

අභිවෘද්ධි ආලේපය හා අපේ ජීවිතය (අවසාන සාරාංශ පාඨම)

A. අප ජීවිතය, සතුට හා දේව කැමැත්ත

අපි ජීවත් වෙද්දී අපට කාරණා දෙකක් දැනෙනවා. සතුට හා බය. බය තුන් ආකාරයකට අපට දැනගන්න ලැබෙනවා. මගේ බඩ ඊදෙනවා. දෙස්තර කියයිද මගේ බඩේ පිලිකාවක් කියලා. ඉතින් අපි එහෙම හිතාගෙන බය වෙනවා. මම මගේ ශරීරය ගැන බය වෙනවා.

මම මගේ යාලුවාට තරහ කරගන්නා. ඒ තරහකාරයා මට අංවියක් අදියිද? මම බය වෙනවා. මම අතින් කෙනාගෙන් මගේ සන්තෝෂයට බාධා ඇති වන දෙයක් ගැන බය වෙනවා.

මම පාරේ යනවා. වාහනයක් මාව යට කරගෙන යනවා. මම ආබාධිතයෙක් වෙනවා. නැත්නම් මම පාරේ ඇවිද යන විට සර්පයෙක් දෂ්ඨ කරනවා. මම මේ ජාතියටත් බය වෙනවා.

ඉතින් අපි ජීවත් වෙද්දී මේ බය තුන් ආකාරයකට අපිට දැනෙන්න ගන්නවා. මම කොහොමද මගේ ආගම තුළින් මේ බයවල් නැති කර ගන්නේ?

සතුට

දේව මැවීම තුළ අපි ආදි මව්පියවරු පව් කළා. ඉතින් අපට මේ කියන බයවල් දැනෙන්න ගන්නා. ජේසු තුමා ඇවිත් මේ බයවල් නැති කරගෙන අපට සතුට ලබන විදිය කියා දුන්නා.

ඉතින් මම මගේ ශරීරය ගැන බය නොවෙන්න නම් දෙවියන් වහන්සේ අපිට දී තිබෙන මේ ශරීරය හොඳට ව්‍යායාම් කර ආරක්ෂා කර ගන්න ඕනා. කෂම සඳහා ජීවත් වෙනවා වෙනුවට, ජීවත් වීම සඳහා කෂම ගන්න අපි පුරුදු විය යුතුයි. හුගක් පුප්ක තුමන්ලා ඒ වගේ නෑ නේද?

අපිට අතින් මනුෂ්‍යයන්ගෙන් කරදර වෙන්න පුළුවන්. ඒ බය නැති කරගන්න නම් අතින් අපට ඒ අයගේ වැරදිවලට අපි සමාව දෙන්න ඕන, ඒ වගේම තමාගේ වැරදිවලට දෙවියාගෙන් ඉතා ඉක්මනින්ම සිතින් හෝ සමාව ගන්න ඕනා(නැවත ඒ වැරදි නොකරනවායි කියලා පොරොන්දු වෙලා). ජේසු තුමා කුරුසියේදී දකුණු පස හොරාගේ පව් තත්පරයයෙන් කමා කළා. **එය නමයි අපේ ආගමේ සාරාංශය.** අපේ පව් අපේ මහස්තාපනය තුළින් තත්පරයකින් නැති කරගත හැකිය. පින් කියලා තව දේවල් කරන්න ඕනේ නෑ. එතකොට අපිට තේරුම් යනවා අපේ හිදහස් කැමැත්ත දෙවියන්ගේ කැමැත්තට යට කරන වින්තිය. එතකොට අතින් අයගෙන් වෙහ කරදර ගැන අපිට බයක් වෙන්න ඕනේ නෑ.

ඒ වගේම නමයි අප ජීවත් වෙද්දී අමනුෂ්‍ය බලවේග අපට හොඳට දැකිය හැකියි. විශේෂයෙන් ලංකාවේ අප දකිනවා පොල් ගෙඩි කරකවනවා, කොන්න කරකවනවා. ඒවායින් අමනුෂ්‍ය බලවේග යුරෝපයට වඩා මෙහි අපට දැකගත හැකිය. ඉතින් අපි බය වෙනවා අපිටත් හදි හුනියම් කරලද දුන්නේ නෑ කියලා. එහෙම හිතලා තවත් අමනුෂ්‍ය බලවේග කරා අපි ඇදිලා යනවා. අපේ බය හොඳටම වැඩි වෙනවා.

ඉතින් අපේ ආගමෙන් මේවායින් මිදී හොඳ විනෝදයෙන් ජීවිතය ගෙවන්න අපට ක්‍රම කියා දෙනවා. නමුත් අපේ සමහර ඇත්තන්ගේ ක්‍රියා තුළින් අපිට නොදැන අපේ ආගමට පටහැනි දේවලත් වෙනවා. දේව මෂණියන් කිව්වා වගේ පුදුම පදක්කම බොරලික්කම කමේ දාගෙන හැමදම ජපමාලය කියා, හොඳ අරමුණු තුළ ජීවත් වුනොත් මේ බය අපෙන් නිකම්ම අයින් වෙනවා. අමනුෂ්‍ය බලවේග වලින් අපි කිසිම කරදරයක් නැතුව මිදෙනවා. බලන්න අද අපේ සමහර වැඩිමහල් අභිවෘද්ධි ආලේපය ලබා ගත් අයද මේ අමනුෂ්‍ය බලවේගවලට යටවෙලා තිබෙන හැටි. ඒ ගොල්ලන්ගේ බය වැඩි වෙලා නින්ද යාම අඩු වෙලා, ජීවිතයේ අසන්තෝෂය වැඩි වෙලා නේද? අපිත් එහෙම වෙයිද? උගුරු තෙල් ගෙදර නියා ගන්න ඕනේ නෑ අතින් අයගේ හදි හුනියම් වලින් ගැලවෙන්න. ස්වාමි කෙනෙක් ගෙදරට ගෙනල්ලා ජපමාලය කරකවන්න ඕනේ නෑ.

අපි අපේ හිදහස් කැමැත්ත දෙවියන්ගේ කැමැත්තට යටත් වුණාම ඔය බයවල් අර පාරේ යද්දී වෙන දේවල් සත්තන්ගෙන් වෙහ භානිය නැතිව යනවා මොකද මම වැඩ කරන්නේ දෙවියන්ට වන්දනාවෙන් එතුමාගේ උපදෙස් අනුව නිසා කතෝලික සභාවෙන් අර කාර් ටයර් 4න් මේ දේව කැමැත්ත දැනගන්න අපට සංවේදී වෙන්න උගන්වනවා දේවමැණියෝ සාන්තුවරයන් අපේ ජීවිතයේ මේ හය අපිට අපි නොදැනුවත්ම ප්‍රායෝගිකව නැති කරගන්න උදව් වෙනවා

ඉතින් මේ අභිවෘද්ධි ආලේපනය තුළින් අපි අපේ ආගමේ වැඩිහිටියෙක් වී මොකක්ද නමුත්ගේ ජීවිතය සතුටින් ගෙනයන්න නමුත් මේ ලෝකයට එවු දෙවියාගේ තීරණය කියල අවබෝධ වෙන්න ගන්නවා ඒ අවබෝධය තුළ නමුත් මේ ජීවිතයෙක් සන්තෝෂයෙන් ගත කරන්න පුලුවන් වෙනවා.

B. අප ඉගෙන ගත්තු මූලික දේවල්

අප අතිවැදි ආලේපනය තුළින් ප්‍රධාන කොට දැනගත යුතු කරුණු;

1. දෙවියන්ට වන්දනා කිරීම

අපව මේ ලෝකයට එව්වේ දෙවියන් වහන්සේගේ තීරණයෙන්, දෙමව්පියන්ගේ කැමැත්තෙන්, ඉතින් අපි **දෙවියන්ට වන්දනා කරමු.** මව්පියන්ට, වැඩිහිටියන්ට **ගුරුවරුන්ට ගරු කරමු.** පීච්චන්සේ සන්නෝෂයට.....

2. දෙවියන් වහන්සේ කියන්නේ, ඕනෑම දෙයක් ඕනෑම වෙලාවක කරන්න පුළුවන් කෙනෙකුටයි.

ඉතින් අපේ තාත්තා (දෙවියන් වහන්සේ) **සන්නෝෂයේ උල්පතයි.** දෙවියන් වහන්සේ අපේ තාත්තා නම්, අපිට මේ පීච්චනය දෙවියන් වහන්සේ දීලා තියෙන්නේ සන්නෝෂයෙන් ඉන්නයි. ඉතින් අපි පීච්ච වන්නේ සන්නෝෂය සඳහායි. දුකට හෙමෙයි.

3. අපේ ආගමෙන් සැහැල්ලු පීච්චනය කර.

තමුත් පීච්ච වෙද්දී අපිට වරදිනවා, අපි අතින් වැරදි වෙනවා. ඉතින් ඒ වැරද්ද හරිගස්සගෙන සන්නෝෂයෙන් පීච්චවන්න පුළුවන් **ප්‍රායෝගික, කෙටි මාර්ගය** අපේ ආගමේ **බොහොම සරලව** කියා දෙනවා. එතකොට අපිට සැහැල්ලුවෙන් පීච්චනය ගෙන යාහැකිය.

4. මා හා මගේ පරිසරය

- මා සමඟ තවත් මිනිසුන්, ඒ එක්කම සත්තු හා ගස් කොළන් පීච්ච වෙනවා. ඒත් මම අතින් සත්තු හා ගස් කොළන් වලට වඩා උසයි. මිනිස්සුන්ට වැඩක් අරමුණක් සඳහා කළ හැකිය. නමුත් සත්තු, ගස් කොළන් වලට එහෙම අරමුණක් සඳහා වැඩක් කරන්න බෑ. මට හොඳ හරක කියන එක ඉතා ලේසියෙන් තේරුම්ගන්න පුළුවන්. සත්තු, ගස් කොළන් වලට එහෙම බෑ. මට හිතාවෙන්න, අඩන්න නිදහස් කැමැත්තක් තිබෙනවා. සත්තු, ගස් කොළන් වලට එහෙම නෑ. ගස් කොළන්, සත්තු කෑම දැක්කොත් පොර කනවා. මිනිස්සු කෑම ආදරයෙන් බෙදගෙන කනවා. ඉතින් මගේ පරිසරය දියුණු කර, මගේ සන්නෝෂය ලබන්න **මගේ අරමුණු හොඳ විය යුතුයි.** මේ පීච්චයේදී මට සතෙක් වෙන්න පුළුවන් මගේ අරමුණු හා ක්‍රියාවන් තුළ හැඳැරිය සතෙකුට මේ පීච්චයේදී මිනිසෙක් වෙන්න බෑ.

5. මා හා මගේ අරමුණු

අරමුණක් හැතුව වැඩ කරන මිනිසා සතෙක්, පහත් අරමුණු සඳහා වැඩ කරන මිනිසා තිරිසනෙකි. පීච්ච වෙද්දී අපට අරමුණු තිබෙනවා. ඉතින් අපි ඒ **අරමුණු හොඳද හරකද** කියලා සසඳන්න ඕනා. මට හිතෙන විදියට නම් නොවේ. මට හිතෙන විධියට හොඳයි කියලා කියන දේවල් කරන්න ගියොත් මම නොදැනුවත්වම කොට උඩ යනවා. අපේ **ආගමේ මුලධර්ම වලට** අනුව මගේ අරමුණු හොඳ කියලා බලන්නම ඕන.

6. මගේ ආගමෙන් අරමුණු හොඳ කියලා දන්නේ කොහොමද?

අපේ ආගමේ ප්‍රායෝගිකව අරමුණු හොඳ කියලා බලන්න. හොඳ අරමුණු තුළින් හොඳ ක්‍රියා කරන්න අපිට බොහොම සරල කාරණා ප්‍රායෝගිකව කරන්න කියා දෙනවා.

- I. අපේ විශ්වාසය
- II. අපි කොහොමද දෙවියන්ට වන්දනා කරන්නේ
- III. අපි කොහොමද පීච්චවන්නේ
- IV. අප කොහොමද අපේ තාත්තා සමඟ (දෙවියන් සමඟ) සම්බන්ධ වෙන්නේ
- V. අප කොහොමද සමාව දෙන්නේ, සමාව ගන්නේ
- VI. අප කොහොමද අපේ හැකියාවන් නවීන තාක්ෂණය තුළින් වැඩි දියුණු කර ගන්නේ

කියලා අපේ ආගමෙන් අපි සරලව ඉගෙනගෙන පීච්චයේ සන්නෝෂය

අත්දැකින්න පුරුදු වෙනවා.

7. මගේ හොඳ අරමුණු තුළින් හොඳ ක්‍රියා කරන්න, අපේ ආගමේ කළ යුතු දැනගත යුතු ප්‍රධාන දේවල්.

- a. කටපාඩමෙන් දැනගෙන හැමදුම ඒ යාවිඤ්චා කියද්දී මොනවද ඒකෙන් ගම්‍ය වෙන්නේ කියලා භාවනා කරන්න ඕන. **විශ්වාස ලක්ෂණය, පරමණ්ඩලය**
- b. අප පීච්ච වෙද්දී අප කරන හැම ක්‍රියාවක් මොකක් හරි අරමුණක් සඳහා කරනවා. ඉතින් අපේ ක්‍රියා අපිට කියා දීලා තිබෙන දස පණතට අනුකූල වෙන්න ඕන.
- c. **අපේ අතින් වුන වැරදි ක්‍රියා,** වැරදි අරමුණු ඉක්මනින්ම **දේව තාත්තාට කියලා සමාවගන්න ඕන.** නැවත ඒවා කරන්න එපා. පුජාප්‍රසාදිකුමෙකු හරහා පාපොච්චාරනය කරගන්න බලන්න. නමුත් ඒවෙතකින් ඉන්න එපා හිතීන් දෙවියන්ගෙන් සමාව ගන්න පුරුදු වෙන්න ඕනේ. ඒවගේම නමුත්ට හිතෙනවා අතින් කෙනා නමුත්ට වරදක් කරනවා කියලා. නමුත් සමාව දෙන්න පුරුදු වෙන්න ඕනේ. ඕනෑම ආගමක තිබෙන සංකීර්ණ කර්තව්‍ය මේකයි. අපේ ආගමේ මෙය බොහෝ සරල හැඳැරිය ලංකාවේ (අපේ කතෝලිකයන්) ප්‍රායෝගිකව කරන්න කොහොමවත් අපි පුරුදු වෙලා නැති ක්‍රියාවක්.

d. ප්‍රසාද ස්නාපනය තුළින් අප විශ්වාස කරනවා දෙවියන්ට අපේ පව් සේදිය හැකියි කියලා. ඉතින් ප්‍රසාද ස්නාපනය අපේ ආගමේ වැදගත් වාර්තයක්. ප්‍රසාද ස්නාපනය ලබපු අයට **නමුත්ට සන්තෝෂයෙන් ඉන්න නම්** ඒ කියන්නේ තමුන් කරපු පව් හිතීන් හරි (දෙවියන්ට කියලා) හෝදල අරින්න ඕන, ප්‍රසාද ස්නාපනය ලබපු කෙනෙක් සාස්තර, පොරොන්දුම්, හොඳම වෙලාවන් යනාදී දේ බලන්න යන්න ගියොත් ප්‍රසාද ස්නාපනය තුළින් අපි පොරොන්දු වෙලා තියෙන දෙවියන්ට පමණක් වන්දනා කරන්න කියන එක අපි කඩ කරනවා. දෙවියන් තුළ අපි ජීවත්වෙන ක්‍රමය අපි සාස්තරකාරයා තුළ ජීවත්වෙන්න ගන්නවා. දෙවියන්ට ගරු කරනවා. සාස්තරකාරයාට වන්දනා කරනවා. එහෙම කළොත් අපි කොට උඩ යන්නේ. එහෙම උනානම් දැන්මම දෙවියන්ගෙන් සමාව ඉල්ලගෙන අපි වෙනස් වී දෙවියන් තුළ පමණක් ජීවත්වෙන්න අත්‍යවශ්‍ය වෙනවා. බලන්න යුරෝපයේ එහෙම මේ සාස්තර, හොඳම වෙලාවන් තියෙනවාද? නෑ නේද? ඒගොල්ලන් අපිට වඩා සන්තෝෂයෙන්ද ඉන්නේ? **දිව්‍ය සන්ප්‍රසාදය දිව්‍ය බොජුන හැමදම ශරීරයට පීරණ කරගත යුතුයි**(හැකි සෑම වෙලාවම). නමුත්ට සන්තෝෂය නොලබන්න ප්‍රධාන කරුණු 2ක් බලපාන්න පුළුවන්. එකක් බය (ඉස්සරහට මොනවා වේවිද තමුන්ට කියලා) අනිත් එක තමුන්ගේම පව්. ඉතින් මේ දෙකම අපේ දේව පියාට භාර දීලා, සන්තෝෂයෙන් දිව්‍ය සන්ප්‍රසාදය ලැබුවොත් තමුන්ගේ සන්තෝෂය වැඩි වේවි නේද? (මෙහෙම කරන්නේ කොහොමද, ඇයි එහෙම කළ යුත්තේ කියන එක අපි අපේ පාඩම් තුළ ඉගෙන ගන්නා)

8. දෙවිමව් හා සාන්තුවරයන් හරහා සන්තෝෂය වැඩි දියුණු කරන සැටි

අපිට මේ ලෝකයේ තනිවම ජීවත්වන්න බෑ. අපේ සන්තෝෂය තිබෙන්නේ සමාජයේ ජීවත් වෙද්දීයි. ඉතින් අපිට අපේ සමාජයේ හැම මනුෂ්‍යයෙක්ම අවශ්‍ය බව අපි දැනගන්නා. ඒ වගේම තමයි දේව මෂණියෝ අපේ උදව්වට ඉන්නවා. එතුමිය අපිට මග පෙන්වනවා අපේ දේව තාත්තාගේ මොන අරමුණක් සඳහාද මාව මේ ලෝකයට එව්වේ කියන්න, අපිට වටහා දීලා අපේ සන්තෝෂය ලබා ගන්න. **අනිත් ක්‍රිස්තියානි ආගම්වලට වඩා කතෝලික ආගමේ තියෙන බොහෝම සරල මූලධර්මයක් තමයි මේ දේව මෂණියන් හරහා දෙවි පියා යැදීම. ජපමාලය කියන කාට වුණත් කවදවත් වරදින්නේ නෑ සන්තෝෂය ලබන්න.** ඒ වගේම එක එක සාන්තුවරයන් හරහා ඒගොල්ලන්ගේ ජීවිත කථා අරගෙන අපි යාවිඤ්ඤා කළොත් අපේ ජීවිතය සන්තෝෂය කරා යාවි නේද? ඔබට සාන්තුවරයෙක් ඉන්නවාද? නැත්නම් කනගාටු වෙන්න එපා. නමුත් නම නොදැමීමට තමන්ගේ සාන්තුවරයා මෙයයි කියලා **දැමීමම තීරණය කරගෙන එයා ගැන අධ්‍යයනය කර එයාගෙන් උදව් ගන්න. ඔබට වැටහේවි එයා උදව් වෙත විත්තිය.**

9. අපි මොනවාද කළ යුත්තේ අනිත් අය වෙනුවෙන්

අපි ඉගෙන ගන්නා ජේසු තුමාගේ අලුත් පණිවිඩය. එයා අහනවා "මට ඔය අය වෙනුවෙන් මොනවද කළ යුත්තේ කියලා" ඉතින් එතුමා ඒක අහන්න ඉස්සෙල්ලා අපි අපේ සමාජයේ මගේ යාළුවන්ගෙන් අහන්න ඕන ඒකම. එහෙම අහද්දී අපි අපේ ආගමේ මූලධර්ම හොඳට දැනගන්න ඕන. යාළුවා කියන අපේ මූලධර්මවලට පටහැනි දේවල් දන්නොත් අපි කොට උඩ යනවා. ඉතින් එහෙම අහලා උදව් කරන්න අපි අනිත් අයට **ආදරය කරන්න ඕන. මූලික දේ ඒගොල්ලන් නැති තැන විවේචනය කරන්න එපා (රුවට්ලේල), අනවශ්‍ය විදියට හොයන්න (කෙකර ගෑම) කරන්න එපා. අපි අපේ හොඳ අරමුණ සඳහා අනිත් අයට උදව් කළොත් ජේසු තුමා අපෙන් අහද්දී මම මොනවද ඔබට කරන්න ඕන කියලා, අපේ පැතුම් එතුමා ඉටුකර දේවි.**

10. ඇයි අපි අභිවාදි ආලේපය ලැබිය යුත්තේ?

අභිවාදි ආලේපය තුළ අපි අපේ ආගමේ **වැඩිහිටියෙක් වී ජීවිතයේ සන්තෝෂය අත්දකින්න අවශ්‍ය ක්‍රම හා විධි මොනවද** අපේ ආගමෙන් කරන්න ඕන කියලා ඉගෙන ගන්නා. **අප ජීවත් වෙද්දී එක එක පරිසර තුළ අපේ ආගමේ මූලධර්මවල් අපි ලිහිල් කර සන්තෝෂය නැති කර ගන්නවා.** ඉතින් අපේ මූලධර්ම අපි හොඳින් දැනගත්තොත් දෙවියන් අපිව එව්වේ මේ ලෝකයේ සන්තෝෂයෙන් ජීවත් වෙන්න කියලා අපේ ඕනෑම ප්‍රශ්නයක් එතුමාට භාර කරන්න ඕනා. **අපි හිතන දේම උත්තරේට ලැබෙනවා නම් අපේ දේව තාත්තාගෙන් අපට වැඩක් නෑ. දේව තාත්තා අපිට සන්තෝෂයෙන් ගෙවන්න ඕන දේ දන්නවා කියලා හැමවෙලේම හිතන්න පුරුදු වෙන්න ඕන. ඕක තමයි අපේ ආගම. එතකොට ජීවත් වෙද්දී අපේ ආගමේ මූලධර්මවලට පටහැනිව අපි යම්කිසි දෙයක් කරනව නම් ඒක වෙනස් කරන්නේ කොහොමද කියන එක තමයි අපිට සිප්පිනු සාන්තුවරයා වරප්‍රසාද මගින් අත්දකින්න ලැබෙනවා.**

ප්‍රඥාව, දැනගැන්ම, දැනමිතිකම, දේව භය, තේරුම් ගැනීම, ධෛර්යය, දේව භක්තිය මොනවද කියලා හොඳට අවබෝධ වෙනවා. ජීවිතය හරියට කුරුල්ලෙක් වගේ සැහැල්ලු වෙනවා. අනිත් අය සැහැල්ලු නැද්ද කියලා ඔබට වැඩක් නෑ. ඔබේ ජීවිතයේ සැහැල්ලුව ඔබටමයි. අපි ඉගෙන ගන්න දේවල් කළොත් ජීවිතය සාර්ථකයි.

C. පහත කරුණු අපේ ජීවිතයේදීම කරමු. නැත්නම් අපේ ආගමෙන් අපට සන්නේෂය නොලැබෙන්න පුළුවන්.

1. දෙවියන්ට පමණක් වන්දනා කරමු.
2. හොඳ අරමුණු සඳහා වැඩ කරමු.
3. "ස්වර්ගයේ වැඩ සිටින" යාවිඤ්ඤාවේ තිබෙන සමාව දීම ප්‍රායෝගිකව කරමු.
4. දෙවියන් සමඟ සම්බන්ධතාවය, දේව මෂණියන්, සාන්තුවරයන් හරහා පවත්වමු.
5. පුදුම පදක්කම බොරලික්කමක් ගෙලේ පැළඳගමු. හැමදාම උදෙන්ම (නින්දෙන් නැගිටපු හැටියේ) ජපමාලය තනිවම කියන්න පුරුදු වෙමු. (පවුල් ජපමාලයට අමතරව)

ඉහත කරුණු පහ දස පණතට අනුකූලව කළොත් ඔබට දෙවියන් ඔබෙන් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ මොකක්ද කියලා වැටහෙන්න ගන්නවා. දෙවියන්ගේ කැමැත්ත තුළ ඔබ ජීවත් වෙනවා. සුවිශේෂයේ කියලා තියෙන විධියට ඔබට කන්දක් වුණත් තල්ලු කරන්න පුළුවන් වේවි.

මෙහෙම කළොත් අපි ගොඩ. නැත්නම් කොට උඩ.

ඔබට විවේක ඇති වෙලාවක, අතිවෘද්ධ ආලේපනයට පෙර (පෙබරවාරි 5 2011) පහත අභ්‍යාසය කරන්න. ඔබේ පිළිතුරු මිසම භාර පියතුමාට භාර දෙන්න.

පහත සඳහන් කරුණු වලින් අඩුම ගණනේ දෙකකටවත් තමන්ට හිතෙන විදිය ගැන විස්තරයක් ලියන්න.

- 1) දෙවිපියාණන්ගේ නිර්ණයෙන් දෙමව්පියන්ගේ සහයෝගයෙන් අපි මේ ලෝකෙට ආවා. එම නිසා දෙවියන්ට වන්දනා කරමු. දෙමව්පියන්ට ගරු කරමු.
- 2) අප ජීවත්වන්නේ සතුට සඳහායි.
- 3) අපි සතෙක් නොවෙමු. අපි හොඳ අරමුණක් සඳහා වැඩ කරමු. අරමුණක් නැතුව වැඩ කරන මිනිසා සතෙකි. නරක අරමුණු සඳහා වැඩ කළොත් අපි තිරිසනෙක් වෙයි.
- 4) අපි සමාව දෙන්න පුරුදු වෙමු. අනුන් විනිශ්චය නොකරමු. අපේ හැකියාවන් දියුණු කරමු.
- 5) හැම ආගමක්ම ජීවිතය සතුටින් ගත කරන ක්‍රම කියා දෙයි. අපේ ආගමෙන් එම සතුට කෙටි මාර්ගයෙන් ලබා ගත හැකිද? ඒ කෙටි මාර්ගය මොකක්ද?
- 6) ඔබ අත්දැකපු අශුද්ධ ආත්මයන්ගෙන් සිදුවන ක්‍රියා ගැන ලියන්න. ඔබේ ආගමෙන් මෙයට නිදහස් කැමැත්ත, බලය යනාදිය ගැන කරුණු අලලා ඇයි මෙහෙම වෙන්නේ කියලා ලියන්න.
- 7) තමුන්ගේ ජීවිතය ගෙනයද්දී හය ජාති තුනක් අත්දැකිය හැක.
 - තමුන්ගේ ලෙඩ රෝග
 - අනුන්ගෙන් තමුන්ට වන කරදර හෝ අනාගත කරදර
 - ස්වාභාවික විපත් කෙරෙහි තිබෙන හය ඉතින් මේවා තුළ අපි කොහොමද අපේ ආගමෙන් සන්නේෂය ලබන්නේ?
- 8) ආදම් සහ ඒවගෙන් කායින් සහ ආබෙල් ලැබුණා. කොහොමද දුරු පරපුරක් ආවේ? අපේ ආගමෙන් මේ ගැන මොනවද කියන්නේ? ඔබගෙන් කවිරුහරි මෙහෙම ඇහුවොත් ඔබ දෙන පිළිතුර මොකක්ද?
- 9) ජේසුතුමා මිනිසෙක් වුණේ කොහොමද?දේව මෂණියන් තුළ පමණක් පිළිසිඳීමෙන්. ලෝකයේ කවදාවත් මෙහෙම වෙලා නෑ. ඉතින් ඇයි එහෙම හිතන්නේ? ජේසු තුමාගේ ජීවිතයෙන් මොනවද අපි අත්දකින්නේ?
- 10) දේව මෂණියන් හා සාන්තුවරයන් අපට ඕනාද? කෙළින්ම ලොකුම තැනට කපා කළොත් හොඳ නැද්ද? මොකටද තව අය?ගෙදර තාත්තා ඉද්දී අම්මා මොකටද?අපේ ආගමෙන් මොනවද ඒ ගැන කියන්නේ?