හෙළ හරඹ ශිල්පයන්හි මූලිකාංගයක් වන වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රයන්හි සඳහන් මර්මන් තෛලය පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

යෝග උපදේශක ලීලානන්ද වික්‍රමාරච්චි, වෛද්‍ය ප්‍රියාන් සාරංග වීරසිංහ

ලෝකයේ සියලුම ශිෂටාචාරයන්හි එම ශිෂ්ටාචාරයේ පුරවැසියෙකු නිර්මාණය අරඹයා ශිෂ්ටාචාරය විසින් නිර්මාණය කරන ලද ක්‍රමවේදයන් අන්තර්ගතය. ඉන් ප්‍රධාන ක්‍රමවේදයක් වනුයේ ශාරීරික යෝග්‍යතාවන් මූලික කොටගත් අභිමානය ප්‍රවර්ධනය සඳහා වූත්, හරඹ ශිල්ප නිර්මාණයයි. සති දර්ශන ලෙස ජනිත ශිෂ්ටාචාර සහ සාපේක්ෂ ව නිර්මාණය වූ හරඹ ශිල්ප පහත ලෙස දැක්විය හැකිය.

චීන ශිෂ්ටාචාරය - කුංෆු
ජපන් ශිෂ්ටාචාරය - කරාතේ
කොරියන් ශිෂ්ටාචාරය - ටයිකොන්ඩෝ
ප්‍රංශ ශිෂ්ටාචාරය - සවාවේ
ග්‍රීක ශිෂ්ටාචාරය - ග්ලැඩියේටර්
භාරතීය ශිෂ්ටාචාරය - කලාරි
හෙළ ශිෂ්ටාචාරය- අංගම්

මෙම සියලු හරඹ ශිල්ප සමග සමගාමී වූ අතිශයින් වැදගත් වූ වෛද්‍ය ශාස්ත්‍ර ද හඳුනා ගැනීම ට හැකිය.

හෙළ ශිෂ්ටාචාරය විසින් නිර්මාණය කරන ලද හරඹ ශිල්පය විවිධ කාල වකවානු තුළ විවිධ නම් වලින් හඳුන්වා ඇති බව වංශ කතා අධ්‍යයනයේ දී සහ අදාළ සාහිත්‍යයන් අධ්‍යයනයේ දී විද්‍යාමාන වේ. එමෙන්ම ලංකාවේ භූ විෂමතා සහ කලාප අනුව පැවති ගුරු කුලයන් ද හඳුනා ගැනීමට හැකියාව ඇත. 13 වන සියවසෙන් පසුව හෙළ ශිෂටාචාරයේ හරඹ ශිල්පය අංගම් ලෙස හඳුන්වා ඇත. මෙම අංගම් ශිල්පය එවකට කන්ද උඩරට ප්‍රදේශ තුළ ස්ථාපිත ව තිබූ අතර සබරගමු පළාත, දකුණු පළාත් දක්වා ව්‍යාප්ත වූ බව හඳුනා ගත හැකිය.

මෙම හෙළ හරඹ ශිල්පයේ මූලිකාංග කිහිපයකි.

01. ගැට	04. මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය
02. පොර	05. වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය
03. නිල	06. ජ්‍යොතිෂ ශාස්ත්‍රය

මෙම ෂඩාංගයන් විවිධ ලෙස ව්‍යාප්ත වූ අතර සංවර්ධනය වීමක් ද හඳුනා ගත හැකිය. සන්නි දර්ශකයක් ලෙස රිබයිරෝගේ වාර්තාවේ මන්ත්‍ර ක්‍රම පිළිබඳ විස්තරයක් සඳහන් ව ඇත. එය මායා අංගම් ලෙස වර්ධනය වී ඇත. හෙළ හරඹ ශිල්පයේ ප්‍රධාන අංශයක් ලෙස වෛද්‍ය ක්‍රමය හැඳින්විය හැක. ඉහතින් දැක් වූ පරිදි මෙම හරඹ ශිල්පයන් විවිධ ගුරු කුල යටතේ පැවතුණි. එහි ප්‍රතිපලයන් ලෙස මෙම ශිල්ප ක්‍රමයන් අතර වෙනස්කම් දැකිය හැක. මෙම හරඹ ශිල්පයන් හි භාවිතාව ලෙස විවිධ ආක්‍රමණ වලදී සටන් සඳහා යෙදවීමත් ශාරීරික යෝග්‍යතාවයන් පවත්වා ගැනීමත් රෝග සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීමටත් මනසින් ඉහල පිරිපුන් මිනිසුන් බිහි කරලීමත් ය.

ඉහතින් දැක්වූ පරිදි මෙම හරඹ ශිල්පයන් හි ප්‍රධාන අංගයක් ලෙස වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය ස්ථාපිත ව ඇත. මෙම හරඹ ශිල්පයන් හි වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය තුළ මනා දැනුම් සම්භාරයක් නොයෙතුත් ශිල්පීය ක්‍රම ඔස්සේ විකාශනය වී ඇත.

මෙම වෛද්‍ය ක්‍රම පිළිබඳ තොරතුරු, මුඛ පරම්පරාගත ව පැවත ගෙන එන අතර පුස් කොළ පත්තිරු තුළ ද චිත්‍ර තුළ ද හඳුනා ගැනීමට හැකිය. මෙම හරඹ ශිල්ප පිළිබඳ බොහෝ තොරතුරු කවි මගින් දක්වා ඇත. එම කවි වල විශේෂයක් වනුයේ ගැටපද දක්වා තිබීමය. එම නිසා කවි වල නියම අර්ථය ගැනීම දුෂ්කර වී ඇත.

හෙළ හරඹ ශිල්පයන් හි වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රයෙහි දී රෝග හඳුනා ගැනීමේ සිට රෝගයට ප්‍රතිකාර ලබාදීම දක්වා වූ සියලු ක්‍රමවේද විශේෂ ක්‍රමයන් ට අනුව සිදු කරයි. රෝග හඳුනා ගැනීම සිදු කරනුයේ නාඩි ශාස්ත්‍රය ඔස්සේ ය. දූත ලක්ෂණ අනුව රෝගියාගේ බල දුබලතාවය තීරණය කෙරේ. මෙයට අමතර ව මන්ත්‍ර ශාස්ත්‍රය උපරිම ලෙස භාවිතා කෙරේ.

උක්ත අධ්‍යයනය ට අදාල මර්මන් තෛලය පිළිබඳ දූනුම අප විසින් අධ්‍යයනය කරන ලද්දේ ලංකාවේ බස්නාහිර මුහුදු තීරයේ සිට වයඹ මුහුදු වෙරළ දක්වා කලාපය තුළ රෝපනය වී හැදී වැඩුනු අංගම් ශිල්පය තුළය. මෙහි වට්ටෝරුව අදටත් පුස්කොළ ග්‍රන්ථයක පත්තිරු වල ඔවුන්ගේ පරම්පරාවේ උරුමයක් ලෙස දූක ගත හැක. මර්ම ඇසුරු කර ගෙන සිදුවන්නා වූ අනතුරු වලදී මාරාන්තික කැපුම් කෙටුම් වලදී කැඩුම්බිඳුම් වලදී භාවිතා කරන බැවිනුත් එම තෛලය ට මර්මන් තෛලය ලෙස හඳුන්වා ඇත.

අරළු	කිකිළි බිත්තර සුදු මදය	එළගිතෙල්
බුළු	මොණරකුඩුම්බිය	එඬරුතෙල්
නෙල්ලි	පොල්කිරි	මීතෙල්
ගෝරෝචන	තලතෙල්	පොල්තෙල්

ඉහත වට්ටෝරුව ට අනුව එම තෛලය සැකසීම විශේෂිත ක්‍රමවේද අනුව සිදුකරනු ලැබේ. මෙම තෙල සැකසීම ට නියමිත කාලයක් දක්වා ඇත. මෙම ශිල්පීන් මේ සඳහා පුරපක්ෂයේ නැකත් යොදා ගනී. ඖෂධ සෙවීම සඳහා පිටත්ව යන මොහෙතේ සිට සෑම දෙයක්ම නැකැත්වලට අනුව සිදුකරයි. ඔසු ගස්වලින් කපා ගැනීම නියමිත ක්‍රමවේදවලට අනුව කෙරේ. මුල් ගැනීමේදි නැගෙනහිර දිශාමුඛව ගියමුල් ලබා ගනී. පොතු ලබා ගත් පසු ගස් වල මඩ තවරයි. මූලිකව ගසට නමස්කාර කර වෘක්ෂ දේවතාවන්ගෙන් අවසර ලබා ගනී. ඉන්පසු සුදුසු ඖෂධ ගෙන පහත පරිදි තෙල සිඳීම සිදුකරයි.

තෙල් වර්ග යුෂ වර්ග හා පොල්කිරි හැර අනිකුත් ද්‍රව්‍ය කුඩුකර බිත්තර සාරුවෙන් අඹරයි. ඉන්පසු හොඳට ඇඹරුණු පසු යුෂ වර්ග පොල්කිරි හා තෙල් වර්ග තඹ බඳුනක දමා මඳ ගින්නේ සිඳගනී.
දින දෙකක් පමණ මඳ ගින්නේ සිඳෙන විට දම්පාට ට බුබුළු දමන්නට පටන් ගනී. එවිට කල්ක ටිකක් ගෙන ඇඟිලි වලට ගෙන ඇඹරීමේ දී ලණුමෙන් ඇඹරෙයි නම් මෙම තෙලෙහි පදම එයයි.

එම පුස්කොළ ග්‍රන්ථයේ සඳහන් අන්දම ට හා එම පරම්පරාවේ හෙළ හරඹ ශිල්පීන්ගේ අත්දැකීම් අනුව මර්මන් තෛලය කැඩුම් බිඳුම් උළුක්කු තැළුම් කැපුම් තුවාල වලදී ඇවිලිල්ල හා අර්ශස් වල දී භාවිතා කරනු ලැබේ. මර්මන් තෛලයේ යොදා ගන්නා ද්‍රව්‍යවල රස ගුණ වීර්ය විපාක අධ්‍යයනයේ දී ලැබුණු තොරතුරු වල සාරාංශය පහත ලෙස දූක්විය හැක.

රස අනුව වැඩිම වාර ප්‍රමාණයක් යෙදී ඇත්තේ තික්ත රසය හා කටු රසය ය. මධුර රසය ත් යම් තරමක ට යෙදී ඇත. ගුණ අනුව වැඩි ම වාර ගණනක් යෙදී ඇත්තේ ලඝු හා රූක්ෂ ගුණය යි. තීක්ෂණ ගුණයත්යෙ දී ඇත. වීර්ය අනුව උෂ්ණ වීර්යත් විපාක අනුව කටු විපාකයත් ය.

රස- තික්ත රස
ගුණ - ලඝු රූක්ෂ
වීර්ය - උෂ්ණ
විපාක -කටු

මර්මන් තෛලයේ ගුණ කර්ම විශ්ලේෂණ යෙන් පැහැදිලි වනුයේ පහත දක්වෙන ගුණ කර්ම ඇති බවයි.
වැඩිම වාර ගණනක් යෙදුණු ගුණ කර්ම පිළිවෙලින් පහත පරිදි දක්විය හැක.

ශෝථහර	නාඩිබලකාරක
වේදනාස්ථාපන	ලේඛනීය
රක්ත ස්ථම්භන	දාහප්‍රශමන
රක්තෝත්ක්ලේෂ	ව්‍රණශෝථන
ශූල ප්‍රශමන	ව්‍රණරෝපණ

මර්මන් තෛලයේ ගුණ කර්ම අනුව එහි භාවිතා ව පිළිබඳ ව පහත පරිදි දක්විය හැක. මෙම තෛලය හෙළ හරඹ ශිල්පීන් විසින් තැළුම් උළුක්කු කැඩුම් බිඳුම් වල දී භාවිතා කරනබව දක්වයි. මර්මන් තෛලයේ දී ඇති ද්‍රව්‍ය අතරින් වැඩිමනක් ගුණ ලෙස ඇත්තේ ශෝථහර රක්තෝක්ලේෂක හා වේදනාස්ථාපන ගුණයන්ය. එම ගුණයන් මඟින් ඉහත තත්වයන්වල ට යෙදීම ප්‍රායෝගිකය. තවද මෙම තෛලය රක්ත ස්ථම්භක ව්‍රණශෝධන ව්‍රණ රෝපණ වේදනාස්ථාපන ශෝථහර ආදි ගුණ නිසා තුවාල කැපුම්වල දී භාවිතා කල හැක.

ඒ අනුව ගත් කල මෙම මර්මන් තෛලය මෙම ශිල්පීන් ට කෙතරම් ප්‍රයෝජනවත් වේද යන්න අපට දැන ගත හැක. ඔවුන් බොහෝවිට පුහුණුවීම් කරන විට මෙවැනි අනතුරු වලට ලක්විය හැකි බැවින් මෙම තෛලය ඔවුන් නිරන්තරයෙන් භාවිතා කරයි. මෙම ශිල්පීන් පරම්පරා කිහිපයක් තිස්සේ අනතුරු වලට ලක්වන තම ශිල්පින් හට මෙන්ම ප්‍රතිකාර අවශ්‍ය අයට මෙම තෛලය භාවිතාකර ඇති බැවින් මෙහි සාඵල්‍යතාව ය ගැන විවාදයක් නැත. මෙම තෛලය භාවිතාකර සන්ධි බන්ධවීම් ඉදිමුම් අඩුවීම් ව්‍රණ සුවවීම් ලේ ගැලීම් නතරවීම යනාදිය ඔවුන්මෙන් ම අප ද අත් දැක ඇත.