رئاسة الشؤون الدينية
بالمسجد الحرام والمسجد النبوي

සිංහල | سنهالي | الوَسَائِلُ المُفِيْدَةُ لِلحَيَاةِ السَّعِيْدَةِ

ප්‍රීතිමත් ජීවිතයක් සඳහා ඵලදායී මාර්ග කිහිපයක්

සංස්කරණය කළේ
අෂ්ෂෙයික් අබ්දුර් රහ්මාන් බින් නාසර් අස් සඃදී
(අල්ලාහ් ඔහුට කරුණා කරත්වා!)

ⓒ **جمعية خدمة المحتوى الإسلامي باللغات ، 1445هـ**

السعدي ، عبدالرحمن
الوسائل المفيدة للحياة السعيدة - سنهالي. / عبدالرحمن
السعدي ؛ جمعية خدمة المحتوى الإسلامي باللغات - ط1. .- الرياض
، 1445هـ

44 ص ؛ ..سم

رقم الإيداع: 1445/18179
ردمك: 978-603-8442-16-6

الوَسَائِلُ المُفِيْدَةُ لِلحَيَاةِ السَّعِيْدَةِ

ප්‍රීතිමත් ජීවිතයක් සඳහා ඵලදායී මාර්ග කිහිපයක්

الشَّيْخُ عَبْدُ الرَّحمَنِ بْنُ نَاصِرٍ السَّعْدِيُّ

رَحِمَهُ اللهُ

සංස්කරණය කළේ

අෂ්ෂෙයික් අබ්දුර් රහ්මාන් බින් නාසර් අස් සඃදී
(අල්ලාහ් ඔහුට කරුණා කරත්වා!)

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ප්‍රීතිමත් ජීවිතයක් සඳහා ඵලදායී මාර්ග කිහිපයක්

සංස්කාරකගේ පෙරවදන

සියලු ප්‍රශංසා අල්ලාහ්ට පමණක් හිමිය. අල්ලාහ් හැර නැමදුමට සුදුසු අන් කිසිවෙක් නොමැති බව මම සාක්ෂි දරමි. තවද, මුහම්මද් නබි (සල්ලල්ලාලාහු අලෛයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් අල්ලාහ්ගේ දූත මෙහෙය ගෙන ආ නබිවරයෙක් බවද අල්ලාහ්ගේ ගැත්තෙක් බවද මම සාක්ෂි දරමි. අල්ලාහ්ගේ සාමය සහ ශාන්තිය එතුමාණන් සහ එතුමාණන්ගේ පවුලේ අය සහ හිතමිතුරන්හට හිමි වේවා.

සැබැවින්ම සෑම මිනිසෙක්ම තම දුක් කරදර වලින් මිදී සිත් සැනසුමෙන්, සතුටින් 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 දේව විශ්වාසය සහිත මුඃමින්වරයෙකුට මිස අන් කිසිවෙකුට නොවේ. අන් අයටද 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 නොහැක. එපමණක් නොව, සම්පූර්ණ සාර්ථකත්වය ලැබිය හැකි අවස්ථාවන් ද ඔවුනට මෙයින් අහිමි වී යනු ඇත.

සෑම මිනිසෙකුම හඹා යමින් වෙර දරණ උතුම් ඉලක්කය වෙත ළඟා විය හැකි බව, මගේ සිතට පැන නැගු ක්‍රියාවන් කිහිපයක් මෙහි දී මම ඉදිරිපත් කරමි.

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

1 වන පරිච්ඡේදය

සැපවත් ජීවිතය සඳහා අවශ්‍ය පදනම ඊමාන් හෙවත් දේව විශ්වාසය සහ අමලන් සාලිහන් හෙවත් යහපත් කුසල් ක්‍රියාවන්ය. මේ බව අල්ලාහ් ප්‍රකාශ කරන්නේ මෙසේය.

﴿مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾﴾

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

ඊමානය සහ කුසල් ක්‍රියාවන් සහිතව ජීවත්වන්නේ කවරෙක්ද ඔහුට මෙලොව යහපත් ජීවිතයක් මෙන්ම මතුලොව ජීවිතයේ අගනා වේතන ලබා දෙන බව අල්ලාහ් පොරොන්දු වෙයි.

මෙයට හේතුව පැහැදිලිය. දෙවියන් කෙරෙහි විශ්වාස කරන්නන් තුළ නිවැරදි දේව විශ්වාසය පදනම් කරගත්, හදවත් දැහැමි භාවයට පත් කරන දැහැමි ක්‍රියාවන්, සදාචාරය හා මෙලොව හා පරලොව සඳහා ඵලදායක නිවැරදි ශ්‍රද්ධාව යනාදිය ඇත. ඔවුන් සතු

ප්‍රතිපත්ති මත පදනම්ව, ඔවුන් වෙත පැමිණෙන සතුට සහ ප්‍රීතියේ සාධක මෙන්ම කාංසාව, කනස්සල්ල සහ දුක යනාදී සියලු සාධකවලට මුහුණ දෙති.

එය පිළිගෙන, ඒ සඳහා කෘතවේදී වෙමින්, ප්‍රයෝජනවත් දෙයකට යෙදවීම තුළින් ආදරය හා මාර්ගය ඔවුන් ලබනු ඇත. ඔවුන් එය මේ ආකාරයෙන් භාවිතා කරන්නේ නම්, ඔවුන්ට එයින් ප්‍රීති වීමටත්, එහි පැවැත්ම හා ආශීර්වාද බලාපොරොත්තු වීමටත්, කෘතඥවන්නන්හට හිමි කුසල් අපේක්ෂා කිරීමටත් ශ්‍රේෂ්ඨ දේවල විපාක බලාපොරොත්තු වීමටත් සළස්වනු ඇත.

තමන්ට එරෙහි විය හැකි දේට ප්‍රතිරෝධය දැක්වීමෙන්, අවම කළ හැකි දේ අවම කර ගැනීමෙන්, මඟහැරීම හැර වෙනත් විකල්පයක් නොමැති දේ සඳහා මනා ඉවසීමකින් යුතුව ඔවුන් විපත්තිය, හානිය, කනස්සල්ල, පීඩාව යනාදී කරුණුවලට මුහුණ දෙති. මේ අනුව, විපත්තියේ බලපෑමෙන්, ප්‍රයෝජනවත් ප්‍රතිරෝධයෙන්, අත්දැකීම්වලින්, ශක්තියෙන්, ඉවසීමෙන් සහ ප්‍රතිඵල මෙන්ම කුසල් බලාපොරොත්තුවෙන් විපත්ති පහව යන මහා දේවල් ඔවුන් වෙත පැමිණෙනු ඇත. මාර්ගය ලැබීම, යහපත් බලාපොරොත්තුව, දෙවියන් වහන්සේගේ කරුණාව සහ කුසල් අපේක්ෂාව යනාදිය තුළින් එය ප්‍රතිස්ථාපනය වනු ඇත. නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි

වසල්ලම්) තුමාණන් ඒ ගැන සහීහ් හදීසයක මෙසේ පවසා ඇත්තාහ:

(عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ).

"මූඃමින්වරයෙකුගේ කරුණ පුදුම සහගතය, සැබැවින්ම ඔහුගේ ක්‍රියාවන් සියල්ල ඔහුට යහපතකි. ඔහුට යම් යහපතක් සිදු වුවහොත් ඒ සඳහා ඔහු කෘතඥතාව පල කරයි. එය ඔහුට යහපතක් වන්නේය. තවද, ඔහුට යම් අයහපතක් (පාඩුවක්) සිදු වුයේ නම් එය ද ඉවසීමෙන් ඔහු දරා ගනියි. මෙය ද ඔහුට යහපතක් වන්නේය. මෙය මූඃමින් වරයෙකුට හැර අන් කිසිවෙකුට සිදු නොවන්නකි." මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.

ඇත්තෙන්ම දේව විශ්වාසියා, ඔහු මුහුණ දෙන සියලු සතුටුදායක හා පිළිකුල් සහගත දැහි ඔහු ලබන වස්තුව ඔහුගේ යහපත සහ ඔහුගේ ක්‍රියාවන්හි ප්‍රතිඵල ගුණ කර දෙන 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 එසේ එම ගුණාංගවලින් විස්තර කරනු ලැබූවන් සතුට හා සොම්නස ලබනු ඇත. දුක් කරදර, කලබල, අවිවේකී බව ඉවත් වනු ඇත. මෙලොවෙහි යහපත් ජීවිතයක් ඔහුට පූර්ණව ලැබෙනු ඇත. අනෙක් තැනැත්තා දුෂ්ටකම, උඩගුකම 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 කරයි. එයින් නිතර මතුවන විරුද්ධකම් ද, ආත්මයන් කෙළවරක නොනැවතී තවදුරටත් වස්තු තණ්හාවෙන් පෙළීම ද එය සිදු විය හැකිය, එය සිදු නොවිය හැකිය යන කලබලයෙන් වෙනතකට යොමු වෙයි. නියමයක් සහ ඉරණමක් අත් වූයේ නම්, ඔහු ඉහත සඳහන් කළ පැතිකඩවලින් කනස්සල්ලට පත්ව සිටියි. කනස්සල්ලෙන්, තැතිගැන්මකින්, බියෙන් හා කම්මැලිකමෙන් දුෂ්කරතාව මුහුණ දෙයි. එබැවින් ජීවිතයේ දුක්ඛිතභාවය, බුද්ධිමය හා ස්නායු රෝග සහ නරකම තත්ත්වයන් කරා ගෙන යා හැකි බිය යනාදිය තුළින් ඔහුට කුමක් සිදුවේද යන්න ගැන විමසිය යුතු

නැත. ඔහු කුසල් බලාපොරොත්තු නොවන බැවින් හා ඉවසීමක් නොමැති බැවින් එය වඩාත්ම භයානක දුක්ඛිත තත්ත්වයන් කරා සේන්දු කරවයි.

මේවා සියල්ල අත් දැකීමෙන් දැක ගන්නට පුළුවන් වෙයි. සමාජයේ ජීවත් වන අනෙක් මිනිසුන් සමඟ මෙවැනි කෙනෙක් සමාන කර බැලුවහොත් ඊමානයේ දීප්තිය සහිත මූඃමින්වරයෙක් හා එය නොමැති කෙනෙක් 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 අනුගතව අසනීපය, දිළිඳුකම හෝ වෙනත් ඕනෑම පරීක්ෂණයන්ට මුහුණු දීමට සිදු වන විට අල්ලාහ් විසින් දෙන ලද සියලු දේ සඳහා ස්ථිර ඊමානය හේතුවෙන් තෘප්තියට හා සෑහීමට පත් වූ මූඃමින්වරයෙක්, පැන නගින ඕනෑම 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 කෘතඥතාව දක්වයි. ලෞකික අවශ්‍යතා සියල්ල හිමි කෙනෙකුට වඩා මූඃමින්වරයකු 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 ඍජු 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. ඕනෑම පීඩනයට මුහුණු දීමට ඔහු සූදානම් ව සිටීම මෙයට හේතුව වේ. සිතට සහනය සහ ශක්තිය මිනිසාට ලබා දෙන්නේ මෙවැනි අවස්ථාවන්ය.

ඊමානය විරහිත කෙනෙකුගේ තත්ත්වය මෙය නොවේ. බිය හා ව්‍යාකූලතාව හට ගන්නා විට ඔහු මහත් අධෛර්යයට ලක් වෙයි. ඔහු රුධිර පීඩනයට භාජන වෙයි. ඔහුගේ කල්පනා කිරීමේ හැකියාව අවුල් වෙයි. ඔහු තුළ භීතිය හා කම්පනය ව්‍යාප්ත වෙයි. මෙම මානසික තත්ත්වය පහදා දිය නොහැක. ප්‍රශ්න වලට මුහුණ දීමට ඔවුන් පුහුණුව ලැබූ ස්වභාවික හැකියාවෙන් කිසිවක් කළ නොහැකි බව දකින ඔහු

මානසික ව ක්‍රියා විරහිත වෙයි. ඕනෑම 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 ධෛර්ය ලැබීමෙහි හොඳ හා නරක කෙනෙක් ද මූඃමින් හා ඊමාන් නොමැති කෙනෙක් ද එක හා සමාන තත්ත්වය උසුලති. මෙම නිර්භීතකම තුළින් ඕනෑම භයානක අවස්ථාවක් පහසු දෙයක් ලෙස ඔවුන් දැකිය හැක. එහෙත් ශක්තිමත් ඊමානය තුළින් ඉවසීම, සියල්ල අල්ලාහ්ට භාර කිරීමේ තවක්කුල් නම් විශ්වාසය, බලාපොරොත්තුව සහ තම ක්‍රියාවන් සඳහා අල්ලාහ්ගෙන් පමණක් වේතනය බලාපොරොත්තුව යන කරුණු සහිත මූඃමින්වරයෙකුගේ එඩිතරකම තවත් ශක්තිමත් බවට පත්වෙයි. භීතිය නිසා හට ගන්නා පීඩනය ඔහු තුළ නැත. මේ අයුරින් ඔහු සෑම අංශයෙන්ම උතුම් බවට පත්ව සිටී. මෙම තත්ත්වයට පිළිබඳ ව අල්ලාහ් පවසන්නේ කුමක් දැයි බලමු.

﴿إِن تَكُونُواْ تَأۡلَمُونَ فَإِنَّهُمۡ يَأۡلَمُونَ كَمَا تَأۡلَمُونَۖ وَتَرۡجُونَ مِنَ ٱللَّهِ مَا لَا يَرۡجُونَ... ﴾

“නුඹලා වේදනාවට පත්වුවාක් මෙන්ම ඔවුන් ද වේදනාවට පත්ව ඇත. තවද ඔවුන් අපේක්ෂා

නොකරන දෙයක් නුඹලා අල්ලාහ් ගෙන් අපේක්ෂා කරන්නෙහුය." (සූරා අන් නිසා 4:104)

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

﴿...وَٱصۡبِرُوٓاْۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ﴾

නුඹලා ඉවසීමෙන් සිටිනු. සැබැවින්ම අල්ලාහ් ඉවසිලිවන්තයින් සමඟ ය. (සූරා අල් අන්ෆාල් 46 වැනි පාඨය)

2 වන පරිච්ඡේදය

කනස්සල්ල, කරදර සහ කාංසාව දුරු කරන හේතු අතර, වචනයෙන් සහ ක්‍රියාවෙන් මිනිසුන්ට කරුණාව දැක්වීම එක් හේතුවකි. මේ කරුණු සියල්ලම යහපත් කරුණු වන අතර එය සිදු කරන ප්‍රමාණයට අනුව දෙවියන් ඒවා මගින් ධර්මිෂ්ඨ සහ දුෂ්ඨ අයගෙන් කරදර සහ කාංසාවන් පලවා හරියි. නමුත් එයින් ඇදහිලිවන්තයාට සම්පූර්ණ වාසනාව සහ භාග්‍යය ඇති අතර, ඔහුගේ කරුණාව අවංකකම සහ අල්ලාහ්ගේ ත්‍යාගය අපේක්ෂාවෙන් පැවතීම මගින් එය කැපී පෙනේ.

එබැවින් අල්ලාහ් ඔහු බලාපොරොත්තු වන යහපත සඳහා අනුග්‍රහය කිරීමට 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 إِصْلَٰحٍ بَيْنَ ٱلنَّاسِ ۚ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ ٱبْتِغَآءَ مَرْضَاتِ ٱللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ﴿١١٤﴾ ﴾

"කෙනෙකු දානයක් හෝ යහපතක් හෝ ජනයා අතර සමතයක් ඇති කරන කරුණක් ගැන නියෝග කරන්නකු 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 වැනි පාඨය.)

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

3 වන පරිච්ඡේදය

ශරීරය දුර්වල වීම, අයහපත් කටයුතු වෙත සිත යොමු කිරීමෙන් හට ගන්නා මානසික අසහනය වැනි රෝග තත්ත්වයන්ගෙන් නිවාරණ ලැබීම සඳහා, යහ ක්‍රියාවන් සහ දැනුම වර්ධනය කරන කරුණු වෙත අවධානය යොමු කළ යුතුය. 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 ක්‍රියාකාරිත්වයද වර්ධනය විමට හැකි වනු ඇත. මෙලෙස කටයුතු කිරීම දේව විශ්වාස කරන්නෙකුට මෙන්ම නොකරන්නෙකුටද අදාළ පියවරකි. එහෙත් මුඃමින්වරයෙක් ඉගෙන ගන්නා විට හෝ උගන්වන විට, ක්‍රියාවක නිරත වන විට ඔහු තුළ පවතින ඊමානය හේතුවෙන් අන් අයට වඩා කැපී පෙනෙනු ඇත. ඔහු නිරත වන කාර්යය ඉබාදාව 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 නිසා ඔහුගේ සිත් තැවිල්ල, අසහනය ඉවත් කිරිම පිණිස 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 උපකාර කරයි.

කෙසේ වෙතත්, යහ ක්‍රියාවන්හි යෙදෙන විට, තම සිතට එකඟ වන සහ තමා කැමති කාර්යයන්හි යෙදීම සුදුසුය. අල්ලාහ් සියල්ල දනී.

4 වන පරිච්ඡේදය

අසහනයෙන් හෝ දුකෙන් මිදීම පිණිස තමා නිරත වන කටයුතු කෙරෙහි සම්පූර්ණ අවධානය යොමු කිරීම සුදුසු ය. ඒ සමඟම අතපසු වූ හා පැරණි විෂයයන් ගැන දුක්වීමේ පුරුද්ද අත හැරිය යුතුය. රසූල් (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් සිත් තැවිල්ලෙන් දුකෙන් අල්ලාහ්ගෙන් රැකවරණය පැතුවේ මේ නිසාය. (වාර්තා කළේ බුහාරි සහ මුස්ලිම්) අත පසු වූ සිද්ධීන් ගැන නැවත, නැවත සිතා දුක් වීමෙන් හෝ කෝප වීමෙන් එය යළි පැමිණෙන්නේ නැත. එමෙන්ම අනාගතය ගැන බිය විය නොයුතුය. මේවා මගින් අසහනය තවත් අධික වනු ඇත. මේ හේතුන් නිසා මුඃමින්වරයෙක් තම දෛනික කටයුතු වල පමණක් සිත සම්පූර්ණයෙන්ම යොමු කළ යුතුය. මේ ආකාරයෙන් ඔහු තම දෛනික කටයුතු සියල්ල විධිමත් ලෙස පවත්වා ගත යුතුය. අල්ලාහ්ගේ ගැත්තෙක් තම සියලු කටයුතු නිසියාකාර ව අවසන් කිරීමට සහ සිත් තැවිල්ලෙන් 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 බවද, තම ප්‍රාර්ථනාවන් ට බාධක වන කරුණු සියල්ලෙන් ඉවත් විය යුතු බවද උපදෙස් දුන්හ. මෙයට ප්‍රධාන හේතුවන්නේ ප්‍රාර්ථනාව

කෙනෙකුගේ ක්‍රියා කලාපය හා සමීප ව සම්බන්ධ වී තිබීමය. එබැවින් ලෞකික විෂයයෙහි හෝ ආගමික විෂයයෙහි යහඵල ගෙන දෙන ක්‍රියාවන් හි පමණක් පරිශ්‍රමය යෙදිය යුතුය. තම අරමුණ ලබා ගනු පිණිස අල්ලාහ්ගෙන් ප්‍රාර්ථනා කිරීමට ද අමතක නොකළ යුතුය. මේ බව නබි (සල්) තුමාණන්ගේ පහත සඳහන් හදීසය පැහැදිලි කරයි.

(احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ).

"ඔබට යහපතක් ගෙන දෙන විෂයයෙහි සැලකිල්ල දක්වනු. ඒ සඳහා අල්ලාහ්ගේ සහය පතනු. ධෛර්යය අත් නොහරිනු. තවද ඔබට යමක් සිදු වුයේ නම්, 'මම මෙ ලෙස කළේ නම් මෙවැනි දැයක් සිදුවන්නට තිබුණි. (නොකළේ නම්) එවැනි දැයක් සිදුවන්නට තිබුණි' යැයි නොපවසනු. එහෙත් අල්ලාහ් තමා කැමති දේ ඔහුගේ තීරණය කළ අයුරින් සිදු කරයි. මන්ද, 'මෙලෙස කළේ නම්' යන වදන ෂෙයිතාන් ඔහුගේ ක්‍රියාව ආරම්භ කිරීමට මඟ පාදයි." (මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.)

යම් ක්‍රියාවක් සාර්ථක වනු පිණිස එය කෙරෙහි ආශාව සහ අල්ලාහ්ගේ උපකාරය අවශ්‍යය වේ. ඒ කෙරෙහි උදාසීනකම නොදැක්විය යුතුය. පසුගිය දේ පිළිබඳ ව සිත්තැවිල්ලට පත් නොවිය යුතුය. ඒ වෙනුවට

සිදුවූ සියල්ල අල්ලාහ්ගේ තීරණයට එකඟව සිදු වූ බව තෘප්තියට පත්ව පිළිගත යුතුය යනුවෙන් නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන්ගේ හදිස් වදන අපට පැහැදිලි කරයි.

තවද, නබි (සල්) තුමාණන් යම් ක්‍රියාව දෙ වර්ගයට වෙන් කර ඇති බව මෙයින් පෙනේ. ඒවා නම් මුඃමින්වරයෙක් තම වෑයමින් යම් අවශ්‍යතාවක් ලබා ගැනීම සහ යම් දැයකින් ඉවත් විම යන වර්ග දෙකක් වේ. මෙලෙස වෑයම් කිරීමේදී ඒ සඳහා අල්ලාහ්ගේ සහය පැතීමද අවශ්‍ය බව සලකන්න. දෙවනුව එය ලබා ගත නොහැකි වීම. එවැනි අවස්ථාවන්හි මුඃමින් වරයෙක් එම අසාර්ථක ප්‍රතිඵලය පිළි ගත යුතුය. ඒ නිසාම අතෘප්තියට පත් නොවිය යුතුය. මෙම ක්‍රම වේදය මුඃමින්වරයෙක් නිතර අනුගමනය කළේ නම් ඔහුගේ වේදනාව ඉවත් වී ඔහුගේ ජීවිතය නිතර සතුටින් පිරෙනවාට කිසිදු සැකයක් නැත.

5 වන පරිච්ඡේදය

හදවත් හි දුක ඉවත් වී සහනය ගෙන දෙන තවත් මාර්ගයක් වනුයේ නිතර අල්ලාහ් ව මෙනෙහි කිරීම තුළින් බව කුර්ආන් පවසයි.

﴿...أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ﴾

"සැබැවින්ම හදවත් සැනසුමට පත් වනුයේ අල්ලාහ් ව මෙනෙහි කිරිමෙනි." (සූරා අර් රඅද් 28 වැනි පාඨය.) අල්ලාහ් මෙනෙහි කිරීම කෙනෙකුගේ අරමුණ සහ අවශ්‍යතා ලබා ගැනීමට හා බලාපොරොත්තු වන එහි කුසල් හා ප්‍රතිඵල සාර්ථක කර ගැනීමට මහත් උපකාර වන බව මෙම වාක්‍ය පවසයි.

6 වන පරිච්ඡේදය

තවද අල්ලාහ් කෙනෙකුට ප්‍රසිද්ධ ව හා අප්‍රසිද්ධ ව ලබා දුන් ආශීර්වාද විශාල ප්‍රමාණය පිළිබඳ ව සඳහන් කිරීමෙන් ඔහුගේ සිත් තැවිල්ල හා කනගාටු ඉවත් කර ගැනීමට තවත් ක්‍රියා මාර්ගයකි. මෙවැනි ක්‍රියා මාර්ගයෙන් කෙනෙකුගේ සිත්තැවිල්ල ඉවත් කිරීමට අල්ලාහ් මාර්ගයක් 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 ලත වීමට හේතුවක් නොමැති බව දැක ගනී.

තමා අසීරු තත්ත්වයට පත් කර එ මගින් අල්ලාහ් පරීක්ෂණ කරන බව ගැත්තා පිළිගන්නේ නම්, එම තත්ත්වයේ බර ඔහු ඉවසීමෙන් දරා ගන්නේය. තවද පැන නැගූ එම අවස්ථාව සඳහා අල්ලාහ්ගෙන් තිළිණ සහ ප්‍රතිවිපාක අපේක්ෂාවෙන් ඉවසීමෙන් කටයුතු කරන විට, එම අසීරු අවස්ථාවන් පවා මුස්ලිම් වරයෙකුට පහසු එකක් බවට පත්වෙයි. මෙම පහසු හැඟීම නිසා ඔහු දරා ගත් අසීරුකම ඔහුට අමතක වනු ඇත.

7 වන පරිච්ඡේදය

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

(انْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَإِنَّهُ 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 දෙන ලද ආශීර්වාද පිළිබඳ ව ඒවා අල්ප ලෙස ඔබ නොසැලකීමට මෙය කදිම ක්‍රමය වේ." (ඉමාම් බුහාරි තුමා මෙය වාර්තා කර ඇත.)

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

ඊර්ෂ්‍යාව හට ගන්නේ නැත.

මෙලෙස තමාට බාහිර ව හා අභ්‍යන්තරව අල්ලාහ් විසින් පිරිනමන ලද අසීමිත ආශීර්වාද සහ ආගමික විෂයයන් හා ලෞකික විෂයයන්හි දෙන ලද සහන පිළිබඳ ව නිතර කල්පනා කරන කෙනෙක් තමාට අල්ලාහ් කෙතරම් ආශිර්වාදයක් ලබා දී තිබෙන බවද කොපමණ අයහපත් අවස්ථාවන්ගෙන් ඉවත් කර ආරක්ෂා සපයා තිබේය යන වගද දැන ගනී. මෙලෙස සහනයන් ගැන කල්පනා කරන විට ඔහුගේ සිත් තුළ කනස්සල හීන වී ඒ වෙනුවට සතුට අධික වන බව කිසිදු සැකයක් නැත.

8 වන පරිච්ඡේදය

කනගාටුවෙන් ඉවත් වී සතුටින් ජීවත් වීම සඳහා කනගාටුවට මඟ පාදන ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකී සිටීම නියම ක්‍රියා මාර්ගය වේ. අතීතය වෙනස් කිරීමට කිසිසේත් නොහැක. එනිසා ඒවා පිළිබඳ ව කල්පනා කරමින් ලත වීමෙන් කිසිදු ඵලක් නැත. බොහෝ දෙනෙක් තම අශුභ අතීතය ගැන කල්පනා කරමින් ලත වන අතර, අනාගතය සඳහා සාර්ථක පියවරක් ගන්නට නොහැකිව ද ලත වෙති. තවද එය අනුවණ හා උමතු ක්‍රියාවක් බව පිළිගත යුතුය. එනිසා අයපහත් අතීතය පිළිබඳ ව අමතක කළ යුතුය. මෙ මගින් ද සතුට සඳහා මාර්ගයක් විවෘත වේ. ඇතැම් විට අතීතය අමතක කිරිමට මහත් ප්‍රයත්නයක් දරන්නට සිදු වේ. එහෙත් මෙය අනිවාර්ය යෙන්ම සිදු කළ යුතු එකකි. එ පමණක් නොව ජීවිතයේ අවශ්‍ය පියවර ගන්නා විට, අනාගතයේ තමා දිළිඳුකමට හෝ කිසියම් රෝගයට ගොදුරු විය හැකි ය යනුවෙන් උපකල්පනය නොකළ යුතුය. අනාගය පිළිබඳ දැනුම අල්ලාහ් සතුය. එනිසා ඒවා පිළිබඳ ව අනවශ්‍ය ව 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, නිශ්කලංකව තම තටයුතු වල නිරත වීම සුදුසු පියවරකි. එවිට සිත් සහනය ලැබ, තත්ත්වය යහපත්

අතට වෙනස් වී, ඔහුගේ බිය හා සැක ඉවත් වන බව මුඃමින්වරයෙක් අවබෝධ කර ගත යුතු වේ.

9 වන පරිච්ඡේදය

තවද, අනාගතය සම්බන්ධ විශයයන් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන විට මුහම්මද් (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන් පාරායනා කළ පහත සඳහන් දුආ අපිද පාරායනා කිරිමෙන් යහඵල සිදු වනු ඇත.

(اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِيَ الَّذِى هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِى وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَاىَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِى، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي 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. එමෙන්ම මා ආපසු හැරි යෑමට තිබෙන මතු ජීවිතය ද විධිමත් කර දෙනු මැනව. කුසල් ක්‍රියාවන් අධිකව කිරීම සඳහා මගේ ආයුස කාලය දීර්ඝ කර දෙනු මැනව. සියලු උවදුරෙන් සහන ලබන අයුරින් මාගේ මරණය පහසු කරනු මැනව.” (මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.)

එමෙන් ම එතුමාගේ මෙම ප්‍රාර්ථනාව ද කිව යුතුයි.

(اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنتَ).

, "යා අල්ලාහ්! ඔබේ ආසිරි පතමි. සුළු මොහොතකට වුවද මා වෙත මා භාර නොකරනු මැනව. මාගේ සියලු කාර්යයන් විධිමත් කර දෙනු මැනව. ඔබ හැර නැමදුමට සුදුසු කිසිවෙක් නැත." (සහීහ් ගණයට අයත් වාර්තා දාමයක් සහිතව අබූ දාවුද් විසින් දැනුම් දී ඇත.)

මෙයට එකඟ ව මූඃමින්වරයෙක් තම ක්‍රියාවන්හි වෙහෙස දරන විට දහමෙහි සහ ලෞකික කටයුතු වල 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 සිත් තැවුල් ඉවත් වී ඒවා ප්‍රීතිමත් බවට වෙනස් වනු ඇත.

10 වන පරිච්ඡේදය

කනස්සල්ල හා ශෝකය ඉවත් කිරීමට ඉවහල් වන වඩාත් ප්‍රයෝජනවත් තවත් කරුණක් වනුයේ යම් විපත්තියක් ගැත්තාට සිදු වූ විට එම සිදුවීම අවසන් වන නරකම අවස්ථාවන් අගය කොට එම කරුණ මත ඉවසා දරා ගනිමින් එය සැහැල්ලුවෙන් දකින්නට උත්සාහ කිරීමය. 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 උත්සහය සඳහා දරන කැපවීම ප්‍රතිලාභ ගෙන දීමටත් ගැත්තාට ඇතිවන හානිය වළක්වා ගැනීමටත් නියෝජනය කරයි.

භීතිය, අසනීපය, දිළිඳුකම හෝ තමන් ප්‍රිය කරන නොයෙකුත් දෑ සිදු නොවීම වැනි හේතු සාධකයක් හට ගන්නා විට, ඒවාට සන්සුන්ව හා සිත පාලනය කර ගනිමින් දෙවියන් පිළිබඳ මතකයෙන් කටයුතු කළ යුතුයි. එසේම ඒවාට වඩා විශාල පීඩාවන් හට ගන්නේ නම්, ඒවා ද දරා ගැනීමේ එඩිතර මානසික තත්ත්වයට ඔහු පත්වනු ඇත. මෙලෙස අභාග්‍ය දේ සිදු වන විට ඒවා දරාගැනීමේ හැකියාව නිසා කෙනෙකුගේ මානසික පීඩනය හා ශෝකය අඩු වනු ඇත. ඒවායේ බරපතලකමද සුළු බවට පෙනේ. විශේෂයෙන් තම හැකියාවට එකඟව පීඩාව දරා ගැනීමට කෙනෙක්

පුහුණු වුයේ නම්, එම අවස්ථාවන්හි අයහපතට එරෙහි ව සටන් කිරීමට හැකියාව ඔහු තුළ වර්ධනය කෙරේ. මෙලෙස කරදර සියල්ලට එඩිතරව මුහුණු දුන් හේතුවෙන් සහ අල්ලාහ්ගෙන් අප්‍රමාද හා ප්‍රමාද ව ලැබෙන සියලු තිළිණ බලා පොරොත්තුවෙන් සිටීමේ හේතුවෙන් ඔහු තුළ සතුටක් හා බලා පොරොත්තුවක් හට ගන්නේය. මේ ප්‍රතිඵල සියල්ල ප්‍රායෝගික අත් දැකීම් ලෙස දුටු අය බොහෝ දෙනෙකි.

11 වන පරිච්ඡේදය

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

12 වන පරිච්ඡේදය

එහෙත් කුමන අවස්ථාවේ හෝ මිනිසා අනවශ්‍ය උපකල්පනයට ඉඩ නොදී, තම සියලු කටයුතු අල්ලාහ් කෙරෙහි විශ්වාසය තබා ඔහු වෙතටම සියල්ල භාර කරන්නේ ද එම මොහොතේ මිනිසාගේ සියලු කරදර හා කම්කටොලු ඔහුගේ සිතින් බැහැර වනු ඇත. මානසික පිඩනය 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 ඔහුගේ ජීවිතයේ මල් පිපෙන්නට පටන් ගනී. අයහපත් උප කල්පනය 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 කායිකව ශක්තිමත් පිරිස ද හසුවේ. ඔවුන්ගෙන් කිහිප දෙනෙකු මානසික රෝගීන් වශයෙන් සිහි විකල් වීම ද දැක ගත හැක. මෙවැනි අභාග්‍ය සම්පන්න තත්ත්වයෙන් කවුරුන්ට අල්ලාහ් විසින් ආරක්ෂාව දෙනු ලැබුවේ ද ඔවුන් සහ කවුරුන්හට තම සිතුවිලි සමඟ සටන් වදින්නට ආත්ම ශක්තිය අල්ලාහ් දුන්නේද ඔවුන් හැර අන් කිසිවෙකුට මෙම අවාසනාවන්ත තත්ත්වයෙන් මිදෙන්නට හැකියාවක් නැත.

﴿...وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ...﴾

"කවරෙකු අල්ලාහ් කෙරෙහි සියල්ල භාරකරන්නේ ද ඔහුට ඔහු (අල්ලාහ්) ප්‍රමාණවත්ය." (සූරා අත් තලාක් 65:3) එනම්: ආගමික මෙන්ම ලෞකික සියලුම වැදගත් කාරණා සඳහා ඔහු ප්‍රමාණවත්ය.

මේ අනුව අල්ලාහ් කෙරෙහි විශ්වාසය තබන්නා සිතින් බලවත්ය, මිත්‍යාවෙන් පීඩාවට පත් නොවේ, හදිසි අනතුරුවලින් කම්පාවට පත් නොවේ. ඊට හේතුව

මෙය ආත්මයේ දුර්වලකමෙන් සිදු වන්නක් බවත්, යථාර්ථයක් නැති බියක් හා තැතිගැන්මක් බවත් ඔහු හඳුණන බැවිනි. එමෙන්ම අල්ලාහ් වෙත සියල්ල භාර කරන්නාට පූර්ණ භාරකාරත්වය හිමිවන බව ද ඔහු දනී. එහෙයින් ඔහු අල්ලාහ් පිළිබඳව විශ්වාසය තබා ඔහුගේ පොරොන්දු බලාපොරොත්තුවෙන් තැන්පත්භාවයෙන් යුතුව කටයුතු කරයි. එවිට ඔහුගේ කණස්සල්ල සන්තාපය ඉවත්ව යනු ඇත. දුෂ්කරතා සැහැල්ලු බවටත් දුක සතුට බවටත් බිය අභයදායී බවටත් පෙරළෙනු ඇත. අපි අල්ලාහ්ගෙන් සුවය පතමු. ශක්තිමත් හා ස්ථාවර සිතක් අප වෙත දායාද කරන මෙන් ද සියලුම යහපත් දැයින් ඔහුගේ ගැත්තන් භාර ගන්නා පූර්ණ භාරකාරත්වය ද සියලුම පිළිකුල් සහගත හා හානිදායක දැයින් වළක්වා ආරක්ෂා කරන මෙන් ද අපි අල්ලාහ්ගෙන් තවදුරටත් ප්‍රාර්ථනා කරමු.

13 වන පරිච්ඡේදය

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

(لَا يَفْرَكْ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا خُلُقًا آخَرَ).

“මූඃමින්වරයෙක් තවත් මූංමින්වරියකුගේ තොරතුරු පිළිබඳ ව අනවශ්‍ය ලෙස හාරා නොබලනු. මන්ද, ඇයගේ එක් ගුණාංගයක් ඔහු අප්රිය කළ හැකි නමුත් ඇයගේ තවත් ගුණාංගයක් ඔහුට තෘප්තිය ලබා දිය හැක.” (මෙය මුස්ලිම් විසින් වාර්තා කර ඇත.)

මෙම වදනෙහි වැදගත් කරුණු දෙකක් අඩංගු වී තිබේ.

1. කෙනෙක් තම බිරිඳ, ඥාතීන්, හිතමිතුරන්, සේවකයන් වැනි සමීප සෑම අයකු සමඟම හැසිරිය යුතු ආකාරය; සම්බන්ධකම් පැවැත්විය යුතු ආකාරය කෙසේ පිහිටිය යුතු දැ?යි මෙම හදීස් වදන මඟ පෙන්වයි. එසේ සමීපව ආශ්‍රය කරන ජනයා අතර තමන් අප්‍රිය කරන ඇතැම් අඩුපාඩු හෝ අප්‍රසන්න හැඟීම් තිබීමට ඉඩ ඇත. එවැන්නක් ඔබ දුටු විට හිතවත්කම පවත්වා ගැනීමටත් සම්බන්ධකම් අඛණ්ඩව පවත්වා ගැනීමටත් එහි ඇති යහපත්කම හා බලාපොරොත්තු වන පුද්ගලික මෙන්ම පොදු යහපත මෙනෙහි කරමින් එය හා ඔබට අවසෑ කරුණු සම්බන්ධ කර ගත යුතුයි. එසේ අඩුපාඩු නොසලකා හරිමින් යහපත පෙන්වා දීම

තුළින් හිතමිතුරුකම් හා සම්බන්ධකම් අඛණ්ඩව පවතිනු ඇත. පූර්ණ සැනසුම ලබා සුවපත් වනු ඇත.

2. මෙම නබි වදනින් ලැබෙන 2 වන පාඩම: සිත් කනස්සල්ල සහ ශෝකය ඉවත් වී සිත පිරිසිදු කර ගත හැක. එමෙන්ම දෙපාර්ෂවය අතර පිළිපැදිය යුතු අනිවාර්ය අයිතිවාසිකම් හා වගකීම් අඛණ්ඩව ක්‍රියාත්මක වනු ඇත. සිත් සහනය ද ලබනු ඇත. නබි (සල්) තුමාණන්ගේ මෙම උපදෙස් කවරෙකු 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 නිසාම දෙපාර්ශවයම එකතු වි සිදු කළ යුතු රාජකාරීන් පවා නිසියාකාරව ඉටු කිරීමට බාධාවක් සිදුවිය හැක.

බොහෝ අධිෂ්ඨානශීලී පුද්ගලයෝ විපත්ති දායක සහ පීඩිත අවස්ථාවලදී ඉවසීම සහ තැන්පත් බවින් ඒවා විසඳා ගනිති. නමුත් සුළු කාරණාවලදී ඔවුන් කනස්සල්ලට පත් වන අතර සන්සුන් භාවය පිරිහී යයි. මෙයට ප්‍රධාන හේතුව බරපතළ කරුණු සම්බන්ධ ව සිත පාලනය කළ ඔවුන් සුළු විෂයයන් කෙරෙහි එසේ

කිරීමට අපොහොසත් වීමය. මෙලෙස අසාර්ථකවීම ඔවුන්ට මහත් හානියක් ගෙන දිය හැක. ඔවුන්ගේ සිත් සහනයට හානි සිදු විය හැක. එහෙත් ඍජු ව සිත පාලනය කරගන්නා කෙනෙක් කුඩා හෝ විශාල පීඩනයට පත් වූ අවස්ථාවන් හි පවා අල්ලාහ් වෙත සියලු කරුණු භාර කර ඔහුගෙන් ම සහන පතයි. ඒ සමගම ඔහු කිසිදු මොහොතක කිසිදු ප්‍රශ්නයක් තම සිතට භාර නොකරන ලෙස අල්ලාහ්ගෙන් සහය පතයි. එම අවස්ථාවේ ඔහුගේ විශාල ප්‍රශ්න සුළු ප්‍රශ්න බවට පත් වන අතර, සුළු ප්‍රශ්න ඔහුටම විසඳිය හැකි පහසු ඒවා බවට පත් වෙයි. ඔහුගේ ආත්මය සන්සුන් භාවයට පත් වනවාක් ඔහුගේ සිත ද සැනසුමට පත් වේ.

14 වන පරිච්ඡේදය

තෘප්තිමත් හා ප්‍රීතිමත් ජීවිතය යහපත් එකක් නමුත් එය කෙටි කාලින 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 කෙනෙක් වග බලා ගත යුතුය. 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 යුතුය. මෙම විෂයෙහි යහපත් කෙනෙක් හා අයහපත් කෙනෙක් අතර කිසිදු වෙනසක් නොමැත. එහෙත් මෙයට දායක වන විෂයයන් කෙරෙහි මුඃමින් වරයෙක් ස්ථිර ව කටයුතු කරන අතර එයින් ඔහු ලබන ප්‍රතිඵල ඉමහත්ය.

15 වන පරිච්ඡේදය

තවද තමා අකැමැති යමක් සිදුවන විට හෝ බිය උපදවන යමක් සිදුවන විට ඒවා ආගමික හා ලෞකික සම්බන්ධව තමාට පිරිනමනු ලැබූ භාග්‍යයන් සමඟ ඔහු සසඳා බැලිය යුතුය. එසේ සසඳා බලන විට අල්ලාහ් විසින් තමාට පිරිනමනු ලැබූ භාග්‍යයන් අධික බවද, තමාට සිදු වූ අයහපත් දේ ඉතාමත් ස්වල්පයක් බවද ඔහු දැක ගනී.

එමෙන්ම තමා මුහුණු දුන් බිය සහිත සිදුවීම් සමග තමා ලැබූ ශාන්තිය සහිත අවස්ථාවන් ගැන සසඳා බැලිය යුතුය. මෙවැනි මොහොතෙහි දුබල සිදුවීමක් විසින් ශක්තිමත් සිදුවීමක් ඉක්මවා යෑමට ඉඩ දිය නොයුතුය. මේ නිසා ඔහුගේ දුක හා සිත් කනස්සල්ල ඉවත් වනු ඇත. තවද මෙවැනි තත්ත්වයට ළඟා වීම පිණිස විශාල කරදර වලට පවා මුහුණු දී, ඒවා පාලනය කර ගැනීමේ හැකියාව ඔහු තුළ වර්ධනය කර ගත හැකි වේ. මෙවැනි අප්රිය සිදුවීම් දරා ගැනීම සඳහා ඒවා පහසු ලෙස දකින්නටද, එවැන්නක් යළිත් සිදුනොවන බවට වග බලාගන්නටද සිත් ධෛර්යය ඔහු ලබයි.

16 වන පරිච්ඡේදය

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 පල දායික පියවරකි. එවිට ඔවුන්ගෙන් සිදුවන කරදර ඔබට හානියක් බවට පත් නොවී ඔවුන්ටම හානියක් බවට පත් වන බව ඔබ දැක ගනී.

17 වන පරිච්ඡේදය

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.

18 වන පරිච්ඡේදය

ඔබ ඉටු කරන යහ ක්‍රියාවන් සඳහා අන් අයගෙන් ප්‍රතිඋපකාර නොපතා අල්ලාහ්ගෙන් පමණක් ඒවා සඳහා ත්‍යාග බලා පොරොත්තුවීම සිත් තැවිල්ලෙන් මිදෙන්නට පහසු මාර්ගය වේ. එනිසා කෙනෙකුට යහපතක් සිදු කරන විට මේ සඳහා අල්ලාහ්ගෙන්

පමණක් ප්‍රතිඋපකාර බලාපොරොත්තුවෙමි යන සිඳුවිලි තිබිය යුතු අතර, මිනිසාගෙන් බලා බොරොත්තුවක් නොතිබිය යුතුය. 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﴾

අප නුඹලාට ආහාර සපයනුයේ අල්ලාහ්ගේ මුහුණ (තෘප්තිය) වෙනුවෙන්මය. නුඹලාගෙන් කිසිදු ප්‍රතිඵලයක් හෝ කිසිදු කෘතඥ තාවක් හෝ අපේක්ෂා නොකරන්නෙමු.(සූරා අල්-ඉන්සාන්: 9)

නිතර සම්බන්ධකම් පවත්වන පවුලේ සාමාජිකයන්, දරුවන්, ඥාතීන් අතර ද මෙය සහතික කළ යුතු වේ. එමෙන්ම ඔවුන්ගෙන් යම් හානියක් හෝ අයහපතක් ඔබට සිදු වන විට ඒවා ගැන නොසලකා හැරීමෙන් ඔබේ සිතට සතුටක් හා විශාල සහනයක් දැනෙන බව ඔබට දැක ගත හැකිය. ඔබේ සිතට කරදර කරන බරකින් තොරව, මානසික උවමනාවට අනුව යහපත් ගුණාංග පිළිපදිමින් කටයුතු කිරීම සැනසීමට එක හේතුවකි. යහපත ඇතිවීම ගැන කලකිරී වක්‍ර මාර්ග ඔස්සේ ගමන් කිරීමෙන් ඔබ නැවත අයහපත් ස්ථාවරය වෙත හැරී යනු ඇත. මෙහි ප්‍රඥාව මෙයයි. නපුරු දේවල් පිවිතුරු මිහිරි දේවල් බවට පත් කර ගැනීමෙන් ඉමහත් සුවයක් ලැබෙන අතර නපුරු දෑද ඉවත්ව යනු ඇත.

19 වන පරිච්ඡේදය

යහ ප්‍රතිඵල ලබා දෙන ක්‍රියාවන් නිතර අප ඉදිරියේ තබා, ඒවා සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා වෙහෙස විය යුතු වේ. අයහපතක් සිදු කරන කිසිදු ක්‍රියාවක යෙදීමෙන් ඔබ වැළකී සිටින්න. කරදර සහ දුක ඇති කරන හේතු සාධකවලින් ඔබේ අවධානය වෙනතකට යොමු කිරීම සඳහා හානිකර කාරණා කෙරෙහි අවධානය යොමු නොකරන්න. වැදගත් ක්‍රියාවන්හිදී සිත් එක්තැන් කර ගනිමින් නිදහසේ උදව් පතන්න.

20 වන පරිච්ඡේදය

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. එසේ නිසි ලෙස වැඩ කටයුතු අවසන් නොකිරීම නිසා, අලුත් වැඩ කොටස ඒවාට එකතු වීමෙන් කෙනෙකුට පීඩනය අධික වීමට හැකි වේ. එනිසා සියලු වැඩ කටයුතු නිසියාකාර ව කලට වේලාවට අවසන් කිරීමෙන්, අනාගතයේ ඉදිරිපත් වන නව වැඩ කටයුතු සඳහා කාලය යොදවන්නටද ඒවා පිළිබඳ ව ඉක්මන් නොවී ස්ථිර ව අවශ්‍ය පියවර ගන්නටද අවස්ථාවක් ලැබෙනු ඇත.

21 වන පරිච්ඡේදය

ප්‍රයෝජනවත් වැදගත් ක්‍රියාවන් අතරින් වඩාත් වැදගත් දෑ සඳහා ප්‍රමුඛත්වය දිය යුතුය. ඒවා අතර තමා වැඩියෙන් කැමති ක්‍රියාවන් තෝරා ගැනීම වැදගත් වේ. ඊට විරුද්ධව තමන් කැමති නොවන ක්‍රියාවන් තෝරා ගැනීම නිසා ඒවා ගැන නීරසයක් ඇති වන අතර ඒවායේ නිරත වන විට කම්මැළිකම සහ උනන්දුවක් නොමැති වීමට අවස්ථාවන් ඇත. තවද සියලු කටයුතු පිළිබඳ ව සැලකිලිමත් ව කල්පනා කිරීම ද එම කටයුතු හා සම්බන්ධ අන් අයගේ අදහස් සහ උපකාර ලබා ගැනීමට සූදානම් ව සිටිය යුතුය. කවරෙකු අන් අයගේ අදහස් විමසන්නේද ඔහු සිත් තැවිල්ලට ලක් වන්නේ නැත. එබැවින් ඔබ ඉටු කරන්නට යන පියවර ගැන ගැඹුරු ව කල්පනා කරන්න. පසුව අල්ලාහ් කෙරෙහි විශ්වාසය තබා ක්‍රියාව ආරම්භ කරන්න. සැබැවින්ම තමා කෙරෙහි විශ්වාසය තබන්නා කෙරෙහි අල්ලාහ් ප්‍රිය කරන්නේය.

සියලු ප්‍රශංසා ලෝකයන්හි පරමාධිපති වූ අල්ලාහ්ටමය.

අපගේ නබි මුහම්මද් තුමාණන් හා එතුමාගේ පවුලේ උදවිය මෙන්ම හිතමිතුරනට අල්ලාහ් ආශිර්වාද කරත්වා.

***

පටුන

සංස්කාරකගේ පෙරවදන 2
1 වන පරිච්ඡේදය 4
2 වන පරිච්ඡේදය 12
3 වන පරිච්ඡේදය 14
4 වන පරිච්ඡේදය 16
5 වන පරිච්ඡේදය 19
6 වන පරිච්ඡේදය 20
7 වන පරිච්ඡේදය 21
8 වන පරිච්ඡේදය 23
9 වන පරිච්ඡේදය 24
10 වන පරිච්ඡේදය 26
11 වන පරිච්ඡේදය 28
12 වන පරිච්ඡේදය 28
13 වන පරිච්ඡේදය 31
14 වන පරිච්ඡේදය 34
15 වන පරිච්ඡේදය 35
16 වන පරිච්ඡේදය 36
17 වන පරිච්ඡේදය 36
18 වන පරිච්ඡේදය 36
19 වන පරිච්ඡේදය 38
20 වන පරිච්ඡේදය 38
21 වන පරිච්ඡේදය 39

❋❋❋

رئاسة الشؤون الدينية
بالمسجد الحرام والمسجد النبوي

رسالة الحرمين

Message of The Two Holy Mosques

Guidance content for the visitors of the Holy Mosque and the Prophet's Mosque in languages.

978-603-8442-16-6