18
පාඩම

# අභිධර්මය - III

## රූපාවචර සිත්

### රූපාවචර කුසල සිත් 05

පසුගිය පාඩම්වලින් ඉගෙනගන්නා ලද්දේ කාමලෝකවල ජීවත්වන සාමාන්‍ය ජනයාගේ ක්‍රියාකාරකම් අනුව ඔවුන්ට පහළවන කුසල සහ අකුසල සිත් පිළිබඳව ය. එනම් කාමාවචර සිත් ය. මෙතැන් සිට රූපාවචර අරූපාවචර සහ ලෝකෝත්තර යැයි සිත් තුන් වර්ගයක් ඇත. ඒවා පෙර පින් ඇති වීර්ය සම්පන්න, කාමාශාවන් බැහැර කළ උසස් පුද්ගලයන්ට පහළ වන සිත් මිස සාමාන්‍ය පෘථජ්ජනයාට ඇතිවන සිත් නොවේ. රූපාවචර අරූපාවචර සිත්වලට ධ්‍යාන සිත්යැයි ද කියනු ලැබේ. ඒවා කාමාවචර සිත්වලට වඩා සහමුලින් ම වෙනස් ය. උසස් ය. බලවත් ය. විශේෂයෙන් ඍද්ධි ප්‍රාතිහාර්ය පවා කළ හැකි වන්නේ මීළඟට විස්තර කිරීමට යන රූපාවචර ධ්‍යාන සිත්වල බලයෙනි.

කාමාවචර සිත්වලට හැකිවන්නේ අරමුණක් බාහිර වශයෙන් ගැනීමට පමණි. අරමුණ හොඳින් ගතහැකි වන්නේ, තදින් ගතහැකි වන්නේ ධ්‍යාන සිත්වලට ය. අභිධර්ම ක්‍රමයට අනුව ප්‍රථම ධ්‍යාන, ද්විතීය ධ්‍යාන, තෘතීය ධ්‍යාන, චතුර්ථ ධ්‍යාන, පංචම ධ්‍යාන යනුවෙන් ධ්‍යාන පහකි.

**01. විතක්ක විචාර පීති සුඛ ඒකග්ගතා සහිත පඨමජ්ඣාන කුසල සිත.**
**02. විචාර පීති සුඛ ඒකග්ගතා සහිත දුතියජ්ඣාන කුසල සිත.**
**03. පීති සුඛ ඒකග්ගතා සහිත තතියජ්ඣාන කුසල සිත.**
**04. සුඛ ඒකග්ගතා සහිත චතුත්ථජ්ඣාන කුසල සිත.**
**05. උපෙක්ඛා ඒකග්ගතා සහිත පඤ්චමජ්ඣාන කුසල සිත.**

ධ්‍යානයෙන් කෙරෙන ප්‍රධාන කාර්ය දෙකකි. එනම් ආරම්මණ උපනිජ්ඣාන හෙවත් අරමුණ බැලීම නැතහොත් අරමුණ විශේෂයෙන් බැලීමයි. එම කාර්ය සඳහා උපකාරවන ධ්‍යාන අංග පහක් තිබේ. ඒවා චෛතසික පහකි. එනම් විතක්ක, විචාර, පීති, සුඛ, ඒකග්ගතා යනුවෙනි. විතර්කය සිත අරමුණට නංවයි. අරමුණට යොමුකරවයි. විචාරය සිත අරමුණෙහි හසුරවයි. ප්‍රීතිය අරමුණින් සිත පිනවයි. සුඛය සිතට ආරම්මන රසය අනුභව කරවයි, විඳවයි. ඒකග්ගතාව සිත නොයෙක් අරමුණුවලට යා නොදී එක අරමුණක රඳවා තබයි. සමාධිය යනු ද මේ ඒකග්ගතාවයි.

ධ්‍යානයේ දෙවන කාර්යය විරුද්ධ ක්ලේශ ධර්මයන් හෙවත් නීවරණ දවාලීමයි. ඒ අනුව විතර්කය ථිනමිද්ධ නීවරණය මැඩ පවත්වයි. විචාරය විචිකිච්ඡා නීවරණය මැඩ වත්වයි. ප්‍රීතිය ව්‍යාපාද නීවරණය මැඩ පවත්වයි. සුඛය උද්ධච්ච කුක්කුච්ච නීවරණය මැඩ පවත්වයි. ඒකග්ගතාව කාමච්ඡන්ද නීවරණය මැඩ පවත්වයි. මේ පංචාංගයේ අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධයෙන් උපදින ධ්‍යාන කුසල චිත්තය විතක්ක විචාර පීති සුඛ ඒකග්ගතා සහිත ප්‍රථම ධ්‍යාන කුසල චිත්තය යැයි කියනු ලැබේ.

**භාවනාවෙන් ප්‍රථමධ්‍යාන කුසල චිත්තය ලැබෙන ආකාරය.**

දෙව්ලොව හෝ මිනිස් ලොව කම් සැප ලාමකයැයි සළකන, මෙලොව දී සමාධි සුවයත් පරලොව බ්‍රහ්ම සුවයත් විඳිනු කැමැති ත්‍රිහේතුක ප්‍රතිසන්ධියකින් උපන් කෙනෙක් භාවනාවෙහි යෙදෙයි. එම යෝගාවචරයා පඨවි කසිණාදී කර්මස්ථාන අතරින් තමාගේ චරිතයට අනුරූප කමටහනක් ලබාගෙන සීලයෙන් පිරිසිදුව අරණ්‍යාදී විවේකස්ථානයක හිඳ භාවනාවට බසී.

යෝගාවචරයා අරමුණු වශයෙන් ගන්නේ පඨවි කසිණය නම් අරුණුවන් මැටියෙන් නිසිපරිදි සකස් කරගත් කසිණ මණ්ඩලය ඉදිරියෙහි තබාගෙන ඒ දෙස ම බලාගෙන ''පඨවි පඨවි'' යැයි සියවරක් හෝ අවශ්‍යනම් දහස් වරක් හෝ අරමුණෙහි සිත රැඳෙන තුරු භාවනා කරන්නේ ය. මෙනෙහි කරන්නේ ය. එසේ වඩන ඔහුගේ ඒ පඨවි කසිණ ආරම්මණයට පරිකර්ම නිමිත්ත යැයි ද භාවනාවට පරිකර්ම භාවනාව යැයි ද කියනු ලැබේ. මෙහි පරිකර්ම යනු භාවනා කාර්යය යන්නයි. මෙසේ භාවනා කරගෙන යන විට ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ මානසික යෝග්‍යතාව අනුව කිසියම් කාලයක දී ඒ කසිණාරම්මණය ඇසට නොව සිතට ම අරමුණු වන්නට හුරුවන්නේ ය. ඇස පියාගෙන බැලුවත් වට පිට බැලුවත් එම ආරම්මණයට සමාන වූම ආරම්මණයක් පෙනෙන්නට පටන්ගනී. ඒ තත්වයට පත් ආරම්මණයට උග්ගහ නිමිත්ත යැයි කියන අතර භාවනාවට තවදුරටත් පරිකර්ම භාවනාව යැයි කියනු ලැබේ. එතැන් සිට කසිණ මණ්ඩලය පසෙක තිබිය දී ඒ උග්ගහ නිමිත්ත අරමුණු කොටගෙන පරිකර්ම භාවනාවෙන් භාවනා කරන කල්හි සඳ පලාගෙන නගින ආලෝකයක් සේ උග්ගහ නිමිත්ත පලාගෙන මෙන් අතිපරිශුද්ධ ආලෝකයක් පහළවන්නේ ය. ඒ ආලෝක ආරම්මණයට පටිභාග නිමිත්ත යැයි කියනු ලැබේ. එතැන්සිට භාවනාව හැඳින්වෙන්නේ උපචාර භාවනාව නමිනි. මෙසේ උපචාර භාවනාවෙන් පටිභාග නිමිත්ත වඩන කල්හි කමච්ඡන්දාදී පංච නීවරණයන් මැඩලන්නා වූ ද ආරම්මණය විශේෂ කොට දකින්නා වූ ද විතර්ක විචාර, පීති, සුඛ, ඒකග්ගතා යන ධ්‍යානාංගයන්ගෙන් සමන්විත වූ ප්‍රථම ධ්‍යාන කුසල චිත්තය පහළ වන්නේ ය.

**භාවනාවෙන් ද්විතීය ධ්‍යානාදී කුසල චිත්ත ලැබෙන ආකාරය.**

ප්‍රථම ධ්‍යානය ලබාගත් යෝගාවචරයා එය හොඳින් ප්‍රගුණ වූ විට මේ ධ්‍යාන සමාපත්තියට තවමත් නීවරණ නැමැති සතුරන්ගෙන් බාධා ඇත්තේ යැයි වටහාගනී. එසේ ම එහි පළමු අංගය වන විතර්කය ඕලාරිකය, එය දැන් ප්‍රගුණ බැවින් නැවත අවශ්‍යය නැති බැවින් ද ප්‍රථම ධ්‍යානයෙහි ඇති දොස් සලකා ද්විතීය ධ්‍යානය ඊටවඩා ශාන්ත බව

දැක ඒ සඳහා භාවනා කරන්නේ ය. එවිට විතර්කයෙන් තොර විචාර ප්‍රීති සුඛ ඒකග්ගතා යන අංග සතරින් යුතු ද්විතීය ධ්‍යාන කුසල චිත්තය ලැබෙන්නේ ය. ද්විතීය ධ්‍යානය ලබාගත් යෝගාවචරයා එහි ඇතුළත් විචාරය ද ඕලාරිකය, එය ද දැන් හුරු පුරුදු බැවින් අනවශ්‍යය ද්විතීය ධ්‍යානය ද තවම නීවරණ සතුරන් සහිතය යනාදි ද්විතීය ධ්‍යානයෙහි දොස් දැක එය පිළිබඳ කැමැත්ත අතහැර තෘතීය ධ්‍යානය ඊට වඩා ශාන්තයැයි සළකා ඒ සඳහා භාවනාරම්භ කරන්නේ ය. එසේ භාවනා කරන ඔහුට විචාර රහිත වූ පීති සුඛ ඒකග්ගතා යන අංගත්‍රයෙන් යුක්ත තෘතීය ධ්‍යානය ලැබෙන්නේ ය. තෘතීය ධ්‍යානය ප්‍රගුණකරගත් යෝගාවචරයා ඊට ඇතුළත් වූ පීති අංගය ඕලාරික යැයි සළකා එය දුරුකර ගන්නා පිණිස යළිත් භාවනා කරන්නේ ය. එසේ භාවනා කරන ඔහුට සුඛ ඒකග්ගතා යන අංගද්වයෙන් යුත්ත චතුර්ථ ධ්‍යානය ලැබෙන්නේ ය. චතුත්ථ ධ්‍යානය ලබාගත් යෝග ාවචරයා එහි ඇතුළත් සුඛය ද ඕලාරික වශයෙන් සළකා එය දුරු කර ගන්නා පිණිස යළිත් භාවනා කරන්නේ ය. එසේ භාවනා කරන ඔහුට සුඛ දුක්ඛ දෙකින් තොර වූ උපෙක්ඛා ඒකග්ගතා යන අංග ද්වයෙන් යුක්ත පංචම ධ්‍යානය ලැබෙන්නේ ය.

මේ අනුව ප්‍රථම ධ්‍යානය විතර්කාදී අංග පහකින් සමන්විත වේ. පඨම ධ්‍යානය හුරු පුරුදු වූ විට එහි මුල් අංගය වන විතර්කය ද රළු අංගයක් සේ වැටහේ. එනිසා ඒ ඇතුළත් ප්‍රථම ධ්‍යානය කෙරෙහි ද යෝගාවචරයාගේ කැමැත්ත අඩුවේ. ඊට වඩා ද්විතීය ධ්‍යානය ශාන්තය යැයි වැටහේ. එනිසා ඒ විතර්ක අංගයත් සමඟ ම ප්‍රථම ධ්‍යානය ද බැහැර කොට ද්විතිය ධ්‍යානය කරා යයි. මේ ආකාරයෙන් එක් එක් අංග ඕලාරික යැයි බැහැර කරන අතර ඒවා ඇතුළත් ධ්‍යානය ද සතුරු ධර්ම ඇති එකක් සේ සළකා බැහැර කරමින් ගොස් වඩා සියුම් ශාන්ත ධ්‍යානයෙන් ධ්‍යානයට ගමන්කොට පංචම ධ්‍යානයට පත්වේ. ධ්‍යානාංග පහෙන් පංචම ධ්‍යානයට යනවිට ඉතිරිවන්නේ ඒකග්ගතාව පමණි. එය සෑම ධ්‍යානයකට ම පොදු ය. ධ්‍යානයෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ සමාධිය යි. ඒකග්ගතාව යනු ද එයයි. ඒකග්ගතාව සෙසු අංග සතරේ උපකාරයෙන් සිත එක් අරමුණක එකඟකොට තබාගනී. පංචම ධ්‍යානයට එනවිට සිත ඉහළ ම ඒකග්ගතාවට පත් වේ. එවිට සෙසු අංගයන්ගේ උපකාරයක් අවශ්‍ය නැත. පංච නීවරණ වැනි සෙසු බාධකයකින් තොරව නොසැලී සිටීමට සිත සමත් වේ. සිව්වන ධ්‍යානය දක්වා පැවැති සුඛ වේදනාවත් පස්වැන්නේ දී දුරුකෙරේ. එවිට ඔහුට පෙර තිබූ දුක්ඛයත් පසුව තිබූ සුඛයත් යන දෙකම නොදැනේ. දැන් සිත මැදහත්ය. ඒ නිසා පස්වන ධ්‍යානය උපරිම මධ්‍යස්ථතාවයෙන් යුතු තත්වයක් බැවින් උපෙක්ඛා ඒකග්ගතා යන අංග දෙකින් සමන්විත ධ්‍යානය ලෙස හැඳින්වේ. රූප ධ්‍යානවලින් ලැබිය හැකි ඉහළම ප්‍රතිඵලය එයයි.

මෙම රූප ධ්‍යාන ක්‍රමයේ දී සිත කසිණ වැනි බාහිර අරමුණක පිහිටුවාගෙන එකඟ කරන බැවින් ආරම්මණ උපනිජ්ඣාන යනුවෙන් හැඳින් වේ. සමථ යනු ද එය ම යි. එයින් පමණක් නිවන් දැකිය නොහැකි ය. ඒ සඳහා තවත් ධ්‍යාන ක්‍රමයක් ඇත. එනම් අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණයට අනුව ඇති සැටියෙන් බැලීමයි. එය ලක්ඛණ උපනිජ්ඣාන නමින් හැඳින් වේ. විදර්ශනාව යනු ද එයයි.

රූපාවචර විපාක සිත් 05

**01. විතක්ක විචාර පීති සුඛ එකග්ගතා සහිත පඨමජ්ඣාන විපාක සිත.**
**02. විචාර පීති සුඛ එකග්ගතා සහිත දුතියජ්ඣාන විපාක සිත.**
**03. පීති සුඛ එකග්ගතා සහිත තතියජ්ඣාන විපාක සිත.**
**04. සුඛ එකග්ගතා සහිත චතුත්ථජ්ඣාන විපාක සිත.**
**05. උපෙක්ඛා එකග්ගතා සහිත පංචමජ්ඣාන විපාක සිත.**

රූපාවචර ධ්‍යාන පස උපදවාගත් තැනැත්තා නොපිරිහී කළුරිය කළහොත් නොවරදවා ම බඹලොව උපදින්නේ ය. එසේ උපන්තැන් පටන් ඔහුට පහළ වන්නේ ඒ රූපාවචර සිත් ම ය. එය හඳුන්වන්නේ රූපාවචර විපාක සිත් නමිනි. බ්‍රහ්ම ලෝකයේ උපත ලබාදෙන විපාකය ප්‍රතිසන්ධි විපාකය නමින් ද එහි වෙසෙනතාක් කල් ලැබෙන විපාක ප්‍රවෘත්ති විපාක නමින් ද හැඳින් වේ. ප්‍රථම ධ්‍යානය ඒ ඒ යෝගාවචරයන් වඩන ආකාර තුනකි. ධ්‍යානයට පත්වීමෙන් පමණක් සෑහීම පරිත්ත නම්වේ. තවදුරටත් එය මධ්‍යම මට්ටමෙන් තම සිතට වසඟ කර ගැනීම, අවනත කරගැනීම මධ්‍යම නම් වේ. ඉහළ ම මට්ටමින් ධ්‍යාන වසඟ තත්වයට පත්කර ගැනීම ප්‍රණීත නම් වේ. ප්‍රථමධ්‍යානය පරිත්ත මට්ටමින් වඩා නොපිරිහී කළුරිය කළහොත් බ්‍රහ්ම පාරිසජ්ජ බඹලොව උපදී. මධ්‍යම වශයෙන් වැඩුවහොත් බ්‍රහ්ම පුරෝහිත බඹලොව ද ප්‍රණීත වශයෙන් වැඩුවහොත් මහාබ්‍රහ්මයේ ද උපදී. එහි උපදින විටත් වාසයකරන තාක් කාලය පුරාත් චුත වන අවස්ථාවේ පවතින්නේ ඔහුට පහළවන්නේ රූපාවචර ප්‍රථම ධ්‍යාන සිතයි.

ද්වතීය ධ්‍යානය සහ තෘතිය ධ්‍යානය පරිත්ත වශයෙන් වැඩුවේ නම් පරිත්තාභ බඹලොව ද, මධ්‍යම වශයෙන් වැඩුවේ නම් අප්පමාණාභා බඹලොව ද, ප්‍රණීත වශයෙන් වැඩුවේ නම් ආභස්සර බඹලොව ද උපදී. එහි දී ද ප්‍රතිසන්ධි විපාක වශයෙන් හා ප්‍රවෘත්ති විපාක වශයෙන් උපදින්නේ දුතිය ධ්‍යාන හෝ තතිය ධ්‍යාන සිතයි. චතුර්ථ ධ්‍යානය පරිත්ත වශයෙන් වැඩුවේ නම් පරිත්ත සුභ නම් බඹලොව ද මධ්‍යම වශයෙන් වැඩුවේ නම් අපමාණ සුභ බඹලොව ද ප්‍රණීත වශයෙන් වැඩුවේ නම් සුභ කින්නක බඹලොව ද උපදින්නේ ය. එහි දී ද ප්‍රතිසන්ධි විපාක හා ප්‍රවෘත්ති විපාක වශයෙන් උපදින්නේ චතුර්ථ ධ්‍යාන විපාක සිතයි. පංචම ධ්‍යානය වැඩූ පුද්ගලයා වේහප්ඵල බඹලොව උපදී. එම ධ්‍යානය ම සිත ඕලාරික යැයි සළකා සිතක් නැතිවන සේ භාවනා වැඩුවේ නම් අසඤ්ඤ සත්ත්ව බඹලොව උපදී.

රූපාවචර ක්‍රියා සිත් 05.

මෙතෙක් කියන ලද පරිදි පෘථජ්ජනයෙක් හෝ සෝවන් මාර්ගයේ පටන් අනාගාමී ඵලය දක්වා වූ කෙනෙක් හෝ ප්‍රථම ධ්‍යානය ලැබුවේ නම් ඒ ප්‍රථම ධ්‍යාන කුසල චිත්තය යැයි කියනු ලැබේ. එය කුසල කර්මයක් වන හෙයිනි. රහතන් වහන්සේගේ කුසල කර්ම කිරීමක් ද නැත. ඒ හෙයින් උන්වහන්සේ ප්‍රථම ධ්‍යානය ලැබුවේ නම් එය ප්‍රථම ධ්‍යාන ක්‍රියා සිත යැයි කියනු ලැබේ. රහතන් වහන්සේ සෙසු ධ්‍යාන ලැබීම ද එසේ ම ය.

**01. විතක්ක විචාර පීති සුඛ එකග්ගතා සහිත පඨමජ්ඣාන ක්‍රියා සිත.**
**02. විචාර පීති සුඛ එකග්ගතා සහිත දුතියජ්ඣාන ක්‍රියා සිත.**
**03. පීති සුඛ එකග්ගතා සහිත තතියජ්ඣාන ක්‍රියා සිත.**
**04. සුඛ එකග්ගතා සහිත චතුත්ථජ්ඣාන ක්‍රියා සිත.**
**05. උපෙක්ඛා එකග්ගතා සහිත පංචමජ්ඣාන ක්‍රියා සිත.**

මේ අනුව අභිධර්ම ක්‍රමයේ දී ධ්‍යාන පහකි. එය පංචකනය යැයි කියනු ලැබේ. සූත්‍ර ක්‍රමයේ දී ඇත්තේ ධ්‍යාන සතරකි. එය චතුක්කනය යනුවෙන් හැඳින් වේ. නය යනු ක්‍රමයි. අභිධර්මයේ එන පංචක ක්‍රමයේ දී ධ්‍යාන පහක් වන්නේ ධ්‍යාන අංග පහ සන්සිඳවීමේ පිළිවෙළ අනුවය. ප්‍රථම ධ්‍යානයේ විතක්ක විචාරාදී අංග පහක් ඇතිබව ඔබ දනිති. මේ පහෙන් ප්‍රධාන ධ්‍යානාංගය වන්නේ බලවත් වූ ඒකග්‍රතාවයි. සාමාන්‍ය ජනයාට ද දුබල ඒකග්‍රතාවක් ඇත. එනම් අරමුණක මදවේලාවක් සිත රඳවා තැබීමේ හැකියාවයි. එහෙත් ධ්‍යාන ඒකග්‍රතාව බොහෝ වේලාවක් එක අරමුණක සිත පැවැත්වීමට සමත් වේ. එනිසා ධ්‍යාන ලාභීන්ට පැය ගණනක් වූවද දවස මුළුල්ලේ වුව ද සිත එක අරමුණේ පැවැත්විය හැකි ය. සෑම ධ්‍යානයක ම මේ ඒකග්‍රතාව නම් ධ්‍යානාංගය පවතී. වෙනත් ආකාරයකින් පවසතොත් ධ්‍යානයේ අග්‍රඵලය ඒකග්‍රතාවයි. සමාධිය යනු ද එයට ම කියන නමකි. මේ සමාධියට විතක්ක විචාර පීති සුඛ සහ උපේක්‍ෂාව යැයි උපකාරක ධර්ම පහක් ඇත. සමාධි චිත්තයට පසුබසින්නට හැකිලෙන්නට නොදී විතර්කය යෝගියාගේ සිත නැවත නැවත අරමුණට නංවයි. විචාරය අරමුණ පිරිමදියි. ප්‍රීතිය සිත ප්‍රබෝධමත් කරයි. සුඛයෙන් ධ්‍යාන ආශ්වාදය ඇතිවෙයි. මේ ධර්ම සතරේ උපකාරයෙන් ඒකග්‍රතාව බලවත්වීමෙන් ප්‍රථම ධ්‍යානය ඇතිවේ. ප්‍රථම ධ්‍යානය ලැබූ තැනැත්තාට තවදුරටත් විතර්කයෙන් තොරව පැවැත්විය හැකි තත්ත්වයට සමාධිය දියුණු වේ. එයින් දුතිය ධ්‍යානය පහළ වේ. තවදුරටත් භාවනාවේ යෙදෙන යෝගාවචරයාට විචාරයෙන් තොරව සමාධිය පවත්වාගත හැකි වේ. එයින් තෘතීය ධ්‍යානය ලැබේ. එතැනින් ඉදිරියට භාවනා කරන යෝගාවචරයාට ප්‍රීතියෙන් තොරව සමාධිය දියුණු වේ. එයින් චතුර්ථ ධ්‍යානය ලැබේ. මීළඟට යෝගාවචරයාගේ සිත සුඛ දුක්ඛ දෙකින් ම තොර වූ සොම්නස් දොම්නස් දෙකම නැති උපෙක්ෂාව සහ ඒකග්‍රතාව පමණක් ඇති පංචමධ්‍යානය පහළ වේ. මේ පංචකනය යි. එනම් අභිධර්ම ක්‍රමයයි. සූත්‍ර පිටකයේ එන්නේ චතුර්ථනය යි. එහි දී ප්‍රථම ධ්‍යානය ක්‍රම දෙකේ දිම සමානය. සූත්‍ර ක්‍රමයේ දී '**විතක්ක විචාරානං වූපසමා**' යනුවෙන් විතක්ක විචාර යන ධ්‍යාන අංග දෙකම එකවර සන්සිඳී යන බව කිය වේ. ඒ අනුව සූත්‍රවල එන දුතිය ධ්‍යානය යනු අභිධර්මයේ එන තතිය ධ්‍යානයයි. එනම් විතක්ක විචාර දෙකම සන්සිඳුණු සමාධිය යි. එතැන් සිට නැවතත් ක්‍රම දෙකේ ම ධ්‍යාන සමානය.

**පංචධා ඣාන භෙදෙන - රූපාවචර මානසං**
**පුඤ්ඤපාක ක්‍රියාභෙදා - තං පංචදසධා භවෙ**

## අරූපාවචර සිත් 12

සත්ත්වයා සකස් වී ඇත්තේ රූප,වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන පඤ්චස්කන්ධයෙනි. මෙයින් රූපයට රූපය යැයි ද සෙසු ස්කන්ධ පහට නාම යැයි ද කියනු ලැබේ. නිරය, තිරිසන්, ප්‍රේත මනුෂ්‍ය යන ලෝකවල වෙසෙන සත්ත්වයන්ට විඳින්නට වන දුක් කම්කටොලු බලවත්ව දැනෙන්නේ මෙම රූපය නිසා ය. දෙවියන්ටත් රූපය ඇත. එහෙත් එය සියුම් ය. රූපාවචර බඹලොව සිටින බ්‍රහ්මයන්ටත් රූපය ඇත. එහෙත් එය ද මිනිසුන්ට තබා දෙවියන්ටවත් දැකිය නොහැකිතරම් සියුම්ය. කෙසේ වුවත් බණ භාවනාකොට ධ්‍යාන වඩන යෝගාවචරයාට රූපය පෙනෙන්නේ දුක් කම්කටළුවලට මුල්වන බාධක ධර්මයක් ලෙස ය. ඒ නිසා රූපාවචර ධ්‍යානවලින් පඤ්චමධ්‍යානය වැඩූ අයගෙන් සමහර කෙනෙක් මේ රූපය කෙරෙහි කලකිරීමෙන් අරූපී ආත්මභාවයක් ලැබීමේ අදහසින් අරූපධ්‍යාන වඩති. එසේ වඩා උපදවාගන්නා අරූප ධ්‍යාන සතරකි. එනම්

**01. ආකාසානඤ්චායතන කුසල සිත**
**02. විඤ්ඤාණඤ්චායතන කුසල සිත**
**03. ආකිඤ්චඤ්ඤායතන කුසල සිත**
**04. නෙවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතන කුසල සිත**

### 01. ආකාසානඤ්චායතන කුසල් සිත

ආකාස අනන්ත ආයතන යන්න උච්ඡාරණයේ පහසුවට ආකාසානඤ්චායතන වී ඇත. රූපයෙහි ආදීනව දැක රූපයෙන් දුරුවෙනු කැමැති යෝගාවචරයා දස කසිණයෙන් ආකාස කසිණය හැර අනෙකුත් කසින නවයෙන් එකක් අරමුණු කොටගෙන පඤ්චමධ්‍යානය උපදවාගනී. එහි මදවේලාවක් හිඳි. රූපය බැහැර කිරීමේ අදහසින් අරමුණු කරගත් කසිණ රූපය සිතින් බැහැර කොට ඒ රූපය පැවැති අකාසය ගැන මෙනෙහි කිරීමට පටන්ගනී. කසිණ රූපය තිබී ඉවත් කළ අකාශය නිසා එයට කසිනුග්ඝාටිම ආකාශය යයැ කියනු ලැබේ. එය සිංහලෙන් කිසිනු ඉගිළු අහස යැයි සඳහන් වේ. ආකාශය යනු සිතට අරමුණු වන්නක් මිස සැබැවින් ම ඇති දෙයක් නොවේ. එබැවින් එහි ඉමක් කොනක් ද නැත. අනන්තය. එයට අනන්ත ආකාශය යැයි කියනු ලැබේ. එය අරමුණු කරගෙන ''අනන්තො ආකාසෝ අනන්තො ආකාසෝ'' යැයි කියමින් භාවනා කරගෙන යන විට නීවරණ සංසිඳී ගොස් ආකාසානඤ්චායතන සිත පහළවන්නේ ය.

### 02. විඤ්ඤාණඤ්චායතන කුසල් සිත

මෙහි ද විඤ්ඤාණ අනන්ත ආයතනය යන්න විඤ්ඤාණඤ්චායතන වී ඇත. භාවනා යෝගියාගේ බලාපොරොත්තුව තවදුරටත් රූපයෙන් ඈත්වීම ය. ආකාශය කසිණ රූපය පදනම් කරගෙන අරමුණු වූවක් නිසා එය ද රූපයට ළඟ බැවින් ආකාශය බැහැර කොට ඒ අරමුණුකළ සිත හෙවත් විඤ්ඤාණය සළකාගෙන එය ද අනන්ත බැවින් විඤ්ඤාණං අනන්තං, විඤ්ඤාණං අනන්තං කියා භාවනා කරයි. එසේ භාවනා කරන විට විඤ්ඤාණඤ්චායතන කුසල සිත පහළ වන්නේ ය.

### 03. ආකිඤ්චඤ්ඤායතන කුසල් සිත

කිසිවක් නැත යන අර්ථය දීම සඳහා අකිඤ්චන යැයි කියනු ලැබේ. ඒ අකිඤ්චන බව හෙවත් කිසිවක් නැතිබව ආකිඤ්චඤ්ඤ නම් වේ. විඤ්ඤාණඤ්චායතන උපදවාගත් කල්හි ආකාසාඤ්චායතනය අභාවයට යන්නේ ය. ඒ අභාවයට යෑම හෝ නැතිව යාම මෙනෙහි කොට නත්‍ථි කිඤ්චි යන සිතුවිල්ලට එළඹෙන්නේ ය. එය ම නත්‍ථි කිඤ්චි, නත්‍ථි කිඤ්චි යැයි දිගට ම වැඩීමෙන් පළමුවන අරූපාවචර චිත්තයේ නැතිබව අරමුණු කරගත් ආකිඤ්චඤ්ඤායතන කුසල සිත පහළ වන්නේ ය.

### 04. නෙවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන කුසල් සිත

තෙල් තිබී හිස්කළ බඳුනක තෙල් ඇතැයි ද නැතැයි ද කිව නොහැකි වන්නා සේ සමාධි චිත්තයක ඕලාරික වශයෙන් හෙවත් ගොරෝසු වශයෙන් සඤ්ඤාවක් නැතිවා සේ ම සියුම් වශයෙන් සඤ්ඤාවක් ඇතිවිට එය නේවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤා යැයි කියනු ලැබේ. එහි විග්‍රහය නෙව සඤ්ඤා න අසඤ්ඤා යනුයි. ඇතැයි කීමට තරම් සඤ්ඤාවකුත් නැත. එහෙත් සඤ්ඤාව මුළුමනින් ම නැත්තේ නොවේ යනු එහි අදහසයි. තුන්වන අරූප ධ්‍යානය වූ ආකිඤ්ඤායතනය ලබාගත් යෝගාවචරයා එයම අරමුණු කරගෙන මෙය ශාන්තය මෙය ප්‍රණීත යැයි කියා ඒ පිළිබඳ ව ම භාවනා කිරීමට පටන්ගනී. එසේ භාවනා කරන්නාට ඉතා ම සියුම් වූ නෙව සඤ්ඤානාසඤ්ඤා කුසල් සිත පහළ වේ. එය ලෞකික සිත් අතර සියුම් බවින් අගතැන්පත් සිතයි. ඊටවඩා සියුම් තවත් සිතක් නැත. කොතරම් සියුම් ද කිවහොත් යෝගාවචරයාට සිතක් ඇද්ද නැද්දැයි දැනගැනීමටත් අපහසු තරම් ය.

## අරූපාවචර විපාක සිත් 04

01. ආකාසානඤ්චායතන විපාක සිත
02. විඤ්ඤාණඤ්චායතන විපාක සිත
03. ආකිඤ්චඤ්ඤායතන විපාක සිත
04. නෙවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතන විපාක සිත

### 01. ආකාසානඤ්චායතන විපාක සිත

ආකාසානඤ්චායතන සමාපත්තිය ලබා එයින් නොපිරිහී කළුරිය කළ කෙනෙක් ආකාසානඤ්චායතන අරූප බ්‍රහ්මලෝකේ උපදී. එහි ආයුෂ කල්ප විසි දහසකි. එහි ඉපදීම් වශයෙන් උපදින ප්‍රතිසන්‍ධි සිතත් වසනතාක් ඇතිවන භවාංග සිතත් අවසානයේ දී පහළවන චුති සිතත් වන්නේ මේ ආකාසානඤ්චායතන විපාක චිත්තය යි.

### 02. විඤ්ඤාණඤ්චායතන විපාක සිත

විඤ්ඤානඤාචායතන විපාක සිත උපදවා නොපිරිහි කළුරිය කළ කෙනෙක් විඤ්ඤානඤ්චායතන අරූපී බ්‍රහ්මලෝකයේ උපදී. එහි ආයුෂ කල්ප හතළිස් දහසකි. එහි දී ද ප්‍රතිසන්‍ධි භවාංග චුති වශයෙන් පහළ වන්නේ මේ විඤ්ඤානඤ්චායතන විපාක සිත යි.

**03. ආකිඤ්චඤ්ඤායතන විපාක සිත**

ආකිඤ්චඤ්ඤායතන විපාක සිත උපදවා නොපිරිහී කළුරිය කළ කෙනෙක් ආකිඤ්චඤ්ඤායතන අරූපී බ්‍රහ්ම ලෝකයේ උපදී. එහි ආයුෂ කල්ප හැට දහසකි. එහි දී ද ප්‍රතිසන්ධි, භවංග හා චුති වශයෙන් පහළ වන්නේ ආකිඤ්චඤ්ඤායතන විපාක සිත යි.

**04. නෙවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතන විපාක සිත**

නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන ධ්‍යානය උපදවා ඉන් නොපිරිහී කළුරිය කළ කෙනෙක් නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන අරූපී බ්‍රහ්මලෝකයේ උපදී. එහි දී ද ප්‍රතිසන්ධි, භවාංග හා චුති වශයෙන් පහළ වන්නේ මේ නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන විපාක සිත යි.

**අරූපාවචර ක්‍රියා සිත් 04**

**01. ආකාසානඤ්චායතන ක්‍රියා සිත**
**02. විඤ්ඤාණඤ්චායතන ක්‍රියා සිත**
**03. ආකිඤ්චඤ්ඤායතන ක්‍රියා සිත**
**04. නෙවසඤ්ඤා නාසඤ්ඤායතනන ක්‍රියා සිත**

මෙතෙක් සඳහන් කළ අරූපාවචර කුසල් සිත් පහළ වන්නේ පෘථජ්ජනයන්ට හා රහතන් වහන්සේගෙන් මෙපිට ශෛක්‍ෂයන්ට හෙවත් සෙසු මාර්ගඵල ලාභීන්ට ය. රහතන් වහන්සේට පහළ වන්නේ මේ ක්‍රියා සිත් ය. රහතන් වහන්සේ නමක් මේ ධ්‍යාන සතරින් කුමක් හෝ උපදවාගත හොත් ඒවා ක්‍රියා සිත් ලෙස හඳුන්වනු ලැබේ. මන්ද ඒවා උන්වහන්සේට විපාක නොදෙන හෙයිනි.

**ආලම්බනප්පභෙදෙන - චතුධාරූප්ප මානසං**
**පුඤ්ඤපාක ක්‍රියාභෙදා - පුන ද්වාදසධා ඨිතං**

(ආකාස විඤ්ඤාණ ආදි ආරම්මන භේදයෙන් අරූපාවචර සිත චතුර්විධ වේ. එය නැවත කුසල විපාක ක්‍රියා වශයෙන් දොළොස් වැදැරුම් වේ.

**ලෝකෝත්තර සිත් 08**

ලෝකෝත්තර සිත් අටකි. එනම් කුසල සිත් හෙවත් මාර්ග සිත් සතරත්, විපාක සිත් හෙවත් ඵල සිත් සතරත් ය. මෙහි ලෝක යනු ඉපදෙමින් මැරෙමින් යන සංසාරයයි. එම සංසාර නැමැති ලෝකයෙන් එතෙරවෙනු කැමැතිව විදර්ශනා භාවනා කරන යෝගාවචරයා සම්මාදිට්ඨි ආදී මාර්ග අංග අට දියුණු කරයි. එසේ දියුණු කරන ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ලෝකෝත්තර මාර්ගය යැයි කියනු ලැබේ. එම මාර්ගයේ නිවනට ළඟා කරවමින් පහළවන සිත් ලෝකෝත්තර සිත් නම් වේ. ඒවා සතරකි. එනම්,

01. සොතාපත්ති මාර්ග සිත.
02. සකදාගාමි මාර්ග සිත.
03. අනාගාමි මාර්ග සිත.
04. අරහත්ත මාර්ග සිත.

**01. සොතාපත්ති මග්ග චිත්ත.**

නිවනට අනිවාර්යයෙන් පමුණුවන හෙයින් එසේ දියුණු කළ ආර්ය අෂ්ටාංගක මාර්ගය සෝත නම් වේ. එය සැඩ පහරක් සේ ගමන් කරන හෙයින් ඒ නම යෙදේ. සැඩපහරකට හසු වූ දෙයක් එක එල්ලේ ම ගඟට හෝ මුහුදට ගසාගෙන යයි. එසේ ම සෝවන් මාර්ගයට පැමිණි පුද්ගලයා අනිවාර්යෙන් ම නිවනට ළඟා වේ. ''නියතො සම්බොධි පරායණො'' යනුවෙන් ඒ බව දක්වා තිබේ. ඒ අනුව ලෝකෝත්තර මාර්ගයේ පළමුවෙනි අවස්ථාව සෝවන් මාර්ග සිතයි. එය සත්ත්වයා සසර බැඳ තබන දස සංයෝජන අතුරින් සක්කාය දිට්ඨි (ආත්ම දෘෂ්ටිය) විචිකිච්ඡා (සැකය) සීලබ්බත පරාමාස (විවිධ නිෂ්ඵල සිල්ව්‍රත අනුගමනය කිරීම) යන සංයෝජන තුන මුළුමනින් ම නසා දමමින් පහළවන සිතයි.

**02. සකදාගාමි මග්ග චිත්ත.**

සකිං ආගාමි යන්න සකදාගාමී නම් වී ඇත. එනම් එක් වරක් පමණක් එන්නේ ය යන අදහසයි. මෙම දෙවන මාර්ගයට පත්වූ පුද්ගලයා මියගොස් නැවත කාම ස්වර්ගයකට එන්නේ නම් ඒ එක්වරක් පමණි. ඉන්පසු පිරිනිවන් පාන්නේ ය. සකදාගාමි පුද්ගලයා කාමරාගය හා පටිඝය හෙවත් ද්වේශය යන සංයෝජන දෙක තුනී කරන්නේ ය. බල බිඳින්නේ ය. වරක් කාම ලෝකයට එන්නේ කාමරාගය මුළුමනින් සිඳ නොදැමූ නිසා ය.

**03. අනාගාමි මග්ග චිත්ත.**

අනාගාමී යනු න ආගාමි හෙවත් නො එන්නේ ය යන අදහසයි. මේ මාර්ග යට පත් වූ පුද්ගලයා රහත් නොවී කළුරිය කළහොත් නැවත කිසිදාක කාම භවයකට නොඑන්නේ ය. ශුද්ධාවාස බ්‍රහ්මලෝකවල ඉපිද එහි දීම පිරිනිවන් පාන්නේ ය. එසේ සිදුවන්නේ ඒ පුද්ගලයා සක්කාය දිට්ඨි විචිකිච්ඡා, සීලබ්බත පරාමාස, කාමරාග පටිඝ යන ඕරම්භාගිය සංයෝජන පහම සහමුලින් ම සිඳලන බැවිනි. ඕරම්භාගිය යනු කාම සුගති වශයෙන් සැළකෙන දිව්‍යලෝක හයේ සහ මිනිස් ලොව ඉපදීමට හේතුවන සංයෝජනයි. මේවා හීන හෙවත් පහත් ස්වර්ග ලෙස සලකන බැවින් ඕරම්භාගිය යැයි කියනු ලැබේ.

**04. අරහත්ත මග්ග චිත්ත.**

අරහත් මාර්ගයට පත්වන උත්තමයන්ට පහළවන සිත අරහත් මාර්ග සිතයි. මෙම මාර්ගයට පත්වන උතුමා රූපරාග අරූපරාග, මාන, උද්ධච්ච, අවිජ්ජා යන උද්ධම්භාගිය හෙවත් බ්‍රහ්මලෝකවල ඉපදීමට හේතුවන සංයෝජන පහ ද මුළුමනින් ම සිඳ දමයි. එයින් අදහස් වන්නේ උන්වහන්සේ සංසාරයෙහි ඉපදීමට හේතුවන සියලු සංයෝජන නැසූ බවයි. නැවත උන්වහන්සේගේ ඉපදීමක් නැත.

ලෝකෝත්තර ඵල (විපාක) සිත් 04

01. සොතාපත්ති ඵල සිත.
02. සකදාගාමි ඵල සිත.
03. අනාගාමි ඵල සිත.
04. අරහත්ත ඵල සිත.

මාර්ග සිත් සතර කුසල් සිත් වශයෙන් ද ඵල සිත් සතර විපාක සිත් වශයෙන් ද සැලකේ. මාර්ග කුසල් සිත්වල වෙනත් කුසල් සිත්වල මෙන් විපාක දීමට කල්ගත වන්නේ නැත. මාර්ග සිත පහළවූ සැනින් ම වෙනත් කිසිදු සිතක් පහළ නොවී ඵල සිත පහළ වන්නේ ය. ධර්මයේ ගුණ සඳහන් කරන විට අකාලිකො යැයි වදාළේ මේ මාර්ගඵල අතර කල්ගතවීමක් නැති නිසා ය. සෝවන් ඵලයට පත් වූ තැනැත්තා නැවත කිසිදාක අපාගාමී වීමක් නැත. මෙලොව දී ම රහත් නොවූයේ නම් ජන්ම සතක් ඇතුළත රහත් වන්නේ ය. එයින් දෙවන ජන්මයේ රහත්වන පුද්ගලයා ඒක බීජී නමින් ද, සත්වන ජන්මයෙහි රහත්වන්නා සත්තක්ඛත්තු පරම යැයි ද ඒ අතරතුර රහත් වන්නා කෝළං කෝළ යැයි ද හඳුන්වනු ලැබේ.

සකදාගාමී පුද්ගලයා එක්වරක් පමණක් මනුලොවට නැවත පැමිණීමට ඉඩ ඇතිබව සඳහන් කරන ලදී. අනාගාමි පුද්ගලයා කිසි දිනක දිව්‍ය මනුෂ්‍ය යන කාම ලෝකයකට පැමිණෙන්නේ නැත. රූප අරූප බ්‍රහ්මලෝක අතරත් උපදින්නේ අවිහ, අතප්ප, සුදස්ස, සුදස්සී, අකනිට්ඨ යන පංච ශුද්ධාවාසයේ පමණි. ඔහු එහි දී ම පිරිනිවන් පාන්නේ ය. රහතන් වහන්සේ ජීවත්ව සිටිමින් කෙලෙසුන් නැසීම සෝපාදිසේස පරිනිර්වාණය යනුවෙන් ද, රහත් වී මිය යෑම අනුපාදිසේස පරිනිර්වාණය යනුවෙන් ද හඳුන්වනු ලැබේ.

මෙතෙක් දක්වන ලද පරිදි අභිධර්මයේ චිත්ත කාණ්ඩයට අයත් සිත් ප්‍රමාණය අසූ නවයකි. එහෙත් සෝවන් ආදී මාර්ග ඵල වලට පත්වන පුද්ගලයින් අටදෙනා ප්‍රථමධ්‍යාන ආදී ධ්‍යාන පහ වැඩුවේ නම් ධ්‍යාන පහ වැඩූ සෝවන් මාර්ග ලාභී පුද්ගලයෝ පස්දෙනෙක් ද, සෝවන් ඵල ලාභී පුද්ගලයෝ පස් දෙනෙක් ද යනාදි වශයෙන් මාර්ග ඵල ලාභී පුද්ලයන් අට දෙනාගේ වශයෙන් සිත් හතළිහක් වන්නේ ය. එම සිත් හතළිහ කාමාවචර 54 ය. රූපාවචර 15 ය. අරූපාවචර සිත් 12 යන සිත් අසූ එකට එකතු කළ විට සියලු සිත් 121 ක් වන්නේ ය.

**චතුමග්ගප්පභෙදෙන - චතුධාකුසලං තථා**
**පාකං තස්ස ඵලත්තාති - අට්ඨධානුත්තරං මතං**

ලෝකෝත්තර සිත් මාර්ග භේදයෙන් චතුර්විධ වේ. ඒ මාර්ගයන්ගේ ඵලය විපාකය වන බැවින් විපාකය චතුර්විධය. මෙසේ ලෝකෝත්තර සිත් අෂ්ටවිධ වේ.

## අභ්‍යාස

01. අරූපාවචර සිත් යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ කවර කරුණක් නිසාද?
02. රූපාවචර ධ්‍යානංගවලින් නීවරණ නැසෙන ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.
03. සෝතාපත්ති යන්නෙහි අර්ථය පැහැදිලි කරන්න.
04. එක් එක් මාර්ගඵලයන් හි දී නැසෙන සංයෝජනධර්ම වෙන වෙන ම ලියන්න.

## භාවිතයට

**අභිධර්මාර්ථ සංග්‍රහය ද ඇසුරු කරමින් චිත්ත කාණ්ඩයේ පෙළ වණපොත් කරන්න.**