අකුසල චිත්තවේග පාලනයට මග හෙළිකරන විතක්කසණ්ඨාන සූත්‍රය

-රාජකීය පණ්ඩිත, ආචාර්ය මැදගම්පිටියේ විජිතධම්ම හිමි-

හැඳින්වීම

මැදුම් සඟියේ විසිවැනි සූත්‍රය විතක්කසණ්ඨාන සූත්‍රයයි. අධිචිත්තයෙහි යෙදුණු භික්ෂුව විසින් කලින් කල මෙනෙහි කළ යුතු කරුණු පහක් මෙම සූත්‍රයෙන් ඉදිරිපත් වෙයි. ඒවා පර්ව හෙවත් කොටස් පහක් යටතේ සංග්‍රහ කර ඇත. ඒ මෙසේය.

1. අන්‍ය නිමිත්ත පර්වය (අඤ්ඤ නිමිත්ත පබ්බ)

   සිත තුළ ජනිතවන අකුසල නිමිත්තට අන්‍ය වූ කුසල නිමිත්තක් මෙනෙහි කිරීම

2. ආදීනව පර්වය (ආදීනව පබ්බ)

   අකුසල විතර්කයන්ගේ ආදීනව පරීක්ෂා කිරීම

3. අසති පර්වය (අසති පබ්බ)

   අකුසල විතර්ක මෙනෙහි නොකිරීම

4. විතර්ක මූල භේද පර්වය (විතක්කමූලභෙද පබ්බ)

   අකුසල විතර්කයන්ගේ මූලය මෙනෙහි කිරීම

5. අභිනිග්‍රහණ පර්වය (අභිනිග්ගහණ පබ්බ)

   වීර්යය දැඩිකරගෙන අකුසල විතර්කයන් පෙළා නිග්‍රහ කිරීම

විවරණ

ආ) සූත්‍රනාමය හා එහි අර්ථය

විතක්කසණ්ඨාන හෝ විතක්කසන්ඨාන යනු මෙම සූත්‍රයේ නාමයයි. 2500 වැනි බුද්ධජයන්තිය නිමිතිකොට මුද්‍රණය කළ මජ්ඣිම නිකායේ සිංහල අක්ෂර සංස්කරණයත්[1] ඉන්දියාවේ ඉගත්පූර්හි විපශ්‍යනා විශෝධන වින්‍යාසය මගින් මුද්‍රණය කළ නාගරී අක්ෂර සංස්කරණයත්[2] සිංහල අක්ෂරයෙන් මුද්‍රිත මජ්ඣිම නිකාය අට්ඨකථා හේවාවිතාරණ මුද්‍රණයත්[3] භාවිත කර ඇත්තේ විතක්කසණ්ඨාන යන නාමයයි. එමෙන්ම The Middle Length Discourses of the Buddha යන නමින් මජ්ඣිම නිකාය ඉංග්‍රීසි භාෂාවට පරිවර්තනය කළ ඤාණපොනික හා බෝධි හිමිවරුන් භාවිතා කර ඇත්තේ ද එම නාමයමැයි.[4]

එහෙත් ලන්ඩන් පාලි පොත් සමාගමෙහි (Pali Text Society) මජ්ඣිම නිකාය සංස්කරණයත්[5] එහි පරිවර්තනයත්[6] භාවිතා කර ඇත්තේ විතක්කසන්ඨාන යන නාමයයි. පාලි සංඥානාම ශබ්දකෝෂය සම්පාදනය කළ මහාචාර්ය ජී.පී. මලලසේකර භාවිතා කර ඇත්තේ ද මෙම නාමයයි.[7] ඔහුගේ මග පාලි පොත් සමාගමෙහි මගමැයි.

තමන් භාවිත කරන සූත්‍ර නාමය පිළිබඳ කිසිදු විග්‍රහයක් කිරීමට ඉහත දැක්වූ මජ්ඣිම නිකාය සංස්කරණ හෝ පරිවර්තන පෙළඹී නැති බව මෙහිලා විශේෂයෙන් සඳහන් කළ යුතු වේ. මෙම ලිපියේ දී විශේෂයෙන් සඳහන් කිරීමක දී හැරුණු විට අනෙක් සෑම විටෙක දීම මා භාවිත කරන්නේ සිංහල සම්ප්‍රදාය විසින් බහුලව භාවිතකර ඇති විතක්කසණ්ඨාන යන්නයි.

සූත්‍ර නාමයෙහි මේ ද්විධ භාවිතයට හේතුව පාරම්පරිකව බෞද්ධ ග්‍රන්ථ සම්ප්‍රේෂණයේ දී සිදුවූ යම්කිසි වර්ණ විපර්යාසයක් විය හැකිය. සූත්‍ර නාමයෙහි ඇති සන්ඨාන හෝ සණ්ඨාන යන්න සං+ ස්ථා (පිහිටීම) ධාතුවෙන් නිපන්නකි.[8] සණ්ඨාන යන්නට අර්ථ සපයන පාලි ඉංග්‍රීසි ශබ්ද කෝෂය ඒ සඳහා මූලික අර්ථ තුනක් දක්වා ඇත.[9]

1. ආකෘතිය හැඩහුරුව (configuration)
2. ඉන්ධන (fule)
3. විවේක ස්ථානය හෝ ප්‍රසිද්ධ ස්ථානය (resting place or public place)

විතක්කසණ්ඨාන යන වචනයේ අර්ථ ගවේෂණය සඳහා අදාළ කරගත හැක්කේ මෙයින් පළමු වැන්නයි. ඒ අනුව විතක්කසණ්ඨාන හෝ විතක්කසන්ඨාන යනු විතර්කයන්ගේ ආකෘතිය හෝ හැඩහුරුවයි. පාලි ග්‍රන්ථ සමාගම වෙනුවෙන් මජ්ඣිම නිකාය ඉංග්‍රීසියට පරිවර්තනය කළ අයි. බී. හෝනර් මැතිනිය මෙම අර්ථයෙන් සූත්‍ර නාමය පරිවර්තනය කර ඇති බව Discourses on the forms of thought යන්නෙන් පැහැදිලි වේ.[10]

එමෙන්ම ඡවිසණ්ඨාන[11] (සමෙහි ස්වරූපය) වණ්ණසණ්ඨාන[12] (වර්ණයේ ස්වරූපය) ආදී වචනවල සණ්ඨාන යන විශේෂණ පදයෙන් ඉදිරිපත් වන ස්වරූපය යන අර්ථය විතක්කසණ්ඨාන යන්නෙහි සණ්ඨාන යන පදයට ආරෝපණය කළ කල්හි විතර්කයන්ගේ ස්වරූපය යන අර්ථය විතක්කසණ්ඨාන යන පදයෙන් ලැබේ. එහෙයින් විතක්කසණ්ඨාන යන්න අර්ථ ගැන්විය යුත්තේ විතර්කයන්ගේ ආකෘති හෝ ස්වරූපය යනුවෙනි.

එහෙත් විතක්කසන්ඨාන යන්න ඊට වඩා වෙනස් අර්ථයක් ඉදිරිපත් කරන බව මගේ හැඟීමයි. මෙම සූත්‍ර නාමය සැකසෙන්නට ඇත්තේ සූත්‍රයෙහි විතක්කමූලභේද පබ්බය තුළ ඇති **'විතක්කසඞ්ඛාරසන්ඨාන'** යන වචනය අනුව විය යුතුය. පුදුමයකට මෙන් සිංහල අක්ෂර[13] හා රෝම අක්ෂර[14] යන සංස්කරණ දෙකෙහිම මෙම වචනය සමානව යෙදී ඇති බව ද මෙහි දී සඳහන් කළ යුතුය.

විතක්කසඞ්ඛාරස්ථාන යන්නට සපයා ඇති අටුවා විවරණය අනුව මෙහිලා සඞ්ඛාර යනු ප්‍රත්‍යය, කාරණය හෝ මූලය යනුයි.[15]

සන්ඨාන යන්නෙහි අර්ථය පිහිටා සිටීම යනුයි.[16] ඒ අනුව සන්ඨාන යන්න සං+ස්ථා (පිහිටීම) ධාතුවෙන් නිපන් පදයක් බව පැහැදිලි වේ. සූත්‍ර නාමය සැකසීමේ දී පදය මැද ඇති **සඞ්ඛාර** යන්න ඉවත් වී **විතක්කසන්ඨාන** යන පද දෙක සමීප වී තිබේ. එහෙත් එය අර්ථ ගැන්විය යුත්තේ සඞ්ඛාර යන්නෙන් ප්‍රකාශිත අර්ථය ද සහිතව විතර්ක මූලයන් මත පිහිටා සිටීම යනුවෙනි.

මෙම සූත්‍රයෙන් ඉදිරිපත්වන්නේ ඡන්ද දෝස මෝහ යනාදිය ආශ්‍රයෙන් අකුසල් සිතිවිලි පහළ වූ විට ඒවායේ මූලය කරා ගමන් කර ඒ මත පිහිටා සිටිමින් (විමර්ශනශීලීව) ඒවා දුරු කර දැමීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු පියවර පහකි. එහෙයින් විතර්කයන්ගේ මූලය මත පිහිටා සිටීම යන අර්ථය හඟවන විතක්කසන්ඨාන යන්න වඩා උචිත සූත්‍ර නාමය බව මගේ හැඟීමයි.

ආ) විතක්ක

ධම්මසංගණී අටුවාවට අනුව විතක්ක යනු බලවත් වූ තර්කයට යෙදෙන තවත් නාමයකි.[17] ඒ අනුව විතක්ක යනු බලවත් වූ තර්කයයි. එහිම විස්තර වී ඇති ආකාරයට සිත අරමුණකට නංවන්නේ විතර්කයයි.[18] පේටකෝපදේසයෙහි සඳහන් වී ඇති පරිදි ථීනමිද්ධයට ප්‍රතිපක්ෂ මානසික ස්වරූපය විතක්කයයි.[19] මෙහි ථීනමිද්ධ යනු චිත්ත චෛතසිකයන්ගේ මැලි බව හෙවත් උදාසීනත්වයයි. ඊට ප්‍රතිපක්ෂ ස්වභාවය චිත්ත චෛතසිකයන්ගේ ක්‍රියාකාරිත්වයයි. පටිසම්භිදාමග්ග අටුවාව අරමුණක් තුළ සිතෙහි ක්‍රියාකාරිත්වය හෙවත් නැගී එන ස්වභාවය එනම් අභිනිරෝපණ ලක්ෂණය විතක්ක වශයෙන් විස්තර කරන ලද්දේ එහෙයිනි.[20] මිලින්දපඤ්හයට අනුව විතර්කය අප්පණා ලක්ෂණයෙන් යුතුය.[21] එහිදී නාගසේන හිමියන් පැහැදිලි කර ඇති ආකාරයට වඩුවෙක් මනාව සැදූ ලීයක් නිශ්චිත සන්ධි ස්ථානයක් පිහිටුවන්නා සේ සිත අරමුණක පිහිටුවන්නේ විතර්කයයි.

එහෙයින් විතක්ක යන්න අර්ථ ගැන්විය යුත්තේ අරමුණක් තුළ සිතෙහි ක්‍රියාකාරීත්වය යනුවෙනි. මෙම විතර්කය දෘෂ්ටිස්ථානයකි. ඒ බව පටිසම්භිදාමග්ග අටුවාවේ එන "විතක්කො දිට්ඨීනං කාරණං" (ඤාණකථා) යන ප්‍රකාශනයෙන් පැහැදිලි වේ.

දීඝනිකායේ සක්කපඤ්හ සූත්‍රයේ සඳහන් ආකාරයට විතර්කය වෛරය ආදී අකුසල මානසික තත්ත්ව ඇතිවීම සඳහා හේතුවන මූල කාරණයකි.[22] ඒ බව සූත්‍රාගත විස්තර අනුව සැකසූ පහත දැක්වෙන සටහනින් පැහැදිලි කරගත හැකිය.

පපඤ්චසඤ්ඤාසඞ්ඛා → විතක්ක → ඡන්ද → පිය-අප්පිය → ඉස්සා-මච්ඡරිය → වෙර

මේ අනුව විතක්ක යනු පපඤ්චසඤ්ඤාසංඛාවන් (තෘෂ්ණා මාන දෘෂ්ටිවලින් යුක්ත හැඟීම් සමුදාය) මුල්කරගෙන පහළ වන්නකි. මෙහි පපඤ්ච යනු තණ්හාව, මානය, දිට්ඨිය යන තුනයි.[23] මත් බවට හෝ පමා බවට පත්කරවන අර්ථයෙන් ප්‍රපඤ්ච සහිත සංඥාව හෙවත් හඳුනාගැනීම පපඤ්චසඤ්ඤාසඞ්ඛා නමින් හඳුන්වන බව දීඝනිකාය අට්ඨකථාවේ දැක්වේ. ඒ අනුව විතර්කය ඇතිවන්නේ තෘෂ්ණා, මාන, දෘෂ්ටි ආදියෙන් යුත් හඳුනාගැනීම් නිසා බව පැහැදිලිය.

ඇ) අකුසල විතර්ක ඇතිවීමේ හේතු

අධිචිත්තයෙහි යෙදෙන භික්ෂුවක් විසින් කලින් කල මෙනෙහි කළ යුතු කරුණු පහකි. එම කරුණු පෙන්වාදීමට පෙර මෙහි ඇති අධිචිත්ත යන්න පැහැදිලි කරගත යුතුය. අධිචිත්ත යන්න චිත්ත යන වචනයට අධි යන උපසර්ගය එකතුවී නිර්මාණය වූ වචනයකි. පපඤ්චසූදනීය විවරණය කර ඇති ආකාරයට චිත්ත යනු දස කුසල කර්ම සම්බන්ධ වූ සිතයි. අධිචිත්ත යනු එම සාමාන්‍ය සිතට වඩා අධික වූ විදර්ශනා මූලික වූ අෂ්ට සමාපත්ති සිතයි.[24]

එහෙයින් නිවන් අරමුණු කරගෙන විදර්ශනා භාවනාවෙහි නියැලෙන භික්ෂුවක් විසින් මෙනෙහි කළ යුතු කරුණු ලෙස මේවා පෙනී සිටියි. යම්කිසි අරමුණක් ඇතිව විදර්ශනාවෙහි යෙදෙන භික්ෂුවකගේ සිත තුළ උද්ගතවන පාපී වූ ලාමක අකුසල් සිතිවිලි වර්ග තුනකි.[15]

1. ඡන්ද සහගත සිතුවිලි (කාම විතක්ක)
2. ද්වේෂ සහගත සිතුවිලි (ව්‍යාපාද/විහිංසා විතක්ක)
3. මෝහ සහගත සිතුවිලි (මෝහ විතක්ක)

මෙහි ඡන්ද සහගත සිතිවිලි යනු කාම සහගත සිතිවිලිය. කාම යන වචනය මිනිස් සමාජයේ මුල් බැසගත් වචනයකි. අටුවා විග්‍රහය අනුව කාම යනු පඤ්චකාම ගුණයන් පිළිබඳ රාගයයි. (පඤ්චකාමගුණිකො රාගො) කාම යන්නෙහි මූලික සරල අර්ථය කැමැත්ත හෝ ඇලීම බව එයින් ප්‍රකට වේ. වඩා විස්තරාත්මකව ගත් කල්හි කාම වස්තුවලටත් ඒවායේ ඇලෙන තෘෂ්ණාවටත් 'කාම' යන ව්‍යවහාරය යොදනු ලබයි. එමනිසා කාම දෙපරිදිව දක්වා ඇත.

1. වස්තු කාම
2. ක්ලේශ කාම

මෙහි වස්තු කාම යනු මිල, මුදල්, ගේ දොර ඉඩ කඩම් ආදී භෞතික සම්පත්වලට ඇති ඇලීමයි. ක්ලේශ කාම යනු තෘෂ්ණාවයි. නැතහොත් ඒ හා බැඳුණු විවිධ වූ අයහපත් සිතිවිලි සමුදායයි. දික් සඟියේ සංගීති හා දසුත්තර යන සූත්‍ර දෙකෙහිත් සංයුත් සඟියේ සළායතන සංයුත්තයේත් සඳහන් පරිදි කාමය ඕසයකි. දික්සඟි අටුවාව විවරණය කළ පරිදි කාමෝස යනු පඤ්චකාම පිළිබඳ රාගයයි. එනම් චක්ඛු (ඇස) සොත (කන) ඝාණ (නාසය) ජිව්හා (දිව) කාය (සිරුර) යන ඉන්ද්‍රිය පසෙන් ලබන රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස හා ස්පර්ශ යන අරමුණු පසෙහි ඇලීමයි. මජ්ඣිම නිකායේ මධුපිණ්ඩික සූත්‍රයෙහි විස්තර වී ඇති පරිදි මෙම ඉන්ද්‍රිය ඥාන ක්‍රියාවලිය තුළ දිවෙන පුද්ගල සන්තානය තුළ රාගය හෙවත් ඇලීම වර්ධනය වෙයි. උදාහරණ ලෙස ඇස හා රූපය තුළින් උද්ගතවන රාගයේ ස්වරූපය මෙසේ දැක්විය හැකිය.[26]

චක්ඛු → රූප → ඡන්ද → චක්ඛුවිඤ්ඤාණ → චක්ඛු සම්ඵස්ස → චක්ඛු වේදනා → චක්ඛු සඤ්ජානන → චක්ඛු විතක්ක → චක්ඛු පපඤ්ච (සංකල්ප) → පපඤ්චසඤ්ඤා සංඛාසමුදය

බාහිර ඉන්ද්‍රියක් ලෙස පවත්නා ඇස වෙනත් තැනක ඇති රූපය හා එක්වීමේ ප්‍රතිඵලය මත චක්ඛු විඤ්ඤාණය හෙවත් ඇස පිළිබඳ දැනුම ඇතිවේ. ඒ ඇස රූපය හා ඇස පිළිබඳ දැනුම යන තුන එකතුවීමෙන් ඇස පිළිබඳ ස්පර්ශය පහළ වෙයි. පසුව ඒ ස්පර්ශය නිසා ඇස හා සම්බන්ධ වේදනාව ඇති වේ. එම වින්දනය හේතුකරගෙන ඒවා හඳුනාගනියි. හඳුනාගත් දේ විනිශ්චය කිරීම ඊළඟට සිදුවේ. ඉන්පසු ඒ විනිශ්චය කරන දේ පිළිබඳ සංකල්පය ගොඩනගා ගනියි. එසේ සංකල්ප ඇතිකර ගැනීම නිසා තණ්හා ආදිය උද්ගත වී පුද්ගලයා යටපත් වෙයි. සෑම ඉන්ද්‍රියකින්ම ලබන අරමුණු තුළින් උද්ගත වන යටපත්වීම් ස්වරූපයක්ම මෙබඳුය.

සුත්ත නිපාතයෙහි අට්ඨක වග්ගයේ පළමු සූත්‍රය වන කාම සූත්‍රයෙහි සඳහන් පරිදි කාමය පදනම් කරගෙන පුද්ගල සන්තානයෙහි ප්‍රතිවිරුද්ධ මානසික තත්ත්ව දෙකක් නිර්මාණය වේ.[27] ඉන් පළමුවැන්න රාගයයි. එනම් ඇලීමයි. දෙවැන්න පටිඝයයි. එනම් ගැටීමයි. සුත්ත නිපාත අටුවාවට අනුව කාම යනු ප්‍රියමනාප රූපාදී වස්තු කාමයන්ය. ඊට කෙත්වතු රන්රුවන් ගවාශ්ව දැසිදස් අඹුදරු ඥාති මිත්‍රාදි බොහෝ කාමවස්තූන් අයත් වේ. තමා කැමතිවන එම කාමයන් සිත් ලෙස ලැබෙනවිට ඒ හා බැඳීම හා ප්‍රීතිවීම කාමය සාවද්‍ය ලෙස අල්ලා ගැනීමකි. එයින් අන්‍ය වූ තත්වය වන්නේ තමා කැමති දේ නොලැබෙන කල්හි ඇතිවන ගැටීමයි. එහිදී විෂ පෙවූ හීයකින් විදුනා ලද්දෙක් සෙයින් පීඩාවට පත්වීම සිදුවේ. කාමයන්ගෙන් පීඩාවට පත්වන පුද්ගලයා බිඳුණු නැවක් තුළට ජලය ගලාගෙන විත් ගිලීයන්නා සේ සසරෙහි ගිලී යන බව උක්ත කාමසූත්‍රයෙහි දැක්වේ.

ද්වේෂ සහගත සිතිවිලි යනු හිංසා, ව්‍යාපාද ආදියෙන් යුත් සිතිවිලිය. ඉහත දැක්වූ අට්ඨකවග්ගගත කාම සූත්‍රයෙහි සඳහන් වී ඇති ආකාරයට එබඳු සිතිවිලි පහළ වන්නේ පටිඝය පදනම් කරගෙනය. මහානිද්දෙසයෙහි[28] දැක්වෙන පරිදි කෝධ ආඝාත, පටිඝාත, පටිඝ, පටිවිරොධ, කොප, පකොප, සම්පකොප, දොස, පදොස, සම්පදොස, කුජ්ඣන, බ්‍යාපාද, විරොධ, පටිවිරොධ, චණ්ඩික්ක, අසුරොප, අනත්තමන, චිත්ත යන ආදිය මෙම සංකල්පය වෙනුවෙන් යෙදෙන පර්යාය පදයන්ය. චුල්ලනිද්දෙසය අනුව ක්‍රෝධය ඇතිවන ආකාර දහයකි.[29]

1. අසවල් පුද්ගලයා පෙර මට අනර්ථයක් කළේයැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
2. අසවල් පුද්ගලයා දැන් මට අනර්ථයක් කරයි යැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
3. අසවල් පුද්ගලයා අනාගතයේ දී මට අනර්ථයක් කරන්නේයැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
4. අසවල් පුද්ගලයා මගේ ප්‍රියයෙකුට පෙර අනර්ථයක් කළේයැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
5. අසවල් පුද්ගලයා මගේ ප්‍රියයෙකුට දැන් අනර්ථයක් කරයි යැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
6. අසවල් පුද්ගලයා මගේ ප්‍රියයෙකුට අනාගතයේ දී අනර්ථයක් කරන්නේයැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
7. අසවල් පුද්ගලයා මගේ අප්‍රියයෙකුට පෙර අනර්ථයක් කළේයැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
8. අසවල් පුද්ගලයා මගේ අප්‍රියයෙකුට දැන් අනර්ථයක් කරයි යැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
9. අසවල් පුද්ගලයා මගේ අප්‍රියයෙකුට අනාගතයේ දී අනර්ථයක් කරන්නේයැයි ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.
10. කිසිදු හේතුවක් නොමැතිව ක්‍රෝධය ඇති කර ගනියි.

මේවා ආඝාත වස්තු ලෙස විභංගප්‍රකරණයේ දැක්වේ. ව්‍යාපාද විතර්කයන් ගොඩනැගෙන්නේ මෙම කරුණු මුල්කරගෙනය. ඊට අමතරව විහිංසා විතර්කයන් ඇතිවන්නේ අතින් හෝ දඬුමුගුරකින් හෝ ආයුධයකින් හෝ රැහැනකින් හෝ යම්කිසි සත්ත්වයෙකුට තැළීම් පෙළීම් හිංසා පීඩා ආදිය කරන විටය.[30] ද්වේෂ සහගත අකුසල විතර්කයන් ඇතිවන්නේ මේ ආකාරයෙනි.

ඊළඟට මෝහ සහගත අකුසල විතර්කයන් ඇති වන්නේ දොළොස් අකුසල් සිත් නිසාය. වෙසෙසින්ම එම සිත් විචිකිච්ඡාවෙන් හා උද්දච්චයෙන් යුක්ත වෙයි. විසුද්ධිමග්ගයේ ඛන්ධ නිද්දේසයට[31] අනුව විචිකිච්ඡාවේ ලක්ෂණය සැකයයි. උද්ධච්චයේ ලක්ෂණය නොසන්සුන් බවයි. සුළඟින් කැළඹීගිය ජලාශයක ස්වරූපයයි මෙහි ඇත්තේ. මජ්ඣිම නිකායේ ගුලිස්සානි සූත්‍රයේ උද්ධච්ච යන්නට පර්යාය පදයක් ලෙස චාපල්‍ය යන්න යෙදී ඇති නිසා[32] සිතෙහි චපලත්වය ද මෙයින් අදහස් වන බව කිව යුතුය.

මෙබඳු අකුසල විතර්කයන් දුරු කිරීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු පියවර පහකි. ඒවා උපමා පහක් ඇසුරින් පැහැදිලි කිරීම සූත්‍රාගත ක්‍රමයයි. මෙහි දී ද අදාළ පියවර විස්තර කිරීමෙන් පසු එම උපමාව දක්වනු ලැබේ.

ඈ) අකුසල සිතිවිලි දුරුකිරීම පිණිස මෙනෙහි කළ යුතු කරුණු පස

1. වෙනත් අරමුණක් මෙනෙහි කිරීම

ඉහත සඳහන් කළ ආකාරයේ අකුසල විතර්කයක් ඇති වූ විට එයින් අන්‍ය වූ කුසල සහගත අරමුණක් මෙනෙහි කිරීම පළමු ක්‍රමයයි.[33] අටුවාව විස්තර කර ඇති පරිදි[34] කාම විතර්කයක් යම් කෙනෙක් කෙරෙහි ඇති වූයේ නම් එයින් අන්‍ය වූ කුසල අරමුණ වන අසුභය වැඩිය යුතුය. එය යම් දෙයක් කෙරෙහි ඇති වූයේ නම් අනිත්‍යය සිහිකළ යුතුය. යමෙකු කෙරෙහි ව්‍යාපාද විතර්කයක් ඇති වූයේ නම් එවිට ඔහු කෙරෙහි

මෛත්‍රිය වර්ධනය කළ යුතුය. එය යම් දෙයක් කෙරහි ඇති වූයේ නම් එහි යථාස්වරූපය මෙනෙහි කරමින් ධාතු මනසිකාරය වැඩිය යුතුය. මෝහ සහගත අකුසල විතර්කවල දී කරුණු පහක් ආශ්‍රය කළ යුතුවේ. එනම්,

1. ගුරූපදෙස (ආචාර්යවරුන්ගේ උපදෙස් ලැබීම)
2. උද්දේස (බණ ඉගෙනුම)
3. පරිපුච්ඡා (විශාරදයන්ගෙන් යම් යම් දේ විමසීම)
4. කාලෙන ධම්මසවණ (සුදුසු කල ධර්මශ්‍රවණය කිරීම)
5. ඨානාඨාන විනිච්ඡය (කරුණු නොකරුණු විමසීම)

උපමාව :

දක්ෂ වඩුවෙකු හෝ වඩුවෙකුගේ අතවැසියෙක් හෝ සියුම් ඇණයකින් පුවරුවක ගසා ඇති මහ ඇණයකට ගසමින් එය බැහැර කරන්නා සේ සිත තුළ ඇති අකුසල සිතිවිල්ල මත වෙනත් කුසල සිතිවිල්ලක් පහළ කර ගත යුතුය.[35]

2. ආදීනව මෙනෙහි කිරීම

ඉහත පළමු පියවර අනුගමනය කරද්දීත් උක්ත සිතුවිලි ඇති වේ නම් එවිට ඒවායේ ආදීනව මෙනෙහි කිරීම දෙවන පියවරයි.[36] අකුසල විතර්කයන්ගේ ආදීනව පිරික්සිය යුත්තේ අදාළ අකුසල විතර්කයන්ගේ සාවද්‍යත්වය හා දුක්ඛ විපාකත්වය සලකා බැලීමෙනි.[37] අලගද්දූපම සූත්‍රයේ දී බුදුරදුන් පෙන්වා දී ඇති ආකාරයට මේ කාමාදි සංකල්පනා බොහෝ දුක් ගෙන දෙන (බහුදුක්ඛා) බොහෝ වෙහෙස ඇති කර වන (බහුපායාසා) මහත් වූ ආදීනව ගෙන දෙන දේ සේ සලකා බැලීම ආදීනව මනසිකාරයයි. අංගුත්තර නිකායේ[39] එන අත්තානුවාද සූත්‍රයට අනුව භය සතරන් නිසා පුද්ගලයා වරදින් මිදිය හැකිය.

1. අත්තානුවාද භය
2. පරානුවාද භය
3. දණ්ඩ භය
4. දුග්ගති භය

මෙම ක්‍රම සතරින් තමාගේ අකුසල් පිළිබඳව නුවණින් මෙනෙහි කිරීම ද ආදීනව විමසා බැලීමක් වෙයි.

උපමාව :

විසිතුරු වස්ත්‍රාභරණයෙන් සැරසී මල් ගඳ විලවුන් දරන පුද්ගලයෙකුගේ ගෙලෙහි සර්ප කුණක් හෝ බලු කුණක් හෝ මිනී කුණක් හෝ ලැගුණු විට එහි පිළිකුල හා ගුජුප්සා ජනක භාවය සලකා වහ වහා තමා සමීපයෙන් එය ඉවත් කරන්නා සේ අකුසල සිතිවිලිවල ආදීනව සලකා බලා ඒවා දුරු කළ යුතුය.[40]

3. අකුසල සිතුවිලි මෙනෙහි නොකිරීම

අකුසල විතර්කයන්ගේ ආදීනව මෙනෙහි කරන විටත් නැවත නැවත රාගාදී අකුසල සිතිවිලිම පහළ වේ නම් එවිට ඒ සිතිවිලි මෙනෙහි නොකළ යුතුය.[41] එය තෙවෙනි පියවරයි. මෙහි දී එවන් සිතිවිලි පිළිබඳව කල්පනා නොකර සිටීම හෝ වෙනත් යමක් කෙරෙහි සිත යොමුකිරීම කළ හැකිය. අටුවාවට අනුව මෙබඳු අවස්ථාවක දී තමන් උගත් ධර්මප්‍රබන්ධයක් ශබ්ද නගා කියවිය හැකිය. ස්වකීය ථවිකයෙහි (ගමන් මල්ලෙහි) ඇති බුද්ධාදී රත්නත්‍රයෙහි ගුණ ප්‍රකාශිත ගාථාදිය අන්තර්ගත මුට්ඨිපොත්ථකය හෝ කියවිය හැකිය. එසේ නොහැකි නම් ථවිකයෙහි ඇති විවිධ වූ පිරිකර එකිනෙක පිරික්සමින් ඉන් පිටතට ගැනීම හා නැවත ඒවා එහි අතුල් කිරීම කළ හැකිය. නැතහොත් ඉඳිකටුව ගෙන තම සිවුරෙහි ඉරුණු තැන් මැසිය හැකිය. මේ සියලු ක්‍රම වෙනත් අරමුණකට සිත මෙහෙයවීම පිණිස අටුවාවෙන් ඉදිරිපත් කරන ලද උපක්‍රමයන්ය.[42]

මීට අමතරව තිස්ස සාමණේරයන්ගේ කථා පුවත ඇසුරින් නව කර්මාන්ත කරමින් සිත වෙනතකට හරවා ගැනීමට පොරාණ පණ්ඩිතයන් ක්‍රියාකළ ආකාරය පැහැදිලි කිරීමට ද අටුවාව පෙළඹී ඇත.[43]

තිස්ස සාමණේර තෙම ස්වකීය උපාධ්‍යායන් වහන්සේ සමග තිස්ස මහා විහාරයේ වාසය කළේය. එහෙත් සසුනෙහි උකටලීව ඒ බව ගුරු හිමියන්ට දැනුම් දුන්නේය. ඒ ඇසූ උපාධ්‍යාය තෙරණුවෝ තිස්ස මහා විහාරයෙහි ජලය නැති නිසා තමාව චිත්තලපබ්බතයට (සිතුල්පව්ව) රැගෙන යන ලෙස ඉල්ලා සිටියේය. සාමණේර තෙමේ එය ද ඉටු කළේය. එහි ගිය උපාධ්‍යාය තෙරණුවෝ එම විහාරයේ විශාල සංඝ පිරිසක් සිටින බැවින් තමාට පුද්ගලික වාසස්ථානයක් ඉදිකර දෙන මෙන් නැවත ඉල්ලීමක් කළහ. එය පිළිගත් සාමණේර තෙම ලෙනක් පිළියෙල කිරීමත් සංයුත්ත නිකාය ඉගෙනීමත් තේජෝ කසිණ පරිකර්මයත් යන කටයුතු තුනම එකවිට පටන් ගෙන කසිණය අප්පණා සමාධිය තෙක් වර්ධනය කරමින් සංයුත්ත නිකාය සපුරා උගෙන ලෙනෙහි කටයුතුත් අවසන් කොට ඒ බව සිය ආචාර්යවරයාට දැනුම් දුන්නේය. නුවණැති ආචාර්යවරයා ද ඔහුට උපදෙස් දෙමින් දුකසේ ඔහු විසින් ම ඉදිකළ කුටියේ එක් රැයක් වසන ලෙස ඒ සාමණේරයන්ට ආරාධනා කළේය. ඔහුත් ඒ රාත්‍රිය එහි වසමින් ඍතු ගුණය ද මැනවින් ලබමින් විදසුන් වඩා අර්හත්වයට පත්විය. සසුනෙහි උකටලීව සිවුරු හැර යාමට මග බලමින් සිටි මෙම සාමණේරවරයාගේ එම අකුසල් විතර්ක ඉවත් වූයේ නව කර්මාන්ත කරන අතරතුරදීය. එසේ වෙනත් වෙනත් අභිනව කටයුතු වල නියැලෙමින් ද අකුසල විතර්ක දුරුකළ හැකිය.

උපමාව :

රූපයක් නොදකිනු කැමති දෑස් පෙනෙන පුද්ගලයා දෑස වසා හෝ වෙනතක බලා හෝ සිටින්නා සේ අකුසල සිතිවිලි වෙත අවධානය යොමු නොකළ යුතුය.[44]

4. විතර්කයන්ගේ ආරම්භය මෙනෙහි කිරීම

අකුසල සිතිවිලිවලින් බැහැර වෙනත් කටයුතුවල නියැලෙන කල්හිත් නැවත නැවත ඒවාම උද්ගත වේ නම් එම සිතිවිලිවල මූලය හෙවත් ආරම්භය මෙනෙහි කිරීම සිව්වැනි ක්‍රමයයි.[45] මෙම විතර්ක කවර හේතුවක් නිසා ඇති වූයේ ද? එම හේතුව ඇති වූයේ කවර

පදනමකින් ද? ආදී වශයෙන් විතර්ක මූලයත් විතර්ක මූලාමූලයත් මෙනෙහි කළ යුතුය.[46]

උපමාව :

වේගයෙන් දිවයන පුද්ගලයෙක් තමා එලෙස වේගයෙන් දිව යන්නේ ඇයිදැයි සිතා දිවීමේ ක්‍රියාව පිළිවෙලින් → සෙමෙන් යෑම → සිටීම → වැතිරීම දක්වා නවත්වා විතර්කයන්ගේ මූලයට ගමන් කළ යුතුවේ.[47] අටුවාව අනුව මෙම උපමා උපමේයයන්ගේ ගැළපීම මෙබඳුය.[48]

දිවීම	- විතර්කයක් ඇතිවීම
සෙමෙන් යෑම	- විතර්කය සිඳී යෑම
සිටීම	- මුල් අරමුණ නැවත සිතට නැගීම
වැතිරීම	- විදර්ශනා වඩා අර්හත්වයට පත්වීම

විතර්ක මූලයන්ගේ මූලය කරා ගමන් කිරීම දද්දභ ජාතකයෙන් වඩා පැහැදිලි කරගත හැකිය.[49] හාවෙක් බෙලි ගසක් මුල නිදා සිටින අතරතුර නටුවෙන් ගිලිහුණු බෙලි ගෙඩියක් වැටුණේය. එයින් භීතියට පත්වූ ඌ වේගයෙන් දුවන්නට විය. ඌ අනුකරණය කළ අනෙක් සත්තු ද එසේම දිවගියහ. ඒ දුටු බෝසත් සිංහයා කරුණු විමසා දිවීමේ මූලයෙන් මූලයට ගොස් කරුණු විමසා බෙලි ගෙඩිය වැටුණු හඬින් බිය වූ හාවා පොළොව පෙරලේ යන බියෙන් දිවෙන්නට වූ නිසා අනෙක් සතුන් ඌ අනුකරණය කළ බව පෙන්වා දුන්නේය. මෙසේ යම් සිතිවිල්ලක මූලයෙන් මූලයට ගොස් එහි යථා ස්වරූපය පිළිබඳ සැලකිලිමත්වීම අකුසල විතර්ක දුරු කිරීමේ සිව්වැනි පියවරයි.

5. සිතින් සිත පෙළීම

අකුසල සිතිවිලි දුරු කිරීමේ පස්වැනි පියවර වන්නේ සිතින් සිත පෙළීමයි. එය කළ යුත්තේ උඩු දත් පෙළෙහි යටි දත් පෙළ තබා දිවෙන් තල්ල පෙළා සිතින් සිත පෙළමින් හා වඩාත් පෙළමින්ය.[50]

0 2 MAY 2012

උපමාව :

ශක්තිමත් හැඩි දැඩි බලවත් පුරුෂයෙක් ඉතා දුබල පුරුෂයෙකුගේ හිසින් ගෙලින් හෝ කඳින් අල්ලා ගෙන දැඩිව නිග්‍රහ කර පෙළන්නා සේ අකුසල් සිතින් අකුසල් සිත පීඩාවට පත් කර එයට නිග්‍රහ කළ යුතුය.[51]

සිය සිත පෙළමින් සිතට නිග්‍රහ කරමින් භාවනාවේ නියැලි තාලපුට තෙරුන්ගේ වචන තුළ දක්නට ඇත්තේ මෙම පස්වන ක්‍රමයෙන් අකුසල් සිතිවිලි දුරුකරන ක්‍රමවේදයයි. උන්වහන්සේ බොහෝ කාලයක් මුළුල්ලේ බලාපොරොත්තු වෙමින් සිටි පැවිදි භාවය ලබාගත් නමුත් ඒ සඳහා සිත නොනැමෙනවිට දැඩිව සිතට නිග්‍රහ කළ ආකාරය උන්වහන්සේගේ මුවින් පිට වූ ගාථා ගණනාවකින්ම දැකගත හැකිය.[52]

අකුසල් සිතිවිලි දුරුකිරීමේ මග ලෙස විතක්කසණ්ඨාන සූත්‍රයෙන් ඉදිරිපත් වන මේ එක් එක් පියවරක දී සිත තුළ ඇති වන මානසික පරිවර්තනය ඉතා වැදගත්ය. පළමුව අකුසල විතර්ක නිසා විසිරගිය සිත එම සිතිවිලි ඉවත්වීමෙන් අභ්‍යන්තරයේම පිහිටයි. (තෙසං පහානා අජ්ඣත්තමෙව චිත්තං සන්තිට්ඨති) මනාව තැන්පත් වෙයි. (සන්නිසීදති) එකඟ වෙයි. (එකොදි හොති) සමාහිත වෙයි. (සමාධියති)[53]

මෙම පියවර පහ ඔස්සේ පාපී වූ ලාමක අකුසල සිතිවිලි දුරුකරන භික්ෂුව විතර්කයන් වසඟයට ගත් පුද්ගලයෙකු බවට පත් වෙයි. ඔහු විතර්කයන් තෘෂ්ණා (එතං මම) මාන (එසොහමස්මි) දෘෂ්ටි (එසො මෙ අත්තා) වශයෙන් අල්ලා නොගනියි. රාගයෙන් හෝ පටිඝයෙන් යුක්තව විතර්කය සමග ඇලීමට හෝ ගැටීමට පත් නොවෙයි. එයම විරාගයයි. එම විරාගයෙන් විමුක්තිය ඇතිවන බව (විරාගා විමුච්චති) බොහෝ සූත්‍රවල දැක්වෙයි. එහෙයින් එබඳු පුද්ගලයා තෘෂ්ණාව සිඳලූ අයෙක් වෙයි. සංයෝගයෙන් උපුටාහළ අයෙක් ද වෙයි. මනාව මානය දුරු කිරීමෙන් දුක කෙළවර කළ අයෙක් ද වෙයි.

ආන්තික සටහන්

1 මජ්ඣිම නිකාය (මනි) I, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණාලය, පුනර් මුද්‍රණය, 2005, පි. 300

2 Majjhima Nikaya, Vipasyana Vishodhana Vinyasa, Igatpuri, India, 1997, p.169

2 මජ්ඣිම නිකායට්ඨකථා (මනිඅ) II, හේවාවිතාරණ මුද්‍රණය, ත්‍රිපිටක මුද්‍රණාලය, කොළඹ, 1943, (පුනර් මුද්‍රණය 1986), පි. 78

4 The Middle Lenght Discourses of the Buddha, Tr. Bhikku Nanaponika and Bhikkhu Bodhi, BPS, Kandy, 1995, p.211

5 Majjhima Nikaya, I, Ed. V. Trenkner, PTS, Reprinted in 1993, p. 122

6 The Collection of the Middle Length Sayings, Vol. I, Tr. I.B. Horner, Oxford, Reprinted in 2000, p. 152

7 Dictionary of Pali Proper Names, Vol. II, G.P. Malalasekara, PTS, 1960, p. 878

8 Pali English Dictionary, TW Rhys Davids and William Stede, PTS, London, Reprinted in 1996, p. 671

9 ibid

10 The Collection of the Middle Length Sayings, Vol. I, p.152

11 Jataka I, 489, Ed. V. Fausboll, PTS, London, 1963

12 Nettippkarana, 1961, Ed. E. Hardy, PTS, London, 1961, p.27

13 මනි I, පි. 306

14 Majjhima Nikaya, I, PTS, p. 120

15 පච්චයො කාරණං මූලන්ති අත්‍ථො, මනිඅ II, පි. 76

16 සන්තිට්ඨති එත්‍ථාති සන්ථානං, එම

17 බලවතර තක්කස්සෙතං නාමං, ධම්මසංගනී අට්ඨකථා, හේවාවිතාරණ මුද්‍රණය, ත්‍රිපිටක මුද්‍රණාලය, කොළඹ, 1940 (පුනර් මුද්‍රණය 1989) පි. 142

18 සොභි ආරම්මණෙ චිත්තං ආරොපෙති, එම, පි. 121

19 විතක්කො ථීනමිද්ධස්ස පටිපක්ඛො, පෙටකොපදෙස, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1989 (පුනර්මුද්‍රණය 2005), පි. 182

20 විතක්කොති චෙත්ථ විතක්කෙතීති විතක්කො, විතක්කනං වා විතක්කො. ඌහනන්ති වුත්තං හොති, ස්වායං ආරම්මණෙ චිත්තස්ස අභිනිරොපනලක්ඛණො.
පටිසම්භිදාමග්ග අට්ඨකථා, හේවාවිතාරණ මුද්‍රණය, ත්‍රිපිටක මුද්‍රණාලය, කොළඹ, 1927 (පුනර් මුද්‍රණය 1991), පි. 127

21 අප්පණාලක්ඛණො මහාරාජ විතක්කො, මිලින්දපඤ්හො, සංස්. බලන්ගොඩ ආනන්දමෛත්‍රෙය මාහිමි, අනුල මුද්‍රණාලය, කොළඹ, 1962, පි. 58

22 දීඝනිකාය III, සක්කපඤ්හ සුත්ත, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1976, පි. 416

23 දීඝනිකායට්ඨකථා II, හේවාවිතාරණ මුද්‍රණය, ත්‍රිපිටක මුද්‍රණාලය, කොළඹ, 1925, (පුනර් මුද්‍රණය 1992), පි. 516

24 දසකුසලකම්මපථවසෙන උප්පන්නං චිත්තං චිත්තමෙව, විපස්සනාපාදකං අට්ඨසමාපත්ති චිත්තං තතො චිත්තතො අධිකං චිත්තන්ති අධිචිත්තං, මනිඅ II, පි. 71 .

25 .....උප්පජ්ජන්ති පාපකා අකුසලා විතක්කා ඡන්දූපසංහිතාපි දොසූපසංහිතාපි මොහූපසංහිතාපි, මනි I, පි. 300

26 එම, පි. 280

27 සුත්තනිපාතය, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1977, පි. 242

28 මහානිද්දේස පාල, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1961 (පුනර් මුද්‍රණය, 2005), පි. 358
කොධොති යො චිත්තස්ස ආඝාතො පටිඝාතො පටිඝං පටිවිරොධො කොපො පකොපො සම්පකොපො දොසො පදොසො සම්පදොසො චිත්තස්ස බ්‍යාපත්ති මනොපදොසො කොධො කුජ්ඣනා කුජ්ඣිතත්තං දොසා දුස්සනා දුස්සිතත්තං බ්‍යාපත්තිං බ්‍යාපජ්ජනා බ්‍යාපජ්ජිතත්තං විරොධො පටිවිරොධො චණ්ඩික්කං අසුරොපො අනත්තමනා චිත්තස්ස

29 චූලනිද්දේස පාල, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1976 (පුනර් මුද්‍රණය 2005), පි. 128
අපි ච දසහාකාරෙහි කොධො ජායති. අනත්ථං මෙ අචරීති කොධො ජායති. අනත්ථං මෙ චරතීති කොධො ජායති. අනත්ථං මෙ චරිස්සතීති

කොධො ජායති. පියස්ස මෙ මනාපස්ස අනත්ථං අචරි අනත්ථං චරති අනත්ථං චරිස්සතීති කොධො ජායති. අප්පියස්ස මෙ අනත්ථං අනත්ථං අචරි අනත්ථං චරති අනත්ථං චරිස්සතීති කොධො ජායති. අට්ඨානෙ වා කොධො ජායති.

30 දසසු වා ආඝාතවත්ථුසු චිත්තස්ස ආඝාතො.... විභංගප්පකරණ I, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1975 (පුනර් මුද්‍රණය 2005), පි. 156

31 විගතා චිකිච්ඡා විචිකිච්ඡා, සා සංසයලක්ඛණා......උද්ධතභාවො උද්ධච්චං. තං අවූපසමනලක්ඛණං...... විසුද්ධිමග්ග, ඛන්ධනිද්දෙස, හේවාවිතාරණ මුද්‍රණය, ත්‍රිපිටක මුද්‍රණාලය, කොළඹ, 1920 (පුනර් මුද්‍රණය 1991), පි. 351

32 උද්ධච්චං චාපල්‍යං බහුලීකතං, මනි II, ගුලිස්සානි සුත්ත, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1973 (පුනර් මුද්‍රණය 2005), පි. 230

33 තම්හා නිමිත්තා අඤ්ඤං නිමිත්තං මනසිකාතබ්බං, මනි I, පි. 300

34 මනිඅ II, පිටු 72 - 74

35 මනි I, පි. 300

36 ආදීනවො උපපරික්ඛිතබ්බො, එම

37 ඉතිපිමෙ විතක්කා සාවජ්ජා, ඉතිපිමෙ විතක්කා දුක්ඛවිපාකා, එම

38 එම, පි. 326

39 අංගුත්තර නිකාය, චතුක්ක නිපාත

40 අසති අමනසිකාරො ආපජ්ජිතබ්බො, එම, පි. 302

42 මනිඅ II, පි. 75

43 එම

44 මනි I, පි. 302

45 විතක්කසංඛාරසන්ඨානං මනසිකාතබ්බං, මනි I, පි. 302

46 අයං විතක්කො කිං හේතු. කිම්පච්චයා, කිංකාරණා, උප්පන්නොති විතක්කානං මූලඤ්ච මූලාමූලඤ්ච මනසිකාතබ්බං මනිඅ II, පි. 76

47 මනි I, පි. 304

48 මනිඅ II, පි. 76

49 බලන්න. දද්දභ ජාතකය (322) ජාතක පාලි I, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1976 (පුනර් මුද්‍රණය 2005), පි. 180

[50] දන්තෙනභිදන්තමාධාය ජිව්හාය තාලුං ආහච්ච චේතසා චිත්තං අභිනිග්ගණ්හිතබ්බං අභිනිප්පීළෙතබ්බං අභිසන්තාපෙතබ්බං. මනි I, පි. 304

[51] එම

[52] බලන්න. ථෙරගාථා, 1112 - 1150 ගාථා, ථෙරගාථා පාලි, බු.ජ.ත්‍රි. මුද්‍රණය, 1972 (පුනර් මුද්‍රණය 2005)

[53] මනි I, පි. 306