

මානසික ක්ලමඵය අවම කිරීමෙහි ලා

ආගමික සජ්ඣායනාවන් හි

උපයෝගතාව

ගරු එම් . එම් . පී . ලක්සිරි ප්‍රනාන්දු පියතුමා .

(ශාස්ත්‍රවේදී ජේරාදෙණිය විශ්ව විද්‍යාලය) .

(සමාජීය විද්‍යාපති (දැවුරුදු) කැලණිය විශ්ව විද්‍යාලය) .

FGS/04/01/10/2009/02 .

ප්‍රවේශ අංකය:	792
වර්ග අංකය:	

දර්ශන විශාරද (බෞද්ධ දර්ශනය) උපාධිය සඳහා

කැලණිය ශ්‍රී ලංකා විශ්ව විද්‍යාලයට

ඉදිරිපත් කරනු ලබන පර්යේෂණ නිබන්ධය යි .

2012 .

සාරාංශය

මිනිසාගේ මානසික සෞඛ්‍යය කෙරෙහි බලපාන ඉතා වැදගත් මනෝවිද්‍යාත්මක සංකල්පයක් වන “ මානසික ක්ලමය යනු කුමක්ද ” යන්න පළමුවන පරිච්ඡේදයේ දී සාකච්ඡා කෙරේ . මානසික ක්ලමය සම්බන්ධයෙන් පර්යේෂණයන් සිදු කළ මනෝවිද්‍යාඥයන්ගේ දැයකත්වය විස්තර කොට තිබේ .

පුද්ගලයාගේ අසතුටුදායක අවස්ථාවන්වල මෙන් ම සතුටුදායක අවස්ථාවන්වල ද මානසික ක්ලමය ඇති විය හැකි අතර එය පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් ස්වරූපයක් ගනී .

මිනිසාට ප්‍රත්‍යක්ෂ වන සියලුම සිදුවීම් වන ජීව විද්‍යාත්මක , මනෝවිද්‍යාත්මක , සමාජ විද්‍යාත්මක හා පාරිසරික හේතු පදනම් කරගෙන ක්ලමය ඇතිවිය හැකි බව සඳහන් කර ඇත . එමෙන් ම මානසික ක්ලමය තත්ත්වයන්හි දී පුද්ගලයන් ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාර වන ඉගෙනුම තුළින් , ආක්‍රමණය සමග ප්‍රතිචාර දැක්වීම , සංරක්ෂණ උපයෝගය , අවරෝධනය , ප්‍රතික්ෂේපණය , තර්කාපනය හා අනුරූපනය , යනාදිය තුළින් ද ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරය පෙන්වා දී තිබේ .

“ කතෝලික ආගමික යාවිඤා , බෞද්ධ ආගමික සජ්ඣායනා සහ භාවනාවන් හි විවිධත්වය සහ ඒවායේ ඇති උපයෝගතාව ” දෙවැනි පරිච්ඡේදය යි . මෙම පරිච්ඡේදය තුළින් රාග , ද්වේශ , පලිගැනීම , නො ඉවසීම , උඩගුකම හා පංච නීවරණ ධර්ම යනාදී සියලුම අකුසල් හේතු කොට ගෙන පුද්ගලයා ක්ලමයට ඉවිඡාභංගත්වයට , විශාදය , යනාදී මානසික රෝගී තත්ත්වයන්ට භාජනය වන ආකාරය පෙන්වා දී තිබේ . මෙම තත්ත්වයෙන් මිදීම සඳහා කතෝලික ජනතාවට යාවිඤාව මහෝපකාරී වන අතර බෞද්ධ ජනතාවට පිරිත් සජ්ඣායනයන් සහ විවිධ භාවනාවන් උපකාරී වේ .

දෛනික ජීවිතයේ පංච ඉන්ද්‍රියයන් ඔස්සේ සිතිවිලි කැමති අකමැති ලෙසින් අරමුණු ගැනීම නිසා සිත වෙහෙසට , ව්‍යාකූලත්වයට පත් වේ . අරමුණු ලඟා කර ගැනීමට අපොහොසත් වන විට වේදනාවට , දුකට , ක්ලමයට පත්වන අතර මෙම තත්ත්වය මගහරවා ගැනීමට යාවිඤාව , භාවනාව හා පිරිත් සජ්ඣායනය උපයෝගී වේ .

මෙම පර්යේෂණ නිබන්ධනයේ තුන්වන පරිච්ඡේදය නම් “ කතෝලික ආගමික යාවිඤා හා සම්බන්ධ ආගමික උපදේශනය ” වේ . මෙහි දී ශුද්ධ වූ නව ගිවිසුම තුළ ක්‍රිස්තියානි උපදේශනය සම්බන්ධ ව ඉදිරිපත් වී ඇති නිර්වචන විස්තර කොට තිබේ . ශුද්ධ ලියැවිල්ලේ අඩංගු සමස්ත අන්තර්ගතය සහ යාවිඤා ද ක්‍රිස්තියානි බැතිමතුන්ට උපදේශනය කී . එමනිසා ඔවුන්ට දෛනික ජීවිතයේ පැමිණෙන සියළු රෝ , දුක් , බිය ,

පීඩා , නිසා හටගන්නා ක්ලමථය අවම කිරීමට කතෝලික යාච්ඤා හා උපදේශනය මහෝපකාරී වේ .

මිනිස් ජීවිතයේ ප්‍රධාන සන්දිස්ථානයන් වන උපත , පෝෂණය වීම , වැඩිහිටිවියට පත්වීම , විවාහය , පැවිදි ජීවිතය , රෝග වැළඳීම හා මිය යාම , යනාදියට සමගාමී ව ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයේ වර්ධනයට ප්‍රසාද නිධාන ස්ථාපිත කොට තිබේ . මේවා අරමුණු කොට ගෙන ඊට සරිලන ආකාරයෙන් උපදේශනය ලබාදීම සිදු වේ . මේ නිසා ජීවිතයේ ඒ ඒ අවස්ථාවන් තුළ මුහුණ පාන ක්ලමථකාරී තත්ත්වයන්ට විසඳුම් එම ප්‍රසාද නිධාන දනය කිරීමේ දී ලැබේ .

මෙම පර්යේෂණයේ හතරවන පරිච්ඡේදය “ක්ලමථය අවම කිරීමෙහි ලා බෞද්ධ සහ කතෝලික ආගමික වත්පිළිවෙත් වලින් ලැබෙන උපයෝගතාව” යි . බෞද්ධ වත්පිළිවෙත් අතර ප්‍රධාන ස්ථානයක් ගනු ලබන පහන් පූජා , මල් පූජා , බුද්ධ පූජා , බෝධි පූජා , පිරිත් පිංකම් , සති පිරිත් , තුන්තිස් පැයේ පිරිත් , සෙත් පිරිත් , තෙසැත්තෑ ඥාන පූජා , අටවිසි බෝධි පූජා සහ සත්බුදු වන්දනාව , යන උතුම් වත්පිළිවෙත් දෛනික ජීවිතයේ බෞද්ධ බැතිමතුන් මුහුණ පාන ක්ලමථකාරී තත්ත්වයන් අවම කර ගැනීමට හේතු වේ . එමෙන් ම කතෝලික බැතිමතුන් ජපමාල භක්තිය , සදසරණ නුවානය , මැයි නුවානය , දිව්‍ය භාදයේ නුවානය හා කුරුසියේ පාදනමස්කාරය යනාදි වත්පිළිවෙත් අනුසාර කිරීම තුළින් ඔවුන්ගේ දෛනික ජීවිතයේ මුහුණපාන මානසික ක්ලමථකාරී තත්ත්වයන් අවම කර ගනී .