

## සිහින : බෞද්ධ හා බටහිර මනෝවිද්‍යාත්මක මතවාද පිළිබඳ තුලනාත්මක අධ්‍යයනයක්

බලන්ගොඩ ආනන්ද චන්ද්‍රකීර්ති හිමි<sup>1</sup>, වැලිපිටියේ පඤ්ඤාරතන හිමි<sup>2</sup>

### හැඳින්වීම

මිනිස් සන්තානගත සිතුවිලිවල මනෝභවික අත්දැකීම් සිහිනය ලෙස සරලව හඳුනාගත හැක. නිදි යහන්ගත වන පුද්ගලයා නින්දේ දී වින්දනය කරනු ලබන අපූර්ව වූත් වමන්කාර ජනක වූත් අත්දැකීමක් ලෙස සිහින හැඳින්විය හැක. පෙරනිමිති හා සජන දර්ශනයෙහි දැක්වෙන ආකාරයට ලෝකයේ කුතුහලයන්, සැකයන්, බියන්, බලාපොරොත්තුවන්, සුදානමන්, විමසීමන්, විමතියන්, පුදුමයන්, පශ්චාත්තාපයන් වැනි අනාගත භය අතරින් ස්වප්නයද එකක් ලෙස විස්තර කොට ඇත. ජ්‍යෝතිෂ ශාස්ත්‍රයට අනුව ස්වප්නය විවරණය කිරීමේදී එය දකින කාලය, සෘතුව වැනි කරුණු සමග යාමය, අරුණ, ඤාණය, මුහුර්තය ආදිය පිළිබඳව ද සැලකිලිමත්විය යුතු බව දක්වයි. අනාදිමත් කාලයක සිටම මිනිසා මෙම සිහින විශ්ලේෂණය පිළිබඳ උනන්දු විය. ආගමික, සාමාජික, දාර්ශනික මෙන්ම මනෝවිද්‍යාත්මක පැතිකඩ ඔස්සේ මෙම සිහින පිළිබඳ විවිධ පර්යේෂණ සිදු කෙරී තිබේ. පෙරදිග ලෝකයේ ප්‍රාග් බෞද්ධ සාහිත්‍ය තුළ මෙන්ම බෞද්ධ සාහිත්‍ය තුළද හදුනාගත හැකි මෙකී විග්‍රහයන් ශ්‍රීක මෙන්ම රෝම අධිරාජ්‍ය තුළද මෙම සංකල්පයේ ඓතිහාසික පසුබිම හඳුනාගත හැක. මෙම පත්‍රිකාව මගින්,

- 1 බෞද්ධ සූත්‍ර සාහිත්‍යගත සිහින විශ්ලේෂණය
- 2 නූතන මනෝවිද්‍යාවේ ප්‍රකාශිත සිහින විශ්ලේෂණය

පිළිබඳ සංසන්ධනාත්මක අධ්‍යයනයක් සිදු කෙරේ.

### පර්යේෂණ ගැටලුව

- බටහිර හා බෞද්ධ සිහින විශ්ලේෂණ අතර සමාන තාවයක් තිබේද? යන්න පිළිබඳ අධ්‍යයනය කිරීම

### පර්යේෂණයේ අරමුණු

- සිහින හා මානසික සෞඛ්‍ය අතර සබඳතාවක් පවතීද යන්න අධ්‍යයනය කිරීම
- සිහින පිළිබඳ බෞද්ධ හා බටහිර මනෝවිද්‍යාත්මක අර්ථකතන පිළිබඳ අධ්‍යයනය කිරීම

<sup>1</sup> කටිකාවාර්ය, ශ්‍රී ලංකා හික්සු විශ්වවිද්‍යාලය, අනුරාධපුර, bacananda@yahoo.co.uk.  
<sup>2</sup> බෞද්ධ උපදේශක, ශ්‍රී ලංකා හික්සු විශ්වවිද්‍යාලය, අනුරාධපුර, wrathanathero@gmail.com.

• සිහින හා මානසික රෝග අතර ඇති සම්බන්ධ විමසා බැලීම  
පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය

• සංසන්දනාත්මක අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය (Comparative Study)

**සාකච්ඡාව**

බෞද්ධ සූත්‍රසාහිත්‍යාගතව සිහින පිළිබඳව විධිමත් පැහැදිලි විග්‍රහයක් හඳුනාගත නොහැකි වුවත් මේ පිළිබඳ ප්‍රාමාණික විග්‍රහයක් හඳුනාගත හැක. අභිධර්මයට අනුව නින්දට පත්වූ තැනැත්තාගේ ඇස, කන, නාසා ආදී පඤ්ච ඉන්ද්‍රියන්ගේ පඤ්චද්වාරවර්ජන සිත් නම් වූ මනසට විවෘත වන දොරවල් ක්‍රියාත්මක නොවේ. එහෙත් මනස අවධියෙන් සිටී. නින්දේදී මනස අවධියෙන් සිටින බැවින් සිහින පෙනේ. එනම් මනෝද්වාරවර්ජනය සිදුවේ. නිදා සිටින කෙනෙකුගේ ඇස ඉදිරියේ පහනක් දැල්වූයේ නම් කණ සමීපයෙහි ශබ්දයක් ඇති කළේ නම්, නාසය සමීපයෙහි සුවඳ යමක් තැබුවේ නම්, මුඛයෙහි රසවත් යමක් තැබුවේ නම් , කයට යම් ස්පර්ශයක් කළේ නම්, පඤ්චද්වාරවර්ජන සිත් ක්‍රියාත්මක නොවේ. ඒ කෙරෙහි මනස විවෘතව තිබේ. එනම් මනෝද්වාරවර්ජන සිත ක්‍රියාත්මක වේ. ඒ අනුව බාහිර උත්තේජනයන්ට වහා ප්‍රතිචාර දක්වයි. මෙම පඤ්චද්වාරවර්ජන සිත් මුල් වූ ක්‍රියාවකින් කර්මයක් හෝ කර්ම විපාකයන් හට නොගනී. සිහිනෙන් සිදු කරන ක්‍රියාවන්හි කුසල් අකුසල් කර්ම විපාකයන් නොමැත. එසේම බෞද්ධ සාහිත්‍යයට අනුව සිහින වර්ග 4 කි. එනම්,

- 1 ධාතුකොභ සිහින
- 2 අනුභූත පුබ්බ සිහින
- 3 දේවකෝපසංගාර සිහින
- 4 පුබ්බ නිමිත්ත සිහින

මෙම වර්ග කිරීම විභංග අටුවාවෙහි හඳුනාගත හැකි වුවත්, මහා සුපිත ජාතකයේදී කාරණා 06 ක් දක්වා ඇත. එනම් වානිකො සුපිතං පසසති, පිතතිකො සුපිතං පසසති, සෙමතිකො සුපිතං පසසති, දෙවනුපසංභාරතො සුපිතං පසසති, සමුදාවිණණතො සුපිතං පසසති, පුබ්බ නිමිතො සුපිතං පසසති යනුවෙනි. මෙම සහේතුක සිහින පිළිබඳව මිලින්ද ප්‍රශ්නයෙන් පෙන්වා දෙන ආකාරයට පූර්ව නිමිති මගින් හටගන්නා ස්වප්න හැර සෙසු සිහින පිළිබඳ ථෙරවාදීහු උනන්දුවක් නොදක්වති. එසේම බෞද්ධ සාහිත්‍ය තුළද මෙම සිහින හා සබැඳි ප්‍රධාන සිදුවීම් කිහිපයක් වැදගත් වේ. එනම්

- 1 බුද්ධත්වය අපේක්ෂාවෙන් බෝසතුන් දුටු සිහින
- 2 මහාමායා දේවිය දුටු සිහින



3 කොසොල් රජතුමාගේ සිහින 16 ඒ අතරින් ප්‍රධාන වේ. මිනිසාගේ මූලික අවශ්‍යතාවන්ගෙන් එකක් ලෙස නින්ද නූතන මනෝවිද්‍යාව ද පිළිගනී. සිහින සහ මිනිස් මොළය අතර පවතින්නේ සමීප සම්බන්ධතාවකි. මනසේ තැම්පත් වී තිබෙන පුද්ගල අත්දැකීම්, ආශාවන්, බලාපොරොත්තු ආදිය සිහින මගින් විටින් විට දර්ශනය වීම සිදුවන බව නූතන මනෝවිද්‍යාවේ පිළිගැනීම වේ. ශාරීරික වෙනස්කම් මෙන්ම රෝගාබාධයන්ගේ වෙනස්කම් අනුව ද පුද්ගලයාගේ සිහිනවල වෙනස්කම් දැකිය හැකි බව නූතන මනෝවිශ්ලේෂණවාදීන්ගේ ආකල්පයයි. මානසික රෝග නිධානයන්හිදී සිහින විශ්ලේෂණය අතිශයින් වැදගත්වන අතර ඒ පිළිබඳ වෛද්‍යවරයාගේ ප්‍රාමාණික දැනුම සුවිශේෂී සාධකයක් බවට පත්වේ. සිහින දැකීම පිළිබඳව නූතන මනෝවිද්‍යාව මූලික උපකල්පන කිහිපයක සිටී.

- 1 ආතතිය අඩුකිරීම - Tension Reduction
- 2 ඉච්ඡාසාධනය - Wish fulfillment
- 3 හානිපූරණය - Compensation
- 4 ගැටලු විසඳීම - Problem solving

සිහින පිළිබඳව බටහිර මනෝවිද්‍යා ලෝකය තුළ ලියවී ඇති මූලිකම ග්‍රන්ථය වන්නේ සිග්මන්ඩ් ෆ්‍රොයිඩ් විසින් ලියන ලද "ස්වප්න විග්‍රහය" (The Interpretation of Dreams) නැමැති ග්‍රන්ථය වේ. මෙමගින් ෆ්‍රොයිඩ් පෙන්වා දෙන්නේ "අවිඥානය කරා ඇති රාජකීය පථය තැනී ඇතිතේ සිහිනවලින් බවය". ෆ්‍රොයිඩ්ට අනුව සිහිනය ප්‍රධාන කොටස් 2 කින් සමන්විත වේ. එනම්

- 1 ස්පුට අංශය - (Manifest Content)
- 2 අස්පුට අංශය - (Latent Content)

එනම් සිහිනයේ පෙනෙන පැතිකඩ හා නොපෙනෙන ගැඹුරු පැතිකඩයි. ෆ්‍රොයිඩ්ට අනුව සිහින යනු ඉච්ඡා සාධනයකි. ඔහු තවදුරටත් පෙන්වා දෙන්නේ අවිඥානයේ පවත්නා ආශාවන් සිහින මගින් මුදුන්පත් වන බවයි. ෆ්‍රොයිඩ් විසින් තම මනෝවිශ්ලේෂණවාදී සංකල්පයේදී ඉදිරිපත් කරන ලද ප්‍රතිකාර ක්‍රමවේද 03 න් එකක් ලෙස සිහින විශ්ලේෂණය පෙන්වා දී ඇත. පුද්ගල අවිඥානය කරා ගමන් කිරීමට ඇති රජ මාවත සිහින බව සැලකූ ෆ්‍රොයිඩ් විසින් මානසික රෝගීන්ගේ සිහින පිළිබඳ විශේෂ අවධානයක් යොමු කරන ලදී. සිහිනය විසින් නියෝජනය කරනු ලබන ඉච්ඡාව (Wish) ලිංගික ඉච්ඡාවක් හෝ ආක්‍රමණශීලී ඉච්ඡාවක් විය හැකි බව ෆ්‍රොයිඩ්ගේ නිගමනය විය. ෆ්‍රොයිඩ්ට අනුව සිහිනය අවබෝධ කර ගැනීමට නම් එම සිහිනය කොටස්වලට බෙදා වෙන් කළ යුතුය. එපමණක් නොව

සිහිනය දුටු තැනැත්තා සමග ඇති කරගන්නා නිදහස් සංසටනයෙන් එහි සැඟවුණු විවිධ කොටස් මතුකරගත යුතුය. රෝගියා දකින සිහිනයකින් හෝ සිහිනවලින් ඔහු තුළ ඇති ආබාධ පිළිබඳව ඉතා වැදගත් කරුණු හෙළි කරගැනීමට හැකිවේ. එබැවින් මානසික රෝගයන්හි අවිඥානික හේතූන් පිළිබඳව අනාවරණය කර ගැනීමේදී සිහින විග්‍රහ කර බැලීම ඉතා ප්‍රයෝජනවත් කාර්යයක් ලෙස මනෝවිශ්ලේෂණවාදීන් සලකන ලදී. මෙම සිහින විග්‍රහයේදී අවධානය යොමු කළ යුතු සිහිනයේ අංශ 5ක් පිළිබඳ ගොයිඩ් පෙන්වා දෙයි. එනම්,

- 1 සංසේපනය (Condensation)
- 2 විස්ථාපනය (Displacement)
- 3 නාටනය (Dramatization)
- 4 අනුයෝජනාව (Elaboration)
- 5 සංකේතකරණය (Symbolic expression)

**නිගමනය**

සමස්තයක් ලෙස ගත් කල සිහින යන්න මානව ඉතිහාසයේ ආරම්භයේ සිටම මිනිසාගේ නින්ද හා සම්බන්ධව පවත්නා සංසිද්ධියක් බවකි. එබැවින් මෙම සිහින පදනම් කරගත් ඉතා දීර්ඝ අනාවැකි පළකිරීමේ ඉතිහාසයක් ද මානවයා සතිය. නූතන මනෝවිද්‍යාව තුළ සිහින පිළිපඳ මුල්වරට සාකච්ඡා කරන ලද්දේ ගොයිඩ් විසිනි. ඔහුට අනුව සිහින යනු අවරෝධිත අවිඥානික මතකයන්ගේ ප්‍රකාශනයකි. බුදුදහම තුළ සිහින පිළිබඳ ඉහත අර්ථකථනය පිළිගන්නා අතරම ඊට ආනුසංගික බොහෝ සාධක සිහින හා රැදී පවතින බව ද පිළිගනී. බටහිර මනෝවිද්‍යාව තුළ සිහින ප්‍රතිකාරාත්මක ක්‍රමශිල්පයක් ලෙස අධ්‍යයනය කරන්නට උත්සහගෙන තිබෙන අතර බුදු දහම ඇතුලු පෙරදිග සාහිත්‍ය තුළ එය පූර්ව අනාවැකි පළ කිරීමේ මාධ්‍යයක් ලෙස ද භාවිත කර ඇති ආකාරය නිරීක්ෂණය කළ හැක. බටහිර මනෝවිද්‍යාව තුළ මෙම සිහිනය පිළිබඳව ඉතා ගැඹුරින් සාකච්ඡා කොට ඇති මනෝවිද්‍යා ගුරු කුලය වන්නේ මනෝවිශ්ලේෂණවාදී ගුරු කුලයයි. ඔවුන්ට අනුව සිහින විශ්ලේෂණය මානසික ප්‍රතිකාර ප්‍රවේශයකි. මානසික රෝග ඇතිවීම පිළිබඳ ග්‍රොයිඩ්‍යානු විග්‍රහය වන්නේ අවිඥානයට අවරෝධනය කළ අම්හිර අත්දැකීම්, මතකයන් තුළින් මානසික රෝග හටගන්නා බවයි. එහිදී සිහින තුළින් එකී අවිඥානික සාධක අනාවරණය කරගත හැකි බව ග්‍රොයිඩ් පෙන්වා දෙන ලදී. මෙමගින් පැහැදිලි වන්නේ ග්‍රොයිඩ්‍යානු සිහින විශ්ලේෂණය හුදෙක් මානසික සෞඛ්‍ය අරමුණුකරගත් එකක් බවය. බුදුදහම තුළද පුද්ගලයාට වා, පින්, සෙම් කිපීම තුළින් යම් යම් සිහින පෙනෙන බව පෙන්වා දී ඇත. එහි බොහෝ දුරට දක්නට ඇත්තේ කායික පදනමකි. එසේම අරහත් තත්ත්වයට පත්වුවන්ට

සිහින නොපෙනෙන බව පෙන්වා දීම තුළින් පැහැදිලි වන්නේ මානසික අසමතුලිතභාවයද මෙම සිහින හා සම්බන්ධතාවක් පවතින බවයි. එහෙත් බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ ඇතැම් අවස්ථාවල පෙන්වා දී ඇති පරිදි සිහින අනාගත පෙරනිමිති ලෙස අර්ථදක්වා ඇති කාරණාව සම්බන්ධව නූතන මනෝවිද්‍යාව එකඟ නොවේ.

ප්‍රමුඛ පද : සිහින විශ්ලේෂණය, නිදහස් සංඝටනය, අවිඤ්ඤාණය

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ

පන්සියපනස් ජාතක පොත් වහන්සේ. (2000). නැදිමාල: බෞද්ධ සංස්කෘතික මධ්‍යස්ථානය.

ආනන්ද මෙමුත්ති නාහිමි, බලන්ගොඩ. (1962). (සංස්.). මිලින්දපඤ්ඤා, කොළඹ: අනුලා මුද්‍රණාලය.

මුර්ති, (2005), මනෝවිද්‍යාව, වාරියපොළ: නියුරෝ පොත් ප්‍රකාශකයෝ.

සරණපාල හිමි, නාමධුන්තේ. (1964). පෙරනිමිති හා ස්වප්න දර්ශනය, මාතර: නාවිමන මුද්‍රණාලය.