පන්සිල් හා එහි සමාජීය වටිනාකම

දඩයමට දැඩි කැමැත්තක් දක්වූ දේවදත්ත කුමරු දුනු ඊතල සමග උයනට පිවිසුන විට ම ඔහු නෙත ගැටුණේ නිල් අහසෙහි නිදහසේ පියඹා යන හංස රාජයෙකි. එසැණින් සිය දුන්නට රැවා ගත් ඊතලයට ඔහු ඉලක්ක කර ගත්තේ එම හංසයා ය. ඊතල පහරට හසු වුණු හංසයා බිම ඇද වැටුණි. හංසයා සොයා ගිය ඔහු දුටුවේ සිදුහත් කුමරු එම හංසයාට බෙහෙත් ගල්වා සුවපත් කරන අයුරු ය. මෙහි දී ඇති වන සංවාදයේ දී සිදුහත් කුමරු පවසන්නේ මිය යෑමට ආසන්න හංසයා සුවපත් කිරීම තම යුතුකම බවත් සත්ත්ව ඝාතනයට උත්සාහ දරන්නාට එම සතාගේ අයිතියක් නොමැති බවත් ය.

දේවදත්ත කුමරු හංසයා මරණයට පත් කිරීමට තැත් කිරීම අයත් වන්නේ පස් පව්වල පළමු අංගය වන ප්‍රාණඝාත අකුසල කර්මයට ය. හංසයා බේරා ගැනීමට කටයුතු කළ සිදුහත් කුමරුගේ ක්‍රියාව අයත් වන්නේ පන්සිල්වල පළමු අංගය වන සත්ත්ව ජීවිත රැක ගැනීම නම් වූ කුසල කර්මයට ය. දේවදත්ත කුමරුගේ ක්‍රියා කලාපය ශිෂ්ටසම්පන්න සමාජයේ කිසිවෙකු අනුමත නොකරන අතර සිදුහත් කුමරුගේ ක්‍රියා කලාපය සියලු දෙනාගේ ප්‍රශංසාවට ලක් වන්නකි. ඕනෑ ම සමාජයක ශිෂ්ටසම්පන්න භාවය රැක ගැනීමට ඉවහල් කර ගත හැකි ඉගැන්වීමක් ලෙස පංච ශීල ප්‍රතිපත්තිය හැඳින්විය හැකි ය. පන්සිල් රැකීම හා එය අගය කිරීම බෞද්ධ උපාසකයකු තුළ තිබිය යුතු වැදගත් ලක්ෂණයකි. **නිති පන්සිල් පොහොය අටසිල්** යනුවෙන් සඳහන් වන්නේ නිරතුරු පන්සිල් ද පොහොය දිනට අටසිල් ද සමාදන් ව සුරැකිය යුතු බවයි. අපගේ නිත්‍ය ශීලය පංචශීලයයි. එය ගෘහස්ථ ශීලය ලෙස ද හැඳින්වේ. අපි පන්සිල් සමාදන් වීමෙන් දවස අරඹමු. ඕනෑ ම සුබ කටයුත්තක් ආරම්භයේ දී ද අපි පන්සිල් සමාදන් වෙමු.

පංච ශීලය සමාදන් වීම කළ යුත්තේ අවබෝධයෙන් යුතු ව ය. එබැවින් පංච ශීලය කඩ කිරීම හෝ රැක ගැනීම පිළිබඳ වගකීම සතු වන්නේ ද අප වෙත ම ය. බුදු දහමට අනුව අප පංච ශීලය ආරක්ෂා කළ යුතු වන්නේ නීතියෙන් ලැබෙන දඬුවමකට බියෙන් හෝ අපායට ඇති බියෙන් හෝ පමණක් නොවේ. පොදුවේ සැලකූ විට පංච ශීලය ආරක්ෂා කිරීමෙන් තමාට මෙන් ම අන් අයට ද සිදු වන සමාජීය යහපත ගැන සිතා ය.

බුදු දහමෙහි ඉගැන්වෙන පංච ශීලයට අනුව වැළකීම හෙවත් විරතිය ද හැසිරීම හෙවත් සමාදානය ද පිළිබඳ ව අප කුඩා කල සිට නිවැරැදි අවබෝධයක් ලබා ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ.

නිදසුනක් ලෙස ජීවිත හානි කිරීමෙන් වැළකීම, දඬුමුගුරු, අවි ආයුධ බැහැර කිරීම අයත් වන්නේ විරතියට ය. සත්ත්ව ඝාතනයට ලැජ්ජා වීම දයාව හා හිතානුකම්පාවෙන් යුක්ත වීම අයත් වන්නේ සමාදානයට ය. මේ ආකාරයට අකුසලයෙන් වෙන් වීමත් (විරති) කුසලයෙහි නිරත වීමත් (සමාදාන) අන් සියලු ශික්ෂා පදවලට ද පොදු වේ.

පංච ශීලය පිළිබඳ නිවැරැදි අවබෝධයක් ඇති කර ගැනීමේ දී අප අවධානය යොමු කළ යුතු අංශ තුනක් ඇත. වරදින් වෙන්වීම හෙවත් විරතියට අනුව,

- ⋆ තමා වරදින් මිදීම
- ⋆ අන් අය ලවා වැරැදි නොකරවීම
- ⋆ වරද අනුමත නොකිරීම හා ඊට අනුබල නොදීම

යනු ඒ කරුණු ය.

යහපතෙහි යෙදීම හෙවත් සමාදාන පක්ෂයෙහි දී,

- ⋆ තමා යහපතෙහි යෙදීම
- ⋆ අන් අය ද යහපතට යොමු කරවීම
- ⋆ යහපත් කටයුතු අනුමත කිරීම හා ඊට අනුබල දීම

යනුවෙන් එම කරුණු දැක්විය හැකි ය.

පංචශීලයට අයත් ශික්ෂා පද පිළිබඳ ව කුඩා කල සිට ම පැහැදිලි අවබෝධයක් ඇති කර ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ. එම ශික්ෂා පද සහ ඒවායේ අරුත් පහත සඳහන් පරිදි වේ.

1. පාණාතිපාතා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
   (ජීවිත විනාශ කිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂා පදය සමාදන් වෙමි)

2. අදින්නාදානා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
   (නොදුන් දෙය ගැනීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂා පදය සමාදන් වෙමි)

3. කාමේසු මිච්චාචාරා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
   (කාමයෙහි වරදවා හැසිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂා පදය සමාදන් වෙමි)

4. මුසාවාදා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
   (බොරු කීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂා පදය සමාදන් වෙමි)

5. සුරාමේරය මජ්ජපමා දට්ඨානා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි
   (සුරාපානය කිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂා පදය සමාදන් වෙමි)

පංච ශීලයෙහි සාමාජික අගය

අප ජීවත් වන සමාජය සකස් වී ඇත්තේ පුද්ගලයින් සමූහයකගේ එකතුවකිනි. එහි ජීවත් වන සෑම පුද්ගලයකුට ම විවිධ අවශ්‍යතා පවතී. එම අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමේ දී අන් අයට හිරිහැර නොවන ලෙස කටයුතු කිරීම ඉතා වැදගත් ය. සමාජයක යහපැවැත්ම එමගින් ආරක්ෂා වේ. ඒ සඳහා සියලු දෙනා ගරු කරන පිළිගත් ඉගැන්වීමක් හෝ නීති රීති මාලාවක් තිබිය යුතු ය. පංච ශීල ප්‍රතිපත්තිය එසේ පිළිගෙන අනුගමනය කළ හැකි ලොව සියලු දෙනාට ම පොදු ඉගැන්වීමකි. යහපත් සමාජයක් සකස් වීම සඳහා පංච ශීල ප්‍රතිපත්තිය හේතු වන ආකාරය විමසා බලමු.

පළමු ශික්ෂා පදය ආරක්ෂා කරන්නා සියලු දෙනාගේ ජීවත් වීමේ අයිතිය සුරක්ෂිත කරයි. පරපණ නැසීමෙන් හා හිංසනයෙන් වැළකීමට පංච ශීලය සමාදන් වන සියලු දෙනා අදිටන් කර ගත යුතු ය. ලොව උපන් සියලු මිනිස්සු හිංසා පීඩාවන්ගෙන් තොර ව ජීවත් වීමට කැමැති වෙති. ඒ සඳහා

සියලු දෙනාට අයිතියක් ඇත. පරපණ නැසීම බරපතල වරදකි. එමගින් අන් අයගේ ජීවත් වීමේ අයිතිය උදුරා ගනී. එකිනෙකා විනාශ කර ගන්නා සමාජයක පැවැත්ම කෙබඳු ද යි අප සිතා බැලිය යුතු ය. එවැනි සමාජයක පැවැත්ම කෙටි කලකින් බිඳ වැටෙනු ඇත. අන් අයගේ ජීවිතවල වටිනාකම දන්නා පුද්ගලයා කිසිවෙකුට හිංසා නොකරයි; සැම දෙනාගේ ම ජීවිතවලට ගරු කරයි. රූපවාහිනී පුවත්පත් ආදී ජනමාධ්‍ය ඔස්සේ නොයෙක් ආකාරයෙන් හිංසා හා ප්‍රචණ්ඩකාරී ක්‍රියා සිදුවන බව අපට නිතර අසන්නට දකින්නට ලැබේ. නිවස තුළ සාමය බිඳවැටීමට මෙන් ම රටවල් අතර යුදගැටුම්වලට ද හේතුව මෙම සිල් පදය කඩ කිරීම ය. ලෝකවාසී සියලු දෙනාට ම සාමය උදා කළ හැකි හොඳ ම ක්‍රමය ප්‍රාණඝාතයෙන් ඈත් වීම ය. කුඩා කල සිට අන් අයට හිරිහැර කිරීමෙන් වැළකී සිටීමට අප උත්සාහ කළ යුතු ය. නිවසේ දී අන් අයට හිරිහැර නොවන ලෙස සිටීමට ද පාසලේ දී සහෝදර සිසුන්ට කිසිදු ආකාරයක හිරිහැරයක් නොවන පරිදි කටයුතු කිරීමට ද අදිටන් කර ගත යුතු ය. බුදු දහමට අනුව සියලු සතුන් කෙරෙහි කටයුතු කළ යුත්තේ මවක තම එක ම දරුවා රැක බලා ගන්නා ආකාරයෙනි. පොදුවේ සියලු දෙනා මෙම සිල් පදය ආරක්ෂා කළහොත් බිය සැක නොමැති සාමකාමී සමාජයක කොටස්කරුවන් වීමට අප සැමට හැකියාව ලැබේ.

සැම දෙනා ම තමාට අයත් සම්පත් සුරක්ෂිත ව පරිහරණය කිරීමට කැමැති වෙති. අන් කිසිවෙකු තම වස්තුව පැහැර නොගනු ඇතැයි විශ්වාසය ඇති කර ගැනීමට නම් සමාජයේ සියලු දෙනා අදින්නාදානයෙන් වැළකිය යුතු වේ. සොරකම බහුල සමාජයක සිය වස්තුව ආරක්ෂා කිරීමට වැඩි ආයාසයක් දැරීමට සිදු වේ. එනිසා වෙහෙස මහන්සි වී උපයා ගැනීමට උනන්දුව අඩු වේ. සොරකම නොමැති සමාජයක සියලු දෙන වෙහෙස මහන්සි වී වැඩියෙන් ධනය උපයා ගැනීමට උත්සාහ දරති.

අන් සතු දේ සොර සිතින් නොගැනීම, මංකොල්ල කෑමෙන් වැළකීම ප්‍රධාන වශයෙන් මෙම ශික්ෂාපදයෙන් පෙන්වා දෙයි. වර්තමානයේ විවිධ ආකාරයේ වංචා සහගත කටයුතු බහුල ව සිදු වන බව පෙනේ. ඒ සියල්ලෙහි අවසන් ඉලක්කය අන් අය රවටා ඔවුන් සතු දේ පැහැර ගැනීම ය. උපයා ගත් වස්තුව රැක ගැනීමට නොහැකි සමාජයක සාමකාමී බව ආරක්ෂා නොවේ. සියලු දෙනා එකිනෙකාගේ දේපළ සොරා ගතහොත් සියලු දෙනාට ම දේපළට ඇති අයිතිය තහවුරු නොවනු ඇත. එවැනි සමාජයක ජීවත් වීමට අප කිසිවෙකු කැමැති නැත. එමගින් පුද්ගලයා, සමාජය මෙන් ම රටක් වුව ද විනාශයට පත් විය හැකි ය. සොරකමින් ඈත් වන පුද්ගලයා අන් අයගේ දේපළ අයිතිය ආරක්ෂා කරයි. සියලු දෙනාට සිය දේපළ ආරක්ෂා කර ගත හැකි සමාජයක සතුටින් ජීවත් විය හැකි ය. එමගින් යහපත් මානව සබඳතා පවත්වා ගත හැකි ය. දහඩිය මහන්සියෙන් උපයා ගැනීමට ද ඒවා ආරක්ෂා කර ගැනීමට ද සියලු දෙනාට අයිතියක් ඇත. අන් අයගේ දේපළ පැහැර ගැනීම මිනිස් සමාජයේ ආරම්භයේ සිට ම වැරැදි සහගත ක්‍රියාවක් ලෙස සම්මත ව ඇත. අප දෙවන සිල් පදය සමාදන් වීම මගින් හදවත සමග ඇති කර ගන්නා ගිවිසුමක් ඇත. එනම්, අන් සතු වස්තුව පැහැර නොගන්නා බව ය. එය සමාජය වෙනුවෙන් අප ලබා දෙන පොරොන්දුවකි.

කාම මිථ්‍යාචාරය යනු ප්‍රධාන වශයෙන් විවාහක කාන්තාවක හෝ පුරුෂයකු වෙනත් පුරුෂයකු හෝ කාන්තාවක සමග අසම්මත කායික ඇසුරක් පැවැත්වීමයි. ශිෂ්ටසම්පන්න සමාජය වැරැදි කාමසේවනය අනුමත නොකරයි. අතීත සමාජවල ද කාම මිථ්‍යාචාරය අශීලාචාර ක්‍රියාවක් ලෙස සලකා ඇත. සමාජයට යහපත් දූ දරුවන් බිහි වන්නේ පවුල තුළ සාමකාමී පරිසරයක් ඇති විට ය. කාමයෙහි වරදවා හැසිරීමෙන් පවුල් ජීවිතය විනාශ වනු ඇත. පවුල සමාජයක මූලික ඒකකයයි. පවුලේ ස්ථිරසාර බව රැකෙන්නේ ආදරය කරුණාව දයාව ආදි ගුණාංග නිසා ය. අඹුසැමියන් ලෙස එකිනෙකා අතර විශ්වාසය පලුදු වුවහොත් පවුල තුළ වැඩෙන දරුවන්ට ද විවිධ ගැටලු ඇති වේ.

එසේ සමාජයට පැමිණෙන දරුවා අන් අයට හානි පමුණුවයි. වැරැදි කාම සේවනයේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස භයානක සමාජ රෝගවලට ද මුහුණ දීමට සිදු වීම වර්තමානයේ බරපතල සමාජ ප්‍රශ්නයකි. සමාජ සම්මත සීමා තුළ මිනිසුන්ගේ මානසික හා කායික අවශ්‍යතා සුරක්ෂිත වන පරිදි විවාහ ජීවිතයක් ගත කිරීමට බුදු දහමින් බාධාවක් නොමැත. විවාහ ජීවිතයට එළඹීමෙන් පසු අඹුසැමියන් ලෙස ඔවුනොවුනට විශ්වාසයෙන් හා සෙනෙහසින් වාසය කළ යුතු අයුරු බුදු දහමෙහි පෙන්වා දී ඇත. එවිට සමාජයට උසස් පුරවැසියන් දායාද කළ හැකි ය.

සමාජයක යහපත් පැවැත්ම සඳහා නිවැරැදි ව අදහස් හුවමාරු කර ගැනීම ද ඉතා වැදගත් ය. මුසාවාදයෙන් වැළකීම හෙවත් අන් අය බොරුවෙන් නොරැවටීමෙන් පෞද්ගලික වශයෙන් හා සාමාජික වශයෙන් සැලසෙන ප්‍රයෝජන රැසකි. සත්‍ය වචන කතා කරන සමාජයක එකිනෙකා පිළිබඳ විශ්වාසය තහවුරු වේ. සිදුහත් කුමරු කිසි දිනෙක බොරු බස් පවසා නොතිබූ නිසා පස්වග තවුසෝ උන් වහන්සේගේ බුද්ධත්වය සැක හැර පිළිගත්හ. ඇත්ත ඇති සැටියෙන් පැවසීම අන්‍යෝන්‍ය විශ්වාසය තහවුරු වීමට හේතු වේ. මහ බෝසතාණන් වහන්සේ පාරමිතා ධර්ම සම්පූර්ණ කළ කාලය තුළ කිසිදු ආකාරයකින් කඩ නොකරමින් සුරැකි ප්‍රතිපත්තිය වූයේ ද බොරුවෙන් වැළකීමයි. බොරු කීම නම් වරද කරන පුද්ගලයාට වෙනත් කළ නොහැකි වරදක් නොමැති බව බුද්ධ වචනයෙහි සඳහන් වේ. බොරු පොරොන්දු ලබා දීම, බොරු ගිවිසුම් ඇති කර ගැනීම, සාවද්‍ය ප්‍රවෘත්ති ප්‍රචාරය කිරීම යනා දී සියල්ල මුසාවාදයට අයත් වේ. නිවැරැදි තොරතුරු නොලැබෙන සමාජයක අවිශ්වාසය රජ කරයි. සමාජමය සබඳතා නිසි පරිදි පවත්වා ගැනීමට නම් සියලු දෙනා සත්‍ය වචන කතා කළ යුතු ය. අන්‍යෝන්‍ය විශ්වාසය සුරක්ෂිත කරගත යුතු ය.

මත් වතුර හා මත් ද්‍රව්‍ය මිනිසා ගේ සිහි නුවණ විකෘති කරයි. ඉහත දැක්වුණ සියලු දුසිරිත් කිරීමට පුද්ගලයා පොළඹවයි. සිහි නුවණ පවත්වා ගන්නා පුද්ගලයා මානව ගරුත්වය ආරක්ෂා කරන බැවින් සොරකම බොරුව ප්‍රාණඝාතාදී අකුසලයන්ගෙන් ඈත් වීමට පෙළඹේ. පවුල් පරිසරය තුළ අඹුදරුවන් හා සාමකාමී ව සතුටින් වාසය කිරීමට එමගින් හැකියාව ලැබේ. මද්‍යසාර පරිහරණයෙන් තොර සමාජය නීරෝගී ය. නීරෝගී සමාජයක් වෙසෙන රටක් ඉක්මනින් සංවර්ධනය වේ. මද්‍යසාර භාවිතය නිසා මෙලොව දී ම ධනය වැනසෙයි. කලකෝලාහල ද ඇති වෙයි. ලැජ්ජා බිය තුරන් වේ. ධනය විනාශ වේ. සිහි නුවණ දුර්වල වේ. කිපෙනසුලු ස්වභාවය වැඩි වේ. සමාජය තුළ අපකීර්තියට පත් වේ. අතීත ජන සමාජය සාමකාමී අයුරින් පැවතියේ

වර්තමානයේ මෙන් ඔවුන් මද්‍යසාරයට ඇබ්බැහි නොවී සිටි නිසා ය. මෙරට පැරැන්නන් මත් වතුර ඉතා පිළිකුල් කළ බව කලක් මෙරට සිරකරුවකු ලෙස සිටි රොබට් නොක්ස් පවා පෙන්වා දී ඇත.

මෙම සියලු කරුණු සමාලෝචනය කළ විට අන්‍යෝන්‍ය විශ්වාසය, සාමකාමී බව, නීරෝගීකම, පංච ශීලය සුරකින සමාජයක් තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රධාන ලක්ෂණ වේ. එනිසා කුඩා කල සිට මෙම සිල්පද ආරක්ෂා කිරීමට අප අදිටන් කර ගත යුතු ය. තමා මෙන් ම සමාජය ද යහපතට යොමු කරවීම පන්සිල් ආරක්ෂා කරන පුද්ගලයාගේ වගකීමක් වේ. සත්ත්ව ඝාතනයෙන් හා හිංසනයෙන් වැළකී සිටිය යුතු ය. හිංසනයේ හා ඝාතනයේ ඇති හානිය එවන් කටයුතු සිදු කරන සම වයසේ යහළුවන්ට හා වැඩිහිටියන්ට පෙන්වා දිය යුතු ය. අන් සතු දේ පැහැර ගන්නවා වෙනුවට පොදු දේපළ හා අන් සතු දේ සුරක්ෂිත කර දීමට හැකි පමණින් කටයුතු කළ යුතු ය. වැරැදි කාමසේවනයෙහි යෙදෙන්නන්ට එහි ආදීනව පෙන්වා දිය යුතු ය. මුසාවෙන් වැළකී සත්‍ය වචන කථා කරමින් සත්‍යගරුක වීමේ වටිනාකම් අන් අයට ද පැහැදිලි කර දිය යුතු ය. මත් වතුර, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් වැළකී ඊට ඇබ්බැහි වූවන් මුදවා ගැනීමට හැකි අයුරින් මැදිහත් වීම ඉතා වැදගත් කටයුත්තකි. වැරැදි කරන පුද්ගලයින් ආරක්ෂා කිරීම ද වැරැද්දක් වන අතර වැරැදි වැඩ දෙස නිහඬ ව බලා සිටීම ද නුසුදුසු කටයුත්තකි. එහෙත් වරදකරුවන්ට එරෙහි විය යුත්තේ සාමකාමී ව හා සිය ආරක්ෂාව පිළිබඳ ව ද සැලකිලිමත් වෙමිනි. සමාජය ම යහපතට යොමු කරවීම පන්සිල් ආරක්ෂා කරන පුද්ගලයාගේ වගකීමක් වෙයි. අප එසේ කටයුතු කිරීමෙන් ගුණගරුක සමාජයක් බිහි වනු ඇත.

අප සියලු දෙනා ම පන්සිල් සුරකින විට අප ජීවත් වන සමාජය හිරිහැර බාධාවලින් තොර සාමකාමී ප්‍රීතිමත් සමාජයක් බවට පත් වේ. සමාජය තුළට ගුණධර්ම ප්‍රවේශ කළ හැක්කේ පුද්ගලයා ඒවා පිළිපැදීමෙනි. පන්සිල් ආරක්ෂා කරන විට බොහෝ ගුණ ධර්ම ආරක්ෂා වේ. නූතන ලෝකය පුරා ම පැතිරී ඇති විසම වූත් අසහනකාරී වූත් පැවැත්ම පන්සිල් රැකීමෙන් මග හැරේ. පන්සිල් රැකීම යනු හුදෙක් ආගමික කටයුත්තක් ම නොවේ. කවර ආගමක් ඇදහුව ද පස් පවින් වළකින, පන්සිල් රකින පුද්ගලයා තමාගේ යහපත මෙන් ම අනුන්ගේ යහපත ද සලසයි. අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් මිනිසුන් අතර විශ්වාසය ද, ශිෂ්ටත්වය ද, සහජීවනය ද, සතුට ද සුරැකෙනුයේ මෙම පිළිවෙත් රකින විට ය.

සාරාංශය

පංච ශීලය යනු ගිහි බෞද්ධයා විසින් අනුගමනය කළ යුතු නිත්‍ය ශීලයයි. පංච දුශ්චරිතයෙහි නියැලීමෙන් පුද්ගල හා සමාජ පරිහානිය උදා වන අතර පංච ශීලය ආරක්ෂා කිරීමෙන් සාමකාමී සමාජයක් බිහි වේ. පංච ශීලයෙහි විරමනය හා සමාදානය යනුවෙන් අංශ දෙකක් ඇති අතර එම අංශ දෙකට ම අයත් වන පරිදි කටයුතු කිරීම නිවැරදි පන්සිල් සුරැකීමේ පිළිවෙත ය. පස් පවින් සිදුවන ආදීනව රැසක් ඇති අතර පන්සිල් සුරැකීමෙන් පෞද්ගලිකවත් සමාජීය වශයෙනුත් ලැබෙන ආනිශංස රැසකි.

ක්‍රියාකාරකම

1. සිල්පද පහ ඒවායේ තේරුම් ද සමග අනුපිළිවෙළින් ලියන්න.
2. පංච ශීලය සුරැකීමෙන් සමාජයට සිදුවන යහපත කෙටියෙන් පහදන්න.
3. විරතිය හා සමාදානය යනු කුමක් ද යි හඳුන්වන්න.
4. පන්සිල් සුරැකීමේ දී යොමුවිය යුතු අංශ තුන ලියන්න.

පුහුණුවට

ඒකංධම්මං අතීතස්ස - මුසාවාදිස්ස ජන්තුනෝ
විතිණ්ණ පරලෝකස්ස - නත්ථි පාපං අකාරියං