هدية
HADIYAH

ප්‍රීතිමත් ජීවිතයක් සඳහා ඵලදායී මාර්ග කිහිපයක්

الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

සිංහල

سنهالي

සංස්කරණය

අෂ්ෂෙයික් අබ්දුර් රහ්මාන් බින් නාසිර් අස් සඃදී
(උත්තරීතර අල්ලාහ්ගේ කරුණාව ඔහු කෙරෙහි අත් වේවා!)

ⓒ جمعية خدمة المحتوى الإسلامي باللغات، 1445 هـ

السعدي ، عبدالرحمن

الوسائل المفيدة للحياة السعيدة - سنهالي. / عبدالرحمن

السعدي ؛ جمعية خدمة المحتوى الإسلامي باللغات- ط.1 -.

الرياض ، 1445 هـ

44 ص ؛ 14 × 21 سم

ردمك: 978-603-8442-16-6

1445 / 18179

الوَسَائِلُ المُفِيدَةُ لِلْحَيَاةِ السَّعِيدَةِ

ප්‍රීතිමත් ජීවිතයක් සඳහා ඵලදායී මාර්ග කිහිපයක්

සංස්කරණය
අෂ්ෂෙයික් අබ්දුර් රහ්මාන් බින් නාසිර් අස් සඃදී
(උත්තරීතර අල්ලාහ්ගේ කරුණාව ඔහු කෙරෙහි අත් වේවා!)

සංස්කාරකගේ පෙරවදන

සියලු ප්‍රශංසා අල්ලාහ්ට පමණක් හිමි ය. අල්ලාහ් හැර නැමදුම් ලැබීමට සුදුසු අන් කිසිවෙකු නොමැති බව මම සාක්ෂි දරමි. තව ද, මුහම්මද් නබි (සල්ලල්ලාලාහු අලෛයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් අල්ලාහ්ගේ දූත පණිවුඩය ගෙන ආ නබිවරයෙකු බව ද අල්ලාහ්ගේ ගැත්තෙකු බව ද මම සාක්ෂි දරමි. අල්ලාහ්ගේ සාමය සහ ශාන්තිය එතුමාණන්ට ද එතුමාණන්ගේ පවුලේ උදවියට ද හිත මිතුරන්ට ද හිමි වේවා.

සැබැවින් ම සෑම මිනිසෙක් ම තම දුක් කරදරවලින් මිදී සිත් සැනසුමෙන්, සතුටින් හා විවේකයෙන් ජීවත්වීමට ආශා කරයි. යහ ජීවිතයක් සහ සතුට ලබා ගත හැකිවන්නේ සිත් සහනය තුළින් පමණි. ආගමික මාර්ග, පාරිසරික මාර්ග, සහ වතාවත් ඉටු කිරීමේ මාර්ග යනාදිය තුළින් මේ වෙත ළඟා විය හැකි ක්‍රමවේද තිබේ. මේවා සියල්ල ලබා ගත හැකිවන්නේ දෙවිඳාණන් කෙරෙහි විශ්වාසය ඇති මුඃමින්වරයෙකුට මිස අන් කිසිවෙක්ට නොවේ. අන් අයට ද මෙවැනි ඇතැම් මාර්ග තුළින් සාමය කරා ළඟා විය හැක. එය ඔවුන් තම චින්තන තුළින් සොයා ගත් මාර්ගයෙන් විය හැකි නමුත් එයින් සම්පූර්ණ යහ ඵලක් ලැබිය නොහැකි ය. එපමණක් නොව, සම්පූර්ණ

සාර්ථකත්වය ලැබිය හැකි අවස්ථාවන් ද ඔවුනට මෙයින් අහිමි වී යනු ඇත.

සෑම මිනිසෙකු ම හඹා යමින් වෙර දරන උතුම් ඉලක්කය වෙත ළඟා විය හැකි බව, මගේ සිතට පැන නැඟු ක්‍රියාවන් කිහිපයක් මෙහි දී මම ඉදිරිපත් කරමි.

මෙම ක්‍රියාමාර්ග පිළිගෙන, එයට එකඟ ව ජීවත් වූ කිහිප දෙනෙක් උතුම් ජීවිතයක් ලබා ගත්හ. එයට පිටු පෑ තවත් පිරිසකට මහත් පීඩන සහිත වූ ජීවිතයට මුහුණ දීමට සිදු වීම ඉතාමත් අවාසනාවකි. තවත් පිරිසක් තමන්ට ලැබූ අවස්ථාවන්ට එකඟ ව මෙම මාර්ග දෙක අතර රැඳී සිටියහ. කෙසේ වෙතත්, යහපත් ක්‍රියාවන් කිරීමට සහ අයහපත් ක්‍රියාවලින් වැළකීමට අවස්ථා සහ සහය ලබා දෙන්නේ අල්ලාහ් පමණි. එබැවින් සියලු දේ සඳහා ඔහුගේ ම පිහිට පතමු.

පරිච්ඡේදය

1. සැපවත් ජීවිතය සඳහා අවශ්‍ය පදනම ඊමාන් හෙවත් දෙවිඳාණන් කෙරෙහි තබන විශ්වාසය සහ අමල් සාලිහ් හෙවත් යහපත් ප්‍රතිඵල අත් කර දෙන ක්‍රියාවන් ය. මේ බව අල්ලාහ් ප්‍රකාශ කරන්නේ මෙසේ ය.

﴿مَنۡ عَمِلَ صَٰلِحٗا مِّن ذَكَرٍ أَوۡ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤۡمِنٞ فَلَنُحۡيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةٗ طَيِّبَةٗۖ وَلَنَجۡزِيَنَّهُمۡ أَجۡرَهُم بِأَحۡسَنِ مَا كَانُواْ يَعۡمَلُونَ ٩٧﴾ [النحل: 97]

“පිරිමියෙකුගෙන් හෝ කාන්තාවකගෙන් හෝ තමන් දේවත්වය විශ්වාස කරන්නෙකු ව සිට කවරෙකු යහකම් කළේ ද, නියත වශයෙන් ඔවුනට අපි යහපත් ජීවිතයක් ප්‍රදානය කරන්නෙමු. සැබැවින් ම ඔවුන් කරමින් සිටි දෑහි යහපත් හේතුවෙන් අපි ඔවුනට ඔවුන්ගේ වේතනය පිරිනමන්නෙමු.” (සූරා අන් නහ්ල්: 97)

ඊමානය සහ යහපත් ක්‍රියාවන් සහිත ව ජීවත්වන්නේ කවරෙකු ද ඔහුට මෙලොව යහපත් ජීවිතයක් මෙන් ම මතුලොව ජීවිතයේ අගනා වේතන ලබා දෙන බව අල්ලාහ් පොරොන්දු වෙයි.

මෙයට හේතුව පැහැදිලි ය. ඒකීය දෙවිඳාණන් කෙරෙහි විශ්වාසය තබන්නන් තුළ නිවැරදි දේවත්ව විශ්වාසය පදනම් කරගත්, හදවත් දැහැමිභාවයට පත් කරන දැහැමි ක්‍රියාවන්, සදාචාරාත්මක ගුණාංග හා මෙලොව හා පරලොව සඳහා ඵලදායක නිවැරදි

ශ්‍රද්ධාව යනාදිය ඇත. ඔවුන් සතු ප්‍රතිපත්ති මත පදනම් ව, ඔවුන් වෙත පැමිණෙන සතුට සහ ප්‍රීතියේ සාධක මෙන් ම කාංසාව, කනස්සල්ල සහ දුක යනාදි සියලු සාධකවලට ඔවුහු මුහුණ දෙති.

එය පිළිගෙන, ඒ සඳහා කෘතවේදී වෙමින්, ප්‍රයෝජනවත් දෙයකට යෙදවීම තුළින් ආදරය හා නිවැරැදි මාර්ගය ඔවුන් ලබනු ඇත. ඔවුහු එය මේ ආකාරයෙන් භාවිතා කරන්නෝ නම්, ඔවුන්ට එයින් ප්‍රීති වීමටත්, එහි පැවැත්ම හා ආශීර්වාද බලාපොරොත්තු වීමටත්, කෘතඥවන්නන් හට හිමි යහඵල අපේක්ෂා කිරීමටත් ශ්‍රේෂ්ඨ දේවල ප්‍රතිඵල බලාපොරොත්තු වීමටත් සලස්වනු ඇත.

තමන්ට එරෙහි විය හැකි දේට ප්‍රතිරෝධය දැක්වීමෙන්, අවම කළ හැකි දේ අවම කර ගැනීමෙන්, මඟහැරීම හැර වෙනත් විකල්පයක් නොමැති දේ සඳහා මනා ඉවසීමකින් යුතු ව ඔවුහු විපත්තිය, හානිය, කනස්සල්ල, පීඩාව යනාදි කරුණුවලට මුහුණ දෙති. මේ අනුව, විපත්තියේ බලපෑමෙන්, ප්‍රයෝජනවත් ප්‍රතිරෝධයෙන්, අත්දැකීම්වලින්, ශක්තියෙන්, ඉවසීමෙන් සහ යහපත් ප්‍රතිඵල බලාපොරොත්තුවෙන් විපත්ති පහ ව යන මහා දේවල් ඔවුන් වෙත පැමිණෙනු ඇත. මාර්ගය ලැබීම, යහපත් බලාපොරොත්තුව, දෙවියන් වහන්සේගේ කරුණාව සහ යහපත

අපේක්ෂාව යනාදිය තුළින් එය ප්‍රතිස්ථාපනය වනු ඇත. නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණෝ ඒ ගැන සහීහ් හදීසයක මෙසේ පවසා ඇත්තාහ:

﴿عَجَبًا لأَمْرِ المُؤْمِنِ إنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وليسَ ذاكَ لأَحَدٍ إلَّا لِلْمُؤْمِنِ إنْ أصابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكانَ خَيْرًا له وإنْ أصابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكانَ خَيْرًا لهُ﴾

"මුඃමින්වරයෙකුගේ කටයුත්ත පුදුම සහගත ය, සැබැවින් ම ඔහුගේ ක්‍රියාවන් සියල්ල ඔහුට යහපතකි. ඔහුට යම් යහපතක් සිදු වුවහොත් ඒ සඳහා ඔහු කෘතඥතාව පළ කරයි. එකල එය ඔහුට යහපතක් වන්නේය. තව ද, ඔහුට යම් අයහපතක් (පාඩුවක්) සිදු වුයේ නම් එය ද ඉවසීමෙන් ඔහු දරා ගනියි. මෙය ද ඔහුට යහපතක් වන්නේය. මෙය මුඃමින්වරයෙකුට හැර අන් කිසිවෙකුට සිදු නොවන්නකි." මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.

ඇත්තෙන් ම දෙවිඳාණන් කෙරෙහි විශ්වාසය තබන්නා, ඔහු මුහුණ දෙන සියලු සතුටුදායක හා පිළිකුල් සහගත දෑහි ඔහු ලබන වස්තුව නම්, ඔහුගේ යහපත සහ ඔහුගේ ක්‍රියාවන්හි ප්‍රතිඵල ගුණ වීම බව නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණෝ පැවසූහ. මේ හේතුව නිසා හොඳ හෝ නරක යන දෙකින් එක් පැත්තක පීඩාවට පත් වූ පුද්ගලයන් දෙදෙනෙකු ඔබට හමුවනු ඇත. ඔවුන් ඒවා පිළිගැනීමේ දී, ඔවුන්ගේ විශ්වාසය හා යහපත්

ක්‍රියාවන් අනුව බොහෝ සෙයින් වෙනස් වේ. අපි සඳහන් කළ පරිදි කෘතවේදීත්වය, ඉවසීම හා ඒ දෙක අනුගමනය කෙරෙන කරුණු අනුව හොඳ හා නරකට මුහුණ දීමේ දී එසේ එම ගුණාංගවලින් විස්තර කරනු ලැබූවන් සතුට හා සොම්නස ලබනු ඇත. දුක් කරදර, කලබල, අවිවේකී බව ඉවත් වනු ඇත. මෙලොවෙහි යහපත් ජීවතයක් ඔහුට පූර්ණ ව ලැබෙනු ඇත. අනෙක් තැනැත්තා දුෂ්ටකම, උඩඟුකම සහ කුරිරුකම සමඟ ආදරය ලබා ගන්නට බලයි. ඔහුගේ සදාචාරය විකෘති වී ඇති අතර, ඔහු ඒවා තිරිසන් සතුන් මෙන් තණ්හාවෙන් හා තැතිගැන්මෙන් ලබා ගන්නට බලයි. ඔහුගේ සිතේ සැහැල්ලුවක් නැත. බොහෝ පැතිවලට ඔහුගේ අවධානය යොමු වෙයි. තම ආදරණීයයාගේ වියෝව පිළිබඳ බියෙන් සහ ඇතිවන බොහෝ විරුද්ධකම් හේතුවෙන් වෙනතකට යොමු වෙයි. එයින් නිතර මතුවන විරුද්ධකම් ද, ආත්මයන් කෙළවරක නොනැවතී තවදුරටත් වස්තු තණ්හාවෙන් පෙළීම ද, එය සිදු විය හැකි ය, එය සිදු විය නොහැකි ය යනාදි කලබලයෙන් ඔහු වෙනතකට යොමු වෙයි. ශෝකය ඇති කරන දෛවෝපගත යමක් අත් වූයේ නම්, ඔහු ඉහත සඳහන් කළ පැතිකඩවලින් කනස්සල්ලට පත් ව සිටියි. කනස්සල්ලෙන්, තැතිගැන්මකින්, බියෙන් හා කම්මැළිකමෙන් දුෂ්කරතාවයට මුහුණ දෙයි. එබැවින් ජීවිතයේ දුක්ඛිතභාවය ද, බුද්ධිමය හා ස්නායු රෝග

වැනි නරක ම තත්ත්වයන් කරා ගෙන යා හැකි ආතතිය ද යනාදිය තුළින් ඔහුට කුමක් සිදු වේ ද යන්න ගැන විමසිය යුතු නැත. ඔහු යහඵල බලාපොරොත්තු නොවන බැවින් හා ඉවසීමක් නොමැති බැවින් එය වඩාත් ම භයානක දුක්ඛිත තත්ත්වයන් කරා රැගෙන යයි.

මේවා සියල්ල අත්දැකීමෙන් දැක ගන්නට පුළුවන් වෙයි. සමාජයේ ජීවත් වන අනෙක් මිනිසුන් සමඟ මෙවැනි කෙනෙක් සමාන කර බැලුවහොත් ඊමානයේ දීප්තිය සහිත මුඃමින්වරයෙකු හා එය නොමැති කෙනෙකු අතර තිබෙන වෙනස ඔබට දැක ගත හැකි වේ. අල්ලාහ් කුමන දෙයක් ලබා දුන්නත් ඒවා තෘප්තිමත් සිතකින් භාර ගන්නට ඉස්ලාම් දහම ගැත්තන්ට උනන්දු කර තිබීම මෙයට හේතු වෙයි.

මෙයට අනුගත ව අසනීපය, දිළිඳුකම හෝ වෙනත් ඕනෑ ම පරීක්ෂණයන්ට මුහුණ දීමට සිදු වන විට අල්ලාහ් විසින් දෙන ලද සියලු දේ සඳහා ස්ථිර ඊමානය හේතුවෙන් තෘප්තියට හා සෑහීමට පත් වූ මුඃමින්වරයෙක්, පැන නගින ඕනෑ ම ප්‍රශ්නයක් ඉදිරියේ කලබල නොවී සිටී. තමාට කිසිසේත් ලබා ගත නොහැකි දෙයක් ඔහු නොපතයි. තමාට වඩා ඉහළින් සිටින අය දෙස අවධානය යොමු නොකර, තමාට වඩා පහළින් ජීවත් වන අය දෙස අවධානය යොමු කර

අල්ලාහ්ට කෘතඥතාවය දක්වයි. ලෞකික අවශ්‍යතා සියල්ල හිමි කෙනෙකුට වඩා මුඃමින්වරයකු එවන් තෘප්තියක් නොලැබුව ද ඔහු තුළ පවතින මානසික තෘප්තිය, සතුට හා ප්‍රීතිය අධික වන්නේය.

එහෙත් ඊමානයට එකඟ ව ක්‍රියා නොකරන කෙනෙක්, සුළු අසනීපයකට පත් වන විට හෝ යම් පාඩුවක් සිදු වන විට හෝ තමා විනාශයට හා මහත් ව්‍යසනයට සමීප ව සිටින බව සිතා කනස්සල්ලට පත් වෙයි.

තවත් උදාහරණයක් දෙස බලමු. භයානක යම් සිදුවීමක් සමාජයට පහළ වන විට හෝ මහත් පීඩනයකට ජනතාව ලක් වන විට ස්ථාවර ඊමානය සහිත මිනිසා සාමකාමී ව හා නොසැලී සිටිනු ඔබ දකිනු ඇත. තමාට අහිමි වූ සමාජ ගෞරව, දැඩි සිතුවිලි, කතිකත්වය, ක්‍රියාකාරිත්වය සියල්ල පාලනය කර යළි කටයුතුවල යෙදීමේ හැකියාව සහ මානසික ශක්තිය ඔහු නැවත ලබා ගන්නා බව ඔබ දකිනු ඇත. ඕනෑ ම පීඩනයට මුහුණ දීමට ඔහු සූදානම් ව සිටීම මෙයට හේතුව වේ. සිතට සහනය සහ ශක්තිය මිනිසාට ලබා දෙන්නේ මෙවැනි අවස්ථාවන් ය.

ඊමානය විරහිත කෙනෙකුගේ තත්ත්වය මෙය නොවේ. බිය හා ව්‍යාකූලතාව හටගන්නා විට ඔහු මහත් අධෛර්යයට පත් වෙයි. ඔහු රුධිර පීඩනයට

ලක් වෙයි. ඔහුගේ කල්පනා කිරිමේ හැකියාව අවුල් වෙයි. ඔහු තුළ භීතිය හා කම්පනය ව්‍යාප්ත වෙයි. මෙම මානසික තත්ත්වය පහදා දිය නොහැක. ප්‍රශ්නවලට මුහුණ දීමට ඔවුන් පුහුණුව ලැබූ ස්වාභාවික හැකියාවෙන් කිසිවක් කළ නොහැකි බව දකින ඔහු මානසික ව ක්‍රියා විරහිත වෙයි. ඕනෑ ම දෙයක් දරා ගත හැකි ඊමානයේ ඉවසීම නොමැති හේතුවෙන් ඔහු මෙවැනි තත්ත්වයට පත් වෙයි. දුක හා පීඩනයට ලක් වන විශේෂ මොහොතේ මෙම දුබලතාව මුදුන්පත් වන බව දැක ගත හැක.

නිසි පුහුණුව මගින් ධෛර්යය ලැබූ තැනැත්තා මුඃමින් කෙනෙකුට සමාන වන්නා සේ ම පුහුණුව නොලද අධෛර්යමත් තැනැත්තා ඊමාන් නොමැත්තෙකුට සමාන වේ. මෙම නිර්භීතකම තුළින් ඕනෑ ම භයානක අවස්ථාවක් පහසු දෙයක් ලෙස මුඃමින්වරුන් වන ඔවුනට දැකිය හැක. එහෙත් ශක්තිමත් ඊමානය තුළින් ඉවසීම, සියල්ල අල්ලාහ්ට භාර කිරීමේ තවක්කුල් නම් විශ්වාසය, බලාපොරොත්තුව සහ තම ක්‍රියාවන් සඳහා අල්ලාහ්ගෙන් පමණක් වේතනය බලාපොරොත්තු වීම යන කරුණු සහිත මුඃමින්වරයෙකුගේ එඩිතරකම තවත් ශක්තිමත් බවට පත්වෙයි. භීතිය නිසා හටගන්නා පීඩනය ඔහු තුළ නැත. මේ අයුරින් ඔහු

සෑම අංශයෙන් ම උතුම් බවට පත් ව සිටී. මෙම තත්ත්වය පිළිබඳ ව අල්ලාහ් පවසන්නේ කුමක් දැ යි බලමු.

﴿... إِن تَكُونُواْ تَأْلَمُونَ فَإِنَّهُمْ يَأْلَمُونَ كَمَا تَأْلَمُونَ وَتَرْجُونَ مِنَ ٱللَّهِ مَا لَا يَرْجُونَ وَكَانَ ٱللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ١٠٤﴾ [النساء: 104]

"නුඹලා වේදනාවට පත් වූවාක් මෙන් ම ඔවුන් ද වේදනාවට පත් ව ඇත. තව ද ඔවුන් අපේක්ෂා නොකරන දෙයක් නුඹලා අල්ලාහ්ගෙන් අපේක්ෂා කරන්නෙහුය." (සූරා අන් නිසා 104)

අල්ලාහ්ගේ උපකාරය ඔවුනට හිමි වෙයි. ඔහුගේ නිශ්චිත හා ඉමහත් උපකාරය භීතිය විසුරුවා හරියි. සර්වබලධාරී අල්ලාහ් මෙසේ පැවසීය.

﴿... وَٱصْبِرُوٓاْ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ ٤٦﴾ [الأنفال: 46]

නුඹලා ඉවසීමෙන් සිටිනු. සැබැවින් ම අල්ලාහ් ඉවසිලිවන්තයින් සමඟ ය. (සූරා අල් අන්ෆාල් 46)

2. කනස්සල්ල, කරදර සහ කාංසාව දුරු කරන හේතු අතර, වචනයෙන් සහ ක්‍රියාවෙන් මිනිසුන්ට කරුණාව දැක්වීම එක් හේතුවකි. මේ කරුණු සියල්ල ම යහපත් කරුණු වන අතර එය සිදු කරන ප්‍රමාණය අනුව ඒකීය දෙවිඳාණන් ඒවා මගින් ධර්මිෂ්ඨ අයගේ ද දුෂ්ට අයගේ ද කරදර සහ කාංසාවන් පලවා හරිනු ඇත. එහෙත් එයින් ඇදහිලිවන්තයාට සම්පූර්ණ වාසනාව සහ භාග්‍යය ඇති අතර, ඔහු තුළ ඇති කරුණාව ඔහුගේ අවංකකම සහ අල්ලාහ්ගේ ත්‍යාගය මත පදනම් ව පවතින බැවින් එය ඔහුගේ කතා හා ක්‍රියාවලින් කැපී පෙනේ.

එබැවින් අල්ලාහ් ඔහු බලාපොරොත්තු වන යහපත සඳහා අනුග්‍රහය දැක්වීමට ඔහුට පහසු කරන අතර, ඔහුගේ අවංකභාවය හා චේතනය බලාපොරොත්තු වීම හේතුවෙන් ඔහුගෙන් දුෂ්කරතා මඟ හරිනු ඇත.

﴿لَّا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَىٰهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَٰحٍۭ بَيْنَ ٱلنَّاسِۚ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ ٱبْتِغَآءَ مَرْضَاتِ ٱللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ﴿١١٤﴾﴾ [النساء: 114]

“දානයක් හෝ යහපතක් හෝ ජනයා අතර සමතයක් ඇති කරන කරුණක් ගැන නියෝග කරන්නකු (සිදු කරන කතාවක) මිස ඔවුන් අතර

කෙරෙන රහස් කතාවන් බොහෝමයක යහපත නොමැත. කවරෙකු එය අල්ලාහ්ගේ තෘප්තිය බලාපොරොත්තුවෙන් සිදු කරන්නේ ද එවිට අපි ඔහුට අතිමහත් ප්‍රතිඵල පිරිනමන්නෙමු." (සූරා අන් නිසා 114)

ඉහත සඳහන් වාක්‍ය මගින් ගැත්තා ඉටු කරන මෙම කාර්යයන් සියල්ල යහපත් බව ද, එහි ප්‍රතිඵල යහපත ගෙන දෙන බව ද, ඒ හේතුවෙන් අයහපත් දේ වැළකිය හැකි බව ද, අල්ලාහ්ගෙන් පමණක් ප්‍රතිඵල බලාපොරොත්තු වන ගැත්තාට අල්ලාහ් උසස් ත්‍යාග දෙන බව ද සනාථ කරනු ලැබේ. තව ද, ගැත්තාගේ දුක, කනස්සල්ල හා අයහපත් සිතුවිලි සියල්ල මකා දැමීම ගැත්තාට දෙනු ලබන උසස්තම ත්‍යාග අතුරින් එකක් බව මෙයින් පැහැදිලි වේ.

පරිච්ඡේදය

3. ශරීරය දුර්වල වීම, අයහපත් කටයුතු වෙත සිත යොමු කිරීමෙන් හටගන්නා මානසික අසහනය වැනි රෝග තත්ත්වයන්ගෙන් නිවාරණ ලැබීම සඳහා යහ ක්‍රියාවන් සහ දැනුම වර්ධනය කරන කරුණු වෙත අවධානය යොමු කළ යුතු ය. මෙවැනි යහ ක්‍රියාවන්හි නිරත වීම තුළින් කෙනෙකුගේ සිතෙහි හට ගන්නා දුක සහ අසහනය ඉවත් කළ හැකි වේ. මෙම මාර්ගයෙන් සිතේ පවතින අයහපත් සිතුවිලි ඉවත් කිරීමෙන් ඔහුට

සතුට ලැබීමෙන් ක්‍රියාකාරිත්වය ද වර්ධනය කරගැනීමට හැකි වනු ඇත. මෙලෙස කටයුතු කිරීම දෙවිඳාණන් ගැන විශ්වාස කරන්නෙකුට මෙන් ම උතුමාණන් ගැන විශ්වාස නොකරන්නෙකුට ද අදාළ පියවරකි. එහෙත් මුඃමින්වරයෙක් ඉගෙන ගන්නා විට හෝ උගන්වන විට හෝ යම් ක්‍රියාවක නිරත වන විට ඔහු තුළ පවතින ඊමානය හේතුවෙන් අන් අයට වඩා කැපී පෙනෙනු ඇත. ඔහු නිරත වන කාර්යය ඉබාදාව (ගැතිකම පෙන්වන නැමදුමක් වැනි දේ) සම්බන්ධ එකක් නම්, එම කාර්යය ඉබාදාවක් බවට පත් වේ. එසේ නොව, ඔහු ලෞකික හෝ වෙනත් සමාජීය කටයුත්තකට සහභාගි වන විට ඔහු යහපත් චේතනාවෙන් සහ අන් අයට උපකාර කිරීමේ අරමුණින් නිරත වන නිසා එම ක්‍රියාව පවා ඉබාදාවක් බවට පත් වනු ඇත. මෙවැනි අවස්ථාවන්හි පවා මුඃමින්වරයෙකුගේ ක්‍රියාවන් ඔහුගේ සිත්තැවිල්ල, අසහනය ඉවත් කිරීමේ සාධක බවට පත් වනු ඇත. අසහනය සහ අයහපත් සිතුවිලි සහිත අය නොයෙක් රෝගයන්ට භාජනය වන අතර, ඔවුන් වැදගත් ක්‍රියාවන්හි යෙදී තම අසහනය අමතක කිරීමට යහ ක්‍රියාවන් උපකාරී වේ.

කෙසේ වෙතත්, යහ ක්‍රියාවන්හි යෙදෙන විට, තම සිතට එකඟ වන සහ තමා කැමති කාර්යයන්හි යෙදීම සුදුසු ය. අල්ලාහ් සියල්ල දන්නා සර්වඥ ය.

පරිච්ඡේදය

4. ආතතියෙන් හෝ දුකෙන් මිදීම පිණිස තමා නිරත වන කටයුතු කෙරෙහි සම්පූර්ණ අවධානය යොමු කිරීම සුදුසු ය. ඒ සමඟ ම අතපසු වූ හා පැරණි විෂයයන් ගැන දුක්වීමේ පුරුද්ද අතහැරිය යුතු ය. නබි මුහම්මද් (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් සිත්තැවිල්ලෙන් හා දුකෙන් මිදීමට අල්ලාහ්ගෙන් රැකවරණය පැතුවේ මේ නිසා ය.

අත පසු වූ සිද්ධීන් ගැන නැවත, නැවත සිතා දුක් වීමෙන් හෝ කෝප වීමෙන් එය යළි පැමිණෙන්නේ නැත. එමෙන් ම අනාගතය ගැන බිය විය නොයුතු ය. මේවා මගින් ආතතිය තවත් අධික වනු ඇත. මේ හේතුන් නිසා මුඃමින්වරයෙකු තම දෛනික කටයුතුවල පමණක් සිත සම්පූර්ණයෙන් ම යොමු කළ යුතු ය. මේ ආකාරයෙන් ඔහු තම දෛනික කටයුතු සියල්ල විධිමත් ලෙස පවත්වා ගත යුතු ය. අල්ලාහ්ගේ ගැත්තෙකු තම සියලු කටයුතු නිසියාකාර ව අවසන් කිරීමට සහ සිත්තැවිල්ලෙන් නිදහස් වීමට හැකි වන්නේ තම සිත එක් දිශාවට යොමු කිරීමෙන් පමණි.

නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් ප්‍රාර්ථනා කරන විට හෝ ප්‍රාර්ථනා කරන ලෙස සමාජයට මග පෙන්වූ විට, ඔවුන් මහත් වුවමනාවක් දක්වමින් අල්ලාහ්ගේ උපකාර අයදිය යුතු බව ද, තම ප්‍රාර්ථනාවන් ට බාධක වන කරුණු සියල්ලෙන් ඉවත් විය යුතු බව ද එතුමාණෝ උපදෙස් දුන්හ. මෙයට ප්‍රධාන හේතුව, ප්‍රාර්ථනාව කෙනෙකුගේ ක්‍රියාකලාපය හා සමීප ව සම්බන්ධ වී තිබීම ය. එබැවින් ලෞකික විෂයයෙහි හෝ ආගමික විෂයයෙහි යහඵල ගෙන දෙන ක්‍රියාවන්හි පමණක් පරිශ්‍රමය යෙදිය යුතු ය. තම අභිලාෂයන් ලබා ගනු පිණිස අල්ලාහ්ගෙන් ප්‍රාර්ථනා කිරීමට ද අමතක නොකළ යුතු ය. මේ බව නබි (සල්) තුමාණන්ගේ පහත සඳහන් හදිසය පැහැදිලි කරයි.

﴿احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ وإنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا، كَانَ كَذَا وَكَذَا وَلَـكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنَّ (لَوْ) تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ﴾

"ඔබට යහපතක් ගෙන දෙන විෂයයෙහි සැලකිල්ල දක්වනු. ඒ සඳහා අල්ලාහ්ගේ සහය පතනු. ධෛර්යය අත් නොහරිනු. තව ද ඔබට යමක් සිදු වුයේ නම්, 'මම මෙලෙස කළෙම් නම් මෙවැනි දැයක් සිදුවන්නට තිබුණි. (නොකළෙම් නම්) එවැනි දැයක් සිදුවන්නට තිබුණි.' යැයි නොපවසනු. එහෙත් අල්ලාහ් තමා

කැමති දේ ඔහු තීරණය කළ අයුරින් සිදු කරයි. මන්ද, 'මෙලෙස කළෙමි නම්' යන වදන ෂෙයිතාන්ගේ ක්‍රියාව (දෙවිඳාණන්ගේ නියමය භාර නොගන්නා අයුරින් දොස් නැගීමේ හැඟීම) ආරම්භ කරයි." (මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.)

යම් ක්‍රියාවක් සාර්ථක වනු පිණිස එය කෙරෙහි උනන්දුව සහ අල්ලාහ්ගේ උපකාරය අවශ්‍ය වේ. ඒ කෙරෙහි උදාසීනකම නොදැක්විය යුතු ය. පසුගිය දේ පිළිබඳ ව සිත්තැවිල්ලට පත් නොවිය යුතු ය. ඒ වෙනුවට සිදු වූ සියල්ල අල්ලාහ්ගේ තීරණයට එකඟ ව සිදු වූ බව තෘප්තියට පත් ව පිළිගත යුතු ය යනුවෙන් නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන්ගේ හදිස් වදන අපට පැහැදිලි කරයි.

තව ද, නබි (සල්) තුමාණන් යම් ක්‍රියාවක් දෙවර්ගයට වෙන් කර ඇති බව මෙයින් පෙනේ. ඒවා නම්, මුඃමින්වරයෙක් තම වෑයමින් යම් අවශ්‍යතාවක් ලබා ගැනීම සහ එය ලබාගත නොහැකි වීම යන වර්ග දෙකක් වේ. මෙලෙස වෑයම් කිරීමේ දී ඒ සඳහා අල්ලාහ්ගේ සහය පැතීම ද අවශ්‍ය බව සලකන්න. එසේ ම, එය ලබා ගත නොහැකි වීම වැනි අවස්ථාවන්හි මුඃමින්වරයෙක් එම අසාර්ථක ප්‍රතිඵලය පිළිගත යුතු ය. ඒ හේතුවෙන් අතෘප්තියට පත් නොවිය යුතු ය. මෙම ක්‍රමවේදය මුඃමින්වරයෙක් නිතර අනුගමනය කළේ නම් ඔහුගේ වේදනාව ඉවත් වී

ඔහුගේ ජීවිතය නිතර සතුටින් පිරෙනවාට කිසිදු සැකයක් නැත.

පරිච්ඡේදය

5. හදවත්හි දුක ඉවත් වී සහනය ගෙන දෙන තවත් මාර්ගයක් වනුයේ නිතර අල්ලාහ් ව මෙනෙහි කිරීම බව කුර්ආන් පවසයි.

﴿...أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ ۝٢٨﴾ [الرعد: 28]

"සැබැවින් ම හදවත් සැනසුමට පත් වනුයේ අල්ලාහ් ව මෙනෙහි කිරීමෙනි." (සූරා අර් රඅද් 28)

අල්ලාහ් ව මෙනෙහි කිරීම කෙනෙකුගේ හදවත් සැනසුමට පත් කරමින්, අභිලාෂයන් සහ අවශ්‍යතා ඉෂ්ට කරගනිමින්, බලාපොරොත්තු වන ප්‍රතිඵල සාර්ථක කර ගැනීමට මහත් උපකාරයක් වන බව මෙම වාක්‍ය පවසයි.

පරිච්ඡේදය

6- තව ද අල්ලාහ් කෙනෙකුට ප්‍රසිද්ධ ව හා අප්‍රසිද්ධ ව ලබා දුන් ආශීර්වාද විශාල ප්‍රමාණය පිළිබඳ ව සඳහන් කිරීම ඔහුගේ සිත්තැවිල්ල හා කනගාටුව ඉවත් කර ගැනීමේ තවත් ක්‍රියා මාර්ගයකි. මෙවැනි ක්‍රියා මාර්ගවලින් කෙනෙකුගේ සිත්තැවිල්ල ඉවත් කිරීමට අල්ලාහ් ක්‍රමයක් සකස් කර ඇත. මෙයට එකඟ ව

බැතිමතා තම කෘතඥතාව නිතර ප්‍රකාශ කළ යුතු බව අල්ලාහ් ඔහුට අනුබල දෙයි. ගැත්තෙකුට අසනීපය, දුප්පත්කම වැනි පරීක්ෂණයන්ට මුහුණ දීමට සිදුවන අවස්ථාවන්හි අල්ලාහ් තමාට ලබා දුන් අසීමිත ආශීර්වාදයන් ගැන සසඳා බලන ඔහු මෙම නවක ප්‍රශ්න සියල්ල ගැන වැඩිය ළත වීමට හේතුවක් නොමැති බව දැක ගනී.

තමා අසීරු තත්ත්වයට පත් කර එමගින් අල්ලාහ් පරීක්ෂණ කරන බව ගැත්තා පිළිගන්නේ නම්, එම තත්ත්වය ඔහු ඉවසීමෙන් දරා ගන්නේය. තව ද පැන නැගූ එම අවස්ථාව සඳහා අල්ලාහ්ගෙන් තිළිණ සහ ප්‍රතිඵල අපේක්ෂාවෙන් ඉවසීමෙන් කටයුතු කරන විට, එම අසීරු අවස්ථාවන් පවා මුස්ලිම්වරයෙකුට පහසු එකක් බවට පත්වෙයි. මෙම පහසු හැඟීම නිසා ඔහු දරා ගත් අසීරුකම ඔහුට අමතක වනු ඇත.

පරිච්ඡේදය

7. තමාට වඩා පහළ තත්ත්වයෙන් පසු වන අය වෙත අවධානය යොමු කිරීම. මෙවැනි අවස්ථා පිළිබඳ ව නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණෝ මෙසේ වදාළහ.

﴿انْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَهُوَ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزْدَرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ﴾

“ඔබට වඩා පහළ තත්ත්වයේ පසු වන ජනතාව දෙස ඔබේ නෙත් යොමු කරන්න. ඔබට වඩා ඉහළ තත්ත්වයේ සිටින ජනතාව වෙත අවධානය යොමු නොකරන්න. අල්ලාහ්ගෙන් ඔබට හිමි වූ ආශිර්වාද පිළිබඳ ව ඒවා අල්ප ලෙස ඔබ නොසැලකීමට මෙය කදිම ක්‍රමය වේ.” (මූලාශය: බුහාරි)

මෙවැනි උතුම් මානසික තත්ත්වයක මුඃමින්වරයෙක් කටයුතු කරන්නේ නම් අන් අයට වඩා තමා යහපත් ලෙස සිටින බව ඔහු දැකීම නියත ය. මෙවැනි අවස්ථාවක ඔහු කුමන තත්ත්වයේ පසු වුවත්, සමාජයේ බොහෝ දෙනාට වඩා තමා ශාරීරික සෞඛ්‍යයෙන් හා ආහාරයෙන් අධික පෝෂණය ලැබ සිටින බව දැන ගනියි. ඔහුගේ ශෝකය ඉවත් වී ඒ වෙනුවට ඔහුගේ සතුට අධික වේ. එමෙන් ම තමාට වඩා උසස් තත්ත්වයේ ජීවත් වන ජනතාව දකින විට ඔහු තුළ ක්‍රෝධය හෝ ඊර්ෂ්‍යාව හටගන්නේ නැත.

මෙලෙස තමාට බාහිර ව හා අභ්‍යන්තර ව අල්ලාහ් විසින් පිරිනමන ලද අසීමිත ආශිර්වාද සහ ආගමික විෂයයන් හා ලෞකික විෂයයන්හි දෙන ලද සහන පිළිබඳ ව නිතර කල්පනා කරන කෙනෙක් තමාට අල්ලාහ් කෙතරම් ආශිර්වාදයක් ලබා දී තිබෙන බව ද කොපමණ අයහපත් අවස්ථාවන්ගෙන් ඉවත් කර ආරක්ෂා සපයා තිබේ යන වග ද දැන ගනී. මෙලෙස

සහනයන් ගැන කල්පනා කරන විට ඔහුගේ සිත තුළ කනස්සල හීන වී ඒ වෙනුවට සතුට අධික වන බව කිසිදු සැකයක් නැත.

පරිච්ඡේදය

8. කනගාටුවෙන් ඉවත් වී සතුටින් ජීවත් වීම සඳහා කනගාටුවට මඟ පාදන ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකී සිටීම නියම ක්‍රියාමාර්ගයකි. අතීතය වෙනස් කිරීමට කිසිසේත් නොහැක. එනිසා ඒවා පිළිබඳ ව කල්පනා කරමින් ළත වීමෙන් කිසිදු ඵලක් නැත. බොහෝ දෙනෙක් තම අශුභ අතීතය ගැන කල්පනා කරමින් ළත වන අතර, අනාගතය සඳහා සාර්ථක පියවරක් ගන්නට නොහැකි ව ද ළත වෙති. තව ද එය අනුවණ හා උමතු ක්‍රියාවක් බව පිළිගත යුතු ය. එනිසා අයපහත් අතීතය පිළිබඳ ව අමතක කළ යුතු ය. මෙමගින් ද සතුට සඳහා මාර්ගයක් විවෘත වේ. ඇතැම් විට අතීතය අමතක කිරිමට මහත් ප්‍රයත්නයක් දරන්නට සිදු වේ. එහෙත් මෙය අනිවාර්යයෙන් ම සිදු කළ යුතු එකකි. එපමණක් නොව ජීවිතයේ අවශ්‍ය පියවර ගන්නා විට, අනාගතයේ තමා දිළිඳුකමට හෝ කිසියම් රෝගයට ගොදුරු විය හැකි ය යනුවෙන් උපකල්පනය නොකළ යුතු ය. අනාගතය පිළිබඳ දැනුම අල්ලාහ් සතු ය. එනිසා ඒවා පිළිබඳ ව අනවශ්‍ය ලෙස උපකල්පනය කර, කාලය විනාශ නොකර, එහි සාර්ථකත්වය

ලබන්නට හා අසාර්ථක පියවරින් වැළකී කටයුතු කිරීම මුඃමින්වරයකුගේ වගකීම වේ. අනාගතය ගැන ළත නොවී, එය අල්ලාහ්ට භාර කර, නිෂ්කලංක ව තම කටයුතුවල නිරත වීම සුදුසු පියවරකි. එවිට සිත් සහනය ලැබ, තත්ත්වය යහපත් අතට වෙනස් වී, ඔහුගේ බිය හා සැක ඉවත් වන බව මුඃමින්වරයෙකු අවබෝධ කර ගත යුතු වේ.

පරිච්ඡේදය

9. තව ද, අනාගතය සම්බන්ධ විෂයයන් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන විට මුහම්මද් (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් පාරායනා කළ පහත සඳහන් දුආ අප ද පාරායනා කිරීමෙන් යහඵල සිදු වනු ඇත.

﴿اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِيَ الَّذِى هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِى وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَاىَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِى وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِيَ الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِى وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ وَالْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ﴾

"යා අල්ලාහ්, මාගේ සියලු කාර්යයන්හි ආරක්ෂාව වූ මාගේ දහම මට විධිමත් කර දෙනු මැනව! මාගේ ජීවිතය රැඳී පවතින ලෞකික විෂයයන් විධිමත් කර දෙනු මැනව! එමෙන් ම මා ආපසු හැරී යෑමට තිබෙන මතු ජීවිතය ද විධිමත් කර දෙනු මැනව! යහපත්

ක්‍රියාවන් අධික ව කිරීම සඳහා මගේ ආයුෂ කාලය දීර්ඝ කර දෙනු මැනව! සියලු උවදුරෙන් සහන ලබන අයුරින් මාගේ මරණය පහසු කරනු මැනව!" (මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.)

එමෙන් ම එතුමාගේ මෙම ප්‍රාර්ථනාව ද කිව යුතු යි.

﴿اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ﴾

"යා අල්ලාහ්, ඔබේ ආසිරි පතමි. සුළු මොහොතකට වුව ද මා වෙත වූ ඔබගේ උපකාර ඉවත් නොකරනු මැනව! මාගේ සියලු කාර්යයන් විධිමත් කර දෙනු මැනව! ඔබ හැර නැමදුම් ලැබීමට සුදුසු කිසිවෙක් නැත." (සහීහ් ගණයට අයත් වාර්තාදාමයක් සහිත ව අබූ දාවුද් විසින් දැනුම් දී ඇත.)

මෙයට එකඟ ව මුඃමින්වරයෙක් තම ක්‍රියාවන්හි නිරත වන විට දහමෙහි සහ ලෞකික කටයුතුවල අනාගතයේ යහපතක් සිදු කළ හැකි මෙම ප්‍රාර්ථනාවන් පිරිසිදු සිතකින් පාරායනා කළේ නම්, අල්ලාහ් ඒවා සාර්ථක බවට පත් කරන්නේය. තමා වෙත කරන ලද ආයාචනාවන්ට අල්ලාහ් සාර්ථක පිළිතුරු දෙන්නේය. මේ මාර්ගයෙන් මිනිසාගේ සිත්තැවුල් ඉවත් වී ඒවා ප්‍රීතිය බවට වෙනස් වනු ඇත.

පරිච්ඡේදය

10- කනස්සල්ල හා ශෝකය ඉවත් කිරීමට ඉවහල් වන වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් තවත් කරුණක් වනුයේ යම් විපත්තියක් ගැත්තාට සිදු වූ විට එම කරුණ ඉවසා දරා ගනිමින් එය සැහැල්ලුවෙන් දකින්නට උත්සාහ කිරීම ය. එසේ සිදු කළ විට සමනය කළ හැකි දේ හැකිතාක් අඩු කර ගැනීමට ඔහු උත්සාහ කරයි. මෙම දරා ගැනීම සහ ප්‍රයෝජනවත් උත්සාහයෙන් ඔහුගේ කනස්සල්ල සහ කරදර දුරු වී, එම උත්සාහය සඳහා දරන කැපවීම ප්‍රතිලාභ ගෙන දීමටත් ගැත්තාට ඇතිවන හානිය වළක්වා ගැනීමටත් උපකාරී වේ.

භීතිය, අසනීපය, දිළිඳුකම හෝ තමන් අප්‍රිය කරන නොයෙකුත් දෑ සිදු වීම පිණිස හේතු සාධකයක් හට ගන්නා විට, ඒවාට සන්සුන් ව හා සිත පාලනය කර ගනිමින් දෙවියන් පිළිබඳ මතකයෙන් කටයුතු කළ යුතු යි. එසේ ම ඒවාට වඩා විශාල පීඩාවන් හටගන්නේ නම්, ඒවා ද දරා ගැනීමේ එඩිතර මානසික තත්ත්වයට ඔහු පත් වනු ඇත. මෙලෙස අභාග්‍ය සම්පන්න දේ සිදු වන විට ඒවා දරාගැනීමේ හැකියාව නිසා කෙනෙකුගේ මානසික පීඩනය හා ශෝකය අඩු වනු ඇත. ඒවායේ බරපතළකම ද සුළු බවට පෙනේ. විශේෂයෙන් තම හැකියාවට එකඟ ව පීඩාව දරා ගැනීමට කෙනෙක් පුහුණු වුයේ නම්, එම

අවස්ථාවන්හි අයහපතට එරෙහි ව සටන් කිරීමට හැකියාව ඔහු තුළ වර්ධනය කෙරේ. මෙලෙස කරදර සියල්ලට එඩිතර ව මුහුණ දුන් හේතුවෙන් සහ අල්ලාහ්ගෙන් අප්‍රමාද හා ප්‍රමාද ව ලැබෙන සියලු තිළිණ අපේක්ෂාවෙන් සිටීමේ හේතුවෙන් ඔහු තුළ සතුටක් හා බලාපොරොත්තුවක් හටගන්නේය. මේ ප්‍රතිඵල සියල්ල ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් ලෙස දුටු අය බොහෝ දෙනෙකි.

පරිච්ඡේදය

11- මානසික රෝග සඳහා පමණක් නොව, කායික රෝග සඳහා ද ඇති විශිෂ්ටතම ප්‍රතිකාර අතර: හදවතේ ශක්තිය වනාහි නරක සිතුවිලි මගින් ගෙන එන මිත්‍යාවන් සහ මනඃකල්පිතයන් නිසා කලබල නොවී කුපිත නොවී සිටීමට හේතු සාධකයකි. කෝපය සහ ව්‍යාකූලත්වය වේදනාකාරී හේතූන් අතර පවතින්නකි. යමෙකුට පිළිකුල් සහගත විපත්ති ඇතිවීම සහ ආදරය අතුරුදහන් වීම හේතුවෙන් කරදර, කාංසාව, හෘද හා ශාරීරික රෝග මෙන් ම මිනිසුන් බොහෝ පීඩාවන්ට මුහුණ දෙන නපුරු බලපෑම් ඇති කරන ස්නායු බිඳවැටීම්වලට ද ඔහු ලක් වෙයි.

පරිච්ඡේදය

12- එහෙත් කුමන අවස්ථාවේ හෝ මිනිසා අනවශ්‍ය උපකල්පනයට ඉඩ නොදී, තම සියලු කටයුතු අල්ලාහ් කෙරෙහි විශ්වාසය තබා ඔහු වෙතට ම සියල්ල භාර කරන්නේ ද එම මොහොතේ මිනිසාගේ සියලු කරදර හා කම්කටොලු ඔහුගේ සිතින් බැහැර වනු ඇත. මානසික පීඩනය නිසා ඔහුට සිදු වූ විවිධ කායික රෝග හා මානසික අසහනය ඔහුගෙන් ඉවත් වනු ඇත. ඒ සමඟ වදනින් විස්තර කළ නොහැකි සිත් ධෛර්යය, සිත් සහනය සහ සතුට නම් මල් ඔහුගේ ජීවිතයේ පිපෙන්නට පටන් ගනී. අයහපත් උපකල්පනය සහ අනවශ්‍ය භීතියට වහල් වී, ඒවා සිත් තුළ වර්ධනය වීමට ඉඩ දුන් අයගේ ජීවිතය ඉතාමත් දුක සහිත එකක් බවට පත් වේ. මේ පිරිස අතර බොහෝ දෙනෙකුට රෝහල්ගත වන්නට සිදු ව ඇත. මෙවැනි බලපෑමට ශාරීරික දුබල අය පමණක් නොව කායික ව ශක්තිමත් පිරිස ද හසු වේ. ඔවුන්ගෙන් කිහිප දෙනෙකු මානසික රෝගීන් වශයෙන් සිහි විකල් වීම ද දැක ගත හැක. මෙවැනි අභාග්‍ය සම්පන්න තත්ත්වයෙන් කවුරුන් හට අල්ලාහ් ආරක්ෂාව දුන්නේ ද, එමෙන් ම කවුරුන් හට තම සිතුවිලි සමඟ සටන් වදින්නට ආත්ම ශක්තිය අල්ලාහ් දුන්නේ ද එම දෙපිරිස හැර අන් කිසිවෙකුට

මෙම අවාසනාවන්ත තත්ත්වයෙන් මිදෙන්නට හැකියාවක් නැත.

﴿...وَمَن يَتَوَكَّلۡ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسۡبُهُۥ...﴾ [الطلاق: 3]

"කවරෙකු අල්ලාහ් කෙරෙහි සියල්ල භාරකරන්නේ ද ඔහුට ඔහු (අල්ලාහ්) ප්‍රමාණවත් ය." (සූරා අත් තලාක් 3)

එනම්: ආගමික මෙන් ම, ලෞකික සියලු ම වැදගත් කාරණා සඳහා ඔහු ප්‍රමාණවත් ය.

මේ අනුව අල්ලාහ් කෙරෙහි විශ්වාසය තබන්නා සිතින් බලවත් ය; මිත්‍යාවෙන් පීඩාවට පත් නොවේ; හදිසි අනතුරුවලින් කම්පාවට පත් නොවේ. ඊට හේතුව මෙය ආත්මයේ දුර්වලකමෙන් සිදු වන්නක් බවත්, යථාර්ථයක් නැති බියක් හා තැතිගැන්මක් බවත් ඔහු හඳුනන බැවිනි. එමෙන් ම අල්ලාහ් වෙත සියල්ල භාර කරන්නාට පූර්ණ භාරකාරිත්වය හිමිවන බව ද ඔහු දනී. එහෙයින් ඔහු අල්ලාහ් පිළිබඳ ව විශ්වාසය තබා ඔහුගේ පොරොන්දු ඉටු වනු ඇතැ යි යන බලාපොරොත්තුවෙන් හා තැන්පත්භාවයෙන් යුතු ව කටයුතු කරයි. එවිට ඔහුගේ කනස්සල්ල හා සන්තාපය ඉවත් ව යනු ඇත. දුෂ්කරතා සැහැල්ලු බවටත් දුක සතුට බවටත් බිය අභයදායී බවටත් පෙරළෙනු ඇත. අපි අල්ලාහ්ගෙන් අභයදායී සුවය පතමු. ශක්තිමත් හා ස්ථාවර සිතක් අප වෙත දායාද කරන මෙන් ද සියලු ම

යහපත් දැයින් ඔහුගේ ගැත්තන් ව භාරගන්නා පූර්ණ භාරකාරීත්වය ද සියලු ම පිළිකුල් සහගත හා හානිදායක දැයින් වළක්වා ආරක්ෂා කරන මෙන් ද අපි අල්ලාහ්ගෙන් තවදුරටත් ප්‍රාර්ථනා කරමු.

පරිච්ඡේදය

13- නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් කළ ප්‍රකාශයක මෙසේ සඳහන් වේ.

﴿لَا يَفْرَكْ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا خُلُقًا آخَرَ﴾

"මුඃමින්වරයෙකු තවත් මුඃමින්වරියකගේ තොරතුරු පිළිබඳ ව අනවශ්‍ය ලෙස හාරා නොබැලිය යුතු යි. මන්ද, ඇයගේ එක් ගුණාංගයක් ඔහු අප්‍රිය කළ හැකි නමුත් ඇයගේ තවත් ගුණාංගයක් ඔහුට තෘප්තිය ලබා දිය හැක." (මූලාශ්‍රය: මුස්ලිම්)

මෙම වදනෙහි වැදගත් කරුණු දෙකක් අඩංගු වී තිබේ.

1. කෙනෙක් තම බිරිඳ, ඥාතීන්, හිතමිතුරන්, සේවකයන් වැනි සමීප සෑම අයකු සමඟ ම හැසිරිය යුතු ආකාරය ද සම්බන්ධකම් පැවැත්විය යුතු ආකාරය කෙසේ පිහිටිය යුතු දැ? යි ද මෙම හදීස් වදන මඟ පෙන්වයි. එසේ සමීප ව ආශ්‍රය කරන ජනයා අතර තමන් අප්‍රිය කරන ඇතැම් අඩුපාඩු හෝ අප්‍රසන්න

හැඟීම් තිබීමට ඉඩ ඇත. එවැන්නක් ඔබ දුටු විට හිතවත්කම පවත්වා ගැනීමටත් සම්බන්ධකම් අඛණ්ඩ ව පවත්වා ගැනීමටත් එහි ඇති යහපත්කම හා බලාපොරොත්තු වන පුද්ගලික මෙන් ම පොදු යහපත මෙනෙහි කරමින් එය හා ඔබට අවැසි කරුණු සම්බන්ධ කර ගත යුතු යි. එසේ අඩුපාඩු නොසලකා හරිමින් යහපත පෙන්වා දීම තුළින් හිතමිතුරුකම් හා සම්බන්ධකම් අඛණ්ඩ ව පවතිනු ඇත. පූර්ණ සැනසුම ලබා සුවපත් වනු ඇත.

2. මෙම නබි වදනින් ලැබෙන දෙවන පාඩම: සිත් කනස්සල්ල සහ ශෝකය ඉවත් වී සිත පිරිසිදු කර ගත හැක. එමෙන් ම දෙපාර්ශ්වය අතර පිළිපැදිය යුතු අනිවාර්ය අයිතිවාසිකම් හා වගකීම් අඛණ්ඩ ව ක්‍රියාත්මක වනු ඇත. සිත් සහනය ද ලබනු ඇත. නබි (සල්ලල්ලාහු අලෛයිහි වසල්ලම්) තුමාණන්ගේ මෙම උපදෙස් කවරෙක් හෝ අනුගමනය නොකරන්නේ නම්, ඔහුගේ තත්ත්වය සම්පූර්ණයෙන් අවුල් සහගත බවට පත් වෙයි. එවැනි කෙනෙක් අන් අය වෙත තිබෙන යහ ගුණාංගයන් දෙස නෙත් යොමු නොකර ඔවුන්ගේ අයහපත් කොටස ගැන පමණක් තම අවධානය යොමු කරන්නට බලයි. මෙයින් ඔහු තවත් අසහනයට පත්වීම වැළැක්විය නොහැක. මෙවැනි අවස්ථාවක තමන් අතර පවතින පොදු එකඟතාවයට

හා සෙනෙහසට හානි සිදුවිය හැක. මේ නිසා ම දෙපාර්ශ්වය ම එකතු වී සිදු කළ යුතු රාජකාරීන් පවා නිසියාකාර ව ඉටු කිරීමට බාධාවක් සිදුවිය හැක.

බොහෝ අධිෂ්ඨානශීලී පුද්ගලයෝ විපත්තිදායක සහ පීඩිත අවස්ථාවල දී ඉවසීමෙන් සහ තැන්පත්බවින් ඒවා විසඳා ගනිති. එහෙත් සුළු කාරණාවල දී ඔවුන් කනස්සල්ලට පත් වන අතර සන්සුන්භාවය පිරිහී යයි. මෙයට ප්‍රධාන හේතුව බරපතළ කරුණු සම්බන්ධ ව සිත පාලනය කළ ඔවුන් සුළු විෂයයන් කෙරෙහි එසේ කිරීමට අපොහොසත් වීම ය. මෙලෙස අසාර්ථකවීම ඔවුන්ට මහත් හානියක් ගෙන දිය හැක. ඔවුන්ගේ සිත් සහනයට හානි සිදු විය හැක. එහෙත් ස්ථාවර ව සිත පාලනය කරගන්නා කෙනෙක් කුඩා හෝ විශාල පීඩනයට පත් වූ අවස්ථාවන්හි පවා අල්ලාහ් වෙත සියලු කරුණු භාර කර ඔහුගෙන් ම සහන පතයි. ඒ සමඟ ම ඔහු කිසිදු මොහොතක කිසිදු ප්‍රශ්නයක් තම සිතට බරක් නොකරන ලෙස අල්ලාහ්ගෙන් සහය පතයි. එම අවස්ථාවේ ඔහුගේ විශාල ප්‍රශ්න සුළු ප්‍රශ්න බවට පත් වන අතර, සුළු ප්‍රශ්න ඔහුට ම විසඳිය හැකි පහසු ඒවා බවට පත් වෙයි. ඔහුගේ ආත්මය සන්සුන්භාවයට පත් වනවාක් මෙන් ම ඔහුගේ සිත ද සැනසුමට පත් වේ.

පරිච්ඡේදය

14- තෘප්තිමත් හා ප්‍රීතිමත් ජීවිතය යහපත් එකක් නමුත් එය කෙටි කාලීන ජීවිතයක් බව නුවණැති පුද්ගලයෙක් හඳුනා ගනී. එබැවින් සිතට කනස්සල්ල ගෙන දෙන, සිත් පිරිසිදුභාවයට හානියක් සිදු කරන කිසිදු ක්‍රියාවකින් එම කෙටිකාලීන ජීවිතයට හානියක් සිදු වන පියවරක් නොගන්නා බවට නුවණැති කෙනෙකු වග බලා ගත යුතු ය. එසේ නොකළේ නම් ඔහුගේ යහපත් ජීවිතයට අයහපතක් සිදු වනු ඇත. එබැවින් තම ජීවිතයේ සිත්තැවිල්ල ගෙන දෙන කරුණු සහ සිතේ පිරිසිදුකමට හානියක් සිදු කරන කරුණු පිළිබඳ ව කෙනෙක් සෙවිල්ලෙන් සිටිය යුතු ය. මෙම විෂයෙහි යහපත් කෙනෙක් හා අයහපත් කෙනෙක් අතර කිසිදු වෙනසක් නොමැත. එහෙත් මෙයට දායක වන විෂයයන් කෙරෙහි මුඃමින්වරයෙකු ස්ථිර ව කටයුතු කරන අතර එයින් ඔහු ලබනා ප්‍රතිඵල ඉමහත් ය.

පරිච්ඡේදය

15- තව ද තමා අකැමැති යමක් සිදුවන විට හෝ බිය උපදවන යමක් සිදුවන විට ඒවා තමාට පිරිනමනු ලැබූ ආගමික හා ලෞකික භාග්‍යයන් සමඟ ඔහු සසඳා බැලිය යුතු ය. එසේ සසඳා බලන විට අල්ලාහ් විසින් තමාට පිරිනමනු ලැබූ භාග්‍යයන් අධික බව ද, තමාට

සිදු වූ අයහපත් දේ ඉතාමත් ස්වල්පයක් බව ද ඔහු දැක ගනී.

එමෙන් ම තමා මුහුණ දුන් බිය සහිත සිදුවීම් සමග තමා ලැබූ ශාන්තිමත් අවස්ථාවන් ගැන සසඳා බැලිය යුතු ය. මෙවැනි මොහොතෙහි දුබල සිදුවීමක් විසින් ශක්තිමත් සිදුවීමක් ඉක්මවා යෑමට ඉඩ දිය නොයුතු ය. මේ නිසා ඔහුගේ දුක හා සිත් කනස්සල්ල ඉවත් වනු ඇත. තව ද මෙවැනි තත්ත්වයට ළඟා වීම පිණිස විශාල කරදර වලට පවා මුහුණ දී, ඒවා පාලනය කර ගැනීමේ හැකියාව ඔහු තුළ වර්ධනය කර ගත හැකි වේ. මෙවැනි අප්‍රිය සිදුවීම් දරා ගැනීම සඳහා ඒවා පහසු ලෙස දකින්නට ද, එවැන්නක් යළිත් සිදුනොවන බවට වග බලාගන්නට ද සිත් ධෛර්යය ඔහු ලබයි.

පරිච්ඡේදය

16- මිනිසුන්ගෙන් නොයෙක් කරදර සිදු වන විට විශේෂයෙන් ඔවුන්ගෙන් අසභ්‍ය වදන් අසන්නට සිදු වන විට, ඔබ ඒවා කෙරෙහි අවධානය යොමු නොකර, කෝපයට පත් නොවී සිටීම ඉතා ඵලදායී පියවරකි. එවිට ඔවුන්ගෙන් සිදුවන කරදර ඔබට හානියක් බවට පත් නොවී ඔවුන්ට ම හානියක් බවට පත් වන බව ඔබ දැක ගන්නෙහිය.

පරිච්ඡේදය

17- ඔබේ චින්තනයේ ප්‍රතිවිපාකය ඔබේ ජීවිතය බව ඔබ දකිනු ඇත. එනිසා ඔබේ සිතුවිලි දහම හෝ යහපත් ලෞකික දේ සමඟ සම්බන්ධ වී තිබුණේ නම් ඔබේ ජීවිතය ද යහපත් එකක් බවට ඔබ දකිනු ඇත. එසේ නොමැති නම් එහි ප්‍රතිඵලය ඊට වෙනස් වනු ඇත.

පරිච්ඡේදය

18- ඔබ කරන යහ ක්‍රියාවන් සඳහා අන් අයගෙන් ප්‍රතිඋපකාර නොපතා අල්ලාහ්ගෙන් පමණක් ඒවා සඳහා ත්‍යාග බලාපොරොත්තු වීම සිත්තැවිල්ලෙන් මිදෙන්නට පහසු මාර්ගය වේ. එනිසා කෙනෙකුට යහපතක් සිදු කරන විට මේ සඳහා අල්ලාහ්ගෙන් පමණක් ප්‍රතිඋපකාර බලාපොරොත්තු වෙමි යන සිතුවිල්ල තිබිය යුතු අතර, මිනිසාගෙන් බලාපොරොත්තුවක් නොතිබිය යුතු ය. අල්ලාහ්ගේ උතුම් ගැත්තන්ගේ ගුණාංගය මෙය බව සලකන්න. මේ පිරිස පිළිබඳ ව අල්ලාහ් මෙසේ සඳහන් කරයි.

﴿إِنَّمَا نُطۡعِمُكُمۡ لِوَجۡهِ ٱللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمۡ جَزَآءٗ وَلَا شُكُورًا ۝٩﴾

[الانسان: 9]

"අප නුඹලාට ආහාර සපයනුයේ අල්ලාහ්ගේ මුහුණ (දැකගැනීම) උදෙසා ය. නුඹලාගෙන් කිසිදු

ප්‍රතිඵලයක් හෝ කිසිදු කෘතඥතාවක් හෝ අපි අපේක්ෂා නොකරන්නෙමු." (සූරා අල්-ඉන්සාන්: 9)

නිතර සම්බන්ධකම් පවත්වන පවුලේ සාමාජිකයන්, දරුවන්, ඥාතීන් අතර ද මෙය සහතික කළ යුතු වේ. එමෙන් ම ඔවුන්ගෙන් යම් හානියක් හෝ අයහපතක් ඔබට සිදු වන විට ඒවා ගැන නොසලකා හැරීමෙන් ඔබේ සිතට සතුටක් හා විශාල සහනයක් දැනෙන බව ඔබට දැක ගත හැකි ය. ඔබේ සිතට කරදර කරන බරකින් තොර ව, මානසික උවමනාවට අනුව යහපත් ගුණාංග පිළිපදිමින් කටයුතු කිරීම සැනසීමට එක හේතුවකි. යහපත ඇතිවීමේ ප්‍රමාදය ගැන කලකිරීමට ලක් වී වක්‍ර මාර්ග ඔස්සේ ගමන් කිරීමෙන් ඔබ නැවත අයහපත් ස්ථාවරය වෙත හැරී යනු ඇත. මෙහි ප්‍රඥාව මෙය යි. නපුරු දේවල් පිවිතුරු මිහිරි දේවල් බවට පත් කර ගැනීමෙන් ඉමහත් සුවයක් ලැබෙන අතර නපුරු දෑ ද ඉවත් ව යනු ඇත.

පරිච්ඡේදය

19- යහ ප්‍රතිඵල ලබා දෙන ක්‍රියාවන් නිතර අප ඉදිරියේ තබා, ඒවා සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා වෙහෙස දැරිය යුතු වේ. අයහපතක් ඇති වන කිසිදු ක්‍රියාවක යෙදීමෙන් ඔබ වැළකී සිටින්න. කරදර සහ දුක ඇති කරන හේතු සාධකවලින් ඔබේ අවධානය වෙනතකට

යොමු කිරීම සඳහා හානිදායක කාරණා කෙරෙහි අවධානය යොමු නොකරන්න. වැදගත් ක්‍රියාවන්වල සිත් එක්තැන් කර ගනිමින් නිදහසේ අල්ලාහ්ගෙන් උදව් පතන්න.

පරිච්ඡේදය

20- මෙහි දී තවත් වැදගත් කරුණක් වන්නේ සියලු කටයුතු නියමිත වේලාවට නිසියාකාර ව අවසන් කිරීම තුළින් අනාගතයේ පැන නගින තවත් බොහෝ වැඩ කටයුතු සඳහා කාල වේලාව වෙන් කර ගන්නට කෙනෙකුට හැකි වීම යි. එසේ නිසි ලෙස වැඩ කටයුතු අවසන් නොකිරීම නිසා, අලුත් වැඩ කොටස ඒවාට එකතු වීමෙන් කෙනෙකුට පීඩිනය අධික වීමට හැකි වේ. එනිසා සියලු වැඩ කටයුතු නිසියාකාර ව කලට වේලාවට අවසන් කිරීමෙන්, අනාගතයේ ඉදිරිපත් වන නව වැඩ කටයුතු සඳහා කාලය යොදවන්නට ද ඒවා පිළිබඳ ව ඉක්මන් නොවී ස්ථිර ව අවශ්‍ය පියවර ගන්නට ද අවස්ථාවක් ලැබෙනු ඇත.

පරිච්ඡේදය

21- ප්‍රයෝජනවත් වැදගත් ක්‍රියාවන් අතුරින් වඩාත් වැදගත් දෑ සඳහා ප්‍රමුඛත්වය දිය යුතු ය. ඒවා අතර තමා වැඩියෙන් කැමති ක්‍රියාවන් තෝරා ගැනීම වැදගත් වේ. ඊට විරුද්ධ ව තමන් කැමති නොවන ක්‍රියාවන් තෝරා

ගැනීම නිසා ඒවා ගැන නීරසක් ඇති වන අතර ඒවායේ නිරත වන විට කම්මැළිකම සහ උනන්දුවක් නොමැති වීමට අවස්ථාවන් ඇත. තව ද සියලු කටයුතු පිළිබඳ ව සැලකිලිමත් ව කල්පනා කිරීමට ද එම කටයුතු හා සම්බන්ධ අන් අයගේ අදහස් සහ උපකාර ලබා ගැනීමට ද සූදානම් ව සිටිය යුතු ය. කවරෙක් අන් අයගේ අදහස් විමසන්නේ ද ඔහු සිත්තැවිල්ලට ලක් වන්නේ නැත. එබැවින් ඔබ ඉටු කරන්නට යන පියවර ගැන ගැඹුරින් කල්පනා කරන්න. පසු ව අල්ලාහ් කෙරෙහි විශ්වාසය තබා ක්‍රියාව ආරම්භ කරන්න. සැබැවින් ම තමා කෙරෙහි විශ්වාසය තබන්නා ව අල්ලාහ් ප්‍රිය කරන්නේය.

සියලු ප්‍රශංසා විශ්ව පරමාධිපති වූ අල්ලාහ්ට ම ය.
අපගේ නබි නායක මුහම්මද්තුමාණන්ට ද එතුමාගේ
පවුලේ උදවියට ද හිතමිතුරන්ට ද අල්ලාහ්ගේ
ආශීර්වාද හිමි වේවා!

هدية
HĀDIYAH

The Encyclopedia of Ar-Rahman's Guests

Selected material for Pilgrims and Um-rah teaching it in languages of the world.

978-603-8442-16-6