

# ආනාපානසති සූත්‍රය

මජ්ඣිමනිකාය : උපරිපණ්ණාසකය

<p>එවං මෙ සූතං: එකං සමයං භගවා සාවඤ්චියං විහරති පුබ්බාරාමෙ මීගාරමානුපාසාදෙ සමඛනුලෙහි අභිඤ්ඤාතෙහි අභිඤ්ඤාතෙහි ථෙරෙහි සාවකෙහි සද්ධිං, ආයස්මතා ච සාරිපුතොන ආයස්මතා ච මහාමොග්ගලොනොන ආයස්මතා ච මහාකස්සපෙන ආයස්මතා ච මහාකච්චායනොන ආයස්මතා ච මහාකොට්ඨිකෙන ආයස්මතා ච මහාකප්පිනොන ආයස්මතා ච මහාචුඤ්ජෙන ආයස්මතා ච අනුරුද්ධෙන ආයස්මතා ච රෙවතෙන ආයස්මතා ච ආනාඤ්ජෙන අඤ්ඤාතෙහි ච අභිඤ්ඤාතෙහි අභිඤ්ඤාතෙහි ථෙරෙහි සාවකෙහි සද්ධිං.</p> <p>තෙන ඛො පන සමයෙන ථෙරා භික්ඛු නවෙ භික්ඛු ඔවදන්ති අනුසාසනති. අප පෙකච්චෙ ථෙරා භික්ඛු දසපි භික්ඛු ඔවදන්ති අනුසාසනති. අපෙකච්චෙ ථෙරා භික්ඛු විසමපි භික්ඛු ඔවදන්ති අනුසාසනති. අපෙකච්චෙ ථෙරා භික්ඛු තිංසමපි භික්ඛු ඔවදන්ති අනුසාසනති. අපෙකච්චෙ ථෙරා භික්ඛු චත්තාරිසමපි භික්ඛු ඔවදන්ති අනුසාසනති. තෙ ච නවා භික්ඛු ථෙරෙහි භික්ඛුහි ඔවදියමානා අනුසාසියමානා උළාරං පුබ්බෙනාපරං විසෙසං පජානන්ති.</p> <p>තෙන ඛො පන සමයෙන භගවා තදහුපොසථෙ පනතරසෙ පචාරණාය පුණ්ණාය පුණ්ණමාය රතතියා භික්ඛුසඤ්ඤාපරිවුතො අබ්බොකාසෙ නිසිනොනා හොති. අථ ඛො භගවා තුණ්හිභුතං තුණ්හිභුතං භික්ඛුසඤ්ඤා අනුච්චොකෙත්වා භික්ඛු ආමනොසි:</p> <p>‘ආරද්ධාසමී භික්ඛවෙ, ඉමාය පටිපදය. ආරද්ධවිනොතාසමී භික්ඛවෙ, ඉමාය පටිපදය. තසමාතිභ භික්ඛවෙ, භියොයාසොමනාය විරියං ආරහථ අභ්‍යන්තස්ස පත්තියා, අනධිගතස්ස අධිගමාය, අසච්ඡිකතස්ස සච්ඡිකිරියාය. ඉධෙවාහං සාවඤ්චියං කොමුදිං චාතුමාසිනිං ආගමෙස්සාමීති.</p> <p>අස්සොසුං ඛො ජානපද භික්ඛු: භගවා කිර තඤ්චෙව සාවඤ්චියං කොමුදිං චාතුමාසිනිං ආගමෙස්සාමීති. තෙ ච ජානපද භික්ඛු සාවඤ්චියං ඔසරන්ති භගවන්තං දස්සනාය. තෙ ච ඛො ථෙරා භික්ඛු භියොයාසොමනාය නවෙ භික්ඛු ඔවදන්ති අනුසාසනති. අප</p>	<p>මා විසින් මෙසේ අසන ලද නොහොත් මා ඇසූ හැටි මෙසේ යැ: එක් සමයෙක්හි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සැවැත්නුවර සමීපයෙහි පුවරම් නම් මුවරමාපායෙහි හැම තැනැ ශීලාදී ගුණයෙන් පළම වූ බොහෝ ස්ථවිර ශ්‍රාවකයන් සමග වැඩවසන සේක. ආයුෂ්මත් සැරියුත් තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් මහමුගලන් තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් මහසුප් තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් මහකසයින් තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් මහාකොට්ඨික තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් මහාකප්පින තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් මහාචුඤ්ජ තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් අනුරුද්ධ තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් රේවත තෙරුන් ද, ආයුෂ්මත් අනඳ තෙරුන් ද, අනා වූ මහත් ගුණයෙන් ප්‍රකට වූ ස්ථවිර ශ්‍රාවක භික්ඛුන් ද සමග පුවරම් මුවරමාපායෙහි වැඩවසන සේක.</p> <p>තව ද එසමයෙහි ස්ථවිර භික්ඛුහු නවක පැවිද්දන්ට අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. ඇතැම් ස්ථවිර භික්ඛුහු පැවිද්දන් දසදෙනෙකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. ඇතැම් ස්ථවිර භික්ඛුහු පැවිද්දන් විසි දෙනකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. ඇතැම් ස්ථවිර භික්ඛුහු පැවිද්දන් තිස්දෙනකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. ඇතැම් ස්ථවිර භික්ඛුහු පැවිද්දන් හතළිස් දෙනකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. තෙර මහණුන් විසින් අවවාද අනුශාසනා කරනු ලබන ඒ නවක භික්ඛුහු ශීලපරිපූරණාදී පුච්චිශේෂයෙන් වැඩි උදරතර අපර කාන්ස්න පරිකමාදී විශේෂ දනිත්.</p> <p>එ සමයෙහි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ එදවස් පොහොයැ පණුරැසියෙහි පවුරුණු ඇති සඳ පිරුණු මැදිපොහෝරැය භික්ඛුසංඝපරිවාහ ව අභ්‍යවකාශයෙහි වැඩහුන් සේක. එසඳ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නිහඬ නිහඬ ව හුන් මහණුන් බලා ඒ මහණුන් ඇමතු සේක.</p> <p>“මහණෙනි, මේ ප්‍රතිපදයෙන් (මම) ආරාධිතයෙමි. මහණෙනි, මේ ප්‍රතිපදයෙන් මම ඇරැයු සිතැතියෙමි. එහෙයින් මහණෙනි, නො පත් අභීත්ඵලයාගේ ප්‍රාප්තිය පිණිස අනධිගත ඵලයා ගේ අධිගමය පිණිස නො පසක් කළ නිවන පසක් කරණු පිණිස වෙසෙසින් වියාරීමභ කරවු. මම මේ සැවතෙහි මැ පිපි කුමුදු ඇති චාතුමාසිනිය හෙවත් පශ්චිමකාර්තික පූර්ණිමාව දක්වා බලමි’යි වදළහ.</p> <p>“භාග්‍යවතුන් වහන්සේ එ සැවැත්හි මැ කුමුදු ඇති ඉල්පොහොය දක්වා බලන සේක් ලැ’ යි දනව්වැසි සගහු ඇසූහු මැ ය. ඒ දනව්වැසි භික්ඛුහු බුදුන් දක්නට පැමිණෙත්. ඒ තෙර මහණහු වැඩි පමණින් නවක පැවිද්දන්ට අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. කිසි</p>
---	--

පෙකවෙලට පෙරා හිකුදු දසපි හිකුදු ඔවදනති අනුසාසනති. අපොකවෙලට පෙරා හිකුදු වීසමපි හිකුදු ඔවදනති අනුසාසනති. අපොකවෙලට පෙරා හිකුදු තිංසමපි හිකුදු ඔවදනති අනුසාසනති. අපොකවෙලට පෙරා හිකුදු චත්තාරීසමපි හිකුදු ඔවදනති අනුසාසනති. තෙ ව නවා හිකුදු පෙරෙහි හිකුදුහි ඔවදියමානා අනුසාසියමානා උළාරං පුබ බෙනාපරං විසෙසං පජානනති.

තෙන බො පන සමයෙන භගවා තදනුපොසපේ පනතරසෙ කොමුදියා වාතුමාසිනියා පුණණාය පුණණමාය රත්තියා හිකුදුසඩසපර්වතො අබොකාසෙ නිසිනො හොති.

අප් බො භගවා තුණ්හිභුතං තුණ්හිභුතං හිකුදුසඩසං අනුවිලොකෙත්වා හිකුදු ආමනෙතසි: අපලාපායං හිකුදුවෙ, පරිසා, නිපාලාපායං හිකුදුවෙ, පරිසා සුද්ධා සාරෙ පතිට්ඨිතා. තථාරුපො අයං හිකුදුවෙ, හිකුදුසඩෙසා. තථාරුපායං හිකුදුවෙ, පරිසා. යථාරුපා පරිසා ආනුනෙය්‍යා පානුනෙය්‍යා දකඛිණෙය්‍යා අඤ්ජලිකරණියා අනුතරං පුඤ්ඤකෙධතං ලොකස්ස. තථාරුපො අයං හිකුදුවෙ, හිකුදුසඩෙසා. තථාරුපායං හිකුදුවෙ, පරිසා. යථාරුපාය පරිසාය අප්පං දිනතං බහුං හොති, බහුං දිනතං බහුතරං. තථාරුපො අයං හිකුදුවෙ, හිකුදුසඩෙසා. තථාරුපායං හිකුදුවෙ, පරිසා. යථාරුපා පරිසා දුලලා දස්සනාය ලොකස්ස. තථාරුපො අයං හිකුදුවෙ, හිකුදුසඩෙසා. තථාරුපායං හිකුදුවෙ, පරිසා. යථාරුපං පරිසං අලං යොජනගණනානි දස්සනාය ගත තුං පුටොසෙනාපි3.

සනති හිකුදුවෙ, හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස අරහනො ඛිණාසවා වුසිතවනො කතකරණියා ඔහිතභාරා අනුප්පතසද්දවා පරිකඛිණභවසඤ්ඤජනා සමමදඤ්ඤ විමුත්තා, එවරුපාපි හිකුදුවෙ, සනති හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස. සනති හිකුදුවෙ, හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස පඤ්ඤනං ඔරමහාගියානං සඤ්ඤජනානං පරිකඛියා ඔපපාතිකා තත් පරිනිබ්බායිනො අනාවතතිට්ඨමා තසමා ලොකා, එවරුපාපි හිකුදු බවෙ, සනති හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස. සනති හිකුදුවෙ, හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස තිණණං සංයොජනානං පරිකඛියා රාගදෙසමොභානං තනුතා සකදගාමීනො සකිදෙව ඉමං ලොකං ආගන්ත්වා දුකඛස්සනතං කරස්සනති. එවරුපාපි හිකුදුවෙ, සනති හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස. සනති හිකුදුවෙ, හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස තිණණං සඤ්ඤජනානං පරිකඛියා සොතාපනතා අවිනිපාතධම්මා නියතා සමෙබ්බපරායණා, එවරුපාපි හිකුදුවෙ, සනති හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස.

සනති හිකුදුවෙ, හිකුදු ඉමසමීං හිකුදුසඩෙස වතුනං සතිපට්ඨානානං

තෙර මහණ කෙනෙක් පැවිද්දන් දසදෙනකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. කිසි තෙර මහණ කෙනෙක් පැවිද්දන් විසි දෙනකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. කිසි තෙර මහණ කෙනෙක් පැවිද්දන් තිස්දෙනකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙති. කිසි තෙර මහණ කෙනෙක් පැවිද්දන් සතලිස්දෙනකුට ද අවවාද අනුශාසනා කෙරෙත්. තෙරමහණන් විසින් අවවාද අනුශාසනා කරනු ලබන ඒ නවක හික්කුහු පුච්චි විශේෂයට වඩා අපර වූ ශ්‍රෝතාපත්ති ආදී උදර විශේෂය වෙසෙසින් දනිත්.

එසමයෙහි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ එදින පොහොලත් පණුරුස කුමුදු පිපි ඉල් පුණු පොහෝද රුස බික්සගන විසින් පිරිවරන ලදු ව අබවස හුන් සේක.

එසඳ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නිහඬ නිහඬ ව හුන් බික්සගන දූක ඒ සගුන් ඇමතු සේක. "මහණෙනි, මේ හික්කුපමීන් නො සිස් යැ. මහණෙනි, මේ හික්කු පමීන් නිෂ්ඵ රලාප යැ, ශුද්ධ යැ, අධිගමසාරයෙහි පිහිටි යැ. සම්බුදු පිරිසෙක් ආනුනෙය්‍යා වේ ද, පානුනෙය්‍යා වේ ද, දක්ඛිණෙය්‍යා වේ ද, අඤ්ජලිකරණිය වේ ද, ලොවට අනුත්තර පුණ්‍යකෂේත්‍ර වේ ද, මහණෙනි මේ හික්කු සංඝ තෙමේ එබඳු යැ. මහණෙනි, මේ පිරිස එබඳු යැ යම්බඳු පිරිසක් කෙරෙහි දුන් ඇලුප් දනෙක් බොහෝ වේ ද, දුන් බොහෝ දනෙක් ඉබොහෝ වේ ද, මහණෙනි, මේ හික්කු සඩ්ඝ එබඳු යැ, මහණෙනි, මේ පිරිස එබඳු යැ. යම්බඳු පිරිසක් ලෝකයා ගේ දඹ්‍රනයට දුලිභ වේ ද, මහණෙනි, මේ හිකු සුසංඝ එබඳු යැ. මහණෙනි, මේ පමීන් එබඳු යැ. යම්බඳු පිරිසක් දක්නට යොදුන් දහසකුදු වුව මාර්ගෝපකරණ ගෙනත් යන්නට නිසි වේ ද, මහණෙනි, මේ බික්සගහු එබන්දහ, මේ පමීන් එබඳු වෙතී' වදලෝ.

මහණෙනි, මේ බික්සගුන් කෙරෙහි අතීන් ක්ෂීණාසුව වූ වුසු මගබ්බසර ඇති කළ කරණ ඇති තැබූ කෙලෙස්බර ඇති පැමිණි සද්ඪ ඇති ක්ෂය වූ භවසංයෝජන ඇති මොනොවට දන විමුක්ත වූ මහණහු ඇත. මෙබඳු රහත් මහණහු ද බික්සගුන් කෙරෙහි ඇත්තාහ. මහණෙනි, මේ බික්සගුන් කෙරෙහි පඤ්චෝරම්භාගිය සංයෝජන යන් ක්ෂය වීමෙන් ඕපපාතික වූ එහි මැ පිරිනිවෙනසුලු ඒ ශුද්ධාවාසලෝකයෙන් පෙරළා නො එන සැහැවි ඇති හික්කුහු වෙති. මහණෙනි, බික්සගුන් කෙරෙහි මෙබඳු වූ අනාගාමී මහණහු ද ඇත්තාහ. මහණෙනි, මේ බික්සගුන් කෙරෙහි ත්‍රිවිධ සංයෝජනයන් ගේ පරික්ෂය හේතුවෙන් රාග ද්වේෂ මෝහයන් ගේ තානවයෙන් සකාදගාමී ව වරෙක මැ මෙලොවට අවුත් දුක් කෙළෙවර කරන සගහු ඇත. මහණෙනි, මේ බික්සගුන් කෙරෙහි මෙවන් සකාදගාමී මහණහු ද ඇත්තාහ. මහණෙනි, මේ බික්සගුන් කෙරෙහි ත්‍රිවිධ සංයෝජනයන් ගේ පරික්ෂය හේතුවෙන් ශ්‍රෝතාපන්න ව අවිනිපාත ස්වභාව ඇති ව නියත ව සම්බෝධිපරායණ වූ සගහු ඇත. මහණෙනි, මේ බික්සගුන් කෙරෙහි මෙවන් ශ්‍රෝතාපන්න හික්කුහු ද ඇත්තාහ.

මහණෙනි, මේ බික්සගුන් කෙරෙහි සතර සීවටන් පිළිබඳ භාවනානුයෝගයෙහි යෙදී



තාරා සතිපට්ඨානා භාවිතා බහුලීකතා සත්ත බොජ්ඣංගො පරිපුරෙන්නි. සත්ත බොජ්ඣංගො භාවිතා බහුලීකතා විජ්ජාවිමුක්තිං පරිපුරෙන්නි.

කථං භාවිතා ව භික්ඛවෙ, ආනාපානසති කථං බහුලීකතා මහඤ්ජා හොති මහානිසංසා.

ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු අරඤ්ඤාගතො වා රුකඛමුලගතො වා සුඤ්ඤාගාරගතො වා නිසීදති පලලඛකං ආභුජ්ඣා උජුං කායං පණ්ඩාය පරිමුඛං සතිං උපට්ඨපෙඤා. සො සතොව අසසතී සතො පසසතී.

දීඝං වා අසසතො දීඝං අසසසාමීති පජානාති.  
දීඝං වා පසසතො දීඝං පසසසාමීති පජානාති.

රසසං වා අසසතො රසසං අසසසාමීති පජානාති.  
රසසං වා පසසතො රසසං පසසසාමීති පජානාති.

සබ්බකායපට්ඨසංවෙදී අසසසසාමීති සිකඛති.  
සබ්බකායපට්ඨසංවෙදී පසසසසාමීති සිකඛති.

පසසමායං කායසඛාරං අසසසසාමීති සිකඛති.  
පසසමායං කායසඛාරං පසසසසාමීති සිකඛති.

පීතිපට්ඨසංවෙදී අසසසසාමීති සිකඛති.  
පීතිපට්ඨසංවෙදී පසසසසාමීති සිකඛති.

සුඛපට්ඨසංවෙදී අසසසසාමීති සිකඛති.  
සුඛපට්ඨසංවෙදී පසසසසාමීති සිකඛති.

චිත්තසඛාරපට්ඨසංවෙදී අසසසසාමීති සිකඛති.  
චිත්තසඛාරපට්ඨසංවෙදී පසසසසාමීති සිකඛති.

පසසමායං චිත්තසඛාරං අසසසසාමීති සිකඛති.  
පසසමායං චිත්තසඛාරං පසසසසාමීති සිකඛති.

චිත්තපට්ඨසංවෙදී අසසසසාමීති සිකඛති.  
චිත්තපට්ඨසංවෙදී පසසසසාමීති සිකඛති

සතර සීවටන්හු සජ්තබෝධාචාර්යන් සපුරාලති. භාවිත බහුලීකත සජ්ත බෝධි යඛිගයෝ විද්‍යාවිමුක්ති සපුරාලත්.

මහණෙනි, කිසෙයින් භාවිත කිසෙයින් බහුලීකත අනාපන්සී මහත්ඵල මහානිශංස වේය යත්: මහණෙනි, මෙසස්නෙහි මහණ අරණ්‍යගත වේවයි වාක්‍ෂමුලගත වේවයි ශුන්‍යාගාරගත වේවයි පලක් බැඳ කය සෘජු කොට තබා සිහිය කමටහන් අභිමුඛ කොට ඵලවා හිදී. හේ සිහි ඇති ව ම ආශ්වාස කෙරෙයි, සිහි ඇති ව ප්‍රාශ්වාස කෙරෙයි.

දීඝී කොට හෝ ආශ්වාස කරනුයේ 'දීඝී කොට අසස් කරමි' නුවණින් දනී.  
දීඝී කොට හෝ ප්‍රශ්වාස කරනුයේ 'දීඝී කොට පසස් කරමි' නුවණින් දනී.

භ්‍රස්ව කොට හෝ ආශ්වාස කරනුයේ භ්‍රස්ව කොට අසස් කරමි' නුවණින් දනී.  
භ්‍රස්ව කොට හෝ ප්‍රශ්වාස කරනුයේ භ්‍රස්ව කොට පසස් කරමි' නුවණින් දනී.

සඵකායප්‍රතිසංවේදී ව අසස් කරමි හික්මෙයි.  
සඵකායප්‍රතිසංවේදී ව පසස් කරමි' හික්මෙයි.

කායසංස්කාර සන්හිඳුවමින් අසස් කරමි හික්මෙයි.  
කායසංස්කාර සන්හිඳුවමින් පසස් කරමි හික්මෙයි.

පීති ප්‍රතිසංවේදී ව ආශ්වාස කරමි හික්මෙයි.  
පීති ප්‍රතිසංවේදී ව ප්‍රාශ්වාස කරමි හික්මෙයි.

සුඛ ප්‍රතිසංවේදී ව අසස් කරමි' හික්මෙයි.  
සුඛ ප්‍රතිසංවේදී ව පසස් කරමි, හික්මෙයි.

චිත්තසංස්කාර ප්‍රතිසංවේදී ව අසස් කරමි හික්මෙයි.  
චිත්තසංස්කාර ප්‍රතිසංවේදී ව පසස් කරමි හික්මෙයි.

චිත්තසංස්කාර සන්හිඳුවමින් අසස් කරමි හික්මෙයි.  
චිත්තසංස්කාර සන්හිඳුවමින් පසස් කරමි හික්මෙයි.

චිත්තප්‍රතිසංවේදී ව අසස් කරමි හික්මෙයි.  
චිත්තප්‍රතිසංවේදී ව පසස් කරමි හික්මෙයි.



අභිප්‍රමාදය ව්‍යාජ අසාධාරණව සිදුකරන බව, අභිප්‍රමාදය ව්‍යාජ පසාධාරණව සිදුකරන බව,

සමාදාන ව්‍යාජ අසාධාරණව සිදුකරන බව, සමාදාන ව්‍යාජ පසාධාරණව සිදුකරන බව,

විමෝචය ව්‍යාජ අසාධාරණව සිදුකරන බව, විමෝචය ව්‍යාජ පසාධාරණව සිදුකරන බව,

අනිව්‍යාජව අසාධාරණව සිදුකරන බව, අනිව්‍යාජව පසාධාරණව සිදුකරන බව,

විරාගානුපය අසාධාරණව සිදුකරන බව, විරාගානුපය පසාධාරණව සිදුකරන බව,

නිරෝධානුපය අසාධාරණව සිදුකරන බව, නිරෝධානුපය පසාධාරණව සිදුකරන බව,

පටිච්ඡෙදානුපය අසාධාරණව සිදුකරන බව, පටිච්ඡෙදානුපය පසාධාරණව සිදුකරන බව,

එවං භාවිතා බො භික්ඛවෙ, ආනාපානසති1 එවං බහුලිකතා මහඤ්චා හොති මහානිසංසා.  
කථං භාවිතා ව භික්ඛවෙ, ආනාපානසති1 කථං බහුලිකතා වත්තාරො සතිපට්ඨානෙ පරිපුරෙති: යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛු දීඝං වා අසාසනො දීඝං අසාසාමීති පජානාති. දීඝං වා පසාසනො දීඝං පසාසාමීති පජානාති. රසං වා අසාසනො රසං අසාසාමීති පජානාති. රසං වා පසාසනො රසං පසාසාමීති පජානාති. සබ්බකායපටිසංවේදී අසාසාමීති සිකති. සබ්බකායපටිසංවේදී පසාසාමීති සිකති. පසාමහයං කායසඤ්චාරං අසාසාමීති සිකති. පසාමහයං කායසඤ්චාරං පස සසාසාමීති සිකති. කායෙ කායානුපයී භික්ඛවෙ, තසමිං සමයෙ භික්ඛු විහරති ආනාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං. කායෙසු කායඤ්ඤතරාහං භික්ඛවෙ, එවං වදමි: යදිදං අසාසපසාසා. තසමාතිහ භික්ඛවෙ, කායෙ කායානුපයී තසමිං සමයෙ භික්ඛු විහරති ආනාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං.

විත්තය වෙසෙසින් ප්‍රමෝද කරමින් අසස් කරමි හික්මෙයි. විත්තය වෙසෙසින් ප්‍රමෝද කරමින් පසස් කරමි හික්මෙයි.

විත්තය සමාධාන කරමින් අසස් කරමි හික්මෙයි. විත්තය සමාධාන කරමින් කරමින් පසස් කරමි හික්මෙයි.

විත්තය විමුඤ්චන කරමින් අසස් කරමි හික්මෙයි. විත්තය විමුඤ්චන කරමින් පසස් කරමි හික්මෙයි.

අනිත්‍ය නුවණින් දක්නෙම අසස් කරමි හික්මෙයි. අනිත්‍ය නුවණින් දක්නෙම පසස් කරමි හික්මෙයි.

විරාගය අනුව නුවණින් අසස් කරමි හික්මෙයි. විරාගය අනුව නුවණින් දක්නෙම පසස් කරමි හික්මෙයි.

නිරෝධය නුවණින් දක්නෙම අසස් කරමි හික්මෙයි. නිරෝධය නුවණින් දක්නෙම පසස් කරමි හික්මෙයි.

පටිච්ඡෙදනය නුවණින් දක්නෙම අසස් කරමි හික්මෙයි. පටිච්ඡෙදනය නුවණින් දක්නෙම පසස් කරමි හික්මෙයි.

මහණෙනි, මෙසේ භාවිත බහුලිකත වූ ආනාපනී භාවනාව මහත් ඵල මහානිශංස වෙයි.  
තවද මහණෙනි, කිසෙයින් භාවිත කිසෙයින් බහුලිකත ආනාපනී සතර සීටන් පරිපුරණ කෙරෙයි යත්: මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ දීඝ කොට හෝ අසස් කරනුයේ 'දීඝ කොට අසස් කරමි' දනගනීද, දීඝ කොට හෝ පසස් කරනුයේ 'දීඝ කොට පසස් කරමි' දනගනීද, හුස්ව කොට හෝ අසස් කරනුයේ 'හුස්ව කොට අසස් කරමි' දනගනීද, හුස්ව කොට හෝ පසස් කරනුයේ 'හුස්ව කොට පසස් කරමි' දනගනීද, 'සච්චාය ප්‍රතිසංවේදී ව ආශ්වාස කරන්නෙමි' හික්මේ ද, 'සච්චාය ප්‍රතිසංවේදී ව ප්‍රාශ්වාස කරන්නෙමි' හික්මේ ද, 'කායසංස්කාර සන්තිද්වමින් ආශ්වාස කරන්නෙමි' හික්මේ ද, 'කායසංස්කාර සන්තිද්වමින් ප්‍රාශ්වාස කරන්නෙමි' හික්මේ ද, මහණෙනි, එසමයෙහි මහණ කයෙහි කායානුදර්ශී ව කෙලෙස් තවන වැර ඇති ව සමාක්ප්‍රඥ ඇති ව ස්මෘතිමත් ව කායසඤ්චාරාන ලෝකයෙහි අභිධ්‍යා දෙගම්නස්සය දුරු කොට වෙසෙයි. මහණෙනි, යම් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කෙනෙක් ඇද්ද, එය පෘථිවි

-----  
යසම් සමයෙ හිකබ්බෙ, හිකබ්බු ජීතිපටිසංවෙදී අසසසිසාමීති සිකබ්බි. ජීතිපටිසංවෙදී පසසසිසාමීති සිකබ්බි. සුබපටිසංවෙදී අසසසිසාමීති සිකබ්බි. සුබපටිසංවෙදී පස සසසිසාමීති සිකබ්බි. විතතසඛ්ඛාරපටිසංවෙදී අසසසිසාමීති සිකබ්බි. විතතසඛ්ඛාරපටිසංවෙදී පසසසිසාමීති සිකබ්බි. පසසමහයං විතතසඛ්ඛාරං අසසසිසාමීති සිකබ්බි. පසසමහයං විතතසඛ්ඛාරං පසසසිසාමීති සිකබ්බි. වෙදනාසු වෙදනානුපසසි හිකබ්බෙ, තසමි සමයෙ හිකබ්බු විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනසං. වෙදනාසු වෙදනාඤ්ඤතරාහං හිකබ්බෙ, එවං වදමි: යදිදං අස සාසපසාසානං සාධුකං මනසිකාරං. තසමාතිහ හිකබ්බෙ, වෙදනාසු වෙදනානුපසසි තසමි සමයෙ හිකබ්බු විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනසං.

යසම් සමයෙ හිකබ්බෙ, හිකබ්බු විතතපටිසංවෙදී අසසසිසාමීති සිකබ්බි. විතතපටිසංවෙදී පසසසිසාමීති සිකබ්බි. අභිජ්ඣාදෙයං විතතං අසසසිසාමීති සිකබ්බි. අභිජ්ඣාදෙයං විතතං පසසසිසාමීති සිකබ්බි. සමාදහං විතතං අසසසිසාමීති සිකබ්බි. සමාදහං විතතං පසසසිසාමීති සිකබ්බි. විමොචයං විතතං අසසසිසාමීති සිකබ්බි. විමොචයං විතතං පසසසිසාමීති සිකබ්බි. විතත විතතානුපසසි හිකබ්බෙ, තසමි සමයෙ හිකබ්බු විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනසං. නාහං හිකබ්බෙ, මුට්ඨසසතිසස අසමපජානසස ආනාපානසතිභාවනං වදමි. තස මාතිහ හිකබ්බෙ, විතත විතතානුපසසි තසමි සමයෙ හිකබ්බු විහරති ආතාපී සම පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනසං.

යසම් සමයෙ හිකබ්බෙ, හිකබ්බු අනිච්චානුපසසි අසසසිසාමීති සිකබ්බි, අනිච්චානුපසසි පසසසිසාමීති සිකබ්බි. විරාගානුපසසි අසසසිසාමීති සිකබ්බි, විරාගානුපසසි පසසසිස සාමීති සිකබ්බි. නිරොධානුපසසි අසසසිසාමීති සිකබ්බි, නිරොධානුපසසි පසසසිස සාමීති සිකබ්බි. පටිනිසංගානුපසසි අසසසිසාමීති සිකබ්බි, පටිනිසංගානුපසසි පස සසසසිසාමීති සිකබ්බි. ධමමසු ධමමානුපසසි හිකබ්බෙ, තසමි සමයෙ හිකබ්බු විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනසං. සො යං තං අභිජ්ඣාදෙමනසානං පහානං තං පඤ්ඤය දිසො සාධුකං අජ්ඣුපෙකම්තා හොති. තස මාතිහ හිකබ්බෙ, ධමමසු ධමමානුපසසි තසමි සමයෙ හිකබ්බු විහරති ආතාපී සම පජානො සතිමා විනෙය්‍ය ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනසං. එවං භාවිතා ඛො හිකබ්බෙ, ආනාපානසති එවං බහුලිකතා වතතාරො සතිපට්ඨානෙ පරිපුරෙති.

යාදී චතුර්විධ කායයන් කෙරෙහි කායානාතරයක් කොට මම මෙසේ කියමි. මහණෙනි, එහෙයින් මෙහි ලා එසමයෙහි මහණ කයෙහි කායානුදර්ශී ව ආතාපී ව සමාකප්පුඤ ඇති ව ස්මාතිමත් ව කායලොකයෙහි අභිධ්‍යා දෙගම්නසාය දුරු කොට වාසය කෙරෙයි.

මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ 'ජීතිප්‍රතිසංවෙදී ව ආශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'ජීතිජ් රතිසංවෙදී ව ප්‍රාශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'සුබප්‍රතිසංවෙදී ව ආශ්වාස කරමි' හික්මේයි. 'ජීතිප්‍රතිසංවෙදී ව ප්‍රාශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'සුබප්‍රතිසංවෙදී ව ප්‍රාශ්වාස කරමි' හික්මේ ද, 'විත්තසංස්කාර ප්‍රතිසංවෙදී ව ආශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තසංස්කාර ජ් රතිසංවෙදී ව ප්‍රාශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තසංස්කාර සන්තිද්‍රවමින් ආශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තසංස්කාර සන්තිද්‍රවමින් ප්‍රාශ්වාස කරමි' හික්මේද, මහණෙනි, එසමයෙහි මහණ වේදනායෙහි වේදනා නුවණින් දක්නේ කෙලෙස් තවන වැර ඇති ව සම්ප්‍රඤන ඇති ව ස්මාතිමත් ව ස්කන්ධ සංඛ්‍යාත ලෝකයෙහි අභිධ්‍යා දෙගම්නසාය දුරු කොට වාසය කෙරෙයි. යම් ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාසයන් පිළිබඳ සුඤ්ඤ මනසිකාරයෙක් වේ ද, මම මෙසේ වේදනාවන් කෙරෙහි එය අන්‍යතරයෙකි'යි කියමි. මහණෙනි, එහෙයින් එසමයෙහි මහණ වේදනායෙහි වේදනා නුවණින් දක්නේ කෙලෙස් තවන වැර ඇති ව සම්ප්‍රඤන ඇති ව ස්මාතිමත් ව ස්කන්ධ ලෝකයෙහි අභිධ්‍යා දෙගම්නසාය දුරු කොට වාස කරන්නේ වෙයි.

මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ 'විත්තප්‍රතිසංවෙදී ව ආශ්වාස කෙරෙමි' හික්මේද, 'විත්තප්‍රතිසංවෙදී ව ප්‍රාශ්වාස කෙරෙමි' හික්මේද, 'විත්තය ප්‍රමෝද කරමින් ආශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තය ප්‍රමෝද කරමින් ප්‍රාශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තය සමාධාන කරමින් ආශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තය සමාධාන කරමින් කරමින් ජ් රාශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තය විමුඤ්චන කරමින් ආශ්වාස කරමි' හික්මේද, 'විත්තය විමුඤ්චන කරමින් ප්‍රාශ්වාස කරමි' හික්මේද, මහණෙනි, එසමයෙහි මහණ විත්තයෙහි විත්තය නුවණින් දක්නේ කෙලෙස් තවන වැර ඇති ව සම්ප්‍රඤන ඇති ව ස්මාතිමත් ව ස්කන්ධ ලෝකයෙහි අභිධ්‍යාදෙගම්නසාය පහා වාස කෙරෙයි. මහණෙනි, මම මුෂිත ස්මාති ඇති සම්ප්‍රඤන නැතියනුට අනාපන්සි භවුන් නො වදරමි. මහණෙනි, එහෙයින් එසමයෙහි මහණ විත්තයෙහි විත්තය නුවණින් දක්නේ ආතාප ඇති වැ සම්ප්‍රඤන ඇති ව ස්මාති ඇති වැ ස්කන්ධලෝකයෙහි අභිධ්‍යාදෙගම්නසාය පහා වාස කරන්නේ වෙයි.

මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ අනිත්‍යානුදර්ශී වූයේ ආශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, අනිත්‍යානුදර්ශී වූයේ ප්‍රාශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, විරාගය නුවණින් දක්නේ ආශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, විරාගය නුවණින් දක්නේ ප්‍රාශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, නිරෝධය නුවණින් දක්නේ ආශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, නිරෝධය නුවණින් දක්නේ ප්‍රාශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, පටිනිස්සජනය නුවණින් දක්නේ ආශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, පටිනිස්සජනය නුවණින් දක්නේ ප්‍රාශ්වාස කෙරෙමි හික්මේද, මහණෙනි, එසමයෙහි

කථාං භාවිතා ව භික්ඛවෙ, වතතාරො සතිපට්ඨානා කථං බහුලීකතා සත්ත ඛොජ්ඣකුඛො පරිපුරෙන්නි:

යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී විහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙයා ලොකෙ අභිජ්ඣාදෙමනස්සං. උපට්ඨිතස්ස තසමිං සමයෙ සති හොති අසමුට්ඨා. යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛුනො උපට්ඨිතා සති හොති අසමුට්ඨා, සතිසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො ආරද්ධා හොති. සතිසමොඤ්ඤාතස්මිං තසමිං සමයෙ භික්ඛු භාවෙති. සතිසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

සො තථා සතො විහරන්තො තං ධම්මං පඤ්ඤාය පවිච්චනති, පවිචයති, පරිච්චංසං ආපජ්ජති. යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛු තථා සතො විහරන්තො තං ධම්මං පඤ්ඤාය පවිච්චනති, පවිචයති, පරිච්චංසං ආපජ්ජති, ධම්මවිචයසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො ආරද්ධා හොති. ධම්මවිචයසමොඤ්ඤාතස්මිං තසමිං සමයෙ භික්ඛු භාවෙති. ධම්මවිචයසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

තස්ස තං ධම්මං පඤ්ඤාය පවිච්චනතො පවිචයතො පරිච්චංසං ආපජ්ජතො ආරද්ධං හොති විරියං අසලලීනං. යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛුනො තං ධම්මං පඤ්ඤාය පවිච්චනතො පවිචයතො පරිච්චංසං ආපජ්ජතො ආරද්ධං හොති විරියං අසලලීනං, විරියසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො ආරද්ධා හොති. විරියසමොඤ්ඤාතස්මිං තසමිං සමයෙ භික්ඛු භාවෙති. විරියසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

ආරද්ධවිරියස්ස උපපජ්ජති පීති නිරාමිසා. යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛුනො ආරද්ධං විරියස්ස උපපජ්ජති පීතිනිරාමිසා, පීතිසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො ආරද්ධා හොති. පීතිසමොඤ්ඤාතස්මිං තසමිං සමයෙ භික්ඛු භාවෙති. පීතිසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

පීතිමනස්ස කායොපි පස්සමහති, විතතමපි පස්සමහති. යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛුනො පීතිමනස්ස කායොපි පස්සමහති, විතතමපි පස්සමහති, පස්සඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො ආරද්ධා හොති. පස්සඤ්ඤාතස්මිං තසමිං සමයෙ භික්ඛු භාවෙති. පස්සඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

පස්සඤ්ඤාතස්ස සුඛිනො විතතං සමාධියති. යසමිං සමයෙ භික්ඛවෙ, භික්ඛුනො පස්සඤ්ඤාතස්ස සුඛිනො විතතං සමාධියති, සමාධිසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො ආරද්ධා හොති. සමාධිසමොඤ්ඤාතස්මිං තසමිං සමයෙ භික්ඛු භාවෙති. සමාධිසමොඤ්ඤාතස්මිං සමයෙ භික්ඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

මහණ ධම්මයෙහි ධම්මය නුවණින් දක්නේ කෙලෙස් තවන වැර ඇති ව සම්ප්‍රඥන ඇති ව ස්මෘති ඇති ව ස්කන්ධ ලෝකයෙහි අභිධ්‍යාදෙගම්නසා පහා වාස කෙරෙයි. හේ අභිධ්‍යා දෙගම්නසායන් පිළිබඳ යම් ඒ ප්‍රඥාණයෙක් වේ ද, ඒ ප්‍රඥයෙන් දක මනා කොට එහි ආලම්බනඅධ්‍යුපේක්ෂායෙන් උපෙක්ෂණ කරනුයේ වෙයි. මහණෙනි, එහෙයින් එසමයෙහි මහණ ධම්මයෙහි ධම්මය අනුව නුවණින් දක්නේ කෙලෙස් තවන වැර ඇති ව සම්ප්‍රඥන ඇති ව ස්මෘති ඇති ව ස්කන්ධලෝකයෙහි අභිධ්‍යා දෙගම්නසා දුරු කොට වාස කරනුයේ නම් වෙයි. මහණෙනි, මෙසේ භාවිත බහුලීකාත අනාපන්සී සතර සීවටන් සපුරනු වේ.

මහණෙනි, කෙසේ භාවිත වූ කෙසේ බහුලීකාත වූ සතර සීවටන්හු සප්ත බෝධි යඛිගයන් සපුරාලන් ද යත්: මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ කයෙහි කය නුවණින් දක්නේ ආතාප ඇති ව සම්ප්‍රඥන ඇති ව ස්මෘති ඇති ව ස්කන්ධලෝකයෙහි අභිධ්‍යා දෙගම්නසා දුරු කොට වාසය කෙරේ ද, එසමයෙහි ඔහුට ස්මෘතිය එළඹ සිටියා වෙයි, මූෂිත නො වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක මහණහට ස්මෘතිය එළඹ සිටියා මූෂිත නො වූවා වේ ද, එසමයෙහි මහණහට ස්මෘති සම්බෝධාසනා ආරබ්ධ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට ස්මෘති සම්බෝධාසනා භාවනායෙන් පරිපුණ්ණභාවයට යෙයි. ඒ මහණ එසේ ස්මෘතිමත් ව වසනුයේ ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් (අනිත්‍යාදී වගයෙන්) විචිත්වන කෙරෙයි, ප්‍රවිචය කෙරෙයි, ප්‍රකෂී මීමංසාවට එළඹෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ එසේ ස්මෘතිමත් ව වසනුයේ ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් විචිත්වන කෙරේද, ප්‍රවිචය කෙරේද, මීමංසාවට එළඹේ ද, එසමයෙහි ඒ මහණහට ධම්මවිචය සම්බෝධ යඛිගය ආරබ්ධ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ ධම්මවිචය සම්බෝධාසනා භවයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට ධම්මවිචය සම්බෝධාසනා භාවනායෙන් පරිපුණ්ණභාවයට යෙයි.

ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් ප්‍රවිචිත්වන කරන ප්‍රවිචය කරන පරිච්චංසාවට පැමිණෙන ඒ මහණ හට අසංලීන වීයඝීය ආරබ්ධ වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් ප්‍රවිචිත්වන ප්‍රවිචය කරන විමසීමට පැමිණෙන ඒ මහණහට අසංලීන වීයඝීය ආරබ්ධ වේ ද, එසමයෙහි ඒ මහණහු විසින් වීයඝී සම්බෝධාසනා පටන්ගන්නා ලද වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ වීයඝී සම්බෝධාසනා භවයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට වීයඝී සම්බෝධාසනා භාවනායෙන් පරිපුණ්ණභාවයට යෙයි.

රුකුළු වැර ඇති ඒ මහණහට නිරාමිස ප්‍රීති උපදී. මහණෙනි, යම් කලෙක රුකුළු වැර ඇති ඒ මහණහට නිරාමිස ප්‍රීති උපදී ද, එසමයෙහි ඒ මහණහට ප්‍රීති සම්බෝධාසනා ආරබ්ධ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ ප්‍රීති සම්බෝධාසනා වඩයි. එසමයෙහි ඒ මහණහු ගේ ප්‍රීති සම්බෝධාසනා භාවනායෙන් පරිපුණ්ණභාවයට යෙයි. ප්‍රීති සිත් ඇති ඒ මහණහු ගේ නාමකය ද සන්තිදෙයි, සිතද සන්තිදෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක ප්‍රීති සිත් ඇති ඒ මහණහුගේ නාමකයන් සන්තිදේද, සිතත් සන්තිදේද, එසමයෙහි ඒ මහණහු විසින් ප්‍රග්‍රබ්ධ සම්බෝධාසනා ආරබ්ධ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ ප්‍රග්‍රබ්ධ සම්බෝධාසනා වඩයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට ප්‍රග්‍රබ්ධ සම්බෝධ



සො තථා සමාහිතං චිත්තං සාධුකං අජ්ඣාපෙකඛිතා හොති. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛු තථා සමාහිතං චිත්තං සාධුකං අජ්ඣාපෙකඛිතා හොති, උපෙකඛාසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො ආරදොා හොති. උපෙකඛාසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. උපෙකඛාසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛු වෙදනාසු -පෙ- චිතො -පෙ- ධමමෙසු ධමමානුපසස්ඪි චිහරති ආතාපී සමපජානො සතිමා විනෙයා ලොකෙ අහිජ්ඣාදෙමනස්සං උපධිතස ස තසමිං සමයෙ සති හොති අසමුද්ධා. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛුනො උපධිතා සති හොති අසමුද්ධා, සතිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො ආරදොා හොති. සතිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. සතිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

සො තථා සතො විහරන්තො තං ධමමං පඤ්ඤාය පච්චිනති, පච්චයති, පරිච්චංසං ආපජ්ජති. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛු තථා සතො විහරන්තො තං ධමමං පඤ්ඤාය පච්චිනති, පච්චයති, පරිච්චංසං ආපජ්ජති, ධමමච්චයසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො ආරදොා හොති. ධමමච්චයසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. ධමමච්චයසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

තස්ස තං ධමමං පඤ්ඤාය පච්චිනතො පච්චයතො පරිච්චංසං ආපජ්ජතො ආරදං හොති චිරියං අසලලිතං. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛුනො තං ධමමං පඤ්ඤාය පච්චිනතො පච්චයතො පරිච්චංසං ආපජ්ජතො ආරදං හොති චිරියං අසලලිතං, චිරියසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො ආරදොා හොති. චිරියසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. චිරියසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

ආරදචිරියස්ස උප්පජ්ජති පීති නිරාමිසා. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛුනො ආරද ධචිරියස්ස උප්පජ්ජති පීති නිරාමිසා, පීතිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො ආරදොා හොති. පීතිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. පීතිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

පීතිමනස්ස කායොපි පස්සමහති චිත්තමපි පස්සමහති. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛුනො පීතිමනස්ස කායොපි පස්සමහති, චිත්තමපි පස්සමහති, පස්සධිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛුනො ආරදොා හොති. පස්සධිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. පස්සධිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

පස්සධිකායස්ස සුඛිනො චිත්තං සමාධියති. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛුනො පස්සධිකායස්ස සුඛිනො චිත්තං සමාධියති, සමාධිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො ආරදොා හොති. සමාධිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. සමාධිසමොඤාජ්ඣකමොගා තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගව්ඡති.

යඛිගය භාවනායෙන් පරිපුණ්ණිභාවයට යෙයි.

සන්භුන් නාමකය ඇති සුඛිත මහණහු ගේ චිත්තය සමාධි ගත වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක ප්‍රශ්නිත කාය ඇති සුඛිත මහණහු ගේ චිත්තය සමාධි ගත වේ ද, එසමයෙහි ඒ මහණහට සමාධි සම්බෝධාසභිගය ආරඛ්ඪ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ සමාධි සම්බෝධාසභිගය හවයි. එසමයෙහි ඒ මහණහු ගේ සමාධි සම්බෝධාසභිගය භාවනායෙන් පරිපුණ්ණිභාවයට යෙයි.

හේ එසේ සමාධිගත චිත්තය මනා කොට (ආලම්බනඅධ්‍යුපේක්ෂායෙන්) අධ්‍යුපෙක්ෂණ කරනු වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක ඒ මහණ සමාධිගත චිත්තය මනාකොට අධ්‍යුපෙක්ෂණ කරනු වේ ද, එසමයෙහි ඒ මහණහට උපේක්ෂා සම්බෝධාසභිගය ආරඛ්ඪ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ උපේක්ෂා සම්බෝධාසභිගය හවයි. එසමයෙහි ඒ මහණහු ගේ උපේක්ෂා සම්බෝධාසභිගය භාවනායෙන් පරිපුණ්ණිභාවයට යෙයි.

මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ වේදනායෙහි ... චිත්තයෙහි ... ධම්මයෙහි ධම්මය දක්නේ කෙලෙස් තවන වැර ඇති ව සම්ප්‍රඥන ඇති ව ස්මෘති ඇති ව ස්කන්ධ ලෝකයෙහි අභිධාන දෞමීනසා දුරු කොට වාසය කෙරේ ද, එසමයෙහි ඔහුගේ සිහිය එළැඹ සිටියා වෙයි, නුමුළා වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක මහණහට ස්මෘතිය එළැඹ සිටියා වේ ද, නුමුළා වේ ද එසමයෙහි ඒ මහණහට ස්මෘති සම්බෝධාසභිගය ආරඛ්ඪ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට ස්මෘති සම්බෝධාසභිගය හවයි. එසමයෙහි මහණහු ගේ ස්මෘති සම්බෝධාසභිගය භාවනායෙන් පරිපුණ්ණි භාවයට යෙයි.

හේ එසේ ස්මෘතිමත් ව වසනුයේ ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් සොයයි, වෙසෙසින් සොයයි, විමසීමට පැමිණෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ එසේ ස්මෘතිමත් ව වසනුයේ ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් සොයාද, වෙසෙසින් සොයාද, හැමසේ විමසීමට පැමිණේ ද, එසමයෙහි ඒ මහණහට ධම්මච්චය සම්බෝධාසභිගය ආරඛ්ඪ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ ධම්මච්චය සම්බෝධාසභිගය හවයි. එසමයෙහි ඒ මහණහු ගේ ධම්මච්චය සම්බෝධාසභිගය භාවනායෙන් පරිපුණ්ණිභාවයට යෙයි.

ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් සොයන වෙසෙසින් සොයන හැමසේ විමසීමට පැමිණි ඒ මහණ විසින් වියඪීය ආරඛ්ඪ වෙයි. වැර අසංලීන වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක ඒ දහම ප්‍රඥයෙන් සොයන ප්‍රච්චය කරන මීමංසාවට පැමිණෙන ඒ මහණහට වියඪීය ආරඛ්ඪ වේ ද, ඒ වැර වැර අසංලීන වේද, එසමයෙහි ඒ මහණහට වියඪී සම්බෝධි යඛිගය ආරඛ්ඪ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ වියඪී සම්බෝධාසභිගය හවයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට වියඪී සම්බෝධාසභිගය භාවනායෙන් පරිපුණ්ණිභාවයට යෙයි.

ආරඛ්ඪ වියඪී ඇති මහණහට නිරාමිස ප්‍රීතිය උපදී. මහණෙනි, යම් කලෙක ආරඛ්ඪ වියඪී ඇති ඒ මහණහට නිරාමිස ප්‍රීතිය උපදී ද, එසමයෙහි ඒ මහණහට ප්‍රීති සම්බෝධාසභිගය ආරඛ්ඪ වෙයි. එසමයෙහි මහණ ප්‍රීති සම්බෝධාසභිගය වඩයි.



සො තථාසමාහිතං චිත්තං සාධුකං අජ්ඣාපෙකඛිතා හොති. යසමිං සමයෙ හිකඛවෙ, හිකඛු තථාසමාහිතං චිත්තං සාධුකං අජ්ඣාපෙකඛිතා හොති, උපෙකඛාසමොඡ්ඤාච භො තසමිං සමයෙ හිකඛුනො ආරඥො හොති. උපෙකඛාසමොඡ්ඤාච තසමිං සමයෙ හිකඛු භාවෙති. උපෙකඛාසමොඡ්ඤාච භො තසමිං සමයෙ හිකඛුනො භාවනාපාරිපුරිං ගච්ඡති.

**එවං භාවිතා බො හිකඛවෙ, චන්තාරො සතිපට්ඨානා එවං බහුලිකතා සත්ත සමොඡ්ඤාච පරිපුරෙන්නි.**

**කථං භාවිතා ව හිකඛවෙ, සත්ත බොඡ්ඤාච කථං බහුලිකතා විජ්ජාවිමුත්තිං පරිපුරෙන්නි:**

**ඉධ හිකඛවෙ, හිකඛු සතිසමොඡ්ඤාච භාවෙති විවෙකනිස්සිතං විරාගනිස්සිතං නිරොධනිස්සිතං වොස්සගහපරිණාමිං.**

ධම්මවිචයසමොඡ්ඤාච භාවෙති -පෙ- විරියසමොඡ්ඤාච භාවෙති -පෙ- පීතිසමොඡ්ඤාච භාවෙති -පෙ- පසසඤ්ඤාසමොඡ්ඤාච භාවෙති -පෙ- සමාධිසමොඡ්ඤාච භාවෙති -පෙ- උපෙකඛාසමොඡ්ඤාච භාවෙති විවෙකනිස්සිතං විරාගනිස්සිතං නිරොධනිස්සිතං වොස්සගහපරිණාමිං.

එවං භාවිතා බො හිකඛවෙ, සත්ත බොඡ්ඤාච එවං බහුලිකතා විජ්ජාවිමුත්තිං පරිපුරෙන්නිති.

ඉදමවොච භගවා. අත්තමනා තෙ හිකඛු භගවතො භාසිතං අභිනඤ්ඤති.

එසමයෙහි ඒ මහණහු ගේ ප්‍රීති සම්බෝධාචය භාවනායෙන් වැඩීමට යෙයි. ප්‍රීති සිත් ඇත්තහුගේ කය ද සන්තිදෙයි, සිතද සන්තිදෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක ඒ රීති සිත් ඇති මහණහුගේ කයත් සන්තිදේ ද, සිතත් සන්තිදේ ද, මහණෙනි, එසමයෙහි මහණහු විසින් ප්‍රග්‍රහිධි සම්බෝධාචය ආරබ්ධ වෙයි. එසමයෙහි මහණ ප්‍රග්‍රහිධි සම්බෝධාචය වඩයි. එසමයෙහි මහණහට ප්‍රග්‍රහිධි සම්බෝධාචය භාවනායෙන් පරිපුරණී භාවයට යෙයි.

සන්තූන් කය ඇති එහෙයින්ම සුඛිත වුවහු ගේ සිත සමාධි ගත වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක ප්‍රග්‍රහිධි කය ඇති සුඛිත වූ මහණහු ගේ සිත එකඟ වේ ද, එසමයෙහි ඒ මහණහු විසින් සමාධි සම්බෝධාචය ආරබ්ධ වෙයි. එසමයෙහි ඒ මහණ සමාධි සම්බෝධාචය වඩයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට සමාධි සම්බෝධාචය භාවනායෙන් පරිපුරණීභාවයට යෙයි.

තේ එසේ සමාහිත චිත්තය මනා කොට අධ්‍යාපෙක්‍ෂණ කරනු වෙයි. මහණෙනි, යම් කලෙක මහණ එසේ සමාධිගත වූ චිත්තය අධ්‍යාපෙක්‍ෂණ කරනු වේ ද, එසමයෙහි ඒ මහණහු විසින් උපේක්‍ෂා සම්බෝධාචය ආරබ්ධ වූයේ වෙයි. එසමයෙහි මහණ උපේක්‍ෂා සම්බෝධාචය වඩයි. එසමයෙහි ඒ මහණහට උපේක්‍ෂා සම්බෝධාචය භාවනායෙන් පරිපුරණීභාවයට යෙයි.

මහණෙනි, මෙපරිද්දෙන් වඩන ලද මෙපරිද්දෙන් බහුලිකත වූ සත්ත සිව්ටන්හු සප්ත බෝධාචයෙන් පරිපුරණී කෙරෙත්.

තවද මහණෙනි, කිසෙයින් වඩන ලද කිසෙයින් බහුලිකත සප්ත බෝධාචයෝ විද්‍යාවිමුක්ති පරිපුරණී කෙරෙති යත්: මහණෙනි, මේ සස්තෙහි මහණ විවෙකනිශ්ශ්‍රිත විරාගනිශ්ශ්‍රිත නිරොධනිශ්ශ්‍රිත වොසග්ගයට පිරිනැමුණු ස්මාහි සම්බෝධාචය වඩයි..... ධම්මවිචය සම්බෝධාචය වඩයි..... වියථි සම්බෝධාචය වඩයි..... ප්‍රීති සම්බෝධාචය වඩයි..... විවෙකනිශ්ශ්‍රිත විරාගනිශ්ශ්‍රිත නිරොධනිශ්ශ්‍රිත වොසග්ගයට පිරිනැමුණු උපේක්‍ෂා සම්බෝධාචය වඩයි.

මහණෙනි, මෙසේ භාවිත වූ බහුලිකත වූ සප්ත බෝධාචයෝ විද්‍යාවිමුක්ති පරිපුරණී කෙරෙත්.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මේ ආනාපානසති සුත වදල සේක. ආත්තමනසක් වූ ඒ හිත සූහු භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ භාෂිතය සතුටින් පිළිගන්නාහු යයි.

