

# Table of Contents

Enlightenment.....	2
Four Fruits.....	2
Eight Persons of Enlightenment.....	2
Four Factors of a Stream Entrant.....	2
Four Factors Leading to Stream Entry.....	2
Qualities of the Triple Gem.....	3
Qualities of the Buddha.....	3
Qualities of the Dhamma.....	3
Qualities of the Saṅgha.....	3
Bodhipakkhiyādharmā.....	4
Four Establishment of Mindfulness.....	4
Four Right Efforts.....	4
Four Bases for Spiritual Power.....	4
Five Faculties.....	4
Five Powers.....	5
Seven Factors of Enlightenment.....	5
Noble Eightfold Path.....	5
Gifts.....	5
Fourteen Types of Gifts to an Individual.....	5
Seven Gifts to a Group.....	6
Four Ways of Purifying Dana.....	6
31 Realms of Existence.....	7
The Formless Worlds.....	7
The Form World - The Worlds of the High Divinities.....	7
The Pure Abodes.....	7
The Brahma worlds.....	7
The Sensuous World - The Worlds of the Gods.....	8
Four Planes of Misery.....	8
Training Rules.....	8
Five Training Rules.....	8
Eight Training Rules.....	8
Tenth Precept.....	9
Ten Unwholesome Actions.....	9
Three Bodily conduct.....	9
Four Verbal.....	9
Three Mental.....	9
Misc.....	10
Five Aggregate of Clinging.....	10
Five Aggregates.....	10
Four Elements.....	10
Ten Fetters.....	10
Five Hindrances.....	10
Six Classes of Feeling.....	11
Dependent Origination.....	11

<b>Enlightenment</b>	
<b>Four Fruits</b>	මාර්ග ඵල
1. stream entrant	සෝවාන්, සෝතාපන්න
2. once returner	සකදාගාමී
3. non-returner	අනාගාමී
4. arahant	රහතන් වහන්සේ, අරිහන්
<b>Eight Persons of Enlightenment</b>	ආර්ය පුද්ගලයින් අට දෙනා
1. One who is practicing the way to achieve the fruit of Stream-Entry	සෝවාන් ඵලය පිණිස මාර්ගයේ ගමන් කරන ශ්‍රාවකයා
2. Stream-Enterer	සෝවාන් ශ්‍රාවකයා
3. one who is practicing the way to achieve the fruit of Once-Returning	සකදාගාමී ඵලය පිණිස මාර්ගයේ ගමන් කරන ශ්‍රාවකයා
4. Once-Returner	සකදාගාමී ශ්‍රාවකයා
5. one who is practicing the way to achieve the fruit of Non-Returning	අනාගාමී ඵලය පිණිස මාර්ගයේ ගමන් කරන ශ්‍රාවකයා
6. Non-Returner	අනාගාමී ශ්‍රාවකයා
7. one who is practicing the way to achieve the fruit of Arahantship	අරහන් ඵලය පිණිස මාර්ගයේ ගමන් කරන ශ්‍රාවකයා
8. Arahant	රහතන් වහන්සේ
<b>Four Factors of a Stream Entrant</b>	සෝතාපන්නි අංග සෝතාපන්න කෙනෙකු තුළ පිහිටන අංග [SN12.41]
1. unshakeable confidence in the Buddha	බුදුරජාණන් වහන්සේ ගැන නොසෙල්වෙන ප්‍රසාදය
2. unshakeable confidence in the Dhamma	ධර්මය ගැන නොසෙල්වෙන ප්‍රසාදය
3. unshakeable confidence in the Sangha	ආර්ය සංඝයා ගැන නොසෙල්වෙන ප්‍රසාදය
4. virtues dear to the noble ones	ආර්යකාන්ත සීලය
<b>Four Factors Leading to Stream Entry</b>	සෝතාපන්නි අංග, සෝතපන්න වීමට අවශ්‍ය අංග [SN55.5]
1. Association with superior persons	සත්පුරුෂයන් ඇසුරු කිරීම
2. Hearing the true Dhamma	ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීම
3. Wise consideration	නුවණින් විමසීම
4. Practice in accordance with the Dhamma	ධර්මානුධම්ම ප්‍රතිපදාව

<b>Qualities of the Triple Gem</b>	
<b>Qualities of the Buddha</b>	බුදු ගුණ
1. Arahant, Worthy One	අරහං
2. supremely enlightened	සම්මා සම්බුද්ධ
3. endowed with knowledge and virtue	විජ්ජවරණ සම්පන්න
4. follower of the Noble Path	සුගත
5. knower of worlds	ලෝකවිදු
6. the peerless trainer of persons	අනුත්තරෝ පුරිසදම්මසාරථී
7. teacher of gods and humans	සත්ථා දේවමනුස්සානං
8. the enlightened teacher	බුද්ධෝ
9. the Blessed One	භගවා
<b>Qualities of the Dhamma</b>	දහම් ගුණ
1. Well taught by the Blessed One is the Dhamma	ස්වාක්ඛාත
2. visible here and now	සන්දිට්ඨික
3. timeless	අකාලික
4. open to all	ඒහිපස්සික
5. learned and applied to oneself	ඕපනයික
6. understood by the wise each for himself	පච්චත්තං චේදිතඛිඛ විඤ්ඤුහි
<b>Qualities of the Saṅgha</b>	සභ ගුණ
1. Of pure conduct is the Order of Disciples of the Blessed One	සුපටිපන්න
2. Of upright conduct is the Order of Disciples of the Blessed One.	උජුපටිපන්න
3. Of wise conduct is the Order of Disciples of the Blessed One.	ඤ්ඤපටිපන්න
4. Of generous conduct is the Order of Disciples of the Blessed One.	සාමීච්චපටිපන්න
5. Those four pairs of persons, the eight kinds of individuals	පුරුස යුගල හතර / පුද්ගලයින්
6. That is the order of disciples of the Blessed One.	ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක සංඝයා
7. They are worthy of offerings	ආභුතොය
8. they are worthy of hospitality	පාභුතොය
9. they are worthy of gifts	දක්ඛිතොය

10. they are worthy of reverential salutations	අඤ්ජලිකරණිය
11. the incomparable field of merit for the world.	අනුත්තරං පුඤ්ඤබ්බත්තං
<b>Bodhipakkhiyādhammā</b>	
<b>Four Establishment of Mindfulness</b>	සතර සතිපට්ඨානාය
1. contemplation of the body	කය ගැන සිතිය පිහිටුවීම කායානුපස්සනාව
2. contemplation of feelings	වේදනාව ගැන සිතිය පිහිටුවීම වේදනානුපස්සනාව
3. contemplation of mind	සිත ගැන සිතිය පිහිටුවීම චිත්තානුපස්සනාව
4. contemplation of Dhamma	ධර්මයන් ගැන සිතිය පිහිටුවීම ධම්මානුපස්සනාව
<b>Four Right Efforts</b>	සතර සම්මපධාන වීරිය
1. Effort to prevent unarisen evil, unwholesome states of mind from arising	නූපන් අකුසල් නූපදවීම පිණිස වීරිය
2. Effort to abandon evil, unwholesome states of mind that have already arisen	උපන් අකුසල් ප්‍රභාණය පිණිස වීරිය
3. Effort to develop wholesome mental states that have not yet arisen	නූපන් කුසල් උපදවීම පිණිස වීරිය
4. Effort to maintain and perfect wholesome mental states already arisen, and not to allow them to disappear, but to bring them to growth, to maturity, and to the full perfection of development	උපන් කුසල් වැඩිදියුණු වීම, පරිපූර්ණ කරගැනීම පිණිස වීරිය
<b>Four Bases for Spiritual Power</b>	ඉර්ධි පාද [SN51]
A bhikkhu develops the basis for spiritual power ...	
1. that possesses concentration due to desire and volitional formations of striving	ජුන්ද සමාධි පධාන සංඛාර සමන්තාගත ඉර්ධි පාදය
2. that possesses concentration due to energy and volitional formations of striving	වීරිය සමාධි පධාන සංඛාර සමන්තාගත ඉර්ධි පාදය
3. that possesses concentration due to determination and volitional formations of striving	චිත්ත සමාධි පධාන සංඛාර සමන්තාගත ඉර්ධි පාදය
4. that possesses concentration due to investigation and volitional formations of striving	විමංසා සමාධි පධාන සංඛාර සමන්තාගත ඉර්ධි පාදය
<b>Five Faculties</b>	පංච ඉන්ද්‍රිය [SN 48:9, 48:10]
1. faculty of faith	ශ්‍රද්ධා ඉන්ද්‍රිය

2. faculty of energy	වීරිය ඉන්ද්‍රිය
3. faculty of mindfulness	සති ඉන්ද්‍රිය
4. faculty of concentration	සමාධි ඉන්ද්‍රිය
5. faculty of wisdom	ප්‍රඥ ඉන්ද්‍රිය
<b>Five Powers</b>	පංච බල [SN 50]
1. power of faith	ශ්‍රද්ධා බලය
2. power of energy	වීරිය බලය
3. power of mindfulness	සති බලය
4. power of concentration	සමාධි බලය
5. power of wisdom	ප්‍රඥ බලය
<b>Seven Factors of Enlightenment</b>	සත්ත/සප්ත බොජ්ඣංග
1. the enlightenment factor of mindfulness	සති සම්බොජ්ඣංගය
2. the enlightenment factor of investigation of Dhamma	ධම්ම විචය සම්බොජ්ඣංගය
3. the enlightenment factor of energy	වීරිය සම්බොජ්ඣංගය
4. the enlightenment factor of rapture	ප්‍රීති සම්බොජ්ඣංගය
5. the enlightenment factor of tranquility	පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගය
6. the enlightenment factor of concentration	සමාධි සම්බොජ්ඣංගය
7. the enlightenment factor of equanimity	උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගය
<b>Noble Eightfold Path</b>	ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය
1. right view	නිවැරැදි දැක්ම, සම්මා දිට්ඨිය
2. right intention	නිවැරැදි කල්පනාව, සම්මා සංකල්පය
3. right speech	නිවැරැදි වචන, සම්මා වාචා
4. right action	නිවැරැදි ක්‍රියාව, සම්මා කම්මන්තය
5. right livelihood	නිවැරැදි දිවි පැවැත්ම සම්මා ආජීවය
6. right effort	නිවැරැදි වීරිය, සම්මා වායාමය
7. right mindfulness	නිවැරැදි සිතිය, සම්මා සතිය
8. right concentration	නිවැරැදි සමාධිය, සම්මා සමාධිය
<b>Gifts</b>	
<b>Fourteen Types of Gifts to an Individual</b>	සුද්ගලික දාන [MN 142]
1. to the Tathāgata, accomplished and fully enlightened	සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට
2. to a paccekabuddha	පසේ බුදුරජාණන් වහන්සේට

3. to an arahant disciple of the Tathāgata	රහතන් වහන්සේට
4. to one who is practicing the way to the realization of the fruit of arahantship	අරහත් ඵලය පිණිස මාර්ගයේ සිටින ශ්‍රාවකයාට
5. to a non-returner	අනාගාමී ශ්‍රාවකයාට
6. to one who is practicing the way to the realization of the fruit of non-return	අනාගාමී ඵලය පිණිස මාර්ගයේ සිටින ශ්‍රාවකයාට
7. to a once-returner	සකදාගාමී ශ්‍රාවකයාට
8. to one who is practicing the way to the realization of the fruit of once-return	සකදාගාමී ඵලය පිණිස මාර්ගයේ සිටින ශ්‍රාවකයාට
9. to a stream-enterer	සෝතාපන්න ශ්‍රාවකයාට
10. to one who is practicing the way to the realization of the fruit of stream-entry	සෝතාපන්න ඵලය පිණිස මාර්ගයේ සිටින ශ්‍රාවකයාට
11. to one outside the Buddha's path who is free from lust for sensual pleasures	බුදු සසුනෙන් බැහැර කාමයන්හි නොඇලුණ කෙනෙකුට
12. to a virtuous ordinary person	සිල්වත් පාඨග්ජන කෙනෙකුට
13. to an immoral ordinary person	දුස්සිල පාඨග්ජන කෙනෙකුට
14. to an animal	තිරිසන් සතෙකුට
<b>Seven Gifts to a Group</b>	සංඝයා උදෙසා දෙන දාන සාංඝික දාන MN142
1. To the community of both monks and nuns headed by the Buddha	බුදුන් ප්‍රමුඛ භික්ෂු-භික්ෂුණී සංඝයා උදෙසා
2. To the community of both monks and nuns after the Tathagata has attained final Nibbana	බුදුන් පිරිනිවන් පෑ පසු භික්ෂු-භික්ෂුණී සංඝයා උදෙසා
3. to a community of monks	භික්ෂු සංඝයා උදෙසා
4. to a community of nuns	භික්ෂුණී සංඝයා උදෙසා
5. saying: "Appoint so many monks and nuns for me from the community"	සංඝයාගෙන් මට මෙපමණ භික්ෂූන් ද භික්ෂුණීන් ද දෙන්න
6. saying: "Appoint so many monks for me from the community"	සංඝයාගෙන් මට මෙපමණ භික්ෂූන් දෙන්න
7. saying: "Appoint so many nuns for me from the community"	සංඝයාගෙන් මට මෙපමණ භික්ෂුණීන් දෙන්න
<b>Four Ways of Purifying Dana</b>	දානය පිරිසිදුවන ක්‍රම
1. the offering that is purified by the giver, not by the receiver.	දායකයා නිසා පිරිසිදුවන ප්‍රතිග්‍රාහකයා නිසා නොවූ දානය

2. the offering that is purified by the receiver, not by the giver.	ප්‍රතිග්‍රාහකයා නිසා පිරිසිදුවන දායකයා නිසා නොවූ දානය
3. the offering that is purified neither by the giver nor by the receiver.	දායකයා නිසාවත් ප්‍රතිග්‍රාහකයා නිසාවත් පිරිසිදු නොවන දානය
4. the offering that is purified both by the giver and by the receiver.	දායකයාත් ප්‍රතිග්‍රාහකයාත් නිසා පිරිසිදු වන දානය
<b>31 Realms of Existence</b>	
<b>The Formless Worlds</b>	අරූප ලෝක
1. The Sphere of Neither-Perception-nor-Non-Perception	නේවසඤ්ඤනාසඤ්ඤයතනය
2. The Sphere of Nothingness	ආකිඤ්චඤ්ඤයතනය
3. The Sphere of Infinite Consciousness	විඤ්ඤ ණඤ්චායතනය
4. The Sphere of Infinite Space	ආකාසඤ්ඤයතනය
<b>The Form World - The Worlds of the High Divinities</b>	රූප ලෝක - බ්‍රහ්ම ලෝක
<b>The Pure Abodes</b>	සුද්ධාවාස
5. The World of the Highest High Divinities	අකනිට්ඨ බ්‍රහ්ම ලෝකය
6. The World of the Clear-sighted High Divinities	සුදස්සි බ්‍රහ්ම ලෝකය
7. The World of the Beautiful High Divinities	සුදස්ස බ්‍රහ්ම ලෝකය
8. The World of the Untroubled High Divinities	අතප්ප බ්‍රහ්ම ලෝකය
9. The World of the High Divinities Steadfast	අච්ඡ බ්‍රහ්ම ලෝකය
10. The Realm of Unconscious Beings	අසඤ්ඤස්ත්තාවාසෝ/අසඤ්ඤ නලය/අසඤ්ඤ ලෝකය
11. The World of the High Divinities of Great Fruit	වේහප්ඵල බ්‍රහ්ම ලෝකය
<b>The Brahma worlds</b>	බ්‍රහ්ම ලෝක
12. The World of the High Divinities of Refulgent Beauty	සුභකිණ්භ බ්‍රහ්ම ලෝකය
13. The World of the High Divinities of Unbounded Beauty	අප්පමාණ සුභ බ්‍රහ්ම ලෝකය
14. The World of the High Divinities of Limited Beauty	පරිත්ත සුභ බ්‍රහ්ම ලෝකය
15. The World of the High Divinities of Streaming Radiance	ආභස්සර බ්‍රහ්ම ලෝකය
16. The World of the High Divinities of	අප්පමාණාභ බ්‍රහ්ම ලෝකය

Unbounded Radiance	
17. The World of the High Divinities of Limited Radiance	පරිත්තාහ බ්‍රහ්ම ලෝකය
18. The World of the Great Brahmās	මහාබ්‍රහ්ම බ්‍රහ්ම ලෝකය
19. The World of the Ministers of Brahmā	බ්‍රහ්මපුරෝහිත බ්‍රහ්ම ලෝකය
20. The World of Brahmā's Retinue	බ්‍රහ්මපාරිසඡ්ඡ බ්‍රහ්ම ලෝකය
<b>The Sensuous World - The Worlds of the Gods</b>	කාම ලෝක
21. The World of those Divinities Wielding Power over the Creation of Others	පරනිමිම්භවසවර්ති දිව්‍ය ලෝකය
22. The World of those Divinities Delighting in Creation	නිමමානරතී දිව්‍ය ලෝකය
23. The World of the Contented Divinities	තුසිත දිව්‍ය ලෝකය
24. The World of Yāma Divinities	යාම දිව්‍ය ලෝකය
25. The World of the Thirty-three Divinities	තාවතිංස දිව්‍ය ලෝකය
26. The World of the Four Great Kings	චාතුම්මහාරාජික දිව්‍ය ලෝකය
27. The World of Human Beings	මනුස්ස ලෝකය
<b>Four Planes of Misery</b>	සතර අපාය
1. hell	නිරය
2. ghost world	ප්‍රේත ලෝකය
3. animal world	තිරිසන් යෝනිය, තිරිසන් ලෝකය
4. asura world	අසුර ලෝකය
<b>Training Rules</b>	
<b>Five Training Rules</b>	ශික්ෂා පද, පන් සිල්, පංච සීලය
1. to abstain from killing beings	සතුන් මැරීමෙන් වැළකීම
2. to abstain from stealing	සොරකමින් වැළකීම
3. to abstain from sexual misconduct	වැරදි කාම සේවනයෙන් වැළකීම
4. to abstain from false speech	බොර කීමෙන් වැළකීම
5. to abstain from intoxicating drinks and drugs causing heedlessness.	මත් පැන් හා මත් ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් වැළකීම
<b>Eight Training Rules</b>	අට සිල්
1. I undertake the training rule to abstain from killing beings.	සතුන් මැරීමෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
2. I undertake the training rule to abstain from stealing	සොරකමින් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි



3. I undertake the training rule to abstain from all sexual activity.	අබ්භමචාරී ජීවිතයෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
4. I undertake the training rule to abstain from false speech.	බොරු කීමෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
5. I undertake the training rule to abstain from intoxicating drinks and drugs causing heedlessness.	මත් පැන් හා මත් ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
6. I undertake the training rule to abstain from eating at improper times.	විකාලයේ ආහාර ගැනීමෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
7. I undertake the training rule to abstain from dancing, singing, music, shows, wearing garlands, using perfumes, and beautifying with cosmetics.	නැටුම්, ගැයුම්, වාදන, විකාර දර්ශන නැරඹුම්, මල් සුවඳ විලවුන් දැරීම, විසිතුරු ලෙස සරසීම ආදියෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
8. I undertake the training rule to abstain from the use of high and comfortable seats and beds.	වටිනා සුබෝපභෝගී ආසන පරිහරණයෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
<b>Tenth Precept</b>	දස සීලය
10. I undertake the training rule of refraining from accepting gold or money	රන්, රිදී, මිලමුදල් පරිහරණයෙන් වැළකීම නම් වූ සිල් පදය සමාදන් වෙමි
<b>Ten Unwholesome Actions</b>	දස අකුසල්
<b>Three Bodily conduct</b>	කායික ක්‍රියා තුන
1. Killing	සතුන් මැරීම
2. Stealing	සොරකම් කිරීම
3. Sexual misconduct	වැරදි කාම සේවනය
<b>Four Verbal</b>	වාචසික ක්‍රියා හතර
1. False speech	බොරු කීම
2. Divisive speech	කේළාම් කීම
3. Harsh speech	පරුෂ වචන කීම
4. Idle chatter	හිස් වචන කීම
<b>Three Mental</b>	මානසික ක්‍රියා තුන
1. Strong greed	අධික ලෝභය
2. Ill will and hate	තරභ
3. Wrong view	මිත්‍යාදාෂ්ඨිය

<b>Misc.</b>	
<b>Five Aggregate of Clinging</b>	පංච උපාදානස්කන්ධය [SN22.22]
1. form aggregate of clinging	රූප උපාදානස්කන්ධය
2. feeling aggregate of clinging	වේදනා උපාදානස්කන්ධය
3. perception aggregate of clinging	සඤ්ඤ උපාදානස්කන්ධය
4. volitional formations aggregate of clinging	සංඛාර උපාදානස්කන්ධය
5. consciousness aggregate of clinging	විඤ්ඤණ උපාදානස්කන්ධය
<b>Five Aggregates</b>	පංචස්කන්ධය
1. form aggregate	රූප ස්කන්ධය
2. feeling aggregate	වේදනා ස්කන්ධය
3. perception aggregate	සඤ්ඤ ස්කන්ධය
4. volitional formations aggregate	සංඛාර ස්කන්ධය
5. consciousness aggregate	විඤ්ඤණ ස්කන්ධය
<b>Four Elements</b>	ධාතූ, සතරමහා ධාතූ
1. earth element	පඨවි ධාතූ, පොළොව ධාතූ
2. water element	ආපෝ ධාතූ
3. heat element	තේජෝ ධාතූ, රස්නය ධාතූ
4. air element	වායෝ ධාතූ
<b>Ten Fetters</b>	දස සංයෝජන
1. identity view	සක්කාය දිට්ඨිය
2. doubt	විචිකිච්ඡාව, සැකය
3. distorted grasp of rules and vows	වැරදි සීල ව්‍රත
4. sensual desire	කාම රාග
5. ill will	ව්‍යාපාද
6. lust for form,	රූප රාග
7. lust for the formless	අරූප රාග
8. conceit	මාන්නය
9. restlessness	උද්ධව්වය
10. ignorance	අවිද්‍යාව
<b>Five Hindrances</b>	නීවරණ
1. sensual desire	කාමාශාව
2. ill will	ව්‍යාපාදය

3. dullness	ඕන හැකිළන බව
and sleepiness	නිදිමත, නිදිබර ගතිය
4. restlessness	උද්ධව්වය
and remorse	කුකුස්, පසුතැවීම
5. doubt	විවිකිච්ඡාව, සැකය
<b>Six Classes of Feeling</b>	විදීමි භය
1. feeling born of eye-contact,	ඇසේ ස්පර්ෂයෙන් හටගන්නා විදීමි
2. feeling born of ear-contact,	කණේ ස්පර්ෂයෙන් හටගන්නා විදීමි
3. feeling born of nose-contact,	නාසයේ ස්පර්ෂයෙන් හටගන්නා විදීමි
4. feeling born of tongue-contact,	දිවේ ස්පර්ෂයෙන් හටගන්නා විදීමි
5. feeling born of body-contact,	කයේ ස්පර්ෂයෙන් හටගන්නා විදීමි
6. feeling born of mind-contact.	මනසේ ස්පර්ෂයෙන් හටගන්නා විදීමි
<b>Dependent Origination</b>	පටිච්ච සමුප්පාදය, භේතුපල දහම
1. ignorance	අවිද්‍යාව
2. formations	සංස්කාර
3. consciousness	විඤ්ඤාණය, දැනීම
4. mentality and materiality	නාම රූප
5. six sense faculties	ආයතන භය
6. contact	ස්පර්ශය
7. feeling	වේදනාව
8. craving	තණ්හාව
9. clinging	බැඳියාම, උපාදානය
10. arranging of kamma	භවය, විපාක පිණිස කර්ම සකස්වීම
11. birth	ඉපදීම, උපත
12. aging	ජරාවට පත්වීම, දිරායාම, වයසට යාම
13. death	මරණය