



රිදීකන්ද ආරණ්‍ය සේනාසනය  
උඩසීරිය, මාතලේ

Rideekanda Forest Monastery, Udasgiriya, Matale, Sri Lanka

**අයදුම්පත: රිදීකන්ද ආරණ්‍ය සේනාසනයේ භාවනා වැඩසටහන**

කාල සීමාව : දින **07**

දිනය : (...../...../.....) සිට (...../...../.....)

නම : .....

ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය : .....

ලිපිනය : .....

.....

සම්බන්ධතා අංකය : .....

**WhatsApp** අංකය : .....

**මෙම භාවනා වැඩසටහනට සහභාගි වීමට ඇති ප්‍රධාන හේතුව:**

(කරුණාකර ඔබේ ප්‍රධාන හේතුවට අදාළ කොටුව ටික් කරන්න)

- බුදු දහම සහ භාවනා ක්‍රම අධ්‍යයනය කිරීම
- මානසික ජීවිතය සහ අවජීවිතය පාලනය කිරීම
- අභ්‍යන්තර සාමය වර්ධනය කිරීම සහ මනෝසංයම වර්ධනය
- මානසික හැඟීම් හඳුනා ගැනීම සහ පාලනය
- වෙනත් (කරුණාකර සඳහන් කරන්න): .....

**ඔබ මීට පෙර භාවනා විවේකයකට සහභාගි වී තිබේද? ඔව් / නැත**

ඔව් නම්, කරුණාකර කෙටි විස්තර සපයන්න:.....

**හදිසි ඇමතුම්:**

නම:..... සම්බන්ධය:..... .. ඇමතුම් අංකය: .....

**Contact:**  
Rideekanda Forest Monastery, Udasgiriya, Matale., Sri Lanka.  
**Web:**  
www.rideekanda.com  
**Email:**  
rideekanda@gmail.com  
**Tel:**  
+94742252980



රිදීකන්ද ආරණ්‍ය සේනාසනය  
උඩස්තීරිය, මාතලේ

Rideekanda Forest Monastery, Udasgiriya, Matale, Sri Lanka

**සෞඛ්‍ය තොරතුරු:**

- ඔබට පසුගිය අවුරුදු 3 තුළ දිගුකාලීන ශාරීරික රෝගී තත්වයක් තිබී තිබේද? (උදා: දණ ගැටලු, මස්පේශි ගැටලු, හෘදයාබාධ, ආදිය)  
ඔව් නම්, එයට ලබා ගන්නා ඖෂධ නාමය: .....
- ඔබට පසුගිය අවුරුදු 3 තුළ මානසික රෝගී තත්වයක් තිබී තිබේද? (උදා: ආතතිය, විශාදය ආදී මානසික රෝග ආදිය)
  - ඔව් නම්, එයට ලබා ගන්නා ඖෂධ නාමය: .....
- ඔබ පසුගිය අවුරුදු 3 තුළ මත්පැන්, මත්ද්‍රව්‍ය හෝ වෙනත් මත්පිට වස්තු භාවිතා කර ඇතිද?
  - ඔව් නම්, කරුණාකර විස්තර සඳහන් කරන්න: .....

**විශේෂ සටහනක්:**

මෙම විපස්නා භාවනා වැඩසටහන, වර්තමානයේ මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රතිකාරයකට ලක් වන හෝ මානසික ඖෂධ භාවිතා කරන පුද්ගලයන් සඳහා සුදුසු නොවිය හැක. අයදුම් කිරීමට පෙර ඔබේ වෛද්‍යවරුන්ගේ උපදෙස් ලබා ගැනීම යෝජනා කරමි.

මම රිදීකන්ද ආරණ්‍ය සේනාසනයේ මාර්ගෝපදේශ අනුගමනය කරමින්, භාවනා වැඩසටහන කැපවීමෙන් සිදු කිරීමට පොරොන්දු වෙමි.

**වැඩසටහනට සහභාගී වීම නහවුරු කිරීම සහ අවලංගු කිරීම:**

- මගේ අයදුම්පත පිළිගැනීමෙන් පසු, පොරොන්දු වූ නිශ්චිත දිනයන් තුළ වැඩසටහනට සහභාගී වීමට කාරුණීක වෙමි.
- කිසියම් හේතුවක් නිසා මට සහභාගී වීමට නොහැකි වුවහොත්, හැකි ඉක්මනින් රිදීකන්ද ආරණ්‍ය සේනාසනයට දන්වා සිටීමට කාරුණීක වෙමි. මෙම වැඩසටහනට සහභාගී වීමට අපේක්ෂා කරන වෙනත් පුද්ගලයෙකුට එම මහඟු අවස්ථාව ලබා ගැනීමට ඉඩ සලසයි.

**අත්සන:**

.....  
**(අයදුම්කරුගේ නම):**

දිනය: .....

ජාතික හැඳුනුම්පත් අංකය: .....

කරුණාකර ඔබගේ සම්පූර්ණ කරන ලද අයදුම්පත **rideekanda@gmail.com** වෙත හෝ **WhatsApp** හරහා **+94 74 225 2980** ට එවන්න.

**Contact:**  
Rideekanda Forest Monastery, Udasgiriya, Matale., Sri Lanka.  
**Web:**  
www.rideekanda.com  
**Email:**  
rideekanda@gmail.com  
**Tel:**  
+94742252980