11 ශ්‍රේණිය - පිළිතුරු

පාඩම - 23 ලොව්තුරු සුවේ පදනම සම්මා දිට්ඨියයි

1. ■ දම්සක් පැවතුම් සූත්‍රය.

2. ■ ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා

3. ■ සම්මා දිට්ඨි, සම්මා සංකප්ප යන අංග දෙක ප්‍රඥාව ශික්ෂාවට අයත් ය.

■ සම්මා වාචා, සම්මා කම්මන්ත, සම්මා ආජීව යන අංග තුන ශීල ශික්ෂාවට අයත් ය.

■ සම්මා වායාම, සම්මා සති, සම්මා සමාධි යන අංග තුන සමාධි ශික්ෂාවට අයත් ය.

4. ■ තමන් කරන ක්‍රියාවන්හි විපාක තමන් කරා පැමිණෙන බව දැකීම කම්මස්සකතා සම්මා දිට්ඨියයි.

■ ලෞකික ධ්‍යාන උපදවාගත් පසු සිල් රැකීමෙන් හා සිත පිරිසිදු කර ගැනීමෙන් ඇතිවෙන විශේෂ ප්‍රතිලාභ නිවැරදි ව දැන ගැනීම ධ්‍යාන සම්මා දිට්ඨියයි.

■ සියල්ල අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම වශයෙන් දැකීම - විදර්ශනා සම්මා දිට්ඨියයි.

■ සෝවන් ආදි මාර්ග සිත්වල පහළ වන සිව්සස් අවබෝධ කර ගන්නා දැක්ම - මාර්ග සම්මා දිට්ඨියයි.

■ සෝවන් ආදි ඵල සිත්වල ඇතිවෙන දැක්ම - ඵල සම්මා දිට්ඨියයි.

5. ■ නෙක්ඛම්ම සංකප්ප

■ අව්‍යාපාද සංකප්ප

■ අවිහිංසා සංකප්ප වශයෙන් ත්‍රිවිධ වේ.

■ වස්තු කාම හා ක්ලේශ කාමයන්ගෙන් වෙන් වී හෙවත් අතහැර ගිහි ගෙහි සම්බාධ අවබෝධ කරගෙන පැවිදි වීමට පහළ වන සිතුවිලි නෙක්ඛම්ම සංකප්ප නමින් හැඳින්වේ.

■ ද්වේෂය, වෛරය, ක්‍රෝධය, තරහව ආදි සිතුවිලිවලින් බැහැර ව මෙත්තා සහගත සිතුවිලිවලින් වාසය කිරීම අව්‍යාපාද සංකප්ප නමින් හැඳින්වේ.

■ සතුන්ට හිංසා පීඩා නොකොට දුකට, කරදරයට පත් අය කෙරෙහි හිංසාවේ ආදීනව දැක එයින් බැහැර වීමේ සිතුවිලි අවිහිංසා සංකප්ප නමින් හැඳින්වේ.

6. ■ සතුන් නොමැරීම

■ සොරකම් නොකිරීම

■ කාමයන්හි වරදවා නොහැසිරීම

7. ■ භික්ෂුවක් නැති ගුණ ඇඟවීමේ කුහනා, ලපනා ආදි විසිඑක් වැදෑරුම් වංචනික දුරාචාරවලින් වැළකී, දැහැමි අයුරින් සිව්පසය ලබා ජීවත් වීම.

අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය ආගමික හා සාරධර්ම ශාඛාව

සැකසුම - වයි. පී. පී කව්සිගමුව
ගුරු උපදේශිකා, කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය, රත්නපුර

8. ■ දැහැමි ජීවන වෘත්තියක යෙදීම

■ වෙළෙඳාම ජීවන වෘත්තිය ලෙස සිදු කරන්නේ නම් වසවිස, සතුන්, මස්, ආයුධ, මත්පැන් යන වෙළෙඳාම් පහෙන් වැළකීමත්, හොර කිරුම්, මිනුම්, වැරැදි මුදල් භාවිත කිරීම්වලින් වැළකී දැහැමි වෙළෙඳාමක යෙදීම.

9. 1. නූපන් අකුසල් නූපදවීම

2. උපන් අකුසල් නැති කිරීම

3. උපන් කුසල් වැඩි දියුණු කිරීම

4. නූපන් කුසල් ඉපදවීමට ගන්නා උත්සාහය

10. 1. කය අනුව බැලීම කායානුපස්සනාව

2. වේදනාව අනුව බැලීම වේදනානුපස්සනාව

3. ධර්මය අනුව බැලීම ධම්මානුපස්සනාව

4. සිත අනුව බැලීම චිත්තානුපස්සනාව

11. ■ දම්සක් පැවතුම් සූත්‍රය, සච්ච විභංග සූත්‍රය, සතිපට්ඨාන සූත්‍ර

සැකසුම - වයි. පී. පී කව්සිගමුව
ගුරු උපදේශිකා, කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය, රත්නපුර