7th International Conference of Multidisciplinary Approaches (iCMA), 2020
Faculty of Graduate Studies,
University of Sri Jayewardenepura,
Sri Lanka.
ISSN: 2386 – 1509
Copyright © iCMA

සේනාසනක්ඛන්ධකයෙන් හෙළි වන ස්වස්ථතාව පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්

රතනසාර හිමි ඩබ්ලිව්.

පාලි හා බෞද්ධ අධ්‍යයනාංශය, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජීය විද්‍යා පීඨය,
රුහුණ විශ්වවිද්‍යාලය, ශ්‍රී ලංකාව
wrthero.wr1996@gmail.com

සාරසංක්ෂේපය
කායික-මානසික ස්වස්ථතාව පූර්ණ වශයෙන් පවත්වා ගැනීමට බුදුදහම පුද්ගලයා හා සමාජය යොමු කරවන්නේ බුදුදහමේ මුඛ්‍ය අරමුණ වන නිර්වාණ සාක්ෂාත්කරණය සිදුකරගැනීමට යහපත් සෞඛ්‍යය ඉවහල්වන බැවිනි. ස්වස්ථතාව යනු රෝග ඇතිවීම වළක්වාගැනීම වෙනුවෙන් අනුගමනය කරනු ලබන ක්‍රියාවලිය වේ. බාහිර සමාජය හෝ පරිසරය සමග නිවැරදි සබඳතා පවත්වා ගැනීම, භෞතික භාණ්ඩ පිරිසිදුව තබාගැනීම හා ක්‍රමවත් ව නිසි ලෙස භාවිත කිරීම ස්වස්ථතාව රැකගැනීමට ඉවහල් වන කරුණු ය. විනය පිටකයට අයත් චුල්ලවග්ගපාළියේ සේනාසනක්ඛන්ධකය තුළ අන්තර්ගත විනය පැනවීම් ස්වස්ථතාව අරමුණු කරගනිමින් බුදුරදුන් පනවා තිබෙන බව අක්ෂි රෝග ඇති නොවීමට හිරු එළිය නිසි පරිදි ලැබෙන සේ සේනාසනයක වා-කවුළු තැබීමට පැන වූ ප්‍රඥප්තිය වැනි නිදසුන් මගින් සනාථ වේ. මෙපමණක් නොව වාස්තු විද්‍යානුකූල ඉදිකිරීම් ආදිය ස්වස්ථතාව අරමුණු කරගනිමින් සිදුකළ යුතු බව ද සේනාසනක්ඛන්ධකයෙන් පැහැදිලි වන කරුණකි. චුල්ලවග්ගපාළියේ සේනාසනක්ඛන්ධකයේ විනය ප්‍රඥප්තීන් මගින් පුද්ගල-සමාජීය ස්වස්ථතාව ආරක්ෂා කරගැනීමට ලැබෙන අනුබලය විමර්ශනය කිරීමේ අරමුණ යටතේ චුල්ලවග්ගපාළියේ සේනාසනක්ඛන්ධකයෙන් හෙළි වන ස්වස්ථතා දර්ශනය කෙබඳු ද? යන පර්යේෂණ ගැටලුව මත ග්‍රන්ථ සංධාර අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය යොදාගනිමින් මෙම පර්යේෂණය සිදුකරන ලදි. ඒ අනුව පුද්ගලයාගේ කායික-මානසික ස්වස්ථතාව වෙත මූලික අවධානය යොමු කරමින් කායික-මානසික සෞඛ්‍ය පවත්වාගැනීමට අවශ්‍ය විනය ප්‍රඥප්ති පැනවීම් සේනාසනක්ඛන්ධකයේ සිදුකර ඇති බව පැහැදිලි විය. එසේ ම භෞතික භාණ්ඩ කළමනාකරණය කිරීම හා ගෘහ නිර්මාණ ඉදිකිරීම නිවැරදි ක්‍රමවේද අනුව සිදුකිරීම තුළින් කායික-මානසික සෞඛ්‍ය යහපත් ව පවත්වාගැනීමට උපයෝගී වන බව තහවුරු විය.

ප්‍රමුඛ පද: ආධ්‍යාත්මික, ස්වස්ථතාව, සේනාසනක්ඛන්ධකය, සෞඛ්‍ය, ප්‍රඥප්ති