

මග ඵලිපෙහෙලිය

දහමට මුසුවූ සාවද්‍ය මත
නිරාකරණය

පිඳුම

අභාවප්‍රාප්ත

~ මහාචාර්ය ගමගේ කරුණාසේන චතුරල ~

පියාණන්ට

පටුන

පෙරවදන	vii
හැඳින්වීම	xi
බුදුන් වදාළ දහම විය හැක්කේ කුමක්ද?	1
එම දැනුමෙහි වැදගත්කම	3
බෞද්ධ අධ්‍යයනයේ ඉතිහාසය	7
මුල් පෙළ පොත්වල සත්‍යතාවය	12
ථේරවාදය තුළ නොගැළපීම්	15
සංසිද්ධි ආශ්‍රිත දහම	21
අර්ථ විචරණ අධ්‍යයනයෙහි මූලධර්ම	21
අවබෝධතා මට්ටම්	24
ක්‍රියා මාර්ගය	31
අනාත්මය වටහා ගැනීම	37
ආත්මය නැතැයි දෘෂ්ටිය	37
අනාත්මය ප්‍රායෝගික ලෙස	44
ස්වකීයයැයි හඳුනන දෘෂ්ටිය	50
මානයේ උපයෝගීතාවය	56
හේතුවෙන්-හටගැන්ම හැදෑරීම	67
ස්පර්ශයේ කේන්ද්‍රීයත්වය	72
ආයතන ක්‍රමය: සමථය සහ විදර්ශනාව යුගනන්ද ලෙස	79

ස්කන්ධ ක්‍රමය: විදර්ශනාවට පෙර සමථය	87
ධාතු ක්‍රමය: විදර්ශනාව සමථයට පෙර	95
සැසඳීම් සහ නිගමන	100
භාවනා: මත, ක්‍රම, සහ සම්ප්‍රදා	105
ධ්‍යාන සහ ප්‍රමෝදයේ වැදගත්කම	105
කය මෙනෙහි කිරීම: විදර්ශනාව සඳහා සංඥාව හැසිරවීම	114
බුරුම විදර්ශනා ක්‍රමය	122
තායි ආරණ්‍යය සම්ප්‍රදාය	133
උපග්‍රන්ථය	143
අනාත්මය පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම්	143
හේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම්	147
පදමාලාව	150
සිංහල—පාලි	150
පාලි—සිංහල	151
තෝරාගත් ග්‍රන්ථ නාමාවලිය	152
කෘතඥතාවය	154
කතුහිමිකම	156

පෙරවදන

මගේ සංචාරවලදී විවිධ රටවල ඇති ආරණ්‍ය සේනාසන ගණනාවක විසීම හේතුවෙන් නානාවිධ බෞද්ධ පිරිස් ඇසුරු කිරීමට අවස්ථාව ලැබුණි. ඔවුන් අතරින්, ඉමහත් කැපවීමකින් යුතු යෝගාවචරයන් අතර පවා, බුදු දහමේ මූලික සංකල්ප කාලයාගේ ඇවෑමෙන් පරිණාමයට ලක් වී ඇති ආකාරය පිළිබඳව ඇති නොදැනුවත්කම මවිතය දනවන සුළු විය. සූත්‍ර අධ්‍යයනය කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමු නොකිරීම, විද්වතුන්ගේ මත නොසලකා හැරීම සහ තමා තෝරාගත් සම්ප්‍රදාය අවිවාදයෙන්ම අනුගමනය කිරීමේ ප්‍රවණතාවය යන කරුණු මීට ප්‍රධාන හේතු වශයෙන් සැලකිය හැකිය. වර්තමානයේ ප්‍රචලිත බුදු දහම තුළ අන්තර්ගතව ඇති බොහෝ වැරදි අර්ථ කථන නොවෙනස්ව පැවතීමට ඉහත හේතූන් පාදක වී ඇතැයි උපකල්පනය කළ හැක.

මේ හේතුවෙන්, බුදු දහමේ මතභේදාත්මක හෝ වරදවා වටහාගෙන ඇති සංකල්ප ඉස්මතු කොට දැක්වීමට පෙළඹුණෙමි. මගේ මාර්ගෝපදේශක ලෙස බුදුන් වහන්සේගේ දේශනා අඩංගු පැරණිතම ග්‍රන්ථ ලෙස සැලකෙන පාලි පෙළපොත් භාවිත කළෙමි. මේ පුංචි පොත එම උත්සාහයේ කුටප්‍රාප්තියයි. මෙම කෘතිය ඉදිරිපත් කිරීම මගින්, බහුල වශයෙන් විශ්වාස කරන එවැනි වැරදි මතයන් හෙළි කිරීම සහ කලාතුරකින් ගවේෂණය කරන වටිනා සංකල්ප කිහිපයක වැදගත්කම අවධාරණය කිරීම මගේ අභිප්‍රායයයි.

එබැවින් මෙය ගැලපෙන්නේ අනාත්මය (අනන්ත) සහ හේතුවෙන්-හටගැන්ම¹ (පරිච්චසමුප්පාදය) වැනි මූලික බෞද්ධ සංකල්ප ගැන යම් ප්‍රමාණයකට හෝ දැනුමක් ඇති, එසේම ධර්මය පිළිබඳ ශක්තිමත් පදනමක් සකසා ගැනීමට උනන්දුවක් දක්වන අයටය. ධර්මයේ න්‍යායාත්මක කරුණු විමර්ශනය කිරීමෙන් ලබා ගත හැකි අවබෝධය සෑම කෙනෙකුටම අදාළ වුවද, මෙම අදහස් පිළිබඳ හුරුපුරුදු නැති අයට මෙහි අන්තර්ගත සමහර තර්ක වටහාගැනීම අපහසු විය හැක.

පාලි පෙළ පොත්වල දීස, මජ්ඣිම, සංයුත්ත, හා අංගුත්තර නිකායන්හි සහ බුද්දක නිකායේ මුල් භාගයෙහි (ධම්මපද, උදාන, ඉතිවුත්තක, සුත්ත නිපාත, ජේරගාලා, ජේරිගාලා) නිර්මල බුදු දහම අඩංගුව ඇතැයි සලකන්නෙමි. මා පෙන්වාදෙන කරුණු සඳහා නිසි පසුබිම සැපයීමට—එකඟවීමට හෝ විචේතනයට—සම්ප්‍රදායික පසුකාලීන පාඨයන් සහ ජනප්‍රිය තත්කාලීන ග්‍රන්ථයන් උපුටා දක්වා ඇත. මේ ප්‍රයත්නයේ එකම අරමුණ ධර්මාවබෝධය සඳහා වැදගත් අංග කිහිපයක් පිළිබඳව පාඨකයා දැනුවත් කිරීම පමණක්ම වනා, අනවබෝධයෙන් කලා කිරීම පිළිබඳව කිසිවකුට අවමන් කිරීම නොවේ. අනවශ්‍ය මතභේද ඇති කර ගැනීම මගේ අභිලාශය නොවේ.

මෙම කෘතිය මවිසින් ලියන ලද “Clearing the Way” පොතෙහි පරිවර්තනයකි. මෙය තුළින් අපේක්ෂිත අරමුණ, ධර්මය පිළිපැදිය යුතු ආකාරය පිළිබඳ ශක්තිමත් බුද්ධිමය පදනමක් සැපයීම සහ

¹ “හේතුවල වාදය” සාමාන්‍යයෙන් භාවිත වන සිංහල පදය වුවද “හේතුවෙන්-හටගැන්ම” පාලියෙහි දැක්වෙන අදහසට වඩා සමීප වේ.

ධර්මයේ සමහර සංකල්ප පිළිබඳ ඔබට තිබිය හැකි සාවද්‍ය අදහස් ගැන නැවත සිතා බැලීමට උනන්දු කරවීමයි. මෙහි පෙන්වාදෙන අදහස්වලට හැකි උපරිම ආකාරයෙන් මූලාශ්‍ර සැපයීමට උත්සාහ කළෙමි. කිසියම් වරදක් හෝ වැරදි උපුටා ගැනීමක් ඇතොත් එය මගේම වගකීමයි. ඊට සමාව අයදින අතර ඒ පිළිබඳව දන්වන්නේ නම් කෘතඥ වෙමි.

හැඳින්වීම

සුපිරිසිදු බුදු දහම වෙනුවට අද පවතින්නේ සියවස් ගණනාවක් පුරා නානාවිධ වෙනස් වීම් හා මතිමතාන්තරවලින් විකෘති වූවකි. කාලයාගේ ඇවෑමෙන් සිදු වන සංස්කෘතික විපරිණාමයට අනුකූලව සිදුවන නොවැළැක්විය හැකි වෙනස්කම් මෙයට එක් හේතුවක් වේ. නමුත් මෙයට ප්‍රධානතම හේතුව විචාර බුද්ධිය හා දැනුම වෙනුවට විශ්වාසය හා මිථ්‍යාව මත රඳා සිටීමේ මානව ප්‍රවණතාවය බව කිව හැක. මේ නිසා, බුදුන් වහන්සේ කුමක්දැයි අනාවරණය කර ගැනීම සඳහා විද්‍යාත්මක ක්‍රමවේදය ඉතා වැදගත් කාර්යභාරයක් ඉටු කර ඇත. මෙය පිළිගැනීමට උපතින් බෞද්ධයන් වූ අය බොහෝ විට සුදානම් නැත. දහනව වන ශතවර්ෂයේ අග භාගයේ යුරෝපීය ගවේශකයන්ගේ සොයාගැනීම්වලින් අරඹා, තත්කාලීන පෙර අපර දෙදිග විද්වතුන්ගේ මතයන් දක්වා ඉතිහාසය පළමු පරිච්ඡේදයේදී සාකච්ඡා කරමි. එමගින් පෙර සඳහන් දුර්වාද භරණය වනු ඇතැයි අපේක්ෂා කරමි. සංකීර්ණ සංකල්ප නිරවුල් කර ගැනීමට සහ ජනප්‍රිය සාවද්‍ය අර්ථ කථන පෙන්වා දීමට මුල් පාලි පෙළෙහි සූත්‍ර පුළුල් ලෙස උපුටා ගනිමි. බුදු දහමේ මූලාශ්‍රය ලෙස මෙම කෘතිය පුරා භාවිත වන මුල් පාලි පෙළෙහි රාමුව මේ අනුසාරයෙන් හඳුන්වා දෙමි.

අනතුරුව අනාත්ම (අනන්තා) සංකල්පය වෙත අවධානය යොමු වේ. මෙය පිළිබඳව බොහෝ දෙනා අසා තිබුණත්, බොහෝවිට ඇත්තේ වරදවා වටහා ගැනීම්ය. මූලිත්ම ප්‍රචලිත හා සම්ප්‍රදායික අර්ථ නිරූපණ කිහිපයක් ගෙනහැර පා ඉන් පසුව ඒවායේ අඩුලුහුඬු තැන් පිළිබඳව අවධානය යොමු කරමි. නිවැරදි බුදුවදන ලෙස, මුල් පෙළට

අනුකූල වන සහ ප්‍රායෝගිකව වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් වන අදහසක් ඉදිරිපත් කරමි.

බුදුන් වදාළ සංකීර්ණ විෂයයක් ලෙස සලකනු ලබන, හේතුවෙන්-හටගැන්ම (පටිච්චසමුප්පාද) බොහෝ යෝගාවචරයන් නොසලකා හරිනු ලැබේ. ඊට හේතුව ඔවුන් අනුගමනය කරන ප්‍රායෝගික පිළිවෙතට එය මුසු කර ගැනීමට අපහසු වීමයි. මෙම සංකල්පය නිසියාකාරව තේරුම් ගන්නේ කෙසේද යන්න කොටස්කර දක්වා විමසුමට භාජනය කිරීමෙන් පැහැදිලි කිරීමට මෙහිදී වෙර දරමි. පළමුවෙන්ම එහි න්‍යායාත්මක සංකීර්ණත්වය නිරවුල් කර, එම අවබෝධය භාවිත කර තමාට සරිලන සහ තමන් අනුගමනය කළ යුතු මාවත කුමක්දැයි පැහැදිලි කර ගන්නා ආකාරය පෙන්වා දෙමි.

අවසාන වශයෙන් තත්කාලීන ප්‍රධාන ථේරවාද භාවනා සම්ප්‍රදායන් දෙකක් වන බුරුම විදර්ශනා ක්‍රමය සහ තායිලන්ත ආරණ්‍ය සම්ප්‍රදාය විමසුමට ලක් කරමි. ඒවායේ පිළිවෙත් පිළිබඳව සොයා බැලීමට පෙර, ධ්‍යාන වැඩීම සහ කය මෙනෙහි කිරීම (කායගතාසනී) පිළිබඳව අවධානය යොමු කිරීමෙන් මුල් පෙළෙහි දැක්වෙන අයුරින් බුදුරදුන් භාවනාව විස්තර කර ඇති අයුරු අනාවරණය කරමි. එය අනුසාරයෙන්, එක් එක් භාවනා ක්‍රමයන්හි විවිධ අංග අවධානයට ලක් කොට, අනතුරුව ගුණදොස් විමසීමක් කරමි.

බුදුන් වදාළ දහම විය හැක්කේ කුමක්ද?

පෙළ පොත්වල කාලානුරූප විපරිණාමය පිළිබඳ

විද්වතුන්ගේ මත සැලකීම

විවිධ බෞද්ධ සංකල්ප හඳුන්වා දීමට හා විමසා බැලීමට පෙර, බුද්ධාගම ලෙස සැලකෙන දේ කුමක්දැයි සිතීම අර්ථවත් වනු ඇත. මේ යටතේ ථේරවාද, මහායාන, සහ වජ්‍රයාන වශයෙන් ප්‍රධාන සම්ප්‍රදායන් තුනක් පවතින බව අපි දන්නෙමු. නමුත් මෙම බෙදීම් ඇතිවීමට පෙරාතුව බුදු දහම කුමක් වීද යන්න බොහෝ දෙනෙකුට අහිරහසකි.

බුදුන් වහන්සේ සැබවින්ම දේශනා කළ දේ දැන ගැනීමට උනන්දුවක් දක්වන බටහිර ලෝකයේ පුද්ගලයෙකුට ගත යුතු මග නිගමනය කිරීම එතරම් පහසු නොවිය හැක. එවැන්නෙකුගේ බුදු දහම පිළිබඳ ප්‍රථම අත්දැකීම ගොඵන්කා විපස්සනා (Goenka Vipassanā) වැනි ජනප්‍රිය භාවනා වැඩසටහනක් තුළින් ලැබිය හැක. එහිදී බුද්ධ කාලයේ සිටම කිසිසේත් වෙනසකට බඳුන් නොවූ ක්‍රමයක් ඔහුට ලැබෙන බව තහවුරු කිරීමට ඔවුන් සෑදී පැහැදී සිටියි. නොඑසේ නම්, ළඟම ඇති බෞද්ධ විහාරස්ථානයකට හෝ ආරාමයකට යාමට හෙතෙම පෙළඹිය හැකිය. එහිදී දක්නා දෙයින් සම්ප්‍රදායන් අතර ඇති වෙනස්කම් හුදෙක් සංස්කෘතික බව උපකල්පනය කිරීම තර්කානුකූල යැයි සිතා තෘප්තිමත් වීම ස්වභාවයකි.

ඇත්ත තත්ත්වය නම්, විවිධ සම්ප්‍රදායන් අනුගමනය කරන දේ අතිශයින්ම වෙනස් බවය. ජපාන සෙන් (Zen) ආරණ්‍යයකින් ලැබෙන උපදේශය මාර්ගයක් පිළිපැදීම අනවශ්‍ය බවත් ඒ වෙනුවට සිතුවිලි නැවැත්වීම සඳහා “කොආන්” (koan) නමැති ප්‍රභේදිකාවක් මෙනෙහි කළයුතු බවත් විය හැක. සාමාන්‍ය තායි ආරාමයක හික්ෂුවක් භාවනාව පිළිබඳ විධිමත් උපදෙස් නොදී, වත් පිළිවෙත්වලින් පිරි කාලසටහනක් නිර්දේශ කළ හැක. භාවනා කිරීමට පෙර බෞද්ධ න්‍යාය තේරුම් ගැනීම සඳහා අභිධර්මය අධ්‍යයනය කළ යුතු බව ශ්‍රී ලාංකික හෝ බුරුම පන්සලකින් අවධාරණය කළ හැකිය. එසේම, ආරාමයක හෝ පන්සලක නායක හික්ෂුව තමාගේ ගුරුකුලයට විශේෂිත වත්පිළිවෙත්වලට නැඹුරු විය හැකි වීම මෙම තත්ත්වය තවදුරටත් සංකීර්ණ කිරීමට හේතුවකි.

ශ්‍රී ලංකාව, තායිලන්තය, හෝ බුරුමය වැනි සම්ප්‍රදායික ථේරවාදී බෞද්ධ රටක ජීවත් වන කෙනෙකුට මෙය ප්‍රශ්නයක් නොවන බව හැඟිය හැක. කාලයාගේ ඇවෑමෙන් සිදුව ඇති විපරිණාම කෙසේ වෙතත්, ථේරවාදය දැනට ඉතිරිව ඇති පැරණිතම සම්ප්‍රදාය නිසා, ධර්මයේ පාරිශුද්ධ භාවය එහි ආරක්ෂා වී ඇති බවට පොදු මතයක් පවතී. නමුත් මෙය විමසිල්ලට භාජනය කළ විට, යම් සැකයන් වර්ධනය වීම ස්වාභාවිකය. මේ රටවල ප්‍රචලිත බුද්ධාගම තුළ වාරිත්‍ර වාරිත්‍ර කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමුව ඇති අතර, එසේ නොවන අවස්ථාවලදී පවා, වාග්වාතුර්යයෙන් යුතු හික්ෂුවක් සැබෑ ඉගැන්වීම ලෙස ගෙනහැර පාන දෙය බොහෝ දෙනා අවිවාදයෙන්ම පිළිගැනීමට නැඹුරු වෙති.

හුදෙක් භාවනා ක්‍රමයක් හෝ ගුරුවරයෙකු අනුගමනය කිරීම හෝ පන්සලකට හෝ ආරාමයකට යාම වෙනුවට, විවිධ සම්ප්‍රදායන් සහ ඒවාට අනුරූප පුරාණ ග්‍රන්ථ කියවීමෙන් බුදුන් වදාළ දහම ක්‍රමක්ද යන ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු සැපයීම වඩාත් සුදුසු බව සිතීමටද ඉඩ ඇත. මෙය තාර්කික නිගමනයක් වුවත්, මෙහිදී පවා, සම්ප්‍රදායක අනුගාමිකයන් විසින් රචිත පොත් වල අදාළ සම්භවයන් පිළිබඳ අපක්ෂපාතී වාර්තාවක් ඉදිරිපත් නොකරන අවස්ථා තිබිය හැක. එයට හේතුව තමන්ගේ සම්ප්‍රදායේ මූලාශ්‍රය බුදුන් යැයි කීමට ඔවුන් නිසැකවම පෙළඹීමයි. මෙහිසා, බුදුන් වහන්සේ ඇත්ත වශයෙන්ම පැවසූ දේ ක්‍රමක්දැයි සොයන පුද්ගලයා, අවම වශයෙන් සහසු වර්ෂ දෙකකට අධික කාලයක් පුරා විහිදෙන බෞද්ධ ඉතිහාසය පිළිබඳ නා නා විද්වතුන් කර ඇති පර්යේෂණවල නිගමනයන්වත් විමසීමට ලක්කිරීම උචිතය. බුදුදහම යුග ගණනාවක් පුරා වෙනස් වූ ආකාරය ගැන දැනුවත් වීමට හැකි වීම මෙන්ම නානාවිධ අර්ථ නිරූපණයන්ගෙන් බුදුන් වහන්සේ සැබවින්ම පැවසූ දේ වෙන්කර හඳුනා ගැනීම පිළිබඳව පැහැදිලි අදහසක් ලබා ගැනීමටද හැකි ප්‍රායෝගික ක්‍රමය මෙය බව හැඟේ.

එම දැනුමෙහි වැදගත්කම

මේ වන විට, ඔබ බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ දේ ක්‍රමක්දැයි සෙවීමේ අර්ථයක් ඇත්දැයි ප්‍රශ්න කරන්නේ නම් පුදුමයක් නොවේ. භාවනා කිරීමෙන් මානසික හා ශාරීරික ප්‍රතිලාභ ඇති බවට විද්‍යාත්මක සාක්ෂි කොතෙකුත් ඇති බව ප්‍රමාණවත් නොවේද? සහසු

දෙකකටත් පෙරාතුව ජීවත් වූ කෙනෙකු කී දෙය කුමක්දැයි දැනගැනීමේ වැදගත්කම කුමක්ද?

මෙය සාධාරණ තර්කයකි. අද ලෝකය මීට සියවස් කිහිපයකට පෙර පවා පැවති ආකාරය සමඟ සංසන්දනය කළ විට හඳුනා ගත නොහැකි තරම් වෙනස්ය. එකල කෙනෙකුට සිතාගත නොහැකි තරම් පහසුකම් අද තාක්ෂණික දියුණුව නිසා දක්නට ඇත. එසේම විද්‍යාත්මක ක්‍රමය තුළින් ඉතිහාසයේ වෙන කවරදාටත් වඩා භෞතික ලෝකය ගැන දැනුමක්ද ලබා ගෙන ඇත. එබැවින්, අතීතය ගැන සොයනවා වෙනුවට වර්තමානය කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම වඩාත් සුදුසුයැයි යමෙකු තර්ක කළ හැක.

කාලයාගේ ඇවෑමෙන් සිදුවී ඇති වෙනස්කම් කෙසේ වෙතත්, දුක යන ප්‍රශ්නය අපි සැවොම වර්තමානයේදීත් අත් විඳිමු. එබැවින් එම දුකින් නිදහස් වීමට මගක් සෙවීමට උනන්දුවීම නිරායාසයෙන්ම සිදුවන්නකි. සති භාවනාව වැනි ශිල්පක්‍රමවල මූලාශ්‍රය බුදුන් වහන්සේ බවට සාක්ෂි තිබෙන නිසා, උන්වහන්සේගේ සම්පූර්ණ පණිවිඩය කුමක්දැයි විමසීමෙන් මානව වර්ගයාට ඉමහත් ප්‍රතිලාභ ලැබිය හැකිය.

බුදු දහම ගැන විමසීමට මා මූලින් උනන්දු වූ විට, “බුදුන් වහන්සේ සැබැවින්ම දේශනා කළේ කුමක්ද?” යන්න මගේ මූලික ප්‍රශ්නයක් විය. දහම පිළිබඳ යම් ප්‍රචලිත පොතක සඳහන් කර ඇති දෙය කියවීමෙන් පමණක් සැහීමකට පත්විය හැකි නම් මෙයට පිළිතුරු ලබා ගැනීම සරල කාර්යයක් වීමට ඉඩ තිබුණි. බෞද්ධයෙකු ලෙස හැදී වැඩුණු මට මෙලෙස නොයෙකුත් පොත්පත් ඒවායේ මූලාශ්‍ර පිළිබඳව විමර්ශනයෙන් තොරව විශ්වාස කිරීම නුසුදුසු බව මනාව වැටහුණි. මෙයින් අදහස් කරන්නේ මෙම පොත්වල කතාවරු

හිතාමතාම බුදුන් වදාළ දේ විකෘති කළ බව නොවේ. ඔවුන් තම සම්ප්‍රදාය හෝ ගුරුවරුන් සැකයෙන් තොරව විශ්වාස කිරීම නිසා වැරදි මතයන්වලට නතු වීමේ ප්‍රවණතාවයක් ඇතිවිය හැකි බවය. සත්‍යය නොවෙනස් වන දෙයක් නම්, එසේම බුදුන් වහන්සේ මෙම පරම සත්‍යය සාක්ෂාත් කරගන්නේ නම්, උන්වහන්සේ වදාළ දහම ලෙස විවිධ සම්ප්‍රදායන්ගේ පවතින විවිධ අර්ථ කථන සියල්ලම සත්‍යය විය නොහැක.

එසේ නම් බුදුරජාණන් වහන්සේ සැබැවින්ම වදාළ දහම සොයා ගන්නේ කෙසේද? උන්වහන්සේ සහසු දෙකකටත් පෙර සිටි කෙනෙක් බව සලකන විට මෙය කළ හැකි දෙයක්ද? එතරම් කලකට පෙර ජීවත් වූ පුද්ගලයෙකු ඇත්ත වශයෙන්ම පැවසුවේ කුමක්දැයි නිශ්චිතවම සොයා ගැනීමට ක්‍රමවේදයක් නොමැත. මේ හේතුව නිසා, විද්වතුන් සිදුකර තිබෙන ඓතිහාසික පර්යේෂණ නොසලකා හැර තමන්ගේම භාවනා අත්දැකීම් විශ්වාස කිරීමට යමෙක් පෙළඹිය හැක. මෙසේ තම අත්දැකීම් විමර්ශනය කර නිගමනයකට එළඹීම ධර්මයේ එකම අව්‍යාජ ක්‍රමය යැයි අප සැවොම අසා ඇත. බුදුන් වහන්සේ කාලාමයන්ට ඉදිරිපත් කරන නිදහස් විමර්ශනය පිළිබඳ ප්‍රකාශනය මෙම අදහස අවධාරණය කර ඇති ජනප්‍රිය දේශනයකි:

දැන් කාලාමයෙනි, වාර්තා, ජනප්‍රවාද, සම්ප්‍රදාය, පිටක පාලිය, තර්ක, න්‍යාය, සාදාශ්‍ය, එකඟතා, මෙනෙහි කිරීම්, සම්භාවිතා, නැත්නම් 'මේ ශ්‍රමණ තෙමේ අපගේ ගුරු' යැයි සිතීමෙන් නොපිළිගනිව්. යම් කලක ඔබ විසින්ම 'මේ ධර්මයෝ කුසල්ය; මෙම ධර්මයෝ නිර්දෝෂීය; මෙම ධර්මයෝ ප්‍රඥාවන්තයන් විසින් ප්‍රශංසා කරනු ලැබේ; මෙම ධර්මයෝ, පුරන ලද්දාවූ, සමාදන්වන ලද්දාවූ, සුභසාධනයට සහ සතුටට මග

පාදයි යැයි දැනගත් විට, කාලාමයෙහි, එකල ඒ කුසල ධර්මයන් ලැබගෙන වසවි.²

පුරාවිද්‍යාව, අභිලේඛනය (epigraphy) සහ වාග් විද්‍යාව (philology) වැනි විෂයයන් තර්කය, න්‍යායය, සහ සම්භාවිතාවය භාවිත කරන විමර්ශන ක්‍රම වන අතර ඒවායේ නිගමන පුරාණ නටබුන් හා පෙළ පොත් මත රඳා පවතී. එබැවින්, පරම සත්‍යය කුමක්දැයි සෙවීමට ඒවා භාවිතය, භාවනා අත්දැකීමෙන් ලබා ගත හැකි අවබෝධය තරම් ප්‍රබල නොවන බව සැබවි. එසේ වුවත්, මින් අදහස් කරන්නේ එම විෂයයන්හි නිගමන මුළුමනින්ම බැහැර කළ යුතු බව නොවේ. ඒ මන්ද, කාලාමයන්ට බුදුන් කරන අනුශාසනය පවා පෙළ පොතින් උපුටා ගත් බව පිළිගත යුතු බැවිනි.

ඉහත කරුණු ආවර්ජනය කරමින්, බටහිර ලෝකය “බුද්ධාගම” සොයාගත් ආකාරය සහ එම ක්‍රියාවලියේදී ස්වදේශික බෞද්ධයන් අතර තමන්ට උරුම වූ සම්ප්‍රදායන්හි සාරය පිළිබඳව නව උද්‍යෝගයක් ඇති වීමේ ඉතිහාසයට අවධානය යොමු කරමු. බුදුන් වදාළ දහම සඳහා වඩාත් විශ්වාසදායක ප්‍රභවයන් මොනවාදැයි විඳිවුන් සාමූහිකව එකඟවන අයුරු සහ එමඟින් ඇඟවෙන දැ පිළිබඳව ඉන්පසුව ගවේෂණය කරමු.

² අංගුත්තර නිකාය, නික නිපානය, කාලාම සූත්‍රය (සංගෝධිත)

බෞද්ධ අධ්‍යයනයේ ඉතිහාසය

දහඅටවැනි සියවස අගභාගයේදී බ්‍රිතාන්‍ය වාග් විද්‍යාඥ විලියම් ජෝන්ස් (William Jones) ස්ථම්භ සහ සෙල්ලිපිවල හින්දු ආගමට අයත් නොවන යමක් පිළිබඳ හෝඩුවාවක් ඇති බව දැක ඒ ඔස්සේ සෙවීමට පටන් ගන්නාතුරු, බුදුදහම යුරෝපීයයන්ට මුළුමනින්ම ආගන්තුක දෙයක් විය. ශ්‍රී ලංකාව, ටිබෙටය, සහ ජපානය වැනි විවිධ රටවලින් ලද සාක්ෂි අනුව, යුරෝපීය පාලකයන්ගෙන් උද්‍යෝගිමත් ආධුනිකයන් කණ්ඩායමකට ඉන්දියාවේ යටතිය අතීතය විමසීමට බඳුන් කිරීමට අවසර ලැබුණි.

ඔවුන් අතරින් ජේම්ස් ප්‍රින්සෙප් (James Prinsep) නමැත්තෙක් සාංචි සහ ඉන්දියාව පුරා ඇති ස්ථම්භ වල ඇති ප්‍රාකෘත භාෂාව සාර්ථකව විකේතනය කිරීමෙන් මෙම නව බෞද්ධ අධ්‍යයන ක්ෂේත්‍රය පිහිටුවීමේ මහඟු වූ පළමු පියවර තැබීය. 1837දී බ්‍රිතාන්‍ය ජාතික ග්‍රෙග් ටර්නර්ගේද (Greg Turnour) සහාය ඇතිව මාස කිහිපයක් ඇතුළත ඔහු සාංචි ස්තූපයෙහි³ ඇති සෙල්ලිපිවල කතුවරයා අශෝක රජු ලෙස හඳුනා ගත්තේය. ග්‍රෙග් මීට පෙර ශ්‍රී ලංකා දීපයේ අතීතය පිළිබඳ වංශකථාවක් වන දීපවංශය පරිවර්තනය කර තිබිණි.

බුද්ධ කාලයට ශතවර්ෂ කිහිපයකට පසු ඉන්දියාව පුරා බුදු දහම ප්‍රචලිත වී තිබූ බව අශෝක ස්ථම්භවලින් හෙළි විය. ගිරිනාර්

³ Charles Allen. *The Buddha and the Sahibs: The Men Who Discovered India's Lost Religion*. John Murray. 2002, pp. 179–88

සෙල්ලිපියෙහි⁴ සඳහන් මහා ඇලෙක්සැන්ඩර්ගේ (Alexander the Great) අනුප්‍රාප්තිකයන්ගේ නම් විශ්වාසදායක ග්‍රීක මූලාශ්‍ර සමඟ සම්බන්ධ කිරීමෙන්, අශෝක රජුගේ පාලන සමය ක්‍රිස්තු පූර්ව 258 බවට නිගමනය කළ හැකි විය.

1844 දී ප්‍රංශ වාග් විද්‍යාඥ ඉයුජින් බර්නුත් (Eugene Burnouf) ආසියාව පුරා යුරෝපීයයන්ට හමු වූ ඇතැම් ආගම් ඇත්ත වශයෙන්ම ඉන්දියාවේ පටන් ගත් තනි සම්ප්‍රදායක ශාඛා බව ස්වාධීනව නිගමනය කළේය. 19 වැනි සියවසේ අග භාගය වන විට පුරාවිද්‍යාඥ ඇලෙක්සැන්ඩර් කනිංහැම් (Alexander Cunningham) විසින් චීන වන්දනාකරුවන් වන ෆාහියන් (Fa Hien) සහ හ්සුන් සාංගේ (Hsuan Tsang) පරිවර්තනය කරන ලද සංචාරක වාර්තා ආධාරයෙන් රජගඟ, නාලන්දා, සැවැන්, විසාලා, සහ කුසිනාරා යන ප්‍රදේශවල ප්‍රධාන බෞද්ධ නටබුන් සොයා ගන්නා ලදී. පාලි සූත්‍ර පිටකය ඔහු සතුව නොතිබුණද, එහි සඳහන් බොහෝ ස්ථාන ස්වාධීනව සොයා ගැනීමට ඔහුට හැකි වීම ප්‍රබල සාක්ෂියක් විය.

මෙම පුරාවිද්‍යාත්මක සහ අභිලේඛන සොයාගැනීම් මගින් ඇත අතීතයේ විසූ බුදුන් නම් ශ්‍රමණයෙක් පිළිබඳ පුරාණ ග්‍රන්ථවල කථා සනාථ විය. මෙම විද්‍යාත්මක කුතුහලය මගින් පෙළඹුණු ඉතිහාසය පිළිබඳ විශාරදයෝ, පෙළ පොත් ගැඹුරෙන් අධ්‍යයනය කිරීමට නැඹුරු වූහ.

⁴ Allen. *The Buddha and the Sahibs*, pp. 188-9

ඒ වකවානුව තුළම, බ්‍රිතාන්‍ය පාලකයන්ගෙන් තොර ඒකාබද්ධ ජාතික අන්‍යෝන්‍යයක් ගොඩ නැගීමට දැරූ ප්‍රයත්නය නිසා ශ්‍රී ලංකාවේ දේශීය බෞද්ධ විද්වත්හු ක්‍රිස්තියානි බලධාරීන්ට එරෙහිව ක්‍රියාකාරී වූහ. මෙය බෞද්ධ භික්ෂූන් සහ ක්‍රිස්තියානි මිෂනාරිවරුන් අතර ප්‍රසිද්ධ වාද විවාදවලින් අවසන් විය. මීගෙට්ටුවත්තේ ගුණානන්ද හිමි 1873 දී පානදුරාවාදය ජයග්‍රහණය කිරීම නිසා රටපුරා බෞද්ධ සම්ප්‍රදායන්ට තිබූ ශ්‍රී ලාංකීය අභිමානයට පුනර්ජීවනයක් ලැබිණි.

විවාදය ගැන කියැවීමෙන් පසු, පරමවිඥානාර්ථ සංගමයේ (Theosophical Society) නිර්මාතෘවරයෙකු වන හෙන්රි ස්ටීල් ඕල්කට් (Henry Steel Olcott) නම් ඇමරිකානු කර්නල්වරයා ශ්‍රී ලංකාවට පැමිණ, බුදුදහම වැළඳගෙන, බෞද්ධ පාසල් පිහිටුවීමේ ව්‍යාපාරයක් ආරම්භ කළේය. පාසල් තුනකින් පමණක් ඇරඹුණු මේ ව්‍යාපාරය වසර 23 ක කාලය තුළ 174 දක්වා ඉහළ ගියේය. ඒවායින් සමහරක් අද දක්වා හොඳම රජයේ පාසල් ලෙස පවතී. ඇත්ත වශයෙන්ම, රටේ විශාලතම බෞද්ධ පාසල ලෙස සැලකෙන මගේ පාසලේ සමහර ගොඩනැගිලිවලට එම සංගමයේ සාමාජිකයින්ගේ නම්ද යොදා ඇත.

ඕල්කට් තුමා ලංකාව වටා ප්‍රාදේශීය මට්ටමින් දේශන පැවැත්වීය. එහිදී අන්‍යෝන්‍ය ධර්මපාල තුමා ඔහුගේ පරිවර්තක ලෙස කටයුතු කළේය. 1893 දී විකාගේහි පැවති ලෝක ආගම් පාර්ලිමේන්තුවට (World Parliament of Religions), බුදුදහම නියෝජනය කිරීම සඳහා සහභාගී වන විට, ධර්මපාල තුමා සිංහල බෞද්ධ නායකයෙකු බවට පත් වී තිබූ අතර ශ්‍රී ලංකාවේ බෞද්ධ

ප්‍රතිසංස්කරණයක අවශ්‍යතාවය පිළිබඳව ඔහුට ඒත්තු ගොස් තිබුණි. ශතවර්ෂ ගණනාවක් පුරා, ප්‍රධාන ථේරවාදී රටවල බෞද්ධ පිළිවෙත් ක්‍රමානුකූලව පිරිහී ගොස් තිබූ අතර, හින්දු ආගමෙන් සහ අනෙකුත් ජන සම්ප්‍රදායන්ගෙන් මිට්‍යා දෘෂ්ටික අංග මිශ්‍ර වී තිබුණි. එමෙන්ම භාවනාව කෙරෙහි අඩු අවධානයක්ද වත් පිළිවෙත් සහ පුදපූජා කෙරෙහි වැඩි අවධානයක්ද යොමු විය.⁵ පැරණි සූත්‍ර පොත් පැවිද්දන් සඳහා පමණක් වෙන් කර තිබූ නිසා සාමාන්‍ය ජනතාවට ඒවා පරිහරණයට අවකාශයක් නොතිබුණි. හික්ෂුහු සූත්‍රවල ඇති බුදුන්ගේ නිර්දේශ අනුගමනය කිරීම වෙනුවට ශාස්ත්‍රීය කටයුතු සඳහා වැඩි කාලයක් මිඩංගු කිරීමට නැඹුරු වූහ.

1881 දී ටී. ඩබ්ලිව්. රිස් ඩේවිඩ්ස් (T.W. Rhys Davids) විසින් එංගලන්තයේ පාලි පාඨ ග්‍රන්ථ සමාජය (Pali Text Society) පිහිටුවීමත් සමඟ, පාලි සූත්‍ර පිටකය රෝම අක්ෂරවලින් ප්‍රකාශයට පත් වූ අතර, ඊළඟ දශක කිහිපය තුළ ඉංග්‍රීසි භාෂාවටද පරිවර්තනය විය. රිස් ඩේවිඩ්ස් වැනි පඬිවරුන්ගේ පුරෝගාමීත්වයෙන් සහය ලැබ, බෝධි භික්ෂුව (Bhikkhu Bodhi) හා ටානිස්සරෝ භික්ෂුව (Ṭhānissaro Bhikkhu) වැනි සමකාලීන වියත් හිමිවරු සූත්‍ර පිටකය ඉංග්‍රීසියට පරිවර්තනය කළෝය. ලංකාව හෝ තායිලන්තය වැනි ථේරවාදී බෞද්ධ රටක කෙනෙකුට තම මව් භාෂාවෙන් කියවීමට තිබෙන පරිවර්තනවලට වඩා මෙම ඉංග්‍රීසි පරිවර්තන පාලි පෙළට සමගාමී බව මගේ හැඟීමයි.

⁵ K.M. de Silva. *A History of Sri Lanka*, 2005, p. 121

මෑතකදී අන්තර්ජාලය පැමිණීමත් සමඟ ශ්‍රී ලංකාවේ එතෙක් පැවති, පාලි සූත්‍ර පිටකය විද්වතුන් සහ නික්ෂුන්ට පමණක් අදාළ දෙයක් යන ආකල්පය වෙනස් වීමට පටන් ගෙන ඇත. ඒ සමඟම බහුතරයකට නොතේරෙන පෞරාණික බසින් හෝ අතිසරල බසින් කර ඇති සිංහල පරිවර්තනවල අඩුපාඩු පිළිබඳව දැනුවත්වීමේ අවශ්‍යතාවය වර්ධනය වී තිබේ. භාෂාවක් ලෙස සිංහල සහ පාලි කෙතරම් සම්පද යන්න සලකා බැලීමේදී මෙය ලැජ්ජාවට කරුණකි. කාලයාගේ ඇවෑමෙන් ක්‍රමක්‍රමයෙන් බුදු දහමට සිදුව ඇති ඓතිහාසික වෙනස්වීම් පිළිබඳව සැලකිය යුතු පමණ අවධානයක් ථේරවාදී බෞද්ධ ලෝකය තුළ දක්නට නැත. ජනප්‍රිය මතය වන්නේ සියලුම සම්ප්‍රදායික ග්‍රන්ථවල බුද්ධ වචනය දේශිත ආකාරයෙන්ම ඇතැයි යන්නයි. එබැවින් විවේචනාත්මක විශ්ලේෂණයක් හරහා ඒවායේ සත්‍යතාවය ප්‍රශ්න කිරීම බොහෝ දුරට ධර්ම විරෝධී අපහාසයක් ලෙස සැලකේ.

කෙසේ වෙතත්, ඉංග්‍රීසි පරිවර්තන දෝෂ රහිත බව මින් අදහස් නොකරමි. සමහර අවස්ථාවලදී, පරිවර්තකයන්ගේ දාර්ශනික පක්ෂග්‍රාහීත්වය නිසා පාඨකයා ව්‍යාකූලත්වයට පත්වන විකෘති මත දක්නට ලැබේ. මේ අනුව, බටහිර වින්තනයේ⁶ බලපෑම පෙන්නුම් කරන අන්තර් සම්බන්ධතාවය (interconnectedness), ස්වයංසිද්ධත්වය (spontaneity), සහ මම-ඉක්මවීම (ego-transcendence) වැනි අදහස් ඇති පරිවර්තන තිබේ. තවද, පරිවර්තකයාගේ විද්‍යාත්මක භෞතිකවාදී නැඹුරුව නිසා සූත්‍රවල ඇති අද්භූත යැයි හැඟෙන කථා නොසලකා හරින ප්‍රවණතාවයක්ද දැකිය

⁶ Thānissaro Bhikkhu. *Buddhist Romanticism*, pp. 6-11

හැක. පරිවර්තනවල ඇති වඩාත් සියුම් ගැටලු කිහිපයකට අපි ඊළඟ පරිච්ඡේදයේදී අවධානය යොමු කරමු.

මුල් පෙළ පොත්වල සත්‍යතාවය

පාලි සූත්‍ර පිටකයේ ඇත්තේ සත්‍ය කරුණුයැයි අපට විශ්වාස කළ හැකිද? බුදුන් වහන්සේ කිසිවක් ලියා නොතිබූ අතර, උන්වහන්සේගේ දහම ග්‍රන්ථාරූඪ කිරීමට පෙර සියවස් හතරක් පමණ පැවත ආවේ මුඛ පරම්පරාවෙනි. මෙය වෙනස් වූයේ ක්‍රිස්තු පූර්ව පළමුවන වන සියවසේ ශ්‍රී ලංකාවේ ඇතිවූ සාගතය (බැමිණිටියා සාය) හා දේශපාලන අස්ථාවරභාවය හේතුවෙනි. ඇතැම් අවශේෂ දහම් කොටස් වනපොත් කරගෙන සිටි භික්ෂූන් වහන්සේලා අභාවයට යාමට ඉඩ ඇතැයි හටගත් බිය නිසා මාතලේ අළු විහාරයේදී ත්‍රිපිටකය ප්‍රථම වරට පුස්තකාල පොත්වල ලියැවිණි.

ත්‍රිපිටකය වැනි විශාල දහම් සම්භාරයක් අඛණ්ඩව පවත්වා ගැනීම මුඛ පරම්පරාවෙන් පමණක් කළ නොහැකිය යන හැඟීම ස්වාභාවිකය. මෙය සැබෑවක් නම්, භික්ෂූන් වහන්සේලා දෙපිරිසකට එකම සූත්‍ර එකතුවක් කටපාඩම් කිරීමට බාරදී, දෙපිරිස අතර කිසිදු සම්බන්ධයක් නොතිබුනේ නම්, කාලයාගේ ඇවෑමෙන් එහි ප්‍රතිඵලය විය යුත්තේ සැලකිය යුතු පමණ වෙනස්කම් ඇති සූත්‍ර ගොනු දෙකක් ශේෂ වීමය. සැබැවින්ම මෙලෙස මුඛ පරම්පරාවෙන් ධර්මය රැකගැනීමෙහි යෙදුණු පිරිස් වෙන්ව රට රටවලට සංක්‍රමණය වීම සිදු වූ නමුත් ඉහත අනුමාන කළ පරිදි දහම් කරුණුවල විෂමතාවයක් ඇතිවූ බවක් නොපෙනේ.

බුදුන් පිරිනිව් සියවස් කිහිපයක් ඇතුළත සූත්‍ර භානකව සිටි හික්ෂුන් පිරිසක් ඊසානදිග ඉන්දියාවේ සිට ශ්‍රී ලංකාවට සංක්‍රමණය වූහ. ශ්‍රී ලංකාවේ සංරක්ෂණය කර ඇති පාලි සූත්‍ර පිටකය සමඟ උතුරු ඉන්දියාවේ සංරක්ෂණය කර තිබී නැතිව ගිය සංස්කෘත මුල් පිටපතක වීන පරිවර්තනය සංසන්දනය කළ විට අද අපට මවිත දනවන සුළු එකඟතාවයක් දක්නට ලැබේ. ඒවා නිසැකවම එකම ප්‍රභවයක අනුවාද බව පැහැදිලිය. එබැවින්, පාලි නිකායයන් සහ වීන ආගමයන්⁷ අතර පොදු අන්තර්ගතය, නිකාය හේදයට පෙර පැවති මුල් බුදු දහමට අයත් බව බොහෝ දුරට නිගමනය කළ හැක. මෙම අසාමාන්‍ය එකඟතාවය එම ග්‍රන්ථවල අන්තර්ගතය බුද්ධ දේශනාවමය යන විශ්වාසය අප තුළ ජනිත කරවයි.

බුද්ධ කාලයේ දේශපාලන වාතාවරණය පිළිබඳ ස්වාධීන මූලාශ්‍ර සමඟ සූත්‍ර පිටකයේ විස්තර සමපාත වේ. ශ්‍රීක ඉතිහාසඥ මෙගස්තීනීස් (Megasthenes) බුදුන්ට සියවසකට පමණ පසු මෞර්ය අධිරාජ්‍යය ස්ථාපිත කළ අගෝකගේ සීයා වන චන්ද්‍රගුප්තගේ මාලිගයට පැමිණ තිබේ. ඔහු පාඨලීපුත්ත අගනුවර විස්තර කළේ මුල් පෙළෙහි දැක්වෙන කුඩා ගම්මානයක් ලෙස නොව නගරයක් ලෙසයි. බුද්ධ කාලයේ මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ නගර වන රජගහ සහ විසාලා, මෞර්ය අධිරාජ්‍යයේ දැවැන්ත නගර සහ උපනිෂද්වල විස්තර කර ඇති හුදෙක් කෘෂිකාර්මික පසුබිම අතර සංවර්ධනයේ අවධීන් අන්තර්ගතව තිබීම මුල් බෞද්ධ ග්‍රන්ථ සත්‍ය බවට ඉභි කරයි.⁸

⁷ වීන ත්‍රිපිටකය ආගම නමින් හැඳින්වෙයි.

⁸ Bhikkhu Sujato & Bhikkhu Brahmali. *The Authenticity of the Early Buddhist Texts*. 2017, p. 23

මුල් පෙළ පොතෙහි වෙනත් මූලාශ්‍ර සඳහන් නොවන අතර, පසුකාලීන සියලුම කෘතිවල මූලාශ්‍රය සූත්‍ර පිටකය ලෙස සඳහන් වේ. බුදුන් බොහෝවිට දේශනා කළ දෙයෙහි ඒකාබද්ධ සංයුතියක් ලෙස සූත්‍ර පිටකය සැලකිය හැකි බවට මෙය තවත් සාක්ෂියකි. ඇත්ත වශයෙන්ම, මුල් පෙළ පොත තුළ පරස්පර විරෝධතා සොයා ගැනීමට විද්වතුන් සමත්වී නොමැති අතර, ඒවා සත්‍ය බවට විශේෂඥයින් අතර එකඟතාවයක් ඇත. බෞද්ධ අධ්‍යයනය පිළිබඳ කීර්තිමත් මහාචාර්යවරයකු වන රූපට් ගෙතින් (Rupert Gethin) ප්‍රධාන සූත්‍ර නිකායයන් සතර, බුදු දහමේ පොදු උරුමය ලෙස සලකන්නේ “අඩුම තරමින් මෙම සූත්‍රවලින් සමහරක් දැනට පවතින පැරණිතම බෞද්ධ ග්‍රන්ථ අතරට ඇතුළත් වීමටද ඒවායේ බුද්ධ වචනය තිබීමටද බොහෝ දුරට ඉඩ තිබේ”⁹ යැයි පවසමිනි.

මහාචාර්ය රිචඩ් ගොම්බ්‍රිච්ගේ (Richard Gombrich) මතය අනුව: “ප්‍රධාන දේශනාවල අන්තර්ගතය, නිකාය සතර සහ ප්‍රධාන සංඝ චිනය නීති ... ප්‍රතිභාවයක්, බුද්ධිමත් බවක්, ගම්භීරබවක් සහ වඩාත්ම අදාළ කරුණක් වන තර්කානුකූල බවක් පිළිබිඹු කරයි, එය සාමූහික ප්‍රයත්නයක ප්‍රතිඵලයක් ලෙස දැකීමට අපහසුය.” එසේම ඔහුගේ වචනවලින්, ඒවා “එක් මහා ප්‍රාඥයෙකුගේ නිර්මාණ” වේ.¹⁰

⁹ Rupert Gethin. *Sayings of the Buddha: New Translations from the Pāli Nikāyas*. Oxford World’s Classics. Oxford University Press, 2008, [3, XXI–XVIII] (පරිවර්තනය)

¹⁰ Richard Gombrich. *Theravāda Buddhism: A Social History from Ancient Benares to Modern Colombo*, 2006, [4, 21] (පරිවර්තනය)

මුල් පෙළ පොතෙහි සත්‍යතාවය තහවුරු කිරීමට උත්සාහ කිරීමේ අරමුණ එහි ඇති සියල්ල සත්‍ය බව ඔප්පු කිරීම නොවේ. එවැනි නිශ්චිත නිගමනයකට එළඹීම විමර්ශනයේදී භාවිත කරන විද්‍යාත්මක රාමුවල හැකියාවෙන් ඔබ්බට යයි. ඒ වෙනුවට, මෙම ප්‍රයත්නය අපට පසුකාලීන සංස්කරණයන් මොනවාදැයි දැනගැනීමට රුකුලක් වේ. එසේම ඒවා අතර ඇති යම් නොගැළපීම් හෝ ප්‍රතිවිරෝධතා හමුවේ පැරණි පාඨ කෙරෙහි විශ්වාසය තැබීම වඩා උචිත බව තහවුරු කරයි.

ථේරවාදය තුළ නොගැළපීම්

බුදු දහමේ පාඨවල කාලානුරූප විපරිණාමය තේරුම් ගැනීමෙන් සම්ප්‍රදායන් තුළ නානාවිධ වෙනස්කම් ඇරඹුණේ කොතැනින්දැයි විග්‍රහ කිරීමට පටන් ගත හැකිය. බුදු දහම යනු සිද්ධාර්ථ ගෞතම නම් වූ තනි ඉතිහාසගත පුද්ගලයෙකුගේ දහම බවටත්, මුල් සූත්‍ර පෙළෙහි සඳහන්වන දෑ උන්වහන්සේගේ ඒ දහමට බොහෝ දුරට අනුරූප වන බවටත් අප එකඟ වන්නේ නම්, ඒ දහමට ගැටුම්කාරී හෝ පරස්පර විරෝධී අදහස් බුදු වදන ලෙස නිරූපණය කරන විට අවම වශයෙන් ඒවා හඳුනා ගැනීමටත් අප සමත් විය යුතුය.

මහායාන සහ චජ්‍රයාන වැනි පසුකාලීන සම්ප්‍රදායන් අතර විෂමතා සොයා ගැනීම වඩා පහසු වුවද, දැනට පවතින පැරණිතම සම්ප්‍රදාය වන ථේරවාදය පවා මෙවැනි පරස්පර මතයන්ගෙන් තොර නොවේ. ඇත්ත වශයෙන්ම, සම්ප්‍රදායික බෞද්ධයින් “පිරිසිදු” දහම ථේරවාදයෙහි ඇති බවට මතයක් දරන නිසා ඊට අයත් අති විශාල

ග්‍රන්ථ සමූහය ගවේෂණාත්මකව ඇගයීමට ලක්වන්නේ කලාතුරකිනි.

ථේරවාද සම්ප්‍රදායට අනුව ත්‍රිපිටකය හෙවත් සූත්‍ර, විනය, සහ අභිධර්මය යන පිටක තුන මූලික ග්‍රන්ථ වේ. සූත්‍ර පිටකය බුදුන් වහන්සේ දෙවමිනිසුන්ට දහම පිළිබඳ කළ දේශනාවලින් සමන්විත වේ. විනය යනු පැවිදි නීති රීති සංග්‍රහයක් වන අතර අභිධර්මය යනු දර්ශනයක් ලෙස දහම ස්ථාපිත කිරීමකි. මේ අතරින් අද ථේරවාදය ලෙස අප සලකන දේ හැඩගැස්වීමට අභිධර්මය ප්‍රධාන කාර්යභාරයක් ඉටුකර ඇත. එක් එක් සම්ප්‍රදායන් තුළ අභිධර්මය පුළුල් ලෙස සංකල්පීය අංගවලින් වෙනස්වුවද, සූත්‍ර සහ විනය පිටක සියලු බෞද්ධ සම්ප්‍රදායන්ට පොදු සහ කැපී පෙනෙන අනුකූලතාවයක් පෙන්නුම් කරයි.

මුල් කාලයේ සිටම ත්‍රිපිටකයේ ඇති වැදගත්කම පිළිගෙන තිබූ නිසා ඒ පිළිබඳ විග්‍රහයන් සහිත අතිවිශාල සාහිත්‍යයක් සැකසී, සංරක්ෂණය වී තිබේ. බොහෝ අවස්ථාවලදී, මෙම විවරණ මුල් පාඨයන් තේරුම් කර ගැනීමට සඳහා වටිනා පසුබිමක් ලබා දීමට මාර්ගෝපදේශනයක් ලෙස ක්‍රියා කරයි. එනමුත්, එම කෘතිවල විග්‍රහයන් මූලාශ්‍රවලට පටහැනි වන අවස්ථාද තිබේ.

පස් වන සියවසේ බුද්ධඝෝෂ හිමියන් විසින් රචිත ඉතා ප්‍රචලිත ග්‍රන්ථයක් වන විසුද්ධි මාර්ගය, සම්ප්‍රදායික ථේරවාදී දහම ලෙස සැලකෙන බොහෝ දේ නිර්වචනය කරයි. එය මුල් සූත්‍ර පෙළ නිරතුරුව මූලාශ්‍ර ලෙස භාවිත කළද, සම්ප්‍රදාය නව දිශාවන්ට නැඹුරු කරන අදහස්ද ඉදිරිපත් කරයි. මෙය මතුපිටින් ගැටලුවක් ලෙස නොපෙනුනද, මෙම පාඨ සහ සූත්‍ර අතර පරස්පරතා තිබෙන

අවස්ථාවලදී ඒවා නිරවුල් කිරීමේ වගකීම අප මත පැටවේ. සත්‍යය යැයි සැලකෙන දේශනවලට අප ප්‍රමුඛත්වය දෙන්නේ නම්, බුදු දහම යැයි යමෙක් අදහන දෙයට ගැළපෙන නිසා හෝ යම් තාර්කික පදනමක් ඇති බව පෙනෙන නිසා හෝ පසුකාලීන අදහස් පිළිගැනීම සුදුසුද?

සුත්‍රවල සහ විනයෙහි දක්නට නොලැබෙන නමුත්, අභිධර්මයෙහි, අටුවාවල, සහ විසුද්ධි මාර්ගයෙහි විස්තර කර ඇති සංකල්ප ගැන සලකා බලමු. ඛණිකාවාදය නොහොත් ක්ෂණිකත්වය යන සංකල්පය විසුද්ධි මාර්ගයෙහි සහ අභිධර්ම අටුවාවල සඳහන් වේ. මෙහි අදහස නම් සියලුම භෞතික ධාතු නුපුහුණු මනසට නොපෙනෙන තරම් වේගයෙන් වෙනස් වන බවයි. මෙම සංසිද්ධිය අනිත්‍යතාවයට අනුරූප අවබෝධයක් සමඟ ගැඹුරු භාවනාව තුළින් සෘජුවම අත්විඳිය හැකි බවද කියැවේ. නමුත් මෙම අදහස මුල් පෙළෙහි කොතැනකවත් දක්නට නොමැත. ඒ වෙනුවට කයෙහි අනිත්‍යතාවය, වයසට යාමත් සමඟ මදින්-මද දිරාපත්වීම, සහ මරණයෙන් පසු කයේ විසටනය පිළිබඳව සුත්‍රවල විස්තර කෙරේ. මෙය අවබෝධයෙන් දැන ඒ අනුව ජීවිතය ගත නොකළත් ඇත්ත වශයෙන් අප මුහුණ දෙන යථාර්ථය මෙයයි.

ශතවර්ෂ ගණනාවක් පුරා න්‍යායික හා දාර්ශනික අවබෝධය කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමු වීම තවත් බරපතලවූ වෙනසකි. විසුද්ධි මාර්ගයේ ප්‍රඥාව පිළිබඳ කොටස දැඩි න්‍යායික ස්වභාවයක් ගනියි. මුල් පෙළ සමඟ සංසන්දනය කළ විට, මෙහි පැහැදිලිවම වෙනස්කම් පෙනේ. මක්නිසාදයත්, සුත්‍රවල ප්‍රඥාව විස්තර කරන්නේ සංඥාව හැසිරවීමේ පිළිවෙතක් ලෙස බැවිනි. දහම විවිධ දාර්ශනික හා

විසුක්ක දිශාවන්ට යොමු කරන පටිසම්භිදා මාර්ගය වැනි අභිධර්ම ග්‍රන්ථවල මෙම ප්‍රශ්නය වඩාත් ප්‍රකටව දැකිය හැක. එහි පුද්ගලයෙකු යනු කුමක්ද සහ හෙතෙම යථාර්ථයෙන් පවතීද නැත්නම් සාරයකින් තොරද වැනි ප්‍රශ්න විස්තරාත්මකව සාකච්ඡා කෙරේ. බුදුන් වහන්සේ මෙවැනි කල්පිත ගැටලු විමසුමට භාජනය කිරීම ප්‍රයෝජනවත් නොවන බවටත්, භයානක විය හැකි බවටත් මුල් සූත්‍රවල අවවාද කර තිබේ. ඒ වෙනුවට උන්වහන්සේ අවධානය යොමු කළේ නිවන් අවබෝධයට අදාළ භාවනා පිළිබඳව පමණය.

අටුවා සහ ටීකා, මුල් සූත්‍ර පෙළට පසුබිමක් සැපයුවත්, සමහර අවස්ථාවලදී පෙළෙහි නැති අදහස්ද හඳුන්වා දෙයි. එවැනි එක් ප්‍රචලිත අදහසක් ධර්මපදයේ අටුවාවල දක්නට ලැබේ. එනම් නිවන් අවබෝධයට ගැඹුරු සමාධි තත්ත්වයක් වන ධ්‍යාන සමාපත්තිය ප්‍රගුණ කිරීමට අවශ්‍ය නොවන බවත් ඒ වෙනුවට “ශුෂ්ක විදර්ශක” මාර්ගයක් ඇති බවත්ය. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ අටවන අංගය වන නිවැරදි සමාධිය (සමමා සමාධි) ධ්‍යාන ලෙස මුල් පෙළ හඳුන්වන බැවින් මේ අදහස එයට පරස්පර වෙයි.¹¹

පසුකාලීන පාඨ සහ මුල් පෙළෙහි අදහස් අතර ඇති නොගැළපීම් ඊළඟ පරිච්ඡේදවල ගැඹුරින් විශ්ලේෂණය කරමු. මෙහිදී මගේ අරමුණ න්‍යායාත්මක ලෙස නොගැළපීම් පෙන්වීම පමණක් නොව, එවැනි පරස්පර විරෝධී අදහස්වල රැදී සිටීම ධර්ම මාර්ගයේ ගමනට පටහැනි වන්නේ කෙසේදැයි තර්කානුකූලව පැහැදිලි කිරීමයි.

¹¹ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, මග්ග සංයුත්තය, විභංග සූත්‍රය

බුද්ධ කාලයට වසර දහස් ගණනකට පසුව ඒ දෙස බලන විට අපට දැකිය හැකි වන්නේ මුල් පෙළට එකතු වී ඇතැයි අනුමාන කළ හැකි දෑ පිළිබඳ අපැහැදිලි හෝ ධ්වාවක් පමණි. අපගේ කාර්යය වන්නේ, මේවා අධ්‍යයනය කිරීමෙන් ප්‍රායෝගික ප්‍රයෝජනය සඳහා අනුගමනය කළ යුතු වඩාත් සුදුසු මාර්ගය හඳුනා ගැනීමයි. පාලි සූත්‍ර පිටක පරිවර්තනය සඳහා පුළුල් ප්‍රවේශයක් තිබීමත්, බුදුන් වහන්සේ වදාළ දහම ගවේෂණය කිරීමේදී එම සූත්‍රවල මූලික වැදගත්කම පිළිබඳව දැනගැනීමට අවස්ථාව ලැබීමත් හේතුවෙන් අප සිටින්නේ ඉතිහාසයේ අද්විතීය කාලවකවානුවක බව ධනාත්මකව සිතිය හැක. මක්නිසාදයත්, සූත්‍ර අතර සම්බන්ධතා වඩාත් නිවැරදිව හා ගැඹුරින් සොයා බැලීමට සහ ඇගයීමට හැකි මෙවලම් අප සතු බැවිනි. එසේ කිරීමෙන්, ධර්මයෙහි අඩංගු වඩාත් සංකීර්ණ අදහස් කිහිපයක් ගවේෂණය කිරීම මිලහ ප්‍රයත්නයයි.

සංඝිද්ධි ආශ්‍රිත දහම

මුල් පෙළ පොත්වල අර්ථ නිරූපණය පිළිබඳ

අර්ථ විවරණ අධ්‍යනයෙහි මූලධර්ම

මා විසින් ඔබට දේශනා කරන ලද සහ පනවන ලද යම් ධර්මයක් සහ විනයක් වේද, එය මගේ ඇවෑමෙන් පසු ඔබේ ගුරුවරයා වනු ඇත.¹²

බුදුන් වහන්සේ පරිනිර්වාන මංවකයේදී කළ අවවාදය පිළිපැදීමත්, උන්වහන්සේ වදාළ ධර්මය සහ විනය (ධම්මවිනය) ගුරුවරයා ලෙස ගැනීමත් බෞද්ධයන් වශයෙන් අපගේ යුතුකමකි. අප තහවුරු කර ඇති පරිදි, මෙයින් අදහස් කරන්නේ මුල් පෙළ පොත මූලික මාර්ගෝපදේශක ලෙස ගැනීමයි.

නමුත් මෙය නිවැරදිව අනුගමන කිරීම එතරම් පහසු නොවේ. ඔබට පාලි පෙළෙහි නවීන පරිවර්තන කියවිය හැකි වුවද, යම් දේශනයක් ඔබේ ජීවිතයට අදාළ වේද යන්න හෝ ඔබ එය අදහස් කළ ආකාරයට අර්ථ කථනය කළේද යන්න නිසැකවම කීමට අපහසුය. බුදුන් වහන්සේ මෙම ගැටලුව ගැන දැන සිටි අතර, උන්වහන්සේගේ වචන අර්ථ කථනය කිරීමේදී ප්‍රවේශම්වන ලෙස තම ශ්‍රාවකයන්ට අවවාද කළ සේක:

¹² ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). දීඝ නිකාය, මහා පරිනිර්වාණ සූත්‍රය (සංශෝධිත)

මහණෙනි, මේ දෙදෙනෙක් තථාගතයන් වහන්සේට අසත්‍යයෙන් දොස් කියන්. කවර දෙදෙනෙක්ද යන්. යමෙක් විස්තර කළ යුතු අර්ථ ඇති සූත්‍රාන්තය පමුණුවන ලද්දාවූ අර්ථ විස්තර ඇති සූත්‍රාන්තයයි ප්‍රකාශ කෙරේද, යමෙක් අර්ථ ඇති, විස්තර කියා දෙන ලද සූත්‍රාන්තය විස්තර කළ යුතු අර්ථ ඇති සූත්‍රාන්තයයි ප්‍රකාශ කෙරේද, මහණෙනි, මේ දෙදෙන වනාහි තථාගතයන් වහන්සේට අසත්‍යයෙන් දොස් කියන්.¹³

අවාසනාවකට උන්වහන්සේ එක් එක් දහම් වර්ග සඳහා පැහැදිලි උදාහරණ ලබා නොදේ. එසේ නම්, සූත්‍ර අර්ථ කථනය කිරීමේදී අප නොමඟ නොගිය බවට සහතික විය හැක්කේ කෙසේද? මෙය අපේම ප්‍රඥා බලය මත රඳා පවතී, නමුත් බුදුන් වහන්සේ ප්‍රයෝජනවත් මාර්ගෝපදේශ කිහිපයක් දේශනා කර ඇත:

ඒ පද ව්‍යංජනයන් හොඳින් ඉගෙන සූත්‍ර ධර්මයෙහි බහා සසඳා බැලිය යුතුය. විනය ධර්මය හා සංසන්දනය කොට බැලිය යුතුය. ඉඳින් ඒ ධර්මයෝ සූත්‍ර ධර්මය හා සම නොවන්නාහු නම්, විනය ධර්මය හා සංසන්දනය නොවන්නාහු නම්, ඒකාන්තයෙන් මේ වචනය ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ වචනයක් නොවේ. මේ වචනය මේ හික්ෂුව විසින්ම වරදවා ගන්නා ලද්දකැයි තීරණයට පැමිණිය යුත්තේය. මෙසේ මේ වචනය දුරුකට යුත්තේය. සූත්‍ර ධර්මය හා සමකර බලන්නෝ, විනය ධර්මය හා සංසන්දනයකර බලන්නෝ, සූත්‍ර ධර්මය හා සම වෙද්ද, විනය ධර්ම හා

¹³ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, දුක නිපානය, නෙය්‍යසු සූත්‍රය

සංසන්දනය වෙද්දී, මේ වචනය ඒකාන්තයෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ වචනයක්මයයිද, මේ භික්ෂුව විසින්ද ඒ වචනය මනාකොට ගන්නා ලද්දේයයි තීරණයට පැමිණිය යුත්තේය.¹⁴

මෙයින් ගම්‍ය වන්නේ යම් දහම් කරුණක් වෙනත් සූත්‍රයකට පටහැනි ලෙස පැහැදිලි කරන සූත්‍රයක් හමු වුවහොත්, සමස්ථ සූත්‍ර පිටකය සිසාරා බලා ඊට අදාළ සියලු සූත්‍රයන් හඳුනාගෙන බහුතරය අතර සම්මුතියක් තිබේද යන්න පිරික්සිය යුතු බවය. නිදසුනක් වශයෙන්, බහුතර සූත්‍රයන්හි සම්පූර්ණයෙන් විස්තර කර ඇති අර්ථයට පටහැනි ලෙස ධර්ම කරුණක අර්ථය විශ්ලේෂිත නිගමනය කළ හැකිවුවද, බහුතර අර්ථ නිරූපණය දහම ලෙස සැලකිය යුතුය. එසේම බහුතර සූත්‍ර වල විශ්ලේෂිත තේරුම් ගත යුතු අර්ථයක් ඇති ලෙස දක්වා ඇති ධර්ම කරුණක් සම්පූර්ණයෙන් විස්තර කර ඇති බව උපකල්පනය කිරීමද නුසුදුසුය.

මෙය බැලූ බැල්මටම පැහැදිලි දෙයක් යැයි පෙනී යා හැකි නමුදු, මෙම මාර්ගෝපදේශය නොසැලකීම බුද්ධ වචනයේ බොහෝ සාවද්‍ය අර්ථ කථනවලට තුඩු දී ඇත. මෙවැනි ධර්ම සංකල්පයන් දෙකක්වන අනාත්මය සහ භේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳව ඉදිරි පරිච්ඡේදවලදී අවධානය යොමු කෙරේ. ඊට පෙරාතුව, ඒ බුද්ධ දේශනාවේ පසුබිම නොසලකා හැරීම මාර්ගයේ ක්‍රමානුකූල සහ සක්‍රීය ස්වභාවයන් පිළිබඳ දැනුවත්වීමට බාධාවක් වී ඇති ආකාරය අවධානයට ලක් කෙරේ.

¹⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). දීඝ නිකාය, මහා පටිනිර්වාණ සූත්‍රය

අවබෝධතා මට්ටම්

ධර්ම මාර්ගය ක්‍රමානුකූල පිළිවෙතක් වන අතර, අප සැමගේම අවබෝධතා මට්ටම් විවිධය. ඒ බව දැන සිටීම සුත්‍රයක අදාළත්වය නිර්ණය කිරීමේදී අතිශය වැදගත්ය.

උදාහරණයක් වශයෙන්, බුදුන් වහන්සේ එක් දේශනයකදී, රහත්භාවය අබියස සිටින අනාගාමී පුද්ගලයෙකු අමතනු ඇත. තවත් දේශනයකදී, යහපත් ගිහි ජීවිතයක් ගත කරන ආකාරය ගැන ගෘහපතියෙකුට උපදෙස් දෙනවා විය හැක. එවැනි සුත්‍රයන් අතර වෙනස හඳුනා ගැනීම එතරම් අපහසු නොවුවත්, සමහර අවස්ථාවලදී, භාවිත කරන යෙදුම්වල සන්දර්භය වැරදි ලෙස අර්ථ කථනය කිරීම නිසා මාර්ගයේ ස්වභාවය සහ ඉලක්කය පිළිබඳ විකෘති අදහස් ඇති විය හැක.

සුත්‍රයට අදාළ ශ්‍රාවකයන් හඳුනා ගැනීම සඳහා, අනුගමනය කළ යුතු හොඳම ආකාරය නම් බුදුන් වහන්සේ විසින්ම භාවිත කළ රාමුවයි. එහිදී උන්වහන්සේ විවිධ මට්ටම් පිළිවෙත් පුරන්තන් හඳුනා ගනී. අශ්රුතවත් පෘතග්ජනයා (*අසුන්වා පුටුජ්ජන*) දහම පිළිබඳ දැනුමක් නැති සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකු වශයෙන් විස්තර කරන අතර, හෙතෙම බුදුන් සරණ ගිය අනුගාමික ශ්‍රාවකයෙකුගෙන් (*සාවක*) වෙනස් වේ.¹⁵ එසේම, පුහුණුවේදී (*සේඛ*) පුද්ගලයෙකු—අවම

¹⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *අංගුත්තර නිකාය, අවධක නිපානය, ජීවක කොමාරහව්ව සුත්‍රය*

වශයෙන් සෝවාන් වූ නමුත් රහත් නොවූ—පුහුණුවෙන් ඔබ්බට ගිය අවසාන ඉලක්කය සපුරා ඇති ප්‍රවීණයන්ගෙන් (අසේබ) වෙන්කර හඳුනා ගනී.

යම් දහම් කරුණක් හෝ සංකල්පයක් විවිධ සූත්‍ර තුළ ගැඹුරින් විවිධ වූ මට්ටම්වලින් පැහැදිලි කර ඇති ආකාරය සංසන්දනය කිරීමේදී මෙම වෙනස්කම්වල වැදගත්කම පැහැදිලි වේ. නිදසුනක් වශයෙන්, බුදුන් වහන්සේ දහම නුහුරු නුපුරුදු අයට කරන දේශනා වලදී ලෝකය යන යෙදුම භාවිත කරනුයේ භෞතික සහ අප සාමාන්‍යයෙන් තේරුම් ගන්නා පරිදි පිටත ඇති දේවල් හැඳින්වීමටය. වඩාත් විචක්ෂණශීලී ශ්‍රාවකයෙකුට උපදෙස් දෙන විට, බුදුන් වහන්සේ ලෝකය නිර්වචනය කරන්නේ “සංඤාචෙන් යුත්, සිතීන් යුත් මේ බඹයක් පමණ ශරීරයෙනි” පවතින දෙය බවයි.¹⁶ වෙනත් අවස්ථාවකදී, මෙම යෙදුම විසංයෝජන වන අභ්‍යන්තර හා බාහිර ඡායායතනවලට සහ ඒවාට අනුරූප අත්දැකීම්වලට අදාළ වන බව උන්වහන්සේ ප්‍රකාශ කරයි.¹⁷

එසේම එකම පදය සඳහා පරස්පර අර්ථ දැක්වීම් සහ පැහැදිලි කිරීම් සූත්‍ර පුරා දක්නට ලැබේ. රූපය, ආත්මය, පැවැත්ම, සහ කර්මය එසේ විස්තරවන අදහස් කිහිපයකි. ඒවායේ වෙනස්කම් තේරුම් ගන්නේ කෙසේද?

මෙය අපි මග පිළිවෙතෙහි ප්‍රගතිය තුළින් සිතෙහි සංසිද්ධි පිළිබඳ ගැඹුරු සහ සියුම් අවබෝධයක් වර්ධනය කර ගන්නා බව හඳුනා

¹⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපාතය, පළමුවෙනි රොහිතස්ස සූත්‍රය

¹⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සළායතන සංයුත්තය, ලෝක සූත්‍රය

ගැනීමෙන් කරන්නෙමු. මෙම ක්‍රමානුකූල අත්දැකීම් මට්ටම් විශ්ලේෂණය කිරීමෙන් පෙන්වුම් කරන්නේ පිළිවෙත මගින් කෙනෙකුගේ අවධානය වැඩි වැඩියෙන් තමා තුළටම යොමු කරන ආකාරයයි. මුලින් යෝගාවචරයා බාහිර ලෝකය සිතීන් බැහැර කර කයට අවධානය යොමු කරයි. පසුව ගැඹුරින් විදර්ශනා වඩන විට කය හෝ තමා පිළිබඳ සංකල්ප පවා අත්හරිනු ලබන අතර, සිතෙහි වන සංසිද්ධිවලට සෘජුවම අවධානය යොමු වේ. මෙය අත්දැකීම් පිළිබඳ සංසිද්ධි ආශ්‍රිත දර්ශනයට මග පාදයි. මෙහිදී සංසිද්ධි වල පැවැත්ම පිළිබඳ ප්‍රශ්නවලින් තොරව ඒවා හට ගන්නා සහ පහව යන මොහොතට කෙලින්ම අවධානය යොමු වේ.¹⁸ මෙහි කුටප්‍රාප්තිය අවසන් ඉලක්කය ළඟා කරගැනුම එනම් නිවනම වේ.

¹⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, කාන්තායන ගෝත්‍ර සූත්‍රය

පදය	පුනුජ්ජන (පාතගීජන)	සාචක ¹⁹ (ශ්‍රාවක)	සේඛ	අසේඛ (ප්‍රවීණ)
ලෝකය (ලෝක)	<p>භෞතික සහ “ පිටත” (අංගුත්තර 4:45), සදාකාලික හෝ සදාකාලික නොවන (මජ්ඣිම 63)</p>	<p>“ සංඥාවෙන් යුත්, සිතින් යුත් මේ බලියක් පමණ ශරීරයෙහි” (අංගුත්තර 4:45)</p>	<p>අභ්‍යන්තර හා බාහිර ඡඩායතන සහ ඒවාට අනුරූප විඤ්ඤාණ (සංයුත්ත 35:82)</p>	<p>ලෝකය නතර වන තැන අත්දකිනු ලැබේ (සංයුත්ත 35:117)</p>
රූපය (රූප)	<p>දෙමව්පියන්ගෙන් උපත ලද, ආභාරවලින් පෝෂණය (දීඝ 2)</p>	<p>පෘථිවිය, ජලය, ගින්න, පුළුඟ සහ ඒවායේ ව්‍යුත්පන්න (සංයුත්ත 22:56)</p>	<p>සන, ද්‍රව, ගිනි, වායු, සහ අවකාශ ගති ලෙස අභ්‍යන්තරව දැනෙන දේ</p>	<p>රූප වර්ගීකරණයෙන් නිදහස් (සංයුත්ත 44:1)</p>
ආත්මය (අත්තා)	<p>ලෝකය හෝ ස්කන්ධ ආත්මය ලෙස ගැනීම (මජ්ඣිම 22)</p>	<p>ආත්මයම ආත්මයට පිහිටවන්නේය. (ධම්මපදය 160)</p>	<p>ස්කන්ධ පිළිබඳ “ මම” යන භූතීම තිබුණත් “ මම මෙය වෙමි” යන</p>	<p>“ මම වෙමි” යන මානය මූලිකව දමන ලදී (අංගුත්තර 9:1), සිත මම-භැදීමෙන් හෝ මමේ-භැදීමෙන් තොරය</p>

¹⁹ ශ්‍රාවකයා (සාචක) තවමත් පාතගීජනයෙහි, එනමුදු එතෙම උපදෙස් ලැබුවෙකි (යුනවා).

පදය	පුනුජ්ජන (පෘතග්ජන)	සාවක ²⁰ (ග්‍රාවක)	සේඛ (පුහුණුවේදී)	අසේඛ (ප්‍රවීණ)
ක්‍රියා සහ ඵල (කමීම)	ක්‍රියාවන් සහ ප්‍රතිඵල ගැන විශ්වාසයක් නොමැතිකම (දීස 2)	ක්‍රියාවන්ට ප්‍රතිඵල ඇත (මජ්ඣිම 117), “ මම ක්‍රියාවන්හි හිමිකරු වෙමි” (අංගුත්තර 5:57)	කර්මය යනු චේතනාවයි (අංගුත්තර 6:63), චේතනාව සංස්කාරයක් ලෙස (සංයුත්ත 22:57, සංයුත්ත 22:59)	කර්ම නැති චේතනාව (අංගුත්තර 3:34)
පැවතීම (අත්තිකත්ව)	නිත්‍ය ස්කන්ධ (සංයුත්ත 22:94)	අනිත්‍ය ස්කන්ධ (සංයුත්ත 22:94)	ඇතිවීම සහ නැතිවීම පැහැදිලිව දැකින විට මෙම ප්‍රශ්නය ඇති නොවේ (සංයුත්ත 12:15)	පවති, නොපවතියි, දෙකම පවති, දෙකම නොපවතියි, පවතියි හෝ නොපවතියි දෙකම නැත, මෙම සියල්ල අදාළ නොවේ (සංයුත්ත 22:86)

²⁰ ග්‍රාවකයා (සාවක) තවමත් පෘතග්ජනයෙකි, ඵනමුදු ඵතෙම උපදෙස් ලැබුවෙකි (සුභවා).

එක් එක් මට්ටමේ ස්වභාවය විදර්ශනාවෙන් විශ්ලේෂණය කළ කෙනෙකුට පමණක් ඊට ඔබ්බට තිබෙන මට්ටමක් මතුපිටට වඩා ගැඹුරට ඇගයීමට හැකි වේ. උග්‍ර ලෙස භාවනාවෙහි යෙදෙන වැඩසටහනකදී අත්දකින කයේ සන ස්වභාවය තමාගේ නොවේය යන සංඥාව (*අනන්තසක්ඛ්ඤා*) සාර්ථකව භාවිත කළ විට යම් ගැඹුරු සත්‍යයක් පිළිබඳ දැනීමක් ලැබුවත්, පූර්ව මට්ටම් හොඳින් විමර්ශනය කර අවබෝධ කර නොගැනීම නිසා, මෙම “විදර්ශනාව” කෙටි කාලයකින් නැති වී යන තම ජීවිතයට පවතින වෙනසක් නොකරන්නකි.

මෙය භාවනා ක්‍රමවල ප්‍රධාන ගැටලුවලින් එකකි. එනම් බාහිර ලෝකය සහ කයේ අනිත්‍යතාවය පිළිබඳ ප්‍රමාණවත් අවබෝධයකින් තොරව, යෝගාවචරයන් ධාතුමනසිකාරය වැනි ගැඹුරු යැයි සලකන භාවනාවලට යොමු කරවීමයි. එවැනි ගැටලු අවසාන පරිච්ඡේදයේ වඩාත් විස්තරාත්මකව සලකා බැලේ.

යෝගාවචරෙකු මාර්ගයේ ගමන්කොට වඩා ගැඹුරු අවබෝධයකට පැමිණි පසුව, ඊට සරල මට්ටමකින් සිත දෙස බැලීමේ හැකියාව අහිමි නොවන බව සඳහන් කළ යුතුය. ඒ වනවිට, එළඹී මොහොත පිළිබඳ අවබෝධයේ ක්‍රමානුකූල මට්ටම් ඇති බව හෙතෙම දන්නා අතර, යම් මට්ටමක් ප්‍රගුණ කළ පසු, ඉන් ඔබ්බට මාර්ගය දියුණු කිරීම සඳහා වඩාත් සියුම් ලෙස විමර්ශනය කිරීමට අවශ්‍ය වන බවද දන්නේය.

එසේ වුවත්, යෝගාවචරයෙකුට යම් මට්ටමක අවබෝධයක් ඇති පමණින්ම ඊට අනුරූප මාර්ග ඵල සාක්ෂාත් කර ගෙන ඇති බව අවශ්‍යයෙන්ම අදහස් නොවේ. නිදසුනක් වශයෙන්, සෝවාන් ඵලයට

පත් වූ යෝගාවචරයෙකු නොවුනත්, ඡායානනයන්ට අනුරූප විඤ්ඤාණ ලෝකය යැයි මතුපිටින් සලකා බැලිය හැකිය.

මාර්ගයට මට්ටම් ඇති බව පිළිගැනීමෙන් අදහස් කරන්නේ රහත් කෙනෙක් විසින් සාක්ෂාත් කර ගත් ගැඹුරුම මට්ටමට සාපේක්ෂව වඩා මතුපිට මට්ටම් යම් හෙයකින් “සත්‍යය” නොවන බව නොවේ. සියලුම මට්ටම් යමෙක් එළෙඹී මොහොත දකින ක්‍රමය විය හැක. ගැඹුරු මට්ටම්වලට ප්‍රවේශ විය හැක්කේ පවතින දුක සහ දුකට (දුක්ඛ) හේතු පිළිබඳ සියුම් අවබෝධයක් ඇති කෙනෙකුට පමණි.

මෙය තේරුම් ගැනීමෙන් සම්ප්‍රදායිකව ඉගැන්වෙන සම්මුති සහ පරමාර්ථ සත්‍යයන් මුල් පෙළ සමඟ නොගැළපෙන බව පැහැදිලි වේ. එසේ වෙන්කිරීමට ඇති පෙළඹවීම ඇති වෙන්නේ යථාර්ථය විස්තර කිරීමට ඇති ආශාව මගිනි. නමුත් ප්‍රඥාවට ක්‍රමානුකූල මට්ටම් ඇති බව පිළිගත් විට, බුද්ධිමත් ක්‍රියාමාර්ගය වන්නේ එළඹී මොහොත තව දුරටත් විමර්ශනය කිරීම බව පැහැදිලි වේ. අශ්වරුන්ගේ පෘතග්ජනායා සිට අර්භත් භාවයට පත්වීමට පෙර ඇති සෑම මට්ටමකටම ළඟා වීමට ඊට අදාළ සුදුසු පිළිවෙත පුහුණු කිරීම අවශ්‍ය වේ. මෙයින් අදහස් කරන්නේ යථාර්ථය පිළිබඳ යම් විස්තරයකින් සෑහීමකට පත්වීම මාර්ගයේ තවදුරටත් ඉදිරියට යෑමට බාධාවක් වන බවයි. එනම් බුදුන් වහන්සේ විසින් නියම කරන ලද ඖෂධ නොසලකා ඒ වෙනුවට දුක් රෝගයෙන් තමන් සුව පත්වූ බව සිතීම මවා ගත්තාක් මෙනි.

බැලූ බැල්මට පරස්පර විරෝධී සූත්‍ර දෙකක් සලකා බැලීමේදී මෙම කරුණෙහි වැදගත්කම කැපී පෙනේ. එකක, ලෝකය “ප්‍රඥාවෙන්” බලන පුද්ගලයාට පැවැත්ම සහ නොපැවැත්ම පිළිබඳ ප්‍රශ්න හට නොගන්නා බවත්, තවෙකක, අනිත්‍ය ස්කන්ධ පවතින බව කියන ප්‍රඥාවන්තයින් සමඟ තමා එකඟ වන බවත් බුදුන් වහන්සේ

පවසයි.^{21,22} මෙම ප්‍රතිවිරුද්ධ අදහස් දෙක සමථයකට පත් කරන්නේ කෙසේද? ඒ, අත් සැම අභිබවන, අනන්‍ය වූ, ප්‍රඥාවක් බුදුන් වහන්සේ සතු බැවින්, සංසිද්ධි ධර්මයන්හි හටගැනීම සහ පහවීම පැහැදිලිව දැකීමෙන් පසු, එවැනි සත්භාව ප්‍රශ්න අත් හැරෙන බව තේරුම් ගැනීමෙනි. මාර්ගයේ ක්‍රමානුකූල මට්ටම් පිළිබඳව නොදැනුවත් කෙනෙකු, මෙය විෂමතාවයක් යැයි සිතා ව්‍යාකූලත්වයට පත් විය හැක. නැතහොත් සූත්‍රයන් යම් ආකාරයකින් පරස්පර විරෝධී බවට වැරදි අදහසක් ඇති කරගත හැක.

ක්‍රියා මාර්ගය

*මමද කර්මවාදී වෙමි, ක්‍රියාවාදී වෙමි, චීර්යවාදී වෙමි.*²³

නූතන දාර්ශනිකයන්, ක්‍රියාවලි දර්ශනයේ (process philosophy) දක්නට ලැබෙන, යථාර්ථය මුළුමනින්ම වෙනස් වන ස්වභාවය ඇතැයි පැවසෙන දෘෂ්ටියට ස්කන්ධ පිළිබඳ බුදුන් දේශනය

²¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, කාන්තායන ගෝත්‍ර සූත්‍රය
²² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, බන්ධ සංයුත්තය, පුප්ඵ සූත්‍රය
²³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නික නිපාතය, කෙසකම්බලුපම සූත්‍රය

අනුගත වන බව ප්‍රකාශ කළ හැකිය.²⁴ නමුත්, මාර්ගයේ අවසාන ඉලක්කය වෙනස් නොවන බැවින්, බුදුන් වහන්සේ එවැනි යථාර්ථය විස්තර කරන පාරභෞතික ප්‍රකාශ නොකරයි. යමෙක් ස්කන්ධයන්ගෙන් මැනෙනු හෝ වර්ගීකරණය කරනු ලබන්නේ එවැනි විත්තාධිපත්‍යයකින් සිටින්නේ නම් පමණි. එබැවින්, යථාර්ථය සම්පූර්ණයෙන්ම ස්කන්ධයන්ගෙන් සමන්විත වේය යන මතයේ නොරැඳීමෙන්, ස්කන්ධ අභිබවා ඇති ස්ථානයකට ළඟා වීමේ දොරටුව විවෘතව පවතිනු ඇත.²⁵

එසේ වුවද, ක්‍රියාවලි පාරභෞතිකවාදයේ භාවිතවන පාරිභාෂිතය මගින් ඇතැම් පාලි පද පරිවර්තනය කරන ආකාරය අපට දැනගත හැක. සාමාන්‍යයෙන්, වෙනස්වන ස්වභාවය කල් පවතින ද්‍රව්‍යවල ආවේණික ලක්ෂණයක් ලෙස පිළිගන්නා අතරම, ඒවා “දේවල්” ලෙස හඳුනා ගැනීමට නැඹුරුවක් පවතී. ක්‍රියාවලි සමූහයක් ලෙස එළඹී මොහොත දෙස බැලීම තුළින් මෙම පූර්වප්‍රකාශය කණපිට ගසයි. කෙටිකාලීන අර්ථයන් ඇති යෙදුමක් වන සංසිද්ධි ඇත්ත වශයෙන් ප්‍රමුඛ වන අතර “දේවල්” එමගින් සිතෙන් නිර්මාණය කරගන්නා දෙයයි. ගැඹුරු හෝ අර්ථවත් පාලි වචන සිංහලයට පරිවර්තනය කිරීමේදී බොහෝ විට පාලි වචනය වෙනස් නොකොට භාවිත වෙයි. උදාරභරණයක් ලෙස ධම්ම පාලියෙන් සිංහලට ධර්ම ලෙස පරිවර්තනය කෙරේ. මෙහිදී ධම්ම යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ

²⁴ Noa Ronkin. *Early Buddhist Metaphysics: The Making of a Philosophical Tradition*, 2005, p. 72

²⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, භික්ඛු සූත්‍රය*

“දේවල්” බව බොහෝ විට අර්ථ නිරූපණය වේ.²⁶ නමුත් ඒ සඳහා වඩාත් සුදුසු පරිවර්තනය “සංසිද්ධි” හෝ “ප්‍රභංව” වේ.

ස්කන්ධ අනිත්‍ය වුවද, අපගේ ඵලඹි මොහොත ඒවායෙන් සමන්විත වේ.²⁷ එනිසා කර්මයේ අවසානය වන නිවන සාක්ෂාත් කර ගැනීමට නම්, මාර්ගය ගොඩ නැගීම සඳහා අමුද්‍රව්‍ය ලෙස මෙම ස්කන්ධ එකතුව භාවිත කළ යුතුය.²⁸ මාර්ගයේ ඉදිරියට ගමන් කිරීමේදී, සංසිද්ධි මට්ටමේ වන ක්‍රියාවන්ට වඩවඩා සංවේදී වනු ඇත.

ඵලඹි මොහොතේ අනිත්‍ය බව සහ මාර්ගයේ ප්‍රගතිය සඳහා කුසල ක්‍රියාවන්හි (කුසල කම්ම) අවශ්‍යතාවය හඳුනා ගැනීම සූත්‍ර විචරණයේදී මතක තබා ගැනීම වැදගත්ය. සංසිද්ධි මට්ටම් නිවැරදිව විස්තර කිරීමට භාවිත කරන වචන පරිවර්තනය කිරීමට පෙර, අපි මූලිකව තේරුම් ගත යුත්තේ බුදුන් වහන්සේ යථාර්ථය කුමක්දැයි විස්තර කිරීම වෙනුවට මාර්ගය පැහැදිලි කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කළ බවයි.

නමුත් නූතන පරිවර්තනවල මෙය සිදුනොවීම ඉස්මතුව පෙනෙන බැඳුරුම් ගැටලුවකි. මෙයට ප්‍රධාන හේතුව බුදුදහම හදාරන බොහෝ දෙනා බුදුන් වහන්සේ පසෙක තැබූ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සොයමින් සිටීමයි. උදාහරණ වශයෙන් පවතින සහ නොපවතින දේ කුමක්ද සහ සැබෑ දේ සහ මායාව කුමක්ද වැනි ප්‍රශ්න සැලකිය හැක. මෙවැන්නන්

²⁶ මෙය බුදුන්ගේ දහම යන අදහසින් ධම්ම යන වචනය භාවිත වෙන අවස්ථා නොව, සබ්බෙ ධම්මා අනන්තා හෝ ධම්මානුපස්සනා වැනි ස්ථාන වලදී ධම්ම යනු කුමක්දැයි විමර්ශනය කිරීමකි.

²⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, ඛජ්ජන සූත්‍රය

²⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, චූළ වේදල්ල සූත්‍රය

අමතක කරන්නේ බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ “අර්ථයෙන් යුක්ත” දෙය පමණක් බවයි.²⁹

උදාහරණයක් ලෙස භව යන්නෙහි අර්ථය විමසා බලමු. එය සිංහලෙන් භවය ලෙසම පරිවර්තනය වෙයි. බොහෝ විට එහි තේරුම “පැවතීම” ලෙස අප අසා ඇත. සම්ප්‍රදායිකව “භව” යන්න හේතුවෙන්-භටගැන්ම (පට්ඨවාසමුඡ්ඡාද) ලැයිස්තුවෙහි පිහිටන ස්ථානයට අනුව කෙනෙකුගේ අනාගත ජීවිතයට සම්බන්ධ වන බව විග්‍රහ වේ.³⁰ හේතුඵල ක්‍රියාවලිය පිළිබඳ ඇති ස්ථිතික දෘෂ්ටිය නිසා “බිහිවීම” වැනි වඩා සක්‍රීය අර්ථ දැක්වීමක් සාමාන්‍යයෙන් දක්නට නොලැබේ. පැවැත්ම යන අදහසට යෝග්‍ය පාලි පදය අන්ථිතඤ්චය වන නිසා භවය එසේ අර්ථ නිරූපණය කිරීමෙන් ගට්ටනයක් ඇති වේ. මෙයට හේතුව බුදුන් වහන්සේ දක්වා ඇති මාර්ගයේ ප්‍රායෝගික ස්වභාවය අගය නොකිරීමයි.³¹

පරිවර්තකයන් මාර්ගයට සිදුකරන අනිසි බලපෑම් “යනාභුත දොන දස්සන” යන්න පරිවර්තනය කරන ආකාරයෙන් විදහා දැක්විය හැකිය. මාර්ගයට සම්බන්ධ එළඹී මොහොතේ භට ගන්නා සහ පහව යන දේ කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම “ඇති තතු දැකීමේ නුවණ” හෙවත් ඉලක්කයට ළඟාවීම යැයි සාවද්‍යව අර්ථ කථනය කෙරේ.³²

²⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සච්ච සංයුත්තය, සිංසපා වන සූත්‍රය

³⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, විහදිග සූත්‍රය

³¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, කාන්තායන ගෝත්‍ර සූත්‍රය

³² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, උපනිසා සූත්‍රය

භූත යනු ඇත්ත වශයෙන්ම “භවන”හි අතීත කෘදන්තය වන බව සලකා බැලුවහොත් “බිහිවූ දේ දැකීමේ නුවණ” යන්න යථාභූත ඥාන දස්සන යන පාලි පාඨයට වඩා නිවැරදි නිර්වචනයකි. යථාර්ථය පිළිබඳ ප්‍රකාශයක් වෙනුවට, මෙම වාක්‍ය ඛණ්ඩයෙන් අදහස් කරන්නේ එළඹී මොහොතේ සිදු වූ දේ පැහැදිලි ලෙස දැකීමයි.

පාලි පදය	යථාර්ථයක් හෝ ස්ථාවර දෙයක් ලෙස (ද්‍රව්‍ය)	සවිඤ්ඤාණක අත්දැකීමක් හෝ ක්‍රියාවක් ලෙස (ක්‍රියාවලිය)
ධර්ම	දේවල්	සංසිද්ධි/ප්‍රපංච
භව	පැවැත්ම	භටගැනීම
යථාභූත	ඇතිතත්‍ව	භටගත් දේ
ධාතු	මහා භූත	ගතිය

සංසිද්ධි ආශ්‍රිත ලෙස එළඹී මොහොත දැකීම තුළින් හේතුවෙන්-භටගැන්ම (පටිච්චසමුප්පාද) විදර්ශනාත්මකව අවබෝධ කර ගත හැක. එම ඥානය තුළින් ක්‍රියාවේ (කම්මේ) ස්වභාවය සහ වේගතාවන් ලෝකය සකස් කරන ආකාරය දැක ගත හැක. හේතුවෙන්-භටගැන්ම ඉතා ගැඹුරු දහමක් වීමට එක් හේතූක් නම් එම ප්‍රඥාව ලබාගැනීම සඳහා සංසිද්ධි මට්ටමේ අත්දැකීම් විමර්ශනය කිරීමට හුරුපුරුදු විය යුතු නිසාය.

මෙය සඳහා දුක, එයට හේතුව, සහ එය මූලිකුපුටා ගන්නේ කෙසේද යන ආර්ය සත්‍යයන් කේන්ද්‍ර කර ගනිමින් අපගේ අත්දැකීම්

සහ ක්‍රියාවන් විශ්ලේෂණය කිරීම අවශ්‍ය වේ. ක්‍රියාවන් පිළිබඳ සංවේදීතාව වර්ධනය කිරීමෙන්, මානසික සංසිද්ධි සහ ඒවා අපගේ ඵලඹී මොහොත සකස් කරන ආකාරය අතර ඇති හේතු-ඵල සම්බන්ධතාවය නිරීක්ෂණය කළ හැක. මෙම ක්‍රියාවලියට ඇති සංවේදීතාවය තවදුරටත් දියුණු කිරීමෙන් ක්‍රියාවලියේ අවසානය කරා ළඟා විය හැකිය.

අනාත්මය වටහා ගැනීම

අනාත්මය භාවිතයට විනා යථාර්ථයට විග්‍රහයක් නොවේ

බොහෝ දෙනෙකු, බුදු දහමේ මූලික සංකල්පයක් වන අනත්තා මගින් අදහස් වන්නේ “මම” ඇත්ත වශයෙන්ම නැති බව යයි සිතීමට පෙළඹී ඇත. මේ බව හරිහැටි නොවැටහීම අපගේ මූලාවට ප්‍රධාන හේතුව යැයි ඔවුන් කියනු ලැබේ.

මෙය බුදු වදන වරදවා ගැනීමක් බව පැහැදිලි කිරීම මගේ ප්‍රයත්නයයි. ඒ සඳහා පෙළෙහි පාලි සූත්‍ර මූලාශ්‍ර ලෙස භාවිත කරමි. අනාත්ම සංකල්පයේ ප්‍රායෝගික බවත්, එහි සියුම් අර්ථයත්, එහි අදහස ආත්මයක් නැතැයි යන්න ලෙස දෘෂ්ටියක් ගැනීමේ අනිසි විපාකත් පෙන්වා දීමට වෙර දරමි.

ආත්මය නැතැයි දෘෂ්ටිය

ඔබ බුදු දහම හඳුන්වාදෙන පොතක් තෝරා ගතහොත්, බොහෝ විට විවිධ සම්ප්‍රදායන්ට පොදු වූ අනත්තා නම් වූ කේන්ද්‍රීය ඉගැන්වීමක් ගැන සඳහන් වනු ඇත. ඒ සැමෙකකම, අනත්ත යන්නෙහි අදහස පිළිබඳ පොදු ස්ථාවරය වන්නේ අප ආත්මය ලෙස සලකන දෙය ඇත්ත වශයෙන්ම පවතින්නේ නැති බවයි. විසිවන සියවසේ විසූ අග්‍රගණ්‍ය වියතකු වන වල්පොළ රාහුල හිමි, බුදුන් වදාළ දහම නැමති ග්‍රන්ථයෙහි මෙය මූලිකම ඉස්මතුකර දක්වන්නේ

“මෙබඳු ආත්මයක් නැතැයි කියන්නේ බුද්ධ ධර්මය පමණකි.”³³
යනුවෙන් සඳහන් කිරීමෙනි.

අනන්තා පිළිබඳ මෙම විග්‍රහය ප්‍රචලිතව පවතින අයුරු සලකා බලන විට, එය බුදුන් වහන්සේ වදාළ වැදගත්ම දහමක් ලෙස මතුපිටින් බලා යමෙකු පිළිගැනීම මවිත වීමට කරුණක් නොවේ. කෙසේ වෙතත්, මෙම අර්ථ නිරූපණයේ මූලයන් සොයා ගැනීමට අපි වඩා ගැඹුරින් සලකා බලමු. වල්පොළ රාහුල හිමියෝ තම මූලාශ්‍රය ගැන ඉඹි කරන්නේ පහත දැක්වෙන උද්ධාතයෙනි:

දුකම වෙයි, දුකට පැමිණියෙක් නොවේ
කිරිය වෙයි, යළි කරන්නෙකුත් නොවේ.³⁴

මෙය පස්වන සියවසෙහි රචිත භාවනා අත්පොතක් වන *විසුද්ධි මාර්ගයෙහි*³⁵ ප්‍රකාශිත අදහසකි. එහි කතෘ බුද්ධසෝම හිමියන් බව සම්ප්‍රදායිකව විශ්වාස කෙරේ. උන්වහන්සේ අද දවසේ වුවද සම්ප්‍රදායික ථේරවාද බුදුදහම ලෙස සලකන දේ ස්ථාපිත කිරීමට සැලකිය යුතු දායකත්වයක් සැපයූ හික්ෂුවකි. ඉහත උධාතය ඥානාතිලෝක හිමියන්ගේ “*Word of the Buddha*”³⁶ නැමැති මුල්

³³ වල්පොළ රාහුල හිමි, *බුදුන් වදාළ ධර්මය*, 72 වන පිට

³⁴ වල්පොළ රාහුල හිමි, *බුදුන් වදාළ ධර්මය*, 37 වන පිට

³⁵ බුද්ධසෝම හිමි (tipitaka.lk). *විසුද්ධි මාර්ගය*, XVI පරිච්ඡේදය

³⁶ Nāṇatiloka Thera. *Word of the Buddha*, p. 40

ග්‍රන්ථයෙහි මෙන්ම තත්කාලීන ග්‍රන්ථයක් වූ අජාන් බ්‍රාහ්මගේ (Ajahn Brahm) “Mindfulness, Bliss, and Beyond”³⁷ ද දැකිය හැකිය.

ඉහත උධාතයට සමාන අදහසක් ක්‍රි.පූ. 160 දී පමණ එළි දැක්වී ඇති මිලින්ද ප්‍රශ්නය නම් ග්‍රන්ථයෙහි මිලිදු රජු සහ නාගසේන හිමි අතර හුවමාරුවී ඇති දෙබසක පහත දැක්වෙන අයුරින් සටහන් වේ:

මහරජාණෙනි, එපරිද්දෙන්ම මාගේත් ... රූපය නිසාත්, වේදනාව නිසාත්, සංඥාව නිසාත්, සංස්කාරය නිසාත්, විඤ්ඤාණය නිසාත් මේ හැම එක් වූ කල නාගසේන යයි කියා සංඛ්‍යාසංඥා ප්‍රඥප්තිව්‍යවහාර වූ නාගසේන නාමමාත්‍රයක් පවත්නේ ය. පරමාර්ථ වශයෙන් වනාහි මෙහි සුද්ගලයෙක් දක්නට නොලැබෙයි.³⁸

මෙහිදී නාගසේන හිමි “මම” කියා දෙයක් නොමැති බව සෘජුවම ප්‍රකාශ නොකළත්, කාලයාගේ ඇවෑමෙන් සම්මුති හා පරමාර්ථ ලෙස සත්‍ය මට්ටම් දෙකක් ථේරවාද සම්ප්‍රදායට එක්වීමට උත්වහන්සේගේ ඉහත ප්‍රකාශය හේතු විය. මේ අනුව බුදුන් වහන්සේ ආත්මයක් ගැන දේශනා කරන්නේ සම්මුති වශයෙන් පමණක් බව පිළිගනු ලැබේ. එනමුත්, පරමාර්ථ වශයෙන් ආත්මයක් නොමැත යන මතය මුල් පෙළෙහි දක්නට නොහැක.

³⁷ සිරිල් වන්ද්‍රසේකර ගුණවර්ධන. අජාන් බ්‍රහ්මවංසෝගේ භාවනා සිතුවිලි - 1, 174 පිට

³⁸ හීනට්කඤ්ඤා පුමංගල හිමි. මිලින්ද ප්‍රශ්නය, 42 පිට

විසුද්ධි මාර්ගයෙහි සහ මිලිනද ප්‍රශ්නයෙහි ඇති මේ අදහසට මූලාශ්‍රය කුමක්ද? මෙම පාඨ දෙකම සූත්‍ර පිටකයේ වර්ජිත භික්ෂුණිය සහ මාරයා අතර දෙබසක් උපුටා දක්වයි:³⁹

මාරය, කිම? ‘සත්වයෙකු’ යි අදහසිද?
තට දෘෂ්ටියෙක් වීද?
මේ තනි සංස්කාර පිටෙක.
මෙහි ‘සත්වයා’ යි ගත යුත්තක් නොමැත.

අවයව රැස නිසා රථයයි ව්‍යාවහාර වනු යම් සේ වේද,
එසේම ස්කන්ධයන් ඇතිකල්හි සත්වයායි ව්‍යාවහාරය වේ.⁴⁰

බැලූ බැල්මට, වර්ජිත භික්ෂුණිය “සත්වයා” (සත්තා) නැතැයි පවසන විට ඇය ආත්මය නැතැයි යන මතයට එකඟ වන බව හැඟිය හැක. කෙසේ වෙතත්, මෙය වැරදි අර්ථ කථනයකි. ඒ සත්වයා යනු කුමක්දැයි සූත්‍ර පිටකයේ වෙනත් තැනක අර්ථ දක්වා ඇති නිසාය. සත්වයා යනු ස්කන්ධයන්ට (බන්ධ - රූපය, වේදනාව, සංඥාව, සංස්කාරය, විඤ්ඤාණය) තෘෂ්ණාව ඇති කෙනෙකි:

³⁹ බුද්ධසෝඡ හිමි (tipitaka.lk). විසුද්ධි මාර්ගය, XVIII පරිච්ඡේදය

⁴⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, භික්ඛුනී සංයුත්තය, වර්ජිත සූත්‍රය (සංයෝධිත)

කෙනෙක් කරුණකින් සත්වයායයි කියනු ලැබේද?
 රාධය, රූපයෙහි යම් කැමැත්තක්, යම් ඇල්මක්, යම් සතුටක්, යම්
 නෘෂ්ණාවක්, වෙයිද එහි ඇලුනේ, විශේෂයෙන් ඇලුනේ වෙයිද,
 එහෙයින් සත්වයායයි කියනු ලැබේ.
 වේදනාවෙහි... සංඥාවෙහි... සංස්කාරයන්හි... විඤ්ඤාණයෙහි යම්
 කැමැත්තක්, යම් ඇල්මක්, යම් සතුටක්, යම් නෘෂ්ණාවක් වෙයිද,
 එහෙයින් සත්වයායයි කියනු ලැබේ.⁴¹

මේ අනුව නිගමනය කළ හැක්කේ වජීරා භික්ෂුණිය රහත් බව ප්‍රකාශ කරන බවයි. ඒ බුදුන් වහන්සේ, රාධ භික්ෂුවට පවසන අන්දමට, සත්වයා යන්න සම්මුති වශයෙන් පමණක් අදාළ වන්නේ සියලු නෘෂ්ණාව අත්හැර දැමීමෙන් පසුව පමණක් බැවිනි. ථේරවාද සම්ප්‍රදාය සත්වයා ආත්මය සමඟ සම්මිශ්‍රණය කර අප විසින් ආත්මය යැයි කියන දෙය හුදු සම්මුතියක් පමණක් වන බවත් පරමාර්ථ වශයෙන් එය නොපවතින බවත් පටලවා ගත්තේය. අද දක්වාම ථේරවාදී ආරණ්‍යවල මෙය ගාථා පාඨයකින් (යනා පච්චයං පවත්තමානං...) “පුද්ගලයා” (...නිස්සත්තො) සත්වයෙක් නොවන බව සප්ථයනා කෙරේ. මෙහිදී ඔවුන් නොදැනුවත්වම රහත් බව ඇතැයි හඟවයි. ඇත්ත වශයෙන් ඔවුන් සත්වයා නැතැයි කීමෙන් අදහස් කරන්නේ තමන් ස්වකීයයැයි හඳුනන දෘෂ්ටිය (සක්කාය දිට්ඨි) අත්හැර ඇති බවයි.

⁴¹ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංග්‍රහිත නිකාය, රාධ සංග්‍රහිතය, සත්ත සූත්‍රය

මෙලෙස ආත්මය ලෙස සලකන දෙය හුදෙක් ස්කන්ධ පහක එකතුවකි යන තාර්කික නිගමනය භාවිත වේ. ස්කන්ධ අනිත්‍ය (අනිච්ච) නිසා, යථාර්ථයෙන් ආත්මයක් නැත. ස්කන්ධයන් අනිත්‍ය නිසා, ආත්මයක් නැති බව නිරායාසයෙන්ම එළඹිය හැකි නිගමනයක්ය යන අදහස ඇති කර ගැනීමට හේතුවන්නේ, ආත්මය යන්න පුද්ගලයෙකුගේ නිත්‍ය නොවෙනස්වන සාරය ලෙස බුදුන් වහන්සේ නිර්වචනය කළ බවට ඇති පොදු විශ්වාසය නිසාය. උපනිෂද්වල දක්නට ලැබෙන පරිදි, මෙය එකල බ්‍රාහ්මණයන් අතර පැවති මතයක් වන බැවින් ඊට ප්‍රතිචාරයක් ලෙස බුදුරදුන් අනාත්ම සංකල්පය මූලික වශයෙන් හඳුන්වා දුන් බවට අදහසක් පවතියි.

උපනිෂද් අධ්‍යයනය කිරීමෙන් (උදාහරණයක් ලෙස, *බ්‍රහ්මදාරණයක*, *වණ්ඨෝග්‍ය*, සහ *මෛත්‍රී උපනිෂද්*) මෙය සාවද්‍ය නිගමනයක් බව පසක් වෙයි. ඒ ආත්මය නිත්‍ය සහ නොවෙනස් වන බවට ප්‍රකාශයන් ඇති අතරම එය සීමිත බවත්—එසේම අනිත්‍ය බවත් ඒවායෙහිම සඳහන් වන බැවිනි.⁴² සූත්‍ර පිටකයට අනුව බුදුන් වහන්සේ ආත්මයේ පැවැත්ම පිළිබඳ ප්‍රශ්නවලට සම්බන්ධ නොවී, එවැනි සියලු ආත්ම දෘෂ්ටි ප්‍රතික්ෂේප කරයි:

ආනන්දය, කොපමණකින් නම් ආත්මය නො පණවන්නේ නොපණවාද, යනහොත්, ... රූප සහිතවූ ස්වල්ප ආත්මයක් හෝ

⁴² හික්බු ටානිස්සරෝ. *First Things First: Essays on the Buddhist Path*, p. 102

නොපණවන්නේ රූප ඇත්තාවූ මාගේ ස්වල්පවූ ආත්මයයි ප්‍රකාශ නොකරයි. ...

රූප සහිතවූ කෙළවරක් නැති ආත්මයක් ප්‍රකාශ නොකරන්නේ 'රූප සහිතවූ මාගේ කෙළවරක් නැතිවූ ආත්මයයි' ප්‍රකාශ නොකරයි. ... රූප නැත්තාවූ ස්වල්පවූ ආත්මයක් හෝ ප්‍රකාශ නොකරන්නේ 'රූප නැත්තාවූ මාගේ ස්වල්පවූ ආත්මයයි' ප්‍රකාශ නොකරයි. ... රූප නැත්තාවූ කෙළවරක් නැතිවූ ආත්මයක් හෝ ප්‍රකාශ නොකරන්නේ 'රූප නැත්තාවූ මාගේ කෙළවරක් නැති ආත්මයයි' ප්‍රකාශ නොකරයි.⁴³

ආත්මය නැතැයි දෘෂ්ටිගත වීමේ ප්‍රභවය පිළිබඳ තව දුරටත් විමසීම මොහොතකට පසෙක තබා, සමස්තයක් ලෙස සූත්‍ර පිටකය පුළුල් ලෙස සලකා බැලීම ප්‍රඥාගෝචරය. මහා පරිනිබ්බාන සූත්‍රයෙහි නිර්දේශිත මහාපදේශයන් අනුගමනය කළහොත්, බුදුන් වහන්සේ අනාත්ම යන්නෙන් වදාළේ කුමක්දැයි දැනගැනීමට දේශනා බහුතරයක ඇති අදහස් සලකා බැලීම වඩා උචිතය. ආත්මය නැති බව කේන්ද්‍රීය දහමක් නම්, ඒ බව අවිවාදිත ලෙස ප්‍රකාශ කරන දේශනා විශාල ප්‍රමාණයක් ඇතැයි අපේක්ෂා කළ හැක.

නමුත් එවැනි බොහොමයක් තබා, ඇත්ත වශයෙන්ම, මෙම ප්‍රකාශය පැහැදිලිව සඳහන් කරන එකදු දේශනාවක් වත් නොමැත. සූත්‍ර පිටකයේ විශාලත්වය සලකා බැලීමේදී මෙය මචිතය දනවන්නකි. ජනප්‍රිය භික්ෂූන් හා ග්‍රන්ථ යෝජනා කරන පරිදි

⁴³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). දීඝ නිකාය, මහා නිදාන සූත්‍රය

ආත්මයක් නැති බව කේන්ද්‍රීය දහමක් නම්, මුල් බුදු දහමෙහි එය සනාථ කරන සාක්ෂි බහුලව තිබිය යුතු නොවේද?

අනාත්මය ගැන විස්තර කරන සූත්‍ර සොයා බැලූවිට, අපට පෙනී යන දෙය නම්, අති බහුතරයක්වූ (98%+) ⁴⁴ සූත්‍රවල නිර්දේශ කරන්නේ ස්කන්ධයන්ට, ඡායායතනවලට, ධාතුවලට, ධර්මයන්ට, හෝ දෘෂ්ටිත්ව අනාත්ම සංඥාව යෙදීමයි. ඒවාට අදාළව, අනන්තය නු භාවිත කළ යුතු පිළිවෙතක් මිස යථාර්ථය කුමක්දැයි යන ප්‍රශ්නයට පිළිතුරක් නොවේ. මෙය පැහැදිලිව ප්‍රකාශ නොකරන දේශනා කිහිපයද මෙහි ඉදිරිපත් කරන ප්‍රායෝගික අර්ථ නිරූපණයට අනුකූල වේ.

අනාත්මය ප්‍රායෝගික ලෙස

ස්කන්ධ සහ ආත්මය පිළිබඳ සම්ප්‍රදායික විග්‍රහය හා බුදුන් වහන්සේ සැබවින්ම ස්කන්ධ සලකා බැලීමට නිර්දේශ කරන ආකාරය සැසඳීම ප්‍රයෝජනවත් වේ. පහත උදාහරණයේදී, හික්ෂුවක් අනාත්ම සංකල්පයෙන් ආත්මයක් නැතැයි කියනු ලබන බව සලකා ව්‍යාකූල අදහසකට යොමුවී ඇත. ස්කන්ධ යනු තමන් බව උපකල්පනය කිරීමෙන් ඔහු උච්ඡේදවාදයට (මරණින් පසු තමන් විනාශ වේ යන මතයට) හසු වෙයි. මෙම වැරදි වැටහීම නිරාකරණය

⁴⁴ අනාත්මය පිළිබඳ යෙදීම් ඇති සූත්‍ර විශ්ලේෂණයකට මෙම පොතෙහි උපග්‍රන්ථය, ආත්මය පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම් පරික්ෂා කළ හැක.

කර ගැනීම සඳහා, බුදුන් වහන්සේ නිතර විමර්ශනය කළ යුතු අනුපිළිවෙලක් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි. එහිදී උන්වහන්සේ “මම යනු කුමක්ද” යන්න ස්කන්ධ ලෙස නිර්වචනය කිරීම නුසුදුසු වන්නේ කෙසේදැයි හැඟෙන ආකාරයෙන් පහත දැක්වෙන පිළිවෙලට ප්‍රශ්න කිරීමට එම භික්ෂුවට මග පෙන්වයි:

ඉක්බිති එක්තරා භික්ෂුවක්හට මෙබඳු සිත පිළිබඳ කල්පනාවක් පහළ විය. ‘පින්වත, මෙසේ වනාහි රූපය අනාත්මයයි, වේදනාවෝ අනාත්මයයි, සංඥාවෝ අනාත්මයයි, සංස්කාරයෝ අනාත්මයයි, විඤ්ඤාණය අනාත්මයයි, අනාත්මයෙහි සිට කරණ ලද කර්මයෝ කවර අනාත්මයෙහි සිට විපාක දෙන්නද කියයි.

එකල්හි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඒ භික්ෂුන් වහන්සේගේ සිත්හි උපන් අදහස සිත්හි දැන භික්ෂුන්ට කථාකළ සේක. ...

“මහණෙනි, ඒ කුමකැයි හඟිවිද? රූපය නිත්‍ය හෝ අනිත්‍ය වේද?”

“ස්වාමීනි, අනිත්‍යය.”

“යමක් වනාහි අනිත්‍යද, ඒ දුක් හෝ සැප වේද?” “ස්වාමීනි, දුක්ය.”

“යමක් වනාහි අනිත්‍යද, දුකද, වෙනස් වන ස්වභාව ඇත්තේද, ‘ඒ මගේය, මම වෙමියි, මාගේ ආත්මයයි දැකීමට සුදුසුද?” “ස්වාමීනි, ඔය නුසුදුසුමැයි.”

...වේදනාවෝ... සංඥාවෝ ... සංස්කාරයෝ ... විඤ්ඤාණය...⁴⁵

⁴⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහා පුණ්ණම සූත්‍රය (භංශෝධිත)

ආත්මයක් ඇතැයි හෝ නැතැයි ලෙස දෘෂ්ටිගත වීම වෙනුවට, උපායශීලීව භාවිත කළ යුතු සංඥාවක් ලෙස අනාත්ම සංකල්පය මාර්ගයේදී උපයෝගී වන ආකාරය බුදුරදුන් මෙහිදී පැහැදිලිව පෙන්වාදී ඇත. ස්කන්ධ තමා හෝ තමාගේ ලෙස ගැනීමට නුසුදුසු වන්නේ කෙසේදැයි සොයා බැලීමෙන් දුකින් (දුක්ඛ) මිදීම එහි අරමුණයි.

වෙනත් තැනක, ස්කන්ධ අනුව තමන් මැනීම නොකළ යුතු බවට බුදුන් වහන්සේ උපදෙස් දෙයි. මන්ද එය තමාවම වර්ගීකරණයට භාජනය කිරීමකි—තම හැකියාවන් සීමා කිරීමකි:

ඉදින් රූපයට උමතු ව සිටීද තමන් ඒ සමග මැනෙයි. තමන් ඒ සමග මැනෙයිද, එය තමන් වර්ගීකරණය කරයි.

ඉදින් වේදනාව ...ඉදින් සංඥාව ...ඉදින් සංස්කාරයන් ...ඉදින් විඤ්ඤාණය ...

මහණ, ඉදින් රූපයට උමතු ව නොසිටීද තමන් ඒ සමග නොමැනෙයි. තමන් ඒ සමග නොමැනෙයිද, එය තමන් වර්ගීකරණය නොකරයි.

ඉදින් වේදනාව ...ඉදින් සංඥාව ...ඉදින් සංස්කාරයන් ...ඉදින් විඤ්ඤාණය ...⁴⁶

අරහත් නොවනතාක් තම තමන්ගේ අත්දැකීම් වටා ආත්මයක් ගොඩ නැගීමේ ප්‍රවණතාවය ඉකුත් නොකරන බැවින්, නානාවිධ

⁴⁶ සංයුත්ත නිකාය, බන්ධ සංයුත්තය, හික්ඛු සූත්‍රය

දෘෂ්ටි හේතුවෙන්-හටගන්නා (පටිච්චසමුප්පන්න) ආකාරය සහ ඒවායේ අනිත්‍ය (අනිච්චා) ස්වභාවය අවබෝධ කර ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. නිසි කර්තව්‍යය වන්නේ ඇති වුණු දෙය දුකට හේතු වන සහ තමන් හෝ තමන් සතු දේ ලෙස සැලකීමට යෝග්‍ය නොවන බවට සුදුසු අවධානය (යෝනිසෝ මනසිකාර) යොමු කර සැලකීමයි. බුදුන් වහන්සේගේ ගිහි ශ්‍රාවකයෙකු වූ අනාථපිණ්ඩික, පිරිසක් සමඟ සංවාදයේ යෙදුනු ආකාරයෙන් මෙය වඩාත් හොඳින් පැහැදිලි වේ:

මෙසේ කී කල්හි ඒ පරිබ්‍රාජකයෝ අනේපිඬු ගෘහපතියාට, “ගෘහපතිය, අප හැම දෙනා විසින්ම ස්වකීය දෘෂ්ටි යම්තාක්ද, ප්‍රකාශ කරණ ලද්දාහ. ගෘහපතිය, ඔබ කුමන දෘෂ්ටි ඇත්තේදැයි ප්‍රකාශ කරව” යි කීවාහුය.

“ස්වාමීනි, හටගත් සකස්වූ චේතනාත්මකව හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් උපන් යමක් ඇත්තේද, එය අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍යද, එය දුකය. යමක් දුක නම්, ‘මෙය මගේ නොවේ. මේ මම නොවෙමි. මේ මගේ ආත්මය නොවේ’ යයි ස්වාමීනි, මම මෙබඳු දෘෂ්ටි ඇත්තෙක් වෙමි” යි කීයේය.

“ගෘහපතිය, යම් කිසිවක් හටගත්තේද, සකස්වූවේද, චේතනාත්මකවූද, හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් උපන්නේද, එය අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍ය නම් එය දුකය. යමක් දුක නම්, ... ගෘහපතිය, එයම ඔබ අල්ලා ගත්තේය. ගෘහපතිය, ඔබ එහිම බැසගත්තේය.”

“ස්වාමීනි, යමක් හටගත්තේද, සකස්වූවේද, චේතනාත්මකවූයේද, හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් උපන්නේද, එය අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍ය නම් එය

දුකය. යමක් දුක් නම්, ‘මෙය මගේ නොවේ. ඒ මම නොවෙමි. මේ මගේ ආත්මය නොවේ’ යයි, මෙසේ එය තන්වු පරිද්දෙන්, සමයක් ප්‍රඥාවෙන් දක්නා ලද්දේය. එයින් මිදීමද තන්වු පරිද්දෙන් දනිමි” යි කීයේය.⁴⁷

මෙම පරිච්ඡේදය ආරම්භයේදී සඳහන් කළ විසුද්ධි මාර්ගයේ ජනප්‍රිය ගාථාව සහ සිදුහත් බෝසතාණෝ බුදු වූ පසු වදාළ ප්‍රථම ප්‍රකාශය සැසඳීම ඉතා වටිනාතේය:

නැවත නැවත උත්පත්තිය දුක්ද (එහෙයින්)
මේ ආත්මභාව සංඛ්‍යාත ගෙය හදන්නහු
සොයන්නාවූ මම නොයෙක් ඉපදීම් ඇති
සංසාරයෙහි දිව ඇවිද්දෙමි.

ගෙය හදන්නා දක්නා ලද්දෙහිය.
නැවත ගෙයක් නොහදන්නෙහිය.
තාගේ සියලු පරාලයෝ බිඳින ලදහ.
ගෙයි කැණීමඬල විසුරුවන ලදී.
(මාගේ) සිත නිවනට වනි.
තෘෂ්ණා ක්ෂයයයි කියනලද
අර්හත්වයට පැමිණියෙමි.⁴⁸

⁴⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, දසක නිපාතය, කිංදියික සූත්‍රය

⁴⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). බුද්දක නිකාය, ධම්මපදය, ජරා වර්ගය (සංඛෝධිත)

‘ගෙය හදන්නා’ යන යෙදුම උන්වහන්සේ රූපකයක් ලෙස භාවිතයෙන් පෙන්නුම් කරන්නේ අපගේ අත්දැකීම් වටා “ගෙයක්”— ආත්මයක්—හැඳීමේ ප්‍රවණතාවය සිදු දැමීමට මග පිළිවෙත ඉවහල් වන බවයි. මෙම ක්‍රියාවලිය සූත්‍ර තුළ ‘මම-හැඳීම’ සහ ‘මගේ-හැඳීම’ (අභංකාර මමංකාර) ලෙස හැඳින්වෙන අතර එය සම්පූර්ණයෙන් අත්හරිනු ලබන්නේ අරහත්වයට පත්වීමෙන් පමණි. මෙය කාලයාගේ ඇවෑමෙන් සම්ප්‍රදාය විසින් ආත්ම දෘෂ්ටියක එල්බ නොගැනීමට ඇති දැඩි උද්‍යෝගය නිසා ගිලිහී ගිය වැදගත් කරුණකි.

හට ගත් දෙය අත හැරීම අනාත්ම සංකල්පය ප්‍රායෝගික භාවිතයට ගන්නා ආකාරයයි.⁴⁹ අනාත්ම සංඥාව (අනන්තසංඥා) සම්පූර්ණ ‘ආත්ම-හැඳීමේ’ ක්‍රියාවලියම වෙන් කර විසඳයි. මෙය රහත් ඵලයෙන්ම අවසන් වේ:

දුක් ඇති දෙයෙහි අනාත්ම සංඥාව පුරුදු කරණ ලද සිතින් බහුලකොට ගෙන වසන්තාවු භික්ෂුවට මේ සචේතනික කයෙහිද, පිටත සියලු නිමිතිවලද, මානය ඉක්මවූ ශාන්තවූ, මනාකොට මුදන ලද මම-හැඳීම සහ මගේ-හැඳීම යන මෙයින් වෙන්වූ සිත ඇත්තේ වෙයි.⁵⁰

මහණෙනි, අනුසස් සයක් බලන භික්ෂුව විසින් සියලු සංස්කාරයන්හි සීමා රහිත කොට අනාත්ම සංඥාව ඵලවන්තට සෑහේමය. කවර සයක්ද

⁴⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). බුද්දක නිකාය, ඉතිවුන්නකය, දිට්ඨිගතද්වය සූත්‍රය

⁵⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, සන්තක නිපාතය, විචන් සන්ත සඤ්ඤා සූත්‍රය (සංගේධිත)

යන්? සියලු ලෝකයෙහිද එයින් නොවූවෙක් වන්නෙමි. මම යන හැඟීමද මට ගෙවේ. මගේය යන හැඟීමද මට ගෙවේ. අසමානවූ නුවණින් යුක්තවූයේ වන්නෙමි. මා හේතුව මනාව දක්නා ලද්දේ වන්නේය. හේතුවෙන් උපන් මේ ධර්මයෝද මනාව දක්නා ලද්දෝය.⁵¹

ස්වකීයයැයි හඳුනන දෘෂ්ටිය

සූත්‍ර පිටකයේ, ආත්මය ඇත්ද නැත්ද යන ප්‍රශ්නය කෙළින්ම අසන එකම අවස්ථාවේදී, බුදුන් වහන්සේ නිශ්ශබ්දව සිට ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු දීම ප්‍රතික්ෂේප කරයි:

“භවත් ගෞතමයන් වහන්ස, කීමෙක්ද? ආත්මයක් ඇත්තේ දැයි”
මෙසේ ඇසූ කල්හි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නිශ්ශබ්ද වූහ.

ඉක්බිති “භවත් ගෞතමයන් වහන්ස, ආත්මයක් නැත්තේදැයි” ඇසීය.
දෙවනුවත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නිශ්ශබ්ද වූහ.⁵²

උන්වහන්සේගේ නිශ්ශබ්දතාවයට හේතුව කුමක්දැයි ආනන්ද හිමියන් පසුව විමසූ විට, බුදුන් වහන්සේ ආත්මය සදාකාලිකව

⁵¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, ඡක්ක නිපාතය, අනන්තසඤ්ඤපට්ඨාපන සූත්‍රය

⁵² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, අබ්‍යාකත සංයුත්තය, අත්ථන්ත සූත්‍රය

පවතින (සස්සනවාද) හෝ ආත්මය මරණින් නැසෙන (උච්ඡේදවාද) දෘෂ්ටිත් දෙකින් එකක් අල්වා ගැනීම මෙම ප්‍රශ්නයට පැත්තක් ගැනීමෙන් හසු වන දෘෂ්ටිවාදී උගුල ලෙස විස්තර කරයි:

ආනන්දය, වච්ඡගොන්ත පරිබ්‍රාජකයා විසින් ‘ආත්මයක් ඇත්තේ දැයි’ අසන ලද්දා වූ මම ආත්මය ඇත්තේයයි ප්‍රකාශ කරන්නෙමි නම්, ආනන්දය, යම් ඒ ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයෝ ශාස්වතවාදීහු වෙත්ද, එය ඔවුන්ගේ ලබ්ධිය හා සමාන වන්නේය.

ආනන්දය, ‘ආත්මයක් නැද්දැයි’ අසන ලද්දා වූ මම වච්ඡගොන්ත පරිබ්‍රාජකයාට ආත්මය නැත්තේයයි ප්‍රකාශ කරන්නෙමි නම්, ආනන්දය, යම් ඒ ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණ කෙනෙක් උච්ඡේදවාදීහු වෙත්ද, එය ඔවුන්ගේ ලබ්ධිය හා සමාන වන්නේය.⁵³

මෙහිදී සැලකිල්ලට ගත යුතු කාරණයක් නම් ආත්මයේ ඇති-නැති බව පිළිබඳ ප්‍රශ්නයට තවමත් බුදුන් වහන්සේ නිශ්චිත පිළිතුරක් නොදුන් බවයි. ආනන්ද හිමියන්ගේ ප්‍රශ්නයට විශ්ලේෂණාත්මක පිළිතුරක් සැපයුවා පමණි. නිශ්ශබ්දතාවය පිටුපස ඇති හේතු තේරුම් ගැනීමට, උත්වහන්සේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දුන් ආකාර සහ සමහර ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දීම නුසුදුසු බව සැලකුවේ මන්දැයි සොයා බැලිය යුතුය:

⁵³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, අබ්‍යාකත සංයුත්තය, අත්ථත්ත සූත්‍රය

ප්‍රශ්නවලට උත්තර දෙන ක්‍රම හතරක් තිබේ. කවර සතරක්ද? නිශ්චිතවම පිළිතුරු දිය යුතු ප්‍රශ්න තිබේ [කෙලින්ම ඔව්, නෑ, මෙය, එය]. විශ්ලේෂණාත්මක පිළිතුරක් සමඟ පිළිතුරු දිය යුතු ප්‍රශ්න තිබේ [නිර්වචනය කිරීම හෝ නැවත අර්ථ දැක්වීම]. ප්‍රතිප්‍රශ්නයකින් පිළිතුරු දිය යුතු ප්‍රශ්න තිබේ. පසෙකින් තැබිය යුතු ප්‍රශ්න තිබේ. මේ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දෙන ක්‍රම හතරයි.⁵⁴

මෙයින් ස්කන්ධ අනිත්‍ය බැවින් ආත්මයක් නැතැයි යන සම්ප්‍රදායික විග්‍රහය බුදුන් වහන්සේ පසෙක තැබූ ප්‍රශ්නයකට විශ්ලේෂණාත්මක පිළිතුරක් දීමට ගත් උත්සාහයක් ලෙස වටහා ගත හැකිය. ඒ ප්‍රශ්නය පසෙකට දැමීමේ කුමක් නිසාද? එය දුකට (දුක්ඛ) හේතුවන බැවිනි. “මට ආත්මයක් ඇත” හෝ “මට ආත්මයක් නැත” වැනි අදහස් ඇතිවන්නේ නුසුදුසු අවධානයෙනි (අයෝනිසෝ මනසිකාරා):

ඒ අන්ධබාල පෘථග්ජනනෙම මෙසේ නුසුදුසු ලෙස අවධානය යොමු කරයි. මම අතීතයෙහි සිටියෙමිද? නොසිටියෙමිද? අතීතයෙහි මම කවරෙක් වූයෙමිද? අතීතයෙහි කෙබඳු සටහන් ඇත්තෙක් වූයෙමිද? මම අතීතයෙහි කවරෙක්ව සිට කවරෙක් වූයෙමිද? මම අනාගතයෙහි සිටියිද? අනාගතයෙහි නොසිටියිද? අනාගතයෙහි කවරෙක් වන්නෙමිද? අනාගතයෙහි කෙබඳු සටහන් ඇත්තෙක් වන්නෙමිද? මම මතු කල්හි කවරෙක්ව කවරෙක් වන්නෙමිද? එසේත් නැතිනම් ඔහු

⁵⁴ අංගුත්තර නිකාය, වතුක්ක නිපානය, පඤ්චව්‍යාකරණ සූත්‍රය

වර්තමානය ගැන ඇතුළතින් ව්‍යාකූල වේ: ‘මම වේද? මම නොවේද? මම කවරෙක් වෙමිද? කිනම් සටහනක් ඇත්තෙක් වෙමිද? මෙම සත්වයා පැමිණියේ කොහෙන්ද? කොහි යන්නෙක් වන්නේද?’ යනුවෙනි.

මෙසේ නුසුදුසු ලෙස අවධානය යොමු කරන්නාවූ ඔහුට සය ආකාර දෘෂ්ටිත් අතුරෙන් එක්තරා දෘෂ්ටියක් උපදියි. සත්‍ය වශයෙන් ස්ථිර වශයෙන් ආත්මයක් ඇත යන දෘෂ්ටිය උපදියි... ආත්මය නැත යන දෘෂ්ටිය...

මෙය දෘෂ්ටි ගොන්නයයිද, දෘෂ්ටි කාන්තාරයයිද, දෘෂ්ටි හුලයයිද, දෘෂ්ටි කම්පනයයිද, දෘෂ්ටි සංයෝජනයයිද කියනු ලැබේ. මහණෙනි, දෘෂ්ටි නමැති බැඳුමෙන් යුක්තවූ නුගත් පෘථග්ජනයා ඉපදීමෙන්ද, වයසට යෑමෙන්ද, මරණයෙන්ද, ශෝක කිරීමෙන්ද, වැළපීමෙන්ද, ශාරීරික දුකින්ද, මානසික දුකින්ද, දැඩි වෙහෙසින්ද, යන සියලු සංසාරදුකින් නොමිඳේ යයි කියමි.

...

මහණෙනි, සුදුසු ලෙස අවධානය යොමු කළයුත්තේ කෙසේද?... හෙතෙම මේ දුකය, මේ දුක් ඉපදීමට හේතුවයයි ... මේ දුක් නැති කිරීමයයි... මේ දුක් නැති කිරීමේ මාර්ගයයයි. මෙසේ යෝග්‍ය ලෙස අවධානය යොමු කරන්නාවූ ඔහුට ස්වකීයැයි හඳුනන දෘෂ්ටිය, සැකය, සිල් හා වත්වලට ඇලීම යන සංයෝජන තුන නැති වෙයි.⁵⁵

⁵⁵ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, සබ්බාසව සුත්තය (සංගෝධිත)

ආත්මය ඇතැයි, නැතැයි, හෝ ඒවායේ විචලනය වන ‘දෘෂ්ටි ගෝත්තක’ (දිට්ඨිගහන) ගිලෙනවා වෙනුවට—බුදුන් වහන්සේගේ නිර්දේශය වන්නේ හට ගත් දෙය දුක් (දුක්ඛ) ලෙසත් එය පහවීම දුක් නැතිවීම ලෙසත් සැලකීමයි.⁵⁶ මෙයින් පැහැදිලි වන්නේ ආත්මය පිළිබඳ ප්‍රශ්නය පසෙක තැබීම උන්වහන්සේගේ අනුශාසනය බවයි. ඒ වෙනුවට, තම අත්දැකීම වටා ආත්මයක් උපකල්පනය නොකිරීමෙන්, ස්වකීයයැයි හඳුනන දෘෂ්ටිය (සක්කායදිට්ඨි) ඇති නොවේ:

“ස්වාමීනි, කෙසේ නම් ස්වකීයැයි හඳුනන දෘෂ්ටිය පහ වේද?”
 “මහණ, මේ ශාසනයෙහි ආර්යයන් දක්නා වූ, ආර්ය ධර්මයෙහි දක්ෂ වූ, ආර්ය ධර්මයෙහි මනාව හික්මුනා වූ... ආර්යශ්‍රාවක තෙම රූපය නමායයි උපකල්පනය නොකරයි. නමාට රූපය අයිතියයි... නමා තුළ රූපය ඇති සේ... රූපය තුළ නමා ඇතැයි උපකල්පනය නොකරයි. වේදනාව නමායයි උපකල්පනය නොකරයි... සංඥාව නමායයි උපකල්පනය නොකරයි... සංස්කාරයන් නමායයි උපකල්පනය නොකරයි... විඤ්ඤාණය නමායයි උපකල්පනය නොකරයි.”⁵⁷

⁵⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, කච්චානගෝත්ත සූත්‍රය

⁵⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහා පුණ්ණම සූත්‍රය (සංගෝධිත)

ප්‍රායෝගිකව ගත් කල, තමන්ගේ අත්දැකීම් ඇගයීමට ලක් කළ යුතු ආකාරයෙන් මෙය සනාථ වේ. බුදුන් වහන්සේ ආත්මයක් නැතැයි දෘෂ්ටියේ වින්තන ක්‍රියාවලිය (“මම නොවන්නෙමි.”)⁵⁸ පැහැදිලි ලෙස විස්තර කරයි. එය දේශනා කරන ලද ඇගයීමේ ක්‍රමයට (“එය සිදු නොවනු ඇත... කුමක් වීද, කුමක් හට ගන්නේද, එය අත්හරිමි.”)⁵⁹ ප්‍රතිවිරෝධී වේ. බැලූ බැල්මට සියුම් වෙනසක් කියා පෙනුනත්, සම්පව සංසන්දනය කිරීමේදී, ආත්මයක් නැතැයි කියා අගයන ක්‍රමයේ (“මම නොවන්නෙමි”) ආත්මයක උපකල්පනයක් හඳුනා ගත හැකිය. නිවැරදිව පිළිවෙත් පුරන්තා එවැනි දෘෂ්ටියක් ග්‍රහණය කිරීමකින් තොරව, හටගත් දෙය අත්හැරීමට පුරුදු වෙයි.

අරභන් පුද්ගලයෙක් මානය අත්හැර දමා ඇති නිසා තම අත්දැකීම වටා ආත්මයක් සකස් කිරීම නවත්වා ඇත. එබැවින් සමහරු සත්‍යයෙහි මට්ටම් දෙකක් (සම්මුති සහ පරමාර්ථ) තිබෙන බව කීමෙන්, ඇත්ත වශයෙන් පවසන්නේ ඒ අවසන් තත්ත්වය ගැන පටලවා ගත් ප්‍රකාශයක් පමණක් බව සැලකිය හැක. අවසාන මට්ටමේදී ආත්මයක් නොමැති බව කීම, විශ්ලේෂණාත්මකව බැලූ විට වැරදි ප්‍රකාශනයක් වුවත්, මිථ්‍යා දෘෂ්ටියකට (මිච්ඡාදිට්ඨි) නොවැටෙන ලෙස තර්ක කළ හැකිය. කෙසේ වෙතත්, ජනප්‍රිය විග්‍රහය මෙම තර්කයට පැහැදිලිවම වෙනස් වේ. මක් නිසාද, මෙහිදී නිවැරදි දෘෂ්ටියම (සම්මාදිට්ඨි) ආත්මයක් නැතැයි යන පාරභෞතික

⁵⁸ සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, පාරිලෝයක සූත්‍රය

⁵⁹ මජ්ඣිම නිකාය, ආනෙඤ්ජ සජ්ජාය සූත්‍රය

දැක්මට ගොනුකර ඇති නිසාය. මෙය මාර්ගයේ සැබෑ ඉලක්කය වන සියලු දුකින් මිදීමට බාධාවකි. මෙය මාර්ගය ඉලක්කය සමඟ පටලවා ගැනීමකි: හුදෙක් ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දකින්නේ නම්— සියල්ලෙහිම ආත්මයක් නොමැති ලෙස හුදෙක් සැලකීමෙන්— රහත් විය හැකි බව විශ්වාස කිරීමකි.

මෙය රහත් බව (වඩාත් නිවැරදිව කිවහොත්, රහත් කෙනෙකුගේ මනසේ ස්වභාවය ගැන තමන්ගේ අදහස) පිටපත් කිරීමට උත්සාහ කිරීමකි. සෝවාන් ඵලය ගැන තමන්ගේ අර්ථ නිරූපණය විශ්වාස කිරීමට තම මනසට බල කිරීමක් මිස එයට හේතු කාරක වතුරාර්ය සත්‍යයට අවධානය යොමු කිරීමක් නොවේ. දුක ඇති බවත්, ඊට හේතුව අත්හැරිය යුතු බවත්, දුකෙහි නැතිවීම සාක්ෂාත් කර ගතයුතු බවත්, ඒ සඳහා මාර්ගය පිළිපැදිය යුතු බවත්, යන ආර්ය සත්‍යයන් තේරුම් ගැනීම, සූත්‍ර පිටකයේ නිවැරදි දෘෂ්ටිය ලෙස නිර්වචනය වන්නේ එබැවිනි.

මානසේ උපයෝගීතාවය

අනන්ත සංකල්පය පිළිබඳ මෙම වැරදි අර්ථ කථනයේ එක් ප්‍රතිවිපාකයක් නම් එය පරාර්ථකාමීත්වයට සමාන බව නිගමනය කිරීමයි. අන්‍යයන් තමන්ට ඉහළින් තැබීම ප්‍රභංගනීය සහ අධ්‍යාත්මික පරිණතභාවයේ ලකුණක් බව සමහරු සලකති. දානය සහ කරුණාව වැනි ගුණාංග මග පිළිවෙතට සම්බන්ධ වන්නේ අන්‍යයන්ට උදව්

කිරීම තමාගේම අභිවෘද්ධියට හේතු වන නිසාය. ත්‍යාගශීලීබව හා ඊට සම්බන්ධ මනස ගැන බුදුන් වහන්සේ විසින් විස්තර කරන ලද උසස්ම අවබෝධ මට්ටමෙන් මෙය පැහැදිලි වේ:

මෙය දීමෙන්, තමාගේ ලාභය නොසොයමින්, (විපාකයට) නොබැඳුණු සිතින්, රැස්කර ගැනීමට නොසොයමින්,
'මරණයෙන් පසු මම මෙය භුක්ති විඳින්නෙමි' යන සිතිවිල්ලෙන් නොවේ.

'දීම හොඳ ය' යන සිතිවිල්ලෙන්ද නොවේ.

'මෙය අතීතයේදී මගේ පියා සහ සීයා විසින් දී ඇත, කර ඇත. මේ පරණ පවුල් චාරිත්‍රය නවත්වන්න ඉඩ දෙන එක හරි නැත' යන සිතිවිල්ලෙන්ද නොවේ.

'මම හොඳින් සිටිමි. මොවුන් හොඳ තත්ත්වයක නැත. සැප සම්පත් ඇති මට, සැප නැති අයට තෑග්ගක් නොදීම සුදුසු නොවේ.' යන සිතිවිල්ලෙන්ද නොවේ.

'පෙර සෘෂ්ටිවරුන් මහා පරිත්‍යාගයන් කළ සේම, මෙය මාගේ ත්‍යාග බෙදාදීමක් වන්නේ ය,' යන සිතිවිල්ලෙන්ද නොවේ.

'මගේ මේ ත්‍යාගය දෙන විට සිත සන්සුන් කරයි. තෘප්තිය සහ ප්‍රීතිය ඇතිවේ,' යන සිතිවිල්ලෙන්ද නොවේ.

නමුත් 'මෙය මනසට ආහරණයක්, මනසට ආධාරකයක්' යන සිතිවිල්ලෙන්ය.⁶⁰

⁶⁰ අංගුත්තර නිකාය, සත්තක නිපාතය, වම්පෙය්‍යක දානානිසංස සූත්‍රය

තමන්ගේම මනස වර්ධනය කිරීම ප්‍රමුඛ විය යුතු බව වෙනත් තැනක වඩාත් පැහැදිලිව දක්වා ඇත:

මහණෙනි, දෙපැත්තෙන් දැවුණු, මැද අගුවේ වැගුරුණු සොහොන් පෙනෙල්ලක් යම් සේද, ගමෙහි දර දඬු පිණිස නොපවතීද, වනයෙහි දර දඬු පිණිස නොපවතීද, යම් පුද්ගලයෙක් තමාගේ හිත පිණිසත්, අනුන්ගේ හිත පිණිසත් නොපිළිපන්නේද, මහණෙනි, මේ පුද්ගලයා එබඳුයයි මම කියමි.

මහණෙනි, යම් පුද්ගලයෙක් අනුන්ගේ හිත පිණිස පිළිපන්නේද, තමන්ගේ යහපත පිණිස නොපිළිපන්නේද, මේ පුද්ගලයින් දෙදෙනා අතුරෙන් අනිශයින් ශ්‍රේෂ්ඨද, ප්‍රණීතද වේ.

මහණෙනි, යම් පුද්ගලයෙක් තමන්ගේ හිත පිණිස පිළිපන්නේද, පරහිත පිණිස නොපිළිපන්නේද, මේ ත්‍රිවිධ පුද්ගලයන් අතුරෙන් අනිශයින් යහපත්යයිද, ප්‍රණීතයයිද කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, යම් පුද්ගලයෙක් තමාගේ යහපත පිණිස පිළිපන්නේද, අනුන්ගේ යහපත පිණිස පිළිපන්නේද, මෙනෙමේ මේ සතර පුද්ගලයන්ගෙන් අග්‍රය. ශ්‍රේෂ්ඨය, ප්‍රමුඛය, උත්තමය, ප්‍රචරද වෙයි...

මහණෙනි, මේ සතර පුද්ගලයෝ ලෝකයෙහි ඇත්තාහ. විද්‍යමාන වෙත්.⁶¹

මෙය පරාර්ථකාමීත්වය ශ්‍රේෂ්ඨතම ලෙස සලකනු ලැබීමටට හාත්පසින්ම වෙනස්ය. පෙනෙන ලෙස මෙහිදී ඇති ආත්මාර්ථකාමී

⁶¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, වතුක්ක නිපානය, ජවාලාන සූත්‍රය

බව අප තේරුම් ගත යුත්තේ කෙසේද? මහළු වීම, ලෙඩ වීම හා මරණය යන විපත්වලට නොබෝ කලකින් අපට මුහුණ දීමට සිදුවන බව දැන, සිත දියුණු කර ගැනීමට ප්‍රමුඛත්වය දීම ධර්ම මාර්ගය බව අවබෝධ කර ගැනීමෙනි. මෙම පසුබිම තුළ, තමන් වෙනුවට අන් අයට උපකාර කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම ගංවතුරේ තමන් ගසාගෙන යන අතරතුර දියේ ගිලෙන පුද්ගලයෙකු බේරා ගැනීමට උත්සාහ කිරීම හා සමාන වේ. තමන් මුලින්ම ස්ථාවර ගොඩබිම්කට පැමිණියහොත් අනෙක් පාර්ශවයටත් සහයවීමට මග සැලසේ.

එසේම ඔබේ මනස දියුණු කිරීමේ අරමුණෙන් අනාත්ම සංඥාව භාවිත කළ යුතුය. එය මාර්ගය ඔස්සේ ඉදිරියට යාමේදී කුමක් අතහැරිය යුතුද, කුමක් තබාගත යුතුද, යන වටිනාකම් විනිශ්චයට අදාළ වේ. තමාගේ වඩා රළු බැඳීම් අත්හැරීමට ඊට වඩා සියුම් බැඳීමක් අල්ලා ගැනීම ප්‍රයෝජනවත් වේ. මාර්ගයේ ඉදිරියට යන විට අල්ලා ගැනීමට වඩ වඩාත් සියුම් බැඳීම් තිබේ. උදාහරණයක් ලෙස, කාමයන්ට තිබෙන බැඳීම ඉක්මවීමට ධ්‍යානයන් අල්ලා ගැනීම ගත හැක. ස්වාධීනත්වය, ආත්මාභිමානය, සහ පුද්ගලික වගකීම වැනි ගුණාංග දියුණු කිරීමට දිරිගැන්වීම සඳහා බුදුන් වහන්සේ බොහෝ අවස්ථාවන්හිදී ධනාත්මක වචනවලින් ආත්ම-නාමකරණය භාවිත කරන්නේ මන්දැයි මෙය පැහැදිලි කරයි:

තම ආත්මයම තමහට පිහිටවන්නේය.

අන්‍යවූ කවරෙක් නම් පිහිට වන්නේද?

මනාකොට දැමුනාවූ තමා විසින්

දුර්ලභවූ පිහිට ලබන්නේය.⁶²

මහණෙනි, තම ආත්මය අධිපතිකොට ඇති බව කවරේද? මහණෙනි, මේ ශාසනයෙහි මහණතෙම ආරණ්‍යයකට ගියේ හෝ, වෘක්ෂ මූලයකට ගියේ හෝ, ශුන්‍යාගාරයකට ගියේ හෝ, මෙසේ ප්‍රත්‍යාවේක්ෂා කරයි. ‘මම වනාහි සිවුරු හේතුකොටගෙන ගිහිගෙයින් නික්ම ශාසනයෙහි පැවිදි නොවීම්. ආහාරය හේතුකොටගෙන ගිහිගෙන් නික්ම ශාසනයෙහි පැවිදි නුදුයෙමි. සෙනසුන් හේතුකොටගෙන ගිහිගෙන් නික්ම ශාසනයෙහි පැවිදි නුදුයෙමි. භව සම්පත් හේතුකොටගෙන ගිහිගෙයින් නික්ම ශාසනයෙහි පැවිදි නොවීම්. යලිදු වනාහි ඉපදීමෙන්ද, ජරාවෙන් හා මරණයෙන්ද, ශෝකයන්ගෙන්ද, වැළපීම්වලින්ද, කායික දුක්වලින්ද, මානසික දුක්වලින්ද, දැඩි ආයාසවලින්ද, වැළඳගත්තේ වෙමි. දුකට බැසගන්නා ලද්දේ වෙමි. දුකින් පීඩිතවූයේ වෙමි. මේ සියලු දුක්ඛයන්ගේ කෙළවර කිරීමක් පෙනෙනම් යහපත්‍රයි පැවිදි වූයෙමි.

මම වනාහි යම්බඳුවූ කාමයන් හැර ගිහිගෙයින් නික්ම ශාසනයෙහි පැවිදිවූයෙමි නම්, එබඳුවූ හෝ, ඊටත් වඩා අතිශයින් ලාමකවූ හෝ, කාමයන් සොයන්නෙමි නම් මට එය සුදුසු නොවන්නේය’ යි සිතයි. හෙතෙම මෙසේද සිතයි. ‘මා විසින් නොහැකිලෙන විර්යය පටන්ගන්නා ලදී. සිහිය නොමුළාවිය. කය සංසිදුනේය. සැහැල්ලුවිය.

⁶² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). ධම්මපදය, ආත්ම වර්ගය

සිත සමාධියට පැමිණියේය. එකඟ විය.' කියයි. මෙසේ හෙතෙම තම ආත්මය අධිපතිකොට අකුසලය දුරු කෙරෙයි. කුසලය වඩයි. වරද දුරුකරයි. නිවරද වඩයි. පිරිසිදු ආත්මය පරිහරණය කරයි.⁶³

මානය, මාර්ගයේ ගමන් කිරීමට වෙර දැරීම සඳහා භාවිත කිරීමෙන් පසුව, අවසානයේදී අත්හැරිය හැකි බව පැහැදිලිවම අනුමත කර ඇත. මෙය මගෙහි උපායමාර්ගික හා ක්‍රමානුකූල ස්වභාවය පෙන්නුම් කරයි:

ඔහුට මෙසේ සිතක් වේ. 'ඒ ආයුෂ්මන් තෙමේ ආග්‍රවයන් ක්ෂයවීමෙන්, ආග්‍රව රහිත චිත්ත විමුක්තියද, ප්‍රඥා විමුක්තියද, මෙලොව තෙමේ විශිෂ්ට ඥානයෙන් දැන පැමිණ වාසය කරයි. මා ගැන කෙසේදැයි සිතෙයි.'

හෙතෙම මෑත භාගයෙහි මානය නිසා මානය හරියි. නැගණියනි, මේ කය මානයෙන් හටගත්තේය. මානය භාවිතයෙන් මානය පහ කළ යුතුය.⁶⁴

මෙම උදාහරණවලින් පෙනී යන්නේ බුදුන් වහන්සේ තම අත්දැකීම වටා ආත්මයක් සකස් කිරීමට ප්‍රායෝගික හේතුවක් තිබූ බව සැලකූ බවයි. මේ නිසා ආත්මයක් නැතැයි යන සම්ප්‍රදායික

⁶³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නික නිපානය, ආධිපතෙයා සූත්‍රය (සංගෝධිත)

⁶⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, වතුක්ක නිපානය, ආනන්ද - භික්ෂුනී සූත්‍රය

මූලධර්මය පිළිගන්නා කෙනෙකු, ආත්ම-නාමකරණය සම්මුති වශයෙන් පමණක් භාවිත නොකරන්නේ නම්, එය ප්‍රබන්ධයක් ලෙස යොදන බැවින් හෙතෙම තමන්ට තමන් අවංක නොවෙයි.

සත්‍ය වශයෙන්ම, බුදුන් වහන්සේ කිසිවිටෙකත් සම්මුති සහ පරමාර්ථ වශයෙන් ආත්ම වර්ගීකරණයක් නොකළ සේක. උන්වහන්සේගේ අවධානය සෑම විටම ආත්මය යන හැඟීමටය. එය රහත් භාවයේදී සම්පූර්ණයෙන්ම අත්හැරීමට පෙර සියුම් ආකාරවලින් මාර්ගයෙහි භාවිත වෙයි.

අනාගාමී පුද්ගලයෙක් පවා 'මම' යන ආකල්පය ඉක්මවා නැත්තේ මන්දැයි මින් පැහැදිලි වෙයි. එසේ වුවත් එබඳු කෙනෙක් තමා ස්කන්ධ යැයි උපකල්පනය කිරීමෙන් වැළකී සිටියි:

ඇවැත්නි, එපරිද්දෙන්ම රූපය මම වෙමියි නොකියමි. රූපය හැර අනිකක් මම වෙමියි නොකියමි. වේදනාව... සංඥාව... සංස්කාර... විඤ්ඤාණය මම වෙමියි නොකියමි. විඤ්ඤාණය හැර අනිකක් මම වෙමියි නොකියමි. එහෙත් මා විසින් පඤ්චොපාදානස්කන්ධයන්හි මම වෙමියි ගැනීම දැන ගන්නා ලදී. මෙනම් දෙය මම වෙමියි නොදකිමි.

ඇවැත්නි, හුදෙක් ආර්ය ශ්‍රාවකයාහට ඔරංභාගීය සංයෝජන පස ප්‍රභීණවුවාහු [අනාගාමී] වෙති. එසේද වුවත් ඔහුගේ පඤ්චොපාදානස්කන්ධයන්හි සියුම්වූ මම වෙමි යන මානයද මම වෙමි යන ආලයද මම වෙමි යන අනුසයද නොනැසුණේ වෙයි. හෙතෙම පසු කාලයෙහි රූපය මේය, රූපයාගේ හේතුව මේය, රූපයාගේ නැවැත්ම මේය, වේදනාව... සංඥාව... සංස්කාර... විඤ්ඤාණය මේය,

විඤ්ඤාණයාගේ හේතුව මේය, විඤ්ඤාණය නැවැත්ම මේයයි පඤ්චොපාදානස්කන්ධයන්හි ඉපදීම හා විනාශය බලමින් වාසය කරයි. මේ පඤ්චොපාදානස්කන්ධයන්හි ඉපදීම හා විනාශය බලමින් වසන්තාවු ඔහුගේ නොනැසුණු යම් සියුම්වූ මම වෙමි යන මානයෙක් වේද, මම වෙමි යන ආලයෙක් වේද, මම වෙමි යන අනුසයෙක් වේද, ඔහුගේ ඒ ක්ලේෂයද සහමුලින් නැතිවීමට යෙයි.⁶⁵

මාර්ගය තව දුරටත් දියුණු කරන විට, තමන් ආත්මයක් ගොඩ නගන ක්‍රියාවලිය හා සම්බන්ධ සියුම් ආතතියද, එය අත්හැරීම සැනසුමට හේතු වන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳවද, තම අත්දැකීමෙන්ම පසක් වනු ඇත. මාර්ගයේ කෙළවර දක්වා දොර විවර කරන්නේ මෙයයි. මෙහිදී මානය (මානානුසය) දුරු කර ඇති නිසා “මම වෙමි” යන සිතිවිල්ල පවා ඇති නොවේ:

ආයුෂ්මත් උපසේන ස්ථවිරයන් බොහෝ කලක් තිස්සේ මම-හැදීම, මගේ-හැදීම සහ මානානුසය හොඳින් නසන ලද්දාහු වෙත්ද, එහෙයින් ආයුෂ්මත් උපසේන ස්ථවිරයන්ට, ‘ඇස මම වෙමියි හෝ, මාගේ ඇසය’ යි හෝ, ... ‘මනස මම වෙමියි’ හෝ ‘මාගේ මනසය’ යි හෝ මෙබඳු අදහසක් නොවෙයි කීහ.⁶⁶

⁶⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, බන්ධ සංයුත්තය, බෙමක සූත්‍රය

⁶⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සළායනන සංයුත්තය, උපසේන සූත්‍රය (සංශෝධිත)

‘මම-හැදීම’

යන අදහස මත මිනිසුන් යෙදී ඇත.

‘අනිකක්-හැදීම’

යන අදහසට ඇලී ඇත.

සමහරු මෙය අනුනොදන්නෝය,
ඔවුන් එය ඊතලයක් ලෙසද දකින්නේ නැත.
නමුත් කෙනෙකුට,
මෙම ඊතලය උපුටා ගත් පසු, දකියිද,
‘මම කරමි,’ (යන සිතිවිල්ල) ඇති නොවේ;
‘අනිකක් කෙරෙයි’ ඇති නොවේ.

මේ මනුෂ්‍ය වර්ගයා මානයෙන් වැසී ඇත.

මානයෙන් බැඳී ඇත.

මානය විසින් විශේෂයෙන් බැඳ ඇත.

අන්‍යයන්ගේ දෘෂ්ටිත් නිසා විරුද්ධ කථා ඇත්නම්
මේ ප්‍රජාව සසර නොඉක්මවයි.⁶⁷

මෙලෙස බැලූ කල්හි, මාර්ගයේ අරමුණ හුදෙක් සියල්ල අනිත්‍ය
යැයි, දුක් යැයි, අනාත්ම යැයි දැකීම වෙනුවට දුක මුළුමනින්ම නැති
කිරීම බව මතක තබා ගැනීම වැදගත්ය. අනාත්මය යනු එහි කාර්යය
ඉටු කරන තෙක් සුදුසු විට භාවිත කළ යුතු මෙවලමකි. ඉලක්කය
වන්නේ දුකින් නිදහස් වීම සාක්ෂාත් කර ගැනීම වන අතර, එසේ

⁶⁷ බුද්දක නිකාය, උදාන, (නෘතීය) නිර්ව සූත්‍රය

කිරීමට අවසානයේදී තෘෂ්ණාව පමණක් නොව නිවැරදි දෘෂ්ටියද මාර්ගයද අත්හැරිය යුතුය. එතෙක් කල් මාර්ගයේ පියමන් කිරීම මිස, එලය මාර්ගය සමඟ පටලවා ගැන්ම ඉමහත් බාධකයක් විය හැක.

භේතුවෙන්-හටගැන්ම හැදෑරීම

දැක්මේ ක්‍රම තුන හරහා ප්‍රායෝගික ප්‍රවේශයක්

මේ භේතුවෙන්-හටගැන්ම (පටිච්චසමුප්පාදය) ගැඹුරුයි. ගැඹුරු දැකුම් ඇත්තේද වෙයි. ආනන්දය, මේ ධර්මය නොදැනීම භේතුවකොට ගෙන, හොඳින් අවබෝධ නොකිරීම භේතුව කොටගෙන මේ සත්ව සමුහයා කපා අවුල් කර දමනලද රෙදි වියන්නන්ගේ නූල් කැටියක් මෙන් අවුල්වී, කුරුළු කුඩුවක් මෙන් ගෙනී, තණ බිස්සක් මෙන් පැටලී සැපයෙන් පහවූ බැවින් අපාය නම්වූ නපුරු ගනී ඇත්තාවූ දුක් ඇත්තාවූ සසර නොයික්මවයි.⁶⁸

භේතුවෙන්-හටගැන්ම (පටිච්චසමුප්පාදය) හෝ එය සාමාන්‍යයෙන් හඳුන්වන පරිදි භේතුවල වාදය, පාලි පෙළ පොතෙහි ඇති සංකීර්ණතම සංකල්පය ලෙස තර්ක කළ හැක. විද්වතුන් සහ යෝගාවචරයන් මෙම සංකීර්ණතාවය පැහැදිලි කිරීමේ උත්සාහයේදී විවිධ විධික්‍රම අනුගමනය කර ඇත. බුද්ධසෝඡ හිමියන් විසින් විසුද්ධි මාර්ගයෙහි දක්වා ඇති සම්ප්‍රදායික ත්‍රිපීචිත විග්‍රහය,⁶⁹ ඥානචීර හිමි,⁷⁰

⁶⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *දීඝ නිකාය, මහානිදාන සූත්‍රය* (සංශෝධිත)

⁶⁹ බුද්ධසෝඡ හිමි (tipitaka.lk). *විසුද්ධි මාර්ගය*, XVII පරිච්ඡේදය

⁷⁰ Nāṇavīra Thera. *Notes on Dhamma, A Note on Paṭiccasamuppāda*, 1960-1965, pp. 13-38

කටුකුරුන්දේ ඥානානන්ද හිමි,⁷¹ සහ ටානිස්සරෝ හිමි⁷² මෙන්ම නූතන විචාරකයන්ගේ අදහස්ද මෙයට ඇතුළත් වේ.

පවතින සියලුම අර්ථ කථන මූලාශ්‍ර ලෙස සූත්‍ර භාවිත කළද පෙළෙහි දක්නට ලැබෙන හේතුවෙන්-හටගැන්මේ ප්‍රභේදවල වෙනස්කම් සමථයකට පත් කිරීමට අපොහොසත් වන බව පැහැදිලි කරුණකි. එසේම ඒ අර්ථ කථන හේතුවෙන්-හටගැන්ම තේරුම් ගැනීමට න්‍යායාත්මක විග්‍රහයක් සපයනු මිස යෝගාවචරයන්ට එළඹීම මොහොත තුළ එය ‘දැකීම’ (සන්දිට්ඨික) සඳහා තම භාවනාවේ යෙදිය හැකි ප්‍රායෝගික රාමුවක් සපයන්නේ නැත.

පාලි පෙළ පොතෙහි හේතුවෙන්-හටගැන්ම දක්නට ලැබෙන බහුතර අවස්ථාවන්හි පළමු අංගය වන්නේ අවිද්‍යාවයි. එසේ වුවද, ෂඩායතනයන්ගෙන් සහ නාමරූපයෙන් ආරම්භ වන අවස්ථා සැලකිය යුතු සංඛ්‍යාවක්ද දක්නට ලැබේ.⁷³ එබැවින්, සූත්‍ර මත පදනම් වූ හේතුවෙන්-හටගැන්ම විග්‍රහයකදී ඒවායෙහි අර්ථ දක්වා ඇති විවිධ ක්‍රම සඳහා සතුටුදායක පැහැදිලි කිරීමක් කළ යුතුය. පවතින ප්‍රචලිත අර්ථ කථන කිසිවක් එසේ නොකරයි.

මෙම ප්‍රයත්නයේදී, හේතුවෙන්-හටගැන්මේ සමහර සූත්‍රවල දැක්වෙන වෙනස් අනුපිළිවෙළවල් සඳහා ගැළපෙන පැහැදිලි

⁷¹ කටුකුරුන්දේ ඥානානන්ද හිමි. පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය - ප්‍රස්තකාල මුද්‍රණය, 2016, 10 වන පිට

⁷² Thānissaro Bhikkhu. *The Shape of Suffering: A Study of Dependent Co-arising*, pp. 15-73

⁷³ හේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳ යෙදීම් ඇති සූත්‍ර විශ්ලේෂණයකට උපග්‍රන්ථය, හේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම් පරික්ෂා කරන්න.

කිරීමක් සහ එමගින් ව්‍යුත්පන්න කළ හැකි පැහැදිලි මග පිළිවෙතක් සපයන රාමුවක් ඉදිරිපත් කෙරේ. දැක්මේ ක්‍රම තුන ලෙස මෙහි හැඳින්වෙන මෙම රාමුව, හේතුවෙන්-හටගැන්ම බෞද්ධ ධර්මයේ ඇති අපැහැදිලි සංකල්පයක් නොවන ආකාරයත්, ධර්මය දැකීමට භාවනාවේදී අප දියුණු කළ යුතු උපාය මාර්ගවලට කේන්ද්‍රීයවන බවත් පෙන්වා දෙයි.

හේතුවෙන්-හටගැන්ම අපගේ භාවනා පුහුණුවට සම්බන්ධ වන ආකාරය අවබෝධ කර ගැනීමේ රාමුවක් ලෙස මෙම දැක්මේ ක්‍රම තුන මූලික වශයෙන් විස්තර කර ඇත්තේ සංයුත්ත නිකායේ ඇති කිංසුකෝපම සූත්‍රය මගිනි. එහි දී, හික්ෂුවක් තම ඇසුරෙහි සිටි හික්ෂුණ්ගෙන් තම දැක්ම පිරිසිදු කර ගන්නේ කෙසේදැයි විමසන අතර, එක් එක් හික්ෂුව උන්වහන්සේට විවිධ පිළිතුරු ලබා දෙයි:

එකල්හි එක්තරා හික්ෂුවක්, තවත් එක්තරා හික්ෂුවක් යම් තැනකද, එතැනට පැමිණියේය. පැමිණ, ඒ හික්ෂුවට, ඇවැත්නි, හික්ෂුවගේ දැකීම කොපමණකින් පිරිසිදු වූවක් වේදැයි, ඇසුවේය. ඇවැත්නි, යම් තැනක පටන් මහණනෙම ස්පඨායනන සයදෙනාගේ පහළවීමද විනාශවීමද තත්වු පරිද්දෙන් දනීද, ඇවැත්නි, මෙපමණකින් හික්ෂුවගේ දඹිනය (සෝවාන් මාභීය) පිරිසිදු වූයේයයි කීය.

ඉක්බිති හික්ෂුනෙම, ඒ හික්ෂුවගේ ප්‍රශ්න විසඳීමෙන් අසතුටුවූයේ තවත් හික්ෂුවක් කරා පැමිණියේය. පැමිණ, ඒ හික්ෂුවගෙන්, ඇවැත්නි, කොපමණකින් හික්ෂුවගේ දඹිනය පිරිසිදු වූයේ වේදැයි, ඇසීය. “ඇවැත්නි, යම් කාලයක පටන් හික්ෂුව උපාදානස්කඤ්ඤා පස්දෙනාගේ පහළවීමද විනාශවීමද තත්වු පරිද්දෙන් දනීද, ඇවැත්නි, එපමණකින් හික්ෂුවගේ දඹිනය පිරිසිදු වූයේ වේයයි, කීය.

ඉක්බිති ඒ භික්ෂුවගේ ප්‍රශ්න විසඳීමෙන් අසතුටු වූ භික්ෂු තෙම අනෙක් එක්තරා භික්ෂුවක් කරා පැමිණියේය. පැමිණ, ඇවැත්නි, කොපමණකින් භික්ෂුවගේ දඬනය පිරිසිදු වූයේ වේදැයි, ඒ භික්ෂුවගෙන් ඇසීය. “ඇවැත්නි, යම් තැනක පටන් භික්ෂුව සතර මහා භූතයන්ගේ පහළවීමද විනාශවීමද තන්වූ පරිද්දෙන් දැනිද ඇවැත්නි, මෙපමණකින් භික්ෂුවගේ දඬනය පිරිසිදු වෙයි, කීය.⁷⁴

විවිධ පිළිතුරුවලින් ව්‍යාකූල වූ භික්ෂුව බුදුරදුන් වෙත වැඩම කරයි. බුදුන් වහන්සේ එක් එක් භික්ෂුව තම දැක්ම පිරිසිදු කිරීමට විවිධ ක්‍රම ගැන කථා කළ ආකාරය පිළිබඳව පැහැදිලි කිරීමට, එකම ගසක් වුවද, විවිධ අය වෙනස් ලෙස විස්තර කළ හැකි කැල ගසේ උපමාව භාවිත කරයි.

එම සූත්‍රයෙහි සඳහන් වන 1) ෂඩායතන (එස්සායතන හෝ සළායතන); 2) පංචස්කන්ධ (උපාදානක්ඛන්ධ හෝ ඛන්ධ); සහ 3) සතර මහා ධාතු (මහාභූත) යන තේමා හට ගැන්ම සහ නැසීම අවබෝධ කර ගැනීම දැක්මේ ක්‍රම තුන ලෙස හඳුන්වමි. මෙම ක්‍රම විභේදනය පෙළෙහි වෙනත් තැන්වල ද දක්නට ලැබෙන අතර,⁷⁵ ඒවා විමර්ශන කිරීමේ විධි ලෙස ඉදිරිපත් කර ඇත.⁷⁶

⁷⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සළායතන සංයුත්තය, කිංසුකොපම සූත්‍රය

⁷⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, සත්තච්චාන සූත්‍රය

⁷⁶ සංයුත්ත 22:57 හි ඇති හේතුවෙන්-හටගැන්ම අනුව ස්කන්ධ ආකාරය විමර්ශන ක්‍රමයට අනුරූප වේ, දේශනය ලබා දී ඇත්තේ ස්කන්ධ සන්දර්භය තුළ මෙන්ම සමස්ථ එකතුවේ (ඛන්ධ සංයුත්ත) කොටසක් වන බැවිනි.

බුදුරදුන් දැක්ම පිරිසිදු කිරීම, ධර්මය දැකීම හා ප්‍රථම මාර්ග ඵලය වන සෝවාන් ඵලය (සෝතාපන්න) සමඟ සම කළ සේක.⁷⁷ තවත් අවස්ථාවකදී උන්වහන්සේ “යමෙක් හේතුවෙන්-හටගැන්ම දකිද, හෙතෙම ධර්මය දකී. යමෙක් ධර්මය දකිද හෙතෙම හේතුවෙන්-හටගැන්ම දකීය”⁷⁸ යැයිද පවසා ඇත. එබැවින් දැක්මේ ක්‍රම තුන සෝවාන් ඵලය සඳහා මාර්ග පමණක් නොව හේතුවෙන්-හටගැන්ම අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා රාමු තුනක් ලෙසද සැලකිය හැකිය.

මෙම දැකීමේ ආකාර, හේතුවෙන්-හටගැන්මට මීටත් වඩා ගැඹුරු සම්බන්ධතාවයක් ඇති බව පෙන්විය හැක. ඒ ඒ යෝගාවචරයාගේ සමථ සහ විදර්ශනා (විපස්සනා) කුසලතාවල මට්ටම අනුකූලවූ වඩාත් සුදුසු නිශ්චිත ක්‍රමයක් ඇති බවට සාක්ෂි සොයාගත හැකිය. පළමුවෙන්ම හේතුවෙන්-හටගැන්මේ ක්‍රියාවලියේ අංග සහ විශේෂයෙන් ස්පර්ශයෙහි කේන්ද්‍රීයත්වය පිළිබඳව ගැඹුරින් සොයා බලමු.

⁷⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංග්‍රහිත නිකාය, නිදාන සංග්‍රහිතය, පච්චය සූත්‍රය

⁷⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහා භන්ටීපදොපම සූත්‍රය (සංඝෝධිත)

ස්පර්ශයේ කේන්ද්‍රියත්වය

සියලුම සංසිද්ධි (ධම්ම) ස්පර්ශය (ඵස්ස) හේතුවෙන් භටගන්තා බව කියනු ලැබේ.⁷⁹ එබැවින් ෂඩායතන, ස්කන්ධ හෝ ධාතුවල ඇතිවීම සහ නැතිවීම අවබෝධ කර ගැනීමට උත්සාහ කිරීමේදී ස්පර්ශයට අවධානය යොමු කිරීම සුදුසු වේ. ස්පර්ශයේ කේන්ද්‍රිය බව වේදනාව, චේතනාව, සහ සංඥාව සඳහා එය පූර්ව අවශ්‍යතාවය වීමත්, විඤ්ඤාණය ඒ සියල්ලටම බැඳී පවතින ආකාරයත් සලකා බලන විට පැහැදිලි වේ.

මහණෙනි, ස්පර්ශ කරන ලද්දේ විඳියි. ස්පර්ශ කරන ලද්දේ විධානය කරයි. ස්පර්ශ කරන ලද්දේ හඳුනයි.⁸⁰

ඇවැත්නි, යම් වේදනාවක් වේද, යම් සංඥාවක් වේද, යම් විඤ්ඤාණයක් වේද මේ ධර්මයෝ එක්ව පවත්නාහුය... යමක් විඳිද එය හඳුනයි යමක් හඳුනාද එය විශේෂයෙන් දනියි.⁸¹

මෙයින් කියවෙන්නේ ඉහත සඳහන් ඕනෑම සංසිද්ධියක් තිබීමෙන් අදහස් වන්නේ අනෙක් ඒවාද පවතින බවය. එසේම එකක්

⁷⁹ බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක මාලාව (tipitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, දසක නිපාතය, මූලක සූත්‍රය

⁸⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සළායතන සංයුත්තය, දුතිය ද්වය සූත්‍රය

⁸¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහා වේදල්ල සූත්‍රය

නොමැති නම් අනෙක් ඒවාද නොමැති බවත්ය. හේතුවෙන්-
 හටගැන්ම ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය වන “මෙය/එය සම්බන්ධය”
 (ඉද්දපච්චයනා, “මෙය වූ විට, එය වේ... මෙය නොවන විට, එය
 නොවේ.”) නම් වූ මූලධර්මය මෙයයි.⁸² ස්කන්ධ සියල්ලේම
 මූලාරම්භයට ස්පර්ශය පාදක වන බව සලකා බලන විට එහි
 කේන්ද්‍රීයත්වය තවදුරටත් පැහැදිලි වේ:

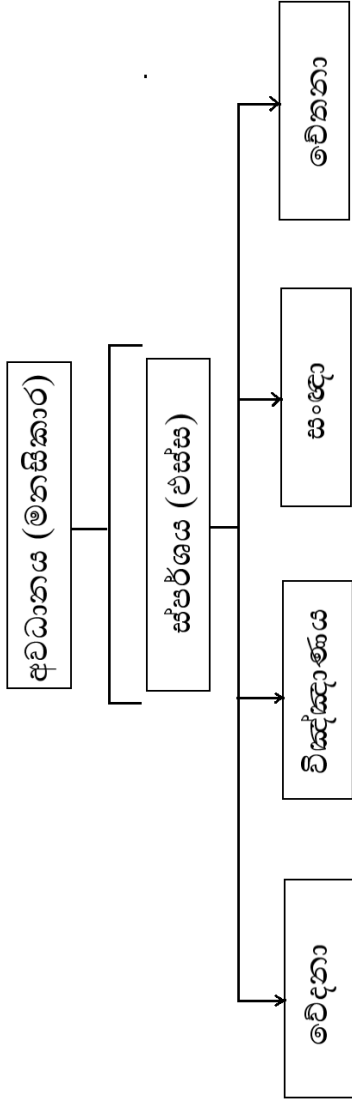
*කබලිංකාර ආහාරය හේතුකොට ගෙන රූපයන්ගේ පහළවීම වෙයි. ...
 ... ස්පර්ශ හේතුවෙන් වේදනාවන්ගේ උත්පත්තියවේ. ...
 ... ස්පර්ශය හේතුකොට ගෙන සංඤාවන්ගේ උත්පත්තියවේ.
 ... ස්පර්ශය හේතුකොට ගෙන සංස්කාරයන්ගේ හටගැනීම වෙයි. ...
 ... නාම රූප හේතුකොට ගෙන විඤ්ඤාණයාගේ පහළවීම වෙයි.⁸³*

ස්පර්ශය ආහාර වර්ගයක් වන අතර නාමයෙහි—පහත අර්ථ
 දක්වා ඇති පරිදි—ස්පර්ශයද ඇතුළත් වේ. හේතුවෙන්-හටගැන්ම
 අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා අප ස්පර්ශ ස්ථානය කෙරෙහි අවධානය
 යොමු කළ යුත්තේ මන්දැයි මෙයින් පෙනේ.⁸⁴ සංසිද්ධිවලට
 අවධානය මූලාරම්භය වන බවද මෙයින් පැහැදිලි වේ.⁷⁴

⁸² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *බුද්දක නිකාය, උදාන, දුතිය බොධි සූත්‍රය*

⁸³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, උපාදාන සූත්‍රය*

⁸⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, රාග සූත්‍රය*



දැන් අපි, නාම-රූප, විඤ්ඤාණය, සංස්කාර (සංඛාර) සහ අවිද්‍යා (අවිජ්ජා) යන අංගවලට ලබා දී ඇති නිර්වචන ඇතුළත් හේතුවෙන්- හටගැනීමේ ඛණ්ඩ භාවිතවන අනුපිළිවෙළ දෙස බලමු:

මහණෙනි, අවිද්‍යාව නිසා සංස්කාරයෝද, සංස්කාර නිසා විඤ්ඤාණයද, විඤ්ඤාණය නිසා නාමරූපද, නාමරූප නිසා ෂඩායතනයද, ෂඩායතන නිසා ස්පර්ශයද, ස්පර්ශය නිසා වේදනාවද, වේදනාව නිසා තෘෂ්ණාවද, තෘෂ්ණාව නිසා උපාදානයද, උපාදානය නිසා භවයද, භවය නිසා උප්පත්තියද, උප්පත්තිය නිසා ජරා, මරණ, ශෝක, පරිදේව, දුක, දොම්නස් සහ උපායාසයද ඇති වෙත්. මෙසේ මේ සියලු දුක් ගොඩ ඇතිවීම වෙයි.

...

මහණෙනි, නාමය සහ රූපය නම් කවරක්ද? වේදනාව, සංඥාව, චේතනාව, ස්පර්ශය සහ මනසිකාරය යන මෙය නාමයයි කියනු ලැබේ. සතර මහා භූතයින් සහ සතර මහාභූත සමූහය නිසා පවත්නා රූපය යන මෙය රූපයයි කියනු ලැබේ. මහණෙනි, මෙසේ ඒ නාමයද මේ රූපයද නාම රූපයයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, විඤ්ඤාණය නම් කවරක්ද? මහණෙනි, චක්ඛු විඤ්ඤාණය, යෝනවිඤ්ඤාණය, සානවිඤ්ඤාණය, ජීවිහා විඤ්ඤාණය, කාය විඤ්ඤාණය සහ මනෝ විඤ්ඤාණයයි මේ විඤ්ඤාණ සමූහයෝ සදෙනෙකි. මහණෙනි, මෙය විඤ්ඤාණ යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, සංස්කාර නම් කවර්ද? මහණෙනි, කාය සංස්කාර, වචි සංස්කාර සහ මනෝ සංස්කාර යයි මේ සංඛාර තිදෙනෙකි. මහණෙනි, මොවුහු සංඛාරයෝ යයි කියනු ලැබෙත්.

මහණෙනි; අවිද්‍යාව නම් කවර්ද? මහණෙනි, යම් දුක නොදැනීමක්, දුකට හේතුව නොදැනීමක්, දුක නැති කිරීම නොදැනීමක්, දුක් නැති කිරීමේ මාර්ගය නොදැනීමක් වේද, මහණෙනි; මෙය අවිද්‍යාව යයි කියනු ලැබේ.⁸⁵

කාය, වච්චි සහ මනෝ සංස්කාරවල සංසටක වෙනත් තැනක සඳහන් වේ:

“ආයතීවෙනි, කාය සංස්කාරය කවර්ද? වච්චි සංස්කාරය කවර්ද? මනෝ සංස්කාරය කවර්ද?”

“ආශ්වාස ප්‍රශ්වාසයෝ කාය සංස්කාරයෝයි විතර්ක විචාරයෝ වච්චි සංස්කාරයෝ වෙන්. සංඥාවත්, වේදනාවත් මනෝ සංස්කාරයයි.”⁸⁶

වේදනාව තෘෂ්ණාවට පෙර සහ ස්පර්ශයට පසුව තිබෙන්නා සේම, නාම රූප තුළ මෙන්ම සංස්කාර (මනෝ සංස්කාර ලෙස) තුළද තිබේ. නාමයේ සංසටකයක් වන අවධානය (මනසිකාර) අවිද්‍යාවටද සම්බන්ධය. මෙයට හේතුව අවිද්‍යාව නුසුදුසු අවධානයට (අයෝනිසෝ මනසිකාර)—සුදුසු ලෙස ඵලභී මොහොතට අවධානය යොමු නොකිරීමට (“ඔහු සුදුසු ලෙස අවධානය යොමු කරයි, මෙය

⁸⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, විහබ්ග සූත්‍රය (සංගෝධිත)

⁸⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, චූළ වේදල්ල සූත්‍රය (සංගෝධිත)

දුකය ... දුකට හේතුවයි ... දුක නැතිවීමයි ... දුක නැති කිරීමේ මාර්ගයයි.”⁸⁷—සමාන වීමයි.

යෝනිසෝ මනසිකාර යන පාලි පදයේ නිරුක්ති මූලය සැලකුවොත් ‘යෝනි’ යනු උපන් ස්ථානයයි.⁸⁸ ඒ අනුව යෝනිසෝ මනසිකාර වචනාර්ථයෙන් අදහස් වන්නේ ‘උත්පත්ති ස්ථානයට අවධානය’ යන්නයි. මෙයින් අදහස් වන්නේ සියලු සංසිද්ධීන්ට හේතුවන ස්පර්ශ ස්ථානයට අවධානය යොමු කිරීමයි.

හේතුවෙන්-භටගැන්මයෙහි මේ සංසිද්ධීන් එකක් හෝ කිහිපයක් නැතිව අනෙක් ඒවා පැහැදිලිව සඳහන් කර ඇති අවස්ථා ඇති බැවින් මෙය සිහියෙහි තබා ගත යුතු වැදගත්ම කරුණකි. එම අවස්ථා වලදී, නැති අංග අධ්‍යාභෘත විය යුතුය. මෙයට හේතුව අප දැක ඇති පරිදි, ඇතැම් සංසිද්ධීන් සමගාමීව භට ගන්නා බවට සූත්‍ර තුළ සාක්ෂි ඇති නිසාය. සංස්කාර අංගයේදී විඤ්ඤාණය, ස්පර්ශය සහ චේතනාවද ස්පර්ශය සහ චේදනා අංග අතර අවධානය (මනසිකාර), විඤ්ඤාණය, චේතනාව සහ සංඥාවද අධ්‍යාභෘතව පවතියි.

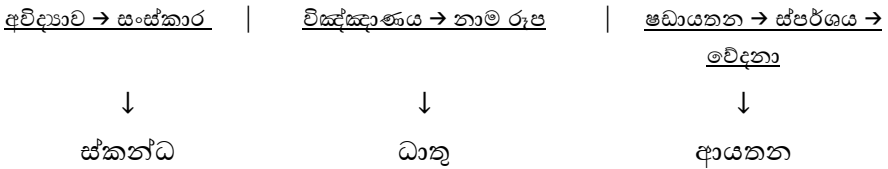
හේතුවෙන්-භටගැන්මේ ස්පර්ශය පවතින ස්ථාන තුන හඳුනා ගැනීමෙන්, අපට “දැක්මේ ක්‍රම” තුනක් හඳුනාගත හැකිය. ධාතු ප්‍රකාශිතව සඳහන් කර ඇති එකම අවස්ථාව නාමරූප නිසා එය යටතේ ඇති ස්පර්ශය “ධාතු ක්‍රමයට” අනුරූප වේ. ඒ හා සමානවම, ඡධායතනයට යාබද ස්පර්ශය “ආයතන ක්‍රමයට” අනුරූප වේ.

⁸⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, සබ්බසව සූත්‍රය

⁸⁸ කටුකුරුන්දේ ඥානානන්ද හිමි. ස්පර්ශයේ ආශ්වර්සය. 2016, 7 වන පිට

අවසාන වශයෙන්, පසුව පැහැදිලි කෙරෙන පරිදි, සංස්කාරවලට සියළු ස්කන්ධයන් ඇතුළත් වන බැවින් එහි ස්පර්ශය පවතින බව ඇඟවේ. මෙය “ස්කන්ධ ක්‍රමයට” අනුරූප වේ.

දැක්මේ විධි සහ හේතුවෙන්-හටගැන්මේ නිශ්චිත ස්ථාන අතර මෙම සම්බන්ධතාවය වැදගත් වන්නේ එයින් නිදහස් වීමට අවශ්‍ය ප්‍රායෝගික ක්‍රියාවලිය එයින් පැහැදිලි කෙරෙන බැවිනි. මෙය සිදු කරනු ලබන්නේ උක්ත ක්‍රියාවලියේ තණ්හාවට පෙර ඇති අංග, සවිඤ්ඤාණ අත්දැකීම් ලැබීමේදී පහත සඳහන් ක්‍රම තුනට වෙන් කිරීමෙනි:



වෙනත් ආකාරයකින් කිවහොත්, තණ්හාව මූලිනුපුටා දැමීමට සහ හේතුවෙන්-හටගැන්මේ ක්‍රියාවලිය අවබෝධ කර ගැනීමට, වෙනස්වූ මාර්ග තුනක් තිබේ. ඒවා නම්:

ස්කන්ධ (බන්ධ) ක්‍රමය:
 අවිද්‍යාව → සංස්කාර → විඤ්ඤාණය → ... → තණ්හාව → ... → දුක.

ධාතු ක්‍රමය, හෝ:
 විඤ්ඤාණය ↔ නාම රූප → තණ්හාව → ... → දුක.

ආයතන ක්‍රමය (සළායතන):

ෂඩායතන → ස්පර්ශය → වේදනා → තණ්හාව → ... → දුක.

දැක්මේ ක්‍රම තුනේම ප්‍රකාශිතව හෝ අධ්‍යාභ්‍යව අවධානය (මනසිකාථ), විඤ්ඤාණය, ස්පර්ශය, වේදනාව, සංඤාව සහ චේතනාව ඇතුළත් වේ. දැන් නිරවද්‍යභාවය තහවුරු කරගැනීම සඳහා පෙළෙහි මූලාශ්‍ර භාවිත කරමින් වඩාත් විස්තරාත්මකව එක් එක් ක්‍රමය ගැඹුරින් විශ්ලේෂණය කරමු.

ආයතන ක්‍රමය: සමථය සහ විදර්ශනාව යුගනන්ද ලෙස

හේතුවෙන්-හටගැන්මේ සම්ප්‍රදායික අර්ථ නිරූපණයෙහි සාමාන්‍යයෙන් දක්නට ලැබෙන සංසටක අනුපිළිවෙළ අතීත, වර්තමාන, සහ අනාගත ලෙස ජීවිත තුනකට වෙන් කරයි. අවිද්‍යාව සහ සංස්කාර යනු පෙර ආත්මයේ චේතනාත්මක ක්‍රියාව වන කර්මයි. එය වර්තමාන ජීවිතයේ විඤ්ඤාණය, නාම රූපය, ෂඩායතන, ස්පර්ශ සහ වේදනාවන්ට හේතු වෙයි. තණ්හාව, ඇලීම (උපාදාන) සහ හටගැන්ම (භව) වර්තමාන ජීවිතයේ කර්මයන් වන අතර එය ඊළඟ ජීවිතයේ ඉපදීමට (ජාති) හේතු වේ.

අවිද්‍යාව → ... → ඡායාතන → ස්පර්ශය → ... → හටගැන්ම → ඉපදීම → ... → දුක

අතීත ජීවිතය

වර්තමාන ජීවිතය

අනාගත ජීවිතය

සංස්කාර ප්‍රණාමය (පුඤ්ඤාභි), පාපමය (අපුඤ්ඤාභි) හෝ අකම්පිත (ආනෝඤ්ඤාභි) ලෙස අපට සමහර විට දක්නට ලැබෙන විකල්ප නිර්වචනයකි. මේවා පුද්ගලයාගේ කර්මයේ ස්වභාවයට අනුරූප වන අතර එමඟින් එම මට්ටමට සරිලන විඤ්ඤාණය හට ගැනේ.⁸⁹ පළමු අංගය වන අවිද්‍යාවෙන් බැඳුණු කර්මය සහ විඤ්ඤාණය අනාගතයේ හටගැන්ම (භව) සඳහා පූර්ව අවශ්‍යතා ලෙස විස්තර කර ඇති නිසා,⁹⁰ සංස්කාර පෙර ජීවිතයේ කර්ම ලෙස සැලකිය හැකිය.

මහානිදාන සූත්‍රයෙහි⁹¹ විඤ්ඤාණය මච්ඡාසට බැස ගැනීම නාමරූප හැඩගැස්වීමට අවශ්‍ය බව ප්‍රකාශිතවම තිබේ. වෙනත් තැනක, ඡායාතන පෙර කර්ම ලෙසත් තණ්හාව සමඟ බැඳී ඇති ක්‍රියාවන් නව කර්ම ලෙසත්⁹² විස්තර කර ඇත. මෙයින් සම්ප්‍රදායික විග්‍රහය වර්තමාන ජීවිතයේ හේතුවෙන්-හටගැන්ම නවතා ගැනීමේ එකම ක්‍රමය ලෙස ආයතන ක්‍රමය හඳුන්වන බව පෙන්වයි.

⁸⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, පරිච්ඡේදමාන සූත්‍රය
⁹⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නික නිපාතය, භව පඤ්ඤා සූත්‍රය
⁹¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). දීඝ නිකාය, මහානිදාන සූත්‍රය
⁹² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සලායතන සංයුත්තය, කම්ම සූත්‍රය

හේතුවෙන්-හටගැන්මෙන් පුනර්භවය සිදුවන ආකාරය ගැන දැන ගැනීම ප්‍රයෝජනවත් වුවත්, ධර්මය එළඹී මොහොතේ අවබෝධ වන දෙයක් නිසා, අපගේ අවධානය එයට යොමු වනු ඇත.

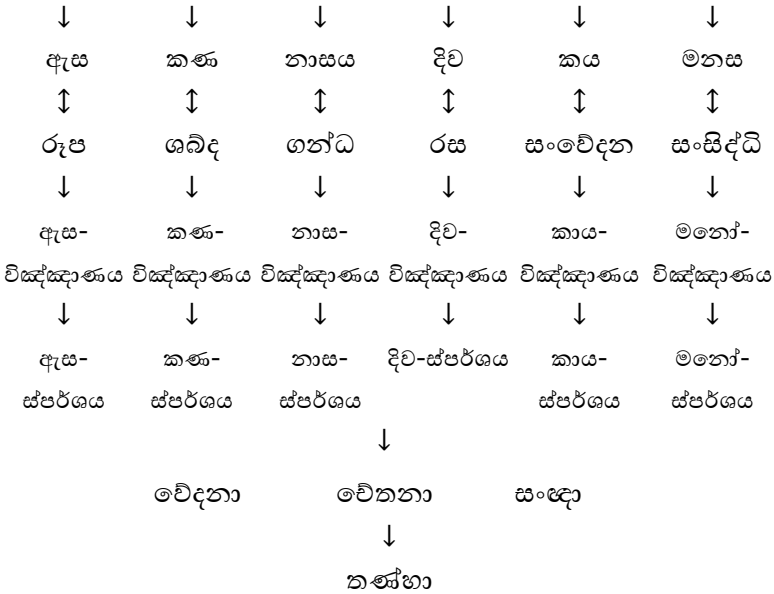
සූත්‍රයන්හි වඩාත් සුලභව දක්නට ලැබෙන හේතුවෙන්-හටගැන්මේ අංග අනුපිළිවෙළ අවිද්‍යාවෙන් ආරම්භව එතැනින්ම හේතු එල දාමය කඩා දැමීමක් ලෙස විස්තර කරයි. සම්ප්‍රදායික නිර්වචනය අනුගමනය කරන්නේ නම් වර්තමාන මොහොතේ මෙය කළ නොහැක. මන්ද යත් අවිද්‍යාව යනු පෙර ජීවිතයක කළ ක්‍රියාවක් නිසාය. ඒ වෙනුවට, සූත්‍ර සමහරක සඳහන් වන ෂඩායතනයන්ගෙන්⁹³ ආරම්භ වන ප්‍රභේදය ආයතන ක්‍රමය සඳහා යෝග්‍ය පසුබිම වේ:

ෂඩායතන → ස්පර්ශය → වේදනා → තණ්හාව → ... → දුක

කලින් සඳහන් කළ සූත්‍රවලින් ආයතන ක්‍රමයට සම්බන්ධ ක්‍රියාවලිය පහත දැක්වෙන ලෙස දාග්‍යකරණය කළ හැක:

⁹³ අදාළ යෙදීම් ඇති සූත්‍රවලට උපග්‍රන්ථය, හේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම් පරීක්ෂා කරන්න.

අවධානය (මනසිකාර)



මහාසලායනනික සූත්‍රය ආයතන ක්‍රමයේදී විදර්ශනාව සහ සමථය සමගාමීව දියුණු වන බව සඳහන් කරයි (“ඕභට සමථයද විදර්ශනාවද යන මේ ධර්ම දෙක යුගන්ධවුවාහු (එක්ව) පවතිත්.”)⁹⁴ පෙළෙහි යුගනන්දව සමථය සහ විදර්ශනාව වැඩුම් කළ හැකි ලෙස සඳහන් කරන එකම සූත්‍රය වන මෙය, සමථ සහ විදර්ශනා කුසලතා දියුණු කළ හැකි ආකාර තුනෙන් එකක් වන බව පැහැදිලිව සඳහන් කරයි:

⁹⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහාසලායනන සූත්‍රය

ඇවැත්නි, නැවතද මහණනෙම සමථය හා විදර්ශනාව සම සමච වඩයි. සමථය හා විදර්ශනාව සම සමච වඩන ඔහුට මාර්ගය හැඳිනේ. හෙතෙම ඒ මාර්ගය සේවනය කරයි. වඩයි. බහුල වශයෙන් කරයි. ඒ මාර්ගය ආසේවනය කරණ, වඩන, බහුල වශයෙන් කරණ ඔහුට සංයෝජනයෝ ප්‍රහීන වෙත්. අනුශය කෙලෙස් කෙළවර වේ.⁹⁵

අනෙක් දෙවිධිය අප පසුව දක්නා පරිදි අනෙක් ක්‍රම දෙකට අනුරූප වේ. ෂඩායතන මට්ටමින් විදර්ශනාවට ඉන්ද්‍රිය සංවරය පූර්වගාමී වන අතර පැහැදිලිවම මෙම ක්‍රමය සඳහා එය අත්‍යවශ්‍ය වේ.

ඇසින් රූපයක් දැක මහසටහන් වශයෙන් ගන්නෝ නොවේ. කුඩා සටහන් වශයෙන් ගන්නෝ නොවේ. යමක් හේතු කොටගෙන මේ වක්ඛු ඉඤ්ඤියෙහි සංවර රහිතව වාසය කරන්නහුට ලෝභ ද්වේෂ යන ලාමක වූ අකුසල ධර්මයෝ ලුහුබඳනාහු නම් එය සංවර කිරීම පිණිස පිළිපදිවී...

කනෙන් ශබ්දයක් අසා ...

නාසයෙන් ගන්ධයක් ආසාණයකොට ...

දිවෙන් රසයක් විඳ ...

කයින් ස්පර්ශයක් කොට ...

සිතීන් ධර්මයක් දැන ...⁹⁶

⁹⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපාතය, යුගනද්ධ සූත්‍රය

⁹⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සලායතන සංයුත්තය, භාරද්වාප සූත්‍රය

ඉන්ද්‍රිය සංවරය ක්‍රමානුකූල පිළිවෙතේ (අනුපුබ්බපට්ඨපදා) වඩා ගැඹුරට ගමන් කිරීමට පියවරක්⁹⁷ ලෙස සලකා බැලීමේදී, එය පැහැදිලිවම ආයතන ක්‍රමයට පමණක් සීමා වූවක් නොවන බව පෙනේ. සියලු දැක්මේ ක්‍රමයන්ට පොදුවන කයට අනුව සිහිය පැවැත්වීම (කායගතාසනී) ස්ථාවර ඉන්ද්‍රිය සංවරයක් සඳහා පූර්ව අවශ්‍යතාවයක් ලෙස විස්තර කර ඇති ආකාරය මගින් මෙය සනාථ වේ.⁹⁸

ඉන්ද්‍රිය සංවරයේ වඩාත් තීව්‍රව යෙදීම මගින් ආයතන ක්‍රමය අනෙක් ක්‍රමවලින් වෙන් වේ. මෙම ක්‍රමය තුළින් සෝවාන් ඵලය සාක්ෂාත් කිරීමට ඡඩායතනයන්ට අනාත්ම සංඥාව (අනන්තසංඥා) යෙදිය යුතුය. එම පිළිවෙත ස්වකියයැයි-හැඳින්වීම නැවැත්වීමට තුඩු දෙයි.^{99,100} ඡඩායතනයන්ට සම්බන්ධ ස්පර්ශයේ ඇතිවීම හා නැතිවීම දැකීමේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ප්‍රථම මාර්ග ඵලයට පැමිණේ.

ඡඩායතන → ස්පර්ශය → චේදනා → තණ්හාව → ... → දුක

මෙලෙස විදර්ශනාව වැඩීමට සමාධිය¹⁰¹ අවශ්‍ය වුවද, එහි අවශ්‍ය මට්ටම පිළිබඳ විස්තරයක් පෙළෙහි දක්නට නොලැබේ. මේ නිසා,

⁹⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). දීප නිකාය, සාමඤ්ඤ ඵල සූත්‍රය
⁹⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සලායතන සංයුත්තය, ඡප්පාණක සූත්‍රය
⁹⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සලායතන සංයුත්තය, ගිලාන සූත්‍රය
¹⁰⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, ඡජක්ක සූත්‍රය
¹⁰¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, සලායතන සංයුත්තය, සමාධි සූත්‍රය

මෙම ක්‍රමය තුළින් සෝවාන් වීමට ධ්‍යාන මට්ටමේ සමාධියක් අවශ්‍යද යන්න අපැහැදිලිය.

අර්භන්වය සඳහා, ආයතන ස්පර්ශයේදීම වහාම අනාත්ම සංඥාව යෙදීමෙන් අකුසල ධර්මයන් කිසිසේත් ඇති නොවෙන මට්ටමකට මෙම පරිචය දියුණු වෙන බව අනුමාන කළ හැක:

බාහියය, යම් කලෙකැහි යම් හේතුවෙකින් නොපට දක්නා ලද්දෙහි දක්නා ලද පමණක් වන්නේ ද, අසන ලද්දෙහි අසන ලද්ද පමණක් වන්නේ ද, දන්නා ලද්දෙහි දන්නා ලද්ද පමණක් වන්නේ ද, විශේෂයෙන් දන්නා ලද්දෙහි විශේෂයෙන් දන්නා ලද්ද පමණක් වන්නේ ද, එකල්හි ඒ හේතුවෙන් තෝ ඒ හා නො බැඳුණු නැනැත්තෙක් (වන්නෙහි ය). බාහියය, යම් කලෙකැහි යම් හේතුවෙකින් තෝ ඒ හා නොබැඳුණු නැනැත්තෙක් වන්නෙහි ද, එකල්හි ඒ හේතුවෙන් තෝ එහි නො බැඳුණු නැනැත්තෙක් (වන්නෙහි) ය. යම් කලෙකැහි යම් හේතුවෙකින් බාහිය ය, තෝ එහි නො බැඳුණු නැනැත්තෙක් වන්නෙහි ද, එකල්හි ඒ හේතුවෙන් බාහියය, එයට සම්බන්ධ නොප නැත. ඒ සම්බන්ධව නොප නොමැති වීට එහි නොප නැත. නොප එහි නොමැති වීට, නොප මෙහි හෝ ඉන් එහා හෝ දෙක අතර නැත.¹⁰²

අවිද්‍යාව දුරුකිරීමේ ප්‍රතිඵලය වන්නේ ඡායායතනන්ගෙන් පරිබාහිරව පවතින නිවන (නිබ්බාන) අත්දැකීම වන ඡායායතනගේ නිරුද්ධ වීමයි.

¹⁰² බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක මාලාව (tipitaka.lk). බුද්දක නිකාය, උදාන, බාහිය සූත්‍රය (සංගෝධිත)

එග්ගුනය, සවැදැරුම් ස්පර්ශායතනයන්ගේ මුළුමනින් නැසීම
 හේතුකොටගෙන ස්පර්ශය නැතිවේ. ස්පර්ශය නැතිවීම
 හේතුකොටගෙන වේදනාව නැතිවේ. වේදනාව නැතිවීම
 හේතුකොටගෙන තණ්හාව නැතිවේ. තණ්හාව නැතිවීම
 හේතුකොටගෙන උපාදානය නැතිවේ. උපාදානය නැතිවීම
 හේතුකොටගෙන භවය නැතිවේ. භවය නැතිවීම හේතුකොටගෙන
 ඉපදීම නැතිවේ. ඉපදීම නැතිවීම හේතුකොටගෙන ජරාව මරණය,
 ශෝකය. පරිදේව(හැඩීම) දුක්, දොම්නස් සහ උපායාසයෝ(තද ශෝක)
 නැතිවෙත්. මෙසේ මේ සියලු තනිකර දුක් සමූහය නැතිවෙයි.¹⁰³

ෂඩායතන → ස්පර්ශය → ... → දුක

ආයතන ක්‍රමය තුළින් නිවන සාක්ෂාත් කරගන්නන්ට අතීත ජීවිතවල ක්‍රියාවල ප්‍රතිඵල වන ෂඩායතන තවමත් තිබුණත්, ඒවා කෙරෙහි ඇති බැඳීම මුළුමනින්ම කපා හැර ඇති බව සැලකිය යුතුයි. ඒවා සම්පූර්ණයෙන්ම අත්හැර දමනු ලබන්නේ මරණයේදී පමණි.

ආයතන ක්‍රමය සමථය සහ විදර්ශනාව යන දෙකෙහිම සමාන මට්ටමේ කුසලතා ඇති පුද්ගලයන් අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රමයයි. ෂඩායතන යනු කුමක්දැයි ආධුනිකයන් පවා දන්නා බැවින්, මෙය වඩාත් පහසුවෙන් ප්‍රවේශ විය හැකි ක්‍රමයක් යැයි කිව හැක. එසේ වෙතත්, ඉන්ද්‍රිය සංවරයට ධර්මයන්ගේ කුසලාකුසල තෝරා බේරා

¹⁰³ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, එග්ගුන සුත්තය

ගැනීමට හැකියාව අවශ්‍ය නිසා මෙය අනුගමනය කිරීමද පහසු නොවේ.

ස්කන්ධ ක්‍රමය: විදර්ශනාවට පෙර සමථය

අවිද්‍යාව → සංස්කාර → විඤ්ඤාණය → ... → දුක

වර්තමාන ජීවිතය

අනාගත ජීවිතය

ස්කන්ධ ක්‍රමය, මුල් පෙළ පොතෙහි ඇති හේතුවෙන්-හටගැන්මේ නිතර හමුවන අංග අනුපිළිවෙලට අනුරූප වේ.¹⁰⁴ ධ්‍යාන නම් වූ සිත් නිශ්චලතාවයේ අග්‍ර තත්ත්වයන් ඇගයීමෙන්, මෙම ක්‍රමය අනුගමනය කළ හැකි ආකාරය තේරුම් ගත හැකිය.

එහි අනුපිළිවෙළ සතර රූප ධ්‍යාන හරහා අරූපාවචර සමාපත්තියන්ට පැමිණීමෙන් පසුව කුටප්‍රාප්තිය වශයෙන් සංඥා සහ වේදනා ක්ෂය (සංඥාවේදයිත නිරෝධ) වීමයි. මෙම ක්‍රියාවලියේ ඒ ඒ පියවරේදී ක්ෂය වන්නේ කුමක්දැයි සලකන විට මෙම ක්‍රමයේදී සිදුවන ධ්‍යාන ප්‍රගතිය සහ හේතුවෙන්-හටගැන්මේ සංස්කාර අතර පැහැදිලි සම්බන්ධයක් ඇති බව පෙනේ:

¹⁰⁴ අදාළ යෙදීම් ඇති සූත්‍රවලට උපග්‍රන්ථය, හේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම් පරික්ෂා කරන්න.

“ආර්යාවෙනි, සංඥාවේදයින් නිරෝධසමාපත්තියට පැමිණෙන්නාවූ, මහණහට කවර ධර්මයෝ පළමුකොට නැති වෙත්ද? කාය සංස්කාරය හෝ නැතිවේද, වාක්සංස්කාරය හෝ නැතිවේද? මනෝ සංස්කාරය හෝ නැති වේද?”

“ඇවැත්නි, විශාඛයෙනි, සඤ්ඤාවේදයින් නිරෝධසමාපත්තියට පැමිණෙන්නාවූ භික්ෂුවහට පළමුව වාක් සංස්කාරය නැති වෙයි. ඉන්පසුව කාය සංස්කාරයද, ඉන්පසු මනෝ සංස්කාරයද, නැතිවෙයි.”¹⁰⁵

ධ්‍යාන අනුපිළිවෙළින් දියුණුකිරීම තුළින් එක් එක් සංස්කාර සමූහයේ අනුක්‍රමික ක්ෂයවීමක් වේ. දෙවන ධ්‍යානයේදී වචි සංස්කාර (වචිසංඛාර) නතර වන අතර, හතරවන ධ්‍යානයේදී කාය සංස්කාරද (කායසංඛාර), සංඥා සහ වේදනා ක්ෂය වීමේදී මනෝ සංස්කාරද (චිත්තසංඛාර) නතර වේ.¹⁰⁶

මෙම නිරෝධ සමාපත්තිය හෙවත් සංඥා සහ වේදනා ක්ෂය වීම පංචස්කන්ධ නැතිවීමට අනුරූප වේ.¹⁰⁷ මෙයින් සංස්කාර ස්කන්ධය නිර්වචනය කරනු ලබන්නේ චේතනාව අනුවය (“චේතනා සයකි. රූප

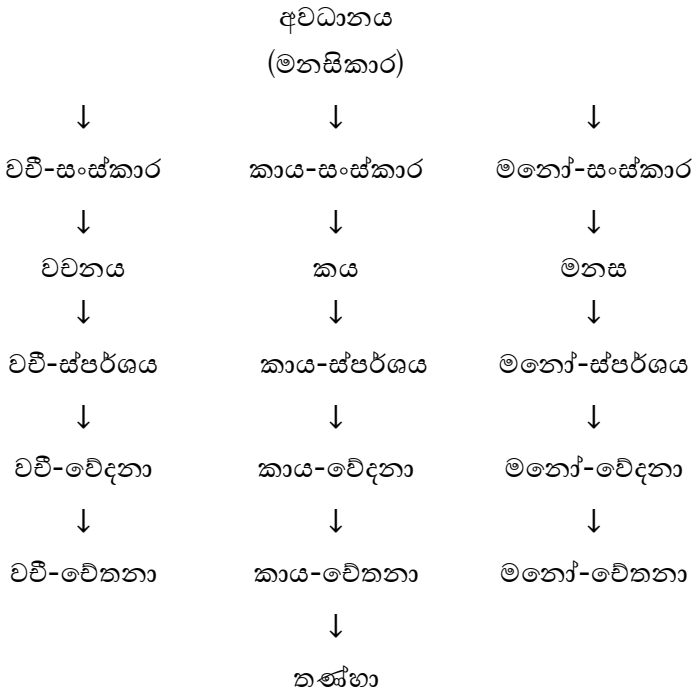
¹⁰⁵ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, චූළ වෙදඋළ සූත්‍රය

¹⁰⁶ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නවක නිපානය, අනුපුබ්බ නිරෝධ සූත්‍රය

¹⁰⁷ හතරවන ධ්‍යානයෙන් අනන්ත අවකාශ සමාපත්තියට (ආකාසඤ්චායනන) සංක්‍රමණය වන විට රූපය අත් හැරේ. විඤ්ඤාණය ස්පර්ශය සමඟ ඇති වන නිසා සහ එය වේදනාව සහ සංඥාව සඳහා පූර්ව අවශ්‍යතාවයක් වන බැවින්, විඤ්ඤාණ ස්කන්ධයට ඇලීම නිරෝධ සමාපත්තියේදී නාවකාලිකව නතර වේ.

සංවේනනය, ශබ්ද සංවේනනය, ගන්ධ සංවේනනය. රස සංවේනනය, චෝට්ඨබ්බ සංවේනනය. ධර්ම සංවේනනය... මේ සංස්කාරයෝයයි කියනු ලැබෙන්නේ.”¹⁰⁸ තවත් තැනක, වේතනාව එහි කාය, වචී සහ මනෝ අංශවලට බෙදා ඇති අතර, ඒවා කාය, වචී සහ මනෝ සංස්කාරවලට අනුරූප වේ.¹⁰⁹

දැන් ස්කන්ධ ක්‍රමයේ ක්‍රියාවලිය දායකකරණය කළ හැක:



¹⁰⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, බන්ධ සංයුත්තය, සත්තට්ඨාන සූත්‍රය

¹⁰⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, භූමිප් සූත්‍රය

නිරෝධ සමාපත්තිය දක්වා සමාධිය ප්‍රගුණ කිරීමට හැකියාව ඇති යෝගාවචරයාට ස්කන්ධයන්ගේ නැතිවීම අත්දැකීමට ලැබේ. ඒ ධ්‍යාන තත්ත්වයෙන් ආපසු එන විට පෙර නිරුද්ධ වූ ස්කන්ධවල හටගැනීම අත්දැකීමට ලැබේ. මේ ආකාරයෙන් හෙතෙම ඒවායේ හටගැනීම සහ නැතිවීම අවබෝධ කර ගැනීමෙන් සෝවාන් ඵලය සාක්ෂාත් කර ගනී:

අවිද්‍යාව → සංස්කාර → විඤ්ඤාණය → ... → දුක

එයට මානසික නිශ්චලතාවයේ ප්‍රබල තත්ත්වයන් වන ධ්‍යාන වැඩීම ඇතුළත් වන බැවින්, ස්කන්ධ ක්‍රමය විදර්ශනාවට පෙර සමඵය දියුණු කරන මගයි. එනිසා සංස්කාරවල ස්වභාවය විමර්ශනය කිරීමට වඩා මනස සන්සුන් කර සමාධිගත කිරීමට දක්ෂ යෝගාවචරයන්ට එය සුදුසු වේ.¹¹⁰ ස්කන්ධ ක්‍රමය අනුගමන කිරීමේදී සමාධිය මූලික අවධානය විය යුතු බව සූත්‍ර අභවයි:

මහණෙනි, සමාධිය වඩව්. මහණෙනි, වඩනලද සමාධිය ඇති හික්ෂුතෙමේ තත්වූ පරිද්දෙන් දැනගනියි. තත්වූ පරිද්දෙන් කුමක් දනීද? රූපයාගේ හටගැනීමද, විනාශයද, වේදනාවගේ හටගැනීමද, විනාශයද, සංඥාවගේ හටගැනීමද, විනාශයද, සංස්කාරයන්ගේ හටගැනීමද, විනාශයද, විඤ්ඤාණයාගේ හටගැනීමද, විනාශයද දනියි.¹¹¹

¹¹⁰ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපාතය, යුගනද්ධ සූත්‍රය

¹¹¹ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, සමාධි සූත්‍රය

ස්කන්ධ ක්‍රමය අනුගමනය කර සෝවාන් ඵලය සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා අග්‍රම ධ්‍යාන තත්ත්වයන් පවා ඔබ්බට ගිය මෙවන් සමාධි මට්ටමක් අවශ්‍ය වේද යන ප්‍රශ්නය පැන නගී. එය සත්‍ය නම්, මෙම ක්‍රමය සාමාන්‍ය යෝගාවචරයාට ප්‍රවේශ විය නොහැක්කක් වනු ඇත. පළමුවන ධ්‍යාන මට්ටමේ සමාධිය පවා ස්කන්ධයන් අනුව අත්දැකීම් ඇගයීමට ප්‍රමාණවත් නිසා මෙය අත්‍යවශ්‍ය සාධකයක් නොවන බව පහත දැක්වෙන සූත්‍රයෙන් පසක් වේ:

මහණෙනි, මේ ශාසනයෙහි මහණනෙම කාමයන්ගෙන් වෙන්වම අකුසල ධර්මයන්ගෙන් වෙන්ව, චිත්ත සහිත, විචාර සහිත, විචේකයෙන් හටගත් ප්‍රීතිය හා සෑපය ඇති, පළමුවෙනි ධ්‍යානයට පැමිණ වෙසේද, හෙනෙම එහි රූපගතවූ, වේදනාගතවූ, සංඥාගතවූ, සංස්කාරගතවූ, විඤ්ඤාණගතවූ, යමක්ම වේද, ඒ ධර්මයන් අනිත්‍ය වශයෙන්ද, දුක් වශයෙන්ද, රෝග වශයෙන්ද, ගණ්ඩ වශයෙන්ද, උලක් වශයෙන්ද, දුක්ඛයක් වශයෙන්ද... අනාත්මයක් වශයෙන්ද, දකියි. හෙනෙම ඒ ධර්මයන්ගෙන් සිත (නිර්වාණ වශයෙන්) නවත්වයි. හෙනෙම ඒ ධර්මවලින් සිත නවත්වා, නිර්වාණ ධාතුව පිණිස බස්වයි...

...

*හෙනෙම එහි සිටියේ ආශ්‍රවයන්ගේ ක්‍ෂය කිරීමට පැමිණෙයි.*¹¹²

මෙයින් ඇඟවෙන්නේ අවශ්‍ය සමාධි මට්ටම යෝගාවචරයාගේ ප්‍රඥාව මත රඳා පවතින බවත්, ඉහළ ප්‍රඥා මට්ටමක් ඇති

¹¹² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නවක නිපානය, ක්‍රමානුකූල සූත්‍රය

පුද්ගලයෙකුට එතරම් සියුම් සමාධියක් අවශ්‍ය නොවන බවත්ය. මේ දෙකම අවශ්‍ය මට්ටමට තිබේ නම්, යෝගාවචරයා ස්කන්ධයන්ට ඇලීම ඇති කරන අවිද්‍යාව අත හැර, කයෙන්, වචනයෙන් හා මනසෙන් තොරවූ තත්ත්වයකට පත්වේ.

ආනන්දය, මේ ධර්මයන්හි අවිද්‍යා නොමෝ පිළිවෙළින් සම්බන්ධවූවාය.

ආනන්දය, අවිද්‍යාව සහමුලින් නැතිකිරීමෙන්ම යම් කායික සිතුවිලි නිසා කයෙහි අධ්‍යාත්මිකවූ සැප දුක් උපදීද, ඒ කය ඇති නොවෙයි. යමක් නිසා වචනයෙහි අද්ධ්‍යාත්මිකවූ, සැප දුක් උපදීද, ඒ වචනය ඇති නොවෙයි. යමක් නිසා සිතෙහි අද්ධ්‍යාත්මිකවූ, සැප දුක් උපදීද, ඒ සිත ඇති නොවෙයි. යම් සිතුවිලි මුල්කොට වනාහි අද්ධ්‍යාත්මිකවූ සැපදුක් උපදීද, ඒ සිතුවිලි තමා පිහිටා නොසිටින බැවින් ඒ සැප දුක්වලට කෙන නොවේ... වස්තු නොවේ... ඒ සිතුවිලි තමා ප්‍රත්‍යය නොවන බැවින් ... හේතු නොවේ... ඒ සිතුවිලි තම, කරුණු නොවෙන බැවින් ඒ සැප දුක්වලට හේතු නොවේ.¹¹³

~~අවිද්‍යාව → සංස්කාර → විකල්පය → ... → දුක~~

වර්තමාන ජීවිතය අනාගත ජීවිතය

¹¹³ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, නිදාන සංයුත්තය, භූමිප සූත්‍රය

ස්කන්ධ ක්‍රමය සහ ආනාපානසතිය අතර සම්බන්ධයක් ඇති බවට සුත්‍රවලින් පෙනේ. අප දැනටමත් දැක ඇති හේතුවෙන්- හටගැන්ම සහ ධ්‍යාන සම්බන්ධ අවස්ථා හැරුණු විට, බෙහෙවින් ප්‍රචලිත ආනාපානසති සුත්‍රය, කාය හා මනෝ සංස්කාර ගැන පෙළෙහි සඳහන් වන සුළු අවස්ථා කිහිපයෙන් එකකි. මෙහිදී මෙම සංස්කාර ක්‍රමානුකූලව සන්සුන් වී (පස්සම්භි), එක් එක් ධ්‍යාන මට්ටම්වලට සමපාතව ඒවා ක්ෂය (නිරෝධ) වන බව සඳහන් වේ. කාය සංස්කාරය සංසිද්ධිම හතරවන ධ්‍යානයට ඇතුළු වීම හා සමාන වන බව වෙනත් සුත්‍රයක සඳහන් වන නිසා මෙය වඩාත් තහවුරු වේ.¹¹⁴ ආනාපානසති භාවනාවෙන් නිරෝධ සමාපත්තිය ඇතුළු සමාධියේ සියලුම මට්ටම් වෙත ප්‍රවේශ විය හැකි අතර, බුදුන් වහන්සේද මෙම ක්‍රමය භාවිත කළ බව ප්‍රකාශ කර ඇත:

කායසංස්කාර සංසිද්ධවමීන් ආශ්වාස කරන්නෙමි යි හික්මේ.

කායසංස්කාර සංසිද්ධවමීන් ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමි යි හික්මේ.

...

... වින්තසංස්කාර සංසිද්ධවමීන් ආශ්වාස කරන්නෙමි යි හික්මේ.

වින්තසංස්කාර සංසිද්ධවමීන් ප්‍රශ්වාස කරන්නෙමි යි හික්මේ.

...

මහණෙනි, මමද සම්බෝධියෙන් පෙර බුදුබවට නොපැමිණියෙමි

බෝසත් වූයෙමි ම මේ විහරණයෙන් යුතු ව බහුලකොට විසුයෙමි.

මහණෙනි, මේ විහරණයෙන් යුතු ව බහුල කොට වෙසෙන ඒ මාගේ

¹¹⁴ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, දසක නිපානය, විඤ්ඤ සුත්‍රය

කය නො ම ක්ලාන්ත විය. ඇස් නො ම ක්ලාන්ත විය. මාගේ සිත ද උපාදාන රහිත ව ආසුචයන්ගෙන් මිදුණෙය.¹¹⁵

තවත් තැනක බුදුන් තමන්ම නිරෝධ සමාපත්තියට පිවිසීමෙන් පසු ආශ්‍රවයන් ක්ෂය කළ බව වදාරා ඇත.¹¹⁶ එසේම බුදුන්ගේ ප්‍රථම දේශනා වන ධම්මවක්කප්පවත්තන සහ අනත්තලක්ඛන සූත්‍ර දෙකම ස්කන්ධ ක්‍රමය සන්දර්භ කොට දක්වා ඇත. මේ සියලු සාක්ෂි සැලකීමෙන් පසු බුදුන් වහන්සේ නිවන් අවබෝධයට ස්කන්ධ ක්‍රමය අනුගමනය කළ බව අනුමාන කළ හැක.¹¹⁷

බුද්ධ කාලයේදී උන්වහන්සේගේ මුල් ගුරුවරුන් වූ ආලාර කාලාම සහ උද්දක රාමපුත්ත වැනි ආරණ්‍යගතව සමාධිය පුහුණු කිරීමෙන් ඉහළ ධ්‍යාන තලයන් සාක්ෂාත් කරගත් ශ්‍රමණයන් සිටි බව සඳහන් වේ. හේතුවෙන්-හටගැන්මේ පළමු සහ වඩාත් පොදු අංග අනුපිළිවෙළ මෙම ක්‍රමයට මූලික වන අංග දෙක වන අවිද්‍යාව සහ සංස්කාර ලෙස ආරම්භ වන්නේ මේ නිසා විය හැකිය.

¹¹⁵ බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක මාලාව (tipitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, ආනාපාන සංයුත්තය, දීප සූත්‍රය (සංශෝධිත)

¹¹⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නවක නිපානය, උරුවෙලකප්ප (නපුස්ස) සූත්‍රය

¹¹⁷ මෙය තවත් සූත්‍රයකට (සංයුත්ත 12:65) පටහැනි අදහසක් බව පෙනේ. එහිදී බුදුන් වහන්සේ විසින් නිවන් අවබෝධයේදී සොයාගත් හේතුවෙන්-හටගැන්ම අවිද්‍යාව වෙනුවට නාමරූප සහ විඤ්ඤාණයෙන් ආරම්භ වේ. කෙසේ වෙතත්, බුදුන් දෙව් මිනිසුන්ගේ ශාස්තෘවරයා (සන්නා දේවමනුස්සානා) වන බැවින්, නිවන කරා යන සියලු මාර්ග පිළිබඳව උන්වහන්සේට අද්විතීය අවබෝධයක් ඇති බව තර්ක කළ හැකිය.

සමථ භාවනාවෙන් සිත තැන්පත් කර ගැනීමට ලැදි යෝගාවචරයන්ට ස්කන්ධ ක්‍රමය වඩාත් යෝග්‍ය වන බවට ඉහත කරුණු ප්‍රබල සාක්ෂි සපයයි.

ධාතු ක්‍රමය: විදර්ශනාව සමථයට පෙර

විඤ්ඤාණය ↔ නාම රූප → ඡධායතන → ... → දුක

වර්තමාන ජීවිතය

අනාගත ජීවිතය

පෙළෙහි විවිධ ස්ථානවල විස්තර කර ඇති හේතුවෙන්-හටගැන්මේ විකල්ප අනුවාදයක් නම් නාම රූප සහ විඤ්ඤාණ දෙඅංගයන්ගෙන් ආරම්භ වන එසේම ඒවා අන්‍යෝන්‍යව ප්‍රත්‍ය වන අනුපිළිවෙලකි.¹¹⁸ සමහර අවස්ථා වලදී මෙම අනුපිළිවෙළේදී ඡධායතනයන් දක්නට නොලැබේ:

විඤ්ඤාණය ප්‍රත්‍ය (අවශ්‍ය කරුණ) කොටගෙන නාම රූප වේයයි මෙසේ මෙය කියනලදී.

...

¹¹⁸ අදාළ යෙදීම් ඇති සූත්‍රවලට උපග්‍රන්ථය, හේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම් පරික්ෂා කරන්න.

නාම රූප ප්‍රත්‍යය (අවශ්‍ය කරුණ) කොටගෙන විඤ්ඤාණය වේයයි මෙසේ මෙය කියනලදී. ආනන්දය, යම්සේ නාම රූප දෙක ප්‍රත්‍යය කොටගෙන විඤ්ඤාණය පවතීද ඒ කාරණයද මේ ආකාරයෙන් දනුයුතුය. ආනන්දය, මෙහි විඤ්ඤාණය නාම රූප දෙකෙහි පිහිට නොලබන්නේ නම් මන්තෙහි ජාති, ජරා, මරණ, දුක් රාශියේ පහළවීම කීමෙක පෙනෙන්නේදැයි?¹¹⁹

නාම රූප සහ විඤ්ඤාණයට ලබා දී ඇති ප්‍රමුඛතාවයෙන් ඇඟවෙන්නේ මෙම අනුපිළිවෙළ ධාතු ක්‍රමයට සම්බන්ධ බවයි. රූපය හේතුවෙන්-හටගැන්මේ ධාතු පිළිබඳව පැහැදිලිව සඳහන් කර ඇති එකම ස්ථානය නාම-රූපයයි. එසේම, විඤ්ඤාණය සහ නාම රූපය අතර අන්තර් සම්බන්ධය හෙළිදරව් කිරීම, ධාතුවිභංග සූත්‍රයෙහි¹²⁰ විස්තර කර ඇති මාර්ගයේ හරයයි. එහි එක් එක් ධාතුව (පෘථිවි—පඨවි, ද්‍රව—ආපෝ, ගිනි—නේපෝ, වාත—වායෝ, අවකාශ—ආකාස) ආශ්‍රිත කයේ කොටස් ඇගයීමට ලක් කිරීම සහ දැනෙන “ගතිය” අවබෝධ කිරීම පිළිබඳ පිළිවෙතක් විස්තර කරයි. නිදසුනක් වශයෙන්, පෘථිවි ධාතුව දැඩි, සන සහ තිරසාර ගතිය ඇති දෙයක් ලෙස දැනේ. ඉන් පසුව, ඒවා තමාගේ යැයි ගැනීමට නුසුදුසු යැයි සිතනු ලැබේ (“මෙය මගේ නොවේ, මෙය මම නොවේ, මෙය මගේ ආත්මය නොවේ.”) මෙහි ප්‍රතිඵලය වන්නේ, යෝගාවචරයාගේ

¹¹⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). දීඝ නිකාය, මහානිදාන සූත්‍රය

¹²⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, ධාතු විභංග සූත්‍රය

මනසින් ඒ ගතිය බැහැරවී, විඤ්ඤාණයටම ඉඩ සැලසීමයි. (“ඉන්පසු පිරිසිදුවූ නිර්මලවූ විඤ්ඤාණයම ඉතිරිවේ.”)

මනසින් ඒ ගති ඉවත දැමීම ඒවායේ නැති වීම අත්විඳීමට සමාන වන අතර ඒ අත්දැකීමෙන් ආපසු පැමිණෙන විට ඒවායේ හට ගැන්ම අත්විඳියි. මෙය කිම්සුකොපම සුත්‍රයේ සඳහන් කර ඇති ධාතු ක්‍රමයෙන් සෝවාන් ඵලයට පැමිණීම සමඟ සමපාත වේ.

යෝගාවචරයා මනසින් ධාතු ඉවත දැමූ පසු, කයේ භෞතික සංවේදනය අත්හැරෙන අතර, එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස කාය වේදනාද අත්හැරේ. ඉතිරිව ඇති මනෝ වේදනාව (“වේදනා දෙක කවරේද? කායික සහ මානසික”),¹²¹ මනසේ ස්පර්ශය තුළින් දැන ගනු ඇත.¹²²

සිතීන් ධාතු බැහැර කරණ අවස්ථාවේදී සතරවන ධ්‍යානය ළඟා වී ඇත: “ඉන්පසු පිරිසිදුවූ නිර්මලවූ මෘදුවූ කර්මන්‍යවූ බැබළීම් සහිතවූ උපෙක්ෂාවම ඉතිරිවේ.”¹²³ සතරවන ධ්‍යානය “උපෙක්ඛා... පිරිසිදු වීම ඇති”¹²⁴ බව සඳහන් වීමෙන් මෙය පැහැදිලි වේ. සුත්‍රවල සඳහන් වන පරිදි එය අරූප සමාපත්ති සාක්ෂාත් කර ගැනීමට පඩිපෙළකි. එබැවින් ධාතු ක්‍රමය සමථයට පෙර විදර්ශනාව¹²⁵ යෙදෙන ක්‍රමයයි.

¹²¹ සංයුත්ත නිකාය, වේදනා සංයුත්තය, අවධිසතපරියාය සූත්‍රය

¹²² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, ඉන්ද්‍රිය සංයුත්තය, පට්ඨ වේදනිනිද්‍රිය විභවග සූත්‍රය

¹²³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, ධාතු විභංග සූත්‍රය

¹²⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, වතුක්ක නිපාතය, බ්‍රහ්මලොකුප්පත්ති සූත්‍රය

¹²⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, වතුක්ක නිපාතය, යුගනද්ධ සූත්‍රය

මන්ද යත්, ධාතුචලට අනාත්ම සංඥාව යෙදීමේ විදර්ශනා පිළිවෙත තුළින් මෙම සමාධි තත්ත්වයට පැමිණෙන බැවිනි.

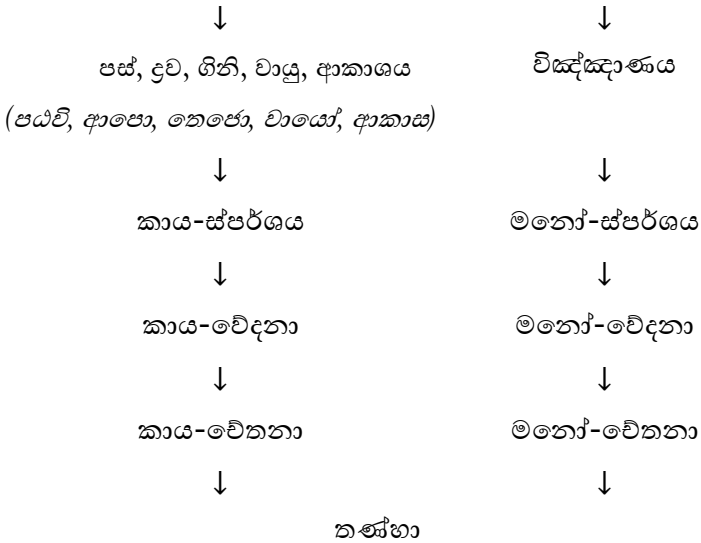
විඤ්ඤාණය ↔ නාම ජූෂ → තණ්හාව → ... → දුක

රූප බාධකය නැති නිසා, මෙම අදියර මනෝ-වේතනා (මනෝසංවේතනා) කෙරෙහි ඇති ආශාව අත්හැරීම මගින් හේතුවෙන්-හටගැන්මෙන් මුළුමනින්ම නිදහස් වීමට අවශ්‍ය පසුබිම සපයයි.¹²⁶

දැන් වඩාත් විස්තරාත්මකව ධාතු ක්‍රමයට සම්බන්ධ ක්‍රියාවලිය දැශ්‍යකරණය කළ හැක:

¹²⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංග්‍රහිත නිකාය, නිදාන සංග්‍රහිතය, රාග සූත්‍රය

අවධානය (මනසිකාර)



එවිට යෝගාවචරයා නාම රූපවලින් ස්වයත්ත වන, විඤ්ඤාණ ස්කන්ධයෙන් පිටත, නිවනට සමාන වන “පතිත නොවන විඤ්ඤාණය” (විඤ්ඤාණං අනිදස්සනං) වෙත ළඟා වේ:

පතිත නොවන විඤ්ඤාණය,
 නිමක් නැතිව,
 අවට දීප්තිමත්,
 මෙහි පස්, දිය, ගිනි, වායු
 පිහිටීමක් නැත.
 මෙහි දිගු සහ කෙටි
 රළ සහ සිහින්
 ප්‍රිය සහ අප්‍රිය

නාම සහ රූප

සියල්ල ඉතිරි නොවී අවසන් වෙයි.

විඤ්ඤාණය නිරුද්ධ වීමත් සමග

සියළු දෙයක්ම මෙහි ඉතිරි නොවී අවසන් වෙයි.¹²⁷

විඤ්ඤාණය ← නාම-රූප → ෂබ්දානුභවය → ... → දුක

වර්තමාන ජීවිතය

අනාගත ජීවිතය

සමාධි භාවනාවට සාපේක්ෂ වශයෙන් අදක්ෂ යෝගාවචරයන්ට කය සහ එයට අදාළ ධාතු මෙනෙහි කිරීමෙන් නිවන් මගට අවශ්‍ය සමාධිය ළඟා කර ගැනීමේ අවස්ථාව මින් සැලසේ. එසේ වෙතත්, මේ සඳහා කය එහි සංසටක කොටස් ලෙස දාශ්‍යකරණය කිරීමට සහ සිතින් වෙන් කිරීමට කුසලතාවය අවශ්‍ය වේ. පසුව එය තමන්ගේ යැයි ගැනීමට නුසුදුසු බව අවබෝධ කිරීමෙන් අත්හැරීමෙන්, සන්සුන් වීම සහ නිදහස ළඟා වේ.

සැසඳීම සහ නිගමන

මේ අනුව, හේතුවෙන්-භටගැන්ම එළඹීම මොහොත තුළද ජීවිත තුනක් තුළද සිදුවන ක්‍රියාවලි ලෙස දැකිය හැකිය. බුදුන් එය ගැඹුරු

¹²⁷ දීඝ නිකාය, කේවට්ට සූත්‍රය

දහමක් ලෙස විස්තර කිරීමට හේතුව මින් වඩාත් පැහැදිලි වේ. මෙවැනි විවිධ රාමු සියල්ලම එකම ඉලක්කයකට යොමු වෙන්නේ කෙසේද යන්න තේරුම් ගැනීමට අපහසු විය හැකිය. දැක්මේ ක්‍රම අතර ඇති වෙනස්කම් සමථයකට පත් කරන්නේ කෙසේද?

ඒ සඳහා සෑම ක්‍රමයක්ම වලංගු වන්නේ ඒ ඒ ක්‍රමයට සරිලන අත්දැකීම් මට්ටමින් යුතු යෝග්‍ය පරිසරය තුළ බව අවබෝධ කර ගත යුතුය. නිදසුනක් වශයෙන්, ස්කන්ධ අනුව අත්දැකීම් විශ්ලේෂණය කිරීම සමාපන්නි මට්ටම් කරා ළඟා වූ විට සිදු විය හැකි අතර, කය එහි සංසටක කොටස් ලෙස විදර්ශනාවෙන් දැකීම ධාතු රාමුව සඳහා පදනම වේ.

මෙම ක්‍රියාවලිය එළඹීම මොහොතේදී දැකීම එය න්‍යායාත්මකව විශ්ලේෂණය කිරීමට වඩා වෙනස් බව සැලකිල්ලට ගැනීම වැදගත්ය. භාවනා පිළිවෙත තුළින් එක් අංගයක් හේතු දාමයේ ඊළඟ අංගයට සම්බන්ධ වන ආකාරය අත්දැකීමෙන් අවබෝධ කර ගැනීම සමස්ථ ක්‍රියාවලියම සම්පූර්ණයෙන් ලිහා ගන්නා ක්‍රමයයි. එසේ නමුත් න්‍යායික අවබෝධය කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම වැදගත්වන්නේ හේතුවෙන්-භටගැන්ම සංකල්පීයව තේරුම් ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව යෝග්‍යවචරයන් අතර ව්‍යාකූලත්වයක් පවතින බැවිනි. එහි ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන්, ඇතැමුන් පරස්පරවූ විග්‍රහයන් තුළ පටලැවී සිටින අතර, තවත් සමහරු මේ විෂය අතිශයින් සංකීර්ණ හෝ අදාළ නොවන බව සලකා මුළුමනින්ම ඉවත ලති. මෙම ප්‍රයත්නයේ අරමුණ වන්නේ, ආයතන, ස්කන්ධ, සහ ධාතු ලෙස හැඳින්වෙන දැක්මේ ක්‍රම තුන සංකල්පීයව අවබෝධ කර ගැනීමෙන්, එක් එක් යෝග්‍යවචරයාට තමන්ට වඩාත් ගැළපෙන ක්‍රමය වෙත අවධානය යොමු කිරීමට හැකි වේය යන්නය. එසේ කිරීමෙන් අනවශ්‍ය ව්‍යාකූලත්වයන් මඟහරවා

ගත හැකි අතර මාර්ගයේ ඉදිරියට යා යුතු දිශාව පිළිබඳ පැහැදිලි සහ නිරවුල් වැටහීමක් ඇතිකරගත හැක.

විශේෂිත ක්‍රමයක් කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම යනු තමන්ට වෙනත් ක්‍රමවල නිර්දේශිත පිළිවෙත් නොසලකා හැරිය හැකිද යන්න පැහැය නැගිය හැකි ප්‍රශ්නයකි. නිදසුනක් වශයෙන්, ස්කන්ධ ක්‍රමය අනුගමනය කරන්නේ නම්, ආනාපානසතිය කෙරෙහි පමණක් අවධානය යොමු කර, ධාතු ක්‍රමයෙහි අවධානය යොමු කරන අසුභ මෙනෙහි කිරීම් නොසලකා හැරිය හැකිද? ධාතු ක්‍රමය අනුගමනය කරන්නේ නම් ආනාපානසතිය සම්පූර්ණයෙන්ම නොසලකා හැරිය හැකිද? මූලික පෙළට අනුව දැක්මේ ක්‍රමයන්ගෙන් එකකට ප්‍රාථමික තේමාව ලෙස ප්‍රමුඛත්වයදී, අවශ්‍ය විටෙක අවශ්‍ය මෙවලම් ලෙස අනෙකුත් තේමා භාවිත කළ යුතු බවයි.

එනම් රාගය නැතිකිරීමට අසුභය වැඩිය යුතුය. ව්‍යාපාදය නැති කිරීමට මෙෙත්‍රිය වැඩිය යුතුය. විතක්කය නැතිකිරීමට ආනාපානසතිය වැඩිය යුතුය. මමය යන හැඟීම නැතිකිරීමට අනිත්‍යසංඥාව වැඩිය යුතුය.¹²⁸

නිශ්චිත ක්‍රමයක් අනුගමනය කිරීමෙන් අවධානය යොමු කරන භාවනා තේමා සංඛ්‍යාව අඩුකර ගැනීම සඳහා ආයතන, ස්කන්ධ හෝ ධාතු ක්‍රමවලින් එක් රාමුවක් කෙරෙහි පමණක් අවධානය යොමු කළ හැකි වේ. මේ ආකාරයෙන්, අත්දැකීම් ඇගයීමේදී විවිධ රාමු අනවශ්‍ය

¹²⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නවක නිපානය, සම්බොධි පක්ඛික සූත්‍රය

ලෙස ඒකාබද්ධ කිරීමෙන් මාර්ගය සංකීර්ණ කිරීම වළක්වා ගත හැකිය.

සියළු දැක්මේ ක්‍රම අතර එකිනෙකට පොදු අංග ඇත. කය අනුව සිහිය (කායගතාසනී) තුන් ක්‍රමයටම අත්‍යවශ්‍ය වුවත්, එක් එක් වසම තුළ විවිධ ක්‍රියාවලි අවධාරණය වන්නේ වෙනස් මට්ටම් වලිනි. නිදසුනක් වශයෙන්, ආනාපානසතිය සහ ස්කන්ධ ක්‍රමය අතර සම්බන්ධයක් තිබේ. ඒ හා සමානව, කයේ කොටස් සහ දැනෙන ගති කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම ධාතු ක්‍රමයේ අවධාරණයයි. සියළු ක්‍රම තුළින් නිවන් දැකීමට ධ්‍යාන අවශ්‍ය වේ. එසේ වුවත්, ධාතු ක්‍රමයේදී සෝවාන් ඵලය සඳහා ධ්‍යාන අවශ්‍ය නොවන බව පෙනේ. එය ස්කන්ධ ක්‍රමය සඳහා අවශ්‍ය වන අතර ආයතන ක්‍රමය සඳහා අවශ්‍ය දැයි එතරම් පැහැදිලි නැත.

හේතුවෙන්-හටගැන්ම සහ එය ක්‍රමානුකූල මාර්ගය සමඟ සම්බන්ධ වන ආකාරය පිළිබඳ නිවැරදි සහ ගැඹුරු අවබෝධයක් ලබා ගැනීමෙන්, යෝගාවචරයන්ට ඔවුනොවුන්ගේ මානසික ශක්තින් අපතේ නොයවා අදාළ මාර්ගයේ ප්‍රගතිය සඳහා වඩාත් ඵලදායී ලෙස යොමුවිය හැකිය.

භාවනා: මත, ක්‍රම, සහ සම්ප්‍රදා

නූතන භාවනා ක්‍රම පිළිබඳ විචාරාත්මක විශ්ලේෂණයක්

ධ්‍යාන සහ ප්‍රමෝදයේ වැදගත්කම

හැම දහම්හු සමාධිය ප්‍රමුඛකොට ඇතියහ.¹²⁹

නූතන ක්‍රම විමර්ශනය කිරීමට පෙර, මුල් සූත්‍රවල භාවනාව විස්තර කරන්නේ කෙසේදැයි සොයා බැලීම වැදගත් වේ. පාලි පෙළ පොතේ නිතර සඳහන් වන සිතෙහි නිසලබව සහ ප්‍රමෝදයේ උච්ච අවස්ථාවක් වන ධ්‍යානය පිළිබඳව මේ වනවිට එතරම් අවධාරනය නොකෙරේ. මේ සමාධි සුවය මගින් අප පුරුදු වී සිටින සාමාන්‍ය කම් සැපවලින් ඔබ්බට යා හැකි බව කියනු ලැබේ. භාවනාවෙන් තමා අත් විඳින සැපය රජ සැපය සමඟ සැසඳීමෙන් බුදුන් වහන්සේ මෙය මොනවට පෙන්වා දෙයි:

“ඇවැත්නි, නිගණ්ඨයෙනි, මගධෙශ්වරවූ සේනිය බිම්බිසාර රජතෙම කය නොසෙල්වෙමින් වචනයක් නොකියමින් සන් ඊ දවාලක් මුළුල්ලෙහි නිරතුරු සැප විඳිමින් වාසය කරන්නට සමර්ථ වේද?”
“නැත ඇවැත්නි.”

¹²⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, සබ්බ ධම්ම කම්මුල සූත්‍රය

...

“ඇවැත්නි නිගණ්ඨයෙනි, මම වනාහි කය නොසෙල්වෙමින් වචනයක් නොකියමින්... ඊ දාවල් හතක් මුළුල්ලෙහි එකාන්තයෙන් සැප විඳිමින් වාසය කරන්නට සමර්ථ වෙමි. මෙසේ ඇතිකල්හි මගධෙශ්වරවු සේනිය බිම්බිසාරය, මමය යන අප දෙදෙනා අතුරෙන් කවරෙක් අතිශයින් සැපවිහරණ ඇත්තේදැයි සිතන්නහුද?”¹³⁰

බුදුන් වහන්සේ, තම ශ්‍රාවකයින්ට ධ්‍යාන සැපයට කැපවන ලෙසත්, අත්‍යාගමිකයන් එම සැපයට ඔවුන් කැපව ඇතැයි චෝදනා කළ හොත් එය එසේ බව පිළිගන්නා ලෙසත්, අනුශාසනා කර තිබේ.¹³¹ මක්නිසාද යත්, කම් සැපවලට ඇති බැඳීම අත්හැරීමට එම විකල්ප සැපය අවශ්‍ය වන බැවිනි:

කාමයෝ ස්වල්ප සැප ඇත්තාහ. බොහෝ දුක් ඇත්තාහ. දැඩි වෙහෙස ඇත්තාහ, මෙහි දෝෂය බොහෝ යයි, ... මෙසේ ආර්ය ශ්‍රාවකයා විසින් තතුසේ දක්නා ලද්දේද හෙතෙමේද කාමයන්ගෙන් වෙන්වම අකුසල ධර්මයන්ගෙන් වෙන්වම ප්‍රීති සැපය (ප්‍රථමධ්‍යාන) නොලබයිද, ඊට වඩා අතිශයින් ශාන්තවූ ධ්‍යාන හෝ නොලබයි නම්, හෙතෙම ඒතාක් කාමයන් පරිහෝග නොකරන්නෙක් නොවෙයි.¹³²

¹³⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, වූල දුක්ඛක්ඛන්ධ සූත්‍රය

¹³¹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). දීඝ නිකාය, පාසාදික සූත්‍රය

¹³² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, වූල දුක්ඛක්ඛන්ධ සූත්‍රය (සංඝෝධිත)

දුකින් නිදහස් වීමට අවම වශයෙන් ප්‍රථම ධ්‍යානය මගින් සපයන මානසික පෝෂණය අවශ්‍ය බව සඳහන් වේ: “මහණෙනි, මම ප්‍රථමධ්‍යානය නිසා ආශ්‍රවයන්ගේ ක්ෂය වේයයි කියමි.”¹³³ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ අටවැනි අංගය වන නිවැරදි සමාධිය (සම්මා සමාධි) සෑම විටකම ධ්‍යාන ලෙස අර්ථ දක්වන නිසා මෙය මවිතයට කාරණයක් නොවේ.¹³⁴ සිහිය (සනී) සහ ධ්‍යාන අතර සම්බන්ධයක් නැති බව සාමාන්‍යයෙන් නිරූපණය වුවත්, මුල් පෙළේහි සඳහන් වන්නේ සිහිය මගින් සමාධියට යොමු කෙරෙන බවයි (“නිවැරදි සිහිය ඇත්නහුට නිවැරදි සමාධිය පොහෝනේය.”)¹³⁵

එසේ නම් මේතරම් පැහැදිලිව පෙනෙන අවශ්‍යතාවයක් පෙන්වා දීමට මා වෙහෙසෙන්නේ ඇයි? ථේරවාද සම්ප්‍රදාය සහ වර්තමානයේ ප්‍රචලිත භාවනා ක්‍රම, ධ්‍යාන අවශ්‍යතාවය ප්‍රශ්න කර, එය සොයන පුද්ගලයා අධෛර්යමත් කොට සමහර අවස්ථාවලදී අපහාසයටද ලක් කරන බැවිනි. කාලයාගේ අවෑමෙන් මුල් සුත්‍රවල නිර්දේශ කර ඇති භාවනා, ථේරවාදී බෞද්ධ රටවල නැතිවී යෑමේ අභාග්‍යය මෙයට එක් හේතුවකි. මෙම දැනුම නැතිවීම සමඟ, ධ්‍යාන නොමැතිව ගමන් කළ හැකි මාර්ගයක් පිළිබඳ පෙළඹවීමක් ඇතිකිරීමට හෝ මේ යුගයේ මාර්ගඵල සාක්ෂාත් කළ නොහැකි බව අවධාරණය කිරීමට නිතැතින්ම නැඹුරුවී තිබේ.

¹³³ බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක මාලාව. අංගුත්තර නිකාය, නවක නිපානය, ක්‍රමනිසේසයන සූත්‍රය

¹³⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුක්ත නිකාය, මාර්ග සංයුක්තය, විහඬිග සූත්‍රය

¹³⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, දසක නිපානය, ආරාධනා විරාධනා සූත්‍රය

බොහෝ දෙනා නොදැනුවත්කම නිසා වර්තමානයේ ප්‍රචලිත සාවද්‍ය මත පිළිගන්නා බව පෙනේ. සමහරු යහපත් චේතනාවෙන් ප්‍රශ්න කිරීමකින් තොරව තම ගුරුවරුන්ගේ සාවද්‍ය මත පතුරුවා හරින අතර, තවත් සමහරු සිතාමතා ප්‍රතිවිරුද්ධ අදහස්වලට පහර දීම සඳහා තම අභිමතයට අනුව, සූත්‍ර විකෘති කරමින් අර්ථ කථන ඉදිරිපත් කරති. අභිධර්මයට හා අටුවාවන්ට ප්‍රමුඛත්වය දීමට හා ඒ වටා ඇතිවූ ඇදහීමේ මානසිකත්වයට හේතුව එය විය හැක. එසේම එවැනි ගුප්ත හා ප්‍රශ්න කළයුතු දැනුමැති විශේෂඥයන් සම්භාවනයට ලක්වීමද සුලභව දැකිය හැක.

මෙසේ දහම විකෘති කිරීම, ධ්‍යාන අන්තරාදායක යැයි ප්‍රචලිත වීමට හේතුවකි. යමෙක් එහි ප්‍රීතියට ඇලීමට හැකි බවත්, එනිසා මාර්ගයේ මංමුලාවීමට හැකි බවත්, අසන්නට ලැබේ. සූත්‍ර නිර්දේශ කර ඇති පරිදි, ධ්‍යාන වැඩීමට ප්‍රචින්නත්වයක් තිබිය යුතු බව කීම වෙනුවට, විදර්ශනා වැඩීමට යම් තරමේ සමාධියක් පමණක් අවශ්‍යයැයි යන මතයට පදනම මෙයයි.

සම්ප්‍රදායිකව ධ්‍යාන ලෙස හඳුන්වන දෙයට විසුද්ධි මාර්ගය දැඩි ලෙස බලපා ඇත. එය, ධ්‍යාන යනු කය පිළිබඳ කිසිදු සිතියක් නොමැතිව, එක් ස්ථානයක් මත පමණක් අවදානය යොමුකිරීමෙන් සිතේ ඒකාග්‍රතාවය ඇතිකර ගැනීමක් ලෙස අර්ථ දක්වයි. මෙය මුල් සූත්‍රයන්හි දක්නට ලැබෙන නිර්වචනයට පටහැනි වේ. එහිදී කය පිළිබඳ සිතිය පවතින අතර, එය විවෘත හා ඒකාබද්ධ වූවකි. පටු සීමා බන්ධනයකට යටත් වූවක් නොවේ. ඇත්ත වශයෙන්ම, පෙළෙහි සඳහන්වන පරිදි සක්මනේදී සතරවන ධ්‍යානයට පවා සමවැදිය හැකි

වේ.¹³⁶ ධ්‍යාන යනු තනි අවශෝෂණ තත්ත්වයක් නම්, මෙය කිසිසේත්ම සිදුවිය නොහැක්කකි. විසුද්ධි මාර්ගය බණික (ක්ෂණික), උපචාර (ප්‍රවේශ), සහ අප්පනා (ස්ථාවර) ලෙස සමාධියේ විවිධ මට්ටම් නිර්වචනය කරන අතර, ඒවා ධ්‍යානයන්ට විකල්ප ලෙස හඳුන්වයි. විසුද්ධි මාර්ගය, සුත්‍රයන්හි ධ්‍යාන විග්‍රහය විවේචනය කරමින්, අන් ආකාරයකින් ධ්‍යාන විශ්ලේෂණය කර ඇත. නමුත්, ඒ අර්ථ නිරූපණයන්ගේ වෙනස්කම් සමථයකට පත්කර නැත.¹³⁷

කාලයාගේ ඇවෑමෙන්, මෙම වෙනස් නිර්වචනයන් උකහාගත්, වෙනත් සම්ප්‍රදායන්හි නියැලෙන්නන් විසින්, ධ්‍යාන යන පදයට වෙනත් අර්ථ කථන ප්‍රවලිත කළෝය. මෙලෙස, එහි මුල් බෞද්ධ අර්ථය ජනප්‍රිය මතවාදයන්ගෙන් ඉවත් විය. මුල් සුත්‍ර පහසුවෙන් පරිශීලනය කළ හැකි නිසාත්, එය මූලික මාර්ගෝපදේශය ලෙස භාවිත කළ හැකි නිසාත්, ධ්‍යානයේ මුල් අර්ථය වෙත ආපසු යාමට සුදුසු කාලය දැන් එළඹ ඇත.

සමථය, බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ විදර්ශනාවට වඩා වෙනස් භාවනාවක් යන මතය නිසා, සමථයට ඇතුළත් වන ධ්‍යාන දියුණු කිරීම නොසලකා හැර ඇත. මෙම වැරදි අර්ථ කථනයේ මූලයන් හෙළිදරව් කර ගැනීමටමට, නිවන අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා සිදුහත්

¹³⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නික නිපානය, වෙනාගපුර සූත්‍රය

¹³⁷ Kumāra Bhikkhu. *What You Might Not Know About Jhāna and Samādhi*, pp. 11-23

තාපසයන් යෙදූ බලවත් පරිශ්‍රමය විමර්ශනයට භාජනය කිරීම වැදගත්ය.

සිදුහත් කුමරු ගිහි ජීවිතය අත්හැර ශ්‍රමණ ජීවිතය තෝරා ගැනීමෙන් පසු, එකල සිටි කීර්තිමත් සෘෂිවරුන් දෙදෙනෙකු වන ආලාර කාලාම සහ උද්දක රාමපුත්ත යටතේ පුහුණු විය. ඔවුන්ගේ මග පෙන්වීමෙන්, සිදුහත් තාපසයා උසස්ම අරූප සමාපත්ති (ආකිංචායනන සහ නෙවසංඥානාසංඥායනන සමාපත්තින්) සාක්ෂාත් කර ගත්තේය. එනමුත් ඒවා අමරණීයත්වයට මාර්ගය නොවන බව නිගමනය කිරීම තමන්ගේම ගවේෂණය නැවත ආරම්භ කිරීමට හේතු විය.¹³⁸

ප්‍රතිඵල නැතිව කලක් දුෂ්කරක්‍රියා (අත්තකිලමනානුයෝග) කිරීමෙන් පසුව, සිදුහත් තපසුන් තම මාර්ගය නැවත ඇගයීමට ලක් කළේය. එවිට කුඩා කාලයේදී තමා විසින් ප්‍රථමධ්‍යානයට පැමිණි ආකාරය සිහිපත් විය. මෙම මතකය ධ්‍යාන වැඩීමට තමන්ට තිබූ අකමැත්ත ප්‍රශ්න කිරීමට හේතු විය. ඉන් පසුව, නව ජවයකින් යුතුව, පෙර පිළිවෙතට නැවත පිළිපැන, බුද්ධත්වයට පත් වීමට සමත් විය:

*මම වනාහි මේ කටුකවූ දුෂ්කරක්‍රියාවෙන් මනුෂ්‍ය ධර්මයට වැඩිවූ ආර්ය භාවය ඇති කිරීමට සමර්ථවූ ඥානදර්ශන විශේෂයක් නොලබමි.
මාර්ගාවබෝධය පිණිස අන්‍ය මාර්ගයෙක් ඇත්තේදැයි (කල්පනා විය.)
... ඒ මට මේ අදහස විය. මම, පියවූ සුද්ධෝදන ශාක්‍ය රාජයාගේ වජ්‍රමගුල් දිනයෙහි සිහිල්වූ දඹ රුක් සෙවනෙහි හුන්නේ කාමයන්ගෙන්*

¹³⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, අරියපරියෙසන සුත්ත

වෙන්වම, අකුසල ධර්මයන්ගෙන් වෙන්වම, විතර්ක සහිතවූ, විචාර සහිතවූ, විවේකයෙන් භටගත් ප්‍රීතිය හා සැපය ඇති, ප්‍රථමධ්‍යානයට පැමිණ වාසය කළබව දනිමි. ඒ මාර්ගය මාර්ගඥාන අවබෝධය පිණිස වන්නේයැයි (අදහස් විය.) ... මට අවබෝධය පිණිස මේ මාර්ගයමැයි සිහිය අනුව පැවති විඤ්ඤාණය පහළවිය. ... මට මේ අදහස විය. කාමයන්ගෙන් වෙන්වූ, අකුසල ධර්මයන්ගෙන් වෙන්වූ, යම් ඒ සැපයක්වේද, මම ඒ සැපයට භය වෙමිද (කියාය.) ... මට මේ කල්පනාව ඇතිවිය. කාමයන්ගෙන් වෙන්වූ, අකුසල ධර්මයන්ගෙන් වෙන්වූ, යම් ඒ සැපයක්වේද, මම ඒ සැපයට භය නොවෙමියි (කියාය.)¹³⁹

මෙම සිද්ධියේ සම්ප්‍රදායික විග්‍රහය නම්, බුදුන් වහන්සේ තම පෙර ගුරුවරුන්ගෙන් ඉගෙනගත් භාවනා ක්‍රම සමථයට පමණක් ඇතුළත් වන බැවින් බැහැර දා, තමන්ම සොයා ගත් විදර්ශනා භාවනාව පිළිපැදි බවයි. නමුත් මෙම විග්‍රහයේ ගැටලු කිහිපයක් තිබේ.

නොසලකා හැර ඇති තීරණාත්මක කාරණය නම්, බුදු වීමට පෙර සිදුහත් තාපසයා නොමග ගිය බව පිළිගැනීමට තිබෙන අපහසුතාවය විය හැක. තමන් ඉගෙන ගත් අරූපාවචර සමාපත්ති, මාර්ගය නොවන බව නිගමනය කිරීමෙන් පසු, සිදුහත් තවුසා තනිවම මග සොයයි. වසර ගණනාවක් තිස්සේ දුෂ්කරක්‍රියා කිරීමට පෙර, විදර්ශනාව සඳහා පදනමක් ලෙස ඒ සමථ තත්ත්වයන් භාවිත කළ හැකි බව නොවැටහුනේය. ළමා කාලයේ ලැබූ ප්‍රථමධ්‍යාන පිළිබඳ අත්දැකීමෙන් පෙළඹවීමක් ලැබුවද, තම අතීත ගුරුවරුන්ගෙන් උගත්

¹³⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහා සච්චක සූත්‍රය

සමාධි මට්ටම්ද නිවනට පසුබිමක් වීමට ඉඩ තිබුණි. මාර්ගයේ අරමුණ සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා ඒවා වලංගු මාධ්‍යයන් බව බොහෝ සූත්‍රයන්හි පෙන්වා දී ඇත:

මහණෙනි, මම ආකාසානඤ්චායනනය නිසා ආශ්‍රවයන්ගේ ක්ෂයවීම කියමිනි, ... මහණෙනි, එසේම මහණනෙම සර්වප්‍රකාරයෙන් රූප සංඥාවන් ඉක්මවීමෙන් ... ආකාසය අනන්තයයි ආකාසානඤ්චායනනයට පැමිණ වෙසේද, හෙතෙම එහි වේදනාගතවූ, සංඥාගතවූ, සංස්කාරගතවූ, විඤ්ඤාණගතවූ, යමක්ම වේද, ඒ ධර්මයන් අනිත්‍ය වශයෙන්ද, දුක් වශයෙන්ද, ... අනාත්මයක් වශයෙන්ද, දකියි. හෙතෙම ඒ ධර්මයන්ගෙන් සිත නවත්වයි. හෙතෙම ඒ ධර්මවලින් සිත නවත්වා, නිර්වාණ ධාතුව පිණිස බස්වයි. සියලු සංස්කාරයන්ගේ සංසිද්ධිමක් වේද, සියලු රැස්කිරීමන්ගේ දුරුකිරීමක්වූ, තෘෂ්ණා ක්ෂය වීමක්වූ, නොඇල්මක්වූ, නිරුද්ධ කිරීමක්වූ, නිර්වාණයයි. මෙය ශාන්තය, මෙය ප්‍රණීතය යනුයි. හෙතෙම එහි සිටියේ ආශ්‍රවයන්ගේ ක්ෂය කිරීමට පැමිණෙයි.¹⁴⁰

මෙම තර්කයට සහාය දෙන තවත් කරුණක් නම්, සිදුහත් තවුසන් බුදු වීමෙන් පසු, තම අතීත ගුරුවරුන්ට “ස්වල්පවූ රාගාදී දැලී” තිබූ බැවින් පළමුවෙන් ඔවුන්ට ඉගැන්වීමට නැඹුරු වීමයි.¹⁴¹ ඔවුන්

¹⁴⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, නවක නිපාතය, ඤානනිස්සයන සූත්‍රය

¹⁴¹ මජ්ඣිම නිකාය, අරියපරියෙසන සූත්‍රය

ඉලක්කයෙන් ඇත් වුවා නම්, බුදුන් වහන්සේ එවැනි ප්‍රකාශයක් නොකරනු ඇත.

බුදුන් වහන්සේගේ නිවන් දැකීමේ සන්දර්භය තුළ දුක් වේදනා පිළිබඳ දේශනා ඇගයීම වැදගත් වේ. උන්වහන්සේ අනිත්‍ය වූ කම් සැපයට සැසඳිය නොහැකි, නොවෙනස්වන සහ නොනැසී පවතින සැපයක් අත්කර ගත් බව ප්‍රකාශ කරයි. මෙයින්, උන්වහන්සේ අපට දේශනා කරන්නේ, අප සාමාන්‍යයෙන් හඹා යන ස්වල්ප වින්දනයක් ඇති සැපයන්ගෙන් සැහීමට පත් නොවී, ඊට වඩා උසස් මට්ටමක් අනුගමනය කරන ලෙසය. අපට ආවේනික හරයක් නොමැති එදිනෙදා සතුව ලුහුබැඳීමේ ආතතිය පිළිබඳව බුදුන් වහන්සේ නන් අයුරින් පැහැදිලි කර තිබේ:

මාගන්දිය, එපරිද්දෙන්ම ... දැනුණු මේ කාලයෙහි කාමයෝ දුක්වූ ස්පර්ශ ඇත්තාහුද, මහත්වූ තැවීම ඇත්තාහුද, මහත්වූ දැවිල්ල ඇත්තාහුද, වෙත්. මාගන්දියය, මේ සන්වයෝද කාමයන්හි පහනොවූ, රාග ඇත්තාහු, කාම තෘෂ්ණාවලින් කනු ලබන්නාහු, කාම දැවිල්ලෙන් දවනු ලබන්නාහු, නසනලද ප්‍රඥාන්දිය ඇත්තාහු, දුක් ස්පර්ශ ඇත්තාවූම කාමයන්හි සැපය යන විපරිත සංඥාව ලැබූවාහුය.¹⁴²

දුකින් නිදහස සොයා ගැනීම සඳහා බුදුන් වහන්සේට ධ්‍යාන අත්‍යවශ්‍ය වුවත්, භාවනාවේ මෙතරම් දියුණු මට්ටමක් අපගේ

¹⁴² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මාගන්දිය සූත්‍රය

මාර්ගයට අදාළ වන්නේ කෙසේද? ධ්‍යාන වැඩීම තුළින් අත් විදිය හැකි ප්‍රීතිය හඳුනා ගැනීමෙන්, අප බොහෝ ඇලුම් කරන ලෞකික සැප සම්පත් අත්හැරිය හැක්කේ කෙසේදැයි අවබෝධයෙන් තේරුම් ගත හැකිය. ඊට අමතරව, අප අනුගමනය කරන භාවනා පිළිවෙත ප්‍රීතියෙන් තොර නම්, එම තත්ත්වය නිවැරදි කිරීමට තවදුරටත් ගවේෂණය කළ යුතු බවට මෙය අනතුරු ඇඟවීමකි. භාවනාව තුළ යම් ප්‍රමෝදයක් අත් විඳීම, දිගු කාලීන ශ්‍රමණ ජීවිතයකට අතිශය පිටිවහලක් වනු ඇත. ධ්‍යාන නොසලකා හැරීමෙන්, අපගේ අරමුණ සාක්ෂාත් කර ගැනීමට ඇති හැකියාව අපතේ යයි. මේ සියලු හේතු නිසා, සමාධියට ගරු නොකිරීම, ධර්මය පිරිහීමට එක් හේතුවක් ලෙස බුදුන් වහන්සේ දේශනා කිරීම මවිතයට කාරණයක් නොවේ.¹⁴³

කය මෙනෙහි කිරීම: විදර්ශනාව සඳහා සංඥාව හැසිරවීම

*හැම දහම්හු ප්‍රඥාව උතුරු කොට ඇතියහ.*¹²⁷

මාර්ගයේ ප්‍රගතිය සඳහා සමථය අවශ්‍ය වන්නේද යන්න ඇතැමුන් විසින් මතභේදාත්මක ලෙස සලකන නමුත්, විදර්ශනාව වැඩීම

¹⁴³ ඩී. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, සත්තක නිපාතය, කම්බිල විරඪිතික සූත්‍රය

බෞද්ධ පිළිවෙතක් ලෙස අවිවාදයෙන් පිළිගැනේ. එසේ වුවද, විදර්ශනාව යනු කුමක්ද යන්න පිළිබඳව ව්‍යාකූලත්වයක් පවතින අතර, එය වර්තමාන මොහොතේ සංසිද්ධිවල අතින්‍ය ස්වභාවය ගැන සිහියෙන් සිටීම ලෙසට බහුල ලෙස අර්ථ කථනය වේ. මෙහි යම් තරමක සත්‍යතාවයක් තිබුණද, විදර්ශනාව යනු කුමක්දැයි සූත්‍ර වඩාත් සුක්ෂ්ම විග්‍රහයක් සපයයි:

ඒ පුද්ගලයා විසින් යම් පුද්ගලයෙක් සංස්කාරපරිග්‍රාහක විදර්ශනාඥානය ලබන සුදු වී නම්, ඒ පුද්ගලයා වෙත පැමිණ හේ මෙසේ කිය යුතු වෙයි: “ඇවත, කෙසේ නම් සංස්කාරයෝ දත යුතු වෙත්ද? කෙසේ සංස්කාරයෝ විමසිය යුතු වෙත්ද? කෙසේ සංස්කාරයෝ වෙසෙසින් බැලිය යුතු වෙත්ද?”¹⁴⁴

මෙම ප්‍රශ්නවල නිර්දේශිත ක්‍රියාවන්—“දතයුතු,” “විමසිය යුතු,” “බැලිය යුතු”— හුදෙක් වෙනස් වීමේ ක්‍රියාවලිය ගැන සැලකිලිමත් වීමට වඩා වැඩි යමක් විදර්ශනාවට ඇතුළත් බව පෙන්වයි. ඒ වෙනුවට, එය කුසලාකුසලය ගැන දැනුමට¹⁴⁵ සම්බන්ධ “අධිප්‍රඥාව” ලෙස අර්ථ දැක්වේ.¹⁴⁶ මෙයින් අදහස් වන්නේ චතුරාර්ය සත්‍යයේ

¹⁴⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපානය, නනිය වෙනොසමථ සූත්‍රය

¹⁴⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, බොජ්ඣංග සංයුත්තය, නිවරණාභාර සූත්‍රය

¹⁴⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහා චන්තාරිසක සූත්‍රය

මූලධර්ම අපගේ අත්දැකීමට යෙදීම බව පෙන්විය හැක. විදර්ශනාව පිළිබඳ මෙම නිර්වචනය සිතේ තබා ගනිමින්, දැන් සූත්‍රවල නිර්දේශ කර ඇති කය මෙනෙහි කිරීම (කායගතාසනී) පිළිබඳ විවිධ භාවනා ක්‍රම ගවේෂණය කළ හැක.

සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේදී, ආනාපානසතිය, ඉරියව් සහ ක්‍රියාවන් පිළිබඳ සිහිය, කයේ කොටස් (කාය-ච්ඡාය) සිතින් මෙනෙහි කිරීම, ගති (ධාත්‍ර) අනුව සිත මෙහෙයැවීම, සහ මළ සිරුරක විසංයෝජනය දාශ්‍යමය වශයෙන් විශ්ලේෂණය කිරීම (සරීරං සිවනිකාය) විස්තර කෙරේ. මේවා අතරින්, දාශ්‍යකරණ භාවනා ක්‍රම වැඩිම වර්තමාන ගුරුවරුන් යෝගාවචරයන්ව අධෛර්යමත් කිරීමට හෝ සම්පූර්ණයෙන්ම අතහැරීමට පෙළඹවීමේ ප්‍රවණතාවක් පවතී. එයින් එළඹී මොහොතේ නොමැති දේ මවා ගැනීමක් වන බවටත්, සති භාවනාව යැයි හඳුන්වන “ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දැකීම”ට එය එරෙහි බවටත් තර්ක කෙරේ.

එවැනි භාවනාවන්වල අරමුණ තේරුම් ගැනීම සඳහා පළමු හා දෙවන ආර්ය සත්‍යයන් සලකා බැලිය යුතුය. තණ්හාව නිසා දුක ඇති වේ. කුඩා දරුවන්ගේ හෝ ඇබ්බැහි වූවන්ගේ හැසිරීම දැක ඇත්නම් මෙය පැහැදිලිව පෙනේ. එනමුත්, බොහෝ දෙනෙක් එතරම් හොඳින් වටහා ගෙන නැත්තේ, මෙය අපගේ සාමාන්‍ය ඵදිනෙදා අත්දැකීම්වලට කොතරම් දුරට අදාළද යන්නය.

මෙම උපකල්පිත උදාහරණය සලකා බලන්න: ඔබ ආනාපානසතිය තුළින් සන්සුන් තත්ත්වයකට පැමිණේ. ආකර්ශනීය

යැයි හැඟෙන පුද්ගලයෙකුගේ රූපයක් මනසට නැගේ. එයට යොමුවී එය ඔස්සේ හඹා යෑම හොඳ අදහසක් වේද?

අපි සාමාන්‍යයෙන් මෙම අවස්ථා විමර්ශනය කරන්නේ මතුපිටින් පමණි. එම සංඥාව කොතැනකට යොමුවන්නේ දැයි දැකීමෙන් ඇති වන හානිය කුමක්දැයි ඔබ ඇසිය හැක. අපගේ සතුට බොහෝ සේ රඳා පවතින්නේ කැමති දේ ලබා ගැනීම මත බව සත්‍යයකි. වඩාත් නිවැරදිව කිවහොත්, අපගේ සිත් තුළ ඇති වන තණ්හාවෙන් උපදවන සිතුවිලිවලට එකඟ වීම තුළිනි.

නමුත් දහමට අනුව බලන විට, ඒ ප්‍රියජනක සංඥාව ලුහුබැඳීම මැරෙන දේ පසුපස හඹා යාම හා සැසඳේ. අමරණීය නිවන සෙවීමට එය මාර්ග බාධකයකි. මක්නිසාදයත්, මෙහි ආකර්ෂණයට ලක්වන භෞතික කය ජරාවට හා මරණයට ලක්වන බැවිනි. එය ලස්සන යැයි සැලකුවද, හමට යටින් ඇත්තේ සියලුම මිනිසුන් තුළ ඇති එකම මස් සහ ඇටකටු පොදියමය. එබැවින් දිරාපත් වන දේ පසුපස හඹා යෑමෙන්, නොනැසෙන සුවය වන නිවනට පැමිණීමේ හැකියාව තවදුරටත් දුරස් වන අතර, අකුසලයෙන් තම සිත දූෂණයවීමද සිදු වේ. එසේම, ඒ ආකර්ෂණීය රූපය ලුහුබැඳීමෙන් මේ දක්වා සිත පෝෂණය කළ භාවනා තේමාවද අත්හැරේ. කයේ කොටස් දෘශ්‍යකරණය (visualization) සම්බන්ධ අසුභ තේමාව ප්‍රයෝජනවත් වන්නේ මෙහිදීය:

ආනන්දය, අසුභ සංඥාව කවරේද? ආනන්දය, මේ ශාසනයෙහි මහණනෙම දෙපතුලින් උඩ, මස්තකයෙහි කේශයන්ගෙන් යට, සම

කෙළවරකොට ඇති, මේ කයෙහි, නානාප්‍රකාර අසුභ දේ නුවණින් කල්පනා කරයි. මේ කයෙහි, කෙස්, ලොම්, නිය, දන්, සම්, මස්, නහර, ඇට, ඇට මිදුළු, චක්‍රගඬුව, හදවත, අක්මාව, දළඬුව, බඩදිව, පපුමස, බඩවැල, අතුනුබහන්, උදරය, අශුවි, පිත, සෙම, සැරව, ලෙය, ඩහදිය, මේද තෙල, කඳුළු, වුරුණු තෙල, කෙල, සොටු, සඳ මිදුළු, මුත්‍ර යන මේ නානාප්‍රකාර පිළිකුල් දේ ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරයි. ආනන්දය, මේ අසුභ සංඥායයි කියනු ලැබේ.¹⁴⁷

සිරුරේ ආකර්ෂණීය නොවන පැත්ත දෙස බැලීමට පුහුණු වීමෙන්, ආකර්ෂණීය මානසික රූප මගින් සිත පාලනය නොවේ. මෙයින් යෝගාවචරයාට තම ක්‍රියාවන් සම්බන්ධව වැඩි ස්වාධීනත්වයක් ඇතිවේ. අප දැකීමට නැඹුරු වූ සුන්දර පැත්ත පමණක් වෙනුවට, සම්පූර්ණ ස්වභාවයම දැකීමට පටන් ගනී. එබැවින් අසුභ සංඥාව නිවැරදි දැකීමට (සම්මා දිට්ඨි) සම්බන්ධවූ “විකෘති නොවන සංඥාව” (නසංඥාවිපල්ලාසෝ) ලෙස හැඳින්වේ.

අසුභයෙහි අසුභය යන මෙය විපරිත සංඥාවක් නොවේ. විපරිත සිතක් නොවේ, විපරිත දෘෂ්ටියක් නොවේ. ...

අසුභය, අසුභ වශයෙන් දැක්කාහුය. සමයක් දෘෂ්ටි ඇතිවීමෙන් සියලු දුක ඉක්මවුවාහුය.¹⁴⁸

¹⁴⁷ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, දසක නිපාතය, ගිරිමානඤ්ඤ සූත්‍රය
¹⁴⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපාතය, චතුච්චල්ලාස සූත්‍රය

මෙය අන්‍යන්ගේ හෝ ඔබේම කය පිළිකුල් කිරීමට දිරිගැන්වීමක්ද? සංඥාවේ ස්වභාවය වැටහෙන්නේ නම් මෙහිදී කය සත්තකින්ම ආකර්ෂණීයද නැත්ද යන්න වැදගත් නොවන බව පෙනේ. අදාළ වන්නේ කය අනාකර්ෂණීය ලෙස බැලීම මෙවලමක් වන බවත්, එය මනස තණ්හාව මුසු සිතුවිලිවලින් ආරක්ෂා කරගැනීමට හා ඒවා තුරන් කිරීමට උපායශීලීව භාවිත කිරීමට හැකිවීමත්ය. ඒ ක්‍රියා දෙකම මාර්ගයේ වීර්යය වැඩීමට (ආනන්ද) සම්බන්ධ වේ.

බොහෝ යෝගාවචරයෝ මෙම ආවර්ජනය කිරීමේ තේමාවන් ගැන නොදනිති. එසේ නැති නම්, ඒවායේ අප්‍රසන්න බව නිසා හෝ, ඒවා අනවශ්‍ය යැයි උපකල්පනය කරන නිසා හෝ, මග හරිති. නමුත් ඔබ නිවන සොයන්නෙක් නම්, මෙම තේමාවන් මාර්ගයේ වැදගත් මෙවලම් බව දැන යුතුය. ඔබ බෞද්ධ පිළිවෙතට සම්පූර්ණයෙන් කැපවී පැවිදි ජීවිතයක් ගත කිරීමට අදහස් නොකළත්, මෙම ශිල්පයන් භාවිතය එළඹී මොහොතේ ආකර්ෂණීය වන, නමුත් දීර්ඝ කාලීනව අහිතකර වන, ක්‍රියාවලීන් වැළකීමට ප්‍රයෝජනවත් වේ. මක්නිසාද යත්, කයේ ඇති අශෝභන බව මෙනෙහි කිරීම රාගය මැඩ පැවැත්වීමට විශේෂයෙන් උපකාරී වන බැවිනි.

මහණෙනි, අසුභ සංඥාව පුරුදු කිරීමෙන් එය බහුලකොට සිතින් ගෙන වාසය කරන්නේ භික්ෂුවගේ ලිංගික ක්‍රියාවට එක්වීම කෙරෙන් සිත

සැඟවෙයි. හැකිලෙයි. එය අනුව හැඩගැසෙයි. එය සිහි නොකරයි.
උපේක්ෂාව හෝ පිළිකුල් බව පිහිටයි.¹⁴⁹

එකල ආයුෂ්මත් වංගීස තෙරුන්ට ශාසනයෙහි නොඇල්ම උපන්නේ
වෙයි, රාගයද ඔහුගේ සිත නසයි...

“මම කාම රාගයෙන් දැවෙමි. මාගේ සිත හාත්පසින් දැවෙයි.”

...

“සංඤා විපර්යාස හේතුවෙන් නාගේ සිත දැවෙයි. රාගෝත්පන්නියට
හේතු වූ සුභ වශයෙන් ගන්නා ලද අරමුණ දුරු කරව. ... අසුභ
භාවනාවෙන් සිත එකඟකොට, වඩව.”¹⁵⁰

මෙම භාවිතය, අසුභ හා ඒ ආශ්‍රිත පිළිවෙත්වල තේමාවන් යෝග්‍ය
වන්නේ කෙලෙස් බලගතුව ඇති නිසා ඊට ප්‍රබල ප්‍රතිකර්ම අවශ්‍ය
පුද්ගලයන්ට ලෙසට ප්‍රචලිත මතයක් තිබේ.¹⁵¹ මෙය විසුද්ධි
මාර්ගයෙන් මතු වූ අදහසකි. එහිදී, එවැනි මෙතෙහි කිරීම “රාග
වරිත” ඇති අයට සුදුසු යැයි සඳහන් වේ.¹⁵² මෙය අසුභය වැඩිමේ එක්
ප්‍රතිලාභයක් පමණි. මුල් පෙළෙහි මෙය භාවනාවට මූලික බාධාවක්
වන කාමයට ඇල්ම (කාමච්ඡන්ද) අත්හැරීමේ මාර්ගය ලෙස විස්තර

¹⁴⁹ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, සත්තක නිපාතය, විෂ්ඨ සත්ත
සඤ්ඤා සූත්‍රය (සංගෝධිත)

¹⁵⁰ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, වඩ්ඪිස සංයුත්තය, නිවරණාභාර සූත්‍රය

¹⁵¹ Ṭhānissaro, Bhikkhu. *On the Path, Right Mindfulness*, Chapter 8, p. 352

¹⁵² බුද්ධසෝම හිමි (tipitaka.lk). විසුද්ධි මාර්ගය, III පරිච්ඡේදය

කෙරේ (“අසුභ නිමිත්තක් ඇත. එහි නුවණින් බහුලව මෙනෙහි කිරීමක් වේද, එය නුපන්නාවු කාමයට ඇල්ම ඉපදීම පිණිසද, උපන්නාවු කාමයට ඇල්ම බහුල බව පිණිස මහත් බව පිණිසද, මේ ආහාරය නොවෙයි.”)¹⁵³

මිනිසුන් ඉඳුරන් පිනවීමට දැඩි ලෙස යොමුව සිටින නිසා, හුදු සංඥා භාවිතයෙන් සදහටම එය ලුහුබැඳීමට තිබෙන ප්‍රවණතාවය නවතින්නේ නැත. සිතට විකල්ප පෝෂණයක් තිබිය යුතු අතර, සමථ භාවනාව එම විකල්පය සපයයි. භෞතික ආයතනයන්ගෙන් බැහැරව ප්‍රීතියක් ලබා දීමෙන්, එය කයේ ස්වභාවය මෙනෙහි කිරීම තුළින් විදර්ශනාව වැඩිමට පසුබිම සපයයි. එබැවින් සංයෝජනයක් ලෙස කාම රාගය සම්පූර්ණයෙන්ම තුරන් කළ අනාගාමී පුද්ගලයාට පවා රූප රාගය සහ අරූප රාගය තවමත් පවතියි.

කාමාශාවන් පිළිබඳ සිතුවිලි තාවකාලිකව යටපත් කළ නැතහොත් තුරන් කළ පසු, කයේ නිශ්චිතවම සිදුවන දිරායාම සහ මරණය, මළ සිරුර මෙනෙහි කිරීම තුළින් ආවර්ජනය කළ හැක. මෙයින් කය තමාගේ යැයි සැලකීමෙන් වැළකී සිටීමට යෝගාවචරයන්ට හැකියාව ලැබේ. අනාත්මය (අනත්තා) පිළිබඳ සංඥාව වන මෙය වැඩිම සියුම් ක්ලේශයක් වන මානස තුරන් කිරීමට උපකාරී වේ:

¹⁵³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුත්ත නිකාය, බොජ්ඣංග සංයුත්තය, නීවරණා'භාර සූත්‍රය (සංශෝධිත)

ස්වාමීනි, නැවතද භික්ෂුනෙමේ යම්සේ සොහොනේ දමන ලද මැරී දිනක්වූ, දෙදිනක්වූ, තුන් දිනක්වූ, ඉදිමී හෝ, ඉතා නිල්වූ හෝ, ඉතා පැසවූ හෝ ශරීරයක් බලන්නේද, හෙනෙමේ මේ කය වනාහි මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය. මෙසේ වන සුලුය. මෙය ඉක්මුණේ නැතැයිද, මේ කය මෙසේ සමකොට බලයි. ...

මෙසේ වඩන ලද්දේ, මෙසේ දියුණු කරණ ලද්දේ “මම වෙමි” යි යන මානය ඉදිරිම පිණිස පවතී.¹⁵⁴

මෙසේ සංඥාව හැසිරවීමෙන්, මෙම මෙනෙහි කිරීමේ දායකකරණ ශිල්පීය ක්‍රම, කයේ ස්වභාවය සහ ඇති තතු පිළිබඳව ගැඹුරු අවබෝධයක් ලබා දෙයි. එමනිසා, ඔබ කැමති මාර්ගය පෙර පරිච්ඡේදයේ සාකච්ඡා කළ ධාතු ක්‍රමය මත පදනම් නොවූවත්, අවම වශයෙන් කය මෙනෙහි කිරීමේ ක්‍රම පිළිබඳ මූලික පුහුණුවක් ලබා ගැනීම සුදුසුය.

බුරුම විදර්ශනා ක්‍රමය

බොහෝ ජනප්‍රිය භාවනා ක්‍රම බුරුමයේ ථේරවාදී බෞද්ධයන් අතරින් ආරම්භ වී ඇත. ඒවායින්, මහාසි සහ පා අවුක් ක්‍රම අනුගාමිකයන් සැලකිය යුතු ගණනක් සිටියත්, එස්. එන්. ගොඵන්කා

¹⁵⁴ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). අංගුත්තර නිකාය, ඡන්ද නිපාතය, උදාසි අනුස්ස නිදාන සූත්‍රය

ප්‍රවලිත කළ භාවනා ක්‍රමය ලෝකය පුරා පුළුල් ලෙස පැතිරී තිබේ. එනිසා මෙහිදී එම ක්‍රමය විමසුමට ලක් කෙරේ. බුරුම භාවනා ක්‍රම සියල්ලම අභිධර්මයේ, අටුවාවන්හි, සහ විසුද්ධි මාර්ගයෙහි ඇති අදහස්වලට අනුකූලවීම නිසා ඒවායේ සමානකම් තිබේ. එබැවින්, මෙම විශ්ලේෂණයේ සමහර නිගමන ඒ සියල්ලටම අදාළ වනු ඇත.

තායිලන්තයේ, ශ්‍රී ලංකාවේ, මැලේසියාවේ, සහ එක්සත් ජනපදයේ ආරණ්‍ය සේනාසනවල මා ගත කළ කාලයන්හිදී නිරීක්ෂණය කළ හැකිවූ එක් නියත සාධකයක් විය. එනම්, බොහෝ විදේශික ගිහි හෝ පැවිදි යෝගාවචරයින් ඔවුන්ගේ පළමු භාවනා අත්දැකීම ලබාගෙන ඇත්තේ දින දහයක ගොඵන්කා “විපස්සනා” පාඨමාලාවකින් බවය. මෙය ප්‍රියමනාප ස්වභාවයක් ඇති ජනප්‍රිය ඉන්දියානු ව්‍යාපාරිකයෙකු විසින් ප්‍රවලිත කරන ලද ගිහි වැඩසටහනකි. ඕස්ට්‍රේලියාවේ ජීවත් වූ ජපන් ජාතික කෙසෙල් වගාකරන්නෙක්, අග්නිදිග ආසියාව හරහා සංචාරය කරන අතරතුර බුදුදහම ගැන වාර්තා චිත්‍රපටයක් නිෂ්පාදනය කරමින් සිටි විලී ජාතිකයෙක්, විශාල බහුජාතික සමාගමක හිටපු වෘත්තිකයෙකු වූ තායිලන්තයේ විසූ ප්‍රංශ ආරණ්‍ය හික්ෂුවක්, යන සියල්ලන්ටම පොදු වූ දෙය නම්, ඔවුන් මුලින්ම භාවනාවේ නිරත වූයේ මෙම පාඨමාලාවකට සහභාගී වීමෙන් බවය.

ගොඵන්කා භාවනා වැඩසටහන් ගැන කලක සිට දැන සිටියත්, ඒ පිළිබඳ මදක් සැක සහිත වූවෙමි. මෙයට ප්‍රධාන හේතුව වූයේ, බුදුන් වහන්සේ විසින් දේශනා කළ නිවැරදි භාවනා ක්‍රමය බුරුමයේ හික්ෂුන් වහන්සේලා කිහිප නමක් එලෙසම සංරක්ෂණය කළ බවට ඇඟවීමක් කෙරෙන නිසාය. මෙම භාවනා ක්‍රමය පසුකාලීන ථේරවාද

කෘතිවලට සම්බන්ධ නිසා මෙය පැහැදිලි විකෘතියක් සහ වෙළඳ උපක්‍රමයක් ලෙස හැඟුණි. තවත් හේතුවක් නම්, වෙනත් භාවනාවන් සමඟ “මිශ්‍ර කිරීමෙන්” වළකින ලෙස යෝගාවචරයන්ට දැඩි ලෙස උපදෙස් දීම නිසා, භාවනාව තවදුරටත් ගවේෂණය කිරීමට නවකයන් අතර අනවශ්‍ය බියක් ඇති වීමට ඉඩ තිබීමයි. මෙම ක්‍රමය පිළිබඳ පූර්ණ විශ්වාසය තබන යෝගාවචරයෙකුගේ දියුණුව ඇනහිටීමේ අනතුරට, මෙම දැඩි මාර්ගෝපදේශනය හේතු විය හැකියැයි මට හැඟුණි.

කෙසේ වෙතත්, ඊට සහභාගී වීමෙන් මා ලැබූ අත්දැකීම් සමඟ, මෙම ක්‍රමය සහ වැඩසටහන සැලකිය යුතු ධනාත්මක බලපෑමක් ඇති කර නොමැතියැයි නොකියමි. වෙනත් භාවනා ක්‍රම පිළිබඳව විමර්ශනය කිරීමට විවෘත මනසක් ඇති පුද්ගලයන්ට බොහෝ දුරට ගොඵන්කා ක්‍රමයේ ප්‍රතිලාභ ලබා ගෙන, එහි අඩුපාඩු මගහරවා ගත හැකිය. භාවනාව සඳහා වැඩි කාලයක් වෙන් කිරීම සහ විනයානුකූල පුහුණුව අවධාරණය කිරීම මගින් වැඩසටහන මනාව සංවිධානය කර ඇත.

දැන් ගොඵන්කාගේ මගපෙන්වීම යටතේ සහ අනුමැතිය ඇතිව සකස් කරන ලද, ඔහුගේ භාවනා ක්‍රමය පිළිබඳ ග්‍රන්ථයක් උපුටා ගෙන පාලි පෙළ පොතෙහි භාවනාව දේශනා කරන ආකාරය සමඟ සංසන්දනය කරමු.

දස දින වැඩසටහනේ මුල් දින තුනහමාර්ථදී සමථ භාවනා ක්‍රමයක් ලෙස නාශිකාග්‍රයේ හුස්ම වැදීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීමට සහ සිත එයින් පිටට ගිය විට ආපසු ගෙන එන ලෙසට උපදෙස්

ලැබේ.¹⁵⁵ මෙය සම්මත ක්‍රමයක් වන අතර, ආනාපානසති සූත්‍රයේ සඳහන් වන උපදෙස්වලට විරුද්ධ නොවේ. ඉන් පසුව, අවධානය සම්පූර්ණයෙන්ම විදර්ශනා භාවනාව ලෙස හැඳින්වෙන ක්‍රමය වෙත යොමු වේ. මෙහිදී, සියලු කායික සංවේදනයන්, කෙතරම් ගොරෝසු හෝ සියුම්, ප්‍රසන්න හෝ වේදනාකාරී වුවත්, උපේක්ෂාවෙන් යුතුව, දැනෙන ගති මට්ටමින් කය කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම උපදේශය වේ. මෙහි කාර්යය වන්නේ සතුවක් අත්විඳින විට තෘෂ්ණාවෙන්ද දුකක් දැනෙන විට ද්වේශයෙන් හෝ පිළිකුලෙන්ද ප්‍රතික්‍රියා කිරීමෙන් වැළකී සිටීමයි. මෙලෙස ප්‍රතික්‍රියා කිරීමට ඇති ස්වාභාවික ප්‍රවණතාවය මග හරවා ගැනීම සඳහා, සංවේදනයන් අනිත්‍ය ලෙස සලකන ලෙස යෝගාවචරයාට කියනු ලැබේ. මෙයින් ඔබ අත්විඳින වේදනා මානසිකව අතිශයෝක්තියට නැංවීමේ සහ වර්ධනය කිරීමේ විෂම ප්‍රතිඵල වක්‍රය බිඳ දමයි.

මීට පෙර පරිච්ඡේදයේ විස්තර කර ඇති පරිදි, සමථයට පෙර විදර්ශනාව ප්‍රගුණ කිරීම, මාර්ගය වැඩීමේ පිළිගත හැකි ධාතු ක්‍රමය ලෙස හඳුන්වා තිබේ. මෙහිදී ධ්‍යාන සාක්ෂාත් කරගනු ලබන්නේ විදර්ශනාවෙන් පසුවය. ගොළුන්කා ක්‍රමය සමාන පිළිවෙතක් යෝජනා කරන්නේද?

ගොළුන්කා ක්‍රමයේ අවධානය යොමු වන්නේ භෞතික සංවේදනයන් ක්‍රමානුකූලව සහ උපේක්ෂාවෙන් නිරීක්ෂණය කිරීමටයි. එය අප යථාර්ථය අත්විඳින ආකාරය ලෙස විස්තර

¹⁵⁵ William Hart. *The Art of Living: Vipassana Meditation as Taught by S.N. Goenka*. Pariyatti. Kindle Edition, Kindle Location 1290

කෙරේ.¹⁵⁶ මූලිකවම බැලූ බැල්මට සංවේදනයන් නිර්වචනය කර ඇත්තේ සුත්‍රයන්හි වේදනාව විස්තර කර ඇති ආකාරයට සමානව බව පෙනුනද, ක්‍රමයේ අන්තර්ගතය තුළ එහි අර්ථය ධාතු සංකලනයකට වඩාත් සමාන වේ. තද (ජයව්), වැගිරෙන (ආපෝ), තාප (නේපෝ), හා වලන (වායෝ) ගති සහ දැනෙන සැපයුක් මට්ටම මීට අදාළ වේ. මේ අනුව, ගොඵන්කා ක්‍රමය යම් ප්‍රමාණයකට ධාතු ක්‍රමයට නැඹුරු වීමකි.

එනමුත්, ගොඵන්කා ක්‍රමය කය පිළිබඳ අවධානය යොමුකරන ආකාරය පැහැදිලිව වෙනස් වේ. එහිදී, ධාතු විභංග සුත්‍රයේ විස්තර කර ඇති, කයේ කොටස් දෘශ්‍යකරණයේ ආරම්භක පිළිවෙත මග හරිමින්, සෘජුවම ගති වෙත අවධානය යොමු කෙරේ. පසුව, කයම හුදෙක් භෞතික සංවේදන රාශික් ලෙස සලකනු ලැබේ. එක මොහොතකින් ඔබ්බට කිසිවක් නොපවතියි යන අදහසින්, පසුව එම සංවේදනයන් අනිත්‍ය (අනිච්චා) ලෙස සැලකේ. එවිට ඇලී සිටිය හැකි කිසිවක් නොමැති බවත්, එබැවින් “මම” හෝ “මගේ” යනුවෙන් හැඳින්විය හැකි කිසිවක් නොමැති බවත්, නිගමනය කෙරේ.¹⁵⁷ ගොඵන්කා ක්‍රමයේ රාමුව තුළ අනාත්ම සංකල්පය අවබෝධ වන්නේ මෙලෙසය.

මෙම විග්‍රහයේ ගැටලු කිහිපයක් තිබේ. මූලික වශයෙන්, අනාත්මය (අනත්තා) පිළිවෙතක් යන්න වෙනුවට පාරභෞතික අදහසක් ලෙස මෙහි වරදවා වටහාගෙන ඇත. වෙනත් වචනවලින්

¹⁵⁶ Hart. *The Art of Living*, Kindle Location 1604

¹⁵⁷ Hart. *The Art of Living*, Kindle Location 1668

කිවහොත්, අනාත්ම සංකල්පය, යථාර්ථය ලෙස අප සලකන දේ වෙන් කර ගැනීමට ප්‍රායෝගික මෙවලමක් වෙනුවට, යථාර්ථය එය ලෙස වැරදි ලෙස අර්ථ කථනය කර ඇත. අනිත්‍ය සංඥාව යෙදීමේදී කය නොසලකා හරින ආකාරය සලකා බලන විට මෙය පැහැදිලි වේ. කයේ කොටස් දෘෂ්‍යකරණය, මරණ සතිය, හෝ මළ සිරුරු මෙනෙහි කිරීම ප්‍රථමයෙන් නොකරන බැවින්, මෙම ක්‍රමය භාවිත කරන්නාට කයේ ක්ෂය වීමේ, දිරාපත් වීමේ, සහ මිය යාමේ ස්වභාවය පිළිබඳ සවිඤ්ඤාණක අත්දැකීම් සහිත අවබෝධයක් නොලැබේ.

මෙය කයට ඇළි සිටීමේ දෝෂය සහ කය තමන්ගේ ලෙස ගැනීමට නොවටිනා බව පිළිබඳ අවබෝධයක් නොමැතිවීමට හේතු වේ (“... යමක් වනාහි අනිත්‍යද, දුකද, වෙනස්වන ස්වභාවය ඇත්තේද, මෙය මගේය. මම වෙමි. මාගේ ආත්මයයි එය කල්පනා කරන්නට සුදුසුද?”)¹⁵⁸ මේ නිසා කයට ඇති බැඳීම තුරන් නොවේ. භෞතික ධාතු, මනසින් සම්පූර්ණයෙන්ම බැහැර වීම පිළිබඳ සූත්‍රයන්හි විස්තර කර ඇති වඩාත් ගැඹුරු අත්දැකීම් වෙනුවට, ගොඵත්තා ක්‍රමය තුළින් උපේක්ෂාව පමණක් ලබා දෙන්නේ මේ නිසායැයි අනුමාන කළ හැකිය.

ධාතු ක්‍රමය නිසි ලෙස අනුගමනය කළ විට, එය කය පිළිබඳ හැඟීමක් නොමැති රූපයෙන් තොර විඤ්ඤාණයක අත්දැකීමකට තුඩු දෙනු ඇත. අනාත්ම සංඥාව මේ ආකාරයට කයට යෙදිය යුතු අතර, එවිට වේදනා අවබෝධ කර ගැනීමට ඉඩ සැලසේ. කාය වේදනා නැවත හට ගන්නේ එම අත්දැකීමෙන් ආපසු පැමිණ නැවත කය

¹⁵⁸ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, මහා පුණ්ණම සූත්‍රය (සංගෝධිත)

සමඟ සම්බන්ධ වූ විට පමණි. මෙය වේදනාවන්හි හේතුමය ස්වභාවය පෙන්නුම් කරන අතර හේතුවෙන්-හටගැන්ම (පටිච්චසමුප්පාදය) පිළිබඳ සවිඤ්ඤාණක අවබෝධයට මග පාදයි:

මහණ, සැප වේදනාවට කරුණුවූ ස්පර්ශය නිසා සැප වේදනාව උපදියි, හෙතෙම සැප වේදනාව විඳින්නේ, සැප වේදනාව විඳිමිනි දැනගනියි. ඒ සැප වේදනාවට කරුණුවූ ස්පර්ශය නිරුද්ධ වීමෙන් ඒ සැප වේදනාවට කරුණුවූ ස්පර්ශය නිසා හටගත් යම් සැප වේදනාවක් වීද එයද නිරුද්ධ වෙයි. එය සංසිද්දෙයයි දැනගනියි.

මහණ, දුක් වේදනාවට කරුණුවූ ස්පර්ශය නිසා දුක්වූ වේදනාව උපදියි.

...

මහණ, දුක්ද නොවූ සැපද නොවූ වේදනාවට කරුණුවූ ස්පර්ශය නිසා දුක්ද නොවූ සැපද නොවූ වේදනාව උපදියි....¹⁵⁹

දැන් ඉහත මුල් සූත්‍ර උදාහරය ගොඵන්කා ක්‍රමය ඇත්ත ඇති සැටියෙන් දැකීම ලෙස විදර්ශනාව පැහැදිලි කරන ආකාරය හා සැසඳිය හැක:

සෑම මොහොතකම කය සෑදී ඇති උප පරමාණුක අංශු හටගෙන පහව යයි. සෑම මොහොතකම මානසික ක්‍රියාකාරකම් එකින් එක හටගෙන නැතිවී යයි. බාහිර ලෝකයේ මෙන්ම නමා තුළත්, කායික හා මානසික සෑම දෙයක්ම සෑම මොහොතකම වෙනස් වෙමින් පවතී ... කයේ සෑම

¹⁵⁹ ඒ. ඩී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, ධාතු විභංග සූත්‍රය

අංශුවක්ම, මනසෙහි සෑම ක්‍රියාවලියක්ම නිරන්තර ප්‍රවාහයක පවතී.
එක මොහොතකින් ඔබ්බට කිසිවක් ඉතිරි නොවේ...¹⁶⁰

මේ උදාහරණ දෙක අතර කිසි සම්බන්ධයක් නැති බව හැඟෙයි. මෙහි විෂමතාවය ගෝචන්කා ක්‍රමයට කේන්ද්‍රීය වන උප පරමාණුක අංශු (subatomic particles - කලාප) සහ සිත් මොහොත් (වින්තක්ඛන) යන ද්විත්ව සංකල්ප මගින් පැහැදිලි කෙරේ. කලාප යනු ගැඹුරු භාවනාව තුළින් සාප්‍රචම නිරීක්ෂණය කළ හැකි, උප පරමාණුක අංශුවලින් භෞතික පදාර්ථ සෑදී ඇති බව අදහසයි. මෙය බුද්ධසෝභිතියන්ට පෙර, ජෝර්වාදී සම්ප්‍රදායේ දක්නට නොලැබුණු, පසුකාලීන ශාස්ත්‍රීය වර්ධනයක්වූ පරමාණුක වාදයෙන් උපුටා ගන්නා ලද්දකි.¹⁶¹ විසිවැනි සියවසේ මැද භාගයේ ඩේවිඩ් බෝම් (David Bohm) වැනි භෞතික විද්‍යාඥයන් විසින් ස්ථාපිත කරන ලද භෞතික යථාර්ථයේ ස්වභාවය සමඟ සැසඳෙන බැවින්, මෙම සංකල්පය ගෝචන්කා ක්‍රමයේ ජනප්‍රියතාවයට ප්‍රධාන හේතුවක් විය හැකිය. මෙය බුදුදහම මෙවැනි විද්‍යාත්මක සොයාගැනීම් අපේක්ෂා කළ බවට වැරදි මතයක් ඇති කිරීමට හේතු වී ඇත:

ද්‍රව්‍ය, මූලික අංශු සහ පරමාණුවලට බෙදීම පිළිබඳ භෞතික විද්‍යාඥයන්ගේ සංකල්පය, පරමාර්ථ පදාර්ථයන් (රූප ධාතු) සහ

¹⁶⁰ William Hart. The Art of Living: Vipassana Meditation as Taught by S.N. Goenka. Pariyatti. Kindle Edition, Kindle Locations 1663-9 (පරිවර්තනය)

¹⁶¹ David Kalupahana. *Buddhist Philosophy: A Historical Analysis*, 1976, p. 100

ඒවායේ ගොනු (රූප කලාපයන්) පිළිබඳ බෞද්ධ දර්ශනයන් සමඟ කැපී පෙනෙන ලෙස සමාන්තර වේ. මීට අමතරව, විද්‍යාඥයන් විසින් ඇස්තමේන්තු කරන පරමාණුක ප්‍රමාණය පවා රූප කලාපයක පරිමාණය පිළිබඳ බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ දෙය හා සැසඳේ.¹⁶²

මෙවැනි ව්‍යාජ විද්‍යාත්මක අදහස්වල එක් ගැටලුවක් නම් මුල් සූත්‍රවල එයට කිසිදු සාක්ෂියක් නොමැති වීමයි. පසුකාලීන අභිධර්ම දර්ශනවලට ඒවා සමාන්තර කළ හැකි වුවද, අභිධර්මය සහ ඒ ආශ්‍රිත අටුවා බොහෝ වෙනස් වූ න්‍යායන්ට නිවහන වන බැවින් මෙය කිසිසේත්ම තීරණාත්මක සාක්ෂියක් නොවේ. ඒවායින් එකක් නූතන භෞතික විද්‍යාව සමග ගැලපී තිබීම හුදු අහඹු දෙයක් ලෙස දැකිය හැක.

වඩාත් පැහැදිලි ප්‍රායෝගික ප්‍රශ්නයක් නම්, බුදුන් වහන්සේ පෙන්වා දුන් දුකින් මිදීම, අභිධර්මයට ආශ්‍රිත කෘතිවල සඳහන් වන පරිදි හුදෙක් භෞතික යථාර්ථය පිළිබඳ නිවැරදි අවබෝධයක් ලැබීමෙන් ළඟාකරගත නොහැකි වීමයි. ක්ෂණික වෙනස්වීම් තත්ත්වයක් අත්දැකීම තුළින් පමණක් විමුක්තියට පත්විය නොහැක.

සෑම දෙයක්ම ක්ෂණික වෙනස්වීම් තත්ත්වයක පවතින බවට ගොඵන්කා වැඩසටහන තුළ ඇති අනෙක් ප්‍රධාන අදහස “සිත් මොහොත” හෝ වින්තක්ඛන යන සංකල්පය න්‍යායාත්මක කර ඇති ක්ෂණ වාදය (ඛනවාද) මත පදනම් වේ:

¹⁶² W.J. Jayasuriya. *The Psychology and Philosophy of Buddhism*, p. 155

චිත්තයක ආයු කාලය “සිත් මොහොතක්” ලෙස හැඳින්වේ. මෙය කෙටි කාලසීමාවක කාලීන ඒකකයක් වන අතර, විචාරකයන්ට අනුව, අකුණු ගැසීමට ගතවන කාලය තුළ හෝ ඇසිපිය හෙළීමට ගතවන කාලය තුළ, සිතේ මෙසේ අවස්ථා බිලියන ගණනක් ගෙවී යා හැකිය. අනෙක් අතට, සෑම සිත් මොහොතක්ම උප අවස්ථා තුනකින් සමන්විත වේ— හටගැනීම (උප්පාදා), පැවැත්ම (චීති) සහ පහවීම (භංග). සිත් මොහොතක් තුළ චිත්තයක් හටගෙන, එහි ක්ෂණික කාර්යය ඉටුකර, පසුව පහ වේ.¹⁶³

ගොඵන්කා ක්‍රමය තුළින් මෙම භංග තත්ත්වයට තමන් ගෙන යාමට හැකි බව සඳහන් වේ. එහිදී “කයේ සහ සිතේ පෙනෙන සනත්තිය දිය වී යන අතර, පදාර්ථයන්හි, සිතෙහි සහ සිත් සංඛාරයන්හි අවසාන යථාර්ථය අපි අත්විඳිමු: කම්පන, දෝලන, පැන නැගීම් හැර වෙන කිසිවක් නැති අතර ඒවා ඉතා වේගයෙන් නැති වේ.”¹⁶⁴ මෙම අදහස් අභිධර්මය සහ එහි අටුවාවන්හි දක්නට ලැබුනත්, මුල් සූත්‍ර දේශනාවල නොමැත.¹⁶⁵ අප පළමු පරිච්ඡේදයේදී අවධාරණය කළ පරිදි, මෙසේ පසුකාලීනව එක්වූ දේ බුද්ධ වචනය ලෙස සැලකිය නොහැකිය.

¹⁶³ Bhikkhu Bodhi. *A Comprehensive Guide to the Abhidhamma*, p. 156

¹⁶⁴ William Hart. *The Art of Living: Vipassana Meditation as Taught by S.N. Goenka*. Pariyatti. Kindle Edition, Kindle Locations 2104–5

¹⁶⁵ David Kalupahana. *Buddhist Encyclopaedia*, Vol. IV, p. 239

සමථය දියුණු කළ හැකි ප්‍රමාණය පිළිබඳ පැහැදිලි කිරීමක්ද මෙහි නොමැත. එහි අග්‍රඵලය සහ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ එක් අංගයක් වන ධ්‍යාන ගැන කිසි සඳහනක් නැත.

ගොඵන්කා ක්‍රමය තමන්ට ප්‍රයෝජනවත්වූ කෙනෙකුට මේ සියල්ලෙන් ගත හැක්කේ කුමක්ද? එහි ප්‍රශ්න ගෙන හැර පෑමෙන් එයින් කිසිදු ප්‍රතිඵලයක් නැතැයි නොකියමි. ඒ වෙනුවට, එය අනුගමනය කළ යුතු එකම භාවනා ක්‍රමය ලෙස නොසලකා, ගැඹුරු ගවේෂණයක එක පියවරක් ලෙස සැලකීම නුවණට හුරු බව හැඟෙයි.

මෙම ක්‍රමය දිගු කලක් පුහුණු කළ යෝගාවචරයන් ඔවුන්ගේ එදිනෙදා ජීවිතයේදී වඩාත් උපේක්ෂාවක් වර්ධනය කර ගන්නා අතර, ඔවුන්ට තම තාවකාලික හැඟීම් වඩාත් පහසුවෙන් කළමනාකරණය කිරීමට හැකි වේ. පාඨමාලා ආකෘතිය අනුව හිඳීමේ ඉරියව්වෙන් භාවනා කිරීමෙන් කටුක වේදනා විඳදරාගැනීමට සහ ඉවසීම වර්ධනය කරගැනීමට උපකාරී වේ. මෙය, මාර්ගයේ දිගුකාලීන ප්‍රගතියක් අපේක්ෂා කරන්නන්ට අත්‍යවශ්‍ය වේ.

බෞද්ධ පිළිවෙතෙහි අරමුණ දුකෙන් මිදීම බව සිතේ තබා ගැනීමෙන්, ගොඵන්කා ක්‍රමය පුහුණු කරන යෝගාවචරයන්ට ඉන් ලැබෙන පන්තරය තවදුරටත් මාර්ගයේ ඉදිරියට ගමන් කිරීමට ආධාරකයක් ලෙස භාවිත කළ හැකිය. එසේ වුවද, වෙනත් භාවනා ක්‍රම පිළිබඳව විවෘත මනසකින් සිටීම වැදගත් වේ.

තායි ආරණ්‍ය සම්ප්‍රදාය

තායි ආරණ්‍ය සම්ප්‍රදායෙහි, බුරුම භාවනා සම්ප්‍රදාය මෙන් විශේෂිත භාවනා ක්‍රම දක්නට නොලැබේ. භාවනාව කෙරෙහි එහි දක්වන්නේ වඩාත් “නිදහස්” ආකල්පයකි: වඩා වැදගත් වන්නේ යම් ක්‍රමයකින් සන්සුන් සහ පැහැදිලි බව ඇති කරගත හැකිද යන්න මිස, එහි වඩා සියුම් විස්තර නොවේ. යෝගාවචරයන්ට තමන්ගේම ක්‍රමයක් අත්හදා බලා සකසා ගත හැකි අතර, එය යම් තරමකින් ගුරුවරයාගේ නිර්දේශයන්ගෙන් වෙනස් විය හැකිය.

එසේ වුවත්, අත්‍යවශ්‍ය යැයි සැලකෙන විශේෂිත තේමාවන් ඇත: සමථය සහ විදර්ශනාව (*විපස්සනා*) ඉහළ මට්ටමකට දියුණු කළ යුතු අතර, කය මෙනෙහි කිරීම (*කායගතාසනි*) මූලික අවධානය විය යුතුය. සම්ප්‍රදායේ පුරෝගාමියා වන අජාන් මන් හිමියන්ගේ (*Ajahn Mun*) පිළිවෙත විමසීමෙන් මෙය සනාථ වේ.

ඔහුගේ සමාධි පිළිවෙත ක්‍රමානුකූලව දියුණු වීමත් සමඟ, හදවත සන්සුන් බවකින් පිරී ගියේය. ඒ අතරම, කයේ විවිධ කොටස් සිතින් විච්ඡේදනය කරමින්, ත්‍රිලක්ෂණයට අනුව ඒවා විශ්ලේෂණය කරමින්, ප්‍රඥාව වැඩිම තිවු කළේය: එනම් සියල්ල අනිත්‍යයි [අනිච්ච], දුක [දුක්ඛ] සමඟ බැඳෙයි, ආත්මයෙන් තොරයි [අනත්ත] යන්නයි.¹⁶⁶

¹⁶⁶ ආචාර්ය භික්ෂුණි කුසුමා. *අනි උත්තම ආචාර්ය මන් භූරිදන්ත මහා තෙරුන්ගේ ආධ්‍යාත්මික චරිතාපදානය* (සංශෝධිත)

සම්ප්‍රදාය තුළ සමස්ථ අනුමැතිය ඇති එක් ක්‍රමයක් නම් “බුද්ධෝ” යන කමටහනයයි. සිතීන් මෙය නැවත නැවත ආවර්ජනය කිරීමෙන් අනවශ්‍ය සිතීවිලි පහ වෙන බවත්, සිත නිස්කලංක තත්ත්වයකට පත්වන බවත් කියනු ලැබේ. මෙම ක්‍රමය සුත්‍රවල දක්නට ලැබෙන බුදුන් සිහිපත් කිරීමේ (බුද්ධානුස්සනී) නිර්දේශයට සම්බන්ධ වේ. බුද්ධෝ යනු බුදුන් වහන්සේගේ ගුණ නවයෙන් එකකි. එසේ වුවත්, තායි සම්ප්‍රදායේ බුද්ධෝ භාවිත කරන්නේ ගුණ සිහි කිරීමක් ලෙස නොව මන්ත්‍රයක් හා සමානවය.

පෙළෙහි, වචන මන්ත්‍ර ලෙස භාවිත කිරීම නිර්දේශ නොකෙරේ. කෙසේ වෙතත්, සමහර ගුරුවරුන් මෙම ක්‍රමය මූලික පියවරක් පමණක් ලෙස සලකයි. අජාන් චාගේ (Ajahn Chah) කීර්තිමත් ශිෂ්‍යයෙකු වන අජාන් ධන් (Ajahn Dtun), බුද්ධෝ පුනරුවිචාරණය ආනාපානසතියට පෙර පියවරක් ලෙස සලකයි. මුලින් එය දියුණු කිරීම යෝග්‍ය වන්නේ ආරම්භක අවධියේදී හුස්මට අවධානය යොමු කිරීම ආධුනිකයන්ට සියුම් වැඩි විය හැකි බැවිනි.

තායි සම්ප්‍රදාය අනන්‍ය වන්නේ අනාගාමී ඵලය දක්වා විදර්ශනාව පුහුණු කිරීම, කය මෙනෙහි කිරීමට අනුරූප බව සැලකීමෙනි. සමටයෙන් සමාහිත භාවයක් ඇති කර නොගත්තත්, කය දිරායාමේ ස්වභාවය දෘෂ්‍යකරණය කිරීම සම්ප්‍රදායේ නිර්දේශයි. මෙයින් තායි සම්ප්‍රදාය ධාතු ක්‍රමය කේන්ද්‍රගතව ඇති බව හඟවයි. මෙය අජාන් තෙට්ගේ (Ajahn Thate) පහත කතාවෙන් සනාථ වේ. උන්වහන්සේ සමට භාවනාවේ ඉහළ ප්‍රගතියක් ලබා සිටියත්, කයේ අසුභ සහ

අනිත්‍ය ස්වභාවය පිළිබඳව විමසීමට අවධානය යොමු කරන ලෙස අජාන් මන් උපදෙස් දී ඇත:

මට අජාන් සිං ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් උපදෙස් ගැනීමට ලැබුණු අවස්ථාවේදී, භෞතික කයේ අසුභ සහ පිළිකුල් සහගත අංගයන් මෙනෙහි කිරීමට වඩාත් අවධානය යොමු කරන ලෙස උපදෙස් ලැබුණා. එහි දිරාපත් වී අවසාන වශයෙන් ධාතු හතරට විසිරී යන තෙක් මගේ අවධානය යොමු කරන ලෙස උන්වහන්සේ මට කීවා. මම ඒ පිළිබඳ සැකය පෙන්වුම් කළා: “නිසැක වශයෙන්ම සිත දැනටමත් රූපය අතහැර දමා නාමය පමණක් ඉතිරිව ඇති විට, කයට ආපසු යාම වඩා රළු කර්මස්ථානයක් නොවේද?” ඉතින්, ඒ අවස්ථාවේදී උන්වහන්සේ ඇත්තටම උස් හඬක් නගා, මම දැනටමත් මාර්ග ඵල සාක්ෂාත් කරලා වගේ පුරසාරම් දොඩමින් සිටින බවට වෝදනා කළා.

ඇත්ත තත්ත්වය නම්, මගේ භාවනාවේදී මුල සිටම, මම කිසිදාක, කයේ අසුභ සහගත බව පරීක්ෂා කිරීමට දක්ෂ නොවීමයි. එයයි ඇත්ත. මගේ භාවනාවේදී මම නිතරම සිත කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීමට කෙළින්ම ගියා. කෙලෙස් හටගන්නේ සිතේ නිසා, සිත කැළඹීම සොයා නොගියහොත්, සාමකාමී තත්ත්වයක හොඳින් පැවතුනහොත්, ලෝකයේ සියලු දේ පිරිසිදු සේ පවතින බව මා නිගමනය කළා.

...

[අජාන් මන්:] “ඔබේ විමර්ශනයේදී කිසිවිටකත් සිතට කය හැර වෙනත් නැතකට යාමට ඉඩ දෙන්න එපා. එය පැහැදිලි වන බවක් පෙනුනත් නැතත්, ඔබේ විමර්ශනය එහිම නියාගැනීමට පසුබට වෙන්න එපා. ඔබට කයේ අසුභ සහගත බව පරීක්ෂා කරන්න පුළුවන්, නැත්නම් එය

ධාතුවලින් සෑදී ඇති බව බලන්න පුළුවන් මෙම ක්‍රමවලින් ඕනෑම එකක් පාවිච්චි කළාට කමක් නෑ. ඒ වුනාට ඔබේ පරීක්ෂණය මේවා ඇතුළත නියා ගන්න ඕනේ, ඉරියව් හතරේදීම.”¹⁶⁷

සන්සුන් තත්ත්වයක් ළඟා කර ගැනීමට බුද්ධෝක්මටහන භාවිත කිරීමෙන් පසු, අජාන් මන්, මළ සිරුරක් මෙනෙහි කිරීම තුළින් ඇට (අවධි) සංඥාව දියුණු කළේය. මෙය ප්‍රබල සමාධි තත්ත්වයකට හේතු විය:

... උන්වහන්සේ “නිමිත්තක්” [සංඥාවක්] දැක්කා, සමහර විට තමන්ම තමා ඉදිරිපිට මිය ගොස් ඇති ලෙස, තවත් විටෙක තමා ඉදිරිපිට තිබුණු මළ සිරුරක් ලෙස ... ඉන්පසු උන්වහන්සේ තමා ඉදිරියේ දිස් වූ එම නිමිත්ත තම භාවනාව යොමු කළ යුතු දිශාව ඇඟවීමක් ලෙස ගත්තා. විවිධ ආකාරවලින් ඒ නිමිත්ත පිළිතුල් [පාඨිතුල්] ලෙස තම සිහියෙහි [සති] සහ ප්‍රඥාවෙහි ඉහළම හැකියාව ඇති ආකාරයට ගත්තා. සමහර විට එහි ඇටසැකිල්ලක් පමණක් ඉතිරිව ඇති වන තුරු, කැඩී බිඳී දිරාපත් වන දෙය ලෙස ගත්තා. ඉන්පසු ඇටකටු එකිනෙකින් වෙන්ව, තමන් ඉදිරියෙහි විසිරී ඇති ලෙසද ගත්තා.

...

... උන්වහන්සේගේ සිත සම්පූර්ණයෙන් මූලික සමාධි තත්ත්වයේ සමාපාත්තියට පැමිණ, එහි පැය ගණනක් වැනි දිගු වේලාවක් විවේචිව

¹⁶⁷ Ajahn Thate. *The Autobiography of a Forest Monk*—Translated by Bhikkhu Ariyesako, Chapters 18–9, pp. 77-104 (පරිවර්තනය)

නිබුණා. සිත එයින් පිටතට ආ වහාම පෙර පිළිවෙත ඒ පරිදිම පුහුණු කළා.¹⁶⁸

තායි අජාන්වරුන්ගේ (තෙරවරුන්ගේ) ඉගැන්වීම් විශ්ලේෂණය කිරීමේදී ඇති එක් ගැටළුවක් වන්නේ ඔවුන්ගේ පිළිවෙත් විස්තර කිරීමට භාවිත කරන නාමාවලියන් නොගැළපීමයි. සම්ප්‍රදාය, අධ්‍යයනයට වඩා ප්‍රායෝගික ප්‍රතිපත්තිය දැඩි ලෙස අවධාරණය කරයි. එනිසා සම්ප්‍රදාය පිළිබඳ නුහුරු පුද්ගලයෙකුට සමහර භාවනා ආචාර්යවරුන් විසින් භාවිත කරනු ලබන වාග්මාලාව සූත්‍ර සමඟ සම්බන්ධ කිරීමට අපහසු විය හැකිය. විවිධ සම්ප්‍රදායන් අතර වැරදි වැටහීම් ඇතිවීමට මෙය මූලික හේතුවකි. එකම වචනය විවිධ පුද්ගලයින්ට විවිධ අර්ථ ගෙන දෙන විට, මෙය මවිතයට කරුණක් නොවේ.

සම්ප්‍රදායේ හික්ෂුන් වහන්සේලා විසින් දක්වන ලද, විමුක්තියට පත්වූ සිත (චිත්ත) පිළිබඳ විස්තර විශ්ලේෂණය කිරීමේදී, මෙය මතක තබා ගැනීම වැදගත්ය. ස්කන්ධයන්ගෙන් (බන්ධ) නිදහස් වූ සිත නිවනට (නිබ්බාන) සමාන යැයි සැලකේ. තායි සම්ප්‍රදායෙන් බාහිර ඊට නුහුරු සමහර ජ්‍යෙෂ්ඨ භික්ෂූහු මෙය විශේෂයෙන්ම සැක සහිත ප්‍රකාශයක් ලෙස සලකති.

චිත්ත යන වචනයෙහි අර්ථය කෙසේ පරිවර්තනය කළ යුතුද යන්න අපැහැදිලි වීම මේ ව්‍යාකූලත්වයට හේතුවකි. සමහරු එය සිත

¹⁶⁸ තිලක කුඩාහෙට්ටි. ප්‍රතිපදා - 3: අති උන්නම ආචාර්ය අජාන් මන්ගේ මග පිළිවෙත (සංශෝධිත)

ලෙස ගන්නා අතර, තවත් සමහරු එයින් හදවත යැයි අදහස් කරන බව කියයි. මීට සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස් දෙයක් අදහස් කරන බව කියන අයද සිටී. නිදසුනක් වශයෙන්, සම්ප්‍රදායේ පුරෝගාමී බටහිර භික්ෂුවක් වන අජාන් පඤ්ඤාවද්ධෝ (Ajahn Paṇṇāvaddho), එයින් අදහස් කරන්නේ සිත නොව, සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනත් දෙයක් බව අවධාරණය කළේය.¹⁶⁹ නමුත් තායි ගුරුවරුන් මෙය තහවුරු නොකරයි. මක් නිසාද, “සිත” යනු වින්ත යන්නට යෝග්‍ය පදයක් ලෙසත්, හදවත එයට සමාන පදයක් බවත්, උන්වහන්සේලා සලකන බැවිනි:

අන්තටම මේ වචන දෙකේ තේරුම එකයි. පාලි වචනය වින්ත යන්නයි. අපි විටෙක ‘සිත’ යන වචනයත් තවත් විටෙක ‘හදවත’ යන වචනයත් භාවිත කරනවා. අපි භාවිත කරන්නේ සම්මුති භාෂාව පමණයි. සමහරු ‘සිත’ යන වචනය භාවිත කළත්, තවත් සමහරු ‘හදවත’ යන වචනය භාවිත කළත්, ඔවුන් කතා කරන්නේ එකම දෙයක් ගැනමයි.¹⁷⁰

විමුක්තියට පත්වූ සිත නිවන හා සමාන යැයි කරන ප්‍රකාශය මුල් සුත්‍රවල පැහැදිලිව සඳහන් නොකරන නිසා සැක කිරීමට හැකිය.¹⁷¹

¹⁶⁹ Ajahn Dick Silaratano. *Uncommon Wisdom: Life and Teachings of Ajahn Paṇṇāvaddho*, p. 246

¹⁷⁰ Ajahn Dtun. *This is the Path*, 2017, p. 11

¹⁷¹ Ācariya Mahā Boowa Ṇāṇasampanno. *Arahattamagga Arahattaphala: The Path to Arahantship—Translated by Bhikkhu Silaratano*. 2012, p. 100

භික්ෂුන් වහන්සේලා සමූහයක අරභත් භාවයට පත්වීම පිළිබඳ විස්තර කිරීමට යළි යළිත් භාවිත කරන වාක්‍ය බණ්ඩය අනුව විමුක්තිය ලබන්නේ සිතයයි යන ප්‍රකාශය සුත්‍රානුකූල බව පෙනේ:

මේ ප්‍රකාශය දේශනා කරණු ලබන කල්හි, ... භික්ෂුන්ගේ සිත් ඇලීම් රහිතව ආශ්‍රව කෙරෙන් මිදුනාහුය.^{172, 173}

මෙයින් ඇඟවෙන්නේ සිත යන්න සුත්‍ර අනුව ස්කන්ධයන්ගෙන් වෙන් වූ දෙයක් ලෙස භාවිත වන බවයි. සුත්‍රවල සමහර විට *චිත්ත*, *මනෝ*, සහ *විඤ්ඤාණ* යන පද තුන සමාන ලෙස භාවිත කළද, ඒවායේ භාවිතයේ සියලු අවස්ථා සලකා බලන විට, *චිත්ත* යන්න මූලික වශයෙන් භාවිත වන්නේ විමුක්තියට පත්වන දෙය දැක්වීමටය.

මෙහි මතභේදයට එක් හේතුවක් වන්නේ, නිවනෙන් පසුව යම් ආකාරයක විඤ්ඤාණයක් ඇති බවට ඇති අදහසයි. විඤ්ඤාණ ස්කන්ධයේ නිර්වචනයට අනුව, එම අවස්ථාවෙහිදී අත්හැර දමා ඇති බැවින්, මෙය විය නොහැකි දෙයක් ලෙස ඇතැමුන් සලකයි.¹⁷⁴ ‘නොපතිත විඤ්ඤාණය’ (*විඤ්ඤාණං අනිදස්සනං*) “සියල්ල විසින්

¹⁷² ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *සංයුත්ත නිකාය, ඛන්ධ සංයුත්තය, පඤ්චවග්ග සූත්‍රය* (සංශෝධිත)

¹⁷³ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). *සංයුත්ත නිකාය, සළායනන සංයුත්තය, ආදිත්තපරියාය සූත්‍රය* (සංශෝධිත)

¹⁷⁴ Bhante Sujato. *Nibbana is not viññāna. Really, it just isn't*, 2011

සියල්ල භාවයෙන් නොපැමිණිය යුතුය”¹⁷⁵ බැවින් සමහර සූත්‍රවලට අනුව එය නිවනට සම කළ හැකිය. මෙහි “සියල්ල” (සබ්බ) ඡායාත්මකයන්ට සහ ඒවාට අනුරූප විඤ්ඤාණවලට සමාන වේ.¹⁷⁶ විඤ්ඤාණ ස්කන්ධය ඡායාත්මක සමඟ බැඳී ඇති නිසා විඤ්ඤාණං අනිදස්සනං එයින් ඔබ්බෙහි බව පෙනේ. නිවනේදී යම් ආකාරයක දැනීමක් පවතින බව මෙයින් හැඟෙයි.

කෙසේ වෙතත්, නිවන පිළිබඳ සියුම් කරුණු ගැන නිගමනය කළ හැක්කේ ප්‍රායෝගිකව එහි පැමිණි හෝ පැමිණීමට ආසන්නව සිටින අයටය. න්‍යායික තර්කයකින් මෙම කාරණය සැමටම පිළිගත හැකි ආකාරයෙන් විසඳීම අපේක්ෂා කළ නොහැක.

තායි සම්ප්‍රදාය, ධ්‍යාන වැඩීම සලකන ආකාරය ගැන දැන ගැනීම වැදගත් විය හැක. සම්ප්‍රදායේ පුරෝගාමීන් විසුද්ධි මාර්ගයේ වචන මාලාවට හුරු වූ නිසා, එහි ඇති උපචාර සමාධි (ප්‍රවේශ සමාධිය) සහ අප්පනා සමාධි (අවශෝෂණ සමාධිය) වැනි පද ධ්‍යාන වෙනුවට භාවිත වේ.¹⁷⁷ එනමුත් සම්ප්‍රදාය තුළ මෙම තත්ත්වයන් ධ්‍යානයන්ට අනුරූප වේද යන්න පිළිබඳ සම්මුතියක් නොමැත. සමහරු අප්පනා සමාධිය ප්‍රථමධ්‍යානයට සමාන වන බව පවසන අතර, තවත් සමහරු එය හතරවන ධ්‍යානයට සමානයයිද කියති. තවත් සමහරු එය

¹⁷⁵ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). මජ්ඣිම නිකාය, ඉහම නිමන්තණික සූත්‍රය

¹⁷⁶ ඒ. පී. ද සොයිසා (pitaka.lk). සංයුන්න නිකාය, සළායනන සංයුන්නය, සබ්බ සූත්‍රය

¹⁷⁷ Ācariya Mahā Boowa Nāṇasampanno. *Wisdom Develops Samādhi: A Guide to the Practice of the Buddha’s Meditation Methods—Translated by Ācariya Paññavaḍḍho*. 2005, p. 16

ධ්‍යානවලට සම්බන්ධ නොවන බව සිතති. කෙසේ වුවද, බුරුම භාවනා සම්ප්‍රදායන් මෙන් නිවන සාක්ෂාත් කර ගැනීමට ධ්‍යානය අනවශ්‍යය යන අදහස දකින්නට නොලැබේ. ධ්‍යානලාභීවීම සහ එය ප්‍රගුණ කිරීම එසේ මෙසේ කාර්යයක් නොවන බවට ආකල්පයක් ඇත.

ප්‍රධාන භාවනා සම්ප්‍රදා දෙක සසඳන විට, තායි ආරණ්‍ය සම්ප්‍රදායේ පුරෝගාමී ගුරුවරුන්ගේ පිළිවෙත් පාලි පෙළෙහි මුල් සූත්‍රවල නිර්දේශ සමඟ වඩා හොඳින් ගැලපෙන බව පෙනේ. එසේ වුවත්, තායි සම්ප්‍රදාය තනි සම්මුති භාවනා ක්‍රමයක් සහිත එක් ශෛලියක් අනුගමනය කරන කණ්ඩායමකගේ නොවන බැවින්, එහි පිළිවෙත්වල ඵලදායිතාවය පුළුල් ලෙස ඇගයීම අපහසුය. ගොඵන්කා ක්‍රමයෙහි එවැනි ගැටලුවක් නොමැත. එහි විනය, වීර්යය, සහ මාර්ගය සඳහා නිශ්චිත පදනමක් පිහිටුවීම කෙරෙහි දැඩි අවධානයක් යොමු කොට ඇති අතර, කය මෙනෙහි කිරීම (*කායගතාසන*) සහ ධ්‍යාන යන ක්ෂේත්‍රයන්හි අඩුපාඩු දක්නට ලැබේ.

සූත්‍රානුකූලව කටයුතු කිරීමට විශේෂ උත්සාහයක් නොදැරුවත්, තායි සම්ප්‍රදාය, සූත්‍ර සමඟ යම් සමගාමීත්වයක් දක්වයි. එනිසා එහි සමහර ගුරුවරුන්ගේ නිර්දේශයන් සලකා බැලීම උචිත ලෙස හැඟෙයි. මක් නිසාද, සූත්‍ර පිළිබඳ තම න්‍යායික දැනුම පිළිවෙත් පුරා තහවුරු කිරීමට උත්සාහ කිරීම වෙනුවට, ප්‍රතිපත්තියට මුල් තැන දීමෙන් මෙම නිගමනවලට පැමිණ ඇති බැවිනි.

උපග්‍රන්ථය

අනාත්මය පිළිබඳ සූත්‍රය යෙදීම්

අනාත්මය (අනන්තය)				මම නොවේ, මම වන දෙය නොවේ, මගේ අනාත්මය නොවේ (නොනං මම නොසෝඟමිස්මී නං මේ සෝ අන්තය)				අනාත්ම සංඥාව (අනන්ත සංඥා)		මම-භූදීම සහ මගේ-භූදීම (අභංකාර මමංකාර)
දෘෂ්ටි (දිට්ඨි) /පොදු	ස්කන්ධ (චන්ද) (චන්ද)	ආධාරය (සලායනන)	සංසිද්ධි (ධම්ම)	දෘෂ්ටි (දිට්ඨි)	ස්කන්ධ (චන්ද)	ධාතු	ආධාරය (සලායනන)	දුක් චූ දෙයට (දුක්චේ)	පොදු	සංයුක්ත 18:13
මජ්ඣිම 2	මජ්ඣිම 35	මජ්ඣිම 148	මජ්ඣිම 35	මජ්ඣිම 8	22	28	144	දීඝ 33	දීඝ 33	සංයුක්ත 18:14
අංගුත්තර 4:49	මජ්ඣිම 109	සංයුක්ත 35:1	සංයුක්ත 22:90	අංගුත්තර 10:93	මජ්ඣිම 35	මජ්ඣිම 140	මජ්ඣිම 148	සංයුක්ත 46:78	දීඝ 34	සංයුක්ත 21:2
චෛරගාඨා 19	සංයුක්ත 22:11	සංයුක්ත 35:2	සංයුක්ත 44:10		මජ්ඣිම 62	මජ්ඣිම 62	සංයුක්ත 35:1	අංගුත්තර 5:72	අංගුත්තර 5:62	සංයුක්ත 22:71
	සංයුක්ත 22:14	සංයුක්ත 35:3	අංගුත්තර 3:137		මජ්ඣිම 109	අංගුත්තර 4:177	සංයුක්ත 35:2	අංගුත්තර 5:305	අංගුත්තර 5:304	සංයුක්ත 22:72
	සංයුක්ත 22:15	සංයුක්ත 35:4	අංගුත්තර 7:18		සංයුක්ත 12:70		සංයුක්ත 35:3	අංගුත්තර 6:35	අංගුත්තර 6:112	සංයුක්ත 22:82
	සංයුක්ත 22:16	සංයුක්ත 35:5	ධම්මපදය 279		සංයුක්ත 18:13		සංයුක්ත 35:4	අංගුත්තර 6:142	අංගුත්තර 7:624	සංයුක්ත 22:91
	සංයුක්ත 22:17	සංයුක්ත 35:6	චෛරගාඨා 15:1		සංයුක්ත 18:14		සංයුක්ත 35:5	අංගුත්තර 7:48	අංගුත්තර 9:1	සංයුක්ත 22:92
	සංයුක්ත 22:20	සංයුක්ත 35:9			සංයුක්ත 22:8		සංයුක්ත 35:6	අංගුත්තර 7:49	අංගුත්තර 9:3	සංයුක්ත 22:124
	සංයුක්ත 22:21	සංයුක්ත 35:12			සංයුක්ත 22:15		සංයුක්ත 35:54	අංගුත්තර 7:625	අංගුත්තර 10:57	සංයුක්ත 22:125
	සංයුක්ත 22:42	සංයුක්ත 35:34			සංයුක්ත 22:16		සංයුක්ත 35:55	අංගුත්තර 9:16	අංගුත්තර 10:59	සංයුක්ත 28:1
	සංයුක්ත 22:45	සංයුක්ත 35:61			සංයුක්ත 22:17		සංයුක්ත 35:70	අංගුත්තර 9:93	අංගුත්තර 10:60	සංයුක්ත 28:2
	සංයුක්ත 22:46	සංයුක්ත 35:125			සංයුක්ත 22:45		සංයුක්ත 35:167	අංගුත්තර 10:56	අංගුත්තර 10:238	සංයුක්ත 28:3
	සංයුක්ත 22:55	සංයුක්ත 35:128			සංයුක්ත 22:46		සංයුක්ත 35:168	අංගුත්තර 10:237	උදාන 4:1	සංයුක්ත 28:4
	සංයුක්ත 22:59	සංයුක්ත 35:132			සංයුක්ත 22:49		සංයුක්ත 35:169			සංයුක්ත 28:9

	සංයුක්ත 22:68	සංයුක්ත 35:147			සංයුක්ත 22:59		සංයුක්ත 35:170				සංයුක්ත 35:52
	සංයුක්ත 22:72	සංයුක්ත 35:155			සංයුක්ත 22:71		සංයුක්ත 35:171				ආංගුත්තර 3:32
	සංයුක්ත 22:76	සංයුක්ත 35:158			සංයුක්ත 22:72		සංයුක්ත 35:172				ආංගුත්තර 3:33
	සංයුක්ත 22:77	සංයුක්ත 35:163			සංයුක්ත 22:76		සංයුක්ත 35:173				ආංගුත්තර 7:49
	සංයුක්ත 22:79	සංයුක්ත 35:166			සංයුක්ත 22:77		සංයුක්ත 35:174				උදාහ 6:6
	සංයුක්ත 22:82	සංයුක්ත 35:167			සංයුක්ත 22:79		සංයුක්ත 44:7				
	සංයුක්ත 22:85	සංයුක්ත 35:168			සංයුක්ත 22:82						
	සංයුක්ත 22:90	සංයුක්ත 35:169			සංයුක්ත 22:91						
	සංයුක්ත 22:143	සංයුක්ත 35:170			සංයුක්ත 22:92						
	සංයුක්ත 22:144	සංයුක්ත 35:171			සංයුක්ත 22:118						
	සංයුක්ත 22:145	සංයුක්ත 35:172			සංයුක්ත 22:119						
	සංයුක්ත 22:149	සංයුක්ත 35:173			සංයුක්ත 22:124						
	සංයුක්ත 23:17	සංයුක්ත 35:174			සංයුක්ත 22:125						
	ආංගුත්තර 7:100	සංයුක්ත 35:177			සංයුක්ත 24:31						
		සංයුක්ත 35:180			සංයුක්ත 24:32						
		සංයුක්ත 35:187			සංයුක්ත 44:2						
		ආංගුත්තර 7:96			ආංගුත්තර 3:134						
		ආංගුත්තර 10:60			ආංගුත්තර 4:181						
		ආංගුත්තර 11:25									
		ආංගුත්තර 11:461									

පාරභෞතිකව අනන්තම ලෙස		
ස්කන්ධ (බන්ධ)	ඡධායතන (සළායතන)	සංසිද්ධි/දෘෂ්ටි (ධම්ම/දිව්)
සංයුක්ත 22:21	සංයුක්ත 35:9	අංගුත්තර 3:137
සංයුක්ත 22:59	සංයුක්ත 35:12	මජ්ඣිම 22
සංයුක්ත 22:68	සංයුක්ත 35:34	අංගුත්තර 4:49
සංයුක්ත 22:72	සංයුක්ත 35:35	
සංයුක්ත 22:85	සංයුක්ත 35:61	
සංයුක්ත 22:90	සංයුක්ත 35:125	
සංයුක්ත 22:143	සංයුක්ත 35:128	
සංයුක්ත 22:144	සංයුක්ත 35:147	
සංයුක්ත 22:145	සංයුක්ත 35:155	
සංයුක්ත 23:17	සංයුක්ත 35:158	
	සංයුක්ත 35:163	
	සංයුක්ත 35:166	
	සංයුක්ත 35:177	
	සංයුක්ත 35:180	
	සංයුක්ත 35:187	
	මජ්ඣිම 148	

වර්ගය	ගණන	ප්‍රතිශතය
අනාත්මය (අනන්ත)	72	41%
මම නොවේ, මම වන දෙය නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ (නෙතං මම නෙසෝභමස්මී න මේ සෝ අත්තා)	58	33%
අනාත්ම සංඥාව (අනන්ත සංඥා)	26	15%
මම-හැදීම සහ මගේ-හැදීම (අභංකාර මමංකාර)	20	11%
සම්පූර්ණ	176	100%
පාරභෞතිකව අනාත්ම ලෙස	29	16%
ආත්මය පැවතීම/නොපැවතීම (සත්භාව)	0	0%

වර්ගය	සූත්‍ර ගණන	ප්‍රතිශතය
ස්කන්ධ (බන්ධ)	60	46%
ඡායාතන (සලායතන)	54	42%
සංසිද්ධි (ධම්ම)	7	5%
ධාතු	4	3%
දෘෂ්ටි (දිට්ඨි)	3	2%
පොදු	2	2%
සම්පූර්ණ ගණන	130	100%

හේතුවෙන්-හටගැන්ම පිළිබඳ සූත්‍ර යෙදීම්

අවිද්‍යාව (අවිච්ඡා) සංස්කාර (සංඛාරා) විඤ්ඤාණය (විඤ්ඤාණ) නාම රූප ඡධායතන (සලායතන) ස්පර්ශය (ඵස්ස) චේදනා තණ්හාව (තණ්හා)	ඡධායතන (සලායතන) ස්පර්ශය (ඵස්ස) චේදනා තණ්හාව (තණ්හා)	විඤ්ඤාණය (විඤ්ඤාණ) නාම රූප ඡධායතන (සලායතන) ස්පර්ශය (ඵස්ස) චේදනා තණ්හාව (තණ්හා)
මජ්ඣිම 9*	මජ්ඣිම 148	සංයුත්ත 12:39*
මජ්ඣිම 38	සංයුත්ත 12:12	සංයුත්ත 12:58*
මජ්ඣිම 115	සංයුත්ත 12:24	සංයුත්ත 12:59
සංයුත්ත 12:1-10	සංයුත්ත 12:43-45	සංයුත්ත 12:65
සංයුත්ත 12:11*	සංයුත්ත 12:52-57*	සංයුත්ත 12:67
සංයුත්ත 12:13-14*	සංයුත්ත 12:60	දීඝ 14
සංයුත්ත 12:15-18	සංයුත්ත 35:106-107	දීඝ 15*
සංයුත්ත 12:20-22	සංයුත්ත 35:113	අංගුත්තර 3:62*
සංයුත්ත 12:23*		
සංයුත්ත 12:27		
සංයුත්ත 12:28-30*		
සංයුත්ත 12:33*		
සංයුත්ත 12:34-37		

සංයුක්ත 12:41-42		
සංයුක්ත 12:46-51		
සංයුක්ත 12:61		
සංයුක්ත 12:68-70		
සංයුක්ත 12:71-81*		
සංයුක්ත 12:82-83*		
සංයුක්ත 12:84-93		
සංයුක්ත 55:28		
අංගුත්තර 10:92		
උදාන 1:1-3		

* සමභිත් දක්වා ඇති සූත්‍ර ඒවා සමුභගත කර ඇති හේතුවෙන්-හටගැන්මේ ප්‍රභේදය සඳහන් කළද, එය දැක්වීමේදී සම්ප්‍රදායික නොවන ක්‍රමයක් හෝ තනි අංගයක් නැතිවීම වැනි සුළු වෙනස්කමක් පෙන්වයි.

හේතුවෙන්-හටගැන්ම ප්‍රභේදය	සූත්‍ර ගණන	ප්‍රතිශතය
අවිද්‍යාව (අවිජ්ජා) සංස්කාර (සංඛාරා) විඤ්ඤාණය (විඤ්ඤාණ) නාම රූප ඡධායතන (සලායතන) ස්පර්ශය (ඵස්ස) වේදනා තණ්හාව (තණ්හා)	63	72%
ඡධායතන (සලායතන) ස්පර්ශය (ඵස්ස) වේදනා තණ්හාව (තණ්හා)	16	18%
විඤ්ඤාණය (විඤ්ඤාණ) නාම රූප ඡධායතන (සලායතන) ස්පර්ශය (ඵස්ස) වේදනා තණ්හාව (තණ්හා)	8	9%
සම්පූර්ණ ගණන	87	100%

පදමාලාව

සිංහල—පාලි

අවිද්‍යාව: අවිජ්ජා. දුක, එයට හේතුව, එය නැති කිරීම සහ නැති කිරීමේ මාර්ගය යන සතර ආර්ය සත්‍ය අනුව නොදැකීම.

ස්කන්ධ: ඛන්ධ. යමෙක් ඇලෙන දේ සහ තමාගේ යැයි ගැනීමට පදනමක් ලෙස භාවිත වන සංසිද්ධි වර්ග පහ: රූප, වේදනා, සංඥා, සංස්කාර සහ විඤ්ඤාණ.

සංස්කාර: සංඛාරා. කයේ සහ මනසේ තත්ත්වයන් චේතනාත්මකව හැඩගැස්වීමේ ක්‍රියාවලිය. එය කායික හා මානසික ක්‍රියාවලීන් සඳහා මෙන්ම එම ක්‍රියාවලියන්ගෙන් සෑදුණු දෙයටද අදාළ වේ.

සංඥා: සංඥා. යමක් දෙස බලන රාමුව. මෙය ආයතන හයටම අදාළ වේ. උදාහරණයක් වශයෙන් තම ශරීරයේ යම් වේදනාවක් එලෙසම පවතින සුළු නොවන ලෙස බැලීම අනිත්‍ය සංඥාව භාවිත කිරීමක් වේ.

විඤ්ඤාණ: විඤ්ඤාණ. ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස යන ආයතන හය ආශ්‍රිතව හටගන්නා දැනීම.

හටගැනීම: හව. යම් ලෝකයක අන්ත්‍යතාවයක් ගැනීම. සිත තුළ ආරම්භ වන ක්‍රියාවලියක් වන මෙය කාම, රූප, අරූප යන මට්ටම් තුන තුළ උපත සඳහා ඉඩ සලසයි.

ස්වකීයයැයි හඳුනන දෘෂ්ටිය: සක්කාය දිට්ඨි.

සුදුසු අවධානය: යෝනියෝ මනසිකාර. සතර ආර්ය සත්‍ය අනුව දැකීම.

ඇලීම: උපාදාන. කාමය, පුරුදු සහ ශික්ෂා, දෘෂ්ටි, සහ ආත්ම පිළිබඳ න්‍යායන් යන ආකාර හතරකට බෙදේ.

හේතුවෙන්-හටගැන්ම: පටිච්චසමුප්පාද.

ගති: ධාතු. උදාහරණයක් ලෙස පෘථිවි ධාතුව යනු භෞතික ගස්, ගල් වැනි දේ පමණක් නොව, සන ගතිය ලෙස දැනෙන දෙය වේ.

පාලි— සිංහල

ධම්ම: (1) සිදුවීමක්, ක්‍රියාවක්, (2) තමා තුළම වන සංසිද්ධියක් (ප්‍රභංවයක්), (3) සිතුවිලි, (4) ධර්මය, ඉගැන්වීම.

ධ්‍යාන: ප්‍රීතිය සහ සුවය ඇති මානසික නිශ්චලතාවයේ ඉහළ තත්ත්වයක්.

ආසව: ආශ්‍රව. සිතීන් “පිටතට ගලා යන” දෙය ලෙස. එසේම මරණය සහ නැවත ඉපදීම යන චක්‍රයට යමෙක් අසු කරන කාම, දෘෂ්ටි, හටගැන්ම (භව), සහ අවිද්‍යාව යන සතර.

පටිච්චසමුප්පාද: හේතුවෙන්-හටගැන්ම.

තෝරාගත් ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

- Allen, Charles. *The Buddha and the Sahibs: The Men Who Discovered India's Lost Religion*. John Murray. 2002
බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලාව (tipitaka.lk).
de Silva, K.M. *A History of Sri Lanka*, 2005
Dtun, Ajahn. *This is the Path*, 2017
Gombrich, Richard. *Theravāda Buddhism: A Social History from Ancient Benares to Modern Colombo*. The Library of Religious Beliefs and Practices Series. Routledge & Kegan Paul, 2006
Hart, William. *The Art of Living: Vipassana Meditation as Taught by S.N. Goenka*. Pariyatti, 1991
Kalupahana, David. *Buddhist Philosophy: A Historical Analysis*, 1976

කටුකුරුන්දේ ඥානානන්ද හිමි. පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මය - පුස්තකාල මුද්‍රණය, 2016

..... . ස්පර්ෂයේ ආශ්චර්යය. 2016

තිලක කුඩාහෙට්ටි. ප්‍රතිපදා: අති උන්නම ආචාර්ය අජාන් මන්ගේ මග පිළිවෙත

..... . ප්‍රතිපදා - 2: අති උන්නම ආචාර්ය අජාන් මන්ගේ මග පිළිවෙත

..... . ප්‍රතිපදා - 3: අති උන්නම ආචාර්ය අජාන් මන්ගේ මග පිළිවෙත

ආචාර්ය හික්ඛුණි කුසුමා. අති උන්නම ආචාර්ය මන් හුරිදන්ත මහා තෙරුන්ගේ ආධ්‍යාත්මික චරිතාපදානය. 2020

Ñāṇasampanno, Ācariya Mahā Boowa. *Arahattamagga Arahattaphala: The Path to Arahantship—Translated by Bhikkhu Sīlaratano.* 2012

..... . *Wisdom Develops Samādhī: A Guide to the Practice of the Buddha’s Meditation Methods—Translated by Ācariya Paññāvādḍho.* 2005

Ñāṇavīra, Bhikkhu. *Notes on Dhamma, 1960-1965*

Sujato, Bhikkhu & Bhikkhu Brahmali. *The Authenticity of the Early Buddhist Texts.* 2017

Thate, Ajahn. *The Autobiography of a Forest Monk—Translated by Bhikkhu Ariyesako,* 1997

ඒ. පී. ද පොපිසා (pitaka.lk).

කාතඥතාවය

කුසලී හික්ෂන් වහන්සේ (Tan Mike), මෙම කෘතිය ඇරඹීමට, මා බෙහෙවින් ධෛර්යමත් කළේය. විවිධ මාතෘකා පිළිබඳ මගේ අදහස් වඩාත් ගැඹුරින් සහ නිසි සන්දර්භය අනුව පැහැදිලි කිරීමට හැකි වන පරිදි උන්වහන්සේ මා ලිවීමට පෙළඹුවේය. ඒවායින් සමහරක් අවසාන සංස්කරණයට ඇතුළත් නොවුවද, මගේ මාතෘකාවල මුල් කෙටුම්පත් පිළිබඳ උන්වහන්සේගේ ප්‍රතිචාර සහ සමහර අපැහැදිලි තැන් පෙන්වා සමස්ථ අන්තර්ගතය මෙන්ම කරුණු ඉදිරිපත් කිරීමේ ශෛලියද වැඩි දියුණු කිරීමට ලබාදුන් සහය සිහිපත් කරමි.

මගේ පළමු ගුරුවරුන්ගෙන් කෙනෙකු වන ටානිස්සරෝ හික්ෂන් වහන්සේටද (Ajahn Geoff) කාතඥතාව පළ කරමි. පාලි සූත්‍ර කෙරෙහි මගේ උනන්දුව පුබුදුවාලීම සහ එහි සංකීර්ණ අදහස් පැහැදිලි කිරීම සම්බන්ධයෙන් අන් සියල්ලටම වඩා උන්වහන්සේගේ කෘතීන් හේතුකාරක විය. සැබවින්ම, අනාත්මය පිළිබඳ මගේ අදහස් උන්වහන්සේගේම මතයන් කිහිපයක සාරාංශයක් වන අතර, එම විෂය පිළිබඳව දැනටමත් දන්නා අයට ඒබව පැහැදිලි වනු ඇත. මගේ ඇතැම් පාලි පදයන්හි සිංහල පරිවර්තනවලට උන්වහන්සේගේ සංසිද්ධි ආශ්‍රිත අර්ථයන් සහිත පරිවර්තනවල ආභාසය ලැබී ඇත.

කුමාර හික්ෂන් වහන්සේ ධ්‍යාන පිළිබඳ සම්ප්‍රදායික දැක්ම පිළිබඳ සන්දර්භය සැපයීම මුල් සූත්‍රයන්හි එයට අදාළ පදවල අර්ථ වෙන්කර ගැනීමට උපකාර විය. බෙමරතෝ හික්ෂන් වහන්සේ (Tan Alex) මගේ සමහර තර්ක සහ නිගමන වඩාත් පැහැදිලිව ඉදිරිපත් කළ හැකි අයුරු පෙන්වා දුන්නේය. අරියධම්මික හික්ෂන් වහන්සේ මුල්

බෞද්ධ සංසන්දනාත්මක අධ්‍යයනය මෙන්ම අභිධර්මය සඳහා උපකාරක මූලාශ්‍රද සැපයීය. හේතුවෙන්-හටගැන්ම නිබන්ධනය සඳහා වැදගත් සූත්‍ර කිහිපයක් හඳුන්වා දීමෙන් සහ මෙහි මුල් පිටපත නැවත නැවත කියවා අදහස් හා උපදෙස් ලබා දීමෙන්ද සහය වූ මගේ මව වන සුනේත්‍රා වීරකෝන්ද හෘදයාංගමව සිහිපත් කරමි.

දීර්ඝ කාලයක් විදේශගතව සිටි මගේ සිංහල දැනුම අනුව සිදුකළ මුල් පරිවර්තනයේ තත්ත්වය නංවාලීමටද මගේ මව බෙහෙවින් උපකාරී වූවාය. අවුරුදු දෙකක පමණ කාලයක් තිස්සේ, ඇයත්, දුලාන් මනුජිත්ද වතුගල, විජේ වතුගල, දීපා වතුගල, සහ ආරි නිස්සංක යන මගේ කිට්ටු ඥාතීන් එක්ව සතිපතා කළ ධර්ම සාකච්ඡා මගේ මුල් කෘතිය පරිවර්තනය කිරීමට බලවත් අභිප්‍රේරණයක් විය. ඉතා ඉවසිලිවන්තව පරිවර්තනයේ අඩුපාඩු පෙන්වාදීමටද ඔවුන් සැවොම කාරුණික විය. පාලධම්මික හික්ෂුව, ඇන්ඩෲ ෆ්ලීෂර්, එබෝ ක්‍රොෆ්, සර්ගෙයි පියැක්, ජැන් හජ්නි, විජේ ක්‍රිෂ්ණමූර්ති, මයිකල් ටොලෙඩෝ, මැක්ස් සිල්වර්බර්ග්, බන්දුල වික්‍රමනායක, මා සොයුරි සුමුදු සහ සොයුරු මේස යන සියල්ලන්ගේම ප්‍රතිචාර සහ දිරිගැන්වීම්ද මෙහිදී සිහිපත් කරමි.

© අප්‍රේල් 25, 2023

චූල චීරකෝන් චතුගල

chulaww@gmail.com

පොත්වලින් ලැබෙන සියළු ආදායම් දන් දෙනු ලැබේ.

නොමිලේ පිටපත්: dhammavinaya.com