10. 2. 1. 10

ගිරිමානන්ද සුත්තං

එකං සමයං භගවා සාවත්ථියං විහරති ජෙතවනෙ අනාථපිණ්ඩිකස්ස ආරාමෙ. තෙන ඛො පන සමයෙන ආයස්මා ගිරිමානන්දො ආබාධිකො හොති දුක්ඛිතො බාළ්හගිලානො. අථ ඛො ආයස්මා ආනන්දො යෙන භගවා තෙනුපසංකමි, උපසංකමිත්වා භගවන්තං අභිවාදෙත්වා එකමන්තං නිසීදි. එකමන්තං නිසින්නො ඛො ආයස්මා ආනන්දො භගවන්තං එතදවොච:

ආයස්මා භන්තෙ ගිරිමානන්දො ආබාධිකො හොති දුක්ඛිතො බාළ්හගිලානො, සාධු භන්තෙ භගවා යෙනායස්මා ගිරිමානන්දො තෙනුපසංකමතු අනුකම්පං උපාදායාති.

සචෙ ඛො ත්වං ආනන්ද ගිරිමානන්දස්ස භික්ඛුනො උපසංකමිත්වා දසසඤ්ඤා භාසෙය්‍යාසි, ඨානං ඛො පනෙතං විජ්ජති යං ගිරිමානන්දස්ස භික්ඛුනො දසසඤ්ඤා සුත්වා සො ආබාධො ඨානසො පටිප්පස්සම්භෙය්‍ය.

කතමා දස:

අනිච්චසඤ්ඤා, අනත්තසඤ්ඤා, අසුභසඤ්ඤා, ආදීනවසඤ්ඤා, පහානසඤ්ඤා, වීරාගසඤ්ඤා, නිරොධසඤ්ඤා, සබ්බලොකෙ අනභිරතසඤ්ඤා, සබ්බසඞ්ඛාරෙසු අනිච්චසඤ්ඤා, ආනාපානසති.

10. 2. 1. 10
ගිරිමානන්ද සූත්‍රය

එක් කලෙක භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සැවැත සමීපයෙහි අනේපිඩුහුගේ ජේතවන නම් අරම්හි වැඩ වසන සේක. එකල්හි ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරණුවෝ හටගත් ආබාධ ඇතියාහු දුකට පැමිණියාහු දැඩි ගිලන් බැව් ඇතියාහු වෙත්. එකල්හි ආයුෂ්මත් අනඳ තෙරණුවෝ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ කරා එළඹියහ. එළඹ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සකසා වැඳ එකත්පස් ව හුන්හ. එකත්පස් ව හුන් ආයුෂ්මත් අනඳ තෙරණුවෝ භාග්‍යවතුන් වහන්සේට තෙල කීහ:

වහන්ස, ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරණුවෝ උපන් ආබාධ ඇතියාහු පැමිණි දුක් ඇතියාහු දැඩි ගිලන්බව ඇතියාහු වෙත්. වහන්ස, භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අනුකම්පා පිණිස ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරුන් කරා වඩනා සේක් නම් මැනැවැ යි.

ආනන්දයෙනි, ඉදින් තෙපි ගිරිමානන්ද මහණුහු වෙත එළැඹ දශ සංඥ කියහු නම්, යම් හෙයෙකින් දශසංඥ අසා ගිරිමානන්ද මහණුහුගේ ඒ ආබාධය හෙතු විසින් සන්හිඳෙන්නේ ය යන තෙල කරුණ ඇත.

කවර දශයෙක යත්:

අනිත්‍යසංඥ යැ, අනාත්මසංඥ යැ, අශුභසංඥා යැ, ආදීනවසංඥා යැ, ප්‍රහාණසංඥ යැ, විරාගසංඥ යැ, නිරොධසංඥ යැ, හැමලෝහි අනභිරතසංඥ යැ, සවුසකරන්හි අනිත්‍යසංඥා යැ, ආනාපාන සති යැ යි.

1. කතමාචානන්ද අනිච්චසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා රුක්ඛමූලගතො වා සුඤ්ඤාගාරගතො වා ඉති පටිසංචික්ඛති: "රූපං අනිච්චං වෙදනා අනිච්චා සඤ්ඤා අනිච්චා සඞ්ඛාරා අනිච්චා විඤ්ඤාණං අනිච්චන්ති". ඉති ඉමෙසු පඤ්චසුපාදානක්ඛන්ධෙසු අනිච්චානුපස්සී විහරති. අයං වුච්චතානන්ද අනිච්චසඤ්ඤා.

2. කතමාචානන්ද අනත්තසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා –පෙ– ඉතිපටිසඤ්චික්ඛති: "චක්ඛුං[1] අනත්තා, රූපා[2] අනත්තා සොතං අනත්තා, සද්ද අනත්තා, ඝානං අනත්තා, ගන්ධා අනත්තා, ජිව්හා අනත්තා, රසා අනත්තා, කායො අනත්තා, ඵොට්ඨබ්බා අනත්තා, මනො අනත්තා, ධම්මා අනත්තා"ති. ඉති ඉමෙසු ඡසු අජ්ඣත්තික බාහිරෙසු ආයතනෙසු අනත්තානුපස්සී විහරති. අයං වුච්චතානන්ද අනත්තසඤ්ඤා.

3. කතමාචානන්ද අසුභසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු ඉමමෙව කායං උද්ධං පාදතලා අධො කෙසමත්ථකා තචපරියන්තං පූරං නානප්පකාරස්ස අසුචිනො පච්චවෙක්ඛති: "අත්ථි ඉමස්මිං කායෙ කෙසා ලොමා නඛා දන්තා තචො මංසං නහාරු අට්ඨි අට්ඨිමිඤ්ජා වක්කං හදයං යකනං කිලොමකං පිහකං පප්ඵාසං අන්තං අන්තගුණං උදරියං කරීසං පිත්තං සෙම්හං පුබ්බො ලොහිතං සෙදෙ මෙදෙ, අස්සු වසා ඛෙලො සිඞ්ඝාණිකා ලසිකා මුත්තන්ති" ඉති ඉමස්මිං කායෙ අසුභානුපස්සී විහරති, අයං වුච්චතානන්ද අසුභසඤ්ඤා.

4. කතමාචානන්ද ආදීනවසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා රුක්ඛමූලගතො වා සුඤ්ඤාගාරගතො වා ඉතිපටිසඤ්චික්ඛති: "බහු දුක්ඛො ඛො අයං කායො බහු ආදීනවො, ඉති ඉමස්මිං කායෙ විවිධා ආබාධා උප්පජ්ජන්ති, සෙය්‍යථීදං: චක්ඛුරොගො සොතරොගො ඝානරොගො ජිව්හාරොගො කායරොගො සීසරොගො කණ්ණරොගො මුඛරොගො

1. චක්ඛු අනත්තා – මජ්ඣං 2. රූපං – සිමු.

1. ආනන්දයෙනි, අනිච්චසංඥා කවර:

ආනන්දයෙනි, මෙසස්නෙහි මහණ වලට ගියේ වේවයි රුක්මුලට ගියේ වේව යි ශූන්‍යාගාරයට ගියේ වේවයි මෙසේ නුවණින් සලකන්නේ ය: ''රූපය අනිත්‍ය ය, වේදනා අනිත්‍ය ය, සංඥා අනිත්‍ය ය, සංස්කාරයෝ අනිත්‍යයහ, විඥානය අනිත්‍ය ය''යි. මෙසේ මේ පඤ්චොපාදානස්කන්ධයන්හි අනිත්‍යානුදර්ශී ව වසයි. ආනන්දයෙනි, මේ අනිත්‍යසංඥා යයි කියනු ලැබේ.

2. ආනන්දයෙනි, අනාත්මසංඥා කවර:

ආනන්දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ වලට ගියේ වේවයි ... මෙසේ නුවණින් සලකන්නේ ය: චක්ෂුස අනාත්ම ය, රූප අනාත්ම ය, ශ්‍රොතස අනාත්ම ය, ශබ්ද අනාත්ම ය, ඝ්‍රාණය අනාත්ම ය, ගන්ධ අනාත්ම ය ජිහ්වා අනාත්ම ය රස අනාත්ම ය, කය අනාත්ම ය ධර්ම අනාත්ම ය''යි මෙසේ මේ ස වැදෑරුම් ආධ්‍යාත්මික බාහිර ආයතනයන්හි අනාත්මානුදර්ශී ව වාසය කරයි. ආනන්දයෙනි, මේ අනාත්මසංඥා යි කියනු ලැබේ.

3. ආනන්දයෙනි, අශුභසංඥා කවර:

ආනන්දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ පා තලින් උඩ, කෙස්මතුයෙන් යට සම හිම් කොට ඇති නානාප්‍රකාර අශුචියෙන් පිරි මෙම කය ප්‍රත්‍යවෙක්ෂා කරන්නේ ය: මේ කායයෙහි කෙශයෝ ය, රොමයෝ ය, නිය ය, දත් ය, සම ය, මාංස ය, නහර ය, ඇට ය, ඇටමිදුලු ය, වකුගඩු ය; හෘදය ය, අක්මා ය, දලබු ය, බඩදිව ය, පපුකැණ ය, අතුනු ය, අතුනුබහන ය, ඔදයෑ ය, පුරීෂ ය, පිත් ය, ශ්ලෙස්මා ය, පූයා ය, ලේ ය, සෝදිය ය, මේදස් ය, කඳුළු ය, වුරුණුතෙල් ය, කෙල ය, මුකුනු ය, සඳ මිදුලු ය, මූ ය යන මොහු ඇතැයි මෙසේ මෙ කයෙහි අශුභානුදර්ශී ව වාසය කරයි. ආනන්දයෙනි, මේ අශුභසංඥා යි කියනු ලැබේ.

4. ආනන්දයෙනි, ආදීනවසංඥා කවර:

ආනන්දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ වලට ගියේ වේවයි රුක්මුලට ගියේ වේවයි ශූන්‍යාගාරයට ගියේ වේවයි මෙසේ සලකන්නේ ය: බොහෝ දුක් ඇති මේ කය බොහෝ ආදීනව ඇත්තේ ය. මෙසේ මේ කයෙහි විවිධ ආබාධයෝ උපදනාහ. ඔහු කවරහයත්: චක්ඛුරොග ය, සොතරොග ය, ඝානරොග ය, ජිව්හාරොග ය, කායරොග ය, සීසරොග ය, කණ්ණරොග ය, මුඛරොග ය,

දන්තරොගො කාසො සාසො පිනාසො ඩහො ජරො කුච්ඡිරොගො මුච්ඡා පක්ඛන්දිකා සූලා විසූචිකා කුට්ඨං ගණ්ඩා කිලාසො සොසො අපමාරො දද්දු කණ්ඩු කච්ඡු රඛසා[1] විතච්ඡිකා ලොහිතපිත්තං මධුමෙහො අංසා පිළකා භගන්දලා පිත්තසමුට්ඨානා ආබාධා, සෙම්හසමුට්ඨානා ආබාධා, වාතසමුට්ඨානා ආබාධා සන්නිපාතිකා ආබාධා උතුපරිණාමජා ආබාධා විසමපරිහාරජා ආබාධා ඔපක්කමිකා ආබාධා කම්මවිපාකජා ආබාධා සීතං උණ්හං ජිඝච්ඡා පිපාසා උච්චාරො පස්සාවො''ති. ඉති ඉමස්මිං කායෙ ආදීනවානුපස්සී විහරති. අයං වුච්චතානන්ද ආදීනවසඤ්ඤා.

5. කතමාචානන්ද පහානසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු උප්පන්නං කාමවිතක්කං නාධිවාසෙති පජහති විනොදෙති බ්‍යන්තීකරොති අනභාවං ගමෙති. උප්පන්නං ව්‍යාපාද විතක්කං නාධිවාසෙති පජහති විනොදෙති බ්‍යන්තීකරොති අනභාවං ගමෙති. උප්පන්නං විහිංසා විතක්කං නාධිවාසෙති පජහති විනොදෙති බ්‍යන්තීකරොති අනභාවං ගමෙති. උප්පන්නුප්පන්නෙ පාපකෙ අකුසලෙ ධම්මෙ නාධිවාසෙති පජහති විනොදෙති බ්‍යන්තීකරොති අනාභාවං ගමෙති. අයං වුච්චතානන්ද පහානසඤ්ඤා.

6. කතමාචානන්ද විරාගසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා රුක්ඛමූලගතො වා සුඤ්ඤාගාරගතො වා ඉති පටිසඤ්චික්ඛති: ''එතං සන්තං එතං පණීතං යදිදං සබ්බසඞ්ඛාරසමථො සබ්බූපධිපටිනිස්සග්ගො, තණ්හක්ඛයො විරාගො නිබ්බානන්ති. අයං වුච්චතානන්ද විරාගසඤ්ඤා.

7. කතමාචානන්ද නිරොධසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා රුක්ඛමූලගතො වා සුඤ්ඤාගාරගතො වා ඉති පටිසංචික්ඛති: ''එතං සන්තං එතං පණීතං යදිදං සබ්බසඞ්ඛාරසමථො සබ්බූපධිපටිනිස්සග්ගො තණ්හක්ඛයො නිරොධො නිබ්බානන්ති''. අයං වුච්චතානන්ද නිරොධසඤ්ඤා.

1. නඛසා – මජසං

දන්තරෝග ය, කාස ය, ශ්වාස ය, පිනාස ය, දහ ය, ජ්වර ය, කුච්ඡිරෝග ය, මූර්ඡා ය, පක්ඛන්දිකා ය, ශූලා ය, විශූචිකා ය, කුෂ්ට ය, ගණ්ඩ ය, කිලාස ය, ස්වාස ය, අපස්මාර ය, දද්දු ය, කණ්ඩු ය, කච්ඡු ය, රඛසා ය, විතච්ඡිකා ය, ලොහිතපිත්ත ය, මධුමෙහ ය, අංස ය, පිළකා ය, භගන්දරා ය, පිතින් උපදනා ආබාධ ය, සෙමෙන් උපදනා ආබාධ ය, වාතයෙන් උපදනා ආබාධ ය, සන්නිපාතික ආබාධ ය. ඍතුපරිණාමයෙන් වන ආබාධ ය, විෂමපරිහාරයෙන් උපදනා ආබාධ ය, උපක්‍රමයෙන් උපදනා ආබාධ ය, කර්මවිපාකයෙන් උපදනා ආබාධ ය, ශීත ය, උෂ්ණ ය, සා ය, පවසය, උච්චාර ය, පස්සාව ය යි. මෙසේ මෙ කාහි ආදීනවානුදර්ශී ව වෙසෙයි. ආනන්දයෙනි, මේ ආදීනවානුසංඥ යි කියනු ලැබේ.

5. ආනන්දයෙනි, ප්‍රහාණසංඥ කවර:

ආනන්දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ උපන් කාමවිතර්ක නො ඉවසයි. දුරලයි, විනොදනා කෙරෙයි, විගතාන්ත කෙරෙයි, අනභාවයට යවයි. උපන් ව්‍යාපාදවිතර්ක නො ඉවසයි, දුරලයි, විනොදනා කරයි, විගතාන්ත කරයි, අනභාවයට යවයි. උපන් විහිංසාවිතර්කය නො ඉවසයි දුරලයි, විනොදනා කරයි, විගතාන්ත කරයි, අනභාවයට යවයි, උපනුපන් ලමු අකුසල් දහම් නො ඉවසයි, දුරලයි, විනොදනා කරයි, විගතාන්ත කරයි, අනභාවයට යවයි. ආනන්දයෙනි, මේ ප්‍රහාණසංඥ යි කියනු ලැබේ.

6. ආනන්දයෙනි, විරාගසංඥ කවර:

ආනන්දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ වලට ගියේ වේවයි රුක්මුලට ගියේ වේවයි ශුන්‍යාගාරයට ගියේ වේවයි මෙසේ සලකන්නේ ය; සර්ව සංස්කාරයන්ගේ යම්බඳු ශමථයෙක් සර්වොපධීන්ගේ දුරලීමෙක් තෘෂ්ණා ක්ෂයයෙක් විරාගයෙක් නිර්වාණයෙක් වේ නම් තෙල ශාන්ත ය, තෙල ප්‍රණීත ය, ආනන්දයෙනි, මේ විරාගසංඥා යි කියනු ලැබේ.

7. ආනන්දයෙනි, නිරොධසංඥ කවර:

ආනන්දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ වලට ගියේ වේවයි, රුක්මුලට ගියේ වේවයි, ශුන්‍යාගාරයට ගියේ වේවයි මෙසේ සලකන්නේ ය: සර්ව සංස්කාරයන්ගේ යම්බඳු ශමථයෙක් සර්වොපධීන්ගේ දුරලීමෙක් තෘෂ්ණා ක්ෂයයෙක්, විරාගයෙක්, නිරොධයෙක්, නිර්වාණයෙක් වේ නම් තෙල ශාන්ත ය, තෙල ප්‍රණීත යි. ආනන්දයෙනි, මේ නිරොධසංඥ යි කියනු ලැබේ.

Free Distribution

8. කතමාචානන්ද සබ්බලොකෙ අනභිරතසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු යෙ ලොකෙ උපයූපාදනා චෙතසො අධිට්ඨානාභිනිවෙසානුසයා, තෙ පජහන්තො විරමති න උපාදියන්තො. අයං වුච්චතානන්ද සබ්බලොකෙ අනභිරතසඤ්ඤා.

9. කතමාචානන්ද සබ්බසඞ්ඛාරෙසු අනිච්චසඤ්ඤා:

ඉධානන්ද භික්ඛු සබ්බසඞ්ඛාරෙහි අට්ටීයති හරායති ජිගුච්ඡති. අයං වුච්චතානන්ද සබ්බසඞ්ඛාරෙසු අනිච්චසඤ්ඤා.

10. කතමාචානන්ද ආනාපානසති:

ඉධානන්ද භික්ඛු අරඤ්ඤගතො වා රුක්ඛමූලගතො වා සුඤ්ඤාගාරගතො වා නිසීදති පල්ලඞ්කං ආභුජිත්වා උජුං කායං පණිධාය පරිමුඛං සතිං උපට්ඨපෙත්වා. සො සතො ව අස්සසති, සතො පස්සසති.

දීඝං වා අස්සසන්තො දීඝං අස්සසාමීති පජානාති. දීඝං වා පස්සසන්තො දීඝං පස්සසාමීති පජානාති. රස්සං වා අස්සසන්තො රස්සං අස්සසාමීති පජානාති. රස්සං වා පස්සසන්තො රස්සං පස්සසාමීති පජානාති. සබ්බකාය පටිසංවෙදී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. සබ්බකාය පටිසංවෙදී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පස්සම්භයං කායසඞ්ඛාරං අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පස්සම්භයං කායසඞ්ඛාරං පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති.

පීතිපටිසංවෙදී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පීතිපටිසංවෙදී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. සුඛපටිසංවෙදී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. සුඛපටිසංවෙදී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. චිත්තසඞ්ඛාරපටිසංවෙදී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. චිත්තසඞ්ඛාරපටිසංවෙදී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පස්සම්භයං චිත්තසඞ්ඛාරං අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පස්සම්භයං චිත්තසඞ්ඛාරං පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති.

8. ආනන්‍දයෙනි, සර්වලොකයෙහි අනභිරතසංඥා කවර:

ආනන්‍දයෙනි, මේ සස්නෙහි මහණ ලොවෙහි යම් උපය සඞ්ඛ්‍යාත තෘෂ්ණා – මාන – දෘෂ්ටීහු වෙත් ද කාමූපාදනාදි උපාදනයෝ වෙත් ද චිත්තාධිෂ්ඨාන සඞ්ඛ්‍යාත ශාශ්වත උච්ඡේද කෙනෙක් වෙත් ද අභිනිවෙස සඞ්ඛ්‍යාත අත්තානුදිට්ඨියෙක් වේ ද අනුසය සඞ්ඛ්‍යාත ථාමගත ක්ලේශයෝ වෙත් ද, ඔවුන් දුරලමින් දැඩි ව නො ගනිමින් නො ඇලෙයි. ආනන්‍දයෙනි, මේ සර්වලොකයෙහි අනභිරතසංඥා යි කියනු ලැබේ.

9. ආනන්‍දයෙනි, සර්වසංස්කාරයන්හි අනිත්‍යසංඥා කවර:

ආනන්‍දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ හැම ප්‍රත්‍යුත්පන්නධර්මයන්ගෙන් පෙළෙයි. හිරි කෙරෙයි, පිළිකුල් කෙරෙයි. ආනන්‍දයෙනි, මේ සර්ව සංස්කාරයන්හි අනිත්‍යසංඥා යි කියනු ලැබේ.

10. ආනන්‍දයෙනි, ආනාපානසති කවර:

ආනන්‍දයෙනි, මෙ සස්නෙහි මහණ වලට ගියේ වේවයි රුක්මුලට ගියේ වේව යි ශූන්‍යාගාරයට ගියේ වේවයි කය ඍජු කොට තබා සිහි පෙරට කොට එළවා පලක් බැඳ හිඳියි. හේ සිහි ඇතියේ ම ආශ්වාස කෙරෙයි, සිහි ඇතියේ ම ප්‍රශ්වාස කෙරෙයි:

දීඝ කොට ආශ්වාස කරනුයේ හෝ දීඝ කොට ආශ්වාස කෙරෙමි යි දනී, දීඝ කොට ප්‍රශ්වාස කරනුයේ හෝ දීඝ කොට ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි දනී, ලඝු කොට ආශ්වාස කරනුයේ හෝ ලඝු කොට ආශ්වාස කෙරෙමි යි දනී. ලඝු කොට ප්‍රශ්වාස කරනුයේ හෝ ලඝු කොට ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි දනී. සකල අශ්වාසකායය මුල මැද–අග පාළ කරනුයේ ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. සකල ප්‍රශ්වාසකායය මුල–මැද–අග පාළ කරනුයේ ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. ඖදරික ආශ්වාසකායසංස්කාරය සන්හිඳුවමින් ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. ඖදරික ප්‍රශ්වාසකාය-සංස්කාරය සන්හිඳුවමින් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි.

ප්‍රීතිය මොනොවට දන්නේ ආශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. ප්‍රීතිය මොනොවට දන්නේ ප්‍රශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. තුන් දුහැන් විසින් සුඛය මොනොවට දන්නේ ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙ යි. තුන් දුහැන් විසින් සුඛය මොනොවට දන්නේ ප්‍රශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. සිවුදුහැන් විසින් චිත්තසංස්කාරය දන්නේ ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. සිවු දුහැන් විසින් චිත්තසංස්කාර දන්නේ ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. ඖදරික චිත්තසංස්කාරය සන්හිඳුවමින් ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. ඖදරික චිත්තසංස්කාරය සන්හිඳුවමින් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි,

Free Distribution www.aathaani.org

චිත්තපටිසංවෙදී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. චිත්තපටිසංවෙදී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. අභිප්පමොදයං චිත්තං අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. අභිප්පමොදයං චිත්තං පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. සමාදහං චිත්තං අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. සමාදහං චිත්තං පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. විමොචයං චිත්තං අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. විමොචයං චිත්තං පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති.

අනිච්චානුපස්සී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. අනිච්චානුපස්සී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. විරාගානුපස්සී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. විරාගානුපස්සී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. නිරොධානුපස්සී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. නිරොධානුපස්සී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පටිනිස්සග්ගානුපස්සී අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. පටිනිස්සග්ගානුපස්සී පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති. අයං වුච්චතානන්ද ආනාපානසති.

සචෙ ඛො ත්වං ආනන්ද ගිරිමානන්දස්ස භික්ඛුනො උපසංකමිත්වා ඉමා දස සඤ්ඤා භාසෙය්‍යාසි, ඨානං ඛො පනෙතං විජ්ජති යං ගිරිමානන්දස්ස භික්ඛුනො ඉමා දස සඤ්ඤා සුත්වා සො ආබාධො ඨානසො පටිප්පස්සම්භෙය්‍යාති.

අථ ඛො ආයස්මා ආනන්දො භගවතො සන්තිකෙ ඉමා දස සඤ්ඤා උග්ගහෙත්වා යෙනායස්මා ගිරිමානන්දො තෙනුපසංකමි. උපසංකමිත්වා ආයස්මතො ගිරිමානන්දස්ස ඉමා දස සඤ්ඤා අභාසි. අථ ඛො ආයස්මතො ගිරිමානන්දස්ස ඉමා දස සඤ්ඤා සුත්වා සො ආබාධො ඨානසො පටිප්පස්සම්භි, වුට්ඨාහි චායස්මා ගිරිමානන්දො තම්හා ආබාධා තථා පහීනො ච පනායස්මතො ගිරිමානන්දස්ස සො ආබාධො අහොසීති.

සචිත්තවග්ගො පඨමො.

තස්සුද්දානං:

සචිත්ත සාරිපුත්තා ච ඨිතිඤ්ච සමථෙන ච
පරිහානා ච ද්වෙ සඤ්ඤා මූලා පබ්බජිතා ගිරීති,

සිවු දැහැන් විසින් චිත්තය දන්නේ ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. සිවුදැහැන් විසින් චිත්තය දන්නේ ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. සමථ–විපස්සනා විසින් සිත පහන් කරවමින් ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. සමථ–විපස්සනා විසින් සිත පහන් කරවමින් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. ධ්‍යාන විසින් සිත අරමුණෙහි සමව තබමින් ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. ධ්‍යාන විසින් සිත අරමුණෙහි සමව තබමින් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. නීවරණයෙන් සිත මුදමින් ආශ්වාස කෙරෙමි හික්මෙයි. නීවරණයෙන් සිත මුදමින් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි.

අනිත්‍යානුදර්ශී වූයෙම් ආශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. අනිත්‍යානුදර්ශී වූයෙම් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමි යි හික්මෙයි. විරාගානුදර්ශී වූයෙම් ආශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. විරාගානුදර්ශී වූයෙම් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. නිරොධානුදර්ශී වූයෙම් ආශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. නිරොධානුදර්ශී වූයෙම් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. ප්‍රතිනිඃසර්ගානුදර්ශී වූයෙම් ආශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. ප්‍රතිනිඃසර්ගානුදර්ශී වූයෙම් ප්‍රශ්වාස කෙරෙමියි හික්මෙයි. ආනන්දයෙනි, මේ ආනාපානසති යි කියනු ලැබේ.

ආනන්දයෙනි, ඉදින් තෙපි ගිරිමානන්ද මහණහු වෙත ගොස් මේ දස සංඥා කියවු නම් යම් හෙයෙකින් මේ දශසංඥා අසා ගිරිමානන්ද මහණහු ගේ ඒ ආබාධය හේතු විසින් සන්හිඳෙන්නේ ය යන තෙල කරුණ ඇත.

එකල්හි ආයුෂ්මත් ආනන්ද තෙරණුවෝ භාග්‍යවතුන් හමුයෙහි මේ දශසංඥා උගෙන ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරුන් කරා එළැඹියහ. එළඹ ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරුන්ට මේ දශසංඥා කීහ. ඉක්බිති මේ දශසංඥා අසා ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරුන්ගේ ඒ ආබාධය හේතු විසින් සන්හින. ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරණුවෝත් ඒ ආබාධයෙන් නැගියහ. ආයුෂ්මත් ගිරිමානන්ද තෙරුන්ගේ ඒ ආබාධය එසේ ප්‍රහීණ ම වී.

පළමුවැනි සචිත්තවර්ග යි.

එහි උද්දානය:

සචිත්ත සූත්‍රය, සාරිපුත්ත සූත්‍රය, ඨිති සූත්‍රය, සමථ සූත්‍රය, පරිහාන සූත්‍රය, සඤ්ඤා සූත්‍ර දෙකය, මූල සූත්‍රය, පබ්බජිත සූත්‍රය, ගිරිමානන්ද සූත්‍රය දැයි දසයෙකි.