බුද්ධ ධර්මය

1 ශ්‍රේණිය

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

සියලු ම පෙළපොත් ඉලෙක්ට්‍රොනික් මාධ්‍යයෙන් ලබා ගැනීමට www.edupub.gov.lk වෙබ් අඩවියට පිවිසෙන්න.

සියලු හිමිකම් ඇවිරිණි

ප්‍රථම මුද්‍රණය :- 2015

දෙවන මුද්‍රණය :- 2016

තෙවන මුද්‍රණය :- 2017

සිව්වන මුද්‍රණය :- 2018

පස්වන මුද්‍රණය :- 2019

හයවන මුද්‍රණය :- 2020

හත්වන මුද්‍රණය :- 2021

ISBN 978-955-25-0216-3

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව විසින්
පානළුව, පාදුක්ක පිහිටි රජයේ මුද්‍රණ නීතිගත සංස්ථාවේ
මුද්‍රණය කරවා ප්‍රකාශයට පත් කරන ලදි.

Published by: Educational Publications Department
Printed by: State Printing Corporation, Panaluwa, Padukka.

ශ්‍රී ලංකා ජාතික ගීය

ශ්‍රී ලංකා මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
සුන්දර සිරිබරිනී, සුරැඳි අති සෝබමාන ලංකා
ධාන්‍ය ධනය නෙක මල් පලතුරු පිරි ජය භූමිය රම්‍යා
අපහට සැප සිරි සෙත සදනා ජීවනයේ මාතා
පිළිගනු මැන අප භක්ති පූජා
නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
ඔබ වේ අප විද්‍යා ඔබ ම ය අප සත්‍යා
ඔබ වේ අප ශක්ති අප හද තුළ භක්ති
ඔබ අප ආලෝකේ අපගේ අනුප්‍රාණේ
ඔබ අප ජීවන වේ අප මුක්තිය ඔබ වේ
නව ජීවන දෙමිනේ නිතින අප පුබුදු කරන් මාතා
ඥාන වීර්ය වඩවමින රැගෙන යනු මැන ජය භූමි කරා
එක මවකගෙ දරු කැල බැවිනා
යමු යමු වී නොපමා
ප්‍රේම වඩා සැම භේද දුරැර ද නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා

අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ බෞද්ධ උපදේශක මණ්ඩලය විසින් අනුමත කරන ලද ගුරු වන්දනා ගාථාව සහ අධිෂ්ඨාන පද්‍යය

ගුරු වන්දනා ගාථාව

ඕවාද සිප්ප දානේන
සික්ඛාපේති මමං ගරු
සගාරවේන චිත්තේන
අහං වන්දාමි තං ගරුං

ඔවා සිප් දීමෙන
මා හික්මවන පේමෙන
ඇදුරු හද බැතියෙන
වඳිමි ගරු සිත පෙරටු කරමින

පාසල් උදෑසන රැස්වීම අවසානයේ කෙරෙන අධිෂ්ඨානය

තෙරුවන පුදා සිහිකර මාපිය දෙදෙන
ගුරු සිත දිනා ඔප කර ගෙන ගුණ නුවණ
කරමින සබා විදුහල් මැණිගෙ සිහින
සුරකිමි සදා මගෙ රට ජාතිය සසුන

රචක: පූජ්‍ය ගන්තුනේ අස්සජි හිමි

අපි වෙමු එක මවකගෙ දරුවෝ
එක නිවසෙහි වෙසෙනා
එක පාටැති එක රුධිරය වේ
අප කය තුළ දුවනා

එබැවිනි අපි වෙමු සොයුරු සොයුරියෝ
එක ලෙස එහි වැඩෙනා
ජීවත් වන අප මෙම නිවසේ
සොඳින සිටිය යුතු වේ

සැමට ම මෙත් කරුණා ගුණෙනී
වෙළී සමගි දමිනී
රන් මිණි මුතු නො ව එය ම ය සැපතා
කිසි කල නොම දිරනා

ආනන්ද සමරකෝන්

පෙරවදන

'අධ්‍යාපනය' ලෝකය වෙනස් කළ හැකි ප්‍රබලතම අවිය වේ. එසේම පුද්ගලයාට තම ජීවිතයේ යහපත් වෙනස්වීම් සඳහා හැඩගැසීමේ හැකියාව ලබා දෙන්නේ ද අධ්‍යාපනයයි. ඉහළ ගුණාත්මක බවකින් යුතු පෙළපොත් සම්පාදනය කරමින් අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව සැමට අධ්‍යාපනය ලබා දීමේ මාහැඟි මෙහෙවරට උර දී සිටියි.

නිදහස් අධ්‍යාපනයේ අනගි තිළිණයක් ලෙස ඔබ දෝතට නොමිලේ පිරිනැමෙන මෙම පෙළපොත වටිනා ඉගෙනුම් ආධාරකයකි. ශීඝ්‍රයෙන් වෙනස් වන නව ලෝකය හමුවේ ඇති අභියෝග ජය ගෙන දිරියෙන් නැගී සිටීමට, ඔබට මෙම පෙළපොත මග පෙන්වනු ඇත. පෙළපොත, කියවීමට පමණක් සීමා නොකර, ඒ ඔස්සේ ඔබ සැම තව තවත් දැනුම වර්ධනය කර ගැනීමට උනන්දු විය යුතු ය. යහපත් ලෙස ජීවත් වීමට අවශ්‍ය කුසලතා අත්පත් කර ගත් සාර්ථක පුරවැසියකු වී, අනාගත ලොව දිනන්නට මේ පෙළපොත ඔබට අත්වැලක් වෙතැයි මම අපේක්ෂා කරමි.

පෙළපොත් සම්පාදන කාර්යය සඳහා අගනා දායකත්වයක් සැපයූ ලේඛක, සංස්කාරක හා ඇගයුම් මණ්ඩල සාමාජික පිරිවරටත්, අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුවේ කාර්යමණ්ඩලයේ සැමටත් මාගේ ප්‍රණාමය පුද කරමි.

පී. එන්. අයිලප්පෙරුම
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල්,
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව,
ඉසුරුපාය,
බත්තරමුල්ල.
2021.05.05

නියාමනය හා අධීක්ෂණය :

පී. එන්. අයිලප්පෙරුම
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල්
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

මෙහෙයවීම :

ඩබ්ලිව්. ඒ. නිර්මලා පියසීලි
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් (සංවර්ධන),
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

සම්බන්ධීකරණය :

ඩී. එම්. ජයන්ත පුෂ්පකුමාර
නියෝජ්‍ය කොමසාරිස් (පාලන)
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

උපදේශක මණ්ඩලය :

1. **අතිපූජ්‍ය ගන්තුනේ අස්සජි මහානායක හිමිපාණෝ**
විශ්‍රාමික කථිකාචාර්ය, ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලය
2. **එස්. බී. එම්. නිමල් ධර්මසිරි**
අධ්‍යක්ෂ, ආගමික හා සාරධර්ම අංශය, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
3. **ගුණසේන මහතන්ත්‍රිගේ**
විශ්‍රාමික නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය
4. **ලීලා බලදොර**
විශ්‍රාමික ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, හාපිටිගම් ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යාපීඨය

සංස්කාරක මණ්ඩලය :

1. **පූජ්‍ය කොටනෙළුවේ පුඤ්ඤානන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ**
   සහකාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ, පිරිවෙන් අධ්‍යාපන ශාඛාව,
   අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය

2. **පූජ්‍ය උඩුගම සුදස්සි ස්වාමීන් වහන්සේ**
   දෙපාර්තමේන්තු ප්‍රධානී,
   ආගම් හා සාරධර්ම අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව,
   ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය, මහරගම

ලේඛක මණ්ඩලය :

1. **පූජ්‍ය දමන සුගතධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේ**
   කථිකාචාර්ය, හාපිටිගම් ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යාපීඨය

2. **ආර්.එච්. දීපිකා පෙරේරා**
   ගුරු සේවය බප/ජය ධර්මාශෝක කනිෂ්ඨ විද්‍යාලය

3. **චන්ද්‍රිකා අඹේපිටිය**
   විශ්‍රාමික උපගුරු, කො/ දේවි බාලිකා විද්‍යාලය

චිත්‍ර, රූප සටහන් හා පිට කවරය සැකසීම :

ඩී.ජී. ප්‍රසන්න විමලරත්න
ගුරු සේවය
මප/කොත්/ ගාමිණී දිසානායක ජාතික පාසල

පරිගණක ගත කිරීම හා පිටු නිර්මාණය :

පී.ඒ. ශයිනි ඉමල්ෂා විජේවර්ධන
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

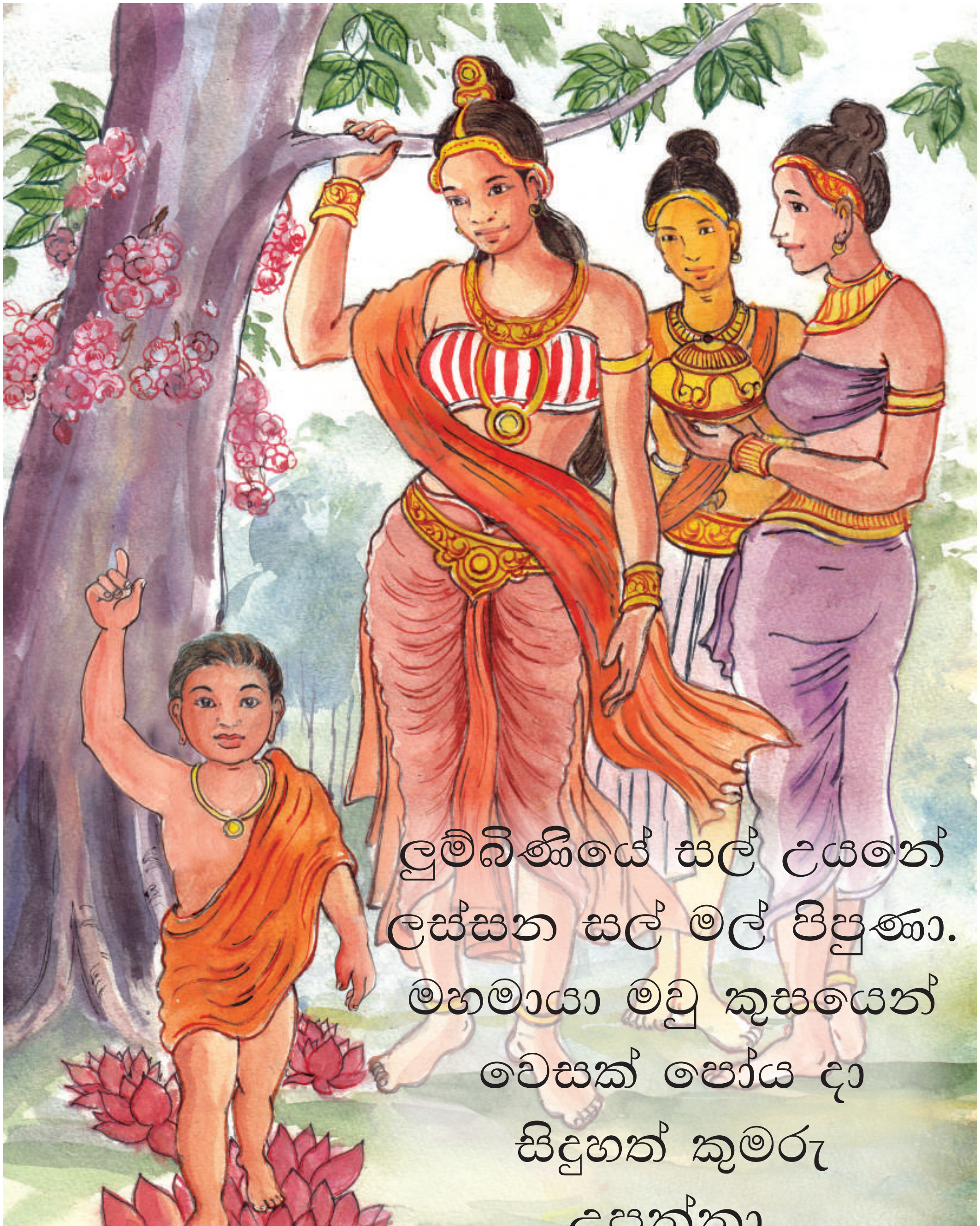
පටුන

		පිටු අංකය
1.	සිදුහත් බෝසත් උපත	1
2.	බුදුවීම	2
3.	පිරිනිවන්පෑම	3
4.	පින්බර වෙසක් පොහොය	4
5.	සෝපාක පොඩි පුතා	6
6.	රාහුල පොඩි හාමුදුරුවෝ	8
7.	දේවානම්පියතිස්ස රජතුමා	11
8.	මෙත් වඩමු - ජය ලබමු	13
9.	තෙරුවන් සරණ වේවා!	15
10.	රකිමු පන්සිල්	18
11.	හොඳ වැඩයි - සතුටයි	20
12.	පන්සල් පින්බිම	22
13.	සිත සතුටින් වන්දනාව	23
14.	ඩෙංකුටු ඩෙංකුටු නාදේ	28

පිටු
අංකය

15.	සෙල්ලම් බෝනික්කා	31
16.	අපේ හාමුදුරුවෝ	33
17.	උතුම් මවුපියෝ	34
18.	දියුණුවේ මග ගුරුවරු	36
19.	වැඩිහිටියන්ට උදවු කරමු	39
20.	ආශීර්වාදය	40
21.	අපේ යහළු කුරුල්ලෝ	41
22.	ලස්සන පරිසරය සැපතකි	43
23.	මගේ හොඳ අම්මා	45
24.	හිංසාව හොඳ නැහැ	47
25.	සුව දෙන දින චරියාව	49
26.	අපේ දානෙ ගෙදර	52
27.	යහපත් වචන මිහිරියි	55
28.	නමදිමු ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේ	58
29.	රුවන්මැලිසෑය වඳිමු	61

1. සිදුහත් බෝසත් උපත

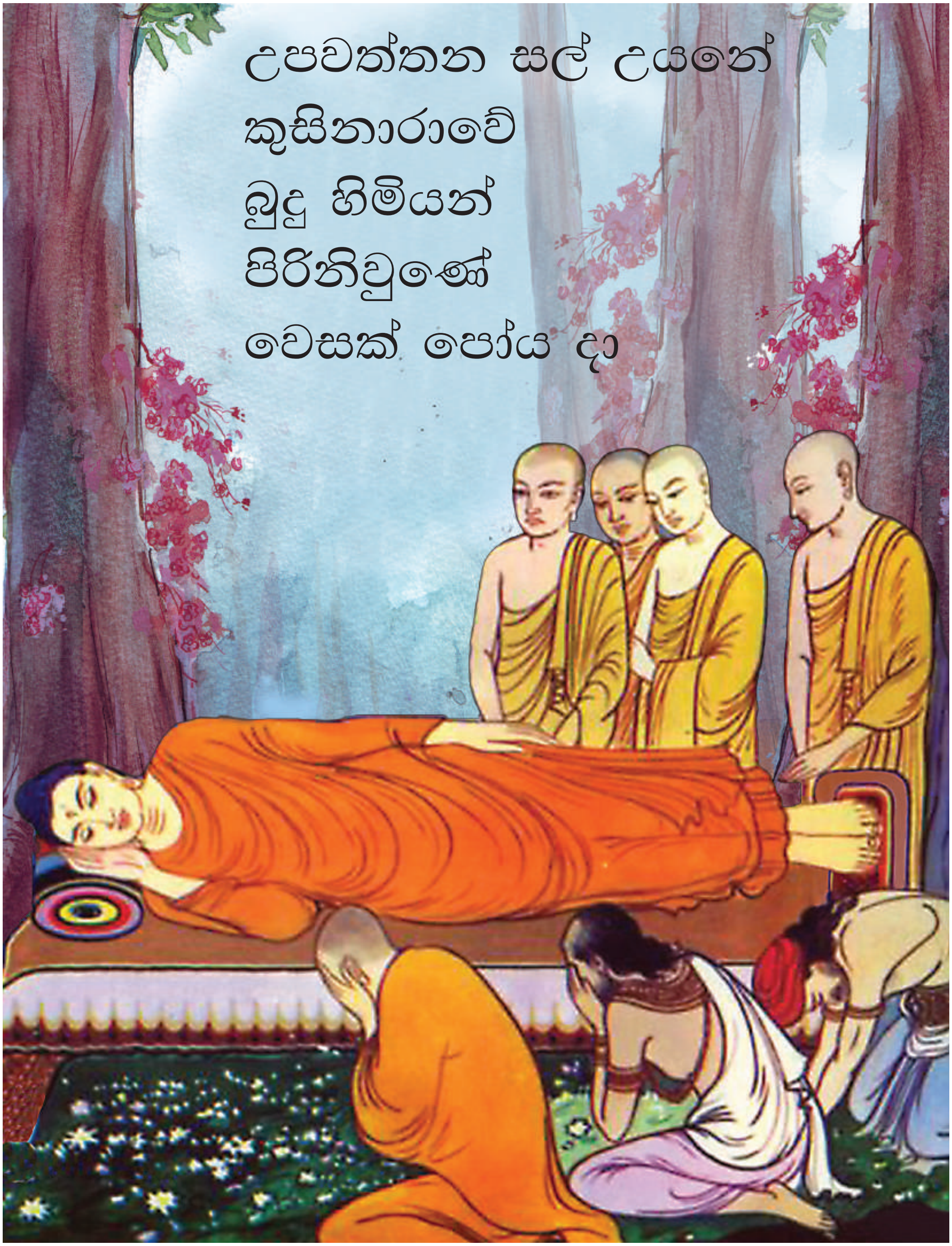


ලුම්බිණියේ සල් උයනේ
ලස්සන සල් මල් පිපුණා.
මහමායා මවු කුසයෙන්
වෙසක් පෝය දා
සිදුහත් කුමරු
උපන්නා.

2. බුදුවීම

ජය සිරි මහා
බෝ සෙවණේ
වෙසක් පෝය දා
සිදුහත් බෝසත්
උතුමා
බුදුබව ලැබුවා.

3. පිරිනිවන්පෑම



4. පින්බර වෙසක් පොහොය

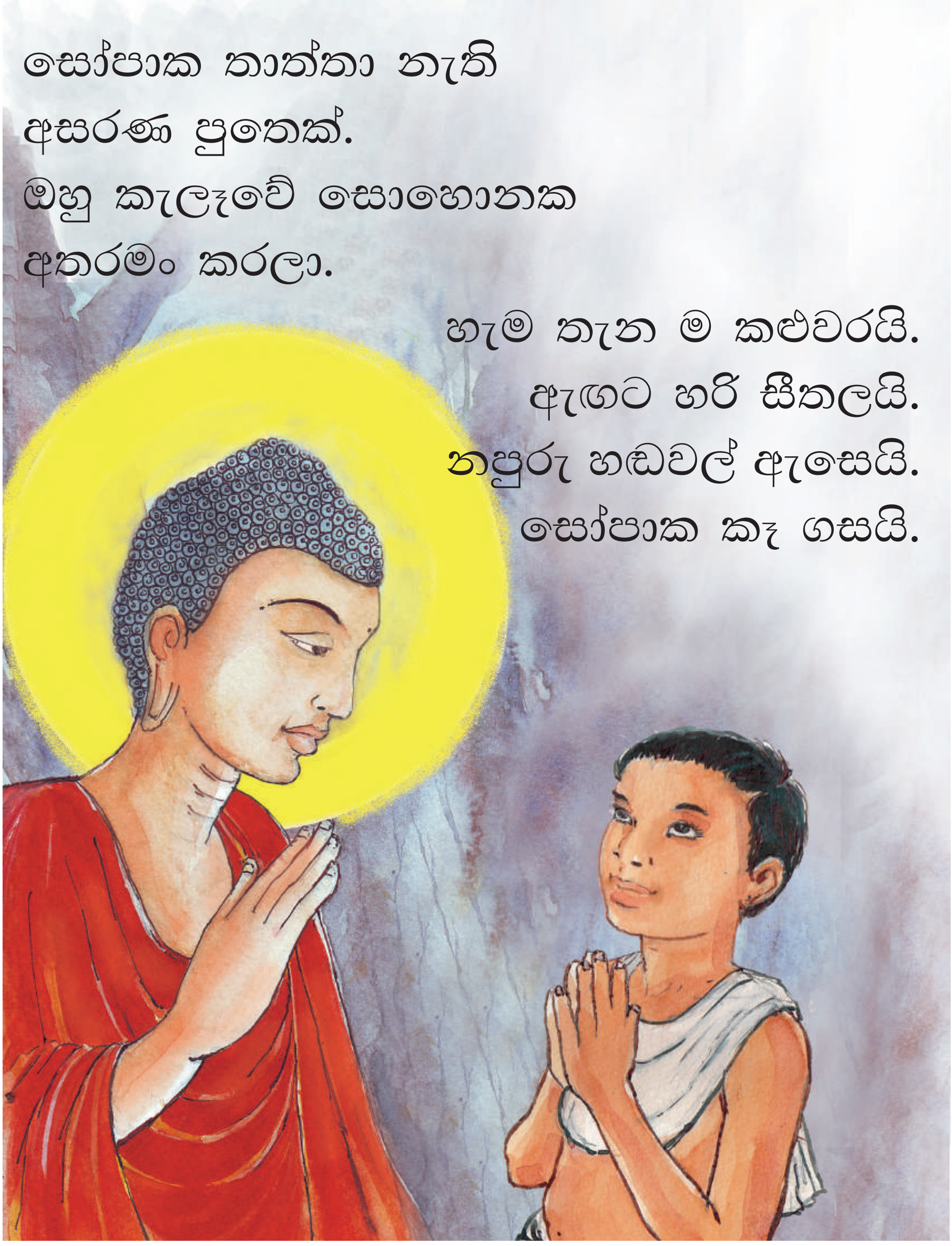
වෙසක් සඳත් බබළනවා
වෙසක් කූඩු දැල්වෙනවා
කොඩිවැල් හැම ලෙළ දෙනවා
වෙසක් පෝය දා

සාධු! සාධු! සාධු! නාද
ගම පුරා ම පැතිරෙනවා
දන් දෙනවා සිල් රකිනවා
වෙසක් පෝය දා

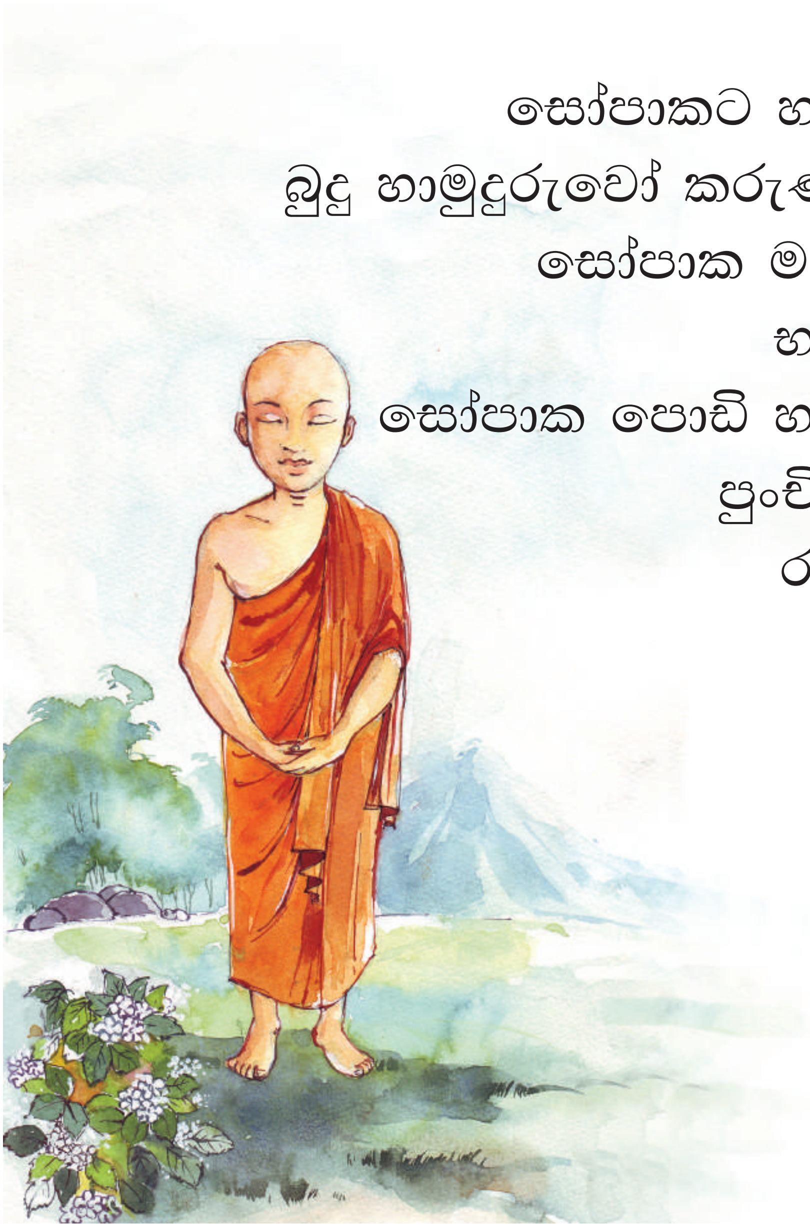
5. සෝපාක පොඩි පුතා

සෝපාක තාත්තා නැති
අසරණ පුතෙක්.
ඔහු කැලෑවේ සොහොනක
අතරමං කරලා.

හැම තැන ම කළුවරයි.
ඇඟට හරි සීතලයි.
නපුරු හඬවල් ඇසෙයි.
සෝපාක කෑ ගසයි.



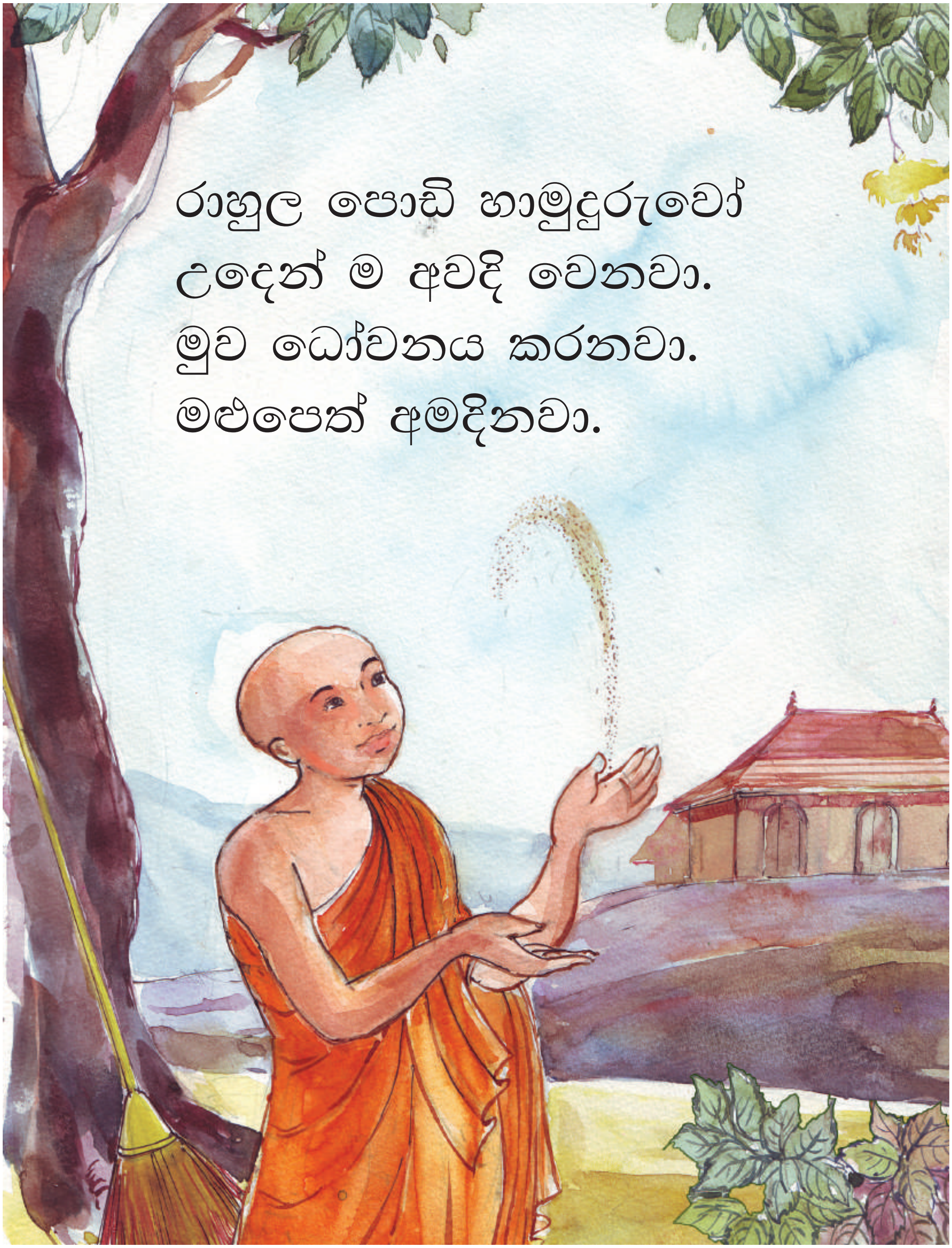
බුදුන් වහන්සේ
සෝපාකට කතා කළා.
"එන්න පුතේ සෝපාක
මම ඔබට පිහිට වෙමි."



සෝපාකට හරි සතුටුයි.
බුදු හාමුදුරුවෝ කරුණාවන්තයි.
සෝපාක මහණ කළා.
භාවනා කළ
සෝපාක පොඩි හාමුදුරුවෝ
පුංචි කාලෙ ම
රහත් වුණා.

6. රාහුල පොඩි හාමුදුරුවෝ

රාහුල පොඩි හාමුදුරුවෝ
උදෙන් ම අවදි වෙනවා.
මුව ධෝවනය කරනවා.
මළුපෙත් අමදිනවා.



වැලි දෝතක් ගෙන අහසට විසිකර
"මේ වැලි කැට ගණනට මට අවවාද
ලැබේවා!" යි පතනවා.

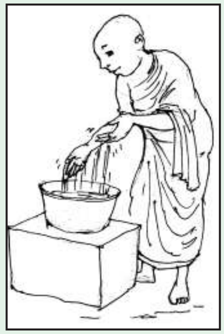
පුංචි අපිත්,
රාහුල පොඩි හාමුදුරුවන් වගේ
වැඩිහිටියන් දෙන
අවවාද පිළිගනිමු.
කීකරු ව වැඩ කරමු.

ක්‍රියාකාරකම

- යා කරන්න.

රාහුල පොඩි හාමුදුරුවෝ උදේ ම අවදි වී

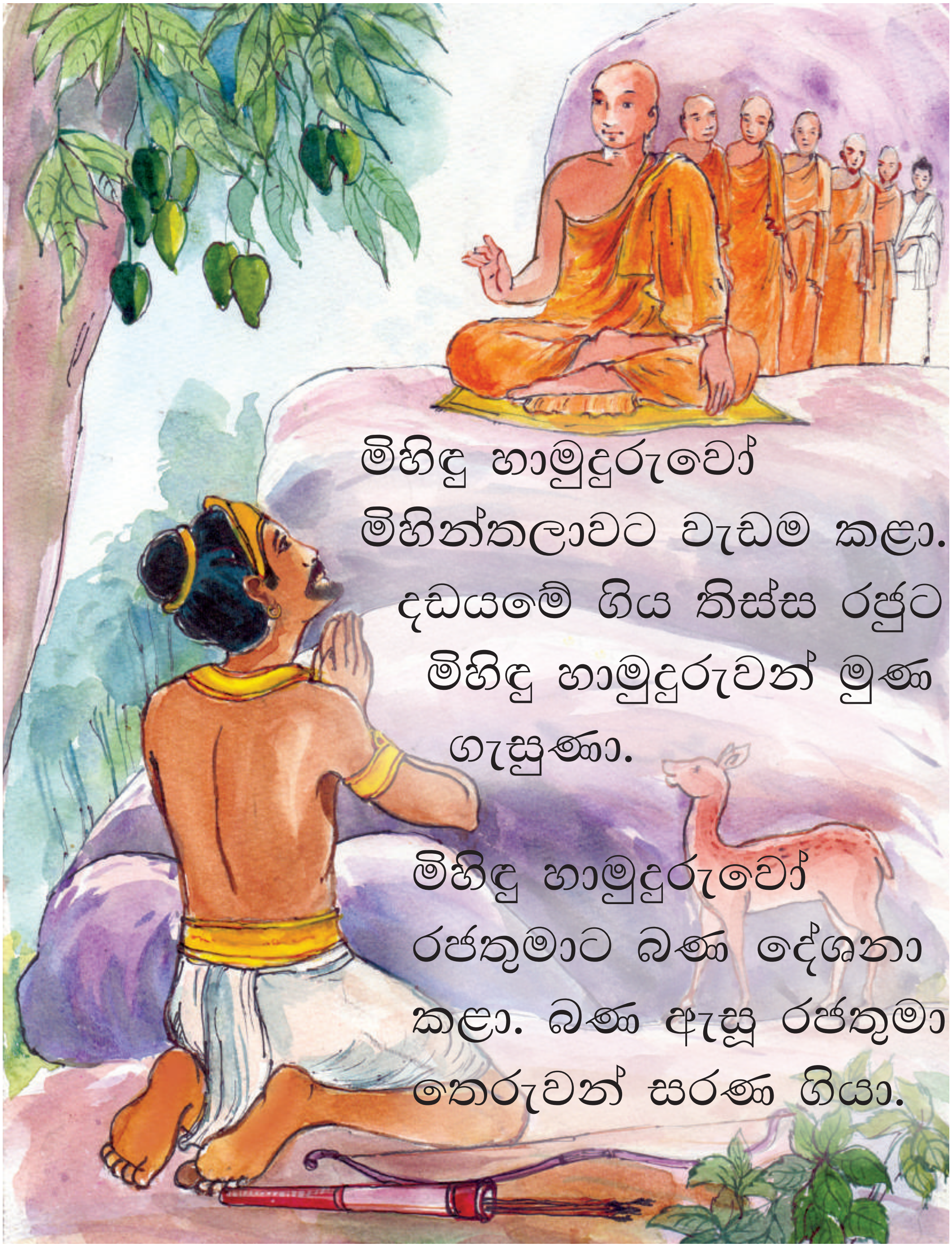
මළුව අමදිනවා



වැලි අහුරක් අහසට
විසි කරනවා

මුව ධෝවනය කරනවා

7. දේවානම්පියතිස්ස රජතුමා



රජතුමා වෙහෙර විහාර සෑදුවා,
හාමුදුරුවන්ට සැලකුවා,
සතුන් මැරීමෙන් වැළකුණා,
දහැමින් රට පාලනය කළා.

ක්‍රියාකාරකම

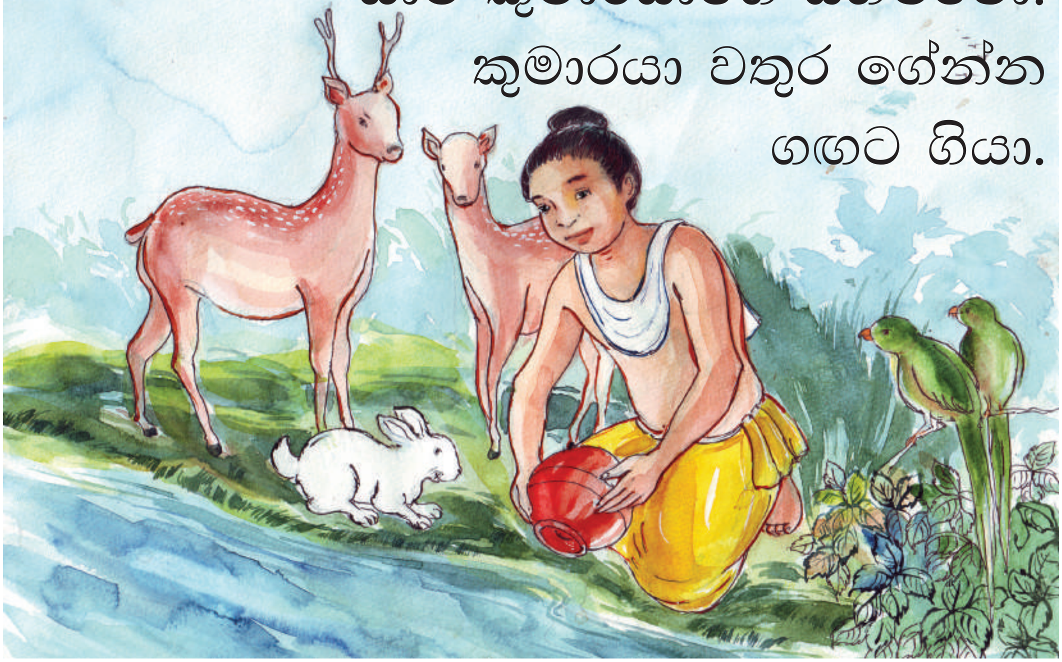
හරි ද? (✓) වැරැදි ද? (✕)

- මිහිඳු හාමුදුරුවෝ බණ දේශනා කළේ මිහින්තලාවේ දී ය. (   )
- දේවානම්පියතිස්ස රජතුමා වෙහෙර විහාර සෑදුවා. (   )
- රජතුමා සතුන් මැරීමෙන් වැළකුණා. (   )

8. මෙත් වඩමු ජය ලබමු

සාම කුමාරයාගේ දෙමවුපියන්ගේ
ඇස් පේන්නේ නැහැ.
පුංචි කුමාරයා දෙමවුපියන්ට
ආදරයෙන් කතා කළා.
පලතුරු ගෙනැවිත් කැවුවා.
වතුර පෙවුවා.
කරුණාවෙන් සැලකුවා.

මුවෝ, ගිරවු, හාවෝ
සාම කුමාරයාගේ යහළුවෝ.
කුමාරයා වතුර ගේන්න
ගඟට ගියා.



කැලේට ආපු පිළියක් නම් රජතුමා
මුවෙකුට විද්දා.
සාම කුමාරයාට ඒ ඊතලය වැදුණා.
සිහිය නැති වුණා.

අම්මායි තාත්තායි පුතා ළඟට ආවා.
"අපේ පුතා සුවපත් වේවා!" කියා
මෙත් වැඩුවා.
සාම කුමාරයා සුවපත් වුණා.
අම්මාගේත් තාත්තාගේත් ඇස් පෙනුණා.

අපිත් මෙත් වඩමු. ජය ලබමු.

ක්‍රියාකාරකම

ඔබ දෙමවුපියන්ට උදවු කරන අවස්ථාවක් චිත්‍රයට නගන්න.

9. තෙරුවන් සරණ වේවා!

බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි. මම බුදුන් සරණ යමි.

ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි.

මම දහම් සරණ යමි.

සංඝං සරණං ගච්ඡාමි.

10. රකිමු පන්සිල්

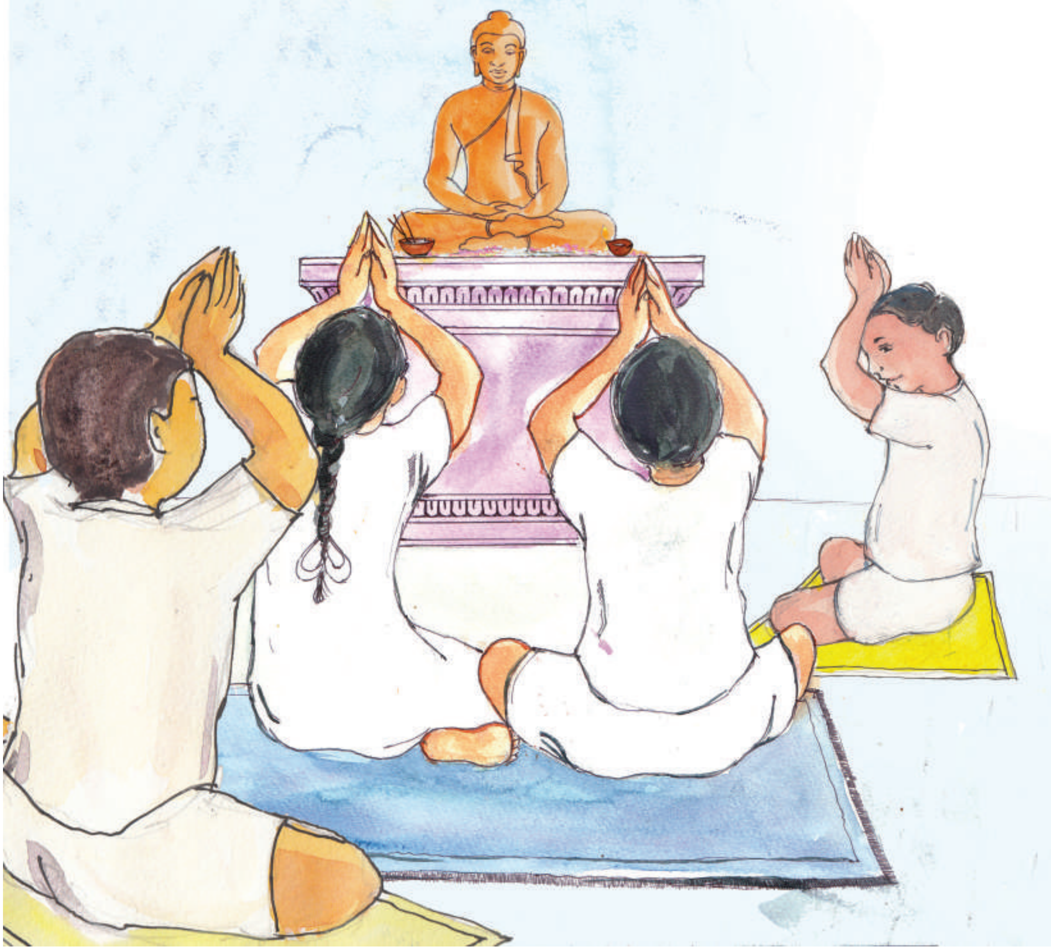
★ පාණාතිපාතා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි.

★ අදින්නාදානා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි.

★ කාමේසු මිච්ඡාචාරා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි.

★ මුසාවාදා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි.

★ සුරාමේරය මජ්ජපමාදට්ඨානා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි.



පුහුණුවට

බොදු දරුවකු වන මම
කිසි දා සතුන් නොමරමි.
සොරකම් කිසිත් නොකරමි.
දුසිරිතෙන් දුරු වෙමි.
බොරු බසින් මත් දියෙන් වැළකෙමි.
තෙරුවන් නමදිමි.
පොරොන්දු වෙමි.

11. හොඳ වැඩයි සතුටයි

නංගී : අයියේ අන්න කවුද ගේට්ටුව
ළඟ වාඩිවෙලා ඉන්නවා.

අයියා : ඇත්ත තමයි. සීයා කෙනෙක්,
අපි ගිහිං බලමු නංගී.

සීයා : අනේ පුතේ, මට බඩගිනියි.
ඊයේ ඉඳලා ම කෑවේ නෑ.

අයියා : නංගී! ඉක්මනට යන්න.
කන්න දෙයක් ගේන්න.

නංගී : සීයේ මෙන්න වතුර.
අත සෝදාගෙන මේ බත් කන්න.
මේ වතුර වීදුරුව බොන්න.

සීයා : මගේ බඩගිනි නිවුණා.
පිපාසයත් නැති වුණා.
පුතාලට පිං සිද්ධ වෙනවා.

නංගි : අපිට හරි ම සතුටුයි, නේද අයියේ?

අයියා : ඔව් නංගී. හොඳ වැඩ කළා ම
අපට සතුටු වෙන්න පුළුවන්.

12. පන්සල් පින්බිම

මුව සෝදා පිරිසිදු වෙමු
සුදු ඇඳුමින් අපි සැරසෙමු
තෙල් අරගෙන මල් අරගෙන
අපි සැම දෙන පන්සල් යමු

13. සිත සතුටින් වන්දනාව

හිස් වැසුම් පාවහන් ගලවමු.

නිශ්ශබ්ද වෙමු.

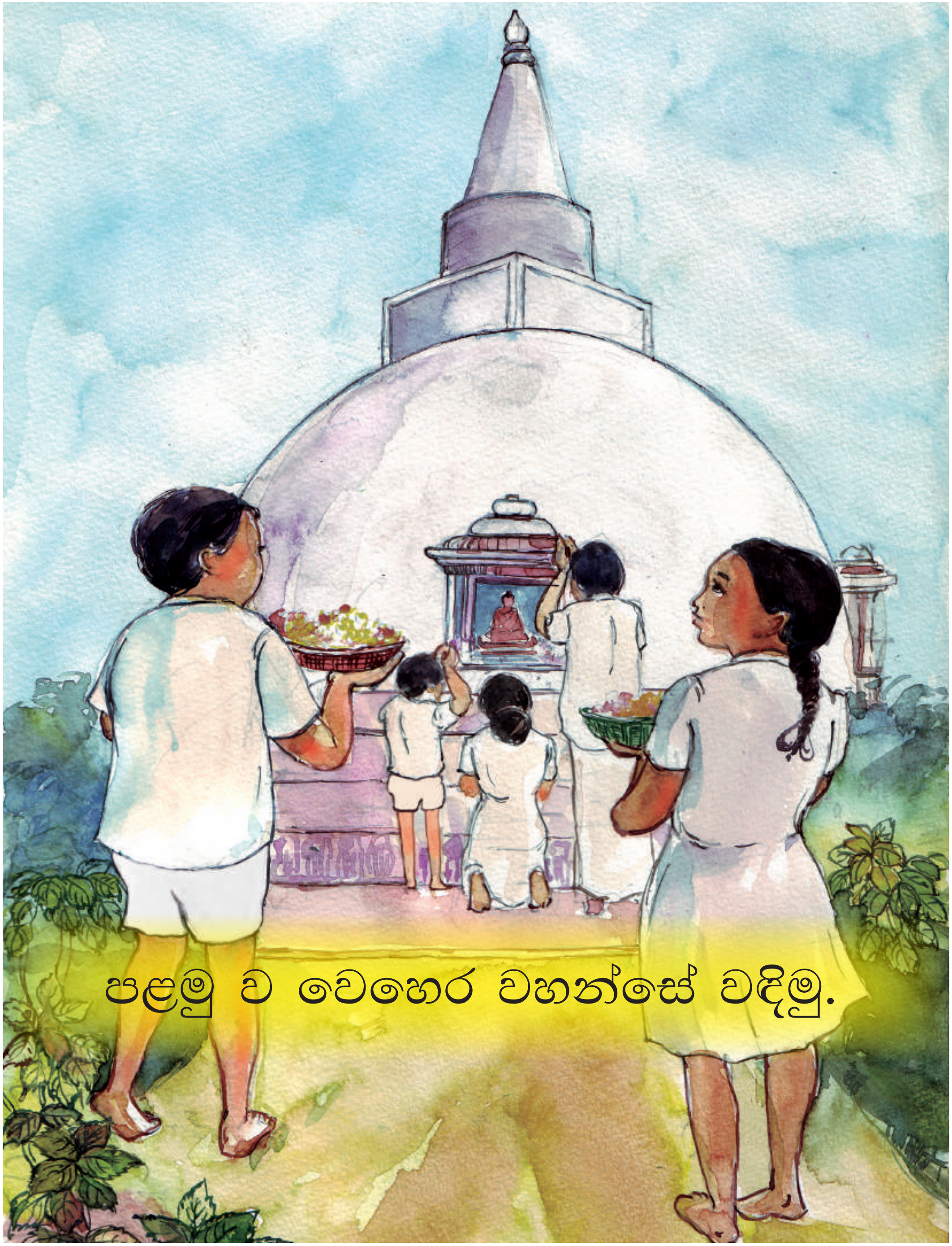
මල් අසුන් පිරිසිදු කරමු.

මළු අමදිමු.

අත් සෝදමු.

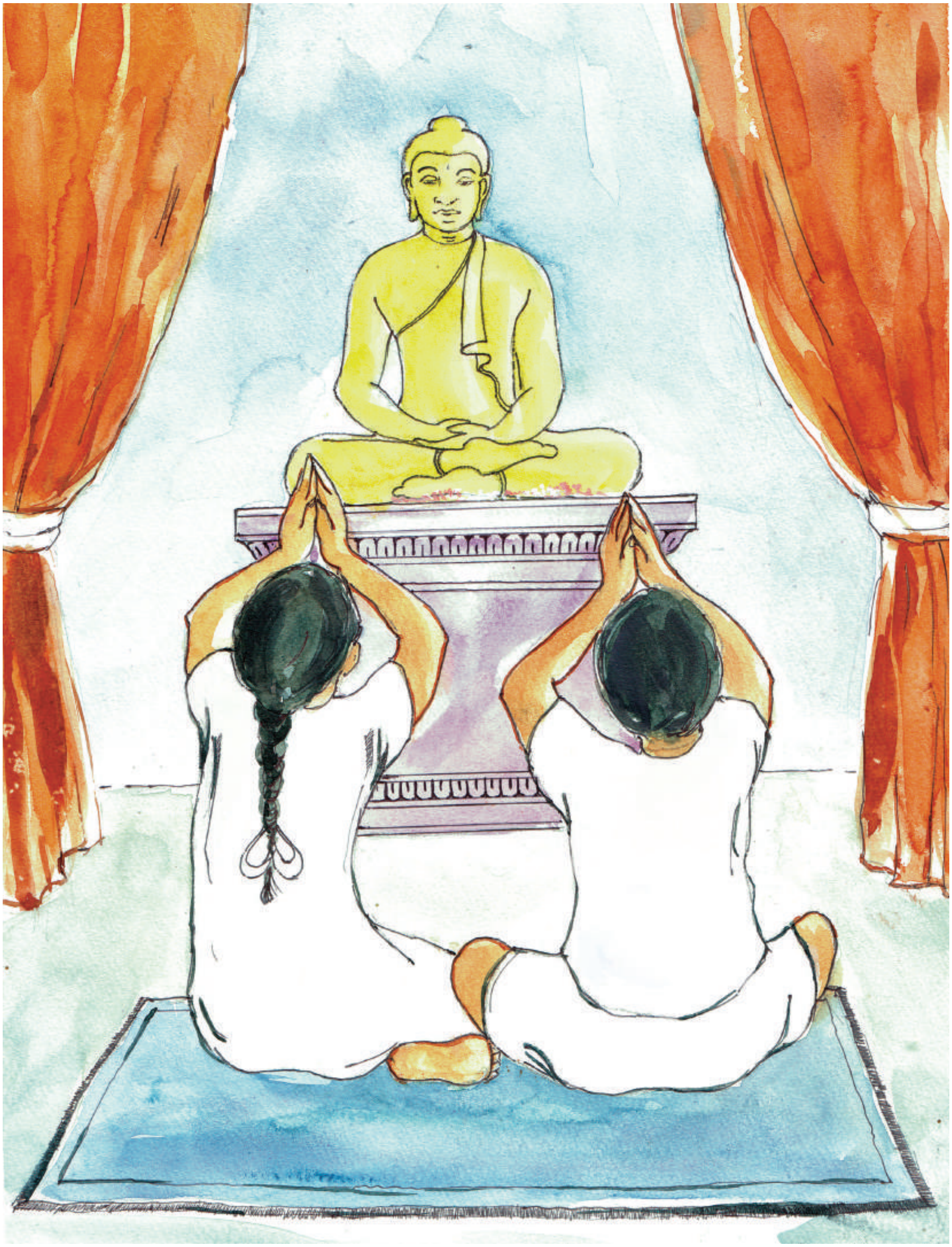
මල් ධෝවනය කරමු.

වන්දනාවේ පිළිවෙළ



දෙවනු ව බෝධීන් වහන්සේ වඳිමු.

තෙවනු ව බුදු පිළිම වහන්සේ වඳිමු.



පුහුණුවට

වන්දාමි චේතියං සබ්බං
සබ්බඨානේසු පතිට්ඨිතං
සාරීරික ධාතු මහා බෝධිං
බුද්ධ රූපං සකලං සදා

යස්ස මූලේ නිසින්නෝව
සබ්බාරි විජයං අකා
පත්තෝ සබ්බඤ්ඤුතං සත්ථා
වන්දේතං බෝධි පාදපං

14. ඩෙංකුටු ඩෙංකුටු නාදේ

කස පුපුරනවා
සාධු කියනවා
ඩෙංකුටු ඩෙංකුටු
පෙරහැර එනවා

දළදා කරඬුව
ඇතු පිට වඩිනවා
සාධු කියනවා
පෙරහැර එනවා

දොං තරිකිට දොං
නැට්ටුවෝ එනවා
කොඩි සේසත් ගෙන
පෙරහැර එනවා

ක්‍රියාකාරකම

- තාලයට කවි ගායනා කරන්න.
- ගුරු උපදෙස් ලබා ගනිමින් බෞද්ධ කොඩිය පාට කරන්න.

<table>
<tr><td rowspan="5">නිල්</td><td rowspan="5">කහ</td><td rowspan="5">රතු</td><td rowspan="5">සුදු</td><td rowspan="5">තැඹිලි</td><td>නිල්</td></tr>
<tr><td>කහ</td></tr>
<tr><td>රතු</td></tr>
<tr><td>සුදු</td></tr>
<tr><td>තැඹිලි</td></tr>
</table>

15. සෙල්ලම් බෝනික්කා

අනේපිඬු සිටුවරයාට
ලස්සන මිනිපිරියක් හිටියා.

ඇයට ලස්සන
බෝනික්කෙක් හිටියා.

ඇය හැම දා ම බෝනික්කා එක්ක
සෙල්ලම් කළා.
බෝනික්කාට දුවේ කියා කතා කළා.
දවසක් ඇය අතින්
බිමට වැටුණු බෝනික්කා
කැඩිලා ගියා.

මිනිපිරියට දුකයි.
හොඳට ම ඇඬුවා.
සිටුතුමා බෝනික්කා වෙනුවෙන්
බුදු හාමුදුරුවන්ට දානයට ආරාධනා කළා.
මිනිපිරිය කෙරෙහි කරුණාවෙන්
බුදු හාමුදුරුවෝ දානය පිළිගත්තා.
මිනිපිරියට හරි ම සතුටුයි.

16. අපේ හාමුදුරුවෝ

අපේ හාමුදුරුවෝ
පන්සලේ වැඩ සිටිනවා.
හාමුදුරුවෝ අපට
පින් පව් කියා දෙනවා.

බණ කියා දෙනවා.
අපට ආශීර්වාද කරනවා.
අපි හාමුදුරුවන්ට ගරු
කරමු, වඳිමු.
සාධු! සාධු! සාධු!

17. උතුම් මවුපියෝ

අපේ අම්මා තාත්තා
අපට හරි ම ආදරෙයි.
උදේ සවස අම්මාට
තාත්තාට වඳිමු.
ආශීර්වාද ලබා ගනිමු.

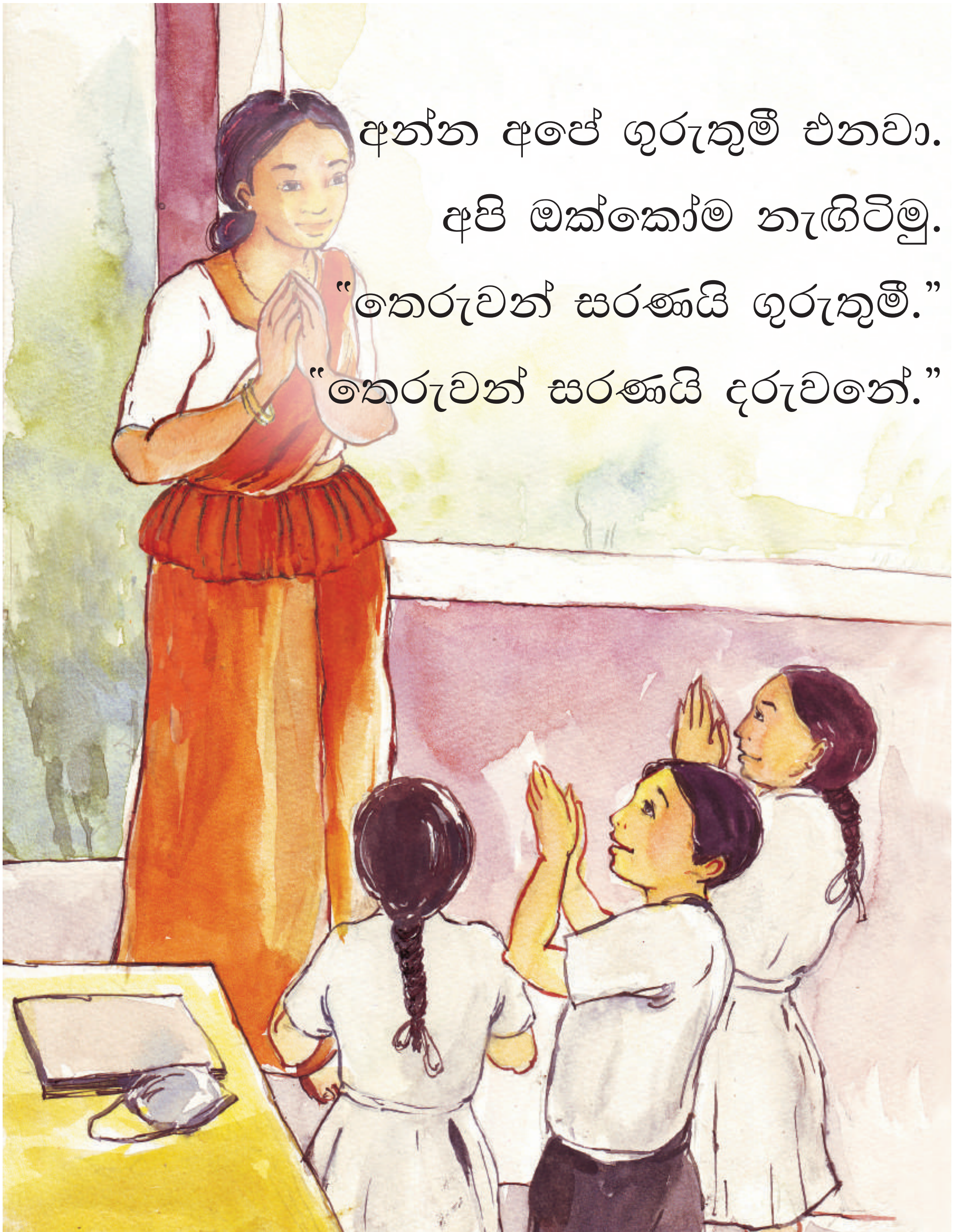
අම්මාට වඳිමු.

දසමාසේ උරේකත්වා
පෝසේසි වුද්ධිකාරණං
ආයුදීඝං වස්ස සතං
මාතු පාදං නමාමහං

තාත්තාට වඳිමු.

වුද්ධිකාරෝ ආලිංගිත්වා
චුම්බිත්වා පිය පුත්තකං
රාජමජ්ඣං සුපතිට්ඨං
පිතු පාදං නමාමහං

18. දියුණුවේ මග ගුරුවරු



අන්න අපේ ගුරුතුමී එනවා.

අපි ඔක්කෝම නැඟිටිමු.

“තෙරුවන් සරණයි ගුරුතුමී.”

“තෙරුවන් සරණයි දරුවනේ.”

අපේ ගුරුතුමී
අපට උගන්වනවා.
අපි ගුරුතුමියට වඳිමු.

පුහුණුවට

ගුරුන් සිත නො රිදනු
කීකරු කමින් පවතිනු
එකට එක නො කියනු
සතුටු මුහුණක් නිතර පෙන්වනු

19. වැඩිහිටියන්ට උදවු කරමු

මම අත්තම්මාගේ
අත අල්ලාගෙන
මිදුලේ ඇවිදින්න ගියා.

සීයාට කියවන්න බණ
පොත ගෙනැත් දුන්නා.

- වැඩිහිටියෝ අපට හුඟක් උදවු කරනවා.
- අපිත් වැඩිහිටියන්ට ආදරයෙන් උදවු කරමු.

20. ආශීර්වාදය

දවසේ ඕනෑ ම විටක දී
ගුරුවරයකු, වැඩිහිටියකු,
මිතුරකු හමු වූ විට දී
“ආයුබෝවන්”
“තෙරුවන් සරණයි”
කියා ආශීර්වාද කරමු.

21. අපේ යහළු කුරුල්ලෝ

සමන් : අම්මේ, කුරුල්ලන්ට සතුන්ට
කෑම ලැබෙන්නේ කොහෙන් ද?

අම්මා : උන් එහෙ මෙහෙ පියාඹලා,
ඇවිදලා ගස්වල තියෙන
පලතුරු කනවා පුතේ.

සමන් : පව්! ගස්වල පලතුරු නැති
කාලෙට සතුන්ට කෑම නැහැනෙ.
අපි බත් ටිකක් දෙමු ද අම්මේ?

අම්මා : හොඳයි පුතේ,
එහෙනම් අපි
කුරුලු ලෑල්ලක් හදමු.
බොන්න වතුරත් තියමු.

ක්‍රියාකාරකම

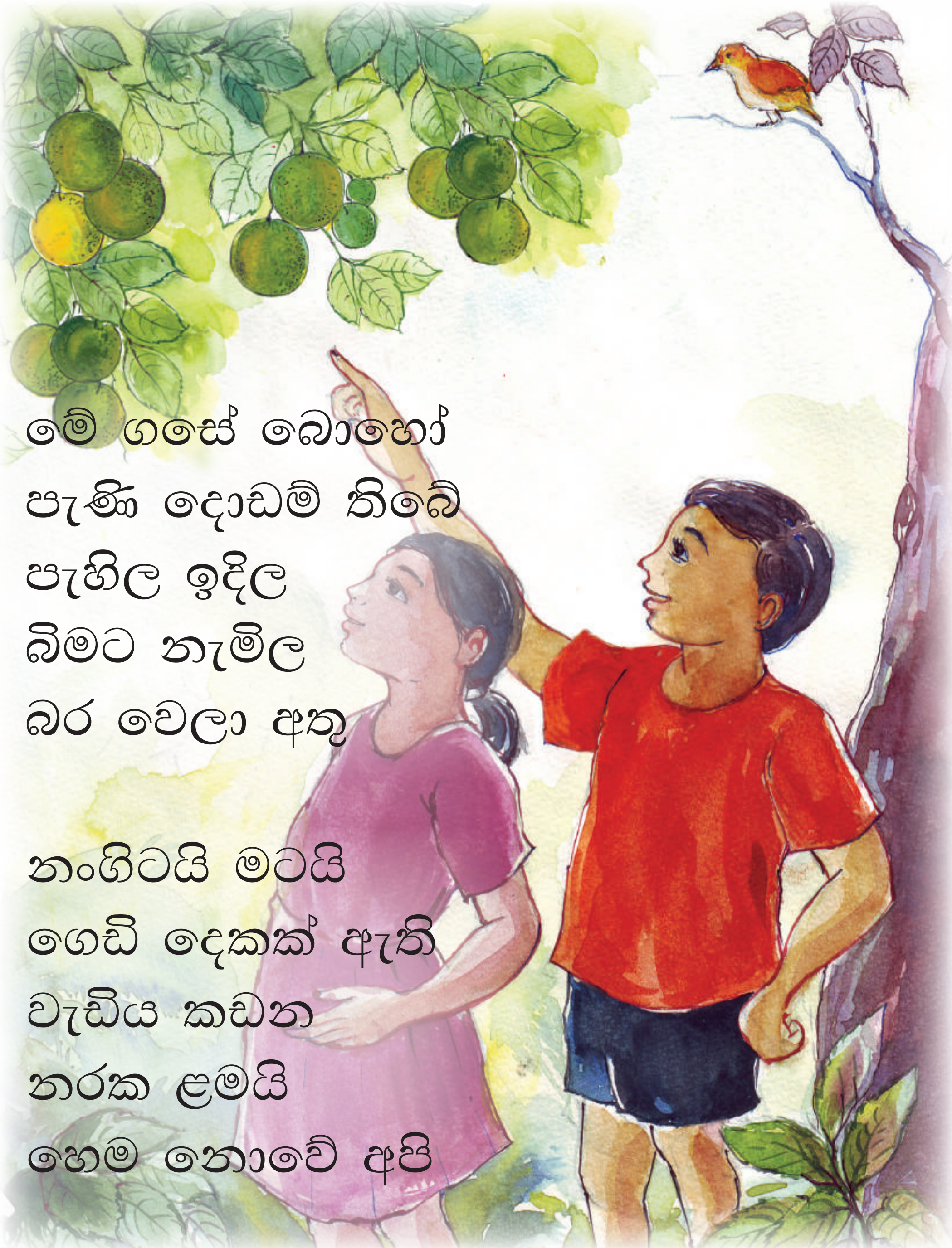
- ඔබත් කුරුලු ලෑල්ලක් සාදා දිනපතා ආහාරයෙන් කොටසක් සතුන්ට දෙන්න.
(කුරුලු ලෑල්ල පිරිසිදු කරන්න පුරුදු වෙන්න)
- කුරුලු ලෑල්ලේ කෑම කන කුරුල්ලන් චිත්‍රයට නගන්න.

22. ලස්සන පරිසරය සැපතකි

අපේ ගෙවත්ත
පිරිසිදු ව තබා ගනිමු.
මල් වවමු.
පැළ සිටවමු.
වතුර දමමු.

ගස් අපට සෙවණ දෙනවා.
පලතුරු දෙනවා.
පරිසරය ලස්සන කරනවා.

"මේ බලන්න නංගි,
මේ ගහේ ගෙඩි පිරිලා."



මේ ගසේ බොහෝ
පැණි දොඩම් තිබේ
පැහිල ඉදිල
බිමට නැමිල
බර වෙලා අතු

නංගිටයි මටයි
ගෙඩි දෙකක් ඇති
වැඩිය කඩන
නරක ළමයි
හෙම නොවේ අපි

23. මගේ හොඳ අම්මා

මගෙ අම්මා මට හිත කැමැතියි
මගෙ අම්මා මට සැප කැමැතියි
ඈ මගෙ වැඩි දියුණුව ම හිතයි
හීනෙන් වත් අවැඩක් නො සිතයි

(යක්කඩුවේ ශ්‍රී ප්‍රඥාරාම නාහිමි)

මගේ අම්මා හරි ම හොඳයි.
අම්මා මට හුඟක් ආදරෙයි.
මගේ අම්මාට මමත් හුඟක් ආදරෙයි.

ක්‍රියාකාරකම

- මම අම්මාට උදවු කරනවා (චිත්‍රයක් අඳින්න)

24. හිංසාව හොඳ නැහැ

කිසි ම සතකු නො පෙළන්න පුතේ
කටුස්සකුට හූනකු හට වත්
ලේනකු බළලකු මොකකුට වත්
හිංසාවක් නොම කරන් පුතේ

(යක්කඩුවේ ශ්‍රී ප්‍රඥාරාම නාහිමි)

සත්තු අපේ යහළුවෝ
සතුන්ට හිංසා කරන්න හොඳ නැහැ.
අපි සතුන් ආදරයෙන් රැක ගනිමු.

ක්‍රියාකාරකම

- ඔබ ආදරය කරන සතුන්ගේ රූප 3ක් කපා අලවන්න.

25. සුව දෙන දින චරියාව

සුනිමල් සඳුනි නංගිත් එක්ක
උදෙන් ම අවදි වුණා.
දත් මැදලා මූණ සේදුවා.
දෙදෙනා ම එකතු වෙලා
තෙරුවන් වන්දනා කළා.

අයියත් නංගිත් දෙන්න ම
උදේ ආහාරය ගත්තා.
අම්මාට තාත්තාට වැඳලා
පාසල් ගියා.

පාසල ඇරී ගෙදර ආවා.
දෙන්නා ම නාලා
දවල් ආහාරය ගත්තා.
සිත සන්සුන් කරන
වාදනයකට සවන් දුන්නා.

ගුරුතුමී දුන්නු
ගෙදර වැඩ කළා.
අයියා නංගිට
උදවු කළා.

සවස අයියා මල් පාත්තිවලට
වතුර දැම්මා.
නංගී බුදුන් වඳින්න
මල් නෙළුවා.

ගෙදර හැමෝ ම
එකතු වෙලා
තෙරුවන් වන්දනා කළා.
භාවනා කළා.

රෑ කෑම කාලා
දත් මැද්දා.
මවුපියන්ට වැඳ
නින්දට ගියා.

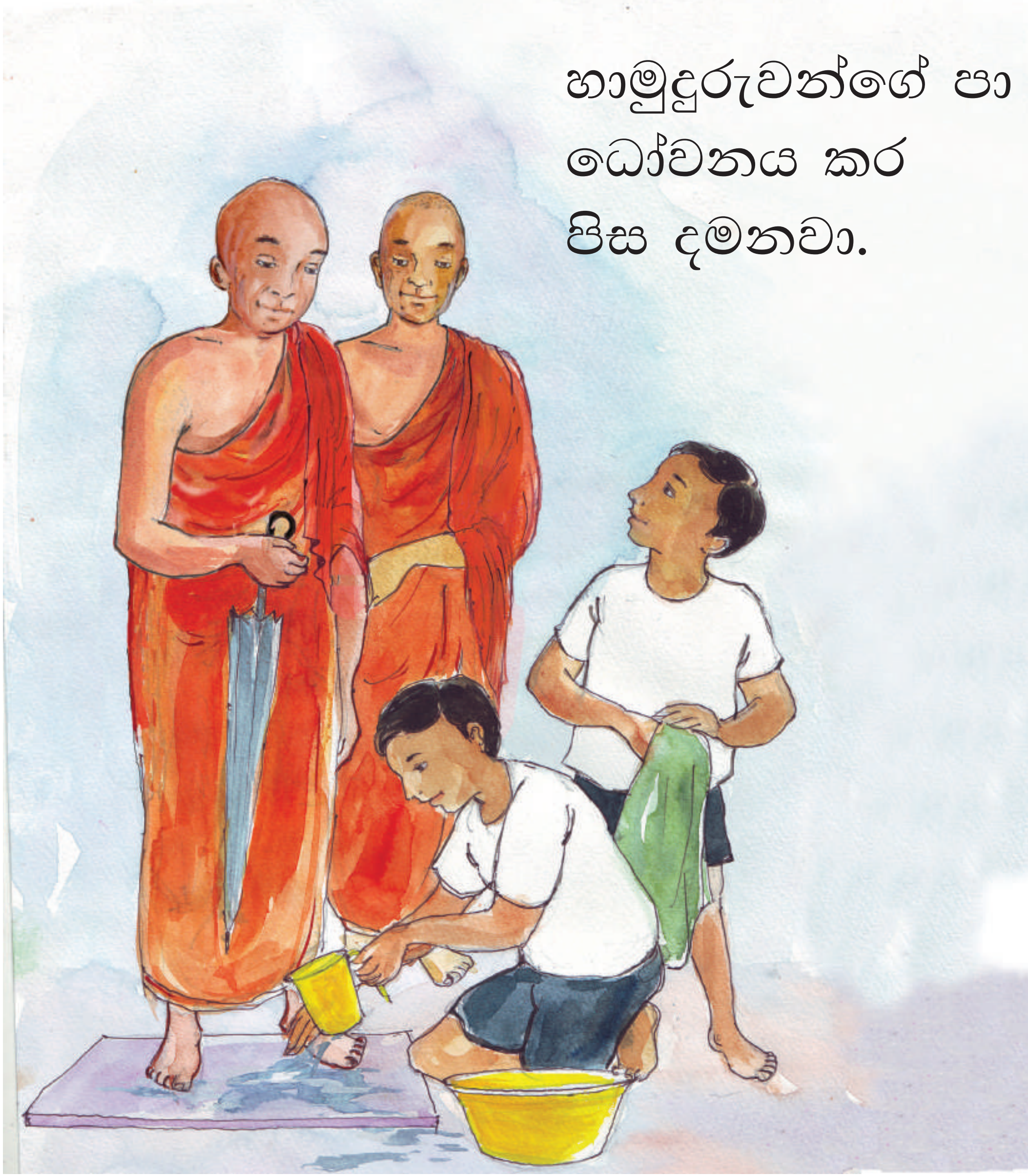
පුහුණුවට

උදය ම	පුබුදී
මුහුණට	දිය දී
කුල දෙවි	නමදී
ගේ දොර	අමදී

26. අපේ දානෙ ගෙදර

හාමුදුරුවන් වහන්සේලා
දානයට වඩිනවා.

හාමුදුරුවන්ගේ පා
ධෝවනය කර
පිස දමනවා.



බුද්ධ පූජාව
තැන්පත් කරනවා.
සාධු! සාධු!! සාධු!!!

අපි ධාතු කරඬුවට වඳිනවා.
හාමුදුරුවන්ටත් වඳිනවා.
සාධු! සාධු!! සාධු!!!

දානය පිළිගන්වනවා.
සාධු! සාධු!! සාධු!!!
පිරිකර පූජා කරනවා.
සාධු! සාධු!! සාධු!!!

හාමුදුරුවන් දේශනා කරන
බණ අහනවා.
සාධු! සාධු!! සාධු!!!

ක්‍රියාකාරකම

නිවැරදි වචනය ඇති කොටුව පාට කරන්න.

1. වඩිනවා

එනවා	වාඩි වෙනවා

2. ධෝවනය කරනවා

පිස දානවා	සෝදනවා

27. යහපත් වචන මිහිරියි

මල්ලි : හොඳ වචන කතා කළ අය කවුද අක්කේ?

අක්කා : රාහුල පොඩි හාමුදුරුවෝ, සාම කුමාරයා.

මල්ලි : නන්දිවිසාල ගවයා කරත්ත ඇද්දේ නැත්තේ ඇයි අක්කේ?

අක්කා : නන්දිවිසාල ගවයාට
නරක වචනයෙන්
කතා කළ නිසා කරත්ත අදින්නේ
නැතුව හිටියා.

මල්ලි : හොඳ වචනවලට කවුරුත්
කැමතියි නේද අක්කේ?

අක්කා : ඔව් මල්ලී. හොඳ වචන කතා
කරන අයට දෙවිවරුත් කැමතියි.
දිව්‍ය ලෝකේ
උපදින්නත් ලැබෙනවා.

මල්ලි : එතකොට නරක වචන කතා
කළා ම මොක ද වෙන්නේ?

අක්කා : අපායේ උපදිනවා. දුක් විඳින්නත්
වෙනවා.

මල්ලි : අක්කයි මමයි
හොඳ වචන විතරයි කතා
කරන්නේ. ඒ නිසා අපි කවදාවත්
දුක් විඳින්නෙ නෑ.

ක්‍රියාකාරකම

- අප කළ යුතු හොඳ වැඩ ඇති මල් පාට කරන්න.

28. නමදිමු ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේ

සංඝමිත්තා තෙරණිය
ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේ
ලංකාවට වැඩම කළා.

අනුරාධපුරයේ
මහමෙව්නා උයනේ
බෝධීන් වහන්සේ
රෝපණය කළා.

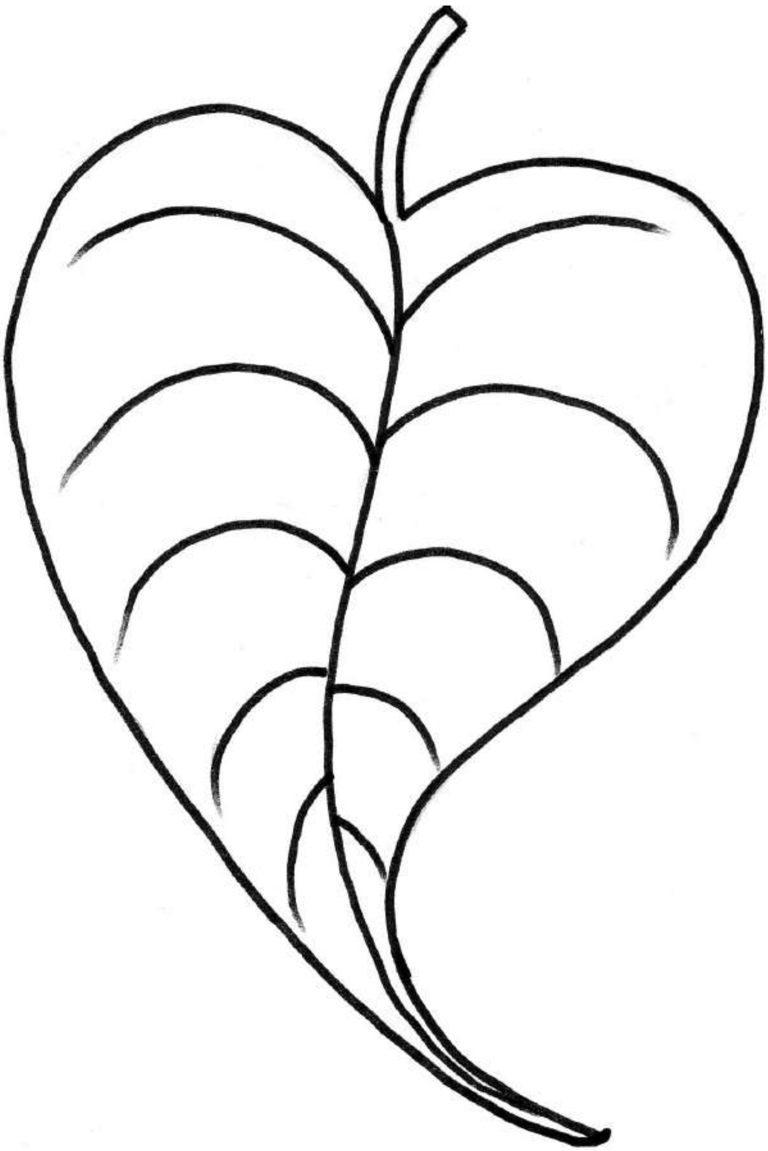
උතුම් වූ
ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට
අපි වඳිමු.

පුහුණුවට

බෝ පත් සුළඟේ	ලෙළදෙනවා
බුදු ගුණ ගයලා	සනසනවා
සාධු කියන හඬ	පැතිරෙනවා
සිරි මා බෝ හිමි සෙත	දෙනවා

ක්‍රියාකාරකම

- බෝ පත පාට කරන්න.



29. රුවන්මැලිසෑය වඳිමු

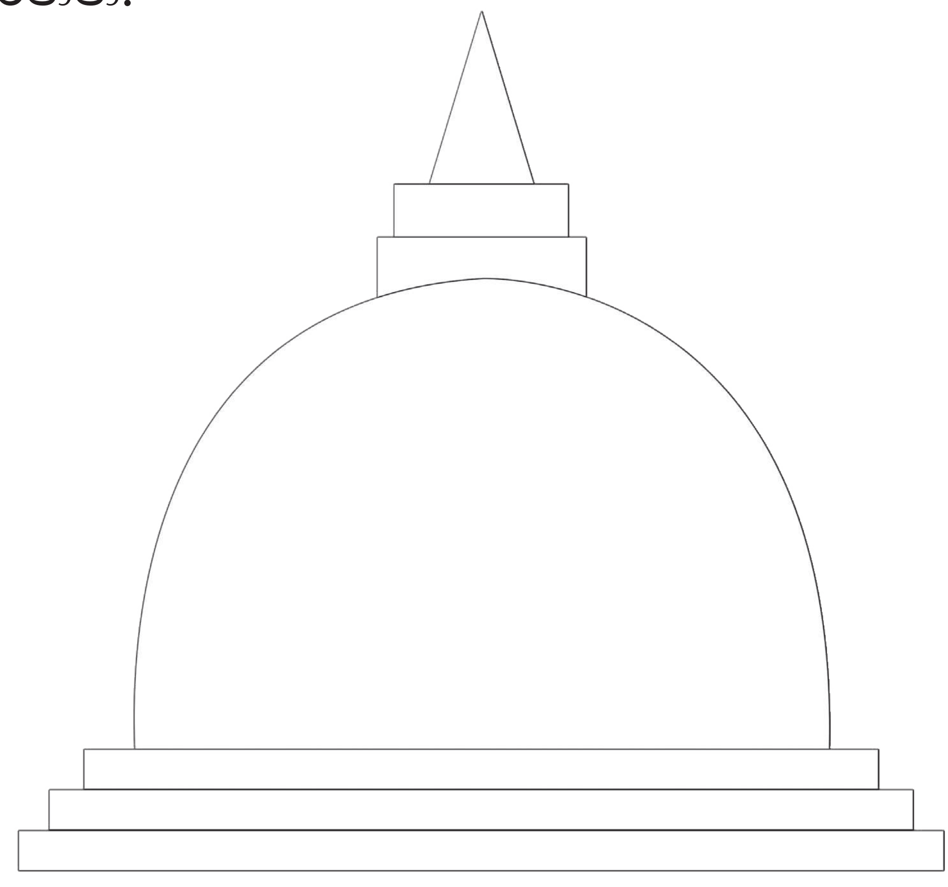
දුටුගැමුණු රජතුමා රුවන්මැලිසෑය සෑදුවා. හැම දෙනා ම උදවු කළා.

අනුරාධපුරේ රුවන්මැලිසෑය හුඟක් ලොකුයි. බලන්න ලස්සනයි. අපි රුවන්මැලි වෙහෙර වහන්සේට වඳිමු.

රුවන්මැලිය සිත සනසනවා
ගැමුණු රජුන් මට සිහි වෙනවා
දොහොත් මුදුන් දී නමදිනවා
බුදු ගුණ ලොවට ම සෙත දෙනවා

ක්‍රියාකාරකම

චෛත්‍යයක රූපය කොලාජ් ක්‍රමයට නිර්මාණය කරන්න.



පෙළපොත සම්පාදනයේ දී ඉවහල් කරගත් දර්ශනය

පළමුවන ශ්‍රේණියට පිවිසෙන දරුවනට බුදු දහම තම ජීවිතයට සම්බන්ධ කොට, ප්‍රියජනක ලෙස ඉගැන්වීම සුදුසු ය. පෙළ පොත භාවිතය මෙන් ම ආගමික වතාවත් හා බැඳුණු ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් මගින් ද ඉගැන්වීම් ක්‍රමය පෝෂණය කළ හැකි වේ. මෙම පෙළ පොතෙහි පාඩම් ගොඩනැගී ඇත්තේ ආගමික ක්‍රියාකාරකමකට පෙර හෝ පසු ව හෝ සමගාමී ව හෝ යොදා ගත හැකි ආකාරයට ය.

1. සිදුහත් බෝසත් උපත

අපගේ බෝසතාණන් වහන්සේගේ උපතේ දී අසිරිමත් සිදුවීම් රැසක් සිදු වූ බව දරුවන්ට වටහා දී බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය හඳුනා ගැනීමට යොමු කිරීම මෙම පාඩමෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.

2. බුදුවීම

වෙසක් මස පුර පසළොස්වක පොහොය දා බුද්ධත්වයට පත් වූ බවත්, එම ස්ථානය පිළිබඳවත් අවධානය යොමුකරමින් බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය මෙම පාඩම තුළින් ද මතු කිරීම අපේක්ෂිත ය.

3. පිරිනිවන්පෑම

ගිහි පැවිදි අය මෙන් ම දෙවියන් ද කම්පාවට පත් කළ බුද්ධ පරිනිර්වාණය සල් වනයක දී සිදු වූ බව පැහැදිලි කොට බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය මතු කිරීම මෙම පාඩමේ අරමුණ වේ.

4. පින්බර වෙසක් පොහොය

වෙසක් පොහොයේ දී සිල් ගැනීම, දන්දීම ආදී බොහෝ පින්කම් සිදු කෙරෙන බවත්, වෙසක් පහන් කූඩු, කොඩිවැල්, තොරණ ආදියෙන් රාත්‍රි කාලය විචිත්‍ර වන අන්දමත් අවධානයට ලක් කිරීම අරමුණු කෙරේ.

5. සෝපාක පොඩි පුතා

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මහා කරුණා ගුණය හෙළිවන මෙම කතාව දරුවන්ගේ සිත් තුළ කාරුණික ගුණය ජනිත කිරීම සඳහා භාවිත කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ.

6. රාහුල පොඩි හාමුදුරුවෝ

අනතිමානී ගුණය සාර්ථක ජීවිතයක් ගොඩ නගා ගැනීමට හේතු වන බව මෙම චරිතයෙන් පැහැදිලි කර දී දරුවන් තුළ එම ගුණය ජනිත කරවීම මෙම පාඩමේ අරමුණ වේ.

7. දේවානම්පියතිස්ස රජතුමා

මහින්දාගමනයෙන් පසු දේවානම්පියතිස්ස රජතුමා බුදු දහම වැළඳගෙන සත්ත්ව හිංසාව අත්හැරි බව දක්වා දරුවන් සත්ත්ව හිංසාවෙන් වළක්වා සතුන් ආරක්ෂා කරවීම මෙයින් අපේක්ෂිත ය.

8. මෙත් වඩමු ජය ලබමු

සාම කුමරුගේ චරිතය තුළින් ආදරය, කරුණාව, සත්‍යය පැවසීම යන ගුණාංග ඉස්මතු කොට දෙමවුපියන්ට සැලකීමේ ගුණය සහ සත්‍ය ක්‍රියාවේ බලය සිසු අවධානයට යොමු කිරීම මෙහි අරමුණ ය.

9. තෙරුවන් සරණ වේවා!

තෙරුවන් හඳුන්වා එහි වටිනාකම පෙන්වා දී තෙරුවන් වැඳීමේ පාඨ කටපාඩම් කරවීම මෙයින් අපේක්ෂිත ය.

10. රකිමු පන්සිල්

පන්සිල් හඳුන්වා දී ඒ අනුව තම ජීවිතය හැඩගසා ගත යුතු බව පැහැදිලි කොට එම පාඨ කටපාඩම් කරවීමත් පුහුණුවට ඒවායේ අර්ථ සිංහලෙන් පැහැදිලි කිරීමත් මෙයින් අපේක්ෂා කෙරේ.

11. හොඳ වැඩයි සතුටයි

තමන්ගේ මෙන් ම අනුන්ගේ ජීවිතයට ද වැඩදායක වන හොඳ වැඩ කිරීම තුළින් මානසික සුවයක් ලැබෙන බවත්, එය නිරන්තර පුහුණු විය යුතු දෙයක් බවත් පැහැදිලි කොට හැකි තරමින් යහපත් ක්‍රියා කිරීමට සිසුන් යොමු කරවීම මෙහි අරමුණ වේ.

12. පන්සල් පින්බිම

වසරකට කිහිප වතාවක් පන්සල් යාමට පාසල තුළින් අවස්ථාව ලබා දෙමින් පන්සල් යෑමට පෙර කළ යුතු වත්පිළිවෙත් කුඩා කල සිට ම ක්‍රමානුකූල ව නිවැරැදි ව කිරීමට යොමු කිරීම මෙයින් අපේක්ෂිත ය.

13. සිත සතුටින් වන්දනාව

පන්සලට ඇතුළු වීමට පෙර සහ පසු ව කළ යුතු බොදු සිරිත් අනුගමනය කරමින් දරුවා වන්දනාවට සූදානම් කරවීම මෙහි අරමුණ වේ.

● වන්දනාවේ පිළිවෙළ

පන්සලට ඇතුළු වූ දරුවා පිළිවෙළකට ඒ ඒ පූජනීය ස්ථාන වන්දනා කළ යුතු අන්දම පැහැදිලි කොට පුහුණුවට අදාළ ගාථා කියවීම මෙයින් අපේක්ෂා කෙරේ.

14. ඩෙංකුටු ඩෙංකුටු නාදේ

පෙරහැර අපේ සංස්කෘතික උරුමයක් බවත්, දළදා පෙරහැර සුවිශේෂී බවත් පැහැදිලි කොට, පෙරහැරක ලක්ෂණ පෙන්වා දී පාඩමේ කවිපෙළ ගායනා කරවීම මෙයින් අපේක්ෂිත ය.

15. සෙල්ලම් බෝනික්කා

බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මහා කරුණා ගුණය ඉස්මතු වන අවස්ථාවක් වන මෙමගින් ජීවී අජීවී සියලු දෙයට ම කාරුණික ව සැලකීම නැමැති බෝසත් ගුණය දරුවන් තුළ ඇති කරවීම අපේක්ෂාවයි.

16. අපේ හාමුදුරුවෝ

දහම් දෙසීමෙන්, අවවාද දීමෙන්, ආශීර්වාද කිරීමෙන් භික්ෂූන් වහන්සේලා අපට යහපත් ජීවිතයකට මග පෙන්වන බව පැහැදිලි කොට භික්ෂූන් වහන්සේලාට ගරු කිරීමට සිසුන් යොමු කරවීම මෙයින් අපේක්ෂිත ය.

17. උතුම් මවුපියෝ

උදේ සවස දෙමවුපියන්ට වැඳීම බොදු දරුවකුගේ සුවිශේෂී ලක්ෂණයක් සහ යහපත් ක්‍රියාවක් බව වටහා දෙමින් ගාථා කියමින් දෙමවුපියන් වන්දනා කිරීමට යොමු කිරීම මෙහි අරමුණ වේ.

18. දියුණුවේ මග ගුරුවරු

ගුරුවරයකු දුටු විට හුනස්නෙන් නැගිට ආචාර කිරීමත්, වැඳ ගරු කිරීමත් බොදු දරුවකුගේ ලක්ෂණයක් වන අතර, කුඩා කල සිට ම එය පුරුදු විය යුතු ය. පුහුණුවට දී ඇති කවිය ගායනා කරමින් ඉහත කී කරුණු තහවුරු කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ.

19. වැඩිහිටියන්ට උදවු කරමු

කුඩා කල අපට උදවු කළ වැඩිහිටියන්ට අප සතුටින් උදවු කළ යුතු ය යන්න මෙහි දී අවධානයට ලක් කෙරේ.

20. ආශීර්වාදය

දී ඇති ආශීර්වාද වැකිවල අර්ථය කෙරෙහි ද, හැඟීමෙන් යුතු ව ප්‍රකාශ කිරීම කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කරවමින් එය දරුවන්ගේ ජීවිතයට ක්‍රියාකාරී ව සම්බන්ධ කිරීම මෙයින් අපේක්ෂිත ය.

21. අපේ යහළු කුරුල්ලෝ

සතුන්ට කරුණාව දැක්වීම උතුම් ගුණාංගයක් බව බුද්ධ දේශනාවේ සඳහන් වේ. දරුවන් තුළ සතුන්ට කරුණාව දැක්වීමේ ගුණාංගය වර්ධනය කරවීම මෙම පාඩමේ අරමුණ වේ.

22. ලස්සන පරිසරය සැපතකි

සොබා දහමේ වටිනාකම අවබෝධ කරවමින් පරිසරය සුරැකිය යුතු බව වටහා දීම මෙයින් අපේක්ෂා කෙරේ.

23. මගේ හොඳ අම්මා

ගෙදර බුදුන් අම්මා බව සිහිකර දී මවගේ වටිනාකම අගය කරවමින් දී ඇති කවිය පාඩම් කරවීම මෙහි අරමුණ වේ.

24. හිංසාව හොඳ නැහැ

සතුනට හිංසා කිරීම බොදු දරුවන් විසින් නොකළ යුත්තක් බව වටහා දෙමින්, දී ඇති කවිය කටපාඩම් කරවීම මෙහි අපේක්ෂාවයි.

25. සුව දෙන දින චරියාව

නීරෝගී ව සිටීමේ අගය පැහැදිලි කොට, යහපත් දින චරියාවක් තුළින් නීරෝගීකම ළඟා කර ගත හැකි ආකාරය පැහැදිලි කර පුහුණුවට දී ඇති කවිය ද පාඩම් කරවීම මෙහි අරමුණ ය.

26. අපේ දානේ ගෙදර

සැදැහැ සිතින් දානමය පිංකමක නිරත වීමේ අගය පහදා දෙමින් එහි දී අනුගමනය කළ යුතු නිවැරැදි වත් පිළිවෙත් දැක්වීම මෙහි අරමුණ වේ.

27. යහපත් වචන මිහිරියි

''සාධු වාචාය සංවරෝ'' බුදු වදන පැහැදිලි කරමින් ධම්මචාරී ජීවිතයක් ගත කිරීමට වචනයෙන් සංවර වීම අත්‍යවශ්‍ය ගුණාංගයක් බව දැක්වීම මෙයින් අපේක්ෂිත ය.

28. නමදිමු ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේ

බුද්ධත්වය, ශ්‍රී මහා බෝධි දකුණු ශාඛාව, සංඝමිත්තා තෙරණිය අනුරාධපුරයේ මහමෙව්නාව ආදී කරුණු කෙරෙහි අවධානය යොමු කරමින්, දී ඇති කවිය ද පුහුණුව සඳහා ගායනා කරවීම මෙහි අරමුණු ය.

29. රුවන්මැලි සෑය වඳිමු

දුටුගැමුණු රජුගේ නිර්මාණයක් වූ රුවන්මැලි මහ සෑය පිළිබඳ කරුණු දක්වා එහි වටිනාකම අවබෝධ කරවමින්, දී ඇති කවිය ද පුහුණුව සඳහා ගායනා කරවීම මෙම පාඩමෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.