මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහි වූවන් සඳහා සංවරා පහාතබ්බා තුළින් සිදු වන මනෝකායික චිකිත්සාව පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

යූ.එස්. ඉන්දීවරී කරුණානායක[1]

මිනිසාගේ කායික මානසික ක්‍රියාකාරිත්වයට හා ඔහුගේ චර්යාවන්ට බලපානු ලබන, මිනිසාගේ සාමාන්‍ය තත්වය වෙනස් කරන රසායනික ද්‍රව්‍ය සියල්ල මත්ද්‍රව්‍ය ලෙස හැඳින්වේ. මත්ද්‍රව්‍ය තුළින් පුද්ගලයාගේ සමස්ත කායික හා මානසික ක්‍රියාකාරීත්වය අඩාළ කරයි. සමාජයට, සංස්කෘතික පද්ධතියට හා පෞද්ගලික ව පුද්ගලයාට අහිතකර බලපෑම් රැසක් එල්ල කරනු ලබන මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සඳහා මජ්ඣිම නිකායේ සබ්බාසව සූත්‍රය උපයුක්ත කරගත හැකි ය. සබ්බාසව සූත්‍රයේ කෙලෙස් ප්‍රහාණය පිණිස දක්වන ක්‍රමවේද අතර සංවරා පහාතබ්බා සුවිශේෂී වේ. ඉන්ද්‍රියානුසාරී ව ලබන අරමුණු විෂයෙහි නුවණින් දැක දැන ක්‍රියාත්මක වීම තුළින් ඉන්ද්‍රිය සංවරය කර ගැනීමට පුද්ගලයාට හැකි වේ. මෙහි දී ප්‍රධාන වසයෙන් සිදු වන්නේ මනස ප්‍රධාන කොටගත් ඉන්ද්‍රිය සංවරයකි. ඉන්ද්‍රිය ආරම්මණයන් අසංවර වූ කල්හි පුද්ගලයා වැරදි ක්‍රියා කිරීමට පෙලඹේ. ඉන්ද්‍රිය සංවරය පිළිබඳ පංචසීල ප්‍රතිපදාවේ පස් වන ශික්ෂා පදය වන මදයට හා ප්‍රමාදයට හේතු වන මත් පැන් හා මත්ද්‍රව්‍යවලින් වැලකීම සඳහා මිනිසා සම්මා වායාමයක නිරත විය යුතු බව දක්වයි. සංවරා පහාතබ්බා තුළින් පුද්ගලයාගේ ඉන්ද්‍රියන් සංවරය භාවයට පත් කර, මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහියෙන් පුද්ගලයා වලකාගත හැකි ද යන්න මෙහි පර්යේෂණ ගැටලුව වේ. අධ්‍යයනයේ අරමුණු ලෙස මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහියෙන් වලකාලීම, මත්ද්‍රව්‍ය හා ඒවා භාවිතය තුළින් තමාට හා සමාජයට වන හානිය, පරිහානිය පිළිබඳ ප්‍රජානනාත්මක අවබෝධයක් ලබා දීම ආදිය වේ. අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය ලෙස පුස්තකාලය ගවේෂණය ඇසුරින් සාහිත්‍ය මූලාශ්‍රය ඔස්සේ ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය භාවිත කෙරේ. ප්‍රාථමික මූලාශ්‍රය අධ්‍යයනයේ දී මූලික වසයෙන් ත්‍රිපිටකය, ද්විතීයික මූලාශ්‍රය ලෙස මත්ද්‍රව්‍ය හා මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහිවීම් සම්බන්ධ ව ලියැවී ඇති ශාස්ත්‍රීය ග්‍රන්ථ ද ශාස්ත්‍රීය ලිපි ආදිය ද ඇතුළු ව පුස්තකාලය පරිශීලනය කරමින් මෙම පර්යේෂණය සිදු කෙරිණි. මාතර කඹුරුගමුව ප්‍රදේශයේ මත්ද්‍රව්‍ය ඇබ්බැහි වූ පිරිසක් ආශ්‍රයෙන් සිදු වූ මෙම පර්යේෂණයේ ප්‍රතිඵල ලෙස ක්‍රමයෙන් චර්යා සංස්කරණය වීමක් සිදු විය. ඉන්ද්‍රියන් සංවරය භාවයට පත් කිරීම තුළින් මත්ද්‍රව්‍ය කෙරෙහි පැවති දැඩි ආශාව හා මිථ්‍යා අදහස් ඛණ්ඩණය විය. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තමා පත් වන තත්වය, ඇති වන රෝගපීඩා සම්බන්ධයෙන් පුද්ගලයා ප්‍රජානනාත්මක අවබෝධයක් ලැබී ය. ඉන්ද්‍රිය අරමුණු සන්නිකර්ෂණය නිසා උපදින මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇබ්බැහි වීම වැනි අසාමාන්‍ය චර්යා ඛණ්ඩනය කිරීම සඳහා සංවරා පහාතබ්බා ප්‍රජානන චර්යාවාදී චිකිත්සාවක් ලෙස ක්‍රියාත්මක වේ.

ප්‍රමුඛ පද: අසාමාන්‍ය චර්යා, මත්ද්‍රව්‍ය, ප්‍රජානන චර්යාවාදී චිකිත්සාව, ප්‍රජානනාත්මක අවබෝධය, සංවරා පහාතබ්බා

[1]කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය, කැලණිය, saleelakarunanayaka@gmail.com