2022 වර්ෂයේ අහිමි වූ කාලය සඳහා ප්‍රතිසාධන සැලැස්ම (Recovery Plan for Learning Loss - 2022)

- 10 ශ්‍රේණිය

(10 ශ්‍රේණියේ පළමු වාරයේ කාලච්ඡේද 13ක් ද දෙවන හා තෙවන වාරවල කාලච්ඡේද 18ක් ද බැගින් කාලච්ඡේද 49ක් සඳහා ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය පවත්වාගෙන යාමට මෙම සැලැස්ම සකස් කර ඇත.)

පළමු වාරය

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
10 ශ්‍රේණිය තුන්වන වාරයෙන් තෝරා ගත් ඉගෙනුම් පල සහ පාඩම්						
	දේව ස්වරූපය හා සමානකම දරන මිනිස් ජීවිතය සුරැකීමට කැපවෙයි.	• පස්වන පණතට අනුව ඉටු කළ යුතු හා පිටුදැකිය යුතු දෑ වගුගත කරයි. • මිනිස් දිවිය දෙවියන් වහන්සේට පමණක් අයිති බව පිළිගනියි. • පස්වන පණතට අනුව ගොනු කර ගත් කරුණු නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි • මිනිස් දිවිය සුරකියි. • අන් අයගේ ජීවිතවලට ගරු කරයි	• මිනිසාගේ උතුම්කම - දේව ස්වරූපය හා සමානකම (උත්පත්ති 1/27 - 28) • ජීවන හුස්ම ලැබීම (උත්පත්ති 2/7) • ජීවිතයට ගරු කිරීමේ වැදගත්කම(ක.ස.ධ. 2259 - 2 62) • තම ජීවිතය සුරැකීම - මත්ද්‍රව්‍ය, මත්පැන්, දුම්වැටි (ක.ස.ධ. 2288 - 2291) • පස්වන පණතට විරුද්ධව ක්‍රියාකරන අවස්ථා මිනිස් ඝාතන ,වාර්ගික සමූල ඝාතන, ගබ්සාව ,සියදිවි නසා ගැනීම , මානසික හා ශාරීරික වධ හිංසා ,සිරගත කිරීම, රටින්		18 පාඩම - **මානව සම්පත සුරකිමු**	3

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
			පිටුවහල් කිරීම, දරුවන් හා ස්ත්‍රීන් විකිණීම, ගණිකා වෘත්තිය, වහල්භාවය , ශ්‍රමය සූරාකෑම, චරිත ඝාතනය • ගබ්සාව (ක.ස.ධ. 2270 - 2275) • සියදිවි නසා ගැනීම (ක.ස.ධ. 2280 - 2283)			
	සිතින් හා කයින් නිර්මල දිවි පෙවෙතක් ගත කරයි.	• භය හා නවය පණත් අනුව ජීවත් වන ආකාරය ගොනු කරයි. • භය හා නවය පණත් ආරක්ෂා කර ගැනීමට සිත පාලනය කර ගත යුතු බව පිළිගනියි. • භය හා නවය පණත් අනුව ජීවත් වන ආකාරය නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • සිතින් හා ක්‍රියාවෙන් පිරිසිදු ජීවිතයක් ගත කරයි. • අන් අයට ශුද්ධවන්ත පිවිතුරු ජීවිතයක් ගත කිරීමට උදව් කරයි.	• ව්‍රත ශුද්ධිය (ක.ස.ධ. 2337 - 2345) • ව්‍රත ශුද්ධියට විරුද්ධ ක්‍රියාවන් 1. රාගය (ක.ස.ධ. 2351) 2. ස්වයං වින්දනය (ක.ස.ධ. 2352) 3. කාම මිත්‍යාචාරය (ක.ස.ධ. 2353) 4. අසභ්‍ය පතපොත හා දර්ශන , අසභ්‍ය වචන භාවිතය (ක.ස.ධ 2354) 5. ගණිකා වෘත්තිය (ක.ස.ධ. 2355) 6. ස්ත්‍රී දූෂණ (ක.ස.ධ. 2356) 7. සමලිංගික සේවනය (ක.ස.ධ. 2357 - 2359) 8. විවාහ පොරොන්දු සුරැකීම (ක.ස.ධ. 2364 - 2365)		19 පාඩම - **නිර්මල සිත් ඇත්තෝ භාග්‍යවන්තයෝය**	2
	ජාතියේ සමාජීය හා ආර්ථික වර්ධනයට රුකුලක් වන මානව සම්පත් සංවර්ධනයේදී පෞද්ගලික දේපල කාර්යක්ෂමව භාවිත කරයි.	• පෞද්ගලික දේපල පිළබඳ ව ශුද්ධ වූ සභා ඉගැන්වීම් ගොනු කරයි. • මිනිසා දේපල සඳහා නොව දේපල දෙවියන් වහන්සේ ලබා දී ඇත්තේ, මිනිසාට සේවය කිරීම සඳහා බව පිළිගනියි.	• පෞද්ගලික දේපල පිළිබඳ කිතුණු සභා ඉගැන්වීම් (ක.ස.ධ. 2402 - 2406) • අන් අයගේ දේපළ සුරැකීම (ක.ස.ධ. 2408 - 2414) • දුප්පතුන්ට ප්‍රේම කිරීම (ක.ස.ධ 2443 - 24491 ජොහාන් 3/17, ක.ස.ධ. 2534)		20 පාඩම - **පෞද්ගලික දේපල ස්වර්ගීය සම්පත් සඳහා**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
		• ශුද්ධ වූ සහා ඉගැන්වීම් අනුව, පෞද්ගලික දේපල නිවැරදිව පරිහරණය කිරීම හා එහි ආදීනව පිළිබඳ ව නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • පෞද්ගලික දේපල පරිහරණය කිරීමේ දී පරාර්ථකාමී ව ක්‍රියා කරයි. • පෞද්ගලික දේපලවලින් අන් අයට උදව් කරය				
	සත්‍යයට සාක්ෂි දරමින් සදාචාර සම්පන්න ජීවිතයක් ගත කරයි.	• සත්‍යගරුක සමාජයක් ගොඩනැගීම සඳහා දායක විය හැකි ආකාර පිළිබඳ තොරතුර ගොනු කරයි. • සැමවිට ම සත්‍යවාදී විය යුතු බව පිළිගනියි. • ගොනු කරගත් තොරතුරු නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • සත්‍යයට සාක්ෂි දරයි. • අන් අයගේ රහස් රකියි.	• සත්‍යය තුළ ජීවත්වීම (ක.ස.ධ 2465 - 2470) • සත්‍යයට සාක්ෂි දැරීම (2471 - 2474) • 8 වන පණතට විරුද්ධ පාපයන් (ක.ස.ධ. 2475 -2487) • රහස් රැකීමේ අවශ්‍යතාවය (ක.ස.ධ. 2491)		21 පාඩම - **සත්‍යගරුකව ජීවත් වෙමු**	2
යාච්ඤාවෙන් පෝෂණය ලබා දෙවියන් වහන්සේ හා මනුෂ්‍යයා සමග ගැඹුරු සම්බන්ධතාවක් ගොඩනගා ගනිය	ජනවන්දනා වර්ෂය තුළ සමරන දේව අභිරහස් ජීවත් කරවයි.	• ජනවන්දනා වර්ෂය පිළිබඳ තාරතුරු ගොනු කරයි. • ජනවන්දනා චක්‍රයේ ඇති මංගල්‍යයන් අර්ථවත් ව පැවැත්විය යුතු බව පිළිගනියි. • ජනවන්දනා වර්ෂය තුළ අඩංගු මංගල්‍යයන් වගුගත කර, නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • ජනවන්දනා වර්ෂය තුළ දේව අභිරහස් අර්ථවත් ව සමරයි.	• ජනවන්දනා සමයේ එක් එක් කාලයන් විස්තර කිරීම • එක් එක් සමයට අයිති වර්ණ හා ඒවායේ අර්ථ පැහැදිලි කිරීම.		22 පාඩම - **ජනවන්දනා වර්ෂය**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
		• කණ්ඩායම් තුළ ප්‍රේමයෙන් කටයුතු කරයි.				
	දිව්‍ය පූජාව කිතුනු ජීවිතයේ කේන්ද්‍රය කර ගනියි.	• දිව්‍ය පූජාවේ පිළිවෙත් හතර පිළිබඳ තොරතුරු ගොනු කරයි. • දිව්‍ය පූජාවට නිසි සූදානමකින් සහභාගිවීමට කැමැත්ත පළ කරයි. • දිව්‍ය පූජාවේ එක් එක් පිළිවෙතේ අනු කොටස් පිළිබඳ ව සකස් කරන ලද වාර්තාව නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • දිව්‍ය පූජාවට භක්තියෙන් සහභාගි වෙයි. • කණ්ඩායම් සහයෝගය තුළ ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වෙයි.	• දිව්‍ය පූජාවේ එක් එක් පිළිවෙතේ අනුකොටස් වල අර්ථ විස්තර කිරීම.		23 පාඩම - **දිව්‍ය පූජාව**	3
	කිතුනු සහා සමගිය වෙනුවෙන් කැපවෙයි.	• උත්තම පූජක යාච්ඤාව පිළිබඳ තොරතුරු ගොනු කරයි. • කිතුනු සභා සමගිය වෙනුවෙන් කැපවිය යුතු බව පිළිගනියි. • කිතුනු සභා සමගිය පිළිබඳ ව නිර්මාණාත්මක ඉදිරිපත් කිරීමක් එළි දක්වයි. • පිළිගත් සභා සමග සමගියෙන් කටයුතු කරයි.	• ජුවාම් 17 පරිච්ඡේදය • උත්තම පූජක යාච්ඤාව තුළින් ජේසුස් වහන්සේගේ දූත සේවාව කැටිකර ඇත. • උත්තම පූජක යාච්ඤාවේ කොටස් 3කි. 1. කොටස - තමන් වහන්සේ වෙනුවෙන් යාච්ඤාව (ජුවාම් 17/1 - 5) 2. කොටස - ශ්‍රාවකයන් වෙනුවෙන් යාච්ඤාව (ජුවාම් 17/6 - 19)		24 පාඩම - **උත්තම පූජක යාච්ඤාව**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
		• එක ම සභාවක් ගොඩනැගීමට ක්‍රියා කරයි.	3. කොටස - අනාගත සභාවේ එකමුතුකම වෙනුවෙන් යාච්ඤාව (ජුවාම් 17/ 20 - 26) • කිතුනු සභා එකමුතුව සඳහා කටයුතු කිරීමේ අවශ්‍යතාව • පිළිගත් සභා 7හි නම් • දෙවන වතිකාන මන්ත්‍රණ සභාවේ ප්‍රකාශන 2ක් කිතුනු සභා සමගිය වෙනුවෙන් නිකුත් කර ඇත. • කිතුනු සභා සමගි සතිය (ජනවාරි 18 - 25) • කිතුනු අපේ අරමුණු එකම සභාවක් ගොඩනැගීමයි.			
	යාච්ඤාවෙන් සවිය ලබා දුර්පරීක්ෂා ජය ගනියි.	• මල් උයනේ යාච්ඤාව පිළිබඳ තොරතුරු ගොනු කරයි. • ජේසුස් වහන්සේ මල් උයනේ යාච්ඤාව තුළින් අභියෝග ජය ගැනීමට ශක්තිය ලබාගත් බව පිළිගනියි. • යාච්ඤාවෙන් සවිය ලබා දුර්පරීක්ෂාවෙන් ජය ගන්නආකාරය පිළිබඳ ව නිර්මාණාත්මක ඉදිරිපත් කිරීමක් කරයි. • ජීවිතයේ සෑම අවස්ථාවක දී ම යාච්ඤාවෙන් සවිය ලබා ගනියි.	• මාර්ක් 14/32 - 42 • ගෙත්සෙමනෙහි පිහිටීම. • මල් උයනේ යාච්ඤාවේ කරුණු 3ක් පෙන්නුම් කරයි. 1. ජේසුස් වහන්සේගේ සැබෑ මනුෂ්‍යත්වය 2. දෙවියන් වහන්සේ හා ක්‍රිස්තුන් වහන්සේ අතර ඇති සබැඳියාව 3. උන්වහන්සේගේ දුක් ප්‍රාප්තිය • ජේසුස් වහන්සේ මල් උයනේ යාච්ඤාව තුළින් අභියෝග ජයගැනීමට ශක්තිය ලබාගත් සේක. නමුත් අපෝස්තුලුවරු යාච්ඤාවෙන් ශක්තිය ලබා නොගත් නිසා පරීක්ෂාවට		25 පාඩම - **මල් උයනේ යාච්ඤාව**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
		• කණ්ඩායම් සහයෝගය තුළ ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වේ.	වැටීම. (පලායාම, කණ කපා දැමීම, නාදුනන බව පැවසීම)			
එකතුව						18