

ගැටුම් නිරාකරණ ක්‍රමවේදයක් වශයෙන් මජ්ඣිම නිකායේ මූල

පණ්ණාසකයේ අන්තර්ගත සබ්බාසව සූත්‍රය

උපයෝගී කරගත හැක්කේ කෙසේ ද?

කරදගොල්ලේ සෝභිත හිමි¹

හැඳින්වීම

ලොව සියලුදෙනා විවිධ වූ ප්‍රශ්න හේතුකොට ගෙන ගැටුම්වලට මුහුණ දී සිටිති. එනිසා කායික හා මානසික වශයෙන් මිනිස්සු පීඩාවට පත්ව ජීවත්වෙති. මෙම බොහෝ ගැටලුවලට හේතු වී ඇත්තේ එම ගැටුම් නිරාකරණයෙහිලා අවශ්‍ය කරන යහපත් මාර්ගෝපදේශකත්වයක් ඔවුනට නො ලැබීමයි. එමෙන්ම තමන් මුහුණ දී සිටින්නේ කුමන ගැටුමකටදැයි තේරුම් ගැනීමට නොහැකිවීම ද පුද්ගලයන් කායික හා මානසික වශයෙන් පීඩාවට පත්වීමට හේතුවෙයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් සියලු ආශ්‍රවයන්ගේ ප්‍රභාණය පිණිස දේශනා කොට ඇති සූත්‍ර ධර්ම දේශනයක් වන සබ්බාසව සූත්‍රය මගින් විවිධ අවස්ථාවන්හි ඇතිවන විවිධ ගැටුම්වලින් අන්මිදීමේ ක්‍රමවේදය හෙළිකොට තිබේ. එහි සඳහන් වන,

1. දස්සනා පහාතබ්බා (දැකීමෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආශ්‍රව)
2. සංවරා පහාතබ්බා (සංවරයෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආශ්‍රව)
3. පටිසේවනා පහාතබ්බා (ප්‍රත්‍යාවේක්‍ෂණයෙන් හෙවත් පටිසේවනයෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ආශ්‍රව)
4. අධිවාසනා පහාතබ්බා (අධිවාසනයෙන් හෙවත් ඉවසීමෙන් ප්‍රහීණ කළයුතු ආශ්‍රව)
5. පරිවජ්ජනා පහාතබ්බා (පරිවර්ජනයෙන් හෙවත් දුරින්ම දුරලීමෙන් ප්‍රහීණ කළයුතු ආශ්‍රව)
6. විනෝදනා පහාතබ්බා (විනෝදනයෙන් හෙවත් විරියයෙන් ප්‍රහීණ කළයුතු ආශ්‍රව)
7. භාවනා පහාතබ්බා (භාවනාවෙන් ප්‍රහීණ කළයුතු ආශ්‍රව)

ආදී ආශ්‍රව ප්‍රභාණය කිරීමේ පිළිවෙත්, විවිධ ගැටුම් නිරාකරණයෙහිලා උපයෝගී කරගත හැකිවෙයි. මෙහි පළමුව දක්වා ඇති **දස්සනා පහාතබ්බ** හෙවත් **දැකීමෙන් ප්‍රභාණය කළ යුතු ආශ්‍රව** යනුවෙන් සඳහන් වන්නේ සන්පුරුෂ ධර්මයෙහි අදැක්වූ එම ධර්මය පුහුණු නොකළ මිනිසාට ඇතිවන ආශ්‍රවයන්ය. මෙයින් පුද්ගල ගැටුම් නිරාකරණය කරගැනීමට ඉතා වැදගත් පිටුබලයක් සපයයි. එනම් සන්පුරුෂ ධර්මයන් හෙවත් යහපත් ධර්මතා ආශ්‍රයෙන් ජීවිතය පෝෂණය කරගැනීම ගැටුම් නිරාකරණය කරගැනීමට ඉවහල් වන බවයි. උදාහරණයක්

1 සහාය කපීකාවාරිය සම්භාව්‍ය භාෂා අංශය, ශාස්ත්‍රපීඨය, පේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලය, පේරාදෙණිය. -sksobhitha@gmail.com

වශයෙන් මිනිස් ජීවිතයේ දුක්ඛිත තත්වය පිළිබඳ අවබෝධ කරගැනීම මත වෙනත් අයෙකු සමග විවිධ කරුණු අරබයා ගැටුම්වලට නොයයි. කායික හා මානසික වශයෙන් සුඛිත තත්වයට පත්විය හැකිවෙයි.

දෙවන කාරණය වන සංවරා පහාතබ්බ යනු ෂඩේන්ද්‍රියයන්ගේ සංවරභාවයයි. මෙය ද ඉතා වැදගත් ධර්මතාවයකි. ඉන්ද්‍රිය සංවරය නොමැති හෙයින් පුද්ගලයන් විවිධ ගැටුම්වලට යොමු වී ඇති ආකාරය වත්මන් ජනසමාජයේ සුලභ කාරණයක් බවට පත්ව ඇත. විශේෂයෙන් අයථා ලෙස කම්සුව වින්දනයට යාම මත විවිධ ගැටුම් පමණක් නොව අවසානයේ ජීවිත හානි පවා සිදුවූ අවස්ථා ඉතා බරපතල සමාජ ප්‍රශ්නයක් බවට පත්ව ඇති ආකාරය වත්මන් සමාජයෙන් දැකීමට හා ඇසීමට හැකි වෙයි. එනිසා එම තත්වයන්ගෙන් මිනිසුන් ගලවා ගැනීමට මෙම සූත්‍ර ධර්ම දේශනය මැනවින් උපයෝගී කරගත හැකි වෙයි.

ඒ අනුව විශේෂයෙන් මෙම පර්යේෂණ පත්‍රිකාවෙන් උත්සුක වනුයේ සබ්බාසව සූත්‍රය වත්මන් මිනිස් සමාජයේ ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමෙහිලා උපයෝගී කරගත හැකි වන්නේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳ වත්මන් සමාජයේ සිදුවීම් හා සංසන්දනය කොට ඉදිරිපත් කිරීමටයි.

අරමුණ

වත්මන් ජන සමාජයේ ජීවත් වන මනුෂ්‍යයන්ගේ විවිධ ප්‍රශ්න නිරාකරණය උදෙසා සබ්බාසව සූත්‍ර ධර්ම පර්යායය ප්‍රායෝගික වශයෙන් උපයෝගී කරගත හැකි ආකාරය පිළිබඳ විමසා බැලීම.

උපල්පිතය

ජන සමාජයේ පැන නගින විවිධ ප්‍රශ්න සහ ගැටුම්වලට සබ්බාසව සූත්‍ර ධර්ම පර්යාය ඇසුරෙන් යහපත් මාර්ගෝපදේශනයන් හා උපදේශනයන් ලබාගත හැකිය.

ආදාළාවය හා ප්‍රයෝජනය

මෙම පර්යේෂණය මගින් විවිධ ගැටලුවට මුහුණ දී සිටින ජනයාට යහපත් පුද්ගලයන්ගේ ආශ්‍රයෙන් සිය ගැටලු නිරාකරණය කර ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. එතුළින් සතුටින් සහ සහජීවනයෙන් ජීවත්වීමට අවශ්‍ය කරන පසුබිම සලසා ගැනීමට හැකිය. විශේෂයෙන් විවිධ ගැටලු නිසා සිය දිවි නසාගැනීමට උත්සුක වන අය එයින් මුදවා ගැනීමට ඇති ඉඩ හසර විවර වෙයි.

ක්‍රමවේදය

මෙම පර්යේෂණයේදී මජ්ඣිම නිකායාගත සබ්බාසව සූත්‍රය ඇසුරු කරන අතර ඒ පිළිබඳ ලිය වී ඇති අටුවා හා ටීකාවන්හි උපලක්ෂිත කරුණු ද විවිධ

පර්යේෂණ හා ශාස්ත්‍රීය කරුණු ද උපයෝගී කරගනු ලැබේ. එමෙන්ම බෞද්ධ උපදේශනය පිළිබඳ ප්‍රවීණයන්ගේ අදහස් හා යෝජනා පිළිබඳව ද විමසනු ලැබේ.

නිගමනය

මජ්ඣිම නිකායාගත සබ්බාසව සූත්‍රය වත්මන් සමාජයේ ඇතිවන ගැටුම් නිරාකරණයෙහිලා උපයෝගී කරගත හැකිවෙයි. විශේෂයෙන් එහි අන්තර්ගත ක්‍රමවේදයන් මාර්ගයෙන් පුද්ගල සන්තානාගත ගැටුම්වලට මෙන්ම සමාජීය වශයෙන් ඇතිවන ගැටුම් නිරාකරණ ක්‍රමවේදයන් ද සලසා ගැනීමට හැකියාව සැලසෙයි.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

කරුණාදාස, ඩබ්ලිව්. එම්. (2003). *ගැටුම් නිරාකරණයට හැඳින්වීමක්*. දෙහිවල: ඉමේජ් ලංකා ප්‍රකාශකයෝ

පාලිත හිමි, මහරඳුරුව. (2010) *ගැටුම් නිරාකරණය*. කොළඹ: ඇස්.ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ.

පේමරත්න හිමි, සුරක්කුලමේ. (2010). *බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව*. කොළඹ: දයාවංශ ජයකොඩි සමාගම

පේමානන්ද හිමි, උණපාන. (2013). *මානසික ආතතිය පාලනයට බෞද්ධ උපදේශනය*, ඇස්. කොළඹ: ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ.

ජට්ඨ සංගායනා CDRom

පර්යේෂණ හා ශාස්ත්‍රීය කරුණු ද උපයෝගී කරගනු ලැබේ. එමෙන්ම බෞද්ධ උපදේශනය පිළිබඳ ප්‍රවීණයන්ගේ අදහස් හා යෝජනා පිළිබඳව ද විමසනු ලැබේ.

නිගමනය

මජ්ඣිම නිකායාගත සබ්බාසව සූත්‍රය වත්මන් සමාජයේ ඇතිවන ගැටුම් නිරාකරණයෙහිලා උපයෝගී කරගත හැකිවෙයි. විශේෂයෙන් එහි අන්තර්ගත ක්‍රමවේදයන් මාර්ගයෙන් පුද්ගල සන්තානාගත ගැටුම්වලට මෙන්ම සමාජීය වශයෙන් ඇතිවන ගැටුම් නිරාකරණ ක්‍රමවේදයන් ද සලසා ගැනීමට හැකියාව සැලසෙයි.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

කරුණාදාස, ඩබ්ලිව්. එම්. (2003). *ගැටුම් නිරාකරණයට හැඳින්වීමක්*. දෙහිවල: ඉමේජ් ලංකා ප්‍රකාශකයෝ

පාලිත හිමි, මහරඹැවැවේ. (2010) *ගැටුම් නිරාකරණය*. කොළඹ: ඇස්.ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ.

පේමරතන හිමි, සුරක්කුලමේ. (2010). *බෞද්ධ මනෝවිද්‍යාව*. කොළඹ: දයාවංශ ජයකොඩි සමාගම

පේමානන්ද හිමි, උණපාන. (2013). *මානසික ආතතිය පාලනයට බෞද්ධ උපදේශනය*, ඇස්. කොළඹ: ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ.

ජට්ඨ සංගායනා CDRom