අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ)

13 ශ්‍රේණිය

බුද්ධ ධර්මය

ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය

(2010 වර්ෂයේ සිට ක්‍රියාත්මකයි)

ආගම් දෙපාර්තමේන්තුව
භාෂා ආගම්, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

හැඳින්වීම

වර්ෂ 2007 දී 6 සහ 10 යන ශ්‍රේණිවලට හඳුන්වා දෙන ලද නිපුණතා පාදක ඉගෙනුම් ඉගැන්නුම් ප්‍රවේශය ක්‍රමයෙන් වසරින් වසර 7, 8 හා 11 යන ශ්‍රේණිවල විෂය මාලාව සම්බන්ධයෙන් ද යොදා ගන්නා ලද අතර 2009 වසරේදී එය අ.පො.ස (උ/පෙළ) පන්තිවලට අදාළ විෂයමාලාව සම්බන්ධයෙන් ද ව්‍යාප්ත කිරීමට ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ විෂයමාලා සම්පාදකවරුන් සමත් වී තිබේ. එමනිසා 12 හා 13 වන ශ්‍රේණිවල විවිධ විෂය හා අදාළ විෂය නිර්දේශ ද ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහ ද සිසුන් තුළ ප්‍රගුණ කළයුතු නිපුණතා ද නිපුණතා මට්ටම් ද පිළිබඳ සවිස්තරාත්මක තොරතුරු ඉදිරිපත් කොට තිබේ. මෙම තොරතුරු තම විෂය හා අදාළ ඉගෙනුම් - ඉගැන්නුම් අවස්ථා සම්පාදනයේදී ගුරුවරුන්ට මහත්සේ ප්‍රයෝජනවත්වනු ඇත.

අ.පො.ස (උ.පෙළ) විෂය සඳහා ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහ සකස් කිරීමේ දී විෂයමාලා සම්පාදකවරුන් විසින් කනිෂ්ඨ ද්විතීයික විෂයමාලාව හා ජ්‍යෙෂ්ඨ ද්විතීයික (10, 11 ශ්‍රේණි) විෂයමාලාව සකසන විට අනුගමනය කොට ඇති ප්‍රවේශයට වඩා වෙනස් වූ ප්‍රවේශයක් අනුගමනය කොට ඇති බව සඳහන් කරනු කැමැත්තෙමි. 6, 7, 8, 9, 10 හා 11 යන ශ්‍රේණිවල දී විෂය කරුණු ඉගැන්වීමේ දී අනුගමනය කළයුතු ඉගෙනුම් හා ඉගැන්නුම් ප්‍රවේශ සම්බන්ධයෙන් ගුරුවරුන් අභිමත ආකෘතියකට යොමු කරන ලද මුත් අ.පො.ස (උ.පෙළ) විෂය නිර්දේශ හා ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහ සම්පාදනයේ දී ගුරුවරුන්ට තම අභිමතය පරිදි ක්‍රියාකිරීමටත් ප්‍රශස්ත නිදහසක් භුක්ති විඳීමටත් ඉඩ ප්‍රස්ථාව සලසා තිබේ. මෙම තලයේ දී ගුරුවරුන්ගෙන් අපේක්ෂා කරනුයේ ඒ ඒ විෂය ඒකකයට හෝ පාඩමට නියමිත නිපුණතා සහ නිපුණතා මට්ටම් වර්ධනය කිරීම පිණිස යෝජිත ඉගැන්නුම් ක්‍රමවලින් තමන් අභිමත ඉගැන්නුම් ක්‍රමයක් යොදා ගැනීම ය. තමන් යොදා ගන්නා ඉගැන්නුම් ප්‍රවේශය සතුටුදායක හා කාර්යක්ෂම ලෙස යොදා ගනිමින් අපේක්ෂිත නිපුණතා හා නිපුණතා මට්ටම් ළඟා කර ගැනීම ගුරුවරුන් විසින් නොපිරිහෙළා ඉටු කරනු ලැබිය යුතු ය. මෙම නිදහස ගුරුවරුන්ට ලබා දීමට තීරණය කරන ලද්දේ අ.පො.ස (උ.පෙළ) විභාගයේ ඇති වැදගත්කම සහ එම විභාගය කෙරෙහි අධ්‍යාපන පද්ධතියේ සියලු ම අය දක්වන සංවේදී බව සැලකිල්ලට ගෙන බව සටහන් කරනු කැමැත්තෙමි.

මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය ගුරුවරුන් හට මාහැඟි අත්පොතක් වේවායි ප්‍රාර්ථනය කරමි. අපේ දරුවන්ගේ නැණැස පාදන්නට මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයේ ඇති තොරතුරු ක්‍රමවේද සහ උපදෙස් අපගේ ගුරුවරුන් හට නිසි මගපෙන්වීමක් කරනු ඇතැයි අපේක්ෂා කරමි.

මහාචාර්ය ලාල් පෙරේරා

අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

සංදේශය

මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය 2010 වර්ෂයේ සිට 13 වන ශ්‍රේණිය සඳහා ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය සංවිධානය කර ගැනීම සඳහා ගුරු භවතුන්ට ප්‍රයෝජනවත් වේ.

මෙම පොත සම්පාදනය කිරීමට පාදක කරගත් විෂය නිර්දේශය මෙතෙක් පැවති විෂය නිර්දේශවලට වඩා වෙනස් වූවකි. එම වෙනස හඳුනා ගැනීමට යොමුවන ඔබට එය නිපුණතා පාදක විෂය නිර්දේශයක් බව දැකිය හැකි ය. මෙහි දැක්වෙන නිපුණතාවක් එම ශ්‍රේණිය තුළදී ම සාක්ෂාත් කර ගත යුතු යැයි අපේක්ෂා නොකෙරේ. ඇතැම්විට ඒ සඳහා බොහෝ කලක් ගතවිය හැකි ය. එහෙත් නිපුණතා මට්ටම් හා එක් එක් නිපුණතා මට්ටම් යටතේ දැක්වෙන ඉගෙනුම් ඵල එම ශ්‍රේණිය තුළදී ම අත්පත් කර ගත යුතු වේ. එබැවින් ඔබට ශ්‍රේණියට අදාළ පාඩම් සැළසුම් කර ගැනීමේ දී එම නිපුණතා මට්ටම් හා ඉගෙනුම්ඵල බෙහෙවින් ප්‍රයෝජනවත් වේ. මෙම ඉගෙනුම්ඵල ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ දී එක් එක් අරමුණු සකසා ගැනීමට මෙන් ම පන්ති කාමරයේ දී සිදු කෙරෙන ඇගයීම් උපකරණ සකස් කර ගැනීමේ දී නිර්ණායක ලෙස යොදා ගැනීම කෙරෙහි ඔබගේ අවධානය යොමු කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ. මෙම විෂය හැදෑරීමේ දී පරිශීලනය කළ යුතු අතිරේක පොත් පත් මෙන් ම වෙබ් අඩවි පිළිබඳ සිසුන් දැනුවත් කිරීමට ද මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශය ඔබට ප්‍රයෝජනවත් වේ.

මෙහි යෝජිත ක්‍රියාකාරකම් ඔබ නිර්මාණශීලී ගුරුවරයෙකු වශයෙන් ක්‍රියා කිරීමේ අපේක්ෂා සහිතව ආදර්ශවත් ලෙස ඉදිරිපත් කළ ඒවා වශයෙන් සලකන්න. ගුරු කේන්ද්‍රීය පන්ති කාමර ක්‍රියාවලිය වෙනස් කර ශිෂ්‍ය කේන්ද්‍රීය බවක් ඇති කිරීම විශේෂයෙන් අපේක්ෂා කෙරේ. එබැවින් සිසුන් විවිධ පොත්පත් පරිශීලනයට අන්තර්ජාල භාවිතය වැනි ගවේෂණයට යොමු කෙරෙන ඉගෙනුම් අවස්ථා හැකි හැමවිට ම උදා කළ යුතු වේ. ඉගැන්වීමේ දී සම්ප්‍රදායික ලෙස සටහන් ඉදිරිපත් කිරීම වෙනුවට අකර්ෂණීය ලෙස නව දැනුම මූලධර්ම ආදිය ඉදිරිපත් කළ යුතු වේ. ඒ සඳහා තාක්ෂණය හැකිතාක් දුරට යොදාගත් සන්නිවේදන උපක්‍රම භාවිත කිරීම නව පන්තිකාමරය තුළ දී උනන්දු විය යුතු වේ. ඒ සඳහා නව තාක්ෂණික උපකරණ හැකිතාක් දුරට භාවිත කිරීමට නිර්මාණශීලීවීම අවශ්‍ය වේ.

12 වන ශ්‍රේණියේ දී මෙම විෂය ඉගෙනීම අරඹන ඔබගේ සිසුන්ට විෂය නිර්දේශ මනාව පැහැදිලි කර දෙන්න. වර්ෂය පුරා ක්‍රියාත්මක කරන ඔබගේ ඉගැන්වීමේ සැළැස්ම හඳුන්වා දෙන්නේ නම් එය සිසුන් තුළ පෙළඹවීමක් වනු ඇත. මුළු විෂය නිර්දේශය ආවරණය කර ගැනීමට පාසල වෙත සිසුන් ආකර්ෂණය වේ. මෙම විෂයමාලා ප්‍රතිසංස්කරණ රටට දැනෙන පන්ති කාමර ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ වෙනසක් ඇති කරනු සඳහා අදාළ විෂය නිර්දේශය මෙන් ම මෙහි යෝජිත ක්‍රියාවලි ඇසුරෙන් ඔබගේ නිර්මාණශීලී හැකියා පුබුදුවා ගන්නා මෙන් ඉල්ලමි.

මෙම මාර්ගෝපදේශ සැකසීමේ දී දායක වූ විද්වත් සැමට, ගුරුභවතුන්ට සහ ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ නිලධාරීන්ට මගේ ස්තූතිය හිමි වේ. මේ කාර්යය සඳහා මඟපෙන්වූ අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් මහාචාර්ය ලාල් පෙරේරා මැතිඳුන් මෙන් ම මුද්‍රණ කටයුතු සිදුකර පාසල්වලට ලබාදීමේ වගකීම භාරගෙන කටයුතු කළ අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල් ඇතුළු කාර්යය මණ්ඩලයට මගේ විශේෂ ස්තූතිය පුද කරමි. මෙහි ඇතුලත් කරුණු පිළිබඳ ව සංවර්ධනාත්මක යෝජනා ඇතොත් මා වෙත ලබාදෙන්නේනම් කෘතඥ වෙමි.

විමල් සියඹලාගොඩ
සහකාර අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
භාෂා, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය.

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල්තුමාගේ පණිවුඩය

රජය මගින් සියලු ම පාසල් සිසු දරුවන් වෙත පාසල් පෙළ පොතේ නොමිලේ ලබා දෙන අතර ම ගුරු භවතුන් වෙත ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහ ලබා දීම මගින් ගුරු ඉගෙනුම් හා ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය වඩාත් ඵලදායීකර ගැනීම අරමුණ කර ගැනේ.

විෂය නිර්දේශයේ දැක්වෙන නිපුණතා සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා සිසුන් මෙහෙයවන නියමුවා වන්නේ ගුරුවරයා ය. එබැවින් එම කාර්යය මැනවින් වටහාගෙන මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහ පරිශීලනයෙන් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය පිළිබඳ ව මනා පරිචයක් ලබාගෙන නිපුණතා පාදක කර ගනිමින් ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියෙන් උපරිම ප්‍රයෝජන ලබා ගන්නා ආකාරය පිළිබඳ ව සිසුන් දැනුවත් කිරීමේ වගකීම ඔබට පැවරේ.

වර්තමාන ලෝකයේ අභියෝග ජයගත හැකි සිසු පරපුරක් බිහි කිරීමේ භාරදූර කාර්ය භාරයේ නියැලී සිටින ඔබට මෙමගින් ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ ගුණාත්මක වර්ධනයක් ඇති කිරීමට හැකි වනු ඇතැයි විශ්වාස කරමි.

ඩබ්ලිව්.එම්.එන්.ජේ. පුෂ්පකුමාර
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල්

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව,
"ඉසුරුපාය"
බත්තරමුල්ල.
2009.07.21

උපදේශක හා ලේඛක මණ්ඩලය

මෙහෙයවීම - මහාචාර්ය ලාල් පෙරේරා මහතා
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

උපදේශන හා
මඟ පෙන්වීම - විමල් සියඹලාගොඩ මහතා
සහකාර අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
භාෂා මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

අධීක්ෂණය - ආචාර්ය පූජ්‍ය මාඹුල්ගොඩ සුමනරතන හිමි
අධ්‍යක්ෂ (ආගම්)
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ලේඛක මණ්ඩලය - පූජ්‍ය ගන්තුනේ අස්සජි හිමි
(බී.ඒ. ගෞරව, එම්.ඒ ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්ව විද්‍යාලයේ හිටපු කථිකාචාර්ය)
මහාචාර්ය පූජ්‍ය දේවාලේගම මේධානන්ද හිමි
(බී.ඒ. ගෞරව, එම්.ඒ., පී.එච්.ඩී., කැලණිය විශ්ව විද්‍යාලය)
පූජ්‍ය ආචාර්ය තැරැලේ ධම්මරතන හිමි
(බී.ඒ.ගෞරව, එම්.ඒ., පී.එච්.ඩී, කැලණිය විශ්ව විද්‍යාලයේ ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය)
පූජ්‍ය උඩුගම සුදස්සි හිමි (ව්‍යාපෘති නිලධාරි)
(ජාතික ශික්ෂණ විද්‍යා ඩිප්ලෝමා, පශ්චාත් උපාධි අධ්‍යාපන ඩිප්ලෝමා, අධ්‍යාපනවේදී)
පූජ්‍ය තෙරපැහැ මේධංකර හිමි (සහකාර ව්‍යාපෘති නිලධාරි)
(බී.ඒ ගෞරව, එම්.ඒ., රාජකීය පණ්ඩිත, පශ්චාත් උපාධි අධ්‍යාපන ඩිප්ලෝමා)
ආචාර්ය උදිත ගරුසිංහ මහතා (බී.ඒ.ගෞරව, එම්.ඒ., පී.එච්.ඩී., ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, කැලණිය විශ්ව විද්‍යාලය)
ගුණසේන මහතන්ත්‍රිගේ මහතා (බී.ඒ.ගෞරව,එම්.ඒ., අධ්‍යාපන ඩිප්ලෝමා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ හිටපු නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ)
එස්.පී. විතාන මහතා (ව්‍යාපෘති නිලධාරි)
(බී.ඒ. ,එම්.ඒ. , පශ්. උපාධි අධ්‍යාපන ඩිප්ලෝමා)

සංස්කරණය : ආචාර්ය පූජ්‍ය - මාඹුල්ගොඩ සුමනරතන හිමි
(බී.ඒ.ගෞරව, පී.එච්.ඩී., අධ්‍යාපන ඩිප්ලෝමා, අධ්‍යක්ෂ ආගම්, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය)

පරිගණක වදන් සැකසුම : පී. නිල්මිණි ප්‍රනාන්දු මිය

විවිධ සහාය : එස්. සී. ප්‍රියදර්ශනී මිය
අයි. ජ්. බෝජිත මයා

පටුන

		පිටුව
හැඳින්වීම		iii
සංඥාපනය		iv
අධ්‍යාපන ග්‍රන්ථ ප්‍රකාශන කොමසාරිස්තුමාගේ පණිවුඩය		v
උපදේශක හා ලේඛක මණ්ඩලය		vi
නිපුණතාව	6.0	1 - 17
නිපුණතාව	7.0	18 - 23
නිපුණතාව	8.0	24 - 34
නිපුණතාව	9.0	35 - 43
නිපුණතාව	10.0	44 - 50
පාසල පදනම් කරගත් තක්සේරුකරණය හැඳින්වීම සහ ඉගෙනුම් උපකරණ		51 - 59

නිපුණතාව 6.0 : බුදු දහමෙහි අන්තර්ගත සත්වයා සහ සමාජය පිළිබඳ ඉගැන්වීම් ඇසුරෙන් යථාර්ථය දකියි.

නිපුණතා මට්ටම 6.1 : බුද්ධකාලීන ශ්‍රමණ , බ්‍රාහ්මණ සම්ප්‍රදායවල එන සත්වයා හා සමාජය පිළිබඳ ඉගැන්වීම් හදාරයි.

කාලච්ඡේද සංඛ්‍යාව : 21

ඉගෙනුම් ඵල :
- පුද්ගලයා හා සමාජය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් අගය කරයි.
- පෞරුෂ වර්ධනයට පුද්ගල චින්තන ශක්තිය අදාළ වන බව දැන කටයුතු කරයි.
- සියල්ල හේතු ප්‍රත්‍ය කරණ කොට සිදුවන බව පිළිගනියි.
- සාවද්‍ය දෑ බැහැර කොට නිරවද්‍ය දෑ අනුගමනය කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක් :

6.1.1 පුද්ගලයා හා සමාජය පිළිබඳ බ්‍රාහ්මණ ඉගැන්වීම්

6.1.1.1 ඊශ්වර නිර්මාණවාදය

- බ්‍රාහ්මණ ඉගැන්වීම් අනුව ඊශ්වර නිර්මාණවාදය යනු "සත්වයා හා ලෝකය සර්ව බලධාරි මැවුම්කරුවෙකු විසින් නිර්මාණය කොට පාලනය කරනු ලබයි " යන ඉගැන්වීම වන අතර එය දේව නිර්මාණ වාදය නමින්ද හැඳින්වේ. මේ අනුව මහා බ්‍රහ්ම විසින් පුද්ගලයා, සමාජය හා විශ්වය මවා පාලනය කරනු ලබන්නේය යන්න බ්‍රාහ්මණ පිළිගැනීම විය.

- වේදය ගුරුතන්හි තබා ගැනීම, වර්ණ ධර්ම, ආශ්‍රම ධර්ම, ස්ව ධර්ම, ආපද් ධර්ම, ස්ත්‍රීත්වය ලඝු කොට සැලකීම, කර්ම මාර්ගයට ඇතුළත් යාග හෝම ආදී බාහිර පුද සිරිත් හා බ්‍රහ්ම සහව්‍යතාව යනාදිය බ්‍රාහ්මණ ධර්මයෙහි මූලික ඉගැන්වීම් විය.
- මේ අනුව "වර්ණ ධර්ම හා ආශ්‍රම ධර්ම පදනම් කොටගෙන සමාජය සකස්ව ඇත" යන්න බ්‍රාහ්මණ පිළිගැනීමයි.
- ඊශ්වර නිර්මාණවාදය ගරුකළ බ්‍රාහ්මණයන් සියල්ල දේව කැමැත්තට අනුව සිදුවන බව ප්‍රකාශ කිරීම නිසා මානව ශක්‍යතා අභියෝගයට ලක්විය.
- පුද්ගලයා හා සමාජය ගැන සාකච්ඡා කිරීමේදී , බමුණු දහම තුළ පුද්ගල යුතුකම් ගැන කතා කිරීම පමණක් සිදුවී ඇති අතර අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ප්‍රමාණවත් අවදිකමක් නොතිබිණ.

- මහා බ්‍රහ්මයා විසින් පුද්ගලයා , සමාජය හා විශ්වය නිර්මාණය කොට පාලනය කරනු ලබන්නේය යන්න බ්‍රාහ්මණ පිළිගැනීම වේ. සියල්ල බාහිර බලවේගයන් වෙත පවරා දීම සිදුවේ.

- බුදු දහම අනුව නිර්මාණවාදී බ්‍රාහ්මණ අදහස් බැහැර කෙරෙන අතර සත්වයා හා ලෝකය හේතු ප්‍රත්‍ය ධර්මය අනුව ක්‍රියාත්මක වන්නක් බව පිළිගැනෙයි.
- වර්ණ ධර්ම ඇතුළු බ්‍රාහ්මණ සමාජ ධර්ම බුදු සමයෙහි විචාරයට ලක්වන අතර ස්වච්ඡන්දතාව, නිදහස, වගකීම, කර්ම විපාක හා උත්සාහය අගය කෙරේ.

6.1.1.2 : ආත්මවාදය

- පාලි භාෂාවෙන් "අත්ත" යනුවෙන්ද සංස්කෘත භාෂාවෙන් "ආත්ම" යනුවෙන් ද කියැවෙන්නේ තමා හෙවත් මම යන අර්ථයෙන් යුත් තමා තුළ හෝ ඉන් බැහැරව පවත්නා නිත්‍ය සදාකාලික අවිපරිණාමී පදාර්ථයකි.
- බ්‍රාහ්මණ , උපනිෂද්, ජෛන ආදී ඉගැන්වීම්වල ආත්ම සංකල්පය පිළිගෙන ඇත.
- විශ්වය තුළ විශ්වාත්මය හෙවත් ජගදාත්මය ද පුද්ගලයා තුළ ප්‍රත්‍යගාත්මය හෙවත් පුද්ගලාත්මය ද පවතින්නේ යැයි වෛදික පිළිගැනීම විය.
- විශ්වය තුළ පවත්නා සියල්ල ත්‍රි ලක්ෂණයට හා හේතුඵල ධර්මයට යටත්වන බව පෙන්වා දෙන බුදු දහම සියලු ආකාරයේ ආත්මවාද විචාරයට ලක්කොට පසෙකින් තබයි.

6.1.1.3 අධිච්චසමුප්පන්නවාදය

- සියල්ල හේතු ප්‍රත්‍යයකින් තොරව ඉබේටම, ආකස්මිකව සිදුවේයයි පිළිගැනීම අධිච්චසමුප්පන්නවාදය හෙවත් අහේතු අපච්චයවාදය යි.
- සත්වයාගේ කෙලෙසීමට හෝ පාරිශුද්ධියට හේතු ප්‍රත්‍ය බල නොපාන්නේ යයි මෙම වාදයෙන් ඉගැන්වේ.
- මක්ඛලි ගෝසාලයන් විසින් අධිච්චසමුප්පන්නවාදී දර්ශනයක් ඉදිරිපත් කරන ලදී.
- අධිච්චසමුප්පන්නවාදය මගින් නියතිවාදයත් අකිරියවාදයත් තහවුරු වේ. කර්ම විපාක ප්‍රතික්ෂේප වේ.
- සත්වයාගේ කෙලෙසීම හා පිරිසිදුවීම හේතු ප්‍රත්‍ය සහිතවම සිදුවන බව අවධාරණය කරන බුදුසමය හේතුඵල ධර්මය හා කර්ම විපාක සිද්ධාන්තය මගින් අධිච්චසමුප්පන්නවාදය බැහැර කරයි.

6.1.1.4 අකිරිය වාදය

- කර්ම විපාක නොපිළි ගැනීම හෙවත් පින් පව් ප්‍රතික්ෂේප කිරීම අකිරිය වාදය වේ.
- බුද්ධකාලීන භාරතයේ ෂඩ් ශාස්තෲන් අතර ප්‍රබල ලෙස අකිරියවාදය අවධාරණය කළ ශාස්තෲවරු සිටියහ.
- බුදු දහම අකිරිය වාදය පිළිගත්තවුන් නිත්‍ය මිථ්‍යා දෘෂ්ටිකයන් ලෙස හඳුන්වයි.

- අක්‍රියවාදය ආචාරධර්ම අර්ථවත් කිරීමට හා සමාජය විධිමත්ව පවත්වා ගෙන යාමට ඉමහත් බාධකයක් වන බව බෞද්ධ පිළිගැනීමයි.
- ප්‍රතීත්‍ය සමුප්පන්නව සිදුවන සත්වයාගේ පැවැත්මත් , ස්වච්ඡන්දතාවත්, කර්ම විපාක සිද්ධාන්තයත් පිළිගන්නා බුදු සමය අකිරිය වාදය සපුරා ප්‍රතික්ෂේප කරයි.

6.1.1.5 **පුබ්බේකතහේතුවාදය**

- "සියල්ලටම පෙර කරන ලද කර්මය හේතුවේ" ය යන්න පුබ්බේකත හේතුවාදය ලෙස හැඳින්වේ.
- ජෛන දර්ශනයේ ඉගැන්වීම වන්නේ පූර්වකෘත කර්ම සියල්ල දුෂ්කර ව්‍රත අනුගමනය කිරීමෙන් ක්ෂය කළ යුතු බවයි.
- බුදු සමය පංච නියාම ධර්ම අතරින් කම්ම නියාමය එකක් පමණකැයි හා රෝග කාරක හේතු අතරින්ද කර්මය එකක් පමණකැයි උගන්වමින් සියල්ල කර්මයෙන් සිදුවේය යන්න බැහැර කරයි.
- ලෞකික ලෝකෝත්තර සැප ළඟා කර ගැනීමට උත්සාහය, වීර්යය, අධිෂ්ඨානය පෙරදැරිව අප්‍රමාදීව කායික, වාචසික, මානසික ශික්ෂණයෙහි යෙදිය යුතුයැයි අවධාරණය කරන බුදු සමය පුබ්බේකතහේතුවාදය බැහැර කරයි.

6.1.2 **පුද්ගලයා හා සමාජය පිළිබඳ ෂට් ශාස්තෘන්ගේ ඉගැන්වීම්**

පූරණ කස්සප

- සිටුවරයකුගේ වැඩකරුවන් (දාසයන්) සියය සම්පූර්ණ කරමින් උපන් නිසා මොහු පූරණ නම් විය. ගෝත්‍රයෙන් කාශ්‍යප යන්න ද එක්වී පූරණ කාශ්‍යප නම් විය. තරුණ වයසේදී ස්වාමියා වෙතින් පළායන විට අතර මගදී සොරුන් හැදි වස්ත්‍රය පැහැර ගත්තෙන් හෙතෙම නිරුවත්ව හැසුරුණේය. මේ දුටු මිනිස්සු රහත් කෙනෙක් යැයි සලකා සත්කාර කළහ. අටුවාවේ සඳහන් වන්නේ මොහුට ශ්‍රාවකයන් පන්සිය දෙනෙක් සිටි බවයි.
- කුසල අකුසල කර්ම ප්‍රතික්ෂේප කරන මොහු අකිරියවාදියෙකි. කවරාකාරයක කර්මයක් කළත් ඉන් සිදුවන පිනක් හෝ පවක් නොවන බව මොහුගේ ඉගැන්වීමයි. සංයුත්ත නිකායේ - දේවපුත්ත සංයුත්තයේ නානාතිත්ථිය සූතයෙහි මොහුගේ දර්ශනය සඳහන් වන්නේ මෙසේය.
  ඉධ ඡින්දිත මාරිතේ - හත ජානිසු කස්සපෝ
  පාපං න සමනුපස්සති - පුඤ්ඤං වා පන අත්තනො
- මෙම ඉගැන්වීම චාර්වාක දර්ශනයට බොහෝ සේ සමානවේ. මෙතෙම කර්මය නොපිළිගනී. එබැවින් විපාකය ද ප්‍රතික්ෂේප වේ. මේ නිසා මොහු උග්‍ර භෞතිකවාදී චින්තකයකු ලෙස ද හඳුන්වනු ලැබේ.

මක්ඛලි ගෝසාල

- පිරිවැජ්යකුගේ පුතකු වූ මොහු උපන්නේ ගවහලකය. ඒ නිසාම ගෝසාල වී යැයි කියැවේ. මෙතෙම සිටුවරයකුගේ පුතෙකු ලෙස වැඩුණේ ය. තෙල් වෙළඳාමේ යෙදුන සිටුවරයා මොහු ද තරුණ වයසේ දී ඒ සඳහා හවුල් කරගත්තේය. දිනක් තෙල් කළයක් හිස දරා ගමන් ගනිද්දී ස්වාමියා මා බලි - පැකිල නොවැටෙව කියද්දීත් නොසැලකිලිමත් අයුරින් ඇද වැටී තෙල් කළය බිඳිණ. ඉන් බියට පත්වූ ගෝසාල පැනයාමට තැත් කළ අතර ස්වාමියා ඔහුගේ හැඳිවත අල්ලා ගත්තේය. වස්ත්‍රය ද හැරදමා නිරුවත්ව ගිය මොහු රහත් නමකැයි සත්කාරයට ලක් වූ බව සඳහන් වේ.
- අටුවා අනුව "මක්ඛලී" යන්න පූර්ව නාමය ලෙස ද "ගෝසාල" යන්න අපර නාමය ලෙස ද පිළිගෙන ඇත. තෙල් කළ ප්‍රවෘත්තියට අනුව ගතහොත් මක්ඛලී යන්න පූර්වයට යෙදීම ගැටලුවකි. එසේ වුවද ජෛන පොත් පත් හි ඇත්තේ මංඛලී - මංඛල පුත්‍ර වැනි නමකි.
- මක්ඛලී ගෝසාල - නිගණ්ඨ නාතපුත්තතුමාගේ අතවැසියකුව සිට පසුව පිරිසක් ද සමඟ එතැනින් ඉවත්ව ගියේ යැයිද එසේ ගොස් නාතපුත්ත තුමාට හතුරුකම් කළේයයි ද අවසානයේ මැරී නිරයේ උපන් බවද ජෛන ග්‍රන්ථවල දැක්වේ. මහායානිකයන් "මස්කරී ගෝසාල" ලෙස මොහු හඳුන්වයි. වියලි ලා උණ දඬුවක් අතින් දරන ආජීවකයන්ද මස්කරින් ලෙස හඳුන්වා ඇත.
- සියල්ලම නියත පිළිවෙළකට ඉබේ සිදුවන්නේ යයි ප්‍රකාශ කළ මොහු වීර්යය, උත්සාහය බැහැර කරන නියතිවාදියෙකි. නියමිත වූ කාල සීමාවක් තුළ සසර සැරිසරණ සත්වයාගේ විමුක්තිය ස්වභාවිකව සිදුවන බව ද උගන්වයි. සංසාර ශුද්ධිවාදය ලෙස හඳුන්වන්නේ ද මෙයම ය. පරිණාමවාදී ඉගැන්වීමට නෑකම් කියන මෙම ඉගැන්වීම අහේතු අප්‍රත්‍යවාදී ද වේ.

අජිත කේසකම්බලී

- නමින් අජිත වූ මොහු කෙස් වලින් වියන ලද කම්බිලියක් පෙරවූ නිසා කේශකම්බලී නම් විය.
- මෙතෙම උච්ඡේදවාදියෙකි. එසේම භෞතිකවාදියෙකි. සතර මහා භූතයන් නිසා හටගත් කය මරණින් පසු අවසන් වේයයි ද පරලොවක් නැතැයි ද මොහු උගන්වයි.
- පින්, පව්, හෝ විපාක නැත. පරලොවක් නැත. ශරීරයේ විනාශය සමග සත්වයාගේ ද විනාශය වේ යන්න ඔහුගේ ඉගැන්වීමයි.
- ඉහත කී ඉගැන්වීම් වලට අනුව මොහු අක්‍රියවාදියෙකි.

පකුධ කච්චායන

- දුගී කාන්තාවකගේ පුතකු වන මොහු කච්චායන ගෝත්‍රයට අයත්ය. කුඹුක් ගසක් යට දී උපන් නිසා කකුධ කත්‍යායන නම් වූයේ යයි මතයකි. බමුණකුගේ දරු තනතුරේ වැඩුණු මොහු ඔහුගේ ඇවෑමෙන් ශාස්තෘවරයකු බවට පත්විය.

- පඨවි, ආපෝ,තේජෝ,වායෝ , සුඛ, දුක්ඛ ,ජීව යන සප්ත ධර්මයන්ගේ එකතුවක් ගැන මොහු උගන්වයි. අකිරියවාදියෙකු මෙන්ම භෞතිකවාදියෙකු ලෙසද සැලකෙන මොහුගේ දර්ශනය සප්තකාය වාදය ලෙස හඳුන්වා ඇත.

සංජය බෙල්ලට්ඨිපුත්ත

- බෙල්ලට්ඨිපුත්ත යන්නෙන් වෛරාඨිපුත්‍ර යන්න අදහස් කෙරේ. ඒ අනුව මොහු විරාට වැසියකුගේ පුතෙකි. මොහුගේ ප්‍රසිද්ධතම නම සංජය යන්න යි. කවර ප්‍රශ්නයකට වුවද ස්ථිර පිළිතුරක් නොදෙන මොහු අමරාවික්ෂේපවාදියකු ලෙස හැඳින්වේ. ප්‍රශ්නයකට සෘජු පිළිතුරක් නොදී මග හැරීම, මෙන්ම ඒ මගින් අසන්නා මුලාවට පත් කිරීම ඔහුගේ ඉගැන්වීම මගින් විය.
- සංජයගේ ඉගැන්වීම සාමඤ්ඤඵල සූත්‍රයේ මෙසේ දැක්වේ. "එවන්ති පි මේ නෝ තථාති පි මේ නෝ, අඤ්ඤථාතිපි මේ නෝ, නෝති පි මේනෝ, නෝ නෝති පි මේ නෝ. "
- පරලොවක් ඇත්දැයි කෙනෙක් විචාළ විට 'මට මෙබඳු අදහසක් නැතැයි ද , එසේ නම් පරලොවක් නැද්දැයි විචාළ විට එසේ මට අදහසක් නැතැයි' ද නො එසේ නම් පරලොව පිළිබඳ අන් අයුරු වූ අදහසක් ඇද්දැයි විචාළ විට 'මට අන් අයුරකින් වූ අදහසකුත් නැතැයි ද පරලොවක් නැද්දැයි විචාළ විට 'නැතැයි යන අදහසකුත් මට නැතැයි ද ' පරලොවක් නැත්තේ නොවේය යන අදහසකුත් මට නැතැයි ද ' යන ආකාරයට ප්‍රශ්නයට සෘජුව පිළිතුරු නොදී මගහැර යාම සංජය බෙල්ලට්ඨිපුත්ත ශාස්තෘවරයාගේ පිළිවෙතයි.

නිගණ්ඨනාතපුත්ත

- වජ්ජි රටේ උපන් මෙතුමා කුන්ද ග්‍රාමාධිපති ලිච්ඡවි වංශික සිද්ධාර්ථ ක්ෂත්‍රියයාගේ පුත්‍රයා ය. මව වූයේ ත්‍රිශලා දේවිය යි. බිරිය යශෝධා කුමරියයි. අනෝජා නම් දියණිය උපන් දිනට පසු ගිහිගෙය හැරයන මෙතුමා වර්ෂ 12ක් පමණ දුෂ්කර ක්‍රියාවකින් පසු කේවලත්වය පසක් කළ බව දැක්වෙයි.
- නිගණ්ඨනාතපුත්ත වර්ධමාන මහාවීර නාමයෙන් ද හඳුන්වනු ලබයි.
- ෂට් ශාස්තෘන් අතර කර්මවාදී ඉගැන්වීමක් කළේ මෙම ශාස්තෘවරයා විසින් පමණකි. මෙතෙම පරම අවිහිංසාවාදියකු ලෙස ද හැඳින්වේ.

- ස්‍යාද්වාදය, පරම අවිහිංසාවාදය, චතුයාම සංවරවාදය, පුබ්බේකත හේතුවාදය ආදී නම්වලින් මොහුගේ ඉගැන්වීම නම් කර ඇත.

- මහාවීර දර්ශනයෙහි ප්‍රධාන තැනක් ගන්නේ චතුයාම සංවරයයි. එනම්

  1. සියලු ඇල්දිය පරිභෝගයෙන් වැළකීම. (සබ්බවාරවාරිතෝ)
  2. සියලු සංවරයෙන් යුක්තවීම (සබ්බවාරියුතෝ)
  3. සියලු පව් පිඹ හැරීම (සබ්බවාරධුතෝ)
  4. සියලු පව් වැළැක්මෙන් මෝක්ෂය ස්පර්ශ කොට සිටීම (සබ්බවාර පුඨෝ)

- මෙහිදී ගිහියන් මිස පැවිද්දන් ඇල්දිය පරිභෝග නොකළ යුතු බව ඉගැන්වේ.
- නිගණ්ඨනාතපුත්ත ජීවින්ගේ ආරම්භයක්, අවසානයක් නැති බව පිළිගනී. ඒ ඒ පුද්ගලයා තුළ පවත්නා කෙලෙස් මුහුකුරා යාමෙන් කේවලත්වයට (කෙවලාා පදයට) පත්වන බව මෙහි පිළිගැනේ.

- ජෛන ඉගැන්වීමෙහි වැදගත් සිද්ධාන්තයක් වන්නේ ජෛන ස්‍යාද්වාදයයි. ජෛනවරුන් ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දීමේදී මෙම සිද්ධාන්තයෙහි පිහිටා කටයුතු කර ඇත. සත්‍ය ගවේෂණය සඳහා ස්‍යාද්වාදය උපයෝගී කරගත හැකි බව මොවුන්ගේ විශ්වාසයයි.

- බෞද්ධ ඉගැන්වීම හා ජෛන ඉගැන්වීම තුළ පොදු කරුණු ද දක්නට ලැබේ. වේදය ප්‍රතික්ෂේප කිරීම, ජීවිතය දුකින් පිරී ඇති බව පිළිගැනීම, සර්ව බලධාරී දේව සංකල්පය ප්‍රතික්ෂේප කිරීම මෙකී පොදු කරුණු අතර ප්‍රධාන වේ.

- ජෛන ඉගැන්වීම්වලට අනුව ආත්මය හා ද්‍රව්‍ය නිත්‍ය පදාර්ථ ලෙස පිළිගැනේ. බෞද්ධ ඉගැන්වීම්වල එවැන්නක් නැත. ජෛනයෝ ත්‍රිදණ්ඩයක් උගන්වති. එනම් කාය දණ්ඩ, වචී දණ්ඩ, හා මනෝ දණ්ඩය යි. බුදු දහමේ එය කාය කම්ම, වචී කම්ම, මනෝ කම්ම වේ.

- බුදු දහම බුද්ධ , ධම්ම, සංඝ යන ත්‍රි රත්නය දක්වන අතර ජෛනයෝ සම්‍යග් දර්ශනය ,සම්‍යග් ඥානය හා සම්‍යක් චාරිත්‍ර ලෙස ත්‍රිරත්නයක් දක්වති.

- ජෛන පංච සීලයේත්, බෞද්ධ පංච සීලයේත් යම් තරමක සමානකමක් දන්නට ලැබේ.

- ප්‍රාණඝාතය, සොරකම, බොරුව,අනිසි ලිංගික හැසිරීම හා දේපල හිමිකමින් වැළකීම ජෛන පංචශීලයේ විස්තර කෙරේ.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

1 පියවර සමාජයේ කටයුතු කිරීමේදී විවිධ අය විවිධ අදහස් ඉදිරිපත් කරන බවත්, සමහර අවස්ථාවල මේ හේතුවෙන් ගැටුම් ඇතිවිය හැකි බවත්, බුද්ධ කාලීන විවිධ දෘෂ්ටිවාද හේතුකොට නොයෙකුත් ගැටලු ඇතිවී තිබුණ බවත් පැහැදිලි කරමින් පාඩමට පිවිසෙන්න.
(සුදුසු පරිදි ක්‍රමවේද වැඩිදියුණු කර ගැනීම විෂය භාර ගුරු භවතාට පැවරේ.)

2 පියවර

මූලාශ්‍රය ග්‍රන්ථ පිළිබඳ ලේඛනය සිසුන්ට ලබාදී ඒ ඒ සූත්‍රාගත කරුණු සොයන්නට ගවේෂණයට සිසුන් යොමු කරන්න.

3 පියවර

සිසුන් රැස්කරනු ලබන කරුණු සාකච්ඡා කොට ඒ පිළිබඳ ඇගයීමක් කර අවශ්‍ය පරිදි සිසුන්ට කරුණු සපයා දෙන්න.

පැවරුම

ආගමික මතවාද පිළිබඳව රැස්කළ කරුණු සම්පිණ්ඩනය කරමින් අත්පොතක් සකස් කරන්න.

මූලාශ්‍රය :

අනත්ත ලක්ඛණ සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
අලගද්දූපම සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
චූල සච්චක සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
අචේල කස්සප සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
මහා තිත්ථායතන සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය
සාමඤ්ඤඵල සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
මහාලී සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
සන්දක සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
ගිරිමානන්ද සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය
දේවදහ සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
මක්ඛලී සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය
භාරතීය දර්ශන ඉතිහාසය	- ජිනදාස කළුපහන
බුදුන් වදාළ ධර්මය	- වල්පොල රාහුල හිමි
දෘෂ්ටිවාද සංග්‍රහය	- ඉඳුරුවේ උත්තරානන්ද මාහිමි
භාරතීය සංස්කෘතික ඉතිහාසය	- රොලින්සන්
බුද්ධ ධර්මය, සමාජය හා සංස්කෘතිය	- අත්තුඩාවේ රාහුල හිමි
උසස් පෙළ බුද්ධ ධර්මය	- කොස්වත්තේ අරියවිමල හිමි

නිපුණතා මට්ටම 6.2 : විශ්වය හා සමාජය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීමේ බුද්ධි ගෝචර බව පිළිගනියි.

කාලච්ඡේද : 26

ඉගෙනුම් ඵල :
- සමාජය නිරන්තර වෙනස්වීමට පත්වන්නක් බව තේරුම්ගෙන කටයුතු කරයි.
- ලෝකය හා සමාජය ඊශ්වර නිර්මාණයක් නොව විවිධාකාර හේතු ප්‍රත්‍යයන් නිසා ප්‍රභවය වී ක්‍රියාත්මක වන බව දැන කටයුතු කරයි.
- සමාජ පරිණාමය පිළිබඳ වූ තොරතුරු රැස් කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක් :

6.2.1 : **විශ්වයේ ස්වභාවය**

- චක්කවාල, ඕකාස ලෝක යනාදී වචන වලින් බුදු සමයෙහි විශ්වය පිළිබඳ අදහස ඉදිරිපත් කර ඇත.
- සාහස්සී, චූලනිකා, ද්වී සහස්සී, මජ්ඣිමිකා, මහා සහස්සී යනුවෙන් විවිධ ලෝක ධාතු පිළිබඳව බුදු සමයෙහි සඳහන් වේ.
- බුදු දහමට අනුව “සබ්බ” යන වචනයෙන් නියෝජනය වන විශ්වයේ පවත්නා සියල්ල සතර මහා භූත, පඤ්චස්කන්ධ ආදියට අයත්වන බැවින් විශ්වය තුළ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ලක්ෂණයන්ගෙන් තොරවූවක් නොපවත්නා බව පැහැදිලිය.
- විශ්වයේ ඇතිවීම කෙසේ වූයේ දැයි හා එහි පැවැත්ම කෙසේ නම් වේදැයි සෙවීමට බොහෝ බුද්ධිමතුන් ක්‍රියා කොට ඇත. මෙහිදී නූතන විද්‍යාඥයන් නවතම තොරතුරු ද ඉදිරිපත් කර ඇත.
- ආගමික මතවාද අනුව විශ්වයේ ප්‍රභවය පිළිබඳව විවිධ මතාන්තර ගොඩ නැගී ඇත. බෞද්ධ ඉගැන්වීම අනුව එය ධම්ම නියාමය හැටියට හඳුන්වා දී තිබේ. පදාර්ථ දෙකක් එක් වූ කල ඇතිවන්නාවූ ක්‍රියාවක ප්‍රතිඵල නිරීක්ෂණය කළ විට විවිධ ආශ්චර්යමත් දේ දැක ගත හැකි වේ. මේ තත්ත්වය බුදුරදුන් පෙන්වා දී ඇත්තේ “ධම්ම නියාමය” හැටියටය. එය හේතු ඵල නියාමය ලෙස දැක්විය හැකිය.
- ලෝක විෂය අචින්ත්‍යය යනුවෙන් බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කොට ඇත්තේ භෞතික වූ විශ්වයේ අවසානය තෙක් සිතා තීරණය කිරීම කළ නොහැක්කක් බැවිනි. එසේම විශ්වයේ අවසානය සෙවීම ද නිරර්ථක උත්සාහයක් බව බෞද්ධ අදහසයි.
- නූතන විද්‍යාඥ ජේ.බී.එස්. හැල්ඩේන් ප්‍රකාශ කර සිටින්නේ මේ විශ්වය ඔබ සිතනවාට වඩා පුදුම දෙයක් පමණක් නොව ඔබට සිතිය හැකි ප්‍රමාණයටත් වඩා පුදුම දෙයක් ය යනුවෙනි.

6.2.2 **සමාජයේ ප්‍රභවය හා විකාශය**

- බුදු දහමේ ඉගැන්වෙන පරිදි ලෝකය හා සමාජය ඊශ්වර නිර්මාණයක් නොව විවිධ හේතු ප්‍රත්‍යයන් නිසා ප්‍රභවය වී පරිණාමය වූවක් බව පිළිගැනේ.
- ලිංගික කටයුතු මුල්කරගෙන වාසස්ථාන ඉදිකර ගැනීම සිදුවී එමගින් පවුල් සංස්ථාව නිර්මාණය වී යයි බුදු දහමේ ඉගැන්වීම වේ.
- සමාජ සම්මුතියක ප්‍රතිඵලයක් ලෙස රාජ්‍යත්වය බිහිවූ අතර මිනිසා විසින් කරනු ලැබූ ක්‍රියාකාරකම්වල ඓතිහාසික ප්‍රතිඵලයක් ලෙස විවිධ සමාජ සංස්ථා බිහිවී ඇති බව බුදු දහමේ පිළිගැනීමය.
- සමාජ සංස්ථා ස්ථාපිත වී ඇත්තේ පුද්ගලයා නමැති සංඝටක මගිනි. පුද්ගලයාගේ සදාචාරවත් වීම සමාජ විකාශයේදී ඉතා වැදගත් වන බව බුදු දහම උගන්වයි. "මිනිසා හදා ලෝකය හදමු " යන සංකල්පය මේ නිසාම ගොඩ නැගෙන්නට ඇතැයි පිළිගත හැකිය.
- සමාජ ප්‍රභවය හා විකාශය පිළිබඳ ඉතා වැදගත් වුත් නූතන තොරතුරු හා ගැලපෙන්නාවූත් කරුණු දීඝ නිකායේ අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රයෙහි සඳහන් වේ.

6.2.3 **විශ්වය හා සමාජය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීමෙහි බුද්ධි ගෝචර බව**

- බුදු දහම අනුව විශ්වය හා සමාජය කවරාකාරයක හෝ දෙවි කෙනෙකුන් විසින් මවන ලද්දක් නොව ප්‍රතීත්‍ය සමුප්පන්නව සිදුවූ ඓතිහාසික සිද්ධිදාමයක ප්‍රතිඵලයක් බව පිළිගැනේ.

- විශ්වය හා සමාජය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීමට ඊශ්වර ප්‍රස්තුතයක් පදනම්ව නැති බැවින් බුද්ධිගෝචර බවෙන් හා විශ්වසනීයත්වයෙන් යුතු වේ.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1 විශ්වයේ දර්ශන සහිත වීඩියෝ පටයක් සිසුන් වෙනුවෙන් ප්‍රදර්ශනය කොට ඒ පිළිබඳව ඔවුන්ගෙන් කරුණු විමසන්න.

පියවර 2 අනතුරුව මූලාශ්‍රය ගත දත්ත හා සිසුන් දන්නා වෙනත් තොරතුරු පන්ති කාමරයේ පොදුවේ සාකච්ඡා කරන්න.

පියවර 3 ලබාගත් කරුණු හා ගුරු අත්දැකීම් (දැනුම) පදනම් කොටගෙන සිසුන්ට අවශ්‍ය නිබන්ධනයක් ලබාදෙන්න.

පැවරුම

"විශ්වය හා සමාජය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම නූතනයට ගැලපේ ද" රචනයක් ලියන්න.

මූලාශ්‍රය	: ආනන්ද වග්ගය	- දහවන සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
	අරුණවතී සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
	අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
	විශ්වය පිළිබඳ බෞද්ධ මතය	- කේ. එන්. ජයතිලක

නිපුණතා මට්ටම 6.3 : ත්‍රිලක්ෂණ දර්ශනය හා අටලෝ දහම දැක සව්ලවත් හා තෘප්තිමත් ජීවිතයක් ගත කරයි.

කාලච්ඡේද : 28

ඉගෙනුම් ඵල :
- අටලෝ දහමින් කම්පා නොවන පුද්ගලයකු වෙයි.
- ජීවිතයේ යථා ස්වභාවය දැන ඒ අනුව කටයුතු කරයි.
- ත්‍රිලක්ෂණය විශ්ව සාධාරණ දහමක් බව පිළිගෙන සමාජගත වෙනස්වීම් වලට හුරු වෙයි.
- ලෝකයේ යථා ස්වභාවය තේරුම් ගනියි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

6.3.1 : ලෝකය නිත්‍යය , සැපය අත්මයැයි සැලකීම.

-

- බුදු දහමේ සත්වයා හා ලෝකය රූප, වේදනා දී වශයෙන් ස්කන්ධ පහකට බෙදා දැක්වෙන අතර එක් එක් ස්කන්ධය වෙන වෙනම විග්‍රහ කර ඇත.
- ස්කන්ධ විභාගයෙන් සත්වයා හා ලෝකය පිළිබඳ මානසික හා භෞතික (නාම රූප) ක්‍රියාකාරත්වය ප්‍රකාශ වේ.
- බෞද්ධ දර්ශනයට අනුව “සත්වයා”, “පුද්ගලයා” , “මම” යන වචනවලින් හඳුන්වනු ලබන්නේ ක්ෂණයක් ක්ෂණයක් පාසා වෙනස්වන ශක්ති සමූහයකි. මේ කොටස් බෙදා දැක්වීමේදී එය පඤ්චස්කන්ධය ලෙස හැඳින්වේ. ධම්ම චක්ක පවත්තන සූත්‍රයේදී “ සංඛිත්තෙන පංචුපාදානක්ඛන්ධා දුක්ඛා” යනුවෙන් දක්වා ඇත්තේ උපාදාන ස්කන්ධ පහම දුක් සහගත වන බවයි. දුක හා පංච උපාදානස්කන්ධය එකක් මිස දෙකක් නොවන බවද මේ අනුව පැහැදිලි වේ. සත්වයා හා ලෝකය යනු මෙම ස්කන්ධයන්ගේ ප්‍රතීත්‍ය සමුප්පන්න ක්‍රියාකාරත්වය වන අතර ස්කන්ධ ධර්ම වෙන් වෙන්ව නොපවත්නා බව බුදු දහමේ පිළිගැනීම වේ.
- රූප ස්කන්ධයට පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන මහා භූත රූප හතර මෙන්ම අභිධර්මයේ සඳහන් උපාදාය රූපද ඇතුළත් වේ.
- වේදනා ස්කන්ධයට සුඛ, දුක්ඛ, අදුක්ඛම සුඛ වූ වේදනාදීන් ඇතුළත්වේ. පංචේන්ද්‍රියන් හා බැඳුන අරමුණු නිසා වේදනාව හටගනී.
- සංඥා ස්කන්ධය පහළ වන්නේ ෂඩින්ද්‍රිය බාහිර ලෝකය හා ගැටීම (ස්පර්ශවීම) හේතුකොටගෙනය. කායික මානසික අරමුණු හඳුනා ගැනීමට සංඥාව හේතුවේ.

- සංස්කාර ස්කන්ධයට අයත්වන්නේ කුසල හෝ අකුසල වශයෙන් ගැනෙන සචේතනික ක්‍රියා සියල්ලයි.
- විඥාන ස්කන්ධය ෂඩ් ඉන්ද්‍රියයන් මුල්වී අරමුණු හය පදනම්ව ඇතිවන්නාවූ අවස්ථාවකි. එය ෂඩ් ඉන්ද්‍රියට අනුගතව හඳුන්වා දී ඇත. එනම් චක්ඛු විඥානය, සෝත විඥානය ... ආදී වශයෙනි.

- ප්‍රතීත්‍ය සමුප්පන්න වූ පංචස්කන්ධ ධර්මයන් ස්වාධීන සත්තාවන් ලෙස නොපවත්නා බැවිනුත් ත්‍රිලක්ෂණයට භාජනය වන බැවිනුත් මෙම ස්කන්ධ තුළ ආත්මීය පදාර්ථයක් නොපවත්නා බව බෞද්ධ ඉගැන්වීමයි. තවද පංචස්කන්ධයට පරබාහිරව වූ කිසිවක් නොපවත්නා බැවින් පංචස්කන්ධ ධර්මයන්ගෙන් පරබාහිරවූ ආත්මයක් ද නොපවතී.

6.3.2 **අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් සැලකීම**

- පඤ්චස්කන්ධ යන්නෙන් රූපා වේදනාදී මූල සාධක අදහස් කරන අතර එම සාධක හෙවත් ස්කන්ධ උපාදාන කිරීම එනම් දැඩිව ගැනීම පඤ්ච උපාදානස්කන්ධය ලෙස හැඳින්වේ.
- සසර දුකට ප්‍රත්‍ය වනුයේ එසේ පඤ්චස්කන්ධය උපාදාන කිරීමයි.
- බුද්ධාදී රහතුන්ට පඤ්චස්කන්ධය ඇති නමුත් පංච උපාදානස්කන්ධය නැත.
- මහා හත්ථිපදෝපම සූත්‍රයේ අනිත්‍ය ලක්ෂණය විස්තරාත්මකව දක්වා ඇති අතර එයට අටවිසි රූපයම ඇතුළත් වේ. පඤ්චස්කන්ධය පටිච්ච සමුප්පන්න බැවින් එය දුකට හේතුවේ.
  අජ්ඣත්තික - බාහිර රූප තමා කැමති පරිදි නොපවත්නා බැවින් අනාත්ම ලක්ෂණයෙන් යුක්තය.

6.3.3 **ත්‍රිලක්ෂණය**

- ලෝකයෙහි සචේතනික - අචේතනික, බාහිර- අභ්‍යන්තර සියල්ල ත්‍රිලක්ෂණයට යටත්ය. එබැවින් එය විශ්ව සාධාරණ ධර්මතාවයකි.

- සබ්බේ සංඛාරා අනිච්චා (සියලු සංස්කාර ධර්මයෝ අනිත්‍ය වෙති.)
  සබ්බේ සංඛාරා දුක්ඛා (සියලු සංස්කාර ධර්මයෝ දුක් සහිත වෙති.)
  සබ්බේ ධම්මා අනත්තා (සියලු ධර්මයෝ අනාත්ම වෙති)
  යනු ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයයි. එම තිලකුණු නුවණින් දැකීම විපස්සනාවයි.
- සංස්කාර ධර්මවල උත්පාද - වය ලක්ෂණ ඇති බැවින් අනිත්‍ය වේ. ඒ නිසා පීඩාවට පත්වේ. එබැවින් දුකකි. තමා කැමති ලෙස මේ කිසිවක් පවත්වාගත නොහැකිය.එබැවින් අනාත්ම වේ.

- සංස්කාර ධර්මවල ලක්ෂණ තුනකි. හටගැනීම හෙවත් උපත ඉන් පළමුවැන්නයි. පැවැත්ම (උපත හා විපත අතර) වේද එය දෙවැනි ලක්ෂණයයි. විනාශය හෙවත් අවසානය තුන්වැනි ලක්ෂණයයි. මේ ලක්ෂණ තුන එක්තැන්ව ඇත්තේ යමක ද එය සංස්කාරයකි.

- කම්ම, චිත්ත, ඍතු, ඕජා යන හේතු ප්‍රත්‍ය කරණ කොටගෙන සංස්කාර ධර්ම ප්‍රතිසංස්කරණයට පමුණුවනු ලැබේ.
- මේ අනුව සියලු සංස්කාර අනිත්‍ය, දුක්ඛ වන බව හා සියලු ධර්ම අනාත්ම වන බව පැහැදිලිය.
- අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ලක්ෂණ එකිනෙකට ප්‍රතිබද්ධව පවතී. යමක් අනිත්‍යයද එය දුකය. යමක් දුක් සහිත ද එය අනාත්මය.

6.3.4 ත්‍රිලක්ෂණ ධර්මයෙන් හා අටලෝ දහමෙන් ගොඩනැගෙන ජීවන දර්ශනය

- ලාභ - අලාභ , යස-අයස, ප්‍රසංසා - නින්දා , සැප - දුක් යන මේවා අටලෝ දහම වන අතර ඒවායේ අකම්පිතව වාසය කිරීමට බුදු දහම උගන්වයි.
- ස්කන්ධ හෙවත් හේතු ප්‍රත්‍ය සමවායෙන් හටගත් ආනුභවික ලෝකයේ සියලු දෑ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දකින්නා අටලෝ දහමෙන් නොසැලේ.
- මේ පිළිබඳ අවබෝධය ඇතිව කටයුතු කිරීම පෞද්ගලික මෙන්ම සාමූහික වශයෙන් ද උද්ගතවන ගැටලු සමනය කර ගැනීමට උපකාර වෙයි.
- ජීවිතය හා ලෝකය පිළිබඳ ඇති තතු දැක්ම හේතු කොටගෙන මද මානාදියෙන් තොර නිරවුල් මනසකින් යුක්ත පුද්ගලයකු බිහිවේ.

- මානසික නිරෝගී බව නිසා ඉච්ඡාභංගත්වයෙන් තොරව නිදහස් මනසින් හා ප්‍රබෝධයෙන් සිය කටයුතුවල අනලස්වන තැනැත්තා සිය ජීවිතයේ යථාර්ථය වටහා ගනී.

- අටලෝ දහමෙන් කම්පා නොවීම උසස් ගුණාංගයක් බව නැවත ද ප්‍රකාශ කළ හැකිය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

"සුදුසු ක්‍රමවේද අනුගමනයට ගුරුභවතාට අවකාශ ඇත."

පියවර 1 රෝහලක කටයුතු නිරීක්ෂණය කර ලබාගත හැකි අත්දැකීම් පිළිබඳව සිසුන් විමසන්න.

පියවර 2 එහිදී ඉදිරිපත් වෙන කරුණු අනුව අස්ථාවරත්වය හා දුක පිළිබඳව පැහැදිලි කරන්න.

පියවර 3 ලොව ඇති සියල්ල වෙනස්වන බවත් එය ලෝක ධර්මතාවයක් බවත් සිසුන්ගෙන්ම අදහස් ලබාගන්න.

පියවර 4 කරුණු සියල්ල සාකච්ජා කොට නිබන්ධනයක් මගින් අවශ්‍ය තොරතුරු සපයන්න.

පැවරුම සංස්කාර ධර්මයන්ගේ අනිත්‍ය ස්වභාවය කියැවෙන ධර්ම පාඨ එකතුවක් සකස් කරන්න.

මූලාශ්‍රය

මහා හත්ථි පදෝපම සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
වජිරා සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
චුල්ල වේදල්ල සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
සච්ච විභංග සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
බුදුන් වදාළ ධර්මය	- වල්පොල රාහුල හිමි
සම්මෝහ විනෝදනී	- විභංගට්ඨ කථා
අනත්ත ලක්ඛණ සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
බෞද්ධ දර්ශනය හා චරණය	- ඩබ්.එස්. කරුණාරත්න
ආදි බෞද්ධ දර්ශනය මූලධර්ම විග්‍රහයක්	- සුමනපාල ගල්මන්ගොඩ

නිපුණතා මට්ටම 6.4 : බුදු දහම ඇසුරෙන් ජීව අජීව පරිසරය සමග පුද්ගලයාගේ සම්බන්ධය දැක පරිසරයට හිතකාමීව හැසිරෙයි.

කාලච්ඡේද : 25

ඉගෙනුම් ඵල :
- පරිසර හිතකාමී පුද්ගලයකු වෙයි.
- සමාජය තුළ සුහදතාවයෙන් යුතුව කටයුතු කරයි.
- භෞතික සම්පත් සංරක්ෂණයට සැලසුම් සකස් කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක් :

6.4.1 : ජීව පරිසරය විෂයෙහි දැක්විය යුතු ආකල්පය සහ ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග

- ජීව පරිසරය යනු මිනිසා සහිත මුළු මහත් සත්ව ප්‍රජාව වේ. තුරු ලතාවෝ ද ජීව පරිසරයට ඇතුලත් වෙති.
- ජීව පරිසරය විවිධාකාරය. ලොකු - කුඩා, දිගු - කෙටි, පෙනෙන - නොපෙනෙන, දුර වෙසෙන - ලඟ වෙසෙන සියලු ජීවීන් කෙරෙහි හිතානුකම්පී වීම, ඔවුන්ගේ සුව සෙත කැමති වීම බෞද්ධ පිළිවෙතයි.
- එසේම අපා - දෙපා - සිවුපා - බහුපා ආදී වශයෙන් වර්ග කළ හැකි සියලු ප්‍රාණීන්ට අභය දානය දීම අප්‍රමාණ වූ මෙත් සිත පැතිර වීම ජීව පරිසරය හා බැඳුණ බෞද්ධ ප්‍රතිපත්තිය වේ.
- සප්‍රාණී තුරු ලතා මෙන්ම මල් - ගෙඩි ආදිය වැනසීම බෞද්ධ විනයෙහි වරදක් කොට සැලකෙන අතර තුරුලතා සහිත වන උයන් සැකසීම පින්කමක් ලෙස සූත්‍ර දේශනාවල දැක්වේ.
- තමා උපමාකොට ගෙන සියලු ආකාරයේ ඝාතන හා හිංසාවන්ගෙන් සපුරා වෙන් විය යුතුය. ප්‍රාණඝාතය සසර දුක හෝ දුක ඇති කරන අකුසලයකැයි බුදු දහම උගන්වයි.
- සියලු ජීව ප්‍රජාව විෂයෙහි මෙත්තාව මෙන්ම කරුණා, මුදිතා, උපේක්ෂා, යන බ්‍රහ්ම විහාර වර්ධනය කිරීමට ද බුදු දහම උගන්වයි. එය පුද්ගලයාගේ මෙන්ම සමාජයේ ද යහපතට හේතුවේ.

6.4.2 අජීව පරිසරය විෂයෙහි දැක්විය යුතු ආකල්පය සහ ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග

- අජීව පරිසරය යන්නෙන් අහස , ජලය, වාතය, මහ පොළොව ආදී ස්වභාවික භෞතික සම්පත් හා ශක්ති අදහස් වේ.
- වෛදික ජනයා මෙම අජීව පරිසරය දේවත්වයෙන් සලකා කටයුතු කර ඇත. හිරු , සඳු , වැස්ස, මාරුතය, ගින්න, වායුව, විදුලිය, හිමිදිරිය , සැඩ සුළඟ ආදි ස්වභාවික ශක්ති හා සම්පත් වලට ඔවුහු දේවත්වය ආරෝපනය කළහ. එබැවින් ඔවුහු එම අජීවී පරිසරයට ගරු කළහ. හානි නොකළහ.

- පරිසරය අපවිත්‍ර නොකළ යුතු බව භික්ෂූන් වහන්සේලා විෂයෙහි පනවා ඇති සේඛියා ශික්ෂා පද වලින් පැහැදිලි වේ. මේ ශික්ෂා ගිහි සමාජයට ද ආදර්ශයක් වේ.
- වන විනාශය (සංහාරය) ජල දූෂණය, වායු දූෂණය, වැළැක්වීමට පියවර ගැනීමෙන් අජීව පරිසරය රැකගත හැකිය.

- අජීව පරිසරය සත්වයාගේ යහපත් දිවි පැවැත්මට අත්‍යවශ්‍ය සාධකයකි.

- පරිසර දූෂණයෙන් හා විනාශයෙන් වැළකී පරිසරය ආරක්ෂා කොට සංවර්ධනය කළ යුතුය.

6.4.3 අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා

- යහපත් සමාජ පැවැත්මක් සඳහා ධාර්මික අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා පැවැතිය යුතු ය.
- යහ සමාජයක් ගොඩ නැගෙන්නේ පුද්ගල සහ සම්බන්ධතාවය මැනවින් පවත්වා ගත හොත් පමණි. ඒ සඳහා ඒ ඒ සමාජ මෙන්ම කොටස් එකිනෙකාට යුතුකම් ඉටු කිරීම අවශ්‍ය වේ.

- ධාර්මික පුද්ගල සම්බන්ධතා යුතුකම හා වගකීම පදනම් කොට ඇත. ඒවා අවබෝධයෙන් යුතුව ඉටු කිරීමෙන් අන්‍යෝන්‍ය ආදරය, ගෞරවය, විශ්වාසය, ආරක්ෂාව ආදී බොහෝ දෑ සාධනය වේ.

- සිගාලෝවාද සූත්‍රයේ පැහැදිලි කෙරෙන ෂඩ් දිසා වන්දනය පුද්ගල යුතුකම් හා වගකීම් පෙන්වා දේ. ඒ මගින් එම සමාජතල අතර අන්තර් සම්බන්ධතාවය තහවුරු වීමට හේතුවේ.
- පංචසීල ප්‍රතිපදාව, සිව් සඟරාවත් ආදී බොහෝ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා සුරක්ෂිත කිරීමට හේතුවේ.

- එකිනෙකාගේ වගවීම හා වගකීම අවබෝධයෙන් යුතුව සිදුවන්නේනම් එකිනෙකාට හිතවාදි සමාජයක් බිහිකර ගත හැකිය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය :

පියවර 1 වන සංහාරයක හා යුද්ධයක රූප රාමු සිසුන්ට ඉදිරිපත් කර අදහස් විමසමින් පාඩමට ප්‍රවේශ වන්න.

පියවර 2 යුද ගැටුම් නිසා ජීව පරිසරයට සිදුවන හානි සාකච්ඡා කරන්න.

පියවර 3 මිනිසා විසින් පරිසරය විනාශ කිරීම නිසා අජීව හා ජීව පද්ධතියට වන හානිය සාකච්ඡා කරන්න.

පියවර 4 ඉහත කරුණු පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් සාකච්ඡා කරන්න.

පියවර 5 මූලික කරුණු සාරාංශ ගත කොට සිසුන්ට ලියා ගැනීමට සලස්වන්න.

පැවරුම

"පරිසරය රැකීමෙන් අප රැකේ " යන මැයෙන් රචනාවක් ලියන්න.

මූලාශ්‍රය :

බන්ධ සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය
ධම්මික සූත්‍රය - සුත්ත නිපාතය
මෙත්තානිසංස සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
කරණීය මෙත්ත සූත්‍රය - සුත්ත නිපාත
වේළුද්වාර සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය
ඛුද්දක වත්ථුඛන්ධකය - චුල්ලවග්ග පාලි
වනරෝප සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය
සේඛියා - පාචිත්තිය පාලි
ජාතක පාලි 1513 ගාථාව
බුදු දහම හා පරිසරය - දේවාලේගම මේධානන්ද හිමි
(බෞද්ධ කටයුතු පිළිබඳ දෙපාර්තමේන්තුව)

නිපුණතාව 7.0 : සත්‍යය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් ඇසුරෙන් තම ජීවන දර්ශනය ගොඩනගා ගැනීමට ක්‍රියා කරයි.

නිපුණතා මට්ටම 7.1 : චතුරාර්ය සත්‍යයෙන් ප්‍රකට වන දර්ශනය ගැටලු විසදීමෙහි ලා උපයෝගී කර ගනියි.

කාලච්ඡේද : 32

ඉගෙනුම් ඵල :

- පෞද්ගලික හා සමාජගත දුක දැක උපේක්ෂකව ක්‍රියා කරයි.
- දුක දිනා සැප ලබාගත හැකි බව තේරුම් ගනියි.
- ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය එදිනෙදා ජීවිතයට අදාළ පිළිවෙතක් බව දැන කටයුතු කරයි.
- ජීවිතයේ යථාර්ථය පිළිබඳ අවදිකමින් ක්‍රියා කරයි.

විෂය කරුණු ඉගෙනීමට අත්වැලක්

7.1.1 **දුක පිළිබඳ හා දුක්ඛ සමුදය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම්**

- පාලියෙහි දුක්ඛ යන්නෙන් කියැවෙන මතුපිට අර්ථ හා ගැඹුරු අර්ථ ද ඇත. හැඩීම, වැලපීම, නොසතුට, කනගාටුව ආදිය දුක්ඛ යන්නෙහි මතුපිට තේරුමිය. අනිත්‍යතාවය නිසා උපදින අසාරත්වය, අතෘප්තිකර බව, තුච්ඡ බව, අපරිපූර්ණ බව එහි ගැඹුරු තේරුමිය.
- ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණාදී වශයෙන් බුදු දහම දුක විස්තර කරයි. එය මිනිස් ජීවිතයේ යථාර්ථය යි.
- මිනිසා ඉදිරියේ ඇති මහා ගැටලුව එයින් ප්‍රකාශ වේ.
- දුක සර්වකාලීන ය, සර්වදේශී ය එනම් සියලු කල්හි, සියලු තන්හි, විද්‍යමාන වන්නකි.
- සයංකතවාද , පරංකතවාද, සයංකත පරංකතවාද, සයංකාර, අපරංකාරවාද, යනුවෙන් දුක ඇතිවීම පිළිබඳ දෘෂ්ටි සතරක් බුද්ධ කාලීනව පැවැතියේය.
- එම සිව් වැදෑරුම් දෘෂ්ටි තුළින් ද්වයවාදී චින්තනයක් මතු වූ අතර මතවාදී ගැටුම් හටගෙන ඇත.
- බුදු සමය එකී දෘෂ්ටි සතරම පසෙකින් තබන අද්වයවාදී මධ්‍යම දේශනයක් ලෙස සැලකේ.
- දුක්ඛ, දුක්ඛතා, සංඛාර දුක්ඛතා, විපරිනාම දුක්ඛතා යනුවෙන් ධර්ම ග්‍රන්ථවල දුක විග්‍රහ වෙයි.

- දුක්ඛ සත්‍යයෙහි අර්ථ සතරක් දක්වා ඇත. එය පීඩා ගෙන දෙන අර්ථයෙන් “පීඩනට්ඨ” (පීළනට්ඨ) යනුවෙන්ද, හේතු ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හටගන්නා බැවින් “සඞ්ඛතට්ඨ” යනුවෙන්ද, විවිධ වූ අයුරින් තැවීම් ඇති කරන බැවින් “සන්තාපට්ඨ” යනුවෙන් ද, නිරන්තර වෙනස් වීම්වලට භාජනය වන බැවින් “විපරිණාමට්ඨ” යනුවෙන් ද හඳුන්වනු ලැබේ.
- දුක්ඛ සමුදය යනු දුක් හටගැනීමයි. දුකට හේතුවයි. එනම් මිනිස් සන්තානයෙහි මුල් බැස පවත්නා අතෘප්තිකර බවයි. තෘෂ්ණාදාසභාවයයි.
- යම්සේ ඇතැම් ගසක මුල උවදුරු වලින් තොරව දැඩිව ශක්තිමත්ව පවතීද එය අගින් කැපුවද නැවත පැලවේ. එමෙන්ම තණ්හාවේ මුල් සිත්තුළ දැඩිව ඇති තාක් සසර දුක නැවත නැවතත් ඇතිවේ.
- තෘෂ්ණාව හෙවත් දුක්ඛ සමුදය කාමතණ්හා, භවතණ්හා, විභව තණ්හා වශයෙන් ත්‍රිවිධ වේ. පංචකාම විෂයෙහි ඇතිකර ගන්නා තෘෂ්ණාව කාම තණ්හාව වේ. සදාතනික භවයක් හෝ ආත්මයක් හෝ ඒ දෙකම හෝ ඇතැයි පිළිගෙන කටයුතු කරන්නේ භව තෘෂ්ණාවයි. මෙය ශාස්වත දෘෂ්ටියයි. මරණින් මතු උපතක් නොවේ. උච්ඡේදයට යන්නේයයි පිළිගෙන කටයුතු කිරීම විභව තෘෂ්ණාවයි. එනම් උච්ඡේද දෘෂ්ටියයි.

7.1.2 දුක්ඛ නිරෝධය හා ඒ පිළිබඳ ප්‍රතිපදාව

- තණ්හා නිරෝධය දුක්ඛ නිරෝධය ලෙස ඉගැන්වේ. එයම නිර්වාණය වන්නේය.
- තෘෂ්ණාව ඉතිරි නොකොට නැති කිරීමෙන් හෙවත් අසේස විරාග නිරෝධයෙන් සිදුවන්නාවූ ක්ලේශ ප්‍රහාණය ඉන් අදහස් වේ.
- දුක් නැති කිරීමේ ප්‍රතිපදාව මධ්‍යම ප්‍රතිපදාවයි. එනම් අත්තකිලමතානු යෝග, කාම සුඛල්ලිකානුයෝග යන අන්ත දෙකටම නොවැටෙන ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි.
- ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ජීවන ප්‍රතිපදාවකි. අනුපූර්ව ප්‍රතිපදාවකි. ප්‍රායෝගික ප්‍රතිපදාවකි. එය භාවිතාමය වේ.

7.1.3 දුක්ඛ සංකල්පයෙන් සැපය නිෂේධනය නොවන බව

- බුදුරදුන් සසර දුක් සහිතයැයි පෙන්වා දුන් නමුදු එහි සැපතක් නැතැයි ඉන් අදහස් නොවේ.
- සසර දුක ඉක්මවා සැප ලබා ගැනීමට මිනිසාට හැකියාව ඇති බව පිළිගන්නා බුදු දහම ඒ සඳහා මග පෙන්වයි.
- බුද්ධ දේශනාවල සැපයෙහි විවිධ ප්‍රභේද දක්වා ඇත. ලෞකික, ලෝකෝත්තර යැයි සැපය මූලික වශයෙන් දෙයාකාරය.
- පුද්ගලයාට සිය කටයුතු මැනවින් ඉටු කරගෙන ජීවිතයේ විශේෂ ජයග්‍රහණ ලබා සැපවත්ව ජීවත් වීමට හැකියාව ඇති බව බුදු දහම පිළිගනී.

- වීර්යය , උත්සාහය තුළින් දුක ඉක්මවා සැප ළඟා කර ගත හැකිය.

සුඛිත මුදිත සාර්ථක ලෞකික ජීවිතයක් සඳහා බුදු සමය බොහෝ උපදෙස් ලබා දී ඇත.

7.1.4 ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය හා ත්‍රිශික්ෂාව

- සම්මා දිට්ඨි, (චතුරාර්ය සත්‍ය අවබෝධය), සම්මා සංකප්ප, (නෙක්ඛම්ම,අව්‍යාපාද, අවිහිංසා, සම්මා වාචා, වචනයෙන් සිදුවන අකුසල හතරෙන් වැළකීම) සම්මා කම්මන්ත (කයින් සිදුවන අකුසල් තුනෙන් වැළකීම), සම්මා ආජීව (දැහැමි දිවි පැවැත්ම) සම්මා වායාම (සතර සම්‍යක් ප්‍රදාන)සම්මා සති (සතර සතිපට්ඨාන) සම්මා සමාධි (ප්‍රථම ධ්‍යානාදී ධ්‍යාන වැඩීම) යනු ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය යි හෙවත් නිවන් මගයි.
- සම්මා දිට්ඨි , සම්මා සංකප්ප යන මාර්ගාංග දෙක ප්‍රඥා ශික්ෂාවටත්, සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව යන මාර්ගාංග තුන සීල ශික්ෂාවටත්, සම්මා වායාම, සම්මා සති, සම්මා සමාධි යන මාර්ගාංග තුන සමාධි ශික්ෂාවටත් අයත් වේ. සීලය , සමාධිය , ප්‍රඥාව ත්‍රිශික්ෂාව වේ.

- මෙම ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ආචාර විද්‍යාත්මක මෙන්ම මනෝ විද්‍යාත්මක ද වන්නේය.
- මෙහි සීලය යනු කය වචන දෙකෙහි සංවරභාවයයි. පුද්ගල චරිත සංවර්ධනයයි. එය දහමෙහි විවිධාකාරයෙන් විස්තර කොට ඇත. සමාධිය යන්න එම සීලය පදනම් කොටගත් චිත්ත ඒකාග්‍රතාවය හා චිත්ත පාරිශුද්ධියයි. එනම් ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධනයයි. ප්‍රඥාව යනු සමාධිය පදනම් කොටගෙන ජීවිතය හා ලෝකය අනිත්‍යය, දුකය, අනාත්මය යි විදසුන් නුවණින් දැන දැක පසක් කිරීමයි.

7.1.5 ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ලෞකික හා ලෝකෝත්තර උපයෝගීතාව

- ලෞකික ජීවිතයක සාර්ථකත්වය යනු ධන ධාන්‍යාදිය දැහැමින් උපයාගෙන මාපිය, අඹුදරු ආදීන් පෝෂණය කරමින් යුතුකම් ඉටු කරමින් තෘප්තිමත් මෙලොව ජීවිතයක් ගත කිරීමයි. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය ඒ සඳහා උපකාර වේ.
- මනා දැක්මක් ඇතිව, නිරවද්‍ය සංකල්පනා ඇතිව, කායික හා වාචසික සංවරය ඇතිව, දැහැමි දිවි පැවැත්මෙන් යුතුව, ක්‍රියා කරන උත්සාහවත් මනා සිහියෙන් යුතු පුද්ගලයාට ලෞකික වශයෙන් දියුණු වීම පහසු වේ. එබඳු හැදියාවකින් තොරව ලෞකික අවබෝධයක් ඇති කරගත නොහැකිය.

- ලෝකෝත්තර දියුණුව යනු ආර්ය මාර්ගයෙහි ඇතුළත් ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවන් පිරීමෙන් නිවන් පසක් කිරීමයි.

- ලෝක + ඉක - ලෝකයට අයත් එනම් සංසාරික යන්නයි.
- ලෝක + උත්තර - ලෝකයෙන් එතෙර වූ හෙවත් සසරින් එතෙර වීම යන්නයි.
- ආර්ය මාර්ගයේ ඇතුළත් ත්‍රිවිධ ශික්ෂාව වැඩීම මූලිකව ම ලෝකෝත්තර විමුක්තිය වූ නිර්වාණ සාධනය අරමුණු කොට ඇත.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේද :

පියවර 1 ධම්මචක්ක පවත්තන සූත්‍රයේ අන්තර්ගතය සංක්ෂිප්තව සිසුන්ට ඉදිරිපත් කරන්න.
පියවර 2 චතුරාර්ය සත්‍යයේ ඒ ඒ පියවර වෙන් වෙන්ව සාකච්ඡා කරන්න.

පියවර 3 චතුරාර්ය සත්‍යයේ ඒ ඒ පියවරයන්හි අන්තර්ගතය පෞද්ගලික හා සමාජ ජීවිතයේදී බලපාන ආකාරය සිසුන් සමඟ සාකච්ඡා කරන්න.
පියවර 4 සාකච්ඡාවෙන් ගොඩ නගා ගත් පාඩමට අදාළ විෂය කරුණු සිසුන් වෙත ලබා දෙන්න.

පැවරුම "ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ අන්තර්ගත කරුණු පෞද්ගලික ජීවිතයේදී භාවිතයට ගැනීම" යන මාතෘකාවෙන් රචනාවක් ලියන්න.

මූලාශ්‍රය :

ධම්මචක්කපවත්තන සූත්‍රය - සංයුත්ත නිපාතය
සච්ච විභංග සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
රට්ඨපාල සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
සම්මා දිට්ඨි සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
මහා චත්තාරීසක සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
කීටාගිරි සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
අනණ සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
අප්පමාදවග්ග , සුඛවග්ග - ධම්මපදය - ඛුද්දක නිකාය
සිගාලෝවාද සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
මංගල සූත්‍රය - සුත්ත නිපාතය
බ්‍රහ්මජාල සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
අචේල කස්සප සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය
කච්චාන ගොත්ත සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය
බුදුන් වදාළ ධර්මය - වල්පොල රාහුල හිමි
කුඹුකේ ධර්ම දේශනා - ගන්තුනේ අස්සජි හිමි

නිපුණතා මට්ටම 7.2 : සන්තානගත දුක හා සංස්ථාගත දුක ඇතිවන අයුරු දැන යහපත් සමාජ ජීවිතයකට හා නිවන් මගට යොමු වෙයි.

කාලච්ඡේද : 22

ඉගෙනුම් ඵල :

- සංස්ථාගතව ඇතිවන්නාවූ දුක තේරුම් ගෙන ඉන් බැහැර වීමට සුදුසු ක්‍රියා මාර්ග අධ්‍යයනය කරයි.
- ආගමික වශයෙන් වැරදි දෘෂ්ටි බැහැර කර හේතුඵලවාදීව සිතා කටයුතු කරයි.
- අධික සැප විඳීමත් අධික දුක විඳීමත් බැහැර කර මැදිහත්ව ජීවත් වෙයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක් :

7.2.1 සන්තානගත දුක ගොඩනැගෙන අයුරු සහ සංස්ථාගත දුක ගොඩනැගෙන අයුරු.

- සන්තානගත දුක යනු මානසික හේතු පදනම් කරගත් මානසික දුකය. තණ්හාව ප්‍රධානතම මානසික හේතුවයි. එහෙත් සන්තානගත දුකට එකම හේතුව එය නොවේ. මෙහිලා වෙනත් හේතුද ඇත.
- සංස්ථාගත දුක යනු සාමාජික වශයෙන් ඇතිවන දුකය. දිළිඳුකම, පාරිසරික විෂමතා, යුද ගැටුම් ආදිය සමාජගත හෙවත් සංස්ථාගත දුකට හේතුවේ.
- තණ්හාව ඇතුලු මානසික හේතු නැතිකොට සන්තානගත දුකින් ද, දිළිඳුකම ඇතුලු සමාජගත හේතු නැතිකොට සමාජගත දුකින් ද අත්මිදීමට බුදු දහම මග පෙන්වයි.

7.2.2 ශාස්වත උච්ඡේද දෘෂ්ටි හා පටිච්ච සමුප්පාදය

- දෘෂ්ටියක් යනු අන්තගාමීව දැඩිව ගත් ආගමික, දාර්ශනික මතවාදයකි. බුද්ධකාලීන මහණ බමුණන් එබඳු අනේකවිධ දෘෂ්ටිවාදයන්ට එළඹ “මෙයම සත්‍යය අන් සියල්ල අසත්‍යයයි” තර්ක කරමින් ගැටුම් ඇතිකරගත් බව සූත්‍ර ධර්මවල සඳහන් වේ.
- බුද්ධ කාලීන එබඳු දෘෂ්ටි දෙසැටක් හෝ ඊටත් වැඩියෙන් තිබිණ. ඒ සියල්ලට පාදක වූ මූලික දෘෂ්ටිවාද දෙකකි. එනම් ශාස්වත දෘෂ්ටිය හා අශාස්වත හෙවත් උච්ඡේද දෘෂ්ටිය යි.
- ශාස්වත දෘෂ්ටිය අනුව නිත්‍ය ආත්මයක් ඇතැයි ද ඒ භව ගාමී යයිද තදින් පිළිගත් අතර උච්ඡේද දෘෂ්ටිය අනුව එබඳු ආත්මයක් නැතැයි ද සියල්ල මරණින් කෙළවර වේයයි ද තදින් පිළිගැණින.
- මෙකී ප්‍රධාන දෘෂ්ටි දෙකට මෙන්ම ඒවායෙන් උපන් අතුරු දෘෂ්ටි කිසිවකට ද නොවැටුණු බුදු රදුන් ඒ සියල්ල පසෙකින් තබා දේශනා කොට වදාළේ පටිච්ච සමුප්පාදය යි.
- පටිච්ච සමුප්පාදය මධ්‍යම දේශනාවකි. එය නිත්‍ය ආත්මයක් ඇත. යන ශාස්වත අන්තයට හෝ නැත යන උච්ඡේද අන්තයට නොවැටී මධ්‍යස්ථව දුක්ඛ සමුදයත් , දුක්ඛ නිරෝධයත් උගන්වයි.

- ලෝක සමුදය හෙවත් දුක්ඛ සමුදය හා ලෝක නිරෝධය හෙවත් දුක්ඛ නිරෝධය සම්‍යග් ප්‍රඥාවෙන් දකින්නාට ආත්මයක් ඇත යන ශාස්තවෘත දෘෂ්ටිය මෙන්ම නැත යන උච්ඡේද දෘෂ්ටිය ද නූපදී.

7.2.3 කාමසුඛල්ලිකානු යෝගය, අත්තකිලමථානුයෝගය සහ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව

- පස්කම් සුවයෙන් ඉඳුරන් පිනවමින් කාමුක ජීවිතයක් ගත කිරීම කාමසුඛල්ලිකානුයෝගය වන අතර විවිධ ව්‍රත අනුගමනයෙන් කටුක ලෙස ශරීරය පීඩාවට පත් කිරීම අත්තකිලමථානුයෝගය වේ.
- මේ දෙකම අන්තවාද වන අතර කාම සුඛල්ලිකානුයෝගය පහත් ය. නොදියුණු ය. පුහුදුන් ස්වභාව ඇත්තේ ය. අනාර්ය ය. අවැඩදායකයැයි ද , අත්තකිලමථානුයෝගය දුක් සහිතය, අනාර්ය ය, අවැඩදායක යයි ද පෙන්වා දෙමින් බුදු රදුන් විසින් බැහැර කරන ලදී.

- කාමසුඛල්ලිකානුයෝගය උච්ඡේද දෘෂ්ටියෙන් මතුවන අතර අත්තකිලමථානු යෝගය ශාස්වත දෘෂ්ටියෙන් මතුවේ.
- බුදු දහමේ ආර්ය මාර්ගය ලෙස දැක්වෙන්නේ මධ්‍යම ප්‍රතිපදාව හෙවත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය යි. එය ඉහත කී අන්ත දෙකටම නොවැටේ.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1 සිදුහත් තාපස තුමාගේ දුෂ්කර ක්‍රියා සමය හා තත්කාලීන වෙනත් ආගමික ඉගැන්වීම්වල එන ව්‍රත සමාදානය පිළිබඳ සිසුන්ගෙන් කරුණු විමසන්න.

පියවර 2 කාමසුඛල්ලිකානුයෝගය හා අත්තකිලමථානුයෝගය සම්බන්ධයෙන් ශිෂ්‍යයන් ඉදිරිපත් කරන කරුණු සංසන්දනාත්මකව සාකච්ඡා කරන්න.

පියවර 3 සන්තානගත දුක හා සංස්ථාගත දුක ඇතිවීමට හේතු හා එයින් අත්මිදීම අදාළවන කරුණු පිළිබඳ සිසුන් දැනුවත් කරන්න.

පැවරුම පාසල් ශිෂ්‍ය සංගම් රැස්වීමේදී හේතුඵල ධර්මය පිළිබඳව තෝරාගත් කෙටි මාතෘකා කිහිපයක් යටතේ ක්ෂණික කතා වාරයක් සංවිධානය කරන්න.

මූලාශ්‍රය :	බ්‍රහ්මජාල සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
	ධම්මචක්කපවත්තන සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
	සච්ච විභංග සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
	මහා චත්තාරිසක සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
	මහා නිදාන සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
	චක්කවත්ති සීහනාද සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
	කූට දන්ත සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
	දෘෂ්ටිවාද සංග්‍රහය	- ඉඳුරුවේ උත්තරානන්ද මාහිමි

නිපුණතාව 8.0 : බුදු දහමෙහි එන මානව කේන්ද්‍රීය බව තේරුම් ගෙන මානව ශක්‍යතා වර්ධනයෙහි නිරත වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම 8.1 : මිනිසා පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් අනුව ඔහුගේ කාය ශක්තිය ඉක්මවා මානසික ශක්තිය ව්‍යාප්ත වන අයුරු දැක තම විභව්‍යතා සංවර්ධනය කර ගනියි.

කාලච්ඡේද : 20

ඉගෙනුම් ඵල :

- මිනිසාගේ කාය ශක්තිය මෙන්ම මානසික ශක්තියද ගැටලු විසඳීමට උපකාරී වන බව පිළිගනියි.
- තමාගේ ස්වාමියා තමාමය යන අවබෝධයෙන් යුතුව ක්‍රියා කරයි.
- සදාචාර සීමා ඉක්මවා නොයන පරදි නිදහස්ව කටයුතු කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක් :

8.1.1 **බුදු දහම මිනිසා සතු කායික මානසික යන උභය ශක්තියම අගය කරන බව**

- මිනිසාගේ කායික ශක්තිය සීමිත වූත් කෙමෙන් පිරිහී යන්නාවූත් එකකි.
- කාය ශක්තිය තුළින්ම මානව ගැටලු සපුරා විසඳිය නොහැකිය.
- බුදු දහම කාය ශක්තිය අවශ්‍ය බව පිළිගන්නා අතර එමගින් ලද හැකි ධාර්මික භෞතික දියුණුව අගය කරයි.
- මනස සියල්ලටම ප්‍රධාන වන බවත් එහි අසම සම ශක්තියක් ඇති බවත් බුදු දහම අවධාරණය කරයි.
- ධම්මපදයේ යමක වග්ගයේ දී මනස සියල්ලටම ප්‍රධාන බවත්, ශ්‍රේෂ්ඨ වන බවත්, ඉගැන්වේ. "මනෝ පුබ්බං ගමා ධම්මා - මනෝ සෙට්ඨා මනෝමයා " එකී ඉගැන්වීමයි.
- බුද්ධාදී උතුමන් විසින් මානසික ශක්තිය ඵලදායක ලෙස සංවර්ධනය කරලීමෙන් සියලු විජයග්‍රහණ ලබාගත් බව ප්‍රකට කරුණකි.
- මනස සංවර කරගැනීම තුළින් සත්‍යාවබෝධයට මග පාදාගත හැකිවේ. "මනසා සංවරෝ සාධූ" යන පාඨය අනුව මනස සංවර කරගැනීම යහපත් වේ. භාවනාව මානසික ශක්තිය උපරිමයට දියුණු කිරීමේ බෞද්ධ පිළිවෙතයි.

8.1.2 මිනිසාගේ ස්වාමිත්වය හා ශ්‍රේෂ්ඨත්වය

- දේව නිර්මාණවාදී චින්තාවන්හි මිනිසාගේ ස්වාමිත්වය අධිභෞතික බලයකට යටත් කොට ඇති අතර මානව ශක්‍යතාව හා නිදහස එමගින් අවම තත්ත්වයට පත්වේ.
- දෙවිවරුන් ඇතැයි බුදු දහම පිළිගන්නා නමුදු මානව ස්වාමිත්වය දරන සර්වබලධාර දෙවියෙකු ඇතැයි නොපිළි ගනී.
- සියලු ජීවීන් අතර මිනිසා ම ශ්‍රේෂ්ඨ වන ආකාරය භික්ෂු විනය ශික්ෂාවන්හි මනුස්ස විග්ගහ පාරාජිකාව තුළින් තහවුරු වේ.
- “අත්තාහි අත්තනෝ නාථෝ ” යන ධම්මපද ගාථාවට අනුව “තමාට තමාම පිහිටය ” යන අදහස සැලකීමේදී තමාගේ ගැලවුම් කරුවා තමාමය යන්න පිළිගෙන කටයුතු කරන්නට අවස්ථාව සැලසී ඇත.
- මනස උපරිමයට ගොඩනැගීමේ හැකියාව මිනිසා තුළ පමණක් ඇති බව බුදු දහම අනුව පිළිගැනේ. එම දියුණුව කරා ළඟා වීමට නම් පුද්ගලයා මානසික වහලෙකු නොවී නිදහස්ව, නිවහල්ව , සිතා - විමසා ක්‍රියා කළ යුතු ය.
- තමාගේ ස්වාමියාත් , විමුක්තිදායකයාත් තමාම යැයි බුදු දහම උගන්වයි.

8.1.3 වගකීම, නිදහස සහ ස්වච්ඡන්දතාව

- තමා කරන ක්‍රියාවන්ට තමාම වගකිවයුතු යැයි බුදු දහමෙහි ඉගැන්වේ.
- බුදු දහම අනුව, සිතා මතා නිදහස්ව එහෙත් හේතු යුක්ති සලකා තීරණ ගැනීමට මිනිසාට හැකියාව ඇත.
- පුද්ගල වගකීම හා නිදහස අත්තනෝමතිකව භාවිතා නොකළ යුතුය. තමාට ද , අනුන්ට ද , තමාට ද හා අනුන්ට ද හානිදායක නොවන පරිදි වගකීම හා නිදහස භුක්ති විඳිය යුතු බව බෞද්ධ ඉගැන්වීමයි.
- බුදුරදුන් වදාල නිදහස, සදාචාරමය සීමාවන් ඉක්මවා නොයයි.
- බුදු දහම අනුව කවර හෝ නියතියකට මිනිස් හැකියාව යටත් නොවේ.
- බුදුදහමෙහි ඉගැන්වෙන ක්‍රියාව පිළිබඳ නිදහස, එකී ක්‍රියාවේ වගකීම කරන කොට ගෙන පාලනය වන බව පිළිගත යුතුය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1 මිනිසාගේ කායික ශක්තිය වඩා වැදගත්ද, නැතිනම් මානසික ශක්තිය වැදගත් ද යන මාතෘකාව ඔස්සේ සිසුන්ගෙන් කරුණු විමසන්න.

පියවර 2 සාකච්ඡාවට සිසුන් ඉදිරිපත් කරන කරුණු අනුව කායික ශක්තියට ප්‍රමුඛත්වය ලබාදී සියල්ල ජයගත නොහැකි බවත් මානසික ශක්තියට ප්‍රමුඛත්වය ලබාදීමේදී සියල්ල ජයගත හැකි බවත් සාකච්ජා කරන්න.

පියවර 3 පුද්ගල ශ්‍රේෂ්ඨත්වය තහවුරු කරනු සඳහා කායික මානසික ශක්තීන්හි වැදගත්කම පිළිබඳ වූ දත්ත සිසුන්ට ලියා ගැනීමට සලස්වන්න.

පැවරුම කායික ශක්තිය හා මානසික ශක්තිය පිළිබඳව වෙන වෙනම කරුණු ගොනු කොට ඉදිරිපත් කරන්න.

මූලාශ්‍රය : 1,2,42,43,160 ගාථා - ධම්මපදය - ඛුද්දක නිකාය
අකම්මනීයවග්ග - ඒකක නිපාත - අංගුත්තර නිකාය
චක්කවත්ති සීහනාද සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
මනුස්ස විග්ගහ පාරාජිකාව - භික්ෂු ප්‍රාතිමෝක්ෂය
අත්තකාර සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය
කාලාම සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
අම්බලට්ඨික රාහුලෝවාද සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
වීමංසක සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
අප්පමාද වග්ගය - ධම්මපදය - ඛුද්දක නිකාය
බෞද්ධ සංස්කෘතිය පසුබිම හා මූලධර්ම - දේවාලේගම මේධානන්ද හිමි

නිපුණතා මට්ටම 8.2 : මානව ශක්‍යතා වර්ධනයට බෞද්ධ භාවනාව උපයෝගී වන බව පිළිගෙන භාවනාවෙහි යෙදෙයි.

කාලච්ඡේද : 26

ඉගෙනුම් ඵල :

- සන්සුන් සිතින් කටයුතු කරයි.
- කායික හා මානසික ශක්‍යතා වැඩිදියුණු කිරීමේ අපේක්ෂාවෙන් භාවනා ප්‍රගුණ කරයි.
- අධ්‍යාත්මික සංවර්ධනයෙන් යුතු ව චරිතවත් ව කටයුතු කරයි.
- සමාජයේ සාමය, සමෘද්ධිය සඳහා ඇප කැප වෙයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක් :

8.2.1 සමථ, විපස්සනා

- සමථ විපස්සනා භාවනා සඳහා පූර්ව කෘත්‍ය ඇති අතර විසිරුණ සිත් සන්සුන් කර ගැනීම උදෙසා භාවිතා කළ යුත්තේ සමථ භාවනාව ය. එම භාවනාව සඳහා කර්මස්ථාන 40 ක් ඇත. දසකසිණ, දස අසුබ, දස අනුස්සති, සතර අප්පමඤ්ඤා , ආහාරයේ පටික්කූල සඤ්ඤාව, චතුධාතු වවත්ථානය, සතර ආරූප එම කර්මස්ථාන හතලිහට අයත් වේ.
- රාග ද්වේශාදී කෙලෙස් යටපත් කිරීම සඳහා කුසලාරම්මණයන් වැඩීම සමථයෙන් සිදුවේ. සමථ භාවනාව මගින් කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ථිනමිද්ධ, උද්දච්ච කුක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා යන පංච නීවරණ යටපත් කොට පංච අභිඥා අෂ්ට සමාපත්ති උපදවා ගත හැකිවේ.
- සමථභාවනාව චිත්ත භාවනාව හා සමාධි භාවනාව ලෙසද හැඳින්වෙන අතර, යටපත් කරන ලද කෙලෙස් නැවත ඉස්මතුවීමෙන් සමථය බිඳ වැටිය හැකිවේ. එබැවින් උපන් චිත්ත පාරිශුද්ධිය හා ඒකාග්‍රතාව තහවුරු වීමට විදර්ශනාව වැඩිය යුතුය.
- විපස්සනා භාවනාව පඤ්ඤා භාවනාව නමින්ද හැඳින්වේ. නාමරූපයන්ගේ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ලක්ෂණ විශේෂ කොට සලකා බැලීම මෙහිදී සිදු කෙරේ. සිත කිලිටි කරන කෙලෙස් මූලෝත්පාඨනය සඳහා විදර්ශනා භාවනාව උපකාර වේ. එය යථාවබෝධය තුළින් නිවන් පසක් කිරීමට මග සලසයි.
- විපස්සනාව මගින් ඇති තතු ඇති සැටියෙන් දක්නට හැකි අතර සිත හා ප්‍රඥාව යන දෙකම උපරිමයට දියුණු කළ යුතුය.

8.2.2 භාවනාව හා ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධනය

- ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධනයටත් නිවන් අවබෝධයටත් බාධක වන්නේ සන්තානගතව ඇති රාග ද්වේශ මෝහාදී කෙලෙස් ය.
- කෙලෙස් හෙවත් අකුසල විතර්කයන් හේතුවෙන් ආධ්‍යාත්මික මෙන්ම බාහිර වශයෙන් ද පුද්ගලයාගේ පිරිහීම සිදුවේ.

- ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධනය සඳහා අකුසල් යටපත් කොට භාවනා මගින් කුසල් වැඩිය යුතු වන අතර චරිත සංවර්ධනය සිදුවන්නේ ඒ තුළින්ය.

- ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධනය තහවුරු කරගත් කල්හි කායික වාචසික වශයෙන් ද සාවද්‍ය ක්‍රියා සිදු නොවේ.

- භාවනාවෙන් කෙලෙස් යටපත් කොට ප්‍රහීණ කිරීම නිසා පුද්ගලයා පවින් වැළකේ. සමාජයට ප්‍රියශීලී වේ. හෙතෙම සතුටින් වසයි. ආයු වර්ණාදියද වැඩේ. ඔහු සාමකාමීය , තැන්පත් ය.

- භාවනාව මගින් සිත දිනීම සඳහා කටයුතු කරන භාවනානුයෝගියාට ගුරු ඇසුර අත්‍යවශ්‍ය වේ. එහිදී ගුරුවරයා ගෙන් අදාළ කමටහන් ලබාගත යුතුවේ. කමටහන් දීමේදී යෝගාවචරයාගේ චරිතානුරූපීව කමටහන් ලබා දෙන්නට කම්මට්ඨානාචාර්යවරයා කටයුතු කරයි. චරිත හයකි. අයත් වෙති. ඒවා නම් රාග චරිත, දෝෂ චරිත, මෝහ චරිත, ශ්‍රද්ධා චරිත, බුද්ධි චරිත, විතක්ක චරිත වශයෙනි.

- භාවනාව මගින් මානසික සංවර්ධනය ඇතිවීම නිසා කායික හා මානසික සමබර ජීවිතයකට අවශ්‍ය පදනම සැලසේ. කරන කරවන කටයුතුවලදී සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබා ගැනීමට අවස්ථාව උදාවේ.

8.2.3 භාවනාව හා දෛනික ජීවිතය

- භාවනාව දෛනික ජීවිතයේ සතර ඉරියව්වෙන්ම බැහැර වූවක් නොවන අතර ඒ සඳහා නියමිත ස්ථාන, ඉරියව් , භාවනා වාක්‍ය ආදිය අනිවාර්ය නොවේ.
- සම්මා ආජීවයෙන් යුතු ගිහියෙකුට වුවද නිතිපතා භාවනාව ප්‍රගුණ කළ හැකිය. මනා සිහියෙන් ජීවත්වීම කළ හැකිය.
- අපගේ ජීවිතයේ වෙනස්වීම් නිරන්තරයෙන් සිදුවේ. එකී වෙනස්වීම් වලට අප අකමැති වුවත් ඉබේම ඒවා සිදුවේ. එම වෙනස්වන තත්ත්වයට ඔරොත්තු දෙන, කම්පාවෙන් තොර බුද්ධිමත්ව කටයුතු කරන පුද්ගලයන් සහිත සමාජයක් බිහි කිරීමට භාවනාව උපයෝගී වන්නේය.

- කෙලෙස් සහිත මිනිසුන් වන අපි අටලෝ දහමින් කම්පාවට පත් වෙමු. භාවනාව ප්‍රගුණ කළ විට සිය කටයුතුවලදී එම කම්පාව බැහැර වෙයි. එම මානසික ශක්තිය ගොඩනැගෙන්නේ භාවනාව තුළින් සිත දියුණු කරගත් විටය.
- සමාජ සත්වයකු හැටියට පුද්ගලයා දුක සැප බෙදා ගෙන ජීවත් විය හැකි පරිසරයක් ගොඩනගා ගන්නට භාවනාව උපයෝගී කරගත හැකිය. ඵලදායී තෘප්තිමත් දෛනික ජීවිතයකට භාවනාව ප්‍රගුණ කිරීමෙන් සහනය සලසා ගත හැකිවේ.
- යහපත් කායික හා මානසික සෞඛ්‍යයත් එදිනෙදා කටයුතුවල ප්‍රගතියක් උදෙසා භාවනාමය මානසික දියුණුව අත්‍යවශ්‍ය වේ.

8.2.4 භාවනාවේ උපයෝගීතාව පිළිබඳ නූතන ඇගයීම්

- ආධ්‍යාත්මික සංවර්ධනයෙහි අවශ්‍යතාව නූතන ලෝකය තුළ මැනවින් පෙනී යයි.
- මනා කලමණාකරණයකින් යුතුව ක්‍රියා කිරීමට මානසික දියුණුව අත්‍යවශ්‍ය වේ.
- සාමය, සමෘද්ධිය මෙන්ම සෞඛ්‍යය, අධ්‍යාපනය වැනි අංශවල වර්ධනය ද මානසික සුවය මත රඳා පවතී.
- භාවනාවේ වැදගත්කම වෛද්‍ය විශේෂඥයන්, අධ්‍යාපනඥයන් හා සමාජ විද්‍යාඥයන් විසින් ද පිළිගෙන ඇත.
- සසර දුකින් එතෙර වීමට භාවනාව හේතු වන අතර, එය සාර්ථක ලෞකික ජීවිතයක් ගත කිරීමට ද උපකාර වේ. මේ සියල්ල සිදුවන්නේ භාවනාව මගින් ඇතිවන මානසික සමතුලිත බව හේතු කොටගෙනය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1	විනාඩි 2 - 3 ක පමණ කාලයක් බුද්ධානුස්සති භාවනාවට සිසුන් යොමු කරන්න. ඉන්පසු එම භාවනාව තුළින් සිතට දැනුන විශේෂ යමක් වේදැයි විමසන්න.
පියවර 2	සිසුන්ගේ අදහස් ලබාගෙන භාවනාවකින් ලැබෙන ප්‍රයෝජන සාකච්ජා කරන්න. මෙහිදී දෛනික ජීවිතයේදී භාවනාව තුළින් ලද හැකි ප්‍රතිඵල සාකච්ජා කරන්න.
පියවර 3	භාවනා වැඩීම පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් සොයා බැලීමට සිසුන් යොමු කරන්න.
පැවරුම	භාවනාව පුද්ගල චර්යාවෙහි ඇති කරන වෙනස්කම් පිළිබඳව නිබන්ධනයක් ලියන්න.

මූලාශ්‍රය	: සතිපට්ඨාන සූත්‍රය	-	මජ්ඣිම නිකාය
	මේඝිය සූත්‍රය	-	උදාන පාලි
	විතක්ක සණ්ඨාන සූත්‍රය	-	මජ්ඣිම නිකාය
	විජ්ජාභාගිය සූත්‍රය	-	අංගුත්තර නිකාය
	විදර්ශනා භාවනා ක්‍රමය	-	රේරුකානේ චන්දවිමල මාහිමි
	රතන සූත්‍රය	-	ඛුද්දක පාඨ
	කන්දරක සූත්‍රය	-	මජ්ඣිම නිකාය
	වත්ථූපම සූත්‍රය	-	මජ්ඣිම නිකාය
	සල්ලේඛ සූත්‍රය	-	මජ්ඣිම නිකාය
	අකම්මනීය වග්ග	-	අංගුත්තර නිකාය

නිපුණතා මට්ටම 8.3 : කර්මය, පුනර්භවය සහ විමුක්තිය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් හැඳින ප්‍රඥාවෙන් සහ වීර්යයෙන් ක්‍රියා කරයි.

කාලච්ඡේද : 25

ඉගෙනුම් ඵල :

- කර්මඵල විශ්වාසයෙන් කටයුතු කරයි.
- කුසල කර්ම හා අකුසල කර්ම දැන කුසල ක්‍රියාවල යෙදෙයි.
- සිතා බලා කටයුතු කිරීමේ වැදගත් කම අගය කරයි.
- තමාගේ ශක්‍යතාව තේරුම්ගෙන ඒ අනුව කටයුතු කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

8.3.1 කර්මය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම්

- කර්මය බුදු දහමෙහි ප්‍රධාන ඉගැන්වීමක් වේ. චේතනාවම වේයැයි නිබ්බේධික සූත්‍රයෙහි සඳහන් වේ.
- "චේතනාහං භික්ඛවේ කම්මං වදාමි චේතයිත්වා කම්මං කරෝති කායේන වාචාය මනසා" යන පාඨය නිබ්බේධික සූත්‍රය දක්වයි. එයම අත්ථසාලිනී 104 හි දැක්වෙන්නේ "කම්පනේතං කම්මං නාමාති චේතනා චේව චේතනා සම්පයුත්තකා ධම්මා" ලෙසය.
- කර්මය ප්‍රභේද රාශියකින් යුතුය. විපාක දෙන කාල වශයෙන් හතරකි. ඒ දිට්ඨ ධම්ම වේදනීය, උපපජ්ජ වේදනීය, අපරාපරිය වේදනීය හා අහෝසි කම්ම යනුවෙනි. කෘත්‍ය වශයෙන් ද කර්මය කොටස් හතරකි. ජනක කර්ම, උපස්ථම්භක කර්ම, උපපීඩක කර්ම, උප ඝාතක කර්ම වේ. විපාක දෙන ආකාරය අනුව ගරුක කර්ම, ආසන්න කර්ම, ආචින්න කර්ම හා කටත්තා කර්ම යන අයුරින් බෙදා දැක්විය හැකිය.
- මේ අනුව සිතා මතා කරනු ලබන ප්‍රතිඵල සහිත ක්‍රියාවෝ කර්ම නම් වෙත්. ඒවා කුසල් හා අකුසල් යයි මූලික වශයෙන් දෙයාකාර වේ. බලාපොරොත්තු ප්‍රතිඵල ලබා ගත නොහැකි වූ ක්‍රියා මාර්ගය කර්මය වන අතර එය කර්ම පථයක් නොවේ. අපෙක්ෂිත ප්‍රතිඵල අභිමත වූ අයුරින් ම ලබාගත හැකි වූ ක්‍රියාව කර්ම පථය වේ.
- කර්ම පථය ප්‍රතිසන්ධි හා ප්‍රවෘත්ති යන විපාක ලබා දෙන අතර කර්මය ප්‍රවෘත්ති විපාක පමණක් ලබාදේ.

8.3.2 කුසලාකුසල කර්ම විනිශ්චය කිරීමේ බෞද්ධ මිනුම් දඬු

- කුසලාකුසල කර්ම නිශ්චය කිරීමේ බෞද්ධ මිනුම් දඬු අතර චේතනාව හා විපාකය ප්‍රධාන වේ.
- කුසල අකුසල කර්ම නිශ්චය කිරීම සඳහා ඒ ඒ චේතනා සමඟ යෙදෙන චෛතසික ධර්ම මොනවාදැයි පරීක්ෂා කළ යුතු වේ. අකුසල චේතනාව සමග අභිජ්ඣා, ව්‍යාපාද, මිච්ඡා දිට්ඨි යන චෛතසික ධර්ම තුන යෙදේ. කුසල චේතනාව සමඟ අනභිජ්ඣා, අව්‍යාපාද, සම්මා දිට්ඨි යන චෛතසික ධර්ම තුන යෙදේ. ලෝකෝත්තර කුසල චේතනා සමඟ මාර්ගාංග අට හා බොජ්ඣංග හතද යෙදේ.
- කර්ම නිශ්චය කිරීම සඳහා අත්තූපනායික ධර්ම පර්යාය හා උභයාර්ථය සැලකිල්ලට ගැනීම ආදී අතිරේක මිනුම් දඬු ද ඇත.
- කර්ම නිශ්චය කිරීමේ නිදහස හා අයිතිය බුදු දහමින් තහවුරු කර තිබේ.

8.3.3 කර්මය හා පුනර්භවය අතර ඇති සම්බන්ධය

- පුද්ගල චර්යාව බුදු දහමෙහි චේතනා පූර්වංගම වේ.
- පුද්ගලයාගේ සචේතනික චර්යාව කුසල අකුසල වශයෙන් දෙයාකාර වන අතර සචේතනික ක්‍රියා පුනර්භවයට කරන බලපෑම සුගති දුගතීන්හි ඉපදීමට හේතු වේ.
- “කම්මස්සකා මානව සත්තා , කම්ම දායාදා, කම්ම යෝනි, කම්ම බන්ධු ,කම්ම පටිසරණා කම්මං සත්තේ විභජති යදිදං හීනං පණීතතාය” යන පාඨයට අනුව සත්වයා හීනං ප්‍රණීත (උසස් - පහත්) භාවයට පත් කරන්නේ කර්මයයි. කර්මානුරූපව උසස් හෝ පහත් භාවයන්හි මතු උපත සිදුවේ.
- දස අකුසලයෙන් වැළකී සිටීම ධම්ම චරියා, සම චරියා සේ සැලකේ. එහි නිරතවන්නෝ මරණින් මතු සුගති සංඛ්‍යාත ස්වර්ගයේ උපදිති.
- පටිච්ච සමුප්පාදයෙහි “සංඛාර පච්චයා විඤ්ඤාණං, විඤ්ඤාණ පච්චයා නාම රූපං” යන දේශනාව මගින් කර්මය හා පුනර්භවය අතර සම්බන්ධය කියවේ.
- අතීත භවයේ මරණාසන්න චිත්ත වීථියට අදාළ කම්ම, කම්ම නිමිති, ගති නිමිති වර්තමාන ප්‍රතිසන්ධියට ප්‍රත්‍ය වේ. මේවා අතීත, අනාගත, සිතට ධම්මාරම්මණ වශයෙන් බලපාන නාම හා රූප ධර්ම වේ.

8.3.4 සංසාර විමුක්තිය තමාගේ වීර්යයෙන් හා අධිෂ්ඨානයෙන් කටයුතු කර සලසා ගත හැකි බව.

- අප්පමාද, බල, පරක්කම, වායාම, විරිය, පදානදී සංකල්ප මගින් බුදු දහම පුද්ගල ශක්‍යතාව අගය කරයි.
- එහිදී පුද්ගල ශක්‍යතාවය වර්ධනය කළ හැකි හා වර්ධනය කළ යුතු යැයි ඉගැන්වේ.
- තමා තුළම වඩා වවාගත් ශක්‍යතාව මෙලොව පරලොව දියුණුවට මෙන්ම සංසාර විමුක්තියට ද උපකාර වේ.
- බාහිර බලවේගයක පිහිටෙන් තම විමුක්තිය ලද හැකි යැයි බුදු සමය නොපිළිගනී.
- "අත්තාහි අත්තනො නාථො
  කොහි නාථො පරොසියා
  අත්තනා ව සුදන්තේන
  නා තං ලබථි දුල්ලභං" යන ගාථාවට අනුව තමාට පිහිට තමාමය. අන් කවරෙක් තමාට පිහිට වන්නේද? එබැවින් තම හැකියාව දැන, තමාගේම පිහිට ලද යුතුය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1	චේතනාහං භික්ඛවේ කම්මං වදාමි චේතයිත්වා කම්මං කරෝති, කායේන වාචාය මනසා යන පාඨයත් කම්මස්සකා මානව සත්තා කම්ම දායාදා , කම්ම යෝනි, කම්ම බන්ධු, කම්ම පටිසරණා , කම්මං සත්තේ විභජති යදිදං හීනප්පණීතතාය යන පාඨ ලියූ පුවරු දෙකක් පන්ති කාමරයේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
පියවර 2	මේ සම්බන්ධයෙන් සිසුන්ගේ අදහස් විමසන්න.
පියවර 3	සිසු අදහස් සාකච්ඡා කරමින් කර්මය හඳුනා ගැනීම සඳහා වූ නිර්ණායකත් හොඳ නරක තේරුම් ගැනීමේ නිර්ණායකත් අධ්‍යයනයට සිසුන් පොලොඹවන්න.
පියවර 4	ශිෂ්‍යයන් රැස්කළ කරුණු ප්‍රතිපෝෂණය වන අයුරින් සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.
පැවරුම	කර්මය සම්බන්ධ නිර්ණායක ගොඩ නගා ලේඛන ගත කොට පන්ති කාමරයේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

මූලාශ්‍රය :

කාලාම සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය
අම්බලට්ඨික රාහුලෝවාද සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
චුල්ල කම්ම විභංග සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
කුක්කුරවතිය සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
1,2, 67,68 ගාථා - ධම්මපදය	- ඛුද්දක නිකාය
උදය සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
සාලෙයියක සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
නිබ්බේධික සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය
අරියපරියේසන සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
මහා සීහනාද සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
මහා පරිනිබ්බාණ සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය

නිපුණතාව 9.0 : බෞද්ධ ආචාර ධර්ම උපයෝගී කර ගනිමින් ජීවිතය හැඩගසා ගනියි.

නිපුණතා මට්ටම 9.1 : බෞද්ධ ආචාර ධර්ම හා ශ්‍රද්ධාව අතර ඇති සබඳතාව හැඳින ශ්‍රද්ධාවෙන් ක්‍රියා කරයි.

කාලච්ඡේද : 15

ඉගෙනුම් ඵල :
- අන්ධ භක්තිය බැහැර කොට සැදැහැවත්ව කටයුතු කරයි.
- තෙරුවන කෙරෙහි අචල ප්‍රසාදය දක්වයි.
- විචාර පූර්වකව කටයුතු කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

9.1.1 භක්තිය , ප්‍රේමය හා බෞද්ධ ශ්‍රද්ධාව

- අන්‍ය සමය සම්ප්‍රදායයන්හි අධි භෞතික බලවේග කෙරෙහි හුදු භක්තිය හා ප්‍රේමය වැඩීමට උගන්වන අතර බුදු සමය එවැන්නක් අගය නොකෙරේ.
- නිර්මාණවාදී ආගම්වල භක්තිය හා විශ්වාසය ප්‍රධාන වන අතර දැඩි පිළිගැනීම නිසා විශ්වාසය, හා භක්තිමත් බව ඇතිවේ. බෞද්ධ ශ්‍රද්ධාව විමුක්තිගාමී ප්‍රතිපදාවේ පදනම වන අතර භාවමය දියුණුවට උපකාර වන ප්‍රබුද්ධ සංවේදීතාවක් වේ.
- "කතමාච ගහපති සද්ධා සම්පදා ඉධ ගහපති අරිය සාවකෝ සද්ධෝ හෝති සද්ද හති තථාගතස්ස බෝධිං ඉතිපි සො භගවා .... අයං වුච්චති ගහපති සද්ධා සම්පදා" ශ්‍රද්ධාව නම් තථාගතයන් වහන්සේගේ සම්මා සම්බුද්ධත්වය අවබෝධයෙන් යුතුව පිළිගැනීමය. බුදුහිමියන් නව අරහාදී බුදු ගුණයන්ගෙන් යුක්ත බව පිළිගැනීමයි.
- ශ්‍රද්ධාව තේරුම් දෙකක් දක්වයි. ප්‍රීතිය අගය කරන ප්‍රසාදයත් වීර්යය ඇති කරන ආත්ම විශ්වාසයත් ඒ දෙකයි. සෑම විටම ශ්‍රද්ධාව සමගම ප්‍රඥාව ද බුදු දහමින් අගය කෙරේ.
- බෞද්ධ ශ්‍රද්ධාව ප්‍රඥාවත් සමග සමාන්තරව යන විචාර පූර්වක ප්‍රසාදය වන අතර නිවන් මගෙහි ප්‍රවේශය මෙන්ම බීජය ද වන්නේය.
- ත්‍රිවිධ රත්නය පිළිබඳ ප්‍රබුද්ධ සංවේදීතාව බෞද්ධ ශ්‍රද්ධාව වේ.
- ප්‍රඥාවෙන් කරුණු අවබෝධ කළ පසු ශ්‍රද්ධාව අවශ්‍ය නොවන නිසා රහතන් වන්සේ අශ්‍රද්ධ වශයෙන් හැඳින්වේ. උන් වහන්සේ චතුරාර්ය සත්‍ය පිළිබඳ යථාභූත ඥානදස්සනය ලබා ඇති නිසා අචල ශ්‍රද්ධාව ඇතත් සත්‍ය නුදුටු ප්‍රජාවට මෙන් එය අදාළ නොවේ.

- ශ්‍රද්ධාව නිසා කෙනෙකු ශාස්තෘවරයා වෙත එළඹේ. ශාස්තෘවරයා ඇසුරු කරයි. ශාස්තෘවරයාට කන් යොමු කරයි. ධර්මය මැනවින් ශ්‍රවණය කරයි. ඇසූ ධර්මය සිතෙහි දරමින් පරීක්ෂා කරමින් තේරුම් ගැනීමට වෙර දරයි. මෙයින් පැහැදිලි වන්නේ ශ්‍රද්ධාව මූලික අංගයක් ලෙස ඉදිරිපත් කළත් ශාස්තෘවරයා කෙරෙහි අන්ධ භක්තිය හෝ අවිචාරවත් ඇල්ම ශ්‍රද්ධාවක් නොවන බවයි. වක්කලී භික්ෂුව අමතා බුදු රදුන් කළ ප්‍රකාශය එයට සාක්ෂි වේ.

- ආර්ය මාර්ගයට එළඹීම දෙයාකාරය. ඒ අනුගමනය කරන ශ්‍රද්ධානුසාරී පුද්ගලයා බුදු හිමි කෙරෙහිම ශ්‍රද්ධාව උපදවා ආර්ය භූමියට පිවිසේ. ධම්මානුසාරී පුද්ගලයා ශ්‍රද්ධාදී ඉන්ද්‍රියයන් ගෙන් යුක්තව තථාගත දහම දැන නුවණින් ආර්ය භූමියට පැමිණේ.

- ශ්‍රද්ධානුසාරී, ධම්මානුසාරී පුද්ගලයන් තුළ ශ්‍රද්ධා ,වීර්යය, සති, සමාධි, ප්‍රඥා යන ඉන්ද්‍රිය පහක් වර්ධනය වේ.

- ආර්ය මාර්ගයේ ගමනාරම්භය ශ්‍රද්ධාව වුවත් එහි අවසානය ප්‍රඥාවයි. ඒ බව අවස්ථා කීපයකදීම තහවුරු වෙයි.

1. සද්ධා, විරිය, සති, සමාධි , පඤ්ඤා
2. සද්ධා, සීල, සුත, චාග,පඤ්ඤා
3. සද්ධා, හිරි, ඔත්තප්ප, විරිය , පඤ්ඤා

- ශ්‍රද්ධාව බලයක්, ඉන්ද්‍රියක්, ධනයක් වශයෙන් හඳුන්වා දී ඇති අතර එහි විවිධ ප්‍රභේද දහමෙහි උගන්වා තිබේ.

9.1.2 අමූලික ශ්‍රද්ධා - ආකාරවතී ශ්‍රද්ධා

- අමූලිකා ශ්‍රද්ධාව යන්නෙන් අවිචාරශීලී, පදනම් විරහිත, අප්‍රබුද්ධ ශ්‍රද්ධාව අර්ථවත් කෙරේ.
- ආකාරවතී ශ්‍රද්ධාව යන්නෙන් විචාරශීලී, පදනම් සහිත ප්‍රබුද්ධ ප්‍රසාදය අර්ථවත් කෙරේ.
- අන්ධයන් පෙළක් එකිනෙකාගේ කණ වැල අල්ලාගෙන යාම අමූලික ශ්‍රද්ධාවට උපමාවක් ලෙස දැක්විය හැකිය . ආකාරවතී ශ්‍රද්ධාව තෙරුවන් පිළිබඳ විමසා බැස ලත් තම නිගමනය මත පිහිටන සැබෑ ශ්‍රද්ධාවයි. මෙයට අවේච්චපසාදය යයි කියනු ලැබේ. අවේච්ච යන්නෙන් කරුණු දැන යන්නද පසාද යන්නෙන් පැහැදීමට පත්වූ යන්නද අදහස් කෙරේ.
- ශ්‍රද්ධානුසාරී පුද්ගලයාට හා ධම්මානුසාරී පුද්ගලයාට ආර්යභාවයට පත්වූ පසු ඇතිවන්නේ අවේච්චප් පසාදයයි.

- ශ්‍රද්ධාව මිනිසාගේ ලෞකික හා ලෝකෝත්තර දියුණුවට හේතුවන මූලික කරුණ වන අතර බුදු දහම අගය කරන්නේ ආකාරවතී ශ්‍රද්ධාවය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1	ආගමික සිද්ධස්ථානයක වන්දනා මාන කරන අවස්ථාවක ඉස්මතු වන්නේ කවර හැඟීම්දැයි සිසුන්ගෙන් විමසමින් සාකච්ඡාව ආරම්භ කරන්න.
පියවර 2	භක්තිය නොව ශ්‍රද්ධාව බෞද්ධයන්ට අදාළ බවත් භක්තියට මැවුම්කරුවකු කේන්ද්‍ර ගත වන බවත් ශ්‍රද්ධාව තුනුරුවන් විෂයෙහි ඇතිවන්නක් බවත් සිසුන් සමග සංවාදාත්මකව සාකච්ඡා කරන්න.
පියවර 3	ශ්‍රද්ධාව පිළිබඳ මූලාශ්‍රය ඇසුරු කොට ඒවායේ ඇතුළත් කරුණු රැස් කරන්නට සිසුන් යොමු කරන්න.
පැවරුම	සපයාගත් තොරතුරු සාරාංශ කර වගුවක සඳහන් කරන්න.

මූලාශ්‍රය

:චංකී සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
කීටාගිරි සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
චූල්ලහත්ථි පදෝපම සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
ව්‍යග්ගපජ්ජ සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
පංචබල දේශනාව - අංගුත්තර නිකාය
චිත්ථතධන සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
වක්කලී සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
වීමංසක සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය
තේවිජ්ජ සූත්‍රය - දීඝ නිකාය

නිපුණතා මට්ටම 9.2 : ශික්ෂණය පිළිබඳ ඉගැන්වීම් පිළිපදිමින් සිල්වත් ආචාරශීලී හා පුණ්‍යකාමී ජීවිතයක් ගොඩනගා ගනියි.

කාලච්ඡේද : 15

ඉගෙනුම් ඵල :
- පන්සිල් රකිමින් ඒ අනුව දිවි ගෙවයි.
- කුසලයෙහි අගය දැක කුසල් කිරීමට පෙළඹෙයි.
- සමාජයේ යහපතට ක්‍රියා කරයි.
- නොකළයුත්ත හැර කළයුත්ත කරන්නෙකු වෙයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

9.2.1 පන්සිල්, අටසිල්, ආජීව අෂ්ටමක සිල්, දස සිල්

- චරිත සංවර්ධනය අරමුණු කොට පවත්නා ශීලය නිවන් මගෙහි ප්‍රතිෂ්ඨාව වශයෙන් දක්වා ඇත.
- කායා වාචානං සමෝධානං සීලං යන පාඨයට අනුව කය වචනය දෙකෙහි හික්මීම සීලයයි. මෙහිදී කයින් සිදුවන වැරදි ක්‍රියා තුනෙන් වැලකීම හා වචනයෙන් සිදුවන වැරදි ක්‍රියා හතරෙන් වැලකීම අපේක්ෂා කෙරේ.
- පංච සීලය ගිහියන්ගේ නිත්‍ය සීලය වන අතර එමගින් සමාජ ගත යුක්තිය, සාමය , ආරක්ෂාව, විශ්වාසය ආදි සාරධර්ම ගොඩනැගේ.

- පන්සිල්වල පළමුවැන්න සෑම ජීවියෙකුටම ජීවත්වීමේ ඇති අයිතිය සුරකිනවා පමණක් නොව අජීව පරිසරය විනාශ නොකිරීමේ වගකීම ද පවරයි. මේ නිසා පරිසරයේ ජීව අජීව තුලිතතාව ද පවත්වාගත හැකිවේ. දෙවැනි සිල් පදයෙන් පෞද්ගලික දේපල අයිතිය සුරැකීම සඳහා වූ ප්‍රඥප්තියක් ගොඩනැගේ විශ්වාස දායක සුරක්ෂිත පවුල් ඒකකයක් පවත්වාගෙන යාම උදෙසා තෙවන සිල් පදය මග පෙන්වයි. මිනිසා එකිනෙකාට විශ්වාසවන්ත වීමේ වැදගත්කම හා අවශ්‍යතාවය සිවුවැනි සිල් පදය තහවුරු කරයි. විපරීත අයුරින් ප්‍රමාදයට හා අපිළිවෙලට කටයුතු සිදුවන්නේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙනි. එය වළක්වා ගැනීම යහපත් වූ සමාජයක් සඳහා හේතුකාරක වේ. පස්වන සිල්පදය එයට උපකාර වේ.
- ගෘහස්ථ උපෝසථ අෂ්ටාංග ශීලය හා දස සීලය පවින් වැලකීමට මෙන්ම ගිහි ජීවිතය තුළම අල්පේච්ඡ බව දියුණු කර ගැනීමට ද උපකාර වේ.

- බෞද්ධ ගිහියාට අෂ්ටාංග උපෝසථය (අටසිල්) හා දස සීලය රැකීමට හැකියාව ඇත. ඒ ඒ පුද්ගලයාට තමාගේ කැමැත්ත පරිදි එය ඉටුකළ හැකිය. දෛනික පංචසීලය රක්ෂා කරනවාට වඩා වැඩි වටිනාකමක් අටසිල් හෝ දසසිල් රැකීමට හිමිවේ. නිති පන්සිල් පොහොය අටසිල් යනු ලක්වැසියන්ගේ සුපුරුදු පිළිවෙතයි.

- ආජීව අෂ්ටමක සීලය මගින් අකුසලයෙන් පුද්ගලයා මුදවා කුසලයට යොමු කෙරේ. කයින් සිදුවන වැරදි තුනෙන් හා වචනයෙන් සිදුවන වැරදි හතරෙන් හා වැරදි දිවි පැවැත්මෙන් වෙන්වීම යන ශික්ෂාපද අට ආජීව අෂ්ටමක සීලයට අයත්වේ. මෙම සීලය පන්සිල් ආරක්ෂා කරන පිළිවෙලටම දෛනිකව රැකිය හැකිය.

9.2.2 දස කුසල් හා දස පුණ්‍ය ක්‍රියා

- කුසල - පුඤ්ඤ යන ව්‍යවහාරයන්හි අර්ථය හා භාවිතය පිළිවෙලින් නිවන හා සසර ගමන සමඟ සම්බන්ධ කරුණු පැහැදිලි කිරීමට යොදාගත හැකිය.
- පින යන්නෙන් යහපත් ක්‍රියාවක් අර්ථ ගැන්වෙන අතර ඒ කරණ කොටගෙන හදවත පිනා යන බව දැක්වේ. ඒ බව අත්තනෝ හදයං පුනාතිති පුඤ්ඤං යන පාඨයෙන් තහවුරු වේ. හදවතෙහි පුණ්‍ය ශක්තිය ඇති කරගනු සඳහා දස පුණ්‍ය ක්‍රියා කළ යුතු වේ. රහතන් වහන්සේලා හැරුණු කොට අන් සියලුම දෙනාට පින් අවශ්‍ය වේ. රහතන් වහන්සේ පුඤ්ඤ - පාප පහීන කළ උතුමෝ වෙති. පුහුදුන් ජනයාට සසර සැප ලැබීම සඳහා පින් අත්‍යවශ්‍යය. බුදු දහම පුණ්‍යක්‍රියා දහයක් දක්වයි.

- දානං සීලංච භාවනා - පත්ති පත්තානුමෝදනා
  වෙයයා වච්චා පචායංච - දේසනා සුති දිට්ඨිජු

- දාන,සීල,භාවනා, පත්තිදාන, පත්තානුමෝදනා, වෙයියාවච්ච, අපචායන, දේශනා, සුති, දිට්ඨිජු යන මේවා දස පින් කිරියවත් (දස පුණ්‍ය ක්‍රියා) වේ.

- දස කුසල්වල ආචාරාත්මක හා ආධ්‍යාත්මික ශික්ෂණයක් අන්තර්ගත වේ. කුසල් නොවන්නේ අකුසල්ය.
- ප්‍රාණඝාතයෙන් වැළකීම, අදත්තාදානයෙන් වැළකීම, කාම මිථ්‍යාචාරයෙන් වැළකීම, බොරු කීමෙන් වැළකීම, කේලාම් කීමෙන් වැළකීම, පරුෂ වචන කතා කිරීමෙන් වැළකීම , සම්ප්‍රප්ප්‍රලාපයෙන් වැළකීම, දැඩි ලෝභයෙන් වැළකීම, ව්‍යාපාදයෙන් වැළකීම, මිච්ඡා දිට්ඨියෙන් වැළකීම, දස කුසලයයි. මේවායේ හැසිරීමෙන් කුසල් වැඩේ. නිවනට මඟ පෑදේ.

- දස පුණ්‍ය ක්‍රියාවන් කර්මය හා පුනර්භවය පිළිබඳ ඉගැන්වීම්වලට සම්බන්ධ වේ.
- දස පුණ්‍ය ක්‍රියාවන්ට අදාළව යහපත් වූ කාය, වාග් , මන කර්මවල නිරත වේද ඒවායින් ලැබෙන්නාවූ යහපත් ඵලය සංසාරක

ජීවිතයේ සැපවත් පැවැත්මට උපකාර වේ. එපමණක් නොව දිට්ඨ ධම්ම විපාක සඳහා ද හේතුවේ.

- කුසල හා පුණ්‍ය ක්‍රියාවන් සමාජමය අර්ථ සිද්ධියක් ද සලසා දේ. අකුසල් හා පව් බැහැර කොට කුසල් හා පින් කරන්නෝ සමාජයට හානියක් නොකරති. නීතිගරුක ද වෙති. මිනිස්කමද රැක ගනිති.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1	බුදුගුණාලංකාරයේ දැක්වෙන දන්සිල් භාවනා....... ආදී වූ පද්‍ය සිසුන්ට ඉදිරිපත් කර ඒ ගැන විමසා පාඩමට පිවිසෙන්න.
පියවර 2	සිසුන් කණ්ඩායම් දෙකකට බෙදා දස කුසල් එක් කණ්ඩායමකටත්, දස පුණ්‍ය ක්‍රියා අනෙක් කණ්ඩායමටත් පවරා, කරුණු රැස් කරන්නට උපදෙස් දෙන්න.
පියවර 3	ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම් දෙකේම රැස් කරගත් කරුණු පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්නට සලස්වා සංවර්ධනාත්මක යෝජනා සිසුන්ට ලබා දෙන්න.
පැවරුම	දස කුසල් හා දස පුණ්‍ය ක්‍රියා දෛනික ජීවිතයේදී භාවිතා කෙරෙන අවස්ථා දැක්වෙන ලේඛනයක් සකස් කරන්න.

මූලාශ්‍රය

:ධම්මික සූත්‍රය	- සුත්ත නිපාතය
සාමඤ්ඤඵල සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
මහා ඛන්ධක	- මහාවග්ග පාලි
වනරෝප සූත්‍රය	- සංයුත්ත නිකාය
සාලෙය්‍යක සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය
පුඤ්ඤකිරිය වත්ථු සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය

නිපුණතා මට්ටම 9.3 : සාධාරණත්වය තහවුරු වන බෞද්ධ සමාජ ධර්ම ක්‍රියාවට නගයි.

කාලච්ඡේද : 15

ඉගෙනුම් ඵල :
- අගතිගාමී නොවන යුක්ති ගරුක තැනැත්තෙකු වෙයි.
- අන්‍යෝන්‍ය සුහදතාවයෙන් හා ගෞරවයෙන් යුතුව කටයුතු කරයි.
- පිරිහීමේ දොරටු දැන දියුණුවේ මග හැසිරෙයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

9.3.1 සතර අගතියෙන් වෙන්වීම

- අගතියට යාම යන්නෙන් නොමග යාම, වරදට පෙළඹීම අදහස් වේ.
- ඡන්දය, ද්වේශය, භය, මෝහය යන කරුණු සිගාලෝවාද සූත්‍රයේ සතර අගති වශයෙන් දක්වා ඇත. අගති නාගති සූත්‍රයද මෙයම ඉදිරිපත් කරයි.
- ලාභ ප්‍රයෝජන හෝ ඥාති සම්බන්ධතා හෝ රුචි අරුචිකම් අනුව හෝ යුක්ති සහගත නොවන අයුරින් පක්ෂපාතී බව සලකා කටයුතු කරන්නේ නම් ඒ ඡන්දයෙන් අගතියට යාමකි. ඒ නිසා හැම කල්හිම යුක්තිය, සාධාරණය ඉටුවන අයුරින් කටයුතු කිරීම තුළින් ඡන්දයෙන් අගතියට යාමක් සිදු නොවේ.

- අන්තවාදී නොවී දූෂිත මනසකින් යුක්ත නොවී, ද්වේශය බැහැර කර කටයුතු කිරීම නිසා ද්වේශයෙන් අගතියට යාම වලකී. මෙහිදී වැරදි කරන අයට පවා දඬුවම් පැමිණවිය යුත්තේ ද්වේශයෙන් නොව යුක්තිගරුකව ඔවුන්ගේ අභිවෘද්ධියට හේතුවන පරිදිය.

- කිසියම් පුද්ගලයෙක් භය නිසා අන් අය පීඩාවට පත්කරයි ද එවිට අගතියක් සිදුවේ. එබැවින් භය නිසා අගතියට යා හැකි බව බුදු දහම උගන්වයි.

- මෝහය හෙවත් මුලාව පුද්ගල විෂයෙහි නොවිය යුතුය. මෝහය අකුසල මූලයක්ද වෙයි. ඒ නිසා වැරදි ක්‍රියාවලට යොමු වෙයි. එබැවින් අගතියට යාමේ අවස්ථා බොහෝය. යහපත - අයහපත හඳුනන අයුක්තිය බැහැර කොට යුක්තිය අගය කරන අය මෝහයෙන් අගතියට යාමක් සිදු නොවේ.
- ඡන්දාදියෙන් අගතියට යන්නා පව්කම් කරන්නේ යැයි බුද්ධ දේශනාවෙහි සඳහන් වේ.
- අගතිගාමීව ක්‍රියා නොකිරීම සමාජ නායකත්වය දරන්නන්ට වෙසෙසින්ම අදාළ වන අතර අගතිගාමී වන්නාගේ යසස අවපක්ෂයේ සඳමෙන් පිරිහේ.

9.3.2 සතර සංග්‍රහ වස්තු

- සතර සංග්‍රහ වස්තු පුද්ගලයාට මෙන්ම සමාජයටද අදාළ වේ. සාර්ථක ජීවිතයක් ගත කිරීමේදී සමාජය හා කටයුතු කරන්නට සිදුවේ. එකල්හි ඔවුනොවුන් අතර සහ සම්බන්ධතාවය ගොඩනගා ගැනීම අවශ්‍යය. ඒ සඳහා සතර සංග්‍රහ වස්තු උපයෝගී කොට ගත හැකිය.
- දානය , ප්‍රිය වචනය, අර්ථචර්යාව, සමානාත්මතාව යන මේවා සතර සංග්‍රහ වස්තූන්ය. බෞද්ධාගමික ඉගැන්වීම් වලදී දානයට හිමිවන්නේ සුවිශේෂී ස්ථානයකි. දස රාජ ධර්මවලද දස පාරමිතාවල ද මුලටම දානය දක්වා ඇත. දීමෙන්, පරිත්‍යාගයෙන් පුද්ගල සම්බන්ධතා වැඩි දියුණු කර ගන්නට අවස්ථාව උදාවේ.
- සමාජගතවීමේදී එකිනෙකා අතර අදහස් හුවමාරුව අවශ්‍යය. ඒ සඳහා භාවිත විය යුත්තේ ප්‍රිය වචනයයි. ඕනෑම නොදැමුණු අයෙකු දමනය කර ගැනීමට ප්‍රිය වචන උපකාර වේ. වචනයෙන් සිදුවන වැරදි හැර කතා බස් කිරීම නිසා සතුරන් පවා මිතුරු වේ.
- පරහිතකාමීව කටයුතු කිරීම ද උතුම් මිනිස් දහමකි. එය පරාර්ථචර්යාව යි. අප එකිනෙකාට අන්‍යොන්‍ය උපකාරවත්ව ක්‍රියා කිරීම තුළින් එකිනෙකා අතර ගැටුම් ඇති නොවේ. මෙත්තා , කරුණා, මුදිතා, උපෙක්ඛා යන සිව් බඹ විහරණ අනුගමනය කරන තැනැත්තා පරාර්ථ චර්යාවට යොමු වෙයි.
- දුක සැප බෙදාගෙන , ජාති, කුල, ගෝත්‍ර , ආගම් භේදාදිය බැහැර කොට එක මවගේ දරුවන් ලෙස කටයුතු කිරීම සමානාත්මතාවයි.
- සතර සංග්‍රහ වස්තු පුද්ගල හැසිරීම දියුණු කරමින් මිනිස් සමාජයේ අන්‍යොන්‍ය ගෞරවය හා සුහදතාව ගොඩ නගයි.

9.3.3 සතර බ්‍රහ්ම විහරණ

- සතර බ්‍රහ්ම විහරණ පුද්ගලයාට මෙන්ම සමාජයටද අදාළ වන අතර ඒවා වඩාත් පුද්ගල චින්තනය වෙත යොමුවී ඇති බව කිව යුතුය. මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්ඛා යන කරුණු සතර බ්‍රහ්ම විහරණ වේ. සියලු ජීවීන්ගේ ජීවත්වීමේ ඇති අයිතිය සුරකිමින් , ඔවුන්ට සුවසෙත ප්‍රාර්ථනය කරමින් මෛත්‍රිය වැඩිය යුතුය.

- අනුන්ගේ දුකෙහි දී ආපදාවකදී සිත කම්පාවට සැලෙන භාවයට පත්වන්නේ කරුණාවෙන් හරිත වූ විටය. ඒ කම්පාව නිසා අන්‍යයන්ට උපකාර කිරීමට ඉදිරිපත් වේ. අනුන්ගේ සම්පත් දැක ඊර්ෂ්‍යා නොකර ඒ ගැන සතුටුවීම මුදිතාව හෙවත් අනුන්ගේ සතුට තමාගේ සතුට බවට පත් කර ගැනීමයි.

- දුක සැප දෙකෙහි ම මධ්‍යස්ථව අන්නොන්‍යා සුහදත්වයෙන් කටයුතු කිරීම උපේක්ෂාවයි.

- සතර බ්‍රහ්ම විහරණ වඩාත් පුද්ගල චින්තනය වෙත යොමුවී ඇත. සතර බ්‍රහ්ම විහරණ බුදු දහමෙහි එන කේන්ද්‍රීය සාරධර්ම ලෙස හැඳින්විය හැකි අතර අන්නොන්‍යා ගෞරවය හා සුහදතාව පිණිස ඒවා ඉවහල් වන බව පෙන්වා දිය හැකිය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1 ඡන්ද , ද්වේශ, භය, මෝහ යන සතර අගති නමින් සිසුන් හතර දෙනෙකු නම් කොට ඔවුන්ට ඒ ඒ අගතියේ අදහස එන අයුරින් රංගනයක යෙදෙන්නට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

පියවර 2 අන් සිසුන් ද සමඟ එම ලක්ෂණ සාකච්ඡා කරන්න.

පියවර 3 සතර අගතියෙන් තොරවීමෙන් ලැබෙන සමාජ සහනය ගැන සිසුන්ගේ අදහස් ගොනු කරන්නට උපදෙස් දෙන්න.

පියවර 4 සිසු අදහස් ලබාගෙන සංවර්ධනාත්මක අදහස් ද එක් කරන්න.

පැවරුම සතර අගතිවලින් තොර ලෝකයක් යන මාතෘකාව යටතේ රචනයක් ලියන්න.

මූලාශ්‍රය	: සිඟාලෝවාද සූත්‍රය	- දීඝ නිකාය
	අගති සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය
	පුඤ්ඤකිරියවත්ථු සූත්‍රය	- අංගුත්තර නිකාය
	අට්ඨක නාගර සූත්‍රය	- මජ්ඣිම නිකාය

නිපුණතාව 10.0 : බෞද්ධ ආර්ථික හා දේශපාලන චින්තනය තේරුම්ගෙන ඒ අනුව ක්‍රියා කරයි.

නිපුණතා මට්ටම 10.1 : ආර්ථික සුරක්ෂිතතාව පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් දැන තුලනාත්මක ජීවන රටාවක් හැඩ ගසා ගනී.

කාලච්ඡේද : 10

ඉගෙනුම් ඵල :

- සමාජ ගැටලු නිර්මාණය වන ආකාරය හැඳින ඒවා වැළැක්වීම සඳහා අවශ්‍ය පියවර යෝජනා කරයි.
- යුතුකම් හා වගකීම් ඉටු කරන්නකු බවට පත් වෙයි.
- දැහැමි විවේකය අගය කරයි.
- පරිසර හිතකාමී පුද්ගලයකු වෙයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

10.1.1. ආර්ථික සුරක්ෂිතතාව පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම්

- ආර්ථික සමෘද්ධිය පමණක් ප්‍රමාණත්වයෙන් නොසලකන බුදු දහම ආධ්‍යාත්මික සමෘද්ධිය ද සමාන්තරව අවධාරණය කරයි.

- නූතන සමාජ පරිසරයෙහි ආර්ථික සමෘද්ධිය වැඩි ඇගයුමකට ලක්වී ඇති අතර එතුළින් විවිධ සමාජ ගැටලු නිර්මාණය වී ඇත.
- වීර්යයෙන් ඉපයීම, ඉපයූ සම්පත් රැක ගැනීම, යහපත් සමාජ ආශ්‍රය හා අය වැය සමව පවත්වාගෙන යාමද ආර්ථික සුරක්ෂිතතාව ඇති කරයි. (උට්ඨාන සම්පදා, ආරක්ඛ සම්පදා, කල්‍යාන මිත්තතා, සමජීවිකතා)
- තමා සතුව ප්‍රමාණවත් භෝග සම්පත් ඇති කමද ඒ සම්පත් නිසි ලෙස පරිභෝග කිරීම ද, ණය නොවී ක්‍රියා කිරීම ද දැහැමි නිවැරදි ඉපයීම හා පරිභෝජනය ද සැප හැටියට බුදු දහම උගන්වයි. (අත්ථි සැප, භෝග සැප ,අණණ සැප, අනවජ්ජ සැප) මෙකී සැප ලබා ගැනීමෙන්ද ආර්ථික සුරක්ෂිතතාව ඇති වේ.

- ධනය ඉපයීමේදී විවිධ ක්‍රම භාවිතා කරන බව නූතන ලෝකය දෙස බැලීමේ දී පෙනේ. බුදු දහම අගය කරන්නේ පංචශීල ප්‍රතිපදාව අනුගතව, දැත දෙපය වෙර වීර්ය යොදවා දහදිය වගුරුවා උත්සාහවත්ව දැහැමිව ධනය ඉපයීමය. කෘෂිකර්මාන්තය , සත්ව පාලනය, රාජ්‍ය සේවය, විවිධ කර්මාන්ත ධනය උපයාගත හැකි ධාර්මික මාර්ග වේ. මෙසේ

උපයා ගන්නා ධනය මැනවින් රැක ගැනීමත් දැහැමිව පරිභෝජනය කිරීමත් පිළිබඳව බෞද්ධ ඉගැන්වීම්වල සඳහන් වේ.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1 විවෘත ආර්ථික රටාව හා සංවෘත ආර්ථික රටාව පිළිබඳව සිසුන්ගේ අදහස් විමසන්න.

පියවර 2 මේ ආර්ථික ක්‍රම හේතුවෙන් ලැබෙන යහපත් හා අයහපත් ප්‍රතිඵල ලේඛන ගත කරන්නට සිසුනට අවස්ථාව දෙන්න.

පියවර 3 ඉහත කරුණු සාකච්ඡා කරමින් නූතන සමාජයේ ශ්‍රමාභිමානයට ඇති පදනම පිළිබඳ මත ඉදිරිපත් කරන්නට සිසුන්ට පවරන්න.

පැවරුම : දැහැමි විවේකය හා පරසර හිතකාමීත්වය ආර්ථික සුරක්ෂිත භාවයට අත්‍යවශ්‍ය අංගයකි. කරුණු දක්වන්න.

මූලාශ්‍රය : 84 ගාථාව - ජාතක පාලි
84 ගාථාව - ධම්මපදය - ඛුද්දක නිකාය
ද්වි චක්ඛු සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
ව්‍යග්ග පජ්ජ සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
අණණ සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
පත්තකම්ම සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
රාසිය සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය
සිගාලෝවාද සූත්‍රය - දීඝ නිකාය

නිපුණතා මට්ටම 10.2 : ඉපයීම හා පරිභෝජනය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් දැන තෘප්තිමත්ව කටයුතු කරයි.

කාලච්ඡේද : 10

ඉගෙනුම් ඵල :

- දැහැමින් ධනය ඉපයීමේ නියුක්ත වෙයි.
- මනා කළමනාකරණයෙන් යුතුව සම්පත් පරිභෝජනය කරයි.
- ලද දෙයින් සතුටුවන, යුතුකම් හා වගකීම් ඉටුකරන අයෙක් වෙයි.
- සමාජ පිරිහීමේ මාර්ග තේරුම්ගෙන ඒවායින් වැළකී කටයුතු කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

10.2.1 ඉපයීම හා පරිභෝජනය පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම්

- දිළිඳුකම කාමභෝගී ගිහියන්ට දුකක් බවත්, ධාර්මිකව උපයාගත් ධන සම්පත් පුද්ගලයකු සතුවීම මගින් ලබන ආර්ථික සුරක්ෂිතතාව ලෞකික ජීවිතය තුළ සැපයක් බවත් බුදු සමය උගන්වයි.
- ධනය පිණිස ශ්‍රමය වැය කිරීම අනිවාර්ය බැවින්, අනලස්ව උත්සාහයෙන් හා වීර්යයෙන් තම ශ්‍රමය ධාර්මික වෘත්තීන්හි යෙදවිය යුතු බව සහ ධනය පිණිස කිසිදු ආකාරයක අධාර්මික ක්‍රියාවක උත්සාහවත් නොවිය යුතු බව ද උගන්වයි.
- දැහැමිව ඉපයූ ධනය සුරක්ෂිත කර ගැනීම පිණිස පව්ටු මිතුරන්ගෙන් දුරුව, කල්‍යාණ මිත්‍ර සේවනය ඇතිව උපායශීලීව ධන පරිහානි මුඛ වසා දැමිය යුතු ය.
- ධනය පසුපස හඹා නොයාමත්, ධන සම්පත් ජීවිතයේ නිෂ්ටාව ලෙස නොසැලකීමත්, ධනය හේතුවෙන් කිසිදු ආකාරයක අධාර්මික ක්‍රියාවක ශ්‍රමය වැය නොකිරීමත්, සම්පත් ගොඩගසා නොගෙන සංසරණයට හා පරිහරණයට ඉඩ හැරීමත්, යුතුකම් හා වගකීම් වෙනුවෙන් තම ධනය කැප කිරීමත් ලෞකික සම්පත්වල යථාර්ථය දැක අතෘප්තිකරභාවයෙන් හා තණ්හාදාසභාවයෙන් මිදීමත් සුභ සිද්ධියට හේතුවේ.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය :

පියවර 1 ඒකේන භෝගේ භුඤ්ජෙය්‍ය
ද්විහි කම්මං පයෝජයෙ
චතුත්ථං ච නිධාපෙය්‍ය
ආපදාසු භවිස්සති

යන සිගාලෝවාද ගාථා පාඨය සිසුන්ට ඉදිරිපත් කරන්න.

පියවර 2 සිසුන්ගේ අදහස් විමසා, ධනෝපායයනයේ හා ධන විසර්ජනයේ ඇති වැදගත්කම පිළිබඳව කරුණු රැස් කරන්නට සිසුන්ට අවස්ථාව දෙන්න.

පියවර 3 සිසුන්ගේ අදහස් පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්නට සලස්වා සංවර්ධනාත්මක අදහස් සිසුන්ට ලබා දෙන්න.

පැවරුම : "ආර්ථික සමෘද්ධියට වැඩි අගයක් ලබා දීමෙන් සමාජ ගැටලු පැන නගී. ඒවා වළක්වා ගැනීමේ මාර්ගය බෞද්ධ ඉගැන්වීම්වල ඇතුළත්ය. " මේ ගැන ඔබගේ අදහස් දක්වන්න.

මූලාශ්‍රය : ව්‍යග්ගපජ්ජ සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
පත්තකම්ම සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
චක්කවත්ති සීහනාද සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
කූටදන්ත සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
සිගාලෝවාද සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
අණණ සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
රාසිය සූත්‍රය - සංයුත්ත නිකාය

නිපුණතා මට්ටම 10.3 : දේශපාලන ක්‍රියාකාරීත්වයට අදාළ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් අවබෝධ කර යහ පාලනයට උපකාර වේ.

කාලච්ඡේද : 10

ඉගෙනුම් ඵල :
- ප්‍රජා නායකත්වය දැරීමට සුදුස්සෙකු වෙයි.
- අන්‍යෝන්‍ය සුහදතාවයෙන් කටයුතු කරයි.
- පාලන තන්ත්‍රයක තිබිය යුතු යහගුණ ආදර්ශයට ගෙන ක්‍රියා කරයි.

විෂය කරුණු පැහැදිලි කර ගැනීමට අත්වැලක්

10.3.1 බෞද්ධ රාජ්‍ය පාලන මූලධර්ම

- දසරාජ ධර්ම , දස සක්විතිවත්, සප්ත අපරිහාණිය ධර්ම, සතර අගතියෙන් වැළකීම, සතර සංග්‍රහ වස්තු ආදිය බෞද්ධ රාජ්‍ය පාලන මූලධර්ම වේ.
- දානය (ප්‍රජා සුබසාධනය)
  සීලය (ප්‍රතිපත්තිගරුක බව)
  පරිත්‍යාගය (කාලය, ශ්‍රමය, ධනය පරිත්‍යාග කිරීම)
  ඍජු බව (අගතිගාමී නොවීම)
  මෘදු බව (කාරුණික වීම)
  තපස (ඉන්ද්‍රිය දමනය)
  අක්‍රෝධය (ක්‍රෝධ නොකිරීම)
  අවිහිංසාව (හිංසා නොකිරීම)
  ඛන්ති (ඉවසීම)
  අවිරෝධිතා නොගැටෙන සුළු බව යනු දසරාජ ධර්මයි.
- රටක ජනතාවගේ සුබ සිද්ධිය සඳහා, ඔවුන්ගේ යැපීම් සඳහා පාලකයා විසින් ලබා දෙන සහන දානය ලෙස හැඳින්වේ.
- පාලකයා සදාචාරසම්පන්න කෙනෙකු විය යුතුය යන්න සීලයෙන් කියැවේ.
- පාලකයා තම ශ්‍රමය, ධනය, කාලය රටවැසියා වෙනුවෙන් පරිත්‍යාග කළ යුතුය. එය ඔහුගේ පරිත්‍යාගශීලී ගුණයයි.
- පාලකයා අවංක විය යුතුය. එමෙන්ම ඍජු විය යුතුය. තීරණ ගැනීමේ ශක්තිය අගතිගාමී නොවී පවත්වා ගත යුතුය. එය ඍජු ගුණයයි.
- පිය පුතු සංකල්පය පාලකයා හා රටවැසියා අතර පැවතිය යුතු වේ. එමගින් පාලකයාගේ මෘදු භාවය ප්‍රකට කෙරේ.
- පාලකයා ඉන්ද්‍රිය දමනයෙන් යුතු මෛත්‍රී සහගත කාය, වාග්, මන

ක්‍රියාවලින් යුක්ත අයෙකු විය යුතුය.

- පාලකයා ප්‍රජාවට ක්‍රෝධ නොකරන අයෙකු විය යුතුය. හිංසාව බැහැර කළ යුතුය.

- ජනතාවගේ විවිධ අදහස් ඉවසන්නට පාලකයාට සිදුවේ. ඒ නිසා ඔහු ඉවසීම මැනවින් ප්‍රගුණ කළ යුතුය.

- පාලකයා විරුද්ධ අදහස් ඉවසා එබඳු අදහස් දරන්නවුන් සමග නොගැටෙන අයෙකු විය යුතුය.

- දස සක්විතිවත් යනු යහ පාලනයක් සඳහා උපයෝගී කරගත හැකි තවත් බෞද්ධ ප්‍රතිපත්ති දහයකි. ඒවා නම්
  1. තමා දස කුසල් කරමින් ධර්මයෙහි පිහිටා ධර්මානුකූලව අඹුදරුවන්ද එහි පිහිටුවීම හා ඔවුන්ට සංග්‍රහ කර මින් රැකබලා ගැනීම.
  2. බල සේනාවට නිසි පරිදි සංග්‍රහ කොට ආරක්ෂා කිරීම.
  3. රාජ්‍ය තාන්ත්‍රිකයන්ට නිසි පරිදි සංග්‍රහ කොට ආරක්ෂා කිරීම
  4. බ්‍රාහ්මණ ගෘහපතියන්ට නිසි පරිදි සංග්‍රහ කොට ආරක්ෂා කිරීම
  5. ගම් දනව් වැසියන්ට නිසි පරිදි සංග්‍රහ කොට ආරක්ෂා කිරීම
  6. මහණ බමුණන්ට නිසි පරිදි සංග්‍රහ කොට ආරක්ෂා කිරීම
  7. සිවුපා පක්ෂි ආදීන්ට අභයදානය දී ආරක්ෂා කර ගැනීම
  8. තම පාලන ප්‍රදේශයේ අධාර්මික කටයුතු නොවන බවට වගබලා ගැනීම.
  9. දිළිඳු ජනතාවට ධනය ලබා දෙමින් රැක බලා ගැනීම
  10. සිල්වත් මහණ බමුණන් වෙතින් අවවාද අනුශාසනා ලබා ගැනීම.

- මේ ප්‍රතිපත්ති අනුගමනය කරන පාලකයා පරමාදර්ශී වේ. මේවා සංක්ෂිප්ත කිරීමේදී කරුණු හතරකට සාරාංශ ගත කළ හැකිය.

  1. ධාර්මික රාජ්‍ය පාලනය
  2. සියලු ජනකොටස්වල ජීවිත හා අන්‍ය සත්ව ජීවිත සුරක්ෂිත කිරීම
  3. ආර්ථික සමෘද්ධිය ඇති කිරීම
  4. පිදිය යුත්තන් පිදීම හා ඔවුන්ගේ අවවාද පිළිගැනීම

- සප්ත අපරිහානිය ධර්ම

  1. නිතර රැස්වීම
  2. සමගියෙන් රැස්ව සමගියෙන් ක්‍රියාකොට සමගියෙන් විසිර යෑම
  3. නොපැනවූ නීති නොපැණවීම. පැනවූ නීති කඩ නොකිරීම
  4. වැඩිහිටියන්ට ගරු කිරීම
  5. අවිවාහක කුල කුමරියන් ආරක්ෂා කිරීම
  6. වජ්ජි ජනපදයෙහි හා පිටත පූජනීය ස්ථානවලට ගරු කිරීම.
  7. තම ජනපදයට පැමිණෙන රහතන් වහන්සේට පහසුකම් හා ආරක්ෂාව ඇති කිරීම.

මේවාට අනුව කටයුතු කිරීමෙන් නොපිරිහෙන රාජ්‍ය පාලනයක් පවත්වාගෙන යා හැකිය. මේවා සංක්ෂිප්ත කොට මෙසේ දැක්විය හැකිය.

1. රාජ්‍ය පාලනයෙහි නිරත වන්නන් සමගියෙන් කටයුතු කිරීම.
2. අවශ්‍යතාවය පරිදි නීති පැනවීම හා ආරක්ෂා කිරීම.
3. කුල කාන්තාවන් ආරක්ෂා කිරීම.
4. වැඩිහිටියන්ට, පූජනීය උතුමන්ට හා පූජනීය ස්ථානවලට ගරු කරමින් අවශ්‍ය පහසුකම් හා ආරක්ෂාව ඇති කිරීම.

- ජනතා සුභ සිද්ධිය සඳහා ක්‍රියා කරන පාලකයා ඡන්ද, ද්වේශ, භය , මෝහය යන අගතියෙන් ඈත්විය යුතුය.

- දානය, ප්‍රිය වචනය, අර්ථ චරියාව, සමානාත්මතාව යනු සතර සංග්‍රහ වස්තු වේ. සාර්ථක පාලනයක් සඳහා අවශ්‍ය බෞද්ධ ඉගැන්වීමක් ලෙස මෙය ද අගය කළ හැකිය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය

පියවර 1 දේවෝ වස්සතු කාලේන - සස්ස සම්පත්ති හේතු ච
පීතො භවතු ලෝකෝච - රාජා භවතු ධම්මිකෝ යන ගාථාව
සිසුන්ට ඉදිරිපත් කොට කරුණු විමසන්න.

පියවර 2 ධාර්මික යහ පාලනයක් සඳහා වන බෞද්ධ ඉගැන්වීම් ලේඛන ගත කරන්නට සිසුන් යොමු කරන්න.

පියවර 3 සිසුන් ලේඛනගත කළ තොරතුරු සංවර්ධනය කරමින් සාකච්ඡා කරන්න.

පැවරුම නූතන රාජ්‍ය පාලකයකුට බුදු දහමින් ලබා ගත හැකි ආදර්ශය ඇගයුමට ලක් කරන්න.

මූලාශ්‍රය : චක්කවත්ති සීහනාද සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
කූටදන්ත සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
සාරන්දද සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
සංගහවත්ථු සූත්‍රය - අංගුත්තර නිකාය
බෞද්ධ ශිෂ්ටාචාරයේ මූලධර්ම - චන්ද්‍රිම විජේබණ්ඩාර, එච්.එම්. මොරටුවගම
මහා පරිනිබ්බාණ සූත්‍රය - දීඝ නිකාය
සිගාලෝවාද සූත්‍රය - දීඝ නිකාය

13.2 පාසල පදනම් කරගත් තක්සේරුකරණය

පාසල පදනම් කරගත් තක්සේරුකරණය - හැඳින්වීම

ඉගෙනුම - ඉගැන්වීම සහ ඇගයීම අධ්‍යාපන ක්‍රියාවලියේ වැදගත් සංරචක තුනක් බවත් ඉගෙනුමෙහි සහ ඉගැන්වීමෙහි ප්‍රගතිය දැනගැනීම පිණිස ඇගයීම යොදා ගතයුතු බවත් සෑම ගුරුවරයකු විසින් ම දත යුතු පැහැදිලි කරුණකි. ඒවා අන්‍යොන්‍ය බලපෑමෙන් යුතු ව ක්‍රියා කරන බවත් එසේ ම එකිනෙකෙහි සංවර්ධනය කෙරෙහි එම සංරචක බලපාන බවත් ගුරුවරු දනිති. සන්තතික (නිරන්තරයෙන් සිදුවන) ඇගයීම් මූලධර්ම අනුව ඇගයීම සිදුවිය යුත්තේ ඉගෙනීම හා ඉගැන්වීම කෙරෙන අතරතුර දීය. මෙය ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය ආරම්භයේ දී හෝ මැද දී හෝ අග දී හෝ යන ඕනෑම අවස්ථාවක දී සිදුවිය හැකි බව තේරුම් ගැනීම ගුරුවරයකුට අවශ්‍ය ය. එලෙස තම සිසුන්ගේ ඉගෙනුම් ප්‍රගතිය ඇගයීමට අපේක්ෂා කරන ගුරුවරයකු ඉගෙනුම ඉගැන්වීම සහ ඇගයීම පිළිබඳ සංවිධානාත්මක සැලැස්මක් යොදාගත යුතු වෙයි.

පාසල පදනම් කරගත් ඇගයීම් වැඩපිළිවෙළ හුදු විභාග ක්‍රමයක් හෝ පරීක්ෂණ පැවැත්වීමක් හෝ නොවේ. එය හඳුන්වනු ලබන්නේ සිසුන්ගේ ඉගෙනීමත්, ගුරුවරුන්ගේ ඉගැන්වීමත් වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා යොදාගනු ලබන මැදිහත් වීමක් වශයෙනි. මෙය සිසුන්ට සමීපව සිටිමින් ඔවුන්ගේ ප්‍රබලතා සහ දුබලතා හඳුනාගෙන ඒවාට පිළියම් යොදමින් සිසුන්ගේ උපරිම වර්ධනය ළඟා කර ගැනීමට යොදාගත හැකි වැඩපිළිවෙළකි.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාකාරකම් තුළින් අනාවරණ ක්‍රියාවලියකට සිසුන් යොමු කෙරෙන අතර, ගුරුවරයා සිසුන් අතර ගැවසෙමින් ඔවුන් ඉටු කරන කාර්ය නිරීක්ෂණය කරමින් මාර්ගෝපදේශකත්වය සපයමින් කටයුතු කිරීම පාසල් පදනම් කරගත් ඇගයීම් වැඩ පිළිවෙල ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී අපේක්ෂා කෙරේ. මෙහිදී ශිෂ්‍යයා නිරතුරුව ඇගයීමට ලක්විය යුතු අතර, ශිෂ්‍ය හැකියා සංවර්ධනය අපේක්ෂිත අන්දමින් සිදුවන්නේ දැයි ගුරුවරයා විසින් තහවුරු කරුණු ලැබිය යුතු වෙයි.

ඉගෙනීම සහ ඉගැන්වීම මගින් සිදුවිය යුත්තේ සිසුන්ට නිසි අත්දැකීම් ලබා දෙමින් ඒවා සිසුන් විසින් නිසි පරිදි අත්පත් කර ගෙන තිබේ දැයි තහවුරු කර ගැනීමය. ඒ සඳහා නිසි මාර්ගෝපදේශය සැපයීම ය. ඇගයීමේ (තක්සේරු කිරීමේ) යෙදී සිටින ගුරුවරුන්ට තම සිසුන් සඳහා දෙයාකාරයක මාර්ගෝපදේශකත්වය ලබා දිය හැකි ය. එම මාර්ගෝපදේශ පොදුවේ හඳුන්වන්නේ ප්‍රතිපෝෂණය (Feed Back) හා ඉදිරි පෝෂණය (Feed Forward) යනුවෙනි. සිසුන්ගේ දුබලතා හා නොහැකියා අනාවරණය කරගත් විට ඔවුන්ගේ ඉගෙනුම් ගැටලු මගහරවා ගැනීමට ප්‍රතිපෝෂණයත් සිසු හැකියා සහ ප්‍රබලතා හඳුනා ගත් විට එම දක්ෂතා වැඩි දියුණු කිරීමට ඉදිරි පෝෂණයත් ලබා දීම ගුරු කාර්යය වෙයි.

ඉගෙනුම් - ඉගැන්නුම් ක්‍රියාවලියේ සාර්ථකත්වය සඳහා පාඨමාලාවේ අරමුණු අතරෙන් කවර අරමුණු කවර මට්ටමින් සාක්ෂාත් කළ හැකි වූයේ දැයි හඳුනා ගැනීම සිසුන්ට අවශ්‍ය වෙයි. ඇගයීම් වැඩ පිළිවෙළ ඔස්සේ සිසුන් ළඟා කර ගත් ප්‍රවීණතා මට්ටම් නිශ්චය කිරීම මේ අනුව ගුරුවරුන්ගෙන් බලාපොරොත්තු වන අතර සිසුන් හා දෙමව්පියන් ඇතුළු වෙනත් අදාළ පාර්ශවවලට සිසු ප්‍රගතිය පිළිබඳ තොරතුරු සන්නිවේදනය කිරීමට ගුරුවරුන් යොමුවිය යුතු ය. මේ සඳහා යොදාගත හැකි හොඳම ක්‍රමය වන්නේ සන්තතිකව සිසුන් ඇගයීමට පාත්‍ර කිරීමට ඉඩ ප්‍රස්ථා සලසන පාසල පදනම් කරගත් ඇගයීම් ක්‍රමයයි.

යථෝක්ත අරමුණු සහිතව ක්‍රියා කරන ගුරුවරුන් විසින් තම ඉගැන්නුම් ක්‍රියාවලියත් සිසුන්ගේ ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියත් වඩාත් කාර්යක්ෂම කිරීම පිණිස වඩා හොඳ කාර්යක්ෂමතාවෙන් යුක්ත ඉගෙනුම්, ඉගැන්නුම් සහ ඇගයීම් ක්‍රම යොදා ගත යුතු වෙයි. මේ සම්බන්ධයෙන් සිසුන්ට සහ ගුරුවරුන්ට යොදා ගත හැකි ප්‍රවේශ පිළිබඳ ප්‍රභේද කිහිපයක් මතු දැක්වෙයි. මේවා බොහෝ කලක සිට ගුරුවරුන් වෙත විභාග දෙපාර්තමේන්තුව විසින් ද ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය විසින් ද තොරතුරු සම්පාදනය කරන ලද ක්‍රමවේද වෙයි. එහෙයින් ඒවා සම්බන්ධයෙන් පාසල් පද්ධතියේ ගුරුවරුන් හොඳින් දැනුවත් වී ඇතැයි අපේක්ෂා කෙරේ. එම ප්‍රභේද මෙසේය :

1. පැවරුම්
2. ව්‍යාපෘති
3. සමීක්ෂණ
4. ගවේෂණ
5. නිරීක්ෂණ
6. ප්‍රදර්ශන/ඉදිරිපත් කිරීම

7. ක්ෂේත්‍ර චාරිකා
8. කෙටි ලිඛිත පරීක්ෂණ
9. ව්‍යුහගත රචනා
10. විවෘත ග්‍රන්ථ පරීක්ෂණ
11. නිර්මාණාත්මක ක්‍රියාකාරකම්
12. ශ්‍රවණ පරීක්ෂණ
13. ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම්
14. කථනය
15. ස්ව නිර්මාණ
16. කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම්
17. සංකල්ප සිතියම
18. ද්විත්ව සටහන් ජර්නල
19. බිත්ති පුවත්පත්
20. ප්‍රශ්න විචාරාත්මක වැඩසටහන්
21. ප්‍රශ්න හා පිළිතුරු පොත්
22. විවාද
23. සාකච්ඡා මණ්ඩල
24. සම්මන්ත්‍රණ
25. ක්ෂණික කථා
26. භූමිකා රංගන

හඳුන්වා දී ඇති මෙම ඉගෙනුම්, ඉගැන්නුම් සහ ඇගයීම් ක්‍රම සෑම එකක් ම සෑම විෂයයක් සම්බන්ධයෙන් සෑම විෂයය ඒකකයකට ම යොදා ගත යුතු යැයි අපේක්ෂා නොකෙරෙයි. තම විෂයයට , විෂය ඒකකයට ගැළපෙන ප්‍රභේදයක් තෝරා ගැනීමට ගුරුවරුන් දැනුවත් විය යුතු ය. වග බලා ගත යුතු ය.

මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහවල ගුරුවරුන්ට තම සිසුන්ගේ ඉගෙනුම් ප්‍රගතිය තක්සේරු කිරීම සඳහා යොදාගත හැකි ඉගෙනුම් - ඉගැන්නුම් හා ඇගයීම් ප්‍රභේද පිළිබඳ සඳහනක් තිබේ. ඒවා ගුරුවරුන් විසින් සුදුසු පරිදි තම පන්තියේ සිසුන්ගේ ප්‍රගතිය තක්සේරු කිරීම පිණිස යොදාගත යුතු වෙයි. ඒවා භාවිත නොකොට මග හැරීම සිසුන්ට තම ශාස්ත්‍රීය හැකියා මෙන් ම ආවේදනික ගති ලක්ෂණත් මනෝචාලක දක්ෂතාත් පිළිබඳ වර්ධනයක් ළඟා කර ගැනීමත් ප්‍රදර්ශනය කිරීමත් පිළිබඳ අඩුපාඩු ඇති කරවයි.

වාරය : 1

නිපුණතාව : 6.0

නිපුණතා මට්ටම : 6.1

උපකරණයේ ස්වභාවය : බුද්ධි මණ්ඩල සාකච්ඡාවක්

ක්‍රියාවලිය : 6.1 නිපුණතා මට්ටම යටතේ මූලාශ්‍රය ඔස්සේ කරුණු එකතු කරන්නට සිසුන්ට පවරන්න. රැස්කරගත් කරුණු ආශ්‍රය කොටගෙන බුද්ධකාලීන ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණ සම්ප්‍රදායවල දැක්වෙන සත්වයා හා සමාජය මැයෙන් බුද්ධි මණ්ඩල සාකච්ඡාවක්

නිර්ණායක		ලකුණු ප්‍රදානය			
		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ නැත	
1	ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියට අදාළ බව	4	3	2	1
2	සාකච්ඡා මණ්ඩල සංවිධානය කර ගැනීම මෙහෙයවීම හා තේමා වෙන්කර ගැනීම	4	3	2	1
3	සංවර්ධනාත්මක අයුරින් සාකච්ඡාව පවත්වා ගැනීම	4	3	2	1
4	ඉදිරිපත් කරන කරුණුවල පදනම හා තර්කානුකූල බව	4	3	2	1
5	සම්පිණ්ඩනය, නිගමන හා නිගමනවලට හේතු ඉදිරිපත් කිරීම	4	3	2	1
	ලැබූ ලකුණු වල එකතුව				/20
	අවසාන ලකුණ $\frac{\text{ලැබූ ලකුණු}}{2}$				/10

වාරය : 1

නිපුණතාව : 6.0

නිපුණතා මට්ටම : 6.3

උපකරණයේ ස්වභාවය : පොත් පිංචක් (ධර්ම පාඨ එකතුවක්)

ක්‍රියාවලිය : නිපුණතා මට්ටම 6.3 අදාළ මූලාශ්‍රය අධ්‍යයනයෙන් ත්‍රිලක්ෂණ දර්ශනය හා අටලෝ දහම පිළිබඳව සඳහන් ධර්ම පාඨ රැස්කරන්නට සිසුන්ට පවරන්න. අනතුරුව රැස්කරගත් ධර්ම පාඨ සංස්කාර ධර්මයන්ගේ අනිත්‍ය ස්වභාවය මාතෘකාව කොට ධර්ම පාඨ එකතුවක් සැකසීම

	නිර්ණායක	ලකුණු ප්‍රදානය			
		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ නැත	
1	නිපුණතා මට්ටමට අදාළ වන පරිදි මූලාශ්‍රය භාවිතා කොට කරුණු සෙවීම	4	3	2	1
2	මූලාශ්‍රය ගත පාඨ ගොනු කිරීම	4	3	2	1
3	ලේඛන හැකියාව	4	3	2	1
4	අන්තර්ගතයේ ක්‍රමානුකූල බව	4	3	2	1
5	නිමැවුමේ නිර්මාණශීලී බව	4	3	2	1
	ලැබූ ලකුණු වල එකතුව				$\overline{}$ 20
	අවසාන ලකුණ $\frac{\text{ලැබූ ලකුණු}}{2}$				$\overline{}$ 10

වාරය : 1

නිපුණතාව : 6.0

නිපුණතා මට්ටම : 6.4

උපකරණයේ ස්වභාවය : රුක්රෝපණ වැඩසටහනක්

ක්‍රියාවලිය : 6.4 නිපුණතා මට්ටමට අදාළ ජීව - අජීව පරිසරය පිළිබඳව කරුණු සොයන්නට සිසුන් යොමු කරන්න.
පාසල් ගෙවත්තේ රුක්රෝපණ වැඩසටහනක් සම්පාදනය කොට ක්‍රියාත්මක කරන්න.

නිර්ණායක		ලකුණු ප්‍රදානය			
		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ නැත	
1	සංවිධානය හා ක්‍රමවත් බව	4	3	2	1
2	සම්පත් සපයාගැනීම හා උපදෙස් ලබා ගැනීම	4	3	2	1
3	ශ්‍රමදායකත්වය හා කැපවීම	4	3	2	1
4	නිර්මාණශීලීව ගෙවත්ත සැලසුම් කිරීම	4	3	2	1
5	නිමාව හා සංරක්ෂණ ක්‍රියා මාර්ග	4	3	2	1
	ලැබූ ලකුණු වල එකතුව				$\overline{20}$
	අවසාන ලකුණ $\frac{\text{ලැබූ ලකුණු}}{2}$				$\overline{10}$

වාරය : 1

නිපුණතාව : 7.0

නිපුණතා මට්ටම : 7.1

උපකරණයේ ස්වභාවය : ධර්ම දේශනා පිංකමක්

ක්‍රියාවලිය : චතුරාර්ය සත්‍ය දේශනාව මුල්කොට ධර්මදේශනා පිංකමක් සංවිධානය කිරීම.

නිර්ණායක	ලකුණු ප්‍රදානය			
	නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ නැත	
1 සැලසුම සකස් කිරීම	4	3	2	1
2 උපදේශන ලබා ගැනීම හා ආරාධනා කිරීම	4	3	2	1
3 ආගමික පරිසරයක් පන්ති කාමරයේ නිර්මාණය කිරීම	4	3	2	1
4 දේශක ස්වාමීන් වහන්සේගේ වැඩම වීම හා ගෞරවාචාර දැක්වීම	4	3	2	1
5 දේශනයට සවන්දීම හා සාකච්ඡාව මගින් කරුණු තහවුරු කර ගැනීම	4	3	2	1
ලැබූ ලකුණු වල එකතුව				20
අවසාන ලකුණ ලැබූ ලකුණු / 2				10

වාරය : 2

නිපුණතාව : 7.0

නිපුණතා මට්ටම : 7.2

උපකරණයේ ස්වභාවය : රචනා

ක්‍රියාවලිය : 7.1.5 විෂය සන්ධාරයට අදාළව කරුණු අධ්‍යයනය කොට ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයේ ලෞකික හා ලෝකෝත්තර උපයෝගීතාව මැයෙන් රචනයක් ලිවීම.

නිර්ණායක		ලකුණු ප්‍රදානය			
		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ නැත	
1	රැස්කරගත් කරුණුවල මාතෘකාවට ඇති අදාළ බව	4	3	2	1
2	ප්‍රමාණවත් අයුරින් කරුණු රැස් කිරීම	4	3	2	1
3	කරුණුවල අදාළත්වය	4	3	2	1
4	අර්ථාන්විත බව හා ඉදිරිපත් කිරීම	4	3	2	1
5	මාතෘකාව ආවරණය වී ඇති ප්‍රමාණය	4	3	2	1
	ලැබූ ලකුණු වල එකතුව				20
	අවසාන ලකුණ $\frac{\text{ලැබූ ලකුණු}}{2}$				10

වාරය : 2

නිපුණතාව : 8.0

නිපුණතා මට්ටම : 8.1

උපකරණයේ ස්වභාවය : බිත්ති පුවත්පතක් සැකසීම

ක්‍රියාවලිය : 8.1 නිපුණතා මට්ටමට අදාළව මාතෘකා නම්කර කරුණු රැස්කරන්නට සිසුන්ට පවරන්න.
එකී මාතෘකාවන්ට අදාළව සපයන ලද ලිපිවලින් මිනිසා පිළිබඳ බෞද්ධ ඉගැන්වීම් මාතෘකාව යටතේ බිත්ති පුවත්පත සකස් කරන්න.

නිර්ණායක		ලකුණු ප්‍රදානය			
		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත		නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ නැත	
1	ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියට ඇති උචිත බව	4	3	2	1
2	සංවිධානාත්මක බව හා ප්‍රමාණාත්මක බව	4	3	2	1
3	අන්තර්ගතය හා නිර්මාණශීලී බව	4	3	2	1
4	ගුණාත්මක භාවයෙන් ඉහළ නිර්මාණවලින් යුක්ත වීම	4	3	2	1
5	බිත්ති පුවත් පතක් වශයෙන් නිමැවුමෙහි සාර්ථක බව	4	3	2	1
	ලැබූ ලකුණු වල එකතුව				/20
	අවසාන ලකුණ = ලැබූ ලකුණු / 2				/10