

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড কর্তৃক প্রকাশিত

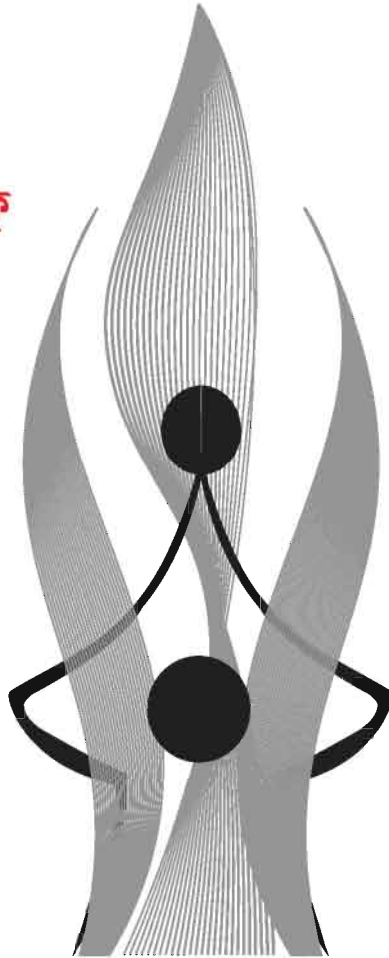
শিক্ষক নির্দেশিকা

বৌদ্ধধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা

প্রথম শ্রেণি

লেখক ও সম্পাদক

নিপুল কান্তি বড়ুয়া
অনুপম বড়ুয়া



জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড, বাংলাদেশ

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড

৬৯-৭০, মতিঝিল বাণিজ্যিক এলাকা, ঢাকা - ১০০০

কর্তৃক প্রকাশিত।

[প্রকাশক কর্তৃক সর্বস্বত্ত্ব সংরক্ষিত]

প্রথম মুদ্রণ : আগস্ট, ২০১৬

চিত্রাঙ্কন

আব্দুল মোমেন মিল্টন

সমন্বয়কারী

ড. আব্দুল আজিজ ফয়সাল

ডিজাইন

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড, বাংলাদেশ

প্রাথমিক ও গণশিক্ষা মন্ত্রণালয়ের অধীন তৃতীয় প্রাথমিক শিক্ষা উন্নয়ন কর্মসূচির আওতায়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার কর্তৃক বিনামূল্যে বিতরণের জন্য

মুদ্রণে: হুনান তিয়ানওয়েন জিনহুয়া প্রিন্টিং কো. লি. হুনান প্রভিন্স, চায়না

প্রসঙ্গ-কথা

প্রাথমিক স্তরের যোগ্যতাভিত্তিক শিক্ষাক্রম দেশের সকল প্রাথমিক বিদ্যালয়ে ১৯৯২ সালে প্রবর্তন করা হয়। শিক্ষাক্রম উন্নয়ন একটি ধারাবাহিক প্রক্রিয়া। এই পরিপ্রেক্ষিতে ২০০২ সালে যোগ্যতাভিত্তিক শিক্ষাক্রম প্রথম বারের মতো পরিমার্জন করা হয়। পরবর্তিতে ‘জাতীয় শিক্ষানীতি ২০১০’ প্রণীত হওয়ার পর ২০১১ সালে প্রাথমিক শিক্ষাক্রম পুনরায় পরিমার্জন করা হয়। প্রাথমিক শিক্ষার লক্ষ্য, উদ্দেশ্য ও প্রাপ্তিক যোগ্যতা থেকে শুরু করে বিষয়ভিত্তিক প্রাপ্তিক যোগ্যতা, শ্রেণিভিত্তিক অর্জন উপযোগী যোগ্যতা ও শিখনফল নতুনভাবে নির্ধারণ করা হয়। শিক্ষার্থীর পরিপূর্ণ বিকাশের বিষয়টিকে এক্ষেত্রে সর্বোচ্চ গুরুত্বের সঙ্গে বিবেচনা করা হয়েছে। পরিমার্জিত নতুন শিক্ষাক্রমের আলোকে ২০১৩ সালে প্রথম থেকে পঞ্চম শ্রেণি পর্যন্ত সারা দেশে নতুন পাঠ্যপুস্তক বিতরণ করা হয়। শিখন শেখানো কার্যক্রমের আধুনিকায়নের লক্ষ্যে পাঠ্যপুস্তকের বিষয়বস্তু উপস্থাপনে সাম্প্রতিক আন্তর্জাতিক পদ্ধতি ও কৌশল অনুসরণ করা হয়েছে। শিক্ষাক্রমের সফল বাস্তবায়নের লক্ষ্যে একই সঙ্গে যেসব বিষয়ের জন্য পাঠ্যপুস্তক রয়েছে সেগুলোর জন্য শিক্ষক সংস্করণ, যেসব বিষয়ে শিক্ষার্থীদের জন্য কোনো পাঠ্যপুস্তক নেই সেগুলোর জন্য শিক্ষক নির্দেশিকা এবং প্রথম ও দ্বিতীয় শ্রেণির পরিবেশ পরিচিতি (সমাজ ও বিজ্ঞান সমন্বিত) বিষয়ের জন্য শিক্ষক সহায়িকা প্রণয়ন করা হয়।

ধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা একটি আবশ্যকীয় বিষয়। তৃতীয়, চতুর্থ ও পঞ্চম শ্রেণিতে বৌদ্ধধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা বিষয়ে শিক্ষার্থীদের জন্য রয়েছে পাঠ্যপুস্তক এবং শিক্ষকের জন্য শিক্ষক সংস্করণ। প্রথম ও দ্বিতীয় শ্রেণিতে বৌদ্ধধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা বিষয়ে শিক্ষার্থীদের জন্য কোনো পাঠ্যপুস্তক নেই তবে শিক্ষকবৃন্দের জন্য রয়েছে শ্রেণিভিত্তিক শিক্ষক নির্দেশিকা। শিক্ষক নির্দেশিকা/সংস্করণে পাঠের বিষয়বস্তু, প্রতিটি অধ্যায়ের জন্য অর্জন উপযোগী যোগ্যতা, শিখনফল, প্রতিটি পাঠের বিষয়বস্তু, পাঠসংশ্লিষ্ট শিখনফল, শিক্ষা উপকরণ, শিখন-শেখানো কার্যাবলি, ধারাবাহিক মূল্যায়নের নির্দেশনা, সামষ্টিক মূল্যায়নের নমুনা প্রশ্ন ও পরিকল্পিত কাজ সংযোজিত হয়েছে। শিক্ষক নির্দেশিকা/সংস্করণের শুরুতে রয়েছে শিক্ষকের জন্য সাধারণ নির্দেশনা। এই নির্দেশনা অনুসরণ করে শিখন-শেখানো কার্যক্রমে শিক্ষার্থীদের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করে শিক্ষক শ্রেণি কার্যক্রম পরিচালনা করবেন। শিক্ষার্থীদের বিষয়সংশ্লিষ্ট জ্ঞান অর্জনের পাশাপাশি ধর্মীয় অনুশাসন চর্চা, নৈতিক গুণাবলি অর্জন, সামাজিক দৃষ্টিভঙ্গি ও মূল্যবোধের বিকাশের বিষয়গুলি শিক্ষক গুরুত্ব সহকারে বিবেচনা করবেন। প্রত্যেক শিক্ষকেরই নিজস্ব শিক্ষণ পদ্ধতি ও পাঠ উপস্থাপনের কৌশল রয়েছে। শিক্ষক তাঁর নিজস্ব চিন্তা-ভাবনার সঙ্গে শিক্ষক নির্দেশিকা/সংস্করণে বর্ণিত নির্দেশনার সমন্বয় সাধন করে শিখন-শেখানো কার্যক্রম পরিচালনা করবেন— এমনটাই প্রত্যাশা করছি।

উল্লেখ্য, শিক্ষক সহায়িকাটি প্রণয়ন, যৌক্তিক মূল্যায়ন ও চূড়ান্তকরণের কাজে বিভিন্ন পর্যায়ে শ্রেণি শিক্ষক, শিক্ষক প্রশিক্ষক, শিক্ষণ বিশেষজ্ঞ, শিক্ষাক্রম বিশেষজ্ঞ ও বিষয় বিশেষজ্ঞগণ অংশগ্রহণ করেছেন। শিক্ষক সহায়িকাসমূহ শ্রেণিকক্ষে শিখন-শেখানো কার্যক্রম পরিচালনার জন্য উপযোগী হয়েছে কি না তা যাচাই করার জন্য ২০১৫ শিক্ষাবর্ষে দেশের সাতটি বিভাগের মোট ৩০টি প্রাথমিক বিদ্যালয়ে ট্রাই আউট সম্পন্ন করা হয়েছে।

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ডের প্রাথমিক শিক্ষাক্রম উইং এর প্রত্যক্ষ তত্ত্বাবধানে শিক্ষক নির্দেশিকা/সংস্করণটি প্রণীত হয়েছে। এটি রচনা, সম্পাদনা, যৌক্তিক মূল্যায়ন ও পরিমার্জন থেকে মুদ্রণ পর্যন্ত যাঁরা মেধা এবং শ্রম দিয়েছেন তাঁদের সকলকে জানাই আন্তরিক ধন্যবাদ। যাঁদের জন্য এটি প্রণীত ও প্রকাশিত হলো, অর্থাৎ প্রাথমিক বিদ্যালয়ের শিক্ষকবৃন্দ শ্রেণিকক্ষে এর যথাযথ ব্যবহার নিশ্চিত করলে দেশের প্রাথমিক স্তরের শিক্ষার্থীরা উপকৃত হবে এবং আমাদের এই উদ্যোগ ও প্রয়াস সফল হবে। এর ফলে দেশের প্রাথমিক স্তরে শিক্ষার গুণগত মানও বৃদ্ধি পাবে বলে আশা করা যায়। শিখন-শেখানো কার্যক্রমের এই মহৎ আয়োজন বাস্তবায়নে সংশ্লিষ্ট সকলের সহযোগিতা কামনা করছি।

প্রফেসর নারায়ণ চন্দ্র সাহা

চেয়ারম্যান

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড, বাংলাদেশ

সাধারণ নির্দেশনা

প্রাথমিক স্তরের শিক্ষার্থীদের বৌদ্ধধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা বিষয়ের যোগ্যতাভিত্তিক শিখনফল অর্জন করানোর উদ্দেশ্যে শিক্ষককে শিখন-শেখানো কার্যাবলি পরিচালনা করার সময় নিম্নোক্ত বিষয়গুলোর প্রতি খেয়াল রাখতে হবে। কারণ শ্রেণিকক্ষে পাঠদান কার্যক্রমের মাধ্যমে শিখনফল অর্জনের লক্ষ্যে শিক্ষককে সহায়তাদানের জন্যই শিক্ষক নির্দেশিকা প্রণীত হয়েছে। শ্রেণিভিত্তিক প্রতিটি অধ্যায়ে বিষয়বস্তুর গুরুত্ব বিবেচনা করে পাঠ বিভাজন করা হয়েছে।

- বৌদ্ধধর্ম ও নৈতিক শিক্ষার বিষয়বস্তু ও পাঠ শিক্ষার্থীদের বয়স ও জীবনের সাথে সংশ্লিষ্ট করে রচনা করা হয়েছে।
- শিক্ষক কোমলমতি শিশুদের পাঠদান ও শিখন-শেখানো প্রক্রিয়াকে বাস্তবভিত্তিক এবং জীবন-ঘনিষ্ঠ করার বিষয়টি সর্বদা বিবেচনায় রাখবেন।
- শিক্ষক পূর্ব প্রস্তুতি নিয়ে শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করবেন। শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে শিক্ষার্থীর সাথে কুশল বিনিময় করবেন। প্রতিদিন পর্যায়ক্রমে দুই-তিন জন করে শিক্ষার্থীর খোঁজখবর নিবেন।
- পাঠ শিরোনাম বোর্ডে লিখবেন এবং শিক্ষার্থীদের সরবে বলতে ও লিখতে বলবেন। শ্রেণিকক্ষে বস্তুত্বপূর্ণ, আনন্দদায়ক, নান্দনিক ও নিরাপদ পরিবেশ গড়ে তুলবেন।
- শিখন-শেখানো কার্যাবলি পরিচালনায় শিক্ষার্থী কেন্দ্রিক পদ্ধতি ও কৌশল অবলম্বন করবেন এবং সকল শিক্ষার্থীর অংশগ্রহণ নিশ্চিত করবেন।
- পাঠদান আকর্ষণীয় ও ফলপ্রসূ করার জন্য শিক্ষক নির্দেশনা অনুযায়ী উপকরণ ব্যবহার করবেন প্রয়োজনে পাঠ সংশ্লিষ্ট ছবি/চার্ট যথাস্থানে ঝুলিয়ে দিয়ে শিক্ষার্থীদেরকে ছবিটি দেখতে বলবেন। পাঠদানের সময় উপকরণ ব্যবহারে সতর্কতার সাথে শিক্ষার্থীদের সম্পৃক্ত করবেন।
- শিক্ষক নির্দেশিকা ধর্মীয় বিষয়, শ্লোক আবৃত্তি, শব্দের অর্থ ও শুদ্ধ উচ্চারণ রীতি/পদ্ধতি শিখনের সময় বিশেষভাবে যত্নবান হতে হবে।
- দক্ষতা অর্জনে শিক্ষার্থীদের সহায়ক শিখন অনুশীলন দেওয়া হয়েছে। প্রয়োজনে পাঠদানের সময় প্রত্যাশিত উদাহরণ দিতে পারবেন।
- শিক্ষক শিক্ষার্থীদের নিজের ভাষায় এবং নিজের ধর্মীয় রীতি অনুযায়ী গাথা বলতে ও লিখতে উৎসাহিত করবেন যাতে বাস্তবভিত্তিক প্রাত্যাহিক জীবনে প্রয়োগ করতে সক্ষম হয়।
- প্রতিটি পাঠ পরিচালনার জন্য বিভিন্ন কৌশল, পদ্ধতি ও যথাযথ উদাহরণ সংযোজিত হয়েছে।
- মূল্যায়নে শিক্ষক নির্দেশিকা নমুনা প্রশ্নাবলির বাইরেও শিখনফলকেন্দ্রিক প্রশ্ন করবেন। ভুল উত্তর দেওয়ার কারণে কখনো শিক্ষার্থীদেরকে তিরস্কার করবেন না বা শাস্তি দেবেন না।
- সঠিক উত্তর দেওয়ার জন্য শিক্ষার্থীদের প্রশংসা করবেন।

- শিখন-শেখানো কার্যাবলির সকল পর্যায়ে মৌখিক, লিখিত, পর্যবেক্ষণ এর মাধ্যমে ধারাবাহিক মূল্যায়ন করবেন ও পিছিয়ে পড়া শিক্ষার্থী চিহ্নিত করে নিরাময়মূলক ব্যবস্থা দিয়ে পূর্ণমূল্যায়ন করবেন।
- শিক্ষার্থীদেরকে দেওয়া পরিকল্পিত কাজ শিক্ষক পর্যবেক্ষণ করবেন এবং শিক্ষার্থী কর্তৃক উপস্থাপন ও সংগ্রহ করে মূল্যায়ন করবেন।
- বিদ্যালয়ের নিকট পরিবেশ সংশ্লিষ্ট পাঠ্যগুলোর শিখন-শেখানো কার্যাবলি যথাসম্ভব শ্রেণিকক্ষের বাইরে ব্যবহারিক দৃষ্টান্ত দিয়ে পরিচালনা করবেন।
- শিখন-শেখানো কার্যাবলি বাস্তবায়ন করার জন্য মাঝে মাঝে অভিভাবকদের সাথে আলাপ আলোচনা করবেন। প্রয়োজনীয় ক্ষেত্রে শিক্ষার্থীদের নিরাময়মূলক ব্যবস্থার দিক নির্দেশনা দেবেন।
- শিক্ষক নির্দেশিকা পাঠদান এবং শিখন-শেখানো কার্যাবলি পরিচালনা এবং অর্জিত যোগ্যতা বাস্তবে প্রয়োগের সক্ষমতা উন্নয়নে শিক্ষক শিক্ষার্থীদের প্রচেষ্টা অব্যাহত রাখবেন।

সূচিপত্র

অধ্যায়	বিষয়বস্তু	পৃষ্ঠা
প্রথম অধ্যায়	সিন্ধুগর্ভ গৌতম	১-৪
দ্বিতীয় অধ্যায়	ত্রিশরণ	৫-৯
তৃতীয় অধ্যায়	নিত্যকর্ম ও বন্দনা	১০-১৪
চতুর্থ অধ্যায়	আহার পূজা	১৫-১৮
পঞ্চম অধ্যায়	শীল	১৯-২২
ষষ্ঠ অধ্যায়	ত্রিপিটক	২৩-২৬
সপ্তম অধ্যায়	কর্ম	২৭-৩০
অষ্টম অধ্যায়	ধর্মীয় উৎসব	৩১-৩৪
নবম অধ্যায়	ধর্মীয় সম্প্রীতি	৩৫-৩৭

প্রথম অধ্যায় সিদ্ধার্থ গৌতম

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ১.১ মানব জীবনে ধর্মের প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে বলতে পারবে।
- ১.২ রাজকুমার সিদ্ধার্থের কৈশোর জীবন সম্পর্কে বলতে পারবে।
- ১.৩ সিদ্ধার্থ গৌতমের কৈশোর জীবনের দুটি ঘটনা উল্লেখ করতে পারবে।
- ১.৪ সিদ্ধার্থের অধীত কয়েকটি বিদ্যার নাম বলতে পারবে।



বন্ধুদের নিয়ে রাজকুমার সিদ্ধার্থের নদী থেকে গাছ অপসারণ

শিখনফল

- ১.১.১ ধর্মের প্রয়োজনীয়তা কী বলতে পারবে।
- ১.২.১ সিদ্ধার্থ গৌতমের কৈশোর জীবন বর্ণনা করতে পারবে।
- ১.৩.১ সিদ্ধার্থ গৌতমের কৈশোর জীবনের দুটি উল্লেখযোগ্য ঘটনা বলতে পারবে।
- ১.৪.১ সিদ্ধার্থ কোন কোন বিদ্যা অর্জন করেন তা বলতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ২

পাঠ - ১

শিখনফল : ১.১.১ ও ১.২.১

উপকরণ : নদী থেকে গাছ অপসারণের চিত্র।

বিষয়বস্তু

মানব জীবনে ধর্ম অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। সততা, সত্যবাদিতা, নিষ্ঠা, শ্রদ্ধাবোধ ইত্যাদি গুণাবলি ধর্ম চর্চার মাধ্যমে অর্জন করা সম্ভব। মহামানব গৌতম বুদ্ধ ধর্ম প্রচারের মাধ্যমে এ শিক্ষাই আমাদের দিয়ে গেছেন। নিম্নে মহামানব গৌতম বুদ্ধের কৈশোর জীবন সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা করা হলো।

সিদ্ধার্থ ছিলেন কপিলাবস্তু রাজ্যের রাজকুমার। তিনি রাজা শুদ্ধোদন ও রানি মহামায়ার একমাত্র পুত্রসন্তান। সিদ্ধার্থের জন্মের এক সপ্তাহের মধ্যে মহামায়ার মৃত্যু হলে বিমাতা মহাপ্রজাপতি গৌতমীর স্নেহ-মমতায় সিদ্ধার্থ বড় হতে লাগলেন। ক্রমে শৈশব পেরিয়ে সিদ্ধার্থ গৌতম কৈশোরে পদার্পণ করলেন। কৈশোরে তিনি খুব ভাবুক প্রকৃতির ছিলেন। সমবয়সী অন্য শিশুরা যখন আনন্দ কোলাহলে মেতে থাকত তখন তিনি কোনো এক গভীর চিন্তায় মগ্ন থাকতেন। মানুষ এবং জী বৈচিত্র্যের প্রতি ছিল তাঁর অসীম মমতা। কোনো নির্জন গাছের নিচে বসে ধ্যানরত অবস্থায় তিনি সবার মজল কামনা করতেন।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পাঠটি ধীরে এবং স্পষ্ট উচ্চারণে পড়বেন। শিশুরা মনোযোগ দিয়ে শুনছে কি না সেদিকে লক্ষ্য রাখবেন। পাঠ শেষে প্রশ্ন করবেন

– সিদ্ধার্থ কে ছিলেন?

শিশুরা উত্তর দেবে কপিলাবস্তু রাজকুমার। সঠিক উত্তরের জন্য শিক্ষক সবার প্রশংসা করবেন। এবার কৈশোর জীবনে সিদ্ধার্থ গৌতম কোন প্রকৃতির ছিলেন সে সম্পর্কে ধারণা দেবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষক শিক্ষার্থীদের সিদ্ধার্থ গৌতমের মাতা-পিতা ও বিমাতার নাম বলতে বলবেন। কোনো শিক্ষার্থী বলতে না পারলে শিক্ষক উত্তর বলে দেবেন।

মূল্যায়ন

১. সিদ্ধার্থের মাতা-পিতার নাম কী?
২. মাতার মৃত্যুর পরে কে সিদ্ধার্থকে লালন-পালন করেন?
৩. কাদের প্রতি সিদ্ধার্থের অসীম মমতা ছিল?
৪. কৈশোরে সিদ্ধার্থ গৌতম কোন প্রকৃতির ছিলেন?

পাঠ-২

শিখনফল : ১.৩.১, ১.৪.১

উপকরণ : পৃষ্ঠা-৩৬ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

সিদ্ধার্থের কৈশোর জীবনের দুটি উল্লেখযোগ্য ঘটনা নিম্নরূপ :

ক. একদিন বন্থুদের সাথে তিনি হরিণ শিকারে গেলেন। হাতের কাছেই একটি হরিণ শিশু। সহজেই শিকার করতে পারেন। কিন্তু তাঁর হৃদয় ছিল গভীর মমতায় ভরা। হরিণ শিশুকে তিনি ছেড়ে দিলেন। এতে বন্থুরা বিরক্তি প্রকাশ করলেও অবোধ হরিণ শিশুর প্রাণ রক্ষা পাওয়ায় তিনি পরম তৃপ্তি লাভ করলেন।

খ. সিদ্ধার্থ গৌতম ছিলেন সাহসী ও তীক্ষ্ণ বুদ্ধিসম্পন্ন। সে সময় শাক্য ও কোলীয় রাজ্যের মাঝখানে ছিল রোহিনী নদী। একবার প্রবল ঝড়ে বড় বড় গাছ ভেঙে পড়ে নদীতে বাঁধের সৃষ্টি হলো। ফলে উভয় রাজ্যের তীরবর্তী দুকূল বন্যার জলে ভেসে যেতে লাগল। সিদ্ধার্থ গৌতম তাঁর বন্থুদের নিয়ে গাছের ডাল কেটে কপিকল বানিয়ে বুদ্ধিমত্তার সাথে গাছগুলো সরিয়ে ফেললেন। এতে দুটি রাজ্যই বন্যামুক্ত হলো। উভয় রাজ্যের জনগণ সিদ্ধার্থের প্রচুর প্রশংসা করল।

এখন সিদ্ধার্থ গৌতমের শিক্ষালাভের সময়। তিনি গুরুর নিকট বিদ্যা শিক্ষা শুরু করলেন। ক্রমে তিনি ৬৪ প্রকার লিপিবিন্দ্য আয়ত্ত করেন। অতি অল্প সময়ে তিনি বেদ, পুরাণ, ইতিহাস, গণিত, জ্যোতিষ ইত্যাদি শাস্ত্রে পারদর্শী হয়ে ওঠেন। একই সাথে রাজপুত্র হিসেবে অশ্ব ও রথচালনা এবং যুদ্ধ বিদ্যায়ও যথেষ্ট দক্ষতা অর্জন করেন।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পাঠ শুরুর পূর্বে প্রথম পাঠের আলোকে সিদ্ধার্থ গৌতমের কৈশোর জীবনের সংক্ষিপ্ত ঘটনা বর্ণনা করবেন। অতঃপর নিজে সুন্দর ও স্পষ্ট উচ্চারণের মাধ্যমে বিষয়বস্তু পাঠ করবেন। খেয়াল রাখবেন, শিক্ষার্থীরা যাতে শোনে। পাঠ শেষে শিক্ষক প্রশ্ন করবেন—

– হাতের কাছে পেয়েও সিদ্ধার্থ গৌতম কাকে শিকার না করে ছেড়ে দিলেন?

শিশুরা সহজেই এ প্রশ্নের উত্তর দিতে পারবে। ছবি দেখিয়ে নিচের প্রশ্নটি করা যেতে পারে—

– ছবিতে শিশুরা কী করছে?

শিশুরা একে একে উত্তর দেবে গাছ অপসারণ করছে। কোনো শিশু উত্তর দিতে না পারলে শিক্ষক উত্তর বলে দিয়ে পুনরায় উত্তর জেনে নেবেন। এভাবে ছোট ছোট প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে পাঠটি শেষ করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিশুদের দুই দলে বিভক্ত করে প্রথম দলকে সিদ্ধার্থের জীবনের প্রথম ঘটনা এবং দ্বিতীয় দলকে দ্বিতীয় ঘটনা পুনরালোচনা করাবেন। এরপর উভয় দলকে ঘটনা দুটি বলতে বলবেন। গল্পের উপস্থাপনা যাতে ভালো হয় তার ব্যবস্থা করবেন।

মূল্যায়ন

১. সিদ্ধার্থ গৌতম কাদের নিয়ে শিকারে গিয়েছিলেন?
২. শাক্য ও কোলীয় রাজ্যের মাঝখানে কোন নদী ছিল?
৩. তিনি কয় প্রকার লিপিবিদ্যা আয়ত্ত করেন?
৪. রাজপুত্র হিসেবে তিনি কোন কোন বিদ্যায় দক্ষতা অর্জন করেন?

দ্বিতীয় অধ্যায়

ত্রিশরণ

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ২.১ ত্রিরত্নের মাধ্যমে বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের প্রতি পূর্ণ আস্থা ও বিশ্বাস স্থাপন করতে পারবে।
- ২.২ ‘ত্রিশরণ’ শব্দের অর্থ বলতে পারবে।
- ২.৩ ত্রিশরণ গ্রহণের নিয়মাবলি জানতে পারবে।
- ২.৪ ত্রিশরণ বাংলা গাথায় আবৃত্তি করতে পারবে।

শিখনফল

- ২.১.১ ‘ত্রিরত্ন’ কী কী বলতে পারবে।
- ২.১.২ ত্রিরত্ন বন্দনা বলতে পারবে।
- ২.১.৩ ত্রিরত্ন বন্দনা পালি ও বাংলায় আবৃত্তি করতে পারবে।
- ২.১.৪ ত্রিরত্নের মাধ্যমে বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের প্রতি আস্থাশীল হবে।
- ২.২.১ ‘ত্রিশরণ’ শব্দের অর্থ বলতে পারবে।
- ২.২.২ ত্রিশরণ গ্রহণের নিয়ম অনুসরণ করতে পারবে।
- ২.২.৩ ত্রিশরণ গ্রহণ করতে পারবে।
- ২.২.৪ ত্রিশরণে কার কার শরণ নিতে হয় বলতে পারবে।
- ২.২.৫ ত্রিশরণ গ্রহণ দ্বারা বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের প্রতি পূর্ণ আস্থা জ্ঞাপন করতে পারবে।
- ২.৩.১ ত্রিশরণ পালিতে বলতে পারবে।
- ২.৩.২ ত্রিশরণ বাংলায় আবৃত্তি করতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ৩

পাঠ-১

শিখনফল : ২.১.১, ২.১.২, ২.১.৩, ২.১.৪

উপকরণ : পৃষ্ঠা-৭ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

ত্রিরত্ন বলতে বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘকে বোঝায়। বন্দনা শব্দের অর্থ হলো শ্রদ্ধা, প্রণাম, প্রণতি, ভক্তি ইত্যাদি। সুতরাং একাত্তিষ্টে বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের প্রতি শ্রদ্ধা বা প্রণাম নিবেদন করাকে ত্রিরত্ন বন্দনা বলা হয়।

পালি ভাষায় ত্রিরত্ন বন্দনা—

বুদ্ধং বন্দামি,
ধম্মং বন্দামি,
সংঘং বন্দামি,
অহং বন্দামি সব্বদা।

দুতিয়ম্পি বুদ্ধং বন্দামি,
দুতিয়ম্পি ধম্মং বন্দামি,
দুতিয়ম্পি সংঘং বন্দামি,
অহং বন্দামি সব্বদা।

ততিয়ম্পি বুদ্ধং বন্দামি,
ততিয়ম্পি ধম্মং বন্দামি,
ততিয়ম্পি সংঘং বন্দামি,
অহং বন্দামি সব্বদা।

[পালিতে ‘য’ এর উচ্চারণ বাংলা ‘য়’ এর মতো হয়]

ত্রিরত্ন বন্দনার বঙ্গানুবাদ—

আমি বুদ্ধকে বন্দনা করছি,
আমি ধর্মকে বন্দনা করছি,
আমি সংঘকে বন্দনা করছি,
আমি সর্বদা বন্দনা করছি।

দ্বিতীয়বারও আমি বুদ্ধকে বন্দনা করছি,
দ্বিতীয়বারও আমি ধর্মকে বন্দনা করছি,
দ্বিতীয়বারও আমি সংঘকে বন্দনা করছি,
আমি সর্বদা বন্দনা করছি।

তৃতীয়বারও আমি বুদ্ধকে বন্দনা করছি,
তৃতীয়বারও আমি ধর্মকে বন্দনা করছি,
তৃতীয়বারও আমি সংঘকে বন্দনা করছি,
আমি সর্বদা বন্দনা করছি।

ত্রিরত্নের গুণ অসীম। ত্রিরত্নের প্রভাবে সকল প্রকার অকুশল, অকল্যাণ, অশুভ, ভয়ভীতি চলে যায়।
শুভ, কল্যাণ, শান্তি, মঙ্গল ইত্যাদি লাভ করা যায়। তাই ত্রিরত্নের প্রতি গভীর শ্রদ্ধাশীল ও আস্থাশীল
হওয়া উচিত।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

ত্রি বা তিন রত্ন কী কী? এভাবে সহজ ও সরল প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে পাঠ শুরু করবেন। শিক্ষার্থীরা উত্তর দিতে পারলে শিক্ষক প্রশংসা করবেন আর উত্তর দিতে না পারলে শিক্ষক সুন্দরভাবে উত্তর বলে দেবেন। পরবর্তীতে আবার সুকৌশলে উত্তর জেনে নেবেন। অতঃপর শিক্ষক ত্রিরত্ন বন্দনা পালি ও বাংলায় শুদ্ধ উচ্চারণ করে কয়েকবার পাঠ করবেন। পরিশেষে বাংলা অর্থ বুঝিয়ে দেবেন। এতে বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের প্রতি শিক্ষার্থীদের আস্থা ও শ্রদ্ধার উদয় হবে।

পরিকল্পিত কাজ :

শিক্ষক শিক্ষার্থীদের একে একে ত্রিরত্ন বন্দনা পালিতে শুদ্ধভাবে উচ্চারণ করে বলতে বলবেন। প্রয়োজনে শিক্ষক সহায়তা করবেন। দু'একজন শিক্ষার্থীর কাছ থেকে ত্রিরত্ন বন্দনার বাংলা অর্থ জানতে চাইবেন। বাসায় সকাল-সন্ধ্যা ত্রিরত্ন বন্দনা করতে উপদেশ দেবেন।

মূল্যায়ন

১. ত্রিরত্ন কী কী?
২. ত্রিরত্ন বন্দনা পালিতে বল।
৩. ত্রিরত্ন বন্দনা দ্বারা কী কী উপকার হয়?

পাঠ-২

শিখনফল : ২.২.১, ২.২.২, ২.২.৩, ২.২.৪

উপকরণ : পৃষ্ঠা-৭ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

বুদ্ধ, ধর্ম, সংঘ-এ ত্রি বা তিন রত্নের শরণ বা আশ্রয় গ্রহণ করাকে ত্রিশরণ বলা হয়। ত্রিশরণ গ্রহণের মাধ্যমে সব ধরনের আপদ-বিপদ, ভয়-ভীতি থেকে রক্ষা পাওয়া যায়। শরীর মন প্রফুল্ল থাকে। প্রাত্যহিক কর্মে স্বাচ্ছন্দ্য আসে। ত্রিশরণ হলো বুদ্ধভাবিত বাণী।

পালিতে ত্রিশরণ নিম্নরূপ-

বুদ্ধং সরনং গচ্ছামি,
ধম্মং সরনং গচ্ছামি,
সংঘং সরনং গচ্ছামি।

দুতিয়ম্পি বুদ্ধং সরনং গচ্ছামি,
দুতিয়ম্পি ধম্মং সরনং গচ্ছামি,
দুতিয়ম্পি সংঘং সরনং গচ্ছামি।

ত্রিশরণ

ততিয়ম্পি বুদ্ধং সরনং গচ্ছামি,
ততিয়ম্পি ধম্মং সরনং গচ্ছামি,
ততিয়ম্পি সংঘং সরনং গচ্ছামি।

[বিঃদ্র: পালিতে ‘য’ এর উচ্চারণ বাংলা ‘য়’ এর মতো হবে]

বাংলায় ত্রিশরণ নিম্নরূপ—

আমি বুদ্ধের শরণ গ্রহণ করছি,
আমি ধর্মের শরণ গ্রহণ করছি,
আমি সংঘের শরণ গ্রহণ করছি।

দ্বিতীয়বারও আমি বুদ্ধের শরণ গ্রহণ করছি,
দ্বিতীয়বারও আমি ধর্মের শরণ গ্রহণ করছি,
দ্বিতীয়বারও আমি সংঘের শরণ গ্রহণ করছি।

তৃতীয়বারও আমি বুদ্ধের শরণ গ্রহণ করছি,
তৃতীয়বারও আমি ধর্মের শরণ গ্রহণ করছি,
তৃতীয়বারও আমি সংঘের শরণ গ্রহণ করছি।

প্রতিদিন সকাল-সন্ধ্যা ত্রিশরণ গ্রহণ করা উত্তম। ত্রিশরণ গ্রহণের পূর্বে হাত-মুখ ধুয়ে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন হতে হয়। চিন্তের একাগ্রতা জাগ্রত করতে হয় এবং বুদ্ধ, ধর্ম, সংঘের প্রতি প্রগাঢ় বিশ্বাস ও আস্থাশীল হতে হয়। বুদ্ধের প্রতিচ্ছবি বা বুদ্ধমূর্তির সামনে করজোড়ে নতজানু হয়ে ত্রিশরণ গ্রহণ করতে হয়।

বাড়িতে মাতা-পিতা, পরিবার-পরিজনের সাথে মিলে মিশে ত্রিশরণ গ্রহণ করা ভালো। প্রতিদিন বৌদ্ধ বিহারে গিয়ে বুদ্ধমূর্তির সামনে বৌদ্ধ ভিক্ষুর উপস্থিতিতে ত্রিশরণ গ্রহণ করা সর্বোত্তম। ত্রিশরণ উচ্চারণ শুদ্ধ ও সুন্দর হতে হবে।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক নির্দেশিকায় দেওয়া পাঠ-১ এর ছবিটি শিক্ষার্থীদের প্রদর্শনের মাধ্যমে পাঠ উপস্থাপন করবেন। শিক্ষক পালিতে ত্রিশরণ শিক্ষার্থীদের শুদ্ধভাবে উচ্চারণ করে সমস্বরে আবৃত্তি করতে বলবেন। যার আবৃত্তি সুন্দর ও শ্রুতিমধুর তাকে দিয়ে বার বার আবৃত্তি করাবেন। পুনরায় শিক্ষক ত্রিশরণের বাংলা অর্থ বুঝিয়ে দেবেন। প্রত্যেক শিক্ষার্থীকে ত্রিশরণ পালিতে মুখস্থ করাবেন।

পরিকল্পিত কাজ

প্রত্যেক শিক্ষার্থী যাতে সকাল-সন্ধ্যায় বাসায় বা বৌদ্ধ বিহারে ত্রিশরণ গ্রহণ করে শিক্ষক সেভাবে শিক্ষার্থীদের উৎসাহিত করবেন। প্রয়োজনে পরিবারে মা-বাবা, ভাই-বোন সবার সাথে মিলে মিশে ত্রিশরণ গ্রহণ করতে বলবেন। এ জন্য শিক্ষার্থীদের মা-বাবার সহযোগিতা নিতে উপদেশ দেবেন।

মূল্যায়ন

১. ত্রিশরণ গ্রহণের নিয়ম কী?
২. কখন ত্রিশরণ গ্রহণ করা উত্তম?
৩. পালিতে ত্রিশরণ মুখস্থ বল।

পাঠ-৩

শিখনফল : ২.২.৫, ২.৩.১, ২.৩.২

উপকরণ : পৃষ্ঠা-৭ এর অনুরূপ চিত্র ও পাঠ উপযোগী অন্যান্য চিত্র।

বিষয়বস্তু

ত্রিশরণ গ্রহণের দ্বারা মনের প্রসন্নতা বৃদ্ধি পায়। এতে প্রাত্যহিক কাজ-কর্মে সুফল বয়ে আনে ও সৎ জীবনযাপনে উৎসাহ জাগে। ছোট ছেলে-মেয়েদের ত্রিশরণ গ্রহণে অভ্যস্ত হতে হবে এবং ত্রিশরণের সুফল ভালোভাবে বুঝতে হবে। প্রত্যেক বৌদ্ধ ছেলে-মেয়ের ত্রিশরণ পালি ও বাংলায় শুদ্ধ উচ্চারণ ও সুন্দর সুরে আবৃত্তি করা উচিত। কারণ বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের শরণ ছাড়া পৃথিবীতে আর কোনো বড় শরণ নেই।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে পাঠ-১ এর ছবিটি প্রদর্শনের মাধ্যমে পাঠ উপস্থাপন করবেন। ত্রিশরণের বাংলা অর্থ নিজে শুদ্ধভাবে উচ্চারণ করে আবৃত্তি করবেন। অতঃপর প্রতি পাঁচজন শিক্ষার্থীর সমন্বয়ে দল গঠন করে প্রত্যেক দলকে ১০ মিনিট অনুশীলনের সুযোগ দেবেন। অবশেষে প্রতিটি দলের একজনকে ত্রিশরণ বাংলায় আবৃত্তি করতে বলবেন। যে দল ভালো করবে তাদের প্রশংসা করবেন। যে দল ভালো করে আবৃত্তি করতে পারবে না তাদেরকে শিক্ষক পুনরায় শিখিয়ে দেবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষক শিক্ষার্থীদেরকে ত্রিশরণ গ্রহণের নিয়ম যথাযথ অনুসরণ করতে বলবেন। যারা সুন্দর করে ত্রিশরণ আবৃত্তি করতে পারে তাদের সহযোগিতা নিতে বলবেন। ত্রিশরণের প্রতি পূর্ণ আস্থা ও শ্রদ্ধাশীল হতে বলবেন। বৌদ্ধ ভিক্ষু থেকে ত্রিশরণের গুণাবলি জেনে নিতে বলবেন।

মূল্যায়ন

১. ত্রিশরণ গ্রহণ দ্বারা মনের কী পরিবর্তন হয়?
২. ত্রিশরণ কেমনভাবে আবৃত্তি করা উচিত?
৩. ত্রিশরণ বাংলায় মুখস্থ বল।

তৃতীয় অধ্যায় নিত্যকর্ম ও বন্দনা

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ৩.১ বন্দনার নিয়মাবলি জানবে।
- ৩.২ ভিক্ষু, শ্রামণ, মাতা-পিতা ও গুরুজনের প্রতি শ্রদ্ধা প্রদর্শন করতে পারবে।
- ৩.৩ নিয়মিত বিদ্যালয়ে যাওয়ার অভ্যাস করতে পারবে।
- ৩.৪ প্রতিদিন ধর্মীয় ও শ্রেণিপাঠ সম্পন্ন করতে পারবে।
- ৩.৫ বিদ্যালয়ের নিয়ম-শৃঙ্খলা মেনে চলতে পারবে।
- ৩.৬ পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার মাধ্যমে স্বাস্থ্য সচেতন হতে পারবে।
- ৩.৭ যথাসময়ে প্রাতঃকৃত্য সম্পন্ন করতে পারবে।

শিখনফল

- ৩.১.১ বন্দনা শব্দের অর্থ বলতে পারবে।
- ৩.১.২ বন্দনার নিয়ম বলতে পারবে।
- ৩.২.১ ভিক্ষু, শ্রামণের প্রতি শ্রদ্ধা জানাবে।
- ৩.২.২ মাতা-পিতা ও গুরুজনের প্রতি শ্রদ্ধা জানাবে।
- ৩.৩.১ নিয়মিত বিদ্যালয়ে যাবে।
- ৩.৪.১ নিয়মিত শ্রেণি পাঠ তৈরি করতে পারবে।
- ৩.৫.১ বিদ্যালয়ের নিয়ম শৃঙ্খলা মেনে চলবে।
- ৩.৬.১ শারীরিক পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখবে।
- ৩.৭.১ প্রাতঃকৃত্য সম্পর্কে জানবে ও যথাসময়ে প্রাতঃকৃত্য সম্পন্ন করবে।

পাঠ বিভাজন : ৩

পাঠ- ১

শিখনফল : ৩.১.১, ৩.১.২, ৩.২.১ ও ৩.২.২

উপকরণ : পৃষ্ঠা-১১ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

ধর্মকর্ম মানুষকে সৎপথে পরিচালিত করে। ধর্মকর্ম মানুষের সুখ সমৃদ্ধি বয়ে আনে। ধর্মকর্মের একটি অন্যতম অংশ হলো বন্দনা। বন্দনা অর্থ হলো একাগ্র চিন্তে শ্রদ্ধা, প্রণাম ও পূজা নিবেদন। বন্দনার

মাধ্যমে মানুষের মন পবিত্র হয়। মনে কুশল ভাবনার উদয় হয়।

বন্দনা করার যথাযথ নিয়ম আছে। নিয়মগুলো হলো বন্দনা করার পূর্বে হাত-মুখ-পা ভালো করে ধুয়ে পরিষ্কার জামাকাপড় পরিধান করে বুদ্ধমূর্তি বা বুদ্ধের ছবির সামনে নতজানু হয়ে হাত জোড় করে বসতে হয়। শুদ্ধ ও স্পষ্টভাবে বন্দনা আবৃত্তি করতে হয়। এককভাবে আবার যৌথভাবেও বন্দনা করা যায়। বাসায় অথবা বিহারে গিয়ে মাতা-পিতা, ভাই-বোন সবাই মিলে বন্দনা করা উত্তম। সকাল-সন্ধ্যায় প্রাত্যহিক বন্দনা করা ভালো। প্রাত্যহিক বন্দনা নিত্য কর্মেরও অংশ বিশেষ। এ জন্য প্রাত্যহিক জীবনে বন্দনার গুরুত্ব অপরিসীম। শিক্ষক নির্দেশনার দ্বিতীয় অধ্যায়ে ত্রিরত্ন বন্দনা ও ত্রিশরণ গাথা উল্লেখ আছে। এগুলো ছাড়াও শিক্ষার্থীরা এ নির্দেশিকার চতুর্থ অধ্যায়ে আহার পূজার বন্দনা গাথা জানতে পারবে। বন্দনা অনুশীলনের দ্বারা পূজনীয় ভিক্ষু-শ্রামণ, মাতা-পিতা ও গুরুজনের প্রতি শ্রদ্ধা, মৈত্রী ভালোবাসা এবং মনের উদারতা বৃদ্ধি পাবে।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে দ্বিতীয় অধ্যায়ের ত্রিরত্ন বা ত্রিশরণ বন্দনার সূত্র ধরে পাঠের সূচনা করবেন। বিষয় বস্তুটি সুন্দরভাবে একবার নিজে পাঠ করবেন। এরপর বিষয়বস্তুর প্রথম অংশ একজন শিক্ষার্থী দ্বারা এবং দ্বিতীয় অংশ অপর একজন শিক্ষার্থী দ্বারা পাঠ করাবেন। প্রয়োজনে শিক্ষক সহযোগিতা করবেন। শিক্ষককে খেয়াল রাখতে হবে শিক্ষার্থীরা যাতে মনোযোগী থাকে এবং পাঠ যাতে আকর্ষণীয় হয়। অতঃপর শিক্ষক বন্দনার গুরুত্ব সংক্ষেপে বুঝিয়ে বলবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষক শ্রেণীকক্ষে প্রত্যেক শিক্ষার্থীকে যে কোনো একটি বন্দনা গাথা মুখস্থ বলতে বলবেন। যারা পারবে না তাদেরকে পুনরায় সুযোগ দিয়ে মুখস্থ করার ব্যবস্থা করবেন। নিত্যকর্মের অংশ হিসেবে প্রাত্যহিক বন্দনা করার উপদেশ দেবেন।

মূল্যায়ন

- ক. বন্দনা শব্দের অর্থ কী?
- খ. বন্দনা করার নিয়মগুলো বল।
- গ. বন্দনাকে কোন কর্মের অংশ বলা হয়?
- ঘ. প্রাত্যহিক বন্দনা কোন কর্মের অংশ বিশেষ?

পাঠ- ২

শিখনফল : ৩.৩.১, ৩.৪.১ ও ৩.৫.১

উপকরণ : শ্রেণিকক্ষে পাঠদানরত শিক্ষকের চিত্র।



শ্রেণিকক্ষে পাঠদানরত শিক্ষক

বিষয়বস্তু

দৈনন্দিন জীবনে কন্দনা ও নিত্যকর্ম একে অপরের পরিপূরক। তাই কন্দনা অনুশীলনের পাশাপাশি নিত্য কর্মের ওপর গুরুত্ব আরোপ করা একান্ত প্রয়োজন। প্রতিদিন ভোরে ঘুম থেকে ওঠা। হাত-মুখ ধৌত করা, সকাল-সন্ধ্যা কন্দনা করা, যথাসময়ে আহার করা, ঠিকসময়ে বিদ্যালয়ে যাওয়া, বিদ্যালয়ের নিয়ম শৃঙ্খলা মেনে চলা, দৈনিক পাঠ ঠিকমতো মুখস্থ করা এগুলো হলো নিত্যকর্মের অপরিহার্য উদাহরণ।

নিত্যকর্ম যথাযথভাবে সম্পন্ন করলে জীবনের সার্থকতা বৃদ্ধি পায়। আর জীবনে শৃঙ্খলাবোধ জাগ্রত হয়। মন থেকে অকুশল চিন্তা দূরীভূত হয়। এতে জীবন সুন্দর ও সার্থক হয়।

বিদ্যালয়ে লেখাপড়া শিক্ষার সাথে সাথে বিভিন্ন সহপাঠক্রমিক কার্যাবলি যেমন-সংগীত, খেলাধুলা, আবৃত্তি, শিক্ষা সফর, বিজ্ঞান মেলা বিতর্ক প্রতিযোগিতা, শ্রেণিকক্ষ পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখা ইত্যাদিও করানো বা শিখানো হয়। এগুলোর মাধ্যমে শিক্ষার্থীরা বহুমুখী প্রতিভার অধিকারী হতে পারে। আর এগুলোই শিক্ষার্থীকে পরিপূর্ণ মানুষ হিসাবে গড়ে উঠতে সাহায্য করে। তাই এগুলোর প্রতি শিক্ষার্থীদের বিশেষ নজর দেওয়া উচিত।

শিখন শেখানো কার্যাবলি :

শিক্ষক নির্দেশিকা থেকে বিষয়বস্তু ভালো করে পড়ে নেবেন। উপকরণ সম্পর্কিত ছবি শ্রেণিতে প্রদর্শনের মাধ্যমে পূর্ব পাঠের সামান্য ইংগিত দিয়ে পাঠ সূচনা করবেন। বিষয়বস্তুটি শিক্ষক শ্রেণিতে

সুন্দরভাবে পাঠ করে বিষয়বস্তুর সারমর্ম বুঝিয়ে দেবেন। এতে শিক্ষক মনে করলে প্রয়োজনীয় সমার্থক শব্দ বা উদাহরণও দেবেন। এরপর ছোট ছোট প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষক শিক্ষার্থীদেরকে পুরো বিষয়বস্তু সম্পর্কে ধারণা অর্জনে সহায়তা করবেন। কোন শিক্ষার্থী যথাযথ উত্তর দিতে না পারলে শিক্ষক বিরক্ত না হয়ে আবার বুঝিয়ে বলবেন।

পরিকল্পিত কাজ

বিষয়বস্তুতে উল্লেখিত নিত্যকর্মগুলো শিক্ষার্থীরা অনুশীলন/অনুকরণ করে কিনা বা শিক্ষার্থীদের আগ্রহ ও একাগ্রতা এসব বিষয় শিক্ষক নিবিড়ভাবে পর্যবেক্ষণ করবেন। নির্দিষ্ট পাঠদানের পাশাপাশি শিক্ষক কোনো কোনো শিক্ষার্থীকে দিয়ে তা যাচাই করতে পারেন। এক্ষেত্রে অভিভাবকেরও সহযোগিতা নেওয়া যেতে পারে।

মূল্যায়ন

১. কয়েকটি নিত্যকর্মের নাম বল।
২. নিত্যকর্মের দ্বারা কী কী উপকার হয়?
৩. বিদ্যালয়ে লেখাপড়ার পাশাপাশি আর কী কী শেখানো হয়?

পাঠ- ৩

শিখনফল : ৩.৬.১ ও ৩.৭.১

উপকরণ : পৃষ্ঠা-৪৭ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

নিয়মিত বিদ্যালয়ে উপস্থিত থাকা যে কোন শিক্ষার্থীর একটি বড় গুণ। এর দ্বারা শিক্ষার্থী প্রতিনিয়ত নতুন নতুন জ্ঞান ও অভিজ্ঞতা অর্জন করতে পারে। শিক্ষক থেকে জীবনে বড় হওয়ার বহু উপদেশ জানানোর সুযোগ ঘটে। পাশাপাশি পাঠ বা সিলেবাস যথাসময়ে শেষ করা যায়।

শিক্ষার্থীদের জীবন গড়ার প্রধান মাধ্যম হলো বিদ্যালয়। নিয়ম শৃঙ্খলা, স্বাস্থ্য সচেতনতা, নেতৃত্ব বিকাশ, সামাজিক সম্প্রীতি, ভ্রাতৃত্ব, পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ইত্যাদি গুণাবলি বিদ্যালয় থেকেই অর্জন করতে হয়। মনে রাখতে হবে একজন আদর্শ শিক্ষক হলেন একটি আদর্শ প্রতিষ্ঠান। তাই শিক্ষককে মাতা-পিতা ও গুরুজনের মতো শ্রদ্ধা করতে হবে। সুবোধ শিক্ষার্থীকে সকলে আদর করে। তাদের কাজ কর্ম সবাই প্রশংসা করে। তাই শিক্ষার্থীদেরকে প্রাতঃকৃত্য যেমন-ভোরে ঘুম থেকে ওঠা, বন্দনা করা, দৈনিক পাঠ শেষ করা, প্রাতঃরাশ গ্রহণ প্রভৃতি থেকে শুরু করে নিত্যকর্মগুলো সঠিকভাবে সম্পন্ন করতে হবে। এ জন্য শিক্ষক, মাতা-পিতা, ভাই-বোন, বন্ধু-বান্ধব সবার সাহায্য নিতে হবে।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পূর্ব পাঠ থেকে কয়েকজন শিক্ষার্থীকে ছোট ছোট প্রশ্নের মাধ্যমে উক্ত পাঠের অর্জিত জ্ঞান ও দক্ষতা যাচাই শেষে পাঠ সূচনা করবেন। তিনি বলবেন আজকের পাঠ হবে নিত্যকর্ম ও বন্দনার তৃতীয় বা শেষ পাঠ। আমি বিষয়বস্তু পাঠ করছি তোমরা মনোযোগ দিয়ে শোন। শিক্ষক সুন্দর ও স্পষ্ট ভাষায় বিষয়বস্তু পাঠ করবেন। অতঃপর বিষয়বস্তুর শব্দগত অর্থ সুন্দরভাবে শিক্ষার্থীদের বুঝিয়ে দেবেন। কোন শব্দের অর্থ শিক্ষার্থীরা না বুঝলে তা জিজ্ঞাসা করতে বলবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের প্রশ্নের উত্তর যথাযথভাবে প্রদান করবেন। প্রশ্ন করার জন্য শিক্ষার্থীকে প্রশংসা করবেন। এতে অন্য শিক্ষার্থীরা উৎসাহিত হবে। শিক্ষক এরপরে শিক্ষার্থীদের দুই একটি প্রশ্ন করতে পারেন। যেমন— কোন কোন কাজকে প্রাতঃকৃত্য বলা হয়? নিত্য কর্ম যথাযথভাবে সম্পাদনের জন্য কার কার সাহায্য নেওয়া দরকার?

শিক্ষার্থীরা সঠিক উত্তর দিতে পারলে শিক্ষক তাদের প্রশংসা করবেন। আর উত্তর সঠিক না হলে তিনি পুনরায় বুঝিয়ে দেবেন।

পরিকল্পিত কাজ

প্রাতঃকৃত্য ও নিত্যকর্ম যথাযথভাবে শিক্ষার্থীরা সম্পন্ন করে কিনা তা শিক্ষক যাচাই করবেন। এক্ষেত্রে শিক্ষক অভিভাবকের সহযোগিতা নিতে পারেন।

মূল্যায়ন

১. একজন শিক্ষার্থীর গুণ কী কী?
২. সুবোধ শিক্ষার্থীকে সবাই কী করে?
৩. তিনটি প্রাতঃকৃত্যের নাম বল।
৪. শিক্ষার্থীর জীবন গড়ার প্রধান মাধ্যম কী?

চতুর্থ অধ্যায় আহার পূজা

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ৪.১ আহার পূজার উপকরণ কী কী বলতে পারবে।
- ৪.২ আহার পূজার গাথা বাংলায় আবৃত্তি করতে পারবে।
- ৪.৩ পূজা করতে আগ্রহী হবে।
- ৪.৪ পূজার নিয়ম কানুন জানতে পারবে।

শিখনফল

- ৪.১.১ পূজা কী বলতে পারবে।
- ৪.১.২ আহার পূজার বিভিন্ন উপকরণ সম্পর্কে বলতে পারবে।
- ৪.২.১ আহার পূজার গাথা বাংলায় আবৃত্তি করতে পারবে।
- ৪.৩.১ বাড়িতে নিয়মিত আহার পূজা করতে পারবে।
- ৪.৪.১ কোন পূজা কখন করতে হয় বলতে পারবে।
- ৪.৪.২ আহার পূজার মাধ্যমে মানব সেবায় উদ্বুদ্ধ হতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ৩

পাঠ-১

শিখনফল : ৪.১.১ ও ৪.১.২

উপকরণ : আহার পূজা সজ্জিত থালা হাতে শিশুরা (পৃষ্ঠা-১৫ এর অনুরূপ চিত্র)।

বিষয়বস্তু

পূজা শব্দের অর্থ আরাধনা, ভক্তি প্রদর্শন, শ্রদ্ধার্থ্য ইত্যাদি। পূজা করার মাধ্যমে বুদ্ধ, ধর্ম ও সংঘের প্রতি শ্রদ্ধার্থ্য নিবেদন করা হয়। পূজার প্রধান উদ্দেশ্য বুদ্ধের বাণী ও আদর্শ অনুসরণ। পূজা করলে ত্রিপুরার প্রতি মন প্রসন্ন হয়। সব ধরনের পাপ দূরীভূত হয়। ভালো কাজে আগ্রহ বাড়ে। অশেষ পুণ্যফল লাভ হয়। যেসব পূজা বৌদ্ধরা নিয়মিত করে থাকেন আহার পূজা সেগুলোর অন্যতম। আহার পূজা অতি পবিত্র কাজ। সাধারণত প্রতিদিন বেলা বারটার আগে আহার পূজা সম্পন্ন করতে হয়। বিবিধ আহাৰ্য সামগ্রী যেমন- ভাত-তরকারি, নানাবিধ ফল ইত্যাদি একটি সুন্দর থালায় সাজিয়ে বুদ্ধমূর্তির সামনে বেদিতে রাখতে হয়। তারপর বন্দনা করার নিয়মে বসে পূজার গাথা আবৃত্তির মাধ্যমে পূজা সম্পন্ন করা হয়।

আহার পূজা

শিখন শেখানো কার্যাবলি

– আহার পূজায় কী কী খাদ্যসামগ্রী লাগে? এ প্রশ্নটি করার মাধ্যমে শিক্ষক শিশুদের পূর্বজ্ঞান যাচাই করতে পারেন। উত্তরে শিশুরা ভাত-তরকারি ও ফলমূল বলে উত্তর দেবে। ই্যা, তোমাদের উত্তর ঠিক হয়েছে বলে তাদেরকে প্রশ্নোত্তর দানে আগ্রহী করে তুলবেন। এবার পাঠটি পড়ে শোনাবেন এবং পাঠে পূজা সম্পর্কে যেসব বিষয় উল্লেখ করা হয়েছে তার বর্ণনা দেবেন। ফাঁকে ফাঁকে ছোট ছোট প্রশ্ন করে উত্তর জেনে নেবেন। পূজার উপকারিতা বর্ণনা করবেন এবং প্রতিদিন ঠিক সময়ে অর্থাৎ বেলা বারটার আগে আহার পূজা করার জন্য উপদেশ দেবেন।

পরিকল্পিত কাজ

আহার পূজা খালায় কীভাবে সাজানো হয় তার নির্দেশনা দেবেন। এমন কী পূজার সাজানো খালা প্রদর্শনের জন্য শিশুদেরকে নিকটবর্তী বিহারেও নিয়ে যেতে পারেন।

মূল্যায়ন

১. পূজা শব্দের অর্থ কী?
২. পূজার প্রধান উদ্দেশ্য কী?
৩. আহার পূজার উপকরণ কী কী?
৪. আহার পূজা কখন করা হয়?

পাঠ-২

শিখনফল : ৪.২.১ ও ৪.৩.১

উপকরণ : পৃষ্ঠা-১৫ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

আহার পূজা নিত্যদিনের ধর্মীয় কাজ। বৌদ্ধরা বিহারে কিংবা নিজ নিজ বাড়িতে আহার পূজা করে থাকেন। আহার পূজার বিবিধ সামগ্রী খালায় সাজিয়ে একটি গাথা আবৃত্তি করতে করতে বুদ্ধমূর্তি বা বুদ্ধের ছবির সামনে পূজাটি উৎসর্গ করা হয়।

পালি ভাষায় আহার পূজা—

অধিবাসেতু নো ভন্তে ভোজনং পরিকম্পিতং অনুকম্পং উপাদায় পটিগণ্হাতু মুত্তমং।

দুতিয়ম্পি, অধিবাসেতু নো ভন্তে ভোজনং পরিকম্পিতং অনুকম্পং উপাদায় পটিগণ্হাতু মুত্তমং।

ততিয়ম্পি, অধিবাসেতু নো ভন্তে ভোজনং পরিকম্পিতং অনুকম্পং উপাদায় পটিগণ্হাতু মুত্তমং।

বাংলায় আহার পূজা—

প্রভু, সুসজ্জিত উত্তম খাদ্য ভোজ্য নিয়ে আপনার সমীপে উপস্থিত হয়েছি। অনুগ্রহপূর্বক সাদরে গ্রহণ করুন।

দ্বিতীয়বারও প্রভু, সুসজ্জিত খাদ্যভোজ্য নিয়ে আপনার সমীপে উপস্থিত হয়েছি। অনুগ্রহপূর্বক সাদরে গ্রহণ করুন।

তৃতীয়বারও প্রভু, সুসজ্জিত খাদ্যভোজ্য নিয়ে আপনার সমীপে উপস্থিত হয়েছি। অনুগ্রহপূর্বক সাদরে গ্রহণ করুন।

মা—বাবা কিংবা ভাইবোনের সাথে পূজার থালাটি অর্পণ করবে। এতে তোমাদের মজ্জাল হবে। পরিবারে কোনো অভাব থাকবে না। পুরো পরিবার সুখ ও শান্তিতে ভরে উঠবে।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পাঠটি পড়ার সময় যেহেতু আহার পূজার গাথাটি পালিতে বা পদ্যাকারে দেওয়া হয়নি সে জন্য এর অনুবাদটি সাধারণ পাঠের মতো করে পড়লেও চলবে। পড়ার পর অনুবাদটি মুখস্থ করার তাগিদ দেবেন। শিশুরা মুখস্থ করেছে কি না তা প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে জেনে নেবেন। কোনো শিশু মুখস্থ করতে অপারগ হলে তার ওপর বিরক্ত না হয়ে বরং যত্ন সহকারে তার সাহায্যে এগিয়ে যাবেন। তাকে সময় দেবেন। যতক্ষণ পর্যন্ত সে মুখস্থ বলতে পারছে না ততক্ষণ তাকে ধীরে ধীরে গাথার অনুবাদটি পড়ে শোনাবেন। শিশুটির মুখস্থ বলা শেষ হলে সব শিশুকে আহার পূজায় অংশগ্রহণের উপদেশ দেবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিশুরা আহার পূজার গাথাটি মুখস্থ করে নিয়মমাফিক আহার পূজা করতে পারছে কি না তা পর্যবেক্ষণ করবেন। আহার পূজা করার সুফল ব্যাখ্যা করে পূজাটি করতে উৎসাহ দেবেন।

মূল্যায়ন

১. বৌদ্ধরা কোথায় কোথায় আহার পূজা করেন?
২. বাড়িতে কার কার সাথে আহার পূজা করা যায়?
৩. আহার পূজার বাংলা অনুবাদ মুখস্থ বল।
৪. কোন পূজা করলে পরিবারে কোনো অভাব থাকে না?

পাঠ-৩

শিখনফল : ৪.৪.১ ও ৪.৪.২

উপকরণ : পৃষ্ঠা-১৫ এর অনুরূপ চিত্র।

আহার পূজা

বিষয়বস্তু

প্রথম পাঠে আহার পূজা কখন করতে হয় তা আমরা জেনেছি। আহার পূজা ছাড়া আরও অনেক পূজা আমরা করে থাকি। যেমন- পুষ্প পূজা, প্রদীপ পূজা, পানীয় পূজা, ধূপ পূজা ইত্যাদি। সব পূজা একই সময়ে হয় না। প্রত্যেক পূজার সময়ও ভিন্ন ভিন্ন। সকাল বেলায় যেসব পূজা করা হয় সেগুলো হলো- আহার পূজা, পুষ্প পূজা এবং পানীয় পূজা। আর প্রদীপ পূজা, ধূপ পূজা ইত্যাদি করতে হয় সন্ধ্যা বেলায়।

আমাদের অনেক আত্মীয় স্বজন দুঃখ-কষ্টে দিন যাপন করে। অনেক সময় দেখা যায় দীন-দুঃখীরা ঠিকমতো খেতে পায় না। সাধ্যমতো কিছু খাদ্যসামগ্রী দিয়ে তাদের সেবা করা যায়। এতে তারা খুব উপকৃত হয়। এভাবে মানব সেবায় আত্মনিয়োগ করা যায়। মানব সেবা একটি মহৎ কাজ। এ মহৎ কাজের দ্বারা পুণ্য লাভ করা যায়।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কখন কোন পূজা করতে হয় তার বিবরণ এ পাঠে দেওয়া আছে। পাঠটি পড়ে শোনানোর পর একটি প্রশ্ন করবেন-

- পুষ্প পূজা কখন করা হয়?

শিশুরা একে একে উত্তর দেবে সকাল বেলায়। এ ভাবে প্রত্যেকের উত্তর দান শেষ হলে পাঠ থেকে অন্যান্য আরও কয়েকটি পূজা কখন কখন করতে হয় তা বলে দেবেন। পূজা দ্বারা সেবার মনোভাব গড়ে তোলার ব্যাপারে তাদের উদ্বুদ্ধ করবেন। প্রতিদিন কিছু কিছু সাহায্য দিয়ে গরিব-দুঃখীদের সেবা করতে বলবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিশুরা পূজা করে কি না তা প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে জেনে নেবেন। এ ছাড়া গরিব-দুঃখীদের সেবায় কিছু কিছু কাজ করে কি না তা পর্যবেক্ষণ করবেন।

মূল্যায়ন

১. তোমরা কী কী পূজা কর?
২. প্রদীপ পূজা কখন করা হয়?
৩. আহার পূজা কীসের মনোভাব গড়ে তোলে?
৪. মানব সেবা কী রকম কাজ?

পঞ্চম অধ্যায়

শীল

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ৫.১ পঞ্চশীল পালিতে বলতে পারবে।
- ৫.২ পঞ্চশীলের বাংলা অনুবাদ বলতে পারবে।
- ৫.৩ নিয়মিত শীল পালন করতে পারবে।
- ৫.৪ নৈতিক গুণাবলি অর্জন করতে পারবে।

শিখনফল

- ৫.১.১ পঞ্চশীল পালিতে বলতে পারবে।
- ৫.২.১ পঞ্চশীলের বাংলা অনুবাদ করতে পারবে।
- ৫.৩.১ পঞ্চশীল নিয়মিত পালন করতে পারবে।
- ৫.৪.১ পঞ্চশীল পালন দ্বারা সচ্চরিত্র গঠন করতে পারবে।
- ৫.৪.২ পঞ্চশীল পালনের দ্বারা সত্যবাদিতা, জীবে দয়া ইত্যাদি গুণাবলি অর্জন করতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ২

পাঠ- ১

শিখনফল : ৫.১.১, ৫.২.১ ও ৫.৩.১

উপকরণ : পৃষ্ঠা-১৯ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

বৌদ্ধধর্ম মতে, শীল শব্দের অর্থ হলো সদগুণ বা নীতি। যেসব ছেলে-মেয়ে এগুণ বা নীতির অধিকারী হয় তাদের বলা হয় সুশীল বালক বা সুশীল বালিকা। সুশীল বালক-বালিকা সত্যবাদী, নম্র, ভদ্র, শান্ত প্রকৃতির হয়ে থাকে। যেগুলো আদর্শ জীবন গঠনে বিশেষ ভূমিকা রাখে।

শীল পালনের দ্বারা মানুষের জীবন সুন্দর হয়। মনে প্রেম ও করুণার ভাব উদয় হয়। একমাত্র শীল পালনকারী ব্যক্তিরাই পারে সব জীবের প্রতি দয়া দেখাতে। শীল পালনের দ্বারা মানুষের চিন্তা পরিশুদ্ধ হয়, মনে প্রশান্তি জাগে, লোভ, দ্বেষ, মোহ এগুলো মন থেকে বিদূরিত হয়। তাই তথাগত বুদ্ধ গৃহী বৌদ্ধদের জন্য পাঁচটি শীল বা নীতি প্রবর্তন করেছেন।

শীল

পালিতে পঞ্চশীল নিম্নরূপ-

১. পানাতিপাতা বেরমণী সিক্খাপদং সমাদিয়ামি।
২. অদিন্নাদানা বেরমণী সিক্খাপদং সমাদিয়ামি।
৩. কামেসু মিচ্ছাচারে বেরমণী সিক্খাপদং সমাদিয়ামি।
৪. মুসাবাদা বেরমণী সিক্খাপদং সমাদিয়ামি।
৫. সুরামেয়েয-মজ্জ পমাদট্ঠানা বেরমণী সিক্খাপদং সমাদিয়ামি।

পঞ্চশীলের বাংলা অনুবাদ নিম্নরূপ-

১. প্রাণিহত্যা থেকে বিরত থাকার শিক্ষাপদ গ্রহণ করছি।
২. অদত্ত দ্রব্য গ্রহণ করা থেকে বিরত থাকার শিক্ষাপদ গ্রহণ করছি।
৩. মিথ্যা কামাচার থেকে বিরত থাকার শিক্ষাপদ গ্রহণ করছি।
৪. মিথ্যা বাক্য বলা থেকে বিরত থাকার শিক্ষাপদ গ্রহণ করছি।
৫. সুরাজাতীয় মাদকদ্রব্য গ্রহণ করা থেকে বিরত থাকার শিক্ষাপদ গ্রহণ করছি।

শীলবান ব্যক্তিকে সবাই শ্রদ্ধা করে। শীলবান ব্যক্তির ইহকাল ও পরকাল সুখকর হয়। শীলের গুণ অপরিমেয় ও অশেষ। তাই প্রত্যেক বৌদ্ধ নর-নারীর পঞ্চশীল পালন করা উচিত।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পাঠদানের পূর্বে শিক্ষক বিষয়বস্তুটি ভালো করে পড়ে নেবেন। প্রশ্নের মাধ্যমে পূর্বজ্ঞান যাচাই শেষে শিক্ষক নির্দেশিকায় উল্লেখিত উপকরণ প্রদর্শনপূর্বক শিক্ষার্থীদের জিজ্ঞাসা করবেন-এটি কিসের ছবি?

শিক্ষার্থীরা সহজে উত্তর দিতে পারলে শিক্ষক প্রশংসা করবেন। আর উত্তর দিতে না পারলে শিক্ষক সহজ, সরলভাবে উত্তর বলবেন। এরপর তিনি সুন্দরভাবে বিষয়বস্তু উপস্থাপন করবেন।

শিক্ষক নিজে পালিতে ও বাংলায় আস্তে আস্তে স্পষ্ট উচ্চারণের মাধ্যমে পঞ্চশীল পাঠ করবেন। এক্ষেত্রে শিক্ষককে শিক্ষার্থীদের মনোযোগের প্রতি বিশেষ দৃষ্টি দিতে হবে। পরে শিক্ষার্থীদেরকে কয়েকটি দলে বিভক্ত করে পালি ও বাংলায় পঞ্চশীল মুখস্থ করতে বলবেন। তাৎক্ষণিক যারা মুখস্থ বলতে পারবে তাদের প্রশংসা করে উৎসাহিত করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

প্রতিটি শিক্ষার্থী যাতে পঞ্চশীল নির্ভুলভাবে মুখস্থ করতে পারে শিক্ষক সে ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন। পঞ্চশীল যাতে শিক্ষার্থীরা পালন করে সেভাবে শিক্ষক শিক্ষার্থীদের উৎসাহিত করবেন।

মূল্যায়ন

১. ‘শীল’ শব্দের অর্থ কী?
২. পঞ্চশীল পালিতে মুখস্থ বল।
৩. পঞ্চশীলের বাংলা অনুবাদ মুখস্থ বল।
৪. শীল পালনের সুফল কী?

পাঠ- ২

শিখনফল : ৫.৪.১, ৫.৪.২

উপকরণ : পৃষ্ঠা-১৯ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

শীলের অপর নাম হলো স্বভাব বা চরিত্র। তাই যথাযথভাবে শীল পালন দ্বারা সচ্চরিত গঠন করা সম্ভব হয়। বুদ্ধ নির্দেশিত বিভিন্ন প্রকার শীলের মধ্যে এ অধ্যায়ে গৃহীদের জন্য প্রযোজ্য পঞ্চশীলের ধারণা দেওয়া হলো।

নিজের খেয়াল খুশি মতো যেমন-তেমনভাবে পঞ্চশীল গ্রহণ ও পালন করা যায় না। পঞ্চশীল গ্রহণের জন্য প্রথমে দরকার মানসিক প্রস্তুতি।

তারপর হাত-মুখ ধুয়ে পরিষ্কার জামা কাপড় পরিধান করে বৌদ্ধ বিহারে গিয়ে পূজনীয় ভিক্ষুর সম্মুখে নতজানু হয়ে হাত জোড় করে বসে প্রথমে ত্রিরত্ন বন্দনা ও ভিক্ষু বন্দনা এবং এরপর পঞ্চশীল প্রার্থনা করতে হয়। প্রার্থনা শেষ হলে ভিক্ষু পঞ্চশীল প্রদান শুরু করবেন। ভিক্ষু একে একটি শীল বলে যাওয়ার পর পরই শীলগ্রহণকারীকে একইভাবে বলতে হবে।

শীল কেবল মুখস্থ করে বিশেষ কোনো লাভ নেই। শীলের গুণাবলি উপলব্ধি করে তা নিজ নিজ জীবনে কঠোরভাবে মেনে চলতে হবে। সকাল-সন্ধ্যা দুই বেলা পঞ্চশীল গ্রহণ করা উত্তম। সম্ভব হলে বিশেষ তিথিতে অষ্টশীল গ্রহণ করা যায়। যে কোন পুণ্য কর্ম বা মাসিক অনুষ্ঠানে পঞ্চশীল গ্রহণ করা উচিত। বুদ্ধ স্বয়ং শীলগ্রহণ ও পালনের দ্বারা পাঁচটি মহাফল লাভের কথা বর্ণনা করেন। এই পাঁচটি মহাফল হলো—

শীলবান ব্যক্তির অভাবগ্রস্ত হয় না। তাদের সুকীর্তি চারদিকে সমভাবে ছড়িয়ে পড়ে। তারা সবসময় নির্ভয় ও সৎকোচ মুক্ত থাকে। তারা সজ্ঞানে মৃত্যুবরণ করে এবং মৃত্যুর পরে স্বর্গপ্রাপ্ত হয়ে সুখ ভোগ করে থাকে।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পূর্ব পাঠের সর্থক্ষিপ্ত আলোচনার পরে বিষয়বস্তু উপস্থাপন করবেন। শিক্ষক বিষয়বস্তুটি সুন্দরভাবে পাঠ করবেন। এরপর বিষয়বস্তুর গুরুত্ব শিক্ষার্থীদের ভালোভাবে বুঝিয়ে বলবেন। প্রত্যেক শিক্ষার্থীকে সম্ভব হলে একটি করে ছোট প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষক পাঠ যাচাই করবেন। শিক্ষক খেয়াল রাখবেন শিক্ষার্থীরা যেন মনোযোগী থাকে এবং পাঠ দান যাতে প্রাণবন্ত হয়।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে শিক্ষার্থীদেরকে শীলগ্রহণের মহাফলগুলো লিখতে বলবেন। শিক্ষার্থীরা শীলগ্রহণ ও পালন করে কিনা পর্যবেক্ষণ করবেন। যে শিক্ষার্থীরা যথাযথভাবে শীলগ্রহণ ও পালন করে তাদের প্রশংসা করবেন। এতে অন্য শিক্ষার্থীরা উৎসাহিত হবে।

মূল্যায়ন

১. পঞ্চশীল গ্রহণের নিয়মগুলো বল।
২. কখন পঞ্চশীল গ্রহণ করা উত্তম?
৩. শীলগ্রহণ ও পালন দ্বারা কী কী মহাফল লাভ সম্ভব?

ষষ্ঠ অধ্যায় ত্রিপিটক

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ৬.১ ত্রিপিটক কী বলতে পারবে।
- ৬.২ ত্রিপিটক পাঠে কী হয় বলতে পারবে।
- ৬.৩ ত্রিপিটকের তিনটি বিভাগ কী কী বলতে পারবে।

শিখনফল

- ৬.১.১ ত্রিপিটক শব্দের অর্থ বলতে পারবে।
- ৬.১.২ তিনটি পিটকের নাম উল্লেখ করতে পারবে।
- ৬.২.১ ত্রিপিটক পাঠের প্রয়োজনীয়তা বর্ণনা করতে পারবে।
- ৬.৩.১ ত্রিপিটকের অন্তর্গত একটি গ্রন্থ সংগ্রহ করতে পারবে।
- ৬.৩.২ সংগৃহীত গ্রন্থটির দুটি গাথা মুখস্থ করতে পারবে।
- ৬.৩.৩ গাথার উপদেশ মেনে চলতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ৩

পাঠ-১

শিখনফল : ৬.১.১ ও ৬.১.২

উপকরণ : ত্রিপিটকের অন্তর্গত যে কোনো একটি সংগৃহীত ধর্মীয় গ্রন্থ (ধর্মপদ)।

বিষয়বস্তু

ত্রিপিটক বৌদ্ধদের পবিত্র ধর্মগ্রন্থ। এটি প্রধানত তিনটি অংশে বিভক্ত। সেই তিনটি হলো-১. বিনয় পিটক, ২. সূত্র পিটক, ৩. অভিধর্ম পিটক। সূত্র পিটকে রয়েছে বুদ্ধের বাণী ও উপদেশ। বিনয় পিটক ভগবান বুদ্ধ প্রবর্তিত আচরণীয় নীতিমালা নিয়ে গঠিত। অভিধর্ম পিটক ধর্মীয় তাত্ত্বিক ব্যাখ্যায় পরিপূর্ণ। বুদ্ধের জীবিতকালে শিষ্যরা তাঁর বাণী ও উপদেশ মুখে মুখে মানুষের নিকট প্রচার করতেন। বুদ্ধের মহাপরিনির্বাণ লাভের পর এগুলো সংকলনের প্রয়োজন দেখা দিল। তাঁর জ্ঞানী শিষ্যরা এসব বাণী ও তত্ত্ব সংগ্রহ করে তিনটি উপরোক্ত বিশাল ধর্মীয় পুস্তকের মধ্যে সংকলন করে রেখে দিয়েছিলেন। এ সংকলনই হলো ত্রিপিটক।

ত্রিপিটক

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক ত্রিপিটক সম্পর্কে শিশুদের ধারণা দেবেন এবং বলবেন এটি হলো বৌদ্ধদের পবিত্র ধর্মগ্রন্থ। এরপর চকবোর্ডে তিনটি পিটকের নাম ক্রমানুসারে লিখে দেবেন। বিভিন্ন পিটকের সংক্ষিপ্ত বিষয়বস্তু তুলে ধরবেন। এবার শিশুদের উদ্দেশ্যে একটি প্রশ্ন করবেন—

— বৌদ্ধদের পবিত্র ধর্মগ্রন্থের নাম কী?

প্রশ্নটি সহজ, তাই প্রত্যেক শিশু এ প্রশ্নের উত্তর দেবে। এভাবে প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার জন্য উৎসাহিত করবেন। পরে অতিরিক্ত আরও কিছু প্রশ্ন করে উত্তর জেনে নেবেন। শিশুরা প্রশ্নের উত্তর দিতে উৎসাহবোধ করছে কি না তাও লক্ষ্য করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

ত্রিপিটকের অন্তর্গত কিছু ধর্মীয় পুস্তক প্রদর্শনের জন্য শিশুদেরকে পার্শ্ববর্তী কোন বিহারের গ্রন্থাগারে নেওয়া যেতে পারে। এতে ত্রিপিটক সম্পর্কে তারা প্রত্যক্ষ জ্ঞান অর্জন করতে পারবে।

মূল্যায়ন

১. ত্রিপিটক কাদের পবিত্র ধর্মগ্রন্থ?
২. ত্রিপিটকের তিনটি অংশ কী কী?
৩. বুদ্ধের বাণী ও উপদেশ কোন পিটকে রয়েছে?
৪. তাত্ত্বিক ব্যাখ্যায় পূর্ণ পিটকটির নাম কী?

পাঠ-২

শিখনফল : ৬.২.১



ত্রিপিটক পাঠরত শিশুদের চিত্র

উপকরণ : ধর্মীয় গ্রন্থ পাঠরত শিশুদের চিত্র।

বিষয়বস্তু

তিনটি পিটক মিলে ত্রিপিটক এক বিশাল ধর্মগ্রন্থ। ভগবান বুদ্ধের অমিয় বাণী ও উপদেশ সম্বলিত ত্রিপিটক অত্যন্ত পবিত্র। ত্রিপিটক পাঠের মাধ্যমে আমাদের চিন্তাশুদ্ধি হয়। ধর্মের প্রতি বিশ্বাস ও শ্রদ্ধা জাগে। পাপ-পুণ্য সম্পর্কে সচেতন হই। পাপ পথ পরিহার করে পুণ্যের পথ অনুসরণ করি। আমাদের জীবন সুখ ও মঙ্গলময় হয়। ইহকাল-পরকাল সম্পর্কে জ্ঞানলাভ করি। সব প্রাণীর প্রতি মৈত্রীপূর্ণ আচরণ করতে উদ্বুদ্ধ হই। জীবনকে সমৃদ্ধময় করতে যেসব নীতিমালা মেনে চলা উচিত তার সবই আছে ত্রিপিটকে। তাই ত্রিপিটক পাঠ একান্ত প্রয়োজন।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক বিষয়বস্তু অবলম্বনে পাঠটি শিশুদের নিকট উপস্থাপন করবেন। প্রত্যেক শিশু মনোযোগ দিয়ে শুনছে কি না লক্ষ্য করবেন। এবার তাদের উদ্দেশ্যে একটি প্রশ্ন করবেন—

– সব প্রাণীর প্রতি কীরূপ আচরণ করা উচিত?

প্রশ্নটির উত্তর একে একে প্রত্যেক শিশুর কাছ থেকে জেনে নেবেন। কোনো কোনো শিশুর উত্তর যথাযথ না হলে আপনি ‘মৈত্রীপূর্ণ আচরণ’ বলে তাদের জানিয়ে দেবেন। এরপরেও কোনো অসজ্ঞাতি দেখা দিলে তা শুধরে দেবেন। অতঃপর আরও কী কী কারণে ত্রিপিটক পাঠ একান্ত প্রয়োজন তা বর্ণনা করে পাঠদান সমাপ্ত করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

ত্রিপিটক পাঠের প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে দুটি বাক্য লেখাবার ব্যবস্থা নেবেন। বাক্য দুটি শিক্ষক নিজেও চকবোর্ডে লিখে দিয়ে শিশুদের তাদের নিজ নিজ খাতায় লিখার জন্য বলতে পারেন।

মূল্যায়ন

১. ভগবান বুদ্ধের বাণী ও উপদেশ কোন ধর্মগ্রন্থে লিপিবদ্ধ আছে?
২. ত্রিপিটক পাঠ করলে আমরা পাপ-পুণ্য সম্পর্কে কী হই?
৩. ত্রিপিটক পাঠ দ্বারা আমাদের জীবন কী হয়?
৪. সব প্রাণীর প্রতি মৈত্রীপূর্ণ আচরণ করতে হলে কোন ধর্মগ্রন্থ পাঠ করা উচিত?

পাঠ-৩

শিখনফল : ৬.৩.১., ৬.৩.২. এবং ৬.৩.৩.

উপকরণ : পৃষ্ঠা-৫৭ এর অনুরূপ চিত্র।

ত্রিপিটক

বিষয়বস্তু

বৌদ্ধধর্ম গ্রন্থ ত্রিপিটক অনেক পুস্তকের সমষ্টি। এসব পুস্তকে ভগবান বুদ্ধের বহু বাণী ও উপদেশ লিপিবদ্ধ আছে। সূত্র পিটক ত্রিপিটকের একটি অংশ। এটি পাঁচটি নিকায়ে বিভক্ত। এদের মধ্যে একটি হচ্ছে খুদ্দক নিকায়। খুদ্দক নিকায়ের মোট ১৫টি গ্রন্থের মধ্যে অন্যতম ধর্মীয় পুস্তক হলো ধর্মপদ। সমগ্র ত্রিপিটক থেকে বুদ্ধের উপদেশমালা সংগ্রহ করে ধর্মপদ রচিত হয়েছে। ধর্মপদ একটি সংকলন গ্রন্থ। গ্রন্থটি সবার প্রিয়। বৌদ্ধদের ঘরে ঘরে এটি সংরক্ষিত থাকে। ধর্মপদে সংকলিত গাথাগুলো উপদেশমূলক এবং শিক্ষামূলক। তাই ধর্মপদ থেকে দুটি গাথার বাংলা অনুবাদ এখানে উদ্ধৃত করা হলো—

১. প্রিয় কিংবা অপ্রিয় কোনো কিছুতে অনুরক্ত হইও না। কারণ প্রিয় বস্তুর অদর্শন এবং অপ্রিয় বস্তুর দর্শন উভয়ই দুঃখজনক। (প্রিয়বর্গ)

২. যে কর্ম সম্পাদন করলে অনুতাপ করতে হয় না, যার ফল সানন্দ্যে ও প্রফুল্ল মনে ভোগ করা যায়, তেমন কর্ম করাই উত্তম। (বালবর্গ)

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক নির্দেশিকায় প্রদত্ত বিষয়বস্তুটি ভালোভাবে পাঠ করে শোনাবেন। প্রয়োজনে পাঠের পুনরাবৃত্তিও করা যেতে পারে। শিশুরা মনোযোগ দিয়ে না শুনলে পাঠের বিষয়বস্তু তাদের নিকট কিছুটা কঠিন বলে মনে হতে পারে। শিশুদের মনোযোগের দিকে লক্ষ্য রেখে শিক্ষক ধর্মপদের উদ্ধৃতি দুটি কয়েকবার পড়বেন এবং উভয় উদ্ধৃতির ভাবার্থ বুঝিয়ে দেবেন। প্রত্যেক শিশুকে দিয়ে অন্তত একটি উদ্ধৃতি মুখস্থ করাবেন এবং শ্রেণিতে বলতে বলবেন। যেসব শিশু দুটি উদ্ধৃতিই মুখস্থ বলতে পারবে শিক্ষক তাদের প্রশংসা করবেন এবং অন্যান্য শিশুকে তাদের অনুসরণ করতে নির্দেশ দেবেন। পাঠদানের শেষদিকে এসে একটি প্রশ্ন করবেন—

— ভগবান বুদ্ধের উপদেশ দুটি কোন কোন পুস্তক থেকে নেওয়া হয়েছে?

শিশুদের সবাই একে একে ধর্মপদ বলে উত্তর দেবে। শিক্ষক তাদের যথার্থ উত্তর দানের জন্য সন্তোষ প্রকাশ করবেন এবং উপদেশ মেনে চলার নির্দেশনা দেবেন।

পরিকল্পিত কাজ

ধর্মপদের উদ্ধৃতি দুটি মুখস্থ করানোই হবে শিক্ষকের মূল দায়িত্ব।

মূল্যায়ন

১. সূত্র পিটক কয়টি নিকায়ে বিভক্ত?
২. ধর্মপদ কোন নিকায়ের অন্তর্গত?
৩. কোন ধর্মীয় পুস্তকটি বৌদ্ধদের ঘরে ঘরে সংরক্ষিত থাকে?
৪. ধর্মপদ থেকে নেওয়া যে কোনো একটি উদ্ধৃতি মুখস্থ বল।

সপ্তম অধ্যায়

কর্ম

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ৭.১ সদ্কর্ম ও মন্দ কর্ম সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারবে।
- ৭.২ সদ্কর্মের সুফল বলতে পারবে।
- ৭.৩ মন্দ কর্মের কুফল জেনে তা থেকে বিরত থাকতে পারবে।
- ৭.৪ সদ্কর্মের প্রতি অধিক আগ্রহী হবে।

শিখনফল

- ৭.১.১ সদ্কর্ম ও মন্দকর্ম কী বলতে পারবে।
- ৭.১.২ শিশু ভালো ও মন্দ কর্মের পার্থক্য বুঝতে পারবে।
- ৭.২.১ সদ্কর্মের সুফল বর্ণনা করতে পারবে।
- ৭.৩.১ দুই একটি মন্দ কর্মের নাম উল্লেখ করবে।
- ৭.৩.২ মন্দ কর্ম থেকে বিরত থাকতে পারবে।
- ৭.৪.১ দুটি ভালো কর্মের নাম উল্লেখ করে তদনুযায়ী কর্ম সম্পাদন করতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ৩

পাঠ-১

শিখনফল : ৭.১.১ ও ৭.১.২

উপকরণ : সদ্কর্ম ও মন্দকর্মের প্রণীত তালিকা।

বিষয়বস্তু

কর্ম শব্দের সাধারণ অর্থ হলো কাজ। কাজ দুই রকমের। ভালো কাজ এবং মন্দ কাজ। ভালো কাজকে বৌদ্ধ পরিভাষায় বলা হয় সদ্কর্ম বা কুশল কর্ম, আর মন্দ কর্মকে বলা হয় অকুশল কর্ম। মানুষ কর্মের অধীন। কুশল কর্ম সুখকর। অন্যদিকে অকুশল কর্ম দুঃখদায়ক। এ জন্য বুদ্ধ মানুষকে সর্বদা সদ্কর্ম করার জন্য উপদেশ দিয়েছেন। সবাই সদ্কর্মের প্রশংসা করে এবং মন্দ কর্মের জন্য নিন্দা করে। ছোট-বড় সবাইকে ভালোবাসা, কথায় বা কাজে কাউকে দুঃখ না দেয়া, গরিব-দুঃখীদের সাধ্যমতো সাহায্য করা, লাঠি বা অস্ত্র-শস্ত্র দিয়ে কাউকে আঘাত না করা ইত্যাদি কুশল কর্ম। আবার বাজে কথা বলে দুঃখ দেওয়া, আঘাত করে অজ্ঞহানি করা, গরিব-দুঃখীদের অবহেলা করা, গুরুজনদের অসম্মান করা, এগুলো হলো মন্দ বা অকুশল কর্ম। কুশল কর্ম সম্পাদন এবং অকুশল কর্ম থেকে বিরত থাকা উত্তম মজ্ঞাল।

কর্ম

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক প্রথমে সদ্কর্ম ও মন্দকর্ম সম্পর্কে শিশুদের ধারণা দেবেন। তারপর প্রত্যেক শিশুকে সদ্কর্ম ও মন্দ কর্মের তালিকাটি প্রদর্শন করবেন। পাঠের বিষয়বস্তু পড়ে শোনাবেন। শিশুরা উত্তর দিতে পারে এমন কিছু ছোট ছোট প্রশ্ন করবেন। সম্ভব হলে তালিকা বহির্ভূত আরও দুই একটি ভালো ও মন্দ কাজের উদাহরণ দিতে পারেন। ভালো কাজের উপকারিতা বর্ণনা করে শিশুদের ভালো কাজ করতে উৎসাহ দেবেন।



বালক কর্তৃক ভিক্ষুকে রুটি দান

পরিকল্পিত কাজ

প্রশ্নোত্তরের সাহায্যে শিশুরা কী কী ভালো কাজ করে তা জেনে নেবেন। মন্দ কাজ যাতে না করে সেদিকে দৃষ্টি রাখবেন। শিশুরা শ্রেণিতে যাতে কোন ঝগড়া-ঝাটি বা মারামারিতে জড়িয়ে না পড়ে সেদিকে বিশেষভাবে দৃষ্টি দেবেন।

মূল্যায়ন

১. ভালো কাজ ও মন্দ কাজকে বৌদ্ধ পরিভাষায় কী বলে?
২. বুদ্ধ সবাইকে কোন কর্ম করার উপদেশ দিয়েছেন?
৩. দুটি সদ্কর্মের উদাহরণ দাও।
৪. উত্তম মজ্জাল কী কী?

পাঠ-২

শিখনফল : ৭.২.১ ও ৭.৩.১

উপকরণ : বালক কর্তৃক ভিক্ষুকে রুটি দানের চিত্র।

বিষয়বস্তু

সদ্বর্মে প্রভাবে মানুষ জীবনে সুখ ও শান্তি লাভ করে। সংসারের দুঃখ-কষ্ট দূর হয়। দান দেওয়া, দয়া-দাক্ষিণ্য প্রদর্শন, সদ্বাক্য বলা-এগুলো হলো কুশল কর্ম। দানের ফল সম্পর্কিত একটি ছোট গল্প এখানে বর্ণনা করা হলো-

ভগবান বুদ্ধ জীবিতকালে রাজগৃহের বেণুবন বিহারে অবস্থান করছিলেন। এ সময় রাজগৃহে বাস করত এক দরিদ্র বালক। সে এক কৃষকের যব ক্ষেতের দেখাশোনা করত। এ জন্য তাকে সকাল বিকাল খাবার দেওয়া হতো। একদিন সকালের খাবার বাবদ কয়েকটি রুটি নিয়ে সে মাঠে উপস্থিত হলো। রুটি খাওয়ার জন্য সে এক গাছের তলায় গিয়ে বসল। এ সময় এক বৌদ্ধ ভিক্ষু সেই গাছের তলায় এসে দাঁড়ালেন। বালক তাঁকে খাবার খেয়েছেন কি না জিজ্ঞেস করলে তিনি উত্তর না দিয়ে নীরবে দাঁড়িয়ে রইলেন। বালক বুঝতে পারল ভিক্ষু অভুক্ত। সে তখন ভিক্ষুকে বলল-‘ভক্তে, অনুগ্রহ করে এই রুটিগুলো গ্রহণ করুন।’ বালক তার সব খাবারই ভিক্ষুকে দান করল। ভিক্ষু বালকের সামনে বসে রুটিগুলো খেলেন। তারপর বালকের নিকট দানের ফল ব্যাখ্যা করলেন। বালক এই সামান্য দান দিয়ে খুব আনন্দ অনুভব করল। সারাজীবন সে সুখ-শান্তিতে কাটিয়ে মৃত্যুর পর দেবলোকে উৎপন্ন হয়েছিল। এ গল্প থেকে বোঝা যায়, দান যত সামান্যই হোক এর ফল কিন্তু অত্যন্ত সুখদায়ক।

মারামারি করা, মিথ্যা কথা বলা, অন্যের জিনিস চুরি করা-এগুলো ভালো কাজ নয়। এগুলো মন্দ বা অকুশল কাজ। এসব অকুশল কর্ম থেকে দূরে থাকা বাঞ্ছনীয়।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শিশুদের পূর্বজ্ঞান যাচাইয়ের জন্য প্রথমে একটি প্রশ্ন করবেন-

- ছোট বড় সবাইকে ভালোবাসা কী রকম কাজ?

শিশুরা ভালো কাজ বলে উত্তর দেবে। সবাইকে এরূপ ভালো কাজ করার উপদেশ দিয়ে আজকের বিষয়বস্তু থেকে গল্পটি পাঠ করে শোনাবেন। শিশুরা সাধারণত গল্প শুনতে ভালোবাসে। প্রদত্ত গল্পের অনুরূপ অন্যকোন গল্প জানা থাকলে সেটা শোনানোর পর শিশুদের মধ্যে কেউ যদি গল্প বলতে চায় তাকে বলার জন্য উৎসাহ দেবেন। কোন অসজ্ঞাতি বা ভুলত্রুটি দেখা গেলে শুধরে দেবেন। এরপর বিষয়বস্তুতে বর্ণিত গল্প থেকে কিছু ছোট ছোট প্রশ্ন করে উত্তর জেনে নেবেন। এভাবে গল্প বলার মাধ্যমে শিশুদেরকে সদ্বর্মে বা কুশল কর্ম সম্পাদনের জন্য উদ্বুদ্ধ করা সহজ হবে।

পরিকল্পিত কাজ

প্রত্যেক শিশুকে দিয়ে গল্পটি বলাবার জন্য ব্যবস্থা নেবেন।

মূল্যায়ন

১. দান দেয়া এবং সদ্বাক্য বলা-এগুলো কী রকম কর্ম?
২. বালকটি কী কাজ করত?
৩. বালক ভিক্ষুকে কী খেতে দিয়েছিল?
৪. দান সামান্য হলেও এর ফল কীরূপ?

কর্ম

পাঠ-৩

শিখনফল : ৭.৩.২ এবং ৭.৪.১

উপকরণ : পাঠ-১ এর অনুরূপ সদ্ব্যবহার ও মন্দ কর্মের তালিকা।

বিষয়বস্তু

মানুষ ত্রিধার অর্থাৎ তিনটি দ্বার দিয়ে কর্ম সম্পাদন করে। এই তিনটি দ্বার হলো দেহ (কায়), বাক্য এবং মন। কারও সাথে মারামারি করা হলো দৈহিক অকুশল কর্ম। মিথ্যা কথা বলা বা ঝগড়াঝাটি করা এগুলো হলো বাক্যজনিত অকুশল কর্ম। অন্যদিকে কারও ক্ষতি চিন্তা করা হলো মানসিক অকুশল কর্ম। এসব অকুশল কর্ম থেকে সব সময় নিজেকে সরিয়ে রাখতে হবে।

ভালোভাবে লেখাপড়া করা, ছোটদের ভালোবাসা-এ দুটি কুশল কর্ম। ভালোভাবে লেখাপড়া করলে ভবিষ্যতে একজন সুনামজনক হয়ে সমাজ এবং দেশের মুখোজ্জ্বল করা যায়। ছোটদের ভালোবাসলে বড় হয়ে তারা তোমাকে শ্রদ্ধা করবে, সম্মান প্রদর্শন করবে। সুতরাং কায়, বাক্য এবং মনে কখনও মন্দ বা অকুশল কাজে লিপ্ত হওয়া যাবে না। কুশলকর্ম সম্পাদনই হোক সবার জীবনের ব্রত।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

বিষয়বস্তু অবলম্বনে মানুষ কোন কোন দ্বারে কর্ম সম্পাদন করে তা উল্লেখ করবেন। উক্ত তিনটি দ্বারে কোন প্রকার অকুশল কর্ম যাতে না করে সেজন্য উপদেশ দেবেন। শ্রেণিতে শিশুরা পরস্পরের প্রতি বন্ধুসুলভ আচরণ করছে কিনা সেদিকে নজর রাখবেন। দিনে অন্তত একটি ভালো কাজ করতে উদ্বুদ্ধ করবেন। এবার একটি প্রশ্ন করবেন-

- দুটি কুশল কর্ম কী কী?

অধিকাংশ শিশু দুটি কুশল কর্মের নাম বলবে। শ্রেণিতে সব শিশুর মেধা এক নয়। উত্তরদানে কিছু শিশু পিছিয়ে পড়লে অর্থাৎ সঠিক উত্তর দিতে ব্যর্থ হলে শিক্ষক সব সময় তার সাহায্যে এগিয়ে আসবেন। সব শিশুকে শিখনফল অর্জনে সার্বিক সহায়তা দানই শিক্ষকের আসল দায়িত্ব।

পরিকল্পিত কাজ

শিশুরা ভালো ও মন্দ কাজের পার্থক্য বুঝতে পারে কি না উদাহরণের মাধ্যমে জেনে নেবেন। শিশুরা যাতে শ্রেণিতে বা বাড়িতে কোনো মন্দ কাজ না করে সেদিকে লক্ষ্য রাখবেন।

মূল্যায়ন

১. মানুষ কয়টি দ্বারে কর্ম সম্পাদন করে? সেগুলো কী কী?
২. একটি দৈহিক অকুশল কর্মের উদাহরণ দাও।
৩. মিথ্যা কথা বলা কোন জাতীয় অকুশল কর্ম?
৪. সমাজ এবং দেশের মুখোজ্জ্বল করতে কী করা কর্তব্য?

অষ্টম অধ্যায় ধর্মীয় উৎসব

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ৮.১ বৌদ্ধদের তিনটি পূর্ণিমার পরিচিতি বলতে পারবে।
- ৮.২ পূর্ণিমায় বৌদ্ধ বিহারে যাবার অভ্যাস গড়ে তুলতে পারবে।
- ৮.৩ পূর্ণিমা অনুষ্ঠানে গিয়ে কী কী করতে হয় তা বলতে পারবে।
- ৮.৪ জ্ঞাতি-পরিজনের সাথে সুসম্পর্ক রক্ষা করার মনোভাব তৈরি করতে পারবে।

শিখনফল

- ৮.১.১ তিনটি পূর্ণিমার নাম বলতে পারবে।
- ৮.১.২ যে কোনো একটি পূর্ণিমার বর্ণনা করতে পারবে।
- ৮.২.১ যে কোনো পূর্ণিমায় বিহারে যেতে পারবে।
- ৮.৩.১ পূর্ণিমা অনুষ্ঠান সম্পর্কে জানবে।
- ৮.৩.২ পূর্ণিমার অনুষ্ঠানে কী কী করতে হয় তা বলতে পারবে।
- ৮.৪.১ বিহারে গিয়ে বন্ধুবান্ধব ও আত্মীয় স্বজনের সাথে ধর্মীয় রীতি-নীতি অনুসরণ করবে।
- ৮.৪.২ জ্ঞাতি-পরিজনের সাথে সুসম্পর্ক তৈরি হবে।

পাঠ বিভাজন : ২

পাঠ-১

শিখনফল : ৮.১.১, ৮.১.২, ৮.২.১ ও ৮.৩.১

উপকরণ : পূর্ণিমা অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণের চিত্র।

বিষয়বস্তু

ধর্মীয় প্রথা বা নিয়ম অনুসরণ করে যেসব অনুষ্ঠান পালিত হয় সেগুলোই হলো ধর্মীয় উৎসব। বাংলাদেশের অন্যান্য সম্প্রদায়ের মত বৌদ্ধরাও নানা ধরনের ধর্মীয় উৎসব পালন করেন। বৌদ্ধদের অধিকাংশ উৎসব পূর্ণিমা কেন্দ্রিক। কেননা ভগবান বুদ্ধের জীবনের উল্লেখযোগ্য ঘটনাগুলো পূর্ণিমা তিথিতেই সংঘটিত হয়েছিল। পূর্ণিমাগুলোর মধ্যে বুদ্ধ পূর্ণিমা, আষাঢ়ী পূর্ণিমা এবং আশ্বিনী পূর্ণিমা বা প্রবারণা পূর্ণিমা বিশেষ তাৎপর্যপূর্ণ।

বিষয়বস্তু

বুদ্ধ পূর্ণিমা বৌদ্ধদের প্রধান ধর্মীয় উৎসব। সাধারণত বৈশাখী পূর্ণিমাতেই এটি পালন করা হয়। ভগবান বুদ্ধের জন্ম, বুদ্ধত্ব লাভ এবং মহাপরিনির্বাণ—এ তিনটি মহান ঘটনা বৈশাখী পূর্ণিমাতেই সংঘটিত হয়েছিল বলে বৌদ্ধরা এ দিনটিকে বুদ্ধ পূর্ণিমা হিসেবে পালন করে থাকেন। দিনটিকে স্মরণীয় করে রাখার জন্য সকাল থেকে সন্ধ্যা পর্যন্ত সারাদিন নানা ধর্মীয় অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়। এটি বৌদ্ধদের জন্য আনন্দের একটি দিন। বুদ্ধ পূর্ণিমার অনুষ্ঠানমালা বিহারেই সম্পন্ন হয়। বৌদ্ধ আবাল বৃদ্ধ বনিতা নানারকম ফল ও খাদ্য উপকরণ



পূর্ণিমা অনুষ্ঠানে যোগদান

নিয়ে বিহারে যান, শীলাদি গ্রহণ করেন, ধর্মীয় আলোচনায় অংশ নেন। সন্ধ্যায় প্রদীপ প্রজ্জ্বলনের মধ্য দিয়ে উৎসব শেষ হয়।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পাঠদানের পূর্বে শিক্ষক পাঠের বিষয়বস্তুটি ভালোভাবে পড়ে নেবেন। ধর্মীয় আবহ সৃষ্টির জন্য

নির্দেশিকায় প্রদত্ত ছবিটি জনে জনে দেখাবেন। শিশুরা পূর্ণিমার সময় বিহারে যায় কি না প্রশ্নোত্তরের সাহায্যে জেনে নেবেন। এবার বুদ্ধ পূর্ণিমাভিত্তিক একটি প্রশ্ন করবেন—

— ভগবান বুদ্ধের জন্ম, বুদ্ধত্ব লাভ এবং মহাপরিনির্বাণ কোন পূর্ণিমায় সংঘটিত হয়েছিল?

অধিকাংশ শিশু বুদ্ধ পূর্ণিমায় বলে উত্তর দেবে। শ্রেণিতে কিছু কিছু দুর্বল শিশু থাকে। তাদেরকে উত্তরটি বলে দিয়ে পুনরায় উত্তর দিতে বলবেন যেন তারা কোনোভাবেই পিছিয়ে না পড়ে। এছাড়া বুদ্ধ পূর্ণিমা সম্পর্কিত আরও কিছু তথ্য ছোট ছোট প্রশ্নোত্তর আকারে জেনে নিতে সচেষ্ট থাকবেন।

পরিকল্পিত কাজ

বুদ্ধ পূর্ণিমা উৎসবের বিশদ বিবরণ তুলে ধরে শিশুদেরকে অনুষ্ঠান মালায় অংশগ্রহণে আগ্রহ সৃষ্টি করবেন। বুদ্ধ পূর্ণিমা ছাড়াও অন্যান্য অনুষ্ঠানে যোগদান করতে নির্দেশ দেবেন।

মূল্যায়ন

১. ধর্মীয় উৎসব বলতে কী বোঝ?
২. তিনটি বৌদ্ধ ধর্মীয় উৎসবের নাম বল।
৩. ধর্মীয় উৎসব সাধারণত কোথায় অনুষ্ঠিত হয়?
৪. কী প্রজ্জ্বলনের মধ্য দিয়ে অনুষ্ঠান শেষ হয়?

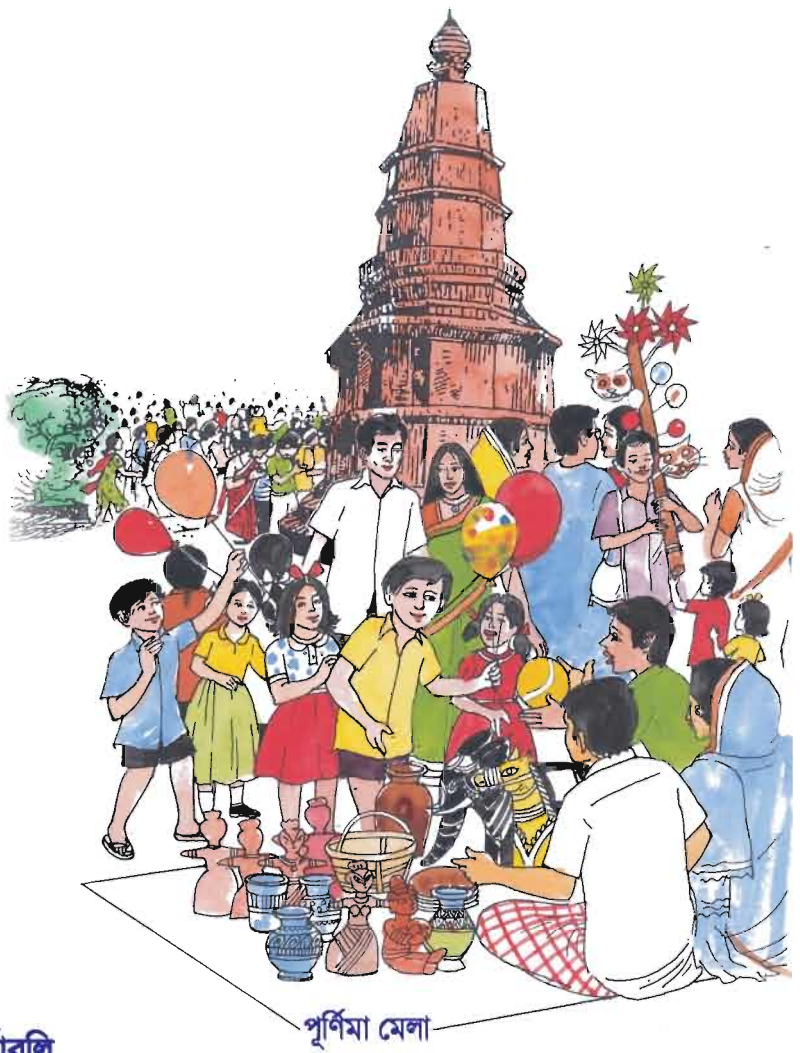
পাঠ-২

শিখনফল : ৮.৩.২, ৮.৪.১ এবং ৮.৪.২।

উপকরণ : পৃষ্ঠা-৬৭ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

পূর্ণিমা উৎসবের দিনে ছোট বড় সবাই বিহারে যায়। পূজার আয়োজন করে। ত্রিভুকে বন্দনা করে। পঞ্চশীল ও উপোসথ শীল গ্রহণ করে। ধর্মালোচনায় অংশগ্রহণ করে। শিশুরা একে অপরের হাত ধরাধরি করে এদিক সেদিক ঘুরে বেড়ায়। অনেক আনন্দ করে। বড়দের প্রণাম জানায়। ছোটদের আদর করে। আত্মীয় স্বজনের বাড়িতে বেড়াতে যায়। ভালো ভালো খাবারের আয়োজন করা হয়। বন্ধু-বান্ধব ও আত্মীয়-স্বজনের সাথে হাসি-খুশিতে দিন কাটিয়ে সন্ধ্যা বেলায় বুদ্ধের বেদীতে মোমবাতি জ্বালিয়ে বন্দনা শেষে তবে যার যার বাড়িতে ফিরে যায়।



শিখন শেখানো কার্যাবলি

পূর্ণিমা অনুষ্ঠানে কাদের সাথে দেখা হয় তা প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিশুদের কাছ থেকে জেনে নেবেন। এ ছাড়া অনুষ্ঠানে সকাল থেকে সন্ধ্যা পর্যন্ত যেসব ধর্মীয় কার্যক্রম চলে সেগুলোর স্বচ্ছ ধারণা দেবেন। এসব আনন্দ উৎসবে সময়মতো যোগদানের জন্য উপদেশ দেবেন। এভাবে পাঠদান শেষ করে মূল্যায়নে অগ্রসর হবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিশুদের পূর্ণিমার আনন্দানুষ্ঠানে যোগদানের ব্যাপারে উদ্বুদ্ধ করবেন। শিশুরা যাতে হাসি-খুশিতে দিন কাটায় অভিভাবকগণকে সেদিকে দৃষ্টি রাখতে বলবেন।

মূল্যায়ন

১. উৎসবের দিনে বিহারে গিয়ে কাকে বন্দনা করা হয়?
২. শিশুরা হাত ধরাধরি করে কী করে?
৩. বড়দের কী করতে হয়?

নবম অধ্যায় ধর্মীয় সম্মিলিত

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

- ৯.১ সব ধর্মের মানুষকে শ্রদ্ধা ও ভালোবাসতে শিখবে।
- ৯.২ সবাই মিলে মিশে বাস করতে উৎসাহী হবে।
- ৯.৩ সম্মিলিত শব্দের অর্থ জানতে পারবে।
- ৯.৪ সবার সাথে সৌভ্রাতৃত্ববোধে উদ্বুদ্ধ হতে শিখবে।

শিখনফল

- ৯.১.১ বাংলাদেশে প্রচলিত চারটি প্রধান ধর্ম কী কী বলতে পারবে।
- ৯.১.২ প্রত্যেক ধর্মের প্রতি শ্রদ্ধা পোষণ করবে।
- ৯.১.৩ প্রত্যেক ধর্মের মানুষকে শ্রদ্ধা করবে ও ভালোবাসবে।
- ৯.২.১ বিভিন্ন ধর্মের বন্ধুদের সাথে মেলামেশা করতে পারবে।
- ৯.৩.১ সম্মিলিত শব্দের অর্থ বলতে পারবে।
- ৯.৩.২ সকলের সাথে সম্মিলিত বজায় রেখে চলতে পারবে।
- ৯.৪.১ অন্য ধর্মাবলম্বী সাথীদের সঙ্গে বন্ধুত্ব গড়ে তুলতে পারবে।
- ৯.৪.২ অন্য ধর্মাবলম্বী সাথীদের সাথে তাদের ধর্মীয় অনুষ্ঠানে যোগ দিতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ২

পাঠ-১

শিখনফল : ৯.১.১, ৯.১.২, ৯.১.৩ ও ৯.২.১

উপকরণ : পৃষ্ঠা-২৯ ও ৩০ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

বাংলাদেশে প্রধানত চারটি ধর্মের অনুসারীরা বাস করে। এ চারটি ধর্ম হলো- ১. ইসলাম ধর্ম ২. হিন্দুধর্ম ৩. বৌদ্ধধর্ম এবং ৪. খ্রিস্টানধর্ম। সব ধর্মের লোকেরা শান্তি ও সৌহার্দ্যপূর্ণ পরিবেশে এখানে বসবাস করেন। ধর্মীয় ভেদাভেদ ভুলে সবাই দেশ গড়ার কাজে নিয়োজিত। একে অন্যের প্রতি বন্ধু ভাবাপন্ন। একই বিদ্যালয়ে একই বেঞ্চে বসে শিক্ষা লাভ করে। একই মাঠে খেলাধুলা করে। একই সাথে বিদ্যালয়ে যাওয়া আসা করে। এই আন্তরিকতা এবং ভালোবাসা সত্যিই চোখে পড়ার মতো।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক বিষয়বস্তু অবলম্বনে দেশে প্রচলিত চারটি ধর্মের নাম উল্লেখ করবেন। ওই চার ধর্মের কোনো বন্ধু আছে কি না প্রত্যেক শিশুর কাছ থেকে জেনে নেবেন। যদি থাকে তবে একে অপরের বাড়িতে বেড়াতে যাওয়ার পরামর্শ দেবেন। যদি বেড়াতে যায় তবে কার কার বাড়িতে গেছে তাদের নাম প্রশ্ন করে জেনে নেবেন। বন্ধুরা যদি ভিন্ন ধর্মের হয়ে থাকে তাদের মা বাবা কেমন ব্যবহার করেন তাও জেনে নেবেন। শিশুরা সবাই যদি বলে যে, তাদের বন্ধুদের মা-বাবা খুব আদর করেন। ভালো ভালো খাবার খেতে দেন— তাহলে বুঝতে হবে শিশুরা সবার নিকট আদরনীয়। এমন এক সুস্থ পরিবেশই সবার কাম্য। শিশুদের সবাইকে সার্বিক সহযোগিতা দানের জন্য ধন্যবাদ জানিয়ে শ্রেণিকক্ষ ত্যাগ করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষক শিশুদেরকে চারধর্মের চারজন বন্ধুর নাম বলতে বলবেন। কোন বন্ধুর নাম পুনরুল্লেখ থাকলেও অসুবিধা নেই। তাদের সাথে সবসময় যোগাযোগ রাখতে বলবেন এবং সত্যিই যোগাযোগ রাখছে কিনা সেদিকে লক্ষ্য রাখবেন।

মূল্যায়ন

১. বাংলাদেশে কয়টি ধর্মের অনুসারীরা বসবাস করেন?
২. একজন মুসলিম ও একজন হিন্দুধর্মের বন্ধুর নাম বল।
৩. ধর্মীয় ভেদাভেদ ভুলে সকল নাগরিক কী কাজে নিয়োজিত?
৪. কারা বিদ্যালয়ে একই বেঞ্চে বসে লেখাপড়া করে?

পাঠ-২

শিখনফল : ৯.৩.১, ৯.৩.২, ৯.৪.১ এবং ৯.৪.২।

উপকরণ : পৃষ্ঠা-২৯ ও ৩০ এর অনুরূপ চিত্র।

বিষয়বস্তু

বাংলাদেশ একটি ধর্মনিরপেক্ষ দেশ। সব ধর্মের লোকেরা এখানে সমান নাগরিক অধিকার ভোগ করেন। এখানে ধর্মীয় ভেদাভেদ নেই। বাংলাদেশের জনগণ সাম্প্রদায়িক সম্প্রীতিতে বিশ্বাসী। সম্প্রীতি মানে সত্যিকার ভালোবাসা। প্রত্যেক ধর্মাবলম্বী তার নিজস্ব ধর্মীয় স্বাধীনতা ভোগ করে। তাই এখানে বিভিন্ন ধর্মের অনুসারী শিশুদের মধ্যেও একটি গভীর সুসম্পর্ক বিদ্যমান। এ জন্যেই দেখা যায় বিভিন্ন ধর্মের বড় বড় অনুষ্ঠান যেমন—মুসলিমদের ঈদ, হিন্দুদের দুর্গাপূজা, বৌদ্ধদের বুদ্ধ পূর্ণিমা এবং খ্রিস্টানদের বড় দিন উৎসবে জাতি ধর্ম নির্বিশেষে সবাই অংশগ্রহণ করে থাকেন। এ ধরনের অংশগ্রহণ প্রশংসার দাবি রাখে।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক প্রথমে পাঠটি নিজে পড়বেন এবং বিষয়বস্তুর মূল বক্তব্য শিশুদের নিকট বুঝিয়ে দেবেন। এবার একটি প্রশ্ন করে তাদের মনোভাব জেনে নেবেন—

– বাংলাদেশের জনগণ কিসে বিশ্বাসী?

উত্তরটি সবার কাছ থেকে জেনে নেবেন। যারা উত্তর দিতে পারবে না, শিক্ষক অত্যন্ত যত্ন সহকারে তাদেরকে উত্তরটি যথাযথভাবে দেওয়ার জন্য পারজাম করে তুলবেন। এভাবে বিষয়বস্তু থেকে আরও কয়েকটি ছোট ছোট প্রশ্ন করে উত্তর দিতে বলবেন। এভাবে প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে পাঠটি শিশুদের নিকট সহজবোধ্য হয়ে উঠবে। শিক্ষক নিজেও আনন্দিত বোধ করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষক পাঠে ব্যবহৃত কিছু কিছু শব্দ যেমন— ধর্ম নিরপেক্ষ, সাম্প্রদায়িক সম্প্রীতি, ধর্মীয় স্বাধীনতা ইত্যাদির মর্মার্থ যথাযথভাবে বুঝিয়ে দেবেন। এসব ব্যাপারে তাদের মনোভাব জেনে নেবার চেষ্টা করবেন।

মূল্যায়ন

১. বাংলাদেশের সব ধর্মের লোকেরা কীরকম নাগরিক অধিকার ভোগ করেন?
২. সম্প্রীতি অর্থ কী?
৩. বাংলাদেশি শিশুদের মধ্যে কীরকম সম্পর্ক বিদ্যমান?
৪. সব ধর্মের বড় বড় অনুষ্ঠানগুলো কী কী?