

ධාතුමනසිකාරය

සම්පාදක

සුභ ජිප්පිටිගොඩ සෝමඤානික ස්වාමීන් වහන්සේ

පළමු මුද්‍රණය : වෙසක්/2550 (2006 මැයි)
දෙවන මුද්‍රණය : නිකිණි/2550 (2006 අගෝස්තු)

Copyright © Ven. Dippitigoda Somashantha & Sri Saddharma Sansadaya.

ප්‍රකාශනය
ශ්‍රී සද්ධර්ම සංසදය
ධම්මාරාම යෝගාශ්‍රමය

විමසීම:- 072 - 4102400
වෙබ් අඩවිය: www.sadaham.eartefacts.com

ධර්ම දනය
ගම්පහ, හංසගිරි පාරේ, පිංචන් අකිල ජයතිලක කරුණ උපාසක මහතා,
හේරත් බණ්ඩාර උපාසක මහතා සහ
පුණ්‍ය ශ්‍රී තුෂන්ත කරුණ උපාසක මහතා.

පිටු සැකසීම හා මුද්‍රණය
e-Artefacts Technologies
305/5, Hansagiri Road, Gampaha.
Tel: 072-4102400, 077-3021777
Web: www.eartefacts.com

පෙරවදන

තුන්ලෝකාග්‍ර වූ භාග්‍යවත් බුදුපියාණන් වහන්සේ තමන් වහන්සේ පිළිබඳ ව මෙසේ වදාළ සේක.

“අභිඤ්ඤායං අභිඤ්ඤානං
භාවේතබ්බඤ්ච භාවිතං,
පභාතබ්බං පභීතං මේ
තස්මා බුද්ධෝස්මි බ්‍රාහ්මණ.”

“බමුණ, තථාගතයන් වහන්සේ විශේෂ නුවණින් අවබෝධ කළ යුතු සියල්ල අවබෝධ කර ගත් සේක. වැඩිය යුතු මාර්ග ධර්ම සියල්ල වැඩූ සේක. දුරු කළ යුතු සියලු කෙලෙස් දුරු කළ සේක. එබැවින් තථාගතයන් වහන්සේ බුද්ධ නම් වන සේක.”

මෙලෙස චතුරාර්ය සත්‍යය තමන් වහන්සේගේ ම නුවණින් අවබෝධ කර ගත් බුදුරජාණන් වහන්සේ දැකින් මිදීමේ මග (දුක්ඛනිරෝධගාමිනීපට්ඨපද) අංග අටකින් යුක්ත කොට දේශනා කළ සේක. එම අංග අට අතරින්, හත්වැනි අංගය වන්නේ සම්මාසතිය හෙවත් නිවැරදි සිහිය යි. නිවන් අවබෝධ කරනු පිණිස පුහුණු කළ යුතු නිවැරදි සිහිය - සම්මාසතිය යි. ඒ සඳහා කළ යුතු වන්නේ සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම යි. කායානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානුපස්සනා වශයෙන් සතිපට්ඨානය සිවුවැදැරුම් වේ.

කායානුපස්සනා සතිපට්ඨානයෙන් පැහැදිලි කෙරෙන්නේ කය අනු ව නුවණින් දකිමින් සිහිය පිහිටුවා ගන්නා ආකාරය යි. කය අනු ව නුවණින් දකිමින් සිහිය පිහිටුවා ගන්නා ක්‍රම දහතරක් කායානුපස්සනාව යටතේ දේශනා කොට ඇත. ධාතුමනසිකාරය ඉන් පස්වැන්න යි. තමාගේ රූප කය සෑදී තිබෙන පට්ඨ, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන සතර මහාධාතූන් අනු ව නුවණින් සැලකීම, ධාතුමනසිකාර භාවනාව යි. සතර මහාධාතූන් පරමාර්ථ ධර්ම ගණයට අයත් වන නිසාත් ධර්ම ගම්භීරතාවය නිසාත් ධාතුමනසිකාර භාවනාවෙන් ලැබිය හැක්කේ උපචාර සමාධිය පමණි. එම උපචාර සමාධිය පාදක කර ගෙන රූප - නාම ධර්ම විදර්ශනාවට නංවා බලන යෝගාවචරයට එමගින් මාර්ග - ඵල - නිර්වාණාවබෝධය සුවසේ ලැබිය හැකි ය. එනිසා ධාතුමනසිකාර භාවනාව වනාහි නිර්වාණාවබෝධයට මහෝපකාරීවන බොහෝ ආනිශංස ගෙන දෙන භාවනාවකි.

පූජ්‍ය දිප්පිටිගොඩ සෝමඤාන්ත ස්වාමීන් වහන්සේ, සූත්‍ර දේශනා පාදක කර ගනිමින් ධාතුමනසිකාර භාවනාව පිළිබඳ මූලික, වටිනා හැඳින්වීමක් මෙම කුඩා ධර්ම ග්‍රන්ථයෙන් ඉදිරිපත් කර ඇත. මේ අනු ව ධාතුමනසිකාර භාවනාව වැඩීමට යොමුවන යෝගාවචර පින්වතුන් ධාතුමනසිකාර භාවනාව පිළිබඳ ව විසුද්ධිමග්ග ග්‍රන්ථයෙහි සඳහන් වන සසම්භාරසඞ්ඛේප, සසම්භාරවිහත්ති, සලක්ඛණසඞ්ඛේප, සලක්ඛණවිහත්ති ආදී අවශේෂ විස්තර විභාග ද දැන ගනිමින් ගුරු ඇසුර ද ලබමින් ධාතුමනසිකාර භාවනාව සම්පූර්ණ කර ගැනීමට අදිටන් කර ගත යුතු ය.

ධාතුමනසිකාර භාවනාව පිළිබඳ මෙම ග්‍රන්ථය සැකසූ පූජ්‍ය දිප්පිටිගොඩ සෝමඤාන්ත ස්වාමීන් වහන්සේට ධර්මඥාන, භාවනාඥාන සම්පූර්ණ කර ගෙන චතුරාර්ය සත්‍යය වහා අවබෝධ කර ගැනීමට මෙම ධර්ම දනමය කුසලය හේතු වාසනා වේවා.

ශ්‍රී සද්ධර්ම සංසදය වෙනුවෙන් මෙම ධර්ම ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කර වූ ගම්පහ, හංසගිරි පාරේ පිංවත් අකිල ජයතිලක තරුණ උපාසක මහතාටත් පිංවත් පුණ්‍ය ශ්‍රී කුෂන්ත තරුණ උපාසක මහතාටත් හේරත් බණ්ඩාර උපාසක මහතාටත් සදේවක ලෝකයාටත් මෙම ධර්ම දනමය කුසල බලයෙන් චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ කර ගනිමින් නො පමා ව නිවන් සුව සාක්‍ෂාත් කර ගන්නට ලැබේවා.

මෙයට,
සසුන් ලැදි,

පූජ්‍ය නාවල ධම්මානන්ද හිමි.
(ශ්‍රී සද්ධර්ම සංසදය)
ධම්මාරාම යෝගාග්‍රමය,

පුණ්‍යානුමෝදනාව

මෙම ධර්ම පුස්තකය සම්පාදනය කිරීමෙන් අප ජනිත කර ගත් සියලු කුසල් බලයෙන්, උතුම් ශාසනික පැවිදි උපසම්පදාව ලබා දී ධර්මය පිළිබඳ ව මතුවන ගැටළු නිරාකරණය කර දෙමින්, නිවැරදි දහම් මග පෙන්වා දෙන ගුරුදේව නායක මාහිමිපාණන් වහන්සේට විංශත් ශතවර්ෂාධික කාලයක් ආයුරාරෝග්‍ය ශ්‍රී සම්පත් සැලසේවා! ප්‍රාර්ථනීය බෝධියකින් අමා නිවන් සුව සැලසේවා!

හැඳූ වැඩු මවුපිය දෙදෙනා වහන්සේට ද ඇපඋපස්ථාන කරන දයක සැමට ද මෙම ධර්මදනමය පුණ්‍යකර්මය සිදු කරන ඉංගිරිය, ඇලබඩ පාරේ රොහාන් වමින්ද අතුකෝරළ තරුණ මහත්මා ඇතුළු පුණ්‍යකර්මයට සහභාගි වූ සෑම සියලු දෙනාට ම ද මෙම පුණ්‍ය ධර්මයන්ගේ ආනුභාවයෙන් ආයුරාරෝග්‍ය සම්පත්, චිර ජීවනය සැලසේවා! ධර්ම ඥානය දියුණු වේවා! උතුම් නිවනින් සැනසෙත්වා!

සාධු ! සාධු !! සාධු !!!

පූජ්‍ය දිප්පිටිගොඩ සෝමශාන්ත ස්වාමීන් වහන්සේ
මඩකඩ අරණ්‍ය සේනාසනය,
2006-04-30

ධාතුමනසිකාරය

දේශනා පාළිය-

පුනවපරං භික්ඛවේ, භික්ඛු ඉමමේව කායං යථා ධීනං, යථා පණ්ණිනං, ධාතුසෝ පච්චවෙක්ඛති, අපටී ඉමස්මීං කායේ පඨවීධාතු, ආපෝධාතු, තේජෝධාතු, වායෝධාතු'ති.



'ධාතු' නම්, මූලික ස්වභාවය යි. මනසිකාරය නම් මෙනෙහි කිරීම යි. මෙහි මූලික ස්වභාවය යනු,

1. සත්ත්වයෙක් නො වූ
2. පුද්ගලයෙක් නො වූ
3. ආත්මයක් නො වූ, ධර්ම යනු යි.

සත්ත්ව, පුද්ගල, ආත්මභාවයෙන් තොර වූ ස්වභාවය මෙනෙහි කිරීම හෙවත් සිහිකිරීම 'ධාතුමනසිකාරය' නම් වේ. (හේතු ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හට නො ගත්, සකස් නො කළ යන අර්ථයෙන් අසංඛක ධාතුව හෙවත් නිර්වාණය ද 'ධාතු' නාමයෙන් හැඳින්වේ.) මෙහි දී 'ධාතු' වශයෙන් ගැනෙන්නේ රූපයේ පැවැත්ම සඳහා මුල් වූ ධාතු කොටස් **04** ය.

1. පඨවීධාතු
2. ආපෝධාතු
3. තේජෝධාතු
4. වායෝධාතු

චතුරාර්ය සත්‍ය ධර්මය පිළිබඳ අනවබෝධය හෙවත් අවිද්‍යාව පදනම් කර ගෙන ය, මේ සංසාර ගමන මුළුමනින් ම සකස් වී ඇත්තේ. යථාර්ථය අවබෝධ කර ගැනීම යනු, අනවබෝධයෙන් මිදී විද්‍යාව පහළ කර ගැනීම යි. ශ්‍රී සද්ධර්මයෙන් සිදු කරනු ලබන්නේ එම කරුණ යි.

සතර මහාධාතූන්ගේ යථාස්වභාවය දැන ගැනීම, සද්ධර්මාවබෝධය පිණිස මහත් සේ උපකාරී වන බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙසේ වදාළ සේක.

“මහණෙනි, පඨවීධාතුව අනිත්‍ය ය. විපරිනාමයට පත් වේ. වෙනස් වී යන ධර්මතාවයකි. ආපෝධාතුව ද තේජෝධාතුව ද වායෝධාතුව ද අනිත්‍ය ය. විපරිනාමයට පත් වේ. වෙනස් වී යන ධර්මතාවයකි.

“මහණෙනි, යම් කෙනෙක්, සතර මහාධාතූන් කෙරෙහි දක්නට ලැබෙන මෙම ධර්මතාවය ඒ ආකාරයෙන් ම අවබෝධ ඥානයෙන් දැන ගනී ද දැක ගනී ද ඔහු නිවන අවබෝධ කර ගනී.”

(ධාතු සූත්‍රය - සං.නී.)

01 පයවිධාතුව

සතර මහාධාතුවන් පහසුවෙන් තේරුම් ගත හැකි ක්‍රමයක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළ සේක. එය මජ්ඣිම නිකායේ “ධාතුවිභංග” සූත්‍රයෙහි මෙසේ සඳහන් වේ.

“මහණෙනි, කුමක් ද මේ පයවිධාතුව? මේ පයවිධාතුව තමා තුළ ද තිබේ. තමාගෙන් බාහිර ව ද තිබේ.

තමා තුළ තිබෙන පයවිධාතුව කුමක් ද?

එනම්, තමා තුළ තමාගේ යැ’ යි සලකනු ලබන මේ කයෙහි ඇති තද ගතියෙන්, ගොරෝසු ගතියෙන් යුතු වූ (කකුළු, බර්ගතං උපාදින්නං) ස්වභාවය යි.”
ප්‍රධාන වශයෙන් පයවිධාතුව කොටස් 20 කි.

- | | |
|---------------------------|------------------------------|
| 1. කෙස් (කේසා) | 11. හෘදමාංගය (හදයං) |
| 2. ලොම් (ලෝමා) | 12. අක්මාව (යකනං) |
| 3. නිය (නබා) | 13. දලබ්බිවිය (කිලෝමකං) |
| 4. දත් (දන්තා) | 14. බඩදිව (පිහකං) |
| 5. සම (නවෝ) | 15. පෙනහලු (පප්ඵාසං) |
| 6. මස් (මංසං) | 16. බඩවැල (අන්තං) |
| 7. නහර (නහාරු) | 17. බඩවැල් බැඳුම් (අන්තගුණං) |
| 8. ඇට (අට්ඨි) | 18. නො දිර වූ ආහාර (උදරියං) |
| 9. ඇටමිදුලු (අට්ඨිමිඤ්ජා) | 19. අශුවි (කර්මයං) |
| 10. වකුගඩු (වක්කං) | 20. හිස්මොළය (මඤ්චුඛිගං) |

“මහණෙනි, මෙය ආධ්‍යාත්මික පයවිධාතුව ය. තව ද තමාගේ යැ’ යි සලකනු ලබන මේ කයෙහි ම තද ගතියෙන්, ගොරෝසුගතියෙන් යුතු වෙනත් යමක් ඇත්තේ ද එයත් පයවිධාතුව ම ය. යම්කිසි ආධ්‍යාත්මික පයවිධාතුවක් ඇත්තේ ද යම් බාහිර පයවිධාතුවක් ඇත්තේ ද ඒ සියල්ල පයවිධාතුව ම ය.”

මේ පයවිධාතුව ‘මම නො වෙමි, මාගේ නො වේ, මාගේ ආත්මය නො වේ යැ’ යි මනා ලෙස අවබෝධ ඥානය තුළින් වටහා ගත යුතු යි. මෙසේ ඇතිවන අවබෝධ ඥානය තුළින් පයවිධාතුව කෙරෙහි කලකිරෙයි. පයවිධාතුව කෙරෙහි සිත නො ඇලෙයි.

මෙලෙස ධාතුවිභංගය වඩන යෝග්‍යවචරයා එම පයවිධාතුව කොටස් ශරීරයේ පිහිටා තිබෙන ස්ථාන, පිහිටා තිබෙන ආකාරය ආදිය නුවණින් දකිමින් භාවනා වැඩිය යුතු ය.

02 ආපෝධාතුව

“මහණෙනි, කුමක් ද මේ ආපෝධාතුව? මේ ආපෝධාතුව තමා තුළ ද තිබේ. තමාගෙන් බාහිර ව ද තිබේ.

තමා තුළ තිබෙන ආපෝධාතුව කුමක් ද?

තමා තුළ, තමාගේ යැ’ යි සලකනු ලබන මේ කයෙහි වැගිරෙන සුලු, එකට බැඳ තබන සුලු, තරලමය ස්වභාවයෙන් යුතු වූ (ආපං, ආපෝගතං උපාදින්නං) යමක් ඇත්තේ ද ඒ ආපෝධාතුව යි.”

ප්‍රධාන වශයෙන් ආපෝධාතුව කොටස් 12 කි.

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 1. පිත (පිත්තං) | 7. කඳුළු (අස්සු) |
| 2. සෙම (සෙම්මං) | 8. වූරුණු තෙල් (වසා) |
| 3. සැරව (පුබ්බෝ) | 9. කෙළ (බේලෝ) |
| 4. ලේ (ලෝහිතං) | 10. සොටු (සිඛිසානිකා) |
| 5. ඩහදිය (සේදෝ) | 11. සඳුම්පුළු (ලසිකා) |
| 6. මේද තෙල් (මේදෝ) | 12. මුත්‍ර (මුත්තං) |

“මහණෙනි, මෙය ආධ්‍යාත්මික ආපෝධාකුව වේ. තව ද තමාගේ යැ’ යි සලකනු ලබන මේ කයෙහි ම වැගිරෙන්නා වූ, වැගිරෙන ස්වභාවයෙන් යුතු (එකට බැඳ තබන සුලු) වෙනත් යමක් ඇත්තේ ද එයත් ආපෝධාකුව ම ය. යම්කිසි ආධ්‍යාත්මික ආපෝධාකුවක් ඇත්තේ ද යම් බාහිර ආපෝධාකුවක් ඇත්තේ ද ඒ සියල්ල ආපෝධාකුව ම ය.”

මේ ආපෝධාකුව ‘මම නො වෙමි, මාගේ නො වේ, මාගේ ආත්මය නො වේ යැ’ යි මනා ලෙස අවබෝධ ඥානය තුළින් වටහා ගත යුතු යි. මෙසේ ඇතිවන අවබෝධ ඥානය තුළින් ආපෝධාකුව කෙරෙහි කලකිරෙයි. ආපෝධාකුව කෙරෙහි සිත නො ඇලෙයි.

මෙලෙස ධාතුමනසිකාරය වඩන යෝගාවචරයා එම ආපෝධාකු කොටස් ශරීරයේ පිහිටා තිබෙන ස්ථානත් ඒවායේ ස්වභාවයත් නුවණින් දකිමින් භාවනා වැඩිය යුතු ය.

03 තේජෝධාකුව

“මහණෙනි, කුමක් ද මේ තේජෝධාකුව? මේ තේජෝධාකුව තමා තුළ ද තිබේ. තමාගෙන් බාහිර ව ද තිබේ.

තමා තුළ තිබෙන තේජෝධාකුව කුමක් ද?

තමා තුළ, තමාගේ යැ’ යි සලකනු ලබන මේ කයෙහි යම් උණුසුමක්, උණුසුම් ස්වභාවයෙන් යුතු වූ (තේජෝ, තේජෝගතං උපාදින්නං) යමක් ඇත්තේ ද ඒ තේජෝධාකුව යි.” ප්‍රධාන වශයෙන් තේජෝධාකු කොටස් 04 කි.

I. සන්තප්පන තේජෝධාකුව

කය තුළ පවතින උෂ්ණත්වය හෙවත් කය තවන උණුසුම ය. මෙම උෂ්ණත්වය කිපෙනවිට, රත් වූවිට සෑදෙන රෝග නම් උණ, පැපොල, සරම්ප, වසූරිය ආදිය වේ.

II. ජීරණ තේජෝධාකුව

උපන්ද සිට ක්‍රමයෙන් වයසට යමින් සිරුර දිරවන මුහුකුරුවන ස්වභාවය මෙම ජීරණ තේජෝධාකුව යි. වයසට යනවාත් සමග කෙස් පැහෙන, සම රළු වැටෙන, දත් හැලෙන ස්වභාවය ඇති වන්නේ මෙම තේජෝධාකුව නිසා ය.

III. පරිච්ඡන තේජෝධාකුව

කය දවන උණුසුම හෙවත් ඇඟ දැවීමෙන් උණුසුම්වන ස්වභාවය යි. අවිරශ්මිය නිසා, ගින්නෙන් තවනවිට, මහන්සි වනවිට, ශරීරය කැපුණු සිරුණුවිට ඇතිවන දවන උණුසුම් ස්වභාවය යි. ඇස් දැවිල්ල, බඩ - පපුව - අත් - පා දැවිල්ල ද පරිච්ඡන තේජෝධාකුව ම ය.

IV. පාවක තේජෝධාකුව

අනුභව කළ, රසවිඳි, පානය කළ දේ මනා කොට දිරවා දමන - ආහාරපානාදිය දිරවන උණුසුම පාවක තේජෝධාකුව වේ.

“මහණෙනි, මෙය ආධ්‍යාත්මික තේජෝධාකුව ය. තව ද තමාගේ යැ’ යි සලකනු ලබන මේ කයෙහි ම උණුසුම් වූ, උණුසුම් ස්වභාවයෙන් යුතු වෙනත් යමක් ඇත්තේ ද එයත් තේජෝධාකුව ම ය. යම්කිසි ආධ්‍යාත්මික තේජෝධාකුවක් ඇත්තේ ද යම් බාහිර තේජෝධාකුවක් ඇත්තේ ද ඒ සියල්ල ම තේජෝධාකුව ම ය.”

මේ තේජෝධාකුව ‘මම නො වෙමි, මාගේ නො වේ, මාගේ ආත්මය නො වේ යැ’ යි මනා ලෙස අවබෝධ ඥානයෙන් වටහා ගත යුතු යි. මෙසේ ඇතිවන අවබෝධ ඥානය තුළින් තේජෝධාකුව කෙරෙහි කලකිරෙයි. තේජෝධාකුව කෙරෙහි සිත නො ඇලෙයි.

මෙලෙස ධාතුමනසිකාරය වඩන යෝගාවචරයා තේජෝධාකුව පිළිබඳ ව නුවණින් දකිමින් භාවනා වැඩිය යුතු ය.

04 වායෝධාතුව

“මහණෙනි, කුමක් ද මේ වායෝධාතුව? මේ වායෝධාතුව තමා තුළ ද තිබේ. තමාගෙන් බාහිර ව ද තිබේ.

තමා තුළ තිබෙන වායෝධාතුව කුමක් ද?

තමා තුළ, තමාගේ යැ යි සලකනු ලබන (මේ කයෙහි) පුම්බවන, යමක් දරා සිටින, චලනය වන ස්වභාවයෙන් යුතු වූ (වායෝ, වායෝගතං උපාදින්නං) යමක් ඇත්තේ ද ඒ වායෝධාතුව යි.

ප්‍රධාන වශයෙන් වායෝධාතුව කොටස් 06 කි.

I. උද්ධංගම වාතය

ඇනුම්, කිවිසිම්, වචන කථා කිරීම්, හික්කාර - උග්ගාර ආදී වශයෙන් ශරීරයේ ඉහළට ගමන් කරන වාතය ය.

II. අධෝගම වාතය

මල මුත්‍රාදිය පහකිරීමට උපකාරී වෙමින් ශරීරයේ පහළට ගමන් කරන වාතය ය.

III. කුච්ඡ්ඝය වාතය

බඩවැලෙන් පිටත කුස තුළ පවතින වාතය ය.

IV. කොට්ඨ්ඝය වාතය

බඩවැල් තුළ පවතින වාතය ය.

V. අංගමංගානුසාරී වාතය

සිරුරෙහි අවයව තුළ ගමන් කරන වාතය ය.

VI. අස්සාස - පස්සාස (ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස) වාතය

ආශ්වාස - ප්‍රශ්වාස කරනු ලබන වාතය ය.

“මහණෙනි, මෙය ආධ්‍යාත්මික වායෝධාතුව ය. තව ද තමාගේ යැ යි සලකනු ලබන මේ කයෙහි ම වායු ස්වභාවයෙන් යුතු වෙනත් යමක් ඇත්තේ ද එයත් වායෝධාතුව ම ය. යම්කිසි ආධ්‍යාත්මික වායෝධාතුවක් ඇත්තේ ද යම් බාහිර වායෝධාතුවක් ඇත්තේ ද ඒ සියල්ල ම වායෝධාතුව ම ය.”

මේ වායෝධාතුව ‘මම නො වෙමි, මාගේ නො වේ, මාගේ ආත්මය නො වේ යැ යි මනා ව අවබෝධ ඥානයෙන් දැකිය යුතු ය. ඒ ආකාරයෙන් මනා ලෙස අවබෝධ ඥානයෙන් දකිනවිට වායෝධාතුව කෙරෙහි කලකිරෙයි. වායෝධාතුව කෙරෙහි සිත නො ඇලෙයි.

තං නෙතං මම, නේසෝභමස්මිං, න මේසෝ අත්තාති, ඒවමේතං යථාභුතං සම්මප්පඤ්ඤය දට්ඨබ්බං

ඒවමේතං යථාභුතං සම්මප්පඤ්ඤය දිස්වා පඨවීධාතුයා නිබ්බන්දති, පඨවීධාතුයා විත්තං විරාජේති.

ඒවමේතං යථාභුතං සම්මප්පඤ්ඤය දිස්වා ආපෝධාතුයා නිබ්බන්දති, ආපෝධාතුයා විත්තං විරාජේති.

ඒවමේතං යථාභුතං සම්මප්පඤ්ඤය දිස්වා තේජෝධාතුයා නිබ්බන්දති, තේජෝධාතුයා විත්තං විරාජේති.

ඒවමේකං යථාභුතං සම්මප්පඤ්ඤාය දිස්වා වායෝධාතුයා නිබ්බින්නදති, වායෝධාතුයා විත්තං විරාජේති.

මේ ආදී වශයෙන් පට්ඨි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන ධාතු කොටස් සතර,

'මම නො වෙමි,

මාගේ නො වේ,

මාගේ ආත්මය නො වේ යැ' යි තමා තුළ දියුණු කර ගන්නා ලද විදර්ශනා ප්‍රඥාවෙන් දැකිය යුතු ය.

මේ ආකාරයට ධාතු කොටස් සතර ම පිළිබඳ ව විදර්ශනා නුවණින් දකින යෝගාවචරයා සතර මහාධාතු කෙරෙහි කලකිරෙයි. ධාතු කෙරෙහි සිත නො පිහිටුවයි.

කායානුපස්සනාව අනු ව ධාතුමනසිකාරය වඩන යෝගාවචරයා මේ ආකාරයෙන් කය කොටස් කර බලමින් භාවනා වැඩිය යුතු ය.

❖ ධාතු කොටස් එකක් එකක් පාසා මෙනෙහි කරමින් 'මම නො වෙමි, මාගේ නො වේ, මාගේ ආත්මය නො වේ' ය යනුවෙන් සත්කව, පුද්ගල, ආත්ම නො වූ ස්වභාවය තදින් ම සිතට කාවද්ද ගනිමින් භාවනා කළ යුතු ය. ධාතූන්ගේ ස්වභාවය වටහා ගනිමින් සිත සමාහිත කර ගන්නාවිට ඒ අනු ව උපචාර සමාධිය ලැබිය හැකි ය.

❖ මෙම ධාතු කොටස්වල ස්වභාවය මනා ව වටහා ගෙන එම ධාතු ස්වභාවයන් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් බැලීම විදර්ශනාව යි.

භාවනා අරමුණ තුළ ම මනා ව සිහිය පිහිටුවා ගනිමින් සතර මහාධාතූන් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් විදර්ශනාවට නැංවිය යුතු ය. ඒ අනු ව තවත් ඉදිරියට යන යෝගාවචරයා මෙම ධාතුමනසිකාරය පාදක කර ගෙන රූපයේ ඇති වීම - නැති වීම (උදය - වය) දැක ගනී. මෙම ඇති වීම - නැති වීම (සමුදය - වය) දැකීම තුළින් ප්‍රඥ ඉඤ්ඤිය වැඩෙන විට ඔහු තුළ ශුද්ධා, වීර්ය, සති, සමාධි යන සෙසු ඉඤ්ඤියන් ද ක්‍රමයෙන් සම්පූර්ණ වේ.

ධාතුමනසිකාර භාවනාව මුල්කර ගෙන ශුද්ධා - වීර්ය - සති - සමාධි - ප්‍රඥ යන ඉඤ්ඤියධර්ම හා බලධර්ම දියුණු කර ගැනීමට සමත් වන නුවණැති යෝගාවචරයාට මේ ජීවිතයේ දී ම මග - ඵල නිවන් සුව සාක්ෂාත් කිරීමට හැකි වේ.

එනිසා නුවණැති සත්පුරුෂයෝ ධාතුමනසිකාරය පළමු ව සමථ වශයෙන් වඩා අනතුරු ව එය ම විදර්ශනාවට ද නංවා ගෙන ඉඤ්ඤිය - බල - බෝධ්‍යාංග ධර්ම වඩා මග - ඵල නිවන් සුව අත්විඳීමට වැයම් කරත් වා!

සාධු ! සාධු !! සාධු !!!

❖ අනිපුප්පනීය නා උයනේ අරියධම්ම ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේගේ ධර්ම දේශනා ඇතුළු පටිගත කරන ලද ධර්ම දේශනා සහ පසුගිය දහම් ලිපි www.sadaham.eartefacts.com යන වෙබ් අඩවිය ඔස්සේ ලබාගත හැකි ය.

Copyright © Sri Saddharma Sansadaya, Dhammarama Yogashramaya - 2006