හයවන සැසිය

රෝගියාගේ

ආධ්‍යාත්මික සෞඛ්‍යය හඳුනාගනිමු

අරමුණු :

- රෝගී වූ පුද්ගලයාගේ ආධ්‍යාත්මික සෞඛ්‍යය යනු කුමක්දැයි හදුනාගැනීම ජීවිතයේ අවසානය ළඟාවනවිට ඇතිවන වේදනාවන් සහ විඳවීම් හඳුනාගැනීම
- රෝගියාගේ ආධ්‍යාත්මික සෞඛ්‍යය ඉහළ නැන්වීම සඳහා රැකබලාගන්නාට කළහැකි කාර්යභාරය හඳුනාගැනීම.

- රෝගියාගේ ආධ්‍යාත්මිකත්වය යනු එම පුද්ගලයාගේ ඇතුලාන්තය තුලින් ජීවිතයෙහි අර්ථය පිළිබඳව තේරුම් ගැනීමට දරණ උත්සාහයයි.
- ආධ්‍යාත්මිකත්වය තුලින් පුද්ගලයෙකුගේ ඇතුලාන්තයෙහි ඇති නිදහස සහ සාමකාමිත්වය, අන්‍යෝන්‍ය පුද්ගල සබඳතා සහ ඇතැම් විශ්වාසයන් නිර්වචනය වෙයි.
- ඇතැම්විට ආගමික විශ්වාසයන් තුලින් ආධ්‍යාත්මිකත්වය නිර්වචනය කිරීමට උත්සාහ දැරුවත් ආගම සහ ආධ්‍යාත්මිකත්වය යනු එකිනෙකට වෙනස් දෙයක් බව තේරුම්ගත යුතුය.

- පුද්ගලයෙකුගේ ආධ්‍යාත්මිකත්වය ඇතැම් ආගමික විශ්වාසයන් තුලින් ඉස්මතුවෙයි.
- රැකබලාගන්නෙකු ලෙස තමා රැකබලාගන්නා පුද්ගලයාගේ ආධ්‍යාත්මිකත්වය පිළිබඳව අවබෝධයක් තිබීම රොගියා රැකබලාගැනීම සඳහා ඉතා වැදගත් වෙයි.
- පිළිකාවක් වැනි රෝගාබාධයකට ගොදුරුවීමෙන් ඇතැම්විට එම පුද්ගලයාට ආගම කෙරෙහි ඇති විශ්වාසය බිඳීයාම නිසා ආධ්‍යාත්මික පීඩාවකට (Spiritual Distress) ගොදුරු විය හැකිය.
- ඇතැම්විට වැරදි ආගමික විශ්වාසයන් තුලින් ප්‍රතිකාර අමතකකර කටයුතුකරන අවස්ථා ද ඇත.

- බොහෝවේලාවට ආගමික විශ්වාසයන් තුලින් රෝගය නිසා රෝගියා තුල ඇතිවන පීඩාව සමනය කරගත හැකිය.
- රෝගය සඳහා මුහුණදීමට ද එමගින් ශක්තියක් ලැබෙනු ඇත.
- මේ බව, ඔහු/ඇයගේ රැකබලාගන්නා ලෙස තේරුම්ගෙන ඔබට එම රෝගී හිතවතාගේ ආධ්‍යාත්මික දියුණුව උදෙසා උදව් උපකාර කළ හැකිය.

ජීවිතයේ අවසානය ළඟාවනවිට ඇතිවන වේදනාවන් සහ විඳවීම් හඳුනාගනිමු.

- ශාරීරික වේදනාවන්
- ඉටු කළ නොහැකි වූ කාර්යයන් සිහිපත්වීමෙන් ඇතිවන වේදනාව
- තමන්ට මරණයත් සමඟ අත්හැර යාමට සිදුවන සම්බන්ධතා, ධනය, බලය, ප්‍රසිද්ධිය ආදිය පිළිබඳව කල්පනාවීමෙන් ඇතිවන වේදනාව
- ජීවිතයේ පාලනය තමන්ගෙන් ගිලිහීයාමෙන් ඇතිවන වේදනාව
- ආත්මගෞරවය හීනවීමෙන් වන වේදනාව
- තමන්ව අන් අයට බරක් වීමෙන් ඇතිවන වේදනාව
- ආර්ථික ගැටළු
- පසුගිය බිඳවැටුණු සම්බන්ධතා සිහිවීමෙන් ඇතිවන වේදනාව

රෝගියාගේ ආධ්‍යාත්මික සෞඛ්‍යය ඉහළ නැංවීම සඳහා රැකබලාගන්නාට කළහැකි කාර්යභාරය

- රෝගියා රැකබලාගන්නාගේ කාර්යභාරය වනුයේ රෝගියාගේ ජීවිතයේ ඉතාමත් අසීරු කාලපරිච්ඡේදයේදී ඔහු හෝ ඇයගේ ආධ්‍යාත්මික ගැටළු වලට අවශ්‍ය විසඳුම් සොයාගැනීමට උවමනා කරන සහයෝගය ලබාදීමයි
- රෝගියා ජීවිතය සහ මරණය පිළිබඳව දරණ අදහස් මෙන්ම ඔහු හෝ ඇයගේ සිතුම් පැතුම් වල ඇති දුර්වලතා ද දැනසිටීම රැකබලාගන්නාට රෝගී වූ පුද්ගලයාගේ ඇති ආධ්‍යාත්මික ගැටළු වලට විසඳුම් ලබාගැනීමට වඩාත් පහසුවක් වනු ඇත.

ආගමික වශයෙන් ඔබට කළහැකි දේ

- රෝගී වූ පුද්ගලයාට හිතවත් පන්සලේ හාමුදුරුවන් හෝ පල්ලියේ පූජකතුමන් සමඟ කතාබහ කිරීමට ඉඩ ලබාදීම.
- දේව මෙහෙයයන් වලට සහභාගී කරවීම.
- ආගමික බලාපොරොත්තු ඇත්නම් ඒවා ඉෂ්ට කරගැනීමට උදව් කිරීම (දානය දීම, පිරිකර පුජා කිරීම ආදිය).
- බණ, පිරිත්, වෙනත් ආගමික දේශනා ඇසීමට කැමැත්තක් දක්වයි නම් ඒ සඳහා උනන්දු කිරීම හා අවකාශය ලබාදීම.
- ආගමික කටයුතු වල නිරත වීම සඳහා නිවසේ ස්ථානයක් පිළියෙල කර දීම.

ආධ්‍යාත්මික සහ මානසික සුවයක් ලැබෙන වෙනත් ක්‍රියාකාරකම්

- භාවනා කිරීම
- යෝග භාවනා කිරීම
- චිත්‍ර ඇඳීම
- සංගීතය ශ්‍රවණය (Music Therapy)
- පරිසරයට අනුගතව ජීවත් වීම ආදිය

ආධ්‍යාත්මික උපදේශනය

- රෝගී වූ පුද්ගලයා ආධ්‍යාත්මික පීඩාවක පසුවන්නේනම් ඒ පිළිබඳව උපදෙස් ලබාගැනීම සඳහා රැකබලාගන්නා ලෙස ඔබට ඒ පිළිබඳව උපදේශන සේවා සඳහා යොමුකළ හැකිය.
- දැනට ශ්‍රී ලංකාව තුල අධ්‍යාත්මික උපදේශනය සඳහා වෙනම ස්ථාන නොවූවත් ඒ පිළිබඳව උපදේශන සේවා ලබාගැනීම සඳහා ළඟම ඇති මානසික ප්‍රතිකාර ඒකකය හෝ ප්‍රාදේශීය ලේඛම් කාර්යාලයේ සිටින උපදේශන නිලධාරී වෙත යොමු විය හැකියි.

සිද්ධි අධ්‍යයනය

කුමාර අවුරුදු 30 ක තරුණයෙකි. ඔහු ඇඟලුම් කම්හලක රැකියාවක් කරන අතර ළඟදීම විවාහ වීමට බලාපොරොත්තුවෙන් සිටියේය. කාලයක් තිස්සේ ඔහු ගැස්ට්‍රයිටිස් රෝගයෙන් පීඩා විඳි අතර නිතරම බඩ පිපුම, උගුරට ඒම, ඔක්කාරය වැනි රෝගලක්ෂණ වලින් පසු වූ බැවින් ඔහුව වැඩිදුර ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු කෙරුණි. එහිදී අනාවරණය වූයේ ඔහු ආමාශයේ පිළිකාවකින් පසුවන බවයි. ඔහුව වැඩිදුර ප්‍රතිකාර සඳහා පිළිකා ප්‍රතිකාර ඒකකයකට යොමු කෙරුණි. මෙම සිදුවීම් දාමය ඔහුගේ ජීවිතය උඩු යටිකුරු කරන ලදී. ඔහු බෞද්ධයෙකු වූ අතර පිනට දහමට ලැදි තරුණයෙකි. මත් පැන් සහ සිගරට් පානයෙන් ද වැළකී සිටි අයෙකි.

ප්‍රදේශයේ පංසලෙහි සහ දහම් පාසලෙහි ද කැපී පෙනෙන කර්තව්‍යක් සිදු කළ තරුණයෙකු වූ අතර ප්‍රදේශයේ කාගේත් ගෞරවාදරයට නොමසුරුව ලක් වූ තරුණයෙකි.

පවුලේ එකම දරුවා වූ ඔහුට ඇති වූ මෙම රෝග තත්ත්වය ඔහුගේ දෙමව්පියන් ද දැඩි කම්පනයකට පත් කර තිබුණ අතර විවාහ ගිවිසගත් මනමාලිය ද ඔහුව හැරදමා ගොස් තිබුණි. කෙතරම් හොඳින් දැහැමිව ජීවිතය ගත කළ ද ඔහු රෝගාතුර වීම සහ ඉන්පසුව මුහුණ දීමට සිදුවූ සිදුවීම් දාමය ආගම දහම පිළිබඳව ද දැඩි කළකිරීමක් ඔහු තුළ ඇතිකිරීම හේතු වුණි. තමාට ඇති වූ තත්ත්වය පිළිබඳව දෙවියන් ට ද දෝෂාරෝපණය කරන ඔහු පිළිකා ප්‍රතිකාර ද ප්‍රතික්ෂේප කරන ලදී. මෙවැනි තත්ත්වයක පසුවන කුමාරට කෙසේ සහයෝගය දක්වන්නේදැයි සාකච්ඡා කරන්න.