

සිල් රැකීමට සතර සතිපට්ඨානය වඩන්න

සික්ඛාදුඛබලා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ඇසුරින්

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, අඩිගුත්තර නිකාය 5 - පිටු අංක 552 - 553)

ශික්ෂාවෙහි (හික්මීමෙහි) දුබලකම් පසකි. කවර පසෙක් ද යත්;

1. සතුන් මැරීමෙහි යෙදීම.
2. සොරකම් කිරීම.
3. කාමය වරදවා හැසිරීම.
4. බොරු කීම.
5. මද පමා දෙකට හේතු වන මත්පැන් පානය කිරීම.

මේ හික්මීමෙහි දුබලකම දුරු කිරීමට සතර සතිපට්ඨානය වැඩිය යුතුය.

කවර සතර සතිපට්ඨානයක් ද යත්;

1. කායානුපස්සනාව

කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් සහ මනා සිහි නුවණින් යුතු ව, දැඩි ලෝභය සහ දොම්නස දුරු කොට, කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කිරීම වෙයි.

2. චේදනානුපස්සනාව

කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් සහ මනා සිහි නුවණින් යුතු ව, දැඩි ලෝභය සහ දොම්නස දුරු කොට, චේදනාවෙහි චේදනාව අනුව බලමින් වාසය කිරීම වෙයි.

3. චිත්තානුපස්සනාව

කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් සහ මනා සිහි නුවණින් යුතු ව, දැඩි ලෝභය සහ දොම්නස දුරු කොට, සිතෙහි සිත අනුව බලමින් වාසය කිරීම වෙයි.

4. ධම්මානුපස්සනාව

කෙලෙස් තවන වීර්යයෙන් සහ මනා සිහි නුවණින් යුතු ව, දැඩි ලෝභය සහ දොමනස දුරු කොට, දහම්හි දහම් අනුව බලමින් වාසය කිරීම වෙයි.