

## 2 වැනි පරිච්ඡේදය

සතිපට්ඨාන භාවනාව සහ සතිපට්ඨාන සූත්‍රය හැම බෞද්ධයකුගේ ම අවධානයට යොමු වූ දෙයක්. නමුත් මේක මොකක් ද කියා දන්නේ නැති අය වැඩි යි. මොන විද්‍යාත්මක පදනමක් උඩ ද මේක සකස් වෙලා තිබෙන්නේ කියලා දැන ගැනීම යි අවශ්‍ය.

අපගේ ජීවිත අශුද්ධ බව අපි තේරුම් ගන්නේ අපගේ ජීවිත එක්ක අපි තරහ වී සිටින නිසා යි. අපට බලාපොරොත්තු වෙන දේ ලැබෙන්නේ නැහැ. ඒ ගැන අපි අප්‍රසාදයට පත් වෙලා. ඒක යි මේ සියලු දැහලිලි. නිසි මග නො ලැබුණු නිසා අප්‍රසාදය වැඩි වෙනවා. ඒ විධියට ජීවත් වෙන්න ඕන නැහැ. අපට ඕනෑ ක්‍රමයට යි අප ජීවත් වෙන්න ඕන. ඒ නිසා, අපි ජීවත් වීමට කැමති වුණාට ජීවත් වෙන ක්‍රමයට අප්‍රසාද වෙලා.

ඇලෙන ස්වභාවය පදනම් කරගෙනම යි හැදුණේ. ඇලීම පදනම් කරගෙන හැදුණු වස්තුව තුළ මතු කරන අයිතිවාසිකම යි දැනීම. අපේ ජීවිතයේ අපට ලැබී තිබෙන එක ම අයිතිවාසිකම නොයෙක් දේ දැනීම යි. ඒ දැනිල්ල එක්ක යි අපි මේ දහලන්නේ. අපිට ඕනෑ කරන දැනිල්ලකුත් තිබෙනවා. ඒක අපට දැනෙන්නේ නැහැ. දැනෙන දැනිල්ල පීඩා නො විඳ හුක්කි විදීමේ දැනිල්ල යි අපට ඕන කරන්නේ. ඒ දැනිල්ල යි අපට නැත්තේ. ජීවිතය තවත් දෙයක්

එක්ක සම්බන්ධ වීමේදී නිපදවන ශක්තිය යි මේ දැනීම. ඒ සම්බන්ධතාවය යටතේ සකස් වෙන දෙයකට යි දැනෙනවා කියන්නේ. රත්වීමක් හැර වෙන කිසිවක් අපගේ ජීවිතය ඇතුළේ නැහැ. ජීවිතය පවතින්නේ රත්වීම මත යි.

සෝක පරිදේව ආදී දේවලින් මිඳෙන්න ශීල-සමාධි-ප්‍රඥ යන ශික්ෂා තුන තමන්ගේ ජීවිතය තුළ සංවිධානය කරන්න ඕන නම් ඔහු විසින් ගත යුතු ක්‍රියා පිළිවෙල සතිපට්ඨානය යි. තමන්ගේ සිතේ පවතින ධම් කුසල ද, අකුසල ද, අව්‍යාකෘත ද කියා දැන ගන්න තමා විසින් සිතේ හටගත් ධම් දෙස නො බලා ඒක කරන්න බැහැ. ඒ ක්‍රියා මාර්ගය ගැනීමට ප්‍රධාන වශයෙන් සිත දෙසට යොමු වෙන්න ඕනැ. ඒ යොමු වීම ඒ ආකාරයෙන් පවත්වාගෙන යාමට කියනවා සතිපට්ඨානය කියා. තමාගේ ජීවිතය දෙසට අවධානය යොමු කරමින් ඒ අවධානය තුළින් ලැබෙන දැනීම ලබා ගැනීමට ක්‍රියා කරගෙන යාම යි සතිපට්ඨානය.

**දුක්ඛ දොමනස්සාතං අත්ථංගමාය** - භායන පක්ෂයට යන ලෙස පිළිපැදීම යි. භායන කීවේ ක්‍රමයෙන් අඩු වී ගෙන යන ක්‍රමයට සංවිධානය කිරීම. දැන් සුර්යයා වුණත් බහින්නවා කියන්නේ එක වරට බැහිමක් නො වෙයි. හෙමින් හෙමිනුයි බහින්නේ. දැන් බොහෝ දෙනා උත්සාහ කරනවා, හැකි තරම් ඉක්මණින් නිවන් අවබෝධ කරගන්ට. එහෙම කරන්න බැරි බව යි බුදු භාමුදුරුවෝ මෙ තැන විග්‍රහ කරන්නේ. සුර්යයාගේ බැමරීම වුණත් හෙමින් හෙමින් පැය 24 ක් තුළ යි සිදු වෙන්නේ. ඒ වගේ අපිත් සසර එන ගමන් මිනිසුන් වෙත තෙක් එක්කාසු කළ ශක්තිය යි මේ පාවිච්චි වෙන්නේ. ඒ ශක්තිය සම්පූර්ණ නො වුණා නම්, අපි මනුස්සයෝ වෙන්නේ නැහැ. අපේ හැඩේ තිබෙන ගෝරිල්ලෝ වගේ සත්තු ඉන්නවා. ඒ හැඩේ තිබුණට අපේ ළඟ සංවිධානය වී තිබෙන කොටස් සෑහෙන ප්‍රමාණයක් ඒ අයට නැහැ. ඒ නිසා, ඒ අයට මනුෂ්‍ය ජීවිතයක අයිතිය ලැබෙන්නේ නැහැ. ඒ සීමාවක් පතින්න ඕනේ.

මේ මනුෂ්‍ය තත්ත්වයට එන කොට සෑහෙන ප්‍රමාණයක රත්වීම් නිපදවමිනුයි මේ විධියේ අයිතිවාසිකම් අපි ලබා තිබෙන්නේ. ඒවා එකතු කරන කාලය හරියට ඉර උද වී මුදුන් වෙත කාලය හා සමාන යි. ඉර මුදුන් වීම වගේ සසර ගමනේ මුදුන් වීමට යි මේ

අපි ඇවිත් ඉන්නේ. මනුෂ්‍ය කියන්නේ ඒ මුදුන් වූ තත්ත්වය යි. මනුෂ්‍ය කියන තත්ත්වය එන කල් ගැලවීමක් නැහැ. ඒ උදර තත්ත්වය සකස් වෙන්නට ඕන. ඊළඟට ඉර අස්තයට යාම වගේ, මේ මිනිස් ආත්මයට ආ විට මේකේ පැවැත්ම නවත්වන මේ කාරණා තේරුම් ගෙන බහින පැත්තට හරවා ක්‍රියා කරන්නට ඕන. ඒකට කියනවා 'දුක්ඛ දොමනස්සානං අත්ථංගමාය' කියා.

මිනිසකුට ඔහුගේ මිනිස් ජීවිතය ගත කිරීමේදී මුදුනට ඇවිත් සැහෙන කාලයක් එ තැන ගත කරන්නට වෙනවා. යන ගමන් ඒ සීමාවේ ඉන්නවා. මිනිස් ආත්මයේ උපන්නන් හොඳ ගුණ ධර්මවලට තමාගේ සිත යොදවන්න කොයි තරම් උනන්දු වුණත් ඒකට නැඹුරු නො වෙන්නේ හැරෙන පැත්තට උදව් දෙන ආම්පන්න, ශක්තිය තව ම හැදිලා නැති නිසා යි. ඒ නිසා, මිනිස් ආත්මයේ ඉඳගෙන කුරිරු කම් දුෂ්ට කම් අතරින් ඒවා පාවිච්චි කරමින් ඒවායින් ගැලවීමේ ශක්තිය නිපදවා ගත යුතු ව තිබෙනවා. සමහරු ඉන්නවා යහපත් වැඩවලට කොහෙත් ම කැමති නැහැ. ඕන නම් මුදල් වියදම් කරයි. මුදල් වියදම් කරලා හෝ ඒකෙන් බේරෙන්න යි සුදුනම. එහෙම සිටින අය යම් දවසක හොඳ වැඩක යෙදී, මේකෙන් බේරෙන්නට සිතුවා නම්, දුකෙන් නිදහස් වෙන්නට සිතුවා නම්, එ සේ සිතූණ වේලාව අස්තයට හරවන්නට පුළුවන් වේලාව යි. ජීවිතයේ හැම මිම්මක් ම අවදි වූ වේලාව යි. මෙ පමණ කල් කළ ඒවායේ අසාරත්වය වැටහුණ වේලාව යි. ඒකට යි ක්‍රවණ කියන්නේ. තමාගේ පැවතුම් තුළ තමාට වුවමනා දේ කෙරිලා නැහැ, ඕන නැති දෙයයි කෙරිලා තිබෙන්නේ යනාදි වශයෙන් හැඟීම් එන දවස යි එයා ජීවිතය හරවන දවස - දුක්ඛ දොමනස්ස අස්තයට හරවන දවස. ඒ අස්තයට යන්න හැරුණ වෙලාවේදී තමාගේ පරමාර්ථය ඉෂ්ට කර ගන්න ක්‍රමය හොයා ගන්න ඕන. ක්‍රමය ලැබෙන තුරු ඒක කරගන්න බැහැ.

සංසාරේ අනාදිමත් කාලයක් තිස්සේ සත්වයෙක් වශයෙන් සකස් වී සසරට වැටී නොයෙකුත් ආත්මවල ඉපදී නිෂ්පාදනය කළ කෙලෙස් ගොඩේ හැටියට දැන් සම්පූර්ණ සියලු ම වද කරදර විඳින්නට පුළුවන් මිනිස් ආත්මය ලැබිලා තිබෙනවා. මිනිස් ආත්මය මහා උසස් ආත්මයක් කියා අපි නම්කරනවා. නමුත්, මිනිසා විතර දුක්

විදිය හැකි සතෙක් ලෝකයේ නැහැ. උපක්‍රම යොදා - යොදා වද විදිනවා. අතින් සත්තු ලැබෙන වදය විතර යි විදින්නේ. හැම නිර්මාණයක් ම මිනිහා පීඩාවට යි සකස් කර ගන්නේ. ඒ බව තේරුම් ගන්න කෙනාට පේනවා මම මේ කරන්නේ අසාර වැඩක් බව. ජීවිතය තේරුම් ගන්න කෙනාට එහෙම හැරෙන්න හදන කොට, ඔය හැරිල්ල, දුක් ඉවරකර කර ගන්න නම්, ක්‍රමයෙන් කරන්න ඕනෑ බව බුදු භාමුදුරුවෝ පෙන්වා වදළා. ක්‍රමයෙන් කී විට දුක් ලැබෙන අවස්ථාවේදී දුක් නැති කරගන්න ඕන.

යමෙක් මේ විධියට පිළිපදින කොට අස්තයට යන කොටස් දුක්බ දෝමනස්ස යි. හැම අවස්ථාවකදී ම යමක් එක්ක අපේ සිත සම්බන්ධ වුණා ද, ඒ සම්බන්ධ වීමේදී උපදින්නේ දුෂණය වූ ක්‍රියාවක්. අපගේ ජීවිතයේ සතුටු වුණු අවස්ථාවක් අපට නැහැ. සතුට, සොම්නස කියන අවස්ථාවක් අපට මුණගැසී නැහැ. ඒ වින්දනවලට මොනවා හෝ නම් දගෙන තිබෙනවා. අපි සතුට යි කියා සම්මත කරගෙන තිබෙන දේ ඉදිරියට ගත් විට වෙලා තිබෙන්නේ උහුලන්ට බැරි වින්දනයක් බව පෙනෙනවා. අපි ඒකට කියනවා සතුට කියා. සන්නෝෂය කියන එක උහුලන්න බැරි දෙයක් නො වේ. මුදලාලි කෙනෙක් කඩයක් දල ඒක විවෘත කරන්න ගිය කෙනා කඩේ තියෙන බඩු දැකල 'හුඳු' ගුවලු. එව්වර යි. අර අපි කථා කරන සතුට යි ඒ. ඒක එයාට උහුලන්ට බැරි වුණා. එය දුක්බයක්. ලෝකෙන් එක්ක සම්බන්ධ වෙන හැම අවස්ථාවකදී ම අපට උහුලන්ට බැරි නා නා තරාතිරම්වල වින්දන යි ලැබෙන්නේ. එයින් ලැබෙන වින්දන රසයට කියනවා දෝමනස්ස කියලා. තමාගේ සිත යමක් එක්ක සම්බන්ධ වී ක්‍රියා කරන විට ඒ සිතේ උපදවන්නේ මුළු ජීවිතය ම යම්කිසි දුෂණ ස්වරූපයකින් වෙනස් වී ක්‍රියා කරන එක යි. ඒකට දුක්බ කියල කියනවා.

සුබය කීවේ දුෂණය නැති ව සැනසිල්ලක් දෙමින් වෙනස් වෙන එකට යි. මේ දුක්බ ස්වරූපය අපෙන් අයින් වෙන්ට ඕන සුබය ගන්නට නම්, දුක්බ ස්වරූපය අයින් වුණොත් දෝමනස්සය ලැබෙන්නේ නැහැ. ආසාවෙන් හෝ අමනාපයෙන් හෝ උහුලන්ට බැරි තත්වයකුයි ඇති කර ගන්නේ. එය යි දෝමනස්සය. ආශාව, අමනාපය යන විභ්ව මට්ටම් මත දෝමනස්සය උපදින නිසා අපි

හැම වෙලාවක් ම දුකින් ගතකරන බව පෙනෙනවා. අපට සතුට කියා අවස්ථාවක් ඇත්තේ ම නැහැ.

එක්තරා භාමුදුරු කෙනෙක් පාරේ යද්දී යම් නිමිත්තක් දැක්කා. එයාගේ සිතට රාගයක් ආවා. ළඟ සිටිය වැඩිමහල් භාමුදුරුවන්ට ඒ බව කීවා. මගේ සිතට මේ නිමිත්ත ඇසුරු කරමින් රාග වේතනාවක් ආවා. ඒක මට උහුලන්ට බැහැ කීවා. එතකොට ඒ භාමුදුරුවන්ගෙන් අවසර ලැබුණා නිමිත්ත මාරු කරන්න කියා. නිමිත්ත මාරු කරන්න කීවේ අර අදහස වෙනස් කරන්ට යි.

අපිට ඉතා ම ප්‍රියජනක දෙයක් තමයි නැටුම් බැලීම. ඒ නටන්නේ මිනිහෙක්. ඒ මිනිහා ඇඳුම් ඇඳගෙන එක තැනක හිටගෙන හිටියොත් පිළිමයක් වගේ, ඒ දෙස අපට වැඩි වෙලා බලන්ට බැහැ. බැලීම එපා වෙනවා. නමුත් එයා කකුල්, අතපය, බෙල්ල නටවන කොට අපට සැනසෙන ගතියක් තියෙනවා. නිමිත්තෙන් නිමිත්තට පැතිල්ල යි අපට සතුට. ඕනෑ ම මිහිරි හඬකින් එක දිගට කැගුහුවොත්, මොකෙක් ද මේ කැගහන්නේ කියල අහනවා. ඒ මිනිහාගේ සින්දුව මිහිරි යි කියන්නේ නා නා හඬවලින් ශබ්ද නිකුත් කරන නිසයි. එක එක නිමිතිවලට, එක එක ස්වරූපවලට සිත පන්නන කොට එක තැනක නැවතී සිටින්නේ නැහැ. ඒ නිසා, මිහිරික් දැනෙනවා. ගිනි ගොඩේ එක ම තැනක කකුල් කියාගෙන සිටියොත් පිවිචෙනවා. කකුල් මාරු කරන නිසා පිවිච්චල නිවෙන කොට සැපයක් දැනෙනවා. කුමක් හෝ වෙනස් වෙන එකක් බලන්න යි අහන්න යි අපි කැමති. වතුර රැල්ල දෙස, ගඟ දෙස බලන්න බොහෝ අය කැමති යි. අර රැල්ල තමාගේ සිත එක නිමිත්තේ කියන්න දෙන්නේ නැහැ. දැන් පැහැදිලි යි ඔය අනුසාරයෙන් එක නිමිත්තේ අපට වැඩි වෙලා ඉන්න බැරි ය කියන එක. අපව රත්වෙන නිසයි.

**සෝක පර්දේට** යනුවෙන් බුදු භාමුදුරුවෝ වදාළේ නිරන්තරයෙන් අප ළඟ තිබෙන රත්වෙන ගතියට යි. කබොක් ගල්, කළු ගල්, ගිනි ගල් ආදිය තිබෙනවා. කබොක් ගලට ගලකින් ගැහැව්වොත් පුපුරනවා. කළු ගලට ගලකින් ගැහැව්වොත් පුංචි ගිනි පුපුරක් මතු වෙනවා. ගිනි ගල එහෙම නො වේ. තවත් එකක් අවුල ගන්න මට්ටමට ඒකෙන් ගින්නක් මතු වෙනවා. අපගේ ජීවිතයේ දැන්

පවතින්නේ ගිනි ගල් මට්ටම යි. හැසුණොත් රත්වෙනවා. රත්වෙන්නේ කුමක් නිසා ද ? රත්වෙන ක්‍රියාව යි දුක්ඛය. ඒ ක්‍රියාව රත්කරමින් දුෂණය වෙනවා. ඒ නිසා ඒ ක්‍රියාව දෝමනස්ස ක්‍රියාවක්. ලෝභ දෝස දෙන්නට හැදුණු නිමිති නො වේ මේ එකක් වත්. අපි ඒවා ආශ්‍රය කරන වරදින් සිතේ ලෝභ, දෝස, උපදිනවා. කිසි ම නිමිත්තක් අපට කෙලෙස් උපද්දවන්න හෝ නිවන් අවබෝධ කරවන්න ඇති වී නැහැ. ඒවා ඇසුරු කරගෙන දැන් අපි දුක් විඳිනවා. ඒවා වැරදි විධියට පාවිච්චි කරන නිසා යි දුක් විඳින්නේ. කාරණය තේරුම් ගත්ත හැටියේ එම නිමිත්ත ම අපට සතුටට හේතු වෙනවා. කලින් දුක් දුන්න නිමිත්ත ම දැන් සතුටින් පරිභරණය කරන්නට පුළුවනි.

දුක්ඛ දෝමනස්ස අස්තයට - නැති වෙන තැනට - සකස් වීමක් ගැන කියනවා. සෝක පරිදේව යන දෙකෙන් පෙන්නුවේ නිමිත්තක් එක්ක සිත සම්බන්ධ වීමේදී අපේ සිතේ තිබෙන ස්වභාවයට අනුව රත්වීමකට පත්වෙනවා. දැනට අපේ ළඟ තිබෙන්නේ ගිනි ගල් මට්ටමට රත්වීමක් නිපදවන ශක්තිය නිසා කොයි නිමිත්තකදී වුවත් රත්වෙනවා. ඒක පවත්වාගෙන යාමට වුවමනා කරන පැතිරීමක්, ආරක්ෂා වීමක්, අපේ ශරීරයේ තියෙන රසායන මට්ටම විසින් පවත්වනවා. දුක්ඛ-දෝමනස්ස යනු සෝක පරිදේවයන්ගේ අයිතිවාසිකම යි. නැතිනම් ඵලය යි. දුෂණය කරමින් දෝමනස්ස හැඳිනීමක් ලබා දීම යි. සෝක පරිදේව දෙක ඉක්මවන කොට දුක්ඛ දෝමනස්ස දෙක අස්තයට යන බව යි ධම් ගොනු කරමින් තේරුම් ගන්නට තියෙන්නේ. සෝක පරිදේව ඉක්මවන එකත්, කොයි තරම් දුරට දුක්ඛ දෝමනස්ස අප තුළ නැද්ද කියා බලන එකත් ක්‍රියාව යි, ඵලය යි. දුක්ඛ දෝමනස්ස දෙක අඩු වූ තරමින් සෝක පරිදේව ඉක්මවීමේ ක්‍රියාව කො තරම් කෙරිල ද කියා බලාගන්නට පුළුවනි.

ශීල ශික්ෂාවේ හිටපු පුද්ගලයාට යම් කරුණක් ඉදිරියේ ඒකට අනුව තමාගේ සිතට නරක අදහසක් ආවත් නරක වචනයක් නො කීම හෝ ඒකට අනුව ක්‍රියාවක් නො කිරීම ඔහුගේ ශික්ෂාවේ ප්‍රධාන අංගය යි. ඔහු මේ අන්දමට පුරුදු වෙන කොට එක්තරා ප්‍රමාණයකින් එය සාර්ථක බව දැන ගන්නේ කෙසේ ද ? යමෙක් අකට්ඨුත්තක්

කළ අවස්ථාවේ එයාට පුළුවන් වෙනවා බණින්නේ නැති ව, ගහන්නේ නැති ව ඉන්න. ඔහුට වෙලා තියෙන්නේ කුමක් ද? බණින තැනට-ගහන තැනට දුෂණය වෙමින් තිබුණ ආර්ථික හුරුව එසේ දුෂණය නො වෙන තැනට පත් වෙලා. උහුලත් ඉන්ට පුළුවන් මට්ටමට පත් වෙලා. උහුලත් ඉන්ට බැරි නම්, ඒ නිසයි කැගහන්නේ, බණින්නේ.

මේ ශික්ෂාවෙන් කළේ කුමක් ද ? කලක් තිස්සේ ඒවාට අයු නො වී සිටිය නිසයි මේ දියුණුව ලැබී තිබෙන්නේ. නමුත් ඔහුට දැනෙනවා සිතෙන් රිදුමක් මානසික වශයෙන් එන බව. නමුත් ගහන බණින මට්ටමට වේග අවදි වෙන්නේ නැහැ. බැණීම, ගැහීම පෙන්නවනවා දුෂණ වේගවල මට්ටම්.

සතිපට්ඨාන භාවනාව එක්තරා තැනක ඉදගෙන කරන්ට පුළුවන් භාවනාවක් නො වෙන බව මේ විග්‍රහයෙන් පෙනෙනවා. හැම වේලාවේ ම, තමන්ට හමු වෙන නිමිත්ත සමග තමාගේ ජීවිතය පරික්ෂා කරමින් කොයි තරම් දුරට තමාගේ දුක්ඛ දෝමනස්ස අඩු ද, වැඩි ද ආදී වශයෙන් බලන්ට ඕන. නියම ප්‍රතිඵල ලබන්න නම් ඒ ක්‍රමය යටතේ මුළු දවස ම ගතකරන්න ඕන. එහෙම නො කර ප්‍රතිඵල ලබන්න බැහැ. එ නිසා, මේක ටිකෙන් ටික පුරුදු කරන්නට ඕන. ඒ පුරුදු කළ ප්‍රමාණය අහක යන්නේ නැහැ. ඒක ජීවිතය තුළට කැවෙනවා. තමාගේ ජීවිතයෙන් කටුක දුක් විඳලා බැරි ම අවස්ථාවක යි මේ දර්ශනය තේරුම් ගන්ට හිතන්නේ. ඒ අයට මේවා හිතට වදින කොට බස් එකේදීත්, ගෙදරදීත්, කොතනදීත් මේවා කරන්ට හිතෙනවා. ඒක කරන තැනට සකස් වී නො තිබෙන නිසයි ඒක කරන්ට බැරි. මිනිහාට බෙල්ල ළහින් ලනුවක් දමා ඇදගෙන බිත්තියට හේතතු කර ගෙන සිටියත් එයා ඒක කරන්නේ නැහැ. එයාට මේක තේරෙන්නේ නැහැ. තම තමන්ගේ පුළුවන්කාර කමේ ශක්තිය යි මේ ඉදිරිපත් වී තිබෙන්නේ. ඒක යි අනාත්ම කියන්නේ. තමන් මේ බණ අහන්න එනවා නො වෙයි. තමා තුළ තියෙන ධර්මවල බලපෑම නිසා බණ අහන්න යොමු වෙලා තිබෙනවා.

මේ කාටත් තේරෙන්නට ඇති 'ඒකායනෝ අයං ගික්ඛවේ මග්ගෝ සත්තානං විසුද්ධියා' කියන තැනට අපගේ ජීවිතය දමන කොට කුමක් ද කරන්ට තිබෙන වැඩය ? රත්කර නො ගෙන ඉන්න ඕන.

රත්වීමට යි සෝක පරිදේව කීවේ. රත්වීමේ ප්‍රමාණයට යි ඒක ශරීරයේ පැතිරී පවතින්නේ. එ සේ පවතින නිසයි ඒ රත්වීම උනුලන්ට බැරි ව බණින්නේ, ගහන්නේ.

බුදු භාමුදුරුවෝ මේ කොටසේ ම වදලා 'නිබ්බාණස්ස සච්ඡේදිතියාය' යනුවෙන් අන්තිම පදය. එය ගත්තේ සාක්ෂියක් වශයෙන්. මේ සෝක පරිදේව ඉක්මවන පුද්ගලයා නිවීම ප්‍රත්‍යක්ෂ කරනවා. මෙන්ම මෙහෙම කළොත් සිත නිවෙනවා. අර විධියට කළොත් සිත පිවිවෙනවා. සිතෙනුයි පිවිවීම නිෂ්පාදනය කරන්නේ. මේ සෝකය, මේ පරිදේවය යනුවෙන් හඳුනා ගැනීම අනුව ඒවා ක්‍රියාත්මක වෙතට නො දී හිටියොත් රත්වීම සිදු වෙන්නේ නැහැ. මෙ සේ කරන පුද්ගලයා තේරුම් ගන්නවා බුදු භාමුදුරුවෝ නිවන යි කියා වදලේ මිකට යි කියා. සතිපට්ඨාන සූත්‍රයට අයිති කොටස් නිසියාකාර ව ප්‍රගුණ නො කර ජීවිතය දුකෙන් නිදහස් කරගන්න බැරි බව පෙනෙනවා ඇති මේ විග්‍රහයෙන්. අපට මේවා නො කර ඉන්ට පුළුවනි. ඉන්ට වෙන්නේ වද විද - විද යි. මේ දැහලිල්ල දුක් විඳින හැටි යි. දුක්බය කියන්නේ දුෂණය වෙමින් වෙනස් වීම යි. රත්වීම නැත්නම් දුෂණයක් නැහැ. රත්වීම නිසයි දුෂණය වෙමින් වෙනස් වෙන්නේ. රත්වීම අඩු වූ තරමට දුෂණය අඩු වෙනවා. දුෂණය නො වී ක්ෂය වෙන විට සුවයක් දැනෙනවා. දුෂණය වෙවී ක්ෂය වෙන විට ඉන්ට බැරි තත්වයක් ඇති වෙනවා.

\* \* \*