසා යයි පැවසුවා.

ඔය 7.2 කියන එක තවදුරටත් විමසලා බැලුවා, ඔය කාමය භාවනාව තියෙනවා 18/03/2014. එතකොට ඒකෙ අර ඡන්දය රාගය ඒකෙ numbers එහෙම දාලා තියෙනවා. 7.2 අර පිපාසය එහෙම, ඉතින් ඕක ටිකක් බලාගෙන ඉන්නකොට ඒකෙ, මම ඇහුවා රහතන් වහන්සේගෙන් රාග සල්ලය මොන රවුමේ ද කියලා. එතකොට ඒක සිහි කළහම රහතන් වහන්සේ කිව්වා මේ 7.2 කියලා බුදුපියා පැවසුවා. ඉතින් ඔය 7.2 තව ඉස්සරහට අපි පෙන්නනවා ඕකෙ කාම ආශ්‍රවයේ ඉඳන් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයට යෑමකුත් තියෙනවා. එතකොට කාරණා ගොඩක් එතන තියෙන බව පේනවා. එතකොට ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.



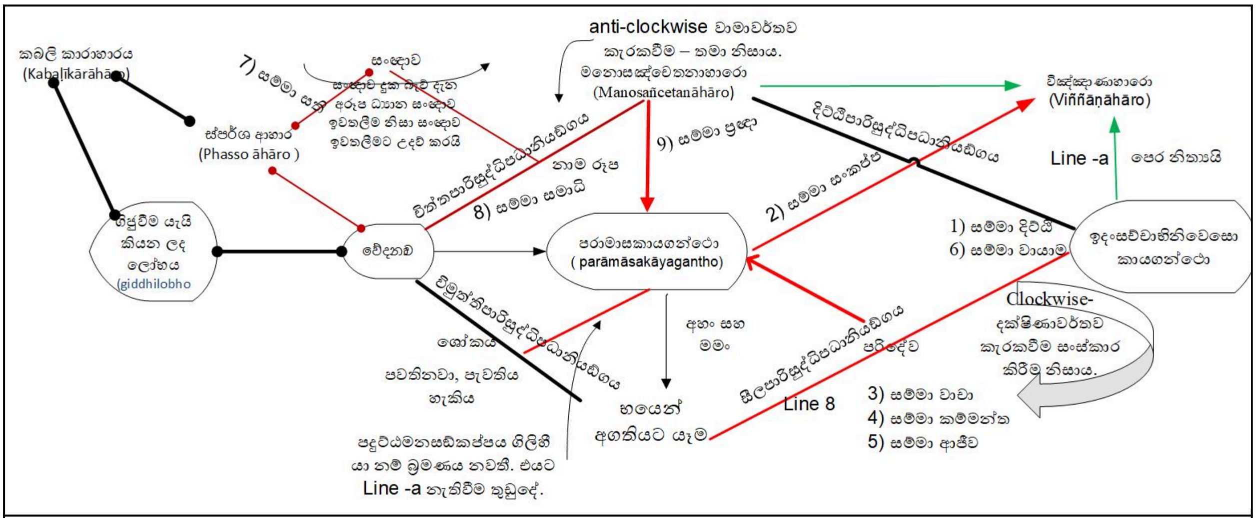
කබලි කාරාහාරය
(Kabaḷīkārāhāro)
කාම
උපාදානය
6-4 ආරම්භය
ගිජුවීම යැයි
කියන ලද
ලෝභය
giddhilobho
නන්දි
(nandi)
ජාතිය (Jati)
සංඥාව
වේදනාව
භවාස්‍රවය
ශෝකය
7-4 -රූපය චේතනාව
දක්වා පැමිනීම
මනොසඤ්චෙතනාහාරො
(Manosañcetanāhāro)
පරාමාසකායගන්ථො
(parāmāsakāyagantho)
7-5
භයෙන් අගතියට
යැම

සටහන 1

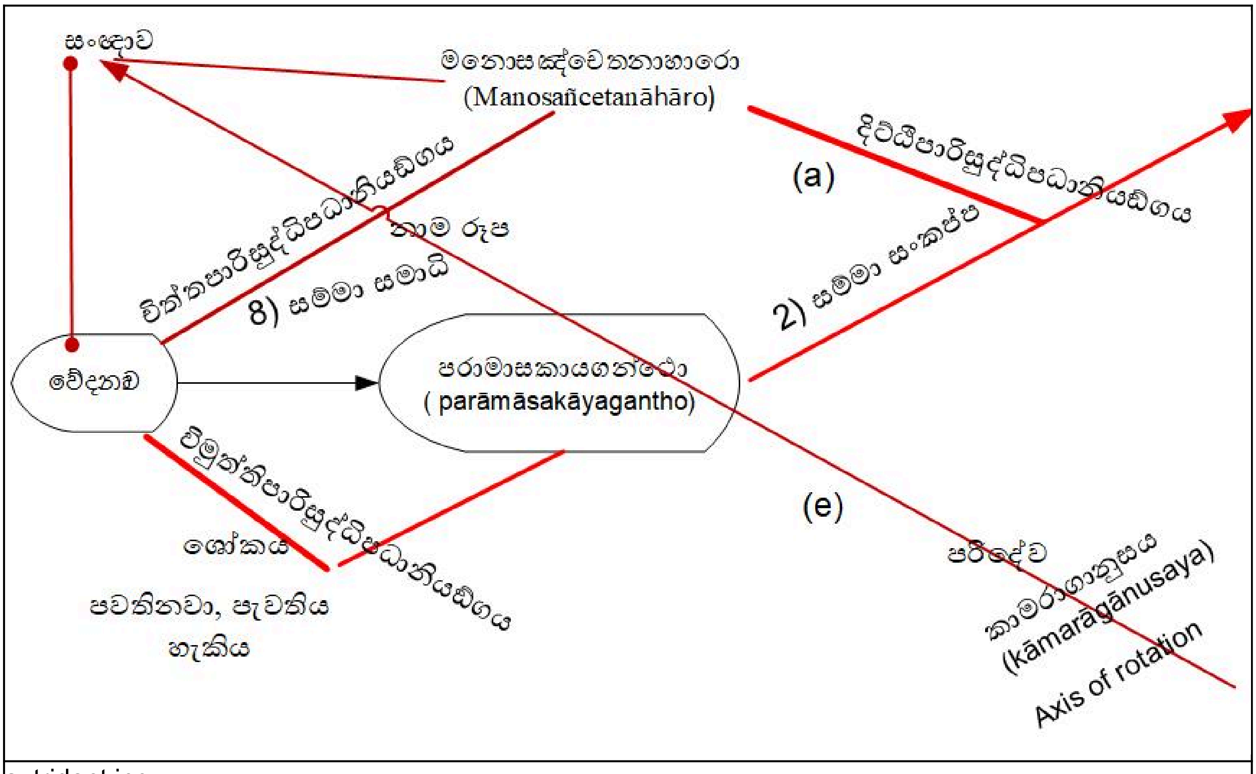


7-4
7-2
තමා පවතිනවා
යන්න ස්ථිරය

සටහන 2



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg

01/12/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

24/11/2023 අමෘතය 12 භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාර, සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ. දෝලනය දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකැවේ. විඤ්ඤාණ ප්‍රත්‍යයෙන් නාමරූප, දෝලනය වාමාවර්ත ව කැරකවීම සිදු වේ. විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් බලන විට එය දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකැවෙන බව පෙනේ. මෙහි දී tricycle එකේ, පරාමාසය hub එක වශයෙන් තිබෙන රෝදය, එනම් ගිද්ධිලෝභ චේතනා භය අගති, cone එක, විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් බලන විට, එය දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකැවී රෝදය ඉදිරියට යන්නේ, සඤ්ඤාව ඇති වම් පැත්තට, යන බව වැටහේ. රෝද කැරකැවෙන දිශාව දැක්වෙන සටහන් අපි දෙනවා, එහි සටහන 1 බලන්න.

6.4 වන විට tricycle එකේ, ගිද්ධිලෝභය hub එක වශයෙන් තිබෙන, වම් පැත්තේ රෝදය, විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් බලන විට, වාමාවර්ත ව කැරකැවෙන බව පෙනේ, එනම් tricycle එක පිටුපසට යයි. එනම් සඤ්ඤාවෙන් විරුද්ධ පැත්තට, ද්වේෂය ඇති පැත්තට යන බව පෙනේ. මෙසේ ම 7.4, 7.5, 7.6 වන අවස්ථා විමසන්නේ, tricycle එකේ පරාමාසය hub එක වශයෙන් තිබෙන, දකුණු පැත්තේ රෝදය, විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් බලන විට, වාමාවර්ත ව කැරකැවෙන බව පෙනේ. එනම් tricycle එක පිටුපසට යයි. ද්වේෂය ඇති පැත්තට යයි. මෙසේ ඉදිරියට ගිය වාහනය, පිටුපසට යෑම වන්නේ, ද්වේෂය ව්‍යාපාදය විඤ්ඤාණයෙහි පිහිටයි. සටහන 2 බලන්න.

සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ ඇති වන විට, දෝලනය සටහන අංශක හතළිස් හතක් පමණ දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකැවී ඇති අවස්ථාව, driving force diagrams වල අවසානයට දැක් වූ පාද සටහන්වල, අවසාන සටහන වශයෙන් දී ඇත. ඒ අනුව සිතන්නේ tricycle එකේ සඤ්ඤාව ඉස්සී, පොළොව දිසාවට නැඹුරුව ඇති බව වටහාගෙන, ඉහත ධර්මය විමසන්න.[1]

ඊතලය හිර වී ඇති අවස්ථාව විමසන්නේ, 7.2 න් පසුව ජාති වේදනා භය අගති cone එක, භ්‍රමණය ආරම්භ වී, භය අගති දක්වා යෑම ඇති වීම සිහි කරන්නේ, 7.4 නිත්‍ය සංකල්පය බිඳීම බව බුදුපියා පැවසුවා.

7.2 යන්න කඩේට යන්න සිතන්නේ, වාහනයට නගින්නේ ය, යන්න මෙනි. තවම එහි ගිහින් නැත. එනමුදු පාන් ගෙන එමියි යන අදහස, වේදනා අගයන් සමඟ පැමිණ ඇත.

මෙසේ නොවන්නේ නම් පාන් නිසා විඤ්ඤාණ ධාරාව නොගලයි. 7.4 කඩේ, සොයන පාන් එක නැත. සටහන 4 බලන්න.

7.2 න් පසුව හිරවී ඇති ඊතලය නිසා, රෝදය බකල් වීම ද විය හැකි ය. Axle එක කැඩීම ද විය හැකි ය. 7.6 අවස්ථාව සටහන 5 මගින් දැක්වේ.

07/08/2020 නිබ්බාන භාවනාවේ සඳහන් කරුණුවලට සිත යොමු විය. සම්මා සංකප්ප 1, රවුම 7 සම්පූර්ණයි. මෙය සඳහා 7.4 සිට 7.5 එතනින් 7.6 විමසන්න, ව්‍යාපාදය. සම්මා සංකප්ප 2, රවුම 7 සම්පූර්ණ නැත, ද්වේෂය. මෙය සඳහා 6.4 සිට 7.2 දක්වා යෑම ප්‍රමාණවත් ය. ඉදිරියට යන්නට උත්සාහ කරන අයෙකුට, එයට බාධාවක් ලෙස 6.4 දී පසුපසට යෑම පෙනෙන්නේ යම් සේ ද, මෙය තවදුරටත් වේදනාව නිසා, 7.4 සිට 7.6 දක්වා පසුපසට යෑමක් ම එකතු වන්නේ, එම බාධාව දෙගුණ වී පෙනේ. මේ නිසයි ව්‍යාපාදය. කෙසේ හෝ අකමැති වූ රූපය, තමා කර ගන්නට සිදු වී ඇත. මෙය පුදුම කරුමයක් යැයි යමෙක් පවසන අවස්ථාවලට යොදා බලන්න. රූපය ගන්න යයි කරන බලපෑම ගැන සිතන්න.

7.7 දී සංස්කාර ජරා, 7 රවුම සම්පූර්ණයි. සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ වන්නේ, සංස්කාර ජරා නිසා, ව්‍යාපාදය වන්නේ ය. අපි දන්නවා අභිජ්ඣා ඇත්තේ, ජරාවට පත් වූ බව දන්නේ, ව්‍යාපාදය ඇති වේ.

7.7 වන විට, එකම රෝදයක් මෙන් පොළොවට සම්බන්ධ වෙන තැන දී පෙනේ. Axle එක කැඩීම, ව්‍යාපාදය. සටහන 6 මගින් දක්වා ඇත්තේ, දකුණු පැත්තේ රෝදය ගැලවී ගිහින් ඇති අවස්ථාවේ, වම් පැත්තේ රෝදය පිහිටන ආකාරය වේ. මෙය සඤ්ඤාමය කාය ඉවත් වීම සමඟ සිදු වේ. සඤ්ඤාමය කායේ පථය, වේදනා චේතනා භය අගති යැයි බුදුපියා පැවසුවා.

6.4 වන විට විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් බලන විට, වාමාවර්තව කැරකැවෙමින් තිබුණු වම් පැත්තේ රෝදය, 7.7 සිට 8.2 දක්වා යන විට, පාණාතිපාත වැනි ධර්මයෝ මගින්, එම දිසාවට ම ගලයි. ගැලවීමක් නැත. මෙය වටහා ගැනීම සඳහා, දී ඇති 7 වෙනි සටහන බලන්න.

පාණාතිපාත අදත්තාදාන කාමයෙහි වරදවා හැසිරීම යන ධර්මයෝ, පරාමාසගත වීම මුලින් සිදු වේ. ඉන් පසු භය අගතියට යයි. රතු ඊතල දෙක බලන්න. දෝලනය සටහන විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් බලන විට, වාමාවර්ත ව කැරකැවෙන බව පෙනේ. එසේ ම tricycle එකේ, පරාමාසය hub එක වශයෙන් තිබෙන රෝදය, විඤ්ඤාණ පැත්තෙන් බලන විට, වාමාවර්ත ව කැරකැවෙන බව පෙනේ. එනම් පසු පසට යෑම සිදු වේ. හිරවී ඇති ඊතලය මගින් වන සම්බන්ධතාවය නිසා tricycle එකේ වම් පැත්තේ රෝදය ද, එම නිසා ම වාමාවර්තව කැරකැවී, පසු පසට යෑම සිදු වේ. මෙය ඇඳ නැත.

මෙම ධර්මතාවය දැන සතර ඉද්ධිපාදයෝ භාවිතා කරන්නේ නම්, මෙම ක්‍රියාවලිය නවතී, නිර්වාණය සාක්ෂාත් කරයි. එතකොට ඒක තමයි භාවනාව.

මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්,

1 - අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් සංස්කාර සිහි කරන විට ම, සිත නතර වේ. ආරම්භයේ දී ම මෝහය ළඟ විනයධර බුදුපියා පිහිටුවීම සිහියේ තිබුණි. මෝහය, යන්න එපා යයි කාමරාග අනුසය රේඛාවට ඇඟිලි දිගු කර පෙන්වා දෙයි. මෙහි දී සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ ඇති වන විට, දෝලනය සටහන අංශක හතළිස් හතක් පමණ දක්ෂිණාවර්ත ව කැරකැවී ඇති අවස්ථාව, තුන්වැනි සටහන හැටියට දීපු එක,[2] ඒ අනුව සිතන්නේ tricycle එකේ සඤ්ඤාව ඉස්සී, පොළොව දිසාවට නැඹුරුව ඇති බව යනුවෙන් බුදුපියා පැවසූ ධර්මය මෙනෙහි විය. පාණාතිපාත පොළවේ ය. අරූප ධ්‍යාන තලවල නැත. පාණාතිපාත පොළොවට නැඹුරුව ඇත.

2 - 7.6 අවස්ථාවේ දී සිත නතර වේ. මෙහි සම්මා සංකප්ප 1 සහ 2 යෙදීම නිසා විය හැක. 6.4 සිට 7.2 ද්වේෂයත්, 7.6 ව්‍යාපාදයත් ගැන සිතීම නිසා විය හැක. 7.2 යන්න කඩේට යන්න සිතන්නේ, වාහනයට නගින්නේ ය යන්න මෙනි. තවම එහි ගිහින් නැත. එනමුදු පාන් ගෙන එමියි යන අදහස, වේදනා අගයන් සමඟ පැමිණ ඇත. මෙසේ නොවන්නේ නම්, පාන් නිසා විඤ්ඤාණ ධාරාව නොගලයි. 7.4 කඩේ, සොයන පාන් එක නැත, යන්න සිහි විය. 7.4 සිට 7.6 දක්වා පසුපසට යැමක් ම එකතු වීම සිහි විය. ඒ කියන්නේ මේ ද්වේෂය double වෙලා, ව්‍යාපාදය.

3 - 7.7 අවස්ථාව සටහන 6 කෙරෙහි සතිය ඇත්තේ, සඤ්ඤාමය කායේ පථය සිහි කරන තාක් කල්, එල චිත්තය නොගිලිහේ. එය නැංවී පවතී.

මෙසේ මෙම භාවනාව, විමුක්ති මංසලාවක් බව මොනවට වැටහේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 09/12/2023**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් අපිට පේනවා ඔතන කාම ලෝකවල පාණාතිපාතා, අදත්තාදාන, අරූප ලෝකවල මේක නෑ. එතකොට කාම ලෝක පොළොව දිසාවට නැඹුරු වී ඇති බව වටහා ගැනීමට මේක උදව් උපකාර වෙනවා.

2. අපි මේ driving force සටහන්වල අවසානයට දීලා තියෙනවා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව කාරණා තුනක් එකතු කරන්න පුළුවන්.

1 - සඤ්ඤාමය කාය ඉවත් වූ විට biased state එකක් ඇතිවෙයි. ගලන දිසාවට යෑම මිස විමසීමක් නැත.

2 - තත්පර හත පසු වී මනෝමය කායේ සිටින විට ධර්මය මතු වුණොත් නිර්වාණය වේ ද? එතකොට මේ අපි දැන් ඊයේ දුන්නා භාවනාවක්, ඒ කියන්නේ මධ්‍යම ප්‍රමාණයට ධර්මය ගලන අවස්ථාව, ඒක යොදාගෙන බලන්නෙයි කියලා රහතන් වහන්සේ කිව්වා. ඔය 08/12/2023 භාවනාවෙන් පසුව ඒක වැටහෙනවා. ඵල ලාභියෙකු එක, දෙක, තුන, හතර ධ්‍යාන තලයක ඉපදීම විය හැකි ය. දිට්ඨි අනුසය නිසා නොඉපදී සිටීමට අඩිතාලමක් නැත.

3 - තථාගතයන් වහන්සේගෙන් බණ අසා මනෝමය කායේ සිට ආශ්‍රව නසන්නේ නම්, සඤ්ඤාමය කාය නැවත පැමිණිය යුතු ය. මේ සඳහා අතිශ්‍රේෂ්ඨ වූ ධර්මයක් භාවිතා කළ යුතු වේ. ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ.

12 (චේතනා)

විඤ්ඤාණ ප්‍රත්‍යයෙන් නාම රූප

9 (3)

3 (9)

6 (භය අගති)

ශෝකය

වාමාවර්තව කැරකවීම වෙන ලෙස පෙනේ (රතු පාට ඉලක්කම් යොදාගන්න)

විඤ්ඤාණ

දක්ෂිණාවර්ථව කැරකවීම වෙන ලෙස පෙනේ (කළු පාට ඉලක්කම් යොදාගන්න)

සටහන 1

6-4 වනවිට tricycle එකේ වම් පැත්තේ රෝදය

12 (රූප)

9 (3)

3 (9)

6 (ජාති)

7-4 -> 7-5 ->7-6 අවස්ථාවන් tricycle එකේ දකුණු පැත්තේ රෝදය

12 (චේතනා)

9 (3)

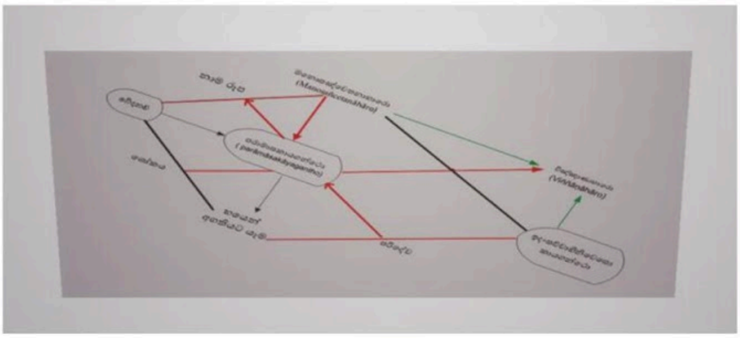
3 (9)

6

විඤ්ඤාණ

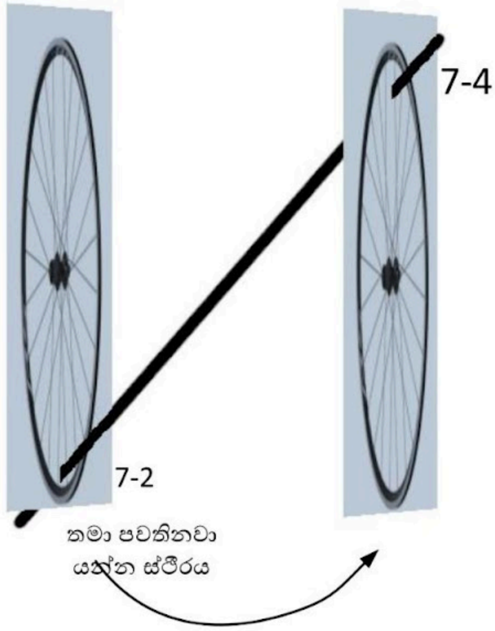
වාමාවර්තව කැරකවීම වෙන ලෙස පෙනේ (කළු පාට ඉලක්කම් යොදාගන්න)

සටහන 2

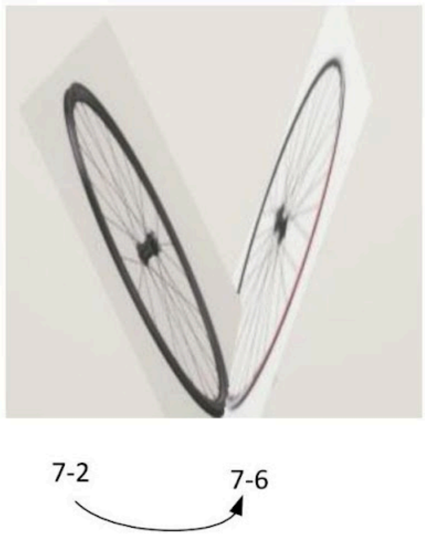


සටහන 3

1

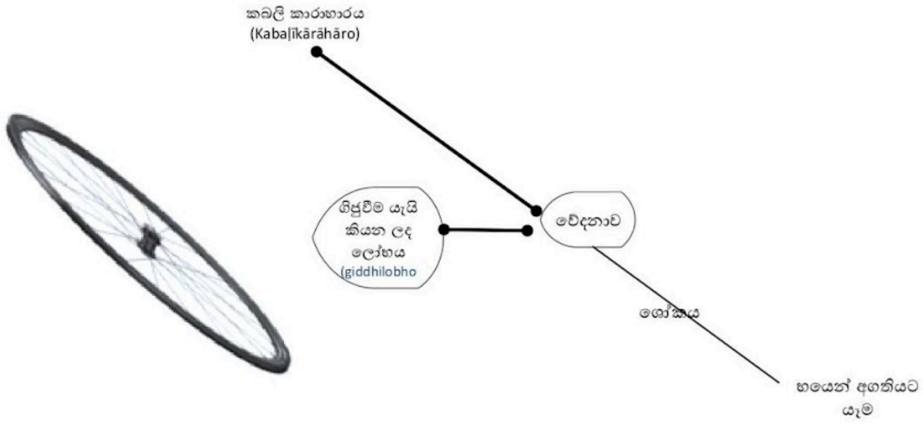


සටහන 4

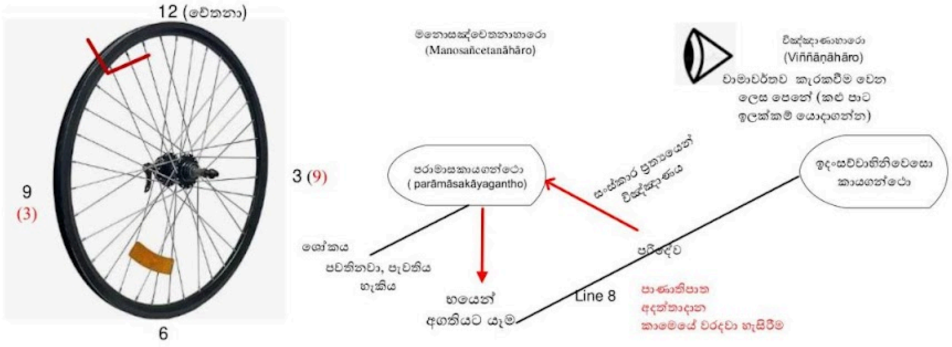


සටහන 5

2



සටහන 6: සඤ්ඤාමය කාය ඉවත්වීම



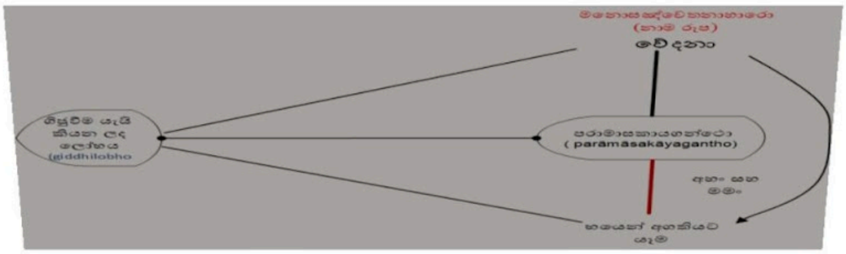
සටහන 7

3

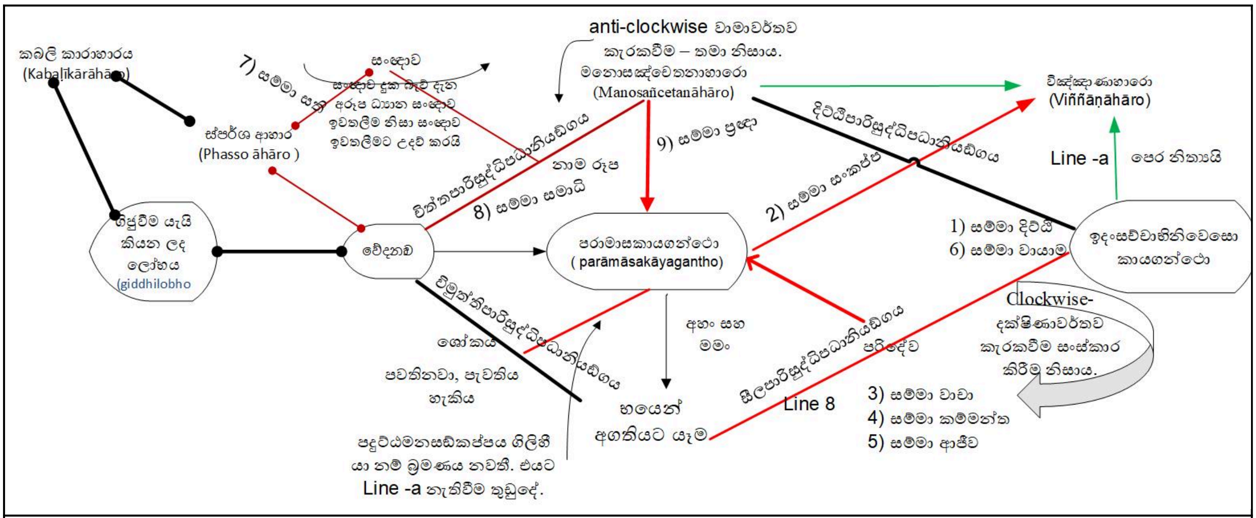
සටහන 4

පාදසටහන 1

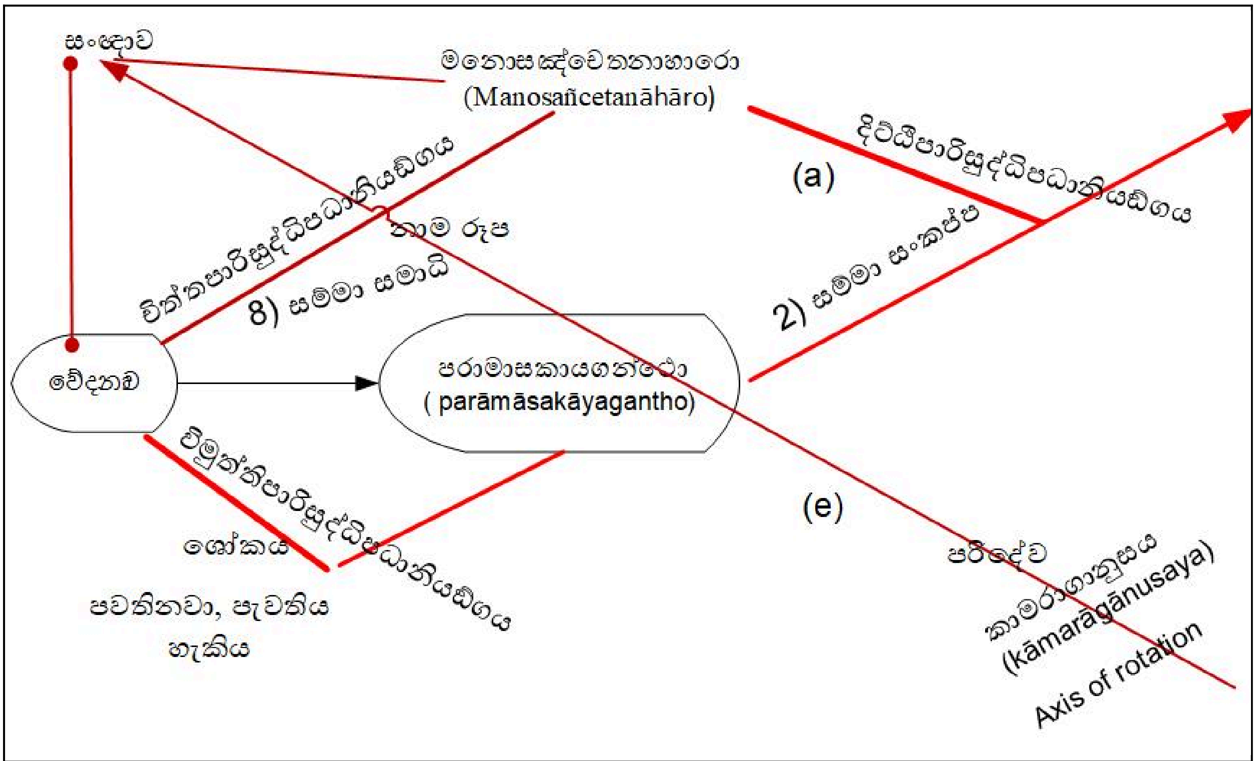
කඩදාසියට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව වටහා ගැනීම සඳහා පමණක් සටහන 2 නැවතත් පහත දක්වා ඇත. සටහන 2 අංශක 60 න් ගිද්ධි ලෝභ - පරාමාසකාය ග්‍රන්ථ රේඛාව වටා කැරකැවූ පසු අවස්ථාව පහත දක්වා ඇත. එය අංශක 90ක් දක්වා කරකවන්නේ නම් “චේතනාව දක්වා ගමන් කර ඇති වේදනා අගය කඩදාසියට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව” යන්න වැටහේ (එය අවම වශයෙන් රවුම7-5 පියවර ලෙස ගත හැකිය).



තවද මෙයට පෙර **සංස්කාර** ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ ඇති වන විට දෝලනය සටහන අංශක 47ක් පමණ දක්ෂිණාවර්ත ව කරකැවී ඇති අවස්ථාව පහත දැක්වේ. එනම් දෝලනය සටහනේ පරිදේව - පරාමාස- නාම රූප යන රේඛාව, ශෝක- පරාමාස - විඤ්ඤාණ axis එක වටා අංශක 47ක් පමණ දක්ෂිණාවර්ත ව කරකැවී ඇති අවස්ථාව පහත පෙන්වා දී ඇත. හැඩය වෙනස් මෙන් ඇඳ ඇත්තේ පෙන්වීමේ පහසුව සඳහාය.



s_oscillation.jpg



s_trident.jpg

සම්මා සංකල්ප භාවනා 1

First meditation on Right Thought

My immense gratitude to the great Noble council of
Akanitta brahma realm

19/01/2014

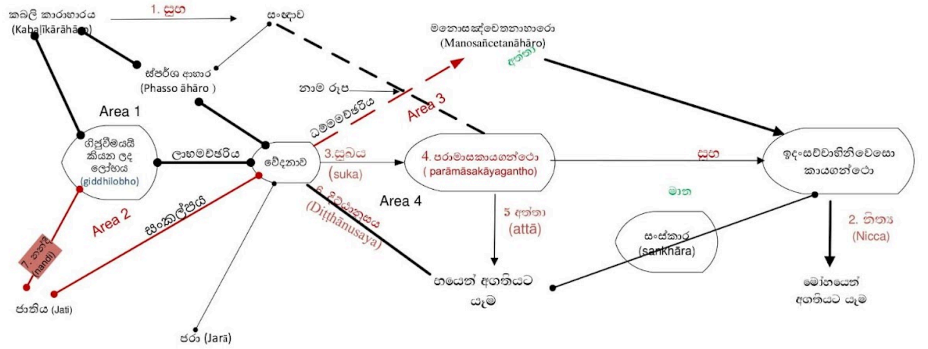
1

s_Sammasankappa_bhavana1.pdf - Slide 1

මහණෙනි, සම්මා සංකල්පය නම් කවරේද? නෛෂ්ක්‍රම්‍ය සංකල්පනාවය, අව්‍යාපාද සංකල්පනාවය, අවිහිංසා සංකල්පනාවය යන මෙය සම්‍යක් සංකල්ප යයි කියනු ලැබේ.
කතමො ච, භික්ඛවෙ, සම්මාසඞ්කප්පො? නෙක්ඛම්මසඞ්කප්පො අබ්‍යාපාදසඞ්කප්පො අවිහිංසාසඞ්කප්පො.

ව්‍යාපාදය කෙසේ ඇති වන්නේද?

- නොමනාප අරමුණ -> දුක්ඛවෙදනීය වූ ස්පර්ශය -> දුක්ඛ වේදනාව -> දොම්නස් සිතුවිලි (දොමනස්සූපවිචාරො)
- මේ වනවිට වට 7 ක් ගොස් ඇත; Area A, B, C, D – වට 4 සහ ඉන් පසුව area 1, 2 සහ 3 – වට 3 සිදුවී area 3 වලට පැමිණ ඇති අවස්ථාව.

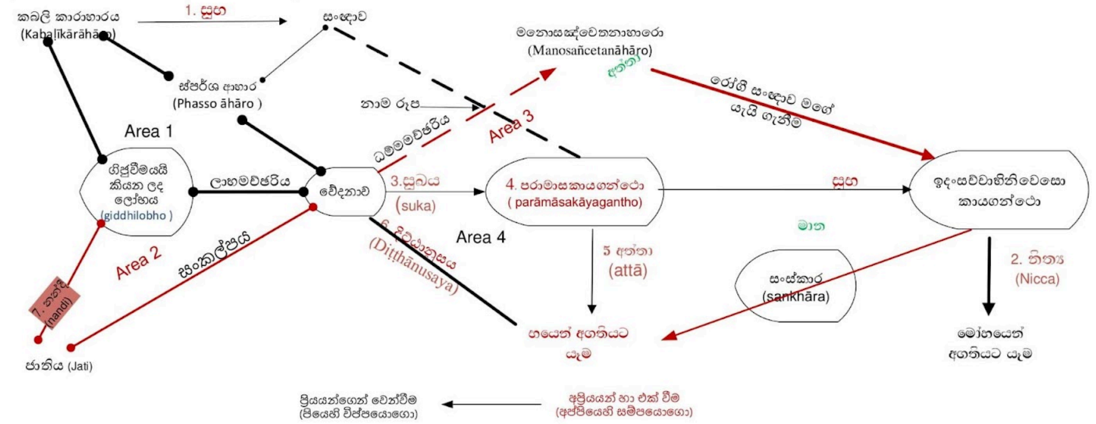


- රූප වේදනා සංඥා පවතී යැයි විස්වාස කල නොහැකි බව මෙහිදී වටහා ගන්නේ නම් ආකිඤ්චඤ්ඤායතනට යෑම සිදුවේ.
- කුමක් නිසාද? 7 වන රවුමේදී ව්‍යාපාදය ඇති අතර, සාත යැයි ගත නොහැකි බව අවිද්‍යා ආශ්‍රව මගින් තීරණය කර ඇති නිසා, ථීනමිද්ධය හට ගෙන ඇත. මේ නිසා චේතනා සහිත ක්ෂේත්‍ර කොටස මැකී යයි. මගේ යැයි නොගනී.

2

s_Sammasankappa_bhavana1.pdf - Slide 2

- රෝගී සංඥාව මගේ යැයි ගැනීමෙන් "භයෙන් අගතියට යෑම" දක්වා ගොස් "අප්‍රියයන් හා එක් වීම" (අප්පියෙහි සම්පයොගො) ඇති වන්නේය.



- අප්‍රියයන් හා එක් වීම සිදුවූ පසු, මෙය ලාභයක්දැයි විමසීම සිදුවේ. සිදුවී ඇත්තේ "ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම" යි.
- සඞ්කප්පරාගො පුරිසස්ස කාමො - පුරුෂයාගේ සංකල්ප වශයෙන් උපන්නාවූ රාගය තෙම කාම නම් වේ.
- දැන් සංකල්පයේ තිබුනාවූ ධර්ම අගය (ප්‍රිය වී තිබුනේ සංකල්පයයි) රූපයේ නැති බව දැන ද්වේෂයට යයි.
- මෙසේ ද්වේෂය නිසා ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම (පියෙහි විප්පයොග) සිදුවේ. එනම් අප්‍රියයන් හා එක් වීමෙන් (අප්පියෙහි සම්පයොග) ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම (පියෙහි විප්පයොග) සිදුවේ.

3

s_Sammasankappa_bhavana1.pdf - Slide 3

සම්මා සංකල්ප භාවනා 2
Second meditation on Right Thought

My immense gratitude to the great Noble council of Akanitta brahma realm

20/01/2014

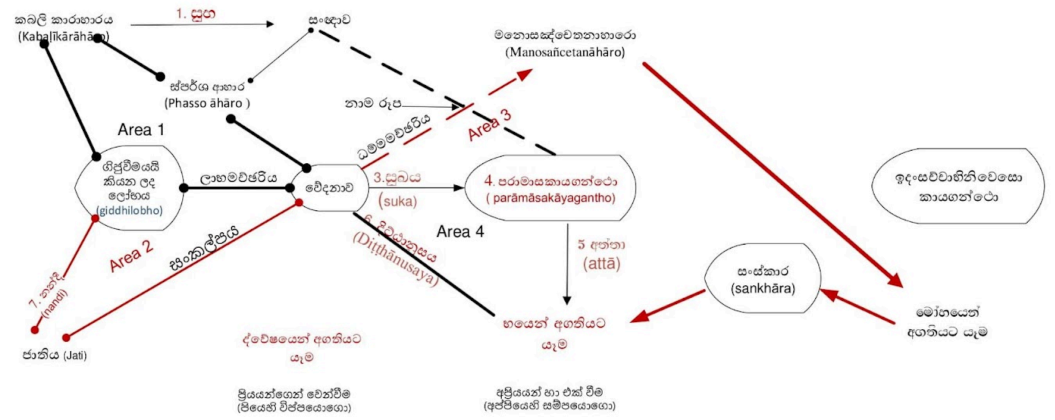
1

s_Sammasankappa_bhavana2.pdf - Slide 1

සම්මා සංකල්පය -නෛෂ්ක්‍රම්‍ය සංකල්පනාවය, අව්‍යාපාද සංකල්පනාවය, අවිහිංසා සංකල්පනාවය.
කතමො ච, භික්ඛවෙ, සම්මාසඞ්කප්පො? නෙක්ඛම්මසඞ්කප්පො අබ්‍යාපාදසඞ්කප්පො අවිහිංසාසඞ්කප්පො

ද්වේෂය කෙසේ ඇති වන්නේද?

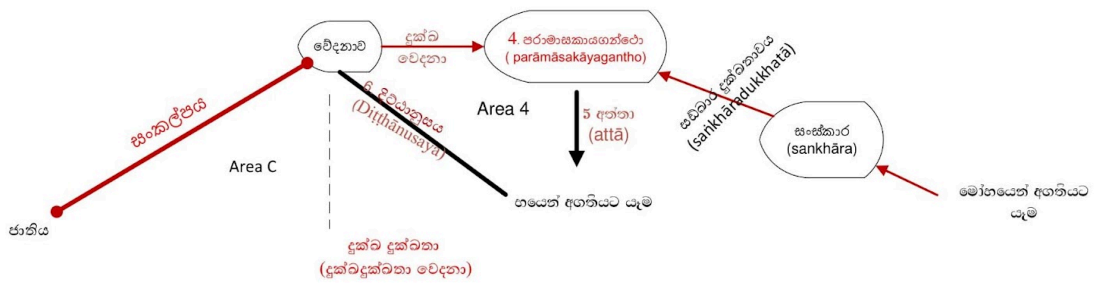
- නොමනාප අරමුණ -> දුක්ඛවෙදනීය වූ ස්පර්ශය -> දුක්ඛ වේදනාව -> දොම්නස් සිතුවිලි (දොමනස්සූපවිචාරෝ)
- වට 6 ක් යෑමෙන් පසුව; Area A, B, C, D ,1, 2 සිදුවී, 7 වන රවුමේදී Area 3 වනවිට ව්‍යාපාදය සිතට ඇතුලත්ව ඇත.



- මෙහිදී ඉදංසච්චාභිනිවෙස කායගන්ථයට ඇතුල්වූයේ පෙරවූ සුභයමයි. රූපයට පවරන ලද අගය සංකල්පය විසින් ගෙන ගොස් ඇත. මෝහ අගති දක්වා යෑමෙන් පසුව සංස්කාරයන්හි නිත්‍යභාවය ඇතිවේ. ඉන් අනතුරුව භය අගතිය කරා ගමන් කිරීම සිදුවේ.

2

මෙහිදී දුක්ඛ වේදනා සහ සඞ්ඛාර දුක්ඛතාවය (සඞ්ඛාරදුක්ඛතා) යන ධර්මයන් පරාමාසකායගන්ථයට ඇතුල්වේ.



- දැන් Area 4 වලට පැමිණ ඇත (සටහන: තවමත් 7 වන රවුම වන නිසා Area 4 සම්පූර්ණ වී නැත).
- දිට්ඨි අනුසය වීමෙන් පසුව ක්ෂේත්‍ර C (සරසඞ්කප්ප) සහ ක්ෂේත්‍ර 4 (Area 4) සසඳා බලයි, පෙරවූ සුඛයම පතයි. එයම ඕනි යැයි පවසයි. එය පෙර මෙන් නැති බව පවසයි. එනම්, ඨිතස්ස අඤ්ඤථත්තං සඞ්ඛතලක්ඛණං - පවතින දේ වෙනස් වන්නේය, මෙය නිසා දුක්ඛ දුක්ඛතාවයට (දුක්ඛදුක්ඛතා වෙදනා) පත්වේ.
- ද්වේෂයෙන් දැවීම සිදුවේ.

- මෙම රවුමේදී, භය අගති දක්වා පැමිණි විට අප්‍රියයන් හා එක් වීම (අප්පියෙහි සම්පයොග) වන අතර, දුක්ඛවූ සංස්කාර (සඞ්ඛාරදුක්ඛතා) පරාමාසයට ඇතුල්වී **ද්වේෂයෙන් අගතියට යෑම පළමුව සිදුවේ**. මෙය නිසා, **ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම** (පියෙහි විප්පයොගො), අප්‍රියයන් හා එක් වීමට **පෙරම** සිදුවේ.

3

08/12/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

01/12/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ දී 7.7 වන විට, එකම රෝදයක් මෙන් පොළොවට සම්බන්ධ වෙන තැන, axle එක කැඩීම වන අවස්ථාව සටහන 5 මගින් දක්වා ඇත්තේ, දකුණු පැත්තේ රෝදය ගැලවී යෑම, සඤ්ඤාමය කාය ඉවත් වීම සමඟ සිදු වේ යන්නත්, සඤ්ඤාමය කායේ පථය, වේදනා චේතනා භය අගති යැයි ඉගෙන ගතිමු.

15/01/2016 නිරෝධ භාවනාවේ දී, නිත්‍ය සඤ්ඤාව විඤ්ඤාණගත වීමෙන් පසුව බිඳී යන්නේ නම්, line 5 සුභ සුඛ, line 6 සුඛ, line 7 අත්තා දිට්ඨි, හරහා ධර්මයන් කිසිදු ආකාරයකින් නොගලන්නේ නම්, කුමක් වේ ද යන්න, සාකච්ඡා කර ඇත. එකවර ම ගර්භාෂයකට ඇදී යන අවස්ථාවක් එහි දී දැක ඇත. සඤ්ඤාමය කාය ඉවත් වීම වන්නේ නම් එසේ වන්නේ ය, යනුවෙන් වැටහුණා.

මෙම ධර්මතාවයන් තවදුරටත් විමසීම කළා.

1 - 13/01/2016 උපෙක්ඛා අප්‍රමාණ 6 භාවනාවේ දී, අත්තා සඤ්ඤාව චේතනා වීමෙන් පසුව, බිඳී යන්නේ නම් කුමක් වන්නේ ද යන්න, විමසා ඇත. එම සටහන් අපි දෙනවා, එහි පළවන සටහන බලන්න.

මෙම අවස්ථාව, line 6 >= line 7 සහ line 5, දුර්වල ය. මෙහි දී අත්තා යැයි නොගනී නම්, අත්තා සඤ්ඤාව අනිත්‍ය නම්, ආකිඤ්චඤ්ඤායතන නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන විය හැකි ය. මෙහි දී චිත්ත සංස්කාර මගේ යැයි ගැනීම, විය හැකි ය. කාය සංස්කාර සහ වචී සංස්කාර අත්හැරීම, විය හැකි ය. බ්‍රහ්ම ලෝකයේ ඉපදීමට තුඩු දෙන සංස්කාර කරන්නේ, භය අගති සිට චේතනා දක්වා දහමුන් ගොඩනැගී, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන ධර්මයෝ ඉස්මතු වීම වන්නේ, දෝලනය සටහන, සෝකය පැත්තෙන් බලන්නේ, වාමාවර්ත ව කැරකේ. එනමුදු 4.4 දක්වා පමණක් යනු ලබයි. අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යන පථය තදින් ක්‍රියාත්මක වේ. මෙහි දී ඉපදීම කෙසේ ද? line 6 >= line 7, සුඛ සංකල්පය ඇත්තේ භයවන ධ්‍යාන තලයෙන් එපිට ධ්‍යාන තලයක ම පමණක් ඉපදේ. කුමක් නිසා ද? වේදනාව දැනෙන්නේ නම් සුඛ යයි පැවසිය නොහැකි බව විඤ්ඤාණයට හැඟෙන නිසා ය. සුඛය අත්තා කරගත්තත්, චේතනාවට පැමිණ බිඳී ගිය නිසා ය. මොහු රූප නොසොයයි, රූප නිසා වන වේදනා නොපතයි. මෙහි දී යම් අයකු රූප සොයන්නේ

නම්, අසරණ ස්වභාවයට පත් වේ. මරණ මොහොතක මෙම තුන් අගයෝ නැති ද, එය නිර්වාණයයි.[1]

Special බොජ්ඣඞ්ග භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත් කරුණු සමඟ සිතන්නේ, මෙහි අවිද්‍යා ආශ්‍රව නිසා මෝහයට යෑම වන්නේ, කාමරාග අනුසය නිසා, සඤ්ඤාව සුබ වී, එහි පසු සඤ්ඤාව ලෙස කාම ආශ්‍රව වීම වටහා ගත යුතු ය. වේදනා නොදැනෙන සුබ සඤ්ඤා නිසා, කාම ආශ්‍රව ඇත. වේදනා නිසා කාම ආශ්‍රව හෝ දිට්ඨි ආශ්‍රවවලට යන ගැම්ම මෙහි නැත.

2 - මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ ධර්මයන්, line 5 හරහා ගලන අවස්ථාව විමසා බලමු. 14/01/2016 උපෙක්ඛා අප්‍රමාණ 7 භාවනාවේ දී, මෙය විමසා ඇත. එනම් නිත්‍ය සඤ්ඤාව, විඤ්ඤාණගත වීමෙන් පසුව බිඳී යන්නේ නම්, කුමක් වන්නේ ද? සටහන 2 බලන්න. line 5 > line 7 >= line 6. මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ ධර්මයන් line 5 හරහා ගලන අවස්ථාවට සමානයි. මෙහි දී 7.4 රූප අගය චේතනා දක්වා පැමිණීම අන්තර්ගත ය. කරුණු තුනක් සිදු විය හැකි ය.

2a - කාම ලෝකයේ ඉපදීම. 7.7, 8.2.

2b - 7.4 වුවත් චේතනා නිසා සංස්කාර කිරීමට තරම්, රූප අගය ප්‍රමාණවත් නොවීම. භූත ප්‍රේත යන ලෝකවල ඉපදීම විය හැකි ය. මෙතන මේ භූත කිව්වහම ප්‍රේත ලෝකයේ ම දැඩි ශරීර ඇති කොටසක්.

2c - 6.4 දී සඤ්ඤා අධිමොක්ඛය සිදු වුවත්, yellow traffic light වාහන නොනවත්වා යන්නාක් මෙන් සිදු විය හැකි ය. මෙය ගැටීම් සහිත ය. 1 සිට 4 දක්වා ධ්‍යාන තලවල ඉපදීම මේ ආකාර ය. මෙහි දී ධාරාව ගලමින් තිබුණු දිසාව, භය අගති සිට චේතනාව දක්වා ය. Yellow traffic light නතර විය යුතු ය. නමුත් ගලයි. චේතනා කරයි. එය සරසුල මෙනි. රූප ඕනෑ යැයි කියයි. එනමුදු එහි සියුම්භාවය පතයි, කෙසේ ද? 5.5 දී අත්තා සිට විඤ්ඤාණ දිසාවට ධාරාව torch එක ඇල්ලුවාක් මෙන් ගලයි. මෙහි දී අත්තා සඤ්ඤාව, චේතනා වී බිඳී නැත. මෙසේ සිටීම නිත්‍ය යැයි සඤ්ඤා අගයන් ඇති වේ.[2]

3 - 18/01/2016 උපෙක්ඛා අප්‍රමාණ භාවනාවේ දී මෙය විමසා ඇත. අත්තා යන චිත්ත විපල්ලාසය ජීවිත ඉන්ද්‍රිය දක්වා පැමිණ බිඳී යන්නේ නම් කුමක් වන්නේ ද? සටහන 3 බලන්න. මේ අවස්ථාව අත්තා සඤ්ඤා චේතනා වී බිඳුණ විට සිදු වෙන ක්‍රියාවලියට අනතුරුව, සිදු වෙන බව වටහා ගත යුතු ය. එනම් line 5 weak අවස්ථාවට වඩා වැඩියෙන් ගලන බව වටහා ගත යුතු ය. මධ්‍යම ප්‍රමාණයට ගලන නිත්‍ය සඤ්ඤා අවස්ථාවට වඩා අඩුයි. මේ දෙක අතර බව වටහා ගන්න. මෙහි දී line 5 දුර්වල වූ අවස්ථාවේ දී සහ පෙර වැඩියෙන් ගලන අවස්ථාවේ දී යන අවස්ථා දෙකේ දී,

ඇති වූ අත්තවාද උපාදාන ධර්මයෝ ආධාර උපකාර ඇතිව ම ධර්මයන් ගලයි. මේ අවස්ථාව කොටස් දෙකකට බෙදේ.

3.1 - සඤ්ඤා පරිණත අවස්ථාව, ඕක ඉංග්‍රීසියෙන් කියනවා good digestion කියලා.

3.2 - සඤ්ඤා පරිණත නොවන අවස්ථාව, poor digestion.

3.1 සඤ්ඤා පරිණත වන්නේ 5.5 වීමෙන් පසුව ය. එනම් අත්තා දිට්ඨි සෑදීමට තරම් සඤ්ඤාව ප්‍රබල නම් ය. මෙහි දී විඤ්ඤාණඤ්චායතනයේ ඉපදීම සිදු වේ. අත්තා දිට්ඨිය වේදනාව නිසා ය. වේදනාව හොඳින් දිරවා ඇත.

3.2 සඤ්ඤා පරිණත නොවන්නේ නම්, අත්තා දිට්ඨි සෑදීමට තරම් සඤ්ඤා ප්‍රබල නොවේ. බිඳුණා වූ අත්තා සංකල්පය නිසා පස් වන ධ්‍යාන තලයේ ඉපදේ. Special බොජ්ඣඞ්ග භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත් කරුණු සමඟ සිතන්නේ, රූප ලාභ වශයෙන් නොගනී. 6.3 සුඛ ලාභ යයි නොකියයි. 6.4 සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ නොවේ.

හයවන ධ්‍යාන අවස්ථාවේ දී, හඳුනා ගත් වේදනා අගයෝ, නිත්‍ය වශයෙන් පවතිනවා යැයි සිතයි. පදුට්ඨමනසඞ්කප්පය බලපායි.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

ඉතින් මේ භාවනාව දවසකට එක කොටසක් පමණක් ගෙන කිරීම සුදුසු ය.

<u>සාකච්ඡාව - 23/12/2023</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතකොට මෙතෙන්ට තව පොඩ්ඩක් එකතු කරන්න පුළුවන්, රහතන් වහන්සේ කිව්ව දෙයක්, ඒ කියන්නෙ මගඵල ලබලා කවුරු හරි 7, 8 ධ්‍යාන තලවල ඉපදෙන්නේ නම්, බොහෝ දෙනෙක් ඉන් එළියට එන විට පිරිනිවන් පාන්නේ ය, යනුවෙන් බුදුපියා පැවසුවා. කුමක් නිසාද? එම අයගේ ආශ්‍රවයන් මගඵල ලබා බොහෝ කාලයක් සිටීම නිසා ම ගෙවී යන්නේ ය.

2. මෙතන තවත් දෙයක් කියන්න පුළුවන් මේ අවස්ථාවේ දී, මේ ශරීරය repair වීම කියන එක ඉබේම සිදු වෙනවා. ඒ වගේ ම ඔය මනෝමය කායේ ඇහැ හිටන් දැක්කා මං බුදුපියාගේ ඇහැත් දැක්කා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

එතකොට මේ භාවනාවට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම් ඒ 3.1, 3.2 කොටස් සිහි කරන විට, ඒ ධ්‍යාන තල අතර මාරු වීම කරන්න පුළුවන්. හයේ සිට පහ දෙස බලා

සිටින ආකාරය පවා දුටුවා.

ඔය 2, 6.4 අවස්ථාව තවදුරටත් විමසා බලමු. line 5 > line 7 >= line 6, එතකොට උපෙක්ඛා අප්‍රමාණ 3 භාවනාවේ 10/01/2016 පෙන්නනවා, මෙහි දී මෝහ අගතියෙන් පරාමාසයට යමක් එකතු වන්නේ ද, ඒ කියන්නේ line 6, ඊට වඩා වැඩි අගයක් පරාමාසය තුළින් පිටතට line 7 වලින් ගැලිය යුතු ය යනුවෙන්. මෙසේ වීමට නම් line 5 හරහා එන අගය, භය අගති හරහා දිට්ඨි අනුසය පාර දිගේ වේදනාවට පළමුවෙන් පැමිණිය යුතු ය. මෙය සිදුවන්නේ line 5 සහ line 7 පළමුව එකතු වීමෙන්. ඒකෙ පථය හැටියට පෙන්නන්නෙ පරිදේව, line 8, භය අගති, වේදනා, නාමරූප, පරාමාස වීම. ඕක අපි බලලා තියෙනවා, ඔය පථය 1 නැති වීම, නිබ්බිදා කියලා එහෙම බලලා තියෙනවා.

ඉතින් මෙතන මං මේ diagram එක දෙන්නම් සාකච්ඡාවට, එතකොට ඕකෙ ජේනවා ඒ diagram එකේ ලියලා තියෙනවා ඔය පරණ භාණ්ඩවල අගය කියලා ඉදංසච්චයේ ඉඳන් line 5 වල එන එක. line 6 වලට කෙනෙකුට ලියාගන්න පුළුවන්, හොඳ ලී ඇත, කියන එක. අර පථයත් එක්ක ඕක විමසන්න පුළුවන්. එනම් කාමරාග අනුසය මගින් සඤ්ඤාවට හොඳ ලී ඇති යැයි පැවසුවත්, වේදනා චේතනා රේඛාව මගින් පෙන්වන, බනියා සෙනෙහසක් මෙන් වූවා යයි දැන් පවතින වේදනා ධර්මයන් නොඉක්ම විය යුතු ය. ඒ කියන්නේ ඒකෙ අගය වැඩියි. නාමරූප ගැන සිතන්න. මෙහි බනියා සෙනෙහසක් මෙන් වූවා යයි දැන් පවතින වේදනා ධර්මයන් නොඉක්ම විය යුතු ය. එනම් එයත් ඕනෙ යැයි පිළිගනියි. පසුව පවතින වේදනා ධර්මයන් නොඉක්ම විය යුතු ය. මෙසේ සිතා බනියාගෙන් වෙන්වීමට තීරණය.

ඉතින් මම රහතන් වහන්සේගෙන් ඇහුවා, ඇයි අපි yellow light හරහා යන්නෙ කියන එක. තමා රෝගී වී ඇත්තේ 6.4, නීරෝගී යමක් ඇති යයි සිතා යයි. එය ලාභ වශයෙන් ගෙන ඒ, යනුවෙන් බුදු පියා උදව් කළා. රෝගී බව අඩු, හතර ධ්‍යානයන් සොයයි. මෙහි අත්තවාද උපාදානය, දිට්ඨි උපාදානය සමඟ එකතු වන්නේ, දිට්ඨි අනුසය සැදේ, මෙහි බඩු විකිණෙනවා යන්න ඇත. ඕක මතක ඇති, අපි ඒ 18/08/2023 අමෘතය 4 වඩු බාස්ගේ කතාවේ සාකච්ඡා කළා. කුමන බඩු ද? Garage sale දමා විකුණන පරණ බඩු ය. පරණ භාණ්ඩවල අගය line 5 හරහා පැමිණියේ, ඒවා විකුණා ඉවතලා අලුත් භාණ්ඩ ගනිමි. නීරෝගී වෙමි යැයි සුඛයක් අත්පත් කර ගැනීම ලෙස සිතන්න.

එහෙම නැත්තම් හිතන්න, තමන් කඩේට ගිහිල්ලා මිල දී ගත්තා වූ අලුත් උපකරණය හෝ ගවුම, ගෙදර ගිහින් පරිහරණය කිරීමට ඇති හදිසිය, කියන එක විමසන්න. අර diagram එකත් එක්ක ඒක බලන්න ඕනේ. මෙය ගැටීම් සහිත යැයි පවසන්නේ, බ්‍රහ්ම ලෝකයේ සිට මනුලොව ඉපදීම විය හැකි ය. මෙයයි ගැටුම,

ඉස්සරහට ගිය වාහනය පස්සට ගන්නවා වැනි ය. ධාරාවේ දිසාව වෙනස් වීම සිහි කරන්න. ඒ කියන්නේ භය අගතියේ ඉඳන් චේතනාවට විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං, අර ඉදිරියට යෑම තියෙනවා.

එතකොට 6.4 න් පස්සෙ අපිට පේනවා, චේතනාවේ ඉඳන් පල්ලෙහාට භය අගතියට, පසුපසට යෑම 6.4 න් පසුව ය. ඒ කියන්නේ හොඳ ලී ඇත. කාමරාග අනුසය මගින් දිසාව වෙනස් වෙනවා. අවිද්‍යා ආශ්‍රව ඉඳන් කාම ආශ්‍රව වන 7, 8 ධ්‍යාන තරමට සිත ඇති බව සිතන්න. ඔය 6.4 අවස්ථාව ගැන ඔච්චර පැහැදිලි කළේ ඒකෙ ගොඩක් අමාරුයි ඒකෙ කරුණු ඒ තරම් හිතන්න.

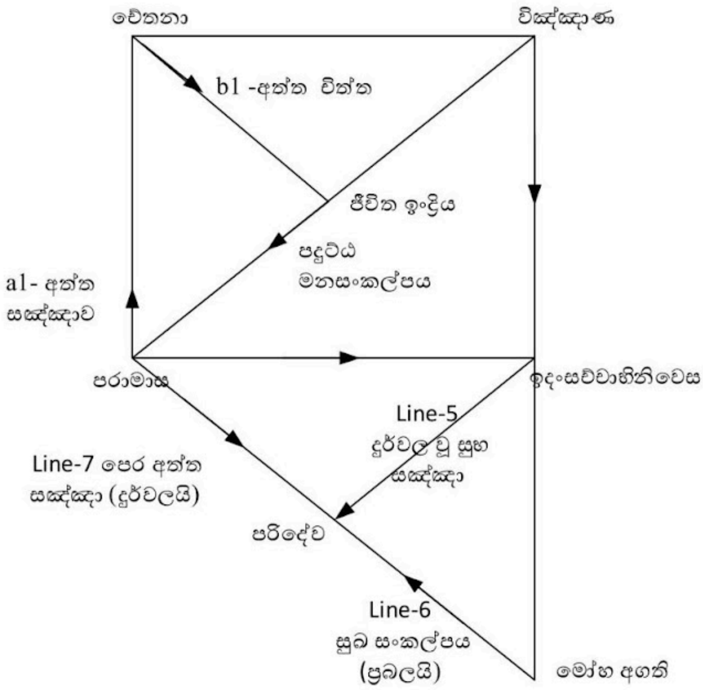
එතකොට 3, මේ අපි මුලින් පෙන්නුවා, ඔය නිත්‍ය සඤ්ඤාව විඤ්ඤාණගත වීමෙන් පසුව බිඳී යන්නේ නම් කුමක් වන්නේ ද කියලා. එතකොට ඒ දෙවෙනි සටහනේ අපි ඒක පෙන්නුවා, එතන line 5 සුභ සුඛ, line 6 සුඛ, line 7 අත්තා දිට්ඨි හරහා ධර්මයන් කිසිදු ආකාරයකින් නොගලන්නේ නම්, කුමක් වෙයි ද යන්න, සාකච්ඡා කර ඇත. ඉතින් මේකෙ මේ cases දෙකක් තියෙනවා.

අපි ගත්තොත් ඒක 3a කියලා එකවර ම ගර්භාෂයට ඇදී යන අවස්ථාවක් දැකලා තියෙනවා. පෙර පුරුද්දක් නිසා, පූර්වේ කර්මයක් නිසා, බොහෝ කාලයක්, ඒ කියන්නේ ගබ්භා ගබ්භං ගමිස්සති කීම නිසා සිදු විය හැකි යැයි කියලා ඒක අපිට වැටහුණා. ඒ කියන්නෙ අර yellow පාටට ගර්භාෂයේ අස්සෙන් යමක් දැකපු ගමන් වගේ අවස්ථාව.

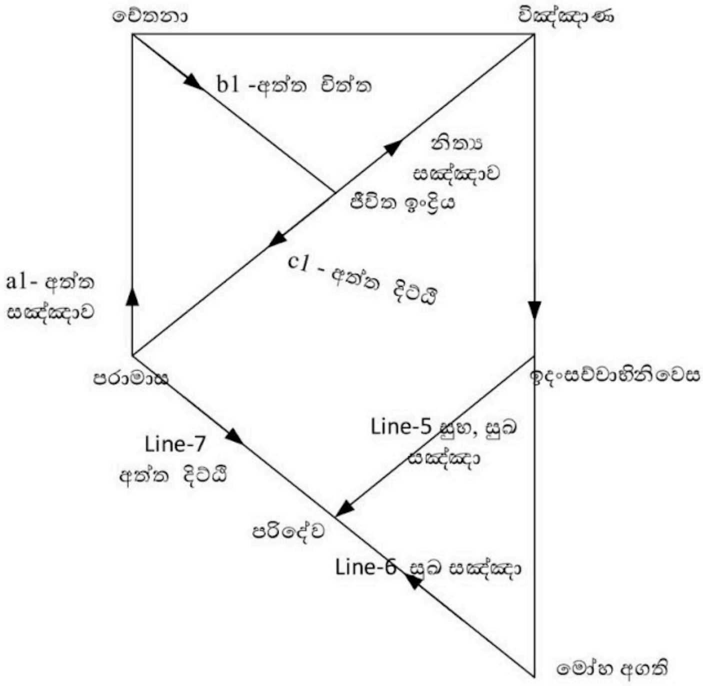
එතකොට 3b, අනාශ්‍රව චිත්ත අවස්ථාව, ඕක 16/01/2016 අනාශ්‍රව චිත්ත භාවනාවේ සාකච්ඡා කරලා තියෙනවා.

එතකොට මේ 3a අවස්ථාවේ යමක් දැකපු විගසින් එය හොඳ විය. සිතීමට තරම් කාලයක් ඇති නොවන අවස්ථාව. මේ ජීවිත ඉන්ද්‍රිය හරහා spark වී, විඤ්ඤාණ ඇති වීම ය.

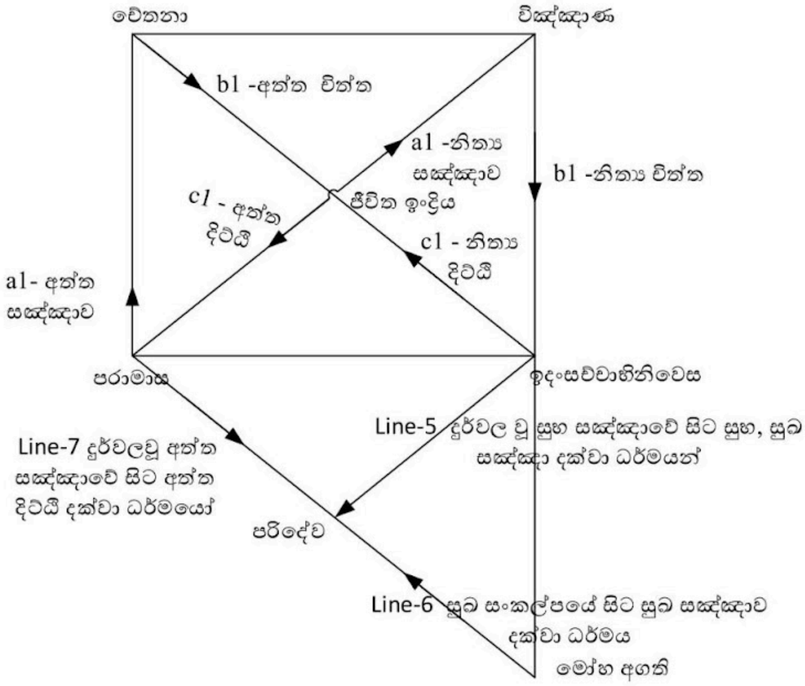
3b අවස්ථාවේ දී, යමක් දැකපු විගසින් එය හොඳ වුවත්, විඤ්ඤාණ ඇති වුවත්, අධික සතියක් ක්ෂණිකව ඇති වන අවස්ථාව. එතකොට ඒ කාය සංස්කාර, වචී සංස්කාර, නොවන අවස්ථාව අර පහළ සංස්කාරයන් නෑ, මේක knowledge instance එකක් විතරයි. එතකොට අන්න ඒ විදියට ඒකේ cases දෙකක් තියෙනවා කියන එක පේනවා.



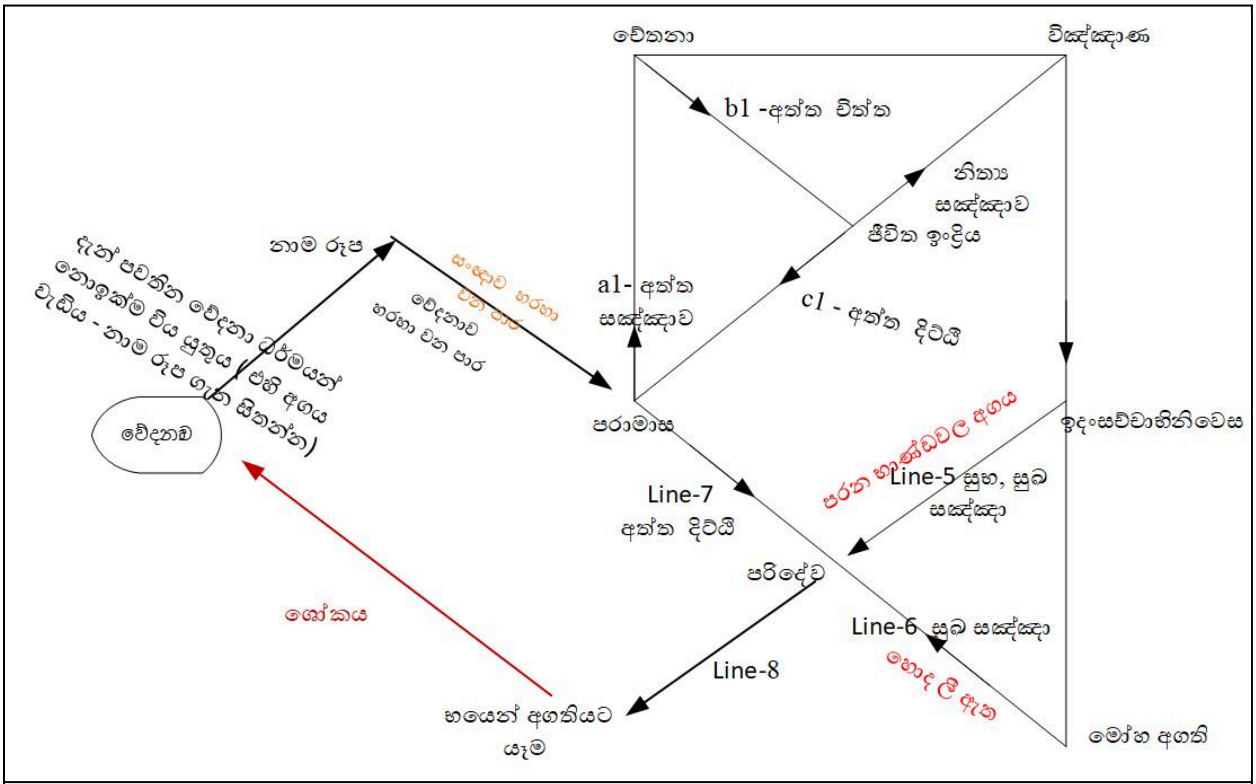
සටහන 1 - මෙම අවස්ථාව Line 6 $\geq$ line 7 සහ Line 5 දූර්වලයි.



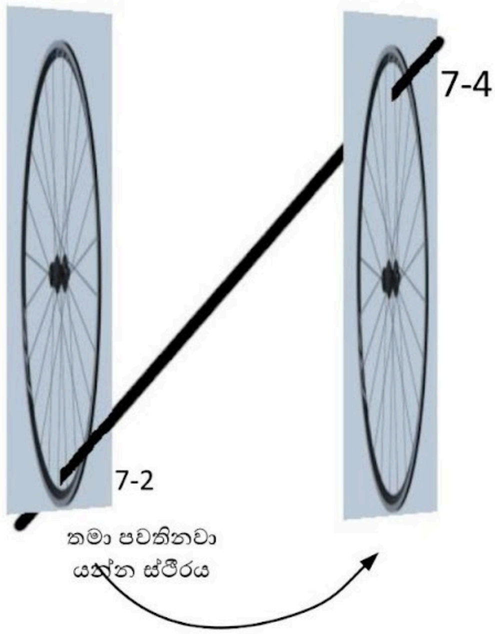
සටහන 2 - Line-5 > Line-7 $\geq$ Line-6 මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ ධර්මයන් Line-5 හරහා ගලන අවස්ථාවට සමානයි.



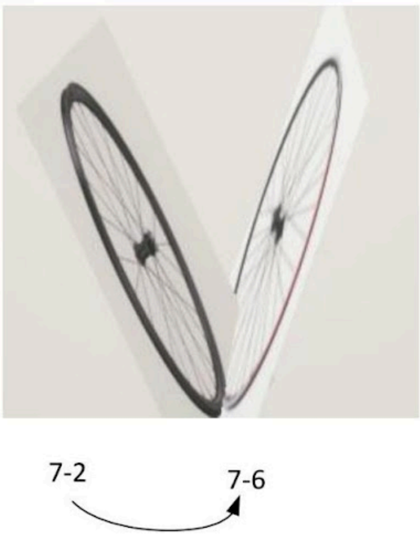
සටහන 3 - අත්ත යන චිත්ත විපල්ලාසය ජීවිත ඉන්ද්‍රිය දක්වා පැමිණ බිඳී යන්නේ නම් කුමක් වන්නේද?



MM_Discussion_08_12_2023.jpg



සටහන 4



සටහන 5

2

15/12/2023 - පහ සහ හය ධ්‍යාන

5 and 6 Jhāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

08/12/2023 නිබ්බාන භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. එහි තුන් වෙනියට සඳහන් කරුණුවලට සිත යොමු වුණා.

18/01/2016 උපෙක්ඛා අප්‍රමාණ භාවනාවේ, අත්තා යන චිත්ත විපල්ලාසය ජීවිත ඉන්ද්‍රිය දක්වා පැමිණ බිඳී යන්නේ නම් කුමක් වන්නේ ද? මෙම අවස්ථාව කොටස් දෙකකට බෙදේ.

3.1 සඤ්ඤා පරිණත අවස්ථාව,

3.2 සඤ්ඤා පරිණත නොවන අවස්ථාව.

3.1 සඤ්ඤා පරිණත වන්නේ 5.5 වීමෙන් පසුව ය. එනම් අත්තා දිට්ඨි සෑදීමට තරම් සඤ්ඤාව ප්‍රබල නම් ය. මෙහි දී විඤ්ඤාණඤ්චායතනයේ ඉපදීම සිදු වේ.[1]

3.2 සඤ්ඤා පරිණත නොවන්නේ නම්, අත්තා දිට්ඨි සෑදීමට තරම් සඤ්ඤාව ප්‍රබල නොවේ නම් බිඳුණා වූ අත්තා සංකල්පය නිසා, පස් වන ධ්‍යාන තලයේ ඉපදේ. Special බොජ්ඣඞ්ග භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත් කරුණු සමඟ සිතන්නේ, රූප ලාභ වශයෙන් නොගනී. 6.3 සුඛ ලාභ යයි නොකියයි. 6.4 සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ නොවේ.

හය වන ධ්‍යාන අවස්ථාවේ දී හඳුනා ගත් වේදනා අගයෝ, නිත්‍ය වශයෙන් පවතිනවා යැයි සිතයි. පදුට්ඨමනසඞ්කප්පය බලපායි යනුවෙන් ඉගෙනගෙන ඇත.

පස් වන ධ්‍යාන අවස්ථාව තවදුරටත් විමසා බැලුවා. මෙහි දී වේදනාව, සඤ්ඤා සිට පරාමාස දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය වීම සිදු වී ඇත. එනම්, වේදනා අධිමොක්ඛ 5.4 වී ඇත. එනමුදු සඤ්ඤාව, වේදනා සිට චේතනා දක්වා වූ රේඛාව වටා පරාවර්තනය වී නොමැත. සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ වීමට පෙර 6.3 දක්වා පමණක් ගිහින් නතර වී ඇත. මෙහි දී කාරණා දෙකක් විමසිය යුතු ය.

1 වේදනාව නිසා බනියා අතහැරීමට තරම් සඤ්ඤා අගය ප්‍රබල නොවන අවස්ථාව. මෙහි දී අතහැර ඇත්තේ කුමක් ද? දැනට පවතින්නා වූ ඕලාරික රූපය වේ. ඕලාරික රූපය නිසා වන වේදනා අතහැර නැත.[2]

2 ඕලාරික රූපය නිසා ඇති වන වේදනා අතහැරීමට තරම් සඤ්ඤා අගය ප්‍රබල වන අවස්ථාව. මෙහි දී අතහැර ඇත්තේ කුමක් ද? ඕලාරික රූපය නිසා වන වේදනා.[3]

මෙහි දෙවන අවස්ථාව සඳහා උදාහරණ වශයෙන් රූපයේ ආදීනවය දැන, මගේ යයි නොකියන්නේ පස් වන ධ්‍යානය ඇති වන්නේ ය. එහි දී කළුවර අහස මෙන් පෙනෙන්නේ, ඔහු එයින් සතුටු වෙයි.

පළවන අවස්ථාව සඳහා උදාහරණ වශයෙන් රූපයේ ආදීනවය දැන, මගේ යයි නොකියන්නේ පස් වන ධ්‍යානය වන්නේ, රූප එපා යැයි කියයි. එනමුදු පස් වන ධ්‍යාන ස්වභාවයේ දී පෙනෙන දර්ශනය,[4] රූපයක් ලෙස සිතන්නේ නම් එම රූපය අතහැර නැත. ඒ නිසා වන වේදනාව අතහැර නැත.[5]

මෙහි දී රූප, ඕලාරික සහ සූක්ෂම යන දෙක ම, බනියා ලෙස ගත යුතු ය. මෙසේ සඤ්ඤා අධිමොක්ඛ නොවීම වටහා ගත යුතු ය.

පස් වන ධ්‍යාන අවස්ථාවේ දී විඤ්ඤාණ ප්‍රත්‍යයෙන් නාමරූප යන්න, පරාමාසයෙන් උඩු අතට චේතනාව දක්වා ලකුණු කළ යුතු ය. මෙය නිත්‍ය යන්න සකස් වීම ය.

හය වන ධ්‍යාන අවස්ථාවේ දී විඤ්ඤාණ ප්‍රත්‍යයෙන් නාමරූප යන්න, පරාමාසයේ සිට පහළට හය අගති දක්වා ලකුණු කළ යුතු ය. මෙය නිත්‍ය යන්න සකස් වීමෙන් පසුව ය. කුමක් නිසා ද? පදුට්ඨමනසඞ්කප්පය විඤ්ඤාණ සිට පරාමාසයට පැමිණීම නිසා ය.

මෙම පහ සහ හය ධ්‍යාන දෙකට ම, අත්තා යන චිත්ත විපල්ලාසය ජීවිත ඉන්ද්‍රිය දක්වා පැමිණ බිඳී යාම සාධාරණ බව වැටහේ. කුමක් නිසා ද? කුමන ආකාරයකට කතා කළත් වේදනාව ම, කතා කළ බැවිනි. එක් අයකු ඕලාරික වූ රූප එපා කියයි. එනමුදු සූක්ෂම වූ පස් වන ධ්‍යාන ස්වභාවයේ දී පෙනෙන දර්ශනය, රූපයක් ලෙස ගත්තේ ය. හය වන ධ්‍යාන ඵල ලාභියා මෙම දෙක ම එපා කියයි. එනමුදු වේදනා නොඉක්මවයි. වේදනා ගැන සඤ්ඤා මනසිකාරයෝ ඇත. ඔහු 5.5 න් නවතී.

හත අට ධ්‍යාන අවස්ථා ගැන සිතන්නේ, අත්තා සඤ්ඤාව චේතනා වීමෙන් පසුව බිඳී යන්නේ, 4.4 නොවන්නේ වේදනාව, චේතනාව දක්වා නොයයි. චිත්තයට ඇතුල් නොවෙයි. සඤ්ඤා පමණක් චිත්තයට ඇතුල් වෙයි. මේ නිසා අත්තා යන චිත්ත විපල්ලාසය, ජීවිත ඉන්ද්‍රිය දක්වා යැමක් සිදු නොවේ යන්න ද වැටහේ. තව ද, හත අට ධ්‍යාන අවස්ථාවල දී ත්‍රිශූලය කැරකවීම නොවේ. හත් වන ධ්‍යානයේ දී ත්‍රිශූලයේ සෙලවීම අඩු ම ස්ථානය වන සඤ්ඤාව අල්ලාගෙන සිටින්නේ, හත් වන ධ්‍යානයේ ආනෙඤ්ජ ස්වභාවයේ කම්පා වීම ද අඩු බව වැටහේ.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

සාකච්ඡාව - 23/12/2023

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඉතින් මෙතන අපිට පේනවා මේ අත්තා දිට්ඨිය වේදනාව නිසාය, වේදනාව හොඳින් දිරවා ඇත. රූප ඕලාරික වේවා, සුකුම වේවා ඒ නිසා වන වේදනා, හොඳින් දිරවා ඇත කියන එක.

2. ඉතින් මේ අවස්ථාව තමයි, ඔය අළු පාටට අපි පස්වන ධ්‍යාන තලය පෙනෙන අවස්ථාව.

3. ඉතින් මේ අවස්ථාව තමයි, ඔය කළු පාටට පස්වන ධ්‍යාන තලය පෙනෙන අවස්ථාව.

4. සූක්ෂම

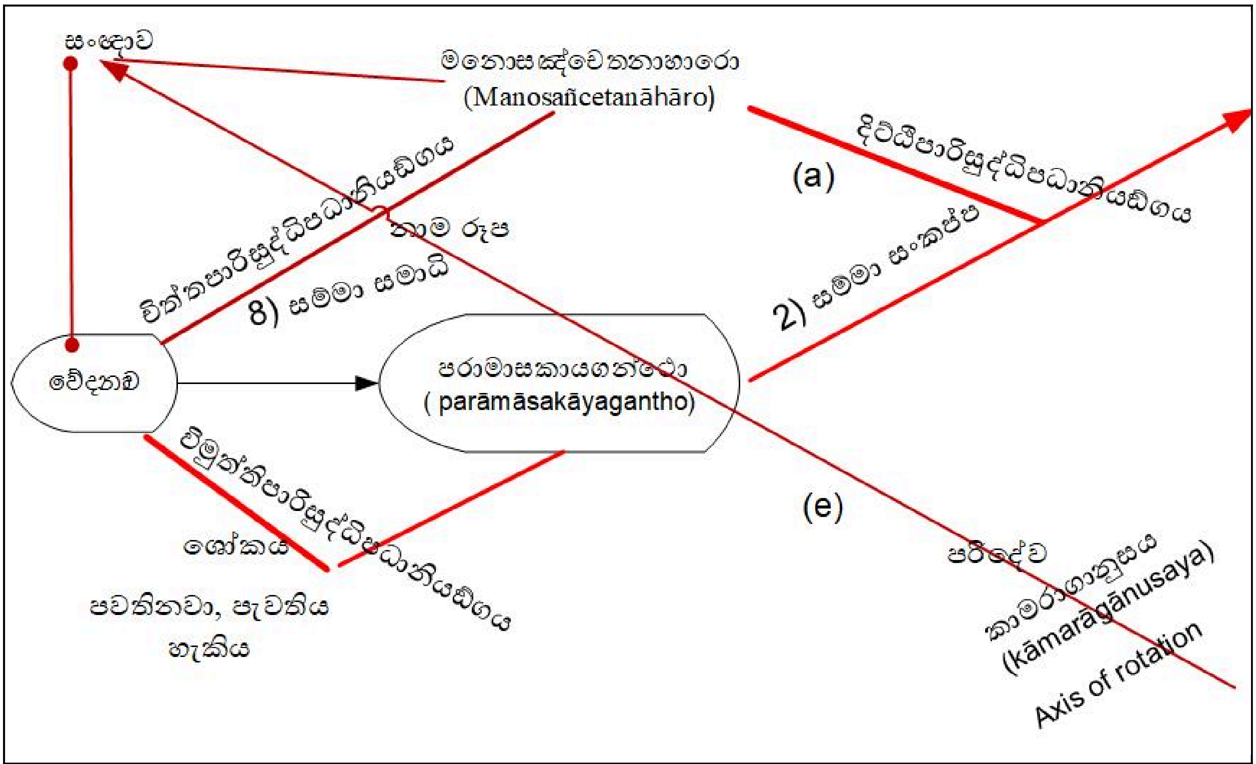
5. ඉතින් ඒ වගේ ම, අපිට පේනවා ඕලාරික රූපය නිසා වන වේදනාත් අතහැරලා නැහැයි කියලා.

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

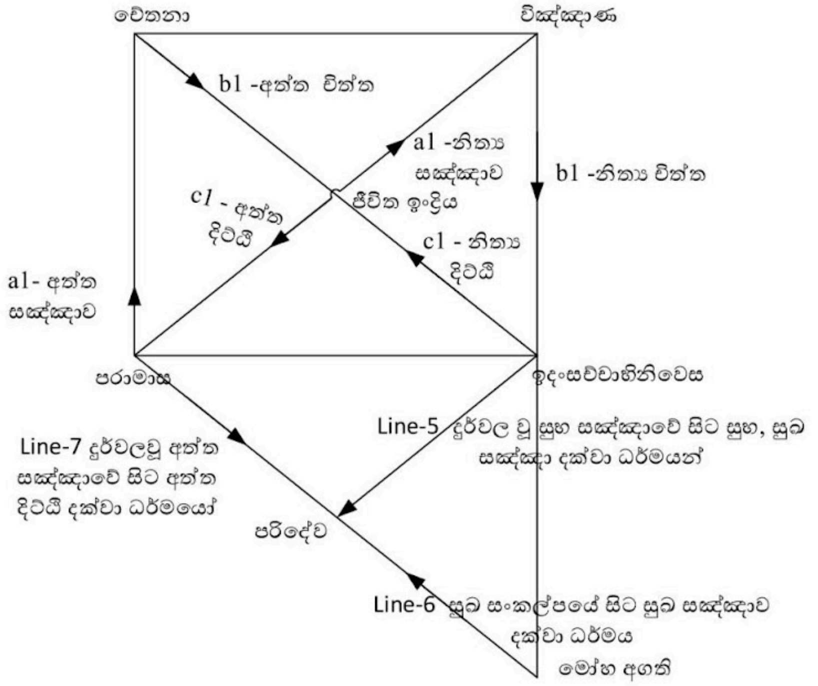
ඉතින් මේකෙ, මේ කෙනෙකුට කල්පනා කරන්න පුළුවන්. ඔය යම් කිසි තනතුරක් ඇති අයෙකුට එම තනතුර නිසා යම්කිසි සැප විහරණයක් වෙනවද, එම තනතුර අතහැරීමට හැකි වුවත්, ඒ කියන්නේ දැනට පවතින්නා වූ ඕලාරික රූපය, ඒක අතහරින්න පුළුවන් වුණත් තමාට ලැබී නැති තනතුරක සැප විහරණය ගැන සිතා, ඒවා තමාට ලැබී නැති ඕලාරික රූපය නිසා වන වේදනා, අතහැර නැතෙයි කියලා. අර අපි මුලින් කතා කරපු අවස්ථාවේ, අපි පෙන්නුවනේ අර දැන් තියෙන මේ ඕලාරික රූපය අතහරින්න පුළුවන් හැබැයි එයා ඒ රූපය ගැන වේදනාව අතහරින්නේ නැතෙයි කියන එක. එතකොට ඒ අවස්ථාව ඔන්න ඔය පැහැදිලි කිරීමෙන් කෙනෙකුට වටහා ගන්න පුළුවන්කම කියන එක තියෙනවා.

එතකොට ඒක තමයි එකතු කරන්න තියෙන්නේ. මේ භාවනාව නම් ඉතින් හරියට මහන්සි වෙන්න වුණා. මොකද රහතන් වහන්සේ ඔය තරම් පැහැදිලි කරලා නෙමෙයි ඕක දුන්නේ, ඒ කියන්නේ ඔය වේදනාව නිසා බනියා අතහැරීමට තරම් සඤ්ඤා අගය ප්‍රබල නොවන අවස්ථාව කියන වචනය විතරයි එතන කියලා දුන්නේ. මම තමයි අර පස්සෙ එකතු කළේ මොනවද මේ වෙලාවේ අතහැරලා තියෙන්නෙ, මොනවද අතහැරලා නැත්තේ, කියන එක. එතකොට ඒ වාක්‍ය දෙක විතරක් අරගෙන, ඒ කියන්නේ දෙවෙනි වාක්‍යයට රූපය නිසා ඇතිවන වේදනා අතහැරීමට තරම්, සඤ්ඤා අගය ප්‍රබල වන අවස්ථාව. මේ වාක්‍ය දෙක විතරක් අරගෙන මේක හිතනකොට බොහෝ ම ගාම්භීරයි ඒක. කොච්චර, ඒ කියන්නෙ ධර්මය දෙන්න

තියෙන ඒ රහතන් වහන්සේලාගේ හැකියාව කොච්චර ද කියන එකත් ඒකෙ පේනවා.



s_trident.jpg



සටහන 3 - අත්ත යන චිත්ත විපල්ලාසය ජීවිත ඉන්ද්‍රිය දක්වා පැමිණ බිඳී යන්නේ නම් කුමක් වන්නේද?

22/12/2023 - කාමාසව

Kāmāsava

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

29/07/2022 නිබ්බාන භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. එහි h1 සහ h2 විමසා ඇත.

h1, මට දැන් ඇති දේ. අත්තා යන්න ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයට තුඩු දෙන අවස්ථාවේ දී, මට දැන් ඇති දේට උදාහරණ වශයෙන්, ආකිඤ්චඤ්ඤායතනය මෙන් විශාල වූ මනස දැනෙන ස්වභාවය ගත හැකි ය. මට දැන් ඇති දේ සෑදී ඇත්තේ නාමරූප සිට සඤ්ඤා මගින් චේතනා trigger වීමට තුඩු දෙන ධර්මතාවයෝ මගිනි. එනම් h1 මගිනි. මෙහි රූප විෂයයෙහි යම් අගයක් තණ්හාව මගින් නිරූපණය කරන ලද ද, එම අගය කෙරෙහි ම, සඤ්ඤා අගය චේතනාව කරා ගමන් කිරීමට තරම් ප්‍රබල විය යුතු ය. උදාහරණ වශයෙන් සාරිය උදාහරණයේ දී, සඤ්ඤා අගය සාරියේ ඇති මල්වලට දෙන අගය වශයෙන් ගන්නේ, තණ්හා අගය මෙය මගින් භවය පැවැත්විය හැකි ය යන්න ලෙස ගත හැකි ය. මෙහි සාරිය එතරම් හොඳ නොවුණත්, බාල එකක් වුවත්, මලට දෙන ලද අගය චේතනාව කරා ගමන් කිරීමට තරම් ප්‍රබල වීම ගත හැකි ය. ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයට තුඩු දෙන අවස්ථාවේ දී, සඤ්ඤා අගය, රූප වේදනා එපා කියන අදහස සහිත අගය වශයෙන් ද, තණ්හා අගය, විභව තණ්හා වශයෙන් ද, ගත හැකි ය.

h2, මට ඕනි දේ.[1] ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයට තුඩු දෙන අවස්ථාවේ දී, ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයේ වාසය ස්ථිර විය යුතු ය, යන්න ලෙස ගත හැකි ය. මට ඕනි දේ සෑදී ඇත්තේ, විචිකිච්ඡා සංස්කාරයේ සිට යම් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයක් කාම ආශ්‍රව දක්වා ගෙන යාමට කරන උදව්ව මගිනි. එනම් h2 මගිනි. මෙහි අවිද්‍යාව නිසා යම් අගයක් විචිකිච්ඡාව මගින් නිරූපණය කරන ලද ද, එම අගය කෙරෙහි ම වූ අවිද්‍යා ස්වභාවයෙහි, රෝගී බව නොදන්නාකමෙහි පිහිටා,[2] අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව කරා ගමන් කිරීමට තරම් ප්‍රබල විය යුතු ය. එනම් අවිද්‍යා ආශ්‍රව තුළ, තණ්හාව නිසා දුක ඇති වන බව නොදන්නාකම තිබිය යුතු ය.[3]

h1, මට දැන් ඇති දේ නිසා මිච්ඡා දිට්ඨිය ඇති වේ. ධාරාව විඤ්ඤාණය දක්වා ගමන් කරන්නේ නම් සුබ යයි වැරදි හැඟීම් ඇති වේ. එවැනි විඤ්ඤාණයක් තුළ සුබ යන හැඟීම ඇත. එනම් කාම ආශ්‍රව ඇත. මෙයට තුඩු දීම විචිකිච්ඡාව මගින් සිදු විය. මෙසේ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව වීම වටහා ගත හැකි ය.[4] අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව

වන්නේ නම් තමාට ඕනි දේ, ලැබී ඇත. h1 >= h2 යන්න මෙසේ වටහා ගත යුතු ය, යනුවෙන් ඉගෙනගත්තා.

01/12/2023 නිබ්බාන භාවනාවේ සටහන 4 අවස්ථාව සමඟ විමසීම කළා. 6.4 අවස්ථාවේ දී, නිත්‍ය යැයි විඤ්ඤාණය දෙසට torch එක ඇල්ලුවාක් මෙන් වන ක්‍රියාවලිය සිහි කරන්නේ, h1 වලින් කරන ක්‍රියාවලිය වැටහෙන්නේ, ධාරාව හොඳින් ගලන්නේ, h2 වලින් කරන ක්‍රියාවලිය ද, හොඳින් වැටහේ. එය කුමක් ද? සුළං පහරක් වදින විට සැප යයි යමෙක් සිතන්නේ යම් සේ ද, එසේ ම දුක අමතක කර, දුක යන්න කෙරෙහි සැක ඇතිව, රෝගී බව නොදන්නාකමෙහි පිහිටා, එනම් අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙහි පිහිටා, සුබ යයි සිතා, කාම ආශ්‍රව කරා ගමන් කරයි. මෙහි තණ්හාව නිසා දුක ඇති වන බව නොදන්නාකම, අවිද්‍යා ආශ්‍රවයෙහි අඩංගු ය.

7.2 න් පසුව හිර වී ඇති ඊතලය නිසා, රෝදය බකල් වීම ද විය හැකි ය. Axle එක කැඩීම ද විය හැකි ය, යන්න සිහි කළා. මෙතනට diagram එකක් එනවා අපි ඒක දෙනවා. 7.2 දී කාම ආශ්‍රව සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රව කරා ගමන් කිරීම ආරම්භ වේ. ඊතලය වැදීම මෙයයි. කුමක් නිසා ද? යම් ධර්මයක් කෙරෙහි නොදන්නා බවක් ඇති ද එයයි. සුබ වූයේ කෙසේ ද යන්න නොදනී. 7.6 අවස්ථාව විමසා බලන්න. 7.6 අවස්ථාවේ දී මෙහි යම් අවිද්‍යාවක් වේ ද එයයි. එනම් දිට්ඨි අනුසය, මගින් රූපය සුබ යයි ස්ථිර කරන බව අපි දනිමු.

18/08/2023 අමෘතය 4 භාවනාවේ දී, අත්තවාද උපාදානයේ p කොටස, දිට්ඨි උපාදානය සමඟ එක් වන්නේ දිට්ඨි අනුසය සැදෙන බව ඉගෙනගෙන ඇත. මෙහි දී දිට්ඨි අනුසය මගින්, කාමරාග අනුසය විසින් හඳුන්වා දුන් සඤ්ඤාව සුබ යයි ස්ථිර කරයි. මෙය 7.2 දී ම සිදු විය. දැන් කිරීමට ඉතිරිව ඇත්තේ කුමක් ද? එම ස්ථිර කිරීම සඳහා යමක් කළ යුතු ද, ඒ දේ සොයා යැමයි. උදාහරණ වශයෙන් ආයතනයක වැඩ කරන අයෙකු හොඳ යයි එහි ප්‍රධාන අය අනුමත කරන්නේ නම් එම ගෝලයා එම ආයතනයේ ම රැඳී සිටී. එය 7.2 දී, කාම ආශ්‍රව සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රව දක්වා ගමන් කිරීමෙන් සිදු කරනු ලබයි.[5] මෙහි වේදනා තණ්හා දිට්ඨි ආශ්‍රව යන්න යෙදේ. නිත්‍යභාවය ධාරාව ගැලීම නිසා ය. තණ්හාව සුබ වේදනාවට ඇලීම නිසා ය. එහි පැවතීමක් නැති බව නොදන්නාකම නිසා, අසම්පජානය ඇත. මෙය h2 වලින් කරන ක්‍රියාවලිය reverse ලෙස වැටහිණ.

සඤ්ඤාව අකමැති වුවත් පටිඝානුසය මගින් එසවීම ඇත. කෝටුව 4 සැදීම, එනම්, රූප සිට චේතනා දක්වා ගෙන යැම, 7.4 දී සිදු වේ. රෝදය බකල් වුවත් එම ගමන අවිද්‍යාව සහගතව ම යනු ලබයි. මෙසේ කාම ආශ්‍රව සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රව වන්නේ ය.

ඒක තමයි මං කරපු භාවනාව.

<u>සාකච්ඡාව - 06/01/2024</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. එතන ධාරාව ගැලීමට h1 >= h2.

2. උදාහරණ වශයෙන් ආකිඤ්චඤ්ඤායතනයේ රෝගී බව නොදන්නාකමෙහි පිහිටා.

3. ඒ කියන්නෙ අසම්පජානකාරීත්වය තිබිය යුතු ය. එතකොට අපිට එතන එනවා, අර අවිද්‍යා ආශ්‍රව තිබිච්ච තැන, තණ්හාව නිසා දුක ඇති වන බව නොදනී කියලා. කාම ආශ්‍රව තියෙන තැන සුබයි කියලා. එතකොට සැකය තියෙන තැන දුක යන්න සැක ය. දුක බව නොදනී.

4. ඒ කියන්නේ පහළ අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට විඤ්ඤාණ ආහාර පාරේ උඩ විඤ්ඤාණය දක්වා.

5. ඒ කියන්නේ ප්‍රධාන අය අනුමත කිරීම නිසා ධාරාව ගැලීම

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

මේකට තව කාරණා හතරක් විතර එකතු කරන්න පුළුවන්.

1 - මේ භාවනාවේ දී h2 ධර්මයන් මෙනෙහි කරන්නේ අට වන ධ්‍යානය ඇති වෙනවා. එසේ නොවීමට අදිටන් කර යන්නේ අනාශ්‍රව වීම නිසා ඉන් අනතුරුව සිතීම අපහසු වෙනවා. දුක බලන තරමට දුක වැටහෙන්නාක් මෙන් මේ භාවනාව බලන තරමට ධර්මයෝ වැටහෙනවා.

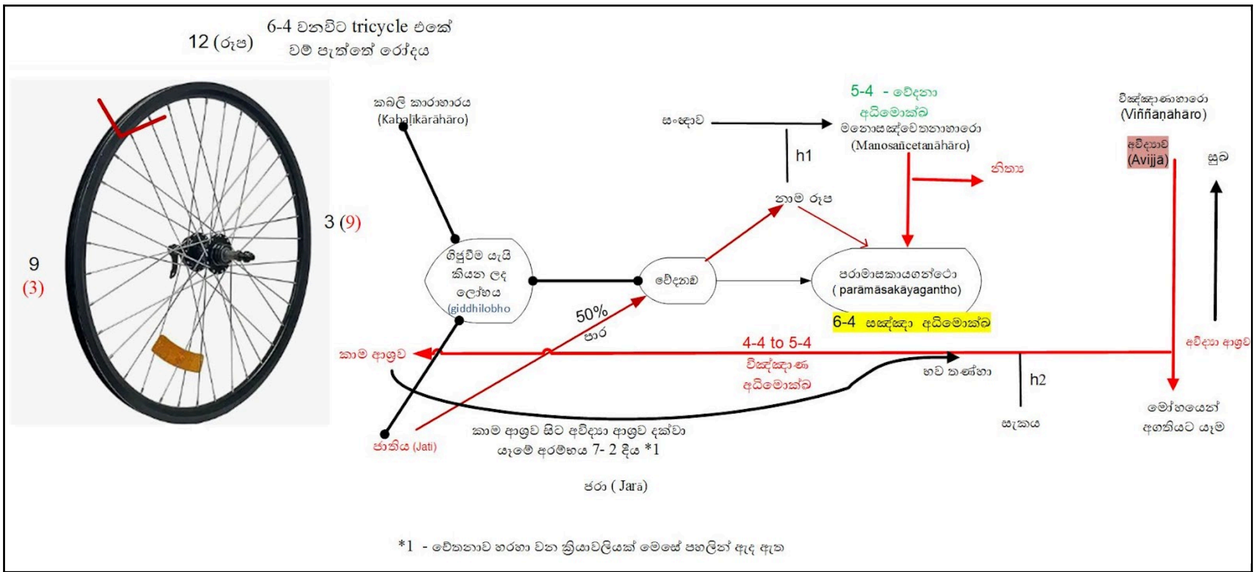
2 - පටිසානුසය මගින් අසම්පජානකාරීත්වය සුබ යයි පවසයි. ඒ කියන්නේ කෝටුව 4 සෑදීම. එය කාම ආශ්‍රව සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රව දක්වා යෑමට උදව් කරයි.

3 - තව ද "කොධො මොසවජ්ජඤ්ච කථංකථා ච"යන්න ද මනා කොට වැටහේ. 6.4 සිට 7.4 ද්වේෂය, door bar එක හැදෙන එක අපි සාකච්ඡා කළා. "මොසවජ්ජඤ්ච" සුබ, "කථංකථා ච" h2 වලින් වන ක්‍රියාවලිය, ඒක forward and reverse දෙපැත්තට ම බැලීම.

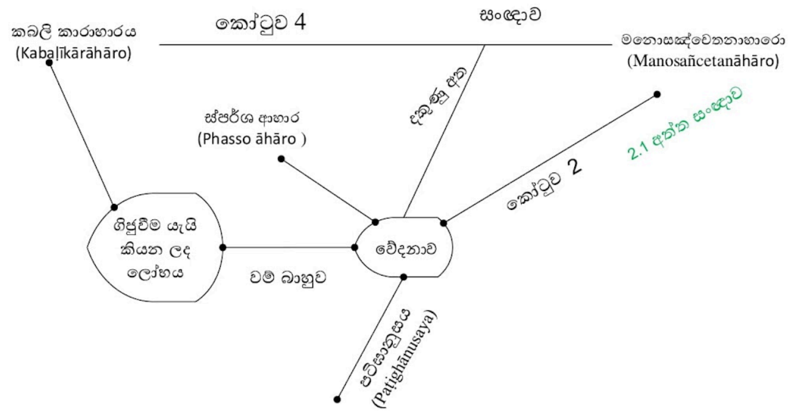
මෙම භාවනාව කරන්නේ, h1 කොටස සිහි කරන විට ඔළුවේ වම් කනේ සිට ප්‍රඥා දක්වා කොටසින් උඩ පැත්ත, සුබ ලෙස ද, h2 කොටස සිහි කරන විට, ඔළුවේ වම් කනේ සිට ප්‍රඥා දක්වා කොටසින් පහළ පැත්ත, සුබ ලෙස ද මනා කොට දැනේ.

4 - 6.4 යන අවස්ථාවේ දී විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං ලෙස ගන්නා බව අපි දනිමු. එනමුදු දකුණු පැත්තේ රෝදය තවමත් පසු දිසාවට ම යයි. කුමක් නිසාද? සඤ්ඤා

අධිමොක්ඛ වන්නේ විඤ්ඤාණ ධාරාව නවතා ගත නොහැක. අවිද්‍යා ආශ්‍රව සිට කාම ආශ්‍රව දක්වා යන ධාරාවේ බලපෑම අධික නිසා ය. 6.4 න් පසුව විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං යන්න, චේතනා සිට පහළට ලකුණු කළ යුතු ය.



s_kamasava.jpg



රූප සිට චේතනාව දක්වා වන හතරවන කෝටුව පැවැත්වීම කෙසේද ?

- දෙවන කෝටුව ගැන ආයතන සටහන්හි 3න් වන පිටුවෙහි සඳහන් වේ.
- පටිඝානුසය මගින් ඇති කරන ලද සංඥාවම රූපය එසවීමට ආධාර විය. තමාගේ හිස ස්පර්ශය ඇති තැන තබන්න. උරහිස වේදනාව ඇති තැන තබන්න. එවිට වම් බාහුව සහ දකුණු අත ඉහත සටහන අනුව හතරවන කෝටුව එසවීම කරයි.
- රූපෙ විභූතෙ න ඵුසන්ති ඵස්සා - රූපයේ විභූතියක් තියෙනවා නම් ස්පර්ශයක් වත් වෙන්නේ නැත.
- පටිඝානුසයෙන් තොරව සංඥා යැයි දෙයක් නැත.
- නිත්‍ය සංඥව සෑදෙන සුභ, සුඛ, අත්ත සංඥා.
- සුභ, සුඛ, අත්ත සංඥා මගින් චේතනා වන්නේ පරිග්‍රහය වූයේ නම්, එම අවස්ථාවේදී මළොත් අපායේ යෑම සිදුවෙ.

4

s_Ayatana3.pdf - Slide 4

29/12/2023 - නිබ්බාන

Nibbāna

ඒ උතුම් බුදුපියවරු, ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතුව සිහි කළා.

20/10/2023 Door bar භාවනාව නැවතත් කරගෙන ගියා. රූප වේදනා චේතනා cone එක වාමාවර්ත ව (anticlockwise) කැරකවීම සිදු වන්නේ, රූප අගයෝ චේතනා දක්වා ගමන් කරයි. මෙය 7.4 අවස්ථාව වන අතර එමගින් මමංකාර සහිත, උඩ රතු පාටින් දක්වා ඇති දොර පොල්ල කොටස සැදේ, මෙයින් අනතුරුව යම් භවයක් කෙරෙහි තීරණයක් - සංස්කාර අධිමොක්ඛ ඇති ද, එය හටගැනීම සමඟ, ජාතිය සනාථ වේ. එමගින් පහළ, කහ පාටින් දක්වා ඇති දොර පොල්ල කොටස සැදේ,[1] යන ධර්ම කොටස සිහි කළා.

මෙහි සංස්කාර අධිමොක්ඛය මව් කුසට යන අවස්ථාවේ දී, කාමයේ වරදවා හැසිරීමට සිතයි. පෙර චේතනා සහ දැනුත් මෙය කරමින් පැවතිය හැකි ය. පෙර ද කළේ ය. එයින් පැවතිණ. සාඨෙය්‍ය යන වංචාව, අපර චේතනා. මෙම දෙක ගැලපීම වන්නේ නම්, තීරණය ගැනීම සිදු වේ.

05/08/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ දී සංස්කාර අධිමොක්ඛය තවදුරටත් සාකච්ඡා කර ඇත. එහි චේතනා කෙරෙහි උපෙක්ඛාව විමසන අවස්ථාවේ දී, විචිකිච්ඡා ඇති අවස්ථාවේ දී, ඉදංසච්චාභිනිවෙසකායගන්ථය පරාමාසකායගන්ථයෙන් වෙන් වන බව සාකච්ඡා කර ඇත. මෙය සඤ්ඤාමය කාය ඉවත් වීමට තුඩු දේ. මෙය අරූප භවයන් කරා යෑම සඳහා ය. ඉදංසච්චය පෙන්වන අරූප භවයන් හොඳ යැයි සිතා, සඤ්ඤාමය කාය ඉවත් වීම ය.

මෙහි දී ඉදංසච්චය සහිත ධර්ම කොටස්වල බලපෑම අධික ය. රූප කොටස් සහිත ධර්මයෝ නිහීන ය, බාල ය. පෙර චේතනා සහ අපර චේතනා ගැළපීම නොවන්නේ නම්, තීරණය ගැනීම පසුවට කල් දැමීම සිදු වන බව පෙන්වා දී ඇත. මෙහි තීරණය යනු සංස්කාර අධිමොක්ඛය වේ. පෙර චේතනාව වේදනාව හා සම්බන්ධ ය, එනම් සුදුසු කුලයන් සොයයි. අපර චේතනාව සංස්කාර හා සම්බන්ධ ය. මෙහි ලාභය සොයයි.

තෙවන දොර පොල්ල, රතු සහ කහ පාට, සිහි කරන විට මට දැන් ඇති දේ, මට ඕනි දේ වශයෙන් h1 සහ h2 යන්න, මව් කුසට යන අවස්ථාව සහ ආකිඤ්චඤ්ඤායතන අවස්ථාව සිහි කරන්නේ, ඔළුවේ වම් පැත්තේ brain එක දෙසට, දකුණු පැත්තේ brain එක මගින් පටිසානුසය ඇති දොර පොල්ල හරහා ගොස්, ගොජ ගොජ ගා ජලය ගලන්නේ කෙසේ ද, එසේ එකවර ම විශාල වෙනස්කම් දැනිණ. මෙය ඔබ ආශ්‍රව

නසන අවස්ථාවේ දී දැනෙන ස්වභාවය යයි බුදුපියා පින් අනුමෝදන් කරන විට පැවසුවා. මණ්ඩලයෙන් මණ්ඩලාධිපති බුදුපියා ඇතුළු ඉහළ හත් නම පැමිණ සිටියා.

නිත්‍ය වූ පසු, 7.2 න් පසුව රූප අගයෝ, භය අගති දක්වා ගෙන යෑම සිදු වේ. මෙහි දී වඩු බාස්ට නිත්‍ය යැයි සිතේ. නමුත් සෑදූ පසු, ගුල්ලෝ ගහපු ලී කෑල්ල නිසා, පවතී ද යන්න සැක ය. එයයි බය. මෙය සෑදීමට පෙර විමසීම මගින් බිය වීම ය. මේ නිසා 7.2 න් පසුව රූප අගයෝ, භය අගති දක්වා ගෙන යෑම සිදු වේ, යනුවෙන් පවසයි.

7.4 වීමෙන් පසුව, සක්කාය දිට්ඨිය සඤ්ඤා වේදනා දක්වා පෙළ ගැසීම සිදු වේ, යනුවෙන් දුක්ඛ table සාකච්ඡාවේ දී ඉගෙනගෙන ඇත. 7.4 අවස්ථාවේ දී රූප අගය චේතනා දක්වා ගෙන යෑම සිදු වේ. මෙහි දී මමංකාරය සහිත රතු පාට පොල්ල සෑදීම වන්නේ, මමංකාරය සම්පූර්ණ වීම සිදු වේ. චේතනා ඇති වන්නේ නම් එහි සංස්කාර ගැබ් වේ. ඒවා චිත්ත සංස්කාර වශයෙන් මෙහි දී සැලකිය යුතු අතර, මෙසේ මමංකාර වීම, රූප අගයෝ චේතනාව දක්වා ගමන් කිරීම, වශයෙන් අදහස් වේ.

සරසුල සාකච්ඡා කළ අවස්ථාවේ දී, 7.4 දී අහංකාරය සඤ්ඤාවක් ලෙස පැවතීමත්, එහි සංස්කාරවලට මාන වීම බලපායි යනුවෙන් විමසා ඇත. එහි දී 7.4 පරාමාසය සහ භය අගති අතර ලකුණු කර ඇත. මෙහි නටන මනුෂ්‍යයාට ගැළපෙන සිංදුව හමු වී ඇත. 8.2 දක්වා යෑම විමසන්නේ, පරාමාසයේ සිට භය අගති දක්වා කහ පාටින් දක්වා ඇති දොර පොල්ල කොටස සෑදෙන්නේ, මෙහි දී සත්‍ය වශයෙන් රූප ස්පර්ශය ලැබී ඇත. ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ලෙස ලැබී ඇත. උදාහරණ වශයෙන් ශුක්‍රාණු පිට වී ඇත, යනුවෙන් සිතන්න. මෙහි දී කාය සංස්කාර කරනු ලබයි. මෙහි දී අගය දිය හැකි ය. ලාභ වී ඇත. තමා කරගෙන ඇත.

තව ද 05/08/2022 නිබ්බාන භාවනාවේ සටහන සිහි කරන විට, එහි පෙර චේතනා සහ අපර චේතනා ලකුණු කරන රේඛා දෙක කැපෙන ස්ථානය, පරාමාසය තුළ ඇත. මෙය සිහි කරන්නේ වේදනාව ලම්බකව එන්නාක් මෙන්, මෝහ සටහනේ දකුණු කනින් දක්වන පරාමාසය ද, කොළයට ලම්බකව පටිසානුසය රේඛාවට පැමිණෙන්නේ ද යන්න විමසුවා. එය එසේ යැයි බුදුපියා පැවසුවා. මෙය සඤ්ඤාමය කාය ඉවත් වීම සමඟ සිදු වේ. මෙසේ පරාමාස, පටිසානුසය රේඛාව සමඟ align වන්නේ, central nervous system එක සෑදීම මගින්, උත්පත්තිය සිදු වේ. මෙය මව් කුසට බැස ගන්න cell එක තුළ ඇත.

මෙහි දී ත්‍රිශූලය සටහන, විඤ්ඤාණය පැත්තෙන් බලන විට, වාමාවර්තව කැරකවීම සිදු වේ. ඒ සටහන අපි දෙනවා.[2] ජීවිත ඉන්ද්‍රිය සෝකය දක්වා පැමිණේ. මෙය ද පටිසානුසය රේඛාව මත ය. මෙසේ යම් අයකුගේ central nervous system එක සෑදේ. ඒක තමයි භාවනාව.

මේකට තව ටිකක් එකතු කරනවා නම්, සංස්කාර අධිමොක්ඛ 7.6 සිට 8.2 දක්වායි. 7.6 රූපය පළමු වරට ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ලෙස ස්පර්ශ කිරීම. 8.2 කාය සංස්කාර.

ඒක තමයි භාවනාව.

<u>**සාකච්ඡාව - 06/01/2024**</u>

සාකච්ඡාව අතරතුර එකතු කළ පාද සටහන්

1. ඒ කියන්නේ එතන 8.2, තීරණය 7.6, කියන වෙලාවෙදි අපිට පේනවා.
2. Birth diagram

සාකච්ඡාව අවසානයට එකතු කළ සටහන්

ඉතින් මේකට තව කාරණා එකතු කරන්න පුළුවන්. 7.4 චිත්ත සංස්කාර සිහි කරන්නේ නළල දකුණු පැත්ත, ඒ කියන්නේ ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය තියෙන තැන හොඳින් දැනෙනවා. වම් පැත්තේ කන ද එයට අඩුවෙන් දැනිණ.

8.2 කාය සංස්කාර සිහි කරන්නේ, නළල දකුණු පැත්ත cool විය. “Excellent” යයි බුදුපියා පැවසුවා. ඒ වෙලාවේ මම සිහි කළා, ඔය පාණාතිපාත - මනෝමය කාය මරාගෙන යෑම, අදත්තාදානය - ශුක්‍රාණුව හොරකම් කිරීම, කාමයේ වරදවා හැසිරීම ආදිය.

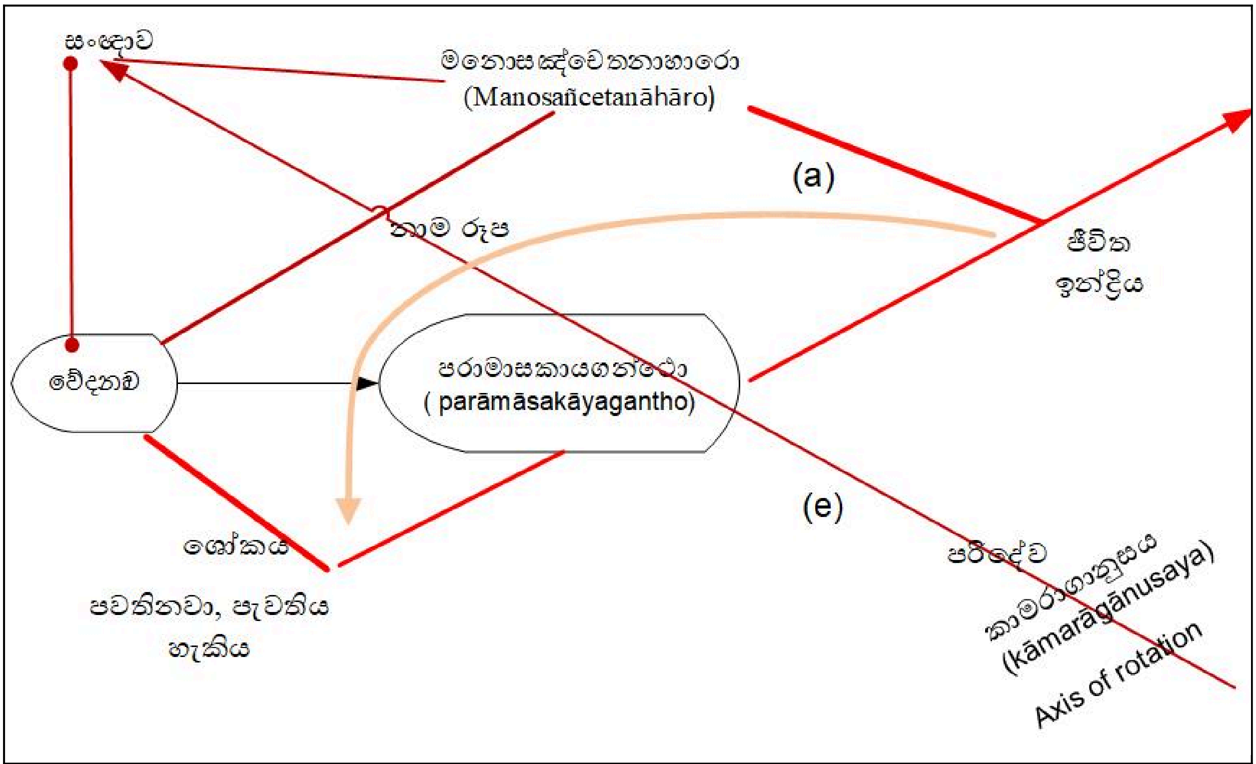
මව් කුසට ගිය පසු කරමින් සිටි සංස්කාරයන් අවසන් වූ පසුව වන සැනසීම ය. යම් කාර්යයක් කර අවසන් කිරීමේ දී ඇති වන සැනසීම මෙනි. ජීවිත ඉන්ද්‍රිය සෝකය දක්වා පැමිණේ. එය ද පටිසානුසය රේඛාව මත ය, යන්න සිහි වීම සමඟ මෙම සැනසීම ඇති විය.

පසු දිනක, දොර පොලු තුන ඉහත කරුණු සහිතව භාවනා කළා. මනුෂ්‍ය ඉපදීම, බ්‍රහ්ම තලවල ඉපදීම, අරූප ධ්‍යාන, හත් වන ධ්‍යාන රූප ස්වභාවය යන තැන්වල ධාතු වශයෙන් ගැනීම. සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් විඤ්ඤාණ, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං, කොළ පොල්ල සහ 6.4, 8.2 අවස්ථාවල දී යොදා බැලුවා. ඒ ඒ ධ්‍යාන ස්වභාවය ඒ ඒ තැන්වල දී මනා කොට ඇති විය.

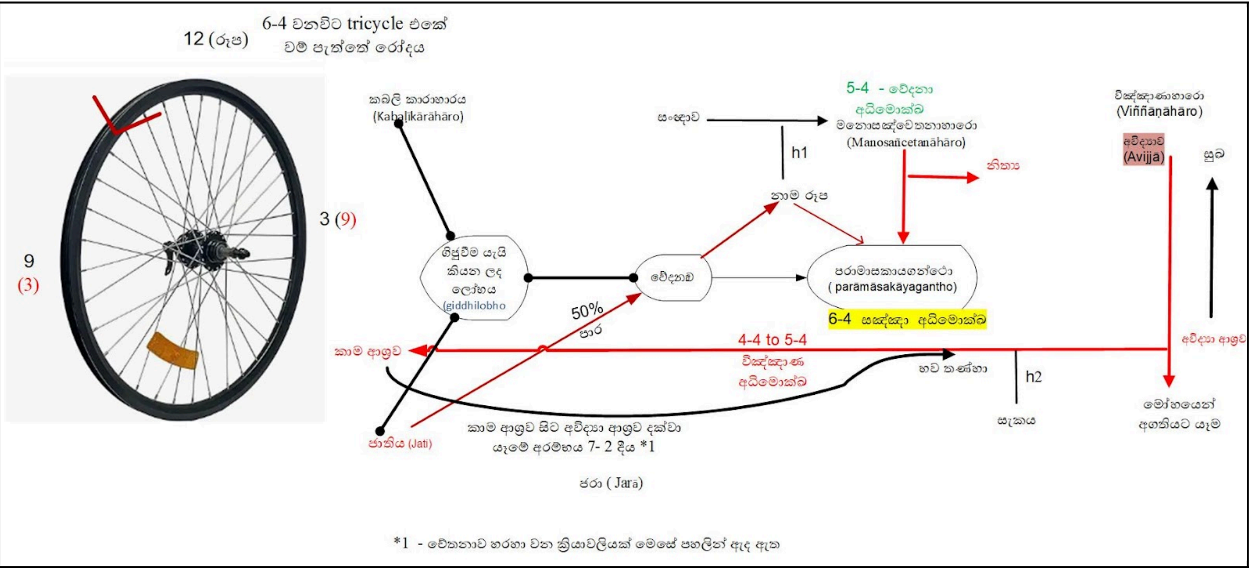
මෙම භාවනාව කිරීම ඉතා අපහසු ය. සිත නතරවන නිසා ය. නිරෝධ වීම ද සිදු වේ. මෙසේ අන් අයටත් වන බව බුදුපියා පැවසුවා.

ඊළඟට දැන් අපි මේ ඊයේ දීපු භාවනාව 05/01/2024 නිබ්බාන භාවනාවේ දී ඉගෙන ගත් 7.2 අවස්ථාවේ දී කාම ආශ්‍රව සිට අවිද්‍යා ආශ්‍රව වන්නේ නම්, උඩ ධාරාවට ඉඩ

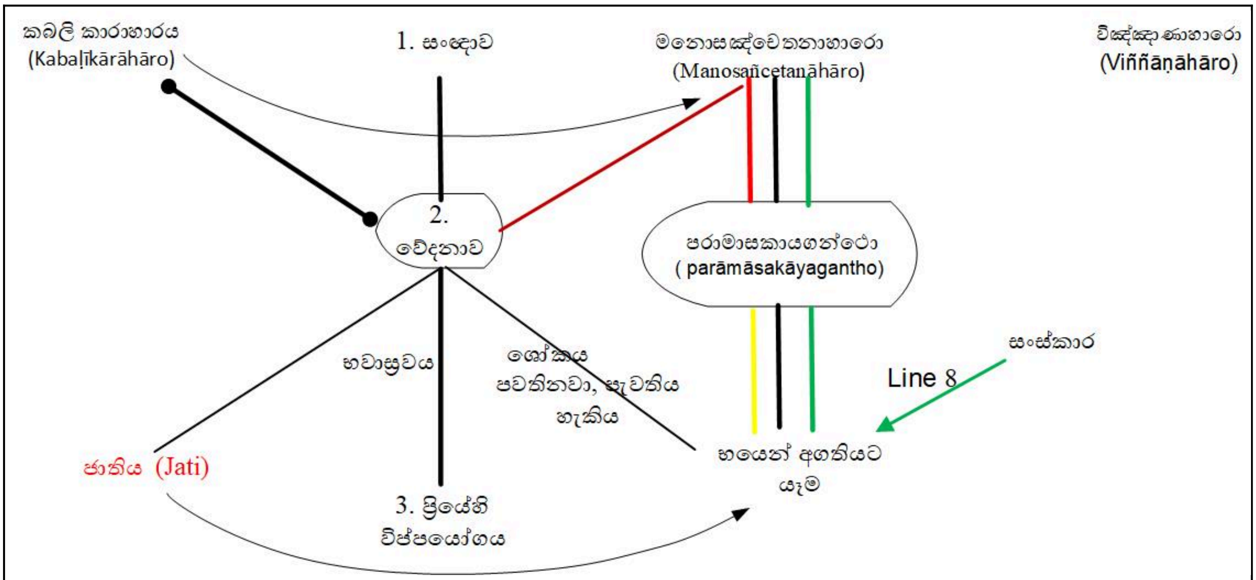
දීම සඳහා පහළ ධාරාව නැවතිය යුතු ය. මේ සඳහා සඤ්ඤා අධිමොක්ඛය නැවතත් සිදු විය යුතු ය. එය 7.2 දී ආරම්භ වී 7.4 දක්වා සිදු වේ, යන්න සිතන්නේ, අපි මමංකාරයට ම අහංකාර විය, යනුවෙන් වැටහීණ. එනම් උඩ ධාරාවට ම අහංකාර විය. ඉතින් මේ භාවනාවේ ඕවා ලියලා නැති වුණාට, අර කරුණු සඳහන් කරලා පෙන්වා දුන්නෙ ඔන්න ඔය අර්ථයන් තේරුම් ගන්න තමයි, අර අහංකාර අගය, සඤ්ඤාවක් ලෙස එහෙම තියෙනවා කියන එක එතන සඳහන් වෙලා තියෙන්නේ.



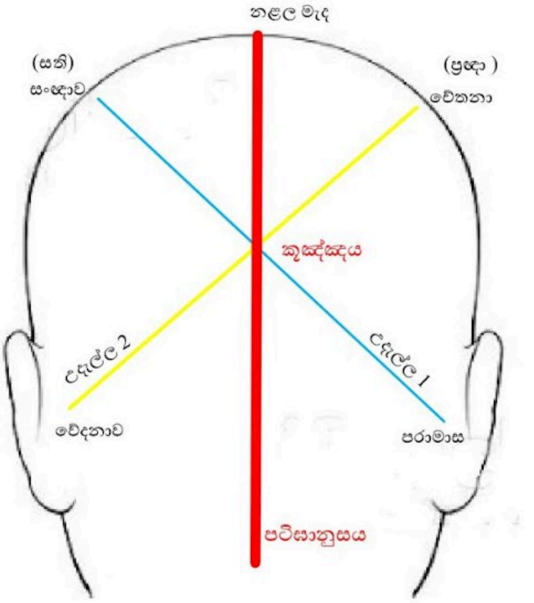
Birth.jpg



s_kamasava.jpg



s_DrivingForce4.jpg



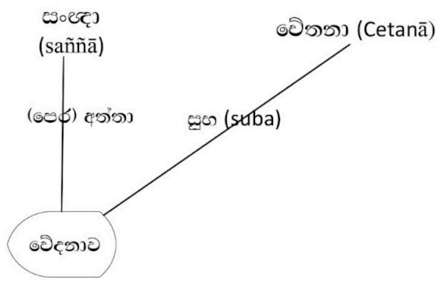
හිසේ පිටුපසින් බැලීම පෙන්වා ඇත. 3D ලෙස සිතීමෙන් පමණක් වේදනාව, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව මත යැයි වැටහේ. (කොලයට ලම්බකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව)

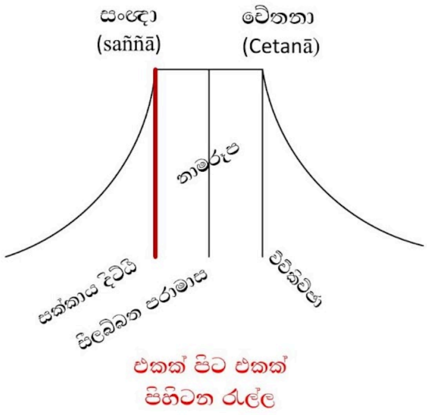
සංඥා යන තැනැත්තා (ගෝලයා) දකුණු කණෙන් (පරාමාසය) අසයි. ඔහුට වැරදි හැඟීම් ඇත. එනම් වඩු බාස් කිච්චට ලී කැල්ල ගෙන එන සංස්කාර කළ යුතු නැති නමුත්, වැරදි වැටහීම් ඇති නිසා, එසේ කිරීම හොඳ යැයි වරදවා වටහා ගත් නිසා (getting his salary) එම ලී කැල්ල ගෙන ඒම ලෙස සිතන්නේ නම් වැටහේ.

වඩු බාස්ට වේදනාව අවශ්‍ය ව ඇත (වම් කණ) කුමක් නිසා ද? අන් අය හොඳ යැයි පවසන්නේ නම් පමණක් ඔහු සතුටු වන නිසා ය, මෙය නැතිනම් ආඩම්බර විය නොහැක, ඒ නිසා ය. මෙම දෙක මැදින් කුසද්ඥය දැනෙන ස්ථානයේ සිට පටිසානුසය ලකුණු කළ, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව නළල මැද දක්වා ඇඳගන්න. 3D ලෙස සිතීමෙන් පමණක් වේදනාව, ජරා- වේදනා - අසම්පජාන රේඛාව මත යැයි වැටහේ. (කොළයට ලම්භකව උඩ අතට ලකුණු කළ වේදනාව) මෙම රේඛාවේ උදැල්ල 1 සහ උදැල්ල 2 එකට බන්ධනය වන තැන මොළය තුළ ඇත. එය කුසද්ඥය දැනෙන ස්ථානය වන අතර එය plasma (Cerebrospinal fluid -CSF) ලෙස හඳුන්වනු ලබයි. නළල මැද මෝහය. එල චිත්තය නැංවෙන විට මෙය ඉවත් වීම නිසා එය තදින් දැනෙන්නේ වරින් වර මෝහය පැමිණෙන නිසා ය.

patiganiusa.pdf - Slide 1

6 වන රවුම 4 වන පියවර දි, එනම් නන්දිය පරාමාස ගතවූ පසු අපි අහංකාර වේ. මෙහිදි තමා රූපය යැයි ගැනීමත් (attani vā rūpaṃ), අහංකාරය නිසා රූපයේ සතුට සෙවීමත් සිදුවේ. එනම් සංඥා, වේදනා දක්වා පෙළ ගැසීම සිදුවේ. මෙය සිදුවන්නේ 7-4 වීමෙන් පසුවය.



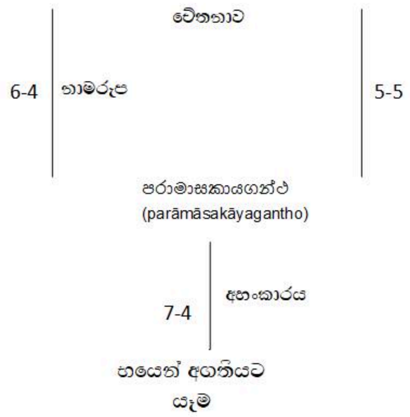


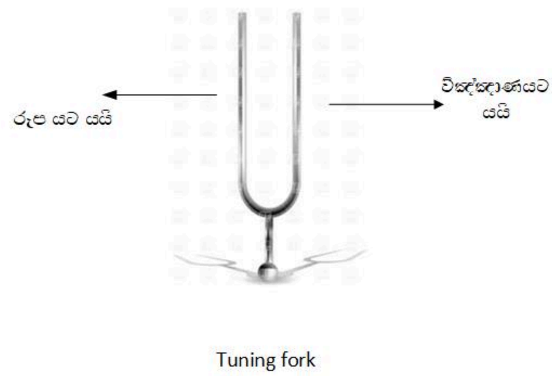
මෙහිදි සක්කාය දිට්ඨිය වම් පැත්තට ගොස් ඇතිබවත්, එය සංඥාව සමග පෙළ ගැසී ඇති බවත් සලකා බලන්න.

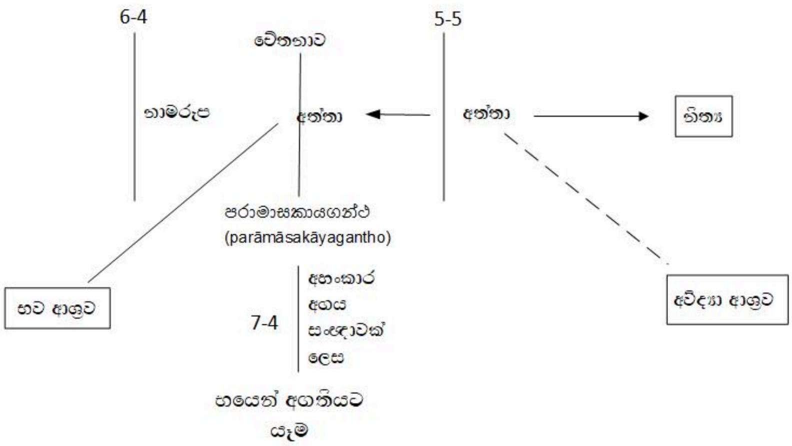
3. සක්කාය දිට්ඨිය තුළ ගැබ්ව ඇත්තේ අහංකාරය නිසා ඇති වන්නාවූ අතිමාන ස්වභාවය වන්නේය. මෙය තුළ සුබ, අත්තා, නිත්‍යයට අමතරව, මානය පවති. සීලබ්බත පරාමාසය තුළ නන්දිය, **5–5** දි අත්තා, සුලුවූ සුකුම නිත්‍යය අගයෝ නාමරූප ලෙස තැන්පත්වී ඇත.

5

DukkaChakraya.pdf - Slide 5







Sarasula.jpg