

LK060

සිගරට් බීම හෝ නොබීම තමන්ගේ තීරණයක් වුවද, එය කාට වුවත් එතරම් යහපත් දෙයක් නොවේ යැයි සිතමි.

ඇත්තෙන්ම කල්පනා කළහොත් සිගරට් යනු ශරීරයට හොඳ දෙයක් නොවේ. එය අහිතකර දේ එක්රැස් කර සෑදූ දෙයකි. සිගරට්වල ඇති නිකොටින් නම් ද්රවය විෂ බව රසායනික විද්යාඥයෝ ද පවසති. එය ශරීරය රෝගී කරවන මූලද්‍රවයකි. සිගරට් දුම තමන්ට පමණක් නොව, තමා වටේට සිටින්නන්ද රෝගී කිරීම දැඩි කණගාටුවකි. එබැවින් තමන් සිගරට් නොබීම වද අනුන්ගේ නරක පුරුද්දක් නිසා බලපෑම විඳීමට සිදුවීම අවාසනාවකි.

කෙසේ වුවද, සිගරට් මුදල් වියදම් කර මිලදී ගත යුතුය. එසේ නම්, එ සිගරට් බොන්නන් අසනීප වෙනවා පමණක් නොව, මිල මුදල්ද නැති කර ගනිති. වෙනත් ආකාරයකට කිවහොත් ඔවුන් මුදල් වියදම් කර, රෝග මිලදී ගන්නවා යැයි සරලව කිවහොත් නිවැරදි යැයි සිතමි.

මනුෂ්‍ය ජීවිතයේ වඩාත්ම වැදගත් වන්නේ තමන්ගේ හදවතයි. තමන්ම කල්පනා කර, ජීවිතයට බලපෑම් කරන වැරදි තිබෙනම් ඒවා නිවැරදි කර ගැනීම හොඳ යැයි සිතමි. අන් අයගේ උපදෙස් අනුගමනය කල යුතු වුවද, ඊටත් වඩා ආත්ම විශ්වාසය ඇතුව වැරදි පුරුදු අත්හැර නිවැරදිව ජීවත් වීම වැදගත් බවද කල්පනා කරමි.