"චිත්තස්ස දමතෝ සාධු!"

දස්සනා බෞද්ධ මධ්‍යස්ථානය
Dassanā Buddhist Centre

පුරාණ නාගලෙන් රජමහවිහාරය, බැබලාගම, ගලගෙදර, මහනුවර, ශ්‍රී ලංකාව.
Purana Naga Len Rajamahaviharaya, Bebalagama, Galagedara, Kandy, Sri Lanka.
Tel. 081 246 3888, 077 852 2550 E-mail: dassana.bc@gmail.com, 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 1000/- මුදලක් බැර කොට එම රිසිට් පත සමග ඉහත සඳහන් ලිපිනයට එවන්න. (එම රිසිට් පත අමුණා නොමැති ඉල්ලුම් පත් භාර ගනු නොලැබේ). ඔබට සතිපට්ඨාන පුහුණු වැඩසටහනකට සහභාගී වීමට ලැබෙන දින වකවානු වට්ස්ඇප් (WhatsApp) දන්වනු ඇත. අවශ්‍යනම් 077 364 2969 දරණ දුරකථන අංකයෙන් සම්බන්ධීකරන නිලධාරිනී සෝමා පලගසිංහ මහත්මියගෙන් ද විමසා දැන ගත හැක.
(අ) කොටස - භාවනා පුහුණුව සඳහා ඔබට පහසු මාසය සහ දිනයන් පහත සඳහන් කරන්න.

________ **වර්ෂයේ** ____________ **මස** ____ **දින සිට** ____________ **මස** ____ **දින දක්වා** **දින3/ දින7** **වැඩසටහන**

(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:

පළමු නම: ____________________ වාස ගම: ____________________

ලිපිනය: ____

දුරකථන අංකය: ____________________

ඊ මේල් ලිපිනය: ____________________ වට්ස්ඇප් අංකය: ____________________

රැකියාව: ____________________ වයස අවු: ________

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

මීට ප්‍රථම ඔබ ප්‍රගුණ කර තිබෙන වෙනත් භාවනා ක්‍රම ඇත්නම් ඊ මොනවාද? ____

____

(ඇ) කොටස
ඔබ මෙම සතිපට්ඨාන පුහුණු මධ්‍යස්ථානයේ රැඳී සිටින කාලය තුළදී ඔබගේ අවශ්‍යතා සපුරාලීම සඳහා පහත ඉල්ලා ඇති තොරතුරු නිවැරදිව සටහන් කරන්න. මෙම තොරතුරු වල රහස්‍ය භාවය ආරක්ෂා කරන බව කරුණාවෙන් සළකන්න.

ඔබ මානසික ගැටළුවකට මීට පෙර වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගෙන තිබෙන්නේද? ඔව් / නැහැ

දැනටත් ප්‍රතිකාර ලබා ගන්නේද? ඔව් / නැහැ

වෛද්‍යවරුන් විසින් නියම කරන ලද ඖෂධ වර්ග දැනට ඔබ පාවිච්චි කරන්නේද? ඔව් / නැහැ

වෛද්‍යවරුන් විසින් නියම කරන ලද ඖෂධ ඔබ දැනට පාවිච්චි කරන්නේ නම් ඊ 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: ____________________

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 2:00 සිට 3:00 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.
- වැඩසටහනට ලියා පදිංචි වන විට ජංගම දුරකථන (මොබයිල් ෆෝන්) කාර්යාලයට භාර දිය යුතු වේ.
- මොබයිල් ෆෝන් අවසන් දිනට පෙර දිනයේ රාත්‍රී 9:30ත් 9:45ත් අතර කාලයේ දී නැවත ලබා ගත හැක.
- ඉතාම අත්‍යවශ්‍ය කරුණක් සඳහා භාර කරුවෙකුට 081 246 3888/077 852 2550 අංක 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 යුතු ද්‍රව්‍ය:

- වෛද්‍යවරුන් විසින් අනුමත නොකරන ලද ඖෂධ වර්ග.
- බුලත් විට, දුම්කොළ සහ දුම්කොළ නිෂ්පාදන.
- කියවන පොත්, සඟරා, පුවත් පත් සහ අනිකුත් කියවන දෑ.
- ජංගම දුරකථන, කැමරා, පරිගණක, සහ අනිකුත් ඩිජිටල් උපකරණ.
- ගුවන් විදුලි යන්ත්‍ර සහ සියළුම මාදිලියේ හඬ සටහන් කිරීමේ යන්ත්‍ර.
- සංගීත භාණ්ඩ වර්ග.
- ආගමික වශයෙන් වැදගත් කමක් ඇති පින්තූර ප්‍රතිමා ආදිය.

පහසුකම්:

- නේවාසික පහසුකම එක කාමරයකට යෝගීන් දෙදෙනෙකු බැගිනි.
- සෑම යෝගීයෙකුටම තම භාවිතය සඳහා ඇඳක් , කොට්ටයක්, මදුරු දැලක්, ඇඳුම් රාක්කයක් ඇත.
- සෑම යෝගීයෙකුටම වෙන්වූ පිඟානක්, තසිමක්, සුප් කෝප්පයක්, තේ කෝප්පයක් සහ හැඳි 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 4:40ට කැඳ, උදේ 7:00ට හීල් දනය, උදේ 10:00ට තේ පැන්, දහවල් 11:30ට දහවල් දනය, සවස 3:30ට තේ පැන්, සහ රාත්‍රී 8:00ට ඵලවලු සුප් හෝ කෙටි ආහාරයක් සපයනු ලැබේ.
- පාන්දර 4.00ට අවදි වීම සඳහා ගෙඩිය ගසනු ලැබේ.
- **තමන්ට අවදි වීම සඳහා සීනුව නාද වෙන ඔර්ලෝසුවක් (alarm clock) අවශ්‍ය නම් එය රැගෙන ආ යුතුය.**

මධ්‍යස්ථානයේ නීති-රීති මාලාව සහ පහසුකම් කියවා තේරුම් ගතිමි.

අත්සන: ____________________