මදසරුභාවය නිවාරණය සඳහා බෞද්ධ උපදේශනය පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

අක්මීමන කස්සප හිමි[1], මාවැල්ලේ සුමනසිරි හිමි[2]

හැඳින්වීම

වර්තමානයේ සරුභාවය පිළිබඳ බොහෝ ප්‍රශ්න විවාහක යුවල අතර බහුල වෙමින් පවතී. ලෝක බැංකු දත්තවලට අනුව ශ්‍රී ලංකාවේ වර්තමාන සරු බව පිළිබඳ දර්ශකයේ අගය ක්‍රමයෙන් පහළ බසිමින් පවතී. මදසරුභාවය සඳහා බටහිර ප්‍රතිකාර ලෙස නොයෙක් සහායක ප්‍රජනන ක්‍රම දියුණු වෙමින් පවතී. එමෙන් ම ආයුර්වේද ප්‍රතිකාර ද පවතී. නමුත් පුද්ගලයන් අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල සම්පූර්ණයෙන් ලැබී නැත. ලෝකය තුළ දියුණු වූ රටවල මුළු දරු උපත් ප්‍රමාණයෙන් සැලකිය යුතු ප්‍රමාණයක් නළදරු තාක්ෂණයෙන් උපදින දරුවන් ය. මෙයට හේතුන් බහුල වීමට අමතර ව විද්‍යාත්මකව විග්‍රහ කළ නොහැකි මදසරුභාවයක් බහුලව ඇත. එවැනි අය සඳහා මෙතෙක් සාර්ථක ප්‍රතිකාර පද්ධතියක් දියුණු කර නොමැති අතර එවැනි රෝගීන් අතර බහුතරය මානසික ගැටලු වලින් පීඩිත අය බව පැහැදිලි වේ. මෙවැනි රෝගීන්ට ප්‍රතිකාර කිරීමේ දී බටහිර හෝ ආයුර්වේද ප්‍රතිකාර කිරීම සම්පූර්ණ සුව නොවන බව පැහැදිලි ය. ඒ සඳහා බෞද්ධ උපදේශනය වඩාත් සුදුසු බව පෙන්වා දිය හැකි ය. උපදේශන යන ප්‍රතිකාර ක්‍රමය වර්තමානයේ දී අතිශයින් ප්‍රකට සාර්ථක ක්‍රමයක් ලෙස හඳුන්වනු ලබයි. වත්මනේ පවතින විවිධ හේතු නිසා කායික හා මානසික වශයෙන් ආසාදිත වූ ජන සමාජයට අත්‍යවශ්‍ය සේවාවක් උපදේශනය මගින් ලබාගත හැකි ය. බෞද්ධ හා බටහිර උපදේශනයේ මූලධර්මවල සමාන අසමානකම් පවතී. බටහිර උපදේශනයේදී උපදෙස් දීමට වඩා රෝගියාගේ ගැටලුවලට සවන් දීම ඔහු හෝ ඇයගේ ප්‍රශ්නය තවකෙකු හා පැවසීමෙන් වන සහනය ළඟා කර ගැනීමට සහාය වීම ආදිය පෙන්වා දිය හැකි ය. බෞද්ධ උපදේශනය ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය මූලික කරගෙන නිර්මාණය වී තිබීමත් බටහිර උපදේශනයේ එවැන්නක් නොතිබීම විශේෂ වේ.

මේ අනුව මදසරුභාවය පිළිබඳ බෞද්ධ උපදේශනය බටහිර උපදේශන ක්‍රමයට වඩා ප්‍රායෝගික තලයේ දී බෙහෙවින් වෙනස් වේ. මදසරුභාවයට ප්‍රතිකාර කිරීමේ දී උපදේශනය ඉතා අත්‍යවශ්‍ය වේ. මෙය මානසික හා කායික මෙන් ම සාමාජය ගැටලුවක් වන බැවිනි. නූතනයේ මද සරුභාවය පිළිබඳ ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේද ද එම දෙමාපියන්ගේ මානසික ගැටලුතාවන් වැඩි කරන බව පැහැදිලි ය. මෙවැනි මානසික අර්බුද අවසාන වශයෙන් ඔවුන්ගේ කායික සහ ආර්ථික ප්‍රශ්න ඇති කිරීමට ද හේතු වන අතර එම දෙමාපියන්ගේ විවාහය සම්බන්ධතා පිරිහීමටද හේතු වනු ඇත.

පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය

1. කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය. කැලණිය. akmeemanakassapa0@gmail.com
2. කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය. කැලණිය.

මෙම පර්යේෂණය සිදුකිරීමේ දී අනුගමනය කරන ලද පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය වනුයේ, සාහිත්‍ය මූලාශ්‍රය උපයෝගී කොට ගනිමින් සිදුකරන ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේද ය යි. දත්ත රැස් කර ගැනීමේදී ප්‍රාථමික මූලාශ්‍රය ලෙස දීඝ නිකායේ මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය, මජ්ඣිම නිකායේ සබ්බාසව සූත්‍රය හා ද්විතීක මූලාශ්‍රය හා තෘතික මූලාශ්‍රය ලෙස ආර්.ඒ.ආර්.පී.සුසන්ත වෛද්‍යතුමාගේ මදසරුභාවය නිවාරණය ලිපිය ද, වසන්ත පියදර්ශනගේ බෞද්ධ උපදේශනය පිළිබඳ සංකල්ප විග්‍රහයක් ලිපිය ද භාවිත කරන ලදි. දත්ත විශ්ලේෂණය කිරීමේ දී සමාජ විද්‍යා හා මානව ශාස්ත්‍ර විෂයන්හි බහුල ව භාවිත වන (Interpretactive Data Analysis method) විස්තරාත්මක දත්ත විශ්ලේෂණ ක්‍රමය හා (Descriptive Data Analysis method) අර්ථකථනමය දත්ත විශ්ලේෂණ ක්‍රමය භාවිත කරන ලදි.

සාකච්ඡාව

නූතනයේ මිනිසා කායික හා මානසික පීඩා සමනය කර ගැනීම සඳහා වෛද්‍ය විද්‍යාත්මක ක්‍රමවේද බහුලව භාවිත කෙරේ. කෙසේ වෙතත් ඉහත මානසික ගැටලුව සමනය කරගැනීම යථාර්ථවාදී බුද්ධිමය චින්තනයක් ඇත්තෙකුට ද ඉතා පහසුවෙන් කළ හැකි ය. මදසරුභාවය නිවාරණය සඳහා බටහිර ක්‍රමවේදයන්ට වඩා බෞද්ධ උපදේශනය සාර්ථක බව සූත්‍ර දේශනා අධ්‍යයනය කිරීම මගින් පැහැදිලි ය. නන්දකෝවාද සූත්‍රයේ දී නන්ද භික්ෂුව භික්ෂුණීන් සඳහා අවවාද කිරීමට යොදාගත් උපක්‍රමය නම් දේශනා ස්වරූපයට නොගොස් එක්තරා රටාවකට සාකච්ඡාව මෙහෙයවීමයි. මෙය මද සරුභාවය ගැටලු විසඳීමේදී උපයෝගී වනු ඇත. මෙහි දී සිදු කරනු ලබන්නේ මනෝචිකිත්සාවකි. තම මානසික ගැටලුව සඳහා නිවැරදි ප්‍රතිඵලයක් ලබා ගැනීම සේවා දායකයා බලාපොරොත්තුවේ. බෞද්ධ උපදේශනයේ ඇති වැදගත්කම විවිධ කතා අධ්‍යයනය කිරීම මගින් පැහැදිලි වේ. බොහෝ දුරට මෙම විවිධාකාර උපදේශන මගින් මානසික ගැටලු නිරාකරණ කර ගැනීමට පුද්ගලයාට බෞද්ධ උපදේශනය ඉවහල් වන බව පැහැදිලිව පෙන්වා දිය හැකි ය.

වර්තමාන සමාජයේ පවතින ගැටලුවක් ලෙස මදසරුභාවය හැඳින්විය හැකි ය. එය සාමාජීය ගැටලුවක් මෙන් ම කායික හා මානසික ගැටලුවක් වේ. මේ සඳහා වත්මනෙහි බටහිර ප්‍රතිකාර ක්‍රම හා ආයුර්වේද ප්‍රතිකාර පැවතියද ඉන් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබා ගැනීමට නොහැකි වී ඇත. මෙම මානසික කායික සාමාජීය ගැටලුව සමනය කර ගැනීම සඳහා බුදුසමය තුළ භාවිත ඉගැන්වීම් කවරේ ද යන්න සූත්‍ර දේශනා භාවිත කරමින් අධ්‍යයනය කිරීම මෙම පර්යේෂණය මගින් සිදු කෙරේ. මදසරුභාවයෙන් සමාජයේ ඇතිවන ප්‍රශ්න නිසා පුද්ගලයාගේ විවාහ ජීවිතය අඩාල වීමටද හේතුවේ. මදසරු භාවයෙන් මිදීම සඳහා උපදේශනය පිහිට කොට ගැනීමේ දී මූලිකාංග කරුණු පිළිබඳ සැලකිලිමත් විය යුතු ය. මෙහි දී ප්‍රධාන වනුයේ උපදේශනයයි. සච්ච විභංග සූත්‍රයේ සඳහන් දේශනාව පැවැත්විය යුතු ක්‍රම හත පිළිබඳ දැනුවත් වීම ද, සබ්බාසව සූත්‍රයට අනුව අපගාමී මානසික ගති ලක්ෂණ (14) ක් පෙන්වා දී තිබේ. මේවා රෝග වශයෙන් හඳුන්වා තිබේ. මෙම මානසික ගති ලක්ෂණ යටපත් කිරීම සඳහා වඩා ගත යුතු මානසික ලක්ෂණ අධිගාමී මානසික ගති ලක්ෂණ වේ. එමගින් අපගාමී ගති ස්වභාවය යටපත් කිරීම සඳහා ක්‍රමවේදය සබ්බාසව සූත්‍රයේ දී ඉදිරිපත් කරයි. එම ක්‍රමවේදය මදසරුභාවය සඳහා ද උපදේශනයේ දී භාවිත කළ හැකි ය. සබ්බාසව සූත්‍රයේ තවදුරටත් දක්වා

ඇති අධිගාමී මානසික ලක්ෂණ ඇතිකර ගැනීමේ ක්‍රමවේදය යටතේ කරුණු හතක ක්‍රමවේදයක් පෙන්වා දී ඇත. දස්සනා, සංවරා, පටිසේවනා, අධිවාසනා, පරිවජ්ජනා, විනෝදනා, භාවනා මෙමගින් සනාථ වන්නේ නූතන උපදේශන සේවාව අභිබවා ගිය බෞද්ධ මනෝ උපදේශන සේවාවක් බුදුන් වහන්සේ සිදු කළ බවත් එය මදසරුභාවය වැනි ගැටලුවලින් මිදීමේ මාර්ගය පදාගත හැකි බව ය. එමෙන් ම සතිපට්ඨාන සූත්‍රය මගින් මෙම තත්ත්වය නිවාරණය සඳහා ලබා දී ඇති උපදෙස් පිළිබඳ ව විමසීමද වවී. මෙම බෞද්ධ සදුපදේශ මදසරුභාවය නිවාරණය කර ගැනීම සඳහා අවබෝධාත්මක මනෝඅධ්‍යාපනයක් දාර්ශනික ප්‍රවේශයකින් ලබා දී ඇත.

නිගමනය

යථෝක්ත කරුණු පිරික්සීමේ දී පෙනී යන්නේ මදසරුභාවය නිවාරණය කර ගැනීම සඳහා උපයෝගී කර ගත හැකි බෞද්ධ සදූපදේශ පිළිබඳ ගවේෂණය කිරීමේ දී සූත්‍ර දේශනා තුළ මනෝවිද්‍යාත්මක කරුණු රාශියක් අන්තර්ගත බව යි. දාර්ශනික ප්‍රස්තුතියකින් ඉදිරිපත් වී ඇති නමුත් එම සූත්‍රවල ඇති චිකිත්සක වටිනාකම උපදේශනයයි. එය යථාර්ථවාදී බැවින් හා බුද්ධිගෝචර වේ. වර්තමානය වන විට සමාජයේ පවතින ගැටලුවක් ලෙස මෙයට බෞද්ධ උපදේශනය මෙලෙස ඉවහල් වන බව පෙන්වා දිය හැකි ය. කෙසේ වෙතත් මෙම කරුණු උපදේශන ක්‍රියාවලීන් භාවිත වන්නේ භාවිත වන්නේ ඉතා අල්පව ය. එබැවින් මෙකී බෞද්ධ සැදූ උපදේශ වඩාත් ප්‍රාග්‍යක ලෙස සමාජයට රැගෙන යාම සිදුකළ යුතු ය. නූතන මනෝවිද්‍යාවේ භාවිත විවිධ සංකල්පවලට මෙකී බෞද්ධ සදුපදේශයන්හි ඇති යථාර්ථවාදී අදහස් එක් කිරීම වඩාත් බුද්ධිගෝචරය. එමගින් වඩාත් ප්‍රායෝගික හා යථාර්ථවාදී චිකිත්සක ක්‍රම සංවර්ධනය කළ හැකි ය.

මුඛ්‍ය පදඃ බෞද්ධ උපදේශනය, මදසරුභාවය, මානසික ගැටලු, සබ්බාසව

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ

දීඝ නිකාය, මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය, නැදිමාල, දෙහිවලඃ බෞද්ධ සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය.

සංයුත්ත නිකාය, සබ්බාසව සූත්‍රය, නැදිමාල දෙහිවලඃ බෞද්ධ සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය.

ගුණාලංකාර හිමි, ජී. (2014), *සමකාලීන සමාජ මානසික ගැටලුවලට එරෙහිව බෞද්ධ මනෝ උපදේශන සේවාවක උපයෝගීතාව*, ශ්‍රී ලංකා රාමඤ්ඤ මහානිකායේ (150) සංවත්සර ශාස්ත්‍රීය සංග්‍රහය.

ප්‍රියදර්ශන වසන්ත, (2005) *බෞද්ධ උපදේශනය පිළිබඳ සංකල්ප විග්‍රහයක්*, පූජ්‍ය අලවතුරේ සිරි ධම්මකිත්ති හිමි අභිනන්දන ශාස්ත්‍රීය සංග්‍රහය, වැලිවිටිය.