

LK056

දුම්වැටි

විද්‍යාඥයින් විසින් දුම් බීම ශරීරයට අහිතකර යැයි පවසනවිට වුවත්, දුම් බොන පුද්ගලයින් එන්න එන්නම වැඩිවීම පුද්ගලයකි. නමුත් ඇත්තකි. වෛද්‍යවරුන් "කරුණාකර දුම් බොන්න එපා" ලෙස අවවාද දුන්නත් සමහර පුද්ගලයින්ට දුම් බීම නැවැත්විය නොහැකිය. "කොහොමවත් දුම් බොන්නේ නෑ" කියා සිතුවා වුවද නැවත දුම්වැටි අවශ්‍ය බවට පත්වේ. මෙය හදවත තුළ පවතින රෝගයක් ලෙස පැවසිය හැක. එමෙන්ම මනෝ විද්‍යාත්මකව කල්පනා කර මේ ගැටළුව විසඳිය යුතුය. දුම්වැටි වලට පුරුදු වූ පුද්ගලයන් සඳහා. පළමුව දුම්වැටි වල තරක ජර්නිපල පිළිබඳව වැදගත් කාරණයක් වුවද "දුම්වැටි ජීවිත විනාශ කරන දෙයක්" කියා දැඩිව පැවසිය යුතුය. එමෙන්ම දුම්වැටි බීමට මොන වගේ හේතු බලපැවැද කියා පර්යේෂණයක් සිදු කළ යුතුය. මේ අයුරින් සමීක්ෂණය කළ පසුව හේතු ගණනාවක් සොයා ගත හැකිය. ශෝකයට පත් වූ විට දුම් බොන අයත් සිටිති. සතුටට පත් වූ විට දුම් බොන අයත් සිටිති. එපමණක් නොව හුදකලා වූ නිසා දුම් බොන අයද සිටිති. එසේම කාර්ය බහුල පුද්ගලයනුත්, රැකියාවක් නොමැති පුද්ගලයනුත් දුම්වැටි වලට පුරුදු වී (ඇබ්බැහි වී) තිබේ. මේ අයුරින් විවිධාකාර හේතු නිසා දුම්වැටි වලට හුරු වූ පුද්ගලයින් වෙත වෙනම වර්ග වලට බෙදා ඔවුන්ගේ ගැටළු විසඳිය යුතුය. මිනිසුන්ගේ දුක, හුදකලාව නැත කිරීම සඳහා ක්‍රියා කරනවානම් ඔවුන් දුම්වැටි නවත්වාවි. ඉහත කරුණු වලට අනුව දුම්වැටි වලට හුරු වීම ලෙඩක් බව පෙනේ (සේය). එසේම දුම්වැටි ශරීර සෞඛ්‍යය අයහපත් කරන දෙයක් වන බැවින් දුම් බී වැඩි වූ විට පෙනහළු පිළිකා හටගනී. මේ ආකාරයට සුව කළ නොහැකි ලෙඩ රෝග රාශියක් හට ගන්නා බැවින් දුම් වැටි බීම වෙනුවට පැණි රස කෑම හොඳය (සුදුසුය, යහපත්ය). දුම්වැටි බොන පුද්ගලයින්ගේ සංඛ්‍යාව අඩු කිරීමට (පහළ දැමීමට) ඉහත සඳහන් කළ පියවර පිළිබඳව අවධානය යොමු කරනවානම් හොඳ යැයි සිතේ. අනාගතයේ දී දුම්වැටි නොබොන මිනිසුන් සිටින ලෝකයක් ගොඩ නැගුවොත් යහපත් වේ.