ගිහි වතක සිට නිවන් දකින හැටි - 1 කොටස

{00:00} **ප්‍රශ්නය :** මේ ගිහි වතක ඉඳගෙන, අපේ කටයුතුත් කරදරයක් නැතුව කරගෙන, හැකි ඉක්මණින් - අප්‍රමාදව නිවන් දකින්න තියෙන හරි මඟ මොකද්ද?

{00:32} **පිළිතුර :** ඔවු, ඒක හරි! දැන් අපිට දැනගන්න අවශ්‍යය වෙන ක්‍රමය, ඒ කියන්නේ මේ **නිවන් දැකීමට දැන් පැවිදි වෙන්නම අවශ්‍යය නෑ**! ගිහි වතේ ඉඳන් ඕන තරම් නිවන් අවබෝධ කරලා තියෙනවා, තමන් ගේ අඹු - සැමි ජීවිත ගත කරලා තියෙනවා, පවුල් ජීවිත ගත කරලා තියෙනවා, එහෙමමත් වෙලා, අනාගාමී ඵලයට පත් වෙලත් ඉඳලා, පසුව මේ කෙළවර කරලා තියෙනවා - අන්තිමට **අරිහත්වයට පත් වෙලාත් කෙළවර කරලා තියෙනවා - ගිහි වතේමත් ඉඳගෙන**! මේ බුද්ධ සාසනයේ එහෙම පෙන්වලා තියෙනවා. ඉතින් අපිට කොයි ක්‍රමයෙන් හරි ඕනේ එතකොට **හරි ආකාරවම නිවන් මඟ පැහැදිලි ව තියෙන්න ඕනේ**. දැන් අපි අද බැලුවොත් එහෙම, අද නිවන් මඟ හැටියට වඩනවා නානාප්‍රකාර ක්‍රම. නමුත් ඉතින්, උන්වහන්සේලාගෙන් හරි ඇහුවොත්, අපේ ස්වාමීන්වහන්සේලාත් ඕනේ තරම් වඩනවා නේ, යථාර්තය ම - අවංකව ම ඇහුවොත් එහෙම මාර්ග - ඵල අවබෝධයක් හෝ ධ්‍යාන ලැබීමකට හේතු ක්‍රමයක් අහු වෙලා තියෙනවාද කියලා, "අපි තව බලාපොරොත්තු වෙනවා, තව වඩනවා" ඒ වාගේ උත්තරයක් ඒගොල්ලෝ දෙනවා. එහෙම නැත්නම්, සමහර කෙනෙක් සමහර වෙලාවට, "අපි ඒක ලබලා තිබෙන්නේ!" කියලා නොයක් තර්ක - වාදත් ඉදිරිපත් කරනවා. නමුත් අපි ඇහුවොත් එහෙම, "හොඳයි, ඒකේදී රාගය - ද්වේෂය - මෝහය දුරු වෙලා තියෙන බවට සහතිකද?" කියලා ඇහුවොත්, යම් තරමකින් - එතකොට නම් ඒකට උත්තරයක් එන්නේ නෑ! එක්කෝ, චරිත ලක්ෂණය බලනකොට, සුලු දේටත් කිපෙනවා, ගැටෙනවා, ඇලීම සහගත බව බැලුවොත් හුඟාක් වැඩියි. **ඉතින්, ඇලීමයි ගැටීමයි යම් තැනක තියෙනවා නම්, මුලාවත් එතන**! ඉතින් ඒ නිසා අපිට එහෙම එකපාරට නිගමනයක් කරන්න බෑ, බාහිරින් මොනවා හරි දැනගත්ත පලියටත්, එහෙම ඵලයක් ලැබුවාද කියලා. ඉතින්, ලැබුවා නම් තමන්ට ම දැනගන්න ඕනේ **ඇලීම ගින්නක් හැටියට, ගැටීම ගින්නක් හැටියට, මුලාව ගින්නක් හැටියට වැටහිලා තියෙන්න ඕනේ**! ඉතින් ඇලීම ගින්නක් හැටියට වටහා ගත්තා නම් හරියට හරි! ප්‍රධාන තැන! මොකද, ගැටීමට මුල ඇලීම. **ඇලීම යම් තැනක නැත්නම්, ගැටෙන්න දේකුත් නෑ! එහෙනම්, මුලා වෙන්න**

දේකුත් නෑ! එහෙනම්, පළමුව අපි එකක් කරගන්න ඕනේ, **ඇලීම දුරු කරගන්න ක්‍රමයක්** තියෙන්න ඕනේ, අපේ බාසාවෙන් කියනවා නම්.

{02:32} **සීලය සමාදන් විය හැකිද? :** ඇලීම දුරු කරගන්න පුළුවන් නම් යම් ක්‍රමයක් තුළින්, අන්න ඒ ක්‍රමය අපි දැනගත්ත දට, අපිට පුළුවන් කම ලැබෙනවා ඒ ටික කරන්න. හැබැයි, ඕක ඇලීම දුරු කරගෙන තියෙන්නේ අපේ මේ බුද්ධ සාසනයේ ප්‍රතිපත්ති පුරනවා කියලා ඔය වත පුරලා නෙමෙයි! **සිල් වතක පිහිටගෙන ඉඳලා විතරක් ඇලීම දුරු වෙලා නෑ!** දැන් බුදුරජාණන් වහන්සේ ළඟට ගිය සමහර කට්ටිය, එක්කෝ දමරිකයෝ, බුදුරජාණන් වහන්සේවත් පපුව පලලා මරලා දනවා, කකුල් දෙකෙන් අල්ලලා ගඟෙන් එහා පැත්තට විසි කරනවා කියලා තමයි ආලවක යක්ෂයා ඉඳගත්තේ, ආයි මේ සිල් අරන් ඉඳගත්තා - සිල් සමාදන් වෙලා ඉඳගත්තා නෙමෙයි එහෙම! අංගුලිමාල බුදුරජාණන් වහන්සේ ළඟට ගිහිල්ලා "මහණ හිටපිය මේ යන්නේ නැතුව!", කියලා ඉඳගත්තේ කඩුවත් උස්සාගෙන, ඇඟිලි මාලේ කරේ දගෙන. නමුත් බණ පද කීපයක් අහනකොට මූලධර්මය තේරුම් ගත්තා. **ඊට පස්සෙයි සංවරත්වය ලැබුවේ**. එහෙනම්, මේ ධර්මය අවබෝධ කරගැනීමේ දී අපට හොඳට පැහැදිලි කරුණක් තමයි, අපි **සිල් වතක ඉඳලා ධර්මාවබෝධ කළා නෙමෙයි**! යම්කිසි මූලධර්මයක් අවබෝධ කරගත්තා. ඒ **අවබෝධයත් එක්කලා නැඟුනා** "**සංවරට්ඨේන සීලං**" කියලා සීලයක්. "**යං සමාදනං තං වතං**" - **යම් සමාදනයක් ඇත්ද, ඒක වතකි**. "**සංවරට්ඨේන සීලං**" - **සංවරත්වයේ පිහිටීමක් ඇත්ද, එය සීලයකි.** දැන් අද වත - සීලය කරගෙන තියෙන්නේ. "සිල් සමාදන් වෙනවා" කියලා වචනයක් අපේ තියෙනවා. සිල් වත සමාදන් වෙනවා, සිල් කියන එක සමාදන් වෙන එකක් නෙමෙයි, සිල් කියන එක පිහිටන එකක්!

{04:09} **වැරදි කරන්නේ, වැරදි වටිනා ලෙස දකින නිසයි :** දැන් අපි හිතමුකෝ මෙහෙම දෙයක්, අපි යම්කිසි දෙයක් අපි අතින් සිද්ද වෙනවාට, ඒක පාපයක් නම් - වරදක් නම් අපි ඒක සිද්ද නොවෙන්න අපි යම්කිසි වැඩපිළිවෙලක් හදු ගන්නවා - වතක්. "මම නම් ජීවිතය ගියත් මෙන්න මේක වැරදියි කියලා, මේ පෙන්වපු - සම්මත කරපු මේ වරද මං කරන්නේ නෑ!" "ජීවිතේ නැති වුනත් මං සත්ත්ව ඝාතනය කරන්නේ නෑ, හොරකම් කරන්නේ නෑ, සුරා-සූදු-දුරාචාර කරන්නේ නෑ, බොරු කියන්නේ නෑ, මත්පැන් බොන්නේ නෑ!" දැන් මේ විදිහේ අපි එක එක නිගමන කරගන්නවා. දැන් ඒ කියන්නේ අපි එතකොට

අපි සත්තු මරන්නේ හේතුවක් උඩ, ප්‍රාණඝාත කරන්නේ හේතුවක් උඩ, හොර-මැර-වංචා කරන්නේ, ඒක හේතුවක් තියෙන්න ඕනේ. නැත්නම් කරන්න හේතුවක් නෑ! සුරා-සූදු-දුරාචාර කරන්නේත් මොනවා හරි හේතුවක් උඩ. ඒ හේතුව කියන්නේ, **හේතුව අපිට ප්‍රිය-මනාප නම්, ඒක ආස්වාදජනක නම්, ඒක වටිනවා නම්, ඒ වටිනා දේ නිසා නේ අපි ඒක කරන්නේ.** යමක් නොවටිනවා කියලා දැනගත්තු දට අපිට ඕනෑකමක් නෑ නේ ඒක කරන්න! එහෙනම්, වටිනාකමක් තියෙනවා ද නැද්ද කියලා දැනගන්නේ අපි විසින් ඔය **හික්මිලා ඉන්න කැල්ලක ඉඳලා කොච්චර හිටියත් ඒක කෙරෙන්නේ නෑ!** ඒ සඳහා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා එක්තරා ධර්මයක්. "**අට්ඨක්කරා තීනිපද සම්බුද්ධේන පකාසිතා**" - අකුරු අටක්, පද තුනක් බුදු වරයන් වහන්සේලා ප්‍රකාශ කළා. "**නහි සීල වතං හෝතු උප්පජ්ජංති තථාගතා**" - සිල් වතක් දෙන්න තථාගතයන් වහන්සේ ඉපදිලා නෑ! "අට්ඨක්කරා තීනි පද සම්බුද්ධේන පකාසිතා" - අකුරු අටක්, පද තුනක් බුදු වරයන් වහන්සේලා ප්‍රකාශ කළා. මෙන්න කරපු දේ! එහෙනම්, අපිට යථාවබෝධය ලබා ගත්තා නම්, අන්න අර වටිනාකමක් තියෙනවායි කියන එක හිතෙන් අහක් වෙලා ගිය දට, යථාවබෝධය ලබා ගන්න ධර්මයක් දේශනා කළා - මෙන්න මේ ධර්මය හරියට ශ්‍රවණය කළා නම්, එදට අපි දැනගන්නවා "**අපි මේ වටිනවා යි කියලා හිතාගෙන ඉඳලා තියෙන්නේ කිසිම වටිනා කමක් නැති දේවල් වලට!**" **මෙන්න මේ අවබෝධය කවද හරි ආවා නම් අපිට ඒ ධර්මය තුළින්, වටිනාකම බැහැලා යනවා.** පළමු වටිනා කම බැහැලා ගිය දට, ඒක වටිනවායි කියලා හිතාගෙන කරපු තරමක් වැරදි ඔක්කෝම ඉවරයි!

{06:17} සෝතාපන්න මට්ටමට වටිනාකම අත්හැරුණොත්... : එහෙනම්, සෝවාන් පුද්ගලයා අත්හැරපු වැරදි ගණන ඇහුවොත් එහෙම, අපිට කියන්න අපේ කටවල් නෑ! මොකද හේතුව? අප්‍රමාණ ව, අසීමිතව වටිනාකමක් හිතාගෙන ඉන්න සාමාන්‍යය ලෝකයා, නැත්නම් "පොතුජ්ජනිත" කියන, "**පෘතග්ජන**" **කියන පුද්ගලයා, එයාට මේ ලෝකේ අසීමිත වටිනාකමක්** - සීමාවක් නෑ වටිනවා කියන දේවල් වල. එහෙම ස්වභාවයක තමයි සාමාන්‍යය මනුස්සයා ඉන්නේ. කවද හරි මේ ධර්මාවබෝධය හරියට ලබා ගත්ත දට, එයාට "**අනේ, මේ නොවටිනා දෙයකට නේ වටිනවායි කියලා හිතාගෙන මෙච්චර කල් හිටියේ!**" කියන හැඟීම එනවා. අන්න එයාට එක්තරා මට්ටමක නොවටිනාකමක් වැටහිලා එනවා, ධර්මාවබෝධය තුළින්. අන්න ඒ වටිනාකම යම් තරමක් බැහැලා ගියා නම් ධර්මාවබෝධය තුළින්, වටිනාකමක් තියෙනවා කියලා,

අසීමිතව වටිනාකමක් හිතාගෙන හිටපු එයිට ඉස්සෙල්ලා මොහොතේ ඉඳලා තිබුණ යම් තරමක් බලාපොරොත්තු තිබුණා නම්, කෙළෙස් තිබුණා නම්, ඔක්කෝම බිඳිලා ගිහින් ඉවරයි! එහෙනම්, ඒ බිඳිච්ච කෙළෙස්, බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා "**මහා මුහුදට ඇඟිලි දෙක දලා වතුර ටිකක් උඩට අරගත්තහාම, ඇඟිලි දෙකේ ගෑවෙන වතුර බිංදුව විතර ඇති සෝවාන් පුද්ගලයා ගෙන් ඉතුරු වන හරිය! ගෙවෙන හරිය මේ මහා මුහුදේ ජලය විතර ඇති!**" එහෙනම්, අපි කොහොම විග්‍රහ කරන්නද? මේ මහ පොළොවෙන් නිය පිටට පස් පොඩ්ඩක් අරගත්තොත්, වැලි පොඩ්ඩක් අරගත්තොත්, සෝවාන් පුද්ගලයාට තව ගෙවන්න තියෙන හරිය ඒ නිය පිට තියෙන වැලි ටික විතර ඇති, පස් ටික විතර ඇති! ගෙව්ච්ච හරිය මේ මහ පොළොවේ පස් ටික විතර ඇති! මෙහෙම උපමා පෙන්වලා තියෙනවා.

{07:42} **අපිට තියෙන බලාපොරොත්තු වල තරම අපි දන්නවාද?** : එහෙනම්, එතකොට සෝවාන් පුද්ගලයා කොච්චර ගෙවලා තියෙන්න ඕනේද? එහෙනම්, අපිට දැන් හිතාගන්න බෑ, **සෝවාන් පුද්ගලයාත් මේ අඹු-දරුවන් හදගෙන ජීවත් වෙනවා, මෙහෙම ගෙවල්-දෙරවල් වල ජීවත් වෙනවා, කාම ලෝකයේ ජීවත් වෙනවා, ඉතින් එයාගේ ගෙව්ච්ච එකක් අපිට පේන්නේ නෑ නේ!** බැලුවහාම් පේන්නේ නෑ. කුක්කුට මිත්ත වැද්ද ගේ බිරිඳ අර මස් වැද්දෙක් එක්කලා පැනලා ගිහිල්ලා, මහ කැලේ ඉඳලා, දරුවෝ 10 දෙනෙකුත් හදගෙන, අර මස් වැද්දට උදවු උපකාර කරගෙන ජීවත් වුනා. දැන් එතකොට මහ පොළවේ පස් තරම් ගෙවපු, නිය පිට පස් තරම් තියෙන කෙනෙක්, හත් අවුරුද්දේදී සෝවාන් වෙච්ච කෙනෙක් ඒ කුක්කුට මිත්ත වැද්ද ගේ බිරිඳ. එහෙනම්, ගෙව්ච්චි ටික එච්චර ගෙවුනා නම්, එතකොට ඉතුරු තිබුණේ ඔච්චර නම්, ඒ **ඉතුරු තිබ්ච්ච පොඩ්ඩෙන් අනික් අයට එහෙම පේනවාද දැන් වෙනසක් වෙන ඒවා?** "සිටු කුමරියක් මස් වැද්දෙක් එක්ක පැනලා ගිහිල්ලා, කැලේට ගියා සෝවාන් වෙච්ච කෙනෙක්, එයා මහ පොළවේ පස් තරම් ගෙවලා, නිය පිට පස් තරම් තව ගෙවන්න ඉතුරු වෙලා තියෙන කෙනෙක්!" කියලා එහෙම කිවුවොත්, අපිට ඔප්පු කරන්න හේතු-සාධක තියෙනවාද? **එහෙනම් මේකයි කාරණය, අපි අල්ලාගෙන තියෙන ඒවා - අපේ තියෙන බලාපොරොත්තු, ලෝකයට බැඳිලා තියෙන බැඳීම් වලින් අර මහා පොළවේ පස් තරම් තියෙන හරියක් අපිට පේන්නේ නැති හරිය, අපිටම හිතා ගන්න බැරි හරිය** - කොච්චර අපි බැඳිලා ද ඉන්නේ ලෝකෙට කියලා. මෙන්න මේ නිසයි අර අහක් වුනේ අංගය නොපෙන්නා හැරියේ. අපිට හිතාගන්න බැරි හරියක් අහක් වුනා. දැන් අපි ආසාව

– "ඔයාලා ආසද?" "මං නම් මොනවාට වත් ආසා කරන්නේ නෑ!" එහෙම කියන කෙනාගේ හොයලා බැලුවොත් එහෙම ආසාවල් කොච්චර තියෙනවාද, බලාපොරොත්තු කොච්චර තියෙනවාද මේ ලෝකෙන් යමක් භුක්ති විඳින්න කියලා, අප්‍රමාණ තියෙනවා! නමුත් එයාට තේරෙන්නේ නෑ "එච්චර බලාපොරොත්තු ඇතුව ද මම ඉන්නේ?" ඔන්න ඕක තේරෙන්නේ නෑ!

{09:26} **ආසාව හෙවත් බලාපොරොත්තු වර්ග දෙකක් තියෙනවා :** ආසාව කියන එක තව විදිහකින් කියනවා නම්, අපි මේ ලෝකේ යමක් බලාපොරොත්තු වෙනවා. මෙන්න මේ බලාපොරොත්තු වෙන **ඒවා අවිද්‍යා සහගත, තෘෂ්ණා සහගත යම් තරමක් ඇත්ද, මෙන්න මේ ටික අපි සසර ගමනට** ගෙනියනවා. අවිද්‍යාවෙන් - තෘෂ්ණාවෙන් අපි ලඟ ඇති වෙන යම්තාක් බලාපොරොත්තු ඇත්නම්, ඒවා තමයි අපි සසර ගමනට ගෙනියන මූලධර්මය! ඔන්න ඔය බලාපොරොත්තුව බිඳහැරුණු දට සසර ගමනට ඇදගෙන යන්න තිබ්බ්ච බලාපොරොත්තු, නැත්නම් ආසාවල් ඉවරයි! ඇලීම ඉවරයි! **මෙන්න මේ ටික අයින් කරන්න ඕනේ හරිය.** දැන් **නිවන බලාපොරොත්තු වෙන කෙනාට, ඒ ටික (නිවන ගැන බලාපොරොත්තුව) අයින් කරලා බෑ! ඒක නිවනට හේතු වෙන හරිය**. ලෝකය බලාපොරොත්තු වෙන කෙනාට තියෙනවා "**ඡන්ද රාගයක්!**" ඒ ඡන්ද රාගෙයෙන් ලෝකය බලාපොරොත්තු වෙනවා. "**ඡන්ද ඍද්ධිපාදයෙන්**" නිවන බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඔය "**බලාපොරොත්තු**" තෝරා ගන්න ඕනේ. "ඡන්ද ඍද්ධිපාද" කියලා කියන්නේ සත් තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වලට අයිති එකක්, සතර ඍද්ධිපාද වලට අයිතියි. ඒක අවශ්‍යයි! ලෝකය බලාපොරොත්තු වෙන්නේ අවිද්‍යාවෙන් - තෘෂ්ණාවෙන්! මෙන්න මේ වෙනස තෝරාගන්න ඕනේ.

{10:38} **අපේ බලාපොරොත්තු අපිට හිතාගන්න වත් බැරි තරම් :** එහෙනම්, ලෝකයට අයිති මොනවාද? ඇස ලෝකයට අයිතියි, කන ලෝකයට අයිතියි, දිව ලෝකයට අයිතියි, නාසය ලෝකයට අයිතියි, කය ලෝකයට අයිතියි, මන ලෝකයට අයිතියි. එහෙනම්, ලෝකය බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මොකටද? ඒවා මොකටද අපිට? රූප බලන්න, ශබ්ද අහන්න, ගඳ-සුවඳ දැනගන්න, රහ දැනගන්න, ස්පර්ශ දැනගන්න, ඔය දැනගත්ත ඒවා ගැන හිතන්න. **ඔන්න ඔය කාරණා ටික බාහිර ලෝකයේ තියෙනවා. ඔය ටික බුක්ති විඳීන්න අවශ්‍යය කරන ටික අපි ලඟ තියෙනවා.** ඇස-කන-දිව-නාසය-ශරීරය-මන අපි

ළඟ තියෙනවා, ලෝකේ භුක්ති විඳින්න. ඔය ටික හදු ගත්තේ ලෝක භුක්තිය අවශ්‍යය නිසා. ඒ **බලාපොරොත්තුව නිසා කර්ම ශක්තියකින් නිපදෙවුවා.** එහෙනම්, ඇස - කන - දිව - නාසය -ශරීරය - මන කියන ඒවායින් රූප - ශබ්ද - ගන්ධ - රස - ස්ඵර්ශ - ධර්ම කියන මේ ලෝකේ තියෙන ඒවා ලොවන්න අපි යම් තරමක් බලාපොරොත්තු වෙනවා නම්, ඒ තාක් කල් **ලෝකයෙන් නික්ම යන්න බෑ!** ලෝකේ පැවැත්මට හේතුව, අපි හිතාගෙන හිටියත්, කැමති වුනත් - නැතත්, මොන ආගමේ කිවුවත්, ආගම නොකිවුවත්, කෝකේ කිවුවත්, ඇස - කන - දිව - නාසය - ශරීරය - මන කියන මේවායින් යම් තාක් කල් රූප - ශබ්ද - ගන්ධ - රස - ස්ඵර්ශ - ධර්ම බලාපොරොත්තු වෙනවාද, අවිද්‍යාව නිසා, තෘෂ්ණාව නිසා බලාපොරොත්තු වෙනවා නම්, ඒවා හොඳයි කියලා බලාපොරොත්තු වෙනවා. අන්න ඒ බලාපොරොත්තුව අපි ළඟ යම් තාක් තියෙනවා නම්, ඔය බලාපොරොත්තු කන්දරාව නිසා තමයි අපේ පැවැත්මට හැදෙන්නේ, **අවිද්‍යාවෙන් - තෘෂ්ණාවෙන් බැඳගන්නවා කියන්නේ, ලෝකේ බැඳෙන්නේ ඕකෙන්.** මෙන්න මේ නිසා, මෙන්න මේ තියෙන බලාපොරොත්තු සමූහය කොච්චර ද කියනවා නම්, දැන් අර එහෙනම් "**මං මොනවාටවත් ආසා නෑ!" කියලා කියන කෙනා, බලන්න බලාපොරොත්තුවක් නැද්ද ඇහෙන්?** හොඳයි, එක දෙයක් බැලුවාට පස්සේ, "දැන් ඇති!" කියලා හිතෙනවාද? අප්‍රමාණයි, කොච්චර බැලුවත් මදි! පොඩ්ඩක් සද්දයක් ඇහුණොත් ඒ පැත්ත බලනවා, මොකටද බලන්නේ? ඒක මොකද්ද කියලා දැනගන්න ආසාවේ. දැනගත්තාට පස්සේ? ඒක වැදගත් දෙයක් ද කියලා හොයලා - බලලා, වැදගත් දෙයක් නම් යළි - යළි බලනවා, තව - තවත් බලන්න ආසා වෙනවා. රැස් කරගන්නත් ඕනේ, රැස් කරගන්නත් බලනවා. විඳින්නත් ඕනේ, විඳින්නත් බලනවා. ඉතින්, මතු පතන්නත් හොඳ දෙයක් ද කියලා ඒ පැත්තේ හොය-හොයා හෝදිසි කරනවා.

{12:55} ලෞකික බලාපොරොත්තුත් කිහිප ආකාරයක් තියෙනවා : මෙන්න මේ විදිහට ලෝක සත්ත්වයා "**පතන්න**" **බලාපොරොත්තු** වෙනවා, විඳින්න - රැස් කරන්න බලාපොරොත්තු වෙනවා, **විඳින්න බලාපොරොත්තු** වෙනවා, **දැනගන්න බලාපොරොත්තු** වෙනවා. මෙන්න, අපිට - අපිට තේරුම් ගන්න පුළුවන් විදිහකින් අපි මේ බලාපොරොත්තු ඇති කරගන්න ආකාරය. අපි "**ප්‍රාර්ථනා**" කරනවා. මේ ලෝකේ ඇහැට පෙනෙන ඒවා, කනට ඇහෙන ඒවා, දිවට දැනෙන ඒවා, නාසයට දැනෙන ඒවා, කයට දැනෙන ඒවා, හිතන දැනෙන ඒවා, යළි-යළි ගොඩ නඟ-නඟා අරගන්න, ස්ඵර්ශ කරන්න, විඳින්න ඒ වේදනා භුක්තිය සඳහා අපි යම් තරමක් බලාපොරොත්තු තියා

ඉන්නවා නම්, මෙන්න අපි "පතනවා" කෙළවරක් නැතුව, "මතු-මතුත් මට ඕනේ, මතු-මතුත් එහෙම ලබන්න ඇත්නම්!" ඔන්න එක බලාපොරොත්තුවක්. ලැබුවාට පස්සේ? "අනේ, මගේ කියලා - මම කියලා, මගේ කියලා ගොඩගහගන්න ඇත්නම්!" ඊළඟ බලාපොරොත්තුව. එතකොට, රැස් කරගන්නවා, එතකොට විඳිනවා. විඳින්න ඕනේ නිසයි අර ගොඩගහගන්නේ. ඊළඟට වින්දනය කරනවා - ඇහෙන් මන වඩන රූප, කනෙන් මන වඩන ශබ්ද, දිවට මන වඩන රස, නාසයට මන වඩන ගන්ධ, කයට මන වඩන ඓාට්ටබ්බ, හිතට මන වඩන ධර්ම – මේවා වින්දනය කරන්න ආසයි. එහෙනම්, විඳීමේ බලාපොරොත්තුව. ඉතින් විඳීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් තවත් එහාට එකක් තියෙනවා, "අරක මොකද්ද? මේක මොකද්ද? කවුද ඒ? කොහෙද යන්නේ? මොනවාද මේ?" ප්‍රශ්නාර්ථයක් නඟ නඟා පර්යේෂණයක් කරන බලාපොරොත්තුව. ඕකට කියනවා දැනගැනීමේ බලාපොරොත්තුව. **යම් දවසක ඔන්න ඔය කියන බලාපොරොත්තු ඔක්කෝම නැති කරපු දවසට "අරිහත්වය!"** එදට කෙළෙසන ධර්ම ඉවරයි!

{14:27} **මේ අරමුණු ගැන ඇත්ත දැක්කොත් ඒවා පතන්නේ නැතිව යනවා :** එහෙනම්, දැන් අපි දකින්න ඕනේ බලාපොරොත්තු යම් තරමක් යමකින් නැති වෙනවාද, මෙන්න මේ තරම තමයි අපිට නැති වෙච්ච, අත්හැරිච්ච කොටස. යම් තරමක් බලාපොරොත්තු අපිට තියෙනවාද, ඒ අපිට ඉතුරු තියෙන කොටස - අයින් කරගන්න තියෙන කොටස. මෙන්න අපිට "**සිංහලෙන්**" **බණ අහනවා නම්** ලේසියෙන් තේරුම් ගන්න ක්‍රමය. දැන් මේක පාලි පද වලින් කියන්න ගියොත් එහෙම මෙහෙම තේරෙන්නේ නෑ. ඕකයි කාරණය. අපිට තේරෙන අපේ බාසාවෙන් කියනවා නම් ඔය විදිහට තේරුම් ගත්තහාම හොඳ පැහැදිලිව තේරෙනවා. පස්සේ ඕක පාලියට දලා බැලුවත් ඕක ක්‍රමාණුකූලව ම ගෙතිලා තියෙනවා. පෙල දහමට අනුව බැලුවත් ඕක ක්‍රමානුකූලව ගෙතිලා තියෙන්නේ. ඉතින් මෙන්න මේ නිසා මේ ලෝකේ අපේ තියෙන බලාපොරොත්තු වලින්, යම් කෙනෙක් **සෝතාපන්නයෙක් වුනු දට, එයාට "පතන්න" වටිනාකමක් මේ ලෝකේ නෑ** කියලා දකිනවා. ඇහෙන් රූප පේනවා - බලනවා - විඳිනවා - ඒකට අවශ්‍යය දේ රැස් කරනවා, "හැබැයි මේවා තියාගන්න පුළුවන් දේවල් නෙමෙයි! මේවා රැස් කරලා තියාගන්න පුලුවන් වස්තු නෙමෙයි! මේක මට සදතනික සැනසීමක් දෙන වස්තුවකුත් නෙමෙයි! මේ ලස්සනට පේන්න තියෙනවා, මේ මිහිරට ඇහෙන්න තියෙනවා, මට සද සැනසීම දෙන වස්තුවකුත් නෙමෙයි!" ඒක දකිනවා. මේ ගඳ - සුගන්ධය සොයන අපි ආඝ්‍රහණය කරන මිහිරි ගන්ධයක් ඇත්නම්, "මේකත් කවදාවත් මම බලාපොරොත්තු වෙන සැනසිල්ල,

සදතනික සැනසීමට පත් වෙලා ඉන්න පුලුවන් වස්තුවක් නෙමෙයි! ලබන රසයක් ඇත්නම්, මේකත් සදතනික සැනසිල්ලක් දෙන වස්තුවක් නෙමෙයි! ලබන ස්ඵර්ශයක් ඇත්නම්, මේකත් සදතනික සැනසිල්ලක් දෙන වස්තුවක් නෙමෙයි! එහෙනම්, මට පත - පතා ගන්න තරම් මේකේ වටිනාකමක් නෑ!" හැබැයි වටිනාකම නැත්තේ - ඉවරෙට බැස්සේ නෑ! ඔන්න බැහැපු හරිය. මෙබඳු ස්ඵර්ශ - නමුත් මේ ස්ඵර්ශ සදකාලිකව, සදහටම තියෙන්න තැනකුත් නෑ, එහෙම ලබාගෙන ඉන්න පුලුවන් දේකුත් නෙමෙයි කියලා. මෙන්න මේ විදිහට **මූලික වශයෙන් මේ රූප - ශබ්ද - ගන්ධ - රස - ස්ඵර්ශ කියනා මේ පංච කාමයන් පිළිබඳව ම, ඒවා වටිනවා, ඒවා සදතනිකව තියන් ඉන්න පුලුවන් වස්තු, හරයක් ඇති වස්තු කියන මෙන්න මේ දෘෂ්ඨිය ඉස්සෙල්ලා දුරු වෙනවා.**

{16:31} ඇත්ත අවබෝධ වෙන්න බණ අහනන් ම ඕනේ : දහම් දර්ශනය කිරීමෙන් ලබන්නාවූ මේ පහවීම ට කියනවා "**දස්සනේන පහාතබ්බ!**" **දර්ශනයෙන් පහ වෙලා යන හරිය.** මෙන්න මේ ටික පහ වෙලා ගියාට පස්සේ "**භාවනාය පහාතබ්බ**" **කියන භාවනාවෙන් කරන කොටස** තියෙන්නේ ඊලඟ, ඉතුරු ටික කරගන්න. දර්ශනයෙන් පහ කරන හරිය දර්ශනා නොකරපු කෙනෙකුට, භාවනාවෙන් පහ කරන හරිය පහ කරගන්න බෑ! එහෙනම්, දර්ශනයෙන් පහ කරන හරිය බණ අහලා, තේරුම් අරගෙන ඒ දහම් දර්ශනයෙන් පහ කරගෙන ඉන්න ඕනේ. ඒක ධර්මශ්‍රවණය කරන එකක්. **භාවනා කරලා සෝවාන් වෙනවා කිවුවොත් එහෙම, වෙන්න විදිහක් නෑ!** ධර්මයේ පෙන්වලා තියෙන විදිහට ධර්මයට ඔප්පු කරන්න බෑ! පරතෝ ඝෝෂක ප්‍රත්‍යය, සත්ධර්මශ්‍රවණය, කල්‍යාණ මිත්‍ර සම්පත්තිය, යෝනිසෝ මනසිකාරය, මේ ආදී වශයෙන් තියෙන්න ඕනේ සෝතාපන්න අංග 4ක්. ඒ එකක් නැතුව එහෙම සෝතාපන්න වෙන්න බෑ! කිවුවොත් එහෙම ඔප්පු කරන්න බෑ ධර්මයෙන්. දැන් බණ අහලා, **බණ අහන වෙලාවකදී ම ලබන යථාවබෝධය තුළදී තමයි කල්‍යාණ මිත්‍ර සම්පත්තියක් ඇසුරේ දී, සත්ධර්මශ්‍රවණය කරන වෙලාවක, නුවණින් මෙනෙහි කරමින්, ඒ වාගේම ධර්මාවබෝධයට හේතු කාරක තියෙන කෙනෙක් ඒ ටික කරගත්තා නම්, අන්න එයාට සෝතාපන්න ඵලය ලබන්න හේතු වෙනවා.** අන්න එතෙනදී එයා දැකගන්නවා, "මේ හරයක් තියෙනවා කියන වස්තු තියෙනවා කියලා කිවුවොත්, මේවා ඇත්තද බොරුද?" එයා දැනගන්නේ **ඇත්ත ඇති ආකාරයෙන්.** ඇත්ත මේකයි කියලා දැනගන්නවා. බොරුව මේකයි කියලා දැනගන්නවා. මෙන්න මේකයි සිද්ධ කරගන්නේ. මෙන්න මේ "ඇත්ත මේකයි - බොරුව

මේකයි" කියලා දන්නේ නැති නිසාම ලෝක සත්ත්වයා අසීමිත බලාපොරොත්තු ඇති කරගෙන ඉන්නේ. ඔය දැනගන්නවාත් සමඟම අසීමිත බලාපොරොත්තු බිඳිලා යනවා. අන්න ඒ නිසා තමයි කිවුවේ අර අප්‍රමාණ - මහා ගොඩක් අත්හැරිලා යනවා කියලා, සෝවාන් වෙනකොට.

{18:16} **අසූහාරදහක් වැරදි දෘෂ්ඨි බිඳහරින්න පුලුවන් අසූහාරදහක් ධර්මස්කන්ධයට :** හැබැයි ආයි - **ඉවර කරේ නෑ විඳීමේ බලාපොරොත්තුව**! ඒවා තව තියෙනවා. පංච කාමය විඳීමේ බලාපොරොත්තුව ඉවර වෙන්නේ නෑ. **කාමරාග - පටිඝ දෙක තියෙනවා.** ඇලීම තියෙනවා නම් ගැටීමත් එතන තියෙනවා. ඇලීම දුරු කරගත්තේ නෑ, අන්න ඇලීම දුරු කරගන්න, **අභිජ්ජා - දෝමනස්ස දුරු කරගන්න තමයි සතර සතිපට්ඨානය වඩන්න තියෙන්නේ.** එතන පටන් වඩන දහම් - භාවනාය පහාතබ්බ! භාවනාවෙන් පහ කරන ඒවා තියෙන්නේ එතන ඉඳලා. අන්න, වැඩීමට ඉස්සෙල්ලා තේරුම් ගන්න හරිය තමයි අර මුලින් කිවුව "දස්සනේන පහාතබ්බ" කියන කොටස, දර්ශනයෙන් පහ කරන කොටස. එහෙනම්, ඒ දර්ශනය ලබන්නේ මොන ධර්මයෙන් ද? "**සූ අසූ දහසක් ධර්මස්කන්ධය**" කියලා අපිට තියෙන්නේ ඕකට මාර්ගය පාදගන්න, අවශ්‍යය තැනට එන්න. එතෙන්ට ආවාට පස්සේ අපිට "**ඒකායන මාර්ගයට**" බහින්න තියෙනවා, කාටත් තියෙන්නේ එකම මඟක්. ඒකට කියනවා "ඒකායන මාර්ගය" කියලා. **රාගක්ෂය - ද්වේශක්ෂය - මෝහක්ෂය කරන යම් මඟක් ඇත්ද, ඒක ඒකායන මාර්ගය!** ඒ මාර්ගයට එන්නේ අපි ඉන්න විවිධාකාර දෘෂ්ඨි වල, ඒ දෘෂ්ඨි කපලා ඉන්න ඕනේ. එක එක්කෙනා එක-එක දෘෂ්ඨි වල ඉන්නවා. ඒ ඒ දෘෂ්ඨියෙන් ඒ අයව බිඳ හැරගන්න, ඒකට දහම් මඟක් දුන්නා. ඒ දහම් මඟ තුළින්, තමන් යන ඒ දෘෂ්ඨිය වැරදියි කියලා තේරුම් අරගෙන, ඒකෙන් එයා මිදෙනවා. අසූහාරදහසක් දෘෂ්ඨි වල මේ ලෝක සත්ත්වයා ගැවසෙනවා. එක එක්කෙනා එක එක දෘෂ්ඨියේ ඉන්නේ. අපිට පේන්නේ නැති වුනාට, අති සියුම්! නමුත්, බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ දෘෂ්ඨිය දැනගෙන, ඒකට ගැලපෙන, ඒකෙන් මිදෙන්න අවශ්‍යය එකක් මුලින් දේශනා කරනවා. මෙන්න මේකෙන් එයාගේ දෘෂ්ඨිය බිඳගත්තාට පස්සේ එයාට එනවා, "ඇත්ත වශයෙන් ම මට තේරෙනවා දැන් මං හිටපු දෘෂ්ඨිය වැරදියි! ඒ මඟ කෙළෙස් සංසිඳවන්න, කෙළෙස් දුරු කරන්න පුළුවන් එකක් නෙමෙයි! ඒක මට ඔප්පු වුනා මේ දේශනාවෙන්" කියලා අන්න ඔහු දැනගන්නවා.

{20:05} **කිසිම අරමුණකින් සැපක් ලබන්න බැරි නම්, කොහොමද සැප ලබන්නේ?** : අන්න ඒ වෙලාවට එයාට අවශ්‍යයතාවයක් එනවා, "**ඉතින් ඒක නෙමෙයි නම් මඟ, කෝකද මඟ?**" අන්න අවශ්‍යය තැනට ආවා! අන්න ඒකායන මාර්ගය කියා දෙන තැනට ආවේ ඔතෙනදී. අන්න එතෙනදී රාගක්ෂයට - ද්වේෂක්ෂයට - මෝහක්ෂයට ඕනෑ වෙන, "**යදනිච්චං තං දුක්ඛං - යං දුක්ඛං තදනත්ථා**" කියන එක දේශනා කරනවා. අන්න, "**අට්ඨක්කරා - තීනි පද**" - **අකුරු අටයි, පද තුනයි**. "**අනිච්ච - දුක්ඛ – අනත්ථ**" **මෙන්න ධර්මය දේශනා කරන තැන, නිවන් දකින ධර්මය.** එතෙන්ට ආපු කෙනාට - දැන් අපේ ඉන්න අයට එතෙන්ට එන්න අමුතු ඒවා හොයන්න ඕනේ නෑ, දැන් පර්යේෂණයක් කර-කරා ඉන්නේ. "නිවන් දකින ඒවා එකක් වත් නෑ, අපිට නිවන් දකින එකක් හොයාගන්න ඕනේ!" එහෙනම්, දැන් ඉතින් ඕනේ තැනට ඇවිදිල්ලා නේ ඉන්නේ, දැන් නිවන් දකින එක හොයාගන්න, මොකද්ද? "යදනිච්චං තං දුක්ඛං - යං දුක්ඛං තදනත්ථා!" කිවුව එක විග්‍රහ කරගත්තා නම් නිවන් දකිනවා. ඔය පොඩ්ඩයි තියෙන්නේ! එහෙනම්, බුදුරජාණන් වහන්සේ ලඟදී එද නිවන් දකින්න බණක් අහලා ගියාට පස්සේ පැය – අවුරුදු ගානක් බණ ඇහුවේ නෑ! පැයයි - දෙකයි, ජීවිතේට බණ අහලා නෑ! බුද්ධ ධර්මය කියලා කියන්නේ මොකද්ද කියලා වත් දන්නේ නැති කෙනෙක් තමයි බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩ ඉන්න කාලේදී ඉස්සෙල්ලාම ඇවිදිල්ලා බණ පදයක් ඇහුවේ. බණ පදය අහලා නැඟිටිනකොට සෝවාන් වෙලා! එහෙනම්, දැන් මෙතෙන්දී අපිට හොඳටම පේනවා, **නිවන් දකින්න අහන්න තියෙන බණ බොහෝම පොඩ්ඩයි! ඒ ටික වැහිලා, ඒ ටික හැඟවිලා!** ඒ නිසා අපිට නිවන් දකින්න බැරි! සිද්ධ වෙලා තියෙන්නේ ඔන්න ඕකයි. අපි හිතන් ඉන්නවා, "නිවන් දකින්න බණ හුඟාක් අහන්න ඔනේ, ගොඩාක් දැනගන්න ඕනේ නිවන් දකින්න" කියලා. පුන්නා දසිය වාගේ අය, හුඟාක් අහලා, ගොඩාක් දැනගෙන නෙමෙයි නිවන් දැක්කේ.

{21:42} **නීවරණ සහිත නම් බණ තේරෙන්නේ නෑ!** : එහෙනම්, මෙන්න මේකෙන් අපි තේරුම් ගන්න ඕනේ, නිවන් දකින්න අවශ්‍යය කරන්නේ ඔන්න ඔය "අකුරු අටයි - පද තුනයි" හරියට තෝරා ගන්න එක! ඔතනයි තියෙන්නේ. **සීලයෙන් තොරව සමාධියක් නෑ, සමාධියෙන් තොරව ප්‍රඥවක් නෑ!** මේකත් ධර්මානුකූලයි. හැබැයි, එහෙනම් සීලය කියන්නේ වත කියලා හිතාගත්තොත් වැරදියි! ඔතනයි ප්‍රශ්නේ. පංච නීවරණ සහිත වෙනවා නම්, ද**ස අකුසලයට කියන තව නමක් තමයි පංච නීවරණ. කාමච්ඡන්ද** - **ව්‍යාපාද** - **ථීන මිද්ද** - **උද්දච්ඡ කුක්කුච්ඡ – විචිකිච්ඡා** කියන මෙන්න මේ නීවරණ පහ

යම් තැනකද, දස අකුසලයේ කෝක හරි එතන! එක්කෝ ප්‍රාණඝාත චේතනාවක් තියෙන්න ඕනේ, එක්කෝ අදත්තාදන චේතනාවක, එක්කෝ කාම මිත්‍යාචාර චේතනාවක් නැගිලා තියෙන්න ඕනේ, එක්කෝ මුසාවාද, පිසුනාවාච, ඵරුෂාවාච, සම්පප්‍රලාප චේතනා නැඟෙන්න ඕනේ, එක්කෝ ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ චේතනා නැඟෙන්න ඕනේ. එහෙනම්, සිතින් - කයින් - වචනයෙන් යම් අකුසලයකට චේතනාවක් පහල වෙවී ඉන්න යම් මොහොතක් ඇත්නම්, ඒ මොහොත තුළ අපි ඉන්නේ පංච නීවරණ තුළ! නැත්නම්, දස අකුසල් තුළ! එහෙනම්, මේ දස අකුසලයෙන් වෙන් වෙච්චි වෙලාවක අහන බණ තමයි තේරෙන්නේ, පංච නීවරණ දුරු වෙච්චි වෙලාවක කියන බණ තමයි වැටහෙන්නේ. **පංච නීවරණ සහිතව බණ ඇහුවාට තේරෙන්නේ නෑ!** තව විදිහකින් කියනවා නම්, **දස අකුසල චේතනාවකින් යුක්තව ඉඳගෙන බණ ඇහුවාට තේරෙන්නේ නෑ!**

{23:01} **නිවන් දකින බලාපොරොත්තුවෙන් බණ අහන්න :** එහෙනම්, බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, "යම් කෙනෙක් පහන් හිතෙන්, **ධර්මාවබෝධය ලබාගන්න බලාපොරොත්තුවෙන්** බණ අහන්න ඉඳගත්ත වෙලාවේ, ඔහුට ඔය එකක්වත් තියෙනවාද?" කියලා. එහෙනම්, ප්‍රාණඝාත වතක් සමාදන් වෙලා නැති කෙනෙක් "**මම අද කොහොම හරි මේ නිවන් දකින බණ අහන්න තෝරා ගන්න ඕනේ**" කියලා ඕනෑකමකින්, විශාල අවශ්‍යයතාවයකින්, ගෞරවයෙන්, ඒ බණ පදයක් අහන්න ඉඳගෙන ඉන්න චිත්තප්‍රසාදයෙන් ඉන්න වෙලාවක, ඕගොල්ලන් ගේ ඔය දස අකුසල චේතනාව ම නෑ! එහෙනම්, ඔහු පංච නීවරණයෙන් ඉවත් වෙලා ඉන්න, "**තදංග ප්‍රහාණය**" කරලා ඉන්න වෙලාවක්. "තත්-අංගය" හෙවත්, ඒ මොහොතේ දී ඔහුට පංච නීවරණ දුරු වෙලා. එහෙනම්, පංච නීවරණයෙන් තොර වූ චිත්ත ස්වභාවයක් අන්න ඒ වෙලාවේ තියෙනවා. මෙන්න "**සමථය**" ට පත් වෙච්චි සිතක්! "**තදංග සමථය**" ඔය තියෙන්නේ. මෙන්න මේ තදංග සමථයෙන් යුක්ත වෙලාවේ තමයි දැන් මේ බණ අහන්න ඉන්නේ. එහෙනම්, දැන් සමථය තියෙනවා.

{23:56} **අවශ්‍යය වන්නේ සමථයෙන් යුක්තව තිලකුණ දකින එකයි :** දැන් "සමථය" යි "ධ්‍යානය" යි දෙකත් පටලවාගෙන! ධ්‍යාන වලට සමථ කියනවා යි කියලා - "**නීවරණ සමථයට පත් කරන**" හෙයිනුයි සමථ කියන්නේ. එහෙනම්, දැන් මේ නීවරණයට සමථයට පත් වෙලා තියෙන වෙලාවට නම් මේ "**තදංග සමථය!**" "**වික්ඛම්භන**

සමථය" වෙලා තියෙන්නේ ධ්‍යාන ලාභීන්ට නේ! "**සමුච්ඡේද සමථය**" වෙලා තියෙන්නේ මඟ ඵල ලාභීන්ට! එහෙනම්, අද මේ ඉන්නේ "තදංග සමථයෙන්" යුක්ත වෙන වෙලාව. අපිට කොහොම හරි **ඕනේ සමථය – විදර්ශනාවට**. දැන් විදර්ශනාව නඟා ගන්න සුදුසු වෙලාව, සමථය තියෙනවා! එහෙනම්, විදර්ශනාවට නඟා ගන්නකොට, **ලෝකේ යථාර්තය "විශේෂයෙන් දකින්න"** ඕනේ. අපි දකින්නේ වෙන ක්‍රමයකට. ඒ දකින ක්‍රමය මුලා ක්‍රමය, අවිද්‍යා සහගත ක්‍රමය. අපි "විද්‍යා සහගත" ක්‍රමයෙන් දකින්න සුදුසු වෙලාවක් දැන් ආවේ. එහෙනම්, අවිද්‍යාව තියෙන්නේ කොතනද? "**නිච්ඡයි - සුඛයි - ආත්මයි" කියන දෘෂ්ඨියේ ඉන්නකන් අවිද්‍යාව!** විද්‍යාව පැත්ත තියෙන්නේ "**අනිච්චයි - දුක්ඛයි - අනත්ථයි" කියන තැන විද්‍යාව** පැත්ත. අන්න ඒ විද්‍යාව පැත්තට දැන් එන්න තියෙනවා නම්, විදර්ශනය කරන්නේ ඔතනදී. එහෙනම්, විදර්ශනයට අවශ්‍යය වෙනවා "**අනිච්ච - දුක්ඛ – අනත්ථ" තේරුම් ගැනීම**, ඉස්සෙල්ලාම!

{25:01} : අන්න "යදනිච්ඡං තං දුක්ඛං - යං දුක්ඛං තදනත්ථා!" කිවුව එක තෝරා ගන්න ඕනේ. දැන් අද **වහලා තියෙන පළවෙනි ධර්මය!** නිවන් මඟ වහලා කිවුවේ ඔන්න ඔතනයි! "යමක් අනිත්‍ය නම් ඒක දුකයි, යමක් අනිත්‍ය නම්, දුක නම්, ඒක අනාත්මයි!" අද තෝරන්නේ ඔහොම නේද මහත්මයා? හැමතැනම තෝරන්නේ ඔහොම නේද? "යමක් අනිත්‍ය නම් ඒක දුකයි, යමක් අනිත්‍ය නම්, දුක නම් ඒක අනාත්මයි!" ඔහොම නේ තෝරන්නේ, දැන් පොඩ්ඩක් අපි හිතලා බැලුවාද, අර "**යෝනිසෝ මනසිකාරය" අවශ්‍යයි නේ සෝවාන් වෙන්න**, නුවණින් මෙනෙහි කරන්න. "යමක් අනිත්‍ය නම් ඒක දුකයි" කියන එක අපි කිවුව හැටියට පිළි අරගෙන තවත් ඉන්නවා මිසක්, අපි පොඩ්ඩක් කල්පණා කරලා, නුවණින් - **යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් කියන නුවණින් මෙනෙහි කරලා බැලුවාද, ඒක ඇත්තද කියලා?** ඒ කියන කතාව! "යදනිච්චං තං දුක්ඛං" කියන පාලි පෙළ දහම - **පෙළ දහම එහෙම වැරදි නෑ, සර්ව සම්පූර්ණයෙන් හරි! නමුත් සිංහල තේරුමත් පෙළ දහමද? නෑ! ඒක ආචාර්යය වාදයක්**. ආචාර්යය වරු, පාලි දැනගත්ත ආචාර්යය වරු පදයට අර්ථයක් දුන්නා. ඒගොල්ලන්ට වැටහිච්ච හැටියට කිවුවා, "යමක් අනිත්‍යය නම් ඒක දුකයි" කියලා. "යදනිච්චං තං දුක්ඛං" කියන එකට පාලි - සිංහල, පාලි දැනගත්ත ආචාර්ය වරයා "මේකේ අර්ථය මෙන්න මේකයි" කියලා "යමක් අනිත්‍යය නම් ඒක දුකයි" කියලා කියාදුන්නා. අපේ අද අපි ඉගෙනගන්න සිංහල බණට තියෙන්නේ, "යමක් අනිත්‍යය නම් ඒක දුකයි" කියලා අහපු එක! ඉතින් අපි ඕක ඇත්තද කියලා පොඩ්ඩක් **පරීක්ෂණයක් කරලා බැලුවා නම්,** අන්න හරි!

{26:34} යමක් අස්ථිර නම් දුකයි කියන එක ඇත්තද? : දැන් "**යමක්**" කිවුවහාම, මේ ලෝකයේ පවතින කිසි දෙයකින් ඉතුරු - අත් හැරිච්ච එකක් තියෙනවාද? **ඔක්කෝම අහු වෙලා නේද - යමක් කියන එකට?** හොඳයි, මේ ලෝකේ පිරිලා තියෙන්නේ "මුලු පංචස්කන්ධය ම දුක්ඛස්කන්ධයක්" කියලා බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළා නේද? මේ ලෝකය දුකෙන් පිරිලා තියෙන්නේ - "**දුක්ඛෝ ලෝකේ පතිට්ඨිතා**", ලෝකය දුකෙහි පිහිටලා තියෙනවා. එහෙනම්, මේ පංචස්කන්ධයට අයිති ටික බැලුවත්, "යමක්" කියන එකට අයිති හැම දේම බැලුවත්, දුකෙන් පිරිච්ච සියල්ලමත් "යමක්" කියන එකේ තියෙන්නේ විසාල වශයෙන් මේ ලෝකේ පැවැත්මේ තියෙන ඒවා ඔක්කෝම දුකෙන් පිරිලා! අපි දන්නේ නෑ ඒක එහෙම බව, ඉතින් "**යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි**" - **ඔහොම නේ තෝරන්නේ**, අපි හිතමුකෝ - අංශභාගය අයිති මොකේටද? "යමක්" කියන එකට අයිති නැද්ද? පිලිකාව ත් අයිතියි නේද? අනිත්‍යයි කියන්නේ ස්ථිර නෑ කියලා ගත්තොත්, **යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි - ඒ කියන්නේ, අංශභාගය / පිලිකාව ස්ථිර නම් සැප ද? ස්ථිර නැත්නම් දුක ද?** අංශභාගය හැදුනා / පිලිකාව හැදුනා, "යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි" කියනවා. අංශභාගය / පිලිකාව ස්ථිර නෑ කියන්නේ ඔහේ පවතිනවා, ස්ථිර නම් හොඳ කරන්න බෑ නේ! - එතකොට ස්ථිර නැත්නම්, **ස්ථිර නම් එහෙම හොඳ කරන්න බෑ! ස්ථිර නැත්නම් හොඳ කරගත්තහැකි** බෙහෙතක් බීලා හරි, පුළුවන් කොහොම හරි. ඉතින්, යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි කියන්නේ, ස්ථිර නම් සැපයි නේද? ඒකේ අනික් පැත්තනේ, "යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි" - යමක් ස්ථිර නම් සැපයි! විය යුත්තේ ඒක නේ? අංශභාගේ / පිලිකාව ස්ථිර නැත්නම් දුකද? ස්ථිර නැත්නම් අංශභාගේ / පිලිකාව - හොඳ කරගන්න පුළුවන් නේ, ස්ථිර නම් අංශභාගය හොඳ කරගන්න බෑ! පිලිකාවත් හොඳ කරගන්න බෑ! ස්ථිර නම්. එහෙනම්, "ස්ථිර නම් සැප ද?" ඒ කියන්නේ, පිලිකාව / අංශභාගය හොඳ කරගන්න බැයිනම් සැප ද? හොඳ කරගන්න පුළුවන් නම්, ඒක දුක ද? එහෙනම්, කෝ "**යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි**" **කියන එක ඇත්තද?**

{28:53} අස්ථිර නම් දුකයි කියන එක ධර්මයට - විනයට ගැලපෙනවාද? : මේ සංසාර ගමනක් තියෙනවා. "අනාථ සසර ගමන" – කොහේ උපදින්න වෙයිද දන්නේ නෑ! යන ගමන කොහේ යන්න වෙයිද දන්නේ නෑ! වැඩි හරියක් යන්නේ සතර අපායේ. කලාතුරකින් මිනිසත් බවක් ලබනවා. ලබාගෙන ගිහිල්ලා, බොහොම අමාරුවෙන්

බේරිලා ඕනේ ඒකේ යන්නත්. එතකොට, අපිට බැරි වෙලා හරි මේ සංසාර ගමන, **මේ දුක්ඛිත සංසාර ගමන ස්ථිර නැත්නම්, ඒකත් දුකද? අපි නිවන් අවබෝධ කරගෙන සසර දුක නිමා ගන්නේ ඒ දුක ස්ථිර නැත්නම් නේද?** යම් තැනක දුක කියන දේ ස්ථිර නම්, දුක් මාර්ගය ස්ථිර නම්, අපිට පුලුවන් ද මිදෙන්න? දුකෙන් මිදෙන්නත් පුලුවන් - ස්ථිර නැත්නම් නේද අපි දුකෙන් මිදෙන්නේ? එහෙනම් ස්ථිර - **දුක කියන එක ස්ථිර නැති නිසාම නේද අපි දුකෙන් මිදෙන්නේ? ඒක දුක ද? ඒක නේද සැප!** ඉතින්, "යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි" කියන එක මොන ධර්මයට ද ගැලපෙන්නේ? ධර්මයට ගැලපෙනවා ද? ඔන්න ධර්මයට බහා බැලුවා, ගැලපිලා නෑ! ඉතින්, එහෙමනම් තවදුරටත් අපි ඒ වචනය දරාගෙන හිටියොත්, "මේක ඇත්ත!" කියලා, විනයට බහා බැලුවාම දරා හිටින එකක් තියෙනවාද? දරන්න ගැලපෙනවාද? විනයට සැසඳෙන්නේ නෑ නේ! "**ධර්මයට බහා බලන්න, විනයට සසඳ බලන්න, ධර්මයට බහා හිටින්නේ නැත්නම්, විනයට සැසඳෙන්නේ නැත්නම්, බුද්ධ දේශනාවක් නෙමෙයි කියලා අයින් කරන්න**" බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, සතර මහා ප්‍රදේශ වල - සූත්‍ර වල දේශනා කරනවා පැහැදිලිව ම! එහෙනම්, දැන් අපි ධර්මයට බහා බැලුවා, විනයට බහා බැලුවා, "යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි" කියන වචනය. බහා බලපුහාම බහා හිටින්නේ නෑ!

{30:41} **නිවැරදි දෘෂ්ඨියට ආවේ නැත්නම් මුලු නිවන් මඟ ම වැහෙනවා :** එහෙනම් ජේනවා, බහා හිටින්නේ නැත්නම් ඒක දෘෂ්ඨියෙන් බැලුවොත් "**මිත්‍යා දෘෂ්ඨියක්!**" එහෙනම්, මිත්‍යා දෘෂ්ඨිය දරා හිටින්න වටිනවා ද? විනයට හික්මවා ගන්න, ගන්න වටිනවා ද? හික්මෙන මඟක් නෙමෙයි නම්, ගත්තොත් මොකද වෙන්නේ? හික්මෙන්න විදිහක් නෑ! මොකද, මිත්‍යා දෘෂ්ඨියකින් කොහොමද හික්මෙන්නේ? මිත්‍යා සමාධියක් එනවා මිසක්, සම්මා සමාධියක් එනවාද? සම්මා දිට්ඨියකට සම්මා සමාධියක් තියෙනවා. සම්මා සමාධියෙන් සම්මා ඥාණ – සම්මා විමුක්ති ලබලා නිවන් දකිනවා. **සම්මා ඥාණ – සමාධි ලබන්න සම්මා දිට්ඨියෙන් ආරම්භ කරන්න ඕනේ.** සම්මා දිට්ඨියක් ඇති තැනයි සම්මා සංකල්පණාවක් එන්නේ. එතනයි සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, එන්නේ එතනයි. සම්මා ආජීව හැදෙන්නේ එතන, වායාම, සති, සමාධි හැදෙන්නෙත් එතන! **සම්මා දිට්ඨි නැත්නම්, එයින් මෙහා එකම ආර්ය අශ්ඨාංගික මාර්ගයේ එකක් වත් වඩන්න බෑ! වැඩෙන්න විදිහක් නෑ!** එහෙනම්, **මුලදි ම අපි සම්මා දිට්ඨියට පත් කරන තැන කෑවොත්,** ඔහොම ඔය විදිහට වැරදි අදහසක් ගත්තොත්, අපිට පුලුවන් ද එයින්

එහාට නිවනක් ගැන කතා කරන්න? දැන් නිවන ගැන කතා කරන්න, **දෘෂ්ඨිය පිරිසිදු වෙන්න ඕනේ ඉස්සෙල්ලාම!** එහෙනම්, සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගන්න ඕනේ. සම්මා දිට්ඨිය ඇති කරගන්න නම්, "**යදනිච්චං තං දුක්ඛං**" කියන වචනයේ "**නියම අර්ථය**" ගන්න ඕනේ. "යමක් අනිත්‍යය නම් ඒක දුකයි" කියලා අර්ථය සිංහලට තෝරන්න ගියාට පස්සේ, අපිට සිද්ධ වුනේ මොකද්ද? යථාර්තයෙන් පිට පනින්න සිද්ධ වුනා. දැන් අපිට එන්න විදිහක් නෑ සම්මා දිට්ඨියට! "යමක් ස්ථිර නැත්නම් ඒක දුකයි" කියන දෘෂ්ඨියක අපි පිහිටලා ඉන්නවා.

(ශ්‍රාවක පිරිසෙන් කෙනෙක් ප්‍රශ්නයක් අසයි) "... අනිච්චයි, දුක්ඛයි, අනත්ථයි, නැතුව අනිච්ච නිසා දුක්ඛ නෙමෙයි?" (ස්වාමීන් වහන්සේ) "ඔව් දැන් යදනිච්චං තං දුක්ඛං - යමක් අනිත්‍යය ද, ඒක දුකයි" (නැවතත් ශ්‍රාවක මහතා) "දැන් .... එක ලක්ෂණයක් විදිහට දකිනවා නම්, ඉස්සෙල්ලා අනිත්‍යයි, අනිත්‍යය නිසා දුකයි, දුක නිසා අනාත්මයි, එහෙම නම් එක ලක්ෂණයයි නේ තියෙන්නේ? එහෙම නෙමෙයිද? - අනිත්‍යය, දුක්ඛ, අනාත්ම ඔය තුන ම ඕකේ තියෙනවා" (නැවත ස්වාමීන් වහන්සේ) "දැන් ඒක නිසා - යමක් නිසා යමක් වෙනවා කිවුවොත්, දෙකක් නේද?" (නැවතත් වෙනත් ශ්‍රාවක මහත්මයෙක්) "යමක් නිසා නෙමෙයි, එක දෙයක් තුළ ඒකේම ලක්ෂණයක් පමණයි තියෙන්නේ, ... අනිත්‍යය ලක්ෂණය අනිත්‍යය ස්වරූපයෙන් තියෙනවා, දුක්ඛ ලක්ෂණය දුක්ඛ ස්වරූපයෙන් තියෙනවා, අනාත්ම ලක්ෂණය අනාත්ම ස්වරූපයෙන් තියෙනවා, අනිත්‍යය ලක්ෂණය තුළ තියෙන්නේ ස්ථිර නොවන ස්වභාවය, දුක්ඛ ලක්ෂණය තුළ තියෙන්නේ වෙනස් වෙන ස්වභාවය..."

(නැවත ස්වාමීන් වහන්සේ) - නෑ මෙහෙමයි, දැන් හිතන්න මෙහෙම, **දුක්ඛ ලක්ෂණය වැටහෙන්නේ හිතට. අනිත්‍යය ලක්ෂණය තියෙන්නේ මොකේද? ද්‍රව්‍යය වල නේද?** යම් ද්‍රව්‍යය-වස්තුවක් හෝ බාහිර දෙයක් තියෙනවා නම්, ඒ "යමක්" කිවුව යමක නේද අනිත්‍යය ලක්ෂණය? දැන් "හිත" කියන්නේත් යමක් කියන්නකෝ, "**යමක්**" **කියන එකට හිතත් අයිතියි නේ**, නාම ධර්මත් අයිතියි නේ! නාම ධර්ම හෝ රූප ධර්ම යන යමක් වේ නම්, ඒවායේ අනිත්‍යය ස්වභාවය – එතකොට, ඒ යමක් අනිත්‍යය නම්, ඒක අල්ලන්න ගිහාම නේද දුක වෙන්නේ? තේරුණා නේද? එහෙනම්, ඒ **දුක්ඛ ස්වභාවය තියෙන්නේ අල්ලන්න යන ඒ මානසිකත්වය තුළ නේ, එහෙනම් ඒක දුරු කරගන්න පුළුවන්!**

(ශ්‍රාවක මහතෙක්) "...අනිත්‍යය දෙයක් නිත්‍යයි කියන සංඥවෙන් අපි ගන්නවා"

(ස්වාමීන් වහන්සේ) අන්න, ගන්නවා! ඔව්, අනිත්‍යය දෙයක් නිත්‍යයි කියලා ගත්තහාම, අපි ඒකේදී දුක්ඛ සංඥවක් අපිට ඇති වෙන්නේ ඒ මානසිකත්වය තුළ - ගොඩනැඟෙන එකක්. එහෙනම්, **දුක්ඛය කියන්නේ අපි ගොඩනඟාගන්න එකක්, ද්‍රව්‍යය – වස්තුවේ තියෙන එකක් නෙමෙයි!** ද්‍රව්‍යය - වස්තුව වටිනවා කියලා අල්ලා ගත්ත දෘෂ්ඨිය නිසයි අපිට ඒ දුක්ඛයට භාජනය වෙන්න වෙන්නේ. වැටහෙනවාද මහත්මයා? එහෙනම්, අනිත්‍යය ලක්ෂණය තියෙන්නේ ද්‍රව්‍යය - වස්තු හෝ මොනවා හරි, සත්ත්ව-පුද්ගල, ද්‍රව්‍යය-වස්තු වලට අයිති නාම ධර්ම, රූප ධර්ම යැයි යමක් ඇත්නම්, ඒවා තුළ නේ තියෙන්නේ!

(ශ්‍රාවක මහතෙක්) "එහෙනම්, ලෝකයේ පළමුවැනි වශයෙන් ම තියෙන්නේ අනිච්ඡ ස්වභාවය, අනිච්ච ස්වභාවය නිසා පස්සේ ගොඩනඟා ගත්ත දෙයක් තමයි දුක්ඛ ස්වභාවය.

(ස්වාමීන් වහන්සේ) ඒක හරි! එතකොට, අනිත්‍යය ස්වභාවය කියලා අපි ගන්නකොට, ස්ථිර නැති ස්වභාවය කියලා ගත්තොත්, තේරුණාද? අනිත්‍යයි කියන්නේ ස්ථිර නෑ කියන ස්වභාවය ගත්තොත්, ස්ථිර නැති නිසා ම දුක්ඛ ස්වභාවයක් ගොඩනැඟෙනවාද කියන එකයි මේ අහන්නේ.

{34:50} ප්‍රිය දේ වෙනස් වුනොත් දුකයි, අප්‍රිය දේ වෙනස් වුනොත් දුකද? : දැන් දුකට හේතු වෙන දේවල් ස්ථිර නැති නිසා ඒක අපි දන්නවා. ඒකත් ස්ථිර නෑ! ඒ **දුකට හේතු වෙන දේවල් ස්ථිර නැත්නම්, ඒ නිසත් අපිට දුකක් ගොඩනැඟෙනවා ද?** අන්න ඒකයි ප්‍රශ්නේ! එතකොට අපි එතන එකක් වෙනවා, කොටසක් තියෙනවා - කොටසක් ගත්තහාම, **ප්‍රිය-මනාප, ප්‍රිය-මධුර යමක් ඇත්නම් ඒක වෙනස් වුනොත් අපිට දුක එනවා. අප්‍රිය-අමධුර යමක් ඇත්නම්, ඒක වෙනස් වුනොත් දුක එන්නේ නෑ නේ!** තේරුණා නේද? එහෙනම්, මෙතන තියෙන්නේ - එක කොටසයි තියෙන්නේ "අනිත්‍යය නිසා දුකයි" කියලා ගත්තොත්. ප්‍රිය ස්වභාවය, මධුර ස්වභාවය තියෙන යමක් ස්ථිර නැති

නිසා ගෙව්ලා යනවා නම්, අපිට ඒක සැප වෙන්නේ නෑ! අප්‍රිය - අමධුර දෙයක් ගෙව්ලා යනවා නම්, අපිට සැපක් දැනෙනවා. තේරුණා නේද?

{35:49} **සියල්ල දුකක් ලෙස ගත්තොත් වැරදියි! දුකට හේතුව මේ ප්‍රිය බවයි** : එහෙනම්, මේකේදී මේ ලෝකේ - "**යං ලෝකේ පිය රූපං සාත රූපං**" - බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරනවා, **මේ සියල්ල දුකයි කියලා ගන්න එපා!** ප්‍රිය ස්වභාවයක් තියෙනවා නම්, මධුර ස්වභාවයක් තියෙනවා නම්, "**එත්තේසා තණ්හා උපප්ජමානා උප්පජ්ජති - එත්ත නිවිස්සමානා නිවිස්සති**" - **මේ තෘෂ්ණාව එතනයි උපදින්නේ, එතනයි පවතින්නේ. ඒ ප්‍රිය ස්වභාවය, මධුර ස්වභාවය දුක්ඛ සමුදය - දුකට හේතුව! සියල්ල දුකෙන් පිරිලා නෙමෙයි!** ලෝකයේ යම් දුක්ඛයක් ඇත්ද, මේ දුකට හේතුවක් තියෙනවා. දුකට හේතුව දුක නෙමෙයි! දුකට හේතුව ප්‍රිය ස්වභාවය - මධුර ස්වභාවය. ඒ නිසා බුදුරජාණන් වහන්සේ අහනවා, යමක් **මේ ලෝකේ ප්‍රිය ස්වභාවයක්, මධුර ස්වභාවයක් නැත්නම් ලෝක සත්ත්වයා ඇලෙනවාද? මේකේ ආදීනවයක් නැත්නම් ලෝක සත්ත්වයා මිදෙනවාද?** ප්‍රිය ස්වභාවයක් - මධුර ස්වභාවයක් ඇති නිසාමයි මේ ලෝක සත්ත්වයා මේ ලෝකෙට ඇලෙන්නේ. එහෙනම්, ඒක දුක නෙමෙයි! ඒක ඒ ඇලෙන්න ගියාට පස්සේ, ඇලුනේ මොකේද? අන්න ඒ ස්වභාවයේ යමක් ඇත්නම් - අනිච්ච ස්වභාවය අන්න ඒකේ තියෙනවා. අනිච්ච ස්වභාවය හරියට තේරුම් ගත්තා නම්, එතෙනදී දැකගන්නවා ඒකයි ඒ දුකට හේතුව කියලා.

{36:53} **යමක් කැමති සේ නැත්නම්, ඒක දුකයි** : එහෙනම්, ඔතන "**අනියතං**" **කියන වචනයේ අර්ථය "අනිච්ච" කියන වචනෙට දීලා** තියෙන්නේ. "ජීවිතං අනියතං - මරණං නියතං" - ජීවිතය ස්ථිර නෑ, මරණය ස්ථිරයි! මෙන්න පාලි වචනයක් තියෙනවා, ඔය අපි අද ස්ථිර නෑ කියලා දෙන, අපි අනිච්ච කියන වචනයට මේ "ස්ථිර නැත්නම්" කියලා දෙන වචනය, තේරුණානේ - **ඒකට වචනය "අනියත!"** ඔතන තියෙන්නේ "**අනිච්ච**" - **අනිච්ච කියන්නේ, "ඉච්ඡ" කියන්නේ කැමැත්ත. "අනිච්ච" කියන්නේ කැමැත්තට නෑ! මෙන්න හේතුව. යමක් කැමති සේ නැද්ද, ඒක දුකයි!** දැන් කල්පණා කරමුකෝ. අපිට දුකක් එනවා, කැමතිද? නෑ! එන්නේ නැද්ද? එනවා නේ, දුකට කැමති නෑ - නමුත් දුක එනවා නේ. යමක් වැනසෙනවා ට කැමති නෑ, අපිට කැමති දෙයක්. නමුත් වැනසෙන්නේ නැද්ද? වැනසෙනවා. ආං එතකොට අපි කැමති - ඉච්ඡ සේ තියෙනවාද? අන්න, අනිච්චයි

කියන්නේ ඉච්ඡ සේ නෑ - කැමති සේ නෑ! අපිට සැපක් එනවා, පවතිනවා ද? ගෙවිලා යනවා. කැමතිද ඒකට? කැමති නෑ! නමුත් වෙන්නේ නැද්ද? වෙනවා! එහෙනම්, **දුක යන යමක් ඇද්ද, සැප යන යමක් ඇද්ද, කැමති සේ නෑ! මෙන්න අනිච්ච - ඉච්ඡ සේ නෑ.** එහෙනම්, මේ ලෝකේ ප්‍රිය රූපයක් - මධුර රූපයක් ආවොත්, දුකට හේතුවක් තියෙනවා නම්, හේතු වෙන දේ ප්‍රියයි - මනාපයි, ඒක කැමති සේ නෑ! ඉච්ඡ කියන්නේ කැමැත්ත. එතකොට, අනිච්ඡ කියන්නේ කැමැත්තට නෑ! එහෙනම්, දුක එනවා - කැමති නෑ, නමුත් එනවා. පැවැත්මක් හැබෑ නම් කැමති නැති දුක එනවා, කැමති සැප යනවා. ඕක නේද වෙන්නේ? මෙන්න ධර්මතාවය! **කැමති නැති දුක අපි කරා එනවා, කැමති සැප අපෙන් යනවා. මෙන්න මේ නිසා කියනවා, හැම දෙයක් ම ඉච්ඡ සේ නෑ!** යමක් අනිච්චයි කිවුවේ ඔන්න ඕකයි. යමක් කැමති සේ නැද්ද, ඒකයි දුක. "**යම්පි ඉච්ඡං න ලභති තම්පි දුක්ඛං**" කිවුවෙත්, ඔන්න ඔය අනිච්ච කිවුවේ ඔතනයි තියෙන්නේ. ඒක තමයි විග්‍රහ කරලා තියෙන්නේ, "යම්පි ඉච්චං නලභති තම්පි දුක්ඛං" කියලා. දැන් ඒ වෙනුවට අද මොකද්ද ගන්නේ? අන්න වරද්ද ගත්ත තැන! අපි දැනගන්න ඕනේ, යමක් ඉච්ඡ සේ ලබන්න බැරි නම්, අන්න ඒකයි දුක! ඒක තමයි අනිච්ච කිවුවේ, අනිච්ච නම් දුකයි කිවුවේ ඔන්න ඕකටයි.

{39:37} **කැමැත්ත එන්නේ මුලාව නිසයි, මුලු දහම ම ඔතනයි!** : එහෙනම්, අපි යමක් කැමති වෙනවා නම්, ඇයි කැමති වෙන්නේ? "**මේ ලෝකේ හරයක් තියෙනවා**" කියලා අපේ "**මුලාවක්**" තියෙනවා. "වැදගැම්මක් තියෙන ලෝකයක්" කියලා අපේ හිතීමක් තියෙනවා. **මෙන්න අවිද්‍යාව!** ඔය අවිද්‍යාව නිසා ම අපිට මේ ලෝකේ **කැමැත්තෙන් පවත්වන බලාපොරොත්තුවක්** එනවා. ඒ **අවිද්‍යාව තියෙන තාක් කල් අපිට කැමැත්ත අයින් කරගන්න බෑ!** කැමැත්ත තියෙන්නේ මොකද්ද? හොඳින් ඉන්න, මට ඕනෑ හැටියට පවත්වා ගන්න. කැමැත්තෙන් පවත්වා ගන්න දෙයක් එතන නැත්නම්, විදිහක් තියෙනවා ද? ලෝක ධර්මතාවයක් තියෙනවා, කොච්චර අකමැති දුක, කොච්චර කරදර, අනිෂ්ඨ අරමුණු, අපි කැමති නැති ඒවා අපිට එනවා. ඒක වළක්වන්න බෑ! අපි කොච්චර කැමති වුනත්, අපි බලාපොරොත්තු වෙන සැප යනවා. ඒක වළක්වන්න බෑ! මෙන්න ධර්මය. ඔය ධර්මය තෝරලා දෙන එකට තමයි කිවුවේ ධර්මාවබෝධයක් ලබනවා කියලා. ඔන්න, **ධර්මාවබෝධය තියෙන්නේ ඔය පොඩ්ඩේ. ඕකෙන් අහක් වෙච්ච ලෝකයක් නෑ, මුලු ලෝකෙම දැනගත්තා!** මේ ලෝකේ කොතන, මොනවා හොයලා බැලුවත්, අන්තිමට බලපුහාම තියෙන්නේ මොකද්ද? අකැමැති වන්නා වූ දුක එනවා, කැමති සැප යනවා.

එහෙම එකක් ම මේ ලෝකේ අපි අල්ලනවා මිසක් "මම - මගේ" කියලා, ඕකෙන් තොර එකක් ලෝකේ අල්ලන්න නෑ! ඔන්න ඕක ඇත්තද බොරුද කියලා පොඩ්ඩක් හිතලා බලන්න යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන්. හිතලා බලනකොට අපිට තේරෙන එකක් එනවා, "සර්ව සම්පූර්ණ මේ කතාව ඇත්ත!" එහෙනම්, **බුද්ධ දේශනාව ඔන්න ඕකයි, ඕක අයින් කරන්න ක්‍රමයක් නෑ!** වෙනස් කරන්න බෑ කාටවත්!

{41:03} **අපි කැමති සේ පවත්වන්න හදන්නේම ආත්ම දෘෂ්ඨිය නිසයි :** අපි අකැමැති දේවල් එනවා, කැමති දේවල් යනවා, නවත්වන්න බෑ! එහෙනම්, කැමති සේ නෑ. (ශ්‍රාවක මහතෙක්) : "**සිතු දේ නොසිදුවේ, නොසිතු දේ සිදුවේ**" (ස්වාමීන් වහන්සේ): අන්න සිද්ද වෙන තැන! ඉතින් ඔය ටික සිද්ද වෙන්න හේතුව මොකද? අපි කැමති වෙන්නේ, ඕක දන්නවා නම් - ධර්මතාවය ඕක බව, ඔහොම ධර්මතාවයක් ඇති දෙයක් අපි කැමති සේ පවත්වන්න අපි කැමති වෙනවාද, ඇත්ත දැක්කාට පස්සේ? ඉවරයි නේද එතනම! **ආත්ම දෘෂ්ඨිය නිසා තමයි අපි කැමති සේ පවත්වන්න හදන්නේ. ආත්ම දෘෂ්ඨියක් අපිට තියෙන නිසා තමයි බැරි එකක් කොරන්න හදන්නේ!** අපි හිතා ඉන්නවා කැමති සේ පවත්වන්න බැරි දේ කැමති සේ පවත්වන්න. "මම" පවතින්න, "මගේ ඒවා" පවතින්න කැමතියි. නමුත්, කැමති සේ පවත්වන්න හදන්නේ. ඉතින් මේ ධර්මතාවය තේරුම් ගත්තාට පස්සේ, අපි ආයි සැරයක් දඟලනවාද "මම කැමති සේ පවත්වන්න කොහොම හරි හදන්න ඕනේ" කියලා දෘෂ්ඨියක් එහෙම තියෙයිද? "මගේ කියලා ගන්න දෙයක් - කැමති සේ පවත්වන්න පුලුවන්" කියන දෘෂ්ඨියක් තියෙනවා නම්, දැන් ඉතුරු වෙනවාද? ඔන්න **ධර්මය දැක්ක දට යථාර්තය දැක්කා, බුද්ධ දැක්කා. අන්න අවබෝධය! සත්‍යාවබෝධය තියෙන්නේ ඔතෙනයි, ලොකු දේක නෙමෙයි!**

{42:24} **අනන්ත සසරේ කැමති සේ පවත්වන්න පුලුවන් එකක් හම්බ වුනාද? :** එහෙනම් අපි දකින්න ඕනේ, "**කැමැති සේ පවත්වන්න බෑ!**" ඔය පොඩ්ඩ තෝරා ගන්න ඕනේ. ඇයි බෑ කියන්නේ? මෙච්චර – අපි දැන් අප්‍රමාණ සංසාරය දැක්කේ නෑ නේ තාම, අපිට දිව්‍යැසක් තිබුණේ නෑ නේ දකින්න. පෙර විසූ කඳ පිළිබඳව අපි දැක්කේ නෑ නේ! මොනවා හරි තිබුණා නම්, අපි හිතමුකෝ - තිබුණා නම්, **ඔය අතරතුර කැමති සේ පවත්වාගන්න පුලුවන් තැනක් අපිට කවදා හරි හම්බවෙලා තියෙනවා නම්, අපි එතන නේද? ඒක පවත්ව – පවත්වා ඉන්නවා නේද?** එහෙනම්, එහෙම එකක් මේ අනන්ත

සංසාරයක් තිබුණා නම්, දෙවියෙක් වෙලා, මනුස්සයෙක් වෙලා, බ්‍රහ්මයෙක් වෙලා, කොහේ හරි උපන්නා නම්, හිටියා නම් අත් බැවක් ලබාගෙන හිටියා නම්, අපිට කැමති සේ පවත්වන්න පුලුවන් "මමෙක්" හම්බවෙලා තිබුණා නම් ඔය කොතනක හරි, අපි ඒක කඩාගෙන එනවාද? **එහෙනම්, මෙච්චර කාලෙකට මේ සංසාර ගමනේ කැමති සේ පවත්වන්නට කොහෙවත් "ඉච්ඡ" වස්තුවක් හම්බ වෙලා නෑ!** එහෙනම්, ඒ කාලේ "මගේ" කියලා යමක් හදුගත්තා නම්, එල්ලිලා ඉන්නවා නේද? ඒත් නෑ නේද ඒක? කෝ ඒ වස්තුව අද? (ශ්‍රාවක මහතෙක්) : "හම්බ වුනේ නෑ නෙමෙයි, හම්බ වුනා, හම්බු වෙච්චි එක වෙනස් වුනා" (ස්වාමීන් වහන්සේ) : ඔව්! අන්න ඒක නේ ධර්මතාවය, ඒකනේ! ධර්මතාවය ඒක. අපි බලාපොරොත්තු වුනේ ධර්මතාවයට පහර ගහලා, ධර්මතාවයට වෙනස් දෙයක් ගොඩනගා ගන්න. නමුත්, ධර්මතාවය ජය ගත්තා ද අපි? **මෙච්චර කාලයක් අනන්ත සංසාරයේ කිසිම සත්ත්වයෙකුට ජය ගන්න හම්බ වුනේ නැති එකක්!** මොකද හේතුව? ඒක තමයි ධර්මතාවයක් තියෙනවා - නියමයක්, ඒ නියාම ධර්මතාවය ජය ගන්න බෑ! අන්න, නියාම ධර්මතාවය මොකද්ද? අනිච්ච ධර්මතාවය, "**අනිත්‍යය**" **එක නෙමෙයි,** "**අනිච්ච**" **ධර්මතාවය!** අන්න අනිච්ච කියන වචනයට අනිත්‍යයි කියලා - **අනිච්ච කියන එකයි අනිත්‍යය කියන එකයි දෙකක්!** ඔන්න තෝරා ගන්න ඕනේ එක.

{44:00} **අනිච්ච දැක්කා නම් ධර්මය දැක්කා : අනිච්ච තෝරා ගත්ත දට ධර්මය තෝරා ගත්තා - ධර්මය දැක්කා**, ඉච්ච සේ නෑ! ඔය ටික පොඩ්ඩක් අපි හිතන්න පටන් ගත්තා නම්, ඉතින් මට මං අකමැති දෙයක් සිද්ද වෙනකොට, "ඉතින් ඒක නේන්නම් ධර්මතාවය. මම කැමති වුනාට හරියනවැයි, මේක මෙසේ තිබිය යුතුයි කිවුවාට හරියායෑ, එහෙම එකක් තියෙනවා යෑ?" ඒ වාගේ දෙයක් අපි දකිනවා. ඒ දැක්කාට පස්සේ දැන් අපිට ආයි සැරයක් අපි දන්නවා නම්, **මොනම හේතුවකින් වත්, කවර ආකාරයකින්වත්, කුමන පුද්ගලයෙකුට වත්, මේ කැමති සේ නොපවතින ධර්ම ස්වභාවය වෙනස් කරන්න බෑ** කියලා අපි තේරුම් ගත්තා නම්, ධර්මානුකූලව යථාර්තයෙන්, එහෙනම් අපි කාටවත් නැමෙනවා ද, කාටවත් කියනවාද, "අනේ මේක මෙසේ හදලා දෙන්න" කියලා? ඒ කියන පුද්ගලයාගේ තියෙන එකත් කැමති සේ නෑ නේ! කාට කියන්නද? අන්න එදට අපි නිගමනයක් කරනවා. **මේ ලෝකේ තුළ දෙවියෝ හිටියත්, බ්‍රහ්මයෝ හිටියත්, මනුස්සයෝ හිටියත්, සක්විති රජවරු වෙලා හිටියත්, මොන ජාතියේ විද්‍යාඥයෝ හිටියත්, මොන පණ්ඩිතයෝ හිටියත්, කවුරු හිටියත්, කාටවත් කැමති සේ**

පවත්වන්න කිසිම තැනක කිසි දෙයක් නෑ පැවැත්ම තුළ! එහෙනම්, පැවැත්ම තුළ බලපුහාම අනාථයි! පැවැත්මේ අල්ලන්න දෙයක් නෑ. නාථත්වයක් හොයාගෙන දඟලන්නේ මේ අනාථ එකක නේ! ඔන්න මූලධර්මය. දැන් ඕක බොරු කරන්න කිසිම සමතෙක් ලෝකේ නෑ! "සබ්බේ සංඛාරා අනිච්චා" - එතකොට, සංඛාර ත් අනිච්චයි, කැමති සේ නෑ! අපි කැමතියි යම් තත්ත්වයකට. ප්‍රිය ස්වභාවයක් - මධුර ස්වභාවයක් නොකැඩී, නොබිඳී, විනාස නොවී අපි කැමති සේ පවතිනවා නම් කැමතියි. නමුත්, එහෙම කැමති සේ පවතින ලෝකයක් නෑ. ඒ ලෝකේ හැටි. ඔන්න ලෝක ධර්මතාවය. ඔන්න ඕක ඉස්සෙල්ලා දකින්න ඕනේ. ඔන්න "**ධර්මය දැක්කා" කියන්නේ ඕක දැක්කහාම.** (ශ්‍රාවක මහතෙක්): "**අනිච්ච වූ දේ කෙරෙහි ලෝභ ඇති වීම තමයි - ඇලීම තමයි දුකට හේතුව**" (ස්වාමීන් වහන්සේ): අන්න! දුකට හේතුව වෙන්නේ ඒකයි, වෙන්නේ.

{46:04} **කැමති සේ නැති දේට කැමැත්ත ඇති වෙන්නේ අවිද්‍යාව නිසා :** ඇලීම් වෙන්නේ මොකද? අපි ඇලුම් කරන්න හේතුවක් තියෙනවා, මේ විද්‍යාව දැක්කේ නැති නිසා. මේක වැහිලා තියෙන්නේ, මේ විද්‍යාව, මේකයි විද්‍යාව. කැමති සේ නෑ! නමුත්, කැමති සේ නෑ කියන එක පිළිගන්නේ නෑ අපි, අපි කැමති සේ හදන්න කොහොම හරි බලනවා - උත්සාහා කරනවා. කැමති සේ ගොඩනඟාගන්න හදනවා. **කැමති සේ ගොඩනඟන්න හදන්නේ - අන්න ඒකට කියනවා, අවිද්‍යාව.** ඔන්න ඔය **අවිද්‍යාව නිසා තමයි "තං දුක්ඛං" - ඔන්න ඔය දුකට හේතු වෙන්නේ.** ඔය දුක එන්නේ අන්න ඒකෙන්. (ශ්‍රාවක මහතෙක්): "අපි කැමති වෙච්ච එකම දේ තමයි චතුරාර්යය සත්‍යය අවබෝධය" (ස්වාමීන් වහන්සේ): ඔව් ඉතින්, එතකොට අපි චතුරාර්යය සත්‍යය දකින්නේ ඔතනින් නේ! දකින මඟ ඕක නේ! චතුරාර්යය සත්‍යය අවබෝධ කරන්නේ මේ ධර්මය තුළින්. (ශ්‍රාවක මහතෙක්): "ලෝකය තුළ පවතින්නාවූ දේවල් වලට කැමැත්ත ඇතිවෙන තාක්කල් දුක!" (ස්වාමීන් වහන්සේ): ඔවු! එතකොට **කැමැත්ත ඇති වෙන්නේ අවිද්‍යාව - මේක තේරෙන්නේ නැති නිසා.** ඕක තේරුම් ගන්න නම්, මේකේ යථාර්තය තෝරා ගන්න ඕනේ. එහෙනම්, අනිච්චතාවය තෝරා ගන්න ඕනේ. **අකමැති ඒවා එනවා, කැමති නෑ, නමුත් එනවා. කැමති ඒවා යනවා, කැමති නෑ, නමුත් යනවා. ඕක ධර්මතාවය!** ඔය ධර්මතාවයෙන් පිට පැනිච්ච ලෝකයක් කිසි තැනක නෑ! ඕක ජය ගත්ත පුද්ගලයෙක් ලෝකය තුළ නෑ! ඉන්න විදිහකුත් නෑ! මෙච්චර කල් හැදිලා ත් නෑ!

{47:24} **අවිද්‍යාව නිසා තුන් ආකාර දුක් ඇති වෙනවා :** දැන් මෙන්න මේ ධර්මතාවය දැනගත්තහාම අපිට එකක් වෙනවා, ඕක දකින්නේ නැති තාක් කල් **කැමති සේ පවත්වන්න පුලුවන් යමක් ගැන අපි දෘෂ්ඨියක් ආවේනම්, මිත්‍යා දෘෂ්ඨියක්!** ඔන්න ඔය

මිත්‍යා දෘෂ්ඨිය අපිට වද දෙන්න පටන් ගන්නවා, "කොහොම හරි මේක කැමති සේ පවත්වන්න උත්සාහා කරපන්!" අන්න ඒ වෙලාවේදී අපි දඟලනවා කැමති සේ පවත්වන්න. ඒ කැමති සේ පැවැත්වීමට කරන උත්සාහය නිසා අපි වෙහෙස විඳිනවා මිසක්, අපිට පුලුවන් කමක් නෑ ඒකෙන් ගොඩ එන්න. අපි "**සං**" කියන මේ ගොඩවල් - "**සං**" **කියන්නේ එකතු. එකතුව හදා ගන්න, හෙවත් "සංඛාර" කරන්න අපි දුක් විඳිනවා.** ඉතින් මේ බැරි එකක් කරන්න දුක් විඳලා - දුක් විඳලා හදපුහාම, හදන - හදන එක කැමති සේ නැති එකක්, කැමති සේ පවත්වන්න හදනවා නම්, අපි දුකක් - "**සංඛාර දුක්ඛය**" අන්න එතන එනවා. හදන හදන එක කැඩෙනවා, එතකොට මොකද වෙන්නේ? හදන්නේ මොකද කරන්නේ? දුක් විඳිනවා - වෙහෙසෙනවා නොකැඩෙන එකක් හදා ගන්න. නමුත් නොකැඩෙන එකක් නෑ! නමුත් අපේ මානසිකත්වයක් ගොඩනඟා ගන්නවා අවිද්‍යාවෙන්, අපි කැමති එකක් හදාගෙන ඉන්න. කැමති එකක් හදාගෙන, පෝෂණය කරගෙන ඉන්න. (ශ්‍රාවක මහතෙක්): "අපිට වර්තමානයේ බැරි නම්, මතු - මතු හරි පුලුවන් කියනා දෘෂ්ඨියක් ගන්නවා" (ස්වාමීන් වහන්සේ) : අන්න! අන්න ඒ දෘෂ්ඨියේ නිගමනය තමයි, "මතු බලාපොරොත්තුව" අන්න මතු බලාපොරොත්තුව නිසා මතු ගමනක් හැදෙනවා. අන්න මතු ගමනට හේතුව. ඔතන තමයි "මතු ගමන" හදන එක. අන්න - **අවිද්‍යාවෙන් මතු ගමන හදන්නේ ඔය විදිහට. මතු බලාපොරොත්තුවක් ඇති කරලා,** (ශ්‍රාවක මහතෙක්): "සංඛාර රැස් කරන්නේත් ඕකටයි" (ස්වාමීන් වහන්සේ) : අන්න ඒකයි, සංඛාර කරන්නේත් ඕකට නේ! එතකොට, විපරිණාම දුක්ඛයත් ඒකට එනවා, දුක්ඛ දුක්ඛයත් ඕකට තියෙනවා. දුක්ඛ තුනකින් සම්පූර්ණ වෙනවා. මොකද, වෙහෙස - ස්වභාවික වෙහෙස, අපි අකැමැති වෙහෙස එනවා. සංඛාර කරන්නත් දුක් විඳිනවා, වෙහෙසෙනවා ගොඩනඟන්න. විපරිණාමික දුක්ඛයත් එනවා. එතකොට ඔතනින් වෙන්නේ මොකද, **දුක්ඛ දුඛය, සංඛාර දුක්ඛය, විපරිණාම දුක්ඛය කියන දුක් තුනකින් යුක්ත වෙනවා.**

{49:17} විපරිණාමය ගැන : "විපරිණාමය" කියන එකත් අද සම්පූර්ණ අරගෙන නෑ! මොකද, යමක් විවිධාකාරයෙන් පරිණාමය වීමේදී අපිට දුකක් ඇති වෙනවා. මේ පරිණාම කරන්නේ අපි නෙමෙයි, ඒක ධර්මතාවය. ඒ ධර්මතාවයෙන් කරන්නා වූ පරිණාමයේ දී යම් ධර්මතාවයක පරිණාම අවස්ථාවට අපි කැමති නෑ! අපි "ආනේ! මේක මෙහෙම නොවුනා නම්!" එහෙම බලාපොරොත්තු වෙනවා.

~ අතිපූජ්‍ය වහරක අභයරතනාලංකාර හිමිපාණන් වහන්සේ ~

දේශනාව ශ්‍රවණය කිරීම සඳහා :

මීලඟට : ගිහි වතක සිට නිවන් දකින හැටි - 2 කොටස

#ටැග් : සෝතාපන්න වීම, සෝතාපත්ති අංග, ඒකායන මාර්ගය, බලාපොරොත්තු, අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ථ, දස්සනේන පහාතබ්බ, භාවනාය පහාතබ්බ, පංච නීවරණ, තදංග ප්‍රහාණය, සමථය, විදර්ශනාව, චතුරාර්යය සත්‍යය, සංස්කෘත දහම් විකෘතිය, ආත්ම දෘෂ්ඨිය / මම-මගේ