

60

පහන් සංවේගය

ආචාර්ය වෛද්‍ය සමාධි විශ්වනාත් රාජපක්ෂ

ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලයේ හතළිස් හතර වන උපාධි ප්‍රදානෝත්සවයේ මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීය විද්‍යා පීඨයේ උපාධි ප්‍රදානෝත්සව දේශනය පැවැත්වීමට උපකුලපතිතුමන් හා පීඨාධිපතිතුමන් ප්‍රමුඛ ආචාර්ය මණ්ඩලය විසින් කළ ආරාධනය මා ලැබූ ඉමහත් භාග්‍යයක් කොට සලකමි. මේ සරසවියේ මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජීයවිද්‍යා පීඨයට මගේ ඇති නැකම වන්නේ මගේ පියාණන් තම ප්‍රථම සහ ශාස්ත්‍රපති උපාධි හිමි කර ගත්තේ මෙම පීඨයෙන් වීම යි. එය ද මම ඉතා ගෞරවයෙන් සිහිපත් කරමි. එසේ ම ව්‍යවහාරික විද්‍යා පීඨයෙන් බිහි වූ උපාධිලාභිත්ගෙන් කොටසක් මෙම සැසියට සහභාගී වී සිටීම ද මට මහත් සතුටකි.

අද දින උපාධි ලබා මෙම විශ්වවිද්‍යාලයෙන් පිට ව යන ඔබ සැමට මාගේ හෘදයාංගම ශුභාශීංසනය පළමු කොට ම පිරිනමමින් ඔබ සියලු දෙනාගේ ම මතු අනාගතය සුරක්ෂිත වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමි. මෙම දේශනයෙන් මා හුදෙක් ම බලාපොරොත්තු වන්නේ විවිධ ක්ෂේත්‍රයන් තුළ මා ලැබූ අත්දැකීම් සම්පිණ්ඩනය කරගත් කල අප ජීවත් විය යුත්තේ කුමක් අරභයා ද යන්න පිළිබඳ ව කතා කිරීමට යි. ආදි ආනන්දියයකු වශයෙන් බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවත්, ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාවත්, උපදේශනයත්, බෞද්ධ දර්ශනයත්, පාරම්පරික සාම්ප්‍රදායික නර්තනයත්, ක්‍රීඩා කෞශල්‍යයත්, කාව්‍යකරණයත් යන ක්ෂේත්‍රයන් තුළින් මා උකහා ගත්තේ හුදෙක් ම අප විසින් සිදු කරන ඕනෑ ම කාර්යයක් සිදු කළ යුත්තේ හුදී ජන පහන් සංවේගය පිණිස ම බව ය. ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් ගයිගර් පඬිතුමා එය Serene Joy ලෙස දක්වයි.

පහන් සංවේගය නැතහොත් සුපහන් සිත ඇති කර ගැනීම තුළින් සියලු අභියෝග ජය ගනිමින් අනාගත සුරක්ෂිතභාවය සඵල කර ගත හැකි බව ඒකාන්ත ය. මනසේ ක්‍රියාකාරීත්වය කෙසේ නම් අපගේ කායික - මානසික සුවපත් භාවය පිණිස හේතු වන්නේ ද යන්න විමසා බැලීම වටිනි. නූතනයේ මනෝ කායික විද්‍යාව පිළිබඳ බොහෝ දුරට අධ්‍යයනය කරන බව පෙනේ. බොහෝ විද්වතුන් මේ පිළිබඳ ව විවිධ අදහස් ප්‍රකාශ කර ඇත, සාකච්ඡා කොට ඇත. බටහිර ලෝකයා 17 වන සියවසේ දී මනෝ කායික සම්බන්ධතාව ගැන දැරූ අදහස වන්නේ කය සහ මනස වෙන වෙන ම කොටස් දෙකක් ලෙස ක්‍රියාත්මක වන බව ය. එවිට මනසේ ක්‍රියාකාරීත්වය මත මානසික රෝග ඇති වන බවට ද, කයේ ක්‍රියාකාරීත්වය මත කායික රෝග ඇති වන බවට ද මතයක් විය. එහි ඇති ගැටලුකාරී තත්ත්වය පසුකාලීන ව අවධාරණය වූයේ ඇතැම් රෝග වැළඳීම සඳහා පැහැදිලි වශයෙන් වූ හේතුවක් නිර්ණය කිරීමට අපහසු වීම යි. එනම්, ඇතැම් මානසික හේතූන් කායික රෝග ඇති වීම කෙරෙහි ද, කායික හේතූන් මානසික රෝග ඇති වීම කෙරෙහි ද බලපාන බව පැහැදිලි වන්නට විය. මෙහි දී අවධාරණය කළ යුතු වන්නේ කිසියම් රෝගයක් සෑදීම සඳහා කායික සහ මානසික හේතු අඩු වැඩි වශයෙන් අනිවාර්යෙන් ම සම්බන්ධ වන බව යි. එවිට රෝගයකට හේතුව මෙලෙස වේ නම් එම රෝගයේ සුවපත් වීම සඳහා ද කායික හා මානසික සුවපත් භාවයේ ඇති වැදගත්කම නිගමනය වී හමාර ය. පූර්ණ සුවපත් භාවය අත් කරගැනීමට මෙය අත්‍යවශ්‍ය කරුණකි. එසේ ම රෝග වළක්වා ගැනීම සඳහා ද මෙම කරුණ අතිශය වැදගත් වේ.

මනසේ ක්‍රියාකාරීත්වය කායික සුවපත් භාවය සඳහා අනිවාර්යෙන් ම බලපාන බව බොහෝ පරීක්ෂණ මඟින් සනාථ වී හමාර ය. ඒ අනුව බලන කල මූලික ව මිනිස් මොළය හා එහි ක්‍රියාකාරීත්වය මොළයේ රසායනික පද්ධතිය, ව්‍යුහාත්මක ස්වභාවය ගැන අදහසක් දැන සිටිය යුතු ය. මිනිස් මොළය සෑදී ඇත්තේ ස්නායු සෛලවලින් ය. අන්තර් සම්බන්ධක ජාල පද්ධතියක් ලෙස සමස්ත මොළයේ ක්‍රියාකාරීත්වය සිදු වේ. එනම්, ට්‍රිලියන කිහිපයක සහසම්බන්ධතාවක් ඔස්සේ එක තත්පරයක් තුළ මිලියන විස්සේ සිට බිලියනයක් පමණ පණිවිඩ හුවමාරු වන අතිශය සංකීර්ණ ක්‍රියාවලියක් ඇති පද්ධතියකි. මෙම ක්‍රියාවලිය සිදු වන විට මොළයේ විද්‍යුත් ශක්තියක් ජනනය වේ. එය ඊර්ජ් පරීක්ෂණයක් මඟින් ඉතා පහසුවෙන් පරීක්ෂා කර ගත හැකි ය. එසේ ම මිනිස් මොළයේ ඇති රසායනික පද්ධතිය ගැන කෙටියෙන් අදහසක් ඉදිරිපත් කරමි. ප්‍රධාන වශයෙන් ඩොපමින්, නොරැඩ්‍රිනලින්, සෙරොටනින් හා ඇසිටොලින් ගැන අධ්‍යයනය කිරීමේ දී මෙම රසායනිකයන්ගේ සමතුලිතභාවය නිසා ශරීරයේ නිරෝගීභාවය පවත්වාගැනීම, ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය, ස්වයං පාලන ස්නායු පද්ධතියේ මනා ක්‍රියාකාරීත්වය සිදු වේ. එසේ ම ජීවිතයේ සංතුලිතතා පවත්වාගැනීම සඳහා, ඕනෑම අභියෝගයකට මුහුණ දීමේ ශක්තිය වර්ධනය කිරීම සඳහා අප හැඩ ගස්වන අතර එළැඹ සිටි සිහිය පවත්වා ගනිමින් එනම් අවදි භාවයෙන් හා මනා සිහියෙන් එනම් සතියෙන් යුතු ව කටයුතු කිරීමත්, ස්මරණ ශක්තිය වර්ධනය කිරීමත් සඳහා ඒවා මහෝපකාරී වේ. තව ද මනස සැහැල්ලු කරමින් - සුපසන් මනසක් ඇති කරමින් ඕනෑ ම කටයුත්තක් නිසි ලෙස හඳුනා ගැනීම සඳහාත් අවධානය මනා ලෙස පවත්වා ගැනීම සඳහාත්, අපගේ ප්‍රජානාත්මක හැකියාවන් ප්‍රවර්ධනය සඳහාත් ඒවා අත්‍යවශ්‍ය සංඝටක වෙයි. මෙහි දී නිගමනය කළ හැක්කේ මිනිස් මොළයේ රසායනික පද්ධතිය අපගේ මානසික ශක්තිය - මනසේ ක්‍රියාකාරීත්වය කෙරෙහි ඇති සෘජු බලපෑම යි. මෙම ජීව විද්‍යුත් රසායනික පද්ධතිය සමස්තයක් ලෙස මැනවින් ක්‍රියාත්මක වන්නේ නම් ඔබ හුදී ජන පහන් සංවේගය පිණිස කටයුතු කරනු නොඅනුමාන ය.

මානවශාස්ත්‍ර හා සමාජයවිද්‍යා පීඨයෙන් වේවා ව්‍යවහාරික විද්‍යා පීඨයෙන් වේවා දැනුම ලබා ගත් ඔබ අද විශ්වවිද්‍යාලයෙන් පිටව ගියත් ඔබ පිවිසෙන්නේ විශ්වීය විද්‍යාලයකට බව අමතක නොකරන්න. එහි ඇති අපරිමිත - අවින්නා දැනුම් සම්භාරය උකහා ගැනීමට පසුබට නොවන්න. අප ජීවත් වන සමාජයෙන් ලබා ගන්නා දැනුම හා අත්දැකීම් විශ්වවිද්‍යාල අධ්‍යාපනයෙන් පමණක් ලබා ගත නොහැක. ඇතැම් විට උපාධි සහතිකයට සීමා වන අධ්‍යාපන ක්‍රමවේදය මානව වර්ග යාගේ පෝෂණයට ඉවහල් නොවන බව හැඟී යයි. මා සිතනා ලෙස විද්‍යාර්ථීන් වශයෙන් ඔබට තිබිය යුතු අත්‍යවශ්‍ය අංගයක් වන්නේ සෑම විට ම පරීක්ෂණ සිදු කළ යුතු මානසිකත්වය යි. නව අත්හදා බැලීම් සිදු කරමින්, ස්වකීය විෂය ධාරාවට නැවුම් දෙයක් ඉදිරිපත් කිරීමට ඇති කුතුහලය යි. එබැවින් උපාධියට පමණක් සීමා නොවී, නිම් වළලු පුළුල් කරගනිමින් අසීමාන්තික දැනුම් සයුරේ කිම්දෙමින් හුදී ජන පහන් සංවේගය සඳහා ඔබ කටයුතු කරනු දැකීම මාගේ ප්‍රාර්ථනය යි.

ඔබ ඉගෙන ගත් සමස්තය කලාවකි. ඔබේ මානවශාස්ත්‍රය ද කලාවකි. ඔබේ සමාජවිද්‍යාව ද කලාවකි. ඔබේ ව්‍යවහාරික විද්‍යාව ද කලාවකි. කලාව සෑම විට ම විකිත්සාවක් කරගන්න. අද අපට අවශ්‍ය ව ඇත්තේ සදාචාර සම්පන්න කලාවක් ඇති කිරීම යි; ඇත්ත කලාවක් බිහි කිරීම යි. කලාව නමින් ඊනියා ව්‍යාපාර මුල් බැසගෙන ඇති අවදියක සැබෑ කලාවක් නිර්මාණය කිරීම ඔබ සතු වගකීම යි. එනම් අප සියලු දෙනාගේ ඒකායන බලාපොරොත්තුව විය යුත්තේ සංස්කෘතික මිනිසා ගොඩ නැගීම යි. වෛද්‍ය විද්‍යාවට අනුව මොළයේ දකුණු සහ වම්පස සමබර ව - සමතුලිත ව පවත්වා ගැනීම යි. කවර පීඨයක වේවා විද්‍යාර්ථීන්ගෙන් සමාජය බලාපොරොත්තු වන යථාර්ථය එය යි. ඔබ බිහි කළ යුතු දරුවා ඔහු යි.

රුසියානු මහා ගත්කරුවකු වන ලියෝ ටොල්ස්ටෝයිට අනුව කලා කෘතියක් සෑම විට ම අලුත් දෙයක් විය යුතු ය. කලාකරුවා අවංක විය යුතු ය; අදීන විය යුතු ය. එසේ ම රුසියානු සාහිත්‍යධර මිහයිල් ෂොලකෝෆ් පවසන්නේ ගලාකර්මයක් කිරීමේ දී කිසියම් වූ අනපසුවීමක් සිදු වුවහොත් එහි ප්‍රතිඵලය ලෙස රෝගියා මිය යා හැකි බව යි. මිය යන්නේ එක රෝගියා යි. එහෙත් කලාකරුවා කිසියම් වූ අනපසුවීමක් සිදු කළහොත් මුළු මහත් සමාජය ම මිය යා හැකි බව යි. මෙයින් කලාකරුවා යනු විකිත්සකයකු බවත්, ඉතා වගකීමෙන් හා හෘදයංගම ව කටයුතු කළ යුතු බවත් නිගමනය කළ හැකි ය. මාහට සිහිපත් වන්නේ පණ්ඩිත් ආචාර්ය අමරදේවයන් ය. එතුමාගේ බොහෝ නිර්මාණ බිහි වන්නේ මධ්‍ය ලයට අනුව ය. එය අපගේ හෘදයස්පන්දනයට අතිශය සමීප ය. මම නර්තන ශිල්පියකු වශයෙන් ලෝකය ජය ගනිද්දී මෙම අත්දැකීම අත් වින්දෙමි. මහමෙව්නාවේ සමාධි පිළිමය, කලා වැව ඉස්මත්තේ අවුකන පිළිමය, යසෝදරාවත බිහි වූයේ සැබෑ කලාකරුවාගෙනි. අදටත් ඒ අය නිර්නාමික ය. අප්‍රකට ය. කලා කෘතියේ විශිෂ්ටත්වය අකාලික ය. අපේ රටේ පාරම්පරික කලාකරුවා අප්‍රකට ය. විශිෂ්ට කලා කෘති නිර්මාණය වූයේ ඔවුන් අතින් ය. එබඳු විශිෂ්ට කලාකරුවන් රැක ගැනීම අපේ යුතුකම යි.

මානව සංහතිය රැක ගැනීමෙහි ලා ඔබ විසින් කළ යුතු කාර්යභාරය නොපැකිළ ව ඉටු කිරීමට කිසි විටෙකත් පසුබට නොවන්න. මාහට සමීප වූ කාව්‍යකරණය ගැන විමසා බැලීමේ දී එහි උත්පත්තිය ලෙස මට හැඟෙන්නේ සියලු කෙලෙස් බිඳ දැමූවන් විසින් සුරචිත කාව්‍ය යි. එනම්, ථේර ථේරී ගීතාවලිය යි. කවිය පටන් ගන්නේ එතැනින් ය. එම ගාථා පාඨ අධ්‍යයනය කිරීමේ දී උත්වහන්සේලා තුළ වූ මානසික නිරවුල් භාවය මොනවට පෙනී යයි. අපගේ හික්ෂුන් වහන්සේලාට අමුතුවෙන් ඒ ගැන සඳහන් කළ යුතු නොවේ. අප ගිහි ශිෂ්‍ය ප්‍රජාවට කිව යුතු ව ඇත්තේ හෙට දවසේ ඔබ ගිහියන් වශයෙන් උතුම් මව් පදවියන් - පිය පදවියන් දරමින් පවුල පෝෂණය කරන කාලය වැඩි ඇතක නොවන බව යි. පිනැති දරුවන් හදමින් සමාජය ආලෝකවත් කළ යුතු ය. නූතනයේ අප කතා කරන පරිසර දූෂණයේ බරපතල ම කොටස ලෙස මා දකින්නේ සයිබර් දූෂණය යි. ස්වකීය නිර්මාණාත්මක කෞශල්‍යයන් අමු අමුවේ මරා දමමින්, රන් හා වටිනා කාලය විනාශ කරගනිමින්, තොරතෝංචියක් නැතුව සයිබර් අවකාශයේ සැරිසරන විට ඔබ තුළ ඇති සංස්කෘතික මිනිසා නොදැනුවත්ව ම මිය යයි. ඔබේ මොළයේ රසායනික සංයුතිය වෙනස් වෙයි. මෙත් මුදිතා කරුණා උපේක්ඛා ගුණයන් පහ වී වෛරය - ක්‍රෝධය - ආත්මාර්ථය සහ ඊර්ෂ්‍යාව යන රෝග බෝ වෙයි. එය ඔබේ දරුවාටත් බෝ කරමින් වසංගත රෝගයක් බවට පත් වන්නේ ඔබටත් නොදැනී ය. මාගේ පවුලේ මා ප්‍රිය කරන ම ස්ත්‍රිය මව යි. සිහිනෙන් හෝ ඇගේ වත මට දකින්නට ඇත්නම් සිතූණු වාර අනන්ත යි. තාත්තා යනු මට සෙවණ දුන් මහා වනස්පතිය යි. අත්තම්මා පසළොස්වකට පැයු සඳ යි. පතිතිය යනු සබ් භාර්යාව යි, මිතුරු බිරිඳ යි, එසේ ම මාතෘ භාර්යාව යි. මෙය මගේ 'තුච්ච' නම් ගේය පද්‍යාවලියෙහි ඇතුළත් ව ඇත.

හෙළ කලා උරුමයේ උල්පත බුදු දහම යි. කැටයම්, චිත්‍ර, මූර්ති, නැටුම් හෝ වේවා ජනකවි, ජනශ්‍රැති, ජන සන්නිවේදනය ආදී සියල්ල අධ්‍යයනය කිරීමෙන් මේ බව තව දුරටත් පැහැදිලි වේ. තුන්වන සියවසේ දී මිහිඳු මා හිමියන්ගේ ආගමනයත් සමඟ, ජය මහා බෝධියේ වැඩමවීමත් සමඟ අපේ කලාව තව තවත් පෝෂණය විය. අද සිදු වී ඇති බේදවාචකය ලෙස මා දකින්නේ සමස්ත සමාජය බුදුදහමින් ඇත් වීම යි. සමාජ පරිහානියේ ඇත්ත හේතුව මෙය යි.

හුදී ජන පහත් සංවේගය ඇති කිරීම ලෙස බුදුදහමෙන් අප ඉගෙන ගත්තේ පවට බිය ඇති කරමින් - පව් කිරීම ලැජ්ජාවට කරුණක් බව පෙන්වමින් සිත සුවපත් කිරීම යි. බුදුන් වහන්සේ පළමුවෙන් ම තම ශ්‍රාවකයන්ට පැවසූයේ "වරට හික්බවේ වාරිකං - බහුජන හිතාය බහුජන සුඛාය"

ලෙස යි. එසේ ම අත්තනික - පරහිත පිණිස කටයුතු කළ යුතු බව යි. එනම් තමාගේ සුවපත් භාවයත්, අන්‍යයන්ගේ සුවපත් භාවයත් මෙහි දී අදහස් කෙරෙයි.

මාගේ ශාස්තෘවරයාණන් වහන්සේ රහසින්වත් පව් නොකළ සේක. එහි ඇති ගැඹුර කොතරම් ද? අප විසින් ආරක්ෂා කළ යුතු නිත්‍ය සීලය වන්නේ පංචශීලය යි. පන්සිල් රකින තැනැත්තාගේ මනස සුවපත් ය. කය ද සුවපත් ය. ඔවුහු පහත් සංවේගය ඇති තැනැත්තෝ ය. අද සමාජය පන්සිල් රැකීමෙන් දුරස් වී ඇති බව දිනපතා ඇහෙන දකින පුවත්වලින් පෙනී යයි. මෙයින් පස්වැනි සිකපදය ගැන අවධාරණය කිරීමට සිතෙයි. ඒ මන්ද යත් ඇතැමුන් සිතනා ලෙස විශිෂ්ට කලාකෘති නිර්මාණයෙහි ලා පස්වැනි සිල්පදය කැඩීම මහෝපකාරී වන බව යි. එය හුදෙක් ම මූලාවකි; රැ වටීමකි. අපේ වටිනා ඇතැම් කලාකරුවන් ජාතියෙන් අකාලයේ සමූහත්තේ මේ රැවටීම නිසා ය. පිළිකා රෝගීන් සමඟ මගේ මුළු ජීවිත කාලය ම කැප කළ වෛද්‍යවරයකු වශයෙන් මට කීමට ඇත්තේ සිල්පද පහ අතුරින් බරපතල ම කඩකිරීම පස්වැනි ශික්ෂා පදය කැඩීම බව යි. මදයට හා ප්‍රමාදයට පත් වන පැසුණු හෝ නොපැසුණු දෙයක් ශරීරගත කර ගැනීමෙන් වළකීම්, අනුබල නොදෙමි, එවැනි ස්ථානයක ද හෝ නොරැඳෙමි යන්න ඔබ තුළ ඇති විය යුතු අධිෂ්ඨානය යි. බුදු පියාණන් වහන්සේ සුරාව ලෙස, පිටිය සුරා, පුව සුරා, ඕදන සුරා, කින්ත පක්කින්ත සුරා, සම්භාර පක්කින්ත සුරා ලෙසත් ආසව ලෙස පුප්ඵසව, එලාසව, ගුලාසව, මදවාසව, සම්භාර සංයුත්ත ආසව ලෙස වර්ගීකරණයක් පෙන්වා දී ඇත. අද සමාජ ව්‍යසනයට තුඩු දෙන හෙරොයින්, ගංජා, කංසා, දුම්වැටි, මත්වතුර, බුලත්විට, බාබුලේ, ගුත්කා යන සියල්ලක් ම මෙම වර්ගීකරණය තුළ පැහැදිලි ව පෙනේ. මේවා ශරීරගත වීමෙන් මත් භාවයට පත් වීමත්, යෝනිසෝමනසිකාරයෙන් යුක්ත ව එනම් එළඹ සිටි සිහියෙන් යුක්ත ව කටයුතු කිරීමට නොහැකි වීමත් අවධාරණය කර ඇත. පිළිකා වැනි බෝ නොවන රෝග බොහොමයක් ඇති වීමට මූලික හේතුවක් ලෙස මේ ව්‍යසනය පෙන්වා දිය හැකි ය. මෙය කඩ කරන්නා තුළ පහත් සංවේගය ඇති විය හැකිදැයි සැක සහිත ය.

මොළයේ ක්‍රියාකාරීත්වය මනා ලෙස පවත්වා ගෙන යමින් එහි රසායනික පද්ධතියේ සංයුතිය සමතුලිත කරගනිමින් පන්සිල් රකිමින්, පවට බිය ඇති ව, ලැජ්ජා ඇති ව ජීවත් වෙමින් නවමු පරීක්ෂණයන් සිදු කරමින්, අපේකම රැකගනිමින්, සංස්කෘතික මිනිසා පෝෂණය කරමින් විශ්වීය විද්‍යාලයේ නිම්වළලු තරණය කරන්නට ඔබ සැමට ශක්තිය ලැබේවායි පතමි.

මෙය හුදී ජන පහත් සංවේගය පිණිස ම වේවා!

තෙරුවන් සරණයි!

2018.10.06

Serene Joy

Dr. Samadhi Wishwanath Rajapaksa

I consider it my good fortune to be invited by the Vice Chancellor, Deans and the staff to deliver the convocation address of the Faculty of Humanities and Social Sciences at the forty fourth convocation of University of Sri Jayawardenepura. My relationship with the Faculty of Humanities and Social Sciences extends to the days when my father obtained his first degree and his Masters degree from this faculty. I recollect that with much respect. Moreover, that a section of graduands from the Faculty of Applied Sciences is also attending this session gives me much happiness.

While first offering my heartfelt good wishes to all those who have obtained a degree and leave this university today, I do sincerely hope that your future will be secure. In this lecture, my sole wish – in the light of the totality of experiences that I have had in various fields – is to discuss what should be the aim of our lives. As an old Anandian, while practising Western medicine, Ayurvedic medicine, counseling, in the fields of Buddhist philosophy, traditional dancing, sports and poetry what I have garnered is that any activity that we do should solely be for the purpose of bringing about – as described by Professor Geiger – serene joy among the masses.

Through serene joy or the awakening of a joyful mind, all obstacles can be overcome and future security be definitely achieved. It is important to examine how the activities of the mind affect our physical and psychological well being. It seems that nowadays a lot of research is done on psychosomatic interactions. Many scientists have discussed and expressed different ideas on this. In the 17th century, the western world entertained the idea that the mind and the body were operating as two separate parts – thus the opinion that mental illnesses were caused by the operations of the mind and physical illnesses by the operations of the body. Later, problematic nature of this approach was emphasized by the fact that it was not possible to clearly determine a reason for contracting certain illnesses. It became clear that certain psychological causes resulted in bodily illnesses while certain somatic causes resulted in psychological illnesses. Here it must be emphasized that psycho and somatic causes – to a greater or lesser degree – invariably come together to bring about a particular illness. If the cause of an illness is such, the importance of bodily and psychological wellbeing in curing such an illness is a foregone conclusion. This is an essential factor in obtaining complete wellbeing. As such, it is important in preventing illnesses too.

It has been proven by a lot of research that the operations of the mind invariably affect bodily wellbeing. In the light of this, basically, a knowledge of the human brain, its operation, its chemical system and its structural composition is necessary. The human brain is made up of neurons. The whole brain operates as an inter-connected network system. That is an extremely complex system where from 20 million up to a billion messages are transmitted per second via a few trillion inter-connections. When this process happens in the brain, electrical energy is generated. It can be easily monitored by an EEG test. Now, I shall speak a few words on the chemical system of the brain. Mainly, studies

conducted on dopamine, noradrenaline, serotonin and acetylcholine reveal that when these chemicals are in equilibrium, a healthy body and a robust immune system are maintained and the autonomic nervous system functions properly. Furthermore, they are much helpful for maintaining a proper balance in life, for enhancing the ability to face any challenge in life, to enable us to act with awareness from moment to moment, to be attentive and mindful, and for improving memory power. These chemicals are essential for uplifting the mind and freeing it from depression, for identifying the proper course of action in a given situation, for maintaining proper attention and for enhancing procreative powers. It is possible to reach the conclusion that the chemical system of the brain has a direct impact on our mental energy and mental processes. If this biological electro-chemical system functions well as a whole, it will no doubt propel you towards engaging in activities that will help bring about serene joy among the masses.

Do not forget that although you leave the Faculty of Humanities and Social Sciences or the Faculty of Applied Sciences of the university today, you are entering a Universal School. Do not step back from gathering the unimaginably limitless knowledge contained therein. The knowledge and experience that we acquire from the society we live in cannot be obtained only through university education. At times it is felt that education methodology limited to a degree certificate is not conducive to nurturing humanity. It is felt by me, that as scholars, it is essential for you to have the mindset to perpetually experiment – the curiosity to do new experiments and present fresh insights to your area of study. Therefore, it is my hope that you will not limit yourself to a degree and will immerse yourself in the limitless ocean of knowledge thus broadening your horizons and working towards bringing about serene joy among the masses.

The totality of what you have learnt is Art. Your humanity is also Art. Your social science is also Art. Your Applied Science is also Art. Let Art always be a therapy. Today what we need to do is to bring about an Art that is virtuous – a true Art. In an era when fraudulent businesses have taken root in the name of Art, it is your duty to create true works of Art, i.e., the only aim of all of us should be to develop the Cultural Person – as per western medicine, to maintain the balance between right and left hemispheres. Whichever Faculty, that is the reality that society expects from their students. That is what you should give life to.

According to the great Russian author, Leo Tolstoy, a work of art should always be fresh. The artist should be honest and independent. Russian novelist Mihail Sholokov says that if a surgeon makes a mistake a patient might die – only one patient might die. However, if an artist makes a mistake it might result in the death of the whole society. It can thus be determined that an artist is a therapist and that he should work with great responsibility and sincerity. I am reminded of Pundit Dr. Amaradeva. Most of his creations were based on an intermediate beat that is exceedingly close to our heartbeat. I experienced this while mastering the art of dancing. The seated 'Samadhi Buddha statue' at Mahamevna, the 'Avukana Buddha' statue on the banks of Kalaweve and the literary masterpiece 'Yasodharawatha' were creations of true artists. Even today those artists are anonymous. Obscure. Greatness of a work of art is timeless. The traditional artists of our country are not known. Great masterpieces were created by them. It is our duty to protect these artists.

Do not at anytime shirk from your duty in safeguarding humankind. When investigating the art of writing poetry – something very close to my heart – I feel it is inspired by Thera and Theri Gatha, poetry of those reverends who have overcome worldly desires. That is where poetry begins. When studying these poems, the unconfused state of their minds is clearly evident. There is no need to mention it peculiarly to our reverends. Yet, in relation to the laity the day is not far in the future when you as householders holding the exalted positions of fatherhood and motherhood will have to nurture your family. You must enlighten society by bringing up virtuous children. Of all the environmental pollutions that we talk of today, I see cyber pollution as the worst. Without even your knowing it, the Cultural Person in you is snuffed out when you waste your invaluable time interminably surfing cyber space, blatantly smothering one's creative abilities. The chemical balance in your brain is changed. The qualities of loving-kindness (*metta*), compassion (*karuna*), sympathetic joy (*mudita*) and equanimity (*upekkha*) are replaced by the diseases of hate, malice, selfishness and envy. Without your knowledge, it becomes a plague by infecting your child too. The favourite woman in my life is my mother; countless are the times when I have wished that I see her face in my dreams; father, the giant tree that gave me protection; grandmother, the gentle nature of the full moon; wife, the inseparable friend with motherly instinct; thus I have written in my collection of poetry, 'Tuwarala'.

Buddhism is the wellspring of Sri Lankan art heritage. This is evident when one studies carvings, paintings, sculpture, dance, folk music, folk lore and mass communication. In the third century B.C., with the advent of Arahata Mihindu and the bringing over of the Jaya Sri Maha Bodhi, our arts were made richer. The tragedy that I see today is that our society as a whole has become alienated from Buddhist teachings. This is the true reason for the decline of society.

What we learnt from Buddhism as the means of bringing about serene joy in the masses is healing the mind by instilling fear and a sense of shame in committing sin. Right at the beginning, Buddha urged his disciples, "Go forth, o bhikkhus, for the good of the many, for the happiness of the many". Here it is meant that one must work towards the healing of oneself and others.

"My Noble Teacher did not commit any sin even in his dreams". What a deeply meaningful statement! We are supposed to regularly observe the five precepts. The mind and body of one who observes the five precepts are healthy. He enjoys joyful serenity. From the news you see and hear, it is apparent that today's society has distanced itself from observing the five precepts. Of the five precepts, I like to draw your attention to the fifth – since some think that breaking the fifth precept is of much help to create great works of art. This is nothing but a delusion, a deception. It is due to this deception that some great artists of our nation left us prematurely. As a doctor who gave his whole life to treating cancer patients, I can tell you that the worst transgression is breaking the fifth precept. "I shall abstain from consuming fermented or unfermented intoxicants which are the basis for heedlessness. I shall not encourage others to do so. I shall not frequent places where such activities are carried out", that should be your resolve. The Buddha has classified five kinds of intoxicants (*pitta sura, puwa sura, odana sura, kinna pakkitta sura, sambhara pakkitta sura*) and five types of spirituous liquor (*puppasava, palasava, gulasava, madawasava, sambhara samyukta asava*). The intoxicants and spirituous liquor prevalent today and are wreaking havoc in society, viz, heroin, ganja, cigarettes, alcohol, betel, babul and gutka all fall into

either of these two categories. By ingesting these, one gets intoxicated and loses the ability to have 'wise attention' i.e., act with awareness from moment to moment. The spread of cancer and such other non communicable diseases in the society today can be traced to this affliction. It is dubious whether someone who does not observe this precept could experience serene joy.

It is my hope that you will be able to transcend the horizons of the Universal School by properly sustaining activities of the brain and maintaining the balance of its chemical system; observing the five precepts, being fearful and having a sense of shame in committing sins; carrying out novel experiments; safeguarding our heritage and nurturing the Cultural Person. Let this be for the serene joy of the masses! May the blessings of the triple gem shower on you!

2018.10.06

தெளிந்த நல்லுணர்வு

கலாநிதி வைத்தியர் சமாதி விஷ்வநாத்

ஸ்ரீ ஐயவர்தனபுர பல்கலைக்கழகத்தின் நாற்பத்து நான்காவது பட்டமளிப்பு விழாவில் மானுடவியல் மற்றும் சமூக விஞ்ஞான பீட பட்டமளிப்பு விழாவிடக்கான உரையினை ஆற்றுவதற்கு உபவேந்தர் மற்றும் பீடாதிபதிகளோடு இணைந்து விரிவுரையாளர் சபையினால் அழைப்புக் கிடைத்தமை எனக்குக் கிடைத்த பெரும் பாக்கியமெனக் கருதுகின்றேன். இந்த பல்கலைக்கழகத்தில் மானுடவியல் மற்றும் சமூக விஞ்ஞான பீடத்துக்கும் எனக்குள்ள தொடர்பு என்னவெனில், எனது தந்தையார் தமது முதலாவது மற்றும் முதுமாணிப் பட்டங்களைப் பெற்றுக்கொண்டது இந்தப் பீடத்திலேயாகும். அதனையும் நான் மிகவும் கௌரவத்துடன் ஞாபகப்படுத்த நினைக்கின்றேன்.

இன்றைய தினம் பட்டம் பெற்று இந்தப்பல்கலைக்கழகத்திலிருந்து வெளியேறுகின்ற உங்கள் எல்லோரையும் இதயபூர்வமாக முதற்கண் வாழ்த்துவதோடு, உங்கள் அனைவரதும் எதிர்காலம் பாதுகாப்பானதாக இருக்க வேண்டுமெனவும் பிரார்த்தனை செய்கின்றேன். இவ்வுரையில் நான் பெரும்பாலும் எதிர்பார்ப்பது பல்வேறு துறைகளில் நான் பெற்ற அனுபவங்களைச் சுருக்கி, நாம் எவ்வாறு வாழ வேண்டும் என்பது பற்றி பேச விழைகின்றேன். பழைய ஆனந்தாக் கல்லூரி மாணவனாக மேலைத்தேய வைத்திய விஞ்ஞானமும் ஆயுர்வேத விஞ்ஞானமும் அறிவுரைகள், பௌத்த கொள்கைகள், பாரம்பரிய சம்பிரதாய நடனங்கள், விளையாட்டுத் திறன்கள், காவியங்கள் போன்ற துறைகளில் நான் பெற்றுக் கொண்டது என்னவெனில், கட்டாயமாக எம்மால் ஆற்றப்பட வேண்டிய சகல சேவைகளும் செய்ய வேண்டியது உள ஆரோக்கியத்துக்காகும் என்பதே. ஆங்கில மொழியில் 'கைகர்' எனும் அறிஞர் அதனை Serene Joy எனக் சுட்டிக் காட்டுகிறார்.

உள ஆரோக்கியம் அல்லது சிறந்த உள்ளத்தினை உருவாக்குவதன் மூலம் சகல சவால்களையும் வெற்றி கொண்டு எதிர்கால பாதுகாப்பினை வெற்றிபெற முடியும் என்பது திண்ணம். மனதினது செயற்பாடு யாதெனில், எமது உடல், மன ஆரோக்கியத்துக்கு காரணமாவது யாது என்பதனை தேடிப்பார்க்கும் போதாகும். நவீன உளவியல் உடல் விஞ்ஞானம் சம்பந்தமாக அநேகமாக கற்பதாகத் தெரிகின்றது. அநேகமான அறிஞர்கள் இது சம்பந்தமாக பல்வேறு வகையான கருத்துக்களை தெரிவித்துள்ளனர். கலந்துரையாடியும் உள்ளனர். மேலைத்தேய மக்கள் 17 ஆம் நூற்றாண்டில் உள, உடல் இரண்டினதும் தொடர்பு குறித்து குறிப்பிட்ட கருத்துக்கள் என்னவெனில், உடலும் உள்ளமும் வெவ்வேறான இரு பகுதிகளாக செயற்படுகின்றன என்பதாகும். அப்போது மனதினது செயற்பாடுகளின் படி, உளவியல் நோய்கள் ஏற்படுவதாகவும் உடலின் செயற்பாடுகளினால் உடலில் நோய்கள் ஏற்படுவதாகவும் கருத்துக்கள் நிலவின. அதில் ஏற்பட்டுள்ள சிக்கலான நிலைமை பிற்காலத்தில் கவனத்தை ஈர்த்தமைக்குக் காரணம், சில நோய்கள் ஏற்படுவதற்குரிய தெளிவான காரணத்தை வரையறை செய்வது கடினமாக இருந்தமையாகும். அப்படியாயின் சில உளவியல் ரீதியான காரணங்களினால் உடலில் நோய்கள் ஏற்படவும் உடல் காரணமாக உளவியல் நோய்கள் ஏற்பட முடியுமென தெளிவாகியுள்ளது. இங்கு கவனிக்கப்பட வேண்டியது என்னவென்றால், ஏதாவது ஒரு நோய் பீடிப்பதற்கு உடல் மற்றும் உளவியல் ரீதியான காரணங்கள் கூடிக் குறைவது கட்டாயமாக சம்பந்தப்படுகின்றது என்பதாகும். அப்போது நோய்க்குரிய காரணம் இவ்வாறெனில் அந்த நோயினை குணப்படுத்துவதற்கு உடல் மற்றும் உளவியல் ஆரோக்கியத்தின் முக்கியத்துவம்

என்பது தான் என முடிவாகியுள்ளது. பூரணமாக தேகாரோக்கியமடைய இது முக்கியமான விடயமாகும். அதே போன்று நோயினை தவிர்த்துக் கொள்வதற்காகவும் இவ்விடயம் முக்கியமானதாகும்.

அதே போல மனிதின் செயற்பாடு உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு முக்கியமாக செல்வாக்குச் செலுத்துவதாக அதிகமான பரிசோதனைகள் மூலம் நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது. அவ்வகையில் பார்க்கும் போது, முதலில் மனித மூளை மற்றும் அதன் செயற்பாடு மூளையின் இரசாயனத் தொகுதி அமைப்புக்களுடனான தொடர்பு பற்றி கருத்துக்களை அறிந்திருக்க வேண்டும். மனித மூளை உருவாக்கப்பட்டது நரம்புக்கலங்களாலாகும். இடைநிலைத் தொடர்பு வலைப்பின்னல் போல மூளையும் செயல்படுகிறது. அப்படியாயின் பல கோடிக்கணக்கான தொடர்புகளினால் ஒரு வினாடிக்குள் 20 மில்லியன் தொடக்கம் 1 பில்லியன் அளவிலான செய்திகள் பரிமாறப்படுகின்ற வியத்தகு பல்வகை செயற்பாடுகள் நிறைந்த தொகுதியாகும். இந்த செயற்பாடு நிகழும் போது மூளையில் மின்னியல் சக்தி பிறக்கிறது. அதனை ஈ.ஈ.ஐ. பரிசோதனை மூலம் மிக இலகுவாக பரிசோதிக்க முடியும். அதேபோல மனித மூளையிலுள்ள இரசாயனத்தொகுதி பற்றி சுருக்கமான கருத்தை முன்வைக்கின்றேன். பிரதமமாக டொபமின், நொரெட்ரினல், செரோட்டீன் மற்றும் எசிட்லோலின் பற்றிக் கற்கும் போது இந்த இரசாயனங்களின் சமநிலையினால் உடலில் நோயற்ற தன்மை நிலவுதல், மீள்சக்தித் தொகுதி, சுய கட்டுப்பாட்டு நரம்புத் தொகுதியின் சிறந்த செயற்பாடுகள் நடைபெறும். அதே போல வாழ்வில் சமநிலைப்பாடு நடைபெறுவதற்காக எந்தச் சவால்களுக்கும் முகம் கொடுக்கும் சக்தியினை வளர்ப்பதற்காக நாம் செயற்படுவதோடு தோன்றுகின்ற நினைவினைக் கொண்டு உணர்வோரும் சிறந்த ஞாபகத்தோடு செயற்படுவதும் ஞாபக சக்தியினை வளர்ப்பதற்கும் அவை மிகவும் உதவியாக இருக்கும். மேலும் மனதை இலகுவடுத்தி மிகவும் இரம்மியமான மனதை உருவாக்கி தேவையான விடயங்களை சரியாக இனங்காணவும் கவனத்தை சரியாக ஈர்க்கவும் எமது அறிவாற்றல் திறனை விருத்திபெறச் செய்யவும் அவை அத்தியவசியமான கூறுகள் ஆகும். இதிலிருந்து தெளிவாக விளங்குவது என்னவெனில் மனித மூளையில் இரசாயனத் தொகுதி எமது உளவியல் சக்தி அல்லது மனிதின் செயற்பாடு என்பவற்றின் நேரடியான அழுத்தங்களாகும். இந்த ஜீவ உயிரியல் மின் இரசாயன தொகுதி முழுவதும் சிறந்த முறையில் இயங்கினால் நீங்கள் உள நலத்திற்காகச் செயற்படுவீர்கள் என்பதில் ஐயமில்லை.

மானுடவியல் மற்றும் சமூக விஞ்ஞான பீடத்தில் அறிவினைப் பெற்றுக் கொண்ட நீங்கள் பல்கலைக்கழகத்திலிருந்து வெளியேறிச் சென்றாலும் நீங்கள் பிரவேசிப்பது உலகளாவிய வித்தியாலயங்களுக்கு என்பதை மறக்க வேண்டாம். அங்குள்ள அபரிதமான அளவற்ற அறிவினைப் பெற்றுக் கொள்ள பின்னிற்க வேண்டாம். நாம் வாழும் சமூகத்தில் பெறுகின்ற அறிவும் மற்றும் அனுபவங்களும் பல்கலைக்கழகக் கல்வியினால் மாத்திரம் பெற்றுக் கொள்ள முடியாது. சிலவேளை பட்டச் சான்றிதழுக்கு மாத்திரம் மட்டுப்படுத்தப்படும் கல்வி நடைமுறை மனித இனத்தின் போசணைக்கு உதவ முடியாதது என நினைக்கலாம். நான் நினைப்பது, மாணவனாக உங்களுக்கு இருக்க வேண்டிய அத்தியாவசியமான அங்கமாக இலங்குவது எப்போதும் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டிய மனோபாவனையில் இருப்பதாகும். புதிய பரிசோதனைகள் செய்து தமது பாடநெறிக்கேற்ப புதிய ஒன்றினை முன்வைப்பதற்காக உள்ள ஆவலாகும். ஆதலால் பட்டத்துக்கு மாத்திரம் மட்டுப்படுத்தப்படாது அடிவானத்தினை தொடுவதற்கு எல்லையற்ற அறிவுக் கடலில் மூழ்கி உள ஆரோக்கியமாக நீங்கள் நடவடிக்கை மேற்கொள்ள வேண்டுமென்பதே எனது பிரார்த்தனையாகும்.

நீங்கள் கற்றவை முழுமைமிக்க கலையாகும். உங்கள் மானுடவியலும் கலையாகும். உங்களது சமூக விஞ்ஞானமும் கலையாகும். கலையை எப்போதும் பரிசோதனை செய்து பாருங்கள். தற்போது எமக்கு நல்லொழுக்கம் நிறைந்த கலையே அவசியமாகவுள்ளது, உண்மையான கலையை தோற்றுவிப்பதாகும். கலை என்ற பெயரில் அந்தி நிறைந்த செயற்பாடுகள் அடிநாதமாகவுள்ள இச்சந்தர்ப்பத்தில் உண்மையான கலையினைப் படைப்பது உங்களுக்குரிய வகிபாகமாகும். அப்படியாயின் எமது எல்லோரினதும் ஏகோபித்த எதிர்பார்ப்பாக இருக்க வேண்டியது கலாசார விழுமியங்கள் நிறைந்த மனிதனை மேம்படுத்துதலாகும். மருத்துவ விஞ்ஞானத்தின் படி முளையை வலது மற்றும் இடது என சமநிறையாக சமநிலையில் வைத்திருப்பதாகும். மானுடவியல் மற்றும் சமூக விஞ்ஞான பீடத்தின் மாணவர்களின் சமூக எதிர்பார்ப்பின் யதார்த்தமும் அதுவேயாகும். நீங்கள் உருவாக்க வேண்டிய குழந்தை அதுவாகும்.

ரஷ்யாவின் புகழ்பெற்ற எழுத்தாளரான 'லியோ டோல்ஸ்டோவின்' கூற்றுப்படி, கலைப்படைப்பு எப்போதும் புதியதாக இருக்க வேண்டும். கலைஞர் விசுவாசமானவாராக இருக்க வேண்டும். தன்னம்பிக்கை இருக்க வேண்டும். அதே போன்று ரஷ்ய இலக்கிய வாதி 'மிகாயில் சொல்கோப்' கூறுகிறார், சத்திர சிகிச்சை செய்யும் போது ஏதாவது தவறு நிகழ்ந்தால் அதன் விளைவு நோயாளி மரணமாகிவிடலாம் என்றாகும். மரணிப்பது ஒரு நோயாளி. ஆனால் கலைஞன் ஏதாவது தவறிழைத்தால் முழு மனித சமுதாயமே மரணித்துவிடும் என்பதாகும். இதில் கலைஞர் என்பது ஆராய்ச்சியாளர் என்றும் மிகப்பொறுப்புடனும் இதயசுத்தியுடனும் செயற்படவேண்டுமென்றும் கருத முடியும். எனது நினைவுக்கு பண்டிதர் கலாநிதி அமரதேவ அவர்களை நினைவு கூருகிறேன். அவரின் அநேகமான படைப்புகள் படைக்கப்பட்டது மத்திமமான தாளலயத்தோடு ஆகும். அது எமது இதயத்தோடு சங்கமிக்கும். நான் நடனக் கலைஞனாக உலகை வெற்றி கொண்ட போது இந்த அனுபவத்தினைப் பெற்றேன். மகமெவ்னா சமாதி சிலை, கலாவெவ்விஷுள்ள அவுக்கன சிலை, யசோதராவத போன்றவை தோன்றியது உண்மையான கலைஞனாலாகும். இன்றும் அவர்கள் பிரசித்தியற்றவர்களாகவே உள்ளனர். கலை வேலைப்பாடுகள் காலத்தால் மாற்ற முறாதவையாகும். எமது நாட்டின் பாரம்பரிய கலைஞர்கள் பிரசித்தியற்றவர்கள். மிகச்சிறந்த கலைப்படைப்புகள் உருவாக்கப்பட்டதும் அவர்களின் கரங்களினாலாகும். அவ்வாறான கலைஞர்களை பாதுகாப்பது எமது கடமையாகும். மானிட கூட்டத்தினை பாதுகாப்பது உங்களால் செய்யப்பட வேண்டிய பொறுப்பாதலால் தவறாது நிறைவேற்ற ஒரு போதும் பின்நிற்க வேண்டாம். எனக்குக் கிடைத்த காவியம் பற்றி ஆராய்ந்து பார்த்த போது, அதன் ஆரம்பமாக எனக்குப் புரிந்தது ஆசையைத் துறந்த துறவிகளின் காவியமாகும். அவை பிக்கு, பிக்குனி கீதை நூல்களாகும். கவிதை ஆரம்பிப்பது அந்த இடத்திலாகும். அந்த ஸ்லோக வரிகளைப் படிக்கும் போது அவர்களது உளவியல் ரீதியான பிரச்சினைகள் நீங்குகின்றன. எமது மதிப்புக்குரிய தேரர்களுக்கு அது பற்றி விஷேடமாக கூறத்தேவையில்லை. நாம் பொது மக்களுக்கு சொல்ல வேண்டியது, நாளை நீங்கள் பொது மகன் என்ற ரீதியில் உயர்தர தாய் என்ற, தந்தை என்ற பதவியைப் பெற்று குடும்பத்தை போசித்துக் காக்க வேண்டிய காலம் வெகு தூரத்திலில்லை என்பதாகும். நன்மை செய்யக்கூடிய பிள்ளைகளை உருவாக்கி சமூகத்தை ஒளிமயமாக்க வேண்டும். நவீன யுகத்தில் நாம் பேசும் சூழல் மாசடைதலில் மிகப்பாரதூரமான பகுதியாக நான் காண்பது 'சைபர் மாசடைதலாகும்'. தமது படைப்புத் திறமைகளை அவ்வவ்வேளை சாகடித்து பொன்னைப் போன்ற பெறுமதிமிக்க காலத்தை அழித்து தொடர்ச்சியாக இல்லாமல் 'சைபர்' இடத்தில் சஞ்சரிக்கும் போது உங்களுக்குள் உள்ள கலாச்சார மனிதன் அறியாமலே இறந்து விடுகின்றான். உங்கள் முளை இரசாயனச் சேர்க்கைகளால் மாற்றமடையும் மெத்தா, முதிதா, கருணா, உபேக்கா ஆகிய குணங்கள் (அன்பு, கருணை, பொறுமை) நீங்கி வைராக்கிய குரோதம், சுயநலம், பொறுமை என்னும் நோய்கள் தோன்றும். அது உங்கள்

பிள்ளைகளுக்கும் தோன்ற வைத்து உயிர் கொல்லி நோயாக மாறுவது உங்களுக்கு தெரியாமலேயாகும். எனது குடும்பத்தில் நாம் மிகவும் விரும்பும் பெண்மணி தாயாவார். குனவில் கூட அவளின் முகத்தை காணக்கிடைத்தால் என்று பல தடவைகள் நினைத்திரக்கிறேன். தந்தை என்பவர் எனக்கு நிழல் கொடுத்த பெரு விருட்சமாவார். பாட்டி பெளர்ணமி தின பெளர்ணமி நிலவாவார். மனைவி என்பவள் தோழி ஆவாள். நட்பு மனைவி, அதே போல அன்னையும் மனைவியாவாள். இது எனது 'துவாரலா' என்னும் செய்யுளில் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளது.

இலங்கைக் கலையின் ஊற்று பெளத்த தர்மமாகும். செதுக்கப்பட்ட வடிவம், சித்திரக் கலை, நடனம், நாட்டுப் பாடல், மக்கள் மரபு, மக்கள் தொடர்பாடல் போன்ற யாவற்றையும் கற்றால் இது பற்றி மேலும் தெளிவாகும். மூன்றாம் நூற்றாண்டில் மஹிந்த தேரர் அவர்களின் வருகையுடன் ஐய மகாபோதிக்கு வருகை தந்ததுடன் எமது கலை மென்மேலும் மெருகூட்டப்பட்டது. இன்று ஏற்பட்டுள்ள பின்னடைவாக நான் கருதுவது முழு சமூகமும் பெளத்த தர்மத்திலிருந்து தொலைவாகியமையாகும். சமூக அழிவிற்கும் உண்மையான காரணம் இதுவாகும்.

இதய சுகத்தினை உருவாக்குவதற்காக பெளத்த தர்மத்தில் கற்றவை பாவத்திற்கும் பயத்தினை உண்டாக்கி பாவம் செய்வது வெட்கக் கேடான விடயம் எனக் காட்டி உள்ளத்தை தூய்மைப்படுத்துதலாகும். புத்த பெருமான் அவர்கள் முதன் முதலாக தனது சீடர்களுக்கு கூறியது "சரத்த பிக்கவே சாரிகங் - பகுஜன ஹித்தாய பகுஜன சக்காய" என்பதாகும். அதே போன்று தனக்கும் பிறருக்குமாக செயற்பட வேண்டுமென்பதாகும். அப்படியாயின் தனது ஆரோக்கியமும் பிறரின் ஆரோக்கியமும் இங்கு குறிப்பிடப்படுகின்றது.

எமது புத்தர் பெருமான் இரகசியமாகவாவது பாவம் செய்யவில்லை. அதன் ஆழம் எவ்வளவு தூரம்? எம்மால் பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய நிரந்தர ஒழுக்கமாவது (சீலம்)பஞ்ச சீல ஒழுக்கமாகும். ஐந்து சீலங்களையும் ஒழுக்குபவரின் உள்ளமானதும் உடலானதும் ஆரோக்கியமடையும். அவர்கள் உள ஆரோக்கியமுடையவர்களாகும். இன்று சமூகத்தில் ஐந்து சீலங்களை ஒழுக்குபவர்கள் தூரமாகியுள்ளதாக தினமும் கேட்கின்ற காணுகின்ற செய்திகள் மூலம் தெரியவருகின்றது. இதிலும் ஐந்தாவது சீலம் பற்றி கவனம் செலுத்த விழைகின்றேன். ஏனெனில் சிலர் சிறந்த கலைப் படைப்புக்களைப் படைக்க ஐந்தாவது சீலத்தை மீறுவதன் மூலம் உதவுகின்றது என்பர். அது முழுதும் பொய்யாகும். ஏமாற்றமாகும். எமது பெறுமதிமிக்க கலைஞர்கள் தேசத்தினை விட்டும் அகால மரணமானது இந்த ஏமாற்றத்தினாலாகும். புற்று நோயாளர்களோடு எனது முழு வாழ்நாளையும் அர்ப்பணித்த வைத்தியராக நான் சொல்வதற்கு விழைவது சீலங்கள் ஐந்தினுள் பாரதூரமாக மீறுதல், ஐந்தாவதாகிய மதுவெறி என்ற சீலத்தினை மீறுதல் என்பதாகும். மதுபானத்தினால் தாமதமாக கனிந்த அல்லது கனியாதவை உடலினுள் உள்வாங்கப்படுவதைத் தவிர்க்கின்றேன். ஆதரவு நல்கவில்லை. அப்படியான இடத்தில் நிற்கக்கூடாது என்பது உங்களுக்குள் எழக்கூடிய மன உறுதியாகும். புத்த பெருமான் மதுபானமாக "பிட்ட சுறா, புவ சுறா, ஓதன சுறா, கின்ன பக்கித்த சுறா, சம்பாற பக்கித்த சுறா" என்றும் மருந்து கலந்த பாகு புத்தா சவ, பலசவ, குலாசவ், மதவாசவ, சம்பாற கூட்டு மருந்து கலந்தவாறு வகைப்படுத்தியுள்ளார்கள். இன்று சமூக அனர்த்தங்களுக்குக் காரணமான ஹெரோயின், கஞ்சா, புகை, மதுபானம், வெற்றிலை, பாபுல், குத்தா ஆகிய எல்லாம் இந்த வகைப்படுத்தலில் தெளிவாகத் தெரிகிறது. இவை உடலுள் உள்ளீர்க்கப்பட்டதன் பேரில் போதை ஏறியதும் சிறந்த ஞாபக சக்தியுடன் கூடிய, எப்படி எனில், எழக்கூடிய ஞாகப சக்தியுடன் செயற்படுவதற்கு முடியாமலாகுமென அவதானிக்கப்பட்டுள்ளது. புற்று

நோய் போன்ற தொற்றா நோய்கள் பல ஏற்படுவதற்கு அடிப்படைக் காரணமாக இந்த அனர்த்தத்தினை கூட்டிக்காட்ட முடியும். இதை மீறுபவரிடையே உள ஆரோக்கியம் ஏற்படுமென்பது சந்தேகமே.

முளையின் செயற்பாட்டினை சிறந்த முறையில் இயங்கச் செய்வதுடன் இங்கு இரசாயன முறைமையில் அமைப்பினை சமநிலைப்படுத்தி ஐந்து சீலங்களையும் பின்பற்றி பாவத்துக்குப் பயப்பட்டு வெட்கப்பட்டு வாழ்ந்து புதிய பரிசோதனைகளை நடாத்த சுய கௌரவத்தினைப் பாதுகாத்து கலாசார மனிதனைப் போசித்து உலகளாவிய கல்லூரிகளில் வானளவு உயர்ந்து புகழ் பரப்ப உங்கள் எல்லோருக்கும் சக்தி கிடைக்க வேண்டுகின்றேன். இதனால் உள ஆரோக்கியம் வளர்க.

2018.10.06