

කොළඹ 7, ජාත්‍යන්තර විපක්ෂනා භාවනා මධ්‍යස්ථානයට ඔබව හදාරයෙන් පිළිගනිමු !

2018 දුරකතන මස වැඩි සටහන් සංග්‍රහය

සම්බන්ධතා සහ අත්‍යවශ්‍ය දුරකතන සහ සම්මුතියක් සඳහා - ශීල
 කුසලය සහ උපදේශන කුසල් දැනුම උපදවා - සමාධි
 සවිභවය ජීවිතයේ දැනුම සහ පවිත්‍ර කර ගැනීම - ප්‍රඥා
 ජීවන බුද්ධිමත් ආයතන මෙය බුද්ධි ආයතනයයි.

කුසල් සිත් ඇතිවේවා - අකුසල් සිත් දුරුවේවා...

මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිප්‍රසන්නය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමිපාණන්ගේ මෙම මධ්‍යස්ථානයෙහිදී පැවැත්වෙන දුරකතන මස වැඩසටහන් මාලාව

- සෑම මසකම බදාදා, බ්‍රහස්පතින්දා, සිකුරාදා යන දිනවල සවස ප.ව. 6.30 - ප.ව. 8.30 විශේෂ කමටෙන් ධර්ම දේශනා (ජන: 3, 4, 5, 10, 11, 12, 17, 18, 19, 24, 25, 26)
- ජන: 7 (ඉරිදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
- ජන: 14 (ඉරිදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
- ජන: 22 (සඳුදා) සිට ජන: 26 (සිකුරාදා) නේවාසික භාවනා වැඩසටහන
- ජන: 27 (සෙනසුරාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
- ජන: 28 (ඉරිදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 ළමා භාවනා වැඩසටහන

විශේෂ කොන්දේසි

- 1) වැඩසටහන් සඳහා සහභාගිවන්නන් සුදු ඇඳුමෙන් සැරසී පැමිණිය යුතුය.
- 2) සෑම භාවනා වැඩසටහනකටම උතුරු සළුව පැළඳීම අත්‍යවශ්‍යයි.
- 3) සෑම භාවනා වැඩසටහනකදීම උපෝසථ අපේක්ෂා කිරීම සහ අනිවාර්යයෙන් සමාදාන විය යුතුය.
- 4) කාන්තාවන් කලිසම්, සල්වාට්ටලින් සැරසී නොපැමිණිය යුතුය.
- 5) අත් නැති සහ කර පළල උඩ ඇඳුම් නොඇඳිය යුතුය.
- 6) රත්රන් හෝ වෙනත් ආභරණ කිසිවක් නොපැළඳිය යුතුය.
- 7) දුරකතන විසඳීම කර තබා ගත යුතුය.
- 8) නිශ්ශබ්දතාව සුරැකීම විශේෂම කොන්දේසියයි.

හැකි හැම දවස්වලටම සහභාගිවී ගුණදුම් වඩා ගැන්වීම ඔබ හැමව දාරාධනා !

දහවල් දාහ, ගිලන්පස, දේශනා දායකත්ව මෙන්ම දේශකයාණන් වහන්සේලාගේ ගමන් වියදම් සඳහාද ඔබට දායක විය හැකිය.

සියළුම දායකත්ව සඳහා කාශ්‍යපාලයෙන් විමසන්න. දු.අ. 011 2694100 වැඩි විස්තර සඳහා විදුර රණසිංහ මහතා (ගරු සභාපති) දු.අ. 0777 305899, 0718157320 අමතන්න.

මෙයට මෙන් සිතැති

විපක්ෂනා භාවනා මධ්‍යස්ථානය හා විපක්ෂනා භාවනා සංවිධාන මධ්‍යස්ථානය

ශ්‍රී ලංකා ජාත්‍යන්තර විපක්ෂනා භාවනා මධ්‍යස්ථානය
නො. 108, විජේරාම මාවත, කොළඹ 07.

ඊමේල් : Lanvip108@gmail.com දු.අ. 0112694100 වෙබ් : www.lankavipassana.org

පෝය වැඩසටහන් විස්තරය

පෙ.ව. 6.00 - පෙ.ව. 6.50 සිල්සමාදාන කරවීම හා අනුශාසනාව
මධ්‍යස්ථානාධිපති කම්මට්ඨානාචාර්ය අතිප්‍රසන්නය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
 පෙ.ව. 6.50 - පෙ.ව. 8.00 බුද්ධ පූජාව හා භීල දානය
 පෙ.ව. 8.00 - පෙ.ව. 10.30 ධර්ම දේශනාව හා භාවනාව
මධ්‍යස්ථානාධිපති කම්මට්ඨානාචාර්ය අතිප්‍රසන්නය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
 පෙ.ව. 10.30 - පෙ.ව. 12.30 බුද්ධ පූජාව හා දහවල් දාහ විවේකය
 ප.ව. 12.30 - ප.ව. 2.30 ධර්ම දේශනාව හා භාවනාව
කම්මට්ඨානාචාර්ය අතිප්‍රසන්නය එල්ලාවල විජිතනන්ද නාහිමි
 ප.ව. 2.30 - ප.ව. 3.00 ගිලන්පස විවේකය
 ප.ව. 3.00 - ප.ව. 4.30 ධර්ම සාකච්ඡාව
ත්‍රිපිටකාචාර්ය / විනයචාර්ය පුජ්‍ය මතුරුවේ සුදස්සන නාහිමි
මධ්‍යස්ථානාධිපති කම්මට්ඨානාචාර්ය අතිප්‍රසන්නය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
අතිප්‍රසන්නය උඩුදුම්ඹර කෝතික නාහිමි

පෝය ළමා වැඩසටහන

පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 3.00 දක්වා සිලවති දහම් සෙවණ 2 වන පටුමග වික්‍රමසිංහපුර නලවතුගොඩදි ප්‍රවාහන පහසුකම් සැලසේ. කොළඹ 7, විපක්ෂනා භාවනා මධ්‍යස්ථානයේ පිටත්වීම: පෙ.ව. 7.30
 කොළඹ 7, විපක්ෂනා භාවනා මධ්‍යස්ථානයට නැවත පැමිණීම: ප.ව. 3.30

මෙම භාවනා මධ්‍යස්ථානය දෙස විද්‍යුත් මග හැරවෙන වැඩි සිටින පිරිසට බලාපොරොත්තු වෙමිනි. හැම විටම මෙහි ගෞරවය හුරුකොට දෙන හැසිරීම යුතු බව තරයේ සිහි තබාගන්න.

වැඩි කටහන් මාලාව

- ජන: 1(සඳුදා) පෙ.ව. 6.00 - ප.ව. 4.30 දුරකතන පෝය වැඩසටහන
මෙහෙයවීම : ප්‍රවීණ ධර්ම දේශකයාණන් වහන්සේලා
 (දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 6(සෙනසුරාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
තිලුම් භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති උපුල් නිශාන්ත ගමගේ මැතිතුමා
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 7(ඉරිදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
කොළඹ 7, විපස්සනා භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිපුජනීය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 13(සෙනසුරාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
අතිපුජනීය උඩුදුම්ඹර සෝභිත නාහිමි
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 14(ඉරිදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
කොළඹ 7, විපස්සනා භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිපුජනීය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 16(අඟහරුවාදා) සිට ජන: 19(සිකුරාදා) නේවාසික / අනේවාසික භාවනාව
අතිපුජනීය අතුරැඟිරියේ ධම්මවිහාර නාහිමි
 ජන 15 සවස 5.00 බඳවා ගැනීම.(දාන සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 20(සෙනසුරාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 බුදු සුවඳ වැඩසටහන
මෙහෙයවීම : අමාවතුර භාවනා අසපුව
 (ආහාර පාන පිළිගැන්වීම අමාවතුර සංවිධාන කමිටුව මගිනි.)
- ජන: 21(ඉරිදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
තිස්සරණ වන ආරණ්‍ය සේනාකාධිපති කම්මට්ටිනාචාර්ය අතිපුජනීය උඩුරිගම ධම්මජීව නාහිමි
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 22(සඳුදා) සිට ජන: 26 (සිකුරාදා) නේවාසික භාවනාව
කොළඹ 7, විපස්සනා භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිපුජනීය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
 ජන 21 සවස 5.00 බඳවා ගැනීම.(දාන සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 27(සෙනසුරාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 එක්දින භාවනා වැඩසටහන
කොළඹ 7, විපස්සනා භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිපුජනීය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 28(ඉරිදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 ළමා භාවනා වැඩසටහන
කොළඹ 7, විපස්සනා භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිපුජනීය උඩුදුම්ඹර කාශ්‍යප නාහිමි
වයස අවු: 12 ට වැඩි දරුවන් සඳහා විශේෂයි. (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන: 31(බදාදා) පෙ.ව. 6.00 - ප.ව. 4.30 නවම් පෝය වැඩසටහන
මෙහෙයවීම : ප්‍රවීණ ධර්ම දේශකයාණන් වහන්සේලා
 (දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)

විශේෂ වැඩි කටහන්

- ජන 1, 8, 16, 24, 31 පෝය වැඩිකටහන්
 2018 වසර පුරාම හතරපෝය සඳහාම සිල් සමාදන්කරවීම මෙම ස්ථානයේදී සිදු කෙරේ.
 හැකි සෑම අවස්ථාවකටම සහභාගිවන්න.
- සෑම බදාදා සහ මුහුණත්දායක කමටහන් දේශනා
 ප.ව. 6.00 සිට ප.ව. 8.00 දක්වා පැවැත්වෙන භාවනා වැඩසටහන් මාලාව.
- ජන 5, 12, 19, 26 ප්‍රායෝගික ජීවිතයට බුදු බණ
 සෑම සිකුරාදාදා ප.ව. 6.00 සිට ප.ව. 8.00 දක්වා
 ප්‍රවීණ ධර්මදේශකයාණන් වහන්සේලා විසින් පවත්වනු ලබයි.
 (ධර්ම දේශනා දායකත්ව භාරගත හැකිය.)
- ජන 9, 17, 25 පෙ.ව. 5.00 - පෙ.ව.6.00 කැළණිය උපාසක දානය
එක් අයෙකුට ලබාදෙන දාන දවස :
 තම්බපු කඩල පැකට් 01, එළවළු බනිස් 01, ක්‍රිමිකුකර් බිස්කට් 02, චීස් චෙජ්ස් 01,
 සීනි කෙසෙල් ගෙඩියක්, සිද්ධාලේප 01, කිරිනේ එකක් සහ පැනඩෝල් කාඩ් 01ක්.
 (දිනකට 160ක් පමණ සිල් සමාදන් වේ. කැමති පිංචතුන්ට දායක වීමටද සහභාගිවීමටද හැක.
 ඉහත සඳහන් ද්‍රව්‍ය හෝ කිරිපිටි, සීනි, තේකොළ හෝ මුදුල් ආධාර ලබාදිය හැක)
- ජන 20 (සෙනසුරාදා) පෙ.ව 5.00ට සත්ත්ව අහස දාන පිංකම
 ගවයන්, එළුවන්, කුකුල්ල, කකුළුවන් මරණයෙන් නිදහස් කර ගැනීමේ උනුම් පිංකමට
 ඔබට ද දායකවිය හැකිය.
 කාර්යාලයට මුදල් ගෙවා ගවයන් නිදහස් කර ගැනීමේ කුචිනාන්සියක් ලබා ගත හැක.
- සෑම සෙනසුරාදා සහ සඳාදා දිනකම පෙ.ව. 6.00 සිට සංඝයා වහන්සේලා ගිලානෝපස්ථානය,
 ඔෂඨීය සත්කාරය හා පැන්පහසුව මෙම භාවනා මධ්‍යස්ථානයේදී සිදු කෙරේ.

සිලවති දහම් සෙවණ 2 වන පවුග විකුමසිංහපුර, තලවතුගොඩ

අතිපුජනීය කම්මට්ටිනාචාර්ය වල්ලාවල විජිතනන්ද නාහිමිපාණන්ගේ විශේෂ භාවනා වැඩසටහන්

ජන: 3, 10, 14, 17, 21, 31 පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 හුදකලා භාවනාව ප්‍රගුණ කිරීම
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)

ජන: 13 (සෙනසුරාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 ආධුනික එක් දින භාවනා වැඩසටහන (සිංහල)
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)

ජන: 20(සෙනසුරාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.00 ආධුනික එක්දින භාවනා වැඩසටහන (ඉංග්‍රීසි)
 ජාත්‍යන්තර පාසල් දරුවන් සඳහා විශේෂයි. (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)

ජන: 23 (අඟහරුවාදා) - ජන: 24 (බදාදා) නේවාසික භාවනා වැඩසටහන
 ජන 22 සවස 5.00 බඳවා ගැනීම. (දාන සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ -දායකත්ව භාරගත හැකිය.)

ජන: 30 (අඟහරුවාදා) පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 අනේවාසික භාවනා වැඩසටහන
 (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)

ජන: 26, 27, 28 පෙ.ව. 8.00 - ප.ව. 4.30 නේවාසික/ අනේවාසික භාවනා වැඩසටහන
තිලුම් භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති උපුල් නිශාන්ත ගමගේ මැතිතුමා
 ජන 25 සවස 5.00 බඳවා ගැනීම. (දහවල් දානය සහ ගිලන්පස පිළිගැන්වේ - දායකත්ව භාරගත හැකිය.)