



24.1 රූපය - දෙවි පියාණන් වහන්සේට යාවිඤ්චා කරයි

යාවිඤ්චාව යනු මිනිස් ආයාචනා දෙවි පියාණන් වහන්සේ වෙතටත්, දේව කැමැත්ත මිනිසා විසින් වටහා ගන්නටත් යොමු වන සංවාදයකි. යාවිඤ්චාව මගින් දෙවියන් වහන්සේ හා ගැඹුරු දේව සබඳතාවක් ගොඩනගා ගත හැකි ය. ක්‍රිස්තියානි යැදුම් සම්ප්‍රදාය තුළ යාවිඤ්චාවේ ප්‍රභේද තුනකි.

1. වාචික යැදුම

වචන යොදා ගනිමින් ශබ්දනගා හෝ සිතීන් හෝ කරන යැදුම් මෙයට අයත් වේ.

උදා :- අසීසියේ ග්‍රැන්සිස් මුනිතුමාගේ යාවිඤ්චාව, පරමණ්ඩල යාවිඤ්චාව

අපගේ යාවිඤ්චාවලට ඇහුම්කන් දුන්නා ද, නැද්ද, යන්න තීරණය වන්නේ අප මුමුණන වචන ප්‍රමාණය අනුව නොව, අපගේ ආත්මවල ඇති බලවත් ලැදිකම මතයි. වාචික යාවිඤ්චාව ක්‍රිස්තියානි ජීවිතයේ ඉතා වැදගත් අංශයක් වෙයි. ජේසුස් වහන්සේ තම ශ්‍රාවකයන්ට “පරමණ්ඩලය” නමැති වාචික යාවිඤ්චාව ඉගැන් වූ සේක. වාචික යැදුම කණ්ඩායම්වලට ඉතා පහසුවෙන් ම භාවිතා කළ හැකි යාවිඤ්චා ක්‍රමයක් වෙයි.

(ක.ස.ධ. 2700-2704)

2. භාවනාව

භාවනාව යනු සොයා යාමකි. මෙම සොයා යාමේ දී කරුණු දෙකක් පිළිබඳ ව විමසිලිමත් වේ.

1. කිතුනු ජීවිතයේ පරමාර්ථය
2. කිතුනු ජීවිතය ගත කළ යුතු ආකාරය

මෙහි දී සොයා බලන්නේ, දෙවියන් වහන්සේ අප එක් එක්කෙනාගේ අපේක්ෂා කරන දෙය හඳුනාගෙන එයට ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ය.

අප කියවන දේ ගැන භාවනා කිරීම මඟින්, ඒවා අපගේ ම ජීවිතයේ කොටසක් කර ගැනීමට හැකිවෙයි. අපි බැහැපත් හා සත්‍යවාදී වන තරමට, භාවනාව මඟින් අපට අපගේ හෘදය කළඹවන සිද්ධීන් දැනගැනීමට ද, ඒවා නිසියාකාර ලෙස අවබෝධ කර ගැනීමට ද, හැකිවනු ඇත. භාවනා ක්‍රමය මාර්ගෝපදේශයකයකු පමණකි; වැදගත් වන්නේ, ශුද්ධාත්මයාණන් සමඟ එක ම යාවිඤා ක්‍රමයක් ඔස්සේ ඉදිරියට යාමයි. මෙම ක්‍රමය නම්, ජේසුස් ක්‍රිස්තුන් වහන්සේ ය. ශුද්ධ වූ සභාවේ නිල යැදුම් හා ජපමාලය උච්චාරණය කිරීමේ දී මෙන්, ක්‍රිස්තියානි යාවිඤාවේ දීත්, සියල්ලට ම වැඩියෙන් ක්‍රිස්තුන් වහන්සේගේ අභිරහස් භාවනා කිරීමට උත්සාහ දැරිය යුතු ය.

(ක.ස.ධ. 2705-2708)

3. ධ්‍යානයට සමවැදීම (ධ්‍යානාත්මක යාවිඤාව)

ධ්‍යානයට සමවැදීම, භාවනාවේ උසස් තලයකට පැමිණි අයට පමණක් කළ හැකි ය. වාචික යාවිඤාව ධ්‍යානයට සමවැදීමේ මුල් පියවර වේ.

ශාන්ත තෙරේසා තුමිය ඒ ගැන මෙසේ පවසන්නීය; “මගේ අදහසට අනුව ධ්‍යානයට සම වැදීම යනු අන් කවරක්වත් නොව, කිට්ටු මිතුරන් අතර අදහස් හුවමාරු කර ගැනීමයි. එනම්, අපට ප්‍රේම කරන බව අප දන්නා තැනැත් වහන්සේ සමඟ, නිරතුරු ව ම හුදකලා ව සිටීමට කාලය යොදා ගැනීමයි.”

ධ්‍යානාත්මක යාවිඤාවට ඇතුළු වීම දිව්‍ය සන්ප්‍රසාදීය දේව වන්දනාවට ඇතුළු වීම වැනි ය. අපි අපගේ සිතුවිලි ඒකරාශී කරගන්නෙමු. ශුද්ධාත්මයාණන්ගේ පෙලඹවීම මත අපි මුළුමනින් මෙනෙහි කිරීමක් කරා යොමු වන්නෙමු. අපගේ හෘද අපට ප්‍රේම කරන තැනැත් වහන්සේ වෙත නැවත හැරී ඒමට අපි සලස්වන්නෙමු.

ධ්‍යානය යනු ජේසුස් වහන්සේ වෙත යොමු කළ විශ්වාසයේ බැල්මකි. දෙවියන් වහන්සේගේ වචනයට අවධානය යොමු කිරීමකි, නිහඩ ප්‍රේමයකි. ක්‍රිස්තුන් වහන්සේගේ අභිරහසට අප සහභාගී වන ප්‍රමාණයට උන්වහන්සේගේ යාවිඤාවට සැබෑ ලෙස ඒකාබද්ධ වීමක් ද වේ.

(ක.ස.ධ. 2709-2719)

කිතුනු අපගේ ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයේ වර්ධනයට යාවිඤ්ඤාවේ විවිධ ප්‍රභේද ඉවහල් වේ. ඒ කෙරෙහි අප නිවැරදි ව යොමු වීම වැදගත් වේ. ආධ්‍යාත්මික සුවය ලබන්නට මීසම තුළ සංවිධානය කරන යාවිඤ්ඤා මෙහෙයන් සංවිධාන කටයුතුවල දී සහාය දැක්වීමට ඉදිරිපත් විය යුතු ය.

අසීසියේ ශුද්ධ වූ ග්‍රැන්සිස් මුනිතුමාගේ යාවිඤ්ඤාව



ස්වාමීනි, මා ඔබගේ සාමයේ අවියක් කළ මැනව. වෛරයෙන් පිරුණු තැනට ප්‍රේමය ද අසමගියේ තුවාලයන්ට ශාන්තිය ද අවිශ්වාසයෙන් යුත් තැනට විශ්වාසය ද බලාපොරොත්තු සුන් වූ තැනට බලාපොරොත්තුව ද ශෝකය වටලා ගත් තැනට ප්‍රීතිය ද අඳුරින් වැසී ගිය තැනට ආලෝකය ද ගෙනයාමට මට වරම් දුන මැනව. සැනසීම ලැබීමට වඩා සැනසීම දීමට ද තේරුම් ගනු ලැබීමට වඩා තේරුම් ගැනීමට ද ප්‍රේමය ලැබීමට වඩා ප්‍රේම කිරීමට ද මා යොමු කළ මැනව. මක්නිසාද යත් දීමෙන් අපට ලැබීමත් සමාව දීමෙන් සමාවත් මරණයෙන් අපට සදා ජීවිතයත් අත්වන නිසා ය.

24.2 රූපය - අසීසියේ ශුද්ධ වූ ග්‍රැන්සිස් මුනිතුමා



ක්‍රියාකාරකම

1. ක්‍රිස්තියානි සම්ප්‍රදාය තුළ ඇති යාවිඤ්ඤාවේ ප්‍රභේද දෙකක් නම් කරන්න.
2. වාචික යාවිඤ්ඤාව මගින් අවධාරණය කරන්නේ කුමක් ද?
3. භාවනාත්මක යාවිඤ්ඤාවෙන් සිදුවන කාර්ය දෙකක් ලියන්න.
4. කිතුනුවන්ගේ ආධ්‍යාත්මික ජීවිතයේ වර්ධනයට යාවිඤ්ඤාවේ විවිධ ප්‍රභේද ඉවහල් වන අන්දම කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.


ජීවිතයට බිඳක්
 බිඳී වීසවේ සංවිධානය කරන යාවිඤ්ඤා මෙහෙයවලට සහායාගී වන්න.