"චිත්තස්ස දමතෝ සාධු!"

දස්සනා බෞද්ධ මධ්‍යස්ථානය
Dassanā Buddhist Centre

නාගලෙන් පුරාණ විහාරය, බැබලාගම, ගලගෙදර, මහනුවර, ශ්‍රී ලංකාව.
Naga Len PuranaViharaya, Bebalagama, Galagedara, Kandy, Sri Lanka.
Tel. 081 399 0536, E-mail: info@dassana.lk, www.dassana.lk

"දස්සනා සතිපට්ඨාන පුහුණුව" සඳහා ඇයැදුම් පත

මෙම ඇයැදුම් පත සම්පූර්ණ කොට ගලගෙදර මහජන බැංකුවේ **"දස්සනා බෞද්ධ සංවිධානය (සුභ පතන්නන්)"** නමින් ඇති අංක 1141 0019 0066 906 දරණ ගිණුමට රුපියල් 500/- මුදලක් බැර කොට එම රිසිට් පත සමග ඉහත සඳහන් ලිපිනයට එවන්න. (එම රිසිට් පත අමුණා නොමැති ඉල්ලුම් පත්‍ර භාර ගනු නොලැබේ). ඔබට සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩසටහනකට සහභාගී වීමට ලැබෙන කාලය ලිපියකින් දන්වනු ඇත. අවශ්‍යනම් 077 364 2969 දරණ දුරකථන අංකයෙන් ද විමසා දැන ගත හැක.

(අ) කොටස

ඔබ මෙම සතිපට්ඨාන පුහුණු මධ්‍යස්ථානයේ රැඳී සිටින කාලය තුළදී ඔබගේ සතිපට්ඨාන පුහුණුව සඳහා අවශ්‍යවන පහත ඉල්ලා ඇති තොරතුරු නිවැරදිව සටහන් කරන්න.

භාවනා පුහුණුව: දින3 / දින7 / දින10   ඔබට පහසු භාවනා වැඩසටහන: ____________________

ස්ත්‍රී/පුරුෂ භාවය: __________   ජාතික හැඳුනුම්පත් අංකය : ____________________

මුලකුරු සමග නම: ____

ලිපිනය: ____

ඊ මේල් ලිපිනය: ______________________   දුරකථන අංකය: ______________

රැකියාව: ______________________   වයස අවු: ______________

මීට ප්‍රථම දස්සනා නේවාසික සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩටහනකට සහභාගීවී තිබේද?   සහභාගීවී ඇත / නැත

සහභාගී වී තිබේ නම් ඉන්පසු වෙනත් භාවනා ක්‍රම පුහුණු කළේද?   පුහුණු කළෙමි / නොකළෙමි

මීට ප්‍රථම ඔබ ප්‍රගුණ කර තිබෙන වෙනත් භාවනා ක්‍රම ඇත්නම් ඒ මොනවාද? ____________________

(ආ) කොටස

ඔබ මෙම සතිපට්ඨාන පුහුණු මධ්‍යස්ථානයේ රැඳී සිටින කාලය තුළදී ඔබගේ අවශ්‍යතා සපුරාලීම සඳහා පහත ඉල්ලා ඇති (විශේෂයෙන් ශාරීරික සහ මානසික ආබාධ පිළිබඳ) තොරතුරු නිවැරදිව සටහන් කරන්න. මෙම තොරතුරු ඉතා රහසිගතව ගොණු කරන බවද කරුණාවෙන් සළකන්න.

ඔබ මානසික ගැටළුවකට මීට පෙර වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගෙන තිබෙන්නේද?   ලබා ගතිමි / නොගතිමි

දැනටත් ප්‍රතිකාර ලබා ගන්නේද?   ලබා ගනිමි / නොගනිමි

වෛද්‍යවරුන් විසින් නියම කරන ලද ඖෂධ වර්ග දැනට ඔබ පාවිච්චි කරන්නේද?   කරමි / නොකරමි

වෛද්‍යවරුන් විසින් නියම කරන ලද ඖෂධ ඔබ දැනට පාවිච්චි කරන්නේ නම් ඒ කුමන රෝගයක්/ රෝගයන් සඳහාද? ______________________

ඔබට වෙනත් ශාරීරික අපහසුතා ඇතිනම් මෙහි සඳහන් කරන්න: ______________________

අයදුම් පත සමග ලැබුන මධ්‍යස්ථානයේ නීති-රීති මාලාව සහ මා හට ලැබෙන පහසුකම් කියවා තේරුම් ගත් බවත්, මෙම සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩසටහනට සහභාගී වන කාල සීමාව තුළදී එම භූමිය තුළම රැඳී සිටීමටත්, සියළුම විනය නීති-රීති පිළිපැදීමටත් එක හෙලාම මම පොරොන්දු වෙමි. තවද ඉහත සඳහන් තොරතුරු මා දන්නා තරමින් නිවැරදි බවද මම සහතික කරමි. යම්හෙයකින් එම තොරතුරු සාවද්‍ය බව සංවිධානයට ඒත්තු ගියහොත් හෝ මධ්‍යස්ථානයේ නීති-රීති කඩකලහොත් සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩසටහන අතහැර යාමට සිදුවිය හැකි බවත් මම දනිමි.

අත්සන: ______________________   දිනය: ______________

මෙම අයදුම් පත භාර ගැනීම සඳහා ඔබගෙන් අය කර ගන්නා රු. 500/- මුදල ඔබ නේවාසික දස්සනා භාවනා පුහුණු වැඩටහනට පැමිණ ලියාපදිංචි වීමේදී ඔබට ආපසු ගෙවන බව කරුණාවෙන් සලකන්න.

අයැදුම් පත සම්පූර්ණ කිරීමට ප්‍රථම මධ්‍යස්ථානයේ නීති-රීති මාලාව සහ පහසුකම් කියවා තේරුම් ගන්න ⇨

මධ්‍යස්ථානයේ නීති-රීති මාලාව සහ පහසුකම්

නීති-රීති:

- ඔබ සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩසටහනට සහභාගී වීමට පැමිණෙන කළ ජාතික හැඳුනුම් පත හෝ අනන්‍යතාව සහතික කරන ලේඛනයක් ගෙන ආ යුතුමය.
- සතිපට්ඨාන පුහුණු කාලය පාන්දර 5:00 සිට රාත්‍රී 10:00 වන තෙක් පමණි.
- පාන්දර 5:00 සිට 6:00 දක්වාද, දහවල් 1:00 සිට 2:00 දක්වාද, සවස 5:00 සිට 6:00 දක්වාද, අනිවාර්යෙන්ම යෝගීන් සියළු දෙනා භාවනා ශාලාවේ එකට **ඉඳගෙන** සතිපට්ඨාන පුහුණුව කළ යුතු වේ.
- අනෙක් වේලාවලදී ඉඳගෙන හෝ සක්මන් කරමින් සතිපට්ඨාන පුහුණුව කළ හැක.
- සතිපට්ඨාන පුහුණු කාලය තුලදී සුදු ඇඳුම් පමණක් ඇඳිය යුතුය.
- අතර මැද දී හදිසි ලෙඩක් හෝ ආපදවක් හැර ගෙදර යාමට ඉඩ දෙනු නොලැබේ.
- වැඩසටහන අවසන් වන දින තුරු කිසිම විටක දී අවසර නොමැතිව මධ්‍යස්ථානයෙන් පිටතට යාම තහනම්.
- ජංගම දුරකථන (මොබයිල් ෆෝන්) කාර්යාලයට භාර දී කුවිතාන්සියක් ලබා ගත යුතු වේ.
- මොබයිල් ෆෝන් අවසන් දිනට පෙර දිනයේ රාත්‍රී 9:30ත් 9:45ත් අතර කාලයේ දී නැවත ලබා ගත හැක.
- වැඩසටහන අවසන් වන දින තුරු දුරකථන ඇමතුම් ලබා දෙනු නොලැබේ.
- ඉතාම අත්‍යවශ්‍ය කරුණක් සඳහා භාර කරුවෙකුට 081 399 0536 අංකය අමතා දැනුම් දිය හැක.
- වැඩසටහන අවසන් වන දින තුරු ඔබට කිසිදු අමුත්තෙකු හමුවිය නොහැක.
- වැඩසටහන අවසන් වන දින තුරු කථා බහ සම්පූර්ණයෙන්ම තහනම්.
- මධ්‍යස්ථානයෙන් සපයන පහසුකම් වලින් සෑහීමකට පත්ව තමාගේ සතිපට්ඨාන පුහුණුවට මුල් තැන දිය යුතුයි.

සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩසටහන පැවැත්වෙන කාලය තුල මධ්‍යස්ථානය තුලදී භාවිතා නොකළ හැකි ද්‍රව්‍ය:

- වෛද්‍යවරුන් විසින් අනුමත නොකරන ලද ඖෂධ වර්ග, බාම් වර්ග, සහ බෙහෙත් තෙල්.
- බුලත් විට, දුම්කොළ සහ දුම්කොළ නිෂ්පාදන.
- ගෙදරින් ගෙන එන සියලුම ආහාර වර්ග.
- කියවන පොත්, සඟරා, පුවත් පත් සහ අනිකුත් කියවන දෑ.
- හඳුන් කූරු, නවගුණ වැල්, යන්ත්‍ර ආදිය.
- ජංගම දුරකථන, පරිගණක, සහ අනිකුත් ඩිජිටල් උපකරණ.
- ගුවන් විදුලි යන්ත්‍ර සහ සියළුම මාදිලියේ හඬ සටහන් කිරීමේ යන්ත්‍ර.
- සංගීත භාණ්ඩ වර්ග.
- කැමරා.
- ආගමික වශයෙන් වැදගත් කමක් ඇති පින්තූර ප්‍රතිමා ආදිය.

පහසුකම්:

- නේවාසික පහසුකම එක කාමරයකට යෝගීන් දෙදෙනෙකු බැගිනි.
- සෑම යෝගීයෙකුටම තම භාවිතය සඳහා මෙට්ටයක් (ඇඳක් නොමැත), කොට්ටයක්, මදුරු දැලක්, බෝල කුඩුවක් සහ ඇඳුම් රාක්කයක් ඇත.
- සෑම යෝගීයෙකුටම අංකයක් යෙදූ පිඟානක්, තසිමක්, සුප් කෝප්පයක්, සහ තේ කෝප්පයක් වෙන්කර ඇත.
- කාන්තා යෝගීන්ට සහ පිරිමි යෝගීන්ට නේවාසික පහසුකම් වෙන්ව සලසා ඇත.
- කාන්තා යෝගීන්ට සහ පිරිමි යෝගීන්ට වැසිකිළි, කැසිකිළි පහසුකම් වෙන්ව සලසා ඇත.
- වැසිකිළි, කැසිකිළි පහසුකම් සලසා ඇත්තේ පොදු ලෙස භාවිතයට මිස පුද්ගලික ලෙස භාවිතයට නොවේ.
- යෝගීන්ට, පාන්දර 4:45ට කැඳ, උදේ 7:00ට හීල් දනය, උදේ 10:00ට තේ පැන්, දහවල් 11:30ට දහවල් දනය, සවස 3:30ට තේ පැන්, සහ රාත්‍රී 8:00 එලවලු සුප් හෝ කෙටි ආහාරයක් සපයනු ලැබේ.
- පාන්දර 4ට අවදි වීම සඳහා ගෙඩිය ගසනු ලැබේ.

මධ්‍යස්ථානයේ නීති-රීති මාලාව සහ පහසුකම් කියවා තේරුම් ගතිමි. අත්සන:________________

<u>කාර්යාලයේ ප්‍රයෝජනය සඳහා</u>

අයදුම් පත භාර ගැනීම සඳහා අය කර ගත් රු. 500/- මුදල භාර ගතිමි/නොගතිමි.

දිනය:________ **යෝගියාගේ අත්සන:**________________

කාමර අංකය:______ **යෝගී අංකය:**______ **මධ්‍යස්ථාන භාරකරු අත්සන:**________________