

සැපවත් ජීවිතයක් සදහා මාර්ග

අබ්දුර් රහ්මාන් බිත් නාසිර්

අස්:ස:දී

1. සැපවත් ජීවිතයක භූමිකාව

ර්මානය සහ කුසල්

ක්‍රියාවන්වේ. 2. මුමින්වරයෙක්

තමාට සිදු වූ යහපත

වෙනුවෙන් අල්ලාහ් ට

කෘතඥතාව ප්‍රකාශ කිරීමෙන් ද

ඉවසීමෙන් ද ජීවිතයට මුහුණ

දෙසී. 3. මුමින් නොවන
කෙනෙක තමාට වාසියක්
ලැබුනහොත් අහංකාරයෙන්
සහ ආත්මාර්තකාමී ලෙස එය
ප්‍රකාශ කරයි. 4. එහි ප්‍රතිඵලයක්
වශයෙන් ඔහුගේ යහ ගුණාංග
ක්‍රමක්‍රමයෙන් හීන වී
නිරීසනෙක් බවට ඔහු
පත්වීමෙන් ලෞකික ආශාවන්

සහ තත්භාව ද ඔහු තුළ අධික
වේ.

<https://islamhouse.com/2789078>

- [සැපවත් ජීවිතයට යහ මඟ
කිහිපයක්](#)
 - [සැපවත් ජීවිතයට යහ
මඟ කිහිපයක්](#)
 - [හඳුන්වා දීම](#)
 - [සංස්කාරකගේ
පෙරවදන](#)
 - [සැපවත් ජීවිතයේ
පදනම දේව විශ්වාසය
සහ කුසල් ක්‍රියාවන්ය.](#)

- අල්ලාහ් ගැන නිතර මෙතෙහි කිරීම
- තමාට වඩා පහළ තත්ත්වයෙන් පසු වන අය වෙත අවධානය යොමු කිරීම
- කනගාටුවට තුඩු දෙන ක්‍රියාවන් මඟ හැරීම
- අන් අය ගැන අනවශ්‍ය ලෙස නොසොයන්න
- තෘප්තිමත් ජීවිතය යහපත් ජීවිතයක් වේ

සැපවත් ජීවිතයට යහ මඟ කිහිපයක්

අශ්ෂෙයික් අබ්දුර් රහ්මාන් බින්
නාසර් අස් සඅදී (රහි)

සංස්කරණය කළේ

සූපවත් ජීවිතයට යහ මග
කිහිපයක්

අශ්ෂෙයික් අබ්දුර් රහ්මාන් බින්
නාසර් අස් සඅදී (රහි)

පෙර වදන

දයාලු පරම දයාලු අල්ලාහ්ගේ
නාමයෙන්

සියලු ප්‍රශංසා අල්ලාහ්ට
හිමිවේවා. කරුණාව සහ
ශාන්තිය අල්ලාහ්ගේ නබි

මුහම්මද් (සල්) තුමාණන්ටත්,
එතුමාණන්ගේ පවුලේ
සාමාජිකයින්, එතුමාගේ හිත
මිතුරන් සියලු දෙනාට
හිමිවේවා.

කලබලකාරී ලෝකයේ ජීවිත්
වන මිනිසා කුමක් හෝ
කටයුත්තක නිරත වී හෝ
ප්‍රශ්නයකට මුහුණ දෙමින්
සිටියි. පාන්දර අවදි වී රාත්‍රි
නින්දට යන තුරු මිනිසුන්
බහුතරයකගේ සිත් හි විවිධ
කතාගාටු පිරී සිත් සහනයක්
නොමැති ව පවතී. ඔවුන් සිතේ
සාමය සඳහා මහන් සේ ආශා
කරති. එය ලබා ගනු පිණිස

නොයෙක් මාර්ග මගින් ඔවුන්
වෙහෙසෙන නමුත්, ඒවායින්
නිසි ප්‍රතිඵල ලබන බවක්
නොපෙනේ.

සැබැවින්ම සිත් සහනය
ලබා ගත හැකි වන්නේ අල්ලාහ්
මෙතෙහි කිරීමෙන් සහ ඔහුගේ
අණට අවනත වීමෙන්
පමණි. එබැවින් කවරෙක් එම
මාර්ගය පිළිගෙන එයට එකඟ
ව ජීවත් වූයේ ද, ඔවුන් ජය ගත්
බව ඔවුන්ගේ ජීවිතය සාක්ෂි
දරයි.

සිත් සහනයට ඉස්ලාම්
පෙන්වන මාර්ග කුමක් දැයි අප්

ෂෙයික් අබ්දුර් රහ්මාන් බින්
නාසිර් අස් සඅද්දි الوسائل المفيدة للحياة
السعيدة යන නමින් කුඩා පොත්
පිටුවක් සකස් කර ඇත. එම
පොත් පිටුව “සතුවුදායක
ජීවිතයට යහ මඟ කිහිපයක්”
යන මාතෘකාව යටතේ සිංහල
බසට පරිවර්තනය කළෙමි. මෙ
මගින් සියලු දෙනාම යහඵල
ලබන්නට අල්ලාහ්ගේ
ආශීර්වාදය පනමි.

හඳුන්වා දීම

බිස්මිල්ලාහ් හිර්රහ්මාන්
හිර්රහිමි

අප ඉදිරියේ තිබෙන මෙම
පොත් පිංචය මිනිස්
ස්වභාවයෙන් බැහැර ව අල්
කුර්ආනය සහ හදීස් වදන්
පමණක් පදනම් කර ගෙන
සතුව සහ විමුක්තිය සොයන
මිනිසාට අවශ්‍ය ක්‍රමවේදයක්
ඉදිරිපත් කරයි. සැබැවින්ම, දේව
විශ්වාසීන් සියලු දෙනාම
බොහෝ සේ අපේක්ෂා
කරන්නේ මෙම සතුවයි.
ඉස්ලාමීය සමාජයද ජීවත් වීමට
කැමති වන්නේ මෙවැනි
පරිසරයකයි. මෙයට හේතුව
අල්ලාහ් කෙරෙහි බිය
බැතිමත්කම සහ ඔහුගේ සතුව

ලබා ගත හැකි වන්නේ මෙවැනි මාර්ග තුළින් පමණි.

මෙම පොත් පිටුවේ සංස්කාරක අබ්දුර් රහ්මාන් බින් නාසිර් බින් අබ්දුල්ලාහ් අස් සඅදි නම් විද්වතා සවුදි අරාබියාවේ කාසිම් පළාතේ උනෙයිසා නම් නගරයේ උපත ලැබූ කෙනෙකි. එතුමාගේ කුඩා විශේෂිත ම එතුමාගේ පියා අහාබය පත්විය. එහෙත් බුද්ධිමත්කම සහ අධ්‍යාපනය කෙරෙහි උනන්දුව එතුමා තුළ තිබුණි. එනිසා තම කුඩා අවදියේම අල් කුර්ආනය වනපොත් කරන්නට ආරම්භ

කර තම දොළොස් වන වයසේ එය සම්පූර්ණයෙන් කට පාඩම් කර ගත්තේය. ඉන් අනතුරුව තම ගමේ විද්වතුන්ගෙන්ද, පිට ගම්වලින් ගමට පැමිණෙන විද්වතුන්ගෙන්ද විවිධ කලා සහ අධ්‍යාපනය ලැබුවේය.

මෙතුමාගේ මහත් වෙහෙසක ප්‍රතිඵලයක් ලෙස අධ්‍යාපනික ඥානයේ භාග්‍යය පමණක් නොව උසස් තත්ත්වයන් ද ලැබුවේය.

මෙතුමා තම විසි තුන්වැනි වියෙහි ගුරු වෘත්තියට පා තැබුවේය. ගුරු වෘත්තියේ යෙදෙන විට ද තම දැනුම තවත්

වර්ධනය කර ගන්නට මහත් උනන්දුවක් දැක්විය. මේ ආකාරයෙන් අධ්‍යාපනය සඳහාම තම ජීවිත කාලය කැප කළේය. මෙ තුමාගේ දැනුමෙන් ප්‍රයෝජනය ලැබූ ජන සංඛ්‍යාව ඉමහත්ය. මෙතුමාට ඉගැන්වූ ගුරු භවතුන් අතර විශේෂයෙන් සඳහන් කළ යුතු දෙදෙනෙක් සිටිති.

1. අෂ් ෂේයික් ඉබ්‍රාහිම් බින් හමීද් බින් ජාසිර් නමැත්තා මෙතුමාගේ ආරම්භක ගුරුවරයෙකි.

2. උතෙයිසා පළාත්
විනිශ්චයකාර අෂ් ෂේයික්
සාලිහ් බින් උතෙමීන් (රහි). මෙ
තුමාගෙන් අල් උසුල්, අල් ෆික්හ්,
අත් තව්හීද්. තෆ්සිර් සහ අරාබි
භාෂාව වැනි විවිධ ක්ෂේත්‍රයට
අයත් දැනුම ලැබුවේය. මෙලෙස
තම ගුරු භවතුන්ගෙන්
අධ්‍යාපනය ලත් ෂේක් අබ්දුර්
රහ්මාන් ෆික්හ් කලාව සහ
උසුල් අල් ෆික්හ් යන විෂයයෙහි
උසස් දැනුම ලත් කෙනෙකි.
මේවාට අමතර ව ඉබ්නු
තෙමීයියා, ඉබ්නුල් කය්යිම්
වැනි පඩිවරුන්ගේ තව්හීද්
පිළිබඳ ග්‍රන්ථයන් හි අධික

අවධානය යොමු කිරීමෙන්
තව්හීද් සම්බන්ධ දැනුමෙහි
විශේෂඥයෙක් බවට පත් විය.
තඟ්සිර් නම් අල් කූර්ආන්
විවිරණ පිළිබඳ ව ද උසස් දැනුම
ලැබ සිටියේය. මේ දැනුම මත
තඟ්සිර් සම්බන්ධව නොයෙක්
ග්‍රන්ථ රචනා කළේය. ඒවා නම්:
තඟ්සිර් සම්බන්ධ ග්‍රන්ථ:

1: تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان
(ثمانية أجزاء)

2: تيسير اللطيف المنان في خلاصة تفسير
القرآن

3: القواعد الحسان لتفسير القرآن

කාලය හා වේලාව
කළමනාකරණය සම්බන්ධ
පොත්:

٤: الإرشاد إلى معرفة الأحكام

٥: الرياض الناضرة

٦: بهجة قلوب الأبرار

٧: منهج السالكين

٨: حكم شرب الدخان

٩: الفتاوى السعدية

١٠: خطب منبرية

١١: الحق الواضح المبين

١٢: توضيح الكافية الشافية

මේවාට අමතර ව ශික්ෂණ,
තව්හීද්, උසුල්, සමාජීය
පරීක්ෂණ සහ ආගමික
නිගමනය යන ආකාරයට සම්බන්ධ
පොත් කිහිපයක් රචනා
කළේය.

අධ්‍යාපන ක්ෂේත්‍රයේ විශාල
සේවයක් කළ ශේෂික් තුමා
හදිසියෙන් අසනීපයට ලක් වී ඒ
හේතුවෙන් ම ජනවාරි 1376
වර්ෂයේ ජමාදින් තානි මස
23වන දින බ්‍රහස්පතින්දා
උනෙයිසා නගරයේ අභාවයට
පත්විය. ශේෂික් තුමාගේ
අභාවය විශාල ජනයාගේ සිත්
තුළ මහත් කම්පනයක් හා

ගෝකයක් ඇති කළේය.
එතුමාට අල්ලාහ් සමාව සහ
ආශීර්වාද ලබා දෙන්නා යයි
ප්‍රාර්ථනා කරමු. එතුමාගේ
දැනුමෙන් අපිද යහ පල ලබා
ගන්නට උත්සාහ කරමු.

ආමීන්.

සංස්කාරකගේ පෙරවදන

සියලු ප්‍රශංසා අල්ලාහ්ට
පමණක් හිමි වේවා. නැමදුමට
සුදුසු අල්ලාහ් හැර අන්
කිසිවෙක් නොමැති බව මම
සාක්ෂි දරමි. තවද, මුහම්මද්
නබි (සල්) තුමාණන් අල්ලාහ්ගේ
දූත මෙහෙය ගෙන ආ

නබිවරයෙක් බවද අල්ලාහ්ගේ
ගැත්තෙක් බවද සාක්ෂි දරමි.
අල්ලාහ්ගේ සාමය සහ
ශාන්තිය එතුමාණන් සහ
එතුමාණන්ගේ පවුලේ අය සහ
හිතමිතුරන්ට හිමි වේවා.

සැබැවින්ම සෑම මිනිසෙක්ම
තම දුක් කරදර වලින් මිදී
සහනයෙන් හා සතුටින්
ජීවත්වීමට ආශා කරයි. යහ
ජීවිතයක් සහ සතුට ලබා ගත
හැකිවන්නේ සිත් සහනය
තුළින් පමණි. ආගමික මාර්ග
තුළින්, ස්වභාවික මාර්ග තුළින්
සහ වතාවත් ඉටු කිරීමේ මාර්ග
තුළින් මෙයට ලඟා විය හැකි

ක්‍රමවේද තිබේ. මේවා සියල්ල
ලබා ගත හැකිවන්නේ දේව
විශ්වාසය සහිත මෙ
මු:මින්වරයෙකුට මිස අන්
කිසිවෙකුට නොවේ. අන් අයටද
මෙවැනි ඇතැම් මාර්ග තුළින්
සාමය කරා ළඟා විය හැක. එය
ඔවුන් තම චිත්තන තුළින්
සොයා ගත් මාර්ගයෙන් විය
හැකි නමුත් එයින් සම්පූර්ණ
යහ එලක් ලැබිය නොහැක. ඒ
පමණක් නොව, සම්පූර්ණ
සාර්ථකත්වය ලැබිය හැකි
අවස්ථාවන් ද මෙයින් අහිමි කර
ගත හැක.

කුමන උතුම් ඉලක්කය ලබා
ගනු පිණිස ජනතාව ලුහු
බදින්නේද එයට ලඟා විය හැකි
බව මගේ සිතට පැන නැඟු
ක්‍රියාවන් කිහිපයක් මෙහි දී
ඉදිරිපත් කරමි.

මෙම ක්‍රියා මාර්ගයන් පිළිගෙන
එයට එකඟ ව ජීවත් වූ කිහිප
දෙනෙක් උතුම් ජීවනියක් ලබා
ගත්හ. එයට පිටු පෑ තවත්
පිරිසකට මහත් පීඩන සහිත වූ
ජීවිතයට මුහුණ දීමට සිදු වූයේ
ඉතාමත් අවාසනාවකි. තවත්
පිරිසක් තමන්ට ලැබූ
අවස්ථාවන්ට එකඟ ව මෙම
මාර්ග දෙක අතර රැඳී සිටියහ.

කෙසේ වෙතත්, කුසල් ක්‍රියාවන් කිරීමට සහ අකුසල් ක්‍රියාවන් වැළකීමට අවස්ථාවන් සහ සහය ලබා දෙන්නේ අල්ලාහ් පමණි. එබැවින් සියලු දේ සඳහා ඔහුගේ ම පිහිට පනවු.

සැපවත් ජීවිතයේ පදනම දේව විශ්වාසය සහ කුසල් ක්‍රියාවන්ය.

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

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ
فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً ۗ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ
مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٧/النحل﴾

“පිරිමියෙකුගෙන් හෝ
කාන්තාවකගෙන් හෝ තමන්
විශ්වාස වන්නයෙකු ව සිට
කවරෙකු යහකම් කළේ ද ඔහුට
අපි සැපවත් ජීවිතයක් ප්‍රදානය
කරන්නෙමු. ඔවුන් කරමින් සිටි
දැහි යහපත් හේතුවෙන් අපි
ඔවුනට ඔවුන්ගේ වේතනය
පිරිනමන්නෙමු.” සූරා අන්
නහල් 16:97.

මෙම වාක්‍ය තුළින් ඊමානය සහ
කුසල් ක්‍රියාවන් සහිතව වන්නේ

කවරෙක්ද ඔහුට මෙලොව හා
මතුලොව ජීවිතයේ වටිනා
වේතනය ලබා දෙන බව
අල්ලාහ් පොරොන්දු වෙයි.
කුසල් ක්‍රියාවන් සඳහා
ප්‍රයෝජනවත් වන සිත් සහ යහ
ගුණාංගයන් නිවැරදි කළ හැකි
ර්මානය ලැබූ මුඛින්වරයෙකු
වෙත මෙම මූලික අවශ්‍යතාවන්
නිබෙන නිසා ඔවුන් මෙලොව
ජීවිතය සහ මරණයෙන් පසු
ජීවිතයේ සතුව සහ සැපත ලැබ
දුක් හා කරදර වලින් මිදෙන
මාර්ග ලබා ගන්නා බව
නිසැකය.

මු:මින්වරයෙකුට සිදු වන සතුව
ගෙන දෙන සහ පිළිකුල් කරන
ක්‍රියාවන් තුළින් ඔහු උපයන
කුසල් දෙගුණක් වනු ඇත. මේ
බව නබි (සල්) තුමාණන්ගේ
හදිස් වදන අපට දන්වයි.

"قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "عَجَبًا
لأمرِ المؤمنِ إنَّ أمرَهُ كُلَّهُ لَهُ خَيْرٌ وليسَ ذلكَ
لأحدٍ إلا للمؤمنِ إنَّ أصابتهُ سَرَأٌ شَكَرَ فكانتَ
خَيْرًا لَهُ وإنَّ أصابتهُ ضَرَأٌ صَبَرَ فكانتَ خَيْرًا
لَهُ." رواه مُسْلِمٌ.

“මු:මින්වරයෙකුගේ සියලු
කරුණු පුදුම සහගතය, මු:මින්
වරයෙකුගේ සියලු ක්‍රියාවන්
ඔහුට කුසල් ගෙන දෙයි. මෙය
මු:මින් වරයෙකුට හැර අන්

කිසිවෙකුට සාර්ථක නොවේ.
 ඔහුට යම් යහපතක් සිදු
 වුවහොත් එය සඳහා ඔහු
 කෘතඥතාව පල කරයි. එය
 ඔහුට යහපතකි. තවද, ඔහුට
 යම් අයහපතක් (පාඩුවක්) සිදු
 වුයේ නම් එය ඉවසීමෙන් ඔහු
 දරා ගනියි. මෙයද ඔහුට
 යහපතක් බවට පත්වෙයි.”
 යනුවෙන් රජුල් (සල්) තුමාණන්
 වදාළහ. මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.

තම රිමානය හා ක්‍රියාවන්ට
 එකඟ ව මු:මින්වරයෙක් හොඳ
 හෝ නරක විපාකය ලබා
 ගන්නා බව මෙයින් පැහැදිලි ව
 අවබෝද කර ගත හැක.

එහෙයින් තමාට ලැබෙන හොඳ
දේ සඳහා කෘතඥ වීමෙන්ද,
නරක දේ සඳහා ඉවසීමෙන් ද
මුහුණ දීමට පුරුදු වන
මු:මින්වරයෙකුගේ ජීවිතයේ
සතුව සහ සහනය පවතින බව
නිසැකයි. ඔහු ගෝකයටද පත්
නොවෙයි. මෙලෙස සහනයෙන්
ජීවත් වන මු:මින්වරයෙකුගේ
සිත් තැවිල්ල සහ අවාසනාව
ඔහුගෙන් ඉවත් වී, ඔහුගේ
ජීවිතය ද සාර්ථක බවට පත්
වෙයි.

ර්මාන් නොමැති කෙනෙක් තමා
කැමති දේ ලබා ගන්නා විට ඔහු
මෙයට වඩා හාත්පසින් වෙනස්

වූ තත්ත්වයකට පත් වනු ඇත.
තමාට සිදු වූ යහපත ඔහු
පිළිගත්තේ උඩඟුව සහ
ගුණමකුකම යන මානසික
තත්ත්වයෙන් යුතුව බව දැක
ගත හැක. මේ නිසා ඔහුගේ
ගුණාංගය තව තවත් පහත්
බවට පත් වෙයි. තිරිසන්
සතෙකු මෙන් ඔහු තුළ
තණ්හාව සහ ලෝකික
ආශාවන් අධික වනු ඇත.
ඔහුගේ සිත කිසිවිටෙක
සහනය ලබන්නේ නැත. ඒ
වෙනුවට තොයෙක් පීඩන ඔහුට
සිදු වෙයි. අනතුරුව තමා ලබා
ගත් අහිලාෂ සියල්ල අහිමි වේ

දෝ යන බියට ඔහු පත් වෙයි.
මේ නිසා නොයෙක් පරස්පර
තත්ත්වයන්ට මුහුණ දෙන්නට
ඔහුට සිදු වෙයි. ඔහුගේ සිත
කිසිවිටෙක තෘප්තියට
පමුණුවන්නේ නැත. මේ
හේතුවෙන් ඔහු තුළ තවත්
බොහෝ දේවල් කෙරෙහි අධික
ආශාවන් හිස ඔසවයි. ඇතැම්
විට ඔහුට ඒවා ලබා ගත හැකි
වනු ඇත, ඇතැම් විට ඔහුට ඒවා
ලබා ගත නොහැකි වනු ඇත.
ඔහු තමා පැතු දේ ලබා ගත්තද
ඔහුගේ දොම්නස ඔහුගෙන්
ඉවත් නොවෙයි. මේවාට අමතර
ව අප්‍රිය කරන යමක් ඔහුට

සිදුවූයේ නම් ඔහු අසහනයෙන් සහ බියෙන් එයට මුහුණ දෙනු ඇත. ඔහුගේ ජීවිතයේ සිදු වන අවාසනාව සහ පීඩාවන්ට ද ඔහුගේ ප්‍රතිචාරය මෙයයි.

මෙලෙස බියට නිතර පත් වන ඔහු මහත් මානසික පීඩනයට ලක් වනු ඇත. මෙයට ප්‍රධාන හේතුව යහ ක්‍රියාවන් තුළින් කුසල් උපයන්නට ආශාව හෝ අසීරු තත්ත්වයන් උසුලා ගැනීමට ඉවසීම හෝ නොමැති වීමයි.

මේවා සියල්ල අත් දැකීමෙන් සිදු වෙයි. සමාජයේ ජීවත් වන අතෙක් මිනිසුන් සමඟ මෙවැනි

කෙනෙක් සමාන කර
 බැලුවහොත් ඊමානයේ දීප්තිය
 සහිත මුමින්වරයෙක් හා එය
 නොමැති කෙනෙක් අතර
 තිබෙන වෙනස ඔබට දැක ගත
 හැකි වේ. අල්ලාහ් කුමන දැයක්
 ලබා දුන්නත් ඒවා තෘප්තිමත්
 සිතකින් භාර ගන්නට ඉස්ලාම්
 දහම ගැත්තන්ට පුහුණු කිරීම
 මෙයට හේතු වෙයි.

මෙයට එකඟ ව අසනීපය,
 දිළිඳුකම හෝ වෙනත් ඕනෑම
 පරීක්ෂණයන්ට මුහුණ දීමට සිදු
 වන විට අල්ලාහ් විසින් දෙන ලද
 සියලු දේ සඳහා ස්ථිර ඊමානය
 හේතුවෙන් තෘප්තියට හා

සෑහීමට පත් වූ මු:මින්වරයෙක්
පැන නගින ඕනෑම ප්‍රශ්නයක්
ඉදිරියේ කලබල නොවී සිටී.
තමාට කිසිසේත් ලබා ගත
නොහැකි දෙයක් ඔහු
නොපතයි. තමාට වඩා ඉහළින්
සිටින අය දෙස තෙත් යොමු
නොකර, තමාට වඩා පහළින්
ජීවත් වන අය දෙස අවධානය
යොමු කර අල්ලාහ්ට
කෘතඥතාව දක්වයි. ලෞකික
සෑප සියල්ල ලැබූ කෙනෙක්
ඒවායින් සහන නොලබන
තත්ත්වයේ පසු වනු දකින
මු:මින්වරයෙක් තමා පවතින

මානසික සහන තත්ත්වය
සඳහා සතුවූ වනු ඇත.

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

තවත් උදාහරණයක් දෙස
බලමු. භයානක යමක්
සමාජයට පහළ වන විට හෝ
මහත් පීඩනයකට ජනතාව ලක්
වන විට සෘජු ඊමානය සහිත
මිනිසා සාමකාමී ව හා නොසැලී

සිටිනු ඔබ දැකින්නේය. තමාට
අහිමි වූ සමාජ ගෞරව, දැඩි
සිතුවිලි, කතිකත්වය,
ක්‍රියාකාරීත්වය සියල්ල පාලනය
කර යළි ක්‍රියාවේ යෙදීමේ
හැකියාව සහ මානසික
ශක්තිය ඔහු නැවත ලබා
ගන්නා බව ඔබ දැකිනු ඇත.
ඕනෑම පීඩනයට මුහුණ දීමට
ඔහු සූදානම් ව සිටීම මෙයට
හේතුව වේ. සිතට සහනය සහ
ශක්තිය මිනිසාට ලබා දෙන්නේ
මෙවැනි අවස්ථාවන්ය.

ර්මානය විරහිත කෙනෙකුගේ
තත්ත්වය මෙය නොවේ. බිය හා
වියාකූලතාව 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 විරිත වෙයි.
ඕනෑම දෙයක් දරා ගත හැකි
ර්මානයේ 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 වීරත්වය
ලැබීමෙහි හොඳ හා නරක
කෙනෙක් ද මූෂිත් හා ඊමාන්
නොමැති කෙනෙක් ද එක හා
සමාන තත්ත්වය උසුලති. මෙම
නිර්භීතකම තුළින් ඕනෑම
භයානක අවස්ථාවක් සුළු
දැයක් ලෙසද පහසු දෙයක්
ලෙසද ඔවුන් දැකිය හැක.
එහෙත් ශක්තිමත් ඊමානය
තුළින් ඉවසීම, සියල්ල අල්ලාහ්ට
හාර කිරීමේ තවක්කුල් නම්

විශ්වාසය, බලාපොරොත්තුව
සහ තම ක්‍රියාවන්
සඳහා අල්ලාහ්ගෙන් පමණක්
වේතනය බලාපොරොත්තුව
යන කරුණු සහිත
මු:මින්වරයෙකුගේ වීරත්වය
තවත් ශක්තිමත් බවට
පත්වෙයි. භීතිය නිසා හට
ගන්නා පීඩනය ඔහු තුළ නැත.
මේ අයුරින් ඔහු සෑම
අංශයේම උතුම් බවට පත්ව
සිටී. මෙම තත්ත්වයට පිළිබඳ ව
අල්ලාහ් පවසන්නේ කුමක් දැයි
බලමු.

إِنْ تَكُونُوا تَأْمُونًا فَإِنَّهُمْ يَأْمُونَكُمْ
تَأْمُونًا ۖ وَتَرْجُونَ مِنَ اللَّهِ مَا لَا
يَرْجُونَ ۗ (النساء/ ١٠٤)

“නුඹලා වේදනාවට පත්වුවාක් මෙන්ම ඔවුන් ද වේදනාවට පත්ව ඇත. තවද ඔවුන් අපේක්ෂා නොකරන දෙයක් නුඹලා අල්ලාහ් ගෙන් අපේක්ෂා කරන්නෙහුය.” සූරා අන් නිසා 4:104

වදනින්, ක්‍රියාවෙන් සහ වෙනත් ක්‍රම තුළින් සෙසු ජීවීන්ට යහපතක් කිරීම කෙනෙකුගේ ගෝකය හා සිත්තැවිල්ල ඉවත් කරන පහසු මාර්ගයකි. යහපත් පුද්ගලයෙක් හෝ අයහපත්

පුද්ගලයෙක් හෝ වේවා
සමාජයට ඔවුන් කරන සහන
සේවයට එකඟ ව අල්ලාහ්
ඔවුන්ගේ සිත් වේදනාව
සැහැල්ලු කරයි. මුස්මින්වරයෙක්
තවත් කෙනෙකුට උදව්
කරන්නේ ඉහේලාස් නම් පිරිසිදු
සිතුවිලි සහිත ව අල්ලාහ්
වෙනුවෙන් වන අතර ඔහු
ප්‍රතිලාභයක් මිනිසුන්ගෙන්
අපේක්ෂා නොකරයි. ඔහු
ප්‍රතිලාභය බලාපොරොත්තු
වන්නේ අල්ලාහ්ගෙන් පමණි.
මේ හේතුවෙන් කුසල් ක්‍රියාවන්
ඉටු කිරීම සහ අකුසල්
ක්‍රියාවන්ගෙන් බැහැර වීම

ඉතාමත් පහසු යෙක් බවට ඔහු
පත් කර ගනියි. මේවා සඳහා
මාර්ගය පහසු කර දෙන බව
අල්ලාහ් ප්‍රකාශ කරන්නේ
මෙසේය.

لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ
أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ ۗ وَمَن يَفْعَلْ
ذَلِكَ ابْتِغَاءً مَّرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُوْتِيهِ أَجْرًا
عَظِيمًا ﴿١١٤/النساء﴾

“කෙනෙකු දානයක් හෝ
යහපතක් හෝ ජනයා අතර
සමනයක් ගැන විධානය
කිරීමකින් මිස ඔවුන් අතර
කෙරෙන රහස් කතාවන්
බොහෝමයක යහපත
නොමැත. කවරෙකු එය

අල්ලාහ්ගේ තෘප්තිය
බලාපොරොත්තුවෙන් සිදු
කරන්නේ නම් අපි ඔහුට
අනිමහත් ප්‍රතිඵල
පිරිනමන්නෙමු.” සූරා අන් නිසා
4:114.

ඉහත සඳහන් වාක්‍ය මගින්
ගැත්තා ඉටු කරන මෙම
කාශීයන් 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. ගැන්තාගේ දුක,
කනස්සල්ල හා අයහපත්
සිතුවිලි සියල්ල මකා දැමීම
ගැන්තාට දෙනු ලබන උසස්තම
තෟෂ්ඨ අතර එකක් බව මෙයින්
පැහැදිලි වේ.

ගරීරය 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 ක්‍රියාකාරීත්වයද
වර්ධනය වීමට හැකි වනු ඇත.
මෙලෙස කටයුතු කිරීම
මුස්ලිම්වරයෙකුට මෙන්ම
කාෆිර්වරයෙකුටද අදාළ
පියවරකි. එහෙත්
මුස්ලිම්වරයෙක් ඉගෙන ගන්නා
විට හෝ උගන්වන විට,
ක්‍රියාවක නිරත වන විට ඔහු

තුළ පවතින රිමානය
හේතුවෙන් අන් අයට වඩා කැපී
පෙනෙනු ඇත. ඔහු නිරත වන
කාර්යය ඉලාදාව සම්බන්ධ
එකක් නම්, එම කාර්යය
ඉලාදාවක් බවට පත් වේ. එසේ
නොව, ඔහු ලෞකික හෝ
වෙනත් සමාජීය කටයුත්තකට
සහභාගි වන විට ඔහු යහපත්
වේතනාවෙන් සහ අන් අයට
උපකාර කිරීමේ අරමුණින්
නිරත වන නිසා එම ක්‍රියාව පවා
ඉලාදාවක් බවට පත් වනු ඇත.
මෙවැනි අවස්ථාවන්හි පවා
මු:මින්වරයෙකුගේ ක්‍රියාවන්
නිසා ඔහුගේ සිත් තැවිල්ල,

අසහනය ඉවත් කිරීම 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.

අසහනයෙන් හෝ දුකෙන් මිදීම
පිණිස තමා නිරත වන කටයුතු
කෙරෙහි සම්පූර්ණ අවධානය

යොමු කිරීම සුදුසු ය. එ සමගම
අතපසු වූ හා පැරණි විෂයයන්
ගැන දුක්වීමේ පුරුද්ද අත හැරිය
යුතුය. රසුල් (සල්) තුමාණන්
සිත් තැවිල්ලෙන් අල්ලාහ්ගෙන්
රැකවරණය පැතුවේ මේ නිසාය.
අත පසු වූ සිද්ධීන් ගැන තැවත
තැවත සිතා දුක් වීමෙන් හෝ
කෝප වීමෙන් එය යළි
පැමිණෙන්නේ නැත. එමෙන්ම
අනාගතය ගැන බිය විය
නොයුතුය. මේවා මගින්
අසහනය තවත් අධික වනු ඇත.
මේ හේතූන් නිසා
මු:මින්වරයෙක් තම දෛනික
කටයුතු වල පමණක් සිත

සම්පූර්ණයෙන්ම යොමු කළ
යුතුය. මේ ආකාරයෙන් ඔහු
තම දෛනික කටයුතු සියල්ල
විධිමත් ලෙස පවත්වා ගත
යුතුය.

අල්ලාහ්ගේ ගැන්වෙක් තම
සියලු කටයුතු නිසියාකාර ව
අවසන් කිරීමට සහ සිත්
තැවිල්ලෙන් නිදහස් වීමට හැකි
වන්නේ තම සිත එක් දිශාවට
යොමු කිරීමෙන් පමණි. නබි
(සල්) තුමාණන් ප්‍රාර්ථනා කරන
විට හෝ ප්‍රාර්ථනා කරන ලෙස
සමාජයට මග පෙන්වූ විට,
ඔවුන් මහත් වූවමනාවක්
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
යහළුල ගෙන දෙන ක්‍රියාවන් හි
පමණක් වැයම් කළ යුතුය. තම
අරමුණු ලබා ගනු පිණිස
අල්ලාහ්ගෙන් ප්‍රාර්ථනා කිරීමට
ද අමතක නොකළ යුතුය. මේ
බව තබී (සල්) තුමාණන්ගේ

පහත සඳහන් හදිසය පැහැදිලි කරයි.

احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز
وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كذا، كان
كذا وكذا، ولكن قل قدر الله وما شاء فعل فإن لو
تفتح عمل الشيطان" رواه مسلم.

“ඔබට යහපතක් ගෙන දෙන විෂයයෙහි සැලකිල්ල දක්වනු. ඒ සඳහා අල්ලාහ්ගේ සහය පතනු. දෛර්යය අත් නොහරිනු. තවද ඔබට යමක් සිදු වූයේ නම්, ‘මම මෙ ලෙස කළේ නම් මෙවැනි දැයක් සිදුවන්නට තිබුණි.

(නොකළේ නම්) එවැනි දැයක් සිදුවන්නට තිබුණි.’ යැයි නොපවසනු. එහෙත් අල්ලාහ්

තමා කැමති දේ ඔහුගේ
නීරණය කළ අයුරින් සිදු කරයි.
මන්ද, ‘මෙලෙස කළේ නම්’ යන
වදන ෂෛතාන් 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 සිදු
සියල්ල අල්ලාහ්ගේ නීරණයට
එකඟව සිදු වූ බව තෘප්තියට
පත්ව පිළිගත යුතුය යනුවෙන්

නබි (සල) තුමාණන්ගේ හදිස් වදන අපට පැහැදිලි කරයි.

තවද, නබි (සල්) තුමාණන් යම් ක්‍රියාව දෙ වර්ගයට වෙන් කර ඇති බව මෙයින් පෙනේ. ඒවා නම් මු:මින්වරයෙක් තම වැයමින් යම් අවශ්‍යතාවක් ලබා ගැනීම සහ යම් දැයකින් ඉවත් වීම යන වර්ග දෙකක් වේ. මෙලෙස වැයම් කිරීමේදී ඒ සඳහා අල්ලාහ්ගේ සහය පැනීමද අවශ්‍ය බව සලකන්න. දෙවනුව එය ලබා ගත නොහැකි වීම. එවැනි අවස්ථාවන්හි මු:මින් වරයෙක් එම අසාර්ථක ප්‍රතිඵලය පිළි

ගත යුතුය. ඒ නිසාම
අතෘප්තියට පත් නොවිය යුතුය.
මෙම ක්‍රම වේදය
මු:මිත්වරයෙක් නිතර
අනුගමනය කළේ නම් ඔහුගේ
වේදනාව ඉවත් වී ඔහුගේ
ජීවිතය නිතර සතුටින්
පිරෙනවාට කිසිදු සැකයක්
නැත.

අල්ලාහ් ගැන නිතර මෙහෙහි කිරීම

හදවත් හි දූක ඉවත් වී සහනය
ගෙන දෙන තවත් මාර්ගයක්
වනුයේ නිතර අල්ලාහ් ව

මෙතෙහි කිරීම තුළින් බව
කුර්ආන් පවසයි.

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾ (الرعد)

“සැබැවින්ම හදවත් සැනසුමට
පත් වනුයේ අල්ලාහ් ව මෙතෙහි
කිරීමෙනි.” සූරා අර් රාද් 13:28.

අල්ලාහ් මෙතෙහි කිරීම සහ
ඔහුගේ අලංකාරවත් නාමයන්
නිතර පැවසීමෙන් කෙනෙකුගේ
අරමුණ සහ අවශ්‍යතා ලබා
ගැනීම සාර්ථක කිරීමට මහත්
උපකාර වන බව මෙම වාක්‍ය
පවසයි.

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
ක්‍රියාවන් මාර්ගයෙන්
කෙනෙකුගේ සිත්තැවිල්ල ඉවත්
කිරීමට අල්ලාහ් මාර්ගයක්
සකස් කර ඇත. මෙයට එකඟ ව
බැනීමතා තම කෘතඥතාව
නිතර ප්‍රකාශ කළ යුතු බව
අල්ලාහ් ඔහුට අනුබල දෙයි.
බැනීමතෙකුට අසනීපය,
දුෂ්පත්කම වැනි

පරීක්ෂණයන්ට මුහුණ දීමට
සිදුවන අවස්ථාවන්හි අල්ලාහ්
තමාට ලබා දුන් අසීමිත
ආශීර්වාදයන් ගැන සසඳා
බලන ඔහු මෙම නවක ප්‍රශ්න
සියල්ල ගැන වැඩිය ලන වීමට
හේතුවක් නොමැති බව දකියි.

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 නිළිණ සහ
ප්‍රතිවිපාක බලා
බොරොත්තුවෙන් 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.

තමාට වඩා පහළ
තත්ත්වයෙන් පසු වන අය
වෙත අවධානය යොමු කිරීම

මෙ වැනි අවස්ථා පිළිබඳ ව රජුල්
(සල්) තුමාණන් මෙසේ විදාළහ.

" انظروا إلى من هو أسفل منكم ولا تنظروا
إلى من هو فوقكم ، فهو أجدر أن لا تزدروا
نعمة الله عليكم "

“ඔබට වඩා පහළ තත්ත්වයේ පසු වන ජනතාව දෙස ඔබේ තෙත් යොමු කරනු. ඔබට වඩා ඉහළ තත්ත්වයේ සිටින ජනතාව වෙත අවධානය යොමු නොකරනු. අල්ලාහ්ගෙන් ඔබට දෙන ලද ආශීර්වාද පිළිබඳ ව ඒවා අල්ප ලෙස ඔබ නොසැලකීමට මෙය කදිම ක්‍රමය වේ.” මූලාශ්‍ර වූහාරි සහ මුස්ලිම්.

මෙවැනි උතුම් මානසික තත්ත්වයේ මුමින්වරයෙක් 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 ගෝකය ඉවත් වී ඒ වෙනුවට ඔහුගේ සතුව අධික වේ. එ මෙන්ම තමාට වඩා උසස් තත්ත්වයේ ජීවත් වන ජනතාව දකින විට ඔහු තුළ ක්‍රෝධය හෝ ඊර්ෂ්‍යාව හට ගත්තේ නැත.

මෙලෙස තමාට බාහිර ව හා රහසිගත ව අල්ලාහ් විසින් පිරිනමන ලද අසීමිත ආශීර්වාද සහ ආගමික විෂයයන් හා

ලෞකික විෂයයන්හි දෙන ලද
සහන පිළිබඳ ව නිතර කල්පනා
කරන කෙනෙක් තමාට අල්ලාහ්
කෙතරම් සෙනක් ලබා දී
නිබෙන බවද කොපමණ
අයහපත් අවස්ථාවන්ගෙන්
ඉවත් කර ආරක්ෂා සපයා තිබේ
ද යනුවෙන් දැක ගනී. මෙලෙස
සහනයෙන් කල්පනා කරන විට
ඔහුගේ සිත් තුළ කනස්සල හීන
වී ඒ වෙනුවට සතුට අධික වන
බව කිසිදු සැකයක් නැත.

**කනගාටුවට තුඩු දෙන
ක්‍රියාවන් මඟ හැරීම**

කතඟාවූවෙන් ඉවත් වී
සතුවින් ජීවත් වීම සඳහා
තකඟාවූවට මග පාදන
ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකී සිටීම
නියම ක්‍රියා මාර්ගය වේ.
අතීතය වෙනස් කිරීමට
කිසිසේත් නොහැක. එනිසා
ඒවා පිළිබඳ ව කල්පනා කරමින්
ලත වීමෙන් කිසිදු එලක් නැත.
බෙහෝ දෙනෙක් තම අශුභ
අතීතය ගැන කල්පනා කරමින්
ලත වන අතර, අනාගත සඳහා
සාර්ථක පියවරක් ගන්නට
නොහැකිව ලත වෙති. තවද
එය අනුවණ හා උමතු එකක්
බව පිළිගත යුතුය. එනිසා

අයපහන් අතීතය පිළිබඳ ව
අමතක කළ යුතුය. මෙ මගින් ද
සතුව සඳහා මාර්ගයක් විවෘත
වේ. ඇතැම් විට අතීතය අමතක
කිරීමට මහත් ප්‍රයත්නයක්
දරන්නට සිදු වේ. එහෙත් මෙය
අනිවාර්ය යෙහිම සිදු කළ යුතු
එකකි. එ පමණක් නොව
ජීවිතයේ අවශ්‍ය පියවර ගන්නා
විට, අනාගතයේ තමා
දිළිඳුකමට හෝ කිසියම්
රොගයට ගොදුරු විය හැකි ද
යනුවෙන් උපකල්පනය නොකළ
යුතුය. අනාගතය පිළිබඳ දැනුම
අල්ලාහ් සතුව. එනිසා ඒවා
පිළිබඳ ව අනවශ්‍යය ව

උපකල්පනය කර කාලය විනාශ
නොකර එහි සාර්ථකත්වය
ලබන්නට හා අසාර්ථක
පියවරින් වැළකී කටයුතු කිරීම
මු:මිත්වරයකුගේ වගකීම වේ.
අනාගතය ගැන ළත නොවී, එය
අල්ලාහ්ට භාර කර,
නිශ්කලංකව තම කටයුතු වල
නිරත වීම සුදුසු පියවරකි. එවිට
සිත් සහනය ලැබ, තත්ත්වය
යහපත් අතට වෙනස් වී,
ඔහුගේ බිය හා සැක ඉවත් වන
බව මු:මිත්වරයෙක් අවබෝධ
කර ගත යුතුවේ.

තවද, අනාගතය සම්බන්ධ
විශයයන් කෙරෙහි අවධානය

යොමු කරන විට මුහම්මද් (සල්) තුමාණන් පාරායනා කළ පහත සඳහන් දුභා අපිද පාරායනා කිරීමෙන් යහඵල සිදු වනු ඇත.

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةٌ أَمْرِي،
وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي، وَأَصْلِحْ لِي
آخِرَتِي الَّتِي فِيهَا مَعَادِي، وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي
فِي كُلِّ خَيْرٍ، وَاجْعَلِ الْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ
شَرٍّ)).

“යා අල්ලාහ්, මාගේ සියලු කාර්යයන් සඳහා ආරක්ෂා දෙන මාගේ දහම මා හට නිරවුල් කර දෙනු මැනව. මාගේ ජීවිතය රැඳී පවතින ලෞකික විෂයයන් නිරවුල් කර දෙනු මැනව. එමෙන්ම මා ආපසු හැරී යෑමට

නිබෙන මතු ජීවිතය ද නිරවුල් කර දෙනු මැනව. කුසල් ක්‍රියාවන් අධිකව කිරීම සඳහා මගේ ආයුස කාලය දීර්ඝ කර දෙනු මැනව. සියලු උවදුරෙන් මාගේ හදවතෙහි සහන ලබන්නට පහසු කරනු මැනව.” මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්.

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكُنِّي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةً
عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ .
رواه أبو داود

“යා අල්ලාහ්! ඔබේ ආසිරි පනමින් සිටිමි. එක් මොහොතකට වුවද මාගේ සිත වෙන මාව භාර කරනු

නොමැනව. මාගේ සියලු
කාර්යයන් නිරවුල් කර දෙනු
මැනව. ඔබ හැර නැමදුමට සුදුසු
කිසිවෙක් නැත.” මූලාශ්‍රය අඩු
දාවුද්.

මෙයට එකඟ ව
මු:මිත්වරයෙක් 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
තැවිලි ඉවත් වී ඒවා ප්‍රීතිමත්
බවට වෙනස් වනු ඇත.

විශාල හානියක් සිදු වන
විට ඒවා දරා ගැනීමේ සිත්
ධෛර්යය ලබන්නට, ඇසට
පෙනෙන අයහපත් දෑ
සැහැල්ලුවට දකින්නට සිත
පුහුණු කර ගැනීම
අත්‍යාවශ්‍යයි. මේ
අයුරින් ඕනෑම ප්‍රශ්නයට
එඩිතර ව මිහිණු දීමට පුහුණු
විය යුතුය. එවැනි කෙනෙකුට
සිත් තැවිලි හා ගෝකය හට
ගන්නේ නැත. ඒ වෙනුවට
එළඹෙන ඒ අවස්ථාවන්ගෙන්

යහපතක් දකින්නටද ඔහුට සිදු වූ පීඩාවන් ඉවත් කිරීමටද අල්ලාහ්ට හැකිවනු ඇත.

හීනිය, අසනීපය, දිළිඳුකම හෝ කෙනෙක් අකැමැති සිද්ධිය වැනි අවාසියක් හට ගන්නා විට. ඒවාට සන්සුන්ව මුහුණ දීමට මු:මින්වරයෙකුට හැකි වෙයි. පසුව 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 ගෝකය අඩු වනු

ඇත. ඒවායේ බරපතලකමද
සුළු බවට පෙනේ. වීශේෂයෙන්
තම හැකියාවට එකඟව පීඩාව
දරා ගැනීමට කෙනෙක් පුහුණු
වූයේ නම්, එම අවස්ථාවන්හි
අයහපතට එරෙහි ව සටන්
කිරීමට හැකියාව ඔහු තුළ
වර්ධනය කරයි. මෙලෙස
කරදර සියල්ලට එඩිතරව
මුහුණ දුන් හේතුවෙන් සහ
අල්ලාහ්ගෙන් අප්‍රමාද හා ප්‍රමාද
ව ලැබෙන සියලු නිලීණ බලා
පොරොත්තුවෙන් සිටීමේ
හේතුවෙන් ඔහු තුළ සතුවක්
හා බලා පොරොත්තුවක්
හටගන්නේය. මේ ප්‍රතිඵල

සියල්ල ප්‍රයෝගික අත් දැකීමි
ලෙස දුටු අය බොහෝ දෙනෙකි.

අශ්‍රේෂ්ඨික අබ්දුර් රහ්මාන් බින්
නාසර් අස් සඅදී (රහි)

මානසික හා ශාරීරික
රෝගයන්ට ඖෂධය

මානසික වියරුවීමට හා
අයහපත් උප කල්පනයන්ට ඉඩ
තොදී සෘජුව සිටීමේ එඩිතරකම
මානසික රෝගයන්ට පමණක්
නොව ශාරීරික රෝගයන්ටද
අගනා ඖෂධයකි. මිනිසා
අනවශ්‍ය උපකල්පනයන්ට
වහල් වීමෙන්, හීනිය හා
සිත්තුවිල්ලට භාජන වන විටද

තමා අකැමැති සිදුවීමට මුහුණ දෙන විට හෝ කෝපයට හා මානසික පීඩනයට තුඩු දෙන යමක් සිදු වන විටද ඔහු මානසික රෝගයන්ට පමණක් නොව කායික රෝගයන්ටද ලක් වනු ඇත. මේවාට අමතර ව ඔහුගේ ඵදිනෙදා ජීවිතයට විශාල බලපෑමක් සිදු කළ හැකි ස්නායු කම්පනයටද පහසුවෙන් ගොදුරු විය හැක.

එහෙත් කුමන අවස්ථාවේ හෝ මිනිසා අනවශ්‍ය උපකල්පනයට ඉඩ නොදී, තම සියලු කටයුතු අල්ලාහි කෙරෙහි විශ්වාසය තබා ඔහු වෙනම

සියලු භාර කරන්නේ ද එම මොහොතේ මිනිසාගේ සියලු කරදර හා කමිකටොලු 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 දෛර්යය, 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 ආරෝග්‍යශාලා වලට
ඇතුළත් කරනු ලබන්නට සිදු
වේ. මෙවැනි බලපෑමට ශාරීරික
දුබල අය පමණක් නොව
කායිකව ශක්තිමත් පිරිසද හසු
වනු ඇත. ඔවුන්ගෙන් කිහිප
දෙනෙකු මානසික රෝගීන්
වශයෙන් සිහි විකල් වීමද දැක
ගත හැක. මෙවැනි අභාග්‍ය
සම්පන්න තත්ත්වයෙන්
කවුරුන්ට අල්ලාහ් විසින්
ආරක්‍ෂාව දෙනු ලැබුවේ ද ඔවුන්
සහ කවුරුන්හට තම සිතුවිලි
සමඟ සටන් වදින්නට ආත්ම

ගක්තිය අල්ලාහ් දුන්නේද ඔවුන්
හැර අත් කිසිවෙකුට මෙම
අවාසනාවන්ත තත්ත්වයෙන්
මිදෙන්නට හැකියාවක් නැත.

وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ

“කවරෙකු අල්ලාහ් කෙරෙහි
සියලු භාරකරන්නේ ද ඔහුට
ඔහු (අල්ලාහ්) ප්‍රමාණවත්ය.”
සූරා අත් තලාක් 65:3

මෙලොවෙහි සහ මතු ලොවෙහි
නම ගැන්නාට අවශ්‍ය සියලු දේ
සදහා අල්ලාහ් පමණක්
ප්‍රමාණවත් බව මෙම වාක්‍යය
පහදා දෙයි. මෙයට එකඟ ව
අල්ලාහ් වෙත පරිපූර්ණ

විශ්වාසය තබන්නෙකුගේ සිත් තුළ අනවශ්‍ය සිතුවිලි මතු කර ඔහුට මානසික බලපෑමක් සිදු කිරීමට කිසිවෙකුට නොහැක. මෙවැනි සිතුවිලි හට ගන්නේ මානාසික දුබලකම සහ පදනම් විරහිත අනවශ්‍ය භීතිය නිසා බවද, අල්ලාහ් කෙරෙහි කවුරුන් සම්පූර්ණයෙන් විශ්වසාය තබා ක්‍රියා කරන්නේද ඔවුන්ගේ සියලු කටයුතු අල්ලාහ් නිසියාකාර ව ආරක්‍ෂා කරන බව නිසැකය. මෙවැනි මිනිසෙකු තුළ අනවශ්‍ය බිය නිසා ඔහු

මානසික පීඩනයට ලක් වන්නේ නැත.

අත් අය ගැන අනවශ්‍ය ලෙස නොසොයන්න

“මු:මිත්වරයෙක් තවත් මු:මිත්වරියෙකුගේ තොරතුරු පිළිබඳ ව අනවශ්‍ය ලෙස භාරා නොබලනු. මන්ද, ඇයගේ එක් ගුණාගයක් ඔහු අප්‍රිය කළ හැකි නමුත් ඇයගේ තවත් ගුණාගයක් ඔහුට තෘප්තිය ලබා දිය හැක.” යනුවෙන් රසූල් (සල්) තුමාණන් වදාළහ. මූලාශ්‍රය මුස්ලිම්. මෙම වදනෙහි

වැදගත් කරුණු දෙකක් අඩංගු වී තිබේ.

1. කෙනෙක් තම බිරිය, දොතීන්, මිතුරන්, සේවකයන් වැනි සමීපතම අය සමඟ හැසිරිය යුතු ආකාරය කුමක් දැයි මෙම හදීස් වදන මඟ පෙන්වයි.

සමීපව ආශ්‍රය කරන ජනයා අතර ඔවුන් අප්‍රය කරන ඇතැම් අඩුපාඩු හෝ අප්‍රසන්න හැඟීම් තිබීමට අවස්ථා ඇත. ඔවුන් සියලු දෙනාම 100% සැසඳිය යුතු බව කිසිසේත් බලාපොරොත්තු විය නොහැක. එබැවින් අපට එකඟවිය හැකි ගුණාංගයන් තවත් ශක්තිමත් කර ගැනීමට

සහ අප අප්‍රිය කරන
 ගුණාංගයන් ගැන
 නොසැලකිලිමත් වීම තුළින් අප
 අතර පවතින මිත්‍රත්වය
 වර්ධනය කළ හැකිවේ. මේ
 මගින් සියලු දෙනාටම සිත්
 සහනයට පත්විය හැකි වනු
 ඇත.

2. මෙම නවි වදනින් ලැබෙන

2වන පාඩම: සිත් කනස්සල්ල
 සහ ගෝකය ඉවත් වී සිත
 පිරිසිදු කර ගත හැක. එමෙන්ම
 දෙපාර්ශවම අනිවාර්යයෙන් ඉටු
 කළ යුතු රජකාරිය අවුල්
 නොවන සේ දිගට කර ගෙන
 ගිය හැකි වනු ඇත. එම

දෙපාර්ශවයන් අතර සිත්
සහනයද පවතිනු ඇත. නබි
(සල්) තුමාණන්ගේ මෙම
උපදෙස් කවරෙකු හෝ
අනුගමනය නොකරන්නේද,
ඔහුගේ තත්ත්වය
සම්පූර්ණයෙන් අවුල් සහගත
බවට පත්වන බව නිසැකයි.
එවැනි කෙනෙක් අත් අය වෙත
නිබෙන යහ ගුණාංගයන් දෙස
තෙත් යොමු කිරීමට
අපොහොසත් බවට පත් වේ.
ඔවුන්ගේ අයහපත් කොටස
ගැන පමණක් ඔහු අවධානය
යොමු කරන්නට පුරුදු වෙයි.
මෙයින් ඔහු තවත් අසහනයට

පත්වීම වැළැක්විය නොහැක.
මෙවැනි අවස්ථාවක තමන්
අතර පවතින පොදු එකඟතාව
හා සෙනෙහසට හානි සිදුවිය
හැක. මේ නිසාම දෙපාර්ශවයම
එකතු වී සිදු කළ යුතු
රාජකාරීන් පවා නිසියාකාරව
සිදු කිරීමට බාධාවක් සිදුවිය
හැක.

විශාල හානියක් හෝ
පීඩනයන්ට මුහුණ දෙන
අවස්ථාවන්හි ඉතාමත්
ඉවසීමෙන් හා සිරුවෙන්
කටයුතු කරන ඇතැම් අරමුණු
සහිත නායකයින් පවා ඉතාමත්
අල්ප දැයක් දකින විට කලබල

හා අධෛර්යමත් වන
අවස්ථාවන්ද ඇත. ඔවුන්ගේ
සිතෙහි පවතින ආදරය පවා
සලීත වනු ඇත. මෙයට ප්‍රධාන
හේතුව බරපතල 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 සෘජු ව සිත පාලනය
කරගන්නා කෙනෙක් කුඩා හෝ
විශාල පීඩනයට පත් වූ
අවස්ථාවන් හි පවා අල්ලාහ්

වෙන සියලු කරුණු භාර කර
ඔහුගෙන් ම සහන පතයි. ඒ
සමඟම ඔහු කිසිදු මොහොතක
කිසිදු ප්‍රශ්නයක් තම සිතට භාර
නොකර 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 සිතෙහි
ශාන්තිය දකිනවා මෙන් ඔහුගේ
ජීවිතයේ ද ශාන්තිය පැතිර
පවතී.

**තෘප්තිමත් ජීවිතය යහපත්
ජීවිතයක් වේ**

තෘප්තිමත් හා ප්‍රීතිමත් ජීවිතය
යහපත් එකක් නමුත් එය කෙටි
කාලීන ජීවිතයක් බව නුවණැති
පුද්ගලයෙක් හඳුනා ගනී. එබැවින්
සිතට කනස්සල්ල ගෙන දෙන,
සිත් පිරිසිදුභාවයට භාතියක්
සිදු කරන කිසිදු ක්‍රියාවකින් එම
කෙටිකාලීන ජීවිතයට භාතියක්
සිදු වන පියවරක් නොගන්නා
බවට නුවණැති කෙනෙක් වග
බලා ගත යුතුය. එසේ
නොකළේ නම් ඔහුගේ යහ
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 මු:මින්
වරයෙක් ස්ථිර ව කටයුතු කරන
අතර එයින් ඔහු ලබන ප්‍රතිඵල
විශාලය.

නවද නමා අකැමැති යමක්
සිදුවන විට හෝ බිය උපදවන
යමක් සිදුවන විට ඒවා ආගමික
හා ලෞකික සම්බන්ධව නමාට
පිරිනමනු ලැබූ භාග්‍යයන් සමඟ
ඔහු සසඳා බැලිය යුතුය. එවිට

අල්ලාහ් විසින් තමාට පිරිනමනු ලැබූ භාග්‍යයන් අධික බවද, තමාට සිදු වූ අයහපත් දේ ඉතාමත් ස්වල්පයක් බවද ඔහු දැක ගනී.

එමෙන්ම තමා මුහුණ දුන් බිය සහිත සිදුවීම් සමග තමා ලැබූ ශාන්තිය සහිත අවස්ථාවන් ගැන සසඳා බැලිය යුතුය. මෙවැනි මොහොතෙහි දුබල සිදුවීමක් විසින් ගක්නීමත් සිදුවීමක් ඉක්මවා යෑමට ඉඩ දිය නොයුතුය. මේ නිසා ඔහුගේ දුක හා සිත් කනස්සල්ල ඉවත් වනු ඇත. තවද මෙවැනි තත්ත්වයට ලඟා 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 දකින්නටද, එවැන්නක් යළිත් සිදුනොවන බවට වග බලාගන්නටද සිත් ඔබේරියය ඔහු ලබයි.

මිනිසුන්ගෙන් නොයෙක් කරදර සිදු වන විට විශේෂයෙන් ඔවුන්ගෙන් අසහ්‍ය වදන් අසන්නට සිදු වන විට, ඔබ ඒවා කෙරෙහි අවධානය යොමු නොකර, කෝපයට පත් නොවී සිටීම ඉතා පල දායීක පියවරකි.

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

ඔබේ චිත්තනයේ ප්‍රතිවිපාකය
ඔබේ ජීවිතය බව ඔබ දකිනු
ඇත. එනිසා ඔබේ සිතවිලි දහම
හෝ යහපත් ලෙගකික
දේ සමඟ සම්බන්ධ වී තිබුණේ
නම් ඔබේ ජීවිතය ද යහපත්
එකක් බවට ඔබ දකිනු ඇත.
එසේ නොමැති නම් එහි
ප්‍රතිඵලය අයහපත් බව ඔබ
දකින්නේය.

ඔබ ඉටු කරන යහ ක්‍රියාවන්
සඳහා අත් 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
සිදුවීලි තිබිය යුතු අතර,
මිනිසාගෙන් බලා
බොරොත්තුවක් නොතිබිය
යුතුය. අල්ලාහ්ගේ උතුම්

ගැත්තන්ගේ ගුණාංගය මෙය
බව සලකන්න. මේ පිරිස පිළිබඳ
ව අල්ලාහ් මෙසේ සඳහන් කරයි.

إِنَّمَا نُنْطِعُكُمْ لَوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا
شُكْرًا (٩)

“අප නුඹලාට ආහාර සපයනුයේ
අල්ලාහ්ගේ මුහුණ (තෘප්තිය)
වෙනුවෙන්මය. නුඹලාගෙන්
කිසිදු ප්‍රතිඵලයක් හෝ කිසිදු
කෘතඥ තාවක් හෝ අපේක්ෂා
නොකරන්නෙමු.“ සුරා අද් දහර්
76:9

මිනිසාට ඉටු කරන උපකාරය
සඳහා ඔවුන්ගෙන් ප්‍රතිඋපකාර
බලාපොරොත්තු කිසිවක්

නොතැබීම අල්ලාහ්ගේ
ගැත්තන්ගේ සිරිතක් වන බව
මෙම වාක්‍යය අපට මතක්
කරයි.

එබැවින් ඔබේ දෛනික ජීවිතය
සමඟ සම්බන්ධකම් පවත් වන
පවුලේ සාමාජිකයන්, දරුවන්,
ඥාතීන් වැනි සියලු දෙනා සමඟ
ඉටු කරන කටයුතු වල මේ
කරුණු මතකයේ තබා ගැනීම
ඉතා වැදගත්ය. එමෙන්ම
ඔවුන්ගෙන් යම් හානියක් හෝ
අයහපතක් ඔබට සිදු වන විට
ඒවා ගැන නොසලකා හැරීමෙන්
ඔබේ සිතට විශාල සහනයක්

දැනෙන බව ඔබට දැක ගත හැකිය.

යහ ප්‍රතිඵල ලබා දෙන ක්‍රියාවන් නිතර අප ඉදිරියේ තබා ගෙන ඒවා සාර්ථක කිරීම සඳහා වෙහෙස මහන්සි වීම ඉතාමත් සුදුසුය. අයහපතක් සිදු කරන කිසිදු ක්‍රියාවක යෙදීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය. මේ ආකාරයන් සිත් තැවිල්ල හා කනගාටු උපදවන ක්‍රියාවන්හි නොයෙදීමෙන් වැළකී සිටීමෙන් සහ වැදගත් යහ ක්‍රියාවන්හි නිස්කලංක ව යෙදීමෙන් අල්ලාහ්ගේ සහය පැතිය යුතුය.

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 ජීවිතය අධික වීමට හැකි වේ. එනිසා සියලු වැඩ කටයුතු නිසියාකාර ව කලට වේලාවට අවසන් කිරීමෙන්, අනාගතයේ ඉදිරිපත් වන නව වැඩ කටයුතු

සදහා කාලය

යොදවන්නටද ඒවා පිළිබඳ ව
ඉක්මන් නොවී ස්ථිර ව අවශ්‍ය
පියවර ගන්නටද අවස්ථාවක්
ලැබෙනු ඇත.

යහ ක්‍රියාවන් ඉටු කිරීම සදහා
අත්‍යවශ්‍ය හා වැදගත්
ක්‍රියාවන්ට ප්‍රමුඛත්වය දී කාලය
වෙන් කර ගත යුතුය. ඒවා අතර
තමා වැඩියෙන් කැමති ක්‍රියාවන්
තෝරා ගැනීම වැදගත් වේ.
තමන් කැමති නොවන ක්‍රියාවන්
තෝරා ගැනීම නිසා ඒවා
කෙරෙහි ආශාවක් නොමැති
වන අතර ඒවායේ නිරත වන
විට කම්මැලිකම 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 කරනු. පසුව
අල්ලාහ් කෙරෙහි විශ්වාසය
තබා ක්‍රියාව ආරම්භ කරනු.
සැබැවින්ම තමා කෙරෙහි

විශ්වාසය තබන්නා කෙරෙහි
අල්ලාහ් ප්‍රිය කරන්නේය.