

# චෛද්‍ය ධර්මය

## පස්වන ශ්‍රේණිය

22. යහපත් ජීවිතයකට බොදු වදන්.





මේ පාඩම ඇසුරින් බොදු වදන්වලට අනුව ජීවිතය  
හැඩගන්වා ගැනීමට ඔබට හැකි වේ.





## ක්‍රියාකාරකම 1

- පහත පාඨය කිහිප වරක් ගබ්දා නඟා හොඳින් කියවන්න.

අපදාන සෝභිතී පඤ්ඤා

තේරුම-

“ උගත්කම වර්තයෙන් බබළයි ”

- පහත වගන්ති අවබෝධයෙන් යුතුව කියවන්න.
- \* දැනුම හෙවත් නුවණ මිනිසෙකුට ඇති උතුම් ම වස්තුව යි.
- \* සියලු සතුන් අතරින් මිනිසා උසස් හා උතුම් වන්නේ මිනිසා වැටහෙන නුවණකින් හා දැනුමෙන් යුතු කෙනෙකු නිසා ය.
- \* දැනුමෙන් හීනවත්ම මිනිසා තිරිසනාට ළං වේ.
- \* ඇතැම් තිරිසනුන්ට දැනුම ඇතත් මිනිසාට ඇති වැටහෙන නුවණ හෝ බුද්ධිය ඔවුන්ට නොමැත.

උදා :- විම්පන්සියා, ගෝරිල්ලා, ඔරං ඔටං, අලියා

- ◆ උගත්කම සෑම විට ම අපට ආහරණයකි.
- ◆ අද සමාජයේ ජීවත් වන උසස් පුද්ගලයන් දෙස බැලීමෙන් අපට එය අවබෝධ කර ගත හැකිය.
- ◆ කුඩා කාලයේ සියලු කම් කටොලු, බාධක මැද අධ්‍යාපනය හොඳින් හදාරා ජීවිතය ජය ගත් පුද්ගලයෝ අපට මහත් ආදර්ශයකි.
- ◆ එබැවින් කුමන බාධක පැමිණිය ද ඒ සියල්ල මැඩ ගෙන අධ්‍යාපන කටයුතු සාර්ථකව කර ගැනීමට අප සිතට ගත යුතු ය.

## ක්‍රියාකාරකම 2

උගත්කම තුළින් තම ජීවිතය ජය ගත් ඔබ දන්නා පුද්ගලයන් 5 දෙනෙකු නම් කරන්න.

.....

.....

.....

.....

.....





ධම්ම පදයේ කෝඨ වග්ගයේ දැක්වෙන පහත ගාථාව හා එහි අර්ථය හොඳින් පාඩම් කර ගන්න.

අක්කෝධෙන ජිනෙ කෝඨං  
 අසාධුං සාධුනා ජිනෙ  
 ජිනෙ කදරියං දානෙන  
 සච්චෙන අලිකවාදිනං

ක්‍රෝධ කරන්නා ක්‍රෝධ නොකිරීමෙන් දිනන්නේ ය.  
 නොහොඳ කරන තැනැත්තා යහපත්කමින් දිනන්නේ ය.  
 තද මසුරු තැනැත්තා දීමෙන් දිනන්නේ ය.  
 බොරු කියන තැනැත්තා සත්‍ය වචනයෙන් දිනන්නේ ය.

## ක්‍රියාකාරකම 5

බුද්ධ ධර්මය පෙළ පොතේ 22 පාඩම “ යහපත් ජීවිතයකට බොදු වදන් ” පාඩම හොඳින් කියවන්න.

- ක්‍රෝධ කිරීම හේතුවෙන් ඇති වන අයහපත් තත්වයන් කවරේ දැයි ලැයිස්තුගත කරන්න.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- අක්‍රෝධය හෙවත් මෛත්‍රිය නිසා ඔබට සිදුවන යහපත ලියා දක්වන්න.

.....

.....

.....

.....

.....

