

**KATHA KARAMU · කතා කරමු**

ලැප්පා නැතුව දැනගනිමු

**ආත්තටම මම විවාහයට සූදානම්ද?**

""මැරේස් එකට කලින්"" පොතෙන් නොමිලේ උපුටා ගැනීම — ස්වයං ඇගයීම් ප්රශ්නාවලිය 18ක්

නොමිලේ උපුටා ගැනීම · FREE PREVIEW

මෙය ""මැරේස් එකට කලින්"" පොතේ 1 වන පරිච්ඡේදයේ උපුටා ගැනීමකි. සෑම ප්රශ්නයකටම අවංකව පිළිතුරු දෙන්න — මෙය විභාගයක් නොවේ, ඔබේ මානසික දර්පණයකි. පිළිතුරු ලියා, ඔබේ සහකරුවා සමඟ බෙදාගන්න.

**♦ ස්වයං ඇගයීම් ප්රශ්නාවලිය****කොටස A — චිත්තවේගීය සූදානම**

- ☐ 1. මම මගේ සහකරුවා සමඟ මගේ බිය, දුක, ඊර්ෂ්‍යාව වැනි හැඟීම් පවසනවාද? (ඒවා පවසන විට ඔහු/ඇයට ඇහුම්කන් දීමට තියෙනවාද?)
- ☐ 2. මගේ සහකරුවාගේ දුර්වලතා මම දන්නවාද? ඒවා පිළිගන්නවාද? නැතිනම් "විවාහයෙන් පස්සේ හදාගන්නවා" කියලා හිතනවාද?
- ☐ 3. මම විවාහයෙන් පසු තනිකමක් අත්විඳින්නට ඉඩ ඇති බව මම පිළිගන්නවාද? (දිවා කාලයේ තනිව සිටීම, නව නිවසක හුදකලාව)
- ☐ 4. මගේ සහකරුවා වෙනස් වී ඇති බව (හෝ වෙනස් වන බව) මම දුටුවහොත්, මම ඒ ගැන කතා කිරීමට සූදානම්ද?

- 5. මගේ අතීතයේ වේදනාවක් (බිඳවැටුණු ආදරයක්, පවුල් දුකක්) මට තිබේ නම්, මම එය ගැන මගේ සහකරුවා සමඟ සාකච්ඡා කර තිබෙනවාද? (එය "නිදාගත් ළමයෙකු" වගේ — කිසිදා අවදි නොකරන්නේ නම් හොඳයි, ඒත් හැබැයි එය හිතේ තිබෙනවා)

### කොටස B — ජ්‍යෙෂ්ඨතා සූදානම

- 6. මම මගේ ආදායම, ඉතුරුම්, ණය සහ වියදම් ගැන සහකරුවා සමඟ සාකච්ඡා කර තිබෙනවාද?
- 7. අපගේ නිවසක්/මහල් නිවාසයක් සඳහා මුදල් සැලැස්මක් අප දෙදෙනාට තිබෙනවාද? (එය "සත 5කින්" ආරම්භ වුණත්, සැලැස්මක් තිබෙනවාද?)
- 8. මම මගේ රැකියාව, වැටුප් සහ කාලය ගැන අවංකව හිතලා තියෙනවාද? (එනම් — විවාහයෙන් පසු මම කොපමණ වේලාවක් ගෙදර ඉන්නවාද, කොපමණ මුදලක් ගෙන්නද?)
- 9. අපගේ මංගල උත්සවයට මුල්යමය බර මම තේරුම් ගෙන තියෙනවාද? (ඔබ දෙදෙනාගේම ඉතුරුම් වලින්ද, දෙමාපියන්ගේ මුදල් වලින්ද?)
- 10. මගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වයන් (මානසික ඇතුළුව) ගැන මම සහකරුවා සමඟ සාකච්ඡා කර තිබෙනවාද?

### කොටස C — පවුල් සම්බන්ධතා

- 11. මගේ මාපියන් සැබවින්ම මේ විවාහයට එකඟ වනවාද? නැතිනම් එකඟ වන්නේ "විවාහය වැළැක්වීමට නොහැකි නිසා"ද?
- 12. මගේ සහකරුවාගේ පවුලේ අයගේ ස්වභාවයන් ගැන මම යම් අවබෝධයක් ඇති කරගෙන තිබෙනවාද?
- 13. දෙමාපියන්ගේ මුල්ය ආධාරය, රැකවරණය වැනි වගකීම් පසුකාලීනව අපට පැන නඟින්නට පුළුවන් බව අප දෙදෙනා දනිමුද?

- ❑ 14. මගේ පවුලේ සම්ප්‍රදායන් (ආගමික, සමාජ) සහ සහකරුවාගේ ඒවා අතර වෙනස්කම් ගැන අපි සාකච්ඡා කර තිබෙනවාද?

### කොටස D — අනාගත දැක්ම

- ❑ 15. දරුවන් ගැන අපගේ සැලසුම් (කවදාද, කී දෙනෙක්ද, ඇතිද නැද්ද) ගැන අපි කතා කර තිබෙනවාද?
- ❑ 16. විවාහයෙන් වසර 5ක් යන විට අප දෙදෙනා කොහේද, මොනවා කරමින්ද කියා මම සිතුවිල්ලක් සකසා තිබෙනවාද?
- ❑ 17. මගේ සහකරුවාගේ සිහින (විදේශ රැකියා, වෙනත් නගරයක ජීවත් වීම වැනි) ගැන මම අසා ඇති අතර, එය මගේ සිහිනවලට බලපාන ආකාරය ගැන අපි කතා කර තිබෙනවාද?
- ❑ 18. වෙනස් විය හැකි ජීවිතය (අසනීප, රැකියා අහිමි වීම, පවුල් හදිසි සිදුවීම්) ගැන අපි කතා කර තිබෙනවාද?

### ♦ ලකුණු ගණනය

ප්‍රශ්න 18න් එක් එක් "ඔව්" එකකට **ලකුණු 1** ක්, "බාගෙට/එකඟ නැහැ" එකකට **ලකුණු 0.5** ක් දෙන්න. මුළු ලකුණු ප්‍රමාණය පහත වගුව සමඟ සංසන්දනය කරන්න.

|---|---|---|

| ලකුණු | අර්ථය             | ඊළඟ පියවර                                                                                                     |
|-------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14-18 | බොහෝ දුරට සූදානම් | ඔබ දෙදෙනා ගැඹුරු සංවාද කර ඇත. නමුත් මේ පොත තවමත් කියවන්න — "හොඳින් ඉන්න ගෞරවය ජනෙල් අනුගාමිකත්වය" කියනවා වගේ. |

|      |                     |                                                                                                                                  |
|------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8-13 | තව සාකච්ඡා අවශ්‍යයි | පොරොන්දුම් ගැලපෙනවා වගේ, සමහර කරුණු ගැලපෙන්නේ නැහැ. බය වෙන්න එපා — මේ පොතේ සෑම පරිච්ඡේදයක්ම ඔබේ හිඩැස් පිරවීමට නිර්මාණය කළ එකක්. |
|------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**මතක තියාගන්න:** විවාහයට "සුදානම්" කියන එක මැක්කෝ ගාලක් නෙවෙයි — එය ගමනක්. මේ ප්රශ්නාවලිය අද ලකුණු අඩු තිබුණත්, මාස 6ක අවංක සුදානමකින් එය වෙනස් විය හැකියි.

### ♦ ප්රශ්නාවලියෙන් පසු

**ඊළඟ පියවර:** මෙම ප්රශ්නාවලිය හමුවේ ඔබට තව බොහෝ දේ අසන්නට සිතුවිල්ලක් තිබේ නම් — එය සාමාන්ය දෙයකි. සම්පූර්ණ මාර්ගෝපදේශයේ මෙම ප්රශ්න 18ට අමතරව, **කතා කරන්න බය හිතෙන කරුණු 20**, මුල්ය අනාවරණ පත්රිකාව, මාස 12ක සැලැස්ම සහ තවත් වෙබ්ලිස්තු 200කට වැඩි ප්රමාණයක් ඇත.

## ඔබේ විවාහ ගමනට මාර්ග සිතියමක් ඔබේද?

""මැරේස් එකට කලින්"" පොතේ සම්පූර්ණ අනුවාදයෙන් ඔබට ලැබේ:

- ☐ කතා කරන්න බය හිතෙන කරුණු 20ම — ඇසිය යුතු ප්රශ්න සමඟ
- ☐ මූල්‍ය අනාවරණ පත්‍රිකාව + 50/30/20 අයවැය
- ☐ උඩරට vs සාමාන්‍ය විවාහ නීතිය — සරලව
- ☐ තැලසීමියා ඇතුළු සෞඛ්‍ය වෛක්ලිස්තුව
- ☐ රතු එළි මානය + පොරොන්දම් සමබර ප්රවේශය
- ☐ මංගල අයවැය වගුව + මාස 12ක ගමන් සැලැස්ම

**සම්පූර්ණ පොත ලබා ගන්න**

\* විකුණුම් සබැඳිය ඔබේ ගබඩාවෙන් එක් කරන්න (PayHere / Gumroad / ඔබේ වෙබ් අඩවිය)

|     |                  |                                                                                                                                                                                        |
|-----|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0-7 | ඉක්මන් වෙන්න එපා | මේ වෙලාවේ විවාහයට ඉක්මන් වීම වෙනුවට, මාස කිහිපයක කාලයක් ගෙන පොත කියවා, සාකච්ඡා කරන්න. ඔබ තනිවද මේ හිඩැස් පුරවන්නට බැරි නම්, පවුලේ වැඩිහිටියකුගේ හෝ උපදේශකයෙකුගේ (counselor) සහාය ගන්න. |
|-----|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|