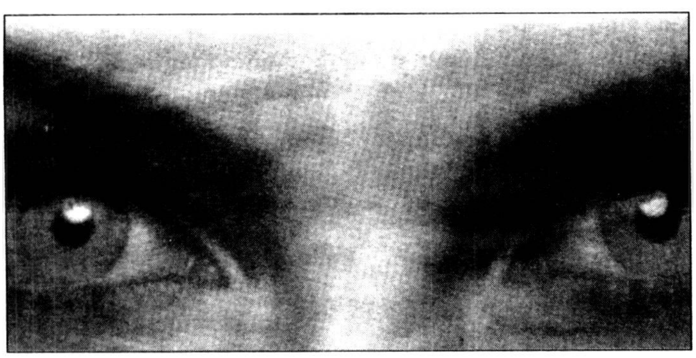
මනෝ විද්‍යාව

ඊර්ෂ්‍යාව සුව කළ නොහැකි රෝගයක් ද?

මනෝ වෛද්‍ය විශේෂඥ

වෛද්‍ය සරත් පඬුවාවල



ඊර්ෂ්‍යාව සුව කළ නොහැකි රෝගයක් ය යන්න සමහර ස්ථානවල විශේෂයෙන් ත්‍රිරෝද රථවල සටහන් කර තිබෙනවා නිතර දක්නට ලැබේ. යම් යම් අය වෙනත් පුද්ගලයන්ට චෝදනා කරන අවස්ථාවල දී තමන් කෙරෙහි ඊර්ෂ්‍යාවෙන් යම් යම් දේ කර ඇති බව පවසනවා සුලබව අසන්ට ලැබේ.

ශෝකය, බිය, ක්‍රෝධය හා සතුට මෙන්ම ඊර්ෂ්‍යාව ද මනසේ අතිවන මනෝභාවයකි. එනම් හැඟීමකි. තම වස්තුව, තත්ත්වය හෝ තමා අගය කරන අය නැති වූ විට ශෝකය හටගනී. තදබල ලෙස ශෝකයට පත් වූ අය දිවි තොර කර ගැනීමට ද පෙළඹේ. තමාට, තම වස්තුවට, තම ළඟ ඥාතී මිත්‍රාදීනට යම් තර්ජනයක් ඇති වූ විට (උදා: මරණ භය, පැහැරගෙන යාම ආදිය) බිය හටගනී. එමෙන්ම අනුන් ගේ සම්පත් නොඉවසීම ඊර්ෂ්‍යාව යි.මෙහිදී අන් අයගේ ස්වරූපය, හැකියාවන්, වස්තුව හා තත්ත්වය ආදී දේ දැන හඳුනාගෙන, ඒවා තමන් ගේ එම දේවල් හා සංසන්දනය කර අනුන්ට එවැනි දේ තිබීම ගැන නොසතුටට පත් වීමක් සිදුවන අතර එමගින් පුද්ගලයා මානසික අසහනකාරී තත්ත්වයකට පත් වේ. මෙහිදී වැදගත් කරුණක් නම් ඊර්ෂ්‍යාවෙන් පෙළෙන පුද්ගලයා මානසිකව අසහනයට පත් වන්නේ අනෙකා ගේ සම්පත් අගය කිරීමෙන් වීම යි. ශෝකයට පත් වූ පුද්ගලයා හඬාවැළපීමත් සමහර විට දිවිනසා ගැනීමට පෙළඹීමත් සිදුවන අතර බියට පත් පුද්ගලයා සැඟවීම හෝ පැන දිවීමත් කෝපයට පත් වූ පුද්ලගලයා අනෙකාට බැණ වැදීම හා පහර දීමට පෙළඹීමත් සිදුවන්නාක් මෙන් ඊර්ෂ්‍යාවට පත් පුද්ගලයා අනෙකා ගේ සම්පත් නැති හංග කර දැමීමට පෙළඹෙයි.

ශෝකය, බිය, කෝපය හා සතුට මෙන්ම පුද්ගලයකු ගේ මනසේ ඊර්ෂ්‍යාව පහළ වීම ද ස්වභාවයකි. නමුත් මෙවැනි මනෝභාවයන් නොයෙකුත් පුද්ගලයන් ගේ මනසේ පහළ වීමේ ප්‍රවණතාව විවිධාකාර ය. සමහර පුද්ගලයන් ඉතා සුළු කරුණකට වුවද කනගාටු වී හඬන අතර (සිත වෙඩරු පිඩක් මෙන් උණුවන අය) තවත් සමහරු ඉතා සුළු දෙයකට වුවත් කෝපවන්නේ හොස්ස ළඟින් මැස්සා ගියත් තරහ යනවා යැයි කියන අයුරිනි. සමහරු ඉතා සුළු කරුණකට වුවද බිය වෙති. කෙසේ නමුත් සැම පුද්ගලයෙක් ම ඉහත සඳහන් ආකාරයේ අය නොවෙති.සමහරු සැලකිය යුතු කරුණක දී වුව ද ශෝකයට, බියට හෝ කෝපයට පත් නොවෙති. ඊර්ෂ්‍යාව ද මේ ආකාරයෙන්, නොයෙකුත් පුද්ගලයන් ගේ වෙනස් වූ ආකාරවලට පහළ විය හැකි ය. මේ අනුව සමහර පුද්ගලයන් ගේ සිත් තුළ ඊර්ෂ්‍යාව පහළ වීමේ තදබල ප්‍රවණතාවක් තිබේ. මේ අනුව තම පෞරුෂයේ ඊර්ෂ්‍යාව පහළ වීමේ ප්‍රවණතාව වැඩි පුද්ගලයන් ගෙන් අන් අයට පැමිණෙන හානි ඉතා අධික විය හැකි ය.

සාමාන්‍ය ඊර්ෂ්‍යාව අඩු වැඩි වශයෙන් නොයෙකුත් අවස්ථාවල පවතිනවාට අමතරව ව්‍යාධිමය වශයෙන් ඇතිවන ඊර්ෂ්‍යාවන් ද තිබේ. මෙහි දී ඊර්ෂ්‍යාව ඉතා තදබල වන අතර දිගු කාලීනව පවතී. පුද්ගලයා මානසිකව අසහනකාරී තත්ත්වයක සිටින අතර තමා ගේ එදිනෙද කටයුතු අතපසු කර ගනී. නින්ද නොයාම හා කෑම අරුචියෙන් ද පෙළේ. ඊර්ෂ්‍යාවට ලක් වූ අයට හානි පැමිණවීමේ චේතනාව උත්සන්නව පවතී. ව්‍යාධිමය ඊර්ෂ්‍යාවන් අතර මිත්‍යා විශ්වාස මත ගොඩ නැගුණු ඊර්ෂ්‍යාවන් ද වේ. මේවා සාධාරණ නොවන හේතු මත හට ගැනුණු ඒවා ය. මෙවන් ව්‍යාධිමය ඊර්ෂ්‍යාවන් ද බොහෝ විට දක්නට ලැබෙන්නේ පෙමින් බැඳුණු අය අතර හා අඹුසැමියන් අතර ය.

මිනිසුන් අතර පුරාතනයේ සිට පැවත එන ඊර්ෂ්‍යාව නම් වූ හැඟීම පිළිබඳ කතා වලින් ඉතිහාසය සහ සාහිත්‍යය ඉතා පොහොසත් ය. මිනිස් මනසන් ඊර්ෂ්‍යාවන් පිළිබඳ නොයෙකුත් කරුණු බුදුන් විසින් දේශනා කරන ලද බව ත්‍රිපිටකයේ සඳහන් වේ. මජ්ජිම නිකායේ ධම්ම දායාද සූත්‍රයේ ඊර්ෂ්‍යාව පාප ධර්මයක් යනුවෙන් ද, අංගුත්තර නිකායේ දුක ඊර්ෂ්‍යාව හා මසුරුකම අන්‍යොන්‍ය සම්බන්ධතාවකින් යුතු චෛතසික ධර්ම (සිතුවිලි) දෙකක් ලෙස ද අංගුත්තර නිකායේ දසක නිපාතයේ කාය සූත්‍රයෙහි ඊර්ෂ්‍යාව කයින් හෝ වචනයෙන් බැහැර කළ හැක්කක් නොවන බවත් එය ප්‍රඥවෙන් දැන ප්‍රහානය (බැහැර) කළ යුත්තක් බවත් සඳහන් කර තිබේ. පාපී වූ ඊර්ෂ්‍යාව කෙබඳු ද කියාත් එහි සඳහන් ය. එනම් යමෙක් ධන ධාන්‍යයෙන් රන් රිදියෙන් සමෘධිමත් ව සිටී නම්, සමීපයෙහි වසන්නකුට හෝ අන් අයකුට මෙසේ සිතේ.

අහෝ! මොහු ධන ධාන්‍යයෙන් පිරිහී නැතිභංග වී ගියා නම් කොපමණ හොඳ ද? යනුවෙනි. ඇත්තෙන් ම බොහෝ පුද්ගලයන් ගේ ඇති මේ පරසම්පත නොඉවසීම ඊර්ෂ්‍යාව යි. සුත්ත නිපාතයේ පරාභව සූත්‍රයේ සඳහන් වන්නේ මනුෂ්‍යයෙක් පිරිහීමට හේතුවන කරුණු යි. එහි එක් කරුණක් වන්නේ මෛථුන ඊර්ෂ්‍යාව යි. යොවුන් බව ඉක්ම වූ පුද්ගලයෙක් තිඹිරිඑලවන් පියයුරු ඇති ස්ත්‍රියක් පාවාගෙන ඇය අන් අය හා සබඳතා පවත්වතැයි සිතමින් නිදිවර්ජිතව සිටීමට පුළුවන.

ශෝකය, බිය, ක්‍රෝධය හා සතුට මෙන්ම ඊර්ෂ්‍යාව ද මනසේ අතිවන මනෝභාවයකි. එනම් හැඟීමකි. තම වස්තුව, තත්ත්වය හෝ තමා අගය කරන අය නැති වූ විට ශෝකය හටගනී. තදබල ලෙස ශෝකයට පත් වූ අය දිවි තොර කර ගැනීමට ද පෙළඹේ. තමාට, තම වස්තුවට, තම ළඟ ඥාතී මිත්‍රාදීනට යම් තර්ජනයක් ඇති වූ විට (උදා: මරණ භය, පැහැරගෙන යාම ආදිය) බිය හටගනී. එමෙන්ම අනුන් ගේ සම්පත් නොඉවසීම ඊර්ෂ්‍යාව යි.

එය පිරිහීමේ එක්මගක් ලෙස දක්වා තිබේ.

ඇස්වහ සහ කටවහ යනු සම්ප්‍රදායානුකූල චින්තනයේ ඊර්ෂ්‍යාව හා සම්බන්ධ තත්තවයන් ය. ඊර්ෂ්‍යා සහගතව බැලීම සහ ඊර්ෂ්‍යාවෙන් යුක්තව යම් යම් ප්‍රකාශ කිරීම් මීට අදාළ වන අතර එමගින් යම් යම් හානි සිදුවෙතැයි සමහර මිනිස්සු විශ්වාස කරති. අලුතින් තනන ගොඩනැගිලිවල පුහුල් ගෙඩි, යක් මුහුණු ආදිය එල්ලීම මගින් මෙතවැති හානි දුරලිය හැකි බව ද ඔවුහු විශ්වාස කරති. ඇත්තෙන් ම මෙවැනි දෙයක් එල්ලා තිබෙන විට යමෙකු ගේ බැල්ම ප්‍රථමයෙන් එදෙස යොමු වීම නිසා ගොඩනැගිල්ල ගැන ඊර්ෂ්‍යා සහගත හැඟීම් පහළ වීම අවම වනවා විය හැකි ය. ඊර්ෂ්‍යා සහ පළිගැනීමේ චේතනාවෙන් අනුනට හානි සිදු වී නැති හංග වී යතැයි යන විශ්වාසයෙන් හූනියම් හා කොඩිවින ආදිය සිදු කෙරේ. වස් කවි කීම ද මීට සම්බන්ධ වූවකි.

ඊර්ෂ්‍යාව ස්වභාවික හැඟීමක් වුව ද එහි වැඩි දියුණුව සඳහා ළමා කාලයේ සිදුවන නොයෙකුත් දේ හේතු වීමට පුළුවන. එකම පවුලේ දරුවන් අතර ප්‍රතිවාදීත්වයක් හටගැනීම නිතර දක්නට ලැබෙන්නකි. (SIBLING RIVALRY) මෙය සිදුවන්නේ ඊර්ෂ්‍යාව නිසා ය. දෙමව්පියන් තම දරුවන් වෙනුවෙන් කටයුතු කරන ආකාරය බොහෝ විට මෙවැනි තත්ත්ව වර්ධනය වීමට හේතු වේ. වයසින් මුහුකුරා යන විට දරුවකුට එදිනෙද කටයුතු තමාට කරගැනීමේ හැකියාව තිබියදීත් දෙමව්පියන් විසින් සෑම වැඩක් ම කර දෙනු ලැබීමේ දී ඔහු හෝ ඇය යැපෙනසුළු තත්ත්වයකට පත් වේ. එවැනි වැඩකටයුතු දෙමව්පියන් විසින් කළ යුතුම යයි සිතීමට දරුවා පෙළඹේ. මෙවැනි අවස්ථාවක දී දෙවන දරුවකු ද ලැබුණහොත්, දෙමව්පියන් ගේ වැඩි අවධානය දෙවන දරුවාට ලැබෙන අතර පළමු දරුවා තමාට ලැබෙන සත්කාර අඩු වීම ගැන කෝපයට පත් වේ. වැඩි අවධානය දෙවන දරුවාට යොමු වීම ගැන ඊර්ෂ්‍යාවට පත්වන පළමු දරුවා, තම මල්ලීට හෝ නංගීට හිරිහැර කිරීමට පටන් ගනී. විශේෂයෙන් තම මව කෙරෙහි

ඊර්ෂ්‍යාව ස්වභාවික හැඟීමක් වුව ද එහි වැඩි දියුණුව සඳහා ළමා කාලයේ සිදුවන නොයෙකුත් දේ හේතු වීමට පුළුවන. එකම පවුලේ දරුවන් අතර ප්‍රතිවාදීත්වයක් හටගැනීම නිතර දක්නට ලැබෙන්නකි. මෙය සිදුවන්නේ ඊර්ෂ්‍යාව නිසා ය. දෙමව්පියන් තම දරුවන් වෙනුවෙන් කටයුතු කරන ආකාරය බොහෝ විට මෙවැනි තත්ත්ව වර්ධනය වීමට හේතු වේ.

කෝපයක් ඇති කරගෙන ඇයට ද හිංසා කිරීමට පෙළඹේ. ඔහු ගේ දඟකාර ස්වරූපය වැඩි දියුණු වේ. හැකි සෑම අවස්ථාවක දීම තමන්ට කළ හැකි දේ තමන් විසින් ම කරනු ලැබීමට සලස්වා දරුවා ස්වාධීන තත්ත්වයකට පත් කරයි නම් මෙවන් ඊර්ෂ්‍යා සහගත හැඟීම් හා අනවශ්‍ය දඟකාර බව ඇති වීම අවම කළ හැකි ය. මෙවන් ඊර්ෂ්‍යාවන් දිගු කාලීනව පැවතීම තරුණ වියේ දී එවන් හැඟීම් උග්‍ර අතට පත් වීමට හේතු විය හැකි ය. සමහර විට මෙවැනි දේ පසුකාලීනව වැඩිහිටියන් වශයෙන් ද පැවතෙනවා අපට දක්නට ලැබේ. "මල්ලීටනෙ ඔක්කොම කරල දුන්නේ" යනුවෙන් වැඩිහිටි අයියලා දෙමව්පියන්ට දෙස් තගන අයුරු නිතර අසන්නට ලැබේ. තම සහෝදර සහෝදරයන් ගේ දූ දරුවන් ගැන, ඔවුන් ගේ ඉගෙනුම ගැන විවාහය හා රැකියාවන් ආදී නොයකුත් දේ ගැන ඊර්ෂ්‍යාවෙන් පෙළීම හා ඒ සම්බන්ධව නොයෙකුත් අනවශ්‍ය ප්‍රකාශ කිරීම් හා හානිකර මැදිහත් වීම් ආදිය ද බොහෝ විට පවතී.

දන්නා හඳුනන පුද්ගලයන් අතර එකිනෙකාට ඇතිවන ඊර්ෂ්‍යාව සුලබ ය. නැදැයන්, අසල්වාසීන්, එකට වැඩ කරන හෝ ඉගෙන ගන්නා අය අතර ඊර්ෂ්‍යාව නිසා හටගන්නා නොයෙකුත් හිරිහැර හා කරදර අපමණ ය. මේවා මිනී මැරීම් වැනි බරපතල සිදුවීම් දක්වා වන සිදුවීම් විය හැකි ය. දුප්පත් පවුලක තරුණියක් උසස් රැකියාවකට යාම, තම ප්‍රදේශයේ සිසුවෙක් වෛද්‍ය විද්‍යාලයට ඇතුළත් වීම වැනි අවස්ථාවල දී දන්නා හඳුනන අය ඊර්ෂ්‍යාවට පත් වී ඔවුන් ඝාතනය කර ඇති අයුරු පසුගිය කාලයේ වාර්තා විය. වෘත්තිකයන් අතර තම වෘත්තිය නිසා හටගන්නා ඊර්ෂ්‍යාව (Professional Jeolosy)නිතර දක්නට ලැබෙන්නකි. මෙහි දී එම වෘත්තියේ යෙදී සිටින සමහරු අන් අය ගේ අඩුපාඩු පෙන්වමින් ඔවුන් හෑල්ලුවට ලක් කරමින් තමන් ඊට වඩා උසස් විභාග සමත් වී ඇති බව, හැකියාවන් ඇති බව කියමින් අන් අයට වඩා ශ්‍රේෂ්ඨ බව ප්‍රකාශ කරති.

මෛථුන ඊර්ෂ්‍යාව, ඊර්ෂ්‍යාවන් අතර ප්‍රබල තැනක් ගනී. මේ සම්බන්ධයෙන් සතුන් ගේ හැසිරීම ගැන සොයා බැලුවහොත්, ප්‍රජනන සමයේ දී බල්ලන් ගේ චර්යාවන් වැදගත් වේ. බල්ලන් කිහිප දෙනෙක් බැල්ල පසුපස යමින් බැල්ල සමග සංසර්ගයේ යෙදීමට උත්සාහ කරති. එකෙක් උත්සාහ කරන විට අනෙක් බල්ලන් ඊෂ්‍යාවට පත් වී චියරු බවට පත් වී ගොරවමින් උගේ ඇඟට කඩා පැන එය වළකාලති. වැඩියෙන් ම බලවත් එකා කෙසේ හෝ අනෙකුන් පළවා හැර ජයග්‍රාහී කාර්යය ඉටු කරයි. මෙහි දී ස්වාභාවිකව වැඩියෙන් ම යෝග්‍ය තැනැත්තා ජය ගන්නා අතර ප්‍රවේණිගතව පරිසරයට යෝග්‍යතම ජනිතයන් හටගනී. පෙම් සබඳතා ඇතිකර ගැනීමේදී තරුණ තරුණියන් අතර ඇතිවන ගැටලු සමහර විට අවසන් වන්නේ මිනීමැරුම් වලිනි. තමා සමග මිත්‍ර වී සිටි තරුණිය තමාට පිටුපා වෙනත් අයෙක් සමග පෙම් සබඳතා ඇතිකර ගැනීම නිසා ඊර්ෂ්‍යාවට පත්වන තරුණයා සමහර අවස්ථාවල දී ඇයට තර්ජනය කිරීම, හිරිහැර කිරීම පමණක් නොව ඝාතනය කිරීමට පවා පෙළඹේ. පෙමින් බැඳී සිටින්නන් හා අඹුසැමියන්ගෙන් සමහරු තම සහකරු හෝ සහකාරිය තරුණ විරුද්ධ ලිංගිකයෙක් දෙස බැලීම, සිනාසීම හෝ කථාබස් කිරීම පවා තුරුස්සන අතර එය ඔවුන ගේ තදබල ඊර්ෂ්‍යාවට හේතු වේ. සමහරු කිසියම් සාධාරණ හේතුවක් නොමැතිව තම බිරිඳ හෝ පුරුෂයා අන් අයෙකු සමග සබඳකම් පවත්වන බව විශ්වාස කරති. සබඳකම් පවත්වන පුද්ගලයා ගැන කිසිම තොරතුරක් නොදන්නා අතර තමන් ගේ වැඩකටයුතු සියල්ල අතපසු කරගෙන සෑමවිට ම ඔහු ගේ/ඇගේ ඉරියව්, ගමන් බිමන් ගැන විමසිල්ලෙන් සිටිමින් පුද්ගලයා කවුරුන්දැයි සෙවීමට පෙළඹෙයි. සමහර විට ඔත්තු බැලීමට පවා පුද්ගලයින් යොදවයි. මේ ගැන විමසිමින් බිරිඳ හෝ සැමියා ඇනුම් බැනුම් හෝ පහරදීම්වලට නිතර ලක් කෙරේ.

හිරිහැර අඩුවේයයි සිතා එවැනි සම්බන්ධයක් ඇති බව පිළිගතහොත් (ඇත්තෙන්ම කිසිදු සම්බන්ධයක් නොමැතිව) හිරිහැර කිරීම උත්සන්න වේ. මේවා ව්‍යාධිමය ඊර්ෂ්‍යාවේ ලක්ෂණ වේ.

මිනිස් සමාජය දෙස බැලුවහොත් සෑම රටක ම ධනවතුන් හා දුප්පතුන් යයි කොටස් දෙකකි. දුප්පතුන් ධනවතුන් දෙස ඊර්ෂ්‍යාවෙන් බැලීම ස්වභාවයක් වන අතර එය නොවැළැක්විය හැක්කකි. කෙසේ වුවද කර්මවාදය පිළිගන්නා බෞද්ධයින් වැනි අයගෙන් සමහරෙක් දුප්පත් වුවද, පෙර කර්මයක් පල දී තමා මෙසේ දුප්පත්ව ඉපදුන බව සිතා සිත සනසා ගන්නවා විය හැක.

58 පිටුවට

සූත්ත නිපාතයේ පරාභව සූත්‍රයේ සඳහන් වන්නේ මනුෂ්‍යයෙක් පිරිහීමට හේතුවන කරුණු යි. එහි එක් කරුණක් වන්නේ මෛථුන ඊර්ෂ්‍යාව යි. යොවුන් බව ඉක්ම වූ පුද්ගලයෙක් තිඹිරිඵලවන් පියයුරු ඇති ස්ත්‍රියක් පාවාගෙන ඇය අන් අය හා සබඳතා පවත්වනැයි සිතමින් නිදිවර්ජිතව සිටීමට පුළුවන. එය පිරිහීමේ එක්මගක් ලෙස දක්වා තිබේ.