

**ස්වප්න : අනාගතය පිළිබඳ සංකේතාර්ථයක් ද?**

යෝධකණ්ඨියේ අරියවංස හිමි<sup>1</sup>, ඩබ්ලිව්. ඒ. ගාමිණී විජයසිංහ<sup>2</sup>

**හැඳින්වීම**

‘ස්වප්න’ යන සංස්කෘත පදය ‘සුපිත’ යනුවෙන් පාලියට ද ‘සිහින’ හෝ ‘හින’ යනුවෙන් සිංහලට ද පැමිණ ඇත. ‘Dream’ යනුවෙන් ඉංග්‍රීසියේ භාවිත වන එයට ශ්‍රී සුමංගල ශබ්දකෝෂයෙහි අරුත් සපයා ඇත්තේ ‘නින්දෙහි දී හිතට අරමුණු වන පෙර කළ කී දේ ආදිය’ යනුවෙනි. ඉංග්‍රීසි ශබ්දකෝෂවල ‘a series of image, events and feelings that happen in your mind while you are asleep’ යනුවෙන් ‘සිහින’ යන්න නිර්වචනය කොට ඇත. මේ අනුව තමන්ගේ අතීත සහ අනාගත සිදුවීම්හි නිමිති ලෙස ‘නිදන්නහුට පෙනෙන මනෝමය දර්ශනයක්’ ලෙස සිහින යන්න සරලව නිර්වචනය කරගත හැකි ය. ඇත අතීතයේ පටන් දැන උගත් ප්‍රභූ ජනයා මෙන් ම සාමාන්‍ය මිනිසුන් ද සිහින පිළිබඳ මහත් උනන්දුවක් දක්වනු ඇත. එමෙන් ම සිහිනවල ජීවිතය හා බැඳුණු කිසියම් ප්‍රකාශනයක් පවතින බවට ද පොදු පිළිගැනීමක් පවතී.

**පර්යේෂණ ගැටලුව**

නින්දේ දී මනෝමය වශයෙන් දර්ශනය වන ස්වප්නයන් හි කිසියම් සත්‍යතාවයක් පවතින්නේ ද, ඒ මගින් පුද්ගල අනාගතය පිළිබඳ කිසියම් සංකේතාර්ථයන් ගම්‍ය කරන්නේ ද යන්න අධ්‍යයනය කිරීම මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණ යි.

**පර්යේෂණ විධි ක්‍රමය**

මෙම අධ්‍යයනයේ දී පුස්තකාල ග්‍රන්ථ පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය (Inter Library Research) භාවිත කරන ලදී. බෞද්ධ හා තදන්‍ය මූලාශ්‍රය මෙන් ම මේ සම්බන්ධයෙන් සිදු කරන ලද පෙරදිග හා බටහිර පර්යේෂණ වාර්තා ද ආශ්‍රය කෙරිණ.

**සාකච්ඡාව**

<sup>1</sup> සහකාර කථිකාචාර්ය, පාලි හා බෞද්ධ අධ්‍යයන අංශය, කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය  
<sup>2</sup> ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, පාලි හා බෞද්ධ අධ්‍යයන අංශය, කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය

සිහින පෙනෙන්නේ නින්දේ දී ය. ස්වාභාවික නින්දෙහි ආරම්භක අවස්ථාව හෙවත් නිදිබර ගතියේ සිට ගැඹුරු නින්ද දක්වාත් නැවත පිබිදීම තෙක් අදියර පහක් (05) ඇත. එනම්;

- 1 පළමුවැනි අදියර - නිදිමත ගතිය (Drowsiness)
- 2 දෙවැනි අදියර - අඩ නින්ද (Light slumber)
- 3 තෙවැනි අදියර - ගැඹුරු නින්ද (Deep slumber)
- 4 සිව්වැනි අදියර - අඩනින්ද (Light slumber)
- 5 පස්වැනි අදියර - පිබිදීම (Awakening)

පළමු වැනි අදියර නින්දට පිවිසෙන අවස්ථාව ලෙස සැලකේ. අවදි තත්ත්වයේ සිට නිදිබර තත්ත්වයට සංක්‍රමණය වී කායික සහ මානසික යන අංශද්වයෙන් ම නින්දට සුදුනම් වීම නිදිමත ගතිය යන්නෙන් අදහස් කෙරේ. තවද මෙම අවස්ථාවේදී නින්ද සඳහා අවශ්‍ය සෙරටොනින් (Serotonin) නැමැති එන්සයිම නිපදවීම මොළය තුළ සිදු කෙරේ. නින්දෙහි දෙවැනි අදියරට පිවිසීමේ දී ශරීරයෙහි මාංශපේශීන් හි ලිහිල් වීම, රුධිර පීඩනය අඩුවීම, හද ගැස්ම සහ ජීරණ ක්‍රියාවලිය අඩුවීම ආදී ක්‍රියාවන් සම්පූර්ණයෙන් ම සිදුව ඇති අතර කායික සහ මානසික වශයෙන් නින්දකට සුදුනම් වේ. නිදිමත ගතියක් නින්දක් අතර ගත කරන අඩනිදි ගතිය තුළ මස්තිෂ්කයෙහි තීටා (Theta) නැමැති තරංගවල සංකලනයක් සිදු වේ. ඩෙල්ටා (Delta) තරංග රටාවෙහි ඇරඹුමත් සමග එළඹෙන්නේ නින්දෙහි ගැඹුරු ම අවස්ථාව යි. නින්දෙහි වැඩිකාලයක් මෙම තත්ත්වය යටතේ ගත කරයි. ඉන් පසු එළඹෙන්නේ අඩ නින්ද අවස්ථාව හෙවත් සිව්වැනි අදියරයි. මිලින්ද ප්‍රශ්නයෙහි 'කපි නිදාව' හෙවත් 'කපිමිද්ධ' ලෙස මෙම අදියර හඳුන්වා ඇත. සිහින පෙනෙන්නේ මෙම කපි නිදාව නැමැති අවස්ථාවේ දීය. 'කපිමිද්ධ' යයි කියනු ලබන්නේ වඳුරු නින්දටයි. වඳුරාගේ නින්ද මොහොතින් වෙනස් වේ. සිහින පෙනෙන අවස්ථාවල අක්ෂි වේගයෙන් චලනය (REM) වේ. තවද, නින්දේ දී මෙම තත්ත්වයේ සිට පස්වැනි අදියර වන පිබිදීමට හෙවත් අවදි තත්ත්වයට පත්ව නැවතත් නින්දට පත් වේ. පුද්ගලයෙකු සිහින දැකීමට හේතු වන කරුණු හයක් (06) සහ ඒ ඒ තත්ත්ව යටතේ දැකිය හැකි කෙබඳු සිහින ද යන වග මිලින්ද ප්‍රශ්නයෙහි පෙන්වා දෙයි. එනම්;

- 1 වාත (wind) ප්‍රකෘති වූ පුද්ගල තෙමේ ස්වභව දක්නේය. (වාතකො සුපිතං පස්සති)
- 2 පිත්ත (bile) ප්‍රකෘති වූ පුද්ගල තෙමේ ස්වභව දක්නේය. (පිත්තිකො සුපිතං පස්සති)

- 3 සෙම් (phlegm) කිපුණා වූ පුද්ගල තෙමේ ස්වප්න දක්නේය. (සෙම්හිකො සුපිනං පස්සති)
- 4 දෙවියන් විසින් දියුණුව හෝ පරිහානිය පිණිස (by spirits) නොයෙක් අරමුණු වශයෙන් ස්වප්න දක්නේය. (දෙවතුපසංභාරතො සුපිනං පස්සති)
- 5 පෙර පුරුදු කරන ලද කර්ම (revival of past experience) හේතු කොට ස්වප්න දක්නේය. (සමුදාවිණ්ණතො සුපිනං පස්සති)
- 6 තමාගේ අනාගත අපේක්ෂාවන්හි (prophetic dreams) පූර්ව නිමිති වශයෙන් ස්වප්න දක්නේය. (පුබ්බ නිමිත්තතො සුපිනං පස්සති)

බුදුවරුන්ට සහ රහතන් වහනසසේලාට සිවප්න නො පෙනේ. අන් සියල්ලන්ට ස්වප්න පෙනිය හැකි ය. වාතාධික (wind) තැනැත්තා අහස් ගමනාදී සිහින දකී. පිත්තාධික (bile) පුද්ගල තෙමේ අග්නිදහාදී (ගින්දර හා සම්බන්ධ) ස්වප්න දක්නේ ය. සෙම් (phlegm) කිපුණා වූ තැනැත්තා ජල ක්‍රීඩාදී සිහින දකින්නේ ය. මෙලෙස ධාතු කිපීම් හේතුවෙන් (ධාතුක්ඛොභ) දක්නා සිහින සත්‍ය වූ ඒවා නොවේ. දෙවියන් විසින් (by spirits) දියුණුව හෝ පරිහානිය පිණිස (දෙවතොපසංභාර) නොයෙක් අරමුණු වශයෙන් පෙනෙන සිහින සහ පෙර පුරුදු කරන ලද කර්ම හේතු කොට (revival of past experience) (අනුභූතපුබ්බ) පෙනෙන සිහින සත්‍ය හෝ අසත්‍ය විය හැකි ය. තමුත් තමාගේ අනාගත අපේක්ෂාවන්හි පූර්ව නිමිති (prophetic dreams) වශයෙන් පෙනෙන ස්වප්න සත්‍ය විය හැකි ය. ඒ අනුව සිහින නින්දේ දී පෙනෙන හුදු මනෝමය දර්ශනයක් පමණක් යැයි කිව නො හැකි ය. බෞද්ධ මූලාශ්‍රයන්හි හමුවන බෝසතාණන් වහන්සේ දුටු ස්වප්න, මායා දේවිය දුටු ස්වප්නය, කොසොල් රජු දුටු ස්වප්න, වේදේහ රජු දුටු ස්වප්නය, කේමා දේවිය දුටු ස්වප්නය ආදියෙන් සිහිනවල අනාගත පිළිබඳ සංකේතාර්ථයක් ප්‍රතීත්‍යමාන වන බව ප්‍රකට ය. බෞද්ධ සාහිත්‍යයන්හි හමුවන සිහින පිළිබඳ වාර්තා ස්වප්නවලදී අප කටයුතු කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳ උගත හැකි ය.

**නිගමන හා යෝජනා**

ස්වප්න ජීවිතය පිළිබඳ හෝ වෙනත් දෙයක සංකේතයක් වශයෙන් සලකා, නිසි ලෙස අර්ථ කථනය කර ගත යුතු ය. සංකේතාත්මක ව දක්නා සිහින විග්‍රහ කර ගැනීම තරමක් අසීරු ය. ඒ සඳහා අපගේ අද්දැකීම් වඩාත් වැදගත් වේ. ඒ අනුව සිහින යනු නින්දේදී පෙනෙන හුදු මනෝමය දර්ශනයක් පමණක් නොවන

බැවින් එය අර්ථවත් අගයක් ඇති ප්‍රකාශන ලෙස සිතීම අගනේ ය. ත්‍රිපිටක සාහිත්‍යයෙහි විද්‍යමාන කරනුයේ අනාදීමත් කලක පටන් සිහින පිළිබඳ අධ්‍යයනයක් සහ විශ්වාසයක් පොදු ජනතාව තුළ පැළපදියන් ව තිබූ බවකි. එහෙයින් සිහින යනු නින්දේ දී පෙනෙන හුදු මනෝමය දර්ශනයක් පමණක් යැයි කීම තවදුරටත් සත්‍යය නොවේ. එය අර්ථ ශූන්‍ය කියමනකි. පූර්ව නිමිති වශයෙන් දක්නා ස්වප්න අනාගතය පිළිබඳ සංකේතාර්ථයක් ගම්‍ය කෙරෙන බව මෙමගින් ප්‍රකට වේ.

ප්‍රමුඛ පද: ස්වප්න, කපිමිද්ධ, බෞද්ධ මූලාශ්‍රය, පූර්ව නිමිති

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ

බුද්දක නිකාය, ජාතක පාලිය, ප්‍රථම භාගය. (2006). බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථමාලා, තායිවාන්.

දීප නිකාය. (2006). තායිවාන්: බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, මිලින්ද ප්‍රශ්නය. (2011). දෙහිවල: බෞද්ධ සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය.

උපාලි හිමි මඩවල. (2011). අධිමානසික විද්‍යාව. කොළඹ 10: රත්න පොත් ප්‍රකාශකයෝ.

Sri Dhammananda' K. (1993). *What Buddhist Believe*. CBBEF, Taiwan.