බෞද්ධ මනෝරෝග චිකිත්සාව

වේඬරුවේ සිරි සුමන හිමි[1]

නිරෝගී ව ජීවත් වීම මිනිසාට පරම ලාභයෙකි. එහි දී කායික නිරෝගීකම මෙන් ම මානසික නිරෝගීකම ද පුද්ගලයාට එක සේ වැදගත් වේ. කායික ව රෝගී නො වී වසරක් වසර දහයක්, සියයක් වුව ද ජීවත් වීමේ හැකියාව ඇත. එහෙත් පුහුදුන් පුද්ගලයා මොහොතක් පාසා මානසික ව රෝගී වේ. කායික නිරෝගී බව මානසික නිරෝගී බවටත් මානසික නිරෝගී බව කායික නිරෝගී බටවත් බලපාන බව බුදු සමයයේ ඉගැන්වීම යි. බටහිර මනෝවිද්‍යාඥයන් විධිමත් මානෝරෝග ප්‍රතිකාර ක්‍රම සඳහා යොමු වන්නේ 19 වැනි සියවසේ මැද භාගයේ දී ය. එහෙත් බුදුසමයේ ප්‍රාරම්භක අවධියේ පටන් ම අතිශය සාර්ථක මනෝරෝග චිකිත්සාවක් අන්තර්ගත ව පැවති බව මූලික සූත්‍ර දේශනා අධ්‍යයනය කරීමේ දී හඳුනාගත හැකි ය. මනශ්චිකිත්සාව යන්න 'Psychotherapy' නැමැති ඉංග්‍රීසි පදය ඇසුරින් සිංහලයට පෙරළී ඇත. එය ඉංග්‍රීසි භාෂාවට විකාශය වී ඇත්තේ ග්‍රීක භාෂාවෙනි. ග්‍රීක භාෂාවෙන් ''සයිකි'' යන විශේෂ පදය ආත්මය හා මනස හැඳින්වීම සඳහා භාවිත වේ. ඒ අනුව මනෝරෝග හැඳින්වීම සඳහා භාවිත වන 'Psychotherapy' යන පදය ද ග්‍රීක භාෂාවෙන් විකාශය වී ඇති බව කිවත් එය මුල් යුගයේ ආත්මය සුවපත් කිරීම වශයෙන් අරුත් ගැන්වී තිබූ බවත් පැහැදිලි ය. මානසික ගැටලු නිරීක්ෂණය කිරීම විෂයයෙහි භාවිත ක්‍රමවේද රාශියක් සූත්‍ර පිටකය පුරා දක්නට ඇත. ප්‍රධාන වශයෙන් සබ්බාසව සූත්‍රයේ පියවර සතකින් එය විග්‍රහ කරනු දක්නා ලැබේ. අවබෝධය, ඉන්ද්‍රීය සංවරය, පරිභෝග කිරීම, ඉවසීම, මඟහැරීම, ඉවත් කිරීම සහ භාවනා කිරීම යන ක්‍රමෝපාය ඒ අතර වේ. වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රයෙහි රෝග සුව කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් වශයෙන් වමනය හා විරේචනය යන ප්‍රතිකාර ක්‍රම දෙක භාවිත වේ. එසේ ම බුදුරජාණන් වහන්සේ ද ලෝභ, ද්වේශ සහ මෝහ යන කෙලෙස්වලින් රෝගී වූවන් සුවපත් කිරීම සඳහා ආර්ය විරේචනය හා ආර්ය වමනය කරවන බව සූත්‍රාන්තයන්හි දක්වා තිබේ. බුදු දහමට අනුව මානසික සුවතාවේ උපරිමය නිර්වාණාවබෝධයේ දී සාධනය වේ. ඒ අනුව මානසික නිරෝගී බවෙහි ප්‍රතිමූර්තිය වශයෙන් බුදු සමයය හඳුන්වාදෙන්නේ රහතුන් වහන්සේ ය. ඉන් මෙපිට සාමාන්‍ය ලෞකික ස්වභාවයේ පසු වන සියලු ම සත්ත්වයන් විවිධාකාරයේ මානසික රෝගී තත්ත්වයන්ගෙන් පීඩාවට පත් ව සිටින බව බෞද්ධ ස්ථාවරය යි. ඒ නිසා බුදු සමයයේ මානසික සුවතාව ඇති කිරීමෙහි ලා හිමි ව ඇත්තේ සුවිශේෂී ස්ථානයකි. එබැවින් මේ පර්යේෂණයෙන් අපේක්ෂා කෙරෙන්නේ මානසික සුවතාව විෂයයෙහි බෞද්ධ ඉගැන්වීම්හි උපයෝගීතාව විමසා බැලීම යි.

ප්‍රමුඛ පදඃ චිකිත්සාව, මනස, රෝග විරේචනය, බෞද්ධ ස්ථාවරය

[1] පාලි හා බෞද්ධ අධ්‍යයනාංශය