බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ ඉතිහාසය (ශාස්ත්‍රීය විෂයක් බවට පත් වීමේ සිට නූතන සංවර්ධනය දක්වා)

History of Budhist Psychology (From the academic discipline to modern development)

මුවපැටිගේවෙල හේමාලෝක හිමි

Abstract

In general, Buddhist psychology refers to the teachings related to individuals' lives as depicted in the Pali Tripitaka and corresponding Buddhist literature. Scholars have undoubtedly acknowledged that Buddhism is necessarily enriched with psychological teachings. As an academic subject, Buddhist Psychology relatively is a modern discipline, which emerged after the 1970s. However, the history of studying mental elements claimes a long history in the Eastern tradition. The main research gap in this study is the lack of studies that exclusively focus on the history of Buddhist psychology. Accordingly, this study investigated the historical and contemporary development of Buddhist psychology, focusing on how it became an academic discipline. This was a qualitative study, which was conducted using secondary data such as books and magazines. It could be seen that Buddhist Psychology has developed through the various stages in the history. Mrs. Rhys Davids, a pioneer scholar in the field of Buddhit psychology, has made a significant contribution to the development of this subject streame. Though the western psychological framework has contributed to the clarification of Buddhist psychological concepts, it is more appropriate to state that Buddhist Psychology has developed as a type of indigenous psychology within the sphere of modern psychology.

යතුරු පදඃ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව, බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ ඉතිහාසය, බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ සංවර්ධනය, පෙරදිග චින්තන සම්ප්‍රදාය, මනෝවිද්‍යාව

Keywords: Buddhist Psychology, Development of Buddhist Psychology, Eastern thought tradition, Psychology, History of Buddhist Psychology,

හැඳින්වීම

නූතන අර්ථයෙන් බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව සාපේක්ෂව වඩාත් නවතම විෂය ධාරාවක් වශයෙන් සැලකිය හැකිය. එහි ආරම්භය හා සංවර්ධනය වසර සියයකට වඩා පැරණි නැත. එහෙත් පෙරදිග සම්ප්‍රදාය තුළ මනස පිළිබඳව ගවේෂණය කිරීමේ ඉතිහාසය වසර දහස් ගණනක් දක්වා දිවයයි. බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ ඉතිහාසය විමර්ශනය කරන මෙම ලිපියෙහි අරමුණ එය නූතන ස්වරූපයේ විෂයක් බවට පත් වීමේ සිට සංවර්ධනය වූ ආකාරය ගවේෂණය කිරීම යි. සාමාන්‍යයෙන් අප මතුපිට අර්ථයෙන් බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව යනුවෙන් හඳුනා ගන්නේ පුද්ගල ජීවිතයට අදාළ පාලි ත්‍රිපිටකයේ හා තදනුබද්ධ බෞද්ධ සාහිත්‍යය තුළ අන්තර්ගත ඉගැන්වීම් ය.

බෞද්ධ සාහිත්‍යය අවශ්‍යයෙන්ම මනෝවිද්‍යාත්මක ඉගැන්වීම්වලින් සුපෝෂිතය යන්න නූතන උගතුන් විසින් අවිවාදයෙන් පිළිගන්නා සත්‍යයකි. එබැවින් ඔවුහු බුදු දහමේ එන මනෝවිද්‍යාත්මක සංකල්ප, මානසික සංවර්ධන ක්‍රම, ඒවායෙහි ප්‍රායෝගික භාවිතය හා විද්‍යාත්මක සන්දර්භයට ගැළපිය හැකි ආකාරය පිළිබඳව අධ්‍යයනය කිරීමට රුචිකත්වයක් දක්වති. නූතන බටහිර මනෝවිද්‍යාව බිහි වූ මුල් වකවානුව තුළ සිටම බෞද්ධ ඉගැන්වීම කෙරෙහි බටහිර මනෝවිද්‍යාඥයන්ගේ නැඹුරුව කාල් යුංග් (Carl Jung), එරික් ෆ්‍රෝම් (Erich Fromm), හා විලියම් ජේම්ස් (William James) වැනි මනෝවිද්‍යාඥයන්ගේ අදහස් වලින් පෙනී යයි.

ලෝකයේ කිසිදු ශාස්ත්‍රීය විෂයක් ක්ෂණිකව හෝ ඉබේ පහළ වී නැත. සෑම විෂයක් ම පාහේ සංවර්ධනය වී ඇති ඇත්තේ දීර්ඝකාලීන සංකල්පීය හා විද්‍යාත්මක ගවේෂණයන්ගේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙනි.

එසේම අනෙක් කරුණ වන්නේ යම් නව විෂයක් හඳුන්වා දීමේ දී ඉතිහාසය පුරාවටම එකී විෂයේ පුරෝගාමීන්ට යම් යම් අභියෝගවලට මුහුණ දීමට සිදු ව තිබීම යි. ඕනෑම විෂයයක රාමුව හෝ එහි අන්තර්ගතය සම්බන්ධයෙන් මතභේදාත්මක අදහස් පැවතිය හැකිය. එවැනි මතභේදාත්මක හා විචාරාත්මක අදහස් එම විෂයේ සංවර්ධනය සඳහා අතිශයින්ම ඉවහල් වේ. නිදසුනක් ලෙස මනෝවිද්‍යාවේ චර්යාවාදී මුහුණුවර පැන නැගුණේ මනෝවිශ්ලේෂණවාදයට එල්ල වූ විවේචනයක ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ය.

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නම් විෂය බිහි වන්නේ ද පෙර කී ආකාරයේ ඓතිහාසික චින්තන පරිණාමයේ හා ප්‍රායෝගික පුහුණුවේ කිසියම් ප්‍රතිඵලයක් වශයෙනි. කෙසේ නමුත් මෙම විෂය පූර්ණ සංවර්ධිත අවධියක සිටින බවක් තවමත් පිළිගත නොහැකි ය. ඉන් අදහස් වන්නේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව ශාස්ත්‍රීය විෂයක් වශයෙන් සංවර්ධනයේ කිසියම් ස්ථානයක පසුවන බව යි. එම අවධිය ළදරු අවස්ථාවක් නොව මැද අවධියකැ යි පිළිගැනීම වඩාත් යෝග්‍ය වේ.

සාහිත්‍ය විමර්ශනය

බුදු දහමේ අන්තර්ගත මනෝවිද්‍යාත්මක කරුණු පිළිබඳව ශාස්ත්‍රීය අධ්‍යයනයන් කොතෙකුත් සිදු වී ඇතත් හුදු මනෝවිද්‍යාත්මක සංකල්ප අධ්‍යයනයේ ඉතිහාසය සම්බන්ධයෙන් ලියැවුණු කිසිඳු ශාස්ත්‍රීය ලිපියක් මා හට සොයා ගැනීමට නොහැකි විය. එහෙත් 1900 දී රීස් ඩේවිඩ් මහත්මිය (Mrs.Rhys Davids) විසින් ධම්මසංගණී ප්‍රකරණයට සපයන ලද පරිවර්තන ග්‍රන්ථයේ "The Manual and the History of Psychology" යනුවෙන් පෙරවදන් මාතෘකාවක් දක්නට ලැබේ. එහි දී ඇය බෞද්ධ දර්ශනය පළමුවත් ආවසානිකවත් ආචාරවිද්‍යාත්මක පදනමක් මත ගොඩනැගී ඇති බවත් එය විවාද රහිත බවත් පෙන්වා දෙමින් ආචාරවිද්‍යාත්මක ගැටලුවල මනෝවිද්‍යාත්මක මූලය පිළිබඳ අවධාරණය කර ඇත (Davids, 1900: xvi). ඊට අමතරව බෞද්ධ හා බටහිර මනෝවිද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයන්හි ඉතිහාසය පිළිබඳව ඉතා කෙටි තුලනාත්මක විග්‍රහයක් එහි අන්තර්ගත වේ.

මීට අමතරව එතුමිය විසින් 1936 දී පළ කරන ලද ද "The Birth of Indian Psychology and its Development in Buddhism"

නම් ග්‍රන්ථයේ මනස හා ඊට සමගාමී සංකල්ප ඉන්දියානු චින්තන සම්ප්‍රදාය තුළ අධ්‍යයන ලක්වූ ආකාරය විවිධ යුග ඔස්සේ සාකච්ඡා කොට ඇත. ඩේවිඩ් ජේ. කළුපහන (David J. Kalupahana) විසින් 1987 දී රචනා කරන ලද "Principles of Buddhist Psychology" නම් ග්‍රන්ථයේ ද ඉන්දියානු පසුබිම තුළ දාර්ශනික සංකල්පවලට සමගාමීව මනෝවිද්‍යාත්මක සංකල්පයන්ගේ ඉතිහාසය පිළිබඳව කරුණු සඳහන් වේ. ඊට අමතරව "New Horizons in Buddhist Psychology" නම් ග්‍රන්ථයට "The Historical Buddha: a Psychological Analysis" නමින් පරිච්ඡේදයක් එකතු කරන ලද ෂින් ග්වැන්ග් (Xing Guang) විසින් ඉන්දියානු ආගමික හා දාර්ශනික ඉතිහාසය තුළ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ සුවිශේෂත්වය මනෝවිද්‍යාත්මක දෘෂ්ටිකෝණයෙන් විග්‍රහ කොට තිබේ. ඔහු පෙන්වා දෙන ආකාරයට බුදුරජාණන් වහන්සේ ආගමික ශාස්තෘවරයෙකුට වඩා අනාත්මය පිළිබඳව මනෝවිද්‍යාවක් ඉදිරිපත් කරන ලද ආචාර්යවරයෙකි (Xing, nd :54).

පර්යේෂණ ගැටලුව

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ ඉතිහාසය ගොඩනැගෙන්නේ කෙසේද යන්න මෙහි පර්යේෂණ ගැටලුව යි.

පර්යේෂණ අරමුණු

i. බෞද්ධ පසුබිම තුළ මනෝවිද්‍යාත්මක සංකල්ප අධ්‍යයනය කිරීමේ ඉතිහාසය විමර්ශනය කිරීම

ii. ශාස්ත්‍රීය විෂයක් බවට පත් වීමේ සිට බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව සංවර්ධනය වූ ආකාරය ගවේෂණය කිරීම

පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය

මෙය ද්විතීයික දත්ත යොදාගෙන සිදු කරනු ලබන ගුණාත්මක අධ්‍යයනයකි. ඒ අනුව ද්විතීයික දත්ත රැස් කිරීම සඳහා ග්‍රන්ථ, සඟරා හා ලිපි ලේඛන උපයෝගී කර ගනු ලැබිණි.

පර්යේෂණයේ වැදගත්කම

ඕනෑම විෂයක් කිසියම් සරල අවධියක සිට ක්‍රමානුකූලව සංවර්ධිත අවස්ථාවක් කරා ළඟා වේ. බොහෝවිට යම් විෂයක අලුත්

අදහස් ගොඩනැගෙන්නේ ඊට පෙර පැවැති අදහස් පාදක කොටගෙන ය. එබැවින් ඕනෑම ක්ෂේත්‍රයක ඓතිහාසික කරුණු පිළිබඳව අවදිකමක් පැවතීම ඉතා වැදගත් වේ. වර්තමානයේ ලංකාව ඇතුළු ලෝකයේ විශ්වවිද්‍යාල කිහිපයකම ශාස්ත්‍රීය විෂයක් ලෙස පිළිගෙන ඇති බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නම් මෙම නව විෂයෙහි හුදෙක් ඉතිහාසය පිළිබඳව සිදු කෙරුණු අධ්‍යනයන් කිසිවක් නොමැත.

මෙහිදී බුදුදහමේ එන මනෝවිද්‍යාත්මක ඉගැන්වීම් පිළිබඳව ඉතිහාසය පුරාවටම සිදු කෙරුණු අධ්‍යනයන් පාදක කොටගෙන බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නම් මෙම නව විෂයයට විධිමත් හා පරිපූර්ණ ඉතිහාසයක් ගොඩනගනු ලැබේ.

පෙරදිග ශිෂ්ටාචාරයේ මනස පිළිබඳව හැදෑරීමේ ඉතිහාසය

මානසික ක්‍රියාකාරීත්වය හා චර්යාව පිළිබඳව හැදෑරීමට මිනිසා තුළ පැවති උනන්දුව හා රුචිකත්ව ඉතිහාසයේ පරිණාමීය යුගය දක්වාම දිවයයි. ශිෂ්ටාචාරය ආරම්භ වීමටත් පෙර සිටම මිනිසාට තමා කවුදැයි හඳුනා ගැනීමේ අවශ්‍යතාවක් පැවති බව ප්‍රාග් ඓතිහාසික යුගයට අයත් පුරාවිද්‍යාත්මක සාක්ෂිවලින් පෙනී යයි. විශේෂයෙන්ම ප්‍රාග් ඓතිහාසික යුගයේ අඳින ලද චිත්‍රවලින් ප්‍රාග් ඓතිහාසික මානවයාගේ විඥානයේ ස්වභාවය නිරූපණය වේ. මීට අවුරුදු 7000 කට පමණ පෙර මානවයා හිස් කබලේ සිදුරක් විදීම මගින් රෝග සුවපත් කිරීම සඳහා උත්සාහ දරා ඇත (Freberg, 2006:). වේද යුගය පෙරදිග ශිෂ්ටාචාරයේ දියුණු විධිමත් ලිඛිත සාහිත්‍යයකට උරුමකම් කියන පැරණිතම යුගයයි. සම්භාව්‍ය වේද සාහිත්‍යය තුළ මනස යන්නට භාවිත කරනු ලැබුවේ 'මනස්' යන්නයි. 'චිත්ත' යන ව්‍යවහාරය ද ඉතා අඩු වශයෙන් භාවිත කොට ඇත. මෙම පද දෙකම පැරණි ඒවා ලෙස සැලකිය නොහැකි ය. මේවා නූතනයේ අප භාවිත කරනු ලබන වාග් සම්ප්‍රදායට බොහෝ සෙයින් සමාන වේ. මනස (හෝ සිතුවිලි) මෙහිදී සලකනු ලබන්නේ පුද්ගල ජීවිතයේ ක්‍රියාකාරිත්වයේ එක් පැතිකඩක් වශයෙනි (Davids, 1936: 08).

නූතන බටහිර මනෝවිද්‍යාව සඳහා භාවිත කරනු ලබන "Psychology" යන තනි පදයේ "Psyche" යන්න ග්‍රීක භාෂාවෙන්

බිඳී පැමිණ ඇති අතර එහි අර්ථය ආත්මය හෝ මනස යන්නයි (Kalat, 2014: 03). උපනිෂද් සාහිත්‍යය තුළ 'ආත්මන්' යන්න භාවිත වී ඇත. එහි අර්ථය හුස්ම, ප්‍රාණය යන්නයි. කෙසේ නමුත් උපනිෂද් සාහිත්‍යය තුළ ප්‍රාණය හැඳින්වීම සඳහා 'ප්‍රාණ' යන්න ද යොදාගෙන තිබේ. ප්‍රාණය යන්නෙන් ජීවය හෝ ජීවත් වීම අදහස් වේ (Davids, 1936: 34). සංසන්දනාත්මකව බැලීමේදී ආත්මන් යන උපනිෂද් පදය හා "Psyche" යන ග්‍රීක වචනය බොහෝ දුරට සමාන අර්ථයෙන් යෙදී ඇති බව පෙනී යයි.

මිනිසාගේ ස්වභාවය හා හැසිරීම් පිළිබඳ අපරදිග හැදෑරීම්වල ඉතිහාසය ද ක්‍රිස්තු පූර්ව 4 වැනි සියවස දක්වා දිවයයි. ඇරිස්ටෝටල් (Aristotle) හා ප්ලේටෝ (Plato) වැනි ග්‍රීක දාර්ශනිකයන් විසින් සාකච්ඡාවට ලක් කළ මතකය ඉගෙනුම, අභිප්‍රේණය, සිතිවිලි, සංජානනය හා අසාමාන්‍ය චර්යා ආදි බොහෝ ගැටලු වර්තමානයේ පවා මනෝවිද්‍යාඥයන්ගේ අධ්‍යයනයට ලක්ව තිබේ (Schultz and Schultz, 2004: 01).

පෙරදිග ශිෂ්ටාචාරයේ ලිඛිත සාහිත්‍යය ආරම්භක යුගයේ සිටම මනස හා ඊට සම්බන්ධ සංකල්ප පිළිබඳව විශාල අවදි කමක් පැවති බව ඉහත කරුණුවලින් පැහැදිලි වේ. ඉන්දියානු චින්තන සම්ප්‍රදාය තුළ මනස පිළිබඳ සංකල්පයේ ආරම්භය හා විකාශය පිළිබඳව පුළුල් අධ්‍යයනයක් මුල්වරට සිදු කළේ රීස් ඩේවිඩ් මැතිනියයි.

එතුමිය සිය "The Birth of Indian Psychology and its Development in Buddhism" නම් ග්‍රන්ථයේ දී මනස හා එහි ක්‍රියාකාරීත්වය සමඟ බැඳුණු සංකල්පවල විකාශය වේද, උපනිෂද් හා බෞද්ධ යුගවල ක්‍රමානුකූලව සිදු වූ ආකාරය පිළිබඳව ඉතා සියුම් ගවේෂණයකට ලක් කොට තිබේ. කෙසේ නමුත් මෙම ලිපියේ දී ඒවා පිළිබඳව විස්තරාත්මකව කරුණු ඉදිරිපත් නොකෙරේ. මෙම ලිපියෙහි මුඛ්‍ය අරමුණ වන්නේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව ශාස්ත්‍රීය විෂයක් බවට පත් වීමේ සිට සිදු වූ සංවර්ධනයේ ඉතිහාසය පිළිබඳව කරුණු සාකච්ඡා කිරීමයි.

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව බිහිවීමේ පසුබිම

නූතනයේ ව්‍යවහාර වන “Psychology” යන වචනය බටහිරින් පැමිණියකි. මිනිස් මනස පිළිබඳව විද්‍යාත්මකව අධ්‍යයනය කිරීම ඊට ලබා දිය හැකි සමීපතම අර්ථයයි. මෙය ජර්මනිය හා ඇමරිකාව කේන්ද්‍ර කොටගෙන 19 වන සියවසේ අග භාගයේ දී පමණ පැන නැඟුණි (Chakkarath, 2014: 185). මනෝවිද්‍යාවේ දේශීය මුහුණුවර ඉස්මතු වූයේ 1970-1990 කාලයේ දී වන අතර පසුගිය දශක දෙක තුළ එය තවදුරටත් සංවර්ධනය විය. දේශීය මනෝවිද්‍යාව යනු නව යටත් විජිතකරණයත් සමඟ ඇමරිකානු හා යුරෝපීය අධ්‍යාපන මධ්‍යස්ථානවලින් රෝපණය වූ විදේශීය මනෝවිද්‍යාවන්ට එරෙහිව හෝ විරුද්ධව ගොඩනැගුණු මනෝවිද්‍යාවන් ය (Parker, 2015: 356).

විදේශීය මනෝවිද්‍යාව විවිධ ජාතීන්ට හා සංස්කෘතීන්ට ගැළපීමේ දී එහි වෘත්තීය විධික්‍රම ඒවාට නොගැළපීම නිසා මනෝවිද්‍යාව සමාජ සංස්කෘතික පරිසරයට අනුකූල විය යුතුය යන අදහස ඉදිරිපත් විය (Parker, 2015: 356). දේශීය මනෝවිද්‍යාව ලෝකය පුරාම ව්‍යාප්ත වී ඇත. ඒ ඒ කලාපවල ඒවායෙහි ආරම්භය සිදු වී තිබේ. ඒ අනුව අප්‍රිකානු කලාපයේ සැම්බියාව (Zambia) හා කැමරූන් (Cameroon) යන රටවල් කේන්ද්‍ර කොටගෙන ද ඇමරිකානු කලාපයේ ඇමරිකාව, (America) කැනඩාව (Canada), ලතින් ඇමරිකාව (Latin America), මෙක්සිකෝව (Mexico) හා වෙනිසියුලාව (Venezuela) යන රටවල් කේන්ද්‍ර කොටගෙන ද දේශීය මනෝවිද්‍යාවන් බිහි වී ඇත. හොන්ග් කොන්ග් (Hong Kong), ඉන්දියාව (India), චීනය (China), ජපානය (Japan), කොරියාව (Korea), පිලිපීනය (Philippines) හා තායිවානය (Taiwan) යන රටවල් ආසියානු කලාපයේ දේශීය මනෝවිද්‍යාවන්ට අඩිතාලම දැමූ රටවල් විය. යුරෝපයේ ප්‍රංශය (France), ජර්මනිය (German) හා ස්කැන්ඩිනියානු (Scandinavia) රටවල් මුල් විය. මැදපෙරදිග කලාපයේ ඉරානය (Iran) හා තුර්කිය (Turkey) ද ශාන්තිකර කලාපයේ ෆීජි (Fiji), පැපුවා නිව්ගිනියා (Papua New Guinea) යන රටවල් මුල්කොටගෙන ද දේශීය මනෝවිද්‍යාවන් පැනනැඟුණි (Parker, 2015: 356).

පර්යේෂකයන් දේශීය මනෝවිද්‍යාවන් ආරම්භ වූ ස්ථාන පිළිබඳව තුන් වැදෑරුම් ආකාරයක වර්ගීකරණයක් ඉදිරිපත් කොට තිබේ.

i. බටහිර අධිරාජ්‍යයන්ට යටත්ව පැවති රටවල්

ii. දේශීය මිනිසුන්ගේ සමාජය

iii. සාපේක්ෂව නිදහස් සහ ආර්ථිකමය වශයෙන් ස්ථාවර රටවල්

දේශීය මනෝවිද්‍යාඥයන්ගේ මෙම අධ්‍යයන වර්ගීකරණයට අනුව සෑම මනෝවිද්‍යාවක් ම දේශීය වේ. එබැවින් ප්‍රධාන ධාරාවට අයත් මනෝවිද්‍යාඥයන් ඇතුළු ලෝකයේ සෑම කලාපයකම මනෝවිද්‍යාඥයන් විසින් මනෝවිද්‍යාවේ දේශීය ප්‍රතිසංස්කරණ පිළිගෙන තිබේ (Parker, 2015: 357).

ජර්මනිය හා ඇමරිකාව කේන්ද්‍ර කරගෙන සංවර්ධනය වූ මනෝවිද්‍යාවේ ප්‍රධාන ධාරාවන්ට අමතරව ලෝකයේ සෑම කලාපයකම ඒ ඒ රටවල් මුල්කොටගෙන දේශීය මනෝවිද්‍යා ධාරාවන් සංවර්ධනය වී ඇති බවත් ඒවා මනෝවිද්‍යාඥයන්ගේ පිළිගැනීමට ලක් ව ඇති බවත් ඉහත සඳහන් කෙරිණි. මෙවැනි පසුබිමක් තුළ ඒ ඒ රටවල්, සංස්කෘතීන්, ආගමික හා දාර්ශනික සම්ප්‍රදායන් පදනම් කොටගෙන මනෝවිද්‍යා ධාරාවන් ගොඩනැගීමට කිසිදු බාධාවක් නොමැති බව පෙනේ. බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නමැති විෂය බිහි වන්නේ ඉන්දියානු සම්භාව්‍ය ආගමික හා දාර්ශනික චින්තන සම්ප්‍රදායේ අග්‍රඵලය ලෙස සැලකෙන බෞද්ධ ඉගැන්වීම් පදනම් කොටගෙන ය. ඒ අනුව බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව ඉන්දියානු ආගමික හා දාර්ශනික චින්තන සම්ප්‍රදාය මුල් කොටගෙන ගොඩනැගුණු දේශීය මනෝවිද්‍යා සම්ප්‍රදායට අයත් ක්ෂේත්‍රයක් ලෙස සැලකිය හැකිය.

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ ආරම්භය

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව යන්න පළමුවරට භාවිත කරනු ලැබුයේ ඉන්දියානුවාදී විද්වතෙකු වශයෙන් සැලකෙන බොහෝ පාලි පාඨ ග්‍රන්ථ ඉංග්‍රීසි බසට පරිවර්තනය කරන ලද රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය යි

(Teo, 2014: 186). බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව පර්යේෂණාත්මක ග්‍රන්ථයක් ඇය විසින් 1914 දී "Buddhist Psychology; An Inquiry Into the Analysis and Theory of Mind in Pali Literature" නමින් ප්‍රකාශයට පත් කරන ලදී. එය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව සම්බන්ධව ලියවුණු පළමු පර්යේෂණාත්මක කෘතිය වශයෙන් සැලකිය හැකිය. 1900 දී ඇය විසින් අභිධර්ම පිටකයේ ධම්මසංගනී ප්‍රකරණයට "A Buddhist Manual of Psychological Ethics" නමින් පරිවර්තනයක් සපයන ලදී. එය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව ලියවුණු පර්යේෂණ ග්‍රන්ථයක් නොව ධම්මසංගනී ප්‍රකරණයට සපයන ලද හුදු පරිවර්තනයක් පමණි.

බොහෝ උගතුන් බුදු දහම හඳුනාගන්නේ ඉතා දියුණු දාර්ශනික හා ආචාර විද්‍යාත්මක පදනමකින් යුත් දහමක් වශයෙනි. බුදු දහමේ ගැඹුරු දාර්ශනික සංකල්ප මඟින් එහි මනෝවිද්‍යාත්මක මුහුණුවර සකස් කිරීමෙහිලා විශාල දායකත්වයක් ලැබී තිබේ. රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය බෞද්ධ දර්ශනයේ ආචාර විද්‍යාත්මක පදනම අවිවාදයෙන් තොරව පිළිගෙන ඇත. ඇය සඳහන් කරන ආකාරයට ආචාර විද්‍යාත්මක ගැටලු සඳහා මනෝවිද්‍යාත්මක පදනමක් තිබේ (Davids, 1900: xvi).

ප්ලේටෝ හා ඇරිස්ටෝටල් පුද්ගලයාගේ ආචාර විද්‍යාත්මක හා දේශපාලනික පැතිකඩ පිළිබඳව පුළුල් ලෙස සාකච්ඡා කළහ. කෙසේ නමුත් එක් දෘෂ්ටි කෝණයකින් බලන විට බෞද්ධ ආචාර විද්‍යාව ඇරිස්ටෝටල්ගේ ආචාර විද්‍යාවට වඩා ගැඹුරු ය. අනෙක් අංශයෙන් බලන විට එය විද්‍යාත්මක ස්වරූපයෙන් යුක්ත ය (Davids, 1900: xvii).

රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය විසින් 1936 දී "The Birth of Indian Psychology and its Development in Buddhism" යනුවෙන් තවත් ග්‍රන්ථයක් පළ කරන ලදී. එය පෙර ග්‍රන්ථයේ ම සංවර්ධිත අවස්ථාවක් ලෙස සැළකිය හැකිය. එහිදී නිකාය සාහිත්‍යයේ මනෝවිද්‍යාත්මක භාවිතයන්ට අමතරව ඉන්දියානු ආගමික හා දාර්ශනික ඉතිහාසය තුළ මානසික සංසිද්ධීන් පිළිබඳව පැවැති අවදිකම කෙරෙහි විශේෂයෙන්ම අවධානය යොමු කොට තිබේ. රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය "Psychology" යන නම සිය ග්‍රන්ථයේ මාතෘකාවේදී අකමැත්තෙන් භාවිත කරන

බවත් ඇයගේ තරුණ කාලයේ දී කිසි විටෙකත් එම වචනය අසා නොමැති බවත් ඉහත ග්‍රන්ථයේදී සඳහන් කොට ඇත. ඇය තවදුරටත් පෙන්වා දෙන ආකාරයට මනෝවිද්‍යාව යන වචනය ඒ වන විට සෑම කෙනෙකුගේම දිව අග තිබුණ ද ඊට අඩසිය වසකට පමණ පෙර ඒ සඳහා භාවිත කරනු ලැබුවේ මානසික විද්‍යාව (Mental Science) මනස පිළිබඳ දර්ශනය (Philosophy of Mind) හා මානසික කායික විද්‍යාව (Mental Physiology) වැනි පාරිභාෂික යෙදුම් ය (Davids, 1936: 05). බ්‍රිතාන්‍ය ජාතිකයන් මනෝවිද්‍යාවේ ඒකාධිකාරයට පත් විමට සියවස් ගණනාවකට පෙර ඉන්දියාව මනෝවිද්‍යාත්මක සංස්කෘතියකට ජීවය ලබාදුන් බව ඇය පවසා ඇත (Davids, 1936: 05).

ඉන්දියානු චින්තන සම්ප්‍රදායෙන් ගොඩනැගුණු මනෝවිද්‍යාත්මක කරුණු සම්බන්ධයෙන් ඉතා පැහැදිලි අවබෝධයක් හා ධනාත්මක ප්‍රවේශයක් ඇයට තිබූ බව ඉහත විග්‍රහයන්ගෙන් පැහැදිලි වේ. විශේෂයෙන් ම ඇය නූතන බටහිර මනෝවිද්‍යාවට සාපේක්ෂව ඉන්දියානු මනෝවිද්‍යාවේ සංවර්ධිත බවත්, ඓතිහාසිකත්වය හා සුවිශේෂත්වයත් පෙන්වා දීමට උත්සාහ දරා තිබේ. නූතනයේ බොහෝ දෙනෙකුට පෙරදිග සම්ප්‍රදායන් සම්බන්ධයෙන් ගවේෂණය කිරීමට ඇත්තේ ඇල්මැරුණු ස්වභාවයකි. එහෙත් මීට දශක ගණනාවකට පෙර පෙරදිග සම්ප්‍රදායන් පිළිබඳව ගවේෂණය කිරීමට රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය සතුව පැවති උනන්දුව ඉතා විශිෂ්ට ය. ඇය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නැමැති විෂයෙහි මූලික හැඩතලය සකස් කිරීමෙහිලා තබන ලද අඩිතාලම ඉතිහාසයේ වැදගත් සන්ධිස්ථානයක් වශයෙන් සැලකිය හැකිය.

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ සංවර්ධනය

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ රාමුව හා මූලික හැඩතලය අවශ්‍යයෙන්ම බටහිර මනෝවිද්‍යාවේ ආභාෂයෙන් පැමිණ ඇති බව ප්‍රකට කරුණකි. අනෙක් අතට බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ සංවර්ධනය සඳහා ද නූතන බටහිර මනෝවිද්‍යාත්මක සංකල්පවලින් හා පර්යේෂණ සාහිත්‍යයෙන් විශාල දායකත්වයක් ලැබී තිබේ. අප සාමාන්‍යයෙන් බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව වශයෙන් හඳුනා ගන්නේ

බටහිර මනෝවිද්‍යාත්මක දෘෂ්ටිකෝණයට අදාළ සංසිද්ධීන් පිළිබඳව නිරීක්ෂණය, විස්තර කිරීම හා විශ්ලේෂණය කිරීමට සම්බන්ධ බෞද්ධ චින්තනයේ හා පුහුණුවේ මූලිකාංගයන් ය (Chakkarath, 2014: 185). කෙසේ නමුත් මානසික ප්‍රපංච පිළිබඳ ව බෞද්ධ විග්‍රහයන් හා මානව යහපැවැත්ම උදෙසා ඒවායෙහි උපයෝගීතාව බුදු දහම නැමැති ඉතා දැවැන්ත චින්තන පද්ධතිය ප්‍රධාන භූමිකාවක් රඟ දක්වන නිසා බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව ඒකාබද්ධ ප්‍රජානන සැකිල්ලක් හා විශ්වාස පද්ධතියක් ලෙස සැලකිය යුතු ය (Chakkarath, 2014: 185).

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව හා බටහිර මනෝවිද්‍යාව එකට මුහු වීමට පටන් ගත්තේ විසිවන සියවසේ මුල් දශක දෙක තුළදී ය. ඒ සඳහා කාර්ල් යුංග්, එරික් ෆ්‍රොම් වැනි මනෝවිද්‍යාඥයන් මෙන්ම ඩී. ටී සුසුකි (D.T.Suzuki) වැනි බෞද්ධ උගතුන්ගේ කාර්යභාරයන් ද හේතු විය. ඔවුහු බුදු දහම හා බටහිර මනෝවිශ්ලේෂණවාදයේ පොදු පසුබිමක් සෙවීමට උත්සාහ කළහ. මීට අමතරව මානුෂවාදී මනෝවිද්‍යාව නියෝජනය කළ විද්වත්හු බෞද්ධ භාවනා ක්‍රමශිල්පවල ඇති ප්‍රතිකාරාත්මක වටිනාකම හා බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ සාකල්‍යවාදී ප්‍රවේශය පිළිබඳව උනන්දුවක් දැක්වූහ (Chakkarath, 2014: 187). 1960 දශකයේ මුල් වකවානුවේදී ඇලන් වොට්ස් (Alan Wats) ජැක් කෝන්ෆයිල්ඩ් (Jack Kornfield) වැනි බටහිර බෞද්ධයන් විසින් ඉහත කී තේමා ප්‍රසිද්ධියට පත් කරන ලදී (Chakkarath, 2014: 187).

කාර්යබද්ධවාදය ගොඩනැගූ සුප්‍රකට ඇමරිකානු ජාතික මනෝවිද්‍යාඥයෙකු වූ විලියම් ජේම්ස් 1902 දී "The Varieties of Religious Experience" නමින් සිය දේශන මාලාවක් ප්‍රකාශයට පත් කරන ලදී. එහි පසු වදනෙහි ඔහු තමන්ට බුදු දහම පිළිබඳව එතරම් අවබෝධයක් නොමැති වුව ද කර්මය පිළිබඳව බෞද්ධ ඉගැන්වීම් පිළිගන්නා බවත් එය විශ්වාස කරන බවත් පවසා ඇත (Kalupahana, 1987: 10). ඉහත කී දේශන මාලාවේ පළමු වෙළුම "American Lectures on the History of Religion" නමින් ප්‍රකාශයට පත් වී තිබුණි. එහි අන්තර්ගත වන "Buddhism, its History and Literature" නම් මාතෘකාව යටතේ දී බුදු දහමේ මූලික සංකල්ප වඩාත් නිවැරදි ආකාරයෙන් විග්‍රහ කිරීමට ඔහු සමත් ව තිබේ (Kalupahana, 1987: 10).

බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ පර්යේෂණ ක්ෂේත්‍රය ඉතා පුළුල් පරාසයක විහිදී යයි. ආරම්භක අවධියේ මනස නැමැති සංකල්පය කේන්ද්‍ර කරගෙන පර්යේෂණ ක්ෂේත්‍රය ගොඩනැගුණු අතර ක්‍රමානුකූලව ඉතිහාසයේ විවිධ කාල වකවානුවල එම ක්ෂේත්‍රය සංවර්ධනය වී වර්තමානය වන විට බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පැතිකඩ රාශියකින් යුත් පුළුල් විෂය ධාරාවක් බවට පත් වී ඇත. විද්වතුන් විසින් ඉතිහාසය පුරාවටම මේ දක්වාම බුදු දහමේ මනෝවිද්‍යාත්මක අන්තර්ගතය පිළිබඳව සිදුකරන ලද අධ්‍යනයන් පහත සඳහන් අංශවලට බෙදා දැක්විය හැකිය.

- මනස පිළිබඳව බෞද්ධ විග්‍රහය
- පුද්ගලයා හා පුද්ගලත්වය පිළිබඳව බෞද්ධ සංකල්ප
- අභිධර්මය පිළිබඳ මනෝවිද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයන් (බෞද්ධ මනෝවිශ්ලේෂණය)
- ප්‍රජානනය පිළිබඳව බෞද්ධ ඉගැන්වීම් (ප්‍රඥාව, සිතිවිලි, ස්මරණය ආදිය)
- උපදේශනය හා මනෝ ප්‍රතිකාරය ආශ්‍රිත බෞද්ධ ක්‍රමවේද
- බුදුදහමේ විවිධ ව්‍යවහාරික ක්ෂේත්‍ර (ගැටුම්, පරිසරය, ආක්‍රමණශීලීත්වය ආදීය ආශ්‍රිත මනෝ විද්‍යාව)

පද්මසිරි ද සිල්වා විසින් 1979 වර්ෂයේ දී පළ කරන ලද “An Introduction to Buddhist Psychology” නම් ග්‍රන්ථය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ මූලික ලක්ෂණ, සංකල්ප හා විෂය සීමාව හඳුන්වා දෙමින් රචනා කරන ලද විශිෂ්ට ග්‍රන්ථයක් වශයෙන් සැලකේ. එම ග්‍රන්ථයට ප්‍රස්තාවනාවක් සපයමින් ජෝන් හික් (John Hick) (1979) ප්‍රශංසා මුඛයෙන් සටහනක් තබා තිබේ. ඔහු පවසා ඇති අන්දමට රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය විසින් 1914 දී රචනා කරන ලද බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව ග්‍රන්ථය හැරුණුකොට බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ විෂය ක්ෂේත්‍රය ආවරණය කරමින් ඒ දක්වා ඉංග්‍රීසි බසින් ග්‍රන්ථයක් රචනා වී නොතිබුණි. එකල පැවති එම සාහිත්‍යය හිදැස පිරවීමට පද්මසිරි ද සිල්වාගේ ඉහත කී ග්‍රන්ථය සමත් ව තිබේ. ජෝන් හික් සඳහන්

කොට ඇති ආකාරයට එය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව අවසාන ග්‍රන්ථය නොවන අතර විෂය සංවර්ධනය කිරීම සඳහා දොරටු විවෘත කිරීමකි (De Silva, 2014: ix.x). පද්මසිරි ද සිල්වාගේ මෙම ග්‍රන්ථය දශක තුනකට අධික කාල පරිච්ඡේදයක් උගතුන් තුළ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ විවිධ පැතිකඩ පිළිබඳව කියවීමක් ඇති කිරීමට හා අවදිකමක් ඇති කිරීමට සමත් විය. කරුණු එසේ වුවද 1969 වර්ෂයේදී රූන් ජොහැන්සන් විසින් “Psychology of Nirvana” නමින් ග්‍රන්ථයක් පළ කරන ලදි. එහෙත් ඔහුගේ අධ්‍යයනය කෙටි එකකි. එසේම එය අදාළ ප්‍රස්තුතයන්ගේ සාහිත්‍යය විමර්ශනයක් ලෙස ද සැලකිය හැකිය (De Silva, 2014: ix).

ප්‍රජානනය පිළිබඳව බෞද්ධ ඉගැන්වීම් හි සංවර්ධනය පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීමේදී ෆ්‍රැන්සිස්කෝ වාරෙලා නම් (Fransisco Varela) නම් ස්නායු විද්‍යාඥයාට සුවිශේෂී ස්ථානයක් හිමි වේ. බුදු දහම හා ප්‍රජානන විද්‍යාව අතර සම්බන්ධතාව ඇතිවීම සඳහා ඔහුගෙන් විශාල දායකත්වයක් ලැබුණි. සවිඥානය පිළිබඳව විද්‍යාත්මක අධ්‍යයන බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ සංවර්ධනය සඳහා යොදා ගැනීමේදී යම් යම් බාධකවලට මුහුණ දීමට සිදුවිය. එම අධ්‍යයනයන් සාම්ප්‍රදායික බෞද්ධ ගුරුකුලවලින් වෙන් වී නව මාවතකට යොමු වීමට යම් කාලයක් ගත විය. ෆ්‍රැන්සිස්කෝ වාරෙලා විසින් ඒ සඳහා ප්‍රමුඛ කාර්යභාරයක් ඉටු කරන ලදී (De Silva, 2014: 04).

ඔහු ස්ලෝන් පදනමේ (Sloan Foundation) දායකත්වයෙන් බුදු දහම හා ප්‍රජානන විද්‍යාව යන මැයින් කොලරාඩෝ ප්‍රාන්තයේ නරෝපා (Naropa) ආයතනයෙහි වැඩමුළුවක් සංවිධානය කරන ලදි. මේ වන විට නරෝපා විශ්වවිද්‍යාලයේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව උපාධියක් හා පශ්චාත් උපාධි වැඩසටහනක් ක්‍රියාත්මක වන අතර උසස් මට්ටමේ පර්යේෂණ ද සිදු වේ. වැරැල්ලා සඳහන් කරන ආකාරයට බුදු දහම නූතන විද්‍යාවට බලපෑමක් එල්ල කළ හැකිය. විශේෂයෙන්ම බුදු දහමේ මනස හා ඥාන විභාගය පිළිබඳව අධ්‍යයනයන් පර්යේෂණ මට්ටමෙන් භෞතික විද්‍යාව වැනි විෂයන්වලට බලපෑමක් ඇති කරයි (De Silva, 2014: 04).

මනෝවිද්‍යාඥයෙකු වූ රිචඩ් ඩේවිඩ්සන් (Richard Davidson) විසින් ස්නායු විද්‍යාවේ නවතම ශාඛාවක් වන ස්නායු සුවිකරණ (Neuroplasticity) ක්ෂේත්‍රය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවට සම්බන්ධ වන ආකාරය පිළිබඳව සංවාදයක් ඇති කිරීම සඳහා මූලිකත්වය ගන්නා ලදී. ඔහු තර්ක කරන ආකාරයට දැනට පවතින තොරතුරුවලට අනුව භාවනා කිරීම මොළයේ ආවේදන අංශයට හිතකර ලෙස බලපායි. ඩැනියෙල් ජේ. සීගෙල් (Daniel J. Siegel) පෙන්වා දෙන්නේ මානසික අවදිය අපගේ කායික, මානසික හා සමාජීය යහපැවැත්ම වර්ධනය කිරීම සඳහා බලපාන බව විද්‍යාත්මකව තහවුරු කොට ඇති බවයි (De Silva, 2014: 05).

ෆ්‍රැන්සිස්කෝ වාරෙලා හා ආර්. ඇඩම් එන්ගල් (R. Adam Engle) යන දෙදෙනා එක්ව 1987 වර්ෂයේදී "Mind and Life Institute" ආරම්භ කිරීමත් සමඟ (En.wikipedia.org, Fransisco Varela, 26th Sep 2021) සුප්‍රකට බොහෝ ස්නායු විද්‍යාඥයන් හා ප්‍රජානන විද්‍යාඥයන් ඇතුළු මනෝවිද්‍යාඥයන් එකල ප්‍රධාන බෞද්ධ උගතුන් වූ 14 වන දලයි ලාමා හා චොගයම් ත්‍රැන්ග්පා රින්පොච් (Chogyam Trungpa Rinpoche) වැන්නවුන් සමඟ සබඳතා පැවැත්වීමට බොහෝ සෙයින් උනන්දු වූහ. මෙම සබඳතා හා උනන්දුව නව සන්ධිස්ථානයකට මඟ පෑදුව ද බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාත්මක පදනම මනිනු ලබන්නේ බටහිර මනෝවිද්‍යාවට අනුගත වීම හා එහි සායනික සන්දර්භයට ඒකාබද්ධ වීම මගිනි (Chakkarath, 2014: 187.188). කෙසේ නමුත් "Mind and Life Institute" මගින් 1987 වර්ෂයේ සිට බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව සමුළු පැවැත්වීමට හා ග්‍රන්ථ ප්‍රකාශන රාශියක් එළි දැක්වීමට මුල්විය. දලයි ලාමා විසින් ඒ සඳහා අවශ්‍ය මඟ පෙන්වීම් සිදු කරන ලදී (De Silva, 2014: 05).

බෞද්ධ මනෝ චිකිත්සාව බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ වඩාත් පුළුල් හා ඉතා ජනප්‍රියතම අධ්‍යයන ක්ෂේත්‍රය වශයෙන් සැලකිය හැකිය. බෞද්ධ මූලධර්ම මත පිහිටා ගොඩනැගුණු පළමු මනෝ චිකිත්සක ක්‍රමය වන්නේ ජපානයේ මොරිතා චිකිත්සාවයි. මෙය විසිවන සියවසේ මුල් භාගයේ දී පමණ පැන නැගී ඇත. ෂෝමා මොරිතා (Shoma Morita) නම් ජපන් මනෝ වෛද්‍යවරයා විසින් සෙන් බුදුදහම පිළිබඳව තමන්ගේ පුහුණුව පදනම් කරගෙන නියුරෝසීය

මානසික අක්‍රමතා සඳහා ප්‍රතිකාරයක් ලෙස මම මෙම ක්‍රමය හඳුන්වා දී තිබේ (පේමරතන, 2010: 158). මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමය බෞද්ධ මනෝ චිකිත්සාවේ ආරම්භය සම්බන්ධයෙන් ඉතා වැදගත් සන්ධිස්ථානයක් වශයෙන් සැලකිය හැකිය. 1979 වර්ෂයේ දී ඇමරිකා එක්සත් ජනපදයේ මැසචුසෙට් (Massachusetts) විශ්වවිද්‍යාල වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයේ ජෝන් කබඩ් සිං (Jon Kabat Zinn) වෛද්‍යවරයා විසින් බෞද්ධ මූලධර්ම පදනම් කරගෙන හඳුන්වා දෙන ලද සතිය පදනම් කරගත් ආතති සමනය (Minfulness-Based Stress Reduction) නම් ප්‍රතිකාර ක්‍රමය ද බෞද්ධ මනෝ චිකිත්සාවේ සංවර්ධනය සම්බන්ධයෙන් සුවිශේෂී සන්ධිස්ථානයකි (පේමරතන, 2010: 158). 1970 දශකයේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ විද්‍යාත්මක පර්යේෂණ ක්ෂේත්‍රය බෙහෙවින් සංවර්ධනය විය.

පද්මසිරි ද සිල්වා සඳහන් කරන අන්දමට බටහිර කලාපය තුළ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ ප්‍රායෝගික වැදගත්කම පිළිබඳව අවධානය යොමු කරන සම්ප්‍රදායක් බිහි විය. ඒ අනුව පසුගිය දශක දෙක තුළ සතිය පදනම් කොටගත් මනෝ චිකිත්සක සම්ප්‍රදායන් රාශියක් පැන නැගුණි (De Silva, 2014: x). පද්මසිරි ද සිල්වා සිය “Buddhist Psychology and Counselling” ග්‍රන්ථයේ දී චිත්තවේගික ප්‍රතිචාරයන් (දුක, සෝකය, විෂාදය, කෝපය, ලෝභය, මානය) පිළිබඳව අවධානය යොමු කොට ඇති අතර එවැනි චිත්තවේග කළමනාකරණය සඳහා ඔහු විසින්ම සතිය පදනම් කොටගත් චිත්තවේග ඉලක්ක කොටගත් ප්‍රතිකාරය (Mindulness-Based Emotion Focused Therapy) නමින් මනෝ චිකිත්සක ක්‍රමයක් ගොඩනඟා ඇත (De Silva, 2014: x).

පසුගිය දශක දෙකෙහි ඇතැම් විශ්වවිද්‍යාලවල ආගම් අධ්‍යයන හා දර්ශන අධ්‍යයන අංශ මගින් බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව නව පාඨමාලා හඳුන්වා දෙන ලදී. යුරෝපයේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව තෙවන රැල්ලේ දී බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව, උපදේශනය හා මනෝ ප්‍රතිකාරය පිළිබඳව නව පාඨමාලා රාශියක් පැන නැගුණි (De Silva, 2014: x).

අභිධර්ම සාහිත්‍යය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ අතිශය සුවිශේෂී අධ්‍යයන ක්ෂේත්‍රයක් වශයෙන් සැලකිය හැකිය. අභිධර්මය ගැඹුරු

හා සංකීර්ණ මනෝවිද්‍යාත්මක ප්‍රපංචයන්ගෙන් යුත් පිටකයක් වශයෙන් උගතුන්ගේ සම්භාවනාවට ලක්ව තිබේ. ප්‍රදීප් චක්කරත් (Pradeep Chakkarath) ප්‍රකාශ කරන්නේ අභිධර්ම පිටකය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ පෙළ පදනම (Texual Foundation) ලෙස සැලකිය හැකි බවයි (Chakkarath, 2014: 187). අභිධර්ම පිටකයේ මනෝවිද්‍යාත්මක අන්තර්ගතයන් පිළිබඳව රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය විසින් ද විශේෂයෙන් ම අවධානය යොමු කොට තිබුණි. 1949 දී ඥානපෝනික හිමියන් (Nyanaponika Thero) විසින් ප්‍රකාශයට පත් කරන ලද අභිධර්ම අධ්‍යයනය (Abhidhamma Studies) නම් ග්‍රන්ථයේ දී අභිධර්ම පිටකයේ දාර්ශනික හා මනෝවිද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයන් ලුහුඩින් දක්වා තිබේ. 1950 දශකයේ දී හර්බට් වී. ගුන්තර් (Herbert V.Guenther) විසින් රචනා කරන ලද "Philosophy and Psychology in the Abhidhamma" නම් ග්‍රන්ථයේ අභිධර්ම පිටකාගත මනෝවිද්‍යාත්මක සංකල්ප පිළිබඳව අවධානය යොමු කොට තිබේ. මීට අමතරව ඩේවිඩ් ජේ කළුපහන විසින් සිය "The Principles of Buddhist Psychology" නම් ග්‍රන්ථයේ දී විවිධ බෞද්ධ සම්ප්‍රදායන්ට අයත් අභිධර්ම සාහිත්‍යයන්හි මනෝවිද්‍යාත්මක භාවිතයන් පිළිබඳව ගවේෂණය කොට තිබේ.

බටහිර ආකෘතියට අනුරූප වූ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ මූලික සංකල්ප වන චිත්තවේග, පෞරුෂය ස්ව-සංකල්පය, අභිප්‍රේරණය, ප්‍රජානනය හා සංජානනය ආදි සංකල්ප සංවර්ධනය වූයේ 1970 දශකයේ හා ඉන් පසුව ය. මෙවැනි සංකල්ප පිළිබඳව විධිමත් ලෙස පළමුව අධ්‍යයනය කළේ පද්මසිරි සිල්වා විසිනි. ඉන් අනතුරුව කළුපහන විසින් මෙකී ඇතැම් සංකල්ප පිළිබඳව අවධානය යොමු කරන ලදී. බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ ව්‍යවහාරික අංශයන් වශයෙන් සැලකෙන ගැටුම් ඇතිවීම, හාස්‍ය උත්පාදනය ආදියෙහි බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාත්මක මුහුණුවර පිළිබඳව ඉතා මෑත කාලයේ දී පද්මසිරි සිල්වා විසින් ගවේෂණය කොට තිබේ.

ශ්‍රී ලංකාව තුළ පසුගිය දශකයක පමණ කාලයේ දී බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව හා උපදේශන ක්ෂේත්‍රය තුළ ශීඝ්‍ර සංවර්ධනයක් ඇති විය. විශේෂයෙන්ම මෑත කාලයේ දී ශ්‍රී ලාංකික බෞද්ධ විද්වතුන් විසින් සිංහල හා ඉංග්‍රීසි බසින් බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව හා උපදේශනය පිළිබඳ

පර්යේෂණ කෘති රාශියක් එළිදක්වා තිබේ. ශ්‍රී ලංකාවේ විශ්වවිද්‍යාල පද්ධතියේ බෞද්ධ විෂය ක්ෂේත්‍රයට අලුතෙන්ම එකතු වූ විෂය ධාරාව වන්නේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව හා උපදේශනය යි. මේ වන විට ලංකාවේ බොහෝ විශ්වවිද්‍යාලවල බෞද්ධ අධ්‍යයනාංශ මඟින් බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව හා උපදේශනය පිළිබඳ ප්‍රථම උපාධි, පශ්චාත් උපාධි හා ඩිප්ලෝමා පාඨමාලා පවත්වාගෙන යයි. අනෙක් අතට ශ්‍රී ලංකාවේ බටහිර මනෝවිද්‍යා පාඨමාලාවලට ද බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව උප විෂය ක්ෂේත්‍රයක් ලෙස ඇතුළත් කොට තිබේ. 2000 වර්ෂයේ දී හොංකොං විශ්වවිද්‍යාලයේ (University of Hong Kong) බෞද්ධ අධ්‍යයනය සඳහා මධ්‍යස්ථානයක් පිහිටුවා ඇති අතර වර්තමානය වන විට එහි බෞද්ධ උපදේශනය පිළිබඳව පශ්චාත් උපාධි හා ඩිප්ලෝමා පාඨමාලා පිරිනමයි. එම පාඨමාලා හැදෑරීම සඳහා ගිහි පැවිදි ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවන් තුළ විශාල උනන්දුවක් තිබෙන බව ද පෙනේ. මෙකී සෑම කරුණකින්ම හෙළිවන්නේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව හා උපදේශනය මෑත කාලයේ දී අත් කරගෙන තිබෙන සීඝ්‍ර හා පුළුල් සංවර්ධනයයි.

සමාලෝචනය

බෞද්ධ සන්දර්භය තුළ මනස පිළිබඳ අධ්‍යයනය සඳහා වසර දහස් ගණනක ඉතිහාසයක් පැවති බව ඉහත සඳහන් කෙරිණි. එහෙත් මානසික සංකල්ප පිළිබඳව එකී ගවේෂණය බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නැමැති නූතන ස්වරූපයේ විෂය බවට සංවර්ධනය වීම සඳහා ඉතා දිගු කාලයක් ගත විය. බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නමැති භාවිතය කරළියට පැමිණ එහි මූලික හැඩ තලය සකස් වූයේ 20 සියවසේ මුල් භාගයේදී ය. ඒ සඳහා පූර්ණ දායකත්වය ලබාදුන්නේ රීස් ඩේවිඩ් මැතිනිය යි. ඉන් පසුව බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳව යම් යම් අධ්‍යනයන් සිදු වුව ද 1970 දක්වා ම සැලකිය යුතු ගවේෂණයක් සිදු නොවූ බව පෙනී යයි. 1970 දශකයේ හා ඉන් අනතුරුව බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව නම් මෙම නව විෂය පිළිබඳව පෙර අපර උගතුන් තුළ විශාල අවදි කමක් හා උනන්දුවක් ඇති විය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාවේ පර්යේෂණ ක්ෂේත්‍රය පුළුල් විය. මෙම විෂය උසස් අධ්‍යාපන ආයතනවල හැදෑරිය හැකි ශාස්ත්‍රීය විෂයක් බවට පත් වූයේ 1990 දශකයෙන් පසුව ය. මුල් වකවානුවේදී ඇමරිකාව, යුරෝපය හා නැගෙනහිර ආසියාව කේන්ද්‍රකරගෙන මෙම විෂය සංවර්ධනය විය.

කෙසේ නමුත් වර්තමානය වන විට දකුණු හා නැගෙනහිර ආසියානු කලාපයේ බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව විශාල වශයෙන් ජනප්‍රියත්වයට පත්ව තිබේ.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

Daids, C.A.F. (1900). *A Buddhist Manual of Psychological Ethics* (Dhammasangani English translation). Royal Asiatic Society. London.

Davids, R. (1936). *The Birth of Indian Psychology and its Development in Buddhism*. Luzac & Co. London.

De Silva, P. (2014). *An Introduction to Buddhist Psychology and Counselling* (5^{th} ed). Palgrave Macmillan. London.

Fransisco Varela. Retrieved September 26, 2021 from Wikepedia: https://en.wikipedia.org/wiki/Francisco_Varela

Freberg, L.A. (2006). *Discovering Biological Psychology*. Houghton Mifflin Company.U.S.A

Kalat W. J. (2014). *Introduction to Psychology*. Wadsworth, Cengage Learning. U.S.A.

Kalupahana, D.J. (1987). *The Principles of Buddhist Psychology*. State University of New York Press. Albany.

Parker, I. (2015). *Handbook of Critical Psychology*. Routledge Taylor and Francis Group. New York.

Teo, T. (2014). *Encyclopedia of Critical Psychology*. Springer Science +Business Media. New York.

Xing, G. (n.d). 'The Historical Buddha: A Psychological Analysis' In. Maurits G.T. Kwee (ed). *New Horizons in Buddhist Psychology* 53-77. Taos Institute Publications. Ohio.

පේමරතන, එස්. (2010). *බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව*. දයාවංශ ජයකොඩි සහ සමාගම. කොළඹ 10.