ආයුර්වේදය යනු සම්භාහනයම නොවේ.

අද වනවිට ආයුර්වේදය කියූ සැනින්ම බොහෝ දෙනෙකුගේ මතකයට එකවරම නැගෙන්නේ ශරීරය සම්භාහනය කිරීමයි . ජනතාවගේ ඇති අනවබෝධය මෙන්ම , අද බිහිව ඇති තමන් ආයුර්වේද වෛද්‍යවරුන් යයි කියා ගන්නා නිසි සුදුසුකමක් නැති අය මුදල් පමණක් අරමුණු කර සිදුකරන සීමිත තෙල් ගැල්වීම් නිසා , ආයුර්වේද ප්‍රතිකාරයක් කර ගැනීම යනු තෙල් සාත්තුවක් කර ගැනීම ය යන තරමටම ආයුර්වේද වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය අද ලඝු වී ඇත. නමුත් ආයුර්වේදය යනු ඊට වඩා පුළුල් වූ , ශරීරයේ ඇති සියලුම ශාරීරික හා මානසික රෝග පීඩාවන් මුළුමනින්ම සුව කළහැකි මෙන්ම රෝග වලින් ආරක්ෂා වී සිටීමට

මෙයට අමතරව නිරෝගී පුද්ගලයෙකුගේ නිරෝගී භාවය ආරක්ෂා කර ගැනීමටත් , තරුණ බව රැක ගැනීමටත් ඖෂධ වලට අමතරව බාහිරින් යෙදිය හැකි අලේප, කෂාය හා තෙල් සම්භාහන ක්‍රම වේදයන්ද නොඅඩුවම ආයුර්වේදය තුළ සඳහන් කර ඇත.

උපකාරී වන ශරීර ශක්තිය හා බලය වැඩිකළ හැකි , ඒ සඳහා බොහොමයක් අභ්‍ය න්තර ඖෂධ හඳුන්වා දී ඇති උසස් වෛද්‍ය ක්‍රයමයකි.

ආයුර්වේදය අනෙකුත් ප්‍රචලිත වෛද්‍ය ක්‍රම බිහිව නොතිබූ වසර 5000කට වඩා ඈත අතීතයේ පටන් සිටම නිරෝගී ජනතාවක් බිහි කිරීමට දායක වූ වෛද්‍ය ක්‍රමයයි . කෙටියෙන්ම කියනවා නම් ආයුර්වේද වෛද්‍යක්‍රමය තුලින් පුද්ගලයෙකුට සෑදෙන ඕනෑම ශාරීරික හා මානසික රෝගයක් සුව කල හැකිය.

ආයුර්වේදය යන්න ආයුඃ වේදය යන්නෙන් විග්‍ර හ කෙරේ .

ආයුඃ යනු ආයුෂයි .
වේදය යනු විද්‍යවයි .

ආයුර්වේදය යනු ආයුෂ පිළිබඳව වූ විද්‍යාව නැත්නම් ජීවිතය පිලිබඳ විද්‍යාවයි.(The science of life).

ඇත්තෙන්ම ආයුර්වේදය යනු නිරෝගී ජීවිතයක පදනම කියා දෙන ගැඹුරු වූ දර්ශනයකි .පුද්ගලයෙක් උපන්දා සිටම මියයනතුරුම නිරෝගීව ජීවත්ව සිටීමට ජීවිතයේ ඒ ඒ කාල අනුව අනුගමනය කල යුතු ආහාර රටා , ඇවතුම් පැවතුම් , නින්ද, ව්‍යයායාම, ආදී සියල්ලම ආයුර්වේද ජීවන දර්ශනය තුල විග්‍රහ කර ඇත . එසේම දවසේ කාල අනුව , වසරේ සෘතු අනුව ශරීර ගත දෝෂයන් වෙනස් වන අයුරුත් ඒ අනුව ජීවන රටාව සකසා ගන්න අයුරුත් ආයුර්වේද ජීවන දර්ශනය තුල මැනවින් පහදා දී ඇත.
එසේම ආයුර්වේද වෛද්‍ය ශාස්ත්‍රය වැඩි අවධානය යොමු කර ඇත්තේ රෝග සුව කිරීම හා නිරෝගී බව ආරක්ෂා කර ගැනීමත් පිලිබඳවය. රෝග සුව කිරීම සඳහා යොදන්නා වූ චිකිත්සාවන් අතර ඖෂධ ශරීර ගත කිරීම (අභ්‍යන්තර ඖෂධ) මගින් සිදුකරන චිකිත්සාව මූලික වන අතර එයට අමතරව තිබෙන්නාවූ රෝගයට අනුකූලව බාහිර වශයෙන් යොදන විවිධ වූ ප්‍රතිකාර ක්‍රම දක්වා ඇත. එසේ යොදනු ලබන ස්ථානික ප්‍රතිකාර ලෙස අලේප, තැවීම, නිල ප්‍රතිකාර , ඖෂධ ගැල්වීම , තෙල් ගල්වා සම්භානය කිරීම ආදිය දක්වා ඇත. මේ අනුව ඕනෑම සර්වාංග රෝගයකට නිට්ටාවට ප්‍රතිකාරය ආයුර්වේදයේ සඳහන් කර ඇත. එය පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට ශරීරයේ දෝෂ තත්වය මත වෙනස් වන අතර ආයුර්වේද වෛද්‍යක්‍රමය මනා සේ උගත්, මනා ප්‍රායෝගික දැනුම ඇති දක්ෂ වෛද්‍යවරයා නිවැරදිව පුද්ගලයාගේ දෝෂ තත්වය හැඳිනගෙන ඒ අනුව ප්‍රතිකාර කිරීමෙන් ඕනෑම රෝගියෙකුට සහනයක් ලබාදීමේ භාග්‍යය හිමි වී ඇත.

විශේෂයෙන්ම ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමය මුදල මූලික නොවන සේවාව මූලික වන වෛද්‍ය ක්‍රමයකි. මුදල අමතක කර සේවයම පළමු තැනට පත් කර ප්‍රතිකාරයෙහි යෙදෙන වෛද්‍යවරයාට මන සේ පිහිටන වෛද්‍ය ක්‍රමයකි. නිසි සුදුසුකමක් නැති තමන් වෛද්‍යවරුන් යයි කියා ගන්නා පිරිස අද පෙළඹී ඇත්තේ මහානර්ග වූ මේ ඖෂධ චිකිත්සාව හරි හැටි නොදන්නා නිසාම , ශරීර සම්භානයෙන් පමණක් ජනතාව මුල කිරීමටටය. එයම ජනතාව කෙරෙහි ආයුර්වේදය යන්න සම්භානයම පමණක් යන්න සිතීමට එක් හේතුවකි. ඇත්තෙන්ම කියනවනම් වෙනත් වෛද්‍ය ක්‍රම මගින් ශල්‍ය කර්ම වලින් තොරව , සුව කල නොහැකි යයි සම්මත සමහර රෝග , කිසිදු සම්භානයකින් තොරව ඖෂධ ශරීර ගත කිරීමෙන් පමණක් සුව කල හැකි අවස්ථාද මෙම උසස් වෛද්‍ය ක්‍රමය තුළ ඇත.

මෙයට අමතරව නිරෝගී පුද්ගලයෙකුගේ නිරෝගී භාවය ආරක්ෂා කර ගැනීමටත් , තරුණ බව රැක ගැනීමටත් ඖෂධ වලට අමතරව බාහිරින් යෙදිය හැකි අලේප, කෂාය හා තෙල් සම්භාහන ක්‍රම වේදයන්ද නොඅඩුවම ආයුර්වේදය තුළ සඳහන් කර ඇත. ඒවාද පුද්ගලයා හා යොදන අවස්ථාව අනුව විවිධාකාරයට වෙනස් වේ.

මෙසේ විවිධ චිකිත්සා ක්රම මගින් අනගි භවනීය මෙහෙයක් ඉටු කල හැකි උතුම් වෛද්‍යක්‍රමයක් තිබියදී එය නිසි ආකාරව නො දැන එය සම්භාහනයට පමණක් සීමා කිරීම නියම ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමය නොවේ.

ශ්‍රී ලංකා රජයේ හිටපු ආයුර්වේද වෛද්‍ය නිලධාරිණී
උදේනි ලියනආරච්චි
(ඕස්ට්‍රේලියාවේ ලියාපදිංචි ආයුර්වේද වෛද්‍ය, පංච කර්ම විශේෂඥ සහ මනෝ උපදේශක)
B.A.M.S. [Hons]) Uni' of Colombo" Sri Lanka
(Panchakarma Special) Rajiv Gandhi University" Bangalore. India Dip' Psychology & Counselling, Uni' of Sri J~Pura" Sri Lanka