

“විත්තස්ස දමතෝ සාධු!”

දසිසනා බෞද්ධ මධ්‍යස්ථානය

# Dassanā Buddhist Centre



පුරාණ නාගලෝ රජමහවිහාරය, බැබලාගම, ගලගෙදර, මහනුවර, ශ්‍රී ලංකාව.  
Purana Naga Len Rajamahaviharaya, Bebalagama, Galagedara, Kandy, Sri Lanka.  
Tel. 081 246 3888, E-mail: [dassanaorg@gmail.com](mailto:dassanaorg@gmail.com), [www.dassana.lk](http://www.dassana.lk)

## “දසිසනා සතිපට්ඨාන පුහුණුව” සඳහා අයැදුම් පත

මෙම අයැදුම් පත සම්පූර්ණ කොට ගලගෙදර මහජන බැංකුවේ “දසිසනා බෞද්ධ සංවිධානය (සුභ පතන්නී)” නමින් ඇති අංක 1141 0019 0066 906 දුරණ ගිණුමට රුපියල් 1000/- 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 දුරණ දුරකථන අංකයෙන් සම්බන්ධීකරන නිලධාරීන් සෝමා පලගසිංහ මහත්මියගෙන් ද විමසා දැන ගත හැක.

(අ) කොටස - භාවනා පුහුණුව සඳහා ඔබට පහසු වැඩසටහන සහ මාසය  ලකුණු කරන්න. අවුරුද්ද:

දින 3	අප්‍රියෙල්	නොවැම්බර්										
දින 7	ජනවාරි	පෙබරවාරි	අප්‍රි.	මැයි	ජූනි	ජූලි	අගෝ.	සැප්.	නොවැ.	දෙසැ.		
දින 10	අගෝස්තු	දෙසැම්බර්										

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

ස්ත්‍රී / පුරුෂ භාවය: \_\_\_\_\_ ජාතික හැඳුනුම්පත් අංකය: \_\_\_\_\_

මුලකුරු සමග නම: \_\_\_\_\_

ලිපිනය: \_\_\_\_\_

ඊ මේල ලිපිනය: \_\_\_\_\_ දුරකථන අංකය: \_\_\_\_\_

රැකියාව: \_\_\_\_\_ වයස අවු: \_\_\_\_\_

මීට ප්‍රථම දසිසනා නේවාසික සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩසටහනකට සහභාගී වී තිබේද? සහභාගී වී නිබේ නම් ඉන්පසු වෙනත් භාවනා ක්‍රම පුහුණු කළේද? සහභාගී වී ඇත / නැත පුහුණු කළේමි / නොකළේමි

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

(ඇ) 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? ප්‍රතිකාර ලබා ගනිමි / නොගනිමි දැනටත් ප්‍රතිකාර ලබා ගන්නේද? ප්‍රතිකාර ලබා ගනිමි / නොගනිමි

වෛද්‍යවරුන් විසින් නියම කරන ලද ඖෂධ වර්ග දැනට ඔබ පාවිච්චි කරන්නේද? පාවිච්චි 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 ලැබුණ 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 තරම් 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: \_\_\_\_\_

අයදුම් පත සම්පූර්ණ කිරීමට ප්‍රථම මධ්‍යස්ථානයේ නීති-රීති මාලාව සහ පහසුකම් කියවා තේරුම් ගන්න ➔



### මධ්‍යස්ථානයේ නීති-ඊති මාලාව සහ පහසුකම්

#### නීති-ඊති:

- 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 2:00 සිට 3:00 දක්වාද, සවස 5:00 සිට 6:00 දක්වාද, අතිවාර්යෙන්ම යෝගීන් සියළු දෙනා භාවනා ශාලාවේ එකට ඉඳුගෙන සතිපට්ඨාන පුහුණුව කළ යුතු වේ.
- අනෙක් වේලාවලදී ඉඳුගෙන හෝ සක්මන් කරමින් සතිපට්ඨාන පුහුණුව කළ හැක.
- සතිපට්ඨාන පුහුණු කාලය තුළදී සුදු ඇඳුම් පමණක් ඇඳිය යුතුය.
- අතර මැද දි හදිසි ලෙඩක් හෝ ආපදාවක් 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 කුචිතාන්සියක් 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 081 246 3888 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 තුළ මධ්‍යස්ථානය තුළදී 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 කුරු, 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 වැසිකිලි, කැසිකිලි පහසුකම් වෙන්ව සලසා ඇත.
- වැසිකිලි, කැසිකිලි පහසුකම් සලසා ඇත්තේ පොදු ලෙස භාවිතයට මිස පුද්ගලික ලෙස භාවිතයට නොවේ.
- යෝගීන්ට, පාන්දර 4:45ට කැඳ, උදේ 7:00ට හීල් දහය, උදේ 10:00ට තේ පැන්, දහවල් 11:30ට දහවල් දහය, සවස 3:30ට තේ පැන්, සහ රාත්‍රී 8:00ට එල්වල සුප් හෝ කෙටි ආහාරයක් සපයනු ලැබේ.
- පාන්දර 4.00ට අවදි වීම සඳහා ගෙඩිය ගසනු ලැබේ.

මධ්‍යස්ථානයේ නීති-ඊති මාලාව සහ පහසුකම් කියවා තේරුම් ගනිමි.

අත්සන: \_\_\_\_\_