බුදුදහම සහ ආයුර්වේදය

කුසලා සංජීවනී

"විද්" ධාතුවෙන් බිඳී ඇති "වේද" යන්නෙහි අදහස ඥානය යනුයි. "ආයුඃ" යන්නෙහි අදහස "ආයුෂ" හෙවත් "දීඝ ජීවිතය'' හෝ "යහපත් ජීවිතය'' යයි. ලෙඩ රෝග වළක්වා ගැනීමෙන් සහ රෝග සුවකර ගැනීමෙන් යහපත් ජීවිතයක් ගතකිරීමට උපදෙස් දෙන ශාස්ත්‍රය පිළිබඳව ඉගෙනීම හෝ ඉගැන්වීම සහ ආයුෂ පිළිබඳව ඥානය ද ඇතිකර දෙන ශාස්ත්‍රය "ආයුර්වේද" නම් වේ.[1] ආයුෂ (දීඝ ජීවිතය) පිළිබඳ වේදය (උසස් ශාස්ත්‍රය) ආයුර්වේදයයි. ජීවිත, ජීවන, චිරජීවන, ධාරි, නිත්‍යග, අනුබන්ධ යන මේවා ආයුශ්ශබ්දයට පර්‍යායව සිටී. ශරීර ජීව දෙකෙහි සංයෝගය ජීවන නම් වේදය යනු අයහපත් දෙය ඉවත්කොට යහපත් දෙය වැලඳ ගැනීමට වුවමනා වන දැනීම දෙන උතුම් උපදෙස් පරපුරයි. විද්‍යාව, ශාස්ත්‍රය, අනුශාසනය යන අර්‍ථ වේද ශබ්දයෙහි ඇත. "වේද යනු විද් - ඥානයෙහි" ධාතුවෙන් පැන නැගුණු කෘදන්ත ශබ්දයකි. මෙකී ශිෂ්ටෝක්තීන් ගෙන් පෙනී යන්නේ දිගු කලක් ජීවත් වීමට ඉවහල් වන උසස් උපදෙස් පරපුර යන අර්‍ථය ආයුර්වේදය යන්නෙහි ගැබ්වී ඇති බවයි.[2] ආගමික මෙන් ම දාර්ශනික ලක්ෂණයන්ගෙන් ද හෙබි ආදි බුදු දහම ආගමික - දර්ශනයක් බව පැහැදිලිය. මෙහි පෙනෙන දාර්ශනික ලක්ෂණයන්ගේ උත්කෘෂ්ටතාව නිසා මැ එය බොහෝ විට දර්ශනයක් ලෙස ද හඳුන්වනු ලැබේ. භාරතීය දර්ශන අතර ප්‍රමුඛත්වය ලබන "ආදි බුදුදහම" සහ "වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය "අතර කිට්ටු සම්බන්ධයක් දක්නට ඇත. එම කරුණු පාලි ත්‍රිපිටකය තුළින් මනා වැ පෙනී යයි.[3]

පුද්ගල ජීවිතය හා සම්බන්ධ ප්‍රධාන සංස්කෘතිකාංග දෙකක් ලෙස බුදුදහම සහ ආයුර්වේදය හැඳින්විය හැකිය. ඉන්දියාවේ බිහි වූ දර්ශන අතර බුදු දහමට ප්‍රධාන තැනක් හිමි වේ. පුරාතන ඉන්දියාවේ බිහි වූ ශාස්ත්‍රයන් අතර ආයුර්වේදයට ද හිමි වුයේ ප්‍රධාන ස්ථානයකි. ආයුර්වේදය ලෞකික මෙන්ම වාස්තවිකත්වයට සමීප සබඳතා පැවැත් වූ ශාස්ත්‍රයක් විය. බුදුදහම ලෞකිකත්වයට මෙන්ම ආනුභාවිකත්වයට ද වඩාත් සමීප වූ දර්ශනයක් ලෙස හැඳින්විය හැකිය.

බුදු දහමේ ආකාස යන්න භූත කොටසක් ලෙස නොසැලකෙතත්, මහා භූත සංකල්පයට බුදු දහමේ දී ඇති තැන ආයුර්වේදයේ දී ඇති තැනට සමානය. අනෙක් බොහොමයක් ඉන්දීය දර්ශනවල මෙන් නොව, බුදු දහමේ මහා භූත සංකල්පයට ප්‍රධාන තැනක් හිමි වී ඇති බව කිව යුතුය. භෞතික ලෝකයේ ඇති ඕනෑම ද්‍රව්‍යයක් "රූප ධම්ම" යනුවෙන් බුදු දහමේ හඳුන්වා දී ඇත. සෑම සංස්කාර ධර්මයක් ම හේතුවකින් ප්‍රභවය ලබයි යන සංකල්පය අනුව හේතුඵල වාදය විග්‍රහ කරන පටිච්ච සමුප්පාදය බුදුදහමේ ප්‍රධාන ස්ථානයක් ගනියි. මේ හා සම්බන්ධ දුක්ඛ, සමුදය, නිරෝධ, මාර්ග යන චතුරාර්ය සත්‍යයන් ද බුද්ධ ධර්මයේ මූලික ඉගැන්වීමකි. දුකට නිදානයක් (හේතුවක්), දුක නැති කිරීමේ මාර්ගය දැක්වීම බුදු දහමේ මුඛ්‍ය අරමුණ වන අතර රෝග නිදානය හා රෝග නිවාරණය හෙළි කිරීම ආයුර්වේදයෙහි ප්‍රධාන පරමාර්ථය වෙයි. බුදු සමයේ හා ආයුර්වේදයේ මේ අරමුණ සාක්ෂාත් කර ගැනීමට යොදන ලද්දේ එකම ක්‍රමවේදයකි.[4] බුදු දහමේ චෛතසික වේදනා සහ කායික වේදනා සංසිඳුවා ගැනීමට උපදෙස් දෙන අතරම මේ වේදනාවෙන් හට හටගැනීමේ මූල නිදානය සොයා එය සදහටම නසා විමුක්තිය ලබන මාර්ගය පහදයි. නිදානය සොයා දැන එයට එක එල්ලේම පහරදී නසා දීමේ න්‍යාය බුදුදහම විසින් උසස් කොට සලකනු ලැබේ. නිධානයට විරුද්ධව හෝ ව්‍යාධියට විරුද්ධව හෝ නිදාන ව්‍යාධි දෙකටම විරුද්ධව හෝ ප්‍රතිකාර යෙදීමේ උපශය විධි දහ අටක් ආයුර්වේදයෙහි ඇති බැව් ආයුර්වේදඥයෝ පවසති. මේ සියලු උපාය ක්‍රමයට වඩා නිදානය සොයා ඊට පිළියම් යෙදීම වේදනාව සහමුලින් වැනසීමට හේතුවන හෙයින් ශ්‍රේෂ්ඨ විය යුතුය. රෝගය බලවත් තන්හි එහි බලය බිඳ දමා නිදානයට පිළියම් යෙදීම නුවණින් අවස්ථාවෝචිතව ක්‍රියාකරන වෛද්‍යවරයාගේ ප්‍රතිපත්තිය විය යුතුය.[5]

ආයුර්වේද වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රයේ මූලික පදනම පවා ගොඩ නැගී ඇත්තේ බෞද්ධ දර්ශනයෙහි මූලික පදනම ගොඩ නැගුණු සැලැස්ම තුළ යැයි දැක්වීම ද නිවැරදි ය. බෞද්ධ දර්ශනයෙහි ධර්ම න්‍යායන් ගොඩනැගෙනුයේ 'චතුරාර්ය සත්‍යය' නැමති පදනම හෝ සැලැස්ම යටතේය. ආයුර්වේද ධර්ම න්‍යායන් ගොඩනැගෙනුයේ ද එබඳු 'චතුර් සත්‍යයක' සැලැස්මකට අනුකූලවය. බෞද්ධ දර්ශනයෙහි 'දුක්ඛ සත්‍යය' පිළිබඳව විවරණයට බොහෝ සෙයින් සාම්‍යය වූවක් හෝ

එයට අනුකූල වූ සංකල්පයක් ලෙස ආයුර්වේදයේ 'රොග සත්‍යය' හඳුන්වා දිය හැකිය. දුක්ඛ සත්‍යයෙහි ම අනු අංගයන් ලෙස හෝ එහි විවරණයන් ලෙස හෝ ජාති-ජරා-මරණ-ව්‍යාධි ආදිය දැක්විය හැකිය. මින් ජාති මරණ දෙක ජය ගැන්මේ මාර්ගය බෞද්ධ දර්ශන ශාස්ත්‍රයෙහි දක්වා ඇතැයි සිතමි. ආයුර්වේද දර්ශනයෙහි ගැබ්ව ඇත්තේ ජරා ව්‍යාධි දෙක ජය ගන්නා අන්දමය. මේ අනුව මෙම දර්ශනයන් දෙකම එකම මූලයක සිට එකම අරමුණක් වෙත දිවෙන මාර්ගයන් දෙකකි. බෞද්ධ දර්ශනය අනුව එම මාර්ගයේ අවසන් ඵලය වන්නේ නිර්වාණයයි. නිර්වාණය ජයගත් තැනැත්තේ ජාති මරණ දෙක ද දිනාගනී. ජාති, මරණ දිනාගත් තැනැත්තා හට ජරා, ව්‍යාධි ආදියක් නොමැත්තේ ය. ඒ නිවන් අවබෝධ වූ ඉක්බිතිව සිදුවන්නකි. නිවන් අවබෝධ කිරීමට පෙර වුවද ජරා ව්‍යාධි දෙකෙන් මිදෙන මාර්ගයෝ පවතිත්. එම මාර්ගයන් ඇත්තේ ආයුර්වේද ධර්ම ශාස්ත්‍රයෙහි ය. ජරා ව්‍යාධි දුක්ඛයට පත්වූවකු ඉන් මිදීම යනු නිරෝග වීමය. ඒ ආයුර්වේද ධර්ම ශාස්ත්‍ර යෙහි අවසන් ඵලය වූ නිවනයි. නිවන් අවබෝධ කරගැනීමට නම් දුකට හේතුව ඉවත් කරගත යුතුයි. එමෙන්ම රෝගීභාවය නැමැති දුක්ඛය ඉවත් කර ගැනුමට ද මාර්ග යෝ පවතිත්. ඒ රෝග හේතුව ඉවත් කර ගැනීමේ මාර්ගය හෙවත් චිකිත්සාවයි. එහෙයින්ම ආයුර්වේද ධර්ම ශාස්ත්‍රයෙහි දී රෝගය පිළිබඳව ද, රෝග සුවය පිළිබඳවද, රෝග හේතූන් පිළිබඳව ද , එම රෝග හේතූන් ඉවත් කර ගැනීම පිළිබඳව ද 'චතුර් සත්‍යයක්' පවතී. එම චතුරාර්ය සත්‍යය අප විසින් ඉහත ද සඳහන් කළ අන්දමට බෞද්ධ 'චතුරාර්ය සත්‍ය' හා ගැලපේ.

බෞද්ධ ධර්ම ශාස්ත්‍රය	**ආයුර්වේද ධර්ම ශාස්ත්‍රය**
දුක	රෝගය
දුක ඇතිවීමට හේතුව	රෝග හේතුව
නිවන	සුවය
නිවන් මග	චිකිත්සා මාර්ගය

බෞද්ධ දර්ශනයෙහි මෙම පදනම ඇසුරු කරමින් ආයුර්වේද

ධර්ම ශාස්ත්‍රය ගොඩනැංවීමට කෙනෙකු පෙළඹෙනුයේ පූර්ව බෞද්ධ යුගයෙහි චිකිත්සකයන්ට මෙන්ම චිකිත්සාවන්ට ද පැවැති සමාජ තත්ත්වය නිසා යැයි සිතීම ද වරද නොවේ.[6]

විරේචනය හෙවත් විරේකය ආයුර්වේදීය වෛද්‍යක්‍රමයේ පංචකර්මයෙන් එකකි. බුදුන් වහන්සේ ද ආර්ය විරේචනය භාවිතා කර ඇත. 'තිකිච්ඡකා භික්ඛවෙ විරෙචනං දෙන්ති. පිත්තසමුට්ඨානම්පි ආබාධානං පටිඝාතාය. සෙම්හසමුට්ඨානම්පි ආබාධානං පටිඝාතාය. වාතසමුට්ඨානම්පි ආබාධානං පටිඝාතාය. අහං ච බො භික්ඛවෙ අරියං විරෙචනං දෙසිස්සාමි යං විරෙචනං සම්පජ්ජති. එව නො විප්පජ්ජති. යං විරෙචනං ආගම්ම ජාතිධම්මා සත්තා ජාතියා පරිමුච්චන්ති ජරාධම්මා... මරණධම්මා .., සොකපරිදෙව දුක්ඛදොමනස්සුපායාසා සා ධම්මා...' තථාගතයන් වහන්සේ ආර්ය විරේචනය කරන අතර ඉන් ඉපදීම ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ඉපදීමෙන් මිදෙති. ජරාව, මරණය ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ජරාවෙන් හා මරණයෙන් මිදෙති. ශෝක, විලාප, දුක් දොම්නස්, උපායාස ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ඒවායෙන් මිදෙති.[7] සිරුරේ කට (මුඛය) ඌර්ධ්ව භාගය ඇසුරු කොට දොස් බැහැර කිරීම වමනය නම්. ගුදය (අධෝමුඛය) ඇසුරු කොට දොස් බැහැර කිරීම විරේචන නම්. වමන විරේචන දෙකම සිරුරේ අපද්‍රව්‍යයන් බැහැර කරන හෙයින් විරේචන සංඥාව ලබයි.[8] එක්තරා භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් (අභිසන්නකාය) ඇත්තේ විය. අභිසන්නකාය යනු දොස් කිපුණු ශරීරයක් ඇති බවයි.[9] "අනුජානාමි භික්ඛවෙ, විරෙචනං පාතුං... අනුජානාමි භික්ඛවෙ, අච්ඡකඤ්ජිං... අකටයූසං... කටාකටං... පටිච්ඡාදනීයං...'' බුදුන් වහන්සේ උන් වහන්සේට විරේකයක් බොන්නට අනුදත්හ. ඉන් පසු එම භික්ෂුවගේ ශාරීරික අවශ්‍යතාව අනුව පෙරා ගත් කැඳ වතුර, දුරු මිරිස් නොයෙදූ මුං ඇට තැම්බූ වතුර හා මස් රසය අනුදැන ඇත.[10] වමනය කරවීම ද ආයුර්වේද පංචකර්ම චිකිත්සාවකි. බුදුන් වහන්සේ වෛද්‍යවරුන්ගේ වමනය කරවීම හා තමන් වහන්සේගේ වමනය කරවීම පැහැදීලි කළහ. ''තිකිච්ඡකා භික්ඛවෙ වමනං දෙන්ති. පිත්තසමුට්ඨානම්පි ආබාධානං පටිඝාතාය සෙම්හසමුට්ඨානම්පි ආබාධානං පටිඝාතාය වාතසමුට්ඨානම්පි ආබාධානං පටිඝාතාය. අත්ථෙතං භික්ඛවෙ වමනං නෙතං නත්ථීති වදාමි. තඤ්ච බො එතං භික්ඛවෙ වමනං සම්පජ්ජතීති විපජ්ජතීපි. අහඤ්ච බො භික්ඛවෙ

අරියං වමනං දෙසිස්සාමි. යං වමනං සම්පජ්ජතීති යෙව නො විපජ්ජතී යං වමනං ආගම්ම ජාතිධම්මා සත්තා ජාතියා පරිච්ඡන්ති ජරාධම්මා සත්තා ජරාය පරිමුච්චන්ති.'' වෛද්‍යවරු පිත, සෙම හා වාතය නිසා හටගත් රෝගවලට වමනය කරවති. මම ද ආර්ය වමනය කරවමි. ඒ වමනයෙන් ජාතිය, ජරාව, මරණය, ශෝකය, පරිදේවය, දුක්, දොම්නස්, උපායාස ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ඒවායින් මිදෙති.[11]

දේශීය වෙදකමෙහි නස්‍ය යෝග රැසක් දැකිය හැකිය.

ගොටුකොළ යුෂ හා මී පැණි

මුගුණුවැන්න යුෂ හා මී පැණි

නිකකොළ, අමු ඉඟුරු යුෂ, සීතාරාම වටී, තනකිරි මිශ්‍ර කර පෙරා නස්‍ය යෙදීම

අමු ඉඟුරු යුෂ, උක් යුෂ, තලතෙල්

ගැටතුඹ යුෂ, තනකිරි

''තෙන ඛො පන සමයෙන ආයස්මතො පිළින්දිවච්ඡස්ස සීසාභිතපො හොති. අනුජානාමි භික්ඛවෙ මුද්ධනි තෙලකන්ති අනුජානාමි භික්ඛවෙ නත්ථුකම්මන්ති. අනුජානාමි භික්ඛවෙ නත්ථුකරණීන්ති...'' පිළින්දිවච්ඡ තෙරුන් වහන්සේට හිසරුදාවක් වැළඳුනේය. බුදුන් වහන්සේ ඊට හිස තෙල්ගෑම පළමුවෙන් අනුදත් අතර ඉන් රෝගය සුව නොවූයෙන් නස්‍යකර්මය කිරීමට අනුදත්තහ. නස්නය ගලායන නිසා නස්න ඔරුවක් ද බුදුන් වහන්සේ විසින් අනුමත කොට තිබේ.[13] චරකයෙහි ද නස්න කිරීමෙන් ඇතිවන ප්‍රතිඵල මෙලෙස දක්වා ඇත. නස්න කිරීමෙන් ඇස්, කන්, නාසාදියෙහි පීඩා නොවීම, කෙස් රවුළු පිඟුවන් නොවීම, කෙස් අකාලයේ නොවැටීම, මන්‍යාස්තම්භ, ශිරඃශූල, ආර්දිත පීනස වැනි රෝග සංසිඳීම, සිරාමස්තිෂ්කයෙහි වූ සන්ධි, ස්නායු, කණ්ඩරා තෘප්ත ව බලයට පැමිණීම, මුව ප්‍රසන්නවීම, කටහඬ සිනිඳු හා ගැඹුරු වීම, ශිරෝරෝග හදිසියේ ඇති නොවීම යන යහපත් ප්‍රතිඵල ලබාගත හැකිය.[14]

ශරීරයේ පථ්‍ය අපථ්‍යතාවට ජලය ද සුවිශේෂ ලෙස බලපානු ලබයි. මඩ සහිත බොරවූ ද, සෙවෙල්, තණකොළ, වෙනත් කොළ වර්ගවලින් වැසී ඇත්තා වූ ද, සූර්ය චන්ද්‍ර කිරණ නොවැටෙන්නා වූ ද, වායු ස්පර්ශයෙන් තොර වූ ද එකෙනෙහිම වට වැස්සෙන් එකතු වූ ද , සණ බව, බර බව, පෙණ සහිත බව, පණුවන් සහිත බව, රත් වූ බව ඇත්තා වූ ද ශීතල නිසා දත්හිරිය ඇතිකරන්නා වූද, ජලය පාලන නොකළ යුතු බවත්, වර්ෂා සෘතුවේදී හැර සෙසු සෘතුවලදී නදී ජලය පානය නොකළ යුතු බවත් ආයුර්වේදයේ දැක්වේ. ආයුර්වේදයට අනුව ආහාර නොදිරවීමේදී උණුවතුර ඖෂධයකි. දිර වූ ආහාර ඇති කළ උණුවතුර බීම කායබලය සලසයි. ආහාර ගන්නා අතර උණුවතුර බීමෙන් ආයු වර්ධනය වේ. ආහාර ගෙන පැන් පානය කළ පසු නැවත නැවත පැන් නොබිය යුතුය. රාත්‍රී කාලයේ දී ද පැන් පානයෙන් වැළකිය යුතුය.[15] ආයුර්වේදයේ මෙන්ම බුදු දහමේ ද ජලයට හිමිවන්නේ සුවිශේෂි ස්ථානයකි. ජලය පූජනීය වස්තුවක් ලෙසත් බෞද්ධ සම්ප්‍රදාය තුළ හඳුන්වනු ලබයි. ජලය පාරිශුද්ධියේ සංකේතයක් ලෙසත් බෞද්ධ සම්ප්‍රදාය තුළ හඳුන්වනු ලබයි. එක්තරා දෙවියකු විසින් දිවා රෑ දෙකෙහි පින් සිදු වන පුණ්‍ය කර්මය කුමක්දැයි ප්‍රශ්න කරන ලද අතර බුදුන් වහන්සේ මල්වතු වැවීම, වන වැවීම, හේදඬු කරවීම, පැන්හල්, පැන්පොකුණු කිරීම ආදිය දිවා රෑ දෙකෙහි පින් වැඩෙන පුණ්‍යකර්ම සේ වදාළහ.

ආරාමරොපා වනරොපා - යෙ ජාන සෙතුකාරකා

පපඤ්ච උදපානං ච - යෙ දදන්ති උපස්සයං

ධම්මට්ඨා සීල සම්පන්නො - තෙ ජනා සග්ගගාමිනො[16]

බුදුන් වහන්සේ ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ මිනිසාට වැළඳෙන රෝග පිළිබඳව මෙලෙස දේශනා කළ සේක. ''... ඉති ඉමස්මිං කායෙ විවිධා ආබාධා උපජ්ජන්ති, සෙය්‍යථීදං, චක්ඛුරෝගෝ, සෝතරෝගෝ, ඝාණරෝගෝ, ජිව්හාරෝගෝ, කාය රෝගෝ, සීසරෝගෝ, කණ්ණරෝගෝ, මුඛ රෝගෝ, දන්ත රෝගෝ, කාසෝ, සාසෝ, පිනාසෝ, ඩහෝ, ජරෝ, කුච්ඡි රෝගෝ, මුච්ඡා, පක්ඛන්දිකා, සුලා, විසුචිකා, කුට්ඨං, ගණ්ඩෝ, කිලාසෝ, සෝසෝ, අපමාරෝ, දද්දු, කණ්ඩු, කච්ඡු, රඛසා, විතච්ඡිකා,

ලෝහිත පිත්තං, මධුමේහෝ, අංසා පිළකා, භගන්දළා. පිත්තසමුට්ඨානා ආබාධා, සෙම්භ සමුට්ඨානා ආබාධා, වාතසමුට්ඨානා ආබාධා, සන්නිපාතිකා ආබාධා, උතුපරිනාමජා ආබාධා, ඕපක්කමිකා ආබාධා, කම්ම විපාකජා ආබාධා, සීතං උණ්හං ජිඝච්ඡා, පිපාසා, උච්චාරෝ, පස්සාවෝති.' මෙසේ මේ කයෙහි විවිධ ආබාධයෝ උපදනාහ. ඔහු කවරහ යත් ? චක්ඛු රෝගය, සොත රෝගය, ඝාන රෝගය, ජිව්හා රෝගය, කාය රෝගය, සීස රෝගය, කණ්ණ රෝගය, මුඛ රෝගය, දන්ත රෝගය, කාසය, ශ්වාසය, පීනස ය, දාහය, ජ්වරය, කුච්ඡි රෝගය, මූර්ජාය, පක්ඛන්දිකාය, ශූලාය, විශූචිකාය, කුෂ්ටය, ගණ්ඩය, කිලාසය, ස්වාසය, අපස්මාරය, දද්දුය, කණ්ඩුය, රඛසාය, විතච්ඡිකාය, ලෝහිත පිත්තය, මධුමේහය, අංසය, පිළිකාය, භගන්දරාය, පිතින් උපදනා ආබාධය, වාතයෙන් උපදනා ආබාධය, සන්නිපාතික ආබාධය, ඍතු පරිණාමයෙන් වන ආබාධය, විෂට පරිහාරයෙන් උපදනා ආබාධය, උපක්‍රමයෙන් උපදනා ආබාධය, කර්ම විපාකයෙන් උපදනා ආබාධය, ශීතය, උෂ්ණය, සාය, පවසය, උච්චාරය, පස්සාවයයි. මෙසේ මේ කයෙහි ආදීනවානුදර්ශීව වසෙයි.[17] සුශ්‍රැත ආචාර්යවරයාට අනුව ආගන්තුක රෝග, ශාරීරික රෝග, මානසික රෝග සහ ස්වභාවික රෝග ලෙස රෝග ප්‍රභේද හතරකි.[18] ආගන්තුක රෝග යනු බැහැරින් පැමිණෙන උවදුරු නිසා හටගන්නා රෝගයන්ය. ශාරීරික රෝග යනු ආහාරපාන වා පිත් සෙම් සන්නිපාතයෙන් හටගන්නා රෝගයන්ය. සිතෙහි හටගන්නා කෝපය, ශෝකය, උන්මාදය, ඊර්ෂ්‍යාව වැනි රෝග මානසික රෝගයන්ය. ස්වභාවික රෝග යනු ක්ෂුධාව, පවස, ජරාව, මරණය, නින්ද, ඇඟරැළි වැටීම, ආදී ස්වභාවික සිරුරෙහි ඇති වන රෝග තත්ත්වයන්ය. එසේම චරකාචාර්යවරයාට අනුව නිජ රෝග, ආගන්තුක රෝග හා මානසික රෝග යනුවෙන් ප්‍රභේද තුනකි.[19] ශරීරයේ වාත, පිත්ත හා කඵ කෝපයට පත්වීමෙන් වැළදෙන රෝග නිජ රෝග වේ. භූත, දේව, ග්‍රහ, විෂ, වායු, අග්නි, පහරදීම් ආදියෙන් හටගන්නා රෝග ආගන්තුක රෝග වන අතර කැමති දේ නොලැබීම හා අකමැති දේ ලැබීම තුළින් හටගන්නා රෝගයන් මානසික රෝග ලෙස හැඳින්වේ. බුදු දහමෙහි කායික රෝගවලට වඩා මනෝ රෝග පිළිබඳව අවධානය යොමුකර ඇති බව අධ්‍යයනයන්හිදී මනාව පැහැදිලි වේ. තෘෂ්ණාව ප්‍රබල මානසික රෝගයකි. එය හුලකි.[20] තෘෂ්ණාව මිනිසා සසරේ සැරිසැරීමට ද හේතුවක් වේ. අධික තෘෂ්ණාවෙන් පෙළෙන

වුන්ගේ ආයුෂ ද අල්පවන බව නොරහසකි. සසරේ බැඳීම් වැඩිකර ගැනීමට ද තෘෂ්ණාව හේතු වේ. සත්ව වර්ගයා පෘතුවියට පැමිණීමේ ප්‍රවෘත්තිය පිළිබඳ වාර්තා වන අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රයට අනුව ආභස්සර දෙව්ලොවින් මෙහි පැමිණි සත්ත්වයෝ (සයං පභා) තමන්ගේම ආලෝකයෙන් දිලෙන්නෝ වූහ. එහෙත් ඔවුන් රස පෘතුවිය දිවගෑම හා ඒ පිළිබඳව ඇති වූ තෘෂ්ණාව කරණ කොට ගෙන සිරුර රළු වී ආයුෂ කෙටි වූ බව එහි දැක්වේ.[21] තෘෂ්ණාව මිනිසාට සිදු කරනු ලබන හානි සුළුපටු නොවන්නේ ඔහුගේ මෙලොව සහ පරලොව ජීවිතය යන දෙකෙහිම පැවැත්ම මෙම තෘෂ්ණාව පදනම් කොට ගනිමින් තීරණය වන බැවිණි. තෘෂ්ණාව පුද්ගල ජීවිතයට මෙන්ම සමාජයට ද යහපතක් සිදු නොකරයි. සායනවලට ප්‍රතිකාර ගැනීමට පැමිණෙන රෝගීන්ගේ චිත්තවේග, කාංසාව, බිය, ඉච්ඡාභංගත්වය, ශෝකය, තැති ගැන්ම, හුදෙකලාව ආදිය වෙනත් කුමන හෝ ශාරීරික රෝගයක ස්වරූපයෙන් ප්‍රකට විය හැකිය. ශ්වසන, රුධිර සංසරණ, ආහාර පරිපවන ක්‍රියාවන්ගේ විකෘතිතා මානසික ආවේගයන්හි ප්‍රතිඵල වශයෙන් පහළ වන බව පෙනේ. විසූචිකා හා අලසකම රෝග නිදාන පැහැදිලි කරන චරකාචාර්යවරයා විසින් කාම, ක්‍රෝධ, ලෝභ, මෝහ, ඊර්ෂ්‍යා, ලජ්ජා, ශෝක, අභිමාන, උද්වේග, භය යන මානසික හේතූන් ද ඊට බලපාන බව පැහැදිලි කෙරේ.[22]

බුදු සමය පිළිගන්නා පරම රෝගය බඩගින්නයි. අන්‍ය රෝග ඇති කල්හි ප්‍රතිකාර කිරීමෙන් විනාශ වේ. නැතහොත් තදංග වශයෙන් නොහොත් තාවකාලිකව විනාශ වේ. එහෙත් බඩගින්න ඇති කල්හි ප්‍රතිකාර කළ යුතුමය. මෙය පරම වන්නේ එබැවිනි.[23] ආයුර්වේදයෙහි බඩගින්න, පිපාසය, මල මූත්‍ර වේගධාරණය, කිවිසුම වැනි කායික වේග නොදැරිය යුතු බවට උපදෙස් දී තිබේ. බුදුන් වහන්සේ ද පටිසේවනයෙන් දුරු කළ යුතු ආශ්‍රව ගණයට සිවුපසය ඇතුළත් කිරීමෙන් අදහස්වල සමානතාව ප්‍රකට කෙරේ.[24] ආහාර නොගෙන කිසිවෙකුට ජීවත්විය නොහැකිය. බුදු දහමෙහි ද ආහාර සම්බන්ධව විශේෂිත වූ කරුණු රැසක් අවධාරණය කරගත හැකිය. භෝජනයෙහි පමණ දැනීම අගය කරන බුදු සමය භෝජනයෙහි පමණ නොදැනීම තරයේම ප්‍රතික්ෂේප කරනු ලබයි. තමන්ට ප්‍රමාණවත් පරිදි ආහාර ගැනීමෙන් අත්වන සැහැල්ලු බව පිළිබඳව ද බුදුදහමෙහි පෙන්වා දෙනු ලබයි. ඒ බව පැහැදිලි වන්නේ ථෙර ගාථා

පාළියෙහි දැක්වෙන්නේ ආහාර ගන්නා විට බත් පිඬු හතරක් පහක් සඳහා කුස ඉඩතබා ආහාර ගැනීම නවත්වන්නැයි බුදුසමය උගන්වන බව පෙන්වා දීමෙනි.''භොජනෙ මත්තාඤ්ඤුතා හි සීලඞ්ගං නාම හො නිති.[25] ආහාරයෙහි පමණ දැනීම ශීලයෙහි අංගයක් ලෙස ද සඳහන් වේ. මෙසේ ආහාරයෙහි පමණ දැනීම කුමක් ද යන්න පිළිබඳව සංයුත්ත නිකායේ මෙලෙස සඳහන් වේ.''මහණෙනි, මේ සස්නෙහි මහණ තෙමේ නුවණින් සලකා ආහාර වළඳයි. කෙළි පිණිස නොවේ. මද පිණිස නොවේ. ආඟපසඟ වඩනු පිණිස නොවේ. සැරසුම් පිණිස නොවේ.මේ කයෙහි පැවැත්ම පිණිසමය. සාගිනි වේදනා වැළැක්වීම පිණිසමය. බඹසරට අනුග්‍රහ පිණිසමය. මෙසේ පැරණි වේදනාව ද නසමි. අලුත් වේදනා ද නූපදවන්නෙමි. මාගේ ඉරියව් පැවැත්ම ද නිවරදි බව ද පහසු විහරණය ද වන්නේය. මහණෙනි, යම් සේ පුරුෂයෙක් මස් වැඩීම පිණිස ම වණයක බෙහෙත් ගල්වන්නේ ද යම් සේ බර ගෙන යනු පිණිසම අතුරෙහි තෙල් ගල්වන්නේ ද මහණෙනි, එසෙයින්ම මහණ නුවණින් සලකා අහර වළඳයි යනුවෙන් දේශනා කළ සේක.[26] ආහාර ගැනීමේදී මෙය මට රිසිය, නොරිසි යැයි වර්ගීකරණය නොකළ යුතුය. තමාට නොරිසි දැය ආශා නොකොට බැහැර කෙරේ ද රිසි දෙය ගිජු නොවී, මුසපත් නොවී සිතින් එහි නොඇලී, පිළිගැනීම් හා ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීමෙහි ප්‍රමාණය දැන වැළඳීමෙන් පිරිසිදු වන බව බුදුන් වහන්සේ නිග්‍රෝධ පිරිවැජියාට පැවසූහ.[27] බුදුන් වහන්සේ ඉගැන්වූ සිව්පස සංකල්පය තුළ ද පිණ්ඩපාතය ලෙස හැඳින්වෙන්නේ ආහාරයයි. ආයුර්වේදයෙහි ද මිනිසා විසින් ගනු ලබන ආහාර පිළිබඳව සැලකිල්ලමත් බවක් දක්වා ඇත. ආයුර්වේද මූලධර්මවලට අනුව ලෝකයේ පවත්නා ඕනෑම ආහාර වර්ගයක් රස අනුව කොටස් හයකට බෙදා දක්වනු ලැබේ. එනම් මධුර, අම්ල, ලවණ, කටුක, තිත්ත, කෂාය යනුවෙනි. මෙම වර්ගීකරණයට අමතරව ආහාර සහ ඖෂධවලට අයත් ගුණ විස්සක් ආයුර්වේදයේ දක්වා ඇත. හිත ආහාර මෙන්ම පුද්ගලයාට හිතකර නොවන ආහාර වර්ග පද්ධතියක් ද ආයුර්වේදයේ දැක්වේ. ආහාරයෙන් ලැබෙන ආයු, වර්ණ, සැප ආදී සියලු ම ප්‍රතිඵල නොවඩුව ලබා ගැනීමට නම් ආහාරය සමබලව, අංගසම්පූර්ණව තිබිය යුතුය. ආහාර සමතුලිතතාවය යැයි කියනු ලබන්නේ මිනිසාට එදිනෙදා ශාරීරික කර්තව්‍යයන් කිරීම සඳහා අවශ්‍ය වන මූලධාතු අවශ්‍ය ආකාරයට ආහාරවේලට ඇතුළත් කර ගැනීමයි.

අංග සම්පූර්ණ ආහාරයක් වුව ද භෝජන කාලය, ප්‍රමාණය, භෝජන විධිය සහ ආහාර සකස් කර ගැනීමට ගන්නා භාණ්ඩ ආදිය කෙරෙහි සැලකිලිමත් විය යුතුය. එසේ නොවූව හොත් පෝෂණ ගුණය හා ගුණාත්මක වටිනාකම අඩු වීමට හෝ නැති වී යාමට ඉඩකඩ ඇත. බුදුදහමේ මෙන් ආයුර්වේදයට අනුව ද ඉතා ශීඝ්‍ර භෝජනය කිරීමත් අති විලම්භිත භෝජනයත් නුසුදුසු බව ආයුර්වේදයේ දැක්වේ. වහා වහා අනුභව කිරීමෙන් ආහාරය මනා සේ නොදිරාවීම, රස විඳීම මනා සේ සිදු නොවීම, ආහාරයෙහි දෝෂ, ගුණ භාව දෙක නිශ්චය වශයෙන් අවබෝධ නොවීම, ආදිය සිදු වන අතර බොහෝ ප්‍රමාද වී භෝජනය කිරීමෙන් තෘප්තියට පත් නොවීම, බොහෝ ආහාර අනුභවය, ආහාර ද්‍රව්‍ය ශීත බවට පැමිණීම ආදිය සිදුවන බව ආයුර්වේද වෛද්‍ය මතයයි.[28] ආහාර පාන වැනි ද්‍රව්‍ය ගැටීමෙන් හැම මොහොතකම මිනිස් සිරුර වෙනසකට භාජනය වන ආකාරය පිළිබඳ විග්‍රහය ආයුර්වේද න්‍යායන් අතර ප්‍රධාන තැනක් ගනී. හැම මොහොතකම සිදුවන මෙය නොනවතින ක්‍රියාදාමයකි. පැරණි සිරුර හැම මොහොතකම අලුත් සිරුරක් බවට පත්වෙයි. එහෙත් එය එකම සිරුරය යන අවබෝධය ඇති වන්නේ පැරණි සිරුර හා අලුත් සිරුර අතර වෙනස ප්‍රකටව නොපෙනෙන නිසා ය. කාලාන්තරයක් තිස්සේ ගොඩනැගී ආ මේ සංකල්පය පසු කලක චරක සංහිතාවෙහි මෙසේ සඳහන් වී ඇත.

"න තෙ තත්සාදෘශාඃ තු අනෙ‍්‍යා පාරම්පර්ය සමුත්පීතාඃ

සාරූප්‍යාත් යෙ ත එවෙති නිර්දිශ්‍යන්තෙ නවා නවාඃ "

ආයුර්වේදයේ විශ්ව දර්ශනය අනුව විශ්වය සැදී ඇත්තේ ද්‍රව්‍ය (භූත) වලිනි. මේ 'භූත' සියල්ලම හැම මොහොතකම වෙනස් වෙයි. (නිත්‍යග) 'සබ්බේ සංඛාරා අනිච්චා' යනුවෙන් හැඳින් වුණු සියලු සංස්කාර ධර්මයන් වෙනස් වෙන සුලු ය යන සංකල්පය බුදුදහමේ ද ප්‍රධාන තැනක් ගන්නා බව මෙහිලා සඳහන් කළ මනා ය. භික්ෂූන් වහන්සේලාට වැළඳුණු රෝගත්, ඒ සඳහා නියමකළ ඖෂධත් විස්තර කැරෙන විශේෂ කොටසක් පාලි විනය පිටකයේ මහාවග්ගයේ භෙසජ්ජක්ඛන්ධකයෙහි අඩංගු වීමෙන් වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය කෙරෙහි බුදුරදුන් තුළ වූ වැඩියාව හා ඒ සඳහා උන්වහන්සේ ලබාදුන් අනුබලය ද මැනවින් මැනවින් පැහැදිළි වෙයි. මෙහි කැරෙන ඖෂධ

විස්තර මූලික වශයෙන් අයුර්වේදයෙහි දැක්වෙන ඒවාට සමාන බව කිව යුතුය. බිම්බිසාර රජතුමාගේ මෙන්ම බුදුන් වහන්සේගේ හා භික්ෂූන් වහන්සේලාගේ ද වෛද්‍යවරයා වූ තක්ෂිලාවෙහි වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය හැදෑරූ ජීවක කෝමාරභච්චතුමා විසින් මොළය, උදරය හා සිරුරේ නොයෙක් තන්හි කරන ලද සැත්කම් පිළිබඳ විස්මයජනක තොරතුරු භෙසජ්ජක්ඛන්ධකයෙහි දක්නට ලැබේ.[29]

බුදු දහම තුළ නින්ද පිළිබඳව ද අවධාරණය කොට ඇත. යහපත් හා සුවපත් නින්ද අගයන බුදු සමය ඊට යහපත් මානසික තත්ත්වයක අවශ්‍යතාව ද අවධාරණය කරයි.

''කිංසු ඣත්වා සුඛං සෙති - කිංසු කත්වා න සොචති

කොධං ඣත්වා සුඛං සෙති - කොධං ඣන්වා න සොචති.''

වරක් බුදුන් වහන්සේ වෙත පැමිණි දෙවියෙක් සුවසේ නිදන හේතුව හා ශෝක නසන හේතුව විමසයි. ක්‍රෝධය නැසීමෙන් සුවසේ නිදා ගත හැකි බවත් ක්‍රෝධය නැසීමෙන් ශෝක කිරීම නවතින බවත් බුදුන් වහන්සේ පැහැදිලි කළහ.[30] බෞද්ධ සම්ප්‍රදායට අනුව නින්දට පෙර කෙටි වේලාවක් මෛත්‍රී භාවනාව වැඩීම සිදු කෙරේ. ඉන් මනසේ ක්‍රෝධය ඉවත් වීම නිසා සුවපත් නින්දක් ලැබීම, එසේම සුවසේ පිබිදීම, නපුරු සිහින නොදැකීම ආදී ආනිශංස එකොළහක් ලබන අතර ඉන් තුනක් සුවපත් නින්ද හා බැඳේ.[31] ආයුර්වේදයේ ද රෝග නිවාරණයෙහි වැදගත් අංගයක් ලෙස නින්ද හැඳින්විය හැකිය. නින්ද සම්බන්ධයෙන් ද අතියෝග, අයෝග හා මිථ්‍යායෝග යන තුනෙන් වෙන් වී සම්‍යක් යෝගයෙහි යෙදිය යුතුය. අධික සේ නිදිසුව ලැබීම, නිදි නොලැබීම හා වැරදි ලෙස නිදිසුව විඳීමත් ස්වස්ථතාව විනාශ කරයි. ආයුර්වේද මතය අනුව සැප හා දුක ද ශරීර පෘෂ්ඨිය හා කෘෂ බව ද බලය හා දුබල බව ද වෘෂත්වය හා ක්ලීවත්වය ද, ඥානය හා අඥාන බව ද ජීවිතය හා මරණය ද යන මේ සියල්ල නින්දට අයත්ය.''අකාලයෙහි නිදා ගැනීමත් අධිකව නිදා ගැනීම හා නොනිදීම ද අවසන් නින්ද මෙන් මිනිසාගේ සෞඛ්‍යය හා ආයුෂය ගෙවීමට හේතු වේ. එනමුත් විධි වූ පරිදි සේවනය කළ නින්ද ම මිනිසා සැපවත් හා දීර්ඝායුෂ්ක කරයි. යෝගී පුරුෂයෝ ඍද්ධිලාභයෙන් තත්ත්වඥානය ලබන්නාක් මෙනි. සිරුර රැකගැනීමෙහිලා ආහාරය යම් සේ

උපයෝගීවේ ද විධි වූ පරිදි සේවිත නිද්‍රාව ද එසේම උපයෝගී වේ. විශේෂයෙන් ස්ථූල බව හා කෘශ බව නින්ද හා ආහාරය නිසා උපදනේය. මිත්‍යානිද්‍රා යනු වැරදි ලෙස නිදා ගැනීමයි. ග්‍රීෂ්ම කාලයේ හැර අනෙක් ඍතුවල දහවල් නිදා ගැනීමෙන් සෙම හා පිත කෝප වේ. පීනස, කැස්ස, මතක ශක්තිය දුර්වල වීම, බුද්ධිහානිය ආදිය දහවල්හි නිදිමේ ප්‍රතිඵල වේ. එහෙත් අධ්‍යාපනය, මද්‍යපානය, මෛථුනසේවනය, ගමන් වෙහෙස ඇත්තවුන්, වැහැරුණු සිරුරු ඇත්තවුන් පිස්සන්, රෑ නිදිවැරීමෙන් වෙහෙස වූවන් දහවල් නිදීම සුදුසුය.[32] බුදු දහමේ මෙන්ම ආයුර්වේදයේ ද නින්ද අත්‍යවශ්‍ය අංගයක් වූවද අසීමිත ලෙස නිදා ගැනීම ශරීරයට මෙන්ම ජීවන චර්යාවට ද නුසුදුසුය.

බුදු දහමෙහි චෛතසික වේදනා සහ කායික වේදනා සංසිඳුවා ගැනීමට උපදෙස් ලබාදෙන අතරම වේදනා හටගැනීමේ මූල නදානය සොයා එය සදහටම නසා විමුක්තිය ලබන මාර්ගයේද ගමන් කිරීමට උපදෙස් ලබා දෙනු ලබයි. සල්ලකත්ත යනු ශල්‍ය වෛද්‍යවරයා (Surgeon) ය. සල්ල යනු හුල්ය. මහනිද්දෙසපාළියේ හුල (සල්ල) හතක් පිළිබඳව ඉගැන්වේ. රාගසල්ල (රාග හුල්), දොසසල්ල (දෝසහුල්), මොහසල්ල (මෝහ හුල්), මානසල්ල (මාන හුල්), දිට්ඨිසල්ල (දෘෂ්ඨි හුල්), සොකසල්ල (ශෝක හුල්), දුච්චරිතසල්ල (දුසිරිත් හුල්) යනු ඒවාය. එහිම තවත් තැනක් දුච්චරිතසල්ල වෙනුවට යොදා ඇත්තේ කථංනථාසල්ල යන්නයි. එනම්, සිවුසස් පිළිබඳ සැකය නම් හුලයි.[33] බුදු සමසයේ නිරන්තරයෙන් කෙලෙස් හුල් ගැන සාකච්ඡා කෙරේ. බුදුන් වහන්සේ ශල්‍යකර්ම කළ බවට ත්‍රිපිටකයෙහි සාධක දක්නට නොමැති වූවද උන් වහන්සේ මනසෙහි වූ අවිද්‍යා, තෘෂ්ණා, රාග, ද්වේෂ, මෝහ, ඊර්ෂ්‍යා වැනි කෙලෙස් හුල් මනසින් උදුරා දමනු පිණිස ධර්ම දේශනා කළහ. බුදුන් වහන්සේ ශල්‍යකර්ම නොකළ ද ඒ පිළිබඳව දැනුවත්ව විසූ බව පෙනේ. ත්‍රිපිටකයේ එන සල්ලවිද්ධ උපමාව ඊට සාක්ෂ්‍ය සපයයි. ශල්‍යකර්ම කරන්නෙකු බෙහෙත් කියන්නා සේ තථාගතයන් වහන්සේ කර්ම විපත්තියෙන් පීඩිත වූ කර්ම ප්‍රාප්තයන් දැක ඉන් සංසිඳීමේ මාර්ගය වදාළහ.[34] බුදුන් වහන්සේ මිනිසාගේ සිතෙහි රෝග හා රෝග නිදාන අවබෝධ කරගත් අතර ඊට සුදුසු ඖෂධ ලබා දුන්හ. ''බමුණ, මම සම්බුද්ධ වෙමි. එසේම ශ්‍රේෂ්ඨතම ශල්‍ය වෛද්‍යවරයා ද වෙමි.'' යි සේල බ්‍රහ්මණයාට බුදුන් වහන්සේ වදාළ සේක.[35] ''භිසක්කොති භික්ඛවෙ තථාගතස්ස අධිවචනං අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස..''

බුදුන් වහන්සේ හැඳින්වීම සඳහා භිසක්ක, සල්ලකත්ත වැනි වදන් පෙළෙහි භාවිතා කෙරේ. භිසක්ක යන්න තථාගතයන්ට අධිවචනයක් බව බුදුන්වහන්සේම වදාළහ.[36] වෛදික සාහිත්‍යයේ ''භිෂජ්'' යන වදන භිසක්ක යන වදනට සමානය. බෙහෙත් දෙන්නා යන අර්ථය එහි තිබේ. අභිසජ් යන ධාතුවෙන් සෑදෙන මෙම වචනය පැලැස්තර අලවන්නා යන තේරුම ඇත. එය තුවාලයකට නැතහොත් රෝග යකට පිළියම් කරන්නා යන අරුතින් යොදා ගෙන තිබේ.[37]

මහාවග්ගපාළි භෙසජ්ජක්ඛන්ධකය බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් භික්ෂූන් වහන්සේලාට වැළඳුණ විවිධ ආබාධයනට ප්‍රතිකාර වශයෙන් සුදුසු ඖෂධ වර්ග අනුදැන වදාළ පරිදි දක්වයි. සරත් කාලයෙහි රෝගීව සිටි භික්ෂූනට ප්‍රතිකාරයක් වශයෙන් පංච භේසජ්ජය අනුදැන වදාළ බව දැක්වේ. පංච භෙසජ්ජ නම් : ගිතෙල්, වෙඬරු, තලතෙල්, මී පැණි, උක් සකුරු යන මේවා යි. ඉන්පසු වුරුණු තෙල් බෙහෙත්, මුල් බෙහෙත්, කසට බෙහෙත් කොළ බෙහෙත් ආදිය ද අනුදැන වදාරා ඇත. මෙම බෙහෙත් අතර දැනට ද ඖෂධ වශයෙන් ගන්නා කහ, ඉඟුරු, අතිවිඩයන්, සුවඳහොට, වම්මුතු, කොහොඹ, දුම්මැල්ල, තලා, කපු, කරඳ ආදිය ද දැක්වේ. මෙසේ ම වළඟසාල්, තිප්පිලි, ගම්මිරිස්, අරළු, බුළු, නෙල්ලි, ගොටුකොළ, ආදිය ද දැක්වේ. සර්පයකු දෂ්ට කළ භික්ෂූන් වහන්සේ කෙනෙකුට ප්‍රතිකාර වශයෙන් "මහා විකටය" දෙන ලෙස බුදුරජාණන් වහන්සේ භික්ෂූන්ට නියම කළ බව මහාවග්ගපාළියෙහි සඳහන් වේ. මෙහි මහා විකටය පැහැදිලි කරන බුදුරජාණන් වහන්සේ "අනුජානාමි භික්ඛවේ චත්තාරි මහා විකටානි දාතුං ගූථං මුත්තික්කං ජාරිකං මත්තිකං" යනුවෙන් මළ, මූත්‍රා, උණු අළු, මැටි යන මේ සතරයැයි දැක්වූ සේක. ගෘහණියක විසින් දෙන ලද වසීකරණ බෙහෙතක් බීමෙන්, භික්ෂූන් වහන්සේ කෙනෙකුට වැළඳුණ රෝගාබාධයක් පිළිබඳ පුවත බුදුරජාණන් වහන්සේට සැළකළ කළ "අනුජානාමි භික්ඛවෙ සීතාලෝලි පායෙතුං" යනුවෙන් "මහණෙනි, හිව්ටෙහි (නගුලෙහි) ඇලුණු මඩ දියෙන් කලතා පෙවීමට අනුදැන වදාළ සේක. මෙසේම පාණ්ඩු රෝගයට ගෝ මුත්‍රයෙහිලූ අරළු පෙවීම, ග්‍රහණියට වියළි බත් පුළුස්සා දිය කොට පෙරා ගත් බත් කාරම පෙවීම, ඡවි දොසාබාධයට සුගන්ධ ද්‍රව්‍ය ආලේපය, උදර වාතාබාධයට ලෝණ සෝවීරක පානය යන ඖෂධ යෝග්‍ය බව බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුදැන වදාළ සේක.

මෙහි "ලෝණසෝවීරක" බෙහෙත විස්තර කරන සමන්ත පාසාදිකා විනය අටුවා මෙසේ දක්වයි.[38]

මෙසේ සලකා ආයුර්වේදයත්, බුදුදහමත් රැගෙන ලොව සැරිසැරූ භික්ෂූන් වහන්සේ පීඩිත සමාජය වෙතට පැමිණ හිතේ ලෙඩත් ගතේ ලෙඩත් හඳුනා නිදානය දැන නිදානයටත්, රෝගයටත් අවස්ථානුකූල ව පිළියම් කරමින් අසහනයෙන් පෙළෙන පස්කම් සැපතින් රත්වූ මත්වූ සමාජය සුවපත් කළහ. මෙහි ප්‍රතිඵලය වූයේ සම්බුදු දහමත් ආයුර්වේදයත් ලොව පුරා පැතිරීම ය. දඹදිවින් ග්‍රීසියට පැමිණි ථෙරපුත්තක භික්ෂු ගණය එරට ගොඩනැගූ ආයුර්වේදය ථෙරපුත්තක නොහොත් "ථියරෝපුටික්" නම් විය. සුප්‍රසිද්ධ ඇලොපති වෛද්‍ය විද්‍යාවේ මූල්‍ය ථියරෝපුටික් වෙදකම පිළිගෙන තිබේ. මෙසේ හෙයින් ආයුර්වේදය පැතිරීමටත් ඇලොපති වෙදකමේ පදනම පිහිටුවීමටත් භික්ෂූන් වහන්සේගේ පිහිට ලැබුණ බැව් ගෞරවයෙන් සිහිපත් කළ යුතුය. මිහිඳු මාහිමියන්ගේ ලංකාගමනයෙන් පසු බෞද්ධ සංස්කෘතිය උදා වූ ස්වර්ණමය යුගයේ සෙසු කලා ශිල්ප භාෂා ශාස්ත්‍ර ආදිය මෙන්ම ආයුර්වේදයත් දේශීය වෙදකම සමග මිශ්‍රව පෝෂණය වීමෙන් ශ්‍රී ලංකාවේ ද අංගසම්පූර්ණ දේශීය වෙදකමක් බිහිවූ බවත් එහි මාර්ගෝපදේශකත්වය මෙරට භික්ෂූන් වහන්සේගේ ම ප්‍රධානත්වයෙන් සිදු වූ බවත් නිරනුමාන යි. මෙදා පටන් මෙරට වෛද්‍ය විද්‍යාලයන් බිහිවෙන තුරුත් වෙදකම වෘත්තියක් බවට පත්වන තුරුත් ගිහි පැවිදි හැම දෙනාගෙම දුක් ගිනි නිවා සිත් සතන් සනසන ආයතනය වූයේ පන්සල ය. වෙද ගෙදර වූයේත් පන්සල ය. පන්සලෙන් පැතිරී ගිය දහම් සුවඳින් මුසු ආයුර්වේද මන්ද මාරුතය තුන් සිංහලය පුරා විහිද යද්දී හැම ගමක් ම හැම පැල්පතක් ම ආරෝග්‍යයේ පරම ලාභයන් සොම්නසේ උතුම් ප්‍රයෝජනත් වැළඳූහ. ගැමි ගෙදරක අසනීපයක් වූ කල හෝ විපතක් උපද්‍රවයක් සිදු වූ කල මුලින්ම එන්නේ පන්සලට ය. හාමුදුරුවන්ගේ ශාන්ත වචනයෙන් එවලේම අසහනයෙන් මිදෙන මිනිසා සෙත් කවියකින් හෝ සෙත් පිරිතකින් හෝ වෙනත් ප්‍රතිකාරයකින් හෝ රෝගයෙන් මිදීමට උත්සාහ දරයි. යන්ත්‍ර සූත්‍ර හෝ රෝහල් පවා හිඟ අපේ සමීපාතීතයේ භික්ෂූන් වහන්සේ කළ ප්‍රතිකාර පුදුමය උපදවයි. පොතුවිල වෙද හාමුදුරුවන් කළ ප්‍රතිකාර ගැන අදත් මේ රටේ ජනතාව සිහිපත් කරති. වෛද්‍ය සමාජයෙහි පුරෝගාමී වූවෝ භික්ෂූන් වහන්සේ ය. මෙම රෝ සටහන් එහිදී

ඉවහල් වූයේ හුදෙක් වෛද්‍ය විද්‍යාව පමණක් නොව. මේ රටේ දිගු කලක පටන් සම්ප්‍රදායානුකූලව පැවත එන වෛද්‍ය, ජ්‍යෝතිෂ, මන්ත්‍ර යන ත්‍රිවිද්‍යාව ම මෙහිදී ප්‍රයෝජනවත් විය. මෙම ත්‍රිවිද්‍යාවේ බලයෙන් උසස් සේවයක් කළ භික්ෂූන් වහන්සේ අතරෙහි මහා කවි තොටගමුවේ සිරි රහල් හිමියෝ අග්‍රස්ථානය ගනිති. උන්වහන්සේගේ සිරි විජයබා පිරිවෙනෙහි වෙද සකු මගද ජ්‍යෝතිෂ්‍ය මන්ත්‍ර ආදී විද්‍යාවන් උගත් සිසුනතර ශ්‍රී රාමචන්ද්‍ර බ්‍රහ්මණ වෛද්‍යවරයා වෙද පොත් රැසක් කළ උසස් පඬිවරයෙකි.[39]

මිහින්තලා පුවරු ලිපියෙන් ගිලන් හලක පරිපාලනය නීති රීති හා සේවක සේවිකාවන් පිළිබඳ තොරතුරු හෙළිදරව් වෙයි. අභයගිරි සෙල්ලිපිය අනුව එහි සඳහන් ගිලන් හල ඉදිව ඇත්තේ භික්ෂු ගණ සතු වූ ප්‍රධාන මූලස්ථානයකය. කුකුරුමහන් දමන ටැම් ලිපිය අනුව අනුරාධපුර ඇතුළු නුවර මහවීදිය සමීපයෙහි මහින්දාරාමය නමැති භික්ෂුණී විහාරය ඉදිරිපිට වෙදහලක් වූ බව සඳහන් වෙයි. ගිලානෝපස්ථානය භික්ෂුණී ජීවිතයේ විශේෂ තැනක් ගත් බවට කිසිම සැකයක් නැතිවාක් මෙන්ම පුණ්‍යකර්මයක් හා සමාජ සේවාවක් වූ එවැන්නක යෙදීමට භික්ෂුණීන් වහන්සේලා ද මැළි නොවූවට කිසිම සැකයක් නැත. ඒ අනුව අනුරාධපුර යුගයේ මඟුල් මහ වීදියේ උක්ත වෙද හලෙහි භික්ෂුණීන් වහන්සේලා සේවය කළ වග නිසැකය. අනෙක් වෙදහල් වුවද සංඝාරාම ආශ්‍රමයෙහි ම ඉදිවූ වගට සාක්ෂි තිබේ. එයට ප්‍රධාන හේතුව වූයේ චිකිත්සකයන් සංඝයා වහන්සේ වීම ම ය. ලොව මුල්වරට ගිලන්හල් පිහිට වූ පුද්ගලයා ලෙස පිළිග නු ලබන්නේ අශෝක රජය. ඔහුගේ පූර්ණ අනුග්‍රහය යටතේ බොදු දහම වැළඳගත් ලාංකික සමාජය තුළ ගිලන්හල් සංකල්පය පැතිර ගියේ අශෝක රජුගෙන් ලත් දායාදයක් ලෙස ම වීමට බැරි නැත. මෙසමයෙහි වෛද්‍ය වෘත්තිය පිළිබඳ විවිධ තොරතුරු පැරණි සටහන් තුළින් අපට ලැබෙන අතර ඉන් මුල් තැනක් ගනු ලබන්නේ බුද්ධදාස (ක්‍රි.ව. 340-368) රජතුමා ය. ගමක් පාසා වෙදහල් ගිලන්හල් පිහිටුවමින් එහි සේවය සඳහා වෙදුන් නියුක්ත කළ මොහු අතින් අනාගත වෛද්‍යවරයන්ගේ ප්‍රයෝජනය සඳහා සරාර්ථසංග්‍රහය නමින් සර්ව වෛද්‍ය ග්‍රන්ථයක් කළ බවට ප්‍රවාදයක් පවතී.[40]

මෙසේ සියලුම ලෝක සත්වයාට කායික, මානසික සෞඛ්‍ය උදෙසා ප්‍රතිකාර කළ ශ්‍රේෂ්ඨ උත්තමයෙකු ලෙස ගෞතම බුදුරදුන් හඳුන්වාදිය හැකිය. උන් වහන්සේ සත්වයාගේ සසර දුකට විසඳුම් ලබාදුන් වෛද්‍යවරයයෙක් විය. ඒ බව වීදාගම මහමෙත් හිමියන් දක්වා ඇත්තේ ''සත්හට වන බව දුකට වෙදාණන්.'' යනුවෙනි. බුදු දහමෙහි එන බොහෝ න්‍යාය ධර්මයන් හා ඉගැන්වීම් ආයුර්වේද න්‍යාය ධර්මයට සමීප සබඳතාවයකින් යුක්ත බව පැහැදිලි කරුණකි. රුජන්තීති රෝග : යන නිරුක්තියට අනුව රුජා හෙවත් වේදනා උපදවන සියලු ධර්ම රෝග නමින් උගන්වන ආයුර්වේදය චිත්ත වේදනා ඇතුළු කායික වේදනා සංසිඳුවා ගැනීමේ උපාය මාර්ගය එළි පෙහෙළි කරයි. බුදු දහමෙහි චෛතසික වේදනා සහ කායික වේදනා සංසිඳුවා ගැනීමට උපදෙස් දෙන අතරම මේ වේදනාවන් හට ගැනීමේ මූල නිධානය සොයා එය සඳහටම නසා විමුක්තිය ලබන මාර්ගය පහදා දෙනු ලබයි.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

1. ලෙනෝරා, ආර්. බී. *ආයුර්වේද ත්‍රිදෝෂ විස්තරය සහ අයුර්වේදයේ ආරම්භය*, ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, 1961, පි. 81

2. කුමාරසිංහ, ආරියදාස, *විවේචන සහිත සංක්ෂිප්ත ආයුර්වේද ඉතිහාසය*, ආයුර්වේද දෙපොර්තමේන්තුව,1982 ,පි. 27-28

3. වීරසිංහ, එස්. පී. එම්. *බෞද්ධ දර්ශනය සහ වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය අතර පැනෙන සම්බන්ධතාව පිළිබඳ විමසීමක්*, ආයුර්වේද සමීක්ෂා, පළමු වෙළුම, තෙවන කළඹ, අමරසිරි පොන්නම්පෙරුම (සංස්.) කොළඹ: දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1987, පි. 20.

4. ගුණසේකර, හේමා, ආයුර්වේදයේ නැගීමට බුදු සමයෙන් ලැබුණු අනුබලය, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා*, පළමු වෙළුම, පළමු කළඹ, දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1985, පි. 245

5. අමරවංශ නාහිමි, අකුරැටියේ, භික්ෂූන් වහන්සේගෙන් ආයුර්වේදයට සිදුවන සේවය, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා*, පළමු වෙළුම, පළමු කළඹ, දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1985, පි.249

6. බණ්ඩාර, ස්වර්ණ ශ්‍රී, ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රය බෞද්ධ චින්තනයේ ප්‍රතිඵලයකි,

ආයුර්වේද සමීක්ෂා, පළමු වෙළුම, පළමු කළඹ, දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1985, පි.253

7. *අඞ්ගුත්තරනිකාය*, බු.ජ.ත්‍රි. පි. 394
8. *චරකසංහිතා, 3 භාගය*, සංස්.කුමාරසිංහ, ආරියදාස. ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, 1996, පි. 760
9. *සමන්තපාසාදිකා 3*, සයිමන් හේවාවිතාරණ ප්‍රකාශනය, පි. 811
10. *මහාවග්ගපාළි 2*, බු. ජ. ත්‍රි. සයිමන් හේවාවිතාරණ, පි. 536
11. *අඞ්ගුත්තරනිකාය 6*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 394
12. *පඤ්චකර්ම චිකිත්සා*, 1 භාගය, සංස්. ගාමිණී විජේසිංහ, ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, 1995 පි. 35
13. *මහාවග්ගපාළි 2*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 530
14. *චරකසංහිතාව*, සංස්. කුමාරසිංහ, ආරියදාස. ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, පි. 31
15. බී. ජී. ඊ. විද්‍යාතිලක, ආයුර්වේදයේ ආහාර වියරණ රටාව, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා*, 1 වෙළුම, 4 කාණ්ඩය, ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, පි. 32
16. *සංයුත්ත නිකාය 1*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 60
17. namo.lk/girimananda-suttal
18. *සුශ්‍රැතසංහිතා*, සංස් බුද්ධදාස ආර්, රාජ්‍ය භාෂා දෙපාර්තමේන්තුව, 1962,පි.5
19. *චරකසංහිතාව*, සංස්. කුමාරසිංහ, ආරියදාස. ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, පි. 70
20. *මජ්ඣිමනිකාය 3*, බු. ජ.ත්‍රි. පි. 72
21. *දීඝනිකාය 3,* බු. ජ. ත්‍රි. පි. 146
22. *චරකසංහිතාව*, සංස්. කුමාරසිංහ, ආරියදාස. ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, පි. 260
23. *ධම්මපදට්ඨකථා 1*, සයිමන් හේවාවිතාරණ, මුද්‍රණය, පි. 476
24. *මජ්ඣිමනිකාය 11*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 58
25. *සාරත්ථප්පකාසිනී 1*, සයිමන් හේවාවිතාරණ මුද්‍රණය, පි. 120

26. *සංයුක්තනිකාය 4*, බු. ජ.ත්‍රි. පි. 346

27. *මජ්ඣිමනිකාය 1*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 112

28. ජයසිරි, ජයන්ත, ආහාර හා පෝෂණය පිළිබඳ ආයුර්වේද මතය, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා*, පළමු වෙළුම, දසවන කළඹ. ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, 1999

29 ගුණසේකර, හේමා, ආයුර්වේදයේ නැගීමට බුදු සමයෙන් ලැබුණු අනුබලය, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා,* පළමු වෙළුම, පළමු කළඹ, දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1985, පි. 245

30. *සංයුත්තනිකාය 1*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 88

31. *අඞ්ගුත්තරනිකාය 6*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 508

32. *චරකසංහිතාව*, සංස්.කුමාරසිංහ,ආරියදාස.ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව, පි. 132-133

33. *මහානිද්දේසපාළි*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 84, 574

34. *මහාවග්ගපාළි 2*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 840

35. *සුත්තකනිපාතය*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 155

36. *අඞ්ගුත්තරනිකාය 5*, බු. ජ. ත්‍රි. පි. 346

37. කුසුමරත්න, *සාගරත පාලි සාහිත්‍යගත වෛද්‍ය ක්‍රමය*, එස්. ගොඩගේ ,1997,පි. 38

38. වජිරඤාණ නාහිමි, හොරණ, බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ එන භේසජ්ජකරණ විධි, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා*, පළමු වෙළුම, පළමු කළඹ, දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1985, පි. 240

39. අමරවංශ නාහිමි, අකුරැටියේ, භික්ෂූන් වහන්සේගෙන් ආයුර්වේදයට සිදුවන සේවය, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා*, පළමු වෙළුම, පළමු කළඹ, දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1985, පි. 249-250

40. බණ්ඩාර, ස්වර්ණ ශ්‍රී, ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රය බෞද්ධ චින්තනයේ ප්‍රතිඵලයකි, *ආයුර්වේද සමීක්ෂා*, පළමු වෙළුම, පළමු කළඹ, දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය, 1985, පි.256