

පසු දවස්වල ගුද්ධවන්න කාන්තාව



කාන්තාවන් සඳහා මූලික දැනමුතුකම් පොත අ කොටස

පසු දවස්වල ගුද්ධවන්ත කාන්තාව

කාන්තාවන් සඳහා මූලික දැනුම් ලබාදීම සඳහා
අ කොටස

ප්‍රකාශනය:

යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවස්වල ගුද්ධවන්තයන්ගෙන් යුත් සභාව
කෝල්ට් ලෝක් නගරය, යුටා
සංග්‍රහණය 2000

අදහස් හා යෝජනා

මෙම පුනරුත්ථාපන කමිටු පොත සම්බන්ධව ඔබගේ අදහස් සහ යෝජනා අගය කරමු. කරුණාකර පහත සඳහන් ලිපිනයට ඉදිරිපත් කරන්න.

Curriculum Planning
50 East North Temple Street, Floor 24
Salt Lake City, UT 84150-3200
USA
E-Mail: cur-development@ldschurch.org

කරුණාකර ඔබගේ නම, සහ ලිපිනය, කොට්ඨාශය සහ ස්ථානය සඳහන් කරන්න. පුනරුත්ථාපන කමිටු පොතේ මාතෘකාව සඳහන් කිරීමට මතක තබා ගන්න. ඉන්පසු පුනරුත්ථාපන කමිටු පොත යැවීමට හා වැඩි දියුණු කළ හැකි ආකාරය ගැන ඔබගේ අදහස් සහ යෝජනා ඉදිරිපත් කරන්න.

උපුටා ගැනීම

©1979, 1980, 1986, 1993, 1996, 2000 Intellectual Reserve, Inc. විසිනි.

සියලු හිමිකම් ඇවිරිණි

ශ්‍රී ලංකාවේ මුද්‍රණය කරන ලදී.

Printed in the United States of America

ඉංග්‍රීසි අනුමැතිය: 1/99

පරිවර්තන අනුමැතිය: 408

පරිවර්තනය: Latter-day Saint Woman: Basic Manual for Women Part A
Sinhala

පටුන

භෑදිත්වීම.....	v
පීචමාන ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ: ප්‍රේරිතයන්ගේ සාක්ෂිය.....	viii
පවුල: ලෝක ප්‍රකාශනයකි.....	x
සහන සම්බන්ධයේ ප්‍රකාශය.....	xi

සුභාරංචි මූලධර්ම සහ ඉගැන්වීම්

1. යේසුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල.....	2
2. පසුතැවිල්ල.....	12
3. බවිභීෂ්මය: දිගටම පවතින ගිවිසුමකි.....	22
4. ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව.....	29
5. සාක්ෂිය.....	37
6. උපවාසය.....	43
7. ගෞරවය.....	48
8. ආදරය, දශාව සහ සේවය.....	55
9. පව්වනාව සහ විනීත භාවය.....	60
10. සදාකාමික විවාහය.....	66

සහා කාන්තාවෝ

11. පුප්කවරයේ වැදගත්කම.....	76
12. පුප්ක නියෝග.....	82
13. කාන්තාවන් සහ පුප්කවරය.....	91
14. පසු දවස්වල ශුද්ධවත්ත කාන්තාව.....	97
15. අපගේ පවුල සමග සාකච්චා කිරීම.....	108
16. පවුල් නිවාස සැන්දූව.....	115
17. සහා රැස්වීම්.....	122
18. ධර්මදූත කටයුතු සඳහා මිත්‍රත්වය ගොඩනැගීම.....	130
19. ධර්මදූතයන් සුදානම් කිරීම සහ දිරිගැන්වීම.....	138

නිවාස සැලසුම්කරණය

20. අපගේ නිවාස මැනවින් කළමනාකරණය කිරීම.....	146
21. පවුලේ මුදල් කළමනාකරණය කිරීම.....	152
22. පවුල සඳහා පෝෂණය.....	160
23. මවට හා ළදරුවාට පෝෂණය.....	165
24. රෝග නිවාරණය.....	170
25. ගෙවතු වගාව.....	176
26. ගෘහ නිෂ්පාදනය.....	186

පුද්ගල සහ පවුල් සංවර්ධනය

27. අපගේ හැකියාවන් වර්ධනය කිරීම.....	198
28. රැකියා දක්ෂතා වර්ධනය කිරීම.....	206
29. වැඩ කිරීමේ වටිනාකම සහ වගකීම ගැන පවුල්වලට ඉගැන්වීම.....	214
30. ආත්ම දමනය වර්ධනය කිරීම සහ ඉගැන්වීම.....	223
31. අපගේ නිවාස තුළ යහපත් වාතාවරණයක් ඇතිකර එය නගා සිටුවීම.....	233
32. අපේ නිවාස වල සුභාරංචිය ඉගෙනීම.....	245
33. ඉගැන්වීමට සූදානම් වීම.....	254
34. ශුද්ධ ලියවිලිවලින් ඉගැන්වීම.....	263
35. ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ බලයෙන් හා ආභාශයෙන් ඉගැන්වීම.....	271
සභාවේ සභාපතිවරු.....	277
දර්ශකය.....	281
පාඨාරූප කොටස.....	292

හැඳින්වීම

මෙම දැනුමුතුකම් පොත පාච්චිවි කිරීම

මෙම දැනුමුතුකම් පොත මගින් මූලික ශූභාරංචි මුලධර්මයන් සහ පසු දවස්වල ශුද්ධවන්ත කාන්තාවන් සම්බන්ධව පාඩම් 35ක් ඇතුලත් කර ඇත. ආත්මික මග පෙන්වීම අනුව, මූලිකවරුන් සහ ගුරුවරුන්, ඔවුන්ගේ ශාඛාවේ හෝ කොට්ඨාශයේ සාමාජිකයන්ගේ ආත්මික, ආවේණාත්මක සහ ලෞකික අවශ්‍යතාවයන්ට අනුරූපව සැලසුම් කර පාඩම් ඉගැන්විය යුතුය.

මෙම දැනුමුතුකම් පොත, සභාවේ සභාපතිවරුන්ගේ ඉගැන්වීම් හා තරුණ කාන්තා දැනුමුතුකම් පොත, ස්වභාෂාවෙන් මුද්‍රණය වී නොමැති සහ ඒකකවල සහන සම්බන්ධ සහ තරුණ කාන්තා සම්බන්ධවල උපදෙස් දැනුමුතුකම් පොතක් ලෙස පාච්චිවි කල යුතුය. එම ඒකකවල සියළුම සාමාජිකයන්ටත් සහන සම්බන්ධ සහ තරුණ කාන්තා සම්බන්ධ ප්‍රධානීන් සහ ගුරුවරුන්ටත් මෙම දැනුමුතුකම් පොතේ පිටපත් ලබා දිය යුතුය. ප්‍රාදේශීය නායකයන් විසින් පසු දවස්වල ශුද්ධවන්ත කාන්තාව අ කොටස සහ ආ කොටස පාච්චිවි කල යුත්තේ කුමන වර්ෂයේදැයි දැන ගැනීම සඳහා පුස්තක සහ උපශාඛා නායකයින් සඳහා ඇති නියමිත අධ්‍යයන ක්‍රමය පෙන්වන උපදෙස් පත්‍රිකාව බැලිය යුතුය.

සභාවේ සභාපතිවරුන්ගේ ඉගැන්වීම් සහතරුණ කාන්තා දැනුමුතුකම් පොත තිබෙන සහා ශාඛාවල මෙම දැනුමුතුකම් පොත පාච්චිවි කල යුත්තේ (1) මාසයේ පළවෙනි සහ හතරවෙනි ඉරුදින සහන සම්බන්ධ උපදෙස් වශයෙන්ද, නිවාස සහ පවුල් සහ පෞද්ගලික වැඩිදියුණු වීමේ රැස්වීම්වලදී මුලාශ්‍ර වශයෙන්ද (2) තරුණ කාන්තා උපදෙස් සඳහා අතිරේක මුලාශ්‍රයක් වශයෙන්, සහ (3) සහන සම්බන්ධ හතරවන ඉරුදින පාඩම වන "අපගේ කාලය සඳහා ඉගැන්වීම්" ඉගැන්වීම සඳහා පත්කල පරිදිවේ. එවැනි ඒකක වල සහන සම්බන්ධ තරුණ කාන්තා සහ මෙල්කිසෙදෙක් පුස්තකවරයේ නායකයන් සහ උපදේශකවරුන්ටද, දැනුමුතුකම් පොත් ලබාදිය යුතුය. මීට අතිරේකව, මෙම දැනුමුතුකම් පොතේ පිටපතක් පෞද්ගලිකව හැඳෑ රිමට සහ නිවසේදී පවුලේ අයට ඉගැන්වීම සඳහා සහන සම්බන්ධ සොහොයුරියන්ට මිලදී ගැනීම සඳහා බෙදාහැරීමේ කිරීමට නායකයන්ට හැකිය.

ඉගැන්වීම සඳහා සුදුසු වීම

මෙම දැනුමුතුකම් පොතෙහි ලබාදී තිබෙන ඉගැන්වීමේ උදව් යන්තෙහි ගුරුවරුන් ඇසිය යුතු ප්‍රශ්න, පත්ති සහභාගිත්වය සඳහා යෝජනා සහ පාඨාරූප සහ සටහන් පාච්චිවි කිරීමේ පිළිවෙලද "ගුරු සුදුසුතම" යන කොටසට ඇතුලත් කර ඇත. සාකච්ඡා ප්‍රශ්න සහ යෝජනා කර තිබෙන ක්‍රම වලට අතිරේකව, ගුරුවරුන්හට ඔවුන්ගේ පංති සාමාජිකයන් සහභාගි කරවීමට හා ඉගෙන ගැනීමට උනන්දු කරවීම සඳහා එලදායි ලෙස හැඟෙන පරිදි වෙනත් ක්‍රම සහ පාඩම් තෝරාගැනීමට හැකිය.

හැම පාඩමකටම වාගේ හුණු ලැල්ලක් පාවිච්චි කිරීම යෝජනා කරයි. එබැවින් හැකියාවක් තිබෙනම්, ගුරුවරුන් විසින් හැම පාඩමකටම වාගේ හුණු ලැල්ලක් සහ හුණු කුරු සුදානම් කරගත යුතුය. ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා මෙන් පාවිච්චි කිරීමට යෝජනා කර තිබෙන බොහෝ දෘෂ්‍ය ආධාර හුණු ලැල්ලේ ඇඳීමට හෝ ලිවීමට හැකිය. ඉගැන්වීමේ අනෙක් යෝජනා, ඉගැන්වීමේ නියමු පොතෙහි (34595) සහ ඉගැන්වීමට වඩා තවත් ශ්‍රේෂ්ඨ කැඳවීමක් නැත. (36123) යන්තෙහි සඳහන්ව ඇත.

සතිය තුළදී පවරා තිබෙන පාඩම් ආධ්‍යයනය කිරීම මගින්, පංති සාකච්ඡා වලට සුදානම් වීමට, පංති සාමාජිකයන් දීර් ගැන්විය යුතුය. තම තමන්ගේ ශුද්ධ ලියවිලි රැගෙන ඒමටද, ඔවුන්ව දීර් ගැන්විය යුතුය.

ආබාධිත සාමාජිකයන් සහභාගි කර ගැනීම

"යෙසුස් වහන්සේ, උන්වහන්සේගේ මෙලොව ධර්ම දහම සේවා කාලය තුළදී, ගලීලයේ මුහුදු ලග කන්දකට ගිය සේක".

බොහෝ සමූහයෝ කොරුන්, අන්ධයන්, ගොළුවන්, අබ්බගානයන් හා වෙනත් බොහෝ දෙනා රැගෙන යෙසුස් වහන්සේ ලගට ඇවිත්, උන්වහන්සේගේ පාමුල ඔවුන් තැබුවෝය. උන්වහන්සේ ඔවුන් සුව කල සේක.

"එ නිසා ගොළුවන් කථා කරන බවත්, අබ්බගානයන් සුවවී ඉන්න බවත්, කොරුන් ඇවිදින බවත්, අන්ධයන්ට ඇස් පෙනෙන බවත්, සමූහයෝ දැක පුදුමව, ඉශ්‍රායෙල්ගේ දෙවියන් වහන්සේට ප්‍රශංසා කළෝය". (මතෙව් 15:30-31)

ආබාධිතවූ අය වෙත දයානවිත වෙමින් ගැලවුම්කරුවාණන් වහන්සේ අපට ආදර්ශමත්වූ සේක. මරණයෙන් නැගිටුණු පසුව, නිඝායවිවරුන් හමුවූ උන්වහන්සේ, මෙසේ කී සේක.

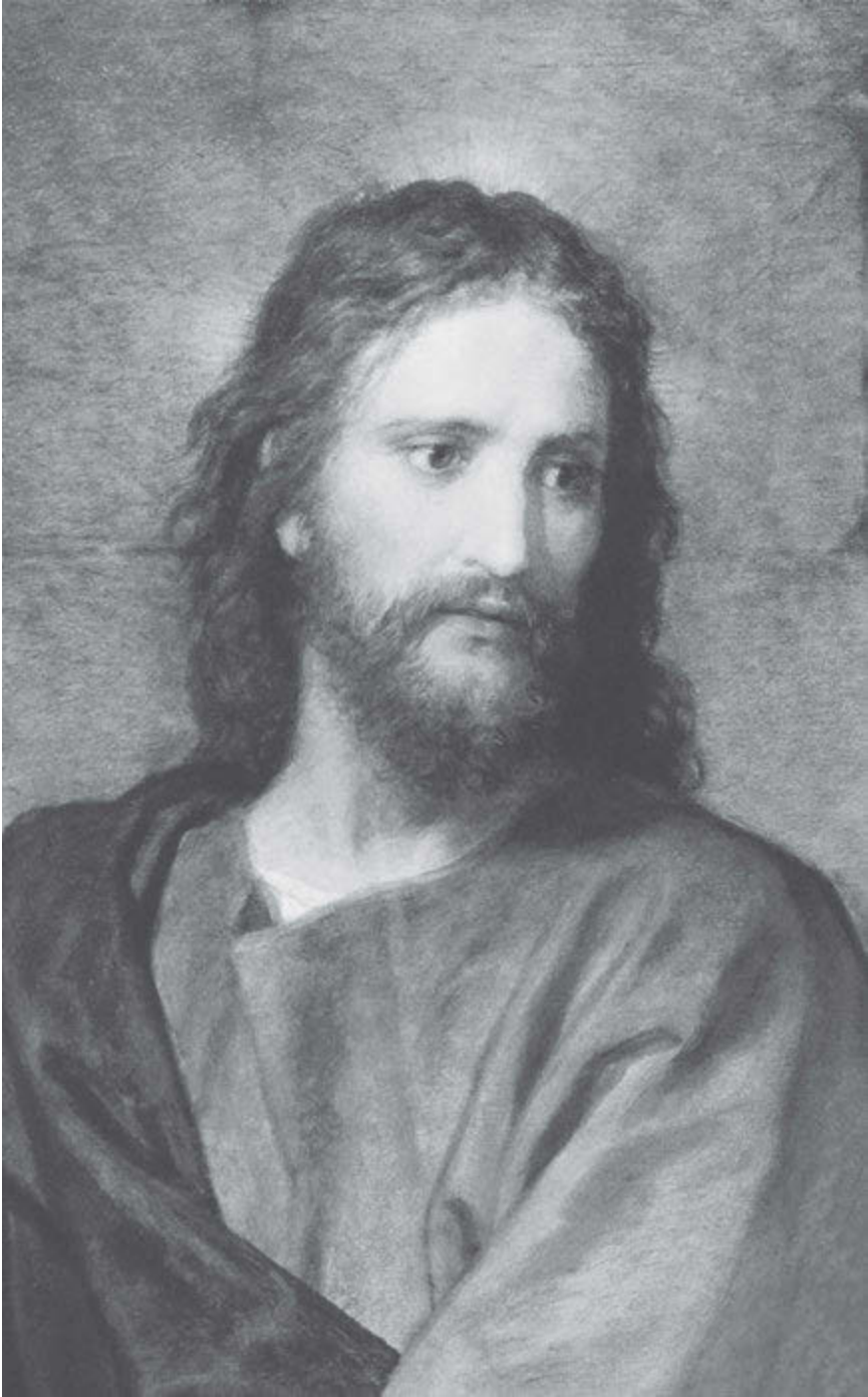
"බලන්න, නුඹලා වෙත දයාවෙන් මගේ හඳු පිරී ගියේය.

නුඹලා අතර රෝගීහු සිටිත්ද? ඔවුන් මෙහාට ගෙනෙන්න. කොරවූ අය, අන්ධයෝ, නොණ්ඩි අය, අබ්බගාන අය, ලාදුරු රෝගීන්, විශ්ලේෂු අය, බිහිරෝ හෝ වෙනගම් රෝගවලින් පෙළෙන අය නුඹලා අතර සිටිත්ද? ඔවුන් මෙහාට ගෙනෙන්න. මම ඔවුන් සුවපත් කරන්නෙමි. මන්ද යත්, මට නුඹලා කෙරෙහි දයාව ඇත්තේය. මගේ හඳු කරුණාවෙන් පිරී ගියේය". (3 නිඝාය 17:6-7).

සභාවේ පංති කාමරයක ගුරුවරයෙකු වශයෙන්, දයාව පෙන්වීම සඳහා ඔබ ඉතා හොඳ තත්වයක සිටී. ආබාධිතවූ පංති සාමාජිකයන් හට වෘත්තීමය සහාය ලබා දීමට සාමාන්‍යයෙන් පුහුණුවක් නැති වුවද, ගුරුවරුන් මෙම සාමාජිකයන් තේරුම් ගෙන, ඔවුන්ව පංතියේ පුහුණුවීමේ ක්‍රියාකාරකම්වලට ඇතුළත් කරගත යුතුය. මානසික ශාරීරික හා ජෛවසාධක සහ අනෙකුත් ආබාධවලින් පෙළෙන පංති සාමාජිකයන් හට විශේෂිත අවධානයක් අවශ්‍ය විය හැක. පහත සඳහන් මග පෙන්වීම් හැම සාමාජිකයන්ටම උදව් වීමට ඔබට උදව් කරයි.

- "හැම පංති සාමාජිකාවකගේම අවශ්‍යතාවයන් සහ හැකියාවන් තේරුම් ගැනීමට පරිශ්‍රම දරන්න."
- පංති සාමාජිකාවකට කියවීමට, ශාස්ත්‍ර කිරීමට හෝ එසේ නොමැතිනම් සහභාගිත්වයකට හෝ කැඳවීමට ප්‍රථමයෙන් කල් වේලා ඇතිව සාකච්ඡා කරන්න. "පංතියේදී කියවීම ගැන ඔබගේ අදහස කුමක්ද?" එසේ නැතහොත් "පංතියේදී ශාස්ත්‍ර කිරීමට ඔබට අපහසුතාවයක් නැත්ද?" වැනි ප්‍රශ්න අසන්න. අවශ්‍ය නම් සාමාජිකාවන්ගේ විශේෂ අවශ්‍යතාවයන් නිගමනය කිරීම සඳහා පුරක මුලිකවරුන්, දෙමව්පියන් සහ පවුලේ සාමාජිකයන් විමසන්න.
- ආබාධිත සාමාජිකාවගේ සහභාගිත්වය සහ පුහුණුවීම වැඩි දියුණුකර, වධිතය කිරීමට උත්සාහ දරන්න
- හැම පංති සාමාජිකාවකම, අනෙක් හැම පංති සාමාජිකාවකටම ශෞරවයෙන් කටයුතු කරන බවට වගබලා ගන්න.
ස්වභාවික වන්න, හිතවත් වන්න, ප්‍රබෝධමත් වන්න, දෙවියන් වහන්සේගේ හැම දියණියකටම ආදරය හා තේරුම් ගැනීම අවශ්‍ය වේ.

සභාවේ ගුරුවරියක වශයෙන්, හැම සාමාජිකාවකටම ශාරීරික, මානසික, චෛතසික වශයෙන් හෝ සමාජ තරාතිරම නොසලකා උත්කර්ෂය දක්වා දියුණු වීමට ශක්තිය ඇති බව මතක තබා ගන්න. ඔබගේ පංතියේ හැම කෙනෙකුටම ශුභාරංචි මුලධර්ම ඉගෙන ගැනීමට උදව් කිරීම සඳහා ඔබ බැඳී සිටියි. ගැලවුම්කරුවාණන් වහන්සේගේ මෙම වචන මතක තබා ගන්න. "මාගේ මේ සහෝදරයන්ගෙන් ඉතා කුඩා කෙනෙකුට නමුත් නුඹලා ඒක කළහු ද? ඒක කලේ මට යැයි කියන සේක" (මතෙව් 25:40)



ජීවමාන ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ

ප්‍රේරිතයන්ගේ සාකච්ඡා

යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන්ගෙන් යුත් සභාව

අවුරුදු දෙදහසකට පෙර සිදුවූ යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ උප්පත්තිය අපි සමරන විට, උන්වහන්සේගේ අසමාන ජීවිතය සහ උන්වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨවූ වන්දි ගෙවීමේ දිවි පුජාවේ සාධක තත්වය ගැන අපි අපගේ සාකච්ඡා ගුදිරිපත් කරන්නෙමු. මෙලොව ජීවත්ව සිටි භා පූනට ජීවත් වන්නාවූ සියලුම වෙනම එතරම් ගැඹුරු බලපෑමක් කල වෙනත් කිසිවෙකු නැත.

පරණ තෙස්තමේන්තුවේ එතුමා උන්තම යෙහෝවා වහන්සේ වන අතර, අළුත් තෙස්තමේන්තුවේ මෙසියස් වහන්සේ වන සේක. උන්වහන්සේගේ පියාණන්ගේ මහ පෙත්වීම අනුව, පොළොවේ මැවූමිකරුවාණන් වන්හේ උන්වහන්සේමය. "උන්වහන්සේ කරණකොටගෙන සියලුම සාදන ලද්දේය. සාදන ලද කිසිවක් උන්වහන්සේ නැතිව සාදන නොලද්දේය" (යොහාන් 1:3) පාප රහිත වුවද, සියලු ධර්මශීලකම් සම්පූර්ණ කරන්නට උන්වහන්සේ බවතීස්ම වූ සේක. උන්වහන්සේ යහපත කරමින් භැසිරණ සේක. (ක්‍රියා 10:38) එ වෙනුවෙන්ම අවමන් වින්ද සේක. උන්වහන්සේගේ ශුභාරංචිය වූයේ සාමයේ සහ හොඳ හිතේ පණිවුඩයයි. එතුමාගේ ආදරය අනුගමනය කරන මෙන් එතුමා සියලුම ආයාචනා කල සේක. උන්වහන්සේ ලෙඩුන් සුව කරමින්ද, අත්ධයන්ට පෙත්වීම ලබා දෙමින්ද, මළුවූන් නැතිවමින් පලස්තීනය පුරා විවි සංචාරය කල සේක. සදාකාමික ජීවිතය මෙලොවට පෙර ජීවිතයේ අපගේ පැවැත්මේ සත්‍ය තත්වය, අපගේ මෙලොව ජීවිතයේ පරමාර්ථය, දෙවියන් වහන්සේගේ පුත්‍රයන් සහ දියණියන් වශයෙන් මතු පැමිණෙන ජීවිතය වෙනුවෙන් වැඩිතයවීමට අප තුළ ඇති ශක්තිය පිළිබඳ සත්‍යය උන්වහන්සේ ඉගැන්වූ සේක.

උන්වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨ වන්දි ගෙවීමේ පුජාව සිහිපත් කිරීම සඳහා එතුමා සක්‍රමේන්තුව හඳුන්වා දුන් සේක. දාමරිකයන් පිරිසක් සතුටු කිරීම පිණිස උන්වහන්සේට සිරිභාරයට ගෙන අභූත වෝදනා මත වරදකරුවෙකු කොට කල්වාරියේ කුරුසක මත මරණයට පත් කලහ. සියලුම මනුෂ්‍ය වර්ගයාගේ පාපයට වන්දි ගෙවීම සඳහා එතුමා උන්වහන්සේගේ ජීවිතය පුජා කල සේක. එය උන්වහන්සේ මෙලොව ජීවත් වන්නාවූ සියලුම වෙනුවෙන් කල ශ්‍රේෂ්ඨ පරිත්‍යාගයකි.

සියලුම මිනිස් ඉතිහාසය තුළ මූලික වැදගත් කමකින් යුත් උන්වහන්සේගේ ජීවිතය බෙත්ලෙහෙමෙන් ආරම්භ වූවේද, කල්වාරියෙන් අවසන් වූයේද, නැති බව අපි උදාර අත්දැකීම් සාකච්ඡා දරන්නෙමු. උන්වහන්සේ පියාණන්ගේ කුළුණකි. මාංශාකාරයෙන් උන්පාදවූ එකම පුත්‍රයාණෝය. ලෝකයේ මිදුම්කරුවාණන් වහන්සේය.

"සැතපී ඉන්නන්ගේ නැඹුල් එලය වීමට" උන්වහන්සේ සොහොනෙන් නැගිටුණු සේක (1 කොරොන්ති 15:20). මරණයෙන් නැගිටුණු ස්වාමීන් වහන්සේ වශයෙන් එතුමා, උන්වහන්සේගේ මෙලොව ජීවිතයේදී, උන්වහන්සේ ආදරය කල සියලුම හමුවූ සේක. උන්වහන්සේගේ හාලට ඇතුළත් නොවූ පැරණි ඇමරිකාවේ "වෙනත් බැරඑවන්ටද" උන්වහන්සේ සේවය කල සේක. (යොහාන් 10:16). නූතන ලෝකයේද, උන්වහන්සේ සහ පියාණන් වහන්සේ අතීතයේ පොරොන්දුවූ පරිදි "කාලවල සම්පූර්ණයමේ නියමය" ආරම්භ කරමින් පෝසර් ස්මිත් නම් පිරිමි ළමයාට ප්‍රකාශවූ සේක (එපීස 1:9)

පීවමාන ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ ගැන අනාගත වක්තෘපෝසත්තුමා මෙසේ ලිවීය. "උන්වහන්සේගේ දෙනෙත් ගිහිදැල් මෙන්ය. උන්වහන්සේ හිසකෙස් පිරිසිදු හිම මෙන් සුදුය: උන්වහන්සේගේ ප්‍රභාව හිරුගේ ප්‍රභාමත් බව අභිබවාලීය. තවද උන්වහන්සේගේ හඬ ශබ්දය විශාල ජල ධාරාවක් ගැටෙන ශබ්දයට සමානය". නොහොත් යෙහොවා වහන්සේ ප්‍රකාශ කරන පරිදි.

"පළමුවෙනිසා සහ අන්තිමයාද මම වෙමි. ඒ පීවන්වන්තා මම වෙමි. ඒ මරණයට පත්කල තැනැත්තා මම වෙමි. ඔබ වෙනුවෙන් පියාණන් වහන්සේට කථා කරන්නා මම වෙමි" (හී සහ සී 110:3-4)

උන්වහන්සේ ගැන අනාගත වක්තෘ තුමා මෙසේද ප්‍රකාශ කළේය. තවද දැන්, උන්වහන්සේ පිළිබඳව ප්‍රකාශකොට තිබෙන්නාවූ සියලුම සාක්ෂිවලට අමතරව, මෙම සාක්ෂිය සියල්ලටම අවසාන වශයෙන්, අපි උන්වහන්සේ පිළිබඳව මෙසේ ප්‍රකාශ කරමු. උන්වහන්සේ පීවන් වන සේක !

මක්නිසාද දෙවියන් වහන්සේගේ දකුණු පාර්ශවයේ අපි උන්වහන්සේ දුටුවෙමු. තවද පියාණන්ගේ එකම උත්පාදකයාණන් උන්වහන්සේ බවට සාක්ෂි දරණ හඬ ශබ්දය අපි ඇසුවෙමු...

"තවද ලෝකවල් පවතින්නේද, සාදා තිබෙන්නේද උන්වහන්සේ මගින්ය. උන්වහන්සේ තුමුන්ය. උන්වහන්සේ වෙනුවෙන්ය. තවද ඒවායෙහි වාසය කරන්නෝ දෙවියන් වහන්සේගෙන් උත්පාදවූ පුත්‍රයන් හා දියණියන් වන්නාහ" (හී සහ සී 76:22--24)

අපි ගාමිභීර වචනයෙන් මෙසේ ප්‍රකාශ කරමු. උන්වහන්සේගේ පුප්කවරය සහ උන්වහන්සේගේ සහාච පොළොව මත නැවත පිහිටුවා ඇත... "ප්‍රේරිතයන්ගේ අනාගත වක්තෘ වරුන්ගෙන් අන්තිවාරම මත ඉදිරි කරනු ලැබ, යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේම එහි කොණේ ප්‍රධාන ගලව සිටින සේක" (එපීස 2:20)

උන්වහන්සේ යම්කිසි දිනෙක පොළොවට නැවත පැමිණෙන බවට අපි සහතික කරමු. එවිට ස්වාමීන් වහන්සේගේ තේජස ප්‍රකාශ වන්නේය. සියලු මනුෂ්‍යයෝ එක්ව එය දකින්නෝය. (යෙසායා 40:5) උන්වහන්සේ රජවරුන්ගේ රජු ලෙස පාලනය කර, ස්වාමීන්වරුන්ගේ ස්වාමීන් වහන්සේ ලෙස රජ කරන සේක. තවද සෑම දණහිස් නැමෙන්නේය. සෑම දිවක්ම උන්වහන්සේ ඉදිරිපිට නමස්කාරයෙන් ප්‍රශංසා කරන්නේය. අප හැම කෙනෙකුටම අපගේ ක්‍රියා අනුව සහ අපගේ හදවතෙහි අභිලාශයන්ට අනුව උන්වහන්සේගේ විනිශ්චය ලැබීමට සිදුවන්නේය.

නිසියාකාරව පත්කරනු ලැබූ උන්වහන්සේගේ ප්‍රේරිතයන් වශයෙන් අපි මෙසේ සාක්ෂි දරමු... දෙවියන් වහන්සේගේ අමරණීය පුත්‍රයාණන් වන යේසුස් වහන්සේ, පීවමාන ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ වන සේක. උන්වහන්සේගේ පියාණන්ගේ දකුණු පාර්ශවයේ සිටින ශ්‍රේෂ්ඨ එම්මානුවෙල් රජතුමා උන්වහන්සේ ය. ආලෝකයද, පීවනයද, ලෝකයාගේ බලාපොරොත්තුවද උන්වහන්සේය. මෙම පීචනයේ සතුටත්, මතු පැමිණෙන ලෝකයේ සදාකාලික පීචනයට මග පෙන්වන්නේද උන්වහන්සේගේ මාර්ගයයි. දෙවියන් වහන්සේගේ අසමාන තනාගසක් වන උන්වහන්සේගේ දේව පුත්‍රයා වෙනුවෙන් අපි දෙවියන් වහන්සේට සතුති වන්නෙමු.

පළවෙනි සහාපතිත්වය

James Robinson
Thomas M. Morgan
James G. Farrel

දොළොස් දෙනාගේ ඝන පුරුණය

Robert Carter
John D. ...
Don ...
Local ...
Russell M. Nelson
Ellin ...

W. Russell Ballard
Joseph B. Wilton
Richard G. Scott
Frederic H. ...
John ...
Henry A. Eyring

ජනවාරි 1, 2000

ලෝකයට ප්‍රකාශනයකි

යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවස් වල ශුද්ධවන්තයන්ගෙන් යුත් සභාවේ පළවෙනි සභාපතිත්වය සහ ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ සභාව.

යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන්ගෙන් යුත් සභාවේ පළවෙනි සභාපතිත්වය සහ ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ සභාව වශයෙන් අප ගරු ගාමිභීරව ප්‍රකාශ කරන්නේ, පිරිමියෙකු සහ කාන්තාවක අතර විවාහය දෙවියන් වහන්සේගේ නියමයක් බවත්, උන්වහන්සේගේ දරුවන්ගේ සදාකාලික ගමනාන්තය සඳහා, මැවුම්කරුවාණන්ගේ සැලැස්මේ කේන්ද්‍රස්ථානය වන්නේ පවුල බවත්ය.

සෑම මනුෂ්‍යයෙකුම... පිරිමි සහ ගැහැණු... දෙවියන් වහන්සේගේ ප්‍රතිරූපයක් මවා ඇත. හැම කෙනෙකුම ස්වර්ගික දෙමව්පියන්ගේ ආදරණීය ආත්මික පුත්‍රයෙකු හා දියණියක වන අතර, එනිසා හැම කෙනෙකුටම දිව්‍යමය ස්වභාවයක් සහ ගමනාන්තයක් ඇත. පුද්ගලයන්ගේ මෙලොවට පෙර ජීවිතය මෙලොව ජීවිතය සහ සදාකාලික ගමනාන්තයක්, අරමුණක් වෙනුවෙන් ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය අත්‍යවශ්‍ය ගුණාංගයකි.

මෙලොවට පෙර ජීවිතයේ රාජ්‍යය තුළ, ආත්මික පුතුන් හා දියණියන් දෙවියන් වහන්සේ ඔවුන්ගේ සදාකාලික පියාණන් බව පැහැදිලිව නමස්කාර කළහ. තවද උන්වහන්සේගේ සැලසුම පිළිගෙන, එමගින් උන්වහන්සේගේ දරුවන් හට භෞතික ශරීරයක් ලබාගෙන සම්පූර්ණත්වය කරා දියුණු වීම සඳහා මෙලොව අත්දැකීම් ලබාගැනීමට හැකි බවද, අවසානයේදී ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දේව ගමනාන්තය සදාකාලික ජීවිතයේ උරුමයක් බවද අවබෝධ කර ගනියි. සතුව ලැබීමේ දිව්‍යමය සැලසුම, පවුල් සම්බන්ධතාවයන් සොහොනෙන් එපිට දක්වා පවත්වා ගැනීමට හැකිසාව ලබාදෙයි. ශුද්ධවූ දේවමාළිකාවලදී ලබා ගත හැකි පුප්‍රාණීය නියෝග සහ ගිවිසුම් මගින්

පුද්ගලයන් හට දෙවියන් වහන්සේ වෙතට නැවත යාමටද, පවුල් වලට සදාකාලිකවම එක්වීමටද හැකිසාව ලබා දෙයි.

දෙවියන් වහන්සේ විසින් ආදම් සහ ඒවාට ලබාදුන් ප්‍රථම නියෝගයට, ස්වාමි පුරුෂයා සහ බිරිඳ වශයෙන් දෙමාපිය තත්වය දක්වා ඔවුන්ගේ දියුණු වට අදාළ විය. දෙවියන් වහන්සේ විසින් උන්වහන්සේගේ දරුවන්ට පොළොව දරුවන්ගෙන් පුරවැලීමට දුන් නියෝගය වලංගුව පවතින බවට අපි ප්‍රකාශ කරන්නෙමු. අපි තවදුරටත් ප්‍රකාශ කරන්නේ, දරුවන් ලැබීමේ ශුද්ධවූ බලය, නිත්‍යනුකූලව විවාහවූ ස්වාමි පුරුෂයා සහ බිරිඳ වශයෙන් පුරුෂයා සහ ගැහැණිය අතර පමණක් ක්‍රියාත්මක විය යුතු බව දෙවියන් වහන්සේ නියෝග කර තිබෙන බවය.

මනුෂ්‍ය ජීවිතය මැවීමේ අරමුණ වන්නේ දිව්‍යමය වශයෙන් පත් කිරීමට බව අපි ප්‍රකාශ කරන්නෙමු. ජීවිතයේ පවිත්‍රත්වය සහ දෙවියන් වහන්සේගේ සදාකාලික සැලසුම තුළ එහි ඇති වැදගත්කම ගැනද අපි තහවුරු කරමු.

ස්වාමිපුරුෂයා සහ භාණ්ඩාව විසින් එකිනෙකාට සහ ඔවුන්ගේ දරුවන්ටද ආදරය කරමින් සැලකීමෙන් වෙමින් කටයුතු කිරීමේ උදාර වගකීමක් තිබේ. "දරුවෝ ස්වාමීන් වහන්සේ දෙන උරුමයකි" (ගීතාවලිය 127:3) සිය දරුවන් ආදරයෙන් හා ධාරමිකව ඇතිපෑකී කිරීමටත්, ඔවුන්ගේ ශාරීරික හා ආත්මික අවශ්‍යතාවයන් ලබාදීමටද, එකිනෙකාට ආදරය කරමින් සේවය කිරීමට ඔවුන්ට ඉගැන්වීමටද, දෙවියන් වහන්සේගේ නියෝග පිළිපැදීමට සහ ඔවුන් කොතනක පදිංචි වී සිටියත් නීතිගරුක

පුරවැසියන් කිරීමත් දෙවිපියන් සතු පුජනීය වගකීමකි. ස්වාමි පුරුෂයා සහ භාෂීයාවද මව්වරුන් සහ පියවරුන්ද මෙම වගකීම් ඉටු කිරීම සඳහා දෙවියන් වහන්සේ ඉදිරියේ වගකීමෙන් බැඳී සිටිති.

පවුල දෙවියන් වහන්සේ විසින් නියම කරන ලද්දකි. මිනිසෙකු හා ගැහැණියක අතර විවාහය උන්වහන්සේ ගේ සදාකාලික සැලසුමේ අත්‍යවශ්‍ය අංගයකි. ළමුන් විවාහ බන්ධනයේ පොරොන්දු ප්‍රකාශ ඉපැදීමට සුදුසුකම් ලබන අතර, සම්පුර්ණ විශ්වාසයෙන් යුතුව විවාහ ගිවිසුම් වලට ගරුකරන පියා සහ මව විසින් ඇති දැඩි කල යුතුය. විවාහ ජීවිතයේ සතුව උදාකරගැනීමට වඩාත්ම හැකියාව ලැබෙන්නේ, යේසුස් ක්‍රිස්තුස් ස්වාමිත් වහන්සේගේ ඉගැන්වීම මත ගොඩනගාගත් විටයි. සාර්ථක විවාහ හා පවුල් ස්ථාපනය කර පවත්වාගත හැක්කේ විශ්වාසය, ශාක්‍යාව, පසුතැවිල්ල, සමාවදීම ගරුකිරීම, ආදරය, දයාව, වැඩිකටයුතු සහ යහපත් විනෝදාත්මක ක්‍රියාකාරකම් යන මූලධර්මයන් මතය. දිව්‍යමය සැලසුම අනුව පියවරු ආදරයෙන් හා ධාරමික ලෙස ඔවුන්ගේ පවුල්වල මූලිකත්වය දරමින්, ජීවිතයේ

අවශ්‍යතාවයන් ලබාදීමේ හා ඔවුන්ගේ පවුල්වලට ආරක්‍ෂාව ලබාදීමේ වගකීම දරනු ලබති. මව්වරු මූලික වශයෙන් ඔවුන්ගේ දරුවන් රැකබලා ගැනීමේ වගකීම දරති. මෙම පුජනීය වගකීම්වලදී, පියවරු සහ මව්වරු සම සහකාරුවන් ලෙස එකිනෙකාට උදව් කිරීමට බැඳී සිටිති. ආබාධිතවීම, මරණයට පත්වීම හෝ එවන් වෙනත් අවස්ථාවලදී පෞද්ගලික සකස්වීම අවශ්‍යවිය හැකිය. ව්‍යාජන වූ පවුල් අවශ්‍යවීම්ද ආධාර ලබා දිය යුතුය.

පතිවෘතාවේ ගිවිසුම් කඩකරන, ස්වාමි පුරුෂයාට හෝ භාෂීයාවට හෝ දරුවන්ට හිරිහැර කරන හෝ පවුලේ වගකීම් ඉටු කිරීම පැහැර හරින පුද්ගලයන් යම් දිනෙක දෙවියන් වහන්සේ ඉදිරියේ වගකිවයුතු වන බවට අපි අනතුරු අගවමු. තවදුරටත් පවුලක් කැඩී බිඳී යෑම මගින් පුද්ගලයන්ටද, සමාජයට සහ ජාතීන්හටද, පුරාතන නූතන අනාගත වක්තෘත්යේ අනාවැකි පරිදි මහත් විපත්ති ගෙන එන්නේය. වගකිව යුතු පුරවැසියන් සහ සෑම රජයේ නිලධාරීන් හටම අප ප්‍රකාශ කර සිටින්නේ, සමාජයේ මූලික ඒකකයක් වන පවුල පවත්වාගෙන යාමකින් මත් කිරීමට සැලසුම්කර ඇති ක්‍රියාදාමයන් දියුණු කිරීමටය.

සහන සමිතියේ ප්‍රකාශනය



දෙවියන් වහන්සේගේ ආදරණීය ආත්මික දියණියන් වන අතර, අපගේ ජීවිතවල අර්ථයක්, අරමුණක් සහ ගමන් මාර්ගයක් ඇත. ලෝක ව්‍යාප්ත ස්ත්‍රී සමාජයක් වශයෙන්, අපගේ ගැලවුම්කරුවාණන් සහ අපගේ ආදරය වන යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේට අපි හක්කිමත්ව එකමුතු වෙමු. ඇදහිලිමත්, සුවර්තවාදී, දර්ශනවාදී සහ දැඩිවන්ත අපි.



යාඤ්ඤාවෙන් සහ ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය තුළින් යෙසුස් වහන්සේ ගැන අපගේ සාක්ෂිය වර්ධනය කරන්නෙමු.



ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ ආභාෂය අනුගමනය කරමින් ආත්මික ශක්තිය සොයන්නෙමු.



විවාහ පවුල් සහ නිවාස ශක්තිමත් කරමින් අපිම කැපවන්නෙමු.



මාතෘත්වයේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය සහ ස්ත්‍රීත්වයේ ප්‍රීතිය සොයමු.



සේවය තුළින් හා යහපත් ක්‍රියා තුළින් අතිශයින්ම සතුටුවෙමු.



ජීවිතයට ඇලුම් කරමින් පුහුණුවීමේ කටයුතු කරමු.



සත්‍යය සහ යහපත වෙනුවෙන් පෙනී සිටීමු.



පොළොවේ පිහිටවූ දෙවියන් වහන්සේගේ අධිකාරී බලය පුප්කවරය බව අනුමත කරමු.



දේවමාළිගා ආභිරවාදවලින් සන්තෝෂ වෙමු. අපගේ දිව්‍යමය ගමනාන්තය ගැන තේරුම් ගනිමු. උත්කර්ෂය වෙනුවෙන් පරිශ්‍රම දරමු.

ගුහාරංචි මුලධර්ම සහ ඉගැන්වීම්



යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල

1 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ කෙරෙහි අපගේ ඇදහිල්ල ශක්තිමත් කිරීමයි.

ඇදහිල්ල යනු කුමක්ද?

"විශ්වාසය වනාහී කරුණු ගැන අංග සම්පූර්ණ දැනීමක් නොමැති වීමයි. එබැවින් නුඹලාට විශ්වාසය ඇත්නම්, නොපෙනෙන දේ ගැන, සතුටුදායී දේ ගැන නුඹලා බලාපොරොත්තු වන්නෙහිය". (අල්මා 32:21)

■ ඇදහිල්ල යනු කුමක්ද? අද ඔබ ඇදහිල්ල ක්‍රියාත්මක කලේ කෙසේද?

අපි සත්‍යය ඉගෙන ගත යුත්තෙමු.

යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල දියුණු කිරීම සඳහා උන්වහන්සේ කවරෙක්දැයි, අප නිශ්චය වශයෙන්ම දැනගත යුත්තෙමු. අප උන්වහන්සේ ගැන කිසිවක් නොදනිනම්, උන්වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල අපතුළ තිබිය නොහැකිය. උන්වහන්සේ ගැන අප දැනීම සත්‍ය නම් මිස අප තුළ උන්වහන්සේ කෙරෙහි ඇදහිල්ල තිබිය නොහැකිය.

ගැලවුම්කරුවාණන් දැක ඇත්තේ පොළොවේ කිහිප දෙනෙකු පමණි. මෙම මිනිස් ජීවිතයේදී අප බොහෝ දෙනෙක් උන්වහන්සේ කිසිදුක නොදකිනමුත්, උන්වහන්සේ ගැන සත්‍යය දැනගැනීම අපගේ වරප්‍රසාදයක් සහ වගකීමකි. ආත්මයාණන්ගේ සාක්ෂිය මගින්, උන්වහන්සේ ගැන සැබෑවු දැනීමක් අපට ලබා ගත හැකිය. ස්වාමීන් වහන්සේ පිළිබඳ සත්‍ය දැන ගැනීම, උන්වහන්සේව විශ්වාස කිරීමට, උන්වහන්සේට කීකරු වීමට, අපට උපකාරවත් වන අතර, අපට උදව්වීමේ අපගේ හැකියාව ඉක්මවා, අපට උදව්වීමට උන්වහන්සේ කෙරෙහි රඳා පැවතීමට අපට උදව් වෙයි.

■ යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ පිළිබඳව නිවැරදි කල්පනාවන් ඇති කර ගැනීම වැදගත් වන්නේ ඇයි?

"නමුත් ඇදහිල්ල නැතිව උන්වහන්සේව ප්‍රසන්න කරන්නට නුපුළුවන. මක්නිසාද, දෙවියන් වහන්සේ වෙතට ලඟාවෙන්නා විසින් උන්වහන්සේ විද්‍යාමාන බවත්, උන්වහන්සේ සොයන්නන්ට විපාක දෙන කෙනෙකු බවත් විශ්වාස කරන්න ඕනැයි". (හෙබ්‍රෙව් 11:6)

මෙම ඉදිරි ලියවිල්ල මගින් ඇදහිල්ල පිළිබඳව බොහෝ සත්‍යයන් අපි ඉගෙන ගන්නෙමු. එනම් දෙවියන් වහන්සේව සතුටු කිරීමට නම් (1) අපට උන්වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල තිබිය යුතුය. උන්වහන්සේ ජීවත්වන බව අපි විශ්වාස කළ යුතු වෙමු. තවද (2) උන්වහන්සේ පිළිබඳව දැනගැනීමට හෝ උන්වහන්සේගෙන් උදව් ලබාගැනීමට අප පරිශ්‍රම දරණ විට, උන්වහන්සේ අපට පිළිතුරු දෙන බවද අපි විශ්වාස කළ යුතු වෙමු.



1-අ. කාන්තාවක් සේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීමට ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරයි.



1-ආ. ධර්මදානයේ ලොව පුරා ජනතාවට ශ්‍රී භාරංචිය උගන්වයි.

- සුභාරංචියේ සත්‍ය මූලධර්මයෙන් ඉගෙනීම තුලින්, සොහොයුරියන් හට සාමය හෝ සතුට ගෙන ආවේ කෙසේදැයි ප්‍රකාශ කරන ලෙස ඔවුන්ගෙන් අසන්න.
- දෘෂ්‍ය ආධාර 1-අ, "ප්‍රදර්ශනය කරන්න. කාන්තාවක් යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ ගැන ඉගෙන ගැනීම සඳහා ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරයි" 1-අ, "ලොව පුරා ජනතාවට ධර්මදායකයේ ශුභාරංචිය උගන්වනී" සහ 1-ඇ, පවුලක සියල්ලෝම එකතුව ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරති.

යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ සහ උන්වහන්සේගේ ශුභාරංචිය ඉගෙනීමට අපි ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයන කරමින්, ස්වාමීන් වහන්සේගේ පොළොවේ මෙහෙකරුවන්ගේ සාක්ෂිවලට සවන්දිය යුතු වෙමු. අප බැගැපත් නම්, අවංක නම් සහ ආකූලවත්තනම්, උන්වහන්සේ අපගේ ස්වර්ගික පියාණන්ගේ එක ජනිත පුත්‍රයාණන් බවත්, උන්වහන්සේ අද ජීවමාන බවත්, අප කෙතරම් අසම්පූර්ණ වුවත් ඒ ගැන නොසලකා අප හැම කෙනෙකුටම ආදරය කරන බවත්, අපට දැන ගත හැකිය. උන්වහන්සේ සියළුම සත්‍යයන් දන්නා බවද අපට දැනගත හැකිය. එය දැනගැනීමට වෙහෙසවී කටයුතු කරන්නන් හට උන්වහන්සේ මෙම සත්‍යය එළිදරව් කරන සේක. උන්වහන්සේ නපුරන්හට දඩුවම් කළ යුතු සාධාරණ දෙවි කෙනෙකු බවත් අපට දැනගත හැකිය. අපගේ පාපයන්ට වන්දි ගෙවා, හැම කෙනෙකුටම උන්වහන්සේ මළවුන්ගෙන් නැගිටීම රැගෙන ආ බවත් අපට දැනගත හැකිය. යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල අපතුළ වැඩෙන විට සහ මෙම සත්‍යයන් අපගේ හදවත් තුළ රඳා පවතින විට, සැකය සහ බිය පහව යෑම ආරම්භ වන්නේය.

- ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමෙන්, සැකය සහ බිය වෙනුවට අපට ඇදහිල්ල ඇති කර ගැනීමට උපකාර වන්නේ කෙසේද? අපගේ ඇදහිල්ල ගොඩනගාගැනීමට අපට උපකාරවත් විය හැකි අනෙක් කරුණු මොනවාද?
- යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල වර්ධනය කර ගන්නේ කෙසේදැයි කෙටියෙන් පවසන ලෙස සොහොයුරියන් කිහිප දෙනෙකුගෙන් අසන්න.

අපගේ ඇදහිල්ල අපි භාවිතා කළ යුත්තේ මු

ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමෙන්, උපවාසයෙන් සහ ආකූල කිරීම මගින් සහ අන් අයගේ සාක්ෂිවලට සවන්දීම මගින් අපට සත්‍යය ඉගෙන ගත හැකිය. කෙසේ වෙතත්, සත්‍යය විශ්වාස කිරීමෙන්ම පමණක් අප ඇදහිල්ල භාවිතා කරන බව අදහස් නොවේ, යෙසුස් වහන්සේ අපගේ ගැලවුම්කරුවාණන් බවත්, ශුභාරංචිය සත්‍ය බවත් විශ්වාස කරන අය සිටින නමුත්, ඔවුහු උන්වහන්සේගේ පණත් පිළිනොපදිති. මේ අය ඇදහිල්ල ක්‍රියාත්මක නොකරති. ඇදහිල්ලට ක්‍රියාකාරී වීම අවශ්‍ය වෙයි. අපට ඇදහිල්ල තිබෙන්නම්, උන්වහන්සේගේ පණත් අනුව ජීවත්වීමේ මාගී සොයා ගැනීමට උපකාරවත් වීමට අපි යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ විශ්වාසය තබන්නෙමු.

ශුද්ධ ලියවිලි අපට උගන්වන්නේ :

- "නුඹේම නුවණෙහි නොපිහිටා, නුඹේ මුළු සිතින් ස්වාමීන් වහන්සේ කෙරෙහි විශ්වාස කරන්න.
- "නුඹේ සියලු මාර්ගවලදී උන්වහන්සේ සලකාපන්න. එවිට උන්වහන්සේ නුඹේ මාවත් සමතලා කරනවා ඇත" භිතෝපදේශ (3:5-6)

පණත් ආරක්ෂා කිරීමට තමන්ට උපකාරවත් වීම සඳහා ස්වාමීන් වහන්සේ කෙරෙහි විශ්වාසය තැබූ තරුණයෙක් ගැන නිගායි එක් ආදර්ශයකි. ස්වාමීන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම මගින්, ලේඛන නම්වූ බලවත් අධර්මීෂ්ඨ මිනිසෙකුගෙන් ඔවුන්ගේ ජනතාවගේ වාර්තාවක් ලබාගැනීම සඳහා



1-අෆ. පවුලක් එකව එක්ව ඉදිම ලියවිලි කියවයි.

නිගායයේ පියා, ඔහුටත් ඔහුගේ සොහොයුරන්ටත් අණ කලේය. ඔව්හු ලේඛනට බොහෝ බියවූහ. එතෙකුදු මෙම අසීරු කායයීය කිරීමට පැවසූ විට, නිගායී ස්වාමීන් තුල ඔහුගේ ඇදහිල්ල ප්‍රකාශ කලේය. ඔහු මෙසේ කීය "මම ගොස් ස්වාමීන්වහන්සේ විසින් නියම කළදේ කරන්නෙමි. මන්ද යත්, ස්වාමීන් වහන්සේ මිනිසුන්ගේ දරුවන්ට පණවන ලද දෙය ඔවුන් විසින් ඉටු කිරීමට ඔවුන් වෙනුවෙන් මගක් සුදානම් කළ පසු විනා, උන්වහන්සේ ඔවුන්ට පණත් නොදෙන බව මම දන්නෙමි" (1 නිගායී 3:7)

■ ස්වාමීන් වහන්සේට කීකරුවීමට නිගායී කැමැති වූයේ මන්ද?

නිගායී මෙන් ඇදහිලිවන්ත තරුණ සහ මහළු දෙපසයෝම බොහෝ සාමාජිකයෝ අද සභාවේ සිටීති. ජපානයේ නගෝයාහි සවිකෝ හොටා සොහොයුරිය මෙහි පහත සඳහන් කථාව කීවාය.

"මගේ ස්වාමි පුරුෂයා සහ මම විවාහ වීමට ප්‍රථම, අපගේ ජීවිත වල ඉතා වැදගත් දෙය වන්නේ සභාව බවත්, සභාවේ සේවය කිරීමේදී, අපගේ කාලයත්, අප සතුව තිබූ ඕනෑම දක්ෂතාවයක් වුවද අපි පාවිච්චි කරන බවටත්, අපි එකඟත්වයට පැමිණුනෙමු. කෙසේ වෙතත් මෙය කිරීම, කීම තරම් පහසු දෙයක් නොවන බවත් අපි අත්දැකුවෙමු.

"අප විවාහ වුවාට පසු, මගේ ස්වාමි පුරුෂයා හා මම දේවස්ථානයේ සිට තරමක් ඇත නිවසක නවාතැන් ගෙන සිටියෙමු. මගේ සහිකලයෙන් දුම්රිය පලට යෑමටත්, දුම්රියෙන් ඊළඟ නගරයට යාමටත්, බස් රියෙන් දේවස්ථානයට යාමටත්, පැය එකහමාරක් පමණ ගත විය. එහෙත් මට පළවෙනි දුම්රිය අල්ලා ගන්නට බැරවී, ඊළඟ දුම්රිය සඳහා බලාගෙන සිටීමට සිදුවහොත්, ගමනට පැය දෙකකට වඩා ගත වෙයි. මෙය, අපට පැවරුමක් ලබා දීමට ශාඛා සභාපති තුමාට දුෂ්කර කරුණක් විය. මෙය හැරුණු විට අප විවාහවී මාස තුනක් ගත වූ පසු, මාගේ ස්වාමි පුරුෂයා බරපතල ලෙස අසනීප වූ අතර, ඔහුට රෝහල් ගත කළ යුතු විය. එම නිසා අපගේ නඩත්තුව සඳහා මම රැකියාවකට ගියෙමි. හැමදිනකම රැකියාවෙන් පසු, ආරෝග්‍යශාලාවට ගොස් මගේ ස්වාමි පුරුෂයා හමුවී ඉන්පසුව දේවස්ථානය වෙත යාමට උත්සාහ කළද, ඊට එම දවසේ කාලය මදි විය.

"මෙය මා කැළඹවීය. එහෙත් අප දේවස්ථානයට සමීපව ජීවත් වුවහොත්, මට සභා කැඳවීමක් ලබා ගැනීමට හැකි වන බව මම දැන සිටියෙමි. දේවස්ථානය අවට ඉඩම් මිළ අධික බැවින්, එවන් දුර්ශණීය වටපිටාවක නිවසක් කුලියට ගැනීම හෝ මිළදී ගැනීමද අපට දැරිය නොහැකි විය. තර්කානුකූලව, එය අපහසු බව මම දැන සිටියමුත්, (ශුද්ධ ලියවිලි මෙසේ උගන්වයි. ඔබ නිතරම යාකඳු කරන්නේ නම්, ඔබ අසනු ලබන්නේය.) (ලුක් 18:1-5 බලන්න) එම නිසා මම ඉතා උනන්දුවෙන් නොකඩවා යාකඳු කළෙමි. ස්වාමීන් වහන්සේ එතරම් අසීරු ඉල්ලීමකට පිළිතුරු සපයන්නේ කෙසේදැයි මම දැන නොසිටියෙමි. එහෙත් මම යාකඳු කළෙමි. මෙයට වික කලකට පසුව, දේවස්ථානයට මිනිත්තු 13 පමණ දුරක පදිංචිව සිටින මගේ මාමා හදිසියේම නවාතැන් වෙතස් කිරීමට තීරණය කර ඔහුගේ අලංකාර නිවස අපට පිරිනැමීය. මගේ යාකඳුවට පිළිතුරු ලැබී ඇති බව මම දැන ගත්තෙමි. අපට සභාවේ සේවය කිරීම සඳහා අවසානයේ දී ඉඩ ලැබුණා බැවින් අපි ඉතා සතුටට පත් වුනෙමු. මේ කාලය වන විට, මාගේ ස්වාමි පුරුෂයාට ආරෝග්‍යශාලාවෙන් නිදහස් කරනු ලැබී සිටි අතර, අපට පවුලක් වශයෙන් සභා රැස්වීම් වලට සහභාගි වීමට පුළුවන් විය.

"අප එම නිවසට ගිය පසු, නගෝයාහි දේවස්ථානයක් ගොඩනැගීමේ සැලසුමක් සභාව නිවේදනය කල අතර, හැම දෙනාම ගොඩනැගිලි අරමුදලට මුදල් ඉපැයීම සඳහා බෙහෙවින් වෙහෙසී වැඩ කිරීමට පටන් ගත්හ. මෙයට මද කලකට පෙර පටන් මගේ සැමියා ඔහුගේම ව්‍යාපාරයක් වශයෙන්

බේකරියක්..... පටන් ගන්නට තීරණය කර තිබුණි. මේ වනවිට අප සතුව තිබුණේ ඉතා සුළු මුදලකි. ව්‍යාපාරය ආරම්භ කිරීම සඳහා අප සතු ඉතුරුම් සියල්ලම වියදුම් කර තිබූ බැවින්, ජීවත් වීම සඳහා මම මගේ වැටුප පාවිච්චි කළෙමි. ගොඩනැගිලි අරමුදලට උදව් කරන්නේ කෙසේදැයි අපි දැන නොසිටියෙමු. විශේෂයෙන්ම ඒ වන විට මා ගැබ්බරව සිටියෙයින්, තවදුරටත් සේවය කිරීමටද හැකියාවක් නොතිබිණි. මගේ ස්වාමියාගේ ව්‍යාපාරය දියුණුවෙමින් පැවතුනද, ජීවත් වීමටද ගොඩනැගිලි අරමුදලට ගෙවීමට සහ අළුත් බිලියුණු වියදුම් සඳහා සූදානම් වීමටද ප්‍රමාණවත් මුදලක් නොතිබිණි. මගේ වාර්ෂික පාරිතෝෂිතය ලැබෙන තුරු සේවයකර මා එය මාගේ බිලියුණු වියදුම් සඳහා වෙන්කර තැබුවෙමි. මෙය අප සතුව සියළුම මුදල් ප්‍රමාණයයි.

"එක් රාත්‍රියක ශාඛා සභාපතිතුමා අප කැඳවා ගොඩනැගිලි අරමුදල සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා ඔවුන්ට තව සුළු මුදල් ප්‍රමාණයක් අවශ්‍ය බවත්, ඒ සඳහා උදව් කිරීමට හැකිදැයි ඇසීය. අප ළඟ තිබූ එකම මුදල් ප්‍රමාණය ඉක්මණින්ම ඉපදීමට සිටින බිලියුණු සඳහාය. තවද, අප සතුව සියල්ල එයම වූ බැවින්, අපට දිය හැකිවූයේද එපමණකි. එදින සවස අපි එම මුදල ශාඛා සභාපතිතුමා වෙත රැගෙන ගියෙමු. එය අළුත් දේවස්ථානය සඳහා වූ ශාඛා අරමුදල සම්පූර්ණ කිරීමට තරම් ප්‍රමාණවත් විය.

ඉන්පසු අපගේ දරුවාගේ වියදුම් වලට ගෙවීමට සඳහා අපට මුදල් ලැබෙන්නේ කෙසේ දැයි අපි කණසල නොවුවෙමු. ස්වාමීන් වහන්සේ අපව රැක ගනු ඇතැයි අපි දැන සිටියෙමු. සාමාන්‍යයෙන් මා මඳක් කණගාටුවෙන් සිටියද, ඒ ගැන මා සිතන සෑම අවස්ථාවකදීම මා සිතට සහනයක් දැනුණි.

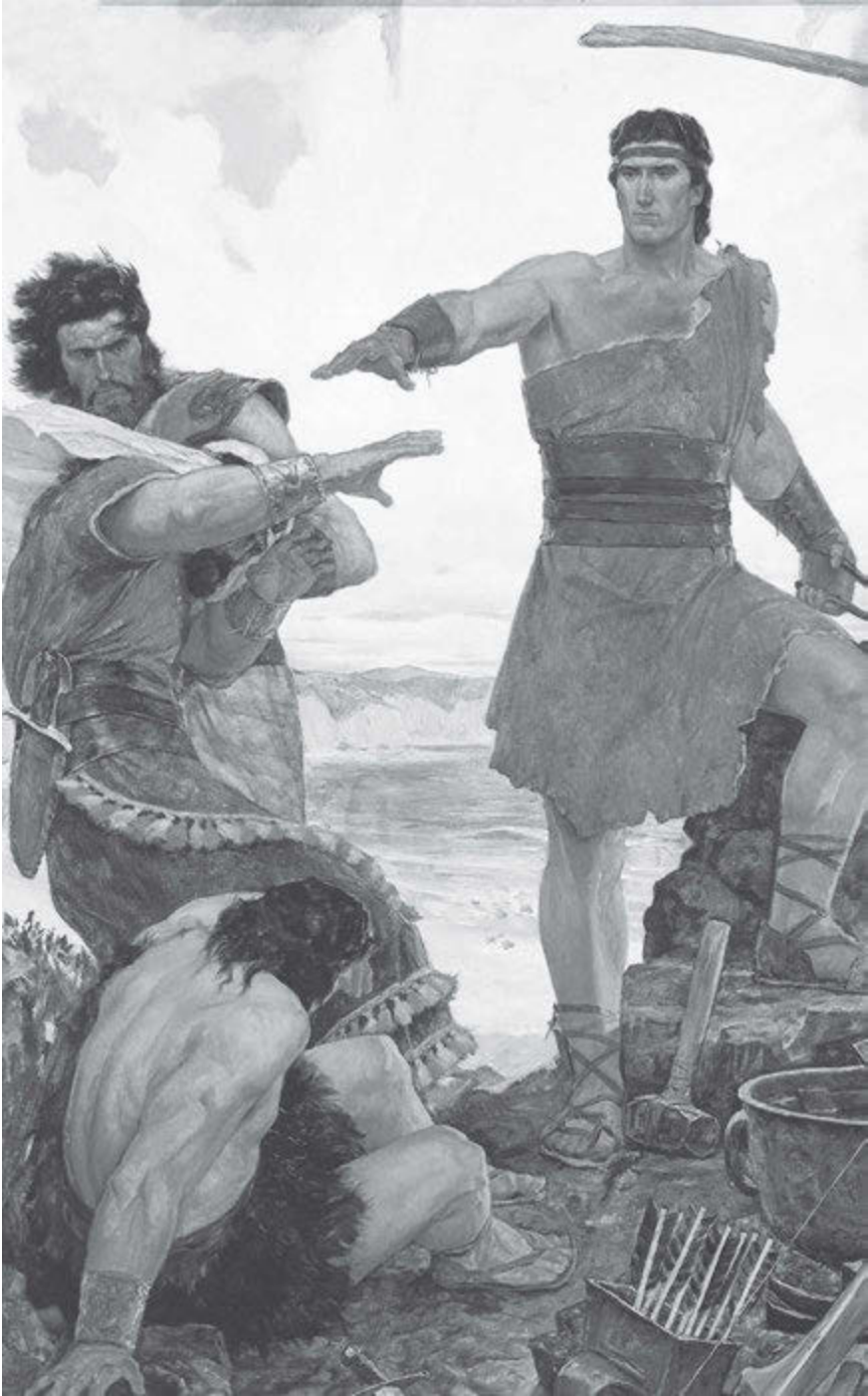
ඊළඟ මාසයේ මගේ ස්වාමි පුරුෂයාට නගෝඨා ප්‍රදේශයේ.... පූර්ණ කාලීන.... රැකියාවක් ලැබිණි. මෙම රැකියාව තිබුණු බවත් අපි දැන නොසිටියෙමු. ඔහුගේ නව රැකියාවෙන් ලබන වැටුප් මුදල් වලින්, අපගේ බිලියුණු ඉපදන විට, රෝහල් ගාස්තු ගෙවීමට අපට හැකියාව ලැබෙනු ඇත. ඔබට කල හැකි හැම දෙයක්ම ඔබ කල යුතු බවත්, ඉතිරිය ඔබ උන්වහන්සේට බාර දිය යුතු බවත් දෙවියන් වහන්සේ ප්‍රකාශ කර ඇති සේක. මෙය සත්‍ය බව මම දනිමි". ("දේවස්ථානයේ සිට පැය දෙකකි" *Ensign* අගෝස්තු 1975, 64-65).

- සභාවේ සේවය කිරීමට හැකියාව ලැබීම සඳහා, හොටා සොහොයුරිය ඇදහිල්ලෙන් යුතුව ශාක්‍ය කල පසුව, ස්වාමීන් වහන්සේ ඇගේ පවුලට ආශිර්වාද කලේ කෙසේද? හොටා සොහොයුරා සහ සොහොයුරිය විසින් ඔවුන්ගේ බිලියුණු වෙනුවෙන් ඉතිරි කල මුදල් සභාවට දීම වෙනුවෙන් ස්වාමීන් වහන්සේ ඔවුන්ට ආශිර්වාද කලේ කෙසේද?

හොටා සොහොයුරිය ඇදහිල්ල පිළිබඳව හොඳ විස්තරයක් ලබා දුනි. ඇදහිල්ල ඇතිව සිටීම යනු, කිරීමට අපහසුයැයි තර්කානුකූලව අපට පෙනීමට තිබෙන දෙයක් වුවද, ශුභාරංචිය අනුව ජීවත්වීම සඳහා අපට කළ හැකි ඕනෑම දෙයක් ඉටුකිරීමය. අපට හැකි හැම දෙයක්ම ඉටුකර අපගේ ඇදහිල්ල අප ක්‍රියාත්මක කල විට, උන්වහන්සේ අපට උදව් කරන බවට ස්වාමීන් වහන්සේ පොරොන්දුවී ඇති සේක.

ඇදහීම කිකරැකම මගින් ප්‍රාණවත්ව තබාගනු ඇත.

ඇදහීම වනාහී ජීව ශාකයකි. එය පෝෂණය කරමින් ආරක්ෂා නොකල විට එය විශැලී මැරීයයි. අපගේ ඇදහිල්ල ප්‍රාණවත්ව තබා ගැනීමේ මාර්ගය වන්නේ, ශුභාරංචි මූලධර්මයන් අප ඉගෙන ගන්නා විටම ඒවාට කීකරැවීමයි. "ඇදහීම යනු, පෞද්ගලික ධර්මීෂ්ඨතාවයට තිලියායක් වශයෙන් උනය කරනු ලබන දෙවියන් වහන්සේගේ දීමනාවකි". (බස් ආර. මැකොන්කි *Mormon Doctrine*, 2වන මුද්‍රණය (1966), 214). අප දෙවියන් වහන්සේ ගේ පණත් කැඩීම ආරම්භ කරන්නේනම්, අපගේ



1-අ. නිකායි, ඔහුගේ වැඩිමහල් සොහොයුරන්ගේ පාපි හැසිරීම ගැන ඔවුන්ට තරවටු කරයි.

ඇදහීම අපි දරුවල කරගන්නෙමු. දෙවියන් වහන්සේගේ පණත් පැහැර හැරීමට සාතන් නොයෙක් ආකාරයෙන් අපව ගොමු කරවමින් අපගේ ඇදහිල්ලද මෙලෙස දරුවල කරයි.

■ දූෂණ ආධාර 1-ඇ, ප්‍රදර්ශනය කරන්න. "නිගායි, ඔහුගේ වැඩිහිටි සහෝදරයන්ගේ පාපක්‍රියා ගැන ඔවුන්ට තරවු කරයි.

1 වෙනි නිගායිහි, නිගායිගේ සොහොයුරන් වන ලාමන් ලැමුවෙල් ගැන අපි කියවමු. ඔවුන්ගේ පියා විසින්ද නිගායි විසින් හා දේවදූතයන් විසින්ද ඔවුන්ට බොහෝ සත්‍ය මූලධර්මයන් උගන්වන ලදී. එනමුත් ඔවුහු ඇදහිල්ල වර්ධනය නොකළහ. මන්ද, ලිහායි සහ නිගායි ඔවුන්ට ඉගැන්වූ කරුණු ඔවුන්ට පිළිගැනීමට අසීරුවූ බැවින්ය. එනිසා මෙම සත්‍ය මූලධර්මයන් අනුව ජීවත්වීම ඔවුහු තෝරා නොගත්හ. පණත් පිළිපැදීමට ඉතා අසීරු බවට ඔව්හු, වෝදනා කළහ. ඔව්හු ඔවුන්ගේ පියා සහ සොහොයුරා විවේචනය කළහ. ඔවුන්ට අණ කල පරිදි කටයුතු කිරීම ඔවුන්ට වුවමනා නොවීය. ඔව්හු ඉක්මනින්ම පාපයට වැටුණහ.

ඊට ප්‍රතිවිරුද්ධ නිගායි තමාට පැවරූ හැම කටයුත්තක්ම ඉටු කරමින්, ස්වාමීන් වහන්සේ තුළ විශ්වාසය තැබීය. දෙවියන් වහන්සේ ඔහුගේ ඇදහිල්ලට විපාක ලබාදුන් බැවින්, නිගායිගේ ජීවිතයේ බොහෝ ආශ්චර්‍යයන් සිදුවිය. නැව් සැදීම පිළිබඳව කිසිවක් නොදැන සිටියත්, නැවක් නැතිමට ඔහුට හැකිවිය. ඔහුගේ හැකියාවන් අතිභවාවන බලයක් ඔහුට ලබාදුන් අතර, ඔහුගේ සහෝදරයන්ගේ නපුරු, සැලසුම් අහිමවා යාමට ඔහුට හැකිවිය. දර්ශන දැකීමටත්, දෙවියන් වහන්සේගේ දූතයන් හා කථා කිරීමේ වරප්‍රසාදයද ඔහු සතු විය. ඔහුගේ කීකරු කම නිසා, ඉතා බලවත් ඇදහිල්ලක් සතුටීමට ඔහු ආශිර්වාදිත විය. ඔහුගේ ඇදහිල්ල නිසා, දෙවියන් වහන්සේගේ බලය ඔහුගේ ජීවිතය සතුටිය.

කීකරු වීම මගින්, අපටද අපගේ ඇදහිල්ල ප්‍රාණවත්ව තබාගත හැකිය. උපවාසයෙන් හා යාකඳුවෙන්ද, ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම මගින්ද, අපගේ සහා රැස්වීමවලට සහභාගිවීමෙන්ද, අපගේ සහාමුලිකවරුන් අපට පැවරූ කායඝීයන් ඉටුකිරීම මගින්ද, අපගේ ඇදහිල්ල පෝෂණය කිරීමට අපට පිළිවන. විවේචනයෙන් හා වෝදනා නොකිරීම මගින් අපගේ ඇදහිල්ල ශක්තිමත්ව තබාගැනීමට අපට පිළිවන.

■ විවේචනය හා වෝදනා කිරීම මගින් අපගේ ඇදහිල්ල දරුවල වන්නේ කෙසේද?

අප හැමකෙනෙක්ම අපගේ ඇදහිල්ල පරීක්ෂාකොට ඇත. ස්වාමීන් වහන්සේ අපගේ ඇදහිල්ල හා කීකරුකම ගැන සැලකිල්ලක් දක්වා නැතැයි අප විශ්වාස කිරීමටද ඉඩ ඇත. උන්වහන්සේ ඉතා ඈතක බවද, අපගේ හිරිහැර නොදැක, අපගේ යාකඳුවලට පිළිතුරු නොදෙන බවට හැඟීමක්ද අපට ඇති විය හැකිය. මෙවන් අවස්ථාවන් ඇතිවූ විට, අපගේ ඇදහිල්ල පරීක්ෂාකොට ඇති බව තේරුම් ගැනීමට එය අපට උපකාරවත් වෙයි. අප දැඩි උත්සාහයෙන් යුතුව ඉවසීමෙන් හා යහපත කිරීම දිගටම කරන්නේ නම්, අපගේ හිරිහැර ජය ගැනීමට අපට ශක්තිය ලැබෙනු ඇත. අපගේ ඇදහිල්ලට සහ කීකරුකමට අපට විපාක ලැබෙනු ඇත.

මොරොනායි මෙසේ ඉගැන්වීය. ඇදහිල්ල යනු, නොදුටු නමුත් බලාපොරොත්තු තැබූ කරුණුය. එබැවින් ඔබට නොපෙනෙන නිසා වාද නොකරව, මක්නිසාද, ඔබගේ ඇදහිල්ල පරීක්ෂා කිරීමෙන් පසුව මිස, ඔබට සාක්ෂියක් නොලැබෙනු ඇත. (ඊතර් 12:6)

තවද ස්වාමීන් වහන්සේ මෙසේ කී සේක. "මගේ ජනතාව සැම කරුණක්ම කෙරෙහිම පරීක්ෂාකල යුතුය. මන්ද ඔවුන් වෙනුවෙන් මා තුළ ඇති මහිමය, සයේනසේ මහිමය, ලබා ගැනීමට ඔවුන්ට

සුදානම් විය හැකි බැවිනි. තවද, තරවටුව දරා ගැනීමට නොහැකි තැනැත්තා මාගේ රාජ්‍යයට සුදුසු නැත". (සී සහ සී 136:31)

අවසානය

අපගේ ඇදහිල්ල, උපවාසයෙන් සහ ශාක්‍යවෙන්ද, දෙවියන් වහන්සේගේ පණත් වලට කීකරු වීම තුළින්ද, ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම, අපගේ සහා රැස්වීම්වලට සහභාගි වීමෙන් සහ අපගේ සහා නායකයන් අපට පැවරූ කටයුතු ඉටුකිරීම තුළින්ද පෝෂණය කිරීම අපට වැදගත් වෙයි. අප එසේ කරන විට, අපගේ ජීවිතවල පරිභෝජන ප්‍රයෝජනවේ ශක්තිය අපට ලැබෙනු ඇත.

අතිශෝගය

ඔබ, ඔබගේ ඇදහිල්ල ශක්තිමත් කරගන්නේ කෙසේදැයි තීරණය කරන්න. සිහිපත් කරගැනීම සඳහා ඔබගේ තීරණය කොළ කැල්ලක ලියන්න. අල්මා 32:17--43 සහ මොරොනායි 7:33--39 සතිය තුළදී කියවන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- මතෙව් 8:5--10 (ඇදහිල්ල මගින් සුව කිරීම)
- මතෙව් 17:20 (ඇදහිල්ල තුළින් අසීරු කිසිවක් නැත)
- මාර්ක් 9:23 (ඇදහිල්ල තුළින් සෑම දෙයක්ම කල හැක)
- ලුක් 8:43--48 (ඇදහිල්ල මගින් සුවකිරීම)
- ශොහාන් 20:24--29 (විශ්වාස කරන්නන් ආශිර්වාදිතය)
- රෝම 10:13--17 (ඇදහිල්ල ඇතිවීමට, අපි දෙව වචනය ඇසිය යුතු වෙමු)
- 2 කොරොන්ති 5:6--7 (අපි ඇදහිල්ලෙන් යුතුව ජීවත් වෙමු)
- 1 නිගායි 3 (නිගායි ගේ ඇදහිල්ල)
- 1 නිගායි 4 (ඇදහිල්ල තුළින් බලය)
- අල්මා 32:17--43 (ඇදහිල්ල ගැන අල්මාගේ අනුශාසනාව)
- මොරොනායි 7:33--39 (ආශ්චර්‍යයන් සඳහා ඇදහිල්ල අවශ්‍ය වෙයි)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර.

1. ශුභාරංචි මුලධර්ම 11 වෙනි පරිච්ඡේදය වන "ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ජීවිතය" සහ 18 වන පරිච්ඡේදය වන "යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල" යන පරිච්ඡේද අධ්‍යයනය කරන්න.
2. නිගායි 3--4 සහ අල්මා 32:17--43 අධ්‍යයනය කරන්න
3. ඔබ කැමති කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගත් කොටස් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

පසුතැවිල්ල

2 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ පසුතැවිල්ල යන මූලධර්මය තේරුම් ගැනීම සහ එය ක්‍රියාවේ යෙදවීමට උපකාරවත්වීමයි.

පසුතැවෙන්න යන්නෙහි අදහස කුමක්ද?

අපි හැම කෙනෙකුම සදාකාලික ගමනාන්තයක් බලා ජීවන ගමන ගෙන යන්නෙමු. අප ගමන් කරන අතර, අප කැඳවන හඬ ශබ්දයන් අපට ඇයයි. එකක් නම්, යහපත කිරීමට අප පොළඹවන ස්වභාවික වහන්සේ හඬ ශබ්දයයි. අනෙක නම්, නපුර කිරීමට අප පොළඹවන සාත්තගේ හඬ ශබ්දයයි. මෙම දෙකෙන් හොඳ නරක තෝරා කටයුතු කිරීමේ නිදහස අපට ඇත.

■ 2 නිඟයි 2:16, 27--29 කියවන්න

සමහර අවස්ථාවලදී, මෙම හඬ ශබ්දයන් පැවිලිලි සහිත වේ. සත්‍ය ලෙසම අප රැවටුණ විටදී, අප නිවැරදිව කටයුතු කරන බව අපට සිතෙනු ඇත. අප යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ශුභාරංචිය ඉගෙන ගන්නා විට, අප හැමවිටම නිවැරදිව තෝරා නොගත් බව අපිට වැටහෙයි. අප නිවැරදි මාර්ගයේ නොසිටින බවද අපි තේරුම් ගනිමු. අපි වැරදි මාර්ගයේ දිගටම ගමන් කරයි නම්, අපි ගමනාන්තයට පැමිණෙන්නෙමු. නමුත් අප සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යයේ නොසිටින බවත් අපි දැනගනිමු. නිවැරදි මාර්ගයෙන් පිටතට යෑම පාපය වශයෙන් හඳුන්වයි. අපගේ මාර්ගය නිවැරදි කර ගෙන, අප නැවත වරක් සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යය කරා ගමන් කිරීම පසුතැවිල්ල වශයෙන් හඳුන්වයි.

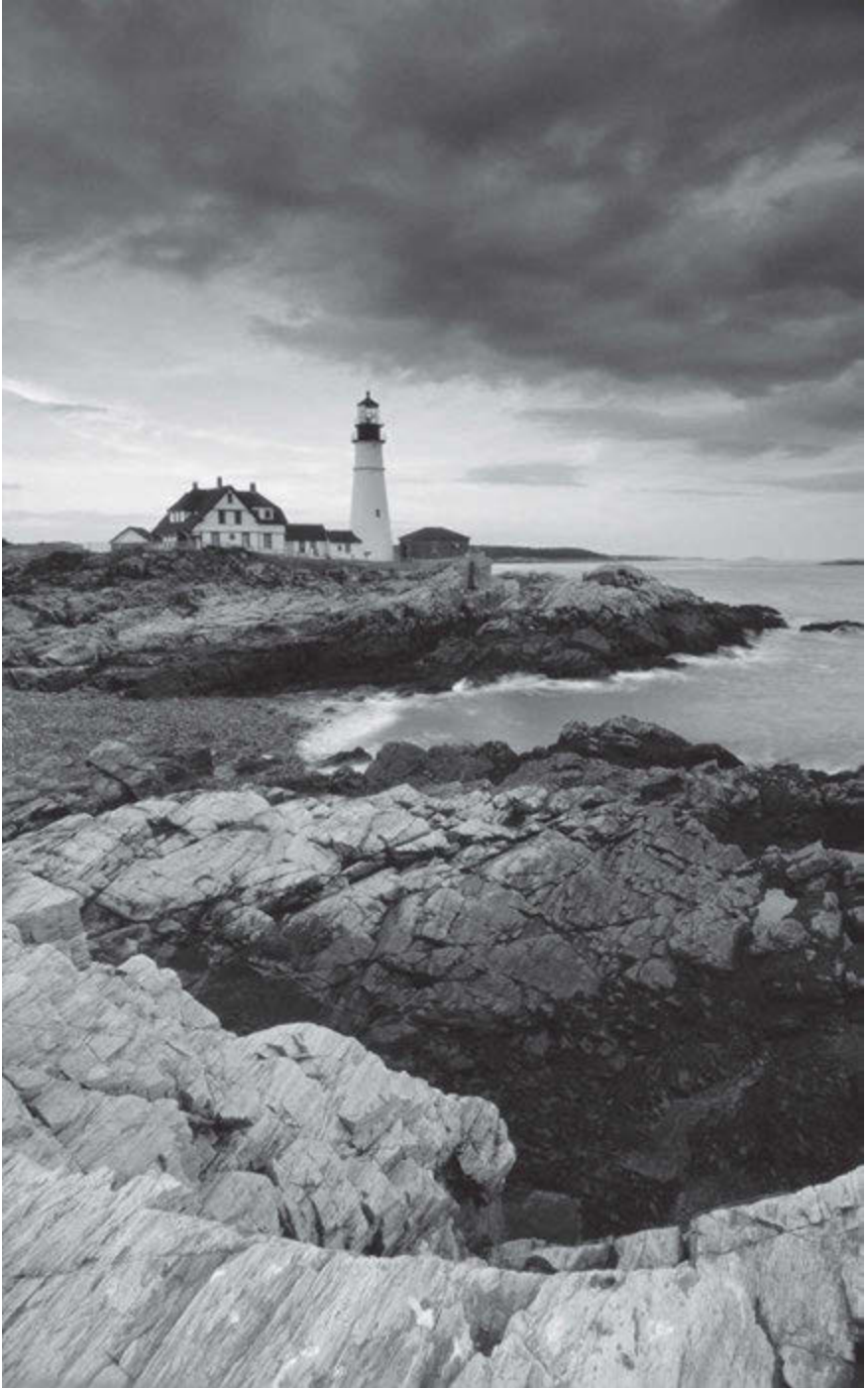
යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අපට මෙසේ පොරොන්දුවී ඇති සේක.

"එය මෙසේ සිදුවන්නේය. එනම් හැම ආත්මයකුම තම පාපයන් අමතක කර මා වෙත පැමිණ, මාගේ නමින් ආමන්ත්‍රණය කර, තවද මාගේ හඬ ශබ්දයට කීකරුවී, තවද මාගේ පණත් තබන්නේනම්, මාගේ මුහුණ දැක මා හඳුනා ගනු ලබන්නේය.

"ලෝකයට පැමිණෙන්නාවූ හැම මිනිසෙකුම ආලෝකමත් කරන්නාවූ සැබෑවූ ආලෝකය මම වෙමි". (කී සහ සී 93:1-2).

"මම ලෝකයේ ආලෝකය ය. මා අනුව එන්නා අන්ධ කාරයෙහි නොහැසිරී පිවිතයේ ආලෝකය ලබාගන්නේය" (යොහාන් 8:12)

- "අන්ධකාරයෙහි හැසිරීම" යන්නෙහි තේරුම කුමක්ද? "ජීවනයේ ආලෝකය" සතුව පැවතීමද?
- දූෂණ ආධාර 2-අ. ප්‍රදර්ශනය කරන්න. "අන්ධකාරයේදී ප්‍රදීපාගාරයක් ලෙස, යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අපට සතුවට සහ සදාකාලික ජීවිතයට මග පෙන්වන සේක"



2-අ. අන්ධකාරයේ ප්‍රදීපාගාරයක් ලෙස යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ සතුටට සහ සදාකාලික ජීවිතයට මග පෙන්වන සේක.

සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යයට ගොස් ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින්නාවූ අපගේ දෙවිපියාණන් වහන්සේ සමග සිටීමට යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අපට මග පෙන් වූ සේක. අන්ධකාරයේදී, උන්වහන්සේ අපට ප්‍රදීපාභාරයක් මෙන් වන සේක. අප නිවැරදි මාර්ගයේ සිටින විට, අපි ආලෝකයේ ගමන් කරමු. (ගොභාන් 8:12 බලන්න) යායුතු නිවැරදි මග අපට දැක ගත හැකිය. නිවැරදි මාර්ගයෙන් අප ඉවත්වී ගිය විට, අපි අන්ධකාරයේ මං මුළාවෙමු. ප්‍රදීපාභාරයකින් ලබාදුන් ගමන් මගෙන් ඉවත්ව ගොස් හයානක ගල් පව්න සහ අනතුරුදායක ජලයේ ගමන් කරන බෝට්ටුවක් ලෙස, සාතන් අපට මානා තිබෙන පාපය නැමැති උගුල්වලට අපි අපවම නිරාවරණය කරන්නෙමු. අපගේ ගමනාන්තයෙන් අපව වළක්වාලීම ඔහුගේ උවමනාව වෙයි. නමුත් අපගේ ගමන අවසානයේදී පාපයෙන් පිරුණු ජීවිතයකින් අපට සතුටක් ලබා ගත නොහැකිය. අප පාපයට නැඹුරුවන තරමටම, ඒක විශාල බලයකින් සාතන් අපව පාලනය කරයි. එබැවින් "පව් කරන සියල්ලෝම පාපයෙන් වහල්ලු" යැයි යෙසුස් වහන්සේ අපට කී සේක. (ගොභාන් 8:34)

අප පව්කරන විට සාතන් බොහෝ සතුටු වෙයි. ඔහුගේ ආශාව අපව ඔහුගේ බලයට යටත් කර ගැනීමය. අප කල වරද, නිවැරදි බව ඔහුගේ හඬ ශබ්දය අපට කියයි. එය කීරීමට අපට සාධාරණ හේතුවක් තිබුණ බවත්, ඒ නිසා පාපය සිදුකිරීමෙන් අපව සාධාරණීකරණය කරන බව ඔහු කියයි. (2 නිගායි 28:8, 21--22 බලන්න) පාපය පෙනෙන තරම් බරපතළ නොවන බව අප අපටම පවසා ගැනීම ඔහුගේ කැමැත්තයි. අපගේ පාපවලට අපි නිදහසට කරුණු ඉදිරිපත් කරන්නාක් කල් අප සම්පූර්ණයෙන්ම පසුතැවිලි නොවන බව ඔහු දනියි.

සාතන් මේ ලෙස කටයුතු කරන බව යෙසුස් වහන්සේ දන්නා සේක. එනිසා උන්වහන්සේ ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ආලෝකයෙන්, (අපගේ හෘදසාක්ෂිය යැයි සමහර අවස්ථාවලදී හඳුන්වන) අපට ආශිර්වාද කර තිබේ. ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ආලෝකය, යහපතෙන් නපුර නොරාගැනීමට අපට උදව් කරයි. (මොරෝනායි 7:15--16 බලන්න) ආත්මික හඬ ශබ්දය, පසුතැවිලිවී නිවැරදි මාර්ගයට නැවත පැමිණෙන ලෙස අපට අනතුරු හඟවමින් අපව පොළඹවයි.

යාකොබ්, දෙවියන් වහන්සේගේ බලයෙන් කපාකරමින් ජනතාව අවදිකීරීමට උත්සාහ කළේය. ඔහු ඔවුන්ගේ පාප ක්‍රියා ගැන මෙම වචන වලින් අනතුරු ඇඟවීය.

"අහෝ මගේ ප්‍රේමාන්විත සොහොයුරණී, නුඹලාගේ පාපවලින් හැරෙන්න. නුඹලා තදින් බැඳ දැමීමට කැමති ඔහුගේ යදම් ගසා දමන්න. නුඹලාගේ ගැලවීමේ පර්වතය වන එම දෙවියන් වහන්සේ වෙත එන්න.

"නඬ තීන්දු දිනදී නුඹලා මහත් බියෙන් නො ඇතිලෙන පිණිසද, සම්පූර්ණත්වය පිළිබඳ නුඹලාගේ මහත් වරද, නුඹලා මතක තබා නොගන්නා පිණිසද, ඔබ වහන්සේගේ තීන්දු ශුද්ධවත්ත වන සේක. අහෝ සර්වබල සම්පන්න දෙවි ස්වාමිනි, එහෙත් මගේ වරද මම දනිමි. මම ඔබගේ නීතිය කඩ කළෙමි. තවද මගේ පාපය මා සතු වන්නේය. යහපතෙන් මහා කාලකන්නිකමට ගොදුරක් සේ උභ මා රැගෙන ඇතැයි හඬනගා කීමට බලපානු ලැබීම පිණිසද, ධර්මඡේයන් කෙරෙහි සාධාරණත්වය ක්‍රියාවේ යොදවන එම තේජාන්විත දිනය සඳහා නුඹලාගේ ආත්මයන් සුදානම් කර ගන්න.

"එහෙත් බලන්න මගේ ප්‍රේමාන්විත සොහොයුරණී, මේ දේවල්වල නියම සත්‍ය ස්වභාවය මා වෙත නුඹලා අවදි කිරීම යෝග්‍ය නොවන්නේද? නුඹලාගේ සිත් පවිත්‍ර වූයේ නම්, මා නුඹලාගේ ආත්මයන් දවන්නෙමිද? නුඹලා පාපයෙන් නිදහස් කළේ වීනම්, සත්‍යයේ සරළ බව අනුව මා නුඹලාට සරළ වන්නෙමිද?

"බලන්න නුඹලා ශුද්ධවත්තවුයේනම්, මම නුඹලාට ශුද්ධවත්තකම ගැන කතා කරන්නෙමි. එහෙත් නුඹලා ශුද්ධවත්ත නොවන නිසාද, නුඹලා මා ගුරුවරයෙකු මෙන් සලකන නිසාද, පාපයේ ප්‍රතිඵල ගැන මා නුඹලාට ඉගැන්වීම යෝග්‍ය විය යුතු වන්නේය". (2 නිගායි 9:45--48)

අපගේ පාපවල හයානකකම ගැන හැඟෙන විට, එය දිගටම කිරීමට හෝ අපගේ වරද පිළිගෙන එය නිවැරදි කිරීමට තීරණය කිරීම හෝ අපි තෝරා ගනිමු. අපි අපගේ පාපයන් කරගෙන යාම තෝරාගතහොත්, අවසානයේදී පසුතැවීමට අප තුළ තිබෙන කැමැත්ත සම්පූර්ණයෙන්ම නැතිවනතුරු සාතන් අපව දිගින් දිගටම බැඳ තබා ගනියි. අපි පසුතැවීම තෝරාගන්නා විට, ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ සහ යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අපගේ පාපයන්ගෙන් මිදීමට අපට උපකාරවත් වන අතර අපි ප්‍රීතිය සහ සාමයේ ආශිර්වාද භුක්ති විඳින්නෙමු.

"අල්මා 34:32--35 කියවන්න. අපගේ පසුතැවිල්ල පසුවට කල් තැබීම ප්‍රඥා ගෝචර නොවන්නේ මන්ද?

අප හැම දෙනාටම පසු තැවීම අවශ්‍යවෙයි.

■ රෝම 3:23 කියවන්න

අප නොකල යුතු කටයුතු වන බොරු කීම, ප්‍රලාප කීම, නිකරුණේ ස්වාමීන් වහන්සේගේ නාමය ව්‍යවහාර කිරීම යනාදිය ගැන අපි හැම දෙනාම පසුතැවිලි විය යුතු වෙමු. අපගේ දුභාගය ගෙවීම, නිතරම යාඥා කිරීම, සබන් දිනය ශුද්ධවත්තව ගත කිරීම, අසල්වැසියා හා මිත්‍රවීම හෝ පැවරුමක් සම්පූර්ණ කිරීම යන අප කල යුතු කටයුතු නොකිරීම වෙනුවෙන්ද, අපි පසුතැවිලි විය යුතු වෙමු. අපගේ වැරදි නිවැරදි කර ගැනීමට ස්වාමීන් වහන්සේ ආත්මය මගින් ලැබෙන පෙළඹවීම් හඳුනාගෙන, එම පෙළඹවීම් අනුගමනය කිරීම අපි කල යුතු වෙමු.

එක් තරුණයෙකු මෙම සාක්ෂිය දැරීය. "පාපය සතුව ලබා නොදෙන බව අවබෝධ නොවී, මගේ දෙමව්පියන්ටත්.. මටත්... මා ලබාදුන් සියලුම වේදනා ගැන මම සිතමි. උසස් අධ්‍යාපනයෙන් පසුව මම පාසලෙන් පිටවී, මත්පැන් පානයටත්, දුම්පානයට සහ මත්ද්‍රව්‍ය පාවිච්චිය පටන් ගනිමි. මා ප්‍රීතීවෙන් බවක් මම සිතුවෙමි. නමුත් මා සැබැවින්ම දුක්ඛිත තත්වයට පත්වූ බව මම දැන් දනිමි.

"ඉන්පසු එක් දිනක් මම මෙසේ කල්පනා කලෙමි. "මගේ දෙමව්පියන් දැන් මා දුටුවහොත් කුමක් වේද? ඔවුන් කුමක් සිතනු ඇද්ද?"

"එවිටය මා මගේ ජීවිතය සකස් කර ගැනීමට ආරම්භ කලේ... අලුත් මිතුරන් කිහිප දෙනෙකු සහ බුද්ධිමත් සහායකයෙකු... සහ ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ උපකාරය නොමැතිව, මට එය කිසිදු කල හැකි නොවන්නේය. එනමුත් ඔවුන්ගේ උපකාරයෙන් මට පසුතැවිලි වීමට හැකි විය. තවද මම කෙතරම් අසතුටටත් සිටියේදැයි දැන් මට පෙනේ. පසු තැවීම සහ ධර්මිෂ්ඨව ජීවත්වීම සතුව ගෙන එන බවට මම සාක්ෂි දරමි. ස්වාමීන් වහන්සේට අපි ඉඩදෙන්නේ නම්, අපගේ ජීවිත වෙනස් කිරීම සඳහා උත්වහන්සේ නිතරම සිටින බව අත්දැකීමෙන් මම දනිමි" (උපුටා ගැනීම ජේ.ඒ. පැරිගේ "Miracles Today?" *Ensign* ජනවාරි 1978, 56.)

අපගේ පාපවලට අප පසුතැවිලි වන විට, අපි නිවැරදි මාර්ගය සම්පයට පැමිණෙන්නෙමු. අපි සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යය වෙත යන නියමිත මාර්ගයේ සිටින විට, දෙවියන් වහන්සේගේ සියළුම පණත් වැදගත් බව අප තේරුම් ගනු ඇත. අපි වඩාත් යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ මෙන්වී, උත්වහන්සේමෙන් පාපයන් ගැන සිතා බලන්නෙමු. අපට පාපයන් ගැන අඩු තක්සේරුවකින් බැලිය නොහැක. (සී සහ සී 1:31 බලන්න) වෙනත් වචන වලින් කිවහොත්, අපට කිසිදු ආකාරයක

පාපයකට ඉඩදිය නොහැකිය. මෙය අපේ බලාපොරොත්තුවයි. අප අංග සම්පූර්ණ නොවුවද, අපගේ බලාපොරොත්තුව සිහි තබා ගත යුතු අතර, එය මුදුන් පමුණුවා ගැනීමට කටයුතු කළ යුතුය.

■ ඊතර 12:27 කියවන්න.

අප බැහැපත්ව යාඥා කරමින්, අපගේ දුර්වලකම් සහ පාපයන් අපට පෙන්වාදෙන ලෙස ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් ඉල්ලා සිටින්නේනම්, උන්වහන්සේ එය ඉටුකරන සේක. පසුතැවීම මගින් අපගේ දුර්වලකම් වලින් මිදීමටද, උන්වහන්සේ අපට උපකාරවත් වන සේක.

සැබෑ පසුතැවිල්ල සමාව ගෙන එයි

අපගේ සියලුම පාපයන්, ස්වාමීන් වහන්සේ ඉදිරිපිට භයානකබව අපට අවබෝධවන විට, එවා ගැන අපට දේව කනස්සල්ල ඇතිවේ. (2 කොරොන්ති 7:10) වරදේ වේදනාවෙන් සහ කනස්සල්ලෙන් තොරව අපට එවා සිහිපත් කළ නොහැකිය. එහි බරින් අපව යට කොට පසුව එය විශාල බරක් බවට පත්වේ. යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අප වෙනුවෙන් වේදනාවිඳ මරණයට පත්වූ විට, උන්වහන්සේට දැනුණු විශාල කණගාටුවෙන් බිඳ ක විඳීමට අපද පටන් ගනිමු. (අල්මා 36:12-13 බලන්න)

■ දර්ශක 2-ආ පෙන්වන්න. "ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ ගෙන්සමති උයනෙහි යාඥා කරන සේක"

අපට හැම අවස්ථාකදීම මෙම බර ඉසිලීමට නොහැකිවීම වෙනුවෙන් අප කෙතරම් ස්තූතිවත්ත විය යුතුද? පසුතැවීම මගින් අපට එය ඉවතට දැමිය හැකිය. අප වෙනුවෙන් යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ තිබෙන විශාල ආදරය නිසා උන්වහන්සේ වේදනා විඳ, ලේ වගුරුවා, අප වෙනුවෙන් මරණයට පත්වූ සේක. එම නිසා අප පසුතැවිලි වුවහොත් අපට අප වෙනුවෙන් සම්පූර්ණයෙන්ම වේදනා විඳීමට සිදු නොවන්නේය. (යූවියේෂික මුලධරම, 12 වන පරිච්ඡේදය "වන්දි ගෙවීම" බලන්න)

■ දර්ශක 2-ඇ, පෙන්වන්න. "අප පසුතැවිලිවන පොරොන්දුව මත ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අපගේ පව් වලට වන්දි ගෙවූ සේක".

යේසුස් වහන්සේ මෙසේ ප්‍රකාශ කළ සේක:

"මන්ද යත් බලන්න, දෙවියන් වන මම සියල්ලන් වෙනුවෙන් මේ වේදනා විඳ ඇත්තෙමි. ඔවුන් පසුතැවිලි වුවහොත්, ඔවුන් වේදනා නොවිඳුණු ඇත".

"නමුත් ඔවුන් පසුතැවිලි නොවන්නේනම්, මා මෙන් ඔවුන්ද වේදනා විඳිය යුතුය"

එම වේදනා, සියල්ලන්ගේම ශ්‍රේෂ්ඨතමවූ දෙවියන් වුවද, වෙවිලීමට... සහ සෑම සිදුරකින්ම ලේ ගැලීමට සහ ශරීරයෙන් හා ජීවයෙන් දෙයාකාරයෙන්ම වද වේදනා විඳීමට මා හට සැලැස්විය". (සී සහ සී 19:16 -18)

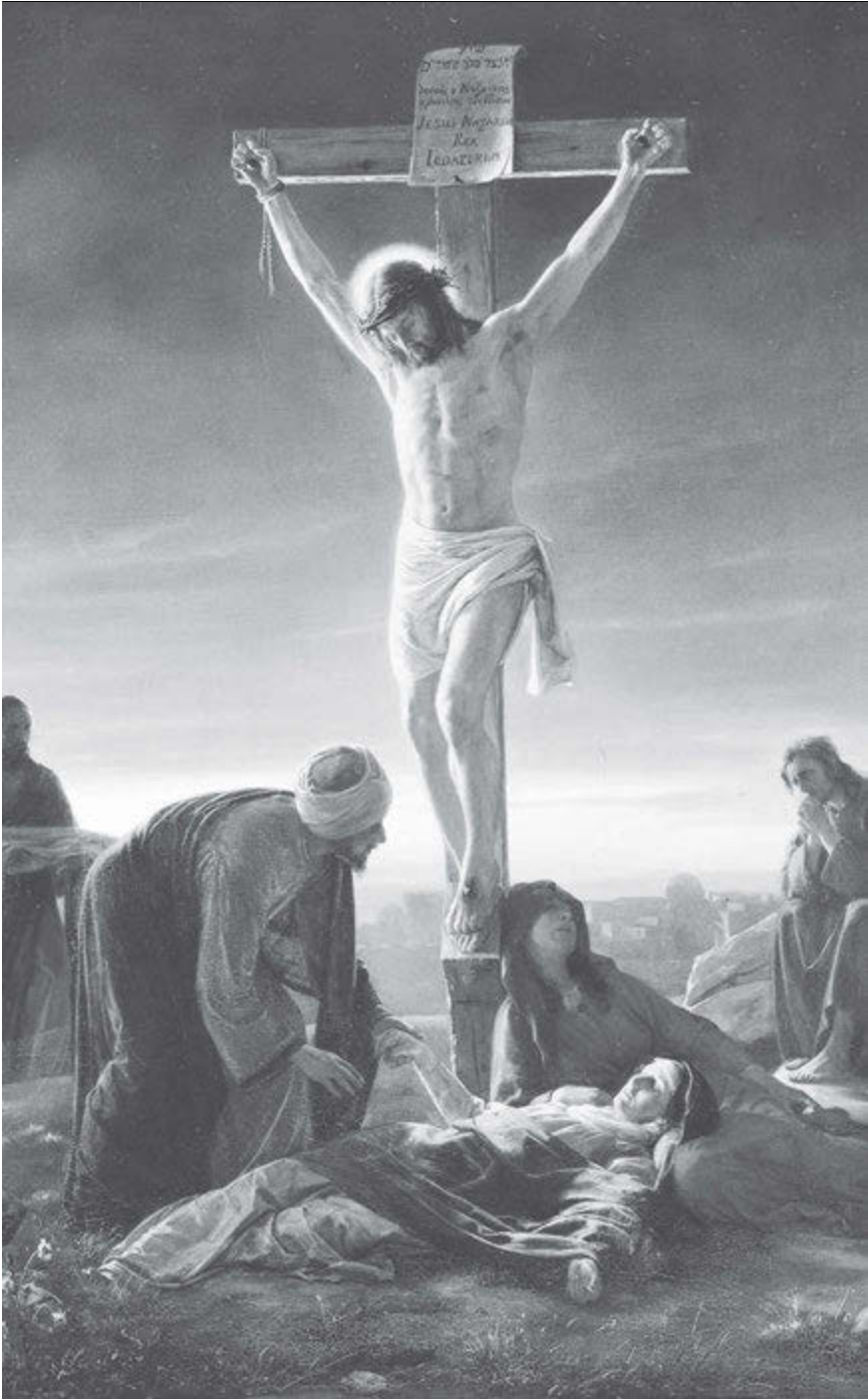
පසු තැවීම සඳහා අපි නියමිත ක්‍රියාවලියක් අනුගමනය කළ යුතු වෙමු. මෙම ක්‍රියාවලිය සුවිශේෂක මුලධරමයේ 19 වන පරිච්ඡේදයේ විස්තර කර ඇත. පිටු 123-26

■ දර්ශක 2-ඇ, පෙන්වන්න. "පසුතැවීම පියවර මගින්, අපව දේව කනස්සල්ලෙන් ආඥා පිළිපැදීමේ සතුව වෙත ගෙනයයි."

■ සුවිශේෂික මුලධරම 19 වන පරිච්ඡේදයේ සාකච්ඡාකල පසුතැවීමේ කොටස් හත ගැන සාකච්ඡා කරන්න. හැකිනම් සොහොයුරියන් රාශියකට සහභාගි වීමට ඉඩ සලසන්න. පහත සඳහන් ලේඛනය ඇතුළත් පුවරුව පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලෑල්ලේ ඇති තොරතුරු බලන්න.



2-ආ. ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ ගෙන්සමනි උයනේ යාඥා කරන සේක.



2-ඇ. අප පසු නැවෙන පොරොන්දුව මත, ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අපගේ පව් වෙනුවෙන් වන්දි ගෙවූ සේක.

1. පාපය හඳුනා ගැනීම.
2. පාපය ගැන කණගාටු වීම.
3. පාපය අමතක කිරීම.
4. පාපය පාපොච්චාරණය කිරීම.
5. වන්දි ගෙවීමට කටයුතු කිරීම.
6. අත්‍යයන්ට සමාව දීම.
7. දෙවියන් වහන්සේගේ පණත් පිළිපැදීම.

යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ අපගේ පව්වලට වන්දි ගෙවූ බැවින්, අපට සමාව දීමටද උන්වහන්සේට බලය තිබෙන සේක. අප පසුතැවීමේ ක්‍රියාවලිය අනුගමනය කරන විට, උන්වහන්සේ අපගේ පව්වලට සමාව දී, ඒවා අමතක කරන බවද ගැලවුම්කරුවාණන් වහන්සේ පොරොන්දු වන සේක.

■ ඩී සහ සී 58:42 කියවන්න.

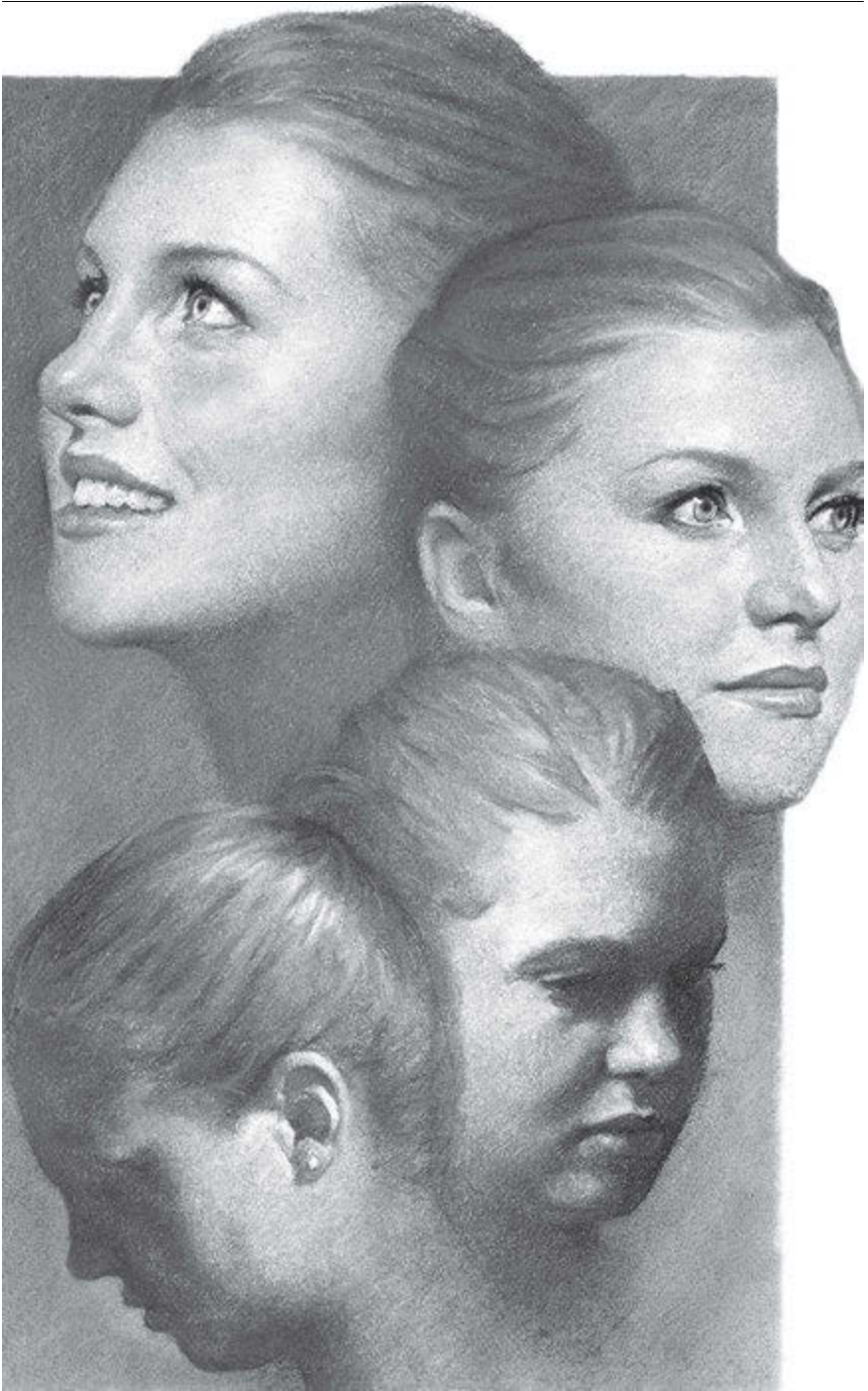
පසුතැවීම මගින් අපි නැවතත් පිරිසිදුව, පවිත්‍ර වන්නෙමු. අපගේ ඉහත ස්වභාවය නැවත බැලීමටත්, වේදනාවක් නොමැතිව අපගේ පාපයන් සිහිපත් කිරීමටත් අපට හැකිවේ. ඒ වෙනුවට අපට සාමය දැනෙනු ඇත. අප අවංකවම පසුතැවිලි වනවිට, අප හැමකෙනෙකුටම ලබාගත හැකි සමාව විදහා පෙන්වන කතන්දරයක් එක්කරීමටද හැකිවේ.

බවිනිස්ම වීමට සුදුසුම සිටි එක් තරුණ ආර්ථිකවක, ඇයගේ තරුණ කාලයේ සිදුකල පව්වලට ඇයගේ පසුතැවීම, ස්වාමීන් වහන්සේ පිළිගෙන තිබේදැයි සැක සහිත වූවාය. ඇයට සමාවදී තිබේදැයි සිතීමට දැන ගැනීම සඳහා ඇය දිගටම යාඥා කලාය. ඇයගේ බවිනිස්මයෙන් පසු විගසකින්ම වාගේ, ඇයට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව ලබා දුනි. වැඩිමහල්ලා මෙසේ කීවේය.

"ඇයගේ හිස මත මගේ දෙ අත් තිබියදීම, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ ලබාගන්න යැයි මම ඇයට කීවිට ඇයගේ ශරීරය තුළින් විදුලි කම්පනයක් හෝ ගැස්සීමක් යන ලෙසක් මට හැඟුණි. සුළු මොහොතකට මම නිශස්සී ගියෙමි. ඉන්පසු මම යථාතත්වයට පත්ව යාඥාව නිම කලෙමි. තවද සභාවේ චාරිත්‍රය අනුව මා ඇයට ඉහ පැකීමට ගියවිට ඇය කම්පනයකට හෝ නිදාගත තත්වයක පත්ව ඇති බව පෙනිණි. ඇයගේ දෙනෙත් වැසී තිබිණි. ඇගේ කම්මුල් දිගේ පහළට කඳුළු කඩා හැලුණි. මිනිත්තු පහක් පමණ මෙම තත්වයේ සිටි ඇය, හදිසියේම ඇගේ හිස සලා, නැගිට ගොස් ඇයගේ ආසනයේ වාඩි වූවාය.

"ඇයට ස්ථිර කිරීමේදී, ඇයගේ අසාමාන්‍ය ප්‍රතික්‍රියාව ගැන මම සාමාන්‍යයෙන් බොහෝ කුතුහලයට පත් වූයෙමි. එනිසා මම පසුව මේ සම්බන්ධව විමසුවෙමි. ඉතා අලංකාර පිරිසිදු මිනිරි හැඹිලක් ඇයගේ ශරීරය තුළින් පැමිණියේය. එය ඇගේ මුළු ජීවිත කාලය තුළදීම අත් නොවීදී, අලංකාර නවතාවයෙන් යුත්, පිරිසිදු කිරීමේ ආත්මයක් බව ඇය මට කීවාය"

"මෙම අත්දැකීමේ ප්‍රතිඵල ඉතා මවිත කරන සුළු විය. දින තුනක කාලය තුළදී ඇයගේ මුහුණේ ස්වභාවය වෙනස් විය. ඇයගේ හැඩරුව පවා වඩාත් පවිත්‍රව, මට සිලිටු අතර ඇගේ දෙනෙත් මඳ බවට පත්විය. වැඩිමහල්ලා මෙසේද කීවේය. "ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය මගින් අවංකව පසු තැවෙන තැනැත්තෙකුට ආත්මික හා ශාරීරික වශයෙන් වඩාත් අලංකාර හා ලස්සන මනුෂ්‍යයෙකුගේ තත්වයට වෙනස් කිරීම දක්නට ලැබීම මගේ සහායකයාට හා මටද බලවත් සාක්ෂියක් විය. බවිනිස්මයේදී ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ පිරිසිදු කිරීමේ බලය බලවත් සත්‍යයකි" (මාර් කැල්හුන් ජේප්සන් comp., *When Faith Writes the Story* [1973], පි: 18 -19)



2-අූ. පසුතැවීමේ පියවරවල් අපව දේවකතාසකල්ලෙන් මුදවා, පණන් පිළිපැදීමේ සතුටට පත් කරයි.

අපව පිරිසිදු කිරීමේ ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මයේ බලය ගැන කියවෙන මෙය වමන්කාරජනක කතාවකි. මෙවන් අත්දැකීමක් අප කිහිප දෙනෙකු සතු වුවද, අප සියල්ලන්ටම එවන් මිහිරි පිරිසිදු හැඟීමක් ලැබිය හැකිය.

අවසානය

පාපය අපගෙන් දුරු කිරීම සඳහාත්, අපගේ මානීය සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යය කරා යොමු කිරීම සඳහාත් අපගේ ජීවිත කාලය පුරාම අපි පසුතැවිලිවීමේ මූලධර්මය භාවිතා කරන්නෙමු. අප අවංකවම පසුතැවුන විට, ස්වාමීන් වහන්සේ අපට සමාව ලබාදී, අපගේ පව් තව දුරටත් මතකතබා නොගන්නා බව දැනගැනීමද විශාල ආශිර්වාදයකි.

අභියෝගය

ඊළඟ සතිය තුළදී ඔබ පසුතැවෙන්නේ කෙසේදැයි බලාගැනීම සඳහා ඔබගේ ජීවිතය ගැන පරීක්ෂාකාරී වන්න. මොසායා 27 සහ අල්මා 36 කියවන්න. සුවිශේෂිත මූලධර්මය 19 වන පරිච්ඡේදය නැවත බලන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- 2 කොරොන්ති 7:8--11 (දේව කනස්සල්ල පසුතැවීම ගෙන එයි)
- 1 යොහාන් 1:8--9 (සෑම කෙනෙක්ම පව්කර ඇත)
- ඊතස් 1:1--8 (ඇදහිල්ල තුළින් පව් සමාවේ)
- මොසායා 26:29--31 (පව් පාපොච්චාරණය කර එකිනෙකාට සමාව දෙන්න)
- දහම සහ ගිවිසුම 42:18--19

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර.

1. සුවිශේෂිත මූලධර්ම 12 වන පරිච්ඡේදය "වන්දි ගෙවීම", සහ පරිච්ඡේද 19 "පසුතැවිල්ල" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. මොසායා 27 සහ අල්මා 36 අධ්‍යයනය කරන්න.
3. පාඩමේ යෝජනා කර තිබෙන පුවරුව සුදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැල්ලේ සටහන් කරන්න.
4. කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් යන ඔබ කැමති දෙයක් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත්කරන්න.

බවිතීස්මය අඛණ්ඩ ගිවිසුමකි

3 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ බවිතීස්මයේදී අප තැබූ ගිවිසුම් අඛණ්ඩව පවත්වමින් ජීවත්වීමට අපව රෙටේරීමත් කිරීමයි.

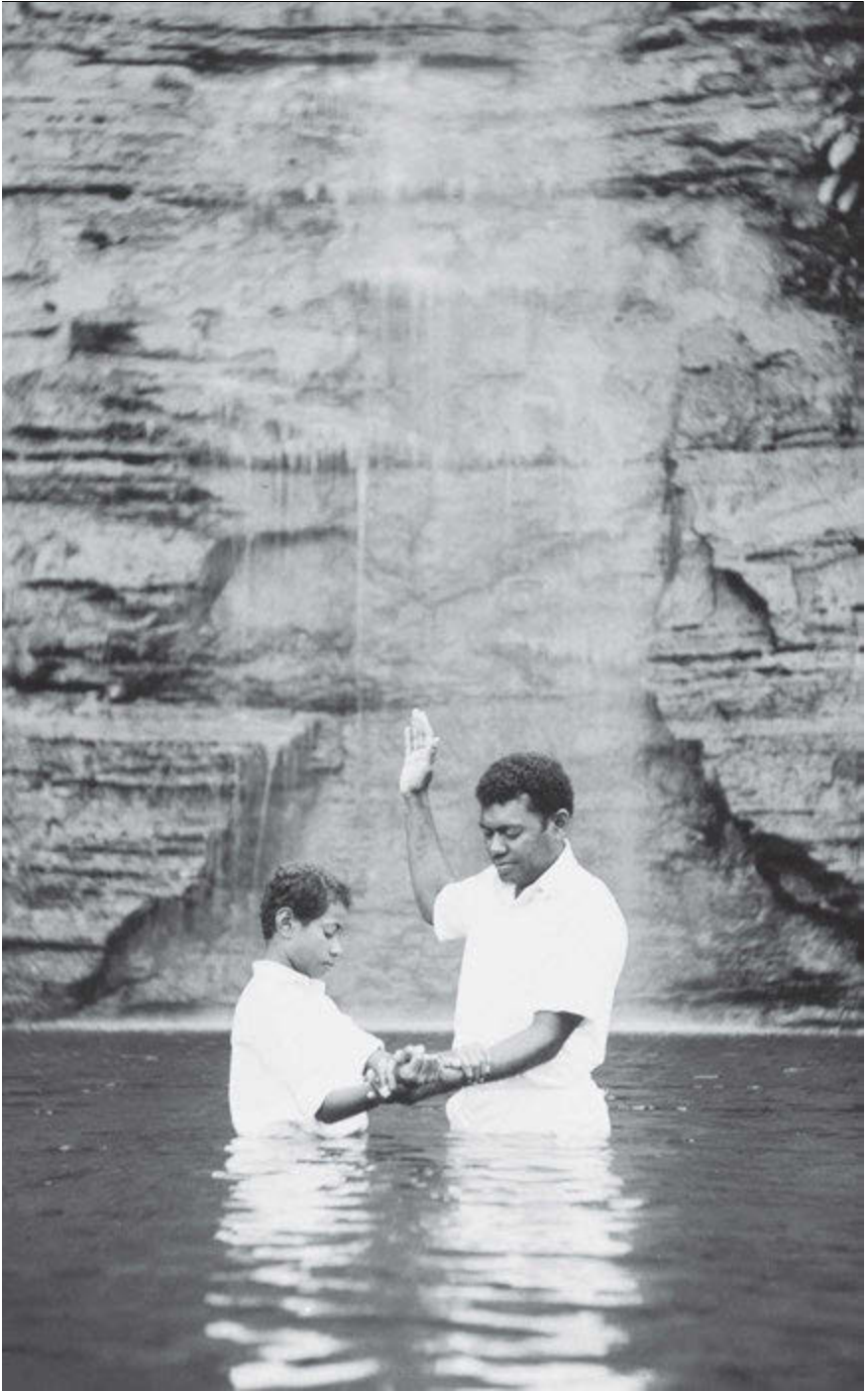
බවිතීස්මය නව ආරම්භයක් ලබා දෙයි

ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ තුලත්, උන්වහන්සේ පුත්‍රයාණන් වන ශේෂස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුලත් ඇදහිල්ල ඇතිව, අපගේ පව්වලට පසුතැවිලි වීම උන්වහන්සේගේ කැමැත්ත වන සේක. අප පසුතැවීමෙන් පසුව ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සභාවට අපි බවිතීස්ම වෙමු, අපගේ ගැලවීමට බවිතීස්මය අවශ්‍ය වන්නේය. එනමුත් හුදු බවිතීස්මය පමණක් ප්‍රමාණවත් නොවේ. බවිතීස්මයේදී අපි ජීවිතයේ අලුත් මාණිසක ආරම්භ කරන්නෙමු, නමුත් අප හිතරම සම්පූර්ණත්වය කරා අඛණ්ඩව වර්ධනය වීමට කටයුතු කල යුතුය.

අනාගත වක්තෘ අල්මා ඔහුගේ ජනතාව බවිතීස්මවූ පසු ඔවුන්ගෙන් මෙසේ ඇසීය, "නුඹලා දෙවියන් වහන්සේ කෙරෙන් ජීවකව උපත ලැබුවහද? නුඹලා උන්වහන්සේගේ ප්‍රතිරූපය නුඹලාගේ මුහුණෙහි ලැබුවහද? නුඹලා මේ මහත් වෙනස්වීම නුඹලාගේ හදවත්හි අත්දැකුවහද? (අල්මා 5:14) අපගේ හදවත් වෙනස්වී සහ අපගේ ජීවයන් නැවත ඉපදීම අප සියල්ලන්ටම දැනී තිබේද? ශේෂස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සභාවට අප බවිතීස්මවීමෙන් පසුව මෙම හැඟීම් ලබා ගැනීමට අපි පරිශ්‍රම දැරිය යුතු වෙමු.

ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින අපගේ දෙවිපියාණන් වහන්සේ වෙතට නැවතත් යාම සඳහා අප සියල්ලන්ම අත් විදිය යුතු "මහත් වෙනස්වීමේ" ආරම්භය වන්නේ බවිතීස්මයයි. (අල්මා 5:13--14 සහ මොසායා 5--9 බලන්න) අපගේ පොරොන්දු අනුව අප ජීවත්වන්නට, අපගේ ආශාවන් සහ ක්‍රියාවන් වෙනස් වන අතර, අපි වඩවඩාත් අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ මෙන් වෙන්නෙමු, අප බවිතීස්ම වන විට, අපව ජලයෙහි ගිල්වනු ලැබේ. ශුද්ධ ලියවිලි මෙය සමාන කරන්නේ, පරණ පුද්ගලයා වළලා දැමීම හෝ අත්හැර දැමීමයි. (රෝම 6:4 සහ සී 76:51 බලන්න) අප ජලයෙන් පිටතට එනවිට, අපි පව් 'සෝදාහැර නව ජීවිතයක් ආරම්භ කරමු, මෙම නව ජීවිතය දෙවියන් වහන්සේ සමඟ සදා පවතින පොරොන්දුවකින් ආරම්භ වෙයි. තවද අප අපගේ කොටස ඉටුකරන්නෙමු. එතුමා උන්වහන්සේගේ කොටස ඉටු කරනු ඇති සේක. අප උන්වහන්සේට කිකරුවන විට, උන්වහන්සේ අපට වෙනස් වීමට උපකාරවත්වී, උන්වහන්සේ වෙතට නැවත යාමට අපට මග පෙන්වන සේක.

බොහෝ දෙනෙක්, ඔවුන්ගේ බවිතීස්ම අවස්ථාවේදී ආත්මික හැඟීමකින් සතුටු වෙති. එක් සාමාජිකයෙක් එය මෙලෙස විග්‍රහ කළේය. "මගේ ආත්මය තුලට උදවේගය මම කිසි දිනෙක අමතක නොකරමි. පිරිසිදු වීමටත්, දෙවියන් වහන්සේගේ දරුවකුගේ අලුතෙන් ආරම්භ කිරීමට... එය එතරම්ම විශේෂිතවූ හැඟීමකි. (උපුටා ගැනීම, Hartman and Connie Rector in *No More Strangers*, 4 වෙනි වෙළුම (1971- 90), 3:175



3-අ. එක් තරුණ මිනිසෙක් බවිනිස්ම වෙයි

අපගේ ධර්මිකමය, අපගේ ඇතුළත්තයේ සිදුවූ වැදගත් වෙනස් වීමක් නියෝජනය කර ඇත. අප පසුතැවිලිවූ ධර්මික, ධර්මිකමය අපව පවිත්‍ර කර අපේ ජීවිතයක් ආරම්භ කිරීමට අපට අවස්ථාවක් ලබාදී ඇත. අප ධර්මිකමයේදී ලැබූ පිරිසිදු සහ සුරක්ෂිත හැඟීම් අප මතක තබා ගත යුතුය.

- සොහොයුරියකට හෝ දෙදෙනෙකුට ඔවුන්ගේ ධර්මිකමයේදී ඇතිවූ හැඟීම් ගැන ප්‍රකාශ කිරීමට කියන්න. ධර්මිකමයෙන් පසුව ඔවුන්ගේ ජීවිත වෙනස්වූ ආකාරය ගැන විමසන්න.

අපගේ ධර්මිකම පොරොන්දු

- දූෂ්‍ය ආධාර 3-අ, පෙන්වන්න. "තරුණ පුද්ගලයෙකු ධර්මිකමවෙයි

ගිවිසුමක් යනු, දෙදෙනෙකු හෝ ඊට වැඩි පිරිසක් අතර ඇතිවන එකඟත්වයක් හෝ පොරොන්දුවකි. ධර්මිකමයේදී අපි දෙවියන් වහන්සේ සමඟ ඉතා වැදගත් ගිවිසුමක් ඇති කර ගනිමු. ස්පෙන්සර්, ඩබ්ලිව්, ක්ලිබල් සහාපතිතුමා ප්‍රකාශ කර තිබෙන පරිදි "ධර්මිකමවීම යනු, දෙවියන් වහන්සේ සමඟ... කටයුතු කිරීමට... ධාර්මිකව ක්‍රියා කිරීමට මෙන්ම නපුර වළක්වාලීමට... ගිවිසුමකට ඇතුළු වීමටය. (*The Miracle of Forgiveness* [1969], 94)

- සී සහ සී 20:37 පංති සාමාජිකවන් ලවා කියවන්න..මෙම ශුද්ධ ලියවිලිවලෙහි දක්වා ඇත්තේ ධර්මිකමය සඳහා අවශ්‍ය කුමන අවශ්‍යතාවයද? පිළිතුරුදීම සඳහා සොහොයුරියන්ට කල්වේලාව දෙන්න. ඉන්පසුව පහත සඳහන් ලැයිස්තුව ඇතුළත් පුවරුව පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ තොරතුරු බලන්න.

1. නිහතමානී වන්න.
2. කැඩුණු බිඳුන සිතක් සහ පසුතැවිලි ජීවයක් ඇති කරගන්න.
3. ඔබ යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ නාමය ඔබ වෙත ගැනීමට කැමතිවන බවට සහතික වන්න.
4. අවසානය දක්වා යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේට සේවය කිරීමේ අධිෂ්ඨානය ඇති කර ගන්න.

- යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ නාමය අප වෙත ගැනීම යන්නෙහි අදහස කුමක්ද?

යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ නාමය දැරීම යනු, ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ දරුවන් වශයෙන් හඳුන්වනු ලැබීමයි. (මොසායා 5:7--8 බලන්න) අප යම් කෙනෙකුගේ නාමයක් දැරීමේදී අපි එම නැතැත්තාට වගකිවයුතු වෙමු. අප නාමට දරන්නාවූ එම පවුලට අප වගකිවයුතු සේ අප යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ නාමය දැරීමේදීද, අපි උන්වහන්සේට වගකිව යුතු වෙමු. උන් වහන්සේ ජීවත්වන ලෙස ජීවත්වීමට අපිද උත්සාහ දැරිය යුතු වෙමු.

- දූෂ්‍ය ආධාර 3-ආ, පෙන්වන්න. "තරුණ කාන්තාවක් සකුමේන්තුවට සහභාගිවී ඇයගේ ධර්මිකම ගිවිසුම අපේ කරයි" සී සහ සී 20:77 කියවන ලෙස පංති සාමාජිකවන්ට කියන්න.

අපි සකුමේන්තුවට සහභාගිවීමෙන් ඇති කරගන්නා ගිවිසුම තුළින් අපගේ ධර්මිකම ගිවිසුම අපේ කරන්නාගේ යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ සිහිපත් කිරීමට සහ උන්වහන්සේගේ පණත් ඉටු කිරීම මගින් අපි අපගේ ගිවිසුම පිළිපදින විට, අපට ආශිර්වාද පොරොන්දුවක් ලැබේ.



3-ආ. එක් තරුණ කාන්තාවක් සක්‍රමේන්තුවට සහභාගිවෙමින් ඇයගේ බවිනිස්ම පොරොන්දුව අළුත් කරයි.

- මෙම පොරොන්දු ඉටුකරන අයට, අපගේ ස්වර්ගික පීඨාණන් වහන්සේ කුමක් පොරොන්දු වන සේකද? උන්වහන්සේගේ ජීවත්මය අප සතුටුමෙන්, උන්වහන්සේට සේවය කිරීමටත්, උන්වහන්සේගේ පණත් පිළිපැදීමටත් අපට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද?

බවිතීස්මයෙන් පසුව අපගේ වධිතයවීම

යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ශුභාරංචිය අපට උගන්වන්නේ ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සභාවේ බවිතීස්මය ආරම්භයක් බවයි. නමුත් බවිතීස්ම වීම පමණක් ප්‍රමාණවත් නොවේ. සදාකාලික ජීවිතය ලබාගැනීමට උපකාරවත් වීම සඳහා බවිතීස්මයෙන් පසුව අපි බොහෝ කටයුතු කලයුතු වෙමු.

- මොරෝනායි 6:4--9 කියවීමට පංති සාමාජිකාවකට කියන්න. බවිතීස්මයෙන් පසුව අප සතු බැඳීම් මොනවාද? පිළිතුරු දීමට සොහොයුරියන්ට කල් ලබා දෙන්න. ඉන්පසුව පහත සඳහන් ලැයිස්තුව ඇතුළත් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලෑල්ලේ සටහන් කර තිබෙන තොරතුරුවලට යොමු වන්න.

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. ස්වර්ගික පීඨාණන් වහන්සේට යාඥා කරන්න. 2. විශේෂ අවශ්‍යතාවයන් සඳහා උපවාස කරන්න. 3. සභා රැස්වීම් වලට පැමිණ සහභාගි වන්න. 4. නීතිපතා සක්‍රමේන්තුවට සහභාගි වෙන්න. 5. එකිනෙකාගේ සුභසාධනය කෙරෙහි සැලකිලිමත් වෙන්න. 6. අපගේ පව්වලට පසුතැවිලි වෙන්න. 7. ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම් අනුගමනය කරන්න. |
|--|

- හුණු ලෑල්ලේ ඇති ලැයිස්තුව පරීක්ෂාකාරීව බලා තමන්ගෙන්ම මෙසේ අසන ලෙස පංති සාමාජිකාවන්ට කියන්න. "මම මාගේ බවිතීස්ම ගිවිසුම් පිළිපැදීම දියුණු කරගන්නේ කෙසේද?"

බවිතීස්ම වන අවස්ථාවේදී අපි ආත්මික වශයෙන් නැවත ඉපදීම ආරම්භ කරන්නෙමු. මෙම අළුත් ජීවිතයේදී, මොරෝනායි සඳහන් කර තිබෙන කරුණු අපි අඛණ්ඩව කල යුතු වෙමු. නමුත් අපගේ කටයුතු වන.... පවුල් ගැන හා නිවාස ගැන සැලකිලිමත් වීමේදී පාසැල් යෑමේදී දිනපතා වගකීම් ඉටු කිරීමේදී.... අපි ලෞකික ප්‍රශ්නවලට මැදිවී, සමහර විට අපගේ ගිවිසුම්ද අමතක කරන්නෙමු.

සමහර අවස්ථාවලදී අපි වැරදි කරන්නෙමු. එවිට අපගේ බවිතීස්ම පොරොන්දු ඉටු කිරීමට අපි පසුතැවිලි විය යුතු වෙමු. අප පව්කල විට විවෘතවම පිළිගෙන, පසුතැවිලිවූ විට (2 වෙනි පාඨම "පසුතැවිල්ල" බලන්න) අපි නැවතත් සම්පූර්ණත්වය කරා දියුණු වන්නෙමු. අප යාඥාව තුලින් අවංකව ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම සොයන විට වැරදි මඬ පැවැත්වීමටත්, ඉදිරියේදී අප එම වැරදි නැවතත් කිරීම වළක්වාලීමට උපකාරවත් වීම සඳහා මගපෙන්වීම අපට ලැබෙනු ඇත.

- අපි අපගේ අධ්‍යාත්මය දියුණු කරගෙන, අපගේ බවිතීස්ම ගිවිසුම් තබන්නේ කෙසේද?

සම්පූර්ණත්වයට මග

අපගේ බවිතීස්ම ගිවිසුම් සැමවිටම සම්පූර්ණයෙන් ඉටුකිරීමට අපට හැකිවේද? සමහර විට මෙම ජීවිතයේදී නොහැකිය. නමුත් නරක පුරුදු ශභපත් දෙයට හුවමාරුකර අපගේ ජීවිත සම්පූර්ණ කිරීමට අපි නොකඩවා කලයුතු වෙමු. ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කම්බල් සභාපතිතුමා මෙසේ ප්‍රකාශ කලේය. සම්පූර්ණත්වයට මාගේ පෙනෙන්නට තිබෙන පරිදි, කෙනෙකුගේ ජීවිතය වෙනස් වීමකි.... හැම සිදු

විමකදීම නපුරට යහපත හුවමාරු කිරීමය. වෙනස්වීම ඉතාහොඳින් සිදුවන්නේ අප එක් කරගොස් එක් විටකදී යෙදවූ විටදීය. ...මක්නිසාද යත්, යමෙක් වාර්ෂිකව ඔහුගේ ආදායමෙන් දැයයෙන් එක ගෙවන්නේ නම්, ඔහු ඒ අංශයේ සම්පූර්ණ වෙයි. දිවිඊමේ පුරුද්ද වළක්වා සම්පූර්ණ බවට පත්වීම අසීරු නැත. මක්නිසාද යමෙක් ආප කිරීමේ වචන පිටවීමට නොදී ඔහුගේ මුඛය වසාගතහොත්, ඔහු එම කරුණෙන් සම්පූර්ණත්වයේ මාවතේ සිටී. යමෙක් සම්පූර්ණයෙන්ම හේතු සහගතව හක්වියකින් යුතුව ඉද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරයි නම්, ඔහු එම කාරණයෙන්ද සම්පූර්ණත්වයට ලගාවී ඇත.” (“Be Ye Therefore Perfect, in *Speeches of the Year*, 1974 [1975], 241-42)

“අප පෙරටම යායුතු බවත්, අවසානය දක්වා විද්දරා ගත යුතු බවත්” අනාගත වක්තෘ නිගාමී ප්‍රකාශ කර ඇත. අපි ස්වාමීන් වහන්සේට කීකරුව අපගේ ආදරය පෙන්වා, අපගේ බවිච්ඡේද ගිවිසුම් පිළිපදින විට, උන්වහන්සේ සමග සදාකාලික ජීවිතය එතුමා අපට පොරොන්දුවී ඇති සේක. (2 නිගාමී 31:19-21 බලන්න) පොළොවේදී සැබෑ සතුටත්, මෙයින් පසුව සදාකාලික ජීවිතයත් ලැබෙන්නේ අපි ස්වාමීන් වහන්සේ සමග තැබූ ගිවිසුම් අනුව පිවත්වීමෙන්ය.

පෝසඟ් ගිලිඬිත් සමිත් සභාපතිතුමා එය මේ අන්දමින් විස්තර කළේය.

“සත්‍ය සභාවක එක් ශ්‍රේෂ්ඨ අරමුණක් නම්, බවිච්ඡේදයෙන් පසුව ඉහාරංචියේ සම්පූර්ණ ආශිර්වාදය ලැබීමට මිනිසුන් කුමක් කල යුතුදැයි ඔවුන්ට ඉගැන්වීමය....

“අපි අවසානය දක්වා දරාගත යුතු වෙමු. බවිච්ඡේදයෙන් පසු අපි පණත් පිළිපැදිය යුතු වෙමු..... දේවත්වයේ ගුණාංගයන් සතුකර ගැනීමට අප හොඳින් පිවත් වෙමින්, සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යයේ මහිමය හා අශ්වරීය භුක්ති විඳීමට හැකි අය බවට පත්විය යුතුය. (“ගැලවීමේ සැලසුම” *Ensign* නොවැ: 1971, 5)

කතෝලිකව සිට පසුව සභාවට බැඳුණු කතෘතුමියක් ඇගේ බවිච්ඡේද අත්දැකීම් මෙසේ විස්තර කරයි.

“සභාව තුළදී මාදුටු හා ඇසු හැම දෙයක්ම ඉතා තදින්ම මා සිතට කාවැදුණි. හැම සාමාජිකයෙක්ම අනෙක් සාමාජිකයා කෙරෙහි දැකූව දැනුණුම් ආදරයත්, බලවත් සැලකිල්ලත් නිසා මෙම ආගමේ යම් විශේෂයක් ඇතිබව මට අවබෝධ විය....

“මම වැරදි සභාවක සිටි බවත්, යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවසවල ඉද්ධවත්තයන්ගෙන් යුත් සභාව මෙම පොළොවේ තිබෙන එකම සත්‍ය සභාව බවත් එවිට... මට අවබෝධ විය. එයට සම්බන්ධ වීමට..... මට සිදුවන බවද... මම දැන සිටියෙමි.

“මුල් තත්වයේ සිට වර්තමාන ජීවිතයට සංක්‍රමණය වීම පහසු නොවීය. නමුත් මා ලැබූ මුළු අත්දැකීම් සම්භාරයෙන්ම මට ස්ථිරවූ කාරණය නම්, සෑම සතියකම සකුමේන්තු රැස්වීමේදී මගේ බවිච්ඡේද ගිවිසුම් වන... ගැලවුම් කරුවාණන්ගේ නාමය මා වෙත ගැනීම, නිතරම උන්වහන්සේව සිහිපත් කිරීම, සහ උන්වහන්සේගේ පණත් පිළිපැදීම වන මගේ ගිවිසුම් අළුත් කිරීමය. තවද මම මෙම පොරොන්දු වලට ගරු කරන්නේ නම් ඒ වෙනුවට ස්වාමීන් වහන්සේගේ ගිවිසුම වන්නේ, උන්වහන්සේගේ ආත්මය නිතරම මා සමග සිටීමය.

“රළුගට මගේ බවිච්ඡේදය සහ සම්පූර්ණයෙන්ම ජලයේ ගිලීම් මට සිහිපත් වෙයි. මට හැගෙන පරිදි එය සංකේතවත් වන්නේ ආත්මාර්ථයට සහ පාපයට මැරී, දෙවියන් වහන්සේගේ දරුවෙකු මෙන් ජීවිතයේ අළුත් තත්වයකට නැගීමය. මෙම බවිච්ඡේද ක්‍රියාවත්, මම සිතන පරිදි, ආත්මාර්ථය ජයගෙන, පරීක්ෂාවත් පරාජය කරමින් අපි පිවත්වීමේ.... ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගේ අවශ්‍යතාවය

සංකේතවත් කිරීමය. මේ ආකාරයෙන් අපි ආත්මාර්ථයට හා පාපයට මැරී නැගිටීමින්, අපගේ පියාණන් වහන්සේගේ අභිමුඛයට නැවත යාම සඳහා එම මාගීයේ දිනපතාම වර්ධනය වන්නෙමු.

"ගුත්පසුව, උන්වහන්සේ පිළිගැනීමටද, ශුභාරංචියේ මුලධරම සහ උන්වහන්සේගේ ගුණැත්තීමි, සහ සභාව පිළිගැනීමද, අනාගත වස්තෘ සහ අනෙකුත් සභාවේ අධිකාරිවරුන් දෙවියන් වහන්සේගේ නාමයෙන් අපට මග පෙන්වීමට දිව්‍යමය බලය ලැබුවත් පමණක් වන බව පිළිගන්නා බවද උන්වහන්සේට ප්‍රකාශ කරමින්, යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ නාමය මා වෙතට ගැනීම සඳහා මම නිහඬවම මගේ පොරොන්දු අළුත් කරමි. මාගේ එම නිහඬ යාඥාවට, උන්වහන්සේ නිතර සිහිපත් කිරීමද, විශේෂයෙන්ම දවස තුළ පරීක්ෂාවන්ට යටවන විට හෝ වෙනස්ව පත්වූ විට උන්වහන්සේගේ සම්පතාවය සිහිපත් කිරීමද එකතුකොට මම ගිවිසුම අළුත් කරමි. අවසාන වශයෙන් උන්වහන්සේගේ පණත් පිළිපැදීමේ පොරොන්දුව, මම එය ඇදහිල්ලෙන් යුතුව ගුදු කරන්නේ නම්, උන්වහන්සේගේ ආත්මය මා සමග සිටිනා බව මා දන්නා බැවින් මම එයද අළුත් කරමි". (උපුටා ගැනීම **Hartman and Connic Retor in *No More Strangers*** 4 වෙනි වෙළුම (1971- 90), 3:154, 157, 159).

අවසානය

අප බවිතීස්ම වන අවස්ථාවේදී "හදවතේ වෙනස්වීමක්" අපතුළ ආරම්භ වෙයි. අප ගිවිසුම් තබන්නේ, යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ නාමය අප වෙත ගැනීමට සහ උන්වහන්සේගේ පණත් පිළිපැදීමටය. මේ කරුණු ගුදු කිරීමට හැම දිනකම අප උත්සාහ දරන්නේ නම්, උන්වහන්සේගේ ආත්මය අප සමග සිටිනු ඇති සේක. උන්වහන්සේගේ ආත්මය, උන්වහන්සේ මෙන් වීමට අපට උපකාරවත්වන සේක.

අතියෝගය

බවිතීස්මයේ පටන් ඔබගේ ජීවිතයේ වෙනස්වීම් පරීක්ෂා කරන්න. ඇල්මා 5:26--31හි අසාතිබෙන ප්‍රශ්න සමාලෝචනය කරන්න. ඔබට වධීනයවීමට අවශ්‍යනම්, පසුතැවෙමින්, වරද නිවරද කර ගැනීම අදම ආරම්භ කරන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- ගලාති 3:27--29 (බවිතීස්මය තුළින් අපි ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ එක් අයෙකු බවට පත්වේ)
- 1 ජොහාස් 3:21 (බවිතීස්මය සහ මළවුන්ගෙන් නැගිටීම)
- සී සහ සී 27:2 (සක්‍රමේන්තුවෙහි සහභාගි වීම)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට ප්‍රථම:

1. සුවිශේෂ මුලධරම 20 වෙනි පරිච්ඡේදය, "බවිතීස්මය" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. මෙම දැනමුතුකම් පොතේ 2 වන පාඩම වන "පසුතැවීම" නැවත කියවන්න.
3. පාඩමෙහි යෝජනා කර අති පුවරු සුදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැලලේ ලියන්න.
4. ඔබ කැමති කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව

4 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව තුළින් ලැබෙන්නාවූ විශාල ආශීර්වාදයන් පිළිබඳව තේරුම් ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීම සඳහාය.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව අපට අවශ්‍ය මක්නිසාද?

අප බවිනීසමච්චි, සභාවේ සාමාජිකත්වය ලැබීමට පෙර යම් අවස්ථාවලදී ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අප වෙත පැමිණ ඇති සේක. උදාහරණයක් ලෙස, ධර්මදානය මගින් අප ඉගෙනගෙන තිබෙනම්, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ යහපත් හැඟීමක් ශුභාරංචිය පිළිබඳව ලබාදී, ශුභාරංචිය තේරුම් ගැනීමටත්, පිළිගැනීමටත් අපට උපකාරවත් වී ඇති සේක. එනමුත් ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ නිරන්තර මිත්‍රත්වය ලැබීමේ වරප්‍රසාදය, අප බවිනීසමච්චි ස්ථිර කරන තුරු අපට ලැබී නැත. එම අවස්ථාවේදී, මෙලකිසෙදෙක් පුප්කවරයේ බලයෙන් ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව අපට ලබාදී තිබේ.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව වනාහී, මෙලොවේදී අපට හුකති වීදීමට ලැබෙන ශ්‍රේෂ්ඨතම දීමනාවන්ගෙන් එකකි. ලොරෙන්සෝ සනෝ සභාපති තුමා මෙලෙස ප්‍රකාශ කර තිබේ. "From the time we receive... the gift of the Holy Ghost, we have a friend" (in Conference Report, ඔක්. 1899, 52).

- ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ ප්‍රිය උපදවන සහකරුවෙකු වන්නේ කුමන අත්දැමින්ද?
- දූෂ්‍ය ආධාර 4-අ පෙන්වන්න. "තරුණ කාන්තාවක් සභාවේ සාමාජිකාවක් ලෙස ස්ථිරවෙමින්, අත්තැබීම මගින් ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ ලබාගනියි"
- යොහාන් 14:16 -17,26 සහ 16:13 පංති සාමාජිකාවන් ලවා කියවන්න. ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ වහන්සේ අපගේ සහායකයකු කර ගැනීමට අපට අවශ්‍ය සමහර හේතූන් මොනවාද? පිළිතුරු දීමට සොහොඹුරියන්ට වෙලාව ලබා දෙන්න. ඉන්පසු පහත සඳහන් ලැයිස්තුව ඇතුළත් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැලිලේ තොරතුරුවලට යොමු වන්න.

1. අපට ශුභාරංචිය ඉගැන්වීමටත්, පිළිගැනීමටත් උන්වහන්සේ උපකාරවත් වන සේක.
2. අපට කරුණු සිහිපත්කර ගැනීමට උන්වහන්සේ උපකාර කරන සේක.
3. උන්වහන්සේ අපව නපුරෙන් ආරක්‍ෂා කරන සේක.
4. අනතුරකදී උන්වහන්සේ අපට අනතුරු ඇඟවන සේක.
5. අපි කල යුතු හැම ක්‍රියාවක්ම අපට ප්‍රකාශ කරන සේක.
6. පිරිසිදු කිරීමේ හා පාර්ශුද්ධ කිරීමේ බලය උන්වහන්සේ සතුව ඇති සේක.



4-අ. තරුණ කාන්තාවක් සභාවේ ස්ථීර කිරීම ලබමින් අන්තැබීම මගින් ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ ලබා ගනියි.

වැඩිමහල්ලෙකු වූ ශ්‍රී ග්‍රැන්ඩ් මෙම ප්‍රකාශය කළේය. "මේ ලෝකයේ වෙනත් කිසිදු මිත්‍රත්වයකට වඩා ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මිත්‍රත්වය, මගේ ළමයින්ටත්, මගේ ළමයින්ගේ ළමයින්ටත් භුක්ති විඳීමට සැලැස්වීමට මම වඩාත් කැමැති වන්නේ, ඔවුන් ආත්මයාණන් වහන්සේගේ පෙළඹවීම් වලට කීකරු වන්නේ නම්, උන්වහන්සේ සියළුම සත්‍යයන්ට ඔවුන්ව මෙහෙයවා ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින ඔවුන්ගේ පියාණන් වහන්සේ සමීපයට ආරක්‍ෂාකාරීව නැවත යාමට ඔවුන්ට උදව් කරන නිසාය" (in Conference Report, අප්‍රේල්, 1966, 112: හෝ *Improvement Era*, ජූනි 1966, 540)

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ වනාහි ඉතා ප්‍රියජනක සහකරුවෙකි. උන්වහන්සේව අපගේ සහකරුවෙකු ලෙස තබාගැනීම සඳහා අපට කල හැකි සෑම දෙයක්ම අපි කළ යුතු වෙමු.

- 2 නිගායි 32:5 කියවන්න. ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ මිත්‍රත්වය ගැන මෙම ශුද්ධ ලියවිල්ල මගින් අපට කුමක් උගන්වන්නේද? ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ ප්‍රිය උපදවන සහකරුවෙකු වන වෙනත් මාගී මොනවාද?

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේව අප වෙත රඳවාගත හැක්කේ කෙසේද?

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේව අප සමඟ රඳවා ගැනීමට, පණත් පිළිපැදීම අපට උදව්වෙයි. අප සක්‍රමේන්තුවට සහභාගි වෙන හැම අවස්ථාවකදීම ස්වාමීන් වහන්සේ පණත් වලට කීකරු වීමට අපි පොරොන්දු වෙමු. අපි අපගේ පොරොන්දු ඉටු කලහොත්, ස්වාමීන් වහන්සේ අපට පොරොන්දු වී තිබෙන්නේ "උන්වහන්සේගේ ආත්මය නිතරම අප සමඟ තබා ගැනීමට" අපට හැකි වන බවය. (ඕ සහ සී 20:77).

අප වර්තමානව පිරිසිදුව සිටීමටද, ස්වාමීන් වහන්සේ අපට කියා ඇති සේක. අපගේ ශරීර දේව මාළිගාවෙන් යයිද උන්වහන්සේ අපට කියා ඇති සේක. අපගේ ශරීර සිතිවිලිවලින්ද, කටාවෙන්ද, ඇඳුමෙන් සහ ක්‍රියාවෙන්ද පිරිසිදුව තබා ගන්නා විට, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අප සමඟ සිටිනු ඇති සේක. (1 කොරොන්ති 3:16-17 බලන්න) සියලුම අන්දමේ නපුරෙන් හා නපුරු පෙනුමෙන්ද අපි වැළකිය යුතු වෙමු.

"සුළු දේවල්" වශයෙන් අප සලකනු ලබන දෙයින්, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අමනාප විය හැකිය. විවාදය පැමිණෙන්නේ යඝ්‍යාභාවයෙන් බව 3 නිගායි 11:29 කියවීමේදී අපි ඉගෙන ගමු. විවාදය යනු එක්සත්කම හෝ සමගිය අප අතර නොමැති වීමය. අප වාද කරමින් දුබර වුවහොත් ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අප අත්හැර යනු ඇත. එසේ වුවත්, ස්වාමී පුරුෂයෙකු, ළමයෙකු හෝ සොහොයුරෙකු හෝ සොහොයුරියක සමඟ වාද කිරීම බරපතල වරදක් නොවුවත්, එමගින් ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ ඉවතට හරිනු ලබයි.

පෝසල් සමීන් තුමාට සෑම කෙනෙකු සමගින්ම නිවැරදි හැඟීම් ඇතිවනතුරු, ආත්මික ආනුභාවය ලබාගත නොහැකි විය. එක් උද්‍යානක ඔහුගේ භාරනාවගෙන් සිදුවූ යම්කිසිවකින් ඔහු කලබලයට පත් විය. පෝසල් තුමා මෝර්මන් ග්‍රන්ථයේ කොටසක් පරිවර්තනය කිරීමට උත්සාහ ගත්තද ඔහුට නොහැකි විය. එබැවින් ඔහු මල් වත්තට ගොස් යාඤා කළේය. පසුව ඔහු නැවත පැමිණ එමාගෙන් සමාව ඉල්ලීය. ඔහුට පරිවර්තන කටයුතු කිරීමට හැකිවූයේ එවිටය. (ඩේවිඩ් විට්මර සැප්. 15, 1882 ප්‍රකාශය බලන්න. in B.H. Roberts, *A Comprehensive of the Church*, 1:131.)

අපගේ ළමයින් වැරදි කරන විට, අප අපගේ ඉවසීම නැති නොකරගත යුතුය. අපගේ ළමයින් නිවැරදි කිරීමට අපව මෙහෙයවීම සඳහා අපි ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේට ඉඩදිය යුතුය. (ඕ සහ සී 121:43 බලන්න)

- ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේව අපගේ මිත්‍රත්වයෙන් වළකා ලීමට අප කරන සමහර කටයුතු මොනවාද? උන්වහන්සේගේ මිත්‍රත්වය ලැබීම සඳහා අප කළ යුත්තේ කුමක්ද? අනුකූලතාවයන්, භූමි ලැමලේ වෙනත් තීරු, දෙකක ලැයිස්තු ගත කරන්න.

ජෝසෆ් ෆීල්ඩින් සමිත් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය.

"දෙවියන් වහන්සේට කීකරුවීමට සහ පණත් පිලිපැදීමට අකමැති පුද්ගලයා සමග ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ වැඩ නොසිටන සේක... එවන් ආත්මයකට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ පීවයට ඇතුළු වීමට නොහැකිය.

"එම උතුම් දීමනාව අප වෙත පැමිණෙන්නේ, නිහතමානීඛව, ඇදහිලිල සහ කීකරුකම තුලින් පමණි..."

"දේවබිරුමයේ එක සාමාජිකයෙකුගේ මිත්‍රත්වය ලැබීම අපට කෙතරම් විශාල ගෞරවයක්ද කියා ඔබ කවදා හෝ මදක් සිතා බැලුවාද? ඔබ එ ගැන එලෙස සිතා බැලුවාද? ස්වාමීන් වහන්සේ අපට ලබාදී තිබෙන පණත් අප පිළි පදින්නේනම්, එය අපට හිමි අයිති වාසියකි." ("Fundamental Ghospel Truths Balnce Education for Students at BYU," *Church News* 4 වෙනි වෙළුම 1961, 14)

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අපට උපකාරවත් වන අන්දම

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අපගේ සහායකයා වශයෙන් ලැබීමට අපගේ ඇති කැමැත්ත අපි අපගේ ඇදහිලිත් බව මගින් පෙන්වූ විට, උන්වහන්සේ නොයෙක් ආකාරයෙන් අපට උපකාරවත් වන සේක.

ඉතා ප්‍රීතිමත් පවුල් ලැබීමට උන්වහන්සේ අපට උදව් කරන සේක.

"ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ සුවර්තය, කරුණාව, යහපත්බව, මෘදුබව නිහතමානිකම සහ දුකට සිත්තුලට කාවද්දන සේක". (පාර්ලි පී.ප්‍රැට් *Key to the Science of theology*, 100) මෙම ගුණාංගයන් අපත්, අපගේ පවුලේ සාමාජිකයන් විසින් වඩිනය කරන විට, නිවසේ වැඩි සමගියක් අපට ලැබිය හැකිය.

කුමක් කළ යුතුදැයි උන්වහන්සේ අපට පෙන්වන සේක.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අපට වැදගත් තීරණ ගැනීමට උදව් කරමින්, කළ යුතු දෙය දැන ගැනීමටද අපට උදව් කරන සේක.

- සී සහ සී 6:15 සහ 8:2 පංති සාමාජිකයන් ලවා කියවන්න. කුමක් කල යුතුදැයි ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අපට පෙන්වන්නේ කෙසේද?

සභාව තුල දියුණුවට උන්වහන්සේ අපට උපකාර කරන සේක.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ වැඩිමහලුලෙකු වූ ප්‍රැන්කලින් සී. රිචඩ් හට මග පෙන්වූ ආකාරය පිළිබඳව විස්තර කරයි. "මගේ සොහොයුරු, සොහොයුරියනි, මම ඔබට අනුශාසනා කළ විටදී, මිනිසුන්ට මම පුස්තකවරය දානය කල විටදී, සභාවේ තනතුරුවලට මිනිසුන් සහ කාන්තාවන් පත්කල විටදී, මම රෝගීන් හට ආශිර්වාද කල විටදී: මම දේශනා කරන විටදී, සහ තවත් බොහෝ අවස්ථාවලදී සියුම් නිශ්චලතාවයේ හඬ නැතහොත් පීචාත්මයේ කෙඳිරිලි හඬ මට ඇසී තිබේ. (in Conference Report, අප්‍රේල් 1973. 171-72 හෝ *Ensign* ජූලි 1973-117).

උන්වහන්සේ අපට අනතුරු හඟවන සේක.

සමහර අවස්ථාවලදී අනතුරුදී සහ පරීක්ෂාවේදී ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අපට අනතුරු අඟවන සේක. වැඩිහිඟලෙකුට පුද්ගලිකව සී. ඊවර්ඩ් තරුණ පියෙකුගේ අත්දැකීමක ගැන මෙසේ කීවේය.

"එක් රාත්‍රියක නැගිට පහළ තට්ටුවට යන ලෙස පවසන ඉතා පැහැදිලි හඬ ශබ්දයකින් ඔහු අවදි විය. අනතුරු හැඟවීමට අවනතව මුළුතැන් ගෙට ගිය ඔහුට දකින්නට ලැබුණේ එක් බිත්තියක් ගින්නෙන් වැසී තිබෙන බවය. ඔහු ඉක්මනින්ම ඔහුගේ පවුලේ අය නැගිටුවා, ගිනි නිවන දෙපාර්තමේන්තුවට දන්වා පසුව ඔහුගේ පවුලේ අයද සමගින් ගින්න සමග සටන් කරමින්, ගිනි නිවන දෙපාර්තමේන්තුව පැමිණ එය නිවා දමන තුරු එය පැතිර යාම වළක්වා ගත්තේය.

"මෙම අනතුරු ඇඟවීම, ජීවත්වීම සමග සමගියෙන් යුතුව ජීවත්වන්නන් හට ශුද්ධාත්මයාණන් විසින් දියහැකි ආරක්ෂාවේ සහතිකයක් බවට ඔහුගේ සිත තුළ කිසිදු සැකයක් නොවීණි" (in Conference Report, අප්‍රේල් 1973, 171: හෝ *Ensign*, ජූලි 1973, 171)

- ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව ලැබුණු පටන්, ඔබට යම් පරීක්ෂාවකදී හෝ අනතුරකදී හෝ උන්වහන්සේගේ අනතුරු ඇඟවීමක ලැබූ අත්දැකීමක ඔබට තිබේද?

උන්වහන්සේ අප සහයන සේක

වේදනා හෝ කණගාටුදායක අවස්ථාවලදී සැනසිලිදායක ජීවිතයන්ගේ සැනසීම ලැබූ බොහෝ දෙනා එ ගැන සාක්ෂි දරා ඇත. ඔවුන්ට සාමය සහ තේරුම් ගැනීමට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ උපකාරවත්වී ඇති සේක.

වැඩිහිඟලෙකුට පුද්ගලිකව සී. ඊවර්ඩ් පහත සඳහන් අත්දැකීම කීවේය. "දුක් මුසුව ගුවන් අනතුරකින් සිය ස්වාමි පුරුෂයන් අහිමිවූ, විශ්මිත කිට්ටු මිතුරියන් දෙදෙනෙකු මුණ ගැසීම මාගේ භාග්‍යයක් විය. බලාපොරොත්තු කඩවී ගිය දැඩි ශෝකයෙන් යුතුව මට ඔවුන් හමුවනවාද? ඇත්ත වශයෙන්ම නැත. එතරම් දැඩි ධේරුයක් ගැන හෝ ශක්තියක් ගැන මම කිසිදු දැක නැත. ජීවත්වීමේ සැනසීම ඔවුන්ට සහන වශයෙන්ම දැනුණු බවට ඔවුන් දෙදෙනාම සාක්ෂි දරාහැ... ඔවුන් ස්වාමිත් වහන්සේගේ පණත් පිළිපදිමින් සභාවට සමීපව ජීවත්වන බැවින් ඔවුන්ට සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වලට හැම දෙනෙක්ම හොඳින් සිදුවන බවට ඔවුන්ට සහතිකයක් තිබීණි. (in Conference Report, අප්‍රේල් 1973, 171: හෝ ජූලි *Ensign* 1973, 117).

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ විසින් ජේ ග්‍රාන්ට් සභාපතිතුමාගේ නිවසේ සාමාජිකයන් වෙත අවබෝධය සහ සහ සහනය ගෙන දුන් අත්දැම මෙසේ ප්‍රකාශ කරයි.

"මාගේ බිරිඳ මියයාමට පැයකට පමණ ප්‍රථමයෙන්, මම මාගේ ළමයින් ඇයගේ කාමරයට කැඳවා, ඔවුන්ගේ මව මිය යන බවත්, ඇයට ආචාර කර සමු දෙන ලෙසත් ඔවුන්ට කීවෙමි. අවුරුදු දොළහක පමණ වයසැති එක් කුඩා ගැහැණු ළමයෙකු මට මෙසේ කීවාය. "තාත්තා මගේ අම්මා මිය යනවාට මම කැමති නැහැ. මාස හයක්ම... මම ඔබ සමග ආරෝග්‍යශාලාවේ සිටියෙමි. නොයෙක් විට මව පීඩා විඳින විට, ඔබ ඇයට තෙල් ආලේප කර ඇයව වේදනාවෙන් මුදවා ඇයට නින්දා යෑමට සැලැස්සුවා. ඔබ මාගේ අම්මාගේ හිස මත අත්තබා ඇයව සුවපත් කරන්න"

"අපි හැම දෙනාම යම් දිනෙක මිය යන බව මගේ කුඩා දරුවාට මම කීවෙමි. ඇයගේ මවගේ කාලය ලගාවී ඇති බව මගේ හදවතට සහතිකව ඇති බවද කීවෙමි. ඇයත්, අනෙක් ළමයින් කාමරයෙන් පිටව ගියහ.

"ඉන් පසුව මම මගේ බිරිඳගේ ඇඳුම ලග දැමූ විට (ඇඳුම මේවන විට සිහි නැතිව සිටියාය) පීචිතයෙන්, මරණයේදීත් පීචියේදීත්, කණගාටුවේදීත්, දිගුකාලීනව සහ විපතේදීත් උන්වහන්සේගෙන් ලත් අනුග්‍රහයට ප්‍රශංසා කල බවද මම ස්වාමීන් වහන්සේට කීවෙමි. සදාකාලයටම මගේ බිරිඳ මට පිහිටවීමේ අවබෝධය වෙනුවෙන්ද මම උන්වහන්සේට සතුකි කළෙමි... නමුත් මගේ බිරිඳ මරණයට පත්වීමෙන් හා එමගින් මගේ දරුවන්ගේ ඇඳුම්ලදලට... සිදුවූ බලපෑම වළක්වා ගැනීමට මට ශක්තියක් නොමැති වීම ගැනද මම ස්වාමීන් වහන්සේට කීවෙමි. ඇයගේ මව් මරණයට පත්විය යුතු බව උන්වහන්සේගේ අදහස සහ උන්වහන්සේගේ කැමැත්ත බව මගේ කුඩා දරුවාට අවබෝධ කර දෙන ලෙස මට හිමි සියලුම ශක්තියෙන් මම ස්වාමීන් වහන්සේට ආයාචනා කළෙමි.

"මගේ බිරිඳ මියගොස් පැයක් ඇතුළත මම නැවතත් ළමුන්ව කාමරයට කැඳවුවෙමි. වයස අවුරුදු පහමාරක් හෝ හයක් වයසැති, ඉතා තදින් හඬමින් සිටින මගේ කුඩා පිරිමි ළමයාට, අතින් අල්ලාගත් දොළොස් වියැති කුඩා ගැහැණු ළමයා මෙසේ කීවාය. "හීබර් වැළපෙන්න එපා. හඬන්න එපා. අප මෙම කාමරයෙන් පිටව ගියාට පසු ස්වර්ගයෙන් පැමිණි ස්වාමීන් වහන්සේගේ හඬශබ්දය මට මෙසේ ප්‍රකාශ කලා. ඔබගේ මවගේ මරණය තුළින් ස්වාමීන් වහන්සේගේ කැමැත්ත ඉටුවෙනු ලබන්නේය." (*Gospel Standards*, සකස් කලේ ජී හෝමර් ඩර්හැම් (1941), 361)

උන්වහන්සේ සත්‍යය ගැන සාක්ෂි දරණ සේක.

අප සුභාරංචියේ සාක්ෂිය ලබා ගන්නේ ශුද්ධාත්මයාගෙන් වහන්සේ මගින්

සභාව පිළිබඳව දැන ගැනීමට කැමැත්තකින් පසුව එක් යුදෙව් කාන්තාවක් මහජන පුස්තකාලයට ගොස් පොසර, එහි සමත් වීසින් රචිත සුභාරංචි ඉගැන්වීමේ පොත සොයා බැලුවාය. පොත කියවන අතර, වැඩිදුරටත් ඉගෙන ගැනීමට ඇය තුළ තදබල ආභාවක් ඇතිවිය. පසු දවස්වල ශුද්ධවත්තයන්ගෙන් යුත් සභාවකට යෑමට ඇය තීරණය කළාය. ඇය මෙසේ කීවාය.

"එ වන විට විවාහවී සිටි බැවින්, මෝරමන් සභාවට මා රැගෙන යන ලෙස මම මගේ ස්වාමි පුරුෂයාට කීවෙමි. කුරුසුප්පාච්චිය දැකීමේ බියෙන් දේවස්ථානයේ දොරටුව අසල පසුබාමන් සිටිනු මට හොඳින්ම මට මතක තිබේ. දේවස්ථානයට ගොස් ඇතුළු වීමේදී උණුසුම්, සුභදත්වයෙන් පිරී ගිය පිරිසක් සහිත සභාවක් දැකීමෙන් මා කෙතරම් පීචියට පත් වූනේද? ඉරැඳින පාසැලේ සම්පූර්ණ මෙහෙයම මා සිත තුළ හැඟීමක් ඇතිකලේ, දිගු ගමනකින් පසුව මම නැවතත් නිවසට පැමිණී බවකය.

"දේව මෙහෙයෙන් පසුව, හැම කෙනෙක් සඳහාම පංති පැවැත්වෙන බැවින් ඉන් එක පංතියකට සහභාගි වන ලෙස අපට දැන්විය. පසුව මා දැනගත් පරිදි එය සෝදිසි කරන්නන්ගේ පංතිය වශයෙන් හැඳින්විණි. එම ඉරැඳිනට නියමිත පාඩම වූයේ සභාව සංවිධානය කිරීම පිළිබඳවය. සභානායකවරයාගේ කාර්යභාරය ගැන සඳහන් කරමින්, ගුරුතුමිය පැහැදිලි කල පරිදි (මගේ ස්වාමි පුරුෂයාට හා මටත් වඩා වෙනස් මම අනුමාන කරන පරිදි) සභානායකවරයෙකු යනු ගුරුවරයෙකු බවය. ඉන්පසුව ඔහු රැස්වීම් ශාලාව වටා අප රැගෙන යෑදී මම ඔහුට මෙසේ කීවෙමි. ඔබට මෙම කාරණය පෙන්වාදීම අමනාපයට කරැණක් නොවන බව මම සිතමි. නමුත් ඔබගේ සභාවේ සභානායකවරයෙකු කෙසේවත් ගුරුවරයෙකු නොවේ. ගුරුවරයෙකු යනු ආචාර්ය වරයෙකු පමණි. එනමුත් ඔබගේ සභානායකවරයාට දෙවියන් වහන්සේගේ අධිකාරී බලය තිබේ"

"මව්සින් එසේ කියනු ලැබීම ගැන මම මුළුමනින්ම විශමිත වූයෙමි. නමුත් එය ආරම්භය විය. එ කාලයේ එම කරැණු ගැන දැකීමේ හැකියාවක් මට තිබුනේදැයි මම නොදනිමි. සුභාරංචි ඉගැන්වීමේ පොත මම කියවා අවසන් කල බව සත්‍යයක් වුවද, පිටු 543ක නව අදහස් සහ මතවාදයන්

ඥාණයට උරා ගැනීමට දවස් දෙකක කාලයක් ප්‍රමාණවත් නැත. පසුව මට වැටහුණු පරිදි එය දැනීම අවබෝධයට හරවන ජීවත්මයේ සහතික කිරීම හඳුන්වන දර්ශනය කිරීමකි" (රූනී පුළු වෝරහවුස්, "The God of my Fathers," *Ensign*, පෙබර. 1978, 20)

දෙවියන් වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘ සත්‍යය එළිදරව් කරන විට, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ මගින් අපට එය දැනගත හැකිය. ජේ. රූඩන් කලාක් (කණිෂ්ඨ) උගන්වා තිබෙන පරිදි "ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ මගින් අපව ගොමු කරන විටදී පමණක්, කටීකයන්ව ශුද්ධාත්මයාණන් මගින් ගොමුකර තිබෙන බව අපට කිව හැකිය" (31 ජුලි 1954, 9) ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අපගේ නිරන්තර සහකරුවෙකු ලෙස ලබාගෙන, සත්‍යය වටහාගැනීමට අපට මග පෙන්වීම සඳහා අප යහපත් ලෙස ජීවත්වීම වැදගත්ය.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදය සත්‍යවේ. සභාවේ සාමාජිකාවක් වශයෙන් අප ධාර්මිකව ජීවන සොයන්නේ නම්, මෙම ආශිර්වාදයන් අපට ලබා ගත හැකිය.

- ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මිත්‍රත්වය තමන්ට හැඟුණු අවස්ථාවක් ගැන සඳහන් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන්ට ආරාධනා කරන්න.

අවසානය

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව ශ්‍රේෂ්ඨ ආශිර්වාදයකි. සභාවේ සාමාජිකාවන් වශයෙන් ස්ථිර කරනු ලැබුවන්ට එය ලබා දෙනු ලැබේ. මෙම පොළොවේ අපගේ දුක මෙහෙය සම්පූර්ණකිරීමට, මෙම ජීවත්මය අපට අත්‍යවශ්‍ය වෙයි. අප උන්වහන්සේගේ මිත්‍රත්වයට සුදුසු වුවහොත්, අපගේ ජීවිතවල හැම අංගයක් සඳහාම ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අපට උපකාරවත් වනු ඇත.

අභියෝගය

ඔබගේ දිනපතා ජීවිතයේදී ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මිත්‍රත්වය සොයන්න. පහත සඳහන් කරුණු වලින් එකක් හෝ කිහිපයක් වැඩි දියුණු කිරීමට අධිෂ්ඨානය ඇති කර ගන්න.

1. පහත් සියල්ලම ඉටු කිරීමට උත්සාහ කිරීම.
2. නිතිපතා ශාඤ්ඤා කිරීම.
3. ගැලවුම්කරුවාණන්වහන්සේට ආදරය පෙන්වීම.
4. අත්‍යයන්ට සේවය කිරීම.
5. ඔබගේ සිතිවිලි සහ ක්‍රියා පිරිසිදුව තබා ගැනීම.
6. ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදයන්ට සහ ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව වෙනුවෙන් උන්වහන්සේට ස්තූති කිරීම.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- ක්‍රියා 5:32 (ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ සාකඡි කරුවෙකු මෙන්)
- 1 නිතායි 10:17 (ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ මගින් දැකීම, ඇසීම සහ දැනගැනීම)
- 2 නිතායි 31:13 ශුද්ධාත්මයාණන්වහන්සේ ලැබුනාට පසු දේවදූතයන්ගේ භාෂාවෙන් කතාකිරීම.
- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 107:56 (ශුද්ධාත්මයාණන් මගින් අනාගතය දැකීම)
- මෝසස් 6:61 (සැකසීම් දායකයාණන් වහන්සේ)

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. "ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ දීමනාව" සුවිශේෂිත මූල ධර්ම 21 වෙනි පරිච්ඡේදය අධ්‍යයනය කරන්න.
2. පාඩමෙහි ශෝඡනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සූදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැල්ලේ ලියන්න.
3. ඔබ ප්‍රිය කරන කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

සාක්ෂිය

5 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, යෙහෙය ක්‍රියාත්මක වන සේගේ නැවත පිහිටවූ සුභාරංචිය පිළිබඳ සාක්ෂිය ලබා ගැනීමට, එය ගොඩනැගීමට සහ ප්‍රකාශ කිරීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

සාක්ෂිය යනු කුමක්ද?

- "මගේ ගැලවුම්කරුවාණන් පීවමාන බව මම දනිමි" යන ගීතිකාව ගායනා කරන්න. (ගීතිකා අංක 136 නැතහොත් සුවිශේෂිත මුලධර්ම 346... 47 බලන්න)

අප සතුව පවතින බලයෙන් පමණක් සාක්ෂියක් පැමිණෙන්නේ නැත. සපෙන්සර් ධර්මලේඛි කිව්වේ "සාක්ෂිය යනු හුදෙක් තොරතුරුවල එකතුවක් නොව භැඟීමයි" (උපුටා ගැනීම Margaret Hoopes in "Community and Communing: The Power of Testimony Meeting," *Ensign*, ජන, 1978, 50)

සුභාරංචි පිළිබඳ සාක්ෂිය "ලැබෙන්නේ (අපගේ) පීවනමය සමග ශුද්ධ ආත්මය කටා කරන විටදීය: එය පැමිණෙන්නේ නිශ්චලතාවයේ කුඩා හඬ ඇසෙන විටදීය" එය පැමිණෙන්නේ ශාන්ත නොසැලෙන, ස්ථිර බවක් සමගින්ය.

සෑම ස්ථිර සාක්ෂියක් තුළම ප්‍රබල සත්‍යයන් තුනක් ඇතුළත් විය යුතුය. 1. යෙහෙය ක්‍රියාත්මක වන සේ "දෙවියන් වහන්සේගේ ප්‍රකාශන සහ ලෝකයේ ගැලවුම්කරුවාණන් වහන්සේ වනසේක. (ඕ සහ සී 46:13) 2. ජෝසෆ් ස්මිත් තුමා දෙවියන් වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘ වරයෙකු වන අතර එතුමා මගින් මෙම කාල පරිච්ඡේදයේ සුභාරංචිය නැවත පිහිටුවන ලදී. 3. යෙහෙය ක්‍රියාත්මක වන සේ පසු දවස්වල ශුද්ධවත්තයන්ගෙන් යුත් සභාව මුළු ලොවෙහිම තිබෙන එකම සත්‍ය සහ පීවමාන සභාව වන්නේය. (ඕ සහ සී 1:30) (Bruce R. Mc Conkie, *Mormon Doctrine* 2වන ප්‍රකාශනය. (1966), 785--86) ජෝසෆ්, එල්. ස්මිත් සභාපතිතුමා පහත සඳහන් සාක්ෂිය දුරිය.

"මගේ සහෝදර, සහෝදරියනි, මම ඔබට මගේ සාක්ෂිය දැරීමට කැමැත්තෙමි. මක්නිසාද, මගේ මුළු ජීවිතයම සතු කරගත් සහතික වීමක් මට ලැබුණු නිසාය. එය මගේ ආත්මයේ සෑම පතුලටම බැස ඇති නිසා: එය මගේ ආත්මයේ සෑම කෙත්තම පුරවන නිසාය. එනිසා මෙම ජනතාව ඉදිරියේ මෙම ප්‍රකාශන කිරීමට මට සිතේ... යෙහෙය වහන්සේ ක්‍රියාත්මක වන සේය. පීවමාන දෙවියන් වහන්සේගේ ප්‍රකාශනයයි. ලෝකයේ මිදුම් කරුවාණන් වහන්සේය. ජෝසෆ් ස්මිත් (මෙම) කාලපරිච්ඡේදයේ ප්‍රධානියා වශයෙන් කටයුතු කිරීමට පත්කර තෝරා ගත් දැනට සිටින්නා වූ ද, ඉහතදී සිටියා වූ ද, සෑම විටම දෙවියන් වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘ වරයාණන් වන්නේය... මම පීවත් වන්නාසේම එය සත්‍ය බව මම දනිමි. තවද එහි සත්‍යතාවය වෙනුවෙන්ම මම මගේ සාක්ෂිය දුරිමි... මෙය දෙවියන් වහන්සේගේ රාජධානිය බවත්, දෙවියන් වහන්සේ සිංහාසනයෙහි සිටින බවත් මම දනිමි. එතුමා උන්වහන්සේගේ ජනතාවගේ මූලාසනය දරන සේන. මෙම සභාවේ සභාපතිතුමාට උන්වහන්සේ

පාලනය කරන සේක... තවද කල්ප විනාශය දක්වා උන්වහන්සේ මෙම සභාවේ ප්‍රධානීන් පාලනය කරන සේක. එය වෙනත් ජනතාවක් අතට පත් කිරීම හෝ මිනිසුන්ට පැවරීමට උන්වහන්සේ කටයුතු නොකරන සේක. (Gospel Doctrine 5 වෙනි ප්‍රකාශය (1939), 501--2)

දෙවියන් වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘවරයෙකු සතුව, යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සුභාරංචිය පිළිබඳ බලවත් සාක්ෂියක් ඇත. නමුත් බලවත් සාක්ෂියක් අනාගත වක්තෘන් වෙනුවෙන් පමණක්ම වෙන්කර නොමැත. බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපතිතුමා ප්‍රකාශකොට තිබෙන පරිදි "පසුදවස්වල ශුද්ධවන්තයන්ගේ යුතුකම සහ වරප්‍රසාදයද වන්නේ ඔවුන්ගේ ආගම සත්‍ය බව දැන ගැනීමය" (Discourses of Brigham Young, sel. John A. Widtsoe [1954], 429).

යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ පිළිබඳව, පෝසල් සමත් පිළිබඳව සහ අපගේ පිවමාන අනාගත වක්තෘ පිළිබඳවද සාක්ෂියක් ලබාගැනීමට අප හැම කෙනෙකුටම යුතුකමක් සහ අයිතිවාසිකමක් ඇත. මෝරමන්ගේ පොතෙහි සත්‍යතාවය පිළිබඳවද, දසයන් කොටස පිළිබඳ මුලධර්මය ගැනද, ඥානයේ වචනය පිළිබඳව සහ සුභාරංචියේ අනෙකුත් සෑම මුලධර්මයක් පිළිබඳවද සාක්ෂියක් අපට ලබා ගැනීමට පුළුවන.

- සුභාරංචියේ මුලධර්මවල කුමන සාක්ෂියක් තමන් ලබා තිබේදැයි සොහොයුරියන්ගෙන් අසන්න. ඔවුන්ගේ සාක්ෂි ඔවුන් ලබා තිබෙන අන්දම ගැන ප්‍රකාශ කිරීමටද අදාළ පරිදි ඔවුන්ගෙන් විමසන්න.

ශුද්ධාත්මයාණන් මගින් සාක්ෂිය පැමිණෙයි

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ විසින්, අපගේ ආත්මයන්ට, හදවත්වලට සහ සිත්වලට සුභාරංචියේ සත්‍යතාවය ගැන සාක්ෂි දුරන විට අපි සාක්ෂියක් ලබන්නෙමු.

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 8:2--3 කියවන්න. ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ සාක්ෂි දුරන්නේ කෙසේදැයි පහදා දෙන්න. සුවිශේෂත මුලධර්ම 7 වන පරිච්ඡේදයේ උප සිරසේ "ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අවශ්‍ය මන්ද?" යන පාඩම බලන්න.

සමහරෙකුට සාක්ෂියක් ලබාගැනීම ප්‍රාණවත් අත්දැකීමකි. ජරමතියේ පෑන්ක් පර්ටිහි ස්ටීල්ගර් හට එය සත්‍යයක් විය. ධර්මදූතයන් ඔහුව බැහැදැකීමෙන් පසුව බවිතීස්ම වීමට ඔහු තීරණය කර තිබිණ. එනමුත් දිනය ප්‍රභාවන විට, ඔහුගේ තීරණය ගැන ඔහුට සැක සහිත විය. ඥානයේ වචනය හා දසයන් කොටස ගෙවීමේ නීතිය අනුව පීවත්වීම ඔහුට අපහසු විය. ධර්ම දූතයන් ඉවසිලිවත්තවු නමුත්, බවිතීස්ම වීමේ දිනය නියමකර ගැනීමේ විශ්වාසයක් ඔහු තුළ ඇති කිරීමට ඔවුන්ට නොහැකි විය. වෙනත් ධර්මදූතයෙකු පැමිණ සාක්ෂියක් සඳහා ආඥා කිරීමට ඔහුට කීවේය. අවසානයේදී ඔහුට හැකි විය. ස්ටීල්ගර් සොහොයුරා පසුව මෙසේ කීවේය. ඥානයේ වචනය සහ දසයන් කොටස ගෙවීමේ දෙවියන් වහන්සේගේ පණත් බව මා දුටු දීප්තිමත් පුද්ගලයෙකුගේ හඬ ශබ්දයක් මගින් මට ප්‍රකාශ වූයේය. ("His Testimony Came through Prayer," *Church News* 17 ජනවාරි 1970, 6)

රොහෝ දෙනෙකුට සාක්ෂියක් ලැබෙන්නේ එතරම්ම උසස් අන්දමින් නොවේ. උසස් බව අඩු වුවද මෙම සාක්ෂිවල වැදගත්කම හෝ වටිනාකම අඩු නොවේ. සභාවේ අනාගත වක්තෘවරුන්ට සහ ප්‍රේරිතයන්ට පවා මෙවන් උසස් බව අඩු සාක්ෂි ලැබී තිබේ. ඩේවිඩ්. ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා ඔහුගේ සාක්ෂිය ඔහුට ලැබුණු අයුරු මෙසේ විස්තර කරයි.

"මම කුඩා ළමයෙකුට සිටියදී සුභාරංචියේ මුලධර්මයන්, පුප්කවරයේ බලය සහ මෙම කටයුතුවල දිව්‍යමය භාවය පිළිබඳ සාක්ෂියකට සවන් දුන්නෙමි. අප යාඥා කරන්නේ නම්, අපටත් එම සාක්ෂිය ලබාගත හැකි බව අනුශාසනා කරනු මම අසා ඇත්තෙමි. නමුත් යම් ප්‍රත්‍යක්ෂ කිරීමක් නොමැතිව, අපට සාක්ෂියක් ලබාගත නොහැකි බව කෙසේ හෝ තරුණ කාලයේදී මට අදහසක් ඇතිවුනි. අනාගත වක්‍රයේ ජෝසප් ස්මිත්ගේ ප්‍රථම දර්ශනය ගැන කියවීමේදී, ඔහුට එය ලැබුණේ දෙවියන්ගෙන් බව මම දැනගතිමි... හඬ ශබ්දයක් අසා තිබෙන වැඩිමහල්ලන් ගැන මම අසා ඇත්තෙමි... හැම සාක්ෂියක්ම ලැබෙන මාර්ගය එය බව කෙසේ හෝ මගේ සිතට කාවැදීමක් ඇතිවිනි...

"එක් දහවලක මෙම කරුණු ගැන සිතමින් කන්දක් උඩ අසුපිටින් යනු මට මතකය. තවද එම කඳු අතර තිබූ නිහඬතාවය නිසා එම සාක්ෂිය ලබා ගැනීමට, එය සුදුසුම ස්ථානය බැවින් සිතිවිලිවලින් මිදී... මම මගේ අශ්වයා නැවැත්වුවෙමි...

"මම දණගසා දෙවියන් වහන්සේ වෙත මගේ මුළු ආත්මයෙන්ම ගලා හැලුනු හදවතේ ඇති මහත් උනන්දුවකින් යුතුව මෙම සුභාරංචියේ සාක්ෂියක් ඉල්ලා සිටියෙමි. මට කිසිදු සැකයක් ඇති නොවන පරිදි මා කිසියම් වෙනස්වීමකට පත් කෙරෙන කිසියම් ප්‍රත්‍යක්ෂවීමක් තිබිය යුතු බව මගේ හදවත තුල තිබිණි.

මා නැගිට අසුපිට නැගී, එම සනා ආපසු යාමට පටන් ගත් විට මම.... මටම මෙසේ කියා ගත්තෙමි. "නැත උතුමාණෙනි, කිසිදු වෙනසක් ඇතිවී නැත. මම දණ ගසා යාඥා කිරීමට පෙර සිටි ළමයාම වෙමි. බලාපොරොත්තුවූ ප්‍රත්‍යක්ෂවීම පැමිණ නැත...."

මෙම කටයුතුවල දිව්‍යමය භාවයේ සාක්ෂිය (පැමිණියේ)... ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පොරොන්දුවට එකඟත්වය තුලින්, දෙවියන් වහන්සේගේ කැමැත්තට කීකරුවීම මගින්ය. "යමෙක් උන්වහන්සේගේ කැමැත්ත කරන්ට කැමැතිනම්, ඔහු ඒ ඉගැන්වීම දෙවියන් වහන්සේගෙන් වූ ඉගැන්වීමක්ද නැතහොත් මා විසින් උපදවා කියනවාදැයි දැනගත්තේය" (ගොහාන් 7:17) (A Personal Testimony, "Inprvement, Era සැප්. 1962, 628--29)

මේරියන් ජී. රොමිනි සභාපතිතුමා සිය සාක්ෂිය ලැබූ අන්දම මෙසේ පැහැදිලි කරයි. "සමහර අවස්ථාවලදී යමෙකුට සාක්ෂියක් ලැබෙන්නේ දීර්ඝ කාලයකට පසුව හිමිවිය. මට හදිසියෙන්ම.... සාක්ෂියක් ලැබීමක් ගැන මට මතක නැත. මට සාක්ෂියක් නැතිව සිටි කාලයක්ද මතක නැත. එය වසර ගනනාවක්ම ශක්තිමත්ව ඇත. නමුත් මම විශ්වාස නොකළ, කාලයක්ද ගැනද මට මතක් කල නොහැක. නමුත් හදිසියෙන්ම හෝ කාලයකට පසුව සාක්ෂිය ලැබුනද, එය පුද්ගලයෙකු යම් වෙනසකට පත් කරනු ලබයි. යමෙක් සාක්ෂියක් ලැබූ පසුව ඔහු වෙනස් පුද්ගලයෙකු බවට පත් කරයි" ("How to Gain a Testimony," *New Era*, May 1976, 11)

සාක්ෂියක් කෙසේ පැමිණුනද, එය අපගේ ජීවිතවලට ආශීර්වාදිතවී, අප සුභාරංචිය අනුව වර්ධනය වන විට අපට උපකාරවත් වෙයි.

සාක්ෂියක් ලැබීමට අප සුදානම් විය යුතු වෙමු.

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුවේ පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ තොරතුරුවලට යොමු වෙන්න.

1. විශ්වාස කිරීමට කැමැත්ත තිබීම.
2. ශුද්ධ ලියවිලි සොයන්න.
3. දෙවියන් වහන්සේගේ කැමැත්ත ඉටු කරන්න.
4. ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ලෙන් යුතුව, මෙනෙහි කරමින් යාච්ඤා කරන්න.
5. නිතරම උපවාස කරමින් යාච්ඤා කරන්න.

විශ්වාස කිරීමට කැමැත්ත තිබීම

පළමු පියවර වශයෙන්, සාක්ෂියක් සඳහා කැමැත්ත තිබීම වැදගත්වේ.

- අල්මා (32:26--27) කියවන්න. මැකේ සභාපතිතුමා සහ හින්රිච් ස්ට්‍රිප්පර් ලබා තිබූ අත්දැකීම්, සත්‍ය දැන ගැනීමේ කැමැත්තට බලපෑවේ කෙසේද? මෙම කැමැත්තම ජෝසෆ් ස්මිත් හට බලපෑවේ කෙසේද? (ජෝසෆ් ස්මිත්... ඉතිහාසය 1:10--20 බලන්න)

ශුද්ධ ලියවිලි සොයන්න

අපගේ සාක්ෂි ලබා ගැනීමට, ශුද්ධ ලියවිලි අපට උපකාරවත් වෙයි. සාක්ෂියක් ගැනීමට ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම අපට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද?

- දහම සහ ගිවිසුම 9:7--9 කියවන්න. සාක්ෂියක් ලබා ගැනීමට ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම අපට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද?

දෙවියන් වහන්සේගේ කැමැත්ත ඉටුකරන්න

දෙවියන් වහන්සේගේකැමැත්ත ඉටු කිරීමෙන් ඩේවිඩ්, ඕ. මැකේ සභාපති තුමා ඔහුගේ සාක්ෂිය ලබා ගත්තේය. අප දෙවියන් වහන්සේගේ කැමැත්ත ඉටු කරන විට, අප හැම කෙනෙකුටමත් සාක්ෂියක් ලබා ගත හැකිය.

යොහාන් 7:17 කියවන්න. පණත් අනුගමනය කිරීම තුළින් සාක්ෂියක් ලැබීමට අපව සුදානම් කරන්නේ කෙසේද?

ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල ඇතිව, මෙනෙහි කරමින් යාච්ඤා කරන්න.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගෙන් අවබෝධය ලබාගැනීම සඳහා අපි ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගෙන් ඉල්ලිය යුතුය. දෙවියන් වහන්සේ අපට ආදරය කරන බවත්, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ පෙළඹවීම් අවබෝධ කර ගැනීමට උත්වහන්සේ අපට උපකාරවත් වන බවටද අපි විශ්වාස කළ යුතු වෙමු.

- මොරෝනායි 10:3--5 කියවන්න. සාක්ෂියක් ලබා ගැනීම සඳහා යාච්ඤාව එතරම් වැදගත් වන්නේ මන්ද?

නිතරම උපවාස කරමින් යාච්ඤා කරන්න

උපවාස කිරීමෙන් යාච්ඤාවේ බලය වර්ධනය වෙයි. අපගේ සාක්ෂි ලබා ගැනීමට උපවාසය සහ යාච්ඤාව අපට උපකාරවත් වෙයි.

- අල්මා 5:45--46 කියවන්න. සාක්ෂියක් ලබා ගැනීමට උපවාසය සහ යාච්ඤාව අපට උපකාර වන්නේ කෙසේද?

ඇනට් පාකිස්තාන් නම් තරුණ කාන්තාවකට යාඥා කිරීමෙන්, ශුද්ධ ලියවිලි කියවීමෙන් සහ පණන් ඉටු කිරීමෙන් පසුව වුවද, සාක්ෂියක් ලබා ගැනීමට අපහසු විය. ඇය මෙසේ කීවාය.

"ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ මගින් සැබෑ සාක්ෂියක් ලබාගනු වෙනුවට, මට සාක්ෂියක් තිබේ යයි මා හටම ප්‍රයෝගකාරී වීමෙන් මා රැවටීමකට හසුවෙනැයි බියකින් මා යටපත් කරලීය. එවන් රැවටීමක් අත් සියල්ලකටම වඩා මා බියපත්ව ඇපීය කළෙමි. එවන් විශ්වාසයක් දෙවියන් වහන්සේ තුළ ක්‍රියාත්මක කිරීම වනාහි අවකාශයට පැතීමෙන් පසුව යම් කිසිවෙක් එහි සිට මා අල්ලාගනී යන හැඟීමක් ඇතිවී මා බියපත් විය. කෙසේ වෙතත් මට කවදා හෝ සාක්ෂියක් ලබා ගැනීමට නම් මා යමක් කළ යුතු බව පෙනෙන්නට තිබිණි.

"ඇදහිල්ල ඇතිකර ගැනීම එක් රාත්‍රියක් තුළදී කළ හැක්කක් නොවන බව මම සොයා ගතිමි. නමුත් මම අවංකවම ස්වාමීන් වහන්සේ තුළ විශ්වාසය පෙන්වීමටත්, ඇතිකර ගැනීමටත් උත්සාහ කළෙමි. කල්ගත වීමේදී, මා තුළ විශ්වය ජනක කිසිවක් ඇතිවීම ආරම්භ විය. එක් දිනක් මා මාගේ යහන මත හිඳගෙන සිටියදී, පෙර මා අත් නොවිඳී යම් හැඟීමක් මා තුළ ඇති විය. එහෙත් එය සම්පූර්ණයෙන්ම නව හැඟීමක් නොවීය. මා එහි ඉඳුගෙන සිටියදීම ස්වාමීන් වහන්සේ මාගේ යාඥාවන්ට පිළිතුරු ලබාදී ඇති බව මාගේ සිත කියනු මට මතකය. උන්වහන්සේ පිවමාන බව මම දැන් දනිමි. උන්වහන්සේ පිවමාන බව මම සැබැවින්ම දනිමි.

"එම හැඟීම ගැඹුරු, හෘදයාංගම වුවද, එය මිහිරිය ශාන්තය. දෙවියන් වහන්සේ පිවමාන බව දැනගත් බැවින් මම කෙතරම් සතුටු වුවෙමිද?"

"ඇත්ත වශයෙන්ම, එය මගේ පරිශ්‍රමයේ අවසානය නොවීය. යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ සැබැවින්ම මාගේ ගැලවුම්කරුවාණන්ද? පෝසල් සමීන් තුමා අනාගත වක්තෘ වරයෙක්ද? සභාවේ සභාපති තුමා අනාගත වක්තෘ වරයෙක්ද? යනු තවදුරටත් දැන ගැනීමට මට අවශ්‍ය විය..."

"එතැන් සිට සුභාරංචිය පිළිබඳ මාගේ අවබෝධය සිය ගුණයකින් වර්ධනය වූ අතර බොහෝ කරුණු සම්බන්ධව සාක්ෂියක් මම ලබා ගත්තෙමි" (*Trust a Key to Testimony*, "New Era" පෙබ: 1978, 33)

- ස්වාමීන් වහන්සේ තුළ විශ්වාසය වැඩිනය කර ගැනීම, සමහර අවස්ථා වලදී අසීරු වන්නේ ඇයි? සාක්ෂියක් ලබාගැනීමට අප සතු කැමැත්ත හෝ අපගේ සාක්ෂි ශක්තිමත් කර ගැනීමට අපගේ ක්‍රියාවන් බලපාන්නේ කෙසේද?

අප නොකඩවා අපගේ සාක්ෂි ශක්තිමත් කළ යුතු වෙමු.

වැඩිමහල් භීබර්. සී කිම්බල් මෙසේ ප්‍රකාශ කළේය.

"ඔබ කරා පැමිණෙන්නාවූ අසීරුතාවයන්ට මුහුණ දීම සඳහා, මෙම කටයුතු වල සත්‍යතාවය පිළිබඳව අවබෝධයක් ඔබ විසින්ම ඇති කර ගැනීම අවශ්‍ය වෙයි..."

"කිසිදු මිනිසෙකුට හෝ ගැහැණියකට වෙනත් අයෙකුගේ සාක්ෂිය මත බලාපොරොත්තු තැබිය නොහැකි අවස්ථාවක් පැමිණෙන්නේය. හැම කෙනෙක්ම තම සාක්ෂිය මගින් මග පෙන්වීම ලබා ගැනීම අවශ්‍ය වන්නේය. ඔබ සතුව එය නොමැතිනම්, ඔබ කෙසේ කටයුතු කරන්නෙද?" (උපුටා ගැනීම Orson F. Whitney in *Life of Heber C. Kimball* 3 වන ප්‍රකා. [1967], 450)

හැරල්ඩ්, ඩී. ලී. සභාපති තුමා මෙලෙස ප්‍රකාශ කොට ඇත. "සාක්ෂිය යනු අද ඔබ සතුව පවතින සහ නිතරම ඔබ සතුව පැවතිය හැකි දෙයක් හෝ නොවෙනු ඇත. සාක්ෂියක් බිඳෙන සුළුය. එය

වන්ද රැස් කළමිබයක් අල්ලා තබා ගැනීම සේ අසීරය. එය ඔබගේ ජීවිතයේ සෑම දිනකම නැවත අල්ලා තබා ගත යුතු දෙයකි. (උපුටා ගැනීම J.M. Heslop in "President Harold B. Lee Directs Church; Led by the Spirit," *Church News*, 15 ජූලි 1972, 4)

වැඩිමහල් ජෝරජ් කීව්, කැනන් මෙසේ ලිවේය: "මෙම කටයුතුවල සත්‍යතාවය පිළිබඳව, ඊයේ හෝ ඊට පෙරදීන හෝ සතියකට මාසයකට හෝ වර්ෂයකට පෙර දැන සිටීම ප්‍රමාණවත් නැත. සතුටු වීම සඳහා අප විසින් එය අද දවසේ.... සත්‍ය බව දැනගෙන සිටිය යුතුමය. සත්‍යයේ සාක්ෂිය අප වෙත රඳවා ගැනීමට අපට හැකියාව ලැබෙන්නේ දෙවියන් වහන්සේට සම්පූර්ණ ජීවත්වීමෙන් පමණි" (*Gospel Truth*, sel. Jerreld L. Newquist [1957], 1:343)

සාක්ෂිය බිජයකට සමාන කල අල්ලා ලක්ෂණ ගසක්සේ එය වැඩිම සඳහා සැලකිලිමත් විය යුතු බව පැවසීය.

- අල්ලා 32:37--38 කියවන්න. අපගේ සාක්ෂි අභිමි කර ගැනීම සඳහා අපගේ සිදුවන කරුණු මොනවාද?
- අල්ලා 32:41 කියවන්න. අපි අපගේ සාක්ෂි භේෂණය කරන්නේ කෙසේද?

අපගේද, අන් අයගේද සාක්ෂි ගොඩනැගීමේ එක් ක්‍රමයක් නම්, ඒවා නිතරම ප්‍රකාශ කිරීමය. සාමාජිකයන් හා සාමාජික නොවන්නන් සමගද අපගේ සාක්ෂි බෙදා ගැනීම අපගේ යුතු කමකි. හැම මාසයකම උපවාස සහ සාක්ෂි දීමේ රැස්වීමේදී, යම් සුභාරංචි මුලධර්මයන් සත්‍ය බවට සහතික කිරීමට අපට පිළිවන. අප දැනගත් අන්දම පැහැදිලි කිරීමටද අපට පිළිවන. අපගේ ගැලවුම්කරුවාණන්ගේ දේවත්වය හා වන්දි ගෙවීම, ජෝසෆ් ස්මිත් තුමා අනාගත වක්තෘවරයෙකු වශයෙන් ලැබූ කඳවීම, සහ අපගේ වර්තමාන අනාගත වක්තෘවරයාගේ කැඳවීම සම්බන්ධව සාක්ෂි දැරීමට අපට පිළිවන. සාක්ෂිය දැරීම තුලින්, අපගේ හැඟීම් තේරුම් ගැනීමට සහ ඒවා අගය කිරීමට අපට හැකිය. එමගින් අපගේ සාක්ෂි අප තුළම වර්ධනය වීමට උපකාර වෙයි. අපගේ සාක්ෂි නිතරම වාගේ ප්‍රකාශ කිරීම අප සතුට සාක්ෂියක් ඇති බව අවබෝධ කර ගැනීමට අපට උපකාරවත් වෙයි.

ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ බලය තුලින් අප අපගේ සාක්ෂිය දරන විට, අන් අයට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ සාක්ෂියක් ලබා ගත හැකිය. එවිට අපගේ ප්‍රකාශය සත්‍ය බව ඔව්හු දැනගනු ලබති. ඔවුන්ට තම වැරදිවලින් මිදී, යහපත් වීමට වුවමනාව ඇති කර ගැනීමටද හැකිවන්නේය. යහපත් සාක්ෂි රැස්වීම් මගින් කොට්ඨාශයේ හෝ ශාඛාවේ සාමාජිකයන් එකම විශාල පවුලක සාමාජිකයන් මෙන් හැඟීමක් ලැබීමට එකට එක්කරනු ලබයි.

අවසානය

සාක්ෂියක් යනු යම් පුද්ගලයෙකු සතු ඉතා වටිනා වස්තුවකි. අපි යහපත්ව ජීවත් වෙමින්, අන් අයට සේවය කරමින්, අපගේ සාක්ෂි දැරිය යුතු වෙමු. අප එසේ කරන්නේනම්, අපගේ සාක්ෂි බලවත්ව, අපගේ ජීවිතවලට විශාල ප්‍රීතියක්, ශක්තියක් සහ සාමයක් ගෙනෙනු ඇත.

අභියෝගය

ඔබගේ සාක්ෂිය අත්‍යයන් හා බෙදාගැනීමේ ප්‍රස්ථාවන් සොයන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මූලධර්ම 7වන පරිච්ඡේදයේ උප සිරස පිටු 37--39 "ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ අවශ්‍ය මන්ද?" යන්න අධ්‍යයනය කරන්න.
2. අලමා 32:26--43 සහ ඊතර 12:6 අධ්‍යයනය කරන්න.
3. පාඩම ආරම්භ කිරීම සඳහා "මාගේ මිදුම්කරුවාණන් වහන්සේ පිවමාන බව මම දනිමි" යන ගීතිකාව ගායනා කිරීමට සැලසුම් කරන්න. (ගීතිකා අංක 136, හෝ සුවිශේෂක මුල ධරම 346--47 බලන්න)
4. පාඩමේ යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැලලේ ලියන්න.
5. ඔබ කැමති ඕනෑම කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

උපවාස කිරීම

6 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, උපවාසය තුළින් අපත් අපගේ පවුලත් ශක්තිමත් කරන ආකාරය තේරුම් ගැනීම සඳහා අපට උපකාරවත් වීමයි.

උපවාස කිරීමේ සුදුසු ක්‍රමය

- සුවිශේෂක මුලධර්ම 25 වන පරිච්ඡේදයේ "උපවාස කිරීම" යන්නෙහි මිනිත්තු තුනක නිරීක්ෂණයක් ඉදිරිපත් කිරීමට පත් කල පංති සාමාජිකාව යොදවා ගන්න.

අපගේ උපවාස කිරීමේ අධ්‍යාත්මික භාවය වඩනිය කිරීම

ස්වාමීන් වහන්සේ වෙත තිබෙන අපගේ විශ්වාසය හඳුනා ගැනීමට උපවාස කිරීම අපට උපකාරවත් වෙයි. අප උපවාස කරමින් යාපො කරන විට, ලෞකික දේවලින් අපි වැළකෙමු. අපට සහ අපගේ පවුලේ අය සඳහාද දෙවියන් වහන්සේගේ කැමැත්ත දැන පිළිගැනීම සඳහා අපි අපගේ හදවත් විවෘතව තබා ගන්නෙමු. උපවාස කිරීම, අපගේ යාපොවේ උනන්දුශීලීත්වයද අවධාරණය කරයි.

අප අපගේ උපවාස කිරීමේ ගුණාත්මකභාවය වර්ධනය කරන විට, අපගේ පවුල් සමග තිබෙන අපගේ සම්බන්ධතාවය වැඩි දියුණු කිරීමට අපට පිළිවන. අපට විශාල සහනදායී අධ්‍යාත්මික ආශීර්වාද සහ ඥානයද ලබා ගත හැකිය.

- අපගේ උපවාස කිරීමේ අත්දැකීම් අපට පෝෂණය කරගත හැකිවන්නේ කෙසේද?

අපගේ ජීවිතවල යම් වෙනස්වීමක් අපට අවශ්‍ය නම්, එම වෙනස ගෙන එනු ලබන කරුණු ගැන අපි සැලසුම් කර සූදානම් වී, පුහුණු විය යුතුය. මෙම මුලධර්මයෙන්ම අපගේ උපවාස කිරීම වැඩි දියුණු කරගැනීමට අපට උපකාරවත් වෙයි.

අරමුණක් සහිතව උපවාස කරන්න

අරමුණක් සහිතව උපවාස කිරීමෙන්, අපගේ උපවාසය වඩාත් අර්ථවත් කර ගැනීමට අපට පිළිවන. බොහෝ පවුල් සහ පුද්ගලයන් උපවාස කරන්නේ කුමක් සඳහාදැයි ආරම්භ කිරීමට ප්‍රථම යාපොවත් යුතුව සලකා බලති. අප (1) යමෙකුට ආශීර්වාද කිරීමට, (අල්මා 6.6 බලන්න) (2) යම් ප්‍රශ්නයක් ජයගැනීමට අවශ්‍ය අධ්‍යාත්මික ශක්තිය ලබා ගැනීමට, (3) දේව අනුග්‍රහය සහ එළිදරව්ව ලැබීමට (අල්මා 17:3 බලන්න), (4) උපකාර සහ සැනසීම ඉල්ලීමට (හෙලාමත් 9:10 බලන්න), හෝ 5 නිවසේ ආදරය සහ සමාදානය වර්ධනය කර ගැනීමට සුදුසු ලෙස කල යුතු වෙයි.

- උපවාස කිරීම සඳහා අරමුණක් තිබීම මගින් උපවාසය පහසු කරන්නේ කෙසේද? මෙම අරමුණ උපවාස කිරීමේ හේතුව වර්ධනය කරන්නේ කෙසේද? පවුල් උපවාස කල යුතු වෙනත් හේතූන් මොනවාද?

පවුල් සාමාජිකයන්ගේ උපවාසයට උපකාර කිරීම

අපගේ ළමයින්ගේ කුඩා අවධියේදී, අප ඔවුන්ට උපවාස කිරීමට බල නොකළ යුතුය. අප ඔවුන් සමඟ උවාසයේ අරමුණ ගැන කතා කර, අප උපවාසය ආරම්භ කරන විට, ඔවුන්වද යාඥාවට ඇතුළත් කර ගත යුතුය. එක් ආහාර වේලක් නොගෙන සිටීමට දැන්වීම මගින් උපවාස කිරීම ගැන ඔවුන්ට ඉගෙන ගැනීමට උපකාර කිරීමට අපට පිළිවන. බවිනිස්ම වීම සඳහා නිසි වයසට ඔවුන් පත්වූ විට සම්පූර්ණ උපවාසය රැකීමට ඔවුන් හොඳින් සූදානම්ව සිටිනු ඇත. පවුල් සාමාජිකයන්ගේ පෞද්ගලික සෞඛ්‍ය ප්‍රශ්න ගැන අප අවබෝධයෙන් සිටීමින්, ඔවුන්ට උපවාස කිරීම සඳහා මාර්ග සෙවිය යුතුය.

කුඩා ළමයින්ට වෙනමම ආහාර සපයාදීම මගින්, උපවාස කිරීමට උත්සාහ කරන පවුල් සාමාජිකයන්ට උදව් කිරීමට අපට පිළිවන. කැම රුචිය උපදවන සුවඳින් නිවස පුරවන කැම වෙනුවට, ලෙහෙසියෙන් පිළියල කල කැම බෙදාදීම සාමාන්‍ය පිළිවෙල වෙනස් කිරීමට අපට හැකිය. ඉරුදෙන කැමවේල, අපට සෙනසුරාදාව පිළියල කර ගත හැකිය. මෙය අපට ඉරුදෙන ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනයට, යාඥා කිරීමට සහ අපගේම උපවාස අරමුණු වෙනුවෙන් මැදිහත් වීමටද ඉඩ ලබා දෙයි. ළමයින්ට ශුද්ධ ලියවිලි කියවීමට, ළමයින් සමඟ කථා කිරීමට, සුභාරංචියට ඔවුන් තුළ ඇති ආදරය වර්ධනය කිරීමට අපට එම වේලාව පාවිච්චි කළහැකිය. සාමාන්‍යයෙන් කැම සඳහා ගත කරන වේලාව පිරවීමට අපට සුදුසු ක්‍රියාකාරකම් තිබේ නම්, නැතිවී ගිය කැම වේලාවල් ගැන අපගේ අවධානය අඩුවෙනු ඇත. උපවාස කාලය තුළදී අපට කුසගිනි ඇතිවුව හොත්, ආහාර ගැන සිතීමට අපි උත්සාහ නොකළ යුතු වෙමු. ඒ වෙනුවට අප සිතිය යුතු වන්නේ, අපව ආත්මිකව පෝෂණය කිරීමය. අප මෙය කරන්නේ "ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ වචනයෙන් පියවීමෙන්" (2 නිගායි 32:3) කැම කනු වෙනුවට අප ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම, මෙහෙහි කිරීම, ඇදහිලිවත්තව නොකඩවා යාඥා කළ යුතුය.

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 59:13--15 කියවන්න. අපගේ උපවාසය අවසන් කිරීම සඳහා ආහාර සූදානම් කිරීමේදී අපගේ ආකල්පය කුමක් විය යුතුද? මෙම ශුද්ධ ලියවිල්ල මගින් ලබාදී තිබෙන අවවාදය අනුගමනය කිරීම මගින් අපගේ ආත්මික භාවය වැඩි දියුණු වන්නේ කෙසේද?

යාඥාවෙන් යුතුව උපවාස කරන්න

අපගේ උපවාස කිරීම අප නිතරම ආරම්භකල යුත්තේ යාඥාවක් සමගින්ය. එම අවස්ථාවේදී, අපගේ උපවාසය සම්පූර්ණ කර ගැනීමට අපට ශක්තිය ලබා දෙන ලෙස ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගෙන් අපට ඉල්ලීමට හැකිය. උපවාසයට අපතුළ ඇති කැමැත්ත, අපගේ උපවාසයේ අරමුණ, සහ අපට එහි ඇති වැදගත්කම ගැනද අප ප්‍රකාශ කළ යුතු වෙමු. අවශ්‍ය ආශීර්වාද ලබා ගැනීමට උපකාරවත්වන ලෙසද අපි ඉල්ලිය යුතු වෙමු.

උපවාසයේ අරමුණ සම්බන්ධ ඇදහීම ක්‍රියාත්මක කරමින්, අපගේ උපවාසය යාඥාවක් සමගින් අපි අවසන්කල යුතු වෙමු. අප සමඟ උපවාසයේ යෙදෙන අන් අයගේද අරමුණ එක සමානනම්, අප සැම දෙනාම යාඥාවේදී එක්සත් විය යුතුය. උපවාසයේ අධ්‍යාත්මික ආශීර්වාදවලින් සතුටුවීමට කැමැත්ත දැක්වූ, කීකරු ශක්තිමත් ළමයින් වෙනුවෙන් අපි කෘතඥතාවය පළ කළ යුත්තෙමු.

- පවුලේ සාමාජිකයන් සියලු දෙනාගේම උපවාස කිරීමේ ආත්මික බව වැඩි දියුණු කිරීමට අපට නිවසේදී කල හැකි දේවල් මොනවාද?

උපවාස කිරීම බලයේ උල්පතය

අපට ප්‍රශ්න ඇතිවන විට, අපට නිතරම වාගේ අමතර ශක්තියක් අවශ්‍ය වෙයි. පුප්කවරය දරන අය, ඔවුන්ගේ පුප්ක බලය පාවිච්චි කිරීමේ හැකියාව දියුණු කිරීමට නිතරම උපවාස කරති. අප පුප්ක ආශිර්වාද සොයන විට, උපවාස කිරීම මගින් මෙම මූලධර්මය යෙදවීමට අපට පිළිවන. දෙමව්පියන්ගේ උපවාස කිරීමේ බලය සම්බන්ධව, වැඩිමහල් මැතිවි කවිලි විසින් මෙම පහත සඳහන් කතාව කියවේ.

"වර්ෂයකට මදක් වැඩි කලකට පෙර කුඩා දරුවකු වඩාගත් යුවලක් මගේ කන්තෝරු කාමරයට පැමිණියේය. පියා මා අමතා මෙසේ කීවේය. මගේ බිරිඳත් මමත් දින දෙකක් උපවාස කර අපගේ කුඩා පිරිමි දරුවාට ආශිර්වාදයක් ලබා දීම වෙනුවෙන් රැගෙන ආවෙමු. අපට එවනු ලැබූයේ ඔබ හමු වීමටය.

"ඔහුට සිදුව ඇත්තේ කුමක්දැ"යි මම ඇසුවෙමි.

"ඔව්හු මෙසේ කීහ. ඔහු උපතින් අත්බයෙකි. බිහිරිය, ගොළුය. ඔහුගේ මාංශ පේශිවල සම්බන්ධ කමක් නැත. අවුරුදු පහේදීවත් බඩගා යෑමට නොහැකි වයි. මෙය සත්‍යයක් යැයි මම මටම කියා ගත්තෙමි. මෙවැන්නන් උපවාස කිරීමෙන් සහ යාප්‍රා කිරීමෙන් තොරව පැමිණෙන්නේ නැත. එම දෙමව්පියන්ගේ උපවාස කිරීම සහ යාප්‍රා කිරීම ගැන විශ්වාසයක් මට තිබිණි. මා එම දරුවාට ආශිර්වාද කර සති කිහිපයකට පසුව මට ලිපියක් ලැබිණි. කවිලි සොහොයුරු, ඔබ දැන් අපගේ කුඩා පිරිමි දරුවාට දකින්නේ නම් මැනවයි අපි සිතමු. ඔහු දැන් බඩගාගෙන යයි. අප පොළොව දිගේ බෝලයක් විසිකල විට, ඔහු සිය අත්වලින් හා දණහිස් වලින් එය පසුපස හඹා යයි. ඔහුට පෙනීම ඇත. ඔහුගේ හිසට ඉහළින් අපි අත්පොලසන් ගසන විට ඔහු උඩ පනියි. ඔහුට ඇසීමට හැකිය. වෛද්‍ය විද්‍යාව අත්හැර දැමූ බර දෙවියන් වහන්සේ බාරගෙන ඇති සේක. (Miracles, Brigham Young University Speeches of the Year (18 පෙබරවාරි 1953), 8)

- දූෂ්‍ය මාධ්‍ය 6-අ පෙන්වන්න. "එස්තර් තම ජීවිතය පරදවට තබා, උපවාසයේ යෙදී, රජු ඉදිරියට ගියා"

ධර්මිෂ්ඨ කාන්තාවකට, කීකරුව පිවත්වීම තුලින්, ඇයට සහ ඇයගේ පවුලට පමණක් නොව මුළු මහත් ජාතියකටම ආශිර්වාද කළ හැකිය. එවන් සුන්දරත්වයකින් පිරිපුන් කාන්තාවකවූ එස්තර්ගේ කතාව පරණ පෙස්තර්මේන්තුවෙන් කියවේ. යුදෙව් ජාතික එස්තර්, පර්සියානු රජතුමාගේ අනුග්‍රහය ලබා, ඔහුගේ බිරිඳ වූවාය. එම රාජ්‍යයේම හේමන් නමින් බලවත් මිනිසෙකු සිටි අතර, ඔහු එස්තර්ගේ ඥාති සොහොයුරෙකු වන මෝඩිකායිගේ උග්‍ර සතුරෙකුද විය. මෝඩිකායි ඔහු ඉදිරියේ හිස නැමීමට අකමැතිවූ හෙයින් හේමාන් සියලුම යුදෙව්වරුන් මරා දැමීමට සැලසුමක් ක්‍රියාත්මක කළේය. මෙම දුක්මුසු පුවත මෝඩිකායි දැනගත් විට, ඔහු එස්තර්ට පණිවුඩයක් යවා රජතුමා ඉදිරියට ගොස්, ඔහුගේ ආරක්‍ෂාව පතන ලෙස ඇයගෙන් ඉල්ලුවේය. එස්තර් නීතිය පැහැදිලි කොට මෙසේ පිළිතුරු යැවීවාය. අඩ ගසනු නොලැබ ඇතුළු මළුවට රජු වෙතට ඇතුළු වෙන කොයි පුරුෂයෙකු වුවද, සත්‍රියක වුවද, නොනස්නා පිණිස රජු එ ඇය දෙසට රන් ජය කොන්තය දිගු කළොත් මිස, නැත්නම් ඔහු ගැන ඇත්තේ එකම නියමයක් බව, එනම් ඔහු මැරිය යුතු බව රජුගේ සියලුම සේවකයෝද, රජුගේ රටවල සෙනගද දැනිති. ඇරත් රජු ලගට යන්ට දැනට තිස්දවසකින් මම කැඳවනු නොලැබීමයි කියා මෝදෙකයිට කියන්ට අණ කළාය. (එස්තර් 4:11) මෝඩිකායි පිළිතුරු යවමින් එස්තර් කටයුතු කලේ නැතිනම්, ඇයගේම පවුලේ අය ඇතුළුව හැම දෙනාම මරා දමනු ඇති බව කීවේය.



6-අ. එස්නර්, නම ජීවිතය පරදුවට නබා උපවාසයේ යෙදී රජු ඉදිරියට ගියාය.
Providence Lithograph Company

එස්තරට ඇයගේ වගකීම අවබෝධ විය. ඇය පිළිතුරු යවමින් "ගොස් ළ-එන්හි සිටින සියළුම යුදෙව්වන් රැස් කරවා, මා උදෙසා ඔවුන් සමඟ රැ, දවල්, දවස් තුනක්ම නොකා නොබී, නිරාහාරව සිටින්න කියන්න. මමත් මාගේ සේවිකාවෝත් එසේම නිරාහාරව ඉන්නෙමුව: එවිට නීතියට එකඟ නැති නමුත් මම රජු ලඟට යන්නෙමි. මා නැති වුණොත් නැති වුනාවේ" කියා කියන්නට කීවාය (එස්තර 4:16) එස්තර ඇයගේම ජීවිතය පරදවට තබා උපවාස කොට රජු ඉදිරියට ගියාය. රජතුමා ඇයගේ ජීවිතය බේරා ගෙන, ඇයට ලඟා වීම සඳහා ජය කොන්නය දිගු කළේය. ඇය ඇයගේ ජීවිතය සහ මෙම ප්‍රශ්නය ස්වාමීන් වහන්සේගේ හස්තය මත තැබූ බැවින්, ඇයට ගැලවීම ලැබිණි. යුදෙව්වන්ට තම තමන් ආරක්‍ෂා කරගනිමින් ජීවත් විය හැකි බව රජතුමා ප්‍රසිද්ධ කළේය. (එස්තර 5:2, 8:10--11 බලන්න)

- එස්තරගේ සහ අන් අයගේ උපවාස කිරීම මගින් ඇයට ශක්තිය සහ බෙරුණය ලබා ගැනීමට හැකිවූයේ කෙසේද? ඔබගේ ජීවිතයට ශක්තිය සහ බෙරුණය අවශ්‍ය වන්නේ කුමන අවස්ථා වලදීද? උපවාස කිරීම ඔබට උදව් වන්නේ කෙසේද?

අවසානය

උපවාස කිරීම මගින් ආත්මික ශක්තිය ලැබෙන්නේ කීකරුකම හා ඇදහිල්ල තුළින්ය. අප අපගේ ඇදහිල්ල ක්‍රියාත්මක කරමින් උපවාසය සහ යාඥාවේ යෙදෙන විට, අපට අවශ්‍ය අමතර බලය ලැබීමට අප ආශීර්වාදිත විය හැකිය. අප උපවාස කරන විට, අපගේ සාක්ෂිවල ශක්තිය වැඩිවනු ඇත. උපවාස සහ සාක්ෂි රැස්වීමේදී, ඒවා බෙදා ගැනීමට කැමැත්ත අප තුළ ඇති වනු ඇත. සුභාරංචියට අපගේ ඇති ආදරය ගැන අපගේ ප්‍රමයින් තුළ ප්‍රතිමක සහ හැඟීමක ඇති වීමෙන් ඔවුන්ද ආත්මික වශයෙන් දියුණු වනු ඇත.

අභියෝගය

උපවාසය සඳහා ඔබ සූදානම් වන අන්දම සහ උපවාස ඉරුදින ඔබ කටයුතු කරන ආකාරය ගැනද පරීක්‍ෂා කරන්න. ඔබගේ නිවසේ පවතින ආධ්‍යාත්මික භාවය දියුණු කිරීමට උත්සාහ කරන්න. සාර්ථක රැස්වීමකට, ආකල්පය සහ සූදානම් වීම කෙතරම් වැදගත් වන්නේ දැයි මතක තබා ගන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- මතෙව් 6:16--18 (උපවාස කරන අන්දම)
- ලුක් 2:37 (උපවාසයෙන් සහ යාඥාව තුළින් සුවපත් කිරීම)
- මොසායා 27:22--23 (උපවාසයෙන් සහ යාඥාව තුළින් සුවපත් කිරීම)
- අල්මා 5:46 (උපවාසයෙන් සහ යාඥාව තුළින් එළිදරව්)

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුලධර්ම 25 වෙනි පරිච්ඡේදය "උපවාස කිරීම" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. සුවිශේෂක මුලධර්ම 25 වෙනි පරිච්ඡේදය මිනිත්තු තුනක් නිරීක්‍ෂණය කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.
3. ඔබ ප්‍රියකරන ඕනෑම කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ගෞරවය

7 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, ගෞරවකීර්ම පිළිබඳව අපගේ පවුලේ අයට ගුණාත්මක සහ අප තුළ ඇති ගෞරවය දියුණුකර ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

ගෞරවය වනාහි ආත්මික ගුණාංගයකි

- ලෙවී කතාවේ 19:30 පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණුලෑල්ලේ සඳහන් ශුද්ධ ලියවිල්ලට යොමුවන්න.

නූතන අනාගත වක්තෘවරු, ගෞරවය ගැන අපට උපදෙස් දී ඇත. ඩෙව්-ඩී. ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ ප්‍රකාශ කළේය. "මා ගෞරවය පිළිගනු ලැබුවේ ආත්මයේ ඇති ගුණාංගයක් ලෙසය" (in Conference Report, ඔක්, 1951, 179--80).

ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපතිතුමා විසින් සහා සාමාජිකයන් උදෙසා මෙම පහත සඳහන් පාඨය ලියා ඇත.

"අපි බොහෝසේ ආශිර්වාදිත ජනතාවක් වෙමු. ස්වාමීන් වහන්සේ අපට සැම දෙයක්ම ලබාදී ඇත. යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සුභාරංචිය, ආලෝකය, පුජකවරය, බලය, පොරොන්දු, ගිවිසුම්, දේවමාළිගා, අපගේ පවුල්, සත්‍යය ඒවා අතර වෙයි. අපි පොළොවේ ජීවත් වන ප්‍රීතිමත්ම ජනතාවද වෙමු. වඩාත් ගෞරවනීය ජනතාවද, අපි විය යුතු වෙමු. නමුත් මෙහිදී මා කල්පන කරනුයේ, සැම පුද්ගලයෙකුම සහ සැම පවුලකුම තම තමන් ගැන සිතා බැලිය යුතු බවයි. අප ගෞරවනීය ජනතාවක්ද? නිවසේ සහ සභාවේ අපගේ කටයුතු තුළින් අපගේ මැවුම්කරුවාගෙන් හට ගෞරවයක් පෙන්වන්නේද?

"සමහර අවස්ථාවලදී අපි පුදුම වන්නෙමු. අප සහභාගිවන සකුමේන්තු රැස්වීම් හා සම්මන්ත්‍රණ වලදී ප්‍රමුඛ පුටු පේලි අතර අවහිරවන ලෙස ඇවිදිති. දේව මෙහෙය කාලය තුළදීත් වැඩිහිටි අය ඔවුන්ගේ අසල්වැසියන් හා සාකච්ඡාවල යෙදෙති. සමහරු කිරා වැටෙති. තරුණ අය විවේක ශාලා වල රැස්වෙනු අපි දැක ඇත්තෙමු. ප්‍රමාදවී පැමිණෙන සමහර පවුල් ශබ්ද නගමින් පුටුවල වාඩි වෙයි. රැස්වීමෙන් පසුව දේවස්ථානය තුළ කණ්ඩායම් වශයෙන් ශබ්ද නගා කථාවේ නිරත වෙනුද, අපි දකිමු.

"සොයා බලන්නත්, මිතුරන් සහ තම සාකච්ඡා බිඳ වැටී වර්ධනය කරගන්නා අය වෙතද අපගේ සිතුවීම් දිව යයි. අපගේ රැස්වීම්, විය යුතු පරිදිම ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය, අපගේ හඳුන්වන තුළ රජකරන, හඳුන්වන කාවදිත බලවත් ධර්මදාන මෙවලමක් වන්නේද? නැතිනම් ජීවත්මය අත්විඳීමට, ප්‍රථමයෙන්ම අපි අපගේ අනවශ්‍ය ව්‍යාකූලතාවයන් අවහිර කළ යුතු වේමිද?

"අපි ගෞරවය පරීක්ෂා කරමු. එහි අර්ථය සහ පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන්ගේ ජීවිත වලට එහි වැදගත්කම පමණක් නොව අපගේ ළමයින්ට ගෞරවය ගැන ගුණාත්මක සහ අපගේ කටයුතු



7-අ දේවස්ථානය තුළදී අප ගෞරවන්නීන් වෙමින්, ගෞරවන්නීන් විමට අපගේ ළමයින්ටද ඉගැන්විය යුතුය.

දියුණු කරගැනීමට හැකි යම් මාර්ගයන්ද සොයමු.

ගෞරවය යන්නෙහි අර්ථය සහ එහි ඇති වැදගත්කම

"ගෞරවය විග්‍රහ කර තිබෙන්නේ, යම් කිසි පුද්ගලයෙකු වෙනුවෙන් පවතින ගැඹුරු ආචාරශීලිත්වය ආදරය සහ ගරුභාවය බවින් යුත් ආකල්පයක් මුහුණ ගැසීමකි. ගෞරවය යන්නෙහි අර්ථය වෙනත් අන්දමකින් ප්‍රකාශ කරන්නේ නම්, එය දෙවියන් වහන්සේට හකුණු වීම වශයෙන්ද විග්‍රහ කළ හැකිය.

අපගේ බොහෝ මූලිකවරුන් ගෞරවය සම්බන්ධව ප්‍රකාශ කොට ඇත්තේ, අපගේ ආත්මයේ එක් උසස් ගුණාංගයක් වන එහි දෙවියන් වහන්සේට හා උන්වහන්සේගේ ධර්මභේදිතාවය කෙරෙහි සැබෑ ඇදහිල්ලද, උසස් සංස්කෘතිය සහ ජීවිතයේ සියුම් දේවලට ඇති ආදරය එහි ඇතුළත් වන බවද පෙන්වා දෙමිනි.

"දෙවියන් වහන්සේට ගෞරව කිරීම

නූතන ඵලදාවේ තුළින් ගෞරවය යන්නෙහි අර්ථය සහ වැදගත්කම ගැන තේරුම් ගැනීමට ස්වාමීන් වහන්සේ අපට උපකාරී ඇති සේක.

"එවන් එක් අවස්ථාවකදී පෙන්වාදී තිබෙන පරිදි, පියාණන්ට හා පුත්‍රයාණන්ට දක්වන ගෞරවය වනාහි සෛලෝජීය ලෙස රාජ්‍යය අත්කර ගන්නන් හට අනන්‍යවශ්‍ය සුදුසු කමක් හෝ ගුණාංගයක් බව පෙනෙන්නට තිබේ. ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 76 වන කොටසේ, සඳහන් පරිදි 1832 පෙබරවාරියේ ජෝසප් ස්මිත්ට සහ ස්මිත් ඊශ්වර්ගට ලබාදුන් "දර්ශනය" යන්නෙහි අපි මෙලෙස කියවමු.

"තවද අපි සෛලෝජීය ලෙස මගිමය දුටු වෙමු. එහි හැම දෙයකම... විශිෂ්ඨත්වයට පමුණුවයි. එහි දෙවියන් වහන්සේ පියාණන් වහන්සේ, සඳාකාලයෙන් සඳාකාලයටම උන්වහන්සේගේ සිංහාසනයෙහි රජ කරන සේක.

"උන්වහන්සේගේ සිංහාසනය ඉදිරියේ සෑම දෙයකම නිහතමානීව, ගෞරවයෙන් යුතුව හිසනමා, උන්වහන්සේට සඳාකාලයෙන් සඳාකාලයටම මගිමය ලබා දෙයි.

"උන්වහන්සේ අභිමුඛයේ පැවතෙන්නන් වනුයේ ප්‍රථම සභාතොමෝය: උන්වහන්සේ වෙතින් පුරුණත්වය සහ අනුග්‍රහය ලැබූ ඔවුන් එදා සිටි ලෙසම පෙනේ, හැඳින්වූ පරිදීම ඔවුන් හැඳින්වෙයි.

"තවද උන්වහන්සේ විසින් ඔවුන් හැම දෙනාම බලයෙන්ද, ශක්තියෙන්ද, ආධිපත්‍යයෙන්ද එක සමාන කරන සේක. (ඕ සහ සී 76-92--95)

"දෙවියන් වහන්සේගේ නාමයට ගෞරව කිරීම

තවත් නූතන ඵලදාවේ මගින් දෙවියන් වහන්සේගේ නාමයට වුවද, ගෞරවය පුද කිරීමට අප යොමු කරවයි. පියාණන් වහන්සේගේ නාමය කෙළෙසීම නොකරන ලෙසත්, එය නිතරම පාවිච්චි කිරීමෙන්ද වළකින ලෙසත් අපට ප්‍රකාශ කොට ඇත. (ඕ සහ සී 107-24)

මෙහිදී දස පණතින් එකක් මෙලෙස සඳහන් කරන බව අපි අප හටම මතක් කර දිය යුතු වෙමු.

"තාගේ දෙවිවූ ස්වාමීන් වහන්සේගේ නාමය නිකරුණේ ව්‍යවහාර නොකරව: මක්නිසාද ස්වාමීන් වහන්සේ තමන් නාමය නිකරුණේ ව්‍යවහාර කරන තැනැත්තා නිවැරදිකාරයෙකු කොට ගන්න නොගන්නා සේක" (නිකමයාම 20:7)

"දෙවියන් වහන්සේට සහ උන්වහන්සේගේ නාමයට ගෞරව කිරීම, අපට වර්ධනය කළ හැකි ඉතා වැදගත් එක් ගුණාංගයක් බව ඒ අනුව පෙනේ.

“ස්වාමීන් වහන්සේගේ ගෘහයට ගෞරව කිරීම

නූතන ඵලදුරුවකින් තුමින් ස්වාමීන් වහන්සේ පෙන්වාදී තිබෙන, තව දුරටත් ඉතාමත් වැදගත් කරුණක් වනුයේ, අප උන්වහන්සේගේ ශුද්ධවූ ගෘහයට නිසිලෙස ගෞරව කළ යුතු බවයි. ජෝසෆ් ස්මිත් තුමාට ලබාදුන් කර්ට්ලන්ඩ් දේව මාළිගාව කැප කිරීමේ යාඥාව වශයෙන් හඳුන්වන වැදගත් ඵලදුරුවකින් පෙන්වාදී තිබෙන්නේ දෙවියන් වහන්සේ වෙනුවෙන් ගොඩනගන ලද අනෙකුත් සියලුම ශුද්ධ දේවමාළිගාසේම, මෙසඳු, උන්වහන්සේට ගෞරව කරන ස්ථානයක් විය යුතු බවය. (සී සහ සී 109:13, 16--21)

ඉතාමත් සත්‍ය ලෙසම ප්‍රකාශ කරනවානම්, සභාවේ ශුද්ධවූ දේව මාළිගා සම්බන්ධ එම ප්‍රකාශය "ස්වාමීන් වහන්සේගේ සෑම ගෘහයකටම, එය රැස්වීම් ශාලාවක් වුවද, නැතිනම් එය ශුද්ධ වන්තයන් නමස්කාර කරන වෙනත් ස්ථානයක් වුවද, නැතහොත් ඇත්ත වශයෙන්ම ඕනෑම පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන්ගේ ගෘහයකට වුවද එකසේ බලපවත්වයි.

“ගෞරවයට සතුට ඇතුළත් වෙයි

සුභාරංචියේ අනෙකුත් මුලධර්මයන් මෙන්ම, ගෞරවය ජීවිතය වැඩිවීමට මග පෙන්වයි.

"ගෞරවය වනාහී, ඉරැදිනවල අපි ක්‍රියාත්මක කරන තාවකාලික හැසිරීම මෙන් කණගාටුදායක දෙයක් නොවන බව මතක තබා ගත යුත්තෙමු. සැබෑ ගෞරවයට, සතුට මෙන්ම, ආදරය ගරුත්වය කෘතඥතාවය හා දේවබිය ඇතුළත් වෙයි. සුවර්ත ගුණයක් වන එය අප ජීවිතයේ කටයුතුවල අංගයක් විය යුතුය. ඇත්ත වශයෙන්ම, පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන් මුළු ලෝකයේම ගෞරවණීය ජනතාවක් විය යුතුය.

“ගෞරවය සහ නිවස

"එසේනම් ගෞරවය ආරම්භ වන ස්ථානය කුමක්ද?

"අනෙකුත් සෑම දේවමය ගුණාංගයක් සේම, ගෞරවයට කේන්ද්‍රස්ථානය වන්නේද නිවසය.

යාඥා කිරීමට ළමයින්ට ඉගැන්වීමේ වැදගත්කම ගැන අවධාරණය කිරීමට මට ඉඩ දෙන්න. ස්වර්ගයේ වැඩසිටින අපගේ පියාණන් වහන්සේ ඇමතීමේදී, අපගේ කුඩා ළමයින් ඔවුන්ගේ හිස් පහන් කරන්නේත්, ඔවුන්ගේ අත් නමා ගන්නේත්, ඔවුන්ගේ ඇස් වසා ගැනීමට පුහුණු වන්නේත්, පුද්ගලිකව සහ පවුලේ යාඥාවල යෙදෙන අවස්ථාවලදීය. නිවසේ හැසිරීමෙන් ලද පුහුණුව, සභා රැස්වීම්වල හැසිරීමද නිශ්චය කරයි. නිවසේදී යාඥා කිරීමට පුහුණුව ලැබූ ළමයා, වන්දනා මෙහෙයන්හි යාඥා කාලය තුළදී නිහඬව, නිශ්චලව සිටිය යුතු බවද තේරුම් ගනියි.

"එ අන්දමින්ම, පවුලේ නිවාස සන්ධ්‍යාවන්, අපගේ නිවාස දිවියේ කොටසක් වන විටදී, අප අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ ගැන ඉගෙන ගන්නා විට සහ හැම කෙනෙකුටම ඉතා හොඳින් හැසිරීමට අවශ්‍යවූ විට, සභාවේ පමණක් නොව, නිවසේදී විශේෂිත අවස්ථාවන් තිබෙන බව ළමෝ දැන ගනිති.

"සංගීතය ළමයින්ට විශේෂ සාමාන්‍යයකි. සභාවේදී නිතරම ගායනා කරන ගීතිකාවන්, නිවසේදීත් පුරුද්දක් බවට පත්විය හැකිය. දෙමව්පියන් ඔවුන්ට නිවසේදී සරළ ගීතිකා ඉගෙන ගැනීමට

උපකාර කරන්නේ නම්, කුඩා ළමයින්ට විශේෂයෙන්ම ප්‍රයෝජනවත් විය හැක. මේ අනුව සක්‍රමේන්තු සහ අනෙකුත් සභා රැස්වීම්වලදී ගායනා කිරීමට ළමෝ මහත් ආශාවකින් බලාපොරොත්තු වෙති.

“සභාවේදී ගෞරවය දැක්වීම

“ඇත්ත වශයෙන්ම දෙමව්පියන් ඔවුන්ගේ දරුවන්ද සමග ඉරාදින සභා රැස්වීම් වලට පැමිණිය යුතුය.

“සභා රැස්වීම් වලට සුදානම් වීම සතුව දනවන පවුලේ අත්දැකීමක් බව ස්ථිර කර ගැනීමට පියා සහ මව එක්ව කටයුතු කළ යුතුය. අවසාන මිනිත්තුවේදී, ළමයින් එකතු කිරීමට කලබල වීම, ඇදුම් ඇඳීමට සහ රැස්වීමට ඉක්මන වීම ගෞරවයට හානිදායකය.

“පවුල්වල අය මෙම ක්‍රමය පුරුදු වූ විට, සභාවට නිතරම ප්‍රමාදවී ශාමට ඔවුන්ට සිදුවෙයි. වාද, මෙන්ම නිතරම වේදනාකාරී හැඟීම්ද ඇති වෙයි. තවද ළමයින් පවා සභාරැස්වීම් වලදී, නිතරම කලබලයෙන් හා අවිනිතව පසුවෙයි. සභා රැස්වීම්වලට කල්වේලා ඇතිව සුදානම් වන, සභා රැස්වීම් ආරම්භවීමට ප්‍රථම කල්වේලා ඇතිව දේවස්ථානයට පැමිණෙන, හා සංගීතයේ ආරම්භක අවස්ථාව ඇසීමට එකට හිඳගනිමින් ලෞකික ඕනෑකම ඔවුන්ගේ හිත් වලින් ඉවතට දමන පවුල කෙතරම් ගෞරවනීය වන්නේද.

“කුඩා ළමයින් සමග පැමිණෙන දෙමව්පියන් හට සමහර අවස්ථාවලදී, ඔවුන්ගේ කුඩා ළමයින්ට රැස්වීම් අගය කිරීමට හා ශබ්ද කිරීම් ඇති කිරීමෙන් ඔවුන් වැළැක්වීමට උදව් කිරීමේදී අසීරුතාවයන් ඇතිවේ. දැඩි උත්සාහය, දැඩිබව හා නිවසේදී සුදානම්වීම යන දේවල් සඵලත්වයේ අංගයන් වෙයි. සභාවේදී ඔවුන්ගේ දරුවන් හසුරුවා ගැනීම ගැන ඔවුන් ව්‍යාකූලවූ විට තරුණ දෙමව්පියන්ට කොට්ඨාශයේ සිටින වඩාත් පළපුරුදු යුවළකගෙන් උපදෙස් සෙවිය හැකිය.

“රැස්වීම්වලට ප්‍රථමයෙන් හා පසුව සභා සාමාජිකයෝ නිතරම සුභ පැතුම් හුවමාරු කර ගැනීමට සභාව තුළදී රැස්වෙති. ගරුසරු නොමැති වීම, හිතාමතාම කරන්නක් නොවන බවම පෙනීමට තිබෙන කරුණු වන්නේ, අප හිතවත් අය බැවින් එකිනෙකා මුණගැසීමටත්, මිත්‍රත්වය පවත්වා ගැනීමටත්, මිනිසුන් හමුවීමටත් සබඳ දිනය පහසු දිනයක් වීමය. දෙමව්පියන් ඔවුනොවුන් මුත ගැසීම විවේක ශාලාවේ හෝ දේවස්ථානයෙන් පිටත ප්‍රදේශවලදී රැස්වීම් වලට ප්‍රථම හෝ පසුව යොදා ගැනීම මගින් සිය පවුල් වලට ආදරයක් ලබා දිය යුතුය. සභා රැස්වීමෙන් පසුව, යම් කිසි සිතිවිල්ලක්, ගායනා කළ ගීතයක් හෝ රැස්වීමේදී සිදුවූ වෙන යම් නිශ්චිත ක්‍රියාවක් නිවසේදී සාකච්ඡා කිරීම මගින් දේව මෙහෙයේ ජීව බලය නිවසට රැගෙන ශාමට උපකාරී වීමට දෙමව්පියන්ට පිළිවන.

“ගෞරවය වැඩි දියුණු කර ගැනීමට උත්සාහ ගැනීම

“අපි ගෞරවයෙහි වැදගත් කම හා එහි අදහස ගැනෙද මදක් විභාග කොට ඇත්තෙමු. එමෙන්ම නිවසේදී හා සභාවේදී ද ගෞරවය දියුණු කිරීම ගැන යෝජනා කිහිපයකද අපි ඉදිරිපත් කර ඇත්තෙමු. කෙසේ වුවද මිනිසුන්ගේ ක්‍රියාවල සැබෑ වර්ධනය ලැබෙන්නේ, පළාත්බද නායකයන් සහ පවුල්, ගෞරවය සම්බන්ධ තම නිශ්චිත ප්‍රශ්න ජය ගැනීම ගැන එකට එක්ව දරන උත්සාහයන් මතය. ගෞරවය වර්ධනය කරන ගැනීමට... මුළු සභා කාලය තුළම අපි උත්සාහ දරමු.

“සැබෑ ගෞරවය අත්‍යවශ්‍ය ගුණාංගයක් වන නමුත්, උෂ්ඨ බලවේග ව්‍යාප්ත වී යන බැවින්, එය බොහෝ ඉක්මනින් ලෝකයෙන් නැතිවී ශාමට පවා ඉඩ තිබේ. ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සත්‍ය සභාවේ කෝටි සංඛ්‍යාත සාමාජිකයන් ගෞරවාන්විත හැසිරීමේ අනුරූපයක් ලෙස සේවය කලද, යහපත

වෙනුවෙන් අපට ලබා ගත හැකි බලය ගැන අංග සම්පූර්ණ අවබෝධයක් අපට ලබාගත නොහැකිය. අපට ස්පර්ශ කළ හැකි බොහෝ අමතර ජීවිත ගැන අපට සිතා ගත නොහැකිය. අපගේම පවුල් වල පවත්නා විශාල ආත්මික ඝට්ටනය ගැන අපට කලින් දැක ගැනීමට නොහැකි වුවත්, අප විය යුතු සේම ගෞරවනවිත පුද්ගලයන් බවට පත්වීමද, සමහර විට වඩාත් වැදගත් වේ. එමෙන්ම අපගේ ජීවිතවල ගෞරවය උසස් ලෙස වර්ධනය කර ගැනීමට කටයුතු කර ගැනීමට අපට හැකි බව මගේ සාදාදායී (We Should Be a Reverent People (පත්‍රිකාව, 1976), 1-4)

- සභා රැස්වීම්වල සතුට භුක්ති විඳිමින් වඩාත් ගෞරවනීය වීමට දෙමව්පියන් තම ළමයින්ට උපකාර වන්නේ කෙසේද? පංති සාමාජිකාවන් ප්‍රතිචාර දැක්වීමෙන් පසුව පහත සඳහන් යෝජනා කියවීමට යම් අයෙකු පත් කරන්න.

“ගෞරවය ගැන ඉගැන්වීමට දෙමව්පියන්ට යෝජනා

“සභා රැස්වීම්වලදී තම ළමයින් සතුටින් සිටීමට උපකාරවත් වීමට දෙමව්පියන්ට හැකි ක්‍රම”

1. ඉරාදින පාසලට සහ සකුමේන්තු රැස්වීම් වලට තම දරුවන් සමග සහභාගි වීමෙන්”
2. සභා රැස්වීම්වලට සුදානම්වීම් ප්‍රසන්නව සහ කලබලයකින් තොරව කීරීමෙන්”
3. සභා රැස්වීම් ආරම්භ වීමට මිනිත්තු පහකට හෝ දහයකට ප්‍රථම පැමිණීමෙන්.
4. පවුලක් සේ එක්ව හිඳගැනීම මගින්”
5. රැස්වීමෙන් පසුව කථාවක්, පණිවුඩයක්, ගීතයක් හෝ වෙනයම් රැස්වීමේ ක්‍රියාදාමයක් සාකච්ඡා කිරීමෙන් (ස්පෙන්සර්, ඩබ්ලිව්. ක්‍රිමබල් We Should Be a Reverent People, 4).

- දූෂ්‍ය ආධාර 7-අ පෙන්වන්න “දේවස්ථානය තුළදී අප ගෞරවනීය වෙමින් ගෞරවයෙන් යුතුව සිටීමට අපගේ දරුවන්ටද ඉගැන්විය යුතුය.
- කුඩා ළමයින්ට අප ගෞරවය ගැන උගන්වන්නේ කෙසේද? පංති සාමාජිකාවන් ප්‍රතිචාර දැක්වීමෙන් පසුව පහත සඳහන් යෝජනා යම් කෙනෙක් ලවා කියවන්න.

“කුඩා ළමයින් සිටින දෙමව්පියන් උත්සාහ කළ යුතු කරුණු....”

1. සිදුවන දෙය ගැන තේරුම් ගැනීමට ළමයින්ට උපකාර කිරීම.”

“තරුණ ළමයින්ට පාට කිරීමේ පොතක් හෝ වැඩ සටහන් පොතක් දීම මගින් නියැලීමට සිටීමට ඔවුන්ට හැකියාව ලැබෙනු ඇත. නමුත් රැස්වීම් ගැන තේරුම් ගැනීමට හැකි තරම් දුරට ඔවුන්ට උපකාර කිරීම වැදගත්ය. කොට්ඨාශයේ කටයුතු හෝ කථිකයාගේ පණිවුඩය ගැන විටින් විට සෙමෙන් කරුණු කියා දීම මගින් සිදුවන කරුණු පිළිබඳව ළමයාට කියා දීමට උපකාරවත් විය හැකිය. උදාහරණයක් වශයෙන් පියාට මෙසේ කොදුරා කිව හැකිය. දැන් කථා කරන්නේ ගෝඨිගේ පියාය. එය පුරෝගාමීන් ගැන කථා කරමින් සිටී.

2. ගීතවලට අවධානය යොමු කරන්න”

“රැස්වීමේදී ළමයින් හට වඩාත් සතුටු විය හැකි අංගයක් වනුයේ ගානගනා කිරීම විය හැකිය. නිවසේදී සරළ ගීතිකාවක් ගායනා කිරීම මගින් හා එවා ළමයාට ඉගැන්වීම මගින් ගීතිකා වලට ඇති ළමයාගේ උනන්දුව වැඩි කරන්න. ඉදිරි රැස්වීම් වලදී ගායනා කරනු ලබන ගීතිකාවල ලයිස්තුවක් සැපයීමට කොට්ඨාශයේ සංගීත අධ්‍යක්ෂක වරයාට හැකිවනු ඇත.

"3. නිවසේදී, ප්‍රාථමිකයෙහි සහ ඉරුදින පාසලේ ඉගෙන ගත් වාරිත්‍රයන් ශක්තිමත් කරන්න.

"ආසන කාලය තුළදී, ළමයින්ගේ අත් නවාගෙන, හිස් නමා ගැනීමටත්, සක්‍රමේන්තු වේලාවේදී නිශ්ශබ්දව වාඩිවී සිටීමටත් මතක තබා ගැනීමට ළමයින්ට උදව් වන්න. රැස්වීම් කාලය තුළදී ප්‍රධි පේලි අතර ක්‍රීඩා කිරීම හෝ දේවස්ථානය තුළ ඔබ මොබ ඇවිදීමද අවිනිත බව ළමයින් තේරුම් ගත යුතුය.

"4. ආදර්ශයක් තබන්න.

"අවශ්‍ය වූ විටදී කොඳුරා කීමෙන් පමණක් අදහස් ප්‍රකාශකරමින් හා ළමයින්ටත් එලෙස කටයුතු කිරීමට බෙදාහැර දෙමින්, සහ රැස්වීම් වලදී සැලකිලිමත් බව පෙන්වා ගතහැකි ආදර්ශයක් තබන්න.

"5. ළමයි රැස්වීම් වලට සූදානම්බව සහතික කරගන්න.

"විවේක ශාලාවට සහ ජල තටාකයට යාම කල යුත්තේ රැස්වීම් ආරම්භ වීමට ප්‍රථමයෙන්ය (ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් **We Should Be a Reverent People**, 4-5).

අවසානය

අප ගෞරවනීය වන විට, අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේට සහ උන්වහන්සේගේ පුත්‍රයාණන් වන යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේටද, අපි අපගේ ආදරය සහ ගරුත්වය පෙන්වමු. ගෞරවය කෙරෙහි ආකල්පයක් අප වර්ධනය කරන විට, මේ ජීවිතයේදී හා යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ඉගැන්වීම් කෙරෙහිත් වඩා සතුටක් අපට අත්දැකීමට හැකිවේ.

අතිශෝගය

ඔබගේම ජීවිතයේදී වඩාත් ගෞරවාන්විත වෙමින්, අන් අයට මෙන්ම, විශේෂයෙන් ඔබගේ පවුලේ අයට වඩාත් ගෞරවාන්විත වීමට උපකාරවත් වීමට ඔබට කල හැකි දෙය ලැයිස්තු ගත කරන්න.

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

පාඩමෙහි යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සූදානම් කරන්න නැතහොත් ශුද්ධ ලියවිල්ල හුණු ලෑල්ලේ ලියන්න.

ආදරය, දයාව සහ සේවය

8 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, අන්‍යයන්ට ආදරය කරමින් සේවය කිරීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

දෙවියන් වහන්සේ සම්පූර්ණ ප්‍රේමයෙන් යුතුව අපට ආදරය කරන සේක.

"දයාව" යනුවෙන් හැඳින්වෙන සම්පූර්ණ ආදරය වනාහි ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ වෙත දක්වන පිරිසිදු ආදරයයි. (මොරෝනායි 7:47 බලන්න.) මෙම ආදරය හැඟුණු අයට එය විග්‍රහ කිරීම අසීරුය. එක්සත් ජනපදයේ අරමා බ්‍රැක් සොහොයුරිය දෙවියන් වහන්සේගේ ආදරය දැකවීමේ ඇයගේ ස්වාමියා සතු අත්දැකීම ගැන මෙසේ කියයි.

"බර්ට් බ්‍රැක් බයිබලයේ සඳහන් වන 'ඉල්ලා පල්ලා, එවිට නුඹලාට දෙනු ලැබේ සොයාපල්ලා, එවිට නුඹලාට සම්බවේ: තට්ටු කරපල්ලා, එවිට නුඹලාට දොර හරිනු ලැබේ' (මතෙව් 7:17) යන අවවාදය යාප්‍රා කිරීමට ඔහු ලැබූ පෞද්ගලික ආරාධනාවක් ලෙස පිළිගෙන ඇත.

"දෙවියන් සිටිපැයී බලාපොරොත්තු රහිතව දැන ගැනීමට ඔහුට අවශ්‍ය විය. එසේ සිටිනම්, දෙවියන් වහන්සේ කවරාකාරද?"

"ඔහු විවිධ සභාවලට සහභාගි වෙමින්, බයිබලය කියවීම ආරම්භ කළේය. මතෙව් පොතේ වචන තමාම ඇසිය යුතු බවට ඔහු පොළඹවාලීය, එබැවින්.... සත්‍ය දැනගැනීම් බලවත් ආශාවකින් යුතුව, ඔහු සිය ප්‍රථම යාප්‍රාව පිළිගැන්වීය. දෙවියන් වහන්සේ, ඔබ ජීවමාන නම්, මට දැන්වන සේකවා! එවිට ඔබ වහන්සේට අවශ්‍ය දෙය මම කරමි: තවද ඔහු දැන ගැනු විට, (ඔහු මෙසේ කියයි,) "විශාල සැනසීමකින් මා ගිලගනි, මගේ හදවතේ අභ්‍යන්තරය ඇවිලි ගොස්, මාපෙර අත් නොවිඳි බලවත් ප්‍රීතියක් මා තුළ ඇතිවීය. මට හැඟුණු පරිදි මා බලවත් ආත්මික සුවදක් ගිලී ගියේය.

"දින තුනක කාලයක් මෙම හැඟීම ඔහු තුළ තිබිණි. ඔහු මෙලෙස කියයි, එම මුළු කාලය තුළම මම පොළොවේ පස ගසා සිටිය බවවත් මට නොදැනිනි. දෙවියන් වහන්සේගේ පිවිතුරු ආදරය සම්පූර්ණයෙන්ම මා වට කර ගත් බව පෙනුන අතර, එය අසිරිමත්ය. මෙම කාලය තුළදී මම සැම දෙයකටම ආදරය කළෙමි. ළමයින්ට මම කිසිදු සැලකිල්ලක් නොදැක්වූයෙමි. නමුත්, දැන් ඔවුන්ට මා වෙතින් විශාල ආදරයක් ගලා යයි. මම වර්ෂාවට සාපකලත් දැන් එයින් පෙනෙමි. හැම මිනිත්තුවක්ම මම එයට ආදරය කළෙමි. මෙය සෙලස්ටියල් රාජ්‍යය පුරා විහිදී තිබෙන දෙවියන් වහන්සේගේ ආදරයේ ඉතා කුඩා අත්විඳීමක් නම්, බැටළු පැටවකු සහ සිංහයෙකු එකට හිඳගෙන සිටියත් කිසිදු හිංසාවක් හෝ බියක් ඇති නොවීම පුද්ගලයක් නොවේ" පසුව බර්ට් බ්‍රැක් සභාවට සම්බන්ධ විය. ("A small Taste of Love,' *Ensign*, අගෝ. 1976, 36 බලන්න)

- තමන් ආදරයෙන් පිරිගොස් තිබෙන බව හැඟුණ අවස්ථාවන් සිහිපත් කරන ලෙස පංති සාමාජිකයන්ට කියන්න.

- දෙවියන් වහන්සේ අපට පෞද්ගලිකවම ආදරය කරන බව අප දැන ගත යුත්තේ ඇයි?

ආදරය කරන ආකාරය පිළිබඳව ගැලවුම්කරුවාණන් වහන්සේ අපට ආදර්ශමත්වී ඇති සේක. අසාධාරණ ලෙස උන්වහන්සේට සලකන ලදී. එසේ වුවද, උන්වහන්සේ එතුමාගේ හිංසකයන්ට විරුද්ධ නොවූ සේක. උන්වහන්සේව පිළිකුල් කරන ලදී. එහෙත්, උන්වහන්සේ වෛරයට ආදරය පෙන්වූ සේක. උන්වහන්සේව ලී කුරුසියකට තබා ඇණ ගසා මැරෙන්නට හැරියේය. එහෙත් උන්වහන්සේ රෝම සොල්දාදුවන් වෙනුවෙන් ආභාවනා කරමින්, "පියාණෙනි, ඔවුන්ට සමාව දෙනු මැන, මක් නිසාද ඔවුන් කරන දේ ඔවුන් නොදනී"යි කී සේක. (ලුක් 23:34). උන්වහන්සේගේ ප්‍රේරිතයන් සමහරෙක, උන්වහන්සේගේ දූත මෙහෙය පිළිබඳව සම්පූර්ණ අවබෝධයකින් නොසිටියද, උන්වහන්සේ ඔවුන්ට ඉවසිලිවත්තවූ සේක. කුඩා ළමයින් වෙනුවෙන් උන්වහන්සේ තුළ විශාල ආදරයක් තිබිණි. ගැලවුම්කරුවාණන්ගේ ක්‍රියාත්මක ආදරය පිළිබඳ වාරතාවක් 3 නිගායි 17 හි සටහන්ව ඇත.

- 3 නිගායි 17 න් තොරාගත් පදවල එන ගැලවුම්කරුවාණන්ගේ ආදරය පෙන්වන, පද කියවන ලෙස පත්කල පංති සාමාජිකාවට කියන්න.

ආදරය කිරීමට අපට නියෝගකර තිබේ.

ගැලවුම්කරුවාණන්ගේ කුරුසාප්ප්‍රාච්චියට පැය කිහිපයකට පෙර උන්වහන්සේ එතුමාගේ ගෝලයන්ට මෙසේ ඉගැන්වූ සේක. "මා නුඹලාට ප්‍රේම කලාක් මෙන්, නුඹලාත් එකිනෙකාට ප්‍රේම කරන ලෙස එකිනෙකාට ප්‍රේම කරපලලා කියා අලුත් ආඥාවක් මම නුඹලාට දෙමි. (ගොහාන් 13:34).

උන්වහන්සේ අපට නියෝග කර තිබෙන්නේ උන්වහන්සේ එතුමාගේ සහෝදර ජනතාවට ප්‍රේම කල පරිදිම, අපත් එකිනෙකාට ප්‍රේම කල යුතු බවය. උන්වහන්සේ මෙසේ ඉගැන්වූ සේක.

නුඹලාගේ සතුරන්ට ප්‍රේම කරපලලා, නුඹලාට සාප කරන්නන්ට ආශිර්වාද කරපලලා, නුඹලාට ද්‍රවේෂ කරන්නන්ට යහපත කරපලලා, නුඹලාට විරෝධයෙන් සැලකූ හා නුඹලාට හිංසාකල අය වෙනුවෙන් ශාඛදා කරපලලා:

මෙසේ නුඹලා ස්වර්ගයෙහි සිටින නුඹලාගේ පියාණන් වහන්සේගේ පුත්‍රයෝ වන්නෝය. (මතෙව් 5:44-45)

එක් කාන්තාවකට ඇයගේ ළමා විශේෂීම් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ප්‍රේමය වර්ධනය කර ගැනීමට ඉගැන්වූ ආකාරය පිළිබඳව වැඩිමහල් මේරියන් සී. හැන්කස් මෙලෙස කීවේය. බලවත් සේ අංගවිකල්පවයෙන් යුතුව ඉපදනු එක් ආයතීවක් ගැන මට කල්පනා වෙයි. ඇය ඇගේ ළමා කාලයේ සිදුවීමක් ගැන කීවාය. ක්‍රීඩා කරන විට මිතුරන් කල සමච්චල් වලින්... ඇය වේදනාවට පත්ව හැඳුවාය. ඇය නිවසට පැමිණිවිට ඇගේ පියා සිය ශක්තිමත් දැතින් ඇයව උකුලට ගෙන (මෙම අත්දැකීම)... ඇයගේ ජීවිතය එලොයයි ප්‍රීතිමත් විය හැකි බවට පහදා දුන්නේය. ඔහු මෙසේ කීවේය. ප්‍රියාවි... ඔයාගේ පියෙ කුදයක් සහිත තවත් බරපතල ප්‍රශ්න කිහිපයක්ම තිබෙනවා. නමුත් එය ඔබගේ වරදක් නොවේ. එය ඔබගේ දෙමව්පියන්ගේවත්, ස්වර්ගික පියාණන්ගේ වරදකුත් නොවේ... පිරිමි ළමයි සහ ගැහැණු ළමයි කියා තිබෙන්නේ සත්‍යයකි. නමුත් එය සාධාරණ නැත. කරුණාවන්තද නැත. ඔබගේ මුළු ජීවිත කාලය තුළදීම, සමහරක්, අවස්ථාවලදී ඔබට සැලකූ ආකාරයට වඩා, වඩාත් සාධාරණව හා වඩාත් කරුණාවන්තව සැලකීමට උත්සාහ කලහොත්, ඔබගේ ජීවිතය සම්පූර්ණ වී, වැඩිදායක වනු ඇත". in conference Report (ඔක්. 1976, 42 හෝ නොවැ. 1976, 32).

- 1. කොරොන්ති 13:2--7 කියවීමට කෙනෙක් පත් කරන්න. මෙම ශුද්ධ ලියවිල්ලෙහි එන අදහස් සාකච්චා කිරීමට පංති සාමාජිකාවන්ට කියන්න. දැනවත්ත සොහොයුරියකට වෙනත් පාතියකට අයත් ජනතාවක් වෙනුවෙන් අගතිගාමී හැඟීම් ඇති කර ගත හැකිද? ලෙඩුන්, දිළිඳුන් හෝ කුසගින්නෙන් පෙළෙන්නන් හරවා යැවීමට ඇයට පිළිවන්ද? අන්‍යයන්ගේ නිපුණත්වයන්ට ඊර්ෂ්‍යා කිරීමට ඇයට පිළිවන්ද? ඕපාදාය කීමට හෝ අන්‍යයන් විවේචනය කිරීමට ඇයට පිළිවන්ද? දැනට වර්ධනය කර ගැනීමට අප පරිශ්‍රම දැරිය යුත්තේ මන්ද?

ක්‍රිස්තු සේවය ප්‍රේමය ගොඩනගයි

හැරල්ඩ්. ඩී. ටී සභාපති තුමා එක රාත්‍රියක දුටු "දර්ශනයක් විය යුතු" යම් දෙයක් ඔහුට මෙසේ ප්‍රකාශ කරන ලදී "ඔබට දෙයියන් වහන්සේට ප්‍රේම කිරීමට අවශ්‍යනම්, ජනයාට ප්‍රේම කිරීමට සහ සේවය කිරීමට ඔබ ඉගෙනිය යුතුය. දෙවියන් වහන්සේ වෙත ඔබගේ ආදරය පෙන්වන මාර්ගය එය වෙයි" (*Stand Ye in Holy Places* [1974], 189).

සේවය කිරීම විශාල වුවද, කුඩා වුවද එමගින්, වඩාත් ගැඹුරු ලෙස ප්‍රේම කිරීමට අපට ඉගෙන ගත හැකිය. එක්සත් ජනපදයේ කෝරාහිල් ආර්නෝල්ඩ් සොහොයුරිය, ඇය අප්‍රිය කල කාන්තාවක් සමීපයේ පිවත් වුවද, සේවය කිරීම තුලින් ප්‍රේම කිරීමට ඇය ඉගෙන ගත් ආකාරය පිළිබඳව ප්‍රකාශ කළාය.

"ඇය කල හැම දෙයකම මම වරදක් දුටුවෙමි... අන් අයගෙන් දැන ගත් පරිදි මා පිළිබඳ ඇයගේ ආකල්පයද එයම විය. ඇය තුල නිතරම පෙනෙන්නට තිබුණේ, ඇය කෙතරම් වැදගත් වන්නේදැයි... අන් අයට පෙන්වීමට බලවත් ලෙස උත්සාහ දැරීමය. ඇයගේ ජයග්‍රහණය මම කෙතරම් පිළිකුල් කළෙමිද?

"ඇය කිසිදිනක මා සමග තද මිත්‍රත්වයකින් නොසිටි අතර මම ඇය පසුකර යන විට, හිස සැලීමෙන් හෝ හෙලෝ කියමින් ආචාරශීලී වෙමි.... මා දුකට පත් වූයේ, පුද්ගලයෙකු අප්‍රිය කිරීමෙන් තව කෙනෙකු අසතුටට පත් වන නිසාය.

"එවිට එක් දිනක් ඇය අසනීපයෙන් පසුවන බව මම දැන ගත්තෙමි. ඉතින් මොකද? එය මගේ ප්‍රශ්නයක් නොවේ.

"නමුත් එය (මගේ ප්‍රශ්නයක්) විය. එනිසා මට එය අමතද කිරීමට නොහැකි විය. ක්‍රියාකාරී හෘද සාක්ෂියක් මට තිබූ බැවින්, අවසානයේදී මම මුළු තැන් ගෙට ගොස් ඇපල් යුෂ ගෙන කොප්ප කේක් සැදුවෙමි....

"මම ඒවා ඇය වෙත රැගෙන ගියෙමි"

"ඇයගේ මුහුන පුදුමයෙන් හා සතුටෙන් ආලෝකමත් විය. ඒ සමගම උණුසුම් ආලෝකයක් පැතිරී කෝපකාරී, අගතිගාමී හැඟීම් ඝණයකින් නැති විය. ඇයගේ නිවසින් පිටවී මගේ නිවසට යන විට, මම සිනහසෙමින් ගිය අතර එදින ප්‍රභාමත්, සුන්දර එකක් විය.

"ඇය දැන් මගේ කිට්ටුම මිතුරියකි...

යමෙක් මෙසේ ප්‍රකාශ කොට ඇත. වෛරය යනු, ප්‍රේමය වැරදියට තේරුම් ගැනීමය. අප ප්‍රේම කල යුතුව තිබූ අයට අපි වෛර කරමු. ("Shall I Deem Her My Enemy? *Relief Society Magazine*, අගෝ. 1970, 595)

- යමෙකුට ප්‍රේම කිරීමට ඉගෙනීමේදී ලත් අත්දැකීමක් ප්‍රකාශ කරන ලෙස සොහොයුරියකට කියන්න. සේවය තුළින්, අපගේම පවුලේ අය සමග වුවද ගැඹුරු සම්බන්ධයක් අප ගොඩ නගන්නේ කෙසේද?

එකිනෙකාට සේවය කිරීමට අපි ගිවිසුම් තබා ඇත්තෙමු.

අප බෞතීසම්ම වුවදී "එකිනෙකාගේ බර ඉසිලීමටද..... වැලපෙන්නන් සමග වැලපීමටද..... තවද සැනසීම ලැබීමට අවශ්‍ය වුවන්ට සැනසීම දීමටද, අපි ස්වාමීන් වහන්සේ සමග ගිවිසුම් තබා ඇත්තෙමු". (මොසායා 18:8--9). අවශ්‍ය වන්නන් ගැන සොයා බැලීමේ වගකීමක් අපට තිබේ. ඉන්පසුව ඉල්ලීමක් හෝ නියෝග කිරීමකින් තොරව ඔවුන්ට උපකාර කිරීමේ වගකීමක්ද අපට තිබේ. (ඕ සහ සී 58:26-29 බලන්න)

ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ උන්වහන්සේගේ සහෝදර ජනතාවට සේවය කල සේම, අපිද අවශ්‍යතාවයක් ඇති අයට සේවය කිරීමට ගිවිසුම් කළෙමු. ක්‍රිස්තු සේවයක් ඉල්ලීමක් නොවනු ඇත. එය අවශ්‍ය විය හැක්කේ අපට කවදාවත් ප්‍රති උපකාර කිරීමට නොහැකි අපගේ අමුත්තෙකුට විය හැකිය. එය අපට අප්‍රසන්න මෙන්ම බලවත් උත්සාහයෙන් කල යුත්තක් විය හැකිය. අපට උපකාර කිරීමට අපහසු අවස්ථාවක් විය හැකිය. ප්‍රශංසාවක් හෝ හඳුනා ගැනීමක් අපට නොලැබිය හැකිය. නමුත් අප සේවය කරන්නේ අපගේ ස්වර්ගික පියාණන්ගේ ළමයින්ට අපි ප්‍රේම කරන බැවින් පිරිසිදු චේතනාවෙන්ම ඔවුන්ට සේවය කිරීම අපට අවශ්‍ය නිසාය.

වැඩිමහල් බෲස්, ආර්, මැකොන්කිගේ මිත්තණියවූ, එමා සමර්විලි මැකොන්කි මෝර්බිහි යුටා නගරයේ ජීවත්වූ වැන්දඹුවකි. ඔහුගේ මව ලත් පහත සඳහන් අත්දැකීම වැඩිමහල් මැකොන්කිගේ පියා ඔහුගේ දින පොතේ ලියා තැබීය:

"මව මෝර්බිහි සහන සම්බන්ධ සහායනීතිය වූවාය. ජේ-බී- නම් (සාමාජිකයෙකු නොවන සභාවට විරුද්ධ අයෙකු) මෝර්මන් යුචතියක් හා විවාහවී සිටියේය. ඔවුන්ට ළමෝ කිහිප දෙනෙකු සිටියහ. දැන් ඔවුන්ට අළුතෙන් දරුවෙකු ලැබිණි. ඔවුන් දුප්පතුන්වූ අතර, ළමයාට සැලකීම සඳහාත්, ඔවුන්ගේ ආහාර සපයාදීම සඳහාත්, මව දිනපතාම සේවයට ගියාය. මව තදින්ම අසනීපයෙන් පසුවූ බැවින්, ජේ-බී- ගේ නිවසේ සේවය කිරීමෙන් පසුව නිවසට පැමිණීම විටෙක ඇයට ඉතා අසීරු විය.

"එක දිනක් ඇය විශේෂයෙන්ම නිවසට පැමිණියේ ඉතා මහන්සියෙන් සහ වෙහෙසින් යුතුවය. ඇයට පුටුවේම නින්ද ගියාය. ඇය බිලිදෙකු නාවමින් සිටී බවත්, ඔහු ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ බවත් ඇය සිහිනෙන් දුටුවාය. අහෝ. මේ අන්දමින් නියම ක්‍රිස්තුස් වහන්සේට සේවය කිරීමට ලැබීම කෙතරම් ශ්‍රේෂ්ඨ ගෞරවයක්ද යැයි ඇය සිතුවාය. බිලිදුව ඇයගේ උකුලට ගත් විට ඇය හැඟීම බර වූවාය. ක්‍රිස්තු බිලිදුව ඇත්ත වශයෙන්ම අතට ගත්තේ වෙන කවරෙක්දැයි ඇයගේ සිතට නැගිණි. ප්‍රකාශකල නොහැකි සතුටකින් ඇය ගේ මුළු ගතම පිරී ගියේය. ස්වාමීන් වහන්සේගේ තේජසද ඇය තුළ විය. ඇයගේ ශරීර කටුවල මැරබොත් උණුව දියවී යන ලෙසක් ඇයට හැඟුණි. ඇය අවදිකර ලීමට තරම් එම සතුට බලවත් විය. ඇය පිබිදුන විගසම මෙම වචන ඇය වෙත ප්‍රකාශ වූනි. "මාගේ මේ සහෝදරයන්ගෙන් ඉතා කුඩා කෙනෙකුටත් නුඹලාඵක කළහුද? එක කලේ මට යයි කියන සේක" (උපුටා ගැනීම Bruce R. McConkie in "Charity Which Never Faileth," Relief Society Magazine මාර්තු 1970, 169)

- මතෙව් 25:34--40 කියවන්න. අන්‍යයන්ට සේවය කිරීමට හැකි මාර්ගයක් සාකච්ඡා කරන ලෙස සොහොයුරියන්ට කියන්න. (සුවිශේෂක මුල බර්ම 28 වෙනි පරිච්ඡේදය වන "සේවය" බලන්න).

අවසානය

බේවිඩ්. ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය.

"අපගේ විශාල වගකීමක් වන්නේ, පෙරනොවූ පරිදි අපගේ නිවාස තුළින් අප අසල් වැසියන් හට එකමුතුකම, ප්‍රේමය, සමාජ වගකීම් හා පක්ෂපාතිත්වය විහිදුවන ලෙස සකස්කර ගැනීමය. අපගේ අසල්වැසියන්ට එය උදව්වන, ඇසීමටත් සලස්වමු....."

"සභාවේ සාමාජිකයන් වශයෙන්....ප්‍රේමය.... දයාව සහ සේවය විහිදුවා ශ්‍රීමට දෙවියන් වහන්සේ අපට උදව් වන සේක! (ඔක්, 1964, 374).

අභියෝගය

ඔබට ප්‍රේම කිරීමට අපහසු අයෙකු තෝරා, ඔහු හෝ ඇය සමග යහපත් මිත්‍රත්වයක් ගොඩනගා ගැනීමට උත්සාහ දරන්න. මෙම තැනැත්තාට සහ අන් අය හටද, සේවය කිරීමට ඔබට හැකි වන්නේ කෙසේදැයි වඩාත් පරීක්ෂාකාරී වන්න.

ගුරු සූදානම

මෙම පාඨම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුලධර්ම 28 වන පරිච්ඡේදය වන "සේවය" සහ පරිච්ඡේද 30 "දයාව" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. 3 නිඟයි 17හි යේසුස් වහන්සේගේ ආදරය විදහා දක්වන පද දෙකක් හෝ තුනක්, තෝරාගෙන කියවීම සඳහා සූදානම්වීමට පංති සාමාජිකාවක් පත් කරන්න.
3. ඔබ ප්‍රියකරන කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් කිසිවක් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

පතිවෘතාව සහ විනිත භාවය

9 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, පතිවෘතාවේ නීතිය අනුව ජීවත් වෙමින්, එය අනුගමනය කිරීමට අපගේ ළමයන්ටද, ඉගැන්වීම සඳහා අපට උපකාරවත් වීමයි.

පතිවෘතාවේ නීතිය

දෙවියන් වහන්සේ අපගේ ශරීරවලට ශුද්ධවූ බලයක් පවරා ඇති සේක. එම බලය වන්නේ මිහිපිට පිවිත නොකඩවා පවත්වාගෙන යෑම පිණිස, වෙනත් ශරීර නිර්මාණය කිරීමයි. මෙම බලයෙහි පාර්ශුද්ධභාවය ආරක්ෂා කිරීමටත්, එය ඥානාන්විතව පාවිච්චි කිරීමට අපට උපකාරවත් වීම සඳහාත්, දෙවියන් වහන්සේ අපට පතිවෘතාවේ නීතිය ලබාදී ඇති සේක.

- පත්කල පංති සාමාජිකාව ලවා, සුවිශේෂක මූලධර්ම, පරිච්ඡේද 39, "පතිවෘතාවේ නීතිය යනු කුමක්ද?" යන උපසිරස කියවන්න. පතිවෘතාවේ නීතිය කුමක්ද?

පිරිසිදු වීම යන්නෙහි තවත් තේරුමක් වන්නේ, වැරදි ආභාවන් අප තුළ ඇති කරන, අපිරිසිදු හැඟීම් හා ක්‍රියාවලින් වැළකීමයි. (මතෙව් 5:27--28 බලන්න) ලෝකයේ දුරාවාරයන් අපට බලපෑමට අප ඉඩ නොදිය යුතුය.

පතිවෘතාවේ නීතියෙහි ඇති වැදගත්කම.

පතිවෘතාවේ නීතිය අනුව ජීවත්වීම වැදගත් වන්නේ එය දෙවියන් වහන්සේගේ නියෝගයක් නිසාය. ශුද්ධ ලියවිලි අපට ප්‍රකාශ කරන්නේ, පතිවෘතාව "සියළු දෙයට වඩා ඇල්ම කරනු බලන හා අගය කරනු ලබන දෙයක්" බවයි (මොරෝනායි 9:9). ස්වාමීන් වහන්සේ මෙසේ කී සේක. "මක් නිසාද ස්වාමීන්වූ දෙවියන් වහන්සේ වන මම, කාන්තාවන්ගේ පතිවෘතාව ගැන අතිශයින් සතුටු වෙමි. තවද වෛශ්‍යාවන් මා ඉදිරියේ ඉමහත් පිළිකුලකි. (ගාකොබ් 2:28)

පතිවෘතාවේ නීතිය අනුව ජීවත්වීමෙන් අපට දෙවියන් වහන්සේගෙන් විශාල ආශිර්වාද ලැබේ. එය අප තුළ ආත්ම ගරුත්වය ඇතිකර, වැරදි හඳු සාක්ෂියකින් අපව නිදහස් කිරීමට උපකාර වෙයි. එය අපට ලිංගිකව වැළඳෙන රෝගාබාධවලින් සහ ඒ සම්බන්ධ වේදනාවලින් වැළකීමට අපට උදව්වෙයි. ඊට අමතරව, පතිවෘතාවේ නීතිය අනුව ජීවත් වීම මගින් අන් අයගේ විශ්වාසය සහ ශුද්ධාත්මකාණන්ගේ මග පෙන්වීම ලැබීම යන දෙයාකාරයෙන්ම සුදුසු වීමට අපට උපකාරවත් වෙයි. වඩාත් වැදගත් දෙයන්මි දේවමාළිගාවට ඇතුළුව, මෙලොව හා සදාකාලය සඳහා විවාහ වීමට අප පිරිසිදුව සිටිය යුතු බවයි. මිහිපිට ප්‍රීතිමත් පවුල් දිවියක සතුට විඳීමට පතිවෘතාව අපට උපකාරවත් වෙයි. අප පවුල් ජීවිතය සදාකාලයටම පවත්වාගෙන යාමට සුදුසු කම ලැබීමටද එය අපට උපකාරවත් වෙයි.

- බිලියොන රැගෙන පංතියට පැමිණී සොහොයුරියකගෙන් ඇය තම ස්වාමි පුරුෂයා හා පවුලක් වශයෙන් විඳින සතුට ගැන ප්‍රකාශ කරන ලෙස ඉල්ලන්න.

පතිවෘතාවේ නීතිය කඩකිරීම බරපතල පාපයකි. එය අපට ශෝකය ගෙන එමින් අපගේ ආත්ම ගරුත්වය විනාශ කරයි. වරදේ බරින් අපව යටකිරීමට එයට පිළිවන. කාමමිථ්‍යාවාරය පවුල් සාමාජිකයන් අතර අසමගිය ඇති කර අවසානයේදී පවුල කඩාකප්පල් කර දමයි. කාමමිථ්‍යාවාරය පුද්ගලයෙක්ව ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීමට නුසුදුසු කරයි. එමගින් පවුල් ඒකකයට පීඩිත්, ලෝකයට දරුවන් බිහිකරනු ලබයි. පතිවෘතාවේ නීතිය කඩකරන සභා සාමාජිකයෝ, දෙවියන් වහන්සේගේ ශුද්ධවූ ගිවිසුම කඩ කරති. කවරාකාරයෙන් හෝ ශුද්ධවූ පුප්‍රණීය ශක්තිය වැරදි ලෙස පාවිච්චි කිරීම අපගේ සදාකාලික දිවුරුමේ වරප්‍රසාදය අහිමිකර ගැනීමට හේතුවේ.

විවාහයෙන් බාහිරව පවත්වනු ලබන ලිංගික සම්බන්ධතා එයට සම්බන්ධ වන අයගේ ජීවිත කැළැල් කරන බරපතල පාපයන්ය. එවන් කැළැල් මකාදැමීමට හැකිවන්නේ පාපොච්චාරණය මගින්ම පමණකි. (මෙම අත්පොතේ පසුතැවිල්ල නම් 2වන පාඩම බලන්න). සමහර අවස්ථාවලදී පතිවෘතාව පිළිබඳ ස්වාමීන් වහන්සේගේ නියෝගය අපට තේරුම් යාමට ප්‍රථම අපි වැරදි කරන්නෙමු. එසේවූ විට, ඔවුන් සම්බන්ධව, ශාඛා සභාපතිතුමා, සභානායකතුමා හෝ දුතමෙහෙයේ සභාපතිතුමා සමග සාකච්ඡා කිරීම ඉතා වැදගත්ය. එතුමා අපගේ පසු තැවිල්ල සම්පූර්ණ කිරීමට අපට උපදෙස් හා උපකාර ලබාදෙයි. අප අපගේ පව්වලට පසුතැවිලි වෙන විට, අපට සමාව දීමට ස්වාමීන් වහන්සේ උත්සුක වන සේක. උන්වහන්සේ අපට මෙසේ කියන සේක. "බලන්න, තමාගේ පව් ගැන පසුතැවිලි වන්නේ කවරෙක්ද? ඔහුට සමාව දෙනු ලබයි. තවද ස්වාමිවූ, මා තව දුරටත් ඒවා මතක තබා ගන්න නැත". (ඕ සහ සී 58:42)

පතිවෘතාව පිළිබඳව ළමයින්ට උගන්වන අන්දම

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුව සඳහන් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ ලියා ඇති තොරතුරු වලට යොමු වන්න.

1. ළමයින්ට ශරීරයේ ස්වභාවය හා ක්‍රියාකාරීත්වයෙහි පවිත්‍රත්වය පිළිබඳව තේරුම් ගැනීමට උපකාර කරන්න.
2. ළමයින්ට ප්‍රේමය ලබාදෙන්න.
3. නිසි පරිදි දින යෙදීමට බෙදාහැරීම ලබා දෙන්න.
4. විනිත ලෙස ඇඳුම් ඇඳීමට බෙදාහැරීම කරන්න.
5. දෙමාපිය ආදර්ශය නිසි පරිදි ලබාදෙන්න.

ළමයින්ට ශරීරයෙහි ස්වභාවය හා ක්‍රියාකාරීත්වයෙහි පවිත්‍රත්වය පිළිබඳව තේරුම් ගැනීමට උපකාර කරන්න.

ළමයින් සාමාන්‍යයෙන් ඔවුන්ගේ ශරීර ගැන කුතුහලමත්ය. නියමිත අවස්ථාවලදී අපගේ ශරීර පිළිබඳව සැලකිලිමත් වීමේ යෝග්‍ය මාර්ගයන් ගැන පැහැදිලි කිරීමට දෙමව්පියන්ට පිළිවන. අපගේ ශරීර අතිශයින් පෞද්ගලික බවද, අපටම හෝ වෙන අයටද යෝග්‍ය නොවන ලෙස පරිහරණය කිරීම නොහැකි පවිත්‍රත්වයකින් යුතු බවද, දෙමව්පියන් සිය ළමයින්ට තේරුම් ගැනීමට උදව් කල යුතුය.

- දෙමව්පියන් විසින් ළමයෙකුට, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ශරීරයට හරා කිරීම ඉගැන්විය හැකි අවස්ථාවක් ගැන කල්පනා කිරීමට පංති සාමාජිකාවන්ට කියන්න.

ළමයින්ගේ ආකල්පයන් ප්‍රදර්ශනය කරන්නේ ඔවුන්ගේ දෙමව්පියන්ගේ ආකල්පයන්ය. දෙමව්පියන් නුසුදුසු යෝජනා වලදී සතුටු වෙමින්, ප්‍රශ්නකාරී චිත්‍රපටි හෝ රූපවාහිනී වැඩ සටහන් නරඹමින් හෝ ලිංගික කරැණු ඇතුළත් පොත්පත් සඟරා බැලීමට නිවසේදී අනුමැතිය දෙන්නේ නම්, ළමයින් වැරදි ආකල්පයට පුරුදු වෙයි. ශරීරය ගැන අවංකව අසීරු තත්වයකට පත් නොකර. ගෞරවයෙන් යුතුව කථා කිරීමට දෙමව්පියන් වගබලා ගත යුතුය. එකිනෙකා කෙරෙහි අවනාථ ආදරය පෙන්වමින් ප්‍රජනන බලය ප්‍රජනීය බවද දෙමව්පියන් ඉගැන්විය යුතුය. ස්ත්‍රී, පුරුෂ භාවය ගැන තේරුම් ගැනීමටද අපි ළමයින්ට උදව් කළ යුතුය. ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය පිළිබඳව ළමයෙකු තුළ සුභාවාදී හැඟීමක් ඇති වීමට මෙමගින් ඉඩ ලැබේ. පිරිමියෙකු හා ගැහැණියක වශයෙන් සිය තත්වය පිළිබඳව සතුටු වන දෙමව්පියන් සිය ළමයින්ටද මෙම හැඟීම් ලබා දෙයි.

- දෙමව්පියන් වශයෙන් අපගේ ක්‍රියා කලාපයන්, වචන වලට වඩා ශබ්ද උගන්වන්නේ කෙසේද? බිළිදුන්ගේ උපතේ ආරම්භයත්, ඔවුන් මෙලොවට බිහිවෙන අන්දම ගැනත් ළමයින් පැහැදිලිව තේරුම් ගත යුතුය. ලිංගික සම්බන්ධතාවයන් විවාහය සඳහා වෙන් කෙරෙන බව ස්වාමින් වහන්සේ නියෝග කර ඇති බවද ළමයින්ට ඉගැන්විය යුතුය. පිරිමි ළමයින්, ගැහැණු ළමයින්, මිනිසුන් හා කාන්තාවන් මෙම ප්‍රජනීය නියෝගය කඩ නොකළ යුතුය.

ළමයින්ට ප්‍රේමය ලබා දෙන්න.

- දර්ශක 9-අ, පෙන්වන්න, "මවකගේ ප්‍රේමය ඇයගේ පවුලට ආශීර්වාදයකි. ළමයින්ගේ තරැණ වියේදී ආදරය ප්‍රකාශ කිරීමේ සුදුසු මාගීයන් ඉගැන්වීමට දෙමව්පියන්ට පිළිවන. ළමයින්ගේ ආදරයේ අවශ්‍යතාවයයන් සපුරාලීම වැදගත් වනුයේ පසුකාලයකදී ඔවුන් නොමනා අන්දමින් ඒවා නොසොයනු පිණිසය. දෙමව්පියන් ළමයින්ට අවංකව ප්‍රේම කරන විට, ළමයින්ද ඔවුන් තුළ විශ්වාසය ගොඩනගති. එවිට ළමයින්ට ඔවුන්ගේ පෞද්ගලික ජීවිතයේ ප්‍රශ්නයක් හෝ ගැටළුවක් ඇතිවූ විට, ඔවුන්ගේ දෙමව්පියන්ගේ උපදෙස් පැතිමට ඔවුන් පෙළඹෙනු ඇත.

නිසි පරිදි දින යෙදීමට මෙයෙහි ලබා දෙන්න.

ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපතිතුමා ප්‍රකාශ කොට තිබෙන පරිදි "ඕනෑම දින යෙදීමක් හෝ පෝඬු වශයෙන් සමාජ හමුවක් අඩු වශයෙන් වයස 16 හෝ ඊට වැඩි වන තුරු කල් දැමිය යුතුය. ("The Marriage Decision," *Ensign*, පෙබ. 1975.4) තරැණ ළමයින්ව මෙයෙහිමත් කරනුයේ පිරිමි ළමයින් දුන මෙහෙය සම්පූර්ණ කරන තුරු, සාමාන්‍ය හිතවත් මිත්‍රත්වයක් පවත්වාගෙන යාමටය.

සමහරු තද උවමනාවකින් යුතුව දින යොදන විට, ස්වාභාවික ගති ලක්ෂණ වැඩිනය කරමින්, එවන් ගතිගුණ වැඩිනය කළ හැකි මිතුරන් සෙවීමට ඔවුන්ව මෙයෙහිමත් කිරීමට අපට පිළිවන. වැඩිමහල් පී. ස්කොට් මෙම උපදේශය දුන්නේය. "ඔබ සදාකාලික සහායකයෙකු සොයන විට, සතුව ගෙන එන අත්‍යවශ්‍ය ගුණාංගයන් දියුණු කරන ස්වාමින් වහන්සේට සහ උන්වහන්සේගේ නියෝගවලට තදින් ප්‍රේමකරන, ඒ අනුව ජීවත්වීමේ අධිෂ්ඨානශීලී, කාරුණිකව අවබෝධ කරගන්නා අත්‍යයන්ට සමාව දෙන හා තමන්ටම සමාව දෙන සුන්දර ළමයින්ගෙන් තම පවුල සම්පූර්ණ කිරීමට කැමති සහ ඔවුන්ට නිවසේදී සත්‍ය මුළු ධර්ම ඉගැන්වීමට ඉදිරිපත් වන අයෙකු ගැන සොයා බලන්න" (in *Conference Report*, අප්‍රේල් 1999, 31, හෝ *Ensign* මැයි 1999, 26)



9-අ. මවකගේ ප්‍රේමය ඇයගේ පවුලට ආශීර්වාදයකි.

වැඩිමහල් සකොට්, විවාහ ගිවිසීමේදී පතිවෘතාව තුළ ඇති වැදගත්කම ගැනද අවධාරණය කළේය. "විවාහ ජීවිතයේ කල රහසිගත ක්‍රියා විවාහ බන්ධනය තුළ පමණක් එළිකිරීමට අදහස් කිරීම වරදකි. එවන් ක්‍රියා මගින් ශුද්ධාත්මකයන් වහන්සේ අමතාපව හිත් වේදනාවන්ට සහ බලාපොරොත්තු කඩවීම්වලට පදනම දමා, විවාහ ගිවිසීමට අනුරූප නොවන හෝ කලහකාරී ගති ලක්ෂණ විදහා පෙන්වන ගතිකයන් හෝ වෙස් මුහුණක් හෝ පෙන්විය හැකිය. දික්කසාදය දක්වා මෝරනු ලබන සැකයේ ඕපය සහ දේවමාළිගා ආශිර්වාද අහිමි වීම, පෞද්ගලික පාර්ශුද්ධිතාවයේ නීති කඩ කිරීම මගින් නිතරම පෙන්වනු ලබයි. එම වරද නොකරන්න"(in Conference Report, අප්‍රේල් 1999, 32)

- පසු දවස්වන ශුද්ධවන්තයන් සඳහා සුදුසු දින යෙදීම් මොනවාද? විවාහ ගිවිස ගැනීමේ කාලය තුළදී උසස් ලෙස හැසිරීම් වැදගත්කම සිය ළමයින්ට ඉගැන්වීමට දෙමව්පියන්ට හැකි ක්‍රම මොනවාද?

විනිත ලෙස ඇදුම් ඇඳීමට යොදවන්න

ආදම් සහ එවෘගේ කාලයේ සිටම, ස්වාමීන් වහන්සේ උන්වහන්සේගේ ළමයින්ට සිය ශරීර වසාගන්නා ලෙස පවසා ඇති සේක. එදත් උයනේදී සාතන් විසින් එවා පොළඹවන තුරු, ඔවුන් නිරවස්තුව සිටි බව ඇය සහ ආදම් දැන නොසිටියහ. තහනම් ගෙඩි කැමෙන් පසු, ඔවුන්ගේ නිරුවත් බව ඔවුහු දැනගත්හ. අත්තික්කා කොල වලින් සැදූ ආවරණයකින් සිය ශරීරයේ වඩාත් ශුද්ධවූ අවසව වසා ගැනීමට ඔවුහු උත්සාහ දැරූහ. කෙසේ වුවද, විනිතභාවය ගැන ස්වාමීන් වහන්සේ උසස් ලෙස සැලකූ බැවින්, ඒ කාලයේ ඔවුන් දෙදෙනා පමණක් ලෝකයේම යුවලක් වුවද.... තම විලි වසා ගැනීමට ඔවුන් දෙදෙනාට උන්වහන්සේ සමන් කල කඩා දුන් සේක. (මෝසස් 4:13, 27 බලන්න)

විනිත භාවය පිළිබඳව, ස්වාමීන් වහන්සේගේ ප්‍රමිතිය (තත්වය) ලෞකික දෙය හා සම නොවීය. ජෝසප් සමිත්ගේ කාලයේ සිට අපගේ වර්තමාන අනාගත වක්තෘවරු දක්වා, අපගේ මූලිකවරුන් අපට ප්‍රකාශ කොට තිබෙන්නේ, අපගේම විලාසිතා සහ මෝස්තර නිර්මාණය කර ගන්නා ලෙසය. (Spenser W. Kimball," A Style of Our Own," BYU Devotional 13 පෙබ. 1951) බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපතිතුමා විසින් අප සඳහා මෝස්තරයක් වන විලාසිතාවක් පැහැදිලි කළේය. ඔහු මෙසේ කීවේය: "ඔබගේ නිවසට සුරංගනාවියක් පැමිණ, ඇයව දැකීමට ඔබට ප්‍රස්තාවක් ලැබුනොත්, ඇයගේ ඇඳුම කුමක් විය හැකිද?... ඇය ක්‍රමානුකූලව ප්‍රසන්නයි. ඇයගේ පෙනුම තේජසින් පිරී, කාන්තිමත්, ප්‍රභාමත් අතිශයින් ලක්ෂණ විය හැක. තවද ඇයගේ හැම ක්‍රියාවකම පවතින සුන්දරත්වයෙන් සෑම නරඹන්නෙකුම වසඟ වනු ඇත. ඇය තුළ අනවශ්‍ය කිසිවක් නැත. මෙම වැඩකට නොමැති, අනුවන මෝස්තර කිසිවක් ස්වර්ගයේ නැති බව මාගේ කිසිදු සොහොයුරියක් විශ්වාස නොකරනු ඇත. හොඳයි, එසේනම්, යහපත් සහ ස්වර්ගික දෙයින් ඔබගේ ජීවිත සකස් කරගන්න....." (in Deseret News [Weekly], 30 අප්‍රේල් 1873, 196).

අපගේ විනිත භාවයේ තත්වය ගැන අපගෙන්ම අසා අපට දැන ගත හැකිය. අනාගත වක්තෘතුමා අප නිවසට පැමිණෙන බව මම දැන සිටියේනම්, මගේ ඇඳුම් ගැන මට කිනම් හැඟීමක් ඇතිවේද? පසු දවස්වන ශුද්ධවන්ත ගැහැණු ළමයෙකු හෝ කාන්තාවක් විසින් ඇඳිය යුතු බවට, මාගේ ඇඳුම් යහපත් ආදරයකින් ලබා දෙයිද? විනිත බවේ පුහුණුව, අපි අපගේ නිවස තුළින්ම ආරම්භ කල යුතු වෙමු. කුඩා දරුවන් පවා විනිතව ඇඳුම් ඇඳිය යුතු අතර, විනිත භාවය ගැනද ඉගැන්විය යුතුය.

අපගේ ඇඳුම්වල තත්වයෙන් අන්‍යයන් වෙත කෙරෙන බලපෑම් ගැන අපි වගකිව යුතු වෙමු. නුසුදුසු හැඟීම් හෝ අත් අය වෙත නරක ආදරයකින් සපයන කිසිවක් විනිත නොවේ. තරුණ මිනිසුන් හට නුසුදුසු අදහස් ඇති කරන ඇඳුම් නොඇඳවීමට අපගේ තරුණ ගැහැණු ළමයින්ට ඉගැන්වීම විශේෂයෙන්ම ඉතා වැදගත්ය.

■ අද අප විසින් අත් හල යුතු සුලභව පවතින විලාසිතා මොනවාද?

අපගේ පතිවෘතාව රැකගැනීමට විනීත භාවය අපට උපකාරවත් වෙයි. මෝස්තර තේරීමේදී අපවත්, දෙවියන් වහන්සේවත් යන දෙආකාරයෙන්ම සතුටට පත් කිරීම අපට අවශ්‍ය වෙයි.

දෙමාපිය ආදර්ශය නිසිපරිදි ලබා දෙන්න

පතිවෘතාවේ නීතිය අනුගමනය කරමින්, සහ විනීත වෙමින් දෙමව්පියන් යහපත් ආදර්ශයක් තැබිය යුතුය.

- හුණු ලැල්ලේ හෝ පෝස්ටරයේ සඳහන් ළමයින්ට පිසිදුකම ගැන උගන්වන යෝජනා පහ නැවත කියවන්න. අපගේ ළමයින්ට සහ අපටද පතිවෘතාවේ නීතිය පිළිපැදීමට සහ විනීතව ඇදුම් ඇඳීමට උපකාරවත් විය හැකි වෙනත් ක්‍රම මොනවාද?

අවසානය

මෙක්සිකෝ නගරයේදී පසු දවස්වල ශුද්ධවත්ත ගැහැණු ළමයින් ඇමතු ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව්. ක්‍රිමබල් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. ඔබ සැම දෙවියන් වහන්සේගේ දියණියෝ වෙති.... ඔබ සැම නිර්මාණය කර තිබෙන්නේ අපගේ ස්වර්ගික මවගේ ප්‍රතිරූපයෙනි... ඔබගේ ශරීරය ඔබට පුප්‍රණීය මෙන්ම වටහේය" (in Conference Report, Mexico City and Central America Area Conference 1973, 108).

අපගේ ශරීර, අප ජීවය පවතින දේවමාලිගාය. "අපිරිසිදු කිසි දෙයකට දෙවියන් වහන්සේ සමග වාසය කල නොහැකිය." (1තීගයි 10:21, 1 කො-රොන්ති 3:16--17ද බලන්න) අපගේ ශරීර පවිත්‍රව හා පිරිසිදුව තබාගැනීම, අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ සමග ජීවත් වීමට නැවත යාමට සුදුසුකම් ලැබීමේ වැදගත් අංගයකි.

අභියෝගය

ඔබගේ සියළුම ඇදුම් විනීතප්‍රයි සැකහැර දැන ගැනීමට ඔබගේ ඇදුම් අල්මාරිය පරීක්ෂා කරන්න. නිවසේ කණ්ණාඩිය ඉදිරිපිට පුටුවක් තබන්න. ඉන්පසු සෑම පවුල් සාමාජිකයෙකුටම පුටුවේ හිඳ ගැනීමට සලස්වා ඇදුමෙන් හෝ ඉරියව්වෙන් වඩාත් විනීත වෙන්නේ කෙසේදැයි තීරණය කරන්න. සුදුසු නම්, ඔබගේ පිරිමි ළමයින් සහ ගැහැණු ළමයින් දෙපක්ෂයටම.... පතිවෘතාව හා විනීත භාවය ඉගැන්වීමේ වැදගත් කම ගැන ඔබගේ ස්වාමි පුරුෂයා හා සාකච්ඡා කරන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- 1. කොරොන්ති 10:13 (පෙළඹවීම් වැළැක්වීමට දෙවියන් වහන්සේ මාර්ගයක් සාදන සේක)
- ශාකොබ් 2:22--35, 3:1--3 පතිවත --- දෙවියන් වහන්සේට චිත්‍රියකි.)
- අල්මා 39:1--9 (පාපකාරී හැසිරීමට කොරියන්ටන්ට තරවටු කර, පසුතැවිලිවීමට උපදෙස් දුන්නේය.)

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මූලධර්ම 39 වන පරිච්ඡේදය වන "පතිචුත්තාවේ හීතිය" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. මෙම දැනමුතුකම් පොතේ 2 වන පාඩම වන "පසුතැවීමේ" නැවත කියවන්න.
3. පාඩමෙහි ශෝචනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සූදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැමලේ ලියන්න.
4. සුවිශේෂක මූලධර්ම 39 වන පරිච්ඡේදයෙහි "පතිචුත්තාවේ හීතිය යනු කුමක්ද" පිටුව 249 යන උප කොටස පංතියේ කියවීමට සාහොයුරියකට පවරන්න.
5. ඔබ ප්‍රිය කරන කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් කිසිවක් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

සදාකාලික විවාහය

10 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, සදාකාලික විවාහයේ ගිවිසුම් ලබා ගැනීමට සැලසුම්කර, සුදානම්වීම සඳහා අපට උපකාරවත් වීමයි.

අප දේව මාළිගාවේ විවාහ විය යුත්තේ මන්ද?

■ දූෂ්‍යමාධ්‍ය 10 අ. ප්‍රදර්ශනය කරන්න. "දේවමාළිගාව තුළ යුවලක් සදාකාලයට විවාහ වීම.

ජීවිතය මරණයෙන් කෙළවර නොවන්නා සේම, විවාහයද මරණයෙන් කෙළවර වීම බලාපොරොත්තු නොවේ. නමුත් දේවමාළිගාවෙන් පිටත රජය නිලධාරීන් හෝ සභා නිලධාරීන් මගින් සිදුවන විවාහය මෙම ජීවිතය සඳහා පමණි. මරණයෙන් පසුවද පවතින එකම විවාහය වන්නේ, දේව මාළිගාවේ සිදුවන සදාකාලික විවාහයයි. සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යයේ ඉහළම තලය වන උත්කර්ෂය පැමිණෙන්නේ, සදාකාලික විවාහයේ ගිවිසුම් සාදා, පිළිපදින අයට පමණකි.

■ ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 131:1--4 කියවන්න.

අප මරණයෙන් නැගිටීමට පසුව, මහිමයේ රාජධානි තුනෙන් එකකට අපි යන්නෙමු. ඉහළම රාජධානියට යාම සඳහා, අපි ජීවිත කාලය පුරාම යහපත් තීරණ ගනිමින්, නීතිපතා පසුතැවිලි වෙමින් ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගේ නියෝග අනුගමනය කළ යුතු වෙමු. (243--44 බලන්න). අප ගන්නා එක් තීරණයක් වන්නේ, සදාකාලය දක්වා දේව මාළිගාවේ විවාහ වීමයි. සදාකාලික විවාහයේ ගිවිසුම් සාදා එවා පිළිපදින අය සදාකාලය දක්වා ඔවුන්ගේ පවුල් හා සමග එක් වෙති.

■ ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 132:15--17 කියවන්න.

ජෝසෆ් ස්මිත් මෙසේ ඉගැන්වීය. "යම් මිනිසෙකු සහ ඔහුගේ බිරිඳ සදාකාලික ගිවිසුමකට සහ සදාකාලයටම විවාහයකට ඇතුළු නොවී... මරණයෙන් නැගිටුණු පසු ඔවුන්ට කිසිදු දරුවෙකු නොලැබෙනු ඇත" (*History of the Church 5:391*).

"උත්කර්ෂය හිමිවන්නේ යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සභාවේ බර්මිෂ්ඨ සාමාජිකයන්ට පමණකි: සුභාරංචිය පිළිගන්නා අයට පමණකි: දෙවියන් වහන්සේගේ ශුද්ධවූ දේව මාළිගාවල සිය එන්ඩවුමන්ට් ලැබූ, සදාකාලයටම බැඳීම් ලැබ, ඉන්පසුව ඔවුන්ගේ ජීවිත කාලය පුරාම බර්මිෂ්ඨව නොකඩවාම ජීවත්වන අයට පමණි"

■ අපගේ පවුල් දේව මාළිගාවේ බැඳීම් කිරීම අපට අවශ්‍ය වන්නේ මන්ද? සදාකාලයටම විවාහකව සිටීම සඳහා දේව මාළිගාවේ බැඳීම් කිරීමෙන් පසුව අපි කුමක් කළ යුතුද?



10-අ. සුවලක් දේව මාළිගාවේදී සදාකාලය දක්වා විවාහ වෙයි.

සදාකාලික විවාහයේ ආශිර්වාද

ලොරෙන්සෝස්ටෝ සහාපතිතුමා මෙසේ ඉගැන්වීය: පසුදවස්වල ශුද්ධාත්වත්තයන් දෙදෙනෙක් විවාහයෙන් එකට එක්වූ විට, සදාකාලයෙන් සදාකාලයටම පැමිණෙන්නාවූ ඔවුන්ගේ දරුවන් සම්බන්ධව ඔවුන්ට පොරොන්දු ලැබේ. සදාකාලය දක්වා ඔවුන්ගේ දරුවන්ගේ ගැලපීම, උත්කර්ෂය සහ මනිමය ආශ්වාදකරමින් පාලනය කරමින් මෙහෙයවීම සඳහා ඔවුන්ට බලය හා අයිතිවාසිකම ලැබෙන බවට පොරොන්දු වෙයි. තවද ඔවුන්ට මෙහිදී නොලැබෙන්නේ කුමන දරුවන්ද, සැකයක් නොමැතිව ඉන්පසුව ඔවුන් ලබා ගැනීමට ප්‍රස්තාවක් තිබෙනු ඇත. මිනිසෙකුට ප්‍රාර්ථනා කල හැක්කේ වෙන කුමක්ද? මිනිසෙකු සහ ගැහැණියක් මතු පැමිණෙන ජීවිතයේදී, සෙලෙස්ටියල් ශරීර ලබා ගෙන ලෙඩ දුක් වලින් නිදහස්ව, වර්ණා විෂය ඉක්මවා තේජස සහ අලංකාරයෙන් යුතුව ඔවුන්ගේ අනාගත පරම්පරාවේ මධ්‍යයේ සිටගෙන ඔවුන්ව ආශ්වාද කරමින් හා පාලනය කරමින් උත්කර්ෂය සහ සදාකාලයටම ජීවිතය පාලනය කරනි" *Deseret, News*, 13 මාර්තු, 1897, උපුටා ගැනීම, Spencer w. Kinball in *The Miracle of Forgiveness* [1969], 246

- දරුණක 10-ආ පෙන්වන්න "වොමිනට්ස් සී සී දේව මාළිගාවේ බැඳීම් කාමරය"

කෙතරම් ශ්‍රේෂ්ඨ පොරොන්දු ද? අප සදාකාලයටම බැඳීම් කරගෙන යහපත්ව ජීවත් වන්නෙමි, අපි සදාකාලික පවුල් වන්නෙමු. මිනිමත ජීවත්වන අපගේ පවුල් ස්ථිර ලෙසම අපගේය. අපගේ පරම්පරාවට ජීව දරුවන් එකතු කරමින්, අපටද වර්ධනය වීම නොකඩවාම කල හැකිය.

- මෙම ආශිර්වාද ලබාගැනීමට හැකි බව දැනීමෙන් ඔබට කුමක් හැඟෙන්නේද?

ස්ඵීඩනයේ බෝ. ජී වෙනරලන්සී සොහොයුරා, සුවිස් දේව මාළිගාවේදී ඔහුගේ බැඳීම් ලැබීමෙන් පසුව මෙම අදහස් ප්‍රකාශ කළේය.

"දේව මාළිගාවට ගිය ප්‍රථම ගමනින් පසුව, සුභාරංචිය අනුව ජීවත්වීමට මගේ ආත්මයේ පිරි නිවුණ, ජීවිය, සතුට හා අභිෂ්ඨානය මට කිසිදා අමතක නොවන්නේය. මම කිසි දිනෙක සිහිනෙන්වත් නොදුටු මගේ සදාකාලික ගමනාන්තය පිලිබඳව ප්‍රඥාවත්, බුද්ධියත්, මම ලබා ගත්තෙමි. වැදගත්ම සිද්ධිය වූයේ අපගේ පවුලම මෙලොව හා සදාකාලය දක්වාම එකට බැඳීම් කිරීමය.

"අල්තාරයට කෙලින්ම, මම මගේ බිරිඳගේ දෙනෙත් දෙස බලන විට, ඇයගේ කම්මුල් දිගේ පහලට ගලන සතුටු කඳුළු දුටුවෙමි. මම ඉන් පෙර ඇයට ආදරය කලමුත්, එය එම මොහොතෙන් පසුව ඇතිවූ ආදරය තරම් විශාල නොවේ. දෙවියන් වහන්සේගේ දියණියක් වන ඇය, මගේ ළමයින්ගේ මවය. එම මොහොත වනතුරු ඒ බැව් මට නොතේරුන බව හැඟුණි. ඉන්පසුව අපගේ යාඥා වඩාත් අර්ථවත් විය. පෙරටත් වඩා අපි ස්වාමීන් වහන්සේට ප්‍රේමකල අතර, උන්වහන්සේට සේවය කිරීමටද අපි ආශා කළෙමු.

"දේව මාළිගාවට නැවත යාම අපි නොකඩවාම සිදු කලේ එහි කටයුතු වල ආත්මිකභාවයට අපි මුිය කල බැවිනි. අපි එහි ගිය හැම අවස්ථාවකදීම, අපි තැබූ ගිවිසුම් ගැන අප සිහිපත් කල අතර, සුභාරංචිය අනුව ජීවිතය සකසාගෙන ජීවත්වීම සඳහා අපට බලපෑ ශක්තිමත්ම හේතුවූ වූයේද එයමය. ("I Had Loved Her Before.." *Ensign* අගෝ. 1974, 62)

සදාකාලික විවාහයේ ආශිර්වාද ලැබීමට අපි යහපත් ලෙස ජීවත්වී සුදුසුකම ලැබිය යුතුය. ඒවා ලබා ගැනීමට නම්, විශාල පරිත්‍යාග කිරීමට අප කැමැති විය යුතුය.

- දේව මාළිගා බැඳීම් ලබා තිබෙන සොහොයුරියන්ට සදාකාලික විවාහයට හා සදාකාලික පවුල් ගැන ඔවුන්ගේ හැඟීම් ප්‍රකාශ කරන ලෙස ආරාධනා කරන්න.



10-ආ. චෝෂින්නටන් ඩී. සී දේව මාළිගාවේ බැඳීම් කාමරය.



10-ඇ. එංගලන්තයේ ප්‍රෙස්ටන් දේව මාලිගාව

සදාකාලික විවාහය සඳහා සූදානම් විය යුතු අන්දම

අප දේව මාළිගාවට ශාමට පෙර, අපි අපගේ සහායකතුවා හෝ ශාඛා සහායකතුවා සහ ස්වේක් හෝ දිස්ත්‍රික් සහායක තුමා සමඟ පෞද්ගලික සම්මුඛ සාකච්ඡාවක් පැවැත්විය යුතුය. මෙම සම්මුඛ සාකච්ඡාවේදී, දේව මාළිගාවට ඇතුළුවීම සඳහා අපගේ සුදුසුතාවය සම්බන්ධව අපගේ නායකගේ යම් ප්‍රශ්න අසනු ලබයි.

- මෙම සම්මුඛ පරීක්ෂණයේදී අසනු ලබන ප්‍රශ්න ලැයිස්තු ගත කර තිබෙන පෝස්ටරය පෙන්වන්න. (සුවිශේෂක මුලධර්ම 38 වන පරිච්ඡේදය බලන්න) නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ සඳහන් තොරතුරුවලට යොමුවන්න.
- දේව මාළිගාවට ඇතුළත්වීමේ අවශ්‍යතාවයන්ට අනුකූලව අප ජීවත් නොවන්නේ නම්, එය නිවැරදි කර ගැනීමට අප කුමක්කල යුතුද? දේව මාළිගා විවාහය සඳහා අපට කල හැකි පරිත්‍යාග මොනවාද?

අප නිතරම අදහසක් වශයෙන් දේව මාළිගා විවාහයේ බලාපොරොත්තුව තබාගැනීම අවශ්‍යය. යහපත්ම ජීවත් වීමේ අවශ්‍යතාවය, අපටත්, අපගේ ළමයින්ටත් සිහිපත් කිරීමේ එක් මාර්ගයක් වන්නේ සමීපතම දේව මාළිගාවේ ජීවත්වීමක් අපගේ නිවසේ එල්ලා තැබීමය.

- දර්ශක 10-ඇ. එංගලන්තයේ ප්‍රේස්ටන් දේවමාළිගාව පෙන්වන්න.

මව්වරුන් වශයෙන්, දේව මාළිගා විවාහයේ වැදගත්කම ගැන සිතීමට අපට අපගේ ළමයින්ට උපකාර කල හැකිය. දෙවියන් වහන්සේ තුල ඇදහිල්ල තැබීමට ඔවුන්ට ඉගැන්වීමට අපට පිළිවන. පුප්කවරයේ බලයෙන් අප දිග්‍යනීයන්ට ධාර්මිකව මග පෙන්වන, යහපත් ස්වාමි පුරුෂයන්ව සෙවීමට, අපි ඔවුන්ට දෙබයකින් තොරව කල යුතු වෙමු. දෙවියන් වහන්සේගේ මිනිසෙකු විශේෂයෙන්ම ජීවිතයේ ප්‍රශ්න හා පරීක්ෂණ කාලය තුළදී, ඔහුගේ භාර්යාවට විශේෂ අස්වැසිල්ලකි. තවත් වැදගත් කරුණක් වන්නේ, සභාව තුළදී තමන්ට ආධාර කරන, සත්‍ය මුලධර්මයන් තම ළමයින්ට උගන්වන යහපත් භාර්යාවන් තෝරා ගැනීමට අපගේ පුත්‍රයන්ට ඉගැන්වීමය.

මධ්‍යම අමෙරිකාවේ එක් තරුණියක්, සභාවේ සාමාජිකයෙකු නොවන මිනිසෙකු සමඟ බොහෝ ආදරයෙන් සිටින බවක් හැඟිණි. සුභාරංචිය ඔහුට හඳුන්වාදීමට ඇය උත්සාහ කලද, ඔහු ඒ ගැන උනන්දු නොවීය. ඉතා දුර සිටින ඇයගේ සමීපතම මිතුරන් කිහිප දෙනෙකුගෙන් ඇය පවිත්‍රවූයක ලැබෙන විට, ඇය ඔහු සමඟ විවාහ වීමට සූදානම්ව සිටියාය. පරීක්ෂාවන්හිදී ඇයට ආධාර කළහැකි මෙන්ම සොහොන් වලෙන් එහා උත්කර්ෂය දක්වා ඔහුත් සමඟ ඇයව රැගෙන ගාහැකි. ජීවිතය මුළුල්ලේම එකට සම්බන්ධව සිටින පුරුෂයෙකුගේ වැදගත්කම ගැන ඔව්හු අවධාරණය කළහ. ඇයගේ තීරණයේ ප්‍රතිඵලය ගැන ප්‍රවේශමෙන් කල්පනා කරමින් ඇය ඇහුම්කන් දුන්නාය. මෙම දෙබර්සමත් කිරීම, මෙම මිනිසාට විවාහ කර නොගැනීමට තරම් උපකාරවත් විය. ඇයව දේව මාළිගාවට රැගෙන ශාමට සුදුසු මිනිසෙකු පසුව ඇයට හමුවූ බැවින් ඇය බොහෝ සතුටින් තන වූවාය.

- යහළුවෙකු තෝරා ගැනීමේදී, සොයා බැලීම සඳහා අප අපගේ ළමයින්ට ඉගැන්විය යුතුයි. අපගේ ළමයින්ට සත්‍ය ලෙසම, යහපත් ස්වාමි පුරුෂයෙකු හෝ බිරිඳක් අවශ්‍යනම් ඔවුන් යහපත්ව, සුදුසුව සිටිය යුතු බව අප ඔවුන්ට ඉගැන්වීම අවශ්‍යවේ.
- දේව මාළිගාවේ විවාහයක් සඳහා, දැන් සිටම අප සූදානම්වීම, අපට අවශ්‍ය වන්නේ මන්ද?

තවමත් විවාහ නොවී අප අතර සිටින්නන් හෝ සාමාජීය වශයෙන් (නිතරනුකූලව) විවාහවී සිටින අයට අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට දේව මාළිගා බැඳීම් කිරීම සඳහා සූදානම් විය හැකිය. අපට ළමයින් සිටිනම්, ඔවුන්ව අපටබැඳීම් කලහැකිය. එනමුත් මෙම වැදගත්දිනය අප කල් නොදැමිය යුතුය. අප සුහාරංචිය ගැන අපා එය පිළිගත් පසුව, මෙම පිවිතය තුළදීම දේව මාළිගා නියෝග ලබා ගැනීම සඳහා තම ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් හැකි හැම දෙයක්ම අපි කල යුතු වෙමු. (Spencer W. Kimball, *The Miracle of Forgiveness* [1969], 246.)

- දැනට බොහෝ තරුණයන්ට තම ප්‍රදේශවලම දේවමාළිගා නොමැති වුවද සාමාන්‍ය දුරකින් පිහිටි දේව මාළිගා ඇත...

"අපගේ අවංක පැතුම වන්නේ.... ඔබගේ මධුසමය සැලසුම් කර ගැනීමය. එවිට සදාකාලිකව බැඳීම් කරගැනීමට, මෙම සම්පතම දේව මාළිගාවට යාමට ඔබට හැකිවනු ඇත. එවිට ඔබගේ දරුවන් ස්ථිරවම ඔබගේම වන අතර, ඔබ ස්ථිරවම ඔවුන්ගේ දෙමව්පියන් වනු ඇත. (Spencer W. Kimball, "The Marriage Decision," *Ensign*, පෙබ. 1975, 4)

සමහරෙකුට ඔවුන්ට පාලනය කර ගත නොහැකි හේතූන් නිසා, මේ පිවිතයේදී, දේව මාළිගාවකට යාමට නොහැකි වනු ඇත. ඔවුන් වෙනුවෙන් දේවමාළිගා තුළ බැඳීම් නියෝග ලබා ගැනීමට ඔවුන්ට හැකි බව දැන ගැනීමටද ඔවුන්ට මහත් අස්වැසිල්ලක් වනු ඇත.

- සුවිශේෂක මුලධර්ම පරිච්ඡේද 40 උප කොටස් දෙකේ කෙටි විවරණයක් ලබාදීමට පත් කල පංති සාමාජිකාවකට කියන්න. (මෙම පාඩමේ අවසානයේ ඇති "ගුරු සූදානම" බලන්න)

පරිත්‍යාග කිරීමට අපි කැමති විය යුතු වෙමු.

පරිත්‍යාග තුළින් යමක් ලබාගැනීමට අපි කෙතරම් විශාල ලෙස ආශා කරන්නේදැයි ස්වාමීන් වහන්සේ දන්නා සේක. සදාකාලික විවාහයක් අපට අවංකවම අවශ්‍යනම්, ඒ සඳහා පරිත්‍යාගයක් කිරීමට අපි කැමැත්තෙන් සිටීමු.

ටොන්ගන් දූපතේ, වහායී ටොන්ගා සොහොයුරා සහ සොහොයුරිය දේව මාළිගාවට යාම සඳහා පරිත්‍යාගශීලී වූහ. "ටොන්ගන් ගුද්ධවන්තයෙකුට එවන් ගමනක් යාම සඳහා ප්‍රමාණවත් මුදලක් ඉතිරි කර ගැනීම එතරම් ලෙහෙසි නොවීය. ඒ වෙනුවෙන් සුදානම්වී ඉතිරි කර ගැනීමට මාස ගනනාවක් ගතවූ නමුත්, අවසානයේදී මුදල් එකතුකොට සැලසුම් සම්පාදනය විය"

කෙසේ වෙතත්, දුත මෙහෙයේ සහායකවූ ටොන්ගා සොහොයුරා වෙත පැමිණ, ඔහු විසින් ඉතිරිකර තිබෙන සියලුම මුදල්, ඔහුගේ ශාඛාවේ ඉදි කිරීමට යන දේවස්ථානය වෙනුවෙන් ආධාර කරනලෙස ඔහුගෙන් ඉල්ලීය. ඔහු මෙය ඉටු කලේ නැත්නම්, එහි දේවස්ථානයක් ඉදිකිරීමට තවත් වසර දෙකක් ගතවනු ඇත. ටොන්ගා සොහොයුරා ඔහුගේ බිරිඳ සමඟ මෙම තත්වය ගැන සාකච්ඡා කළේය.

"දේව මාළිගාව දැක ගැනීමේ ඔවුන් තුළ තිබූ සිහිනය ඉවත දැමීම අපහසුවූ නමුත්, පසුදින ඔව්හු දුත මෙහෙයේ සහායකවූවන්ට සිය මුදල් දුන්හ. එම රාත්‍රියේ (ටොන්ගා සොහොයුරා).... (ඔහුගේ භාර්තාවට) මෙසේ කීවේය. "ප්‍රේමීය, ස්වාමීන් වහන්සේ අපගේ මුලිකවරුන් මගින් අපට පොරොන්දුවී තිබෙන්නේ, අප උත්වහන්සේගේ පණත් ඉටු කරන්නේනම්, (නවසීලන්තයේ දේව මාළිගාව) කැප කිරීමේ උත්සවයට යාමට යම් ක්‍රමයක් අප වෙනුවෙන් සුදානම් කරන බවය. ලිඛිත සහ මෙට්ටවලට අමතරව අපට එළදෙනුන් උරුම සහ අශ්වයන් කිහිප දෙනෙකුද සිටිති. අපි මේ හැම දෙයක්ම විකුණමු. එවිට කැපකිරීමේ උත්සව ආශිර්වාද ලැබීමට අපට හැකිවනු ඇත.

බ්‍රහස්පතින්දා සහ සිකුරාදා දිනවල ඔවුන්ගේ සතුන් විකුණා දැමීමට ටොන්ගා සොහොයුරා සහ ටොන්ගා සොහොයුරිය උත්සාහ ගත්හ. නමුත් කිසිවෙකු මිළදී ගත්තේ නැත. කාලය කෙටි වෙමින් පවතී. ලබන සඳුදා නවසීලන්තය බලා යන නෞකාව පිටත්වීමට නියමිතව තිබිණි. ටොන්ගා සොහොයුරා මෙලෙස සඳහන් කළේය:

"සෙනසුරාදා උදයේ එළඳෙනුත්, උරන් සහ වෙනත් ද්‍රව්‍යයන් කිහිපයක් අවශ්‍ය තිබූ කෙනෙක් පැමිණී බැවින් පැයහතයක් තුළදී ඩොලර් 500 හා 600 අතර ප්‍රමාණයක් අපට ලැබිණි" දැන් ඔවුන්ට මුදල් තිබෙන බැවින් යාමට හැකියාව ලැබී ඇත.

නවසීලන්තයේ දේව මාළිගාව තුළ බැඳීමෙන් ප්‍රථම යුවල වූයේ ටොන්ගා සොහොයුරා සහ ඔහුගේ භාර්යයාවයි. නමුත් එම කථාව එතැනින් අවසන් නොවීය. ටොන්ගා සොහොයුරා මෙසේ කීවේය.

"මාගේ බිරිඳ සහ මා එකිනෙකාට බැඳීම් ලද විට, මගේ හදවතට යම් කිසිවක් දැණිණි. අපගේ ළමයින් අප සමඟ නොසිටී බැවින් මගේ දෙනෙතට කඳුළු ගැලීය. අප නිවසට පැමිණී විට, ළමයින් අපට උදව් කරන්නේනම්, අප සැමටම එක්ව දේවමාළිගාවට යාහැකි බව මම අපගේ ළමයින් හතර දෙනාටම පොරොන්දු වූවෙමි. මම මෙලෙස සිතුවෙමි. මම ඔවුන් දේව මාළිගාව තුළ බැඳීම් නොකළ බැවින්, හොඳ පිරිමි ළමයෙක් වන්න, හොඳ ගැහැණු ළමයෙක් වන්නයැයි ඔවුන්ට කෙලෙස කියන්නද?" ඔවුන් මගේ නොවේයයි යන හැඟීම මට ඇති වීණ.

"වසර දෙකකම හැම දෙයකම වාගේ අපි පරිත්‍යාග කළෙමු. පාසලෙන් මා ලැබූ වැටුප අප හැම දෙනෙකු වෙනුවෙන්ම බෙදා වෙන් කළ අතර, අපි එම මුදල ඉතිරි කලෙමු. නමුත් අපගේ දශයෙන් කොටස සහ උපවාස පිදුම් අපි නියමිත පරිදි ගෙව්වෙමු. මසකට ඉන් 70..... බැගින් අවුරුදු දෙකක් අපි ඉතිරි කළෙමු. අපට වගා කළ හැකි දෙයකින් අපි යැපුනෙමු.... මගේ ළමයින්ට රසකැවිලි හෝ සපත්තු හෝ මිළදී ගැනීමටද, විතුපටි බැඳීමට යාමටද නොහැකිවූයේ, ඔවුන් දේව මාළිගාවට යාම සඳහා මුදල් ඉතිරි කළ බැවිනි.....

"ප්‍රවාහන වියදම් අඩුකර ගැනීම සඳහා දිස්ත්‍රික් රැස්වීම්වලටද සැතපුම් හයකම.... මම බයිසිකලයෙන්ම ගියෙමි.... අපගේ දිස්ත්‍රික් රැස්වීම් බොහොමයක්ම ආරම්භ වූයේ උදයේ 6.00ට බැවින්, හිමිදිර උදයෙන්ම නිවසින් පිටත්වීමට මට සිදුවිය.

"අපගේ මුදල් ගැන බැලීමේ නිශ්චිත කාලය පැමිණී විට..... වැඩිමහල් ළමුන් දෙදෙනා සතුව ඩොලර් 235 ඇති බව ඔව්හු කීහ. වසර දෙකකම ඉතිරි කිරීමෙන් පසුව කුඩා දරුවා (ඔහු පස් වියැහිය) ඉතිරිකර තිබුණේ ඩොලර් 65කි. මගේ පවුල වෙනුවෙන් මම ඩොලර් 1,300 ක්ම ඉතිරි කළෙමි.

"පරිත්‍යාගය තුළින්, අප පවුලට නවසීලන්තයට ගොස් දේව මාළිගාවේ බැඳීම් ලබා ගැනීමට අපට හැකියාව ලැබිණි. අපගේ බලාපොරොත්තුව ඉටු කර ගැනීම සඳහා අපට අමතර කටයුතු කිහිපයක් කිරීමට සිදුවුවද, එය අපට විශාල ආශිර්වාදයක් විය" ("We Lived on 70 Cents a Month for the Temple," *Ensign*, පෙබ: 1976, 30--31)

අවසානය

අප දේව මාළිගා විවාහය තුළින් බැඳීම් ලබා, යහපත්ව ජීවත්වූ විට, අපි සදාකාලික පවුල් බවට පත් වෙන්නෙමු. මතු පැමිණෙන ජීවිතයේ, අපගේ පවුල් වලට ආත්මික දරුවන් එක්කරගෙන, නොකඩවාම වර්ධනය වීමට අපට පිළිවන. දේව මාළිගාවේ විවාහ වීමට අපට නොහැකිවූයේ නම්. යහපත්ව ජීවත්වීම තුළින් මෙම සදාකාලික ආශිර්වාදය ලබා ගැනීමට අපි සූදානම් විය යුතු වෙමු.

අභියෝගය

සදාකාලික විවාහයක ඇති වැදගත්කම ගැන, ඔබගේ පවුලේ අය සමග සාකච්ඡා කරන්න. දේව මාළිගාවට සාම සඳහා බලාපොරොත්තුවක් ඇති කර ගන්න. මෙය ඔබට සිහිපත් වීම සඳහා දේව මාළිගා පින්තූරයක් ඔබගේ නිවසේ තබාගන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුල ධරම 38 වන පරිච්ඡේදය "සදාකාලික විවාහය" සහ 40 වන පරිච්ඡේදය වන "දේව මාළිගා කටයුතු සහ පවුල් ඉතිහාසය ගැන අධ්‍යයනය කරන්න.
2. ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 132:14--20 යන පද අධ්‍යයනය කරන්න.
3. පාඩමෙහි යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැලේලේ ලියන්න.
4. සුවිශේෂක මුල ධරම 40 වන පරිච්ඡේදයේ උප කොටස්වල එන පවුල් සදාකාලිකම බැඳීම් ලබන දේවමාළිගා නියෝග සහ පවුල් ඉතිහාසයෙහි.... අපගේ මුතුන් මිත්තන්ට උපකාර කිරීම අපි කෙසේ ආරම්භ කරන්නෙමුද? යන පාඩම්වල කෙටි විවරණයක් කිරීමට පංති සාමාජිකාවක් පත් කරන්න.
5. ඔබ ප්‍රිය කරන කිසියම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

සහ කාර්යාල



පුජකවරයේ ඇති වැදගත්කම

11 වෙනි පාඨම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ පුජකවරය යනු කුමක්ද? යන්නත් එය උත්කර්ෂය ලබා ගැනීමට අපගේ පවුල්වලට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද යන්නත් තේරුම් ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

පුජකවරය.... දෙවියන් වහන්සේ වෙනුවෙන් කටයුතු කිරීමේ බලය.

"දෙවියන් වහන්සේගේ කාර්‍යය වනුයේ, අමරණීයත්වය සහ සදාකාලික ජීවිතය මිනිසාට ලබාකර දීමයි" (මෝසස් 1:39). දෙවියන් වහන්සේ සහ යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ, උන්වහන්සේලාගේ කටයුතු මිනිමත ඉටු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය අධිකාරී බලය සහ ශක්තියද මිනිසාට ලබාදී ඇති සේක". (පුජකවරය) යනු මනුෂ්‍ය පවුලේ ගැලවීම සඳහා, පියාණන් වහන්සේ, පුත්‍රයාණන් වහන්සේ හා ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ නාමයෙන් සහ භීතනානුකූලවද මිනිමතදී මිනිසාට කටයුතු කිරීමට භැකිවනු පිණිස, කිසිදු අඩු වැඩියක් නොමැතිව මිනිසා වෙත පවරා දුන් දෙවියන් වහන්සේගේ බලයයි" (Joseph F. Smith, *Gospel Doctrine*, 5 වෙනි ප්‍රකාශ, (1939), 139--40)

- දර්ශක 11-අ, "පේතෘස්. යාකොබ් සහ යොහාන්, ජෝසප් සමිත් සහ ඩලිවර් කව්ඩර් වෙත, මෙලේකියදෙක් පුජකවරය පිරිනමති".

යොහාන් බවිච්ඡමය වර්ෂ 1829, මැයි 15 වැනි දින, ජෝසප් සමිත්ට සහ ඩලිවර් කව්ඩර් හට ප්‍රකාශවී, ඔවුන් වෙත ආරෝහික පුජක වරය පිරිනමන ලදී. එයින් පසුව, පේතෘස්, යාකොබ් සහ යොහාන් විසින් ඔවුන් වෙත මෙලේකියදෙක් පුජකවරය පිරිනමන ලදී. ඉන්පසුව වර්ෂ 1830, අප්‍රේල් 6 වෙනි දින ජෝසප් සමිත් සහ ඩලිවර් කව්ඩර් තම, තමන්ව පුජකවරයේ වැඩිහිටියන් ලෙස පත්කර ගත්හ.

පුජක වරය දානය කරනු ලබන්නේ, සභාවේ යෝග්‍ය සාමාජිකයන් වෙතය. ඉන්පසුව ජෝසප් සමිත් සහ ඩලිවර් කව්ඩර් කටයුතු කළායේ පුජකවරයේ නිලයකට ඔවුන්ව පත්කල හැකිය. ආරෝහික පුජකවරය දානය කිරීමෙන් පසුව, ඔවුන්ට උපස්ථායක ගුරුවර හෝ පුජක නිලයකට පත් කල හැකිය. මෙලේකියදෙක් පුජකවරය දානය කිරීමෙන් පසුව, ඔවුන්ව වැඩිමහල් හෝ උත්තම පුජක යන නිලයට පත්කල හැකිය. උත්තම පුජකයන්ව, විශේෂ කැඳවීමක් මගින් සභානායක, ආදී ජීතෘ භැත්තෘ දෙනා හෝ ප්‍රේරිත යන නිලයකට පත්කල හැකිය. මෙම සෑම නිලයකම පුජකවරයේ කැඳවීම් වන අතර, භෑම නිලයකටම විවිධ වගකීම් ඇත.

පුජකවරය දරණ පුරුෂයන්ට, සුභාරංචියේ පුජනීය නියෝග ක්‍රියාත්මක කල හැකිය. ඒවානම් බවිච්ඡම කිරීම, ස්ඵර කිරීම, සක්‍රමේන්තුව මෙහෙයවීම සහ වෙනත් කටයුතුය. (මෙම මාතෘකාව ගැන, 12 වන පාඩමේ "පුජක නියෝග යටතේ සාකච්ඡා වෙයි)



11-අ. ජෝසෆ් ස්මිත්ට සහ ඔලිවර් කව්ඩර් හට ජේතෘස්, යාකොබ් සහ යොහාන් මෙල්කියෙදෙක් පූජකවරයා පිරිනමනි.

පුජකවරයේ බලය පැමිණෙන්නේ ධාර්මිකව පිවත්වීම තුළින්ය.

පෝසල් සමත් කුමා පුජකවරයේ ප්‍රධාන මූලධර්මයක් මෙසේ ඉගැන්වීය: පුජකවරයේ අයිතිවාසිකම් ස්වර්ගීය බලය සමග නොවෙනස්ව සම්බන්ධවී ඇත. තවද... ස්වර්ගීය බලය ධර්මිකභාවයේ මූලධර්මයන් මත මිස පාලනය කිරීමට නුපුළුවන” (ඕ සහ සී 121:36).

එන, එළඬන් වැනර සභාපතිතුමා, ධාර්මිකව පිවත්වීමේ වැදගත්කම හා පුජකවරයේ බලය පහත සඳහන් කරාන්තරය මගින් පෙන්වා දෙයි:

“මම සභානායකව සිටියදී වැඩිහිටියන් සේ පත්කිරීමට සුදුසු වයසට පැමිණි පිරිමි ළමයින් හය දෙනෙක් මගේ කොට්ඨාශයේ සිටියහ. ඔවුන්ගේ එක් අයෙකු සුදානම්ව නොසිටි බැවින්. මට නිර්දේශ කළ හැකි වූයේ ඔවුන්ගෙන් පස් දෙනෙකු පමණි. මේ සම්බන්ධව අප කිහිප වතාවක් කරාකර ඇති අතර ඔහු මට ප්‍රකාශ කළේ “මම සුදුසු නැහැ” කියාය. ඔහු ඒ ගැන බොහෝ සේ කණගාටු වූ අතර, නිර්දේශ කිරීමක් ඔහු බලාපොරොත්තු වූයේද නැත... ඔහුගේ මාමා කෙනෙකු පැමිණ මට මෙසේ කීවේය. ඇත්ත වශයෙන්ම, ඔහුගේ මිතුරන් ඉදිරියට යාමේදී ඔබ ඔහුව නවතා ගැනීමට කටයුතු කරන්නේ නැත. ඔහුට ඉදිරියට යාමට සලස්වන ලෙස ඔහු මට ආයාචනා කරමින් මෙසේ කීවේය. ඔබ එසේ නොකිරීමෙන්, ඔබ ඔහුව සභාවෙන් පිටමන් කිරීමට සලස්වනු ලබයි.

“මා මේ මිනිසාට කරුණු දක්වමින්, මෙම පිරිමි ළමයාට දිය හැකි ඉතාමත් වැදගත්ම දෙය වන්නේ පුජකවරයයි. අපි පුජකවරය නොතිසි ලෙස ලබා නොදෙමු... මෙම පිරිමි ළමයා සහ මම එකිනෙකා තේරුම් ගත්තෙමු. වැඩිමහල්ලෙකු වශයෙන් පත් කිරීමට ඔහු තවමත් සුදානම් නැත. එනිසා ඔහුව නිර්දේශ කර නැත.

“වසර කිහිපයකට පසුව මා ප්‍රධාන සම්මන්ත්‍රණයකට සහභාගිවෙමින් සිටියදී... එක් තරුණ පුද්ගලයෙකු මා වෙත පැමිණ මට මෙසේ කීවේය. “වැනර සභාපතිතුමනි. ඔබට මා මතක නැත. වැඩිමහල්ලෙකු මෙන් පත්වීම ඔබ නිර්දේශ නොකළ ඒ පිරිමි ළමයා මම වෙමි.” සිය අත දිගු කරමින් මෙසේ පැවසීය. “ඒ වෙනුවට මම ඔබට සතුහි කරමි. කැලිපෝර්නියාවේ වර්තමාන සභානායකවරයා මම වෙමි. මා නුසුදුසුව සිටියදී ඔබ මා නිර්දේශ කළේනම්, ඇත්ත වශයෙන්ම, පුජකවරය කුමක්ද යනු වත්, කෙනෙකුගෙන් කුමක් බලාපොරොත්තු වන්නේද කියාවත් මට කිසිදුක කෘතඥවීමට නොහැකිවන අතර, සත්‍ය ලෙසම, අද මෙන් මා, කිසිදිනෙක සභානායකවරයෙකු වීමට ඉඩ නොතිබිණි.” (in Conference Report, අප්‍රේල් 1973 122: හෝ *Ensign* ජූලි 1973, 94).

■ මෙම තරුණයා පත් කිරීමට සුදානම් වනතුරු ඉවසා සිටීමට සිදුවීම ඔහුට යහපතක් වූයේ කෙසේද?

ස්වාමින් වහන්සේ ප්‍රකාශ කොට තිබෙන්නේ, මිනිසුන්ට පුජකවරයේ ආශිර්වාද ලැබෙන්නේ, ධර්මිකභාව පිවත්වීමෙන් පමණක් බවය. මිනිසුන් ඔවුන්ගේ පුජක පැවරුම් ඉටු කිරීම මගින් තම පුජක කැඳවීමේ ක්‍රියාත්මක කලයුතුය. ඔවුන් තම පවුල්, ප්‍රේමයෙන්, කරුණාවෙන් හෝ ඉවසීමෙන් යුතුව හැසිරවිය යුතුය. (ඕ සහ සී 121:34, 41-42.)

කොරියාවේ යු. කුම් ඔක් සොහොයුරිය, තම ස්වාමි පුරුෂයා, නිවසේදී පුජකවරයාට ගරු කල අන්දම ගැන පහත සඳහන් කරාච කීවාය.

“මම එක් පුතෙකුගේ සහ දියණියන් දෙදෙනෙකුගේ මවක් වෙමි. මට වයස තිස් හතරකි. මම විවාහ වූයේ 1964දීය. මම මගේ සාකෂි ප්‍රකාශ කිරීමට කැමැත්තෙමි.”

"මම 1974, සැප්තැම්බර් 14 වෙනි දින බවිනීස්මවු අතර මගේ සැමියා කොරියාවේ සැබෑ පසු දවස්වල ඉදිබවන්තයක් වීම ගැනද මම ආඩම්බර වෙමි. ඔහු බවිනීස්ම වුයේ මීට වර්ෂ ෪෦ භතරකට පෙර වුවද, ඔහු ඉතා ශ්‍රේෂ්ඨ පුද්ගලයෙකු බව මම සිතමි. යෙසුස් වහන්සේට සමාන මිනිසෙකු වීමට..... ඔහු කල්පනා කළේය. ජීවිතයේ අර්ථය පිළිබඳව මම කිසිවක් දැන නොසිටියෙමි. අප කොහි සිට පැමිණියේද? අප මෙහි සිටින්නේ කුමකටද? අප කොහි යන්නේද? යනු මට ප්‍රශ්නයක් විය. දෙවි කෙනෙක් නොමැති බවත්, යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ හුදු සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙක් බවත් මම සිතුවෙමි. මගේ සිතේ තිබූ එකම දෙයනම්, මගේ ස්වාමි පුරුෂයාට උදව් කිරීම සහ මගේ ළමයින් ශක්තිමත්ව වැඩිමට කටයුතු කිරීම පමණකි. සදාකාලික ජීවිතය යයි කියනු ලබන ගැලවීම ගැන මම කිසිදු තැකීමක් නොකළෙමි.

"නමුත් මම දැන් සම්පූර්ණ වෙනස් කෙනෙකමි. ජීවිතයේ සැබෑ අර්ථය මම දනිමි. මගේ ස්වාමියාගේ ක්‍රියාවලින් සහ කථාවෙන් මොර්මන් ධර්මය ගැන සැබෑ ලෙසම මම දැන ගත්තෙමි. මගේ ස්වාමි පුරුෂයා මත් පැන් බීම, දුම්බීම, කෝපි හා තේ බීම නොකරන අතර, ඔහුගේ සේවය නිමවීමෙන් පසුව නිවස බලා එයි. ඔහු කිසිදු අමනාප නොවන අතර ළමයින් සමග ක්‍රීඩා කිරීමට, පිගන් සේදීමට, නිවස පිරිසිදුව තබා ගැනීමටද කැමැත්තක් දක්වයි. කිසිදු බොරුවක් නොකියයි. නිතරම මඳ වචන භාවිතා කිරීමට උත්සාහ දරමින් නිවසේ කටයුතු වටලද ඔහුට හැකි පමණින් කැමැත්තෙන්ම නියැලෙයි. මේ හැම දෙයක්ම මම මගේම දෙනෙතින් දකිමි. මෙයට වඩා ආශ්චර්‍යයක් නොමැති බව මම සිතමි. මගේ ස්වාමි පුරුෂයා වෙනත් හොඳ පුද්ගලයෙකු බවට පත්ව තිබේ.

"මගේ ස්වාමි පුරුෂයා ආගමට හැරීමෙන් පසුව ඔහු මෙතරම් වෙනස් පුද්ගලයෙකු වූයේ කෙසේදැයි මම පුදුම වුවෙමි. අවසානයේදී මම තේරුම් ගත්තෙමි. එය ඔහු නිතරම කියවන්නට යෙදුන මොර්මන්ගේ පොතයි. මොර්මන්ගේ පොත ගැන ඉගෙන ගැනීම සඳහා ස්ථාපිත පංතියකට බැඳීමට මම තීරණය කර, මගේ ස්වාමියා මට හඳුන්වාදුන් අමෙරිකානු ධර්ම දුතයන් සමග ඉගෙන ගත්තෙමි. අවසානයේදී මාගේ ආදරණීය ස්වාමි පුරුෂයා මගින් බවිනීස්මය ලැබුවෙමි. මගේ ස්වාමි පුරුෂයා වෙනත් හොඳ පුද්ගලයෙකු බවට පත් කල එම ආත්මික බලය මා හටද බලපා ආශිර්වාද කරන බව මම සිතමි.

"දැන් මට අවශ්‍යව තිබෙන්නේ මගේ ස්වාමි පුරුෂයා සහ ළමයින්ද සමග එම මහිමාන්විත සෙලස්ටියල් නිවසේ මෙලොව හා සදාකාලය දක්වා ජීවත්වීමය. සහන සම්බන්ධයේ හක්වීමත් සාමාජිකාවක, සහ යහපත් මවක හා පුප්කවරය උසුලන මගේ ස්වාමි පුරුෂයාගේ ක්‍රියාවන් නිතරම අනුමත කරන යහපත් භාර්යාවක් වීමට මම කැමැත්තෙමි". (A Real Latterday Sint" in Leon Hartshon, comp., *Inspirational Missionary Stories* [1976], 30--31).

සිය ජීවිතය වෙනස් කරගනිමින්, පුප්කවරයට ගරුකරමින් මෙම මිනිසා වඩා හොඳ බිරිඳක් මවක් සහ දෙවියන් වහන්සේගේ දියණියක් වීමට සඳහා සිය භාර්යාවට පෙළඹවීය.

- ධාර්මිකව ජීවත්වීමට මෙම සොහොයුරිය තුළ තිබූ අධිෂ්ඨානය, ඇයගේ ස්වාමි පුරුෂයා හා ඇයගේ ළමයින්ට බලපෑමේ කෙසේද? අප ධාර්මිකව ජීවත් වීම අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට හා ළමයින්ට බලපානු ලබන්නේ කෙසේද? අපගේ සදාකාලික ජීවිතයට මෙමගින් වන බලපෑම කුමක්ද?

පවුලේ උත්කර්ෂයට පුප්කවරය අවශ්‍යය

උත්කර්ෂය ලබා අපගේ ස්වර්ගයේ වැඩසිටින පියාණන් වහන්සේ සමග ජීවත් වීමට නම්, අපි යම් නිශ්චිත කාර්යයන් කළ යුතු වෙමු. පුප්කවරයේ උපකාරයෙන්, අපට එ සෑම දෙයක්ම කල හැකිය.

බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. "පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන් ගැන බොහෝදේ ප්‍රකාශ වී ඇත. ජනතාව ප්‍රකාශ කරන පරිදි, එම බලය තිබෙන්නේ පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන් හටද, නැතිනම් එය පුප්‍රකවරයද? එය පුප්‍රකවරයවේ. තවද ඔවුන් පුප්‍රකවරය අනුව ජීවත් වුවහොත්, ඔවුන්ට මෙහිදී තම කටයුතු කිරීමට හැකිවේ.. මහිමයද, අමරණීයත්වය සහ සදාකාලික ජීවිතය ලැබීමට සුදානම් විය හැකිය" (*Discourses of Brigham Young*, sel, John A Widtsoe [1954], 131--32).

ස්වාමීන් වහන්සේ අපට පණත් සහ සුවිශේෂක මුලධර්ම ලබාදී ඇති සේක. ඒවාට කිකරු වීම, පවුලේ උත්කර්ෂයට අවශ්‍ය වෙයි. පුප්‍රකවරය නොමැතිව යම් පණත්වලට කිකරුවීමට අපට හැකි වුවද, උත්කර්ෂයේ නියෝගයන් පුප්‍රක බලය මත රඳා පවතී. බෞතීස්මය, ස්ථිර කිරීම, දේව මාළිගා විවාහය, මේ සෑම දෙයක්ම පුප්‍රක බලය මත රඳා පවතියි. මෙම නියෝගයන් නොමැතිව, අපට උත්කර්ෂවීමට නොහැකිය.

අපි අවිවාහක බැවින් අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් හෝ පියවරු සභාවේ සාමාජිකයන් නොවීම හෝ පුප්‍රකවරයට ගරු නොකිරීම අවාසියක් විය හැකි බව අප සමහරෙකුට හැගේ. අප ඔවුන්ට ඉඩලිවිත්තව ප්‍රේමයෙන් සිටිය යුතුය. යම් දිනෙක ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය ඔවුන්ට හැගෙනු පිණිස අපි නොකඩවාම යාදො කල යුතු වෙමු. ඒ අතර, වෙනත් ධර්මිෂ්ඨ පුප්‍රකවරය දරන්නන් මගින් අපට නියෝග ලබා ගත හැකිය.

"අප ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ මිනිස් දරුවන්ට පැහැදිලි ලෙස ප්‍රකාශ කර තිබෙන්නේ, සෙලස්ටියල් රාජ්‍යයේ සාමාජිකයන් වීමට බලය ලබා ගැනීමට අපට හැකිවන්නේ, දිව්‍යමය අධිකාරී බලය දරන්නාවූ අයගේ අත් තැබීමෙන් පමණක් බවයි" (ජෝජ් ඇල්බට් සමිත්, *in Conference Report*, අප්‍රේල් 1934, 28).

- ඉගැන්වීම හා ගිවිසුම 132:19 කියවන්න. උත්කර්ෂය සඳහා අවශ්‍ය වන්නේ මෙම ශුද්ධ ලියවිල්ලේ සඳහන් කුමන නියෝගයක්ද? උත්කර්ෂය යනු කුමක්ද? පවුලකට උත්කර්ෂ වීමට හැකිවන්නේ කෙසේද?

"උත්කර්ෂය යනු, අප ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ සමග සෙලස්ටියල් රාජ්‍යයේ ඉහළම තත්වයේ ජීවිත්වීමයි. සුදුසු ලෙස ජීවත්වන යුවලකට දේව මාළිගාවේදී බැඳීම් කල හැකිය. ඔවුන්ට ළමයින් ඉපදෙන විට, ඔවුන් මෙම පවුල් ඒකකයේ කොටසක් බවට පත්වෙයි. එසේ නැතහොත් පසු කාලයකදී සභාවට බැඳී සිය සුදුසුතාවය ඔප්පු කර පෙන්වන පවුලකටද, දේව මාළිගා බැඳීම් නියෝග ලබා ගත හැකිය. මෙම අවස්ථා දෙකෙහිදීම, අවසානය දක්වා දරා ගැනීමේ සුදුසුතාවය, උත්කර්ෂය සඳහා අත්‍යවශ්‍ය වෙයි. (*Learn of Me and Listen to My word: Laurel Course A* [1977], 118).

අවසානය

පුප්‍රකවරය නැවත ස්ථාපනය කිරීම මගින්, උත්කර්ෂය ලබා ගැනීමට අවශ්‍ය බලය ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ අපට ලබාදී ඇති සේක. අප බැඳීම් නියෝග ලබා ගෙන ධාර්මිකව ජීවත් විය යුතුය. මෙම අවස්ථාවේ පමණක් නොව අපි සදාකාලය දක්වා ජීවත් විය යුතු වෙමු. සුදුසු කම් ලැබීමට සහ උත්කර්ෂය ගෙන එනු ලබන පුප්‍රක නියෝග ලැබීමටද අපි පරිශ්‍රම දැරිය යුතු වෙමු.

අභියෝගය

පූජකවරයා ගැන වැඩි දුරටත් ඉගෙනීම සඳහා සුවිශේෂක මූලධර්ම පරිච්ඡේද 13 සහ 14 කියවන්න. පවුල් නිවාස සන්ධිතාවේ එන පාඩමේ කොටසක් වශයෙන්, පූජකවරයා වැදගත්කම සාකච්ඡා කරන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 13 (ජෝසෆ් ස්මිත් සහ ඔලිවර් කවීඩර් ආරෝග්‍යික පූජකවරයාට පත් කිරීම.)
 - ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 131:1--3 (විවාහයේ සඳුකාලික, නව ගිවිසුම)
 - ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 132:18--20 (සඳුකාලික විවාහය)
-

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර

1. සුවිශේෂක මූලධර්ම පරිච්ඡේද 13 "පූජකවරයා" සහ පරිච්ඡේද 14 "පූජක-සංවිධානය" යන පාඩම් අධ්‍යයනය කරන්න.
2. ඔබ ප්‍රිය කරන කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

පුජක නියෝග

12 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ පුජක නියෝග අපගේ පවුලට ආශීර්වාද කරන අන්දම හඳුනා ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

පුජක නියෝග

පුජක නියෝග යනු, ස්වාමීන් වහන්සේගේ දරුවන්ට ආශීර්වාද කිරීම සඳහා පුජකවරයා දරන්නන්ට ක්‍රියාත්මක කලහැකි විශේෂිත ක්‍රියාවන්ය. පුජකවරයා දරණ සුදුසු පුරුෂ පක්‍ෂයට, පවුලේ සාමාජිකයන් සහ බලය පැවරූ විට අන් අය වෙනුවෙන්ද, මෙම නියෝග ක්‍රියාත්මක කල හැකිය.

පුජක නියෝග සමහරක්, අපගේ ගැලවීමට සහ උත්කර්ෂයට අත්‍යවශ්‍ය වෙයි. ඒවාට ඇතුළත් වන්නේ, බවිතීස්මය, ශුද්ධාත්මකාණන් වහන්සේ පිරිනැමීම, දේව මාළිගා එන්ඩවුමන්ට් සහ බැඳීම්ය. අනෙකුත් නියෝගයන් වන ලෙඩුන් සුවපත් කිරීමේ ආශීර්වාද හෝ හුදකලාවුවන් සැනසීම සහ මහ පෙත්වන ආශීර්වාද ජීවන ගමනේදී අපට උපකාරවීම සඳහා පුජකවරයා මගින් ගෙන එයි.

- පුජක නියෝග නම් කර තිබෙන පරිදි සඳහන් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැලිලේ කරැණුවලට යොමුවන්න:

බවිතීස්මය

ශුද්ධාත්මකාණන් වහන්සේ පිරිනැමීම: ස්ථිරකිරීම යනුවෙන්ද හැඳින්වේ.

පුජකවරයා පිරිනැමීම (පුරුෂ සාමාජිකයන් සඳහා)

දේව මාළිගා එන්ඩවුමන්ට්

දේව මාළිගා විවාහය සහ මෙලොව හා සදාකාලය දක්වා බැඳීම් කිරීම

සකුමේන්තුව

ප්‍රමයින්ට ආශීර්වාද කිරීම සහ නම් තැබීම.

ලෙඩුන්ට ආශීර්වාද කිරීම.

විශේෂ ආශීර්වාද

ආදී ජීතෘ ආශීර්වාද

- දරුක 12-අ පෙන්වන්න. "පුජකවරයා දරන්නෙකු බවිතීස්ම නියෝගය ක්‍රියාත්මක කරයි". 12-අ, "වැඩිමහල්ලන් දෙදෙනෙකු මගින් නව සාමාජිකයෙකු යේසුස ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසුදවස්වල ශුද්ධවන්නයන්ගෙන් යුත් සභාවට ස්ථිර කරනු ලබයි. " 12-අ. "සුදුසු පියෙකු තම දරුවා



12-අ. පුජක චරය දරන්නෙක් බවිනිසම නියෝගය ක්‍රියාත්මක කරයි.



12-අ. සේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන්ගෙන් යුත් සභාවට අළුත් සාමාජිකයෙකු වැඩිමහල්ලන් දෙදෙනෙක් විසින් ස්ථිර කරනු ලබනි.

නම්කර ඇයට ආශිර්වාදයක් දෙයි". සහ 2-ඇ. "ලෙඩුන්ට තෙල් සාත්තුව" කිරීම මෙම හැම නියෝගයක්ම අරමුණ ගැන සාකච්ඡා කරන්න. (පවුල් අත්පොතේ (31180) පුස්තක නියෝග සහ ආශිර්වාද බලන්න)

- කුමන ආශිර්වාදයක් ඔබ හෝ ඔබගේ පවුල ලබා තිබේද?

පුස්තක නියෝග වලින් ලැබෙන ආශිර්වාද

පුස්තක නියෝග නොයෙක් ආකාරයෙන් අප ජීවිතවලට ආශිර්වාද කරනු ලැබේ. අපගේ ගැලවීමට අවශ්‍ය වන නියෝගවලට අමතරව, පුස්තකවරය මගින් අපගේ ජීවිත වලට ආශිර්වාදකල හැකි වෙනත් මාගේ ගැන එච්. බර්ක් සහනායක තුමා සඳහන් කර තිබේ. "අප එ අනුව ජීවත් වුවහොත්, කරදර වලින් පෙළෙන නිවැසියන් හට සාමය ගෙන දෙන, අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් අපට ලබා දුන් බලය, අපට හිමිවනු ඇත. කුඩා දරුවන්ට ආශිර්වාද කිරීමට සහ සැනසීම දිය හැකි බලය අපට හිමිවනු ඇත. වෙහෙසට පත් බිරියකගේ සමනය නොවූ හැඟීම් සමනය කිරීමේ.... බලය අපට හිමිවනු ඇත. විකෘෂ්ට භාවයට පත්වූ... ගැටවරයකුට මග පෙන්වන බලය අපට හිමිවනු ඇත. දියණියකගේ ප්‍රථම හමුවීමේ දිනය සඳහා යාමට පෙර ඇයට ආශිර්වාද කිරීමේ හෝ පුතෙකු බරම දුන සේවය සඳහා හෝ විදුලයෙන් පිටවී යාමට ප්‍රථම ආශිර්වාද කිරීමේ බලය අපගේය. ලෙඩුන් සුවකිරීමේ හා හුදකලාවුවන්ට සැනසීමේ බලය අපට හිමි වනු ඇත." (in Conference Report, අප්‍රේල් 1976, 50--51 හෝ *Ensign* මැයි 1976, 33)

භාර්යයාවන්, මව්වරුන්, දියණියන් සහ සොහොයුරියන් වශයෙන් අපට එවන් ආශිර්වාද, අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ගෙන්, පියවරුන්ගෙන්, සොහොයුරන්ගෙන් හෝ නිවාස ගුරුවරුන්ගෙන් ඉල්ලිය හැකිය.

- පුස්තක ආශිර්වාදයක් අවශ්‍යවූ විටදී, එය ලබා ගැනීම සඳහා හමුවීමට හැකි මිනිසුන් ගැන සිතා බලන ලෙස සොහොයුරියන්ගෙන් ඉල්ලන්න.

කොරියාවේ කයින් ලී සොහොයුරිය ඇයගේ නිවසේදී පුස්තකවරයේ ආශිර්වාදයකින් සහනයක් ලැබුවාය. ඇය පහත සඳහන් කතාව කීවාය.

"එය සිදුවූයේ වසර හතකට පෙරදීය.... කොරියාවේ දිස්ත්‍රික්ක සහාපතිත්වයේ සාමාජිකයෙකු වන මාගේ ස්වාමි පුරුෂයාට සහා වෙනුවෙන් ඔහුගේ පැවරුම් ඉටු කිරීම සඳහා සෑම සති අන්තයකම වාගේ මා සහ මාගේ දියණිය වන පෝ හීද තනිකර දමා බොහෝ දුර ප්‍රමාණයක් ගමන් කිරීමට සිදුවිය. මෙම විශේෂිත සති අන්තයේ, සෙනසුරාදා ඔහු සැතපුම් 270ක් පුසාන් වලට ගමන් කර (එක් ගමන් මාර්ගයකට පැය හතක් ගතවේ) ඉන්පසුව ඉරිදා, සියොල්හි නැගෙනහිර ශාඛාවට නැවත පැමිණෙයි.... එය වෙහෙසකාරී බැවින් මම ඔහු ගැන කණගාටු වූයෙමි.

"සෙනසුරාදා සහ ඉරිදා පෝහි සාමාන්‍ය සෞඛ්‍ය තත්වයකින් පසුව අතර, සකුමේන්තු රැස්වීමේදී ඇය මදක් ශබ්ද කලද, අප නිවසට පැමිණීමෙන් පසුව, කිරි බෝතලය බී තිත්දට ගියාය. රාත්‍රී 9.30 පමණ ඇය හැඩිමට පටන් ගත්තාය. ඇය අසාමාන්‍ය ලෙස ශබ්ද නගමින් හැඩු අතර, මා ඇය වඩාගත් විට, ඇයට තදින්ම උණ ගැනී ඇති බව මට තේරුණි. කල යුත්තේ කුමක්දැයි මට නොතේරුණි. අපගේ නිවස අසල තිබෙන එකම ආරෝග්‍ය ශාලාවක් දවස අවසානයේ වසා තිබිණි. සැහෙන වේලාවක් ඇය තොනවත්වම හැඩු අතර, අවසානයේදී මගේ ස්වාමි පුරුෂයා දොරටුවෙන් ඇතුළු වෙන විට, මමද හැඩිමට පටන් ගත්තෙමි.



12-ඇ. සුදුසු පියෙක් ඔහුගේ දරුවාට නම් තබා, ඇයට ආගිථිවාදයක් ලබා දෙයි.

"මගේ ස්වාමි පුරුෂයා බිළිඳු හා මා එකට තුරුළු කරගනිමින් කුමක් සිදු විදුයි ඇසීය. පෝඪි ඉතා දුක්ඛරව සිටියාය. සිදුවූ සියලුම මා ඔහුට කී විට කඩාය හා බැගය බිම දැමූ ඔහු ඔහුගේ ආශිර්වාදිත තෙල් බඳුන ඉවතට ගත්තේය. ඉන් පසුව ඔහු අපගේ දියණියට ආශිර්වාද කළේය. සියළුම වචන මට මතක නැති නමුත්, ආශිර්වාදයේ මුල් වචන ප්‍රකාශ කිරීමෙන් පසුව ඔහු තව දුරටත් මෙසේ කීවේය: "ස්වර්ගික පියාණන් වහන්ස, මම ජීවිතයටත්, මගේ භාර්‍යයාව සහ බිළිඳු වෙනුවෙන්ද ස්තූති වන්න වෙමි. මම මෙම නැවත පිහිටවූ සුභාරංචියට සහ සේවය කිරීමට ලැබූ ප්‍රස්ථාව වෙනුවෙන්ද, ස්තූති වන්න වෙමි. සභා කටයුතු කිහිපයක් ඉටු කිරීම සඳහා ඔබ වහන්සේ මා ප්‍රසාන්නවලට සහ සීයෝලිඛි නැගෙනහිර ශාඛාවට යැවූ සේක. ඊයේත්, අදත් මට බාරදුන් වගකීම් මම ඉටු කළෙමි. තවද දැන් මගේ බිළිඳු බලවත් ලෙස රෝගීව සිටිනු මට පෙනේ. හැම අවස්ථාවකදීම ඔබ වහන්සේ මට උපකාරවනවු සේක. කරුණාකර මේ රාත්‍රියේ මට උපකාර කරන සේකවා!

"ඔහු ආඥාව අවසාන කිරීමට ප්‍රථම, බිළිඳු නින්දට පත්වූ අතර, මම හිස එසවූ විට, මගේ ස්වාමි පුරුෂයා කඳලින් බර දෙනෙතින් යුතුව එතැන සිට ගෙන සිටියේය.

"අපගේ කුඩා ගැහැණු දරුවා දැන් දෙවන පංතියේ ඉගෙනුම ලබන අතර, යහපත් සෞඛ්‍යයෙන් යුතුව සතුටින් සිටියි" (Our Baby, My Husband and the Priesthood අගේ. 1975, 65).

පවුලේ සියලුම සාමාජිකයන් සඳහා විශේෂ පුජක ආශිර්වාද තිබේ. අසීරු ප්‍රශ්නයක් තිබෙන ළමයෙකුට විශේෂ ආශිර්වාදයක් ඉල්ලීමට පුළුවන. භාර්‍යයාවකට හෝ අවිවාහක කාන්තාවකට සහනය සහ මග පෙන්වීම අවශ්‍ය විටකදී වුවද එවන් ආශිර්වාදයක් ඉල්ලිය හැකිය. කෙසේ වුවද, අපගේ අත්දැකීම් වලට බොහෝ පරීක්ෂාවන් පැමිණෙන බව අප මතක තබා ගැනීම අවශ්‍යවේ. අපට හැකි පමණින් අපි ඒවා විසඳා ගත යුතු වෙමු. අමතර උපකාර අවශ්‍ය බව අපට පෙනෙන විට, පුජකවරයා උසුලන..... අපගේ ස්වාමි පුරුෂයා, පියා, නිවාස ගුරුවරයා හෝ වෙනත් පුජක මූලිකවරයෙකු වෙත යොමුවී..... විශේෂ ආශිර්වාදයක් ඉල්ලීමට අපට පිළිවන.

■ පුජක නියෝග මගින් ලැබූ ආශිර්වාදයන් සඳහන් කිරීමට සොහොයුරියන්ගෙන් ඉල්ලන්න.

ස්වාමීන් වහන්සේගේ කැමැත්ත පිළිගැනීම

පුජක නියෝගයක් ලබා ගත් විගසම අප කැමති ආශිර්වාදයක් අපට ලබා ගත නොහැකිය. සමහර අවස්ථාවලදී අපට ආශිර්වාද නොලැබී යන්නේ, ස්වාමීන් වහන්සේ තුළ ප්‍රමාණවත් ඇදහිල්ලක් අප තුළ නොමැති නිසාය. සමහර විට අප සියලුම නියෝගයන් නොතබන බැවින්ය. සුදානම් වීමක් නොමැතිව අප ආශිර්වාදයක් ඉල්ලා තිබිය හැකිය.

අපට ජීවිතයේ මුහුණ දීමට සිදුවන සෑම පරීක්ෂාවක්ම ඉවතලීම අපට අපේක්ෂා කළ නොහැක. අපට තිබෙන සමහර ප්‍රශ්න, බැහැපත් වීමට, ඉවසීමට හා තේරුම් ගැනීමට අපට උගන්වයි. අනෙක් ප්‍රශ්න වේදනාව දරාගැනීම අපට උගන්වයි. ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව්. කිම්බල් සභාපති තුමා ප්‍රකාශ කර තිබෙන පරිදි ප්‍රශ්න වලින් ගැලවීමට අප කැමැත්තක් දක්වන්නේ, එම ප්‍රශ්න ගැන අපට අවබෝධයක් නොමැති නිසාය. සෑම ආත්මාර්ථකාමී හෝ අඥානවන්ත යාඥාවකටම සුභවාදීව පිළිතුරු ලැබුනහොත්, වේදනා විදීම්, කණගාටුවීම් හෝ බලාපොරොත්තු කඩවීම් හෝ මරණය පවා මද වශයෙන් හෝ සම්පූර්ණයෙන්ම හෝ තිබිය නොහැකිය. එනමුත් මෙම අත්දැකීම් නොමැතිව, ජීවිතය, සාර්ථකත්වය, මළවුන්ගෙන් නැවත නැගීටීම සදාකාලික ජීවිතය හා දෙවත්වයද තිබිය නොහැකිය. කිම්බල් සභාපති තුමා මෙසේ පැවසීය: අප මෙම මැරෙන සුළු භාවය සම්පූර්ණ පැවැත්ම වශයෙන් දකින්නේ නම්, එවිට වේදනාව කණගාටුව, නොහැකියාව සහ මෙම කෙටි



12-ඇ. ලෙඩුන් මෙහෙයවීම.

පීචිතයද ශෝකාන්තයක් වනු ඇත. නමුත් පීචිතය බොහෝ ඉහතදී මරණයට පෙර පීචිතයෙන් ආරම්භව, මරණයෙන් පසුවත් විහිදී යන සදාකාලිකවූවක් ලෙස අප දකින්නෙහි, එවිට සැම සිදුවීමකම නියමිත ලෙස එයට සම්බන්ධ කල හැකිය". *Faith Precedes the Miracle* [1972], (97--99 බලන්න.)

එඩ්නා සී. එෆ් සොහොයුරිය පහත සඳහන් අත්දැකීම තුළින් මෙම පාඩම උගන්වනාය.

"අපගේ ආදරණීය වැඩිමහලු දියණිය කැරොල් පීන්, ග්‍රන්ථි ඉදිමීමේ රෝගයකින් අසනීප වූවාය. අප ඇයව වෛද්‍යවරයෙකු වෙතට ගෙන ගිය විට ඔහු පරීක්ෂණයක් සඳහා අපට සෝලට්ලේක් නගරය වෙත යැවීය. ඇයට ආමායයේ ගෙඩියක් තිබෙන බව අපට දැනගත හැකි විය. කිසිම ආහාරයක් ගත නොහැකි සේ ඇය බලවත් ලෙස රෝගීව සිටියාය. අප ඇයව නිවසට රැගෙන ගියද අසනීප තත්වය බලවත්වූ බැවින් අපි නැවතත් ඇයව ආරෝග්‍යශාලාව වෙත රැගෙන ගියෙමු. එම අවස්ථාවේදී ඔවුන් අපට පැවසුයේ, ලියුකේමියා නම් රෝග තත්වයේ වර්ධනයක් වන "සකෝමා" නම් රෝගයෙන් ඇය පෙළෙන බවය.

"මම මගේ පීචිත කාලය තුළදීම එතරම් තදින් ශාඛාකර නොතිබිණි. අපට මෙවැන්නක් සිදුවන බවට මට විශ්වාසකල නොහැකි විය. ඇය ආරෝග්‍යශාලාවේ සිටියදී වැඩිමහලුලෝ ඇයට කිහිප විටකම සුවය පතා ආශිර්වාද කලහ. එහෙත් අපගේ උත්සාහයන් අපගේ හරිමින් ඇය මිය ගියාය.

"මම මටම දොස් පවරා ගතිමි: මා සිතුවේ... ඇයව ජීවත් කරමීම සඳහා මා තුළ ප්‍රමාණවත් විශ්වාසයක් තිබී නොමැති බවය. ඉන්පසු මම ශුද්ධ ලියවිලි කෙරෙහි නැඹුරුවීමට පටන් ගතිමි. මම කියවන විට, ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම පොතේ පද කිහිපයක් එය තේරුම් ගැනීමට මට පිහිට වූණි. ("If Appointed unto Death," *Ensign*, දෙසැ. 1972. 32).

■ ඉගැන්වීම හා ගිවිසුම 42:44, 46, 48 කියවන්න. සැම රෝගියෙකුම සුව කරනු නොලබන්නේ මන්ද?

සැම පුජක ආශිර්වාදයකම, අපට අවශ්‍ය විටදී ඉෂ්ඨ වන්නේ නැත. වැන. ජේ. ගෙදරස්ටෝන් සභාපතිත්වය දරණ සභානායකත්වයේ සාමාජිකයෙකුව සිටියදී, එක් කාන්තාවක් ඔහු වෙත පැමිණියාය. ඇය ලැබූ බොහෝ පුජක ආශිර්වාද ඉෂ්ඨ නොවූ බවට ඇය චෝදනා කලාය. ඇය තවමත් දුර්වල සෞඛ්‍ය තත්වයක පසුවන බැවින් දුරුවකු දුරා ගත නොහැකිවූ බව කීවාය. ස්වාමීන් වහන්සේ තුළ ඇයගේ සැලකිල්ල මද බව ඇයට ප්‍රකාශ කිරීමට සභානායක ගෙදරස්ටෝන් පෙළඹිණි. ඔබ ස්වාමීන් වහන්සේ කෙරෙහි කාල සීමාවක් තබා ඇත. මෙම ආශිර්වාද විවාහයෙන් වසර පහකට පසුවද ඉටුවී නොමැති බැවින්, ඇය මුළාවකට පත්ව සිටියාය. ඔහු ඇයට මෙසේ කීවේය, "නමුත් දෙවියන් වහන්සේ සත්‍ය ලෙසම ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින බැවින්, ධර්මීෂ්ඨව පුජකවරයා දරන්නන් ලබා දුන් එම පොරොන්දු ඔබගේ පීචිත කාලයේදී ඉටුවන බවට මම ඔබට පොරොන්දු වෙමි". ආශිර්වාද ඉටුවීමේ නියමිත කාලය තවමත් පැමිණ නැත. අපි ස්වාමීන් වහන්සේ තුළ විශ්වාසය තැබිය යුතු වෙමු. ("Acres of Diamonds", in *Speeches of the Year*, බලන්න 1974 [1975] 346--49.)

අවසානය

පුජක නියෝග මගින් අපට ගැලවීම සහ උත්කර්ෂය ලබා ගත හැකිය. අපට මග පෙන්වීම සහ සැනසීමද, අනතුරකදී ආරක්ෂාවද රෝගීවූ විට සුවපත් වීමද ලබා ගත හැකිය. මෙම නියෝගයන් ලබා ගැනීමට අපි සූදානම් විය යුතු වෙමු.

ඔබට ලබාගත හැකි පුප්‍රක නියෝග ගැන ඔබගේ පවුලේ අය සමඟ සාකච්ඡා කරන්න. මෙම නියෝග ලබාගැනීමට සූදානම්වෙන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

3 නිගාමි 17 (ගැලවුම් කරුවාණන් වහන්සේ ලෙඩුන් සුව කරමින්. කුඩා ළමයින්ට ආශිර්වාද කරන සේක.

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුලධරම 14 වන පරිච්ඡේදය "පුප්‍රක වර සංවිධානය" පුප්‍රක මූලිකවරුන්ගේ උපදෙස් පොත: සහ පවුලේ උපදෙස් පොතඅධ්‍යයනය කරන්න.
2. පාඩමේ යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සූදානම් කරන්න. නැතහොත් භූඥු ලැලේලේ තොරතුරු ලියන්න.
3. ඔබ ප්‍රිය කරන කිසියම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

කාන්තාවන් සහ පුජකවරය

13 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ කාන්තා අපට පුජකවරය මගින් ආශීර්වාද ලබා ගත හැක්කේ කෙසේ දැයි තේරුම් ගැනීමට උපකාරවත් වීමයි.

සියලුම සභා සාමාජිකයන්ට පුජකවරය යහපත සලසයි.

"(පුජකවරය) යනු.... මිනිස් පවුලේ ගැලවීම සඳහා මිනිසාට පොළොවේදී කටයුතු කිරීමට හැකිවනු පිණිස, මිනිසාට පවරා දෙනු ලැබූ දෙවියන් වහන්සේගේ බලයයි. (පෝසල්, එල්, ස්මිත්, *Gospel Doctrine*, 5 වන ප්‍රකා. 1939, 139). සභාවේ සහ පවුලේ කටයුතු පාලනයෙන්, මූලිකත්වය ගැනීමෙන්, මූලික වගකීම ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් මිනිසාට පවරාදී තිබෙන සේක. ඔවුන් ඒ අනුව මෙම ශුද්ධවූ බලය, සභාවේ සියලුම සාමාජිකයන්ට... පුරුෂයන්, කාන්තාවන්, සහ ළමයින් හට ආශීර්වාද කිරීමට සහ යහපත සැළසීම සඳහාද පාවිච්චි කළ යුතුය. ට්‍රිගම් යන්ත්‍ර සභාපති තුමා මෙසේ ප්‍රකාශ කළේය:

"පුජකවරය පාවිච්චි කළ යුත්තේ, මුළු පවුලේම යහපත වෙනුවෙන් මිනිසුන් කාන්තාවන් සහ ළමයින් එකලෙස හතා සිටුවීම සඳහාය. ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සභාව තුළ ඇත්ත වශයෙන්ම කිසිදු වරප්‍රසාද ලත් පංතියක්, හෝ ස්ත්‍රී, පුරුෂ භේදයක් නැත.... මිනිසුන් සිය කටයුතු කරමින් ඔවුන්ගේ බලය පාවිච්චිකළ යුත්තේ සභාවේ සියලුම සාමාජිකයන්ගේ යහපත උදෙසාය...

"කාන්තාවටද එසේමය: ඇය සතු විශේෂිත දීමනාවන් පාවිච්චි කළ යුත්තේ, මනුෂ්‍ය වර්ගයාගේ යහපත සහ දියුණුව උදෙසාය" (උපුටා ගැනීම *Tohn A widtsoe comp in Priesthood and Church Government* සංස්. ප්‍රකා: [1954], 92, 93.

මිනිසුන්ට සහ කාන්තාවන්ට නිවසේ සහ සභාවේ කළ යුතු, විවිධවූ එහෙත් සමානවූ වැදගත් වගකීම් ඇත. සියල්ලන්ගේම යහපත උදෙසා එම වගකීම් ඉටු කිරීමට, හැම පුද්ගලයෙකුටම පුජක බලය උපකාරවත් වනු ඇත.

පුජක බලය දැනට මිනිමත පවතින බැවින්, සියළුම සුදුසු සභා සාමාජිකයන් හට, ඔවුන් මහජන හෝ තරුණ වුවද, පිරිමි හෝ ගැහැණු වුවද, අවිවාහක හෝ විවාහක වුවද, විශාල ආශීර්වාද ලබා ගත හැකිය.

■ පුජකවරයට ගරු කිරීමට, කාන්තාවන්ට කුමක් කළ හැකිද?

පුජකවරයේ බොහෝ වරප්‍රසාද සහ ආශීර්වාද 12වෙනි පාඩමේ "පුජක නියෝග යටතේ සාකච්චා කෙරෙයි.

වැඩිමහල් පෝත් ඒ. විද්සෝ පුජකවරයේ අනෙකුත් ප්‍රයෝජන ගැන පැහැදිලි කළේය:

"පුප්කවරයන්, එයට අනුබද්ධව පවතින ආශිර්වාදවලටත් කාන්තාවන්ට වඩා තමන්ට හිමිකම් ඇතැයි පිරිමින්ට කිව නොහැකිය..."

"පුප්කවරය දරන පුරුෂයා, සභාවේ පුප්ක කටයුතු ඉටු කරයි. එනමුත් පුප්කවරය සතුව තිබීමෙන් ලැබෙන අනෙකුත් සියලුම ආශිර්වාදයන් ඔහුගේ බිරිඳද ඔහු සමග භුක්ති විඳියි. සභාවේ දේව මාළිගා මෙහෙය උදාහරණයක් සපයමින් මෙය පැහැදිලි කරයි. දේව මාළිගා නියෝගයන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ලෙසම පුප්කවරයේ ලක්‍ෂණයන් වුවද, කාන්තාවන්ට ඒ සියල්ලටම ප්‍රවේශ වීමට හැකිකාව ලැබී ඇත. දේව මාළිගාවේ උසස්ම ආශිර්වාදයන් දානය කරනු ලබන්නේද, සම්බන්ධවූ පිරිමියෙකු හා ඔහුගේ බිරිඳගේ හිස මත පමණකි". (*Priesthood and Church Government [1965], 83*).

වැඩිමහල් බෲස් ආර. මැක්කොන්කි පුප්කවරය හැම කාන්තාව අතරම පවතින මිත්‍රත්වය ගැන පැහැදිලි කළේය. "පීතෘත්වයේ නියමිත පිළිවෙලට අනුව, පුරුෂයා පුප්කවරය උසුලන අතර, ඔහු නිවැසියන්ගේ ප්‍රධානියාද වෙයි.... එනමුත් ඔහුට මෙලොවේදී ලැබෙන සතුටේ පුරුෂත්වය හෝ මෙයින් පසුව ලැබෙන සදාකාලික තනාගසද තනිවම ලබා ගැනීමට නොහැකිය. සෑම දෙයකම පුරුෂත්වයෙහිදී කාන්තාව ඔහුගේ පවුල් උරුමකරැරිය ලෙස, ඔහු සමග ඔහු අසල සිටියි. උත්කර්ෂයේ සහ සදාකාලික වැඩිදියුණුව ඇයගේ මෙන්ම ඔහුගේද වැඩ කොටසකි. (ඕ සහ සී 131:1--4) දේවත්වය මිනිසා සඳහාම පමණක් නොවේ: එය මිනිසාට හා කාන්තාව යන දෙපක්‍ෂයම සඳහාය (ඕ සහ සී 132:19--20)" (*Mormon Doctrine*, 2වන ප්‍රකා. (1966), 844).

■ පුප්කවරය නිසා ඔබට ලැබුණු ආශිර්වාද මොනවාද?

හැම සාමාජිකයෙක්ම පුප්කවරය ගරු කරමින් ආධාර කල යුතුය.

පුප්කවරය මගින් සභාවේ සියලු දෙනාටම යහපත සිදුවෙන පරිදිම, පුප්කවරයට ගරු කරමින් එය අනුමත කිරීමද සියල්ලන්ගේම වගකීමකි. පුප්කවරය උසුලන්නන්ට තිතරම සිහිපත් කරන්නේ "පුප්කවරයේ අයිතිවාසිකම් නොවෙනස් ලෙස ස්වර්ගීය බලය හා සම්බන්ධව පවතින බවත්, එමෙන්ම ස්වර්ගීය බලය ධාරම්කත්වයේ මුලධරමයන් මත මිස පාලනය කිරීමටත්, ක්‍රියාත්මක කිරීමටත් නොහැකි බවය" (ඕ සහ සී 121:36). කාන්තාවන්ටද එපරිදිම පුප්කවරයට ගරුකිරීමටද, එහි බලය ගැන කතාද විමටද, එය උසුලන්නන් හට ආචාරශීලිත්වය පෙන්වීමටද උපදෙස් දෙනු ලැබේ. පුප්කවරයට ආධාර කිරීම යනු, සැලකිල්ල හෝ හේතුව.... දරා සිටීම හෝ වලංගු බව හෝ නිවැරදි බව ආරක්‍ෂා කිරීම හෝ වැඩිදියුණු කිරීමය" (*Webster's New Collegiate Dictionary*, 10 වෙනි ප්‍රකා: (1993), "Support", 1184)

පුප්කවරයට ගරු කිරීමට අපට හැකි මාර්ග කිහිපයක් පහත සඳහන් ශුද්ධ ලියවිලිවල යෝජනා කර ඇත.

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුව ඇතුළත් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැප්ටොප් තොරතුරුවලට යොමු වන්න. හැම ශුද්ධ ලියවිල්ලක්ම කියවෙන විට, පුප්කවරයට ගරු කිරීම සඳහා සොහොයුරියන්ට උපකාරවත් වෙන යෝජනාවලට සවන් දෙන ලෙස ඔවුන්ට කියන්න. හැම සඳහන් කිරීමකමකටම අමතරව, ලබාදී තිබෙන යෝජනා ලියන්න.

ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම

19:23: යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ ගැන ඉගෙනීමට, උන්වහන්සේගේ වචනයට සවන් දීම, ඉගෙන ගැනීමට කැමති වන්න.

20:33: සවන් දෙන්න. නිතරම යාඥා කරන්න.

58:26--27 උනන්දුවෙන් යුතුව යහපත් කටයුතුවල නියුක්ත වන්න.

64:33--34 යහපත් කටයුතුවලදී වෙහෙසකාරී නොවන්න.

පුජක නායකත්වයට නිවසේදී කාන්තාවකගේ සම්බන්ධතාවය.

නිවසේ මූලිකත්වය දරමින් නායකත්වය සැපයීම ස්වාමි පුරුෂයෙකුගේ වගකීමකි. මෙලේකියෙදෙස් පුජක ගතපුරුණයේ අත්පොතේ මෙසේ පැහැදිලි කරයි:

"සුභාරංචියේ දර්ශනයට අනුව, නායකත්වය යන්නෙහි අදහස අණ කිරීම, නියෝග කිරීම හෝ නියම කිරීම නොවේ. ඊට ප්‍රතිවිරුද්ධව එහි අදහස වන්නේ, මග පෙන්වීම, ආරක්ෂා කිරීම, මාර්ගය පෙන්වීම, ආදර්ශමත් වීම, සුරක්ෂිත වීම, සහ පෙළඹවීම සහ අනුමතකර, අනුගමනය කිරීමට කැමැත්ත ඇති කිරීමයි. ඇත්ත වශයෙන්ම ස්වාමියා මග පෙන්වන්නේය. (*The Savior, the Priesthood and You* [Melchizedek Priesthood Course study, 1973--74], 172).

පියා නිවසේ මූලිකයා වන විට, ඔහුගේ භාර්‍යාව ඔහුගේ ඉතා වැදගත් සහායකාවද, කොටස් කාරිය සහ උපදේශකවරියද වන්නීය" (*Family Guide book* [1999], 2). ස්වාමි පුරුෂයා සහ භාර්‍යාව ඔවුන්ගේ පවුල ශක්තිමත් කිරීමට සහ ඔවුන්ගේ ප්‍රමිතීන්ට සුභාරංචි මූලධර්මයන් ඉගැන්වීමට එක්ව ක්‍රියාකල යුතුය. තම ස්වාමි පුරුෂයාගේ උපදේශකවරිය ලෙස ඇයගේ වැඩ කොටස ඉටු කිරීම මගින්ද, නිවසේ ප්‍රධානියා වශයෙන් තම ස්වාමියාගේ තත්වයට ශක්තිමත් කර, පවුලේ එකමුතුකමට විශාල අනුබලයක් වීමට කාන්තාවකට පිළිවන.

පුජකවරය උසුලන්නන් වශයෙන් අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් විසින් පවත්වා ගත යුතු ආචාරශීලිත්වය, කරුණාවන්තකම, සහ ප්‍රේමය අප ඔවුන්ට දුක්වන විට, අපද පුජකවරයට ගරු කරනු ලබයි. ස්වාමි පුරුෂයන් ඉදිරියේ හැසිරිය යුතු අන්දම ගැන කාන්තාවන්ට ඉගැන්වීමට අනාගත වක්තෘ ජෝසල් ස්මිත් තුමා සහන සම්බන්ධව උපදෙස් දුන්නේ "ඔවුන්ට මෘදු ලෙස ආදරයෙන් සැලකීමටය. යම් පුරුෂයෙකු කරදරකාරී තත්වයක පසුවන විට ඔහු ව්‍යාකූලත්වයකින්, අපහසුතාවයෙන් සිටින විට, වාද කිරීම හෝ මුහුණු මුහුණ ගැම වෙනුවට, ඔහුට ඔබගෙන් සිතහවස්තුවක් ලැබුණහොත්, මෘදු භාවයක් ඔහුට ලැබුණහොත්, එය ඔහුගේ ආත්මය සැනසීමට පත්කර ඔහුගේ හැඟීම්ද සතුටු කරවනු ඇත: බලාපොරොත්තු කඩවීමක් සිතෙහි ඇති වන විට, එයට දුකාව හා කරුණාව අවශ්‍ය වෙයි. (*History of Church*, 4:606-7)

නිවසක විශ්වාසය සහ එකමුතුකම දැකගත හැකි වන්නේ, ස්වාමි පුරුෂයා සහ භාර්‍යාව යන දෙදෙනාම එකිනෙකා කෙරෙහි වඩාත් උනන්දුවෙන් යුතුව සැලකිල්ල හා සතුට සොයන විටය. එවන් සකසා ගැනීමක් තුළින්, ඔවුන්ගේ සම්බන්ධතාවයෙන් දෙදෙනාම ප්‍රීතිවන අතර, පුරුණත්වය ලබා ගැනීමේ ප්‍රස්තාවන් එකිනෙකාට හිමිවනු ඇත.

අනාගත වක්තෘ ජෝසප් සමිත්ගේ භාරතාව වන එම සමිත්ට දුන් එළිදැරවීමක මගින්, බිරිඳගේ ක්‍රියාපටිපාටිය සහ පුජකවරයට ඇයගේ තිබෙන සම්බන්ධතාවයන් නියම කර ඇත. ස්වාමීන් වහන්සේ ඇයට මෙලෙස ප්‍රකාශ කල සේක:

"ඔබ මා විසින් කැඳවනු ලැබූ තෝරාගත් කාන්තාවකි....

"තවද ඔබගේ කැඳවීමේ නිළ කටයුතු වන්නේ, මාගේ සේවකයාද, ඔබගේ ස්වාමි පුරුෂයාද වන ජෝසප් සමිත් කණිෂ්ඨ, ඔහුගේ විපත්වලදී, සැකසීමේ දායක වචන වලින් ඔහු සහකාරීමය....

"ආත්මික කරුණාවන්ත බව පවත්වාගෙන යන්න. ආඩම්බර නොවීමට ප්‍රවේසම් වන්න. ඔබගේ ස්වාමියා වෙත පැමිණෙන්නාවූ තෙපසින්, ඔහු තුළ ඔබගේ ආත්මය සතුටට පත්වීමට ඉඩ සලසන්න.

"නොකඩවාම මාගේ ආඥා පිළිපදින්න. එවිට ඔබට ධර්මිෂ්ඨභාවයේ ඔවුන්හි හිමි වන්නේය". (ඕ සහ සී 25:3, 5, 14--15).

- එමාට තම ස්වාමි පුරුෂයා වෙනුවෙන් කිරීමට දුන් අවවාද මොනවාද? අද මෙම උපදේශය පිළිපදීම තුළින් ලැබෙන්නාවූ ආශිර්වාද මොනවාද?

පුජකවරය උසුලන්නන් හට නිවසේදී ආධාර කරන්න.

සභාවේ කාන්තාවන් වශයෙන්, පුජකවරය උසුලන්නන් හට අපගේ නිවාස තුළදී අපට විශාල බලපෑමක් ඇත. ඔවුන්ගේ පුජක වගකීම් ඉටුකිරීමේදී, අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්, පියවරුන්, සොහොයුරන් සහ පුත්‍රයන්ට ආධාර කරමින් දොරිසයමත් කිරීමට අපට පිළිවන. අප ආශිර්වාදයක් ඉල්ලා ඉන්පසු එම ආශිර්වාදයට ගරු කරන විට, පුජකවරය අපගේ ආධාරය අපි ප්‍රකාශ කරන්නෙමු. අප නිවසේ යාඥා කරන විට, පුජකවරය උසුලන්නන්ද එයට සහභාගි කර ගැනීම තුළින් ඔවුන්ව ශක්තිමත් කිරීමටද අපට පිළිවන. අනාගත වක්තෘ ජෝසප් සමිත් තුමා සභා කාන්තාවන්ට උපදෙස් දුන්නේ ඔවුන්ගේ ඇදහිල්ලත්, යාඥාවන් සිය ස්වාමි පුරුෂයන් වෙත යොමු කොට ඔවුන්තුළ විශ්වාසය තබන ලෙසය. අපගේ යාඥා මගින් අපි ඔවුන්ව සන්නද්ධ කොට අනුමත කල යුතු බවය" (*History of Church*, 4:604--5)

අපගේ වර්ත වර්ධනය සඳහා නොකඩවාම කටයුතු කරමින්, අපගේ වගකීම් අපි ඉටු කලයුතු වෙමු. අපගේ තවත් අවශ්‍යතාවයන් වන්නේ, අප නිවාසවල පුජකවරය උසුලන්නන් හට ඔවුන් පුජක කැඳවීම් වලට ගරු කරමින් එවා ක්‍රියාත්මක කිරීමට දොරිසමත් කරමින් මෘදු ලෙස සිහිපත් කර දීමය. තරුණයන් හට රැස්වීම් වලට සහභාගිවී, දුත මෙහෙයක යෙදීමට දොරිසය දීමට, තරුණ කාන්තාවන්ට මෙන්ම මව්වරුන්ටද විශාල කාර්යභාරයක් ඇත. වැඩිමහල් ඩේවිඩ්, ඕ හේග් මෙසේ කීවේය: "තරුණියන් වන ඔබලාට තරුණයන්ගේ හැසිරීම කෙරෙහි ගාමිහීර බලපෑමක් ඇත..... තරුණයන් කෙරෙහි ඔබගේ බලපෑම වැදගත්ය. ඔබ සභා නියමයන්ටද, ඇදුමට සහ හැසිරීමටද දොරිසය දෙන්න. (in Conference Report, ඔක්: 1977, 85 හෝ *Ensign* නොවැ: 1977, 56--57)

යම් බිරිඳක් සිය ස්වාමියාගේ සභා කටයුතුවලදී යහපත් ආකල්පයක් දරන විට, එම කටයුතු කිරීමට ඔහුට පහසුවක් සලසයි. පුජකවරය නිවසේ තිබීම විශාල ආශිර්වාදයක් බව ඔවුන්ගේ ළමයින්ටද, ඇයගේ එම ආකල්පය මගින් ප්‍රකාශ වෙයි.

- සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ පුජක කැඳවීමේවලට වඩා හොඳින් ආධාර කිරීමට කාන්තාවක් ඇයගේ දිනපතා කටයුතු සංවිධානය කරගන්නේ කෙසේද?

පුප්කවරය උසුලන්නන් හට සභාව තුළදී කාන්තාවගේ සම්බන්ධතාවය

ධර්මඡේට කාන්තාවකට සිය නිවස තුළදීම, පුප්කවරයට ආධාර දෙමින්, යහපත වෙනුවෙන් වඩාත් අනුබල දීමට හැකිවන පරිදීම, ඇයගේ ශාඛාවේ හෝ කොට්ඨාශයේ හෝ දිස්ත්‍රික්කයේ හෝ ස්ථානයේ මූලිකයන්ට ඇය ආධාර කරන විට, ඇයට සභාවද ශක්තිමත් කිරීමට හැකිය. අප සභා කැඳවීම් කැමැත්තෙන්ම පිළිගෙන, පුප්ක කැඳවීමක් ලැබෙන්නේ දෙවියන් වහන්සේගෙන් බව අවබෝධ කරගෙන ඒවා ඇඳහිල්ලෙන් යුතුව ඉටුකරන විට අපගේ මූලිකවරුන්ට අපි ආධාර කරන්නෙමු. පුප්ක මූලිකවරුන් වන.... අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ගේ, නිවාස ගුරුවරයන්ගේ, සභානායකයන් හෝ ශාඛා සභාපතිතුමාගේ ස්ථානයේ හෝ දිස්ත්‍රික් මූලිකවරුන්ගේ සහ ප්‍රධාන අධිකාරීවරුන්ගේ උපදේශවලට ගැඹිල්මට අපට පුළුවන. පුප්ක මූලිකවරුන් විවේචනය කිරීමෙන් අප වැළකී, අපගේ ළමයින්ටද එලෙස ඉගැන්විය යුතුය. පුප්කවරය අනුමත කර, ආධාර කිරීම යනු, අපගේ අත් එසවීමෙන් හෝ අප පුප්කවරයට ආධාර කරන බව පැවසීමට වඩා වැඩි දෙයකි. එය ඉගෙන ගනිමින්, ශාක්‍ය කාර්මික, කීකරු වීමෙන් යහපත් ලෙස සේවය කිරීමකි.

ස්වාමීන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම අනුව, පුප්ක මූලිකවරුන් අනුගමනය කළ යුතු මාර්ගය සකස් කර ගැනීමට ස්වාමීන් වහන්සේ ඔවුන්ට පවරා ඇති සේක. ඉන්පසුව අපගේ වගකීම වන්නේ, ධර්මඡේට උපදේශ ස්වාමීන් වහන්සේ වෙතින් පැමිණෙන්නක් ලෙස සලකා ඒවාට සවන් දෙමින් සැලකිලි මත් වීමය. "තවද ශුද්ධාත්මනායාන් වහන්සේගේ මෙහෙයවීම අනුව ඔවුන් (පුප්ක මූලිකවරුන්) ප්‍රකාශ කරන කුමන දෙයක් වුවද.... ස්වාමීන් වහන්සේගේ කැමැත්තය.... ස්වාමීන් වහන්සේගේ අදහසය.... ස්වාමීන් වහන්සේගේ වදන්ය.... තවද එය ගැලවීම වෙනුවෙන් වන දෙවියන් වහන්සේගේ බලයද වන්නේය" (සී සහ සී 68:4).

හැරල්ඩ් බී. ලී සභාපතිතුමා දොළොස් දෙනාගේ ගනපුරුණයේ සභාපතිව සිටියදී, පුප්ක මූලිකවරුන්ට, විශේෂයෙන්ම අනාගත වක්තෘවරයාට ආධාර කිරීම ගැන, සියළුම සභා සාමාජිකයන්ට පහත සඳහන් අවවාදය දුන්නේය. "ස්වාමීන් වහන්සේ, උන්වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘ වරයා මගින් දෙනු ලබන්නාවූ වචනවලට සහ පණත් වලට සවන්දීමට අපි පුරුදු විය යුතු වෙමු. ඔහු ඒවා ලැබූ විගසම, මගේම මුඛයෙන් ලැබුණු සේ සලකා, සියලුම ඉවසීමෙන් හා ඇඳහිල්ලෙන් යුතුව මා ඉදිරියේ සියලුම ශුද්ධ භාවයෙන් යුතුව කටයුතු කරන්නේය".(සී සහ සී 21:4--5) ඉවසීම හා ඇඳහිල්ල අවශ්‍ය වන සමහර කටයුතු ඇත. සභා අධිකාරීත්වය තුළින් පැමිණෙන යමකට ඔබ අකමැතිවීමට හැකිය. එය ඔබගේ දේශපාලන දර්ශනයට ප්‍රතිවිරුද්ධ විය හැකිය. එය ඔබගේ සමාජ දර්ශනයට ප්‍රති විරුද්ධ විය හැකිය. එය ඔබගේ සමාජ ජීවිතයේ කටයුතුවලට යම් බාධාවක් විය හැකිය. නමුත් ඔබ මෙම කරුණුවලට සවන් දෙන්නෙමි. ඉවසීමෙන් ඇඳහිල්ලෙන් යුතුව, ඒවා ස්වාමීන් වහන්සේගේම මුඛයෙන් පැමිණෙන ලෙස සිතන්නෙමි, පොරොන්දුව වන්නේ, නිරයේ දොරටු ඔබ ජයග්‍රහණය කරන්නේය: එසේය තවද, ස්වාමිවූ දෙවියන් වහන්සේ ඔබ ඉදිරියේ අත්ධකාරයේ බලය විසුරුවා හරිනු ඇත. තවද උන්වහන්සේගේ නාමයේ තේජසින් ඔබගේ යහපත උදෙසා ස්වර්ගයන් සෙලවීමට කටයුතු කරනු ඇති සේක: (සී සහ සී 21:6 (in Conference Report, ඔක්තෝ: 1970, 152: හෝ *improvement Era*, දෙසැ: 1970, 126)

අවසානය

පුප්කවරය දෙවියන් වහන්සේගෙන් උන්වහන්සේගේ සියළුම ළමයින් වෙත ලැබුණු විශාල ආශිර්වාදයකි. සභාවේ සියළුම සාමාජිකයන් නිවසේදී මෙන්ම සභාව තුළදීත්, එකිනෙකා වෙත පවත්නා ඔවුන්ගේ සම්බන්ධතාවයන් තුළදී පුප්කවරයාට ගරු කරමින්, ක්‍රිස්තුස් ගුණාංගයන් වර්ධනය කරගත යුතුය. මෙම ගුණාංගයන් වර්ධනය කර ගැනීමට උත්සාහ දරණ කාන්තාවන්ට, පුප්කවරය

උසුලන්නන් ශක්තිමත් කර, ඔවුන්ගේ පවුල් වලට සහ සභාවටද ආශීර්වාද කල හැකිය. කාන්තාවන්ගේ සතුට සහ බලපැවැත්ම, ඔවුන්ගේ පුජක මූලිකවරුන්ට ගරු කරමින්, ඔවුන්ව අනුගමනය කරන විටදී වර්ධනය වනු ඇත.

අභියෝගය

ඔබගේ පවුල තුළ පුජකවරයේ ක්‍රියාකාරීත්වය ගැන ඔබගේ අවබෝධය වැඩිකර ගැනීමට මෙම පාඩම උපයෝගී කරගන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- 1 කොරොන්ති 11:3, 8--12 (පුරුෂයෙකු සහ කාන්තාවක අතර පවත්නා සම්බන්ධතාවය)
- ක්ලෝසි 3:18--24 (එකිනෙකාට ප්‍රේම කරන්න)
- 1 පේතෂ් 3:5--7 (එකිනෙකාට ගරු කරන්න)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. මෙම පුනමුතුකම් පොතේ 12වෙනි පාඩම වන "පුජක භියෝග" නැවත බලන්න.
2. මෙම පාඩමෙහි යෝජනාකර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැප්ටොප් ලියන්න.
3. ඔබ ප්‍රිය කරන කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

පසුදවස්වල ශුද්ධවන්ත කාන්තාව

14 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ විවාහක, වැන්දඹු හෝ අවිවාහක, මව්වරුන්ට සහ ළමුන් නොමැති කාන්තාවන් වශයෙන් අපට අපගේ වගකීම් හා ආශීර්වාද ගැන තේරුම් ගැනීමට උපකාරවත් වීමයි.

කාන්තාවන්ගේ වැඩ කොටස

ලිගම් යන්ත්‍ර සහාපතිතුවා, කාන්තාවන්ගේ වැඩ කොටස ගැන පහත සඳහන් පැහැදිලි කිරීම කළේය.

"එක් දෙයක් ඉතා සත්‍ය බැවින් අපි එය විශ්වාස කරමු, එය නම් මිනිසාගේ තේජස වන්නේ කාන්තාව බවයි...

"...අපගේ මව්වරුන්ට සහ සොහොයුරියන් වෙත පවරාදී තිබෙන රාජකාරී සහ වගකීම් මෙන්ම ඔවුන් සතුව පවතින බලය ගැනද මා නැවත සිතා බැලීමේදී මම ඒවා දෙස බලන්නේ, අපගේ පැවැත්මේ ප්‍රධාන බලපෑම සහ ආත්මය ලෙසය. මිනිසා පළමුවැනියාය. එය සත්‍යයකි.... එනමුත්, ඒව මාතාව පැමිණී විට, ඇය තුළ (ආදම් පියා) වෙත ඉතා කදිම බලපෑමක් තිබිණි.....

"(සොහොයුරියෙහි,) රාජ්‍යය ගොඩ නැගීම සඳහා අපට ඔබගේ බලපෑම සහ බලය අවශ්‍යයයි" (*Discourses of Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe [1954], 199).

පසුදවස්වල ශුද්ධවන්ත භාර්යාවකගේ වගකීම් සහ ආශීර්වාද

සහා සාමාජිකයන් වශයෙන්, ස්වාමි පුරුෂයා සහ භාර්යාව අතර පවතින නිසි සම්බන්ධතාවය ගැන අපි දනිමු. ඔබ සභාවේ නව සොහොයුරියන්ගෙන් ඇසුවහොත්, ඔවුන්ට සාමාජිකත්වය ලැබූ විට ඇතිවූ ප්‍රබලතම වෙනස කුමක්ද කියා, ඔවුන්ගේ පිළිතුර වනු ඇත්තේ, එය ඔවුන්ගේ නිවාස, ඔවුන්ගේ ස්වාමි පුරුෂයන් සහ ඔවුන්ගේ ළමයින් දෙස නවතාවයෙන් බැලීමේ මාර්ගයක් බවයි. සමහර අවස්ථාවලදී, ඔවුන්ගේ ආකල්ප වෙනස් කිරීමේදී ඔවුන්ට අපහසුතාවයන් ඇති වුවද, එකිනෙකාට ගරු කිරීමට ඉගෙන ගැනීමත්, නිවසේ ආදී පීතෘ වශයෙන් පුරුෂයාට ආධාර කිරීමේ වැදගත්කම ගැන සියල්ලෝම අවධාරණය කර ඇත". (ඇනා ලින්ඩ්බැක්, උපුටා ගැනීම කැරොල් ලාසන් in "The Gospel Counterculture", *Ensign* මාර්තු 1977, 26)

පසු දවස්වල ශුද්ධවන්ත කාන්තාවකට, ඇයගේ ස්වාමි පුරුෂයා සාමාජිකයෙක් වුවද, නොවුවද, ක්‍රියාකාරී වුවද, නොවුවද, ඔහුගේ සහකාරිය සහ සහායකාව විය හැකිය.

එන්. එල්ඩන් ටැනර් සභාපති තුමා මෙසේ කීවේය. "කාන්තාවනි, ඔබගේ ජීවිත කාලය තුළදී, ඔබ හැම දෙනාම මිනිසුන්ට විශාල ශක්තියක් සහ ආධාරයක් වන අතර, සමහර අවස්ථාවලදී ඔවුන්ගේ සේනාපතිවරයා වන මද වන විට, ඔබගේ ආධාරය වැඩිවශයෙන් වුවමනා වනු ඇත. යම් මිනිසෙකුට, තම

භාර්‍යයාව ඔහු තුළ විශ්වාසය තබා ඔහුට ප්‍රේම කරන බව දැන ගැනීමට වඩා... බලවත් යෝධයක, බලවත් බලපොරොත්තුවක් හෝ බලවත් ශක්තියක් තවත් නැත". (in Conference Report, ඔක්: 1973, 125: හෝ *Ensign* ජන: 1974, 8)

- අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට අප ප්‍රේම කරන බවත්, ඔවුන් තුළ විශ්වාසය තබා ඇති බවත්, ඔවුන්ට ප්‍රකාශ කරන්නේ කෙසේද? අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට යෝග්‍යතාවය අඩු බව අප සිතන විට වුවද, මේ බව අප ඔවුන්ට ප්‍රකාශ කළ යුත්තේ මන්ද?

පසු දවස්වල ශුද්ධවත්තයන්ගේ භාර්‍යයාවන් වශයෙන් අප, ස්වාමි පුරුෂයන්ගේ සහා පැවරුම් වලදී ඔවුන්ට ආධාර කිරීම අවශ්‍යය. යම් මිනිසෙකුට පුප්කවරයේ නව නිලයකට හෝ කැඳවීමක් සඳහා සුදානමක් තිබියදී, භාර්‍යයාවගේ සුදුසුතාවය ගැනද සාකච්ඡා කෙරෙයි. ඔහුට සම්පූර්ණ සහයෝගය දීමේ හැකියාව ඇය සතුව තිබීම අවශ්‍ය වෙයි. ඇයගේ හදවතේ ලෞකික දෙයට නොව, සදාකාලික ජීවිතයේ කරුණු වලට ඉඩක් තිබිය යුතුය. එවිට ඇයට සිය ස්වාමි පුරුෂයාගේ පසෙකින් සිට, ඔහුට ආධාර කිරීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත. පුප්කවරය පසුගන්නන්හට ආධාර කිරීමේ නිශ්චිත මාර්ග දැනගැනීම සඳහා මෙම දැනමුතුකම් පොතේ 13 වෙනි පාඩම වන "කාන්තාව සහ පුප්කවරය" බලන්න.

අප සමහරෙක්, සාමාජික නොවන්නන් සමග හෝ අඩු ක්‍රියාකාරී සාමාජිකයන් සමග විවාහවී සිටිය හැක. අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් සභාවේ ක්‍රියාකාරීන් නොවන විට අප අයෝධ්‍යයට පත්වේ. එය ආශ්චර්‍යයක් විය හැකි වුවද, ඉවසීමෙන් තව මෙන්ම ඇඳහිලීමත්ව කටයුතු කරන භාර්‍යයාවකට එවන් ආශ්චර්‍යයක් දැක ගැනීමේ හැකියාව තිබීමට පුළුවන. සමහර මිනිසුන්ට ක්‍රියාකාරී වීමට වසර ගනනාවක් ගත වන නමුත්, අප නිවසේදී නොකඩවාම යාපො කරමින් ශුභාරංචියේ ඉගැන්වීම් අනුව තව දුරටත් ජීවත් විය යුතුය.

අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට සභාවේ වඩාත් ක්‍රියාකාරීවීම සඳහා අපට උපකාර විය හැකි එක් මාර්ගයක් වන්නේ, පවුල් නිවාස සැදුව පවත්වන රාත්‍රියේදී, පවුලේ ක්‍රියාකාරකමක් පැවැත්වීමය. අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ටද සහභාගිවීමට ආරාධනා කරමින් පවුලේ අයට සුභාරංචි කතන්දර ඉදිරිපත් කිරීමට ළමයින්ට සුදානම් වීම සඳහා උපකාරවත්වීමට අපට හැකිය. ක්‍රමානුකූලව පවුල් නිවාස සැත්දුව මෙහෙය වීමට සලස්වා, පසුව පාඩමක් ඉගැන්වීමට ඔවුන්ව යෝධ්‍යයමත් කළ හැකිය. බොහෝ මිනිසුන් මූලික සහ රැස්වීමක සිටිනවාට වඩා, පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවකදී වඩා පහසුවෙන් සිටිනු ඇත. වරක් ඔවුන් නිවසේදී රැස්වීමට පුරුදුවූ විට, සහ රැස්වීමේදීම සහභාගි වීමද ඔවුන්ට පහසු වනු ඇත.

"ලාප්ලාටා වල දෙවන කොට්ඨාශයේ මැරීලීස් සී. ඩොල්බර් වන ඇය නම විශාලිව සිටියදීම සභාවේ සාමාජිකාවක්ව සිටියාය. ඇය නිතරම සභාවේ ක්‍රියාකාරීව සිටිය අතර, බොහෝ සහා නිලයන් දුරා ඇත. සභාවේ සාමාජිකයෙක් නොවූ ඉතා යහපත් තරුණයෙකු හා ඇය විවාහ වී සිටිය නමුත්, සුභාරංචියේ සියලුම උපදේශ සහ ඉගැන්වීම් අනුව සිය නිවසේදී ජීවත්වීමට ඇය ප්‍රඥාව සෙව්වාය. ඇය මෙම අත්දැකීම ගැන කීවාය. "ඔබ සමබරතාවය ගැන සෙවිය යුතුය" ඇය සිය නිවසට, සිය ස්වාමි පුරුෂයාට සහ ඇයගේ ළමයින්ට සැලකිල්ල සහ ප්‍රේමය දැක්වීමට පිය ජීවිතය කැප කලාය. සහ රැස්වීම් වලින් පසුව ඇයගේ මිතුරන් හා සතුටු සාමිච් කථාවලට නතර නොවී, ඇයගේ යුතුකම් ඉටු කිරීම සඳහා ඉක්මනින්ම නිවස බලා ගියාය.

"ඇයගේ ස්වාමි පුරුෂයා සභාවේ සාමාජිකයෙක්ව දැනට වසර දෙකක් ගතවන අතර ලාප්ලාටා දෙවන කොට්ඨාශයේ සභානායක ලෙස කටයුතු කරයි" (කැරොල්ලාස්, "The Gospel Counter

culture", *Ensign* මාර්. 1977, 27)

- සී. ඩොල්ඩර් සොහොයුරිය ඇයගේ ස්වාමි පුරුෂයාට සහයෝගය දීමටත්, සභාවේ ක්‍රියාකාරීව සිටීමටත් ක්‍රියා කලේ කෙසේද?

නිවසේ අධ්‍යාත්මික මූලිකතා වශයෙන් සිය වැඩ කොටස ඉටු කිරීමට තම ස්වාමියාට උපකාර කිරීමටද, බිරිඳකට පිළිවන. කලබල රහිත, උඩඟු නොවූ මිනිසෙකු එක් පියෙකුට, තම ප්‍රේමය සිය පවුලේ අයට ප්‍රකාශ කිරීමට අසීරු බව වැටහිණි. ඔහුගේ භාර්‍යයාවගේ පෙළඹවීම මත, පවුලේ යාකඳු පැවැත්වීම ඔවුන් ආරම්භ කල අතර, එය ඔහුගේ හදවතේ තිබූ අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ ප්‍රස්ථාවක් බවට පත්විය. සිය පියාගේ හැසිරීම වැරදි ආකාරයට වටහාගත් ඔවුන්ගේ දියණියට එම අත්දැකීම එළි දරවී කිරීමක් විය. ඔහුගේ යාචිකා සරළ නමුත්, සමහර අවස්ථාවලදී ලාමක වචන වලින් යුක්තවූ නමත් "යහපත කිරීම සඳහා මගේ ආදරණීය දියණියට ආශිර්වාද කරන්නන්ගේ ඔහු කියනු ඇසුන විට ඇය තිශස්සුනාය" (ඇන්. ඇම්. බැන්කස්. "The Extra Blessings of Family Prayer, *Ensign*, ජන 1976, 37)

- සිය ස්වාමියා ඔවුන්ගේ නිවාසේ අධ්‍යාත්මික මූලිකතා බවට පත්වීම සඳහා මෙම සොහොයුරිය ඔහුට උපකාර කළේ කෙසේද? අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට අධ්‍යාත්මික මූලිකයන් වීමට අපට උපකාරවත් විය හැකි වෙනත් මාර්ග මොනවාද?

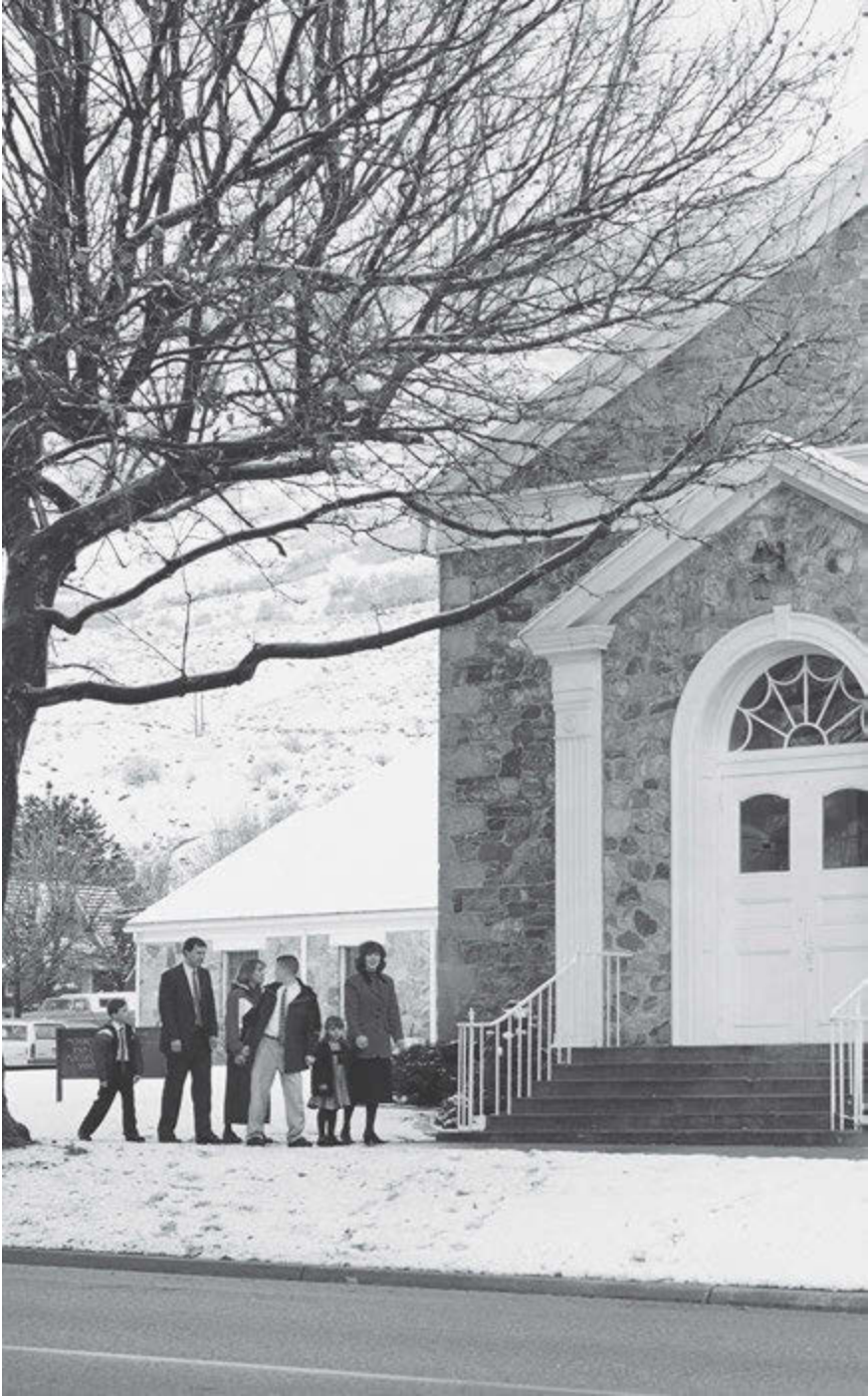
පසු දවස්වල ශුද්ධවත්ත භාර්‍යයාවන් ලෙස අපගේ ඉවසිලිවත්ත බව හා සතුට දියුණු කරමින්, අපි ආත්මික හැඟීමක් නිවාසේ ඇති කල යුතු වෙමු. යහපත් පවුල් සම්බන්ධතාවයක් ගොඩනැගීමට අපි කටයුතු කලයුතු වෙමු. දිනපතාම අපගේ ඇදහිල්ල ක්‍රියාත්මක කරමින් සුභාරංචිය අනුව අපි ජීවත් විය යුතු වෙමු.

- රෝම 15:1--5 කියවන්න. භාර්‍යාවක් වශයෙන් ඉවසිලිවත්ත වීම, අපගේ වැඩ කටයුතුවල කොටසක් වන්නේ කෙසේද?

පසුදවස්වල ශුද්ධවත්ත මවකගේ වගකීම් සහ ආශිර්වාද

විවාහක මිනිසුන්ගේ සහ කාන්තාවන්ගේ වගකීම වන්නේ, දෙවියන් වහන්සේගේ ජීව දරුවන් මෙලොව ජීවිතයට ගෙන එමය. එසේ කටයුතු කිරීමෙන්, අපි දෙවියන් වහන්සේ සමග සහායකත්වයක් ඇති කර ගනිමු. උන්වහන්සේගේ ජීව දරුවන් වන.... අපගේ ආත්මික සොහොයුරු සොහොයුරියන් හට අපි ශරීර ලබා දෙන්නෙමු. (Spencer W. Kimball, *The Miracle of Forgiveness* [1969],97 බලන්න.)

- දරුක 14-අ. පෙන්වන්න. "මවක සිය පවුල සමග රැස්වීමකට සහභාගි වෙයි"
- පහත සඳහන් ලැයිස්තුවේ පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් භූමි ලැල්ලේ ඇති සටහන් වලට යොමුවන්න. හැම ශුද්ධලියවිල්ලක්ම කියවෙන විට, එහි සඳහන් වන දෙමාපිය වගකීම් වලට සවන්දෙන මෙන් සොයුරියන්ට කියන්න. හැම සඳහන් කිරීමකටම අමතරව ලබාදී ඇති වගකීම්ද ලියන්න.



14-අ. මවක් සිය පවුල සමඟ රැස්වීමකට සහභාගි වෙයි.

1. මොසායා 4:14--15: සත්‍යවාදීව සහ සන්සුන්ව ගමන් කරමින් එකිනෙකාට ප්‍රේම කරමින් සේවය කිරීමට ප්‍රමුඛව උගන්වන්න.
2. ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 20:70: ප්‍රජාක ආශිර්වාද ලබා ගැනීම ගැන සහතික වෙන්න.
3. ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 68:25--28: පසුතැවිල්ල, ඇදහිල්ල, ශුද්ධාත්මයාගන්ගේ දීමනාව, යාඥාව සහ ධර්මිෂ්ඨතාවය ගැන ප්‍රමුඛව උගන්වන්න.

පිව දරුවන් පොළොවට ගෙන එන දේව සැලසුමට උපකාර කර ස්වාමීන් වහන්සේ ඉදිරියේ සෘජුව ගමන් කිරීමට ඔවුන්ට ඉගැන්වීම තරම් විශාල ගෞරවයක් කාන්තාවන්ට තිබිය නොහැකිය. කාන්තාවකට විශාල සතුටක් සහ ප්‍රීතියක් ලැබෙන්නේ, ඥානාන්විත සහ සුදුසු මවක් වී යහපත් ප්‍රමුඛිත හදු වඩා ගැනීමෙනි. අනෙක් සියළුම කටයුතු වලට වඩා මෙය මිනිස් වර්ගයාට ලබාදුන් ශ්‍රේෂ්ඨ දීමනාවකි. (එන්. එල්ඩන් ටැනර් in *Conference Report*, ඔක්. 1973, 126: හේ *Ensign* ජන. 1974, 10.)

පියවරුන්ට රැකියා කටයුතු සඳහා දිනපතාම නිවසින් බැහැර වීමට සිදුවන නිසා, මව්වරුන්සේ ප්‍රමුඛිතට බලපෑමක් ප්‍රස්ථාවන් ඔවුන්ට නොලැබිය හැකිය. මව්වරුන්ට ඔවුන්ගේ ප්‍රමුඛිතගේ පිවිත සකස් කිරීමේ විශාල බලපෑමක්ම නිතරම තිබෙන බව පෙනීමට ඇත. (Heber J. Grant *Gospel Standard*, comp. G. Horner Durham [1941], 152 බලන්න) එනිසා මව්වරුන් නිවසේ නතරව ඔවුන්ගේ ප්‍රමුඛිත කෙරෙහි සැලකිලිමත්වීම වඩා වැදගත්වේ. අන් අය ලබා ඔවුන් රැකබලා ගැනීමට ඔවුන් උත්සාහ නොකළ යුතුයි. අපගේ මූලිකවරුන් මව්වරුන්ට ප්‍රකාශකර තිබෙන්නේ, තදබල අවශ්‍යතාවයකදී හැර, නිවසින් පිටත සේවය සඳහා නොයන ලෙසය.

"පවුල්වල මව්වරුන්ට සේවය කිරීම සඳහා අවස්ථා ඇති වුවද... නිවසේ කටයුතු සහ වගකීම් ගැන, විශේෂයෙන්ම ප්‍රමුඛිතගේ අධ්‍යාපන කටයුතු, ඔවුන් අතපසු නොකළ යුතුයි" (හැරල්ඩ් බී. ලී. "Maintain Your Place As a Woman" *Ensign* පෙබ. 1972, 52).

පවුල නගා සිටුවීමේ කටයුතු හුදකලාවම ඉටුකරන කාන්තාවන් හේ පවුල් නගා සිටුවා, සිය ස්වාමි පුරුෂයන් විසින් තනිකර දමා ගිය කාන්තාවන්, පුජක මූලිකවරුන්ගේ විශේෂ උපකාරවලට සුදුසුය. ප්‍රමුඛිත අට දෙනෙකු සමග තනිවූ කාන්තාවක් හට හැරල්ඩ්. බී. ලී. සහාපති තුමා මෙසේ කීවේය. "උන් ඔබගේ ස්වාමි පුරුෂයා ඔබ ලග නොමැති නිසා හුදකලා බව නොසිතන්න. ඔබගේ නිවාස ගුරුවරයාට සහ ඔබගේ සහායක තුමාට සමීපව සිටින්න. එවිට ඇය සිතන වෙමින් මට මෙසේ කීවාය. ලී, සහෝදරයා, යම් කිසිවෙකුට ලැබිය හැකි හොඳම නිවාස ගුරුවරු මට ඇත. එමෙන්ම අපට වඩා හොඳ සහායකවරයෙක් කිසිවෙකුට නැත. අප වෙත සැලකිල්ල ගොමු වී ඇත. අපගේ පිවිත වලට ඇතුළුවූ, පුජකවරයා උසුලන, අප ගැන පරීක්ෂාවෙන් සිටින පියෙකු වැනි පියෙකු අපට සිටී" (*Ensign* පෙබ. 1972, 53--54).

සමහර කාන්තාවන්ට ඔවුන්ගේ සියළුම දරුවන් වැඩිවිය දක්වා හදු වඩා ගැනීමට නොහැකි වන්නේ ඔවුන්ගේ දරුවන් බාල වියේදීම මිය යන බැවිනි. අනාගත වක්තෘ ජෝසප් සමීන් තුමා උගන්වා තිබෙන්නේ මෙම දරුවන් දුෂිත පොළොවේ ජීවත් වීමට බැර පිරිසිදු ලක්ෂණ දරුවන් බවය. ඔවුන්ගේ නැතිවීම ගැන අප කණගාටුවට පත්වුවද, ඔවුන්ව නපුරෙන් ගලවාගෙන තිබෙන බැවින්, සතුටු වීමට අපට හේතුවක් ඇත. (බලන්න *Teaching of the Prophet Joseph*

Smith, sel. Joseph Fielding Smith [1976] 196--97) ඔහු මෙසේද ඉගැන්වීය. අවුරුදු අටට අඩු වයසේදී මිය යන අයට සෙලෙස්ටියල් රාජ්‍යයේ ගැලවීම ලැබෙන්නේය. (ඕ සහ සී 137:10 බලන්න) එම ළමයින්ගේ මව්වරු ධර්මයේ ලෙස ජීවත් වන්නන්ම, සහසු කාල සීමාවේදී වැඩිවිය දක්වා එම ළමයින්ව හදා ගනු ලබති. (බලන්න Joseph F. Smith Gospel Doctrine, 5 වෙනි ප්‍රකා. 1939 455--56).

සමහර කාන්තාවන්ට ළමුන් දැරීමට නොහැකිය. ළමයින් අහිමි කාන්තාවන් නිතරම වාගේ මවකගේ අවශ්‍යතාවය සපුරා ගන්නේ ළමයින් හදා ගැනීමෙන් හෝ ළමුන් දරුකමට භාර ගැනීමෙන්ය. ළමයින් හදා ගැනීමට නොහැකි කාන්තාවන්ට සහ අවිවාහක කාන්තාවන්ට ළමුන් සමග නොයෙක් ආකාරයේ වැඩ කටයුතු කිරීමට සහ වෙනත් කටයුතු වල යෙදීමට හැකිවන අතර එමගින් අන්‍යයන්ට සේවය කිරීමටද ඔවුන්ට හැකිවනු ඇත. එවන් කටයුතු වල යෙදෙන කාන්තාවන්ට එමගින් ජීවිතය හැකි අතර, ළමුන්ගේ ජීවිතවලට, විශේෂයෙන්ම මවකගේ ආදරය අහිමිවූ දරුවන්ට, සතුට ලබාදී, ඔවුන්ගේ ජීවිතවලට බලපෑමටද හැකිවනු ඇත.

සිය දේව මාළිගා ගිවිසුම් වලට ඇදහිලීමෙන්වූ ළමයින් අහිමි කාන්තාවන් අස්වසාලමින් බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය: "බොහෝ සොහොයුරියන් කණගාටුවෙන් පසුවන්නේ ඔවුන්ට දරුවන් නොමැතිකම නිසාය. ඔබ වටා කොටි සංඛ්‍යාත දරුවන් සිටින අවස්ථාවක් ඔබ දැකගනු ඇත. ඔබගේ ගිවිසුම්වලට ඔබ ඇදහිලීමක් නම්, ඔබ ජාතින්ගේ මවක් වනු ඇත... ඇදහිලීමක් වන්න, මෙම අවස්ථාවේ දරුවන් ලැබීමට ඔබ ආශිර්වාදිත නොවන්නන්ම, මෙයින් පසුව ඔබට එම අවස්ථාව ලැබෙනු ඇත." (in Deseret News [Weekly], 28, නොවැ. 1860, 306)

- දරුවන් අහිමි සහ කණගාටුවට පත් කාන්තාවන්ට මෙම ඉගැන්වීම් සහනදායී වන්නේ කෙසේද? ධාර්මිකව ජීවත් වීමට මෙම ඵලදර්ශී කළ සත්‍යයන් අපට දොරටු ලබා දෙන්නේ කෙසේද?

අවිවාහක කාන්තාවන්ගේ වැඩ කොටස

- දරුක 14-ආ, පෙන්වන්න. තරුණ කාන්තාවක් අනාගත කැඳවීමවලට සුදුසු වීම සඳහා අධ්‍යයනය කරයි.

අවිවාහක හෝ විවාහක සියළුම කාන්තාවන් හට මෙම මැරෙන සුළු ජීවිතය තුළ වැදගත් කාරණයන් සහ වගකීම් ඇත. ගැහැණු ළමයෙකුට හෝ තරුණ කාන්තාවකට අනාගතයේදී භාරණයාවක් හෝ මවක් වීම සඳහා තරුණ කාලයේ සිටම සුදුසු වීමේ බොහෝ ප්‍රස්ථාවන් ඇත. ඇයට සිය මවගෙන්ද, පාසලේදී හෝ සභාවේ නිවාස සැලසුම් පංති වලින්, නිවාස සැලසුම් කරණය ගැන ඉගෙන ගත හැකිය. නිවසේ ගුරුවරිය වීම සඳහා ඇය සුදුසු විය යුතුය. තමා පවිත්‍රව හා ජීවිතවත්ව තම මව හා සාමාජික නොවන ඕනෑම ඉදිරියේ පැවතීම මගින් ඇය ආදරයෙන් විය යුතුය.

- ඔබ තරුණව සහ අවිවාහකව සිටින විට, භාරණයාවක් සහ මවක් වීමට ඔබට සුදුසු විය හැක්කේ කෙසේද? තරුණ වියේදී ආධ්‍යාත්මික භාවය වර්ධනය කර ගැනීම වැදගත් වන්නේ මන්ද?
- දරුක 14-ඇ. පෙන්වන්න. "කාන්තාවක් ළමුන්ගේ පංතියක උගන්වයි"

සමහර කාන්තාවන්ට සිට ජීවිතයේ පසුභාගය වන තෙක් විවාහ වීමට නොහැකි විය හැකිය. කිහිප දෙනෙකුට සුදුසු සහකාරයෙකු සොයා ගැනීමට නොහැකිවීම නිසා, තම මැරෙන සුළු කාලය පුරාම අවිවාහකව සිටීමට සිදු විය හැකිය. එවන් කාන්තාවන්ට මරණයෙන් පසු ජීවිතයේදී සුදුසු ස්වභාව



14-ආ. තරුණ කාන්තාවක් අනාගත කැඳවීම සඳහා සුදානම් වීමට අධ්‍යයනය කරයි.



14-අ. කාන්තාවක් ළමුන්ගේ පංතියක උගන්වයි.

පුරුෂයෙකු සහ ළමයින්ද ලැබීමේ පොරොන්දුව ඇත. පොළොවේ ඔවුන්ට හිමි ආශිර්වාද ප්‍රතික්ෂේප නොකෙරෙනු ඇත.

හැරල්ඩ්. ඩී. ලී සභාපති තුමා මෙසේ කීවේය: "තවමත් විවාහ ගෝඡනාවක් පිළි නොගෙන, වියපත්වන තරුණ කාන්තාවනි, ඔබ සුදුසු ලෙස තම ජීවිතය සකසා ගෙන, ස්වාමීන් වහන්සේගේ ගෘහයට යාමට සූදානම්ව, සෙලස්ටියල් විවාහයේ මුලධර්මයන්ට ඇදහිලිව සිටී නම්, මෙම මරණීය ජීවිතය තුළදී විවාහවීමේ වරප්‍රසාද ඔබට නොලැබුනද, ස්වාමීන් වහන්සේ ඔබට යථා කාලයේදී විපාක ලබාදෙන අතර කිසිදු ආශිර්වාදයක් ඔබට ප්‍රතික්ෂේප නොවනු ඇත. ඔබගේ ආශිර්වාදයන් ඔබට (ලබා ගැනීමට) නොහැකි වේයයි බියෙන්, නුසුදුසු පුද්ගලයෙකුගේ යෝඡනාවක් පිළිගැනීමට ඔබ බැඳී නොමැත". (*Ye Are the Light of the World* [1974], 308).

■ මෙම පොරොන්දුව මගින් අවිවාහක කාන්තාවකට සැනසීම සහ රෝගය ලැබෙන්නේ කෙසේද? එක් අවිවාහක කාන්තාවක්, ඇයගේ හැඟීම් ගැන මෙසේ ප්‍රකාශ කළාය:

"අති විශිෂ්ඨ ආශිර්වාද විශාල ප්‍රමාණයක් සහ විශේෂ ප්‍රස්තාවන් රාශියක්, අවිවාහක සාමාජිකයන් වෙනුවෙන් ඇත....

"විවාහ වීමට ඇති අපගේ ඉමහත් ආශාව නිසා, විවාහය සඳහා පමණක් නොව, සදාකාලික උත්කර්ෂයට පවා අපව සූදානම් කල හැකි අතිවිශිෂ්ඨ ප්‍රස්තාවයන් රාශියක් අපට පහසුවෙන්ම අතපසු කිරීමට හැකිය".

"සභාවේ සිටින අවිවාහක (කාන්තාවක් වශයෙන්) මම නිතරම මට ලැබුණු ආදී ජිනා ආශිර්වාද පොරොන්දුවක් වන දේව මාළිගා විවාහය ඉටුකර ගැනීම සඳහා නොඉවසිල්ලෙන් පසු වූයෙමි. එනමුදු.... ඇදහිලිමත් අවිවාහක සාමාජිකාවන්ට ලැබෙන්නාවූ විශේෂ ආශිර්වාද ගැන මගේ අවබෝධය වැඩිවීම නිසා මම බොහෝ කෘතඥ වෙමි.

"අපි කැමති පරිදි කාලය ගත කිරීමේ අවස්ථාව සහ වරප්‍රසාදයද අපට ඇත. නමුත් කාලය නැමැති එම මිළකල නොහැකි ත්‍යාගය යොදවන ආකාරය ගැනද අපි වගකිව යුතු වෙමු. අවිවාහක සහ සාමාජිකාවන් වශයෙන් අපගේ අවිවාහක තත්වය ගැන... (වේදනාවෙන් කැනැස්මට) අපට හැකිය.... එසේ නැතහොත්, අපගේ ජීවිතවල පවතින මෙම අතරතුර කාලය, ක්‍රියාකාරී වීමේ හෝ ක්‍රියාකාරීවීම බලාපොරොත්තු වීමේ කාලය වශයෙන්ද භාවිත කල හැකිය මට ඉතා තදින්ම අවබෝධවී තිබෙන පරිදි, අපගේ මෙලොව සහ පසුව පැමිණෙන සතුට මෙන්ම සදාකාලික දියුණුව යන කරුණු දෙකටම අප (කාලය) ගත කරන ආකාරය පිළිබඳව විශාල වැදගත් කමක් ඇත.

"මූලික සලකා බැලීම වන්නේ ජීවන වෘත්තිය තනතුර යන ප්‍රශ්නයයි.... ජීවන වෘත්තියේ අභියෝගයට මුහුණදීම, සමහර කාන්තාවන්ට විශාල සතුටකි.... යාඥාවෙන් හා පුජක ආශිර්වාද තුලින්, (මගේ ජීවන වෘත්තියෙහි නියැලීමේදී) මම පැනට කරන කටයුතු ස්වාමීන් වහන්සේගේ ඉදිරියේ සතුටක් බවට සහනශීලී පෞද්ගලික සැනසීමක් මම..... ලබා ඇත්තෙමි.

"(කෙසේ වෙතත්) මා ප්‍රකාශ කරන්නේ, ශ්‍රේෂ්ඨතම වූද, මගේ ජීවිතයේ වඩාත් පවතින්නාවූද සතුටෙහි මූලාරම්භය පැමිණුනේ... නිහඬ දයානවිත සේවයේ නිරතාමික කටයුතු තුලින්... අපගේම අවශ්‍යතාවයන් සහ ප්‍රශ්න අපතුල පහසුවෙන්ම තදබල හැඟීමක් ඇතිකර, අප වටා ඇති හැකිම් සහ හින්වේදනාවලට අපි ආත්මික බිහිරන් බවට පත් වෙමු....

"අපගේ කාලය මින් පෙර කිසිදිනෙක අද තරම් බාධාවක් වූයේ නැත. නොයෙකුත් දුෂ්භතා සහ සැලකිල්ල වර්ධනය කර ගැනීමට.... (අපගේ) පෙළපත ආරම්භ කිරීමට... මුළු පවුලම සම්බන්ධවී

'(මෙය පොළඹවනු ලබයි.... පවුලේ තොරතුරු සෙවීමට... අපි කැමතිනම් හොඳම පොත් තෝරා ගන.. විශාල වශයෙන් කියවන්නන් වීමට.... (පංතිවලට) යෑමට අපට කාලය තිබේ.

"ක්‍රමික, උනන්දුයිලී සහා මෙහෙයක් ලබා දෙන සතුට අවතක්සේරු කල නොහැකිය. මම... කොට්ඨාශයේ ඉරුදින පාසැලේ ගුරුවරියක වශයෙන් සේවය කරමින් විශාල සතුටක් අත්දැක ඇත්තෙමි...

යහපත් සෞඛ්‍ය තත්වයක් පවත්වා ගැනීමට අපට කාලය තිබේ... නිතිපතා ව්‍යායාම කිරීම මගින් ආත්මය, හැඳීම් මෙන්ම ශරීරයේ හැඩයද ඔසවා තබයි.

"අපගේ කොට්ඨාශයේ හෝ ශාඛාවේ පවුල් හා සම්බන්ධවී, තරුණ ළමයින්ගේ මිතුරෙකු වීමට අපට කාලය ඇත. (තරුණ ළමයින් බොහෝ ක්‍රියාකාර කම් වලට)..... (ආශාවෙන් බලාපොරොත්තු වෙමි) මට ආරාධනා කෙරේ.... අපගේම ආදරයෙන් බලය මගින්. ඔවුන් වැඩිහිටියන් බවට පත් වන විට, සුභාරංචි මුල ධර්මයන් අනුගමනය කිරීමට නිහඬවම ඔවුන් දෙබරපමන් කිරීමටද අපට පිළිවන.

"ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින අපගේ පියාණන් වහන්සේ සමග ගත කිරීමට සැහෙන වේලාවක් බාධාවකින් තොරව අපට ඇත. මගේ ජීවිතයේ සතුටු දීර්ඝ යාන්ත්‍රණ අවතක්සේරු කිරීමට මට නොහැකිය..... මගේ සමෘද්ධ පිළිබඳව ස්වාමීන් වහන්සේගේ විශේෂ ප්‍රේමය සහ සැලකිල්ල ගැන නොසැලෙන සාක්ෂියක් මම ලබා (ඇත්තෙමි).

"..... අපට අවශ්‍ය හෝරාවේදී, අපව ඔසවා තැබීමට. ශක්තිමත් කිරීමට හා අපට උපකාර කිරීමට අප වටා ආදර හස්තයන් ඇත. අවට බලන්න. මම ඔබට පොරොන්දු වෙමි. ඒවා එහි ඇත.

"තවද අධ්‍යයනයට බවින් තදින්ම පෙළෙන විට.... අධ්‍යයනයට ස්ථිර ප්‍රතිකාරය නම්. මට අවශ්‍ය කිසිවෙක් මෙලොව සිටීම අවබෝධ කර ගැනීම බව මම සොයා ගතිමි. යම් කිසිවෙකුට ආශිර්වාද කිරීමේදී තවත් කෙනෙකුගේ ජීවිතයක් ආලෝකමත් කල බව හා මා කල ක්‍රියාවෙන් ස්වාමීන් වහන්සේ සතුටට පත්වූ බවද දැනීමෙන්, උණුසුම් දීප්තියකින් මගේ අවශ්‍යතාවයන් හා ප්‍රශ්න ඉක්මණින්ම ගිලගනී".

"එබැවින් මෙම අගනා නිධානයක් බඳු, කාලය, තුලින් සතුටු වෙමින් මෙම විශේෂිත ත්‍යාගය වෙනුවෙන් ස්වාමීන් වහන්සේට සතුතිවන්න වෙමු"(ඇත්. ජී. ඔස්බෝන්. *The Ecstasy of the Agony: How to be Single and Sane at the Same Time*", *Ensign*, මාර්තු 1977, 47-49)

■ තම ජීවිතය වඩාත් සඵල කර ගැනීමට, මෙම සොහොයුරිය සොයාගත් සමහර මාර්ග මොනවාද?

අවසානය

මෙම සභාවේ සෑම සොහොයුරියකටම විශාල වටිනා කමක් ඇත. අප ඇදහිලිවන්නව පීචන් වුවහොත්, මිතුරියක්, සහායකාවක් මෙන්ම මවක් වීමේ වරප්‍රසාදයෙන් යම් දිනෙක අප ආශිර්වාදිත වනු ඇත. මෙම වරප්‍රසාදය ජීවිතයේ මුල් භාගයේදී හෝ පසුව හෝ මෙයින් පසුව ලැබුනද, අත්‍යයන්ට සේවය කිරීම මගින් සහ පසු දවස්වල ශුද්ධවන්න කාන්තාවන් වශයෙන් අපගේ වැඩ කොටස ඉටු කිරීමෙන් අපට අපගේ ජීවිත සම්පූර්ණ කර ගත හැකිය.

අභියෝගය

ඔබගේ වැඩ කොටස හෝ වැඩ කොටස් තුලින් ඔබට වඩාත් යහපත් කිරීමට මාර්ග සොයන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- එපීය 6:4 (ළමයින් කුපිත නොකරන්න)
 - තිමොති 5:3--14 (වැන්දඹුවන්)
-

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මූල ධර්ම 36වන පරිච්ඡේදය වන "පවුල් අනන්ත වියහැක" සහ 37වන පරිච්ඡේදය වන "පවුලේ වගකීම්" යන පාඩම් අධ්‍යනය කරන්න.
2. මෙම දැනගැනුම පොතේ 13වෙනි පාඩම වන "කාන්තාවන් සහ පුප්කවරය" නැවත බලන්න.
3. මෙම පාඩමෙහි යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැල්ලේ ලියන්න.
4. ඔබ ප්‍රිය කරන කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත්කරන්න.

අපගේ පවුල්වල අයට උපදෙස් දීම

15 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් සහ මුස්ලිම් උපදෙස් දීම මගින් අපගේ පවුල ශක්තිමත් කර ගැනීමට උපකාරවත් වීමයි.

පියා නිවසේ නායකත්වය දරයි

- "සියලුම ලක්ෂණ වේ" යන ගීතිකාව ගායනා කරන්න. (ගීතිකා අංක 294 හෝ සුවිශේෂක මුල ධරම 352--53)

අපගේ පොළොවේ නිවාස, ස්වර්ගික නිවාසවල ආරම්භය වෙයි. අපගේ පවුල් අතර සදාකාලිකවම නොකඩවාම පවතින යහපත් වාතාවරණයක් අප නිවස තුළ ඇතිකල යුතුය. එනම්, එල්ඩන් ටැනර් සභාපති තුමා මෙසේ කීවේය: "පසු දවස්වල ශුද්ධවන්තයන්ගේ සෑම නිවසකම ආදර්ශමත් නිවසක් විය යුතුය. පියා එහි නිවැසියන්ගේ ප්‍රධානියා වුවද, ආදරයෙන් යුතුව මුලිකත්වය දරමින්, මවගේ ධාරණික අභිලාශයන්ට සම්පූර්ණ එකමුතුකම දක්වයි. පවුල වෙනුවෙන් දෙදෙනාගේම බලාපොරොත්තුව එකක් විය යුතු අතර, මුස්ලිම්වරුන්ගේ ප්‍රේමයද සාමයද එහි පැවතිය යුතුය. *Fatherhood Ensign* (ප්‍රති 1977, 2).

පවුලේ ආදි පීතෘ මෙන්ම මූලාසන අධාකර්ත්වයද දරන්නේ පියාය. පවුලේ කටයුතු මෙහෙය වීම ඔහුගේ වගකීමයි. ධාරණික පවුලක් ගොඩනැගීමේ වගකීම දෙමාපියන් සතුවෙයි, එහෙත් ඇත්ත වශයෙන්ම ඔවුන් මෙය තනිවම නොකරයි. එකිනෙකාගේ දායකත්වය වැදගත්ය. අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් හා අපි දෙමාපියන්ය. දෙදෙනාම එකතුව කටයුතු කිරීමෙන් ශක්තිමත් පවුල් ගොඩනැගීමටත් නැවතත් අපගේ පවුල් ස්වාමිත්ව වහන්සේ සම්මුඛයට ගෙන යාමට අපට හැකිය. අපගේ නිවාස තුළ ස්වාමිත්ව වහන්සේගේ ජීවය භුක්ති විඳීමට අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ගේ උපදෙස් අපට අවශ්‍ය වෙයි.

අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට ආදරය පෙන්නීමේ සැලකිලිමත් වීම.

භාර්යභාවත් වශයෙන් අපි හැම කෙනෙකුම ආදරයෙන් යුතුව නිසි පිළිවෙලකට අප නිවස ගොඩනැගිය යුතුය. ආදරය අවංකව ධේදා ගැනීමේ ක්‍රමයක් තුළින් අපගේ විවාහය ආශීර්වාදිතව ශක්තිමත් වෙයි. එකිනෙකාට ප්‍රේමයෙන් හා ගරුත්වයෙන් යුතුව අපි නිතිපතා එකතුව සාදා කරමින්, දෙදෙනාම එකතුව ශුද්ධ ලියවිලි කියවමින් ඒවා අධ්‍යයනය කල යුතු වෙමු. විවාහයේදී අප තැබූ දෙවියන් වහන්සේගේ පණත් සහ ගිවිසුම් අපි ඉටු කල යුතු වෙමු.

සම්පූර්ණ නිවසක් ස්වභාවය විස්තර කරමින් ජේ. රූඩන් ක්ලාක් සභාපතිතුමා මෙසේ සඳහන් කළේය. "සැබෑ ප්‍රේමය... ස්වාමි පුරුෂයන්ගේ සහ භාර්යයාවගේ සෑම සිතුවිලිමක් සහ ක්‍රියාවක්ම ආශීර්වාද කරමින් පවිත්‍ර කරයි". "මෙම නිවස තුළ ආචාරශීලිත්වය සහ ශෞරවයද තිබිය යුතුය. එහි ඉවසිලිමත් ධව විශාල වශයෙන්ද... සිතිවිලිවල, වචනවල සහ ක්‍රියාවන්හි පක්ෂපාතිත්වයද පැවතිය යුතුය.



15-අ. ස්වාමි පුරුෂයා සහ බිරිඳ එකට වැඩ කරති.



15-ආ. පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවකට සහභාගි වන පවුලක්.

"ඇදහිලිමත් බව, කාරුණික ආලෝකයක්ගේ නිවසේ පැතිරිය යුතුය.

"දෙවියන් වහන්සේගේ පණත්වලට කීකරුකම, ඔවුන්ට මග පෙන්වමින් ජය ලබා දිය යුතුය" (Our Homes", Relief Society Magazine, දෙසැ. 1940, 809--10)

- අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට ආදරය සහ සැලකිලිමත්බව පෙන්වීමට අපට කල හැකි දේවල් මොනවාද? ආදරය පෙන්වීම මගින් අප නිවාසවල යහපත් වාතාවරණයක් ඇති කර ගත හැක්කේ කෙසේද?

එකට එක්ව උපදෙස්දීම

- දරුක 15-අ පෙන්වන්න. "ස්වාමි පුරුෂයෙක් භාර්‍යයාවක් එකට එක්වී වැඩ කටයුතු වල නියැලෙයි".

ස්වාමි පුරුෂයා හා භාර්‍යයාව අතර යහපත් සංවාද තිබීම වැදගත්ය. එවිට විවාහ ජීවිතය තුළ පැන නගින ප්‍රශ්න දෙදෙනාම එක්ව විසඳා ගැනීමට අපට පිළිවන. ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් අප සහ අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට මග පෙන්වන විටදී බොහෝ ප්‍රශ්නවලට මුහුණදී, ඒවා ජයගත හැකිය.

- අල්මා 37:37 කියවන්න. ස්වාමීන් වහන්සේගේ උපදෙස් පැතීම අපට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද? අප තිතරම එකිනෙකා සමඟ කතාකල යුතුය. අප ශාප්‍රාදේන් යුතුව ප්‍රශ්න සහ බලාපොරොත්තු අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් සමඟ සාකච්ඡා කල යුතුය. පවුලේ ප්‍රශ්න විසඳීමේදී, ඔවුන්ගේ නායකත්වය සහ සහයෝගය අපේක්ෂා කරමින්, අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ට අපි ආදරය පෙන්වමු. දෙදෙනාම එක්ව පවුලේ සියලුම ප්‍රධාන තීරණ ගත යුතුය. මුදල්, ළමයින්, ආගම සහ අනෙකුත් පෞද්ගලික හා පවුලේ කටයුතු සම්බන්ධ ප්‍රශ්න නිරාකරණය කර ගැනීමට සාකච්ඡා කිරීම සඳහා අප නියමිත වේලාවක් වෙන් කර ගත යුතුය. තීරණ ගැනීමෙන් පසුව, ඒවා ඉටු කිරීමේදී දෙමාපියන් එක්සත්ව කටයුතු කල යුතුය.

විවාහක යුවලක් එකට එක්ව උපදෙස් පැතු අයුරු පහත සඳහන් අත්දැකීම පෙන්වා දෙයි.

මගේ දෙමව්පියෝ ශ්‍රෝතවන්ත වූ අතර හොඳ අධ්‍යාපනයක් ලබා සිටියහ. පවුලේ තීරණ බොහෝමයක් එක් අයෙකුට තනිවම ගත හැකිව තිබිණි. එනමුත් ඒ වෙනුවට ඔවුහු නිතරම වාඩිවී ප්‍රශ්න හා ඒවාට විසඳුම් සෙවීමට එකිනෙකා සමඟ සාකච්ඡා කලහ. අඩු වශයෙන් සතියකට එක් වරක් සාමාන්‍යයෙන් ඉරුදින සන්ධ්‍යාවේදී, ඔවුහු මුළුතැන් ගෙයි මේසයේ වාඩිවී ප්‍රශ්න ගැන සාකච්ඡා කලහ. සමහර අවස්ථා වලදී ළමයින් වන අපවද සාකච්ඡාවට සහභාගි කර ගනියි. දෙදෙනාම එක්ව උපදෙස් ගැනීමෙන් මගේ පියා සහ මවත් අප නගා සිටිවිය යුතු අන්දම ගැන නිතරම එකඟත්වයට පත් වූහ. මගේ පියාට ලැබුණේ සුළු ආදායමක් වුවද, අපට නිතරම ප්‍රමාණවත් ලෙස මුදල් තිබිණි. මගේ දෙමව්පියන් වාද කරනු හෝ දබර කරගනු හෝ මට මතක නැත. සෛස්ටියල් නිවසක් සමාන නිවසක ආදරය අපට ලබා දෙමින්, අපගේ නිවාස තුළ එය අනුගමනය කිරීමට අපට බේරුමක් කල ශ්‍රෝතවන්ත දෙමව්පියන් ගැන අපි කෘතඥ වෙමු.

- එක්ව උපදෙස් පැතීම මගින් අපගේ නිවාසවල වාද කිරීම් හා ප්‍රශ්න වළක්වා ගැනීමට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද? එක්ව උපදෙස් පැතීම අපගේ විවාහයේ පවතින ප්‍රේමය වැඩි කරන්නේ කෙසේද?



15-ඇ. මවක් සුදානමක් නොමැතිව ඇයගේ නරුණ දියණියට උපදෙස් දෙයි.

පවුලේ අය සමග සාකච්ඡා කිරීම (උපදෙස්)

- දරුණක 15-වී පෙන්වන්න. "පවුලේ නිවාස සන්ධනාවකට සහභාගි වන පවුලක්.

පියා සහ මව සාකච්ඡා කිරීමෙන් පසුව, පවුලේ උපදේශක සභාවතුළදී පවුලේ බලාපොරොත්තු සහ සැලසුම් ගැන සාකච්ඡා කිරීමට ඔවුන් තම ළමයින්වද කැඳවිය යුතුය.

පවුලේ සියල්ලන්ම සමග උපදේශක සභාව පැවැත්වීම වටහේය. එමගින් පවුලේ ජීවිතය වර්ධනය වී, ගැඹුරු ආදරයක් ඇතිවී සතුට වැඩි දියුණු කරයි. පවුලේ සැලසුම් පිළිබඳව ළමයින් කල් වේලා ඇතිව දැනුවත් වෙයි. අන් අය කරන කටයුතු පිළිබඳව හැම පවුලේ සාමාජිකයෙකුම දැනුවත් වන විට, ප්‍රතිඵලය වන්නේ සාමය සහ සමගියයි. හැකි සෑම අවස්ථාවකදීම තීරණ ගැනීමේදී සිය අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට ළමයින්ට ඉඩදිය යුතු අතර. මෙම තීරණ ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී ඔවුන් උදව් කළ යුතුය. අපගේ පවුලේ සමග අපි සාකච්ඡා කරන විටදී, හැම කෙනෙකුගේම මතයන්ට, ප්‍රශ්නවලට හා න්‍යාය පත්‍රයන්ට අපි ගරු කළ යුතු වෙමු.

- පවුලේ උපදේශක සභාවක් පැවැත්වීමේ යුදසුම අවස්ථාව කුමක්ද? එවන් සභාවකදී සාකච්ඡා කළ හැකි සමහර කරුණු මොනවාද?

- දරුණක 15-අ. පෙන්වන්න. "මවක් සුදානම් රහිතව ඇයගේ තරුණ දියණියට උපදෙස් දෙයි.

අපගේ ළමයින්ට උපදෙස් දීමේදී, හැම විටම විධිමත් තත්වයක් තිබීම අවශ්‍ය නැත. මව්වරුන් වශයෙන්, ඔවුන්ගේ ප්‍රශ්නවලට සවන් දීමට අප හැම අවස්ථාවකම හොඳා ගත යුතුය. ඔවුන්ගේ දෂ්ඨි කෝණයෙන් බැලීමට අපි උත්සාහ දැරිය යුතු වෙමු. ඔවුන් සිතහවට ලක්කරමින් ඔවුන්ගේ ප්‍රශ්න සුළු කොට නොතැකිය යුතුය. ඒ වෙනුවට අප ඔවුන්ව ආදරයෙන් යුතුව තේරුම් ගෙන, ඔවුන්ට උපදෙස් දිය යුතුය. හැම ළමයෙකුම සමගම පෞද්ගලිකව සාකච්ඡා කිරීමට අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන්ද අපි දිරිගැන්විය යුතු වෙමු.

"පියා හෝ මව, පුතා හෝ දියණිය සමග වාඩිවී පෞද්ගලික ප්‍රශ්නයක් සාකච්ඡා කිරීම ප්‍රියජනකය... අපගේ පුත්‍රන් හා දියණියන් මුහුණ දීමට අකමැති... බලපෑම් සහ පෙළඹවීම්ද ඇත..... එබැවින් අප ඔවුන් ශක්තිමත් කළ යුතුය".

"එවන් හදට, හදක් මගින් කෙරෙන සාකච්ඡා තුලින්, අරමුණක් ඇති කර ගැනීමට දෙමව්පියෝ තම ළමයින්ට උපකාර කරති" (එල්. ජේ. එල් ක්‍රිස්ටන් **Conference Report**, අප්‍රේල් 1972, 43: හෝ **Ensign** ජූලි 1972, 55).

- තරුණ කාන්තාවක් වශයෙන්, ඔබගේ දෙමව්පියන් සමග ඔබ සාකච්ඡා කිරීමට කැමති මොනවාද? මවක් වශයෙන්, ඔබගේ ළමයින් සමග ඔබ සාකච්ඡා කිරීමට කැමති මොනවාද? උපදෙස් දීමේදීත්, ලබා ගැනීමේදීත් නිතරම ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම සෙවීමට පංති සාමාජිකයන්ට සිහිපත් කිරීමට ඔබ කැමතිවනු ඇත. අප කිවයුතු දෙය ගැනත්, අපට ලැබෙන උපදේශ ක්‍රියාත්මක කරන අන්දම ගැන දැනගැනීමටත්, අපට උදව් කිරීමට ශුද්ධාත්මයාණන්ට හැකිය.

ශ්‍රමයින් සමග කෙරෙන අපගේ සාකච්ඡා ගැන සඳහන් කරමින් වැඩිමහල් රිචඩ්. එල් ඉවන්ස් මෙසේ කීවේය: ඔබට ඔවුන් සමග එකට වාඩිවී, ඔබගේ අදහස් බෙදාගෙන, එකිනෙකා සමග ඔබගේ තීරණ ගැන සලකා බැලීමේ වරප්‍රසාදය, අයිතිවාසිකම හා යුතුකමද ඇත. එවිට ඔබ දෙදෙනාටම සවන්දීමටත්, එකිනෙකාට ගරුකිරීමටත් හැකිසාව ලැබේ... ඔබගේ සම්පූර්ණ සතුට වෙනුවෙන් එකට එක්ව වැඩ කටයුතු කිරීමටත් (සාඥා කිරීමටත්, සැලසුම් කිරීමටත්, සෑම වේලාවේදීත්, සදාකාලයටත් හැකිසාව

ලැබෙනු ඇත." ("As Parents and Children Come to Common Ground", *Improvement Era* මැයි 1956, 342).

අවසානය

අපට සාමයෙන් හා සමාදානයෙන් යුතුව සෙලස්වියල් රාජ්‍යයේ සිටීමට නම්, සමගිය සහ ආදරය මුදුන් පමුණුවා ගැනීම අපි දැන් සිටම ආරම්භ කළ යුතු වෙමු. එය ස්වාභාවිකව සිදුවන්නේ නැත. ඩේවිඩ්. ඕ. මැකේ සභාපති තුමා මෙසේ කීවේය: "නිවසක සාමය සහ සමගිය නොමැතිකමට වඩා, ප්‍රතිවිරුද්ධව පවතින යමක් තිබේනම්, ඒවායින් කිහිපයක් සිහිපත් කිරීමට මට පිළිවන. අනෙක් අතට, සමගිය, අනන්‍යතා සහයෝගීතාවය, සහ ආදරය පවතින නිවස... මෙලොව තිබෙන ස්වර්ගයේ කොටසක් බවද මම දනිමි" (Conference Report, ඔක්. 1967, 7). අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් සහ ළමයින් සමග අපි සාකච්ඡා කරන විට, අපගේ පවුල් ශක්තිමත් කිරීමටද අපට පිළිවන. එකිනෙකා කෙරෙහි විශාල ආදරයක් සහ සමීපතාවයක්ද අපට හැරෙනු ඇත.

අභියෝගය

ඔබගේ ස්වාමි පුරුෂයන් සහ ළමුන් සමග සාකච්ඡා පැවැත්වීමේ ප්‍රස්තාවයන් ගැන අවදියෙන් සිටින්න. මෙම අවස්ථාවන් වෙනුවෙන් යාකඳුවෙන් යුතුව සුදානම් වීමට ඔවුන්ව දොරොත්තු කරන්න. ඔබ අවිවාහකනම්, ඔබගේ පවුලේ අය අතර සමගිය වර්ධනය කරගැනීමේ මාර්ගයන් සෙවීමේදී, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම සොයන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- 1 කොරොන්ති 13 (දයාවේ ගුණාංග)
- ගලාති 5:22--23 (පීචයේ එල)
- යාකොබ් 2:35 (නිගායිට්වරුන්ට ඔවුන්ගේ ළමයින් තුළ තිබූ විශ්වාසය නැතිවෙයි.)
- යාකොබ් 3:7 (ලැමනයිට්වරු ඔවුන්ගේ පවුල්වලට ආදරය කරති)
- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 121:36--41 (තරවටුවෙන් පසුව, වැඩි ආදරයක් පෙන්වයි.)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුලධර්ම 37 වන පරිච්ඡේදය වන "පවුලේ වගකීම්" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. "සියලුම ලක්ෂණ වේ" යන ගීතිකාව ගායනා කර පාඩම ආරම්භ කිරීමට සැලසුම් කරන්න. (ගීතිකා අංක 294, හෝ සුවිශේෂක මුල ධර්ම 352--53 බලන්න.)
3. ඔබ ප්‍රිය කරන කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් කිසිවක් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත්කරන්න.

පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව

16 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ සාර්ථක පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවක් පැවැත්වීමට අපව පොළඹවා, අපට උපකාරවත් වීමයි.

පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව හැම කෙනෙක් වෙනුවෙන්මය.

සෑම පවුලක්ම නීතිපතාම පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව සෑම සතියකම පැවැත් විය යුතුය. මෙම අරමුණ වෙනුවෙන්. සඳුදින සන්ධ්‍යාව සභාවේ කිසිදු ක්‍රියා කාරිත්වයක් නොපවත්වා මේ සඳහාම වෙන්කර ඇත.

- දරුණු 16-අ පෙන්වන්න. දෙමව්පියන් ඔවුන්ගේ තරුණ ළමයින් සමඟ පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවක. 16-අ. "වැඩිහිටි යුවලක් ඔවුන්ගේ පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව පවත්වයි."

හැම පවුලක්ම එක සමාන නැත. සමහර පවුල්වල දෙමව්පියන් සහ ළමයින් නිවසේ සිටී. සමහර පවුල්වල දෙමව්පියන්ගෙන් කෙනෙක් සහ ළමයින් සිටී. තවදුරටත් අනෙක් පවුල්වල දෙමව්පියන්ට නිවසේ දැරුවන්නැත. බොහෝ අවිවාහක වැඩිහිටියෝ තනිවම හෝ හිතවතුන් සමඟ කාමරවල ජීවත් වෙති. කුමන තත්වයක් යටතේ වුවද, පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව සෑම කෙනෙක් වෙනුවෙන්මය. යම් පුද්ගලයෙක් තනිවම ජීවත් වන්නේනම්. පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව පැවැත්වීමට ඔහුට හෝ ඇයට අන් පුද්ගලයන් සමඟ සම්බන්ධ වීමට හැකිය. හුදකලාවුවත් හට, මෙය විශේෂ ආශිර්වාදයක් විය හැකිය.

"සුභාරංචිය ඉගැන්වීමට නිවසට වඩා සුදුසු වෙනත් ස්ථානයක් නොමැත. අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ නිර්මාණය කරනලද පවුල් ජීවිතයේ ස්වභාවය ගැන ළමයින්ට ඉගෙන ගත හැක්කේ නිවසේදී පමණකි. සඳුදින රාත්‍රියේ, පවුලේ සියල්ලෝම එකට එක්ව පවුලේ සියළුම අත්දැකීම් වලට ආත්මික භාවයක් ලබා දෙයි. මෙම ආත්මික භාවය තමන් අතර තබා ගන්නා අයට, ඔවුන්ගේ මහත් සතුටේ හේතුව එය බව වැටහෙනු ඇත" (*Family Home Evening* [1971], 4)

නීතිපතා පවුල් නිවාස සැන්දෑව පැවැත්වීම සුභාරංචි මූල ධරම ඉගැන්වීමටත් ඉගෙන ගැනීමටත් නිවෙත ඉතා හොඳ ක්‍රමයකි. එය පවුලේ සාමාජිකයන් ආදරයෙන් හා සමගියෙන් එකට ලංකරනු ලබයි.

- කෝටු හෝ ගිනිකුරු මිටියක් ඔබගේ අතේ ඉහළට ඔසවා තබාගන්න. මෙය පවුලක සාමාජිකයන් නියෝජනය කරන බව පංතියට කියන්න. උන් එක් කුරක් මිටියෙන් ඉවතට ගෙන එය දෙකට කඩන්න. අප තනිවම සිටින විට පවුලක එකට සිටින්නායේ ශක්තිමත් නැති බව පංතියට කියා දෙන්න. ඉන්පසු නුලක් හෝ රබර් පටියක් ගෙන කෝටු ටික එකට තබා බඳින්න. නුල නියෝජනය කරන්නේ සුභාරංචියේ උනන්වන එකට යා කරන පෙළඹවීම් බව පංතියට කියන්න. ඉන් පසුව



16-අ. දෙමව්පියන් ඔවුන්ගේ තරුණ ළමයින්ද සමග පවුල් නිවාස සන්ධිතව සහභාගි වෙති.

එකකෝටුවක්වත් කැඩීමට තිබෙන අපහසුව පෙන්වා දෙන්න. අප පවුලක් වශයෙන් එකමුතුව සිටිමින්, සුභාරංචි සත්‍යයන්ගෙන් එකට බැඳී සිටින්නන්ගේ අප ශක්තිමත් වන බව පහදා දෙන්න.

පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව මෙහෙය වන්නේ කෙසේද?

නිවසේ ආදී ජීවන වශයෙන් පියා, නිවාස සන්ධ්‍යාවේ මූලිකත්වය ගත යුතුය. පියා නොපැමිණී විටදී හෝ පියා නිවසේ නොමැති විටදී, මව නායකත්වය ගත යුතුය. හැකියාවක් තිබේනම්, සෑම පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවක්ම, මව සහ පියා එකට එක්ව කල්වේලා සහිතව සැලසුම් කළ යුතුය. එවිට පවුලේ සාමාජිකයන් හට පැවරුම් ලබාදීමට ඔවුන්ට හැකිවන්නේය.

සෑම නිවාස සන්ධ්‍යාවක් ආරම්භයේදී, කෙටි පවුලේ උපදේශක සභාවක් හෝ සැලසුම් කරන රැස්වීමක් පැවැත්වීමෙන්, මතු පැමිණෙන සතියේදී පවුලේ එක් එක් සාමාජිකයා සතු ක්‍රියාකාරකම් හා සැලසුම් පිළිබඳව පරීක්ෂා කිරීමටද උපකාරවත් වෙයි. මෙය පවුලේ ගැටළුවන් සඳහා විශේෂයෙන්ම උපකාරවත් වෙයි.

"(පියා) විසින් ඉගැන්වීම හෝ භාරයකට නැතහොත් වයසින් වැඩි සිටින ළමයින්ට ඉගැන්වීම පවරනු ලබයි... තරයු ජ්‍යෙෂ්ඨ සංගීතය මෙහෙයවීම, ශුද්ධ ලියවිලි උපුටා දැක්වීමෙන්, ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු දීමෙන් පිංතූර ඔසවා සිටීමෙන්, කැම බීම සැපයීමෙන් සහ යාඥා කිරීම යන කටයුතුවල යෙදීමෙන් උපකාරවත් විය හැකිය...."

"පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවක් සඳහා යෝජනා කරතිබෙන වැඩසටහන මෙසේය.

"ආරම්භක ගීතය (පවුලේ අය මගින්)

"ආරම්භක යාඥාව (පවුලේ සාමාජිකයෙකු මගින්)

"කවි හෝ ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම (පවුලේ සාමාජිකයෙකු මගින්)

"පාඩම (පියා, මව හෝ ඕනෑම වැඩිහිටි ළමයෙක් මගින්)

"ක්‍රියාකාරකම් (පවුලේ සාමාජිකයෙකු මෙහෙයවා සියළුම පවුල් සාමාජිකයන්ගේ දායකත්වයෙන්)

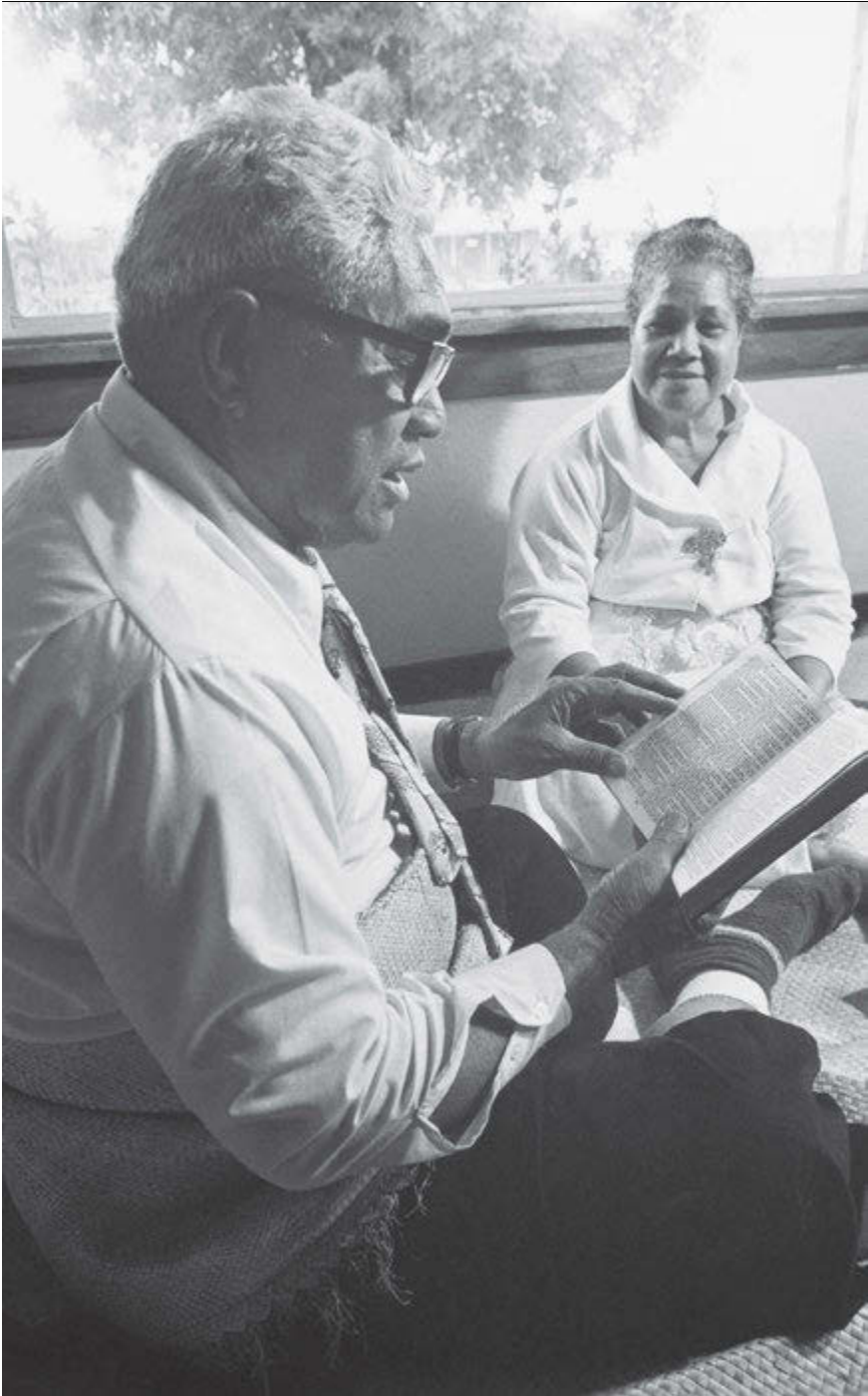
"අවසාන ගීතය. (පවුලේ අය මගින්)

"අවසාන යාඥාව (පවුලේ සාමාජිකයෙකු මගින්)

"සංග්‍රහ කටයුතු

"පවුලකට නිවාස සන්ධ්‍යාව නොයෙක් ආකාරයට පැවැත්විය හැකිය. පවුලේ අය එකට එකතු කරන, එකිනෙකා කෙරෙහි ඔවුන්ගේ ආදරය ශක්තිමත් කරන, ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ වෙතට ඔවුන්ව සමීප කරවන මෙන්ම ධාර්මිකව ජීවත්වීමට ඔවුන් දොරටුවක් කරවන ඕනෑම ක්‍රියාකාරී දෙයක් පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවක් විය හැකිය. ක්‍රියාකාරකම් වලට උදාහරණ වශයෙන් ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම, සුභාරංචිය ගැන සාකච්ඡා කිරීම, විනෝද ගමනක් යෑම, පවුලේ විනෝද ක්‍රීඩාවල යෙදීම, ඇවිදීම යනාදිය ඇතුළත් විය හැකිය. හැම නිවාස සන්ධ්‍යාවකටම යාඥාවද ඇතුළත් විය යුතුය". (Family Guide Book [1999], 7).

පවුලේ සාමාජිකයෙකු වශයෙන් අප හැම කෙනෙකුටම නිවාස සන්ධ්‍යාව සාර්ථක වීමට දායක විය හැකිය. ප්‍රථමයෙන් අපගේ පෞද්ගලික ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කර ගැනීමෙන්, පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවට අපට නිදහසේ සහභාගි විය හැකිය. තවද අප හැම කෙනෙක්ම සුදානම් වීම සඳහා පැවරුමක්



16-ආ. වැඩිහිටි යුවලක් ඔවුන්ගේ පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව පවත්වයි.

ක්‍රියාත්මක කිරීමෙන් හෝ වෙනත් ක්‍රමයකින් උදව් කල හැකිය. මව්වරුන්ට සහ වැඩිහිටි ළමයින්ට, සතිය තුළදී බල ළමුන්ට ඔවුන්ගේ පැවරුම් වලට උදව්කල හැකිය. බල ළමෝ සරල කතන්දර පිංතූර මගින් ඉදිරිපත් කිරීමට කැමැත්තක් දක්වන අතර, නොයෙක් ආකාර කටයුතු කිරීමටද සතුටක් දක්වති. හැම ළමයෙකුටම පියා සහ මව ඔවුන්ව ඇතුළත් කරගත් විට සහභාගිවීමට හැකි අතර, ඔවුන්ගේ උත්සාහයන් තුළදී ඉවසීමෙන් වෙයි. අපගේ පැවරුම්වලට සුදානම වීමේදී උපකාර සඳහා අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේට යාඥා කිරීමෙන් අප හැම කෙනෙකුටම අපගේ පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවන් දියුණු කරගත හැකිය.

පහත දැක්වෙන්නේ සාර්ථක නිවාස සන්ධ්‍යාවක උදාහරණයකි

තොම්ප්සන් පවුලේ එක් නිවාස සන්ධ්‍යාවක් නම් කර තිබුනේ "ටෝම්ගේ තනාග ප්‍රදානෝත්සව" රාත්‍රිය වශයෙනි. අවුරුදු 17 සිට 5 දක්වා වයසේ පසුවන ළමයින් හත්දෙනාම රාත්‍රී ආහාරය වශයෙන් ඔවුන් වඩා කැමති දෙයට කැමැත්ත දුන්හ. ජයග්‍රහණයකල ආහාර වට්ටෝරුව බෙදා දීමෙන් අනතුරුව "ටෝම්ගේ තනාග ප්‍රදානෝත්සවය" ප්‍රකාශයට පත්විය.

පියා ඔහුගේ හොඳම ඇඳුමින් සැරසීහි. ප්‍රමාණයෙන් විශාල කර පටියක් ඔහුගේ ගෙල වටා විය. ඔහු උත්සවයේ ප්‍රධානියා විය. මව ඇයගේ ලක්ෂණම ඇඳුමින් සැරසී සිටියාය. ඇය "ජයග්‍රහණයන්ගේ" නම් ඇතුළත් ලිපි කවර ආතැතිව පියා අසල සිටගෙන සිටියාය. ආවේ සහ සීයා ආරාධිත අමුත්තන්ය. ඔව්හු ළමයින් තනාග ලබනු නැරඹීම සඳහා පැමිණි ප්‍රශ්නසතිය හා ගරු කටයුතු නරඹන්නෝය. පියාගේ ස්තූති කථාවෙන් පසුව තනාග ප්‍රදානය මේ අන්දමින් සිදු විය.

පියා මෙසේ කීය: "අංක ගණිතය සඳහා ඉදිරිපත්ව ඇති නාම යෝජනා මෙසේය: ඇල්බට් අයිස්ටන්සින් සහ පෝල් තොම්ප්සන්, කරැණාකර ලිපි කවරය දෙන්න". මව ලිපිකවරය පියාට දෙයි. ඔහු එය විවෘත කරයි. ඉන්පසු ඔහු කලබලයෙන් නිවේදනය කරයි. "ජයග්‍රහණයා පෝල් තොම්ප්සන්"

පෝල් ඉදිරියට ගොස් ඔහුගේ "ටෝම් තනාගය" ලබා ගන්නා අතර පවුලේ අය ප්‍රීති ඝෝෂා කරති. (මෙම අවස්ථාවේදී තනාගයන් වූයේ ළමයාගේ නමත් ක්‍රීඩාවන් සඳහන් කල කුඩා ජලාසපික රූපයකි.)

හැම ළමයෙකුම ජාතික හෝ ජාත්‍යන්තර පිරිසන් හෝ කීර්තිමත් ජයග්‍රහණයකයන් ලෙසට හඳුනාගෙන ප්‍රකාශයට පත් කෙරෙන තෙක් මෙම ක්‍රමය අනුගමනය කරන ලදී. පිහිනීමෙන් දැක්වූ විශේෂත්වයට ඡෙරී ඇයගේ තනාගය ලැබුවාය. බල දක්ෂ ක්‍රියාවලට ධ්‍රැයන්ටද, මුවෙලිට ඇගේ සංගීත ක්‍රියා වලටද; මයිකල්ට ලට්ල් ලීග් ක්‍රීඩා සමාජයේ බේස් බෝල් වලට හිමි තනාගයද; ඩෙබ්සිට කියවීමේ විශේෂත්වයටද; සීන්තිකාට පවුලේ සතුට සාර්ථකව ලබාදීම වෙනුවෙන්ද තනාග ලැබිනි. ඇයගේ තනාගය විශේෂිතවූවක්වූ අතර එය හැඳින්වූයේ "හිරු රැස් තනාගය නමිනි".

මෙයින් පසුව, හැම ළමයෙකුම, ඔහු හෝ ඇය විසින් සතිය තුළදී පුහුණුවූ ගීයක් ඉදිරිපත් කල අතර හැම කෙනෙකුටම ඔල්වරසන් සහ ප්‍රශංසාවක් ලැබිණි. ඉන්පසුව ඩෙබ්සියා සහ සීන්තියා "Teach Me To Walk in The Light" යන ගීතය ගායනා කළහ. (ගීතියා අංක 304, හෝ සුවිශේෂක මුලධර්ම 374 බලන්න), මයිකල් විසින් අවසාන යාඥාව දීමෙන් පසු හැමටම කැම බීම බෙදා දෙන ලදී.

නිවාස සන්ධ්‍යාව පවුලේ අවශ්‍යතාවයන්ට හා කැමැත්තට ගැලපෙන ලෙස සැලසුම් කිරීම වැදගත් වෙයි. පවුලේ සාමාජිකයන්ට වැදගත් වනසේ කරන්න. නිවාස සන්ධ්‍යාවන් පැවැත්වෙන්නේ පවුල් වලට උපකාරවත් වීමටය. බොහෝ අවස්ථාවලදී පවුල් වර්ධනය වන ඉතා සාර්ථක නිවාස සන්ධ්‍යාවන් වන්නේ මුලින්ම පැවැත්වූ ඒවාය.

- පවුල් නිවාස සන්ධනාවට සුදානම් වීම සඳහා හැම සතියකම ඔබ කොපමණ වේලාවක් ගත කරන්නවාද? හොඳින් සැලසුම් කිරීම තුලින්, ඔබ නිවාස සන්ධනාවන් දියුණු කර ගන්නේ කෙසේද?

සභාවේ පළවෙනි සභාපතිත්වය මෙසේ සඳහන් කළේය. "ඔබගේ පවුල් නිවාස සන්ධනාව සාර්ථක කරගැනීම සඳහා, ඔබගේ සමාජ සහ වෘත්තීය කටයුතු සාර්ථක කරගැනීම සඳහා ඔබ ගත කරන මෙන් කාලයක් ඔබ ගතකරන්නේද? සමාජයේ ඉතා වැදගත් ඒකකයක් වන... පවුල වෙනුවෙන් ඔබගේ හොඳම ක්‍රියාකාරී ශක්තිය ඔබ කැප කරන්නවාද? එසේ නැතහොත් ඔබගේ පවුල හා ඇති සම්බන්ධතාවය, හුදු ප්‍රතිඵල රහිත ජීවිතයේම කොටසක්ද?"

"පවුලේ උත්කර්ෂය ඉෂ්ඨ කරගැනීම සඳහා පවුලේ වගකීම් වලට මුල්තැන දීමට දෙමව්පියන් සහ ළමයින් කැමති විය යුතුය"

- පවුල් නිවාස සන්ධනාව වැඩි දියුණු කර ගැනීමට අපි යාඥාව භාවිතා කරන්නේ කෙසේද?

පවුල් නිවාස සන්ධනාව ක්‍රමානුකූලව පැවැත්වීමෙන් ලැබෙන ආශීර්වාද

ක්‍රමානුකූලව පවුල් නිවාස සන්ධනාවන් පැවැත්වීමෙන් අපගේ පවුල් වලට බොහෝ ආශීර්වාද ලැබේ. සහභාගිත්වයෙන් හැම සාමාජිකයෙකුටම ආත්ම වටිනාකමේ හැඟීම් දියුණු කරගත හැකිය. විනය ප්‍රශ්න අඩුවී, පක්ෂපාතිත්වය සහ සමගිය වර්ධනය වෙයි.

ළමුන් පස් දෙනෙකුගේ මවකවු රෙමිකී මැලෝයි සොහොයුරිය මෙසේ කීවාය: "අපගේ වැඩිමහල්ම ළමයාගේ වයස අවුරුදු හයක් වුවද, සෑම සඳදිනකම අපි ක්‍රමානුකූලව පවුල් නිවාස සන්ධනාව පැවැත්වීමේ සිට, අපගේ සියළුම ළමයින්ගේ හැසිරීමේ වෙනසක් ගැන අපට දැන ගත හැකි විය.... අපි ඔවුන්ට දෙන බොහෝ ඉගැන්වීම් ඔවුන්ට මතක තිබෙන බව දැනගන්නට ලැබීම අපට ආශ්චර්‍යයක් විය" (To be a Woman in the Church *Ensign* අගෝ. 1973, 38) මැලෝයි සොහොයුරිය සහතික කරන පරිදි, පවුල් නිවාස සන්ධනාවේ ඉගැන්වීම් ළමයින්ට මතක තිබේ.

ටෙක්සාස් වල මිඩ්ලන්ඩ්හි පස්වියැනි ඇලන්, ඇයගේ සීයා සමග මිදුලේ ක්‍රීඩා කරමින් සිටින විට, වෙනත් මිදුලක සිටී ළමයින් දුර කිරීමට පටන් ගත්හ. වාද කිරීම වැඩිවී එකිනෙකා තල්ලු කර ගැනීම ආරම්භවී අමනාපයෙන් කැනසහන හඬ පැතිර ගියේය. ඉන්පසු එක් ළමයෙකු තවත් ළමයෙකුට පහර දුන් අතර ඇය තරහෙන් කැනසුවාය. මෙම කලබලකාරී දර්ශනය බලාසිටි ඇලන් කල්පනාකාරීව මෙසේ කීවාය. "සීයා මෙම ළමයින්ට අවශ්‍යවන දෙයනම්, පවුල් නිවාස සැන්දෑවයි!"

පළවෙනි සභාපතිත්වය මෙම ප්‍රකාශය නිකුත් කලේය: පසුගිය වසර කිහිපය තුළදී අපි දැක තිබෙන පරිදි, අළුත්.... නපුරු, බලවේගයන්.... අපගේ ජනතාව විශේෂයෙන්ම අපගේ තරුණයන් පොළඹවා ගනිමින් වැඩ ආරම්භ කොට තිබේ. පවුල් නිවාස සන්ධනා වැඩසටහන, යහපත සඳහා වන බලය මගින්, දෙමව්පියන් හට විශාල උපකාරයක් විය. අපගේ පවුල් නිවාස සන්ධනාවල් මෙන්ම වෙනත් ඵලදායී පවුල් අත්දැකීම් තුලින්, දෙවියන් වහන්සේගේ කාරුණික වලින් අපගේ ආත්මය පුරවා ගැනීමේ හැකියාව අපට ඇති අතර තවදුරටත් අපගේ හදවත් වලද, සිතෙහිද, නපුරට ඉඩක් නොතබන්නෙමු.

- පවුල් නිවාස සන්ධනාවෙන්, ඔබට සහ ඔබ පවුලේ අයට ලැබුණු ආශීර්වාද මොනවාද?

පළවෙනි සභාපතිත්වය මෙසේද කීහ: නැවත වරක් අප ඉතා උනන්දුවෙන් යුතුව දෙමව්පියන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්නේ, ඔවුන්ගේ ළමයින් ආදරයෙන් හා ඉවසීමෙන් සහ අවබෝධයෙන් යුතුව ඔවුන් වටා එක්රැස් කර ඔවුන්ට සත්‍යය සහ ධර්මිෂ්ඨතාවය ගැන උගන්වන ලෙසය.

"නිවාස වනාහි ප්‍රමාණිතව ජීවන පාඩම ඉගෙන ගැනීමේ පළවෙනි මෙන්ම වඩාත් ඵලදායී ස්ථානයයි".

අවසානය

ඵලදායී, ක්‍රමානුකූල පවුල් නිවාස සන්ධනාවන්, ඵවායෙහි සහභාගි වන හැම පුද්ගලයෙකුට උපකාර කරයි. පවුල් නිවාස සන්ධනාව අප ස්වර්ගික ජීයායාත් වහන්සේ තුල ජේමය හා විශ්වාසය ගොඩනගයි. ඵමගින් හැම පුද්ගලයෙකුගේම සුභාරංචිය පිළිබඳ අවබෝධය වැඩි කරයි. ඵමගින් පවුලේ සමීඛන්ධතාවය ශක්තිමත් කර, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දුකෂතා වර්ධනය කර ගැනීමට හැම දෙනාටම බෙර්ජය ලබා දෙයි.

අභියෝගය

ක්‍රමානුකූලව පවුල් නිවාස සන්ධනාව පැවැත්වීම ආරම්භ කරන්න. සැලසුම් කිරීම, ඉවසිලිවන්ත වීම හා යාඥාව යන නියමයන් සිතෙහි තබා ගන්න.

ඔබගේ මිළඟ පවුල් නිවාස සන්ධනාව තුළදී, ඔබගේ පවුලේ අය ඉගෙන ගැනීමට ඔබ කැමැත්තක් දක්වන සුභාරංචි මූලධර්මය ලියන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. පවුලේ එකමුතුකම ප්‍රදර්ශනය කර පෙන්නීමට කුඩා කුරු හෝ ගිනිකුරු මට්ටියක් සුදානම් කර ගන්න.
2. ඔබ ප්‍රියකරන යම් කතන්දර ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

සහා රැස්වීම්

17 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, සහා රැස්වීම්වල අරමුණ අවබෝධ කරගැනීමට අපට උපකාරවත් වීම සහ ක්‍රමානුකූල සහභාගිත්වයට අප පෙළඹවීමයි.

සහා රැස්වීම්වල අරමුණ

"එබැවින් නුඹලාගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ සම්පූර්ණව සිටින්නාක් මෙන්, නුඹලාත් සම්පූර්ණව සිටිපල්ලා" යයි යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ කී සේක. (මතෙව් 5:48) සම්පූර්ණ වීම ඉතා අපහසු බැවින් අපගේ පියාණන් වහන්සේ අපට උපකාර කරන සේක. උන්වහන්සේ සහාව සංවිධානය කළ සේක: නායකයන් කැඳවා පනත්, මූලධර්ම සහ නියෝග අපට දුන් සේක. අපගේ සහා රැස්වීම් වලදී මේ කරුණු සම්බන්ධව උපදෙස් අපි ලබා ගන්නෙමු. සම්පූර්ණ වීම සඳහා දේව නියමය පිළිපදිමින් ඒ අනුව ජීවත්විය යුතු වෙමු. "එනම් ඔබ සෑම රැස්වෙන අවස්ථාවලදී ඔබ එකිනෙකාට උපදෙස් දෙමින් ඔවුන් ගුණවත් කරන්නෙය. එවිට මා දුන් නියමයන් සහ නියෝගවල අභිප්‍රාය අනුව කටයුතු කරන්නේ කෙසේදැයි..... ඔබට දැන ගත හැකි යයි ස්වාමීන් වහන්සේ කී සේක" (සී සහ සී 43:8).

අපට සහභාගි වීමට නොයෙකුත් ආකාරයේ සහා රැස්වීම් තිබේ. නැතහොත් තිබෙනු ඇත.

සක්‍රමේන්තු රැස්වීම්

■ දර්ශක 17-අ පෙන්වන්න. "අවසාන රාත්‍රී භෝජන සංග්‍රහය".

කොරොන්ති ඉදිරිවන්නයන්ට පාවුලුතුමා මෙසේ කීවේය: "එනම් ස්වාමිවු යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ පාවාදෙනු ලැබූ රාත්‍රියේදී උන්වහන්සේ රොට් රැගෙන:

"ස්තූති කොට, කඩා, මේක නුඹලා උදෙසා දෙන්නාවු මාගේ ශරීරයය. මා සිහිකිරීම පිණිස මේක කරපල්ලා යයි කීසේක.

"එලෙසම රාත්‍රී කැමෙන් පසු කුසලානත්දී: මේ කුසලාන මාගේ ලෙයින් පිහිටුනු අලුත් ගිවිසුමිය. යම් පමණ වර නුඹලා මෙයින් බොන්නාහුද, එපමණ වර මා සිහිකිරීම පිණිස මේක කරපල්ලා" යයි කී සේක.

"මක්නිසාද නුඹලා යම්පමණ වරක් මේ රොට් කන්නාහුද, කුසලානෙන් බොන්නාහුද, එපමණ වරක් ස්වාමීන් වහන්සේ එන තුරු, නුඹලා උන්වහන්සේගේ මරණය ප්‍රකාශ කරන්නාහුය" (කොරොන්ති 11:23-26)

සක්‍රමේන්තු රැස්වීමෙහි අරමුණ වන්නේ අප සක්‍රමේන්තුවෙහි සහභාගිවීමය. අප වෙනුවෙන් ස්වාමීන් වහන්සේ කළ පරිත්‍යාගය මෙමගින් අපට සිහිපත් කරයි. අපි උන්වහන්සේගේ සහාවේ සාමාජිකයන්වී, උන්වහන්සේගේ නාමය අප වෙතට ගත් බොහෝ සම අවස්ථාවේ අප තැබූ පොරොන්දු අපි අභ්‍යන්තරව කරන්නෙමු.



17-අ. අවසාන රාත්‍රී භෝජන සංග්‍රහය, කාර්ල් ඩිනර්ට් බෙලාට් මගිනි. හිල්රෝඩ්හි ප්‍රෙඩරික් බෝග් ජාතික කෞතුකාගාරයේ අවසර පරිදි පාවිච්චි කරන ලදී.

- දුරශක 17-ආ. පෙන්වන්න "සක්‍රමේන්තුව වනාහි ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ශරීරය සහ ලෙස සිහිපත් කිරීමය"

ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුමේ 20වෙනි කොටසේ අපි මෙසේ කියවමු. "ස්වාමිවු යේසුස් වහන්සේ සිහිපත් කිරීම සඳහා පාත් සහ වයින් භුක්ති විඳීමට සභාව බොහෝ විට රැස්වීම යෝග්‍ය වෙයි. (75 වෙනි පදය) අප භුක්ති විඳින පාත් සහ වතුර "ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ මාංශයේ සහ ලෙසෙහි සංකේතයන්ය". (සී සහ සී 20:40). මෙම සංකේත අති පූජනීය වරප්‍රසාදයකි. කිසිවෙකු හුසුදසුව සක්‍රමේන්තුවෙහි සහභාගි නොවිය යුතුය. (3 නිගායි 18:28-29 බලන්න).

- සුවිශේෂක මුලධරම 23වෙනි පරිච්ඡේදයේ "සක්‍රමේන්තුව ලබා ගන්නා විට අපගේ හැඟීම්" යන උප කොටසේ චාරිතාවක් සපයන ලෙස පත්කල සොහොයුරියට කියන්න.

සක්‍රමේන්තු රැස්වීම් පැවැත් වෙන්නේ, ළමයින්ද ඇතුළු සියළුම සාමාජිකයන් වෙනුවෙන්ය. රැස්වීම් පැවැත්වෙන අතර තුර, කුඩා ළමයින්ට නිතරම නිෂ්ඛේදව හිඳගෙන සිටීමට නොහැකි බැවින්, එමගින් ඔවුන්ට යහපතක් සැලසේදැයි අපට ප්‍රශ්නයක් විය හැකිය. කෙසේ වුවද හැම ළමයෙකුටම ඉගෙන ගැනීමේ ජීව බලයක් ඇත. සහ රැස්වීම් වලට සහභාගි වීමෙන්, ළමයාගේ ජීව බලය මගින් ඉගෙනීමට ඉඩසලස්වයි.

සක්‍රමේන්තු රැස්වීම්ට යාමට අපට නියෝග කර තිබේ. සක්‍රමේන්තු අරමුණත්, එය භුක්ති විඳින අන්දම ගැනත් නිගායිවිචාරයට ඉගැන්වීමේදී යේසුස් වහන්සේ මෙසේ කී සේක. "තවද නුඹලා මේ දේවල් කරනු සඳහා මම නුඹලාට පණතක් දෙමි. තවද නුඹලා මේ දේවල් සෑම විටම කලහොත්, නුඹලා භාග්‍යවන්තයන් වන්නෙහුය. (පාත් සහ වතුර ගැනීම)". (3 නිගායි 18:12)

"සහ සංවිධානයේ සියළුම ඒකකවල සතිපතා සක්‍රමේන්තු රැස්වීම් පැවැත්වීමට සභාව මග පෙන්වනු ලැබේ. මේවා සභාවේ ඉතාමත්ම ගෞරවනීය සහ පූජනීය රැස්වීම්ය. ඒවායෙහි අරමුණ වන්නේ සක්‍රමේන්තුව භුක්තිවිඳීම මගින් ගිවිසුම් අළුත් කිරීමට: රාජ්‍යයේ ඉගැන්වීම් වලට උපදෙස් ලබා ගැනීමට: ගීතිකාව, යාඥාව සහ දේශනා තුලින් සරව පරාක්‍රම දෙවියන් වහන්සේට නමස්කාර කිරීමට හැකියාව ලබා දීමය. (Burce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, 2වන ප්‍රකා: (1966), 661).

උපවාස සහ සාක්ෂි රැස්වීම්

උපවාස සහ සාක්ෂි රැස්වීම් සාමාන්‍යයෙන් මසකට වරක් පළමුවන ඉරුදින සක්‍රමේන්තු රැස්වීමේදී පවත්වනු ලබයි. මෙම රැස්වීමේදී අපගේ පෞද්ගලික සාක්ෂිය ස්ව කැමැත්තෙන්ම දැරිය හැකිය. අපගේ සාක්ෂිය විය යුත්තේ, යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ දිව්‍යමය දුත මෙහෙය ගැන අපගේ ඇදහිල්ල හා අවබෝධයද, සහනායකයන්ගේ කැඳවීම් හා අධිකාරී බලයද, ස්වාමීන් වහන්සේ අපට දක්වන අනුකම්පාව වෙනුවෙන් අපගේ හදවතින් නැගෙන කෘතඥතාවය පිළිබඳ කෙටියෙන් අදහස් දැක්වීමකි. මෙම රැස්වීම් ආත්මික වශයෙන් අපව උසස් කරයි. දෙවියන් වහන්සේ තුළ අප ඇදහිල්ල මෙන්ම කීකරුකමද වැඩි කරයි. උපවාස සහ සාක්ෂි රැස්වීම් වලදී, ළමයින්ට නම් තබා ආශිර්වාද කිරීම සහ සභාවේ නව සාමාජිකයන් ස්ථිර කිරීම වැනි නියෝගයන් ක්‍රියාත්මක කිරීමද සුදුසු වේ.

පූජක රැස්වීම්

ආරෝගික හෝ මෙල්කීසදෙක් පූජක වරය උසුලන 12 වියැති හෝ ඊට වැඩි සභාවේ පිරිමි සාමාජිකයන් වෙනුවෙන් සෑම ඉරුදිනයකදීම මෙම රැස්වීම් පැවැත්වේ. පූජකවරය උසුලන්නේ නැති සොයා



17-ආ. සත්‍යමේන්තුව, ත්‍රිස්තුවස් වහන්සේගේ මාංගය සහ ලොය සිහිපත් විම සඳහාය.

බලන්නන්ට සහ සාමාජිකයන්ට ද මෙම රැස්වීමට ආරාධනා කල හැකිය.

කාන්තා රැස්වීම

සුභාරංචිය අධ්‍යනය කිරීම සඳහා හැම ඉරැදිකම කාන්තාවන් වෙනුවෙන් රැස්වීමක් පැවැත්වේ. කාන්තාවන් සහ ගැහැණු ළමයින් සැහෙන ප්‍රමාණයක් සහභාගි වෙන්නන්ම, මෙම කණ්ඩායම වයස අනුව කොටස් දෙකකට වෙන් කල හැකිය. කාන්තාවන්ට සහන සමිතියද, (වයස 12 සිට 17) ගැහැණු ළමයින්ට තරුණ කාන්තා රැස්වීමටද සහභාගිවිය හැකිය.

ළමයි සඳහා සුභාරංචි උපදෙස්

වයස 12 ට අඩු ළමයින් හැම ඉරැදිකම සුභාරංචි උපදෙස් ලැබීමට ප්‍රාථමිකයේදී රැස්වෙනු ලැබේ. මෙම උපදෙස් රැස්වීම පැවැත්වෙන්නේ ඉරැදික පාසල සහ පුප්‍රක සහ කාන්තා රැස්වීම් අතර කාලයේදීය.

ඉරැදික පාසල

හැම ඉරැදිකම පංති කාලය තුලදී වයස 12 සහ වැඩි සාමාජිකයන්ට සුභාරංචිය ඉගැන්වීම ඉරැදික පාසලේ වගකීමයි.

සහා රැස්වීම් සාර්ථක කිරීම

කුමන රැස්වීමක් වුවද, එය සාර්ථක කිරීමට අපට උපකාර කල හැකිය.

ලොරූ, ලොන්ග්ඩන් සොහොයුරිය තම කථාව මෙසේ කීවාය. "ඉතා ලාබාල විශේෂී (බොහෝ) දේ දන්නා බව මම සිතා සිටියෙමි) මම සක්‍රමේන්තු රැස්වීමට නොයන බවත්. එය කාන්තීය දැනෙන නිසරු වුවක බවත්... අපගේ ආදරණීය ඉරැදික පාසලේ ගුරුවරියට පැවසූ බව මම සිහිපත් කරමි. (ගුරුවරිය) මා දෙස බලමින් මෙසේ කීවාය: ඔබ කිසිදිනෙක එය මට ඇහෙන්න කියන්න එපා. දෙවියන් වහන්සේ එම රැස්වීමට ඔබට කැඳවූයේ යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ වේදනාවන් හා එමගින් ඔබට ලබා දුන් තනාගයේ සංකේතයන් භූක්ති විඳීම වය. ආරාධනා කරනු ලැබීම ඔබ ලැබූ විශේෂ වරප්‍රසාදයකි. ඔබ නිවැරදි ආත්මික බවකින් යුතුව රැස්වීමට සහභාගි වුවහොත්, ඔබට කිසියම් යහපත් දෙයක් එයින් ලැබෙනු ඇත. ("God has Invited you" ලියෝන් ආර් භාට්ස් හෝස් ගේ *Remarkable Stories From the lives of Latter-day saint Women* [1973, 1:97--98).

- ලොන්ග්ඩන් සොහොයුරියට කිරීමට ගුරුවරිය යෝජනා කලේ කුමක්ද? නිවැරදි ආත්මික බවක් රැගෙන සාමට අමතරව, රැස්වීමක් ප්‍රයෝජනවත් වීම සඳහා අපට උපකාරවිය හැකි වෙනත් කරුණු මොනවාද? (යෝජනා හුණු ලැළලේ ලියන්න)

රැස්වීමක් සාර්ථක කර ගැනීමට, අපි යාදාදාවන් පිරුණු හදවතකින් එහි යායුතු වෙමු. මෙමගින් අපට එහිදී ආත්මික හැඟීම් ලැබිය හැකිය. නියමිත වෙලාවට ගොස් ක්‍රමානුකූලව සහභාගි වීමට අපට හැකිය. අපට හැම කෙනෙකම සමග මිතුරු වීමට හැකිය. ගායනයට සහභාගි වීමටත්, රැස්වීමට සහභාගිවන්නන් උදෙසා නිහඬවම යාකලා කිරීමටත් අපට පිළිවන. එහි කෙරෙන කටයුතුද, පවසන දෙය ගැනද, අවධාරණයෙන් සිටීමෙන් අපට ගෞරවණීය විය හැකිය. කැඳවනු ලැබූ විට අපට කැමැත්තෙන්ම සහභාගි විය හැකිය. ආත්මික පෙළඹවීම් වලට ඉක්මනින්ම කීකරු වී. සාක්ෂිය දැරීමට අපට පිළිවන.

මාපියන්ගෙන් හැම කෙනෙකුගේම වගකීමක වන්නේ, රැස්වීම්වලට සහභාගි වීම තුළින් ප්‍රීතිමත් සාර්ථක අත්දැකීමක් ලැබීමට, තම ළමයින්ට සුදානම් වීමට උපකාරවත්වීමයි. අවසාන මෙහෙයවීමක් කලබල වීම වැළැක්වීම සඳහා ළමයින් කල් වේලා ඇතිව කවා පොවා අත්දවා තැබීම උපකාරවත්වේ. සභාවේ සිදුවන කටයුතු හොඳින් පහදාදීම තුළින්, එය තේරුම්ගෙන සතුටු වීමට ඔවුන්ට උපකාරවත් වේ. නිවසේදී ගීතිකා පුහුණු කිරීම සභා රැස්වීම් වල ගායනයට සහභාගි වීමට ඔවුන්ට උපකාරයකි.

ස්පෙන්සර්, ඩබ්ලිව්. කිම්බල් සභාපති තුමා: අපට මෙසේ සිහිපත් කර තිබේ. "අප සබත් රැස්වීම්වලට යන්නේ විනෝදවීමට නොවේ.... අප යන්නේ ස්වාමීන් වහන්සේට නමස්කාර කිරීමටයි..... දේව මෙහෙය ඔබට නිශ්චල වුවක් නම්, ඔබ අසමත්ව ඇත. ඔබ වෙනුවෙන් වෙනත් කෙනෙකුට වන්දනා කල නොහැකිය". ("The Sabbath--A Delight", *Ensign*, ජන. 1978, 4--5)

සම්පූර්ණයෙන්ම බිහිරිව සිටි සොහොයුරියක් හැම සතියකම සක්‍රමේන්තු රැස්වීමට පැමිණියාය. එහිදී ප්‍රකාශ වන දේවල් වලට ඇය සැබෑ සැලකිල්ලක් දැක්වුවාය. ඇය මෙසේ කීවාය: "මා ආදරය කරන, මෙන්ම සුභාරංචියට ආදරය කරන අයට සමීප වීමට, මම අපේක්‍ෂාවෙන් සිටිමි. එක් වචනයකුදු නොඇසී වුවද, ඔවුන්ගේ ආත්මික බව මට බෙදා ගත හැකිය. තවද මා සැබෑ ලෙසම ආත්මිකව සිටිනම්, ස්වාමීන් වහන්සේ මට කොදුරන සේක". (උපුටා ගැනීම රොබට් කේ. නොමස් ආත්මිකව සවන්දීම" *Ensign* ජන, 1978, 40)

සභා රැස්වීම්වලට සහභාගිවී ශක්තිය හා ආධාර දීමත් අන්‍යයන්ගෙන් එය ලබා ගැනීමටද අපට හැකිය.

සභා රැස්වීම්වලට සහභාගිවීමෙන් ලැබෙන ආශීර්වාද

අප සහභාගිවන රැස්වීම්වලට අප ආධාර කරන අන්දම ගැන අපි සාකච්ඡා කළෙමු. සහභාගිත්වය තුළින් අපට ලබා ගැනීමට හැකි දේවල් ගැන අපි දැන් සලකා බලමු.

- සභා රැස්වීම්වලට සහභාගිවීමෙන් සොහොයුරියන්ට ලැබෙන ආශීර්වාද ගැන සාකච්ඡා කරන ලෙස ඔවුන්ට කියන්න.

අප සභා රැස්වීම්වලට සහභාගිවීම තුළින් ස්වාමීන් වහන්සේගේ පණත් වලට වඩාත් කීකරු වීමට අපට හැකියාව ලැබේ. අපගේ දක්‍ෂතා දියුණු කර ගැනීමට, සුභාරංචි ඉගැන්වීම් සහ මුලධර්ම පිළිබඳ අපගේ අවබෝධය වැඩි කර ගැනීමට සහ ඇදහිල්ල සහ සාක්‍ෂිය විශාල වශයෙන් වර්ධනය කර ගැනීමට, සභා රැස්වීම් අපට උපකාරවත් වෙයි. එමගින් අපට ධර්මඡය ලෙස පිවිත් වීමට උපකාර කරන මිතුරන් සහ අසල්වැසියන් සමග අප අතර පවතින බැඳීම් ශක්තිමත් වෙයි. එමගින් අපගේ ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින පියාණන් වහන්සේ සහ අපගේ ගැලවුම් කරුවාණන් වහන්සේ වන යේසුස් වහන්සේ වෙතට අපව සමීප කරවනු ඇත. එමගින් ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මික සුවය ලැබීමට අපට උපකාර ලැබේ. ස්වාමීන් වහන්සේ මෙලෙස පොරොන්දුවී ඇති සේක: "මක් නිසාද දෙදෙනෙක් හෝ තුන් දෙනෙක් හෝ මාගේ නාමයෙන් යම් තැනක රැස්වී සිටිත් නම් මම එතැන ඔවුන් මැද සිටිමි" (මතෙව් 18:20)

අවසානය

සභා රැස්වීම්වලට සහභාගිවීමෙන් මෙම ජීවිතයේ සමාදානය සහ මතු පැමිණෙන ජීවිතයේ සදාකාලික ජීවිතයට මග පෙන්වීමටද අපට උපකාර ලැබේ. සභා රැස්වීම් ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් අප ලැබූ ආශීර්වාදයන්ය.

අභියෝගය

- දර්ශක 17-ආ. පෙන්වන්න. "සක්‍රමේන්තු කාලය වඩාත් අර්ථවත් කරගැනීමට යෝජනා"

දර්ශක 17-ආ ලියා කර තිබෙන යෝජනා කියවන්න. අඩු වශයෙන් එයින් එකක් හෝ තෝරාගෙන, සක්‍රමේන්තු රැස්වීමේ ආශ්‍රවාද ලබා ගැනීමට හැකිවන පිණිස ඒ අනුව කටයුතු කරන්න. සහ රැස්වීම් වඩාත් අර්ථවත් කර ගැනීමට හැම පවුලේ සාමාජිකයාම සඳහා වන අත්දැකීම් ඔබගේ පවුලේ අය සමග සාකච්ඡා කරන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- එපීස 4:11--13 (ශුද්ධවන්තයන් සම්පූර්ණ කිරීම)
- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 20:45, 55 (වැඩිමහලුන් රැස්වීම් මෙහෙයවයි, නිතර එක්රැස් වීම)
- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 59:9--12 (ස්වාමීන් වහන්සේගේ දිනය නිදහස්ව තබා ගැනීම)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුල ධරම 23වන පරිච්ඡේදය වන "සක්‍රමේන්තුව" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. සුවිශේෂක මුලධරම 23 පරිච්ඡේදයේ පිටු 155--56 "සක්‍රමේන්තුව ලබා ගැනීමේදී අපගේ හැඟීම්" උප කොටස පිළිබඳ වාර්තාවක් ඉදිරිපත් කිරීමට සොහොයුරියක් පත් කරන්න.
3. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

සක්‍රමේන්තු ගීතිකාවේ වචනවලට මම වැඩි අවධානයක්
යොදුවමි.

සක්‍රමේන්තු යාඥාවලට මම ප්‍රවේශයෙන් සවන් දෙමි.

මම යෙසුස් වහන්සේගේ පණත් ඉටු කනර බවට මට
මෙන්ම උන්වහන්සේටද පොරොන්දු වෙමි.

මම ලෞකික සිතිවිලි වලින් මිදී, යෙසුස් වහන්සේ ගැන
සිතමි.

මෙම කරුණු ඉටු කිරීම තුලින්, උන්වහන්සේගේ ආත්මය
මාවෙත තබා ගැනීමට මට හැකිවෙනු ඇත.

ධම් දුත කටයුතු හා මිත්‍ර සම්බන්ධතා

18 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, සභා සාමාජිකයන් විමට සිටින්නන් සොයා ඔවුන්ට ඉගැන්වීමට මෙන්ම අළුත් සාමාජිකයන් සමග මිත්‍ර සම්බන්ධතාවලදී උද්යෝගීමත්වීමට උපකාරවත් වීමයි.

ධම් දුත කටයුතුවල වැදගත්කම

මෙක්සිකෝ නගරයේ මොන්ට්‍රිවල පෙට්රා ජී. ඩී හර්නන්ඩස් සොහොයුරියගේ කථාව ඇඟ කීවාය.

"මගේ ස්වාමි පුරුෂයා මෙයට වසර දහනමයකට පෙර මෝටර රථ අනතුරකින් මිය ගියේය. මගේ පවුලේ අයට උපකාරවත්වීම සඳහා දෙවියන් වහන්සේගේ අවශ්‍යතාවය සෙවීමට මට හැඟීමක් ඇතිවූයේ එවිටය. මගේ බාලම දියණියගේ වයස මාස එකොළහක් විය.

"එක් රාත්‍රියක මගේ සියලුම බලාපොරොත්තු සුන්වී ගිය මොහොතක... මම ස්වාමීන් වහන්සේට යාඥා කලේ මා තවත් කෙනෙකු සමග කථා කරන පරිද්දෙනි. ජීවිතයේ මා යායුතු මග පෙන්වන මෙන් මම උන්වහන්සේට කීවෙමි. උන්වහන්සේ ජීවමාන බවත්, එනමුත් සිටින්නේ කොහේදැයි නොදන්නා බවත්, මම උන්වහන්සේට කීවෙමි. උන්වහන්සේව, කෙසේ, කොහේදී සොයා ගත හැකිදැයි මට පෙන්වන ලෙස මම උන්වහන්සේට ආශාවනා කළෙමි. සත්‍ය සොයා ගැනීම සඳහා එතරම් බලවත් ඇදහිල්ලකින් හා ආශාවකින් මා එය කල බැවින්. එම යාඥාව මට කිසිදිනෙක අමතක නොවේ.

"මගේ යාඥාවට පිළිතුරු ලැබීමට එතරම් කලක් ගත නොවීය. එක් උදෑසනක තරුණා ධර්මදුතයෝ දෙදෙනෙක් මගේ දොරටු තට්ටු කොට ඔවුන් මෝරමත් සභාවෙන් පැමිණී බවත්, මට ඉතා වැදගත් පණිවුඩයක් රැගෙන ආ බවත් කීහ. මෝරමත්වරු ගැන මා අසා තිබූ නමුත්, ඔවුන් කෙරෙහි කිසිදු සැලකිල්ලක් මා තුල නොවීනි. මම ඔවුන්ට නිවසට ඇතුළුවීමට ඉඩදුන් අතර, ඔව්හු ප්‍රථම පාඩම ආරම්භ කළහ. ප්‍රථම පාඩම ලබා ගැනීමේදීම, ඔවුන්ගේ ප්‍රකාශයන් සත්‍යයන් බව මට හැඟීගිය අතර, මට මගේ පවුලත් සමග බවිනිසම වීමට අවශ්‍ය බව මම ඔවුන්ට කීවෙමි...

"අපි සුභාරංචිය පිළිගත් දිනයේ සිට, අපගේ ජීවිත සම්පුර්ණයෙන්ම වෙනස් විය. දෙවියන් වහන්සේ අපගේ යාඥාවලට සවන් දෙන බව මම දැන් විශ්වාස කරමි...

"සුභාරංචිය නිසාද, වසර පහළොවකට පෙර, මගේ නිවසේ දොරටු තට්ටු කල එම ධර්මදුතයන් දෙදෙනා නිසාද, අප එකමුතුවූ පවුලක් බව මට සහතික වශයෙන් කිව හැකිය.

"මගේ නිවසේ දොරටු තට්ටුකිරීම ගැන ඔවුන් දෙදෙනාටම මම නිතරම කෘතඥ වන්නෙමි. එමෙන්ම ධර්මදුතයන් වන මගේ ළමයින් සුභාරංචිය ලබා දීමට තම දොරවල්වලට තට්ටු කිරීම ගැන කෘතඥවන මිනිසුන් සිටින බවද මම දන්නෙමි." (A Missionary's Mother in Leon R Hardshorn Comp. *Inspiradcoial Missionary stories* [1976], 123--25).

- තමන්ට ඉගැන්වූ ධර්මයන්ට කෘතඥතාවය පළකරන ලෙස සභාවට හැරී ආ සොහොයුරියන්ට කියන්න. සුභාරංචිය ඔවුන්ගේ ජීවිත වෙනස්කල අන්දම ගැන, කෙටියෙන් ප්‍රකාශ කරන ලෙස සොහොයුරියන්ට කියන්න.

ධර්මය වැඩසටහන පිහිටුවා ලොව පුරා සිටින උන්වහන්සේගේ දරුවන්ට සුභාරංචිය ගෙන එමට උපකාරවත් වෙමින් අපගේ ස්වර්ගීය පියාණන් වහන්සේ උන්වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨ ආදරය අපට පෙන්වා ඇති සේක. ස්වාමීන් වහන්සේ මෙසේ ප්‍රකාශකල සේක. "මගේ සුභාරංචී නොලැබූ සෑම පිරිසෙකුටම එය දේශනා කරන්න." (ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 112:28). වර්ෂ 1830 සභාව සංවිධානය කිරීමේ සිට, පිරිමි සහ කාන්තා ධර්මයන් දහස් ගනනක් සුභාරංචිය දේශනා කිරීමට කැඳවා ඇත. ස්පන්සර් ඩබ්ලිව්. කිම්බල් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය.

"ස්වාමීන් වහන්සේ අපගේ අනාගත වක්තෘවරුන්ගේ මාර්ගයන් පැහැදිලිව ප්‍රකාශ කොට තිබෙන්නේ, ලෝක ජනතාව වෙත සුභාරංචිය අප ගෙන යායුතු බවත්... පොළොවේ අවසානය දක්වා වුවද, භෑම කෙනෙකුටම ඔවුන්ගේ භාෂාවෙන්ම ඉගැන්විය යුතු බවත්ය. ජාතීන්ට ඉගැන්වීමට අප හැර, වෙනත් කිසිවෙකු ලොවෙහි නැත. තවද තරුණ පිරිස සීමාසහිත බැවින්, ස්වාමීන් වහන්සේගේ නියෝගයන්ට අනුකූලව.... සෑම සාමාජිකයෙකුම ධර්මය යෙකු බවට පත්වීම සුදුසු වන්නේය.

"බලන්න, මම ඔබ සෑම පිටත්කර හැරියේ, ජනතාවට සාක්ෂි දරමින්, අවවාද කිරීමටය. තවද අවවාද කරනු ලැබූ සෑම මිනිසෙකුම ඔහුගේ අසල් වැසියාටද අවවාද කිරීම සුදුසු වන්නේය. (ඕ සහ සී 88:81)" ("Advice to a Young Man: Now Is the Time to Prepare," *New Era*, ජුනි 1973, 8--9).

- අපගේ ප්‍රමසින් දුන මෙහෙයන්හි සේවය කිරීමට ධර්මයන් කලයුත්තේ මන්ද? සෑම සාමාජිකයෙකුම ධර්මය යෙකු විය යුතු වන්නේ මන්ද?

සුභාරංචිය බෙදා ගැනීම සතුව ගෙන එයි

යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සභාවේ සාමාජිකයන් වශයෙන් අපට ලැබෙන විශාල ආශිර්වාද ගැන කිම්බල් සභාපතිතුමා අපට මෙසේ සිහිපත් කලේය: "යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සුභාරංචිය, සාමයේ සුභාරංචිය, සතුවේ සුභාරංචිය අපට ඇත. ඕනෑම පුද්ගලයෙකු වඩා යහපත් බවට පත්කර, වඩාත් සම්පූර්ණ කිරීමට, ඕනෑම විවාහයක් වඩාත් ප්‍රීතිමත් හා මිහිරි කිරීමට හැකි, ඕනෑම නිවසක් වඩාත් ස්වර්ගීය කල හැකි සත්‍යය අපට ඇත. අපගේ නිවාසවලට සහ ජීවිතවලටත්, අන්‍යයන්ගේ ජීවිතවලටත් ආශිර්වාද කල හැකි දෙවියන් වහන්සේගේ පුජක බලය අපට ඇත". ඉන්පසුව කිම්බල් සභාපතිතුමා මෙසේ සඳහන් කලේය: දැන් අපගෙන් ඉල්ලා සිටින්නේ, සාමාජික යන් නොවන අපගේ අසල්වැසියන්ට සහ ඇසුරු කරන්නන්ටද අප සතුව තිබෙන දෙය ලබාදෙන ලෙසය. එලෙස කටයුතු කිරීමට ස්වාමීන් වහන්සේ අපට නියෝග කොට ඇති සේක. අපි අපගේ පියවරවල් දිගු කොට එය දැන්ම කල යුතුය. (*Always a Convert Church* ", *Ensign*, සැප්. 1975, 3).

අන් අය සමග සුභාරංචිය බෙදාගැනීමේ වගකීම සභාවේ සාමාජිකයන් හට ලබාදී ඇත. අප, අපගේ වගකීම් ඉටුකරන විට, අපගේ උත්සාහයන් තුළින් සුභාරංචිය ඉගෙනගත් අය සමග ඔවුන්ගේ සතුව බෙදා ගැනීමට අපට හැකිවනු ඇත.

- ඉගැන්වීම හා ගිවිසුම 18:15--16 කියවන්න. ශුභාරංචිය බෙදා ගැනීම තුළින් තමා ලත් හැඟීම ප්‍රකාශ කරන ලෙස සොහොයුරියකට කියන්න.

ධම්මදාසයන් වන්නේ කෙසේද?

ධම්මදාසයන් වීම සඳහා අපට දැන් කුමක් කල හැකිද?

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුවේ පෝස්ටරය ප්‍රදර්ශනය කරන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ ඇති තොරතුරුවලට යොමුවන්න.

1. සාක්ෂිකරුවෙකු වශයෙන් සිටීමට ධෛර්යය ඇති කර ගන්න.
2. ආත්මික පෙළඹවීම ලැබූ විට සාක්ෂිය දරන්න.
3. සහාය ප්‍රකාශන බෙදා දෙන්න.
4. ආත්මික පෙළඹවීම් අනුගමනය කරන්න.
5. සාමාජිකයන් නොවන අපගේ පවුල් සාමාජිකයන් සහ මිතුරන් සමග ඉවසිලිවන්තව කටයුතු කරමින් යහපත් ආදර්ශයක් තබන්න.
6. මිතුරන් සහ අප දන්නා හඳුනන අයට අපගේ නිවසට හෝ සභාවේ රැස්වීම්වලට හෝ ක්‍රියාකාරකම් වලට ආරාධනා කරන්න.

සාක්ෂිකරුවන් සේ සිටීමට ධෛර්යය ඇතිකර ගන්න

වැඩිමහල් ආර. කුක් මෙසේ පැවසීය. "සමහර අවස්ථාවලදී සත්‍යය කපා කිරීමට අපගේ සාමාජිකයෝ බියක් දක්වති.... අද දවසේ ඉතා වැදගත් කරුණු කෙරෙහි ස්වාමීන් වහන්සේ වෙනුවෙන් සහ උන්වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘ වෙනුවෙන්ද (අපි හඬ නැගිය යුතු වෙමු)". (in Conference Report අප්‍රේ: 1976, 152--23 හෝ *Ensign*, මැයි 1976, 103). බවිනීස්මවු සාමාජිකයන් වශයෙන් මෙය අපගේ යුතු කමකි. (මොසායා 18:9 බලන්න).

එක් සොහොයුරියක් සත්‍යය වෙනුවෙන් නොබියව කපාකල අයුරු වැඩිමහල් කුක් මෙසේ කීවේය: සභාවේ සාමාජිකයන් බොහෝ දෙනෙකු සමග ඇය දහවල් ආහාරය ගනිමින් සිටියාය. එහි සිටි සමහරෙක් ක්‍රියාශීලී අය වූ අතර සමහරෙක් ක්‍රියාශීලී අය නොවූහ. සාමාජිකයන් නොවන අය කිහිපදෙනෙක්ද එහි වූහ. මාතෘකාව ගබ්සාව හා උපන් පාලන වෙත යොමුවී, එක් සාමාජික නොවන අයෙකු මේ කරුණු පිළිබඳව මිනිත්තු පහක් පමණ ඉතා බලවත් හැඟීම් කිහිපයක් ප්‍රකාශ කලාය. වැරදි සහගත ලෙස ඇය පෙන්වා දුන්නේ, ගබ්සාවේ කිසිදු වරදක් නැති බව ඇයට හැඟෙන බවත්, උපන් පාලනය පිළිබඳව මිනිසෙකු සහ ගැහැණියක මත කිසිදු ආකාර තහනමක් පැනවීමක් කිසිදුක නොකල යුතු බවය. සභාවේ සිටින මෙම යහපත් සොහොයුරියට මේ ගැන හෝ වෙනයම් විවාදශීලී නොවන මාතෘකාවක් හෝ කාළගුණය ගැන හෝ නැතිනම් කෙලින්ම කපා කොට සත්‍යය ප්‍රකාශ කරන්නේදැයි යන අසීරු අභියෝගයට මුහුණ දීමට සිදුවිය. මෙම යහපත් කාන්තාව තෝරා ගත්තේ අවසාන සිතුවිල්ලය. (සත්‍ය ප්‍රකාශ කිරීමය) මෙම කාරනා දෙකම සම්බන්ධව ස්වාමීන් වහන්සේගේ ප්‍රකාශයන් පැහැදිලිකර දී මෙන් පසුව, එය ඇයගේද පෞද්ගලික හැඟීම බවට තම සාක්ෂිය දැරුවාය. බලාපොරොත්තු විය හැකි පරිදිම දහවල් ආහාර වේලට බලාපොරොත්තු රහිත ලෙස අවසන් විය. කෙසේ වෙතත්, ඉන්පසුව එක් ක්‍රියාශීලී නොවන කාන්තාවක් මෙම යහපත් සොහොයුරිය වෙත පැමිණ, මෙම කරුණු ගැන ස්වාමීන් වහන්සේගේ අදහස් පිළිබඳව ඇයට මෙයට කලින් අවබෝධයක් නොතිබූ බවත්, එදින සත්‍යය ප්‍රකාශවී තිබෙන බව ඇයගේ හැඟීම බවත් පැහැදිලි කලාය". (in Conference Report අප්‍රේල් 1976, 153: හෝ *Ensign* මැයි 1976, 103).

■ අතිශයින්ම වැදගත් සමාජ ප්‍රශ්න වලදී අපි සත්‍යය වෙනුවෙන් පෙනී සිටින්නේ කෙසේද?

ආත්මික පෙළඹවීම ලැබුවට සාක්ෂිය දරන්න

සුභාරංචිය පැතිරවීම සඳහා ප්‍රස්තාවන් අපටම සකස්කර ගත හැකිය. අපි අමුත්තෙකු සමග සාකච්ඡාවක් ආරම්භ කල විට, එම සංවාදය සුභාරංචිය දෙසට ගොමු කිරීමට අපට පිළිවන. ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මගපෙන්වීම ඇතිව, සාක්ෂිය දැරීමට මාර්ග සෙවීම එතරම් අපහසු නැත.

ඇලිස් කෝල්ටන් නම් අන්ධ සොහොයුරියට ධර්මික සාමාජිකාවක්වීමට ඇයගේ ශාඛා සභාපතිතුමා ඇයට අභියෝග කලේය. ඇයගේ සියලුම මිතුරියන් සභාවේ සාමාජිකාවන්වූ බැවින්, ඇය ඔහුගෙන් මෙසේ ඇසුවාය. මම කිසිවෙක් සභාවට ගෙන එන්නේ කෙසේද? තවදුරටත් ඇයගේ කථාව මෙසේය:

"ශාඛා සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය: සොයුරිය, උන්වහන්සේගේ කැමැත්ත ඉටුකිරීමට ඔබට ඇදහිල්ල හා කැමැත්ත තිබේනම්, දෙවියන් වහන්සේ ඔබට මාගීය පෙන්වන සේක.

"සති කිහිපයකට පසුව මෙම සොහොයුරිය දුම්රියෙන් ගමන් කරමින් සිටියාය. ගමන් කාලය තුළදී ඇයගේ ඉදිරි අසුනේ සිටි මහීනු, ඇයගේ ආබාධය වෙනුවෙන් උපන් විශේෂ කරුණාවෙන් යුතුව, ඇයගේ ගමන් මල ඔසවා දීමෙන් හා ඇයගේ අවශ්‍යතාවයන් වෙනුවෙන් සැලකිල්ලක් දැක්වූහ. මම මොවුන්ට ප්‍රතිඋපකාර කරන්නේ කෙසේදැයි? මෙම සොහොයුරිය කල්පනා කළාය. සුළු මොහොතකට පසුව ඇය ඉදිරියට නැඹුරු වෙමින්, මෙසේ කීවාය. ඔබලාගේ කරුණාවන්ත භාවය වෙනුවෙන් ඔබලාට යමක් දීමට මට අවශ්‍ය ව තිබේ. ඔබ පිළිගැනීමට කැමතිනම්, ඔබ සැමටම දීමට හා සතුව වටිනා ත්‍යාගයක් ඇත.

"අළුත් මිතුරෝ සිනාසුනහ. එතරම් විශාල මුදලක් නොමැතිව මෙම කාන්තාව ඔවුන්ට වටිනා ත්‍යාගයක් දෙන්නේ කෙසේද? ඔවුහු නිහතමානීව ඇයට සතුව කොට, එය අවශ්‍ය නැති බව කීහ. ඇය අධෝරෂ්මත් නොවූවාය. අවසානයේදී එක් කාන්තාවක්, එය බාර ගැනීමට මම සතුටුවෙමි යි කීවාය.

"සාමාජික සොහොයුරිය මෙසේ පිළිතුරු දුන්නාය. මෙම ත්‍යාගය මුදල් හෝ රන් භාණ්ඩ නොවේ. එය ශුද්ධ ආත්මයේ දීමනාවයි. දෙවියන් වහන්සේ ජීවමාන බව මම දනිමි. යේසුස් වහන්සේ ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ බව මම දනිමි. දෙවියන් වහන්සේගේ අනාගත වස්තුවරයෙකු අද පොළොවේ ජීවත්වෙමින්, දෙවියන් වහන්සේගේ වචනය අපට එළිදරව් කරන බව මම දනිමි. අවබෝධය නැමැති මෙම වටිනා ත්‍යාගය ඔබට දීමට මට හැකිය.

"අවිනිශ්චිත තත්වයක් යටතේ වුවද, කාන්තාව මෙසේ ඇසුවාය. "එ කෙසේ ද?"

"මට ඔබගේ ලිපිනය දන්න. එය පැහැදිලි කිරීම සඳහා තරුණයන් දෙදෙනෙකු මම ඔබ වෙත එවන්නෙමි" මෙය ඉටු කෙරිණි.

"එම කාන්තාව (සභාවට සම්බන්ධ වූවාය). එමෙන්ම ඇයගේ මිතුරෝ සහ ශ්‍රෝතූහු හත් දෙනෙකුද එසේ සම්බන්ධ වූහ" ("I Have a Great Gift to Give You "ලියෝන් භාට්ස්නොන් *Inspirational Missionary Stories* [1976], 168--69)

සහ ප්‍රකාශන බෙදාදීම

මෝරමන්ගේ පොතේ පිටපතක්, සභාවේ පොත් පිංවක් හෝ සභාවේ පොතක් හෝ ධර්මදූතයන් පිළිගැනීමට ජනතාවට බොහෝ සෙයින් උපකාරවත් වෙයි. පාසල් ගුරුවරයන්වූ පෙට්රිසියා ලෙව්

පහත සඳහන් කථාව කියමින්, ධර්මදත්ත යන් හමු වීම සඳහා ඇයගේ එක් ශිෂ්‍යාවක් ඇයව සුදානම් කළ ඇයුරු ප්‍රකාශ කලාය:

"පසුගිය වසන්ත කාලයේ එක් දිනක් කැරොල් (මෝර්මන්ගේ පොතෙහි එන ළමුන් සඳහා වන කතන්දර පොතක්) (මගේ මේසය මත තබා එය කියවීමට සතුටුදායී මගෙන් ඇසීය)

"බොහෝම හොඳයි කැරොල්, එය කියවීමට මම සතුටු වෙමිනි, මම කීවෙමි.

"පාසල ඉක්මණින්ම අවසන් වන නිසාත්, මට බොහෝ කටයුතු කිරීමට තිබූ නිසාත් මට පොත ගැන සම්පූර්ණයෙන්ම අමතක විය. නමුත් කැරොල්ට එසේ නොවීය. වැඩි කලක් ගතවීමට ප්‍රථම කුඩා කටහඬක් මෙසේ කියනු ඇසිනි. ලෙට් මහත්මිය ඔබ මගේ පොත කියවේවාද?....

"මම එය කියවුවෙමි"...

"ඊට පසුදින ඇය මට මෝර්මන්ගේ පොතේ පිටපතක් පිරිනැමුවාය. දින කිහිපයකට පසුව, එම කුඩා හඬ මට නැවතත් ඇසුනි. ලෙට් මහත්මිය, අපගේ සභාවේ කිහිප දෙනෙක් මුණ ගැසීමට ඔබ කැමතිද?....

"ඊළඟ සිකුරාදා පංතිය නිමවීමට මිනිත්තු දහයකට පෙර, වැඩිමහල ශ්‍රැය ශ්‍රී සහ ලොට් මගේ පංති කාමරයේ දොරටුව අසල සිටියහ". ("By You Pupils You'll Be 'Taught" ලියෝන් හාට්ස්කෝන් *Inspirational Missioary Stories* [1976], 70--71).

ළමුන්ට වුවද, ධර්මදත්ත සාමාජිකයන් වීමට හැකිය.

ආත්මික පෙළඹවීම් අනුගමනය කරන්න

ඉද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම ලැබෙන විට අප ඉක්මන් නොවී කටයුතු කිරීම වැදගත්ය. එම අවස්ථාවේම උන්වහන්සේගේ පෙළඹවීම්වල වැදගත් කමක් නොපෙනුනද, අප ඒවාට සවන්දී, සැලකිලිමත්වීම වැදගත්ය. ඉද්ධාත්මයාණන් මගින් මග පෙන්වනු ලැබූ අත්දැකීමක් ගැන කථාවක් කැතරින් ඒ මාටින් සොහොයුරිය කීවාය:

"එම කුඩා සාප්පුව දුටු ප්‍රථම අවස්ථාව මට මතකය. මම එය පසු කරගෙන යනවිට.... මාතූල ඇතිවූ අමුතූම හැඟීමක් මගින්... සභාවේ සාමාජිකයෙකු විය යුතු යම් කිසිවෙක් එහි සිටින බව මට දන්වන ලෙසත් දැනුනි. එසේ වුවත් මට ඉක්මනින් යා යුතුව තිබූ බැවින් මම ඉදිරියටම ගියෙමි... මෙම කුඩා සාප්පුව පසු කර ගිය හැම වතාවකම එම සාප්පුව තුලට මා යා යුතු බවට තදබල හැඟීමක් මට ඇති විය.... එක් දිනක්.... පාගමනින් මම එම සාප්පුව පසුකර යන විට, සුපුරුදු ලෙසම මෙම සාප්පුව තුල යම් ආත්මිකව බලපානු ලබන කිසිවක් ඇති බවට මෙම බලවත් හැඟීම මා තුල ඇති විය.

"දොර විවෘත කල විට.... සෑම හැඩයකින්ම හා ප්‍රමාණවලින්ද යුත් පින්තූර රාමු දැක ගැනීමට මට හැකිවිය...

"මා කාමරය වටා දෙනෙත් යැවූවිට, බිත්තියේ තිබූ එක් චිත්‍රයක් මගේ තෙත ගැටිණි. එය නොයෙක් නිළ ඇඳුම් සැරසුන සාලදොරවන්ගේ චිත්‍ර රාශියකින් එකකි. සුභාරංචිය සම්බන්ධව මා කථාකල යුත්තේ, මෙම චිත්‍ර සකස් කල චිත්‍ර ශිල්පියා සමග බවට යම් අදහසක් මා තුල ඇති විය.

"මෙම චිත්‍ර ශිල්පියාගේ ලිපිනය මට ලබාදීමට ප්‍රථමත් කමක් තිබේදැයි මම (සාප්පු හිමියාගෙන්) ඇසිමි. ඔහු මදක් කල්පනාකාරීව සිට, චිත්‍ර ශිල්පියාගේ නම හැරුණු කොට වෙනත් කිසිදු තොරතුරක්

කිසිවෙකුට නොදෙන ලෙස උදෙසාම ඉල්ලා ඇති බව ප්‍රකාශ කොට ඉන් පසුව මෙසේ කීය. නමුත් මේ අවස්ථාවේදී ඔහු ඒ ගැන අමනාප නොවන බවට හැඟීමක් මට ඇත. මම ඔහුට කතා කොට ඔබගේ නම සහ දුරකථන අංකය ඔහුට දෙන්නෙමි”.

“චිත්‍ර ශිල්පියා... මා ඇමතු අතර, චිත්‍ර ශිල්පය සහ ඉතිහාසය ගැන, හමුළු සාකච්ඡා කිරීමට අපි තීරණය කළෙමු....”

“ඔහු දැනගත යුතු යම් කිසිවක් මා දන්නා බවත්... එය ඔහුගේ මුළු ජීවිතයම යම් වෙනසකට පත් කරවන දෙයක් බවත්, ඔහුට පැවසූ බව මට සහතිකය. එය කුමක්දැයි දැන ගැනීමට ඔහු තුළ බලවත් සැලකිල්ලක් ඇතිවිය. එම ධෛර්‍යය ලැබීම නිසා, ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සභාව පොළොවේ නැවත පිහිටීමට ගැන ඔහුට පැවසීමට මම ඉදිරිපත් වුනෙමි. සත්‍ය සෙවීමට මා ගත් උත්සාහයන් ස්වාමීන් වහන්සේ මා කවරෙකු වීම බලාපොරොත්තු වන්නේදැයි දැන ගැනීමේ මගේ ආශාව ගැනද මම ඔහුට කීවෙමි. ඉන් පසුව සුභාරංචිය සොයා ගැනීමට මා යොමුකල පුද්ගලික සිද්ධීන් ගැනත්, එම අවස්ථාවේදී මගේ ජීවිතය අලංකාරවූ අන්දම ගැනත් ඔහුට කීවෙමි....

මම ප්‍රකාශ කල කරුණුවලට ඔහු සිත යොමුකල නමුත්, කිසිදු අනුකූලතාව යක් දැක්වීමට පෙර, අධ්‍යයනයක් මගින් අගය කිරීමේ අයිතිය තමා සතු කර ගත්තේය. සත්‍යය දැන ගැනීමට ඔහු ගත් උත්සාහයන් තුළදී ඔහු විවෘත අවංක සහ උනන්දුශීලීවූ අතර, බාහිරව පැමිණී බොහෝ බාධක මධ්‍යයේ වුවද, බවිතීස්ම විය...

“ස්වාමීන් වහන්සේ සැබවින්ම අප හඳුනාගෙන අපට ආදරය කරන සේක. උන්වහන්සේගේ වදන් ඇසීමට සුදානම්ව සිටින්නන් ගැන එතුමා දන්නා අතර, අප ශාප්තවෙන් යුතුව අපගේ යුතුකම් ඉටු කරන්නේනම්, උන්වහන්සේ අපව ධර්මිෂ්ඨ පුද්ගලයන් වෙත යොමු කරනු ඇති සේක. ශුද්ධාත්මකාණන්ගේ කෙදිරීමේ හඩ තුලින් රසවත් අත්දැකීම් කිහිපයක්ම මා ලබා ඇත. එය අප හැම දෙනාටම හිමි තනාගසක් වන්නේ, වෙන යම් කිසිවෙකුගේ උත්කර්ෂය අපේම වශයෙන් සලකා ආදරයෙන් යුතුව අගය කලහොත් පමණි” (“Whisperings of the Spirit” in Margie Calhoun Jensen comp., *Stories of insight Inspiration* [1976], 124--25).

- මාටින් සොහොයුරියට මෙම මිනිසා සොයා ගැනීමට ආත්මකාණන්ගේ පෙළඹවීම ලැබුනේ කෙසේද? ආත්මකාණන් වහන්සේගේ පෙළඹවීමවලට අප වඩාත් තීන්තය බුද්ධියෙන් යුතුව සිටින්නේ කෙසේද?

යහපත් ලෙස ආදර්ශමත් වෙමින්, සහා සාමාජිකයන් නොවන අප පවුලේ සාමාජිකයන් හා මිත්‍රයන් වෙනුවෙන් ඉවසිලිමත් වන්න.

වැඩිමහල් ඇඩ්වි කොමාරිසු මෙසේ පැවසීය:

“මෙහි සිටින ඔබලා බොහෝ දෙනෙකු සභාවට බැඳුණු ඔබගේ පවුල්වල පළමුවන අය වෙති. ඇත්ත වශයෙන්ම ඔබ සැම දෙනාම, ඔබගේ පවුල්වල පුරෝගාමියෝද වෙති.....

“සුභාරංචි මුලධර්මයන් ගැන ඔබගේ දෙමව්පියන්, මිතුරන් සහ අසල් වැසියන් සමග ඔබ සාකච්ඡා කරන විට, ඔබ ඔවුන්ට ඉගැන්වීමට උත්සාහ කරන මුලධර්මයන්ට සවන්දීම හෝ තේරුම් ගැනීම ඔවුන් නොකරන විට අධෛර්‍යමත් නොවන්න. අපි ඉවසිලිවන්න වෙමින් අපගේ දෙමව්පියන් සොහොයුරන් සහ සොහොයුරියන් සහ මිත්‍රයන් අපගේ ජීවිතවල ඉතා වැදගත් අය බව මතක තබා ගමු. අප ඔවුන්ට ආදරය කරන බැවින් ඔවුන්ට ඉතාමත්ම අවශ්‍යවන යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සුභාරංචිය අපි ඔවුන්ට ලබා දෙමු. මෙම ලෝකයේ මෙන්ම, මතු පැමිණෙන ලොවේද, අපගේ පෞද්ගලික සතුට සහ ජීවිතයට පවුලේ උත්කර්ෂයද ඇතුලත් වන්නේය.

"ඔබ අවිවාහක පුද්ගලයෙකු වශයෙන් ඔබගේ දෙමව්පියන්, සොහොයුරු සොහොයුරියන් අතර ජීවත්වෙන විට, ඔබගේ අළුත් ජීවිතය ගැන ඔවුන්ගේ පිළිගැනීමක් නොමැති විට, ඔවුන්ට ගෞරවය කරමින් හා ආදරය කරමින් ඔබ ආදර්ශමත්වී, සුභාරංචියේ අලංකාර සත්‍යයන් ගැන ඔවුන්ට පෙන්වා දෙන්න." (in Conference Report, Korea Area Conference 1974).

ධර්මදූත කටයුතු අප වෙත මහිමය ලබා ගැනීමට සිදු කරන්නක් නොවේ. උපකාරවත් වීමට අප තෝරා ගත් අයගේ අප ආදරය කළ යුතුයි. ඔවුන් සුභාරංචිය පිළිගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කළද, එයට වසර ගනනාවක් ගත වුවද, අපගේ හිතවත්කම හා සදා මිත්‍රත්වය අපි ඔවුන්ට දිය යුතු වෙමු.

මිත්‍රයන් සහ හඳුනාගනු ලැබුවන් අපගේ නිවසට හෝ සහා රැස්වීම්වලට හෝ ක්‍රියාකාරකම්වලට පැමිණීමට ආරාධනා කරන්න.

සහායී ක්‍රියාකාරකම් වලදී අපත් සමග සහභාගිවීමට අන් අයටද ආරාධනා කිරීම මගින් ඔවුන්ට සහාය හඳුන්වාදීමට අපට පිළිවන. වෙනත් පවුලක් සමග විශේෂ පවුල් නිවාස සන්ධානවක් සංවිධානය කර, එයට සහභාගි වීමට ධර්මදූතයන්ට ආරාධනා කිරීමට අපට පිළිවන. අපගේ සාමාජිකයන් නොවන මිත්‍රයන්ට සහ ඥාතීන්ටද සහායට පැමිණීමට අප ආරාධනා කළ යුතුය. එහිදී සහාය ගැන ඉගෙනීමට ඔවුන්ට හැකිවන අතර වැඩි දුරටත් දැන ගැනීමේ අවශ්‍යතාවයද තීරණය කරනු ඇත.

මැක්සිකෝ සැන් ගර්නැන්ඩු නගරයේ විලාප්‍රැන්කා සොයුරිය තනි කාමරයක් ඇති නිවසට 50 දෙනෙකුට ආරාධනා කළ අතර, ධර්මදූතයෝ එහිදී විශේෂ ඉරුදින පාසලක් පවත්වනු ලැබූහ. ඉන්පසුව පළමුවන සාකච්ඡාව සඳහා සිටීමට ඔවුන්ට ආරාධනා කරන ලදී. මොවුන්ගෙන් කිහිප දෙනෙකු ඉන්පසුව බවිනීස්මවු අතර, වසර හයක් තුළදී, සැන් ගර්නැන්ඩුවල සාමාජිකයන් 200 දෙනෙකුගෙන් යුත් ශාඛාවක් බිහිවිය. (බලන්න ගෙලන් වී. බර්නිගේ, "Miracle at San Fernando," *New Era* ජනවාරි 1977, 28--29.)

- සහාය පිළිබඳව සැලකිලිමත්වූ අන්දම ගැන කෙටියෙන් සඳහන් කරන ලෙස සොහොයුරියන් එක්කෙනෙකු හෝ දෙදෙනෙකුට කියන්න.

එකිනෙකා සමග මිත්‍රවන්න

අප මෙහි සිටින්නේ එකිනෙකාගේ දිගුයුච්ච උපකාරවත් වීමටය. ස්වාමීන් වහන්සේගේ දරුවන් වශයෙන් අපි එකිනෙකා කෙරෙහි සැලකිලිමත් විය යුතු වෙමු. ගෝරඩන් බී. හින්ක්ලි සහාපතිතුමා මෙසේ කීවේය: සහායට පැමිණෙන අප කෙරෙහි අප වඩා හොඳ සැලකිල්ලක් දැක්වුවහොත් අපට අහිම වන්නේ ඉතාමත්ම සුළු පිරිසක් පමණි. ("Find the Lambs, Feed the Sheep," *Ensign*, මැයි 1999, 109)

අප අතර නව සාමාජිකයන් සිටින විට, ඔවුන් හා මිත්‍ර වීමට සහ උපකාර වත් වීමට හැම උත්සාහයක්ම දැරීම අපගේ වගකීමයි. ඔවුන්ට අමුත්තක් හැඟෙනු ඇත. නිවසක් හැරීම අපි ඔවුන් තුළ ඇති කළ යුතු වෙමු. මෙය මිත්‍රවීම වශයෙන් හඳුන්වනු ලැබේ. මිත්‍රවීම යනු, සුභාරංචියේ සම්පූර්ණ ආශීර්වාදයන් භුක්ති විඳීමට එකිනෙකා ධේරුමත් කරමින් උපකාර කිරීමය. එමගින් පෙන්වනු ලබන්නේ, ආචාරශීලීත්වය, කරුණාව, අත්දැකීම් බෙදා ගැනීම සහ සේවය සහ ජේෂ්‍ය ව්‍යාප්ත කිරීමය. අප මිත්‍රත්වය පෙන්වන්නේ යහපත් මිතුරෙකු සහ අසල් වැසියෙකු වීමෙන්ය.

මෙය ඉටු කිරීම සඳහා සහාය නොයෙක් ආකාරයෙන් අපට උදව් වෙයි. බැහැදැක ඉගැන්වීම් වැනි වැඩසටහන් සහාය අපට ලබාදෙන අතර, එමගින් අන්‍යයන්ට සේවය කිරීම සඳහා අපව ධේරුමත් කරනු ලබයි. එමගින් ලබාදෙන රැස්වීම් වලදී අපට එකිනෙකා සමග ආශ්‍රය කිරීමට හැකිය. තවද

පිටු 179-180-180 මුද්‍රණය කර නොමැත. අපගේ ආදරය සහ සැලකිල්ල ප්‍රකාශ කිරීමේ නිවැරදි උපදේශය ද එය අපට ලබා දෙයි.

අප අතර සිටින පවුල්වල සාමාජිකයන් නොවන පියා. මව, පුතා හෝ දියණිය ගැනද අපි සැලකිලිමත් විය යුතු වෙමු. මෙවැනි පවුල්වලට අප අවශ්‍යවේ. ඔවුන් සමග මිත්‍රත්වය පැවැත්වීම මගින් අපගේ අවබෝධය සහ ආදරය ඔවුන්ට බෙදා දෙමින්, මෙම අර්ධ සාමාජික පවුල්වලට සුභාරංචිය තුළ එකමුතුකමට අපට උපකාර විය හැකිය.

එපීස 2:19--20 කියවන්න. නව සාමාජිකයන් හට අපගේ ප්‍රේමය පෙන්වමින් ඔවුන් පිළිගන්නා බව අප පෙන්වන්නේ කෙසේද?

අවසානය

පසු දවස්වල ශුද්ධවත්තයන්ගේ වගකීම වන්නේ, ලෝකයට සුභාරංචිය දේශනා කිරීමය. මෙය කිරීමටනම් අපි හැම කෙනෙකම ධර්මදතයෙකු විය යුතු වෙමු. ධර්මදත පාඩම ලබා ගැනීමට යහපත් සහ අසල්වැසියන්ව අපි සුදානම් කළ යුතු වෙමු. ඒ සඳහා හැම කෙනෙකම ලෝකයේ රටවල් වලට යෑම අවශ්‍ය නැත. නමුත් සුභාරංචිය ගැන අප අපගේ යහපත්වට සහ අසල්වැසියන්ට කිව යුතුය. තවද ස්වාමීන් වහන්සේගේ පණත්වලට ඇදහිලිවත්ත වෙමින්, අපි අප වටා සිටින්නන්ට සදාකාමික ජීවිතයට මාර්ගය පෙන්වන්නෙමු. නව සාමාජිකයන්ට අප සමග සහායට ආරාධනා කිරීම මගින් ඔවුන්ට උපකාරවත් වීමට අපට පිළිවන. සහාය තුළදී මෙන්ම නිවස අවට දීද අප ඔවුන් සමග මිත්‍රවිය යුතුය. අප හිතරම අපගේ රැස්වීම්වලට පැමිණෙන අමුත්තන්ව ආදරයෙන් පිළිගත යුතුය.

අභියෝගය

මෙම පාඩමෙහි සාකච්ඡාකල, ධර්මදත කටයුතු කිරීමේ එක් මාර්ගයක් ගැන යාපොවෙන් යුතුව තෝරා ගන්න. මිත්‍රයෙකු හෝ පවුල් සාමාජිකයෙකු ඉගැන්වීම සඳහා තෝරා ගන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුලධර්ම 33 වෙනි පරිච්ඡේදය වන ධර්මදත කටයුතු අධ්‍යයනය කරන්න.
2. පාඩමෙහි යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් තොරතුරු හුණු ලැප්ටෝප් ලියන්න.
3. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත්කරන්න.

ධම්මදාතයන් සුදානම් කිරීම සහ ටේබ්ලයන් කිරීම

19 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ තරුණයන්ට ධම්මදාන කැඳවීමටද සුදානම්ව, එය ඉටු කිරීම සඳහා උපකාරවත් වන්නේ කෙසේදැයි අපට ඉගැන්වීමයි.

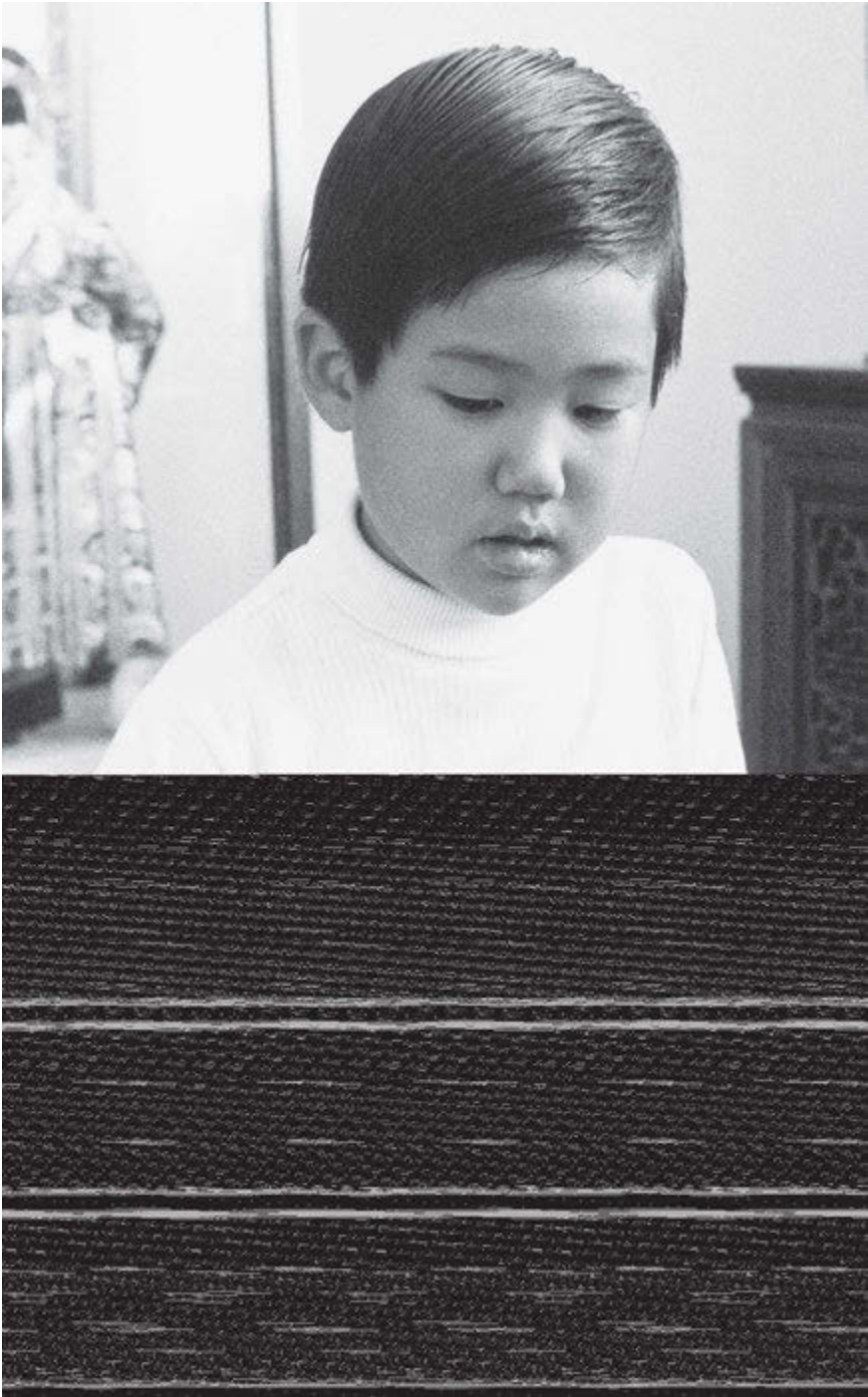
දුනමෙහෙයන් සඳහා අපගේ තරුණයන් සුදානම් කිරීම

සුභාරංචිය ලෝකයට ගෙන යාම සඳහා ධම්මදාතයන් වැඩි ප්‍රමාණයක් සභාවේ සභාපතිවරුන් ඉල්ලා තිබෙන මුත්, ඔවුන් අවධාරණය කොට තිබෙන්නේ ඔවුන් පෙරට වඩා හොඳින් සුදානම්ව සිටිය යුතු බවයි. ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව්. ක්ලිබල් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. "හැම පිරිමි ළමයෙක් සහ බොහෝ ගැහැණු ළමයින්ද, විවාහක පෝඩුද දුන මෙහෙයේ සේවය කළ යුතුය. ධම්මදාතයෙකු වීමට සිටින හැම කෙනෙක්ම, සදාචාරාත්මකව, අධ්‍යාත්මිකව, ප්‍රකෘති ස්වභාවයෙන් යුතුව සහ මුදල් අතින්ද, සුදානම්ව, ඇඳහිලීමත්ව, දක්ෂ ලෙස සහ ශ්‍රේෂ්ඨ වැඩසටහනක් වන ධම්මදාන කටයුතු වල හොඳින් සේවය කිරීම සඳහා ඔහුගේ මුළු ජීවිතය තුළම කටයුතු කළ යුතුය". (Advice to a Young Man: Now Is the Time to Prepare," *New Era*, ජුනි 1973, 9.)

ක්ලිබල් සභාපතිතුමා අවධාරණය කලේ, ධම්මදාතයන් පුහුණු කිරීමේ වගකීම මුලික වශයෙන් පැවරෙන්නේ පවුලේ අය මත බවයි. "අපගේ ධම්මදාතයන් වඩාත් හොඳටත්, වඩා කල්වේලා ඇතිවත්, දීර්ඝ කාලයකුත් පුහුණු කරන ලෙස ඔහු අපගෙන් ඉල්ලීය. එවිට හැම කෙනෙක්ම ඔහුගේ දුන මෙහෙය තුළින් වඩාත් හොඳ සතුටක් බලාපොරොත්තු වෙනු ඇත." ඔක්තෝ: (When the World Will Be Converte," *Ensign*, ඔක්තෝ 1974, 7).

- අප විසින් තරුණයෙක්ව ඔහුගේ බාලවියේදීම ධම්මදාන සේවය සඳහා සුදානම් කරන්නේ කෙසේද?
- දරුක 19-අ පෙන්වන්න. තරුණ ළමයෙකු ඔහුගේ දුන මෙහෙයේ තැන්පතු පෙට්ටියේ ඇති මුදල් ගණන් කරයි.

තරුණ ළමයින් ධම්මදාන සේවයට සුදානම් කිරීම සඳහා උපකාරවත් වන යෝජනා කිහිපයක් වැඩිමහල් එස්. ඩිල්වර්න් යන්ග් ලබා දුන්නේය. දුන මෙහෙයට අවකාශ ලබා දෙන ලෙස, අප නිතරම ළමයින්ද සමග අපගේ ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින දෙවිපියාණන් වහන්සේට යාපො කළ යුතු බව ඔහු ප්‍රකාශ කලේය. අපගේම පවුලේ අපගේ ධම්මදාන කටයුතු පිළිබඳ අත්පැකිම් කතන්දර අපි කිය යුතු වෙමු. ඔහු තව දුරටත් යෝජනා කලේ. තරුණයන්ට ශුද්ධ ලියවිලිවලට කැමැත්තක් ඇතිවීමට උදව් කරමින්, කීකරුකම ඔවුන්ට උගන්වමින්, අන් අයට සේවය කිරීමට ඔවුන්ට අවස්ථා ලබා දෙන ලෙසය. මෙම උතුම් සත්‍යයන් ඉගැන්වීමට හැකිවන්නේ, පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව, රාත්‍රී කෑම මේසය වේලාවේදී, නින්දට පෙර සහ පවුලේ විනෝද කටයුතු කාලය තුළදී බව වැඩිමහල් යන්ග් යෝජනා කලේය. (බලන්න, Conference Report, අප්‍රේල් 1972, 82--84: හෝ *Ensign*, ජූලි 1972, 76--77.)



19-අ. තරුණ පිරිමි ළමයෙක් ඔහුගේ දූත මෙහෙයේ තැන්පතු පෙට්ටියේ මුදල් ගණන් කරයි.

වැඩිමහල් ප්‍රැන්ක්ලින් ඩී. රිචර්ඩ් මෙසේ ප්‍රකාශ කලේය.

"මම තරුණ මිනිසෙකු ව සිටියදී මම ප්‍රාර්ථනා කල එක් දෙයක් වූයේ දුන මෙහෙයකට යෑමය.... මගේ තීරණයට වැදගත් සාධකයක් වූයේ මගේ පවුල බව මට සිටීරය.

"මගේ මිත්තණිය වන ජෝන් ස්නයිඩර් විසින් මගේ මුත්තා ගැන කතන්දර කියන විට සවන්දුන් බව මට මතකය.... මම ඔහුට බොහෝ ගරු කලෙමි. ඔහුගේ ජීවිත කාලය තුලදී, දුන මෙහෙයන් කිහිපයකම සේවය කල ඔහු ශ්‍රේෂ්ඨ බිම්දුතයෙක් විය. මටද එමගින් බලපෑමක්වූ බව මට සහතිකය. (Have a Dream", *New Era* ජන: 1978, 4).

- දරුණක 19-ආ පෙන්වන්න. "එක් මවක් තම පුත්‍රයාට ධර්මදුන ජීවිතයට පුහුණු කිරීම සඳහා හොඳ කෑම වේලක් සාදා ගැනීමට ඔහුට උගන්වයි".

අපගේ ගැටවරයින්ට ආර්ථිකය ඔක්කමක් වීමට අපි උදව් කල යුතු වෙමු. එවිට ධර්මදුන සේවයේදී ඔවුන් විධාපත් නොවනු ඇත. ඔවුන් පෝෂණපනක සැකැල්ල කෑමක් සාදා ගැනීමටත්, බඩු මිලදී ගැනීමේදී ඥාණවත්වීමටත් ඉගෙන ගත යුතුය. සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිටීමටත්, වෙහෙස වන විට ඔක්කමක් වීමටත්, හොඳ ආහාර ගැනීමට පුරුදුවීම අත්‍යවශ්‍යවේ. ඔවුන්ගේ ඇඳුම් සෝදා මැද ගැනීමටත් එවා පිළිසකර කර ගැනීමටත් අපි ඔවුන්ට ඉගැන්විය යුතු වෙමු. ඔවුන්ගේ වාසස්ථාන පවිත්‍රව තබා ගැනීමට ඉගැන්විය යුතුය. නියමිත ලෙස ඇඳුම් ඇඳ ලක්‍ෂණයට සිටීමෙන් ආඩම්බර වීමට ඔවුන්ට පුරුදු විය හැකිය. මුදල් ඉතිරි කිරීමටත්, විවාහ බන්ධන ප්‍රමාද කිරීමටත්, සාක්‍ෂියක් ලබා ගෙන එය ප්‍රකාශ කිරීමත්, පසුතැවීමේ කරුණු අනුගමනය කිරීමටත් ඔවුන්ට ඉගැන්විය හැකිය. මේ සෑම දෙයක්ම ඔවුන්ට කල හැකි වන්නේ දුන මෙහෙයට පිටත්ව යෑමට ප්‍රථමයෙන්ය.

- දුන මෙහෙයක් සඳහා මුදල් උපයා, ඉතිරි කර ගැනීමට අපි තරුණයන්ට රෙධර්මක් කරන්නේ කෙසේද?

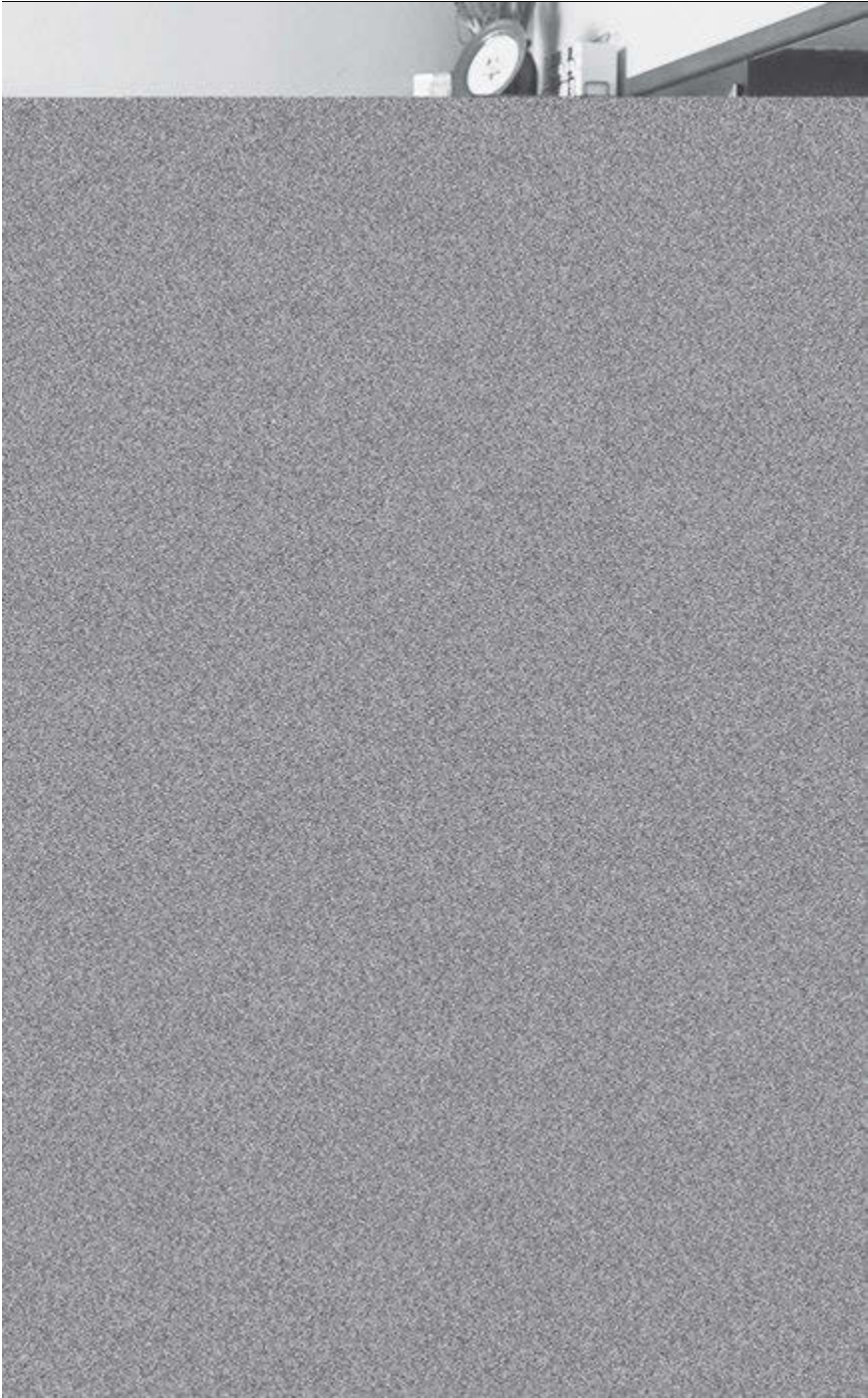
වැඩිමහල් එම්. රසල් බැලේඩ් දුන මෙහෙයේ සභාපතිතුමා වශයෙන් සේවය කරන විටදී, මෙම ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු දීමට ඔහුගේ ධර්ම දුතයන්ගෙන් ඉල්ලීය. "මා වඩා හොඳින් සුදානම් කිරීම සඳහා මගේ මවට කුමක් කල හැකිව තිබුණේද?"

ඔවුහු මෙසේ කීහ: "කෙසේ වෙතත්, මව තදින්ම සිටිය යුතුව තිබුණේ, නිවාස කටයුතු හොඳින් කිරීම, ආහාර පිසීම, පිරිසිදු කිරීම, ඇඳුම් සේදීම, අඩු මිලට භාණ්ඩ ඉල්ලීම, පෞද්ගලික සෞඛ්‍යතත්වය, ඇඳුම් අළුත්වැඩියා කටයුතු, ඉක්මනින් කෑම වට්ටෝරා සැකසීම ගැන මට ඉගැන්වීමේදී මම වැඩි අවධානයක් යොමු කිරීම ගැනයි."

වැඩිමහල් බැලේ ඉන්පසුව මෙම උපදේශය දුන්නේය. "මව්වරුනි, ඔබේ ළමයින්ට තීක්‍ෂණව සිටීමටත්, අන් අයගේ අවශ්‍යතාවයන් ගැන අවධානයෙන් සිටීමටත් උගන්වන්න. යහපත් මානුෂික සම්බන්ධතාවල ප්‍රධාන මූලධර්මයන් දැනගෙන, පුහුණු වීමට ඔවුන්ට උගන්වන්න.... ඔබගේ ළමයින්ගේ කර වටා ඔබගේ අත් යවා, ඔවුන්ගේ දෙනෙත් දෙස කෙළින්ම බලා, මෙම දක්ෂතා ඉගෙන ගැනීමට ඔවුන්ට කියන්න. මන්ද දුන මෙහෙයේදී ඔවුන් ජීවිත මත්ව සාර්ථක වනු පුකීම ඔබට අවශ්‍ය වන නිසාය". in *Conference Report* (ඔක්. 1976, 130 හෝ නොවැ. 1976, 88).

- නිවසේ අත්‍යයන්ගේ හා මිතුරන්ගේ නිවෙස්වලදී හා පොදු ස්ථානවලදී අත්‍යයන්ගේ අවශ්‍යතාවයන් ගැන සැලකිලිමත් වීමට උගන්වන්න.

ස්වාමීන් වහන්සේට අවශ්‍ය පරිදි ඔවුන්ගේ කැඳවීම් සම්පූර්ණ කිරීමට ධර්මදුතයන්ම වැඩ කටයුතුවල මූලධර්මයන් පුරුදු විය යුතුය. මෝර්මන්ගේ පොතේ සඳහන් පරිදි, දෙවියන් වහන්සේගේ වචනය



19-ආ. මවක් සිය පුත්‍රයාට හොඳ ආහාර වේලක් සකස් කර ගැනීමට උගන්වමින් ඔහුව ධර්ම දැන ජීවිතයට සුදානම් කරයි.

දේශනා කල අයට ඉගැන්වීමට උපදෙස් දුන්නේ, "සම්පූර්ණ උනන්දුවෙන් සහ මහත්සියෙන් යුතුව (ඔවුන්ගේ) ශක්තියෙන් යුතුවය". (යාකොබ් 1:19) මේ අනුව කටයුතු කරන ධර්මදාත ඔහු හෝ ඇය මහත්සියෙන් වැඩ කරයිද සතුටට පත්වෙමින් ප්‍රතිඵලදායකද වනු ඇත.

තවත් දුත මෙහෙයේ හිටපු සභාපතිවරයෙකු වන, වැඩිමහලේ වෝගන්, ජේ. ෆෙදර්ස්ටෝන් මෙම කථාව කීවේය:

"අපගේ දුත මෙහෙයේ වැඩිමහලේලෙකුට තදබල සෞඛ්‍ය ප්‍රශ්නයක් තිබුණි.... මම දුත මෙහෙයට පැමිණී විට දුර්වල වීම සහ සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව වැලදීම වැළැක්වීම සඳහා ඔහු නිදා සිටියේය. ඉන්පසු ඔහු දහවල් ආහාරය ගැනීමට පැමිණී විටදීද, සීතලයෙන් සහ සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාවෙන් මිදීමට පැය දෙකක් නිදා සිට ඇත. බියටපත් ඔහුගේ සහායකයා ඒ බව මට දැන්වුවේය.

"මම වැඩිමහලේලන්ගේ වෛද්‍යවරයා කැඳවීම, ඔහු මෙසේ කීය: ඔහුගේ තත්වය එතරම් හොඳ නැත. එනමුත්, ඔහු දුත මෙහෙයට පැමිණීමට පෙර තිබූ තත්වයට වඩා දැන් තත්වය හොඳය. වැඩි වෙනසක් වීමට ඉඩ නැත. ඔහු කොපමණ පැය ගණනක් වැඩ කලද ප්‍රශ්නයක් නැත. වැඩිමහලේලාව කන්තෝරුවට කැඳවූ මම, නිතරම කණාගාටුවෙන් සිටීමට වඩා ඔහුට හොඳම උණ ගැනී සිටිනු දැකීමට මම කැමති බව මම යෝජනා කළෙමි. සැහැල්ලුවෙන් යුතුව වැඩ කටයුතු කරමින්..... ස්වාමීන් වහන්සේ ඔහුව කැඳ වූ කාර්යය ඉටු කිරීමේ මූල ධර්මය ගැන මම ඔහු සමග සාකච්ඡා කළෙමි....

"උපදේශය ලබා ගත් ඔහු ඒ අනුව කටයුතු කලේය. ඔහු දුත මෙහෙයේ හොඳම ධර්ම දුතයෙකු බවට පත් විය. ඔහු... වැඩ කටයුතු කරන අන්දම.. සොයා ගත්තේය". ("Self-Denial", *New Era* නොවැ: 1977, 7)

■ තරුණ මිනිසුන් දුත මෙහෙයට සුදුසු වීමේදී, තරුණ කාන්තාවන් බලපෑම් කරන්නේ කෙසේද?

තරුණ මිනිසුන්ගේ පැවැත්ම කෙරෙහි විශාල ලෙස බලපෑම් කිරීමට තරුණ කාන්තාවට පිළිවන. තරුණ කාන්තාවක් ඇඳුම් පැලඳුම් වලින්, කථාවෙන් සහ ක්‍රියාවෙන් උසස් චරිතයක් බව පෙන්විය යුතුය. ඇය ධර්මයේ බවේ ආදර්ශයක් තැබිය යුතුය. සභාවේ තරුණ කාන්තාවන්ට කතා කරමින් වැඩිමහලේ ඩේවිඩ්. බී. හේග් මෙසේ කීවේය:

"තරුණ කාන්තාවන් වූ ඔබලාට මෙම සුදුසු වීමේ සහ පෙර පුහුණුව ගැන තරුණ මිනිසුන් සම්බන්ධව ඉතා වැදගත් කොටසක් ඇත.....

"සයෝනගේ දියණියකවූ ඔබ, නිවැරදි ආදර්ශයක් තබන විට බැබලෙන ආලෝකයක් විය හැකිය. බාල වියේදීම දින යොදා ගැනීමෙන් හෝ නිතිපතා පිටත යෑමෙන් වළකින්න.... අපගේ බුද්ධිය සඳහා පෞද්ගලිකත්වය වර්ධනය කර ගන්න..... ඔබ දෙපසයටම වේදිකය කර ගැනීමටත්, බෙදා ගැනීමටත් දක්ෂතා ඇත.

"උසස් පොත් කියවන්න. හොඳ සංගීතයට සවන් දෙන්න. ඥානයේ වචනයේ ඇතුළත්ව තිබෙන ආශිර්වාද ගැන අධ්‍යයනය කරමින් සාකච්ඡා කරන්න...

"ශුද්ධ ලියවිලි කියවන්න....

"තරුණයෙකුගේ ජීවිතයේ අසීරුම අවස්ථාවකදී ඔහුව රෝගියෙක් කිරීමට ඔහුට බලපෑවැත්මට, සහ ඔහුට ආවරණය සැපයීමට වුවද ඔබට හැකිය... යම් තරුණයෙක් සුදුසුව සිටිමින් ස්වාමීන් වහන්සේට සේවය කිරීමට සුදුසු වීමට සිටින විට, ඔහුට උපකාර කරන විට ඔබ, ස්වාමීන් වහන්සේට

ඔබ තුළ ඇති ප්‍රේමය විදහා දක්වයි". (in Conference Report, ඔක්: 1977 86--88, හෝ *Ensign*, නොවැ. 1977, 57--58).

තරුණ මිනිසුන්ට ගරු කරමින්, පුරුණ කාලීන දැන මෙහෙයක සේවය කිරීමට ඔවුන්ට රෙටියෝ දීම තරුණ කාන්තාවකට වැදගත් වෙයි. විවාහ වීම සඳහා පවතින යම් අදහසක් වේනම්, තරුණ මිනිසා දැන මෙහෙය සම්පූර්ණ කරන තුරු පමා කළ යුතුය.

ධර්ම දැනගන්නට ඔවුන්ගේ කැඳවීම් ඉටු කිරීමට උපකාරවත් වීම

අප දැන හඳුනාගෙන සිටින ධර්මදැනගත් ගැන, විශේෂයෙන්ම අපට පළමු වෙන්ම සුභාරංචිය ඉගැන්වූ අය ගැන අපි නිතරම සිතන්නෙමු. ඔවුන්ගේ පරිත්‍යාගය හා ආදර්ශය ගැන අපි කෘතඥ වන්නෙමු. ඔවුන්ට මෙන්ම ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින අපගේ දෙවිපියාණන් වහන්සේටද අපගේ කෘතඥතාවය පෙන්වීම සඳහා අනෙකුත් ධර්ම දැනගත්ට ඔවුන්ගේ කැඳවීම් හොඳින් ඉටු කිරීමට උපකාරවත් වීමට අපට පිළිවන. අපගේ තරුණ කාන්තාවන් සහ තරුණ මිනිසුන් දැන මෙහෙයේ සේවය කරන විට, ඔවුන්ට අපගේ උපකාරය සහ ආධාරය අවශ්‍ය වන්නේය. ඔවුන් වෙනුවෙන් ආපදා කිරීමට අපට හැකිවන අතර, ආපදාවේ වැදගත්කම ගැන ඔවුන්ට වැටහෙන බවද ස්ථීරකර ගත හැකිය.

වැඩිමහල් හියු. බී. ධුවන් එංගලන්තයේ දැන මෙහෙයේ සේවය කරන කාලය තුළදී ස්වාමීන් වහන්සේ කෙරෙහි විශ්වාසය තැබීමට ඔහුගේ මව ඔහුට උපකාර කළ අයුරු මෙසේ කීවේය. ඔහු පිටත්ව යන විට ඇය ඔහුට මෙසේ කීවාය. "හියු මගේ පුත්‍රය. ඔබ කුඩා පිරිමි ළමයෙක්ව සිටියදී, නිතරම වාගේ නරක සිහින දැක රාත්‍රී බියවී මම අනෙක් කාමරයේ නිදන බව සිතමින් මට කැගසමින්, "අම්මේ, අම්මේ, ඔබ ඔතන සිටිනවාද, කියා මට කතා කරනු ඔබට මතකද? "ඔව් මගේ පුත්, මම මෙසේ ඉන්නවා. ඔබ අනෙක් අතට හැරී නිදාගන්න". හැම දෙයක්ම හරියයි මම නිතරම කියනු ඔබට මතකද?" මගේ දරුව, මහදේවියක් හා සාගරයක් අතර සැතපුම් පන්දහසක් දැන් අපව වෙන් කළ යුතුය. රාත්‍රී කාලයේ පමණක් නොව, දහවල් කාලයේදීද බොහෝ අවස්ථා වලදී, ඔබ නරක සිහින දැක උපකාර සහ සැතපීමද පතා කතා කිරීමට ඔබට අවශ්‍යවනු ඇත. පුත් ඔබ අසීරුතාවයන් ගෙන් වෙලී සිටින විටද, ඔබ පරික්ෂාවන්ට මුහුණ දෙන විටදීද, ඔබ වනාකුලව කොහි යන්නේදැයි නොදන්නා විටද, හඬනහා කතා කරමින්, "පියාණෙනි, ඔබ වහන්සේ ඔතන ඉන්නවාද?" යයි අසන්න. ඇය මෙසේද කීවාය. "මගේ පුත්‍රය උන්වහන්සේ නිතරම පිළිතුරු දෙනු ඇති සේක. ඔබ බිය විය යුතු නැත". (*The Abundant Life* [1965], 202--03)

■ ධර්ම දැනගත් හට ඔවුන්ගේ කැඳවීම් ඉටුකර ගැනීමට අපට උපකාරවත් විය හැකි වෙනත් මාර්ග මොනවාද?

නිවසින් ලිපි ලැබී තිබිය යුතුය. වැඩිමහල් ගොර්ඩන් බී. හින්කල් ධර්මදැනගත් හට ලිපි ලිවීමේදී පහත සඳහන් අවවාදය දන්නේය. ක්‍රමානුකූලව ලිපි නොලැබූ ධර්ම දැනගෙනු වෙනුවෙන් මගේ හදවත වැලපෙයි. සාමාන්‍යයෙන් සතියකට වරක් ලිපියක් ලැබීම හොඳ නීතියකි. එනමුත් අනෙක් අතට වැඩි ප්‍රමාණයක් ලිපි ලැබීම ධර්ම දැනගෙනුගේ වර්තමාන බවට හානිදායකය. ප්‍රතිඵලදායක වීමට නම් ධර්ම දැනගෙනු නිවසින් පිටවිය යුතුය. එබැවින් ඔහුට ලැබෙන ලිපිවල ආකාරය අනුව, ඔහුගේ කටයුතුවලත් ඔහුගේ හැඟීම්වලත් විශාල වෙනසක් ඇති කරයි. නිවසේ ප්‍රශ්න ඇතුළත් කර. අසීරුතාවයන් සඳහන්ව ඇති ලිපි මගින් ධර්ම දැනගෙනුගේ වර්තමානබවට හානි සිදුවේ. දැනාන්විතව ලිපි ලියන්නෙකු ඔවුන්ගේ සුභදායි හැඟීම් වන..... ධර්ම දැනගෙනු ක්ෂේත්‍රයේ සිටීම ගැන ඔවුන් කෙතරම් ආධිමුඛ වන්නේද, ඔහුගේ දැන කටයුතු නිසා. ස්වාමීන් වහන්සේ ඔවුන්ට කෙතරම්

ආශිර්වාද කරන්නේද යනුවෙන් සදහන් කිරීමට වග බලාගන්න. එවන් ලිපි මගින් ධර්මයෙකුගේ ජීවිතයට ආශිර්වාදයක් වනු ඇත. උපුටා ගැනීම බ්‍රයන් කෙලී ("A visit with Elder Gorden B Hinckley about Missionary Work" New Era ජූනි 1973, 32).

■ තරුණ කාන්තාවක් ධර්ම දහයෙකුට ලිපිය යුත්තේ කුමන ආකාරයේ ලිපි ද?

තරුණ කාන්තාවන් ධර්ම දහයන් සමඟ ආත්මික හැඳීම බෙදාගෙන තමන්ගේ මිතුරන් ගැන සහ නිවස ගැන ප්‍රීතිමත් තොරතුරුද කිව යුතුය.

■ අප ප්‍රදේශයේ ධර්ම දහයන් හට අපට උපකාරවත් විය හැකි යම් මාර්ග මොනවාද?

අපගේ පවුල්වල සිටින සාමාජික නොවන පවුල් සාමාජිකයන් හා මිතුරන්ද ධර්ම දහයන්ට හඳුන්වාදීමට අපට හැකිය. ධර්ම දහයන්ගේ කාලය අපගේ නොහැර වීමටද අප ප්‍රවේශම් විය යුතුය. අප ඔවුන්ව අප නිවෙස්වලට කැමකට ආරාධනා කලවිට ඔවුන්ට ඉක්මණින්ම සැපයුම් කිරීමට අපට පිළිවන. ඉන්පසු ඔවුන්ගේ කටයුතු කරගෙන යෑම සඳහා පිටවී යෑමට ඔවුන්ව බෙරුයමත් කිරීමට අපට හැකිය. පීගන් සේදීමට උපකාරවත්වීම අප ඔවුන්ගෙන් අපේක්ෂා කිරීම හෝ ඉඩහැරීම හෝ නොකල යුතුය. අප සමඟ රූපවාහිනී නැරඹීමට අපි ඔවුන්ට අරාධනා නොකල යුතුය. අප දුන මෙහෙයේ නීති ඉගෙන ගෙන, ඒවා පිළිපැදීමට ධර්ම දහයන්ට උපකාරවත් වීමටද අපට පිළිවන.

තරුණ කාන්තාවන් විශේෂයෙන් ධර්ම දහයන්ගේ කාලය නොවැදගත් ක්‍රියාකාරකම් වලට යෙදවීමෙන් වැළකිය යුතුය. තරුණ කාන්තාවන් කිසිවිටෙක ධර්ම දහයෙකු හා හුදකලාවීම හෝ ඔහු සමඟ සමීප සම්බන්ධතාවයකට බෙරුයමත් නොකල යුතුය. තරුණ කාන්තාවන් තම ප්‍රදේශයේ ධර්ම දහයන් සමඟ ලිපි හුවමාරුව හෝ දුරකථන ඇමතුම් හෝ නොදිය යුතුය.

ධර්ම දහයන්ට සහ ඔවුන්ගේ කැඳවීමේවලට අපි හැමදෙනාම ගරුත්වය පෙන්වන විට අන් අයට සුභාරංචිය ඉගැන්වීමට අපි ඔවුන්ට උපකාර කරන්නෙමු.

අවසානය

වැඩිමහල් ගොරඩන් බී. ඕන්කලි මෙසේ ප්‍රකාශ කලේය. "ධර්ම දහ කටයුතු එතරම් පහසු නැත. එනමුදු ඒයින් ලැබෙන ප්‍රීතිමත් විපාකයන්ද වෙනත් කිසිදු අත්දැකීමකට සමකල නොහැක. යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සුභාරංචිය ඉගැන්වීම සඳහා ගන්නා උත්සාහයන් සහ පරිත්‍යාග කරන වේලාව මෙන්ම යොදවන හේතුවල වටිනාකම තරම් වෙනත් වටිනා කිසිවක් නැත" New Era (ජූනි 1973, 30)

සභාවේ සිටින කාන්තාවන් වශයෙන් දුන මෙහෙයේ කැඳවීම් සඳහා සුදානම්වීමට සහ ඒවා ඉටුකිරීමට අපගේ තරුණයන්ට අපට කලහැකි හැමදෙයක්ම අප කල යුතුයි. ඔවුන් දුන මෙහෙයකට යෑම හෝ නොයාම මත අපගේ උත්සාහයන්වල වෙනසක් සිදුවිය හැකිය. අපගේ බෙරුයය දීම් දුන මෙහෙයේ ඔවුන්ගේ ක්‍රියාවන් තුල විශාල වෙනසක් ඇති කරනු ලබයි. අපගේ සොහොයුරු, සොහොයුරියන් හට ගැලවීම ගෙන ඒමේ සතුට අපගේ ධර්ම දහයන්ට භුක්තිවිඳීම සඳහා සුදානම් වීමට අපට උදව් කල හැකිය. (බී සහ සී 18:15--16 බලන්න) අප නිතරම සභානායකයන්ගෙන් සහ අනෙකුත් සාමාජිකයන්ගෙන් උපදෙස් ලබා අපගේ උත්සාහයන් විනිශ්චය කරමින් අපගේ ධර්ම දහයන්ට සුභාරංචිය ලෝකයට ගෙන යාම සඳහා අප උදව් කරන විට ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින අපගේ දෙමව්පියාණන් වහන්සේගෙන් ආනුභාවය ඉල්ලිය යුතුය.

අභියෝගය

මෙම පාඩම නිවසේදී නැවත කියවන්න. දැන මෙහෙයකට සූදානම්වීම සඳහා ඔබගේ ළමයින්ට හෝ ඔබට උදව් වීමට මාර්ග කිහිපයක් තෝරාගන්න. පුරුණකාලීන සහ ධර්ම දැනගත් වීමට සිටින අය සමග ඇති ඔබගේ ආශ්‍රය ගැන අගය කරමින්, ඔබට ඔවුන්ගේ ඉමහත් ආධාරය ලබා දෙන්නේ කෙසේදැයි නිශ්චය කරගන්න. ක්ෂේත්‍රය තුළ සිටින ධර්ම දැනගෙකුට ක්‍රමානුකූලව ලිපි ලිවීම සඳහා පවුලේ ව්‍යාපෘතියක් සකස් කර ගන්න.

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මූල ධර්ම 33වන පරිච්ඡේදය ධර්ම දැන කටයුතු අධ්‍යයනය කරන්න.
2. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

නිවාස සකෙසුම



අපගේ නිවාස හොඳින් කළමනාකරණය කිරීම

20 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ නිවාස හොඳින් සකස් කොට අපගේ කාලයෙන් යහපත් ප්‍රයෝජන ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

නිවස නිසි පිළිවෙලට සකස්ව තිබීමෙන්, අනෙකුත් වැදගත් කටයුතු වල යෙදීමට අපට ඉඩ සලසයි.

බ්‍රියම් යන්ග් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය: "ඔබගේ නොයෙකුත් කටයුතුවල පිළිවෙල සහ පිරිසිදුකම ගැන අධ්‍යයනයක යෙදෙන්න. ඔබගේ නිවාස අලංකාරවත්ව සකසාගෙන ඔබගේ හදවත් දෙවියන් වහන්සේගේ කරුණාවෙන් සරසා ගන්න" (*Discourses of Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe [1954], 200).

නිවාස සකස් කරන්නෙකුගේ කාර්යයෙහි එක් අංගයක්නම්, කාර්යයක්ෂම නිවාස පාලකයෙක් වීමයි. අපගේ නිවාස අප පිළිවෙලකට තබා ගත් විට, අපට ආඩම්බර විය හැකිය. නිවස පිරිසිදුව විට, සාමකාමී වාතාවරණයේ ජීවිය අපට භූකිති විඳිය හැකිය. අපට අවශ්‍ය වේලාවක ඕනෑම දෙයක් සොයා ගත හැකිය. නිසි පිළිවෙලකට නැති නිවසකට වඩා හොඳින් සකස්වූ නිවසක් පිරිසිදුව තබා ගැනීම පහසුය.

අපගේ නිවාස පමණක් නොව, අපගේ කාලයද අපි සකස් කරගත යුතු වෙමු. සමහර කාන්තාවෝ ඔවුන්ගේ නිවාස පිරිසිදුව හා සකස් කර තබා ගැනීමට වැඩි කාලයක් ගත කරති. නිවාස කටයුතුවලට ගත කරන කාලය අඩු කොට, ඔවුන්ගේ පවුල් සමග වැඩි කාලයක් ගත කරමින්, ඔවුන්ගේ දුෂ්ඨතා වර්ධනය කරමින්, අන් අයට සේවය කිරීමට ඔවුන් පුරුදු විය යුතුය. නිවාස කටයුතු වැදගත් වුවද, එමගින් වැදගත් කටයුතු අතපසු නොවිය යුතුය. නිවසක් තිබීම අපගේ ප්‍රධානතම බලාපොරොත්තුව නොවිය යුතුය. එය අප බලාපොරොත්තු වන ජීවිමත් පවුලක් ලැබ සතුටුවීමේ එක් අංගයක් විය යුතුය. අපගේ දුෂ්ඨතා දියුණු කර සුභාරංචියේ මුලධර්මයන් අනුව ජීවත්වීමට පුරුදු වීම සඳහා අපට කාලය අවශ්‍ය වෙයි. සභාවේ තනතුරුවල සේවය කිරීමටද, අපගේ අසල්වැසියන්ට මෙන්ම අවශ්‍ය අයට උපකාර කිරීමට සහ යහපත් ධර්ම දැනගත් වීමටද, අපට කාලය තිබිය යුතුය. නිවාස කටයුතු වලට වැඩි කාලයක් ගත නොකොට, අපගේ නිවාස පිරිසිදුව තබා ගත් විට පවුලේ ක්‍රියාකාරීත්වයට සහ වෙනත් වැදගත් කටයුතු වල යෙදීමටද වැඩිකාලයක් ගත කිරීමට අපට හිඳහස ලැබේ.

- දර්ශක 20-අ පෙන්වන්න. "පවුලක් එකතුව සංගීත සන්ධ්‍යාවක විනෝද වෙයි"
- මෙම ප්‍රශ්න ගැන සිතා බැලීමට සොහොයුරියන්ට කියන්න. මගේ ජීවිතයේ අරමුණ කුමක්ද? මම මගේ කාලයෙන් වැඩි කොටසක් ගතකළ යුත්තේ කෙසේද? මගේ ක්‍රියාකාරකම්වල, පවුල සහ නිවාස කටයුතු අතර සමබරතාවයක් තිබීම වැදගත් වන්නේ ඇයි?



20-අ. පවුලක් එක්ව සංගීත සන්ධ්‍යාවක විනෝද වෙයි.

හැම දෙයක් සඳහාම ස්ථානයක්

සුව පහසුව ඇතිවීමට නිවසේ ක්‍රියාකාරීත්වයක් තිබිය යුතුය. අපගේ නිවාස පිළියෙල කිරීමේ ප්‍රථම පියවර නම්, හැම කාමරයකම ක්‍රියාකාරීත්වය ගැන තීරණය කිරීමය. එවිට අපට අවශ්‍ය භාණ්ඩ හොඳින් සකස් කල ලාච්චුවල සහ අල්මාර්වල තැබිය හැක.

- කැමති නිරූපණයක්: තෝරාගත් උපකරණ අඩංගු පෙට්ටිය මේසය මත තබන්න. අසල් වැසියෙකුට ඇගේනිවස සකස්කර ගැනීමට උපකාර කරන මෙන් එක් සහෝදරයෙකුට සලස්වන්න. පෙට්ටියෙන් උපකරණ තෝරාගෙන පැහැදිලිව ගොඩ ගසන්න සලස්වන්න. මනාව සකස්කල ලාච්චුවකට හෝ අල්මාරියක තැබීමට හැකි අන්දමට, සෑම ගොඩකම එක සමාන උපකරණ අඩංගු විය යුතුය.

සමහර අවස්ථාවලදී අවශ්‍ය වරම් රහස් කුටි හෝ අල්මාර් හෝ ලාච්චු නොමැති විය හැකිය. එසේ නොමැති නම්, අපට හෝ අපගේ ස්වාමි පුරුෂයන් හට ඒවා සමහරක් මිලදී ගැනීමට හෝ සෑදීමට හෝ හැකිය.

අපට අල්මාර් බොහොමයක් තිබිය හැකි වුවද, හැම දෙයක්ම තැබීමට ඉඩ පහසුකම් නොමැති බව අපට තව දුරටත් පෙනීමට හැකිය. මෙවන් අවස්ථාවලදී, හොඳ අදහසක් වන්නේ, අපගේ භාණ්ඩ තෝරාගෙන, වෙනත් කෙනෙකුට පාවිච්චි කල හැකි දේවල් මොනවාද, ඉවත දැමිය හැකි දේවල් මොනවාද හෝ වෙනත් ස්ථානයක ගබඩා කල හැකි දේවල් මොනවාදැයි තීරණය කිරීමය. යම් භාණ්ඩ කිහිපයක් ගබඩා කිරීමට අප තීරණය කල හොත්, ඒවා තැබිය යුත්තේ නිසියාකාරව ලේබල් ඇලවූ භාජනවලය. භාණ්ඩ ඉක්මනින් හා පහසුවෙන් සොයා ගැනීමට ලේබලය අපට උපකාරවත් වෙයි. වැදගත් ලිපි ද්‍රව්‍යයන් වන අන්තිම කැමති පත්‍ර, දේපල ඔප්පු රක්ෂණ ලිපි ද්‍රව්‍ය සහ පවුලේ පින්තූර හොඳින් සකස් කර, ලේබල් අලවා මට්ටන කර තැබිය යුතුය.

අපගේ නිවාස පිළිවෙලකට තබා ගැනීමට පවුලේ සාමාජිකයන් සියළු දෙනාම සහයෝගය දෙන විට පහසු වෙයි. නිවස පිරිසිදුව හා පිළිවෙලකට තබා ගැනීමේ වගකීම හැම කෙනෙක්ම බෙදා ගත යුතුය. බ්‍රියම් යන්ත් සභාපති තුමා මෙම උපදේශය දුන්නේය: "කුඩා ළමයන්ට පිළිවෙල සහ මූල ධර්මය උගන්වන්න. කුඩා ගැහැනු ළමයාට කොස්ස නියමිත තැන තැබීමට..... හැම දෙයක්ම ඊට නියමිත තැන තැබීමට උගන්වන්න. ඔවුන්ගේ ඇඳුම් සොයා ගැනීමට පහසු තැනක පිළිවෙලකට තැබීමට උගන්වන්න..... වතු වැඩට යොදවන පෝරු, සකෝප්ප යනාදිය මලබැඳි විනාශ නොවන ස්ථානයක තැබීමට කුඩා පිරිමි ළමයින්ට උගන්වන්න.... එමෙන්ම පාවිච්චි කිරීමෙන් පසුව උපකරණ සියල් එකතු කොට සුදුසු ස්ථානයක තැබීම ගැනද සැලකිලිමත් වන්න" (*Discourses of Brigham Young, sel. John A. Widtsoe [1954], 211*).

- දර්ශක 20-ආ. පෙන්වන්න. "සොහොයුරියක් පිරිසිදුකම හා පිළිවෙල ගැන ඇයගේ තරුණ ළමයින්ට උගන්වයි." භාණ්ඩ නිසියාකාරව තැබීමේ පුරුද්ද ඇතිකර ගැනීමට පවුල් සාමාජිකයන්ට ඉගැන්වූ අන්දම ගැන ප්‍රකාශ කරන ලෙස සොහොයුරියන්ට කියන්න.

අපගේ නිවාස කටයුතු පහසුකිරීම

අප ප්‍රථමයෙන්ම අපගේ වැඩ කිරීමේ තත්වය සකස් කරගෙන තිබේනම්, යම් කාර්යයක් කිරීමට ගත වන්නේ මද වේලාවකි. යම් වැඩක් ආරම්භ කිරීමට ප්‍රථම අවශ්‍ය උපකරණ සකස් කොට තිබේනම්, යමක් අවශ්‍ය වූ විට ඒගැන සොයමින් වෙහෙසීමට අපට සිදු නොවේ. අපට අවශ්‍ය ආයුධ පහසුවෙන් ගත හැකි ස්ථානයක තැබූ විට අපට මහත්සි විමටද සිදු නොවේ.



20-ආ. සෞභාග්‍යරියක් පිරිසිදුකම හා පිළිවෙල ගැන ඇයගේ තරුණ ළමයින්ට උගන්වයි.

අපගේ කටයුතු පහසු කිරීමේ තවත් මගක් නම්, වැඩ කිරීමෙන් පසුව එම ස්ථානය අප විසින්ම පිරිසිදු කිරීමයි. අප ද්‍රව්‍ය ඉක්මනින්ම වර්ධනය වෙයි. මේස මත හෝ වැඩ කරන ස්ථානවල අප ද්‍රව්‍ය තිබීමෙන් බොහෝ දේවල් බලාපොරොත්තු නැති අත්දැමින් බිම වැටීමට ඉඩ තිබේ. වලන්, ඇතිලි, පිගන් ආදියෙහි ආහාර ඉතිරිව තිබෙන විට පිරිසිදු කිරීමට මදක් අපහසුය. ප්‍රයෝජනයට ගත් පසු එවා ඉක්මනින්ම පිරිසිදු කිරීමෙන් අපට පහසුවක් සැලසේ.

නිවාස කටයුතු පහසු කිරීමේ තුන්වන මාර්ගය නම්, කටයුතු කිහිපයක්ම එකම අවස්ථාවකදී ඉටුකර ගැනීමයි. සමහර නිවාස පාලකවන් සාක්කු සහිත කෝටි එකක් අදියි. නිවසේ ඇවිදින විට යන ගමන්ම අස්පස් කරගෙන යෑමට ඔවුන්ට පිළිවන. දක්ෂ නිවාස පාලකවන් වැඩ එකට සම්බන්ධ කර ගනියි. උදාහරණයක් වශයෙන්, ඔවුන් අත්වලින් වැඩ කරන ගමන්ම කපා කරයි. සැලසුම් කරයි. ළමයින්ට පොදුගලික ප්‍රශ්නයක් විසඳා ගන්නා අයුරු උගන්වමින් සිටින විට හෝ දුරකථනයෙන් කපා කරන විටදී හෝ ඔවුන් ඇඳුම් නවා තැබීම කරයි. අපගේ කාලය දක්ෂ අත්දැමින් යෙදවීමේ මාර්ග ඇතිකර ගැනීම විනෝදජනකය.

- නිවාස කටයුතුවල යෙදෙන කාලය අඩුකර ගැනීමේ මාර්ග බෙදාගන්නා ලෙස පංති සාමාජිකවන්ට කියන්න.

කාලය යොදා ගන්නා අත්දැම ගැන කලින් සැලසුම් නොකිරීමෙන් දවස තුළදී කාලය අපගේ හැරීමේ අවස්ථාවන් අප බොහෝ දෙනෙකුට ඇත.

- අපගේ අමතර අවස්ථාවන් අපි වඩාත් එලදායී ලෙස යොදවන්නේ කෙසේද?

දක්ෂ ලෙස කටයුතු කරමින් අප ඉතිරි කර ගන්නා කාලය විවේක ගැනීමට අපට සහ අපගේ පවුල් වලට විනෝද විමට. අන් අයට උපකාර කිරීමට, පවුලේ ඉතිහාසය වැනි දීර්ඝ ව්‍යාපෘතිවල යෙදීමට අපට පිළිවන.

- කාලය තිබෙන විට ඔබ කිරීමට කැමති කටයුත්ත කුමක්ද?

වැඩ කටයුතු කර ගැනීමට සැලසුම් කරණය උපකාරවත්වෙයි.

සමහර අයට නිතරම වැඩ අධිකය. එහෙත් බොහෝ ප්‍රතිඵලදායක බවක් පෙනෙන්නට නැත. වඩා වැදගත් කුමක්දැයි තීරණය කොට, පළමුව එවා කරන්න.

- හෙට දවසේ කිරීමට තිබෙන ඉතා වැදගත් කාර්යයන් හයක් නම් කිරීමට සොහොයුරියකට කියන්න. එවා හුණු ලැල්ලේ ලැයිස්තු ගත කරන්න. ඉන්පසු එවායෙහි වැදගත් කමේ අනුපිලිවෙලට අංක යොදන්න කියන්න. දවසේ වැඩ කටයුතු සැලසුම් කිරීමේදී, එක් කාර්යයක් ආරම්භ කිරීමට පළමුව, තවත් කාර්යයක් ආරම්භ නොකොට මෙම ක්‍රියා මාර්ගය අනුගමනය කිරීමට උත්සාහ ගන්නා ලෙස සොහොයුරියන්ට යෝජනා කරන්න.

සමහර අවස්ථාවලදී, අපගේ සැලසුම් සියල්ලම එම දවස තුළදී නිමකර ගැනීමට අපට නොහැකිවනු ඇත. කෙසේ වෙතත්, වඩාත් වැදගත් කටයුතු අපට පළමුවෙන්ම කර ගත හැකි නම්, අපි අපගේ කාලය හොඳින් යොදවා ඇත. අපගේ කටයුතු සැලසුම් කිරීමේදී, වඩාත් වැදගත් වන්නේ නමුත්ම මතක තබා ගැනීමයි. කලාතුරකින් අපගේ සැලසුම්, අප බලාපොරොත්තු වන පරිදි වෙනත් අතකට යොමු විය හැකිය. සුළු හෝ විශාල හදිසි අවස්ථාවන් දවස තුළදී අපට බාධා කල හැකිය. නමුත් යන ගමන ගැන අපට අවබෝධයක් තිබේනම්, අපට අපගේ වැඩ කටයුතු ඉටුකර ගත හැකිය. දවස අවසානයේ අපට සතුටු විය හැකිය. අපගේ පවුල් සමග ගත කිරීමට වැඩි කාලයක් අපට ලැබෙනු ඇත.

අවසානය

නිවාස නිසි පිළිවෙලකට තිබීමෙන් වැඩි සාමයක් හා සමගියක් ලැබෙනු ඇත. අපගේ දැක්මට දියුණු කිරීමටත්, අන් අයට සේවය කිරීමටත් වැඩි කාලයක් අපට හිමිවනු ඇත.

අභියෝගය

වඩාත් සංවිධානය වීම මෙම සතිය තුළදීම ආරම්භ කරන්න. ඔබේ කාලය භාවිතා කිරීම වැඩි දියුණු කරගන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 88:119 (ඔබ සංවිධානය වී අවශ්‍ය සියල්ලක්ම සූදානම් කර ගන්න)

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. (කැමතින්ම) විවිධ ප්‍රමාණයේ ඇඳුම්, සෙල්ලම් බඩු, ආශ්‍රය, මුළුතැන්ගෙයේ භාණ්ඩ යනාදී වර්ග කතර ලද බඩු පිරවූ පෙට්ටියක් නිවසින් රැගෙන එන්න.
2. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරි පත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත්කරන්න.

පවුලේ මුදල් කළමනාකරණය

21 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ මුදල් පාලනය කර ගන්නා අන්දම ගැන ඉගෙන ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

අපගේ සම්පත් ඥානාන්විතව යොදා ගැනීම

“පොළොව හා එහි සම්පූර්ණත්වයද, ලෝකය හා එහි වැසියෝද, ස්වාමීන් වහන්සේගේය”.

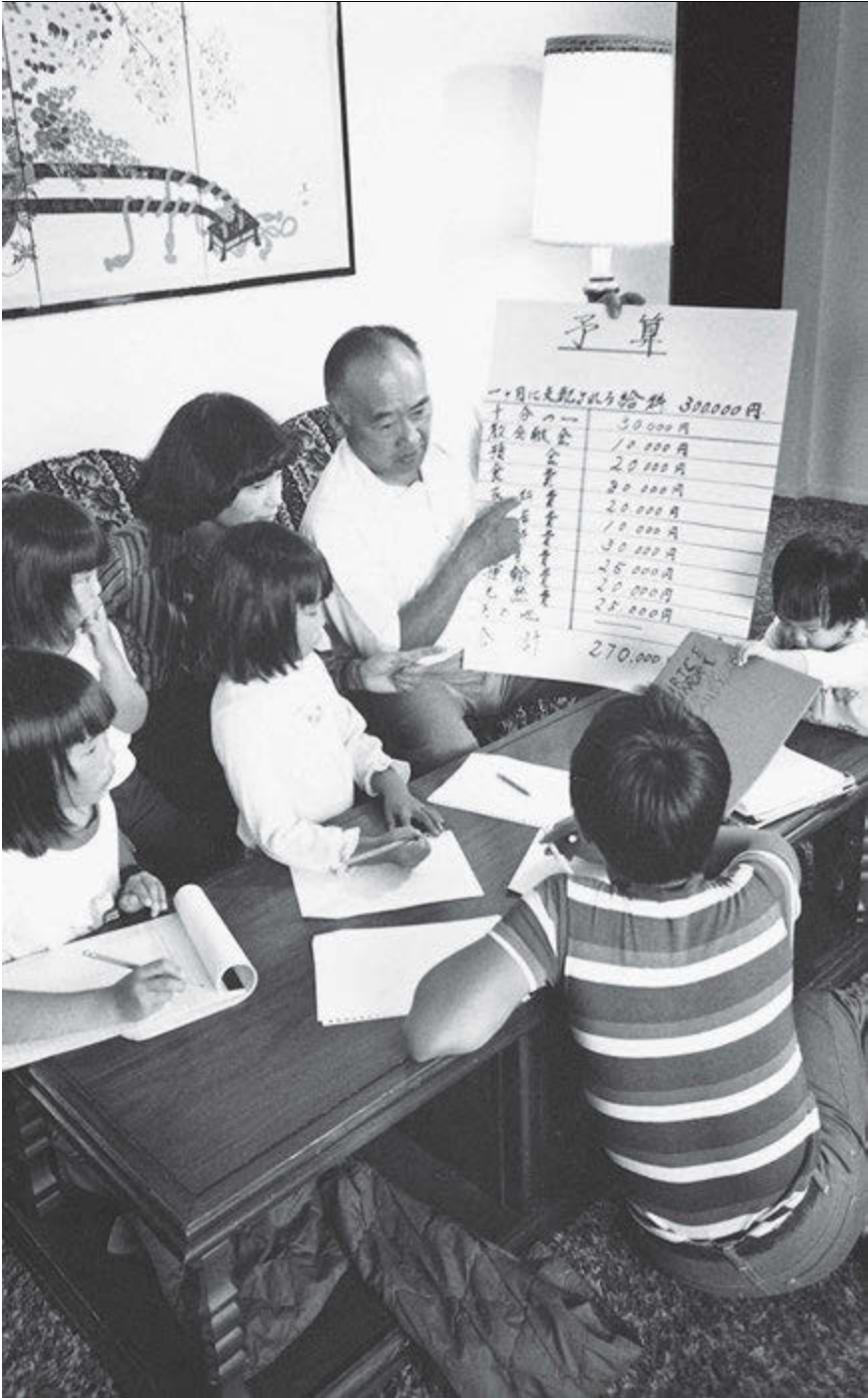
බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපතිතුමා ප්‍රකාශ කළ පරිදි, ස්වාමීන් වහන්සේ මෙම ජනතාවට විශාල කොටසක් ධාරදී ඇති සේක... නමුත් එය අපේ නොවන අතර, අපට කිරීමට තිබෙන්නේ, අපට තිබෙන වැඩ කොටසින්, අප කළ යුතු බවට ස්වාමීන් වහන්සේ සිතන්නේ කුමක්දැයි, උත්සාහ කොට සොයා ගෙන ඉන්පසු එය ඉටු කිරීමයි. බ්‍රිගම් යන්ග් තවදුරටත් ප්‍රකාශ කළ ලෙස, “අපගේ ඇදහිල්ල, ඉවසීම හා ප්‍රයත්නය තුළින්” අපට එය කළ හැකිය. (බලන්න *Discourses of Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe [1954], 305).

- අපගේ පවුල් වලට සැපයුම් ලබාදීමට උපකාරවත් වීම සඳහා ස්වාමීන් වහන්සේ අපට කුමක් ලබාදී තිබේද? ස්වාමීන් වහන්සේ මෙම පොළොව මැවීමේදී, උන්වහන්සේ අප වෙත ලබා දුන් දෙය ගැනීමට ඔබගේ පවුලේ ආදායම රඳා පවතින්නේ කෙසේදැයි සිතා බලන්න.

පොළොවේ සම්පූර්ණත්වය ස්වාමීන් වහන්සේ අපට ලබාදී ඇති සේක. පොළොවෙන් ලබා ගන්නා දේවලට එකිනෙකාට ගෙවීම සඳහා මිනිසා මුදල් නිර්මාණය කර ඇත. මුදල් මිනිසාගේ විකුණුම් සඳහාත්, සේවය සඳහාත් හුවමාරු කර ගැනීමට මිනිසුන් එකතුවූ දෙයකි. (*World Book Encyclopedia* [1977], 13:588) මුදල් වටිනාකමේ මිමිමකි. හැම සංස්කෘතියකම මුදල් වර්ග ඇත. ස්වාමීන් වහන්සේ අපගෙන් අපේක්ෂා කරන පරිදි, මුදල් පාවිච්චි කරන අන්දම ගැන අපි ඉගෙන ගත යුතු වෙමු.

ආදායම යොදවන අන්දම සැලසුම් කිරීම

යහපත ඉටු කිරීමට මුදල් උපකරණයක් විය හැකිය. හොඳින් ජීවත්වීම ස්වාමීන් වහන්සේ අපගෙන් බලාපොරොත්තු වෙයි. උන්වහන්සේ අපගෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ, අපගේ පවුල් කෙරෙහි සැලකිලිමත්ව, පොළොවේ සිදු කෙරෙන උන්වහන්සේගේ කටයුතු වලට ආධාර කිරීමයි. අපි ඥානවන්තව අපගේ මුදල් පාලනය කරමින්, උන්වහන්සේ බලාපොරොත්තු වන පරිදි ඒවා යොදවන්නේ නම්, අපගේම අවශ්‍යතාවයන්ට මුහුණ දීමට උන්වහන්සේ අපට ආශීර්වාද කරන සේක. මුදල් පාලනය ගැන අපි ඉගෙන ගත යුත්තෙමු. ඥානාන්විතව මුදල් පරිහරණය කිරීමට අපි අපව සුදානම් කළ යුතු වන්නෙමු. අපි මුදල් පාවිච්චි කරන අන්දම මගින්, අන් අයටද ස්වාමීන් වහන්සේට හා උන්වහන්සේගේ කටයුතු වලටද, අපටද අපගේ ආකල්ප පෙන්වනු ලබයි. එමගින් අප නිර්ලෝභිද, ආත්මාරථකාමීද, සකසුරුවම් හෝ නාස්තිකාරිද යනු පෙන්වනු ලබයි.



21-අ. පවුලක් මුදල් සැලසුම ගෙන සාකච්ඡා කිරීම

■ ලුක 14:28--30 පෙන්නවන්න. අප සතු යම් මුදලක් පාවිච්චි කිරීමට පෙර අප කළ යුතු වන්නේ කුමක්ද?

■ දරුක 21-අ. පෙන්නවන්න. "පවුලක් මුදල් සැලසුම ගැන සාකච්ඡා කරයි".

පවුලක් වශයෙන් සියල්ලෝම එකතු වී මුදල් විශදම් කරන අන්දම ගැන සැලසුම් කළ යුතුය. මෙම සැලසුම අභවය යනුවෙන් හඳුන්වයි. එමගින් අප පාලනය වෙයි. එමගින් අනවශ්‍ය භාණ්ඩ ගැනීමෙන් අප වලකයි. සෑම සාර්ථක ව්‍යාපාරයකම මුදල් සැලසුමක් මත ක්‍රියාත්මක වෙයි. සභාව වුවද, මුදල් සැලසුමක් පාවිච්චි කරයි.

හැම පවුලකටම විවිධාකාර මුදල් සැලසුම් තිබිය හැකිය. එක් පවුලකට වැදගත් දෙය, අනෙක් පවුලට අඩු වැදගත් කමක් විය හැක. අපගේ පවුලට වැදගත් වන්නේ කුමක්දැයි අපි තීරණය කළ යුතු වෙමු. අප වෙනුවෙන් අපි මුදල් බලාපොරොත්තු තැබිය යුතුය. නිවසේ මුදල් උපදේශක සභාවේදී අපට මෙය කළ හැකිය.

අපට බොදී තිබෙන එක් ශ්‍රේෂ්ඨ පණතක්නම් දුශයෙන් කොටස ගෙවීමයි. පසු දවස්වල ශුද්ධවන්නයන් ලෙස මෙය අපගේ මුදල් සැලසුමේ ප්‍රථම කරුණ වශයෙන් සැලකිය යුතුය. අප මෙම පණත ඉටු කරන විට ස්වාමීන් වහන්සේ අපට ආශිර්වාද කරන සේක. අපි පිළිවෙලකට අනුව, අපගේ වැඩිමිම් දුශයෙන් කොටස, දුභාගය ලෙස ගෙවන විට, ස්වාමීන් වහන්සේ උන්වහන්සේගේ කැමැත්ත පරිදි අපට ආශිර්වාද කරන සේක. (මලාකි 3:10, මතෙව් 6:33 බලන්න) අපගේ ලෞකික සුභසාධනය කෙරෙහි ස්වාමීන් වහන්සේ සැලකිලිමත් වන බව අවබෝධ කර ගැනීමට අපට අස් වැසිල්ලකි. අප අවංකව කටයුතු කරමින් දෙවියන් වහන්සේගේ රාජ්‍යයට අප ප්‍රමුඛස්ථානය දීමට කැමති බව පෙන්නවන විට, උන්වහන්සේ අපට ආශිර්වාද කරන සේක.

මුදල් සැලසුම් කිරීම (අය වැය)

■ දරුක 21-අ. පෙන්නවන්න. "මුදල් සැලසුමේ ආදර්ශ පෝරමයක්"

මුදල් සැලසුමක් සකස් කිරීමේ ප්‍රථම පියවර වන්නේ, හැම ආදායම් මාර්ගයකම එකට එකතු කිරීමය. හැම මසකම ලැබෙන මුළු ආදායම අප සොයා බැලිය යුතුය.

■ හුණු ලැල්ලේ ලියන්න: මුළු ආදායම

ඉන් පසුව අපි මුළු ආදායමෙන් සියයට 10ක් අපගේ දුශයෙන් කොටස වශයෙන් ගන්නෙමු.

■ හුණු ලැල්ලේ ලියන්න: දුශයෙන් කොටස..... සියයට 10

ඊළග පියවර වන්නේ උපවාස පිදුම් සහ ධර්ම දාන අරමුදල ඇතුළුව සභා ආධාර වශයෙන් මුදල් වෙන්කිරීමය.

■ හුණු ලැල්ලේ ලියන්න: සභා ආධාර

අපගේ දුශයෙන් කොටස සහ අනෙකුත් සභා ආධාර ගෙවීමෙන් පසුව, ඉතිරි කිරීම් සඳහා මුදල් ප්‍රමාණයක් අපි වෙන්කර තැබිය යුත්තෙමු. අපි දුශයෙන් කොටස ගෙවන පරිදීම, වෙනත් වචනවලින් කිවහොත්, සියයට 10ක ප්‍රමාණයක් ඉතිරි කළ යුතු බව සභා නායකයෝ හේජනා කරති. (See *Relief Society Courses of Study, 1977--78 [1977], 56--57.*) අපට මුදල්මය ප්‍රශ්න තිබේනම්, අපගේ ඉතිරි කිරීම් අඩු කළ හැකිය. නමුත් සෑම මාසයකම සුළු ප්‍රමාණයක් හෝ අපි ඉතිරි කළ යුතු වෙමු. අපගේ ඉතිරි කිරීම් බලාපොරොත්තු රහිත අවස්ථාවන් වන, රැකියා

මුදල් සලකුම (අය වැය)

මුළු ආදායම

දශයෙන් කොටස... සියයට 10

සහ ආධාර

ඉතිරි කිරීම්

ආහාර

ඇඳුම්

නිවාස

වෛද්‍ය වියදම්

ප්‍රවාහන

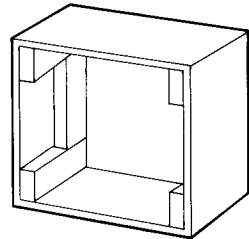
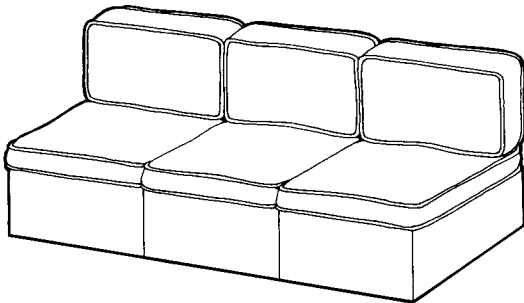
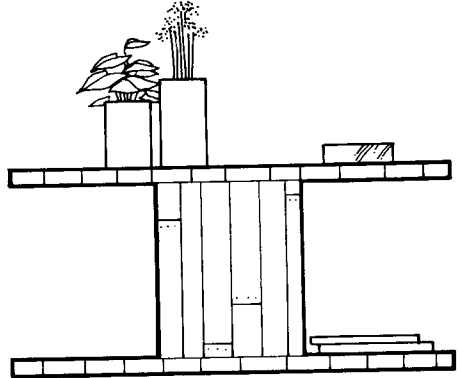
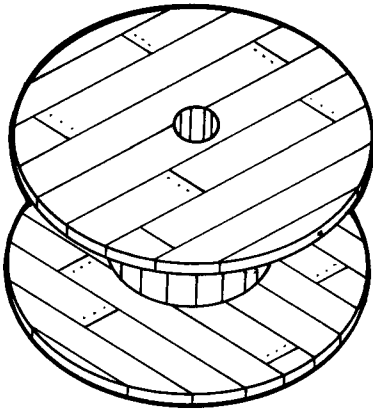
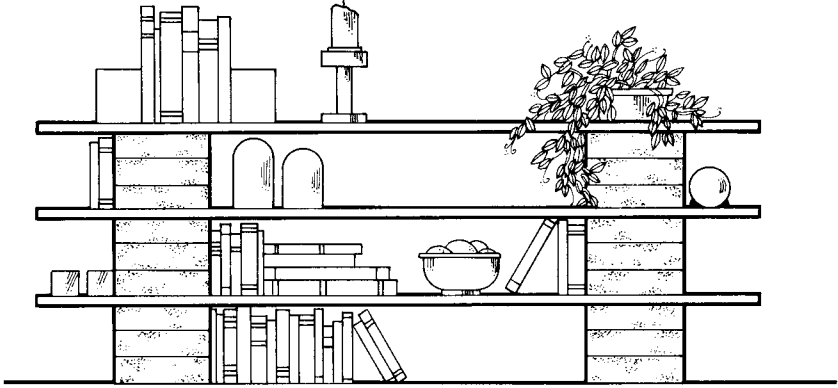
ප්‍රයෝජනවත් උපකරණ

වෙනත් දේවල්

වෙනත් දේවල්

වෙනත් දේවල්

මුළු වියදම



21-අැ. අන්කම් දැව භාණ්ඩ සුළු විසඳුමකින් සාදා ගත හැක.

විරහිතභාවය, රෝගී අවස්ථා, හෝ හදිසි අනතුරු වෙනුවෙන් පාවිච්චි කල හැකිය. තවද ධර්ම දුත සේවය අධ්‍යාපනය, දේවමාලිගා වන්දනා ගමන් සහ අනෙකුත් දීර්ඝකාලීන අරමුණු සඳහාද ඉතිරි කල යුතුය.

■ **ගුණු ලැමලේ ලියන්න:** ඉතිරි කිරීම

වැඩි මුදල් ප්‍රමාණයක් ඉතිරි කිරීමට අපට නොහැකිනම්, සකසුරුවම් ලෙස නිවසේ කටයුතු කිරීමට අපට පුරුදු විය හැකිය. අපගේ දක්ෂතා හා හැකියාවන් මත අපට විශ්වාසව තැබිය හැකිය. මෙමගින් අපට හොඳ මුදල් ප්‍රමාණයක් ඉතිරි කර ගත හැකිය. අපගේ ආහාර කිහිපයක් වගා කර වවා ගැනීමට අපට හැකිය. පරණ ඇඳුම් කපා එකට එකතු කොට අළුත් මෝස්තරයක් වශයෙන් පාවිච්චි කිරීමට අපට පුළුවන. පරණ ලීවලින් අළුත් ලී බඩුද, ලී පෙට්ටි, කොට ලී දඩු කැබලි යනාදියෙන් සෙල්ලම් බඩුද, අපට සාදා ගත හැකිය. ඇඳුම් නැවතත් පාවිච්චි කරමින්ද, ලී බඩු නැවත සාදා ගනිමින්ද බොහොමයක් දේවල් අපට සපයා ගත හැකිය.

- දර්ශක 21-ඇ. පෙන්වන්න. සුළු වියදමකින් නිවසේ සාදන ලී බඩු සකස් කර ගත හැකිය.
- සොහොයුරියන් රැගෙන ආ භාණ්ඩ පෙන්වන ලෙස ඔවුන්ට කියන්න. ඔවුන් ඒවා සාදාගත් අන්දම ගැන ප්‍රකාශ කරන ලෙස ඉල්ලන්න.

අපගේ මුදල් සැලසුමේ ඊළඟ කරුණ විය යුත්තේ ජීවිතයේ මූලික අවශ්‍යතාවන්ය: ආහාර, ඇඳුම් සහ නිවාස වැනි දේය. අප වියදම් කරන ප්‍රමාණය, අපගේ සකසුරුවම්කම හා පවුල්වල විශාලත්වය අනුව මෙය වෙනස්වේ. වෙළඳාම පිණිස සුදානම් කල හා අසුරා සකස් කල ආහාර මිලදී ගැනීමෙන් පවුල්වල අය මූලික ද්‍රව්‍ය යොදා ඉවුම් පිහුම් කරනවාට වඩා හෝ ඔවුන්ගේම වතුවලින් ලබා ගන්නා ආහාර පරිභෝජනය කරනවාට වඩා වැඩි මුදල් ප්‍රමාණයක් වියදම් කරති. ප්‍රවේශමෙන් බඩු මිලදී ගැනීම යනු, වට්ටම් ගැන පරීක්ෂාකාරීව අවශ්‍යම බඩු පමණක් මිලදී ගෙන, සුබෝපහෝගී බඩු මග හැරීමය. මුදල් ඉතිරි කර ගැනීමට පරණ ඇඳුම් සකස් කර ගැනීමෙන් හෝ මසා සකස් කල ඇඳුම් මිලදී ගැනීම වෙනුවට, මිළ අඩුකල ඇඳු ගෙන ඒවායින් අපගේ ඇඳුම සකස්කර ගැනීමටද අපට පුළුවන. මිල අධික නැති නිවාසවල ජීවත් වෙමින්ද සමහර පවුල් මුදල් ඉතිරි කරති.

■ **ගුණු ලැමලේ ලියන්න:** ආහාර, ඇඳුම් සහ නිවාස

වෙනත් බොහෝ අංශවල භාණ්ඩ සඳහාද මුදල් සැලසුම් කිරීමද පවුල්වලට අවශ්‍ය වෙයි. මෙයින් එකක් නම් සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා වන වියදම්ය. වෙනත් පොදු දේවලින් කිහිපයක් නම්, ප්‍රවාහන, උණුසුම් කිරීම, විදුලිය හා ජලයයි. මෙහි පසු සඳහන් දේවල් අපගේ ප්‍රයෝජනතාවයන්ය.

- **ගුණු ලැමලේ ලියන්න:** සෞඛ්‍ය කටයුතු සඳහා වියදම්, ප්‍රවාහන සහ ප්‍රයෝජනතාවයන්.
- වැඩිපුර ඉතිරිව තිබෙන මුදල් වලින් අපි ලබා ගැනීමට කැමති මුත් අපට සැබැවින්ම අවශ්‍ය නැති දේවලට මුදල් සැලසුම් කල හැකිය. ඒවානම් පවුලේ විනෝද ගමන්, ත්‍යාග භාණ්ඩ සහ චිත්‍රපටි යනාදිය විය හැකිය.

■ **ගුණු ලැමලේ ලියන්න:** වෙනත් දේවල්

මුදල් ඉතිරිව නොමැතිනම් හෝ සියළුම අවශ්‍යතාවයන් වෙනුවෙන් මුදල් ප්‍රමාණවත් නැතිනම්, නොයෙකුත් අංශයන් සඳහා අපි සැලසුම් කල මුදල් ප්‍රමාණය වෙනස් කල යුතුය. අපගේ මුදල් වියදම් කරන අන්දම ගැන අපි තීරණය කල පසු, මුදල් සැලසුම අපි අනුගමණය කල යුතු වෙමු. එක අංශයකට වෙන්කල මුදල් වියදම් නොකල යුතුය. හදිසි තත්වයකට මුහුණ දීමට සිදු වුවහොත්

අපගේ මුදල් සැලසුමේ අඩු වැදගත් කමකින් යුත් අංශයකින් මුදල් ලබා ගත හැකිය.

ර්ජුල මාසයේදී පළමු මාසයට වඩා වෙනස් අත්දැමට මුදල් සැලසුම සකස් කිරීමට අපට හැකිය. අපගේ මුදල් සැලසුම පවුලේ අවශ්‍යතාවයන්ට ගැලපිය යුතුය. අප මුදල් සැලසුමක් අනුව කටයුතු කරන විට, අපගේ මුදල් ආනවත්තව පාවිච්චි කිරීමට උදව් වීමේ එහි ඇති වටිනාකම ගැන වටහා ගනු ඇත.

- අපගේ මුදල් සැලසුම් අනුගමනය කිරීම තුළින් ලැබෙන ආශීර්වාද මොනවාද? අපගේ ළමයින්ට ආදායම පාලනය කිරීමට ඉගැන්වීම වැදගත් වන්නේ ඇයි? අප මෙය කරන්නේ කෙසේද?

ණය විමෙන් වැළකීම

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 104:78 කියවන්න. ණය විමෙන් වැළකී සිටීමට ස්වාමීන් වහන්සේ අපට නියෝග කිරීම ගැන ඔබගේ අදහස කුමක්ද?

පේ. රැඹන් ක්ලාක් කණි සභාපති තුමා මතින් අපට උපදෙස් ලැබී ඇත:

"අපි වසංගතයකින් වැළකෙන ලෙස, ණය ගැනි භාවයෙන්ද වැළකෙමු. අපි දැනට ණය බරින් සිටීමු නම්, අපි ණය බරින් නිදහස් වෙමු. අද නොහැකිනම්, හෙට හෝ එසේ කරමු.

"අපගේ ආදායමට සරිලන ලෙස, අතිශයින්ම සෘජුව ජීවත්වෙමින් සුළු මුදලක් ඉතිරි කරමු." (in Conference Report, අප්‍රේල් 1937, 26)

අපගේ ණය අඩු කර ගැනීමට හැකිවන්නේ, එය අපගේ මුදල් සැලසුමේ කොටසක් බවට පත් කිරීමෙන්ය. අනෙක් අංශයන්ට අඩුවෙන් මුදල් යෙදවීමට අපට හැකිය. නමුත් ණය බරින් මිදීමට අනාගත වක්‍යාවරු අපට ප්‍රකාශ කර ඇත. නිවසක් මිලදී ගැනීමකදී හෝ වෙනත් ඉතා වැදගත් යමක් මිලදී ගැනීමකදී හැර, ණයට මිලදී ගැනීම් වලින් අපි වැළකිය යුතු වෙමු. අපි මුදල් ණයවී තිබේනම්, පොරොන්දුවු පරිදි එය ගෙවා දමා, අන් අය සමග වන අපගේ ගනු දෙනු වලදී අවංක වන්න.

එන්. එල්ඩන් ටැනර් සභාපති තුමා ණයවීමේ හයානකකම ගැන අපට අනතුරු හැඟවීය: "විශාල ලෙස ණය බරින් සිටින මිනිසුන්ට ජීවිතයේ ප්‍රීතිය භුක්ති විඳිය නොහැකිය. එය දරා ගන්නේ කෙසේදැයි ඔවුන් නොදනී. මෙමගින් පවුල් සාමපීකයන් අතර වාද විවාද ඇති කරයි. එය කණගාටුවටත්, සිතිවිලි වලටත්, සමහර අවස්ථාවලදී දීක්කසාදයට පවා හේතු වන්නේ මිනිසුන් ඔවුන්ගේ ආදායම අනුව ජීවත් නොවන නිසාය" (Welfare Agriculture ඇමරිකේදී, අප්‍රේල් 9 1966, උපුටා ගැනීම *Relief Society Courses of Study, 1977--78, [1977], 81.*)

- ණය නැතිව සිටීමෙන් ලැබෙන ආශීර්වාද මොනවාද?

අවසානය

ස්වාමීන් වහන්සේ මෙම පොළොව අපට ලබාදී ඇති සේක. එනිසා අපට සපයා ගත හැකිය. අපගේ දියුණුව උත්වහන්සේගේ බලපොරොත්තුවයි. අපි ආනවත්තව අපගේ මුදල් පාලනය කරමින්, අපගේ ජීවිත වලදී දෙවියන් වහන්සේගේ රාජ්‍යයට ප්‍රමුඛස්ථානය දුන් විට, මුල්‍යමය හා අධ්‍යාත්මිකවද ස්වාමීන් වහන්සේ අපට ආශීර්වාද කරන සේක.

අභියෝගය

ඊළඟ මාසය වෙනුවෙන් ඔබගේ මුදල්වල මුදල් සැලසුම සඳහා කාලය වෙන් කරන්න. පියවරයන්ට සහ මව්වරුන්ට ඔවුන්ගේ ළමයින්ද සමග පවුල් උපදේශක සභාවේදී මුදල් සැලසුම ගැන සාකච්ඡා කල හැකිය. ඔබ ණය බරින් සිටීනම්, එවා අඩු කර ගැනීමට තීරණය කරන්න. හැම මාසයකම මුදල් ඉතිරි කර ගැනීමට උත්සාහ කරන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. නිවාස නිෂ්පාදිතයන් වන නිවසේ වැඩුනු පළතුරක් හෝ එළවළු, රෙදි අත්කම් භාණ්ඩයක්, අත්කම් සෙල්ලම් බඩුවක් හෝ නිවාස සැරසිල්ලක් වැනි දේවල් වලින් එක දෙයක් රැගෙන එමට සොහොයුරියන් තුන් දෙනෙකුට හෝ හතර දෙනෙකුට කියන්න.
2. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීමක් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකයන් පත් කරන්න.

පවුලේ පෝෂණය

22 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, නිරෝගීව සිටීමට, අප අනුභව කල යුතු ආහාර වර්ග උතුරු ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගේ අවශ්‍යතාවය අප නිරෝගීව සිටීමයි.

අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ අපට බොහෝ උපදෙස් කරන සේක. අප පොළොවේ යහපත් සෞඛ්‍ය තත්වයක් භුක්ති විඳීම උන්වහන්සේගේ අවශ්‍යතාවය බැවින්, අපගේ ශරීරවලට අප ලබා ගන්නා ආහාර සහ අනෙකුත් දේවල් ගැන උන්වහන්සේ අපට මග පෙන්වීම් ලබා දී ඇති සේක. මෙම මග පෙන්වීම් ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුමේ 89 වෙනි කොටසේ සඳහන්ව ඇත. මෙය ප්‍රඥාවේ වචනය නමින්ද හැඳින්වේ. ප්‍රඥාවේ වචනය මගින්, යහපත් ශරීර සෞඛ්‍යයක් සඳහා උපකාරවත් වන අප ආහාරයට ගත යුතු ආහාර වර්ග ගැන අපට දන්වා තිබේ. අපට අහිතකර සමහර ද්‍රව්‍යයන් වන තේ, කෝපි, මධ්‍යසාර, සහ දුම්කොළ යනාදියෙන් වලකින ලෙසටද අපට තවදුරටත් ප්‍රකාශ කොට ඇත.

විවිධ ආහාර ද්‍රව්‍යයන් නොයෙක් ආකාරයෙන් අපව නිරෝගීව තබයි

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 89:10--11 කියවන්න. කුමන වර්ගවල ආහාර ද්‍රව්‍යයන් මෙම පද වල සඳහන්ව තිබේද? අපගේ ප්‍රදේශයෙන් අපට ලබා ගත හැකි පළතුරු හා එළවළු වර්ග මොනවාද?

පළතුරු සහ එළවළු වැදගත් වන්නේ, එහි අන්තර්ගත වීටමින් වර්ග අපව යම් රෝගාබාධ වලින් ආරක්‍ෂා කරන බැවින්ය. මෙම ආහාර අනුභවයෙන් යම් ආකාර ඇස් නොපෙනීමේ රෝග වලින් අපව ආරක්‍ෂා කිරීමට උපකාරවත් වෙමින්, තුවාල හොඳින් වේලීමටද උපකාරවත් වෙයි. මෙම ආහාර වර්ග, වෙනත් බොහෝ සෞඛ්‍ය ගැටළුවලින්ද අපව ආරක්‍ෂා කරයි.

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 89:12--13 කියවන්න. මෙම පදවල සඳහන්වන ආහාර වර්ග මොනවාද?

මස්, කුකුළු මස්, බිත්තර, සහ මාළු යනාදිය අපගේ ශරීර ශක්තිමත්ව වැඩීමට අවශ්‍ය ප්‍රෝටීන් වර්ග ලබා දෙන හොඳ මාර්ගයන් වෙයි. කිරි, යෝගට්, සහ චීස් යනාදියද ප්‍රෝටීන් ලැබෙන හොඳ මාර්ගයන්ය. ප්‍රෝටීන් වලින් අපගේ මාංශ පේශීන්, වැඩීමට සහ රෝගවලින් මිදීමටද අපට උපකාරවත් වෙයි. ගර්භනී කාන්තාවන්ට සහ කුඩා ළමුන්ට හොඳින් වැඩීමට ප්‍රෝටීන් විශේෂයෙන්ම අවශ්‍ය වෙයි. මෙම වර්ගයේ ආහාරවල යකඩ සහ කැල්සියම් වැනි ඛනිජ ද්‍රව්‍යයද අඩංගු වන බැවින් එමගින් අපගේ ශරීර වර්ධනය වී හොඳින් ක්‍රියාකාරී වෙයි.

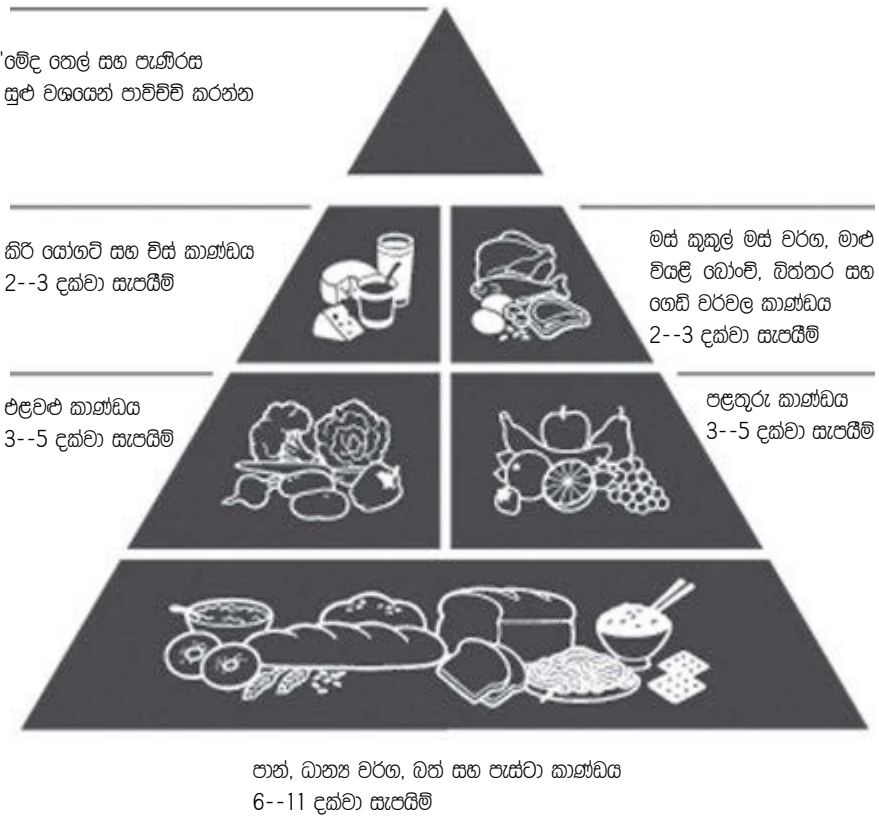
- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 89:14--17 කියවන්න. මෙම පහත සඳහන්ව තිබෙන ආහාර වර්ග මොනවාද? ඔබ අනුභව කරන මීට සමාන ආහාර මොනවාද?



22-අ. ආහාර කාණ්ඩවල එක් එක් ආහාර

ආහාර දර්ශක පිරමිඩය

දිනපතා ආහාර තෝරා ගැනීමට මග පෙන්වන්නක්



ධාන්‍ය වර්ගවලට අමතරව වැලවල හට ගන්නා ආහාර වර්ග වන කැකිරි, කොමඩු, තක්කාලි, පීස් සහ බෝංචි 16වන පදයේ සඳහන්ව ඇත. මෙම සෑම ආහාර ද්‍රව්‍යයකින්ම, ධාන්‍ය වර්ග වලින් ශරීරයට ලැබෙන පෝෂණයම ලැබේ. මෙමගින් අපට ප්‍රෝටීන්, විටමින් සහ ඛනිජ යම් ප්‍රමාණයක් ලැබේ. වඩාත් වැදගත් වන ස්වාභාවික පීටි හා සීනි වන කාබෝහයිඩ්‍රේට් එමගින් අපට ලබා දෙයි. අපගේ ශරීරවල කාබෝහයිඩ්‍රේට් පාවිච්චි වන්නේ අපගේ දිනපතා කටයුතු වලදී වැයවෙන ශක්තිය ලබා දීමටය.

යහපත් සෞඛ්‍ය තත්වයකට විවිධ ආහාර වර්ග අවශ්‍යය

සමහර අය සිතන්නේ ආමාශය පිරිනමී, කුමන ආහාර වර්ගයක් අනුභව කලද එය ප්‍රශ්නයක් නොවන බවය. මෙහි සත්‍යයක් නොමැත. එක් ආහාර වර්ගයක් වෙනත් ආහාර වර්ගයකට සමාන නැත. හැම වර්ගයකම එයට විශේෂිත වූ වටිනා කමක් ඇත. යම් ලෙඩ රෝග වලින් අපව ආරක්ෂා කිරීමට, පළතුරු, සහ එළවළු වල විටමින් වර්ග අපට අවශ්‍ය වෙයි. මස්වල සහ අනෙක් ආහාර වර්ගවල තිබෙන ප්‍රෝටීන් වැඩිමට අවශ්‍ය වෙයි. (යම් පවුල් සාමාජිකයෙකු මස් හා සත්ව මස් වර්ග ප්‍රිය නොකරන්නේ නම්, බෝංචි, පීස් ඇට වර්ග ප්‍රෝටීන් ලැබෙන හොඳ මාර්ග වෙයි.) තවද ධාන්‍ය වර්ග වල තිබෙන කාබෝහයිඩ්‍රේට් (පිෂ්ඨය) ශක්තිය සඳහා අපට අවශ්‍ය වෙයි. අපගේ ආහාරවේල් මූලික ආහාර කාණ්ඩ පහ අනුව සැලසුම් කරගතහොත්. අප සමබර ආහාර වේලක් ගන්නා බවට ස්ථිර කරගත හැකිය.

- දර්ශක 22 අ. පෙන්වන්න. "ආහාර කාණ්ඩවල එක් එක් ආහාර", 22-අ. "ආහාර දර්ශක පිරිමිඛය", හැම ආහාර කාණ්ඩයකටම ගැලපෙන ප්‍රාදේශීය ආහාර වර්ගවල ද්‍රව්‍යවර්ග සැපයීමට සොහොයුරියන්ට කියන්න.

හැම පුද්ගලයෙකුටම ආහාර කාණ්ඩයන් එකක් ඇතුළත් තියමින් ආහාරවේල් ගන්නක් සැම දිනකම අවශ්‍ය වෙයි. හැම පවුල් සාමාජිකයෙකුටම එක් ආහාර වර්ගයක් ඇතුළත් ප්‍රමාණවත් වේල් ගන්නක් සැලසුම් කරන බවට ස්ථිර කර ගැනීමට අපට අවශ්‍යය.

- හැම ආහාර කාණ්ඩයකින්ම සැපයුම් කරන පහත සඳහන් ද්‍රව්‍යවර්ග ඇතුළත් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලෑල්ලේ ඇති තොරතුරු වලට යොමු කරන්න.

<p>පාන් පෙත්තක්, පිසින ලද ධාන්‍ය කෝප්ප භාගයක්, බත් හෝ පැස්ටා.</p> <p>මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ සම්පූර්ණ පළතුරු, ගෙඩියක්: ටින්කල හෝ පිසූ පළතුරු, කෝප්ප භාගයක්.</p> <p>අමු කොළ සහිත එළවළු, පිසින ලද එළවළු කෝප්ප භාගයක්.</p> <p>කිරි කෝප්පයක්, පීස් අවුත්ස භාගයේ සිට 2 දක්වා</p> <p>පිසින ලද තෙල් රහිත මස්, කුකුළු මස් හෝ මාළු අවුත්ස 2--3 අතර, පිසින ලද වියළි බෝංචි කෝප්ප භාගයක්, බිත්තර 1ක.</p>

- ඔබ ඊයේ අනුභව කල දේවල් හුණු ලෑල්ලේ ලියන්න. හැම ආහාර වේලකම ආහාර කාණ්ඩයේ විවිධ ආහාර වර්ග ඇතුළත්ව තිබුණද? හැම ආහාර කාණ්ඩයකින්ම ප්‍රමාණවත් සැපයීම් දවස තුළදී ඔබට ලැබෙන්නේද? එසේ නොමැතිනම්. ඔබට ප්‍රමාණවත් සැපයීම් ලැබීමට ඔබට කල හැකි වන්නේ කුමක්ද?

හැම ආහාරයකම ප්‍රමාණවත් ලෙස ලැබීම සඳහා, අපගේ මුදල් ඥානාන්විතව යෙදවීමට හැම ආහාර කාණ්ඩයකින්ම මිල අඩු ආහාර වර්ග මිලදී ගැනීම අවශ්‍ය විය හැකිය.

- එක් ආහාර කාණ්ඩයක වඩාත් මිල අධික ආහාරය කුමක්ද? එක් ආහාර කාණ්ඩයක කුමන ආහාර වර්ගයද, එම කාණ්ඩයේම මිල අධික ආහාර වර්ගයකට සැසඳිය හැකිවන්නේ?

අපගේ ආහාර වේල්වලට ආහාර කාණ්ඩ පහ ඇතුළු කර ගැනීම

එක් කාණ්ඩයකින් ප්‍රමාණවත් සැපයුම් දවස තුළදී ඇතුළත් කර ගැනීමට ක්‍රම කිහිපයක් අපට අනුගමනය කළ හැකිය.

1. කැම වේලට අප සුදානම් කරන්නේ කුමක්දැයි දවසේ මුලදීම අපට සිතිය හැකිය. සමහර අවස්ථා වලදී අප කැම සුදානම් කරන වේලාව වන තෙක්ම සිටින විට, නිවසේ හොඳ වර්ගයේ ආහාර නොමැති බව අපට දැනගන්නට ලැබෙනු ඇත.
2. අපි කැම වේලාවක් සැලසුම් කරන විට, පොදු ආහාරයකින් ආරම්භ කිරීමට අපට පිළිවන. උදාහරණයක් වශයෙන්.... බත් සහ ඉරිඟු ගත හැකිය... ඉන් පසුව වෙනත් කාණ්ඩවල ආහාර එකතු කර ගන්න.
3. අපි වෙළඳ පළට යනවිට, අපට අවශ්‍ය ආහාර කාණ්ඩ පහේම ආහාර ගැනීමට අපට සිහිපීම සඳහා ලැයිස්තුවක් අපි සකස්කර යුතු වෙමු.
4. වත්තක් වගා කොට එහි එළවළු සහ පළතුරු වැඩීමට අපට පිළිවන. අපට වත්තක් නොමැති නම් බාල්දියක හෝ ලී පෙට්ටියක වවා ගැනීමට පුළුවන. සමහර විට, අපගේ ගහළුවන් හෝ ඥාතීන් සමඟ යම් ඉඩමක වගා කිරීමටද අපට පිළිවන.

අවසානය

අප හැම කෙනෙක්ම සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිටීමට කැමතිය. අපගේ ආහාරය ප්‍රවේශමෙන් සැලසුම් කළ විට, ආහාර කාණ්ඩ පහෙන් එකක් ප්‍රමාණවත් ලෙස ලබා ගැනීමට එය අපට උපකාරවත් වෙයි.

අභියෝගය

ඔබගේ හැම ආහාරයකම මූලික ආහාර කාණ්ඩ සහ සසඳන්න. ඔබගේ ආහාර වේල්වල ආහාර කාණ්ඩය නොමැති විට එවා එකතු කර ගැනීමට සැලසුම් කරන්න. කල්වේලා ඇතිව ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීම මගින් හැම කාණ්ඩයකම ආහාර එකතු කර ගැනීමට ඔබට උපකාරවත් වන බව මතක තබා ගන්න.

ඉගැන්වීම සහ ශිවිසුම 89 වෙනි කොටස කියවන්න. එවිට ස්වාමීන් වහන්සේගේ සෞඛ්‍ය නීතිය ගැන වඩාත් ඉගෙන ගැනීමට ඔබට හැකි වේ.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂ මුලධර්ම 29 වන පරිච්ඡේදය වන "ස්වාමීන් වහන්සේගේ සෞඛ්‍ය නීතිය අධ්‍යනය කරන්න.

2. ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 89 වන කොටස අධ්‍යයනය කරන්න. පාඩමේ සාකච්ඡා වන පද විශේෂයෙන්ම සටහන් කරගන්න.
3. ඔබගේ ප්‍රදේශය තිබෙන කුමන ආහාර වර්ගවල එකතුවක් හොඳ ආහාරයක් ලබා දෙන්නේදැයි දැන ගැනීමට රජයේ හෝ විශ්ව විද්‍යාල පෝෂණ සේවකයෙකු හෝ වෙනත් පෝෂණ විශේෂඥයෙකු සමඟ කථා කරන්න.
4. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කනත්දර, ශුද්ධ ලිස්විලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

මම සහ බිලීදා සඳහා පෝෂණය

23 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, ගර්භණී සහ කිරිදෙන මව්වරුන් ආහාරයට ගත යුතු දේවල් සහ මව්වරුන් තම බිලීදන්ට ආහාරයට දියයුතු දේවල් කුමක්දැයි දැන ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

ගර්භණී කාන්තාවන් සඳහා පෝෂණය

■ දර්ශක 23-අ පෙන්වන්න. මවට සහ බිලීදා යන දෙදෙනාටම හොඳ පෝෂණයක් තිබීම වැදගත්ය.

ගර්භණී කාන්තාව ඇයට සහ ඇගේ නව බිලීදන්ටත් සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිටීමට උපකාරවන වන ආහාර අනුභව කිරීමට ප්‍රවේශම් විය යුතුය. සෑම දිනකම ඇයගේ ආහාරයට ආහාර කාණ්ඩ පහෙන් හැම එකක්ම ප්‍රමාණවත් පරිදි සැපයෙන බවට ඇය ස්ථිර කර ගත යුතුය. මෙම කාණ්ඩ පහනම්. (1) පාන්, ධාන්‍ය වර්ග (2) එළවළු, (3) පළතුරු, (4) කිරි, පිස්, සහ යෝගට්, (5) මස්, කුකුල් මස් වර්ග සහ ගෙඩි වර්ගය, ගර්භණී කාන්තාවන්, ශරීරය විශ්ලේෂණී ප්‍රශ්න වලින් මිදීමට ජලය වැඩියෙන් පානය කිරීමටද වග බලා ගත යුතුය. තම ආහාර ඥානාන්විතව තෝරා ගන්නා කාන්තාවන්ට නිවැරදි ලෙස ආහාර නොගන්නා මව්වරුන්ට වඩා සාමාන්‍යයෙන් සෞඛ්‍ය සම්පන්න ශක්තිමත් බිලීදන් ලැබෙනු ඇත.

■ හැම කාණ්ඩයකින්ම ආහාර වර්ග කිහිපයක් නම් කරන ලෙස සෞභාග්‍යරීයත්ව කියන්න. ඉන්පසු ගර්භණී කාන්තාවක් සඳහා කැමවේලක් සැලසුම් කිරීමට ඔවුන්ට කියන්න. ඒවායෙහි කාණ්ඩ පහේ විවිධ ආහාර ඇතුළත්ව තිබෙන බවට සහතික කර ගන්න.

■ දරුවකු ලැබීමට සිටින මවකට නියමිත පෝෂණය වැදගත් වන්නේ මන්ද?

"මවට හොඳ පෝෂණයක් නොලැබී හෝ බිලීදාට අවශ්‍ය නියමිත පෝෂක පදාර්ථ ඇය තම ශරීරයට නොගත හොත්, නියමිත පරිදි බිලීදාගේ වැඩිමද, වර්ධනයද සිදු නොවේ.

"ඉපදුනු පළමු වර්ෂයේම මිය යන ළදරු මරණ සංඛ්‍යාව ලෝකයේ බොහෝ සංවර්ධනය වෙමින් පවතින රටවල ඉහළ යමින් පවතී. මෙම සංඛ්‍යාව ඉහල යාම සඳහා සෞඛ්‍යානුකූල හා විෂබීජ පැතිර යාමේ ප්‍රශ්න මෙන්ම, මන්ද පෝෂණ ප්‍රශ්නද බලපා ඇත. කෙසේ වෙතත් සංවර්ධිත රටවලද... ගර්භණී මව්වරුන් අතර, මන්ද පෝෂණයද, අධික මරණ සංඛ්‍යාවට දායකවී ඇත. ගර්භණී කාලය තුළදී යම් මවක් අඩු පෝෂණය ලැබීම විශේෂයෙන්ම ඇය බොහෝ තරුණ නම් ඇයගේ දරුවා ඉපදෙන විට ප්‍රමාණයෙන් හා බරින් අඩු වීමේ ප්‍රවණතාවය වැඩිය. ළදරුවන් අඩු-බරින් ඉපදුනු විට, ඉපදුනු විගසම මරණයට පත්වීමේ අවදානම වැඩිය. මවකගේ පෝෂණ තත්වය, ඇයගේ බිලීදාගේ සෞඛ්‍ය තත්වයට, ආධාර වන ඉතා වැදගත් සාධකයකි. ඇයගේ බිලීදාගේ ශරීර වර්ධනයටත්, ආරක්ෂාවටත් පෝෂණ පදාර්ථ සපයන ආහාර ඇය අනුභව කළ යුතුය. (1973--74, Relief Society Courses of Study [1973, 105].



23-අ. මවට සහ බිලිඳු යන දෙදෙනාටම හොඳ පෝෂ්‍ය පදාර්ථ වැදගත්වේ.

කුඩා බිලිදුන්ට සාමාන්‍යයෙන් මව් කිරි ඉතා අගනේය

කිරි ලබා දීමට හැකිවන පරිදි මවගේ ශරීරය, අපගේ ස්වර්ගික පිශාණන් වහන්සේ විසින් සාදා තිබෙන සේක. මෙම කිරි විශේෂයෙන්ම සාදා තිබෙන්නේ මිනිස් දරුවන්ට බිම සඳහාය. සත්ව කිරි වලට වඩා එය බිලිදුන් සඳහා ඉතා හොඳය. අළුත් බිලිදා ඉපදනු පසුව, මව් පියයුරෙන් එන ප්‍රථම දියරයද, වැදගත්ය. ප්‍රථම මාස කිහිපය තුළදී බිලිදා ලෙඩ රෝග වලින් ආරක්ෂා කිරීමට උපකාරවත් වන ද්‍රව්‍යයන් එහි අඩංගුය.

සෞඛ්‍ය හේතු මතසමහර අවස්ථාවන්වලදී මවකට සිය බිලිදාට තන කිරි දීමට නොහැකිය. එළු හරක්ගෙන් හෝ එළුවන්ගෙන් ලබා ගන්නා කිරි හෝ ක්‍රමානුකූලව සකස් කළ කිරිදු පාචිච්චි කිරීමට හැකි වුවද, සනීපාරක්ෂක ලෙස මෙම කිරි තබා ගැනීමට මව විශාල සැලකිල්ලක් දැක්විය යුතුය. හැකියාවක් තිබේ නම්, මව තම බිලිදාට මව් කිරි දිය යුතුය. බිලිදාට දෙන කිරි ප්‍රමාණයට මවගේ ආහාරයද බලපානු ලැබේ. ප්‍රමාණවත් පරිදි හොඳ ආහාර ගන්නා සහ ජලය පානය කරන මවකට සාමාන්‍යයෙන් ඇයගේ බිලිදා සඳහා ප්‍රමාණවත් කිරි ප්‍රමාණයක් සැපයිය හැකිය.

- සමහර මව්වරු, තම දරුවන්ට මව්කිරි නොදෙන්නේ මන්ද? කිරි වලට ප්‍රථමයෙන් එන දියරය බිලිදුන් සඳහා වැදගත් වන්නේ මන්ද? තන කිරි ලබා දීම මගින් ලැබෙන පෝෂණය සහ ලෙඩ රෝග වලින් ආරක්ෂා වීම අමතරව ලැබෙන වෙනත් වාසි මොනවාද?

බෝතලයෙන් කිරි දීම

තම දරුවාට තණ කිරි දීමට නොහැකි මවකට වෙනත් කිරි වර්ගයක් දිය හැකිය. මෙය සාමාන්‍යයෙන් හැඳින්වෙන්නේ දරුවාට බෝතලයෙන් කිරි දීම වශයෙනි (පසුව කප් එකකින් දිය හැකිය) දරුවාට බෝතලයෙන් කිරි දීමේදී පුරවෝපායන් අවශ්‍ය වෙයි.

1. බෝතලය පිරිසිදුව තබන්න. එය බිම වැටුන විටදී හෝ සුප්පුවෙහි මස්සන් වසා විෂබීජ තැවැරුනු විටදී බිලිදා අසනීප වීමට ඉඩ ඇත. බෝතලය සහ සුප්පුව සබන් මිශ්‍ර උණුවතුරෙන් සෝදා හොඳින් සෝදා ගන්න.
2. පිරිසිදු ජලය පාචිච්චි කරන්න. අපිරිසිදු ජලයෙන් කිරි මිශ්‍ර කල විට, ජලයේ තිබෙන විෂබීජ මගින් බිලිදාට අසනීප විය හැක. ජලය අපිරිසිදුයැයි හැඟෙනවිට එය නිතරම මිනිත්තු විස්සක් පමණ උණුකර, දරුවාට පෙවීමට පෙර නිවෙන්නට හරින්න.
3. කිරි නරක් වී තිබේ නම්, එය ඉවත දමා අළුත් කිරි පාචිච්චි කරන්න.
4. පිටි භාජනයේ ලේබලයේ හෝ සාදන ක්‍රමය කියවා බලා නිවැරදි ජල ප්‍රමාණය පාචිච්චි කරන්න. ළමයින්ට දෙන කිරි නියමිත ලෙස මිශ්‍ර නොවුන විට හෝ වැඩියෙන් මිශ්‍ර වූ විටදී ඔවුන් අසනීප වෙයි. කිරි දිගු කාලයක් තැබීමේ අදහසින් ජලය වැඩිපුර එකතු නොකරන්න.

ළදරුවන්ට වැඩිපුර ජලය මිශ්‍ර නොකල කිරි පෙවීමේ වැදගත්කම ගැන පෙන්වන කතාවක් වෛද්‍ය ජේම්ස් ඕ. මේසන් කිවිය.

එක් තරුණ පියෙක් සහ මවක් මේසන් වෛද්‍ය වරයාට ඔවුන්ගේ බිලිදාව බැලීම සඳහා තම නිවසට ආරාධනා කළහ. මව, සති හයක් වයසැති දියණියගේ පොරොත්තය ඉවත් කළ විට, බිලිදා ඉතා කෙසෙහි බව දැකීමෙන් වෛද්‍ය වරයා කම්පනයට පත්විය. ඇයගේ ශරීර කටුවල හැඩය පවා දැක ගැනීමට ඔහුට හැකිවිය. බිලිදාට මව්කිරි දීමට නොහැකි වූයේ මව ගරහණී කාලය තුළදී තදින්ම අසනීපව සිටි නිසා බව දෙමාපියෝ ඔහුට කීහ. දරුවා ඉපදන විට ඔවුන් සකස්කල විශලි කිරි පිටි

ටින් එකක් මිලදී ගත් නමුත්. එය අවසන් වූ විට තවත් ටින් එකක් ගැනීමට ඔවුන්ට මුදල් නොතිබිණි. වෛද්‍ය වරයා මෙසේ ඇසීය. "ඔබ දැන් දරුවාට පොවන්නේ මොනවාද?" පැහැදිලිව පෙනෙන දිශරයකින් පිරිනැමූ බෝතලයක් ඔවුහු වෛද්‍ය වරයාට පෙන්වූහ. දිශරය වනාහි කුඩා ටින් එකකින් ගත් උකු කිරි බිත්දු කිහිපයක් පලයෙහි දිග කර ගත්තකි. බිලිදාට කිරි මිලදී ගැනීම සඳහා එම පවුලට දීමට මේසන් වෛද්‍යවරයා ශාඛා සභාපති තුමාට මුදල් දුන්නේය. කිරි සාදා ගන්නා අන්දම ගැනද, ඔහු පවුලේ අයට උපදෙස් දුන්නේය. වෛද්‍යවරයාගේ උත්සාහයන්ද අපගේ හරිමින් බිලිදිය පසුව මිය ගියාය. ඔවුන්ගේ බිලිදියට ප්‍රාදේශීය සංවිධානයකින් කිරි සැපයීමේ හැකියාව තිබූ බව බොහෝ කලකට පසුව ඔවුන්ට දැනගන්නට ලැබිණි. (බලන්න "For the Health of the Saints," in *Speeches of the Year, 1974[1975],153--54.*)

- තාත්වික නිරූපන: බෝතලයක් හොඳින් පිරිසිදු කිරීම හා බිලිදෙකුට කිරි සාදන අයුරු පෙන්වා දෙන්න.

බෝතලයෙන් කිරි පෙවීමේදී අමතර සැලකිල්ලක් අවශ්‍ය වේ. එනමුත් බෝතලයෙන් කිරි බොන දරුවන් නිරෝගි වනු ඇත. යම් කලකදී දරුවාට බෝතලය අවශ්‍ය විය හැකි වුවද, තව දුරටත් දරුවාට මව් කිරි දීම වඩා හොඳය.

බිලිදුන් සඳහා වෙනත් ආහාර

බිලිදුන් වයසින් වැඩෙන විට ඔවුන්ට කිරි වලින් පමණක් සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිටිය නොහැක. ඔවුන්ට වෙනත් ආහාර අවශ්‍යය. මව් කිරි වලින් කොපමණ කලක බිලිදාගේ අවශ්‍යතාවයන් සැපයේදැයි දැන ගැනීම අපහසුය. එම නිසා මාස හයේදී පමණ බිලිදා වෙනත් ආහාර ගැනීම ආරම්භ කල යුතුය.

වැඩිහිටි පුද්ගලයන්ට අවශ්‍ය වන එම කාණ්ඩ පහෙන් බිලිදුන්ටද ආහාර අවශ්‍ය වේ. මූලික ආහාර කාණ්ඩවල විවිධ ආහාර වර්ග බිලිදුන්ට ලබා ගැනීමට උපකාරවත් වන එක් මාර්ගයක් නම් ටින්කල බිලිදු ආහාරයන්ය. ටින් කල බිලිදු ආහාර ලබා ගැනීමට නොහැකි විට, වැඩිහිටියන් අනුභව කරන ආහාර වලින්ම බිලිදුගේ ආහාර පහසුවෙන්ම සාදා ගත හැකිය. මෙම ආහාර ඉතා පිරිසිදුව තැබිය යුතුය. ඒවා තම්බා පොඬිකර හෝ පෙරා ගැනීමෙන් බිලිදුට දුන් එමට පෙර වුවද, ඔහුට හෝ ඇයට ඒවා ලෛහෙසියෙන්ම කැමට පිළිවන.

පොත්තකින් ආවරණයවූ පළතුරු, අනෙක් පළතුරු වලට වඩා පිරිසිදුය. උදාහරණයක් වශයෙන් ඉදුනු කෙසෙල් ගෙඩි බිලිදුන්ට හොඳ ආහාරයකි. අනෙක් පළතුරු ප්‍රවේශමෙන් සෝදා, පිරිසිදු පිහියකින් පොතු හැර ගත යුතුය. හැම පළතුරක්ම ඇල්ලීමට පෙර අත් පිරිසිදුව තබා ගත යුතුය.

පිසින ලද එළවළු, විශේෂයෙන්ම කොළ සහිත එළවළු, ඉතා හොඳ බිලිදු ආහාරයකි. බිලිදුන්ට කැමට පහසු වන ලෙස ඒවා කපා පොඬි කර ගැනීමට ලෙහෙසිවන අතර, බිලිදෙකුව නිරෝගීව තැබීමට අවශ්‍ය විටමින් වර්ගද එහි ඇතුළත්ය.

ධාන්‍ය වර්ගවල කාබෝහයිඩ්‍රේට් අන්තර් ගත බැවින් ඒවාද හොඳ බිලිදු ආහාර වේ. කෙසේ වෙතත් නිරෝගීව සිටීමටත්, හොඳින් වැඩීමටත් අනෙකුත් ආහාර ද්‍රව්‍යයන් වන පළතුරු, එළවළු බිත්තර සහ කිරි බිලිදුන්ට තව දුරටත් අවශ්‍ය වෙයි.

සමහර අය සුප් වර්ග බිලිදුන්ට ආහාරයට දෙති. සුප් හොඳය. ඒවා පිසින ලද විෂබීජ රහිත ආහාර වේ. නමුත් සුප් වලින් පමණක්ම බිලිදෙකුට වැඩිමට උපකාරවත් විය නොහැකිය. බිලිදුන් ඔවුන්ට අවශ්‍ය විටමින්, ඛනිජ ප්‍රෝටීන් සහ කාබෝහයිඩ්‍රේට් ලබා ගැනීමට අනෙක් ආහාර වර්ගද ගත යුතුය.

දෙමව්පියන් බිලිදුන්ගේ ආහාරය සඳහා එක වරකට හඳුන්වාදිය යුත්තේ එක් නව ආහාරයකි. සමහර අවස්ථා වලදී එවන් ආහාරයක් බිලිදුට අහිතකර විය හැක. වමනය, පෙනහලු හෝ නාසය හිරවීම, පාවනය හෝ පලු දැමීම මෙහි ප්‍රතිඵල විය හැකිය. එක් වරකට එක් අළුත් ආහාරයක් පමණක් හඳුන්වාදීම මගින් කුමන ආහාර වර්ග බිලිදුට අහිතකරද, කැමට හැකි මොනවාදැයි දෙමව්පියන්ට දැනගත හැකිය.

- කාණ්ඩ පහෙන් බිලිදුට කැමට හැකි ආහාර වර්ග මොනවාද? මෙම ආහාර පිළියෙල කර ගත්තේ කෙසේද?
- බිලිදෙකු වෑන්වෙන් ආහාරයක් සැලසුම් කිරීමට සොහොයුරියන්ට කියන්න. එහි මූලික ආහාර කාණ්ඩවලට විවිධ ආහාර වර්ග ඇතුළත් බවට සහතික වන්න.
- තාත්වික නිරූපන: බිලිදු ආහාර වර්ග දෙක තුනක් සාදා ගන්නා අන්දම පෙන්වන්න.

අවසානය

අපි අනුභව කරන ආහාර ප්‍රවේශයෙන් තෝරා ගැනීම අවශ්‍ය වෙයි. මෙය විශේෂයෙන්ම වැදගත් වන්නේ ගර්භණී කාන්තාවන්ට සහ කිරි දෙන මව්වරුන්ටය. අප දෙන ආහාර මගින් අපගේ බිලිදුන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්වයටද බලපෑම් ඇතිවේ. බිලිදුන්ට දිය හැකි හොඳම කිරි වර්ගය මව් කිරි වුවද, ශක්තිමත්ව සහ නිරෝගිව වැඩීම සඳහා බිලිදුන්ට මාස කිහිපයක් තුළදී කාණ්ඩ පහෙන්ම ආහාර කැමට දීම අවශ්‍ය වෙයි.

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. මෙම දැන මුතුකම් පොතේ "පවුල සඳහා පෝෂණය" යන 22 වෙනි පාඩම නැවත කියවන්න.
2. (අවශ්‍යනම්) බිලිදු කිරි බෝතලයක් සහ සාදන පිළිවෙල පංතියට රැගෙන විත්, බෝතලය පිරිසිදු කිරීම සහ බිලිදුට කිරි සාදන අන්දම ගැන පෙන්වා දෙන්න.
3. (අවශ්‍යනම්) විශේෂයෙන්ම බිලිදුන් සඳහා පමණක්ම සුදුසු යම් ආහාරයක් පංතියට ගෙනෙන්න. හැකිනම්, ආහාර පිළියෙල කරගන්නා උපකරණද රැගෙන එන්න.
4. ඔබ ප්‍රියකරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි සහ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ලෙඩ රෝග වලින් ආරක්ෂා වීම

24 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපට නිරෝගිව සිටීම සඳහා රෝග වැළැක්වීමේ මූල ධර්මයන් පුරුදු වීම අපට සිහිපත් කිරීමයි.

නිරෝගිව සිටින අන්දම අපි ඉගෙන ගත යුතු වෙමු

පුරාණ කාලයේ මිනිස්සු රෝග වලට හේතුව නොදැන සිටියහ. රෝග වැළඳෙන හේතු වශයෙන් ඔවුන් සිතා සිටියේ නපුරු, ක්‍රියා, බිලි පුපා නොකිරීම සහ හුනියම් කිරීම බවයි. වසර සිය ගනණක් අධ්‍යයනය කිරීමෙන් පසුව, බොහෝ රෝගවලට හේතුව විද්‍යාඥයන්ද, රෞද්‍යවරුන්ද අවබෝධ කරගෙන සිටිති. වර්ෂ 1830 සුභාරංචිය නැවත පිහිටුවීමෙන් පසුව වැඩි අවබෝධයක් අපට ලැබී ඇත. එම කාලයේ පටන් ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය පොළොව මත වගුරුවා ඇති සේක. අපට නිරෝගිව සිටීම සඳහා උපකාරවත් වීමට බොහෝ නව සොයා ගැනීම් සිදු කර ඇත.

වැඩිහිටියන් වශයෙන් අපට නිරෝගිව සිටීමට අපට උපකාරවත් වන කරුණු දැනගෙන ඒ අනුව කටයුතු කිරීමට අපට අවශ්‍ය වන්නේය. මේ කරුණු ගැන අපි අපගේ ප්‍රමාදයටද ඉගැන්විය යුතුය. හොඳ ශරීර සෞඛ්‍යය පිළිබඳව යහපත් හැඟීමකින් යුතුව කටයුතු කිරීමට අපි අපගේ පවුල වලට ඉගැන්විය යුතු වෙමු. සමහර ශිෂ්ටාචාරයන් තුළ දෙමාපියෝ සිය දරුවන් දැනුවු විට ඔවුන්ට බෙහෙත් විදින බව කියති. මෙය මොඩ ක්‍රියාවකි. මෙයින් ප්‍රමාදයට උගන්වනු ලබන්නේ හොඳින් නිරෝගිව සිටීමට සිතීම දඬුවම් ලැබිය හැකි වරදක් ලෙසය.

මෙම පාඨමෙන් අපට නිරෝගිව සිටීමට උපකාරවත් වන කරුණු කිහිපයක් අපි නැවත නිරීක්ෂණය කරමු.

විෂබීජ පාලනය කිරීම, රෝග වළක්වා ගැනීමට උපකාරවත් වෙයි.

විෂබීජ යනු රෝග උපදවන ඉතා කුඩා ප්‍රාණවත් දේවල්ය. සමහර විෂබීජ එක් අයෙකුගෙන් තවත් කෙනෙකුට ගමන් කරයි. වෙනත් විෂබීජ සතුන්ගෙන් මිනිසා වෙත ගමන් කරයි. විෂබීජ ශරීරයකට ඇතුළුවූ විට, නොයෙක් ආකාරයෙන් ලෙඩ රෝග ඇති කරයි. ඒවා පිවත්ව හොඳින් වර්ධනය වන්නේ උණුසුම් තෙතමනය සහිත අඳුරු ස්ථානවලය. ඒවා සතුන් අතර මෙන්ම, සතුන්ගේ සහ මිනිසුන්ගේ අපද්‍රව්‍යවලද වැඩේ. විෂබීජ පිවත්වීමට බල පවත්වන ස්ථාන අපි විනාශ කළ යුතු වෙමු.

- මෙම තත්වයන් ඉවත් කිරීමට අපට කළ හැකි දේවල් මොනවාද? සොහොයුරියන් සැපයූ සෝපනාවලට මේවාද එකතු කරන්න.

ක්ෂුද්‍ර ජීවිත නිවසින් ඉවත් කරන්න

ක්ෂුද්‍ර ජීවිත නිවසින් ඉවත් කිරීමේ එක් මාර්ගයක් වන්නේ, හැකි ස්ථානවල ජනලවලට මෙන්ම දොරවල් වලටද දැල් ආවරණ දැමීමයි. විශේෂයෙන්ම උණුසුම් කාලගුණයක් පවතින විට මෙම දැල් ආවරණ හොඳින් අළුත් වැඩියා කල යුතුය.

විෂ බීජ ජීවත්වන ස්ථාන පිරිසිදුව තබන්න

නිවසේ අපි ආහාර පිසින ස්ථාන, ස්නානය කරන ස්ථාන,ඇඳුම් සෝදන ස්ථානද නිතරම තෙතමනයෙන් යුක්තය. මෙම ස්ථාන විශුද්‍රීකරණය වනා ගැනීමේ මාර්ග තිබේ. තෙතමනය සහිත ස්ථාන විශේෂයෙන්ම උණුසුම්ව තිබෙන විට ප්‍රශ්න කාර්ය. හිරු එළියේ උණුසුම් තිබුනද,, එමගින් විෂබීජ වර්ධනය වැළැක්වීමට උපකාර ලැබේ.

- විෂබීජ ඉවත් කිරීම සඳහා විටින් විට හිරු එළියේ තැබිය හැකි භාණ්ඩ මොනවාද?

සතුන්ගේ හා මිනිසුන්ගේ අපද්‍රව්‍ය මනා ලෙස ඉවත් කිරීම

සතුන්ගේ සහ මිනිසුන්ගේ අපද්‍රව්‍ය වල විෂබීජ ජීවත් වෙයි. අපද්‍රව්‍ය පවතින විට, එහි මැස්සන් වසා, ඔවුන්ගේ සියුම් කෙඳි සහිත දෙපාවල විෂබීජ තවරා ගනී. මැස්සන් වෙන් ස්ථානයක වැසු විට, මෙම විෂබීජ තැවරීමට පිළිවන.

- සත්ව හා මිනිස් අපද්‍රව්‍ය අපට ඉවත්කල හැක්කේ කෙසේද? (මිනිස් අපද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීමට කැසිකිලි හෝ වැසිකිලි පාවිච්චි කරන්න. සතුන් පෙට්ටියක තබන්න. මස් වර්ග නොකන සතුන්ගේ අපද්‍රව්‍ය වත්තේ වළලන්න. අපද්‍රව්‍ය කුණුවලින් හෝ දැල්වලින් හෝ කවරයකින් වසා තැබීමෙන් එවාට මැස්සන්ට ඇතුළු වීමට නොහැකි වේ.)

ආහාර කෘමීන්ගෙන් ආරක්ෂා කරගන්න

පාවිච්චියට නොගත් ආහාර කෘමීන්ට ඇතුළුවිය නොහැකි අල්මාරියක තබන්න. ඔබට ශීතකරණයක් තිබේ නම්, ආහාර එහි තබන්න. ශීතකරණයක් හෝ ශීතාගාරයක් ආහාර බොහෝ සිසිල්ව තබයි. සමහරක් විෂබීජ සුළුගේ ගසාගෙන යන බැවින්, අපගේ ආහාර සුළුගෙන්ද ආරක්ෂා කල යුතුය. ඉතා උණු දේශගුණයක් පවතින විටදී, හොඳ ආරක්ෂිතයක් තුල ආහාර හොඳින් ගබඩා කරන්න.

රෝගවලින් වැළකීමට ප්‍රතිශක්ති කරණය උපකාරවත් වෙයි.

ප්‍රතිශක්ති කරණය මගින් අපටද අපගේ පවුල්වල අයටද යම් රෝග වලින් ආරක්ෂා විය හැකිය. යම් රෝගවලට එක් ප්‍රතිශක්ති කරණයක් ප්‍රමාණවත් වුවද, වෙනත් රෝග වලට ප්‍රතිශක්ති කරණ කිහිපයක්ම නියමිත කාල සීමාවක් අතරදී ලබා ගැනීමට අපට සිදු වෙයි. පෝලියෝ එක් කාලසීමාවකදී ඉතා සුලභව පැවති රෝගයකි. වසර ගනනාවකට ඉහතදී, වෛද්‍යවිද්‍යාඥයෙකු විසින් මෙම රෝගයෙන් මිනිසුන් ආරක්ෂා කර ගැනීමේ ක්‍රමයක් සොයා ගන්නා ලදී. ඔහු පෝලියෝ ප්‍රතිශක්ති කරණය වැඩි දියුණු කළේය.මෙම ප්‍රතිශක්ති කරණය ලබා ගන්නා අයට මෙම රෝගයෙන් ආරක්ෂා විය හැකිය. වරක් මෙම රෝගයෙන් මිනිසුන් මිය ගිය අතර තවත් බොහෝ පිරිසක් කොරැන් බවට පත්විය. ලෝකයේ බොහෝ ප්‍රදේශවල මිනිසුන්ට සෞඛ්‍ය සායනයකින් හෝ වෛද්‍යවරයෙකුගෙන් මෙම ප්‍රතිශක්ති කරණය ලබා ගත හැකිය.

- ඔබගේ ප්‍රදේශයේ බහුලව ඇති රෝග මොනවාද? සෞඛ්‍ය සායනයකදී, වෛද්‍යවරයන් හෝ සේවකයන් නිර්දේශ කරන ප්‍රතිශක්ති කරණ මොනවාද? එවා ලබාදෙන කාල සීමාවන් මොනවාද? ඔබගේ පවුල ආරක්ෂා කර ගැනීමට අවශ්‍ය ප්‍රතිශක්ති කරණ ලබා ගැනීමට ඔබට කුමක් කල

රෝග වලට ඔරොත්තු දීම සහ ප්‍රතිශක්තිය නිර්දේශ ප්‍රතිශක්ති කරණ කාල සටහන

රෝග

වයස

	උපත	1 වෙනි මාසය	2 වෙනි මාසය	4 වෙනි මාසය	6 වෙනි මාසය	12 වෙනි මාසය	15 වෙනි මාසය	18 වෙනි මාසය	වයස 4-6 දක්වා	වයස 11-12 දක්වා	වයස 14-16 දක්වා	වැඩිහිටි
අක්මාව ඉදිමීම බී (එච්. ඩී. ටී.)	එච්.බී.ටී. 1											එ.සී
		එච්.බී.ටී. 2 (මාස 1කට පසුව 1)		එච්.බී.ටී.3 (මාස 5කට පසුව 2)					එච්.බී.ටී. 1,2,3 (කලින් වෙහෙත් එද නොගත් අය)			
ගලපටලය, පිට ගැස්ම, කක්කල් කැස්ස (පර්ටුසිසිස්)		ඩී.ටී.එච්. 1 හෝ ඩී.ටී.එච්.1	ඩී.ටී.එච්. 2 හෝ ඩී.ටී.එච්. 2	ඩී.ටී.එච්. 3 හෝ ඩී.ටී.එච්. 3		ඩී.ටී.එච්. 4 හෝ ඩී.ටී.එච්. 4		ඩී.ටී.එච්. 5 හෝ ඩී.ටී.එච්. 5	බී.ටී.බී. බුෂරිටරය අවු. 10කට වරක්			
නෙමෝගිල්ස් ප්‍රතිශන උණ බී. වර්ගය (එච්.අයි.ඩී)		එච්.අයි.බී. 1	එච්.අයි.බී. 2	එච්.අයි.බී. 3	එච්.අයි.බී. 4							
පෝලියෝ		පෝලියෝ 1	පෝලියෝ 2		පෝලියෝ 3			පෝලියෝ 4				සී
සරම්ප කම්මුල්ගාය, රුධිරාශ්‍රිත (එම්.එම්.ආර්)					එම්.එම්.ආර්-1			එම්.එම්. ආර්-2	එම්.එම්. ආර්-2 (වයස 4-6 තාක්ෂණය)			සී ඩී
වැටිසෙල්ලා (පැපොල්) (ටී.එ.ආර්.)					ටී.එ.ආර්-1			ටී.එ.ආර්-1(කලින් නොකරුව)				සී.ර.
ප්‍රතිශන උණ (උණට එන්නත)	වාර්ෂිකව 65 ඒයැබී හා වැඩි අය, සුවසේවකයන් හා අවදානම බාරගත් අය වයස අවු.2 හා ඊට වැඩි ඇදීම හඳු රෝග, දියවැඩියාව සහ නිදහස් රෝග වලින් පෙළෙන අය වෙද වර්ගයකු හමුවන්න. බිත්තර වල ප්‍රතික්‍රියා ඇති අයට නිර්දේශ කරනු නොලැබේ.											
නිව්මොනියාව	එක් වරක් හෝ අවදානම් සහිත අය සඳහා අවුරුදු 5කට පසුව අවුරුදු 5 සහ වැඩි අය සඳහා නිදහස් රෝගීන් වයස අවුරුදු 2 හෝ වැඩි අය සඳහා වෙද අවදානම අනුව ස්වදේශික ඇමරිකා වාසීන් අතර වැඩි විශේෂ පරිසරයක හෝ සමාජ ක්‍රමයක ජීවත්වන අය වෙද වර්ගයකු හමුවන්න.											
අක්මාව ඉදිමීම අ	මාත්‍රා දෙකයි. 2 මාස 6කට පසුව 1.ජාත්‍යන්තර ගමන් යන අවුරුදු 2 හෝ වැඩි අය සඳහා (පහත සී බලන්න) නිදහස් රෝගීන් වෙද වර්ගයකු හමුවීම රෝග හෝ අක්මාව ඉදිමීමේ ඒ අවදානම් වැඩි අය වෙද වර්ගයකු හමු වන්න.											
	<p>අ. සෞඛ්‍ය හා ජනතා ආරක්‍ෂක සේවකයන් සහ අනෙක් අවදානම් වැඩි අය වෙද වර්ගයකු හමුවන්න.</p> <p>බී. අවුරුදු 5කට පසුව එන්නතක් විෂමාජ ආරක්‍ෂක හේතු මත අවශ්‍ය විය හැකිය. වෙද වර්ගයකු හමුවන්න.</p> <p>සී. ගම් ජාත්‍යන්තර ගමන් යෑම. වෙද වර්ගයකු හෝ ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය දෙපාර්තමේන්තුව වෙත යන්න.</p> <p>ඩී. මාත්‍රා දෙකයි. අඩු වශයෙන් සති හතරකට වරක්, වෙද වර්ගයකු හමුවන්න. 1957 වර්ෂයේ හෝ ඉන්පසුව ඉපදුන වැඩිහිටියන් ප්‍රතිශක්තිය හීනවී තිබේනම්, අඩු වශයෙන් 1 මාත්‍රාවක් ගත යුතුය. අවදානම වැඩි අය (පාසල් සිසුන්, සුව සේවකයන් සහ අන් අය) ගර්භණී හෝ මාස 3ක් ඇතුළත ගර්භණීවන අයට නිර්දේශ නොකෙරේ.</p> <p>ඊ. මාත්‍රා දෙකයි. අඩු වශයෙන් සති 4--8 අතර කොටසක් වශයෙන් සියළුම නවීනවීන් වැඩිහිටියන් සහ අවදානම් වැඩි අය (සුව සේවකයන්, තරුණ ළමයින්ගේ ගුරුවරු, දිවා සුරැකුම් මධ්‍යස්ථාන සේවකයන් වැනි අය) විශ්වාසවන්ත රෝග ඉතිහාසයක් ඇති පැපොල් රෝගීන් ප්‍රතිශක්ති ජනක බව කීව හැක. ගර්භණී හෝ මාස 1ක් ඇතුළත ගර්භණී වන අයට නිර්දේශ නොකෙරේ. සුළු අසනීව වලදී ප්‍රතිශක්ති කරණය කළ නොහැකි යුතුය.</p>											

24-අ. රෝගවලට ඔරොත්තු දීම හා ප්‍රතිශක්තිය



24-ආ. බුද්ධිමත් කාන්තාවක් ප්‍රමාණවත් නින්දක් ලබා ගැනීම, පෝෂණීය ආහාර වේල අනුභව කිරීම, අඩු වශයෙන් දවසකට දෙවරක් නිසිලෙස ඇයගේ දත් මැදීම සහ නිතරම ඇයගේ අත් සේදීම යන කරුණු ඉටු කිරීම ගැන නිශ්චිත වෙයි.

හැකිද? ප්‍රතිශක්ති කරණ ලබාදෙන අවස්ථා සහ ස්ථාන ගැන සොහොයුරියන්ට කියන්න. ඒවා ලබාගැනීමට සාම සඳහා වේලාවක් වෙන් කරන ලෙස සොහොයුරියන්ට යෝජනා කරන්න.

- දර්ශක 24-අ. පෙන්වන්න. රෝගයට ඔරොත්තු දීමේ ප්‍රතිශක්තිය ඔවුන්ගේ දැනමුතුකම් පොත්වල ඇති සටහන් අධ්‍යයනය කිරීමට සොහොයුරියන්ට වේලාව ලබා දෙන්න.

යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු රෝග වළක්වා ගැනීමට උපකාර කරයි.

- දර්ශක 24-ආ. පෙන්වන්න. "එක් බුද්ධිමත් තරුණ කාන්තාවක් තමා ප්‍රමාණවත් නින්දක් ලැබීම පෝෂ්‍යජනක ආහාර අනුභවය. අඩු වශයෙන් දිනකට දෙවරක් හොඳින් දත් මැදීම. නිතරම තම අත් සේදීම යන කරුණු ඉටු කිරීම ගැන නිශචිත කර ගනියි.

යහපත් සෞඛ්‍ය තත්වයක් අපට ලබා දෙන පුරුදු වර්ධනය කර ගැනීමට අපට පිළිවන. මෙවැනි පුරුදු කිහිපයක්නම්, උාත්‍රියේදී ප්‍රමාණවත් නින්දක් ලැබීම. හොඳ ආහාර වර්ග අනුභව කිරීම, දිනපතා යම් ව්‍යායාමයක් කිරීම වෙයි. ශරීරය පිරිසිදු කිරීමේ යහපත් පුරුද්ද අපි ඇති කර ගත යුතු වෙමු. ක්‍රමානුකූල ස්නානය සෑම ආහාර වේලකින්ම පසු හොඳින් දත් මැදීම, පිරිසිදුව තබා ගැනීම, වැසිකිලිය පාවිච්චි කිරීමෙන් පසුව අත් සෝදා ගැනීම කිවිසුම් සාමේදී අපගේ නාසය සහ මුඛය වසා ගැනීම යනාදිය ඇති කර ගත යුතු හොඳ පුරුදුය. උණ්ණ දේශගුණයකදී විෂබීජ වලින් ආරක්ෂා වීමට හැම කෙනෙකම සෙරෙප්පු හෝ වෙනත් පා ආවරණයක් පැළඳිය යුතුය.

- යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු වලට තමා පුරුදුවී පවුල් සාමාජිකයන්ටද ඉගැන්වූ අන්දම ප්‍රකාශ කරන ලෙස සොහොයුරියන්ට කියන්න.

ලෙඩ රෝගවැළඳුණ විට

අසනීපයක් සාමාන්‍යයෙන් අපගේ හැඟීම්ද, අපගේ ශරීරයේ බාහිර පෙනුමද, අපගේ ක්‍රියාවන්ද වෙනසකට පත් කරයි. හදිසි වෙනසක් හෝ තදබල වෙනසක් නිතරම පෙන්නුම් කරන්නේ කිසියම් අනතුරක පෙර නිමිත්තකි. අසනීප මගින් පෙන්නුම් කරන සමහර වෙනස් වීම් නම්. වේදනාව උණ, වෙව්ලීම කෑම අරුචිය, ඔක්කාරය සුදුමැලිවීම, හිස කැරකිල්ල, දුර්වලකම, ඇගේ පල දැමීම, කැසීම ඉදිමුම සහ අතීසාරය වැනි රෝගාබාධයන්ය.

අප අසනීප වූ විට හොඳින් රෝග නිදවාරණය කර ගැනීම සඳහා අපි සායනයකට හෝ වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යා යුතුය. පුප්‍රක ආශිර්වාද ද උපකාරවත් වෙයි. ආශිර්වාද ලැබීමට කටයුතු කිරීම ස්වාමිත් වහන්සේ අපගෙන් බලාපොරොත්තු වන සේක. රෝගයකින් සුවවීමට අපට මග පෙන්වීම සඳහා අපි වෛද්‍ය වරයාට ඉඩ දිය යුතුය. ඉන්පසු අපි යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු, ඇදහිල්ල, ශාඛ්‍යව හා පුප්‍රක ආශිර්වාද ද එයට එකතු කල යුතුය. අපි මෙම කටයුතු කරන්නේ නම් බොහෝ රෝගවලින් මිදීමට අපට හැකිය.

- ලෙඩ රෝගවලින් වැලකී සිටීමට උපකාරවත් වීම සඳහා ඔබ අද දවසේ හෝ මෙම සතියේදී කරන කටයුතු මොනවාද?

අවසානය

අපි මෙම පොළොවේ ස්වාමිත් වහන්සේගේ සේවකයන් වෙමු. උන්වහන්සේට සාර්ථක ලෙස සේවය කිරීම සඳහා අපි නිරෝගිව සිටිය යුතු වෙමු. අප නිරෝගිව, නිරෝගි ලුමයින් ඇති දැඩි කරන විට සයෝනය ගොඩ නැඟීමට අපට උදව් විය හැකිය.

රෝග වලින් හා අසනීප වලින් ආරක්ෂා වීමට ස්වාමීන් වහන්සේ අපට මාර්ග බොහොමයක් ලබාදී ඇති සේක. උන්වහන්සේ අපගෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ ඥානය පාවිච්චි කරමින් අපට කල හැකි හැම දෙයක්ම කිරීමයි. උන්වහන්සේ අපගෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ, අසනීපවූ අය ගැන හොඳින් සැලකීමෙන් වීමයි. උන්වහන්සේ අපට පොරොන්දු වී තිබෙන්නේ ඇදහිලිල ගාස්තුව හා පුප්ක බලය තුලින් උන්වහන්සේගේ කැමැත්ත අනුව අපට සුවපත් විය හැකි බවයි. ලිගම් යන්ග් සභාපති තුමා මෙසේ ඉගැන්වීය. "වර්තමාන ජීවිතය, සෞඛ්‍යය පිළිබඳ හැම නීතියක්ම පිළිපදිමින් සහ මහන්සිය, අධ්‍යයනය, විවේකය, විනෝදවීම් හොඳින් සමබර කරමින් හැකි තරම් අනන්තය දක්වා දීර්ඝ කරමු. එසේ කරමින් ජීවිතයකට වඩා හොඳින් සුදානම් වෙමු. අපි මෙම මුල ධර්මයන් අගේ ප්‍රමයින්ටද උගන්වමු." (*Discourses of Brigham Young* sel. John A. Widtsoe [1954], 186)

අභියෝගය

ඔබගේ පවුල සාමාජිකයන්ට යහපත් සෞඛ්‍ය නීති පුරුදු වීමට කියා දීමට සඳහා මෙම පාඩමේ උගන්වා තිබෙන මාර්ග පාවිච්චි කරන්න. දුර්ගක 24-අ. සටහන නැවත බලන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර

1. ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයට ගොස් ඔබ ප්‍රදේශයේ ජනතාවට කුමන ප්‍රතිශක්ති කරණ නිවේද්‍යය දැන ගන්න. ඒවා ලබා දෙන දිනයන් ඔබ රැගෙන ආ යුතු වාර්තා සටහන් මොනවාද යන්නත් දැන ගන්න.
2. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ගෙවතු වගාව

25 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, ගෙවතු වගාව ආරම්භ කිරීම හෝ අපට තිබෙන ගෙවත්ත වැඩි දියුණු කිරීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

අපගේ අනාගත වත්තාවරු ගෙවත්තක් තබා ගැනීමට අපෙන් ඉල්ලා ඇත.

ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපති තුමා සැම ස්ථානයකම සිටින පසු දවසවල ශුද්ධවත්තයන් අමතා තමාගේම ආහාර නිපදවා ගන්නා ලෙස ඉල්ලීය. එතුමා මෙසේ කීය. "ඔබගේම ඉඩම්වල ඔබට හැකි ප්‍රමාණයක් සියලුම ආහාර වවාගන්නා ලෙස අපි ඔබ රෙධිර්ශයමත් කරන්නෙමු. බේරි පදුරු, මිදිවැල් පළතුරු ගස් වරග... ඒවා වැඩිමට යහපත් දේශගුණික තත්වයක් තිබේ නම්, ඒවා සිටුවන්න. ඔබගේම වත්තේ එළවළු සිටුවා ඒවා ආහාරයට ගන්න. කාමරවල පීච්චන අයට වුවද... සාමාන්‍යයෙන් පෝෂීවල හා වැවිලි ආධාරක වල වවා ගැනීමට පුළුවන. ඔබගේම ආහාරය සපයාගන්නා හොඳම ක්‍රියාමාර්ග ගැන අධ්‍යයනය කරන්න. ඔබගේ ගෙවත්ත... පීලීවලකට හා අලංකාර ලෙස මෙන්ම එල දැරන ලෙසත් සකස්කර ගන්න. ඔබගේ නිවසේ ළමයින් සිටිනම් වගකීම් පවරාදෙමින් ඔවුන්වද මෙම ක්‍රියාවලියට සම්බන්ධ කර ගන්න. (in Conference Report අප්‍රේල් 1976, 170--71: හෝ *Ensign* මැයි 1976, 124).

කිම්බල් සභාපති තුමා ගෙවත්තක් වගා කිරීමට අප හැම කෙනෙකුගෙන්ම ඉල්ලමින් ස්වාමීන වඟනසේගේ වදන් ගැනද, අපට සිහිපත් කළේය. "මා කියන දේ නොකර ස්වාමීන්, ස්වාමීන් යැයි කියා මට කියන්නේ මක් නිසාද" (ලුක් 6:46)

අපගේ අනාගත වත්තාවරුන්ගේ මෙම උපදේශයට යහපත් හේතූන් තිබේ. වගා කිරීමේ බොහෝ ප්‍රයෝජන ඇත. ස්වභාව ධර්මයට ඇති අපගේ අගය කිරීම එමගින් වැඩි කරයි. එය පවුලේ අයට එක්ව වැඩ කිරීමට උගන්වයි. හොඳ එලදාවක් සහිත වත්තක් අපට එක්ව වැඩ කිරීමට උගන්වයි. හොඳ එලදාවක් සහිත වත්තක් අපට තිබෙන විට, අපි සම්පූර්ණයෙන්ම අන් අයගේ ආහාර මත යැපෙන්නන් නොවෙමු. අපි ප්‍රිය කරන පෝෂ්‍යජනක ආහාරයක් ලබාදෙන වැවිල්ලක් අපට තෝරා ගත හැකියි. අපගේම ආහාර වවා ගැනීම තුලින් අප සපයා ගැනීමේ සතුට අපට ලබාදෙයි. නිෂ්පාදනය අසල් වැසියන්ට විකුණා මුදල් ඉතිරි කරමින් අවශ්‍ය අයට උදව් කිරීමටද අපට හැකිය.

- ගෙවත්තක් වගා කිරීම තුලින් ලැබුණ ප්‍රයෝජන පහදා දෙන ලෙස සොහොයුරියන්ගෙන් ඉල්ලන්න.

සැලසුමක් සහිතව ආරම්භ කරන්න

අපගේ ගෙවත්ත නියම ලෙස වගා කිරීමට ප්‍රථම අපි යම් තීරණ කිහිපයක් ගත යුතු වෙමු.



25-අ. කාමරවල ජීවත් වන අයට පෝෂිතවල සහ වගා ආධාරවල වගා කල හැකිය



25-ආ. ඔබ ප්‍රදේශයේ දේශගුණය හා පස අනුව හොඳින් වැවෙන ආහාර තෝරා ගන්න.

පැළකරන ස්ථාන

- දර්ශක 25-අ. පෙන්වන්න. "කාමරවල පිවිසීමට අයට පෝච්චිවල හා වැවිලි ආධාරක වල වගාකල හැකිය".

ප්‍රථමයෙන් වත්තක පැල සිටුවන ස්ථාන ගැන අපි තීරණය කල යුත්තෙමු. වත්තකට සොයා ගත හැකි හොඳ ප්‍රදේශයක් අවශ්‍ය වෙයි. එය වටිනා වත්තක් බවට පත් වෙයි. හැම දවසකම අඩු වශයෙන් පැය හයක අපි රඹුණ ලැබෙන පිහිටීමක් තෝරා ගන්න. පස පරීක්ෂා කරන්න. සමහර පස් වැලි ගතිය වැඩි බැවින් ජලය රඳවා පැවතෙන්නේ නැත. නැතහොත් මඩ ගතිය වැඩි නිසා ජලය කඩිනම් ලෙස එකතු වීමෙන් ගලා යාම සිදු වන්නේ ඉතා සෙමිනි. එසේවු විට එය දියුණු කිරීමට කොම්පස් හෝ වෙනත් ප්‍රතිවිරුද්ධ පස් වර්ගයක් එයට එකතු කල යුතුය. ප්‍රමාණවත් වර්ෂාපතනයක් නොමැතිනම් ජල පහසුව තිබිය යුතුය. හැකිනම් නිවස අසලම වත්ත තිබිය යුතුය. එය බොහෝ දුරින් නොතිබිය යුතුයි. එවිට සතියකට කිහිප වතාවක්ම වැඩ කිරීම සඳහා එහි යාම අපහසුය. වඩාත් බැවුම් සහිත නොවන ස්ථානයක් තෝරා ගන්න. එසේ නොමැතිවු විට, පස සහ ඇටද ජලයෙන් ගසාගෙන යයි. බැවුම් සහිත ස්ථානයක් ඔබ වගාකල යුතුමනම්, බැවුමේ උඩ සිට පහළට කාණු කපනවාට වඩා හරස් අතට කපන්න. කාමරවල පිවිසීමට අයට පෝච්චිවල සහ වගා ආධාරක වල වවා ගත හැකිය.

විශාල වත්තක් වුවමනා අයට, වත්ත භාරා ගැනීමට හෝ මල් වත්තක් හෝ වත්තක් ඉල්ලා ගැනීමට හෝ කුළියට ගැනීමට හෝ හැකිය. ජරමනියේ සිටි පවුල් දෙකක් වත්තක් ලබා ගැනීමට මාර්ගයක් සොයා ගන්න.

"අපි ප්‍රැක්කපරට් දුන මෙහෙයේ සිටින පවුල් දෙකක් වෙමු. තවද අපගේ වත්ත ගැන කීමට මෙය ඔබට (ලියන්නෙමු)

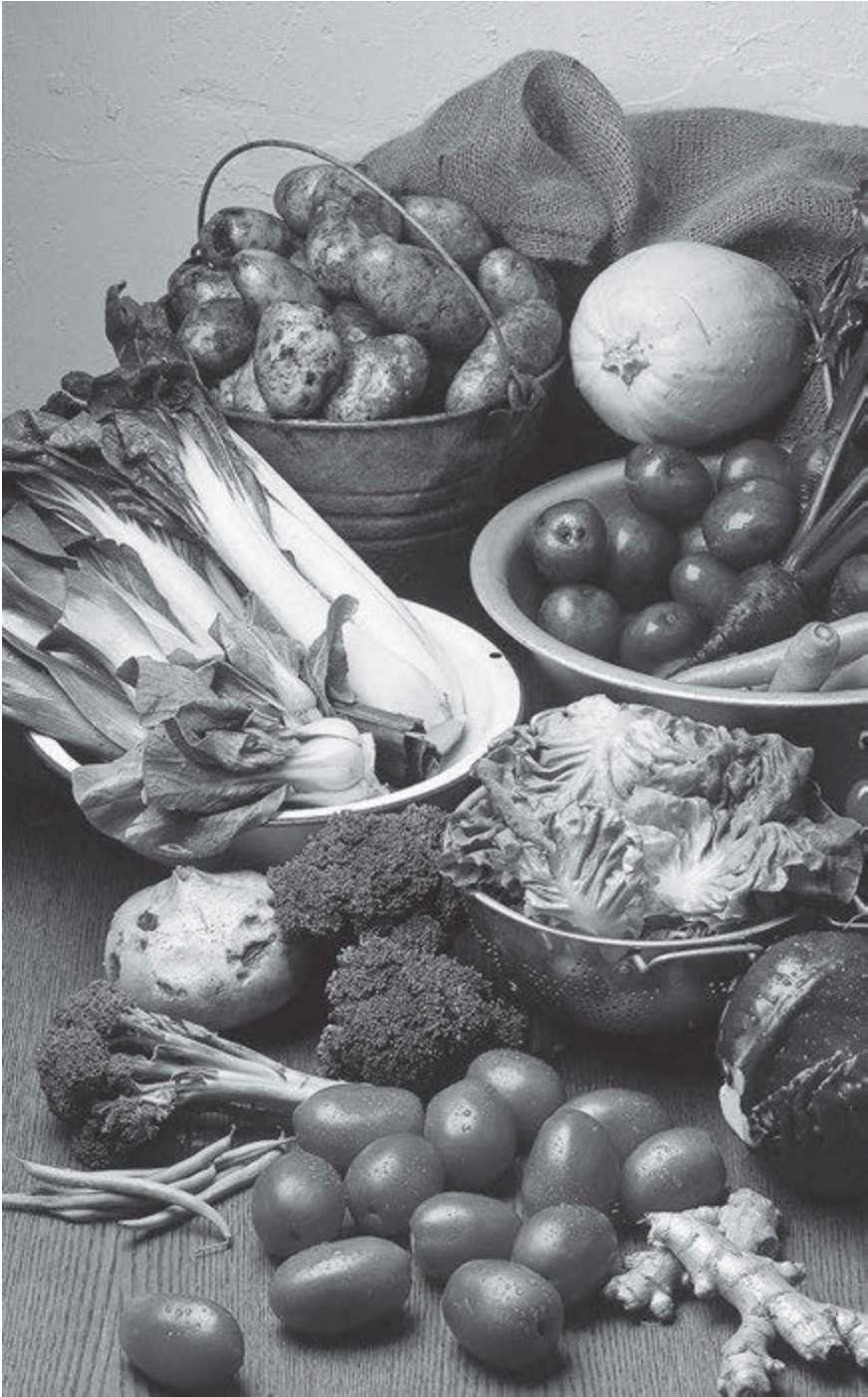
"ප්‍රැක්කපරට් වැනි විශාල නගරයක ඉඩම් කැබැල්ලක් සෙවීම එතරම් පහසු නැත... එය ඉතා කුඩා ඉඩමකි...තවද අපි එය කුළියට ගත් විට එය කැඩුණු වැටකින්ද කැඩිණිය නිවසක් හා සැම තැනකම කැලෑ තණකොළ වැටුණු කැලයක්ව තිබිණි. එය අපව අධෝරක්මන් කලේද නැත.

"පළමුවෙන් අපි අළුත් වැටක සැදුවෙමු. නිවසද අළුත් වැඩියා කළෙමු. සම්පුර්ණ වත්තම හැරවෙමු. වසන්ත කාලයේදී අපි එහි එළවළු සිටුවුවද, (එවා) වැවෙන්නේ නැති බව අසල් වැසියෝ අපට කීහ. එහි කුඩා දිය ඇල්ලක් තිබෙන අතර, අපගේ පාපැදි වලින් ගොස් (අපට ජලය ගෙන ආ හැකිය) මේ අන්දමට අපිට අවශ්‍ය ජලය ගෙන ආ හැකිය. අපි ස්වාමීන් වහන්සේට යාඥා කර අපගේ වත්තට ආශිර්වාද කරන මෙන් ඉල්ලුවෙමු. ස්වාමීන් වහන්සේ අපගේ යාඥා වලට පිළිතුරු දුන් සේක. හැම වර්ගයකම එළවළු සැදුණි. පැල වැවෙනු දැකීම ඉතා ප්‍රිය ජනකය" (උපුටා ගැනීම Spencer W. Kimball විසින් Conference Report, තුලිනි. ඔක්. 1976, 5 හෝ *Ensign* නොවැ. 1976, 5)

වැඩිය යුතු දේවල්

- දර්ශක 25-ආ පෙන්වන්න. "ඔබගේ දේශගුණයේ සහ පසෙහි හොඳින් වැවෙන ආහාර වර්ග තෝරා සිටුවන්න".

අප ගත යුතු දෙවන තීරණය වනුයේ, සිටු වන්නේ කුමක්ද යන්නය. සමහර වතු වල බොහෝ ඉඩකඩ ඇත. වෙනත් එවා වල ඇත්තේ සුළු ප්‍රමාණයකි. ඉඩකඩ සීමිත නම්, කෙලින් අතට වැවෙන බෙරි වැල්, පෝලන්ත බෝංචි හෝ ස්ටික් තක්කාලි වැනි බෝග තෝරා ගන්න. හොඳ එළදාවක්



25-අූ. එළවළු කාණ්ඩයක ආදර්ශයක්

ලැබෙන ඇට වර්ග තෝරාගන්න. වැටකොළ හා තක්කාලි, එක ගෙඩියක් ලැබෙන රුබු වලට හා එක ඇටයක් සහිත එළවළු වලට වඩා හොඳය.

ඔබගේ පවුලට පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ලැබෙන ආහාර වර්ග තෝරා ගැනීමට මතක තබා ගන්න. ඔවුන් අකමැති අනුභව නොකරන ආහාර වැළීමෙන් වළකින්න. එමෙන්ම ඔබගේ දේශගුණයේ හා පසෙහි හොඳින් වැවෙන ආහාර වර්ග තෝරා ගැනීමටද වග බලා ගන්න.

- ඔබගේ ප්‍රදේශයේ හොඳින් වැවෙන විශේෂිතවූ පළතුරු, එළවළු බෝංචි මැකරල් අල වර්ග සහ ධාන්‍ය වර්ග පෙන්වන පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ ඇති තොරතුරු වලට යොමු වන්න. සීමිත ඉඩ ප්‍රමාණයක් තුළ ආහාර වැඩි ප්‍රමාණයක් ලබා දෙන වගාව කුමක්ද?

හැම වර්ෂයකම, පැල සිටුවීමේ කාලයේදී ඔබගේ ඉඩමේ සිතියමක් ඇඳීම හොඳ අදහසකි. වර්ෂයක් පාසා, එක ස්ථානයක එකම වර්ගයේ ගස් වර්ග වැවීම නොකළ යුතුය. වගාව වෙනස් නොකළහොත් පස ක්‍රමයෙන් දුර්වල වෙමින් වගාව හොඳින් වැවෙන්නේ නැත.

- දර්ශක 25-ඇ. පෙන්වන්න "එළවළු කාණ්ඩයක ආදර්ශයක්"

පැල සිටුවිය යුතු කාලය

අප ගත යුතු තවත් තීරණයක් නම් පැල සිටුවීමේ කාලයයි. හැම ආහාර වර්ගයක්ම හොඳින් වැවෙන්නේ එහි වඩාත් සතුටුදායක තත්වයන් යටතේය. සමහර වගාවන් විශේෂ කාලයේදී හොඳින් වැඩෙන අතර අනෙක් වගාවන් වඩාත් ජලය බලාපොරොත්තු වෙයි. සමහර වගාවන් වන බීට්, ගෝවා, කැරට් සලාද, ඒළු, රටකපු, සහ නිවිති... ශීත දේශගුණයක හොඳින් වැඩේ. අනෙක වර්ග වන... බෝංචි, ඉරිඟු, කොමඩු, වට්ටික්කා සහ තක්කාලි..... විශේෂ දේශගුණයක හොඳින් වැඩේ.

- ඔබගේ ප්‍රදේශය තුළ වැවෙන විශේෂිත වගාවන් සඳහා වන සිටුවීමේ කාලය සඳහන් කර තිබෙන පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ ඇති තොරතුරුවලට යොමු වන්න.

වගා කරන ප්‍රදේශය සූදානම් කරන්න

පැල සිටුවීමේ කාලයට සති හතරේ සිට හයකට පෙර, ඉඩමේ තිබෙන වල්පැල, කොට කැලී, ගල් කුණු සහ ලී කෝටු ඉවත් කරන්න. ජලය ගමන් කිරීමට පහසුවන පර්දි සවලකින් හෝ කටුවකින් පස බුරුල් කරන්න. පැල සිටුවීමේ කාලයේදී පස බුරුල්ව ගොඩැලී රහිතව තිබිය යුතුය.

- දර්ශක 25-ඇ පෙන්වන්න පැල සිටීමට පෙර පස හොඳින් සූදානම් කර තබන්න.

මෙම කාලයේදී බොහෝ පස් වර්ග වර්ධනය කළ හැකිය. කොම්පෝස් හෝ හොඳින් දිරාපත්වූ ගස්වර්ග සහ සත්ව අපද්‍රව්‍ය වලින් වැලි සහ මැටි සහිත පසෙහි ආකෘතිය දියුණු වනු ඇත. එහි පෝෂ්‍ය ද්‍රව්‍ය තිබෙන බැවින් හොඳ වගාවක් ලබා ගැනීමටද එය උපකාරවත් වේ. නමුත් කොම්පෝස් පොහොර එකම දිනකදී සාදා ගැනීමටත් පසට එකතු කිරීමටත් නොහැකිය. පසට උරාගැනීමේ තත්වයට පත්වීම සඳහා සුදුසුතාවය ලැබීමට කොම්පෝස් පොහොර වලට මාස හතරේ සිට හයක කාලයක් ගතවේ. මෙම හේතුව නිසා සමහරු, හැම වර්ෂයකම කොම්පෝස් ගොඩවල් සකස්කර ඊළඟ වර්ෂයේදී ඒවා ඔවුන්ගේ වතු වලට එකතු කර ගනිති.

ඔබගේ කොම්පෝස් පොහොර ප්‍රමාණය සකස් කර ගැනීමට පුස්තකාල පොතක් බැලීමෙන්ද කෘෂිකාර්මික උපදේශකයෙකු හෝ පළපුරුදු වැවිලිකරුවෙකු හමුවීමෙන්ද ඉගෙන ගත හැකිය.



25-ඇ. වත්තේ තිබෙන වල් පැළෑටි කොට කැබලි ගල් කුණු හා ලී කැබලි ඉවත් කරන්න.



සවලකින් හෝ මුල්ලුවකින් පස ධුරුල් කරන්න



පස වර්ධනය වීමට කොම්පෝස් එක් කරන්න



පැල සිටුවීමට පෙර පස මෘදු වීමට පෝරු ගාන්න.

25-ඈ. පැල සිටුවීමට පෙර පස හොඳින් සකස් කරන්න

- කොමිපෝස් පොහොර සකස් කර ගැනීමත් එය කල ආකාරයත් පැහැදිලි කරන ලෙස ඒවා සාදා ගත් සොහොයුරියන්ට කියන්න.

වත්ත වගා කරන්න

පැල වැඩෙන කාලය කෙටි ප්‍රදේශවල පස් පිරවූ පෝච්චි තුළ නිවස තුළදීම වැවීම ආරම්භ කිරීමට ඔබට පිළිවන. ඔබ එය නිවසින් පිටතට ආරම්භ කරන්නේ නම්, පැල සිටුවීමට සිරස් අතට පේළි වශයෙන් කරන විට එළවළු වලින් වල් පැලැටි වෙන් කර ගත හැකිය. ඇට සිටුවීමේදී ඒ අතර ඉඩ තබන්න. හැම වගාවකම ඇට සිටුවීමේ කාලය ඉගෙන ගෙන එම කාලය තුළදී පැල සිටුවන්න. ඉරේ වැනි වගාවන් එකම පේළියකට සිටින ලෙස හැම සතියකදීම සති කිහිපයක් යන තුරු සිටුවා ගන්න. එවිට ඔබට පැසුණු වගාවක් දිගු කාලයක් මුළුල්ලේ ලබා ගත හැකිය.

ඇට වර්ග ප්‍රමාණයෙන් විවිධාකාරය. ඒ හැම එකකම එකම ගැඹුරක සිටුවීමේදී ඒවා වැඩෙනේ නැත. හැම ඇටයකම ප්‍රමාණය මෙන් හතර ගුණයක් ගැඹුරින් ඒවා සිටුවා ගන්න. ඉන් පසුව පස් තද කරන්න. පේළි අතර ප්‍රමාණවත් පරිදි ඉඩක් තැබීමට වග බලා ගැනීමෙන් පැල වැඩීමේදී ගස් අතර පස් ධුරුල් කිරීමට ඔබට හැකි වනු ඇත.

පැල සිටුවීමෙන් පසුව පොළොව තෙතමනයෙන් තබන්න. පොළොව විසළී ගිය විට, ඇට පැලවෙන්නේ නැත.

වත්තට සාත්තු කරන්න

අප සිදු කරන සියලුම කටයුතු වන, සැලසුම් කිරීම් සුදානම්වීම් සහ පැල සිටුවීම් වල ප්‍රයෝජන අපි පසුව අපගේ වත්ත ගැන සැලකිලිමත් නොවුනහොත් ලබාගත හැකිවන්නේ ඉතා මද වශයෙනි. පහත සඳහන් පරිදි කටයුතු කිරීම අපට අවශ්‍ය වෙයි.

ජලය

ප්‍රමාණවත් වර්ෂාවක් නොලැබුණු විටදී සතියකට වරක් පමණ වත්තට හොඳින් ජලය සපයන්න. ජලය දැමීමෙන් පසුව පස අගල් හතක් පමණ ගැඹුරට තෙතව තිබිය යුතුය. හිරු එළිය තදින් නොමැති විටදී නිතරම ජලය සැපයීමෙන් පොළොව පිවිසීම සිදු නොවේ.

තෙත පිදුරුකොළ රොඩු ආදිය

පැල අගල් කිහිපයක් උසට වැඩෙන විට ඉතිරිව තිබෙන වල් පැලැටි ගලවා දමන්න. ලී කුඩු පත්තර හිරු තණකොළ කොළ වර්ග හෝ පිදුරු, ගස් අවට හා පේළි අතර උසට තබන්න. මෙම කොළ රොඩු පොළොව විසළීමෙන් සහ උණුසුම අධික වීමෙන් වළකයි. කුණු රොඩු පාවිච්චි කරන බොහෝ අය වැඩිපුර වල් පැලැටි ගැලවීමට අවශ්‍ය නොවන බව අත් දැක ඇත.

වගා කරන්න

වල් පැලැටි ගස් වලින් ජලය හා පෝෂණ ගුණය උරා ගනී. ඒවා අතින් ගලවා දමන්න. නැතහොත් උලකින් භාරා ගලවන්න. කොළ රොඩු ඝනකමට තිබීමෙන් වල් පැලැටි වැවීම වැළකුණද, උලකින් පස ධුරුල් කිරීම සඳහා එම කොළ රොඩු සතියකට වරක් පැත්තකට කිරීමට ඔබට සිදුවේ. පස ධුරුල් කිරීමෙන් පසුව එම රොඩු තට්ටුව නැවතත් එලෙසම තබන්න.



25-ඉ. ගෙවත්තක් මගින් පවුලකට නොයෙක් ප්‍රයෝජන ලැබිය හැකිය.

කෘතී උවදුර පාලනය කරන්න.

කෘතීන් පැලවලට හානි කරමින් වගාව විනාශ කරයි. පැසුණු වගාවන් ඒවා කුණු වීමට පටන් ගැනීමට පෙර ඉවත් කරන්න. ඔබ එසේ නොකළහොත් කෘතීන් ඒවා කා දමනු ඇත. තවද එලදුර්ම නැවතුන වගාවන්ද ගලවා දමන්න. කෘතීන් අතින් ඉවත් කරන්න. නැතහොත් සෝදා දමන්න. එසේත් නැතිනම් කෘතී නාශක පාච්චි කිරීම, ඔබ කෘතීනාශක පාච්චි කිරීමේ නම් එම ආහාර අනුභව කිරීමට ප්‍රථම සෝදා ගන්න.

වගාව නෙලා ගන්න

පළතුරු හෝ එළවළු පිස ගැනීමට හෝ කැමට හෝ ප්‍රථමයෙන්ම වාගේ කඩා ගතහොත්, නැතිනම් ඒවා කල් තබා ගත හැකි ලෙස ආරක්‍ෂා කළහොත්, ඔබට වඩා රසයක් හා පෝෂණයක් ඒවායින් ලබා ගත හැකිය. පීපීන්දකට වැනි සමහර වගාවන්ගෙන් වැඩි එලදාවක් ලැබෙන්නේ ඒවා නිතරම නෙලා ගත් විටය. ඒවා වැඩියෙන් පැසීමට මැලවීමට හෝ වේලියාමට ඉඩ නොදෙන්න. කොළ සහිත එළවළු ලපට්ට හා මෘදුක තිබෙන විට නෙලා ගන්න.

- දරුණක 25-ග. පෙන්වන්න. "ගෙවත්තක් මගින් පවුලකට නොයෙක් ප්‍රයෝජන ලබා ගත හැකිය"
- අපි සැලසුම් කර සුදානම් කරමින් වගාකර සැලකිලිමත් වන විට අපට ගෙවත්තකින් කුමන ප්‍රයෝජන ලැබිය හැකිද?

අවසානය

අපි ස්වාමීන් වහන්සේට ආදරය කරන බවත්, උන්වහන්සේව විශ්වාස කරන බවත් අපට පෙන්විය හැක්කේ උන්වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘවරුන් විසින් අපට ප්‍රකාශ කර තිබෙන අන්දමට කටයුතු කිරීමෙන්ය. අපි සැලසුම් සහගතව අපගේ වතු සුදානම් කරමින්, ඒවා ගැන සැලකිලිමත් වූ විට අපි හැම කෙනෙකම ආශිර්වාදිත වනු ඇත. එවිට ඒවා නිසි පිළිවෙලට තිබෙන අතර හොඳින් එලදාවද ලබා දෙයි. කිමිබල් සහාපති තුමා මෙලෙස උපදෙස්දී ඇත. "ඔබගේ තෘෂා පීට්ටි හා වතු ලස්සනට තබා ගන්න. කුමන තත්වයක ඔබ පසුවුවද ඔබගේ ගෙවත්තෙන් නිසි පිළිවෙල ලක්‍ෂණ හා ප්‍රීතිය විහිදීමට ඉඩ සලසන්න හොඳින් සැලසුම් කර ඔබගේ සැලසුම නිසි පිළිවෙලකට හා ක්‍රමානුකූල ලෙස ක්‍රියාත්මක කරන්න." (in Conference Report අප්‍රේල්, 1976, 171: හෝ *Ensign* මැයි 1976 125)

- ඉගැන්වීම හා ගිවිසුම 59:16--19 කියවන්න

අභියෝගය

ඔබගේ වත්ත ආරම්භ කිරීමට හෝ දියුණු කිරීම දැනම සැලසුම් කරන්න. සාර්ථක වත්තක් ලැබීමට නම් මුළු පවුලම එක්ම ක්‍රියා කලයුතු බව මතක තබා ගන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. මෙහි පහත සඳහන් කරුණු ඔබගේ පුස්තකාලයෙන් ප්‍රාදේශීය කෘතීකර්ම උපදේශකයෙකුගෙන් හෝ පළපුරුදු වැවිලි කරුවෙකුගෙන් ඉගෙන ගන්න.

- අ. ගෙවත්තකින් හොඳ අස්වැන්නක් ලැබිය හැකි වගාව කුමක්ද?
 - ආ. එක් එක් වගාවන් සඳහා සිටුවීමේ දින මොනවාද?
 - ඇ. ගෙවත්තක සාර්ථක කොම්පෝස් ගොඩක් සාදා ගන්නේ කෙසේද?
 - ඈ. ගෙවත්තකට ජලය, වල් ඉදිරීම, කෘමි උවදුර පාලනය, තෙත පීදුරු, ආදිය දමා වගා කරන්නේ කෙසේද?
2. පාඩමෙහි යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සකස් කරන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ තොරතුරු වලට යොමු වන්න.
 3. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දුර ඉදිරි ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

නිවාස නිෂ්පාදන

26 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ නිවාසට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය සපයා ගනිමින් ස්වයං පෝෂණය වන අන්දම ගැන ඉගෙන ගැනීමට අපට උපකාරවත්වීමයි.

ස්වයං පෝෂණය

ස්පෙන්නර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපති තුමා මෙසේ කීවේය. "සියලුම පසු දවස්වල ඉදිරිපත්වන පවුල් ස්වයං පෝෂිතව ස්වාධීනවීමට අපි බෙරපමත් කරමු." (in Conference Report අප්‍රේල් 1976, 170: හෝ *Ensign* මැයි 1976, 124). මෙම උපදේශයට හොඳ හේතුවක් ඇත. මේරියන් ජී. රොමිනි සභාපති තුමා මෙසේ පැහැදිලි කළේය. අපි ජීවත් වන්නේ පසු දවස්වලය... ස්වාමිවු යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ දෙවන පැමිණීම සිදුවන යුගයක අපි ජීවත් වෙමු. සෙලස්ටියල් රාජ්‍යයට පහතින් ජීවත් වන කිසිවෙකුට යටත් නොවන්න විමට... සුදානම්ව ජීවත්වීමට අපට කියා ඇත. (in Conference Report අප්‍රේල් 1975, 165) (සී සහ සී 78:13--14 බලන්න)

- දර්ශක 26-අ. පෙන්වන්න. "කුඩා ප්‍රදේශයක ආහාරය සඳහා කුකුළන් ඇති කල හැකිය."

පැරණි අනාවැකි සිදුවීමට යන බැවින් ස්වයං පෝෂිත වීම සඳහා කිම්බල් සභාපති තුමා අපට උපදෙස් දුන්නේය. ඔහු මෙසේ කීය. "බොහෝ විපත් සිදුවන කාලය පැමිණෙන බව මම දැන් සිතමි. එවිට බොහෝ සුළු සුළං මෙන්ම බොහෝ ජල ගැලීම්ද ... බොහෝ භූමිකම්පාද ඇති විය හැකිය... අවසානයට ලගාවී ඇති බැවින් සමහර විට මේවා වැඩි වනු ඇතැයි මම සිතමි. එනිසා අපි මෙයට සුදානම් විය යුතු වෙමු. (in Conference Report අප්‍රේල් 1974, 184)

කිම්බල් සභාපති තුමා මෙසේද කීය:

"නපුරු කාලය පැමිණිය හොත් බොහෝ දෙනෙකුට තම පළතුරු, බෝතල් පුරවා ගැනීමට, තම නිවාස පිටුපස වත්තක් වශාකර පළතුරු ගස් කිහිපයක් හා බෙර පදුරු කිහිපයක් සිටුවා ඔවුන්ගේ ශාඛමය අවශ්‍යතාවයන් සපයාගෙන තිබුනේනම් හොඳයයි සිතෙනු ඇත.

"ස්වාමින් වහන්සේගේ සැලසුම වූයේ අපි කිසිවෙකුට යටත් නොවීමය. නමුත් බොහෝ ගොවිතදු කිරි පට්ටිවලින් කිරි මිළදී ගනු අපි දකිමු. තවද බොහෝ නිවාස හිමියන් තම එළවළු වර්ග ගබඩා වලින් මිළදී ගනු අපි දකිමු. යම් හෙයකින් ගබඩා වල තට්ටු පිරී නොතිබුන හොත් බොහෝ දෙනෙකුට කුසගින්නේ සිටීමට සිදුවනු ඇත. (in Conference Report ඔක්තෝ. 1974-6, හෝ *Ensign* නොවැම්බර් 1974, 6)

- ගබඩාවල් වසා තිබෙන නිසා හැම දෙයක්ම තමන් විසින් සපයා ගත යුතු වන බව සිතා ගැනීමට සොයුරියන්ට කියන්න. එවන් තත්වයකදී තමන්ගේ නිවාස වලින් සපයා ගැනීමට ඔවුන් බලාපොරොත්තු වන්නේ මොනවාදැයි ඔවුන්ගෙන් අසන්න.



26-අ. කුඩා ප්‍රදේශයක ආහාර සඳහා කුකුලන් අැති කල හැකිය.

අපි අපගේ අවශ්‍යතාවයන් සපය ගන්නේ කෙසේද?

අපගේ අවශ්‍යතාවයන් සපයා ගැනීම සඳහා අප දියුණුකල යුතු දැක්මකින් මොනවාදැයි වෝගන් පේ. ෆෙඩරටන් සහායකයක වූවා අපට ඉගැන්වීය. මෙය නිවාස නිෂ්පාදනය සම්බන්ධයෙන්: පහසුකම් තිබේ නම් ප්‍රාදේශීය නිතිසට එකඟ නම්, සතුන් ඇති කරන්න. පළතුරු ගස් මිදි වැල්, බෙරි පඳුරු සහ එළවළු සිටුවා ගන්න. ඔබ ඔබගේ පවුලේ අය සඳහා සපයන ආහාර වලින් බොහොමයක් නැවුම්ව නිකියදීම ආහාරයට ගත හැකිය. ඔබ වචන අනෙක් ආහාර වර්ග කල් තබා ගැනීමට සකස් කර ගබඩාවේ කොටසක් ලෙස ඇතුළු කර ගත හැකිය. හැකි හැම විටකදීම, ආහාරමය නොවන ඔබගේ අවශ්‍යතාවයන්ද සපයා ගන්න. ඔබගේ ඇඳුම් ඔබම මසා අළුත් වැඩියා කරගන්න. අවශ්‍ය උපකරණ සාදා ගන්න. නැතිනම් ගොඩනගන්න. ඔබ සතු හැම දෙයක්ම ලක්‍ෂ්‍යයට තියා ගන්න. අළුත් වැඩියා කරගෙන නඩත්තු කරන ලෙසද මම තව දුරටත් කියමි." (*"Food storage" Ensign* මැයි 1976, 117)

ෆෙඩරටන් සහායකයක වූවාගේ උපදේශ අනුගමනය කිරීම සඳහා අපගේම සැපයුම් ලබා ගැනීමට පහත සඳහන් පරිදි කටයුතු කිරීමට අප ඉගෙන ගත යුත්තෙමු.

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුව සඳහන් කල පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ තොරතුරුවලට යොමු වන්න.

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. සතුන් ඇති කරන්න. 2. පළතුරු ගස්වර්ග, වැල් වර්ග සහ පඳුරු වර්ග සිටුවා ගන්න. 3. එළවළු වතු වවාගන්න. 4. ආහාර කල් තබා ගැනීමට සකස් කරන්න. 5. ඇඳුම් මසා අළුත් වැඩියා කර ගන්න. 6. අවශ්‍ය උපකරණ සාදා ගන්න. නැතිනම් ගොඩනගා ගන්න. 7. අපගේ බඩු බාහිරාදිය අළුත් වැඩියා කර නඩත්තු කරන්න. |
|---|

සත්ව පට්ටියක් පවත්වා ගන්න.

අපට ප්‍රමාණවත් ඉඩමක් තිබී නීතනානුකූලව සතුන් ඇති කිරීමට හැකි ප්‍රදේශයක අපි ජීවත් වන්නේ නම්, අපි සතුන් කිහිප දෙනෙකු ඇති කල යුතු වෙමු. අපි කුමන සතුන් ඇති කරන්නේදැයි තීරණය කිරීමට පෙර ඔවුන් නිරෝගිව තැබීම සඳහා අවශ්‍ය ආහාර ආවරණ සහ සැලකිල්ල ගැන අපි ඉගෙන ගත යුත්තෙමු. ඔවුන් ගැන සැලකිලිමත් ජීවම අපි කල්වේලා ඇතිව සුදානම් විය යුත්තෙමු. බලා ගැනීමට පහසු සතුන් කිහිපයක් වන්නේ කුකුලන්, සාවන්, තාරාවන් සහ කිරිදෙන එළවන්ය.

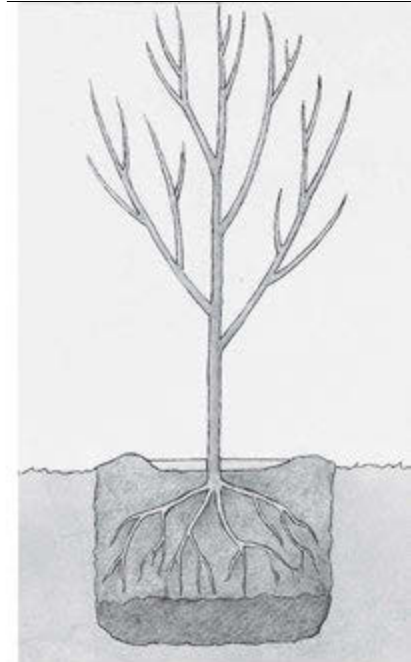
- ඔබගේ ප්‍රදේශයේ බොහෝ සුලභ ලෙස ඇති කරන සතුන් වර්ග ගැන සාකච්ඡා කරන්න. එම හැම වර්ගයකටම අවශ්‍ය වන ආහාර ආවරණ සහ සැලකිල්ල ගැනද සාකච්ඡා කරන්න.

පළතුරු ගස් වර්ග වැල් වර්ග සහ පඳුරු වර්ග සිටුවා ගන්න.

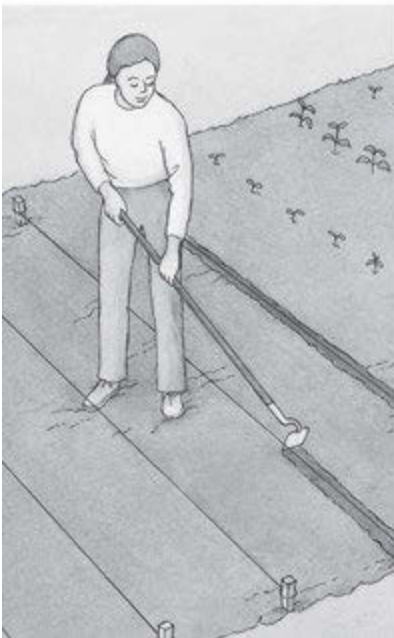
- දුරකත 26-අ පෙන්වන්න. "ගස් වර්ග සහ එළවළු වර්ග වැළීමට උපකාර"



ගසක් සිටුවීමේදී එහි වලල ගැඹුර තීරණය කිරීමට උපකාරවත් වීම සඳහා එම වලලට උඩින් හරස් අතට කොටුවක් තබා මැන ගන්න.



මුල් ඇදීම සඳහා පසට කොම්පෝස් එක්කරන්න. පලය ඉක්මණින්ම පිටතට ගලා යාම සිදු නොවිය යුතුය.



පාත්තිවල පේලි කෙලින් තිබේදැයි සොයා ගැනීමට ලණුවක් ගෙන කණු දෙකක ගැට ගසා ගන්න.



වගා නෙලා ගැනීමේ කාලය දීර්ඝ කිරීමට සතියකට එක පේලියක් වැගිත් පැල සිටුවා ගන්න.

26-ආ. ගස් වර්ග සිටුවා ගැනීමට උපදෙස්

පළතුරු ගස් වැල් හෝ පඳුරු වලින් හැම වර්ෂයකට හෝ වර්ෂයක් හැර වර්ෂයක් හෝ එලදාව ලැබිය හැකිය. එළවළු වර්ග මෙන් ඒවා හැම වර්ෂයකම සිටුවීම අවශ්‍ය නොවේ. කෙසේ වෙතත්, ඒවා සිටුවීමෙන් පසුව වසර කිහිපයක් යන තුරු එල දැරීමක් ලැබිය නොහැකිය. අපට ඉතාමත් අවශ්‍ය වන විටදී එල නෙලා ගැනීම සඳහා අපි ඒවා හැකි ඉක්මනින් සිටුවා ගත යුතු වෙමු.

වැල් වර්ග සහ පඳුරු වර්ග වලට නියමිත ජල ප්‍රමාණයක් අවශ්‍යය. එහි ඇතිවන කෘමීන් හා රෝග අපි පාලනය කළ යුතු වෙමු. සමහර ගස් හා පඳුරු වර්ග අනෙක් ඒවාට වඩා විශාලව වැඩේ. ඒවා සිටුවීමට ප්‍රථම ඒවා සම්පූර්ණයෙන්ම වැඩීමේදී අවශ්‍යවන ඉඩ ප්‍රමාණය ගැනද අපි ඉගෙන ගත යුතු වෙමු.

- ප්‍රදේශය තුළ හොඳින් එලදාව ලැබෙන පළතුරු ගස් වැල් වර්ග සහ පඳුරු මොනවාදැයි සාකච්ඡා කරන්න. ගස් වර්ග වැල් වර්ග සහ පඳුරු සිටුවන ආකාරයත්, හැම වර්ගයකටම අවශ්‍ය සැලකිල්ල ගැනත් සාකච්ඡා කරන්න.

එළවළු වතු වවා ගන්න

- දර්ශක 26-ඇ. පෙන්වන්න. "පවුලක් එකතුව වත්තක වැඩ කරයි.

හැම පවුලකටම එළවළු වත්තක් අවශ්‍ය බව කිමිබල් සභාපති තුමා කීවේය. එමගින් අපට අළුත් ආහාර මෙන්ම, කල් තබාගෙන ගබඩා කිරීම සඳහා අමතර ආහාරද ලබා දෙයි. මෙම මාතෘකාව "ගෙවතු වගාව" යන 25 වෙනි පාඨමෙහි කියවේ.

ආහාර කල් තබා ගැනීම

- දර්ශක 26-ඇ ප්‍රදර්ශනය කරන්න. අළුත් ආහාර වර්ග ලබා ගැනීමට නොහැකි විටදී ආහාර වර්ග ගබඩා කිරීමටද ටින් කිරීමට සහ විඝ්‍රා තබා ගැනීමටද පිළිවන.

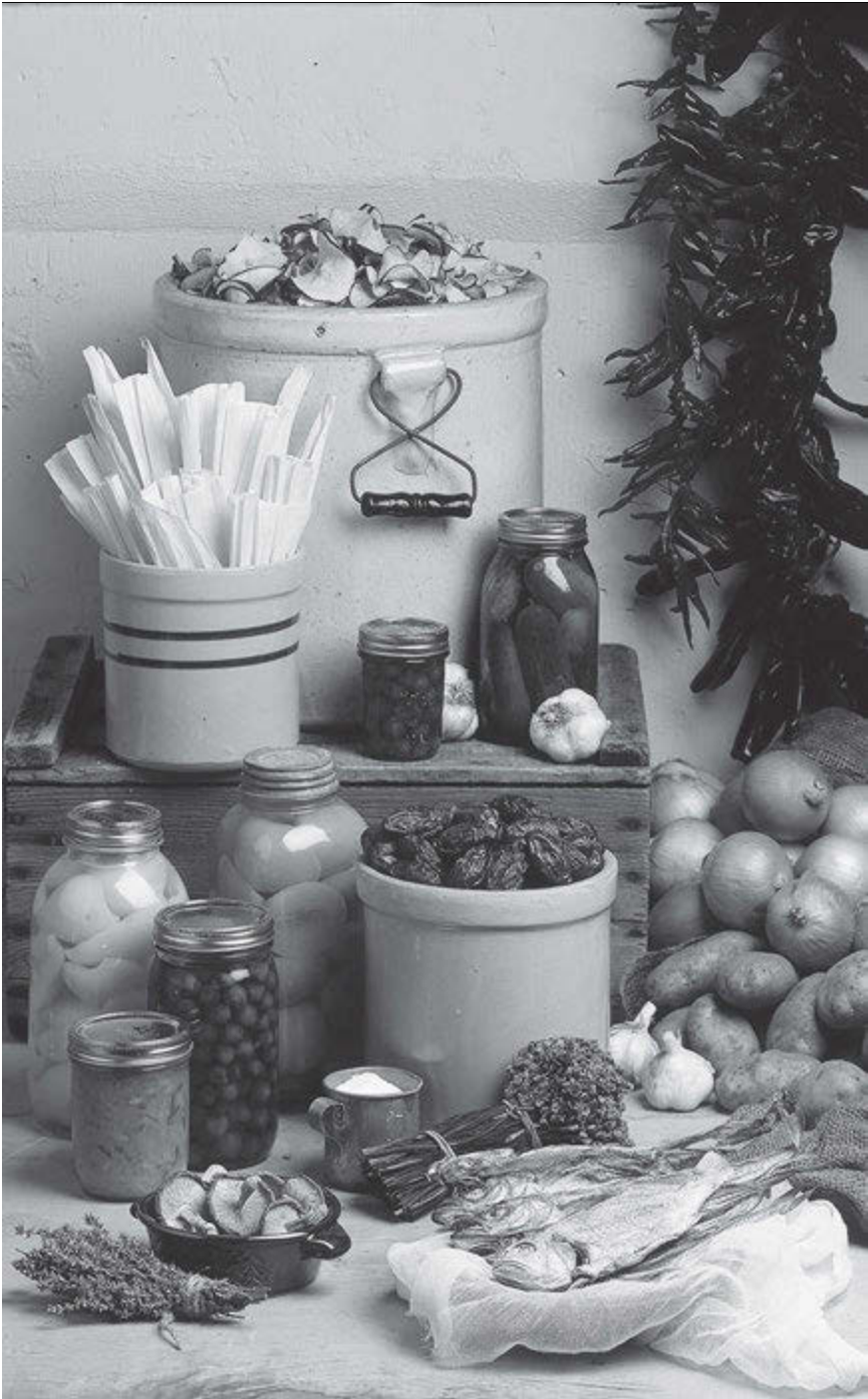
නීතිය මගින් ඉඩ ලබාදී තිබෙන ප්‍රදේශවල අපගේ ආහාර කල් තබා ගැනීමට සකස් කර ගබඩා කරගන්නා ලෙස අපගේ අනාගත වස්තෘවලට වසර ගනනාවක සිටම අපගෙන් ඉල්ලා ඇත. ආහාර ගබඩා කිරීම අපට අවශ්‍ය වන්නේ වෙනත් ආහාර වර්ග ලබා ගැනීමට නොහැකි අවස්ථාවකදී ප්‍රයෝජනයට ගැනීම සඳහාය. වර්ෂ 1974 අගභාගයේදී හොන්ඩුරාස් නගරයට සුළි සුළඟින් හානි පැමිණී විටයදී. තම ආහාර වේල ගබඩා කර තැබීම ගැන සහ සාමාජිකයෝ සතුවී වත්ත වුන. මතු පැමිණෙන විපත ගැන, දැන මෙහෙයේ සභාපති තුමා ඔවුන්ට අනතුරු ඇගවුයේ සුළි සුළඟට මාස කිහිපයකට පෙරදීය. ආහාර ගබඩා කර තබා ගැනීමේ ක්‍රියාවලිය ආරම්භ කිරීමට ඔහු ඔවුන්ට අභියෝග කලේය. ඔවුන් ගබඩා කර තිබූ බෝංචි, පිටි, හාල් සහ අනෙකුත් අමු ද්‍රව්‍යයන් ශුද්ධවත්තයන් කුස ගින්නෙන් මුදවාලිය. (See Bruce Chapman, "Hurricane in Honduras", *New Era*, ජන. 1975, 30--31 බලන්න)

අපගේ ආහාර කල් තබා ගබඩා කිරීමට අපට හැකි ක්‍රම

1. ඒවා පොළොව යට ගබඩා ගබඩා කරන්න. මෙම ක්‍රමය අල සහිත එළවළු වර්ග කිහිපයකට සහ කොළ පාටැති කොළ රහිත යම් එළවළු වර්ග වලටත් සුදුසු වන්නේ, හොඳින් ජලය බැස යන විට සහ වැඩි වර්ෂාපතනයක් නොමැති විටදීය.
2. ඒවා විශලා ගන්න. ආහාර විපලනය කිරීමේ උපකරණයකින් හෝ උණුසුම් සූරු රශ්මියක් සහිත කාලගුණයක් පවතින විට, පළතුරු සහ එළවළු අවිවේ විඝ්‍රා ගන්න. අවිවේ දමා විඝ්‍රා ගත් ආහාර මැස්සන් සහ අනෙකුත් කෘමීන් ගෙන් ආරක්ෂා කර ගත යුතු අතර, වර්ෂාව පවතින විට ඒවා ආවරණය කර හෝ ගෙතුවලට ගත යුතුය.



26-ඇ. පවුලක් ඔවුන්ගේ ගෙවත්තේ එක්ව වැඩ කරයි.



26-ආ. අළුත් ආහාර වර්ග නොමැති විටදී පාවිච්චි කිරීම සඳහා ආහාර ගබඩාකර තැබීමට, ටින් කිරීමට හෝ වේලා තබා ගැනීමට හැකිය.

- 3. ඒවා බෝතල් කරන්න. මෙම ක්‍රමය සරළය... එනමුත් නිසියාකාරයට නොකළහොත් අනතුරුදායකය. නිසියාකාරව කල විට, බෝතල් කිරීම මගින් ආහාර ගබඩාකර එහි රසය පවත්වාගත හැකි හොඳ ක්‍රමයකි. නිසියාකාරව බෝතල් කිරීමට නම්, අඩු වශයෙන් ශීත අභ්‍යන්තරයක් අවශ්‍ය කෙරේ. (මෙම උපකරණය පවුල් කිහිපයක් අතර බෙදා ගත හැකිය) මෙම ක්‍රමයට බෝතල් නොබිඳී ආරක්‍ෂා කිරීමද අවශ්‍ය වෙයි.
- 4. එය ලුණු වල හෝ ලුණු දියයෙහි දමන්න (ලුණු දියයෙහි දැමීම යනු පිරිසිදු ලුණු දියයෙහි දමා කල් තබා ගැනීමය) මෙය පළතුරු එළවළු හා මස් වර්ග කල් තබා ගැනීමේ විශදම් අඩු ක්‍රමයකි. මෙයට උපකරණ අවශ්‍ය නොවේ. අවශ්‍ය වුවද සුළු ප්‍රමාණයකි.
- ඔබගේ ප්‍රදේශයේ ආහාර කල් තබා ගැනීමේ සම්ප්‍රදායානුකූල ක්‍රම ගැන සාකච්ඡා කරන්න. සොහොයුරියන්ට ඉගෙන ගැනීමට අවශ්‍ය විය හැකි අළුත් ක්‍රම ගැන සාකච්ඡා කරන්න.

ඇඳුම් මසා අළුත් වැඩියා කරගන්න

- දුරකත 26-ගු ප්‍රදර්ශනය කරන්න. "නිවසේ උපකරණ භාවිත කරමින් ඇඳුම් මැසීම ඉවුම් පිහුම් කටයුතු සහ ගොඩනැගීමේ කිරීම"

අපගේ ඇඳුම් අපම මසාගෙන අළුත් වැඩියා කිරීමට අපි පුරුදු විය යුතු වෙමු. අවශ්‍යතාවයක් ඇතිවූ විට සුදානම්ව සිටීම සඳහා පරණ ඇඳුම් නැවත සකස් කර ගැනීමද අපි ඉගෙන ගත යුතු වෙමු. ඇඳුම් මැසීමේ උපකරණ ගබඩා කිරීමෙන් ඒවා ලබා ගැනීමට නොහැකිවූ අවස්ථාවලදී පාවිච්චියට ගැනීම හොඳ අදහසකි. ඇඳුම් වලට අමතරව තවත් බොහෝ දේවල් සාදා ගැනීමට අපට ඉගෙන ගත හැකිය. ඇඳු ඇතිරීමේ ජනේල සහ ගෙබිම ආවරණ, තුවා, මේස රෙදි සහ ලීබඩු වලට කොට්ටි හෝ ආවරණ මේ අතර වෙයි. අනෙක් හැකියාවන් වන රෙදි විචීම, කුණන් වැඩ ගෙහිම්, ගෙත්තම් කිරීම සහ අනෙක් මැනුම් කර්මාන්තද අපට ඉගෙන ගත හැකිය. මේ සෑම දෙයකම අපගේ ඇඳුම් හා නිවාස අලංකාර කරනු ඇත.

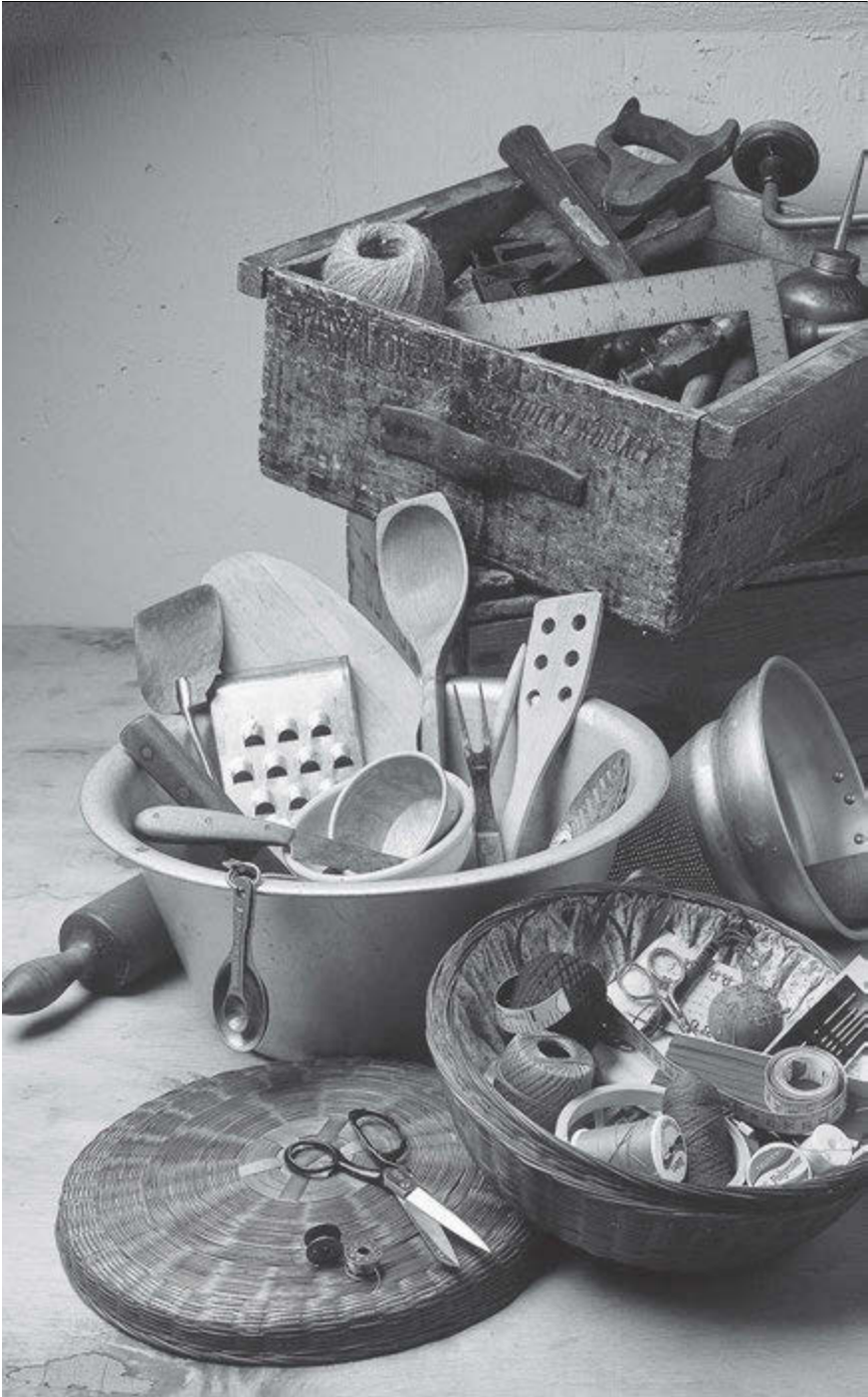
- අපට අපගේ නිවස සඳහා මසා ගැනීමට හා සාදා ගැනීමට හැකි දේවල් මොනවාද?

අවශ්‍ය භාණ්ඩ සාදා ගැනීම හෝ ගොඩනැගීම

ස්වභාවික විපත් වලට මුහුණ දීමට නම්, ආහාර පිස ගැනීමටද, අපගේ ආහාර සහ නිවාස උණුසුම් කර ගැනීමට සහ අපගේ ඇඳුම් ශුර්ථ හා නිවාස අවටද, පිරිසිදුව තබා ගැනීමට අපි සුදානම් විය යුතු වෙමු. ගෙදර දොර දුවන්නගෙන් සබන් සාදා ගැනීමට අපි ඉගෙන ගත යුතු වෙමු. තවද නීතියෙන් ඉඩ සලසා තිබේ නම් අපි ඉන්ධන ගබඩා කර තැබිය යුත්තෙමු, එම ඉන්ධන ගබඩා කිරීම ආරක්‍ෂිත ලෙස ආරක්‍ෂක ස්ථානයක බවට වග බලා ගත යුතුය.

හදිසි අවස්ථාවක් මතුවූ විට අපගේ නිවාස ධනනාගාර හෝ සත්ව ගාල් නැවත සාදා ගැනීමේ අවශ්‍යතාවයන්ට මුහුණ දීමට අපට සිදු විය හැකිය. ලී වර්ග වලින් සහ අනෙකුත් ද්‍රව්‍යයන්ගෙන් වැඩ කිරීමට සහ උපකරණ පාවිච්චි කිරීමට පවුලේ සාමාජිකයන් ඉගෙන ගැනීම වැදගත්ය. එවිට බඩු බාහිරදිය සාදා ගැනීමට මෙන්ම අළුත් වැඩියා කර ගැනීමටද ඔවුන්ට හැකිය.

- මෙම අංශයන්හි නිපුණත්වයක් ඇති අය ගැන අපි දන්නෙමුද? මෙම හැකියාවන් අපට හෝ අපගේ පවුල් සාමාජිකයන්ට ඉගෙන ගත හැක්කේ කෙසේද?



26-ඉ. ඇඳුම් මැසීම, ආහාර පිසීමට හා ගොඩනැගීම සඳහා පාවිච්චි කරන නිවාස උපකරණ

අපගේ බඩු බාහිරාදිය අළුත්වැඩියා කර නඩත්තු කිරීම

කාලය සහ මුදල ඉතිරි කිරීමට, අත් අය කෙරෙහි බලාපොරොත්තු වීම වළක්වා ගැනීම අපට අවශ්‍ය වෙයි. ඒ සඳහා අප සතු දේවල් අප විසින්ම අළුත්වැඩියා කර නඩත්තු කිරීමට අපට ඉගෙන ගත හැකිය.

- අපගේ බඩු බාහිරාදිය අළුත්වැඩියා කර තැබීම වැදගත් වන්නේ මන්ද?

අපට නොමැති දැනතාවයන් ඉගෙන ගැනීම

ස්වභාවිකයෙන් නැගී සිටීම සඳහා දැනතා ඉගෙන ගැනීමට වෙනම පංති පැවැත්වීමට සභාව අනුමත කර තිබේ. අප ඉගෙන ගත් දැනතා කිහිපයක් අත් අයට ඉගැන්වීමට අපට පිළිවන. අපට නොමැති දැනතා තිබේනම්, අපට ඒවා අත් අයගෙන් ඉගෙන ගත හැකිය. පොත්පත් වලින්, සගරා වලින්, නිවාස ආරථික පංති වලින්, රාජ්‍ය සේවකයන්ගෙන් හෝ පාසැල් වැඩසටහන් වලින්ද සමහර විට අපට ඉගෙන ගත හැකිය.

- සොහොයුරියන් සතු දැනතා පිළිබඳව පැහැදිලි කරන මෙන් ඉල්ලා එම දැනතාවයන් අනෙකුත් සොහොයුරියන්ට ඉගැන්වීමට ඔවුන්ව දොරොසමත් කරන්න. ප්‍රයෝජනවත් දැනතාවයන් ඉගෙන ගැනීමට අපගේ ළමයින්ට උදව් කරමින් ඔවුන්ව දොරොසමත් කිරීමට අපට හැකි වන්නේ කෙසේද?

පරණ ගිවිසුම කාලයේදී පවා ස්වභාවිකයෙන් නැගී සිට නිදහස්ව කටයුතු කිරීමට ස්වාමිත්ව වහන්සේ උන්වහන්සේගේ ජනතාව දොරොසමත් කල සේක. එක් යහපත් නිවාස පාලකවක් ඇයගේ නිවැසියන් හට සැපයීම් ලබා දීම සඳහා සිය දැනතා උපයෝගීකර ගත් අයුරු හිතෝපදේශ 31 මෙසේ පැහැදිලි කරයි.

"ඇය ලොම් සහ හණ සොයාගෙන ජීවියෙන් ඇගේ අත්වලින් වැඩ කරන්නීය.

".... ඇගේ අත්වල ලාභයෙන් ඇ මිදි වත්තක් වවන්නීය....

"ඇ ඉද්දට ඇගේ අත් පොවා ඇගේ හස්තවලින් ඉද්ද අල්ලයි.

"ඇගේ හස්තය අසරණයා දෙසට විහිදන්නීය එසේය. ඇගේ අත් දිළින්නට වෙතට දිගුකරන්නීය.

"හිම නිසා ඇගේ පවුල ගැන ඇයට හයක් නැත. මක් නිසාද ඇගේ පවුලේ සියල්ලෝම හැද සිටින්නෝය...

"ඇ අලසකමේ කැම නොකා ඇගේ පවුලේ කාරණා බලා ගනියි" (හිතෝපදේශ 13, 16, 19--21, 27)

අවසානය

ප්‍රශ්න සහ පරීක්ෂා, ස්වාමිත්ව වහන්සේ සැලසුම්කර තිබෙන්නේ පොළොවේ අප ලබන අත්දැකීම් වල කොටසක් ලෙසය. එහෙත් උන්වහන්සේ අපට දැනවන්න වන සේක. මෙම ප්‍රශ්න විසඳා ගැනීමට උන්වහන්සේ අපට මාර්ග ලබාදී ඇති සේක. ස්වාමිත්ව වහන්සේ උන්වහන්සේගේ අනාගත වක්තෘත් මගින් අපට උපදෙස්දී තිබෙන්නේ අපගේ සැපයුම් ලබා ගැනීමට ඉගෙන ගන්නා ලෙසයි. අප මෙම උපදේශය අනුගමනය කරන විට අප සුදානම්ව සිටින බැවින්, අසීරු අවස්ථාවලදී අපට බියක් ඇති නොවේ. "ඔබ සුදානම්ව සිටි නම්, ඔබ බිය නොවන්නේය" ස්වාමිත්ව වහන්සේ කී සේක. (ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 38:30)

අභියෝගය

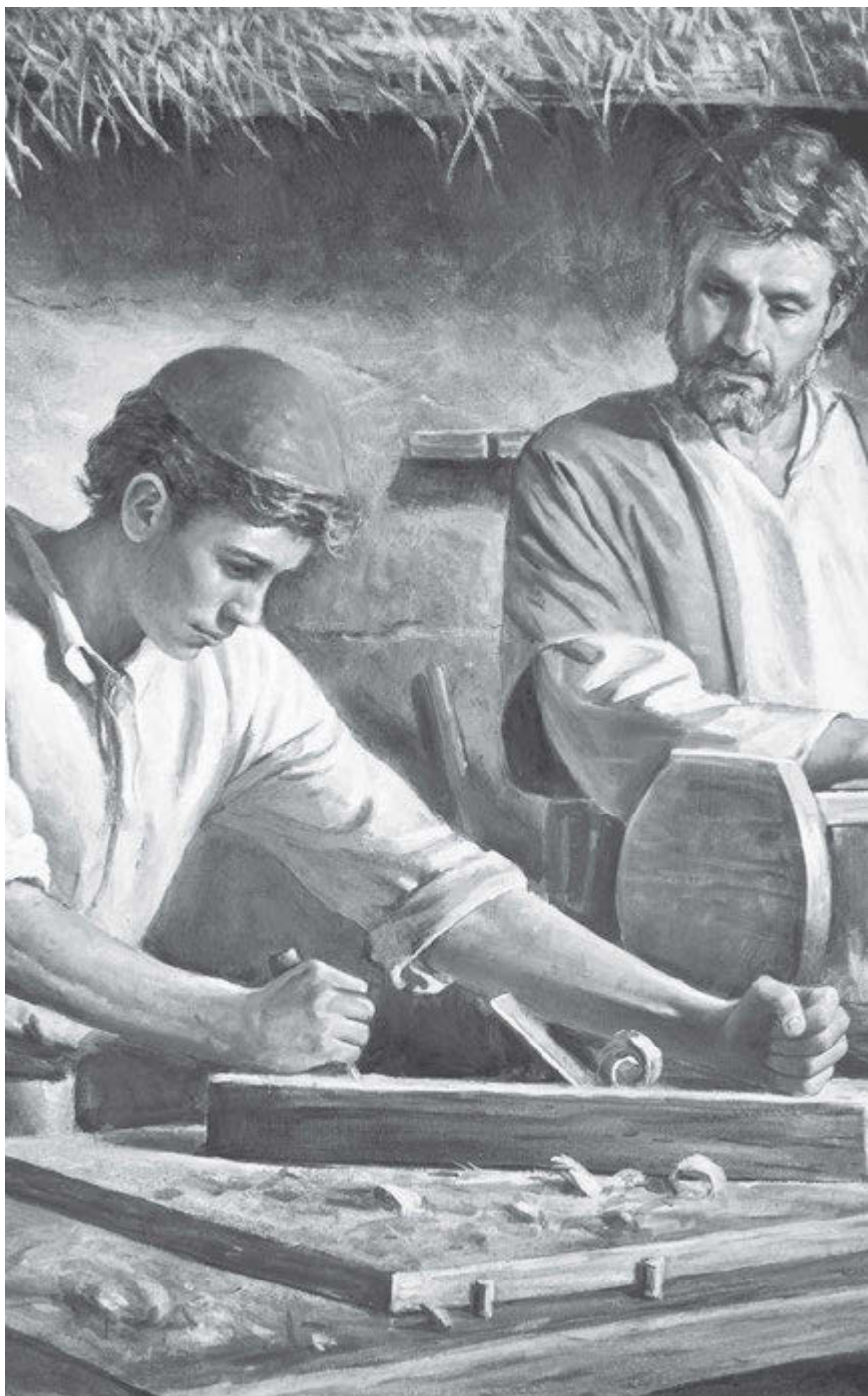
ඔබටත්, ඔබගේ පවුලේ අයටත් ඉගෙන ගැනීමට අවශ්‍ය දක්‍ෂතා මොනවාදැයි තීරණය කරන්න. අඩු වශයෙන් එම දක්‍ෂතා වලින් එකක් හෝ ඉගෙන ගෙන පුහුණු වීම මෙම සතිගේම ආරම්භ කරන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. නිවාස නිෂ්පාදන දක්‍ෂතාවයන් සමාජ පංති හෝ අමතර පංති මගින් දක්‍ෂතා ඇති අය සභාවට පැමිණ උගන්වන විටදී, ඒවාට සහභාගිවීමට සාහොඳුරියන්ට හැකි අන්දම ගෙන සොයා බලන්න.
 - අ. ප්‍රදේශයේ ඇති කරනු ලබන සතුන් ගැන සහ ඇති කිරීමට පහසු කුමන සතුන්ද යන වග සොයා බලන්න.
 - ආ. ප්‍රදේශයේ හොඳින් වැවෙන පළතුරු ගස් වර්ග හා වැල් හා පදුරු වර්ග මොනවාද යන්නත් ඒවාට අවශ්‍යවන සැලකිල්ල ගැනත් සොයා බලන්න.
 - ඇ. මැහුම් පංති පැවැත්වෙන්නේදැයි සොයා බලන්න. එසේ නොමැති නම්, පංති සාමාජිකයන්ට මැහුම් ඉගැන්වීමට හැකි අය ගැන සොයා බලන්න.
 - ඈ. ගොඩනැගිලි ලී බඩු සහ අනෙකුත් අවශ්‍යතා ගැන පවුල් සාමාජිකයන්ට ඉගෙන ගැනීමට පංති පැවැත්වේද? එසේ නොමැතිනම්, මෙම දක්‍ෂතා ඇති, ඉගැන්වීමට කැමති අය ගැන සොයා බැලීමට උත්සාහ ගන්න.
3. පාඩමේ යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් හුණු ලෑල්ලේ තොරතුරු වලට යොමු වන්න.
4. ඔබ ප්‍රියකරන යම් කතන්දර ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකයන් පත් කරන්න.

පොද්ගලික සහ පවුලේ වැඩි දියුණුව



පොද්ගලික සහ පවුලේ වැඩි දියුණුව අපගේ දක්ෂතා වැඩිදියුණු කිරීම

27 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ අපට ලබා දුන් පුද්ගලික දක්ෂතා සහ හැකියාවන් සොයාගෙන, වැඩි දියුණු කර භාවිතා කිරීමට උපකාරවත් වීම සඳහායි.

දක්ෂතා සහ හැකියාවන් සැම කෙනෙකුටම තිබේ

ස්පන්සර් බී. ක්ලිබල් සභාපති තුමා මෙසේ කීවේය: "දෙවියන් වහන්සේ අපට සැගවුණ හැකියාවන් සහිතව දක්ෂතාවයන් සහ කාලය උරුම කොටදී තිබෙන්නේ උන්වහන්සේට සේවය කිරීමේදී ඒවා පාවිච්චි කරමින්, දියුණු කර ගැනීමේ ප්‍රස්ථාවන්ද සහිතවය. එහිසා උන්වහන්සේ එතුමාගේ වරප්‍රසාද ලත් ළමයින් වශයෙන් අපගෙන් බොහෝ දේ බලාපොරොත්තු වන සේක" (*The Miracle of Forgiveness [1969], 100.*)

අපට තිබෙන දක්ෂතා මොනවාදැයි යමෙක ඇසුවහොත් අපි පිළිතුරු දෙන්නේ කෙසේද? අප සතුව දක්ෂතා නොමැති බව, අපගෙන් සමහරෙකුට සිතිමට ඉඩ ඇත. ගායනය, නැටීම හෝ ලිවීම වැනි ශිල්පාත්මක අංශවල අප ක්‍රියාකාරී නොවීමට ඉඩ ඇත. නමුත් දක්ෂතාවයන් වශයෙන් හඳුනා නොගත් හැකියාවන් අපට තිබීමට හැකිය. සංවිධානය කිරීමේ, මතුරන් ඇතිකර ගැනීමේ, සැනසීම ගෙනදීමේ, අන් අයට ඉගැන්වීමේ හෝ ළමුන් රැකබලා ගැනීමේ විශේෂ දක්ෂතාවයන් අපට තිබිය හැකිය.

තරුණ වියට එළඹෙමින් සිටින ගැහැණු ළමයෙකු වන එල්ලා, කණගාටුවෙන් පසු වූයේ, ඇයගේ වැඩිමහල් සොහොයුරියන් සතුව තිබූ දක්ෂතාවයන් ඇයට නොතිබූ බැවින්ය. ඔවුන්ට ලැබෙන සැලකිලි හා ප්‍රශංසාවන් ඇයට නොලැබිණි. කඳුළු සලමින් සිය නැන්දණිය වෙත ගිය ඇය "කිසි කෙනෙක් මට කැමති නැහැ. මම වැඩක් නැති කෙනෙක්" යැයි කියමින් ඉති ගැසුවාය.

එල්ලා සනසාලීමෙන් පසුව මෙහොතක් කල්පනා කල සුසාන් නැන්දණිය මෙසේ කීවාය "එල්ලා ඔබගේ හැඟීම් මට තේරුම් ගත හැකියි. ඉතා ජනප්‍රිය දක්ෂතා සහිත වැඩිමහල් සොහොයුරියන් දෙදෙනෙකු සමග පිටත්වීම අසීරු දෙයකි. එය ඔබට අසරණ තත්වයකට පත්කල හැකියි" ඉන්පසු සුසාන් නැන්දණිය මෙසේ කීවාය. එල්ලා අප හැම කෙනෙකුටම පුද්ගලිකව මැවීමේදී අපගේ ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින අපගේ දෙවි පියාණන් වහන්සේ විශාල සැලකිල්ලක් දක්වා ඇත. ඔබ වෙතත් කෙනෙකු වීමට උත්සාහ නොකරන්න. ඔබ සතු දක්ෂතාවයන් සහ දීමනාවන් ගැන කෘතඥ වෙමින් ඒවා දියුණු කර ගැනීමට හැකි තරම් උත්සාහ කරන්න.

ඉතා දක්ෂ ලෙස ළමුන් හසිරවීමට එල්ලා සතුව තිබූ හැකියාව නිසා ඇය ආදර්ශමත් ළමා පාලකාවක් වූ බව පැහැදිලි කල සුසාන් නැන්දණිය මෙසේද කීවාය.

"ඔබ ඔබගේ කටයුතු නිතරම ඉතා හොඳින් හා ආශාවෙන් කරමින් ඔබගේ නිවස වඩා හොඳ ස්ථානයක් බවට පත් කිරීමට බොහෝ වෙහෙසන බව.... ඔබේ මව ප්‍රකාශ කරනු මම අසා ඇත්තෙමි.

"යමෙක් අසනීපව සිටින විටදී වඩාත් සැනසීම ගෙනදීමට කල යුතු දෙය ඔබ දැන සිටින බව එල්ලා ඔබට කවදා හෝ වැටහී තිබේද? (මම අසනීපයෙන් සිටියදී) මගේ පණිවුඩය ගෙන යාමටත්, මගේ ඇඳ ලහ අළුත් මල තැබීමටත්, මා බැලීමට පැමිණා මාව සතුටට පත්කිරීමට ඔබගේ කාලය ගත කළේත් ඔබමය. ඔබට හොඳ සිතක් තිබෙනවා එල්ලා.... ඔබ පාසලට ආදරය කරමින් හොඳින් ඉගෙන ගන්නවා... ඔබටම විශේෂිත වූ බොහෝ දීමනාවන් සහ දක්ෂතා ඔබට ඇත. ඉන් පසුව යුසාන් නැන්දණිය එල්ලාගෙන් මෙසේ ඇසුවාය. දියමන්ති දෙකක් එකවැන්නේ නොමැතිව මෙන්ම කිසිදා තිබුණේද නැත.. යන්න ඔබ අසා තිබේද? ඇය මෙසේ පැහැදිලි කලාය. "දියමන්තිය... ලෞකික වස්තූන් සියල්ලටම වඩා විශාල වටිනාකමක් දැරීමේ එක් හේතුවක් වන්නේ එයයි. නමුත් එ හැම දෙයක්ම මැණික්ය. එල්ලා ඔබ මැණික්ක බව කිසිදා අමතක නොකරන්න." (බලන්න Daryl V. Hoole and Donette V. Ockey *With Sugar'n Spice* [1966], 19--21)

අපගේ දක්ෂතාවයන් සහ හැකියාවන් අපට ලැබෙන්නේ අපගේ ස්වර්ගිය දෙවි පියාණන් වහන්සේගෙන්ය. හැම පුද්ගලයෙකුට මෙවන් දීමනාවන් කිහිපයක් හෝ උරුමකොට දී ඇත.

අපගේ දක්ෂතා සොයාගෙන ඒවා වැඩි දියුණු කිරීම

අපේ දක්ෂතා සොයාගෙන අපි ඒවා වැඩි දියුණු කල යුතු වෙමු. ප්‍රේරිතයෙකු වූ පාවුලු තුමා මෙසේ කියා ඇත. "නුඹ තුල තිබෙන දීමනාව ව්‍යවහාර නොකර නොසිටින්න" (1 තිමොති 4:14) නමුත්, අපගේ දක්ෂතා සොයාගෙන දියුණු කර ගැනීමට උත්සාහය අවශ්‍ය වෙයි.

■ අපි අපගේ දක්ෂතාවයන් සොයාගන්නේ කෙසේද?

අපගේ පෞද්ගලික දක්ෂතාවයන් මතු කරගැනීමට අප කරන සොයා බැලීම් හා අත්හදා බැලීම් වලදී අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම ලැබීමට අපි යාඥා කල යුතු වෙමු. ඒවා හඳුනා ගැනීමට උපකාරවත්වීම සඳහා විශේෂිත ආශිර්වාද ඉල්ලීමට අපට හැකිය. අපට සහා කැඳවීම් වෙන් කරදී තිබේ නම්, සමහර විට එම අවස්ථාවේදී හෝ අපට කැඳවීම් වලින් මුදවා හරින අවස්ථාවේදී හෝ කිසියම් දක්ෂතාවයක් සඳහන්වී ඇත. අපට අපගෙන්ම මෙසේ ඇසිය හැකිය. "පාඩමක් ඉදිරිපත් කිරීමේදී" කථාවක් පැවැත්වීමේදී කාරක සහා පැවරුමක කටයුතු කිරීමේදී හෝ උත්සවයක් සැලසුම් කිරීමට උදව් වීමේදී මට උපකාරවත්වූ මා සතු ගුණාංග මොනවාද? අපි ගරු කරන අයගේ ජීවිත අපි පරීක්ෂා කල යුතු වෙමු. එවිට ඔවුන් සතුව තිබෙන යහපත් ගුණාංග මද වශයෙන් හෝ අප සතුව තිබේදැයි අපටම පරීක්ෂා කර බැලිය හැකිය. දෙමව්පියන් ඇතුළු ඥාතීන්ටද මිතුරන්ට හා ගුරුවරුන්ට නිතරම මෙන් අපගේ දක්ෂතා හඳුනා ගෙන ඒවා දියුණු කිරීම සඳහා අපට උපකාරවත් විය හැකිය.

සහා ස්ටේකයන් පිහිටුවා ඇති ප්‍රදේශවල ස්ටේක් ආදී ජීනාවරයාගෙන් ආශිර්වාද ලැබීමට සුදුසු වූ සාමාජිකයන්ට හැකියාව ඇත. විශේෂ දීමනාවන් සහ දක්ෂතාවයන් ගැන ආදී ජීනා ආශිර්වාද වලදී නිතරම එළිදරව් වෙයි. අපගේ දක්ෂතාවයන් සොයා ගැනීමට හා ඒවා දියුණු කිරීමටද මග පෙන්වීමක් වශයෙන් එය පාවිච්චි කිරීමට අපට පිළිවන. ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සහාපති තුමා මෙසේ කිවේය. "අපගේ මහත් බලාපොරොත්තුව වන්නේ, හැම පුද්ගලයෙකුටම පළපුරුදු තරුණ පක්ෂයද ඇතුළුව ආදී ජීනා ආශිර්වාදයක් ලබා ගැනීමට අවස්ථාවක් ලබා දිය යුතු බවය." (in Conference Report ඔක් 1977, 4: හෝ *Ensign* නොවැ.1977,4)

ඇලස්කාවේ හෝම නගරයේ නැන්සි සෙල්පේස්ටර් සොහොයුරිය ඇයගේ දුෂ්ඨතාවයන් සොයා ගත් අයුරු මෙසේ ප්‍රකාශ කලාය. ඇය සිය ස්වාමි පුරුෂයාගෙන් විශේෂ ආශිර්වාදයක් ඉල්ලා ඇත. ආශිර්වාදය ලබා දෙන අතර, ඔහුගේ පෙළඹවීමක් අනුව ඇය සතු දුෂ්ඨතාවයන් ඉක්මනින්ම දියුණු කර ගත්තේ නැතිනම්, එම දුෂ්ඨතාවයන් ඇයගෙන් නැවත රැගෙන වෙනත් කෙනෙකුට ලබා දෙන බව ඔහු ඇයට කියා ඇත. ඇය මෙසේද කීවාය.

"මම තිගැස්සී බියට පත්ව බැගැපත් වූයෙමි.

"එම නිසා මා තුළ දුෂ්ඨතාවයක් තිබෙන බවට කිසිම සාක්ෂියක් නැති බව සිතීමට.... මට සිදුවිය. මට හඳුනා ගැනීමට නොහැකි දෙයක් මා වැඩි දියුණු කරගන්නේ කෙසේද? මා නොදන්නා මා නොඇල්ලූ පාච්චි නොකල, මට හසු නොවන දීමනා රාශියක් මා තුළ කොතැනක හෝ සැගවී තිබිය යුතුය...

"සභාවට හැරී ආ අයෙකු වශයෙන් සිය ජීවිත කාලය මුළුල්ලේම සභාවේ සිටින දුෂ්ඨතා ඇති අය වසර කිහිපයක් තුළදී ඔවුන්ගේ ගෘහනා කිරීමේ, ලිපීමේ සහ කථා කිරීමේ හැකියාවන් පුහුණුවී දියුණු කරගනු මම දැක ඇත්තෙමි. මට කිසිවක් නැත.

"හදිසියේම මට නුවණ පහළ විය. මම කැමැත්තක් දක්වන ප්‍රිය ජනක දේවල් අනුව කටයුතු කරමින් මගේ දුෂ්ඨතාවයන් සුළු වශයෙන් පාච්චි කර එළි දැක්වීමට ඒ අනුව මට පිළිවන.

"භාවනා කිරීම සහ යාදොව තුලින් මා සොයා ගත් මා කැමති ප්‍රියජනක දේවල් මෙසේය.

"මිනිසුන් අන් අය සතුටු කිරීම වැනි දේවල් මම කලාතුරකින් කලද, නිතරම මා තුළ පැවති එම අදහස හොඳ අභිප්‍රායකින් යුතුව ක්‍රියාත්මක කිරීමට මම තීරණය කලෙමි. පටන් ගැනීමක් වශයෙන් සිය මවගෙන් ඇත්ව සිටි කුඩා ළමයෙකුට රෝටියක් පුළුස්සා දුන්නෙමි.

"සංගීතය ස්වර කියවීමට හෝ සංගීත භාණ්ඩයක් වාදනය කිරීමට මට නොහැකි වුවද, මම සංගීතයට ප්‍රිය කළෙමි. සංගීත දුෂ්ඨතා ඇති සොහොයුරියක් හමුවී මම මෙසේ කීවෙමි: ඔබ සමග යුග ගියක් ගැසීමට මම කැමැත්තෙමි.

"වේදිකා නාට්‍යයන් දේව මාළිගාවට යාම සඳහා සුදානම් වන අප ශාඛාවේ තරුණයන්ට ආධාර පිණිස පවත්වනු ලැබූ "නාට්‍ය සැන්දෑවක මම ස්වකැමැත්තෙන්ම ප්‍රධානියා වශයෙන් කටයුතු කලෙමි.

"ලිපීම: කිසියම් කෙනෙක් ශමක් ප්‍රකාශකරන විටදී හෝ යම් දෙයක් කරන විට, එය මා සිත්ගත් විට ඒ පිළිබඳව බලවත් හැඟීමක් මට නිතරම මෙන් ඇතිවේ. එවැනිවන සිදුවූ විට, එම හැඟීම් ලියා තබා එම හැඟීම් මා තුළ ඇති කල අයට ඒවා නැපැල් කර හැරීමට මම තීරණය කලෙමි....

"ප්‍රතිඵලය වශයෙන් මම කිසි දිනෙක ප්‍රසිද්ධ නොවුනද.... මා සතු දෙයක් මගේ පවුලේ අය අප ශාඛාවේ සාමාජිකයන් සහ අසල් වැසියන් වැනි මගේ හිතවත්ම අය.....හා බෙදා ගැනීමට හැකිය. තව දුරටත් දෙවියන් වහන්සේ ලබා දුන් වටිනාකමක් ඇති... මගේම දුෂ්ඨතාවයන් වැඩි දියුණු කිරීමටද හැකි වනු ඇත." (I Dug Up My Talents, *Ensign* මාර්. 1976, 31)

ආරම්භයේදී අපගේ දුෂ්ඨතාවයන් කුඩා විය හැකිය. නමුත් මහත්සිව් කටයුතු කිරීමෙන් ඒවා දියුණු කර ගත හැකිය. එක් දුෂ්ඨතාවයක් දියුණු කිරීමෙන් අපගේ අනෙක් දුෂ්ඨතාවයන්ද නිතරම අපට දියුණු කරගත හැකිය. විශේෂ පුහුණුවක් හෝ විධිමත් අධ්‍යාපනයක් මගින් බොහෝ දුෂ්ඨතාවයන් ගොඩනගා ගැනීමට අපට උපකාර ලැබේ. විශේෂ අභියෝග සහ බාධක ජය ගැනීමෙන්ද නව දුෂ්ඨතා දියුණු කර ගැනීමට අපට උපකාර ලැබේ. යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවස්වල ශුද්ධ

වන්තයන්ගෙන් යුතු සභාවේ සාමාජිකයන් වශයෙන් සේවය කිරීමේ කැඳවීම් අප පිළිගත් විට නව දක්ෂතා සොයාගෙන දියුණු කිරීම සඳහා අපට බොහෝ අවස්ථා ලැබේ. අප බොහෝ දෙනෙකු කැඳවනු ලබන්නේ අපට කලහැකි දේවල් කිරීමට නොව, අප කල යුතු දේවල් කිරීමටය.

පැන්කලින් ඩී ඊවර්ඩ් වැඩ්මහල්ලා මෙසේ කීවේය. "සභාවේ තනතුරක් පිළිගන්නා ලෙස ඉල්ලු විට බොහෝ විට පුද්ගලයන්ගේ නමැති ප්‍රකාශය වන්නේ, ඕ මට එය කිරීමට නොහැකිය යන්නය. වෙනත් අයෙකු සේවය කිරීමේදී තිබිය හැකි මනා පළපුරුද්දක් හෝ අධ්‍යාපනයක් මට නැත. නමුත් ඇදහියලත්, අධ්‍යාපනයත්, ක්‍රියාවත් සමග යාඥාවත් තිබේනම් කොහෙත්ම නොහැකියයි පෙනීමට තිබෙන දේවල් පවා ඉටුකර ගැනීමට ස්වාමීන් වහන්සේ අපට හැකියාව ලබා දෙන සේක." (in Conference Report Sao Paulo Area Conference 1977, 23.)

මෙක්සිකෝවේ වෙරාක්‍රස් නගරයේ දැන මෙහෙයේ හිටපු සභාපති වරයාගේ බිරිඳ වන මාරියා තෙරේසා පී.ඩී.පැරඩයිස් සොහොයුරිය මෙසේ සාක්ෂි දුරයි: "යම් කාන්තාවක් සභාව තුළදී ක්‍රියාශීලී වනවිට, තමා තුළ තිබුණ බව පවා ඇය නොදැන සිටි පුදුමාකාර දක්ෂතාවයන් පවා ඇය දියුණු කරනු ලබයි. සුභාරංචිය අධ්‍යයනය කරමින් නිවැරදි මුල ධර්මයන් ඇයගේ දිනපතා ජීවිතයේදී අනගමනය කරන විට, ඇයගේ නිවසේ භාරකාරත්වය මනෙවින් ඉටු කිරීම සහ ඇයගේ පවුලේ අයටත් ප්‍රදේශයට උපකාර කිරීමට හැකියාව ලැබී ඇය වඩාත් හොඳ කාන්තාවක් බවට පත්වේ." (උපුටා ගැනීම Carol Iarsen in "The Gospel Counterculture", *Ensign* මාර්. 1977, 23)

බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපති තුමා මෙසේ කීවේය: "සෑම නිපුණත්වයක්ම, සෑම ඔපවත්වූ වරප්‍රසාදයක්ද, ගණිතය, සංගීතය සහ විද්‍යාවේ කලා ශිල්පවල සෑම ප්‍රයෝජනවත් ජයග්‍රහණයක්ද ශුද්ධවත්තයන්ටය" (*Discourses of Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe [1954], 252).

සභා සාමාජිකයන් උසස් චිත්‍ර ශිල්පීන් සහ දක්ෂ මුර්ති ශිල්පීන් බවට පත්වන දිනය ගැන ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපති තුමා බලාපොරොත්තුව සිටියි. අපගේ දක්ෂතා සහ හැකියාවන්වල විශිෂ්ඨත්වය පෙන්වන ලෙස එතුමා අපට නියෝග කරයි. අප "හොඳයි" කියා සැහිමකට පත් නොවී විශිෂ්ඨත්වය දක්වා කටයුතු කරන ලෙස එතුමා අපට අනතුරු ඇඟවයි. ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ පිහිට ලැබී සිය දක්ෂතා දියුණු කරන අය, උසස් ප්‍රතිඵල ලැබිය යුතු බවද, එතුමා අපට සිහිපත් කරයි. (බලන්න "The Gospel Vision of the Arts", *Ensign* ජූලි 1977, 3)

- දර්ශක 27-අ පෙන්වන්න "කාන්තාවක් රෙදි වියයි" සහ දර්ශක 27-ආ. කාන්තාවක් ගිටාරය වැඩීමට පුහුණු වෙයි.

අපගේ දක්ෂතා පාවිච්චි කරන්න නැතිනම් ඒවා අහිමි කර ගන්න

අපගේ දක්ෂතාවයන් සොයා ගෙන අප ඒවා දියුණු කිරීමෙන් පසුව, ස්වාමීන් වහන්සේ අපගෙන් අපේක්ෂා කරනුයේ ඒවා පාවිච්චි කිරීමය. අපි ඒවා පාවිච්චි නොකල විට අපට ඒවා අහිමි වනු ඇත. ස්වාමීන් වහන්සේ මෙසේ අවවාද කර ඇති සේක:

"නමුත් සමහර අය සමග මම සතුටින් පසු නොවෙමි. මක් නිසාද ඔවුන් ඔවුන්ගේ මුඛයන් විවෘත නොකරන නිසාය. නමුත් ඔවුන් මිනිසාට ඇති බිය නිසා මා ඔවුන්ට ලබා දුන් දක්ෂතා ඔවුන් සඟවා ගනී. එවන් අයට උක පැමිණෙන්නේය. මක් නිසාද, ඔවුන්ට විරුද්ධව මගේ කෝපය ඇවිස්සෙන්නේය.

"තවද එය මෙසේ සිදු වන්නේය. ඔවුන් මට වඩාත් ඇදහියලිවත්ත නොවන්නේ නම්, ඔවුන් සතුට තිබෙන දෙයද සමගින් එය ඉවතට ගනු ලබන්නේය". (ගුණැත්ම සහ ගිවිසුම 60:2--3).

"සිය දියණිය, ඇය සතු දුෂ්ඨතාවයන් හා ප්‍රස්තාවන් ප්‍රයෝජනයට ගන්නේද නොගන්නේදැයි සැලකීමෙන් වුව මවක් ගැන ඊවකී එල්. ඉවෙන්ස් වැඩිමහල්ලා කියා ඇත.... මව එක් දිනක්... මෙසේ කීවාය. "මා ඔබට ජීවනය ලබාදී ඇත. දැන් ඔබ එයින් යම් ප්‍රයෝජනයක් ගන්න!" ඉන් පසුව වැඩිමහල් ඉවෙන්ස් මෙසේ කීවේය. අප සියලු දෙනාගේම පියාණන්ද එ අන්දමින්ම ප්‍රකාශ කරනු අපට සිතා ගත හැකිය. මම ඔබට ජීවනය ලබා දී ඇත්තෙමි. දැන් ඔබ එයින් යම් ප්‍රයෝජනයක් ගන්න. දැන්ම එයින් වැඩිම ප්‍රයෝජනය ගන්න. මම ඔබට කාලයද බුද්ධියද, පොළවත් එය පිරිනමන සියලු දේත්..... ලබාදී තිබේ. දැන් එයින් ප්‍රයෝජන ගන්න (in Conference Report, ඔක්. 1970, 86--87, හෝ *Improvement Era* දෙසැ. 1970, 88).

අපට දුෂ්ඨතාවයන් කොපමණ තිබුණද අප ඒවා හොඳින් භාවිතා නොකරන්නේ නම්, වැදගත් කමින් අඩුය. ස්වාමීන් වහන්සේ මෙලෙස ප්‍රකාශ කර ඇති සේක. "බොහෝ ලෙස ලබාදුන් තැනැත්තාගෙන්, බොහොමයක් අවශ්‍ය කෙරේ" (ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 82:3).

සතුට පැමිණෙන්නේ දුෂ්ඨතාවයන් ධාර්මික ලෙස පාවිච්චි කිරීම තුළින්ය

ස්වාමීන් වහන්සේ මෙසේ කී සේක:

"හොඳම දීමනාවල උනන්දුවෙන් යුතුව සොයමින්, ඒවා ලබාදී තිබෙන්නේ මන්දැයි ඔබ නිතරම සිහිපත් කරගන්න".

"මක නිසාද, සැබැවක් මම ඔබට කියමි. ඒවා ලබාදී තිබෙන්නේ... මාගෙන් ඉල්ලු හැමටම.... යහපතක් වීමට මිස.... ඔවුන්ගේ ආශාවන් පිනවීමට සංඥාවක් වශයෙන් නොවේය." (ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 46:8--9.)

දුෂ්ඨතාවයන් හා හැකියාවන් මගින් අන් අයටද උපකාර ලැබිය යුතුය. අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ අපට ලබාදුන් අපගේද, දුෂ්ඨතාවයන් අන් අයට අවබෝධය ලබාදී ඔසවා තබා ඔවුන්ගේ දියුණුව වෙනුවෙන් පාවිච්චි කරන විට. අපි උන්වහන්සේට කෘතඥ වන්නෙමු. අපි ඒවා පාවිච්චි කළ යුත්තේ ළමයින්ටත්, තරුණයන්ටත් උගන්වා වඩාත් උත්සාහවන්ත වීමට ඔවුන් පොළඹවාලීමටය. අපගේ නිවාස වලද, අප හැකියාවන් පාවිච්චි කරන විට අපගේ පවුල්ද ආශිර්වාදිත වනු ඇත. අපි මැනුම්, ඉවුම් පිහුම් ඉගෙන ගෙන නිවාස නිසි පිළිවෙලකට තබා ගන්නා විට, අපගේ ජීවිතයද අලංකාර කරගෙන අන් අයගේ වැඩ කටයුතුද ක්‍රියාත්මක කිරීමටද පිළිවන. කාරුණික සහ ආදරවන්ත ස්වභාවයක් අපි දියුණු කරන විට, අපගේ නිවාස වලට අපි සාමය සහ සමගිය ගෙන එන්නෙමු. අපගේ අසල් වැසියන්ට ආශිර්වාද කිරීමට අපගේ දුෂ්ඨතා පාවිච්චි කිරීමට පිලිවන. අප වටා සිටින අපගේ මිතුරන්ගේ අවශ්‍යතාවන්ට පිහිටී ඔවුන් ජීවිතය කිරීමටද අපට පිළිවන.

අවාසනාවකට මෙන්, සමහර අය දුෂ්ඨතාවයන් සොයාගෙන එය හොඳින් දියුණු කරයි. නමුත් අන් අයට උපකාර පිණිස එය යොදවන්නේ නැත. ඇත්ත වශයෙන්ම සමහර අය ඔවුන්ගේ දුෂ්ඨතා යොදවන්නේ අධර්මිෂ්ඨ කමට අනුවල දීමටය. අලංකාර ලෙස ගෘහනා කිරීමේ කට හඩක් ඇති පුද්ගලයෙකුට අයිෂ්ඨ ගීත ගැසීමට එය පාවිච්චි කළ හැකිය. ප්‍රබෝධමත් කවී ලිවීමේ හැකියාවක් ඇති අයෙකුට එම දුෂ්ඨතාවය වැරදි ලෙස යොදවා කාමුක සඟරා ලිවිය හැකිය. කථාකිරීමේ හෝ ඉගැන්වීමේ දීමනාව ලැබූ අයෙකුට අන් අය පාපයට යොමු කළ හැකිය."වර්තමාන බවින් තොර දුෂ්ඨතාවය සම්මානිත බවට වඩා බොහෝ බිය උපදවන සුළුය" (Richard L. Evans, *Thoughts... For One Hundred Days [1966]* 208).



27-අ. කාන්තාවක් රෙදි විසයි.



27-ආ. කාන්තාවක් ගීතාරය වාදනය කිරීමට පුහුණු වෙයි.

මෙම පාඩම මුලදී නව දුෂ්‍යතා කිහිපයක් සොයා වැඩි දියුණු කරගත් සෙල්පෙස්ටිනි සොහොයුරිය ගැන අපි ඉගෙන ගත්තෙමු. සෙල්පෙස්ටිනි සොහොයුරියගේ ශාඛා සභාපති තුමා ඇයට සහායේ මහජන සම්බන්ධතා අධ්‍යක්ෂවරිය වන ලෙස ඉල්ලීමක් කලේය. මෙමගින් ඇය අළුතින් සොයා දැනගත් දුෂ්‍යතාවයන් කිහිපයක් පාවිච්චි කිරීමේ ප්‍රස්ථාවය ඇයට ලැබිණි. ඇයගේ ප්‍රදේශයේ පළවන සතිපතා පුවත් පතේ ආගමික තීරුවට ලිපියක් ලිවීමේ අදහස ඇතිව ඇය ප්‍රාදේශීය පුවත් පතේ කතුවරයා හමුවීමට ගියාය. අනෙක් සභාවල ප්‍රධානීන් හමුවී ඔවුන් සමග වැඩ කිරීමේ අවස්ථාව මෙමගින් ඇයට ලැබිණි. මෙම තීරුව නිසා සභාව සම්බන්ධව පැතිර තිබූ බොහෝ මිටිනාවන් පහකර දැමීමට හැකිවූ අතර, මෝර්මන්ගේ පොතෙහි පිටපත්ද බෙදා හැරීමට හැකියාව ලැබූ බව ඇය කීවාය" (බලන්න "Calling inspires New Talent", *Church News*, පෙබ. 4, 1978, 14)

වැඩිමහල් බොයිඩ් කේ. පැකර් මෙම අභියෝගය නිකුත් කලේය. "එසේනම් දීමනාවන් ලැබූ ඔබ යන්න, ඔබගේ දීමනාව වගාකරන්න. එහි තිබෙන ඕනෑම ශිල්පයක් හා එමගින් ලබා දෙන සියලුම යහපත් ආදර්ශමත් දේවල්ද දියුණු කරන්න. ඔබට හැකියාව සමග කැමැත්තද තිබේ නම් වෘත්තියක් සොයන්න. නැතිනම් ඔබගේ දුෂ්‍යතාවය උපක්‍රමයක් ලෙස යොදවන්න. නැතිනම් විනෝදාංශයක් ලෙස වගා කරන්න. නමුත් එම හැම ක්‍රමයක් මගින්ම අත් අයට ආශිර්වාද කරන්න. අතර්ඝ තත්වයකින් කටයුතු කරන්න... ඔබගේ දීමනාව කිසි විටෙක නුසුදුසු ලෙස ප්‍රකාශ නොකරන්න." (*The Arts and the Spirit of the Lord*, in *Speeches of the Year, 1976 [1977]*, 280.)

අවසානය

අප හැම කෙනෙක්ම දුෂ්‍යතා සහ හැකියාවන් සහිතව ඒවා දියුණු කිරීමේ ප්‍රස්තාවන්ද සහිතව ආශිර්වාදිතව ඇත. අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ අපගෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ, අපගේ දුෂ්‍යතාවයන් අත් අයගේ යහපතට මෙන්ම අපගේද යහපත සඳහා පාවිච්චි කිරීමය. අපගේ දුෂ්‍යතාවයන් ධර්මිෂ්ඨ අරමුණු වෙනුවෙන් පාවිච්චි කරන විට, අපට සහ අප අවට සිටින්නන්ටද වඩාත් සතුටක් ලැබෙනු ඇත. අපි ඒවා ධර්මිෂ්ඨ ලෙස පාවිච්චි කරන විට, ඒවා වර්ධනයවී අළුත් ප්‍රස්ථාවන් හා හැකියාවන්ද දියුණුවේ. අපගේ දුෂ්‍යතාවයන් දෙවියන් වහන්සේගේ දීමනාවක් බවත්, අප ඒවා යොදවන අන්දම ගැන අපි වගකිව යුතු බවටත්, අප සිහියේ තබා ගැනීම වැදගත්ය.

අභියෝගය

නව දුෂ්‍යතාවයක් සොයා ගැනීමට ඔබ තුළ ඇති සැලකිලිමත් බව පරීක්ෂා කරන්න. ඉන් පසුව එය දියුණු කරන්න. ඔබගේ පවුල් සාමාජිකයන් සතු දුෂ්‍යතා සොයා ගෙන ඒවා දියුණු කර ගැනීමට ඔවුන්ව ධේරුකයමත් කරන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- මතෙව් 25:14--30 (දුෂ්‍යතාවයේ උපමා කථාව)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. *සුවිශේෂක මුල ධරම 34* වෙනි පරිච්ඡේදය "අපගේ දුෂ්‍යතා වැඩි දියුණු කිරීම" අධ්‍යනය කරන්න.
2. එබ ප්‍රියකරන කිසියම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවක පත් කරන්න.

වෘත්තීමය දක්ෂතාවයන් වැඩිදියුණු කිරීම

28 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ වෘත්තීමය දක්ෂතාවයන් සොයා ඒවා වැඩි දියුණු කිරීමට අපව පොළඹවා ලීමයි.

සමහර අවස්ථාවලදී කාන්තාවද සේවයෙහි යෙදිය යුතුයි.

බොහෝ පවුල් වල පියා හෝ ස්වාමි පුරුෂයා පවුලේ අවශ්‍යතාවයන් සපයාදීම සඳහා සේවයේ නිරත වෙයි. කෙසේ වෙතත් හැම විටම මෙසේ සිදු නොවෙයි. කාන්තාවද ආධාර කිරීම සඳහා සුදුසුකම් විය යුතුය. බොහෝ කාන්තාවන් ඔවුන්ටම ආධාරවීම සඳහා සේවය කරන අතර, අනෙක් අය තමන්ට සහ ඔවුන්ගේ පවුල් වල අයටද ආධාර කිරීම සඳහා සේවය කරති.

■ කාන්තාවන් සේවය කල යුතු බවට ඇති සමහර හේතූන් මොනවාද? ලැබෙන උත්තර හුණු ලැල්ලේ ලියා ඒවා සාකච්ඡා කරන්න. පහත සඳහන් අදහස්ද ඇතුළත් කිරීමට වග බලා ගන්න:

ඇයගේ ස්වාමි පුරුෂයා හෝ පියා මිය ගොස්ය.

ඇයගේ ස්වාමි පුරුෂයා හෝ පියා රෝගී බව හෝ හදිසි අනතුරකින් දුබලාතවයට පත්වීම.

ඇය අවිවාහක බැවින් ඇයටම ආධාර විය යුතුය.

පවුලේ මූලික අවශ්‍යතාවයන් එක් ආදායම් මගකින් සපුරා ගත නොහැකිවීම

බලපොරොත්තු රහිත රෝගී තත්වයන් හෝ වෙනත් අසිරිතාවයන් අමතර ආදායමක අවශ්‍යතාවය ඇති කිරීම.

රැකියාවක් කිරීමට කාන්තාවන් සුදුසුකම් විය යුතුය

කාන්තාවන් නිවාස පාලකාවන් වීමට සහ ජීවත්වීම සඳහා ඉපයීම යන දෙයාකාරයෙන්ම සුදුසු විය යුතුය.

"අවිවාහක කාන්තාවක්, තම රැකියාවෙන් සමාජයට සේවයක් කරමින් මුදල්මය වශයෙන් ස්වාධීන නම් ඇය නිතරම සතුටින් සිටින්නීය... ඕනෑම විවාහක කාන්තාවකට අනතුරු හැඟීමකින් තොරව වැන්දඹුවක් බවට පත්වීමට ඉඩ ඇත. ස්වාමි පුරුෂයා මිය ගිය ලෙසටම දේපළද නැතිවී යාමට ඉඩ ඇත. මෙහිසා ඕනෑම කාන්තාවකට ඇයගේම ජීවත්වීම උදෙසාමද තමාගෙන් යැපෙන ළමයින්ට ආධාර වීමේ අවශ්‍යතාවයට යටවීමට සිදුවේ. ඇය මුහුණ දීමට සිදු විය හැකි ජීවිතයේ යුතුකම් හා හදිසි අවශ්‍යතාවයන් ගැන ඇය යම් පුහුණුවක් ලබා තිබේනම් ඇය බොහෝ සතුටට පත්ව, වඩාත් සුරක්ෂිත බවේ හැඟීමක්ද ඇතිවනු ඇත." (Camilla Kimball, "A Woman's Preparation", *Ensign*, මාර්තු 1977, 59)

මවක විශේෂයෙන්ම සිය ළමයින්ගේ බාලවියේදීම, ඔවුන් හදා වඩා ගැනීම ඔවුන්ගේ මූලික රැකියාවක් කර ගන්නා ලෙසට ධර්මයෙන් කරනු ලැබේ. කෙසේ වෙතත් ඔවුන් තව දුරටත් නිවසින් පිටතදී වුවද ජීවත්වීම සඳහා ඉපැයීමට සුදුනම් විය යුතුය. කුඩා ළමයින් සිටින මවක සිය පවුලේ මූලික අවශ්‍යතාවයන් සැපයීම සඳහා නිවසින් පිටත රැකියාවක් ගැන සිතන්නේනම්, එම අවශ්‍යතාවයන්හි වළංගු බව ගැන ඇයට ස්ථිර විය යුතුය. ප්‍රවේශම් සහිත අය වැය මගින් හෝ නිවාස නිෂ්පාදන මගින් හෝ එම අවශ්‍යතාවයන්ට මුහුණ දීමට නොහැකි බවද ඇයට විශ්වාස විය යුතුය. ඇය හැම උත්සාහයකම දුර්ග යුත්තේ තම දරුවන් සමග නිවසේ සිටින්නටය.

"නිවසේ බාල දරුවන් සිටින මව්වරු, ඔවුන්ගේ මූලික ශක්තීන් කැපකල යුත්තේ තම දරුවන් හා සමග ඕනෑත්වයටත්, ඔවුන් පුහුණු කිරීමට හා ඔවුන්ගේ පවුල ගැන සැලකීමටත්වීමටය. තවද පවුලේ මූලික අවශ්‍යතාවයන් සපයා දීමට වෙනත් මාර්ගයක් නොමැති විටදී හැර, ඔවුන් නිවසින් පිටත රැකියාවක් සෙවීම නොකළ යුතුය. Neal A. Maxwell සහ Dallin H. Oaks වෙත පළවෙනි සභාපතිත්වයේ ලිපිය උපුටා ගැනීම Dallin H. Oaks "Insights", *Ensign*, මාර්. 1975, 56)

■ දරුක 28-අ. පෙන්වන්න. "තම ආබාධිත ස්වාමි පුරුෂයාට සහායවන කාන්තාවක්"

නිවසේ කටයුතු කිරීමට අමතරව සිය පවුල වෙනුවෙන් තමා වැටුප් මුදල උපයන බව හඳිසියේම තේරුම් ගත් මවකට අධ්‍යාපනය ලැබීමේ විශාල අවශ්‍යතාවයක් ඇත. ඇය මුලදීම සුදුනම්ව සිටියේ නම් වඩා හොඳ ප්‍රස්ථාවක් ලැබෙන අතර, ඉතා ඉක්මණින්ම ඇයට රැකියාවක් ලැබෙනු ඇත.

අපට රැකියාවක් කිරීමට හැකියාවක් තිබේනම් අපගේ අවශ්‍යතාවයන් ඉටුකිරීම රජයෙන් හෝ සුභසාධක සමිති වලින් අපි බලාපොරොත්තු නොවිය යුතුයි. විකට්ටු එල් බ්‍රවුන් සභානායක තුමා මෙසේ කීවේය.

"රැකියාවක් නැති අයට දෙන වැටුප් හෝ වෙන යම් දෙයක් නොමිලේ ලබා ගැනීම, කම්මැලිකම හා පරාධීනත්වය වර්ධනය කර ආත්ම ගරුත්වය විනාශ කරයි."

"ස්වාමීන් වහන්සේගේ මාර්ගය සැලසුම් කර තිබෙන්නේ අප හැම කෙනෙකුටම අපගේම අවශ්‍යතාවයන් සඳහා සුදුනම් වීමට උපකාරවත්වීම සඳහාය" (*The Church and the Family in Welfare Services, Ensign* මැයි 1976, 110)

රැකියාවක් සඳහා සුදුනම්වන අන්දම

- කාන්තාවන්ට රැකියාවක් සඳහා සුදුනම්වීමට හැකි උහන සඳහන් ක්‍රියා මාර්ග ගැන සාකච්ඡා කරන්න. පංති සාමාජිකාවන්ගේ අමතර අදහස්වලට ධර්මය දෙන්න.

අවිවාහක කාන්තාවන්ට හා ගැහැණු ළමයින්ට හැකි දේවල්:

1. ජීවන මාර්ගයක් සඳහා බලාපොරොත්තුවක් තබා අවශ්‍ය අධ්‍යාපනය සහ පුහුණුව ලබා ගන්න.
2. රැකියාවක් සඳහා සුදුනම් වීමට, ක්‍රමානුකූල හෝ සවස පැවැත්වෙන පංතිවලට යන්න.
3. දක්ෂතා වැඩි දියුණු කරමින් පළපුරුද්ද ලබා ගැනීමට ඔවුන්ට උපකාර වත් වන රැකියාවක් සොයා ගන්න.
4. භාර්ගවත් සහ මව්වරුන් වශයෙන් වගකීම් වලට සුදුනම් වීම සඳහා අධ්‍යාපනය සොයන්න.

- 5. ආරෝග්‍යශාලාවල සමාජ ආයතනවල හා පාසල් යනාදියේ සවේච්ඡා සේවයේ යෙදෙන්න.
- 6. නිවසේදී මුදල් ඉපයීම සඳහා ප්‍රයෝජනවත් විය හැකි දක්‍ෂතා ඉගෙන ගන්න.

■ ඔබගේ ප්‍රදේශයේ අර්ධකාලීන රැකියා ප්‍රස්ථාවන් තිබේද? ඔබේ ඉගෙනීම තව දුරටත් පවත්වා ගැනීමට පංති පැවැත්වෙන්නේද?

නිවසින් පිටත සේවය කිරීම සඳහා අවශ්‍යතාවයක් දැනට පැන නැගී නොමැති විවෘත කාන්තාවන්ට කල හැකි දේවල්:

- 1. රැකියාවක් සඳහා ඔවුන්ව සුදානම් කලහැකි පංතිවලට යන්න.
- 2. රැකියා දක්‍ෂතාවයන් සහ ප්‍රස්ථාවන් වෙනුවෙන් අවවාද සහ උපදෙශ ලබා ගැනීමට ප්‍රදේශයේ පාසැල් සහ සේවා ආයතන වලින් විමසන්න.
- 3. වෘත්තීය දක්‍ෂතාවයන් වැඩි දියුණු කර ගැනීමට උපකාරවත්වන සවේච්ඡා සේවාවල යෙදෙන්න.

ඇත්ත වශයෙන්ම මෙම ක්‍රියාවලිය කිසිවක් පවුලේ අවශ්‍යතාවයන් ඉටුකරන මවකට බාධාවක් නොවිය යුතුය. ඒ වෙනුවට වඩා හොඳ මවක් හා නිවාස පාලකාවක් වීමට ඇයට උපකාරවත් වන දේවල් ඇය සෙවිය යුතුය. උදාහරණයක් ලෙස මුදල් පරිපාලන පංතියක් මගින් පවුලේ අය වැය වඩා හොඳින් පාලනය කිරීම සඳහා මාර්ග සෙවීමට ඇයට උපකාරවත් විය හැකිය.

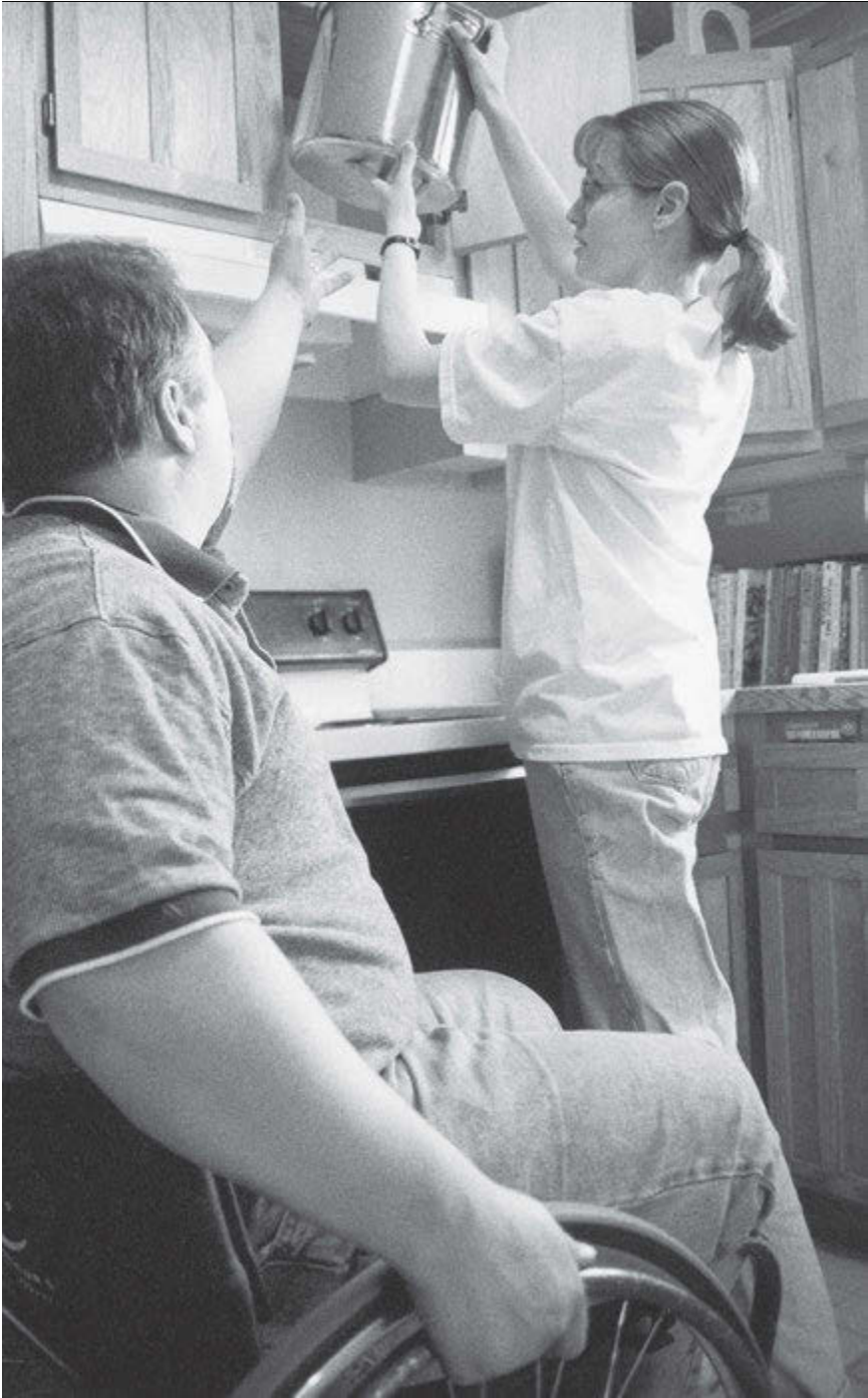
■ රැකියාවක් සඳහා සුදානම් වීමට හැකි වෙනත් අමතර මාර්ග මොනවාද?

මධ්‍යම ඇමරිකාවේ එක් සොහොයුරියක් ඇයගේ බාල දරුවාගේ වයස වර්ෂයකට වඩා අඩුව සිටියදී කණුවැන්දම් වුවාය. මුලදී තනිකම නිසා ඇයට අසරණ බවක් හැඟිණි. ළමයින් තුන් දෙනෙකු නඩත්තු කිරීමට සිටින බැවින්, යම් වෘත්තීය පුහුණුවක් ලබා ගැනීම අවශ්‍ය බව ඇය දැන සිටියාය. තම ළමයින් සමඟ සිටීමින්ම, නිවසේදීම වැඩ කිරීමට පහසු වීම සඳහා ඇය ඇඳුම් මෝස්තර දැමීමට පුහුණුවීම සඳහා පංතියක ලියා පදිංචි වුවාය. ඇය බොහෝ දුරට සිය දක්‍ෂතාවයන් දියුණු කරගත් බැවින් පසුව ඇයට රජයේ අනුග්‍රහය ලත් පංති කිහිපයක ඉගැන්වීම සඳහා ඇරඹුම් ලැබිණි. ඇයගේ උත්සාහයන්, බුද්ධියන්, මුදල් පාලනයේන් ප්‍රතිඵලයක් ලෙස, ඇයගේ ළමයින් තිදෙනාට හොඳ පාසලකට ඇතුළත් වීමේ අවස්ථාව ලැබී අවසානයේදී ගුරුවරියන් වීමට හැකියාව ලැබිණි. තම දක්‍ෂතාවයන් දියුණු කරගෙන ඒවා වෘත්තීය දක්‍ෂතාවයන් බවට පත් කරගත් බොහෝ කාන්තාවන් අතර මෙම සොහොයුරියද එක් අයෙකි.

අපි වෘත්තීය දක්‍ෂතාවයන් සෙවීමේදී අපි සැබැවින්ම කිරීමට කැමති දෙය ගැන තීරණය කල යුත්තෙමු. හැකියාවක් තිබේනම්, අපි ආශා කරන යම් දෙයක් තෝරාගත යුත්තෙමු. ඉන්පසුව ඒ සම්බන්ධ හැම දෙයක්ම අපි ඉගෙන ගත යුත්තෙමු. උදාහරණයක් ලෙස අපි යම් නිවාස නිෂ්පාදනයක් කිරීමට තීරණය කලහොත් හොඳින් විකිණෙන හොඳ ලාභයක් ලැබිය හැකි යම් භාණ්ඩයක් සොයා ගන්නා තුරු, අපි උත්සාහය අත් නොහල යුතුයි. අපගේ මිතුරන්ට අසල්වැසියන්ට සහ ළමුන්ටද එම භාණ්ඩ පෙන්වීමට අපට පිළිවන. ප්‍රාදේශීය පොළවල් වල සහ වෙළඳ ආයතන වල ඒවා ප්‍රදර්ශනය කිරීමටද අපට පිළිවන.

තීරණ ගැනීමේදී උපකාර පතා අපි නිතරම ශාඤ්ඤාකල යුත්තෙමු. අපට සුදානම් වීම සඳහා මාර්ග සෙවීමේදී අපට උපකාරවත් වන ලෙස අපගේ ස්වර්ගික පියාණන්ගෙන් අපි ඉල්ලිය යුත්තෙමු.

"ස්වාමීන් වහන්සේ අප වෙනුවෙන් කිරීමට යන දෙය සෙවීම වෙනුවට අප වෙනුවෙන් අපට කල හැකි දෙය ගැන අපි සොයා බලමු".



28-අ. කාන්තාවක් සිය ආබාධිත ස්වාමි පුරුෂයාට සහාය වෙයි.



28-ආ. කාන්තාවක් නිවසේදී කොණ්ඩ කැපීම මගින් මුදල් උපයයි.

නිවසේදී මුදල් ඉපැයීම

- දර්ශක 28-ආ. පෙන්වන්න. කාන්තාවක් සිය නිවසේදී කොණ්ඩා කැපීමෙන් මුදල් උපයයි. සහ 28-ඇ. "නිවසේ ප්‍රථම සකස් කරගත් භාණ්ඩ විකිණිය හැකිය"

බොහෝ කාන්තාවන් නිවසේදී මුදල් ඉපැයීම සඳහා ඔවුන්ගේ දැනෙන හා ආශාවන් යොදවා ගැනීමට මාර්ග සොයා ගෙන ඇත. මෙය විශේෂයෙන්ම උපකාරවත් වන්නේ කුඩා ළමයින් සිටින මවකට රැකියාවක් කල යුතුම විටදීය. කාන්තාවන් නිවසේදී මුදල් ඉපැයූ ක්‍රම කිහිපයක් මෙසේය.

1. ළමා ඇඳුම් මැසීම, රෙදි පිළි, මංගල ඇඳුම්, නිළ ඇඳුම්. ගෘහ උපකරණ, පුරවලු සතුන්, බෝතිකකන් හෝ බෝතිකකන්ගේ ඇඳුම්
2. විසිතුරු මැහුම්, ධුල් ගෙතීම්, ඇඳ ඇතිරිලි, ගෙත්තම් කිරීම්, මල් සැදීම හෝ පිළියල කිරීම රන් භාණ්ඩ සැදීම රිදී භාණ්ඩ සැදීම හෝ මල් මාලා සැදීම.
3. කේක් සැරසීම, රොට්ලා සැදීම, මංගල කේක්, පාන්, කුකීස්, රොෆීස්, පයීස් හෝ පාර්සල් කෑම එතීම.
4. නිවසේදී ළමුන් බලා ගැනීම, හෝ ප්‍රාථමික පාසලක් නිවසේ පවත්වා ඉගැන්වීම.
5. වතු වගාව සහ නිෂ්පාදන අලෙවිය. නිවසේ වැඩුණු අළුත් නිෂ්පාදන වලට හොඳ ඉල්ලුමක් මෙන්ම අලෙවියක්ද ඇත. ගොවි ගම්මාන වල ජීවත්වන සමහර කාන්තාවෝ ප්‍රාදේශීය පළතුරු වලින් ජෑම් සහ ජෙලි වර්ග සාදනු ලබති. මාර්ග දෙපස තබා හෝ වෙළඳ සැල්වල තබා ඔවුහු ඒවා අලෙවි කරති.
6. සංගීතය නැටීම හෝ චිත්‍ර කලාව ඉගැන්වීම.
7. වැඩිහිටියන් සඳහා දිවා ආරක්‍ෂාව සැපයීම.
8. ශිෂ්‍යත්ව පංති පැවැත්වීම.
9. පුවත් පත් වලට ලිපි ලිවීම.
10. යතුරු ලියනය කිරීම හෝ පොත් තැබීම.
11. දුරකථන මගින් අලෙවි කිරීම.
12. නවාතැන් හිමි කරුවන්ගේ බදු නියෝජිතයෙකු ලෙස ක්‍රියා කිරීම.
13. ඔවුන්ගේ නිවාසවල යම් අයෙකුට නවාතැන් සැපයීම.
14. අංගච්ඡල ළමයින්ගේ බාරකාර ආරක්‍ෂාව සැපයීම.
15. සතුන් අලංකාර කිරීම හෝ බලාගැනීම
16. හිසකෙස් අලංකාර කිරීම හෝ කැපීම.

මුදල් ඉපැයීම සඳහා නිවසේ සේවා කටයුතු කිරීම සඳහා බලපත්‍ර ලබාගැනීමට අවශ්‍ය තීන්තානුකූල තත්වයන් පත්රැම්ගෙන ඒවාට අපි කීකරු විය යුතු වෙමු.

නිවසේ සිය මුදල් ඉපැයීමට හැකි වෙනත් මාර්ග මොනවාද?



28-ඇ. නිවසේ පුළුස්සා සකස් කරගත් හාණිඩ විකිණිය හැකිය.

- අපට කිසිවිටෙක නිවසින් පිටත සේවය කිරීමට අවශ්‍ය නොවුවද අපගේ දුෂ්කාරවයන් වැඩි දියුණු කිරීම ප්‍රයෝගෝචර වන්නේ මන්ද?

අවසානය

අපගේ අවශ්‍යතාවයන් අපම සපයා ගත යුතු බව අපට කියා ඇත. කම්මැලි නොවීමට ශුද්ධ ලියවිලි අපට කියා දෙයි. (ගුගැන්වීම සහ ගිවිසුම 42:42) සහ නායකයන්ද නිතරම අපව බේරාගන්නා කරන්නන් අපගේ අවශ්‍යතාවයන් ගැන සැලකිලිමත් වීමටය.

- අපගේ අවශ්‍යතාවයන් සපයා ගැනීම වැඩගත් වන්නේ මන්ද? වෙනත් අයෙකුගෙන් එය ඉටු වීම අප බලාපොරොත්තු නොවිය යුත්තේ මන්ද?

අපගේද, අපගේ පවුල්වල අයගේද සැපයුම් සඳහා හැම කෙනෙකම සුදානම් විය යුතුය. අපගේ දුෂ්කාරවයන් වැඩි දියුණු කිරීම අපි මුලදීම ආරම්භ කළ යුතුය. අවශ්‍යතාවයක් මතුවූ විට, රැකියාවක් කිරීමට අපි සුදුසුකම් ලැබිය යුත්තෙමු. අපගේ දුෂ්කාර උපයෝගී කරගෙන මුදල් ඉපයීම සඳහා මාර්ග අපි සෙවිය යුත්තේ, සතුවූ විම සහ ආරක්‍ෂාවද වෙනුවෙන්ය.

අපි වැඩ කළ යුතුව නම්, රැකියා ප්‍රස්තාවන් සම්බන්ධව තොරතුරු ලබා ගනිමින් අවශ්‍ය පුහුණුව හා පළපුරුද්ද ලැබ අපගේ තීරණ ගැනීමේදී අපි ඥානවන්ත විය යුතු වෙමු.

අප හැම කෙනෙකම, ලෞකික වශයෙන් හා ආත්මික වශයෙන්ද අපගේ ගැලවීම සඳහා කටයුතු කළ යුතු බව, මේරියන් පී. රොමිනි සහාපති තුමා ප්‍රකාශ කොට ඇත. ඔහු අවධාරණය කරන්නේ, අවශ්‍යතාවය ඇති අයට "උසස් බවට පත්වීමට හැකි වන්නේ ඔවුන්ගේම ව්‍යාපාර සහ සකසුරුවම්කම තුළින් ස්වාධීනත්වය සහ ආත්ම ගරුත්වය ලබා ගැනීමට කිසිදු විටදී පමණක් බවය. (In Mine Own Way, Ensign නොවැ. 1976, 125)

අභියෝගය

ඔබගේ පවුලේ අයට සැපයුම් ලබා දීමට උපකාර කළ හැකි දුෂ්කාර සහ නිපුණත්වයන් ලැයිස්තු ගත කරන්න. අඩු වශයෙන් නිපුණත්වයන් එකක් හෝ තෝරාගෙන එය දියුණු කිරීමට උත්සාහ ගන්න. මෙම නිපුණත්වයන් ක්‍රියාශීලී පළපුරුද්ද සහ පංති වලින් මෙන්ම පාඩම් තුළින් හා ස්වේච්ඡා සේවා තුළින්ද වැඩි දියුණු කිරීම ආරම්භ කරන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. 27වන පාඩම වන "අපගේ දුෂ්කාර වැඩි දියුණු කිරීම" නැවත කියවන්න.
2. (කැමැත්ත පරිදි) ඔබගේ ප්‍රදේශයේ කාන්තාවන් විසින් සාදන ලද ද්‍රව්‍යයන් කිහිපයක් එකතු කොට ඔබගේ පංති කාමරයේ ප්‍රදර්ශන පුවරුවක් පිළියෙල කර තබන්න.
3. ඔබ ප්‍රියකරන යම් කතාන්තර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීමක් ඉදිරි පත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත්කරන්න.

වැඩ කිරීමේ හා වගකීම දැරීමේ වටිනාකම ගැන පවුලේ අයට ඉගැන්වීම

29 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, වෘත්තීයව ගරු කරමින් පවුල ගැන වගකීමක් ඇති කර ගැනීමට පවුලේ සාමාජිකයන්ට ඉගැන්වීම සඳහා අපට උපකාරවත් වීමයි.

වැඩ කිරීමේ වරප්‍රසාදය

"එක්..... පුවත් පතක වයස අවුරුදු 165ක් වශයෙන් සඳහන් වූ විශ්‍රාමික එඩ්වර්ඩ් සමග ඇතිවූ සම්මුඛ සාකච්ඡාවක් (මුද්‍රණය කර තිබිණි) ඔහුගේ නම සිරාලි මිස්ලිමෝය. ඔහු ඉපිද ඔහුගේ මුළු ජීවිත කාලයම ගත කර තිබුණේ කළු මුහුදු සහ කැස්පියන් මුහුදු අතර.... කොකේසස් කඳුකරයේ...."

"මිස් ලිමෝ තවමත් දර පළයි. "කම්මැලියෙකුට දිගුකලක් ජීවත් වීමට නොහැකි බව මට සහතිකයයි" ඔහු සම්මුඛ පරීක්ෂකවරයාට කීවේය.

"පුවත් පත් වාර්තාවට අනුව පැහැදිලි වූයේ ඔහුගේ ජීවිත කාලය තුළදී කිහිප වතාවක්ම පැල කරන ලද ඔහුගේ වත්තේ තිබෙන ගස් වටා මෙම මහළු මිනිසා තවදුරටත් භාරන බවයි.

"මෙපමණ වයසකට පත්වීමට මට උපකාරවත් වූයේ, නිතරම වැඩ කිරීම කඳුකර සුළඟ හා ආහාර සීමිතව ගැනීමයි මිස් ලිමෝ කීවේය. ඔහු මත්පැන් පානය සහ දුම්පානයද නොකරයි" (උපුටා ගැනීම Wendell J. Ashton in "The Sweetness of Sweet", *Ensign* ජූලි 1971, 35)

අප බොහෝ දෙනෙකුට වයස 165ක් වනතුරු ජීවත් වීමට නොහැකි වුවද වැඩ කිරීම තුළින් ලැබෙන ලෞකික හා ආත්මික ආශීර්වාද අපි අගය කල යුතු වෙමු. ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. "වැඩකිරීමේ වරප්‍රසාදය දීමනාවකි. එමෙන්ම වැඩකිරීමේ බලය ආශීර්වාදයකි. වැඩකිරීමට ආශා කිරීම සඵලත්වය බව අපි අවබෝධ කර ගනිමු." (උපුටා ගැනීම Frawklin D. Richards in "The Gospel of work" *Improvement Era* දෙසැ. 1969, 101).

කනස්සල්ල සහ කලකිරීම ජය ගැනීමේ හොඳම ක්‍රමය නම් වැඩදායක ප්‍රතිඵල ලැබෙන පරිදි අරමුණක් සහිතව වැඩකිරීමයි. ශාරීරික වැඩ කටයුතු වන්නේ, වැටක් තිත්ත ආලේප කිරීම වත්තක පස බුරුල් කිරීම, අඟලක් කැපීම යනාදියයි. පාසැල් අධ්‍යයන කටයුතුද අන් අයගේ යහපත සඳහා බැවින් එයත් යම් වැඩ කිරීමකය.

■ වෙනත් වර්ගයේ වැඩ කටයුතු මොනවාද?

ළමයින්ට මහත්සිව් වැඩකිරීමට ඉගැන්වීම

ළමයින් කුඩා කාලයේදීම වැඩකිරීමේ යහපත් පුරුදු සහ හැඟීම්ද ඉගෙන ගැනීම වැදගත්ය. පසු කාලයේදී මෙම පුරුදු ඔවුන් තුළ ඇති වෙනු ඇත. ප්‍රයෝජනවත් ඵලදායක ජීවිතයක සහ නිෂ්ඵල නාස්තිකාර ජීවිතයකද වෙනස එමගින් ඇතිවෙනු ඇත.

■ වැඩ කිරීමේ යහපත් පුරුදු සහ හැඟීම් ළමයින් ඉගෙන ගත යුත්තේ මන්ද?

එක්තරා පිරිමි ළමයෙකුට වැඩකිරීම පිළිබඳව ඉගැන්වූ ආයතීවක ගැන වොගන් ජේ. හෙදර්ස්ටෝන් සභානායකතුමා මේ කතාව කීවේය.

එක් වංශවත් ආයතීවක වරක් අවුරුදු 13ක පිරිමි ළමයෙකු ඇයගේ ගෙමිදුල සහ වත්ත බලාගැනීමට කුලියට ගත්තාය. සතියකට පසුව ඇය ඔහුට මෙසේ පැහැදිලි කලාය. "මිනිසුන් වැඩ කරන පිළිවෙල අනුව, තනා කොල කැපීමටද බොහෝ ක්‍රම තිබෙන අතර, ඒවාට, පෙනි එකේ සිට බොලර් පහ දක්වා වටිනාකමක් ඇත. අද ඔබ කර තිබෙන වැඩ ප්‍රමාණය බොලර් තුනක් යයි සිතමු.... බොලර් පහක වැඩක් නම්..... ඔව්. එය ඉතා අසීරුයි. එහිසා අපි එය අමතක කරමු."

එම පිරිමි ළමයාගේ වැඩවල වටිනාකම මැනීම ඔහුටම පැවරූ ඇය ඔහුට ඇය විසින් කොපමණ මුදලක් ගෙවිය යුතුදැයි තීරණය කිරීමද ඔහුටම පැවරුවාය. පළමු සතියේ ඔහු කලවැඩ වෙනුවෙන් ඇය ඔහුට බොලර් දෙකක් දුන්නාය. ඊළඟ සතියේ හතරක් ඉපැයීමට පිරිමි ළමයා අදිටත් කලද, බොලර් තුනක වටිනාකම ලැබීමටවත් වැඩ කිරීමට ඔහුට නොහැකි විය. ඔහු ප්‍රවේශමෙන් වැඩ කරමින් මිදුල හොදින් සකස් කර ගැනීමේ මාර්ග සෙවීය. නමුත් ඉදිරි සති කිහිපය තුළදීද, ඔහුට තවමත් බොලර් තුනහමාරක වැඩක් කර ගත නොහැකි විය. අවසානයේදී ඔහු තීරණය කලේ බොලර් හතරක් ලබා ගැනීමට උත්සාහ කරනු වෙනුවට බොලර් පහක් ලබාගැනීමට උත්සාහ කිරීමය. ගෙමිදුල වඩාත් ලක්‍ෂණ කල හැකි සියලුම මාර්ග ගැන ඔහු සිතුවේය. විටින් විට මද වේලාවක් විවේක ගනිමින් මුළු දවස මුළුල්ලේම ඔහු ඉතා මහත්සියෙන් වැඩ කලේය. ඒ සඳහා ඔහුට වෙනදාටත් වඩා කාලයක් ගත වුවද, ඔහුගේ වැඩ නිම කිරීමෙන් පසුව, බොලර් පහක් වටිනා වැඩ කොටසක් ඔහු කර තිබූ බැවින්, ඔහු සතුටට පත්විය.

ප්‍රවේශයෙන් යුතුව ගෙමිදුල පරීක්ෂා කල ආයතීව මෙම පිරිමි ළමයා කල නොහැක්කක් කර තිබෙන බව තීරණය කලාය. ඔහුගේ වැඩ ගැන ප්‍රශංසා කල ඇය ඔහු උපයාගත් බොලර් පහ සතුටින් යුතුව ඔහුට ගෙවීවාය.

වසර ගනනාවකට පසුව, මෙම පිරිමි ළමයා වැඩුණු මිනිසෙකු වූ පසුව, එම අත්දැකීම ඔහුට කෙතරම් වැදගත් වී දැයි සිහිපත් කලේය. "එතැන් පටන්, වසර 25කට පෙර මා ඉදිරිපිට කිසිවක් නොමැති බව අවසන් වශයෙන් මට හැඟුණු විට හදිසියේම වාගේ "කල නොහැක්කක්" යන වචනය මතුපි පැමිණි විට, බලාපොරොත්තු රහිත ඔසවා තැබීමක් වැනි යම් පිම්මක් ඇතුළත්තයේ සිදුවනු මම අත්දැකූ වෙමි. එමෙන්ම යායුතු එකම මාර්ග වැටී තිබුනේද එම කල නොහැක්කක් යන්නෙහි හරි මැදින් බවද අවබෝධ විය." (බලන්න **Conterence Report**, ඔක්. 1973, 98 හෝ **Ensign** ජන 1974, 84--86. උපුටා ගැනීම **Richard Thurman "The Countess and the Impo ssible"**, *Readers Digest* ජුනි 1958)

ළමයින්ට නිතරම හැඟෙන්නේ හැකි පමණ හොදින් කටයුතු කිරීම ඔවුන්ට කල නොහැක්කක් බවය. කෙසේ වෙතත්, මෙම කතාවෙන් පෙන්වන පරිදි පෙරට වඩා මදක් හොදින් වැඩ කිරීමට ඔවුන්ට අභියෝග කිරීමට අපට හැකිය. තවද අපි ඔවුන් හොදින් ඉටුකල වැඩවලටත්, එහි දියුණුව ගැනත් ඔවුන්ට ප්‍රශංසා කල යුතු වෙමු. එවිට ඔවුන් අධ්‍යයනයට පත් නොවෙනු ඇත.

■ පාසැල් කටයුතු හොදින් ඉටුකිරීම සඳහා අපගේ ළමයින්ට අභියෝග කරමින්, අපි ඔවුන්ට ධෛර්යමත් කරන්නේ කෙසේද? තමන්ගේ ළමයින්ට අනෙකුත් අංශයන් වන සංගීතය, කලාව හෝ ක්‍රීඩා වලින් ජය ලබාගැනීමට ඔවුන් ධෛර්යමත් කල අයුරු ප්‍රකාශ කරන ලෙස සොහොයුරියන්ගෙන් ඉල්ලන්න.

වැඩ කිරීම් තුළින් පවුලේ සමෘද්ධිය සැලසේ

■ දර්ශක 29-ආ පෙන්වන්න. "මවක තම ළමයාට මුළුතැන්ගෙයි වැඩ කිරීමට උගන්වයි."

ස්පෙන්සර් බබ්ලිව් කිම්බල් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. අප වෙනුවෙන් හා අපගේ ළමයින් වෙනුවෙන්ද වැඩ කිරීම ගැන අපි විශ්වාස කරමු..... වැඩ කිරීමට අපගේ ළමයින්ව අපි පුරුදු කළයුතු අතර, නිවසේ සහ මිදුලේ වැඩ කටයුතු වල වගකීම් බෙදා ගැනීමට ඔවුන් පුරුදු විය යුතුය. නිවස පිළිවෙලකට සහ පිරිසිදු ලෙස තබා ගැනීමේ පැවරුම් එය ඉතා සුළු දෙයක් වුවද ඔවුන්ට ලබාදිය යුතුය. වත්ත බලා ගැනීම සඳහා ළමයින්ට පැවරීම් දිය හැකිය. (In Conference Report, අප්‍රේ. 1976: 5 හෝ *Ensign* මැයි 1976, 5)

■ පවුලේ ප්‍රයෝජන සඳහා වැඩකිරීම තුළින් ළමයෙකුට වගකීමේ හැඟීම් දියුණු කර ගැනීමට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද?

සමහර දෙමාපියන් සිතන්නේ ඔවුන් වගකීන් වැඩෙන විට මහන්සිවී වැඩ කිරීමට සිදුවන බවය. ඔවුන්ගේ ළමයින්ද ඒ අන්දමින් සිතිම ඔවුන්ට අවශ්‍ය නොවන බැවින්, නිවසේ කටයුතු වලට ළමයින්ගේ උපකාරය ඔවුන්ට උවමනා කරන්නේ නැත. අන් අය සිතන්නේ උදව් කිරීම සඳහා ළමයින් කුඩා වැඩි බවත්, ප්‍රමාණවත් පුහුණුවක්ද නැති බවත්ය. නමුත් අනෙක් බොහෝ අය සිතන්නේ ළමුන්ව ගෙදර කටයුතු වලට යොදා ගැනීම වැදගත් බවය.

■ වැඩ කිරීම පිළිබඳ මෙවැනි ආකල්ප වල ප්‍රතිඵල මොනවාද?

වැඩ කිරීම තුළින් ලැබෙන ජීවිතයන් පවුලේ වගකීම් ගැන හැඟීමත් ළමයින් තුළ ඇති කිරීමට උදව් කරන්නේ කෙසේදැයි අප සිතනු ඇත. හැම පවුලකම තත්වය වෙනස්ය. නමුත් ළමයින්ට වැඩ කිරීමේ ජීවිතය මෙන්ම නොයෙක් ආකාරයේ වගකීම් ගැනීමටද ඉගෙන ගැනීමට පුළුවන.

■ පහත සඳහන් ලැයිස්තුව සහිත පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණුලැල්ලේ තොරතුරුවලට යොමුවන්න.

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. තම ශාරීරික අවශ්‍යතාවයන්ගෙන් කිහිපයක් වෙත සැලකිලිමත් වන ලෙස ළමයින්ට උගන්වන්න. 2. බාල ළමුන්ට උගන්වමින් ඔවුන්ව රැක බලාගන්නා ලෙස වැඩි මහල් ළමයින්ගෙන් ඉල්ලන්න. 3. පවුලේ ව්‍යාපාරයක් බලාගෙන සහායවීමට ළමයින්ට උගන්වන්න. 4. පවුලේ වැඩ ව්‍යාපෘති සංවිධානය කරන්න. |
|--|

තම ශාරීරික අවශ්‍යතා කිහිපයක් ගැන සැලකිලිමත් වන ලෙස ළමයින්ට උගන්වන්න.

පාච්චිවියෙන් පසු, ස්ථානය පිරිසිදු කිරීමත් ඔවුන්ගේ ඇඳුම් ගැන අවධානය යොමු කිරීමටත් අපි ළමයින්ට ඉගැන්විය යුතු වෙමු. යම් දිනෙක මෙම කරුණු ඔවුන්ගේ ළමයින්ටද කියාදීමේ හෝ එම වැඩ ඔවුන් විසින්ම කිරීමේ අවශ්‍යතාවය ඇතිවිය හැකිය. ආත්ම ශක්තිය ගැන ළමයින් ඉගෙන ගත යුතුය. වැඩ පිළිබඳ යහපත් හැඟීම් දියුණු කොට, වැඩ කිරීම තුළින්ද පාඩම් ඉගෙන ගත යුතුය.



29-අ. මවක් ඇයගේ ළමයාට මුළුතැන්ගෙයි වැඩකරන අන්දම උගන්වයි.



29-ආ. සෞභෝග්‍යරේන් කිරී වීදුරුවක් ගැනීමට තම සෞභෝග්‍යරියට උපකාර කරයි.

- ළමයින්ට තම ශාරීරික අවශ්‍යතාවයන් ගැන සැලකිලිමත්වීම ඉගැන්වීමේ විශේෂ මාර්ග මොනවාද?

බාල ළමුන්ට උගන්වා ඔවුන්ව රැකබලා ගැනීමට වැඩිමහල් ළමයින්ගෙන් ඉල්ලන්න.

- දරුණු 29-ආ. පෙන්වන්න. "සහෝදරයෙක් කිරි වීදුරුවක් ගැනීමට තම සොහොයුරියට උදව් කරයි.

තම බාල සහෝදරයන් හා සහෝදරියන් ගැන වැඩිමහල් ළමයින්ට යම් දුරකට වගකීමක් ඇති බව හැඟීමට ඔවුන්ට කියාදිය යුතුය. මඳ වේලාවකට දෙමව්පියන් පිටත ගිය විට, ඔවුන්ට ඔවුන්ව බලාගත හැකිය. ඔවුන් වෙනුවෙන් කියවීමට ඔවුන් සමග ගීත ගායනා කිරීමටද ඔවුන් සමග ක්‍රීඩා කිරීමටද ඔවුන් සමග විනෝද වීමටද ඔවුන්ට පිලිවන. වඩාත් වැදගත් වන්නේ වැඩිමහල් ළමයින් හොඳින් ආදරයමත්වීමය. ආදරයමත් වීමේ තිබෙන බලය ගැන වැඩිමහල් ඇකිති වයි. කොමාරිසු මෙසේ කීවේය. "මෑතකදී උපවාස සහ සාකච්ඡා රැස්වීමකදී එක් තරුණ මිනිසෙකු සභාවට බැඳීමෙන් පසුව ප්‍රථම වතාවට ඔහුගේ සාකච්ඡා දැරිය. සෑම දෙනාගේම සිත්වලට කාවදින ලෙස ඔහු මෙසේ කීවේය. මගේ සොහොයුරා මට ආශ්චර්යමත් ආදරයක් විය. මගේ සොහොයුරා ඔහුගේ පුජක කැඳවීමේ ක්‍රියාත්මක කරන විට මම ඔහුගේ ජීවිතයේ විශාල වෙනසක් දුටුවෙමි. ඔහු දයාවන්ත ලෙස සේවය කරමින් උනන්දුවෙන් යුතුව නිහතමානීව හා සතුටින් යුතුව ස්වාමීන් වහන්සේට සේවය කරයි. මට අවශ්‍ය වන්නේ මගේ සොහොයුරා මෙන් වීමටය. (In Conference Report, Korea Area Conference 1977, 4)

- වැඩිමහල් ළමයින්ට බාල ළමයින්ට උපකාර කල හැකි වෙනස් මාර්ග මොනවාද?

පවුලේ ව්‍යාපාරයක් බලාගෙන සහායවීමට ළමයින්ට උගන්වන්න.

පවුලේ සාමාජිකයන් වශයෙන් ළමයින් පවුලේ කටයුතු වලට දායක විය යුතුය. ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපතිතුමා ඔහුගේ තරුණ කාලයේ අත්දැකීම් මෙසේ පැහැදිලි කලේය. මගේම පියාගේ (උපදෙස්) අනුව අශ්ව සන්නාහ සබන් හා සෝදා එවා ආරක්‍ෂාවීම සඳහා ග්‍රීස් දැමීමෙන් මා ලැබූ අත්දැකීම ගැන මම කතාදෙවුවෙමි. මුරපොලේ වැට, වතුර වැටීය, රථගාල, ධාන්‍යාගාරය, බක්කි කරන්නය සහ අශ්වකරන්නයද අවසානයේදී නිවසද පින්තාරු කිරීමට මම පුරුදු වුයෙමි. එ දිනවල නිතරම මෙන් මගේ අත්වල කරගැට තිබුනද එම අත්දැකීම් ගැන මම කතාගොට නොවුවෙමි. (In Conference Report, අප්‍රේ. 1976, 172, හෝ *Ensign* මැයි 1976, 126)

ස්වීඩනයෙහි ගෝට්ටර්ගහි විලිගියර් පවුල ඔවුන්ගේ ළමයින් හත් දෙනාම සාර්ථකව කෙරෙන පවුලේ ව්‍යාපාරයකට සහභාගි කර ගත්හ. "පියා මව සහ... වයස දහයේ සිට දහඅට දක්වා... ළමයින්ද හිරු නැඟීමට ප්‍රථම පුවත් පත් ප්‍රවාහනය කරති. ඔවුහු අශ්වයන් පුහුණු කර විකිණීමද කරති. ඔවුහු ග්‍රීෂ්ම කාලයේදී ස්වීඩන් තෝරවේ සහ පින්ලන්තයේ ළමයින් භාරසියයේ සිට හයසියයක් සඳහා ළමයින්ගේ ගොවිපලක් ක්‍රියාත්මක කරති. බොහෝ මිනිසුන් දවසේ වැඩපල ආරම්භ කරන විට, හියරස් පවුල් වැඩ ආරම්භ කර පැය කිහිපයක් ගොස්ය. වැඩකිරීම් හා ඉගැන්වීම් කටයුතු වලින් පසුව දවස නිමවන්නේ සභාවේ ක්‍රියාකාරිත්වයන් සමගින්ය. සඳුදා සවස පවුලේ රාත්‍රියේදී... ඔවුහු ගායනා කරමින් සංගීත භාණ්ඩ වාදනය කරති. ඔවුන්ට වැඩ ඇබ්බ කැපීන් ජීවිතයක් සතුටෙන් ගෙවීමට ලැබීම ඔවුන්ට විමතියකි. (Edwin O. Haroldsen, *Chan ging Lives, Ensign* ජුනි 1971, 20--21).

පවුලේ ව්‍යාපාරයක එකට වැඩකිරීම මගින් ළමයින්ට පවුලේ නිරෝගීතාවය සහ එහි සාර්ථකත්වයද දියුණු කර ගැනීමට උපකාර විය හැකිය. දුත මෙහෙයකට මෙන්ම අනාගත ඉගෙනීමේ කටයුතු වලට ඉතිරි කර ගැනීමට මුදල් ඉපැයීමටද ඔවුන්ට පිලිවන.

- ළමයින් පවුල් ව්‍යාපාරයකට සම්බන්ධ කර ගැනීම මගින් ලැබෙන වෙනත් ප්‍රයෝජන මොනවාද?

පවුලේ වැඩ ව්‍යාපෘති සංවිධානය

පවුලේ වැඩ ව්‍යාපෘති මගින් හොඳ පළපුරුද්දක් සමග සම්බන්ධතාවයක්ද ලබා ගත හැකිය. පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ දක්ෂතාවයන් සහ ප්‍රියත්වයන් කේන්ද්‍ර කර ගැනීම තුලින්, මෙම ව්‍යාපෘති හැම කෙනෙකුටම ප්‍රීතියක් වනු ඇත. එකට වැඩකිරීම මගින් ළමයින් සහ දෙමව්පියන් අතර සම්පතාවය වැඩිනය වී එකිනෙකාගේ අවබෝධයද වැඩිවනු ඇත.

එක් පවුලක දෙමව්පියෝ සිය ළමයින් වැඩ කිරීමේ වටිනාකම ඉගෙන ගැනීම කෙරෙහි සැලකිලිමත් වූහ. පියාගේ කන්තෝරු කාමරය පිරිසිදු කිරීම සඳහා භාරකරුවෙකු කුලියට ගතහොත්, ඔවුන්ගේ ළමයින්ට වැඩිනය වීමට තිබෙන ප්‍රස්ථාවය අභිමත කර ගන්නා බව ඔවුන්ට අවබෝධ විය.

ක්‍රමානුකූලව ආදායමක් ඉපයීම ගැන විමර්ශන පත් ළමයි, හැම උද්‍යෝගයකම කන්තෝරු කාමරය පිරිසිදු කිරීම භාර ගත්හ. කණ්ඩායමක් ලෙස වැඩකිරීම වැදගත් විය. එක් උද්‍යෝගයක් පවුලේ ගැහැණු ළමයින් කන්තෝරුව පිරිසිදු කරන විට, පිරිමි ළමයි ගෙදර වැඩ කටයුතු වලට සහාය වීම සඳහා නිවසේ නතර වෙති. පසුදින උදයේ ඔවුන් රාජකාරී මාරු කර ගති.

"ව්‍යාපෘතියේ දෙමව්පියන්ගේ වැඩ කොටසට අමතර උත්සාහය සහ කාලය අවශ්‍යවී, හැම උද්‍යෝගයකම ළමයින්ට කන්තෝරුවට ගෙන යාම සඳහා කාරය පැදවීමට මවට සිදුවිය. නමුත් ළමයින් උපයාගත් වටිනාකම, අපේක්ෂිත අමතර උත්සාහයන්ට වඩා බොහෝ වටිනාත්වය. (බලන්න Elwood R. Peterson Family Work Projects for fun and Profit," *Ensign*, ජූනි 1972, 8)

- මෙම පවුලේ වැඩ ව්‍යාපෘතියේ ප්‍රයෝජන මොනවාද?

වැඩවල ප්‍රීතිය භුක්තිවිඳීම ඉගෙන ගැනීමට ළමයින්ට පිළිවන.

වැඩකිරීමෙන් ළමයින් ප්‍රීතිවන විට, වඩා හොඳින් වැඩකිරීමට ඔවුහු වඩාත් උත්සාහ දරති. වැඩ වලින් සතුටක් නොලබන අය, නිතරම ඔවුන් වෙනුවෙන් නිදහසට කාරණා ඉදිරිපත් කරති. එකම සමාගමක සේවය කල පිරිමි පණිවුඩකරුවන් දෙදෙනෙකු අතර වෙනසක් ගැන එක් එල්ඩන් ටැනර් සභාපතිතුමා කියයි. "එක් පිරිමි ළමයෙකු සිදුවන හැම දෙයක් ගැනම රුචිකත්වයක් දැක්වීම... ඔහුට අවශ්‍ය වූයේ, අන් අයට සේවය කරමින් සහ සහායවීමෙන් ව්‍යාපාරය සම්බන්ධයෙන් ඔහුට හැකි පමණ ඉගෙන ගැනීමටය..... ඔහු උත්සාහ කලේ හැකියාව පරිදි හොඳම පණිවුඩකරුවා වීමටය. ඔහු ගැන පරීක්ෂකාරීව සිටි එක් වැඩ පරීක්ෂකවරයෙකු ඔහු කැඳවාගෙන ගොස් වඩාත් වගකීම් සහිත තනතුරකට ඔහුව උසස් කරන විට ඔහු එහි සේවයට පැමිණා මාස කිහිපයකි. වර්ෂ අවසාන වීමට ප්‍රථම ඔහුට තවත් උසස්වීමක් ලැබිණි. ඔහුගේ ආකල්පය නිසා උසස්වීම් ලැබීමට ඔහු දිගටම කටයුතු කරනු ඇත. අමතර වැඩ කිරීමට වුවද ඔහු සුදානම්ය. සමාගම කෙරෙහි ඔහු තුළ කැමැත්තක් තිබූ අතර, සේවය සඳහා කැපවී සිටි අතර, හැම අංශයකින්ම විශ්වාසවන්ත විය. අනෙක් පිරිමි පණිවුඩකරු පණිවුඩකරුවෙක් එලෙසම (සිටියේය)..... ඇත්ත වශයෙන්ම ඔහුගේ හැඟීම වූයේ සමාගම ඔහුවත් ඔහුගේ හැකියාවන්වත් අගය නොකල බවය.

- මෙම පිරිමි ළමයින් දෙදෙනාගේ සාර්ථකත්වයේ වෙනසට බලපෑ හේතූන් මොනවාද?

ළමයින් වැඩකිරීමේ සතුට භුක්ති විඳින්නේ එහි විපාකය වශයෙන් අන් අය සතුටුවීම තුලින්ය. ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙම උදාහරණය දක්වන්නේය.

"වැඩිහිටි දිනයේදී මිනිසුන්ට සේවය කරමින් මුළු දවසම ගත කරමින් වෙනත් අයෙකුගේ සැනසිල්ල සහ සතුට අපේක්ෂා කරන ගැහැණු ළමයින් මා දැක ඇත. එක් අවස්ථාවකදී මෙම ගැහැණු ළමයින්ගෙන් එක කෙනෙක් සවස නිවසට පැමිණ හදිසියෙන්ම වාගේ ඇයට විඩාපත් බව හැඟී ඇදේ දිගා වෙමින් මෙසේ පැවසුවාය. මට හරිම වෙහෙසයි. නමුත් මෙය මගේ ජීවිතයේ ජීවිමත් දවස බව ඔබ දන්නවාද? අන් අයට සතුට ලබා දුන් වැඩකින් සතුට ලබා ගැනීමට ඇයට හැකි විය.

"ඔබගේ වැඩ ප්‍රිය කිරීමට පුරුදුවන්න. මෙසේ කීමට පුරුදුවන්න. මේවා මගේ වැඩය. මාගේ මගිමයයි. මාගේ ඉරණම නොවේ." (*Stepping Stones to an Abundant Life*, comp. Llewelyn R. McKay [1971], 115--16)

ළමයාගේ අරමුණ ඉටුවේනම්, වැඩකිරීම විනෝද ජනකය. ළමයෙකු යම් වැඩක නිරත වෙන ප්‍රථම අවස්ථා කිහිපය තුළදී, වැඩිහිටියෙකු හෝ වැඩිමහල් ළමයෙකු ඔහුට එම වැඩය තනිවම කිරීමට හැකිවන තුරු ළමයා සමඟ වැඩකිරීම අවශ්‍ය විය හැක. ඉන්පසුව අපි ළමයාගේ හැකියාවන් හඳුනාගෙන ඔහුගේ හෝ ඇයගේ උත්සාහයන් ගැන අවංකව ප්‍රශංසා කළ යුතුය. ළමයා වැරදියට කළ දෙයක් ගැන යොමුවීම ඉතා පහසු වන්නේ, ඊළඟ වතාවේ ඔහු හෝ ඇය එය හොඳින් කිරීම අපට අවශ්‍ය වන නිසාය. සාමාන්‍යයෙන් ළමයින් හොඳින් වැඩ කරන්නේ, ඔවුන් නිවැරදිව කරන දේ වලට අප යොමුවූ විටදීය.

ගීත ගායනා කිරීම මගින් වැඩකිරීම තරඟයක් බවට පත් කර ගැනීම මගින් වුවද වැඩකිරීම වඩාත් ප්‍රසන්න කිරීමට අපට හැකිය. ඔවුන්ගේ ළමා කාලය ගැන හෝ ඔවුන්ගේ මුතුන් මිත්තන් ගැන කතන්දර නැවතත් කියාදීමට දෙමව්පියන්ට හැකිය. මෙම සියළුම ක්‍රියාකාරීත්වයන් මගින් එකට වැඩකිරීම වඩාත් විනෝද ජනක කරයි. ළමයින්ට නිවාඩු දිනයන් හෝ නිවාඩු කාලයක් විටින් විට අවශ්‍යවන බව අමතක නොකරන්න. සතියකට වරක් ගෙදර දොර කටයුතු වලින් මුදවා ඔවුන්ට නිවාඩු දිනයක් ලබාදුන් විට පසු දිනයේදී ඔවුන් වැඩ සතුටකින් යුතුව වැඩ කටයුතු වලින් සතුට වනු ඇත. හැම දිනකම ඔවුන්ගේ වැඩ නිම කිරීමෙන් පසුව, ක්‍රීඩා කිරීමට හෝ වෙනත් ක්‍රියාකාරී කටයුතු වල යෙදීමට ඔවුන්ට චේලාව අවශ්‍ය වෙයි.

- වැඩ කිරීම තුලින් තම පවුලේ අයට වඩාත් විනෝදයක් ලබා දුන්නේ කෙසේදැයි සොහොයුරියගෙන් අසන්න.

අවසානය

අපගේ ළමයින්ට සාර්ථක ලෙස වැඩකිරීමට ඉගැන්වීම සඳහා අපගේ වැඩ ගැන අප තුළ බලවත් උනන්දුවක් තිබිය යුතුය. බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපතිතුමා සඳහන් කර තිබෙන පරිදි "මෙම ලෝකය තුළ හැම කෙනෙක්ම ලබන සතුට රඳා පවතිනුයේ ප්‍රධාන වශයෙන්ම ඔහු කරන වැඩ අනුව සහ ඔහුඑය කරන ජිලිවෙල අනුවය". Elwood R. Peterson, *Ensign*, උපුටා ගැනීම පුත්‍රි 1972, 9)

අභියෝගය

ඔබගේ ළමයින් හැම කෙනෙකු සමගම කටා කරන්න. පවුලේ වගකීම් ගැන ඔබගේ සහ ඔවුන්ගේ හැඟීම් ගැන සාකච්ඡා කරන්න. හැම ළමයෙකුටම පැවරීමක් ලබා ගැනීමටත්, එය අවසන් කිරීමටත් උදව් කරන්න.

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මූල ධර්ම 27 වෙනි පරිච්ඡේදය "වැඩ සහ පෞද්ගලික වගකීම්" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. පාඩමේ ශෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් හුණුලැල්ලේ තොරතුරු වලට යොමුවන්න.
3. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර ඉද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ආත්ම දමනය වධිනය කර ගනිමින් ඉගැන්වීම

30 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, ආත්ම දමනය වධිනය කර ගනිමින් ඉගැන්වීම සඳහා අපට උපකාරවත් වීමයි.

අපගේ ආශාවන් සහ හැඟීම් පාලනය කිරීමට අපි පුරුදුවිය යුතු වෙමු.

- "දෙවිදුට ආදරය කරන්න" යන ගීතිකාව ගායනා කරන්න. ගීතිකා අංක 304, හෝ සුවිශේෂක මුල බරම 374).

ශුද්ධ ලියවිලි වල අපි මෙසේ කියවමු. "බලවත්තයාට වඩා ඉවසිලි ඇත්තාද, නුවරක් අල්ලා ගන්නාට වඩා තමාගේ සිත ආණ්ඩුකර ගන්නාද උතුම්ය" (හිතෝපදේශ 16:32) අපි මෙසේද කියවමු. "ඔබගේ තදබල හැඟීම් දමනය කර ගන්න එවිට ඔබ ප්‍රේමයෙන් පිරෙනු ඇත" (අල්මා 38:12)

අපගේ ආශාවන් හා බලවත් හැඟීම් පීඩ සම්පන්න බලවත් අශ්වයෙකු වැනිය. පුහුණුවකින් තොරව, සැපැලයක් නොමැතිව කැලැවැදීමට ඉඩදුන්නහොත්, එවාට කැමති තැනකට අපවද ගෙන යනු ඇත. භයානක හා හිරිහැරදායක ස්ථාන වලට එවා අපව ගෙන යා හැකිය. නමුත් අශ්වයා උදවේගකාරී වූ නිසාම හොඳ අශ්වයෙකු අපි විනාශ නොකමු. කටකලියාවක් දැමූ විට, අපි ස්වාමියා වන අතර, අපට හොඳින් සේවය කිරීමට අශ්වයාට පුළුවන. ඒ අත්දැකීමට අපගේ ආශාවන් සහ හැඟීම් වලට අපි ස්වාමියා වූ විට, සුභාරංචියේ සීමාවන් තුළ එවා මෙහෙයවීමට අපි පුරුදු වන්නෙමු. එවිට මෙම හැඟීම් අපගේ සේවකයන් බවට පත්වේ. සතුටත් ප්‍රේමයත් විඳ ගැනීමේ අපගේ හැකියාවන් වධිනය වීම එමගින් වධිනය වෙයි.

ආත්ම දමනය වධිනය කිරීම දියුණු වීමටත් ආශිර්වාද ලැබීමටත් අපට උපකාරවත් වෙයි.

බවිතිස්මය අපගේ අළුත් ආරම්භයයි. ගැලවුම්කරුවාණන් වහන්සේ අනුගමනය කිරීම මගින් ලෞකික ආශාවන් දුරුවලකම් හා පාපයන් ජය ගැනීමට අපි පරිශ්‍රම දරන්නෙමු. ගැලවුම්කරුවාණන් මෙසේ ඉගැන්වූ සේක.

"යමෙක මා පස්සේ එනට කැමති නම් ඔහු තමාට නොසලකා තමාගේ කුරුසිය රැගෙන මා අනුව එවා" (මතෙව් 16:24)

"තවද දැන් යම් මිනිසෙකුට ඔහුගේ කුරුසිය ගත හැකිවන්නේ සියළුම දුෂ්කම් හා සැම ලෞකික ආශාවකම තමාම ප්‍රතිකෂේප කර මාගේ නියෝගයන් පිළිපැදීමෙනයි." (පෝසත් සමිත් පරිවර්තනය මතෙව් (16 : 26)

උන්වහන්සේ මෙසේද ඉගැන්වීය:

"පටු දොරටුවෙන් ඇතුළු වෙයලලා මක්නිසාද විනාශයට යන දොරටුව විශාලය. පාරත් පළුලය. එයින් ඇතුළු වන්නොද බොහෝය"

"මක්නිසාද ජීවනයට යන දොරටුව පටුය. පාර අවහිරය. ඒක සම්බන්ධ වන්නේ ස්වල්ප දෙනෙකුටය." (මතෙව් 7:13--14)

පටු මාවතෙන් ස්වර්ගයට ඇතුළුවීමේදී ආත්ම සංයමය සහ ආත්ම පරිත්‍යාගය අවශ්‍ය වෙයි. එහි අදහස වන්නේ බොහෝ ආශා උපදවන යම් දේවල් නොකිරීමය. සත්‍යය පැහැදිලිව අපි ඒ අනුව ජීවත්වෙන විට අපගේ විපාකය වන්නේ නිදහසය.

- යොහාන් 8:31--32 කියවන්න. හුණුලැල්ලේ මෙසේ ලියන්න. *සුභාරංචියේ මුල ධර්මයන්ට කීකරුවෙමින් අපව නිදහස් කරන්නේ කෙසේද?* මෙම ප්‍රශ්නය ගැන සිතා බලන ලෙස සොහොයුරියන් ගෙන් ඉල්ලන්න.

කෝපය, ර්ෂ්මාව, පලිගැනීම, ආත්මාර්ථකාමිත්වය, උඩගුකම, පුරසාරම් දෙකීම, පිළිකුල් කිරීම යනාදිය අපගෙන් ප්‍රකාශවීමට අප ඉඩදෙනහොත් ඒවා අපව බැඳ තබනු ඇත. ඒවා නිරන්තරයෙන්ම වඩාත් බලවත් වනු ඇත. ඒවා වර්තය තුලට ඇඳී ගැනී නිබීමෙන් අපගේ පුරුදු බවට පත්වෙයි. මේ අත්දැමින් අපගේ නිදහස පමණක් නොව, අපගේ ආත්මගුරුත්වයද අපි නැතිකර ගනු ඇත. ඒ කෙසේ වෙතත් අපි අපගේ බලවත් හැඟීම් පාලනය කරගත් විට, අපගේ ස්වාමිවරුන් විය හැකිව තිබූ හැඟීම් වලින් අපි නිදහස් වන්නෙමු.

අපගේ අභිලාෂ පාලනය කරගත් විට, අපගේ ස්වාමිවරුන් වීමට තිබූ ආශාවන්ගෙන් අපි නිදහස් වන්නෙමු. අනෙක් අතට වැඩිපුර ආහාර ගත් විටද නැතහොත් අහිතකර ද්‍රව්‍යයන් වන කෝපි, තේ, මත්පැන් දුම්කොළ හෝ යම් මත්ද්‍රව්‍ය ගත්විටද, අත්හැරීමට අපහසු පුරුදුවලටද අප ඇබ්බැහි වීමට හැකිය. අපගේ ශරීර මේවා ඉල්ලා සිටිමින් අප ඒවාට වහලුන් වනු ඇත.

ලෞකික භාණ්ඩවලට ඇති පැකි ආශාව (අපගේ අවශ්‍යතාවයන්ට සරිලන ලෙස ප්‍රමාණවත් පරිදි තිබෙන විට) මෙන්ම අධික ලෙස නිදාගැනීමට හෝ අධික ලෙස විනෝද වීමට (රූපවාහිනී නැරඹීම වැනි) තිබෙන ආශාවද අභිලාෂයන්ය. ඒවා නියමිත සීමාවන් අනුව කල යුතුය.

- 2 නීපායි 9:45 කියවන්න. ශුභාරංචි මුලධර්ම වලට කීකරුවීම තුලින් අපට නිදහස ලැබෙන්නේ කෙසේද?

අපගේ කාරුණික ස්වර්ගයකි. පියාණන්වහන්සේ අපට පණක් දී තිබෙන්නේ උන්වහන්සේ අපට ප්‍රේම කරන නිසාය. අනවශ්‍ය ලෙස ශෝක විමෙන් අපව නිදහස් කර ගැනීමට උන්වහන්සේට චුළුමනා කරන සේක. අප තුළ ආත්ම දුමනය ඇති කර ගැනීම උන්වහන්සේට අවශ්‍ය වන්නේ අපට ආශීර්වාද කිරීමට උන්වහන්සේට හැකිවන බැවින්ය. ආහාර වලට තිබෙන අපගේ රූපිකත්වය පාලනය කර ගැනීමට උපවාස නීතිය අපට උදව්වෙයි. එවිට අපගේ ආත්මය ශරීරය පාලනය කරයි. අපගේ ආත්මාර්ථ ආශාවන් ජය ගැනීමට දුශයෙන් කොටස දීමේ නීතිය අපට උපකාරවත් වෙයි. උන්වහන්සේ අපට ඥානයේ වචනය දී තිබෙන්නේ දුම්කොළ මත්පැන් සහ මත්ද්‍රව්‍ය වලින් සිදුවන හානිය වැළැක්වීමේ අංශයක් ලෙසය. උන්වහන්සේ අපට පිතිවුතාවේ නීතිය ලබාදී තිබෙන්නේ අපගේ ශාරීරික ආශාවන් පාලනය කර ගැනීමට උපකාරවත් වීමටය.

- දුරුක 30-3 පෙන්වන්න. "දුනියෙල් සහ ඔහුගේ මිතුරෝ රජතුමාගේ මස් සහ වයින් ප්‍රතික්ෂේප කරති."



30-අ. දුනියෙල් සහ ඔහුගේ මිතුරෝ රජතුමාගේ මස් සහ වයින් ප්‍රතික්‍ෂේප කරති.

දැනියලේට සහ ඔහුගේ මිතුරන්ට අනුභව නොකල යුතු යැයි උගන්වා තිබූ ආහාර කැමටද වයිත් ඕමටද නියෝග කල බව අපි පරණ තෙස්තමේන්තුවේ කියවමු. නමුත් ඔවුහු එය ප්‍රතිකේෂ්ප කළහ. නමුත් ස්වාමිත්වභන්සේගේ සෞඛ්‍ය නීතියට ඔවුන් කීකරුවූ බැවින් ඔවුහු ශක්තිය සහ ඥානය ලැබීමට ආශිර්වාදිත වූහ. (බලන්න දැනියලේ 1:1--16.)

- දැනියලේ සහ ඔහුගේ මිතුරන්ගේ අත්දැකීමෙන් අපට ඉගෙන ගත හැක්කේ කුමක්ද? පණත්වලට කීකරුවීමට ආත්මය දමනය අපට උපකාරවත් වන්නේ කෙසේද?

ආත්ම දමනය ඇති කර ගැනීම

ආත්ම දමනය පිවිත කාලයම අනුගමනය කල යුත්තකි. අපට සුභාරංචිය පිළිබදව මනා දැනුමක් ලැබෙන විට, එහි මුලධර්මයන්ට අනුව පිවත්වීමේ විශාල ආශාවක්ද අපට ඇතිවේ. සුභාරංචිය අනුව පිවත්වීම සඳහා දැඩිලෙස ආත්ම දමනය කිරීමට අපි නිරන්තරයෙන්ම කටයුතු කල යුතු වෙමු.

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුව සඳහන් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණුලැල්ලේ තොරතුරු වලට යොමුවන්න.

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. අප ගැන අවබෝධය 2. බලාපොරොත්තු ඇති කර ගැනීම 3. උපකාර සඳහා යාඥා කරමින් ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම |
|---|

අප ගැන අවබෝධය

අපගේ පිවිත කාලය මුළුල්ලේම අපි අළුත් තත්වයන්ට මුහුණ දීමේදී සුභාරංචිය ගැන සහ අපි පිළිබදවද බොහෝ දේවල් අපට ඉගෙනගත හැකිය. අපගේ දුෂ්ලකම් හා ශක්තිය ගැනද තේරුම් ගැනීමට අප පුරුදු වී අප තුළ ඒවා තිබෙන්නේ මන්දැයි තේරුම් ගැනීම අපි ආරම්භ කරන්නෙමු. තරක පුරුදු අත්හැර දැමීමද, හොඳ පුරුදු දියුණු කර ගැනීමද අපට අවශ්‍ය වෙයි.

බලාපොරොත්තු ඇති කර ගැනීම

අපි බලාපොරොත්තු තබමින්, ඒවා ඉටුකර ගන්නා තුරු අපි මුහුදු තරංග හා සමානය. පාලනය නොකල ආශාවන් හා හැඟීම් නැමැති සුළගෙන් අපව ගසාගෙන යන්නේය. අපගේ දුර්වලතාවයන් අපි ජය ගැනීමට පෙර ස්ථිර බලාපොරොත්තු සහ විශ්වාස අප තුළ තිබිය යුතුය. අමෙරිකා එක්සත් ජනපදයේ කේ. නිව්මන් සොහොයුරිය නොහික්මුණු ආශාවක් නිසා පීඩාවට පත්වුවාය.

"වැඩුණු කාන්තාවන් වන මගේ බලවත්ම සතුරා මා බවට අවබෝධකර ගන්නා විට, මගේම දරුවෝ වැඩුණු වයසේ පසු වූහ. එයට හේතුවූ කරුණ ඔබ දන්නවාද? ඔබට කීමට පවා මට දුෂ්කරය තත්තල් නිවාඩු කාලයේ දී මම වොකලට් පෙට්ටියක් මුළු මනින්ම වාගේ කැවෙමි...."

"වොකලට් කැම මගේ එක් දුච්චකමක් නියෝජනය කලේය. එවන් අත්දැකීමක් නොලැබූ අයෙකුට මා තුළ ඇතිවූ හැඟීම් ගැන විස්තර කිරීමට පවා මට නොහැකිය. වොකලට් වලින්ම මගේ කුස පිරී තිබීමෙන් මම මා ගැනම කලකිරී කණගාටුවට පත්ව, අධෛර්යවීමට වූයෙමි. මෙම භාසජනක මෝඩ දුච්චකම තුලින් සාතන් මා තුළ ක්‍රියාත්මක වෙමින් මා යටපත් කර දැමීය. මේ කාලයේ මගේ හැඟීම් සහ අදහස්ද නුසුදුසු විය.

එබැවින් එවන් අත්දැකීමක් කිසිම දිනක නොලැබීමට මම ඒ නත්තලේදී තීරණය කලෙමි. ලිපියක් ලිවීම සඳහා මම හිඳ ගතිමි. අමතක නොවීම සඳහා එම ලිපියේ මා තුළ ඇතිවූ හැඟීම් මම විස්තර සහිතව ලිවෙමි. එමෙන් මගේ රුචිකත්වය සම්පූර්ණයෙන්ම පාලනය කිරීමේ හැකියාවක් නොලබා තවත් වසරක් ගතවීමට ඉඩ නොදෙන බව මම මටම පොරොන්දු වූවෙමි. එයින් පසු වසර තුළදී එවන් දියුණුවක් මා තුළ මා දුටු අතර, මගේ විශ්වාසයද දිනපතාම වැඩිනි. මෙම සටනින් මම සම්පූර්ණයෙන්ම වාගේ ජයග්‍රහණය කරා තිබෙනබව මම දනිමි. ("My Worst Enemy---Me!" *Ensign*, පෙබ. 1975, 62)

- බලාපොරොත්තුවක් තබා ඒ අනුව කටයුතු කිරීමට තමාට හැකිබව නිවීමත් සොහොයුරිය සනාථකලවීමට, ඇයට ඇති වූ හැඟීම්මොනවාද? ඇයගේ බලාපොරොත්තුව ඇයට සිහිපත් වීම සඳහා ඇය කුමක් කලේද?

උපකාර සඳහා යාඥා කරමින් ශුද්ධ ලියවිලි කියවන්න

ක්‍රමානුකූලව යාඥා කිරීමෙන් සහ ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම තුලින් වඩා හොඳින් කටයුතු කිරීමට අපතුළ ඇති කැමැත්ත ශක්තිමත් කරගැනීමට අපට හැකිය. ශුද්ධලියවිලි වල එන වර්ත, අපට අනුගමනය කිරීමට ආදර්ශ සපයා ඇත. අපටද හික්මීම ලබාගත හැකි බව අවබෝධ කරගැනීමට ඒවා අපට උපකාරවත් වෙයි. නිවීමත් සොහොයුරිය තම ශක්තිය ලබා ගත්තේ, දිනපතා පැයක් පමණ ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම මගින්ය. ඇය මෙසේ කීවාය. "එම පැය තුළදී මා ජය ගැනීමේ කැමැත්ත මට අවබෝධ විය. පිපිනකාලයම මා බැඳ තබාගත් පුරුදු වලින් ඇත්වීමේ කැමැත්ත එම පැය තුළදී මම සොයා ගත් අතර, ගිනිය නොහැකි ප්‍රශ්න වලදීද, එම කැමැත්ත මා සමගම විය". (පෙබ. 1975, 63)

- යාඥා කිරීම හා ශුද්ධ ලියවිලි කියවීම ඔවුන්ගේ දියුණුවට උපකාරවත් වූයේ කෙසේදැයි ප්‍රකාශ කරන ලෙස සොහොයුරියන්ගෙන් ඉල්ලන්න.

අපගේ ළමයින්ට ආත්ම දමනය ගැන ඉගැන්වීම

අපගේ ළමයින් ආත්ම දමන පුහුණුවන ක්‍රීඩා පිටිය විය යුත්තේ අපගේ නිවාසයන්ය. ඔවුන්ට ප්‍රමාණවත් ඉගැන්වීමක් ලබා දීම අප පැහැර හැරිය විට හෝ අපි ඔවුන්ව ඉතාමත් තදින් පාලනය කලහොත්, ඔවුන්ව පාලනය කර ගත්තේ කෙසේදැයි ඔවුහු ඉගෙන නොගනිති. ආත්ම දමනය ගැන ළමයින්ට ඉගැන්වීමේදී ක්‍රමානුකූලව පිළිවෙතක් අපි අනුගමනය කල යුතු වෙමු.

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුවේ පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණුලැල්ලේ ඇති තොරතුරු වලට යොමුවන්න.



30-ආ. ඩේවිඩ් ඩී. මැකේ සහායනිකුමා සහ එම සොහොයුරිය

1. සීමාවන් පනවන්න.
2. සුභාරංචි ධර්මයන් අනුගමනය කිරීමට ළමයින්ට උගන්වන්න.
3. ළමයින්ට වගකීම් ධාර දෙන්න.

සීමාවන් පනවන්න

- දුරඟක 30-ආ පෙන්වන්න. "ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා සහ එම සොහොයුරිය".
- ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ ඉගැන්වීය.

"මගේ අදහස වන්නේ... ළමයෙකුට සහනදායක නීති ඉගෙන ගැනීමේ හොඳම කාලය නම් වයස තුනේ සිට පහ දක්වා අතර කාලයයි.... මෙම වයස සීමාවේදී ළමයාට පාලනය කිරීමට මවට නොහැකි වුවහොත් පසු කාලයේදී පාලනය කිරීමට ඇයට මහත් පරිශ්‍රමයක් පෑරීමට සිදුවේ.... මගේ අදහස වන්නේ තල්ලු කිරීම, ඇදගෙන යාම හෝ අවහිර කිරීම නොවේ... එම කුඩා දරුවා ආරක්‍ෂක සීමාවන් පසුකර යන තුරු ඔහුගේ වධිතය සඳහා සම්පූර්ණ නිදහස ලබා දෙන්න. ඉන්පසුව සියුම් එහෙත් ප්‍රැඩ් බාධක හස්තයක හැඟීමක් ඔහුට ලබා දෙන්න.

"වරක් සත්ව උද්‍යානයකදී මෙම නීතිය එලදායියේ ප්‍රදර්ශනය වීමක් මැකේ සොහොයුරිය සහ මම දුටුවෙමු... කුඩා වදුරු පැටියෙකු වැටී වැටී ඇවිදීමට තැත්කරනු අපි දුටුවෙමු. අම්මා එයාට බලා ගනිමින් එයාට කිරි දෙයි. අපි පළමුවෙන්ම සැලකිලිමත්වූයේ අම්මා පැටියාට තට්ටු කරමින් එයාට හිඳි කිරීමට උත්සාහ ගනු ප්‍රැකීමෙන්ය. නමුත් කුඩා පැටියා මව්ගෙන් මිඳි කුඩුවේ ඉහළටම නගින්නට විය. මව පැහැදිලිවම කිසිදු තැකීමක් නොකර අනතුරක් දක්වාම ඉහලට නැඟීමට එයාට ඉඩ දුන්නාය. ඉන්පසු ඇය ඉහළට නැග, එයාට නැවත පහලට ගෙනැවිත් ආරක්‍ෂිත සීමාවන් අතර පමණක් සෙල්ලම් කිරීමට එයාට ඉඩ දුන්නාය.... ඒ අන්දමින්ම, ළමයාගේ සතුට වෙනුවෙන් නිවසින් ලැබෙන ප්‍රථම ආධාරය වශයෙන් අප දකින්නේ ආරක්‍ෂා සහිතව පසු කර යෑමට නොහැකි සීමාවන් තිබීමේ සහනතාවය ඔහුගේ සිතට කැවැද්දීමය. (*Stepping Stones to an Asundant Life*, comp. Lewelyn R. Mckay [1971], 38)

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 93:40--44 කියවන්න. ප්‍රෙඩ්රික් ජී. මිලයම් සහ සිඩ්නි ර්ගඩින් හට ස්වාමීන් වහන්සේ තරවටු කලේ මන්ද? අපගේ ළමයින්ට ඔවුන් බාල කාලයේදීම ආත්ම දම්නය ගැන ඉගැන්වීමට අප වෙහෙස පෑරුවද අපි දිගටම උත්සාහ කල යුත්තේ මන්ද?

සුභාරංචි මුල ධර්මයන් අනුගමනය කිරීමට ළමයින්ට උගන්වන්න

එන් එල්ඩන් මැනර් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය:

"හොඳ නරක දෙක පැහැදිලිව වටහා ගැනීමට ළමයින්ට නොහැකිය. වගකීම් දරාගැනීමේ ළමයාගේ සුදුසුතාවය නිශ්චය කල යුත්තේ දෙමව්පියන්... අප ඔවුන්ට ඉගැන්වීමේදී ඔවුන් විනය ගරුක කිරීමත් නිවැරදි දෙය කිරීමට යොමු කරවීමත් අපගේ වගකීමකය. ළමයා කුණු තවරා ගෙන සිටින විට, ඔහු සනාතය කල යුතුද, නැද්ද යන්න තීරණය කිරීමට ඔහු වැඩෙන තුරු බලා සිටීමට අපි

ඔහුට ඉඩ නොදෙන්නෙමු. ඔහු අසනීප වූ විට බෙහෙත් ගැනීමද, පාසැලට හෝ සභාවට යන්නද, නැද්ද යනු ඔහු තීරණය කරන තුරු අපි සිටින්නේ නැත....

"ළමයින්ගේ මුළු කාලයේදීම ඔවුන් දෙවියන් වහන්සේගේ දරුවන් වන බවට ඇති සත්‍ය වූ ශ්‍රේෂ්ඨ මතයද, මෙම ජීවිතයේදී හා මතු පැමිණෙන ජීවිතයේදී සාර්ථකත්වය හා සතුට භුක්තිවිඳීමේ එකම මාර්ගය වනුයේ යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ඉගැන්වීම් තෝරාගෙන අනුගමනය කිරීම බවද දෙමව්පියන් ඔවුන්ට ඉගැන්විය යුතුය. සාතන් සැබවින්ම ජීවත්වන බවත් වැරදි කිරීමටත් ඔවුන්ව නොමග යැවීමටත් ඔවුන්ව වහලුන්සේ තබා ගැනීමට සහ ඔවුන්ට භූක්ති විඳීමට තිබෙන ඉහළම සතුට සහ උත්සාහය භාවයෙන් ඔවුන්ව වැළැක්වීම සඳහා ඔහු සතු සියළුම ශක්තීන් ඔහුගේ අභිමතය පරිදි යොදවා පොළඹවනු ලබන බවත් ඔවුන්ට ඉගැන්විය යුතුය". (*Seek ye first the Kingdom of God [1973], 87*)

දේව මාළිගාවේ සේවය කල එලි නම්වූ බර්මිෂ්ස් පුප්කතුවෙකු ගැන ශුද්ධ ලියවිලි වල අපි කියවමු. එලීගේ පුත්‍රයෝ ඔවුන්ගේ පියාගේ ආදරය අනුගමනය නොකලහ. ඒ වෙනුවට ඔවුහු ස්වාමීන් වහන්සේට විරුද්ධ පාපයට වැටුණහ. එලී ඔවුන්ට අවවාද කල නමුත් වලක්වාලූයේ නැත. මේ නිසා ස්වාමීන් වහන්සේ ඔහු සමග අසතුටින් පසු වූ අතර, ඔහු වෙත දැඩි විනිශ්චයක් ලබා දුන් සේක. (1 සාමුවෙල් 2--3 බලන්න)

■ සාමුවෙල් 3:13 කියවන්න. අපගේ ළමයින්ට ඉගැන්වීමට අමතරව ස්වාමීන් වහන්සේ අපගෙන් බලාපොරොත්තු වන්නේ මොනවාද?

අපගේ ළමයින්ට අනුගමනය කිරීම අප හොඳ ආදරයක් තැබීම අභිශාසිත වැදගත්ය. අපගේ හැඟීම් රුචිකත්වයන් සහ දැඩි ආශාවන් අපි පාලනය කර නොගත්තේ නම් සමහර විට අපගේ ළමයින්ද ඒවා පාලනය කර ගන්නේ නැත.

අපගේ නිවස අපි ජීවිතම ස්ථානයක් බවට පත්කර ගත යුතු වෙමු. ප්‍රවේශම ආරක්ෂාව, සහ ආදරය අපගේ ළමයින්ට හැගිය යුතුය. සුභාරංචිය අනුව ජීවත්වීමේ සතුට ඔවුන්ට නිවසේදී නොලැබුන විට ඔවුන් සුභාරංචියෙන් පිටතට යනු ඇත. එනිසා ළමයෙක් අකීකරු වූ විටදී, අපි එම ළමයාට හික්මවා ඉන්පසුව ඔහුට හෝ ඇයට වැඩි ආදරයක් පෙන්විය යුතුය.

■ ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 121:43--44 කියවන්න. අපගේ ළමයින්ව හික්මවීමෙන් පසුව අපි ඔවුන්ට වැඩි ආදරයක් පෙන්විය යුත්තේ මන්ද?

ළමයින්ට වගකීම් බාරදෙන්න

වැඩි මහල් එන්සියෝ බසී මෙසේ කීවේය.

"ආත්මික වශයෙන් වැඩිමේ ක්‍රියාවලිය තුළදී, නිවැරදි යයි සිතිය හැකි.... අඩුපාඩුකම්ද... ළමයින්ට තිබෙන බවට මගේ බිරිඳ හා මමද එකඟ වන්නෙමු. මෙය තේරුම් ගෙන... ඔවුන් අධ්‍යයනයට පත් නොකරන්න. (බලන්න කොලොසී 3:12)..ප්‍රත්‍යක්ෂක දීමනාවන් ලබා ගැනීමට ඔවුන් දරන කුඩා ප්‍රයත්නයන් දැකීම, සඳහන් කිරීම සහ ප්‍රශංසා කිරීම අවශ්‍ය වන්නේය...

"අපගේ ළමයින්ට ආත්ම ගෞරවය ඇති කර ගැනීමට මග පෙන්වීම සඳහා අපි උත්සාහ දරමින්.. බොහෝ විට එය විනිශ්චය කිරීමට ඔවුන්ටම ඉඩ හරින්නෙමු. ළමයෙකු වරදක් කරන බව ඔහුටම සොයා ගැනීමට උපකාර කරන අයෙකු මෙන්.. වැරදි සොයමින් පෙන්වන අයෙකු හොඳ ගුරුවරයෙකු නොවන බව සිද්ධාන්තයක් වශයෙන් අපි අත්දැක ඇත්තෙමු. ළමයෙකු කරන වැරදි අවබෝධකර ගැනීමට ඔහුට හැකි නමුත් වෙනසක් වීමේ ප්‍රථම පියවර ඔහු තබා අවසානය."

"වරක අපගේ පුතා නීතියක් කඩකල විටදී දඩුවම පැනවීම ඔහුටම පැවරූ අන්දම මට මතකය. ඔහුගේ තීරණය වූයේ එක් මාසයක් රුපවාහිනී නැරඹීමට ඔහුට ඉඩ නොදිය යුතු බවය. එය අපට පෙනුනේ සිතා ගැනීමට නොහැකි තරම් බරපතල බවය. නමුත් ඔහුගේ මිත්තණිය හමුවූ විට ඇයගෙන් උනහන් දෙයින් අපි බොහෝ සතුටට පත්වුවෙමු. ඔහුගේ දෙමව්පියන්ට කිසිදුක දුනහන්තට නොලැබුනද ඔහුට යම් රුපවාහිනී වැඩ සටහනක් නැරඹීම අනුබලදීම වැරදි ක්‍රියාවක් බව ඔහුගේ මිත්තණියට ඔහු තදින්ම කියා ඇත. අසීරු අවස්ථාවකදී ළමයෙකු ඉතා හොඳින් තමාට පාලනය කරගනු ලැබීම තරම් විශාල සතුටක් දෙමව්පියන්ට තවත් ඇතැයි මම නොසිතමි. "ඔබගේ ළමයින් කුපිත නොකරන්න." En sign මාරතු 1976, 41--42).

- වැඩි මහල් බ්‍රසී තම ළමයින්ට ආත්ම දමනය වැඩි දියුණු කර ගැනීමට බෙරයක් ලබා දුන්නේ කෙසේද?

වැඩිමහල් ටොම් පෙර් මෙසේ කීවේය. පාලනමය මුල ධර්මයන් සම්බන්ධව අනාගත වක්තෘ ජෝසල් ස්මිත් තුමාගේ වචන ස්ථිර ලෙසම අපගේ ළමයින්ට අදාල වන්නේය. නිවැරදි මුලධර්මයන් ඔවුන්ට උගන්වා, ඔවුන්ට පාලනය කිරීම (ඔවුන්ටම පවරන්න) උපුටාගැනීම කලේ (John Taylor in millennial star, 13:339) ඇත්ත වශයෙන්ම අපගේ ඉගැන්වීම් ප්‍රමාණවත් බවත් ස්වාමීන් වහන්සේ තුළ ඇදහිල්ල හා විශ්වාසය ඔවුන්ගේ ජීවිතව තුලට අප විසින් කාවද්දු ඇති බවටත් ස්ථිර කර ගැනීමට අප ප්‍රවේශම් විය යුතුය. ඔවුන්ට නිසියාකාර පුහුණුවක් ලබා දී ඇති බවත්, ඔවුන් ආත්මික වශයෙන් වැඩිමට ආරම්භ කරන විටදී ඔවුන් තුළ වැඩිතය වන ශක්තිය ප්‍රකාශ කිරීමේ ප්‍රස්ථාවන් ලබා දීමේ අවශ්‍යතාවය ගැනද අපි ස්ථිර කල ගත යුතු වෙමු. ඔවුන්ට අපගේ ඇදහිල්ල සහ විශ්වාසය ලබාදී ඔවුන්ට අපි වගකීම්ද ලබා දිය යුත්තෙමු" (in Conference Report sao P auto Are Conference 1977, 11--12)

අවසානය

අප තුළ මෙන්ම අපගේ ළමයින් තුළද ආත්ම දමනය දියුණු කිරීම ජීවිතය පුරාම සිදුවන ක්‍රියාවලියකි. එයට අවශ්‍ය වන්නේ ඇදහිල්ල හා ඉවසීමය. නමුත් අපි ආත්ම දමනය ගොඩනගන විට, අපි බොහෝ සුභාරංචි ආශිර්වාදයන් භුක්ති විඳින්නෙමු.

අභියෝගය

යම් දුර්වලතාවයක් පාලනය කිරීමේ බලාපොරොත්තුවක් තබන්න. මෙම පාඩමෙහි පෙන්වාදී තිබෙන ආත්ම දමනය ඉගැන්වීමේ පියවර තුන ඔබගේ ළමයින්ට උපකාරවත් වීම සඳහා අනුගමනය කරන්න. මෙම පාඩම නිවසේදී නැවත කියවන්න.

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුලධර්ම 4 වෙනි පරිච්ඡේදය වන "තෝරා ගැනීමේ නිදහස" සහ 35 වෙනි පරිච්ඡේදය වන "කීකරුකම" ආධ්‍යයනය කරන්න.
2. "දෙවිඋට ආදරය කරන්න" යන ගීතිකාවෙන් පාඩම ආරම්භ කිරීමට සැලසුම් කරන්න (ගීතිකා අංක 304, හෝ සුවිශේෂක මුලධර්ම 374)
3. පාඩමෙහි ශෝඡනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සූදානම් කරන්න. නැතහොත් හුණුලෑල්ලේ තිබෙන තොරතුරු වලට යොමු කරන්න.
4. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීමේ ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

අපගේ නිවාස තුළ අභිවෘද්ධිමත් වාතාවරණයක් නිර්මාණය කිරීම

31 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ නිවාස තුළ අභිවෘද්ධිමත් වාතාවරණයක් නිර්මාණය කිරීම සඳහා අපව පොළඹවාලීමයි.

නිවාස ජීවිතයේ ශක්තිමත්ව බලපෑම

- දරුණු 31-අ පුද්ගලයන් කරන්න. "මවක් සහ ඇයගේ ළමයින්" සහ 31-ආ මවක් ඇයගේ ළමයින්ට කියවයි.

අප නිවසේ ගත කරන කාලයේදී නිවසේ පවතින වාතාවරණය මගින් අපගේ ජීවිත වලට ශක්තිමත් බලපෑමක් ඇත. මෙහිදී අපගේ ළමයි ඔවුන්ගේ පුරුදු සහ අදහස් හැඩගස්වා ගනිති. ඩොරෝති ලෝ නොල්ට් මෙසේ ලිවීය.

"ළමයෙක් විවේචනාත්මකව ජීවත් වුවහොත් ඔහු දෙය් පැකීමට පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු වෛරය සමග ජීවත් වුවහොත්, ඔහු සටන් කිරීම පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු සමච්චලය සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු ලජ්ජාව පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු නින්දාව සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු වරදක් කළ බව හැඟීමට පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු ඉවසීම සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු ඉවසීමට පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු ධෛර්යය සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු විශ්වාසවන්ත වීම පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු ප්‍රශංසාව සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු අගය කිරීමට පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු සාධාරණත්වය සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු යුක්තිය පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු ආරක්ෂාව සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු ඇදහීමට බව පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු අනුමැතිය සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු තමාට ප්‍රියවීමට පුරුදු වෙයි.

"ළමයෙකු පිළිගැනීම සහ මිත්‍රත්වය සමග ජීවත් වුවහොත් ඔහු ලෝකයාගේ ආදරය සෙවීමට පුරුදු වෙයි." (Children learn What They Live 1963 John Philip මගින් අවසර සහිතව පාවිච්චි කරන ලදී).

නිවාස තුළ යහපත් හැඟීමක් නිර්මාණය කිරීමට උදව්වීමේ වැදගත් වගකීමක් කාන්තාවන්ට ඇත. නිවසේ පවතින වාතාවරණයට අපගේ ආදරය තුලින් විශාල බලපෑමක් අපට ඇත. මෙම ප්‍රශ්න අපිට අපගෙන්ම ඇසිය හැකිය. අපි ඉවසීමෙන් තව සතුටින් සිටින්නෙමුද? අපගේ පවුලේ සිදුවන වැරදි, අමනාපයන් නොව ප්‍රේමයෙන් යුතුව අපි නිවැරදි කරන්නෙමුද? පුප්‍රියය දේවලට අපි



31-අ. මවක් සිය ළමයින් සමඟ

ගෞරවය පෙන්වන්නෙමුද? යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ තුළ අපට ඇදහිල්ල තිබේද? අපි එකිනෙකාගේ ප්‍රශ්න බෙදා ගන්නෙමුද? අපි පෞද්ගලිකව හා පවුලක් වශයෙන්ද යාඥා කරන්නෙමුද? අපි එකිනෙකාට ප්‍රවේශමෙන් ඇහුම්කන් දෙන්නෙමුද? අප මෙම කරුණු ඉටු කරන විටදී අපගේ පවුල් පොළඹවා උපකාරවත්වීමේ හැඟීමක්ද අපි නිර්මාණය කරන්නෙමු.

ගෙයක් නිවසක් බවට පත්කිරීමට

ගෙයක් යනු මිනිසුන් සාමයෙන් සතුටින් ජීවත් වන ස්ථානයකි. ගුහාවක්, කුටියක්, කුඩාරමක්, මාළිගාවක් කාමරයක් හෝ පැලක් ගෙයක් විය හැකිය. ගොඩනැගිල්ලක ප්‍රමාණය හෝ අලංකාරය මගින් එය නිවසක් වන්නේ නැත. එය නිවසක් බවට පත් කරන්නේ ජීවිතම මිනිසුන්ය.

අප හැම කෙනෙක්ම අපගේ පවුල ප්‍රබෝධමත් කරන සුළු හැඟීමක් අපගේ නිවාස වල නිර්මාණය කල යුතුය. අපට අවශ්‍ය වන්නේ අපගේ පවුල් සාමාජිකයන් සුභාරංචි මුලධර්මයන් අනුව ජීවත් වෙමින්, ඔවුන්ගේ කාලය හා හැකියාවන් මනා ලෙස පාවිච්චි කිරීමය. අපගේ නිවාස වල අධ්‍යයනය කිරීමට ක්‍රීඩා කිරීමට සහ විනෝදාංශ වලට අපි අවස්ථාවන් ලබා දිය යුතු වෙමු. එවිට පවුල් සාමාජිකයන්ට නිවසේ සිටීමට අවශ්‍යතාවය ඇතිවී පිටස්තර ක්‍රියාකාරකම් සෙවීම අඩුවනු ඇත.

- අපගේ නිවාස වල යහපත් හැඟීම් ඇති වීමට හේතු වන්නේ මොනවාද? පිළිතුරු හුණුලැල්ලේ ලියා එවා සාකච්ඡා කරන්න. පහත සඳහන් අදහස්ද ඇතුළු කිරීමට වගබලා ගන්න.

අන් අයගේ හැඟීම් ගැන ප්‍රවේශම් වීම
 ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය ලබා ගැනීම
 වුවමනාව සහ අවශ්‍යතාවයේ හැඟීම
 යාඥා කිරීම
 පවුල් නිවාස සන්ධනාව පැවැත්වීම
 ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම

අප දිළිඳු වුවද, පොහොසත් වුවද, අපගේ පවුල්වල අය නිවසේ සිටීම ජීවිතමත් කිරීමට උපකාරවත්වීම සඳහා අපට බොහෝ දේවල් කල හැකිය. පවුල් සාමාජිකයන්ට උගන්වමින් ඔවුන් විනෝදමත් කිරීම සඳහා විනෝදජනක ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කිරීමට අපට පිළිවන.

- සොහොයුරියන් වයසින් වැඩෙන විටදී ඔවුන්ගේ නිවාස වල ඔවුන් අත්විඳී ජීවිතමත් අවස්ථාවන් ගැන ප්‍රකාශ කිරීමට ඔවුන්ට කියන්න.
- හුණු ලැල්ලේ ලියන්න: සංගීතය

"ප්‍රෙසි, කිකරුව (ඔහුගේ උදය කැම වේල) අනුභව කර, ඉන්පසුව ඔහුගේ පුටුවෙන් පහතට ලියසුවේය.

"උන් මට පිම්ලාගේ අම්මලාගේ ගෙදර යන්ට පුළුවන්ද අම්මා? යැයි ඔහු ඇසුවේය.

"නමුත් ප්‍රෙසි ඔබ ඊයේත් පෙරේදත් එහි ගියානේ. අද පිම්ට මෙහි එන්ට කියන්නේ නැත්තේ මන්ද? යැයි මම ඇසුවෙමි.



31-ආ. මවක් ඇයගේ ළමයින්ට සමක් කියවයි.

"ඕ ඔහුට අවශ්‍යතාවයක් නැහැනේ, අවුරුදු හයකවන ප්‍රේමීගේ දෙනොල් පොපියමින් කරුණාකර යන්න දෙන්න අම්මා යයි කීවේය.

"පිම්ගේ නිවස අපගේ නිවසට වඩා ඔබ ප්‍රිය කරන්නේ මන්ද පුතා? මම නැවතත් ඇසුවෙමි. ප්‍රේමී සහ ඔහුගේ සියළුම මතුරන්ට පිම්ගේ නිවසට යාමට නිතරම අවශ්‍යවීම ගැන හදිසියේම මට මතක් වුනි.

"ඇයි, ඔහු අදිමදි කරමින් පැහැදිලි කරන්ට විය. එයට හේතුව.. එයට හේතුව නම් පිම්ගේ නිවස සින්දු කියන නිවසක් නිසාය.

සින්දු කියන නිවසක්? මම ප්‍රශ්න කළෙමි. එහි තේරුම කුමක්ද?

"හොඳයි මදක් අපහසුවෙන් ප්‍රේමී මෙසේ පැහැදිලි කරයි. පිම්ගේ අම්මා ඇඳුම් මහන විට තාලයට කොඳුරයි. මුළුතැන් ගෙයි සිටිමින් ඇනී - කුකිස් කපන විට සින්දු කියයි. පිම්ගේ තාත්තා එයා නිවසට එන විට නිතරම උරුවම් බායි. ප්‍රේමී මදක් නැවතී සිටිමින් කියාගෙන යයි. ඔවුන්ගේ ජනේල රෙදි උඩට දමා තිබෙන නිසා හොඳින් හිරු එළිය වැටේ. ජනේල වල මල් තබා තිබේ. අම්මා හැම ප්‍රමයෙකම පිම්මාගේ ගෙදරට කැමතියි. යයි ඔහු කීවේය.

"ඔබට යන්ට පුළුවන් පුතා යයි මම ඉක්මණින් කීවෙමි. මට කල්පනා කිරීමට හැකිවීම සඳහා ඔහුව පිටතට යැවීම මට අවශ්‍ය විය.

"මම නිවසේ වට පිටාව බැලීම. එය කෙතරම් ලක්‍ෂණ දැයි හැම දෙනාම මට කියා ඇත. එහි ප්‍රාචීන බුමුතුරුණු විය. අපි එවාට කොටස් වශයෙන් ගෙවීම් කරන්නෙමු... ගෙයි පිරි තිබෙන ලී බඩු වලටද අපි ගෙවීම් කරන්නෙමු. මෝටර රථයටත් ඒ අන්දමින්ම ගෙවන්නෙමු. සමහර විට ප්‍රේමීගේ පියා නිවසට එන විට උරුවම් බාන්නේ නැති විමට හේතුවද එය විය හැකිය...

"එදා සෙනසුරාදා උදුගේ වේලාව දහය වී තිබුනද මම.. පිම්ගේ නිවසට ගියෙමි. මගේ අදහස වුයේ, එය උදය කාලයේ මැද භාගයේ වුවද, බරටන් මහත්මිය අමනාප නොවන බවය. ඇය කලබලයෙන් සිටින බවක්ද නොපෙනින. හිසේ තුවායක් බැඳ සිටින ඇය මට නිවසේ දොර ලඟදී හමුවුන.

"ඕ ඇතුලට එන්න. මම දැන් තමයි ආලින්දය පිරිසිදු කර අවසන් වුනේ, ඇත්ත වශයෙන්ම ඔබ කරදරයක් නොවේ. මම මේ හිසේ තිබෙන ඇඳුම ඉවත් කර ඉක්මණින් එන්නෙමි.

"මම එහි සිටින අතර අවට බැලුවෙමි. බුමුතුරුණු සම්පූර්ණයෙන්ම ගෙවී ගොස්ය. තිර රෙදි...බැඳ තිබිණි. ලී බඩු පලුදු සහිත පරණා ඒවාය... මේසයට දීපතිමත් කවරයක් දමා අළුත් සඟරා කිහිපයක් එහි තබා තිබිණි. ජනේල වල ඉත්තැවැල් සහිත කුඩා කිහිපයක් එල්ලෙමින් තිබිණි... අවිච්චි එල්ලා තිබූ කුඩුවක සිටි කුරුල්ලෙකු ගීතයක් ගැයුවේය. සැප පහසු නිවසක තත්වය එයවේ.

"මුළුතැන් ගෙයි දොර විවෘතව තිබූ අතර, මම ජෙරිව දුටුවෙමි. ප්‍රදරුවා පිරිසිදු ලිනෝලියම් රෙද්දක් වාඩිවී, ඇනී ඇපල් කේක් එකක කොන් සාදන හැටි බලා සිටියි. ඇය සින්දු කියමින් සිටියාය.

"බරටන් මහත්මිය සිනාසෙමින් පැමිණියාය. හොඳයි කාරණය කුමක්ද? ඇය ඇසුවාය. මක්නිසාද ඔබ යම්කිසි හේතුවක් සඳහා පැමිණී බව මම දනිමි. ඔබ බොහෝ කායී බහුල කාන්තාවකි.

"ඔව්, මම ක්‍ෂණිකව කීවෙමි. සින්දු කියන නිවසක් මොන වගේද කියා බැලීමටයි මම පැමිණියේ.

"බරටන් මහත්මියට මෙය ප්‍රශ්නකාවකි. ඇයි එහි තේරුම කුමක්ද?

"ප්‍රේමී කියන්නවා. එයා මෙහෙ එමට කැමති ඔබට සිත්ද කියන නිවසක් තිබෙන නිසා කියා, ඔහු කියූ දෙය මට දැන් පෙනෙනවා.

"මොන තරම් ආශ්ච්‍යයීම් ප්‍රශංසාවක්ද? ඔබටත් මහතියගේ මුහුණ රතු විය. "නමුත් ඇත්ත වශයෙන්ම මගේ නිවස ඔබගේ නිවසට සම කරන්න බැහැ. හැමෝම කියන්නේ නගරයේ තිබෙන ලක්‍ෂණම නිවස ඇත්තේ ඔබට බවයි.

"නමුත් එය සිත්ද කියන නිවසක් නොවෙයි. මම බාධා කළෙමි... ඔබට එවන් නිවසක් ලැබුණේ කෙසේදැයි මට කියන්න.

"හොඳයි ඔබටත් මහත්මිය සිනාසුනාය. ඔබට ඇත්තටම දැන ගැනීමට වුවමනා නම් කියන්නමි. දැන් බලන්න. ජෝන්ට වැඩි ආදායමක් නැහැ. මම හිතන්නේ නැහැ, ඔහුට කවදාවත්ම පුළුවන් වේවි කියල. එයා එවගේ කෙනෙක් නොවෙයි. අපිට කොහෙත් හරි කපා හැරිය යුතුව තිබුණා. එනිසා අත්‍යවශ්‍ය නොවන දේවල් ගැන අපි තීරණයක් ගන්නා... පොත් සඟරා සහ සංගීතය වැනි දේවල් තිබේ... මේවා ප්‍රමාණිතව තබා ගත හැකි දේවල් එවා ගිනි නොගන්නා අතර (මුදල් ප්‍රශ්නාද) ඇති නොවන නිසා එවා අත්‍යවශ්‍ය බවට අපි තීරණය කළෙමු. ඇත්ත වශයෙන්ම තවත් අත්‍යවශ්‍ය දෙයක් වන්නේ හොඳ සනීපදායක ආහාරයි... ප්‍රමාණිතයේ ඇඳුම් ඉතා සුළු දෙයකි... නමුත් මේ සැම දෙයකටම ගෙවීමෙන් පසු බුමුතුරුණු වලටත් ලී බඩු වලටත් ප්‍රමාණවත් මුදලක් ඉතිරි නොවේ... වැලැක්වීමට හැකියාවක් තිබෙන්නේ යාය වීමට අපි කැමති නොවෙමු... (කෙසේ වෙතත්) අපි සන්නොමයෙන් සිටින්නෙමු. යැයි ඇය අවසාන වශයෙන් කීවාය.

"මට තේරෙනවා. මම බලාපොරොත්තු සහිතව කීවෙමි. නිවසේ මුල්ලක සිටි පේර් සහ ප්‍රේමී දෙස මම බැලුවෙමි. ඔවුහු ගිණිකුරුවලින් කොවිචියක් සාදා එය තිරිඟු වලින් පුරවමින් සිටිති. ඔවුන් සතුටින් යුතුව තිරිඟු විසුරුවා හැරියද එම තිරිඟු හොඳ පිරිසිදු ඒවාය.

"මම නිවසට ගියෙමි. මගේ ප්‍රාචීන බුමුතුරුණු දුර්වරණව පෙනේ. මම ජනේල රෙදි ජනේලය උඩින් දැමුවෙමි. නමුත් සිල්ක් රෙදි අතරින් හිරු එළිය ගලා ආවේ මද වශයෙනි.... (මගේ නිවස) සිත්ද කියන නිවසක් නොවීය. එය සිත්ද කියන පරිදි සකස් කිරීමට මම අධිෂ්ඨාන කළෙමි." (May Morgan Potter, *The Singing House*, උපුටා ගැනීම Reach Bradford Priorities" *Instructor*, නොවැ. 1969, 410, 415).

- සිත්ද කියන නිවස යන්නෙහි අර්ථය වූයේ කුමක්ද? මේ නිවසේ සතුටට හේතුවූ සමහර කරුණු මොනවාද?
- වර්තමාන ලෝකයේ යම් සංගීත අංශ මගින් නගා සිටුවීමක් සිදු නොවේ. එමගින් සදාචාරයට පටහැනි ශෞරවනීය නොවන අදහස් වලට රෙඩියෝ ලැබේ. එවන් සංගීත මගින් ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය අපට අහිමි කරයි.
- දරුක 31-ඇ මවක් සුභාරංචි ගීතිකා ඇයගේ බාල දරුවන්ට උගන්වයි. ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 25:12 කියවන්න.

සංගීතය මගින් පවුල්වල සම්පතාවය ලගා කර අපව ස්වාමීන් වහන්සේ වෙතටද සමීප කරවයි. පවුලක් වශයෙන් එක්ව ගායනා කිරීමෙන් අපව ස්වාමීන් වහන්සේ වෙත ලගා කරවයි. ජන ගායනා මගින් අපගේ මුතුන් මිත්තන් හා ඔවුන් ජීවත් වූ ආකාරයද අපට සිහිපත් කරයි. යහපත් සංගීතය අපව නගා සිටුවමින් අපව ප්‍රබෝධමත් කරයි. ඒවා නිතරම ඇසීමෙන් ගායනා කිරීමෙන් හා වාදන සාධක කිරීමෙන් එයට ආදරය කිරීමට අපි පුරුදු වෙන්නෙමු.



31-ඇ. මවක් ඇයගේ ළමයින්ට සුභාරංචි ගීතිකා උගන්වයි

පවුල් සාමාජිකයන්ගේ සංගීත දක්ෂතාවයන් දියුණු කර ගැනීමට අවශ්‍ය රෙයින්සීය. අපි ලබාදිය යුතුවේම. එය අපට අභිරුචි වුවද සහනායකයන් අපගෙන් ඉල්ලා ඇත්තේ එලෙස කටයුතු කරන ලෙසය. ස්විස්ටර්ලන්තයේ සහ සාමාජිකාවක වන මැග්රිට් එච්. ලෝනර් සොහොයුරිය පහත සඳහන් කතාව කීවාය.

"ස්විස්ටර්ලන්තයේ අපගේ නිවස උදය කාලයේදී දහවලේ සහ රාත්‍රියේදී මගේ මවගේ මිහිරි කට හඬින් පිරී තිබුණේය. ඇය කිසිදු කාව්‍යමය හුරුවක් ලබා නොසිටියද, ඇය සංයෝගයේ ගීත ගායනා කළාය.... එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස මා ඉතා කුඩා ළමයෙකු ව සිටියදී පවා මට මෙම ආගමික ගීත ගායනා කළ හැකි විය.

"මාගේ දෙමව්පියන්ට පියානෝවක් ගැනීමට වත්කමක් නොතිබූ බැවින්, පියානෝව ප්‍රභූණුවීම සඳහා මම අපගේ සුර්වි ශාඛාවේ සාමාජිකාවන් කිහිපදෙනෙකුගේ සීතල පිරුණු ඉදිරිපස කාමරය වෙත වෘත්තීය පමණ කාලයක් වර්ෂාව සහ හිම පවතිද්දී පවා හැම දිනකම මිනිත්තු විස්සක පමණ කාලයක් ඇවිදගෙන ගියෙමි. මෙම හේතුව නිසා මට නිවීමේනිසාව වැළඳුන අතර මගේ දෙමව්පියෝ ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතා කිහිපයක් අත්හැර දමා මට පියානෝවක් මිලදී ගැනීමට ගියහ. මගේ සංගීත පාඨම් වලට ගෙවීමට මුදල් ඉපයීම සඳහා මගේ මවද, අසල්වැසියෙකුගේ නිවසක කාමර පිරිසිදු කළාය. මෙම කැප කිරීම් වල ප්‍රතිඵල වශයෙන් සංගීතය මගින් ලැබුණු බොහෝ සම්බන්ධතාවයන්ගෙන් මගේ ජීවිතය පෝෂණය විය." *With a Song on Your Health Ensign* (අගෝ 1975, 27)

- හුණුලැල්ලේ ලියන්න. කලා ශිල්පය, අපගේ නිවාස වල කලා ශිල්පය සඳහා අපි රෙයින්සීය ලබා දෙන්නේ කෙසේද?
- දර්ශක 31-ඇ ප්‍රදර්ශනය කරන්න. මරණයෙන් නැගිටුණු ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ ජීන්තූරයක් මගින් මෙම නිවසේ පවතින චාතාවරණය උසස් කරනු ලබයි.

අප නිවාසවල පාචිවිම් කරනු ලබන ජීන්තූර මගින්, වඩාත් වැදගත් වන දේවල් ගැන අපගේ පවුල් වලට සිහිපත් කර දෙයි. අපගේ පවුල් වල අය, අපගේ මුතුන් මිත්තන්, අපගේ ආගම සම්බන්ධ සහ අපගේ බලාපොරොත්තු ගැන අපට සිහිපත් කරවන ජීන්තූර අප වටා තබා ගැනීමට අපට පිළිවන. මෙම ජීන්තූර වලට අපගේ ගැලවුම්කරුවාණන් වහන්සේ, දේවමාලිගා හෝ අපගේ අනාගතවක්තෘවරුන් ඇතුළත් විය. හැකිය. ස්වභාව ධර්මය, සාමය, අලංකාරය ඉතිහාසය යනාදියට ඇලුම් කිරීමට අපට උපකාරවත් වන ජීන්තූර වලින්ද අපගේ නිවාස සරසා ගැනීමට අපට හැකිය.

අපගේ අත්වැඩ වලින් අපගේ නිවාස සරසා ගැනීම තුලින් - චිත්‍ර කම්පය, මුරති ශිල්පය, මැහුම් කම්පනය හා විවීම වැනි අපගේම හැකියාවන් දියුණුකර ගැනීමටද අපට පිළිවන. පවුල් සාමාජිකයන්ට චිත්‍ර කලාවට අවශ්‍ය බඩු හා උපකරණ ලබාදීමෙන් හා ඔවුන්ගේ චිත්‍ර කම්පය අපගේ නිවාසවල ප්‍රදර්ශනය කිරීමෙන්ද ඔවුන්ව රෙයින්සීමත් කිරීමට අපට හැකිය. ඔවුන්ගේ චිත්‍ර වලටත් උත්සාහයන්ටත් අපි කිසිවිටෙක සමවිචල් නොකල යුතුය. පවුල් නිවාස සැන්දෑව පවත්වන විටදී අපට වැඩි මුළුමක් පැවැත්වීමට පුළුවන. අලංකාර යමක් නිපදවීම හැම කෙනෙකුටම එක්ව කල හැකිය. ඉන්පසුව එය අසනීපව සිටින නිවසටම කොටුපි සිටින හෝ හුදකලා වූ අයෙකුට පිරිනැමීමට අපට හැකිය.

- හුණු ලැල්ලේ ලියන්න ස්වභාව ධර්මයේ සොබා සිරි විදීමට අපි රෙයින්සීය ලබා දෙන්නේ කෙසේද? ස්වභාව ධර්මයේ සුන්දරත්වය අගය කිරීමට අපි බොහෝ දෙනෙක් ප්‍රමාණවත් කාලයක් වැය කරන්නේ නැත. නමුත් හිරුබැස යන විටදීද, ලක්ෂණ මලක් දැකීමේදීද, ගස් අතරින් හිරු එළිය දකින විටදී, මුහුදු බෙල්ලෙකු හෝ වණ්ඩුවක් ගලක් දැක සතුටු වන විටදීද, අපට නිතරම ස්වාමීන්



31-ඇ. මරණයෙන් නැගිටුන ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පින්තූරයක් මෙම නිවසේ වාතාවරණය තවත් වැඩි කරයි.

වහන්සේගේ ආත්මය අත්විඳිය හැකිය. අපට ස්වාභාව ධර්මයේ වමන්කාරය ගැන කතා කරමින් දෙවියන් වහන්සේගේ යහපත් අත්කම් ගැන සතුටින්වත්ත විය හැකිය.

- පහතින් දැක්වෙන "මගේ ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේ මට ආදරෙයි." යන ගීතයේ වචන කියවන්න.

කුරුළු නාදය මට ඇසුන විට
 නැතහොත් නිල් නිල්, අහස දෙස බැලූ විට
 මුහුණට මාගේ වැස්ස දැනුන විට
 හෝ සුළඟ හමා යන විට
 සිනිඳු කුසුමක පහස දැනුනු විට
 හෝ අපගේ ලිලි ගස ලගින් යන විට
 මෙම ලස්සන ලෝකයේ ජීවත්වීම ගැන මම සතුටුවෙමි
 ස්වර්ගික පියාණන්ගේ මට මෙය ලබාදුන්නේ

ලෝකය බැලීමට එතුමා මට ඇස් ලබා දුනි
 සමනළු තටු පාටැනි
 මට ඇසීමට එතුමා මට කන් ලබා දුනි
 හැම දෙයකම අපුළු නාදය
 මගේ ජීවිතය, මගේ මනස, මගේ හිත එතුමා මට ලබා දුනි
 මම එතුමාට ගෞරවයෙන් තුනී පුදමි.
 එතුමාගේ හැම නිමැයුමකට මාද කොටසක් වීමෙන්
 ඔව් මම දනිමි ස්වර්ගික පියාණන් මට ආදරෙයි. (ළමා ගී පොත 228)

නිවසින් පිටත හෝ ඇතුළත මල් වගී සහ ගස් වගී වැවීමෙන්, සොබා දහමේ අසිරිය අපගේ නිවසට ගෙන එමට අපට පිළිවන. හැම කෙනෙකම වාගේ ඇට වගී සිටුවා එවාට ජලය සපයා පස් අතරින් එවා මතු වෙන අයුරු බලා ප්‍රීතීවෙති. ගල් වගී එකතු කිරීමෙන් හා ශාක පත්‍ර අධ්‍යයනය කිරීමෙන්ද අපට සතුටු විය හැකිය. සතුන් ඇති කිරීමෙන් සහ උන්ව රැකබලා ගැනීම මගින් උපත, ජීවිතය සහ මරණය ගැන අපි ඉගෙන ගන්නෙමු. ස්වාභාව ධර්මයට පවුල් සාමාජිකයන් තුළ තිබෙන සැලකිල්ලට අපි අනුබල දිය යුත්තෙමු.

- භූමුලැල්ලේ ලියන්න: පොත් අප නිවෙසේ හොඳ පොත් කියවීමෙන් ලබන සතුටට අපි අනුබල දෙන්නේ කෙසේද?

ශුද්ධ ලියවිලි හා අනෙකුත් හොඳ පොත් කියවීම තුලින් අපගේ මනස පෝෂණය වන්නේ, හොඳ ආහාර වගී අපගේ ශරීරය පෝෂණය කරන්නා සේය. හොඳ පොත් යහළුවන් සහ සමානස. අපව ඉහළට එසවීමට හෝ පහළට ඇද දැමීමට එවාට හැකිය. අප කියවිය යුත්තේද අපව වඩාත් හොඳ තත්වයට පත් කලහැකි පොත් පමණය. හොඳ පොත් වගී අපට යහපත අලංකාරය සහ සත්‍යතාවය අගය කිරීමට උපකාරවත් වෙයි.

හොඳ පොත් වගී තෝරා නිවසට ගෙන එමෙන් පවුලේ අයගේ කියවීමේ රුචිකත්වයට යම් බලපෑමක් කිරීමට අපට පිළිවන. එකිනෙකාට ඇසෙන පරිදි ශබ්ද නගා කියවීමට පවුල් සාමාජිකයන් බෙයියීමත් කිරීමට අපට පිළිවන. අපගේ සහ අප මුතුන් මිත්තන්ගේ ජීවිත කතා කියාදීමටද අපට පිළිවන.

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 88:118 සහ 90:15 කියවන්න. ඔබගේ පවුලේ අයට උපකාරවත් වීම සඳහා ඔබට නිවසට රැගෙන එමට නිසි පොත් වගී මොනවාද?

- හුණු ලැල්ලේ ලියන්න: විනෝද ක්‍රීඩා අපගේ පවුලේ වල අය සඳහා අප ලබාදිය යුතු විනෝද ක්‍රීඩා මොනවාද?

චිත්‍රපට හා රූපවාහිනී වැඩ සටහන් වලින්ද පොත් වගේ හා සමානවම අපට බලපෑම් කල හැකිය. සමහරක් සත්‍ය මූලධර්මයන් උගන්වන අතර තවත් සමහරක් හුදෙක් අපව විනෝදමත් කරන අතර තවත් සමහරක් අපට වැරදි අදහස් ලබා දෙයි. අපගේ කාලයෙන් යම් ප්‍රයෝජනයක් ලැබිය හැකි වන්නේ කුමන වැඩ සටහන් මගින්ද යන්න අපගේ පවුලේ අය තීරණය කල යුතුය. බොහෝ වැඩිහිටියන්ට සහ ළමයින්ට තම රූපවාහිනී නැරඹීමේ කාලය වඩාත් හොඳින් යෙදවිය හැකි වන්නේ, මෙම පාඩම මුලදී සාකච්ඡා කරන ලද යම් ක්‍රියාමාර්ග තුලින් තම ශරීරය සහ මනස දියුණු කර ගැනීම මගින්ය.

- හුණු ලැල්ලේ ලියන්න: පිළිවෙල සහ පිරිසිදුකම

අපට බොහෝ මුදල් නොතිබුනද, අපගේ නිවාස මද වශයෙන් හෝ අලංකාර කර ගැනීමට අපට හැකිය. අපගේ ශරීර මෙන්ම අපගේ නිවාසද අපි පිරිසිදුව හා පිළිවෙලකට තබා ගත යුතුය. අපගේ නිවාස පිළිවෙලකට හා පිරිසිදුව තබා ගැනීමේදී සමහර අවස්ථාවලදී යම් ක්‍රියාකාරකම්, විනෝදාංශ සහ ව්‍යාපෘතින් ඉවත් කිරීමට අපට සිදුවේ. ඒවා අපගේ නිවාස වල ප්‍රියංකර පෙනුමට හානි පමුණුවන කලබලාගැනී වශයෙන් අපට සිතෙනු ඇත. නමුත් හැම පවුලේ සාමාජිකයෙකුට නිර්මාණය කිරීමේ නිදහස තිබිය යුතුය. අනෙක් පවුලේ සාමාජිකයන් සතුව පවතින ක්‍රියාකාරකම් වලට අපි ගරු කල යුතු වෙමු. හැම ළමයෙකුටම ඔහු හෝ ඇය සතුව තිබෙන "සම්පත්" තබා ගැනීමට විශේෂ ලාච්චුවක් හෝ පෙට්ටියක් තිබිය යුතුය.

අවසානය

දහතුන්වන ඇදහිල්ලේ කරුණෙහි සඳහන් පරිදි: "ධර්මිෂ්ඨවූද අලංකාරවූද ප්‍රශංසාවට යෝග්‍ය වූ සියල්ල අපි ප්‍රාර්ථනා කරමු" අපගේ නිවාස වල පවතින වාතාවරණය උසස් කිරීම සඳහා මෙම ප්‍රකාශය අපට පාවිච්චි කල හැකිය.

ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ ප්‍රකාශ කළේය. "නිවසකදී හැර මෙම පිවිතයේදී සැබෑ ජීවිතය ලබා ගත හැකි වෙනත් ස්ථානයක් ගැන මම නොදනිමි. නිවසක් සුළු වශයෙන් හෝ ස්වර්ගයක් මෙන් සකසා ගැනීමට පුළුවන. ඇත්ත වශයෙන්ම නියමාකාරයෙන් සකස්වූ නිවසක ස්වර්ගයක පවතින තත්වය මම දකිමි" (*Secrets of a Happy Life*, සකස් කළේ Llewelyn R. Mckay [1960, 18] එවන් නිවසක් නිර්මාණය කිරීමේ වරප්‍රසාදය සහ අභියෝගය අප සැම කෙනෙකුටම ඇත.

- ශීතකා අංක 294, "නිවසේ ආදරය" හෝ සුවිශේෂක මූලධර්ම 352-53) යන ශීතකාව ගායනා කරන්න.

අභියෝගය

ඔබගේ නිවසේ හැඟීම් වර්ධනය කර ගැනීමට යම් විශේෂිත දෙයක් මේ සතිය තුළදී කරන්න. ආරම්භයක් වශයෙන් නිතරම සීනා මුසුව සිටීමට හෝ ඔබගේ හැඟීම් වර්ධනය කරගැනීමට උත්සාහ කරන්න. පවුලේ අනෙක් සාමාජිකයන්ගේ තත්වය ගැනද කල්පනාකාරී වන්න. පරිසරය බැලීමට ගමනක් යෑම, ක්‍රමානුකූල කියවීමේ වැඩ සටහනක් හෝ කුඩා ළමයෙකු සමඟ වෙනත් විනෝදාත්මක ක්‍රියාකාරකමක් සැලසුම් කරන්න.

ගුරු සදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මූලධර්ම 34 වෙනි පරිච්ඡේදය "අපගේ දකුණා දියුණු කිරීම" සහ 36 වන පරිච්ඡේදය වන "පවුල සදාකාමික විය හැකිය" යන පාඩම් අධ්‍යයනය කරන්න.
2. (ඕනෑම අංක 294, "නිවසේ ආදරය" හෝ සුවිශේෂක මූල දම් 352--53) යන ඕනෑමවෙන් පාඩම අවසන් කිරීමට සැලසුම් කරන්න
3. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර ඉදිරි ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

අපගේ නිවෙස් වල සුභාරංචි ඉගෙනීම

32 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ, අපගේ නිවස සුභාරංචිය ඉගෙන ගැනීමේ මධ්‍යස්ථානයක් කර ගැනීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

දෙමාපියන් තම ළමයින්ට ඉගැන්විය යුතුය

අනාගතවක්තෘවරයෙකුගේ පුත්‍රයෙකු වූ ඊනස්ට, ඔහුගේ පියාවූ ශාකොබ් සදාකාලික සත්‍යයන් කථා කරනු නිතරම ඇසීණි. එක් දිනක් ඊනස් සතුන් දඩයම් කිරීමට කැපයට ගියේය. එහි සිටියදී හෙතෙම මෙසේ කීය:

"මා විටින් විට ඇසූ මගේ පියා විසින් අනන්ත ජීවිතය ගැන කියන ලද වචන... මගේ හදකුලට තදින් කා වැදීණි.

"තවද මගේ ආත්මය සාහිත්‍යෙන් තැවිණි: තවද මම මගේ මැවුම් කරුවාණන් ඉදිරියෙහි දනින් වැටුනෙමි". (ඊනස් 1:3--4) දවස මුළුමනින්ම ශාඤා කිරීමෙන් පසු ඔහුට ඇසුණු හඬ ශබ්දයක් මගින් ඔහුගේ පවු සමඟ කරනු ලැබීය. මෙම අත්දැකීම ඊනස්ට කෙතරම් වැදගත් වීද යත් ඔහු සුභාරංචිය උගන්වමින් ඔහුගේ ජීවිතයේ ඉතිරි කාලය තුළදී එමගින් සතුටට පත්විය.

ඊනස්ට සිය නිවසේදී සුභාරංචිය උගන්වනු ලැබීය. පරණ ගිවිසුමේ මෙසේ උගන්වයි. "දරුවෙකු සුදුසු මාර්ගයෙහි පුහුණු කර වන්න. එවිට ඔහු වයස් ගතවූ කලත් එයින් අහක්ව නොයන්නේය." (ගිතෝපදේශ 22:6) ඇදහිලිවත්ත දෙමව්පියන් ලෙස, අපගේ ළමයින්ට සුභාරංචි මුලධර්මයන් උගන්වා ඔවුන්ගේ ජීවිත වලට ඒවා පුහුණු කිරීමේ වගකීම අපට ඇත.

අපගේ නිවස... ඉගෙන ගැනීමේ මධ්‍යස්ථානයකි.

ස්වාමීන් වහන්සේ සැලසුම් කර තිබෙන්නේ අප නිතරම ඉගෙන ගනිමින් දියුණුවට පත්වීමය. තම ළමයින්ට ඉගැන්වීමේ විශාල වගකීමක් උන්වහන්සේ දෙමව්පියන් මත පවරා ඇති සේක. මෙම හේතුව නිසා අපි අපගේ නිවස, ශුභාරංචිය ඉගෙන ගන්න, ස්ථාන බවට පත් කල යුතුය.

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 68:25--28 කියවන්න. ලෝකය පිළිබඳව මූලික දැනුමක් ළමයින්ට ලබා ගත හැකි ස්ථානය කුමක්ද? සදාකාලික ජීවිතය පිළිබඳව ඔවුන්ට ඉගෙන ගත හැක්කේ කෙසේද?

ළමයින් මෙම ජීවිතය ගැන ඉගෙන ගන්නේ නිවසේදී පාසැලේදී හා ඔවුන්ගේ මිතුරන්ගෙනි. නමුත් සදාකාලික ජීවිතය ගැන ඔවුන්ට පාසැලෙන් හෝ මිතුරන්ගෙන් ඉගෙන ගත නොහැකිය. තම ළමයින්ට සදාකාලික සත්‍යයන් ඉගැන්වීමේ වගකීම ස්වාමීන් වහන්සේ පවරා දී තිබෙන්නේ ඔවුන්ගේ දෙමව්පියන්ටය. උන්වහන්සේගේ නියෝගයන් අපට ඉටු කිරීමට හැකි වන්නේ අප මෙම පහත සඳහන් කරුණු ක්‍රියාත්මක කිරීමෙන්ය.

ආලෝකය සහ සත්‍යය තුළින් අපගේ ළමයින්ව හදා වඩා ගැනීමට නම්, ඔවුන්ගේ කුඩා අවධියේ සිටම, අපි අපගේ ළමයින්ද සමග නිවසේදී සුභාරංචිය අධ්‍යයනය කල යුතුවේ. බෙන්ජමින් රජතුමා දෙමව්පියන්ට මෙසේ කීවේය:

"නුඹලා තම දරුවන්ට... දෙවියන් වහන්සේගේ නීති කඩකිරීමට හා එකිනෙකා හා සන්ධු දුර කර ගැනීමට හා යහපතට සේවය කිරීමට ඉඩ නොදෙන්නෙහුය.."

"නමුත් ඔවුන්ට සත්‍යයේ හා තැන්පත්කමේ මාවත් වල ගමන් කිරීමට නුඹලා උගන්වන්නෙහුය. නුඹලා ඔවුන්ට එකිනෙකාට ප්‍රේම කිරීම හා එකිනෙකාට සේවය කිරීමට උගන්වන්නෙහුය." (මොසායා 4:14-15)

පවුලේ සුභාරංචි අධ්‍යයනය සැලසුම් කිරීම

අපගේ නිවස සුභාරංචිය ඉගෙන ගැනීමේ ස්ථානයක් කර ගැනීමට නම් අපට සැලසුම් කිරීමේ හැකියාව සහ පවුලක්ම තම සාමාජිකයන්ට ඉතාමත් උචිත මාර්ගයක් සොයාගත යුතුය.

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුව ඇතුළත් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණුලැල්ලේ තොරතුරු වලට යොමු වන්න.

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. ඉගෙන ගැනීමේ වාතාවරණයක් සකස් කරන්න. 2. මුළු පවුලම සමග යාඥා කරන්න. 3. ඉගැන්වීමේ ප්‍රස්ථාවන් වලින් ප්‍රයෝජන ගන්න. 4. ශුද්ධ ලියවිලි සහ අනෙකුත් සුභාරංචි කරුණු පිළිබඳව ක්‍රමානුකූලව අධ්‍යයනය කරන්න. 5. පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව ක්‍රමානුකූලව පවත්වන්න. 6. අපගේ ළමයින්ට සාක්ෂිය දරන්න. |
|---|

ඉගෙන ගැනීමේ වාතාවරණයක් සකස් කරන්න

නිවසේදී අප සමග කථා කිරීමට අපගේ ළමයින්ට නිදහස තිබිය යුතුය. බොහෝ නිවාසවල පවතින අවිනිශ්චිත භාවය මගින් ප්‍රශ්න ඇසීමෙන් සිය අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට ළමයින්ව අධ්‍යයනයට පත් කරයි. බේට්සි ඔ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ උපදෙස් දුන්නේය. ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු දීමේ කැමැත්ත... දෙමව්පියන් පෙන්විය යුතුය. ප්‍රශ්න ඇසීම මගින් ළමයෙකු ඔබගේ ජීවිතයේ සතුට ලැබීමට දායකත්වය ලබා දෙයි." (Go spel Ideals [1953], 480) ප්‍රශ්න විශේෂයෙන්ම සුභාරංචිය පිළිබඳව අපි අපගේ ළමයින් දෙයින්මත් කල යුතු වෙමු. හැම අවස්ථාවකදීම පිළිතුරු දීමට අපට නොහැකි වුවද, සියලුදෙනාම එකතුව ඉගෙන ගත හැකිය.

- අපගේ නිවාස වල ශුභාරංචි සාකච්ඡා වලට අපි දෙයින්ම ලබා දෙන්නේ කෙසේද?

මුළු පවුලම සමග යාඥා කරන්න

- දරුක 32-අ. පෙන්වන්න. පවුලක් එකට එකතුව යාඥා කිරීම

අප අපගේ පවුල් සමග යාඥා කිරීමෙන් අපට ඉගැන්විය හැකිය. අපගේ බලාපොරොත්තු, සංතාපයන් සහ සිතෙහි හැඟීම්ද ප්‍රකාශ කිරීමට අපට පිළිවන. පවුල් සාමාජිකයන් සහ අන් අය වෙනුවෙන් අපි



32-අ. පවුලක් එකට එක්ව යාඥා කරයි.

ශාඤ්ඤ කරන විට ආදරය කිරීම ඉගැන්වීමට සහ ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතාවයන් ගැන සැලකිලිමත්වීමට අපට හැකිය. අපට ලැබුණු ආශිර්වාද වෙනුවෙන් අපි ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේට සතුවිච්චන වන විට, අපගේ ළමයින්ට ඔවුන්ගේම ආශිර්වාද අගය කිරීමට පුරුදු විය හැකිය. අපගේ ස්වර්ගික පියාණන් හා අප අදහස් හුවමාරු කර ගන්නා විට, උන්වහන්සේ සමග ඇති අපගේ සම්බන්ධතාවය ගැන සහ උන්වහන්සේට අප තුළ ඇති ආදරයද අපි උගන්වන්නෙමු.

ඉගැන්වීමේ අවස්ථාවලින් ප්‍රයෝජනය ගන්න

නොයෙක් අවස්ථාවන්හිදී අපට සුභාරංචිය ඉගැන්විය හැකිය. දිනපතා සිදුවීම් වල සුභාරංචියට ඇති සම්බන්ධතාවය ගැන කැම වේලාවන් තුළදී දෙමව්පියන්ට පෙන්වා දිය හැකිය. ළමයින් සඳහා වන නිදි යහගේ කතන්දර, මෝර්මන්ගේ පොතීන්, බයිබලයෙන් හෝ අපගේම ආධ්‍යාත්මික අත්දැකීම් වලින් ගෙන හැර දැක්විය හැකිය. අප දිනපතා කියවන ශුද්ධ ලියවිලි වල එන කතන්දර කියාදීමට අපට පිළිවන. දිනපතා පැනතැගෙන තත්වයන්ට අනුව, සුභාරංචි මුලධර්මයන් අපගේ ළමයින්ට තේරුම් කර දීමට අපට පිළිවන.

- සුභාරංචි මුලධර්ම ඉගැන්වීමට සුදුසු වෙනත් අවස්ථාවන් මොනවාද?

ශුද්ධ ලියවිලි සහ වෙනත් සුභාරංචි පිළිබඳ අධ්‍යයනය කරන්න

- දරුණක 32-ආ පෙන්වන්න. මවක් ඇයගේ ළමයින්ට ශුද්ධ ලියවිලි කියවයි.

කාන්තාවන්ට ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමට කියා තිබේ. "පසුදවස් වල ශුද්ධවත්ත සොහොයුරියන් සියලුම සභාව අනුමත කර තිබෙන (ශුද්ධ බයිබලය, මෝර්මන්ගේ පොත, ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම සහ අනෙකුත් මුතු ඇටය) යන පොත් කියවා, එමගින් හමුවන සදාචාරික සත්‍යතාවයන් ඔවුන්ගේ හදවත් තුළ මෙහෙති කරනු දැකීමට අපි කැමැත්තෙමු." (Bruce R. McConkie Drink from the fountain, *Ensign* අප්‍රේල් 1975, 70). අප යහපත් ලෙස ආදර්ශමත් වන විට අපගේ ළමයින්ට ශුද්ධ ලියවිලි ඉගැන්වීම පහසු වෙයි.

ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමේ මාර්ග බොහොමයක් ඇත. පොදුගලිකව හෝ පවුලක් වශයෙන්ද අපට අධ්‍යයනය කළ හැකිය.

- පහත සඳහන් යෝජනා ඇතුළත් ලැයිස්තුව සහිත පෝස්ටරය පෙන්වන්න. හෝ හුණු ලැල්ලේ තොරතුරු වලට යොමුවන්න. ඉන්පසු පොදුගලික වශයෙන් ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමේ වෙනත් මාගී යෝජනා කිරීමට පංති සාමාජිකයන්ට කියන්න.

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. ශුද්ධ ලියවිලි මුල සිට අග දක්වා කියවන්න. දිනකට පරිච්ඡේද එකක් හෝ ඊට වැඩියෙන් කියවීමට හෝ දිනකට මිනිත්තු 15ක් පමණ කියවීමට උත්සාහ කරන්න. 2. මාතෘකාවක් අනුව ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරන්න. (ශාඤ්ඤ හෝ කීකරුකම වැනි මාතෘකා) එම මාතෘකාව සම්බන්ධ සියලුම සටහන් සොයා බලන්න. 3. ප්‍රශ්නයක් මතුවූ විට පිළිතුරු පතා ශුද්ධ ලියවිලි සොයන්න 4. ඔබ ප්‍රබෝදමත් කරවන ශුද්ධ ලියවිලි වල ලැයිස්තුවක් සකස් කරන්න. 5. ක්‍රමානුකූලව අධ්‍යයන සැලසුමකට අනුව අර්ථය පැහැදිලි කර ගැනීමට ශුද්ධ ලියවිලි සැසඳුම් කරන්න. |
|--|



32-ආ. මවක් ඇයගේ ළමයින්ට ගුද්ධ ලියවිලි කියවයි

- පහත සඳහන් ලැයිස්තුව ඇතුළත් පෝස්ටරය පෙන්වන්න. නැතහොත් හුණු ලැල්ලේ තොරතුරු වෙත යොමු වන්න. ඉන්පසුව පවුලක් වශයෙන් ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමට හැකි වෙනත් මාර්ග යෝජනා කිරීමට පංති සාමාජිකාවන්ට කියන්න.

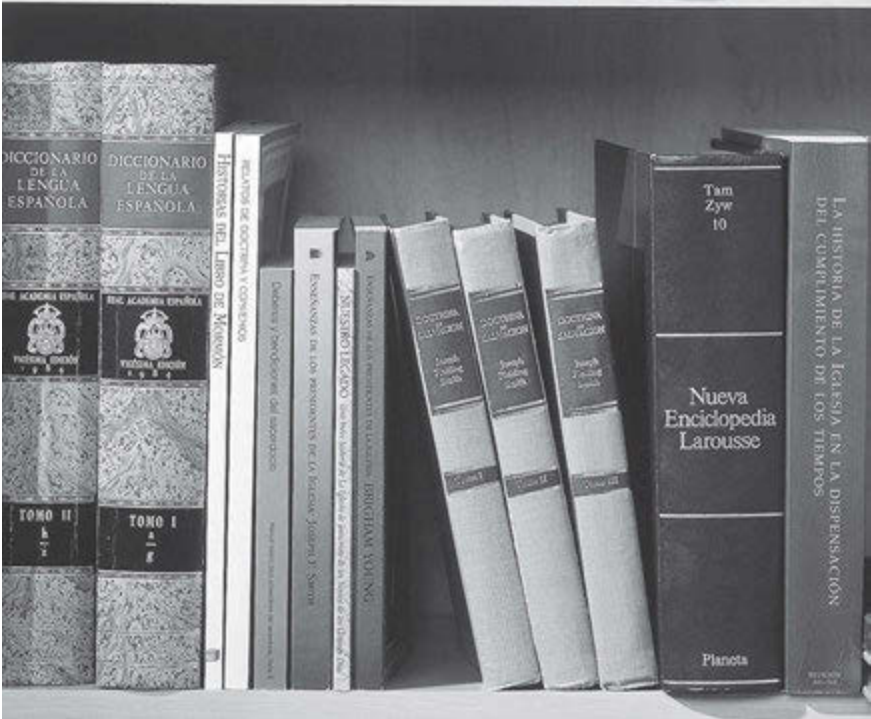
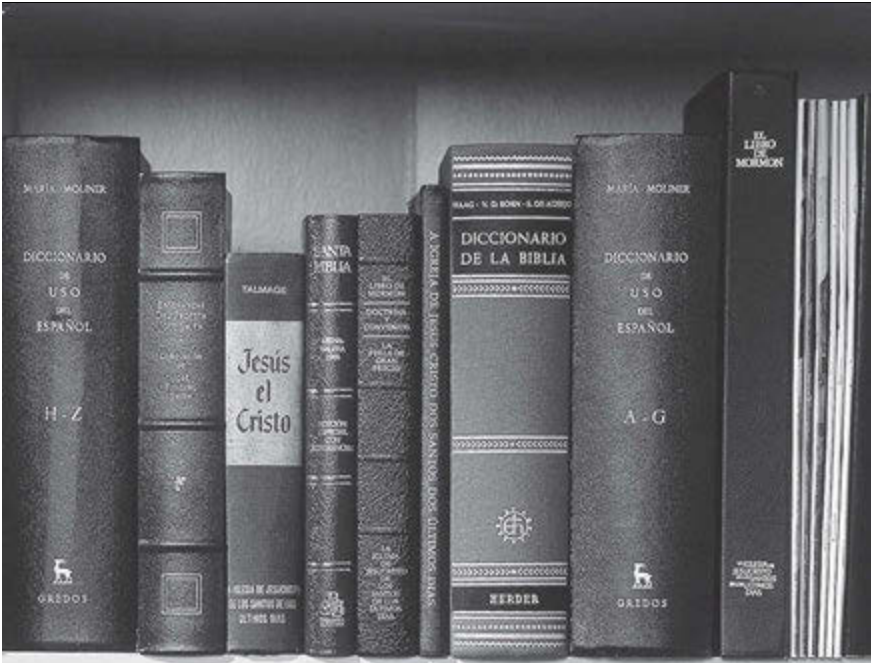
1. හැම උදෑසනකම පවුල් සාමාජිකයන් රැකියාවට හෝ පාසැලට යාමට ප්‍රථම මිනිත්තු 15ක කාලයක් වෙන් කරන්න.
2. සැඟවුණුමේ ප්‍රමාණය නිතරම ගණනය කර, කෙටි අධ්‍යයන වාරයක් පවත්වන්න.
3. ශුද්ධ ලියවිලි වලින් කතන්දර සකස් කර බාල ළමුන්ට කියන්න.
4. ශුද්ධ ලියවිලි වල විශේෂ පද තෝරා ගෙන ඒවා කාඩ් පත් වල ලියන්න. එම කාඩ්පත් දැන්වීම් පුවරුවක සවිකරන්න. නැතහොත් හැම දෙනාටම පෙනෙන පරිදි බිත්තියේ සවිකරන්න.
5. මුලධර්මයක් ඉගැන්වීම සඳහා සුදුසු ශුද්ධ ලියවිලි තෝරා ගන්න. ඉන්පසු උගන්වනු ලැබූ එම ශුද්ධ ලියවිලි අදාළව අත්දැකීමක් ලබන්නේ කෙසේදැයි තීරණය කරන්න. උදාහරණ: මතෙච් 25:31--40 දක්වා කියවා ඉන්පසුව උදව් අවශ්‍ය වන පවුලකට උපකාර කරන්න. එසේ නැතහොත් යාකොබ් 1:27 හෝ ගලාති 6:2 හෝ කියවා ඉන්පසුව, ආදරය කල කෙනෙකු අහිමි වූ යම් කිසිවෙකුට උදව් කරන්න.
6. පසුගිය ප්‍රධාන සම්මන්ත්‍රණ දේශනා ඔබ වෙත තිබේනම් ඒවා කියවන්න. ලබා දී තිබෙන යෝජනා වලට යොමු වෙන්න.
7. ශුද්ධ ලියවිලි පටිගත කල කැසට් පටි තිබේනම් වාදනය කරන්න.

අපි කුමන සැලසුමකට අනුව කටයුතු කළත් අප නිතරම අපගේ ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම ආරම්භ කිරීම කල යුත්තේ යාඥාවක් සමගින්ය. අපට මග පෙන්වා තේරුම් ගැනීම සඳහා ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගෙන් අප ඉල්ලිය යුතුය. අප කියවන ලද සුභාරංචි මුලධර්මයන් අපගේ ජීවිත තුළට යොදවා ගැනීමට අපි සිතාගත යුතු වෙමු.

බර්කි පැට්රසන් සහායක තුමා මෙසේ කීවේය: දිනපතාම ශුද්ධ ලියවිලි කියවීමට කාලය ගත නොකරන එක පවුලක්වත් මෙම සභාවේ සිටි යුතු නැත.... සිටිය යුතුම නැත.... සැම පවුලකටම ඔවුන්ගේ අභිමතය අනුව එය කළ හැකිය. (in Conference Report අප්‍රේල් 1975: හෝ *Ensign* මැයි 1975, 53--54)

- පවුලක් වශයෙන් ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම වැදගත් වන්නේ මන්ද? සාර්ථක ලෙස ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමට ඔවුන්ට හැකි වූයේ කෙසේදැයි පැහැදිලි කරන ලෙස සොහොයුරුන්ගෙන් ඉල්ලන්න.
- දරුක 32-ඇ ප්‍රදර්ශනය කරන්න. "සුභාරංචිය සහ වෙනත් හොඳ පොත් පවුල් සාමාජිකයන්ට ලබාදිය හැකිය"

සුභාරංචි මුලධර්මයන් පිළිබඳව ඉගෙන ගැනීමට වෙනත් පොත්පත්ද අපට උපකාරවත් විය හැකිය. හිවසේ පොත් රාක්කයක සුභාරංචි පොත් ඇතුළත් පුස්තකාලයක් තබා ගත හැකිය. පොත්, පින්තූර, කැසට් පටි සහ කැසට් පටි වාදන යන්ත්‍රයක් සහ වෙනත් පොත් පත්ද පවුලේ සියළු දෙනා වෙනුවෙන්ම එහි තබා ගත හැකිය. සභාව අනුමත කල පොත් සහ පුස්තක මුලධර්ම අපගේ



32-ඇ. සුභාරංචිය සහ වෙනත් හොඳ පොත් පවුලේ සාමාජිකයන්ට ලබා දිය හැකිය.

පුස්තකාලයේ තිබිය යුතු මූලික පොත් පත් හෝ කැසට් පට විය යුතුය. හැකියාවක් තිබේනම් හැම ළමයෙකු වෙනුවෙන්ම මෝර්මන්ගේ පොතේ සහ බයිබලයේ පිටපතක් අප මිළදී ගත යුතුය. ඉන්පසුව අපි මෙම පොත් ඔවුන් සමග කියවීම සඳහා නියමිත වේලාවක් සැලසුම් කර ගත යුතුය. අපි ඒ අනුව කටයුතු කර ආදර්ශමත් නොවී අපගේ ළමයින්ගේ අධ්‍යයන කටයුතු ගැන අපට බලාපොරොත්තු විය නොහැක.

පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව ක්‍රමානුකූලව පවත්වන්න

අපගේ ළමයින්ට ඉගැන්වීමේ හොඳම අවස්ථාව වන්නේ පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවයි. (හැම සඳ දින සැන්දෑවකම මේ වෙනුවෙන් වෙන් කර තිබේ) පවුලේ අය පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යා අත් පොතක් තිබේනම් එය පාවිච්චි කල යුතුය. අත් පොතක් නොමැති නම්, අපි ශුද්ධ ලියවිලි හෝ සුවිශේෂක මුල ධරම අධ්‍යයනය කරමින් සුභාරංචි කැසට් පටවලට සවන් දෙමින් හෝ සභාව පිළිබඳ අපගේ හැඟීම් බෙදා ගත යුතුය. ළමයින්ට සැන්දෑවේ සතුට භුක්ති විඳිය හැකිවන්නේ ප්‍රියමනාප සතුටුදායක වාතාවරණයක් ඇති කිරීම තුලිනි. එවිට වඩ වඩාත් සම්බන්ධ වීමේ චුම්බකව ඔවුන් තුළ ඇතිවනු ඇත. පවුල් නිවාස සැන්දෑව ළමයින්ට තේරුම් ගැනීමට අපහසු දේශනා වලින් පිරි නොතිබිය යුතුය. එය සෑම දෙනාටම විනෝදය ගෙන දිය යුතුය.

අපගේ ළමයින්ට සාක්ෂිය දරන්න

කෑම වේලාවේදී ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීමේදී පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාවේදී හෝ සුභාරංචි සාකච්ඡාවලදී අපි අපගේ ළමයින්ට අපගේ සාක්ෂිය දැරිය යුත්තෙමු. අපට සවන්දීමෙන් සහ සුභාරංචිය අනුව අප ජීවත්වෙනු ඔවුන්ගේම ඇස්වලින් දැකීමෙන් සුභාරංචිය පිළිබඳ ඔවුන්ගේ සාක්ෂිය දියුණු කර ගත හැකිය.

- ද්විතිය කථාව 11:19 කියවන්න. පංති සාමාජිකාවන් ඔවුන්ගේ ළමයින්ට සුභාරංචිය ඉගැන්වීමේදී ලැබූ අත්දැකීම් බෙදාගැනීමට ඔවුන්ට කියන්න.

අවසානය

අපි සුභාරංචි අධ්‍යයනය කරන විට අපගේ පවුලේද ආශිර්වාදිත වනු ඇත. අපගේ සාක්ෂිද අපගේ නිවාසද ශක්තිමත්වනු ඇත. අපගේ ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරුද අපට ලබා ගත හැකිය. යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේට සහ ස්වර්ගික පියාණන්වහන්සේට සමීපව ජීවත්වීමට අපි උත්සාහ කරන බැවින් ප්‍රීතියත් සමග විශාල සාමයක් අපට ලැබෙනු ඇත.

හිමදිරි උදුගේ සිය ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරන පවුලක මවක් ඔවුන්ට ලැබෙන ආශිර්වාද ගැන මෙසේ කීවාය:

"හිමදිරි උදුසන මෙම ක්‍රියා පිළිවෙල මගින් ලැබෙන ප්‍රයෝජන බොහෝ ඇත. ශුද්ධ ලියවිලි වලින් අපගේ ජීවිත වලට ලැබෙන අර්ථවත් බව වඩා හොඳින් තේරුම් ගැනීම. වඩාත් සැලසුම් සහිතව දිනය ආරම්භ කිරීමට ලැබීම... සියල්ලන්ම එක්ව උදය ආහාරය සතුටින් භුක්ති විඳීමට හැකිවීම.

"අපගේ ළමයින්ට තමන් පිළිබඳවද අපගේ පවුල පිළිබඳව සහ ඔවුන්ගේ ලෝකය ගැනද වඩාත් ආරක්ෂිත හැඟීමකින් හා සතුටකින් යුතුව පාසැලට යාමට හැකිවන බව මට සහතිකය." (Geri Brinley "Getting a Head Start on the Day", *Ensign*, අප්‍රේල් 1977, 8)

එවන් අධ්‍යයන කිරීම් තුලින් ලැබෙන වෙනත් ආශිර්වාද ගැන වැඩිමහල් බෲස් ආර්. මැකොන්ති මෙසේ කීවේය. "අපට අවශ්‍ය වන්නේ, මෙම ජීවිතයේ සාමය සතුට සහ ප්‍රීතිය භුක්ති විඳීමත් මතු

පැමිණෙන ලෝකයේ සදාකාලික ජීවිතයේ උරුමකරුවන් වීමය. මිනිසුන්ට උරුම කර ගත හැකි ශ්‍රේෂ්ඨතම ආශිර්වාද දෙක වන්නේ මේවාය. මේවා අපට ලබා ගත හැකි වන්නේ සදාකාලික ජීවිතයේ වදන් මෙම ජීවිතයේදී දැන් පටන්ම කියවීමෙන් හා ඉගෙනීම තුළින් සහ පහත් ඉටු කිරීම මගින්ය" ("Drink from the fountain", *Ensign*, අප්‍රේල් 1975, 70)

අභියෝගය

පෞද්ගලිකව සහ ඔබගේ පවුලේ අය සමඟ යන දෙආකාරයෙන්ම නිවසේදී ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම සැලසුම් කරන්න. සෑම දිනකම ඔබගේ ප්‍රමාණිත ශුද්ධ ලියවිලි පැහැදිලි කරදීමේ අවස්ථාවන් සොයන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- රෝම 15:4 (ශුද්ධ ලියවිලි බලාපොරොත්තු ඇති කරයි)
- 2 තිමොති 3:14--17 (ශුද්ධ ලියවිලි සම්පූර්ණත්වය කරා අප යොමු කරවයි)
- 2 තිපායි 4:15 ශුද්ධ ලියවිලි ඉගෙන ගැනීමට සහ ප්‍රයෝජන ගැනීම සඳහාය)
- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 1:37 (නියෝගයන් සත්‍ය වන අතර විශ්වාස දායකය)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

පාඩමෙහි යෝජනා කර තිබෙන පෝස්ටරය සුදානම් කරන්න. නැතහොත් හුණු ලෑල්ලේ තොරතුර වලට යොමු වන්න.

- ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ඉගැන්වීම සඳහා සුදානම් වීම

33 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, සාර්ථක අන්දමින් සුභාරංචිය ඉගැන්වීමට සුදානම් වීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

එකිනෙකාට ඉගැන්වීම

එකිනෙකාට ඉගැන්වීමට ස්වාමීන් වහන්සේ එතුමාගේ සහා සාමාජිකයන්ට හිතෝග කර තිබෙන සේක.

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 88:77--78 පංති සාමාජිකයන්ට ලබා කියවන්න. අප ඉගැන්විය යුත්තේ කවර අයටද?

අපගේ පවුලේ අයට, මිතුරන්ට අසල් වැසියන්ට සහ පාසැලේ පංතියේ අයට අපට ඉගැන්විය හැකිය. සංවිධානය කල පංති වලදී සහ සාමාජිකයන්ට ඉගැන්වීමට අපට පිළිවන. සාමාජිකයන් නොවන අයටද අපට ඉගැන්විය හැකිය.

- දර්ශක 33-අ. පෙන්වන්න. මවක් ඇයගේ දියණියට සපත්තු පටිය බඳින අන්දම ගැන උගන්වයි.

පොළොව නිර්මාණය කලදා සිටම, අපගේ ළමයින්ට සුභාරංචිය ඉගැන්වීමට ස්වාමීන්වහන්සේ අපට කියා තිබෙන සේක. පවුලේ නිවාස සන්ධනාව පවත්වන විටදී සහ අනෙකුත් වේලාවන් වලදී ඉගැන්වීමට අපට පිළිවන. විශේෂයෙන්ම මවකට තම නිවසේදී ඇයගේ ළමයින්ට ඉගැන්වීමේ බොහෝ අවස්ථා ඇත.

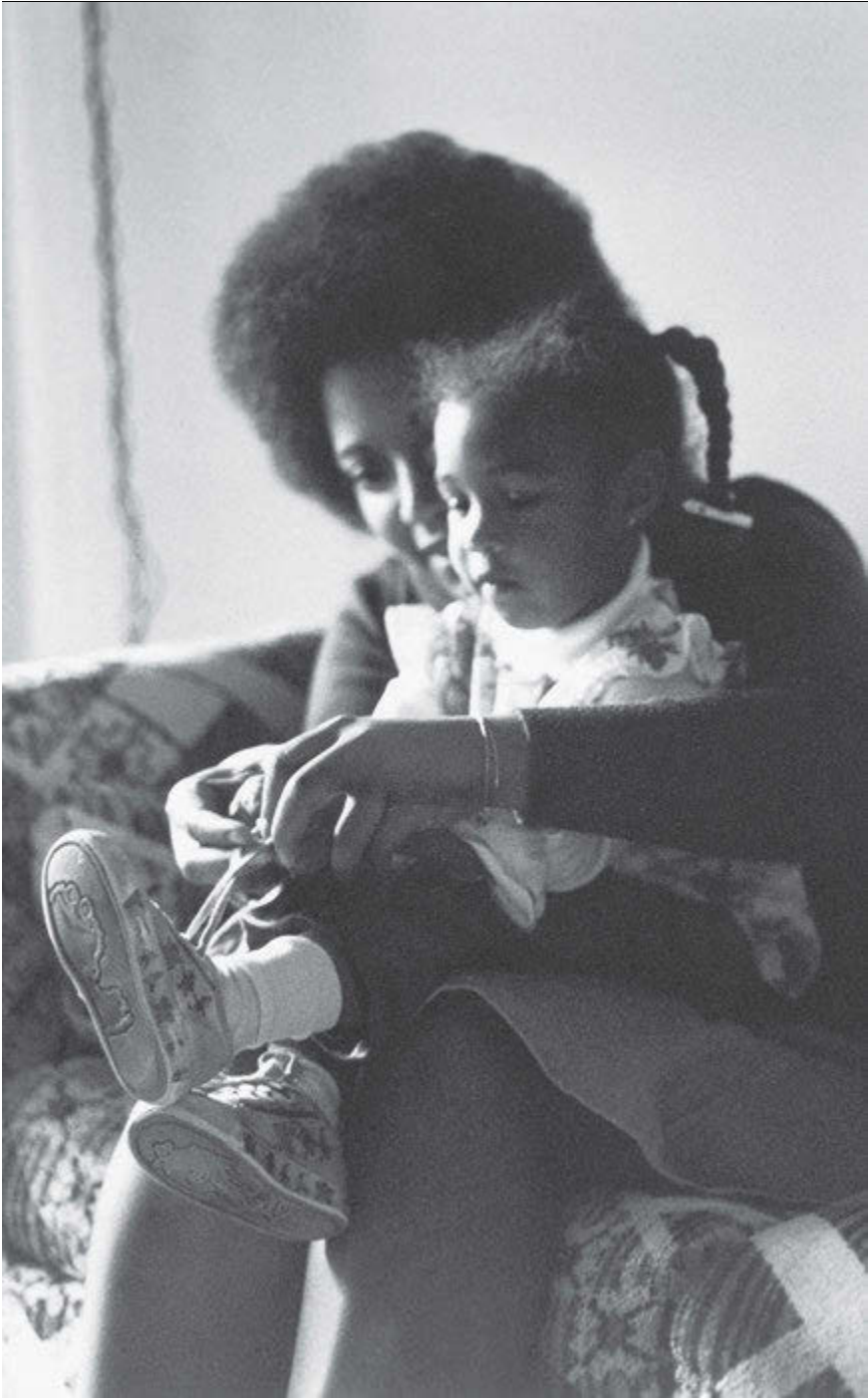
- පංති සාමාජිකයන් ඔවුන්ගේ ළමයින්ට ඉගැන්වීමෙන් ලත් අත්දැකීම් ගැන ප්‍රකාශ කරන ලෙස ඉල්ලන්න.

වැඩි මහල් බොයිසි කේ පැකර් මෙසේ කීවේය.

"අප කරන බොහෝ දේවල් ඉගැන්වීමයි. ගැටවරයෙකුට ඔහුගේ සපත්තුව ගැට ගසන අන්දම පෙන්වාදීම.. දියණියකට අළුත් කැම වට්ටෝරුවක් සැදීමට උපකාර කිරීම, සභාවේදී කථාවක් පැවැත්වීම. සාක්ෂි දැරීම, නායකත්ව රැස්වීමක් මෙහෙයවීම සහ පංතියක ඉගැන්වීමද යන මේ සියල්ලම ඇත්ත වශයෙන්ම ඉගැන්වීමයි. අපි මේවා නිතරම කරන්නෙමු.

"අප දේශනා කරන විටදී හෝ කථාවක් පවත්වන විටදී හෝ රැස්වීමකදී පිළිතුරු සපයන විටදීද අපි උගන්වන්නෙමු." (Teach ye Diligently [1975], 2--3)

සභාවේ සංවිධානයවී තිබෙන පංති වල ඉගැන්වීමේ ප්‍රස්ථාවන් බොහෝ තිබේ. වැඩිමහල් බොයිසි කෝ, පැකර් මෙසේ සිහිපත් කරයි.



33-අ. මවක් සපන්තු පටිය බැඳීමට සිය දියණියට උගන්වයි.

"සභාවේ සැම සාමාජිකයෙක්ම සැබවින්ම ඔහුගේ මුළු ජීවිත කාලයම වාගේ ඉගැන්වීමේ නියැලෙයි.

"සභාවේ සියළුම සංවිධානවල සේවය කරන ගුරුවරු අපට ඇත.....

"ඉගැන්වීමේ බලය දුරා ගෙන එය ඉටු කිරීම තුලින් සභාව ඉදිරියට ගමන් කරයි. ඉගැන්වීම් කාර්යක්ෂම පරිදි සිදු නොවුන හොත් රාජ්‍යයේ කටයුතු වලට බාධා පැමිණේ."

සමහර අවස්ථාවලදී අපගේ ඉගැන්වීම් පාඨකාමරයට පමණක් සීමා නොවේ. ඒ වෙනුවට එය කෙරෙන්නේ අපි එකිනෙකා සමඟ කථා කරන විටදීය. පහත සඳහන් කතන්දරය මෙයට නිදසුනකි.

"ප්‍රෙඩ් කැරොල් සභානායකතුමා මෙම සිද්ධියට සම්බන්ධවූයේ මා ආරෝගික පුජකවරයේ වයසින් වැඩි පුජකවරයෙකුට සිටින විට, අපගේ පවුල ඔහුගේ කොට්ඨාශයේ පදිංචියට ගිය විටදීය. මෙම ශ්‍රේෂ්ඨ මිනිසා ඇත්ත වශයෙන්ම මා සමඟ කෙලින්ම වචන පනහකට වඩා කථා නොකළද, එයින් වචන විසිපහක්ම වාගේ නොමැකෙන ලෙස මගේ හිතේ සටහන් විය. මෙම යහපත් සභානායක වරයා එක් දිනක් ඉතා ශාන්ත ලෙස පෞද්ගලිකවම මට දුන් එම රත්තරන්ත වැනි වචන විසිපහ මා තුළ ඇති කල විශාල ඝට්ටනය ගැන ඔහු කිසිදුක දැන නොසිටි බව මට ස්ථිරය. අපගේ සභා රැස්වීම් තුළදී ඔබ කෙතරම් ගෞරවනීයව හැසිරුණේදැයි මම සැලකිල්ලෙන් බලා සිටියෙමි. අනෙක් පිරිමි ළමයින්ද අනුගමනය කිරීම සඳහා එය ඔබ ලබාදුන් මා හැඟි ආදරයයි.

"වචන කිහිපයක් වුවද, අහෝ එය කෙතරම් බලවත්ද? එය මට මේ දක්වා මා ලබා ඇති සිය ගනනක් පැවරුම් වලට වඩා මා හට ප්‍රතිඵලදායක විය. එම මොහොත වනතුරු, මා විශේෂිත ගෞරවයකින් හැසිරුණු බවක් මම නොදිටිමි. කැරොල් සභානායකතුමා මගේ ලැජ්ජාශීලී බව ගෞරවය වශයෙන් සලකා තිබෙන බව ඉතා විශ්වාසය. එහෙත් එය ප්‍රශ්නයක් නොවීය. එතැන් පටන් ගෞරවය පිළිබඳ අදහස මගේ ජීවිතය තුළ ක්‍රියාත්මක කිරීම ගැන සිතා බැලීම මම ආරම්භ කලෙමි. ඉතා ඉක්මණින්ම මට ගෞරවය පිළිබඳ හැඟීම් ඇතිවිනි. කෙසේ වෙතත්, මා සැබවින්ම ගෞරවනීය ලෙස සිටි බව කැරොල් සභානායකතුමා සිතා සිටියේ නම් කැරොල් සභානායකතුමා වැපුරු බීජය නිසා මා තුළ වැඩිනය වූ හැඟීම එතැන සිට මගේ ජීවිතයට මග පෙන්වන බලපෑමක් ලෙස වැඩුණි." (Lynn. F. Stoddard, *The Magic Touch, Instructor*, සැප්තැ. 1970, 326--27)

සංවිධානයේ තිබෙන පාඨවල ගුරුවරුන් හට තම පාඨ සාමාජිකයන් පොළඹවා මගපෙන්වීමට බොහෝ අවස්ථා ඇත. ඔවුන් මහත්සිව් වැඩ කරන විට, පාඨ කාමරයෙන් ඇතුළත හෝ පිටතදීද සුභාරංචියේ මුල් ධර්මයන් ඉගැන්වීමට සුදුසු මාර්ග ඔවුන්ට ලැබෙනු ඇත. එවන් බලපෑමක් තුලින් පැමිණි ගුරුවරයන් ගැන වැඩිමහල් තෝමස් එස් මොන්සුන් මෙසේ කීවේය.

"අපගේ ඉරුදින පාසැලේ පාඨ වලදී ලෝකයේ මැවීම, ආදම්ගේ වැටීම, යේසුස් වහන්සේගේ වන්දි ගෙවීමේ ආත්ම පරිත්‍යාගය සම්බන්ධව ඇය අපට ඉගැන්වුවාය. මෝසස්, ජෝසුවා, යොහාන් තෝමස්, පාවුළු සහ යේසුස් වන ක්‍රිස්තුස් වහන්සේවද ගෞරවනීය අමුත්තන් ලෙස ඇය ඇයගේ පාඨ කාමරයට ගෙන ආවාය. අපි ඒ අයව නොදුටු මුත් ඒ අයට ආදරය කිරීමට, ගෞරව කිරීමට සහ ඒ අයව අනුගමනය කිරීමට අපි ඉගෙන ගත්තෙමු.

"එක් ඉරුදිනක උදෑසන ඇය කණගාටුවෙන් යුතුව පාඨයේ අයෙකුගේ මවකගේ මරණයක් ගැන නිවේදනය කරද්දී තිබූ ආවේශශීලී ඝට්ටනය ඇයගේ ඉගැන්වීම් වල කිසිදිනක නොතිබූ තරම් විය. එදින උදෑසන බිලි නොපැමිණි අතර ඔහුගේ නොපැමිණීමට හේතුවද අපි දැනෙනාසිටියෙමු. පාඨමේ මාතෘකාවේ විශේෂ ලක්ෂණය වූයේ ලැබෙනවාට වඩා දීම බොහෝ ආශිර්වාදිත බවය.

"පාඩම අතරවාරයේදී පාඩම් පොත වැසූ ගුරුතුමිය දෙවියන් වහන්සේගේ මහිමය වෙත, අපගේ ඇස් සහ අපගේ කන්ද අපගේ හඳුවන්ද විවෘත කලාය. පසුව ඇය මෙසේ ඇසුවාය. අපගේ පංතියේ උත්සව අරමුදලේ කොපමණ මුදලක් තිබෙනවාද?"

"... ඩොලර් හතරයි ශත හැත්තෑ පහයි.

"ඉන්පසු ඇය ඉතා මෘදු ලෙස මෙසේ යෝජනා කලාය: බිලියන් පවුලේ අය දුප්පත් බවින් මර්කි, ශෝකයෙන් පීඩිතව සිටී. මෙම උදයේ එම පවුලේ සාමාජිකයන් හමුවී ඔබලාගේ අරමුදල දීම ගැන ඔබගේ හැඟීම කුමක්ද?"

"අප කුඩා කණ්ඩායම නගරයේ ගොඩනැගිලි තුන පසුකර ඇවිදීමත් බිලියන් ගෙදරට පැමිණ ඔහුටත් ඔහුගේ සොහොයුරාට සොහොයුරියන්ට සහ ඔහුගේ පියාට ආචාර කරනු මට සදාකල් මතක තිබේ. ඔහුගේ මව පමනක් දකින්නට නොසිටියාය. අපගේ අගනා උත්සව අරමුදල ඇතුළත් සුදු ලිපිකවරය අපගේ ගුරුතුමියගේ සියුමැලි අතින් ශෝකයෙන් පෙළෙන දුප්පත් පියෙකුගේ අතකට මාරුවෙන විට හැම දෙනාගේම ඇස්වල දිලිසුන කඳුළු මට නිධානයක් වන්නේය. අපි නැවත දේවස්ථානයට යන විට පැන පැන මෙන් ගියෙමු. කිසිදිනෙක නොතිබූ පරිදි අපගේ හඳුවන් සැහැල්ලු විය. අපි සතුටින් පිරී සිටියෙමු. අපගේ තේරුම් ගැනීම බොහෝ ගැඹුරු විය. දේව අනුභවය ලැබූ ගුරුවරයන් ඇයගේ පිරිමි ළමයින්ට සහ ගැහැණු ළමයින්ට සදාතනික දේවසත්‍යයේ පාඩම කියාදී තිබේ. ලැබීමට වඩා දීම බොහෝ ආශිර්වාදිතය." ("Only a Teacher," *Ensign* මැයි 1973, 29)

සභාවේ සෑම සාමාජිකයෙක්ම ගුරුවරයෙකි. අප හැම කෙනෙක්ම අපගේ වචනයෙන් සහ ක්‍රියාවෙන් අන් අයට සුභාරංචිය උගන්වන්නෙමු. අප බවිච්ඡම වන විටදී අපි මෙසේ පොරොන්දු වෙන්නෙමු. "මරණය දක්වා සෑම විට, සියල්ලෙහි හා නුඹලා සිටින සෑම ස්ථානයකදීම දෙවියන් වහන්සේ සාක්ෂිකරුවෙකු සේ සිටීමටද" අපි පොරොන්දු වෙමු. (මොසායා 18:9) අපගේ බවිච්ඡමයෙන් පසුව, අපගේ අසල් වැසියන් හා මහිමන සිටින සියළුම දෙනා සමග අපි සුභාරංචිය බෙදා ගත යුතු වෙමු. අපගේ ළමයින්ට සහ සභාවේ අනෙකුත් සාමාජිකයන්ටද අපි ඉගැන්විය යුතු වෙමි.

අධ්‍යයනය කිරීම සහ සූදානම් වීම

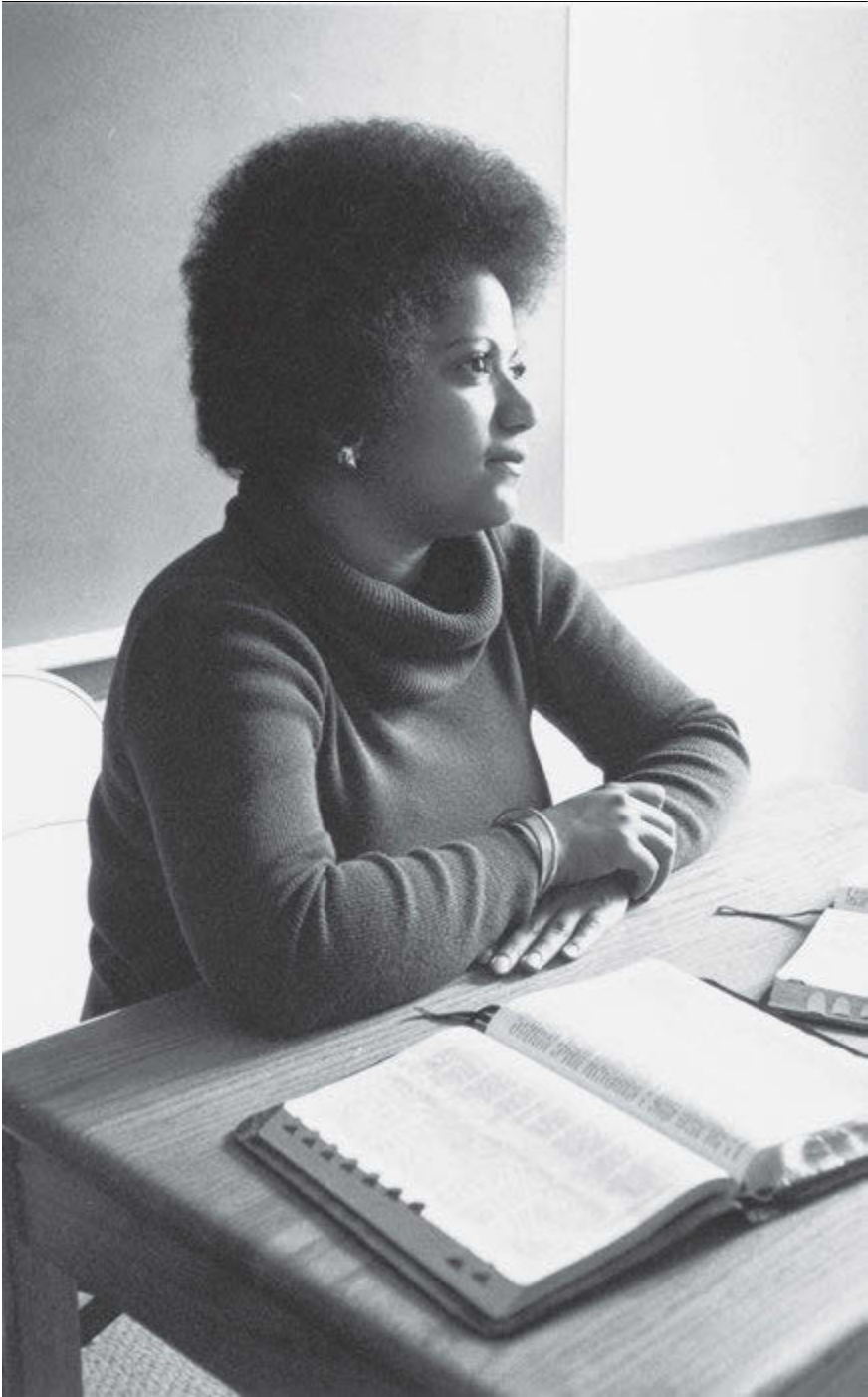
- දර්ශක 33-ආ. පෙන්වන්න. "සොහොයුරියක් ශුද්ධ ලියවිලි මගින් උගන්වයි"

"හොඳ ගුරුවරයන් වීමට නම් අපි හොඳින් සූදානම් විය යුතු වෙමු. අප සියළු දෙනාටම ඉගැන්වීමේ හැකියාවන් තිබෙන මුත්, අප හැම කෙනෙකුටම තවදුරටත් වර්ධනය විය හැකිය. ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. කිසිම ගුරුවරයෙකුට ඔහු හෝ ඇය නොදන්නා දෙයක් ඉගැන්වීමට නොහැකිය. කිසිම ගුරුවරයෙකුට තමා නොදකින හෝ තමාට නොහැගෙන දෙයක්ද ඉගැන්වීමට නොහැකිය.

- ඔබ පහත සඳහන් උපුටා ගැනීම කියවන විට පාඩමකට සූදානම් වීමට අවශ්‍ය කරුණු වලට සවන් දෙන ලෙස පංති සාමාජිකාවන්ට කියන්න.

"ඔබගේ පාඩම සැලසුම් කිරීම සඳහා නියමිත වේලාවක් සහ ස්ථානයක් වෙන්කර ගන්න. ඔබට අවශ්‍ය දේවල් වන... ශුද්ධ ලියවිලි, පාඩම් අත් පොත්, සටහන්, ලිපි කඩදාසි, පැන්සල්, සූදානම් කරගන්න.

සැලසුම් කිරීම (ගාඥාවකින්).. ආරම්භ කරන්න. මෙය (ස්වාමීන් වහන්සේගේ) සුභාරංචියයි. ඔබ උන්වහන්සේගේ ළමයින්ට උගන්වන, උන්වහන්සේගේ ගුරුවරයෙකි. උන්වහන්සේට අවශ්‍ය පරිදි



33-ආ. සොහොයුරියක් ගුද්ධ ලියවිලි වලින් උගන්වයි.

පණිවිඩය ඉගැන්වීම සඳහා ස්වාමීන් වහන්සේගෙන් විමසන්න. විශේෂිත අවශ්‍යතාවයක් හැඟුණු විට ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය හා එකගතාවයක් ඇතිකර ගැනීමට යාඥාවට උපවාසයද එක්විය යුතුය. (*Teacher Development Program: Basic Couce [1971], 133*)

■ පාඨමකට සුදානම් වීමේදී අවශ්‍ය වන ද්‍රව්‍යයන් ගුණු ලැබෙලේ සටහන් කරන්න. ඔබ සුදානම් වන විට, ඔබ කුමක් කල යුතුද?

පංතියේ ඉගැන්වීමට පාඨමක සුදානම් කිරීමේදී පහත සඳහන් පියවරවල් යෝජනා කර තිබේ.

1. පාඨම සඳහා බලාපොරොත්තුවක් (අරමුණක් තබාගන්න)

සභාවේ භාවිතාවන බොහෝ අත් පොත්වල පාඨම ආරම්භයේදීම මෙම බලාපොරොත්තුව සඳහන් කර ඇත. පංති සාමාජිකාවන්ට ඉගෙන ගැනීම, මතක තබා ගැනීම හෝ ක්‍රියාත්මක කිරීම ඔබගේ ප්‍රධානම බලාපොරොත්තුව වන්නේය. ඔබගේ බලාපොරොත්තුව ලියා තබාගෙන ඔබ පාඨමට සුදානම් වන විටදී ඒ ගැන කල්පනා කරන්න.

2. පාඨමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍යයන් ගැන දැන ගන්න.

පාඨමට අවශ්‍ය වන අත් පොත සහ ශුද්ධ ලියවිලි යන දෙකම කල්වේලා ඇතිව අධ්‍යයනය කර වඩාත් වැදගත් කරුණු මොනවාදැයි තීරණය කරන්න. නිතරම යාඥාවෙන් යුතුව සුදානම් වෙන්න.

3. පර්යේෂණ සහ අධ්‍යයනය කිරීම තුලින් දර්ශක ආධාර එකතු කරගන්න.

පාඨමට සැලකිල්ල යොමුකිරීම සඳහා පංතියට පෙනෙන දේවල් භාවිතා කරන්න. ද්‍රව්‍යයන්, සටහන්, පින්තූර හෝ වෙනත් උපකරණ දර්ශක ආධාර වශයෙන් පාවිච්චි කල හැකිය. සෑම වයසකම පසු වන අයට ඉගැන්වීමේදී පාඨමට සැලකිල්ල යොමුකරවා ගැනීම ඉතා වැදගත්ය.

4. පාඨම ආධාර සහ ද්‍රව්‍යයන් ලැහැස්ති කර ගැනීම

පාඨමේදී පාවිච්චි වන පිළිවෙල අනුවම ඔබගේ ද්‍රව්‍යයන් සකස් කර ගන්න. කල් වේලා ඇතිව ඒවා පිළියෙල කර ගැනීමෙන් වනාකුලත්වය වලක්වා ගැනීමට උපකාරවත්වෙයි.

අප උගන්වන අයට ආදරය කිරීම

වැඩිමහල් බෝයිඩ් කේ. පැකර් මෙසේ කියවීය. "හොඳ ගුරුවරයෙක් පාඨම කල්වේලා ඇතිව අධ්‍යයනය කර ඇත. ශ්‍රේෂ්ඨ ගුරුවරයා ශිෂ්‍යයන්ද අධ්‍යයනය කරමින්.. ඔවුන්ව ඉතා ඕනෑකමින් යුතුව අධ්‍යයනය කරයි.... ඔබගේ ශිෂ්‍යයන්ගේ මුහුණුවර හා බාහිර පෙනුම ගැන සැලකිල්ලෙන් යුතුව අධ්‍යයනය කරන විට ඒවා ඔබේ හදවතේ පිරි පවතිනු ඇත... හැඟීමක් ආනුභාවයට සමානය. ස්වාමීන් වහන්සේගේ කායභීය වන.... උන් වහන්සේගේ බැටළුවන් පෝෂණය කිරීම සඳහා මාගී සෙවීමට යොමු කරවන ආදරය එය වන්නේය" ("*Study your students*", *Instructor*, ජන. 1963, 17)

ආදරය ලබන ශිෂ්‍යයන්ට වඩාත් විශ්වාසය ඇතිවෙනු ඇත. දියුණු වීමේ කැමැත්ත ඔවුන් තුළ ඇතිවනු ඇත. ආදරය ලබන ශිෂ්‍යයන් අත් අයට ආදරය කිරීමටද ඉගෙන ගනී. තම ශිෂ්‍යයන්ට ආදරය කරන ගුරුවරුන්ට ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආනුභවය ලැබේ. තම ශිෂ්‍යයන්ගේ අවශ්‍යතාවයන් ඔවුන්ට හොඳින් වැටහෙයි.

"යම් ගුරුවරයෙකු ඉගැන්වීමේ සම්ප්‍රදායික ක්‍රම ගැන පුහුණුවක් නොලැබුවද ඔහු යම් ශිෂ්‍යයෙකුට ආදරය කරමින්, ගෞරව දක්වා තම පෞද්ගලික සැලකිල්ල ඔහුට පෙන්වූ විට එම ශිෂ්‍යයා කෙරෙහි විශාල බලපෑමක් කල හැකිය.

"මා විසින් උදාසීන වශයෙන් සලකා, කිසිදු සැලකිල්ලක් නොදැක්වූ එක් ගුරුවරයෙකු එක් දිනක් මා හමුවී, මට පොතක් දී මා එයට සැලකිල්ලක් දක්වනු ඇතැයි සිතූ අයුරු මට මතකය. මට එම පොත ගැන විශේෂ සැලකිල්ලක් නොතිබිනි. නමුත් එදින මට එවන් සැලකිල්ලක් දැක්වූ ගුරුවරයා ගැන මට අළුත් හැඟීමක් ඇතිවී පසුව මගේ අවධානය යොමු කරවා ගැනීමට ඔහුට හැකිවිය"

William E. Berrett, "Teaching: An Extension of Your Personality", *Ensign*, (අප්‍රේ. 1973, 61)

- පංති සාමාජිකයන්ට පංති කාමරය තුළදී පංති කාමරයෙන් පිටතදී අපගේ ආදරය අපි පෙන්වන්නේ කෙසේද?

ආත්මයාණන් වහන්සේ ලබාගැනීමට යාඥා කිරීම

- දරුණක 33-ඇ. පෙන්වන්න. එක් ගුරුවරයෙක් ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරමින් මග පෙන්වීම තකා යාඥා කරයි.

බ්‍රිගම් යන්ත් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. "ප්‍රඥාව ලබා ගැනීම සඳහා හොඳම පොත්පත් කියවා අප උත්සාහ දැරීමෙන් පසුව, තවදුරටත් හැම දෙනා වෙනුවෙන්ම විවෘතව පවතින උල්පතක් ඇත. "යමෙකුට ප්‍රඥාව අඩුනම් ඔහු එය දෙවියන් වහන්සේගෙන් ඉල්ලුවා. (යාකොබ් 1:5) (**Discourses of Brigham young, sel A. Widtsoe [1954], 261**).

අපට ඉගැන්වීමේ දීමනාව ලබා ගැනීමට නම් ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින අපගේ දෙවි පියාණන්වහන්සේට අපි යාඥා කල යුතු වෙමු. පාඩම සුදානම් කර ගැනීමට උත්වහන්සේ අපට උදව් කරන සේක. ශිෂ්‍යයන් හඳුනා ගෙන ඔවුන්ට ආදරය කිරීමට උත්වහන්සේ අපට උදව් කරන සේක. අප උත්වහන්සේගේ උපකාරය සොයන්නේනම් අප උගන්වන විටදී උත්වහන්සේ අප සමග සිටින සේක.

අවසානය

අපගේ වගකීම වන්නේ, අපගේ ළමයින්ට සභාවේ අතිකුත් සාමාජිකයන්ට සහ සාමාජිකයන් නොවන අපගේ පවුලේ සාමාජිකයන්ට මෙන්ම ලෝකවාසී අසල් වැසියන් හටද සුභාරංචිය ඉගැන්වීමයි.

වැඩිමහල් වොගන් ෆෙදරස්ටොන් ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපති තුමාගේ උපුටා ගැනීමකින් මෙසේ කීවේය. "මනුෂ්‍ය ආත්මයක් පුහුණු කිරීමට වඩා ශ්‍රේෂ්ඨ වූ තවත් වගකීමක් මෙලොව නැත" ඉන්පසුව වැඩිමහල් ෆෙදරස්ටොන් තවදුරටත් මෙසේ කීවේය. "සභාවේ සැම දෙමව්පියන් හා ගුරුවරුන්ගේ පෞද්ගලික කළමනාකාරිත්වයේ විශාල වැඩ කොටසක් වන්නේ, ඉගැන්වීම සහ පුහුණු කිරීමයි" (**In Conference Report, ඔක්. 1976, 153 හෝ En sign නොවැ. 1976, 103**)

සාර්ථකව ඉගැන්වීම සඳහා අපගේ සුදානම ස්වාමීන් වහන්සේ අපේක්ෂා කරන සේක. සුදානම යනු අධ්‍යයනය කිරීම, යාඥා කිරීම හා ශුද්ධ ආත්මයාණන්ගේ බලපෑමෙන් ඉගැන්වීමයි.

අභියෝගය

මෙම සතිය තුළ ඉගැන්වීමට සුවිශේෂ මූලධර්ම තෝරාගන්න. ඉගැන්වීම සඳහා දිනපතා ප්‍රස්ථාවන් සොයා ගැනීමට යාඥා කරන්න. සතිය අවසානයේදී ඔබගේ උත්සාහයන් අගය කිරීමකට ලක්



33-ඇ. ගුරුවරියක් ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කරමින් මග පෙන්වීම සඳහා යාඥා කරයි.

කරන්න. එමෙන්ම නොකඩවා වර්ධනය වීමට ඔබ අධීෂ්ඨානශීලී වන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- දවිනිය කථාව 6:5--7 (උනන්දුශීලීව, නොකඩවා ළමයින්ට උගන්වන්න)
 - මොසායා 4:14--15 (ළමයින්ට ආදරය කිරීමට උගන්වන්න.)
 - ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 42:14 (ආත්මශාශ්‍යන් මගින් උගන්වන්න)
 - ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 68:25--28 (ළමයින්ට සුභාරංචිය උගන්වන්න)
 - මොසස් 6:57 (ළමයින්ට පසුතැවිලිවීම උගන්වන්න)
-

ගුරු සදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

ඔබ ප්‍රිය කරන ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ශුද්ධ ලියවිලි වලින් ඉගැන්වීම

34 වෙනි පාඨම

මෙම පාඨමෙහි අරමුණ වන්නේ, ශුද්ධ ලියවිලි වලින් ඉගැන්වීම සඳහා අපට උපකාරවත් වීමයි.

ශුද්ධ ලියවිලි වනාහි අපගේ ශ්‍රේෂ්ඨතම ඉගැන්වීමේ උපක්‍රමයවේ

- දර්ශක 34-අ පෙන්වන්න. "තමා ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය කිරීම. පමණක් නොව, ඇය ඉගෙන ගත් දෙය සිතා බැලීමද කල යුතු බව මෙම ගුරුවරයා දන්නීය. සහ 34-ආ. මෙම ගුරුවරයා ශුද්ධ ලියවිලි වලින් උගත්වයි. එමෙන්ම පංතියේදී බැලීම සඳහා ප්‍රමාණවත් තමන්ගේම ශුද්ධ ලියවිලි පිටපත් ද තිබේ.

පේ. රැබන් ක්ලාක් (කණී) සභාපතිතුමා සභාවේ ගුරුවරුන් කණ්ඩායමකට මෙසේ ප්‍රකාශ කළේය: "ඔබගේ අනන්‍යතාවය රාජකාරිය වන්නේ, ස්වාමි වූ යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සුභාරංචිය ඉගැන්වීමයි.. ඔබ මේ සුභාරංචිය ඉගැන්විය යුත්තේ සභාව අනුමත කල පොත් සහ මෙම පසු දවස් වල උන්වහන්සේගේ ජනතාවට මග පෙන්වීම සඳහා දෙවියන් වහන්සේ විසින් කැඳවනු ලැබූ අයගේ වචනයද ඔබගේ සමීපත් සහ අධිකාරී බලය ලෙස පාවිච්චි කරමින්ය." (*The charted Course of the Church in Edu cation* [1938]10--11).

ශුද්ධ ලියවිලි දැනගැනීම සහ ඉගැන්වීමේදී එවා භාවිතා කිරීම අපට තිබෙන ශ්‍රේෂ්ඨතම ඉගැන්වීමේ ආධාර වේ.

ශුද්ධ ලියවිලි දැනගෙන ඉගැන්වීමේ වැදගත්කම ස්වාමීන් වහන්සේ උගන්වා තිබෙන සේක. උන්වහන්සේ මරණයෙන් නැගිටිනු පසුව නිපායීවීවරු බැහැදැකීමට වැඩි අවස්ථාවේදී උන්වහන්සේ මෙසේ ප්‍රකාශ කලේය. "එසේය නුඹලා මේ දේවල් (ශුද්ධ ලියවිලි) උත්සාහවත්තව සොයා බැලිය යුතුයයි මම නුඹලාට පණතක් දෙමි." (3 නිපායී 23:1) අන් අයට සුභාරංචිය ඉගැන්විය යුතුයැයි උන්වහන්සේ ඔවුන්ට නියම කල සේක. (3 නිපායී 23:14 බලන්න) ශුද්ධ ලියවිලි උන්වහන්සේගේ යුතු ව සොයා බැලිය යුතු යැයි ඉගැන්වීම හා ගිවිසුම තුළින් උන්වහන්සේ අපට උගන්වා තිබෙන සේක. අප එවා ඇදහීමටත්ව ඉගැන්විය යුත්තේ එවා උන්වහන්සේ ගැන සාක්ෂි දරමින් කියා දෙන බැවිනි. සදාකාලික පීචිතයේ ආශිර්වාද භුක්ති විඳීමට අප කල යුතු හැම දෙයක්ම ශුද්ධ ලියවිලි වල ඇතුළත්ය. ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම (1:37 බලන්න)

අනුමත කල පොත්වලට අමතරව ස්වාමීන් වහන්සේගේ වචනය උන්වහන්සේගේ පීචමාන අනාගත වක්තවරුන්ගෙන් අද අපට ලැබේ. ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ පෙළඹවීම අනුව ප්‍රකාශ කරන පීචමාන අනාගතවක්තවරුන්ගේ වචනයද ශුද්ධ ලියවිලි වශයෙන් සලකනු ලැබේ. (ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 68:1--4 බලන්න) අනාගතවක්තවරුන්ගේ වචන සහ අනෙකුත් ශුද්ධ ලියවිලි ඉගෙන ගැනීමට සභාවේ අත්පොත් සහ සඟරා අපට උපකාරවත් වෙයි.



34-අ. මෙම ගුරුවරිය ගුද්ධ ලියවිලි කියවිය යුතු බව පමණක් නොව, ඇය ඉගෙන ගත් දේවල් සිතා බැලිය යුතු බවද දැනීය.

- ජීවමාන අනාගත වක්තෘවරයාගේ වචනය අපට ලබාගත හැක්කේ කොහෙත්ද?

ශුද්ධ ලියවිලි අප පිවිත් වලට යොදා ගැනීම

ලිභායි සහ ඔහුගේ පවුලේ අය පොරොන්දු දේශයට පැමිණි කල නිපායි ඔහුගේ සොහොයුරන්ට ශුද්ධ ලියවිලි ඉගැන්වීය. ඔහු මෙසේද සඳහන් කලේය. "මක්නිසාද හැම ශුද්ධ ලියවිලිලක්ම අප වෙත ලබා ගැනීමට මම කැමැත්තෙමි. එය අපගේ යහපත සහ ඉගෙන ගැනීම උදෙසා විය හැකිය. (1 නිපායි 19:23)

අනෙක් දේශයන්හි ජීවත් වූ පැරණි මිනිසුන් අතර ස්වාමීන් වහන්සේ ඉටු කල කායභීයන් ශුද්ධ ලියවිලි මගින් අපට කියාදෙයි. (බලන්න 1 නිපායි 19:22) එවා අතීතයේදී ලියවී තිබුණද ශුද්ධ ලියවිලි අදටත් අපට බලපානු ලබයි. යහපත් ගුරුවරුන්ට ශුද්ධ ලියවිලි වර්තමාන ජීවිතයට සම්බන්ධ කර අතීත සිදුවීම් වර්තමානයේ තේරුම් ගන්නේ කෙසේදැයි අපට පෙන්වා දීමටද හැකියාව ඇත.

- දර්ශක 34-ඇ. පෙන්වන්න. "නිපායි සහ ලිභායි ලයහොනාව සමග 1 නිපායි 16:9--12, 15--31 කියවීමට පංති සාමාජිකයෙකු පත් කරන්න.

මොරමන්ගේ පොතෙහි එන ලිභායිගේ පවුල සහ ලයහොනාව සම්බන්ද කථාව උපුටා දක්වමින් ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය:

"තම පියාට ඔහුගේ කුඩාරමෙන් පීටන දොරටුව ලග නිබී හමුවූ යම් දෙයකට තැනී ගැන්වීමෙන් තම අවධානය යොමු කිරීමට කල කැඳවීමක් ඇසුණු නිපායි ඔබ ලෙස ඔබට සිත ගත හැකිද? එය.. හොඳම පින්තලෙන් නිමවූ වටකුරුවූ අමුතුම නිර්මාණයක්වූ අතර එවැන්නක් ඔබගෙන් කිසිවෙකු විසින් කිසිදුක දැක නොමැත. (1 නිපායි 16:10)...

"ඔබ... මෙම අසාමාන්‍ය බෝලයෙහි ක්‍රියාකාරීත්වය ගැන ඉතා ප්‍රවේශමෙන් පරීක්ෂා කලහොත්, ඔබට දැක ගත හැක්කේ එය ක්‍රියාත්මක වන්නේ, ඔබ යායුතු දිශාව ගැන, විශ්වාසය උද්යෝගය හා කීකරුකමින් යුතුව එයට ලබාදීමෙන් බවය. (1 නිපායි 16:28) වඩාත් ලංවී පරීක්ෂාකාරීව බැලූවහොත් එම බෝලය මත ස්වාමීන් වහන්සේගේ අරමුණු පැහැදිලි කරමින් කියවීමට පහසු ලෙස ලියා ඇති බව ඔබ උටුවහොත් ඔබ කුමක් සිතනු ඇත්ද? පවුලේ අය එයට පුදන ලද විශ්වාසය හා උද්යෝගය අනුව එය ලියවී තිබුණ අතර කාලයෙන් කාලයට එහි උපදෙස් වෙනස් වී ස්වාමීන් වහන්සේගේ අමතර ඉල්ලීමක්ද එහි ලියවී තිබුණේය. (1 නිපායි 16:29)...

"එම බෝලය හෝ ලයහොනාව... දිශා දර්ශකයක් වශයෙන්ද පරිවර්තනය කර ඇත.. එය ස්වාමීන් වහන්සේ සුදානම් කර තිබුණේ විශේෂයෙන්ම ලිභායි වනාන්තරයේ ගමන් කරන විට, ඔහු යායුතු මාර්ගය ඔහුට පෙන්වාදීම සඳහාය. එවන් බෝලයක් ලබා ගැනීමට ඔබ තුළ කැමැත්තක් නැත්ද? ඔබ හැම කෙනෙක්ම... එපිට ඔබට යම් වැරදීමක් සිදුවීමට යන හැම විටකදීම නිවැරදි මග ඔබට පෙන්වාදී ඔබට එහි පණිවුඩයක් ලියා පෙන්වාදීම නිසා.... හැම විටම ඔබට වැරදීමක් සිදුවන විට සහ ඔබ වැරදි මගක ගමන් කරන විට ඔබ එය දැන ගනියි?

"එය..... ඔබ හැම කෙනෙක්ම සතුව ඇත. යමෙක් වැරදි මගක ගමන් කිරීම ආරම්භ කරන හැම විටකදීම ඔහුට එය කියාදීම සඳහා ස්වාමීන් වහන්සේ හැම පුද්ගලයෙකුටම හොඳ තරක කියා දීමේ බුද්ධියක් ලබා දී ඇත. ඔහු සවන් දෙන්නේ නම් ඔහුට හැම විටකම කියනු ඇත. නමුත් ඇත්ත වශයෙන්ම පණිවුඩ ඇසීම මිනිසුන්ගේ පුරුද්දක් බවට පත්වී පසුව එවා නොසලකා හැර අවසානයේදී ඔහුට එවා නොලැබී යාමටද හැකිය.



34-ආ. මෙම ගුරුවරිය ශුද්ධ ලියවිලි වලින් උගන්වන විට, ළමයින්ට පාතියේදී බැලීම සඳහා තමන්ගේම ශුද්ධ ලියවිලි පිටපත් තිබේ.

ලයහෝනාව වැනි දෙයක් ඔබගේම ක්‍රියාකාරීත්වය තුළ දිශා දර්ශකයන් ලෙස ඔබට තිබෙන බව ඔබ වටහා ගත යුතුය. හැම ළමයෙකුටම එය ලබාදී ඇත. ඔහු තුළ සකස් වී තිබෙන ලයහෝනාව ගැන ඔහු නොසලකා හරියි නම් අවසානයේදී එමගින් ඔහුට ලැබෙන කෙදිරිමී හඩ ඔහුට ලබාගත නොහැකි වනු ඇත. නමුත් අපට මතක තිබේ නම් යමෙක් නිවැරදි මගට යොමු කරවන දෙයක් අපි හැම කෙනෙකු තුළම තිබෙන බව අප බුද්ධිය වශයෙන් හඳුන්වන අපගේම ලයහෝනාවේ අණ කිරීම් වලට අප සවන් දුන හොත් අපගේ නෞකාව වැරදි මගක ගමන් නොකරනු ඇත.” (In conference Report, ඔක්. 1976, 115--17, හෝ *Ensign* නොවැ. 1976, 77--79)

■ වර්තමානයේදී අපට කිම්බල් සභාපති තුමා ශුද්ධ ලියවිලි ප්‍රකාශ කරන්නේ කෙසේද? ශුද්ධ ලියවිලි ගැන අපට අවබෝධයක් තිබෙනම්, සැබෑ මූලධර්මයක් අපගේ ජීවිත වලට අදාළ කර ගැනීමට අපට පිළිවන. එක් මවක් ඇයගේ ළමයින්ට ශුද්ධ ලියවිලි වලින් ඉගැන්වූ අන්දම ගැන පහත සඳහන් උදාහරණයෙන් පෙන්වා දෙයි.

එක් රාත්‍රියක යාපො කාලය තුළදී සිව්වියැකි ඇන් ඇයගේ යාපොව කිරීමට නොහැකි බව නිවේදනය කලාය. මව වාටු බස් කී නමුත් යාපො කිරීම ඇන් ප්‍රතික්ෂේප කලාය. ඉන්පසු මව දානියෙල්ගේ කථාව ඇන්ට කීවාය.

■ පත්කල පංති සාමාජිකාව ලවා දැනියෙල් 6:1--23 කියවන්න. නැතහොත් ඇයගේම වචන වලින් එම කථාව කීමට සලස්වන්න.

මව ඉන්පසුව දැනියෙල්ට යාපොව ඉතා වැදගත් දෙයක් වූ බව පැහැදිලි කලාය. යාපො කිරීම නිසා ඔහු මරණයට පවා පත්විය හැකි බව ඔහුට සිතුවද, ඔහු යාපො කළේය. ඉන්පසුව ඇය ඇන්ගෙන් මෙසේ ඇසුවාය. “දැන් ඔබ දන්නවා යාපොව කෙතරම් වැදගත්ද කිසි ඔබට යාපො කිරීමට යම් උදව්වක් අවශ්‍යද?”

වෙනත් අවස්ථාවකදී ඇන් සහ ඇයගේ සොහොයුරිය වන පේනිලර් ශබ්ද නගමින් දුබර කර ගත්හ. ඔවුන් දෙදෙනාටම එකම බෝනිකකෙකු අවශ්‍ය විය. මව ගැහැණු ළමයින් දෙදෙනා වෙත පැමිණ මෙසේ ඇසුවාය. අපි බෝනිකකාව දෙකට කපා එක් කෙනෙකුට එක කැල්ල බැගින් දෙන්නද?”

“එහා”, ඇන් කීවාය. “ඇයව දෙකට කපන්න එහා”

“ඔව් කපන්න පේනිලර් හැඩුවාය.

මව පිළිතුරු දෙමින්, එය ඇන්ගේ බෝනිකකා විය යුතුය. ඔබට හිතන්න පුළුවන්ද මම කොහොමද දන්නේ කියලා? ඉන්පසුව ඇය 1 රාජාවලියේ 3:16--27 දැක්වෙන කථාව ගැහැණු ළමයින් සමග කියවා සාකච්ඡා කළාය.

■ පත්කල පංති සාමාජික ලවා 1 රාජාවලිය 3:16--27 දක්වා ශුද්ධ ලියවිලි කියවීමට හෝ ඇයගේම වචනයෙන් එම කථාව කීමට සලස්වන්න. මෙම මවට ඇයගේ ළමයින්ට ඉගැන්වීමට ශුද්ධ ලියවිලි උපකාරවත් වූයේ කෙසේද? මතේව් 25:1--13 සහ ඊනස් 1:2--5 කියවන්න.

ශුද්ධ ලියවිලි ඉගැන්වීම සඳහා සුදානම්වීම

හැරල්ඩ් බී. ලී සභාපතිතුමා මෙසේ සඳහන් කළේය. අපගේ ජනතාවට ශුද්ධ ලියවිලි තුලින් ඔවුන්ගේ පිළිතුරු සොයා ගැනීමට ඉගැන්වීම අවශ්‍ය බව මම කියමි... නමුත් කණගාටුදායක කරුණ නම්, අප බොහෝ දෙනෙක් ශුද්ධ ලියවිලි නොකිය වීමය. එහි ඇතුළත් දේවල් මොනවාදැයි අපි නොදනිමු. එනිසා අපි ශුද්ධ ලියවිලි තුලින්ම සොයාගත යුතු වන දේවල් ගැන අනුමාන වශයෙන් සිතා



34-අ. නිසායි සහ ලිහායි ලසහෝනාව සමග

බලන්න. අද අපගේ විශාලතම අවදානම පවතින්නේ එතැන බව මම සිතමි. (Find the Answers in the scriptures *Ensign* දෙසැ. 1972, 3).

ශුද්ධ ලියවිලි කියවීමට කිසිවෙකු අපට බල කරන්නේ නැත. ඒවා අධ්‍යයනය නොකිරීම ගැන අපට බොහෝ නිදහසට කරුණු සොයා ගත හැකිය. ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනයට අපි සැලැස්සුම් කල යුතුවේ. (මෙම දැනගැනුම් පොතේ 32 වෙනි පාඩම වන "අපගේ නිවසේ සුභාරංචිය ඉගෙන ගැනීම" නැවත බලන්න)

- ශුද්ධ ලියවිලි කියවීමට තිබෙන බාධක අපි ජයගන්නේ කෙසේද?

ශුද්ධ ලියවිලි මගින් ඉගැන්වීම අපට අවශ්‍ය නම්, ඒවා අවබෝධයකින් තොරව කියවනවාට වැඩියමක් අපි කල යුතු වෙමු.

- පංති සාමාජිකයන් ලවා මොරෝනායි 10:3 කියවන්න. ශුද්ධ ලියවිලි වලින් ඉගෙන ගැනීම සම්බන්ධ මොරෝනායිගේ ප්‍රකාශය කුමක්ද?

මේරියන් පී. රොමිනි සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය.

"මම ශුද්ධ ලියවිලි කියවන විට, සිතා බලන්න යන වචනය මගින් මට අභියෝග කෙරින... සිතා බලන්න. යන වචනය ශබ්ද කෝෂයෙහි අර්ථ දැක්වන්නේ මනසින් කිරා බලන්න. ඒ ගැන ගැඹුරට සිතන්න. හොඳින් කල්පනා කර බලන්න. භාවනා කරන්න වශයෙනි...."

"මගේ හැඟීම් වලට අනුව, සිතා බැලීම යනු යාඥාවේ ස්වරූපයකි. මද වශයෙන් හෝ එහි ස්වාමීන් වහන්සේගේ ආත්මය වෙත ලගාවීමක් ගැබ්වී ඇත. (In conference Report අප්‍රේ. 1973, 117 හෝ *Ensign* ජූලි 1973, 90)

අපි වරක් ශුද්ධ ලියවිලි කියවා ඒවා ගැන සිතා බැලීමෙන් පසුව, මොරෝනායිගේ පොරොන්දුවට අනුව, ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ බලය තුළින් මෙහි සත්‍යතාවය ගැන දැනගැනීමට අපට උපකාරවත් වන ලෙස ස්වර්ගික පියාණන් වහන්සේගෙන් ඇසීමට අපට පිළිවන. ආත්මයාණන්ගේ මග පෙන්වීම අනුව, ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය තුළින් සැනසීම ලැබීමට මෙන්ම අපගේ ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු ලබාගැනීමටද අපට පිළිවන. මෙවන් අත්දැකීම් අන් අයට ඉගැන්වීම සඳහා අපට උපකාර වෙයි.

- ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයනය පංති සාමාජිකයන්ගේ ජීවිත වලට ආශිර්වාදය ගෙන එමින් ඉගැන්වීමට සුදානම් වීමට ඔවුන්ට උපකාරවත් වූ අයුරු ප්‍රකාශ කරන ලෙස ඔවුන්ට ආරාධනා කරන්න.

අවසානය

ශුද්ධ ලියවිලි ඉගැන්වීම සඳහා, ඒවා නිතර කියවීමෙන් අපි සුදානම් විය යුතු වෙමු. ඒ ගැන කල්පනා කරමින් එම කරුණු ගැන අපි සිතා බැලිය යුතු වෙමු. සැබෑ අවංක අභිප්‍රායකින් යුතුව අපි යාඥා කල යුතු වෙමු. ඉන්පසු ආත්මයාණන් මගින් දැනගෙන අපි තේරුම් ගත් දේවල් අපි ප්‍රහුණු විය යුතු වෙමු. අපි මේ අනුව කටයුතු කල විට, බලයෙන් යුතුව අපට ශුද්ධ ලියවිලි ඉගැන්විය හැකිය.

අභියෝගය

ඔබට විශේෂිත වැදගත්කමක් ඇති ශුද්ධ ලියවිලි සලකුණු කරන්න. ශුද්ධ ලියවිලි ඔබගේම ජීවිතය හා සසඳා බලන්න. පවුල් නිවාස සැන්දෑව, කැම වේලාව හෝ වෙනත් පවුලේ රැස්වීම් වලදී ශුද්ධ ලියවිලි කතන්දර ගැන කතා බස් කරන්න. ශුද්ධ ලියවිලි ඔබගේ ජීවිතයට අදාල කරගන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- 2 නිපාය 4:15--16 (ශුද්ධ ලියවිලි වලට නිපාය තුල ඇති ආදරය)
- 2 නිපාය 32:3 (ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ වදනින් පිතෘවෙන්)
- අල්මා 37:38--47 (ලයහොනාව සම්බන්ධව අල්මාගේ පුත්‍රයා වන හෙලාමන්ට දුන් අල්මාගේ ශුද්ධ වූ ඉගැන්වීම්)
- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 11:21--22 (දෙවියන් වහන්සේගේ වචනය ලබාගන්න)

ගුරු සූදානම

මෙම පාඩම ඉගැන්වීමට පෙර:

1. සුවිශේෂක මුලධර්ම 10 වෙනි පරිච්ඡේදය "ශුද්ධ ලියවිලි" අධ්‍යයනය කරන්න.
2. මෙම දැනමුතුකම් පොතේ "අපගේ නිවාස වල සුභාරංචිය ඉගෙන ගැනීම" යන 32 වෙනි පාඩම නැවත කියවන්න.
3. පහත සඳහන් ශුද්ධ ලියවිලි කියවීමට හෝ මෙම ශුද්ධ ලියවිලි සම්බන්ධ කතන්දර තම වචන වලින්ම ප්‍රකාශ කිරීම සඳහා පංති සාමාජිකාවන් දෙදෙනෙක් පත් කරන්න: දුතියෙල් 6:1--23 සහ 1 රාජාවලිය 3:16--27.
4. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ බලය සහ ආනුභාවය මගින් ඉගැන්වීම

35 වෙනි පාඩම

මෙම පාඩමෙහි අරමුණ වන්නේ, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ බලය මගින් සුභාරංචිය ඉගැන්වීමට අපට උපකාරවත් වීමයි.

ගුරුවරුන්ට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග පෙන්වීම අවශ්‍යයි.

ස්වාමීන් වහන්සේ අපට අණ කර තිබෙන්නේ, උන්වහන්සේගේ රාජ්‍යය ගැන එකිනෙකාට ඉගැන්විය යුතු බවයි (ඕ සහ සී 88:77 බලන්න). ඉගැන්වීම සඳහා යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ නැවත පිහිටුවන ලද ශුභාරංචියේ සත්‍යතාවය පිළිබඳ සාක්ෂියක් අපට තිබිය යුතුය. අප ඉගැන්විය යුත්තේ ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ බලය හා ආනුභාවය මගින්ය.

ඩේවිඩ් ඕ. මැකේ සභාපතිතුමා මෙසේ කීවේය. "ගුරුවරුනි, ඔබගේ පාඩම සුදානම් කිරීම යාපොවකින් ආරම්භ කරන්න. ඔබගේ පාඩම යාපොවෙන් යුතු හඳවනකින් උගන්වන්න. උන්වහන්සේගේ ආත්මයේ බලපෑම මගින් ඔබගේ පණිවුඩය සාරවත් කරන මෙන් දෙවියන්වහන්සේට යාපො කරන්න.. (Gospel ideals [1953], 223).

වැඩිමහලු භාවිතයේ රෙකටර් (කතී) හැරලඩ් බී.ලී. සභාපතිතුමා සම්බන්ධ කථාවක් කීවේය:

"(සභාපති) නිලයට ඔහුට පත්කර සුළු මොහොතකට පසු ... එක් වාරතා කරුවෙකු මෙසේ ඇසීය...

"සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් ඔබගේ පාලන කාලය තුළදී ඔබ ඉටුකිරීමට බලාපොරොත්තු වන්නේ කුමක්ද?

"ඔහු මෙසේ කීවේය. හොඳයි මට ඒ ප්‍රශ්නයට පිලිතුරු දීමට හැකි වන්නේ, එක් ශ්‍රේෂ්ඨ අනාගත වක්‍යවරයෙකුට පැරණි ලියවිල්ලක් අත්කර ගැනීමට ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් පැවරුමක් දුන් විට ඔහු ප්‍රකාශ කල වචන වලින්ය. ඔහු මෙසේ කීය:

"මා කළ යුතු කිසිවක් කලින් නොදැන සිටියදී, ආත්මයාණන් වහන්සේ මා මෙහෙයවනු ලැබූ සේක" (2 නිපායි 4:6) in conference Report ඔක්. 1973, 134: හෝ *Ensign* ජන 1974, 106).

ගුරුවරුන් වශයෙන් අපවද ආත්මයාණන් මගින් මෙහෙය විය යුතුය. යේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ සුභාරංචිය ඉගැන්වීමට අපට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මගපෙන්වීම තිබිය යුතුය.

- ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම 42:12--14 කියවීමට පංති සාමාජිකයන්ට කියන්න. ඉගැන්වීමට අපට කියා තිබෙන්නේ මොනවාද? මෙම මූල ධර්මයන් අපට සොයා ගත හැකිකේ කොහෙන්ද? උගන්වන්නේ කුමක්දැයි දැනගැනීමට අපි ආත්මයාණන් වහන්සේට ලබා ගන්නේ කෙසේද? අපට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ ආනුභාවය නොමැති නම් අපි ඉගැන්වීම නොකල යුත්තේ මන්ද?

ගුරුවරයා උගන්වන වචන අසන්නන්ගේ හදවතේ පතුලටම ගිල්වීමට ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ ආනුභාවයට පිළිවන: මන්ද යත් මිනිසෙකු ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ බලයෙන් කටා කරන විට, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ බලය එය මිනිස් දරුවන්ගේ හදවත් තුලට ගෙන යන්නේය." (2 නීපායි 33:1)

■ දර්ශක 35-අ. පෙන්නවන්න. "බෙන්ජමින් රජතුමා උස් කුළුනක සිට ඔහුගේ ජනතාවට උගන්වයි. බෙන්ජමින් රජතුමා විශේෂ උපදෙසයන් දීම සඳහා ඔහුගේ ජනතාව රැස්කලේය. ආත්මිකව ඔවුන් ශක්තිමත් කිරීම ඔහුට අවශ්‍ය විය.

මොසායා 5:1-2 පංතියට කියවීමට සලස්වන්න. බෙන්ජමින් රජතුමා කටාකල වචන ජනයාට විශ්වාස කිරීමට සැලැස්සුවේ කුමක්ද? මොසායා 5:3--2 කියවීමට පංති සාමාජිකයන්ට කියන්න. ඔවුන්ගේ ඇදහීම එම අත්දැකීම් වලට බලපෑවේ කෙසේද?

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මගපෙන්වීම ලබාගැනීම

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ බලපෑම මගින් මොසායාගේ පුත්‍රයෝ සුවිශේෂය ඉගැන්වුවෝය. මහත් පරිශ්‍රමයකින් පසු මෙම මගපෙන්වීම ඔවුන්ට ලැබුණේය.

■ ඇල්මා 17:2--3 කියවීමට පංති සාමාජිකවකට කියන්න. බලයෙන් ඉගැන්වීමට මොසායාගේ පුත්‍රයින් අනුගමනය කළ පියවර තුන කුමක්ද? ඒවා හුණුලැජලේ ලියන්න.

අධ්‍යයනය කිරීමෙන් පසුව, ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ උපදෙස් ලැබීමට ගුරුවරයා යාපො කල යුතුය.

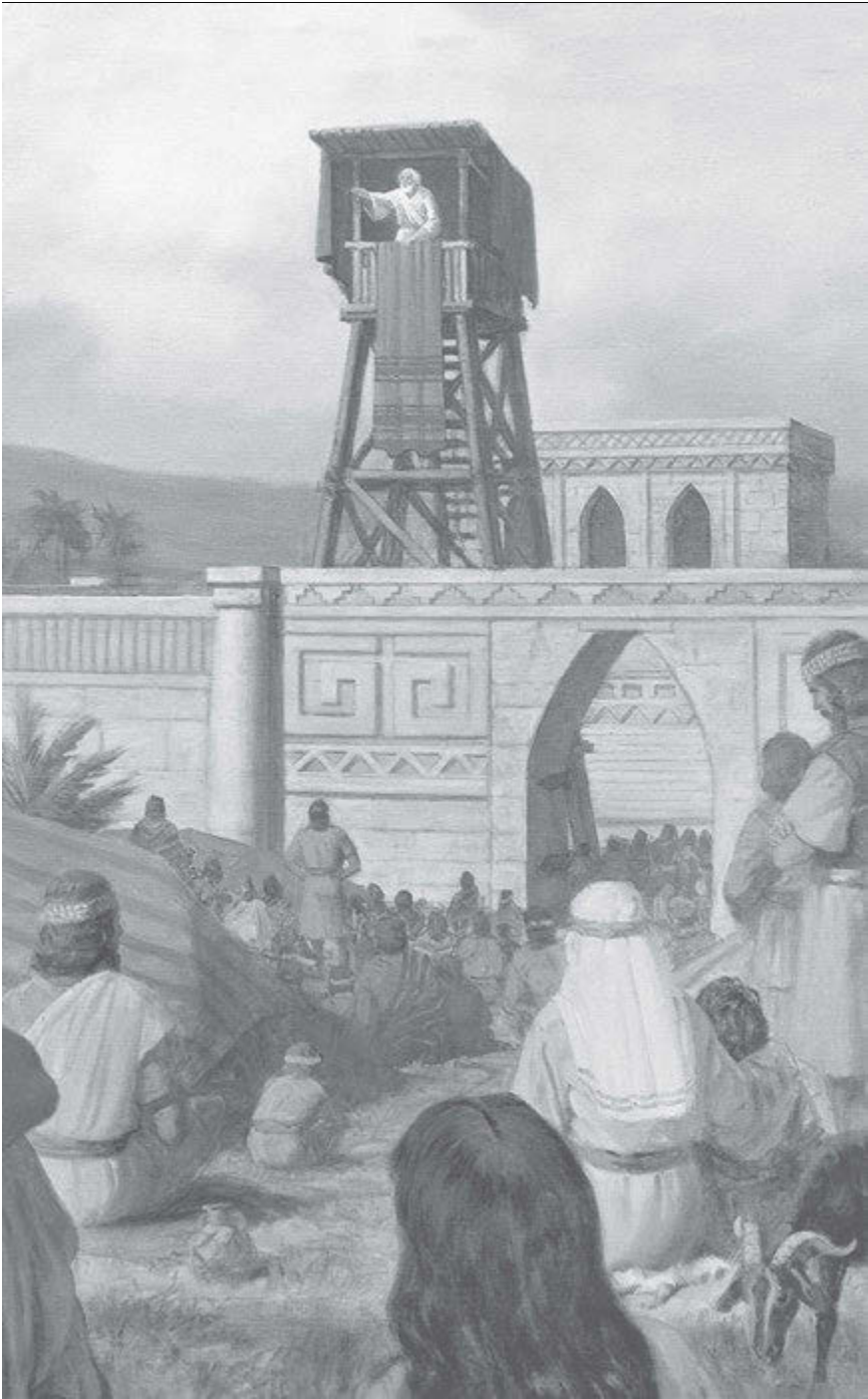
ආත්මයාණන් තුළින් ඉගැන්වීම ගැන සිය භාග්‍යාව ලැබූ අත්දැකීමක් ගැන මේරියන් පී. රොමිනි සභාපතිතුමා කීවේය. පියාණන්වහන්සේ සහ පුත්‍රයාණන් වහන්සේ ජෝසප් ස්මිත් අනාගත වක්තෘවරයාට දේශනය වීම ගැන පාඩමක් දීමට ඇයට සිදුව තිබුණි. සාමාජිකවක නොවූ විශ්ව විද්‍යාල උපාධිධාරිණියක් ඇයගේ පන්තියේ සිටියාය. මෙම උගත් කාන්තාව ඇයගේ පාඩම පිලිගෙනගනිවී යැයි ඇය තුළ බියක් තිබුණු අතර, එහි සත්‍ය තාවය පිළිබඳ තමාම දැන සිටිදැයි ඇය තුළ විශ්වාසයක්ද නොතිබිනි.

මෙම ප්‍රශ්නය ගැන ඇයගේ මව සමග සාකච්ඡා කිරීමේදී රොමිනි සොහොයුරිය මෙසේ කීවාය. මට එම පාඩම දීමට නොහැක. ජෝසප් ස්මිත් එම දර්ශනය දුටු බව මම දන්නේ නැත.

"ඇයගේ මව උගත් කාන්තාවක් නොවුවද ඇයට සාක්ෂියක් තිබිනි. ඇය ඇයගේ දියණියට මෙසේ කීවේය. අනාගතවක්තෘ එම දර්ශනය ලැබූ අයුරු ඔබ දන්නවා එහෙම නේද?

"ඔව්..... ඔහුට එය ලැබුණේ ජ්‍යෙෂ්ඨ ඉල්ලා දෙවියන් වහන්සේට යාපො කිරීමෙන්"

"(රොමිනි සොහොයුරිය) ඇයගේ කාමරයට ගොස් එය උත්සාහ කළාය.... එහි ප්‍රතිඵලය වූයේ ඇය.... එම පාඩම ඇයගේ හැකිතාවක් ඉක්මවූ බලයකින් යුතුව එත්තු යන පරිදි දීමය. ඇයට එය කිරීමට හැකිවූයේ කෙසේද? ඇයගේ විමසීමට පිළිතුරු වශයෙන් ශුද්ධ ආත්මය ඇය වෙතට පැමිණීමෙන්ය. ඇයගේ ආත්මය දැවී යන ලෙසක් ඇයට දැනිණි. ජෝසප් ස්මිත් දැන සිටි පරිදීම ඔහු එම දර්ශනය දුටු බව ඇය දැන ගත්තාය. එම අනාගතවක්තෘවරයා දර්ශනය කල පරිදි ඒ අත්දැකීම ඇය තම දෙනෙතින් එය නුදුටු නමුත්, එම දැනීම ඇයට තිබිනි. ජෝසප් ස්මිත්ගේ විස්තර අනුව ඔහු දැක ඇත්තේ කුමක් දැයි ඇය දැන සිටියද, ඔහුගේ ප්‍රවෘත්තිය සත්‍ය බවට ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගෙන් ඇයට සාක්ෂියක් ලැබිණි. ("how to Gain a Testimony



35-අ. බෙන්ජමීන් රජතුමා උස් වූ කුළුනක සිට ඔහුගේ ජනතාවට උගන්වයි.

New Era මැයි 1976, 10--11)

- රොමිනි සොයුරිය අනුගමනය කල පියවරවල් මොනවාද? හුණු ලැල්ලේ ලැයිස්තු ගත කර තිබෙන පියවර තුන සමග මේවා සන්සන්දනය කරන්න. ඇයගේ අධ්‍යයන කටයුතු වලට යාපොවද එකතු කිරීම තුළින් ඇයට ප්‍රමාණවත් විශ්වාසයක් ලැබුනේ කෙසේද? රොමිනි සොහොයුරිය ලැබූ සාක්ෂිය අප හඳුන්වන්නේ කෙසේද?
- යම් සත්‍යතාවයක් ගැන සාමාන්‍ය ලෙස කියවීමත්, ඔබ විශ්වාස කරන යමෙක් ඔහු හෝ ඇය එහි සත්‍යතාවය ගැන ඔබට කීමත් අතර තිබෙන වෙනස කුමක්ද? මොරෝනායි 10:4--5 පංති සාමාජිකාවන් ලවා කියවන්න. ශුද්ධාන්තමයාණන් වහන්සේ යමක සත්‍යතාවය ගැන අපට ප්‍රකාශ කරන්නේ කෙසේද? මෙම සාක්ෂිය ලබා ගැනීමට අප විසින් කල යුත්තේ කුමක්ද?

සාක්ෂිය දැරීම

සාක්ෂියක් ඇතිව ඉගැන්වීම යනුවෙන් අදහස් වන්නේ සුභාරංචිය සත්‍ය බව අවබෝධ කර ගෙන ඉගැන්වීමයි. සාක්ෂියේ බලයෙන් අන් අයට නැවත පිහිට වූ සුභාරංචිය තේරුම් ගැනීම සඳහා අපට උපකාර කල හැකිය. ශුභාරංචි මූලධර්මවල සත්‍යතාවය ගැන අසන්නන්ට සාක්ෂි දැරීමට ශුද්ධාන්තමයාණන් වහන්සේට පිළිවන. (1 කොරොන්ති 2:12--13 බලන්න)

- දර්ශක 35-අ. පුද්ගලයන් කරන්න. "ධර්ම දැනගත් දෙදෙනෙකු සොයා බලන්නෙකුගේ දොර අසල සිටී.

වැඩිමහල් ඇල්වින් ආර. ඩයර් පහත සඳහන් කථාව කීවේය:

"ධර්ම දැනගත් දෙදෙනෙකු දහවල් කාලය ඉක්ම ගොස් තිබියදී නිවසකට පැමිණියහ... මෙම පවුල... රාත්‍රී ආහාරය කළ වේලා ඇතිව ලබා ගැනීම සඳහා කැම මේසයේ වාඩිවීමට සූදානම්ව සිටියහ.. දොර ලග ධර්මදැනගත් පණිවුඩයට ලැබුනේ මද ප්‍රතිචාරයකි... (තවද) කාන්තාව දොර වැසීමට පටන් ගත්තාය. (ඇය එය කරන අතරතුර) ධර්මදැනගත් සුභාරංචියේ සත්‍යතාවය ගැන සාක්ෂි දැරූහ. එක් ධර්මදැනගත් නිවස ඇතුළත සිටින අයට ඇසෙන පරදී වුවමනාවෙන්ම උස් හසින් කථා කලේය. ඉන්පසු ධර්මදැනගත් වඩාත් ඉක්මණින් යන්ට ගියහ.

"යම් කිසිවෙකු ඔවුන්ට කතාකරන බව ඇසෙන විට ඔවුහු එම ගොඩනැගිල්ලේ අඩක්ම පසුකර ගමන් කර තිබිණි. අවුරුදු 14ක පමණ තරුණයෙකු ඔවුන්ව නවතා ඔබලාට නැවත පැමිණෙන ලෙස පියා කීවා. යයි කී බැවින් ඔවුහු නැවතත් එම නිවස වෙත ගියහ.. පියා කථා කරමින් ඔවුන්ගෙන් කෙනෙකු තම සාක්ෂිය දරනු තුරු, දොර ළඟ සිටිමින් ඔවුන් කල ප්‍රකාශ වලට ඔහුගේ සිතේ කිසිදු හැගීමක් ඇති නොවුනු බැව් කීවේය. ඉන්පසු ඔහු මෙසේ කීවේය. කිසියම් නුහුරු හැගීමක් මා තුළ ඇතිවී ඔබලා පිටත් කර හැරීමෙන් අපි කලේ වැරදි ක්‍රියාවක් බව දැන ගත්තෙමි. සාක්ෂියක් මගින් ගෙනදුන් මෙම පුබුදුවාලීමත්, අවබෝධයේ බලයත් මගින් මෙම පවුල බවිතිස්මය කරා යොමු කරවන ලදී. ("When Thou Art Converted Instructor, ජූලි 1961, 225).

- පියා ධර්මදැනගත් නැවත ගෙන්වා ගත්තේ මන්ද?
- සුභාරංචිය තමන්ට උගන්වන විටදී ඇතිවූ හැගීම් ගැන ප්‍රකාශ කරන ලෙස පත්කල පංති සාමාජිකාවන් දෙදෙනෙකුට කියන්න.



35-ආ. ධම්මනසන් දෙදෙනෙකු සොයා බලන්නෙකුගේ දොර අසල

අවසානය

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ ආධාරයෙන් ඉගැන්වීමේදී අපගේ මෙන්ම අප උගන්වන අයගේද පැතිම, අවබෝධය, සාක්ෂි සහ ඇදහිල්ලද... අපි දියුණු කර ගන්නෙමු. ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ බලය මගින් ඉගැන්වීම සඳහා අපි යහපත්ව කටයුතු කරමින් සුදානම් විය යුත්තෙමු. අපි හොඳින් සුදානම් නම්, එක්තු යන පරිදි අපි සත්‍යය උගන්වන්නෙමු. ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ මගපෙන්වීම ලැබෙන්නේ අධ්‍යයනය කරමින් යාඥා කරමින් හා දෙවියන් වහන්සේගේ පණත් අනුව අපි ජීවත්වන විටදීය.

"තවද ඇදහිල්ලේ යාඥාව තුළින් ඔබට ආත්මය දෙනු ලබන්නේය. තවද ඔබට ආත්මය ලැබුනේ නැතිනම් ඔබ ඉගැන්වීම නොකළ යුතුය..."

"තවද ඔබ සැනසීමේදායකයාණන් මගින් ඔබගේ හඬ ශබ්දය වැඩි කර ගන්නා විට මට යහපත්ව පෙනෙන ලෙස ඔබ කතා කරමින් අනාවැකි කියනු ලබන්නේය:

"තවද බලන්න සැනසීමේදායකයාණන් සියල්ල දන්නා සේක" (ඉගැන්වීම සහ ගිවිසුම් 42:14,16--17)

අභියෝගය

අධ්‍යාපනය, යාඥා කිරීම, සහ උපවාසකිරීම මගින් ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මගපෙන්වීම සොයන්න. ඉගැන්වීම සඳහා සුදානම් වීමේ පියවර වල් මේවාය. ප්‍රමාදයට, පවුලේ අනෙක් සාමාජිකයන්ට, මිතුරන්ට සහ අසල්වැසියන්ට ඉගැන්වීම සඳහා ඔබට තිබෙන අවස්ථාවන් කල්පනාකාරීව පාවිච්චි කරන්න.

අමතර ශුද්ධ ලියවිලි

- ලුක 24:32 (ගෝලයන්ගේ සිත් දැවී ගියාක මෙන් විය)
- ගොතාන් 14:26 (ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ සැම දෙයකම උගන්වන සේක)
- 2 නීතිය 32:7--8 (ආත්මයාණන්ට සවන් දෙන්න)
- අල්මා 5:43--52 (ශුද්ධාත්මයාණන් ගැන අල්මා සාක්ෂි දරයි)
- මොරෝනායි 10:7--8 (දෙවියන් වහන්සේගේ දීමනා දෙනු ලබන්නේ දෙවියන් වහන්සේගේ ආත්මය මගින්ය)

ගුරු සුදානම

මෙම පාඩම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර:

1. ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ උපකාරය ලැබීම සඳහා මෙම පාඩමේ පෙත්වාදී තිබෙන පියවරවල් අනුගමනය කරන්න.
2. සුකාරංචිය තමන්ට උගන්වන විටදී පැනුන හැඟීම ගැන ප්‍රකාශ කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් දෙදෙනෙකු පත් කරන්න.
3. ඔබ ප්‍රිය කරන යම් කතන්දර, ශුද්ධ ලියවිලි හෝ උපුටා ගැනීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පංති සාමාජිකාවන් පත් කරන්න.

සභාවේ සභාපතිවරු

1. ජෝසෆ් ස්මිත්

වර්ෂ 1805 දෙසැම්බර් 23 වෙනි දින ඡායාරූපි විනිසුරු ජනපදයේ වර්මොන්ට් නගරයේ උපත ලද ජෝසෆ් ස්මිත් (ජෝජ්ස්) සහ ලසි මැක් ස්මිත්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1829 මැයි මාසයේදී ජෙනාස් යාකොබ් සහ යොහාන් වෙතින් මෙල්කිසෙදෙක් පුජකවරයා ලබා ගත්තේය. (ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී) (සී. සහසි 20:2:27:12 බලන්න) 1830, අප්‍රේල් 6 වැනි දින සභාවේ ප්‍රථම වැඩිමහල්ලා වශයෙන් දෙවියන් වහන්සේ ඔහු කැඳවූ සේක. 1831 ජුනි 3 වෙනි දින ප්‍රයිමන් විට් මගින් උත්තම පුජකවරයා වශයෙන් පත්කරන ලදී. 1832 ජනවාරි 25 වැනි දින උත්තම පුජකවරයේ සභාපතිවරයා වශයෙන් ඇමිහර්ට්ස්හි ලොරෙන් ජනපදයේ ඔහුගේ වල සම්මන්ත්‍රණයකදී අනුමත කරන ලදී. 1844 ජුනි මස 27 වැනි දින ඉලිනොයිස් හි හැන්කොක් ජනපදයේ කාතේරිහි කාතේජ් සිර ගෙදරදී වයස 38දී ආගම වෙනුවෙන් ජීවිතය පුදකරන ලදී.

2. බ්‍රිගම් යන්ග්

වර්ෂ 1801 ජුනි 1 වෙනි දින විට්නගහැම් වින්හැම් ජනපදයේ වර්මොන්ට් නගරයේ උපත ලද ජෝන් යන්ග් සහ ඇබිගල් හේ යන්ග් ගේ පුත්‍රයෙකි. 1835 පෙබරවාරි 14 වෙනි දින මෝර්මන්ගේ පොරන් සාක්ෂිකරුවන් තිදෙනා මගින් ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණ පුරුණයේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1847 අගෝස්තු 27 වෙනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1877 අගෝස්තු 29 වෙනි දින සෝල්ට් ලේක් නගරයේ යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේදී 76 වැනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

3. ජෝන් ටේලර්

වර්ෂ 1808 නොවැම්බර් 1 වෙනි දින එංගලන්තයේ වෙස්ට් මොලොන්ඩ් ජනපදයේ මිල්නකෝප් හි උපත ලද ජෝසෆ් ටේලර් සහ ඇන්තනිස් ටේලර්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1838 දෙසැම්බර් 19 වෙනි දින බ්‍රිගම් යන්ග් සහ හර්බට් සී. ක්ලිබල් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී. 1877 ඔක්තෝම්බර් 6 වැනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරුණයේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1880 ඔක්තෝම්බර් 10 වැනි දින සභාවේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1897 ජූලි 25 වැනි දින යුටාහි හේවිස් ජනපදයේ කේස්විලිහි දී 78 වැනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

4. විල්මෝඩ් චුඩ්ටන්

වර්ෂ 1807 මාර්තු 1 වෙනි දින ඇවෝන් (ගාම්නට්) හාට්ලෝඩ් ජනපදයේ කෙනෙකට්කට්හි උපත ලද ඇගෝක් චුඩ්ටන් සහ බ්‍රිග්ලා නොම් රසන් චුඩ්ටන්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1839 අප්‍රේල් 26 වෙනි දින බ්‍රිගම් යන්ග් විසින් ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරුණයේ සභාපති වරයා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1889 අප්‍රේල් 7 වැනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1898 සැප්තැම්බර් 2 වැනි දින කැලිෆෝනියාවේ සැන් ප්‍රැන්සිස්කෝ ජනපදයේ සැන් ප්‍රැන්සිස්කෝ හි 91 වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

5. ලොරෙන්සෝ ස්නෝ

වර්ෂ 1814 අප්‍රේල් 3 වෙනි දින ඔහුගේ පෝට්ටර් ජනපදයේ මන්ට් හි උපත ලද ඔලිවර් ස්නෝ සහ රොසෙට්ටා ලෙනෝරා පෙට්ට්ලෝන් ස්නෝගේ පුත්‍රයෙකි. 1849 පෙබරවාරි 12 වෙනි දින හීබර් සී. ක්ලිබ්ට් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී. 1873 අප්‍රේල් 8 වැනි දින බ්‍රිගම් යන්ග් සභාපතිතුමාගේ සහකාර උපදේශකයෙකු ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1889 අප්‍රේල් 7 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුර්ණයේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1901 ඔක්තෝම්බර් 10 වැනි දින වයස 87 දී යුටා හි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

6. ජෝසෆ් එෆ් ස්මිත්

වර්ෂ 1838 නොවැම්බර් මස 13 වෙනි දින මිසූරි කැඩ්වෙල් ජනපදයේ ෆාර් වෙස්ට්හි උපත ලද හැරිස් ස්මිත් සහ මේරි ෆිල්ඩින් ස්මිත්ගේ පුත්‍රයෙකි 1866 ජූලි 1 වැනි දින බ්‍රිගම් යන්ග් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු සහ පළවෙනි සභාපතිත්වයේ උපදේශකයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී. 1867 ඔක්තෝම්බර් 8 වැනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුර්ණයේ සාමාජිකයෙකු ලෙස පත්කරන ලදී. 1877 අගෝස්තු 29 වැනි දින යන්ග් සභාපතිතුමාගේ අභාවයෙන් පසු පළවෙනි සභාපතිත්වයේ උපදේශකත්වයෙන් මුදාහරින ලදී. 1880 ඔක්තෝම්බර් 10 වැනි දින සභාපති ජෝන් ටේලර්ගේ දෙවන උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1887 ජූලි 25 වෙනි දින ටේලර් සභාපතිතුමාගේ මරණයෙන් පසු මුදා හැර 1889 අප්‍රේල් 7 වැනි දින විල්ගොඩ් ඩ්‍රිමර්ගේ දෙවන උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1898 සැප්තැම්බර් 13 වෙනි දින ලොරෙන්සෝ ස්නෝ සභාපතිතුමාගේ දෙවන උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1907 ඔක්තෝම්බර් 10 වැනි දින ලොරෙන්සෝ ස්නෝ සභාපතිතුමාගේ පළවෙනි උපදේශක වශයෙන් අනුමත කර එම තනතුරට පත් නොකරන ලදී. 1901 ඔක්තෝම්බර් 10 වැනි දින ස්නෝ සභාපතිතුමාගේ අභාවයෙන් පසු මුදාහරින ලදී. 1910 ඔක්තෝම්බර් 17 වැනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1918 නොවැම්බර් 19 වැනි දින වයස 80 දී යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

7. හිබර් ජෙඩ් ග්‍රාන්ට්

වර්ෂ 1856 නොවැම්බර් 22 වෙනි දින යුටාහි, සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේ උපත ලද ජෙඩ්ඩියා මොගන් ග්‍රාන්ට් සහ රෙවල් ඊජ්වේ අර්චින් ග්‍රාන්ට්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1822 ඔක්තෝම්බර් 16 වෙනි දින ජෝර් ක්ලිව් කැනන් විසින්, ප්‍රේරිතයෙකු වශයෙන් පත් කරන ලදී. 1916 නොවැම්බර් 23 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස්දෙනාගේ ගණපුර්ණයේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1918 නොවැම්බර් 23 වැනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1945 මැයි 14 වෙනි දින යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේ දී 88 වෙනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

8. ජෝර්ජ් ඇල්බට් ස්මිත්

වර්ෂ 1870 අප්‍රේල් 4වෙනි දින යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේ උපත ලද ජෝන් හෙන්රි ස්මිත් සහ සාරා ෆාර් ස්මිත්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1903 ඔක්තෝම්බර් 8 වැනි දින ජෝසෆ් එෆ්. ස්මිත් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත්කරන ලදී. 1943 ජූලි 1 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණ පුර්ණයේ සභාපති ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1945 මැයි 21වැනි දින 75 වෙනි වියේදී සභාවේ සභාපති තුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1951 අප්‍රේල් 4 වෙනි දින යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේ දී 81 වැනි වියේ දී අභාවප්‍රාප්ත විය.

9. ඩේවිඩ් ඩිමන් මැකේ

වර්ෂ 1873 සැප්තැම්බර් මස 8 වෙනි දින යුටාහි,වේබර් ජනපදයේ හන්ට්ස් විල්හි උපත ලද ඩේවිඩ් මැකේ හා ජෙනට් ඉවිලින් ඉවන්ස් මැකේගේ පුත්‍රයෙකි. 1906 අප්‍රේල් 9වෙනි දින ජෝසප් එල්. ස්මිත් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී. 1934 ඔක්තෝම්බර් 6වෙනි දින හීබර් ජේ. ග්‍රාන්ට් සභාපතිතුමාගේ දෙවන උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1945 මැයි 21 වැනි දින ජෝරජ් ඇල්බට් ස්මිත් සභාපතිතුමාගේ දෙවන උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1950 සැප්තැම්බර් 30 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරණයේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1951 අප්‍රේල් 9 වැනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1970 ජනවාරි 18 වෙනි දින සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී 96 වැනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

10. ජෝසප් ෆිල්ඩින් ස්මිත්

වර්ෂ 1876 ජූලි 19 වැනි දින යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේ උපත ලද ජෝසප් ෆිල්ඩින් ස්මිත් සහ ජූලියා ලැම්බර්ග් ස්මිත්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1910 අප්‍රේල් 7 වෙනි දින ජෝසප් එල් ස්මිත් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු වශයෙන් පත් කර ලදී. 1950 සැප්තැම්බර් 30 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරණයේ වැඩ බලන සභාපති ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1951 අප්‍රේල් 9 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරණයේ සභාපති ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1965 ඔක්තෝබර් 29 වැනි දින පළවෙනි සභාපතිත්වයේ උපදේශකයෙකු වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1970 ජනවාරි 23 වෙනි දින 93 වැනි වියේදී සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1972 ජූලි 2 වෙනි දින 95 වෙනි වියේදී යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

11. හැරල්ඩ් ඩින්හම් ලී

වර්ෂ 1899 මාර්තු 28 වෙනි දින අයිඩාහෝ ඔතිඩා ජනපදයේ ක්ලිෆ්ටන්හි උපත ලද සැමුවෙල් එම්. ලී සහ ලුසියා බ්‍රින් හැම් ලීගේ පුත්‍රයෙකි. 1941 අප්‍රේල් 10 වෙනි දින හීබර් ජේ. ග්‍රාන්ට් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු වශයෙන් පත් කරන ලදී. 1970 ජනවාරි 23 වැනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරණයේ සභාපති ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1970 ජනවාරි 23 වෙනි දින ජෝසප් ෆිල්ඩින් ස්මිත් සභාපතිතුමාගේ පළවෙනි උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1972 ජූලි 7 වෙනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1973 දෙසැම්බර් 26 වෙනි දින යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී 74 වෙනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

12. ස්පෙන්සර් වුලි කිම්බල්

වර්ෂ 1895 මාර්තු 28 වෙනි දින යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ උපත ලද ඇන්ඩෘ කිම්බල් සහ ඔලිව් වුලි කිම්බල් ගේ පුත්‍රයෙකි. 1943 ඔක්තෝම්බර් 7 වෙනි දින හීබර් ජේ. ග්‍රාන්ට් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත්කරන ලදී. 1970 ජනවාරි 23 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරණයේ වැඩ බලන සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1972 ජූලි 7 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුරණයේ සභාපති ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1973 දෙසැම්බර් 30 වෙනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1985 නොවැම්බර් 5 වෙනි දින යුටාහි සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී 90 වැනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

13. එස් රා ටැෆ්ට් බෙන්සන්

වර්ෂ 1899 අගෝස්තු 4 වෙනි දින අයිඩහෝ ප්‍රාන්තයේ ජනපදයේ විටිනි නගරයේ උපත ලද ජෝර්ජ් ටී බෙන්සන් සහ සාරා ඩන්කල් ශ්‍රී බෙන්සන්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1943 ඔක්තෝබර් 7 වෙනි දින හිබර් ජේ. ග්‍රාන්ට් විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී. 1973 දෙසැම්බර් 30 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුර්ණයේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1985 නොවැම්බර් 10 වෙනි දින සභාවේ සභාපති වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1994 මැයි 30 වෙනි දින යුටා සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී 94 වැනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

14. හෝවඩ් විලියම් හන්ටර්

වර්ෂ 1907 නොවැම්බර් 14 වෙනි දින අයිඩහෝ ඇඩා ජනපදයේ බොයිසි නගරයේ උපත ලද, ජෝන් විලියම් හන්ටර් සහ කෙලී මේරි රස්බ්‍රසෙන් හන්ටර්ගේ පුත්‍රයෙකි. 1959 ඔක්තෝබර් 15 වෙනි දින ඩේවිඩ් ඕ මැකේ විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී. 1985 නොවැම්බර් 10 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුර්ණයේ වැඩ බලන සභාපති වශයෙන් අනුමත කර ලදී. 1988 ජුනි 2 වෙනි දින ප්‍රේරිතයන් දොළොස් දෙනාගේ ගණපුර්ණයේ සභාපති ලෙස අනුමත කරන ලදී. 1994 ජුනි 5 වෙනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1995 මාර්තු 3 වෙනි දින, යුටා සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේදී 87 වැනි වියේදී අභාවප්‍රාප්ත විය.

15. ෆෝඩන් බ්‍රිට්නර් හින්ක්ලි

වර්ෂ 1910 ජුනි 23 වෙනි දින යුටා සෝල්ට් ලේක් ජනපදයේ සෝල්ට් ලේක් නගරයේ උපත ලද බ්‍රයන්ට් එස් හින්ක්ලි සහ ඇඩා බ්‍රිට්නර් හින් ක්ලිගේ පුත්‍රයෙකි. 1958 අප්‍රේල් 6 වැනි දින දොළොස් දෙනාගේ සහකරු වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1961 ඔක්තෝබර් 5 වැනි දින ඩේවිඩ් ඕ මැකේ විසින් ප්‍රේරිතයෙකු ලෙස පත් කරන ලදී. 1981 ජූලි 23 වෙනි දින ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කිම්බල් සභාපතිතුමාගේ උපදේශකයෙකු වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1982 දෙසැම්බර් 2 වෙනි දින කිම්බල් සභාපතිතුමාගේ දෙවන උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1985 නොවැම්බර් 10 වෙනි දින එස් රා ටැෆ්ට් බෙන්සන් සභාපතිතුමාගේ පළවෙනි උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1994 ජුනි 5 වෙනි දින ගොවාඩ් ඩබ්ලිව් හන්ටර් සභාපතිතුමාගේ පළවෙනි උපදේශක වශයෙන් අනුමත කරන ලදී. 1995 මාර්තු 12 වෙනි දින සභාවේ සභාපතිතුමා වශයෙන් අනුමත කරන ලදී.

පටුන

ඒ	බෙන්සන් එස්ඊ ටැඞ්ට් ජීවිත කථාව කෙටියෙන් 279 ශරීරයේ පුප්‍රතිශක්තිය 60 - - 61 පොත් යහපත භුක්තිවිඳීමට බෙදාහැර දීම 242 ස්වමිත් වහන්සේ විසින් කැඳවනු ලැබූ සැමුවෙල් නම් පිරිමි ළමයා පින්තූර අංශය 3 අයවැය සභාදායක මුදල් ඉතිරිකිරීම ආහාර, ඇඳුම්, නිවාස, වෛද්‍ය වියදම් ප්‍රවාහන ප්‍රයෝජන 152--59 පාඩම 152--59 පවුලේ මුදල් පාවිච්චි කරන අන්දම ගැන සැලසුම් කිරීම 152--54 ආදරය අයවැයක් (21-අ), 155 ගොඩනැගිලි අවශ්‍යතා 193 නැව සැදීම පින්තූර අංශය 1
අඹනාඩි නොවා රජතුමා ඉදිරිපිට පින්තූර කොටස 11 අල්මා මොරමන් ජලයේ බවිච්චිය කරයි. පින්තූර කොටස 12 ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ උපත එඬේරැන්ට ප්‍රකාශ කිරීම. පින්තූර කොටස 5 කලා දසනො දියුණු කර ගැනීම 240 නිවෙස් දී බෙරැස්මන් කිරීම 240	
බී	
ළදරුවන් සඳහා ආහාර 167--69 මව්කිරි සහ බොතලයෙන් පෙවීම 166-- 68 පෝෂණය සඳහා 165--69 වෙනත් ආහාර දිය යුතු කාලය 168-- 69 බවිච්චිය ගිවිසුම 24 සදාකාලික ජීවිතය, 22--24 පාඩම 22--28 යුතුකම් 26--28 අවශ්‍යතාවයන්, 24 ඉද්ධ ලියවිලි 28 අපි බවිච්චිය විය යුත්තේ මන්ද 23	
	සී
	ධාන්‍ය ළදරුවන් සඳහා 168 හොඳ පෝෂණය 163 අංග සම්පූර්ණ ආදරය 55 පාඩම 55-59 ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පින්තූර, ආදරය 55

සේවය සහ 57-58
 පතිච්ඡත්තාව
 පතිච්ඡත්තාවේ නීතිය කැඩීම පාපයකි 60-61
 ගමන් යොදා ගැනීම සහ 62--63
 දෙමව්පියන්ගේ ආදරය 65 සහ
 එහි වැදගත්කම 60--61
 නීතිය ගැන 60
 පාඩම 60--65
 විනීත ඇඳුම සහ 64
 ශරීරයේ ශුද්ධ භාවය 60--61
 ශුද්ධ මියවීම 65
 ළමුන්ට ඉගැන්වීම 61--65

ළමයි
 පවුලේ ව්‍යාපාර බලා ගැනීම සඳහා
 ඉගැන්වීම් 219
 පවුලේ වැඩ ව්‍යාපෘති 220 සහ
 සුභාරංචි මුලධර්ම - යොදා ගැනීමට
 ළමයින්ට ඉගැන්වීම 230
 වැඩිහිටි ළමයින් බාල ළමුන් බලා ගැනීම
 ඉගැන්වීම 219
 වගකීම් ලබාදීම් 231
 ආත්ම දමනය ඉගැන්වීම් 227--31
 වැඩ, විනෝදවීමට ළමයින්ට ඉගැන්වීම
 220--21
 මහත්සීචි වැඩ කිරීමට ළමයින්ට
 ඉගැන්වීම 214--15

ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ
 සහ ලොවපුරා ළමයින් පින්තූර අංශය
 10
 කුරුසුප්ප්‍රාච්චිය පින්තූර (2-ඇ) 18
 ඇඳහිල්ල ශක්තිමත් කිරීම 2--11
 ගෙන්සමනි උසනේ ශාලා කිරීම පින්තූරය
 (2-ආ)
 නාමය අප වෙත ලබා ගැනීම 24

සහා රැස්වීම්
 සහභාගිත්වයෙන් ලැබෙන ආශිර්වාද 127
 ළමයින්ගේ රැස්වීම් 126
 ගැහැණු ළමයින්ගේ රැස්වීම් 126

උපවාස සහ සාක්ෂි 124
 පාඩම 122--29
 සහා රැස්වීම් සාර්ථක කිරීම 126--27
 පුජක රැස්වීම් 124
 ප්‍රාථමික 126
 අරමුණු 122--26
 සහන සමිතිය 126
 සක්‍රමේන්තුව සහා රැස්වීම 122--24
 ශුද්ධ මියවීම 129
 ඉරැදින පාසල 126
 කාන්තාවන්ගේ රැස්වීම් 126
 තරුණ කාන්තා 126

නිවසේ පිරිසිදුකම සහ නිසි පිළිවෙල 243
 වාදය යඤ්ඤාගෙන් පැමිණෙයි 31
 ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේ ඉවතට පළවා
 හරියි 31

අපගේ පවුල් සමග සාකච්ඡා
 පවුල් උපදේශක සහා 111--113
 පාඩම 108--14
 වටිනාකම 113

ගිවිසුම්
 බවිතීස්මයේ 24
 අර්ථය 24
 සක්‍රමේන්තුව 24

ඩී

දින යොදා ගැනීමේ පිළිවෙල
 සහ පතිච්ඡත්තාව 62--64
 රෝගයීය ලබා දීම 62--64

ණය
 වළක්වා ගැනීම 158
 පවුලේ මුදල් පාලනය කිරීම, පාඩම 152-59

වැඩිදියුණු කිරීම
 වෘත්තීය දක්ෂතා පාඩම 206--13
 නිපුණත්වයන් පාඩම 198--205
 සහ ආත්ම දමනය ගැන ඉගැන්වීම පාඩම

223--32
 ආබාධිත සාමාජිකයන් සම්බන්ධ කර ගැනීම
 vi--vii
 රෝග වළක්වා ගැනීම
 පිරිසිදුකම 171
 විෂ බීජ පාලනය, 170--71
 යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු 174
 ප්‍රතිශක්තිකරණ සටහන (24-අ), 172
 ප්‍රතිශක්තිකරණය 171--74
 කෘමීන් නිවසට එම වළක්වා ගැනීම 170
 පාඩම 170--75
 සත්ව හා මනුෂ්‍ය අපද්‍රව්‍ය නිසිලෙස ඉවත්
 කිරීම, 171
 ආහාර ආරක්‍ෂා කිරීම, 171
 රෝග වලට ඔරොත්තුදීමේ සහ වැළැකීමේ
 සටහන (24-අ), 172
 රෝග ලක්ෂණ, 174
 ලෙඩුන්ට සාත්තු කිරීම, 174

ඇඳුම්වල ප්‍රමිතිය
 සහ විනීත භාවය, 64--65
 විනීත බව රෙගුලාසි කිරීම, 64

ඊ

වෘත්තීය දක්ෂතා වැඩිදියුණු කිරීම,
 පාඩම 206--13

අවසානය දක්වා දුරා ගැනීම 27

පරිසරය, නිවස
 කලා ශිල්ප, 240
 පිරිසිදු බව, 243
 ඔසවා තැබීම නිර්මාණය කිරීම, පාඩම
 233--44
 සංග්‍රහ කිරීම 242--43
 දියුණු කරන ගන්නා අන්දම, 235--43
 නිවසේ බලපෑම, 233--43
 නිවසේ සංරක්ෂණය, 235--40
 සොබා දහමේ අලංකාරය දියුණු කර ගත
 හැකිය, 240--42
 නිසි පිළිවෙල, 243

වැඩිදියුණු කිරීමේ පින්තූර 240
 ශුද්ධ මියවීම් සහ පොත්, 242
 නිපුණත්වයන් සහ හස්ත කම්පන, 240
 රූපවාහිනී 243

එස්තර

රජතුමා ඉදිරියේ පින්තූරය (6-අ) 46
 පින්තූර අංශය 4
 සදාකාලික ජීවිතය එ සඳහා අවශ්‍යතා
 කිහිපයක්, 26--27

සදාකාලික විවාහය

ආශිර්වාද 68--71
 පාඩම 66--74
 සුදානම් වීම සඳහා, 71--72
 හේතූන් සඳහා 66
 අවශ්‍යතාවයන් සඳහා 71
 පරිත්‍යාග සඳහා 72--73
 සදාකාලික සහකාරයා තෝරා ගැනීම 62,
 71--72
 ආදර්ශමත්වීම පවුල් සඳහා, මිතුරන්,
 සාමාජිකයන් නොවන්නන් සඳහා, 135

එෆ්

ඇඳුම්වල

අරථය 2
 ක්‍රියාත්මක කිරීම, 5--8
 දියුණු කරගන්නා අන්දම, 2--5
 කීකරුකම මගින් තබාගැනීම, 8--10
 පාඩම 2--11
 ශුද්ධ මියවීම්, 11

පවුල්

සමග සාකච්ඡා කිරීම, පාඩම 108--14
 මුදල් පාලනය කිරීම, පාඩම 152--59
 පෝෂණය සඳහා පාඩම 160--64
 වැඩ කිරීමේ සහ වගකීමේ වටිනාකම
 ඉගැන්වීම පාඩම 214--22
 "පවුල ලෝක ප්‍රකාශනයකි"

පවුල් උපදේශක සභා පැවැත්වීම 113

පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව

ආශිර්වාද 120--21
ගැම පවුලකම පැවැත්විය යුතුය 115
නිවසේම යහපත් ගැඹීමක් ඇති කිරීමට
උපකාරවත් වෙයි, 235
පාඩම 115--21
සඳුදා සැන්දෑව නිදහස්ව තබා ගැනීම
115

උපවාස සහ සාකෂි රැස්වීම
නියෝග ක්‍රියාත්මක කිරීම 124
අරමුණ 124
පවත්වන අවස්ථා 124

උපවාස කිරීම
ලැබෙන ආශිර්වාද, 43
ප්‍රමිත සහ, 44
එස්තර සහ, 45--47
පවුල් සහ, 43--44
පාඩම, 43--47
කීකරුකම සහ, 47
බවිතියමයෙන් පසු යුතුකම්, 26
ගාඥාව සහ, 44
සහ ගාඥාව අධ්‍යාත්මක බව දියුණු
කරයි. 43
හේතුව, 43
ශුද්ධ ලියවිලි 47
බලයේ උල්පත, 44--47

පියවරු
පවුල සමග සාකච්ඡා කිරීම, පාඩම, 108-
-14
භාග්‍යයන් සමග සාකච්ඡා කිරීම, 111
පුප්‍රක නියෝග, 82, 85
නිවසේ වැඩ කොටස, 93--94, 108
මිත්‍රත්වය පැවැත්වීම සහ ධර්මය කටයුතු
පාඩම 130--37

මුදල්
භාග්‍යමෙන් වැළකීම 158
අයවැය, 154--58
පවුල පාලනය කිරීම, පාඩම 152--59
අවශ්‍යතාවයන් 157
පාවිච්චි කරන අන්දම සැලසුම් කිරීම,

152--54
ආදර්ශ අයවැයක් (21-අ), 155
ඉතිරිකිරීම් 154--57
දසයෙන් එක ගෙවීම සහ සභාදායක
මුදල්, 154

සමාව දානය කිරීම, පසුතැවිල්ල ගෙන එයි,
16--21

මිතුරන්
නිවසට හෝ සභා රැස්වීම් වලට
ආරාධනා කිරීම, 135--36

ධර්මය කටයුතු සහ මිත්‍ර සම්බන්ධතා
පාඩම 130--37
නව සාමාජිකයන් 136

පළතුරු
ප්‍රදරවත් සඳහා 168
හොඳ පෝෂණයක් සඳහා 160--163
පළතුරු ගස් සිටුවීම 188--90

පී

වගා කිරීම
හොඳ පෝෂණයක් 176
නිවස, පාඩම, 176--85
නිවස සඳහා සැලසුම් කිරීම, 177--83
වත්ත වගා කිරීම, 183
වතු ප්‍රදේශය සුදානම් කිරීම, 181--83
අනාගතවක්තෘවරුන්ගේ උපදේශ 176
වත්ත රැකබලා ගැනීම 183

යහපත් ආදර්ශ, පවුල්වලට මිතුරන්ට
සාමාජික නොවන්නන් හට, 135

සුභාරංචිය
නිවසේ ඉගෙන ගැනීම සඳහා
වාතාවරණයක් 246
ප්‍රමිතව සාකෂිය දැරීම 252
අධ්‍යයන කටයුතු වල ආශිර්වාද 252--
53
පවුල් නිවාස සන්ධ්‍යාව සහ, 252
අපගේ නිවාස වල සුභාරංචිය ඉගෙනීම,

පාඩම 245--53
 දෙමළිපියන් ඉගැන්විය යුතුය, 245
 පවුලේ අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා සැලසුම්
 කිරීම 246--52
 පවුල සමග ශාඛා කිරීම, 246--48
 ඉගැන්වීමට සූදානම් වීම, පාඩම 254--
 62
 ශුද්ධ ලියවිලි 253, 260--62
 ශුද්ධ ලියවිලි අධ්‍යයන කිරීම, 248--
 52, 257--59
 ඉගැන්වීමේ අවස්ථා 248
 එකිනෙකාට ඉගැන්වීම, 254--57
 ග්‍රන්ථි හීබර්, ජේ. කෙටි ජීවිත කථාව, 278

එව්

හින්කලි ගෝඩන් බී. කෙටි ජීවිත කථාව 280

ශුද්ධාත්මකාණන් වහන්සේ
 සාකෂි දුර්ම 274
 සැනසීම 33--34
 තිරණ සහ 32
 පෙළඹවීම් අනුගමනය කිරීම, 134--35
 මගපෙන්වීම, 26, 271--74
 අපට සභාවේ වැඩිම සඳහා උපකාර 32
 අපට උපකාර වන්නේ කෙසේද? 31--
 32
 අප සමග උන්වහන්සේව තබා ගන්නේ
 කෙසේද? 31--32
 යහපත් ගුණාංග ප්‍රබෝධමත් කරයි, 32
 දීමනා පිළිබඳ පාඩම, 29--36
 ශුද්ධ ලියවිලි 35, 276
 මිත්‍රත්වය සෙවීම 35
 බලය සහ ආනුභාවය මගින් ඉගැන්වීම
 271--72, 274
 සත්‍යයට සාකෂි දරයි, 34--35
 අපට අවවාද කරයි, 32--33
 අකීකරු අය සමග වාසය නොකරයි, 31
 ලබාගන්නේ කවුරුන්ද 35
 අපට අවශ්‍ය මන්ද 29--31

නිවස

කලා ශිල්ප 240
 ඉගෙනීම සඳහා මධ්‍යස්ථානය 245--46
 ඔසවා තැබීමේ වාතාවරණයක් නිර්මාණය
 කිරීම පාඩම 233--44
 යහපත් හැඟීමක් නිර්මාණය කිරීම 235
 වතු වගාව පාඩම 176--85
 බලපෑම 233--35
 නිවසක් නිසි පිළිවෙලට තබා ගැනීම 146
 එහි සුභාරංචිය ඉගෙන ගැනීම පාඩම
 245--53
 ගෙයක් නිවසකට පරිවර්තනය කිරීම
 235--42
 හොඳින් පාලනය කිරීම පාඩම 146--51
 සංගීතය 235--40
 සියළු දෙනෙකුටම ස්ථානයක්, 148
 වැඩ කිරීමට සැලසුම් කිරීම 150
 නිසි පිළිවෙලේ මුලධරම 148
 නිවාස නිෂ්පාදන පාඩම 186--90
 ආත්ම ශක්තිය සහ නිවාස නිෂ්පාදන
 186--88
 නිවාස කටයුතු සරල කිරීම 148--50

නිහඟමානිත්වය බවිනිස්මයේ අවශ්‍යතාවයකි
24

හන්ටර්, හොවාඩ් ඩබ්ලිව් කෙටි ජීවිත කථාව,
279--80

ස්වාමි පුරුෂයන්
 සමග සාකච්ඡා කිරීම 111
 ආදරය සහ සැලකිලිමත් බව පෙන්වීම
 108--11

ජේ

යේසුස් වහන්සේ දොර අසල පින්තූර අංශය
9

කේ

කිම්බල් ස්පෙන්සර් ඩබ්ලිව් කෙටි ජීවිත කතාව
279

ඇල්

අන්තිම රාත්‍රී හෝපනය කාල බෙලාකි විසින්
(17-අ) 123
පින්තුර අංශය 8

පසු දවස්වල ශුද්ධවන්ත කාන්තාව
පසු දවස්වල ශුද්ධවන්ත කාන්තාවක්
වීමේ වගකීම් සහ ආශීර්වාද 99 -- 102
පසු දවස්වල ශුද්ධවන්ත භාග්‍යවත් වීමේ
ලැබෙන වගකීම් සහ
ආශීර්වාද 97--99
පාඩම 97--107
අවිවාහක කාන්තාවන් 102--06
තරුණ කාන්තාවන් 102

ලී හැරලිඩ් බී කෙටි කථාව 279

මෙම දැනමුතුකම් පොතේ පාඩම් v--vi

"ජීවමාන ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ" viii

සත්ව ගොවිපලක් තබා ගැනීම, 188
පොත්පත්, සභාව, මෝරමන්ගේ පොත්,
පත්‍රිකා, පොත් දීම 133--34

ප්‍රේමය

ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ 55--56
පණත් 56
ගිවිසුමකට බැඳීම 57--58
පාඩම 55--59
සරව සම්පූර්ණ ආදරය-- දයාව 55
සේවය ගොඩනගයි 57

ඇම්

පාලනය කිරීම

පවුලේ මුදල් පාඩම 152--59
අපගේ නිවාසවලදී හොඳින් පාඩම 146-
-51

පිලිපීනයේ මැනිලා නුවර දෙව මාළිගාව
පින්තුර අංශය 16

මෙම දැනමුතුකම් පොත

හැම සොහොයුරියක්ම සතිය තුලදී
අධ්‍යයනය කල යුතුය vi
ගුරුවරිය සඳහා යෝජනා v--vi
ගුරුදින රැස්වීමේ කාන්තාවන් සහ
ගැහැණු ළමයින් සඳහා v

විවාහය

සදාකාලික ආශීර්වාද 68--71
සදාකාලය පිළිබඳ පාඩම 66--74
සදාකාලය සඳහා සුදානම් වීම 71--72
සදාකාලය සඳහා කැප කිරීම් 72--73
දේව මාළිගා විවාහය, කුමක් හිසඳ 66-
-68

මාටින් අත්කරත්ත කණ්ඩායම උගු
අවස්ථාවක යුමින් 1856
පින්තුර අංශය 15

මේරි, මාර්තා, පින්තුර අංශය 7

මැකේ, ඩේවිඩ් ඕ. කෙටි ජීවිත කථාව
278--79%

මස් සහ රනිල බෝග

හොඳ පෝෂණය සඳහා 160, 163
රැස්වීම්, සහා
මිතුරන්ට ආරාධනා කිරීම, 135--36
පාඩම 122--29
බවිතිස්මයෙන් පසු යුතුකම් 26

ධර්මද්‍රව්‍යයන්

ශාරීරිකව සුදානම් වීමට බෙදීම 140
පත්වන්නේ කෙසේද 131--36
ලිපි ශැවීම 143
ධර්මද්‍රව්‍ය කටයුතු සහ මිත්‍ර සම්බන්ධතා
පාඩම 130--37
සුදානම් වීම සඳහා 138--42
සුදානම් වීම සහ බෙදීම ලබාදීම පාඩම
138--44
තරුණයන් සුදානම් කිරීම 138--42
සුදානම් කිරීමේ වගකීම් 138
අවශ්‍ය ප්‍රගුණුව 140
උපකාර කිරීමේදී තරුණ කාන්තාවන්ගේ
වැඩ කොටස 142--44

ධර්මදාන කටයුතු සහ මිත්‍ර සම්බන්ධතා
ප්‍රීතිය ගෙන දෙයි 131
එය කරන්නේ කෙසේද 131--36
එහි වැදගත්කම 130--31
පාඩම 130--37

පෝෂණදායක ආහාර සකස් කිරීම 163-
-64
ඥානයේ වචනය සහ 160--63

බී

විනිතභාවය
පාඩම 60--65
විනිත ඇඳුම 64
දෙමාපිය ආදරය 65
ඉරිතයේ පුප්භීයත්වය 60--61
ඉද්ධ ලියවිලි 65
ප්‍රමාණවත් ඉගැන්වීම 61--65

නිවේශ් පවතින පිළිවෙලකම හා පිරිසිදුකම

ඔ

මෝසස් බුලත්තල පින්තූර අංශය 2

සාමාජිකයන් නොවන පවුලක් සහ මිතුරන්
හා ඉවසීමෙන් තොරවීම 135

මව්වරු

පසු දවස්වල ඉද්ධවත්ත මවකගේ
ආශිර්වාද සහ වගකීම් 99--102
මවට සහ ප්‍රදරුවාට පෝෂණය පාඩම
165--69

පුරුෂත්වයට මාගීය 26--28

පෞද්ගලික දිගුකාලීන පාඩම, 198--205

පේතෘස් ආකාරව සහ යොහාන් විසින්
මෙලකියෙය්ගේ පුප්කවරය පෝසල් සමත්
සහ ඔලිවර් වෙත දානය කිරීම පින්තූරය
(11-අ) 77

පින්තූර අංශය 291

අ

සොඩා දහම, විනෝද වීමට යොදාගැනීම 240-
-42

යාඥාව

ඉද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මග
පෙන්වීම සඳහා 272
ඉගැන්වීමට සුදානම්වීම 260
යුතුකම් 26

අවශ්‍යතාවයන් අප වෙනුවෙන් සැපයීම 188-
-93

සභාවේ සභාපතිවරුන්ගේ කෙටි පිවිස
කථා 277--80

නිපායි ඔහුගේ සහෝදරයන්ට තරවටු කිරීම,
පින්තූර අංශය (1-අ) 9

වැළකීම රෝගවලින් පාඩම 170--5

පෝෂණය

පවුල සඳහා පාඩම 160-64
ආහාර දර්ශක පිරිමිස (22-අ) 162
හොඳ පෝෂණ පදාර්ථයන් සපයන
ආහාර, 160--64
ධර්මදානයන්ට හොඳ පෝෂණදායක ආහාර
සැකසීම පුනුණුවීමට 140
මව සහ ප්‍රදරුවා සඳහා පාඩම 165--
69
ගර්භණී කාන්තාවන් සඳහා 165--67

පුප්කවරය

අර්ථ දැක්වීම 76, 91
ගෞරවකරමින් අනුමත කිරීම 92
එහි වැදගත්කම ගැන පාඩම 76--81
නියෝග ගැන පාඩම 82--90
පවුලේ උත්කර්ෂයට අවශ්‍ය වෙයි. 79--
80
තනතුර සහ වගකීම් ගැන 76
බලය ගැන ධර්මමයතාවය තුළින් 78--
79

නැවත පිහිට වීම ජෝසප් සමිත්ව 76
ශුද්ධ ලියවිලි 81
කාන්තාවන් සහ පාඩම 91--96

පුස්තක නියෝග
ලැගබන ආශිර්වාද 85--87
අර්ථය සහ එහි ලැයිස්තුව, 82
පාඩම, 82--90
ආශිර්වාද ලැබීමට ඉවසිලිවන්තව සිටීම
87--89
ශුද්ධ ලියවිලි, 90

පුස්තක රැස්වීම්
පවත්වන අවස්ථා, 124
සහභාගිවන අය, 124

නිෂ්පාදන නිවාස
වතු වගාව 190
පාඩම, 186--96
දක්ෂතා පුහුණුවීම, 193--95
දේපළ නඩත්තුව, 193
අවශ්‍ය උපකරණ සැදීම හෝ ගොඩනැගීම
193
ආහාර කල් තබා ගැනීම, 190--93
අපගේ අවශ්‍යතාවයන් සැපයීම, 188--
93
දේපළ අළුත්වැඩියා කිරීම, 193
ආත්ම ගරුත්වය සහ, 186--88
මැඟීම සහ අළුත්වැඩියාව, 193

ආත්මික පෙළඹවීම් අනුගමනය, 134--35

ආර්

"සහන සම්බන්ධ ප්‍රකාශනය", xi

පසුතැවිල්ල
සෑම දෙනාටම අවශ්‍යය 15--16
සමාව ලබා දෙයි
පාඩම 12--21
ශුද්ධ ලියවිලි 21
අපි පසුතැවිලි විය යුතු කරුණු 15
පසුතැවිලිවීම යන්තෙහි තේරුම කුමක්ද
12--15

වගකීම පවුල්වලට ඉගැන්වීමේ පාඩම 214-
-22

ගෞරවය
සභාවේදී, 52
උදාහරණ සහ, 54
දෙවියන් වහන්සේගේ, 50
සතුව සහ, 51
ස්වභාවික වහන්සේගේ ගෘහය, 51
වැදගත්කම, 50
වැඩි දියුණුව, 52--53
පාඩම, 48--54
අදහස, 50
දෙවියන් වහන්සේගේ නාමය සඳහා 50
"ආත්මයේ එක් ඉතාමත්ව උසස්
ගුණාංගයක්", 48
දෙමව්පියන් සහ 53--54
ඉගැන්වීම්, 53--54
නිවස සහ 51

අැස්

සක්‍රමේන්තුව ක්‍රමානුකූලව සහභාගිවීම, 26
සක්‍රමේන්තු රැස්වීම් සහ එහි අරමුණ, 122-
-24

ගැලවීම
බවිච්ඡේදය සහ සදාකාලික ජීවිතය
බලන්න

සාමුවෙල් නම් ලැමනයිට්වරයා බිත්තිය උඩ
පින්තූර අංශය, 14

ගැලවීමකරුවාණන් වහන්සේ පිළිබඳව ඉගෙන
ගැනීම, 2

ශුද්ධ ලියවිලි
අප ජීවිත වලට ශුද්ධ ලියවිලි යොදා
ගැනීම, 265--67
ඉගැන්වීමට සුදානම් වීම, 267--69
අධ්‍යයන කිරීම අපට සාක්ෂියක් ලබා
ගැනීමට උපකාරවත් වෙයි, 40
එ මගින් ඉගැන්වීම පාඩම, 263--70

බැඳීම් කරනු ලබන කාමරය වරහල් යුටා
දෙවමාලියය පිත්තූර අංශය, 16
ආත්ම දුමනය

වධීනය කරගනිමින් ඉගැන්වීම පාඩම
223--32
ලබාගැනීම, 226--27
අප විසින්ම දැනගැනීම, 226
වධීනයවීමට අවශ්‍යයවෙයි, 223--26
වධීනය වීමට අපකාරවත් වීම සඳහා
යාඥාකරමින් ශුද්ධ ලියවිලි කියවන්න.
227
බලාපොරොත්තු තැබීම, 226--27
ප්‍රමාණවත් ඉගැන්වීම, 227--31
ආත්ම දේශනා සහ නිවාස නිෂ්පාදනය
186--88

සේවය
(ආදරය ගොඩනගයි), 57
ලබාදීමේ ගිවිසුම, 57--58
පාඩම, 55--59

අවිවාහක කාන්තාවන්
වගකීම, 102--6
වැඩ කොටස, 102--6

දුෂ්ඨතා වෘත්තිය
වැඩි දියුණු කිරීම පාඩම, 206--13
නිවසේ සිට මුදල් ඉපැයීම, 208--11
අපට නොතිබෙන දුෂ්ඨතා ඉගෙනගැනීම
193--95
මව්වරු සහ, 206--7
රැකියා සඳහා සුදානම් වීම, 207--8
කාන්තාවන්ට රැකියාවක් කිරීමට සිදුවිය
හැකි හේතූන්, 206
කාන්තාවන්ද නිවාස පාලකාවන් ද
පිවත්වීමට මුදල් ඉපැයීම සඳහා
සුදුසුකම්ද තිබිය යුතුය, 206--7

ස්මිත් පෝජ, ඇලෙඩ් කෙට් පිවිත කතාව, 278
ස්මිත් පෝසල් කෙට් පිවිත කතාව, 277
ස්මිත් පෝසල් එල්. කෙට් පිවිත කතාව, 278

ස්මිත් පෝසල් ගිලිහින කෙට් පිවිත කතාව
279
ස්තෝ ලොරෙන්සෝ කෙට් පිවිත කතාව, 277-
-78

ස්වාමිත් වහන්සේගේ ආත්මය නිවසේ යහපත්
හැඟීමක් ඇතිකරයි, 235
ඉරැදින පාසැල, 126

පී

දුෂ්ඨතා
දියුණුකර ගැනීම පාඩම, 198--205
සොයාගෙන දියුණු කර ගැනීම, 199--
201
හැම කෙනෙකුටම දුෂ්ඨතා සහ හැකියාවන්
ඇත, 198--99
ධාරණීකව යෙදවීමෙන් සතුට ගෙන එයි
202--5
ශුද්ධ ලියවිලි, 205
පාච්චි කිරීම හෝ නැතිකර ගැනීම,
201--2

ටේලර් පෝන් කෙට් පිවිත කතාව 277

ඉගැන්වීම
අපගේ පිවිතවලට ශුද්ධ ලියවිලි යොදා
ගැනීම, 265--67
සාක්ෂිය දැරීම, 274
වැඩවල වටිනාකම සහ වගකීම පවුල්
වලටය. පාඩම, 214--22
ශුද්ධ ලියවිලි වලින් පාඩම, 263--70
අප උගන්වන අයට ආදරය කරමින්
259--60

ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ මගපෙන්වීම
ලබා ගැනීම 260-272--74
ශුද්ධාත්මයාණන් වහන්සේගේ බලයෙන්
සහ පෙලඹවීම මගින් පාඩම, 271--76
ඉගැන්වීමට සුදානම්වීම පාඩම 254--
62
ශුද්ධ ලියවිලි ඉගැන්වීමට සුදානම් වීම
267--69

ආත්මශාශන් සඳහා සාඥා කිරීම 260
ශුද්ධ ලියවිලි, 260--62
ආත්ම දමනය පාඩම, 223--32
අධ්‍යයනය කිරීම සහ සුදානම, 257--
59
එකිනෙකාට ඉගැන්වීම, 254--57

ගෙවතු වගාව පාඩම, 176--85
සිටුවීම සහ කල්තබා ගැනීම, 190--93
ස්වේච්ඡා සේවා රැකියා සඳහා සුදානම්
වීමේදී, 207--8

බඩවිවි

සාක්ෂිය

අපගේ මෙන්ම අන් අයගේද ගොඩනගයි,
41--42
බේවිඩි ඕ. මැකේ ලබා ගන්නේ කෙසේද,
38--39
අදහස 37
ප්‍රථම පියවර වන්නේ විශ්වාස කිරීමේ
කැමැත්තයි, 40
එ සඳහා දෙවියන් වහන්සේගේ කැමැත්ත
ඉටු කරන්න, 40
එ සඳහා උපවාස කරමින් නිතරම සාඥා
කරන්න, 40--41
උපවාස සහ සාක්ෂි රැස්වීම, 124
තබා ගන්නේ කෙසේද, 41--42
අපට ලබා ගත හැකිකේ කෙසේද, 38--
41
පෝසල් එල් සමිත්ගේ, 37--38
පාඩම, 37--42
මේරියන් ජී. රොමිනි ලබා ගන්නේ කෙසේද
39
එ සඳහා සිතා බලමින් ඇදහීමලෙන් යුතුව
සාඥා කරන්න, 40
දැරීමට පෙළඹවීම, 132--33
කොටසක් වශයෙන් තිබිය යුතු සත්‍යය
37

තරුණ සොල්දාදුවන් දෙදෙනෙකු පින්තූර
අංශය, 13

වී

එළවළු

ළදරුවන් සඳහා, 168
හොඳ පෝෂණයක් සඳහා, 160, 163

ජලය ප්‍රදරුවන්නේ කිරි වලට මිශ්‍ර කිරීමේදී
පිරිසිදු ජලය පාවිච්චි කරන්න, 167

දුජීලතාවයන් අපගේ ස්වාමීන් වහන්සේ
පෙන්වන සේක, 17

අන් අයගේ සුභ සාධනය අපගේ සැලකිල්ලයි,
26

ලිඳ ලග කාන්තාව කාල් බෙලාච් විසින් පින්තූර
අංශය, 6

කාන්තාවන්

සහ පුප්කවරය පාඩම, 91--96
පුප්කවරයෙන් ලැබෙන ආශිර්වාද, 91--
92
අවිවාහක කාන්තාවන් සඳහා ආශිර්වාද,
102--105
පසුදවස්වල ශුද්ධවත්ත මවකගේ
ආශිර්වාද, 99--102
පසුදවස්වල ශුද්ධවත්ත භාග්‍යවිකාගේ
ආශිර්වාද, 97--99
වෘත්තීය දක්ෂතා දියුණු කර ගැනීම
පාඩම, 206--13
නිවසේ සිට මුදල් ඉපැයීම, 208--12
පුප්කවරයට ගරු කිරීම සහ අනුමත
කිරීම 92
පසු දවස්වල ශුද්ධවරයන්ගේ පාඩම, 97-
-107
මව සහ රැකියාව, 206--7
රැකියාවක් සඳහා සුදානම් වීම, 205--
8
සභාවේ පුප්ක නායකත්වයට ඇති
සම්බන්ධතාවය, 94--95
නිවසේ පුප්ක නායකත්වයට ඇති
සම්බන්ධතාවය, 93--94

පසු දවස්වල ශුද්ධවත්ත මවකගේ වගකීම්, 99--102
 පසු දවස්වල ශුද්ධවත්ත භාග්‍යවකගේ වගකීම්, 97--100
 පසු දවස්වල ශුද්ධවත්ත කාන්තාවකගේ වගකීම් පාඩම, 97--107
 අභිවාහක කාන්තාවකගේ වැඩ කොටස 102--6
 ශුද්ධ ලියවිලි, 95--106
 නිවසේ පුප්කවරය දරන්නන්ට ආධාර කිරීම, 93--94
 වඩිඞ්ඞ් විල්ගෙඩි කෙටි ජීවිත කථාව, 277
 වැඩ කටයුතු
 පවුලේ සාර්ථකත්වයට දායක වෙයි, 216
 පවුල් ව්‍යාපාර සහභාගි වීමට ළමයින්ට ඉගැන්වීමට, 219--20

පවුලේ වැඩ ව්‍යාපෘති, 220
 විනෝද වීමට ළමයින් පුරුදුවීම, 220--21
 එහි වරප්‍රසාදය, 214
 ළමයින්ට ඉගැන්වීම, 214--20
 අපගේම ශාරීරික අවශ්‍යතාවයන් ගැන සැලකිලිමත්වීමට ඉගැන්වීම, 216--19
 වටිනාකම ගැන පවුල් වලට ඉගැන්වීම පාඩම, 214--22
 බාල ළමුන් බලා ගැනීමට වැඩිමහල් ළමයින්ට ඉගැන්වීම, 219
 ළමයින්ට ඉගැන්වීමේ මාර්ග, 216--20

වයි

යන්ග, බ්‍රිතම, කෙටි ජීවිත කථාව, 227

පින්තූර අංශය

මෙම අංශයෙහි අඩංගුව තිබෙන්නේ සුභාරංචි පින්තූර කලා මලලේ (34730) තෝරා ගත් පින්තූරය සභාවේ සහ නිවසේදී සුභාරංචි අධ්‍යයන සහ ඉගෙනීමේ කටයුතු වලට අමතර උපකරණ වශයෙන් යොදා ගත හැකිය.

පරණ ගිවිසුම

1. නැව සෑදීම
උපුටාගත් 6--7 මොසස් 8
2. මොසස් බුරුමසස්වල
නිකමයාම 1:1--2:10
3. ස්වාමීන් වහන්සේ විසින් කැඳවනු ලැබූ සාමුවෙල් නම් පිරිමි ළමයා
1 සාමුවෙල් 3:1--10, 19--20
4. එස්තර්
එස්තර් 1--10

අළුත් ගිවිසුම

5. ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ උපත එඬේරුන්ට ප්‍රකාශකිරීම
ලුක් 2:8--20
6. ලිදු ලග කාන්තාව (කාල් බෙලාච් විසින්, පාච්චිච් කරන ලද්දේ ෆෙඩරික්ස් බෝග් හිලර්ඩ් වල පාච්චික ජෛතිහාසික කෞතුකාගාරයේ අවසරය පරිදිය)
යොහාන් 4:3--30, 39--42
7. මේරි සහ මාර්තා
ලුක් 10:38--42 යොහාන් 11:5
8. අන්තිම භෝජන සංග්‍රහය (කාල් බෙලාච් විසින්, හිලරොඩ් ෆෙඩරික්ස් බෝග් පාච්චික ජෛතිහාසික කෞතුකාගාරයේ අවසරය මත පාච්චිච් කරන ලදී)
මතෙව් 26:17--30, මාර්ක් 14:12--26 ලුක් 22:7--23, 39: යොහාන් 13:1, 23:35, 14--17, 18:1 ජෝසෆ් සමිත් පරිවර්තනය, මතෙව් 26:22--24

9. යෙසුස් වහන්සේ දොර සමීපයේ

එළිදරව් 3:20

10. ක්‍රිස්තුස් වහන්සේ සහ ලොව වටා ළමයි,

මතෙව් 11:28--30:2 නිපායි 26:33, 3 නීතායි 9:14--18 මොරොනායි 10:32

මෝර්මන්ගේ පොත

11. අබිනාඩ් නෝවා රජතුමා ඉදිරියේ

මොසායා 11:17

12. අල්මා මෝර්මන් ජලයේ බවිතීස්මය කරයි.

මොසායා 17:2--4: 18:1--17

13. තරුණ සොල්දාදුවන් දෙදහසක්

අල්මා 53:10--21: 56:44--56: 58:39

14. සාමුවෙල් නම් ලැමනයිට් වරයා බිත්තිය උඩ,

හෙලාමන් 13:1--16:8

සභාවේ ඉතිහාසය

15. මාටින් අත්කරන්න කණ්ඩායම උග්‍ර අවස්ථාවක වයෝමින් 1856

අපගේ උරුමය: යෙසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ පසු දවස් වල ශුද්ධවන්තයන්ගෙන් යුත් සභාවේ කෙටි ඉතිහාසය 77--80

දේවමාලිගා පින්තූර

16. මැනිලා පිලිපීන දේව මාලිගාව

බැඳීම් කාමරය යුටාහි වරතල් දේව මාලිගාව

යේසුස් ක්‍රිස්තුස්
වහන්සේගේ
පසුදවස්වල ශ්‍රද්ධාවන්තයන්ගෙන් යුත්
සතාව

SINHALA



4 02311 13408 3

31113 408