බාහිර ආයතන පෙර නොතිබී ම හටගෙන ඉතිරි නැති ව ම නිරෝධ වන බව නුවණින් දක්නා තැනැත්තා නිවන් දකියි

භාහිරානිච්ච සූත්‍රය ඇසුරින්

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, සංයුක්ත නිකාය 4 - පිටු අංක 6 - 7)

රූප අනිත්‍යය. (රූප පෙර නොතිබී ම හටගෙන ඉතිරි නැති ව ම නිරෝධ වෙයි. එනම් අතීත රූප නිරෝධ වී ඇත. වර්තමාන රූප පවතියි. අනාගත රූප ඉපදී නැත.)

යමක් අනිත්‍ය වේ නම්, එය දුක වෙයි. යමක් දුක වේ නම්, එය අනාත්ම වෙයි. යමක් අනාත්ම වේ නම්, එය මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යැයි මෙසේ තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දැකිය යුතුය.

ශබ්ද අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍ය වේ නම්, එය දුක වෙයි. යමක් දුක වේ නම්, එය අනාත්ම වෙයි. යමක් අනාත්ම වේ නම්, එය මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යැයි මෙසේ තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දැකිය යුතුය.

ගන්ධ අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍ය වේ නම්, එය දුක වෙයි. යමක් දුක වේ නම්, එය අනාත්ම වෙයි. යමක් අනාත්ම වේ නම්, එය මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යැයි මෙසේ තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දැකිය යුතුය.

රස අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍ය වේ නම්, එය දුක වෙයි. යමක් දුක වේ නම්, එය අනාත්ම වෙයි. යමක් අනාත්ම වේ නම්, එය මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යැයි මෙසේ තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දැකිය යුතුය.

පහස අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍ය වේ නම්, එය දුක වෙයි. යමක් දුක වේ නම්, එය අනාත්ම වෙයි. යමක් අනාත්ම වේ නම්, එය මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යැයි මෙසේ තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දැකිය යුතුය.

සිතුවිලි අනිත්‍යය. යමක් අනිත්‍ය වේ නම්, එය දුක වෙයි. යමක් දුක වේ නම්, එය අනාත්ම වෙයි. යමක් අනාත්ම වේ නම්, එය මම නොවේ, මගේ නොවේ, මගේ ආත්මය නොවේ යැයි මෙසේ තත් වූ පරිද්දෙන් මනා නුවණින් දැකිය යුතුය.

මෙසේ දක්නා ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයා, රූපයෙහි කලකිරෙයි. ශබ්දයෙහි කලකිරෙයි. ගන්ධයෙහි කලකිරෙයි. රසෙහි කලකිරෙයි. පහසෙහි කලකිරෙයි. සිතුවිලිවල කලකිරෙයි.

කලකිරෙනුයේ නොඇලෙයි.

නොඇලෙනුයේ මිදෙයි.

මිදුණු විට මිදුණේ යැයි නුවණ පිහිටා සිටියි.

උපත ක්ෂය විය බ්‍රහ්මචරියාව සම්පූර්ණ විය. කළ යුත්ත කරන ලදී. රහත් බව පිණිස මත්තේ කළ යුත්තක් නැති බව මනා ව දැනගනියි.