

මහෝරෝග ව්‍යාධිවේදය

කහන්තෙහොඩ සද්ධාරණ හිමි

සත්ත්වයා යනු කායික හා මානසික ශක්තීන්ගේ සංයෝගයකි. බුදුන් වහන්සේ ද සත්ත්වයා ලෙස පෙන්වා දී ඇත්තේ නාමරූප ධර්ම හෙවත් චිත්ත ශක්තීන් හා රූපමය කොටස්වලින් සුසැදි පිණ්ඩයක් බව පෙනේ. විද්‍යාවට අනුව සත්ත්වයා යනු බාහිර ද්‍රව්‍ය පදාර්ථ සහ ආධ්‍යාත්මික ශක්ති පදාර්ථයන්ගේ එකතුවකි. සත්ත්වයා යන්න පැහැදිලි කිරීම සඳහා ඉදිරිපත් කළ වචනවල වෙනස් බවක් දැකිය හැකි වුව ද විද්‍යාව හා බුදුසමය පැහැදිලි කර ඇත්තේ එක ම අදහසක් බව පැහැදිලිය.

විද්‍යාවෙන් ද්‍රව්‍ය ලෙස දක්වන්නේ භෞතික පදාර්ථයන් ය. ශරීරය ද භෞතික පදාර්ථයකි. සත්ත්වයා තුළ පවතින ශක්ති වනුයේ සිත හා සිතුවිලි ය. නාමරූප හෙවත් ශක්ති සහ ද්‍රව්‍ය එකිනෙකට අනන්‍ය ව පවතින තාක් සත්ත්වයාගේ සජීවී බව රදා පවතිනු ඇත. සජීවී සත්ත්වයෙකු නිරෝගී ව විසීම අවශ්‍යයෙන් ම වූවකි. ඒ සඳහා කායික සුවයන් මානසික සුවයන් පවත්වා ගැනීම සැමගේ මූලික පරමාර්ථය වේ.

සත්ත්වයාට වැළඳෙන මානසික රෝග මූලික වශයෙන් දෙයාකාර වේ. දැඩි මානසික කම්පනය හේතුකොට ගෙන හෝ වා පින් සෙම් කෝපයෙන් හෝ අධික මානසික වේදනා ආදී වශයෙන් හෝ හටගන්නා උමතු බව එක් රෝගී තත්ත්වයකි. මේ සඳහා වර්තමානයේ බොහෝ වෛද්‍යවරුන් විවිධ ඖෂධ යොදා ගනිමින් ප්‍රතිකාර කරන බව පෙනේ. ඒ සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීමට ඉතාමත් දියුණු මානසික රෝහල් ද ඉදිවී ඇත.

පෙර අපර දෙදිග ම වෛද්‍ය ක්‍රමය තුළ උමතු රෝගය සඳහා කරන ලද විවිධ ප්‍රතිකාර පිළිබඳ සඳහන් වේ. බුදුසමයේ ද එවැනි උමතු බවින් පෙළුණු රෝගීන් සඳහා ප්‍රතිකම් කළ බව බුදුන් වහන්සේගේ දේශනා පරිශීලනය කරන්නෙකුට පැහැදිලි ව දැකගත හැකිය. ප්‍රිය පුද්ගලයන්ගෙන්

වෙන්වීම හෝ ඔවුන්ගේ අභාවය දැඩි කම්පනය ඇති කරයි. එය උමතුභාවය සඳහා හේතුවිය හැකි බව බුද්ධ දේශනා පැහැදිලි කරයි.¹

පෙර අපර දෙදිග ම මානසික රෝග හේතු ලෙස මූලික වශයෙන් වා පින් සෙම් කිපීම දක්වයි. වරක සංගිතාවේ වාතය පිත සෙම කිපීම නිසා හටගන්නා උමතු රෝග සමුදායයක් සඳහන් කරයි. ඒවා නම්,

- වාතෝත්මාද
- පිතෝත්මාද
- කපෝත්මාද
- සන්නිපාතික උත්මාද² යනුවෙනි.

මෙම තුන්දොස් කිපීම නිසා හටගන්නා උමතු රෝග සඳහා මානසික කම්පනය ද හේතුවන බව පෙර අපර දෙදිග වෛද්‍ය විද්‍යාව පිළිගනී. එසේම සිතෙහි ක්‍රියාත්මක වන ක්ලේශ ධර්ම ද හේතුසාධක ව පවතින බව පැහැදිලි කරයි. සෑම පාඨවජන පුද්ගල සිතකම තණ්හාව, ආදරය, ආලය, ප්‍රේමය, කාමරාගය ආදී වූ අනේක විද බැඳීම් පවතී. මෙම බැඳීම් පදනම් කොටගෙන ගොඩනගා ගත් ලෝකය විනාශ වී යාම නිසා දැඩි මානසික කම්පනයන්ට භාජනය වේ. එමගින් පුද්ගලයාගේ සිහි කල්පනාව මද බවට පත්ව උමතු රෝගියෙකු මෙන් කටයුතු කරයි. මෙය ඉච්ඡාහිංසාව පදනම් වූ උමතු රෝගී තත්ත්වයකි. කිසාගෝතමීය උමතු රෝගියෙකු වූයේ තමා ඉතා ආදරයෙන් හා සෙනෙහසින් පෝෂණය කළ තම පුතුවගේ වියෝව හේතුවෙනි. එසේ ම පටාචාරාව උමතු රෝගියෙකු වූයේ තමා ආදරය කළ, ආශා කළ, තදින් බැඳී සිටි තම ස්වාමියා, දරු දෙපළ, මාපිය දෙපළ, සහෝදරයා ආදී සියලු දෙනා මරණයට පත්වීම හේතුවෙන් හටගත් තද මානසික කම්පනය නිසාය.

මේ අනුව එදා සමාජයේ සහ අද සමාජයේ උමතු රෝගීන්ගේ රෝග හේතු පුළුල් ලෙස විග්‍රහ කිරීමේ දී පෙනී යන්නේ පුද්ගලයා සමාජයේ ජීවත්වන කාලය තුළ දී ක්ලේශ ධර්ම පදනම් කොටගෙන මනාසේ ගොඩනගා ගන්නා මනෝලෝක විනාශ වී යාමෙන් හටගන්නා මානසික කම්පනය හේතුකොට ගෙන බොහෝ උමතු රෝග හටගන්නා බවයි.

ඇතැම් විට එවැනි රෝගීන්ට ඖෂධ භාවිත නොකර උපදේශන ක්‍රියාවලිය තුළින් ඔවුන් නැවත ප්‍රකෘති තත්ත්වයට ගත හැකි බව පෙනේ. බුදුන් වහන්සේ පටාචාරා, කිසාගෝතමී වැන්නවුන්ට ප්‍රතිකාර කළේ ද එලෙසිනි. මෙය වර්තමාන දියුණු වෛද්‍ය ක්‍රම තුළ ද බොහෝ සෙයින් භාවිත කරයි. අද සමාජයේ උපදේශන මධ්‍යස්ථාන පිහිටුවා ඇත්තේ ද මෙවැනි උමතු රෝගීන් සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීමටය.

බුදුන් වහන්සේ පෙර අපර දෙදිග වෛද්‍ය විද්‍යාවට වඩා යම් ප්‍රමාණයකට ඉදිරියට යමින් මානසික රෝග පිළිබඳව විවරණය කරන බව පෙනේ. උන්වහන්සේ පුද්ගලයාගේ මානසික විකෘතිභාව හේතුවෙන් ඇතිවන උමතු රෝගය ද ක්ලේශ ධර්ම පදනම් කොටගත් රෝගී තත්ත්වයක් බව අර්ථ දක්වන අතර පුද්ගලයාගේ සිතේ ක්‍රියාත්මක වන සියලු ක්ලේශ ධර්ම නමැති මානසික රෝග හේතු වෙන්කොට දැක්වීම ඉතා අපහසු කටයුත්තක් බව පළමුව සඳහන් කළ යුතුය.

බුදුසමය හේතුවලටදී දැනියකි. එම න්‍යාය ම භාවිත කරමින් බුදුසමයේ දක්වන සුවිශේෂ වූ මානසික රෝග හේතු පැහැදිලි කෙරේ. මිනිසාගේ සිතේ හටගන්නා ක්ලේශ ධර්ම සඳහා එක ම හේතුවක් දැක්විය නොහැකිය. ඒ ඒ ක්ලේශ ධර්ම හටගැනීම සඳහා විවිධ හේතූන්ගේ ක්‍රියාකාරීත්වය බලපවත්නා බව කියවේ. එහෙත් ඒ අතර තණ්හාව ප්‍රබල හේතුවක් බව බුදුන්වහන්සේගේ දේශනා තුළින් අර්ථවත් වේ. උන්වහන්සේ සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක් පාරමී දම් පුරා ලොචතුරා බුදුපදවියට පත් වූ තම සිතෙහි හටගත් ප්‍රීතිය මෙසේ ප්‍රකාශ කරයි.

“සසර නමැති ගෙය සාදන වඩුවා සොයමින් බොහෝ කාලයක් ඇවිද්දෙමි. සසර නමැති ගෙය සාදන තණ්හාව නමැති වඩුවා දුටුවෙමි. නැවත සසර නමැති ගෙය මම නො සාදන්නෙමි. ඒ සඳහා අවශ්‍ය කෙලෙස් නමැති කැණීමඩල (පරාල) සිඳි බිඳ දැමුවෙමි. තණ්හාව නමැති වඩුවා විනාශ කළෙමි.”³

උන්වහන්සේගේ ප්‍රීති වාක්‍ය තුළ ප්‍රකාශ වන්නේ සත්ත්වයා සසර නැවත නැවත ඇතිකිරීමෙහි ප්‍රධාන සාධකය තණ්හාව බවයි. එසේ ම උතුම් වූ බුදුපදවියට පත් වූ උන්වහන්සේ පස්වග තවුසන් සොයා යන අතර මඟ දී උපක ආජීවකයා අසන ලද ප්‍රශ්නවලට දුන් පිළිතුරෙහි දී තණ්හාව, දුක නැමැති රෝගයට මූල සාධකය බව පෙනේ. බුදුන් වහන්සේ උපක ආජීවකයාට මෙසේ ප්‍රකාශ කරයි.

“මම සියල්ල මැඩ සිටියෙමි. සියල්ල දන්නේ වෙමි. සියලු ධර්මයන්හි නො ඇලුනෙමි. සියලු කෙලෙස් හැර සිටියෙමි. තෘෂ්ණාව ක්‍රියා කිරීමෙහි නිමාවට ගියෙමි. තමාම සියල්ල දැනගත් බැවින් කවරෙකු ආවායී වශයෙන් උදෙසන්නෙමි ද”⁴

තණ්හාව ක්‍රියා කිරීම සියලු සසර දුක් නිමා කරන්නට හේතු වූ බව කියවේ. එම ඉගැන්වීම බුදුසමය තුළ අවධාරණයෙන් අර්ථවත් කරන බව පෙනේ. “තණ්හාව ක්‍රියා කිරීම සියලු දුක් ජය ගැනීමට හේතු වේ”⁵ යන්නෙන් එය තහවුරු වේ. සත්ත්වයා සසර නැවත නැවත ඇති කරලීමේ මූල සාධකය තණ්හාව බව උන්වහන්සේ විවිධ අවස්ථාවල දී කරන ලද දේශනා ඇසුරෙන් දැකගත හැකිය. වරෙක උන්වහන්සේ මෙසේ වදාරති.

“යම් සේ මුල්වලින් දැඩි ව අල්ලාගෙන සිටින ගසක් කපා දමන ලද්දේ ද එම ගස නැවත නැවතත් වැඩෙන්නේ වේ. එසේ ම තණ්හාව නිසා සැඟවී පවත්නා කෙලෙස් සම්පූර්ණයෙන් ම ප්‍රහීණ නොකළේ වේ ද එම සත්ත්වයා නැවත නැවත සසරට පැමිණෙන්නේ වේ.”⁶

සත්ත්වයා සසර බැඳ තැබීමේ මූල සාධකය තණ්හාව බව මේ තුළින් ද අවධාරණය වේ. විශේෂයෙන් තණ්හාව පදනම් කොටගෙන අනෙක් ක්ලේශ ධර්ම උපදින බව ද මෙයින් කියවේ. කෙසේ නමුත් සත්ත්වයා තුළ ක්ලේශ ධර්ම හටගැනීමේ එක ම හේතුව තණ්හාව නොවන බව අවධාරණය කරන අතර එය මූල සාධකයක් පමණක් බව කිව යුතුය. එසේ ම තණ්හාව ද සත්ත්වයාගේ සිතේ ක්‍රියාත්මක වන ප්‍රබල ම මානසික රෝගයක් බව සිහිකළ යුතුය. තණ්හාව නැමැති මානසික රෝග තත්ත්වය ඇති කිරීමේ සාධකය ලෙස වේදනාව දැක් වේ.

මෙලෙසින් සෑම ක්ලේශ ධර්මයක් ම හටගැනීම සඳහා ඊට අදාළ සාධක එකක් හෝ කිහිපයක් ක්‍රියාත්මක වන බව සූත්‍ර දේශනා ඇසුරෙන් පැහැදිලි කරගත හැකිය. එහෙත් මිනිස් සිතෙහි ක්‍රියාත්මක වන එක්දහස් පන්සියයක් පමණ වූ ක්ලේශ ධර්ම හෙවත් මානසික රෝග ඇති කරවන සියලු හේතු දැක්වීම අපගේ මෙම කායඝයේදී සිදු කිරීම ඉතාමත් අපහසු වන්නකි. පහළවන ක්ලේශ ධර්මයන්ගේ ස්වභාවය හා සමස්තය අවධාරණයට ගෙන ඒවායේ හේතු වටහා ගැනීමට අදාළ වන පරිදි මෙම විග්‍රහය සිදු කෙරේ.

තණ්හා මූලික සූත්‍රයේ දී සත්ත්වයාගේ සිතෙහි ක්‍රියාත්මක වන ක්ලේශ ධර්ම ඇතිකිරීමට අදාළ හේතු ද දක්වා ඇත. ඒ සියල්ල තණ්හාව මුල්කොට උපදින ධර්ම බව එම සූත්‍රයේ දී ම අවධාරණය කොට දක්වයි.

තණ්හාව නිසා පුද්ගලයා වස්තු සෙවීම සිදු කරයි. කාම වස්තු සෙවීම හේතුවෙන් ලැබෙයි. ලැබීම නිසා විනිශ්චය කරයි. විනිශ්චය හේතුවෙන් ඡන්ද රාගය උපදී. ඡන්ද රාගය හේතුවෙන් බලවත් ඇල්ම ඇති වේ. බලවත් ඇල්ම හේතුවෙන් අල්ලා ගැනීමත්, අල්ලා ගැනීමෙන් මසුරු බවත් මසුරු බවෙන් ආරක්ෂාවත්, ආරක්ෂාව සඳහා අවි ආයුධ අතට ගැනීමත්, ඒ නිසා කලහ විවාද එකිනෙකා බැන ගැනීම ආදී විවිධ පාප ධර්ම ඇතිවන බවත් කිය වේ.⁷

මෙම තණ්හා මූලික ධර්ම විවරණය කිරීමේ දී පැහැදිලි වනුයේ වරෙක හේතුව වශයෙන් දක්වන ධර්ම තවත් විටෙක ඵලය ලෙස දැක් වේ. එය මෙසේ පැහැදිලි වශයෙන් දැක්විය හැකිය.

හේතුව	ඵලය
තණ්හාව	→ කාම වස්තු සෙවීම
සෙවීම	→ ලැබීම
ලැබීම	→ විනිශ්චය
විනිශ්චය	→ ඡන්දරාගය
ඡන්දරාගය	→ බලවත් ඇල්ම
බලවත් ඇල්ම	→ මමත්තයෙන් අල්වා ගැනීම
අල්වා ගැනීම	→ මසුරු බව
මසුරු බව	→ ආරක්ෂාව
ආරක්ෂාව	→ අවි ආයුධ අතට ගැනීම
අවි ආයුධ අතට ගැනීම	→ විවිධ පාප ධර්ම හටගැනීම

ඉහත දැක්වෙන ධර්ම සමුදාය ම ක්ලේශ ධර්ම හෙවත් මානසික රෝග ලෙස බුදුසමය අර්ථ දක්වයි. එම මානසික රෝග සියල්ල එකකට එකක් හේතු වශයෙන් ආධාර කොටගෙන පවතී. මේ නිසා මිනිස් සිතේ හටගන්නා සියලු ක්ලේශ ධර්ම ඉහත දක්වා ඇති පරිදි යම් හේතුවක් පදනම් කොට ගනිමින් ම පහළ වේ.

පුද්ගල සිතෙහි ක්ලේශ ධර්ම හටගැනීමේ දී තවත් ප්‍රබල හේතුවක් ලෙස ආත්ම දෘෂ්ටිය ගත හැකිය. රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංකාර, විඤ්ඤාණ යන ස්ඛන්ධ පඤ්චකය මෙන් ම ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය හා මනස යන අධ්‍යාත්මික ආයතන සය මෙන් ම රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම යන බාහිර ආයතන සය ආදී කොට ඇති ලොව පවත්නා සියල්ල අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණයෙන් යුක්ත වන බැවින් මමය, මාගේය, මාගේ ආත්මය යනුවෙන් ගත නොහැකිය.⁸

බුදුන් වහන්සේ වදාළේ රූප වේදනා දී ධම් සියල්ල අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණයට ගොදුරුවන බැවින් මමය, මාගේය, මාගේ ආත්මය යැයි ගත හැකි කිසිවක් නොමැති බවය.⁹ එසේ ආත්ම දෘෂ්ටියෙන් නොගැනීම හේතුවෙන් සත්ත්වයාගේ කෙලෙස් හටගැනීමක් නොවන අතර එය මානසික රෝග සුවකර ගැනීමට හේතු වන බව දක්වා ඇත.¹⁰ උන්වහන්සේගේ දේශනාවන් තුළින් ලෝකයේ යථාර්ථය මෙලෙසින් පැහැදිලි කෙරෙනමුත් පඤ්චකාම සම්පත්තියට ගිජු වූ පෘථග්ජන පුද්ගලයා ලෝකයේ යථාර්ථය මෙලෙසින් නොදකින බව පෙනේ. සත්ත්වයා ලෝකයේ යථාර්ථය නොදකින්නේ චතුර්විධ විපයඝ්නියෙන් මඟින් සිත මුලා කිරීම හේතුවෙන් බව විපල්ලාස සූත්‍රයේ දී උන්වහන්සේ පැහැදිලි කරති.

කායික රෝග හා මානසික රෝග අතරින් ලෝකයා වැඩි අවධානය යොමු කරනුයේ කායික රෝග කෙරෙහිය. බුදුසමය කායික නිරෝගතාව පිළිබඳ ව සැලකිල්ල දක්වන අතර වැඩි අවධානයක් යොමු කොට ඇත්තේ මානසික නිරෝගතාව රැකගැනීම සඳහාය. එයට මූලික බලවේගය සිත බව බුදුසමය අවධාරණය කරන බැවිනි.¹¹

මානසික රෝග පිළිබඳ ව මනෝ විකිත්සකයන්ගේ අවධානය යොමු වූයේ ඉතා මෑත කාලයේ දී ය. එහෙත් බුදුරජාණන් වහන්සේ මනස කය කෙරෙහි බලපාන අන්දම ගැන පවසා ඇත්තේ මීට වසර දෙදහස් පන්සිය පනස් නමයකට අධික තරම් ඈත කාලයකදී ය. කායික නිරෝගතාව ආරක්ෂා වීම සඳහා මානසික නිරෝගතාව පැවතිය යුතුය. එනිසා ම බුදුන් වහන්සේ මානසික රෝග හා රෝග නිදානයන් මනාව වටහාගෙන එයට ඉතාමත් සුදුසු ඖෂධය දුන් සේක. උන්වහන්සේ මානසික රෝග සුව කිරීම සඳහා යොදා ගත්තේ දහම් ඖෂධය යි. ධර්මය හා සමාන මහත් අනර්ඝ වූ ඖෂධයක් නොමැති බවත් එය පානය කොට කෙලෙස් රෝග සුවකර ගන්නා ලෙසත් උන්වහන්සේ වදාළහ.¹²

බුදුන් වහන්සේ ශල්‍ය වෛද්‍යවරයෙකි. සේල බමුණාට තමන් වහන්සේ පිළිබඳ ව හදුන්වා දුන්නේ ද "මම සම්බුද්ධ වෙමි. එසේ ම ශ්‍රේෂ්ඨ ශල්‍ය වෛද්‍යවරයා ද වෙමි. "යි යනුවෙනි.¹³

බුදුන් වහන්සේ මෙහි දී තමා ශෛල්‍ය වෛද්‍යවරයා ලෙස හදුන්වා දෙන්නේ මිනිසුන්ගේ සිත් තුළ ඇති ඇති රාගාදී උල් ඇද දැමීම සඳහා මානසික ශල්‍යකර්ම කරන බැවිනි. එසේ නම් උන්වහන්සේ තරම් මානසික ශල්‍යකර්ම කරන ලද වෙනත් මානසික වෛද්‍යවරයෙකු ලොව පහළ වී නොමැත. මෙම අදහස ම ඉතිවුත්තකපාළියෙහි ද මෙසේ දක්වයි.

"බමුණ, මම දහම් දෙසුව මැනව යි කරන ඉල්ලීම පිළිගැනීමට සුදුසු හැමකල්හි ම ධම් දානය සඳහා සේදු අත් ඇති පස්වීම ශරීරය දරන්නා වූ උතුම් ශල්‍ය වෛද්‍යවරයෙක්මි. එනම් රාගාදී කෙලෙස් මුල් උදුරා දමන හෙයින්."¹⁴

බුදුන් වහන්සේ මනෝ ශල්‍ය කම්පනයෙන් කෙලෙස් සුව කරනා බව දක්වා ඇතිවාක් මෙන් ම උන්වහන්සේ ආයඝී විරේචනයෙන් ද බොහෝ මානසික රෝග සුව කරන බව තිකිච්ඡක සූත්‍රයේ දී පැහැදිලි කරයි.

"වෛද්‍යවරයෝ පිනෙන් හටගත් රෝග සුව කිරීම පිණිස, සෙමෙන් හටගත් රෝග සුව කිරීම පිණිස, වාතයෙන් හටගත් රෝග සුව කිරීම පිණිස විරේක බෙහෙත් දෙති. මහණෙනි, මම ද ආයඝී විරේචක දෙමි. ඒ විරේචනය නිසා ඉපදීම ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ඉපදීමෙන් මිඳෙත්. ජරාව ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ජරාවෙන් මිඳෙත්. මරණය ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ මරණයෙන් මිඳෙත්. සෝක, විලාප, දුක් දොම්නස්, උපායාස ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ඉන් මිඳෙත්."¹⁵

මෙහිදී උන්වහන්සේ කරන ප්‍රතිකාර හේතුකොට ගෙන පුද්ගල සිතෙහි හටගන්නා

ශෝකය, විලාපය, දුක්, දොම්නස් ආදී ක්ලේශ රෝග සුව කරන අතර සත්ත්වයාගේ සසර ගමන නතර කරන බව ද කියවේ. එසේ ම වෛද්‍යවරු පිනෙන් සෙමෙන් වාතයෙන් හටගත් රෝග සුව කිරීම සඳහා වමනය කරවත්, එසේ ම තමන් වහන්සේ ද ආයුෂී වමනය කරවන බව වමන සූත්‍රයේ දී සඳහන් කරයි. ආයුෂී වමනය නිසා ජරා මරණාදිය ස්වභාව කොට ඇති සත්ත්වයෝ ඒවායින් මිදෙන බව කියවේ.¹⁶

ඉහත දක්වන ලද කරුණුවලින් පැහැදිලි වන්නේ බුදුන් වහන්සේ රාගාදී කෙලෙස් මුල් උදුරා දමන ශල්‍ය වෛද්‍යවරයෙකු වූ බවත්, එසේ ම ජාති, ජරා, මරණාදිය ආයුෂී විරේචනයෙන් හා ආයුෂී වමනයෙන් සුවපත් කරන ලොව පහළ වූ ශ්‍රේෂ්ඨතම මනෝ වෛද්‍යවරයා බවත්ය.

බුදුන් වහන්සේ සොයාගනු ලැබූ ඖෂධ රාශියක් ගැන මිළින්ද ප්‍රශ්නයෙහි සඳහන් වේ. "මහරජ, බුදුන් වහන්සේ විසින් සොයාගන්නා ලද ඖෂධ රාශියකි. බුදුහු ඒ බෙහෙත්වලින් මිනිසුන්ට පිළියම් කරති. ඒ බෙහෙත් නම් සතර සතිපට්ඨානයෝය. සතර සමාග් ප්‍රධානයෝය. සතර සාද්ධිපාදයෝය. පඤ්ච ඉන්ද්‍රියෝය. පඤ්ච බලයෝය. සත්ත බෝධ්‍යංගයෝය. අරි අටගිමගය යන මොවුහුය. මෙම ඖෂධවලින් හගවත් තෙමේ මිට්ඨා දෘෂ්ටිය, මිට්ඨා සංකල්පය ආදිය විරේචනය කර හරියි. සියලු කෙලෙස් වමනය කොට හරියි"¹⁷

සිත හා සිතුවිලි පිළිබඳ ව බුදුන් වහන්සේ කරන දීඝී විස්තරය සැලකීමේ දී උත්වහන්සේ මානසික වෛද්‍යවරයෙකු පමණක් නොව මනෝ විද්‍යාඥයෙකු බව ද මනාව පිළිබිඹු වේ. බුද්ධත්ත්වය යනු මනස දියුණු කරගැනීම හේතුවෙන් මිනිසෙකුට ලැබිය හැකි උසස් ම පදවියයි. නිර්වාණය යනු ද මනස දියුණු කරගැනීම නිසා මිනිසා ලබන උත්තරීතර තත්ත්වයකි. බුදුන් වහන්සේගේ දහම් මග ගමන් කොට සංසාර විමුක්තිය සලසා ගත් පිරිස අති විශාල බව ශාසන ඉතිහාසය සඳහන් කරයි. ඒ අනුව සැලකීමේ දී මෙතෙක් ලොව පහළ වූ සුවිශේෂී මානසික

වෛද්‍යවරයා බුදුන් වහන්සේය. උත්වහන්සේ පහදා දුන් සදහම් ඖෂධය භාවිත කොට ගනිමින් අද ද බොහෝ ජනයා සිතෙහි හටගත් කෙලෙස් රෝග තාවකාලිකව (තදංග වශයෙන්) සුවපත් කොටගෙන සැනසීම උදාකර ගනිති.

ලොව පහළ වූ සියලු මානසික වෛද්‍යවරුන්ට වඩා බුදුන් වහන්සේ තුළ පවත්නා සුවිශේෂී වෙනස වූයේ ස්වකීය සියලු මානසික රෝග මූලිකුපුටා දමා එබඳු රෝග ඇති ලක්ෂ සංඛ්‍යාත රෝගීන් සුවපත් කිරීමය. මානසික රෝග සඳහා වෛද්‍යකම් කරන සෙසු වෛද්‍යවරු තමන්ගේ මානසික රෝග සුවපත් කර ගත්තෝ නොවෙති. බුදුන් වහන්සේ මානසික රෝග සියල්ල සුවපත් කරගෙන ඒ තුළින් ලබාගත් ප්‍රත්‍යක්ෂඥානය උපයෝගී කොටගෙන මානසික රෝගීන්ට වෛද්‍යකම් කොට සුවපත් කළ සේක. මිනිස් සිතෙහි හටගන්නා එක්දහස් පන්සියයක් පමණ වූ කෙලෙස් රෝග අතරින් මානසික රෝග හතළිස් හතරක් (44) සල්ලේබ සූත්‍රයේ දී දක්වා ඇත. එම රෝග සුවපත් කරගැනීම සඳහා යොදාගත යුතු ඖෂධ හා ප්‍රතිකම් ද එම සූත්‍රයේ ම සඳහන් කර තිබීම විශේෂ ලක්ෂණයකි.

සල්ලේබ සූත්‍රයේ සඳහන් ක්ලේශ රෝග සියල්ල සිත මූලික කොටගෙන හටගන්නා බවත් දහම් ඖෂධය උපයෝගී කොටගෙන එම රෝග සුවකර ගත හැකි බවත් එම සූත්‍රය පැහැදිලි කරයි.¹⁸ බුදුන් වහන්සේ මෙහි දී අර්ථවත් කරනුයේ යහපත් ධර්ම සිතෙහි වධනය කොට ඒ තුළින් කය වචනය හැසිර විය යුතු බවයි. ඒ බව මෙම සූත්‍රයේ ම මෙසේ පැහැදිලි කරයි.

"චුන්දය, මම කුසල ධර්ම සිතෙහි ඉපිද වීම ද බොහෝ උපකාරයයි කියමි. කයින් හා වචනයෙන් කිරීම හෝ කරවීමෙහි අනුසස් කියනුම කවරේ ද?"¹⁹

මෙලෙසින් බුදුන් වහන්සේ සත්වයාගේ සිතෙහි හටගන්නා කෙලෙස් රෝග හෙවත් මානසික රෝග සුවපත් කර ගැනීම සඳහා අනුශාසනා කරන බව සල්ලේබ සූත්‍රවසානයෙහි මෙසේ පැහැදිලි කරති.

‘චුන්දය, මෙසේ මා විසින් කෙලෙස් සිඳුලන කාරණය දෙසන ලදී. චිත්තෝප්පාද කාරණය දෙසන ලදී. උසස් බව, ඉපදවීමට කාරණය දෙසන ලදී. කෙලෙස් රෝග නිවා නිවන් අවබෝධය සඳහා පවත්නා කාරණය දෙසන ලදී. චුන්දය, ශ්‍රාවකයන්ට හිතවත් වූ අනුකම්පා කරන ශාස්තෘත්වහන්සේ විසින් තොපට එය කරන ලදී. චුන්දය, නුඹලා රුක්මුල්හි ශුන්‍යාගාර හිඳ ධ්‍යාන වඩවූ. පමා නොවෙවු. මෙය අපගේ අනුශාසනය යි.’²⁰

මෙම ප්‍රකාශය තුළ බුදුන් වහන්සේ මානසික වෛද්‍යවරයෙකු ලෙස රෝගියා කෙරෙහි දක්වන මහත් වූ දයාව, කරුණාව, රෝගය සුවකිරීම සඳහා වෛද්‍යවරයා තුළ පවත්නා දැඩි කැපවීම මනාව පැහැදිලි වේ. ඒ බව එහි අවසානයේ සඳහන් “ප්‍රමාද නොවවු, පසුව විපිළිසර ඇත්තහු හෙවත් ශෝක වන්නාහු නොවවු.” යන ප්‍රකාශනය තුළින් වඩාත් අර්ථවත් වේ. සල්ලේබ සූත්‍රය පුරාම මානසික රෝග හා ඒ සඳහා කළ යුතු ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර දැක්වීම සිදු වේ. පුද්ගලයාගේ මානසික සුවතාව ඇතිකිරීම සඳහා බුදුන් වහන්සේගේ අවධානය ප්‍රධාන වශයෙන් යොමු වී තිබීම නිසා ම උන් වහන්සේ දේශනා කළ බොහෝ සූත්‍ර ධර්මවල මානසික රෝග නිවාරණය සඳහා උපදේශන සමුදායකි. එහි දැක්වෙන පරිදි,

“ඇවැත්නි, යම් කලෙක පටන් ආර්ය ශ්‍රාවක තෙමේ අකුසලය දැනී ද, අකුසල මූලය දැනී ද, කුසලය දැනී ද, කුසල මූලය දැනී ද, එසේ ම ආහාරය දැනී ද, ආහාරය සමුදය දැනී ද, ආහාරය නිරෝධය දැනී ද, ආහාරය නිරෝධයට පමණුවන පිළිවෙත දැනී ද, එසේ ම දුක දැනී ද, දුක හටගැනීම දැනී ද, දුක් නැසීම දැනී ද, දුක් නැසීමට පමණුවන පිළිවෙත දැනී ද, ජරා මරණ දැනී ද, ජරා මරණ හටගැනීමේ හේතුව දැනී ද, ජරා මරණ නැසීමක් දැනී ද, ජරා මරණ නැසීමට පමණුවන පිළිවෙත දැනී ද, ජාතිය දැනී ද, ජාති සමුදය දැනී ද, ජාති නිරෝධය දැනී ද, ජාති නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, භවය දැනී ද, භව සමුදය දැනී ද, භව නිරෝධය දැනී ද, භව නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, තණ්හාව දැනී ද, තණ්හා සමුදය දැනී ද,

තණ්හා නිරෝධය දැනී ද, තණ්හා නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, වේදනාව දැනී ද, වේදනා සමුදය දැනී ද, වේදනා නිරෝධය දැනී ද, වේදනා නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, ස්පර්ශය දැනී ද, ස්පර්ශ සමුදය දැනී ද, ස්පර්ශ නිරෝධය දැනී ද, ස්පර්ශ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, සලායතනය දැනී ද, සලායතන සමුදය දැනී ද, සලායතන නිරෝධය දැනී ද, සලායතන නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, නාමරූප දැනී ද, නාමරූප සමුදය දැනී ද, නාමරූප නිරෝධය දැනී ද, නාමරූප නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, විඤ්ඤාණ දැනී ද, විඤ්ඤාණ සමුදය දැනී ද, විඤ්ඤාණ නිරෝධය දැනී ද, විඤ්ඤාණ නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, සංස්කාර දැනී ද, සංස්කාර සමුදය දැනී ද, සංස්කාර නිරෝධය දැනී ද, සංස්කාර නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, අවිද්‍යාව දැනී ද, අවිද්‍යා සමුදය දැනී ද, අවිද්‍යා නිරෝධය දැනී ද, අවිද්‍යා නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, ආසුචයන් දැනී ද, ආසුච සමුදය දැනී ද, ආසුච නිරෝධය දැනී ද, ආසුච නිරෝධ ගාමිණී පටිපදාව දැනී ද, හෙතෙම සියලු ආකාරයෙන් ම රාගානුසය පටිසානුසය දුරුකොට ආත්මීය දෘෂ්ටිය අස්මිමානය මුලිනුපුටා අවිද්‍යාව පහකොට විද්‍යාව උපදවා මෙම භවයේ දී ම දුක් කෙළෙවර කරවන්නෙක් වෙයි. ඇවැත්නි මෙතෙක් ආර්ය ශ්‍රාවක තෙමේ සමාග් දෘෂ්ටිය වෙයි. ඔහුගේ දෘෂ්ටිය සාජු වෙයි. දහම් ගුණ දැන පැහැදීමෙන් යුක්ත වූයේ නිර්වාණ ධර්මයට පැමිණියේ වෙයි.”²¹

මෙහි දී බුදුන් වහන්සේ පැහැදිලි කරනුයේ සමාග් දෘෂ්ටියෙන් යුතු පුද්ගලයා ජීවිතයේ යථාර්ථය නුවණින් දැකීම හේතු කොටගෙන තම සිත්හි ක්‍රියාත්මක වන කෙලෙස් රෝග නිවාරණය කරගන්නා බවයි. එසේ ම සම්මා දිට්ඨිය ප්‍රධාන ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය කෙලෙස් රෝග සඳහා ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර බව බොහෝ සූත්‍ර දේශනා වල සඳහන් වේ.

“සමාග් දෘෂ්ටිය නැමැති ප්‍රතිකාරය හේතුවෙන් මිත්‍යාදෘෂ්ටිය විරේචනය වේ. මිත්‍යාදෘෂ්ටිය ප්‍රත්‍යයෙන් නොයෙක් ළාමක ධර්ම අකුසල ධර්මයෝ වෙන් ද ඒ සියල්ල විරේචනය වේ.

සමගත් දෘෂ්ටිය ප්‍රත්‍යයෙන් නොයෙක් කුසල ධර්මයෝ භාවනායෙන් සම්පූර්ණ බවට පැමිණේ.²²

දස වැදෑරුම් මිත්‍යා දෘෂ්ටි මෙතෙර රැදී පැවැත්ම සඳහාත් සම්මා දෘෂ්ටි ආදී සත්පුරුෂ ධර්ම මෙතෙරින් එගොඩව විඉද්ධිය සඳහාත් වන බව ද දැක්වේ.²³

එසේ ම සමගත් සංකල්පය ඇත්තනුට මිත්‍යා සංකල්පය විරේචනය වේ. සමගත් ආර්ථය හේතුවෙන් මිත්‍යා ආර්ථය විරේචනය වේ. සමගත් ව්‍යායාමය හේතුවෙන් මිත්‍යා ව්‍යායාමය විරේචනය වේ. සමගත් සතිය හෙවත් සිතිය හේතුවෙන් මිත්‍යා සතිය විරේචනය වේ. සමගත් සමාධිය හේතුවෙන් මිත්‍යා සමාධිය විරේචනය වේ. සමගත් ඤාණය හේතුවෙන් මිත්‍යා ඤාණය විරේචනය වේ. සමගත් විමුක්තිය හේතුවෙන් මිත්‍යා විමුක්තිය විරේචනය වේ. මෙසේ මිත්‍යා සංකල්ප, මිත්‍යා වචනය, මිත්‍යා ඤාණය, මිත්‍යා විමුක්තිය යන ධර්ම හේතුකොට ගෙන යම්බඳු නොයෙක් ළාමක අකුසල ධර්මයෝ උපදින්නානු නම් ඒ සියල්ල විරේචනය වේ. ඉහත දක්වන ලද සමගත් ධර්ම නිසා නොයෙක් කුසල ධර්මයෝ ද භාවනාවෙන් සම්පූර්ණත්වයට පත්වෙයි.²⁴ එසේ ම වමන සූත්‍රයේ දී ද බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පැහැදිලි කරති.

සමගත් දෘෂ්ටිය, සමගත් සංකල්පය, සමගත් වචනය, සමගත් කර්මාන්තය, සමගත් ආර්ථය, සමගත් ව්‍යායාමය, සමගත් සතිය, සමගත් සමාධිය, සමගත් ඤාණය, සමගත් විමුක්තිය යන ධර්ම හේතුකොට ගෙන මිත්‍යා දෘෂ්ටිය, මිත්‍යා සංකල්පය, මිත්‍යා වචනය, මිත්‍යා කර්මාන්තය, මිත්‍යා ආර්ථය, මිත්‍යා ව්‍යායාමය, මිත්‍යා සතිය, මිත්‍යා සමාධිය, මිත්‍යා ඤාණය, මිත්‍යා විමුක්තිය වමනය වේ. එම අයහපත් ළාමක ධර්ම භාවනාවෙන් ප්‍රතීණත්වයට පත්වන බව පැහැදිලි කෙරේ.²⁵

ආර්ය විරේචන ආර්ය වමන ඖෂධ හේතුවෙන් මනෝරෝග නිවාරනය වන බව එම සූත්‍ර දෙකෙහිම පැහැදිලි කෙරේ. සම්මා දිට්ඨිය ආදී කොට ඇති දස ධර්මය වැඩිම නිසා ආශ්‍රව ධර්ම

ක්‍ෂයවීම සිදු කෙරෙන බව ආසවකධය සූත්‍රයේ දී පැහැදිලි කෙරේ.²⁶ මේ අනුව කෙලෙස් රෝග සුවපත් කිරීමට භාවිත කළ යුතු බලසම්පන්න ඖෂධ රැසක් ලෙස සම්මා දිට්ඨි ආදී දස ධර්මය හැඳින්විය හැක.

කයානුපස්සනා, වේදනානුපස්සනා, චිත්තානුපස්සනා, ධම්මානුපස්සනා යන සතර සතිපට්ඨාන ධර්ම වැඩීම බොහෝ ක්ලේශ රෝග සුව කරලීමට හෙවත් මානසික සුවතාව රැක ගැනීමට ඖෂධ ලෙස සූත්‍ර දේශනා රාශියක ම පැහැදිලි කෙරේ. සතුන් මැරීම, සොරකම් කිරීම, කාමයන් හි වරදවා හැසිරීම, බොරු කීම හා සුරාපානය කිරීම ළාමක ධර්මයෝ වෙති. මෙම ළාමක ධර්ම ප්‍රභාණය සඳහා සතර සතිපට්ඨාන වැඩිය යුතු වේ.²⁷

කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ටීනමිද්ධ, උද්දච්චකුක්කච්ච, විචිකිච්චා යන පඤ්ච නිවරණ ධර්මයන්ගේ ප්‍රභාණය සඳහා සතර සතිපට්ඨාන වැඩිය යුතුය.²⁸ නිවරණ ධර්ම මිනිස් සිතෙහි පවත්නා බලගතු මානසික රෝග හෙවත් ක්ලේශ ධර්ම වේ. චක්ඛු, සෝත, ඝාණ, ජ්වහා, කාය යන ඉන්ද්‍රිය පඤ්චකයට අරමුණුවන රූප, ශබ්ද, ගන්ද, රස, ස්පර්ශ යන ධර්ම වේ. චක්ඛු, සෝත, ඝාණ, ජ්වහා, කාය යන ධර්ම ප්‍රිය ලෙස කාන්ත ලෙස මනාප ලෙස සැප ලෙස ගැනීම හේතුවෙන් පඤ්ච කාම ක්ලේශ ධර්ම උපදී. එම ධර්මයන්ගේ ප්‍රභාණය සඳහා ද සතර සතිපට්ඨාන වැඩිය යුතු වේ.²⁹

රූප වේදනා සඤ්ඤා සංඛාර යන ධර්ම උපාදාන වශයෙන් හෙවත් මමත්වයෙන් ගැනීම පුද්ගල සිතෙහි හටගන්නා ක්ලේශ ධර්මයෝය. එම මානසික රෝග සුව කිරීම සඳහා පඤ්ච උපාදානස්ඛන්ධය ද දුරු කිරීම සඳහා සතර සතිපට්ඨාන වැඩිය යුතු වේ.³⁰ සක්කාය දිට්ඨි, විචිකිච්චා, සීලබ්බත පරාමාස, කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද යන මර්මභාගීය සංයෝජන ධර්ම පස ප්‍රභාණය සඳහා ද සතර සතිපට්ඨාන වැඩිය යුතු වේ.³¹ ආවාස පිළිබඳ ව පවත්නා මසුරුකම, ප්‍රත්‍යලාභය සඳහා පවත්නා මසුරුකම, ධර්ම පිලිබඳ ව පවත්නා මසුරුකම යන පඤ්ච මච්ඡරිය

නැමැති කෙලෙස් රෝග සුවපත් කිරීම සඳහා සතර සතිපට්ඨාන නැමැති ඖෂධ භාවිත කළ යුතුවේ.³²

රූප රාග, අරූප රාග, මාන, උද්ධව්ව, අවිජ්ජා යන උද්ධංභාගීය සංයෝජන ධම් පස ද, පුද්ගල සිතෙහි ක්ලේශ රෝගයෝ වෙති. එම මානසික රෝග සුවපත්කොට නැගීසිටීම සඳහා සතර සතිපට්ඨාන වැඩිය යුතු වේ.³³

මෙහි දී දක්වන ලද සියලු කරුණු සැලකීමේ දී මිනිස් සිතෙහි හටගන්නා වූ ක්ලේශධම් සියල්ලට ම ප්‍රත්‍යක්ෂ ඖෂධය සතර සතිපට්ඨාන බව කියවේ. මානසික රෝග නිවාරණය සඳහා සතර සතිපට්ඨාන ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර ලෙස භාවිත කළ බව සූත්‍ර දේශනාවලින් මනාව පැහැදිලි වේ. සිතේ ඇතිකරන ක්ලේශධර්ම හෙවත් මානසික රෝග සුව කිරීම සඳහා බුදු සමය සත්ත බොජ්ඣංග ධම් යන් ද ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර ලෙස බොහෝ සෙයින් භාවිත කළ බව සූත්‍ර දේශනාවලින් පැහැදිලි වේ. කායික අපහසුතාවන්ගෙන් පෙළුණු හික්කුන්ගේ සුවතාව ඇති කිරීම සඳහා ද බොජ්ඣංග ධම් සිහිපත් කරදීම ප්‍රමාණවත් වූ බව බොජ්ඣංග සූත්‍රවලින් පැහැදිලි වේ.

මිනිස් සිතෙහි හටගන්නා ක්ලේශ ධම් දුරුකරලීම සඳහා විවිධ ක්‍රම අනුගමනය කළ යුතු බව සබ්බාසව සූත්‍රය සඳහන් කරයි. එහි දී භාවනාවෙන් මානසික රෝග සුවපත් කිරීම සඳහා සිහි නුවණින් යුතුව විරාගය නිරොධය පිණිස හේතුවන සති, ධම්මච්චය, විරිය, පීති, පස්සද්ධි, සමාධි, උපේක්ඛා යන සත්ත බොජ්ඣංග ධම් වැඩිය යුතු බව සඳහන් ව පවතී. යමෙක් සත්ත බොජ්ඣංග ධම් නොවඩන්නේ ද ඔහුට වෙහෙස දැවිලි සහිත ක්ලේශධම් උපදින බවත් සත්ත බොජ්ඣංග ධම් වඩන්නාවූන්ගේ ක්ලේශධම් දුරු වන බවත් දැක් වේ.³⁴

මානසික රෝග සුවකර ගැනීම සඳහා මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය ද දක්වන්නේ සත්ත බොජ්ඣංග ධම් වැඩිය යුතු බවයි. සතිය ආදී සත්ත බොජ්ඣංග ධම් ඇති බව දැනීම, තම

සිතෙහි නොමැති බොජ්ඣංග ධම් නොමැති බව දැනීම, නූපත් බොජ්ඣංග ධම් ඉපදවීම යම් සේ වේ ද එය දැනීම, උපන්නා වූ බොජ්ඣංග ධම් යන්ගේ වැඩීම යම් සේ වේ ද එය දැනීම ද එවැනි පුද්ගලයා තම සිත්හි පවත්නා මානසික රෝගයන්ගෙන් සුවය ලබා නැගී සිටීම සිදුවන බව පැහැදිලි කරයි.³⁵

රහතන් වහන්සේ තුළ අටවැදෑරුම් බලයක් පවතින බව බිණාසවබල සූත්‍රයේ සඳහන් වේ. එහි එක් බලයක් ලෙස සත්ත බොජ්ඣංග ධම් මනාව වඩා යම් බලයකට පැමිණි රහතන් මහණ තෙමේ මාගේ ආශ්‍රවයෝ ක්ෂය වූහයි ආශ්‍රවයන්ගේ ක්ෂය වීම අවබෝධයෙන් දැන ප්‍රකාශ කෙරේ ද, එය රහතන් මහණහට පවත්නා බලයකි.³⁶

මේ අනුව පුද්ගලයාගේ මානසික රෝග සුවපත් කර සදා සැනසීම ඇතිකරලීම සඳහා සත්ත බොජ්ඣංග ධම් ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර ලෙස භාවිත කර ඇත. රහතන් වහන්සේ තුළ පවත්නා ආශ්‍රව ක්ෂයවීම තහවුරු කරන බල අට සමස්තයක් වශයෙන් සලකන කළ ඒ සියල්ල මානසික රෝග සුවපත් කරලීමට උපකාරක ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර බව පැහැදිලි වේ.

බෝධිපාක්ෂික ධම් තිස්හත තුළින් ම සිදු කෙරෙනුයේ පුද්ගලයාගේ මානසික රෝග සුව කිරීම ය. ඒ අනුව සත්තිස් බෝධි පාක්ෂික ධර්ම යනු මාසික රෝග සඳහා ඖෂධයෝය.

එසේ ම බිණාසවබල සූත්‍රයේ දී ද අනෙක් බෝධිපාක්ෂික ධම් බොහොමයක් පිළිබඳ ව සඳහන් වේ. බුද්ධ දේශනා ඇසුරු කොටගෙන මානසිකරෝග සුවකිරීමෙහි ලා බෝධිපාක්ෂික ධම් ක්‍රියාත්මක වන අයුරු තවදුරටත් මනාව පැහැදිලි වේ.

නිවණ යනු මානසික රෝග සියල්ල සුව කළ පුද්ගලයාට උදාවන මානසික සහනය හෙවත් සැනසීමයි. බුදුන් වහන්සේ නිවන් මඟ ලෙස සතර සමාග් ප්‍රධන් වීයභීය දක්වා ඇත.³⁷

මානසිකරෝග සුවකිරීම සඳහා මෙම සතර සමාග් ප්‍රධන්වීයඝීය ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර ලෙස භාවිත කළ බව මෙමගින් පැහැදිලි වේ. මානසික රෝග සඳහා අනුදත් ඖෂධ අතරට සතර සාද්ධිපාද ද ඇතුළත් ව පවතී. ඡන්ද, චිත්ත, චිරිය, විමංසා යන ධර්ම නිවන පසක් කරලීමට හේතුවන ධර්ම බැවින් ම³⁸ මානසික රෝග සඳහා ඖෂධයෝ ද වන්නාහ. සද්ධා, සති, සමාධි, වීයඝී, පඤ්ඤා යන පඤ්ච ඉන්ද්‍රිය මානසික රෝග සඳහා ඖෂධ වශයෙන් පැහැදිලි කරන අතර³⁹ සද්ධා, සති, සමාධි, වීයඝී, පඤ්ඤා යන පඤ්ච බලය ද මානසික රෝග සඳහා ඖෂධ ලෙස යොදා ගෙන ඇත.⁴⁰

මෙම සියලු ධර්ම සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම යන්ට ඇතුළත් වේ. ඒ අනුව බුදුසමයේ මානසික රෝග සඳහා යොදාගත් ප්‍රත්‍යක්ෂ ඖෂධ වන්නේ සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම සම්පූර්ණ කිරීම බව පෙනේ. මානසික රෝග සුව කිරීම සඳහා බොහෝ ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර ක්‍රම බුදුන් වහන්සේ දක්වා ඇත. එම ඖෂධ විග්‍රහ කිරීමේ දී ඇතැම් ඒවා සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්මයන්ට ම ඇතුළත් බව පෙනේ. සුත්‍ර දේශනාවල දැක්වෙන එම උපදේශන මෙසේ දක්වා ඇත. වරක් එක්තරා දෙවියෙක් බුදු රදුන් වෙත පැමිණ මෙසේ විචාළේ ය.

“ගෞතමයනි, ඇතුළත අචුල්ය, පිටත අචුල්ය, සත්ව ප්‍රජාව අචුලෙන් වෙළුනිය. එහෙයින් ගෞතමයන් වහන්ස, කවරෙක් මේ අචුල් නිරවුල් කරන්නේ ද?”⁴¹

මෙයට බුදුරදුහු මෙසේ පිළිතුරු සැපයූහ.

“මනාවු නුවණ ඇති කෙලෙස් තවන වීයඝී ඇති ගැඹුරු ප්‍රඥාවෙන් යුතු සසරඛිය දක්නා සුළු සීලයෙහි පිහිටා සමාධිය හා ප්‍රඥාව වඩමින් මේ අචුල නිරවුල් කරන්නේය.”⁴²

මෙම දේශනාව තුළින් අර්ථවත් වන්නේ කෙලෙස් රෝග හේතුවෙන් අචුලට පත්ව සිටින සත්ත්වයා සීලයෙහි පිහිටා සමාධිය හා ප්‍රඥාව වැඩීම හේතුවෙන් එම රෝග සුවපත් කරගන්නා

බවයි. බුදුසමය පුද්ගලයා සුවපත් කරවන ප්‍රධානම ධර්ම ලෙස සීල, සමාධි, ප්‍රඥා යන ත්‍රි ශික්ෂාව විස්තර කෙරේ.

පඤ්චසේඛ බලය ද මානසිකරෝග සඳහා ඖෂධ ලෙස බුදු සමය සඳහන් කෙරේ. සද්ධා බලය, හිරි බලය, ඔත්තප්ප බලය, චිරිය බලය හා පඤ්ඤා බලය යනු එම බලපස වේ. මෙම බල පස ඇසුරු කිරීම හේතුවෙන් ඔහුට මේ පඤ්ච ඉන්ද්‍රියෝ අධිමාත්‍රව පහළ වෙත්. ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය, චිරිය ඉන්ද්‍රිය, සති ඉන්ද්‍රිය, සමාධි ඉන්ද්‍රිය, ප්‍රඥා ඉන්ද්‍රිය යනු එම පසයි. ඔහු මෙම ඉන්ද්‍රිය පස හේතුවෙන් මෙලොව දී ම කෙළෙස් පර්තිබ්බාණය කරන බව බුදුසමය උගන්වයි. ඒ අනුව සද්ධා, හිරි, ඔත්තප්ප, චිරිය, පඤ්ඤා යන සෙබ බල මානසික රෝග සඳහා ඖෂධ බව බුදු සමය උගන්වා ඇත.⁴³

කාමභීස, භවභීස, දිට්ඨිභීස, අවිජ්ජාභීස, යන සතර භීසයන් තරනය කිරීම සඳහා සද්ධාව හේතුවන බවත් එසේ ම සසර සයුර අප්‍රමාදයෙන් තරණය කළ යුතු බවත්, ජාති ආදී දුක් වීයඝීයෙන් දුරු කළ යුතු බවත් ආලවක සූත්‍රය පැහැදිලි කරයි.⁴⁴

එසේ ම ශ්‍රද්ධා වැඩීමෙන් නින්දට වගස නොවීමෙන්, කාමයන්ගෙන් මුසපත් නොවීමෙන්, පඤ්ච කාම සම්පත් අනිත්‍ය වශයෙන් දැකීමෙන්, ඡන්ද රාගය වැනසීමෙන් අවිද්‍යාව ඉක්මවීමෙන්, චතුස් සත්‍ය අවබෝධ කර ගැනීමෙන් ආශ්‍රවයන් ක්ෂයකොට නිස්ශෝකීව සුවසේ වෙසෙන බව සඳහන් වේ.⁴⁵

ජීවිතයේ යථා ස්වභාවය සිහි නුවණින් දැකීම ද කෙලෙස් රෝග නසාලීමට හේතු වේ. බුදු දහම අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණය පදනම් කොට “චතී. සංඛත ධර්මයන්ගේ ස්වභාවය ත්‍රිලක්ෂණයට යටත් වීමයි. පුද්ගලයා සැප වශයෙන් ඇලීම් ඇතිකර ගන්නා ආශා කරගන්නා වස්තූන්ගේ ස්වභාවය යථාර්ථ වශයෙන් දකින්නේ එහි කලකිරේ. එවිට එහි ස්වභාවය පිළිකුල් බව වටහාගෙන මානසික සතුට සුවය ඇතිකරලීම සඳහා එය ම උපයෝගී කරගනී.

යම් පුද්ගලයෙක් ඇස, රූපය, චක්ඛු විඤ්ඤාණය, චක්ඛු සම්පස්සය නිසා ඇතිවන සුඛ දුක්ඛ අදුක්ඛමසුඛ වේදනා සියල්ල අනිත්‍ය වශයෙන් දන්නේ ද දකින්නේ ද ඔහුගේ අවිද්‍යාව පහව යන්නේ ය. විද්‍යාව පහළ වන්නේ ය. ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මනස යන ඉන්ද්‍රියන් හා ඒවායෙහි ගැටෙන අරමුණුත් ඒ ඒ ඉන්ද්‍රියන්ට අදාළ විඤ්ඤාණ හා ස්පර්ශ, ස්පර්ශ හේතුවෙන් ඇතිවන සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛමසුඛ වේදනා සියල්ල අනිත්‍ය වශයෙන් දන්නේ ද දකින්නේ ද ඔහුගේ අවිද්‍යාව පහවේ. විද්‍යාව පහළ වේ.⁴⁶

එසේ ම ඉහත දක්වන ලද පරිදි ම ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය හා මනස ද, ඒ හා ගැටෙන රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධම්, යන අරමුණු ද ඒ ඒ ඉන්ද්‍රියන් ඇසුරු කොට ගෙන උපදනා චක්ඛු විඤ්ඤාණ ආදී සියල්ල ද ස්පර්ශ හේතුවෙන් ඇතිවන සුඛ දුක්ඛ අදුක්ඛමසුඛ ආදී වේදනා සියල්ල අනිත්‍ය වශයෙන් දන්නේ ද, දකින්නේ ද ඔහුගේ සංයෝජනයෝ ප්‍රභීණ වේ.⁴⁷

ඉහත දක්වන ලද ඉඳුරන් හා අරමුණුත් ඒ හා උපදින විඤ්ඤාණ සියල්ලත් වේදනා සියල්ලත් අනාත්ම වශයෙන් දන්නේ ද දකින්නේ ද ඔහුගේ සංයෝජන ධම් සහමුලින් නැසීම වන්නේ ය.⁴⁸

ඇස ආදී ඉන්ද්‍රියයන් සියල්ල හා බාහිර අරමුණු සියල්ල ඉන්ද්‍රියන් සියල්ල ඇසුරුකොට උපදනා විඤ්ඤාණ සියල්ල හා වේදනා සියල්ල අනිත්‍ය වශයෙන් දන්නේ ද, දකින්නේ ද ආශ්‍රවයෝ ප්‍රභීණ වෙත්.⁴⁹ එම ධම් සියල්ල අනාත්ම වශයෙන් දන්නේ ද, දකින්නේ ද ආශ්‍රව ධම් සහමුලින් නැසීම වන්නේ ය.⁵⁰ ඉහත දක්වන ලද ඇස ආදී සියලු ධම් අනිත්‍ය වශයෙන් දන්නේ වේ ද, දකින්නේ වේ ද අනුසය ප්‍රභීණ වේ.⁵¹ එම ධම් අනාත්ම වශයෙන් දන්නේ, දකින්නේ වේ ද සහමුලින් අනුසය නැසීම වන්නේය.⁵²

බුදුන් වහන්සේ මංගල ධම් දේශනාවේ දීම පැහැදිලි කරන්නේ උපාදානස්ඛන්ධය දුක්ඛ වෙයි.⁵³ ඒ අනුව උපාදානස දුරු කිරීම දුක් දුරු කිරීම වන්නේ ය. උන්වහන්සේ උපාදානසන් දුරු කිරීම සඳහා මෙසේ අනුශාසනා කරති.

ඇසත් රූපයත් නිසා චක්ඛු විඤ්ඤාණය උපදී. ඒ තිදෙනාගේ එක්වීම ස්පර්ශයයි. ස්පර්ශය හේතුවෙන් වේදනාව වේ. මහණෙනි, මෙසේ දක්නා ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයා ඇසෙහිත් රූපයෙහිත් චක්ඛු විඤ්ඤාණයෙහිත් කලකිරෙයි. චක්ඛු සම්පත්තියෙහිත් කලකිරෙයි. වේදනාවෙහිත් කලකිරෙන්නේ නො ඇලෙයි. නො ඇල්ම හේතුවෙන් මිදෙයි. මිදීම හේතුවෙන් මා විසින් උපාදානස ක්‍ෂය කරන ලදැයි දැන ගනී.⁵⁴

කන, නාසය, දිව, ශරීරය හා මනස යන ඉන්ද්‍රියයන් සඳහා ද ඉහත දක්වන පරිදිම වේ. එසේ ම, ඇස, රූපය, චක්ඛු විඤ්ඤාණය, ස්පර්ශය, වේදනාව, ආදී සියල්ල අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම වශයෙන් දන්නේ දකින්නේ වේ ද එවිට ද මම මගේ, මගේ ආත්මය යයි ගත හැකි කිසිවක් නැතිබව වටහා ගැනීම හේතුවෙන් ඇස, රූපය, චක්ඛු විඤ්ඤාණය, චක්ඛු සම්පස්සයෙහි හා වේදනාවන් හි කලකිරෙයි. ඒ හේතුවෙන් උපාදාන ප්‍රභාණය සිදු වේ.⁵⁵ උපාදාන දුරුවීමෙන් ආත්මීය වශයෙන් කිසිවක් නොගනී. එය මානසික රෝග සුවපත්භාවය සඳහා ප්‍රබල සාදකයකි.

වරක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සැවැත්නුවර දෙවරම්හි වැඩවසන කල්හි සක්දෙව් රජු පැමිණ උන්වහන්සේගෙන් මෙසේ විචාළේය.

“ගෞතමයන් වහන්ස කුමක් දවා සුවසේ වෙසේ ද? කුමක් දවා ශෝක නොකන්නේ ද? කිනම් එක් ධම්යක නැසීම රුවී වන්නේ ද?”

මෙයට පිළිතුරු දෙන බුදුන් වහන්සේ මෙසේ වදාරති.

“සක් දෙව්දුනි, ක්‍රෝධය දවා සුවසේ වෙසෙයි. ක්‍රෝධය දවා ශෝක නොකෙරේ. විෂ වූ මුල ඇති අමිහිරි අග ඇති ක්‍රෝධ නැසීම ආර්යයෝ ප්‍රසංසා කරත්. එය දවාම ශෝක නොකෙරෙයි”⁵⁶

ක්‍රෝධය නැසීම සඳහා සිත සද්ධර්ම වලින් වැඩි දියුණු කළ යුතු වේ. මේ සඳහා භාවනාව

පුද්ගලයා සියල්ල සුභවාදී ලෙස දැක ඇලීම් ඇති කර ගනී. එම තත්ත්වය දුරුකරලීම සඳහා අසුභ භාවනාවක්. ද්වේශ වර්තයෙන් යුතු පුද්ගලයාගේ සිත නිවාලීම සඳහා මෙහි භාවනාව වැනි කම්ප්පානක්, මෝහ වාර්තයෙන් යුතු පුද්ගලයාට ආනාපාන සතිය වැනි කම්ප්පානක් දීම තුළින් සිත දියුණු කරගැනීමට මග පෙන්වීම් කෙරේ.

සමථ භාවනාව වඩන්නාට තම වර්තයට සුදුසු පරිදි යෝග්‍ය කර්මස්ථාන තෝරා ගත හැකිය. ඒ සඳහා වූ කමටහන් හතලිහක් (40) සමථ සංග්‍රහයෙහි දැක්වේ. මෙම කමහටන් හතලිහ කසිණ, අසුභ, අනුස්සති, අප්පමඤ්ඤා, සඤ්ඤා, වචන්තාන, ආරුප්ප යනුවෙන් කාණ්ඩ හතකට බෙදා වෙන් කෙරේ.

පුද්ගලයාගේ වර්ත ලක්ෂණ අනුව කොටස් කර ඒ ඒ පුද්ගලයාට වර්ත ලක්ෂණ මනාව හඳුනාගෙන ඔවුන්ට ඉතාමත් යෝග්‍ය වූ සේනාසන පිණ්ඩපාත වීචර ගිලානප්‍රත්‍යය යනාදිය නියම කිරීම මෙන් ම සප්පාය කම්ප්පාන නියම කිරීම මනෝවිද්‍යාත්මක පදනමක පිහිටා සිදුකර ඇති බව පෙනේ. උදාහරණයක් ලෙස ගතහොත් රාග වර්ත ප්‍රියමනාප වස්තුවෙහි නිරන්තරයෙන් ඇලීම ආශා කිරීම ස්වභාව කොට ඇත්තේ වේ. එවැනි වර්තයක් ඇති පුද්ගලයෙකුට ඉතාමත් ප්‍රියමනාප දැකුම්කළු දුටුවත් ප්‍රිය කරන සේනාසනයක් නියම කළේ නම් ඔහු එම ආරාමයේ ආශාවෙන් ඇලෙනවා මිස භාවනාව වැඩි දියුණු කිරීමක් සිදු නොවේ. එබැවින් ඔහුට පිළිකුල් සහගත ජරාජීරණ වූ අවාස හා ඇඳ ඇතිරිලි යෝග්‍ය යයි දක්වා ඇත. ආහාරපාන වීචර වුව ද කටුක අපහසුවෙන් පරිභෝග කළ යුතු ඒවා දැක්වීමේ පදනම ද එයම වේ. එසේ ම නිරන්තරයෙන් ජීවිතය සුව යැයි කල්පනා කරන මෙබඳු තැනැත්තාට ජීවිතයේ නිසරු බව, පිළිකුල් සහගත බව මනාව වටහා ගැනීම සඳහා දස අසුභය වැනි කම්ප්පාන නියම කිරීම මනෝවිද්‍යාත්මක පදනමක පිහිටා සිදු කරන ලද්දක් බව මනාව පැහැදිලි වේ. මේ අනුව බුදුසමය නිසි පරිදි රෝගය හඳුනා ගෙන රෝගය එකවර ම සුවකළ හැකි ඉතාමත් සුදුසු ඖෂධ හා ප්‍රතිකාර නියම

කිරීම මේ තුළින් මනාව ප්‍රකට කරයි.

ලොව අප්‍රකට ව පවත්නා භාවනාව විදර්ශනා භාවනාව යි. පුද්ගලයා කෙලෙස්වලින් බහුලවත් ම ලොව පවතින යථාර්ථය ද වැසී පවතී. එය යම් දිනක අනාවරණය කර ගන්නේ සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේලා විසින් ම ය. සමථ භාවනාව අබුද්ධෝත්පාද කාලයන්හි ද පවතී. එහෙත් ලොව පිළිබඳ යථාවබෝධයක් ලබා දෙන විදර්ශනාව හෙවත් පඤ්ඤා භාවනාව බුද්ධෝත්පාද කාලයක පමණක් ම පවතී. මේ අනුව පඤ්ච අභිඤ්ඤා අෂ්ඨ සමාපත්ති ලබාසිටී ගෞතම බෝධිසත්වයන් එම ධ්‍යාන උපස්ථම්භක කොට ගෙන විදසුන් වඩා ලොවට පඤ්චාභිඤ්චන්ට තවත් ඤාණයක් එකතු කරමින් ඡඩ් අභිඤ්චක් පැහැදිලි කළ සේක. උන්වහන්සේ අවබෝධ කොට ගෙන ලොවට හඳුන්වා දුන්නේ ආසවක්ඛය ඤානයයි. එනම් ආසුචයන් ක්‍ෂය කිරීමේ ඤානයයි. මේ සඳහා විදර්ශනා ප්‍රඥාව දියුණු කළ යුතු වේ.

ලොව පවත්නා සංඛක ධර්ම සියල්ල අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම විදර්ශනාවයි. ලොව පවතින යථාර්ථය නුවණින් තේරුම් ගැනීම සඳහා සම්මා දිට්ඨිය අවශ්‍ය වේ. එම සම්මා දිට්ඨිය පදනම් කරගත් අරි අට්ඨි මග ස්ඛන්ධ පඤ්චක, දොළොස් ආයතන, අට්ඨාරස ධාතු ආදී සියල්ල අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම යැයි නුවණින් බැලීම විදර්ශනාවයි.⁶⁵ පඤ්චස්ඛන්ධාදී ධර්ම නිලකුණු වශයෙන් ගෙන වැඩීම හේතුවෙන් මමය, මාගේය, මගේ ආත්මය යන ආත්මීය දෘෂ්ටිය පහව යයි. එය ම නිවනට මගය.

සියලු සංස්කාර ධර්ම අනිත්‍යය. එය යම් කලෙක නුවණින් දැක කලකිරෙන්නේ ද? එයම විශුද්ධියට මග වේ.⁶⁶

සියලු සංස්කාර ධර්ම දුක් බව යම් කලෙක නුවණින් දැක කලකිරෙන්නේ ද? එය ම විශුද්ධියට මග වේ.⁶⁷

ලෝකික හා ලෝකෝත්තර සියලු ධර්ම අනාත්ම යැයි යම් කලෙක නුවණින් දැක කලකිරෙන්නේද? එය ම විශුද්ධියට මග වේ.⁶⁸

බුදු සමයේ නිවන ලෙස අර්ථවත් කෙරෙන්නේ ප්‍රඥාවේ උපරිම දියුණු අවස්ථාවයි. බුදුන් වහන්සේ වදාළේ තමන් ප්‍රඥාව නැමැති ප්‍රාසාදයේ උඩම තලයට නැග ගේක නොකරන්නේ, ගේක කරන ප්‍රජාව දෙස බලන බවයි.⁶⁹ මෙම ප්‍රඥාව දියුණු කර ගැනීමට ඇති එකම මග විදර්ශනා භාවනාවයි. එබැවින් මෙම භාවනා ක්‍රමය ප්‍රඥා භාවනාව නමින් ද හැදින්වේ. විදර්ශනා භාවනාවට සුදානම් වන යෝගාවචරයා පළමු කොට සප්ත විශුද්ධියෙහි පිහිටිය යුතු වේ. සප්ත විසුද්ධි මෙන් ම විදර්ශනා භාවනාව පුරන්තාහු විසින් ක්‍රීලකෂණයත්, අනිච්ඡානුපස්සනා, දුක්ඛානුපස්සනා, අනන්තානුපස්සනා යන අනුදර්ශනත්‍රයත්, දශ විදර්ශනා ඤාණයත්, සුඤ්ඤත විමෝක්ඛ, අනිමිත්ත විමෝක්ඛ, අප්පණිහිත විමෝක්ඛ යන විමෝක්ඛත්‍රයත් සුඤ්ඤතානුපස්සනාය, අනිමිත්තානුපස්සනාය, දුප්පණිහිතානුපස්සනාය යන විමෝක්ඛ මුඛත්‍රයත් දතයුතු බව කර්මස්ථාන සංග්‍රහය සඳහන් කරයි.⁷⁰

බුදුන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළ දහම් ඖෂධ පානය කළ බොහෝ ශ්‍රාවකයෝ මානසික රෝග සුවපත් කරගත් හ. උන්වහන්සේ මානසික රෝග සුවපත් වූ පුද්ගලයන්ගේ ස්වභාවය බොහෝ අවස්ථා වලදී පැහැදිලි කළ සේක. අනේපිඬු සිටුකුමා බුද්ධ යන වචනය ඇසීමෙන් පමණක් සතුටට පැමිණ බුදුන් වහන්සේ හමුව කළ පළමු කථාවෙන් දී ඔබ වහන්සේ සුවසේ සැතපෙන සේක් දැයි නැගූ ප්‍රශ්නයට බුදුරදුන් මෙසේ වදාළ හ.

"යමෙක් පඤ්චකාමයන්හි නො ඇලෙයි ද කෙලෙස් නැවුම් නැතියෙන් සිසිල් වූයේ වෙයි ද ක්ලේශෝපාධි රහිත වේ ද කෙලෙස් පිරිනිවනින් පිරිනිවී ඒ බාහිතපාපි පුද්ගල තෙමේ හැම කල්හි ඒකාන්තයෙන් සුවසේ සයනය කෙරෙයි. හෙතෙම සියලු තෘෂ්ණාවන් සිදු සිතෙහි කෙලෙස් රිදුම් පහකොට සන්සුන් වූයේ සිතේ සංසිද්ධිමට පැමිණ සුවසේ සැතපේ"

යනුවෙනි.⁷¹ මෙයින් ද පැහැදිලි වන්නේ කෙලෙස් මල දුරුකොට මානසික නිරෝගීතාවයෙන් පසුවන

තැනැත්තා සෑම කල්හි ම සුවසේ ජීවත්වන බවයි. වරක් කකුඩ දිවාපුත්‍රයා බුදුන් වහන්සේ වෙත පැමිණ වැඳ එකත්පසෙක සිට මෙසේ විචාළේ ය. "ශ්‍රමණයන් වහන්ස නුඹ වහන්සේ කෙසේ නිදුක් සේක් ද? ඇල්මෙක් කෙසේ නෙවේද? අරතිය එකලාව හුන් නුඹ වහන්සේ කෙසේ නොමඬීද?"

මෙයට බුදුන් වහන්සේ මෙසේ පිළිතුරු වදාළහ.

"හටගත් දුක් ඇත්තහුට ඒකාන්තයෙන් ඇල්ම වේ හටගත් ඇල්ම ඇත්තහුට ඒකාන්තයෙන් දුක වේ. ඇවැත්නි මහණ තෙමේ ඇලුම් නැත්තේය. දුක් නැත්තේ යයි මෙසේ දනුව."⁷²

එසේ ම කෙලෙස් රෝග සුවපත් කරගත් පුද්ගලයා කෙලෙස් සහිත මානසික රෝග සහිත පුද්ගලයන් වෙසෙන සමාජයේ ජීවත් වුව ද ඔවුන් මානසික සුවය විඳිමින් ජීවත් වන බව බුද්ධ දේශනාවන් තුළින් පැහැදිලි කරයි. වෛර කිරීම් ඇතිව වායය කරන මිනිසුන් අතුරෙහි අපි අවෛරීව ජීවත් වෙමු.⁷³ කෙලෙස්වලින් රෝගී තත්ත්වයට පත් වූ මිනිසුන් අතුරෙහි අපි කෙලෙස් ලෙඩ නොමැති ව සුවසේ ජීවත් වෙමු.⁷⁴

පඤ්චකාම සම්පත්තීන් සෙවීමෙහි දැඩි උත්සාහයක් ඇති මිනිසුන් අතුරෙහි අපි පස්කම් සැප සෙවීමේ උත්සාහයක් නොමැතිව ජීවත්වෙමු.⁷⁵

කෙලෙසුන්ගෙන් පීඩා විඳිම් නැති බුද්ධාදී උත්තමයන් වහන්සේලා සුවසේ ජීවත් වෙති. ඔවුහු ආභස්සර දෙවිලොව (බඹලොව) දෙවියන් සේ ප්‍රීති සුඛයෙන් ද ජීවත් වෙති.⁷⁶

මානසික රෝග සුවපත්කොටගෙන සැනසීම උදාකරගත් බොහෝ ශ්‍රාවක ශ්‍රාවිකාවන් පිළිබඳ ව බෞද්ධ ඉතිහාසයේ සඳහන් වේ. ඒ අතර පටාචාරාව තම පවුලේ සියල්ලන්ගේ අකල් වියෝවෙන් සිහි විකල්ව ගිය පසු බුදුන් වහන්සේ වෙත එළඹ උන් වහන්සේගේ මනෝ චිකිත්සාවෙන් සුවපත්ව සඳා සැනසීම උදාකරගත්තාය.⁷⁷

එසේ ම තම එක ම පුතු මළ සොවින් සිහි විකල්ව ගිය කිසාගෝතමිය බුදුරදුන්ගේ මග පෙන්වීම යටතේ ප්‍රකෘති සිහියට එළඹ බුදුදහමින් සදාකාලික සැපය ලබාගත්තාය.⁷⁸ රූපයෙන් මත්ව සිටි බේමා බිසව බුදුරදුන්ගේ උපායශීලී මාර්ගෝපදේශනයෙන් ලොව සියල්ල අනිත්‍ය බව වටහාගෙන සියලු කෙලෙස් රෝග සුවපත් කොට ගෙන සදා සැනසීම උදාකරගත් තැනැත්තියකි.⁷⁹

මෙලෙසින් මානසික රෝග සුවපත් කරගත් බෙහෝ කාන්තාවන් පිළිබඳ තොරතුරු පේරිගාථාවල ද සඳහන් වේ. එයට අමතරව ශ්‍රාවක වර්ත දෙස බැලීමේ දී නන්ද කුමරුන් හට ජීවිතයේ අසාර බව පෙන්වීම සඳහා දෘශ්‍ය මාධ්‍ය ඉගැන්වීමේ ක්‍රමය යටතේ කරුණු අවබෝධ කර දී මෙසේ අවවාද කළ සේක.

යම් සේ මනාව සෙවිලි නොකළ ගෙය මහ වැස්සට තෙමෙන්නේය, (විනිවිදින්නේය) එසේම මනාව භාවනාවෙහි නොවැඩුණු නුපුරුදු සිත රාගය විනිවිදින්නේය.”

“ යම් සේ මනාව සෙවිලි කරන ලද ගෙය මහ වැස්සෙන් වුව ද විනිවිද නොයන්නේය. එසේම මනාව භාවනාවෙහි පුරුදු කළ සිත රාගය විනිවිද නොයන්නේය.”⁸⁰

එසේ ම සතර පද ගාථාවක් වත් මතක තබා ගැනීමේ ශක්තියක් නොතිබූ වුල්ලපත්ථක තෙරුන්හට පිරිසිදු රෙදිකඩක් පිරිමැදීමෙන් ටිකෙන් ටික ජරාවට පත්වන බව සරල උදාහරණ මගින් පුද්ගලයාගේ මානසික සුවතාව ගෙනදීමත්,⁸¹ සැඩපරුෂ අලවුයකු ශාන්තවුත් දුරදර්ශිවුත් ක්‍රමෝපායන් මගින් දමනය කර ගත් ආකාරයත්,⁸² දෙස බැලීමේ දී මානසික විකෘතිතාවයනගෙන් පෙළුණු බොහෝ දෙනා බුදු දහමින් එම රෝග යටපත් කොට ගෙන සැනසීම ලබා ගත් බවට කදිම නිදසුන් වේ. මෙසේ බුදුන්වහන්සේගේ දහම් ඖෂධය පානය කොට කෙලෙස් රෝග සුවපත් කරගත් පුද්ගලයන් පිළිබඳ පාලි සාහිත්‍ය තුළ බහුලව දක්නට ඇත. ඒ අතර පේරි ගාථා හා පේරි ගාථා සුවිශේෂී වේ.

මේ අනුව මෙතෙක් ඉදිරිපත් කළ සියලු කරුණු සැලකීමේදී බුදුන්වහන්සේ මානසික රෝග සඳහා උසස් ප්‍රතිකාර ලබා දුන් උසස් මනෝ වෛද්‍යවරයෙක් බව තහවුරු වේ.

පාදක සටහන්

1. මජ්ඣිම නිකාය, පියජාතික සූත්‍රය, 534 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
2. බුද්දදාස, ආර්, වරක සංඝිතා, සිංහලානුවාදය, 545, 546 පිටුව, 1960
3. ධම්ම පද, ජරාවග්ග 8-9 ගාථා
4. මහාවග්ග පාළි 1, 16 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
5. ධම්මපද තණ්හා වර්ගය, 21 ගාථාව
6. -එම-, තණ්හා වර්ගය, 5 ගාථාව
7. අංගුත්තර නිකාය 5, 9, 1, 3, 3, 448 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
8. මජ්ඣිම නිකාය 1, චූළ සච්චක සූත්‍රය, 552 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
9. මහාවග්ග පාළි 1, 30 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
10. -එම-, 30 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
11. සංයුක්ත නිකාය 1, 1.7.2 චිත්ත සූත්‍රය, 72 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
12. ආනන්ද මෙමත්‍රිය හිමි, බලන්ගොඩ, (සංස්) මිලින්ද පඤ්භො, 291 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
13. සුන්ත නිපාත, සෙල සූත්‍රය, 176 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
14. ඉතිවුත්තක පාළි, බ්‍රාහ්මණ සූත්‍රය, බු.ජ.ත්‍රි.
15. අංගුත්තර නිකාය 6, 10, 3, 1, 8, 392 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
16. -එම-, 10, 3, 1, 9, 394 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
17. මිලින්ද පඤ්භ, අනුමාන වග්ග, 290 පිටුව.
18. මජ්ඣිම නිකාය 1, සල්ලේඛ සූත්‍රය, 96 - 102 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි
19. -එම-, 102 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
20. -එම-, 104 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
21. මජ්ඣිම නිකාය 1, සම්මාදිට්ඨි සූත්‍රය, 112 -132 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
22. අංගුත්තර නිකාය 6, 10, 3, 1, 8, 392 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
23. -එම-, 10, 2, 5, 420 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
-එම-, 10, 3, 2, 6, 422 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
24. -එම-, 10, 3, 1, 8, 394 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
25. -එම-, 10, 3, 1, 9, 396 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.

26. අංගුත්තර නිකාය, 10, 3, 10, 432 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
27. -එම- 5, 9, 2, 2, 552 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
28. -එම-, 9, 2, 2, 2, 552 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
29. -එම-, 9, 2, 2, 3, 554 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
30. -එම-, 9, 2, 2, 4, 554 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
31. -එම-, 9, 2, 2, 5, 554 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
32. -එම-, 9, 2, 2, 7, 556 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
33. -එම-, 9, 2, 2, 8, 556 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
34. මජ්ඣිම නිකාය 1, සබ්බාසව, 28 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
35. දීඝ නිකාය 2, මහාසතිපට්ඨාන සූත්‍රය, 474 - 476 පිටු, බු. ජ. ත්‍රි.
36. අංගුත්තර නිකාය 5, 8, 1, 3, 9, 128 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
37. සංයුක්ත නිකාය 4,9,1,6 සම්මජ්ජධානා සූත්‍රය, 636 පිටුව බු. ජ. ත්‍රි.
38. -එම-, ඉද්ධිපාද සූත්‍රය, 636 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
39. -එම-, ඉන්ද්‍රිය සූත්‍රය, 636 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
40. -එම-, ඉන්ද්‍රිය සූත්‍රය, 636 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
41. සංයුක්ත නිකාය 1, ජට්ඨා සූත්‍රය, 26 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
42. - එම-
43. අංගුත්තර නිකාය 5, 4,4, 2,9, 302 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
44. සංයුක්ත නිකාය, ආලවක සූත්‍රය 382 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
45. සංයුක්ත නිකාය 1, උපට්ඨාන සූත්‍රය, 352 - 354 පිටු බු. ජ. ත්‍රි.
46. සංයුක්ත නිකාය 4, අවිජ්ජාපහාන සූත්‍රය, 68 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
47. -එම-, සඤ්ඤාජනපහාන සූත්‍රය, 70 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
48. -එම-
49. -එම-, ආසයජපහාන සූත්‍රය, 72 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
50. -එම-, ආසවසමුත්ඝාත සූත්‍රය, 72 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
51. -එම-, අනුසයජපහාන සූත්‍රය, 72 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
52. -එම-, අනුසයසමුත්ඝාත සූත්‍රය, 74 පිටුව බු. ජ. ත්‍රි.
53. -එම-, 5, 2, ධම්මවක්කජ්ජවත්තන සූත්‍රය, 270 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
54. -එම-, 4, සබ්බුපාදාන පරියාදාන සූත්‍රය, 76 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
55. -එම- 4, දුතිය සබ්බුපාදාන පරියාදාන සූත්‍රය, 78 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
56. සංයුක්ත නිකාය 1, ඤානා සූත්‍රය, 422 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
57. -එම-, සුභාසික ජය සූත්‍රය, 398 පිටුව, බු. ජ. ත්‍රි.
58. -එම-, ධජග්ග සූත්‍රය, 392 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
59. අංගුත්තර නිකාය 1,1,16,1,1 සහ 1.16, 7.2, 10-62 පිටු, බු.ජ.ත්‍රි.
60. -එම-, 1, 1.16, 6. 62 සිට 72 -84 පිටු, බු.ජ.ත්‍රි.
- 61 -එම-, 5,9.25.1, 570 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
62. -එම-, 2,4,4,2,10,304 පිටුව. බු.ජ.ත්‍රි.
63. -එම-, 2,4,4,2,10,304 පිටුව. බු.ජ.ත්‍රි.
64. - එම -
65. ධම්මවංශ හිමි, මාතර, සිංහල විශ්වවිද්‍යාල මාග්ගීය, 168 පිටුව.
66. ධම්ම පදය, මග්ගවග්ගය, 5 ගාථාව
67. -එම-, 6 ගාථාව.
68. -එම-, 7 ගාථාව.
69. -එම-, 8 ගාථාව.
70. සුදම්මානන්ද හිමි, අතුරුගිරියේ, කම්මලාන සංග්‍රහය, 1996.
71. චුල්ලවග්ග පාළි 2, සේනාසනක්ඛන්ධක, 162 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
72. සංයුක්ත නිකාය 1, කුකුඨ සූත්‍රය, 104 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
- 73 ධම්ම පදය, සුඛ වග්ගය, 1 ගාථාව.
74. -එම-, 2 ගාථාව.
75. -එම-, 3 ගාථාව.
76. -එම-, 4 ගාථාව.
77. ධම්මපදවිධි කථාව 1, පටාචාරාචේරියා වජ්ඣු, 339 පිටුව, හේවාචිතාරණ 1919.
78. - එම - 1, කිසාගොතමීය වජ්ඣු, 341 පිටුව, හේවාචිතාරණ 1919.
79. - එම - 2, බෙමාචේරියා වජ්ඣු, 605 පිටුව, හේවාචිතාරණ 1922.
80. ධම්ම පදය, යමක වග්ගය, 13,14, ගාථා.
- 81 චේරගාථා - දසකතිපාන - චූළපන්ථක චේරගාථා, 156 පිටුව, බු.ජ.ත්‍රි.
82. සංයුක්ත නිකාය. 1, ආලවක සූත්‍රය, 380, පිටුව. බු.ජ.ත්‍රි.

