කාංසාබාධය සමනය සඳහා බෞද්ධ මනෝ ප්‍රතිකාර පිළිබඳ විමර්ශනයක්

එම්. ඩී. සංජීවනී පෙරේරා[1]
පාලි හා බෞද්ධ අධ්‍යයනාංශය

සාරසංක්ෂේපය

ප්‍රාග්ධනය හා තාක්ෂණය අතින් දියුණු ලෝක රටාව තුළ සංවර්ධනයේ දිශානතිය තීරණය කරනු ලබන එක් ප්‍රපංචයක් වනුයේ පුද්ගල සෞඛ්‍යයයි. සෞඛ්‍ය පිළිබඳ දෛනික කතාබහෙන් ඔබ්බට ගොස් සිදු කරන තියුණු අධ්‍යයන ඒ බව මනාව පසක් කරනු ලැබේ. මනෝවිද්‍යාත්මක විග්‍රහයන්ට අනුව පුද්ගලයා කායිකව පමණක් නොව මානසික වශයෙන්ද බොහෝ රෝගයන්ගෙන් පීඩා විඳින්නේය. පුද්ගල මානසික සෞඛ්‍ය පිළිබඳව කතා කරන විට ප්‍රධාන වශයෙන් කතාබහට ලක්වෙන මානසික අක්‍රමතාවක් ලෙස කාංසාව හඳුනාගත හැකිය. නිරන්තරයෙන් අහේතුවාදී සිතුවිලි පුද්ගල සිත තුළ ගොඩනැගීම හේතුවෙන් මෙවැනි රෝගයකට පුද්ගලයාට මුහුණ දීමට සිදුවේ. මේ සම්බන්ධව පුළුල් පරාසයක් බටහිර, බෞද්ධ මනෝවිද්‍යා ඉගැන්වීම්හිදී සාකච්ඡාවට බඳුන්ව ඇත. බටහිර මනෝවිද්‍යාව තුළ මෙම රෝගී තත්ත්වය සඳහා ජාන බලපෑම, මොළයේ රසායනික සංයුතිය වෙනස් වීම, පෞරුෂ සාධක හා ජීවත්වන පරිසරය ආදි හේතූන් මේ සඳහා බලපානු ලබන සාධක වශයෙන් පෙන්වා දෙයි. තවදුරටත් මේ පිළිබඳව අධ්‍යයනය කරන විට කාංසා අක්‍රමතාවන්හි වර්ගීකරණයන් හා ඒ හා සම්බන්ධව පවතින විවිධ වූ මතවාදයන් ද කායික හා මානසික වශයෙන් පවත්නා වූ රෝග ලක්ෂණයන් කෙරෙහිද අවධානය යොමු වේ. මෙවැනි මානසික රෝගයකින් පුද්ගලයා මුදවා ගැනීමට විවිධ වූ ප්‍රතිකාර ක්‍රියාවලින්ද සිදු වේ. බුදු දහම තුළද එවැනි ප්‍රතිකාර ක්‍රම ගණනාවක් දක්නට ඇත. නූතනයේ පවතින මානසික රෝග එනමින්ම උන්වහන්සේ දේශනා නොකළද මෙවැනි මානසික රෝග ගණනාවක් නූතන මනෝවිද්‍යාවටත් පෙරාතුව දේශනා කර ඇති ආකාරය මේ පිළිබඳව කරනු ලබන අධ්‍යයනයන්ගෙන් පසක් වේ. යෝනිසෝමනසිකාරයෙන් ඈත් වූ පුද්ගලයාට නිරන්තරයෙන් දුක් සහගත ජීවිතයක් ගත කිරීමට සිදු වේ. පුද්ගලයාට වැළඳෙන්නා වූ රෝගයන් මුලිනුපුටා දමා සාංසාරික සුවයක් විඳීමට ඉඩහසර ලබා දුන් ආකාරය සබ්බාසව, විතක්ක සන්ඨාන, සප්ත බොජ්ඣංග ආදි සූත්‍රපිටකාගත මූලාශ්‍රයන් ඇසුරෙන් මනාව පිළිබිඹු වේ. වර්තමානයේ පීඩාවිඳින කාංසාබාධ සහිත පුද්ගලයන් සඳහා සුදුසු බෞද්ධ ප්‍රතිකාරාත්මක ඉගැන්වීම් පිළිබඳ මනෝවිද්‍යාත්මක අධ්‍යයනයක් කිරීම මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණයි.

ප්‍රමුඛ පද - කාංසාව, මානසික ප්‍රතිකාර, මනෝ රෝග, මනෝවිද්‍යාව, සෞඛ්‍ය

[1] mdsanjeewanip@gmail.com