ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රයේ ධ්වනිත ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය හා රිද්මයේ වෛද්‍යවිද්‍යාත්මක භාවිතය

මොල්ලිගොඩ, එස්. පී.[1], සෝමරත්න, කේ. අයි. ඩබ්ලිව්. කේ.[2]

හැඳින්වීම

ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රය යනු මානවයාගේ රෝග සුව කිරීම හා රෝගවලින් වැළකීම සඳහා ලොව බිහි වූ පළමු ක්‍රමවත් වෛද්‍යවිද්‍යාව බව පිළිගත යුතු වේ. ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රයේ බිහි වීම හා එහි කාලය පිළිබඳව විවිධ මතවාද පැවතිය ද ඓතිහාසික හා පුරාවිද්‍යාත්මක සාධකවලින් පැහැදිලි වන්නේ එය වර්ෂ 3000 කට වඩා ඉපැරණි වූවක් බව ය. එතරම් පෞරාණික ශාස්ත්‍රයක් මානව ශිෂ්ටාචාරය පුරා ඉදිරියට විකාශය වීම හා වෛද්‍යමය කරුණු හා දැනුම සම්ප්‍රේෂණය වූයේ කෙසේද යන්න විමර්ශනය කළ යුතු වේ. එහි ලා ප්‍රමුඛතම කාරණය වන්නේ පැරැන්නන් විසින් වර්තමානය දක්වා මෙම ආයුර්වේදීය ඥාන සම්භාරය අඛණ්ඩව ප්‍රවර්තනය කිරීම් වස් දරන ලද ප්‍රායාසය යි. ඔවුනගේ එම උත්කෘෂ්ඨ ක්‍රියාදාමයේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙසින් වර්තමානයේ එම ශාස්ත්‍රය හදාරන්නටත් ඉන් උපරිම ප්‍රයෝජන ගැනීමට හැකි වීමත් අප ලද භාග්‍යයකි. පරම්පරාගතව මෙම ශාස්ත්‍රය ආරක්ෂා කරගැනීමටත් මතු පරපුරට එය සම්ප්‍රේෂණය කරන්නටත් හැකි වීම ප්‍රශංසා කටයුතු වේ. මුඛ පරම්පරාවෙන් රැකගෙන ආ මෙම මහා දැනුම් සම්භාරය පශ්චාත් කාලීනව ලිඛිත හා මුද්‍රිත මාධ්‍ය ඔස්සේ විකාශය විය. ගද්‍ය හා පද්‍යමය වශයෙන් රචනා වී ඇති ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රයේ මූලික ඉගැන්වීම් සූත්‍ර හෝ ශ්ලොක නාමයෙන් ද හැඳින්විය හැකි ය. එම පද සංඝටනාවන් වෘත්තයන්ට අනුගත වන පරිදි නිර්මාණය කිරීමට අවශ්‍ය කරන ඡන්දස් අලංකාර පිළිබඳ සම්ප්‍රජානනයක් පැරණි ආයුර්වේද වෛද්‍යවරයා සතු විය. ධර්ම ශාස්ත්‍ර සුරක්ෂිත කිරීම් වස් ඡන්දස් ආලංකාරිකයින් විසින් යොදා ගත් ප්‍රයෝග අති විශිෂ්ට ය. විශේෂයෙන් සංගීතාත්මක රිද්මයක් ද මේ තුළ අන්තර්ගත වී ඇති බැවින් එය පුනරාවර්ජනය කිරීමට එක්තරා ආකාරයක පහසුවක් හා පිටුබලයක් ද විය. එබැවින් ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රය සංගීතයේ එක්තරා භාවිතයක් ලෙසින් ද හඳුනාගැනීම යුක්ති යුක්ත ය.

රිද්මය, ස්වභාව ධර්මය හා මානවයා අතර ඇත්තේ අපූර්ව සබැඳියාවකි. සත්ත්වයාගේ පැවැත්ම සඳහා තුරු-ලතා, මද-නල, මෙන්ම ගංගා, ඇළ දොළ ආදියෙහි රිද්මය ද සම දායකත්වය සපයනුයේ සන්සුන්ව මෙන්ම ඉතා සියුම්ව යි. මිනිසාගේ මෙන් ම සත්ත්වයන්ගේ ද කායික මානසික නිරෝගී බව උදෙසා රිද්මයේ බලපෑම අතිමහත් ය. සංගීතය එහි සුවිශේෂී පැතිකඩකි.

ඉපැරණි යුගයේ සිට මානවයා තම දැනුම ඉදිරි පරපුරට නිවැරදිව සම්ප්‍රේෂණය කිරීමට රිද්මය උපකාරී කරගත් තවත් එක් සුවිශේෂී අවස්ථාවක් ලෙස ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය හඳුන්වා දීම වරදක් නොවේ. සාහිත්‍ය විශාරදයන්ගේ මතය වන්නේ පද්‍ය නිර්මාණයේ දී අවශ්‍යය ම අංගයක් ලෙස ඡන්දස් හැඳින්විය හැකි බව යි. පද්‍ය රචනාව පිණිස ගැනෙන මාත්‍රා, ගණ, පාද, යති, වෘත්ත ආදිය විස්තර කෙරෙන ශාස්ත්‍රය ඡන්දස් නම් වේ[1]. මෙහි අර්ථ නිරූපණය සඳහා වේදය, ස්වෛරී ලෙස හැසිරීම, අභිලාසය, කැමැත්ත, බලාපොරොත්තුව අක්ෂර වර්ණමාලා නියමය ආදි වචන භාවිත වේ.

සංගීතය ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය හා මුසුව සත්ත්ව හා මානව මනසට සුවිශේෂී සංවේදනයක් ගෙන දෙන සුමට කලාවක් ලෙස හැඳින්විය හැකි ය. එම සංගීතය විශ්ව භාෂාවකි. සංගීතය හා ජීවීන් අතර ඇති විවිධ සම්බන්ධතා පිළිබඳ ව නොයෙකුත් පර්යේෂණ මේ වන විට සිදු වී තිබේ. සංගීතය මගින් මිනිසාගේ භාවාත්මක හැඟීම් උද්දීපනය කරන අතර එය මිනිසාගේ කායික හා මානසික ස්වස්ථතාව ඉහළ නැංවීම සඳහා ඉවහල් වන බවද ඇමරිකාවේ සිදු කරන ලද පර්යේෂණයකින් හෙළි වී තිබේ (Karen

1. ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, මෞලික සිද්ධාන්ත දෙපාර්තමේන්තුව, දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යා ආයතනය, කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය, රාජගිරිය, ශ්‍රී ලංකා.
2. ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, නිදාන චිකිත්සා දෙපාර්තමේන්තුව, දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යා ආයතනය, කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය, රාජගිරිය, ශ්‍රී ලංකා.
සමායෝජක කර්තෘ: වෛද්‍ය. එස්. පී. මොල්ලිගොඩ, ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, මෞලික සිද්ධාන්ත දෙපාර්තමේන්තුව, දේශීය වෛද්‍යවිද්‍යා ආයතනය, කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය, රාජගිරිය, ශ්‍රී ලංකා.
Email: susanthamolligoda@gmail.com

Schrock). සංගීතය මගින් මිනිසාගේ භාෂා ඥානය, හැඟීම්වල ප්‍රබලතාව හා ක්‍රියාකාරිත්වය තීව්‍ර කරන බව විද්‍යාත්මක පර්යේෂණ තුළින් ඔප්පු කර තිබේ. එසේ ම එමගින් මානවයා ඔවුනොවුන් වෙත මානසික ව සමීප කරවනු ලබයි. සංගීතය මඟින් ලබන්නා වූ මනෝ උද්දීපනය හේතු කොට ගෙන මිනිසාගේ කායික ක්‍රියාකාරිත්වය ඉහළ නැංවෙන අතර ඒ තුළින් මානව කාර්යක්ෂමතාව හා ඵලදායිතාව ද ඉහළ නැංවෙයි.

අධ්‍යයන හැකියාව ඉහළ නැංවීම සඳහා ද සංගීතය බෙහෙවින් ම ඉවහල් වන අතර නූතන පර්යේෂණවලින් ද ඒ බව හෙළි කර තිබේ. කුඩා දරුවන්ට හෝඩි පොත ඉගැන්වීමේ පටන් ගණිතය, ඉතිහාසය වැනි සංකීර්ණ විෂයයන් ඉගැන්වීම තෙක් විවිධ තාක්ෂණික ක්‍රමවේදවලට අනුව සංගීතය උදව් කර ගත හැකි බව මෙමගින් සනාථ කර තිබේ[2].

සංගීතය හා මානවයා අතර ඇති සබැඳියාව මානව ශිෂ්ටාචාරයේ ආරම්භය දක්වා ම ඈතට විහිදී යන්නකි. සංගීතය මිනිසා තම ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථාවන්හි භාවිතයට ගත්තේ එයින් ලබන චිත්ත සන්තෘප්තිය මෙන්ම මනෝ සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණය විෂයයෙහි ද උපස්ථම්භකයක් වන බැවිනි. ජීවන මාවත ආලෝකමත් කර ගැනීමට අවශ්‍ය කරන භාවපෝෂණ ගුණය සංගීතයේ මිශ්‍ර වී පවතී. එබැවින් ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රය ද ඡන්දස් අලංකාරවලින් මෙන් ම විවිධ වෘත්තයන්ගෙන් පරිමිත බැවින් මානව සංහතියේ ම මනෝකායික සංවර්ධනය විෂයෙහි ද අතිශය වැදගත් වූවකි.

විෂය කරුණු සංගීතය හා කුමන හෝ තාක්ෂණික ක්‍රමවේද සමඟ මුසු කිරීමෙන් සෑම වයස් කාණ්ඩවලට ම අයත් දරුවන්ගේ අධ්‍යයන පරාසයන් ඉහළ ගොස් තිබේ. ළමා අවධියේ ඇති අපූර්වත්වය වන්නේ විවිධ භාෂා ග්‍රහණය කිරීමේ ඇති සුවිශේෂීතාව හා විශිෂ්ට ස්මරණ ශක්තියයි. මෙම කුසලතා හා සංගීතය මුසු කිරීමෙන් එහි සාඵල්‍යතාවය බෙහෙවින් ඉහළ නැංවීමට හැකි වේ. මේ සුවිශේෂී වූ සංසිද්ධීන් මනාව වටහා ගත් අධ්‍යාපන රටාවක් ඉපැරණි භාරතයේ තිබූ බව පෙරදිග අධ්‍යාපන විධි පිළිබඳව මනාව අධ්‍යයනයෙන් වටහා ගත හැකි යි.

වර්තමාන මානවයා දියුණු යැයි සම්මත ලෝකයේ ඉතා ඉහළ තලයක වැජඹේ නම් ඒ සඳහා නිමැවුණු ඉනිමග ඥානය හා දැනුම බව අවිවාදාත්මක ය. ආයුර්වේදය වූකලී ලොව ඉතා පැරණි ම වෛද්‍ය ක්‍රමයකි. ආයුර්වේදයට ආයුර්වේද දර්ශනය යන නාමය නොදී "ආයුර්වේදය" යන නාමය ලබා දී ඇත්තේ එය දැනුම් රක්ෂිතයක් වන හෙයිනි. මෙම සුවිශේෂී දැනුම් සම්භාරය වර්තමානය දක්වා ගලා ඒමට දායක වූ තාක්ෂණය තුළ සංගීතයට ලැබී ඇත්තේ සුවිශේෂී ස්ථානයක් බව දක්නට ලැබේ. මෙම අධ්‍යයනයේ අරමුණු නම් ඡන්දස් යන්නෙහි අර්ථ විවරණ හඳුනාගැනීම සහ ඡන්දස් ශාස්ත්‍රයේ ආයුර්වේදීය උපයෝගීතාව අධ්‍යයනය කිරීම යි.

මෙම අධ්‍යයනයේ දත්ත සම්පාදනය උදෙසා ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය පිළිබඳ ලිය වී ඇති විවිධ ග්‍රන්ථ, ලිපි පර්යේෂණ පත්‍රිකා මෙන් ම මුද්‍රිත මාධ්‍යය ද උපයුක්ත කර ගෙන ඇත. ලඝුත්‍රය, වෘද්ධත්‍රය හා සිංහල, ඉංග්‍රීසි සහ සංස්කෘත ශබ්දකෝෂ හා ඊට අදාළ වෙනත් ග්‍රන්ථ ද විද්‍යුත් මාධ්‍යය ද ඇසුරින් දත්ත රැස් කර ඇත. විශේෂයෙන් ම ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය පිළිබඳ ව ලියැවී ඇති ශ්‍රී පිංගලාචාර්යවරයාගේ ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය, වෛද්‍ය අසිත් කුමාර පංජා විසින් රචිත Chandas in Ayurveda Samhita යන කෘති ඉතා වැදගත් විය. මීට අමතරව ඡන්දස් ශාස්ත්‍රාවබෝධය පිණිස චරක සංහිතාවට ලියැවුණු චක්‍රපාණි ටීකාව, සුශ්‍රැත සංහිතාවට ලියැවී ඇති ඩල්හණ ටීකාව, අෂ්ටාංගහෘදය සංහිතාවට ලියැවුණු සර්වාංගසුන්දර ටීකාව මහෝපකාරී වූ අතර එමගින් ආයුර්වේදීය විෂය කරුණු ද ග්‍රහණය කිරීමට හැකියාව ද ලැබුණි.

පෙරදිග දැනුමෙහි ආරම්භය චතුර්වේදය යි. වේද යන වචනය 'විද්' ධාතුවෙන් නිෂ්පන්න වී ඇත. මෙහි අර්ථ knowledge, true or sacred knowledge or lore ලෙස දැක් වේ[3].

ආයුර්වේදය යනු ආයුෂ හෙවත් ජීවිත කාලය සුඛිත මුදිත ව ගෙවීම සඳහා හා පසු භවය සැපවත් කර ගැනීම සඳහා දී ඇති උපදේශ හා ප්‍රතිකාර පද්ධතිය යි. ආයුර්වේදයේ මූලික අරමුණු වන්නේ ස්වස්ථ පුද්ගලයන්ගේ ස්වස්ථතාව ආරක්ෂා කිරීම යි. රෝග ශමනය ද්විතීයික අරමුණයි. ස්වස්ථතාව ආරක්ෂා කිරීම සඳහා ලබා දී ඇති උපදේශ පිළිබඳ ව විසි එක් වැනි සියවස වන තෙක් විකල්ප බිහි වී නැත. රෝග ශමනය සඳහා විකල්ප වෛද්‍ය ක්‍රම බිහි වී තිබුණත් ඒ ක්‍රමවල පවතින සාර්ථක බව හා විශ්වාස පිළිබඳ විවිධ මතභේද පවතිනු දැකිය හැකි ය. බොහෝ විද්වතුන් හා ඉතිහාසඥයන් පිළිගත් පරිදි ආයුර්වේදයේ උත්පත්තිය මීට අවුරුදු 3000 ට ආසන්න කාල වකවානුවකට ඉහත දී සිදු වී ඇත. මෙම දැනුම් පද්ධතිය වර්තමානය තෙක් ගලා ගෙන ඒමේ දී ඒ සඳහා උපයෝගී වූ ක්‍රමවේදයන් හැදෑරීම අතිශය වැදගත් ය. ආයුර්වේදයේ මුල් නිර්මාණකරුවන් සේ හඳුන්වනු ලබන ආත්‍රේය හා ධන්වන්තරී යන ඍෂිවරුන්ගේ අධ්‍යාපන ක්‍රමවේදවලට අනුව

ආයුර්වේද අධ්‍යාපනය මූලික ක්‍රම තුනක් ඔස්සේ විකාශනය වී ඇත[4]. එනම්,

1. අධ්‍යයන
2. අධ්‍යාපන
3. තද්විද්‍යසම්භාෂා

ආයුර්වේද අධ්‍යයනය සඳහා යොදාගෙන ඇති ප්‍රාථමික ක්‍රමවේදය වන්නේ අධිගතකරණයයි[5]. මෙහිදී විෂය ග්‍රහණය හා නිපුණත්වය ඉතා දැඩි ලෙස සිදු කරනු ලබයි. මෙම විෂය දැනුම සංග්‍රහ කර ඇත්තේ සූත්‍ර වශයෙනි. සූත්‍ර නමින් හඳුන්වනු ලබන්නේ නිශ්චිත විෂය කරුණු මනාව සංක්ෂිප්ත කොට ක්‍රමානුකූලව හා රිද්මයානුකූලව සකස් කරනු ලැබූ ගද්‍ය හා පද්‍ය විශේෂයකි[6]. මෙම සූත්‍ර මල් කරුවන් විසින් ඉතා අලංකාරවත්ව සකස් කරනු ලැබූ මල් මාලාවකට සමාන බව චරක ආචාර්යවරයා සඳහන් කරයි[7]. මෙම ගද්‍ය රටා අක්ෂර, මාත්‍රා, ගති හා යති මගින් ඉතා තදින් බඳිනු ලැබේ. නමුත් පද්‍ය එසේ නොවේ. පද්‍ය සඳහා නිශ්චිත නීති රාමුවක් පවතී. මෙම පද්‍ය සූත්‍ර තුළ ඉතා ගැඹුරු විෂය කරුණු ඉතා සරලව අමුණා ඇති අතර එම ඇසුරුම සිසුන්ගේ පාඩම් කිරීම හා අවබෝධය ඉහළ නැංවීමට සමත් වී ඇත.

ආයුර්වේද විෂය කරුණු සංග්‍රහ කර ඇති මූලික ග්‍රන්ථ ද හඳුන්වනු ලබන්නේ සංහිතා වශයෙනි. ප්‍රධාන සංහිතා තුනක් ඇති අතර එය 'වෘද්ධත්‍රයී' ලෙස හඳුන්වනු ලබයි. එම ග්‍රන්ථ තුන වන්නේ චරක සංහිතා, සුශ්‍රැත සංහිතා හා අෂ්ටාංගහෘදය සංහිතාව ය.

මෙම සංහිතා තුනෙන් අෂ්ටාංගහෘදය සංහිතාව ප්‍රධාන වශයෙන් ම පද්‍යවලින් සමන්විත ය. මෙම සංග්‍රහ ග්‍රන්ථවල ප්‍රධාන පරමාර්ථය වන්නේ විෂය කරුණු පරිපූර්ණ ලෙස ශිෂ්‍ය ග්‍රහණයට ලක්කිරීම යි. සුශ්‍රැත සංහිතාව හා චරක සංහිතාව යන සංහිතා දෙකෙහි ම සාරය එක් තැන් කර අෂ්ටාංගහෘදය සංහිතාව ලියා ඇති අතර ගද්‍ය පාඨ නිසා අධ්‍යයනයට සිදුවන අපහසුව මග හැරවීමට සියලු ම විෂය කරුණු පද්‍ය වශයෙන් ඒකරාශි කර තිබීම මෙහි දක්නට ලැබෙන සුවිශේෂිතාව යි. මෙම පද්‍ය සූත්‍ර ශ්ලෝක නමින් ද හඳුන්වනු ලබන අතර ඒවා පාද හතරකින් යුක්ත වේ[8]. මෙම සූත්‍ර අධ්‍යයනය සඳහා යොදාගෙන ඇති තාක්ෂණ ක්‍රමවේදය වන්නේ ඡන්ද ශාස්ත්‍රය යි. ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය මත පිහිටා මෙම සූත්‍ර විවිධ තාල අනුව රිද්මයානුකූලව ගායනා කිරීමෙන් මෙම සංහිතාවල අන්තර්ගත සියලු විෂය කරුණු අධ්‍යයනය කිරීමට හැකිවීම මෙහි ඇති වැදගත්කම යි.

ඡන්දස් ශාස්ත්‍රයේ උත්පත්තියද වේද යුගය තෙක් දිව යයි. ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය වේදංගයක් සේ සලකනු ලැබේ[9]. අධ්‍යයනය ආරම්භයේ දී ඥානය හා බුද්ධිය උදෙසා ගැයෙන උපහාරාත්මක සාවිත්‍රී මන්ත්‍රය බ්‍රාහ්මණ වංශිකයින් විසින් ගායත්‍රී ඡන්දයට අනුව ද ක්ෂත්‍රිය වංශිකයින් විසින් ත්‍රිෂ්ටුභ් ඡන්දසට අනුව ද, වෛශ්‍ය වංශිකයින් විසින් ජගතී ඡන්දසට අනුව ද ගායනා කළ යුතු බව සාංඛ්‍යයන ගෘහ්‍ය සූත්‍රයේ දක්වා තිබේ[10]. ආයුර්වේදය අථර්වන්වේදයේ උපවේදයක් වන බැවින් හා ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය වේදංගයක් වන බැවින් මෙම ශාස්ත්‍ර දෙක සාම්‍ය වීම නොවැළැක් විය හැකි ය.

ඡන්දස් ශාස්ත්‍රයේ ප්‍රථම නිමැවුම්කරු ලෙස සලකනු ලබන්නේනම් ඍෂිවරුන් ය. ඉන් පසුව කෞශිතකි සහ රාජමාර්තණ්ඩ නම් ඍෂිවරුන් දෙදෙන ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය මැනවින් ස්ථාපිත කර ඇත[11]. නමුත් වර්තමානයේ දී හමුවන ප්‍රථම ලිඛිත ඡන්දස් ශාස්ත්‍ර ග්‍රන්ථය ලෙස සලකනු ලබන්නේ ආචාර්ය පිංගලනාථ විසින් රචිත ඡන්දස් ශාස්ත්‍ර පිටපතයි.

ඡන්දස් යන වචනයේ ප්‍රධාන අර්ථ දෙකකි.

1. ආච්ඡාදන (ඡාන්දංසි ඡාදනාත්) එනම් භාව හෝ රසය

2. ආහ්ලාදන (යමක් කරණ කොටගෙන ඇතිවන්නා වූ සතුට)

ආචාර්යවරයා අනුගමනය හා අනුකරණය කරමින් පද හා පාද පිළිවෙළට ඡන්දස්වලට අනුව ගායනා කිරීමෙන් මෙම සියලු ම සූත්‍ර නිරායාසයෙන් අධිගමය කර ගැනීමේ හැකියාව ශිෂ්‍යයාට හිමි වේ. ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය හැදෑරීමේදී අක්ෂරවල ගුරු-ලඝු භේදය සලකා බලනු ලැබේ.

ගුරු අක්ෂර -

1. සියලු ම දීර්ඝ ස්වර (ආ, ඈ, ඊ)
2. අනුස්වාර සහිත අක්ෂර (ගං, යං)
3. සංයුක්ත අ ස්වරයට ප්‍රථම ව ඇති අක්ෂරය
4. එක පාදයක ඇති අවසාන වචනය

ලඝු අක්ෂර -

අනික් සියලු ම හ්‍රස්ව අක්ෂර ලඝු සේ සලකනු ලැබේ.
දීර්ඝ අක්ෂර මාත්‍රා 2
ප්ලුත අක්ෂර මාත්‍රා 3
ව්‍යංජන අක්ෂර මාත්‍රා 1, 2
අවග්‍රහය අක්ෂර සේ සලකනු නො ලැබේ.

ඡන්දස් ශාස්ත්‍රයේ ගණ 8 කි.

1. ම ගණ — සියලු අක්ෂර ගුරු වේ. ත්‍රායන්ති
2. න ගණ — සියලු අක්ෂර ලඝු වේ.
3. බ ගණ — පළමු අක්ෂරය ගුරු වේ.
4. ය ගණ — පළමු අක්ෂරය ලඝු වේ.
5. ජ ගණ — මැද අක්ෂරය ගුරු වේ.
6. ර ගණ — මැද අක්ෂරය ලඝු වේ.
7. ස ගණ — අවසාන අක්ෂරය ගුරු වේ.
8. ත ගණ — අවසාන අක්ෂරය ලඝු වේ.

චරක හා සුශ්‍රැත සංහිතාවන්ට ටීකා සපයන ලද ටීකාකරුවන් වන චක්‍රපාණි සහ ඩල්හණ විසින් ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය පිළිබඳ ව විග්‍රහයක් තම ටීකාවල නො දක්වන අතර අෂ්ටාංග හෘදයට ටීකා සපයන අරුණදත්ත ආචාර්යවරයා විසින් අෂ්ටාංගහෘදයේ ඇති සියලු ම සූත්‍රවල ඡන්දස් පිළිබඳ ව විග්‍රහ කර තිබේ. සියලු ම සංහිතාවල බෙහෙවින් ම යොදා ගෙන ඇති ඡන්දස වන්නේ අනුෂ්ටුභ් ය (වගු 1).

වගුව 1: අනුෂ්ටුප් ඡන්දස් සඳහා උදහරණ

1	2	3	4	5	6	7	8								
5	1	5	5	1	5	5	5	5	1	5	1	1	5	1	5
බා	ද	ය	ශ්චේ	ත	නා	ෂ	ෂ්ටා	ධා	ත	වඃ	පු	රු	ෂඃ	ස්මෘ	තඃ
චේ	ත	නා	ධා	තු	ර	පේය	කඃ	ස්මෘ	තඃ	පු	රු	ෂ	සං	ඥ	කඃ

බාදයශ්චේතනා ෂෂ්ටා ධාතවඃ පුරුෂඃ ස්මෘතඃ

චේතනා ධාතුරප්‍යේකඃ ස්මෘතඃ පුරුෂ සංඥකඃ (ච. ශා. 1/16)

මෙම ඡන්දසේ ඇති විශේෂතාව වන්නේ සැමවිට ම 5 වෙනි අක්ෂරය ලඝු වීම හා 6 වෙනි අක්ෂරය ගුරු වීම යි.

ශ්ලෝකේ ෂෂ්ටං ගුරුඥේයං සර්වත්‍ර ලඝු පංචමම්

ද්විචතුඃ පාදයෝර්හ්‍රස්වං සප්තමං දීර්ඝමන්‍යයෝඃ (පිංගල සූත්‍ර 3/23-25)

විශේෂයෙන් සංහිතා ග්‍රන්ථවල උපයෝගී කර ගෙන ඇති ඡන්දස් පහත පරිදි වේ.

අනුෂ්ටුප්, උපජාති, ඉන්ද්‍රවජ්‍රා, ඉන්ද්‍රවංශා, වංශස්ථා, රුචිරා, පුෂ්පිතාග්‍රා, උපේන්ද්‍රවජ්‍රා, ආර්යා, ශාලිනි, තෝටක, වසන්තතිලකා, මාලිනි, හරිණි, සාර්දූලවික්‍රීඩිත, ද්‍රෘතවිලම්භිත.

මෙලෙස ඡන්දස් පාදක කොට ගෙන මෙම ශාස්ත්‍රය ගොඩනැගී ඇති අතර එමගින් ශිෂ්‍යයන්ගේ රුචිකත්වය හා ග්‍රහණ ශක්තිය ඉහළ නංවා ඇති බව දැකිය හැකියි. භාවය හා රසය මුල් කර ගෙන සංස්කෘත වැනි සංකීර්ණ භාෂාවකින් රචිත ආයුර්වේදය වැනි ගැඹුරු විෂයක් 21 වැනි සියවස තෙක් රැගෙන ඒමේදී ඡන්දස්වල කාර්ය භාරය අති විශාල බව මෙයින් නිගමනය කළ හැකි ය. එසේ ම ආයුර්වේද අධ්‍යාපනය සඳහා සිසුන් තේරීමේ දී මුඛය හා නාසය ආශ්‍රිත අංග පිළිබඳ ව විශේෂ අවධානයක් ද දක්වා තිබෙනු දැකිය හැකි අතර, එම තේරීමද මෙම ගායනා විලාසයන්ට බෙහෙවින් ම වැදගත් වී ඇති බව නිගමනය කළ හැකි ය.

චරක සංහිතාවේ නිදානස්ථානයේ පළමු අධ්‍යායයේ දැක්වෙන පරිදි සමහර විෂය කරුණු ගද්‍ය වශයෙන් දක්වා නැවතත් පද්‍ය වශයෙන් ද එම කරුණු ම දෙවනි වරටත් දක්වා තිබේ. එයට හේතුව වශයෙන් චරක ආචාර්යවරයා දක්වා ඇත්තේ එම අර්ථයේ ප්‍රසන්නතා ගුණය ග්‍රහණය සඳහා (අර්ථය වඩාත් පැහැදිලි කර ගැනීමට) මෙලෙස පද්‍ය මඟින් දෙවෙනි වර දක්වා ඇති බව යි[12].

මෙලෙස සංගීතයේ පැතිකඩක් සේ සැළකෙන ඡන්දස් ශාස්ත්‍රය දැනුම සංවේදීව සම්ප්‍රේෂණය කිරීම පිණිස යොදාගැනීමට ඇති සුවිශේෂ මාධ්‍යයකි. ඇතැම් අවස්ථාවල දී වෛද්‍යවරයාට රෝග නිවාරණය පිණිස සංගීතය උපයෝගී කර ගැනීමට හැකියාව ඇත. පංචකර්ම චිකිත්සා පිළිබඳ චරකයේ විස්තර වන පරිච්ඡේදය ඊට එක් නිදර්ශනයකි.

පංචකර්ම චිකිත්සාව යනු ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රයෙහි සඳහන් වන කායචිකිත්සකයකු (Physician) සඳහා නිර්දේශ කර ඇති ශල්‍ය චිකිත්සාවක් සේ සැළකෙන සුවිශේෂී වූ චිකිත්සීය ක්‍රමයකි. මෙම චිකිත්සාව ඉතා පළපුරුදු වෛද්‍යවරයෙකු විසින් සිදු කළ යුතු අතර, ඒ සඳහා අවශ්‍ය සංවිධාන කටයුතු ද ඉතා පැහැදිලිව චරක සංහිතාවේ විස්තර කර තිබේ. මෙහි දී රෝගියාට සාත්තු සප්පායම් කළ යුතු සේවකයන් තුළ පිහිටිය යුතු ගුණ හා දක්ෂතා පිළිබඳ ව වෙන වෙනම විස්තර කර තිබේ. ඔවුන් තුළ තිබිය යුතු කුසලතා අතර, ගීත ගායනය, වාදනය, ශ්ලෝක, ගාථා ආදිය නිසි ලෙස ගායනා කිරීමේ හැකියාව ආදී කරුණු විශේෂයෙන් දක්වා තිබේ[13]. මෙයින් ප්‍රකට වන්නේ සංගීතය, රිද්මය, ඡන්දස ආදිය ආයුර්වේද වෛද්‍යවිද්‍යාව විෂයෙහි භාවිත වන ආකාරය යි.

එසේ ම ශරීරයේ පිත්ත දෝෂය ශමනය සඳහාද සංගීතය උපයෝගී කර ගත හැකි බව සංහිතා

ග්‍රන්ථවල දක්වා තිබේ. පිත යනු ශරීරයේ විවිධ එන්සයිම හා හෝර්මෝනවල ක්‍රියාකාරීත්වයට සමාන වූ ක්‍රියා සහිත ශරීරයේ උණුසුම හා ශක්තිය සපයන ප්‍රභවයක් සේ අනුමාන කළ හැකි ය. පිත් දෝෂය අධික වීම නිසා ශරීරයේ කහ පැහැ වීම, ශරීරයේ උණුසුම වැඩි වීම, ශීත ද්‍රව්‍ය හා ක්‍රියා සඳහා රුචි වීම, නින්ද අඩු වීම හෝ නින්දට බාධා පැමිණීම, මූර්ඡාව ඇති වීම, ශරීර ශක්තිය අඩු වීම, මල, මූත්‍ර, අක්ෂි, සම ආදිය කහ පාට වීම, ශරීරයේ ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතියේ විවිධ වෙනස් කම් පහළ වීම, මුඛයට තික්ත රස දැනීම, පිපාසය, අධික තරහා යෑම, කුඩා තුවාලයක් වුවත් ඉතා ඉක්මනින් පැසවීම හා සැරව පිරීම, අධික දහදිය දැමීම, ශරීර ස්‍රාවයන් අධික වීම, රත් පැහැ වීම, ශරීරයෙන් දුර්ගන්ධ නිකුත් වීම, ශරීරයේ පලු නැගීම, කැසීම ආදි ලක්ෂණ සහිත විවිධ රෝගයන්ට ගොදුරු විය හැකි ය[14]. මෙම කුපිත පිත් දෝෂයේ ශමනය සඳහා දී ඇති විවිධ උපක්‍රම අතර මනෝහර ගීත හා සංගීතයට සවන් දීම ද සඳහන් වේ[15]. මෙයින් ගම්‍යමාන වන්නේ සංගීතය හා රිද්මය මිනිසාගේ අභිවෘද්ධිය උදෙසා භාවිතයට ගෙන ඇත්තේ ඉතා ඈත යුගයන්හි දී බව ය. විශේෂයෙන් ම ශාස්ත්‍රීය දැනුම සංප්‍රේෂණය කිරීමටත් සුරක්ෂිතව පවත්වාගෙන ඒමටත් සංගීතය මෙන් ම ඡන්දස් අංකාර ශාස්ත්‍රය යොදාගෙන ඇති බවත් එය යම් ආකාරයක ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් ද වන බවත් අවබෝධ කර ගත යුතු වේ. එසේ ම සංගීත දැනුමෙන් සමුපේත වූ උපස්ථායකයා චිකිත්සාවේ සාඵල්‍යත්වය විෂයෙහි සමර්ථකු වන බව ද මෙම අධ්‍යයනය මගින් අවධාරණය කළ හැකි ය.

විමර්ශන

1. පෙරේරා, ටී. ජී., සිංහල භාෂාව, 1932, 288
2. Contributor, Can Music Help Enhance Learning Ability?,Available from: http://sumonova.com/can-music-help-enhance-learning-ability/ (accessed on: 06/03/2014)
3. විලියම්ස්, එම්., සංස්කෘත ඉංග්‍රීසි ශබ්දකෝෂය, මෝතිලාල් බණාරසිදස් ප්‍රකාශන, ඉන්දියා, 2008, 1483
4. අග්නිවේශ, චරක, දෘඪබල, චරක සංහිතා (චක්‍රපාණිදත්ත ආයුර්වේද දීපිකා ටීකාව සහිත), විමානස්ථාන, රෝගභිෂග්ජිතීය විමාන, 8/6, ශර්මනා, යූ. ඩී., ආචාර්ය, ජේ. ටී., සංස්කරණය, චොඛම්බා සුරභාරතී ප්‍රකාශන, ඉන්දියා, 2009
5. සුශ්‍රැත, සුශ්‍රැත සංහිතා, (ඩල්හණ නිබන්ධසංග්‍රහ ටීකාව සහිත), සූත්‍රස්ථාන, අධ්‍යයන සංප්‍රදනීය අධ්‍යායාය 3/1-2 හා ප්‍රභාෂණීය අධ්‍යායාය 4/3, රාම්, කේ. එන්., ආචාර්ය, ජේ. ටී., සංස්කරණය, චොඛම්බා සුරභාරතී ප්‍රකාශන, ඉන්දියා, 2002
6. එම සුශ්‍රැත සංහිතා (5), සූත්‍රස්ථාන, අධ්‍යයනසංප්‍රදනීය අධ්‍යායාය 3/12
7. එම චරක සංහිතා (4), සූත්‍රස්ථාන, අර්ථේදශමහාමූලීය අධ්‍යාය, 30/89
8. එම සුශ්‍රැත සංහිතා (5), සූත්‍රස්ථාන, අධ්‍යයනසංප්‍රදනීය අධ්‍යායාය 3/54
9. පිංගලාචාර්ය, එස්., ඡන්ද ශාස්ත්‍ර ප්‍රස්තාවනාව, (මෘතසංජීවනී ටීකාව සහිත), රාෂ්ට්‍රීය සංස්කෘත සංස්ථාන, ඉන්දියා, 2009, 2
10. සාංඛ්‍යායන ගෘහ සූත්‍ර 215/4/8
11. එම. පිංගලාචාර්ය (9), 3
12. එම. චරක සංහිතා (4), නිදනස්ථාන, ජ්වරනිදන, 1/41
13. එම. චරක සංහිතා (4), සූත්‍රස්ථාන, උපකල්පනීය අධ්‍යාය, 15/7
14. එම. සුශ්‍රැත සංහිතා (5), සූත්‍රස්ථාන, දෝෂධාතුමලක්ෂයවෘද්ධිවිඥනීය අධ්‍යායාය, 15/13
15. වාග්භට, අෂ්ටාංගහෘදය සංහිතා, (ව්‍යාඛ්‍යා ප්‍රදීපිකා ටීකාව සහිත), සූත්‍රස්ථාන, දෝෂෝපක්‍රමනීය අධ්‍යාය, 13/4-9, ශාස්ත්‍රී, එච්. එස්., මූස්, වී., සංස්කරණය, එන්. එස්., වෛද්‍යසාරථී ප්‍රකාශන, ඉන්දියා, 1950