

පාලි - සිංහල
**මහා ඝනිපට්ඨාන
සූත්‍ර දේශනාව**

සංස්කාරක
සුජ්‍ය උඩුවේ ධම්මාලෝක හිමි

පාලි - සිංහල
මහා කතිපට්ඨාන
සූත්‍ර දේශනාව

සංස්කාරක
පූජ්‍ය උඩුවේ ධම්මාලෝක හිමි

ප්‍රකාශනය
සිරි ඇලන් මැතිනියාරාම පුරාණ විහාරස්ථානය
පොල්හේන්ගොඩ පාර,
කිරුළුපන, කොළඹ 05.

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව

පූජ්‍ය උඩුවේ ධම්මාලෝක හිමි

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2013 සැප්තැම්බර්

**පිටකවරය
ප්‍රේම දීසානායක**

**පිටු සැලැසුම
ආස්ථ ඇඩ්ස් (ප්‍රයිවට්) ලිමිටඩ්**

**මුද්‍රණය
ආස්ථ ප්‍රින්ටර් (ප්‍රයිවට්) ලිමිටඩ්
165, දේවානම්පියතිස්ස මාවත, කොළඹ 10.**

හැඳින්වීම

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළ ධර්මය අතර ඉතා සුවිශේෂ වූ සූත්‍රයකි 'සතිපට්ඨාන සූත්‍රය'. මෙම සූත්‍රය අනුසාරයෙන් ධර්ම දේශනා කිරීමට මම අතිශය ප්‍රිය කරමි. කාංචනා පෙරේරා මැතිනියගේ මවුකුමිය වෙනුවෙන් පැවැත් වූ ධර්ම දේශනාව, මෙම 'සතිපට්ඨාන සූත්‍රය' ඇතුළත් පොත ධර්ම දානය පිණිස මුද්‍රණය කිරීමේ හේතුව විය. සරෝජී පෙරේරා මැතිතුමන් සහ කාංචනා පෙරේරා මැතිනිය ඉතා ගුණ යහපත් ශ්‍රද්ධාවන්ත දායක යුවලකි. දෙදෙනාගේ ම මවුපියන්ට පුණ්‍යානුමෝදනා කිරීම පිණිස මෙම ධර්ම දානමය පින්කම සිදු කෙරේ. එපරිද්දෙන් ම බී.ටී. ඩග්ලස් පෙරේරා මැතිතුමා, හේමා පෙරේරා මැතිනිය, කේ.ඒ. සිරිල් රංජන් පෙරේරා මැතිතුමා සහ එච්. ඔෆිලියා ප්‍රිමරෝස් පෙරේරා මැතිනිය ආදී ඥාතීන්ට මෙම පින් ලැබේවා! ඒ ඇත්තෝ සුවපත් වෙත්වා!

ඩග්ලස් ඇන්ඩ් සන්ස් ව්‍යාපාරයට ද මෙම ආශීර්වාදය සැලසේවා! එහි අධිපතිතුමන් වන සරෝජී පෙරේරා මැතිතුමන්, කාංචනා පෙරේරා මැතිනිය සහ ජයාන් පෙරේරා, ගයාරා පෙරේරා

දරුවන් දෙපළ ඇතුළු සැමට නිදුක් නිරෝගී භාවය, විපස්සනා නුවණ උදාවේවා!

දීඝ නිකාය මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ දී දෙතිස් කුණපයන් පිළිබඳව ප්‍රථමයෙන් තොරතුරු දක්වා ඇත. මෙම දේශනාව හික්ෂුන් වහන්සේලා අරඹයා දේශනා කරන ලද බව එම සූත්‍රයේ සඳහන් වේ. (දීඝ නිකාය 1976 : 444-445)

මෙම සූත්‍රයෙහි වැඩිදුරටත් විස්තර කරන පරිදි පුද්ගලයා මෙම කයෙහි පතුලෙන් උඩ, කෙස් වැටියෙන් යට සම කෙළවර කොට නන් අයුරින් අසුවියෙන් පිරි සිටි මෙම සිරුර නුවණින් සලකා බලයි. මෙම කුණප කොටස් පිළිබඳ ව සිහි කිරීමෙන් සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් නොමැත්තේ යැයි භාවනානුයෝගියාට සිහි වෙයි. එසේ ම නුවණ වර්ධනය වීම ද, සිහිය වැඩීම ද වෙයි. ඔහු තෘෂ්ණා දෘෂ්ටි නිශ්‍රයට හසු නොවෙයි. මෙසේ නුවණින් කල්පනා කිරීම කායානුපස්සනාව වශයෙන් හැඳින් වේ.

කායගතාසති භාවනාව සතර සතිපට්ඨානයේ පළමු වන කොටසට අයත් වේ. මෙම භාවනාව වැඩීම තුළින් ප්‍රථම ධ්‍යානය ලබා පහසුවෙන් විදර්ශනාවට පිවිසිය හැකි වේ. සතිපට්ඨාන සූත්‍රය

ලාංකික සමාජය තුළ අතීතයේ සිට ප්‍රසිද්ධ ව තිබූ බවට විවිධ සාහිත්‍යගත තොරතුරු හමු වේ.

සද්ධර්මාලංකාරයට අනුව අතීතයේ එක් ලෙනක සිටි කිරි වවුලන් 500 දෙනෙකු එහි විසූ එක් හික්ෂුන් වහන්සේ නමක විසින් දෙසන ලද සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව අසා ඉන් මැරී ගොස් අසල ගමක මිනිසුන් වී ඉපිද පසු ව එම විහාරයෙහි ම පැවිදි ව ‘සතිපට්ඨාන සූත්‍රය’ අසා සෝවාන් වූ බව කියැවේ.

(සද්ධර්මාලංකාරය 2000: 693-695)

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර සන්නයෙහි උපුටා දක්වා ඇති දුටුගැමුණු රාජ්‍ය සමයට අයත් කථා වස්තුවක අන්ධ ගැරඬියෙකු මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව අසමින් සිටිය දී ම තලගොයකු විසින් ගොදුරු කර ගැනීමෙන් අනතුරු ව ගැරඬියා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ශ්‍රවණය කිරීමේ පිනෙන් මිනිස් ආත්ම භාවයක් ලබා දුටුගැමුණු රජුගේ අමාත්‍යවරයෙකුගේ පුත්‍රයකු වී ඉපි ද, පසු ව ‘තිස්ස අමාත්‍ය’ නමින් ප්‍රකට ව සිට බොහෝ පින්කම් කොට තුසිත දෙව්ලොව ගිය බව සඳහන් ව ඇත.

(මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර සන්නය - 1953: 188)

පාලි දීඝ නිකාය සූත්‍ර 34 යි.

වර්ග තුනකි.

- 01 සීලක්ඛන්ධ වග්ග - සූත්‍ර 13
- 02 මහා වග්ග - සූත්‍ර 10
- 03 පාථික වග්ග - සූත්‍ර 11

මහා වග්ග සූත්‍ර 10 අතර 09 වන සූත්‍රය ලෙස ‘මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය’ සංග්‍රහ වී ඇත.

මේ සතිපට්ඨාන භාවනා ක්‍රමය මෙලොව මග ඵල ලැබීමට සුදුසුකම් ඇති අයට ඉක්මනින් ඒවා ලැබිය හැකි භාවනා ක්‍රමයකි. සතර මාර්ග සතර ඵල නිර්වාණය යන මේ ලෝකෝත්තර ධර්මයෝ ගිහි - පැවිදි, ගැහැනු - පිරිමි, බාල - මහලු සැම දෙනට ම සාධාරණය හ. අතීතයෙහි සත් හැවිරිදි ළදැරියන් පවා සෝවාන් ඵලයට පැමිණි බව අපේ පොත පතෙහි නොයෙක් තැන්වල සඳහන් වී ඇත්තේ ය. මේ ජාතියේ දී ම එයට පැමිණීමට භාග්‍ය නැත්තා වූ පින්වතුන්ට මතු බුදු සස්නක දී මග ඵල ලැබීමේ පාරමිතාව වන්නේ ය, සතිපට්ඨාන භාවනාව.

නිදන කාලය හැර දවස මුළුල්ලේ ම සතිපට්ඨාන භාවනාවෙහි යෙදෙන පින්වතාට මගඵල ලැබීමට වැඩි කලක් ගත නොවේ.

එබැවින් සැරියුත් මහ තෙරුන් වහන්සේ ‘මේ සස්තෙහි කෙතෙක් කල් ධර්මයට අනුව පිළිපදින තැනැත්තේ රහත් වේ දැ’ යි විචාළ ජම්බුබාදක පරිබ්‍රාජකයා හට ‘න චිරං ආවුසෝ’ “ඇවැත්නි! වැඩි කලක් නොවේ ය” යි වදාළ සේක.

සතර සතිපට්ඨානයම එකවර භාවනා කිරීමේදී යෝගාවචරයා හට ඔහුගේ සන්තානයෙහි කාමච්ඡන්දාදී නීවරණයන් හට නැඟී එන්නට අවස්ථාවක් නොලැබෙන්නේ ය. ඒ යෝගාවචරයා හට අද කරන භාවනාවෙන් ඇති වන සිහියේ දියුණුව, සමාධියේ දියුණුව, ප්‍රඥාවේ දියුණුව, හෙට කරන භාවනාවෙන් ඇති වන සිහියේ දියුණුව හා සමාධියේ දියුණුව හා ප්‍රඥාවේ දියුණුව හා සම්බන්ධ වන්නේ ය. එබැවින් ඇතැම් යෝගාවචරයෝ සතියක් දෙකක් භාවනාවෙහි යෙදීමෙන් ද මග ඵල ලබති.

‘යේසං කේසඤ්චි භික්ඛවේ, චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා විරද්ධා, විරද්ධෝ තේසං අරියෝ මග්ගෝ. යේසං කේසඤ්චි භික්ඛවේ, චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා ආරද්ධා, ආරද්ධෝ තේසං අරියෝ මග්ගෝ සම්මා දුක්ඛක්ඛයගාමී’ යනාදීන් තථාගතයන් වහන්සේ විසින් නොයෙක් සූත්‍රවල

සතර සතිපට්ඨානය ම වැඩීම වදාරා තිබෙනු දක්නා ලැබේ.

දිනක් ආයුෂ්මත් ශාරිපුත්‍ර මහ රහතන් වහන්සේ අනුරුද්ධ මහ රහතන් වහන්සේ දැක, කියන සේක් “ඇවැත්නි අනුරුද්ධය, ඔබගේ ඉන්ද්‍රියයෝ ප්‍රසන්නයන, මුහුණේ පැහැය පිරිසිදු ය, බබළන්නේ ය, ඔබ මේ කාලයේ දී කිනම් විහාරයකින් බොහෝ කොට වාසය කරන්නහු දැ”යි කීහ. එකල්හි අනුරුද්ධ තෙරුන් වහන්සේ “චතුසු බ්වහං ආවුසෝ සතිපට්ඨානේසු සුපට්ඨිතවිත්තෝ ඒතරහි බහුලං විහරාමි” යනුවෙන් “මම මේ කාලයෙහි සතර සතිපට්ඨානයෙහි පිහිට වූ සිත් ඇති ව බොහෝ සෙයින් වෙසෙමි”යි වදාළ සේක. මුලින් සතිපට්ඨාන භාවනාව පුරුදු කරන්නවුන්ට එයින් අපහසුකම් ඇති වෙතත් පුරුදු වූ පසු එය ඉතා සුබදායක භාවනාවක් බවත්, රහතන් වහන්සේලාත් සතිපට්ඨානයන් සේවනය කෙරෙමින් වෙසෙන බවත් එයින් දත හැකි ය.

“මහණෙනි, සතර සතිපට්ඨාන නම් වූ යම් දහමෙක් ඇද්ද, මෙය සත්ත්වයන්ගේ පිරිසිදුව පිණිස ද සෝකය, වැලපීම ඉක්මෙනු පිණිස ද දුක් දොම්නස් දුරුවනු පිණිස ද අරි අටඟි මඟට

පැමිණෙනු පිණිස ද නිවන් පසක් කරනු පිණිස ද එක් මැ මඟ වේ යැයි මෙසේ යම් වචනයක් කියන ලද ද, මෙය මේ යට කී දහම සඳහා කියන ලද්දේ” ය.

භගවත් බුදු රජහු මෙය වදාළහ. සතුටු සිතැති ඒ භික්ෂූහු භගවත් බුදු රජුන්ගේ වචනය පිළිගත්හ.

පූජ්‍ය උඩුවේ ධම්මාලෝක හිමි

සිරි ඇලන් මැතිනියාරාම පුරාණ විහාරස්ථානය,
පොල්හේන්ගොඩ පාර,
කිරුලපන,
කොළඹ 05.

2013.09.10

මුහුදේ නැව ගිලුණ කලට බෝසත් තම	අම්මා
දැනේ කරපිට හිඳවා පිහිනා ගොඩ	දැම්මා
ඒ දේ කොට පැතුව කලදී මම මතු බුදු	වෙම්මා
ලෝකේ පළමුව බුදුන්ට විවරණ දුන්	අම්මා

දව්‍යාල රැ කියා නැතිව වෙනසක් නැති	අම්මා
පුතේ කියා නිතරම මගෙ සුව දුක් බැලූ	අම්මා
හිතේ තිබෙන කරුණාවෙන් මා දෙස බැලූ	අම්මා
මෙතේ බුදුන් දැක නිවනට යනවා මගෙ	අම්මා

මුහුදේ දිය මදිසි කියා කඳුළු සැලූ	අම්මා
ගගේ වතුර මදිසි කියා කඳුළු පෙරු	අම්මා
අගේ ඇතිව නළව නළව මා ඇති කළ	අම්මා
මෙතේ බුදුන් දැක නිවනට යනවා මගෙ	අම්මා

රන් වැට නම් බෝ රජ්‍යට රන්වැට වී	දිවියේ
පින් වපුරා රන් අස්වනු නෙළනා කෙන	වූයේ
මල් අතුරා සෑ සදිසිව පිදුවත් නොම	වූයේ
පින් අරණේ පියාණන්ය රන් පුන් සඳ	වූයේ

සොරොච්ච බැඳ පින් දියවර දුන්නේ	දරුවන්ටයි
පහන්ව සිත් බෝ සෙවණක් වූයේ	දරුවන්ටයි
ගිලන්ව ගිය මුත් ගතියේ සිත දරුවන්	ලඟමයි
දූ පුතුනේ සක්විති සැප දෙගුරුන් පා	ලඟමයි

මහා ඝනිජවිධාන ධර්මය යනු කුමක් ද?

ජීවිතය හා ආලෝකය පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය දැකිය හැකි වන සේ සිහි නුවණ දියුණු කිරීම භාවනාව යනුවෙන් හැඳින්විය හැකි ය. යමක් පැහැදිලිව දැකීම සඳහා කරුණු දෙකක් උපකාරී වේ. එකක් ආලෝකය යි. අනෙක පිරිසිදු ඇස යි. ඇස හොඳින් තිබුණත් ආලෝකය නොමැති වුවහොත් පිරිසිදු දැකීමක් ඇති නොවේ. එසේ ම ආලෝකය තිබුණ මුත් ඇස නිරෝගී ව නැතිනම් ‘දැකීමක්’ ඇති නොවේ. භාවනාව ද එසේ ය. ජීවිතය හා ලෝකය පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය දැකීම (යථාභූත ඤාණ දස්සන) සඳහා සිහියත් නුවණත් දෙක ම එකට සමගාමී ව දියුණු කළ යුතු ය. භාවනාව යනු එය යි.

අප ජීවිතය හා ආලෝකය පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය අවබෝධ කරගත යුත්තේ ඇයි ද යන කරුණ පිළිබඳ ව මෙහි දී සලකා බැලිය යුතු වේ.

සෑම මනුෂ්‍යයෙකුගේ ම, මනුෂ්‍යයන්ගේ පමණක් නොව, සෑම සත්ත්වයෙකුගේ ම ඒකායන අරමුණ දැක්වී තිබේ. ශෝක හඬා වැලපීම දුරු කිරීමයි. දුක් දොම්නස් සුසුම් හෙළීම ආදියෙන් ගැලවීම යි. නිවුණු සැනසුණු ජීවිතයක් උදාකර ගැනීමයි. කොටින් ම සුවසේ වාසය කිරීම යි. අපේ ජීවිත කෙලෙසි ඇත්තේ, දුක් දොම්නස් සුසුම් හෙළීම ආදී අනෙක දුක් වේදනාවන්හි පැටලී ඇත්තේ, සුවය, සතුට, සැපත ගිලිහී ඇත්තේ අප තුළ පවත්නා කෙලෙස් නිසා ය. රාග, ද්වේෂ, මෝහ, තරහ, වෛරය, ක්‍රෝධය, ඊර්ෂ්‍යාව, මසුරුකම, කුහකකම යනාදී පාපී අකුසල සිතිවිලි කෙලෙස් නම් වේ. අප තුළ පවතින මානසික අසහනය, අතෘප්තිය හටගෙන තිබෙන්නේ ද මේ කෙලෙස් සිතිවිලි නිසා ය. එහෙයින් දුක් දොම්නස් සුසුම් හෙළීම ආදියෙන් නිදහස් වීමට නම් ශාන්තිය සතුට සැපත ලබා ගැනීමට නම් කළ යුත්තේ සකලවිධ කෙලෙස් සමුදාය, පාපී සිතිවිලි රැස ප්‍රහාණය කිරීම යි. දුරින් ම දුරු කිරීම යි. එවිට සැපත උදාවනු ඇත. එහෙත්, ඒ සඳහා අප කුමක් කළ යුතු ද?

ලෝකයේ පවතින කිසි දා වෙනස් නොවන සදාතනික ධර්මතාව නම් අනිත්‍ය ස්වභාවය යි.

වෙනස් වන ස්වභාවය යි. කැඩී බිඳී යන ස්වභාවය යි. නැසී වැනසී යන ස්වභාවය යි. අපේ ජීවිත තුළත්, ඉන් පරිබාහිරවත් පවතින යථාර්ථය එය යි. සත්ත්වයා ලෝකයට ආශා කරන්නේ, ඇලෙන්තේ, බැඳෙන්නේ මේ සැබෑ තත්ත්වය නොදකින නිසා ය. ඔවුන් ලෝකය සමඟ ගැටුමට යන්නේත්, අර්බුදයන්ට යන්නේත් මේ නිසා ය. අපි මේ ශරීරය වඩා යහපත් ආකාරයෙන් බොහෝ කල් පවත්වා ගෙන යෑමට වෙර දරමු. මේ මහ පොළොව තුළ නොයෙක් දේ ගොඩනැගීමටත්, ගොඩ නගා ඇති දේවල් අයත් කර ගැනීමටත් අරගල කරමු. ඒ තුළින් අපි දුක්දොම්නස් සුසුම් හෙළීම් ආදියට ගොදුරු වන්නෙමු. මේ තත්ත්වයට හේතුව ද ‘සැබෑ තත්ත්වය’ නොදැකීම නොවන්නේ ද? කොටින් ම අප තුළ කෙලෙස් හට ගන්නේත්, පවතින්නේත් වැඩි දියුණු වන්නේත් සැබෑ තත්ත්වය නම් වූ මෙම අනිත්‍ය ස්වභාවය නොදකින නිසා ය. යම් දිනෙක මේ ජීවිතය හා ලෝකය පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් අවබෝධ වූයේ ද එදාට මේ අනවරත අරගලයෙන් අප නිදහස් වනු ඇත. ජීවන යුද්ධයෙන් නිදහස් වනු ඇත. හදේ පතුලට ම මුල්බැස ගෙන පවතින කෙලෙස් සමුදාය ප්‍රභාණය වනු ඇත.

අප ජීවිතය හා ලෝකය පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය අවබෝධ කරගත යුත්තේ ඒ නිසා ය. එයින් දුක කෙළවර නිසා ය. ඒ සඳහා බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළ විධිමත් වැඩපිළිවෙළ ‘භාවනාව’ යනුවෙන් හැඳින්විය හැකි ය. ශ්‍රී සද්ධර්මය යනු ද එය යි. එනම් සිහිනුවණ දියුණු කිරීමේ සම්බුද්ධ දේශික වැඩපිළිවෙළ යි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ භාවනාව දේශනා කර ඇත්තේ ප්‍රභේද දෙකක් වශයෙනි. ‘සමථ භාවනාව’ සහ ‘විදර්ශනා භාවනාව’ යනුවෙනි. සිහිය දියුණු කිරීම ‘සමථ භාවනාව’ යනුවෙන් ද, නුවණ දියුණු කිරීම ‘විදර්ශනා භාවනාව’ වශයෙන් ද දේශික ය. සමථ භාවනාව, ‘සමාධි භාවනාව’ යනුවෙන් ද හැඳින්වෙන අතර, එයින් සිතේ මුල් බැසගෙන පවත්නා කෙලෙස් තාවකාලික ව යම්තාක් දුරට සංසිඳවනු ලබයි. විදර්ශනාව ‘ප්‍රඥා භාවනාව’ වශයෙන් ද හඳුන්වනු ලබන අතර, ජීවිතය හා ආලෝකය පිළිබඳ සැබෑ තත්ත්වය අවබෝධ කරනු ලබන්නේ එයිනි.

මෙසේ භාවනාව ප්‍රභේද දෙකක් වශයෙන් දේශනා කර තිබුණත්, භාවනාව වැඩිය යුත්තේ එකට ම ය. සමථ භාවනාව වඩා පසු ව විදර්ශනාව වැඩීම හෝ සමථය නොවඩා විදර්ශනාව පමණක්

වැඩීම හෝ සාර්ථක නොවේ. මේ දෙකම ක්‍රමානුකූල ව එකට ම වැඩිය යුතු ය. එහෙත් එය කරන්නේ කෙසේ ද?

ඒ පිළිබඳ ව බුදුරජාණන් වහන්සේ විස්තර වශයෙන් වදාළ විශිෂ්ටතම දේශනාව මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය යි. එහි සමථ විදර්ශනා වශයෙන් භාවනාව වඩන ආකාරය ක්‍රමානුකූල ව පිළිවෙළකට ඉතා පැහැදිලි ලෙස දේශනා කර ඇත. එහි දේශිත පිළිවෙළට භාවනාව දියුණු කළොත් වසර හතේ සිට දින හත දක්වා කාල පරාසය ඇතුළත ඒකාන්තයෙන් ම මාර්ගඵල නිවන් සාක්ෂාත් කරගත හැකි බව සූත්‍රාවසානයේ බුදුරජාණන් වහන්සේ ස්ථිර වශයෙන් ම තහවුරු කොට වදාරා ඇත. මෙසේ මහා සතිපට්ඨාන ධර්මය යනු සිහිනුවණ දියුණු කෙරෙන ශ්‍රී සම්බුද්ධ දේශිත ඒ උතුම් වැඩපිළිවෙල යි.

බුදුරජාණන් වහන්සේ කුරු රට කම්මාසදම්ම නම් වූ කුරුන්ගේ කුඩා ගම්හි වැඩ වාසය කරන කාලයෙහි දේශනා කරන ලද මේ දේශනාවේ මූලින් ම පැවසෙන්නේ සතිපට්ඨාන භාවනාවේ අරමුණ යි. අරමුණු පහක් එහි දී භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පෙන්වා දී ඇත.

01. රාගාදී කෙලෙස්වලින් කිලිටි වී සිටින සත්ත්වයාගේ පාරිශුද්ධිය ඇති කිරීම පිණිස (සත්තානං විසුද්ධියා)

02 ශෝක හඬා වැලපීම් ඉක්මවාලීම පිණිස (සෝකපරිද්දවානං සමතික්කමාය)

03 කායික දුක් මානසික දුක් දුරු කරගැනීම පිණිස (දුක්ඛ දෝමනස්සානං අත්ථංගමාය)

04 ආර්ය න්‍යාය නම් වූ හේතුඵල ධර්මය අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස (ඤායස්ස අධිගමාය)

05 අමා මහ නිවන සාක්ෂාත් කිරීම පිණිස (නිබ්බානස්ස සච්ඡිකිරියාය) යනුවෙනි.

අනතුරු ව බුදුරජාණන් වහන්සේ සිහිය පිහිටුවා ගත යුතු ස්ථාන හතර හෙවත් ප්‍රධාන සතිපට්ඨාන හතර කෙටියෙන් ඉදිරිපත් කරති. ඒ සතිපට්ඨාන හතර නම්,

- 01 කායානුපස්සනා සතිපට්ඨානය
- 02 වේදනානුපස්සනා සතිපට්ඨානය
- 03 චිත්තානුපස්සනා සතිපට්ඨානය
- 04 ධම්මානුපස්සනා සතිපට්ඨානය

යනුවෙනි.

යටි පතුලෙන් උඩ, හිස කෙස්වලින් යට සමකින් වැසී තිබෙන බඹයක් පමණ දිග

මේ ශරීරයෙහි සැබෑ තත්ත්වය පසක් වන ආකාරයට සිහිය පිහිටුවීම ‘කායානුපස්සනා සතිපට්ඨානය’ යනුවෙන් ද, සියලු ආකාරයේ විඳීමිචල සැබෑ තත්ත්වය පසක් වන ආකාරයට සිහිය පිහිටුවීම ‘වේදනානුපස්සනා සතිපට්ඨානය’ යනුවෙන් ද, සිතේ යථාස්වභාවය තේරුම් ගනිමින් සිහිය උදාකර ගැනීම ‘චිත්තානුපස්සනා සතිපට්ඨානය’ යනුවෙන් ද, අකුසල ධර්ම බැහැර වන ලෙසත්, කුසල ධර්ම වැඩි දියුණු වන ලෙසත් සිහිය හැසිරවීම ‘ධම්මානුපස්සනා සතිපට්ඨානය’ යනුවෙන් ද හැඳින්වේ.

මෙසේ සිහිය පිහිටුවමින් භාවනා කිරීමේ දී අනිවාර්යයෙන් ම සැලකිල්ලට ගත යුතු කරුණු හතරක් ද බුදුරජාණන් වහන්සේ ඒ සමඟ ම පෙන්වා දී ඇත.

- 01 කෙලෙස් ප්‍රභාණය සඳහා සමත් වන විරියයෙන් යුතු බව (ආතාපී)
- 02 කෙලෙස් ප්‍රභාණය සඳහා සමත් වන මනා නුවණින් යුතු බව (සම්පජානෝ)
- 03 කෙලෙස් ප්‍රභාණය සඳහා සමත් වන පිරිසිදු සිහියෙන් යුතු බව (සතිමා)
- 04 ජීවිතය නම් වූ ලෝකයෙහි ඇලීම් (අභිජ්ඣා) ගැටීම් (දෝමනස්ස) දෙක හික්මවා

ගැනීම, සංසිඳවා ගැනීම, උපේක්ෂා සහගත වීම.
(විනෝයා ලෝකේ අභිජ්ඣා දොමනස්සං)

අනතුරු ව බුදුරජාණන් වහන්සේ කායානුපස්සනාවට අයත් ආනාපානසති භාවනාවේ සිට සිහිනුවණ දියුණු කර ගැනීමේ මෙම සුවිශුද්ධ වැඩපිළිවෙළ ශ්‍රාවකයා හමුවේ දේශනා කරති.

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ භාවනා ක්‍රම හෙවත් කර්මස්ථාන විසි එකක් දේශිත ය. කායානුපස්සනාවේ කර්මස්ථාන දහතරක් ද, වේදනානුපස්සනාව ද, චිත්තානුපස්සනාව ද, ධර්මානුපස්සනාවේ කර්මස්ථාන පහක් ද වශයෙනි. ඒ මෙසේ ය:

කායානුපස්සනාවට අයත් භාවනා

- 01 ආනාපානසති භාවනාව
- 02 ඉරියාපථ භාවනාව
- 03 සම්පජාන භාවනාව
- 04 පටික්කුලමනසිකාර භාවනාව
- 05 ධාතු මනසිකාර භාවනාව
- 06 - 14 සීවරීක භාවනාව

(මෙහි ප්‍රභේද නවයක් ඇත)

- 15 වේදනානුපස්සනා භාවනාව
- 16 චිත්තානුපස්සනා භාවනාව

ධම්මානුපස්සනාවට අයත් භාවනා

- 17 නීවරණ ප්‍රභාණ භාවනාව
- 18 ස්කන්ධ භාවනාව
- 19 ආයතන භාවනාව
- 20 බොජ්ඣංග භාවනාව
- 21 චතුරාර්ය සත්‍ය භාවනාව යනුවෙනි.

මේවා සූත්‍ර දේශනාවේ දක්වා ඇත්තේ භාවනා යන නමින් නොව ‘පබ්බ’ යන නමිනි. බුදුරජාණන් වහන්සේ සරල අවස්ථාවේ සිට සංකීර්ණ අවස්ථාව දක්වා, ලෞකික සමාධියේ සිට ආර්ය සත්‍යාවබෝධය දක්වා සිහිනුවණ දියුණු කිරීමේ පිළිවෙත ක්‍රමානුකූලවත් විධිමත් ලෙසටත් පෙළ ගස්වා දේශනා කර ඇති ආකාරය මේ සූත්‍රය අධ්‍යයනය කරන්නෙකුට මැනවින් ප්‍රකට වනු ඇත.

මෙහි සච්ච පබ්බයේ දී බුදුරජාණන් වහන්සේ සූත්‍ර පිටකයේ අත් කවර තැනකවත් නැති පරිදි සවිස්තර ව චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය දේශනා කරති. එහි දී උන්වහන්සේ දුක්ඛ සමුදය සත්‍යය පිළිබඳ ව අපූර්ව විස්තරයක් කරති.

සා බෝ පනේසා හික්ඛවේ තණ්හා කත්ථ උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති කත්ථ නිවිසමානා

නිවිසති? යං ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං, එත්ථෙඝා
තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති එත්ථ
නිවිසමානා නිවිසති.

“මහණෙනි, මේ තෘෂ්ණාව හටගන්නේ නම්
කොතැන හටගන්නේ ද? දැඩි ලෙස පිහිටා සිටී
නම් කොතැනක පිහිටා සිටින්නේ ද?”

යං ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං එත්ථෙඝා
තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති එත්ථ
නිවිසමානා නිවිසති

“මේ ලෝකයෙහි යමක් ප්‍රිය මිහිරි වූ
ස්වභාවයෙන් යුතු ද එතැන මේ තෘෂ්ණාව
හටගන්නේ ය. එතැන මේ තෘෂ්ණාව දැඩි සේ
පිහිටා සිටින්නේ ය.”

කිඤ්ච ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං එත්ථෙඝා
තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති එත්ථ
නිවිසමානා නිවිසති?

“තෘෂ්ණාව හටගන්නා වූ දැඩි ලෙස පිහිටා
සිටින්නා වූ ඒ ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දේවල් මොනවා ද?”

මෙතැන් සිට බුදුරජාණන් වහන්සේ තෘෂ්ණාව
හටගන්නා, දැඩි ලෙස පිහිටා සිටින්නා වූ
ස්ථාන හැටක් දේශනා කරති. ඒ සියල්ල
ගොඩනැගී ඇත්තේ ඇස, කන, නාසය, දිව, කය

සහ මනස යන අප තුළ පවත්නා ඉන්ද්‍රියයන් හය වටා ම ය.

01 චක්ඛු, සෝත, ඝාන, ජීවිහා, කාය, මන

02 රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධම්ම

03 චක්ඛු විඤ්ඤාණ, සෝත විඤ්ඤාණ, ඝාන විඤ්ඤාණ, ජීවිහා විඤ්ඤාණ, කාය විඤ්ඤාණ, මනෝ විඤ්ඤාණ

මෙහි විඤ්ඤාණ යනු අරමුණු දැනීම යි. එනම් සිත යි. ඇසෙහි පහළ වන සිත චක්ඛු විඤ්ඤාණ නම් වෙයි. සෙසු විඤ්ඤාණත් එසේ ම තේරුම් ගත යුතුය.

04 චක්ඛු සම්ඵස්ස, සෝත සම්ඵස්ස, ඝාන සම්ඵස්ස, ජීවිහා සම්ඵස්ස, කාය සම්ඵස්ස, මනෝ සම්ඵස්ස

සම්ඵස්ස යනු ස්පර්ශ වීමයි. ඇසත් රූපයත් ස්පර්ශ වීම චක්ඛු සම්ඵස්ස නම් වෙයි. සෙසු ඒවාත් එසේ ම ය.

05 චක්ඛු සම්ඵස්සජා වේදනා, සෝත සම්ඵස්සජා වේදනා, ඝාන සම්ඵස්සජා වේදනා, ජීවිහා සම්ඵස්සජා වේදනා, කාය සම්ඵස්සජා වේදනා, මනෝ සම්ඵස්සජා වේදනා

ස්පර්ශය නිසා හටගන්නා විදීම සම්ඵස්සජා වේදනා නම් වෙයි. ඇසේ ස්පර්ශයෙන් හටගන්නා විදීම චක්ඛු සම්ඵස්සජා වේදනා නම් වේ. සෙසු කරුණු ද එසේ ම ය.

06 රූප සඤ්ඤා, සද්ද සඤ්ඤා, ගන්ධ සඤ්ඤා, රස සඤ්ඤා, ඵොට්ඨබ්බ සඤ්ඤා, ධම්ම සඤ්ඤා

හඳුනා ගැනීම සඤ්ඤා නම් වෙයි. රූප හඳුනා ගැනීම රූප සඤ්ඤා නම් වෙයි. සෙසු සඤ්ඤා ද එසේ ම ය.

07 රූප සඤ්චේතනා, සද්ද සඤ්චේතනා, ගන්ධ සඤ්චේතනා, රස සඤ්චේතනා, ඵොට්ඨබ්බ සඤ්චේතනා, ධම්ම සඤ්චේතනා

සඤ්චේතනා යනු හඳුනාගත් අරමුණට අනුව සිතීම යි. හඳුනාගත් රූපයට අනුව සිතීම, වේදනා පහළ කිරීම රූප සඤ්චේතනා නම් වෙයි.

08 රූප තණ්හා, සද්ද තණ්හා, ගන්ධ තණ්හා, රස තණ්හා, ස්පර්ශ තණ්හා ධම්ම තණ්හා

තණ්හා යනු ඇලීම යි. රූපය කෙරෙහි ඇලීම රූප තණ්හා නම් වන අතර, සෙසු කරුණු ද එසේ ම ය.

09 රූප විතක්කෝ, සද්ද විතක්කෝ, ගන්ධ විතක්කෝ, රස විතක්කෝ, ඓච්ච්චික විතක්කෝ, ධම්ම විතක්කෝ,

විතක්ක යනු කල්පනා කිරීම යි. මෙතෙහි කිරීම යි. ඇසින් දුටු රූප ගැන සිතමින් සිටීම රූප විතක්ක නම් වෙයි. සෙස්ස ද එබඳු ය.

10 රූප විචාරෝ, සද්ද විචාරෝ, ගන්ධ විචාරෝ, රස විචාරෝ, ඓච්ච්චික විචාරෝ, ධම්ම විචාරෝ

විචාර යනු අරමුණු පිළිබඳ විමසීම යි. ඇසින් දුටු රූපය ගැන විමසීම රූප විචාරය යි. සෙසු කරුණු ද මෙසේ ම තේරුම් ගැනීම අපහසු නො වේ.

මෙසේ බුදුරජාණන් වහන්සේ වෙනත් සූත්‍රයක නොවදාළ ඉතා වැදගත් කරුණු රැසක් මෙහි දී දේශනා කොට ඇත.

මේ උතුම් සූත්‍රය එන්නේ දීඝ නිකායයේ ය. මජ්ඣිම නිකායයේ ද මේ උතුම් දේශනාව සංකෂිප්ත ව දක්නට ලැබෙයි. ඊට අමතර ව සංයුක්ත නිකායයේ සතිපට්ඨාන සංයුක්තයේ ද අභිධර්ම පිටකයේ විභංග ප්‍රකරණයේ ද මේ උතුම් ධර්මය පිළිබඳ බොහෝ විස්තර එයි.

සතිපට්ඨාන භාවනාව වඩන්නේ කෙසේ ද?

සතිපට්ඨාන භාවනාව වැඩීමේ දී මූලින් ම කළ යුත්තේ භාවනාවට සුදුසු විවේක ස්ථානයක් සකසා ගැනීම ය. සෝභාව අඩු, පිරිස වැඩිපුර නොගැවසෙන නිදහස් ස්ථානයක් මේ සඳහා වඩාත් සුදුසු ය. තව ද භාවනා කරන විට මැසි මදුරුවන්ගෙන් විය හැකි පීඩා වළකා ගැනීමට යමක් සැලැසුම් කරගත යුතු ය.

මෙසේ සුදුසු ස්ථානයක උවදුරු වළකා භාවනාවට හිඳගත් පින්වතා විසින් මූලින් ම කළ යුත්තේ තෙරුවන් සිහි කිරීම ය. බුදුන් වැඳීම ය. එවිට සිත භාවනාවට යොමු කර ගැනීමට ඉතා පහසු ය.

ඉන් පසු පහසුවෙන් හිඳ ගත යුතු ය. කය සෘජුව තබා ගත යුතු ය. හිස කෙළින් තබා ගත යුතු ය. ඇස් පියා ගත යුතු ය. ඉන් පසු බාහිර ලෝකයේ සියලු දේ අත්හළ යුතු ය. ගේ දොර, වතුපිටි,

ඉඩකඩම්, විභාග, රාජකාරී කටයුතු, මවුපියන්, දරුවන්, කරන ලද වැඩ, ඉදිරියේ දී කරන්නට තිබෙන වැඩ ආදී මේ සියලු දේ අත්හළ යුතු ය. බැහැර කළ යුතු ය. දුරින් ම දුරු කළ යුතු ය. තමා හුදකලා විය යුතු ය. මේ මොහොතේ සිදුවන දෙයට පමණක් අවධානය යොමු කළ යුතු ය.

අපේ ජීවිත තුළ මේ මොහොතේ සිදුවන, ප්‍රකට ව පෙනෙන ක්‍රියාවලිය කුමක් ද? ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස ක්‍රියාවලිය යි. එම නිසා එම ක්‍රියාවලියට මුලින් ම අවධානය යොමු කළ යුතු ය. හුස්ම වැටෙන අයුරු සිහියෙන් බලා සිටිය යුතු ය. වරෙක හුස්ම ඉහළ යයි. වරෙක පහළ යයි. මෙම ක්‍රියාවලිය දෙස දැඩි අවධානයකින් යහපත් සිහියකින් බලා සිටිය යුතු ය. මුල දී අපහසු වුවත් උදාසීන නොවිය යුතු ය. උත්සාහය අත්හළ නොයුතු ය. සිහිය පිහිටුවා ගත යුතු ය. භාවනාවට වෙන්කරගත් කාලය පුරා ම (පැයක් හෝ පැය භාගයක්) කය නොසොල්වා සිටීමට වගබලා ගත යුතු ය. ශරීරයට දැනෙන කිසිම අපහසුතාවක් වෙත අවධානය යොමු නොකළ යුතු ය. කළ යුතු එක ම දෙය ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස දෙස සිහිය පිහිටුවා බලා සිටීම පමණි. මෙය කායානුපස්සනාවට අයත් ‘ආනාපාන සති භාවනාව’යි.

තමන් අධිෂ්ඨාන කරගත් කාලය අවසන් වූ පසු එක විට ම නොනැඟිටිය යුතු ය. මුලින් ම ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස මෙනෙහි කිරීම නතර කළ යුතු ය. ඉන් පසු ව තමන් සිටින ඉරියව්ව සිහි කළ යුතු ය. ඉතා සුළු වේලාවක් බුදුගුණ සිහි කළ යුතු ය. අනතුරු ව ඉතා සෙමින් නැඟිටිය යුතු ය. සක්මන් කළ යුතු ය.

සක්මන් කිරීම ද සමාධිය පිණිස හේතු වන යහපත් භාවනාවකි. සක්මන් කරන විට ද හොඳින් සිහිය පිහිටුවා ගත යුතු ය. සක්මන් කිරීම යනු සිහි නුවණින් ඇවිදීම ය. ගමන් කිරීම ය. ගමන් කිරීමේ දී සිදුවන්නේ පාදයන් මාරු කිරීම ය. එක් පාදයක් ඔසවයි. ඉදිරියට ගෙන යයි. බිම තබයි. යළි අනෙක් පාදය ඔසවයි. ඉදිරියට ගෙන යයි. බිම තබයි. ඇවිදීම යනු මාරුවෙන් මාරුවට මෙසේ පාද මාරු කිරීම යි. සක්මන් භාවනාවේ දී කළ යුත්තේ මෙම පියවර තුනට අවධානය යොමු කිරීම යි. පාදය එසවීම, ඉදිරියට ගෙන යාම, තැබීම යන අවස්ථා තුන දැකීම යි. මෙනෙහි කිරීම යි. මෙසේ සක්මන් කරන අතර තුර තමන් නතර වී සිටියහොත් 'මම දැන් නතර වී සිටිමි' යි සිහියෙන් මෙනෙහි කළ යුතු ය. සිටගෙන සිටියහොත් 'මම දැන් සිටගෙන සිටින්නෙමි' යි

මෙතෙහි කළ යුතු ය. සක්මන් කිරීම නතර කොට වාඩිවුවහොත් ‘මම දැන් වාඩිවී වි සිටින්නෙමි’ යි මෙතෙහි කළ යුතු ය. තමා භාවනාවට යොදා ගන්නේ රාත්‍රී කාලය නම් භාවනාව නතර කොට නින්දට යනවිට නින්ද යන තෙක් ‘මම දැන් නිදා ගන්නෙමි’ යි මෙතෙහි කළ යුතු ය. මෙසේ යම් යම් ආකාරයෙන් මේ කයින් ඉරියව් පවත්වන්නේ ද ඒ ඒ ආකාරයෙන් සිහිකළ යුතු ය. මෙතෙහි කළ යුතු ය. මෙය කායානුපස්සනාවට අයත් ‘ඉරියාපථ භාවනාව’යි.

දැන් අප භාවනාව නතර කොට දෛනික කටයුතු කිරීමට පටන් ගත යුතු ය. උදෙන් ම පිබිදීම, දත්මැදීම, මුහුණ සේදීම, ගේදොර ඇමදීම, ආහාර සූදානම් කිරීම, තේබීම, ආහාර ගැනීම, සූදානම් වීම, රැකියා කටයුතුවල නිරතවීම, රෙදි සේදීම, නෑම, විවේක ගැනීම ආදී බොහෝ කටයුතු අපේ දෛනික කටයුතුවලට අයත් ය. ඒ සියලු කටයුතු මනා සිහියකින් කිරීමට මහන්සි ගත යුතු ය. එයින් කටයුතු නිසි පරිසි ඉටුවෙයි. සිහිය ද මනාව පිහිටයි. මෙසේ භාවනාවට බැසගත් පින්වතාට භාවනා නොකරන, නිකම් සිටින කාලයක් නැත. අවදිව සිටින සෑම මොහොතක ම භාවනාව කළ හැකි ය, කළ යුතු ය.

මෙය ආරම්භයේ දී ඉතාමත් අපහසු වේ. එහෙත්, අඛණ්ඩව උත්සාහ දැරීමෙන් කලක් යනවිට ඉතාමත් පහසු වේ. මෙසේ අඛණ්ඩව භාවනාවේ යෙදීමෙන් ඉතා ඉක්මනින් සමාධිය පිහිටයි. ආනාපානසතියෙන් උපදවා ගත් යම් සමාධියක් වේ නම් එය ද නොපිරිහී පවතියි. නොයෙක පාපී සිතිවිලිවලින් සිත ආරක්ෂා වෙයි. මෙය කායානුපස්සනාවට අයත් ‘සම්පජාන භාවනාව’යි.

ඉහත සඳහන් කළ පරිදි ආනාපානසතිය වැඩීමෙන් සිතියෙන් යුතු ව ඉරියව් පැවැත්වීමෙන් සහ දෛනික කටයුතු සිහි නුවණින් ඉටු කිරීමෙන් අපේ සිත් තුළ ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සිහිය දියුණු වනු ඇත. සිත සංසිදී යනු ඇත. එකඟ වනු ඇත. මෘදු මොළොක් භාවයට පත්වනු ඇත. අනතුරු ව කළ යුත්තේ මේ කය දෙස ඒ එකඟ වූ සිතින් විමසා බැලීම ය. එහි ඇති තතු දැකීමට කටයුතු කිරීම ය. සිහි නුවණ යෙදවීම ය.

ඒ සඳහා යට කී පරිදි විවේක ස්ථානයක හිඳ මඳ වේලාවක් ආනාපානසති භාවනාවෙහි යෙදී සිත සමාහිත කරගත යුතු ය. ඉන් පසු ව කය පිලිබඳ ව සිහිය යොමු කළ යුතු ය.

කය යනු මේ ශරීරය යි. දැන් හිස මුදුනේ සිට යටි පතුල තෙක් මේ කය දෙස සිහියෙන් බැලිය යුතු ය. හිස් මුදුන, හිස කොටස, උර හිස, දෙඅත්, පපු පෙදෙස, කොඳු පෙදෙස, පාද ආදී වශයෙනි. දැන් මහා සිහියකින් හා නුවණකින් මේ කයෙහි පවතින අභ්‍යන්තර කොටස් ගැන එකින් එක ගෙන නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතු ය.

‘යටි පතුලෙන් උඩ, හිස කෙස්වලින් යට, සමකින් වැසී පවතින මේ කය කුමක්ද? මේ කයෙහි ඇත්තේ මොනවා ද? නොයෙක් ආකාරයේ අපවිත්‍ර ද්‍රව්‍යයෝ ය. එනම් කෙස් ය. ලොම් ය. නිය පොතු ය. දත් ය. සම් ය. මස් ය. නහර වැල් ය. ඇට ය. ඇට මීදුළු ය. වකුගඩු ය. හදවත ය. අක්මාව ය. දළඹුව ය. බඩදිව ය. පෙනහළු ය. කුඩා බඩවැල් ය. මහා බඩවැල් ය. ආමාශය ය. අසුචි ය. හිස් මොළය ය. පිත ය. සෙම ය. සැරව ය. ලේ ය. දහඩිය ය. තෙල් මන්ද ය. කඳුළු ය. වුරුණු තෙල් ය. කෙළ ය. සොටු ය. සඳ මීදුලු ය. මුත්‍රා ද වශයෙනි.’

‘මගේ යයි සැලකෙන මේ ශරීරය තුළත් ඇත්තේ මේ අපවිත්‍ර ද්‍රව්‍යයෝ ම ය. එහෙයින්, මගේ ශරීරයේ හෝ අනුන්ගේ ශරීරවල හෝ වෙනසක් නොමැති ය. මේ ලෝකයේ ලස්සන ම

පුද්ගලයාගේ ශරීරය ද අවලස්සන ම පුද්ගලයාගේ ශරීරය ද එක ම ය. එම සියලු ම ශරීර සැදී ඇත්තේ මේ අපවිත්‍ර ද්‍රව්‍යයන්ගෙන් ම ය.’

‘මේ ද්‍රව්‍යයන් අතර ස්ථිර වූ වටිනා වූ කිසිවක් නැත. සෑම කොටසක් ම අනිත්‍ය ය. බොහෝ දුක් වේදනාවන් බිහි කරනසුලු ය. මාගේ වසඟයෙහි පැවැත්විය හැකි, මට අවශ්‍ය පරිදි පාලනය කළ හැකි කිසිවක් මේ කය තුළ නැත. මේ නිසා මේ කය අනිත්‍ය ය. දුක ය. අනාත්මය ය.’

මෙය කායානුපස්සනාවට අයත් පටික්කුල මනසිකාර භාවනාව යි.

මෙසේ ටික කලක් භාවනා කොට මේ කයෙහි තිබෙන පිළිකුල් සහගත බව නිස්සාර බව, හරසුන් බව අවබෝධ වූ පසු යළිත් ධාතු වශයෙන් භාවනා කළ යුතු ය.

‘මේ කය වනාහි ධාතු සතරකින් සකස් වූවකි. මේ කයෙහි ඇත්තේ පඨවි ධාතුව ය. ආපෝ ධාතුව ය. තේජෝ ධාතුව ය. වායෝ ධාතුව ය.’

‘මගේ මේ කය පමණක් නොව, මේ ලෝකයේ සියලු ම සත්ත්වයන්ගේ ශරීර සැදී ඇත්තේ මේ ධාතු ස්වභාවයෙනි. සත්ත්ව ශරීර පමණක් නොව, මේ ලෝකයේ ගස් ගල් පර්වත කඳු වැටි ගංගා

මහ සයුර ආදී සියලු ම දේ සැදී ඇත්තේ මේ ධාතුන්ගෙනි. එනිසා මගේ මේ ශරීරයක් බාහිර ලෝකයක් දෙකක් නොව එකක් ම ය.’

මෙය කායානුපස්සනාවට අයත් ‘ධාතුමනසිකාර භාවනාව’යි. මෙහි දී ශිරිමානන්ද සූත්‍රයේ එන ආදීනව සඤ්ඤාව මෙතෙහි කරමින් තවදුරටත් මේ භාවනාව අර්ථවත් කරගත හැකි ය. ඒ අනුව පහත සඳහන් ආකාරයට ම සිහිනුවණින් මෙතෙහි කළ හැකි ය.

‘මේ සතර ධාතු කිසිවක් ස්ථිර නොවේ. සදාකාලික නොවේ. ඉතා ම කෙටි කලකින් ඒවා බිඳී යන්නේ ය. මේ කය සැදී ඇති සතර මහා ධාතු වෙනස් වන විට මේ කය තුළ විවිධ වූ භයානක රෝගාබාධ හටගන්නේ ය.’

‘මේ කයෙහි හට ගන්නා රෝග මොනවා ද? ඇස් රෝගයන් ය. කන් රෝගයන් ය. නාසා රෝග යන් ය. දිවේ රෝගයන් ය. කයේ රෝගයන් ය. හිසේ රෝගයන් ය. පිටි කණෙහි රෝගයන් ය. මුඛ රෝගයන් ය. දත් රෝගයන් ය. ක්ෂය රෝග යන් ය. ඇදුම රෝගයන් ය. පීනස් රෝගයන් ය. දාහ රෝගයන් ය. උණ රෝගයන් ය. කුසෙහි රෝගයන් ය. සිහි මුර්ඡාවීමේ රෝගයන් ය. ලේ අතීසාරය රෝගයන් ය. අර්ශස් රෝගයන් ය.

කොළරා රෝගයන් ය. කුෂ්ට රෝගයන් ය. ගඬු රෝගයන් ය. හමෙහි රෝගයන් ය. ස්වාස රෝගයන්ය. අපස්මාරරෝගයන්ය. දදරෝගයන්ය. කඬුවේගන් රෝගයන් ය. කැසීමෙන් ගෙඩි හටගත් රෝගයන් ය. කැසීම් රෝගයන් ය. පණු හොරි රෝගයන් ය. රත්පිත් රෝගයන් ය. දියවැඩියා රෝගයන් ය. අංශභාග රෝගයන් ය. පිලිකා රෝගයන් ය. හගන්දරා රෝගයන් ය.

පිතෙන් හටගන්නා රෝගයෝ ය. සෙමෙන් හටගන්නා රෝගයෝ ය. වාතය නිසා හටගන්නා රෝගයෝ ය. තුන් දොස් කිපීමෙන් හටගන්නා රෝගයෝ ය. සෘතු විපර්යාසවලින් හටගන්නා රෝගයෝ ය. වැරැදි ලෙස කය පරිහරණයෙන් හටගන්නා රෝගයෝ ය. උපක්‍රමයෙන් හටගන්නා රෝගයෝ ය. කර්ම විපාකයෙන් හටගන්නා රෝගයෝ ය. සීතල ද, උණුසුම ද, කුසගින්න ද, පිපාසය ද, මලපහ කිරීම් ද මුත්‍රා කිරීම් ද වශයෙනි. ධාතු වෙනස් වීම නිසා මෙසේ රෝගාබාධයන්ට ලක්වන මේ කය ධාතු බිඳී යන කල්හි බිඳී යන්නේ ය. එනම් මරණයට පත්වන්නේ ය. මෙසේ මේ කය අනිත්‍යයි. දුකයි. අනාත්මයි.'

මෙසේ ධාතු වශයෙන් ටික කලක් භාවනා කොට ඉන් පසු ව මරණයට පත් වූ මේ කයට

සිදුවන්නේ කුමක් ද? යන්න නුවණින් විමසමින් භාවනා කළ යුතු ය.

‘මරණයට පත් වූ පසු මේ කයට සිදුවන්නේ කුමක් ද? එක්කෝ වළ දමයි. නැතහොත් සෑයක තබා දවයි. මේ දෙක ම නොකොට මේ කය යම් තැනක තිබෙන්නට හැරියොත් කුමක් වේ ද? ඉදිමෙන්නට පටන් ගනී. නිල් වෙන්නට පටන් ගනී. සැරව ගලන්නට පටන් ගනී.’

ටික කලක් යන විට බලු කපුටු ආදීන් කා දමනු ඇත. මෙසේ මේ කය මස් ලේ තැවරුණු ඇටසැකිල්ලක් බවට පත් වේ. තවත් කලක් යනවිට මේ ඇටසැකිල්ල සීසිකඩ විසිරී යයි. තවත් ටික කලක් යන විට ඇට දිරා ගොස් කුඩු වී පිටි බවට පත්වෙයි. තවත් ටික කලක් යන විට ඒ ඇට කුඩු පොළොවට පස් වී යයි. ශරීරයක් තිබුණේ ද කියාවත් සොයාගත නොහැකි වේ. මෙසේ මේ කය අස්ථිර ය. වටිනා කියන කිසිවක් මෙහි නැත. පොළොවට පස්වී යන ස්වභාවයෙන් යුක්ත ය. මගේ මේ කයට පමණක් නොව, ලෝකයේ සියලුම සතුන්ගේ ශරීර මේ ධර්මතාවට අයත් ය. මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ය. ඒ නිසා මේ කය අනිත්‍යයි. දුකයි. අනාත්ම යි.’

මෙය කායානුපස්සනාවට අයත් 'සිව්වික භාවනාව'යි.

මෙසේ භාවනා කරන විට ඔහු තුළ කය පිළිබඳ ව පිහිටි සිහිය දියුණු වෙයි. නුවණ බලවත් වෙයි. මේ කය තුළ පවත්නා අනිත්‍ය ස්වභාවය, දුක් සහිත බව, අනාත්ම ස්වභාවය ඔහුට පසක් වෙයි. එවිට ඔහු තුළ කය පිළිබඳ ව වැරැදි වැටහීම් නම් වූ සක්කාය දෘෂ්ටිය ප්‍රභාණය වීම පිණිස එම අවබෝධ ඥානය උපකාර වෙයි.

අනතුරු ව වේදනානුපස්සනා භාවනාව වැඩිය යුතු ය. එය කරන්නේ කෙසේ ද? එහි දී ද මූලින් කළාක් පරිදි විවේක ස්ථානයක හිඳ පළමුවෙන්ම ආනාපානසතියෙන් සමාධිය පිහිටුවා ගත යුතු ය. ඉන් පසු ව හිස් මුදුනේ සිට දෙපතුල තෙක් කය වෙත සිහිය යොදවමින් කය පුරා ඇති සියලු වේදනාවන් බැලිය යුතු ය. මේ කයෙහි පැතිර පවතින ඇතැම් වේදනා ඉතා සියුම් ය. ඇතැම් වේදනා රළු ය, ගොරෝසු ය. ඇතැම් වේදනා මිහිරි ය. ඇතැම් වේදනා අමිහිරි ය. ඇතැම් වේදනා උසස් ය. ඇතැම් වේදනා පහත් ය. ඇතැම් වේදනා ප්‍රකට ය. හඳුනා ගැනීම පහසු ය. ඇතැම් වේදනා අප්‍රකට ය. හඳුනා ගැනීම දුෂ්කර ය. මේ සියලු වේදනා බැලිය යුතු ය. නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතු ය. ශරීරයේ කොතැනක හෝ

කුමන ආකාරයේ හෝ විදීමක් ඇති වුවහොත් වහා ඊට අවධානය යොමු කළ යුතු ය. ඒ දෙස බැලිය යුතු ය.

වේදනා හට ගන්නේ, පවතින්නේ කයෙහි පමණක් නොවේ. සිතෙහි ද වේදනා හට ගනී. පවතියි. ඒවා සොම්නස් වේදනා යනුවෙන් ද දොම්නස් වේදනා යනුවෙන් ද හැඳින්වේ. ඒවා ද දැකිය යුතු ය. නුවණින් මෙනෙහි කළ යුතු ය. මෙසේ වේදනාවන් දෙස සිහියෙන් බලා සිටින විට, මෙනෙහි කරන විට වේදනා හට ගන්නා ආකාරයත්, හටගත් සැණින් නැති වී යන ආකාරයත් දැකගත හැකි වනු ඇත. වේදනාව යනු ඉපිද ඉපිද බිඳී බිඳී යන ධර්මතාවකි. මොහොතකදු එය එක් ආකාරයකින් පවතින සෙයක් පෙනී ගියත් මොහොතක හෝ පැවැතීමක් එහි නැත. වේදනාව දෙස සිහි නුවණින් බලා සිටින විට පමණි, මේ සත්‍යය පසක් වනුයේ. මෙසේ වේදනාවන් බැලීමට පුරුදු වූ කල්හි දෛනික ජීවිතයේ දී ද සිතට කයට දැනෙන වේදනාවන් දැකිය හැකි ය. ඒ තුළ ද අනිත්‍ය ස්වභාවය පසක් කරගත හැකි ය. මෙය වේදනානුපස්සනා භාවනාව යි.

භාවනා කරන පින්වතා මෙනෙහි කළ යුත්තේ වේදනාවන් පමණක් නොවේ.

හඳුනා ගැනීම, චේතනා පහළවීම, අරමුණු දැනීම ආදියත් මෙතෙහි කළ යුතු ය. භාවනා කරන විට යමක් මතක් වුවහොත් එය ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. අතීතය ගැන හෝ අනාගතය ගැන හෝ වර්තමානය ගැන හෝ යම් අදහසක් කල්පනාවක් පහළ වුවහොත් එය ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. යමක් දැනෙන්නේ නම්, හැඟෙන්නේ නම් ඒවා ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. භාවනාවේ දී යමක් දුටුවොත්, ඇසුණොත් එය ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. සිත පතුලෙන් මතු වෙවී බිඳි බිඳී යන සෑම සිතිවිල්ලක් ම අත නොහැර මෙතෙහි කළ යුතු ය. කොටින් ම සියලු දැනීම්, හැඟීම්, සිතීම්, කල්පනා කිරීම්, වීම්, ඇසීම් දැකීම් ආදී සියලු දෙය ම මෙතෙහි කළ යුතු ය. මෙය චිත්තානුපස්සනා භාවනාවෙහි ලා සැලකිය හැකි ය.

මෙසේ භාවනාව කරගෙන යනවිට රාගය, ආශාව, ඇලීම වැනි සිතිවිල්ලක් ඇතිවුවහොත් එය ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. එය කාමච්ඡන්දය යි. තරඟ, වෛරය, ක්‍රෝධය ආදී සිතිවිල්ලක් ඇතිවුවහොත් එය ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. එය ව්‍යාපාදය යි. නිදිමතක්, කම්මැලිකමක්, අලස ගතියක් ඇතිවුවහොත් එය ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. ටීනමිද්ධය යනු එය යි. පසුතැවීමක්, කුකුසක් නොසන්සුන් ස්වභාවයක් ඇතිවුවහොත් එය ද

මෙතෙහි කළ යුතු ය. උද්ධව්ව කුක්කුච්චය එයයි. එසේ ම භාවනාව පිළිබඳ ව සැකයක් ඇතිවුවහොත් එය ද මෙතෙහි කළ යුතු ය. විචිකිච්ඡාව යනු එයයි. මෙසේ මෙතෙහි කිරීම ධම්මානුපස්සනාවට අයත් නීවරණ ප්‍රභාණ භාවනාව ය. නීවරණ යනු නිවනට බාධා කරන සමාධියට විරුද්ධ වූ ප්‍රබල අකුසල ධර්ම පහකි.

මෙසේ නීවරණයන් ගැන අවදියෙන් සිටින විට, මෙතෙහි කරන විට නීවරණ තුනී වෙන්නට පටන් ගනී. යටපත් වෙන්නට පටන් ගනී. සංසිදෙන්නට පටන් ගනී. නීවරණයන්ගෙන් සිත නිදහස්වීම භාවනානුයෝගියා ලබන විශිෂ්ටතම ජයග්‍රහණයකි. සමාධියේ ප්‍රබලතම සතුරා නීවරණ වන හෙයිනි. නීවරණයන් දුර්වල වනවිට සමාධිය කුමකුමයෙන් බලවත් වෙන්නට පටන් ගනී.

ධම්මානුපස්සනාවට අයත් ඊළඟ භාවනාව වන්නේ ස්කන්ධ භාවනාවයි. ‘පංච’ යනු පසයි. ‘උපාදාන’ යනු තදින් බැඳියාම යි. හසුචීමයි. ග්‍රහණය වීමයි. ‘ස්කන්ධ’ යනු සමූහය. රාශිය වැනි අරුත් දෙන පදයකි. මේ අනුව ජීවිතය පිළිබඳ කොටස් පහක්, රාශීන් පහක් කෙරෙහි පවතින බැඳීම, දැඩි ග්‍රහණය හෙවත් උපාදානය ලිහී යන පරිද්දෙන්. සිඳී බිඳී යන පරිද්දෙන්,

සිහිය පිහිටුවා ගැනීම, නුවණින් මෙතෙහි කිරීම ස්කන්ධ භාවනාව නම් වේ.

රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඥානය යනු එකී ස්කන්ධ පහයි. මෙහි රූපය යනු සතරමහා ධාතුන්ගෙන් සැදුණු දෙතිස් අපවිත්‍ර ද්‍රව්‍යයන්ගෙන් පිරී පවතින, මරණින් පසු ක්‍රමක්‍රමයෙන් පොළොවට පස් වී යන මේ ශරීරය ම යි. ඒ පිළිබඳ භාවනාව කායානුපස්සනාවේ දී විස්තර කෙරිණි. අප ජීවිතය හා බැඳී පවතින සෑප විඳීම, දුක් විඳීම, මැදහත් විඳීම ආදී සකලවිධ විඳීම සමුදාය වේදනා ස්කන්ධය යි. ඒ පිළිබඳ නුවණින් විමසන ආකාරය වේදනානුපස්සනාවේ දී සිතට ගලාගෙන එන සියලු ආකාරයේ සිතිවිලි, මතකයන්, සංඥාවන් අත නොහැර මෙතෙහි කළ යුතු බව චිත්තානුපස්සනාවේ දී කියැවිණි.

කුසල්, අකුසල්, චේතනාවන් ආදිය සංඛාර යනුවෙන් අදහස් කෙරේ. භාවනාවේදී මතුවන අකුසල් සිතිවිලි, විවිධ චේතනාවන් මෙතෙහි කළ යුතු ආකාරය ද චිත්තානුපස්සනාවේ පැහැදිලි කෙරිණි. ධම්මානුපස්සනාවට අයත් නිවරණ ප්‍රභාණ භාවනාවෙන් ද කෙරෙනුයේ එයයි. විඥානය යනු සිතයි. සිත පිළිබඳ ව සිහිනුවණින් විමසීම චිත්තානුපස්සනා භාවනාවට අයත් වන

බව අමුතුවෙන් කිවයුතු නොවේ. මේ අනුව මෙතෙක් පැහැදිලි කළ භාවනා මාර්ගය ප්‍රගුණ කරන විට ස්කන්ධ භාවනාව ද ඒ සමඟ ම වැඩෙන බව පැහැදිලි ය.

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ ධම්මානුපස්සනාවට අයත් ඊළඟ භාවනාව වන්නේ ආයතන භාවනාව යි. අභ්‍යන්තර වූත්, බාහිර වූත් ආයතනයන්ගේ ක්‍රියාකාරිත්වය මඟින් සිතේ හටගන්නා කෙලෙස් බන්ධනයන් ප්‍රභාණය වන පරිදි, දුරුවී යන පරිදි සිහිය පිහිටුවා නුවණින් විමසීම ‘ආයතන භාවනාව’ නම් වේ.

ආයතනයක් යනු යමක් නිෂ්පාදනය කරන තැනකි. ඇස, කන, නාසය, දිව, කය, මනස සහ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධම්ම යන කරුණු එකතු වී සත්ත්ව සන්තානය තුළ කෙලෙස් ජනනය කරයි. දුක නිපදවාලයි. ඒ නිසා මේ දොළස ආයතන යනුවෙන් නම් කර ඇත. එකී නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය නවතින ආකාරයෙන් සිහිනුවණ හැසිරවීම මෙම භාවනාව මඟින් සිදුකෙරේ.

අප ඇසින් රූපයක් දකින කල්හි ඒ දැකීම සමඟ අපේ සන්තානය තුළ එක්කෝ ඇල්ම ඇතිවෙයි, නැතහොත් ගැටීම ඇතිවෙයි. එසේත් නැතිනම් ඊර්ෂ්‍යාව, වෛරය වැනි

වෙනත් සිතිවිල්ලක් ඇතිවෙයි. කුමක් වුවත් එසේ ඇතිවන සිතිවිල්ල සිහිය පිහිටුවා හඳුනාගත යුතු ය. මෙතෙහි කළ යුතු ය. ඒ ශබ්දය ඇසීම නිසා සන්තානය තුළ ඇතිවූයේ ඇලීමක් ද ගැටීමක් ද නැතහොත් වෙනත් ආකාරයක සිතිවිල්ලක් ද කියා සිහියෙන් බැලිය යුතු ය.

මේ ආකාරයෙන් නාසයට ගඳ සුවඳ දැනෙන විට ද, දිවට රසය දැනෙන විට ද, කයට ස්පර්ශය දැනෙන විට ද, මනසට අරමුණු දැනෙන විට ද, සන්තානය තුළ කවර ආකාරයෙන් සිතිවිල්ලක් ක්ලේශයක්, බන්ධනයක් ඇතිවන්නේ දැයි සිහියෙන් දැක්ක යුතු ය. ඒ කෙලෙස් බන්ධනය, සංයෝජනය දුරුවී යන ආකාරයට නුවණින් විමසිය යුතු ය. එවිට ඒ කෙලෙස් සිතිවිල්ල සිතේ පතුලට කිඳානොබසිනු ඇත. හිරු දුටු පිනි බිඳක් සේ පහව යනු ඇත. ආයතන භාවනාව යනු මෙයයි.

මේ සඳහා විශේෂ ඉරියව්වක් නැත. අවදියෙන් සිටින සෑම මොහොතක ම, සෑම ඉරියව්වක ම ඕනෑ ම වැඩක් කරන අතරේ ම යෙදිය හැකි, යෙදිය යුතු භාවනාවකි, මෙය. කළ යුත්තේ තමන්ගේ අභ්‍යන්තරය තුළ සිදුවන්නේ කුමක් දැයි අවධානයෙන් සිටීම පමණි.

මෙසේ දවස පුරා අඛණ්ඩ ව අනලස් ව සිහියෙන් නුවණින්, අවධානයෙන් සිටින විට හෙවත් භාවනාවෙහි යෙදෙන විට ඔහු තුළ බොජ්ඣංග ධර්මයන් නැඟෙන්නට වැඩෙන්නට පටන් ගනී. චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ වීම පිණිස උපකාර වන සුවිශේෂී කුසල ධර්ම හතක් බොජ්ඣංග ධර්ම ලෙස හැඳින් වේ.

මෙසේ භාවනාවට කැපවී අඛණ්ඩ ව, අනලස් ව, අප්‍රමාද ව කටයුතු කරන විට ඔහු තුළ පැහැදිලි වූ සුපිරිසිදු සිහිය මතුවන්නට පටන් ගනී. එසේ මතුවන සිහිය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් බලවත් වෙයි. එසේ බලවත් වූ සිහිය සති සම්බොජ්ඣංගය නම් වේ.

මෙසේ පිරිසිදු සිහිය පිහිටි කල්හි, නුවණ මුහුකුරා ගිය කල්හි බුදුරජාණන් වහන්සේ වදාළ අනිත්‍යතා ධර්මය ඔහුට තමාගේ ජීවිතය තුළින් ප්‍රත්‍යක්ෂව පෙනෙන්නට පටන් ගනී. එවිට ඔහු තුළ ඇතිවන ධර්ම ඥානය ඇසීමෙන් කියවීමෙන් උපකල්පනය කිරීමෙන් ඇති කරගත් දැනුමට වඩා හාත්පසින් වෙනස් වූවකි. බලවත් වූවකි. එසේ අත්දැකීමෙන් ලබා ගත් ධර්ම ඥානය ධම්මච්චය සම්බොජ්ඣංගය ම වේ.

යටකී පරිදි සියලු බාධක මැඬගෙන අතනොහැර දිගට ම අප්‍රතිහත ධෛර්යයෙන් භාවනාව කරගෙන යනවිට ඔහු තුළ ඒ ධෛර්යය, ශක්තිය නොසිදී වර්ධනය වෙයි. කුමන බාධක හමුවේ වුවත් ඒ දිරිබලය හීන නොවේ. දුර්වල නොවේ. වඩ වඩාත් ඔදවත් වේ. තෙදවත් වේ. බලවත් වේ. එසේ මුවහත් වුණු ආත්ම ශක්තිය, ආත්ම ධෛර්යය විරිය සම්බෝජ්‍යකාංගය නම් වේ.

මෙසේ සිහිනුවණ බලවත් වනවිට අවබෝධය ඇතිවන විට දිරිය ශක්තිය ලැබෙන විට ඔහුගේ අධ්‍යාත්මයෙහි අතිමහත් ප්‍රහර්ෂයක්, සතුටක්, ප්‍රබෝධයක්, ප්‍රීතියක් හටගනී. ප්‍රීති සම්බෝජ්‍යකාංගය යනු එයයි. එසේ හට ගන්නා ප්‍රීතිය නිසා සතුට නිසා ඔහුගේ සිත කය දෙක ම සැහැල්ලු වෙයි. ඒ තත්ත්වය හඳුන්වනුයේ පස්සඳ්ධි සම්බෝජ්‍යකාංගය කියා ය. අනතුරුව ඔහුගේ චිත්ත සමාධිය තවදුරටත් බලවත් වෙයි. දියුණු තියුණු වෙයි. ධ්‍යාන මට්ටම දක්වා ඉහළ යයි. එය සමාධි සම්බෝජ්‍යකාංගය යනුවෙන් හඳුන්වයි.

දැන් ඔහුගේ සිත මේ ලෝකයේ කිසිවක් කෙරෙහි නොඇලෙයි. කිසිවක් සමග නොගැටෙයි. කිසිවකට මුළා නොවෙයි. පිරිසිදු සිහියෙන් යුතු

උපේක්ෂාවේ ම පිහිටා සිටියි. මෙය උපේක්ෂා සම්බොජ්ඣානංගය වේ.

මෙසේ බොජ්ඣානංග ධර්මයන් වැඩෙන, දියුණුවන ආකාරයට සිහි නුවණ මෙහෙයවීම බොජ්ඣානංග භාවනාව යනුවෙන් හැඳින්විය හැකි ය.

මෙසේ සිත සමාහිත වූ කල්හි, පිරිසිදු වූ කල්හි, බබළන කල්හි, මෘදු මොළොක් භාවයට පත් වූ කල්හි, කර්මණ්‍ය වූ කල්හි, ස්ථිර ව පිහිටි කල්හි, සමාධිය බලවත් වූ කල්හි, බොජ්ඣානංග ධර්මයන් පරිපූර්ණත්වයට පත් වූ කල්හි, ඔහුට චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය පිළිබඳ අවබෝධ ඥානය පහළ වෙයි.

‘මේ වනාහි දුක නම් වූ සත්‍යය යැ’යි ඔහු හොඳින් තේරුම් ගනී. ‘මෙය දුක හටගැනීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැ’යි හොඳින් තේරුම් ගනී. ‘මෙය දුක නිරුද්ධවීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැ’යි හොඳින් තේරුම් ගනී. ‘මෙය දුක නිරුද්ධ වීමේ මග නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැ’යි හොඳින් තේරුම් ගනී.

මෙසේ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය තත් වූ පරිද්දෙන් පරිපූර්ණ වශයෙන් අවබෝධ කරගත්

පසු බුදුරජාණන් වහන්සේ ම මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ අග දේශනා කරන පරිදි,

“තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිකා” යනුවෙන්

“ඔහු මේ ජීවිතයේ දී ම අර්හත්ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.”

මෙයින් අදහස් කරන්නේ නියමාකාරයෙන් සතිපට්ඨාන භාවනාව වැඩුවහොත් ඔහු ඒකාන්තයෙන් ම මේ ජීවිතයේ දී අර්හත් ඵලය හෝ අනාගාමී ඵලය සාක්ෂාත් කරන බවයි.

මේ දෙක ම වැරදුණත් ඔහු මේ ජීවිතය තුළ සුවසේ වාසය කරන්නේ ය. සුවසේ ම මරණයට පත්වන්නේ ය. මරණින් මතු සුගතියක උපත ලබන්නේ ය.

සතිපට්ඨාන ධර්මය ගැන බුදුරජාණන් වහන්සේ කුමක් වදාළ සේක් ද?

සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෙහි වටිනාකම පිළිබඳ ව තිලෝගුරු බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙසේ වදාළ සේක.

01. “අකුසල රාසීති භික්ඛවේ වදමානෝ පංච නිවරණේ සම්මා වදමානෝ වදෙය්‍ය. කේවලෝභයං භික්ඛවේ අකුසලරාසි යද්දිදං පංච නිවරණා... කුසලරාසීති භික්ඛවේ වදමානෝ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ සම්මා වදමානෝ වදෙය්‍ය. කේවලෝභයං භික්ඛවේ කුසලරාසි යද්දිදං චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා.”

මහණෙනි, යම් කෙනෙක් අකුසල් රූප යැයි යමකට මැනවින් කියන්නේ නම් පංච නිවරණ ධර්මයන්ට ම කිව යුතු ය. පින්වත් මහණෙනි, පංචනිවරණ ධර්මයෝ නම් තනිකර අකුසල්

රැසක් ම ය... පින්වත් මහණෙනි, යම් කෙනෙක් කුසල් රැස යැයි යමකට මැනවින් කියන්නේ නම්, මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන්ට ම කිය යුතු ය. පින්වත් මහණෙනි, මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ නම් තනිකර කුසල් රැසක් ම ය.

(අකුසලරාසි සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය - මහා වග්ග)

02. වත්තාරෝ මේ හික්ඛවේ සතිපට්ඨානා භාවිතා බහුලීකතා අරියා නිය්‍යානිකා නිය්‍යන්ති තක්කරස්ස සම්මා දුක්ඛක්ඛයාය.

මහණෙනි, යම් කෙනෙක් ශ්‍රේෂ්ඨ වූ නිවනට පමුණුවන්නා වූ මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ වඩන ලද්දේ නම්, මැනවින් දියුණු කරන ලද්දේ නම් ඒ තැනැත්තා මැනවින් දුකින් මිදීම වෙත පැමිණෙන්නේ ය.

(අරිය සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය - මහා වග්ග)

03. චතුන්නං ඛෝ බ්‍රාහ්මණ සතිපට්ඨානානං අභාවිතත්තා අබහුලීකතත්තා තථාගතේ

පරිනිබ්බුතේ සද්ධම්මෝ න චිරට්ඨිතිකෝ හෝති. චතුත්තං ඛෝ බ්‍රාහ්මණ සතිපට්ඨානානං භාවිතත්තා ඛුද්ධිකත්තා තථාගතේ පරිනිබ්බුතේ සද්ධම්මෝ චිරට්ඨිතිකෝ හෝති.

මහණෙනි, (මාගේ ශ්‍රාවකයන්) සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් නොවඩන ලද්දේ නම්, ඛුද්ධි වශයෙන් දියුණු නොකරන ලද්දේ නම්, තථාගතයන් වහන්සේ පිරිනිවන් පෑමෙන් පසු ව සද්ධර්ම බොහෝ කාලයක් නොපවතින්නේ වෙයි. බ්‍රාහ්මණය, (මාගේ ශ්‍රාවකයන්) සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් වඩන ලද්දේ නම්, ඛුද්ධි වශයෙන් දියුණු කරන ලද්දේ නම්, තථාගතයන් පිරිනිවන් පෑමෙන් පසුවත් සද්ධර්මය බොහෝ කාලයක් පවතින්නේ වෙයි.

(බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය - මහා වග්ග)

04. චත්තාරෝ මේ භික්ඛවේ සතිපට්ඨානා භාවිතා ඛුද්ධිකතා ඒකන්තනිබ්බිදාය විරාගාය නිරෝධාය උපසමාය අභිඤ්ඤාය සම්බෝධාය නිබ්බානාය සංවත්තන්ති.

මහණෙනි, මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් වැඩීම, බහුල වශයෙන් දියුණු කිරීම ඒකාන්තයෙන් ම (සසරට) කලකිරීම පිණිස, නොඇලීම පිණිස, නිවීම පිණිස, සංසිදීම පිණිස, විශේෂ ඥානය පිණිස, ආර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධවීම පිණිස, නිවන් අවබෝධවීම පිණිස පවතින්නේ ය.

(විරාග සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය - මහා වග්ග)

05. යේසං කේසඤ්චි භික්ඛවේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා විරද්ධා, විරද්ධෝ තේසං අරියෝ මග්ගෝ සම්මා දුක්ඛක්ඛයගාමී.

මහණෙනි, යම් කිසි කෙනෙක් සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් වැඩීම වරද්දන ලද්දේ ද, ඔහු විසින් මැනවින් දුක් නැති කිරීම පිණිස පවතින ආර්ය මාර්ගය වරද්දන ලද්දේ ය.

යේසං කේසඤ්චි භික්ඛවේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා ආරද්ධා, ආරද්ධෝ තේසං අරියෝ මග්ගෝ සම්මා දුක්ඛක්ඛයගාමී.

මහණෙනි, යම් කිසි කෙනෙක් සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් වැඩීම අරඹන ලද්දේ ද,

ඔහු විසින් මැනවින් දුක් නැති කිරීම පිණිස පවතින ආර්ය මාර්ගය අරඹන ලද්දේ ය.

(විරුද්ධ සූත්‍රය - සංයුක්ත නිකාය - මහා වග්ග)

06 වත්තාරෝ මේ භික්ඛවේ සතිපට්ඨානා භාවිතා බහුලීකතා අපාරා පාරං ගමනාය සංවත්තති.

මහණෙනි, සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් වැඩීම, බහුල වශයෙන් දියුණු කිරීම වනාහි සසර නම් වූ මෙතෙරින් නිවන නම් වූ එතෙරට යෑම පිණිස පවතින්නේ ය.

(භාවිතා සූත්‍රය - සංයුක්ත නිකාය - මහා වග්ග)

07. චතුසු භික්ඛවේ සතිපට්ඨානේසු සුපට්ඨිත විත්තා විහරථ, මා චෝ අමතං පනස්ස.

මහණෙනි, සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන්හි මනාකොට පිහිටි සිත් ඇති ව වාසය කරන්න. ඔබට අමෘතය (හෙවත් නිවන) නොනැසේවා.

(අමත සූත්‍රය - සංයුක්ත නිකාය - මහා වග්ග)

08. යේ භික්ඛවේ අනුකම්පෙය්‍යාථ, යෙව සෝතඛ්ඛං මඤ්ඤෙය්‍යපුං, මිත්තා වා අමච්චා වා ඤාතී වා, සාලෝභිතාවා, තේ වෝ භික්ඛවේ චතුත්තං සතිපට්ඨානානං භාවනාය සමාදපේතඛ්ඛා. නිවේසේතඛ්ඛ. පතිට්ඨාපේතඛ්ඛා.

මහණෙනි, යමෙක් මිතුරන්ට හෝ යහළුවන්ට හෝ නෑයන්ට හෝ ලේ නෑයන්ට හෝ අනුකම්පා කළ යුතු යයි සිතන්නේ නම් ඒ අය සතර සතිපට්ඨාන භාවනාවෙහි සමාදන් කරවිය යුත්තාහ. යෙදවිය යුත්තාහ. පිහිටුවිය යුත්තාහ.

(මිත්ත සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය - මහා වග්ග)

09. සෙය්‍යථා පි භික්ඛවේ ගංගා නදී පාචින නින්තෝ පාචින පෝණෝ පාචින පඛිභාරෝ, ඒවමේව ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු චත්තාරෝ සතිපට්ඨානානාවෙන්තෝ ඛහුලීකරොත්තෝ නිඛ්ඛානනින්තෝ නිඛ්ඛානපෝණෝ නිඛ්ඛානපඛිභාරෝ.

මහණෙනි, ගංගා නම් නදිය යම් සේ පහළට නැමුණේ, පහළට ම යොමු වූයේ, පහළට ම බර වූයේ වේ ද එසේ ම වඩන ලද, බහුල වශයෙන්

දියුණු කරන ලද මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ නිවනට ම නැමුණේ, නිවනට ම යොමු වූයේ, නිවනට ම බර වූයේ වෙයි.

(ගංගා සූත්‍රය - සංයුක්ත නිකාය - මහා වග්ග)

10. “තස්මාතිහ භික්ඛවේ මා අගෝචරේ චරිතං පර විසයේ. අගෝචරේ භික්ඛවේ චරතං පර විසයේ ලච්ඡති මාරෝ ඔතාරං. ලච්ඡති මාරෝ ආරම්මණං. කෝ ච භික්ඛවෙ අගෝචරෝ පර විසයෝ? යදිදං පංච කාම ගුණා”

එම නිසා මහණෙනි, තමාහට නුසුදුසු වූ අනුන් අයත් ප්‍රදේශය තුළ නොහැසිරෙනු මැනව. මහණෙනි, තමා හට නුසුදුසු වූ අනුන් අයත් ප්‍රදේශය තුළ හැසිරෙන කල්හි මාරයා අවකාශ ලබන්නේ ය. අරමුණු ලබන්නේ ය. මහණෙනි, භික්ෂූන් හට නුසුදුසු වූ අනුන් අයත් ප්‍රදේශ නම් කුමක් ද? ඒ මේ පංචකාම ගුණයෝ ය.

“ගෝචරේ භික්ඛවේ චරං සකේ පෙත්තිකෙ විසයේ. ගෝචරේ භික්ඛවේ චරතං සකේ පෙත්තිකෙ විසයේ න ලච්ඡති මාරෝ ඔතාරං. න ලච්ඡති මාරෝ

ආරම්භණං. කෝ ච භික්ඛවේ භික්ඛුනෝ
ගොචරෝ සකෝ පෙත්තිකෝ විසයෝ?
යද්දං චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා.

මහණෙනි, තමා හට සුදුසු වූ පියා සන්තක ප්‍රදේශය තුළ හැසිරෙනු මැනවි. මහණෙනි, තමා හට සුදුසු වූ පියා සන්තක ප්‍රදේශය තුළ හැසිරෙන කල්හි මාරයා අචකාශ නොලබන්නේ ය. අරමුණක් නොලබන්නේ ය. මහණෙනි, භික්ෂූන් හට සුදුසු වූ පියා සන්තක ප්‍රදේශය යනු කුමක් ද? ඒ මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ ය.

(සංයුත්ත නිකාය - සතිපට්ඨාන සංයුත්තය
- සකුණග්ගි සූත්‍රය)

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය

නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

01. ඒවං මේ සුතං ඒකං සමයං භගවා කුරුසු විහරති කම්මාසදම්මං නාම කුරුනං නිගමෝ. තත්‍ර ඛෝ භගවා භික්ඛු ආමන්තේසි භික්ඛවෝති, හදන්තේති තේ භික්ඛු භගවතෝ පච්චස්සෝසුං. භගවා එතදවෝච.

මා විසින් මෙසේ අසන ලදී. එක් සමයෙක භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ කම්මාසදම්ම නම් වූ කුරුන්ගේ කුඩා නගරයෙහි වාසය කරන සේක. එකල්හි භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ “මහණෙනි” යි කියා භික්ෂූන් වහන්සේලා අමතා වදාළ සේක. ඒ භික්ෂූන් වහන්සේලා ද “පින්වතුන් වහන්ස” යැයි කියා භාග්‍යවතුන් වහන්සේට පිළිතුරු දුන්නාහු ය. භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙම දෙසුම වදාළ සේක.

02. එකායනෝ අයං භික්ඛවේ මග්ගෝ සත්තානං විසුද්ධියා සෝක පරිද්දවානං සමතික්කමාය දුක්ඛ දෝමනස්සානං අත්ථංගමාය ඤායස්ස අධිගමාය නිබ්බානස්ස සච්ඡකිරියාය යදිදං චත්තාරෝ සතිපට්ඨානා.

මහණෙනි, මෙය චනාභි සත්ත්වයාගේ පිරිසිදු බව පිණිස ද, සෝ සුසුම් හඬා වැලපීම් ඉක්මවාලීම පිණිස ද, කායික මානසික දුක් දොම්නස්වලින් අත මිදීම පිණිස ද, ආර්ය න්‍යාය නම් වූ චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය අවබෝධ කරගැනීම පිණිස ද, නිර්වාණ ධර්මය සාක්ෂාත් කර ගැනීම පිණිස ද පවතින්නා වූ එක ම මාර්ගය වන්නේ ය. එනම් මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ ය.

03. කතමේ චත්තාරෝ? ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සි විහරති ආතාපී සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං.

වේදනාසු වේදනානුපස්සි විහරති ආතාපී සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දොමනස්සං.

විත්තේ විත්තානුපස්සි විහරති ආතාපී සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දොමනස්සං.

ධම්මේසු ධම්මානුපසසි විහරති ආනාපී සම්පජානෝ සතිමා විනෙයා ලෝකේ අභිජ්ඣා දොමනස්සං.

ඒ සතර සතිපට්ඨාන ධර්ම යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව කය පිළිබඳ ව කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මනා සිහියෙන් යුතු ව, නුවණින් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

වේදනාවන් පිළිබඳ ව කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මහා නුවණින් යුතු ව, සිහියෙන් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට වේදනානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සිත පිළිබඳ ව කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මනා නුවණින් යුතු ව, සිහියෙන් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට චිත්තානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

ධර්මයන් පිළිබඳ ව කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මනා නුවණින් යුතු ව, සිහියෙන් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

ආනාපාන පඬිබය

04. කථාං ව භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සි විහරති? ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු අරඤ්ඤාගතෝ වා රුක්ඛමූල ගතෝවා සුඤ්ඤාගාර ගතෝවා නිසීදති පල්ලංකං ආභුජ්න්වා උජුං කායං පණ්ඩාය පරිමුඛං සතිං උපට්ඨපෙත්වා සෝ සතෝ ව අස්සසති. සතෝ ව පස්සසති. දීසං වා අස්සසන්තෝ දීසං අස්සසාමී ති පජානාති, දීසං වා පස්සසන්තෝ දීසං පස්සසාමීති පජානාති, රස්සං වා අස්සසන්තෝ රස්සං අස්සසාමීති පජානාති. රස්සං වා පස්සසන්තෝ රස්සං පස්සසාමීති පජානාති. සබ්බකාය පටිසංවේදී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. සබ්බකාය පටිසංවේදී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පස්සම්භයං කාය සංඛාරං අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පස්සම්භයං කාය සංඛාරං පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ කෙසේ ද?

මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව ආරණ්‍යයකට ගියේ හෝ, රුක් සෙවණකට ගියේ හෝ, නිදහස් තැනකට ගියේ හෝ පලඟක් බැඳගෙන

කය සෘජු කරගෙන භාවනා කරන අරමුණ පිළිබඳ ව සිහිය පිහිටුවා ගෙන වාච්ච වන්නේ ය.

හෙතෙම සිහියෙන් යුතුව ව ම හුස්ම ගන්නේ ය. සිහියෙන් යුතුව ම හුස්ම හෙළන්නේ ය. දීර්ඝ ලෙස ආශ්වාස කරන්නේ නම් දීර්ඝ ලෙස ආශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය. දීර්ඝ ලෙස ප්‍රශ්වාස කරන්නේ නම් දීර්ඝ ලෙස ප්‍රශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය. කෙටියෙන් ආශ්වාස කරන්නේ නම් කෙටියෙන් ආශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය. කෙටියෙන් ප්‍රශ්වාස කරන්නේ නම් කෙටියෙන් ප්‍රශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය.

සියලු කය පිළිබඳ ව මනා සංවේදී බවකින් යුතුව ම ආශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය. සියලු කය පිළිබඳ මනා සංවේදී බවකින් යුතුව ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය.

ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස නම් වූ කාය සංස්කාරයන් සැඟලේලු කරමින් ආශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය. ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස නම් වූ කාය සංස්කාරයන් සැඟලේලු කරමින් ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය.

05. සොචාපි හික්ඛවේ දක්ඛෝ භමකාරෝ වා භමකාරන්තේවාසී වා දීසං වා අඤ්ඡන්තෝ දීසං අඤ්ඡාමිති පජානාති. රස්සං වා අඤ්ඡන්තෝ රස්සං

අක්ඛණ්ණාමිති පජානාති. එවමෙව ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු දීසං වා අස්සන්තො දීසං අස්සසාමිති පජානාති. දීසං වා පස්සසන්තෝ දීසං පස්සසාමිති පජානාති, රස්සං වා අස්සසන්තෝ රස්සං අස්සසාමිති පජානාති, රස්සං වා පස්සසන්තෝ රස්සං පස්සසාමිති පජානාති. සබ්බකාය පටිසංවේදී අස්සසිස්සාමිති සික්ඛති. සබ්බකාය පටිසංවේදී පස්සසිස්සාමිති සික්ඛති. පස්සමිභයං කාය සංඛාරං අස්සසිස්සාමිති සික්ඛති. පස්සමිභයං කායසංඛාරං පස්සසිස්සාමිති සික්ඛති.

මහණෙනි, යම් සේ දක්ෂ වූ වඩුවෙක් හෝ එම වඩුවාගේ අතවැසියෙක් හෝ දීර්ඝ ලෙස යතු ගාන්නේ නම් දීර්ඝ ලෙස යතු ගාන්නෙමිසි මනා කොට දැන ගනී ද, කෙටියෙන් යතු ගාන්නේ නම් කෙටියෙන් යතු ගාන්නෙමිසි මනා කොට දැන ගනී ද, ඒ ආකාරයෙන් ම මහණෙනි, මේ සසුනේ භික්ෂුව දීර්ඝ ලෙස ආශ්වාස කරන්නේ නම් දීර්ඝ ලෙස ආශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය. දීර්ඝ ලෙස ප්‍රශ්වාස කරන්නේ නම් දීර්ඝ ලෙස ප්‍රශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය. කෙටියෙන් ආශ්වාස කරන්නේ නම් කෙටියෙන් ආශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය. කෙටියෙන් ප්‍රශ්වාස කරන්නේ නම් කෙටියෙන් ප්‍රශ්වාස කරමිසි දැන ගන්නේ ය.

සියලු කය පිළිබඳ මනා සංවේදී බවකින් යුතු ව ම ආශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය. සියලු කය පිළිබඳ ව මනා සංවේදී බවකින් යුතු ව ම ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය.

ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස නම් වූ කාය සංස්කාරයන් සැහැල්ලු කරමින් ආශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය. ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස නම් වූ කාය සංස්කාරයන් සැහැල්ලු කරමින් ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමිසි හික්මෙන්නේ ය.

06. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

07. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

08. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය අනිස්සිතෝ ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි බෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතූන්ගෙන් හට ගත්තා වූ චෙනස්වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණුවීම පිණිස ද සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

ඉරියාපට්ඨ ජබ්බය

09. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු ගච්ඡන්තෝ වා ගච්ඡාමිති පජානාති. ධීතෝ වා ධීතෝමිහි ති පජානාති. නිසින්තෝ වා නිසින්තෝමිහිති පජානාති. සයානෝ වා සයානෝමිහිති පජානාති. යථා යථා වා පනස්ස කායෝ පණ්හිතෝ හෝති තථා තථා නං පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව ගමන් කරන විට ‘ගමන් කරමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. නැවතී සිටින විට ‘නැවතී සිටිමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. නැවතී සිටින විට ‘නැවතී සිටිමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. හිඳගෙන සිටින විට ‘හිඳගෙන සිටිමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් යම් ආකාරයෙන් කය පවතින්නේ ද ඒ ඒ ආකාරයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී.

10. ඉති අප්ඤ්ඤාතං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

අප්‍රකටිත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

11. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

12. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය අනිස්සිතෝච විහරති. න ච කිඤ්චි

ලෝකේ උපාදියති. ඒවමපි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සි විහරති.

එවිට (හේතූන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සම්පජ්ඣේඤා පඬිබය

13. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු අභික්කන්තේ පටික්කන්තේ සම්පජානකාරී හෝති. ආලෝකිතේ විලෝකිතේ සම්පජානකාරී හෝති. සම්මිඤ්ජිතේ පසාරිතේ සම්පජානකාරී හෝති. සංසාරිපත්තච්චර ධාරණේ සම්පජානකාරී හෝති. අසිතේ පීතේ

බාසිනේ සාසිනේ සම්පජානකාරී හෝති. උච්චාර පස්සාව කම්මේ සම්පජානකාරී හෝති. ගනේ ධීනේ නිසින්නේ සුත්තේ ජාගරිනේ භාසිනේ කුණ්භිභාවේ සම්පජානකාරී හෝති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව ඉදිරියට ගමන් කරන විට ද, ආපසු හැරී එන විට ද මනා නුවණින් යුතුවෙයි. අත් පා හකුළන විට ද, අත්පා දිග හරින විට ද මනා නුවණින් යුතුවෙයි. දෙපට සිවුර, පාත්‍රය, අඳනය, තනිපොට සිවුර ආදිය දරන විට ද මනා නුවණින් යුතුවෙයි. අනුභව කරන විට ද, පානය කරන විට ද, භපන විට ද, රස විඳින විට ද මනා නුවණින් යුතුවෙයි. ගමන් කරන විට ද නැවතී සිටින විට ද, හිඳගෙන සිටින විට ද, සැතපී සිටින විට ද, අවදිව සිටින විට ද, කතාබහ කරන විට ද, නිහඬ ව සිටින විට ද මනා නුවණින් යුතුවෙයි.

14. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින්

දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

15. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හටගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

16. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති. යාවදේව ඤාණ මත්තාය පතිස්සති මත්තා ය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතුන් නිසා හට ගත්තා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය

කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

පටික්කුල මහසිකාර පබ්බය

17. පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු ඉමමේව කායං උද්ධං පාදතලා අධෝ කේසමත්තකා තව පරියන්තං පුරං නානප්පකාරස්ස අසුචින්ථෝ පච්චවෙක්ඛති. අත්ථි ඉමස්මිං කායේ කේසා ලෝමා නඛා දන්තා තචෝ මංසං නහාරු අට්ඨි අට්ඨිමිඤ්ජා වක්කං හදයං යකනං කිලෝමකං පිහකං පප්ඵාසං අන්තං අන්තගුණං උදරියං කර්ඨසං පිත්තං සෙම්භං පුබ්බෝ ලෝහිතං සේදෝ මේදෝ අස්සු වසා ඛේලෝ සිංසානිකා ලසිකා මුත්තංන්ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුච යටිපතුලෙන් උඩ හිසකෙස්වලින් පහළට සමකින් වැසී තිබෙන්නා වූ මේ ශරීරයෙහි පිරි තිබෙන්නා වූ නොයෙක් ආකාර වූ අපවිත්‍ර ද්‍රව්‍යන් පිළිබඳ ව නුවණින් විමසා බලන්නේ ය.

මේ කයෙහි ඇත්තේ කෙස් ය. ලොම් ය. නිය පොතු ය. දත් ය. සම් ය. මස් ය. නහර වැල් ය. ඇට ය. ඇට මිදුලු ය. වකුගඩු ය. හදවත ය. අක්මාව ය. දළඹුව ය. බඩදිව ය. පෙණහලු ය. කුඩා බඩවැල් ය. මහා බඩවැල් ය. ආමාශය ය. අසුවි ය. පිත ය. සෙම ය. සැරව ය. ලේ ය. දහඩිය ය. තෙල් මන්ද ය. කඳුළු ය. වුරුණු තෙල් ය. කෙළ ය. සොටු ය. සඳ මිදුළු ය. මුත්‍රා ද වශයෙනි.

18. සොපාපි හික්ඛවේ උභතෝ මුඛා පුටෝච්චි පූරා නානාවිහිතස්ස ධඤ්ඤස්ස. සෙය්‍යපීදං? සාලීනං විහීනං මුග්ගානං මාසානං තිලානං තණ්ඩුලානං. තමේනං වක්ඛුමා පුරිසෝ මුඤ්චිත්වා පච්චවෙක්ඛෙය්‍ය, ‘ඉමේ සාලී, ඉමේ වීහී, ඉමේ මුග්ගා, ඉමේ මාසා, ඉමේ තිලා, ඉමේ තණ්ඩුලා’ ති.

ඒවමේව බෝ භික්ඛාවේ භික්ඛු ඉමමේව කායං උද්ධං පාදතලා අධෝ කේසමත්තකා තව පරියන්තං පූරං නානප්පකාරස්ස අසුචින්ථෝ පච්චවෙක්ඛති. අත්ථී ඉමස්මිං කායේ කේසා ලෝමා නඛා දන්තා තචෝ මංසං නහාරු අට්ඨී අට්ඨීම්ඤ්ඡා චක්කං හදයං යකනං කිලෝමකං පිහකං පප්ඵාසං අන්තං අන්තගුණං උදරියං කර්සං පිත්තං සෙම්භං පුඛ්බෝ ලෝහිතං සේදෝ මේදෝ අස්සු චසා ඛේලෝ සිංසානිකා ලසිකා මුත්තන්ති.

මහණෙනි, නොයෙක් ආකාරයේ ධාන්‍යවලින් පිරී ඇත්තා වූ දෙපැත්තේ ම කට ඇති මල්ලක් වේ ද, කුමන වර්ගයේ ධාන්‍යවලින් පිරී ඇත්තේ ද යත්:- හැල්වී ය, වී ය, මුං ය, මෑ ය, තල ය, සහල් ය යනාදිය ය. ඇස් ඇති පුරුෂයෙක් ඒ මල්ල ලිහා දමා “මේවා හැල්වී ය, මේවා වී ය, මේවා මුං ඇට ය, මේවා මෑ ඇට ය, මේවා තල ඇට ය, මේවා සහල් ය” යනුවෙන් වෙන් වෙන් ව බලන්නේ යම් ආකාරයෙන් ද ඒ ආකාරයෙන් ම මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව යටි පතුලෙන් උඩ, හිසකෙස්වලින් පහළට සමකින් වැසී තිබෙන්නා වූ මේ ශරීරයෙහි පිරී තිබෙන්නා වූ නොයෙක් ආකාර වූ අපවිත්‍ර ද්‍රව්‍යයන් පිළිබඳ ව නුවණින් විමසා බලන්නේ ය.

මේ කයෙහි ඇත්තේ කෙස් ය. ලොම් ය. නියපොතු ය. දත් ය. සම් ය. මස් ය. නහරවැල් ය. ඇට ය. ඇට මිදුලු ය. වකුගඩු ය. හදවත ය. අක්මාව ය. දළඹුව ය. බඩදිව ය. පෙණහලු ය. කුඩා බඩවැල ය. මහා බඩවැල ය. අමාශය ය. අසුවි ය. පිත ය. සෙම ය. සැරව ය. ලේ ය. දහඩිය ය. තෙල්මන්ද ය. කඳුළු ය. චුරුණු තෙල් ය. කෙළ ය. සොටු ය. සඳ මිදුලු ය. මුත්‍රා ද වශයෙනි.

19. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

20. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

21. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායනුපස්සි විහරති.

එවිට (හේතුන් නිසා හට ගන්නා වූ චෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත්ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණුවීම පිණිස ද සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දැකීමින් කායනුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

ධාතු මහසිකාර ප්‍රබ්ධය

22. පූන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු ඉමමේව කායං යථා ධීතං යථා පණ්ණිතං ධාතූසෝ පච්චවෙක්ඛති. අත්ථී ඉමස්මිං කායේ පඨවී ධාතු ආපෝ ධාතු තේජෝ ධාතු වායෝ ධාතූති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව මේ කය පිළිබඳ ව යම් ආකාරයකින් පිහිටා තිබෙන්නේ ද, යම් ආකාරයකින් පවතින්නේ ද ඒ පිළිබඳ ව ධාතු ස්වභාවයන් වශයෙන් නුවණින් විමසන්නේ ය.

“මේ ශරීරයෙහි ඇත්තේ පඨවි ධාතුව ය. ආපෝ ධාතුව ය. තේජෝ ධාතුව ය. වායෝ ධාතුව ය” වශයෙනි.

23. සෙය්‍යථාපි භික්ඛවේ දක්ඛෝ ගෝ සාතකෝ චා ගෝසාතකන්තේවාසී චා ගාවිං චධිත්චා චාතුම්මහාපථෙ ඛීලසො

විභජ්‍යව්‍යා නිසින්නෝ අස්ස. ඒවමේව
බෝ හික්ඛවේ හික්ඛු ඉමමේව කායං යථා
ධීතං යථා පණ්හිතං ධාතුසෝ පච්චවෙක්ඛති.

ඉදින් මහණෙනි, යම් ආකාරයකින් දක්ෂ වූ ගව
සාතකයෙක් හෝ ගව සාතකයාගේ අතවැසියෙක්
හෝ ගව දෙනක මරා සිටීමට හන්දියෙක තබාගෙන
කැබැලි කැබැලි කොට බෙදන්නේ යම් සේ ද
ඒ ආකාරයෙන් ම මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව
මේ කය පිළිබඳ ව යම් ආකාරයකින් පවතින්නේ ද,
යම් ආකාරයකින් පිහිටා තිබෙන්නේ ද,
ඒ ආකාරයෙන් ම ධාතු ස්වභාවයන් වශයෙන්
නුවණින් විමසන්නේ ය.

අත්ථී ඉමස්මිං කායේ පඨවී ධාතු ආපෝ ධාතු
තේජෝ ධාතු වායෝ ධාතු ති.

මේ ශරීරයෙහි ඇත්තේ පඨවි ධාතුව ය.
ආපෝ ධාතුව ය. තේජෝ ධාතුව ය. වායෝ
ධාතුව ය වශයෙනි.

24. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි
විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.
අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි
විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථාස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

25. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

26. අන්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතූන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සීවථික පබ්බය

සීවථිකය - 1

27. පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරීරං සීවථිකාය ඡඩ්ඛිතං, ඒකාහමතං වා ද්විහමතං වා තිහමතං වා, උද්ධුමාතකං විනීලකං විපුබ්බක ඡාතං. සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති. අයම්පි බෝ කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය මැරී එක් දවසක් ගියා වූ හෝ දෙදවසක් ගියා වූ හෝ තුන් දවසක් ගියා වූ හෝ ඉදිමී ගියා වූ නිල්වී ගියා වූ සැරව හටගත්තා වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් සේ ද ඒ ආකාරයෙන් ම මේ භික්ෂුව මේ ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

“මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත් වේම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය” යනුවෙනි.

28. ඉති අජ්ඣාතං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣාතං බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

29. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

30. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සි විහරති.

එවිට (හේතූන් නිසා හට ගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය

නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සීවථිකය - 2

31. පුන ව පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරීරං සීවථිකාය ඡඩ්ඛිතං, කාකේහි වා ඛජ්ජමානං කුලලේහි වා ඛජ්ජමානං ගිජ්ජෙධිහි වා ඛජ්ජමානං සුනඛේහි වා ඛජ්ජමානං සිගාලේහි වා ඛජ්ජමානං විවිධේහි වා පාණක ජාතේහි ඛජ්ජමානං.

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති අයම්පි ඛෝ කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය කපුටන් විසින් කනු ලබන්නා වූ උකුස්සන් විසින් කනු ලබන්නා වූ, ගිජු ලිහිණියන් විසින් කනු ලබන්නා වූ, බල්ලන් විසින් කනු ලබන්නා වූ, සිවලුන් විසින් කනු ලබන්නා වූ විවිධාකාර සතුන් විසින් කනු ලබන්නා වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් අකාරයෙන් ද ඒ ආකාරයෙන් ම මේ භික්ෂුව මේ ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත් වේ ම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

32. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

33. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද

නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

34. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතූන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණයකර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සිව්විකය - 3

35. පුන ව පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරීරං සිව්විකාය ඡඩ්ඛිතං, අට්ඨිකංඛලිකං සමංසලෝභිතං නහාරු සම්බද්ධං. සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති. අයම්පි ඛෝකායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවි ඒතං අනතීතෝ ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය තැනින් තැන ඇට පැදී ගියා වූ ලේ වැකුණු මසින් යුතු වූ නහරවලින් බැඳුණා වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් ආකාරයෙන් ද ඒ ආකාරයෙන් ම මේ භික්ෂුව මේ ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත් වේ ම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

36. ඉති අජ්ඣධත්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣධත්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

37. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

38. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවෙ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතූන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සිව්විකය - 4

39. පුන ව පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරීරං සිව්විකාය ඡඩ්ඞිතං, අට්ඨි කංඛලිකං නිම්මංසං ලෝභිත මක්ඛිතං නහාරු සම්බද්ධං. සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති. අයම්පි ඛෝ කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝ ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය බොහෝ සෙයින් ම

ආට පැදී ගියා වූ මසින් තොර වූ ලෙයින් වැකී ගියා වූ නහරවලින් බැඳුණා වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් ආකාරයෙන් ද ඒ ආකාරයෙන් ම මහණෙනි, මේ හික්ෂුව මෙම ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත් වේ ම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

40. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

41. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

42. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිකා හෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි බෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතූන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සිව්විකය - 5

43. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරීරං සිව්විකාය ඡඩ්ඛිතං, අට්ඨිකංඛලිකං අපගත මංස ලෝභිතං නහාරු සම්බද්ධං. සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති. අයම්පි ඛෝ කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝ ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය මස් ලේවලින් තොර වූ, නහරවලින් බැඳුණා වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් ආකාරයෙන් ද ඒ ආකාරයෙන් ම මේ භික්ෂුව මෙම ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවයට අයත් වේ ම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

44. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සී විහරති. ඛනිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති. අජ්ඣන්ත ඛනිද්ධා වා කායේ කායනුපස්සී විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

45. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

46. අන්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති

මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සීවථිකය - 6

47. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරීරං සීවථිකාය ඡඩ්ඩිතං, අට්ඨිකානි අපගත සම්බන්ධානි දිසා විදිසාසු වික්ඛිත්තානි අඤ්ඤේන හත්ථට්ඨිකං අඤ්ඤේන පාදට්ඨිකං අඤ්ඤේන ගෝඡ්චට්ඨිකං අඤ්ඤේන ඡඩ්ඝට්ඨිකං

අඤ්ඤාන උග්‍රච්ඡේදනං අඤ්ඤාන පිට්ඨිච්ඡේදනං
අඤ්ඤාන කච්ඡේදනං අඤ්ඤාන ඛන්ධච්ඡේදනං
අඤ්ඤාන භිවච්ඡේදනං අඤ්ඤාන දන්තච්ඡේදනං
අඤ්ඤාන සීස කථාහං.

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති. අයම්පි බෝ
කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝ ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව
අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය ඇට කැබැලි
බවට පත් වූ වෙන් වී ගියා වූ මළ සිරුරක්
දකින්නේ වේ ද, එනම් අත් ඇට වෙන පැත්තක ය.
පා ඇට වෙන පැත්තක ය. කෙණ්ඩා ඇට වෙන
පැත්තක ය. කලවා ඇට වෙන පැත්තක ය.
පිට කටුව වෙන පැත්තක ය. උකුල් ඇට වෙන
පැත්තක ය. දත් ඇට වෙන පැත්තක ය. හිස්
කබල වෙන පැත්තක ය යනුවෙනි.

ඒ භික්ෂුව මෙම ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ
සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත්
වේම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්
වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා
නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

48. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි
විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

අප්ඤ්ඤා ඛණ්ඩා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

49. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැති වීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

50. අන්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි

ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සිව්විකය - 7

51. පුන ව පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරීරං සිව්විකාය ඡඩ්ඛිතං, අට්ඨිකානි සේතානි සංඛවණ්ණුපනිහානි සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති. අයම්පි ඛෝ කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝ ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය හක් ගෙඩියක් සේ සුදු පැහැවූ ඇට ගොඩක් බවට පත් වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් ආකාරයෙන් ද, ඒ භික්ෂුව මෙම ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත් වේ ම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

52. ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣත්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

53. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

54. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නන් ය.

සීවථිකය - 8

55. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙයයාථාපි පස්සෙයා සරීරං සීවථිකය ඡඩ්ඛිතං, අට්ඨිකානි පුඤ්ජිකතානි තේරෝචස්සිකානි, සෝ ඉමමේව කායං උපසංභරති. අයම්පි ඛෝ කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතිතෝ ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය කුණු වී ගියා වූ ඇට ගොඩක් බවට පත් වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් ආකාරයෙන් ද, ඒ භික්ෂුව මෙම ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත් වේ ම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත් වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

56. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

57. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

58. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සි විහරති.

එවිට (හේතූන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත්ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණුවීම පිණිස ද, සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සීවථිකය - 9

59. පුන ච භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි පස්සෙය්‍ය සරිරං. සීවථිකාය ඡඩ්ඨිතං, අට්ඨිකානි පූතීනි චුණ්ණක ජාතානි. සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති. අයම්පි ඛෝ කායෝ ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝ ති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අමු සොහොනක අතහැර දමා ගිය කුණු වී ගියා වූ සුණු බවට පත් වූ ඇට ගොඩක් බවට පත් වූ මළ සිරුරක් දකින්නේ යම් ආකාරයකින් ද, ඒ ආකාරයෙන් ම ඒ භික්ෂුව මෙම ශරීරය ද මළ සිරුර සමඟ සසඳා බලන්නේ ය.

‘මාගේ මේ ශරීරය ද මේ ධර්මතාවට අයත් වේ ම ය. ඒකාන්තයෙන් ම මේ ස්වභාවයට පත්වන්නේ ය. කිසිසේත් ම මේ ස්වභාවය ඉක්මවා නැත්තේ ම ය’ යනුවෙනි.

60. ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන කයෙහි ද, කය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

61. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ කයෙහි හට ගැනීම ද, නැති වීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

62. අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවෙ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

එවිට (භේතුන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) කයක් ඇත්තේ යැයි කායික ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කයෙහි කය පිලිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

මෙය වනාහි ‘කායානුපස්සනා සතිපට්ඨාන භාවනාව’ වන්නේ ය.

වේදනානුපස්සනා සතිපට්ඨානය

63. කථං ච භික්ඛවේ භික්ඛු වේදනාසු වේදනානුපස්සි විහරති? ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු සුඛං වේදනං වේදියමානෝ සුඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති. දුක්ඛං චා වේදනං වේදියමානෝ දුක්ඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති. අදුක්ඛමසුඛං චා වේදනං වේදියමානෝ අදුක්ඛමසුඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති.

මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව වේදනාවන්හි වේදනාවන් පිලිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වේදනානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව සැප වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘සැප වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. දුක් වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘දුක් වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. මැදහත් වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘මැදහත් වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී.

64. සාමිසං වා සුඛං වේදනං වේදියමානෝ සාමිසං සුඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති. නිරාමිසං වා සුඛං වේදනං වේදියමානෝ නිරාමිසං සුඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති.

සාමිසං වා දුක්ඛං වේදනං වේදියමානෝ සාමිසං දුක්ඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති. නිරාමිසං වා දුක්ඛං වේදනං වේදියමානෝ නිරාමිසං දුක්ඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති.

සාමිසං වා අදුක්ඛමසුඛං වේදනං වේදියමානෝ සාමිසං අදුක්ඛමසුඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති. නිරාමිසං වා අදුක්ඛමසුඛං වේදනං වේදියමානෝ නිරාමිසං අදුක්ඛමසුඛං වේදනං වේදියාමීති පජානාති.

ආමිස සහිත වූ සැප වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘ආමිස සහිත වූ සැප වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. ආමිස රහිත වූ සැප වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘ආමිස රහිත වූ සැප වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී.

ආමිස සහිත වූ දුක් වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘ආමිස සහිත වූ දුක් වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. ආමිස රහිත වූ දුක් වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘ආමිස රහිත වූ දුක් වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී.

ආමිස සහිත වූ මැදහත් වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘ආමිස සහිත වූ මැදහත් වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී. ආමිස රහිත වූ මැදහත් වේදනාවක් විඳින්නේ නම් ‘ආමිස රහිත වූ මැදහත් වේදනාවක් විඳින්නෙමි’ යි හොඳින් තේරුම් ගනී.

65. ඉති අජ්ඣන්තං වා වේදනාසු වේදනානුපස්සී විහරති. ඛනිද්ධා වා වේදනාසු

වේදනානුපස්සි විහරති. අජ්ඣතන්තබ්බිද්ධා වා වේදනාසු වේදනාපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන වේදනාවන්හි ද, වේදනාවන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන වේදනාවන්හි ද, වේදනාවන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන වේදනාවන්හි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන වේදනාවන්හි ද, වේදනාවන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

66. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා වේදනාසු විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා වේදනාසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා වේදනාසු විහරති.

වේදනාවන්හි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. වේදනාවන්හි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. වේදනාවන්හි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

67. අත්ථි වේදනාති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය

පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිනො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු වේදනාසු වේදනානුපස්සි විහරති.

ඵච්ච (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ, වෙනස් වී යන්නා වූ) වේදනාවක් ඇත්තේ යැයි වේදනා ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. ඵච්ච ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව වේදනාවන්හි වේදනාවන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වේදනානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

මෙය වනාහි ‘වේදනානුපස්සනා සතිපට්ඨාන භාවනාව’ වන්නේ ය.

චිත්තානුපස්සනා සතිපට්ඨානය

68. කථං ව පන භික්ඛවෙ භික්ඛු චිත්තේ චිත්තානුපස්සි විහරති? ඉධ භික්ඛවෙ භික්ඛු සරාගං වා චිත්තං සරාගං චිත්තන්ති පජානාති. චීතරාගං වා චිත්තං චීතරාගං චිත්තන්ති පජානාති. සදෝසං වා චිත්තං සදෝසං චිත්තන්ති පජානාති. චීතදෝසං වා චිත්තං චීතදෝසං චිත්තන්ති පජානාති. සමොහං වා චිත්තං සමෝහං චිත්තන්ති පජානාති චීතමෝහං වා චිත්තං චීත මෝහං චිත්තන්ති පජානාති.

මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව සිතෙහි සිත පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් චිත්තානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව රාග සහිත සිත රාග සහිත සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. රාග නොමැති සිත රාග නොමැති සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. ද්වේෂ සහිත සිත ද්වේෂ සහිත සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. ද්වේෂ රහිත සිත ද්වේෂ රහිත සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. මෝහ සහිත සිත මෝහ සහිත සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී.

මෝහ නොමැති සිත මෝහ නොමැති සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී.

69. සංඛිත්තං වා චිත්තං සංඛිත්තං චිත්තන්ති පජානාති. විකඛිත්තං වා චිත්තං විකඛිත්තං චිත්තන්ති පජානාති. මහග්ගතං වා චිත්තං මහග්ගතං චිත්තන්ති පජානාති. අමහග්ගතං වා චිත්තං අමහග්ගතං චිත්තන්ති පජානාති. සඋත්තරං වා චිත්තං සඋත්තරං චිත්තන්ති පජානාති. අනුත්තරං වා චිත්තං අනුත්තරං චිත්තන්ති පජානාති. සමාහිතං වා චිත්තං සමාහිතං චිත්තන්ති පජානාති. අසමාහිතං වා චිත්තං අසමාහිතං චිත්තන්ති පජානාති. විමුක්තං වා චිත්තං විමුක්තං චිත්තන්ති පජානාති. අවිමුක්තං වා චිත්තං අවිමුක්තං චිත්තන්ති පජානාති.

හැකිලී ගිය සිත හැකිලී ගිය සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. විසිරී ගිය සිත විසිරී ගිය සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. බලවත් බවට පැමිණි සිත බලවත් බවට පැමිණි සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. බලවත් බවට නොපැමිණි සිත බලවත් බවට නොපැමිණි සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් වෙමින් පවත්නා සිත ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත්වෙමින් පවත්නා සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී.

ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත් වූ සිත ශ්‍රේෂ්ඨත්වයට පත්වූ සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. එකඟ වූ සිත එකඟ වූ සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. එකඟ නොවූ සිත එකඟ නොවූ සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. කෙලෙසුන්ගෙන් මිදුණු සිත කෙලෙසුන්ගෙන් මිදුණු සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී. කෙලෙසුන්ගෙන් නොමිදුණු සිත කෙලෙසුන්ගෙන් නොමිදුණු සිතක් වශයෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී.

70. ඉති අජ්ඣාතං වා චිත්තේ චිත්තානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා චිත්තේ චිත්තානුපස්සි විහරති. අජ්ඣාතං බහිද්ධා වා චිත්තේ චිත්තානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන සිතෙහි ද, සිත පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන සිතෙහි ද සිත පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන සිතෙහි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන සිතෙහි ද, සිත පිළිබඳ යථාස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

71. සමුදය ධම්මානුපස්සි වා චිත්තස්මිං විහරති. වය ධම්මානුපස්සි වා චිත්තස්මිං විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සි වා චිත්තස්මිං විහරති.

මේ සිතෙහි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ සිතෙහි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ සිතෙහි හට ගැනීම ද, නැති වීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

72. අත්ථි විත්තන්ති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය. අනිස්සිතො ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියතී. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු විත්තෙ විත්තානුපස්සි විහරති.

එවිට (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ වෙනස් වී යන්නා වූ) සිතක් ඇත්තේ යැයි සිතේ ස්වභාවය කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව සිත පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් විත්තානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය. මෙය වනාහි ‘විත්තානුපස්සනා සතිපට්ඨාන භාවනාව’ වන්නේ ය.

ධම්මානුපස්සනා සතිපට්ඨානය නිවරණ පබ්බය

73. කථං ච පන භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සීවිහරති? ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති. පංචසු නිවරණේසු. කථං ච පන භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති පංචසු නිවරණේසු?

මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව පංච නිවරණ ධර්මයන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය. මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව පංච නිවරණ ධර්මයන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

74. ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු සන්තං වා අජ්ඣධන්තං කාමච්ඡන්දං අත්ථී මෙ අජ්ඣධන්තං කාමච්ඡන්දෝති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣධන්තං කාමච්ඡන්දං නත්ථී මෙ අජ්ඣධන්තං කාමච්ඡන්දෝති පජානාති.

යථා ච අනුප්පන්නස්ස කාමච්ඡන්දස්ස උප්පාදෝ
භෝති තං ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස
කාමච්ඡන්දස්ස පහානං භෝති තං ච පජානාති.
යථා ච පහීනස්ස කාමච්ඡන්දස්ස ආයතිං
අනුප්පාදෝ භෝති තං ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව තමා
තුළ කාමච්ඡන්දය පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන්
කාමච්ඡන්දය පවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම්
ගනී. තමා තුළ කාමච්ඡන්දය නොපවතින කල්හි
‘මා තුළ දැන් කාමච්ඡන්දය නොපවතින්නේ යැයි’
හොඳින් තේරුම් ගනී.

යම් ආකාරයකින් හට නොගත්
කාමච්ඡන්දයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද
හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හට
ගත්තා වූ කාමච්ඡන්දයේ ප්‍රභාණය වීම වන්නේ ද,
එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින්
ප්‍රහීණ ව ගියා වූ කාමච්ඡන්දය මතු කිසි කලෙකත්
හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

75. සන්තං වා අජ්ඣත්තං ව්‍යාපාදං අත්ථි මේ
අජ්ඣත්තං ව්‍යාපාදෝති පජානාති. අසන්තං වා
අජ්ඣත්තං ව්‍යාපාදං නත්ථි මේ අජ්ඣත්තං
ව්‍යාපාදෝති පජානාති.

යථා ච අනුප්පන්තස්ස ව්‍යාපාදස්ස උප්පාදෝ
භෝති නං ච පජානාති. යථා ච උප්පන්තස්ස
ව්‍යාපාදස්ස පහාණං භෝති නං ච පජානාති. යථා ච
පහීනස්ස ව්‍යාපාදස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ භෝති
නං ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව තමා තුළ
ව්‍යාපාදය පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන් ව්‍යාපාදය
පවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම් ගනී. තමා
තුළ ව්‍යාපාදය නොපවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන්
ව්‍යාපාදය නොපවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම්
ගනී.

යම් ආකාරයකින් හට නොගත් ව්‍යාපාදයේ
හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම්
ගනී. යම් ආකාරයකින් හට ගත්තා වූ ව්‍යාපාදයේ
ප්‍රහීණය වීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම්
ගනී. යම් ආකාරයකින් ප්‍රහීණ ව ගියා වූ ව්‍යාපාදය
මතු කිසිකලෙකත් හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද
හොඳින් තේරුම් ගනී.

76. සන්තං වා අප්ඤ්ඤාතං ටීනමිද්ධං අත්ථී මේ
අප්ඤ්ඤාතං ටීනමිද්ධන්ති පජානාති. අසන්තං වා
අප්ඤ්ඤාතං ටීනමිද්ධං නත්ථී මේ අප්ඤ්ඤාතං
ටීනමිද්ධන්ති පජානාති.

යථා ච අනුප්පන්නස්ස ටීනමිද්ධස්ස උප්පාදෝ
භෝති තං ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස
ටීනමිද්ධස්ස පහානං භෝති තං ච පජානාති.
යථා ච පහිනස්ස ටීනමිද්ධස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ
භෝති තං ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව තමා
තුළ ටීනමිද්ධය පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන්
ටීනමිද්ධය පවත්නිනේ යැයි’ හොඳින් තේරුම්
ගනී. තමා තුළ ටීනමිද්ධය නොපවතින කල්හි
‘මා තුළ දැන් ටීනමිද්ධය නොපවතිනිනේ යැයි’
හොඳින් තේරුම් ගනී.

යම් ආකාරයකින් හටනොගත් ටීනමිද්ධයේ
හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම්
ගනී. යම් ආකාරයකින් හට ගත්තා වූ ටීනමිද්ධයේ
ප්‍රභිණය වීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම්
ගනී. යම් ආකාරයකින් ප්‍රභිණව ගියා වූ ටීනමිද්ධය
මතු කිසි කලෙකත් හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද
හොඳින් තේරුම් ගනී.

77. සන්තං වා අජ්ඣත්තං උද්ධච්ච කුක්කුච්චං.
අත්ථි මේ අජ්ඣත්තං උද්ධච්ච කුක්කුච්චන්ති
පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣත්තං උද්ධච්ච
කුක්කුච්චං නත්ථි මේ අජ්ඣත්තං උද්ධච්ච
කුක්කුච්චන්ති පජානාති.

යථා ච අනුප්පන්තස්ස උද්ධච්ච කුක්කුච්චස්ස උප්පාදෝ හෝති තං ච පජානාති. යථා ච උප්පන්තස්ස උද්ධච්ච කුක්කුච්චස්ස පහානං හෝති තං ච පජානාති. යථා ච පහීනස්ස උද්ධච්ච කුක්කුච්චස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති තං ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව තමා තුළ උද්ධච්ච කුක්කුච්චය පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන් උද්ධච්ච කුක්කුච්චය පවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම් ගනී.

යම් ආකාරයකින් හට නොගත් උද්ධච්ච කුක්කුච්චයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හට ගත්තා වූ උද්ධච්ච කුක්කුච්චයේ ප්‍රහීණය වීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් ප්‍රහීණව ගියා වූ උද්ධච්ච කුක්කුච්චය මතු කිසි කලකත් හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

78. සන්තං වා අජ්ඣත්තං විචිකිච්ඡං අත්ථි මේ අජ්ඣත්තං විචිකිච්ඡාති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣත්තං විචිකිච්ඡං නත්ථි මේ අජ්ඣත්තං විචිකිච්ඡාති පජානාති.

යථා ච අනුප්පන්නාය විචිකිච්ඡාය උප්පාදෝ
හෝති තං ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නාය
විචිකිච්ඡාය පහානං හෝති තං ච පජානාති. යථා ච
පහිනාය විචිකිච්ඡාය ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති
තං ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව තමා
තුළ විචිකිච්ඡාව පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන්
විචිකිච්ඡාව පවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම්
ගනී. තමා තුළ විචිකිච්ඡාව නොපවතින කල්හි
‘මා තුළ දැන් විචිකිච්ඡාව නොපවතින්නේ’ යැයි
හොඳින් තේරුම් ගනී.

යම් ආකාරයකින් හට නොගත් විචිකිච්ඡාවේ
හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම්
ගනී. යම් ආකාරයකින් හට ගත්තා වූ විචිකිච්ඡාවේ
ප්‍රහීණය වීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම්
ගනී. යම් ආකාරයකින් ප්‍රහීණ ව ගියා වූ විචිකිච්ඡාව
මතු කිසි කලෙකත් හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද
හොඳින් තේරුම් ගනී.

**79. ඉති අජ්ඣන්තං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි
විහරති. ඛන්ද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති.
අජ්ඣන්ත ඛන්ද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි
විහරති.**

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

80. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති.

මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

81. අත්ථි ධම්මාති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය අතිස්සිතෝ ව විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති පංචස්ස නිවරණේසු.

එවිට (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ වෙනස් වී
යන්නා වූ) පංච නීවරණ ධර්මයන් තිබේ යැයි
ධර්මයන් කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව
පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද,
සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද, පවතින්නේ ය. එවිට
ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන්
කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය.
ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය
කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි
හික්ෂුච පංච නීවරණ ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය
නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන්
කල් ගෙවන්නේ ය.

බන්ධ පඛිබය

82. පුන ච පරං හික්ඛවේ හික්ඛු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සි විහරති පඤ්චසුපාදානකකන්ධේසු.
කථං ච පන හික්ඛවේ හික්ඛු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සි විහරති පඤ්චසුපාදානකකන්ධේසු?

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුච
පඤ්ච උපාදානස්කන්ධ ධර්මයන් පිළිබඳ ව
ධර්මයන් හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින්
ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව පඤ්ච උපාදානස්කන්ධ ධර්මයන් පිළිබඳ ව ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

83. ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු ඉති රූපං, ඉති රූපස්ස සමුදයෝ, ඉති රූපස්ස අත්ථංගමෝ. ඉති වේදනා, ඉති වේදනාය සමුදයෝ, ඉති වේදනාය අත්ථංගමෝ. ඉති සඤ්ඤා, ඉති සඤ්ඤාය සමුදයෝ, ඉති සඤ්ඤාය අත්ථංගමෝ. ඉති සංඛාරා, ඉති සංඛාරානං සමුදයෝ, ඉති සංඛාරානං අත්ථංගමෝ. ඉති විඤ්ඤාණං, ඉති විඤ්ඤාණස්ස සමුදයෝ, ඉති විඤ්ඤාණස්ස අත්ථංගමෝ ති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව ‘මෙය රූපය ය, මෙය රූපයෙහි හටගැනීම ය, මෙය රූපයෙහි නැතිවීම ය, මෙය වේදනාව ය, මෙය වේදනාවෙහි හටගැනීම ය, මෙය වේදනාවෙහි නැතිවීම ය, මෙය සංඤාව ය, මෙය සංඤාවෙහි හටගැනීම ය, මෙය සංඤාවෙහි නැතිවීම ය, මෙය සංඛාර ය, මෙය සංඛාරයන්හි හට ගැනීම ය, මෙය සංඛාරයන්හි නැතිවීම ය, මෙය විඤානය ය, මෙය විඤානයෙහි හටගැනීම ය, මෙය විඤානයෙහි නැතිවීම ය’ යනුවෙන් හොඳින් තේරුම් ගනී.

84. ඉති අජ්ඣන්තං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති. බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

85. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති.

මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

86. අත්ථි ධම්මාති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය

අනිස්සිතෝ ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. එවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති පංචසූපාදානස්ඛන්ධෙසු.

එවිට (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ වෙනස් වී යන්නා වූ) පංච උපාදානස්කන්ධ ධර්මයන් තිබේ යැයි පංච උපාදානස්කන්ධ ධර්මයන් කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව පංච උපාදානස්කන්ධ ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

ආයතන පඬ්ඛය

87. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති ඡසු අප්ඤ්ඤානික බාහිරේසු ආයතනේසු. කථං ච භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති ඡසු අප්ඤ්ඤානික බාහිරේසු ආයතනේසු?

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව සය වැදැරුම් වූ අභ්‍යන්තර හා බාහිර ආයතනයන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය. මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව සය වැදැරුම් වූ අභ්‍යන්තර හා බාහිර ආයතනයන් පිළිබඳ යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

88. ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු චක්ඛුං ච පජානාති. රූපේ ච පජානාති. යඤ්ච තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සඤ්ඤෝජනං තඤ්ච පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස පහානං හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච පභීනස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති, තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව ඇස ද, හොඳින් තේරුම් ගනී. රූපය ද, හොඳින් තේරුම් ගනී. ඇසත්, රූපයත් හේතුකොට ගෙන යම් බන්ධනයක් හට ගන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ හටගත් බන්ධනයක් ප්‍රභීණ වී යන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ

ප්‍රභීණ වී ගිය බන්ධනයක් මතු කිසි කලෙක හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

89. සෝකං ච පජානාති. සද්දේ ච පජානාති. යඤ්ච තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සඤ්ඤෝජනං තඤ්ච පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස පහානං හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච පභීනස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති. තඤ්ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්මුව කණ ද හොඳින් තේරුම් ගනී. කණත්, ශබ්දයත් හේතු කොට ගෙන යම් බන්ධනයක් හටගන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ හටගත් බන්ධනයක් ප්‍රභීණ වී යන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ ප්‍රභීණ වී ගිය බන්ධනයක් මතු කිසි කලෙක හට නොගන්නේ වේ ද එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

90. ඝානං ච පජානාති. ගන්ධෙ ච පජානාති. යඤ්ච තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සඤ්ඤෝජනං තඤ්ච පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස

සඤ්ඤෝප්පනස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්තස්ස සඤ්ඤෝප්පනස්ස පහානං හෝති තඤ්ච පජනාති. යථා ච පහීනස්ස සඤ්ඤෝප්පනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති. තඤ්ච පජනාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ෂුව නාසය ද, හොඳින් තේරුම් ගනී. ගඳ සුවඳ ද, හොඳින් තේරුම් ගනී. නාසයත්, ගඳ සුවඳත් හේතුකොට ගෙන යම් බන්ධනයක් හට ගන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ හටගත් බන්ධනයක් ප්‍රහීණ වී යන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ ප්‍රහීණ වී ගිය බන්ධනයක් මතු කිසි කලෙක හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

91. ජීවිතං ච පජනාති. රසේ ච පජනාති. යඤ්ච තදුහයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සඤ්ඤෝප්පනං තඤ්ච පජනාති. යථා ච අනුප්පන්තස්ස සඤ්ඤෝප්පනස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජනාති. යථා ච උප්පන්තස්ස සඤ්ඤෝප්පනස්ස පහානං හෝති තඤ්ච පජනාති. යථා ච පහීනස්ස සඤ්ඤෝප්පනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති. තඤ්ච පජනාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව දිව ද හොඳින් තේරුම් ගනී. රසය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. දිවත්, රසයත් හේතුකොට ගෙන යම් බන්ධනයක් හටගන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ හටගත් බන්ධනයක් ප්‍රභීණ වී යන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ ප්‍රභීණ වී ගිය බන්ධනයක් මතු කිසි කලෙක හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

92. කායං ච පජානාති. චොට්ඨබ්බේ ච පජානාති. යඤ්ච තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සඤ්ඤෝජනං තඤ්ච පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස පහානං හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච පභීනස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති. තඤ්ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව කය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. පහස ද හොඳින් තේරුම් ගනී. කයත්, පහසත් හේතුකොට ගෙන යම් බන්ධනයක් හටගන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

යම් සේ හටගත් බන්ධනයක් ප්‍රහීණ වී යන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ ප්‍රහීණ වී ගිය බන්ධනයක් මතු කිසි කලෙක හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

93. මනං ච පජානාති. ධම්මේ ච පජානාති. යඤ්ච තදුභයං පටිච්ච උප්පජ්ජති සඤ්ඤෝජනං තඤ්ච පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස පහානං හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච පහීනස්ස සඤ්ඤෝජනස්ස ආයතිං අනුප්පාදෝ හෝති. තඤ්ච පජානාති.

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්වූව සිත ද, හොඳින් තේරුම් ගනී. අරමුණු ද හොඳින් තේරුම් ගනී. සිතත් අරමුණුත් හේතු කොට ගෙන යම් බන්ධනයක් හටගන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ හට ගත් බන්ධනයක් ප්‍රහීණ වී යන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් සේ ප්‍රහීණ වී ගිය බන්ධනයක් මතු කිසිකලෙක හට නොගන්නේ වේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

94. ඉති අජ්ඣාතං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති. බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති. අජ්ඣාතං බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

95. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති.

මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

96. අත්ථී ධම්මාති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය අනිස්සිතෝ ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති ඡසු අජ්ඣධත්තික බාහිරේසු ආයතනේසු.

එවිට (හේතුන් නිසා හටගන්නා වූ වෙනස් වී යන්නාවූ) අභ්‍යන්තර බාහිර ආයතන නම් වූ ධර්මයන් තිබේ යැයි අභ්‍යන්තර බාහිර ආයතන නම් වූ ධර්මයන් කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ අකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව අභ්‍යන්තර බාහිර ආයතන නම් වූ ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

බොජ්ඣංග පඬිබය

97. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මානුපස්සී විහරති සත්තසු බොජ්ඣංගේසු. කථං ච පන භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති සත්තසු බොජ්ඣංගේසු?

තච ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව සත්ත බොජ්ඣංග ධර්මයන් පිළිබඳ ව ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දැකීමත් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය. මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව සත්ත බොජ්ඣංග ධර්මයන් පිළිබඳ ව ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දැකීමත් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

98. ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු සත්තං වා අජ්ඣාතං සති සම්බොජ්ඣංගං, අත්ථි මේ අජ්ඣාතං සතිසම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. අසත්තං වා අජ්ඣාතං සතිසම්බොජ්ඣංගං නත්ථි මේ අජ්ඣාතං සති සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස සති සම්බොජ්ඣංගස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස සතිසම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය පාරිසුරි හෝති තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව තමා තුළ සතිසම්බෝධිකාන්තය පවතින කල්හි 'මා තුළ දැන් සති සම්බෝධිකාන්තය පවතින්නේ යැයි' හොඳින් තේරුම් ගනී. තමා තුළ සතිසම්බෝධිකාන්තය නොපවතින කල්හි 'මා තුළ දැන් සතිසම්බෝධිකාන්තය නොපවතින්නේ යැයි' හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටනොගත් සම්බෝධිකාන්තයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටගත් සතිසම්බෝධිකාන්තය භාවනාවෙන් පරිපූර්ණත්වයට පත්වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

99. සන්තං වා අජ්ඣන්තං ධම්මවිචය සම්බෝධිකාන්තං, අත්ථි මේ අජ්ඣන්තං ධම්මවිචය සම්බෝධිකාන්තො ති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣන්තං ධම්මවිචය සම්බෝධිකාන්තං, නත්ථි මේ අජ්ඣන්තං ධම්මවිචය සම්බෝධිකාන්තො ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්තස්ස ධම්මවිචය සම්බෝධිකාන්තස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්තස්ස ධම්මවිචය සම්බෝධිකාන්තස්ස භාවනාය පාරිපුරි හෝති තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව තමා තුළ ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය පවතින කල්හි 'මා තුළ දැන් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය පවතින්නේ යැයි' හොඳින් තේරුම් ගනී. තමා තුළ ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින කල්හි 'මා තුළ දැන් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින්නේ යැයි' හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හට නොගත් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටගත් ධම්මවිචය සම්බොජ්ඣංගය භාවනාවෙන් පරිපූර්ණත්වයට පත් වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

100. සන්තං වා අජ්ඣත්තං විරිය සම්බොජ්ඣංගං, අත්ථී මේ අජ්ඣත්තං විරිය සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣත්තං විරිය සම්බොජ්ඣංගං නත්ථී මේ අජ්ඣත්තං විරිය සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්තස්ස විරිය සම්බොජ්ඣංගස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්තස්ස විරිය සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය පාරිපූරී හෝති තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව තමා තුළ විරිය සම්බොජ්ඣංගය පවතින කල්හි

‘මා තුළ දැන් විරිය සම්බොජ්ඣංගය පවතින්නේ’ යැයි හොඳින් තේරුම් ගනී. තමා තුළ විරිය සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන් විරිය සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටනොගත් විරිය සම්බොජ්ඣංගයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටගත් විරිය සම්බොජ්ඣංගය භාවනාවෙන් පරිපූර්ණත්වයට පත්වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

101. සන්තං වා අජ්ඣත්තං පීති සම්බොජ්ඣංගං, අත්ථි මේ අජ්ඣත්තං පීති සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣත්තං පීති සම්බොජ්ඣංගං නත්ථි මේ අජ්ඣත්තං පීති සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස පීති සම්බොජ්ඣංගස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස පීති සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය පාරිපුරි හෝති තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා හික්ෂුව තමා තුළ ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගය පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන් පීති සම්බොජ්ඣංගය පවතින්නේ යැයි’

හොඳින් තේරුම් ගනී. තමා තුළ ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින කල්හි 'මා තුළ දැන් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින්නේ යැයි' හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හට නොගත් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටගත් ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගය භාවනාවෙන් පරිපූර්ණත්වයට පත් වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

102. සන්තං වා අජ්ඣාත්තං පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගං, අත්ථි මේ අජ්ඣාත්තං පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣාත්තං පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගං නත්ථි මේ අජ්ඣාත්තං පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගෝති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගස්ස උප්පාදෝ භෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය පාරිපුරි භෝති තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව තමා තුළ පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය පවතින කල්හි 'මා තුළ දැන් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය පවතින්නේ යැයි' හොඳින් තේරුම් ගනී. තමා තුළ පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින

කල්හි ‘මා තුළ දැන් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හට නොගත් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටගත් පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය භාවනාවෙන් පරිපූර්ණත්වයට පත් වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

103. සන්තං වා අජ්ඣත්තං සමාධි සම්බොජ්ඣංගං, අත්ථි මේ අජ්ඣත්තං සමාධි සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣත්තං සමාධි සම්බොජ්ඣංගං නත්ථි මේ අජ්ඣත්තං සමාධි සම්බොජ්ඣංගෝ ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස සමාධි සම්බොජ්ඣංගස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස සමාධි සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය පාරිපුරි හෝති තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව තමා තුළ සමාධි සම්බොජ්ඣංගය පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන් සමාධි සම්බොජ්ඣංගය පවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම් ගනී. තමා තුළ සමාධි

සම්බොද්ධංගය නොපවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන් සමාධි සම්බොද්ධංගය නොපවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හට නොගත් සමාධි සම්බොද්ධංගයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටගත් සමාධි සම්බොද්ධංගය භාවනාවෙන් පරිපූර්ණත්වයට පත්වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

104. සන්තං වා අජ්ඣන්තං උපෙක්ඛා සම්බොද්ධංගං, අත්ථි මේ අජ්ඣන්තං උපෙක්ඛා සම්බොද්ධංගෝ ති පජානාති. අසන්තං වා අජ්ඣන්තං උපෙක්ඛා සම්බොද්ධංගං නත්ථි මේ අජ්ඣන්තං උපෙක්ඛා සම්බොද්ධංගෝ ති පජානාති. යථා ච අනුප්පන්නස්ස උපෙක්ඛා සම්බොද්ධංගස්ස උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති. යථා ච උප්පන්නස්ස උපෙක්ඛා සම්බොද්ධංගස්ස භාවනාය පාරිපුරි හෝති තඤ්ච පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව තමා තුළ උපේක්ෂා සම්බොද්ධංගය පවතින කල්හි ‘මා තුළ දැන් උපේක්ෂා සම්බොද්ධංගය පවතින්නේ යැයි’ හොඳින් තේරුම් ගනී.

තමා තුළ උපේක්ෂා සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින කල්හි 'මා තුළ දැන් උපේක්ෂා සම්බොජ්ඣංගය නොපවතින්නේ යැයි' හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හට නොගත් උපේක්ෂා සම්බොජ්ඣංගයේ හට ගැනීම වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී. යම් ආකාරයකින් හටගත් උපේක්ෂා සම්බොජ්ඣංගය භාවනාවෙන් පරිපූර්ණත්වයට පත් වන්නේ ද, එය ද හොඳින් තේරුම් ගනී.

105. ඉති අජ්ඣන්තං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති. බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති. අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද, යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

106. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති.

මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි නැතිවීම ද, නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

107. අත්ථි ධම්මාති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිකා භෝති. යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය අනිස්සිතෝ ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති.

එවිට (භේතුන් නිසා හටගන්නා වූ වෙනස් වී යන්නා වූ) බොජ්ඣංග ධර්මයන් තිබේ යැයි බොජ්ඣංග ධර්මයන් කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද සිහිය බලවත්වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’, ‘මාගේ’, ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව බොජ්ඣංග ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

චතු සච්ච ඡබ්බය

108. පුන ච පරං භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති චතුසු අරිය සච්චේසු. කථං ච පන භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති චතුසු අරිය සච්චේසු?

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය පිළිබඳ ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය. මහණෙනි, කෙසේ නම් භික්ෂුව චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය පිළිබඳ ව ධර්මයන්හි යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ද?

109. ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු ඉදං දුක්ඛන්ති යථාභූතං පජානාති. අයං දුක්ඛ සමුදයෝති යථාභූතං පජානාති. අයං දුක්ඛ නිරෝධෝති යථාභූතං පජානාති. අයං දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාති පජානාති.

තව ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව 'මෙය වනාහි දුක් නම් වූ ආර්ය සත්‍ය යැයි' තත් වූ පරිද්දෙන් මනාකොට දැන ගනී. 'මෙය දුක හට ගැනීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යයි' තත් වූ පරිද්දෙන් මනා කොට දැන ගනී. 'මෙය දුක නැතිවීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැයි' තත් වූ පරිද්දෙන් මනා කොට දැන ගනී. 'මෙය දුක නැතිවීමේ මග නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැයි' තත් වූ පරිද්දෙන් මනා කොට දැන ගනී.

දුක්ඛාර්ය සත්‍යය

110. කතමඤ්ච භික්ඛවේ දුක්ඛං අරිය සච්චං? ඡාතිපි දුක්ඛා, ජරාපි දුක්ඛා, ව්‍යාධිපි දුකේඛා, මරණංපි දුක්ඛං, සෝකපරිදේව දුක්ඛ දෝමනස්සුපායාසාපි දුක්ඛා, අප්පියේහි සම්පයෝගෝ දුකේඛා, පියේහි විප්පයෝගෝ දුකේඛා, යංපිච්ඡං නලහති තම්පි දුක්ඛං, සංඛිත්තේන පඤ්චුපාදානකිත්තාපි දුක්ඛා.

තව ද මහණෙනි, දුක් නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යනු කුමක් ද?

ඉපදීම ද දුකකි. ඡරාවට පත්වීම ද දුකකි. රෝග පීඩා වැලඳීම ද දුකකි. මරණය ද දුකකි. ශෝක වැලපීම හා කායික හා මානසික දුක් දොමනස් ද සුසුම් හෙළීම ද දුකකි. අප්‍රිය පුද්ගලයන් හා අප්‍රිය වස්තූන් සමඟ එක්වීම ද දුකකි. ප්‍රිය පුද්ගලයන් හා ප්‍රිය වස්තූන්ගෙන් වෙන්වීම ද දුකකි. කැමැති වන්නා වූ යමක් නොලැබේ නම් එය ද දුකකි. සංකෙෂ්පයෙන් කීවොත් පංච උපාදානස්කන්ධයෝ ම දුකකි.

111. කතමා ච භක්ඛවේ ජාති? යා තේසං තේසං සත්තානං තම්භි තම්භි සත්තනිකායේ ජාති සඤ්ජාති ඔක්කන්ති අභිනිබ්බත්ති ඛන්ධානං පාතුභාවෝ ආයතනානං පටිලාභෝ, අයං චුච්චති භික්ඛවේ ජාති.

ඉපදීම යනු කුමක් ද?

ඒ ඒ සත්ත්වයන්ගේ ඒ ඒ සත්ත්ව ලෝක තුළ යම් උපතක් ඇද්ද යම් හටගැනීමක් ඇද්ද මවු කුසක බැස ගැනීමක් ඇද්ද විශේෂ උපතක් ඇද්ද උපාදානස්කන්ධයන්ගේ පහළ වීමක් ඇද්ද ඇස්, කන් ආදී ආයතනයන්ගේ ලැබීමක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි ඉපදීම යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

112. කතමා ච භික්ඛවේ ජරා? යා තේසං තේසං සත්තානං තමිහි තමිහි සත්තනිකායේ ජරා ජීරණතා ඛණ්ඩිච්චං ඵාලිච්චං චලිත්තචතා ආයුනෝ සංභානි ඉන්ද්‍රියානං පරිපාකෝ. අයං චුච්චති භික්ඛවේ ජරා.

මහණෙනි, ජරාවට පත්වීම යනු කුමක් ද?

ඒ ඒ සත්ත්වයන්ගේ ඒ ඒ සත්ත්ව ලෝක තුළ යම් දිරිමක් ඇද්ද, දිරා යන ස්වභාවයක් ඇද්ද, දත් ආදියෙහි කැඩීමක් ඇද්ද, කෙස් ආදියෙහි පැසීමක් ඇද්ද, සමෙහි රැලි වැටීමක් ඇද්ද, ආයුෂයාගේ ගෙවීමක් ඇද්ද, ඇස් ආදී ඉඳුරන්ගේ මෝරා යෑමක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි ජරාවට පත්වීම යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

113. කතමඤ්ච භික්ඛවේ මරණං? යං තේසං තේසං සත්තානං තමිහා තමිහා සත්තනිකායා චුති චචනතා හේදෝ අන්තරධානං මච්චුමරණං කාලකිරියා ඛන්ධානං හේදෝ කලේඛරස්ස නික්ඛේපෝ. ජීවිතින්ද්‍රියස්සුපච්ඡේදෝ. ඉදං චුච්චති භික්ඛවේ මරණං.

මහණෙනි, මරණය යනු කුමක් ද?

ඒ ඒ සත්ත්වයන්ගේ ඒ ඒ සත්ත්ව ලෝකවලින් යම් චුතවීමක් ඇද්ද, චුතවන ස්වභාවයක් ඇද්ද,

බිඳී යෑමක් ඇද්ද, අතුරුදහන්වීමක් ඇද්ද, මරණයට පත්වීමක් ඇද්ද, කළුරිය කිරීමක් ඇද්ද, උපාදාන්සඛන්ධයන්ගේ බිඳී යාමක් ඇද්ද, ශරීරයේ බැහැර දැමීමක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි මරණය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

114. කතමෝ ච භික්ඛවේ සෝකෝ? යෝ ඛෝ භික්ඛවේ අඤ්ඤාරඤ්ඤානරේන ව්‍යසනේන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤාතරඤ්ඤානරේන දුක්ඛධම්මේන චුට්ඨස්ස සෝකෝ සෝචනා සෝචිතත්තං අන්තෝ සෝකෝ අන්තෝ පරිසෝකෝ, අයං චුච්චති භික්ඛවේ සෝකෝ.

මහණෙනි, සෝකය යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, විවිධාකාර විපත් අතරින් කවර හෝ විපතකින් පීඩා විඳින කෙනෙකුන් හට, විවිධාකාර විපත් අතරින් ඉවසිය නොහැකි දුකකින් වේදනා විඳින කෙනෙකුන් හට යම් කිසි සෝක කිරීමක් ඇද්ද, සෝකයෙන් තැවීමක් ඇද්ද, සෝකීව සිටින ස්වභාවක් ඇද්ද, සිත දවාලන සෝකයක් ඇද්ද, හිත භාත්පස දවාලන සෝකයක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි සෝකය යයි කියනු ලබන්නේ ය.

115. කතමෝ ච භික්ඛවේ පරිදේවෝ? යෝ ඛෝ භික්ඛවේ අඤ්ඤාතරඤ්ඤාතරේන ව්‍යසනේන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤා - තරඤ්ඤාතරේන දුක්ඛ ධම්මේන චුට්ඨස්ස ආදේවෝ පරිදේවෝ ආදේවනා පරිදේවනා ආද්විතත්තං පරිදේවිතත්තං, අයං චුච්චති භික්ඛවේ පරිදේවෝ.

මහණෙනි, හඬා වැලපීම යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, විවිධාකාර විපත් අතරින් කවර හෝ විපතකින් පීඩා විඳින කෙනෙකුත් හට, විවිධාකාර විපත් අතරින් ඉවසිය නොහැකි දුකකින් වේදනා විඳින කෙනෙකුත් හට යම් කිසි හඬා වැලපීමක් ඇද්ද, නම් ගොත් කියමින් වැලපීමක් ඇද්ද, නම් ගොත් කියමින් හඬා වැලපෙන ස්වභාවයක් ඇද්ද, එසේ හඬා වැලපීමක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි හඬා වැලපීම යයි කියනු ලබන්නේ ය.

116. කතමඤ්ච භික්ඛවේ දුක්ඛං? යං ඛෝ භික්ඛවේ කායිකං දුක්ඛං කායිකං අසාතං කායසම්පස්සජං දුක්ඛං අසාතං වේදයිතං, ඉධං චුච්චති භික්ඛවේ දුක්ඛං.

මහණෙනි, කායික දුක යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, කායිකව හටගන්නා වූ ඉවසිය නොහැකි වූ යම් දුකක් ඇද්ද, කායිකව හටගන්නා අම්හිරි වේදනා ඇද්ද, කයෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගන්නා වූ දුක් හා අම්හිරි වේදනා ඇද්ද, විඳවන ස්වභාවයක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි කායික දුක යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

117. කතමඤ්ච භික්ඛවේ දෝමනස්සං? යං ඛෝ භික්ඛවේ චේතසිකං දුක්ඛං චේතසිකං අසාතං මනෝසම්පස්සජං දුක්ඛාං අසාතං චේදයිතං ඉධං වුච්චති භික්ඛවේ දෝමනස්සං.

මහණෙනි, මානසික දුක යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, මානසික ව හටගන්නා වූ ඉවසිය නොහැකි වූ යම් දුකක් ඇද්ද, මානසික ව හටගන්නා අම්හිරි වේදනා ඇද්ද, මනසෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගන්නා වූ දුක් හා අම්හිරි වේදනා ඇද්ද, විඳවන ස්වභාවයක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි මානසික දුක යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

118. කතමෝ ච භික්ඛවේ උපායාසෝ? යෝ ඛෝ භික්ඛවේ අඤ්ඤතරඤ්ඤතරේන ව්‍යසනේන සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤතරඤ්ඤතරේන දුක්ඛ

ධම්මේන චුට්ඨස්ස ආයාසෝ උපායාසෝ ආයාසිතත්තං උපායාසිතත්තං අයං වුච්චති භික්ඛවේ උපායාසෝ.

මහණෙනි, දුක් පීඩා ගැන සිතමින් සුසුම් හෙළීම යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, විවිධාකාර විපත් අතරින් කවර හෝ විපතකින් පීඩා විඳින කෙනෙකුන් හට විවිධාකාර විපත් අතරින් දුක් විඳින කෙනෙකුන් හට ඇතිවන්නා වූ යම් වෙහෙසක් ඇද්ද, ඒ ගැන සිත සිතා යම් සුසුම් හෙළීමක් ඇද්ද, මහත් වෙහෙසට පත්වීමක් ඇද්ද, ඒ ගැන සිත සිතා සුසුම් හෙලන ස්වභාවයක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි දුක් පීඩා ගැන සිතමින් සුසුම් හෙළීම යයි කියනු ලබන්නේ ය.

119. කතමෝ ච භික්ඛවේ අප්පියේහි සම්පයෝගෝ දුක්ඛෝ? ඉද යස්ස තේ භොන්ති අනිට්ඨා අකන්තා අමනාපා රූපා සද්ධා ගන්ධා රසා පොට්ඨබ්බා ධම්මා යේ වා පනස්ස තේ භොන්ති අනන්ථකාමා අහිතකාමා අඵාසුකකාමා අයෝගක්ඛේමකාමා යා තේහි සද්ධිං සංගති සමාගමෝ සමෝධානං මිස්සිභාවෝ අයං වුච්චති භික්ඛවේ අප්පියේහි සම්පයෝගෝ දුක්ඛෝ.

මහණෙනි, අප්‍රිය පුද්ගලයන් හා අප්‍රිය වස්තූන් සමඟ එක්වීමේ දුක නම් කුමක් ද? මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා කෙනෙකුට අයහපත් වූ හෝ විරුපී වූ හෝ ප්‍රිය නොවූ හෝ රූප හෝ ශබ්ද හෝ ගඳ සුවඳ හෝ ස්පර්ශය හෝ අරමුණු හෝ වේද, යමෙකුට වනාහි (තමාව) විපතට හෙළනු කැමැති වූ (තමාගේ) අයහපතට ම කැමැති වූ (තමාහට) පීඩා කරනු කැමැති වූ (තමාව) නොමගට ම යොදවනු කැමැති වූ මෙවැනි පුද්ගලයෝ සිටිත් ද, එසේ වූ අප්‍රිය වූ වස්තූන් හා අප්‍රිය පුද්ගලයන් සමඟ එක්වන්නට සිදුවේ ද, එක්ව ජීවත්වන්නට සිදුවේ ද, මහණෙනි, මෙය වනාහි අප්‍රියසම්පයෝග දුක්ඛය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

120. කතමෝ ව හික්ඛවේ පියේහි විජ්ජයෝගෝ දුක්ඛෝ? ඉද යස්ස තේ භොන්ති ඉට්ඨා කන්තා මනාපා රූපා සද්ධා ගන්ධා රසා පොට්ඨඛිඛා ධම්මා යේ වා පනස්ස තේ භොන්ති අත්ථකාමා හිතකාමා ඵාසුකකාම යෝගක්ඛේමකාමා මාතා වා පිතා වා භාතා වා හගිනී වා ඡෙට්ඨා වා කනිට්ඨා වා මිත්තා වා අමච්චා වා ඤාති සාලෝහිතාවායාතේහි සද්ධිං අසංගති අසමාගමෝ අසමෝධානං අමිස්සිභාවෝ අයං වූච්චති හික්ඛවේ පියේහි විජ්ජයෝගෝ දුක්ඛෝ.

මහණෙනි, ප්‍රියපුද්ගලයන්හා ප්‍රියවස්තුන්ගෙන් වෙන්වීමේ දූක නම් කුමක් ද?

මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා කෙනෙකුට යහපත් වූ හෝ සුරූපී වූ හෝ ප්‍රිය වූ හෝ රූප හෝ ශබ්ද හෝ ගඳ සුවඳ හෝ ස්පර්ශය හෝ අරමුණු හෝ වේ ද, යමෙකුට වනාහි (තමාට) යහපත කරනු කැමැති වූ, (තමාට) සෙත සලසනු කැමැති වූ, (තමාට) පහසු විහරණ සඳහා කැමැති වූ, (තමාට) සුමගට ම යොදවනු කැමැති වූ,

එනම්, මෑණවරුන් හෝ පියවරුන් හෝ සොහොයුරන් හෝ සොහොයුරියන් හෝ තමා හට වැඩිමල් වූ හෝ තමාට බාල වූ හෝ මිත්‍රයෝ හෝ හිතවතුන් හෝ ලේ නෑයන් හෝ මෙවැනි වූ පුද්ගලයෝ සිටිත් ද, එසේ වූ ප්‍රිය වූ වස්තුන්ගෙන් හා ප්‍රිය වූ පුද්ගලයන්ගෙන් වෙන් ව සිටින්නට සිදු වේ ද, වෙන් ව ජීවත්වන්නට සිදු වේ ද මහණෙනි, මෙය වනාහි ප්‍රිය විෂ්පයෝග දූක්කාය යැයි කියනු ලැබන්නේ ය.

121. කතමඤ්ච භික්ඛවේ යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං? ඡාති ධම්මානං භික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න ඡාති ධම්මා අස්සාම, න ච වත නෝ ඡාති ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝපනේතං ඉච්ඡායපත්තඛිඛං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

මහණෙනි, කැමැති වන්නා වූ යමක් නොලැබීමේ දුක යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, ඉපදීම උරුමකරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදින්නේ ය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන් ම අපි වනාහි ඉපදීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම් ඒකාන්තයෙන් ම ඉපදීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නාට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

122. ජරා ධම්මානං හික්ඛවේ සත්තානං ජීවං ඉච්චා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න ජරා ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ ජරා ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝ පනේතං ඉච්ඡාය පත්තඛිඛං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

මහණෙනි, ජරාවට පත්වීම උරුමකරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදින්නේ ය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන් ම අපි වනාහි ජරාවට පත්වීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම ජරාවට පත්වීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත

තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

123. ව්‍යාධි ධම්මානං භික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න ව්‍යාධි ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ ව්‍යාධි ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝපනේතං ඉච්ඡාය පත්තඛිඛං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුකං.

මහණෙනි, ලෙඩවීම උරුම කරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදිනේ ය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන් ම අපි වනාහි ලෙඩවීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම ලෙඩවීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

124. මරණං ධම්මානං භික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න මරණං ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ මරණං ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝපනේතං ඉච්ඡාය පත්තඛිඛං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුකං.

මහණෙනි, මරණයට පත්වීම උරුම කරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදිනේ ය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන් ම අපි වනාහි මරණයට පත්වීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම මරණයට පත්වීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

125. සෝක ධම්මානං හික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න සෝක ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ සෝකෝ ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝ පනේනං ඉච්ඡාය පත්තඛිඛං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

මහණෙනි, ශෝකයට පත්වීම උරුමකරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදින්නේ ය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන් ම අපි වනාහි ශෝකයට පත්වීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම ශෝකයට

පත්වීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

126. පරිදේව ධම්මානං භික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයංන පරිදේව ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ පරිදේවෝ ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝ පනේතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

මහණෙනි, හඬා වැලපීම උරුමකරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදින්නේය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන්ම අපි වනාහි හඬ වැලපීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම හඬා වැලපීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

127. දුකට ධම්මානං භික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න දුකට ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ දුකට ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝ පනේතං ඉච්ඡාය පත්තඛිඛං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුකට.

මහණෙනි, කායික ව දුකට පත්වීම උරුම කරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදින්නේය. “අහෝ, ඒකාන්තයෙන්ම අපි වනාහි කායික ව දුකට පත්වීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම කායික ව දුකට පත්වීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

128. දෝමනස්ස ධම්මානං භික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න දෝමනස්ස ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ දෝමනස්ස ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝ පනේතං ඉච්ඡාය පත්තඛිඛං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුකට.

මහණෙනි, මානසික ව දුකට පත්වීම උරුමකරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක්

ලැබීමට කැමැත්තක් උපදින්නේ ය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන් ම අපි වනාහි මානසික ව දුකට පත්වීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම මානසික ව දුකට පත්වීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය. එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

129. උපායාස ධම්මානං භික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න උපායාස ධම්මා අස්සාම න ච වත නෝ උපායාසෝ ආගච්ඡෙය්‍යාති. න ඛෝ පනේතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුකං.

මහණෙනි, දුක් පීඩා ගැන සිතමින් සුසුම් හෙළීම උරුමකරගත් සත්ත්වයන් හට මෙවැනි දෙයක් ලැබීමට කැමැත්තක් උපදින්නේ ය. “අහෝ! ඒකාන්තයෙන් ම අපි වනාහි දුක් පීඩා ගැන සිතමින් සුසුම් හෙළීම උරුමකර නොගන්නමෝ නම්, ඒකාන්තයෙන් ම දුක් පීඩා ගැන සිතමින් සුසුම් හෙළීම අප කරා නොපැමිණෙන්නේ නම් කොතරම් හොඳ ද” කියා ය.

එහෙත්, එය වනාහි කැමැත්ත තිබූ පමණින් උදාකර ගන්නට නොහැක්කේ ම ය. මෙය ද කැමැති වන්නා වූ දෙය නොලැබීමේ දුක ය.

130. කතමේ ච භික්ඛවේ සංඛිත්තේන පඤ්චුපාදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා? සෙය්‍යථීදං, රූපුපාදානන්ධන්ධෝ, වේදනුපාදානන්ධන්ධෝ, සඤ්ඤාපාදානක්ඛන්ධන්ධෝ, සංඛාරුපාදානක්ඛන්ධන්ධෝ, විඤ්ඤානුපාදානක්ඛන්ධන්ධෝ, ඉමේ වුච්චන්ති භික්ඛවේ සංඛිත්තේන පඤ්චුපාදානක්ඛන්ධාපි දුක්ඛා, ඉදං වුච්චන්ති භික්ඛවේ දුක්ඛං ආර්ය සච්චං.

මහණෙනි, කෙටියෙන් කියන ලද මේ පංච උපාදානස්ඛන්ධ දුක යනු කුමක් ද? රූප උපාදානස්ඛන්ධයය. වේදනා උපාදානාස්ඛන්ධයය. සඤ්ඤා උපාදානස්ඛන්ධය ය. සංඛාර උපාදානස්ථන්ධය ය. විඤ්ඤාණ උපාදානස්ඛන්ධයය. සංඛාර උපාදානස්ඛන්ධය ය. විඤ්ඤාණ උපාදානස්ඛන්ධය ය. මහණෙනි, මෙය වනාහි කෙටියෙන් කියන ලද පංච උපාදානස්ඛන්ධ දුක යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

මහණෙනි, මෙය වනාහි ‘දුක’ නම් වූ ආර්ය සත්‍යයයි.

දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය

131. කත්මඤ්ච භික්ඛවේ දුක්ඛ සමුදයං අරිය සච්චං? යායාං තණ්හා පෝනෝභවිකා නන්දිරාග සහගතා තත්‍ර තත්‍රභිනන්දිනී සෙය්‍යාපීදං, කාම තණ්හා, භව තණ්හා, විභව තණ්හා.

මහණෙනි, දුක හට ගැනීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යනු කුමක් ද?

පුනර්භවය ඇති කරගන්නා වූ ආස්වාදයෙන් ඇලෙන්නා වූ, ඒ ඒ තැන සතුටින් පිළිගන්නා වූ, යම් යම් තණ්හාවක් ඇද්ද එය යි. එනම් කාම තණ්හාව ය. භව තණ්හාව ය. විභව තණ්හාව ය. මහණෙනි, මෙය වනාහි දුක හට ගැනීම නම් වූ ආර්ය සත්‍ය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

132. සා ඛෝපනේසා භික්ඛවේ තණ්හා කත්ථ උප්පජ්ජ ජමානා උප්පජ්ජති? කත්ථ නිව්සමානා නිව්සති? යං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති. කිඤ්ච ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති?

මහණෙනි, ඒ මේ තණ්හාව හට ගන්නේ නම් කොතැන හටගන්නේ ද? තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් කොතැන තැන්පත්ව පවතින්නේ ද?

මහණෙනි, මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ යම් දෙයක් ඇද්ද, තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය. තණ්හාව හටගන්නේ නම් හටගන්නා වූ තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම්, තැන්පත් ව පවතින්නා වූ මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දේ නම් කුමක් ද?

133. වක්‍රාං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ඇස වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හටගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

134. සෝතං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

කන වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හටගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත්ව පවතින්නේ ය.

135. සාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

නාසය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

136. ජීව්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමාන නිව්සති.

දිව වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි දෙයකි. තණ්හාව හටගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

137. කායෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

කය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හටගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

138. මනෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්සමාන නිව්සති.

මනස වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

139. රූපා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

රූප වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි දෙයකි. තණ්හාව හටගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

140. සද්දා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්ඝිමානා නිව්ඝති.

ශබ්ද වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

141. ගන්ධා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්ඝිමානා නිව්ඝති.

ගඳ වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

142. රසා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්ඝිමානා නිව්ඝති.

රස වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

143. පොට්ඨබ්බා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්ඝිමානා නිව්ඝති.

ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

144. ධම්මා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්ඝිමානා නිව්ඝති.

ධර්මයන් වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

145. චක්ඛු විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්ඝිමානා නිව්ඝති.

ඇසේ හටගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

146. සෝත විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්ඪිමානා නිව්ඪති.

කතෙහි හටගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

147. සාණ විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්ඪිමානා නිව්ඪති.

නාසයෙහි හටගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

148. ජ්වහා විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්ඪිමානා නිව්ඪති.

දිවෙහි හටගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව

තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

149. කාය විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසිමානා නිවිසති.

කයෙහි හටගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

150. මනෝ විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසිමානා නිවිසති.

මනසෙහි හටගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

151. චක්ඛු සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨො තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සිමානා නිව්සති.

ආස ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

152. සෝක සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨො තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සිමානා නිව්සති.

කනෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

153. ඝාණ සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨො තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සිමානා නිව්සති.

නාසයෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට

ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

154. ජීවිතා සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

දිවෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

155. කාය සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

කයෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

156. මනෝ සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

මනසෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

157. චක්ඛු සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

ඇසේ ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

158. සෝක සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

කනෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව

හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

159. ඝාණ සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

නාසයෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

160. ජ්විහා සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

දිවෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

161. කාය සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

කයෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

162. මනෝ සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

මනසෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

163. රූප සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

රූප හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ

නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

164. සද්ද සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ශබ්ද හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

165. ගන්ධ සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ගඳ සුවඳ හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

166. රස සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

රස හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

167. පොට්ඨබ්බ සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ස්පර්ශ හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

168. ධම්ම සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ධර්ම හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

169. රූප සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

හඳුනා ගත් රූපයට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

170. සද්ධ සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

හඳුනා ගත් ශබ්දයට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

171. ගන්ධ සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං
සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

හඳුනා ගත් සුවඳට අනුව චේතනා පහළ වීම
වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි.
තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය.
තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම
තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

172. රස සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං
සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

හඳුනා ගත් රසයට අනුව චේතනා පහළ වීම
වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි.
තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය.
තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම
තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

173. පොට්ඨබ්බ සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං
සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

හඳුනා ගත් ස්පර්ශයට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

174. ධම්ම සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

හඳුනා ගත් ධර්මයන්ට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

175. රූප කණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

රූප කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත්ව පවතින්නේ නම් එහිම තැන්පත්ව පවතින්නේ ය.

176. සද්ද කණ්ඞා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථේසා කණ්ඞා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ශබ්ද කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. කණ්ඞාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. කණ්ඞාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

177. ගන්ධ කණ්ඞා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථේසා කණ්ඞා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ගඳ සුවඳ කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. කණ්ඞාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. කණ්ඞාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

178. රස කණ්ඞා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථේසා කණ්ඞා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති.
එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

රස කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

179. පොට්ඨබ්බ තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ස්පර්ශ කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

180. ධම්ම තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ධර්ම කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

181. රූප විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

රූප පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

182. සද්ද විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

ශබ්ද පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

183. ගන්ධ විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

ගඳ සුවඳ පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

184. රස විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

රස පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

185. පොට්ඨබ්බ විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

ස්පර්ශ පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

186. ධම්ම විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ධර්ම පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

187. රූප විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

රූප පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

188. සද්ද විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ශබ්ද පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

189. ගන්ධ විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එක්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එක්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

ගඳ සුවඳ පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

190. රස විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එක්ථේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එක්ථ නිවිසමානා නිවිසති.

රස පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

191. පොට්ඨකඛිණි විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ස්පර්ශ පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

192. ධම්ම විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාක රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

ධර්ම පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව හට ගන්නේ නම් එතැන හට ගන්නේ ය. තණ්හාව තැන්පත් ව පවතින්නේ නම් එහි ම තැන්පත් ව පවතින්නේ ය.

193. ඉදං චූච්චති භික්ඛවේ දුක්ඛ සමුදයං අරිය සච්චං.

මහණෙනි, මෙය වනාහි දුක හට ගැනීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය

194. කතමඤ්ච භික්ඛවේ දුක්ඛ නිරෝධං අරිය සච්චං? යෝ තස්සා යේව තණ්හාය අසේස විරාග නිරෝධෝ වාගෝ පටිනිස්සග්ගෝ මුත්ති අනාලයෝ.

මහණෙනි, දුක්ඛ නිරුද්ධවීමේ නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යනු කුමක් ද? ඒ තණ්හාවගේ ම ඉතිරි නැතිව නොඇල්මෙන් යම් නිරුද්ධ විමක් ඇද්ද, අත්හැරීමක් ඇද්ද, දුරු කිරීමක් ඇද්ද, නිදහස් විමක් ඇද්ද, ආල රහිත විමක් ඇද්ද එයයි.

195. සා ඛෝ පනේසා භික්ඛවේ තණ්හා කත්ථ පභියමානා පභියති? කත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති? යං ලෝකේ පිය රූපං, සාත රූපං එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති. කිඤ්ච ලෝකේ පිය රූපං, සාත රූපං එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති?

මහණෙනි, ඒ මේ තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් කොතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ද? නිරුද්ධ වන්නේ නම් කොතැන නිරුද්ධ වන්නේ ද?

මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ යම් දෙයක් ඇද්ද, තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් ප්‍රභීණ වන්නා වූ තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් නිරුද්ධ වන්නා වූ මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මිහිරි වූ දෙය නම් කුමක් ද?

196. වක්‍රුං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ඇස වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

197. සෝතං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

කන වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

198. ඝාණං ලෝකේ පියරූපං ඝාත රූපං,
එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

නාසය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

199. ජ්වහා ලෝකේ පියරූපං ඝාත රූපං,
එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

දිව වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

200. කායෝ ලෝකේ පියරූපං ඝාත රූපං,
එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

කය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

201. මනෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

මනස වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

202. රූපා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

රූප වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

203. සද්ධා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

ශබ්ද වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

204. ගන්ධා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ගඳ සුවඳ වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

205. රසා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රස වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

206. පොට්ඨබ්බා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ස්පර්ශ වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

207. ධම්මා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධර්ම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

208. චක්ඛු විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ඇසේ හට ගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

209. සෝත විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

කනෙහි හට ගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය.

තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

210. සාණ විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

නාසයෙහි හට ගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

211. ජ්වහා විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

දිවෙහි හට ගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

212. කාය විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

කයෙහි හට ගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

213. මනෝ විඤ්ඤාණං ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

මනසෙහි හට ගන්නා සිත වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

214. චක්ඛු සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ආලේඛන ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

215. සෝභ සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

කනෙහි ආලේඛන ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

216. සාණ සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

නාසයෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

217. ජීවිතා සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

දිවෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

218. කාය සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

කයෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

219. මනෝ සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

මනසෙහි ස්පර්ශය වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

220. චක්ඛු සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ඇසේ ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

221. සෝත සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

කනෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

222. ඝාණ සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එතථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එතථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

නාසයෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

223. ජීවිතා සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

දිවෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

224. කාය සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

කයෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

225. මනෝ සම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

මනසෙහි ස්පර්ශයෙන් හටගත් විදීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

226. රූප සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූප හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

227. සද්ද සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ශබ්ද හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

228. ගන්ධ සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

ගඳ සුවඳ හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

229. රස සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

රස හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

230. පොට්ඨබ්බ සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

ස්පර්ශ හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

231. ධම්ම සඤ්ඤා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධර්ම හඳුනා ගැනීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

232. රූප සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

හඳුනා ගත් රූපයට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

233. සද්ද සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

හඳුනා ගත් ශබ්දයට අනුව චේතනා පහළවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි.

තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

234. ගන්ධ සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

හඳුනා ගත් ගඳ සුවඳට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

235. රස සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

හඳුනා ගත් රසයට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

236. පොට්ටුබඩු සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහීයමානා පහීයතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

හඳුනා ගත් ස්පර්ශයට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

237. ධම්ම සඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහීයමානා පහීයතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

හඳුනා ගත් ධර්මයන්ට අනුව චේතනා පහළ වීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

238. රූප තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහීයමානා පහීයතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූප කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

239. සද්ද තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ශබ්ද කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

240. ගන්ධ තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ගඳ සුවඳ කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

241. රස තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රස කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

242. පොට්ඨබ්බ තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ස්පර්ශ කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

243. ධම්ම තණ්හා ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඝා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධර්ම කෙරෙහි ආශා ඇතිවීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව

ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

244. රූප විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

රූප පිලිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

245. සද්ද විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

ශබ්ද පිලිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

246. ගන්ධ විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ගඳ සුවඳ පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

247. රස විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රස පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

248. පොට්ඨබ්බ විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ස්පර්ශ පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

249. ධම්ම විතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධර්මය පිළිබඳ සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

250. රූප විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථෙඨසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූප පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

251. සද්ද විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ශබ්ද පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

252. ගන්ධ විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ගඳ සුවඳ පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රභීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රභීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

253. රස විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පභියමානා පභියතී. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රස පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

254. පොට්ඨබ්බ විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ස්පර්ශ පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

255. ධම්ම විචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාත රූපං, එත්ථේසා තණ්හා පහියමානා පහියති. එත්ථ නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධර්ම පිළිබඳ යළි යළිත් සිතමින් සිටීම වනාහි මේ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ, මිහිරි වූ දෙයකි. තණ්හාව ප්‍රහීණ වන්නේ නම් එතැන ප්‍රහීණ වන්නේ ය. තණ්හාව නිරුද්ධ වන්නේ නම් එහි ම නිරුද්ධ වන්නේ ය.

256. ඉදං වුච්චති භික්ඛවේ දුක්ඛ නිරෝධං අරිය සච්චං.

මහණෙනි, මෙය වනාහි දුක් නිරුද්ධවීම නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය

257. කතමඤ්ච භික්ඛවේ දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණි පටිපදා අරිය සච්චං? අයමේච අරියෝ අට්ඨංගිකෝ මග්ගෝ. සෙය්‍යපීදං? සම්මා දිට්ඨි සම්මා සංකප්පෝ සම්මා වාචා සම්මා කම්මන්තෝ සම්මා ආජිවෝ සම්මා වායාමෝ සම්මා සති සම්මා සමාධි.

මහණෙනි, දුක් නිරුද්ධ වීම පිණිස පවතින ප්‍රතිපදාව නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යනු කුමක් ද? එය වනාහි මේ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ම ය. එනම් සම්මා දිට්ඨිය ද, සම්මා සංකල්පය ද, සම්මා වාචා ද, සම්මා කම්මන්ත ද, සම්මා ආජීව ද, සම්මා වායාමය ද, සම්මා සතිය ද, සම්මා සමාධිය ද, යන මෙයයි.

258. කතමා ද භික්ඛවේ සම්මා දිට්ඨි? යං ඛෝ භික්ඛවේ දුක්ඛි ඤාණං දුක්ඛ සමුදයේ ඤාණං

දුක්ඛ නිරෝධෙ ඤාණං දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණියා පටිපදායා ඤාණං. අයං චුච්චති භික්ඛවේ සම්මා දිට්ඨි.

මහණෙනි, සම්මා දිට්ඨිය යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය පිළිබඳ ව යම් අවබෝධ ඤාණයක් ඇද්ද, දුක්ඛ සමුදය ආර්ය සත්‍යය පිළිබඳ ව යම් අවබෝධ ඤාණයක් ඇද්ද, දුක්ඛ නිරෝධ ආර්ය සත්‍යය පිළිබඳ ව යම් අවබෝධ ඤාණයක් ඇද්ද, දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදා ආර්ය සත්‍යය පිළිබඳ ව යම් අවබෝධ ඤාණයක් ඇද්ද, මහණෙනි, මෙය චනාහි සම්මා දිට්ඨිය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

259. කතමෝ ච භික්ඛවේ සම්මා සංකප්පෝ? නෙක්ඛම්ම සංකප්පෝ, අව්‍යාපාද සංකප්පෝ, අවිහිංසා සංකප්පෝ. අයං චුච්චති භික්ඛවේ සම්මා සංකප්පෝ.

මහණෙනි, සම්මා සංකල්පය යනු කුමක් ද?

නෙක්ඛම්ම සංකල්පය ය. අව්‍යාපාද සංකල්පය ය. අවිහිංසා සංකල්පය ය. මහණෙනි, මෙය චනාහි සම්මා සංකල්පය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

260. කතමා ව භික්ඛවේ සම්මා වාචා?

මුසාවාදා වේරමණි, පිසුණාවාචා වේරමණි,
පරුසාවාචා වේරමණි, සම්පප්පලාපා වේරමණි.
අයං වුච්චති භික්ඛවේ සම්මා වාචා.

මහණෙනි, සම්මා වාචා යනු කුමක්ද?

බොරු කීමෙන් වැළකී සිටීම ය. කේලාම්
කීමෙන් වැළකී සිටීම ය. පරුෂ වචන කීමෙන්
වැළකී සිටීම ය. හිස් වචන කීමෙන් වැළකී සිටීම ය.
මහණෙනි, මෙය වනාහි සම්මා වාචා යැයි කියනු
ලබන්නේ ය.

261. කතමෝ ව භික්ඛවේ සම්මා කම්මන්තෝ?

පාණාතිපාතා වේරමණි, අදින්නාදානා වේරමණි,
කාමේසුම්ච්ඡාවාරා වේරමණි. අයං වුච්චති
භික්ඛවේ සම්මා කම්මන්තෝ.

මහණෙනි, සම්මා කම්මන්ත යනු කුමක් ද?

සතුන් මැරීමෙන් වැළකී සිටීම ය. සොරකම්
කිරීමෙන් වැළකී සිටීම ය. වැරැදි කාම සේවනයෙන්
වැළකී සිටීම ය. මහණෙනි, මෙය වනාහි සම්මා
කම්මන්ත යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

262. කතමෝ ච භික්ඛවේ සම්මා ආජීවෝ?

ඉධ භික්ඛවේ අරිය සාවකෝ මිච්ඡා ආජීවං පහාය සම්මා ආජීවෙන ජීවිකං කප්පේති. අවං වුච්චති භික්ඛවේ සම්මා ආජීවෝ.

මහණෙනි, සම්මා ආජීව යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා ආර්ය ශ්‍රාවකයා මිථ්‍යා ආජීවය දුරුකොට ඉතා ධාර්මික ලෙස ජීවිතය ගත කරන්නේ ය. මහණෙනි, මෙය වනාහි සම්මා ආජීවය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

263. කතමෝ ච භික්ඛවේ සම්මා වායාමෝ?

ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු අනුප්පන්නානං පාපකානං අකුසලානං ධම්මානං අනුප්පාදාය ඡන්දං ජනේති. වායමති. විරියං ආරහති. චිත්තං පග්ගණ්භාති. පදහති.

උප්පන්නානං පාපකානං අකුසලානං ධම්මානං පහානාය ඡන්දං ජනේති, වායමති, විරියං ආරහති. චිත්තං පග්ගණ්භාති. පදහති.

අනුප්පන්නානං කුසලානං ධම්මානං උප්පාදාය ඡන්දං ජනේති. වායමති. විරියං අරහති. චිත්තං පග්ගණ්භාති. පදහති.

උප්පන්නානං කුසලානං ධම්මානං ධීතියා අසම්මෝසාය භියෙර්භාවාය වේපුල්ලාය

භාවනාය පාරිපුරියා ඡන්දං ජනේති. වායමති. විරියං ආරහති. චිත්තං පග්ගණ්හාති. පදහති. අයං චූච්චති භික්ඛවේ සම්මා වායාමෝ.

මහණෙනි, සම්මා වායාමය යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව තව ම හටනොගත්තා වූ පාපී අකුසල ධර්මයන් හට නොගැනීම පිණිස කැමැත්ත උපදවන්නේ ය. වෑයම් කරන්නේ ය. විරිය අරඹන්නේ ය. සිත දැඩිකොට ගන්නේ ය. බලවත් ව විරිය ගන්නේ ය.

හට නොගත්තා වූ කුසල ධර්මයන් උපදවා ගැනීම පිණිස කැමැත්ත උපදවන්නේ ය. වෑයම් කරන්නේ ය. විරිය අරඹන්නේ ය. සිත දැඩිකොට ගන්නේ ය. බලවත් ව විරිය ගන්නේ ය.

හටගත්තාවූ කුසල ධර්මයන් පවතිනු පිණිස මූලා නොවීම පිණිස වැඩි දියුණු කරගැනීම පිණිස විපුල බවට පත්කර ගැනීම පිණිස භාවනාවෙන් පරිපූරණ කරගැනීම පිණිස කැමැත්ත උපදවන්නේ ය. වෑයම් කරන්නේ ය. විරිය අරඹන්නේ ය. සිත දැඩි කොට ගන්නේ ය. බලවත් ව විරිය ගන්නේ ය.

මහණෙනි, මෙය වනාහි සම්මා වායාම යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

264. කතමා ච භික්ඛවේ සම්මා සති?

ඉධ භික්ඛවේ භික්ඛු කායේ කායානුපස්සි විහරති ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං.

වේදනාසු වේදනානුපස්සි විහරති ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං.

චිත්තේ චිත්තානුපස්සි විහරති ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං.

ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිජ්ඣා දෝමනස්සං.

අයං චුච්චති භික්ඛවේ සම්මා සති.

මහණෙනි, සම්මා සතිය යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, මේ කරුණෙහි ලා භික්ෂුව කය පිළිබඳ ව කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මනා සිහියෙන් යුතු ව, නුවණින් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට කායානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

වේදනාවන් පිළිබඳ ව කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මනා නුවණින් යුතු ව,

සිහියෙන් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට වේදනානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

සිත පිළිබඳ ව කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මනා නුවණින් යුතු ව, සිහියෙන් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට වේදනානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

ධර්මයන් පිළිබඳ කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් යුතු ව, මනා නුවණින් යුතු ව, සිහියෙන් යුතු ව ලෝකයෙහි ඇලීම් ගැටීම් දුරුකොට ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

මහණෙනි, මෙය වනාහි සම්මා සතිය යයි කියනු ලබන්නේ ය.

265. කතමෝ ව හික්ඛවේ සම්මා සමාධි?

ඉධ හික්ඛවේ හික්ඛු විවිච්චේච කාමේහි විවිච්ච ආකුසලේහි ධම්මේහි සවිතක්කං සව්චාරං විචේකපං පීති සුඛං පඨමජ්ඣධානං උපසම්පජ්ජ විහරති.

මහණෙනි, සම්මා සමාධිය යකු කුමක් ද? මහණෙනි, මෙකරුණෙහි ලාභික්ෂුවකාමයන්ගෙන් වෙන්වීමෙන් ම, අකුසල ධර්මයන් ගෙන් වෙන්වීමෙන් ම විතර්ක සහිත වූ විචාර සහිත වූ විචේකයෙන් හටගත්තා වූ ප්‍රීතිය හා සෑපය ඇත්තා වූ පළමුවන ධ්‍යානය උපදවා ගෙන වාසය කරන්නේ ය.

විතක්ක විචාරානං වූපසමා අජ්ඣධත්තං සම්පසාදනං චේතසෝ ඒකෝදිභාවං අවිතක්කං අවිචාරං සමාධිජං ජීති සුඛං දුතියජ්ඣධානං උපසම්පජ්ජ විහරති.

විතර්ක විචාරයන්ගේ සංසිදීමෙන් තම අභ්‍යන්තරයෙහි බලවත් පැහැදීමෙන් යුතු ව සිතේ එකඟ බවෙන් යුතු ව විතර්ක විචාර රහිත වූ සමාධියෙන් හටගත්තා වූ ප්‍රීතිය සෑපය ඇත්තා වූ දෙවැනි ධ්‍යානය උපදවාගෙන වාසය කරන්නේ ය.

ජීතියා ච විරාගා උපේක්කකෝ ච විහරති. සතෝ ච සම්පජානෝ සුඛං ච කායේන පටිසංවේදේති. යං තං අරියා ආචික්ඛන්ති “උපේක්කකෝ සතිමා සුඛ විහාරිති” තතියජ්ඣධානං උපසම්පජ්ජ විහරති.

ප්‍රීතිය කෙරෙහි නොඇල්මෙන්, සිහියෙන් හා නුවණින් යුතු ව, කයෙන් සැපය ද විඳිමින් උපේක්ෂාවෙන් යුතු ව වාසය කරන්නේ ය. ආර්යයන් වහන්සේලා උපේක්ෂා සහගත ව සිහියෙන් යුතු ව සැපසේ වාසය කිරීම යැයි පවසන ලද්දා වූ ඒ තුන්වන ධ්‍යානය ද උපදවා ගෙන වාසය කරන්නේ ය.

සුඛස්ස ච පහානා දුක්ඛස්ස ච පහානා පුබ්බේව සෝමනස්ස දෝමනස්සානං අත්ථංගමා අදුක්ඛමසුඛං උපේක්ඛා සති පාරිසුද්ධිං චතුත්ථජ්ඣිකානං උපසම්පජ්ජ විහරති.

සැපය ද ප්‍රහීණය කිරීමෙන්, දුක ද ප්‍රහීණය කිරීමෙන් පළමුවෙන් ම සොමනස් දොමනස් දෙක නැති කිරීමත්, දුක් රහිත වූ සැප රහිත වූ පාරිශුද්ධ සිහියෙන් යුතු වූ උපේක්ෂාව ඇත්තා වූ හතර වන ධ්‍යානය උපදවාගෙන වාසය කරන්නේ ය.

266. අයං වුවචති භික්ඛවේ සම්මා සමාධි.

මහණෙනි, මෙය වනාහි සම්මා සමාධිය යයි කියනු ලබන්නේ ය.

267. ඉදං වුවචති භික්ඛවේ දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදා අරිය සංචචං.

මහණෙනි, මෙය වනාහි දුක නිරුද්ධ වීමේ මග නම් වූ ආර්ය සත්‍යය යැයි කියනු ලබන්නේ ය.

268. ඉති අප්පකධත්තං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති. බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති. අප්පකධත්ත බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති.

මේ ආකාරයෙන් තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. තමාගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද අනුන්ගේ යැයි සැලකෙන ධර්මයන්හි ද යථා ස්වභාවය නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

269. සමුදය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති. සමුදය වය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු විහරති.

මේ ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. ධර්මයන්හි නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය. ධර්මයන්හි හට ගැනීම ද, නැතිවීම ද නුවණින් දකිමින් වාසය කරන්නේ ය.

270. අත්ථි ධම්මාති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති. යාව දේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය අනිස්සිතෝ ච විහරති. න ච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති. ඒවම්පි ඛෝ භික්ඛවේ භික්ඛු ධම්මේසු ධම්මානුපස්සි විහරති.

එවිට (චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයන්) තිබේ යැයි චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයන් කෙරෙහි යොමු කළ සිහිය බලවත් ව පිහිටන්නේ ය. එය නුවණ දියුණු වීම පිණිස ද, සිහිය බලවත් වීම පිණිස ද පවතින්නේ ය. එවිට ඔහු ‘මම’ ‘මාගේ’ ‘මාගේ ආත්මය’ වශයෙන් කිසිවක් කෙරෙහි නොබැඳී වාසය කරන්නේ ය. ලෝකයේ කිසිවක් ද කිසි ම අයුරකින් ග්‍රහණය කර නොගන්නේ ය.

මේ ආකාරයෙන් ද මහණෙනි, මේ සසුනෙහි භික්ෂුව චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මයන් පිළිබඳ ව ධර්මයන්හි යථාස්වභාවය නුවණින්

දකිමින් ධම්මානුපස්සනා භාවනාවෙන් කල් ගෙවන්නේ ය.

මෙය වනාහි ධම්මානුපස්සනා සතිපට්ඨාන භාවනාව වන්නේය.

සතිපට්ඨාන භාවනාවේ ආතිසංඝ

271. යෝහි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය සත්ත වස්සාහි, තස්ස ද්වින්නං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිතා.

මහණෙනි, යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් සත් වසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම්, ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමි ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

යෝහි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ වත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය ඡ වස්සානි, තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, සත් වසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මය සය වසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

යෝහි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ වත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය පඤ්ච වස්සානි. තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, සය වසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් පස් වසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය

යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

274. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ පඤ්ච වස්සානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය චත්තාරි වස්සානි. තස්ස ද්වින්නං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, පස් වසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් සිව් වසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

275. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ චත්තාරි වස්සානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය තිණ්ඤ වස්සානි. තස්ස ද්වින්නං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, සිව් වසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් තුන් වසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

276. තිට්ඨන්තු හික්කවේ තීණ වස්සානි.

යෝහි කෝචි හික්කවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානෝ ඒවං භාවෙය්‍ය ද්වේ වස්සානි. තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිතා.

මහණෙනි, තුන් වසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් දෙවසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

277. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ ද්වේ වස්සානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය ඒකං වස්සානි. තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, දෙවසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් එක වසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

278. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ ඒකං වස්සානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය සත්ත මාසානි, තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, එක් වසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් සත් මසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම්

ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

279. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ සත්ත මාසානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඵ්වං භාවෙය්‍ය ඡ මාසානි, තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, සත් මසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් සය මසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

280. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ ඡ මාසානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඵ්වං භාවෙය්‍ය පඤ්ච මාසානි, තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං.

දිට්ඨියේ ව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිතා.

මහණෙනි, සය මසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් පස් මසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

281. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ පඤ්ච මාසානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ වත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය වත්තාරි මාසානි, තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨියේ ව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිතා.

මහණෙනි, පස් මසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් සිව් මසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

282. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ චත්තාරි මාසානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය තීණි මාසානි, තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේච ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, සිව් මසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් තුන් මසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

283. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ තීණි මාසානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය ද්වේ මාසානි, තස්ස ද්වින්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේච ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, තුන් මසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් දෙමසක්

තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

284. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ ද්වේ මාසානි.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය චත්තාරි මාසානි, තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤාරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිතා.

මහණෙනි, දෙමසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් එක් මසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

285. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ මාසෝ.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ

සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය චත්තාරි අඛිඛ මාසං, තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, එක් මසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් අඩ මසක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

286. තිට්ඨන්තු භික්ඛවේ අඛිඛ මාසං.

යෝහි කෝචි භික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය සත්තාහං, තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං. දිට්ඨේව ධම්මේ අඤ්ඤා. සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි, අඩ මසක් තිබේවා. යම් කෙනෙක් වනාහි මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයන් දින හතක් තුළ මේ ආකාරයෙන් වඩන්නේ නම් ඒ තැනැත්තා මේ ජීවිතයේ දී ම අරහත් ඵලය හෝ කෙලෙසුන් ඉතිරි වුවහොත් අනාගාමී ඵලය

යන මේ ප්‍රතිඵල දෙකින් එක්තරා ප්‍රතිඵලයක් ලැබීමට කැමැති විය යුත්තේ ය.

287. ඒකායනෝ අයං භික්ඛවේ මග්ගෝ සත්තානං විසුද්ධියා සෝක පරිද්දවානං සමතික්කමාය දුක්ඛදෝමනස්සානං අත්ථංගමාය ඤායස්ස අධිගමාය නිබ්බානස්ස සච්ඡකිරියාය. යදිදං චත්තාරෝ සතිපට්ඨානාති ඉති යන්තං චුත්තං, ඉධමේතං පටිච්ච චුත්තන්ති.

මහණෙනි, මෙය වනාහි සත්ත්වයන්ගේ පිරිසිදු බව පිණිස ද, සෝ සුසුම් හඬා වැලපීම් ඉක්මවාලීම පිණිස ද, කායික මානසික දුක් දොම්නස්වලින් අත මිදීම පිණිස ද, ආර්ය න්‍යාය අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස ද, නිර්වාණ ධර්මය සාක්ෂාත් කර ගැනීම පිණිස ද, පවතින්නා වූ එක ම මාර්ගය වන්නේ ය. එනම් මේ සතර සතිපට්ඨාන ධර්මයෝ යැයි යමක් අරභයා පවසන ලද්දේ ද, එය වනාහි මේ කාරණය මුල්කොට පවසන ලද්දේ ය.

288. ඉදමචෝ ච භගවා. අත්තමනා තේ භික්ඛු භගවතෝ භාසිතං අභිනන්දන්ති.

භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මෙය වදාළ සේක. සතුව සිතින් යුතු ඒ හික්ෂුන් වහන්සේලා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් වදාරන ලද්දා වූ මේ ශ්‍රී සද්ධර්මය මහත් සොම්නසින් යුතු ව පිළිගත්තාහු ය.

පාළි සිංහල මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව
හිමි