

ආතක කතාවන්හි නිරූපිත අසාමාන්‍ය චර්යා

පුජ්‍ය ඕපාන සමිත හිමි¹

Abstract

Abnormal behavior can be introduced as a basic topic for discussion in modern psychology. Every act that is not normal and is not accepted by the general society and violates the religious and cultural theories is interpreted as abnormal behavior. This includes many issues, especially drug addiction, abnormal sexual behavior, depression and anxiety-based behavioral disorders, and suicide. Each of these actions has a strong impact on the individual as well as the society. Abnormal psychology also attempts to correctly identify these negative behaviors of human being and give them clinical and instructional solutions to turn those abnormal behaviors into normal behaviors. Abnormal Psychology Before introducing the abnormal characters themselves, one can better understand the way the abnormal behavior of individuals is depicted in the Jataka book. Many such mental and behavioral disorders are encountered in many Jataka stories based on personal

1 සහකාර කලීකාමාර්ය, පාලි හා බෞද්ධ අධ්‍යයන අංශය, කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය, ශ්‍රී ලංකාව.

characters. All of them are like abnormal behaviors that are also discussed in modern psychology. In this research, we hope to study how the Buddha explained about abnormal behavior in the sixth century BC, long before modern psychology has done research on abnormal behavior.

Keywords: *Abnormal Psychology, Buddhist Psychology, Jataka Stories, Meditation*

පර්යේෂණ ගැටලුව

ජාතක කතාවන්හි අසාමාන්‍ය චර්යා කොතෙක් දුරට අන්තර්ගත වේ ද? යන්න විමර්ශනය කිරීම මෙහි පර්යේෂණ ගැටලුවයි.

පර්යේෂණ අරමුණු

පුද්ගලයා තුළ ක්‍රියාත්මක වන අසාමාන්‍ය චර්යා කුමක් දැයි සකාරණව ප්‍රකට කර ගැනීම මෙන් ම මෙම අසාමාන්‍ය චර්යා කොතෙක් දුරට ජාතක කථාවන්හි ඇතුළත් ව ඇත් ද යන්න විමසීමත්, එවැනි ලක්ෂණයන්ගෙන් යුත් වර්තමාන පොදු සමාජයේ තවමත් ජීවත් වන බව තහවුරු කර ගැනීමත් මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණයි. එමෙන් ම අසාමාන්‍ය චර්යා විෂයෙහි බුදුරදුන් ලබා දුන් අවවාද හා අනුශාසනා නූතන ලෝකය තුළ කෙසේ උපයුක්ත කර ගත හැකි ද? යන්න විමසීම හා ඒවායේ අකාලික බව, විශ්ව සාධාරණ බව මෙහි දී වෙසෙසින් අධ්‍යයනය කෙරේ.

පර්යේෂණ සීමාව

අධ්‍යයනයේ පහසුව පිණිස මෙහි දී පන්සිය පනස් හතක් වූ ජාතක කතා අතුරින් තෝරා ගත් ජාතක 10 ක් ගෙන මෙම පර්යේෂණය සිදු කෙරේ.

සාහිත්‍ය විමර්ශනය

ජාතක කතා හා ජාතක කතා සාහිත්‍යය පිළිබඳ සිංහල හා ඉංග්‍රීසි බසින් රචනා වී ඇති ග්‍රන්ථ බොහෝ ය. එමෙන්

ම ජාතක පොත අළලා විවිධ ශාස්ත්‍රීය පර්යේෂණයන් ද මේ වන විටත් ශාස්ත්‍රීය ලෝකය පුරා සිදු ව ඇත. නමුත් ජාතක කතාවන්හි නිරූපිත අසාමාන්‍ය වර්‍යා පිළිබඳව ලිය වී ඇති ග්‍රන්ථ හා ලිපිලේඛන, පර්යේෂණ පත්‍රිකා ඉතා අල්ප ය. “ජාතක කතා අත්භූතය හා යථාර්ථය” යන මෑයෙන් ගිහාන් හෙට්ටිආරච්චි විසින් රචනා කරන ලද පර්යේෂණාත්මක කෘතිය මෙහි දී වැදගත් වේ. නමුත් ඔහු අප සාකච්ඡා කිරීමට බලාපෙරොත්තු වන විෂය පථය ස්පර්ශ නොකරයි. ඔහු විසින් සිදු කරනුයේ ජාතක කතාවන්හි අන්තර්ගත අත්භූත සිද්ධි හෙවත් පෙර නොවූ විරූ දෑ ගෙන විස්තර කිරීමක් පමණි. පාතේගම ඥානාරාම හිමි ජාතක කතා පිළිබඳ අධ්‍යයනය කරන ලද තවත් උගතෙකි. උන්වහන්සේ සිය අධ්‍යයනයේ දී ජාතක කතාවන්හි ඓතිහාසික සංවර්ධනය, නිර්මාණ ක්ෂේත්‍රය, උපාංග, කර්තෘ, කාලය ආදී කරුණු කෙරෙහි අවධානය යොමු කර ඇත. නිවන්මග ශාස්ත්‍රීය සංග්‍රහයෙහි හතළිස් අටවන කලාපය සඳහා යූ. ඩබ්. එල්. ප්‍රනාන්දු “ජාතක පොත හා අසාමාන්‍ය වර්‍යා” යන මෑයෙන් ශාස්ත්‍රීය ලිපියක් එක් කොට ඇති අතර එහි දී ඇය ජාතක කතා කිහිපයක් ගෙන ඒවායෙහි නිරූපිත අසාමාන්‍ය වර්‍යා පිළිබඳ සාකච්ඡා කර ඇත.

පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය

ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය උපයෝගී කර ගනිමින් සිදුකෙරෙන මෙම පර්යේෂණයේ දී ත්‍රිපිටකයන් ජාතක පොත් වහන්සේන් ප්‍රාථමික මූලාශ්‍රය වශයෙන් භාවිතයට ගැනේ. එමෙන් ම ද්විතීයික මූලාශ්‍රය වශයෙන් මෙම ප්‍රස්තුතයාගත විෂය පථය තුළ රචනා වී ඇති ග්‍රන්ථ හා ලිපි ලේඛන යොදා ගැනීමට අපේක්ෂිත ය.

උපහත්‍යය

ඇතැම් පුද්ගලයන් සතු අසාමාන්‍ය වර්‍යා මෙන් ම එවැනි අසාමාන්‍ය වර්‍යාවන්ගෙන් මිදීමේ ක්‍රමවේදයන් ද ජාතක පොත් වහන්සේ තුළින් නිරූපණය වේ.

අසාමාන්‍ය චර්යා පිළිබඳ හැඳින්වීම

අධ්‍යාපනයේ දී අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යා විෂය ක්ෂේත්‍රය තුළ (Abnormal Psychology) සාකච්ඡාවට ගැනෙන මූලික අධ්‍යයනයක් වශයෙන් අසාමාන්‍ය චර්යා (Abnormal Behavior) යන්න අපට හඳුන්වා දිය හැකි ය. අසාමාන්‍ය චර්යාවන් යනු කුමක් ද? යන්න පිළිබඳ විමසා බැලීමේ දී එය සාමාන්‍ය චර්යාවන්ගෙන් (Normal Behavior) වෙන් කොට හඳුනා ගැනීමට නිශ්චිත ඵලඹුමක් තවමත් ඉදිරිපත් ව නැත. කෙසේ වෙතත් අසාමාන්‍ය චර්යා පිළිබඳ මෙතෙක් විග්‍රහ වී ඇති විවිධ අර්ථකථනයන් හා දර්ශනයන් ඔස්සේ විමසා බැලීමේ දී යම් පුද්ගලයෙකු සතු චර්යාවන් සාමාන්‍ය චර්යාවක් ද? යන්න වෙන් කොට හඳුනාගත හැකි ය. සාමාන්‍ය චර්යා ඇති පුද්ගලයින්ගේ අසාමාන්‍ය චර්යා ඇති පුද්ගලයන් වෙන් කොට හඳුනා ගැනීමේ දී යම් අපගාමී චර්යාවක් දිගු කලක් පැවතීම එම චර්යාව මඟින් ඔහුට හෝ සමාජයට හානිකර බවක් ඇති වීම ආදිය නිර්ණායක වශයෙන් ගනු ලබයි. මේ පිළිබඳව තව දුරටත් කරුණු අනාවරණය කර ගනු පිණිස මනෝවිද්‍යාඥයින් විසින් ඉදිරිපත් කර ඇති නිර්වචනයන් කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කිරීම වැදගත් ය. එහි දී ජේම්ස්. ඩී. පේජ් (James. D. Page) නම් මනෝවිද්‍යාඥයා “අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යාව අසාමාන්‍ය මිනිසුන්ගේ චර්යාවන් හා මානසික ක්‍රියාදාමයන් අධ්‍යයනය කරනු ලබන මනෝවිද්‍යාත්මක ශාඛාවකි.”² යනුවෙන් අදහස් දක්වා ඇත. එසේ ම ජේම්ස්. ඩී. කොලම්ප අසාමාන්‍ය චර්යාවන් අවබෝධ කර ගැනීමේ සමස්ථ අනුකූලතාවයන් හා සංවර්ධනයන් පිළිබඳ මනෝවිද්‍යාත්මක මූලධර්ම හා සුවිශේෂී විෂය ක්ෂේත්‍රය අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යාව යනුවෙන් හඳුන්වයි³. මනෝවිද්‍යාඥයින් දක්වන ලද එම නිර්වචනයන්ට අමතර ව පොදුවේ අසාමාන්‍ය චර්යා පිළිබඳ ඉදිරිපත්ව ඇති අර්ථ විවරණයන් ද පවතී. ඒවා මූලික වශයෙන් සමාජ සම්මුති නිර්වචන යනුවෙන් හා සංඛ්‍යාත්මක නිර්වචන යනුවෙන් හඳුන්වා දිය හැකි ය.

2 පියධම්ම හිමි, අත්තරගම, 2016, අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යා ප්‍රවේශය, සමයවර්ධන ප්‍රකාශන, කොළඹ, පිටුව 28.
 3 එම, පිටුව 29.

ඇතැම් වර්ෂාවන් සාමාන්‍ය හෝ අසාමාන්‍ය යනුවෙන් වර්ගීකරණය කිරීමේ දී සාමාජිකයන් වශයෙන් පිළිගත් න්‍යායන් මෙන් ම ආගමික සහායත්වය මත පිළිගත් ඉගැන්වීම් යොදා ගනු ලබයි. ඒ අනුව පොදු සමාජය වැරදි යැයි සම්මත කර ගත් මෙන් ම පාරම්පරිකව සිදු කර ගෙන පැමිණි කාරණා වෙනස් කරමින් කටයුතු කිරීම අසාමාන්‍ය වර්ෂාවකි. උල්මන් හා සුස්තර් දක්වන අන්දමට “සමාජ සම්මතයට අනුකූලව සෑම වර්ෂාවක් ම සාමාන්‍ය වර්ෂා වන අතර සම්මතයට පරිබාහිර ඕනෑම වර්ෂාවක් අසාමාන්‍ය වර්ෂා වේ.”⁴ සංඛ්‍යාත්මක නිර්වචනයන් ඉදිරිපත් වන්නේ සංඛ්‍යාත්මක දෘෂ්ටිකෝණයකින් ගණනය කිරීමෙනි. සාමාන්‍යයකට අන්තර් ග්‍රහණය කළ හැකි ය. සියලු වර්ෂා සාමාන්‍ය වර්ෂා වන අතර එයින් බැහැර වන වර්ෂාවන් අසාමාන්‍ය වේ.

ඉහත දක්වන ලද නිර්වචනයන්ට අනුව ගම්‍ය වන්නේ අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳ ව හෝ අසාමාන්‍ය වර්ෂා පිළිබඳ ව නිශ්චිත මෙන් ම නිවැරදි ඵලඹුමකට පැමිණීමට තවමත් නොහැකි වී ඇති බවයි. ඒ ඒ උගතුන් කලානුරූපී ව සිය මතයන් ඉදිරිපත් කර තිබුණ ද ඒවායෙහි අඩු උහුඬුකම් ගණනාවක් දක්නට ලැබේ. ඒ අතුරින් ඇතැම් නිර්වචනයක් ඉදිරිපත් ව ඇත්තේ පුද්ගලයාගේ වර්ෂාත්මක පැතිකඩ පමණක් සැලකිල්ලට ගෙන ය. කායික මෙන් ම මානසික යන දෙයාකාරයෙන් ම පරීක්ෂා කොට අසාමාන්‍ය වර්ෂාවන් යනු මෙය යැයි නිවැරදි ව ඉදිරිපත් ව ඇත්තේ අල්ප වශයෙනි. උල්මන් හා සුස්තර් ඉදිරිපත් කර ඇති සමාජ සම්මත න්‍යාය පදනම් කර ගනිමින් ඉදිරිපත් කර ඇති නිර්වචනයේ දී සාධාරණ හා නිරවද්‍ය බවක් අපට දක්නට නොලැබේ. ඔවුන් දක්වන අන්දමට සමාජය පොදුවේ බහුතර පිරිස පිළිගත් දෙයින් පටහැනි ව ක්‍රියා කිරීම අසාමාන්‍ය වර්ෂාවකි. නමුත් ඇතැම් වැරදි මතයන් ගත් ක්‍රියාවන් එක් එක් සමාජවල පොදුවේ සම්මත යැයි පිළිගෙන ඇත. එම වැරදි වර්ෂාවන්ගෙන් ඉවත් ව නිවැරදි වර්ෂාවකට ඵලඹීම අසාමාන්‍ය වර්ෂාවක් ලෙස අර්ථකථනය කිරීම කොතෙක් දුරට සාධාරණ වන්නේ ද? යන්න සිතිය යුතු ය. අනෙක්

4 එම, පිටුව 11.

කරුණ නම් සමාජය පිළිගත් කාරණාවන් කාලයෙන් කාලයට, ප්‍රදේශයෙන් ප්‍රදේශයට, රටෙන් රටට, සංස්කෘතියෙන් සංස්කෘතියට වෙනස් ස්වරූප ගනී. මෙසේ වෙනස් වීමකට ලක්වන සමාජය එළඹුම් ඇති නම් සමාජ වර්ගයා වැරදි වශයෙන් හෝ නිවැරදි වශයෙන් බෙදා වෙන් කර ගනු ලබන්නේ කෙසේ ද? ඒ අනුව උල්මත් හා සුස්තර්ගේ අදහස පූර්ණ නිර්වචනයක් වශයෙන් අපට පිළිගත නොහැකි ය.

සාමාන්‍ය හා අසාමාන්‍ය වර්ගයා වෙන් කොට හඳුනා ගැනීම

මිනිස් වර්ගයා පිළිබඳ අධ්‍යයනය කිරීමේ දී ඒවා සාමාන්‍ය හෝ අසාමාන්‍ය යනුවෙන් වෙන් කොට හඳුනා ගැනීම සඳහා තවමත් නිශ්චිත නිගමනයකට පැමිණ නොමැති බව අපි ඉහත දී සඳහන් කළෙමු. මන්ද මිනිස් වර්ගයාවන් රටින් රටට, සංස්කෘතියෙන් සංස්කෘතියට, නගරයෙන් නගරයට, ආගමෙන් ආගමට වෙනස් වන නිසාවෙනි. ඒ අනුව එකී සමාජයකට හෝ සංස්කෘතියකට පටහැනි දේ සිදු කිරීම අසාමාන්‍ය වර්ගයාවක් වශයෙන් හැඳින්වීම කොතෙක් දුරට සාධාරණ වේද, යන්න සිතිය යුතු ය. ඒ අත් කවර කරුණක් නිසා හෝ නොව එක් සමාජයක අසම්මත යැයි පිළිගන්නා හැසිරීම් තවත් සමාජයක් සම්මත වර්ගයාවක් වශයෙන් පිළිගැනීමයි. කෙසේ වෙතත් මනෝවිශේෂඥයන්ට අනුව කවර හෝ වර්ගයාවක් අසාමාන්‍ය බවට පත්වීම සඳහා කරුණු කිහිපයක් බලපෑ හැකි ය.

1. මනෝ මූලික සාධක
2. සමාජ පාරිසරික සාධක
3. සමාජ ආශ්‍රය හා සම්බන්ධ සාධක
4. නිරෂචිය හා වෙනත් ප්‍රජනන සාධක.⁵

යම් පුද්ගලයෙකු තුළින් නිරූපණය වන වර්ගයාවන් සාමාන්‍ය වර්ගයාවක් ලෙස හඳුනා ගැනීම පිණිස ද කරුණු කිහිපයක් ඉවහල්

5 පෙරේරා, ඥානදාස, 2007, අසාමාන්‍ය වර්ගයා පිළිබඳ මනෝවිද්‍යාත්මක විග්‍රහයක්, සහසු ප්‍රකාශකයෝ, කොළඹ, පිටුව 01.

කර ගත හැකි ය. එහිදී යමෙක් පොදු සමාජයක පිළිගන්නා යහපත් යැයි සම්මත ක්‍රියාවන්හි නියැලීම සංස්කෘතික රාමුවෙන් ඔබ්බට නොයා කටයුතු කිරීම, ආගමික සහයත්වයට ගරු කිරීම ආදිය මූලික වේ. එමෙන් ම යම් වර්ගයක් සාමාන්‍ය වර්ගයන්ගෙන් වෙන් කොට හඳුනා ගැනීමට හා ඒවා අසාමාන්‍ය වර්ගයක් ලෙස හුවා දැක්වීමට නිර්ණායක කිහිපයක් පවතී. එනම්,

පොදුවේ තරක යැයි සම්මත හෝ අසම්මත දේවල් සාධාරණීකරණය කිරීම හෝ එවැනි දේවල් හොඳ දේවල් ලෙස පිළිගැනීම. තවත් කෙනෙකුට හානි කරවූ දේවල් එසේ නොවන බව සහේතුකව විශ්වාස කිරීම. සියලු දේ සඳහා විරෝධ ආකල්ප ඇති වීම. යථාර්ථයට ගරු නොකිරීම. සියලු කටයුතු සාර්ථකව කර ගත නොහැකි වීම. ඇතැම් විට හිංසන ක්‍රියාවල නිරත වීම. මනා පෞරුෂයක් නොපෙන්වීම.⁶

මෙම නිර්දේශයන්ට අනුව යමෙකු අසාමාන්‍ය මනෝභාවයකින් හෝ අසාමාන්‍ය වර්ගයකින් පෙළෙන අයෙක් ද යන්න මැනවින් වටහා ගත හැකි ය. මීට අමතරව අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යාව තුළ අසාමාන්‍ය වර්ගය හඳුනා ගැනීම සඳහා දර්ශක කිහිපයක් ද ඉදිරිපත් ව ඇති අතර ඉන් යමෙකු අසාමාන්‍ය වර්ගයකින් පෙළෙන්නේ ද, නැද්ද යන්න තීරණය එළඹීම පහසු වේ. යම් පුද්ගලයෙකු සතුව අසාමාන්‍ය වර්ගයක් පවතී යැයි නිශ්චිත එළඹුමකට පැමිණීමට නම් එම වර්ගය බොහෝ කාලයක් පැවතීම අනිවාර්ය වූවකි. මනෝ වෛද්‍යවරුන් දක්වන අන්දමට එම රෝගී කාලය ඇතැම් විට මාස තුනක් (03) හෝ මාස හයක් (06) අවම වශයෙන් පැවතිය යුතු ය. සංකීර්ණ වූ අක්‍රමිකතාවයන් නිවැරදිව හඳුනා ගැනීම සඳහා මානසික අක්‍රමිකතා පිළිබඳ අත්පොත (Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorders) නම් කෘතියෙහි මූලික සාධක හතරක් ඉදිරිපත් කර ඇත.

6 එම, පිටුව 02.

- i. අපගමනතාව (Deviance)
- ii. දොම්නස (Distress)
- iii. අකර්මන්‍යතාව (Dysfunction)
- iv. අන්තරාදායක බව (Danger)⁷

අපගමනතාව (Deviance)

යම් පුද්ගලයෙකු විසින් කරනු ලබන ක්‍රියාවකින් සාමාජික වශයෙන් හෝ සංස්කෘතික වශයෙන් පිළිගත් යම් රාමුවක් බිඳ වැටෙන්නේ ද, මිනිසුන්ගේ දෝෂාරෝපණයට ලක් වන්නේ ද එම වර්ගයට අසාමාන්‍ය වර්ගයක් වශයෙන් සැලකේ. එමෙන්ම එම වර්ගයට මගින් තවත් පුද්ගලයෙකුගේ මානසික ක්‍රියාකාරීත්වයේ හෝ වර්ගයේ සම්මත බිඳ වැටීම් ආදිය ද සිදු විය යුතු ය. අසාමාන්‍ය වර්ගය යන්න සඳහා යෙදෙන තවත් වචනයක් ලෙස අපගාමී (Deviant Behavior) වර්ගය යන්න ද හැඳින්වේ. උගතුන් දක්වන අන්දමට සමාජ විරෝධී සාපරාධී ක්‍රියාවන්හි යමෙක් හැසිරෙනු ලබන්නේ ද එවැනි පුද්ගලයන් මෙම කොටසට ඇතුළත් ය. ඇමරිකානු සමාජ විද්‍යාඥයෙකු වන මාෂල්. බී. ක්ලිනාඩ් (Marshall B. Clinard) දක්වන අන්දමට පොදු සමාජය විසින් ප්‍රතික්ෂේප කළ, නොසලකා හරින ලද ක්‍රියාවන් අපගාමී වර්ගයන් වන බවයි.

වර්ගාත්මක වශයෙන් මිනිසා සතු වෙනස්කම් සමාජයෙන් සමාජයට, සංස්කෘතියෙන් සංස්කෘතියට අන්‍යන්‍ය වූ අන්දමින් දැක ගත හැකි ය. මන්ද, ඇමරිකානු සමාජය ඉතා උසස් යැයි පිළිගන්නා ඇතැම් කාරණා ලාංකීය සමාජයට, සංස්කෘතියට නොගැළපෙන්නාක් මෙන් ම ලාංකීය සමාජය තුළ උසස් යැයි සම්මත කරුණ ඇමරිකානු සමාජය තුළ මෙතරම් පිළිගැනීමකට ලක් නොවේ. නිදසුනක් සපයමින් මේ පිළිබඳ සාකච්ඡා කළහොත් ලංකාව තුළ ආගමික ස්ථානයන්හි පවත්වනු ලබන ගිනි පැහිම් ආදී ක්‍රියාවන් වෙනත් යුරෝපීය රටවල අසාමාන්‍ය මානසික හා

7 විමලධම්ම හිමි, කෝන්කඳවල, 2017, අසාමාන්‍ය මනෝද්‍යාව, ඇස් ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ, මරදාන, පිටුව 16.

වර්යාත්මක ලක්ෂණයක් වශයෙන් සලකනු ලබයි. කලානුරූපී ව ද ගත් කල්හි යම් යම් ක්‍රියාවන්හි සම්මත හෝ අසම්මතභාවය පිළිබඳ ගැටළු මතු වීම දක්නට ලැබේ. විශේෂයෙන් යටත් විජිත සමයට පෙර ලාංකීය සමාජය තුළ එකගෙයි කැමේ චාරිත්‍රය ඉතා ම සාමාන්‍ය වූ සිරිතක් ව පැවතුණි. එහි දී පුරුෂයන් දෙදෙනෙකු හෝ ඊට වඩා වැඩි පිරිසක් (සහෝදරයන්) එක් ස්ත්‍රියක් සමඟ විවාහ වීමක් සිදු වේ. නමුත් ඉංග්‍රීසි පාලන සමයේ එක් පුරුෂයෙකු උදෙසා එක් ස්ත්‍රියක් පමණක් විවාහ කර ගැනීමට අවසර ලබා දීමක් සමඟ වත්මන වන විට එකගෙයි කැම වැනි චාරිත්‍ර පිළිකුල් සහගත ක්‍රියාවක් බවට පත් ව ඇත. මේ අනුව අතීතයේ පොදුවේ සම්මත යැයි පිළිගත් කාරණාවක් කල්ගත වීමත් සමඟ අසම්මත පදයක් වශයෙන් හෝ අසාමාන්‍ය වර්යාවක් වශයෙන් හඳුන්වන්නේ කෙසේ ද යන්න ගැටලුවකි.

යම් වර්යාවක් අසාමාන්‍ය යැයි නිශ්චිතව සනාථ කර ගැනීමට නම් එම වර්යාවේ නිරත වනු ලබන කාලය පිළිබඳ ව ද වෙසෙසින් සලකා බැලිය යුතු ය. සායනික මනෝවිද්‍යාඥයන් දක්වන අන්දමින් යම් අසාමාන්‍ය අවස්ථාවක ද පුද්ගලයෙකු අසාමාන්‍ය වර්යාවන්හි නිරත වේ නම් එම වර්යාව අසාමාන්‍ය නොවන බව කියා සිටී. විශේෂයෙන් අපගේ සම්පතම පුද්ගලයෙකු මියගිය විට හැඬීම, වැළපීම ආදිය සිදු වේ. එය සාමාන්‍ය ජීවිතයේ වෙනත් අවස්ථාවන්හි නොවන සිදු වීමකි. නමුත් එවැනි අවස්ථාවක දී සිදු කරනු ලබන වර්යාවන් අසාමාන්‍ය වර්යා වශයෙන් හැඳින්වීමෙන් වැළකී සිටිය යුතු ය. මේ පිළිබඳ අදහස් දක්වා ඇති වික්ට(ර්), ඊ. ෆ්රැන්කල් (Viktor E. Frankl) නම් සාංදෘෂ්ටිකවාදී මනෝවිද්‍යාඥයා “මිනිස් දිවියේ අරුත සොයා” (Mans search For Meaning) නම් ග්‍රන්ථයේ සඳහන් කොට ඇත්තේ “කිසියම් පුද්ගලයෙකු අසාමාන්‍ය අවස්ථාවක දක්වන අසාමාන්‍ය ප්‍රතිචාරය සාමාන්‍ය” යනුවෙනි.⁸

8 එම, පිටුව 19.

දොම්නස (Distress)

යම් පුද්ගලයෙකු දෛනික ජීවිතයෙහි වැඩි වෙලාවක් කණගාටුවෙන් (Distress), කලකිරීමෙන් (Doldrums) පසු වන්නේ ද ඔහුට එම පුද්ගලයාට යම් මානසික අක්‍රමිකතාවයක් ඇතැයි පිළිගැනේ. සායනික මනෝවෛද්‍යවරුන් දක්වන අන්දමට යම් පුද්ගලයෙකුගේ අදහස් මතවාද හා විත්තවේග ආදිය පමණක් පදනම් කර ගනිමින් එම පුද්ගලයාගේ වර්යාවන් අසාමාන්‍ය යැයි තීරණය කළ නොහැකි ය. ඒ අනුව දොම්නස අසාමාන්‍ය වර්යා පිළිබඳ නිර්ණය කිරීමේ දී යම් සාධකයක් වශයෙන් ගත්ත ද එය ම පමණක් සම්පූර්ණයෙන් සැලකිල්ලට ගෙන යම් අසාමාන්‍ය වර්යාවක් ඇතැයි යන්න තීරණය නොවේ. නිදසුනක් ගෙන සලකා බැලීමේ දී යම් පුද්ගලයෙකු සමාජ විරෝධී ක්‍රියාවන් සිදු කරමින් හැසිරුණ මුත් ඔහු ඒ පිළිබඳ කිසිදු පසුතැවීමක් හෝ කාංසාවකින් පසු නොවී සතුටින් පසුවේ නම් ඔහුට අසාමාන්‍ය වර්යාවක් නොමැති බවට නිගමනය කිරීමට නොහැකි ය. ඒ අනුව අපට පැහැදිලි වන්නේ අසාමාන්‍ය වර්යා විනිශ්චයේ දී දොම්නස පමණක් සැලකිල්ලට නොගත යුතු බවයි.

අකර්මන්‍යතාව (Dys function)

අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යාවට අනුව අකර්මන්‍යතාව යනු යම් අභ්‍යන්තර ක්‍රමවේදයක් මඟින් කිසියම් ක්‍රියාවක් සිදුකිරීමට ස්වභාවයෙන් ම හැඩ ගැසී තිබුණ ද එම ක්‍රියාව නිසියාකාර ව සිදු කිරීමට නොහැකි වීමයි. මෙය තවදුරටත් පැහැදිලි කරන්නේ නම් යමෙකුගේ දෛනික ජීවිතයේ සිදු වන දෑ නිසි පරිදි සිදු නොවේ නම් ඒවාට යම් බලපෑමක් වේ නම් එය අකර්මන්‍යතාවයක් ලෙස හැඳින්වේ. මෙසේ අස්වාභාවික ව යමෙකු වර්යාවන්හි වෙනස්කමක් පෙන්නුම් කරන්නේ නම් එම පුද්ගලයාට තමාගේ කටයුතු පිළිබඳ නොසැලකිලිමත් බව, රැකියාවේ ගැටළු ඇති කර ගැනීම ආදී ගැටළු මතු විය හැකි ය. සායනිකමය වශයෙන් මනෝ වෛද්‍යවරුන් යම් පුද්ගලයෙකුට අසාමාන්‍ය වර්යාවක් පවතී ද? යන්න තීරණය කිරීම සඳහා ඔහුගේ එක් හැසිරීම් රටාවක් පමණක්

නොව තමා වටා ඇති සාමාජිකය හා සංස්කෘතිකමය වටපිටාව ද ඉතා හොඳින් අධ්‍යයනය කරනු ලබයි. මන්ද, මිනිස් වර්ගයා වත් වෙනස් වීම සඳහා එම කාරණාවන් ද සෘජු ව බලපාන නිසා ය. ඇමරිකා එක්සත් ජනපදයෙහි මිවිගන් ප්‍රාන්තයේ පිවත් වන “අයිස් බේකර්ස්” නම් ජන සමූහයා සෑම වසරක ම නොවැම්බර් මාසයේ සිට පෙබරවාරි මාසය දක්වා සති අන්තයේ රට වටා ඇති විල්වල පිහිනමින් විනෝද වේ. මෙම ප්‍රදේශයේ ම වෙනත් පුද්ගලයෙකු මින් මිදී අත් කාර්යයක නිරතවන්නේ නම් එම පුද්ගලයාගේ වර්ගයා අසාමාන්‍ය වර්ගයාක් වශයෙන් හඳුන්වා දිය හැකි ය. ඇමරිකානු සමාජයේ එවැනි සංස්කෘතියක් තිබුණ ද ලාංකික සමාජයේ සති අන්ත දිනයන්හි සුපුරුදු වර්ගයාන්හි පමණක් යෙදෙන්නේ නම් එම පුද්ගලයාට අසාමාන්‍ය වර්ගයාක් ඇති බවට කිසිසේත් නොපිළිගනී. මේ හේතුව නිසා පුද්ගලයෙකුගේ යම් වර්ගයාක් සාමාන්‍ය හෝ අසාමාන්‍ය වන්නේ ද? යන්න නිවැරදි ව තීරණය කිරීම ඉතාම අපහසු කටයුත්තකි.

අන්තරාදායක බව (Danger)

යම් අසාමාන්‍ය වර්ගයාක් සහිත පුද්ගලයෙකු කිසිත් කරනු ලබන යම් කාර්යයක් නිසාවෙන් එම පුද්ගලයාට හෝ ඔහු වටා සිටින අනෙක් පුද්ගලයන්ට යම් අන්තරාදාය බවක් (Danger) ඇති වන්නේ ද, එවැනි තත්ත්වයන් මේ යටතේ සාකච්ඡාවට ගැනේ. විශේෂයෙන් මෙවැනි තත්ත්වයන් ඇති වන්නේ භ්‍රාන්තියෙන් (Hallucinations) හෝ මායාවන්ගෙන් (Delusions) පෙළෙන පුද්ගලයන් එම මායාවන් යථාර්ථවත් ව දැකීමට උත්සහ කිරීමට යාමෙනි. අප පෙර සඳහන් කළාක් මෙන් අන්තරාදායක බව පමණක් ම යම් පුද්ගලයෙකු ම අසාමාන්‍ය වර්ගයාක් පවතී යැයි තීරණය කිරීමට යොදා ගනු නොලබයි. මන්ද, සායනික මනෝ වෛද්‍යවරුන්ගේ මතයට අනුව විෂාදය භ්‍රාන්තිය ආදී අක්‍රමණකාවයන්ගෙන් පෙළෙන පුද්ගලයන් උත්මාදයට පත් එසේත් නොමැති නම් පිස්සු පුද්ගලයන් යැයි මිනිසුන් පැවසුව ද, එම සෑම පුද්ගලයෙකුගෙන්ම එක සමාන අන්දමින් අසාමාන්‍ය වර්ගයාන්

නිරූපණය නොවේ. ඒ අනුව පැහැදිලි වන්නේ යම් වර්යාවක් අසාමාන්‍ය යැයි තීරණය කිරීමේ දී එක් කරුණක් පමණක් නොව එම පුද්ගලයා වටා මෙන් ම සමාජීය හා සංස්කෘතික පරිසරය ද ඉතා සැකෙවින් පරීක්ෂා කළ යුතු ය.

ජාතක පොත් වහන්සේ හා අසාමාන්‍ය වර්යා

iv වන පණ්ඩිත පරාක්‍රම බාහු රාජ්‍ය සමයෙහි (ක්‍රි.ව 1302 - 1326) පාලි ජාතකටීඨකථා අනුසාරයෙන් ජාතක කතා සිංහල භාෂාවට පරිවර්තනය විය. මෙසේ ජාතක පොත් වහන්සේ පරිවර්තනය කිරීම සඳහා වෝළ දේශයෙන් පැමිණි තෙර නමකගේ අනුශාසකත්වය, මේධංකර නම් තෙරුන්වහන්සේ නමකගේ මඟ පෙන්වීම, හා පරාක්‍රම අධිකාර, වීරසිංහ ප්‍රතිරාජ යන ආමාන්‍යවරුන්ගේ අනුශාසකත්වය සෘජුව බලපා ඇත. මෙසේ රචනා වූ සිංහල ජාතක පොතෙහි කතා 547 ඇතුළත් ව ඇති නමුත් පාලි ජාතකටීඨකථා පොතෙහි අන්තර්ගත කථා ප්‍රමාණය ඊට වඩා සංඛ්‍යාත්මක වශයෙන් සුළු ප්‍රමාණයක් වැඩිය.

ජාතක කතා සාහිත්‍යය අධ්‍යයනය කිරීමේ දී ඒවා සියල්ල සැකසී ඇත්තේ පුද්ගල චරිත ගණනාවක් පාදක කර ගනිමින් ය, යන්න පැහැදිලි ය. මිනිස් සන්නානයේ පවත්නා සෘණාත්මක මානසික ආවේගයන් මෙන් ම අපගාමී වර්යා රචාවන් ද එහි විස්තරව ඇත්තේ අපූර්ව අන්දමිනි. ඒවා අතුරින් අධික කාමාශාව, සුරාපානය නිසා ඇති වූ අපගාමී වර්යාවන් මෙන් ම ඊර්ෂ්‍යාව, මෝහය, වෛරය නිසා ඇති වූ අපගාමී වර්යාවන් ද මූලිකත්වයක් ගනී. සාමාන්‍ය නුගත් ජනයා අතර ද ජාතක කථා අතිශයයෙන් ජනප්‍රියත්වයකට පත් ව ඇත්තේ ද මෙම කතාන්දර තුළින් කියවෙන මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් එම ජන සමාජය තුළින් ද දැක ගත හැකි නිසා ය. ඒ අනුව විවිධ මානසික හා වර්යාමය සංකූලතාවයන්ගෙන් පෙළෙන පුද්ගලයන්ට ස්වයං අවබෝධයක් මෙන් ම ප්‍රතිචාරාත්මක ක්‍රමවේදයක් ද ජාතක කතාවන්ගෙන් ලබා ගත හැකි ය. ජාතක පොතෙහි අන්තර්ගත බොහොමයක් චරිත හා සිදුවීම් බටහිර මනෝ

විද්‍යාවේ සාකච්ඡාවට ගැනෙන “මානසික අක්‍රමිකතා පිළිබඳ රෝග විනිශ්චය හා සංඛ්‍යා දත්ත අත්පොත”, රෝග පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සංඛ්‍යාන විද්‍යාත්මක වර්ගීකරණය” යන ග්‍රන්ථයන්හි සඳහන් බොහෝ මානසික අක්‍රමිකතා මෙන් ම කායික අක්‍රමිකතා ජාතක පොතෙහි ද අන්තර්ගත ව ඇත.

රාගය පිළිබඳ අසාමාන්‍ය වර්ග

මානව අවශ්‍යතාවන් අතුරින් ලිංගිකත්වයට (Sexuality) හිමි වන්නේ ප්‍රධාන තැනකි. තම වර්ගයා බෝ කිරීම එහි මූලික අභිප්‍රාය වුව ද විවිධ කායික මානසික ආශාවන් සංතෘප්ත කර ගැනීම පිණිස ද මිනිසා ලිංගික ව හැසිරේ. ලිංගිකත්වය වනාහි ද සාමාජයෙන් සමාජයට, සංස්කෘතියෙන් සංස්කෘතියට අනුරූප ව වෙනස් ස්වරූපයක් ගනී. ලාංකික සමාජය තුළ ලිංගිකත්වය ප්‍රසිද්ධියේ සාකච්ඡාවට නොගත්ත ද බටහිර සංස්කෘතිය තුළ එය සාමාන්‍ය මිනිස් ක්‍රියාකාරකමක් සේ සලකන ඉතා විවෘත ව සාකච්ඡාවට ගනී. කෙසේ වෙතත් අසාමාන්‍ය වර්ග පිළිබඳ අධ්‍යයනය කිරීමේ දී අසාමාන්‍ය ලිංගික වර්ග කෙරෙහි ද අවධානය යොමු වන අතර මනෝ වෛද්‍යවරුන් විසින් යම් යම් නිර්වචනයන්ට ද ඒ පිළිබඳව පැමිණ ඇත. ඔවුන් දක්වන අන්දමට යම් ලිංගික වර්ගයක් අසාමාන්‍ය වන්නේ එය පොදු සමාජය විසින් යහපත් යැයි සම්මත කාරණාවන්ගෙන් පරිබාහිර වූ හැසිරීම් ය. ඒ අනුව මෙය අසාමාන්‍ය වර්ගයක් යැයි හඳුනා ගැනීමට පහත සඳහන් හැසිරීම් යමෙකු තුළ පැවතිය යුතු ය.

- අධික කාමාශාවන්ගෙන් යුක්ත වීම.
- ලිංගික හැසිරීම් සැඟව බලා සිටීම.
- ලිංගිකත්වය ප්‍රදර්ශනය කිරීම.
- කණ්ඩායම් ලිංගික හැසිරීම්.
- ආබාධිතයන් සමඟ ලිංගික හැසිරීම්.

කුඩා ළමුන් සමඟ ලිංගික හැසිරීම්.

වයෝවෘද්ධ පුද්ගලයන් සමඟ ලිංගික හැසිරීම්.

බටහිර මනෝවිද්‍යාව තුළ ඉගැන්වෙන මෙම මානසික හා වර්ගාත්මක කාමුකත්වයන් පිළිබඳ කියවෙන ජාතක කතා ගණනාවක් අපට ජාතක පොත් වහන්සේගෙන් ද සොයා ගත හැකි ය. ඒ අනුව බාධකමොක්ඛ ජාතකයෙහි දැක්වෙන පරිදි බ්‍රහ්මදත්ත රජු සතුරු රාජ්‍ය සමඟ යුධ වැදීමට ගිය අවස්ථාවන්හි මාලිගයට පණිවිඩ රැගෙන එන රාජපුරුෂයන් හැටහතර දෙනෙකු සමඟ ලිංගිකව එක් වූ අයුරු කිය වේ.⁹ අන්ධ භූත ජාතකයෙහි ද දැක්වෙන්නේ රාගයෙන් මත් වූ ස්ත්‍රියක විසින් තම මහළු සැමියා රවටන ස්ත්‍රී ධූර්තයෙකු සමඟ අනිසි ඇසුරක් පවත්නා පුවතකි. “එකල්හි ඒ ස්ත්‍රී ධූර්තයා මල් ගෙනෙන පැස ඇතුළේ ලා ගෙන මානවිකාවිය සමීපයට ගෙන ගියා ය. ධූර්තයා මානවිකාවියගේ ශිල හේදය කොට දෙතුන් දවසක් ම ප්‍රසාදයෙහි ම විසුවේ ය. පුරෝහිත බමුණාගෙන් බැහැර ගිය කල්හි ධූර්තයා සැඟ වන්නේ ය.”¹⁰ පියා විසින් අපයෝජනයට ලක්වන දියණිවරුන් පිළිබඳ වත්මනෙහි පවා අපට සුලභව අසන්නට ලැබේ. එවැනි අසාමාන්‍ය කාමුක වර්ගාවක් පකිණ්ණික ජාතකයෙහි හමුවන අතර එහි දී සිය ලෙයින් උපන් දියණියගේ පවිත්‍රතාවය පරීක්ෂා කිරීම සඳහා පියා විසින් ඇය අපයෝජනයට ලක් කරනු ලබයි.¹¹ තමා විඳින ලද ලිංගික තෘප්තිය අත් අයෙකු විඳින බව දැන ගැනීම, දැකීම ඇතැම් පුද්ගලයන් රුචි නොවේ. තම ලිංගික පහසු තමා පමණක් විඳීමට සුදුස්සා යැයි ඔහු සිතයි. මූල පලෝභන ජාතකයෙහි ද අසතිසාත කුමාරයා මෙවැනි ම මහත් ව්‍යාධියකින් පෙළෙන අතර ඔහු තමා අත්විඳින ලද කම් සුවය අත් අයෙකු ලබාදී යැයි යන සිතුවිල්ලෙන් සියලුම පුරුෂයන් සාතනය කළේ ය.¹²

9 රත්නායක, ආර්. එම්. 2017, උපදේශනය, උපදේශන සේවා සංගමය, කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය, පිටුව 116.
 10 ජාතක පොත්වහන්සේ, බන්ධන මොක්ඛ ජාතකය, 2005, ඇම්. ඩී. ගුණසේන සහ සමාගම, කොළඹ, පිටුව 342.
 11 එම, පිටුව 204.
 12 එම, පිටුව 312.

බටහිර මනෝවිද්‍යාව තුළ සාකච්ඡාවට ගැනෙන අසාමාන්‍ය ලිංගික වර්ෂා බොහොමයක් ජාතක කථා පරීක්ෂා කිරීමෙන් මේ අයුරින් අපට සොයාගත හැකි ය. යමෙකු අසාමාන්‍ය ලිංගික වර්ෂාවක නිරත වේ නම් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ කායික මෙන් ම මානසික නිරෝගීතාව ද පරිහානියට පත් වන අතර සාමාජීයමය වශයෙන් ද එය දැඩි හානිදායක මට්ටමකට පත් වේ. ළමා අපචාර, ස්ත්‍රී දූෂණ, වැඩිහිටි කාන්තාවන් දූෂණය කිරීම වැනි කාරණා දිනෙන් දින අසන්නට ලැබෙන්නේ මෙම මානසික විකෘතිතාවන් නිසියාකාරව හඳුනාගෙන ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු නොවීමෙනි. එම නිසා එවැනි මානසික ව්‍යාධීන්ගෙන් මිදීම සඳහා මනෝ ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු වීම අතිශයින් වැදගත් ය.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය පිළිබඳ අසාමාන්‍ය වර්ෂා

මිනිසා විවිධ යහපත් හා අයහපත් ඇබ්බැහිවීම්වලට (Addiction) ලක්වීම සාමාන්‍ය සිදුවීමකි. නමුත් මෙම ඇබ්බැහිවීම් අතුරින් අයහපත් ඇතැම් ඇබ්බැහිවීම් එම පුද්ගලයාගේ කායික හා මානසික අසමතුලිත බව ඇති කිරීමට බලපානු ලබයි. එවැනි එක් ඇබ්බැහිවීමක් වශයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය සඳහා ඇබ්බැහිවීම ද හඳුන්වා දිය හැකි ය. මෙම ඇබ්බැහි වීම කොතෙක් දුරට හයානක මට්ටමකට පත් ව ඇත් ද, යන්න කියත හොත් සෑම වැඩිහිටි පුද්ගලයන් සිව්දෙනෙකුගෙන් එක් අයෙක් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ජීවිත කාලය පුරාවට ම මද්‍යසාර අක්‍රමිකතාවයකින් පෙළේ.¹³ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා සිදුවන කායික හානිය හා මානසික හානිය එම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ගන්නා ලද කය අනුව හා ස්ත්‍රී, පුරුෂ සමාජභාවය අනුව ද වෙනස් විය හැකි ය. ඇතැම් මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග භාවිතා කිරීම අතහැර දමා තිබුණ ද දීර්ඝ කාලීනව ප්‍රබල බලපෑම කිරීමට හැකි වීම විශේෂත්වයකි. කායිකමය වශයෙන් ගත් කල්හි මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් අක්මාව හා මොළය ආශ්‍රිතව ඇති වන හානිදායක තත්වයන්, හෘදය හා පෙනහළු ආශ්‍රිත ආබාධයන් මූලිකත්වයක් ගනී. මීට අමතරව මානසික වශයෙන් මතක ශක්තිය දුර්වල වීම,

13 එම, පිටුව 167.

නිවැරදි විනිශ්චයකට හා තීරණය ගැනීමට ඇති නොහැකියාව, සංජනනයට ඇතිවන බාධා ආදිය සුවිශේෂී ය.

ජාතක පොත් වහන්සේ අධ්‍යයනය කිරීමෙන් ද සුරාපානය කිරීම නිසා සිදු වූ කායික හා මානසික ව්‍යාධීන් ගණනාවක් සොයාගත හැකි ය. ඒ අතුරින් කුම්භ ජාතකයෙහි දී විශාඛාව සමඟ බුදුපුදට ගිය කාන්තාවන් පිරිසක් රා මතින් මත්ව දම්සභාමණ්ඩපයෙහි අශෝභන ලෙස හැසුරුණු ආකාරය ඇතුළත් කතා පුවත මීට කදිම නිදසුනකි. දිනක් සැවැත්නුවර රා බී සතුටු විය හැකි සැණකෙලියක් සඳහා පිටත්ව යෑමට විශාඛාවගේ යෙහෙළියෝ ඇයට ද ආරාධනා කළහ. නමුත් සුරාවේ ආදීන දත් විශාඛාව එය ප්‍රතික්ෂේප කොට බුදුරදුන් දැකීම සඳහා ඡේතවතාරාමයට පිටත් විය. පසුව එම කාන්තාවෝ පිරිස ද විශාඛාව සමඟ විහාරයට ගිය මුත් සඟවාගෙන ගොස් තිබූ සුරාව එහි දී පානය කළහ. පසුව දම්සභා මණ්ඩපයෙහි දී රාමතින් මත් වූ ස්ත්‍රීහු නර්තනයේ යෙදීමටත් හී ගායනයටත් පටන් ගත්හ. මේ අවස්ථාවේ බුදුරදුන් එම ස්ත්‍රීන් දමනය කරනු පිණිස තමන් වහන්සේගේ ශ්‍රී දේහයෙන් රශ්මි කදම්භයක් විහිද වූ සේක. මින් බියෙන් තැති ගත් ස්ත්‍රීන්ගේ සුරා මත සිඳි ගිය කල්හි බුදුරදුන් සුරාවේ ආදීනව ඇතුළත් ධර්ම දේශනාවක් දේශනා කළහ.¹⁴

සුරාපානය කිරීමෙන් කායික ව මෙන් ම මානසික ව සිදු වන වෙනස්කම් සුරාපාන ජාතකය අධ්‍යයනය කිරීමෙන් මැනවින් අවබෝධ කර ගත හැකි ය. එහි දැක්වෙන පරිදි බුදුරදුන් හද්දවතිකා නියම් ගමට පැමිණි කල්හි එහි වැඩි මිනිසුන් බුදුරදුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටියේ අඹ තීර්ථය නම් ගමට නොවඩින ලෙසයි. මන්ද ජට්ටියන් පිරිවරන ලද අඹ තීර්ථයෙහි දරුණු විෂ සහිත නාගයෙකු සිටින නිසාවෙනි. නමුත් බුදුරදුන් ඔවුන්ගේ එම කීම නොඅසා එහි වැඩි අතර සාගත නම් ස්ථවීරයන් වහන්සේ විසින් එම නාගයා දමනය කළහ. ඊට බෙහෙවින් පැහැදුණු ජනයා සාගත තෙරුන් සමීපයට ගොස් “ස්වාමිනි යමෙක් නිසා නුඹ වහන්සේට දුර්ලබ නම් එය වදාළ මැනවයි” දන්වීය. එවිට උන්වහන්සේ කාපෝතික සුරාව

14 විමලධම්ම හිමි, කෝන්කඳවල, 2017, අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යාව, ඇස් ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ, මරදාන, පිටුව 343.

දුර්ලබ හෙයින් එය පිළියෙල කරන්න යනුවෙන් වදාරන ලදී. පසුව සුරාවෙන් මත් වූ තෙරුන් වෙහෙරට වැඩමවීමට පිටත් වුව ද සිහිමුලාව නගර දොර ගැටෙමින් නන් දොඩවන්නට විය. මෙපවත් දූතගත් බුදුරදුන් හික්ෂුන් අමතා දේශනා කරන ලද්දේ "පෙර නාගයා දමනය කිරීමට සමත් වූ තෙරුන් අද දියබරනයෙකු හෝ දමනය කරන්නට අසමත්ය. එහෙයින් යම් සුරාවකින් යමෙකුගේ සිහි විසඳු වේ නම් එවැනි දේ පානය කිරීමට සුදුසු නොවන්නාහ.¹⁵

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය පිළිබඳ ඉහත දක්නා ලද කරුණු සැලකිල්ලට ගැනීමෙන් යමෙකු ඒ සඳහා ඇබ්බැහි වූවෙකු බවට පත් වන්නේ ද ඔහුගේ කායික හා මානසික ව්‍යාකූලතාවයන් එමඟින් ඇති වන බව පැහැදිලි ය. කෙසේ වෙතත් මනෝවිද්‍යාව දක්වන පරිදි නිසි සායනික ප්‍රතිචාර හා උපදේශනය ලබා ගැනීමෙන් මෙවැනි ඇබ්බැහිවීම්වලින් සම්පූර්ණයෙන් සුවය ලබා ගත හැකි ය.

ක්‍රෝධය පිළිබඳ අසාමාන්‍ය වර්ග

පුද්ගලයෙකුගේ වර්ගාවන් අසාමාන්‍ය හෝ සාමාන්‍ය වීමට ඔහුගේ මානසික මට්ටම සෘජු ව බලපානු ලබයි. ඒ අනුව වර්ගාවෙන් සුවර්තවත් බව සැකසීමට මත්තෙන් මානසික මට්ටම යමෙකු තුළ නිවැරදි ව සැකසීම ඉතාම වටී. ක්‍රෝධය යනු ද පුද්ගල වර්ගාවන් අසාමාන්‍ය බවට පත් කරන එවැනි ම අයහපත් සිතුවිල්ලකි. ක්‍රෝධය කොතරම් අයහපත් වර්ගාවන් සිදු කිරීම සඳහා හේතු වේදැයි කියතහොත් යමෙකු ඝාතනය කිරීම දක්වා ම එය බලවත් විය හැකි ය. එමෙන් ම ක්‍රෝධ සිතින් කරනු ලබන සියලු ම ක්‍රියාකාරකම් කිසි දිනක තමාට හෝ අන්‍යයන්ට යහපතක් නොවන්නේ ම ය.

බලවත් කෝපය නිසා මිනිසා විසින් සිදු කරනු ලබන ඉතා විනාශකාරී ක්‍රියාවන් රාශියක් ජාතක පොතෙන් අපට හමුවේ. චුල්ල ධර්මපාල ජාතකය ද එවැනි අසාමාන්‍ය වර්ගාවන් පෙන්නුම් කරනු

15 ජාතක පොත්වහන්සේ, කුම්භ ජාතකය, 2005, ඇම්. ඩී. ගුණසේන සහ සමාගම, කොළඹ, පිටුව 1280.

ලබන වර්ත ඇතුළත් ජාතක කතාවකි. එහි සඳහන් වන පරිදි මහා ප්‍රතාප නම් රජෙකු වෙනදා මෙන් තමා මාළිගයට පැමිණෙන විට ප්‍රථමයෙන් ම පිළිගන්නා දේවිය, එක් දිනක් එසේ නොපැමිණීම නිසා බලවත් ලෙස කෝප විය. ඇය එසේ වෙනදා මෙන් රජු පිළිගැනීමට නොපැමිණියේ සත් මසක් වන සිය කුඩා පුතු සෙනෙහසින් නළුවමින් සිටි බැවිනි. මෙය දැනගත් රජු දේවිය වෙනදා මෙන් තමා පිළිගැනීමට නොපැමිණියේ කුමාරයා නිසා යැයි සිතා වදකයන් ලවා සත් කඩකට කපා මරණ ලෙස අණ කළහ.¹⁶ බණ්ඩගාල ජාතකයේ දී දේවදත්ත තෙරුන් බුදුන් වහන්සේ සමඟ පැවති බද්ධ වෛරය නිසා දුණුවායන් යොදවා තථාගතයන් වහන්සේ මැරවීමට සූදානම් විය. එම සිදුවීම මුල් කර ගනිමින් බුදුන්වහන්සේ හික්මුණු දේශනා කළේ දේවදත්ත තෙරුන් අද පමණක් නොව බණ්ඩගාල නමින් පුරෝහිතයෙක් ව ඉපිද සිටි සමයේ දී ඒකරාජ නම් රජුගේ පුත්‍රයා සමඟ එක්ව පියරජු මැරවීමට සැලසුම් කළ බවයි.¹⁷

වෛරය, ක්‍රෝධය යනු ඉතා ප්‍රබල සෘණාත්මක මනෝභාවයක් ය. ඒවා මනසේ ක්‍රියාත්මක වීමෙන් මිනිසා කරනු ලබන දේ පවා නිසියාකාරව වටහා ගැනීමට අපහසු වේ. මහාප්‍රතාප රජු ද සිය ලෙයිත් උපන් පුතු මරන ලද්දේ ද තම වෛරී සහගත චේතනා නිසියාකාර ව හඳුනා ගැනීමට අපොහොසත් වූ බැවිනි. ක්‍රෝධය, වෛරය වැනි දෑ නිර්මාණය වන්නේ බොහෝ විට ඉච්ඡාභංගත්වය නිසාවෙනි. තමා අපේක්ෂා කළ දෙය ඒ අයුරින් සිදු නොවන විට මිනිසා කිපේ. ආවේගය කෙසේ හෝ මුදාහැරීමට ක්‍රියාකරන නිසා බොහෝ සායනිකමය වශයෙන් මෙන් ම උපදේශනමය වශයෙන් ද මෙවැනි මානසික ගැටලු සඳහා ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමෙන් යහපත් කායික මානසික සුවතාවයක් ලබාගත හැකි ය.

16 එම, පිටුව 261.
 17 එම, පිටුව 804.

අසාමාන්‍ය වර්ෂා පාලනය සඳහා බෝද්ධ ක්‍රමවේද හා උපදේශනය

අසාමාන්‍ය වර්ෂා පාලනය සඳහා නූතන බටහිර මනෝවිද්‍යාවේ මෙන් ම වෛද්‍ය විද්‍යාවේ ද බොහෝ ක්‍රියාමාර්ග, ප්‍රතිකාර ආදිය බෙදා ගනී. නමුත් එම අධ්‍යයනයන් මගින් පුද්ගලයා තුළ ගොඩනැගෙන සෘණාත්මක මෙවැනි ආවේග කිසි දිනෙක යළි ඇති නොවන අන්දමින් සමුච්ඡේද ප්‍රභාණයක් ප්‍රකාශ නොවේ. වර්ෂාවන් සඳහා සෘජු ව පුද්ගල චිත්තවේග බලපාන බැවින් ඔවුන් ඒ සඳහා ප්‍රතිකාරයක් වශයෙන් දක්වා තිබෙන්නේ,

- i. චිත්තවේග ප්‍රකාශ වීමට ඉඩ හැරීම. (Expresssion)
- ii. චිත්තවේග කෘතිම ව හෝ යටපත් කිරීම. (Supprecssion) යන ක්‍රමවේද දෙකයි.

බුදුසමයට අනුව ඉහත දක්වන ලද චිත්තවේග කළමනාකරණ ක්‍රමවේද දෙකම අර්ථ ශුන්‍ය ය. මන්ද නිදහසේ සෘණාත්මක චිත්තවේග ඉදිරිපත්වීමට ඉඩ හැරිය හොත් එම ක්‍රියා සමාජයට ඉතා බරපතල හානි පමණුවයි. එමෙන් ම චිත්තවේග බලෙන් යටපත් කිරීමට උත්සහ කිරීම ද සාර්ථක ක්‍රමවේදයක් නොවේ. එමගින් සිදු වන්නේ යම්සේ දිය යට තිබෙන බෝලයක් අතින් තද කර ගෙන සිටින තාක් දිය යට ම තිබෙන්නාක් මෙන් තාවකාලිකව චිත්තවේග පාලනයකි. අත ඉවත් කළ විගස බෝලය උඩ මතුවන්නාක් මෙන් පාලනයෙන් ගිලිහී ගිය විට සෘණාත්මක චිත්තවේග ද උඩට මතුවේ. බුදුසමයට අනුව සෘණාත්මක ආවේගයන් පාලනය කිරීම සඳහා යොදා ගත හැක්කේ චිත්තවේග සමනය කිරීම හා ඒවා යහපත් ආවේග බවට පත් කර ගැනීමයි. එවිට සෘණාත්මක වර්ෂාවන් ද නිරායාසයෙන් ම යටපත් වේ.

ක්‍රමානුකූලව චිත්තවේගයන් කළමනාකරණය කර ගනිමින් යහපත් වර්ෂාවන් ගොඩනගා ගැනීමට උපනිශ්‍රය වන වැදගත් සූත්‍රදේශනා ගණනාවක් ත්‍රිපිටකය තුළින් අපට හමුවේ. සබ්බාසව සූත්‍රය ඒ අතුරින් ඉතා වැදගත් සූත්‍රයකි. අයහපත් චිත්තවේගයන්

පාලනය කර ගනිමින් වර්ධනයක් යහපත් කර ගැනීම සඳහා එහි ක්‍රමවේද හතක් පෙන්වා දී ඇත. ඒවා මෙසේය.

■ **දස්සනා පහාතබ්බා (Looking Appeanic)**

දස්සනා පහාතබ්බා යනු අවබෝධයෙන් කෙළෙස් ප්‍රභාණය කිරීම ය. විවිධ දෘෂ්ටිකෝණ පුද්ගල මනසේ පහළ වීම සාමාන්‍ය සිදුවීමකි. ආත්ම කේන්ද්‍රීය ව හෝ පුද්ගල කේන්ද්‍රීය ව ගොඩනගා ගන්නා අතීත, වර්තමාන, අනාගත දෘෂ්ටිකෝණ අතිතය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් ගෙන දුරු කළ යුතු ය.

■ **සංවරා පහාතබ්බා (Retraint)**

ඉන්ද්‍රිය විෂයෙහි ගෝචර වන අරමුණු තුළින් දැක ඒවා කෙරෙහි සුදුසු පරිදි ක්‍රියාත්මක වීම සංවරා පහාතබ්බා ය. මනසට ගලා එන අරමුණු නිවැරදි ව හඳුනාගෙන ක්‍රියා කිරීමෙන් රාග, ද්වේශ, මෝහ වර්ධනය වේ. අප සිදුකළ යුතු වන්නේ ඒවා හඳුනාගෙන උපේක්ෂාවෙන් ක්‍රියා කිරීමයි.

■ **පටිසේවන පහාතබ්බා (Practices)**

මිනිස් දිවිය පහසුවෙන් පවත්වා ගෙන යාම සඳහා ආහාර, නිවාස, නින්ද ආදී ප්‍රත්‍යයන් අත්‍යවශ්‍ය ය. නමුත් මේවා සියල්ල නිසියාකාර ව සියලු දෙනාට ම පූර්ණය නොවේ. එහි දී ඒ පිළිබඳ ද්වේෂයන් ඇති නොකරගත යුතු ය. මෙම අඩුපාඩුකම් නිසා මනසේ ඇති වන සංකෝචක චිත්තවේගයන් දුරු කිරීම පටිසේවනා පහාතබ්බයි.

■ **අධිවාසනා පහාතබ්බා (Porbearance)**

ලෝකයේ සියල්ල මිනිසාට රුචි අත්දැමින් පාලනය කළ නොහැකි ය. විශේෂයෙන් දේශගුණය, කාලගුණය ඇති ස්වාභාවික සංසිද්ධි කිසිසේත් මිනිසාගේ පාලනයේ නොමැත. යමෙකු මේ දේශගුණික ව ලැබෙන අයහපත් අත්දැකීම් නිසා සංකෝචක ආවේගයන්ගෙන් කටයුතු කරයි ද, ඒවා ඉවසා සිටීම පුහුණු කළ යුතු ය. එසේ ඉවසීම අධිවාසනා පහාතබ්බා නම් වේ.

■ විනෝදනා පහාතබ්බා (Remoal)

මනසේ ගොඩනැගෙන ඉතා කුඩා අකුසල සිතුවිල්ලක් ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වුවහොත් එය අසාමාන්‍ය වර්යාවක් බවට පත්විය හැකි ය. එම නිසා සෘණාත්මක සිතුවිලි වැඩිමට නොදී ඒවා මර්දනය කිරීම විනෝදනා පහාතබ්බා නම් වේ.

■ භාවනා පහාතබ්බා (Meditation)

මිනිස් මනසේ ඇති වන කුසල සහගත චේතනාවන් වර්ධනය කිරීම භාවනා යන්නෙන් අදහස් වේ. යමෙක් යහපත වර්ධනය කරනු ලබන්නේ ද නිරායාසයෙන් ම ඔහුගේ අයහපත් චේතනා - වර්යා ඉන් යටපත් වන්නේ ය.¹⁸ සෘණාත්මක වර්යාවන් හා සිතුවිලි සමනය කර ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ගයක් ගිරිමානන්ද සූත්‍ර දේශනාවේ හඳුන්වා ඇත. එහි සඳහන් වන පරිදි සෘණාත්මක ආචේතයක දී කාරණා 05 යටතේ ඉවත් කළ හැකි ය.

1. නාධිවාසෙති - නොඉවසීමෙන්
2. පජ්භති - අතහැර දැමීමෙන්
3. විනෝදෙති - වෙසෙසින් දුරු කිරීමෙන්
4. බ්‍යන්ති කරොති - සහමුලින් විනාශ කිරීමෙන්
5. අනභාවං ගමේති - අභාවයට පමුණුවාලීමෙන්¹⁹

සමාලෝචනය

ක්‍රි.පූ. 6 වන සියවසේ දී බුදුරදුන් පුද්ගල මනෝභාවයන් හා වර්යාවන් හඳුනා ගෙන දේශනා කරන ලද ජාතක කතාවන්හි සඳහන් කරුණු නූතන මනෝවිද්‍යාව දක්වා ඇති අදහස්වලට අතිශයින් සමාන බවක් ගන්නා බව පැහැදිලි ය. ජාතක පොත් වහන්සේ හුදු කතාන්දර ඇතුළත් ග්‍රන්ථයක් පමණක් නොව එය

18 මජ්ඣිම නිකාය, මූලපණ්ණාසකය, මූලපරියාය වග්ග, සබ්බාසව සූත්‍රය, 2005, බුද්ධජයන්ති මුද්‍රණය, බෞද්ධ සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය, නැදිමාල, පිටුව 26.

19 පිරුවානා පොත්වහන්සේ, ගිරිමානන්ද සූත්‍රය, (සංස්): චන්දිම හිමි, බෝදාගම, ධර්මවක්‍ර ලමා පදනම, පිටුව 259.

මනෝවිද්‍යාත්මක කරුණු රැසක් අන්තර්ගත වටිනා කෘතියක් යනුවෙන් ද හඳුන්වා දිය හැකි වන්නේ එම නිසාවෙනි. අසාමාන්‍ය වර්ගයා පිළිබඳ ව දැක්වෙන ජාතික අධ්‍යයනය කිරීමෙන් අවබෝධ වන්නේ අසාමාන්‍ය වර්ගයාට ඇති විම සඳහා මෙලොව හේතු සාධකයන්ට වඩා සසර පුරුදු අත්ත්‍යන්තයෙන් බලපාන බවයි. නමුත් එවැනි නිශ්චිත සාධකයක් අසාමාන්‍ය වර්ගයා ඇති විම සඳහා හේතු වන බවක් නූතන මනෝවිද්‍යාව සොයා ගෙන නොමැත. කෙසේ වෙතත් ශ්‍රීතීගෝවර ශ්‍රාවකයන්ට ජාතික කතාවක් කියවීමෙන් හෝ ශ්‍රවණය කිරීමෙන් අසාමාන්‍ය වර්ගයාට ඇති විමට බලපාන හේතු හා එය නිරාකරණය කර ගැනීමට අවශ්‍ය කරුණු සොයා ගත හැකි ය. ඒ අනුව අපට නිගමනය කළ හැකි වන්නේ බටහිර මනෝවිද්‍යාව අසාමාන්‍ය වර්ගයා පිළිබඳ සොයා ගැනීමටත් ප්‍රථම ව ජාතික කතා කුමුත් අසාමාන්‍ය වර්ගයාත්, ඒවා ඇති විමට බලපානු ලබන සාධක හා ප්‍රතිකාරත් සොයා ගෙන ඇති බවයි.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

කුලසූරිය, ආනන්ද, (සංස්). ජාතික පොත්වහන්සේ, 2005, ඇම්. ඩී. ගුණසේන සහ සමාගම, කොළඹ.

පියධම්ම හිමි, අන්තර්ගම, 2016, අසාමාන්‍ය මනෝවිද්‍යා ප්‍රවේශය, සමයවර්ධන ප්‍රකාශන, කොළඹ.

පෙරේරා, ඥානදාස, 2007, සංස්. අසාමාන්‍ය වර්ගයා පිළිබඳ මනෝවිද්‍යාත්මක විග්‍රහයක්, සහසු ප්‍රකාශකයෝ, කොළඹ.

මජ්ඣිම නිකාය, මූලපණ්ණාසකය, මූලපරියාය වග්ග, 2005, බුද්ධජයන්ති මුද්‍රණය, බෞද්ධ සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය, නැදීමාල.

වන්දිම හිමි, බෝදාගම, 2006, සංස්. පිරුවානා පොත්වහන්සේ, ධර්මවක්‍ර ලමා පදනම, බණ්ඩාරගම.

රත්නායක, ආර්. එම්., 2017, උපදේශනය, උපදේශන සේවා සංගමය : කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය, කොළඹ.

විජිත හිමි, කොග්ගල්ලේ, 2017, බෞද්ධ හා බටහිර මනෝවිකිත්සාව, සූරිය ප්‍රකාශකයෝ, කොළඹ.

විමලධම්ම හිමි, කෝන්කඳවල, 2017, අසාමාන්‍ය මනෝද්‍යාව, ඇස් ගොඩගේ, මරදාන.