

TERM THREE: STAGE THREE WEEKLY OVERVIEW

Week	Term 3
1	<p align="center"><i>Life of the Buddha (2) – Cuộc đời của Đức Phật (2)</i> The Decision to Renounce (DB/LB11) Quyết định từ bỏ (DB/LB11)</p>
2	<p align="center">The Easy Path, The Hard Path & the Middle Path (DB/LB13) <i>Con đường dễ dàng, con đường khó khăn và con đường trung đạo (DB/LB13)</i></p>
3	<p align="center">Sujata’s Offering: Breaking from the Peer Group has not translated(DB/LB15)</p>
4	
5	<p align="center">The Great Battle (DB/LB16) <i>Trận chiến vĩ đại (DB/LB16)</i></p>
6	<p align="center">Awakened! (DB/LB17) <i>Sự Tỉnh Thức (DB/LB17)</i></p>
7	<p align="center">Enlightenment (DB/LB18) <i>Sự Giác ngộ (DB/LB18)</i></p>
8	
9	<p align="center">The Buddha Returns to His Family (DB/LB23) <i>Đức Phật quay về gia đình (DB/LB23)</i></p>
10	<p align="center">The Final Days: Be a Lamp unto Yourself (DB/LB25) <i>Những ngày cuối cùng: Hãy là ngọn đuốc của chính bạn (DB/LB25)</i></p>

Term Three: Stage 3: Lesson 1: Life of Buddha: The Decision to Renounce

<p>Lesson Sequence Yếu tố bài học</p>	<p>Time Thời gian</p>	<p>Lesson Aim: To understand what Prince Siddhartha had to give up in order to begin his search for truth. <i>Mục tiêu bài học: hiểu được thái tử Tất Đạt Đa đã từ bỏ điều gì để bắt đầu tìm kiếm chân lý.</i></p> <p>Resources: Activity 1. Worksheet- Listing things the Prince had to give up. <i>Nguồn: Hoạt động 1. Trang-Liệt kê điều mà thái tử đã từ bỏ.</i></p>
<p>Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật</p>	<p>10min</p>	<p>1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần).</p> <p>2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần).</p> <p>3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.</p>
<p>Story Câu chuyện</p>	<p>5min</p>	<p>The Decision to Renounce – Quyết định từ bỏ</p> <p>After Prince Siddhartha witnessed the four sights he began to think about <i>the suffering of old age, sickness, death, and the serene sight of a noble person. He thought about the impact that all four sights had on all beings.</i></p> <p><i>-Sau khi Thái tử Tất Đạt Đa chứng kiến bốn cảnh tượng, Ngài bắt đầu nghĩ về nỗi khổ của tuổi già, bệnh tật, cái chết và cảnh thanh thân của một người cao quý. Ngài nghĩ về tác động của cả bốn cảnh tượng đến với tất cả chúng sinh.</i></p> <p>The king feared from the day of his son’s birth that</p>

		<p>he may one day leave the palace and as the prince grew older the king took many precautions to avoid this from happening.</p> <p><i>-Ngày từ ngày người con trai ra đời, Nhà vua đã lo sợ rằng một ngày nào đó cậu bé có thể rời cung điện và khi hoàng tử lớn lên, Nhà vua đã thực hiện nhiều biện pháp phòng ngừa để tránh điều này xảy ra.</i></p> <p>Siddhartha asked his father permission to leave the place to find the way to end all suffering. The king wished for his son to rule the place after him, however he could not <i>fulfill the prince's three wishes that he would not get old, not get sick and would never die.</i></p> <p><i>-Tất Đạt Đa xin phép cha rời khỏi cung điện để tìm con đường chấm dứt mọi đau khổ. Nhà vua mong muốn con trai mình sẽ tiếp nối mình cai trị triều đình, tuy nhiên Nhà vua không thể thực hiện được ba điều ước muốn của hoàng tử là Hoàng tử sẽ không già, không bệnh và sẽ không bao giờ chết.</i></p> <p>The king knew that he could not make these promises. But he still could not bear to part with his son. The king ordered the guards to <i>guard the gates day and night so the prince wouldn't escape.</i> But this did not make the prince change his mind about seeking the truth.</p> <p><i>-Nhà vua biết rằng ông không thể thực hiện những lời hứa này. Nhưng ông vẫn không nỡ chia tay con trai mình. Nhà vua ra lệnh cho lính canh gác cổng cả ngày lẫn đêm để Hoàng tử không trốn đi. Nhưng những điều này không chuyển Hoàng tử thay đổi ý định tìm kiếm sự thật.</i></p> <p>One night, Siddhartha quietly entered the chamber where Yasodhara and Rahula were sleeping. He wanted to have one last look at them. He did not wake them up for fear that Yasodhara would try to persuade him to stay. With great sadness, he left</p>
--	--	---

		<p>the room. His decision to leave the palace did not mean that he did not love his wife and son; it meant that his love for the beings in the world was greater.</p> <p><i>-Một đêm nọ, Tất Đạt Đa lặng lẽ vào căn phòng nơi Yasodhara và Rahula đang ngủ. Ngài ấy muốn nhìn họ lần cuối. Ngài không đánh thức họ vì sợ Yasodhara sẽ cố thuyết phục Ngài ở lại. Với nỗi buồn vô hạn, Ngài rời khỏi phòng. Quyết định rời khỏi cung điện của ngài không có nghĩa là Ngài không yêu vợ và con trai mình; điều đó có nghĩa là tình yêu thương của Ngài dành cho những chúng sinh trên thế giới lại càng nhiều hơn.</i></p> <p>In the still of night, Siddhartha and Channa quietly left the palace, riding the prince's horse. The palace guards had fallen asleep. The horse jumped over the city wall, carrying Siddhartha and Channa on his back. Once out of the city, Siddhartha stopped for a last look at the palace, where he had spent so many happy years. His decision to leave everything he had loved and was privileged to behind had been had been made. His quest to find the truth to end suffering had begun.</p> <p><i>-Trong màn đêm tĩnh lặng, Tất Đạt Đa và Channa lặng lẽ cưỡi ngựa rời cung điện. Các lính canh gác cung điện đã ngủ say. Con ngựa nhảy qua bức tường thành nó cõng Tất Đạt Đa và Channa trên lưng. Khi ra khỏi thành phố, Tất Đạt Đa dừng lại để nhìn cung điện lần cuối, nơi Ngài đã trải qua rất nhiều năm hạnh phúc. Quyết định của ngài ấy để tất cả những gì Ngài yêu thương và đặc ân ở lại. Hành trình tìm kiếm sự thật để chấm dứt đau khổ của Ngài đã bắt đầu.</i></p>
<p>Questioning and Discussion <i>Câu hỏi và thảo luận</i></p>	<p>10min</p>	<p>What was troubling Prince Siddhartha and what did he think he had to do? <i>-Điều gì đã khiến Thái tử Tất Đạt Đa gặp rắc rối và ngài nghĩ mình phải làm gì?</i></p> <p>Why was it such a difficult decision? <i>-Tại sao đó lại là một quyết định khó khăn như vậy?</i></p>

		<p>What do you think would be the most difficult to let go of? Why? <i>-Bạn nghĩ điều gì là khó buông bỏ nhất? Tại sao?</i></p> <p>Why did he still choose to go on his search? <i>-Tại sao Ngài ấy vẫn chọn tiếp tục cuộc tìm kiếm của mình?</i></p>
<p>Students activity Teacher directed <i>Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</i></p>	5min	<p>Students will make a list of the things the Prince gave up in order to go on his search. <i>-Học sinh sẽ liệt kê những điều mà Thái tử đã từ bỏ để tiếp tục cuộc tìm kiếm của Ngài ấy.</i></p>

Term Three: Stage 3: Activity 1: Life of Buddha: The Decision to Renounce

List what the Prince had to give up in order to follow his search?

-Liệt kê những điều mà Thái tử đã từ bỏ để theo đuổi sự tìm kiếm của Ngài.



1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.

Term Three: Stage 3: Lesson 2: The Easy Path, The Hard Path & the Middle Path

Lesson Sequence Yếu tố bài học	Time Thời gian	Lesson Aim: To understand why Prince Siddhartha took the Middle Path. Mục tiêu bài học: để hiểu được tại sao Thái tử Tất Đạt Đa đi theo con đường trung đạo
Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật	10min	<p>1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần).</p> <p>2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần).</p> <p>3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.</p>
Story Câu chuyện	5min	<p>The Easy Path, The Hard Path & the Middle Path Con đường dễ dàng, con đường khổ hạnh và con đường trung đạo</p> <p>Prince Siddhartha cut off his hair and gave up all of the privileges he once enjoyed as a prince. This renunciation was a significant act of renouncing his luxurious palace life.</p> <p><i>-Thái tử Tất Đạt Đa đã cắt tóc và từ bỏ tất cả những đặc quyền mà ông từng được hưởng khi còn là một Hoàng tử. Việc từ bỏ này là một hành động quan trọng khi từ bỏ cuộc sống xa hoa trong cung điện của mình.</i></p> <p>After renunciation of his previous life, he travelled to a village called Magadha and learnt many things from a noble leader, Arada. The Prince knew that Arada was the most respected of all nobles of that time and the prince learned much from him.</p>

	<p>However, the prince was still not satisfied that he had found the path to end suffering.</p> <p><i>-Sau khi từ bỏ cuộc sống trước đây, Ngài du hành đến một ngôi làng tên là Magadha và học được nhiều điều từ một nhà lãnh đạo cao quý, A Tư Đà. Hoàng tử biết rằng A Tư Đà là người được kính trọng nhất trong tất cả các quý tộc thời bấy giờ và Hoàng tử đã học được nhiều điều từ ông. Tuy nhiên, Hoàng tử vẫn chưa hài lòng vì vẫn chưa tìm ra con đường chấm dứt đau khổ.</i></p> <p>Next Prince Siddhartha went to Nairangana River where he met the five nobles who practiced an extreme form of mastering pain. Prince Siddhartha did not agree with their way of self-harm.</p> <p><i>-Tiếp theo Thái tử Tất Đạt Đa đến sông Nairangana, nơi Ngài gặp năm quý tộc đang thực hành một hình thức cực đoan để làm chủ nỗi đau. Thái tử Tất Đạt Đa không đồng ý với cách tự hại mình của họ.</i></p> <p>Alone, the prince practiced hard for 6 long years and almost starved himself to death. Prince Siddhartha accepted an offering of milk from Sujata and that gave him strength.</p> <p><i>-Thái tử đã một mình luyện tập chăm chỉ trong 6 năm dài và sắp bị chết đói. Thái tử Tất Đạt Đa nhận sự cúng dường sữa của Sujata và nhờ vậy mà Ngài đã hồi phục mạnh khỏe.</i></p> <p>He then realised that both the path of luxury and path of deprivation did not work and he had to look for a middle path. Siddhartha also remembered that as a young child he meditated under the rose apple tree and that gave him a sense of calmness and he could see things clearly.</p> <p><i>-Sau đó Ngài nhận thấy rằng cả con đường đầy đủ và con đường thiếu thốn vật chất đều không hiệu quả và Ngài phải tìm kiếm một con đường trung gian. Tất Đạt Đa cũng nhớ rằng khi còn nhỏ, Ngài đã ngồi thiền định dưới cây mận đã mang lại cho Ngài cảm giác tĩnh lặng và đã khiến cho Ngài thấu rõ tất cả rõ ràng hơn.</i></p>
--	---

<p>Questioning and Discussion <i>Câu hỏi và thảo luận</i></p>	<p>10min</p>	<p><i>Teacher will reflect on the story and recall the events in order with the students.</i> <i>-Giáo viên sẽ kể lại câu chuyện và nhắc lại các sự kiện theo thứ tự với học sinh.</i></p>
<p>Students activity Teacher directed <i>Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</i></p>	<p>5min</p>	<p>Students will match the events in order.-<i>Học sinh sẽ nói các sự kiện theo thứ tự.</i></p>

Term Three: Stage 3 Lesson 2: The Easy Path, The Hard Path & the Middle Path

Draw a line to match the events. The first one has been done for you.

Vẽ đường nối các sự kiện. Sự kiện đầu tiên đã được thực hiện.

1. Prince Siddhartha cut of his hair 1. Thái tử Tất Đạt Đa cắt tóc của Ngài	who practised an extreme form of mastering pain.
2. He then travelled to Magadha 2. Sau đó Ngài du hành đến Magadha	and almost starved himself to death.
3. Next Prince Siddhartha went to Nairangana River where he met the five ascetics 3. Tiếp đó Thái tử Tất Đạt Đa đã tới sông Nairangana nơi ngài gặp 5 vị tu khổ hạnh.	as a significant act of renouncing his luxurious palace life.
4. For 6 long years, he practised hard 4. Trong 6 năm, Ngài đã tu tập gian khổ	and learnt many things from Arada.
5. Prince Siddhartha accepted the offering of milk 5. Thái tử Tất Đạt Đa đã nhận sữa cúng dường	that he would not rise from this position until he reached his goal.
6. He then realized that both the path of luxury and path of deprivation did not work 6. Sau đó ngài nhận ra rằng cả con đường đầy đủ và thiếu thốn vật chất không hiệu quả.	from Sujata and that gave him strength.
7. Siddhartha also remembered that as a young child. 7. Tất Đạt Đa đã nhớ lại khi ngài còn nhỏ.	and he had to look for a middle path.
8. He made a vow under the Bodhi Tree 8. Ngài đã nguyện dưới cây bồ đề	he meditated under the rose apple tree and that gave him a sense of calmness and he could see things clearly.

**Activity 2: The Easy Path, The Hard Path & the Middle Path
ANSWER SHEET**

1. Prince Siddhartha cut off his hair 1. Thái tử Tất Đạt Đa cắt tóc của Ngài		who practised an extreme form of mastering pain.
2. He then travelled to Magadha 2. Sau đó Ngài du hành đến Magadha		and almost starved himself to death.
3. Next Prince Siddhartha went to Nairangana River where he met the five ascetics 3. Tiếp đó Thái tử Tất Đạt Đa đã tới sông Nairangana nơi ngài gặp 5 vị tu khổ hạnh.		as a significant act of renouncing his luxurious palace life.
4. For 6 long years, he practised hard 4. Trong 6 năm, Ngài đã tu tập gian khổ		and learnt many things from Arada.
5. Prince Siddhartha accepted the offering of milk 5. Thái tử Tất Đạt Đa đã nhận sữa cúng dường		that he would not rise from this position until he reached his goal.
6. He then realized that both the path of luxury and path of deprivation did not work 6. Sau đó ngài nhận ra rằng cả con đường đầy đủ và thiếu thốn vật chất không hiệu quả.		from Sujata and that gave him strength.
7. Siddhartha also remembered that as a young child. 7. Tất Đạt Đa đã nhớ lại khi ngài còn nhỏ.		and he had to look for a middle path.
8. He made a vow under the Bodhi Tree 8. Ngài đã nguyện dưới cây bồ đề		he meditated under the rose apple tree and that gave him a sense of calmness and he could see things clearly.

Term Three: Stage 3 Lesson 3: Sujata's Offering: Breaking from the Peer Group

Lesson Sequence Yếu tố bài học	Time Thời gian	Lesson Aim: To understand that it is important to do what you think is right. <i>Mục tiêu bài học: để hiểu rằng điều quan trọng là làm điều bạn nghĩ là đúng.</i> Resources: Activity 3 worksheet: Fill in the missing words. <i>Nguồn: Trang 3: điền thêm những từ còn thiếu.</i>
Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật	10min	1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần). 2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần). 3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.
Story <i>Câu chuyện</i>	5min	Sujata's Offering – Sự cúng dường của Sujata In a nearby village called Senani, there lived a young, beautiful and rich girl called Sujata, who wanted a husband and a son of her own. She had waited for many years and she was not successful. She began going to the banyan tree near the Neranjara river and prayed to the tree-god to give her a husband and son. She eventually got what she prayed for. She was extremely happy and decided to fulfil her vow to the tree-god for giving her all that she had asked for. She did this by making an offering of the sweetest and most nourishing milk- rice to the tree-god.

		<p><i>-Ở một ngôi làng gần đó tên là Senani, có một cô gái trẻ, xinh đẹp và giàu có tên là Sujata, cô ấy muốn có một người chồng và một đứa con trai. Cô đã chờ đợi nhiều năm và cô đã không thành công. Cô bắt đầu đến cây đa gần sông Neranjara và cầu nguyện thần cây ban cho cô một người chồng và con trai. Cuối cùng cô ấy đã có được những gì cô ấy cầu nguyện. Cô vô cùng hạnh phúc và quyết định thực hiện lời thề của mình với thần cây vì đã cho cô tất cả những gì cô yêu cầu. Cô ấy đã làm điều này bằng cách dâng tặng một loại gạo sữa ngọt ngào và bổ dưỡng nhất cho thần cây.</i></p> <p>One day, taking the delicious milk-rice with her to the banyan tree, Sujata saw what she thought to be a holy man. He sat peacefully in meditation. She bowed with respect and said, "Lord, accept my donation of milk-rice. May you be successful in obtaining your wishes as I have been".</p> <p><i>-Một ngày nọ, khi mang theo gạo sữa thơm ngon đến cây đa, Sujata nhìn thấy một vị mà cô nghĩ là vị thánh. Ngài ấy ngồi an nhiên trong thiền định. Cô ấy cúi đầu kính cẩn và nói: "Kính lạy Ngài, xin Ngài chấp nhận sự cúng dường gạo sữa của con. Cầu mong Ngài cũng thành công đạt được sự mong muốn của Ngài như con đã đạt được".</i></p> <p>The Prince drank the milk-rice and then bathed in the river. When he finished, he took the golden bowl, placed it the river whilst saying, "If I am to succeed in in my journey to find the path to end suffering, let this bowl go upstream, but if not, let it go downstream." The golden bowl went against the natural downstream flow of the river. It went upstream instead, while keeping in the middle of the river.</p> <p>Because of this, he vowed to sit and meditate under the Bodhi Tree until he reached enlightenment. That was the last food and bath he had for seven weeks.</p>
--	--	---

		<p>-Thái tử uống sữa gạo và sau đó tắm sông. Nói xong, ngài cầm lấy cái bát vàng, đặt xuống sông và nói: “Nếu tôi thành công trong hành trình tìm con đường chấm dứt khổ đau, hãy để cái bát này đi ngược dòng, còn nếu không, hãy để nó xuôi dòng. ” Chiếc bát vàng đã đi ngược lại dòng chảy hạ lưu tự nhiên của con sông. Nó đã đi ngược dòng, trong khi vẫn ở giữa sông. Vì thế, ngài nguyện ngồi thiền định dưới cội Bồ đề cho đến khi giác ngộ. Đó là thức ăn và nước tắm cuối cùng mà ngài có trong bảy tuần.</p> <p>By accepting the milk- rice from Sujata who was a woman, the prince was looked down on and criticised by the extreme group of five noble men who considered him not to be worthy enough. Therefore, they did not respect him because they thought that he was giving up self- sacrificing in order to gain the holiness.</p> <p>-Khi nhận gạo sữa từ Sujata, một phụ nữ, hoàng tử đã bị nhóm năm quý tộc cực đoan coi thường và chỉ trích, những người coi ngài không xứng đáng. Vì vậy, họ không tôn trọng ngài vì cho rằng ngài đã bỏ cuộc trong việc đạt được sự thánh thiện.</p>
Questioning and Discussion <i>Câu hỏi và thảo luận</i>	10min	<p>Ask students to share an incident where they wanted to do something and their friends wanted to do something else.-Yêu cầu học sinh chia sẻ một sự việc mà họ muốn làm mà bạn bè của họ muốn làm việc khác.</p> <p>Ask how they felt about making their own decision?- <i>Hãy hỏi các em cảm thấy thế nào phải đưa ra quyết định của riêng mình.</i></p>
Students activity Teacher directed <i>Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</i>	5min	<p>Students will complete the worksheet the fill the missing words. -Học sinh sẽ hoàn thành trang bài kiểm tra bằng cách điền vào chỗ trống.</p>

Term Three: Stage 3 Activity 3: Sujata's Offering: Breaking from the Peer Group

Fill in the missing words.

One day, taking the delicious _____ with her to the banyan tree, _____ saw what she thought to be a holy man. He sat peacefully in _____. She bowed with respect and said, "Lord, accept my _____ of milk-rice. May you be successful in obtaining your wishes as I have been".

The Prince drank the milk-rice and then in the _____ river.

When he finished, he took the golden bowl, placed it the river whilst saying,

"If I am to succeed in in my journey to find the path to end suffering,

let this bowl go upstream, but if not, let it go downstream." The golden

bowl went against the natural downstream flow of the river. It went

_____ instead,

while keeping in the middle of the river. Because of this, he _____ to sit

and meditate under the Bodhi Tree until he reached enlightenment. That

was the last food and bath he had for seven weeks.

WORD

meditatio

upstrea

milk-

donatio

bathe

vowe

Sujat

Term Three: Stage 3 Lesson 4: Sujata's Offering: Breaking from the Peer Group

Lesson Sequence Yếu tố bài học	Time Thời gian	Lesson Aim: To understand that it is important to do what you think is right. Mục tiêu bài học: để hiểu rằng điều quan trọng là làm điều bạn nghĩ là đúng. Resources: Activity 4: Scenario worksheet. Nguồn: Hoạt động 4 : Trang kịch bản.
Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật	10min	<p>1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần).</p> <p>2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần).</p> <p>3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.</p>
Story Câu chuyện	5min	<p>Sujata's Offering (re- tell story from previous lesson) Sự cúng dường của Sujata (kể lại câu chuyện từ bài học trước)</p> <p>In a nearby village called Senani, there lived a young, beautiful and rich girl called Sujata, who wanted a husband and a son of her own. She had waited for many years and she was not successful. She began going to the banyan tree near the Neranjara river and prayed to the tree-god to give her a husband and son.</p> <p>She eventually got what she prayed for. She was extremely happy and decided to fulfil her vow to the tree-god for giving her all that she had asked for. She did this by making an offering of the sweetest</p>

	<p>and most nourishing milk- rice to the tree-god.</p> <p><i>-Ở một ngôi làng gần đó tên là Senani, có một cô gái trẻ, xinh đẹp và giàu có tên là Sujata, cô ấy muốn có một người chồng và một đứa con trai. Cô đã chờ đợi nhiều năm và cô đã không thành công. Cô bắt đầu đến cây đa gần sông Neranjara và cầu nguyện thần cây ban cho cô một người chồng và con trai. Cuối cùng cô ấy đã có được những gì cô ấy cầu nguyện.</i></p> <p><i>Cô vô cùng hạnh phúc và quyết định thực hiện lời thề của mình với thần cây vì đã cho cô tất cả những gì cô yêu cầu. Cô ấy đã làm điều này bằng cách dâng tặng một loại gạo sữa ngọt ngào và bổ dưỡng nhất cho thần cây.</i></p> <p>One day, taking the delicious milk-rice with her to the banyan tree, Sujata saw what she thought to be a holy man. He sat peacefully in meditation. She bowed with respect and said, "Lord, accept my donation of milk-rice. May you be successful in obtaining your wishes as I have been".</p> <p><i>-Một ngày nọ, khi mang theo gạo sữa thơm ngon đến cây đa, Sujata nhìn thấy một vị mà cô nghĩ là vị thánh. Ngài ấy ngồi an nhiên trong thiền định. Cô ấy cúi đầu kính cẩn và nói: "Kính lạy ngài, xin chấp nhận sự cúng dường gạo sữa của con. Cầu mong con thành công đạt được mong muốn như con đã từng".</i></p> <p>The Prince drank the milk-rice and then bathed in the river. When he finished, he took the golden bowl, placed it the river whilst saying, "If I am to succeed in in my journey to find the path to end suffering, let this bowl go upstream, but if not, let it go downstream."</p> <p>The golden bowl went against the natural downstream flow of the river. It went upstream instead, while keeping in the middle of the river. Because of this, he vowed to sit and meditate under the Bodhi Tree until he reached enlightenment. That was the last food and bath he had for seven weeks.</p>
--	--

		<p>-Thái tử uống sữa gạo và sau đó tắm sông. Nói xong, ngài cầm lấy cái bát vàng, đặt xuống sông và nói: “Nếu tôi thành công trong hành trình tìm con đường chấm dứt khổ đau, hãy để cái bát này đi ngược dòng, còn nếu không, hãy để nó xuôi dòng. ” Chiếc bát vàng đã đi ngược lại dòng chảy hạ lưu tự nhiên của con sông. Nó đã đi ngược dòng, trong khi vẫn ở giữa sông. Vì thế, ngài nguyện ngồi thiền định dưới cội Bồ đề cho đến khi giác ngộ. Đó là thức ăn và nước tắm cuối cùng mà ngài có trong bảy tuần.</p> <p>By accepting the milk- rice from Sujata who was a woman, the prince was looked down on and criticised by the extreme group of five noble men who considered him not to be worthy enough. Therefore, they did not respect him because they thought that he was giving up self- sacrificing in order to gain the holiness.</p> <p>-Khi nhận gạo sữa từ Sujata, một phụ nữ, hoàng tử đã bị nhóm năm quý tộc cực đoan coi thường và chỉ trích, những người coi ngài không xứng đáng. Vì vậy, họ không tôn trọng ngài vì cho rằng ngài đã bỏ cuộc trong việc đạt được sự thánh thiện.</p>
Questioning and Discussion Câu hỏi và thảo luận	10min	<p>Discuss what peer pressure is. Why it is important to keep the peace with friends? Thảo luận về áp lực của bạn bè. Tại sao điều quan trọng là phải giữ hòa khí với bạn bè?</p> <p>When will you say, “No” to your friends? Khi nào bạn nói “không” với bạn của mình?</p>
Students activity Teacher directed Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên	5min	<ul style="list-style-type: none"> • Divide students into about six groups, • Chia học sinh thành khoảng 6 nhóm. • Give each group a copy of the scenario. • Đưa cho mỗi nhóm một kịch bản • Ask students to discuss the answers and write an answer in each box. • Yêu cầu học sinh thảo luận câu trả lời và viết đáp án lên bảng. • Each group will discuss their answers with the class. • Mỗi nhóm sẽ thảo luận câu trả lời của nhóm trước lớp.

Term Three: Stage 3 Activity 4: Sujata's Offering: Breaking from the Peer Group

Scenario – Tình huống:

Meg is preparing for a spelling test in school. Kate, who is the most popular girl in class, stops her outside the classroom to tell Meg to let her copy her spelling words.

-Meg đang chuẩn bị cho bài kiểm tra chính tả ở trường. Kate, cô gái nổi tiếng nhất trong lớp, ngăn cô ấy bên ngoài lớp để yêu cầu Meg để cô ấy chép lại các từ chính tả của Meg.

In your group, help Meg think through the series of questions and help her decide what to do, write an answer in each box.

-Trong nhóm của bạn, hãy giúp Meg suy nghĩ về hàng loạt câu hỏi và giúp cô ấy quyết định phải làm gì, viết câu trả lời vào mỗi ô.

1. What will happen to me if I listen to Kate? Would it help me make more friends? Will I be more popular if she lets me hang out with her? Do I want to be like her?

1. Điều gì sẽ xảy ra với tôi nếu tôi nghe lời Kate? Điều có giúp tôi kết bạn nhiều hơn không? Liệu tôi có nổi tiếng hơn nếu cô ấy cho tôi đi chơi với cô ấy không? Tôi có muốn được như cô ấy không?

2. What risks will I take if I help Kate? Will I be happy with my action?

2. Tôi sẽ chịu những rủi ro gì nếu tôi giúp Kate? Tôi sẽ hài lòng với hành động của mình chứ?

3. What is that the right thing to do?

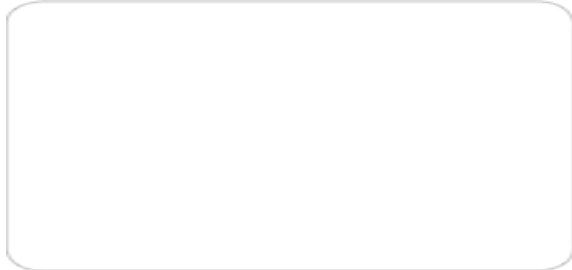
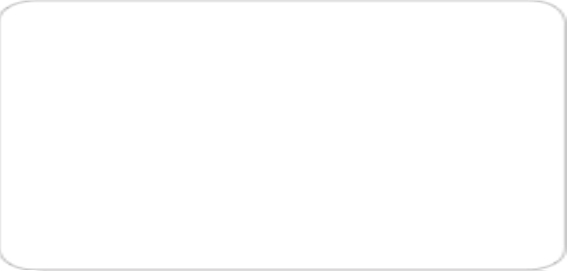
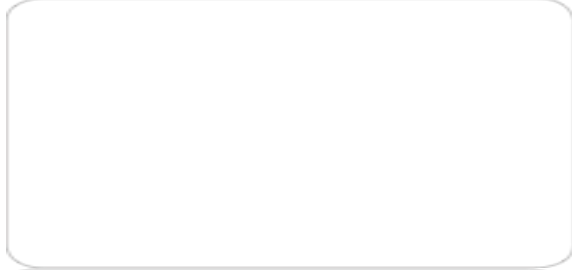
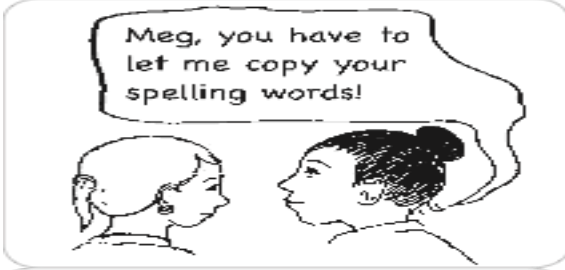
3. Điều đúng đắn cần làm là gì?

4. How will my decision affect me?

4. Quyết định của tôi sẽ ảnh hưởng đến tôi như thế nào?

5. What am I going to say to Kate?

5. Tôi sẽ nói gì với Kate?



Term Three: Stage 3 Lesson 5: The Great Battle (DB/LB16)

<p>Lesson Sequence Yếu tố bài học</p>	<p>Time Thời gian</p>	<p>Lesson Aim: Students will understand that not all goals meet with immediate success, but it is worthwhile to persevere. <i>Mục tiêu bài học: Sinh viên sẽ hiểu rằng không phải tất cả mục tiêu đều đạt được ngay lập tức, nhưng điều quan trọng là phải kiên trì.</i></p> <p>Resources: Goals worksheet <i>Nguồn: trang mục tiêu</i></p>
<p>Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật</p>	<p>10min</p>	<p>1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần).</p> <p>2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần).</p> <p>3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.</p>
<p>Story Câu chuyện</p>	<p>5min</p>	<p>The Great Battle – <i>Trận chiến vĩ đại</i></p> <p>When the prince sat down under the Bodhi tree. He silently vowed, "Even if my flesh and blood were to dry up, leaving only skin and bones, I will not leave this place until I find a way to end all suffering." He sat there for forty-nine days. He was determined to discover the source of all pain and suffering in the world.</p> <p><i>-Khi thái tử ngồi dưới cây bồ đề. Ngài thề nguyện "Dù máu thịt mình khô héo chỉ còn lại da bọc xương, ta sẽ không rời nơi này cho đến khi tìm được cách chấm dứt mọi đau khổ". Ngài ấy đã ngồi đó bốn mươi chín ngày. Ngài quyết tâm khám phá ra nguồn gốc của mọi nỗi đau và sự đau khổ trên thế giới.</i></p>

	<p>Mara, the evil demon, tried to scare him into giving up his mission. For example, Mara hoped to lure Siddhartha into having selfish thoughts by sending visions of his beautiful daughters. But the prince's nature and holiness protected him from evil influence.</p> <p><i>-Mara, con quỷ độc ác, cố gắng dọa ngài từ bỏ nhiệm vụ mạng của mình. Ví dụ, Mara hy vọng có thể dụ Tất Đạt Đa có những suy nghĩ ích kỷ bằng cách gửi những hình ảnh về những cô con gái xinh đẹp. Nhưng bản chất và sự thánh thiện của Thái tử đã bảo vệ ngài khỏi ảnh hưởng sự dụ dỗ của ma quỷ.</i></p> <p>During this time, Siddhartha was able to see things as they truly were. Now he had finally found the answer to suffering: "The cause of suffering is greed, selfishness and stupidity. If people get rid of these negative emotions, they will be happy."</p> <p><i>-Trong thời gian này, Tất Đạt Đa đã có thể nhìn rõ bản chất mọi thứ. Giờ đây, cuối cùng Ngài đã tìm ra câu trả lời cho đau khổ: "Nguyên nhân của đau khổ là do tham lam, ích kỷ và ngu ngốc. Nếu con người thoát khỏi những cảm xúc tiêu cực này, họ sẽ hạnh phúc."</i></p> <p>During a full-moon night in May, Siddhartha went into deep meditation. As the morning star appeared in the eastern sky,(on the forty nights days) he became an enlightened one, a Buddha(an awaken one). He was thirty-five years old.</p> <p><i>-Trong một đêm rằm tháng Năm, Tất Đạt Đa đã đi vào thiền định sâu. Khi ngôi sao ban mai xuất hiện trên bầu trời phía đông, (trong đêm thứ 49 ngày)Ngài trở thành một vị đại giác ngộ, một vị Phật (một người thức tỉnh). Ngài đã ba mươi lăm tuổi.</i></p> <p>When the Buddha stood up at last, he looked at the tree in gratitude, to thank it for having given him shelter. From then on, the tree was known as the Bodhi tree, the tree of Enlightenment.</p>
--	---

		<p>-Cuối cùng, khi Đức Phật đứng dậy, Ngài nhìn vào tàng cây với lòng biết ơn, để cảm ơn nó đã che chở Ngài. Từ đó, cây được gọi là cây bồ đề, cây của Giác ngộ.</p>
<p>Questioning and Discussion <i>Câu hỏi và thảo luận</i></p>	10min	<p>Prince Siddhartha had to be very strong to resist all the attacks from Mara. We all get criticised or attacked for doing what we think is right at some point.</p> <p>-Thái tử Tất Đạt Đa đã phải rất mạnh mẽ để chống lại mọi cuộc tấn công từ Mara. Tất cả chúng ta cũng đều bị chỉ trích hoặc bị tấn công vì đã làm những gì mà chúng ta nghĩ là đúng vào một thời điểm nào đó.</p> <p>The story tells us that it took the Buddha many, many lifetimes to achieve his goal of Enlightenment. He tried many different ways, many times.</p> <p>-Câu chuyện cho chúng ta biết rằng Đức Phật đã phải mất rất nhiều kiếp mới đạt được mục tiêu là Giác ngộ. Ngài đã thử qua nhiều cách khác nhau, nhiều lần.</p> <p>Discuss the following two sentence starters <i>Thảo luận về hai câu mở đầu sau đây:</i></p> <p>1. <i>When I am criticised or put down for doing what is right I will say to myself.....</i> <i>Khi tôi bị chỉ trích hoặc bị hạ thấp vì đã làm điều đúng, tôi sẽ tự nói với bản thân mình</i></p> <p>2. <i>If I do not reach my goal this time I will say to myself.....</i> <i>Nếu tôi không đạt được mục tiêu lần này, tôi sẽ tự nói với bản thân mình</i></p> <p>Ask some students to share answers with the class. -Yêu cầu một số học sinh chia sẻ câu trả lời với cả lớp.</p>
<p>Students activity Teacher directed <i>Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</i></p>	5min	<p>Students will make a goal and list 3 steps they will take to achieve it. -Học sinh sẽ đặt ra mục tiêu và liệt kê 3 bước để đạt được mục tiêu đó.</p>

Term Three: Stage 3 Activity 5: The Great Battle

Write a goal you wish to achieve.

-Viết ra mục tiêu mà bạn muốn đạt được

List 3 steps you can take to achieve your goal.

Liệt kê 3 bước bạn có thể làm để đạt được mục tiêu

My goal-Mục tiêu của tôi

My goal is:

Mục tiêu của tôi là:

Steps I need to take to reach my goal are:

Các bước tôi cần làm để đạt được mục tiêu là:

1. _____
2. _____
3. _____

Term Three: Stage 3 Lesson 6: Awakened

Lesson Sequence Yếu tố bài học	Time Thời gian	Lesson Aim: For students to appreciate the highest human potential Mục tiêu bài học: học sinh đánh giá tiềm năng của con người. Resources: Mandala worksheet Nguồn: trang Mandala
Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật	10min	<p>1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần).</p> <p>2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần).</p> <p>3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.</p>
Story Câu chuyện	5min	<p>Awakened – <i>Thức tỉnh</i></p> <p>Buddha spent 49 days meditating under the Bodhi tree. Through this he was awakened by being able to become deeply absorbed in meditation, and reflect on his experience of life, he became determined to find its truth.</p> <p><i>-Đức Phật đã trải qua 49 ngày ngồi thiền định dưới cội cây bồ đề. Qua điều này, ngài được thức tỉnh mà Ngài đã đi sâu vào thiền định, và suy ngẫm về trải nghiệm cuộc sống của mình, Ngài quyết tâm tìm ra chân lý của nó.</i></p> <p>We meditate to help manage our thoughts. There are several types of meditation. That (replace the first one) is the physical meditation, which is</p>

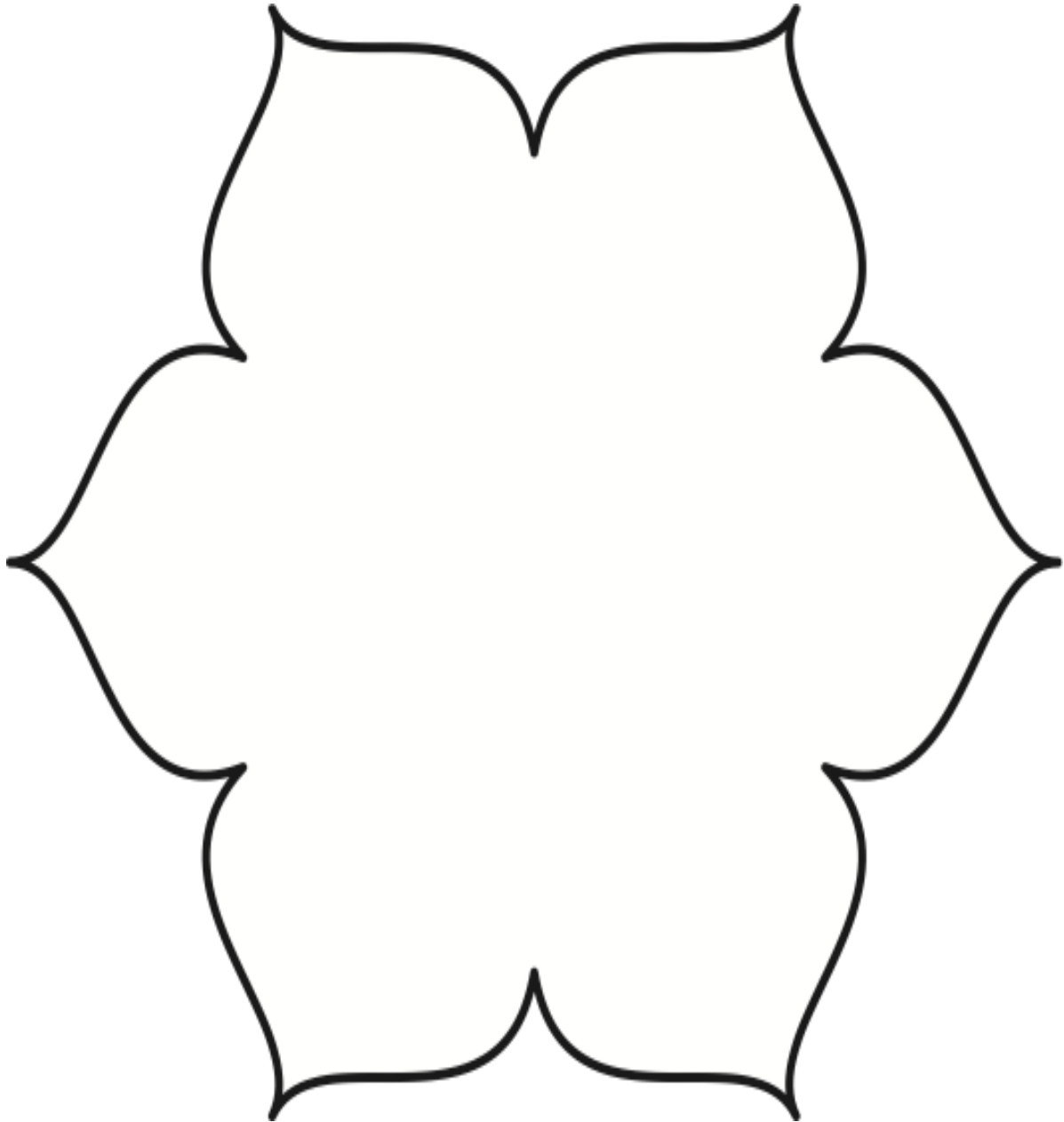
		<p>breathing. The other types of meditation are concerned with the mind. Through meditation we can block negative thoughts and increase the positive.</p> <p>This will help us reach a peaceful, relaxed and healthy state of mind and this in turn will strengthen our ability to concentrate and focus.</p> <p><i>-Chúng ta thiền để giúp kiểm soát suy nghĩ của mình. Có một số loại thiền. Đó (thay thế cái đầu tiên) là thiền thể chất, tức là hít thở. Các loại thiền khác liên quan đến tâm trí. Thông qua thiền định, chúng ta có thể ngăn chặn những suy nghĩ tiêu cực và tăng cường tích cực.</i></p> <p><i>Điều này sẽ giúp chúng ta đạt được trạng thái tâm trí yên bình, thoải mái và khỏe mạnh và điều này sẽ tăng cường khả năng tập trung của chúng ta.</i></p> <p><i>In physical mediation</i> we sit quietly, relax, either close our eyes or look down on the tip of our nose. Place palms upwards on our lap, put the right palm on top of the left, fingers close together, the tips of our thumbs touching and whole body relaxed.</p> <p><i>-Trong việc thiền thể chất, chúng ta ngồi yên lặng, thư giãn, nhắm mắt hoặc nhìn xuống chóp mũi. Đặt lòng bàn tay hướng lên trên đùi, đặt lòng bàn tay phải lên trên bên trái, các ngón tay gần nhau, đầu ngón tay cái chạm vào nhau và toàn thân thả lỏng.</i></p> <p>Focus on breathing. Place thoughts on the air going in as we inhale and think of the air going out as we exhale. This is continued until we reach complete relaxation in a set time. Be aware of all the sounds around you as you continue to focus on breathing.</p> <p><i>-Tập trung vào hơi thở. Đặt suy nghĩ vào hơi thở đi vào khi chúng ta hít vào và nghĩ vào hơi thở đi ra khi chúng ta thở ra. Điều này tiếp tục cho đến khi chúng ta hoàn toàn thư giãn trong một thời gian nhất định. Nhận biết tất cả những âm thanh xung quanh bạn khi bạn tiếp tục tập trung vào hơi thở.</i></p> <p><i>Mindful meditation</i> can be done during movements of walking, sitting and sleeping. This</p>
--	--	--

		<p>will help us to be aware of the physical movements we are doing. We can focus on the effort to be aware and awake during each movement. This is known as mindfulness meditation.</p> <p><i>-Thiền chánh niệm có thể được thực hiện trong các động tác đi lại, ngồi và ngủ. Điều này sẽ giúp chúng ta nhận thức được các chuyển động thể chất mà chúng ta đang làm. Chúng ta có thể tập trung vào nỗ lực nhận thức và tỉnh táo trong mỗi chuyển động. Đây là được gọi là trung gian chánh niệm.</i></p>
<p>Questioning and Discussion <i>Câu hỏi và thảo luận</i></p>	10min	<p>Explain to the students that - A mandala is a drawing made inside the shape of a circle. The shape is unifying. Mandalas create a unified context for symbols, ideas and imaginings to be explored.</p> <p><i>-Giải thích cho học sinh hiểu - Mandala là hình vẽ bên trong hình tròn. Hình dạng hợp nhất. Mandala tạo ra một hình ảnh thống nhất cho các biểu tượng, ý tưởng và trí tưởng tượng được khám phá.</i></p>
<p>Students activity Teacher directed <i>Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</i></p>	5min	<p>Ask students to ask students to draw their experiences in meditation.-<i>Yêu cầu học sinh rút kinh nghiệm trong thiền định.</i></p> <p>Students will draw a mandala that depicts for them a clear, open, fully awakened mind. <i>-Học sinh sẽ vẽ một mandala mô tả một tâm trí sáng suốt, cởi mở và hoàn toàn tỉnh thức.</i></p>

Term Three: Stage 3 Lesson 6: Awakened

Draw a mandala of your experiences in meditation that depicts for your clear, open, fully awakened mind.

-Vẽ một mạn đà la về những trải nghiệm của bạn trong thiền định mô tả cho tâm trí sáng suốt, cởi mở và hoàn toàn tỉnh thức của bạn.



Term Three: Stage 3 Lesson 7: Enlightenment

<p>Lesson Sequence Yếu tố bài học</p>	<p>Time Thời gian</p>	<p>Lesson Aim: To follow the process of Prince Siddhartha's enlightenment. <i>Mục tiêu bài học: theo dõi quá trình giác ngộ của Thái tử Tất Đạt Đa</i></p> <p>Resources: The pyramid worksheet- Processes the Prince took to reach enlightenment. <i>Nguồn: trang kim tử tháp – quá trình Thái Tử đã thực hiện để đạt được giác ngộ.</i></p>
<p>Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật</p>	<p>10min</p>	<ol style="list-style-type: none"> Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần). Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần). Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.
<p>Story Câu chuyện</p>	<p>5min</p>	<p>Enlightenment – Giác ngộ</p> <p>At the age of 29, Siddhartha began the homeless life of a monk. Siddhartha then studied with a sage named Uddaka Ramaputta. He learned how to make his mind very still and empty of all thoughts and emotions. But he still did not understand the mystery of life and death, and did not find the complete freedom from suffering that he sought. Siddhartha thanked his teacher and left. But, this time, he decided to find the ultimate truth by his own wisdom and effort.</p> <p><i>-Năm 29 tuổi, Tất Đạt Đa bắt đầu cuộc sống vô gia cư của một nhà sư. Sau đó Tất Đạt Đa theo học với một nhà hiền triết tên là Uddaka Ramaputta. Ngài đã học được phương pháp làm cho tâm trí của mình tĩnh lặng</i></p>

	<p>và trống rỗng mọi suy nghĩ và cảm xúc. Nhưng ngài vẫn chưa hiểu được bí ẩn của sự sống và cái chết và không tìm thấy sự tự do hoàn toàn khỏi đau khổ mà ngài đã tìm kiếm. Tất Đạt Đa cảm ơn thầy của mình và rời đi. Nhưng, lần này, Ngài quyết định tìm ra sự thật cuối cùng bằng chính trí tuệ và nỗ lực của mình.</p> <p>Siddhartha practiced various forms of asceticism for six years. He reduced his eating more and more until he ate nothing at all. He became extremely thin, but still he did not want to give up such practice. One day, while meditating alone he fainted, exhausted by the ascetic practices.</p> <p><i>-Tất Đạt Đa thực hành nhiều hình thức khổ hạnh khác nhau trong sáu năm. Ngài càng ngày càng giảm ăn cho đến khi không ăn gì nữa. Ngài trở nên cực kỳ gầy ốm nhưng Ngài vẫn không muốn từ bỏ việc luyện tập như vậy. Một ngày nọ, khi đang thiền định một mình, ngài bị ngất xỉu, kiệt sức vì các phương pháp tu khổ hạnh.</i></p> <p>From then on, Siddhartha began eating normally. Soon his health was completely restored. It was clear to him now that asceticism was not the way to enlightenment. However, his five friends continued with their ascetic practices. One morning, a girl named Sujata offered Siddhartha some delicious milk-rice porridge and wished him to be successful in obtaining his goal.</p> <p><i>-Kể từ đó, Tất Đạt Đa bắt đầu ăn uống bình thường. Ngay sau đó sức khỏe của ngài đã hoàn toàn bình phục. Bây giờ ngài đã hiểu rằng khổ hạnh không phải là con đường dẫn đến giác ngộ. Tuy nhiên, năm người bạn của ngài vẫn tiếp tục thực hành khổ hạnh. Một buổi sáng, một cô gái tên Sujata mời Tất Đạt Đa một ít cháo gạo sữa thơm ngon và cầu chúc Ngài đạt được mục tiêu của mình.</i></p> <p>On the same day, Siddhartha accepted an offering of straw from a straw-peddler, made a seat from it and sat down to meditate under a large Bodhi tree, facing east. He made a commitment to achieve his goal, to find a way of freedom from suffering, for all</p>
--	--

		<p>sentiment beings.</p> <p><i>-Cùng ngày hôm đó, Tất Đạt Đa nhận lời cúng dường bằng rom từ một người bán rom rong làm một chiếc ghế và từ đó ngồi thiền định dưới một cây Bồ đề lớn, quay mặt về hướng đông. Ngài đã cam kết đạt được mục tiêu của mình, tìm ra cách giải thoát khỏi đau khổ, cho tất cả chúng sinh.</i></p> <p>As he meditated, Siddhartha let go of all outside disturbances, and memories of pleasures from the past. He let go of all worldly thoughts and turned his mind to finding the ultimate truth about life. He asked himself: "How does suffering start? How can one be free from suffering?" At first many distracting images appeared in his mind. But finally his mind became very calm. In the calm of deep meditation, Siddhartha concentrated on how his own life had started</p> <p><i>-Khi thiền định, Tất Đạt Đa đã rũ bỏ mọi xáo trộn bên ngoài, và những ký ức về những thú vui trong quá khứ. Ngài buông bỏ mọi suy nghĩ trần tục và hướng tâm trí đi tìm chân lý cuối cùng của cuộc đời. Ngài tự hỏi mình: "Đau khổ bắt đầu như thế nào? Làm sao người ta có thể thoát khỏi đau khổ?" Lúc đầu, nhiều hình ảnh mất tập trung xuất hiện trong tư tưởng Ngài. Nhưng cuối cùng tâm trí của Ngài trở nên rất bình tĩnh. Trong sự tĩnh lặng của thiền định sâu, Tất Đạt Đa tập trung vào cuộc sống của chính mình đã bắt đầu như thế nào</i></p> <p>First, Siddhartha remembered his previous lives. Next, he saw how beings are reborn according to the law of cause and effect, or karma. He saw that good deeds lead the way, from suffering to peace. Then he saw that the origin of suffering is being greedy, which arises from thinking that we are more important than everybody else. Finally, he became completely free from thinking in a way that caused him any suffering. This freedom is called nirvana. So, at the age of 35, Siddhartha became the Buddha, the Supreme Enlightened One.</p>
--	--	--

		<p>-Đầu tiên, Tất Đạt Đa nhớ lại được những kiếp trước của mình. Tiếp theo, Ngài thấy được cách chúng sinh tái sinh theo định luật nhân quả, hay nghiệp báo. Ngài thấy rằng những việc làm tốt sẽ dẫn đường, từ đau khổ đến bình an. Sau đó, Ngài thấy rằng nguồn gốc của đau khổ là tham lam, xuất phát từ suy nghĩ rằng chúng ta quan trọng hơn mọi người khác. Cuối cùng, Ngài hoàn toàn không phụ thuộc vào những suy nghĩ gây khổ đau cho chính mình. Sự tự do này được gọi là Niết bàn. Vì vậy, ở tuổi 35, Tất Đạt Đa trở thành Đức Phật, Đấng Giác ngộ Tối cao.</p>
<p>Questioning and Discussion Câu hỏi và thảo luận</p>	10min	<p>Discuss the process of Prince Siddhartha's enlightenment and his becoming a Buddha. -Thảo luận về quá trình Thái tử Tất Đạt Đa giác ngộ và trở thành Phật.</p>
<p>Students activity Teacher directed Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</p>	5min	<p>Ask students to draw their own diagrammatic representation of the process. Encourage them to draw slowly and thoughtfully. -Yêu cầu học sinh tự vẽ biểu đồ của quá trình. Khuyến khích các em vẽ chậm và cẩn thận. The drawings should represent – Các bảng vẽ phải thể hiện</p> <p>In the first level, draw the luxurious life in the palaces (easy path), in the second level draw the yoga life, in the third level draw the 5 ascetics (hard path), in the fourth level the milk offering (middle path), in the fifth level the battle with Mara, in the sixth level draw the Buddha with the Bumispara mudra (fingers touching the earth) and end with Enlightenment at the pinnacle.</p> <p>-Ở cấp độ đầu tiên, vẽ cuộc sống xa hoa trong cung điện (con đường dễ dàng), ở cấp độ thứ hai vẽ cuộc sống thiền, ở cấp độ thứ ba vẽ 5 nhà khổ hạnh (con đường khó khăn), ở cấp độ thứ tư là cúng dường sữa (con đường trung đạo), ở cấp độ thứ năm, trận chiến với Mara, ở cấp độ thứ sáu vẽ Đức Phật thủ ấn mudra (ngón tay chạm đất) và kết thúc bằng sự Giác ngộ ở đỉnh cao.</p>

Term Three: Stage Activity 7: Enlightenment

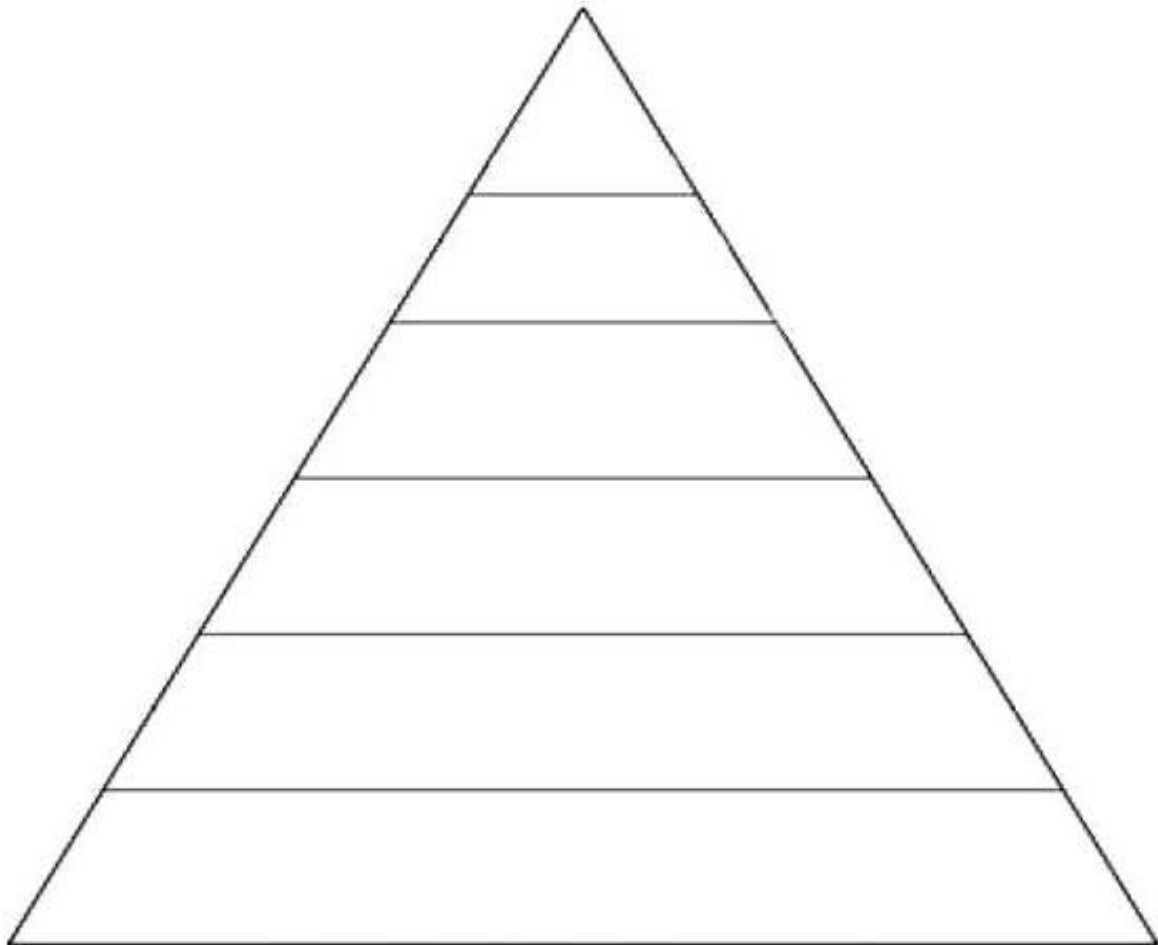
Draw your own diagrammatic representation of the process Prince Siddhartha's enlightenment and his becoming a Buddha.

Vẽ sơ đồ thể hiện quá trình giác ngộ của Thái tử Tất Đạt Đa và trở thành Phật.

Start from the bottom level and Include- Bắt đầu từ cấp độ thấp nhất và bao gồm

1. The luxurious life in the palaces (easy path) – *Cuộc sống xa hoa trong cung điện (con đường dễ dàng)*
2. The yoga life – *Cuộc sống thiền*
3. The 5 ascetics (hard path) – *5 người tu khổ hạnh (con đường khó khăn)*
4. The milk offering (middle path) – *Cúng dường gạo sữa (con đường trung đạo)*
5. The battle with Mara – *chiến đấu với Mara*
6. The Buddha with the Bumispara mudra (fingers touching the earth)- *Đức Phật thụ ấn mudra (ngón tay chạm đất)*
7. Enlightenment at the pinnacle. – *Giác ngộ đỉnh cao.*

ENLIGHTENMENT



Term Three: Stage 3 Lesson 8: Enlightenment

Lesson Sequence Yếu tố bài học	Time Thời gian	Lesson Aim: To understand that the mind is a powerful tool and that concentration clarifies the mind. <i>Mục tiêu bài học: hiểu rằng tâm trí là một công cụ mạnh mẽ và sự tập trung đó làm sáng tỏ tâm trí.</i>
Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật	10min	<p>1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần).</p> <p>2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần).</p> <p>3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.</p>
Story <i>Câu chuyện</i>	5min	<p>Enlightenment – Giác ngộ (Xem lại câu chuyện từ bài học trước)</p> <p>At the age of 29, Siddhartha began the homeless life of a monk. Siddhartha then studied with a sage named Uddaka Ramaputta. He learned how to make his mind very still and empty of all thoughts and emotions. But he still did not understand the mystery of life and death, and did not find the complete freedom from suffering that he sought. Siddhartha thanked his teacher and left. But, this time, he decided to find the ultimate truth by his own wisdom and effort.</p> <p><i>-Năm 29 tuổi, Tất Đạt Đa bắt đầu cuộc sống vô gia cư của một nhà sư. Sau đó Tất Đạt Đa theo học với một nhà hiền triết tên là Uddaka Ramaputta. Ngài đã học được cách làm cho tâm trí của mình tĩnh lặng và trống rỗng mọi suy nghĩ và cảm xúc. Nhưng Ngài vẫn chưa</i></p>

	<p><i>hiểu được bí ẩn của sự sống và cái chết, và không tìm thấy sự tự do hoàn toàn khỏi đau khổ mà Ngài đã tìm kiếm. Tất Đạt Đa cảm ơn thầy của mình và rời đi. Nhưng, lần này, Ngài quyết định tìm ra sự thật cuối cùng bằng chính trí tuệ và nỗ lực của mình.</i></p> <p>Siddhartha practiced various forms of asceticism for six years. He reduced his eating more and more until he ate nothing at all. He became extremely thin, but still he did not want to give up such practice. One day, while meditating alone he fainted, exhausted by the ascetic practices.</p> <p><i>-Tất Đạt Đa thực hành nhiều hình thức khổ hạnh khác nhau trong sáu năm. Ngài càng ngày càng giảm ăn cho đến khi không ăn gì nữa. Ngài trở nên cực kỳ gầy ốm nhưng ngài vẫn không muốn từ bỏ việc luyện tập như vậy. Một ngày nọ, khi đang thiền định một mình, ngài bị ngất xỉu, kiệt sức vì các phương pháp tu khổ hạnh.</i></p> <p>From then on, Siddhartha began eating normally. Soon his health was completely restored. It was clear to him now that asceticism was not the way to enlightenment. However, his five friends continued with their ascetic practices. One morning, a girl named Sujata offered Siddhartha some delicious milk-rice porridge and wished him to be successful in obtaining his goal.</p> <p><i>-Kể từ đó, Tất Đạt Đa bắt đầu ăn uống bình thường. Ngay sau đó sức khỏe của Ngài đã hoàn toàn bình phục. Bây giờ Ngài đã hiểu rằng khổ hạnh không phải là con đường dẫn đến giác ngộ. Tuy nhiên, năm người bạn của Ngài vẫn tiếp tục thực hành khổ hạnh. Một buổi sáng, một cô gái tên Sujata mời Tất Đạt Đa một ít cháo gạo sữa thơm ngon và cầu chúc Ngài đạt được mục tiêu của mình.</i></p> <p>On the same day, Siddhartha accepted an offering of straw from a straw-peddler, made a seat from it and sat down to meditate under a large Bodhi tree, facing east. He made a commitment to achieve his goal, to find a way of freedom from suffering, for all sentient beings.</p>
--	--

		<p><i>-Cùng ngày hôm đó, Tất Đạt Đa nhận lời cúng dường bằng rom từ một người bán rong rom, làm một chiếc ghế và từ đó ngồi thiền định dưới một cây Bồ đề lớn, quay mặt về hướng đông. Ngài đã cam kết đạt được mục tiêu của mình, tìm ra cách giải thoát khỏi đau khổ, cho tất cả chúng sinh.</i></p> <p>As he meditated, Siddhartha let go of all outside disturbances, and memories of pleasures from the past. He let go of all worldly thoughts and turned his mind to finding the ultimate truth about life. He asked himself: "How does suffering start? How can one be free from suffering?" At first many distracting images appeared in his mind. But finally his mind became very calm. In the calm of deep meditation, Siddhartha concentrated on how his own life had started</p> <p><i>-Khi thiền định, Tất Đạt Đa đã rũ bỏ mọi xao trộn bên ngoài, và những ký ức về những thú vui trong quá khứ. Ngài buông bỏ mọi suy nghĩ trần tục và hướng tâm trí đi tìm chân lý cuối cùng của cuộc đời. Ngài tự hỏi mình: "Đau khổ bắt đầu như thế nào? Làm sao người ta có thể thoát khỏi đau khổ?" Lúc đầu, nhiều hình ảnh mất tập trung xuất hiện trong tư tưởng của Ngài. Nhưng cuối cùng tâm trí Ngài trở nên rất bình tĩnh. Trong sự tĩnh lặng của thiền định sâu, Tất Đạt Đa tập trung vào cuộc sống của chính mình đã bắt đầu như thế nào</i></p> <p>First, Siddhartha remembered his previous lives. Next, he saw how beings are reborn according to the law of cause and effect, or karma. He saw that good deeds lead the way, from suffering to peace. Then he saw that the origin of suffering is being greedy, which arises from thinking that we are more important than everybody else. Finally, he became completely free from thinking in a way that caused him any suffering. This freedom is called nirvana. So, at the age of 35, Siddhartha became the Buddha, the Supreme Enlightened One.</p>
--	--	--

		<p>-Đầu tiên, Tất Đạt Đa nhớ lại được những kiếp trước của mình. Tiếp theo, ngài thấy cách chúng sand tái sinh theo luật nhân quả, hay nghiệp báo. Ngài thấy rằng những việc làm tốt sẽ dẫn đường, từ đau khổ đến bình an. Sau đó, Ngài thấy rằng nguồn gốc của đau khổ là tham lam, xuất phát từ suy nghĩ rằng chúng ta quan trọng hơn mọi người khác. Cuối cùng, Ngài hoàn toàn không phụ thuộc vào những suy nghĩ gây khổ đau cho chính mình. Sự tự do này được gọi là niết bàn. Vì vậy, ở tuổi 35, Tất Đạt Đa trở thành Đức Phật, Đấng Giác ngộ Tối cao.</p>
<p>Questioning and Discussion Câu hỏi và thảo luận</p>	10min	<p>Ask the class about their meditation experiences. -Hỏi cả lớp về kinh nghiệm thiền của các em. Do they think meditation has affected their minds? -Các em có nghĩ là thiền định ảnh hưởng đến tâm trí của mình? How does a clear and concentrated mind change one's behaviour? -Làm thế nào để tâm trí minh mẫn và tập trung tâm trí thay đổi hành vi của một người?</p>
<p>Students activity Teacher directed Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</p>	5min	<p>Have students take part in mediation with the aim of having a clear and <i>concentrated mind</i>. -Cho học sinh tham gia buổi thiền với mục đích tâm trí minh mẫn và tập trung.</p>

Term Three: Stage 3 Lesson 9: The Buddha Returns to His Family

Lesson Sequence Yếu tố bài học	Time Thời gian	Lesson Aim: To better understand the relationship between motivations, actions and their results. <ul style="list-style-type: none"> • To appreciate the importance of family and repaying their kindness. • To show how the Buddha's father was able to forgive his son. <i>Mục tiêu bài học: để hiểu được mối liên hệ giữa động cơ, hành động và kết quả.</i> • <i>Đánh giá cao tầm quan trọng của gia đình và báo đáp lòng tốt của họ.</i> • <i>Cho thấy cha của Đức Phật đã tha thứ cho con trai ông ấy như thế nào</i>
Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật	10min	<ol style="list-style-type: none"> 1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần). 2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần). 3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.
Story Câu chuyện	5min	<p>The Buddha Returns to His Family – Đức Phật trở về với gia đình</p> <p>Buddha took his disciples to Kapilavatthu City. They arrived at night and stayed just outside the city of his birthplace. When it was morning, the Buddha and his disciples went into the city and began begging for alms-food.</p> <p><i>-Đức Phật đưa các đệ tử đến thành phố Kapilavatthu. Họ đến vào ban đêm và ở ngay bên ngoài thành phố</i></p>

	<p><i>nơi Ngài sinh ra. Khi trời sáng, Đức Phật và các đệ tử của Ngài đi vào thành phố và bắt đầu khát thực.</i></p> <p>The king became aware of the prince begging for food, he felt very sad. He asked his chauffeur to take him straight to the Buddha. When he saw the Buddha, he spoke to him in an angry way asking him why <i>he is begging for food, as this was a disgrace to the royal family and their ancestors.</i></p> <p><i>-Nhà vua biết được hoàng tử đi xin ăn, ông cảm thấy rất buồn. Vua nhờ tài xế đưa thẳng đến chỗ Đức Phật. Khi nhìn thấy Đức Phật, Nhà vua giận dữ nói với Đức Phật tại sao lại đi khát thực vì đây là một sự ô nhục đối với hoàng gia và tổ tiên của họ.</i></p> <p>The Buddha spoke in a calm manner to his angry father and explained to him that he is following the tradition of all previous Buddha's. They begged for food, to inspire people to follow the teachings and encourage people to be generous. Then the Buddha taught his father some basics of the Dharma. After that, King Suddhodana realised the purpose of Buddha's teachings and happily asked the Buddha and his disciples to accept food at the palace.</p> <p><i>-Đức Phật nói một cách điềm tĩnh với người cha đang giận dữ của mình và giải thích cho cha rằng Ngài đang theo truyền thống của tất cả các vị Phật trước đây. Họ cầu xin thức ăn, để truyền cảm hứng cho mọi người làm theo lời dạy và khuyến khích mọi người quảng đại. Kế tiếp, Đức Phật dạy cha Ngài một số điều cơ bản của Phật pháp. Sau đó, Vua Suddhodana nhận ra mục đích lời dạy của Đức Phật và vui vẻ yêu cầu Đức Phật và các đệ tử của Ngài nhận thức ăn tại cung điện.</i></p> <p>After finishing the meal offered to him, the Buddha taught the Dharma to the king, his relatives, and other people in the city. He then took two of his senior disciples to see his Yasodhara his wife, and his son, Rahula. The Buddha could see that his wife was very sad. He reminded her of her past good</p>
--	---

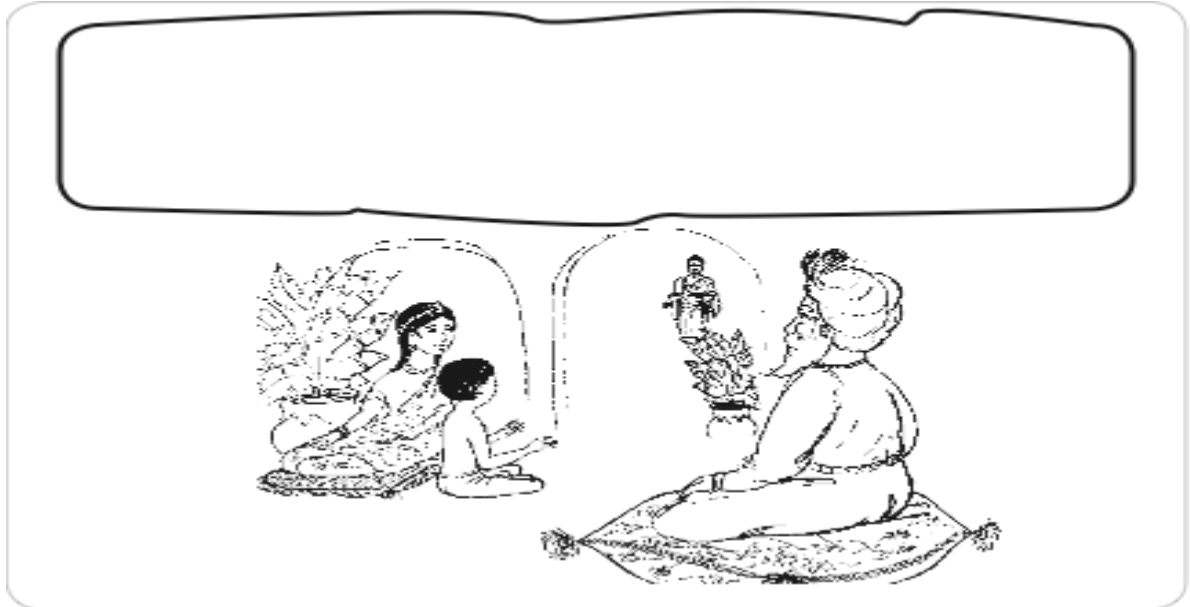
		<p>deeds and explained the Dharma to her.</p> <p><i>-Sau khi hoàn thành bữa ăn cúng dường, Đức Phật đã giảng dạy Phật pháp cho Nhà vua, quyền thuộc và những người khác trong thành. Sau đó, Ngài đưa hai đệ tử lớn của mình đến gặp Yasodhara, vợ Ngài và con trai của Ngài, Rahula. Đức Phật thấy vợ mình rất buồn. Ngài nhắc nhở cô về những việc làm tốt trong quá khứ của cô và giảng giải Phật pháp cho cô.</i></p> <p>Later, at the age of seven, Rahula became the first novice in the Buddhist tradition as he was ordained by the Buddha. Being a novice meant that he was in training but has not yet taken the full vows of a monk or nun. Besides Rahula, the Buddha also converted his half-brother Ananda and his cousin Devadatta.</p> <p><i>-Sau đó, ở tuổi lên bảy, Rahula trở thành Sa di đầu tiên trong truyền thống Phật giáo khi được Đức Phật truyền giới. Là một Sa di có nghĩa là anh ta đã được đào tạo nhưng chưa thực hiện đầy đủ các giới luật của một tu sĩ hoặc nữ tu. Ngoài Rahula, Đức Phật còn cải đạo người em cùng cha khác mẹ Ananda và em họ Devadatta.</i></p>
Questioning and Discussion <i>Câu hỏi và thảo luận</i>	10min	<p>Discuss how the king felt about his son before he met with him and how his feelings changed after meeting with him.-Thảo luận về cảm nhận của Nhà vua về con trai mình trước khi gặp con và cảm xúc của Nhà vua đã thay đổi như thế nào sau khi gặp lại con.</p>
Students activity Teacher directed <i>Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</i>	5min	<p>Students will write a quote from the king speaking to his son before and after forgiveness.</p> <p><i>-Học sinh sẽ viết một đoạn trích lời Nhà vua nói với con trai mình trước và sau khi được tha thứ.</i></p>

Term Three: Stage 3 Lesson 9: The Buddha Returns to His Family

Write in the speech bubbles what the king might have said to his son before and after he forgave him.

Viết trong ô trống lời Nhà vua đã nói với con trai trước và sau khi tha thứ cho Ngài ấy

Before – Trước



Write what the King might have said to his son after he forgave him.

-Viết ra điều mà Nhà vua đã nói với con trai sau khi tha thứ cho Ngài ấy.

After - Sau khi



Term Three: Stage 3 Lesson 10: The Final Days: Be a Lamp unto Yourself

<p>Lesson Sequence Yếu tố bài học</p>	<p>Time Thời gian</p>	<p>Lesson Aim: To understand that everything is impermanent and to understand the relevance of the teachings in today's world. <i>Mục tiêu bài học: Hiểu rằng mọi thứ là vô thường và hiểu sự liên quan của những lời dạy trong thế giới ngày nay.</i> <i>Resources: Lantern template.</i> <i>Nguồn: mẫu đèn lồng</i></p>
<p>Breathing Meditation- Thiền hít thở/Chanting- Niệm danh hiệu Phật</p>	<p>10min</p>	<p>1. Recite name of Master Buddha-express respect and gratefulness to the Shakyamuni Buddha. Nam Mô Shakyamuni Buddha (3 times), Niệm danh hiệu Phật Tổ để tỏ lòng biết ơn Đức Phật. Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.(3 lần).</p> <p>2. Breathing meditation –connect mind and body to the present. Next breath in, breath out breath meditation (3 times), Toạ Thiền hít thở-kết nối tâm trí và cơ thể với hiện tại. Hít vào thở ra tiếp theo, thiền thở ra (3 lần).</p> <p>3. Chanting Amitabha- peaceful Buddha- lead to complete mindfulness, followed by Chanting Amitabha student repeat after teacher (3 times) Niệm danh hiệu A Di Đà Phật để đạt đến trạng thái hoàn toàn chánh niệm. Tiếp theo Niệm "A Di Đà Phật" học sinh niệm lặp lại sau thầy 3 lần.</p>
<p>Story Câu chuyện</p>	<p>5min</p>	<p>The Final Days: Be a Lamp unto Yourself Những ngày cuối cùng: Hãy là ngọn đèn cho chính bạn.</p> <p>As the Buddha and his disciples reached the city of Kusinara, he felt tired and knew that he did not have long to live. Ananda, who was Buddha's cousin was his closest and most devoted disciple, began to prepare a bed between two sala trees by using the Buddha's robe. The Buddha lay down on his right side placing one foot over the other. Although he was tired and fragile, his mind remained serene and peaceful.</p>

	<p><i>-Khi Đức Phật và các đệ tử đến thành phố Kusinara, Ngài cảm thấy mệt mỏi và biết rằng mình không còn sống được bao lâu nữa. Ananda, là em họ của Đức Phật, là đệ tử thân thiết nhất và tận tụy nhất của Ngài, đã bắt đầu chuẩn bị một chiếc giường giữa hai cây sala bằng cách sử dụng Y Áo của Đức Phật. Đức Phật nằm nghiêng bên phải, đặt chân này lên chân kia. Dù mệt mỏi và yếu ớt nhưng tâm trí Ngài vẫn thanh thản và bình yên.</i></p> <p>The Buddha praised Ananda in front of other disciples for his attentiveness and pleasantness toward all of Buddha's visitors. He also praised him for all times he has been an excellent and most loyal attendant of the Buddha.</p> <p><i>-Đức Phật khen ngợi Ananda trước các đệ tử khác về sự chu đáo và làm hài lòng đối với tất cả những người viếng thăm Đức Phật. Ngài cũng ca ngợi Ananda vì Ngài luôn là một thị giả xuất sắc và trung thành nhất của Đức Phật.</i></p> <p>When People of Kusinard city heard that the Buddha was about to enter nirvana, they all wept sadly and rushed to Salavana, in the hope of seeing the Buddha once more and to pay reverence to the Buddha for the last time.</p> <p><i>-Khi người dân thành phố Kusinard nghe tin Đức Phật sắp nhập Niết bàn, họ đều buồn bã và đổ xô đến Salavana, với hy vọng được gặp Đức Phật một lần nữa và bày tỏ lòng tôn kính Đức Phật lần cuối cùng.</i></p> <p>That very night an ascetic man (a person lives by extreme self-discipline rule) named Subhadda heard the news about the Buddha passing away soon and he too was rushed to travel where Buddha was, because he knew that only the Buddha would be able to awaken him about certain doubts he had about his practices.</p>
--	---

	<p><i>-Ngay đêm hôm đó, một người đàn ông tu khổ hạnh (một người sống theo quy tắc tự kỷ luật cực đoan) tên là Subhadda nghe tin Đức Phật nhập diệt sớm và ông ta cũng vội vã đi đến nơi Đức Phật đang ở, vì ông ta biết rằng chỉ có Đức Phật mới có thể đánh thức ông ta về những nghi ngờ của chính ông trong cách thực hành của mình.</i></p> <p>The Buddha overheard Subhadda pleading with Ananda to allow him to see the Buddha, but Ananda kept refusing. The Buddha told Ananda to permit Subhadda to meet the Buddha. Buddha taught him the ultimate Eightfold Path that by one's own power, one could find perfect wisdom. When Subhadda learned about the Eightfold Path, he was immediately cleared of his doubts and gained confidence. He asked the Buddha to accept him as his disciple and he became the last person that was ordained by The Buddha.</p> <p><i>-Đức Phật tình cờ nghe được Subhadda cầu xin Ananda cho phép ông đến gặp Đức Phật, nhưng Ananda cứ từ chối. Đức Phật bảo Ananda cho phép Subhadda gặp Đức Phật. Đức Phật đã dạy cho ông ta Bát Chánh Đạo tối thượng bằng chính năng lực của mình, cách có thể tìm thấy trí tuệ hoàn hảo. Khi biết về Bát Chánh Đạo, Subhadda ngay lập tức giải tỏa được những nghi ngờ và tự tin hơn. Ông xin Đức Phật nhận ông làm đệ tử và ông trở thành người đệ tử cuối cùng được Đức Phật truyền giới.</i></p> <p>The Buddha then asked all of his present disciples if they had any final questions and it turned out that no body had any doubts about Buddha's Dharma. Buddha then told them that all things change and one of his last word were "be a lamp unto yourself". It meant that by following Buddha's teaching we could possible become our own</p> <p><i>-Sau đó, Đức Phật hỏi tất cả các đệ tử hiện tại của mình xem họ có còn bất kỳ câu hỏi cuối cùng nào</i></p>
--	--

		<p>không và không có ai nghi ngờ về Pháp của Phật. Sau đó Đức Phật nói với họ rằng tất cả mọi thứ đều thay đổi và một trong những lời cuối cùng của Đức Phật là “hãy làm ngọn đèn cho chính mình”. Điều đó có nghĩa là bằng cách làm theo lời dạy của Đức Phật, chúng ta có thể làm chủ chính mình.</p>
<p>Questioning and Discussion Câu hỏi và thảo luận</p>	10min	<p>Write the quotation, “<i>Be A Lamp Unto Yourself</i>” on the board. -Viết câu trích dẫn: “<i>Hãy là ngọn đèn của chính bạn</i>” trên bảng.</p> <p>What did the Buddha mean when he said that before his death? -Đức Phật có ý nghĩ gì khi Ngài nói điều đó trước khi Ngài qua đời?</p> <p>How can it be applied to our lives today? -Điều này được áp dụng trong cuộc sống ngày nay như thế nào?</p>
<p>Students activity Teacher directed Hoạt động của học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên</p>	5min	<p>Students will make a lantern. If time does not permit students can take the template to make at home. -Học sinh sẽ làm một cái đèn. Nếu thời gian không cho phép học sinh có thể làm tại nhà.</p>

Term Three: Stage 3 Activity 10: The Final Days: Be a Lamp unto Yourself

1. Cut along the outside line -Cắt dọc theo các đường bên ngoài.
2. Fold along the inside lines – Gập dọc theo các đường bên trong.
3. Fold the tabs down and glue down to create a 3D rectangular prism. Gấp các cạnh xuống và dán keo để tạo thành hình lăng trụ chữ nhật 3D.

