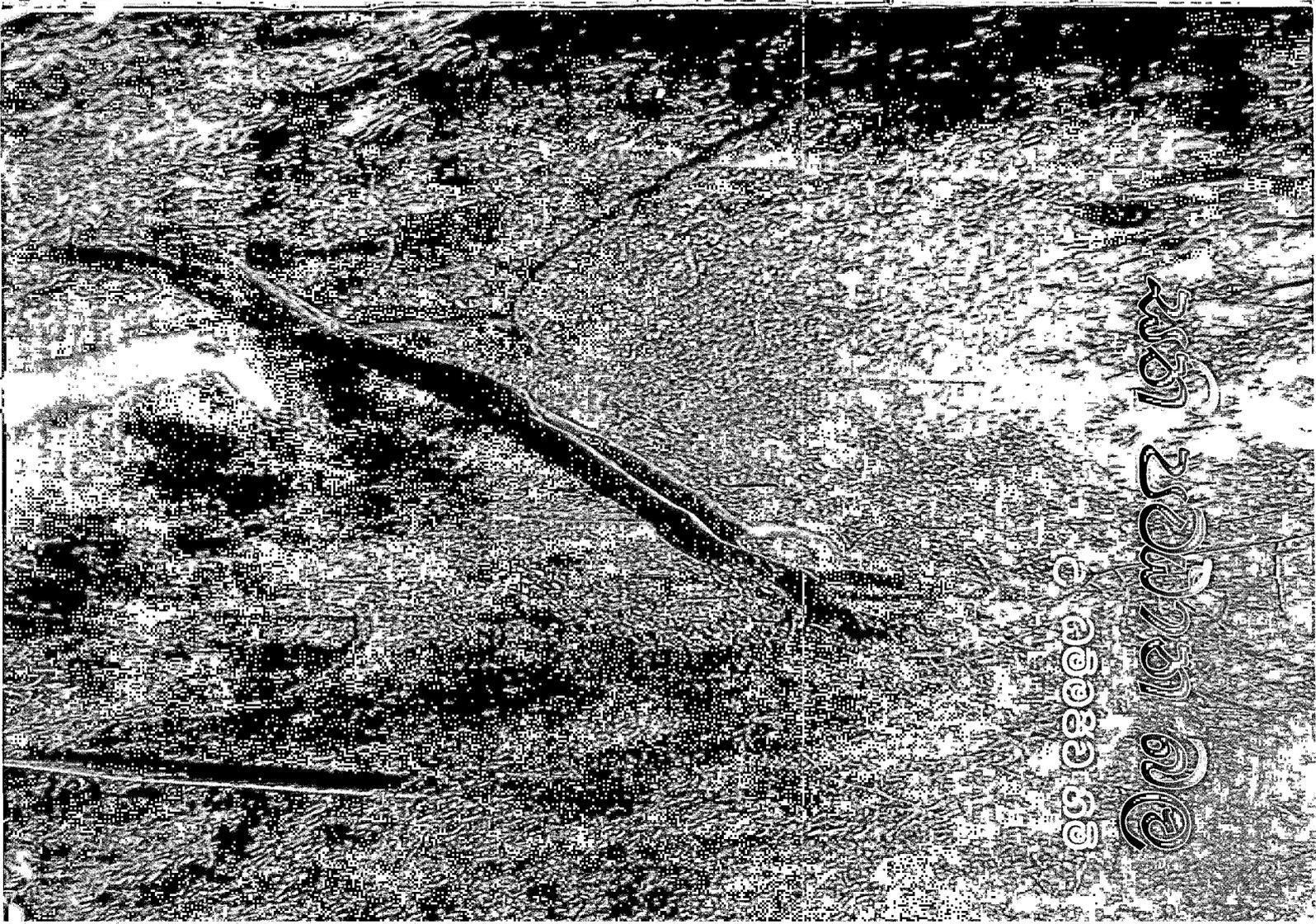


සහති ජව්‍යානා බිලේ

සහිපට්ඨාහ යෝගාවචරයා මේක දැන හඳුනා ගන්නවා නම් මේ ශාසනයේ මූලත් සහිපට්ඨානයයි. මැදත් සහිපට්ඨානයයි. අගත් සහිපට්ඨානයයි කියලා සහිපට්ඨානයට සිත යොදා ගත කරන හැම මොහොතකම ලොකු සතුටක් චූෂ්ණ් ඇති වෙනවා මේ ඉමණ ධම්මී සම්පූෂ්ණීවන මෙහොතක් බව දැන ගැනීමෙන්. තමාගේ පවිත්‍ය පිරිවිව ඒ වගේම සම්පත්තිකර සහිපට්ඨාහ පවිත්‍යක් කියල සතුටු වෙන්න පුළුවන්.

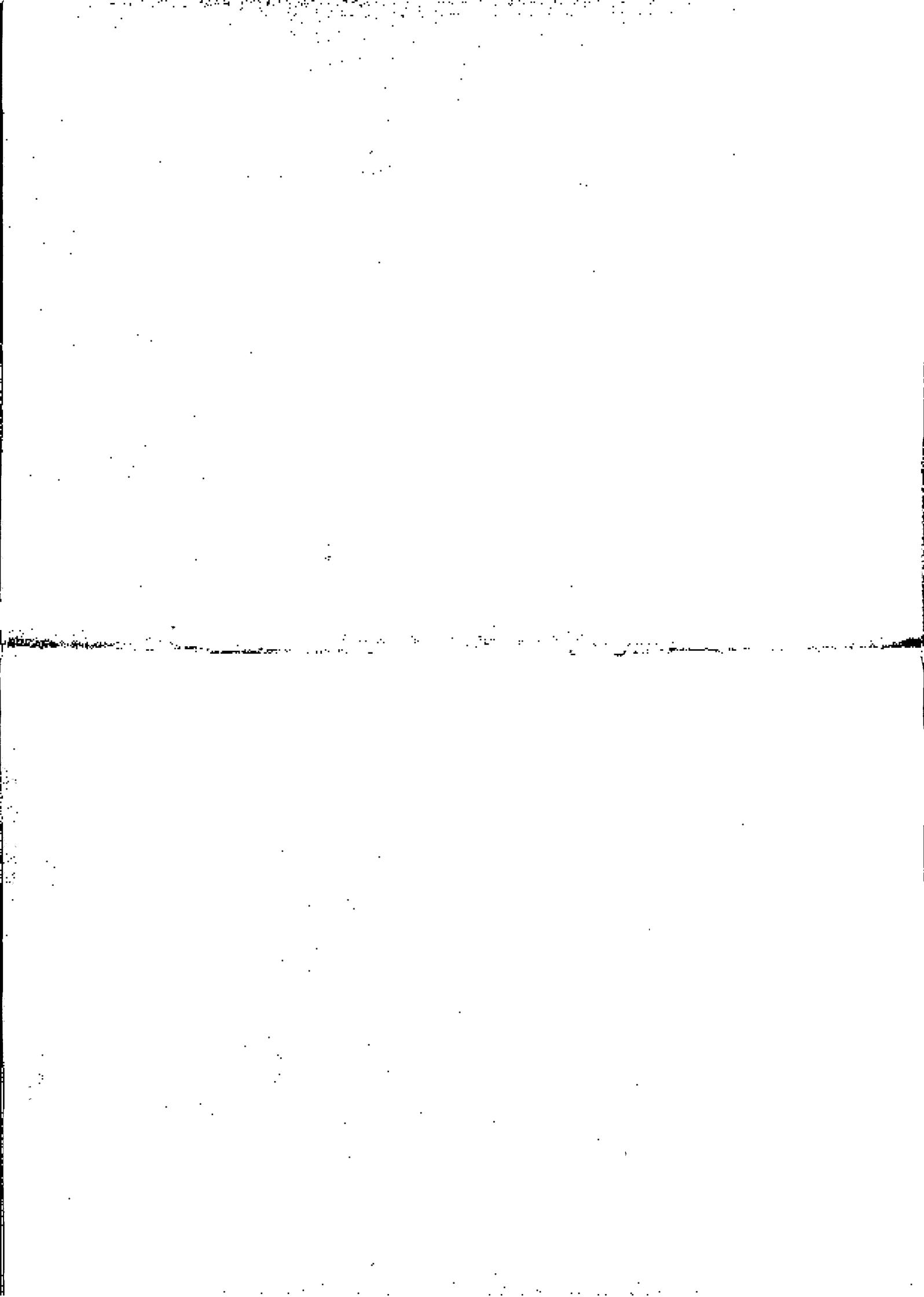
මේ නිසාමත් විපස්සනා භාවනා ගුරුවරු, මීට කලින් කිව වගේ, මේ කාරණය නිකර නිකර යෝගාවචරයාට අහන්න සලස්වනවා. සහිපට්ඨානයේ මුල ගැන, මැද ගැන, අග ගැන අහන්න සලස්වනවා. ඒ ගැන පර්යේෂණ කරන්න සලස්වනවා. ඒක වක විධිසක හොඳ අවධාරණය කරන ක්‍රමයක්...

Lithira



සහති ජව්‍යානා බිලේ

සම්මතව ගම්





Lithira

සති පටිඨාන බල
උබාසේන ණයුච

ප්‍රථම මුද්‍රණය

ශ්‍රී. බු. ව. 2552 ව්‍ය. ව. 2008

© කමල් ඇඹුල්දෙණිය

මුද්‍රණය

ලික්‍රිට්

306, ඇඹුල්දෙණිය හදිස,
නුගේගොඩ.

071 682 9491

මේ බව නොදැන කරන සතිපට්ඨාන භාවනාවේදී මුල් අවස්ථාවල අපි හුඟක් වෙලාවට කෙලෙස් වලට පරදිනව. කෙලෙස් ඇතිත් අපට පාරම් බානව. දත් විලිස්සල හිනා වෙනව. උඹල ඔය කොච්චර නැටුවත් මම දිනනව දිනනවමයි කියල. නමුත් බුද්ධ දේශනාවේ සඳහන් ආකාරයට මේ දුෂ්කරතා මැද අප්‍රතිහත වෛරයකින් කටයුතු කරගෙන යන කොට දවසක පුළුවන් වෙනව දිනන්න, හරියට බොක්සිං. පොරයකදී 'නොක් අවුට්' (knock out) පහරක් ප්‍රතිමල්ලවයට දුන්න වගේ. වැටෙන්නම ගහන්න පුළුවන් වෙනව. ඒ වගේ එකක් ගහගන්න දවසට ලොකු හයිසක් හිකට එනව, කුමානුකුලව සතිපට්ඨානය දියුණු වෙනකොට තමාට ඉස්සර කරගන්න බැරුව කිබුන දේවල් පවා සාර්ථකව කරගන්න පුළුවන් වෙනව කියල. එහෙම එහෙම යන කොට පහර එක දෙක පුරුදු කරගන්නට පස්සේ මේ ශිල්පය අහවල් දේව වලංගු නැහැයි කියල දෙයක් නැහැ. මුලින් මුලින් ඉතාමත් දුෂ්කරව කිබුනත් පුරුද්දක් පරිවයක් ලබා ගන්නට පස්සේ ඒක ඕනෑම දේකට යොදව ප්‍රථිපල ලබාගන්න පුළුවන්.

ඉතික් අපට ලැබිල තියෙන කාලය මෙපමණකින් හමාර වෙන නිසා මේ ධම් දේශනය මෙතනින් නතර කරනව. බලාපොරොත්තු වෙමු මීළඟ සතියේදීත් මේ පිළිබඳව සඳහන් නොවුන දේවල් තවදුරටත් ඉදිරිපත් කරගෙන සතිපට්ඨාන බලය තව තවත් දියුණු කරගන්න. එසේ සතිපට්ඨානය උගෙනගෙන ඒ අනුව භාවනා වඩල මේ සන්තාන වලත් ක්ෂීණාසුව බල පහළකර ගැනීමට ලැබේව. මේ ධම් දේශනාවත් ඒකට හේතු සාධක වේවා කියන ප්‍රාර්ථනාවෙන් මේ ධම් දේශනය මෙතෙකින් නිමා කරනවා.

එතොටහාව අමෙහති සබ්බසම්ප්‍රඤ්ඤ සම්පදං///
ආකාසට්ඨාව භුමමට්ඨා-දේවා නාගා මහිද්ධිකා///
ඉදං වො ඤ්ජාහිතං හොතු-සුචිතා හොහතු ඤ්ජාහඬො///

තරම් ලේසි නැති බව. අරමුණේ සිත පැවැත්වීම, අරමුණට සිත නංවා ගැනීම ලේසි නැහැ. මොකද විපස්සනා යෝගාවචරයාට නීවරණ වලින් වන නපුරු බලපෑම අහෝරක් නැතිව කරදර කරනවා. යම්ම වේලාවක සිත අරමුණේ නිමග්න වෙනවද ඒ තාක් නීවරණ නොයෙක් විදියට කරදර කරනවා. මේ තත්ත්වය යටතේ විපස්සනා යෝගාවචරයාට ඇති එකම සරණ තමයි මෙතෙහි කිරීම. එමඟින් පමණයි සතිය තහවුරු කරගන්න පුළුවන් වෙන්නේ.

නමුත් සමථ යෝගාවචරයාට මේ නීවරණ වල බලපෑම කල්පියාම සමනය කරගත් නිසා සතියේ කෘතෘය විපස්සනා යෝගාවචරයාට තරම් වැදගත් වෙන්නේ නැහැ. සතිය තහවුරු කරගැනීම සඳහා මේ තරම්ම ව්‍යාපාර කරන්න ඕනද කියල හිතෙන්න ඉඩ තියෙනවා. ඒක එක පිටිසීමක් ක්‍රමයෙන් භාවනාව දියුණු වෙලා ඉදිරියට යන කොට වැටහෙනවා මේ දෙකින්ම කෙරෙන්නේ එකම සතියට්ඨාන භාවනා ක්‍රමයට පිටිසීම බව. නමුත් ආරම්භයේදී දෙකේ මේ දක්වන්න උත්සාහ කරන ආකාරයේ වෙනස් කම් බලපානවා.

මේ නිසා විපස්සනායානික යෝගාවචරයාට වඩාත් ගැලපෙන්නේ මේ 'පට්ඨාන' කියන වචනය අනුව යන විග්‍රහයයි. එයින් හොඳට මතු කරල පෙන්වනව අරමුණට සෘජුව බැස ගැනීමේ වැදගත් කම හා වටිනාකම. දන්නාකින් නික්මනාවූ ඊයක් වාගේ, තුවක්කුවකින් නික්මුන උණ්ඩයක් වාගේ එල්ලය කරා නොනැවතී වේගයෙන් ගමන් කරන්න ඕනෙ මෙතෙහි කරන සිත. එහෙම නැත්නම් ප්‍රතිමල්ලවය ඉස්සර උනොත් ඉවරයි. ඒ පැත්තෙන් තියෙන්නේ මේ වාගේම ජව කැවුනු ඊයක් නැත්නම් උණ්ඩයක්. ඒක ඉස්සර උනොත් ආයෙ අනුකම්පාවක් බලාපොරොත්තු වෙන්න බැහැ. ඒ නිසා තමාගේ විදීම හරියටම එල්ලයට නිකුත් වෙන්න ඕන. ඒ විතරක් මදි හරියටම නිවැරදි වෙලාවටම නිකුත් වෙන්න ඕනෙ. මේ කියන්නේ අරමුණ මතුවනවාත් හා සමගම අප්‍රමාදීව මෙතෙහි කරන්න ඕනෙ. මේ සඳහා නොනිම් විරියය හා නිවැරදි එල්ලය කියන දෙකම එක වගේ වැදගත්.

කෙලෙස් සමග මුණට මුණලා කරන සටනක් නිසා අපට බැහැ අපි පමා වෙලා කෙලෙස් වලින් අනුකම්පාවක් බලාපොරොත්තු වෙන්න. වරක් කෙලෙස් වලට ඉඩ දීල ඊගාව පාර අපි ක්‍රියාත්මක වෙන්න පුළුවන් කියලා හිතන්න ඉඩක් නැහැ මේ භාවනාවේ.



පුණ්‍යානුමෝදනාව

මෙම සතිපට්ඨාන බල නැමැති ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කිරීමට පෘඤ චූයේ මිනිරිගල වැඩවසන අපගේ ගුරු දේවයන් වන කම්මට්ඨානාචාර්ය පූජ්‍ය උඩර්ටියගම ධම්මජීව හිමිපාණන් විසින් යෝගාවචර පිරිසකට කරන ලද දේශනාවකිනි. උන්වහන්සේ නිස්සරණ වන සෙනසුනෙහි ආරම්භක මහෝපදායයන් වහන්සේ වන පූජ්‍ය මාතර ශ්‍රී ඥානාරාම මාහිමිපාණන්ගේ ජේෂ්ඨ ශිෂ්‍ය රත්නායකි.

බණ දහම් මෙන්ම සමථ/විපස්සනා භාවනා පිළිබඳ මනා අත්දැකීම් සහිත පුළුල් අවබෝධයක් ඇති එමෙන් ම මනා භාෂා ශාස්ත්‍ර ඥාණයක් සේම විදේශයන් හි භාවනා ප්‍රගුණ කරන ලද උත්තමයන් වහන්සේ කෙනෙකි, පූජ්‍ය උඩර්ටියගම ධම්මජීව මාහිමිපාණන් වහන්සේ.

සතිය පිළිබඳ පුළුල් ලෙස ගවේශණය කොට වටිනා ග්‍රන්ථ කරණයට යොමුවී ඉතා උතුම් ශාසනික මෙහෙවරක් ථේරවාදී බුදු දහම වෙනුවෙන් භාවනා යෝගීන්ට දසාද කරන ලද්දේ ධර්ම ගෞරවයෙනි.

අපටද නිරන්තරයෙන් උපදෙස් දෙමින් නිතර සතිය වැඩෙන වැඩ පිළිවෙලෙහි යෙදෙන්නට දිරිගන්වන්නේ නියම ගුරුවරයෙකු සතු, පුනුකම නොපිරිහෙලා ඉටුකරමිනි. මෙම ග්‍රන්ථය යෝගාවචරයන්ට බොහෝ ලෙස ප්‍රයෝජනවත් වෙතැයි හැඟුණු බැවින් මෙසේ දහම් පවුරක් ලෙස ඔබේ දතට පිළිගන්වන්නේ මීට වසර කිහිපයකට පෙර අභාවප්‍රාප්ත වූ අපගේ පියාණන් වන ඊ. ඩී. කරුණාදාස පියාණන්ට පිං පැමිණවීමේ අදහසිනි. මෙම ධර්ම දානමය කුසලය සසර ගමන කෙලවර කර තිවන් අවබෝධය පිණිස හේතු වෙවා!

අපට නිරන්තරයෙන් අවවාද අනුශාසනා කරන මිනිරිගල නායක හිමිපාණන් වන පූජ්‍ය මිනිරිගල ධම්මාවාස ස්වාමීන් වහන්සේටත් පූජ්‍ය උඩුගම්පල ධම්මරංසී ස්වාමීන් වහන්සේ ඇතුළු සියළු සංඝරත්නයගේ සියළු බෝධි ප්‍රාර්ථනා ඵලගැන් වී නිර්වානාවබෝධය ලැබීම පිණිස මෙම ධර්මදානමය කුසලය උපනිශ්‍රය වේවා!

අපගේ මැණිසන් ඇතුළු සියළුම ඤාති මිත්‍රාදීන්ටත් මෙම ධර්ම දානමය කුසලය කායික, මානසික, ලෙඩරෝග සන්සුදීමටත් අවසානයේ නිර්වානාවබෝධය ලැබීමටත් හේතු වේවා!

ඉතා කෙටි දැනුම් දීමකින් මෙහි අත් පිටපත් කියවා බලා නිවැරදි කළ තලවතුගෙඩි ශ්‍රී ඥානාරාම භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති පූජ්‍ය අධිකාරීගම සාන්ත පුමන නාහිමිපාණන් වහන්සේගේ සියළු ශාසනික කටයුතු සමෘද්ධි මත් වී අවසානයේ පනත බෝධියකින් නිර්වානාවබෝධය ලැබීමටත් මෙම ධර්ම දානමය හේතුවේවා!

මුද්‍රණ කටයුතු නිම කිරීමට සියළුම ආකාරයෙන් උපකාර කළා වූ සියළු කලාපය මිත්‍රාදීන්ට නිදුක් නිරෝගී ජීවිතය වීද වතුරාචය සත්‍ය අවබෝධයෙන් උතුම් නිර්වාන ධාතු ව පසක් වේවා! යි පතන්නේ මෙමනිසෙනි.

කමල් අක්‍රීර්ණය

ලිපි

ඇමුල්දෙණිය හන්දිය
නුගේගොඩ.
0716829491
2008 වෙසක් දින

ආනාපානය හෝ පිම්බීම-හැකිවීමේම පවතින ගතිසයි. එහෙම පවතින්න පවතින්න මුලදී සතිය යාන්තමට මතුපිට පිහිටන ගතියක් තිබුනත් නැවත නැවත යොදවන කොට කුමයෙන් අරමුණට බසින, ප්‍රවිෂ්ඨ වෙන බවට පත් වෙනව. මතු මන්තෙ අරමුණට කෙළින්ම පතින තත්ත්වයට පත් වෙනව. නිකං අරමුණ මතට වැටෙනවට වඩා කඩාවදින ගතියක්. වේග ප්‍රවිෂ්ඨයක්. අහමුවක් නොවේ. සිත යොදා කරන විර්යයෙන් කරන දෙයක්. පක්‍යන්දනය කියල කියන්නේ මේ නැවත නැවතත් විනිවිද යෑමයි. කිදා බැසීමයි. නොවරදින ලෙසට වැදැහැනීමයි. පවත්නා කියල කියන්නේ මෙයාකාරයෙන් පැවැත්වීමයි.

සමහර තැන් වල යොදල තියෙනව පනතිනවා කියන විශේෂණ පදයකුත්. එයින දක්වන්නේ කුමයෙන් අරමුණ පුරා පතුරුවමින් බලනවා කියන අදහසයි. මුලින් නම් අරමුණේ වඩාත් ප්‍රකට කැතින් ප්‍රවිෂ්ඨය ලබා ගන්නව. නැවත නැවතත් යෙදෙන කොට මුළු අරමුණම පුරා පැතිර යන ලෙසට පවත්වනවා. මහා විකාශව මේක දැක්වෙන්නේ 'යථාපාකටං විපක්‍යාහිනිවෙසො, පච්ඡා අනුප්‍යඨාහනෙතනපි උපායෙන උපට්ඨහපෙක්ඛා අනවසෙසනොව සමමසිනබ්බං. (මහා වී. 2/19)' කියලයි. ඒ කියන්නේ අරමුණෙහි යම් දෙයක් ප්‍රකටද එතැනින් පිවිසීම ලබා ගැනීමයි විපක්‍යනාවෙ සිරිත. පසුව මුලින් ප්‍රකට නොවුන දේවලුත් උපායෙන් ප්‍රකට කරවා ගෙන අංග සම්පූර්ණ බවට පතුරවා පත්කර ගන්නවා කියන එකයි. කුමයෙන් පතුරුවා බලනව. කොතකින් අල්ලා ගත්තට පස්සෙ කුමයෙන් හත්පස පතුරවා බලනව. සතිසෙහි ගිල්වා බලනව.

මෙන්ත මෙයාකාර බලවත් යෙදවීමක් අවශ්‍යයි විපක්‍යනා භාවනාවට. ඒ අදහස තමයි මේ 'ප' කියන උපසර්ග පදයෙන් දැනවෙන්නේ. නමුත් සමථ යෝගීන් මෙයාකාර යෙදවීමක් යොදවන්න කැමති නැහැ. ඒ කුමය සමහර තැන් වල සඳහන් වෙනව පුබු ප්‍රතිපදාව හැටියට. පුද්ධ විපක්‍යක යෝගාවචරයාට නැත්නම් පුක්ඛ විපක්‍යක යෝගාවචරයාට මුල පටන්ම අසීමිත විර්යයක් අවශ්‍ය වෙනව මේ කියන උසස් මට්ටමට සතිය පිහිටුවා ගන්න. සතිපට්ඨානයට සිත වට්ට ගන්න. බණ අහන කොට මුලින් මුලින් සමහරෙකුට විශාල ඕනෑ කමක් පහළ වෙනව මේක කරල බලන්න. නමුත් භාවනාවට බැහැල සුළු වේලාවකින් තේරුම් ගන්නව මේක හිතන

උපසර්ග පදය මඟින් පුදුම විදියට බලවත් කරනවා. සාමාන්‍යය පස්සනාව තියෙන්නේ ප්‍රිය මනාප දේ බැලීම. අප්‍රිය දේ නොබලා සිටීම. නමුත් විපස්සනාවේදී, මේ උපසර්ග පදය එක්කලවිට, දකින දකින දේ අනිත්‍ය-දුක්ඛ-අනාත්ම වශයෙන් අවසාන කරන බැල්මක් කියවෙනවා. අරමුණේ ප්‍රිය-අප්‍රිය භාවය ඉක්මවල ක්‍රීලකණය දක්වාම විනිවිද බැලීමක් කියවෙනවා. එම නිසා විපස්සනාවෙන් දැකීම විශිෂ්ඨ ගණයේ දැක්මක්. ලෝකික අර්ථයෙන් බලන කොට විෂම දර්ශණයක්. විෂම දැක්මක්. අරමුණු තොරන්නේ බේරන්නෙ නැතිව මධ්‍යස්ථ බැල්මකින් බලල අවසානයේ මේ සෑම දේකම තියෙන අනිත්‍ය-දුක්ඛ-අනාත්මතාව දැකීම ලබා ගන්න පුළුවන් නම් ඒකට කියනවා විපස්සනා කරනවා කියල. නමුත් සාමාන්‍ය පස්සනාව කරන, විපස්සනා නොකරන පෘථග්ඡනයන්ට තියෙන්නේ රූවි දේ බැලීමමයි. අරූවි දේ ඉවත් කිරීමයි. නමුත් විපස්සනාවේදී කරන්නේ රූවි-අරූවි වශයෙන් නොබෙදා ඉදිරිපත් වන සෑම දෙයකටම සමානව සත්‍ය යොදල ඒ එක එකක් තුළින් ක්‍රීලකණය මතුකර ගැනීමයි.

මුලින් මේ සාමාන්‍ය සතියෙන් පටන් ගෙන එම සතිය යොදන අරමුණ විනිවිද දැකල ප්‍රවිෂ්ඨ වෙලා, එහි ඇති අනිත්‍යතාව-දුක්ඛතාව-අනිත්‍යතාව වැටහෙන ආකාරයට සම්පව පැවැත්වීම තමයි සතිපට්ඨානය කියන්නේ. වෙනත් ආකාරයකට දක්වනවා නම් සතියේ මනා පිහිටීම, තහවුරු පිහිටීම සිද්ධ වෙන කොට විපස්සනා කෘත්‍යය කරල දෙනවා. මේ සතිය පිහිටුවන ධර්ම හතර තමයි සතිපට්ඨාන හතර කියල කියන්නේ. කය කියල දක්වන රූප ධර්ම මත සතිය පිහිටුවා භාවනා කිරීම කායානුපස්සනාව. කයේ මතු වන සැප-දුක් වේදනා මතට සතිය යොදල කරන භාවනාව වේදනානුපස්සනාව. සිතේ පහළ වෙන ආවේග, කැමති -අකමැති බව වගේ දේවල් වික්තානුපස්සනාවට වැටෙනවා. මේ කියන ලද තුනට නොගැනෙන අනෙකුත් උපාදානස්කන්ධයන් සියල්ල හා සම්බන්ධ ධර්මානුපස්සනාවට ගැනෙනවා.

මෙලෙස පිහිටුවන සතිය පිළිබඳ පුවිශේෂ තත්වය අටුවාව මේ 'ප' කියන උපසර්ග පදයෙන් තමයි විස්තර කරන්නේ. 'ප' යන්නට දෙන විවරණය අනුව දැක්වෙන්නේ, මකකන්දිතවා පකකන්දිතවා පවත්නාතික කියලයි. මකකන්දිති කියල කියන්නේ සිත අරමුණේම ඒ කියන්නේ



සති පට්ඨාන බල

නමො භසස භගවතො අරහතො සමමා සමුදුධසස!!!

පුනව පරං භනෙන ඛණාසවසස භික්ඛුනො වන්තාරො සති පට්ඨානා භාවිතා භොන්ති සුභාවිතා. යමපි භනෙන ඛණාසවසස භික්ඛුනො වන්තාරො සති පට්ඨානා භාවිතා භොන්ති සුභාවිතා. ඉදමපි භනෙන ඛණාසවසස භික්ඛුනො බලං භොති යං බලං ආගමම ඛණාසවසස භික්ඛුනො ආසවානං බයං පට්ඨානාති 'ඛණා මෙ ආසවාති'.

ගෞරවනීය යෝග්‍යවචර මහා සමස රත්නයෙන් අවසරයි. පසුගිය වතාවේදීත් අප විසින් ඉදිරිපත් කර ගන්නට යෙදුනු මේ පාලි පාඨය සූත්‍ර පිටකයේ අංගුත්තර නිකායේ දසක නිපාතයේ ලා සංග්‍රහ වී ඇති ඛණාසව බල නම් වූ සූත්‍රයෙන් උපුටා ගන්නා ලද්දකි. ඛණාසව බල නම්නම් සූත්‍ර දෙකක් අංගුත්තර නිකායේ සංග්‍රහ වී ඇති අතර එකක් අට්ඨක නිපාතයෙන්, මේ දැක් වූ අනෙක, දසක නිපාතයෙන් ලා සංග්‍රහ වී ඇත. මෙම සූත්‍ර දෙකේම මෙම පාඨය දේශනා වී ඇතත් පසුගිය සති කීපය තුළ විස්තර කරන්නට යෙදුනු සූත්‍ර අතරින්, විශේෂයෙන් සීලවන්ත සූත්‍රයට සාධක සූත්‍රයක් ලෙසට මෙහිදී තෝරා ගනු ලැබුවේ දෙවැනි දසකංගුත්තර නිකායික සූත්‍රයයි. එහි නම්නම් දැක්වෙන පරිදි මෙහි කාරණා දහයක් හෙවත් බල දහයක් සඳහන් වී ඇත. එම කරුණු දහය අතරෙහි ඉහත දැක්වෙන උදාහරය දැක්වෙන්නේ හතරවෙනි අංකය ලෙසටයි.

බණ අභල පුරුදු මේ ඇත්තන් අතරෙහි බොහොම ප්‍රසිද්ධ කාරණයක් තමයි සත් තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම. මෙම ධර්ම අප සඵල ශාසනය පිළි කොට දක්වන එක් ආකාරයක් ලෙසට දැක්විය හැකියි. එම ධර්ම කොට්ඨාශ අතරත් දැක්වෙනවා බල ධර්ම පහක්. එකක් සති බලය. අනෙක්වා: සද්ධා,

විරිය, සමාධි සහ පඤ්ඤා වශයෙන් දැක්වෙනවා. මේ එක එකක් ධම්ම බල මුළුවක් බවට පත්කර ගන්නා අවස්ථාව, එක එකක් බල මුළුවක් වශයෙන් ක්‍රියාත්මක වෙන අවස්ථාව තමයි ඒ. මෙම බලයන් තවදුරටත් වැඩිල දියුණු වුනහම, ඒවාට අයත් කෘත්‍යයන්හි අධිපති භාවයට පත් වුනහම සුර භාවයට පත් වන විට ඒවාටම ඉන්ද්‍රිය ධම්ම කියල කියනවා. එතැන දැක්වෙන්නේ සති බලය. සත් තිස් බෝධි පාක්‍ෂික ධම්ම ලැයිස්තුව ආරම්භ වන්නේ සතර සතිපට්ඨානයෙන්. මෙම සූත්‍රයේ දැක්වෙන්නේ සතිපට්ඨාන බලය.

මොන මේ දැක්වෙන වෙනස ,ඒ කියන්නේ සති බලයේ හා සති පට්ඨාන බලයේ වෙනස හොඳින් පැහැදිලිව විසඳව දැන ගත යුතුයි. ඒක සාකච්ඡා කළ යුතුයි. එසේ සාකච්ඡා කෙට දැන ගැනීමේ ලොකු වටිනා කමක් තියෙනවා.

එක ආනිශංසයක් තමයි, මෙතෙක් අප විසින් විවරණය කරන්නට යෙදුනු සූත්‍ර ධම්ම වලට එයින් ආලෝකයක්, එළියක් ලැබෙනවා. අනෙක් කාරණය තමයි අප විසින් කරගෙන යන භාවනාවට විවිධ පැති වලින් එමඟින් ලැබෙන පෝෂණය. මෙම භාවනා ගස සරු ලෙස අතු-ඉති විහිදුවා වැඩිමට පෝෂණය සලසනවා. එමනිසා සතිය සහ සති පට්ඨාන යන මේ දෙක අතර වෙනස දැන ගැනීම යෝග්‍යවරයාට වැදගත්. මේක බොහොම පුළුල් විෂයක්.

සති පට්ඨාන යන්න: වඩා සිත් ගන්නා ලෙසට, සිත් වදින තාලෙට කියනවා නම්, මේක තමයි විපස්සනා ලෝකෙ ආරම්භය. මේක තමයි විපස්සනා ලෝකයේ මැද, මේක තමයි විපස්සනා ලෝකෙ අවසානය. වෙනත් ආකාරයකට කියනවා නම් සම්පූර්ණ විපස්සනා ලෝකයම සතිපට්ඨාන ලෝකයයි. එහි මුලටත් අවශ්‍ය කරන්නේ සති පට්ඨානයයි. මැදටත් අවශ්‍ය කරන්නේ සති පට්ඨානයයි. අගටත් බුදු, පසේ බුදු, මහ රහත් උතුමන් වහන්සේලාටත් අවශ්‍ය කරන්නේ සති පට්ඨානයයි. මේ දුෂ්කර වූ මුහුම් වරිය වාසය සම්පූර්ණ වෙනවා සන්පුරුෂ සංසේචනයෙන්. ඒ වගේ බලන කොට සතිය තමයි චෛතසික අතර ප්‍රධාන සන්පුරුෂයා. එම නිසා යම්කිසි රහත් වහන්සේ තමක්, ක්‍ෂීණාස්‍රවයන් වහන්සේ තමන් තමන්ගේ සිතට නැගෙන මොනායම් හෝ අරමුණක් මේ කියන

සති + උපට්ඨාන-සතිපට්ඨාන.

ඒකට සාක්‍ෂි වශයෙන් ගෙන හැර පාන්නේ සතිපට්ඨානය කියන පාච්ච වෙනසට අනුව යන සංස්කෘත පදය ස්මෘතපුස්ථාන ලෙසින් දක්වා තිබීමයි. එහෙම බලන කොට මේ උපස්ථාන කියන පදය හොඳින් ප්‍රකට වෙනවා.

අටුවාවේ සතිපට්ඨානය කියන එක කඩල පෙන්වන්නේ සහ සහ පට්ඨාන කියන ආකාරයටයි.

සති + පට්ඨාන-සතිපට්ඨාන.

මේ උපට්ඨාන කියල ගත්තත් පට්ඨාන කියල ගත්තත් මෙහි මූලික පදය වන්නේ ධාන කියන එකයි. එයින් කියැවෙන්නේ ස්ථාන ගත කිරීම, පිහිටුවීම යන අර්ථයයි.

පට්ඨාන කියන අර්ථ කථනයේදී සතිය සහ ධාන කියන පද දෙක මැදට 'ප' කියන උපසර්ග පදයක් එකතු වීමෙනුයි මේ විස්මිත සතිපට්ඨාන කියන යෙදුම ලැබෙන්නේ. මේකෙන් පුදුමාකාර තෙදක්, ගැම්මක්, උත්තේජනයක් ඇති කරල දෙනවා. මේක හොඳින් තේරුම්ගත් අටුවාවාචිත්වහන්සේ මේ 'ප' කියන උපසර්ගයට පුදුමාකාර අර්ථ රාශියක් ආරෝපනය කරල තියෙනවා. මෙකෙන් තමයි සති බලයත් සතිපට්ඨාන බලයත් කියන මේ දෙක වෙන් කරල දක්වන්නේ. වෙනස, විශේෂණය වශයෙන්, මේක තමයි දක්වන්න පුළුවන් වෙන්නේ. මෙතෙක් වෙලා අදුනාගන්න උත්සාහා කළ සතිය ඉතාමත් බලවත්ව තහවුරු කරගැනීමක් මෙයින් කියවෙනවා. ඒ සතිය වක්‍රාස්‍රවය වගේ බල කැවිල-ජව කැවිල පවතින තත්වයක් තමයි මේ සතිපට්ඨානය කියලා කියන්නේ. මනා කොට පිහිටවීමක්.

මේකට උපමාවක් වෙන, ඒ වගේම වැදගත් වන මේ වගේ පද දෙකක් තමයි, පසසති කියන එකයි විපසසන කියන එකයි. පසසති කියන්නේ බලනව කියන අර්ථය දෙන ක්‍රියා පදයක්. 'වි' කියන උපසර්ග පදය එක් උනහම ඒක විපසසති කියල පදයක් හදනවා. එක තමයි විපසසනාව කියලත් දක්වන්නේ නාම පදයක් ලෙස. මේ 'වි' කියන උපසර්ගය එක් වුනහම විශේෂ දැක්මක්, විවිධ වූ දැක්මක් කියන අර්ථය දෙනවා. විෂම කියලත් යොදන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ මුල් පදයෙන් දැක්වෙන දැකීම

එවන් අරමුණක් නැවත සිහිපත් කරලීමේ පහසුකම අන්දැක ගන්න ඔහො. එහෙම වෙන කොට අරමුණක් මෙතෙහි කරන සිතත් කියන මේ දෙක මුණට මුණලා තියෙන ආකාරය වටහා ගන්නවා නම් භාවනාවේ ආරක්‍ෂාව තහවුරැයි. මේ තත්ත්වයට තමා ළඟා වුනේ මුලින් මුලින් වරදදා වරදදා සතිය පිහිට වූ නිසයි කියලා තමාටම වැටහෙවි. ඒ වෙලාවටත්, දැනටත් ආසන්නයේ ම බලපාන කාරණය තමයි ස්ථිර සංඥාව. ඒ සඳහා තමයි අරමුණ දිගට මෙතෙහි කරන්න කියලා නිතර උපදෙස් දෙන්නේ.

ආශ්වාසය කරන කොට ඒ බව වඩාත් ස්ථිර කරන්න, හිතට වදන්න 'ඇතුල් වෙනවා' කියල මෙතෙහි කළ යුතුයි. ප්‍රශ්වාස කරන විට 'පිට වෙනවා' කියල මෙතෙහි කරනවා. වෙනත් ඕනෑම වෙනත් අරමුණක් ඉදිරිපත් වුනහමත් ඒක කෙලින්ම මෙතෙහි කරනවා. ඒක හරියට යකඩින් බාල්දියක් හදල ඒක ගැල්වනයිස් කරනවා වගේ වැඩක්. ආයෙත් එකකොට මලකඩ බැඳෙන්නේ නැහැ. මොකද ඒක හාත් පසින්ම තෙමනවා තුන්තනාගම වලින්. ඒ වගේ තමයි සිතට පුදුමාකාර ආරක්‍ෂාවක්, ප්‍රතිශක්තියක් ඇති කරල දෙනවා ඒ වික්තක්‍ෂණයට ඉදිරිපත් වන අරමුණ මෙතෙහි කිරීම මගින් සතියෙහි හිල්වන කොට. කිසිම ක්ලේශයකට ඇතුල් වෙන්න දෙන්නේ නැහැ. දක්ෂව අප්‍රමාදව මෙතෙහි කරන කොට සිත බලකොටුවක් වගේ.

මෙන්ත මෙවැනි සතියක් ඇතිකරගන්න පුළුවන් නම් යෝගාවචරයට ඒක තමයි සතියට්ඨානයට හේතු වෙන්නේ. මෙයාකාර සතියකට අපට කියන්න පුළුවන් සති බලය කියල. යොගාවචරයා විසින් පුහුණු කට යුතු, හදුනා ගත යුතු, වටහාගත යුතු, සතිය මේකයි. මේ සතිය කියන නාම ධර්මය පට්ඨාන කියන ක්‍රියා පදය එක්ක සම්බන්ධ වෙන කොට මේකට තවත් බල කැවෙනවා. තවත් තෙද ගැන්වෙනවා. ආඩ්‍ය වෙනවා. මේ සති පට්ඨානය කියන සම්ප්‍රසුක්ත පදයට එක එක්කෙනා විවිධ අර්ථ දෙනවා. ඒක පීචත් වන ප්‍රතිපදාවක හැටියක්. විවිධ විදියට සොයන ඇත්තො විවිධ විදියට දකිනවා. සමහරෙක් සතියට්ඨානය කියන පදය සති සහ පට්ඨාන කියන විදියට දෙකට කඩනවා. තවත් සමහරෙක් සති සහ උපට්ඨාන කියල දෙකට කඩනවා. මේ සති සහ උපට්ඨාන කියන පද දෙක සන්ධි වෙන කොට 'උ' කියන ස්වරය ලොස් වීමෙන් සතියට්ඨාන කියන පදය හැඳෙන බවයි ඒකෙන් කියැවෙන්නේ.

සතර සති පට්ඨානයන්ට දාල ඒ සති පට්ඨානයන් තුළින් දැක ගැනීමට පුළුවන් වෙන කොට දැන ගන්නවා 'දැන් මට මේ කවදාකවත් නොතිබුන බලයක් ලැබිල තියෙනවා-ඒ නිසා මම දැන් ක්‍ෂණාසුවයි' කියල. "යං බලං ආගමම ඛණාසවස්ස හික්ඛුතො ආසවානං බියං පටිපන්නාති ඛිණං මෙ ආසවාති" මේ බලයට පත් වුනාට පස්සේ උන් වහන්සේට වැටහෙනවා 'දැන් මම ක්‍ෂණාසුවයි' කියල. මේක සතිපට්ඨානයෙ අවසානය. හරියට පෙරහැර යන්නට ඇරල පිටි පස්ස පැත්තෙන් බලන බැල්ම වගේ එකක්. අපි මේ සුඵ විවරණය විසද කරගන්න බලන පැත්තයි ඒ.

නමුත් සතිපට්ඨානයේ වටිනාකම වැඩිකර ගැනීමට පැහැදිලි සාක්‍ෂි කාරණා ඉදිරිපත් කරගන්න පුළුවන් යෝගාවචර ජීවිතයට අදාල මැද කොට්ඨානය සලකා බැලීමෙන්. භාවනාවේදී විශේෂයෙන් විපස්සනා ඤාණ පහළවන අවධියේදීත්, සේඛ අවස්ථාවටත්, වැදගත් වන්නේ සති පට්ඨානයමයි. ඒ පිළිබඳ අර්ථ කථනයමයි. ඒ වාගේම භාවනාවට බැස ගැනීම සඳහාත්, ඒ කියන්නේ විපස්සනා ආරම්භය සඳහාත් වැදගත් වන්නේ මේ සතිපට්ඨානය පිළිබඳ වැටහීමමයි. මෙහි අර්ථය දැන ගැනීමමයි.

මේක කියන කොට ලෝකයේ තියෙන ආගම් හා ධර්මය අතර ඇති වෙනස නිසා ලොකු පටලැවිල්ලක් අවුලක් කෙනෙකුට ඇති වෙන්න පුළුවන්. ලොකයේ මේ තියෙන බුද්ධාගමේ, නැත්නම් පවතින ආගමේ මේ සතිපට්ඨානය කියන වචනය සමහරක් විට ඇහෙන්නවත් නැහැ. ඒකේ තියෙන්නේ මහ සෙනඟ එකතු වෙලා කරන ගාලගෝට්ටියක්. සෙනඟ එකතු වෙලා කරන මහා උත්සව ව්‍යාපාර. නමුත් සතිපට්ඨානය කියන කොට ඒකෙන් කියවෙන්නේ ඊට හාත් පසින්ම වෙනස්, තමන්ගේ ම ආධ්‍යාත්මයට-හිල,සමඛ,ප්‍රඥා වචනයට තුඩු දෙන ඉතාමත් පිහිතුරු, ඉතාමත් පැලකිල්ලෙන් පුරක්ෂිතව රැකිය යුතු වැඩ පිළිවෙලක්.

සතිපට්ඨාන යෝගාවචරයා මේක දැන-හදුනා ගන්නවානම් 'මේ ගාසනයේ මුලත් සතිපට්ඨානයයි. මැදත් සතිපට්ඨානයයි. අගත් සතිපට්ඨානයයි කියලා සතිපට්ඨානයට සිත යොදා ගත කරන හැම මොහොතකම ලොකු සතුටක් එයින් ඇති වෙනවා මේ ඉමණ ධර්ම සම්පුණ්ණවන මෙහෙයක් බව දැන ගැනීමෙන්. තමාගේ ජීවිතය පිරිසිච ඒ වගේම සම්පත්තිකර සතිපට්ඨාන ජීවිතයක් කියල සතුටු වෙන්න පුළුවන්. මේ නිසාමත් විපස්සනා භාවනා ගුරුවරු, මීට කලින් කීව වගේ, මේ කාරණය නිතර නිතර යෝගාවචරයාට අහන්න සලස්වනවා.

සතිපට්ඨානයේ මුල ගැන, මැද ගැන, අග ගැන අන්ත සලස්වනවා. ඒ ගැන පර්යේෂණ කරන්න සලස්වනවා. ඒක එක විධියක හොඳ අවධාරණය කරන ක්‍රමයක්.

මේ සම්බන්ධයෙන් හින් වදින කථාවක් ලංකා ඉතිහාසයේ සඳහන් වෙලා තියෙනවා මෙහෙම. පුද්දා රට කරන කාලේ, එංගලන්ත මහ රජපුරුවෝ ලංකාව පාලනය කරන කාලයේ, ලංකාවෙ හිටියේ ආණ්ඩුකාර වරයයි. ඒ ආණ්ඩුකාර වරයාගේ උපදෙස් අදහස් අහල තමයි එංගලන්තයේ මහ රජපුරුවෝ තීරණයක් කරන්නේ මෙහෙම මෙහෙම කරන්න ඕනෙ කියල. ඒ විධාන ක්‍රියාත්මක කරවන්නෙන් ආණ්ඩුකාරවරයා තමයි. ඒ කාලේ එංගලන්තයෙන් අහල එවල තියෙනවා ආණ්ඩුකාරවරයා ගෙන් ලංකාව දියුණු කරන්න, සමූහ වෙන්න, හොඳින් සුරාගෙන කන්න මොනවද කරන්න ඕන කියල සොයල බලල කියන්න කියල. මේකට ලංකාවෙ හිටපු ආණ්ඩුකාරවරයා ලියල යවල තියනව හොඳ උත්තරයක්. එක විධියක හාසා ජනක නමුත් වැදගත් උත්තරයක්. ඒ අනුව ලංකාව දියුණු කරන්න කාරණා තුනක් අවශ්‍යයි. මුලින්ම අවශ්‍ය කරන්නේ ලංකාවට කෝච්චි පාරක්. තුනවනුවටත් අවශ්‍යය කරන්නේ කෝච්චි පාරක් කියලා.

එතකොට මහරජපුරුවන්ට හොඳවෙන්නේ කාරණය වැටහුනා. හරියට ඔවුට ම පොල්ලකින් හැඳුව වගේ වැටහුනා ලංකාවෙ දියුණුවට ඉතාමත් වැදගත් වන්නේ කෝච්චි පාරක් කියල. එහෙම කියල හඳුනා කෝච්චි පාර තමයි අද වෙනතෙක් වැඩ ගන්නේ. එකදාස් තමසිය හැත්තෑ ගණන් වෙන තෙක්ම ලංකාවෙ එක මනුස්සයෙකුටවත් බැරි වුනා ඊට වැඩියෙන් තව එක සිල්පර කොටසකින් වත් කෝච්චි පාර දැක් කරන්න. පුද්දා එදා දක්ක ඒ තරම්ම කෝච්චි පාරක තියෙන වටිනාකම ලංකාවෙ දියුණුවට.

ඒ වගේ තමයි කෙනෙකුට ඕන නම් භාවනා කරන්න, ත්‍රිවිධ ශාසනය දියුණු කරන්න, ඒ සඳහා ප්‍රධාන කරුණු තුනක් වැදගත් වෙනවා. පළමුවෙන්ම අවශ්‍ය වන්නේ සතිපට්ඨානය අවබෝධ කර ගැනීමයි. වටහා ගැනීමයි. දෙවනුව මැදත් වැදගත් වන්නේ සතිපට්ඨානය වටහා ගැනීමයි. අවසානයත් වැදගත් වන්නේ සතිපට්ඨානය වටහා ගැනීමයි. ඒ අනුව වැටහෙනවා මේ සතිපට්ඨානය කියන එක මොන තරම් විස්තර-විභාග වශයෙන් දැනගත යුතුද කියලා. මොනතරම් විසඳව දැන ගත යුතුද කියලා. සතිසූචි කවභාං සබ්බන්තිකං වදාමී (සං. නි. 5-1/218) යනුවෙන් දේශනා කරල තියෙනවා. ඒ කියන්නේ සතිස සඵඵ්ඵය සලසන බවයි.

විමුක්තිය. මේකට සුත්‍ර පිටකයේ කියන්නේ තදංග විමුක්තිය කියල. ඒ වින්තකණයට අදාල විමුක්තිය.

මෙවැනි විමුක්ති දායක වින්තකණ රාශියක් අඛණ්ඩව ඉටු පැවැත්ම තමයි යෝගාවචර සිතේ සාර්ථකත්වය. මෙම විමුක්තිය හඳුන්වාදීම හෝ වරින් වර ලබාදීම නම් එතරම් ම දුෂ්කර දෙයක් නෙවෙයි. දක්ෂ යෝගාවචරයෙකුට කමටහන් සුද්ධ කරමින් දින දෙක තුනක් එක දිනට භාවනා කරන කොට මේ තරමට සතිස දියුණු වෙලා මේ කියන ආරක්‍ෂාවත් නිදහසත් විමුක්තියත් අන්දැක ගන්න පුළුවන් වෙනව. මේ විමුක්තිය තුළින් සාමය සතුව ලැබෙනවා. මේ අනුව සඵඵඥයන් වහන්සේ පෙන්වල දීල තියෙනව සතිපට්ඨානයේ ආතිශංස හතක් සුත්‍රයේ මුලදීම. ඒ කියන්නේ ක්‍රමය කියලා දෙන්නත් කලින් ම ආතිශංස හතක් පෙන්වා දීල තියෙනවා. එකායනො හිකබවෙ මගො සත්තානං. විසුද්ධියා සොක පරිද්දවනං සමතිකමාය දුකඛ දොමනසාහනං අනුච්චාය ඤායසස අධිගමාය නිබ්බානසස සචජීකරියාය. සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය පිණිස මේ ඒකායන මාභියයි කියල කියන්නේ යම් ආකාරයට පසුව විස්තර කරන්නට යෙදෙන සතිපට්ඨාන ක්‍රමයට අනුව දක්ෂව කටයුතු කරනවා නම් මේ කියන වින්ත විශුද්ධිය ලැබෙන බව සහතිකයි. ඒ නිසයි මෙවන් සහතිකයක් දෙන්න පුළුවන්. එවන් වෙන කිසිම ව්‍යාපාරයක් ලෝකෙ නැහැ සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය මෙලොවදීම සහතික වෙන.

සත්ත්වයාගේ විශුද්ධිය මෙහෙම ලබාදෙන කිසිම ව්‍යාපාරයක් ලෝකේ නැහැ. මේ විදියට අරමුණකට සෘජුව ලඟා වෙලා අරමුණට අහිමුඛ වෙලා අමතක නොවන තාලට එයින් ආරක්ෂාවක් ලැබීම තුළින් ලැබෙන විශුද්ධියක් මෙහෙම සහතික ලෙස ලැබෙන්නේ සතිපට්ඨානයෙන් ම පමණයි. මේ තමයි සතිපට්ඨානයේ අඩුම ලක්ෂුව. ඊට එහාට වැඩ කරගෙන යන කොට තමයි තියෙන්නෙ ඉතිරි ආතිශංස වන සෝක-පරිදේව සමතික්‍රමණය කිරීම. දුක් දොමනස් කෙළවර කිරීම, නායය අධිගමය, අවසානයේ නිව්‍යාන ධර්මය සාක්ෂාත් කිරීම ආදිය ක්‍රමයෙන් ලැබෙන්නේ.

මේක දන්නා යෝගාවචරයා අඩුම මට්ටමින් මෙය, ඒ කියන්නේ අරමුණකට සිත යෙදුවා නම් එහි සිත කිදා බැස්සවීම සම්බන්ධයෙන් සුර වෙන්න ඕනෙ. මෙහෙම අරමුණට භාවනා සිත වැදගත්තවා නම්

හැර. ඒ නිසා මුලින් මුලින් වරදින වැරදි වලින් සිත දුර්වල කරගන්නේ නැතිව උත්සහා කරන්න ඕනෙ. මේනිසා යෝගාවචරයෙක් වශයෙන් තමාගේ ජීවිතයේ මුල් වයසේදී හෝ මධ්‍යම වයසේදී හෝ අවසාන වයසේදී හෝ මෙන්න මේ අරමුණකට සෘජුව මුහුණ දීම ඇති සත්‍ය ඇතිකර ගන්න ඕනෙ. ඒක ඇතිකර ගන්නා තෙක් අප තුළ බුද්ධ ශාසනය පිහිටන්නේ නැහැ. ස්ථිර දියුණුවක් ඇති වෙන්නේ නැහැ. ස්ථිර ශීලයක්, ස්ථිර සමාධියක්, ස්ථිර ප්‍රඥාවක් ඇති වෙන්නේ නැහැ. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයට පිවිසීමක් නැහැ. එම නිසා යම් ආකාරයකට මේ ආනිශංසදායක සත්‍ය පිහිටියා නම් එතෙක්දී හිතන්න කරකයි 'මට මේ සත්‍ය පිහිටියේ හුස්මේ, හුස්මේ සත්‍යය පිහිටුවල පුළුවන්ද නිවන් දක්න්න. මෙයින් කොහොම ද ශීලය සම්පුණ්ණ වෙන්නේ. කොහොම ද සමාධිය හරියන්නේ. කොහොම ද ප්‍රඥාව සම්පුණ්ණ වෙන්නේ. කොහොමද ඔහොම නිවන් දක්න්නේ කියල'. සත්‍ය මනාව පිහිටි විත්තයන්හි පුංචි කරල සලකන්න කරකයි. ඒ විත්තයන්හි තුළ සත්‍යයේ උසුණය හෙවත් නොපොලා පැන කීදා බසින බව, අසම්මෝසකාවය කියන අමතක නොකරන ගතියට සිත අවධි කරල දෙනවා නම්, විසාහිමුඛ භාව කියන අරමුණට මුණලා සිටින බවත් කියෙනවා නම් ඒ වගේම තමන්ට වැටහෙනවා නම් මේ මුලින් මුලින් වරද්ද වරද්ද සත්‍ය පිහිටුවීමේ ආනිශංස වශයෙනුයි දැන් මේ විදියට අඛණ්ඩව සත්‍ය පිහිටන්නේ කියල, 'ඒකයිනෙ දැන් ආරක්ෂා කාරීව දිගට සත්‍ය පවත්වන්න පුළුවන් වුනේ ' කියල. අන්න එවන් මොහොතක් දෙවෙනි වන්නේ රහත් හිතකට පමණයි.

එම නිසා ඒකට කියනව කදංග විමුක්ති කියල. ඒ කියන්නේ එතන, එතන ලබන තාවකාලික විමුක්තියක්.

සත්‍ය ගැන කථා කරන කොට සඳහන් වෙනව තවත් පද්ධතියක ඒ කියන්නේ ආසන්න කාරණයක්. ඒකට කියන්නේ තීර සංඥා පද්ධතියා කියල. වෙනත් විදියකට කියනවා නම් තමා මෙහෙහි කරන අරමුණ හදුනා ගැනීම, ස්ථිර සංඥාවක් ඇතිව කටයුතු කිරීම සඳහා මෙහෙහි කිරීම. එතකොට යෝගාවචරයාට වැටහෙනව ආරක්ෂාවක්. මෙන්න මේ ආරක්ෂාව තමයි කෙනෙකුට නිදහසක් ලබා දෙන්නේ. එවන් ධාර්මික නිදහසකින් තොර විමුක්තියක් ලැබෙනවා නම් ඒක තිරිසන් ගත විමුක්තියක්. ආරක්ෂාව යටතේ නිදහසේ ලැබෙන යටකි විමුක්තියයි නිසම

එවන් වටිනාකමක් ඇති සත්‍යධර්මය නොදැනීම නිසා තේද අපි ඔක්කොම වල්මත් වෙලා ඉන්නේ. එයින් පිට දෙවල් දැනගැනීම ඉස්සර කරගත්තු නිසා තේද සතිපට්ඨානය පිළිබඳව මෙතරම් අඩුල් විසවුල් පැන නැඟිල තියෙන්නේ. මේ කාරණය යොගාවචරයාගේ සිතට හොඳින් වදින්න ඕනෙ. එහෙම සිතට කා වදිනවා නම් අර මුලින් කියාපු ලෙසට, ලොකු සතුටක් ඇති වෙනවා සතිපට්ඨානය වඩමින් සිටින මොහොතක් පාසා. මේ මම යේදී සිටින්නේ භාවනාව මුලදීත් මැදදීත් අගදීත් වටහාගත යුතු සතිපට්ඨාන භාවනාවේ තේද කියල.

ඉතින් අද ධර්ම දේශනයේ කාලය ගත කරන්න බලාපොරොත්තු වන්නේ මෙන්න මේ සතිපට්ඨානය පිළිබඳව වැටහෙන තොරතුරු මුල ධර්ම ටිකක් කථා කරන්නයි. දැනටමත් දන්න ප්‍රමාණයක් තියෙනවා නම් ඒකට තවත් කල එළියක් ලබා දෙන්නයි.

පසුගිය වතාවේදීත් අපි ප්‍රවිෂ්ඨයක් ලබා ගත්තා මේ මාතෘකාවට. මේ සතිපට්ඨානය මාතෘකාව සම්බන්ධයෙන් කථා කරන විට එහි දැක්වෙන වචන අතර ප්‍රධානම පදය වන්නේ සතිප කියන එකයි. සරනි කියන නාම පදයෙන් හැදිලිව නාම පදයක් ඒක. ඒ සතිප කියන එක නොදැන, ඒක වචනා නොගෙන සතිපට්ඨානය තේරුම් ගන්න එක අමාරුයි. ඒ වාගේම සති බල- සතිපට්ඨාන බල කියන මේවායේ අතර වෙනස් කම් තේරුම් කරගන්නත් අමාරුයි. ඒ අනුව සතිප කියන එක මුලින් වචනා ගැනීමට බලාපොරොත්තු වෙමු.

අපේ මේ ථේරවාද සම්ප්‍රදායේ මේ වාගේ නාම ධර්මයක් ථේරා රූප ධර්මයක් ථේරා වචනා ගැනීම සඳහා සම්මත රාමුවක් තියෙනව. එම රාමුව තුළ වචනා ගත්තොත් ඒක වැඩේට සැහෙනව. ඒකට කියන්නේ ලක්ඛණාදී චතුක්ක නය කියල. මුලින්ම සලකන්නේ අදාල ධර්මයාවයේ ලක්ෂණය. දෙවනුව සලකන්නේ එම ධර්මයාවය විසින් කර දෙනු ලබන කාර්යය, කෘත්‍යය. තුන්වනුව එම ධර්මයාවය එළඹ සිටින විට තමාට එය වැටහෙන ආකාරය. අවසාන වශයෙන් එම ධර්මයාවය මතුපිට සඳහා, පහළකර ගැනීම සඳහා බලපාන ආසන්නාම කාරණය වචනා ගැනීම ලක්ඛණ, රස, පච්චුපට්ඨාන, පද්ධතියා.

මේ සතිය බුද්ධ දේශනයේ, ඒ කියන්නේ සූත්‍ර දේශනා, විනය දේශනා සහ අභිධම්ම දේශනා යන සෑම කැතකදී ම පැතිරුන වැදගත් ස්ථානයක් උසුලනවා. අද ලෝකයේ ඇති උපමාවකට අනුව කියනවා නම් හරියට රබර් වගේ. රබර් කාර්මික ලෝකයට, වෛද්‍ය කාක්ෂණයට, ගෘහ උපකරණ වලට, ආර්ථිකයට යන මේ ආකාර බොහෝ දේවලට සම්බන්ධ මෙන්ම නැතිව බැරි දෙයක්. ඒ වගේම තමයි සතියත් බුද්ධ ගාසනයේ සෑම කැතටම සම්බන්ධයි. ගාසනයට නැතිව බැරි දෙයක් සතිය. හරියට රාජ හෝජනයකට දුණු වගේ. මාත්‍රාවට, පමණට පාවිච්චි කරන අතර නැතිවම බැරි දෙයක්. සෑම කැතම පැතිරලා තියෙනවා. මේ වගේ තමයි සතිය ත්‍රිපිටකයේ සෑම කැතම වගේ පැතිර පවතින දෙයක්. මේ නිසාමදෝ සතිය පිළිබඳ මූලික ලක්ෂණය ගැන කථා කරන විට විවිධ අර්ථ ඡායාවන් සහිත පද දැක්වෙනවා. සති, අනුසුඤ්ඤා, පටිසංඝා, සති සරණතා, ධාරණතා, අපිලාපනතා, අසම්මුසුකතා, යනාදී ලෙසට (ධම්මසංගහි 52 පිට) හමුවෙනවා. ස්මරණය, නැවත මෙතෙහි කර ගැනීම, පිහිපත් කිරීම වගේ අර්ථ. පිහි නැති වුනා, මනක නැති වුනා කියන්නේ ඒකෙ විරුද්ධ අර්ථය. මේකට ම ධාරණ ශක්තිය කියලත් කියනවා. විර කතමපි විර භාසිතමපි සරිතා අනුසුඤ්ඤා (ම. නි. 2/32) 'අත ඉස්සර කාලෙ කරපු කියපු දේවල් හොඳට මතකයේ තියෙනවා'. මොකද හොඳට සතියෙන් යුක්තව කරල තියෙනවා. අනුස්සරති කියන්නේ අනුස්මරණය. අනුස්මාතිය කියලයි සංස්කෘත භාෂාවේ දැක්වෙන්නේ. පටිස්සරති කියන්නේ ප්‍රති ස්මාතිය. මේ විදිහට බැලුවම සතියෙන් යුක්තව යමක් කරනවා නම් ඒක නැවත මතක් කර ගන්න ලේසියි.

විපසානා ලෝකය හා සමථ ලෝකය ගත්තහම ඒ දෙක තමයි භාවනාවේ ප්‍රධාන ප්‍රභේද දෙක. මේ අනුව තමයි භාවනා ක්‍රම, භාවනා ගුරුවරුන් ප්‍රධාන වශයෙන් බෙදිල ඉන්නේ. මේ දෙකේ යෙදිල ඉන්න යෝගාවචරයන් මෙන්ම කම්ස්ථානාවායඡියන් වරයන් සතියේ මෙම ලක්ෂණ වලින් දෙයාකාරයකට ප්‍රිය කරන බවක් දක්වනවා. සතියේ මුණත් දෙකකට දෙගොල්ල ප්‍රිය කරනවා. අටුවා දැක්වීම අනුවත් ඒකට ඉඩක් ලැබෙනවා. පටිසම්භිදා මග්ග පාලියේ සහ විගුද්ධි මාණිය වැනි කැන් වලත් ලක්ෂණ කීපයක් සඳහන් වෙනවා සතිය සම්බන්ධව. ඒ අනුවත් වැටහෙනවා සමථ යෝගාවචරයාට සතිය සම්බන්ධයෙන් වඩා

හිත යොදාගෙන කියල හිතාගෙන ඉන්නවා. නමුත් හිත ඇත්තටම කයේ විසිරී ගිහිල්ල. එතකොට සතිය මෙලෙස අරමුණට අහිමුබ්බ වෙලා නැත්නම් කය දඬු වෙනවා. සැලෙන්ත කම්පා වෙන්න බලනවා. මේකට හේතුව සතිය හරිහැටි අහිමුබ්බ නොවීම. කෙලින්ම මුණ බලනවා වගේ තත්ත්වයක් නොවෙයි. කය ඉදිරියට හැරී තිබුනත් හිස පැත්තකට හැරී තියෙන්න වගේ.

අපේ සාහිත්‍යයේ සඳහන් වෙනවා මහසේන හා ජයසේන කියන යෝධයාත් අතර ඇතිවුන ද්වන්ධ සටන. මේකෙදී ජයසේන උඩ පැනල මහසේනා ගේ ඔලුවට පයින් පහරක් ගහපුවාම ඔලුව ගැලවිල ඉස්බක් තරම් උඩ විසි වුනා කියල කියනවා. නමුත් කඳ කෙළින් තියෙනවා දැකල ලග හිටිය වලහෙකුගේ ඔලුව ගලවල හයි කරල තියෙනවා අර කඳට. නමුත් තියල තියෙන්නේ අනිත් පැත්ත හරවල. කඳ ඉස්සරහ බලාගෙන ඔලුව පස්ස පැත්ත බලාගෙන. ඉතින් මහසේනගේ බෙල්ල පස්ස පැත්ත බලාගෙන ඉන්නවා වගේ සමහර වෙලාවල අරමුණ වෙතට කියල මතභිකාරය යෙදුවට ඒක තියෙන්නේ වෙනදේකට යොමුවෙලා වෙන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ සතිය පිහිටල නැහැ. එතකොට ගැස්සිලි කම්පන, පැද්දිලි ඇති වෙනවා. ආරක්ෂාවක් නැහැ. ඇස්බැඳගෙන ගෙතියනවා වගේ. නමුත් ඇත්තටම සතිය අහිමුබ්බ පිහිටියා නම් ආරක්ෂාවක් තියෙනවා. හරියට ඊයක් යන්න වගේ හරියටම අරමුණට එල්ල වෙනවා. මේ තමයි වැටහෙන ආකාරය. පව්වුපට්ඨානය.

ඊළඟට බලන්න ඕනෙ මේ සතිය ඇති කරගැනීම සඳහා බලපාන ආසන්න ම කාරණය. ඒකට කියන්නේ පදට්ඨානය කියල. මේක දක්වන්නේ කායාදී සතර සතිපට්ඨාන පදට්ඨානා කීපල. මුලින් මුලින් පුහුණු කරන ලද කායානුපස්සනා ආදී සතර සතිපට්ඨානයමයි ආසන්න කාරණය. වෙන විදියකට කියනවා නම් සතියට අසන්න කාරණය සතියමයි. ඉස්සරල, ඉස්සරල සතිය පිහිටුවා ගන්න වැයම් කරන කොට කොච්චරදෝ වරදීනවා. ආශ්වාසය පවතිද්දී සතිය වෙන වෙන දේවලට යොමු වෙලා වල්මත් වෙනවා. උත්සහා කළත් ආශ්වාසයේ ම පිහිටන්නේ නැහැ. මේ විදියට උත්සහා කරමින් පිහිටුවීමට වැයම් කරන හිත නිසා ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සතිය එළඹ සිටිනවා. මුලින් මුලින් යාන්තමට ඇතිවන සතිය පසුව බලවත් සතියක් ඇතිකර දීමට උපනිග්‍රය වෙනවා. වෙන කිසිම ක්‍රමයක් නැහැ සතිය පිහිටුවා ගැනීමට මේ දක්වන ලද ක්‍රමය

මොකක්ද කියලාවත් දන්නෙක් නැහැ. කොහොමද මෙතෙක්ට ආවෙ කියලා දන්නෙත් නැහැ. නොවැටහෙන දේවල් වැඩියි. සතියට්ඨානයේදී මේ වගේ අවුලක් නැහැ. විසඳයි. ඒේ දණ්ඩකින් එගොඩ වෙන කොට මුලින් අල්ලාගත් අත්වැල අනන්‍යාර යන්නා සේ මුල කමිස්ථානය අනන්‍යාර පවත්වන්න ඕනෙ. එගොඩ වෙලයි අත්වැල අනන්‍යාරගේ. එතකොට අපි එගොඩ.

මේ ලෙසට විසයාතිමුඛ භාව පවුළුපට්ඨානය කියන අරමුණට මුණට මුණ දෙන බව තියෙනවා නම්, අටුවාවේ පෙන්නවා දෙන ආකාරයට සතිය තවත් වැටහෙන ආකාරයකින් දේවවක් කරනව. ඒ පවුළුපට්ඨානයට කියන්නේ ආරක්ඛ පවුළුපට්ඨානය කියලා. කිසිම සැකයක් නැහැ. හොඳට දැනෙනව ආරක්ඛාවක්. දැන් මම මේ ගමන් කරන්නේ ආරක්ඛාකාරී මාවතක, බුදු, පසේ බුදු, මහරහතන් වහන්සේලා වැඩි, ආරක්ඛාකාරී මගම බව තමාටම වැටහෙනව. මේ තත්ත්වයන් යටතේ හොඳටම වැටහෙන දෙයක් තමයි සතිය එළඹලා තියෙන මේ වෙලාවට හදිසියේම නින්දෙන් අවදි වුනහම වගේ හෝ එකපාරට ගැස්සෙන්නෙත් නැහැ. කාය දරුව. චිත්ත දරුව කියන කයේ-සිතේ දළ දැමු කම් නැහැ. ආශ්වාස මුල මැද අග කියන තුන අනුව සතිය පිහිටියා නම් ඒකට කියනව විසයාතිමුඛ භාව කියලා. යම් ආකාරයකට ආශ්වාසය බලන හිත කය තුලට විහිදී ගියා නම්, ඒ කියන්නේ සිත නාසිකාග්‍රයේ නැතැනම් ඒ සිතින් කය-සිත දෙකම සලනව. කම්පා කරනව. දළදැමු කරනව.

අසාසාදීමකට පරියොසාන. සතියා අනුගව්‍යතො අභ්ඤාතන. විකෙඛපගනෙන විනෙතනා කායොපි චිත්තමපි සාරදොධාව හොනති ඉඤ්චිතාව එන්දනාව... කියලා පටිසම්භිදා මඟ පාලියේ සඳහන් වෙනව. 'යම් කිසි වෙලාවක ආශ්වාස මුල-මැද-අග අනුව යන සතිය ආධ්‍යාත්මයේ විකේෂ්පයට ගියා නම් ඒ සිතින් කයත් සිතත් දරුව සහිත ද කම්පිත වූවාහු ද සැලුනාහු ද වෙත් ' කියලා විස්තර කරනව. මේ ඇතුලතට යනව වගේම තමයි බාහිරයට සිත විසිර ගියා නම් රාග-ද්වේෂ අනුව සිත විසිර ගියා නම්, මේ ආදී හේතු කීපයක්ම නිසා කය-සිත සලනව. මේ හොඳින් පරීක්ෂා කරලා බලන්න. මේ එක එකක් රහතන් වහන්සේලා අත්දැකීමෙන් ම දැකලා අතුරෙන් අතුර නොවරද්ද ලියලා තියෙන්නේ. භාවනා කරන කොට අත්දකින්න පුළුවන් දෙයක්. අපි ආශ්වාසයට

සිත් ගන්නේ මේ ලක්ෂණය. විපසසනා යෝගාවචරයා වඩා කැමති වන්නේ මේ ලක්ෂණය කියලා වෙනස්කර දක්වන්නා පුළුවන් ගතියක් තියෙනවා. සතිසේ ලක්ෂණ දක්වන කොට මුලික එක ලක්ෂණයක් තමයි සරන ලක්ෂණය. ඒ කියන්නේ නැවත මතක් කරදීමේ ගුණය. තවත් ලක්ෂණයක් අටුවාව හදුන්වා දෙනවා අපිලාපන ලක්ෂණය කියලා. මේක විපස්සනා භාවනාව පැත්තෙන් බලන යෝගාවචරයන්ට වඩා ගැලපෙන මෙන්ම වඩා ප්‍රයෝජනවත් ලක්ෂණය වශයෙන් හදුන්වන්න පුළුවන්. ඒ කියන්නේ ඕනෑම අරමුණකට සතිය එල්ල වන විට එම අරමුණට සිත ප්‍රවිෂ්ඨ වන ගතිය. අරමුණට සිත කීදා බසින ගතිය. පිලාපන ගතිය කියන්නේ පොළො පතින ගතිය. පාවෙන මතු පිට කැඳ න්දෙන ගතිය. හරියට වතුරකට වැටුණු වේලිච්ච ලේ බුබුලක් වගේ. වතුර මතුපිට පාවී පාවී තියෙනවා මිස කීදා බසින්නගේ නැහැ. ඒ තමයි පිලාපන ලක්ෂණය නැතිනම් පොළො පතින ලක්ෂණය. අපිලාපන ලක්ෂණය කියන්නේ එහෙම නැතිව වැටුණු කැනම, වහාම එතැනම ගිලා බසින ගතිය. එතැනම නිමග්න වන ගතිය. එතැනින්ම ප්‍රවිෂ්ඨ වන-කීදා බසින ගතිය. ඒක පෙන්නන්නේ වතුරට දැමූ ගලක් වගේ කියලයි. යම් තැනකින් ද වතුරට වැටුණේ එතැනින්ම ගිලා බසිනවා. ප්‍රවිෂ්ඨ වෙනවා. කීදා බසිනවා. ආයෙක් මඟ නතර වන්නේ නැහැ. අතියටම බසිනවා. අපේ ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ මේක ගැන කියන කොට මතක් කරන්නේ, කොළ පතකට දැමූ ගිනිගත් යවටක් සේ ' කියලයි. මය අඟුගල කුණු දමන තැනෙක එකතු වෙලා තියෙන වේලිච්ච කොල ගොඩකට හොඳට රක්න වණි වන තෙක් රක්කළ යකඩයක් දැමීමෙන්, ආයෙ මඟ නතර විමක් නැහැ. දමපු තැනින්ම ප්‍රවිෂ්ඨ වෙලා අතියටම පිහිටි ගෙනම යනව. ඒක කොහෙන් මතු කරගත් උපමාවක් ද කියලානම් දන්නේ නැහැ. කොහොම වුනත් කාරණය පැහැදිලි කරන පුළුබ්. එහෙමත් නැත්නම් මඳක් රත් වෙච්ච පිහියකින් බටර් කැල්ලක් කපන කොට කපාගෙන බහිනව වගේ. හොඳට තැම්බුණු අල කැල්ලකට ගැරැප්පුවකින් අහින කොට කාගෙන බහින්න වගේ. ඒකෙ ලෙස්සලා යන ගතියක් නැහැ. මෙන්ම මේ ගතියට කියනව අපිලාපන ලක්ෂණය කියලා.

උපගණන ලක්ෂණය කියලත් සමහර තැන්වල දක්වල තියෙනවා. විශේෂයෙන් ම සතිය මනසිකාරයන් එක්ක ගලපන අවස්ථාවල. කොහොම නමුත් අටුවාව වඩාත්ම ප්‍රකටව දක්වන්නේ අපිලාපන ලක්ෂණය කියන එකයි.

භාවනා කරන කොට අරමුණට සිත යොමු කලාම ආයෙ ඒ පැත්ත මේ පැත්ත බැලීලක්, වට පිට බැලීලක්, නැවත හැරී බැලීමක් නැතිව කෙළින්ම අරමුණට යොමු වෙනවා. අරමුණට බසිනවා. ඒ නිසා යම් අවස්ථාවක සිත අරමුණට යොමු කළාම, අරමුණ තියෙද්දී ම සිත අන්ද මන්ද වෙනවා නම්, අරමුණේම තියෙනවද නැද්ද කියල කියගන්න බැරිනම්, නැරන්දෙනවා නම් ඒ-මේ අත, යෝගාවචරයා දැන ගන්න ඕන ඒක පොළො පනින ගතිය බව. ඒ කියන්නේ සතිය එළඹිල නැහැ හරි විදිහට. ඒ තත්ත්වය දුරු කළ යුතු දෙයක්. ගත යුතු පැත්ත නොවෙයි. ගත යුතු පැත්ත නම් මූල කමීස්ථානය වශයෙන් ආනාපානය අරමුණ වෙවා, උදරයේ පිම්බීම-හැකිළීම වෙවා, සක්මන් කරන විට වම - දකුණ වශයෙන් බලන අවස්ථාව වෙවා, යන-එන, කන-බොන, නවන-දිග හරින, අවස්ථාවක වෙවා අරමුණට සිත යෙදුවා නම් එම අරමුණේම සිත නිමග්න වීමයි. කීදා බැසීමයි. එහෙම නැතිව අරමුණට සිත යොමු කරද්දීම සිත වෙන වෙන දේවල් කල්පනා කරනවා නම්, හෙට කරන්න තියෙන දෙයක් හෝ වෙච්ච දේවල් ගැන කල්පනා කරනවා නම්, මේ වගේ 'වම තියන කොට වම කියලා මෙතෙහි කිරීමෙන් කොහෙමද නිවන් දකින්න පුළුවන් වෙන්නේ' කියල සැක හිතෙනවා නම් ඒක සතිය නෙවෙයි.

සතිපට්ඨානයේ යෙදෙන යෝගාවචරයාට මේක ලබන්න බැරි අවස්ථාවක් නොවෙයි. ලබන්න ඉතාමත් දුෂ්කර අවස්ථාවකුත් නොවෙයි. මේ සඳහා කල්තියා සුදානම් කරගෙන ඉන්න දෙයක් නැහැ. වෙනමම පාරමිතා පුරන්ත කියල දෙයක් නැහැ. නමුත් හරියටම සතිය කියන්නේ මොකක්ද කියලා කල්තියා දැනගෙන සිටීම නම් වැදගත් වෙනවා.

තමා සිත යොදන අරමුණ කුමක් හෝ වෙවා ඒ දේට කෙළින්ම සිත යෙදීම වැදගත්. එහෙම සිත එළඹ සිටිනවා නම් සරණ ලක්ෂණය කියන නැවත සිහිපත් කළ හැකි බව පිහිටනව. ඒක නැවත කියන්න පුළුවන් ගතියක් තියෙනව. මම සිත යෙදූ අරමුණ මේකයි. ඒකට සිත යෙදුවාම වැටහුනු දේ හෝ දුටු දේ මෙහෙමයි කියලා කියන්න පුළුවන්. අන්ද මන්ද භාවයක් ඇති වෙන්නේ නැහැ. හොඳට මතකේ හිටිනවා. මතක නැති වෙන බව ඇති අයට මේක හොඳ පිළියමක්. ඒ වාගේම හරියටම එල්ලයට විදින්න, වෙඩි තියන්න වගේ ශිල්පයක් ප්‍රභූණ කරන්න මේ තත්ත්වය බොහොම වැදගත්. ඒ වාගේම සුක්ෂම දෙයක් අදින්න, සැලසුම්

මේ කථා කරන්නේ අසවල් අරමුණ ගැනයි කියලා හරියට නිරවුල්ව කියා ගන්න බැරිනම් කමටහන් සුද්ධ කරදෙන්න අමාරුයි. අරමුණ මොකක්ද කියල කියන්නේ නැතිව සපයන විස්තර නිකන් වල්පල් කථාවක් වගේ. නිකන් කාලය නාස්ති වීමක් විතරයි. තමා මේ කරන කථාවෙ මාතෘකාව මොකක්ද කියල හරියට නොකියා කියන විස්තර උසාවියකට වැඩක් නැහැ. විද්‍යායතනායක පිළිගැනීමක් නැහැ. මේ නිසාම යෝගාවචරයා සාකච්චා කරන වෙලාවේදී, කමටහන් සුද්ධ කරන අවස්ථාවේදී තමාගේ කමටහන මොකක්ද කියලා එතන නිරවුල්ව කියන්න ඕනෙ. භාවනාවේදීත් ඒ සඳහා නිරවුල්ව මෙතෙහි කරන්න ඕනෙ. එහෙම නම් සතිය වැඩීමට උදව්වක් වෙනව.

මෙහෙම කමටහන නැත්නම් අරමුණ දැනගන්නට පස්සේ තමා ඒක මෙතෙහි කළා ද කියල කියන්න ඕනෙ. එහෙම මෙතෙහි කරන කොට මෙනවද වැටහුනේ. මොනවද දැක්කේ කියල කියන්න ඕනෙ. උදාහරණයක් විදියට කියනවා නම්:

උදරයේ පිම්බීම මතු වුනා පිම්බීම කියලා මෙතෙහි කළා.මට ඒක තදවීමක් , තෙරපීමක් ලෙසට වැටහුනා කියල කියනව. එහෙම කියනවා නම් හරියටම කියන කාරණය ප්‍රසිද්ධයි. නිරවුල්. ඇත්තටම පිම්බීම-හැකිළීම මෙතෙහි කළා කීවත් ඒක සත්‍යය නොවේ. ඒ මොකද පිම්බීම-හැකිළීම දෙක එකට එන්නේ නැහැ. ආනාපානය මෙතෙහි කළා කීවත් ඒ වැරද්දමයි. ප්‍රකෘතිය නම් ආශ්වාසය මතු වීමයි. ඒක 'ඇතුල්වීමක්' ලෙසට මෙතෙහි කළා. ඒක මට මුල-මැද-අග වශයෙන් වැටහුනා' කියනවා නම් එතන ගන්න දෙයක් තියෙනව. එහෙම පටන් ගැනීම නිරවුල් නම් ඉදිරි ගමන පහසුයි. නැත්නම් එන්න එන්න අවුල් වෙනව. දිග ගමනකට ඉදිරිපත් වෙන කොට ආරම්භය නිරවුල් වෙන්න ඕනෙ. නිරවුල් නැත්නම් එසේ පවතිද්දී කරන කථා, මාතෘකාවෙන් පිටට යොමු වූ කථා නිකන් කාලය නාස්ති කිරීමක් පමණක් බව සිතට ගන්න ඕනෙ.

එහෙම නැතිව භාවනා කරගෙන යන කොට පහසුවක් වැටහුනා. සිත නිදහස් වුනා. සැහැල්ලුවක් වැටහුනා ආදී ප්‍රකාශන කිසි ගොණුවක් දෙන්නේ නැහැ. සතියෙ වචනයකට වාතාවරණය සකස් වෙලා නැහැ. සතියේ පච්චුපට්ඨානය, සතිය වැටහෙන ආකාරය නෙවෙයි මෙනත තියෙන්නේ නොවැටහෙන ආකාරයක්. තමා සිත යොදා සිටින අරමුණ

සඳහා ආරම්භය මුණ බැලීමයි. ඒ වගේ තමයි අරමුණක් ඉදිරිපත් කර ගන්නහම ප්‍රථමයෙන් මුණ දීල බලන්න ඕන. පැත්තෙන් හෝ ඇද්ට බැලුවට හරි වැටහීමක් ලැබෙන්නේ නැහැ.

ඒ නිසා හොරු, දාමරිකයන් මුණ පෙන්න්නේ නැහැ. වැඩ කරන්නේම අඳුරේ. නැත්නම් මුණ බැඳගෙන. මේ වගේ තමයි රාගය, ද්වේශය, මෝහය ආදී කෙලෙස්. ඒව මතු වෙන්නේ අපිව මත් කරගෙන. වෙලාවක් ගත උනාට පස්සෙයි වැටහෙන්නේ දැන් මම ඉන්නේ අසඹලාගෙ පිට උඩ කියලා. ඒවා එනකොටම මුණ දීල දැක බලා ගත්තොත්, අඳුනා ගත්තොත් අපි ආරක්ෂයි. වෙනදේ ගැන, ආදීනව-අනිශංස ගැන වග කියන්න පුළුවන් එනකොටයි. ඒ නිසා කෙළින්ම මුණ බලන්න පුළුවන් වන එක ලොකු දක්ෂ කමක්. එක විදියක අහිත කමක්.

එදා විංචි මානවිකාව සම්ඥයන් වහන්සේ ධර්මදේශනා කරමින් සිටින ධම් ශාලාවට ඇවිල්ලා විශාල නිග්‍රහයක් කරන අදහසින් ස්ත්‍රී මායම් දක්වන වෙලාවේ විශාල සැලැස්මක් තිබුනා අහුන වෝද්‍යාවක් කරල පිරිස අතර නිග්‍රහ කරන්න. නමුත් සම්ඥයන් වහන්සේ කෙළින්ම මුණ දීල ඒ මානවිකාවට කථා කළා. 'සභෝදර්ශ, නුඹයි මමයි දක්නවා, ඔය කරන වෝද්‍යාවේ ඇත්ත මොකක්ද කියලා' ප්‍රකාශ කළා. ඒ ප්‍රකාශනයෙන් පස්සේ කාටවත් හිතාගන්න අමාරුයි මොකක්ද ර්ශාවට වෙන්වේ කියල. කෙනෙකුට හිතෙන්න පුළුවන් මේ කියන්නේ සම්ඥයන් වහන්සේ රහසින් වරදක් කරල ඒක පිළිගන්න කරපු කථාවක් කියල. නමුත් විංචිමානවිකාව දන්නව තමා ප්‍රයෝගයට ආවේ බවේ දර ගොඩක් බැඳ ගෙන බව. ඒ වගේම මේ ප්‍රකාශයෙන් දැන ගන්නවා සම්ඥයන් වහන්සේ මේක දැකලයි මේ කථා කරන්නේ කියල. ඉන් එහාට බොරු මායමින් වැඩක් නැති වෙනවා. ප්‍රෝඩාව එළි වුනා. කෙළින්ම මුණ දීමේ ආනිශංසය මේකයි.

ඒ වගේ තමයි සතිය පිහිටුවන අවස්ථාවේ අරමුණට කෙළින්ම මුණ දෙන්න ඕනෙ. ඒ සඳහා පොරුෂ්ඨවය තියෙන්න ඕනෙ. කොන්දක් තියෙන්න ඕනෙ. මුණ දෙන්න. එහෙම නැතිව සතිය වඩනව කියල නමුත් එන එන අරමුණට මුණ දෙන්නේ නැත්නම්, අරමුණු ඇවිල්ලා තිකන් මල්ලෙන් ගහල යනව නම් ඒ පුද්ගලයා කොතන ඉන්නවද කියල කාටවත් කියන්න බැහැ. මුණ දෙනව නම් දකින දේ තිරවුල් වෙනව කුම කුමයෙන්. භාවනා කරල කමටහන් පුද්ධ කරන අවස්ථාවේ තමා

කරන්න වගේ වැඩ වලදීත් මේ සතිය, විශේෂයෙන් ම දියුණු කරගත් සතිය වැදගත් වෙනවා. ඒ ඇත්තෝ මේකට සතිය කියල කියන්න දන්නේ නැහැ. නමුත් සතියකින් තොරව ඒ වාගේ දෙයක් කරන්න බැහැ. ඒ ඒ ශිල්පීන් ඒ ඒ විෂය සඳහා මේ ගුණය සීමා සහිතව දියුණු කර ගන්නවා. යෝගාවචරයා ඒ වගේ එක විෂයකට සීමා කරන්නේ නැහැ, හැම දෙයක් ගැනම සතිමත් වෙන්න කුමයෙන් පුරුදු වෙනවා.

මුල කම්ප්ථානය මෙහෙහි කරමින් පර්යංකයේ සිටින විට වේවා, සක්මන් කරන විට වේවා, ඒදිනෙදා කටයුතු කරන අවස්ථාවේදී වේවා පුළුවන් කරම සතියෙන්ම ගත කරන්න බලනව. එහෙම නැතිව ඒ අවස්ථාවල අනුන් සමඟ කථා කිරීම, දේශපාලන කථා, තීරණික කථා වැනි දේවල යෙදෙනවා නොවෙයි. මොකද? සතිපට්ඨානය ඉගෙන ගන්න කාලේ මේ වගේ දේවල යෙදුනොත් සතිය වැඩෙන්නේ නැහැ. ඒවයිත් සිත ඇවිස්සෙනව. වල්මත් වෙනවා. ඒ නිසා ඒවයිත් වෙන් වෙලා සතර සතිපට්ඨානයට අයිති කය පිළිබඳව වේවා, වේදනා පිළිබඳව වේවා, සිත පිළිබඳව වේවා, අනෙකුත් ධර්මානුපස්සනාවට ගැනෙන අරමුණක වේවා සිත පැවැත්විය යුතු වෙනවා. ඒ ඒ සතිපට්ඨාන අරමුණේ සිත පිහිටනවා නම් ඒක තමයි සතිය කියන්නේ. මේ කියන දේ කරන්න බැහැයි කියල දෙයක් , සුදුසු කමක් නැහැයි කියල, මේක තමාට ගැලපෙන්නේ නැහැ කියල කිසිම දෙයක් රහතන් වහන්සේට නැහැ. ඒක නිසා මුළු දවස පුරාම පවතින සතිය නිසා රහතන් වහන්සේ දැන ගන්නවා තමන් වහන්සේ ආසුවයන් ගෙන් තොරයි කියල.

සේඛ පුද්ගලයන්ට නැත්නම් සතිපට්ඨානය පුහුණු කරන ඇත්තන්ට එහෙම බලයක් නැහැ. ඒ ඇත්තන්ට වැටහෙනව අසවල් වැඩේ කරන කොට සතිය හොඳින් පිහිටනව. නමුත් අසවල් දේ කරන කොට සතිය දුර්වලයි කියල. සමහර දේවල් සතිපට්ඨානයට ඇතුලත් කරල බලන්න පුළුවන්, සමහර දේවල් තවම බැහැ. මේ නිසා වඩා හොඳින් භාවනා කරන්න කුම භොයනව. හොඳ ගුරුවරු භොයනව. හොඳ ස්ථාන භොයනව. ඒ මොකද සෑම තැනකදීම එකසේ සතිපට්ඨානය පවත්වන්න තවම විශ්වාසය මදි. නමුත් රහතන් වහන්සේට එහෙම තත්වයක් නැහැ. ඕනෑම තත්වයක් යටතේ සතිපට්ඨානය වඩන්න පුළුවන්. ඕනෑම අරමුණක් සතිපට්ඨානයට තාවන්ත පුළුවන්. ඒ නිසයි ඒ වහන්දැට රහත්

කියන්නේ. ඒකට පුදුස්සා. දක්ෂයා. මේන්න මේකට ඊටත් වඩා පුදුසු කමක් තියෙනවා නම් ඒ තමයි සඵඥයන් වහන්සේ. මෙන්න මේ සඵඥයන් වහන්සේටයි සාර්වත්ත ස්වාමීන් වහන්සේ සඳහන් කරන්නනේ.

‘පුනව පරං භනෙන ඛණාසවස්ස භික්ඛුතො චන්තාරො සතිපට්ඨානා භාවනා හොති සුභාවනා. ඉදමුපි භනෙන ඛණාසවස්ස භික්ඛුතො ඛලං හොති... කියලා. මෙන්න මේ භාවිත සතිපට්ඨානයයි රහතන් වහන්සේට බලයක් වන්නේ. සේඛ හෝ ඊට අඩු තත්වයේ කෙනෙකුට මේක නැහැ. සම්පුණ්ණ නැහැ. සතිපට්ඨානය අරමුණක ආධුනිකයාට ඒ තරම්වත් බලයක් නැහැ. අඩු ගානෙ සිත යොදන්නත් බැහැ අරමුණක දිගට. සිත හිටින්නේ නැහැ. මේ නිසා වෝදනා , යෝජනා බහුලයි. වඩා පහසු ප්‍රවිෂ්ඨයක් ආරම්භයක් ලබා ගන්න හොඳ අරමුණක්, ඉරියව්වක්, තැනක් වශයෙන් තිතරම සලකා බලන්න වෙනවා. සමහර විට දවසටම හරියන්ගේ එකම පර්යංකයයි. සමහර විටෙක එකම අරමුණයි. එකම ස්ථානයකදීදී හරියන්නේ. මුලදී ඒක ස්වභාවිකයි. ආරම්භයේදී එහෙම තමයි. වඩාත් ලේසි තැනින්, ප්‍රකට තැනින් ප්‍රවේශය ලබා ගන්නවා. දේශනා පාවිච්චියෙන් නොවෙයි, අධුරාවෙන් නොවෙයි. නමුත් විගුද්ධිමඟි මහා ටිකාටෙ සඳහන් වෙනවා ‘යථා පාකටං විපස්සනාභිනිවෙසො’ කියලා. ඒ කියන්නේ ප්‍රකට තැනින් පටන් ගෙන විපස්සනාවට ප්‍රවිෂ්ඨ වෙන්න කියන එකයි. පවණ අනුපට්ඨානනොනපි උපායෙන උපට්ඨපෙනවා... ඒ කියන්නේ, පසුව අප්‍රකට දෙවල් පවා උපාය ඥානයෙන් ප්‍රකට කරගෙන කටයුතු කිරීම විපස්සනාවේ ස්වභාවයයි. ප්‍රකට තැනින් ප්‍රවිෂ්ඨය, බැස ගැනීම ලබා ගත්තට පස්සේ ඒ වෙලාවට අප්‍රකට දේවල් නමුත් ක්‍රමයෙන් මතුකර ගනිමින් මතු වට දියුණු කරගන්නවා. එතෙන්දී සතිපට්ඨානය තුළින් සියල්ලම විසඳ කර ගන්න බලනවා. ඒ සඳහා ධර්මයට ඇමුම්කන් දෙනවා. ධර්ම සාකච්ඡා කරනවා. භාවනාවේදීත් වඩ වඩාත් ගැඹුරට සිත යොදවමින් බලනවා. මොනවද සතිපට්ඨාන සිතට අදාළ නොවෙන්නේ. නොගිණිය හැකි වන්නේ කියලා. නැවත නැවතත් බැලීම කෙරෙනවා. රහතන් වහන්සේට ඒක ඉඛේම සිද්ධ වෙනවා. රහතන් වහන්සේ ඉතාමත් ප්‍රකට දෙයින් ප්‍රවිෂ්ඨ වුනාට පස්සේ එයින් මතු වන සති සමාධිය තළින් මතු වන අරමුණු විභාග කරල බලනවා. හරියට වැටිම්ම එකාට ඇද ඇද ගහන්නා වගේ කිසිම ක්ලේශයකට ඉතිරි වෙන්න තියන්නේ නැහැ.

බැරි තරමට ප්‍රකටයි. මෙන්න මේ ප්‍රකට අවස්ථාවෙන් පටන් ගෙන, එතැනින් ප්‍රවිෂ්ඨ වෙලා දිගට දිගට සතියෙන් යුක්තව කරගෙන යනකොට එතරම්ම ප්‍රකටව නොතිබුන මැද අවස්ථාව, සමහර විටෙක ඊටත් වඩා සියුම් මුල් අවස්ථාව ආදී මුලින් අප්‍රකට අවස්ථාවල් කරා අවධානය දියුණු වෙනවා. ආනාපානයේත් ඒ වාගේම ඒ කියන්නේ ආශ්වාසයේ මුල-අග කියන මුලින් අප්‍රකටව පැවති. අවස්ථාවලින් ක්‍රමයෙන් වැටහෙන්න ගන්නව සතිය දියුණු වෙනකොට. මුලින්ම පේන්නේ සම්පුණ්ණ එකක් නෙවෙයි. විසයාභිමුඛභාව කියලා කියන්නේ අරමුණට මුණට මුණලා කියන මේ අවස්ථාවයි. මුලින් මුලින් පේන්නේ හරියට අරමුණ පැත්තකින් ඉඳගෙන බලනව වගේ. පැත්තයි, ප්‍රකට පැත්ත පමණයි පේන්නේ. ක්‍රමයෙන් මුල-මැද-අග යන සියල්ලම පේන කොට තමයි හරියටම මුණට මුණලා පේන්නේ. එතකොට තමයි ඇත්තටම මොකක්ද කියලා හරියට අඳුනා ගන්න පුළුවන් වන්නේ. මේක සිද්ධ වන්නේ වෙලාවක් භාවනා කරගෙන යන කොටයි. සිත භාවිත තත්ත්වයට ක්‍රමයෙන් පත් උනාට පස්සෙයි.

මේ විසයාභිමුඛභාව කියන එකේ තවත් තේරුමක් මතු කර ගන්න පුළුවන්. අපි යම්කිසි පුද්ගලයෙක් ඉස්සෙල්ලාම දකින වෙලාවක, හඳුනා ගන්න වෙලාවක ඉස්සෙල්ලාම බලාගන්නේ මුණ. මුණ තමයි කෙනෙකුගේ හිත නැත්නම් චරිතය පිළිඹිබු කරන කැඩපත. මුණ දකින්නේ නැතිව අනෙකුත් ශරීර කොටස් ප්‍රමාණයක් දැක්කට කෙනෙක් ප්‍රමාණ කරගන්න ලැබෙන්නේ නැහැ. ඇස් දෙක බැඳ ගත්ත කෙනෙක් අඳුනා ගන්න අමාරුයි. ඒකනේ හොරු, දාමරිකයන්, දාමරික කම් කරන්න එතකොට ඇස් බැඳගෙන එන්නේ. අඳුනා ගන්න බැරි වෙන්න. අභිමුඛ භාව කියලා කියන්නේ මුණ බලනව කියන එකයි. අමුත්තාගේ ඉතාමත් සුළු ප්‍රමාණයක් දෙස ටික වෙලාවක් බලල නමුත් වැඩිම විස්තර ප්‍රමාණයක් දැන ගන්න පුළුවන් වන්නේ මුණ දිහා බලලයි. නැත්නම් ඇස්දෙක. මුණ දිහාම බලාගෙන ඉඳල එහි විස්තර බලාගන්නට පස්සේ, සිතේ ස්වභාවය තමයි ඉතිරි විස්තර සඳහා ඉතිරි ශරීර කොටස් බලන එක. හැරෙන හැටි, යන හැටි, එන හැටි, බලන හැටි, උස කෙනෙක්ද, ප්‍රිය මනාපද, නැද්ද, කියල බලනවා. මෙහෙම ටිකෙන් ටික බලාගන්න කෙනෙකුට ඒ පුද්ගලයා පිළිබඳව හොඳ මතකයක් හිතේ රැඳෙනවා. ඒ

ආකාරය. මේකට උපමාවක් දක්වනවා නම්: අපි දන්නවා පොඩි ළමයි ඉන්න රෙදරකට අමුත්තෙක් ආවාම ඒ පොඩි ළමයි කෝළ වෙනවා. ගේ පිටි පස්ස දිනාවට යනවා. හිහිත් තමුත් දෙර රෙද්දෙන් එබ්ල බලනවා කුතුහලයට. තව විකකිත් බාගෙයක් විතර දොර රෙද්දෙන් මැත් වෙලා බලනවා. එතකොට අමුත්තෙක් 'එන්න බබා කියල කථා කලොත් උප්පා වෙලා ආයෙත් දුවනවා ගේ ඇතුලට. එහෙම නැතිව අමුත්තෝ තම තමන්ගේ වැඩ කරගෙන යනවා නම් පොඩි ඇත්තො හෙමිහිට හෙමිහිට කිට්ටු කරනවා. කිට්ටු කරල දන්නේම නැතිව අමුත්තන්ගෙ ඔඩොක්කුවට ඇවිත් වාඩිවෙන තරමට මුණ දෙනවා. කෝළ ගති නැතිව යනවා. සබකෝළය නැතිව යනවා කුමයෙන්. කථා කරන්නත් පටන් ගන්නවා. ඇවිත් සිංදුත් කියනවා.

ඒ වාගෙ තමයි අරමුණට මුලින් මුලින් සතිය යොදන කොට ඒක සම්පූර්ණයෙන් ම ආශ්‍රය කරන්නා ලැබෙන්නේ නැහැ. යාන්තමට අරමුණේ තියෙනවා නැති කරමටයි පටන් ගන්නේ. කුමයෙන් අරමුණ පුරුදු වෙලා විස්තර විභාග වැටහෙමින් හිහිල්ලා කෙළින්ම මුණට මුණදාල හිටින කොට ඒක යෝග්‍යවරයට හොඳට වැටහෙනවා. සතිය තියෙන අවස්ථාව, එළඹ සිටී අවස්ථාව වැටහෙන්නේ එහෙමයි.

ආනාපානායෙන් උදාහරණයක් දක්වන්නෝ: යෝගාවචරයා ආශ්වාසයට සිත යොදනවා. මුලින් පේන්නේ ඒ ආශ්වාසයේ ඉතාමත් ප්‍රකට ගොරෙහු දේවල්. තාස් පුඩු පිරිගෙන නාසික අග හෝ උඩුතොලේ ඇතිල්ලීගෙන යන හැටි. ඒකෙන් ආශ්වාසයේ මැද පමණක් වෙනත් ප්‍රථමන්. අනෙක් අවස්ථා දැනෙන්නේ-වැටහෙන්නෙ නැහැ. ඊළඟට ප්‍රශ්වාසය. ඒකත් ඒ වගේ, මුලින් මුලින් ගොරෙහු මිළාරික කොටස් පමණයි වැටහෙන්නේ. ආරම්භයට නම් ඒත් ඇති. මුළු ක්‍රියාවලියේ එක මොහොතක හෝ සිත පිහිටනවා. ඒක වටහා ගන්නවා. මේ සඳහායි මෙතෙහි කරන්න කියලා කියන්නේ.

ආශ්වාස-ප්‍රශ්වාසයේ නම් වඩාත් ප්‍රකට අවස්ථාව වන්නේ එහි මැදයි. පිම්බීම-හැකිළීම සැලකීමේදී එහි වඩාත් ප්‍රකට අවස්ථාව වන්නේ මැද නොවෙයි. වඩාත් ප්‍රකට පිම්බීම අවසානයයි. හැකිළීමේ නම් ආරම්භයයි. මේ නිසා පිම්බීමේ අවසානය හා හැකිළීමේ ආරම්භය කියන ළඟ ළඟ තියෙන මේ අවස්ථා දෙක කිසිම කෙනෙකුට අප්‍රකටයි කියල කියන්න

සතිපට්ඨානයට ජය ගන්න බැරි ක්ලේශයක් නැහැ. ඒ බව තහවුරු වන තෙක් අරමුණක සෑම මුණකක් ම මතුකරමින් මතුකරමින් බලනවා. හරියට උපමාවක් අනුව කියනවා නම් වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය ප්‍රගුණ කළ පීචක වෙද මහත්තයා කැලේට හිහිත් දවස් හතක් හොයා ඇවිද්ද මෙනවද බේකට නොගන්න දෙයක් තියෙන්නේ කියලා. දවස් හතක් හොයලත් බැරි වුනා බේකට නොගන්නා එකම පැලැටියක් හොයාගන්න.

සතිපට්ඨානය ගැන තාහපු කෙනෙක් ගැන හරි සතිපට්ඨානය ගැන අහල ඒකට සිත නොයොදපු කෙනෙක් ගැන හිතුවොත් ඒ ඇත්තට හරිම ප්‍රශ්නය වන්නේ මේකෙ ආරම්භය දැනගන්න. කොතනින් පටන් ගන්නද කියල තෝර බේර ගන්න. එවන් කෙනෙකු හිතන්නේ සතිපට්ඨානයට ඇතුල් වන දේවල් ටිකයි. අහු නොවන දේවල් බෝහොමයි කියලයි. මේක තමයි පෘතඤ්ඡන ලෝකෙයි, රහත් ලෝකෙයි අතර තියෙන එක වෙනසක් වෙන්නේ.

ඒ අනුව සතිපට්ඨානය ගැන නැත්නම් සතිය ගැන කථා කරන කොට අඩු තරමින් මුල ධර්ම වශයෙන් පිළිගන්න වෙනවා මේකට අයිති නැති දෙයක් කියල දෙයක් මේ ලෝකේ නැහැ. සතිපට්ඨානයට අයිති නැති දෙයක් ලෝකෙ ආහැ. එහෙම දෙයක් තියෙනවා නම් ඉතින් මැටුම්කාර දෙවියන් වහන්සේ කෙනෙක් ගැන තියෙන විශ්වාසය වගේ එකක් තමයි. නැත්නම් මෙහි බුදුරජාණන් වහන්සේ දකින්න තියෙන ආසාව වගේ එකක් තමයි. ඉන් මෙපිට කිසිම දෙයක් නැහැ භාවනාවට අදාල වෙන්නේ නැති. ඒ නිසා භාවනාවට ගැනෙන්නේ නැති වැටෙන්නේ නැති දේ මොකක්ද කියල ඇහුවොත් කියාගන්න දෙයක් නැහැ. සමථ භාවනාව ගැන ඇහුවොත් නම් සම සතලීස් කම්ප්ථාන වලින් පිටස්තර දේවල් කියල උත්තර දෙන්න ප්‍රථමන්. තමුත් විපස්සනාවට හැම එකක්ම අරමුණක් පමණයි.

දැන් ඔය බුරුම භාවනාව කියන පිම්බීම-හැකිළීම භාවනා ක්‍රමය හඳුන්වා දුන් කාලේ ලංකාවේ විතරක් නොවේ බුරුම රටේ පවා හරියට වෝදනා පැන නැග්ගා. මේ සඵලයන් වහන්සේ හඳුන්වා නුදුන් දෙයක් අරමුණු කරනවා කියල. තමුත් පිම්බීම-හැකිළීම වගේ දෙයක් නොවෙයි. ජුත්‍ර පිටකයේ දැක්වෙන කථා-නිදර්ශන අනුව බලන කොට පේනවා ගන්න බැහැයි කියල දෙයක් නැහැ. ඕනම අරමුණක් විපස්සනාවට

ගොදුරු කරගන්න පුළුවන්. නමුත් ඒ ශක්තිය තියෙන්නේ රහතන් වහන්සේටයි. ආටුනිකයට බැහැ. එම නිසා ආටුනිකය පහසු තැනකින් බැස ගන්නා නම්, ප්‍රවිෂ්ඨය ලබා ගන්නා නම් එතැන් පටන් ඒක පුළුල් කිරීමේ වැඩ පිළිවෙලක යෙදෙනවා. සූත්‍ර පිටකයේ සඳහන් වෙන ආකාරයට දක්වනවා නම් ආසෙවෙති භාවෙති බහුලිකරොත කියලයි දක්වන්න තියෙන්නේ. ආසෙවෙති කියන්නේ ප්‍රථමයෙන් ආශ්‍රය කරල බලනව ලේසීම එක. ඒ තුලින් ප්‍රවිෂ්ඨය ලබාගත්තට පස්සේ, දෙවනුව ඒකම භාවිතා කරල බලනව නැවත - නැවත වඩනව. භාවෙති. ඊළඟට බහුලී කරෙති. බහුලීකෘත කරනව. බොහෝ කොට සිත යොදා බලනව. නොදැක්ක දෙයක් නැහැයි කියන මට්ටම එතෙක්, අදුරු ප්‍රදේශයක් නැහැයි කියන මට්ටම තෙක් වඩනව. එතෙක් ඉවර කරන්නේ නැහැ.

සති සම්බෝජ්ඣන භද්‍රන්වා දෙන තැන දේශනා කරන්නේ, 'සති සම්බෝජ්ඣනෙ ඛො කසසප මයා සමම දක්ඛානො භාවිතො බහුලීකතො...කියලයි. තමන් වහන්සේ විසින් වඩන ලද, ඉතිරියක් නොතබා වඩන ලද මේ සති බෝධි අංගය මතා කොට පෙන්වාදෙන ලද බවයි. ඒක මතක් කරන කොට මහා කාශ්‍යප මහ රහතන් වහන්සේගේ ලෙඩ සුව වෙනවා. සඵඤ්ජයන් වහන්සේගේ ලෙඩ සුව වෙනවා. අපෙන් ලෙඩ සුව වෙනවා. ඒ මොකද ඒක මතක් වෙන කොට හැකි සඤ්ජාව පහළ වෙනවා. හැකි සඤ්ජාව පහළ වුනාම ලෙඩ කියන දේවල් පුටි වෙනවා. එහෙම නැතිනම් ලෙඩ රෝග ලොකු වෙනවා. සතිපට්ඨාන ය පුටි වෙනවා. මේ ලෙඩ රෝග සුව වෙනකල් බලා ඉන්නවා සතිපට්ඨාන ය වඩන්න. ඒ නිසා මේ සතිගේ මූලික ලක්ෂණය දැන ගන්න මුනෙ අපිලාපනය වශයෙන්. ඒ කියන්නේ අරමුණට සෘජුව ප්‍රවිෂ්ඨ වීම. මැටි ගොඩකට දැමූ යකඩ ගුලියක් වගේ. සහතිකව එල්ල වීම.

මේ විදියට අරමුණට සතිය එල්ල වුනා නම් එයින් කරදෙන කෘත්‍යය වශයෙන් දක්වන්නේ අසම්පූර්ණතාව කියලයි. අසම්පූර්ණ රසා. සිත මෝහනය කරවන අවුල් කරවන ගතිය දුරු කරනව. සිතට මතක් කරල දෙනව පටලාවිල්ලකින් තොරව අරමුණ මේකයි කියලා. සිහිමුලා කරවන ගතිය නැහැ. මේ බව ඉස්සෙල්ලාම වැටහෙන්නේ යොගාවචරයාටමයි. මම ආශ්වාස කරන කොට ඇතුල්වන හුස්ම ධල්ලේ සතිය පිහිටියා නම් කලකොල භාවයකින් තොරව හුස්මධල්ල වැටහෙනව. ඇතුල් වෙනවා

කියල. ඊළඟට මේ ආශ්වාසය ක්‍රමයෙන් තතර වෙලා ප්‍රශ්වාසයට හැරෙනව. ඒත් එක්කම ඒකට සතිය යොදනව. එහි සිත පිහිටනව. නැවතත් ආශ්වාසය. නැවතත් ප්‍රශ්වාසය. මේ විධියට මාරුවෙමින් සම්පූර්ණයෙන් එකිනෙකට ප්‍රති විරුද්ධ ක්‍රියා වල දෙකක පිහිටි සතිය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් තැන්පත් වෙන්න පටන් ගන්නව. ආරම්භයේදී සිතේ සැලෙන ගති පවතිනව. නමුත් ටිකෙන් ටික තැන්පත් වෙන්න පටන් ගන්නව. එහිම සිත පිහිටන නිසා ඒක ගැන වැටහීම පිරිසිදු වෙනව. එතෙක්ද එකවරකට එකයි දන්නේ නමුත් ඒක හොඳට දන්නව.

පිම්බීම-හැකිලීම අරමුණු කරන කොට පිම්බීමක්-හැකිලීමක් පාසා සතිය පිහිටන කොට එහි සිත තැන්පත් වන බවක් පේනව. පිම්බීමේ විස්තර, හැකිලීමේ විස්තර සමහර විටෙක ඒ දෙක අතර මැද කොටස පිළිබඳව විස්තර සමඟ පෙන්වා පටන් ගන්නව. පිම්බීමේ මුල-මැද-අග වශයෙන් පේන්න පටන් ගන්නව. මේවා දකින හිතේ තහවුරු බවක්, තැන්පත් බවක් නිස්කාන්තුවක් දැනෙන්න පටන් ගන්නව. එහෙම සතිය වැටෙන කොට මුලින් යාන්තම් ආශ්‍රයකින් පටන් ගෙන ක්‍රමයෙන් වඩ වඩා සමීප ඇසුරකට පත් වෙන හැටි විනාශයකින් විනාශයකට දියුණු වන හැටි, වඩ වඩා විස්තර ප්‍රකට වන හැටි පේනව තමාටම. මේ දියුණුව සිද්ධ වෙන්නේ සතිය අඛණ්ඩව දිගට පැවතුනොත් වීතරයි. නමුත් ආටුනික සිතේ සතිය නිතර නිතර බාධා වෙනව, නීරවණ බාධාව නිසා. අරමුණෙන් සිත පිට යනවා. එහෙම වුනොත් නිතර නිතර යෝගාවචරයාටම සැක හිතෙනව තමාගේ භාවනාව ගැන. සති සම්පූර්ණය පහළ වෙනව. මෙන්න මේ සම්පූර්ණය හෙවත් අන්ද මන්ද බව පහළ නොවීම පිණිස එකම අරමුණකම සිත පැවැත්වීම වැදගත්. එතකොට සම්පූර්ණයට ඉඩක් නැහැ. අසම්පූර්ණය, සිහි මුලා බවක් නැතිව දිනින් දිගට සිත අරමුණේම පවතිනවා නම් සතිය අඛණ්ඩ නම් ඉතාමත් දුහුසුළුව වෙනස් වන අරමුණේ සමීප දූෂණයක් යෝගා වචරයාට නොබො කලකින් දැක ගන්න පුළුවන් වෙනව.

මේ විදියට සතිය තමාට කරදෙන කෘත්‍යය වන්නේ අසම්පූර්ණයයි. කලකොල නෙවන සුළු තත්වයකුයි. මේ නිසා යෝගාවචරයා දැන ගන්නවා, වටහා ගන්නවා කෙළින්ම අරමුණට මුණට මුණලා සිටින තත්වය. මේක තමයි සතිගේ පවුළුපට්ඨානය. ඒ කියන්නේ වැටහෙන