

10 ශේෂීය

5 පාඩම

බුද්ධ බරමය

විද්‍යුත් වබන්නේ අඟති තතු දකින්නේ



## විද්‍යුත් වබන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

මෙම පාඩමෙන් උගෙනයුතු කරනු

- විපස්සනා හාවනාව අර්ථ ගන්වයි
- සම්මුති පරමාර්ථ සත්‍ය දෙක හඳුනා ගනී
- පංචස්කන්ධය අර්ථ සහිතව හඳුනාගනී
- විපස්සනා හාවනාව හඳුන්වන වෙනත් නම් හඳුනා ගනී
- ත්‍රිලකණ්ය අර්ථ ගන්වයි
- විපස්සනා හාවනාවෙන් ලද හැකි ප්‍රයෝගන හඳුනා ගනී

## විදුකුන් වඩන්නේ අඡති තතු දකින්නේ

හාගෙවතුන් වහන්සේ වැද  
ඩිකත්පසෙක සිටි ඒ දෙවිතෙමේ  
හාගෙවතුන් වහන්සේගෙන්  
ප්‍රශ්නයක් විමුකුවේ ය.

“ගොතමයන් වහන්ස, ආභුළත  
අවුල් ය; පිටත ද අවුල් ය.  
සත්ත්ව ප්‍රජාව අවුලෙන් වෙලී  
සිටියි. කවරෙක් නම් මේ අවුල්  
නිරවුල් කරන්නේ ද?!”



## විදුසුන් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ



“ලිලා සංවරයෙහි පිහිටා සමාධිය හා  
ප්‍රජ්‍යාව ද වඩන,  
බ්‍රද්ධීමත් වූ,  
දක්ෂ වූ.  
කෙලෙස් නසන වීර්යය අඟති,  
විදුර්ගනා ප්‍රජ්‍යාවෙන් යුත්ත වූ  
තැනැන්තා මේ අවුල් කියල්ල නිරවුල් කර  
ගන්නේ ය.”

## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

ඉදුරහාන වහනකේ විසින් එදා එම  
දේවතාවාට වදාල ඉහත කළහන් අදහස  
අඟති ගාලාවෙන කියැවෙන කියලු අවුල  
නිරවුල කර ගැනීම කඳා කළ යුතෙ,

කකර ඉහදීම (තාති)

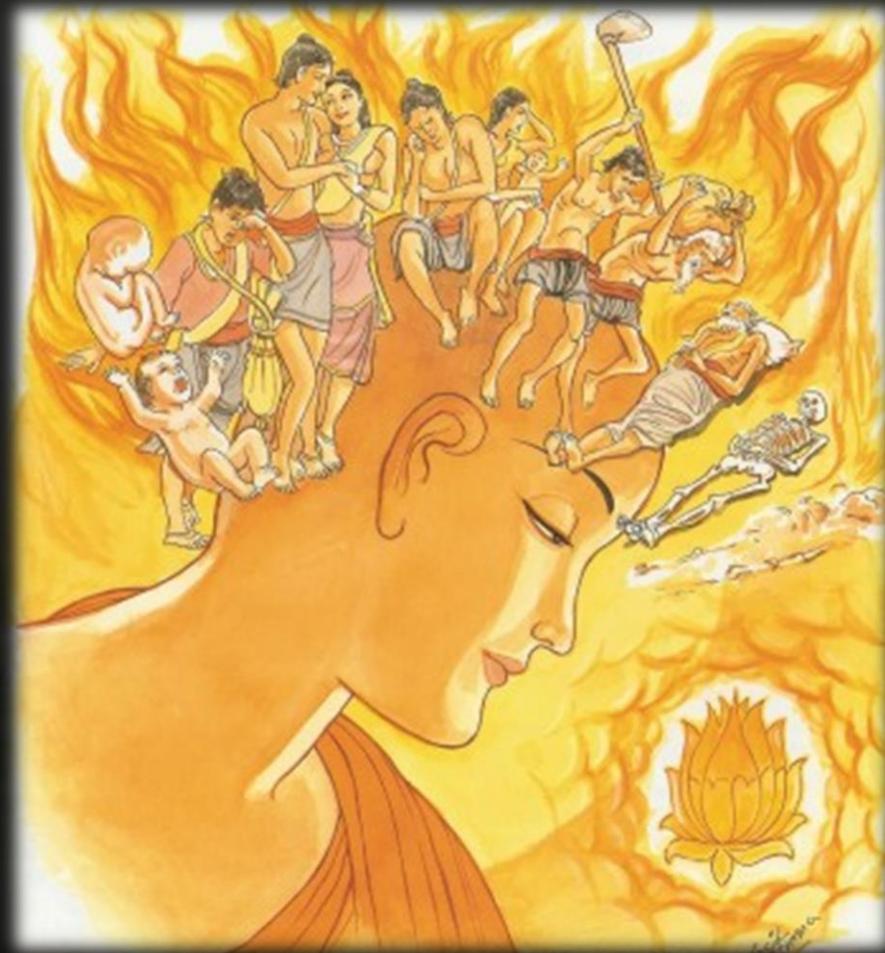
මහලු ව දිරාතන වීම (තරා)

රෝග තීඩාවනට ලක්වීම (ව්‍යාධි)

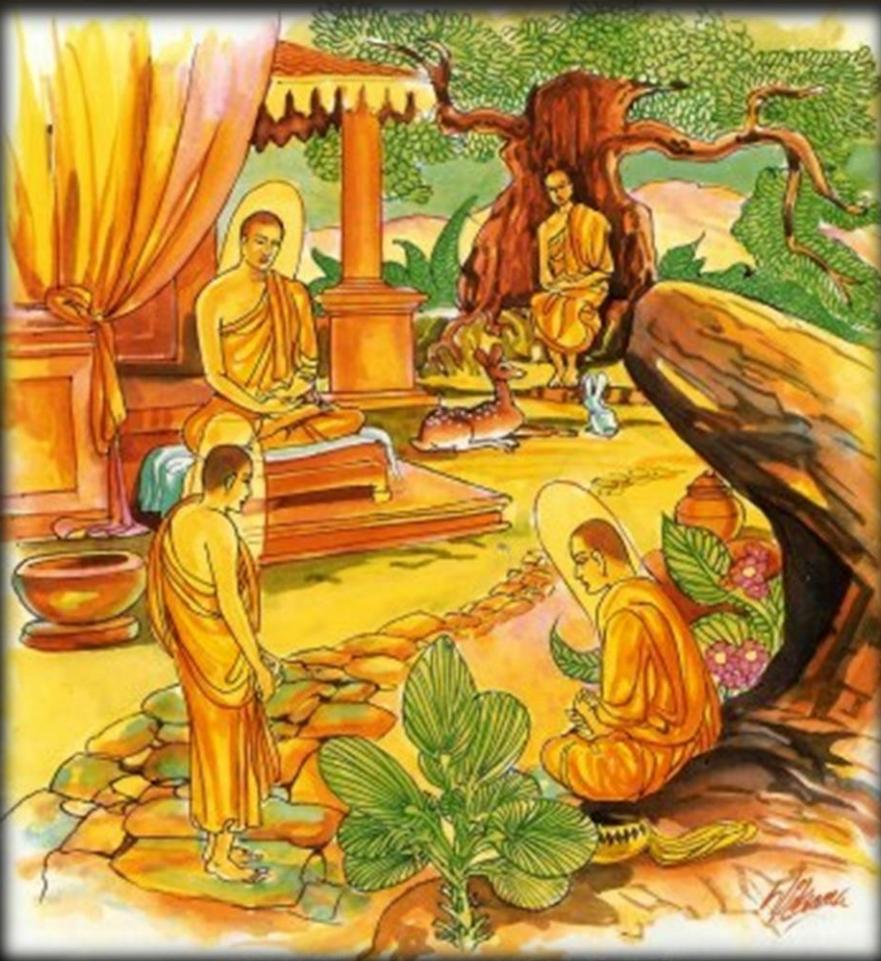
ඡ්‍යෙවිය අවසන් වීම (මරණුය)

ආදි වශයෙන දැක්වෙන කතර දුකින  
(කතර බිය) එකෙර වීම ය.

තිවන් තකක කරලීම ය.



## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ



නිවන් පසක් කර ගැනීම සඳහා පළමු ව අප සිල්වත් විය යුතු ය. (කායික වාචක සංවර්ය අඟති කර ගත යුතු ය.)

දෙවනු ව එමත පිහිටා සමාධිය වැඩිය යුතු ය.

විනම් අප සිත් සතන් තුළ අඟති රාග ද්වේණ මෝහ ආදි කෙලෙස් යටහත් කළ යුතු ය.

එම සඳහා උපකාරී වන්නේ සමරී භාවනාවයි.

## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

- සමට භාවනාව මගින් සිත පිරිසිදු වෙයි; සමාධිගත වෙයි.
- එහෙත් එය තාවකාලික ය. යටපත් කරන ලද කෙලෙස් නැවත ඉස්මතු වීමෙන් සිතෙහි පිරිසිදුවල ද එකග බව ද නැති වේ යයි; සම්ය, සමාධිය බිඳ වැටෙයි.
- සමට භාවනාවෙන් සිදු වන්නේ කෙලෙස් යටපත් කිරීම මිස මූලිනුප්‍රවා දැමීම නොවන බැවිනි.
- එබැවින් සිලයෙහි පිහිටා සමාධිය වඩන්නා සේ ම සමාධියෙහි පිහිටා ප්‍රෘතුව වැකිය යුතු ය.



## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

- සමට හාවනාව මගින් අඟති කර ගන්නා ආධ්‍යාත්මික දියතුව මත පිහිටා සසර දුකට මූල් වන රාගැඳ කෙලෙස් මූල් උදුරා දමන නුවනු ලබා ගත යුතු ය. විය විපස්සනා කළුණාය නම් වේ.
- ඒ සඳහා විපස්සනා හාවනාව වැඩිය යුතු වේය. විය අපට සිංසාරගත දකින් මිදි නිවන් දැකීමට උපකාරී වන්නේ ය.

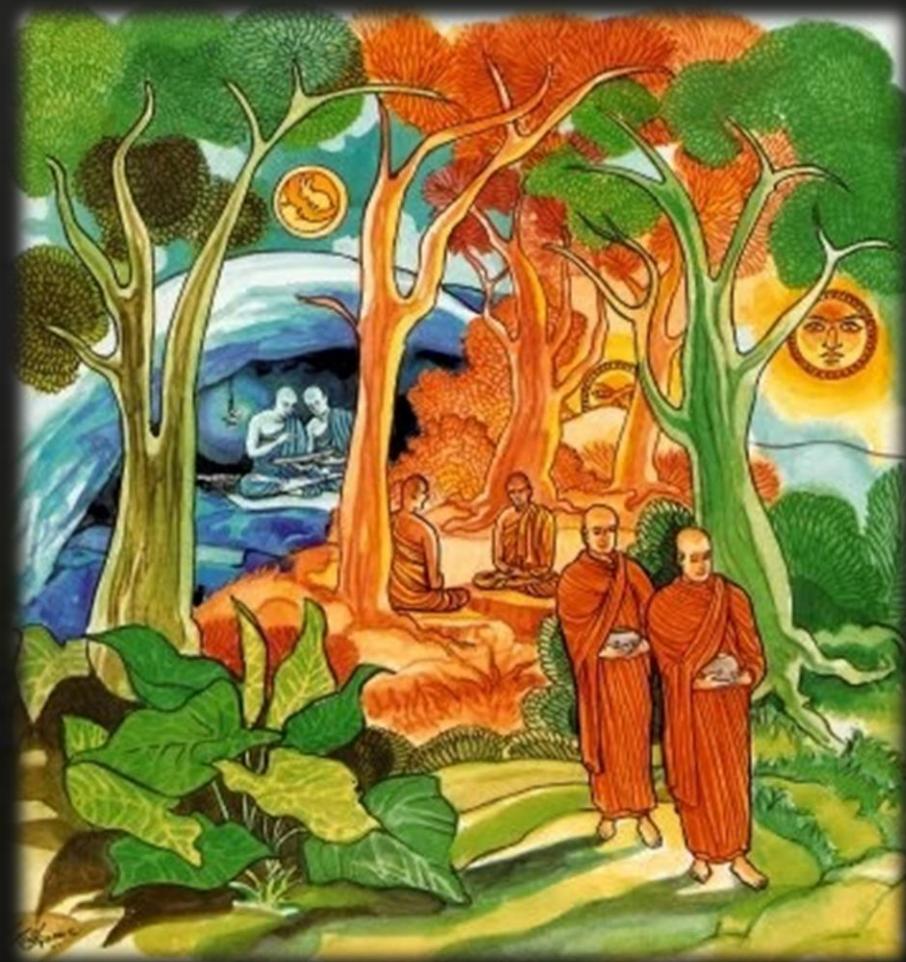


## විද්‍යුත් වඩන්නේ අභි තතු දකින්නේ

විපස්සනා හෙවත් විද්‍යුත් විද්‍යුත් යන්නේන් අදහස් වන්නේ යට්ටාර්ථය මතා නුවණින් විශේෂයෙන් දැකීම යි.

එහම් අභිත අභි සැටියෙන් දැකීම යි.  
“විශේෂීන පස්සති ති විපස්සනා”

විශේෂ වශයෙන් බලයි, දකිණි යන තේරුමීන් විපස්සනා ය ය කියනු ලැබේ.



## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟි තතු දකින්නේ

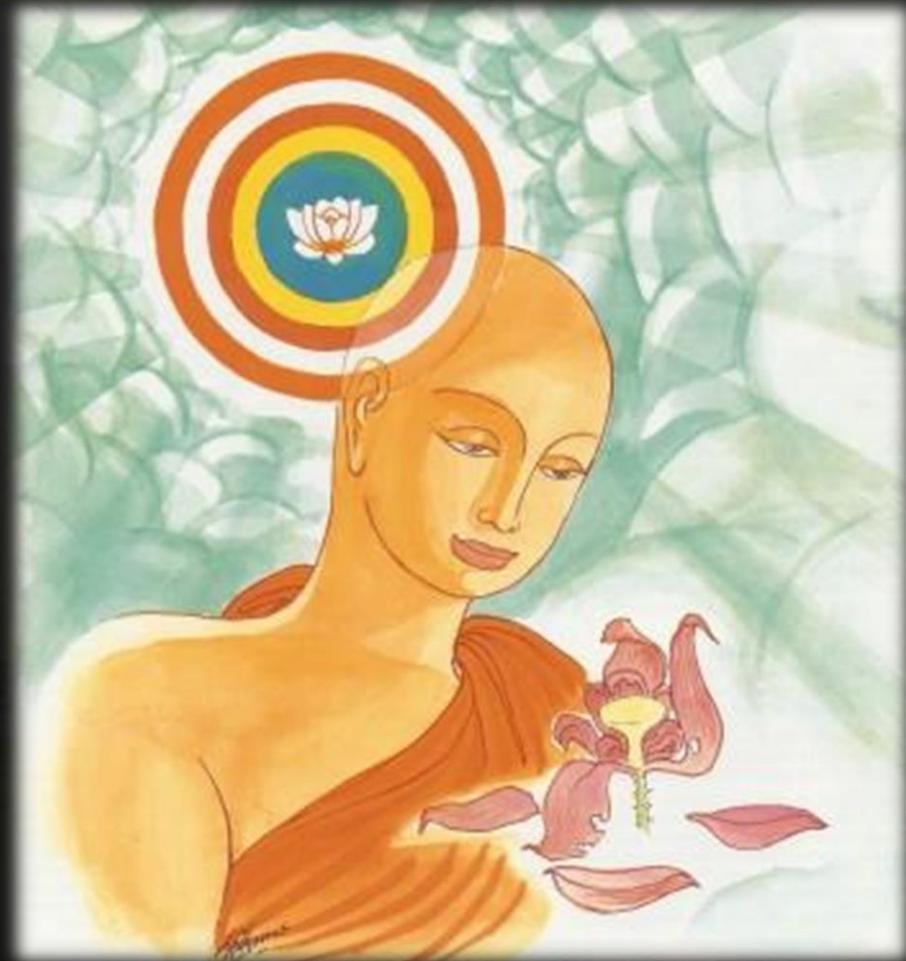


- විකාතියකින් විපරීතයකින් තොර ව ප්‍රකාතිය ප්‍රකාතියක් ලෙස ම දැනේ දැක පසක් කරන එක් විද්‍යුත් නුවතා ලැබේමට උපකාරී වන හාවනාව විපස්සනා හාවනාවයි.
- අඟින අඟි සැටියෙන් දකින නුවතා බුදු දහමෙහි හඳුන්වා අඟිනේ පක්කීකාරා යනුවෙනි.

## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

ප්‍රජාව යනු සියලු කෙලෙක්  
 මූල්‍යමනින් ම නැති කොට ලබන  
 නොබිඳෙන විත්ත පාරිජුද්ධිය තුළින්  
 ම අඟති තතු අඟති සැට්ටියෙන්  
 දැකීමයි.

විපස්සනාව ම ප්‍රජාව වන බැවින්  
 විපස්සනා හාවනාව ම ප්‍රජා  
 හාවනාව ලෙස ද නැඳුන්විය නැකි  
 ය.



## විද්‍යුත් වචන්නේ අඟිල් තතු දකින්නේ

විද්‍යුත් හා වනාවෙන උපද්‍රවා ගනනා යථාරථාවබෝධයට ම කෙටෙන  
තුශ්‍රාවට ම පරමාර්ථ කත්‍යවබෝධය යින් ද කියනු ලැබේ.

ලෞකය හා ජ්‍යෙෂ්ඨ ජ්‍යෙෂ්ඨ අතට අඟිල් කර ගත හැකි අවබෝධය  
දෙශාකාර ඩ. එනම්

සම්මුති කත්‍යවබෝධය

පරමාර්ථ කත්‍යවබෝධය



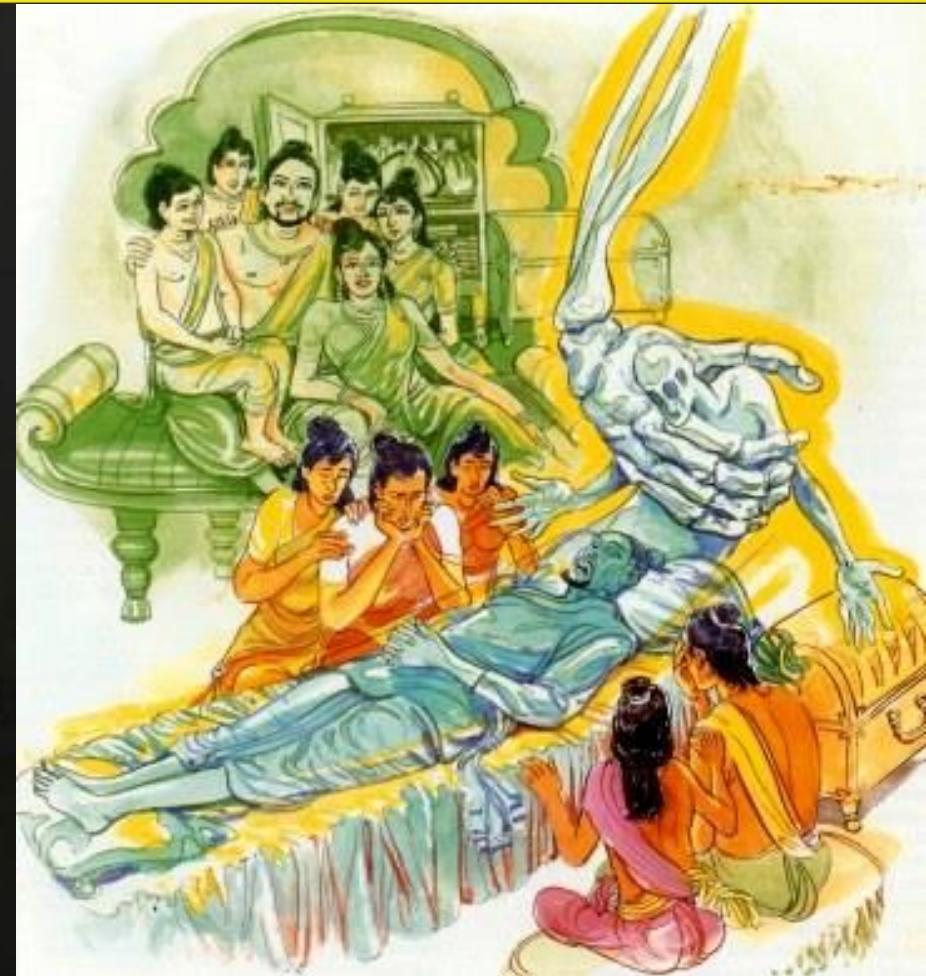
## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

සම්මුති සත්‍යය යථාර්ථය නොවේ.

පරම සත්‍යය නොවේ. අපි බොහෝ  
වට වියින් නොමග යන්නෙමු. මුලාවට  
පත් වන්නෙමු.

සම්මුතිය යනු සාමාන්‍ය ලේක  
ව්‍යවහාරයයි.

නිද්‍යුත් වශයෙන් 'රථය' යන යෙදුම  
ගනීමු. අඟති වශයෙන් ම රථය කියා  
දෙයක් තිබේ දී? රථය යන්නෙන් අප  
අදහස් කරන වස්තුව සක්‍රී අඟතින්  
ව්‍යවා අංශේපාංශ වික් වීමෙනි.



## විද්‍යුත් වඩාන්තේ අභ්‍යන්තර තත්ත්ව දකින්තේ

පරමාර්ථ සත්‍යය යනු රටිය යයි කිසිවක් නැති. වින්පිල්, සූක්ෂ්මානම, ගියර, කණ්ඩාඩි, විදුරු, වයර් සහ විශ්‍යාඩි වශයෙන් එවා කොටස් කළ නැකි ය. විම කොටස් ද නැවතත් විදුරු, ලේඛන, රඛර් ආදි වශයෙන් අනුකොටස්වලට බෙදිය නැකි ය.



## විදුසුන් වබන්නේ අභි තතු දකින්නේ

තව දුරටත් එම ආංගේෂාංග තද ගතිය (පධ්‍ය), දුව ගතිය (ආපෝ), උෂ්ණා, ශේෂිල ගතිය (තේපෝ), සෙලවෙන ගතිය (වායෝ) ආදි වශයෙන් ද බෙදා දැක්විය හැකි ය.



පධ්‍ය (තද ගතිය)



ආපෝ (දුව ගතිය)



තේපෝ (෋ෂ්ණා,  
ශේෂිල ගතිය)



වායෝ  
(සෙලවෙන ගතිය)

මෙසේ ඇවසාන වශයෙන් තව දුරටත් බෙදා දැක්විය නොහැකි තත්ත්වය අවබෝධ කිරීම විපස්සනාවයි, පරමාර්ථ සත්‍යාච්ඡාවයි, ප්‍රජාව ලබා ගැනීමයි. ඒ සඳහා වන හාවනාව විපස්සනා හාවනාවයි.

## විද්‍යාන් වබන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

**1. ගැටුණු ස්කෑඩය** ( ගිරිණින්හා තායරක්ෂාත්මක සැස්කූන්ස්ලෝග්‍රැෆිජ්‍යාලුප්), නෙශ්චේරී, පිළිගෙන්නා හැඳින්වෙමෙන් ගැලුණු තෘප්‍රාජා හා ගැඩිනා තිරිපෙන්වා ඇති, නාසය හුවගුතු සුරු වූ පසුව නා ගැනීනා කිවිපෙනෙකු මෙයෙන් තුළු විකතුව

**2. මැදුනු ස්කෑඩය** ( වින්දුතු මුත්‍රිලිභා ) ගැකීම දැක්සෑ සැදුහා ස්කෑඩියින, දුෂ්ඨ ආහාරා ඉළුලු රුතු පිටත දැනු ඇමුණු මුත්‍රිලිභා විරිති තෙහිදු අභිජන්ති වින්දුක්ෂාත්ග, ධර්ම යන අරමුණු ගැනීමත් සමග ම පහළ වන දැන්ම, වක්බූ වික්දුක්දානා, සේත්ත වික්දුක්දානාදී සය ආකාර විජ්‍යනයන්

**3. සභ්දීක්‍රා ස්කෑඩය** - ( සිත් තුළ උපදින සටහන්, නිමිති ) රේප සංජ්‍රා, ගබ්ද සංජ්‍රා, ගන්ධ සංජ්‍රා, රස සංජ්‍රා, ස්පර්ශ සංජ්‍රා, ධර්ම සංජ්‍රා යැයි බෙදා දැක්විය හැකි හඳුනා ගැනීම



## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟි තතු දකින්නේ

- ලේකය, සත්ත්වය යැයි හඳුන්වනු ලබන අනිතන වූ ස්කන්ධයන් නිතන යැයි අපි දකිමු.
- අනිතන බැවින් උක් සහිත වූ විම ස්කන්ධයන් සැප යැයි දකිමු.
- උක් සහිත බැවින් මගේ ය මම ය, මගේ ආත්මය යැයි නොසැලකිය යුතු වූ විම ස්කන්ධ මගේ ය, මම ය, මගේ ආත්මය යැයි ද දකිමු.
- අසුහ වූ විම ස්කන්ධයන් සුහ යැයි ද අපි හඳුනා ගනිමු, සිතමු, දකිමු.

මෙය විපරීන වූ හැඟීමකි, සිතීමකි, දැකීමකි. විද්‍යුතෙනා හාවනාව ඉහත කි විකාතියෙන් ප්‍රකාතිය වෙත අපගේ දැක්ම ගෙන විය.

## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

අනිතන වූ ස්කන්ධාදී ධර්ම අනිතන යැයි ද, දුක් සහිත වූ වීම ධර්ම දුක්  
සහිත යැයි ද, අනාත්ම වූ වීම ධර්ම අනාත්ම යැයි ද, අසුහ වූ වීම  
ධර්ම අසුහ යැයි ද අත්ත අඟති සැටියෙන් දැනී, දැක ගත හැක්කේ  
විපස්සනාවෙනි.

ලෝකය සත්ත්වය යැයි කියනු ලබන ස්කන්ධ ධර්මයන්ගේ යථාර්ථය වන  
අනිතන, දුක්බ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයන් ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් දැනී,  
දැක ගන්නා හාවනාව වන බැවින් විය තුළක්ෂණ හාවනාව ලෙස ද  
හඳුන්වේ.

## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

- ❖ සමට හාවනා මගින් කුසල ධර්මයන් අරමුණු කොට එකාගු කර ගත් සිත් අඟත්තවුන් විසින් විදුර්ගෙනාව වැඩීමේ දී ස්කහන්ද ධර්මයන් අනුව ත්‍රිලක්ෂණය මෙනෙහි කළ යුත්තේ මෙසේ ය.
- ❖ රැපය අනිතය ය. නිතය, ස්ථීර, සඳාකාලික නොවන්නේ ය. බිඳවැටෙන සුලු ය. නැසෙන සුලු ය.
- ❖ රැපය අනිතය වන බැවින් දුක් සහිත ය. එහි සැපතක් සුවයක් නොවන්නේ ය. දුක ම උපදාවන සුලු ය.
- ❖ රැපය දුක් සහිත වන බැවින් අනාත්ම ය. මගේ ය, මම ය, මගේ ආත්මය යැයි සැලකිය නොහැකි ය. ආත්ම ස්වර්පයෙන් නොර ය.

## විදුකුන් වබන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

විද්‍රූගනා හාවනාව මෙහෙහි කොට ඇත්ත ඇත්ති සැටියෙන් දක්නා තැනැත්තා රුප, වේදනා, සික්කුණු, සංඝාර, වික්කුණුනා යන ලෝකය, සත්ත්වය යැයි කියනු බඛන ස්කත්ත ධර්මයන් කෙරෙහි කළකිරේයි.

විම ධර්ම අනිතය ය, දුක ය, අනාත්ම යෙයි අවබෝධ වීමෙන් එසේ කළකිරෙන හෙතෙම එෂ් කළකිරීම නිසා ම විම ධර්මයන් කෙරෙහි නොඅඟලෙයි. ඔහු තුළ ඇති ඇල්ලම දුරු වේ.

## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

- ඇල්ලෙන කොර බැට්තින හෙතෙම රාග, දුෂ්චරිය, මෝහ ආදි කෙටෙශුනුගෙන මිදෙයි. මිදුණු කළහි මිදුණු යැයි, නුවනා තහළ වෙයි.
- ඉන සයර ඉතුළීම අවසන් කොට තිවන කුවය ලබා ගතියි.
- තුළුව උපද්‍රවන බැට්තින තුළු හාවනාව යැයි දු ත්‍රිලක්ෂණ අවබෝධ කරවන බැට්ති ත්‍රිලක්ෂණ හාවනාව යැයි දු හැඳින්වේ
- කාමාන්‍ය කම්මුති නුවනා ඉකමවා ඇත්ත ඇති කැටියෙන් දැක්ම (යථාත්‍යතාක්ෂාණීය දැකකනාය) නම් වූ පරමාරට සත්‍යාවබෝධය ඇති කරන්නේ ය.
- එමගින තිවන කාඛ දෙනනේ ය.

# විද්‍යුත් වඩන්නේ අඟති තතු දකින්නේ

## කිලකුණු අවබෝධයෙන අතට ලැබෙන තුශීතන

- වාමි අල්පේච්ච පීවිතයක් ගෙන කරයි.
- මහිච්චතාවෙන් තොර වෙයි.
- අවම බලාපොරොත්තු අඟත්තේ වෙයි
- ලද පමණින් සතුවූ වෙයි.
- පහසුවෙන් පෝෂණාය කළ හැක්කෙකු වෙයි.
- බොහෝ වැඩි කටයුතුවලින් තොර වෙයි,

## විද්‍යුත් වඩන්නේ අඡති තතු දකින්නේ

- තිලකුතු දැන්නා තැනැත්තා අකම්පිත ය. ප්‍රටලෝ දහමින් නොසැලෙයි. සියල්ල අනිතය බවත්, දුක් සහිත බවත්, අනාත්ම බවත් දැන්නා හෙතෙම ලාභ අලාභාදී කිසිවක් නිසා උද්දාමයට, සතුටට මෙන් ම කම්පනයට ද දුකට ද පත් නොවේ.
- හෙතෙම උපේක්ෂා සහගත ය. මදිහත් ව සිතන්නේ ය. අන්තරාමී නොවේ; අන්තවාදී නොවේ.
- දූර්ගනයෙන් මෙන් ම වරණයෙන් ද මදිහත් අයකු වෙයි. දාශ්දියකට නොවැවෙයි. හෙතෙම අනතිමානී ය.
- අතිමානයෙන් තොර වන්නේ ය. අතිමානයෙහි අරුතක් නැතැයි දනී. හෙතෙම අනතිමානීය වෙයි.