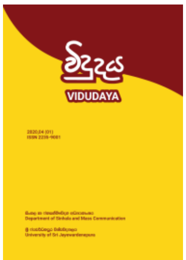

විදුදය
භාෂා, සාහිත්‍ය, සංස්කෘතික හා මාධ්‍ය අධ්‍යයන ශාස්ත්‍රීය සංග්‍රහය
සිංහල හා ජනසන්නිවේදන අධ්‍යයනාංශය, ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලය

VIDUDAYA
Journal of Language, Literary, Cultural and Media Studies
Department of Sinhala and Mass Communication, University of Sri Jayewardenepura

2023, 02 (01): 25-48

ISSN: 3051-5424

Journal homepage: https://journals.sjp.ac.lk/index.php/vidudaya

මාතර හෙළ වෙදකම පිළිබඳ විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක්

පී.පී.පී.ටී. දැරණියගල

සහාය කථිකාචාර්ය

සිංහල හා ජනසන්නිවේදන අධ්‍යයනාංශය
ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලය
poornimatharindi04@gmail.com

Abstract

Hela wedakama is Sri Lanka's local helth insurance system. That has existed since time immemorial. This was not introduced from any other country, but was produced by the ancient inhabitants of our country. Traditional Hela medicine treats the three categories of human, animal and non-human Traditional medicine helps in the prevention of physical, mental, infectious and non-infectious diseases. The specialties of Hela medicine are unique to each region and they differ from each other. Matara region has been known as the birth place of Hela medicine since time immemorial. Matara Hela vedakama is at the forefront in providing treatment for human and non-human categories as well as physical, mental, infectious and non-infectious diseases. Matara Hela medicine is special, because it is based on the practices of the area for disease prevention. Accordingly, the content and practices of Matara Hela medicine were studied in this research. Data was collected through library reference, field study and interviews. According to the facts revealed in the study, it was possible to identify the peculiarities of Hela medicine, that is unique to the Matara area.

Keywords: Culture, folklore, Matara Hela medicine, disease and prevention.

1. හැඳින්වීම

හෙළ වෙදකම ජනශ්‍රැතියේ එක් අංගයක් වන අතර එය සංස්කෘතිය සමඟ බද්ධ වී පවතී. 'සංස්කෘතිය' යනු ආගම, භාෂාව ආදිය නිසා ඇති වූ හැඩ ගැස්ම, හැදුණුකම, අධ්‍යාපනය හා ආභාසය කරණ කොටගෙන සිතුම් පැතුම්, පැවතුම් ආදියේ ඇති දියුණුව හෝ විනීතභාවයේ බුද්ධි වර්ධනයේ හා ශිෂ්ටාචාරයේ විශේෂ අංගයක් හෝ මට්ටමකි (විජේතුංග, 2005: 1731). නිරුක්ති සහිත සිංහල ශබ්දකෝෂයෙහි සංස්කෘතිය යන්න, යම් යම් ජාති, ආගම්, සමාජ අනුව ඇති වූ සකස් වීම සමාජයක ගති පැවතුම් හා සිරිත් විරිත් (ලියනගේ, 2010: 1085) ලෙස දක්වා තිබේ. බ්‍රිතාන්‍ය මානව විද්‍යාඥ *E.B.Tylor* අනුව සංස්කෘතිය යනු, සමාජයේ සාමාජිකයෙක් වශයෙන් මිනිසා විසින් අගය කරන්නාවූත් පරිණතවූත් දැනුම, විශ්වාස, කලා, සදාචාර ධර්ම, නීතිය, සිරිත් හා අනිකුත් සියලු හැකියාවන්හි සංකීර්ණ සමස්තයයි (ටේලර්, 1861).

ජනශ්‍රැතිය '*Folklore*' කිසියම් ජන කණ්ඩායමක සංස්කෘතිය අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා අධ්‍යයනය කළ යුතු අංගයකි. ජනශ්‍රැතියට මූලික වශයෙන් ඇතුළත් වෙයැ'යි සලකන අංග ගණනාවකි. ජන කියමන්, ජන ගී, ජන කතා, ජන විශ්වාස, පුරාවෘත, ජන නැටුම්, ඇදහිලි, ප්‍රස්තාව පිරුළු ආදී ශ්‍රැති ඒ අතර වෙයි. ජනශ්‍රැතිය යනු ප්‍රාථමික හෝ සංකීර්ණ බවට පත් නූතන හෝ ජන සමූහයක් අතර කාලයක් තිස්සේ මුඛ පරම්පරාගත සම්ප්‍රදායයෙන් ව්‍යාප්ත වූ ඥාන සම්භාරයයි. එය ගද්‍යයෙන් හෝ පද්‍යයෙන් නිර්මාණය වී පරම්පරාවෙන් පරම්පරාවට පැවත එනු දැකිය හැකි ය (රත්නපාල, 2007). ඓතිහාසික පර්යේෂණවලට ලක් වූ කාලයට පෙර සිටම පොතපතින් නොව මුඛ පරම්පරාවෙන් හා මනුෂ්‍ය චර්යාවෙන්, විශේෂයෙන්ම ගෝත්‍රික සමාජවල සංස්ථා ඇසුරින් පැවත එන පුරාණෝක්ති, සුරංගනා කතා, කවි, ක්‍රීඩා, කලා ශිල්ප, වෙදකම, ගොවිතැන ආදී පරිපූර්ණ අඛණ්ඩ සංස්කෘතිකාංගවලට අයත් වේ. භෞතික වශයෙන් මෙන්ම අභෞතික වශයෙන්ද පවතින සෑම සංස්කෘතික අංගයක්ම පරම්පරාවෙන් පරම්පරාවට උරුම කිරීමේදී ජනශ්‍රැති නිර්මාණය වෙයි.

හෙළ වෙදකම යනු දේශීය සෞඛ්‍ය රක්ෂණ ක්‍රමයකි. එය මුඛ පරම්පරාගතව පැවත එන ජනශ්‍රැති අංගයක් වන අතර එක් එක් පරම්පරාවට හා එක් එක් භූගෝලීය ප්‍රදේශවලට ආවේණික වූ විශේෂතා පදනම් කර ගනී. බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රම මගින් සුව කළ නොහැකි රෝග, හෙළ වෙදකම් මගින් සුව කළ හැකි බවට ගැමි විශ්වාස පවතී. එම නිසා ග්‍රාමීය ප්‍රදේශවල හෙළ වෙදකමට හිමි වන්නේ අද්විතීය ස්ථානයකි. කායික රෝග, මානසික රෝග නිවාරණය සඳහා යොදා ගන්නා විශේෂිත වූ හෙළ වෙදකම් ක්‍රම නිසා මාතර ප්‍රදේශය අනෙකුත් ප්‍රදේශ අතුරින් විශේෂිත වේ. මාතර හෙළ වෙදකමේ විශේෂත්වය වන්නේ රෝග නිවාරණ ක්‍රම සඳහා ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ අභිචාර විධි පදනම් කර ගන්නා බැවිනි. යන්ත්‍ර, මන්ත්‍ර, ගුරුකම්, කෙම් ක්‍රම, වත්පිළිවෙත් ඒ අතර ප්‍රධාන වේ. මාතර ගොම්බද්දල වෙද පරම්පරාව මේ අතුරින් සුවිශේෂ වේ.

රෝග හෙවත් අසනීප යනු, කිසියම් ජීවියෙකුගේ දේහමය ක්‍රියාකාරිත්වය අඩපණ කරන අසාමාන්‍ය තත්ත්වයක් වන අතර ඒ සඳහා විශේෂිත රෝග ලක්ෂණ ඇති කරයි (ධර්මකීර්ති, 1993: 6). මිනිසුන් කෙරෙහි රෝගයක් ලෙස විග්‍රහ කෙරෙනුයේ වඩාත් පුළුල් ලෙස වේදනාවක් ඇති වීම, සමාජීය ගැටලුවක් හෝ අදාළ පුද්ගලයාට මරණය පවා ළඟා කර දෙන තත්ත්වයකි. හෙළ වෙදුන්ගේ ඉලක්කය වූයේ රෝගියා සුවපත් කිරීම පමණි. එහිදී රෝගය හඳුනා ගැනීම, ඖෂධ හඳුනා ගැනීම හා ඖෂධ සකස් කිරීම, සුදුසු ප්‍රතිකාර ක්‍රම තීරණය කිරීමද ඇතුළත් විය. මෙම ක්‍රියාවලියේ සමස්ත ප්‍රතිඵලය වූයේ වෙදකමට කැප වූ දක්ෂ වෙද පරපුරක් බිහි වීමයි.

ඒ අනුව උක්ත මාතෘකාව යටතේ, මාතර හෙළ වෙදකමේ විශේෂතා පවතීද? යන්න මෙම ලිපියේදී සාකච්ඡා වන පර්යේෂණ ගැටලුවයි. මාතර හෙළ වෙදකමේ විශේෂතා හඳුනාගැනීම මෙම අධ්‍යයනයේ මූලික අරමුණ වේ. පර්යේෂණය සඳහා දත්ත රැස් කිරීම ප්‍රාථමික හා ද්විතීයිකව සිදු විය. මෙයින් ගුණාත්මක දත්ත ලබාගැනීමක් සිදු කෙරිණි. දත්ත රැස් කිරීම ප්‍රධාන ලෙස ශිල්ප ක්‍රම දෙකක් ඔස්සේ සිදු විය. එනම් ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යයනය හා සම්මුඛ සාකච්ඡා ක්‍රමවේදයයි. ලිඛිත සාධක යටතේ සාහිත්‍යික මූලාශ්‍රය මගින් දත්ත ලබාගැනීම සිදු කෙරිණි.

මේ හැරුණු කොට විෂය ප්‍රවීණයන්ගේ උපදෙස්ද උපකාර විය. පර්යේෂණ අධ්‍යයනය සඳහා මාතර දිස්ත්‍රික්කයේ මුලටියන ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ නිවාස තිහක නියැදියක් තෝරා ගැනිණි.

2. සාකච්ඡාව

2.1 බෝ නොවන කායික රෝග

බෝ නොවන කායික රෝග සඳහා මුලටියන ප්‍රදේශයේ චතුරංග දේවාල කපු මහතා සමග කළ සාකච්ඡාවේදී ඒ සඳහා භාවිත කරන හෙළ වෙදකම් ක්‍රම හඳුනාගැනීමට හැකි විය. ඒ අතර මන්ත්‍ර, කෙම්ක්‍රම, දුම්දීම, ගුරුකම් ප්‍රධාන වේ (චතුරංග, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.11.07).

2.1.1 මන්ත්‍ර

බඩේ කැක්කුමට - දෙහි ඇඹුලට 21 වරක් හෝ 44 වරක් මතුරා බීමට දීම යෝග්‍ය වේ. ''ඕං බාරා සකුං පලබාරා සලේ හුං බ්‍රහ්ම ජලේ ජල ජලේ නිපාකං නගරේ කන්නන්ගරේ ස්වාහඃ''

උළුක්කුවට - මෙම මන්ත්‍රයෙන් 108 වරක් එළඟි තෙල් වලට මතුරා ගෑම සුදුසු ය. ''ඕං නමෝ තන්ත්‍රී උළුක්කු තන්ත්‍රී නන්නගේ මරියානේ පුට්ටු පුට්ටු ඒස්වාහඃ''

අතීසාරයට හා වමනයට - රෙදි කැබැල්ලක් ගෙන මෙම මන්ත්‍රය 21 වරක් මතුරා කරෙහි සහ ඉණෙහි බැඳීම. ''ඕං නමෝ ඉරන්ජ පිං පේරුං වක් කොඩේං අත්ත නිපෝ කත්ත ඉත්කනි තට්ඨ ඒස්වාහඃ''

කොන්දේ ඇවිලිල්ලට - පිරිසිදු තල තෙලට 21 වරක් හෝ 108 වරක් මතුරා ඇවිලිල්ල ඇති තැන ගෑම සුදුසු වේ. ''ශ්‍රමණ සංහාර බ්‍රත බ්‍රතරායි නමඃ බදං ගුං මුරියාල වාත, පිත්ත මුරියාල් සර්ව මුරියාල මුරිංචි මුරිංචි මුරිංචි පොඃ''

තුවාල ගෙඩිවලට - නූල් හත් පොටක් ගෙන ගැට හතක් ගසා දෙහි අත්තෙන් හිස සිට දෙපතුල දක්වා 108 වරක් මතුරා ගෙඩිය ඇති අංශයේ පයේ මාපට ඇඟිල්ලේ බැඳීම. ''ඕං යක්ෂයෙක් යක්ෂණියක් විදුලි සැර පලා දොගිය ආඥාවෙන් ආනුභාවයෙන් එතනදී පොඩි වී මෙතනදී මියකී වියකී ගිය ඒස්වාහඃ''

බල්ලන් කෑවාට - 108 වරක් තෙල් මතුරා බල්ලා කෑ තැන ගෑම යෝග්‍ය වේ. ''ඕං ශ්‍රී ශ්‍රී නාඩේ නයිනාරේ කන්දේ කදිරේ පොකුම් පොඤාම් පොඃ''

හිසරදයට - පිරිසුදු තෙල් 108 වරක් මතුරා හිසේ ගෑම ප්‍රත්‍යක්ෂ වේ. ''ඕං ජී කේ ජටා භාණුකේ සිතා හෝලි ඉක්වුක් ඉරාම් ස්වාහඃ''

උගුරේ කටු හිර වූ විට - උණු බත් ගුලි 3ක් 18 වරක් මතුරා ගිලින්න. ''ඕං නමෝ සිද්ධ නාථෙ ස්වාහඃ''

හදිසි තුවාලයෙන් ලේ නැවතීමට - අක්කපාන කොළවලට පහත මන්ත්‍රයෙන් 21 වරක් මතුරා අයිස් තැබීමෙන් සුව වේ. ''ඕං නමෝ වෙස මුනි රජ්ජුරුවන්ගේ අත කපා අත බැංදේං පය කපා පය බැංදේං මස් වලට මස් පූට්ටු ඇට වලට ඇට පූට්ටු නහර වලට නහර පූට්ටු පූට්ටු පූට්ටු ඒස්වාහඃ''

දද හොරි කුෂ්ඨවලට - නොඉඳුල් ළිඳකින් පැන් ගෙන 108 වරක් මතුරා දවසට තුන්වර බැගින් දින තුනක් මුහුණ සේදීම යෝග්‍ය වේ. ''ඕං නමෝ විසකණ්ඩ වස්තු නහිරේ විෂදව හා කාරණාව නෝඩා විෂ නච්චි විෂ නච්චි විෂ පොච්චි පාඩකෝ පකංඩා ධාර වෙල්ලික්කි ඉල්ලකං මේ ආතුරයාගේ ඉස සිට සියොලග සෙකලු වස දාච්ච පලච්ච නැති බොරුයි පෙඃ ඕං නමෝ අග්‍ර මාරසා විස වජ්‍රස්තා නාථයා ලෝකේෂ්වර වූත් සිත්ත ගතං හ්‍රීං හ්‍රීං හ්‍රීං හ්‍රීං ශ්‍රීං රාම සූර්ය ශ්‍රීරාමරේ ස්වාහඃ''

සුවසේ දරු ප්‍රසූතිය සිදු වීමට - පිරිසිදු තල තෙල් ගෙන 108 වරක් මතුරා ගැබිනියගේ හිස පෙකනිය හා දෙපතුල්වලද ගාන්න. සුවසේ ප්‍රසූතිය සිදු වේ. ''ඕං හ්‍රී හ්‍රීං හ්‍රීං කාලියුරි පූඩත්තායුටිකරුවා යුම් කරුවානා යුම් යුන්නාඩියුම් පුරුකාල් කල්ලන් ඔරුප්පු ඔරු කයිල් කන්තෝරු උඩන් නීල් කාමුත්තාල් අයිසානුම් අරු අරු ඉගිල ඉගිල ඒස්වාහඃ''

2.1.2 කෙම්ක්‍රම

කෙම් යනුවෙන් අදහස් වන්නේ යම් උපායකි. එසේ නැත්නම් ගුප්ත වූ කාර්යයකි. ගුප්ත බලවේගයන් සංකලනය කරගෙන විශේෂ කාල සීමාවක් තුළ දී මිනිසාට පමණක් නොව සමස්ත ජීවීන්ට සෙත සැලසීම සඳහා යොදා ගන්නා ක්‍රමවේදයකි (ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.08.03).

කෙම් කිරීමේදී කෙම මෙහෙයවන්නා ඉතා හොඳ මානසික සංවර්ධනයකින් හා කායික සංවරයකින් සිටිය යුතුය. තමා කිරීමට යන කෙම පිළිබඳ හොඳ විශ්වාසයක් හා අවබෝධයක් තිබිය යුතුය. කෙම සිදු කිරීමට පැරැන්නන් දින වකවානු වෙන් කර තිබුණි. එම දින 'කෙම් මුර' දින යනුවෙන් ව්‍යවහාර වේ. කෙම සිදු කිරීමේදී උදෑසන හා සවස් කාලයේ සිදු කළ යුතු වත්පිළිවෙත් සමග බැඳී පවතී. කෙම් ක්‍රමයේ සඳහන් වන කාල සීමාවට අදාළව සිදු කළ යුතු අතර එය එසේ නොවුණහොත් ප්‍රතිඵල හීන වන බව ගැමි විශ්වාසය විය. කෙම් කිරීමේදී කතාබහ නොකළ යුතුය. එය විශේෂ වූ පිළිවෙතකි. තවත් අයෙකු හා නොපැවසිය යුතුය. මෙම පිළිවෙත් අනුගමනය කිරීමෙන් කෙම් ප්‍රතිකාරවලින් උපරිම ඵල ලබාගැනීමට හැකිවේ යැ'යි ගැමියෝ විශ්වාස කරති.

බඩේ කැක්කුමට - අමු ඉඟුරු කුඩා කෑල්ලක්, ලූණු කැටයක්, සුදුළූණු බිකි, කරාබු නැට්ටක්, ගම්මිරිස් ඇට කිහිපයක් බුලත් කොළයක ඔතා රෝගියාට ගිලීමට සලස්වන්න. කිසිවක් නොපවසා කළ යුතුය. උදෑසන හිස් බඩට සිදු කිරීමෙන් වඩා ගුණ ඇති වේ.

අතීසාරයට - බෝ ගසක මුල සුද්ද කර පංචෝපකාර කොට සඳුන් කිරි පැන් ඉස මල් පහන් පුදා දුම්මල අල්ලා සවස බෝ ගසට පේ කර කපුටා හඬන්නට පෙර සුඹුල ගලකින් ඇන උගුල්ලා සුඹුලත් පෙරුම්කායම් කලවම් කර කුඩා ගුලියක් සාදා ගිලින්න.

වමනයට - වතුර උගුරු තුනක් පමණ ගෙන හත් වරක් පෙරා රෝගියාට පොවා එම වීදුරුව හෝ කෝප්පය මුනින් අතට නවන්න. කතා බහෙත් තොරව කරන්න. වරින් වර තුන් හතර වතාවක් බීමට දීම යෝග්‍ය වේ.

දත් කැක්කුමට - ගොටුකොළ, අමු ඉඟුරු කෑල්ලක්, සුදුළූණු බිකි තුනක් පමණ ගෙන හොඳින් කොටා ඇල් දියෙන් අඹරා කැක්කුම ඇති දත කෙලින් කම්මුලේ කතා නොකර ගාන්න. දත් කැක්කුම සුව වේ.

වලිප්පුවට - කුප්පමේනියා කොළ ගෙන කටින් හපා යුෂ කනට නොයන සේ කන සමීපයෙහි තබා තුන්වරක් පිඹින්න.

උඳුගොව්වො කනවාට - උඳුගොව්වො කෑ තැන දෙහි ඇඹුල් බිංදුවක් ගා පිරිසිදු කර කෙලිදසාල් ඇට මී පැණියෙන් අඹරා උදෑසන හිරු නැඟ ඒමට පෙර ගාන්න.

ඇසේ නැගනයට - උදෑසන අවදි වී විගස මුත්‍රා කරන විට මුත්‍රා ටිකක් තම වෙද ඇඟිල්ලට ගෙන නැගනයේ ගාන්න. දින තුනක් කතා නොකර සිදු කිරීමෙන් වඩා ප්‍රතිඵල ලැබේ.

ඉකිලි කසනවාට - සවස් කාලයේ කතා නොකර ඇහැළ කොළ ස්වල්පයක් ගෙන කොටා, ඉස්ම මිරිකා කසන තැන්වල වරින් වර දින තුනක් ආලේප කරන්න.

ඉන්නන්ට - ඉදුණු බුරුල්ල ගෙඩි පෙර දින කඩා තබා පාන්දර 4.45 - 5.15 අතර කතා නොකර ඉන්නන් මත අතුල්ලන්න. දින තුනක් නොකඩවා කිරීමෙන් ගුණ ඇති වේ. හිමිදිරි උදයේ අවදි වූ විගස කාසියක් ගෙන ඉන්නා මත අතුල්ලා කාසිය පාරට විසි කරන්න. නොදැනුම්වත්වම ඉන්නා දින කිහිපයකට පසු තුරන් වේ.

බෙල්ලේ වායුගෙඩිවලට - වේයන්ගේ තුඹසේ ඇති ආස්මීය ගෙන වියළා සියුම්ව කුඩුකර හලා, මී පැණියෙන් අඹරා පසළොස්වක පොහොය දිනට පසු දිනයේ සිට වායු ගෙඩියේ දින හතක් උදේ වරුවෙහි ආලේප කරන්න.

කක්කල් කැස්සට - පිරිසිදු පොල්තෙල් ටිකක් භාජනයකට දමා ලිප තැබීමට සූදානම් කර කකුළුවෙකුගේ කටුවක් ගින්නෙන් රත් කර තෙල් භාජනයට දමන්න. එම භාජනය ලිප මත තබා රත් කර තෙවරක් තෙල් නැටුවාට පසු බා පෙරා තබා මද රස්නයෙන් හිස ගල්වන්න.

පිළිස්සුණු විට - පිළිස්සුණු විගසම තමාගේ මුත්‍රා ගෙන කතා නොකර පිළිසන් තැන ගාන්න. දිය බුබුළු හට නොගනී.

පපුවේ සෙම ගතියට - උදැසන හීන් මදුරුතලා කොළ 21ක් ගම්මිරිස් ඇට 7ක් ගෙන හොඳින් විකා ඉස්ම ගිලින්න. දින හතක් උදැසන සිදු කරන්න. දින හතේම එකම වේලාවේදී මෙම කෙම සිදු කරන්නේ නම් ප්‍රතිඵල බොහෝ සාර්ථක වනු ඇත.

හිරමණයට කැපුණු විට - හිරමණ තලයේ මුල ඇති තෙල් සාරය තුවාලයේ ගෑමෙන් තුවාලය සුව අතට හැරේ. ගුණ ඇති වේ.

2.1.3 දුම් දීම

දුම් දීම හෙළ වෙදකම් ක්‍රමයක් වන අතර විවිධ රෝග සඳහා ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ ඖෂධ වර්ග සපයා ගෙන දුම් දීම සිදු කෙරේ (තිලකසිරි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11).

මෘගාංකාදී ධූපය - උණ, උණ සන්නිපාත, සෙංගමාලය යන රෝග සඳහා වඩාත් සුදුසු ධූපයකි. කපුරු, සුදු හඳුන්, ගල් සෙවෙල් අගිල්, ඉරිවේරිය, කලාඳුරු අල, සැවැන්න, තුවරලා, ජටාමාංශ යන ද්‍රව්‍ය සියල්ල වෙන වෙනම වේලා සමානව කුඩු කර උදේ හවස අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී දුම් දීම යහපත්ය.

කේශාරි ධූපය - මෙම ධූපය ප්‍රශස්ත වන්නේ අර්ශස් රෝගීන් සඳහාය. හිසකෙස්, එළවරා මුල්, කීකිරිදිය, නයි හැව, නිදිකුම්බා, පෙරුංකායම් සියල්ල හොඳින් වියළා ගෙන දුම් දීමෙන් ගුද මාර්ගය ඉදිමීම, ගුද මාර්ගය අසල කැසීම, බිබිලි හට ගැනීම ආදී රෝග සුව කරන ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙදකමකි.

වමනය නවතාලන ධූපය - අධික වමනය සිදුවන අවස්ථාවකදී එය නවතාලීම සඳහා මෙහි දැක්වෙන ඔසු දුම ඉතා සුදුසුය. සුදු හඳුන්, අගිල්, එනසාල්, හොර අරටු, සූදුරු, සැවැන්දරා, කලාඳුරු අල සමව කොටා ගිතෙලින් අනා පොට්ටෙනි බැඳ දුම් දීම ආග්‍රහණය කිරීමෙන් වමනය නවතී.

ජීවක සුන්දර ධූපය - සුදුළූණු පොතු, උඳු, අබ, යකුවනස්ස කොළ සමව වියළා කුඩු කර ගිනි අඟුරකට කුඩු ස්වල්පයක් දමා දුම් නඟින විට නාසයෙන් උරා ගැනීමෙන් හිසරදය, හිසේ බර ගතිය, ඉරුවාදය වැනි රෝගී තත්ත්ව සුව අතට හැරේ.

පණුවන් සහිත තුවාලවලට ධූපය - සාදිලිංගම් බරට සමාන සිව් ගුණයක වරා මුල් කුඩු කර මදටිය හතර බැගින් එක පොට්ටනියකට එන පරිදි පොට්ටෙනි දෙකක් සාදා, හොඳින් රත්කර දුම්දීමෙන් තුවාලය සුව වනු ඇත. දුම් දීමත් සමඟම වණයෙහි සිටින පණුවන් එළියට ඇදෙනු ඇත. ඇතැමුන් දුමෙහි විස ගතිය හේතුවෙන් වැටෙයි. වණයට කිසිදු හානියක් හෝ විෂභාවයක් මෙවැනි දුම්වලින් ඇති නොවේ.

සර්ප විෂට ධූපය - සර්ප දෂ්ඨයෙන් ඇති වන විෂ නැසීමට, සර්පයන්ගෙන් වන හානි වළක්වාලීමට මෙම දුම් බෙහෙත ඉතා යෝග්‍යය. විසදුවිලියා කොළ, සස්සඳ මුල්, ඉඟුරු දළු, කළුදුරු, මදුරුතලා දළු, ලාකඩ, කිඹුල් පහර, පුපුල මල්, දේවදාර, යකුවනස්ස කොළ, මුරුංගා මුල්, ගම්මිරිස් මුල්, කුරුඳු පොතු, සුදුරු, මහදුරු සියල්ල පොල් කිරෙන් අඹරා වියළා ගැනීමෙන් අනතුරුව දුම් දීමෙන් සර්ප විෂ තුරන් වේ.

කාන්තාවන්ගේ නොනවතින ශ්‍රාවයට ධූපය - කෙතරම් බෙහෙත් කළත් සුව නොවන සෝම රෝගයේදී මෙන්ම ශරීරය දියව වැහැරී ශ්‍රාවය ගලන විට කොහොඹ කොළ, මුල්, පොතු, ඇට, වරා කොළ, මුල්, පොතු, එළවරා කොළ, මුල්, පොතු, අඹ පොතු, කොළ, තැඹිලි, පොල් කොළ, මුල්, දුම්මැල්ල, තල, වියළි කහ, ගුගල්, අගිල්, සැවැන්දරා, කරාබු නැටි, කොළ, මුල් එක සරියේ ගෙන වියළා තබා මී පැණි හා මිශ්‍ර කර කබලේ දමා දුම් දීමෙන් රක්ත ශ්‍රාවය නවතිනු ඇත. යෝනි මුව ශ්‍රාවය වැගිර ඒම නිසා දාහ තත්ත්වයක් වේ නම් ඒ සියල්ල සුව වේ. විවාහක අයගේ එම අසනීප තත්ත්ව පවතී නම් ගිතෙල්, මී පැණි දෙක මිශ්‍ර කර දුම් දිය යුතුය. ඉකිලි කැසිලි, යෝනි දෝෂ ආදී රෝග සුව වේ.

උගුරුගත අසනීපවලට ධූපය - සෙම් ගෙඩි, උගුර පැසවීම, ස්වර භේදය, දාහය, නිතර කෙළ ඉනීම ආදීය ඇති විට පහත සඳහන් ද්‍රව්‍ය සියල්ල ලද පමණක් ගෙන හැළියක ලිප තබා රත් කරන විට නැගෙන දුම නාසයෙන් ආග්‍රහණය කර මුඛයෙන් මුදා හරින්න. ඒ සඳහා එඬරු කොළ, පොතු, නික කොළ, පොතු, තොලබෝ, කිරි අඟුණ, කොට්ටම්බා, පාවට්ටා, කුරුඳු, මදුරුතලා, දෙහි කොළ, නස්නාරං මුල්, කෝවක්කා, තිප්පිලි මුල් ආදී ඖෂධ අවශ්‍ය වේ.

දත් කැක්කුමට ධූපය - එළබටු, රම්මනිස්ස ඇට, අත්තන ඇට, මී ඇට සමව ගෙන කොටා මී තෙල්, තල තෙල්, එක් කොට කබලට දමා දත් කැක්කුම එන අංශයට දුම් දීමෙන් රෝගය සුව වේ.

ඉක්කාවට ධූපය - ගෙරි අං, කොට්ටං, හල්, දුම්මල ගෙන කුඩු කර ගිතෙල් අනා අඟුරු පිට දමා දුම් දීමෙන් ඉක්කාව සුව වේ.

2.1.4 ගුරුකම්

සර්ප විෂට දෙහි අත්තෙන් මැතිරීම - සර්පයකු දෂ්ඨ කළ විට සිහිසුන් වුවහොත් නැවත සිහිය ලබා ගැනීමට දෙහි අත්තෙන් මතුරා රෝගියා සුවපත් කළ හැකි වේ (තිලකසිරි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.08).

පිරිසිදු පැන් කළයක් ගෙන එයට අබ, කපුරු, අමුකහ, පෙරුංකායම් යොදා පහත සඳහන් මන්ත්‍රවලින් ජප කර දෙහි අත්තෙන් පැන් කළයේ ජලය ගෙන රෝගියාගේ හිසට තුන් වරක් ගසන්න. ''නාගර ගුරු නාගර ගුරු නාගර පොතකුත් අරගෙන අපේ ගුරුං සිහිකර ගෙන ගුරුං අතිං වරං අරං කැපුං පොරෝ අතිං අරං තිලෝගුරු ගහෙන් අතු කඩාගෙන මම යනවා විස බොන්න.'' ''අහසට ගුරු දෙවිඳු ගුරු - පොළොවට ගුරු මිහිකත ගුරු නියංට ගුරු නාගර ගුරු විස බාන්න මමයි ගුරු''

සර්ප විෂට මුරුංගා අත්තෙන් මැතිරීම - සර්පයකු දෂ්ඨ කළ විට විෂ ඇදීම සඳහා මුරුංගා අත්තෙන් මැතිරීම සිදු කිරීමෙන් රෝගියාට සුවයක් ගෙන දෙන බව ප්‍රේමදාස වෙද මහතා ප්‍රකාශ කරන ලදි. ''නමෝ අප සම්මා සම්බුදු මැණියන් වහන්සේ එගිගි යොමෙකු කාලාහඃ, නයි බැඳගෙන දරකලාහඃ පොළොඟුන් ඇස් ලිප බැන්දාහඃ මින් ඇසිල්ලේ විෂ සෝර නම් බත් බමුණාට ලා අහස බැලුය විෂ්ණු දුටුවේය. පොළොව බැලුය විෂ්ණු දුටුවේය. හැම සර්ප විස පොළොවට දෙස්වාහඃ'' (ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13).

සර්ප විෂට දෙහි කැපීම - දෙහි අත්තෙන් මැතිරීම, මුරුංගා අත්තෙන් මැතිරීමට අමතරව සර්ප විෂට දෙහි කැපීම මාතර හෙළ වෙදකමේ සිදු කෙරෙන විශේෂ ගුරුකමක් විය. රෝගී තත්ත්ව උත්සන්න වූ අවස්ථාවේදී මෙම ගුරුකම සිදු කෙරේ.

''ඕං විෂ ඉගිල වර වර සෙල්ලි සෙල්ලි විෂ දූම දල කඩා වා වා විෂ බහු මූර්ජා සුං සුං ඕං හ්‍රීං අතාල ගරුඬා ඕං හ්‍රීං පතාල ගරුඬා ශිව ගරුඬා නර විෂ හර හර යක් යක් ඕං හ්‍රීං කන් දප්පා කාඩෙල් විෂ බැස හර හර සර්ප විෂ ඉගිල ඉගිල වර වර දරන විෂ ඉගිල ඉගිල සුං සුං''

එක නැට්ටේ දෙහි ගෙඩි තුනක් ගෙන මෙම මන්ත්‍රයෙන් මතුරා රෝගියාගේ හිසටත්, උරබා දෙපසටත්, පාදවලටත් තියා දෙහි කැපීම සිදු කරනු ලබයි.

2.2 බෝවන කායික රෝග

බෝ නොවන කායික රෝග මෙන් නොව බෝවන කායික රෝගවලින් වැළකී සිටීමට බොහෝ අපහසු වේ. සරම්ප, කම්මුල්ගාය, ඇස් ලෙඩ, පැපොල ආදී රෝග මෙන් නොව වසූරිය, ලාදුරු, මැලේරියාව ආදී රෝග පැතිරීමද ඉතා ශීඝ්‍රයෙන් සිදු වේ. මෙවැනි අවස්ථාවලදී ප්‍රදේශයේ වෙදකම දන්නා කෙනකු ඉදිරිපත් වන්නේ සියලු දෙනාගේම යහපත උදෙසාය. ගල්ඇටුඹ රජ මහා විහාරයේ ඕමාරේ කාශ්‍යප ස්වාමින් වහන්සේ අතීතයේ සිට වර්තමානය දක්වාම මේ සඳහා මූලිකත්වය ගෙන කටයුතු කරන චරිතයක් ලෙස ගැමියන් අතර ව්‍යවහාර වේ.

2.2.1 මන්ත්‍ර

පැවති කොරෝනා වසංගත තත්ත්වය හේතුවෙන් උන්වහන්සේ ලද පාරම්පරික යන්ත්‍ර, මන්ත්‍ර, ගුරුකම් ආදී වෙදකම් ක්‍රම අනුගමනය කරමින් රෝග නිවාරණ කටයුතු සිදු කරන අයුරු දැක ගත හැකි විය.

''ඕං ජීවක ශාස්තෘ විද්‍යා හවේ බුධෝ භගවතාය ධාතු වරණේ ආරක්ෂා බන්ධ බන්ධ ස්වාමිස්වඃ'' මෙම මන්ත්‍රයෙන් 108 වාරයක් මතුරා පිරිත් කර බෝවන රෝගයට ලක් වූ පුද්ගලයා අවට සහ ප්‍රදේශය අවට පැන් ඉසිනු ලැබේ (කාශ්‍යප හිමි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.11.23).

2.2.2 කෙම්ක්‍රම

පැපොල, සරම්ප, ඇස් ලෙඩ යන බෝ වන රෝගවලින් ආරක්ෂා වීමට සුදු කපු රෙදිවලින් අඟල් දෙකක් පමණ උස කවරයක් මසා ගෙන එයට කපුරු පෙති, පෙරුංකායම්, වේලන ලද අමුකහ දමා පොට්ටනියක් සාදා ඉණෙහි ගැට ගසා සිටීම ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ වෙදකම් ක්‍රමයක් වේ. සාදා ගන්නා සුදු කපු රෙදි කැබැල්ල පිරිත් කරන ලද වතුරෙන් වේල් තුනක් පොඟවා වෙලා ගැනීම එහි තවත් එක් කෙම් ක්‍රමයකි.

2.2.3 දුම්දීම

බෝ නොවන කායික රෝග සඳහා මෙන්ම බෝවන කායික රෝග සඳහා නිවාරණ ක්‍රමයක් ලෙස දුම්දීමේ පිළිවෙත ප්‍රදේශයේ ප්‍රචලිත පවතිනු දැකගත හැකි විය. අෂ්ඨාංග ධූපය නමින් හඳුන්වන දුම්දීම බෝ වන රෝගවලින් සත්ත්වයා ආරක්ෂා කිරීමට යොදා ගන්නා හෙළ වෙදකම් ක්‍රමයක් වේ. වදකහ, අබ, අරළු, සුවඳ

කොට්ටං, ගුගල්, කොහොඹ කොළ, යව, ගිතෙල් අව්වේ වේලා කුඩු කර හලා ගත් පසු ගිතෙල්වලින් නැවත අතගා අවශ්‍ය පරිදි රෙදි කඩක දවටා හෝ ගිනි අඟුරුවලට දමා නැතහොත් දල්වා දුන් දීමෙන් සියලු විෂබීජ නස්න වී යයි.

2.3 මානසික රෝග

කායික රෝග මෙන්ම මානසික රෝග නිවාරණය සඳහා මාතර ප්‍රදේශයේ වෙදකම්වලට හිමි වන්නේ ප්‍රමුඛස්ථානයකි. කුමන හෝ මානසික රෝගයකින් පෙළෙයි නම් ඊට ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීමට මාතර වෙදමහතුන් සොයා පැමිණීම අනාදිමත් කාලයක සිට සිදු වන්නකි (ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11). කායික රෝගවලට බාහිරින් ප්‍රතිකර්ම කිරීම පහසු වුවද යක්ෂ, ප්‍රේත, ග්‍රහ දෝස වැනි අමනුෂ්‍ය දෝෂ සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීම වඩාත් සංකීර්ණ කාර්යයකි. එම නිසාම ජනී ජනයා බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රමයෙන් දේශීය වෛද්‍ය ක්‍රමයට නැඹුරු වන්නේ නිරායාසයෙනි. මාතර ප්‍රදේශයේ වෙදමහතුන් යන්ත්‍ර, මන්ත්‍ර, ගුරුකම්, වත්පිළිවෙත් ආදී අභිචාර විධි පදනම් කර ගනිමින් සුව කිරීමට අපහසු යැයි පැවසූ රෝග සුවපත් කරන්නේ ප්‍රදේශයේ හෙළ වෙදකමේ සුවිශේෂ බව නිසාය.

2.3.1 යක්ෂ / භූත දෝස නිවාරණය

2.3.1.1 ගුරුකම්

යක්ෂ, භූත, දෝස ආදී අමනුෂ්‍ය රෝග නිවාරණය සඳහා ප්‍රධාන වශයෙන් දෙහි කැපීම, සූනියම් කැපීම, කොඩිවින කැපීම ආදී අභිචාර විධි යොදා ගැනේ (ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11).

කැපුම් ශාන්තිය හෙවත් දෙහි කැපීම - කැපුම් මන්ත්‍ර විශේෂයෙන් ශාන්තිකර්මවල ඇතුළත් වේ. එසේ වුවද කැපුම් මන්ත්‍ර මරණ කර්ම ගණයට පරිවර්තනය වන බැව්ද කිව හැකිය. ඒවා පෙරළා කැපුම් යනුවෙන් සඳහන්ය. දෙහි කැපීමේ චාරිත්‍ර විධියක්ද ගැමි සමාජය තුළ පවතී. දක්ෂ කට්ටඩියෙකු හෝ යාග ඇදුරෙකු විසින් මන්ත්‍ර මතුරමින් දෙහි ගෙඩි තුනක් හතක් හෝ නවයක් ගිරයක ආධාරයෙන්, එකී පුද්ගලයාගේ හිසේ සිට දෙපතුල දක්වා ඇඟ පාරවා, කපා ජල බඳුනකට දැමීම මෙහි ප්‍රධාන පිළිවෙත වේ. දෙහි කැපීමේ චාරිත්‍රය සඳහා ආවේණික වූ මූලික ද්‍රව්‍ය කිහිපයක් ඇත. එක ඉත්තක දෙහි එල, එක ඉත්තක යටිනාරං එල, පුහුල්, තැඹිලි, අන්නාසි, ඉටිරුප, හබරල, හොඬල, අලු කෙසෙල්, බිත්තර, නියගලා, කැහිපිත්තන්, සස්සඳ, ඉරමුසු ඒ අතර ප්‍රධාන වේ. මෙම පූජා භාණ්ඩ පිළියෙල කරගත් පසු දෙහි කැපීමේ චාරිත්‍රය සිදු කරනු ලබයි. ඒ සඳහා ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ මන්ත්‍ර 7ක් ජප කිරීමක් සිදු වේ.

- ''ඕං ආ ඉරන්ද වේ වේස් ගුරුකමල කාලි දේ දේස් ඉගිල සූනියම් ත්‍රසෙන් ටෛන්කු ජාහේස් ගිණි ගිණි ඉගිල ඉගිල සුං''
- ''ඕං ලස් ක්‍රිතු භාහේස් ගුරු දේව ආහේස් ක්‍රලාඩී ජාහේස් යන් ක්‍රෙන්තු ක්‍රිම් බාහේස් ගිණි ගිණි ප්‍රදේස් දිල්ලි ගිණි ජන්තු ගිණි කෝ බ්‍රොන්තු ඉගිල ඉගිල සුං සුං''
- ''ඕං බ්‍රසලාකි සලාජන් හ්‍රීං කොලගන් ක්‍රෙන් බෙන්තු ආහෝස් ගිඩි ගිඩි හේ හේ ගිණි ගිණි සුං සුං''
- ''ඕං ටංකර යක්ෂණී පට්ටත්ත්‍රඩී ගිඩිං ගිඩිං හ්‍රීං ජන්තා හාරේ කයිර සිවගුරු කාලි එරි එරි පපූතෝ ලීවන්ද ගිණි කාල ඉරයුම් ඉරලොඩි ඕඩු ගිණි පසුකාලි ගිඩි ගිඩි වා වායුම් පුලාඩී පුලාඩී ජවල උරුඩන්ද සිවයුම් ජේස ගිණි කාලී සුං සුං''

- ''කොනුම් සිව වර සිවයුම් ඉරින්ද වා වා කයිර කයිර පුර ගිණි ගිණි සර්ව බන්ධන පේසු පේසු ගිණි ගිණි සුං සුං''
- ''ඕං සුකාර යක්ෂණී ගිණි ගිණි හ්‍රීං හ්‍රීං ටංකර පුනන්දනී පූඩි ඉරන්ද ජල ජල පේසු පේසු කාල පුරයුම කයිරායුම් මුච්චි මුරයුම් අං ඉරයුම් ඉප්පු කොණ්ඩුම් තේවර කොනුම් කයිර පේසු ගිණි ගිණි සුං සුං''
- ''ඕං ආරූඪ පත්‍රකාලි සලිත සලිත ගිණි ගිණි ජෙතා ලංකා බාහු දේ හෝ ආහෝ සල්ලං වංඩි තෝඩා ජහෝ කාලි නා තා වීලෝ හෝ දේස් දේස් කාමී තුඩා හේ හේ කාලී භාහෝ දේ හෝ ෂාහෝ ක්‍රාඩී භූතා නාතාන සේ සේ දොහෝ ගිඩි ගිඩි සුං සුං''

මීට අමතරව පුළුටු යකුන්ට දොළ දීමෙන් පසු පස් පැගිරිවලට දෙහි කැපීමේ සිරිතක් මාතර ප්‍රදේශයේ පවතී. හට්ටි කබලකට සිහින්ව කපා ගත් පස් පැගිරි දර එක් කරමින් ඒ මත පස් තෙල් වක්කොට ගිනි අවුළුවනු ලැබේ. මේ සඳහා ශාකවලින් ලබා ගන්නා වර්ග 5කට අයත් තෙල් යොදා ගනී. පස් තෙල් ලෙස යොදා ගන්නේ එඬරු තෙල්, මී තෙල්, අබ තෙල්, තල තෙල් හා කොහොඹ තෙල්ය. බොහෝ විට අඩහිර තීන්දුව, මලයාල රීරි තීන්දුව, හෙන ගිනි තීන්දුව, අග්නි තීන්දුව, ඔඩ්ඩි තීන්දුව ආදී තීන්දු භාවිත කෙරේ. එම තීන්දු මන්ත්‍රවලින් දෙහි කපා ආතුරයාට සෙත් පතා යකැදුරු අඹ අත්ත ගෙන මැතිරීම සුවිශේෂ අංගයක් වේ. මන්ත්‍රවලින් මතුරා අඹ අත්තට දුම්මල මතුරා දුම් අල්ලා ගැනීමෙන් පසුව ඊට අදාළ ශ්ලෝක, සන්න, සැහැලි ආදියෙන් ආරම්භ කොට ආතුරයාට සෙත් පතනු ලබයි. එහිදී අඹ අත්තෙන් ආතුරයාගේ සිරස සිට පාදාන්තය දක්වා සුළං වදින සේ සොලවමින් අදාළ මන්ත්‍ර කියනු ලැබේ (චතුරංග, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.11.07).

ඇස්වහ කටවහ සිත්වහ සඳහා දෙහි කැපීම සිදු කෙරේ. නිවසක ස්ථානයක් කහ දියරයෙන් සෝදා යකඩ ඇණ නොගැසූ ලී පුටුවක මල් බුලත් පුටුව සාදා ගනියි. කෙසෙල් කොළයක් එළා බුලත් නවයක් අතුරා පඬුරු නවයක් තබා ලද පස් මල් අතුරා මල් පස් වර්ගයක් තබා පහන් හඳුන්කූරු දල්වා මල් බුලත් තටුව මත දෙහි තබයි. පසෙකින් ගිරය තබා පළමුව පන්සිල් ගැනීම සිදු කෙරේ. පසුව දෙවි දේවතාවුන් සිහි කර සාම්බ්‍රානි දුම් දෙයි. සූනියම් දේව දිෂ්ටි මන්ත්‍රය හා රතන සූත්‍රය ජප කිරීමෙන් පසු වින කපන මන්ත්‍රවලින් දෙහි කැපීම අරඹයි. හිය, ගෙල, දෙඋර, දෙබාහු, වැලමිට, මැණික් කටු, දෙඇඟිලි, ළය, පෙකනිය, යටිබඩ පෙදෙස, උකුල, දෙළපැත්ත, දෙකලව, දණ පොල්කටු, වළලුකර, දෙපා ඇඟිලි වසයෙන් එම ස්ථානවල දෙහි කපා රෝගියා සුවපත් කෙරේ.

කොඩිවින කැපීම - කිසියම් කොඩිවිනයකින් පීඩාවට පත් වූ අයගේ ශාන්තිය පිණිසත් වින කළ අය හෝ ඊට සම්බන්ධවූවන් විනාශයට පත් වන ලෙස සිදු කරන ගුරුකමක් ලෙස කොඩිවින කැපීම සඳහන් කළ හැකිය (ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13).

මේ සඳහා දෙහි, යකිනාරං, පුහුල්, බිත්තර, ඉටි රූප සහ අල වර්ගවලින් තනාගත් රූප, මිනී ඔලු, ගෙරි ඔලු, තැඹිලි, අන්නාසි ආදිය අවශ්‍ය වේ. මේවා කැපීමට ප්‍රථම තැනට සුදුසු මන්ත්‍රයත් මන්ත්‍රයට අයිති ද්‍රව්‍යයත් යොදා ජප කර ගැනීමත්, ජපයට පළමුව එයට අයත් දිෂ්ටි මන්ත්‍ර තෝරා ඒවායින් දිෂ්ටි කර ආරූඪ කරලීමටත් උගත යුතුය.

ඉහත දෑ යොදා කැපුම් කරනු ලබන්නේ අවස්ථාව, රෝගය හොඳ හැටි සොයා බලා තේරුම් ගෙන මනා පරීක්ෂාවකින් අනතුරුවය. එම නිසා රෝගයට විපත්තියට අනුව ද්‍රව්‍යයද ඊට සුදුසු මන්ත්‍රද සංයෝග කර ගනිමින් කැපුම් කැපිය යුතුය. අංජනමක් හෝ දේවාරූඪයකින් හෝ දැන ගෙන කැපුම් කැපීම සිදු කරයි. එසේ කැපුම් කිරීමෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ මිනිසාට පීඩා කරනු ලබන මානසික රෝග සමනය කර ගැනීමෙන් සෙතක් ශාන්තියක් ලබා ගැනීමයි. තුන්දොස් සමනය කර නිරෝගී සම්පත ළඟා කර ගැනීම සඳහා අමනුෂ්‍ය බලවේග හඳුනාගෙන, ඔවුන්ගේ සම විෂමතා අවබෝධ කර මන්ත්‍ර හා ද්‍රව්‍ය සංයෝග කර ගනිමින් නිසි ප්‍රතිඵල ලබා දීමට දක්ෂ වෙදැදුරන්ට හැකියාව පවතී. මනුෂ්‍යයාට වැළඳෙන අමනුෂ්‍ය දෝෂවලදී කැපුම් කැපීමෙන් සෙත සැලසීමක් නොවේ. එම නිසා කැපුම් කැපිය යුතු රෝගාවස්ථාව නිසි අයුරින් දැන නියම තැනට නියම වෙලාවට ක්‍රියාවේ

යොදවන්නේ නම් උසස් ප්‍රතිඵල ලැබෙනු ඇත. භූත දෝසයන්ගෙන් වන මූර්ජා වීම්, හිරාන්ත වීම්, දත කට පියවීම්, සිහිවිකළ වීම් සහ දරුණු සන්නි රෝගවලදී භූතයන් නිසා ඇතිවන අජීර්ණ, ආමියා, වමනය, ඔක්කාරය ඇතුළු නොයෙක් රෝග සඳහාද කැපුම් කැපීමෙන් ආරක්ෂාව සලසා ගත හැකිය.

ආරක්ෂා බන්ධන නැතහොත් නූල්, යන්ත්‍ර ශරීරයෙහි තිබියදී මන්ත්‍රවලින් ආරක්ෂා කර ගෙන තිබෙන්නා වූ භූමියෙහිද ගෘහයෙහිද විලි රුජාවට ප්‍රථම ගර්භනී මවුවරුන් සඳහාද කොඩිවින නොකැපිය යුතුය. නියම තුන්දොස් බන්ධනයක් කරන කළ කොපමණ වෙදකම් කළද සුවයක් නොලැබෙන අවස්ථා පවතී. සුවයක් ලැබීමට නම්, කර ඇති බන්ධනය ඡේදනය කළ යුතු හෙවත් කැපිය යුතුය. එය 'කොඩිවින කැපිම' ලෙසද හඳුන්වයි.

කොඩිවින කැපීම සඳහා තීන්දු කර සකස් කර ගැනීමේදී කටු ගැසීමේ පිළිවෙළ සම්බන්ධයෙන්ද අවබෝධයක් තිබිය යුතුය. තීන්දු වර්ගවලට අයත් කටු වර්ග ශාස්ත්‍රයේ වෙන් වෙන් වසයෙන් පවතී. ඒ අතුරින් සමහරක් රිදියෙන් තනාගත් රත්‍රනින් තනාගත් පස් ලෝහවලින් තනාගත් කටු, පැඟිරි කටු ආදී නොයෙක් කටු වර්ග වේ. තමාගේ තීන්දුවට අයත් කටු වර්ග තෝරා ගෙන පංචෝපචාරයෙන් නැතහොත් අවස්ථානුකූල පුද පූජාවන්ගෙන් සජ්ජිත කරනු ලැබූ මල් තටුවෙහි ජපය සඳහා පිළියෙල කර ගත් රූප ආදී පුහුල්, ඉටි රූප, හොඬල රූප ආදී දේ තබා දිෂ්ටි කරමින් යථෝක්ත ද්‍රව්‍යවලට දිෂ්ටි ආරූඪ කරමින් රූපවල සත්‍යය ස්ථාන අල්ලා කටු ගසා ගැනීම සිදු කෙරේ. කොඩිවින කැපිම සඳහා යොදා ගන්නා විශේෂ මන්ත්‍ර කිහිපයක් පවති (ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11).

- ''ඕං දිෂ්ටි ගිණි කාල හිරකාම බන්ධන ඉගිල පුරමංග්‍ර ඉඩ හරු සලිත කුමාර බන්ධන සර්ව විණ දුරු කරවා ගිණි පිල්ලි හිර අරවා රාම කුමාර දේව නාවා විණ කැපු වරමින් ආරූඪ කර විණ අරවා ආපසු පලයන් ඉගිල ඉගිල නමඃ''
- ''ඕං අත්ත්‍රෙන්තු බාහේස් කෛඋර්ල ප්‍රාහේස් ජල ඉරගු වානේ පේසගිණි කාලි ඉරක්කා බාඩා තුන් මුඩුනු කාමෙල්ල තෙයියා වරනේ මල සිවයුම් ඉගිලගන් පාවාර කරුවාල් පේ ගිණි සූනියම් ඉගිල ඉගිල පෝ අඩා පොඃ''
- ''ඕං ජලේ කාවේස් කාමුලාන්තු දේස් ප්‍රොන් තුර්පු නාරායනේ වර දේව කුමාර කාලි ගිණි ගිණි දේහේන්ද්‍ර පේසු පේසු ගිඩි ගිඩි නමඃ''
- ''ඕං නමෝ දෙවොල් ගිණි මණ්ඩලේ වාසස්ථානේ කරන ගිණි කුරුසබ දේවතාවා රාම සැරය ඇරගෙන අහස දෙවියන්ට දෙස් කියා අහසට ගැසූ තැනේදී අහස සත් කට්ටුව ඉඩ හැරී වින යතුරු හැරී අගුලු හැරී ගිය වරමින් නව දොර හැරී හැරී නමඃ''
- ''ඕං හ්‍රීං මුච්චි මුලායුම් වරතික්ක වරයුම් පේසු ගිණි කාලී අවර ඉරයුම් මුනුකාවේල් තේවර පේසයුම් ඉර ඉරලාවනේ අන්දනා බහිරවානේ අංජන දේවි ආරූඪ විණ ගිණි ගිණි සලිත සලිත ගිඩි ගිඩි එලේන්ද්‍රින් පොඃ''
- ''ඕං හ්‍රීං පේසු ගුරුකාලී අයිවීර සිව සිවායනේ අනුරුත්කතු වානේ දේව ගිනී පේසුයුම් ගුරුලාඩිවර අයියානානේ වර දිෂ්ටි කාලි ගිණි ගිණි සූනියම් පෝග පෝග ඉගිල ඒ ස්වාහඃ''
- ''ඕං දෝස් කාල යක්ෂණී වයිර ඉරයුම් කාම ගිණි සැර යක්ෂණී ප්‍රවේශවර කාලී තෝංගු පේසගිණි ඉරනා පුඩයුම් කරුවාල තෙයියා වර ඕඩුම් තායුම් මුඩුක්කු මුනයුම් අර කොණ්ඩ වර පේසු විණ පෝග පෝග පොඃ''

මානවශාස්ත්‍රයෙහි භයානක අවස්ථා අතුරින් ඡේදනය හෙවත් කොඩිවින කැපීම අති භයානක ක්‍රියාවලියකි. වින කැපීමට පළමුව වින දොස් ඇද්ද? නැද්ද? යන්න මනා සේ පරීක්ෂා කළ යුතුය. එසේ නැතිව වින කැපීම සුදුසු නොවේ. නැතිනම් තමාටම විපතක් සිදුවන බව දැනගත යුතුය.

හූනියම් කැපීම - සූනියමට ලක්වූ පුද්ගලයාට හෝ පවුලට සූනියම් කැපීමේ ශාන්තිකර්මයක් කරවා ගැනීම අවශ්‍ය වන්නේ නම් ඒ සඳහා ප්‍රථමයෙන්ම කෙරෙනුයේ ඒ පිළිබඳව මනා දැනුමක් ඇති යකැදුරෙකු තෝරා ගැනීමයි. ඇතැම් විට යකැදුරෙකු තෝරා දීම අංජනම්කරු හෝ ශාස්ත්‍රකරු විසින් කර දෙනු ලැබේ. නොඑසේ නම් ප්‍රදේශයේ සිටින එකී විෂයය සඳහා ප්‍රසිද්ධ යාග ඇදුරෙකු බැහැදැකීමට යාම මාතර ප්‍රදේශයේ වැසියන්ගේ සිරිත විය.

මෙවැනි ශාන්තිකර්ම පැවැත්වීම සඳහා පොහොය දින යොදා නොගැනීම යකැදුරන්ගේ සිරිතයි. ඊට හේතුව වසයෙන් ඔවුන් දක්වන්නේ දෙවි දේවතාවුන්, යක්ෂණියන් පොහොය දිනයට ශාන්තිකර්ම පවත්වන ස්ථානවලට නොපැමිණේයැ'යි වන විශ්වාසයයි. ශාන්තිකර්මයේ ප්‍රධාන පුද පූජා රටාවට අමතරව එක් කළ යුතු ප්‍රේත තටු, දැරහැව, ඉර මුදුන් පිදේනි හා වෙනත් යකුන් යක්ෂණියන්ට දොළ දීම ආදී වූ කාරණා පිළිබඳ තීරණය කරනුයේ 'පේ බතක්' පිස දෝෂ බැලීමෙන් අනතුරුවය. මේ බතක් පිසීමෙන් අපේක්ෂා කරනුයේ ශාන්තිකර්මයේ පුද පූජා රටාව හා ප්‍රධානත්වයක් ලබා දිය යුතු තැන් පිළිබඳව පූර්ව නිගමනයකට පැමිණීමයි. සූනියම් කැපීමේ ශාන්තිකර්මයෙහි පේ බතක් පිසීම මාතර හෙළ වෙදකමේ විශේෂත්වය කියා පාන එක් අංගයක් විය. ඒ අනුව සූනියම් කැපීම සඳහා මාතර ප්‍රදේශයේ භාවිත වන විශේෂ වූ මන්ත්‍ර කිහිපයක් ප්‍රේමදාස වෙදමහතා සමග සිදු කළ සංවාදයේදී හඳුනාගැනීමට හැකි විය.

- ''ඕං ශ්‍රිං රාමනීල ගුරුධාර්ණී වෛරම් කදිරවරනේ ශිව පන්දු හරි හර නීලවලා කඩ දිෂ්ටියෙන් වරෙන් ඕං හර හර දැඩි මුණ්ඩ වෙසමුනි නාමාක්ෂර සිවන්ද කුමාරාධි සූර්ය වංශ අප්පොච්චි ස්වාමි වර වර නමඃ''
- ''ඕං ශ්‍රිං කක්ෂ අක්ෂර සිද්ධිං වර වර ගුරුවාල ඔඩ්ඩි මස්සිනේ මෙමා සිටින සබේ සතුරන් මිතුරන් කරවා සත්ත්ව ලෝක නමස්කාරයෙන් මා පිට ගැසි ගැසී සුවර්ණ ගුරු රාජ ඔඩ්ඩි මස්සිනේ වර වර නමඃ''
- ''ඕං නමෝ ඉරු දෙවියෝ ඉර මඬල කිස මතුළෝ ය. සඳ දෙවියෝ සඳ මඩලෙන් හිස මතුළෝ ය. ගරුඬ රාජයා පියාපතෙන් කිස මතුළෝය. අප ලෝකස් සිද්ධ පත්තිනි දෙවියෝ තන වැසූ තන පොටෙන් කිස මතුළෝය. සිතින් සිතා දොස් දෝසාන්ධකාරයන් කටින් කිය වූ කටවහ දෝසාන්ධකාරයන් දුරු වී යන්න වෙසමුනි දිව්‍ය රාජයාගේ වරමින්''

සූනියම් කැපීම සඳහා නොයෙක් ප්‍රදේශවල ශාන්තිකර්මය පවත්වන අවස්ථාවේ කවි ගායනා කරන අතර මාතර පාරම්පරික දක්ෂ වෙද පරම්පරාවකින් පැවත ආ ගොම්බද්දල යකැදුරු මහතාගේ වෙද පරම්පරාවේ ශාන්තිකර්ම උදෙසා ගායනා කරන කවි සුවිශේෂ විය.

උපං මෙකප රජ කළ සම්මත නිරි ඳා
තුටිං මැණික් පාල බිසවුන් කාර බැන් ඳා
රොසිං වසවතා සිටියේ වෛරෙන් ඳා
අසං පළමු කාල යාගය මෙලෙසින් ඳා

උතුං එරජ යුදයට යන්න නික්මි ලා
ගොසින් සිවුවරන් දෙවිඳුට සැලකර ලා
හොඳින් ශක්‍ර දෙවියන් හට ගොස් වැඳ ලා
උතුං එරජ යුධයට නික්මුනි එක ලා

බිසවුන් සමඟ දාසිය වාසල සිටි යේ
රුසිරෙන් සපිරි වසවත් කුමරු දැකපි යේ
සොබමන් කුමරි යහනක සැතපී සිටි යේ
මෙවන් කරුණු වසවත් කුමරු දැකපි යේ

යොමා පසිඳු වසවත් කුමරු එම වි ට
පෙමා එසම් මත රජ කීවේ මෙම ට
නිමා සවන් දෙක තිබු දුන් කඳ එවි ට
පමා නැතිව දොර ඇරපන්න කිව් වි ට

උතුං අයගෙ රජ වැඩියෙන් මාලිගෙ ට
ගසා එමා නිල් මල් සුවඳ එයි ගෙ ට
රොසා සිතින් වසවතු සිත වෛර කො ට
ගසා හැරිය ගිනි ජලයක් බිසව ගෙ ට

සක්දෙවි එවිට දිවනෙත් ලා බැලූ තැ නේ
ඔක්කොම සිවුවරුන් දෙවි රැස් වී එත නේ
ලක්ෂණ බිසව හට වන් වින දොස ගැ නේ
මක් කරමුද කියා දවසින් බැලූ තැ නේ

උතුරු දිගින් කප සිටුවා මඩුවක් සාදමි නේ
සොඳ ලෙසට ම බිම පිරිසිදු කරවා සතුටින් නේ
මිතුරුකමින් රුසිවරු නම දෙන වැඩ සිටිමින් නේ
උතුරු දිගින් ලකුණු මෙ ලෙස සඳ මඩුව සරසන් නේ

තැඹිලි නවසි බෝදිරි ඉදිවලු මල් ගෙන එල් ලා
අඹද දඹද රඹකැන් අන්නාසිද ගෙන එල් ලා
කරඹ එමොර දන් පනාද දෙසි දොඩාද ගෙන එල් ලා
මෙ පිළවෙළට දිව පුරයක් සේ මඩු සැරසිලි ලා

මේ සිරිලකට අධිපති නර නින් දා
අසිරි මහත් වන රජ ඉසුරෙන් දා
එසිර නුරා වයසට පැමිණෙන් දා
සුසැර බිසෝ ලද මැණික් සුරන් දා

ඉඳ ඉඳ දෙදෙනාම නිති සිරි යහ නේ
බැඳ බැඳ සෙනෙහස එක පන ලෙසි නේ
වැඳ කොඳ තුළ යහනක සැතපෙමි නේ
යුදයට මහබල අසුරයන් සැදු නේ

මැවීය අට මහා නිරයෙන් දිය රා
මැවීය අවිචියෙ ගිනිදැල් ගුගු රා
මැවීය පොළඟා දිගගමු විත රා
ගැසීය බිසවගේ යහනක එව රා

යකා නරනිඳුට පෙනුනේ පොළඟා ලූ
විකා ගල් බොරළු විස මුඛ ගුගුරා ලූ
මකා නුවර ගිනිදෙති සමඟින් සිය ලූ
මෙකා රෙනෙන් බිසවට විණ වැදුණා ලූ

ගියා කඳ යටින් එළි බැසපු විණ යකා
දයා නැතුව සව්පෙත බිය කරණ යකා
දයා නැතුව විණයකු වූ බිසව රුව මකා
මීට ත් වැඩිය කව්දැයි සූනියම් යකා

(ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13).

සූනියම් කැපීමේ ශාන්තිකර්මයේ පළමු කොට ඇදුරා තිසරණ පන්සිල් ගෙන මල් පහන් සුවඳ තුනුරුවන් වෙනුවෙන් පූජා කර, සූනියම් වීදියට දිෂ්ටි කර, හත් අඩි වට්ටිය ආතුරයා ඉදිරිපිට තබා දිෂ්ටි කර, කඩතිර අරවා ආතුරයාට නානු ගා ස්නානය කරවයි. අනතුරුව විෂ්ණු, කතරගම, සමන්, නාථ දෙවියන්ට දළු මුර ඔප්පු කර අටමගලයෙහි සිවු දොරටු පැන් සත් අඩි තබා දොළ පිදවිලි තබා බුලත් උපත හා දෙහි උපත කියයි. ආතුරයා අටමගලය තුළට කැඳවා ගෙන ගොස් පහන් අටක් දල්වා වඩිග පටුනයට පැමිණ ශාන්ති කර අඹ අත්තෙන් මතුරනු ලැබේ. පසුව පස් පැගිරි දරවලට පස් තෙල් දමා දෙහි කපා එයට තීන්දු පහ කපා ආතුරයා අතට පිහියක් දී මහා තීන්දුව කැපීම සිදු කරයි. හත් අඩිය සමග කපන ලද පුහුල් කැලි දෙක මල්ලක දමා රැගෙන ගොස් බැස යන දියකට දමා දුම්මල කීලයක් ගසා එතැනින් සූනියම් ශාන්ති යාගය අවසන් කෙරේ.

2.3.1.2 යන්ත්‍ර හා මන්ත්‍ර

යන්ත්‍ර ඇඳීම ආරම්භ කිරීමට පෙර එහි දිග පළල තීරණය කර ගත යුතුය. එසේ තීරණයකට එළඹිය යුත්තේ යන්ත්‍රයක් ඉණෙහි බඳිනවද? ගෙළෙහි බඳිනවද? යන්න තීරණය කළ යුතු හෙයිනි. කුඩා දරුවකු සඳහා නම් දරුවාට දරා ගෙන සිටින්නට හැකි තරම් කුඩා සුරයකට අදාළ යන්ත්‍රයක් සූදානම් කළ යුතු වේ. පිරිමි ඉණකට නම් කොණ්ඩු තුනක සුරයක් සූදානම් කළ යුතුය.

ඒ ඒ තරාතිරම් සඳහා අවශ්‍ය යන්ත්‍ර ඇඳීම, යන්ත්‍ර අඳින්නාගේ වගකීම වේ. යන්ත්‍රය වටා මල් වැඩ දැමීමක්, හිරු, සඳු වැනි චිත්‍ර ඇඳීමක් වන්නේ නම් එය සිදු කළ යුත්තේ ලේඛන රටාවට හානියක් නොවන පරිදිය. යන්ත්‍රය පළඳින පුද්ගලයාගේ අවශ්‍යතාවට අනුව යන්ත්‍රය සැකසිය යුතුය. යන්ත්‍ර වර්ග බොහෝ වේ. ඒ ඒ රෝගකාරක අනුව යන්ත්‍ර සැකසීම් වැදගත් වේ. යම් වරයක් සඳහා, දිෂ්ටියක් ඉවත් කිරීම සඳහා වාසනාව උදාකර ගැනීම සඳහා රාජ වශී හෝ සාමාන්‍ය වශියක් ආදී විවිධ අවස්ථා සඳහා යන්ත්‍ර පැළඳවීම මාතර ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ අභිචාර විධි අතුරින් එකක් විය. යන්ත්‍රය ලිවීමටත් ජප කිරීම් ආදී අවශ්‍යතා ඉටු කිරීමටත් යන්ත්‍රය ලියන්නා ඒ පිළිබඳ දැඩි අවබෝධයකින් සිටිය යුතුය. එසේ නොවුණහොත් ඵල රහිත වනවා සේම අනවශ්‍ය පීඩාවලට ලක් වීමට සිදු වේ. යන්ත්‍රය ලියන්නා විසින් රෝගයට අදාළ යන්ත්‍රයම තෝරා ගත යුතු සේම එයින් ලැබෙන යහපත් ප්‍රතිඵල පිළිබඳ දැන සිටිය යුතුය.

යන්ත්‍රය ඇඳීම සඳහා බදාදා, බ්‍රහස්පතින්දා, සිකුරාදා හෝ සඳුදා දින තෝරාගත ගෙන එදින පෙරවරු කාලයේදී හෝ රාත්‍රී කාලයේදී ලැබුණු සුදුසු නැකත් කාලයක යන්ත්‍රය ඇඳීමට සූදානම් විය යුතුය. පළඳින පුද්ගලයාගේ උපන් නැකත බලා ඒ අනුව සුදුසු වෙලාවක් නිර්මාණය කර ගැනීම වැදගත් වේ. යන්ත්‍රයක් ඇඳීමේදී පුර පක්ෂයේ දිනයක් තෝරා ගැනීම වඩා යෝග්‍ය වේ. යන්ත්‍රය දමනු ලබන්නේ යහපත් ප්‍රතිඵල ලැබීමේ අපේක්ෂාවෙන් වන හෙයින් ඒ සඳහා සුබ දිනයක් තෝරා ගත යුත්තේ සඳ මෝරන පාර්ශ්වයෙන් විය යුතුය (කාශ්‍යප හිමි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.23).

යන්ත්‍රයක් සකස් කර ගැනීමේදී පත් ඉරුම සුදුසු ප්‍රමාණයකට සකසා ගත යුතුය. එය නිවැරදි ආකාරයෙන් සිදු කළ විට මහගු ඵල ලබා ගත හැකිය.

හරි හතරැස් යන්ත්‍ර - සුබයි

පළල මෙන් දෙ ගුණයක යන්ත්‍ර - මාරක

පළල මෙන් තෙ ගුණයක යන්ත්‍ර - ජය

පළල මෙන් සිවු ගුණයක යන්ත්‍ර - රෝග

පළල මෙන් පස් ගුණයක යන්ත්‍ර - ලාභ

පළල මෙන් හය ගුණයක යන්ත්‍ර - නිෂ්ඵල

පළල මෙන් සත් ගුණයක යන්ත්‍ර - ශ්‍රියා

පළල මෙන් අට ගුණයක යන්ත්‍ර - හානි

යන්ත්‍ර ලිවීමේදී බැඳි අකුරු එලෙසින්ම යොදා ගත යුතුය. පත් ඉරුව අලුත් විය යුතු අතර එහි සීරීම් කිසිවක් නොතිබිය යුතුය. යන්ත්‍රය ලියන්නා විසින් යන්ත්‍රයේ අනුමත තීරු සකස් කර ගැනීමෙන් අනතුරුව මල් වැඩ දැමීම ආදිය කරන්නේ නම් අදාළ පසුබිමෙහි කිසිදු රේඛාවක් නොකර එම නිර්මාණ කළ යුතු වේ. යන්ත්‍රයේ කොටසින් කොටසට වෙන් කර ඇති ප්‍රදේශ ඉක්මවා යෑම නොකළ යුතුය. කිසිදු අකුරක් කිසිදු රේඛාවක නොගෑවෙන සේ ලිවීමටත් උඩ යට නොගෑවෙන සේ ලියන්නටත් වගබලා ගත යුතුය. ලිවීමේදී දකුණ බලා ලිවීම විශේෂ කාර්යයකි. විවිධ යන්ත්‍ර සඳහා විවිධ ආකාරයේ මල් බුලත් තටු සකස් කිරීම සිදු වේ. එය යන්ත්‍රය කරන්නා විසින් දැන ගත යුතු වේ.

බුලත් කොළ 21 තැබිය යුතු තැනට බුලත් කොළ 7 තබා කටයුතු කිරීම වරදකි. ඒ ඒ අක්ෂර, ඒ ඒ දෙවිවරුන්, බලපෑම් සඳහා අවශ්‍ය ගණනක් ඇත. ඒ අනුව සැකසිය යුතු මල් බුලත් තටුව වෙනස් නොකරන්නට වගබලා ගත යුතුය. යන්ත්‍රයෙන් යන්ත්‍රයට තැබිය යුතු මල් වර්ගද වෙනස් වේ. සූර ගැට සඳහා අවශ්‍ය නූල් පොට කපු නූලක් විය යුතුය. නූල ගැනීමේදී තුන් පට මැදින් ගැට දෙමින් දිගට ගෙන යළිත් තුන් පට ගැට, ගැට දෙමින් නැවතත් තුන් පට ගැට දෙමින් සනකම සහිත නූලක් සකසා ගැනීම වඩා ගුණ වේ. නමුත් තුන් පට දෙකට නවා හය පොට ආදී වසයෙන් නොගන්නට වගබලා ගත යුතුය. සූරය බඳින තැන නිගමනය කළ පසු නූල් ඇඹරීම සිදු කෙරේ. ඇඹරූ නූල කඩා ඉවත් කිරීම නුසුදුසු හෙයින් අවශ්‍ය දිග පළමු අවස්ථාවේදීම කල්පනා කර සකසා ගත යුතුය.

කිළි අහු වීම වරදක් වන යන්ත්‍ර හා එයට ඔරොත්තු දෙන යන්ත්‍රද ඇති හෙයින් ඒවා සූරය දරන්නාහට පහදා දීම වැදගත් වේ. සමහර යන්ත්‍ර බැඳ ගැනීමට අනතුරුව කිළි අහු වීම පමණක් නොව මස් මාංස අනුභවයෙන්ද වැළකී සිටිය යුතු වේ. මැතිරීමේ කාලය වෙන් කිරීම යන්ත්‍ර ජීවම් කරන්නා විසින් කරනු ලැබිය යුතු හෙයින්

මන්ත්‍රය, මන්ත්‍ර ජපය, බුලත් තට්ටුවට මැතිරීම ආදී මන්ත්‍ර කිරීමේදී එකකට යන කාලය හා 108 වරක් ජප කිරීමට යන කාලය කෙතරම් දැ'යි පළමුවෙන්ම මැනගත යුතු වේ. නමුත් ජීවමට මැතිරිමේදී භූමිය වෙන් කිරීම මූලික වසයෙන් සිදු කිරීම අවශ්‍ය කාරණයකි. එහිදී හරි හතරැස් සීමාවක් වෙන්කර ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ. ජප කරන තැනැත්තා ශුද්ධකාමී අයෙකු විය යුතුය. ඔහු ස්නානය කොට නානු ගා හිස සෝදා පිරුවට හැඳ ජප කිරීම සඳහා හිඳ ගනී. වාඩි විය යුත්තේ අසුනක නොව පලසක් එලා ඒ මතය. ප්‍රථමයෙන්ම තෙරුවන් නැමැඳ පන්සිල් සමාදන් වී මල් පහන් පූජා කොට ජප කිරීමට සූදානම් වේ.

2.3.1.3 ඇස්වහ කටවහ හෝවහ සඳහා වතුර කළ මැතිරීම

ඇස්වහ, කටවහ, හෝවහ, යම් තරමකට සූනියම්වලට සම්බන්ධතාවක් දක්වන බැව් පෙනේ. නෙතින් බැල්මෙන් සිත්වලට ඇතිවන ඊර්ෂ්‍යා සහගත හැඟීම් ඇස්වහ ලෙස හැඳින්වෙන අතර සමාජයේ ඒ පිළිබඳ පවතින සිරිත් විරිත් විවිධාකාර වේ (ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11).

කුඩා බිළිදෙකුගේ නළල මත කළු තිලකයක් තැබීමට හා නව නිවසක් හෝ ගොඩනැගිල්ලක් තැනීමේ කටයුතු කිරීමේදී පුහුල් ගෙඩියක් එල්ලීමට පුරුදුව සිටිනුයේ ඇස්වහ දුරු කර ගැනීමේ පරමාර්ථයෙනි. මේ හැරුණු විට නවතම වාහනයකට හෝ විවෘත කරන ලද නව වෙළෙඳසැලකට දෙහි ගෙඩියක් හා ගම්මිරිස් කරලක් බැගින් අනුපිළිවෙළින් නූලක අමුණා එල්ලා තැබීමෙන් ඇස් වහ දුරුවන බවට විශ්වාසයක් සමාජයේ පවතී.

කටවහ ලෙස හැඳින්වෙනුයේ ඊර්ෂ්‍යා සහගත සිතිවිලි මුල් කොට ගෙන මුවින් පිටවන වචනවලින් හෙවත් ශබ්දයන්ගෙන් ඇතිවන දෝෂ වේ. කිසියම් පුද්ගලයෙකු තවත් පුද්ගලයෙකුගේ දියුණුව නැතහොත් කුඩා බිළිදෙකුගේ රූප ස්වභාවය පිළිබඳ ඊර්ෂ්‍යා සිතින් ඔවුන් ඉදිරියේම වර්ණනා කිරීමේදී එයින් මිදීමට ඔහු/ ඇය නොපෙනෙන පරිදි ක්ෂණිකව තෙවරක් කෙළ ගැසීමේ සිරිතක් සමාජයේ දක්නට ලැබෙයි.

මේ සියල්ල හැරුණු විට ඇස්වහ, කටවහ, හෝ වහ සඳහා විශේෂිත වූ ක්‍රමවේදයක් මාතර ප්‍රදේශයේ භාවිත වේ. ඒ වතුර කළ මැතිරීමයි. එය 'ඇස්වහ පිච්චවීම' නමැති නාමයෙන් ප්‍රදේශයේ ව්‍යවහාර වේ. ඒ සඳහා අඟහරුවාදා සහ සිකුරාදා දින යොදා ගැනීම වඩා ගුණදායක වේ. උදැසන කුකුළන් කපුටන් අඬගෑමට පෙර කතා කිරීමෙන් තොරව නැවුම් කළයකට ජලය පුරවා ගෙන එයට සහල් ඇට, රත් මල් පොකුරක්, අඟුරු කැබලි, අමුකහ, අබ, කපුරු, කපු පුළුන් දමා පත්‍ර හතකින් යුත් දෙහි කොළ අත්තක් ගෙන මන්ත්‍රය ජප කෙරේ.

''ඕං ගංගා මණිමුණි සරස්වති චෝර සෝර ජදරිය මුවන මායාකාරී වර චේරේ පච්ජිම පරකුර කීරණගත පරම මන්ත්‍ර ඊශ්වරමේ වාවඃ''

අනතුරුව එම ජලය ඇස්වහ කටවහවලට ලක් වූ පුද්ගලයාගේ ශරීරයට, හිස, මුහුණ කට දොවා ගැනීමට සලස්වා ඉතිරිය නිවසට ඉසිනු ලබයි. මෙකී ක්‍රියාවලිය තුන් වරක් සිදු කෙරෙන අතර අදාළ පුද්ගලයා වරු තුනක් යන තුරු තම නිවසින් බැහැර නොවිය යුතුය.

2.3.1.4 ඇප නූල් බැඳීම

ඇප නූල් බැඳීමෙන් අපේක්ෂා කරනුයේ ස්ථිර වශයෙන්ම අදාළ ශාන්තිකර්මය නියමිත දිනයේදී පැවැත්වීමට ආතුරයා වෙනුවෙන් ඇප වීමයි. මෙහිදී කිසිදු රෝගෝපද්‍රව්‍යයකට ලක් නොකොට ශාන්තිකර්මය පවත්වන තෙක් ආතුරයා ආරක්ෂා කරන ලෙස ඉල්ලා යකැදුරා හා අමනුෂ්‍ය බලවේග අතර ගිවිසුමක් ඇති කර ගනී.

ඇප නූල් බැඳීමේදී දින තුන, හත, සති තුන, මාසය, මාස තුන ආදී වසයෙන් දින වකවානු තීරණයට පැමිණීම අවශ්‍ය වේ (ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13). ඇතැම් විට ආතුරයා ආවේශ කළ හැකි අයෙකු නම් මල් තටුව තබා ආවේශ කොට ඔහුගේ/ ඇයගේ ඒ තොරතුරු අනුව යකුන් පළවා හැරෙන දින තීරණයට පැමිණ, ඒ අනුව ඇප නූල් බඳිනු ලැබේ. අප නූල් බැඳීමේ ගිවිසගත් කාල සීමාව ඉක්ම යාමට පෙර අදාළ ශාන්තිකර්මය පැවැත්වීමට ආතුර යකැදුරු දෙපක්ෂයම බැඳී සිටී.

නූල් බැඳීම සඳහා බුලත් තට්ටුවක් සැකසීම චාරිත්‍රයකි. ගොක් කොළයක් වියා සකස් කර ගන්නා ලද තටුවකට පංච වර්ණ, මල්, බුලත්, සඳුන් ආදී පූජා ද්‍රව්‍ය එක්කර කහ තවරන ලද නූල් හත් පොටක ගැට හතක් ගසා මල් තටුවේ තබා අදාළ වත්පිළිවෙත් සිදු කරයි. නියමිත පරිදි ජප කරන ලද ඇප නූල් ගෙළ වටා, අත්වල හෝ ඉණෙහි බඳිනු ලබන අතර එතැන් පටන් ආතුරයා මස් මාංශ හා කිළි ආදියෙන් වැළකී ශාන්තිකර්මය පවත්වන තෙක් පේ වී සිටීම අවශ්‍ය වේ.

2.3.1.5 ආරක්ෂක නූල් බැඳීම

මානසික රෝගී තත්ත්වයෙන් පෙළෙන පුද්ගලයන්ට හා කායික රෝගී තත්ත්වයෙන් පෙළෙන පුද්ගලයන්ගේ මානසික සුවය සඳහා ආරක්ෂක නූල් බැඳීම මාතර ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ හෙළ වෙදකම් ක්‍රමයකි. ඒ සඳහා යොදා ගැනෙන පහත මන්ත්‍රය බලගතු මන්ත්‍රයක් බව පැවසේ.

''ඕං හ්‍රීං ලෝක කාලි වෙට්ටු ඉඩක්කු හෝ පෝරුමානවේ ශ්‍රී නේත්‍රප්ප්‍රාණ ජීවං සිද්ධි නමඃ ඕං බ්‍රහ්මකාලිනේ තුත්‍රිඩ කාරි ජීව ඉෂ්ට කාලි කූට වෙට්ටු සර්ව හා ජීවප්ප්‍රාණ ඒස්වා හා සිද්ධි නමඃ නමෝ ඉෂ්ට නීල ශ්‍රී කාලි ප්‍රජා ජෝහේන පුතුත්ම හීදීකාර සුර යුම් පත්‍ර කාලි මර්ල පොඩි ඉන්ද්‍ර ප්‍රාණ සිද්ධි ඒස්වාහ ඕං ඊශ්වර කාලි පොරොත්තු ඊශ්වරයුම් කාල ප්‍රාණෙ හරන්තු ප්‍රාණ සිද්ධි ඒස්වාහඃ'' (කාශ්‍යප හිමි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.23).

මරණාසන්න තත්ත්වයේ සිටින රෝගියකුට මෙම මන්ත්‍රයෙන් 108 වරක් මතුරා නූල් බැඳීම වඩා ප්‍රත්‍යක්ෂ බව ඇදුරු මතයයි. අසාධ්‍ය රෝගින්ට නූල් නව පොටක් ගෙන ගැට නමයක් ගසා නව වර බැගින් මතුරා ගෙළෙහි බැඳීම තුළින් ගුණ ඇති වේ. මෙම මන්ත්‍රය පිළිබඳ අවබෝධයක් නොමැතිව නූල් බැඳීම තුළ අයහපත් ප්‍රතිඵල ඇති විය හැකිය.

2.3.2 ප්‍රේත දෝස නිවාරණ ක්‍රම

සැම සමාජයකම ජීවත්වන්නවුන් කෙරෙහි මරණය පිළිබඳව භීතියක් පවතී. මිය ගිය ඥාතියා කෙරෙහි ජනිත වන බිය බොහෝ දුරට වියෝ දුකටත් වඩා ජීවත්වන්නවුන් කෙරෙහි බලපායි. බොදු ගැමි සමාජයේ මරණය හා බැඳුණු චාරිත්‍ර වාරිත්‍ර පද්ධතියක් හා ඒ හා ඈඳුණු මළහු (ප්‍රාණකාරයා) සම්බන්ධ ඇදහිලි විශ්වාසද පවතී. මරණාසන්නයේදී සිතට එළැඹෙන අවසාන සිතිවිල්ලට අනුව මතු උප්පත්ති ස්ථානය තීරණය වෙතැ'යි සැලකේ (කාශ්‍යප හිමි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021. 10.23). මූලික වසයෙන් ලොභී චේතනාවෙන් ප්‍රේත යෝනියේ උපත ලැබීමට හේතු කාරණා වේ. මෙහෙයින් මරණාසන්න මොහොතේදී පුණ්‍ය කර්මයක් ගැන සිහිපත් කොට සිත පැහැද වීමට යත්න දැරේ.

2.3.2.1 වත්පිළිවෙත්

යමෙකු මරණාසන්න වූ විට 'පව් ඇරවීම' නම් සිරිතක් මාතර ප්‍රදේශයේ අනුගමනය කෙරේ. මෙය එක් අතකින් අන්තිම කැමැත්ත දැක්වීම හා වැරදි සමා කිරීමක් බඳුය. මෙයින් බලාපොරොත්තු වන්නේ මිය යන්නාගේ අවසන් සිතුවිල්ල පවිත්‍ර කිරීමයි. මළ සිරුර හුදකලාව නොතැබීමට හැකිතාක් උත්සාහ දරයි. මිය ගිය ප්‍රාණකාරයා දින හතක් ගත වන තුරු පූර්ව වාසස්ථානය වෙත බැල්ම හෙළන බව ගැමි විශ්වාසය විය. දොර කවුළු නොවැසීම, ගේ දොර ඇමදීමෙන් එකතු වන කසළ ගෙන් බැහැර නොකිරීම, හා ලිප ගිනි නොදැල්වීමට වගබලා ගැනීම ප්‍රාණකරු හා බැඳුණු සිරිත වේ. මළ සිරුර ගෙයින් බැහැර කිරීමට ප්‍රථම එය තැන්පත් කර ඇති කාමරයේ දොර කවුළු වසා සියල්ලම මොහොතකට බැහැරව සිටීමේ පිළිවෙතක් අනුගමනය කෙරේ. එවිට ප්‍රාණකාරයාට තම නිවහන හා බැඳුණු සබඳතා කැමති අන්දමකින් කෙළවර කර ගැනීමට හැකිවනු ඇතැයි විශ්වාස කෙරේ. අඟහරුවාදා හා සිකුරාදා දෙදින මළ සිරුර ගෙයින් බැහැර කිරීම අශුභ යැ'යි මතයක් පවතී.

'මළ බත දීම' සිදු කෙරෙනුයේ මළ සිරුර ගෙයින් බැහැර කිරීමෙන් පසුවය. එය තැන්පත් කර තැබූ බිම ගොම මැටි හා කහ දියර ඉස ගේ දොර පවිත්‍ර කිරීමෙන් පසු මුළුතැන්ගෙයි ලිප ගිනි මොළවා අවසාන කටයුතු කිරීමෙන් ආපසු පැමිණි ආසන්න ඥාතීන් උදෙසා 'මළ බත' හෙවත් 'ප්‍රාණ බත' පිසිනු ලැබේ. මිනිය තැන්පත් කර තිබූ තැන තාවකාලිකව තැනූ ලිප මත කිරි බතක් පිස මළහු වෙනුවෙන් තිරිසනුන්ට කෑමට දීමේ සිරිතක් ඇත (ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11). ප්‍රාණ බතට වට්ටක්කා, කරවල හා පැසුණු ඇඹුල් කෙසෙල් ව්‍යඤ්ජන සේ ගැනෙන අතර ඊට සහභාගී නොවන ඥාතීන් මළහු වෙනුවෙන් කළ යුතු අවශ්‍ය යුතුකම් පැහැර හැරියෙකු සේ සැලකේ.

මරණයෙන් තෙවැනි නැතහොත් සයවැනි දින රාත්‍රියේ මතක බණ කියවීමේ චාරිත්‍රය සිදු කරන්නේ ඔහුට පින් අනුමෝදන් සිදු කෙරෙන ධර්ම දේශනාව අසා පින් රැස් කර ගැනීමටත් ප්‍රාණකාරයා සිය නිවසට පැමිණෙතැ'යි යන විශ්වාසය පදනම් කරගෙනත්ය. මතක බණ ඇරඹීමට පෙරාතුව නිවසේ බිත්ති මුලුවල මුහුදු වැලි අතුරන්නේ මළ ප්‍රේතයාගේ ආගමනය දැන ගැනීම පිණිසයි. ඇඟිලි තුඩුවල ආසන්න වූ විලුඹක් සහිත කුඩා කෙටි පත්ලකින් විකෘත ලෙසින් තබන ලද පා සටහන් එම පියවර සලකුණු සේ ගැනේ.

2.3.2.2 ප්‍රේත ගොටු පිදීම

යමෙකු මිය යෑමෙන් සයවන දින රාත්‍රියේ මතක බණ කීමට භික්ෂුව වැඩම කර වීමට පෙරාතුව මළ සිරුර මිහිදන් කළේ නිවස ආසන්නයේ නම් එතැනත් නොඑසේ නම්, ගෙවත්තක පිවිසෙන මාවත අසලත් ප්‍රේත තටුව තබනු ලැබේ. හතරැස්, අඩි පහක් පමණ වූ වපසරියක කටු කොහොල් හැර ගොක්කොළ කන්වැල්වලින් මායිම් සරසා අඩි පහක් පමණ උසට දඬු තුනකින් තුන් බලයක් සාදා ප්‍රේත ගොටුව තැබීමත් ඒ මත ගොක්කොළයෙන් වියන ලද වට්ටියක් රැඳවීමත් සිරිතකි. මළහු ප්‍රිය කළ ව්‍යඤ්ජනත් බතුත් පසුදින දානයට පිළියෙල කළ අවුළුපත් ආදියත් පලන්ගානකට බෙදා (මියගිය තැනැත්තා මත්පැන්, මත්ද්‍රව්‍ය, දුම්වැටි, බුලත් විට භාවිත කළේ නම් ඒවාද ඊටම එකතු කර) කළුවර වැටෙන විට කලින් තැනූ තුන් බලය මත තැබේ. ඇස්ස කැපූ කුරුම්බාවක් තුන් බලයේ මැද රඳවන මළහුගේ ආසන්න ඥාතියා තටුවේ ගැසූ විලක්කුව දල්වා ඒ පාමුල පැදුරක් හා කොට්ටයක්ද තබා ආතුරයා මියගිය තැනැත්තාට ඥාතිත්වයෙන් උස් හඬින් තෙවරක් අමතා බණ ඇසීමට ආරාධනා කරයි. උදාහරණයක් වශයෙන්,

''දියදෝරිස් මාමේ, මේන් උඹට තැටුව තැබුවා. අද උඹ වෙනුවෙන් ගෙදර මතක බණ කියනවා. මේක කාලා ගිමන් හැරලා මතක බණ අහන්න වරෙං''

ඉන් අනතුරුව තෙවරක් අප්පුඩි ගැසීම විශේෂ අවස්ථාවක් විය. ප්‍රේත තටුව පිදීමේ සිරිත හා සම්බන්ධ විශ්වාසයක් ලෙස 'ලකුණු ලැබීමේ' කාර්යය සිදු කෙරේ. තටුවේ තැබූ ආහාර පසුදා උදෑසන වන විට අඩු වී හෝ ඉඳුල් කොට තිබේ නම් හා ඇතිරූ පැඳුරේ යමෙකු නිදා සිටි ලකුණු ඇත්නම්, මියගිය ඥාතියා පිදූ දැයින් ප්‍රීණනය වී පින් ලබා සතුටු වන්නට ඇතැයි නිගමනය කෙරේ. නොඑසේ නම්, හෙතෙම පුනර්ජන්මය ලබා ඇත්තේ පින් අනුමෝදනා කළ නොහැකි පහත් ආත්මයක බව විශ්වාස කෙරේ (තිලකසිරි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.08).

2.3.2.3 ප්‍රේත පිදේනි තැබීම

ගොවීන් දේවදානාදිය උදෙසා මුල් අස්වැන්න වෙන් කිරීමෙන් අනතුරුව අල වර්ගයක් නැතිනම් වට්ටක්කා ගෙඩියක් හේනේදීම තම්බා පොල් ගා ලුණු මිරිසක්ද සමඟ ඉන් කොටසක් මායිම අසල තබයි. මෙය ඉඩම් තණ්හාවෙන් මිය පරලොව ගොස් භූමියට බැල්ම හෙළාගෙන සිටින මළ ප්‍රේතයනයට දෙන ප්‍රේත පිදේනියක් ලෙස සැලකේ (ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13). සිංහල අලුත් අවුරුදු දිනයෙහි නිවාසවල ප්‍රේතයෙකුට පිදේනියක් තබන බව දැක ගත හැකි විය. කිරිබත්, කැවුම්, කෙසෙල් ගෙඩි ආදිය කෙසෙල් කොළයක හෝ තටුවකට පිළියෙල කොට පොල් තෙල් පහනක්ද දල්වා එය ගෙන ගොස් කුණු ගොඩක් උඩින් තැබීම සිරිත වේ. ඒ අතර කැවිලි වර්ග පොල් කටුවක දමා පහනක් දැල්වීම විශේෂ වේ.

2.3.2.4 කෝනට බත් දීම

මෙම චාරිත්‍රය බොහෝ විට සිංහල අලුත් අවුරුදු සමයේ හිස තෙල් ගාන දිනදී සිදු කෙරේ. පරණ කුල්ලකට නොහොත් වට්ටියකට කෙසෙල් පතක් අතුරා එහි කැවුම් කිරිබත් ආදී කැවිලි වර්ගද කෙසෙල් ගෙඩිද මුලුතැන්ගෙයි ලිපෙන් ගත් අළුවලින් පිර වූ පොල් කටුවකුත් දැල්වූ පොල්තෙල් පහනක් හා වතුර පූකුරුවකුත් තබා කපුටන් හැඬලීමට පෙර ගෙයි පිළිකන්නේ පුදනු ලැබේ. මෙම චාරිත්‍රය නිවසේ වැඩිමහල් කාන්තාවක විසින් සිදු කරනු ලබයි. සිංහල අලුත් අවුරුද්දේ බුද්ධ හා දේව පූජා පවත්වා සෞභාග්‍යයත් රෝගවලින් ආරක්ෂා වීමටත් ප්‍රාර්ථනා කරන ගැමියා සිය ඇදහිලි ආරයේ පහත්ම ගණය වන ප්‍රේත හෙවත් පිසාච ගණය කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමු කරයි.

2.3.2.5 කඩ හාල් දැමීම

සුන් සහල්, ලුණු, කහ, මිරිස් හා රිදී පඬුරක් බුලත් කොළය ඔතා ආතුරයා ලවා හිස වට තෙවරක් කරකවා, ''මාගේ මේ ශරීරයට බැල්ම හෙළාගෙන සිටින්නා වූ මළගිය ඥාති ප්‍රේතයෙක් ඇත්නම් ඒ බැල්ම දෝසාන්ධකාරයෙන් මෙයින් දුරින් භූත වේවා''යි කියවා පිදේනිය දැමීම සිදු කෙරේ. ස්වල්ප වේලාවකට පසු තනි කෙරුණු පිදේනිය වෙත යන යකැදුරා වස්දඬුව පිඹ ප්‍රේත දිෂ්ටි මන්ත්‍රයකින් එය දිෂ්ටි කොට ගෙන් බැහැරට ගොස් තුන් මංසලක, කඩුල්ල මුල, සොහොනක නැතිනම් කිරි ගසක් මුල තබා ආපසු පැමිණේ. නැතිනම් හිරු මුදුන් වීමට ප්‍රථම දිය පහරක දමනු ලැබේ. පිදේනිය ගෙන් බැහැර කිරීමත් සමඟ ආතුරයාට හෝ නිවසට අධිගෘහිතව සිටි ප්‍රේතයාද ඉවත් වෙතැ'යි විශ්වාස කෙරේ.

2.3.2.6 ප්‍රේත බලිය

ප්‍රේත දෝස නිවාරණය කිරීමට යොදා ගන්නා හෙළ වෙදකම් ක්‍රමයක් ලෙස ප්‍රේත බලිය මාතර ප්‍රදේශයේ විශේෂිත අංගයක් විය. එම බලිය ඇඳිය යුත්තේ මෙලෙසිනි.

එකැස් කණ පයකි කොර වරළ පුපු	රටී
යෙල තනියකි ඉන් තනයක් තිබෙන	වැටී
මඩ අට්ටිල අත් සත විසුළු දත්	කැටී
ඉණ රෙදි වැරලි ඇඳි ගැනු රුව මේ	ශටී
සැර මිටියකි පාත්‍රයකි පැලහු	සෙක
කුස පුරවක පොල් ගෙඩියක ගන්ව	තෙක
කොළොම්බුවක වාහන ලැබ මැදු	රෙක
තද ලෙඩ උව ප්‍රේත බලි තබ අලුය	මෙක

(ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13).

මෙම බලිය ප්‍රේතයන්ගෙන් වන පීඩා දුරලීමට ආහාර පානාදියෙන් ඔවුන් සුවපත් කිරීමටත් සිදු කරන්නක් විය. රාත්‍රී කාලයේ නොඉඳුල් කිරිබතක්, කැවිලි වර්ග පහක්, හත් මාළුවක්, ඇට ඇටි පහක්, දියගොඩ මස් හා එළ වැල පහක්, මියගිය අය වෙසෙසින් ප්‍රිය කළ ආහාර පිගානක් තටුවට බෙදා ඇස්ස කැපූ කුරුම්බාවක් නැතිනම් වතුර පූකුරුවක් සමඟ මුළුතැන්ගෙහිම මැද ඇතිරූ පැදුරක් මත පුදනු ලැබේ. තටුව අසල පොල්තෙල් පහනක් දල්වා මිය ගිය අය ඥාතිත්වයෙන් අමතා ඔහු වෙනුවෙන් පිළියෙල කළ ආහාර පාන භුක්ති විඳින මෙන් ගෙවල ප්‍රේතයාගෙන් ඉල්ලා සිටී. අනතුරුව මුළුතැන්ගෙයි දොර වසා සෙසු දොරවල කවුළු විවෘත කොට නිවැසියෝ ස්වල්ප මොහොතකට ගෙයින් බැහැර වෙති.

නිවසින් බැහැර වෙසෙන ඥාති ප්‍රේතාදීන් තත් යාතු කර්මයට සහභාගී කරවීමට නිවස වෙත කැඳවා ගෙන එන බවක් මේ හරහා සිදු කෙරෙන බව ගැමි විශ්වාසය විය. දල්වාගත් පන්දම ඇතැතිව, ගෙන් බැහැරට යන ගෘහ මූලිකයා මුළුතැන්ගෙයි පිළියෙල කොට ඇති තටුව කැප ගැනීමට එහි පැමිණෙන මෙන් ඥාති ප්‍රේතාදීන්ගෙන් ඉල්ලා සිටී. අනතුරුව පන්දම ඔසවා ගෙන නිවස වටා තෙවරක් ගමන් කොට යළිත් මුළුතැන්ගෙට පිවිස පන්දම නිවා දමා දොර වසා ගෙන පිටතට පැමිණේ.

2.3.2.7 යන්ත්‍ර මන්ත්‍ර ගුරුකම්

ප්‍රේත දෝසයන්ගෙන් රෝගාතුර වූ රෝගීන්හට මානසික සුවය ලබා දීමට විශේෂිත වූ මන්ත්‍ර තම වෙද පරම්පරාව සතුව පවතින බව පවසයි (ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11)

- ''ඕං හ්‍රීං හ්‍රීං ප්‍රේස් ප්‍රේස් චේසලානි ගිණි ගිණි ආරුඪ ප්‍රේත දිෂ්ටි ඕඩ්වා ඕං බීස් මසලාඩිලාම් ඒන් ඒන් ගුරුධරණ හේස් වරාඩි වරාඩි ප්‍රේත දිෂ්ටි දිෂ්ටි මිස්වා ඕං ප්‍රේත දිෂ්ටි නමඃ''
- ''ඕං උල්ලිල කාම ගෙවල යක්ෂයා හිටිං ඕං හ්‍රීං උත්තාධාර් මරණ කාම ගෙවල යක්ෂයා හිටිං ඕං ප්‍රිං ප්‍රේතරේත ගෙවල යක්ෂයා හිටිං ඕං අංජන ගෙවල යක්ෂයා හිටු කට්ටු ඕං මදිකා මලකා උර්ලක්ෂම අරූප ගෙවල යක්ෂයා හිටිං ජල තුඩ ජල පත්ම කට්ටු මේග විෂ ගෙවල යක්ෂ සේනාධිපති අතින් කට්ටු අදත් මා කී බිල්ල බාරව හිටිං''
- ''ඕං හ්‍රීං වාලි වාවා නීල වාවා ප්‍රේත වාවා අග්නි වාවා නාම ක්‍රේම ඔඩියා නාම ගිණි ගත් විෂ උපුටන් ගානිකාම වාරුං මරු බලා වර මරුවාට බාරයි. මගේ පිරිවර නොගං මරලූ යක්ෂයාටයි අදත් මම

කියන්නේ එන් එන් ගිණි පන්දු සේ එලාගං ගිනිමල් සැරසේ එලා ගං අකුණ හෙනක් සේ එලාගං ඕං ඕං යම මෝ තු සොහොන් තැරි''

මෙම මන්ත්‍රවලින් පැන් කළයක් මතුරා ආතුරයාටත් නිවෙසටත් ගෙවත්තේ සීමාවටත් ඉසීමෙන් ප්‍රේතාදී දෝස නිවාරණය වන බව පැවසේ. මැතිරීම සඳහා යොදා ගන්නා ජලය අලුයම හිරු උදාවට පෙර ගලන දොළකින් කතා නොකර ලබාගත යුතු බව විශ්වාස කරුණකි.

ප්‍රේත මන්ත්‍රය

''ඕං හ්රීම් කසුමුග්‍රම් විරාම් මහවිචිනම්ජ්වාලන්තම් සර්වතොමුනම්''

ප්‍රේත තෛලය

පිල්ලි අංගං නේය මේ තෙල අතේ තිබුණොත් සහ	තුටා
යක්ෂ පිසසුන් භූත ප්‍රේතය රෝග දුරු වෙයි ගෑ	මිටා
යක්ෂ අවගති තිබෙන ගම්වල පහන් තෙල් ඇවිලූ	විටා
සියලු යක් සෙන් දුරුව යෙයි කිව් සත් දිනක් ඇවිලූ	විටා

(ජිනදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.11)

මෙම මන්ත්‍රයෙන් හා තෛලයෙන් මතුරන ලද කහ පැහැති කපු නූල් පොට ගෙළෙහි සූරයක් දමා හෝ ඉණෙහි බඳිනු ලැබේ. කුඩා දරුවන්ගේ නිදන කොට්ටය යට තැබීම සිදු කෙරේ. ආරක්ෂක නූල බැඳ, වරු තුනක් යන තුරු ගෙයින් පිටතට නොයා යුතුය. එසේම නූල ශරීරයේ පවතින තාක් කිළිවලින් ආරක්ෂා වී සිටීමට වගබලා ගත යුතුය.

2.3.3 ග්‍රහ දෝස නිවාරණ ක්‍රම

2.3.3.1. බලියාග

ගර්භනී සමයේ හට ගන්නා ඇතැම් මානසික රෝග ග්‍රහ අපල හේතුවෙන් ඇතිවේයැ'යි ගැමි විශ්වාසය විය. ගර්භනී කාන්තාවන්ට ග්‍රහ අපලවලින් ඇති වන්නා වූ රෝග පීඩාවලින් ආරක්ෂා කර ගැනීමටත් මානසික සුවය ලබා දීමටත් 'ගර්භ ශාන්තිය' මාතර ප්‍රදේශයේ පැවැත්වීම විශේෂ හෙළ වෙදකම් ක්‍රමයකි (ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13). ගර්භ පතනය, ගර්භ හිර හෙවත් ප්‍රසූත පහසුව හා මළදරු උපත් ඇතිවීම ආදිය වළක්වා ගැනීමට මෙම ශාන්තිකර්මය සිදු කෙරේ.

ගර්භනී කාන්තාවකට ගැමි සමාජය තුළ ''ලෙඩා'' යැයි හඳුන්වනු ලැබේ. මන්ද ඇය කායික හා මානසිකව සුලු රෝගාබාධවලින් පෙළෙන්නියක වීම නිසාය. එම රෝගාබාධ ඇයට ඇති වන්නේ ග්‍රහ අපල හේතු කොට ගෙන වෙතැ'යි විශ්වාස කෙරේ. ඒ සඳහා ලෙඩායැ'යි හඳුන්වන ගර්භනී කාන්තාව උදෙසා ගර්භ ශාන්තිය පවත්වනු ලැබේ.

මෙම ශාන්තිකර්මය සිදු කිරීමේදී චාරිත්‍ර කිහිපයක් නිවැරදිව සිදු කළ යුතුය. නානු ගා ස්නානය කොට පිළී නොමුසු ආහාර ගෙන සුදු පිරුවට ඇඳ පේ වුණු බලි ඇදුරා සුභ මුහුර්තියකට බලි ඇඹීම මැටි ගැසීම සිරිතකි. මැටි පේ කරන දිනයේ සඳුන් කිරි පැන් මිශ්‍ර ජලයෙන් අනාගෙන මැස්සේ ප්‍රධාන බලි මුහුණු පිහිටිය යුතු තැන තබා ඊට පිට තබා දෙවියනක් පමණ දිග කැබැල්ලක් දිගු අතට තබා කොහු ලණු හෝ වල්ලපට්ටාවලින් තදින් බඳිනු ලැබේ. අනතුරුව ප්‍රධාන බලි මුහුණ ඇඹීම සිදු කරයි. එය ඇඳිය යුත්තේ රෝගියාගේ ග්‍රහ අපලවලට අනුකූලවය. මැස්ස මතුපිට සම්පූර්ණයෙන්ම මැටි පිරිබඩ ගා තුනී කර මැටි පෘෂ්ඨය හොඳින් පිරිමැද පත්ත නම් වූ උපකරණයෙන් බලිය ඇඹීමට සහ ග්‍රහ රූ සිතුවම් කිරීමට අවශ්‍ය පසුබිම වෙන් කර ගැනේ. ප්‍රධාන ප්‍රතිමාව ආතුර ස්ත්‍රියගේ රුව ඉස්මතු වන ආකාරයට අඹනු ලැබේ.

ගර්භ බලි ශාන්තිය හෙවත් ගැබ්සෙත් බලිය පවත්වනු ලබන්නේ ග්‍රහයන්ගෙන් සිදු වන අපල උපද්‍රවවලින් දරු ඵල සඵල වීමට එල්ල වන තර්ජන වළක්වා ගැනීමටය. ආතුරයාගේ සතුරන් බලියේ සන්න බල බිඳීමට කළ හැකි යාගවලින් ආරක්ෂා කිරීමට බලි මැස්ම වටා ආරක්ෂක කහ නූලක් ඇඳ පේ කරයි. මෙම ශාන්තිකර්මය ආරම්භයේදී විෂ්ණු, කතරගම, පත්තිනි දෙවියන් උදෙසා දේවාරාධනා කෙරේ. අනතුරුව පොළොව අට කොණ ආරක්ෂක ලෙස සිටිනවායැ'යි විශ්වාස කරන අධිරාවණ, පුණ්ඩරික, වාමන, තුමුද්ධෝජන, පුෂ්පදාන්ත, සග්ග, බුම්ම, සුප්‍රතී යන අෂ්ට බහිරවයන්ට සහ පොළොව මහී කාන්තාවට ගද්‍ය පද්‍ය පාඨ ගැයීම සිදු කරයි. බහිරවයන්ට කවි ගායනා කිරීම මගින් බහිරවයන්ගෙන්ද දෝස හංග වී ආශිර්වාද ලැබෙයැ'යි විශ්වාස කෙරේ.

අට දවසට එන සුළඟට බිඳුනේ වම්පාද පෙණේ
පිට පිට එන සුළඟට පෙණ කිරි මුහුදේ ගොස් වැටුණේ
වැටුණ එ පෙණ පත්‍ර කඩින් පත්‍රකාලි දේවී මැවුණේ
වට ඉසුණු උරිරු වලින් බහිරව අටදෙන මැවුණේ

මෙම බහිරව කවි මගින් රෝගාතුර ස්ත්‍රියට හා දරු ගැබට සෙතක් ශාන්තියක් වේ යැ'යි ප්‍රාර්ථනා කරයි. පසුව දෙහි ගෙඩියක හරි මැද කාසියක් සිර කොට පුවක් මලු කිණිත්තක් එහි රඳවා තුන් පටියකින් යුත් කපු නූල් ඔතා පිරිත් හුය සකසනු ලබයි. රවි, චන්ද්‍ර, කුජ, බුධ, ගුරු, ශුක්‍ර, ශනි, රාහු යන ග්‍රහයන්ට නමස්කාර ශ්ලෝක ගයා දෙවිවරුන්ට ආරාධනා කිරීමේ ගායනය මේ අංගයේදී සිදු කෙරේ.

කොකුම් හට කැකුළින් පත්
වළඳා ඉඳුරට හිමිවන
අතින් රැගෙන සිවසකුන්
තුගුන් නැගි ඉඹුල් විමන... ආ...

නිතින් රැගෙන එන උවදුරු
ඉරිදා මුල්කොට අරගෙන
දුකින් මුදා සැපත ලැබෙයි
ඉරු සෙත් දී ආවඩමින... ආ...

(ප්‍රේමදාස, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.13).

කවි ගායනයෙන් අනතුරුව ආතුරයාගේ නිවසින් දෙන ලද සහල් බත් හැළිය බලි ඇදුරුගේ පරීක්ෂාවට යොමු වේ. හැළිය පරීක්ෂා කරන ලද ඇදුරා ආතුරයාට ඇති වන ග්‍රහ අපල පිළිබඳ වටහා ගනී. පසුව හත්මාලුව ව්‍යඤ්ජනය සාදා බලි පූජාසනයට තබයි. මෙය 'ග්‍රහයන්ට බත් පිදීම' ලෙස හඳුන්වයි. මධ්‍යම රාත්‍රියට පෙර මෙම චාරිත්‍රය සිදු කළ යුතු බව ඇදුරන්ගේ මතය විය. බලි රූපයට පවත්වන ලද පුද පූජා පැවැත්වීමෙන් ස්ත්‍රියට වැළඳී තිබෙන ගර්භාෂගත රෝග හා මානසික රෝග සමනය වී දරු උපත යහපත් අයුරින් සිදු වීමට සෙත් පතයි.

මෙම ගර්භ බලි ශාන්තිකර්මය සිදු කිරීම රහසිගතව සිදුකරන යාතු කර්මයකි. එය නිතර සිදු කරන ශාන්තිකර්මයක් නොවන අතර අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී පමණක් සිදු කෙරේ. මුඛ පරම්පරාවෙන් සිදු කෙරෙන ශාන්තිකර්මයක් බැවින් අනාගතය වන විට මෙය තුරන් වී යාමටද ඉඩ කඩ පවතී.

2.3.3.2 වතුර මැතිරීම

ඉරිදා දිනයක හිරු එළිය වැටෙන්නට හා කපුටන් හඬලන්නට ප්‍රථම නොඉඳුල් ගලා යන දිය පහරකින් පිරිසුදු ජලය ලබා ගෙන මැටි කලෙක දමා නිවසේ බුදු මැදුර තුළ තිබීම පළමු පියවර වේ. පසුව මල් බුලත් තටුව සාදා

එය මත කළය තබා කපු ඇට, සුන් සහල්, ලුණු, අබ, ගම්මිරිස්, දෙහි කොළ හතක අත්තක් ගෙන පහත මන්ත්‍රයෙන් 108 වාරයක් මතුරනු ලැබේ. එහෙයින් ග්‍රහ අපලවලින් ඇති වන්නා වූ උපද්‍රව සංසිඳෙන බව ගැමියන්ගේ විස්වාසය විය (තිලකසිරි, සම්මුඛ සාකච්ඡා. 2021.10.08).

''ඕං ගංගා මුනි මහී සරස්වතී චෝර ගෝර ජදරියං මුවනං මායාකාරී චර චේරේ පජ්ජිමං පරතුරං කිරණ ගත පමරණ මත්‍රං ඊශ්වර මේ වාච ශිරාදි ගුණ ධර්මඃ''

2.3.3.3. බලු කපුටු දානය දීම

ග්‍රහ අපල උපද්‍රව රෝගවලින් සුවය ලබා ගැනීමට බල්ලන්ට හා කපුටන්ට දෙනු ලබන දානය බලු කපුටු දානය ලෙස හැඳින්වේ. ප්‍රධාන වශයෙන් ශනි ග්‍රහයාගෙන් එල්ල වන දෝස දුරුකර ගැනීමට හා ශනි සතුටට පත් කරමින් පවින් වැළකී කුසල් වැඩෙන ක්‍රියාවන්හි නිරත විය යුතුය. මෙකී කාරණා දෙකම එකවර ඉටුවන ශාන්තිකර්මයක් ලෙස බලු කපුටු දානය සඳහන් කළ හැකිය.

ශනිගේ හුදෙකලාව බව නසමින් නිරතුරුව ශනි ළඟ රැඳෙන ශනිගේ අවතාරය නමින්ද හඳුන්වන කපුටාට සලකන අයට සෙනසුරු ග්‍රහයාගේ ආශිර්වාදය නොඅඩුව හිමි වේ. සෙනසුරුගේ වාහනය ලෙසද හැඳින්වෙන කපුටා යනු හැමවිටම සාගින්නෙන් පෙළෙන සත්ත්වයෙකි. කෙතරම් ආහාර ගත්තද එම කුසගින්න නිවීම සෙනසුරුගේ අපල පීඩාවන්ගෙන් මිදීමට සිදු කළ හැකි ඉතා උසස් කුසල කර්මයකි. අපලවලින් මිදීමට සිදු කෙරෙන බලු කපුටු දානය නිසි පිළිවෙළකට සකස් නොකර දීමෙන් අනිසි අයහපත් ප්‍රතිඵලද ගෙන දෙයි. මෙම දානය දෙනු ලබන්නේ තිරිසන් සත්ත්වයෙකුට වුවද ඉතා පිරිසිදුවෙන් පිළියෙල කිරීම වැදගත් කරුණකි. පිරිසිදු ජලයෙන් නියමිත වාර ගණනකින් සහල් සෝදා නොඉඳුල්ව ගා ගත් පොල් මිරිකා ලබාගත් කිරි දමා අවශ්‍ය ප්‍රමාණයකට ලුණු එක්කර නැවුම් මුට්ටියක බස්නාහිර දිශාවේ ලිප් බැඳ සකස් කර ගන්නා කිරිබත ලිපේ තිබියදීම පිරිසිදු කරගත් තල ඇට ස්වල්පයක් හා එළඟිතෙල් මිශ්‍රකර ගුලි සාදා සෙනසුරාදා දිනවල ශනි හෝරාවෙන් එනම් උදෑසන 6.00 - 7.00 අතර කාලයේදී නුග කොළ මත තබා බස්නාහිර දිශාවේ උස් ස්ථානයක තබා කපුටන්ට දානය කෑමට අඬ ගැසිය යුතුය.

මෙහිදී 'කුසගින්නෙන් පෙළෙන සෙනසුරු ග්‍රහ දේවතාවන්ගේ වාහනය වන්නා වූ කපුටාගේ කුසගින්න නිවීමට මෙය දානයක්ම වේවා... එකී දානය දීමෙන් හටගන්නා කුසල කර්මයෙන් මා වෙත පැමිණ වන්නා වූ සෙනසුරු ග්‍රහ දොස් දුරුවේවා' යනුවෙන් පැවසීම මගින් බොහෝ ගුණ ඇති වේ.

බල්ලන් සඳහා දෙන දානයද ඉතා පිරිසිදු ලෙස බස්නාහිර දිශාවේ ලිප් බැඳ සහල් සෝදා ගරා නොඉඳුල්ව ගා ගත් පොල්වලින් කිරි මිරිකා දමා පිරිසිදු කර ගත් කරවල කටුද එක් කර එම බතටම තුනපහ කුඩු සහ එළඟිතෙල් මිශ්‍ර කර පදමට ලුණු දමා පිළියෙල කොට කෙසෙල් කොළ හෝ කැන්ද කොළයක තබා තුන් මංසලකදී බල්ලන්ට කෑමට සලස්වා පෙර පරිදිම දුන් දානයේ කුසලයෙන් තම සෙනසුරු දොස් දුරු වේවා'යි අධිෂ්ඨාන කර ගනිමින් දානය දීමෙන් සියලු දොස් නිවාරණය වන බව විශ්වාසය විය.

3. සමාලෝචනය

මාතර ප්‍රදේශයේ හෙළ වෙදකම විශේෂ වන්නේ කුමන සාධක අරඹයාද යන්න සොයා බැලීමක් සිදු කර ඇත. මාතර ප්‍රදේශයේ පාරම්පරික දක්ෂ වෙදමහතුන් ජීවත්ව සිටීම ප්‍රදේශයේ හෙළ වෙදකම විශේෂවන්නට තුඩු දුන් සාධකයක් විය. ඒ අතුරින් මාතර මුලටියන ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයට අයත් ගොම්බද්දල වෙද පරම්පරාව සුවිශේෂ වේ. මාතර හෙළ වෙදකමේ විශේෂත්වය වූයේ ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ යන්ත්‍ර, මන්ත්‍ර, ගුරුකම්, වත්පිළිවෙත්, කෙම් ක්‍රම භාවිත කිරීමයි. ඒ අනුව සියලුම කායික (බෝ නොවන) රෝග සඳහා මතුරා බෙහෙත් කිරීම මාතර වෙදකමේ විශේෂ අංගයක් විය. දෙහි අත්තෙන් මැතිරීම, මුරුංගා අත්තෙන් මැතිරීම ප්‍රධාන වශයෙන් සිදු කර ඇත. බෝ වන කායික රෝග සඳහාද මන්ත්‍ර යොදා ගැනීම, ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ කෙම් ක්‍රම හා දුම්දීම සිදු කර ඇත. කායික රෝගවලට පමණක් නොව මානසික රෝග සඳහාද විශේෂිත වූ වෙදකම් ක්‍රම භාවිත කිරීම දැකගත හැකි විය. ඒ අතුරින් ගුරුකම් ප්‍රධාන තැනක් ගනී. ගුරුකම් යටතේ දෙහි කැපීම, කොඩිවිණ කැපීම, සූනියම් කැපීම සිදු කරයි. සූනියම් කැපීම සඳහා ගොම්බද්දල වෙද පරම්පරාවට පමණක් ආවේණික වූ සූනියම් කැපීමේ කවි ගායනා කිහිපයක් ඔවුන් සමග කළ සාකච්ඡාවේදී හඳුනා ගැනීමට හැකියාව ලැබුණි.

ඇස්වහ කටවහ හෝවහ සඳහා වතුර කළ මැතිරීම හා ඒ සඳහා යොදා ගන්නා මන්ත්‍ර කිහිපයක්ද නූල් බැඳීම යටතේ ඇප නූල් බැඳීම හා ආරක්ෂක නූල් බැඳීමද දුම් දීම ආදියද මාතර හෙළ වෙදකමේ විශේෂත්වය විදහාපාන හෙළ වෙදකම් ක්‍රම බවට පත් වී ඇත. ප්‍රදේශයේ ප්‍රේත දෝස නිවාරණ ක්‍රම සඳහා යොදා ගන්නා අභිචාර විධි අතර ප්‍රේත ගොටු පිදීම, ප්‍රේත පිදේනි තැබීම, කෝනට බත් දීම, කඩ හාල් දැමීම, ප්‍රේත බලිය ප්‍රධාන තැනක් ගෙන ඇත. යන්ත්‍ර මන්ත්‍ර ගුරුකම් මගින්ද ප්‍රේත දෝස නිවාරණය සිදු කරන බව දක්නට ලැබුණි. ඒ සඳහා ප්‍රදේශයට ආවේණික වූ ප්‍රේත මන්ත්‍රයක් හා ප්‍රේත තෛලයක් පිළිබඳ තොරතුරු ලබා ගැනීමට හැකිවිය. ග්‍රහ දෝස නිවාරණ ක්‍රම සඳහා බලියාග පැවැත්වීමේදී ගොම්බද්දල වෙද පරම්පරාවට ආවේණික වූ යාග කවි කිහිපයක් හඳුනා ගැනිණ. සෙත් ශාන්ති යටතේ වතුර මැතිරීම, බලු කපුටු දාන දීම ආදී අභිචාර විධිවල විශේෂතා දක්නට ලැබුණි. ප්‍රදේශයේ පාරම්පරික දක්ෂ වෙද පරම්පරාවක් වූ ගොම්බද්දල වෙද පරම්පරාවේ හෙළ වෙදකම් ක්‍රම හා ප්‍රදේශයේ රෝග නිවාරණ කටයුතු සඳහා යොදා ගන්නා විශේෂිත වූ අභිචාර විධි නිසා මාතර හෙළ වෙදකමේ විශේෂතා හටගෙන ඇත. ඒ අනුව මාතර දිස්ත්‍රික්කයේ මුලටියන ප්‍රාදේශිය ලේකම් කොට්ඨාසයේ හෙළ වෙදකමේ විශේෂතා දක්නට ලැබෙන බව මෙම පර්යේෂණ අධ්‍යයනයෙන් අනාවරණය විය.

පරිශීලිත මූලාශ්‍රය

ප්‍රාථමික මූලාශ්‍රය

සම්මුඛ සාකච්ඡා

කාශ්‍යප හිමි, ඕමාරේ (2021.10.23 දින).

ජයවීර, ජිනදාස (2021.10.11 දින).

විජේනායක, ප්‍රේමදාස (2021.10.13 දින).

විදානෙගම, තිලකසිරි (2021.10.08 දින).

හේවා බූහගේ, චතුරංග සම්පත් (2021.11.07 දින).

ද්විතීයික මූලාශ්‍රය

කුමාර, මහින්ද දළුපොත. (2020). ***බෝවන රෝග වසංගත සහ අපේ ජනශ්‍රැති,*** කොළඹ: සුරස පොත් ප්‍රකාශකයෝ.

දේශප්‍රිය ප්‍රසාද්. (2014). ***නීරෝගී දිවියකට දේශීය වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර,*** කොළඹ: සී.ස සදීපා ප්‍රකාශකයෝ.

ධර්මකීර්ති හිමි, තෙළගපාත. (1993). ***ගෙදරවෙද ගුරු,*** කැලණිය: ලංකා බෞද්ධ මුද්‍රණාලය.

රත්නපාල, නන්දසේන. (2007). ***ජනශ්‍රැති විද්‍යාව,*** කොළඹ: ඇස්. ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ.

ලියනගේ, සිරි. (2010). ***නිරුක්ති සහිත සිංහල ශබ්දකෝෂය,*** කොළඹ: ඇස්. ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ.

විජේතුංග, හරිස්චන්ද්‍ර. (2005). ***මහා සිංහල ශබ්දකෝෂය,*** කොළඹ: ඇම්. ඩී. ගුණසේන සමාගම.