ධරණී

සතුටින් ජීවිතය දරන්නී

2021 නොවැම්බර් 01 වන සඳුදා මිල රු. 50 යි
පළමු කාණ්ඩය හතළිස් අටවන කලාපය

ධරණී
ශ්‍රී ලංකාවේ
අංක එකේ
කාන්තා
පුවත්පත

ප්‍රාර්ථනා කරපු විදියට
දරුවො
හය දෙනාම වුණත්
සාසනේට දෙන්න
ලෑස්තියි
සය නිවුන් දරුවන්ගේ
දෙමාපියෝ කියයි

ඉතිහාසයේ
පළමු වරට
එකම ගෙදරින් බිහිවූ
DIG
අඹු සැමි යුවළ

රන්බණ්ඩා
සෙනෙවිරත්න ලියූ
ළඳුනේ ගීතයේ
හිමිකාරිය ධම්මි
කියන කතාව

ඔමේගා ලයින් ඇඟලුම් විරුවෝ

■ ඡායාරූපය - සමන් අබේසිරිවර්ධන

පැහැපත් සම ඉස්මතු කරමින්

හැඩගැන්වුණු සාම්ප්‍රදායික මනාලියක්

මනාලියක් සුදට පාටට ඉන්න ඕනේ කියලා සමහරු අතර තියෙන වැරදි මතය දුරු කරන්නත් එක්ක තමයි අද අපි මේ සුන්දර මනාලිය ඉදිරිපත් කරන්නේ. ඇය ගොඩාක් සුදු යුවතියක් නෙමෙයි. හැබැයි පැහැපත් යුවතියක්. ඇගේ සමේ වර්ණය වෙනස් නොකර සුන්දර මනාලියක් ලෙස ඇයව හැඩ කරන්න හෙට්ටිපොල සාගරිකා බ්‍රයිඩල් හෝම්හි රූපලාවන්‍ය ශිල්පිණී සන්ධ්‍යා සාගරිකා සමත් වී තිබෙනවා. සමෝධානව සාම්ප්‍රදායික උඩරට මනාලියක් ලෙස හැඩ කරපු විදිය ගැන සාගරිකා විස්තර කළේ මෙහෙමයි.

"ඇය සියයට සියයක්ම සාම්ප්‍රදායික උඩරට මනාලියක්. සුදු පාට සාරිය බීරලු රෙද්දෙන් නිම කරලා තියෙනවා. සාරිය වර්ක් කරලා තියෙන්නේ පර්ල්වලින්. පර්ල් වර්ක් එක අතින්ම තමයි නිර්මාණය කළේ.

මනමාලියගේ පෙනුමට ගැළපෙන ආකාරයට සිල්වර් ජුවලරි සෙට් එකක් තමයි භාවිතා කළේ. මාල හත, ඉර හඳ, නළල් පටි භාවිතා කරලා තියෙනවා. ඇයට තියෙන්නේ සාමාන්‍ය මුහුණක් නිසා මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ නළල් පටියක් භාවිතා කළා. ඒ වගේම මනාලියගේ පෙනුම වැඩි වෙන්න කුඩු කරාබු පලඳලා තියෙනවා. මීට අමතරව වළලු සහ හවඩිය භාවිතා කළා. සාම්ප්‍රදායික මනාලියක් නිසා ජුවලරි හිතේ හැටියට පාවිච්චි කරන්න මම උත්සාහ කළා.

මේකප් එක නම් හරිම සරලයි. ඇගේ තලෙළු බව ආරක්ෂා කර ගනිමින් නහය, ඇස්, තොල් හයිලයිට් කරලා පෙන්නන්න උත්සාහ ගත්තා. මම හිතන්නේ බ්‍රයිඩ් කෙනෙක්ගේ මේ දේවල් හයිලයිට් වුණොත් තමයි ඇයව අනිත් අය අතරේ කැපී පෙනෙන්නේ.

මල් සඳහා කෘතිම මල් භාවිතා කෙරුවා. ටේල් බොකේ එකක් භාවිතා කළේ ඇය මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ යුවතියක් නිසා. රෝස මල්වලින්ම නිම කරපු හෙඩ්‍රස් එකකුත් භාවිතා කරලා තියෙනවා.

උසට සරිලන මහතකුත්, පැහැපත් සමකුත් තිබෙන නිසා ගොඩාක් දේවල් වෙනස් කරන්න ඕන වුණේ නැහැ. විශේෂයෙන්ම ඇගේ සමේ වර්ණයට හානියක් නොවන ආකාරයට තමයි ඇයව හැඩ කළේ."

මනාලිය හැඩගැන්වීම -
රූපලාවන්‍ය ශිල්පිනී
සන්ධ්‍යා සාගරිකා
(සාගරිකා බ්‍රයිඩල් හෝම්)

ඡායාරූප -
ඩිල්ෂාන් ධනංජය

සම්බන්ධීකරණය -
ක්‍රිෂාන්ත පුෂ්පකුමාර

අවුරුදු 11ට පෙර ඔසප් වීම ආරම්භ වුණු සහ අවුරුදු 55න් පසුවත් ආර්ථවය නතර නොවූ කාන්තාවන්ට පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවීමේ අවධානම වැඩියි. ඒ වගේම දරුවන් නොමැති කාන්තාවන්ට, වයස අවුරුදු 35 පසුවී දරුවන් ලැබුණු කාන්තාවන්ට සහ මව්කිරි ලබා නුදුන් කාන්තාවන්ටත් පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවීමේ වැඩි අවධානමක් තියෙනවා

සම්පූර්ණ කතාව අහන්න මෙම QR කෝඩ් එක ස්කෑන් කරන්න

මූණ - අතපය අතගානවා වගේම පියයුරුත් අතගාලා බලන්න

විසිහත් වියැති සඳමිණීගේ වම් පියයුරේ නිතර නිතර කසනසුළු ස්වභාවයක් ඇති වුවත් සඳමිණී ඒ ගැන වැඩිය ගානකට ගත්තේ නම් නැහැ.

හැබැයි තවත් දින කිහිපයකින් ඒ අසළම කුඩා ගැටිති කිහිපයක් මතුවෙද්දී සඳමිණී ටිකක් බය වුණා.

"අක්කේ බලන්නකෝ මෙතන පොඩි ගෙඩි දෙක තුනක් ඇවිල්ලනේ. වෙලාවකට කසන ගතියකුත් තියෙනවා. පිළිකාවක්වත්ද දන්නේ නෑ..."

ඇය මේ ගැන මුලින්ම කිව්වේ එහා ගෙදර කමලා අක්කා එක්ක.

"ඔය වයසට මොන පිළිකාද නංගියේ... ඔය මොකෙක්හරි සතෙක් කාලා වෙන්න ඇති..."

කමලා කිව්වේ එහෙමයි.

සඳමිණීගෙයි කමලාගෙයි මේ කතාව කනින් කොනින් ඇහුනු කමලාගේ නංගිත් ඉක්මනින්ම එතැනට ආවා.

"අපේ ඔෆිස් එකේ ගිය සතියේ ඔය ගැන දැනුවත් කරන වැඩසටහනක් තිබ්බා. ඔය වයසෙදි වුණත් පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවෙන්න බැරි නෑ. ඔය වගේ වෙනස්කම් ආවම හැමෝගෙන්ම ඒ ගැන අහන්න යනවට වඩා කෙලින්ම ගිහිල්ලා ඩොක්ටර් කෙනෙක්ට පෙන්නන එක තමයි වැඩිය හොඳ."

කමලාගේ නැගණිය කීවේ ටිකක් නොමනාපයෙන් වගේ. ඇයගේ කරුණු පැහැදිලි කිරීම නිසා වහාම වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යාමට සඳමිණී ඉක්මන් වුණා. ඒ විතරක් නෙවෙයි සඳමිණීට පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවෙලා තිබෙන බවත් එහිදී සනාථ වුණා. නමුත් ඇය සිටියේ පියයුරු පිළිකාවේ මුල් අවධියේ නිසා කිසිම ගැටළුවක් වුණේ නැහැ.

කල්තියා හඳුනාගැනීමෙන් පියයුරු පිළිකාව සම්පූර්ණයෙන්ම සුව කළ හැකියි. නමුත් මේ සඳහා ඔබේ දැනුවත්භාවය බොහෝ වැදගත්. මේ තත්ත්වය පිළිබඳ ජාතික පිළිකා ආයතනයේ විශේෂඥ වෛද්‍ය ප්‍රසාද් අබේසිංහ මහතාගෙන් කරුණු විමසීමට අප සිතුවේ ඒ නිසයි.

"බොහෝදෙනා නොදන්නවා වුණාට ලංකාවෙන් අවුරුද්දකට පියයුරු පිළිකා රෝගීන් 3500-4000ක් අතර ප්‍රමාණයක් වාර්තා වෙනවා. පියයුරු පිළිකාවට වැඩි වශයෙන්ම ගොදුරු වන්නේ අවුරුදු 40-65 වයස් කාණ්ඩයේ කාන්තාවන්. හැබැයි අඩු වයස්වල අයට මේ තත්ත්වය ඇතිවෙන්නේ නැහැ කියන එක ඒකෙන් අදහස් වෙන්නේ නැහැ. අවුරුදු 20 ඉඳලා ඕනම කාන්තාවකට පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවෙන්න පුළුවන්. කාන්තාවන්ට විතරක් නෙවෙයි පිරිමින්ටත් පියයුරු පිළිකාව හැදෙනවා. හැබැයි කාන්තාවන්ට සාපේක්ෂව බැලුවම ඒ සඳහා තියෙන්නේ 1%ක වගේ අවධානමක් විතරයි."

කාන්තාවන්ට විතරක් නෙවෙයි පිරිමින්ටත් පියයුරු පිළිකාව හැදෙනවා. හැබැයි කාන්තාවන්ට සාපේක්ෂව බැලුවම ඒ සඳහා තියෙන්නේ 1%ක වගේ අවධානමක් විතරයි

සාමාන්‍යයෙන් පියයුරු පිළිකා සෛල ඇතිවන්නේ ක්ෂීර නාල සහ ග්‍රන්ථිවලයි. මෙම පිළිකා සෛල ක්ෂීර නාල සහ ග්‍රන්ථි වටා ඇති ආස්තරණයෙන් පිටතට පැමිණි විට රුධිර පද්ධතියට හා වසා පද්ධතියට එකතු වී වෙනත් අවයවවලටද පැතිරේ.

"පිළිකාව පැතිරුණු ආකාරය අනුව එය අපිට අවස්ථා හතරකට වෙන් කරන්න පුළුවන්. පිළිකාව පියයුරට පමණක් සීමාවුණු අවස්ථාව තමයි පිළිකාවේ මුල්ම අවස්ථාව. ඒ අවස්ථාවට පස්සේ අතරමැදි අවස්ථා දෙකක් තියෙනවා. පිළිකා සෛල අක්මාව, පෙනහළු, මොළය වගේ ශරීරයේ අනිත් අවයවවලට පැතිරුණු අවස්ථාව තමයි අපි පිළිකාවේ හතරවැනි අවස්ථාව විදිහට හඳුන්වන්නේ."

වෛද්‍යවරයා කියන්නේ පියයුරු පිළිකාවක් මුල් අවස්ථාවේදීම හඳුනාගැනීම මගින් මුලදීම අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර සිදුකිරීමට ලැබෙන නිසා පිළිකාව සම්පූර්ණයෙන්ම සුවකළ හැකි බවයි.

"හැබැයි හතරවැනි අවදියේදී පිළිකාව හඳුනගත්තොත් පිළිකාව සම්පූර්ණයෙන්ම සුව කරන්න අමාරුයි. ඒ කියන්නේ රෝගියා ජීවත්වන කාලයත් අඩු වෙනවා කියන එකයි."

පියයුරු පිළිකා සම්බන්ධයෙන් වර්තමාන සමාජය තුළ දැනුවත් කිරීම් වැඩි වශයෙන් සිදුවන නිසා බොහෝ කාන්තාවන්ට පළමු, දෙවැනි සහ තෙවැනි අදියරවලදීම පියයුරු පිළිකාව හඳුනාගැනීමට හැකියාව ලැබී ඇත.

"ඒක ඇත්තටම සතුටට කාරණාවක්. හැබැයි රෝගය පැතිරුණාට පස්සේ ප්‍රතිකාර වෙත එන පිරිසකුත් නැතුවම නෙවෙයි. හැම කාන්තාවක්ම මේ ගැන තව තවත් අවධානය යොමු කරන්න ඕනේ ඒ නිසයි."

පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවීමට බලපාන ප්‍රධානම හේතුව කාන්තා හෝර්මෝනය ලෙස හැඳින්වෙන ඊස්ට්‍රජන් කාන්තාවන්ගේ සිරුරේ තිබීමයි. වයස්ගත වීමද පියයුරු පිළිකා අවධානම වැඩිවීමට එක් හේතුවක් බව ඔහු කියයි.

"ඔය කාරණා දෙකට අමතරව ආර්ථව චක්‍ර වැඩි ගණකට භාජනය වූ කාන්තාවන්, ඒ කියන්නේ අවුරුදු 11ට පෙර ඔසප් වීම ආරම්භ වුණු සහ අවුරුදු 55න් පසුවත් ආර්ථවය නතර නොවූ කාන්තාවන්ට පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවීමේ අවධානම වැඩියි. ඒ වගේම දරුවන් නොමැති කාන්තාවන්ට, වයස අවුරුදු 35 පසුවී දරුවන් ලැබුණු කාන්තාවන්ට සහ මව්කිරි ලබා නුදුන් කාන්තාවන්ටත් පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවීමේ වැඩි අවධානමක් තියෙනවා."

මේ කරුණුවලට අමතරව අධික ස්ථූලභාවය, නිතර විකිරණවලට නිරාවරණය වීම වැනි දෑ ද පියයුරු පිළිකාවක් ඇතිවීම සඳහා හේතුවිය හැකියි.

"ඔය කිව් අවධානම් කාණ්ඩවල ඉන්න කාන්තාවන් නිරන්තරයෙන්ම තමන්ගේ පියයුරු ගැන සැලකිලිමත් වෙන්න. පියයුරු පිළිකාව හඳුනගන්න තියෙන හොඳම විදියක් තමයි මාසිකව ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාවක් කරන එක."

අවුරුදු 20න් ඉහළ සෑම කාන්තාවක්ම සෑම මසකම ඔසප්වීමෙන් සතියකට පසු ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාවක් සිදුකිරීම ඉතා වැදගත්ය. පරීක්ෂාවේදී පියයුරුවල හැඩයේ වෙනසක්, මතුපිට සමේ, වර්ණයේ නැතිනම් සමේ ස්වභාවයේ වෙනසක්, තන පුඩු වණවීමක්, තුවාලවීමක් වැනි අසමානතා ඇතිවී තිබෙනවාද යන්න විනාඩි කිහිපයක් හොඳින් පරීක්ෂා කළ යුතුයි.

"ඒ වගේම තනපුඩුවෙන් යම් ශ්‍රාවයක් එනවාද, එතකොට වේදනාවෙන් තොර හෝ වේදනාවෙන් යුතු ගැටිති තියෙනවාද කියන කාරණා ගැනත් සැලිකලිමත් වෙන්න ඕනේ. මේ කිව් කාරණාවලට අමතරව වෙනද නොතිබුණු මොකක්ම හරි වෙනසක් දැක්කොත් වහාම වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යන එක තමයි හොඳ."

ලෝකය ගොඩනැගී ඇත්තේ හිරුගේ කිරණින් සහ මව්කිරෙන් බව අප අසා ඇත. ඉදින් ලෝකය ගොඩනගන්නට ඔබට ලැබුණු මේ දයාදය ජීවිතය උදුරාගන්නට හේතු සපයන්නක් නොකරගත යුතුය. ඒ නිසා මේ අවධානමෙන් ගැලවීමට අද සිටම ස්වයං පියයුරු පරීක්ෂාවට යොමුවන ලෙස ඔබට ආදරණීය මතක් කිරීමක් කරන්නෙමු.

ජාතික පිළිකා ආයතනයේ විශේෂඥ වෛද්‍ය **ප්‍රසාද් අබේසිංහ**

සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

පුංචි පුතේ නුඹ ආ පසු අම්මි හුඟක් වෙනස් වෙලා

මාත් එක්ක බොළඳ වදන් දැන් කියන්නෙ නෑ

මානව හැකියා ප්‍රවර්ධන විශේෂඥ හා ජ්‍යෙෂ්ඨ මනෝවිද්‍යා උපදේශිකා
රත්නා පුෂ්ප කුමාරි

සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

මා අද තෝරාගත්තේ අඹු-සැමියන්ගේ මෙන්ම දරු-දැරියන්ගේ අභිවෘද්ධිය සඳහාත් හේතු පාදක වන මාතෘකාවක්ය.

"අවුරුදු ගානක් මේ ප්‍රශ්නය ඉවසගෙන හිටියා. හැබැයි දැන් නම් මටත් මේ වෙලිච්චි ජීවිතේ තිත්ත වෙලා තියෙන්නෙ."

මා සමඟ එසේ පැවසූ පුද්ගලයාගේ නම සමන්තය.

ඔහුගේ බිරිඳ නිල්මිණීය. සමන්තගේත්, නිල්මිණීගේත් විවාහ ජීවිතයට වසර දහහතක් පමණ වන බවත්, ඔවුන්ට දරුවන් තිදෙනෙකු සිටින බවත් සමන්ත පැවසුවේ මළානිකවය.

"මම මගේ පවුලට ගොඩක් ආදරෙයි. ඉතින් මම මගේ දරුවන්ව සතුටින් තියන්න ගොඩක් මහන්සි වෙලා වැඩ කරනවා."

පවුල වෙනුවෙන් කෙතරම් කැපකිරීම් කළත් තමා ගෙවන්නේ හිස් ජීවිතයක් බව ඔහු කියයි.

"මතක ඇති කාලෙකින් වයිෆ් මාත් එක්ක එකට ඉඳලා නෑ (ලිංගිකව එක්වී නැත). ඒ විතරක් නෙවෙයි එයා දැන් ඉස්සර වගේ මට ආදරෙන් කතා කරන්නෙත් නැහැ."

ඒ කතාවෙන් පසු මට ඔහුගෙන් නොඅසා බැරි ප්‍රශ්නයක් තිබිණි. ඒ ලිංගිකව එක්වීමට බිරිඳ අකමැතිද යන පැනයයි.

"එහෙම අකමැත්තකුත් නෙවෙයි. ඒත් ඉතින් එයාට ඒකට වෙලාවක් නැහැනේ..."

සමන්තත් නිල්මිණීත් රාත්‍රිය ගත කරන්නේ එකම කාමරයක නොවේදැයි මා ඊළඟට ඇසවෙමි.

"එක කාමරේක තමයි මිස්. ඒත් අපේ ළමයි තුන්දෙනත් අපි එක්කමනේ ඉන්නේ. ළමයි තුන්දෙනාගෙ දෙපැත්තේ තමයි අපි දෙන්නා නිදගන්නේ."

ඔහු කියන්නේ දරුවන් ඔවුන් සමඟම සිටිනා නිසා ගතින් ළංවීමට තබා අඹු-සැමියන් වශයෙන් ගැටළුවක් සාකච්ඡා කිරීමටවත් අවස්ථාවක් නැති බවයි.

"ලොකු පුතාට දසයයි. දෙවැනි දුවට අවුරුදු නවයයි. එතකොට බාලම පුතාට අවුරුදු හතයි. ළමයි දැන් ලොකු නිසා එයාලට තනි කාමර දෙමු කියලා මම නිල්මිණීට කිව්වා. 'අනේ මට ළමයි නැතිව නිදගන්න බැහැ' කියලා තමයි එයා කියන්නේ."

මේ ගැටළුව විසඳීමට නම් බිරිඳ සමඟ පැමිණ මා හමුවන ලෙස මම සමන්තට යෝජනා කළෙමි.

ඉන් සතියකට පමණ පසු සමන්ත නිල්මිණී ද කැටුව මා හමුවීමට ආවේය.

සමන්ත මා සමඟ පැවසූ ගැටළුව නිල්මිණීට පවසා ඒ කතාවේ ඇත්ත නැත්ත කුමක්දැයි අසා බැලුවෙමි.

"අනේ මගේ පැටව් ටික නිදගන්නේ මාව බදගෙන. මට මගේ දරුවො නැතුව නම් නිදගන්න බැහැ. ඒ තරමට මම මගේ දරුවන්ට ආදරෙයි."

නිල්මිණී ඒ වදන් පැවසූ විගස සමන්තද ඔහුගේ හඬ අවදි කරමින් නිල්මිණීට ප්‍රශ්න වැලක්ම ඉදිරිපත් කළේය.

"ඇයි එතකොට මම මගේ දරුවන්ට ආදරේ නැද්ද? මම දවස තිස්සේ හරකෙක් වගේ වැඩ කරන්නෙ ඔයාලට ආදරේ නිසා නෙවේද? එතකොට ඔයාට මං ගැන පොඩි කැක්කුමක්වත් නැද්ද?"

සමන්ත තරමක ආවේගයකින් සිටිනා බව වටහාගත් නිසා ප්‍රථමයෙන් ඔහුව අස්වසාලීමට මම කටයුතු කළෙමි.

දරුවන්ට ඇති ආදරය යනුවෙන් ඈ අදහස් කරන්නේ සැමියා සමඟ ඇති ආදර බැඳීම අහිමි කරගැනීමදැයි මම නිල්මිණීගෙන් විමසා සිටියෙමි.

"නෑ එහෙම නෙවෙයි... ඒත් දරුවො මම නැතුව ඉන්නෙ කොහොමද?"

දරුවන්ට දක්වන සෙනෙහස, සැමියාට අවධානය නොදීමට නිදහසට කාරණාවක් නොවන බව මම ඇයට පැහැදිලි කළෙමි.

ඔවුන්ට සිටින්නේ ළදරු වියේ පසුවන දරුවන් නොවූයෙන් ඔවුන්ට ස්වාධීනව තම ජීවිතය ඇරඹීමට ඉඩදිය යුතු බවත් මම ඇයට පැවසුවෙමි.

බොහෝ සැමියන්ගේ චෝදනාව වන්නේ විවාහයට පෙර ආදර බස් දෙඩූ තම ආදරණීය බිරිඳ දරුවන් ලැබුණු පසු තමා පිළිබඳ නොසොයා දරුවන් පිළිබඳ පමණක් සොයා බලන බවයි.

විවාහ වී ටික කාලෙකින් දෙන්නා තුන්දෙනා හතරදෙනා වූ පසු නිවසේ තිබෙන විශාල ඇඳන් දෙකක් එකට මූට්ටු කරනා දෙමාපියන් දරුවන්වද සිය උණුහුමට ගුලි කරගනියි.

බොහෝ දෙමාපියන් දරුවන්ව සිය තුරුලේම තබාගන්නේ ඔවුන් කෙරේ ඇති දරක ස්නේහය නිසාය. යමක් කමක් නොතේරුම් වියේදී දරුවන් තමා ළඟින්ම තබා ගැනීමේ වරදක් මා නොදකිමි. නමුත් කරදඬු මේරූ දරුවන් එසේ ළඟ තබාගැනීමෙන් දෙමාපියන්ගේ විවාහ ජීවිතයටත්, දරුවන්ගේ පෞරුෂයටත් හානිවන බව අවබෝධ කරගත යුතුය.

සාර්ථක යුග දිවියක් සඳහා දෙදෙනාගේ මනා සන්නිවේදනය ඉතා වැදගත්ය. එදිනෙදා අත්දැකීම් හුවමාරුවට, දරුවන්ගේ ප්‍රශ්න ගැටළු කතාබහට සහ දෙදෙනාගේ ලිංගික ජීවිතය පිළිබඳව සුහද කතාබහක් ඇති කරගැනීමට හොඳම තැන නිදි යහනය. නිදි යහන තුළ ශක්තිමත් බැඳීමක් නැති බොහෝ අඹු-සැමියන්ගේ බැඳීම සොඳුරු නැති බව වසර ගණනක වෘත්තීය පළපුරුද්දෙන් මට පැවසිය හැකිය.

නිදි යහන රසවත් කරගැනීමට බිරිඳක් දක්ෂ විය යුතුය. දරුවන්ට දක්වන ආදරය තුළ සැමියාට සෘණාත්මක බලපෑමක් වන්නේ නම් ඔහු වෙනත් සුවයක් සොයා යාමටද බැරි නැත.

සැමියාගේ සහ බිරිඳගේ සම්බන්ධය පළුදු වූ තැන්හිදී දරුවන්ගේ සතුට සහ මානසිකත්වය නිතැතින්ම වාගේ බිඳවැටෙන බව බුද්ධිමත්ව වටහාගත යුතුය.

මා මීළඟට මතුකරනා කාරණය වන්නේ වයසින් වැඩි දරුවන් මව පියා සමඟ නිදි කරවා ගැනීමෙන් දරුවන්ට සිදුවන අයහපත ගැනය.

වයසින් වැඩෙත්ම දරුවාට ස්වාධීන ජීවිතයක් ගත කිරීමට ඉඩ දීම සෑම මවකගේම පියෙකුගේම වගකීමයි. දිනක සිය පුතු විවාහ කරගන්නා ලේලිය දෙස පවා ඊර්ෂ්‍යාසහගතව බලන්නේ දරුවන්ට ස්වාධීන වීමට නොදෙන දරුවන්ට ලෝබ කරනා මෙවැනි මව්වරුන්ය.

මේ කරුණු සටහන් කිරීමේදී එසේ මතකයට නැගෙන්නේ වයස අවුරුදු දහහතක පමණ දියණියක් මා හමුවට පැමිණ කියූ කතාවක්ය.

"අනේ මිස් මට නම් දැන් අම්මයි තාත්තයි මැද්දෙ නිදගෙන ඇතිවෙලා තියෙන්නෙ. ඇත්තමයි මම නම් කිසිම නිදහසක් නැති ළමයෙක්."

තේරුම් බේරුම් වයසට පත් දුවා දරුවන් අනවශ්‍ය ලෙස තොඬොල් කිරීමේත්, ස්වාධීන වීමට ඉඩ නොදීමේත් අවසාන ප්‍රතිඵලය වන්නේ එම දරුවන්ගේ පෞරුෂය හීන වීමයි. මෙවැනි දේ නිසා ඉදිරියේදී ඔවුන්ගේ පවුල් ජීවිතයට සහ වෘත්තීය ජීවිතයට පවා බලපෑම් ඇති විය හැකිය.

කෙසේ වෙතත් මේ කතාවට පාදක වූ බිරිඳ උපදේශනයට පසු ඇයගේ වැරදි නිවැරදි කරගනිමින් සැමියා සමඟ ආදරණීය පවුල් ජීවිතයක් ගත කිරීමට යොමු වූ බවත් අවසාන වශයෙන් සටහන් කළ යුතුය.

(මෙය රත්නා පුෂ්ප කුමාරි මහත්මියගේ වෘත්තීය ජීවිතයේ අත්දැකීම් ඔස්සේ සේවාලාභීන් හඳුනාගත නොහැකි පරිදි නිර්මාණාත්මක ලෙස වෙනස් කරන ලද කතාවකි.)

අනේ මගේ පැටව් ටික නිදාගන්නේ මාව බදාගෙන. මට මගේ දරුවො නැතුව නම් නිදාගන්න බැහැ

ඇයි එතකොට මම මගේ දරුවන්ට ආදරේ නැද්ද? මම දවස තිස්සේ හරකෙක් වගේ වැඩ කරන්නෙ ඔයාලට ආදරේ නිසා නෙවේද?

සම්පූර්ණ කතාව අහන්න මෙම QR කෝඩ් එක ස්කෑන් කරන්න

Dabur
ALMOND
HAIR OIL
විටමින් E සපිරි
පෝෂණීය
සත්කාරය...
හිසකෙස් වර්ධනය වීමට අවශ්‍ය
විටමින් E වලින් පරිපූර්ණයි.
හිසකෙස් අග පැලීම සහ හැලීම
වලක්වයි.
හිසකෙස් දිගුව වර්ධනය වීමට
උපකාරී වේ.
ඩාබර් ආමන්ඩ් හෙයාර් ඔයිල්
දැන් නැවතත් වෙළඳපොලේ.
ONLINE SHOPPING https://www.daraz.lk/shop/harcourts-cosmetics/
ගෙන්වීම හා බෙදාහැරීම -
හාකෝට්ස් කොස්මෙටික්ස් (පුද්) සමාගම.
දුරකථන : 0117 150 333/0705 480 806
ORIGINAL
Dabur Almond Hair Oil
Dabur India Ltd.
NEW Dabur ALMOND HAIR OIL
PROTEIN
FOR DAMAGE FREE HAIR
50ml
රු. 215/- සිට
ස්වාභාවික
ආමන්ඩ් සාරය

db
ESTD. 1848
DARLEY BUTLER
All Out®
රෙදි සේදුම් දියරය
துணி கழுவும் திரவம்
Liquid Laundry Detergent
[011 – 013 – 3262] [011 – 013 – 3263]
Environmentally Preferred Detergent
GreenLabel SINGAPORE
ජීවිතේට පැල්ලම් නෑ ...
රු. 345/-
සිට ඉහලට
"පරිසර හිතකාමී රෙදි සේදුම් දියරයක්" ලෙස සිංගප්පූරු පාරිසරික සභාවෙන් සහතික කොට ඇත.
අලෙවිය සහ බෙදාහැරීම :
සී/ස ඩාර්ලි බට්ලර් සහ සමාගම., අංක 98, ශ්‍රී සංඝරාජ මාවත, කොළඹ 10.
නිෂ්පාදනය :
ඊ. බී. ක්‍රීසි ඇන්ඩ් කම්පැනි පී.එල්.සී. - ශ්‍රී ලංකාව.
පාරිභෝගික අංශය (011) 4 766000

අපි දෙන්නම DIG

නිශානි සෙනෙවිරත්න සහ මහින්ද ගුණරත්න

ශ්‍රී ලංකා පොලිස් දෙපාර්තමේන්තුවෙන් බිහිවූ පළමු DIG අඹුසැමි යුවළ

පසුගියදා වැඩිම කතාබහට ලක්වූ කාන්තාවන් ත්‍රිත්වයක් සිටියේ ශ්‍රී ලංකා පොලිස් දෙපාර්තමේන්තුවේයි. ඒ එකවර නියෝජ්‍ය පොලිස්පති ධුරයට උසස්වීම් ලැබූ නිශානි සෙනෙවිරත්න, පද්මිණී වීරසූරිය සහ රේණුකා ජයසුන්දර යන මහත්මීන් ත්‍රිත්වයයි.

මුළු රටේත් ලෝකයේත් අවධානය දිනාගනිමින් ශ්‍රී ලංකා පොලිස් ඉතිහාස පොතේ මේ තුන්කට්ටුව පිළිබඳව නව පරිච්ඡේදයක් එසේ ලියැවෙද්දී DIG නිශානි සෙනෙවිරත්න සිය ආදරණීය ස්වාමිපුරුෂයා වන කලුතර දිසාව භාර නියෝජ්‍ය පොලිස්පති මහින්ද ගුණතරත්න සමඟ එක්ව තවත් වාර්තාවක් තැබුවාය. ඒ නියෝජ්‍ය පොලිස්පති ධුරයට පත් පළමු ශ්‍රී ලාංකික අඹුසැමි යුවළ වශයෙන් ඉතිහාසයට එක්වෙමිනි.

මේ, ඒ දෙදෙනාගේ කතාවයි.

1988ට පෙර ශ්‍රී ලංකා පොලිස් දෙපාර්තමේන්තුවට කාන්තාවන් බඳවාගැනුණේ කොස්තාපල්වරියන් ලෙසය. නමුත් 1988 දෙසැම්බර් 26 වන දින පළමුවරට පොලිස් දෙපාර්තමේන්තුවට උප පොලිස් පරීක්ෂකවරියන් ලෙසින් කාන්තාවන් තිදෙනෙක් බඳවා ගැනිණි. නිශානි සෙනෙවිරත්න සිටියේද එලෙස පළමුවරට බඳවාගත් උප පොලිස් පරීක්ෂකවරියන් තිදෙනා අතරය. ඒ නිසා පොලිස් සේවය තුළ ඇගේ ආරම්භයම සුවිශේෂී එකකි.

මාළඹේ මුල් පදිංචිය වූ නිශානිට කෙදිනකවත් පොලිසිය අලුත් තැනක් වූයේ නැත. මව නන්දා සෙනෙවිරත්න සහ පියා අලුත් ගෙදර සෙනෙවිරත්න යන දෙපලම පොලිස් සේවයේ නියුතු අය වීම ඊට හේතුවයි. නිශානිට ඉන්නේ සහෝදරියන්ම පස්දෙනෙකි. වැඩිමහල් සොයුරිය චාන්දනී මේ වනවිට ශ්‍රී ලංකා රේගුවේ සේවය කරන්නීය. දෙවැන්නිය දීපානි සිටින්නේ නවසීලන්තයේය. ඇය නිශානිගේ නිවුන් සහෝදරියයි. සිව්වැන්නිය මනුශාන්ති ද පොලිස් නිලධාරිනියකි. බාල සොයුරිය වන නයනා සෙනෙවිරත්න රත්නපුර මහාධිකරණ විනිසුරුවරියයි.

මේ සොයුරියන් පස්දෙනා අධ්‍යාපනය ලැබුවේ කොළඹ ආනන්ද බාලිකා විද්‍යාලයෙනි. බාල නැගණියන් දෙදෙනා පමණක් සංඝමිත්තා බාලිකාවේ ප්‍රාථමික අධ්‍යාපනය හදා පසුව ආනන්ද බාලිකාවට ඇතුළත්ව තිබේ. පාසලේදී සෙනෙවිරත්න පවුල බොහෝ ජනප්‍රියය. ලොකු අක්කා ප්‍රධාන ශිෂ්‍ය නායිකාව වූවාය. අනෙක් සොයුරියෝ ද ශිෂ්‍ය නායක ධුර දැරූහ. ක්‍රීඩාවට දක්ෂතා පෙන්වූ නිශානි ක්‍රීඩා නායිකාවයි. පාසලේ ඕනෑම බාහිර ක්‍රියාකාරකමදී එහි සෙනෙවිරත්න සොයුරියන්ගේ නියෝජනයක් තිබුණි. බොරැල්ල පොලිස් නිල නිවාසවල වාසය කරන සමයේ පොලිස් පවුල්වල දැරියන්ගේ දැල්පන්දු කණ්ඩායමේද නිශානි සාමාජිකත්වය දැරුවාය. පසුව ජීව විද්‍යා අංශයෙන් උසස් පෙළ හැදෑරූ නිශානිට ගුරු සහ හෙද සේවාවට ඇතුළත් වීමට ද සුදුසුකම් තිබුණි. එහෙත් ඒ ක්ෂේත්‍රය සම්බන්ධව මවගේ මනාපයක් නොතිබුණු නිසා කුඩා කල පටන් හුරුපුරුදු පොලිස් සේවයටම එක්වීමට ඇයට අවස්ථාව උදාවිය.

"උප පොලිස් පරීක්ෂක ධුරයට කෙලින්ම බඳවාගත්ත පළමු කාන්තාවන් තුන්දෙනා වීම නිසා අපි තුන්දෙනා විශේෂ වුණා. අපේ පුහුණුව වුණත් ඉතාම හොඳයි. අද වෙනකල්ම මට රාජකාරි මට්ටමේ කිසිම බාධාවක්, අභියෝගයක් තිබිලා නෑ. මට බාරදෙන රාජකාරිය මම උපරිමෙන් කරනවා. බාධාවකින් තොරව උසස්වීම් ලැබෙන්න ඒකත් එක හේතුවක් වෙන්න ඇති."

මෙසේ කාලය ගතවෙද්දී නිශානිට තම සහකරුවා ද පොලිසියෙන්ම මුණ ගැසෙන්නීය. මහින්ද ගුණරත්න නම් වූ ඔහු උපපොලිස් පරීක්ෂකවරයකු ලෙස ජාතික ආරක්ෂක තොරතුරු කාර්යාංශයට බැඳුණේ 1988 වසරේ ජූනි මාසයේදීය. වසර ගණනාවක් එහි සේවය කළ හෙතෙම පසුව ජනාධිපති ආරක්ෂක අංශයට එක්විය. ජනාධිපතිවරුන් තිදෙනෙකු යටතේ ඔහු සිය සේවා කටයුතු කළේය. එදා පටන්ම එකිනෙකා හඳුනන නිශානි - මහින්ද දෙපළ ඒ දැන හඳුනාගැනීමෙන් වසර 10කට පසු 1998 වසරේ විවාහ විය. එය දෙදෙනාගේම ජීවිතවල හොඳම තෝරාගැනීම විය. එකිනෙකාගේ රාජකාරී ස්වභාවය මනාව වටහා ගැනීමත් අන්‍යෝන්‍ය විශ්වාසයත් ජීවිතයේ දියුණුවට නිරන්තර මග පෙන්වීය. නිවසේ රාජකාරී එක් අයෙකුට පමණක් පැවරුණේ නැත. රාජකාරී නිමවා රෑ බෝ වී නිවසට පැමිණීම පිළිබඳ අර්බුද තිබුණේ ද නැත. දියණියන්ගේ කටයුතු ද ඔවුන් දෙදෙනාගේම අධීක්ෂණය සහ මග පෙන්වීම යටතේ සිදුවෙයි.

මහින්ද, නිශානි යුවළ සිය දියණියන් සමඟ

"රාජකාරිය එක්ක කොයිතරම් කාර්යබහුල වුණත් අපිට ගෙදර අතහැරිලා නෑ. උදව්වට අය හිටියත් උදේට උයන්නෙත් අපිමයි. මහත්තයා තමයි මට ඒ වැඩවලට ගොඩක් උදව් වෙන්නෙ. රෑටනම් ඉතින් මහන්සි නිසා ගොඩක් වෙලාවට පිටින් කෑම ගේනවා. ඒ වුණත් අපි හතරදෙනා ටිකක් රෑ වෙනකං එදා දවසෙ විස්තර කතාබහ කරලා තමයි නින්දට යන්නෙ."

2019 වසරේද නිශානි සෙනෙවිරත්න පොලිස් වාර්තා අතරට එක්වන්නීය. ඒ, ඉන්දියාවේ චෙන්නායිහි ශ්‍රී ලංකා නියෝජ්‍ය මහ කොමසාරිස් කාර්යාලයේ කවුන්සලර් (ආරක්ෂක) ධුරයට පත් ප්‍රථම කාන්තාව බවට පත්වීමෙනි. මහින්ද ගුණරත්න නියෝජ්‍ය පොලිස්පති ධුරයට පත්වන්නේ 2015දීය. නමුත් සිය භාරදූර කාර්යයන් අතර දියණියන්ගේ සම්පූර්ණ වගකීම තනිව දරමින් බිරියට සහාය වුණේ ඔහුය.

"ඒ කාලෙ නිවසේ සියලු කටයුතු කෙරුණේ මහින්දගේ අතින්. කොහොමත් අපේ හැමදේකටම එයා ළඟින් ඉන්නවා. මටයි, දුවලටයි ඇඳුම් තෝරන්නෙත් එයා. සාමාන්‍යයෙන් ඇඳුම් තෝරන්න වෙලා ගන්නෙ කාන්තාවන්නේ. ඒත් අපේ ගෙදර ඒක වෙනස්. ෂොපිං ගියාම අපට ඇඳුම් තෝරන්න මහින්ද ගොඩක් වෙලා ගන්නවා. හැබැයි එයාගෙ තේරීම් හරියටම හරි. අපි තුන්දෙනාම ඒවට කැමතියි. මං කෑගැහුවත් දුවලට අලුත් මෝස්තරවල ඇඳුම් එහෙමත් එයා අරන් දෙනවා. එතනදී මහින්ද නම්‍යශීලීයි. ඉන්දියාවෙ හිටපු කාලෙ ඇරුණාම මගෙත් ඇඳුම් ඔක්කොම තෝරලා දීලා තියෙන්නෙ මහින්ද."

නිශානි සෙනෙවිරත්නගේ දියුණුවේ යෝධ ශක්තිය වූ මහින්ද ගුණරත්නගේ උපන්ගම කුලියාපිටිය, ගිරිඋල්ලයි. ඔහුගේ පවුලේ කිසිවකු පොලිසියට සම්බන්ධ නැත. එසේ වුවත් සියලු විභාග සමත් වෙමින්, අත්දැකීම් ලබමින් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඔහු රාජකාරියේ ඉහළට ගමන් කරමින් සිටී. නිශානි සෙනෙවිරත්න නියෝජ්‍ය පොලිස්පති ධුරයට උසස්වීම් ලබද්දී ඔහු සේවය කරමින් සිටියේ කළුතර දිසාව භාර නියෝජ්‍ය පොලිස්පතිවරයා ලෙසිනි. ඒ අනුව රාජ්‍ය බුද්ධි සේවයට උප පොලිස් පරීක්ෂකවරියක ලෙස බැඳී එහි සේවයේ නියුතු අතරම නියෝජ්‍ය පොලිස්පති ධුරයට පත් පළමුවැන්නා ලෙස නිශානි සෙනෙවිරත්න ඉතිහාසගත වෙද්දී දෙදෙනා හවුල් වාර්තාවකට ද හිමිකම් ලැබූහ. ඒ නියෝජ්‍ය පොලිස්පති ධුරයට පත් ප්‍රථම ශ්‍රී ලාංකික යුවළ ලෙසිනි. ඉන් මසක් ගතවීමට ප්‍රථම මහින්ද ගුණරත්න තවත් උසස්වීමක් ලැබුවේය. ඒ සබරගමුව පළාත භාර ජ්‍යෙෂ්ඨ නියෝජ්‍ය පොලිස්පතිවරයා ලෙසට පත්වෙමිනි. ඔහු පවසන්නේ කැපවීමෙන් රාජකාරී කිරීම මත ඒ සියල්ලට හිමිකම් ලැබූ බවයි.

"අපි දෙන්නම රාජකාරියට මුල්තැන දෙනවා. නිවාඩුවක් ගන්නෙම නැති තරම්. අපි සතුටු වෙන්නෙ වැඩ කරලා. ගෙදර වැඩත් අපි සහයෝගයෙන් කරනවා. එයා මං එනකන්වත්, මං එයා එනකන්වත් ඉන්නෙ නෑ. අපි දෙන්නම ලැබුණු කාර්යය හරියටම ඉටු කළා මිසක් මෙතනට එනවමයි කියලා සැලසුම් කළේ නෑ. නිශානි ඩීඅයිජී වුණාට පස්සෙ තමයි අපි දෙන්නම ඒ තනතුරේ නේද කියන එකත් මතක් වුණේ. කරන්නන් වාලේ නොකර කරන දේ හරියට කළාම හැමදේම නිරායාසයෙන්ම ලැබෙනවා කියලයි මට හිතෙන්නෙ."

රජනිකා ලියනගේ

බ්‍රෝඩ්බෑන්ඩ්
PEO TV
ඇමතුම්
ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රථම, වේගවත්ම සහ පුළුල්ම
Premium Fibre අන්තර්ජාල ආවරණය සමඟින්
ව්‍යාපාර අලුත්ම කලාවකට.
කවුරු කවුරුත් ෂොපිං කරන හැටි, ඉස්සර වගේ නෙමෙයි දැන්!
පෙරළිකාර SLT-MOBITEL ෆයිබර් බලවේගය සමඟින් ඔබේ ගනුදෙනුවලට
අසීමිත වේගයක්... ගන්න තියෙන අලුත්ම දේවල් ටක් ගාලා ඩවුන්ලෝඩ් කරගන්න...
විකුණන්න තියෙන අලුත් දේවල් පට් ගාලා අප්ලෝඩ් කරන්න...
පැහැදිලිම UHD කොලිටි ඇතුව ඔන්ලයින් ෂොපිං පහසුව...
ගනුදෙනු ඕනෙ තරමක් කිසිම බාධාවක් රහිතව එකවර කිරීමේ හැකියාව...
ඔබත් අදම අපගේ අසමසම ෆයිබර් සබැඳියාවෙන් බලගැන්වෙන්න.
ගනුදෙනු කරන හැටි වෙනස් වන කාලයක,
ඔබේ අන්තර්ජාල සම්බන්ධතාවය වෙනස් නොවී බැහැ නේද?
• අධිවේගී ඉන්ටර්නෙට්
• වැඩි ඩේටා
• අඩුම LATENCY
• උපාංග රැසක් එකවර භාවිතයට හැකියාව
• ULTRA HD PICTURE කොලිටිය
FIBRE | දේශයේ ෆයිබර් බලවේගය
ෆයිබර් ගන්න, ෆයිබරෝන් අමතන්න 1212.
www.sltmobitel.lk
SLTMOBITEL
එකම එක සබැඳියාව

නොකිව්වට මොකද අපිත් හොඳ ඉරිසියාකාරයෝ තමයි

ඉරිසියාව කියන්නෙ අසනීපයක්. නිකන්ම නිකන් අසනීපයක් නෙමෙයි කොවිඩ්වලටත් වඩා භයානක අසනීපයක්.

අවාසනාවකට වගේ ඔය ලෙඩේ දරුණුම ප්‍රභේදයක් තමයි අපිට වැළඳිලා තියෙන්නේ. දැන් මෙහෙම හිතන්නකෝ. අල්ලපු ගෙදර සුමනේ ණයක් අරගෙන ඇඳුම් කඩයක් දනවා කියලා. එහෙම වෙලාවට,

- **අනේ රෙදි නැතුව හිටියත් ඕකගේ රෙද්ද අපිට එපා කියලා නොදන්න රෙදි කඩේකට ගිහින් රෙදි තෝරන්න හිතෙනවනම්,**
- **එංගලන්තෙ හැරීටයි මේගන්ටයි සුබ පතන ගමන්, ඔෆිස් එකේ සැමියා මැරිච්ච චාමරි ආපහු බඳින්න යනවා කියලා දැනගත්තම සංස්කෘතිය, සදාචාරය ගැන චමරිට මතක් කරලා දෙන්න හිතෙනවනම්,**
- **මිරිස්කුඩු පැකට් ටිකක් විකුණලා ලීසිං එකකුත් දාලා කාර් එකක් ගත්ත යාළුවාව දැක්කම, ඕකා ගොඩ ගියේ මිරිස්කුඩු විකුණලා නෙමෙයි කුඩු විකුණලා වෙන්නැති කියලා කියන්න හිතෙනවනම්,**
- **ගැහැනියක් ලස්සනට ඇඳලා, පැළඳලා තමන්ගේ වාහනයක් පැදලා ඉන්නවා දකිනකොට රස්සාවල් කරලනම් වෙන්න බෑ කවුරුහරි හයිය අත්තක් අල්ලගෙන ඇති කියලා පද හදන්න හිතෙනවනම්,**
- **තමන්ගෙ දරුවෙකුට නැති දක්ෂතාවයක් යාළුවෙක්ගෙ දරුවෙක්ට තියනවා දැක්කම 'ඌට පුළුවන්නම් උඹට බැරි මොකද' කියලා ටොකු ලොරියක් අනින්න හිතෙනවනම්,**
- **දන්න කියන කෙනෙක් ජයග්‍රහණයක් සමරනකොට, නොදැක්කා වගේ අහක බලන් යන්න හිතෙනවනම්,**
- **ෆේස්බුක් එකේ යාළුවෙක්ගෙ ලස්සන ෆොටෝ එකක් දැක්කම ෆේක් ගිණුමකින් හරි ඇවිත් අනවශ්‍ය කමෙන්ටුවක් දන්න හිතෙනවනම්,**

නොදන්නවා වුණාට ඔයත් කප් ගහන ලෙවල් එකේ ඉන්න ඉරිසියාකාරයෙක් තමයි.

අපි නොදන්න අපිව නොදන්න කවුරු ජනප්‍රිය වුණාත්, දියුණු වුණාත් හිත පුරා සතුටු වෙන අපි, හොඳින්ම දන්න කියන තමන්ගේ ඔෆිස් එකේ, ගමේ කෙනෙකුට හරි ගියහම, දෙනෙත් පුරා ඉඳිකටු ඇනගන්නේ ඇයි කියලා සක්කරයටවත් හිතාගන්න බැරුව ඇති. වෙන කෙනෙක්ගේ ලැබීමකට, හැකියාවකට ඉරිසියා කළා කියලා ඒ හැකියාව, ජයග්‍රහණය ඔයාට ලැබෙන්නේ නැහැ.

ඒකෙන් වෙන්නෙ, ඔලුවෙ පිරෙන අයහපත් සිතිවිලි නිසා, ප්‍රෙෂර් වැඩිවෙලා, ලේ නරක් වෙලා, පෙනුම විකෘති වෙලා, ඔයාව ඇකිලිලා යන එක විතරයි.

ඒ නිසා ඉරිසියා කරනවා කියන්නේ හරියට ඔයා වහ බීලා වෙන කෙනෙක් මැරෙනකම් බලන් ඉන්නවා වගේ තේරුමක් නැති වැඩක්.

ඉරිසියා කරනවා කියන්නේ හරියට ඔයා වහ බීලා වෙන කෙනෙක් මැරෙනකම් බලන් ඉන්නවා වගේ තේරුමක් නැති වැඩක්

මොකද, වටේ ඉන්න මිනිස්සු ඉරිසියා කළානෙ කියලා, තමන්ව අගය කළේ නෑනෙ කියලා, මොළේ තියෙන මිනිස්සු තමන්ගේ ගමන අතඇරලා දන්නෙ නැහැ.

තමන්ට තමන්වවත් පාලනය කරන්න බැරි ලෝකෙක, අනුන්ගේ දියුණුවක්, සතුටක්, ජයග්‍රහණයක්, කොහොම පාලනය කරන්නද?

රත්තරන්වලට වඩා වටිනා වෙලාව නාස්ති කරගෙන අනුන්ට වළවල් කපන වෙලාවේ, ඒ වළවල්වල අමුකහ පැළ ටිකක් හිටෙව්වොත් මාස දෙක තුනකින් අතට කීයක් හරි ලැබෙයි.

හැබැයි අනුන්ට ඉරිසියා කර කර අංචි ඇද ඇද හිටිය කියලා අපිට මොනවද ලැබෙන්නෙ? හැමෝටම හැමදේම බැහැ. (හැබැයි සමහරුන්ට මුකුත්ම බැහැ) ඒ නිසා වෙන කෙනක් Superstar තරඟෙට ගියා කියලා, දරු නැළවිලි ගීයක්වත් තාලෙට කියාගන්න බැරි ඔයත්, සින්දු කියන්න ගියා කියන්නෙ අමුම අමු ගොන්කමක්.

යාළුවගේ ළමයා Swimming class යනවා කියලා, ගෙදර නාන්නෙත් නැති ඔයාගේ දරුවව බලෙන් Swimming class එකකට දනවා කියන්නේ හරි අපරාධයක්

යාළුවගේ ළමයා Swimming class යනවා කියලා, ගෙදර නාන්නෙත් නැති ඔයාගේ දරුවව බලෙන් Swimming class එකකට දනවා කියන්නේ හරි අපරාධයක්.

රුසියාවටත් වඩා ලොකුයි කියන මේ ඉරිසියාව නිසා අනිත් අයට කෙසේ වෙතත් තමන්ට වෙන්නෙ පාඩුවක් විතරමයි.

ආසියාතික රටවල මිනිස්සු පැල් බැඳගෙන එකිනෙකාට ඉරිසියාකාරකම් කර කර ඉන්නකොට, දියුණු රටවල මිනිස්සු, අනුන්ගේ දෙයක් දිහා බලලා හරි සතුටෙන් සනීපෙන් ඉන්නවා. තමන් නෙළන්නේ තමන් වපුරපු දේ නිසා, අනුන්ගේ වගාවල් දිහා බලලා හුල්ලලා වැඩක් නැති බව තේරුම් අරන් අනුන්ට ඉරිසියා නොකර, තියෙන දෙයක් කාලා පාඩුවේ ඉන්න මිනිස්සුන්ට ජීවිතේ හරිම ලේසියි.

අනුන්ට ඉරිසියා කරන එකෙන් තමන්ට වෙන පාඩුව ගැන හරියටම තේරුම් ගත්ත දවසක කිසිම කෙනෙක් ඉරිසියාව කියන විෂබීජෙට හිතේ හතර මායිමකටවත් එන්න දෙන එකක් නැහැ. මොකද ඒක ඒ තරම්ම වහක්.

අනේ අපි නම් කාටවත් ඉරිසියා කරන්නේ නැහැ කියලා, හැංගි හැංගි හිත ඇතුළෙන් ඉරිසියාකාරකම් කරද්දි නොකිව්වට මොකද ඔයාගේ හිතේ පැසවන ඉරිසියාව ඔයාගේ හැසිරීමෙන් සමාජයට හොඳට පේනවා.

මොකද කලින් කිව්වා වගේ ඉරිසියාව කියන්නේ ලෙඩක්. ලෙඩාට නොපෙනුණාට ලෙඩාගේ මූණ දැක්කම වටේ අයට කියන්න පුළුවන් මෙයා ලෙඩෙක් කියලා.

අන්න ඒ නිසා, පිනකට ලැබිච්ච මනුස්ස ජීවිතේ ඔය වගේ කිසි කමකට නැති දෙයක් වෙනුවෙන් නාස්ති නොකර සතුටින් සැනසීමෙන් ඉන්න බලන්න.

තමන්ට නැති දෙයක් අනුන්ට ලැබුණොත් ඒක ඒ මනුස්සයගෙ පින කියලා හිතලා සතුටු වෙන්න. එතකොට තැන තැන ගිහින් කුටු කුටු ගාන්න, පද හදන්න, මඩ ගහන්න යන වෙලාව ඉතුරු වෙනවා විතරක් නෙවෙයි, හිතටත් මාරම සැනසීමක් දැනේවි.

ජීවන කුසලතා සහ පෞරුෂ වර්ධන උපදේශිකා
අනිශා ජයකොඩි

ලංකාවේ **කාන්තාවන් 5** දෙනෙකුගෙන් **එක් අයෙක්** (20.4%) තම ජීවිත කාලය තුළ **සමීප සහකරුවෙකු** විසින් ලිංගික සහ/හෝ කායික **හිංසනයට** ලක් වී ඇත.

නිදහසට කරුණු එපා

ඔබ ඕනෑම ආකාරයක හිංසනයකට මුහුණ දෙන්නේ නම්, අමතන්න
ජාතික උපකාරක අංකය: 1938
මිතුරු පියස ක්ෂණික ඇමතුම්: 070 26 11 111

Canada
UNFPA

ප්‍රාර්ථනා කරපු විදියට දරුවෝ හයදෙනාම වුණාත් සාසනේට දෙන්න අපි ලෑස්තියි

ලංකාවේ පළමු සය නිවුන් දරුවන් ගැන අම්මයි තාත්තයි ‘ධරණී’ට කී වෙනස්ම කතාව

ජය ශ්‍රී මහා බෝධියට, රුවන්වැලි සෑයට කිරිආහාර පූජා කරද්දිත් අපි දරුවෝ ගොඩක් ප්‍රාර්ථනා කළා

වාසනා බබාලා ලැබෙන්න ඉඳිද්දී ආසාවෙන්ම කෑවේ අඹ. ඉපදෙන්නේ මැංගෝ බේබිලා කියලා මම එයාට විහිළු කළා

උදයංග සහ වාසනා විවාහ වූදා

දරු පෙම මහමෙරක් තරමටම වූයෙන් වාසනාත් උදයංගත් බලා සිටියේ ඒ ගැන පුංචිම හෝ ඉඟියක් ලැබෙනතුරුය. ඒ, ඒ වනවිට ඔවුන් අතිනත ගෙන මාස හය හතක්ම ගෙවී ගොස් තිබූ බැවිනි.

“පෝයෙන් පෝයට තමයි අපි එහෙම දවස් ගැන්නේ. ඇත්තටම විවාහ වුණු ගමන් අපි දරු පැටියෙක් බලාපොරොත්තු වුණා. දරුවෝ කිහිපදෙනෙක් පවුලට එකතු කරගන්න ඕන කියලා තමයි අපි දෙන්නා නිතර නිතර කතා වුණේ. එහෙම වෙලාවට වාසනා කිව්වේ සංසාරේ පුරාවට ප්‍රාර්ථනා කළ දරු පැටව් මේ ආත්මෙදි අපි ළඟට ඒවි කියලයි. ඒ ප්‍රාර්ථනා හිත ඇතුළේ අලුත් වෙද්දී, අපි වෛද්‍ය උපදෙස් පැතුවා වගේම, ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන්වහන්සේට, රුවන්වැලි මහා සෑයට, කැලණිය පුදබිමට කිරිආහාර හදාගෙන ගිහින් පූජා කළා. ඒ පූජා කරලා අපි ප්‍රාර්ථනා කළේ දරුවෝ ගොඩක් අපේ පවුලට දෙන්න කියලා. ඒ අතරේ වාසනා තව දෙයක් කිව්වා. ඒ තමයි අපි ඒ දරුවෝ සම්බුද්ධ සාසනේ පැවිදි කරලා, එයාලගෙන් බණ පදයක් අහලා මේ සංසාර ගමනින් එතෙර වෙමු කියලා.”

ඉකුත් (21) බ්‍රහස්පතින්දා, පොහොය ගෙවී හෝරා කිහිපයක් ගතවෙද්දී උපත ලද ලංකාවේ පළමු සය නිවුන් දරුවන්ගේ පියා ප්‍රභාත් උදයංග මරවනාගොඩ (35) ‘ධරණී’ හා කතාබහට එක්වූ අයුරුය ඒ.

ලංකාවේ පළමුවරට ඉපදුණු ඒ සය නිවුන් දරුවන්ගෙන් තිදෙනෙකු ගැහැනු දරුවන්ය. තිදෙනෙකු පිරිමි දරුවන්ය. මේ පැටවුන් හයදෙනා මෙලොවට බිහි කරමින් ලෝකයක ආදරය ලබන්නට තරම් වාසනාවන්ත වූ අම්මා තිස්එක් හැවිරිදි දිලිනි වාසනා දයානන්ද ය.

උදයංගගේත් වාසනාගේත් උපන්ගම වව්නියාව මාමඩුවය. ඔවුන් කුඩා වියේ සිටම දැන හඳුනාගෙන සිටියේ ළඟම ඥාතීන් වූ නිසාය. උදයංග සරසවි අධ්‍යාපනයෙන් පසු පෞද්ගලික ආයතනයක යාන්ත්‍රික ඉංජිනේරුවරයෙකු ලෙස කටයුතු ඇරඹීය. වාසනා පාසල් අධ්‍යාපනයෙන් පසු තොරතුරු තාක්ෂණ ඉංජිනේරුවරියක ලෙස කටයුතු කළාය.

“ඇත්තටම ඔය කාලේ අපි දෙන්නගේ පුංචි ආදර කතන්දරයකුත් තිබුණා. දවසක් අම්මා, ‘පුතේ අපි ඔයාට කෙනෙක්ව යෝජනා කරන්න හදන්නේ’ කියලා කිව්වා. බලද්දි අම්මගේ යෝජනාවේ හිටියෙත් වාසනා. මගේ හිතේ හිටියෙත් ඇය නිසා ප්‍රශ්නයක් වුණේ නෑ. අපේ සිතුම් පැතුම් බොහෝම සමානයි.”

ඒ අනුව සියල්ලන්ගේම ආශිර්වාදය මැද වාසනාත් උදයංගත් අතිනත ගන්නේ 2019 මැයි මස 16 වනදාය. විවාහයෙන් පසු ඔවුන් කැලණිය ප්‍රදේශයේ කුලී නිවසක පදිංචියට ආවෝය. කැලණිය පුදබිමද කිට්ටුවෙන්ම එම නිවස වූයෙන් දෙදෙනා නිතර නිතර පන්සලට ගොස් බුදුගුණ සිහි කරමින් ආදරණීය වූ දරු ප්‍රාර්ථනාවක්ද කළෝය.

“මේ අවුරුද්දේ අප්‍රේල් මාසේ අලුත් අවුරුද්දට අපි ගමේ ගිහින් ආවා. ඒ වෙනකොට විශේෂඥ වෛද්‍ය තිළිණ ගමඇතිගේගේ උපදෙස් අනුව වාසනා ඖෂධ වගේම, කෑම ගැන, ව්‍යායාම ගැන උනන්දුවෙන් කටයුතු කරමිනුයි සිටියේ. අප්‍රේල් විසිවෙනිදා උදේ, වාසනා කිරිබත් කන්න ඕන කියලා කිව්වා. ඒ වෙද්දි මගේ අම්මත් කැලණියේ ගෙදර හිටියේ. අම්මා කිරිබත් හැදුවා. ඒ වගේම, බුද්ධ පූජාවට කිරිආහාර හදලා පන්සලට පූජා කළා. ඒ වෙද්දිත් අපි දන්නේ නැහැ ඇය ගැබ් අරගෙන කියලා. ඊටපස්සේ ඒ වෙනකොට තිබුණු ශරීරයේ වෙනස එක්ක ගර්භනී බව හඳුනගන්න මූලික පරීක්ෂාව කළා. එය තහවුරු වුණා. බ්ලඩ් ටෙස්ට් එකක් කරලා ඒක හරියටම දැනගන්න අපට ඕන වුණා. පස්සේ එයත් තහවුරු වුණා.”

අනතුරුව ඔවුන්ට ඕනෙ වූයේ ස්කෑන් පරීක්ෂාවකට ලක්වීමටයි. ඒ වෛද්‍ය තිළිණ ගමඇතිගේගේ උපදෙස් මතය.

“අපි රෝහලට යද්දිත් වාසනා මට කිව්වා අපිට බාබාලා දෙන්නෙක් වෙන්නැති කියලා. ඒ තරමට එයා විශ්වාසයෙන් සතුටකින් එයා හිටියේ. පළමු ස්කෑන් පරීක්ෂණයේදී බබාලා දෙන්නෙක් කිව්වා. තව ටිකක් බලලා ආයෙම ඩොක්ටර් තිළිණ කිව්වා ඔයාලට බබාලා තුන්දෙනෙක් කියලා. තුන්වෙනි බබා ගැන කියද්දී ඒක හීනයක්ද කියලා හිතාගන්න අපට බෑ. ඊළඟට තවත් ටිකක් පරීක්ෂා කරලා කිව්වා හතරදෙනෙක් කියලා. එතකොට නම් මට ඉඳගෙන හිටපු පුටුවෙන් නැගිට්ටුණා. අපි දෙන්නම මොහොතකට පියවි සිහියෙන් ඈත්වුණා වගේ. ඩොක්ටර් තිළිණ මේ සම්බන්ධව ඉන්න හොඳම විශේෂඥ වෛද්‍යවරයා හැටියටයි මම දකින්නේ. ඔහුගේ ඒ විශේෂඥ දැනුම අපට මේ සතුට ලබන්න බෙහෙවින්ම උපකාර වුණා.”

ඊළඟ ස්කෑන් පරීක්ෂාව යෙදී තිබුණේ තවත් සති දෙකකිනි. ඒ වනතුරු ඔවුනට ඉවසිල්ලක් වූයේ නැත.

වාසනා රෝහලට කැටුව ගිය උදයංග ඊළඟ ස්කෑන් පරීක්ෂණයටද ඇයව යොමු කළේය. එදින ඔවුන් ඇසුවේ ලංකාවේ එතෙක් මෙතෙක් කිසිඳු මවක් පියෙක් නොඇසූ පුවතකි. ඒ වාසනාගේ කුස තුළ දරු පැටවුන් හයදෙනෙකු සිටිනා බවය.

සය දරු උපත අතරතුර

එදා සිට වාසනා බොහෝ සෙයින් ප්‍රවේසම් වූවාය. ආහාර, ව්‍යායාම ගැන විශේෂයෙන් උනන්දු වූවාය. කිසිඳු රූපලාවන්‍ය ද්‍රව්‍යයක් භාවිතා කළේ නැත.

මේ අතරතුර විශේෂඥ වෛද්‍ය තිළිණ ගමඇතිගේ මාර්ගයෙන් ඔවුනට ප්‍රසව හා නාරිවේද විශේෂඥ වෛද්‍ය මහාචාර්ය ටිරාන් ඩයස් මහතා හඳුනාගන්නට ලැබුණි. ඔහුගෙන් ලද වෛද්‍ය උපදෙස් අනුව සියල්ල සැලසුම් විනි. සය නිවුන් දරු උපතකට මුහුණ දෙන පළමු අවස්ථාව නිසාම වෛද්‍යවරුන්ටද එය අභියෝගයක් විය.

"ඇත්තටම වාසනාට මුල් කාලෙවත් වමනයක් ආවේ නෑ. කකුල් ඉදිමුණේ නෑ. එයා බොහොම සැහැල්ලුවෙන් සාමාන්‍ය විදිහට හිටියා. පලතුරු වර්ගවලින් කන්න ආසම වුණේ අඹ. අඹ කෑමේ ආසාව නිසා මං එයාට විහිළුත් කළා ලැබෙන්නේ 'මැංගෝ බබාලා' කියලා."

උදයංග කීවේ හිනැහෙමිනි. වාසනා මසකට කලින් රෝහල්ගත කළ යුතුව තිබුණි. ඇයව මාස්පතා ස්කෑන් පරීක්ෂණවලට ද යොමුකළ අතර, ඔවුන් නයින්වෙල්ස් පෞද්ගලික රෝහලේ සායනවලට සහභාගී වුණි. වාසනාට එහිදී විශේෂ සැලකිල්ලක් ද ලැබුණාය.

"දරුවෝ ලැබෙන්න සති දෙකක් විතර තියෙද්දී වාසනාගේ බර වැඩිවුණා. ඒ වෙලාවේ ඩොක්ටර් ටිරාන්ගේ උපදෙස් මත දරු ප්‍රසූතියට ඇයව රාගම රෝහලට පළමුවෙන් ඇතුළත් කළා. අපි මුලින් රජයේ රෝහලක් තමයි බැලුවේ. රාගම පහසුකම් තිබුණත්, දරුවෝ හයදෙනෙක් බිහි කරගන්න රෝහල තුළ තිබුණු පහසුකම් අඩුයි. ඒ වගේම උස ඇඳක වාසනාට ඉන්න බැරිකම තිබුණා. ඒ නිසා අපි නයින්වෙල්ස් ගැන දන්න නිසාත්, ඩොක්ටර් ටිරාන්ම කිව්වා එම රෝහලට ඇතුළත් වෙන්න කියලා."

ඉන්පසු රෝහල මෙම විශේෂිත දරු ප්‍රසූතිය උදෙසා පුදුමාකාර කැපකිරීමක් කළේ ඒ වෙනුවෙන්ම විශේෂ ඒකකයක් ස්ථාපිත කරමිනි. ඇතැම් උපකරණ අලුතින්ම රෝහලට ගෙනාවේ මෙම දරු උපත වෙනුවෙනි. රෝහල් කාර්ය මණ්ඩලයද හතළිහකට අධික පිරිසක් යොදා

සය නිවුන් දරුවන්ට සුවසේ මෙළොව එළිය දැකීමට වාසනාව ලබාදුන් සුවවිරුවන්

ගැනීමට නියමිත විනි. ඒ වෙනුවෙන් වෛද්‍යවරුන්, හෙදියන් ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය පෙරහුරු කිහිපයක්ම කළේ මෙම ප්‍රසූති කාර්යය වඩාත් පහසු කරවනු පිණිසය. ඒ අනුව සති තිස්එකකදී ඒ වාසනාවන්ත දරු පැටවුන් හයදෙනාම සිසේරියන් සැත්කමකින් බිහිකර ගැනිණි. ඒ විනාඩි තුනක් ඇතුළතය. ඒ මොහොතේ වාසනා අසළ සිටි උදයංගට පුංචි පැටවුන් හඬන හඬ ඇසුනි. ඔහු වාසනාගේ කනට කර කීවේ, ''ඔන්න බබාලා ටික අඬාගෙනම එළියට ආවා. බයවෙන්න එපා'' කියායි.

"දරු ප්‍රසූතියෙන් පැය එකහමාරකට විතර පස්සේ මට බබාලගේ මූණු බලන්න ලැබුණා. කියන්න වචන නෑ. මේ ලෝකෙ වාසනාවන්ත තාත්තා මම කියලා හිතුනා. ඒ වෙලාවේ බබාලා හිටියේ වෙන්ටිලේටර් උපකරණවලට සම්බන්ධ කරලා. ඒත් ඒ මූණු දකිද්දී මට දැනුණ සතුට කොහොම කියන්නද?"

වාසනා ඉන්නේද ඒ සතුටින්මය. මවකට පියෙකුට ලැබිය හැකි ඒ සතුට ඉතාම දුර්ලභ වූවකි. ඇයත් දරුවනුත් සුවෙනි. තවත් සතියකින් දෙකකින් ඔවුනට දරු සම්පත් හයක් එකවර ගෙදර ගෙන යා හැකිය. ඒ ලෝකයක ආදරය, පැසසුම් මෙන්ම බොහෝදෙනාගේ ආදරණීය තිළිණ මැද්දෙනි. මේ අතර, සාසනයට පූජා කරන්නට දරුවන් ප්‍රාර්ථනා කළද, දැනුත් ඒ ප්‍රාර්ථනාව එලෙසම දැයි අප වාසනාගෙන් විමසුවෙමු.

"මේ දරුවෝ අපේ තමයි. මේ සතුටත් කියලා නිම කරන්න බෑ තමයි. ඒත් අපේ බබාලා අපි ළඟම ඉන්න ඕන, අපිව බලාගන්න ඕන කියලා දෙයක් නෑ. එයාලා හයදෙනාම සාසනයට යනවනම් මම ඒකට හිත හදාගෙන ඉන්නේ. අපි මේ යන්නේ සංසාර ගමනක්නේ. එයාලගෙන් බණ පදයක් අහලා ඒ සසර ගමන කෙටි කරගන්න ලැබෙනවා නම් අපි දෙන්නටම ලබන්න පුළුවන් සැබෑම සතුට ඒකයි."

ඇය කියන්නීය. දරුවන්ගේ හෙට දවස සුරක්ෂිත කරන්නට, ලස්සන කරන්නට ඔවුන් දෙදෙනා බොහෝ කැපකිරීම් කරන්නට සූදානමිනි. මේ සතුට ලබන්නට ශක්තියක් වූ රෝහල් කාර්යය මණ්ඩලය, තම ආයතන ප්‍රධානීන් ඇතුළුව උපකාර කරන්නට, සුබ පතන්නට ඉදිරිපත් වූ සියල්ලන්ටත් උදයංග බෙහෙවින්ම ස්තූති කළේය. ඔවුන් ප්‍රාර්ථනා කළ ලෙසම ඔවුනට ලැබුණු ඒ පින්බර දරුවන් හයදෙනාගේ අනාගතය වෙනුවෙන් 'ධරණී' ද මූල්‍යමය තිළිණයක් වෙන්කළේ බොහෝ කැමැත්තෙනි.

ලොවෙන් ලැබෙන සුබ පැතුම් මල් පොකුරු මැද, ඔවුන්ගේ අනාගතය බොහෝ වාසනා වේවා යැයි අප නැවත නැවතත් හදවතින්ම ප්‍රර්ථනා කරන්නෙමු.

දීපා වසන්ති එදිරිසිංහ

සෞඛ්‍ය රැකවරණ නවාතැන් පහසුකම් නව පරම්පරාවේ විශ්‍රාම දිවිය.

පැය 24 පුරා හෙද සේවාව, නේවාසික වෛද්‍ය වරුන්ගේ අධීක්ෂණය, ආයතනය සතු පැය 24 ගිලන් රථ සේවය, ආරක්ෂක සේවය සහිතව පෞද්ගලික රෝහලක සේවය ලබා ගන්නා සේම, තරු පන්තියේ හෝටලයක මෙන් පිහිනුම් තටාක, කාමර පහසුකම් වලින් හා ආහාර පාන වලින් සමන්විතව තමාගේ නිවස මෙන් ගෞරවය, ආදරය, කරුණාව හා රාජකීය සේවය සහිත සේවක සේවිකාවන් 600 රැකියාවේ යෙදෙන වසර 14 වැඩි පළපුරුදු ශ්‍රී ලංකාවේ පළමු හා පුරෝගාමී ආයතනය රෝයල් නර්සිං හෝම් පුද්ගලික සමාගමයි.

විශේෂයෙන්ම සැකසූ ජ්‍යේෂ්ඨ පුරවැසි වැඩිහිටි රැකවරණය, එක්තැන් වූ රෝගීන්, පාකින්සන්, ඩිමෙන්ෂියා, හා පිළිකා රෝගීන් සඳහා දීර්ඝ කාලීන රැකවරණය.

මාසික කාමර ගාස්තුව

ආහාර පාන හා සියලු සේවාවන් ඇතුළුව රු.70,000/= සිට ඉහලට

ඇතුලත් වීමේ ගාස්තුව රු.~~50,000/=~~

ඔක්තෝම්බර් 31 වෙනි දිනට පෙර ඇතුලත් වීමේ ගාස්තුව රු.25,000/=

ගෘහස්ථ හෙද සත්කාර සේවය

අප ඔබගේ ආදරණීය දෙමාපියන්, රෝගීන්, ළදරුවන්, හට ඔබගේ නිවසේ සිටම හෙද සත්කාර සේවය වෘත්තීය මට්ටමෙන් වගකීමකින් හා ගුණාත්මකව කෙටි කාලීනව හා දීර්ඝ කාලීනව හෙද සේවාව ඔබගේ නිවසටම ලබා ගත හැක.

පැය 24 රාජකාරිය රු.2500/= සිට ඉහලට

රෝග තත්ත්වය, දෛනිකව සිදුකළ යුතු ක්‍රියාකාරකම් සහ සහය හෙදියගේ වෘත්තීය පළපුරුද්ද අනුව මිල ගණන් වෙනස් වේ.

පැය 24 පුරා ක්‍රියාත්මක ගිලන් රථ සේවය අංගසම්පූර්ණ නවීන උපාංග Ventilator facilities & Monitoring Technology වලින් සමන්විතය

රජයේ අනුමත ගෘහස්ථ හෙද සත්කාර සේවය PHSRC/OMI/235 සහ ගිලන් රථ සේවය PHSRC/AS/021 සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය

රෝයල් නර්සින් හෝම් පුද්ගලික සමාගම

අංක 35,දේවානන්ද පාර, නාවින්න, මහරගම.

දුරකථන : 0718 320 320, 011 280 40 40

E-mail : mail@royalnursinghome.com, Website : www.royalnursinghome.com

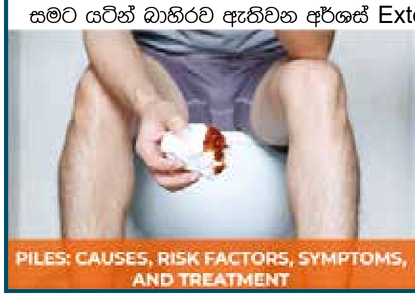
අර්ශස් ශල්‍යකර්මයකින් තොරව සුව කල හැකි බව ඔබ දැනසිටියාද?

සමාජයේ බොහෝ දෙනෙක් රහසිගතව පීඩා විඳින කායික රෝගී තත්වයක් ලෙස Hemorrhoid හෙවත් Piles නැත්නම් අර්ශස් හැඳින්විය හැක.

ගුද විවරය හා ගුදය ආශ්‍රිත පවතින ප්‍රදේශ වලට රුධිරය සපයන රුධිර නාලවල යම්කිසි හේතු සාධකයක් මත යෙදෙන පීඩනය නිසා සාමාන්‍ය ලෙස ශිරා රුධිර නාල ඔස්සේ ඉහලට යන රුධිර නාල අවහිර වීම නිසා එවිට එම රුධිර නාල වල රුධිරය එකතු වීම, ඉලිප්පීම, ඉදිමුමකට ලක්වීම අර්ශස් රෝගයයි. පාද වල දක්නට ලැබෙන Vericose (Vericose Vein) රෝගී තත්වය මෙයට සමාන අවස්ථාවකි.

අර්ශස් වර්ග

අර්ශස් හට ගැනීම ගුද මාර්ගයට ඇතුලතින් සිදුවන අභ්‍යන්තර අර්ශස් රෝගී තත්වය Internal Hemorrhoids ලෙසද,ගුදය වටා සමට යටින් බාහිරව ඇතිවන අර්ශස් External Hemorrhoids රෝගය ලෙසද හඳුන්වයි.



රෝග ලක්ෂණ

ගුද මාර්ගය හා විවරය ආශ්‍රිත ගෙඩි හට ගැනිම, ඉදිම්ම, පිටතට නෙරා ඒම, මලපහ කිරීමේදී ඇතිවන අපහසුතාවය, දැවිල්ල, ඉදිකටු අනිනවා වගේ දැනිම, රුධිරය පිටවීම බාහිරව ඇතිවන අර්ශස් රෝග ලක්ෂණ වේ. ගුද මාර්ගයේ අභ්‍යන්තරව ඇතිවන අර්ශස් ගුද මාර්ගය ඇතුලත හටගනී නමුත් මෙම තත්වය බාහිරව දැනීමට නොහැකි වේ.මෙහිදී රෝගියාට අපහසුතාවය සුලභව දක්නට නොලැබුනත් මලපහ කිරීමේදී ඇති කරන පීඩනයත් සමග වේදනාව රහිත රුධිර වහනය වීම සිදුවේ.

අර්ශස් ඇතිවීමට හේතු සාධක (Causes)

- අධික තරබාරුකම
- දිගු කාලින මලබද්ධය
- දිගු කාලින පවතින කැස්ස
- දිනපතා බර ඉසිලීම
- දිගු වේලාවක් ඉදගෙන සිටීම
- ව්‍යායාම මදිකම
- අඩු තන්තු සහිත ආහාර රටාව
- ගුද සංසර්ගය

අවදානම් සාධක (Risk Factors)

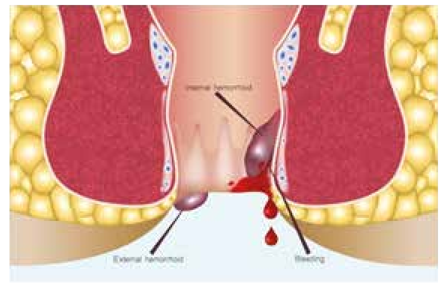
වයසට යාම ගුද මාර්ගයේ හා ගුදයේ ඇති නහර වලට සම්බන්ධක පටක දුර්වල විම සිදුවේ.ගර්භනී අවධිය උදරය මගින් ගුද මාර්ගය මත අතිරේඛ පීඩනයක් යෙදීම හේතු සාධක වේ.

සංකූලතා (complications)

දීර්ඝ කාලීනව සිදුවන රුධිරය වහනය වීමත් සමග නිරෝගී රතු රුධිරාණු මගින් සෛල වලට ඔක්සිජන් (O_2) සැපයුම අඩාල වීම රක්තහීනතාවය (Anemia) ඇතිවනු ඇත. එය Full Blood Count වාර්තාවේ පවතින Hemoglobin ප්‍රමාණය අනුව සනාථ කර ගත හැක.

වැලැක්වීම (Prevention)

- පලතුරු, එළවලු, ධාන්‍ය වර්ග,ඉහළ තන්තු සහිත ආහාර අනුභව කිරීම. මේ තුලින් මලපහ මෘදු වන අතර මලපහ පිටකිරීම පහසු වනු ඇත.
- දිනකට වතුර විදුරු 6ක් /8ක් වැනි ප්‍රමාණයක් පානය කිරීම තුලින් මලපහ මෘදු විම සිදුවේ.



- වැඩි වේලාවක් වාඩිවී සිටීමෙන් වැළකිය යුතුය. විශේෂයෙන් වැසිකිළිය මත වැඩි වේලාවක් වාඩි වී සිටීම මගින් ගුදය තුල වූ නහර මත පිඩනය වැඩි කරයි.
- ව්‍යායාම සිදුකල යුතුය. ව්‍යායාම තුලින් අතිරික්ත බර අඩුවීම, නිධන්ගත මලබද්ධය හා නහර මත ඇති කරන පීඩනය වැලකීම සිදුවේ. මේ තුලින් අර්ශස් රෝගය වලක්වා ගත හැකිය.

රජයේ හිටපු ප්‍රධාන හෝමියෝපති නිලධාරිනි වෛද්‍ය අනුෂා හේමකුමාර

හෝමියෝපති ප්‍රතිකාර

අර්ශස් රෝග තත්වය දරුණුවට පැවතුනත්, වේදනාකාරී වුවත් ඔබට ඉක්මන් සුවය හෝමියෝපති ප්‍රතිකාර තුලින් ලබා ගත හැක. ඒ කෙසේද යත් දුර්වල ප්‍රතිශක්තිකරණය ගොඩනංවන පුද්ගලයාගේ රෝග ලක්ෂණ වලට ආවේනික හෝමියෝපති ඖෂධිය ප්‍රතිකාරය ගුද මාර්ගය ආශ්‍රිතව ලේ පිරුණු, ඉදිමීමට හේතු වූ විකෘති වූ නහර තුල ඇති කපාට නැවත පිළිසකර කරවීමට සමත් වනවා. එමගින් නිසියාකාර ලේ ගමනාගමනය වීම අර්ශස් ආකාරයට හැදින්වූ ගෙඩි නහර ලිහිල් වීමත් හොද රුධිර සංසරණයක් සමග විදවීම, අපහසුතාව නැතිවී යාම සම්පූර්ණයෙන් සුව වීම මෙහි ඇති විශේෂත්වයයි. සරල ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් වීමද,පාවිච්චිය පහසු වීමද, තිත්ත රසයෙන් යුක්ත නොවීමද, අතුරු ආබාධ නොමැති වීම මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමයේ සුවිශේෂිත්වය වනු ඇත. හෝමියෝපති මුලධර්මයට අනුකූලව රෝග ලක්ෂණ වලට සමාන නිවැරදි ප්‍රතිකාරයට අනුගත වීම ශල්‍යකර්මයකින් තොරව ඉක්මන් සුවයට මග පාදනු ඇත.

ප්‍රතිකාරය අර්ශස් වලට පමණක් නොව ශරීරයේ පවතින සෑම රෝගී තත්වයකම එකවර ප්‍රතිකාර ගත හැක. ප්‍රතිකාරය ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය උත්තේජනය වීම පවතින රෝග සියල්ලන්ට සුවය අත්දකිනුයේ හෝමියෝපති ප්‍රතිකාර රෝගයට නොව රෝගියාට විමෙන්ය.

මෙම ප්‍රතිකාර ක්‍රමය ඔබට අනුගත වුවහොත් විදවීම වෙනුවට ස්ථිර සුවය ඔබ අත්පත් කරගනු නොඅනුමානය.

සටහන ජේ. ඒ. සී ශාන්ත කුමාර

එච් කේ හෝමියෝපතිහෙල්ත් කෙයාර් සෙන්ටර් ප්‍රයිවට් ලිමිටඩ්

නො.12, පි බි අල්විස් පෙරේරා මාවත, කටුබැද්ද, මොරටුව.

0112 637740 / 0112 637741

071 8250716 / 071 8250717

දෙස්තරට කලියෙන් ලෙඩ්ඩු බලන සත්ව රෝහලේ පූස් යාළුවා සයිකෝ

ක්ලියෝපැට්රා

සයිකෝ

කෑම දුන්න ගමන් පැටව් මතක නෑ. තනියම කනවා. සැර බල්ලෙක් ඇවිත් බිරුවත් දැනෙන්නෙ නෑ තේරෙන්නෙ නෑ වගේ ඒ බල්ලා ඉස්සරහට යනවා. ඒ හින්දා තමයි සයිකෝ කියන නම එක පාරටම මතක් වුණේ

"සයිකෝ හිතාගෙන ඉන්නෙ එයා තමයි මේ හොස්පිට්ල් එකේ අයිතිකාරයා කියලා. කවුරුහරි හොස්පිට්ල් එකට සතෙක් අරගෙන ආව ගමන් සයිකෝ එයා ළඟට යනවා. හරියට අපි සතා බලන්න කලින් සයිකෝට ලෙඩා බලන්න ඕන වගේ. හැබැයි දැන් මෙහෙට එන හැමෝම සයිකෝගෙ යාළුවෝ වෙලා ඉන්නෙ."

වත්තල Pet N Dog සත්ත්ව රෝහලට රෝගී වූ පූසියක් ලෙසින් සයිකෝ පැමිණ තිබුණේ මීට මාස පහ හයකට කලිනි. ඒ වෙනකොට ඇය පැටව් තුන්දෙනෙකුගේ අම්මා කෙනෙක් ද විය. එතැන්පටන් මේ ආගන්තුක පූසියගේ ජීවිත කතාව සුන්දර ලෙස වෙනස් කළේ Pet N Dog සත්ත්ව රෝහලේ පශු වෛද්‍ය කවිඳු කුලතුංග සහ ඔහුගේ බිරිඳ පශු වෛද්‍ය නදීශා චන්ද්‍රසිරි යන දෙපළයි.

"මෙයාව අපේ රෝහලට බාර කළේ සත්ත්ව සුබ සාධන ක්‍රියාකාරිනියක වන සහනා. පෑලියගොඩ මාළු මාකට් එකේ අසනීප වුණ අසරණ පූස් අම්මෙකුයි පැටව් තුන්දෙනෙකුයි ඉන්නවා කියලා සහනා කිව්වා. පැටව් ටිකත් ලෙඩින් හිටියෙ. පැටව් වගේම මෙයත් හරියට කන්න බොන්න නැතුව හොඳටම කෙට්ටු වෙලා හිටියෙ. එයාලා සුව වුණාම ආදරණීය ගෙවල් හොයලා දෙන එක තමයි සහනාගෙ බලාපොරොත්තුව වුණේ. පැටවුන්ගේ අසනීප තත්ත්වෙ හොඳ වුණාම ඒ තුන්දෙනාට ගෙවල් ලැබුණා. ඊටපස්සෙ සයිකෝට ආයෙ පැටව් නොලැබෙන්න වන්ද්‍යාකරණ සැත්කමත් කළා. සෑහෙන කාලයක් මෙහෙ හිටපු හින්ද හොඳට කාලා බීලා ලෙඩ අසනීප, කෙට්ටු ගති ඔක්කෝම නැති වුණා. හොස්පිට්ල් එක ඇතුළෙ වගේම එළියටත් එයා හොඳට හුරු වුණා.

ඒ අතරේ එයාට ගෙයක් හෙව්වත් ලැබුණෙ නෑ. අන්තිමට කරන්න දෙයක් නැතුව මාළු මාකට් එක එයාට හුරුයිනෙ කියලා ගෙනාව අය මෙයාව එතෙන්ට ගිහින් දන්න ලෑස්ති වුණා."

ඒ වනවිට වෛද්‍ය කවිඳුගේත්, වෛද්‍ය නදීශාගේත් පමණක් නොව රෝහල් කාර්ය මණ්ඩලයේ සහනිගේත් රෝහලට යන එන අයගේත් සිත් 'කෝලං' වලින් පුරවන්නට සයිකෝට හැකිවී තිබුණි. ඒ නිසා සයිකෝව යළි මාළු වෙළෙඳපොළට ඇරලවන්නට මේ කාගේවත් හිත් ඉඩ දුන්නේ නැත.

"ලෙඩ අසනීපවලදී වටේ ඉන්න සතුන්ට පවා බෙහෙත් කළාට, අපි ඇතුළෙ තියාගෙන හදුවෙ නෑ. ඒත් සයිකෝව හොස්පිට්ල් එක ඇතුළෙ තියාගෙන හදන්න හිතුණා. ඒ වෙනකොට එයා රෝහල ඇතුළ වගේම පිටත පරිසරයත් හොඳට හුරුවෙලා හිටියේ. ඒ හින්ද මං කිව්වා එයා මෙහෙම හිටියාවෙ කියලා. එද ඉඳලා ඉතින් සයිකෝ මෙහේ."

සයිකෝ රෝහලට ආවේ නමක් නැතුවය. ඒ නම ලැබුණේ වෛද්‍ය කවිඳුගෙනි. එවන් නමක් දෙන්නට හේතු කාරණාත් බොහොමයක් තිබුණි.

"පළවෙනි කාරණාව එයාගෙ පෙනුම. ඊළඟට පැටවු තුන්දෙනෙක් හිටපු අම්මා කෙනෙක් වුණාට කිසි දෙයක් තේරෙන්නෙ නෑ වගේ හැසිරුණේ. පැටවු ගැන වගේ වගක් නෑ තනියම එහෙ මෙහෙ දුව දුවා සෙල්ලම් කරනවා. කෑම දුන්න ගමන් පැටව් මතක නෑ, තනියම කනවා. කවුරු හරි සතෙක් ගෙනාව කූඩුවක් තිබ්බොත් බැහැලා නිදාගන්නවා. සැර බල්ලෙක් ඇවිත් බිරුවත් දැනෙන්නෙ නෑ තේරෙන්නෙ නෑ වගේ ඒ බල්ලා ඉස්සරහට යනවා. ඒ හින්ද තමයි සයිකෝ කියන නම එක පාරටම මතක් වුණේ."

රෝහළ තුළ සයිකෝගේ එවැනි විවිධාකාර හැසිරීම් අදටත්, කෙනෙක් පැයක් දෙකක් එතුළ රැඳුණොත් බලා ගන්නට පුළුවන. බිම නැත්තම් සයිකෝ වැඩිපුර රැඳෙන තැන පිළිගැනීමේ කවුන්ටරයයි. එතැනට වී බිල් ගෙවන්නට එන යන අය දෙස විමසිල්ලෙන් බලන සයිකෝ විටෙක අතින් සමහරෙකුට තට්ටු ද කරයි. සමහර විට එහි වූ පරිගණකයක් සමඟ සෙල්ලම් කරයි. තවත් විටෙක එතැනට වී මැටි පූසෙක් සේ සිටියි. එවන් විටෙක සුළං පහරකට ලොම් ගසක් සෙලවෙනවා විනා මයිලක්වත් නොසෙල්වා නොසැලී ඉන්නටත් සයිකෝ දක්ෂය.

"සයිකෝ ගැන නොදන්නා, අලුතෙන් එන අය ඒ අඹාපු පූසෙක් කියලා රැවටුණ වෙලාවල් තියෙනවා. සමහරු හොස්පිට්ල් එකට ගොඩවෙන්නෙ 'කෝ සයිකෝ' කියලා අහගෙන. ඊටපස්සෙ සයිකෝ නිදි නැත්නම් එයාලා හුරතල් කරනවා. නිදිමත නම් කොහේ හරි අස්සකට ගිහින් නිදාගන්නවා. ආයෙ එළියට එන්න එයාටම හිතෙන්න ඕනි. ඒ නිදාගන්න තැන් තෝරගන්නත් එයා හරි දක්ෂයි. කබඩ් ඇතුළෙ, විකුණන්න තියෙන සත්තුන්ගෙ බඩු අතරෙ, එහෙමත් නැත්නම් රිසෙප්ෂන් එක උඩ හරි ඩොක්ටර් ටේබල් එකේ හරි මැද දිග ඇදිලා නිදාගන්නවා. අපි ඉතින් ඒ නින්දට බාධා නොකර අපේ වැඩ කරනවා. සමහර දේවල්වලට සයිකෝ මුල් කාලෙ ප්‍රතිචාර දැක්වුවේ අමුතු විදිහකට. එයා ඇවිත් ටික කාලයක් ගියාට පස්සෙ තමයි අපි වන්ද්‍යාකරණ සැත්කම කළේ. ඒක කළාම එයා අපිත් එක්ක තරහ වුණා. අපි දන්නෙ නෑ එයා දවස් දෙකක් අපිට හෙව්වට හොයාගන්නවත් බැරිවුණා. අන්තිමට හිතුවා එයා කොහොම හරි පැනලා යන්න ඇති කියලා. ඒ වෙනකොට එයා හරි නරක පුරුද්දකුත් දිගටම කරගෙන ගියා. ඒ හැමදම උදේ එද්දී ඩොක්ටර් චෙයාර් එකේ තමයි ජරා කරලා තියෙන්නෙ. අපි ඉතින් බොහොම ඉවසීමෙන් හැමදම පුටුව සුද්ද කරනවා. ඔන්න අතුරුදහන් වෙලා හිටියට පැය හතලිස් අටකට පස්සෙ රෑ පුටුවෙ ඒ වැඩේ කරලා තිබ්බා. එතකොට අපේ හිතට හොඳයි මෙයා ඉන්නවා කියලා. එයා ඉඳලා තියෙන්නෙ කබඩ් එකක් පිටිපස්සෙ හැංගිලා. ඊටපස්සෙ තමයි අපි එයාව ලිටර් බොක්ස් එකට පුරුදු කළේ. ඒකට පුරුදු වුණාට පස්සෙ ඒ නරක වැඩේ සයිකෝ කවදාවත් කළේ නෑ."

පශු වෛද්‍ය නදීශා චන්ද්‍රසිරි සහ සයිකෝ

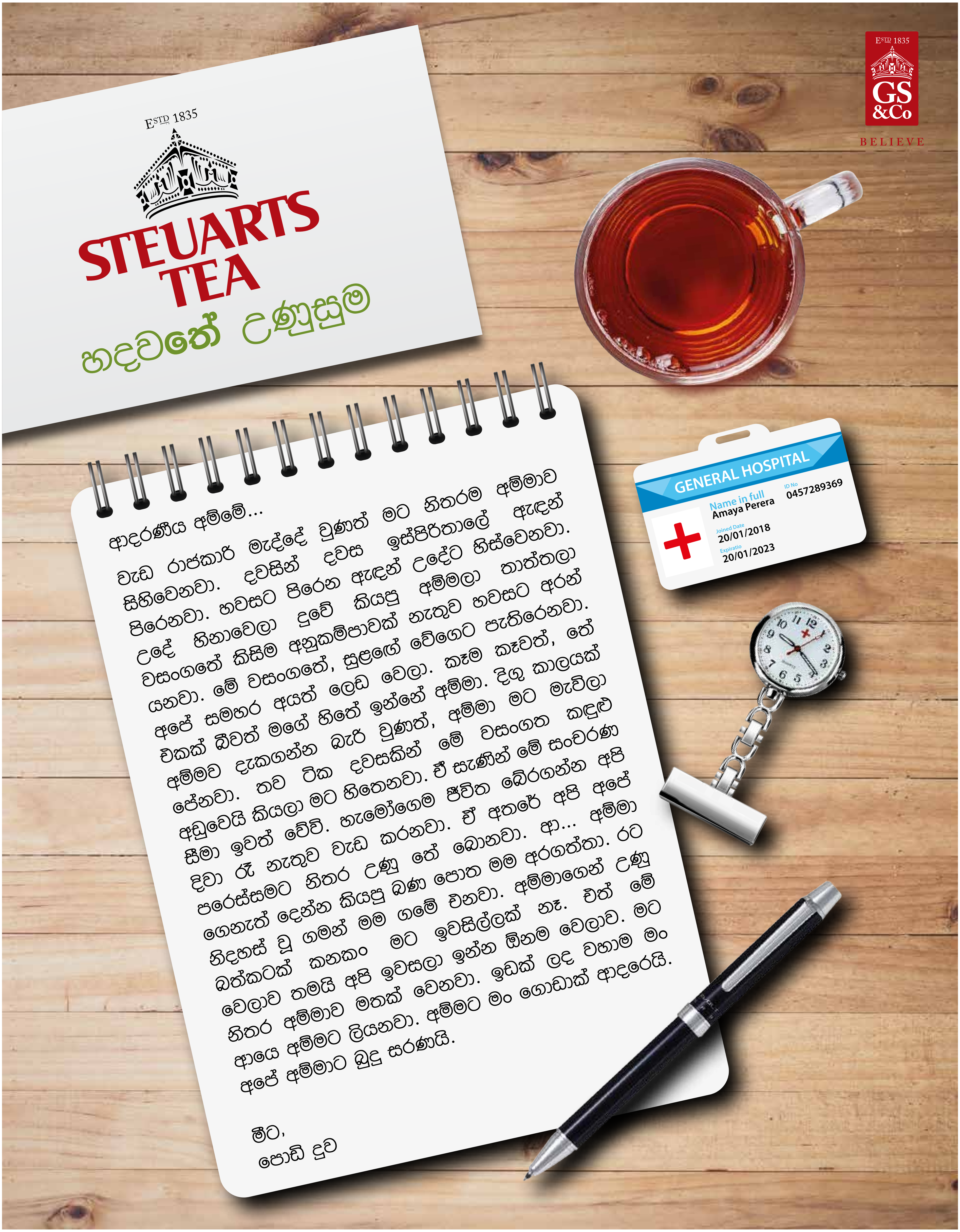
සයිකෝ ගැන නොදන්නා, අලුතෙන් එන අය ඒ අඹාපු පූසෙක් කියලා රැවටුණ වෙලාවල් තියෙනවා. සමහරු හොස්පිට්ල් එකට ගොඩවෙන්නෙ 'කෝ සයිකෝ' කියලා අහගෙන

සයිකෝගේ මායම් සහ කෝලම් වැඩිපුර ප්‍රදර්ශනය කරන ස්ථානය ද පිළිගැනීමේ කවුන්ටරය උඩ සහ එතැන බිමයි. දැන් සයිකෝගේ තනියට තවත් පූසියක් එහි සිටියි. ඒ ක්ලියෝපැට්රාය. ඒ පූසියගේ මූණ හරියටම ඊජිප්තුවේ පූස් දෙවඟනකගේ මෙන් නිසා වෛද්‍ය කවිඳුගෙන් ඒ නම ලැබී ඇත.

"ක්ලියොපැට්රා අහම්බෙන් ජීවිතේ රැකුණු සතෙක්. එයා මෙහෙට එන්නෙ වෙන්නප්පුවෙන්. පහුගිය දවස්වල වෙන්නප්පුවේ සුනඛ නවාතැනේ ලෙඩ වෙලා හිටි පූසන් මුදාගන්න සත්ව සුබසාධන ක්‍රියාකාරිනියක වන තිළිණි ගමගේ ඇතුළු පිරිසක් ගිහින් තිබුණා. එතන තියලා ප්‍රතිකාර කරන්න බැරි නිසා අතට අහුවුණ පුංචි පැටව් ඇතුළු ලෙඩ සත්තු තිස්පහක් විතර මමයි මල්ලියි වාහනේට දාගෙන හොස්පිට්ල් එකට අරන් එන්න පිටත් වුණා. ඒ වෙලේ ගේට්ටුව ළඟදී කවුරුහරි අමාරුවෙන් වැටිලා හිටපු ක්ලියෝපැට්රා වාහනේට දුන්නා. ඒ අයගෙන් සත්තු පහළොවක් විතර මැරුණා. ක්ලියොපැට්රා ජීවත්වෙන්න වාසනාවන්ත වුණා."

ඒ සුවපත් වූ පූස් පැටවුන් සියලුදෙනාටම ආදරණීය නිවෙස් ලැබුණත් ක්ලියොපැට්රා ගෙන යන්නට කිසිවෙක් ඉදිරිපත් වූයේ නැත. ඒ නිසා කවිඳු සහ නදීශා ක්ලියෝපැට්රාවත් රෝහලේ නවතාගත්හ. කිසිවෙකුගේත් ආදරයක් හරි හැටි කෑමක් බීමක් නොලැබ අසරණයින් ලෙස ජීවිත ඉරණම විසඳෙන්නට තිබූ සයිකෝගේත් කිලියෝපැට්රාගේත් ජීවිත ලස්සන වුණේ එහෙමය.

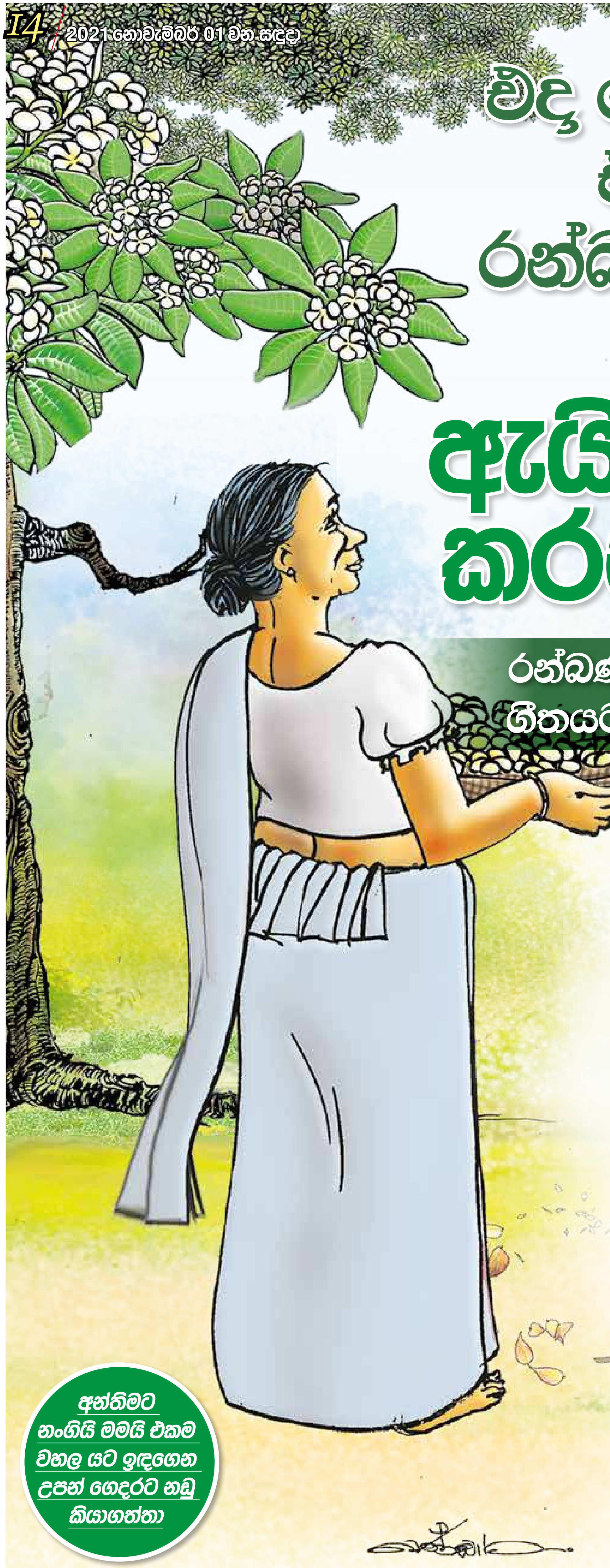
බියංකා නානායක්කාර


ESTD 1835
STEUARTS TEA
හදවතේ උණුසුම
ESTD 1835
GS &Co
BELIEVE
GENERAL HOSPITAL
Name in full
Amaya Perera
ID No
0457289369
Joined Date
20/01/2018
Expiration
20/01/2023
ආදරණීය අම්මේ...
වැඩ රාජකාරි මැද්දේ වුණත් මට නිතරම අම්මාව සිහිවෙනවා. දවසින් දවස ඉස්පිරිතාලේ ඇඳන් පිරෙනවා. හවසට පිරෙන ඇඳන් උදේට හිස්වෙනවා. උදේ හිනාවෙලා දුවේ කියපු අම්මලා තාත්තලා වසංගතේ කිසිම අනුකම්පාවක් නැතුව හවසට අරන් යනවා. මේ වසංගතේ, සුළඟේ වේගෙට පැතිරෙනවා. අපේ සමහර අයත් ලෙඩ වෙලා. කෑම කෑවත්, තේ එකක් බීවත් මගේ හිතේ ඉන්නේ අම්මා. දිගු කාලයක් අම්මව දැකගන්න බැරි වුණත්, අම්මා මට මැවිලා පේනවා. තව ටික දවසකින් මේ වසංගත කඳුළු අඩුවෙයි කියලා මට හිතෙනවා. ඒ සැණින් මේ සංචරණ සීමා ඉවත් වේවි. හැමෝගෙම ජීවිත බේරගන්න අපි දිවා රෑ නැතුව වැඩ කරනවා. ඒ අතරේ අපි අපේ පරෙස්සමට නිතර උණු තේ බොනවා. ආ... අම්මා ගෙනැත් දෙන්න කියපු බණ පොත මම අරගත්තා. රට නිදහස් වූ ගමන් මම ගමේ එනවා. අම්මාගෙන් උණු බත්කටක් කනකං මට ඉවසිල්ලක් නෑ. එත් මේ වෙලාව තමයි අපි ඉවසලා ඉන්න ඕනම වෙලාව. මට නිතර අම්මාව මතක් වෙනවා. ඉඩක් ලද වහාම මං ආයෙ අම්මට ලියනවා. අම්මට මං ගොඩාක් ආදරෙයි. අපේ අම්මාට බුදු සරණයි.
මීට,
පොඩි දුව

එදා හෝටලෙන් එළියට එනකන් ඉඳලා රන්බණ්ඩා මහත්තයා ඇහුවා

ඇයි මේ රස්සාව කරන්නේ කියලා

රන්බණ්ඩා සෙනෙවිරත්නයන් ලියූ ළඳුනේ ගීතයට හේතුපාදක වූ ධම්මි කියන කතාව



ළඳුනේ... ළඳුනේ...

ඔබේ දෑස දැක ගත්තෙමි

සැඳෑ කලෙක ළඳුනේ.... ළඳුනේ...

මේ ගීතය ලිව්වේ නීතීඥ රන්බණ්ඩා සෙනෙවිරත්න ශූරීන්ය. ප්‍රේමසිරි කේමදාසයන්ගේ සංගීතයට, විශාරද අමරසිරි පීරිස් ගයන මේ ගීතය අපිට නුහුරු නුපුරුදු හෝ ආගන්තුක එකක් නොවේ. ඒත් අද මගේ කතාවේ ප්‍රස්තුථය වන්නේ 'ළඳුනේ' ගීතය ලියන්නට රන්බණ්ඩා සෙනෙවිරත්නයන්ට කමටහන් දුන් කාන්තාවගේ කතාවයි.

ඇයව බොහෝදෙනා දන්නේ මහනුවර ප්‍රසිද්ධ හෝටලයක නම සමඟින් (__________) අක්කා කියූ විටය. නමුත් ඇගේ ඉල්ලීම පිට ඒ නම භාවිත නොකර ඇගේ නමේම කොටසක් වූ ධම්මි ලෙසින් මා ඇයව හඳුන්වමි.

මේ වනවිට 68 හැවිරිදි වියේ පසුවන ධම්මි දැන් පදිංචිව සිටින්නේ නුවර වත්තේගෙදර ප්‍රදේශයේය. ඉතාමත් අඩු වයසින් ප්‍රේම සම්බන්ධයක පැටළුණු ඇය මුළු ජීවිතේම ඔහු වෙනුවෙන් කැපකර අවසානයේ දරු දෙදෙනෙක් ද සමඟින් තනි වන්නීය.

"මගේ ළමා කාලයත්, තරුණ කාලයත් ගැන වැඩිය කතා කරන්න මම කැමති නැහැ. ඒත් මගේ ජීවිතේ මහමෙරක් තරම් බලාපොරොත්තු තිබුණා. පෝරුවේ නැගලා, මාල හතක් දාලා, උඩරට මැණිකේ කෙනෙක් වගේ දීග යන්න මටත් හීනයක් තිබුණා. ඒත් තනි තීරණේට කසාද බඳිද්දී ඒ හීන හැබෑ කරගන්න බැරි වුණා. ටික කාලයක් යද්දී එයා මාවයි දරුවන්වයි අතඇරලා වෙන කසාදයක් කරගත්තා."

ජීවිතයේ යටගියාව මතක් කරන්නට ඇය තුළ වැඩි කැමැත්තක් තිබුණේ නැත.

"ඊටපස්සෙ මගෙ නංගියි, එයාගෙ මහත්තයයි එකතුවෙලා අපේ දේපල ලියා ගන්න හොර ඔප්පුවක් හැදුවා. වේලක් ඇර වේලක් දරු දෙන්නට බත් කටක් කන්න දෙන්නවත් අතේ සතයක් නැතුව හිටපු මට අන්තිමට ගේයි ඉඩමයි බේරගන්න නඩු කියන්න සිද්ධ වුණා."

පසුව ඇය තම දේපල අයිතිය ලබාගැනීමට නැගණියට විරුද්ධව නුවර උසාවියේ නඩුවක් ගොනු කරන්නීය.

"අන්තිමට නංගියි මමයි එකම වහල යට ඉඳගෙන උපන් ගෙදරට නඩු කියාගත්තා. ඒක නිසා නංගිගෙ මහත්තයා කොයිවෙලාවෙත් කැත්තට පොල්ල වගේ මාත් එක්ක ගහමරාගන්න ආවා."

ධම්මිගේ නැගණිය විසින් ඇගේ ඡායාරූපයක් නුවර පොලිසියට ලබාදී, ධම්මි ගණිකා වෘත්තියේ නියැලෙන බවට ව්‍යාජ ඔත්තුවක් ලබාදෙන්නේ ඔය අතරවාරයේදීය.

"අන්තිමට මම එළවලු, මාළු ටිකක් ගන්න පාරට බැස්සත් පොලිස් ජීප් එක ඇවිත් මාව දාගෙන ගියා. රෑ එළිවෙනකල් පොලිස් කූඩුවේ නිදාගන්න සිද්ධ වෙච්ච දවසුත් තිබුණා. දවසක් එහෙම පොලිස් කූඩුවේ ඉඳලා ආපු දවසක ගෙදර ලොකු රණ්ඩුවක් ඇතිවුණා. පස්සේ නංගියි මහත්තයයි එකතු වෙලා මාව ගෙදරින් එළියට ඇදලා දැම්මා.

මට ඒ වෙලාවෙ දරු දෙන්නව අරන් යන්න විදියක් තිබුණෙ නෑ. ඒ දෙන්නව බලාගන්න අම්මා හරි ඉන්නවනේ කියලා හිතලා එවලේ මම හිත හදාගත්තා."

යාමට ඒමට තැනක් නැතිව අසරණ වූ ඇය එදින රාත්‍රිය ගෙවා දැමුවේ නුවර බස් නැවතුමේය. පසුව ඇයට උදව් කිරීමට ඉදිරිපත් වූයේ නන්නාඳුනන්නියක් වූ ශ්‍රියාණිය.

"එදා බස් හෝල්ට් එකේදි තමයි මම ශ්‍රියාණිව මුලින්ම දැක්කේ. ඒ වෙලාවෙ එයා මට කිව්වා එයාත් මහත්තයා නැතුව තනියම ඉන්න කෙනෙක් කියලා. පස්සෙ අපි දෙන්නා කතාබහ කරලා දැන හඳුනගත්තට පස්සෙ ශ්‍රියාණි මාව එයා නැවතිලා ඉන්න ගෙදරට එක්කගෙන ගියා."

නවාතැන් පහසුකම්වලට අමතරව සති දෙක තුනක් යනතුරුම ධම්මිට කෑමබීම ටික පවා සපයා දුන්නේ ශ්‍රියාණිය.

අන්තිමට නංගියි මමයි එකම වහල යට ඉඳගෙන උපන් ගෙදරට නඩු කියාගත්තා

"එක දවසක් ශ්‍රියාණි මට කිව්වා නුවර ටවුමට යන්න එන්න කියලා. එදා මාව තනියම තියලා ඉක්මනට එන්නම් කියලා ශ්‍රියාණි කොහෙටද ගියා. ටික වෙලාවකින් පිරිමි කෙනෙක් ඇවිත් මට කිව්වා ශ්‍රියාණි මාව නුවර හෝටලේ ඇතුළට එක්කන් එන්න කිව්වා කියලා. ඒ ගියාට පස්සේ තමයි මම දැනගත්තේ ශ්‍රියාණි මාව ඒ මිනිහට විකුණලා සල්ලි අරන් කියලා. එදා මම කොච්චර බය වුණාද කිව්වොත් මට හෝටලේදි සිහි නැතිවෙලා තිබුණා.

අන්තිමට ඒ පිරිමි කෙනා මට දෙන්න කියලා හෝටලේ කවුන්ටරෙන් රුපියල් 4000ක් තියලා යන්න ගිහින් තිබුණා. ඒ වෙලාවෙ මගේ අතේ සතයක්වත් තිබුණේ නැති නිසා මම ඒ රුපියල් හාරදහ අරගෙන මගේ අම්මටයි, දරුවන්ටයි කෑමබීම ටිකක් අරන් අපේ ගෙදරට ගියා. එතකොට තමයි දැනගත්තේ මම ගෙදරින් ආවට පස්සේ අම්මට සිහිකල්පනාව නැතිවෙලා එක්තැන් වෙලා කියලා. දොස්තරලගෙන් ඇහුවම කිව්වා කාලයක් බෙහෙත් කළොත් අම්මව ගොඩගන්න පුළුවන් කියලා.

නඩු කියන්නයි දරුවෝ ජීවත් කරන්නයි සල්ලි හොයාගන්නෙ කොහොමද කියලා කල්පනා කරපු මට අම්මට බෙහෙත් කරන්නත් සල්ලි හොයන්න සිද්ධ වුණා."

මුදල් උවමනාව තදින්ම දැනෙද්දී මුදලට තමන්ව විකිණූ ශ්‍රියාණි ගැන ඇගේ හිතේ තිබූ තරහව පහව ගියාය. තම මවගේ අසනීප තත්ත්වය හමුවේ කුමක් කරන්නදැයි සිතමින් නැවතත් ශ්‍රියාණිගේ නිවසට ගිය ධම්මි සියල්ල ඇයට කියා සිටියාය. අකමැත්තෙන් වුවද ඇය ශ්‍රියාණි කියන ආකාරයට තම ජීවිතයේ අලුත් පිටුවක් පෙරලන්නට සිතාගත්තේ එතැන් සිටය.

"රස්සාවක් කරොත් මාසෙට ලැබෙන සොච්චම අම්මගෙ බේත්වලටයි, ළමයින්ට උගන්වන්නයි, උසාවිවලට ගෙවන්න හැරෙන්නත් මදි වෙනවා කියලා මට තේරුණා. එතන ඉඳලා තමයි පෙරලුණු පිට හොඳයි කියලා මම සල්ලිවලට විකිණෙන්න පටන්ගත්තෙ."

පෙර සඳහන් කළ පරිදි ඇයට පටබැඳි අන්වර්ථ නාමයක් ඇතත්, ඇගේ ඉල්ලීම මත එය සඳහන් නොකරමි.

"ඒ දවස්වල හවස හතරෙන් පස්සේ ගමේ කවුරුත් පාරවල්වල බස්වල යන්නෙ නෑ. ඒක නිසා මට හිතුනා මම හවස් වෙන්න හෝටලේ ගාවට ගියොත් කවුරුත් දකින එකක් නෑ කියලා. මම හැමදම හවස 4.30ට ගෙදරින් ගිහිල්ලා 6.30 වෙද්දි හෝටලේ ළඟ හිටගත්තා. ඒ හෝටලේට ආපු ගොඩක් ප්‍රභූවරු, විදේශිකයෝ මාව සල්ලිවලට අරන් ගිහිල්ලා තියෙනවා. ඒ වගේම මාස දෙකෙන් දෙකට සංචාරක ට්‍රිප් ආපු ගොඩක් ඩ්‍රයිවර්ස්ලාත් මාත් එක්ක ඉඳලා තියෙනවා.

ඒ හෝටලේට ආපු ගොඩක් ප්‍රභූවරු, විදේශිකයෝ මාව සල්ලිවලට අරන් ගිහිල්ලා තියෙනවා

මාත් එක්ක හෝටල් කාමරේ හිටපු ගොඩක් පිරිමි එයාලගේ නෝනලා එක්ක පාරේ යද්දි අනන්තවත් මට රවලා ගිහිල්ලා තියෙනවා. නෝනලාට පේන්න මහත්මා ලීලාවෙන් අහක බලන් ගිහිල්ලා තියෙනවා. මට මං ගැනම දුකක් ඇතිවුණු ඒ වගේ වෙලාවට නුවර පන්සලට ගිහිල්ලා වරු ගණන් අඬලා තියෙනවා."

ඇය කියන්නේ වේදනාවෙනි.

නීතීඥ රන්බංඩා සෙනවිරත්නයන්

"දවසක් මම තනියම අනුරාධපුරේ ශ්‍රී මහා බෝධිය වඳින්න ගියා. එදා මම ඇඳලා ගියේ සුදු ඔසරියක්. ඒ වෙලාවේ අඳුරන් නැති මහත්තයෙක් මගේ ළඟට ඇවිත් කිව්වා 'නෝනා මට ඔයාව නුවර උසාවියේදි හොඳට දැකලා පුරුදුයි' කියලා. මමත් ගෙදර නඩුවට නුවර උසාවියට නිතරම වගේ ගියා ආවා නිසා මම ඒ විස්තරේ එයාට කිව්වා. ඊටපස්සේ තමයි එයා මට කිව්වේ එයා තමයි නීතීඥ රන්බණ්ඩා සෙනෙවිරත්න කියලා. කතාබහ කරලා යද්දි ඒ මහත්තයා මට කිව්වා 'නෝනා ඔයා ඔසරියට නියම උඩරට මැණිකේ කෙනෙක් වගේ පේනවා' කියලා. ඒ වෙලාවෙ මට හිතුනා මම හෝටලේට යනකොටත් ඔසරියක් ඇඳලා ගියොත් දකින මිනිස්සු කැත විදියට බලන්නෙ නැතිවෙයි කියලා."

කතාබහ කරලා යද්දි ඒ මහත්තයා මට කිව්වා 'නෝනා ඔයා ඔසරියට නියම උඩරට මැණිකේ කෙනෙක් වගේ පේනවා' කියලා

පිටව යද්දී නඩුවට අවශ්‍ය නම් තමා අමතන ලෙස කියා ඇයට දුරකතන අංකය ලබාදී යන්නටද රන්බණ්ඩා සෙනෙවිරත්නයන් අමතක නොකළේය.

"ඊටපස්සෙ දවසක රන්බණ්ඩා මහත්තයා එයාගෙ හිතවතෙකුගේ වෙඩින් එකකට මම යන එන නුවර හෝටලේට ගිහින් තියෙනවා. ඒ වෙලාවේ මම හෝටලේ දොරකඩින් කස්ටමර් කෙනෙක්ගේ කාර් එකකට නගිනවා දැකලා රන්බණ්ඩා මහත්තයා සිකුරුටිගෙන් ඒ ගැන අහලා තියෙනවා. මම සල්ලිවලට පිරිමිත් එක්ක හෝටලේට එනවා යනවා කියලා සිකුරුටි කියලා තියෙනවා. පස්සේ මම හෝටලෙන් එළියට එනකල් රැකගෙන ඉඳලා රන්බණ්ඩා මහත්තයා මගෙන් ඇහුවා ඇයි මෙහෙම රස්සාවක් කරන්නෙ කියලා. එදා තමයි රන්බණ්ඩා මහත්තයට මං මගේ ජීවිත කතාව කිව්වේ.

කතාව අතුරතුරදී මොහොතක් නිහඬ වුණු ඇය යළිත් හඬ අවදි කළාය.

"එදයින් පස්සෙ මට ආපහු එතුමාව හම්බුණේ නැහැ. පස්සෙ කාලෙකදී 'නීතීඥ රණ්බන්ඩා සෙනෙවිරත්න' මැරුණා කියලා ආරංචියට මම එතුමාගේ අනුරාධපුරේ ගෙදර හොයාගෙන ගියා. ඒ වෙලාවේ එයාට ගොඩක් හිතවත් නීතීඥ මහත්මයෙක් මගෙන් ඇහුවා 'ඔයා නේද නුවර හෝටලේ ළඟ ඉන්න ධම්මි?' කියලා. මම 'ඔව්' කිව්වා. ඊටපස්සෙ ඒ නීතීඥ මහත්මයා මට කිව්වා රන්බණ්ඩා සෙනෙවිරත්න මහත්තයා 'ළඳුනේ' සිංදුව ලිව්වෙ ඔයාට කියලා. ඒක අහපු ගමන් මගේ ඇස්වලට කඳුළු පිරුණා. ඒත් ඒ මහත්තයාගේ නෝනයි, දරුවොයි ඉස්සරහා මං වගේ ගෑනු කෙනෙක්ගේ ඇස්වලින් කඳුළක් වැටුණොත් එතුමාට අපහාසයක් වෙයි කියලා මං මගේ කඳුළු හංගගෙන එතනින් එළියට ආවා."

ඈ සමඟ කළ සංවාදය නිමා කරද්දී මට හිතුනේ රන්බණ්ඩා සෙනෙවිරත්නයන්ගේ ගී පද සංකල්පනා තුළ ඇයට පිරිමියෙකුගෙන් ජීවිතයේ ලද හැකි උපරිම ගෞරවය හිමි වී ඇති බවය.

අඳුරේ පව් කරන දනා එළියෙ රවන ළඳුනේ
ළැම පමණක් ලොවට පෙනෙන
ළය නොපෙනෙන ළඳුනේ
කුහුඹුවෙකුට වරදක් නැති
වැරදිකාර ළඳුනේ

ලිහිණි මධුෂිකා

දීර්ඝකාලීන මානසික ආබාධ සඳහා ප්‍රතිකාර ලබන්නන්
සහ
ගෞරවාන්විත වැඩිහිටි පුද්ගලයන් සඳහා
සියලු පහසුකම් සහිත නේවාසිකාගාර - මානසික වර්ධන ක්‍රියාකාරකම් අපේක්ෂා මානසික උපදේශන හා පුනරුත්ථාපන ආයතනය නො 112, සදගිරිඋයන, බැල්ලපිටිය, හොරණ.
AMDCC
T.P. 0715531404/ 0756046535

යොහානි කියන්නෙ කිසිම අභියෝගයකින් නතර කරන්න පුළුවන් කෙනෙක් නෙවෙයි

යොහානි ද සිල්වාගේ කළමනාකරු දිලංජන් සෙනෙවිරත්න

යොහානි ද සිල්වා කියන්නේ එක රැයකින් බිහිවෙච්ච ගායිකාවක් නෙවෙයි. නමුත් ඇය එක රැයකින් ජාත්‍යන්තරය ජයගත් ගායිකාවක්. කොහොම වුණත් මේ ගමන යොහානි තනිවම ආවෙ නෑ. මේ සාර්ථකත්වය පිටිපස්සේ ඇගේ හෙවණැල්ල වගේ ළඟ ඉඳපු සහ ඇයට ශක්තියක් වුණු කෙනෙකුත් හිටියා.

යොහානිට ආදරේ කළාට මොකද ගොඩක් අයට මේ පුද්ගලයාව නම් එච්චර රුස්සන්නේ නෑ. සම්මුඛ සාකච්ඡාවක් හෝ වෙනයම් අවස්ථාවක් වෙනුවෙන් යොහානිව සම්බන්ධ කරගන්න අවශ්‍ය වුණාම ඒකට 'හා' කියනවද 'බෑ' කියනවද කියන එක තීරණය කරන්නේ මේ පුද්ගලයා වීම සහ බොහෝවෙලාවට ඔහුගෙන් ලැබෙන පිළිතුර 'බෑ' වීම තමයි ඒකට හේතුව.

මේ කාරණා නිසාම යොහානිගේ ගමනට ඔහුගෙන් ලැබුණු දායකත්වය ගැන කතා කරන්න අපි දිලංජන්ට කතා කළා. දිලංජන් සෙනෙවිරත්න, යොහානිගේ කළමනාකරු විතරක් නෙවෙයි Pettah Effect සංගීත කණ්ඩායමේ නිර්මාතෘවරයා.

දිලංජන්ට යොහානිව මුණුගැහුණේ කොයි කාලෙද?

ඒ 2015 අවුරුද්දෙදි. යොහානියි මමයි වැඩ කරපු ඔෆිස් දෙකම තිබුණේ එක බිල්ඩින් එකක. එතන අපි දෙන්නවම අඳුනන එක යාළුවෙක් හිටියා බිනුර කියලා. ඔහු හරහා තමයි මම යොහානිගෙ යාළුවෙක් වුණේ.

යොහානි, 'Pettah Effect' එකත් එක්ක එකතු වුණෙත් ඒ කාලෙමද?

යොහානි ඉස්සර ඉඳලම සිංදු කියනවා. ඒ නිසා යොහානිගෙ සිංදුවකට අපි එකතු වෙලා වීඩියෝ එකක් කරමු කියලා මම යෝජනා කළා. ඒ අනුව තමයි යොහානි එයාගේ පළවෙනි වීඩියෝ එක අපිත් එක්ක කළේ. ඊටපස්සේ යොහානි උසස් අධ්‍යාපන කටයුතුවලට රට ගියා. ඒ ගියත් සිංදු කියන එක නතර කළේ නෑ. එහෙ ඉඳගෙන එයාගේ සිංදුවල වීඩියෝ එකයි, ඕඩියෝ එකයි වෙන වෙනම රෙකෝඩ් කරලා අපිට එව්වා. පස්සේ අපි ඒවා සංස්කරණය කරලා යූටියුබ් එකට දැම්මා.

ඒ කියන්නේ යොහානිගේ සාර්ථකත්වය පිටිපස්සේ ඉන්නේ දිලංජන් කියන එකද?

නෑ. යොහානි කියන්නේ කිසිම අභියෝගයකින් නතර කරන්න පුළුවන් කෙනෙක් නෙවෙයි. ඒ වගේම හරි ඉක්මනට ඕනම දේකට හැඩගැහෙන්න පුළුවන් හැකියාවකුත් එයාට තියෙනවා. ඉතින් යොහානිගේ සාර්ථකත්වයේ සම්පූර්ණ ගෞරවය හිමිවෙන්න ඕනේ එයාටම තමයි. කළමනාකරු විදිහට මම කළේ යොහානිගේ ඒ ගමනට අවශ්‍ය ශක්තිය ලබාදෙන එක විතරයි.

කළමනාකරු විදිහට දිලංජන්ට යොහානි සම්බන්ධව තියෙන වගකීම් මොනවද?

'සෙලිබ්‍රිටි මැනේජර්' කෙනෙක් වුණාම එයාගෙ වගකීම අදාළ කලාකරුවාගේ කාලය කළමනාකරණය කරන එක කියලා තමයි ගොඩක් අය හිතන්නේ. නමුත් මම කරන්නෙ ඒක නෙවෙයි. යොහානි මේ ක්ෂේත්‍රයේ තව කාලයක් රැඳී ඉන්න නම් ඇය කළ යුතු දේවල් මොනවද සහ නොකළ යුතු දේවල් මොනවද කියන එක ගැනත් මම හිතන්න ඕන. එතැනදී තාවකාලික ඉලක්ක පස්සේ දුවනවට වඩා දීර්ඝකාලීන අරමුණක් වෙනුවෙන් ඇයව මෙහෙයවන එක තමයි මගේ වගකීම.

යොහානි ඉන්දියාවට ගියෙත් ඔබත් එක්ක. ඒ කියන්නෙ යොහානිගෙ ගෙදර අයත් ඔබව සෑහෙන්න විශ්වාස කරනවා?

මම යොහානිව අඳුරන්නේ අදක ඊයෙක ඉඳලා නෙවෙයිනේ. අනික යොහානිගේ අම්මයි, තාත්තයි සමාජය දිහා බොහොම විවෘතව බලන අය. ඉතින් යොහානිගේ ආරක්ෂාව ගැන ඔවුන්ට ප්‍රශ්නයක් තිබුණා කියලා මම හිතන්නේ නැහැ.

ඔබ යොහානිව ජනප්‍රිය වෙන්න කලින් ඉඳලම අඳුරනවනේ. ඉතින් මේ අහඹු ජනප්‍රියත්වයත් එක්ක ඇය වෙනස් වුණාද? නැත්නම් තාමත් ඉන්නේ පරණ යොහානිමද?

යොහානි කියන්නේ ඕස්ට්‍රේලියාව, එංගලන්තය වගේ රටවල්වල කාලයක් ජීවත්වෙච්ච කෙනෙක්. ඒ නිසා ඇයට මේ දේවල් අලුත් දේවල් නෙවෙයි. තවමත් ටී ෂර්ට් කෑල්ලක් දාගෙන තමයි ස්ටූඩියෝ එකට එන්නේ. ජනප්‍රිය වුණා කියලා නිහතමානීකමයි, සරලකමයි ටිකක්වත් අඩුවෙලා නැහැ. තාමත් ඉන්නේ අපි දන්න කියන පරණ යොහානිම තමයි.

ඉන්දියාවෙදි යොහානිට ලැබුණු ප්‍රතිචාර කොහොමද?

ගොඩක් හොඳ ප්‍රතිචාර ලැබුණා. ඉන්දියාවේ අය 'මැණිකේ මගේ හිතේ' ගීතය විවිධ භාෂාවලින් රීමේක් කරලා තියෙනවා. විවිධ භාෂා රාශියකට පරිවර්ථනය වුණු සිංදුවක් විදිහට මේ සිංදුව වාර්තාවක් පවා තියලා තියෙනවා. ඉන්දියාවට ගියාට පස්සේ තමයි අපිත් ඒක දැනගත්තේ. ඉන්දියාවේ අය 'මැණිකේ' ගීතයට වගේම යොහානිටත් ඒ තරමටම කැමතියි.

ඔය කියන හොඳ ප්‍රතිචාර වගේම යොහානිට දෙමළ ඩයස්පෝරාවේ නරක ප්‍රතිචාරත් ලැබුණලු නේද?

ඔව්, යොහානිගේ පියා මේජර් ජෙනරාල් ප්‍රසන්න ද සිල්වා, අපරාධකාරයෙක් කියලා දෙමළ ඩයස්පෝරාවට සම්බන්ධ පුද්ගලයන් විවිධ ට්වීට් සටහන් පවා තියලා තිබුණා. දකුණු ඉන්දියාවෙන් තමයි ඔය විරෝධය ආවේ. හැබැයි ඒක යොහානිටවත්, අපේ කණ්ඩායමටවත් ගැටළුවක් වුණේ නෑ. යොහානිගෙ පියා ඒ කියන්නේ මේජර් ජෙනරාල් ප්‍රසන්න ද සිල්වා මේ රට වෙනුවෙන් ලොකු සේවයක් කරපු රණවිරුවෙක් කියන එක දෙමළ ඩයස්පෝරාව ඇරුණම අනිත් හැමෝම දන්නවා.

යොහානිගේ සාර්ථකත්වයේ සම්පූර්ණ ගෞරවය හිමිවෙන්න ඕනේ එයාටම තමයි. කළමනාකරු විදිහට මම කළේ යොහානිගේ ඒ ගමනට අවශ්‍ය ශක්තිය ලබාදෙන එක විතරයි

ඉන්දියාවේ ප්‍රවීණ කලාකරුවන් රැසක් එක්ක වැඩ කරන්න යොහානි ඇතුළු ඔබේ කණ්ඩායමට අවස්ථාව ලැබුණා. ඒ අත්දැකීම මොන වගේද?

ඔව්, සල්මාන් ඛාන් ඒ වගේම එහේ ඉන්න සුපිරි රංගන ශිල්පීන්, සංගීත අධ්‍යක්ෂකවරුන් එක්ක වැඩ කරන්න, කාලය ගත කරන්න අපිට අවස්ථාව ලැබුණා. සල්මාන් මෙහෙයවන 'Big Boss' ප්‍රෝග්‍රෑම් එකේදි ඔහුට තෑග්ගක් විදිහට හින්දි ගීතයක් ගායනා කරන්න යොහානිට උවමනා වුණා. ඉතින් ඇය පාන්දර වෙනකල් සෝනු නිගම් එක්ක එකතු වෙලා ඒ ගීතය පුරුදු වුණා. ඔහු වෙනුවෙන් යොහානි ගීතයක් ගයනවා කියලා දැනගත්තතම සල්මාන් ගොඩක් සතුටු වුණා.

ඒ වගේම සුපිරි නළු රන්වීර් සිංව මුණගැහෙන්නත් අපිට පුළුවන් වුණා. ඔහුගේ බිරිඳ දීපිකා පදුකෝන් 'මැණිකේ' ගීතයට ගොඩක් කැමතියි කියලා ඔහු අපිත් එක්ක කිව්වා. ඒ වගේම සෝනු නිගම්ව යොහානිගේ ඉන්දියානු නියෝජිතයා විදිහට තෝරගන්නත් ඉන්දියාවේ ප්‍රකට සන්නාමයක් වන 'T Series' එක්ක වැඩකටයුතු කිහිපයකට අතගහන්නත් අපිට පුළුවන් වුණා. ඒ හැම අත්දැකීමක්ම හරිම සුවිශේෂීයි.

අවසාන වශයෙන් යොහානිගේ ඉදිරි වැඩකටයුතු ගැනත් කතා කරමු?

යොහානිගේ අලුත්ම ඇල්බම් එක තමයි 'කෙල්ල'. ඒකේ එක් ගීතයක් මේ වෙනකොටත් අවුට් වෙලා ඉවරයි. මේ මුළු ඇල්බම් එකේම තනු රචනා කළෙත් යොහානි. මේ ඇල්බමයටත් ඉන්දියාවෙදි ගොඩක් ප්‍රතිචාර ලැබුණා. ඉදිරියේදී ජාත්‍යන්තර කලාකරුවන් එක්ක වැඩ ගොඩක් කරන්න අපි බලාපොරොත්තු වෙනවා. ඉතින් ඉස්සරහට යොහානි ලොකු වැඩක් කරයි කියන එක මට කියන්න පුළුවන්.

සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

සල්මාන්ට තෑග්ගක් විදිහට හින්දි ගීතයක් ගායනා කරන්න යොහානිට උවමනා වුණා. ඉතින් ඇය පාන්දර වෙනකල් සෝනු නිගම් එක්ක එකතු වෙලා ඒ ගීතය පුරුදු වුණා. ඔහු වෙනුවෙන් යොහානි ගීතයක් ගයනවා කියලා දැනගත්තතම සල්මාන් ගොඩක් සතුටු වුණා

හොටෙල් වලට ගිහින් බොන සුප් වර්ග ගෙදරම හදගන්න පහසුම විදි ටිකක්

ක්‍රීම් කෝර්න් ඇන්ඩ් එග් ඩ්‍රොප් සුප්

Cream Corn and Egg drop Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

චිකන්	250g
ස්වීට් කෝර්න්/ක්‍රීම් කෝර්න්	250g
චිකන් ස්ටොක්	1L
සුදුලූනු බික්	2
බිත්තර	4
ලූනුකොළ	10g
ලුණු, ගම්මිරිස්, සීනි රස අනුව	
කෝන් ෆ්ලා	10g
බටර්	30g

සාදගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා වොප්කරගත් සුදුලූනු එකතු කර කලවම් කරන්න.
- එයට පොඩියට කපාගත් කුකුල් මස් එකතු කර ටික වේලාවකින් චිකන් ස්ටොක් දමන්න.
- ස්වීට් කෝන්, ලුණු, ගම්මිරිස් සහ සීනි එකතු කරන්න.
- සුප් එක නටාගෙන එනවිට ඇල්වතුරින් දියකරගත් කෝන් ෆ්ලා එකතු කරන්න.
- බිත්තර වෙනම භාජනයකට කඩා ගසාගෙන සුප් එකට එකතු කරමින් හොඳින් හැඳිගාගන්න.
- අවසානයේ ලිපෙන් බා ලූනු කොළ එකතු කරගන්න.

බීට්රූට් ඇන්ඩ් සිනමන් සුප්

Beetroot and Cinnamon Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

බීට්රූට්	500g
කුරුඳු පොත්තක්	
ලූනු ගෙඩි	1
බටර්	40g
වෙජිටබල් ස්ටොක්	1L
ලුණු, ගම්මිරිස්, සීනි රස අනුව	
කොන් ෆ්ලා මේස හැඳි	3

සාදගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා සිහින්ව කපාගත් ලූනු එකතු කරන්න.
- එයට කපාගත් බීට්රූට් සහ කුරුඳු පොත්ත දමා කලවම් කරන්න.
- වෙජිටබල් ස්ටොක් දමා කර කලවම් කර භාජනයෙන් ඉවතට ගෙන හොඳින් බ්ලෙන්ඩ් කරගන්න.
- එය හොඳින් පෙරාගෙන ඇල්වතුරින් දියකරගත් කෝන් ෆ්ලා එකතු කරන්න.
- ලුණු, ගම්මිරිස් සහ සීනි එකතු කරගන්න.

ලීක්ස් ඇන්ඩ් පොටේටෝ සුප්
Leeks and Potato Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

- කුඩා ප්‍රමාණයේ කොටු කපාගත් අල 200g
- සිහින්ව කොටු හැඩයට කපාගත් ලීක්ස් 150g
- වෙජිටබල් ස්ටොක් 1L
- බටර් 40g
- ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම් 300ml
- ලුණු, ගම්මිරිස් රස අනුව

සාදාගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා අල එකතු කර කලවම් කරන්න.
- එයට වෙජිටබල් ස්ටොක් එකතු කර ටික වේලාවකින් ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම්, ලුණු සහ ගම්මිරිස් එකතු කරන්න.
- ඝනකම මදිනම් කොන්ෆ්ලා මේස හැඳි 2ක් ඇල්වතුරින් දියකර එකතු කරගන්න.
- අවසානයේ කපාගත් ලීක්ස් එකතු කරගන්න.

වෙජිටබල් ස්ටොක් එකක් සාදාගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා ලූනු, ලීක්ස් සුදු කොටස, කැරට්, සෙලරි එකතු කර එළවලු සාරය වතුරට උරාගත් පසු ලිපෙන් බාගන්න

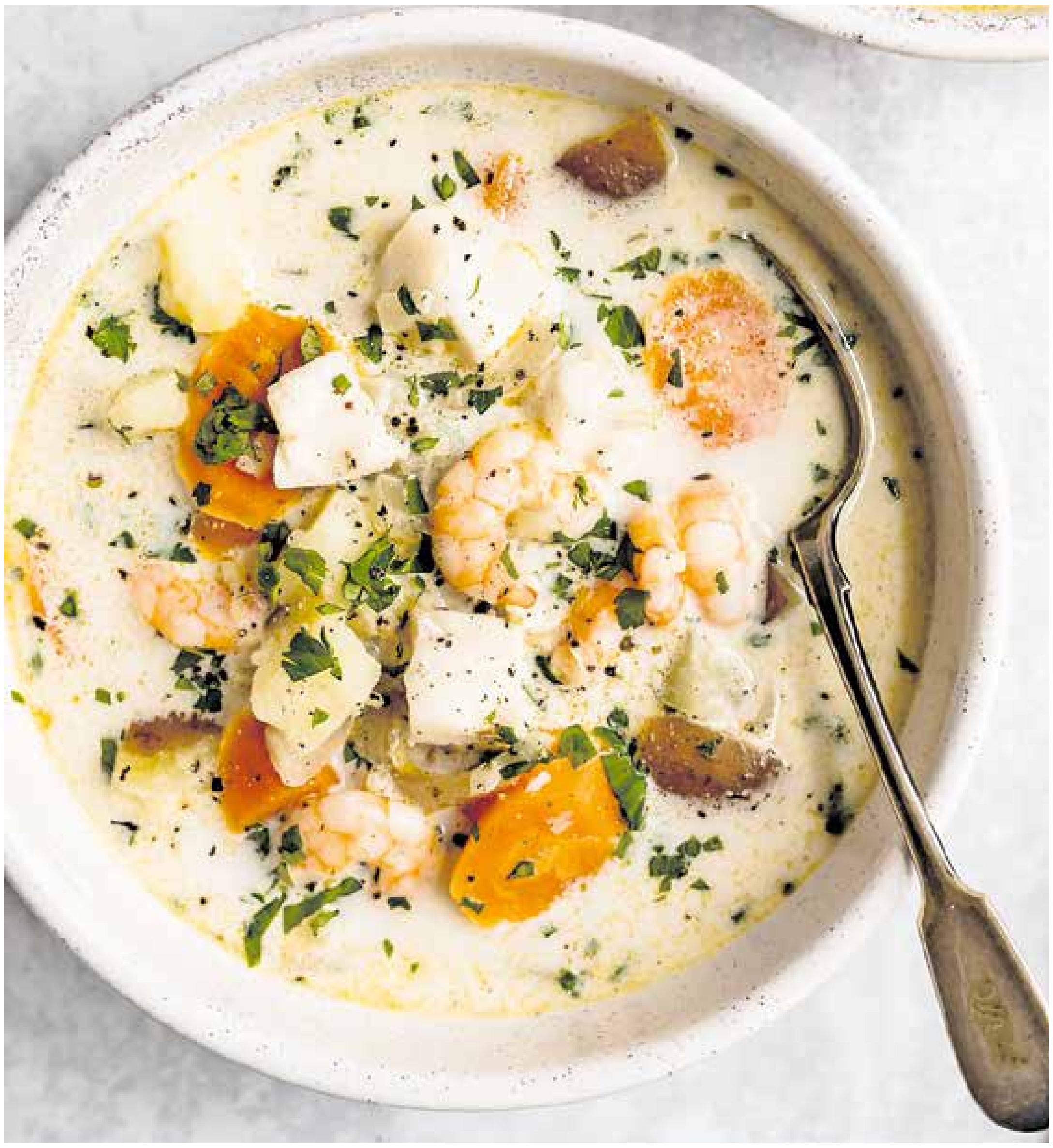
ක්‍රීම් ඔෆ් ටොමැටෝ සුප්
Cream of Tomato Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

- ඉදුනු තක්කාලි 500g
- පාන්පිටි 35-40g
- බටර් 50g
- වෙජිටබල් ස්ටොක් 1.5L
- ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම් 300ml
- ලුණු, ගම්මිරිස්, සීනි රස අනුව

සාදාගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා කොටු කපාගත් තක්කාලි එකතු කර කලවම් කරන්න.
- එයට පාන්පිටි දමා කලවම් කර ඉන්පසු එයට වෙජිටබල් ස්ටොක් දමන්න.
- ලිපෙන් බා හොඳින් බ්ලෙන්ඩ් කර පෙරා ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම්, ලුණු, ගම්මිරිස් සහ සීනි දමාගන්න.



ක්‍රීම් ඔෆ් සී ෆුඩ් සුප්
Cream of Seafood Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

● ඉස්සෝ	150g
● මාළු	150g
● දැල්ලෝ	150g
● බටර්	50g
● පාන්පිටි	40g
● ෆිෂ් ස්ටොක්	1.5L
● ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම්	400ml
● හීනියට කපාගත් ලූනු කොළ මේස හැඳි	3
● ලුණු, ගම්මිරිස් රස අනුව	

සාදගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා ඉස්සෝ, දැල්ලෝ සහ මාළු දමා කලවම් කරන්න.
- එයට පාන්පිටි දමා ටික වේලාවකින් ෆිෂ් ස්ටොක් දමන්න.
- ඉන්පසු ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම් එකතු කරන්න.
- අවශ්‍ය නම් බටර් ටිකක් එකතු කරගන්න.
- ලුණු සහ ගම්මිරිස් දමා ලිපෙන් බාගෙන අවසානයේ ලූනු කොළ දමාගන්න.

ෆිෂ් ස්ටොක් සාදගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා මලට් වැනි මාළුවල කටු, සෙලරි, කැරට්, ලූනු සහ ලීක්ස් සුදු කොටස එකතු කර වතුර දමන්න. මාළු කටුවල සාරය වතුරට උරාගත් පසු ලිපෙන් බා පෙරාගන්න.

ක්‍රීම් ඔෆ් මෂ්රූම් සුප්
Cream of Mushroom Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

● මෂ්රූම්	250g
● ලොකුලූනු ගෙඩි	1
● පාන්පිටි	40g
● බටර්	50g
● වෙජිටබල් ස්ටොක්	1L
● ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම්	300ml
● ලුණු, ගම්මිරිස්, සීනි රස අනුව	

සාදගන්නා ආකාරය

- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා එයට හීනියට කපාගත් ලූනු දමන්න.
- ටික වේලාවකින් කපාගත් මශෲම් දමා කලවම් කරන්න.
- එයට පාන්පිටි එකතු කර හොඳින් හැඳිගා වෙජිටබල් ස්ටොක් දමා මඳ වේලාවක් පිසගන්න.
- පසුව ලිපෙන් බා බ්ලෙන්ඩ් කර හොඳින් පෙරාගන්න.
- අවසානයේ ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම්, ලුණු, ගම්මිරිස් සහ සීනි දමාගන්න.

වෙජිටබල් බ්‍රොත් සුප්

Vegetable Broth Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

වෙජිටබල් ස්ටොක්	1L
කැරට්	50g
බෝංචි	50g
ගෝවා	50g
අල	50g
සුකිනි (පාට දෙකකින්)	50g
චොප් කරගත් ලූනු තේ හැඳි	2
චොප් කරගත් සුදුලූනු තේ හැඳි	1
ලුණු, ගම්මිරිස් රස අනුව	
බටර්	40g

සාදගන්නා ආකාරය

- එළවලු වර්ග පොඩි කොටු කපාගන්න.
- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා ලූනු සහ සුදුලූනු දමා කලවම් කරන්න.
- එයට කැරට්, සුකිනි සහ අල දමා කලවම් කරන්න.
- වෙජිටබල් ස්ටොක් එකතු කර ගම්මිරිස් ඇට දෙක තුනක්ද දමා මඳ වේලාවක් පිසගන්න.
- ලිපෙන් බා ගැනීමට ප්‍රථම ගෝවා සහ බෝංචි එකතු කරන්න.
- අවසානයේ ලුණු සහ ගම්මිරිස් දමාගන්න.

වට්ටක්කා සුප්

Pumpkin Soup

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

හොඳින් පැසුණු වට්ටක්කා ගෙඩි	1/2
ලොකු ලූනු ගෙඩි	1
සුදුලූනු බික්	1
වෙජිටබල් ස්ටොක්	1L
බටර් මේස හැඳි	2
ලුණු, ගම්මිරිස් රස අනුව	
ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම්/ෆ්‍රෙෂ් මිල්ක්	300ml

සාදගන්නා ආකාරය

- වට්ටක්කා සෝද පොතු ඉවත්කර පොඩි කොටු කපාගන්න.
- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා සිහින්ව කපාගත් ලූනු, සුදුලූනු දමන්න.
- පසුව කපාගත් වට්ටක්කා දමා කලවම් කර වෙජිටබල් ස්ටොක් ටිකක් එකතු කරන්න.
- හොඳින් තැම්බුණු පසු ලිපෙන් බා බ්ලෙන්ඩ් කරගන්න.
- නැවත එය ලිප තබා ඉතිරි වෙජිටබල් ස්ටොක් ටික සහ ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම් එකතු කරගන්න.
- ලුණු, ගම්මිරිස් සහ සීනි එකතු කරගන්න.
- අවශ්‍ය නම් බටර් ස්වල්පයක්ද එකතු කරගන්න.
- සුප් එක උඩට ෆ්‍රෙෂ් ක්‍රීම් ස්වල්පයක් දමා සරසාගන්න.

චට්නිය සඳහා

- තම්බාගත් වට්ටක්කා ස්වල්පයක්
- සිහින්ව කපාගත් කජු ස්වල්පයක්
- බටර්, සීනි, ලුණු, ගම්මිරිස්, ක්‍රීම් චීස් ස්වල්පය බැගින්
- භාජනයක් ලිප තබා බටර් දමා ඉතිරි සියල්ල එකතු කර හොඳින් හැඳිගා ගන්න.

ගානිෂ් එක සඳහා

රවුම් හැඩයට හීනියට කපාගත් වට්ටක්කා පෙති කිහිපයක්	
සීනි	50g
විනාකිරි	50g
වතුර	50g
දෙහි යුෂ ස්වල්පයක්	

- සියල්ල එකට දමා සීනි කැට නැතිවෙන තෙක් කලවම් කරන්න.
- එයට වට්ටක්කා පෙති දමා පැය 2ක් පමණ තබන්න.
- පසුව එම වට්ටක්කා පෙති මැදට සාදගත් චට්නිය තබා හැඩකර නවාගෙන සාදගත් සුප් එක සමඟ පිළිගන්වන්න.

ආහාර වට්ටෝරු සහ තොරතුරු සැපයීම
සූපවේදී
මධුශංක ද සිල්වා
(Souse Chef)
WATERS EDGE හෝටලය

වට්ටක්කා සුප් හදන හැටි බලන්න මෙම QR කෝඩ් එක ස්කෑන් කරන්න

උදේ කෑමට අදිමදි කරන පොඩ්ඩන්ට සැන්ඩ්විච් කියන්නෙ මැජික් එකක්

අනිත් එක ක්ලබ් සැන්ඩ්විච්. ගෙදරට අමුත්තෙක් ආපුවාම සංග්‍රහ කරන්නත් මේ සැන්ඩ්විච් එක ගොඩක් හොඳයි

පාන් කිව්වහම විශේෂයෙන්ම ලොකු අයට වඩා පොඩි අයට නම් මතක් වෙන්නේ සැන්ඩ්විච්. සැන්ඩ්විච් උදේ කෑම විදිහට හැදුවත් දවල්ට හැදුවත්, රෑට හැදුවත් මගේ පැටව් තුන්දෙනා නම් හරි කැමැත්තෙන් කනවා. ඒ නිසා දරුවෝ කන්න ආස කරන විදියේ සැන්ඩ්විච් වර්ග ටිකක් හදන හැටි තමයි අද කියලා දෙන්න යන්නෙ.

මුලින්ම බිත්තර සැන්ඩ්විච් හදන විදිය ලියන්නම්. පොඩ්ඩෝ මේකට ගොඩක් ආසයි. උදේට ඉස්කෝලේ යන්න කලින් කරදරයක් නැතුව කවලා යවන්න පුළුවන් කෑමක් තමයි මේ සැන්ඩ්විච් එක. ඒ නිසා මේක හදන විදිය දැනගන්න එක ගොඩක් ප්‍රයෝජනවත් වෙයි. විශේෂයෙන්ම උදේ රැකියාවට යන අම්මලාට මේ සැන්ඩ්විච් එක රෑට හදලා කපන්නෙ නැතුව wrap එකකින් ඔතලා තියලා උදේට කපලා කන්න දෙන්න පුළුවන්.

ඒක හදන්නේ මෙහෙමයි.

බිත්තර හතරක් තම්බලා ඒක සුද්ද කරලා ගෑරප්පුවකින් පොඩිකර ගන්නවා. පස්සෙ මයෝනිස් මේස හැඳි දෙකක්, ගම්මිරිස් කුඩු තේ හැන්දක්, පොඩි රතුලූනු ගෙඩි 6කේ හිනියට කපලා දාලා, තක්කාලි ගෙඩියකින් කෑල්ලකුත් පොඩියට කපලා දාලා ඔක්කොම හොඳට කවලම් කරගන්නවා. මයෝනිස් තියෙන නිසා ලුණු ඇඹුල් දාන්න ඕන වෙන්නෙ නෑ. පාන්වල ගාලා, ප්ලේන් ටී එකක් බොන ගමන් කන්න කියාපු සැන්ඩ්විච් එක. මේක ගොඩක්ම රස කට්ලට් එක්ක කද්දී.

අනිත් එක ක්ලබ් සැන්ඩ්විච්...

ගෙදරට අමුත්තෙක් ආපුවාම සංග්‍රහ කරන්නත් මේ සැන්ඩ්විච් එක ගොඩක් හොඳයි.

ක්ලබ් සැන්ඩ්විච් හදද්දි මුලින්ම මං ඕන කරන දේවල් ටික ලෑස්ති කරගන්නවා. මුලින්ම පාන් පෙති තුනක් පෑන් එකේ තියලා දෙපැත්ත toast කරගෙන පස්සේ ලූනු ගෙඩියකින් රවුම් පෙත්තකුයි, තක්කාලි ගෙඩියකින් රවුම් පෙත්තකුයි කපාගෙන පිඟානක තියාගන්නවා. සලාද කොළේකුත් පැත්තකින් තියාගන්නවා. Cheese slice එකකුයි, තව Ham slice එකකුයි පෑන් එකේ දාලා දෙපැත්ත රත් කරලා ඒකත් පිඟානේ පැත්තකින් තියාගන්නවා. බිත්තරයකුත් බැදගෙන ඊටපස්සේ තක්කාලි සෝස් එකයි, මයෝනීස් එකයි ළඟින් තියාගන්නවා. මේ ටික ලෑස්ති කරගෙනයි සැන්ඩ්විච් එක හදන්නේ.

පාන් පෙත්තක් උඩින් සලාද කොළේ තියලා, ඒකට උඩින් Ham slice එක තියලා ඒකට උඩින් Cheese slice එක තියලා පස්සේ ලූනු පෙත්ත තියලා, තක්කාලි සෝස් එකෙන් පොඩ්ඩක් ගාලා ඒකට උඩින් පාන් පෙත්තක් තියනවා. ඒ පාන් පෙත්ත උඩට බැදගත්ත බිත්තරේ තියලා ඒක උඩට මයෝනිස් ටිකක් දාලා ඒකට උඩින් තක්කාලි පෙත්ත තියලා තක්කාලි පෙත්තට උඩින් ඉතිරි පාන් පෙත්ත තියනවා. එච්චරයි. Club sandwich එක හදලා ඉවරයි.

මේ සැන්ඩ්විච් එක හැදුවාම කපාගනිද්දී පාන් පෙත්තේ හතරපැත්තටම toothpick 4ක් ගහන්න ඕන. ඊටපස්සේ ත්‍රිකෝණේ හැඩේට දෙපැත්තට කපනවා. අයිනෙන් කපන්න පටන් ගන්නේ නෑ. මැදින් පටන් අරන් දෙපැත්තට කපන්නේ. Toothpick ගැහුවාම කපාගන්න ලේසියි. බිත්තරෙත් මං දෙපැත්තම බදිනවා. අනිත් දේ මං Ham පාවිච්චි කරාට Chicken දාන්නත් පුළුවන්. මේ ලිව්වේ මම ක්ලබ් සැන්ඩ්විච් හදන විදිය. විශේෂයෙන් පොඩි අය ආස ඒ නිසා අපේ ගෙදර මාසෙකට පාරක්වත් හදනවා.

උපන්දිනවලට ගොඩක්ම මේසේ ලස්සන කරන සැන්ඩ්විච් එකක් ගැනයි මේ ලියන්නේ. මේකට අපි පොඩි කාලේ ඉඳන් කියන්නේ රේන්බෝ සැන්ඩ්විච් කියලා. මුලින්ම හදන විදිය ලියන්නම්.

කැරට්, බීට්රූට්, ග්‍රීන්පීස් වෙන වෙනම තම්බ ගන්නවා. ස්ටීම් කරලා ගත්තාත් කමක් නෑ. පස්සේ ඒවා වෙන වෙනම බ්ලෙන්ඩර් එකට දාලා පොඩි කරන් පොඩි bowl තුනකට දාගෙන, තව වෙනම bowl එකකට බටර් මේස හැඳි දෙකක් දාලා ඒකට ගම්මිරිස් කුඩු පොඩ්ඩකුයි, අබ paste එකෙන් පොඩ්ඩකුයි දාලා කවලම් කරනවා. ලුණු රස අනුව දාලා දෙහිත් දාලා කවලම් කරලා, ඒකෙන් කැරට් bowl එකටයි, බීට්රූට් තියන bowl එකටයි, ග්‍රීන්පීස් තියන bowl එකටයි ටික ටික දාලා වෙනම හැඳි තුනකින් කවලම් කරලා පේස්ට් තුන හදාගන්නවා.

ඊගාවට, පාන් පෙති 4ක් අරන් පාන් පෙත්තෙන් පාන් පෙත්තට මේ කැරට්, බීට්රූට්, ග්‍රීන්පීස් paste එක ගාලා පාන් පෙති එක උඩ එක තියලා, හතර පැත්තෙන් වාටි කපලා, අයින් කරලා පාන් පෙති ත්‍රිකෝණ හැඩයට කපාගන්න විතරයි තියන්නේ.

උපන්දිනයක් තියෙද්දී මං උපන්දිනේට කලින්ද හදලා පාන්වල ගාලා කපන් නැතුව ciling wrap එකකින් ඔතලා, ශීතකරණයේ පහල කොටසෙන් දානවා. එහෙම කළාම පහුවදට ලස්සනට කපාගන්නත් ලේසියි.

මේවා ගොඩක් අය දන්න සැන්විච් වර්ග. ඒත් හදන ක්‍රම වෙනස් වෙන්න පුළුවන්. මං කලින් වතාවකත් කිව්වේ කෑම හද්ද්දී අපිටම විශේෂ වුණ විදි තියෙනවා කියලා. නොදන්න කෙනෙක්ට මං මේ කියපු ක්‍රමවලටත් උත්සාහ කරලා බලන්න පුළුවන්.

අපි දන්න පුංචි දෙයක් වුණත් නොදන්න කෙනෙක්ට කියලා දුන්නාම දැනෙන සතුට ගොඩක් වැඩියි. එහෙම හිතාගෙන තමයි මං දන්න දේ අකුරක් නෑර ලියන්නේ. තවත් ලිපියකින් හමුවෙනකල් පරිස්සමෙන් ඉන්න.

හැම දවසක්ම සුන්දර දවසක් වේවා!!!

හෂිණී මනමේන්ද්‍ර

පාන්වල ගාලා, ප්ලේන් ටී එකක් බොන ගමන් කන්න කියාපු සැන්ඩ්විච් එක. මේක ගොඩක්ම රස කට්ලට් එක්ක කද්දී

අද බොහෝ කාන්තාවන් කාර්යබහුලය. ඒ නිසාම දැනුවත්ව හෝ නොදැනුවත්ව ඒ අයගේ ජීවිතවලින් සතුට සහ ආදරය අන් හැමදේටම පෙර පලා යයි. නමුත් පුංචි පුංචි දේවල්වලින් සතුටු වෙන්නට පුරුදු විය හැකිනම් ඒ ඕනෑම කෙනෙකුගේ ජීවිතය හිතනවාට වඩා සුන්දර එකක් වනු ඇත. විදෙස් රටක ජීවත් වන හෂිනි මේ කියන්නේ ඕනෑම අම්මා කෙනෙකුට, ඕනෑම බිරිඳකට එසේ සතුටින් දිවි ගෙවිය හැකි ආකාරයයි.

කුමරියේ කතාව

අවුරුද්ද ඉවර වෙද්දි ඩොලර් මිලියන 400ක් රට ඇතුළට ගේන්නයි අපිට ඕන

ඔමේගා ලයින් සමූහ ව්‍යාපාරයේ මානව සම්පත් කළමනාකරු සම්පත් වීරකෝන්

"ඇඟළුම් කර්මාන්තය ශ්‍රී ලංකාවට විදේශ විනිමය සැපයෙන ප්‍රධානම මූලාශ්‍රවලින් එකක් බව මේ වෙනකොටත් සනාථ වෙලා ඉවරයි. ඒ නිසාම ඇඟළුම් ක්ෂේත්‍රය ගැන සමාජයේ හොඳ කතාබහකුත් ඇති වුණා. ඒ ගැන ඇත්තටම සතුටුයි."

ඔමේගා ලයින් සමූහ ව්‍යාපාරයේ මානව සම්පත් කළමනාකරණ අංශයේ කළමනාකරු සම්පත් වීරකෝන් මහතා එසේ කියන්නේ නිහතමානීවය. රටේ බරපතළ ආර්ථික අර්බුධයක් ඇති වී ඇති මොහොතක ඉඳිකටු තුඩින් රටත්, අපත් රකින ඔවුන් පිළිබඳව හදවතින්ම සතුටු විය යුත්තේ අපය.

ඒ නිසාම මෙවරත් ඒ සා විශාල මෙහෙවරක් කරන ඇඟළුම් ශිල්පිනියන් කිහිපදෙනෙකුගේ රුවින් 'ධරණී' කවරය සරසන්නට සිතුවෙමු.

ඔමේගා ලයින් සමූහ ව්‍යාපාරයට අනුබද්ධිත කර්මාන්තශාලාවල සේවයේ නියුතු ඔවුන් වෙනුවෙන් අපිට කතා කළේ මානව සම්පත් කළමනාකරු සම්පත් වීරකෝන්ය.

2019 වර්ෂයේ ඇඟළුම් ක්ෂේත්‍රය ඉපැයූ සමස්ත අපනයන ආදායම ඇමෙරිකානු ඩොලර් මිලියන 5,205කි. 2020 වර්ෂයේ එය ඩොලර් මිලියන 3,938ක් ද, 2021 වර්ෂයේ සැප්තැම්බර් මස දක්වා ඩොලර් මිලියන 3,632ක් ද වේ.

"කොවිඩ් පළමු රැල්ලේදී ඇඟළුම් ක්ෂේත්‍රයේ පොඩි කඩාවැටීමක් ඇති වුණා. නමුත් ඉන්පසු ඒ සියල්ල නිවැරදි කරගනිමින් අපි නැවතත් යථා තත්ත්වයට පත්වුණා කිව්වොත් හරි. 2019 සමස්ත අපනයන ආදායමෙන් ඇමෙරිකානු ඩොලර් මිලියන 377ක්ම ඉපැයුවේ අපේ ආයතන සමූහය. ඒ වගේම 2020දී ඩොලර් මිලියන 362ක් සහ 2021 මැද භාගයේදී ඩොලර් මිලියන 271කුත් අපි උපයලා තියෙනවා. මේ අවුරුද්ද අවසාන වනවිට ඩොලර් මිලියන 400කට වඩා වැඩි අපනයන ආදායමක් රටට ලබාදෙන්නට අපට හැකිවේවි."

ඔමේගා ලයින් ආයතනයෙන් රටට සිදුවන සුවිශාල මෙහෙවර පිළිබඳව ඔහු කතාව පටන්ගත්තේ එහෙමය.

"ඔමේගා ලයින් ආයතනයට අනුබද්ධ කර්මාන්තශාලා පහක් තියෙනවා. එයින් ප්‍රධානම කර්මාන්තශාලාව තමයි සඳලංකාවේ පිහිටා තිබෙන ඔමේගා ලයින් ආයතනය. බඩල්ගම සිරියෝ, පොල්ගහවෙල ඇල්ෆා ඇපරල්ස්, බිංගිරිය බෙන්ජි ලිමිටඩ්, වව්නියාව ඔමේගා ලයින් (වව්නියා ඇපරල්) කියන ආයතනත් මේ සමූහයට අයිතියි."

මෙම කර්මාන්තශාලා හරහා සෘජු රැකියා 13,000ක්ද වක්‍ර රැකියා 4,000ක් ද සම්පාදනය කිරීමට ඔමේගා ලයින් සමූහයට හැකියාව ලැබී ඇත. එයින් සපථ වන්නේ රැකියා අවස්ථා ජනනය කරන්නෙකු ලෙසද ඔමේගා ලයින් ආයතනය රටට විශාල කාර්යභාර්යයක් ඉටුකරනා බවය.

"නිදහස් වෙළෙඳ කලාප සංකල්පය යටතේ ග්‍රාමීය තරුණ තරුණියන් නගරබද ප්‍රදේශවලට ගිහින් නේවාසික ජීවිත ගතකරන්න පටන්ගත්ත නිසා තමයි ඔවුන්ට යම් යම් සමාජ ගැටළුවලට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වුණේ. නමුත් ඒ සංස්කෘතිය වෙනස් කිරීමට අපගේ ආයතන සමූහයද දායක වුණා. බොහෝ ග්‍රාමීය ප්‍රදේශවල කර්මාන්තශාලා ස්ථාපිත කරලා තිබෙන නිසා දැන් ගෙවල්වල ඉඳගෙනම ඔවුන්ට ආරක්ෂිතව රැකියාවට යන්න පුළුවන්."

ඔමේගා ලයින් ආයතන සමූහයේ සියලුම කර්මාන්තශාලාවල සේවය කරන පිරිස ද එම ප්‍රදේශවලම පදිංචි අයවලුන්ය.

"ඒ වගේම තමයි අපි ඔවුන්ට ප්‍රවාහන පහසුකම් පවා සපයන නිසා ඔවුන්ට ඉතා ආරක්ෂිතව නිවසේ සිට රැකියා ස්ථානයට පැමිණීමටත් තම නිවෙස්වලට නැවත යන්නත් පුළුවන්. ඒ වගේම අපි අපේ සේවක සේවිකාවන්ගේ මානසික සුවතාවය ගැනත් විශේෂ සැලකිල්ලක් දක්වනවා."

ඔහු කියන්නේ යම් සේවකයකු සතුටින් සේවය කරයි නම් ඔහුගේ කාර්යක්ෂමබවත් නිෂ්පාදනයන්ගේ ගුණාත්මක බවත් නිතැතින්ම ඉහළ යන බවය

"ඇඟළුම් ක්ෂේත්‍රය කියන්නේ නිවාඩුත් නැතුව බැනුම් අහ අහ වැඩ කරන ක්ෂේත්‍රයක් කියලා කතාවක් තියෙනවනේ. ඇත්තටම ඒවා බොරු කතා. අපේ ආයතනයේ ඕනම සේවකයෙක්ට අවශ්‍ය කරන නිවාඩු නිසි විදිහට ලබාගන්න පුළුවන්. අපේ ආයතන පෙර දැනුම් දී නිවාඩු ගැනීමේ ප්‍රතිශතය 85%යි. ඒ වගේම අපේ ආයතනයේ සේවක සේවිකාවන් සතුටින් ඉන්නවද කියන එකත් අපි නිතරම හොයලා බලනවා. ඔවුන් වෙනුවෙන්ම මානසික උපදේශන සේවාවක් පවා අපි ක්‍රියාත්මක කරනවා. ඔවුන් බොහොම සතුටින් වැඩ කරන බව අපි දන්නවා. ඇත්තටම ඒක අපි ආයතනයක් වශයෙන් ලැබූ ජයග්‍රහණයක්."

> *රටේ ආර්ථිකයට උරදෙන ගමන් තව තවත් රැකියා අවස්ථා වැඩි කරන එක තමයි ආයතනයක් වශයෙන් අපේ ඉදිරි බලාපොරොත්තුව*

ඔමේගා ලයින් සමූහ ආයතනයේ සේවයට බැඳෙන තරුණ තරුණියන්ට ලැබෙන පුහුණුවීම් ගැනත් මා ඔහුගෙන් විමසා බැලුවෙමි.

"මැහුම් ගෙතුම් ගැන කිසිම දෙයක් දන්නෙ නැති කෙනෙක් ආවත් ඔවුන්ව පුහුණු කරන්න වෙනම පුහුණු මධ්‍යස්ථානයක් තියෙනවා. එතැනින් ඔවුන්ට මාසයක එක හමාරක විතර පුහුණුවක් ලබාදෙනවා. ශ්‍රී ලංකා පේෂකර්ම හා ඇඟළුම් ආයතනයේ (SLITA) පළපුරුදු පුහුණුකරුවන්ගේ සහය අපට නිරන්තරයෙන්ම වගේ ලැබෙනවා. ඉතා මෑතකදීත් අපි අපේ ඇඟළුම් සේවක සේවිකාවන්ට මාස හයක ඉතා වටිනා ඩිප්ලෝමා පුහුණු පාඨමාලාවක් නොමිලේම ලබාදුන්නා. ඒ වගේම ඔවුන්ට ඇඟළුම් නිෂ්පාදන සම්බන්ධ උපාධිවලට යොමු කරන්නත් අපේ බලාපොරොත්තුවක් තියෙනවා. ඒ විතරක් නෙවෙයි පරිගණක තාක්ෂණය, ඉංග්‍රීසි භාෂාව හැසිරවීම වගේ දේවල් ගැන පවා අපි ඔවුන්ට හොඳ දැනුමක් ලබාදෙනවා."

ඔමේගා ලයින් ආයතනයේ මව් සමාගම පිහිටා තිබෙන්නේ ඉතාලියේ වෙරෝනා නගරයේය. ඉතින් ඒ නිසාම ඔමේගා ලයින් ආයතනයේ සේවක සේවිකාවන්ට ජාත්‍යන්තර පුහුණුවීම් පවා ලබාගැනීම අවස්ථාව ලැබෙයි.

"අලුත් මෝස්තර ගැන ඉගෙනගන්න මැහුම් කාර්මික ශිල්පීන්ට ජාත්‍යන්තර පුහුණුවීම් පවා ලබාදෙනවා. ඔවුන් ලංකාවට ඇවිල්ලා ඒ දැනුම අනිත් අයත් එක්කත් බෙදාගන්නවා."

ඔහු කියන්නේ උත්සාහය, කැපවීම ඇත්නම් ඕනම අයෙකුට මේ දැනුම ප්‍රගුණ කරමින් සුළු තනතුරක සිට ආයතනයේ ඉහළ තනතුරුවලට පවා යා හැකි බවය.

"මැෂින් ඔපරේටර් විදිහට බැඳිලා විධායක ශ්‍රේණියේ තනතුරුවල සේවයේ නිරත වෙන අය ඕනතරම් අපේ ආයතනවල ඉන්නවා. ඒ වගේම ඔවුන් ඉතාම ඉහළ වැටුප් ලබාගන්න බවත් කියන්න සතුටුයි."

වෘත්තීය ජීවිතය මෙන්ම ඔවුන්ගේ පෞද්ගලික ජීවිතයද වඩා යහපත් කිරීම උදෙසා විශාල වැඩපිළිවෙලක් ක්‍රියාත්මක වන බව ඔහු කියයි.

"සාමාන්‍ය ඇඟළුම් ශිල්පින්ට පවා අපි හොඳ වැටුපක් ලබාදෙනවා. ඒ වගේම ප්‍රවාහනය, නිල ඇඳුම් සහ ආහාර ආදිය නොමිලේ ලබාදෙන නිසා ඔවුන්ට ඒ මුදලුත් ඉතිරි කරගැනීමට පහසුයි. ඒ විතරක් නෙවෙයි නිවාස හදන්න, අධ්‍යාපනය දියුණු කරගන්න, ඉඩමක් මිලදී ගැනීමට තව එතකොට විවාහ ණය වගේ පොලී රහිත ණය ලබාගැනීමේ ක්‍රමවේද රාශියකුත් අපි ඔවුන්ට හඳුන්වලා දීලා තියෙනවා."

ශ්‍රී ලංකාවේ නාමය ඉතා උසස් තත්ත්වයේ ඇඟළුම් සඳහා ලෝ පූජිත සන්නාම නාමයක් බවට පත්කිරීමට හැකියාව ලැබී ඇත්තේ අපේ ඇඟළුම් ශිල්පීන්ටම ආවේණික සුවිශේෂී දස්කම් විස්කම් නිසාය.

"ඉතාලියේ අපේ මව් ආයතනය හරහා ලංකාවේ අපේ ශිල්පීන් මහන ඇඳුම් රටවල් 55ක තියෙන ශාඛා 5,000කට විතර බෙදා හැරෙනවා. ඒ වගේම අපේ ආයතනය මගින් බ්‍රසීලයට, චීනයට සහ ජපානයට සෘජුවම ඇඳුම් අපනයනය කරනවා. ඉතින් එහිදී ඔවුනුත් මේ අපේ පුංචි ශ්‍රී ලංකාවේ ඇඟළුම් ශිල්පීන්ගේ දස්කම් විස්කම් ගැන දැනගන්නවා."

ඔමේගා ලයින් ආයතනය ඇඟළුම් කර්මාන්තයට අමතරව සමාජ සුබසිද්ධිය වෙනුවෙන් තිරසාර ව්‍යාපෘති රැසක් ද ක්‍රියාත්මක කර ඇත.

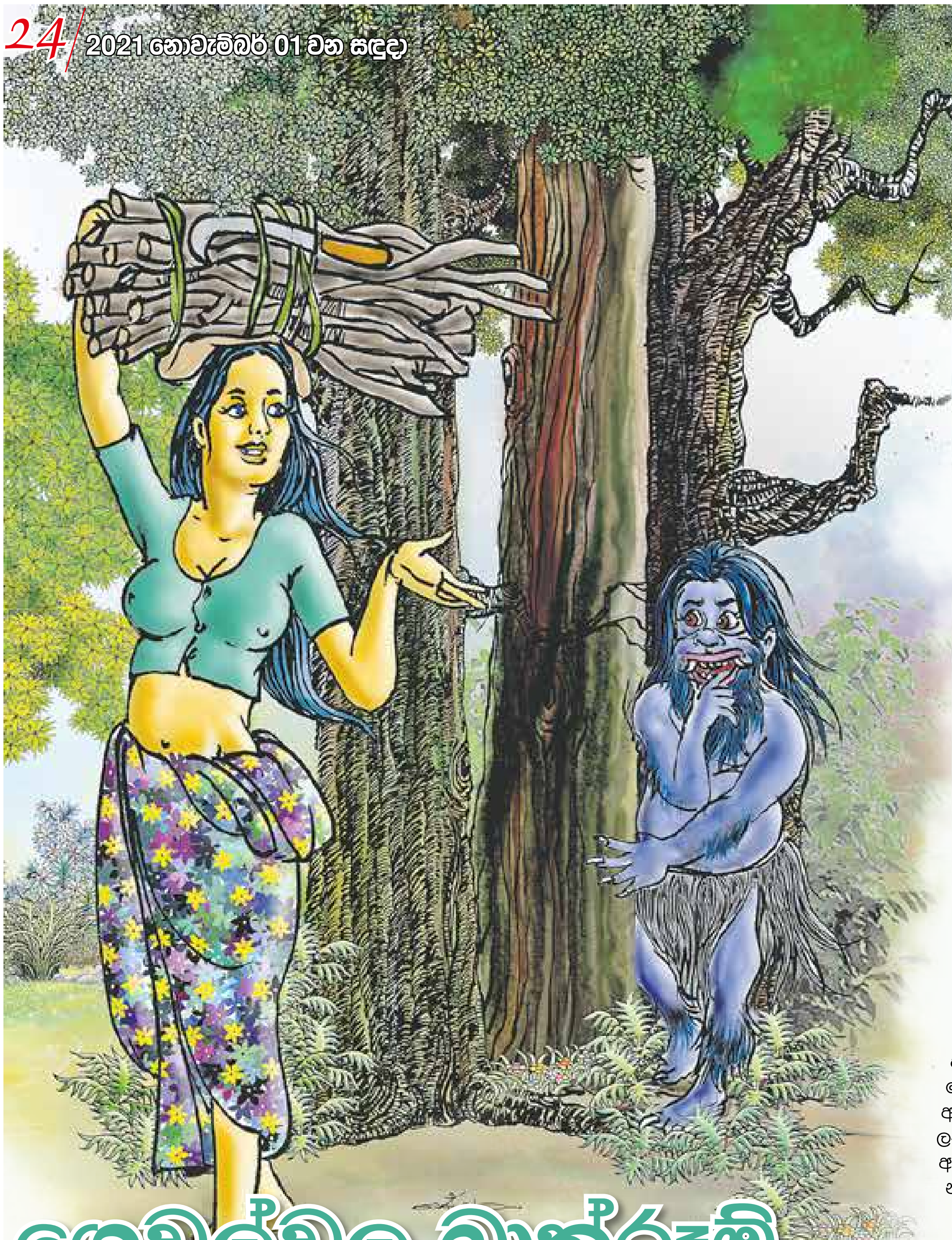
"අපි රෝහල්, පාසල්, ආගමික ස්ථාන වෙනුවෙනුත් විශාල සත්කාර සේවයක් ක්‍රියාත්මක කරනවා. කොරෝනා වසංගතය වෙලාවෙත් අපි විශාල මුදලක් වැය කරලා ඔක්සිජන් යන්ත්‍ර පරිත්‍යාග කළා. අපේ සෑම ආයතනයකම අවට තිබෙන ළමා නිවාස වැඩිහිටි නිවාස 50කට වැඩිය හඳුනාගෙන ඔවුන්ට අවශ්‍ය උපකාර ලබාදෙනවා. ඒ වගේම පැළ සිටුවීමේ සහ වෙරළ ශුද්ධ පවිත්‍ර කිරීමේ වැඩසටහන් සඳහාත් මේ වෙනකොට අපි විශේෂ වැඩපිළිවෙලක් සකස් කරලා තියෙනවා. මේ අපේ ආයතන සමූහයේ පොදුවේ සිදුකරන සමාජ සත්කාරවලින් කිහිපයක් පමණයි. මීට අමතරව මෙම ආයතන පිහිටා ඇති ප්‍රදේශවල සියලුම ආකාරයේ සමාජ සත්කාරවලට සහභාගී වෙනවා. අපේ ආයතනය ඉතාම ආරක්ෂාකාරී වැඩ පරිසරයක පිහිටා තිබෙන රටට වැඩදායී ආයතනයක්. ඉතින් ඕනෑම කෙනෙක්ට අපිත් එක්ක එකතු වෙන්න පුළුවන්. රටේ ආර්ථිකයට උරදෙන ගමන් තව තවත් රැකියා අවස්ථා වැඩි කරන එක තමයි ආයතනයක් වශයෙන් අපේ ඉදිරි බලාපොරොත්තුව."

සම්පූර්ණ කතාව අහන්න මෙම QR කෝඩ් එක ස්කෑන් කරන්න

සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

ඡායාරූප - **සමන් අබේසිරිවර්ධන**

ඇය ජාතියේ අභිමානයයි
அவள் தேசத்தின் பெருமையே
She, the pride of our people
OMEGA LINE
දැයට පණක් දෙන ඇඟලුම් ක්ෂේත්‍රයේ
ශක්තිය වන ඔමේගා ලයින් ආයතනය
සමග එක්වන ඇය ජාතියේ අභිමානයයි
ඔබත් ඔමේගා ලයින් සමූහය සමග එක්ව ජාතියට අභිමානයක් වන්න
සම්මුඛ පරීක්ෂණය සඳහා අදම අමතන්න
OMEGA LINE
සඳලංකාව
076 700 9000



ගෙවල්වල බාත්රූම් හැදෙනකොට අප්සට් වෙන යකෙක්

ගෑනුන්ට ළමයි හම්බවෙනවට මේ යකා කැමති නෑ

“ඌ නම් මහ ජරා යකෙක්”

විවිධ අයථා බලපෑම් කරන්නවුන් සම්බන්ධයෙන් බොහෝ කාන්තාවෝ එසේ කියති. එහෙත්, ජනවහරේ පවතින කතා ගැන විමසිලිමත් වෙද්දී යකුන් අතරේද එවැනි ජරා වැඩවලට නම් දැරූ ‘ජරා යකුන්’ සිටි බවක් පෙනේ. ඇතැමුන් යකෙකු සේද, තවත් පිරිසක් දෙවියකු සේද හඳුන්වන ‘අබිමානා’ එවැන්නෙකි.

මුළුමනින්ම පාහේ ජන අවධානයෙන් ගිලිහී තිබූ මේ ‘අබිමානා’ නැවත කරළියට පිවිසෙන්නේ ප්‍රවීණ සංගීතවේදී වික්ටර් රත්නායක 1974 වසරේ ශ්‍රී ලංකා ගුවන්විදුලි සංස්ථාවේ සරල ගී වැඩසටහනකක් සඳහා ගැයූ ගීතයකිනි. ප්‍රවීණ ගීත රචක ප්‍රේම කීර්ති ද අල්විස් විසින් ලියන ලදුව වික්ටර් රත්නායකය විසින් සංගීතවත් කොට ගායනා කරන ‘බින්දුමතී’ ගීතය ‘අබිමානා’ නැවත කරලියට කැඳවූ ගී නිර්මාණයයි.

බින්දුමතී නම් ගැමි තරුණියක් වෙත කරන ප්‍රේමාරාධනයක් සේ ප්‍රබන්ධ වූ ඒ ගීතයෙන් රචකයා එම තරුණියට අවවාදයක්ද දෙයි. ඒ ‘තොට ළඟටා යන්න එපා අබිමානා එයි’ යනුවෙනි. ඊට හේතුව මෙම ‘අබිමානා’ නම් යක්ෂයා ‘ජාම වෙලාවන්’ හිදී කාන්තාවන් දියනාන ස්ථාන හෙවත් නාන තොටවල් ආශ්‍රිතව සැරිසැරීමය. හිරු නගින, මුදුන්වන සහ හිරු බසින අවස්ථා මුල්කොට දහවල් කාලයට එළැඹෙන ‘ජාම වෙලාවන්’ තුනකි. අතීතයේ මේ ජාම වෙලාවන් තුළ කාන්තාවන් මඟතොටට බැසීමට, නානතොටට යාමට මැලිවුණේ මෙබඳු අමනුෂ්‍යයන්ගේ බැල්මට ගොදුරු වේය යන බියෙනි. මෙහිදී ‘අබිමානා’ කරනුයේ එම නාන තොටවල්වල රෙදි පෙරදි ලිහිල් කරමින් දින නාන, ඇඟ අතුල්ලන තරුණ කාන්තාවන් දෙස ආශාවෙන් බලා සිටීමය. එවිට අබිමානාගේ ඇල්මට බැල්මට යොමුවන කාන්තාවෝ එම අමනුෂ්‍ය දෝෂයට නතුවෙති. උණ ගතිය, කෑම අරුචිය, තෝන්තු ස්වභාවය සේම ඇතැම්විට සිහි විකල් වී නන් දෙඩවීමට පටන් ගැනීම මෙම අමනුෂ්‍ය දෝෂයේ කෙටිකාලීන ලක්ෂණ අතරට ගැනෙන අතර, කිලි මාලය, මාස් මාලය නමින් හැඳින්වෙන අක්‍රමවත් මාස් ශුද්ධිය සහ මාස් ශුද්ධියේදි අධික රුධිර වහනයක් සිදුවීම මෙහි දිගුකාලීන ලක්ෂණ ලෙස සැලකෙයි. කාන්තාවන් මෙම තත්ත්වයෙන් මුදගත හැක්කේ ඒ සඳහා වන ශාන්තිකර්ම මගින් පමණක්ය යන්න සමාජයේ මුල් බැසගත් ජන විශ්වාසයකි.

අපගේ ජන විශ්වාසයේ එන අන්දමට අබිමානා මෙලෙස බැලුම් හෙළනුයේ නාන තොටවල දියනාන කතුන්ට පමණක් නොවේ. වන රොදවල සහ වෙනත් එළිමහන් ස්ථානවල ලිංගික කටයුතුවල යෙදෙන කාන්තාවෝ ද අබිමානාගේ ඇල්ම බැල්මට ලක්වෙති.

සාමාන්‍යයෙන් කාන්තාවක් නිවසින් බැහැර වන රොදක් වැනි ස්ථානයකදී ලිංගික කටයුත්තකට යොමු වන්නේ අනියම් ඇසුරකදී පමණි. අප අතීත සමාජයේ කතුන් තම දරුවන් නිවසේ සිටින සැමියන්ට බාරදී වන රොදවල බැඳ තබා ඇති ගවයන් රැගෙන ඒමට ගිය ගමන්වලදී තම අනියම් සැමියන් හමුවී වනයේදී ලිංගිකව හැසිරුණ බව මෙරට එළිමහන් සිරකරුවකු වශයෙන් ජීවත් වූ ඉංග්‍රීසි ජාතික රොබට් නොක්ස් ඔහුගේ අනගි ග්‍රන්ථයේ සටහන් කර ඇත. මෙලෙස අවිචාරවත් ලිංගික හැසිරීම්වල යෙදෙන කාන්තාවන්ද අබිමානාගේ ඇල්මට බැල්මට ලක්වීමෙන් රෝගී වන බව ජන විශ්වාසයයි. එනිසාම ඇතැම් කතුන් එවන් නොමනා ලිංගික හැසිරීම් සම්බන්ධයෙන් පසුබාන්නට ද ඇත.

කාගෙ ඇස් වහලා කැලේ පැන්නත් අබිමානාගේ ඇස් වහනවා බොරු

කාන්තා නිරුවතත් කෙරෙහි හෝ ලිංගික ක්‍රියාකාරකමක් කෙරෙහි යමෙකුගේ විශේෂ අවධානයක් යොමුවීම ස්වභාවික තත්ත්වයකි. නමුත් එවැනි දේ බලමින් තෘප්තියක් ලැබීමේ මානසික රෝගයක් ද ඇත. මෙම මානසික රෝගයෙන් පෙළෙන්නවුන් ලිංගික සතුටක් ලබන ප්‍රධානම මාධ්‍යය ඒවා නැරඹීමයි. මෙම රෝග තත්ත්වය හැඳින්වෙනුයේ දර්ශාස්වාදය (Voyeurism) යනුවෙනි. ඒ අනුව අබිමානා ජරා යකෙකුට වඩා මානසික රෝගියෙකු ලෙස සැලකීම සුදුසු යැයි මට සිතේ.

මෙම ‘අබිමානා’ යන නම ‘අභිමානා’ යනුවෙන්ද ඇතැම් නූතන ලේඛනවල සඳහන් වෙයි. එහෙත් එය ඉඳුරාම වැරදිය. මෙම යක්ෂයාගේ හෝ දෙවියාගේ පුරාවෘත්තවල ‘අභිමානයක්’ සම්බන්ධ කිසිඳු සඳහනක් නැත.

ස්ත්‍රී පුරුෂ කායික සම්බන්ධ කෙරෙහි විශේෂ උනන්දුවක් පළකරන අබිමානා කාන්තාවන්ගේ දරු ප්‍රසූතිය නුරුස්න බවටද ජන විශ්වාසයක් තිබේ. ඒ ඇතැම්විට ලිංගික ඊර්ෂ්‍යාව මත පදනම් වුවක්දැයි සැකසහිතය.

මෙම අබිමානා සම්බන්ධ ජනශ්‍රැති, ප්‍රවාද සේම යාතුකර්ම සාහිත්‍යයක්ද තිබේ. මහවැලි අමාත්‍යංශය මගින් 1985 වසරේ එළිදක්වන ලද මහවැලි වංශයේ දෙවන කාණ්ඩයේ සු.බ. හේරත් ශූරීන් විසින් ලියන ලද ‘ගැමි ඇදහිලි හා ආගම්’ ලිපියේ එන අබිමානා සම්බන්ධ කවියක් මෙලෙසිනි.

‘අබිමානයා රට තොට අල්ලන්නේ
දුටු දුටු ලිය නම ලෙඩ කරවන්නේ
කටුවම උඩරට වාස කරන්නේ
හැට හතරක් පෙළපාලි කරන්නේ’

ඉන්දියාවේ ඔඩිඩිස දේශයේ ඉපිද මෙහි පැමිණි බව පැරණි යාතුකර්ම කවිවල සඳහන් මොහු ගංජා පානයට ඇබ්බැහි වූවක් බවද කියනු ලැබේ.

අතීතයට සාපේක්ෂව ගංගා ඇළ දොළ ආදියෙන් දිය නාන කාන්තාවන්ගේ සංඛ්‍යාව අද වනවිට සීඝ්‍රයෙන් අඩුවී තිබේ. විවිධ අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම නිසා එම ජල මූලාශ්‍රවල ජලය බරපතළ ලෙස දූෂණය වීම සේම නාගරික සමාජ ලක්ෂණයක් වන නානකාමර ගම්බද ප්‍රදේශ දක්වාද ව්‍යාප්ත වී තිබීම ආදිය ඊට හේතු වී තිබේ. අබිමානාගේ මෙම සුපුරුදු චර්යාවන්ට එයද බාධා පමුණුවා ඇති බව නොරහසකි. එමෙන්ම අපගේ ගැමි කාන්තාවන් දිය නාන අයුරු බලා හිඳින අබිමානාට ගල්කිස්ස, හික්කඩුව, මාතර, තංගල්ල ආදී සංචාරක කර්මාන්තයට ප්‍රසිද්ධ කලාපවල යුරෝපීය කාන්තාවන් යන්තම් විලි වැසෙන ඇඳුම්වලින් සැරසී මුහුදු වෙරළේ විනෝදමත් වන අයුරු නොපෙනීම පුදුමයකි. එමෙන්ම නූතන තරුණ පරපුර නාගරික ප්‍රදේශවල පවා තුරුලිය බහුල ස්ථාන මුල්කොට ප්‍රේමාලිංගන කටයුතු කරනු අබිමානා තවමත් නොදන්නා බවක් පෙනෙනුයේ එබඳු තරුණියන් වෙත අබිමානාගේ ඇල්ම බැල්ම යොමු නොවන බැවිනි.

ඒ අනුව මේ සියලු කරුණු සැලකිල්ලට ගැනීමේදී ඉතා පැහැදිලිව පෙනී යන දෙයක් තිබේ. එනම් අබිමානා නමින් හැඳින්වෙන ‘ජරා යකා’ හෝ මානසික රෝගියා හුදෙක් ජන මනැසේ ස්ථාපිත වූ කල්පිතයක් සමාජගතවීමක් මිස එවැනි යකෙකු හෝ දෙවියෙකු මෙලොව කොතැනකවත් ඇත්තේම නැති බවකි.

මාධ්‍යවේදී
තිලක් සේනාසිංහ

Bubble ධරණී වොෂින් ෆියෙස්ටා

පසුගිය සතියේ වොෂින් මැෂින් දිනූ ජයග්‍රාහිකාව

ශෂිකා දළුගොඩගේ
වත්තල

සී/ස ඩාර්ලි බට්ලර් සමාගම වෙතින් මව් දැතට සෙනෙහසින් පිදෙන බබල් රෙදි සේදුම් කුඩු වෙතින් දඟකාර සිඟිත්තන්ගේ සහ හැඩකාර දූ පුතුන්ගේ කිළිටි ඇඳුම් සමග නිරතුරුවම ඔට්ටුවන ලාංකේය මව්වරුන්ගේ දෑත් ශක්තිමත් කරනු පිණිස අගනා ස්වයංක්‍රිය රෙදි සෝදන යන්ත්‍ර පෙළක් තිළිණ කිරීමේ ක්‍රියාන්විතය.

ධරණී පුවත්පතේ සතිපතා පළවන **BUBBLE** වොෂින් **FIESTA** කූපනය පුරවා, පැකැට්ටුවේ ඉදිරිපස ඇති **BUBBLE** ලාංඡනය කපා පහත සඳහන් ලිපිනයට එවන්න:

BUBBLE වොෂින් **FIESTA**
ධරණී පුවත්පත, ලිබර්ටි පබ්ලිෂර්ස් (පුද්ගලික) සමාගම
තැ.පෙ. 2310, කොළඹ.

(මෙම දීමනාව ඔක්තෝබර් 18 සිට දෙසැම්බර් 06 දක්වා පමණි. කොන්දේසි අදාළයි)

නම : ....

ලිපිනය : ....

....

දුරකතන අංකය : ....

ධරණී
සතුටින් ජීවිතය දරන්නී

Bubble
මව් දැතට සෙනෙහසින්

ESTD. 1848
DARLEY BUTLER

මසුරන් වටින ආභරණ මැටියෙන් හදන බත්තරමුල්ලේ මැටි අක්කා

අජන්තා කුරුප්පු ආරච්චි

ජීවිතය දිනන්නේ ජීවත්වීමට අරගල කරන්නන්ය.

මැටිවලින් අලංකාර ආභරණ නිර්මාණය කර සාර්ථක ව්‍යවසායිකාවක් වූ බත්තරමුල්ලේ අජන්තා කුරුප්පු ආරච්චි ද එලෙස ජීවත්වීමට අරගල කළ ධෛර්යවන්ත කාන්තාවකි.

නම අජන්තා වුවත් දැන් දැන් කවුරුත් ඇයට කියන්නේ 'මැටි අක්කා' කියාය.

මේ මැටි අක්කා කියූ මසුරන් වටිනා ඇගේ මැටි කතාවය.

අජන්තාගේ සැමියා පවුල නඩත්තු කිරීම වෙනුවෙන් කළේ කුඩා ව්‍යාපාරයක්ය. ඒ මුදල් ගෙදර වියහියදම්වලට ප්‍රමාණවත් නොවූ නිසා කුලියට ඇඳුම් මසා ලැබෙන මුදලින් ගෙදරට අත්වාරුවක් වීමට අජන්තාද නිතර වෙහෙසුණාය.

"අත්කම් නිර්මාණ, මැහුම් ගෙතුම් එහෙම කළත් හිතුව තරම් ඒ වැඩ සාර්ථක වුණේ නැහැ. හැබැයි එහෙමයි කියලා මම දත කට පියවගෙන නිකන් බලාගෙන හිටියෙත් නැහැ. දියුණු වෙන්න පුළුවන් මාර්ග මොනවද කියන එක නිතරම හොයලා බැලුවා."

අජන්තාට කුඩා ව්‍යාපාර සංවර්ධන අංශය ගැන අසන්නට ලැබෙන්නේ ඒ සෙවිල්ලේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙසය.

"ඇඳුම් මහන හැටි තමයි කුඩා ව්‍යාපාර සංවර්ධන අංශයෙන් මම මුලින්ම ඉගෙනගත්තේ. ඔය විදිහට ඉගෙනගෙන සල්ලි ටිකක් හොයාගෙන ලැබුණු ඕඩරේකට ඇඳුම් ටිකක් මැහුවා. ඒ ඇඳුම් ගෙනියන දවසෙ මම නොදැනුවත්වම ඇඳුම් පාර්සලය වාහනයෙන් බිමට වැටිලා නැතිවුණා. එදා මට ජීවිතේ ගැන පුදුම කළකිරීමක් දැනුණේ."

සිතට දිරිය ලැබෙන්නේ ඇස්වල කඳුළු බර වැඩි වූ විටය. අජන්තා ද ඒ කතාව විශ්වාස කළාය.

"නැති වුණු දේ නැති වුණානේ කියලා පස්සේ මම හිත හදාගත්තා. පස්සේ කුඩා ව්‍යාපාර සංවර්ධන අංශයේ මැටි ආභරණ පාඨමාලාවක් තියෙනවා කියලා දැනගන්න ලැබුණා. හැබැයි මැටිවලින් කරන වැඩේ ගැන ගොඩක් අයගේ හිතේ හොඳ ආකල්පයක් තිබුණේ නැහැ."

ඕවයින් හරියන්නේ කාටද?

බොහෝදෙනා ප්‍රශ්න කරද්දී, අජන්තාගේ හිතේ තිබුණේ ප්‍රශ්නාර්ථයකට එහා ගිය කුතුහලයකි.

"ඇත්තටම මේ ගැන මට ලොකු කුතුහලයක් ඇතිවුණා. ඒ නිසාමයි පාඨමාලාවට බැඳුණේ. කටුබැද්ද මෝස්තර මධ්‍යස්ථානයේ තමයි පාඨමාලාව තිබුණේ. ටොරින් කියන ගුරුමහත්මයාගෙන් මම මුලින්ම මැටි ආභරණ හදන හැටි ඉගෙනගත්තා. පළවෙනි දවසේ දෙකේ මැටි අතපත ගානකොටම මේක මගේ ඇඟේම තියෙන දෙයක් කියලා මට දැනෙන්න ගත්තා."

තම සැඟවුණු හැකියාව සොයාගත් අජන්තා මැටි කර්මාන්ත දෙපාර්තමේන්තුවෙන් වැඩේට අවශ්‍ය මැටි මිලදී ගත්තාය. පසුව මැටි පදමට අනා අවශ්‍ය ලෙස හැඩ කපා සියුමැලි රටා ඇන්දය. රණාලේ ඇති මැටි පෝරණුවකින් ඒවා පුළුස්සා උගැන්වූ විදිහටම හෙමි හෙමින් මැටි ආභරණ වර්ණ ගැන්වුවාය.

"මගේ ආභරණවලට මට උගන්වපු ගුරුවරුන්ගෙනුත් හොඳ ඇගයීමක් ලැබුණා. ජාතික ශිල්ප සභාව සහ කර්මාන්ත දෙපාර්තමේන්තුව එකතු වෙලා සංවිධානය කළ බස්නාහිර පළාත් අත්කම් තරගවලට සහභාගී වෙන්න මට අවස්ථාව ලැබුණෙත් ඒ නිසා."

ඉන්දියාව කියන්නේ ආභරණ ඕනෑතරම් තියෙන රටක්නේ. හැබැයි ඉන්දියානු වෙළෙඳුන්ගේ ආභරණවලට නොතිබුණු ඉල්ලුමක් එතැනදී මගේ මේ මැටි ආභරණවලට තිබුණා

බස්නාහිර පළාතේ පැවති තරඟවලට අජන්තා ඉදිරිපත් වන්නේ ඒ අනුවය. තරඟයේ ප්‍රථම ස්ථානය, තෙවන ස්ථානය සහ කුසලතා සම්මාන ඇතුළු සම්මාන හතරක් දිනාගැනීමට ඇයට හැකි වූවාය.

"ජයග්‍රහණවලින් මගේ හිතට පුදුම ශක්තියක් ලැබුණා. පස්සේ ජනාධිපති සම්මාන සහ ජාතික මට්ටමේ ජයග්‍රහණ කිහිපයක් ලබාගන්නත් පුළුවන් වුණා."

ඇය කියන්නීය.

ඉහ කන අභරණින් සරසාගැනීමට ගැහැනු කොහොමත් ප්‍රියය. ඒ නිසා මේ සුවිශේෂී නිර්මාණවලට හොඳ වෙළෙඳපොළක් සකසා ගැනීම අපහසු නොවනු ඇතැයි අජන්තා තදින්ම විශ්වාස කළාය.

"BMICH එකේ තිබුණු ප්‍රදර්ශනයකට සහභාගී වෙන්න මටත් අවස්ථාවක් ලැබුණා. කුඩා ව්‍යාපාර සංවර්ධන අංශයෙන් ඒ අවශ්‍ය වෙළෙඳ කුටි පවා අපට නොමිලේම ලබාදුන්නා. ආභරණවල නිමාව, වටිනාකම මගේ මහන්සිය ගැන එහෙම හිතලා තමයි මම ආභරණ මිල කළේ."

අජන්තාගේ නිර්මාණවල ගුණාත්මකභාවය ගැන කතා දෙකක් තිබුණේ නැත. නමුත් ඒවායේ මිල අසා විස්සෝප වූ ඇතැමුන් අජන්තාගේ මුහුණටම බැණ වැදී පිටව ගියහ. පිටරටින් එන ඕනෑම කුණු ගොඩක් හාවක් හූවක් නැතිව මිලදී ගන්නා බොහෝදෙනා අජන්තාගේ ආභරණවල මිල අඩු කරගැනීමට ඇය සමඟ කේවල් කරන්නට ද විය.

"මේවගේ ගණන් කිව්වම සමහරු ඇස් ලොකු කරගන්නවා. මැටි මෙච්චර ගණන් මොකෝ කියලා අහන අයත් නැතුව නෙවේ. මේවගේ මැටිවලට විතරක් මිල තක්සේරු කරන්න එපා, නිර්මාණෙ වටිනාකම දිහා බලන්න කියලා මම එතනදිත් බොහෝදෙනාට කිව්වා."

කවුරු කෙසේ කීවත් තමාගේ මහන්සිය කුණු කොල්ලයට නොදුන් ඇය මැටි භාණ්ඩවලට හොඳ මිලක් ලබාගැනීම වෙනුවෙන් නිතරම අරගල කරනා තැනැත්තියක් බවටද ප්‍රකටය.

"වටිනාකම දන්න උදවිය ආභරණ මිලදී ගත්තා. ඔය අතරතුරේත් අපිට පුහුණුවීම්, ණය මුදල් ආදිය ලබාදෙමින් ජාතික ශිල්ප සභාව සහ කුඩා ව්‍යාපාර සංවර්ධන අංශය අපේ පිටිපස්සෙන්ම හිටියා."

කුඩා ව්‍යාපාර සංවර්ධන අංශයේ සහ ජාතික ශිල්ප සභාවෙන් ඇයට ලැබුණු සහාය පිළිබඳව ඈ මතක් කරන්නේ කෘතඥපූර්වකවය.

"ඒ වගේම ඔවුන් මම ඇතුළු තවත් කුඩා පරිමාණ ව්‍යාපාරිකයන් විස්සකට පමණ ඉන්දියාවේ සුරාජ්කුන්ද් මේලාවලට යන්නත් අවස්ථාව දුන්නා."

සුරාජ්කුන්ද් මේලා යනු වාර්ෂිකව ඉන්දියාවේ පැවැත්වෙන ඉතා ජනප්‍රිය වෙළෙඳ ප්‍රදර්ශනයක් වන අතර, මේ සඳහා ලෝකයේ බොහෝ රටවල පාරිභෝගිකයන් මෙන්ම වෙළෙඳුන්ද සහභාගී වේ.

"ඉන්දියාව කියන්නේ ආභරණ ඕනෑතරම් තියෙන රටක්නේ. හැබැයි ඉන්දියානු වෙළෙඳුන්ගේ ආභරණවලට නොතිබුණු ඉල්ලුමක් එතැනදී මගේ මේ මැටි ආභරණවලට තිබුණා."

ලංකාවේ ඇතැම් නෝනා මහත්වරු අජන්තාගේ මැටි නිර්මාණවලට අඩු තක්සේරුවක් ලබාදුනන්නත් විවිධ රටවලින් ආ සුදු මහත්වරුන් ඇයගේ නිර්මාණ දැක පුදුමයට පත්වූ බව ඈ කියන්නීය.

"එහෙදිත් මම ගොඩක් දේවල් ඉගෙනගත්තා. තාක්ෂණික ක්‍රමවේද පවා හොඳින් දන්න නිසා දැන් මට දවසකට ආභරණ 30ක් විතර හදන්න පුළුවන්. මැටිවලට අමතරව පොල්කටුවලින් සහ බතික් රෙදිවලිනුත් දැන් මම විවිධ ආභරණ හදනවා."

මේ මැටි ආභරණ අවුරුදු ගණනාවක් වුවත් කල් තබාගෙන භාවිත කිරීමට හැකි අතර, දැන් දැන් ඇයට හොඳ ඉල්ලුමක් නිර්මාණය වී ඇති බවත් අජන්තා කියන්නීය.

"මට එකපාරක් ස්විස්ටර්ලන්තයෙනුත් ඇණවුමක් ආවා. පනා රටා, ලියවැල වගේ දේශීය පැරණි මෝස්තරවලට ඔවුන් හරි කැමතියි. විදේශිකයන්ගෙනුත් හොඳ ඉල්ලුමක් තියෙන නිසා මේ ආභරණ අපනයනය කරන එක තමයි මගේ ඊළඟ බලාපොරොත්තුව. ජීවත් වෙන්න ජීවන මාර්ගයක් නැතිනම් තමන්ගේ හැකියාවන් හොයාගෙන හිතේ හීනයක් ඇති කරගන්න. පස්සේ ඒ දිගේ ගිහින් ජීවිතේ දිනන්න පුළුවන්."

අජන්තාගේ ගමන පිටුපස කුඩා ව්‍යාපාර සංවර්ධන අංශයත්, ජාතික ශිල්ප සභාවත් නිබඳවම සිටි අතර, ජාතික ශිල්ප සභාවේ සහකාර අධ්‍යක්ෂ පුහුණු, ආනන්ද ජයසිංහ මහතා ඒ පිළිබඳ අදහස් දැක්වූයේ මෙලෙසිනි.

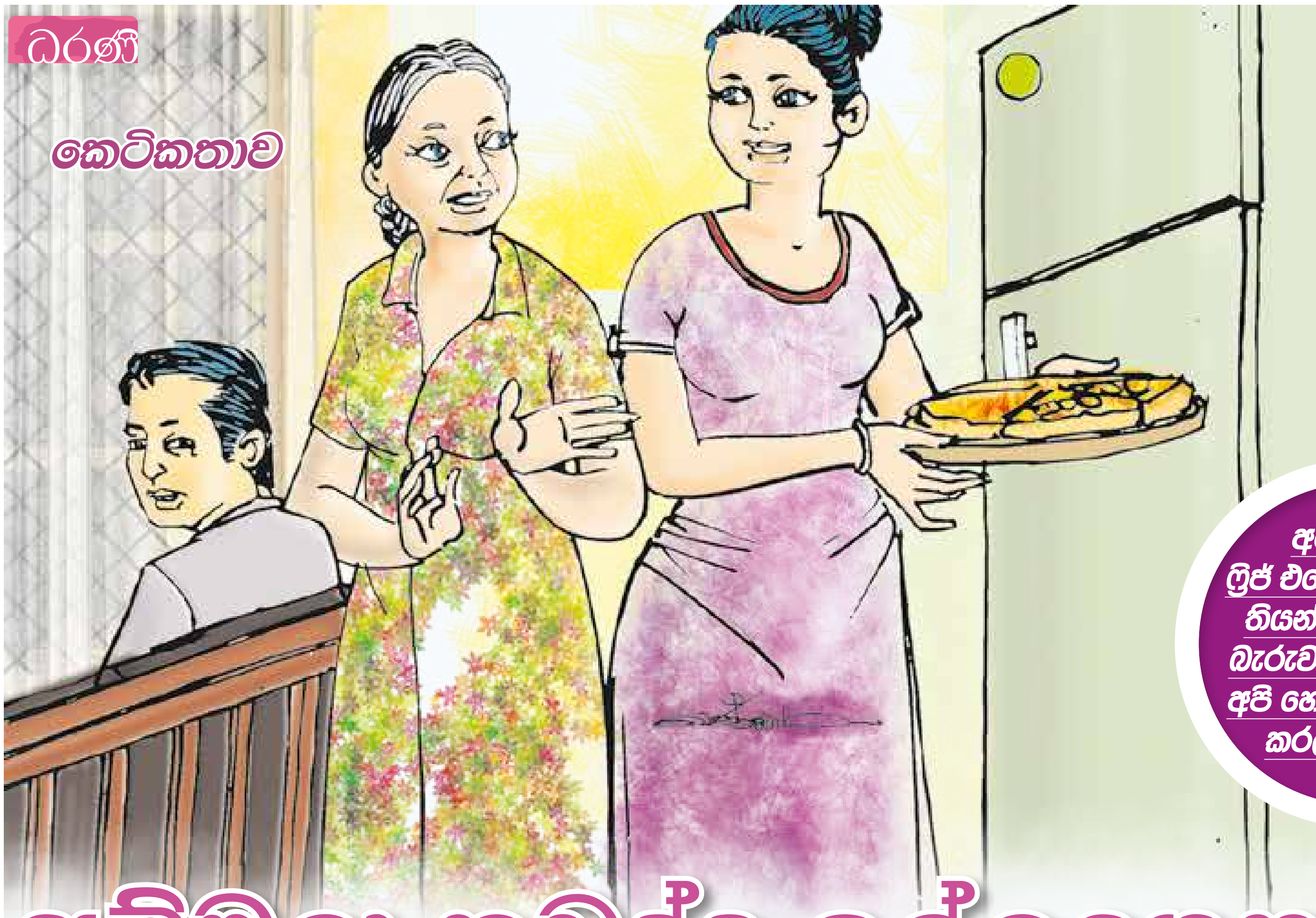
"අජන්තා කුඩා ව්‍යාපාර අංශයේ සහ ජාතික ශිල්ප සභාවේ ලියාපදිංචි වෙලා මැටි ආභරණ පිළිබඳ පාඨමාලා කිහිපයක්ම කළා. මුලදී ඇයවත් ඇගේ හැකියාවන් හඳුනාගෙන තිබුණේ නැහැ. මේ පාඨමාලාවලින් ඇය ඒ හැකියාවන් හඳුනාගෙන ඒවා හොඳින් ඔපමට්ටම් කරගත්තා. ඒ වගේම ඇයට අපි අපේ අලෙවි පොළවල්වල කුටි ආදියත් ලබාදුන්නා.

ඒ ලබාදුන් අවස්ථා සියල්ලෙන්ම ඇය බොහොම හොඳින් ප්‍රයෝජන ගත්තා. ඒ නිසාම ඇය සම්මාන පවා දිනාගත්තා.

ඉතින් දැනට කුඩා ව්‍යාපාරයක් කරන කෙනෙක්ට එහෙම නැතිනම් ඒකට ආසාවෙන් ඉන්න කෙනෙක්ට ජාතික ශිල්ප සභාව එක්ක එකතු වෙලා ජීවිතේ ජයගන්න පුළුවන්."

සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

කෙටිකතාව



අම්මලා කවද්ද ඉල්ලගෙන පීසා කෑවේ

නෙළුම් පුතාලා එනකම් සාලෙට වෙලා බලාගෙන හිටියා. දරුවෝ මොනතරම් රෑ වුණත් නෙළුම් නෙවෙයි නින්දට යන්නෙ. දරුවෝ ඇවිත් ගේට්ටුවේ බෙල් එක ගහන සද්දේ තමන්ට ඇහෙන්නේ නැතිවෙයි කියලා බයට නෙළුම් හැම රෑම සාලෙට වෙලා, ජනේලයෙන් එළිය බලාගෙන ඉන්නවා.

නෙළුම්ගේ මේ පුරුද්ද ඇති වුණේ නන්දලාල් ජීවත් වෙලා හිටි කාලයේ ඉඳලමයි. කන්තෝරුවේ රස්සාවට ගිහින් නන්දලාල් ගෙදර එනකම් ඇය නොඉවසිල්ලෙන් බලාගෙන ඉන්නවා. ඒ විතරක්ද පුතා ඉස්කෝලෙ ඇරිලා ගෙදර එන වෙලාවටත් නෙළුම් පාර දිහා බලාගෙන ඉන්නේ නොඉවසිල්ලෙන්.

බිරිඳක්, මවක් වුණාම බලාගෙන හිඳීම සාමාන්‍ය දෙයක් බවට පත් වෙනවා. නෙළුම් ඒක විශ්වාස කළා.

ඉස්සර නම් නන්දලාල් ගෙදරට එනකම්ම නෙළුම් ඉන්නෙ බඩගින්නේ. කොච්චර බඩගිනි වුණත් නෙළුම් නන්දලාල් කාලා ඉවර වෙනකම් අඩුපාඩු බෙදමින් බලාගෙන ඉන්නවා. ඊටත් පස්සෙ නන්දලාල් කාලා ඉවර වුණු පිඟානටම බත් ටිකක් බෙදාගෙන කනවා.

දෙවියනේ.. ඒ කියන්නේ කඩ කෑම කන්න අම්මගේ අකමැත්තක් නෑ. මට අම්මව මෙච්චර කාලෙකට තේරුම් ගන්න බැරි වුණානේ

හැබැයි දැන් නම් ගොඩක් වෙලාවට පුතායි, ලේලියි එන්නේ මඟින් කාලා. අම්මා තමන් එනකම් නොකා බලාගෙන ඉන්නවට පුතා කැමති නැති නිසා ඔහු කලින්ම ඒ බව කෝල් කරලා අම්මට කියනවා. කොච්චර කිව්වත් තමන් එන්න කලින් කාලා ඉන්න කියලා, අම්මා කවදාවත් ඒ කීම නොඅසන එකම පුතාගේ හිතට බරක් වෙලා කියලා නෙළුම් දැනගෙන හිටියේ නැහැ.

නන්දලාල් රස්සාවට ගිය කාලේ එහෙම කියන්න ෆෝන් තිබුණෙත් නැහැ. ඉතින් කොහේ ගිහින් කීයට එනකම් හරි නෙළුම් බලාගෙන හිටියේ උවැසියක් ගානට.

එදත් නෙළුම්ගේ පුතයි ලේලියි වැඩ ඇරිලා ගෙදර ආවේ ටිකක් රෑ වෙලා.

"පුතාලා කාලා නේද එනවා කිව්වේ?" නෙළුම් ඇහුවා.

අඳුරු වැටෙන්න මොහොතකට කලින් පුතා කෝල් කරලා එද්දි රෑ වෙන බවත්, කාලා බේත් බොන්න කියපු බවත් අමතක වෙලා නෙවෙයි ඇය එහෙම ඇහුවේ. වෙනදා පුරුද්දට.

"ඔව් අම්මා. අපි පීසා කාලා ආවේ." ලේලි සාරදා කිව්වා.

'පීසා' පුතයි ලේලියි නිතරම වගේ කියන කෑමක්. ඒ දෙන්නා නම් හරිම ආසයි පීසා කන්න. රස කර කර පීසා ගැන කතා වෙන විදිහට නෙළුම්ටත් පීසා කියන්නේ මොන වගේ කෑමක්ද කියලා දැනගන්න ආසයි. ඒත් නෙළුම්ට ඔය වගේ දේවල් ගැන අහලා දරුවන්ට කරදර කරලා පුරුද්දක් නැහැ.

"ආ අම්මා." කවදාවත් නැතුව පුතා තමන්ගේ අතට මොකද්දෝ පෙට්ටියක් දෙද්දි නෙළුම්ගේ හිතට අමුතුම සතුටක් දැනුණා.

"පුතා?"

"පීසා." පුතා කිව්වේ ඔරලෝසුව අතින් මුදවන ගමන්.

නෙළුම් පරිස්සමට පෙට්ටිය ඇරලා බැලුවේ ඒ අතරේ. ලස්සන පාන් රවුමක් උඩ රස පාටට මස්, චීස්, තක්කාලි අතුරලා තියෙන මේ අමුතු කෑමේ සුවඳට නෙළුම්ගේ කටට කෙලත් උනාගෙන ආවා.

පුතාලට දැන් සල්ලි තිබුණට ඉස්සර නන්දලාල්ට ලොකු ආදායමක් ලැබුණේ නැහැ. ඒ වුණත් ඉඳලා හිටලා කඩෙන් කොත්තුවක් දෙකක් ගේන්න ඔහු අමතක කළේ නැහැ.

"නෙළුම්, අද රෑට කන්න කොත්තු දෙකක් ගේන්නද?" ඒ දවස්වල නන්දලාල් එහෙම අහද්දි නෙළුම් හැමදාම දුන්නේ එකම උත්තරේ.

"අනේ ඕනෙ නැහැ මහත්තයා. පුතාටයි, මහත්තයටයි විතරක් එකක් ගේන්න. මම ඔය කඩ කෑමවලට ආස නැහැනේ. දවල් ඉතුරු බතුත් තියෙනවා."

ඒ විතරක්ද?

"නෙළුම්, අලුතින් ඇඳුමක් ගමුද?" කියලා නන්දලාල් අහද්දිත් නෙළුම් ගොඩක් වෙලාවට ඒක ප්‍රතික්ෂේප කළා.

"අනේ මේ ගෙදර ඉන්න මට මොන අලුත් ඇඳුම්ද? මහත්තයා ඕකෙන් වැඩට යන්න කමිසයක් ගන්න." ඇය කියනවා.

අලුත් අවුරුද්දට නෑයන්ගෙන් හම්බුණු චීත්ත රෙදි මූට්ටු කරලා ගෙදරදීම ඇඳුමක් දෙකක් මහ ගන්නවා මිසක් නෙළුම් කවදාවත් කඩෙන් අලුත් ඇඳුමක් ගත්තේ නැහැ. නෙළුම් හැමදාමත් නන්දලාල් ඉස්සරහ රඟපෑවේ කඩේ තියෙන විච්චූරණ ඇඳුම් අඳින්නේ නැති, ගෙදරදීම ඇඳුම් මහගන්න කැමති කෙනෙක් විදිහට.

ඒ අසීරු කාලය මතක් වෙද්දි නෙළුම්ට දැනුණේ ආඩම්බරය මුසු සතුටක්. හොඳ බිරිඳක් වුණාම ස්වාමියාගේ අඟහිඟකම් තේරුම් ගන්න ඕනෙ. පවුල වෙනුවෙන් කැපවීම් කරන්න ඕනෙ. තමන් ඒ යුතුකම අකුරටම ඉෂ්ට කළ කෙනෙක්.

අද දරුවෝ මේ තරම් හොඳ තැනක ඉන්නේ ඒ නිසා. නන්දලාල්ගේ මහන්සියත්, තමන්ගේ කැපකිරීමුත් නිසා දරුවන්ගේ ජීවිත ලස්සන වුණා කියලා නෙළුම් කවදත් විශ්වාස කළා.

පීසා එක දිහා බලාගෙන නෙළුම් කල්පනා කළේ ඒ අසීරු අතීතයට වඩා මේ සුවපහසු වේගෙන එන වර්තමානය මොනතරම් රසවත්ද කියලා. මෙච්චර කාලයකට නම් පුතාටවත් ලේලිටවත් මේ වගේ කෑම තමන්ට ගේන්න මතක් නොවුණු බව නෙළුම් දන්නවා. ඒත් අද ඉඳන් හැමදේම වෙනස් වෙන හැඩයි.

අම්මා ඕක ෆ්‍රිජ් එකේ දාලා අරන් තියන්න. කාගන්න බැරුව ඉතුරු වුණා. අපි හෙට උදේට රත් කරලා කන්නම්

පුතයි ලේලියි ගිහින් බර ගාණක් වියදම් කරලා අලුත් ඇඳුම් ගන්න අතරේ තමන්ට චීත්ත රෙද්දක් ගෙනත් දෙන්නේ ලෝබකමට නෙවෙයි කියලා නෙළුම් දැනගෙන හිටියා. පුතා තාමත් හිතන් ඉන්නේ අම්මා කැමති චීත්ත ඇඳුම්වලට කියලා.

"අම්මා ඕක ෆ්‍රිජ් එකේ දලා අරන් තියන්න. කාගන්න බැරුව ඉතුරු වුණා. අපි හෙට උදේට රත් කරලා කන්නම්." ඊළඟ මොහොතේ පුතා කියද්දි නෙළුම් ගැස්සිලා ගියා.

විදුලි සැරයක් වැදුණා වගේ පීසා පෙට්ටියේ ඇරපු පියන වහලා දපු නෙළුම් ආයාසයෙන් මුවට හිනාවක් අරන් පුතා දිහා බැලුවා.

හැබැයි මේ හැමදේම නෙළුම්ගේ ලේලිගේ උකුසු ඇසට අහුවෙලා තිබුණා.

"දසුන්, අම්මට ඒ ඉතුරු පීසා කෑලි දෙක තුන කන්න කිව්වොත් මොකද?" සාරදා දසුන්ට කිව්වේ ඒ නිසාමයි.

"පිස්සුද සාරදා? අපේ අම්මා ඔය විච්චූරණ කෑම කන කෙනෙක් නෙවෙයි. ඒ කාලේ ඉඳන්ම අම්මා කඩ කෑමවලට කැමති නැහැ. ඇඳුමක් වුණත් ගෙදරම මහ ගන්නවා මිසක් කඩෙන් ගන්න කැමති කෙනෙක් නෙවේ අපේ අම්මා. අපේ පරම්පරාවට වඩා එයාල වෙනස් සාරදා." පිළිතුරු දුන් දසුන් වතුර වීදුරුවක් ගෙන පානය කළා.

පුතා ලේලිට දුන්නු උත්තරේ නෙළුම්ට ඇහුනේ යන්තමට වුණත් එහි අරුත නම් නෙළුම්ට නොවැටහී තිබුණේ නැහැ. පීසා එක ෆ්‍රිජ් එකට දලා නෙළුම් කල්පනා කළේ ඇත්තටම වරද කාගෙද කියලා.

කසාද බැඳපු දවස්වල ඉඳන්ම නෙළුම් හිතුවේ තමන්ගේ සැමියා වුණු නන්දලාල්ට කරදරයක් නොවී ඉන්න. ඒ කඩ කෑම, කඩේ ඇඳුම්වලට පෙන්නපු අකමැත්ත රඟපෑමක් විතරයි කියලා දැනගෙන හිටියේ තමන්ම විතරයිනේ. ඉතින් අදටත් පුතා විශ්වාස කරන්නේ ඒ දේ.

නෙළුම් කල්පනාවට වැටිලා ඉන්න අතරේ ඇගේ ලේලිය ඇවිත් ශීතකරණය විවෘත කරලා පීසා පෙට්ටිය එළියට ගත්තා.

"කාලා ආවට මොකද මට ආයේ බඩගිනි වගේ අම්මා. මේවා හරි රසයි. මාත් එක්ක කෑල්ලක් කමු. මම රත් කරලා ගන්නම්." ඇය ඇහුවා.

"ම්ම්ම්... හා දුවේ. එහෙනම් මම තේ ටිකක් හදන්නද අපි දෙන්නට?" නෙළුම් අහද්දි දෙබස අහගෙන හිටිය පුතාගේ ඇස්වලට කඳුළු පිරුණා.

"දෙවියනේ.. ඒ කියන්නේ කඩ කෑම කන්න අම්මගේ අකමැත්තක් නෑ. මට අම්මව මෙච්චර කාලෙකට තේරුම් ගන්න බැරි වුණානේ. හෙටත් අම්මට රස කෑම කඩේකින් කෑම එකක් ගෙනත් දෙන්න ඕනෙ. පව් දෙවියනේ මගේ අම්මා." ඔහු කල්පනා කළා.

සමාධි ඩයස්

වන අලින්ට, ඌරන්ටත් ගොවිපොළේ ඉඩ දීපු මගේ මහත්තයාව මරලා දැම්මා

කපිල ප්‍රියන්ත සපුකුමාර

අඹන්පොළදී ඝාතනය කළ ග්‍රාම නිලධාරීවරයාගේ බිරිඳ කියන කතාව

පසුගිය 4 වනදා අඹන්පොළ උඩංගාව ප්‍රදේශයේදී ග්‍රාම නිලධාරීවරයෙකු කපා කොටා ඝාතනය කර තිබුණි. එසේ මියගියේ අඹන්පොළ නාකොලයාගම කඳුබොඩ ප්‍රදේශයේ පදිංචි 51 හැවිරිදි කපිල ප්‍රියන්ත සපුකුමාර නමැති දෙදරු පියෙකි.

මේ වනවිට අඹන්පොළ පොලිසිය විසින් සිද්ධියට අදාළ පරීක්ෂණ මෙහෙයවමින් සිටින අතර, ඒ මරණය ගැන සපුකුමාරගේ බිරිඳ කාන්ති විජය කුමාරි 'ධරණී'ට කියූ කතාවයි මේ.

සපුකුමාරගේ නිලලත් වෘත්තිය ග්‍රාම නිලධාරීකමය. නිල නොලත් වෘත්තිය ගොවිකමය. බොදුකමටත්, හෙළ ගොවිකමටත් අප්‍රමාණ ලෙස පෙම් කළ ඔහු ගොවිතැන් කළේ ආවාට ගියාට නොවේ. ඒ සඳහා ඔහුට පරම්පරාවෙන් ලද දැනුමක් තිබුණේය. කුරා කුහුඹුවෙකුටවත් හිංසාවක් නොකළ මේ පුද්ගලයා, ගොවිතැන රැකගැනීම වෙනුවෙන්වත් සතුන්ට උගුල් ඇටවූයේ නැත. සපුකුමාර ජීවත් වූ ගමේ මීට වසර 90කට පෙර 'හේතුහාමි' නම් ගොවියෙකු විසින් වගා කළ බොහොම සශ්‍රීක ඉඩමක් තිබුණේය. හේතුහාමිගේ මරණින් පසු එය පාළුවට ගොස් වල් වැදී තිබුණේ වගා කිරීමට ගොවියෙකු හෝ පාරම්පරික උරුමක්කාරයෙකු නොසිටි නිසාය. නමුත් වසර පහළොවකට පසු හේතුහාමිගේ ඉඩම නැවත සශ්‍රීක කර ගොවිතැන ආරම්භ කරේ සපුකුමාරය.

"මම මේ ඉඩමේ ගොවියො වෙනුවෙන් 'ගොවි ගම්මානයක්' හදනවා. ගැමි ආරෙට ගෙවල් හදලා, ඒවා ළඟින් ඇලේ වතුර බහින්න ඇළ පාරකුත් හදනවා. ඊටපස්සේ ඉතින් මෙතනට පිටින් ගේන්න වෙන්නෙ ලුණු විතරයි."

සපුකුමාර ගමේ සියල්ලන්ටම එසේ කියා තිබුණි.

"මගේ මහත්තයට මුල්ම ග්‍රාමසේවක පත්වීම හම්බුණේ අඹන්පොළ බටහිර ග්‍රාම නිලධාරී වසමට. එතකොට එයාට අවුරුදු විසිඅටයි. එද ඉඳලා අද වෙනකන් එයා අවංකව රාජකාරිය කළා. ගෙයක් ගානේ ගිහිල්ලා එයාගෙ වසමෙ මිනිස්සු ගැන හොයලා බැලුවා. ගමේ මිනිස්සුන්ට ලැබෙන්න තියෙන මුදලක්, බඩු මල්ලක් තිබ්බොත් හරියට දෙන්න ඕන කෙනාට ඒවා බෙදලා දුන්නා. ගෙදර ඉන්න වෙලාවටත් එයා කළේ ෆෝන් එකෙන් වසමේ මිනිස්සුන්ගෙ ප්‍රශ්න විසඳපු එක. අනිත් එක මහත්තයා ළඟ දේශීය වී වර්ග 90කට වැඩියෙන් තිබුණා. ඒවා බෝ කරලා ගමේ මිනිස්සුන්ට බෙදල දෙන්නත් එයා ගොඩක් මහන්සි වුණා. මහත්තයට තිබුණ ලොකුම බලාපොරොත්තුව තමයි හේතුහාමිගේ කඳුබොඩයාගම ඉඩමේ ගොවි ගම්මානයක් හදලා ගොවියන්ට බාරදෙන එක."

සපුකුමාරගේ දහඩිය මහන්සියෙන් ඉදිවෙන මේ ගොවි ගම්මානය ගැන පුවත ප්‍රදේශය පුරා පැතිර යන්නට වැඩි කලක් ගියේ නැත. ඔහුගේ සිතැඟි පරිදිම ගොවි නිවාස, ඇළදොළ, හේන් කුඹුරු යන සියල්ලෙන්ම ගොවි ගම්මානය සශ්‍රීක විය. කැලේ අලින්ට ඌරන්ට පවා කෑමබීම සපයා ගැනීමට බිම්කඩක් වෙන්කර තැබීමට සපුකුමාර අමතක කළේ නැත. මේ ආකාරයට දිනෙන් දින එලබර වන සපුකමාරගේ ගොවි ගමට ප්‍රාදේශීය දේශපාලඥයන්ගේ උකුසු ඇස් යොමු වූයේ ඔය අතරතුරය.

සපුකුමාර වනය විනාශ කර දමන බවට අභූත චෝදනා නැගූ ඔවුන් මැරයින් ලවා මුලින්ම ගොවි ගම්මානයේ නාම පුවරුව පවා විනාශ කර දැමූහ.

"ඒ කොච්චර ප්‍රශ්න ආවත් මහත්තයා ගොවිගම හදන එක නතර කළේ නෑ. එයා කාටවත් බය වුණෙත් නෑ. ඒ විතරක් නෙවෙයි 'කඳුබොඩයාගම පාරම්පරික දැනුම පිළිබඳව දැනමුතු මධ්‍යස්ථානෙකුත් හැදුවා. ඒ හැම වෙලාවෙම එයා කිව්ව දෙයක් තිබුණා. ඒ තමයි මම මැරුණට පස්සෙ මේවා දකිනකොට මිනිස්සුන්ට මාව මතක් වෙයි කියලා."

> මහත්තයට තිබුණ ලොකුම බලාපොරොත්තුව තමයි හේතුහාමිගේ කඳුබොඩයාගම ඉඩමේ ගොවි ගම්මානයක් හදලා ගොවියන්ට බාරදෙන එක

ඒ සියලු පීඩාවන් දරාගෙන ඉදිරියට ගිය සපුකුමාරගේ ඊළඟ අරමුණ වුණේ ගොවි ගම්මානය පොදු දේපළක් බවට පත්කර ගොවීන්ට භාරදීමය. ඔහු ඒ වනවිටත් ඊට අවශ්‍ය සියලු කටයුතු සූදානම් කරමින් සිටියේය.

නමුත් ඒ කාලයේම අඹන්පොළ නියෝජ්‍ය දුම්රිය ස්ථානාධිපති චානකගේද බැල්ම මේ ගොවිගමට වැටෙන්නට පටන් ගත්තේය. එය සපුකුමාරගේ ජීවිතයට වැටුණු මාරක බැල්මක් බව ඔහු කිසිදිනෙකවත් නොසිතන්නට ඇත.

චානක නිතරම කියා සිටියේ මෙම ඉඩමට තමන්ගේ බිරිඳගේ පාර්ශවයෙන් අයිතිවාසිකමක් ඇති බවය. මෙලෙස දිනෙන් දිනම සපුකුමාරගේ ගොවිගමට අයිතිකරුවන් වැඩිවෙමින් තිබුණි. ඒ අතුරතුර අසල නිවසක පුද්ගලයෙකුද කියා සිටියේ තමන්ටද ඉන් කොටහක් අයිති බවය. පසුව මේ දෙගොල්ලන් කියා සිටියේ ගොවි ගම්මානය කොටස් තුනකට බෙදිය යුතු බවය. එහෙත් සපුකුමාර කියා සිටියේ කිසිම හේතුවකට තමන්ගේ ගොවි ගම්මානය දෙකඩ නොකරන බවයි. මෙම විරසකය දුරදිග යාම නිසා සපුකුමාරගේ බිරිඳ පවසන පරිදි චානක විසින් සපුකුමාරව ඝාතනය කිරීමට රහසිගත සැලසුමක් ක්‍රියාත්මක කළේය.

"අඹන්පොළ නියෝජ්‍ය දුම්රිය ස්ථානාධිපති චානක මුල්වෙලා මහත්තයව මරන්න ගාල්ලෙ හික්කඩුවෙන් මිනිස්සු ගෙන්නලා තියෙන්නෙ. මරන්න ආපු මැරයො මහත්තයව වාහනේකට දගෙන අඹන්පොළ ප්‍රධාන පාරට අරන් ගිහින් දස වද දීලා කපලා කොටලා දාලා තියෙනවා. කොහොම හරි මහත්තයා වාහනෙන් එළියට පැනලා බේරගනියෝ කියලා පාර පුරාම දුවලත් තියෙනවා.

එහෙම වැටි වැටි දුවද්දිත් පස්සෙන් පන්නලා මන්නවලින් කොටලා පර්ස් ෆෝන් සේරම අරගෙන උන් පැනලා ගිහිල්ලා තිබුණා. ඊටපස්සේ පාරේ ගියපු ලොරියක කට්ටියක් තමයි මහත්තයව අඹන්පොල ඉස්පිරිතාලෙට අරන් ගිහින් තියෙන්නෙ. ඒත් ඉස්පිරිතාලෙ ට්‍රොලියට දනකොටම මහත්තයගෙ පණ ටික ගිහිල්ලා...."

ඇය කියන්නේ වේදනාවෙනි.

ඔහු තව නොබෝ දිනකින් ග්‍රාම නිලධාරී ධුරයෙන් විශ්‍රාම ගැනීමට බලාපොරොත්තුවෙන් සිටි අයෙකි.

"මහත්තයගෙ මරණෙට නඩුවක් යනවද නැද්ද කියලාවත් අපි තාම දන්නෙ නෑ. අඹන්පොළ පොලිසිය මේ වෙද්දි සිද්ධියට සම්බන්ධ තුන්දෙනෙක්ව අත්අඩංගුවට අරන් තියෙනවා කියලා කියනවා. මට අන්තිමටම ඉල්ලන්න තියෙන්න කිසිම අවංක රාජ්‍ය නිලධාරියෙකුට මෙහෙම වෙන්න දෙන්න එපා කියලා."

අප අඹන්පොළ පොලිසිය ඇමතුවේ මෙම සිදුවීමට අදාළ පරීක්ෂණ කටයුතුවල වර්තමාන තත්ත්වය දැනගැනීමටය. එහිදී අඹන්පොළ පොලිස් ස්ථානයේ ස්ථානාධිපති සමන් පෙරේරා මහතා කියා සිටියේ මෙවැනි කතාවකි.

"කපිල සපුකුමාර කියන මියගිය ග්‍රාම නිලධාරීවරයා ගොවි ගම්මානය හදන්න හදපු ඉඩමට අඹන්පොළ නියේජ්‍ය දුම්රිය ස්ථානාධිපතිවරයාත්, තවත් පිරිසකුත් අයිතිවාසිකම් කියලා තියෙනවා. එතැනදී ග්‍රාම නිලධාරී ඒ අයට අසාධාරණයක් කරනවා කියලා තමයි මේ ආරවුල ඇති කරගෙන තියෙන්නෙ. කොහොම වුණත් අපි දැනට සිද්ධියට අදාළ සැකකරුවා තුන්දෙනෙක්ව අත්අඩංගුවට අරන් තියෙනවා. තවත් සැකකරුවො තුන්දෙනෙක් අත්අඩංගුවට ගන්න තියෙනවා. ඔවුන් දෙදෙනාවත් අත්අඩංගුවට ගත්තට පස්සෙ නඩු පැවරීමට බලාපොරොත්තු වෙනවා. අඹන්පොළ පොලිසිය මේ සම්බන්ධව ඉදිරි පරීක්ෂණ කටයුතු සිදු කරමින් සිටිනවා."

කපිල සපුකුමාර මියගියේ රාජකාරියේ යෙදී සිටියදීය. එම නිසා බලධාරීන්ට ඔහු වෙනුවෙන් ඉටු කිරීමට යුතුකම් රාශියක් ඇත. ඉන් පළමුවැන්න පියා අහිමි වූ දියණියන් දෙදෙනාට සහ පවුලට සාධාරණයක් ඉටු කිරීමයි.

අනෙක ඔහු දිවි දෙවෙනිකොට දියුණු කළ ගොවි ගම්මානය, හෙළ වෙදකම සහ 'පාරම්පරික දැනුම පිළිබඳ දැනමුතු මධ්‍යස්ථානය' ගොවියා වෙනුවෙන් තවදුරටත් දියුණු කිරීමය.

ලිහිණි මධුෂිකා

රජ සැප වගේද පෙම් සැප

මේ කතාව ප්‍රේමය වෙනුවෙන් රාජකීයත්වය අත්හළ රජ කුමාරියක් ගැනය. වෙනසකට ඇත්තේ ඇය සුරංගනා කතාවක කුමරියක් නොවී ජපානයේ ජීවත්වන කුමරියක් වීමයි.

එය 2018 වසරේ සෞම්‍ය හේමන්ත දිනයකි. මැකෝ කුමරිය සිය අනාගත වල්ලභයා පිළිබඳ පුවත ප්‍රසිද්ධ කළේ එදිනය.

"ඔහු සූර්යයා මෙන් උණුසුම් සිතක් ඇති ප්‍රේමණීය පුද්ගලයෙක්."

තමා පසෙකින් සිටි ප්‍රසන්න තරුණයා දෙස ආදරයෙන් බලාගෙන ඇය පැවසුවේ මාධ්‍යවේදීන්ගේ කැමරාවල ඔහුගේ රුව සටහන් වන අතරේදීය.

"මට ඇය පසළොස්වක සඳක්."

ඔහු ද ප්‍රකාශ කළේ පෙම්වත් දැසිනි.

විවාහයට පෙර අවසන් රාජකීය චාරිත්‍රය ඉටු කරමින්

මේ පුවතට තටු ලැබෙන්නට වැඩි කාලයක් ගියේ නැත.

"ජපන් රජ කුමරියගේ අනාගත සැමියා සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙක්."

බොහෝ ජපන් වැසියන්ගේ විමතියට ලක්වූ කරුණ එයයි. බ්‍රිතාන්‍ය රජ පවුලටත් වඩා සාම්ප්‍රදායික රාජකීය නීති අනුගමනය කරන ජපන් රජ කුමරියක විසින් එවැනි තීරණයක් ගැනීම ජපන් වැසියන්ගේ විශ්මයට හේතු වී තිබිණි.

කුමරියගේ පෙම්වතා කී කොමුරෝ ඒ වනවිට ඇමරිකාවේ විශ්වවිද්‍යාලයක නීති ශිෂ්‍යයෙකු විය. කුමරිය ප්‍රකාශ කළේ නුදුරු කාලයේදී තමා කොමුරෝ සමඟ විවාහ වීමට බලාපොරොත්තු වන බවයි.

නමුත් ඇගේ ඒ පැතුම ඉටු කරගන්නට අවස්ථාවක් ලැබුණේ නැත. ජපානයේ ටැබ්ලොයිඩ් පුවත්පත් කොමුරෝගේ මව සම්බන්ධ මුදල් ගනුදෙනුවක් ගැන හෙළිකරනු ලැබූ බැවිනි. විවිධ කටකතා පැතිරී යද්දී කොමුරෝට හා මැකෝ කුමරියට සිදුවූයේ සිය විවාහ කල් දමන්නටය. ඒ අතර නොයෙකුත් විවේචනවලට ලක්වූ කුමරිය දැඩි මානසික ආතතියට පවා පත්වූවාය. බොහෝදෙනා පැවසුවේ ඇය පශ්චාත් කම්පනීය විශාදයෙන් (PTSD) පෙළෙන බවකි.

එම සිද්ධිය වී දැන් වසර තුනකට වැඩි කාලයක් ගත වී ඇත. මේ ඔක්තෝබර් 26 වනදා සිය විවාහය පැවැත්වීමට ඔවුන් සූදානම් වී සිටිති.

එයද කිසිඳු උත්සව සිරියකින් තොර චාම් විවාහයක් ලෙසය.

මැකෝ කුමරියගේ මෙම විවාහය සාමාන්‍ය පවුලක විවාහයකට වඩා වෙනස්ය. සාමාන්‍ය යුවතියකට වඩා ලොකු කැපකිරීමක් සිය පෞද්ගලික අරමුණ පසෙකලා සිදු කිරීමට රාජකීයයෙකුට සිදුවීම ඊට හේතුවය. රටවැසියන් හා රජ පවුල බලාපොරොත්තු වන්නේ එයයි.

"මා මගේ දෙමව්පියන්ට කොමුරෝව හඳුන්වා දුන් මොහොතේ ඔවුන් දැක්වූයේ උණුසුම් පිළිගැනීමක් නොවෙයි. ඔහු සාමාන්‍ය පවුලකට අයත් නීති ශිෂ්‍යයෙකු වීම ඊට හේතු වන්නට ඇති. මට වැටහුණා ඔවුන් මගේ විවාහයට කැමැත්තක් නොදක්වන බව."

ඇය පසුව පවසා තිබුණාය.

මේ වනවිට මැකෝ කුමරියත් ඇගේ පෙම්වතා වන කෙයි කොමුරෝත් 30 හැවිරිදි වියේ පසුවෙති. පසුගිය 23 වෙනදා කුමරිය සිය 30 වැනි උපන්දිනය සැමරුවාය. ඒ ඇය රජ පවුලේ සාමාජිකයෙකු ලෙස සැමරූ අවසන් උපන්දිනයයි.

සිය නැගණිය වූ කැකෝ කුමරිය සමඟ රාජ උද්‍යානයේ සක්මන් කරන මැකෝගේ ඡායාරූප ජපන් රජ පවුලේ මාධ්‍ය ඒකකය විසින් නිකුත් කර තිබුණද ඇගේ උපන්දිනය පිළිබඳව එහි සඳහන් කර තිබුණේ නැත.

මැකෝ කුමරිය යනු ජපානයේ ඔටුන්න හිමි අකිෂිනෝ කුමරුන් හා කිකෝ කුමරියගේ වැඩිමහල් දියණියයි. එමෙන්ම ජපානයේ නරුහිතෝ අධිරාජ්‍යයාගේ හා මසාකෝ බිසවගේ ඥාති දියණියයි. ඇගේ බාල සොයුරිය කැකෝ කුමරියයි.

ඔවුන් දෙදෙනාගේ විවාහයට සාම්ප්‍රදායික රාජකීය සිරිත් විරිත් කිසිවක් ඇතුළත් වන්නේ නැත. වෙනකක් තබා ජපානයේ රජ කුමරියකගේ මංගල අවස්ථාවකදී රජයෙන් ලබාදෙන යෙන් මිලියන 152.2ක දායාද මුදල පවා ඇයට අහිමිය.

කුමරියට සිය පෙම්වතා හමුවූයේ 2012 වසරේ ඇය ටෝකියෝවේ ජාත්‍යන්තර කිතුණු විශ්වවිද්‍යාලයේ අධ්‍යාපනය ලබමින් සිටියදීය. එකල බොහෝදෙනා කොමුරෝව හැඳින්වූයේ 'සයුරේ කුමාරයා' ලෙසිනි. ඒ දකුණු දිග ටෝකියෝවේ ෆුජිසාවා නගරයේ පැවති වෙරළබඩ සංචාරක වැඩමුළුවකට ඔහු සහභාගී වී සිටියදී පටබැඳුනකි.

2018 අගෝස්තුවේදී ඔහු නීති උපාධිය හැදෑරීම පිණිස නිව්යෝර්ක්හි ෆෝඩ්හැම් නීති විද්‍යාලයට ඇතුළු විය. කොමුරෝ මේ වනවිට ඇමරිකාවේ නීති ආයතනකට එක්වීමට අදහස් කර ඇත. විවාහයෙන් පසු කුමරිය සිය රටද හැර දමා සැමියා සමඟ ඇමරිකාව බලා යාමට නියමිතය.

මා මගේ දෙමව්පියන්ට කොමුරෝව හඳුන්වා දුන් මොහොතේ ඔවුන් දැක්වූයේ උණුසුම් පිළිගැනීමක් නොවෙයි

ඔවුන් සිය අතිනත ගැනීම නිවේදනය කළ මොහොතේ සිටම රටවැසියන්ගෙන් හා මාධ්‍යවලින් විවිධ චෝදනා එල්ල විය.

"කොමුරෝ සිය මවගේ ණය ගෙවීම සඳහා කුමරියගෙන් ලැබෙන දෑවැද්ද භාවිතා කිරීමට බලා සිටිනවා."

ඔවුන්ගේ ප්‍රධාන චෝදනාව වූයේ එයයි.

එම චෝදනාවන් හේතුවෙන් කුමරිය දැඩි මානසික පීඩනයකට පත්විය. 2018දී එකතු වන්නට බලා සිටි ඔවුන්ගේ පැතුම වසර තුනකට වැඩි කාලයක් ඇදී ගියේ ඒ හේතුවෙනි. එහෙත් ඔවුනට අධිරාජයාගේ හා අකිෂිනෝ කුමරුගේ ආශිර්වාදය ලැබුණි.

"විවාහයක් යනු දෙදෙනාගේ කැමැත්ත මත සිදුවන දෙයක්. පියෙකු වශයෙන් මට කළ හැකි දෙය ඇයගේ කැමැත්තට ඉඩ දීමයි."

කුමරියගේ පියා වන අකිෂිනෝ කුමරු පැවසුවේ ගිය වසර අගදීය. ජපානයේ රාජකීය විවාහ චාරිත්‍ර අනුව රජ පවුලේ කුමරියක සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකු සමඟ විවාහ වන්නේ නම් ඇය රාජකීය කටයුතුවලින් හා තනතුරුවලින් ඉවත් විය යුතුය.

මෙය ශත වර්ෂ ගණනාවක් තිස්සේ පැවත ගෙන එන සම්ප්‍රදායකි. දෙවන ලෝක යුද්ධයෙන් පසු සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකු සමඟ විවාහයට පත් එකම රාජකීය කාන්තාව වන්නේ මැකෝ කුමරියයි.

ඇය සිය රාජකීයත්වය හා මිලියන ගණනක දායාදය වැලි කැටයක් තරමටවත් නොසළකා කොමුරෝ සමඟ එක්වීම ඔවුන්ට එරෙහිව විවේචන එල්ල කළ පිරිසට ගැසූ කනේ පහරක් වැනිය. එමඟින් ඇය සිදුකර ඇත්තේ සුළු පටු පරිත්‍යාගයක් නොවේ. ඒ නිසා ලාබ සිල්ලර පෙම් බැඳීම් අතරේ මැකෝ කුමරියගේ ආදරය සදතනික වනු ඇත.

මට ඇය පසළොස්වක සඳක්

කී කොමුරෝ

ඔහු සූර්යයා මෙන් උණුසුම් සිතක් ඇති ප්‍රේමණීය පුද්ගලයෙක්

මැකෝ කුමරිය

මෙය ශත වර්ෂ ගණනාවක් තිස්සේ පැවත ගෙන එන සම්ප්‍රදායකි. දෙවන ලෝක යුද්ධයෙන් පසු සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකු සමඟ විවාහයට පත් එකම රාජකීය කාන්තාව වන්නේ මැකෝ කුමරියයි.

වසන්ත විජේරත්න

මෙතෙක් කතාව

අංජනා ඇල්ලේපොල සරසවි සිසුවියකි. විදුහල්පති පියෙකු හා මවත් සහෝදරයාත්, සහෝදරියත් සමග ඈ උපන්දා සිට ජීවත් වුණේ ගුරු නිවාසවලය. තේනුක බණ්ඩාර තෙන්නකෝන් ඇමති පුතෙක් වුවත් ඇමති නිල නිවසේ පදිංචිය ප්‍රතික්ෂේප කළෙන් කඩවත වූ නිවසේ ජීවත්වෙමින් කිරිබත්ගොඩ ඔහුගේම ජංගම දුරකතන අලෙවිසැලක් පවත්වාගෙන ගියේය. ඔහුට අංජනා හමුවන්නේ එහිදීය. එතෙක් හමුවූ සිය දහසක් අයට වඩා සංසාරික හුරුපුරුදු බවක් ඈ ළඟ දැනුණෙන් ඔහු ඈ හා සබඳතාවක් ඇතිකර ගත්තේය. ඒ ඔහු ඇමති පුතෙකුය යන්න තවදුරටත් රහසක් කරමිනි. ඒ අතර සොයුරු මේනක තේනුක පදිංචිව සිටින නිවසට ඇස ගසාගෙන කටයුතු කරයි. එය දැනගන්නා තේනුක ඉන් ඉවත් වන්නට සිතද්දී හදිසියේ අසනීප වූ අංජනාගේ පියා මෙලොවින් සමුගත්තෙන් අංජනාගේ පෙම්වතා ලෙස තේනුකට විසල් වගකීමක් දරන්නට සිදුවුණේය. එහි මූලිකම වගකීම වූයේ ඉන්න හිටින්නට ගෙයක් නැති ඔවුනට ගුරුනිවාසයෙන් ඉවත්ව පදිංචි වීමට තැනක් සෙවීමය.

අද එතැන් සිට

ඒ වසරේදී

බියංකා නානායක්කාර ලියයි

42 කොටස

මෙතන ඉන්නෙ අම්මා කෙනෙකුයි දුවලා දෙන්නයි, පුතයි. ඒ අය එක්ක කතාබහ කරගෙන හිටියට කමක් නෑ. හැබැයි මං කාගෙ කවුද කියලා මං ගැන කිසිම තොරතුරක් එයාලට කියන්න එපා

ඔයාගෙ වහල යටට ආවට පස්සෙ අපි සෑහෙන්න දුරස් වුණා වගේ

"ලොරිය ඇතුළට අරගෙන ඉවරවෙලා කාරෙක ගම්මු..."

ඔවුන් කාරයේම තබා ඔහු ගේට්ටුව ඇරියේය. ගේට්ටුව අරින සද්දයට දෝ කමල් උඩ සිට පහතට බැස ආවේය.

"කමල්, ගෙදර පදිංචිවෙන කට්ටිය ආවා."

කමල් වටපිට බැලුවත් ගේට්ටුවෙන් ඇතුළට ගන්නා ලොරි රථය මිස ඔහු වෙනත් කවුරුවත් දුටුවේ නැත.

"ඒ ගොල්ලො වාහනේ. ඔයා හැමවෙලේම හොඳට මතක තියාගන්න ඕනි දෙයක් තියෙනවා..."

"මොකද්ද මහත්තයා?"

"මෙතන ඉන්නෙ අම්මා කෙනෙකුයි දුවලා දෙන්නයි, පුතයි. ඒ අය එක්ක කතාබහ කරගෙන හිටියට කමක් නෑ. හැබැයි මං කාගෙ කවුද කියලා මං ගැන කිසිම තොරතුරක් එයාලට කියන්න එපා..."

"හොඳයි මහත්තයා..."

"ඒ ගොල්ලොන්ට අද ඉන්න වෙන්නෙ උඩ අපේ ගෙදර... හෙට නැකත් වෙලාවට කිරි උතුරවලා බඩු දනකල් පදිංචි වෙන්න බෑනේ..."

"මහත්තයා කෝල් කරලා කිව්ව හින්ද මම කෑමත් හදලා තියෙන්නේ. බඩු ටික පේමන්ට් එකට බෑව නම් පිනි ගහන එකකුත් නෑ..."

ඒ වනවිටත් ලොරියේ රියදුරු සහ සහායකයා බිමට බැස බඩු බාන්නට සැරසුණෝය. නිවසේ ඉදිරිපස පේමන්ට් එකේ ඉඩ වැඩිපුර තිබූ තැනටත් ගරාජයටත් බඩු ටික දමන්නට කමල් ද ඔවුනට උදව් කළේය. බඩු බා අවසන් කර ලොරි රථය පිටත් කර හරිනතුරු තේනුක වාහනය ඇතුළට ගත්තේවත්, වාහනය තුළ සිටි ඔවුන් බලන්නට ගියේවත් නැත. ලොරි රථයේ මුදල් බේරා පිටත් කළ තේනුක කාරය ළඟට ගොස් දොර හැරියේය.

"දැන් යමු... මිදුල එච්චර ඉඩ නෑ වාහන දෙකක් හරවන්න තරම්. ඊටත් ඒක ලොකු ලොරියක් නේ..."

රියදුරු අසුනෙන් ඉඳ ගනිමින් ඔහු සියල්ලන්ටම ඇසෙන්නට කීවේ ආදරණීය හඬකිනි. ඒ වනවිට සැවොම අවදියෙන් සිටියේය.

"එතකොට හෙට නැකතට යනකල් අපිට ඒ ගෙදර ඉන්න බෑ නේද?"

අංජනා ඇසුවේ ගෙදර සියලු දෙනාගේම සිත්හි උපන් ප්‍රශ්නයකි. සමහර විට ඔහු වාහනයේ නොසිටි මොහොතේ ඒ ගැන ඔවුන් කතා වන්නට ඇත.

"ඔව්... ඒත් ඔයාලට මම ඉන්න කොටසෙ ඉන්න පුළුවන්. ඕන දවසක්."

තේනුක වාහනය මිදුලට ගත්තාට පසු කමල් ගේට්ටුව වැසුවේය. ඒ දෙස සේපාලිකා ඇල්ලේපොල විමසිලිමත්ව බලනු තේනුකගේ ඇසට හසුවුණේය.

"දැන් බහින්න.. පැය ගානක් ඉඳගෙන ඉඳලා මහන්සි ඇතිනෙ..."

තේනුක අනුව ඔවුන් රියෙන් බැස්සාහ. විදුලි පහන් එළියෙන් ගෙය දුටුවාට පසු සේපාලිකා ඇල්ලේපොලගේ හිතට සහනයක් දැනුණා සේය. කුලී ගෙයක් කී කල්හී මේ මොහොත වනතුරුත් ඈ හිතේ මැවී තිබුණේ මීට හාත්පසින්ම වෙනස් වූ නිවසකි. එය දරු තිදෙනෙක් සමඟ කොළඹට හැඩ ගැසෙන්නට සුදුසු පරිසරයක් වේදැයි ඇය සිටියේ දෙගිඩියාවෙනි. කුලී ගෙවල් කී කල්හී මතක් වන්නේ අවම පහසුකම් ඇතුව කුලියට දෙන ගෙවල්ය. ඒවායේ වටපිටාවවත් මෙතරම් අලංකාර නැත. මේ ගෙයට ඉහළ කුලියක් ගෙවන්නට ඔහු ගන්නට ඇත. ඒත් ඒ මිල තමන්ට ගෙවන්නට හැකිවේදැයි සිතෙද්දී ආයෙත් සේපාලිකාගේ හිත බර වුණේය.

අංජනා, මල්ලී සහ නංගී කාරයෙන් බැස ඔවුන්ගේ ඇඳුම් ආම්පන්න සහිත බෑග් කරට දමා ගත්හ. අම්මාගේත් රෙදි දැමූ බෑගයක් විය. අංජනා ඒ බෑගයත් අතට ගන්නට හදද්දී තේනුක එය ගත්තේය. එය දුටු කමල් තේනුක ළඟට පැමිණ එම බෑගය ඔහු අතට ගත්තේය. නිවසේ පදිංචියට එන්නේ මහත්තයෙක් නැති දරුවන් තුන්දෙනෙක්ගේ මවක් කියා තේනුක කී කල්හී සේපාලිකා ඇල්ලේපොල දකිනතුරුත් කමල්ගේ හිතේ ඇඳී තිබුණේ සහමුලින් වෙනස් රුවකි. ඔවුන් දකිනතුරු ඔහු සිතා සිටියේ වෙනස් පවුලකි. ඔසරියක් හැඳ පිලිවෙලකට කොණ්ඩයක් බැඳ තැන්පත් ලෙස සිටි සේපාලිකා සේම ගවුම් හැඳ සිටි අංජනා හා නංගීත් කොට කලිසමක් ඇඳ සිටි මල්ලීත් කමල්ගේ සිතට පැහැදීමක් ඇති කළේය. තේනුක කාටත් කලින් උඩු මහලට පඩි නැග්ගේය. ඊට පසු අංජනාගේ පවුලේ උදවියත් කමල් අන්තිමටත් සේපාලිකා ඇල්ලේපොලගේ බෑගයත් උස්සගෙන පඩිපෙළ නැග ආවේය.

තේනුකගේ සිතට ආයෙත් වරක් අම්මා මතක් වූයේ ගේ දොරකඩට යද්දීය. ඇය නිවසට දහවල පැමිණ තිබුණේ නිවසට දොර රෙදි සහ ජනෙල් රෙදි අලුතෙන් දැමීමටය. නිවසට ඇතුළු වූ තේනුකගේ හිතට සතුටටත් වඩා විශ්මයක් දැණුනේය. ඔහු සිතුවේ අම්මා සාමාන්‍ය තිර රෙදි දමා ඇත කියාය. ඒත් ජනෙල්වලටත් දොරවල්වලටත් දමා තිබුණේ මිල අධික ක්‍රමානුකූලව මැසූ තිරරෙදි විය. ඒවා දැක්මෙන් උපන් සතුට සහ පුදුමය නිහඬව විඳගත්තා මිස ප්‍රකාශ කරන්නට එය ඔහුට අවස්ථාව නොවීය. ඒ නිසා දෑසින් ඔහු කාටත් රහසින් තිර රෙදි දැමූ නිවසේ සුන්දරත්වය විඳ ගත්තේය.

"මේක ඔගොල්ලන්ගේ ගේ කියල හිතන්න. කිසිම වෙනසක් නෑ. දැන් මහන්සි ඇරලා ඇඳුම් මාරු කරලා, කෑම ටිකක් කාලා කට්ටිය නිදගන්න. හෙට උදේම නැගිටින්නත් තියනවනේ. අපි උදේටම පල්ලෙහා ගෙදර බලන්න යමු."

ඔහු සේපාලිකා ඇල්ලේපොල කැඳවා නිදන කාමරයත් නාන කාමරයත් දෙක පෙන්වීය.

"පුතා ඉස්සරවෙලා ඇඟපත හෝදගෙන ඉන්න.. අපේ කට්ටියගෙ වැඩ ඉවරවෙනකොට පුතාට රෑ වෙයි."

සේපාලිකා කීවෙන් තේනුක නාන කාමරයට ගියේය.

කමල්ගේ කෑම මේසය රසවත් වුණේය. කෑමෙන් පසු ඔවුන් වෙනුවෙන් හදා තිබූ ලොකු නිදන කාමරයට සේපාලිකා ඇල්ලේපොලත් දරුවනුත් ගියෝය. යුගළ යහන සමීපයේ දැමූ අනෙක් විශාල මෙට්ටය කොහෙන් දැයි තේනුක සිතුවේය. ගෙදර අමතර මෙට්ටයක් වූයේ නැත. ඔහු කමල්ගෙන් ඒ ගැන ඇසුවේ ඒ නිසාය.

"මගේ ඇඳේ මෙට්ටෙ ඒ... අදට විතරනෙ මහත්තයා. මට ඔය පුටුවක පොඩ්ඩක් නිදගත්තෑකි. අනික මං උදෙන් නැගිටින්න ඕනෑ. කිරිබත් හදන්න ඕනි. කෙසෙල් ගෙනාවා. කඩෙන් අහගෙන මේ කිට්ටුව ගෙදරකට කිව්වා කැවුම් විසි පහකුයි, වැලිතලප විසි පහකුයි දෙන්න කියලා. එදා මේ ගෙදරට අපි එද්දි නම් ලොකු නෝනා ඒවා හදවන් ඇවිත් තිබුණානෙ..."

තමන්ට එවැන්නක් අමතක වූ මොහොතේ සියල්ල මතක් කර කිරීම ගැන තේනුක කමල්ට ස්තූති කළේය. කමල් තේනුකව පහළ ගෙදරට කැඳවා ගියේ උපක්‍රමශීලීවය. දොර ඇර නිවසට ඇතුළුව විදුලි පහන් දැල්වූ ඔහුට කමල් දෙස බැලුණේය.

"මුළු ගේම ලස්සනට තියන්න ඕන කිව්වා. ගේ මහත්තයාගෙ නිසා. ඒ හින්ද උඩ තට්ටුවේ විදිහටම මේකත් තියෙන්න ඕන කියලයි මේකටත් ඒ විදිහටම කර්ටන් දැම්මෙ ලොකු නෝනා. කුලියට දෙන අයට කියන්න කිව්වා පරෙස්සමට තියාගන්න කියලා..."

ඔහු අම්මාට දුරකතන ඇමතුමක් ගෙන බොහෝ පින් දුන්නේය. ලෝකෙ ඉන්නා හොඳම අම්මා ඈ වෙන්න ඇති කියා ඔහු සිතුවේය. ඒ ඇමතුම අවසන් වෙත්ම ඔහුගේ දුරකතනය හැඬවුණේය. එහා පස සිටියේ අංජනාය. කමල් පිටත උඩු මහලේ කිරි උතුරවන්නට ගත් තහඩුව ගෙනවිත් සාලයෙන් තබා ලොකු ගඩොල් කැට තුනක් ලිපක් මෙන් සාදනු පෙනෙයි.

"මෙච්චර වෙලා ළඟින් ඉඳලා ඔයා ඉන්න වහල යටට ආවට පස්සෙ අපි හුඟක් ඈත් වුණා වගෙයි..."

ඔහු ඇමතුම ගනිත්ම ඈ කීවාය.

"එහෙම එකක් නෑ නෝනා. මට නම් ඔයා ළඟ ඉන්නේ. දැන් දකින්න හිතුණොත් දකින්න පුළුවන් දුරනේ..."

"මට දුක හිතුණා. කිසිම ආදරයක් නෑ. හරියට නන්නාඳුනන කෙනෙක් වගේ හිටියෙ..."

ඈ කතා කරන්නේ ඇත්තටම දුකකින් කියා ඇගේ ස්වරය කීවේය.

"ඔය කියවන ඒවා අම්මට ඇහෙයි..."

"නෑ. මං මේ කාමරෙන් එළියට තියෙන දොර ඇරගෙන බැල්කනියට ආවා. මට නින්ද යන්නෙ නෑ."

ලබන සතියට...

අයියගේ යාළුවෙක් එක්ක මම රූම් එකකට ගියා

අද කතාවේ කතා නායිකාවගේ පුද්ගලික තොරතුරු හෙළිදරව් නොවිය යුතු නිසා ඇය තරුෂි නමින් හඳුන්වමි.

වයස අවුරුදු දහඅටක සුන්දර යුවතියක් වූ තරුෂි දිනක් අපගේ සායනයට පැමිණියේ ඒ වනවිට ඈ මුහුණ දී සිටි බලවත් ගැටළුවකට විසඳුම් සෙවීමටය.

"මම මේ ගමන ආවේ ගෙදරට හොරෙන්.. අම්මලා දැනගත්තොත් මාව මරදු දයි ඩොක්ටර්...."

ඇය සායනයට පැමිණ තිබුණේ තනිවමය. එසේම ඇය සිටියේ අනවශ්‍ය පීඩනයකින් සහ දැඩි බියකින්ය. ඒ නිසා ප්‍රථමයෙන් ඇයව සන්සුන් කිරීමට මම කටයුතු කළෙමි.

"මගේ රහස් ප්‍රදේශයේ ඉන්නෝ වගයක් ඇවිල්ලා. එහෙම එන්න හොඳ නැහැලු නේද... මම මැරෙයිද ඩොක්ටර්...?"

ඒ කතාවෙන් මා වටහාගත්තේ යොවුන් විය ගතකරන තරුෂිට ලිංගිකත්වය පිළිබඳව ඇති දැනුම ඉතා අවම බවය.

ලිංගික ඉන්නන් ඇතිවූ පමණින් යමෙකු මිය නොයන බවත් එය නිට්ටාවට සුව කිරීමට හෝ මැනවින් පාලනය කිරීමට හැකි රෝග තත්ත්වයක් බවත් මම ඇයට පැහැදිලි කළෙමි.

කරුණු පැහැදිලි කිරීමෙන් අනතුරුව ලිංගික ඉන්නන් ඇතිකරන වෛරසය ඇගේ සිරුරට ඇතුළු වූයේ කෙසේද යන්න මා විමසුවෙමි.

තරුෂි ඇයට මුහුණදීමට සිදුවූ අවාසනාවන්ත සිදුවීම පිළිබඳව මා සමඟ පැවසුවේ ඉන්පසුවයි.

"සරත් කියන්නේ අපේ අයියගේ යාළුවෙක්. අපේ අයියව හම්බවෙන්න නිතරම වගේ අපේ ගෙදරට ආවා."

තිස් හැවිරිදි සරත් නමැත්තෙකු සමඟ තරුෂි පෙම් සබඳතාවක් ඇති කරගෙන තිබුණි.

"දවසක් ගෙදර කවුරුත් නැති වෙලාවක මම එයත් එක්ක අඹු-සැමියන් විදිහට හැසිරුණා. පස්සේ එයා මාව ආයෙත් දවස් දෙක තුනක්ම රූම්වලටත් අරගෙන ගියා."

එතැනින් නොනැවතුණු සරත් ඔහුගේ මිතුරන් සමඟ ද යහන්ගත වන ලෙස තරුෂිට පැවසූ බව ඈ කියයි.

"එහෙම කිව්වම මට එයාව එපා වුණා. ඒ නිසා මේ සේරම අම්මටයි, තාත්තටයි කියනවා කියලා මම එයාට කිව්වා. එද ඉඳලා සරත් මට කතා කළේවත්, අයියව මුණගැහෙන්න ආවෙවත් නැහැ. ඔය සිද්ධිය වෙලා මාස කීපයකට පස්සේ තමයි මම මේ ඉන්නන්ව දැක්කේ."

> **මේ සේරම අම්මටයි, තාත්තටයි කියනවා කියලා මම එයාට කිව්වා. එදා ඉඳලා සරත් මට කතා කළේවත්, අයියව මුණගැහෙන්න ආවෙවත් නැහැ**

තත්ත්වය හේතුවෙන් ඇය සිටියේ දැඩි මානසික පීඩනයකින්ය. උපදේශනය මගින් ඇයගේ මානසික පීඩනය යටපත් කළ මම එදිනම ඇයගේ කායික ප්‍රතිකාරද ආරම්භ කළෙමි.

මෙවැනි අවාසනාවන්ත ඉරණම්වලට මුහුණදෙන ළාබාල යුවතියන් ඕනෑතරම් මාගේ වෘත්තීය ජීවිතය තුළදී මුණගැසෙයි. නමුත් ලොව පුරා වයස අවුරුදු පහළොවත් විසිහතරත් අතර තරුණියන්ට ලිංගාශ්‍රිත රෝග ඇතිවීමේ වැඩි අවධානමක් ඇති බව මේ බොහෝදෙනා නොදැනුවත්ය. තවත් එක් ලිංගාශ්‍රිත රෝගයක් ගැන දැනුවත් කරනවාට වඩා මේ පිළිබඳව ඔබව දැනුවත් කිරීම හොඳ යැයි කියා මා සිතුවේ ඒ නිසාය.

ජෛව විද්‍යාත්මක සොයාගැනීම්වලට අනුව කාන්තාවකට ලිංගාශ්‍රිත රෝග බෝවීමේ අවධානම වැඩිය.

ලිංගික සම්බන්ධතාවයකදී ලිංගාශ්‍රිත රෝග ඇතිකරන විෂබීජ සහිත තරලවලට නිරාවරණය වන යෝනි මාර්ග වර්ගඵලය, පිරිමියාට සාපේක්ෂව වැඩිය.

මේ කාරණා සරලව පැහැදිලි කළහොත් ලිංගාශ්‍රිත රෝග සාදන බැක්ටීරියා, වෛරස්, දිලීර වැනි දේ පිරිමි ඇඟට ඇතුළු වන්නේ ශිෂ්ණ මුණ්ඩය හරහායි. නමුත් ශිෂ්ණ මුණ්ඩයේ සමේ පවතින ස්වභාවය නිසා ඒ හරහා එවැනි දේ ඇතුළුවීමට ඇති අවධානම අඩුය. නමුත් කාන්තාවකගේ යෝනි මාර්ගයේ වර්ගඵලය පුළුල් බැවින් ලිංගාශ්‍රිත රෝග සාදන ආගන්තුක දෑ ඔවුන්ගේ ශරීරයට ඉතා පහසුවෙන්ම ඇතුළු වේ.

එපමණක් නොව ලිංගික සම්බන්ධයකදී යෝනි මාර්ගයේ ඇති විය හැකි කුඩා තුවාල හෝ ඉරිතැලීම් වලින් වෛරස, බැක්ටීරියා, දිලීර වැනි දේ කාන්තා සිරුරට ඇතුළු වේ. ඊට අමතරව HIV වැනි ආසාධන තෙත් සහිත ශ්ලේෂ්මල පටක හරහා සෘජුවම යෝනි මාර්ගයට ඇතුළු විය හැකි බවත් කිව යුතුය.

ඒ වගේම පසුව මේ ආසාදනය ගැබ්ගෙල හරහා පැලෝපීය නාල සහ උදර කුහරය තුළටත් ඉතා වේගයෙන් පැතිරේ.

වෛරසය ආසාදනය වූ පසු පිරිමි අයගේ රෝග ලක්ෂණ වැඩිවීමේ අවස්ථාව වැඩිය. ඒ නිසා ඔවුන් ප්‍රතිකාර වෙත යොමුවන ප්‍රවණතාවයද වැඩිය. නමුත් කාන්තාවන් බහුතරයකට මුල් අවධිවලදී කිසිඳු රෝග ලක්ෂණයක් නොපෙන්වන නිසා ඔවුන් ප්‍රතිකාර සඳහා යොමුවන ප්‍රවණතාවද සාපේක්ෂව අඩුය.

මේවා පොදුවේ කාන්තාවන්ට ඇති අවධානම්ය. අවුරුදු 15-24 වයස් කාණ්ඩයේ යුවතියන්ට ලිංගාශ්‍රිත රෝග ඇතිවීමේ අවධානම තව තවත් වැඩි වන්නේ ඔවුන්ට නිසි ලිංගික දැනුමක් නොමැති වීම සහ අපයෝජන වළක්වා ගැනීමට ඔවුන් සතු ජීවන කුසලතා මට්ටම ප්‍රමාණවත් නොවීම යන හේතු සාධක නිසාය.

එසේම තමාට යම් රෝග තත්ත්වයක් ඇතිවී ඇති බව දැනුණොත් සමාජයේ විවේචනයට ලක්වෙතැයි සිතනා බොහෝ යුවතියන් ප්‍රතිකාරවලට යාම සඳහා භීතියක්, ලැජ්ජාවක් දක්වන බවත් කිව යුතුය.

ප්‍රතිකාර ප්‍රමාද කිරීමෙන් තත්ත්වය තව තවත් සංකීර්ණ වනවා මිසක සුව අතට නොහැරෙන බව වටහාගත යුතුයි.

> **ලිංගාශ්‍රිත රෝගවලට දීර්ඝකාලීනව ප්‍රතිකාර නොකිරීමෙන් ශ්‍රෝණි ප්‍රදාහය වැනි රෝග තත්ත්වයන් පවා ඇතිවිය හැකියි. එසේම පසුකාලීනව වඳභාවය වැනි සංකූලතා ඇතිවීමටද බැරි නැත**

ලිංගාශ්‍රිත රෝගවලට දීර්ඝකාලීනව ප්‍රතිකාර නොකිරීමෙන් ශ්‍රෝණි ප්‍රදහය වැනි රෝග තත්ත්වයන් පවා ඇතිවිය හැකියි. එසේම පසුකාලීනව වඳභාවය වැනි සංකූලතා ඇතිවීමටද බැරි නැත.

HIV වැනි ආසාදන හඳුනා නොගතහොත් වසර ගණනාවකට පසු එය ඒඩ්ස් රෝගය බවට පත්වීම නිසා අදාළ තැනැත්තා මියයාමටද ඉඩ ඇත.

ඔබ ඉහත කිව් වයස් සීමාවේ ළාබාල යුවතියක් නම් අනාරක්ෂිත ලිංගික සබඳතාවකට පසු ඉවසාගත නොහැකි යටිබඩේ වේදනාවක්, අසාමාන්‍ය යෝනි ස්‍රාවයක් නැතිනම් යෝනි මාර්ගයේ ලිංගික ඉන්නන්, ලිංගික තුවාල වැනි අසාමාන්‍ය වෙනසක් ඇත්නම් බලා නොහිඳ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර වෙත යොමුවීමට ඉක්මන් විය යුතුය. ළඟම ඇති ලිංගාශ්‍රිත රෝග සායනයකට සහභාගිවී ඒ අවශ්‍ය පරීක්ෂණ සහ ප්‍රතිකාර නොමිලේම කරගැනීමටද හැකියාව ඇත.

අනාගත ඉලක්ක, අරමුණු කරා ගමන් කරනා යොවුන් තරුණ තරුණියන් නිසි වයස එළැඹෙන තුරු හෝ තමාට සුදුසු සහකරු සහකාරිය හමුවනතුරු ලිංගික හැඟීම් කළමනාකරණය කරගැනීම වඩා හොඳය.

එසේ නැතහොත් ලිංගික එක්වීමකදී ආරක්ෂක ක්‍රමවේදයක් භාවිතා කිරීමට ඔබ බුද්ධිමත් විය යුතුය. එමගින් ලිංගාශ්‍රිත රෝග පමණක් නොව අනවශ්‍ය ගැබ්ගැනීම් පවා වළක්වා ගත හැකිය.

ලිංගාශ්‍රිත රෝග පිළිබඳ විශේෂඥ වෛද්‍ය
I.L.ජයවීර
MBBS, PG Diploma, MD (Venereology)
ජාතික ලිංගාශ්‍රිත රෝග සහ ඒඩ්ස් මර්ධන වැඩසටහන

සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

මම මරාගෙන මැරෙන කොටි කාන්තාවක් කියන එක එදා අමතක වුණා

එල්.ටී.ටී.ඊ. මරාගෙන මැරෙන කොටි කාන්තාවක් ධරණී ට කියයි

40 වැනි කොටස

මෙතෙක් කතාව

ලෝජිනී

ලෝජිනීගේ උපන්ගම කොටි සංවිධානයේ යුද මර්මස්ථානයක් වූ මුලතිව් මූල්ලියවලෙයි ග්‍රාමයයි. ලෝජිනීව රවටාගෙන එල්.ටී.ටී.ඊ සංවිධානයට බඳවා ගන්නා අතර පුහුණුවෙන් පසු සෝදියා බලකායට අනුයුක්ත කරයි.

සංවිධානය තුළ සිටියදී නොයෙකුත් හැළහැප්පීම් මැද දිවි ගෙවන ලෝජිනී සංවිධානය තුළ සිටි තම හොඳම මිතුරියන්ගේ වියෝවෙන් පසු මරාගෙන මැරෙන සෙබළියක ලෙස පුහුණුවීම් අරඹා එම පුහුණුව සාර්ථකව නිම කරයි.

හමුද ප්‍රහාර හමුවේ කඩා වැටෙන එල්.ටී.ටී.ඊ සංවිධානය අවසාන මාස කිහිපයේදී ලෝජිනී වව්නියාවට සංක්‍රමණය කරවන්නේ ඇගේ මරාගෙන මැරෙන ඉලක්කය ලැබෙන තෙක් එහි සිටින ලෙස දන්වමිනි.

එහිදී ඇගේ බාරකරු වන්නේ සුගන්දන් නම් ඕලන්දයේ සිටින දෙමළ ජාතිකයකු වන අතර දිනෙන් දින සිදුවූ එල්.ටී.ටී.ඊ සංවිධානයේ කඩාවැටීම හමුවේ ඔහුද ලෝජිනී පිළිබඳ සොයා බැලීම නවතා දමයි.

ඒ අතර වව්නියාවේදී දැන හඳුනා ගන්නා රූබන් නම් ත්‍රිරෝද රථ රියදුරා සමග ප්‍රේම සබඳතාවයක් අරඹන ලෝජිනී තමන් මරාගෙන මැරෙන සෙබළියක් බව ඔහුට සඟවා ඔහු සමග විවාහ වෙයි. උතුරේ යුද හමුද ප්‍රහාර දරුණු වීමත් සමග කොටින්ගේ සංවිධාන ජාලය බිඳ වැටීම නිසා ලෝජිනී හා කොටි සංවිධානය අතර සන්නිවේදනයද බිඳ වැටේ. එහිදී LTTE සංවිධානයේ නීතිරීතිවලට පටහැනිව කටයුතු කරමින් ලෝජිනී රූබන් සමග විවාහ වේ. ඒත් සමග හමුද අත්අඩංගුවට පත්වීමේ අවදානම සමග LTTE විසින් තමාව ඝාතනය කරතැයි බිය සමග ලෝජිනී සිය විවාහ දිවිය ගත කරන්නීය.

අද එතැන් සිට....

බස් පේළිය පිටිපස්සෙන් ත්‍රීවිල් එක ගියත් ටිකක් අමාරුවෙන් ගියේ. මොකද බස් ගොඩක් වේගයෙන් ගියේ. රූබන් කොහොමහරි බස් ටික පේන දුරින් ත්‍රීවිල් එක අරගෙන ගියා. බස් එකේ ඉඳපු අපේ ගෙදර අය නම් සතුටෙන් වගේ අපි පිටිපස්සෙන් එනවද කියලා බල බලා තමයි ගියේ. ඒත් සමහරු හිටියේ ජීවිතයම එපා වෙලා වගේ. මොකද එයාලා තමන්ගේ ජීවිත කාලයම හම්බ කරපු සේරම අත්හැරලා ඇඳිවත පිටින් ඇවිත් තිබුණේ. ඒත් ළමයින්ට නම් සංතෝෂයි වගේ. ඒ ළමයි වාහන, විදුලිය වගේම සාමකාමී පරිසරයක් දැකලම තිබිලා නැහැ. ඒ නිසා එයාලා හැසිරුණේ වෙනත් ලෝකයකට ආවා වගේ. කොහොමහරි බස් එක ත්‍රිකුණාමලය පාරේ ගිහින් දකුණට හැරෙව්වා. එතනිනුත් දිගටම යනවා.”

“මේ පැත්තෙන් මැදවච්චිය පැත්තටයි ජෝෂප් කෑම්ප් (වන්නි ආරක්ෂක සේනා මූලස්ථානය) යන්න පුළුවන්. කට්ටිය ආමි කෑම්ප් එකකට අරන් යනවද දන්නෙ නැහැ.”

රූබන් කීවේය.

ඒත් සමඟ පිරිස බියට පත්විය. ඒ මක්නිසාද යත්,

‘යුද හමුදවට භාරවුණ අය සේරම හමුද කඳවුරුවලට අරගෙන යනවා. තරුණ කාන්තාවන්ට හිරිහැර කරනවා. තරුණයන්ව එල්.ටී.ටී.ඊ. කියලා සැකපිට අත්අඩංගුවට අරගෙන හිරිහැර කරනවා’ යනුවෙන් කොටි හිතවාදී මාධ්‍ය බොරු ප්‍රචාරයක් පතුරුවා හැර තිබිණි. ඔවුන් එලෙස කර තිබුණේ සාමාන්‍ය වැසියන් කොටි ග්‍රහණයෙන් මිදී යුද හමුදව සිටින ප්‍රදේශයට පැමිණීම වැළැක්වීම සඳහාය.

නැවතත් හඬ අවදිකළ ලෝජිනී.

“බස් පෝළිම කිලෝමීටර් 10-15ක් විතර ගිහින් ඉස්කෝලයක් ළඟ නැවැත්තුවා. එතකොට රූබන් කීවේ මේ ‘ගොමරසන්කුලම පාසල’ කියලා. අපි යද්දි ගමේ මිනිස්සු වගේම අනාථයෝ ගේනවා කියලා ආරංචියට ආපු අයත් හිටියා. ඒක හරියට සුනාමියට අහුවෙලා මියගිය අයගේ මෘතදේහ බලන්න සමහර අය ආවා වගේ. මට මතකයි සුනාමිය වෙලාවේ සමහර ඥාති අඬ අඬා ආවේ තමන්ගේ අතුරුදහන් වුණ ඥාතීන් මියගිය අය අතර ඉන්නවද කියලා බලන්න. වන්නියේ කොටුවෙලා ඉඳපු අයගේ ළඟම නෑදෑයෝ, සහෝදරයෝ, දරුවෝ වගේ අය වව්නියාව, කොළඹ වගේම සමහරු පිටරටවල හිටියා. එයාලට තමන්ගේ පවුල්වල අය ගැන මාස ගණනකින් කිසිම තොරතුරක් ලැබිලා තිබුණෙ නැහැ. අඩුතරමේ ජීවත්වෙලා ඉන්නවද කියලා දන්නෙත් නැහැ. හැබැයි ඒ වෙලාවේ අපි වාසනාවන්තයි. මොකද අපි වව්නියාවේ පදිංචිවෙලා හිටපු නිසා ගෙවල්වල ඉඳලා ගියේ. ඒත් පිටරටවල, කොළඹ, නුවර වගේ ඈත ඉඳලා ආපු අය නෑදෑ ගෙවල්වල, හෝටල්වල නැවතිලා ලොකු වියදමක් දරාගෙන ඉඳලා තමයි ඥාතීන්ව හෙව්වේ. මුදල් නැති අය කෝවිල්වල, බස් නැවතුමේ එහෙමත් නැවතිලා හිටපු අවස්ථා තිබුණා. ඉස්කෝලේ යුද හමුදව ආරක්ෂාවට යොදලා තිබුණේ. හමුදවේ තවත් කට්ටයක් ඉස්කෝල වැට වටේට කන්සිනා රෝල් (යුද හමුදව විසින් භාවිත කළ ආරක්ෂක කම්බි විශේෂයකි) ඇදගෙන යනවා. අවතැන්වෙලා ආපු කට්ටිය ඉඳපු බස් ටික ඉස්කෝලෙ ඇතුළට දැම්මා.”

ආරක්ෂක රැකවලේ සිටි යුද හමුදවේ සෙබළා අසලට ගිය රූබන් තම ඥාතීන් හමුවීමට අවසර පැතීය.

“දැන් හොඳටම හවස්වෙලා. මේ ආපු අය ලියාපදිංචි කරන වැඩ එහෙම ගොඩක් තියෙනවා. හෙට උදේට එන්න.”

හමුද සෙබළාගෙන් පිළිතුරු ලැබිණි. ඉදීමෙන් පලක් නැතැයි සිතූ ලෝජිනී ඇතුළු පිරිස ආපසු සිය නිවෙස බලා පිටත්වූහ.

“එක අතකට හෙට හම්බවෙන්න තියෙන එක හොඳයි. තාත්තලාට දෙන්න කියලා විශේෂ දේකුත් නැහැනෙ. පව් තාත්තලා. ගෙදර අය ගොඩක් දුක් විඳලා තියෙනවා වගේ. රසට කෑම ටිකක් හදගෙන හෙට යමු.” ලෝජිනී කීවාය.

“එද දවසේ හදගෙන ගිය කෑමබීම සේරම සයිවප්‍රකාශ විද්‍යාලයේ ඉඳපු අනාථ අයට දුන්න නිසා කුකුල් මස්, මාළු, බිත්තර වගේ දේවල් රූබන් ආපහු ගෙනාවා. තාත්තගේ, නංගිලාගේ ඇඳුම් වැරහැලි වෙලා තිබුණෙ. ඒ නිසා රෙදි කඩේකට ගිහින් ඇඳුම්, කකුල්වලට දන්න රබර් සෙරෙප්පු එහෙමත් ගත්තා. පැණි බීම, ඇපල්, දෙඩම්, මික්ෂර් වගේ දේවලුත් ගත්තා.”

එදින රාත්‍රිය ලෝජිනීට නිදිනැති රාත්‍රියක් විය. දුක සතුට දෙකම ඇය තුළ තිබිණි.

“මම ගෙදර හිටිය නම් තාත්තලට නංගිලට මේ ඉරණම අත් නොවෙන්න තිබුණා. තාත්තලා මම නැතිව මොනතරම් දුක් විඳින්න ඇතිද? කොහොම වුණත් ජීවත්වෙලා ඉන්නවනේ.”

සිතුවිලි දමයක වෙළී සිටියදී ඇයට නොදැනීම අලුයම් කාලය එළැඹ තිබිණි.

“පාන්දරම නැගිටලා කෑම සූදනම් කළා. තාත්තලා, නංගිලා කන්න ආසයි කියලා හිතෙන විදිහට හිත හිතා කෑම හැදුවා. සේරම සූදනම් කරගෙන ගෙදරින් පිටත්වෙද්දි උදේ හයයි. ගෝමරන්කුලමට යන අතරමැද පොලිසිය යුද හමුදව පරීක්ෂා කරන තැන් කිහිපයක්ම තිබුණා. ඒ තැන්වලට විස්තරය කීවම අපට යන්න දුන්නා.”

“එතකොට යුද හමුදව, පොලිසිය එහෙම දකිද්දි බයක් දැනුනෙ නැද්ද?” මා ඇසීමි.

“ඒ දවස් කීපයට හමුදව, පොලිසිය ඉන්න තැන්වලට ගිහින් බය කියන එක මගෙ හිතෙන් දුරස් වෙලා තිබුණෙ. කෙටියෙන් කීවොත් මම මරාගෙන මැරෙන කොටි කාන්තාවක් කියන එකත් අමතක වෙලා වගේ තිබුණේ. කොහොමහරි ගෝමරසන්කුලම අවතැන් කඳවුරට යද්දි 8 විතර වුණා. එතන ආපු පිළිවෙලට තමයි ලියාපදිංචි කරන්නෙ. එතන ඥාතීන් බලන එක හරියට හිරකාරයෙක් බලනවා වගේ අඩියර කීපයකට තමයි එද තිබුණෙ. තත්ත්වයත් එක්ක යුද හමුදවට වරදක් කියන්නත් බැහැ. අපිව ලියාපදිංචි කරලා, අපිව පරීක්ෂා කරලා අපි අරගෙන ගිය දේවල් පරීක්ෂා කරලා අමුත්තන් හමුවන තැනට යද්දි දවල් වුණා. අනාථ කඳවුරේ ඉන්න අයව දැනුවත් කරන්න පණිවිඩ දෙන්න එහෙම ස්පීකර් (ශබ්දවාහිනී) කීපයක් තිබුණා. ඒකෙන් තමයි පණිවිඩය දෙන්නෙ. මම හොඳට දැක්කා ස්පීකර් එකෙන් අවශ්‍ය ඥාතියාගේ නම කියද්දි එතන ඉන්න හැමෝම කලබල වෙලා උනන්දුවෙන් අහනවා. පණිවිඩය ලැබෙන ඥාතීන්ට හරිම සතුටුයි. අනිත් අයගේ මූණ මළානික වෙලා යනවා. අපිට හදිස්සියි. මොකද උදේ පාන්දර හදපු කෑම තිබුණෙ. දවල් කෑම වෙලාවත් ඉවර වෙන්න යනවා. කොහොමහරි දවල් දෙක විතර වෙද්දි මට මගේ තාත්තා, නංගිලා හමුවුණා. අපි දෙගොල්ලො වෙන් කරන්න අඩි 2-3ක් උසට පොඩි බාධකයක් වගේ දලා තිබුණෙ. වන්නියේ ඉඳලා අවතැන්වෙලා ආපු අයට කඳවුරෙන් පිටතට යෑම තහනම්. ඒ නිසා තමයි එහෙම බාධකයක් දලා තිබුණෙ. ඒත් අපි අත්වලින් අල්ලාගෙන කතා කළා.’’

තම පියා, නැගණිය, වැඩිමල් සහෝදරිය හා සහෝදරියගේ දරුවන් පැමිණ සිටියද සිය සහෝදරියගේ සැමියා රාජ්කුමාර් එහි නොමැති බව ලෝජිනීට පෙනිණි.

“කෝ මස්සිනා රාජ්කුමාර්?”

“ඔයා නිසා තමයි රාජ්කුමාර්ට එන්න බැරි වුණේ.”

“ඒ ඇයි?” ලෝජිනී ඇසුවාය.

“ඔයා වව්නියාවෙ ඉන්නවා. මොනවද කරන්නේ තියා ඔයා ජීවත්වෙලා ඉන්නවද කියලාවත් අපි දන්නෙ නැහැ. අපට ආරංචි වුණා සංවිධානයේ කාන්තා බළකායේ කට්ටියක් අනිත් පැත්තෙ සංවිධානයේ නායකයෝ එක්ක ඉන්නවා කියලා. ලෝජිනී නංගි ජීවත්වෙලා හිටියොත් මම කොහොමහරි එක්කරගෙන එන්නම් කියලා රාජ්කුමාර් ඒ පැත්තට ගියා. අපි හමුදව ඉන්න පැත්තට ගිහින් භාර වුණා. දුවේ උඹ ජීවත්වෙලා ඉන්නවා කියලා දැන ගත්තෙත් වව්නියාවට ඇවිත් ප්‍රංශයේ ඉන්න පුතාට කොල් එකක් ගත්ත වෙලාවේ. එයත් කීවේ උඹ වව්නියාවේ ඉන්නවා කියලා විතරයි. වෙන මොනවත් විස්තරයක් කීවේ නැහැ.” ලෝජිනීගේ පියා කියාගෙන ගියේය.

සනත් ප්‍රියන්ත

හමේ පාට වැඩි කරගන්න අයිස්වලින් වෙස් මුහුණක්

අයිස් කැටයක් ස්පර්ශ කරද්දී සමට දැනෙන සීතල සහ නැවුම් සංවේදනය ඔබ අත්විඳ ඇති බවට සැකයක් නැත.

අයිස්වලින් සමට ලැබෙන මේ ප්‍රබෝධය නිසාම ලෝ ප්‍රකට රංගන ශිල්පීන්, ශිල්පිනියන් බොහෝදෙනා දවස පටන්ගැනීමට පෙර අයිස් කැට මුහුණු සම්බාහනයක් සිදුකරනා බවත් නොරහසක්.

අද අපේ මාතෘකාවත් අයිස්වලින් සිදුකරනා එවැනි සත්කාරයක් පිළිබඳව.

"ඔවුන් මගේ මුහුණට අයිස්වලින් 'වෙස් මුහුණක්' දැම්මා. ඇත්තටම ඒක මං කවදාවත් විඳලා නැති ප්‍රබෝධමත් අත්දැකීමක්."

ක්‍රයෝතෙරපි ෆේෂල් නම් සත්කාරය පිළිබඳව මිලියන අනූ තුනකට වැඩි ඉන්ස්ටග්‍රෑම් අනුගාමිකයන් පිරිසක් සිටි සුප්‍රකට ඇමෙරිකානු ගායිකා ලේඩි ගාගා වරක් ප්‍රකාශ කර තිබුණේ එවැන්නක්ය.

පළමු සත්කාර වටයේම මුහුණේ කැපී පෙනෙන වෙනසක් සිදුවන නිසා යුරෝපීය රටවල කාන්තාවන් බොහෝදෙනෙක් ක්‍රයෝතෙරපි සත්කාරය පිළිබඳව උනන්දු වන බව ලෝ ප්‍රකට රූපලාවන්‍ය සඟරාවක් වන 'American Beauty' සඟරාවද වරක් සඳහන් කළේය.

මෙහිදී සිදුවන්නේ සම එල්ලා වැටීම පාලනය කිරීම සඳහා අයිස් මගින් සම අභ්‍යන්තරය දක්වා විහිදෙන සත්කාරයක් ලබාදීමයි.

මෙහිදී මුලින්ම සමට දියරමය නයිට්‍රජන් අල්වා මුහුණ මත ඝන අයිස් තට්ටුවක් සාදයි.

එහි අවම උෂ්ණත්වය නිසා මුහුණේ රුධිරවාහිනී හැකිලෙන අතර සම සාමාන්‍ය තත්ත්වයට පැමිණි පසු රුධිරවාහිනී වේගයෙන් ප්‍රසාරණය වී රුධිර සංසරණය ක්‍රමවත් වෙයි.

මේ ක්‍රියාවලිය සමේ තරුණබව වැඩි කිරීමටත්, සම පැහැපත් වීමට අවශ්‍ය ඔක්සිජන් යහමින් ශරීරයට මුදාහැරීමටත් උපකාරී වෙයි.

සත්කාරයේ මූලික පරමාර්ථය සමේ තරුණ බව සහ පැහැය වැඩි කිරීම වුවත් ඉන් ලැබෙන ප්‍රතිඵල එපමණකට සීමා නොවේ.

එමගින් මුහුණේ ඇති සිදුරු (Pores) අවම කිරීමටත් හැකියාව ඇත.

"සමට ඉක්මන් දීප්තියක් අවශ්‍ය කරන බොහෝදෙනා මේ සත්කාරයට යොමු වෙනවා. මේ සත්කාරයේදී මුහුණේ තිබෙන මැරුණු සම පවා ගැඹුරින්ම ඉවත් වෙන නිසා සම හොඳින් පිරිසිදු කරගන්න අවශ්‍ය අයටත් මේ සත්කාරය වඩාත් හොඳයි.

සත්කාරයේදී අපි මුලින්ම මුහුණ හොඳින් පිරිසිදු කරගන්නවා. ඊටපස්සේ අනිත් ෆේෂල් සත්කාරවලදී වගේම මුහුණ ස්ක්‍රබ් කරනවා.

මේ පියවර දෙකෙන් පස්සේ අපි දියරමය නයිට්‍රජන් මුහුණට පොම්ප කරනවා. එහිදී මුහුණ විනාඩි කිහිපයකට මිදෙනවා.

මේ සත්කාරයේදී කිසිම වේදනාවක් නොදැනෙන නිසා මුහුණ මිදෙනවා කිව්වම අනවශ්‍ය බිතියක් ඇති කරගන්න අවශ්‍ය නැහැ.

සත්කාරය අවසානයේ සමට හොඳ නැවුම් බවක් වගේම Cooling Effect එකකුත් දැනෙනවා. ඒ වගේම කියන්න ඕනේ අවුරුදු 18ට වැඩි ඕනම කෙනෙක්ට මේ සත්කාරය කරගන්න පුළුවන්."

මේ පියවර දෙකෙන් පස්සේ අපි දියරමය නයිට්‍රජන් මුහුණට පොම්ප කරනවා. එහිදී මුහුණ විනාඩි කිහිපයකට මිදෙනවා. මේ සත්කාරයේදී කිසිම වේදනාවක් නොදැනෙන නිසා මුහුණ මිදෙනවා කිව්වම අනවශ්‍ය භීතියක් ඇති කරගන්න අවශ්‍ය නැහැ. සත්කාරය අවසානයේ සමට හොඳ නැවුම් බවක් වගේම Cooling Effect එකකුත් දැනෙනවා. ඒ වගේම කියන්න ඕනේ අවුරුදු 18ට වැඩි ඕනම කෙනෙක්ට මේ සත්කාරය කරගන්න පුළුවන්

සත්කාරය අතරතුර

සත්කාරයට පෙර

සත්කාරයෙන් පසු

ප්‍රවීණ රූපලාවන්‍ය උපදේශක
මාලිංග ප්‍රනාන්දු
(Personal Grooming Trainer, NVQ 4,5)

නදීශා නිර්මාණී

ඔබ දෙපළ විවාහ වී මෙතෙක් දරුවන් අහිමි ද?
පසුතැවිලි නොවන්න!!!
සාර්ථක ඉන්දියානු ජෛතිෂ්‍ය ක්‍රමවේදයක් මඟින් යුවලගේ කේන්ද්‍ර විධිමත් පරීක්ෂාවකින් පසුව මුදල් වැයවීමකින් තොරව සිදුකරන,
කෙම් ක්‍රමය
තුළින් පින්වන්ත දරු පිළිසිඳගැනීමක් සිදුකරගත්තා වූ අය අතරට ඔබත් එක්වන්න.
අනෙකුත් සියලුම ජ්‍යොතිෂ අවශ්‍යතාවයන් සඳහා අමතන්න.
කලින් ඇමතුමක් ලබා දී දිනයක් සහ වේලාවක් වෙන් කර ගන්න.
0760 538 579

කේක් N බේක්
රත්නපුර
සේවක ඇබෑර්තු
නවීනතම බේකරි නිෂ්පාදන හා අළෙවි ආයතනයක් වන
අපගේ රත්නපුර, කුරුවිට සහ බළංගොඩ පිහිටි ශාඛාවන්හි පහත සඳහන් තනතුරු සඳහා වහාම බඳවා ගැනීමට පුහුණු/නොපුහුණු
සේවක/ සේවිකාවන් අවශ්‍යයි
- අළෙවි සහයක (ගැහැණු/පිරිමි) අ.පො.ස(සා.පෙළ) සමත් වයස අවු 24 - 27 අතර
- මුදල් අයකැමි (ගැහැණු/පිරිමි) උසස් පෙළ දක්වා උගත්, සා/පෙළ ගණිතය සහ ඉංග්‍රීසි සමත් වයස අවු 18 - 28 අතර
- බේකරිකරුවන්/සහායක වයස අවු 24 - 50 පාඨමාලාවක් හදාරා තිබීම සහ පළපුරුද්ද විශේෂයි
ඔබේ අයදුම්පත් නොපමාව යොමු කරන්න.
cakenbake.kuruwita@gmail.com
අමතන්න 077 768 3977

කියුලට් සායක් මහලා අඳිමුද?

How to sew a Culotte

තමන්ගේ මිම්ම තනිවම ගෙන පහසුවෙන් නිවැරදිව කියුලට් සායක් කපාගෙන මහමු.

Culotte (කියුලට් සාය)

අවශ්‍ය මිමි (Measurements needed)

1. ඉන (Waist)
2. උස (Length)
3. ඉදිරිපස නැග්ම (Front rise) (කීල් උස Crotch)
4. උකුල (Hip)

(ඉදිරිපස නැග්ම කලිසමකින් මැන ගැනීමට නොහැකි නම් පමණක් අරගන්න.)

(1 රූපසටහන බලන්න)

පාඩම් අංක 19

ඉදිරිපස නැග්ම (Front rise)

ඉදිරිපස කලිසමකින් මැන ගැනීමට නොහැකි අවස්ථාවලදී උකුලේ මිම්ම හරිමැදින් ගෙන තවත් අඟල් 3ක් පමණ එකතු කර එන අගය 4න් බෙදා අරගන්න.

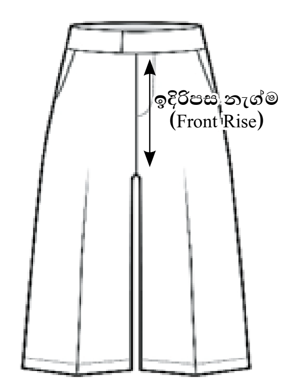
උදා:- උකුල = 36''ක් නම්

ඉදිරිපස නැග්ම = උකුල+3/4 = 36+3/4

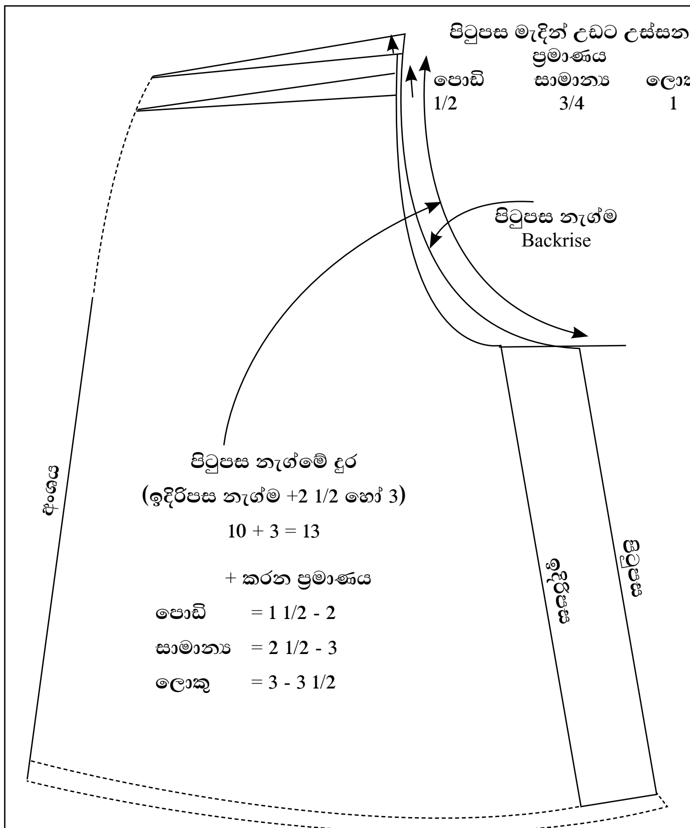
(2 රූපසටහන බලන්න)

(3 රූපසටහන බලන්න)

මෙම මොස්තරය නිවැරදිව මහන විදිහ බලන්න මාගේ Youtube චැනල් එකට log වෙන්න.



1 රූපසටහන



3 රූපසටහන

අවශ්‍ය රෙදි ප්‍රමාණය

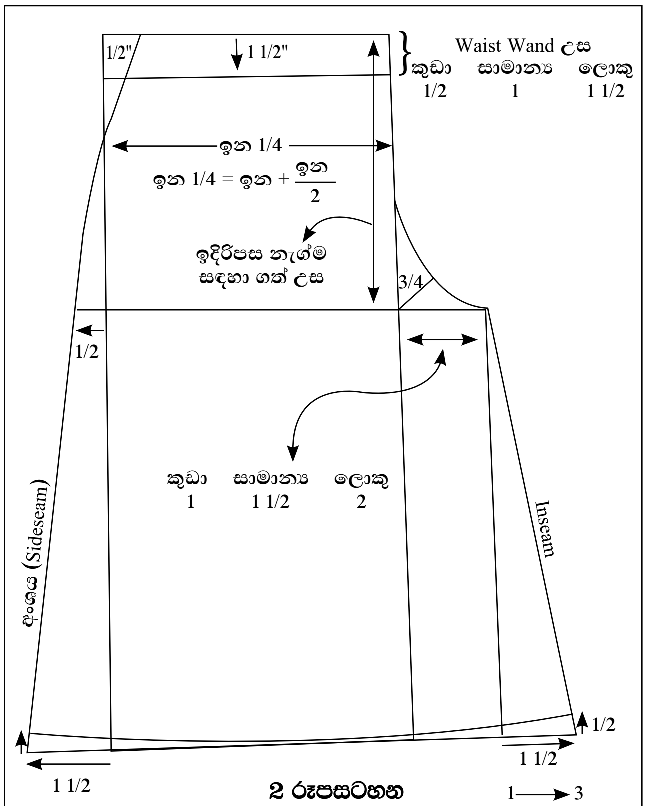
- රෙද්දේ පළලින් ගන්න ප්‍රමාණය
- කුඩා ළමයෙක් සඳහා අඟල් 36 පළලින් අරගන්න.
- සාමාන්‍ය සිරුරක් ඇති කෙනෙකු සඳහා අඟල් 45 පළලින් අරගන්න.
- උස මහත කෙනෙකු සඳහා අඟල් 60 පළලින් අරගන්න.
- රෙද්ද දිගින් ගන්න ප්‍රමාණය
- කුඩා ළමයෙක් සඳහා මැනගත් සායේ උස මෙන් දෙගුණයක්ද, ඊට අමතරව තවත් අඟල් 5ක් ද එකතු කර එන අගයට රෙද්දේ දිග අරගන්න.
- සාමාන්‍ය සිරුරක් ඇති කෙනෙකු සඳහා මැනගත් සායේ උස මෙන් දෙගුණයක්ද අමතරව තවත් අඟල් 6ක්ද එකතු කර එන අගයට රෙද්දේ දිග අරගන්න.
- උස මහත අයෙකු සඳහා මැනගත් සාය උස මෙන් දෙගුණයක්ද අමතරව තවත් අඟල් 7ක්ද එකතු කර එන අගයට රෙද්දේ දිග අරගන්න.

කියුලට් සාය සඳහා ගැළපෙන රෙදි වර්ග

- ලිනන්
- විස්කෝස්
- මස්ලින්
- චීත්ත රෙදි
- කොට්න්

කියුලට් සායකට රෙදි අරගන්නකොට කඩාහැලෙන රෙද්දක් නම් වඩාත් සුදුසුයි.

විස්කෝස් වගේ රෙද්දක් අරගන්නවා නම් රෙද්ද කපන්න කලින් හෝදලා වේලගෙන පස්සේ කපන්න ගන්න.



2 රූපසටහන

ප්‍රවීන ඇඳුම් මෝස්තර නිර්මාණ පුහුණු දේශක සහ බතික් කලාව පිළිබඳව පුහුණු දේශක
චමින්ද කුමාර
You tube - Smart Fashion Lanka

100% NATURAL PRODUCT
කාන්තා රූප රැකදෙයි
Protects beauty of woman
ලේ සහ ශක්තිය වඩයි
Promotes blood formation
සුවන්සු 500ml රු. 600/-
මේදහරණ සුවය සමීර ජහක්ෂරී
Medaharana suwaya කරල්
අධි මේදය ඉවත්කරයි
A Stop to cholesterol
කරල් 40 රු. 500/-
ස්ථූලතාවය හා කොලොස්ටරෝල් පාලනයට
තරුණයගේ වමත්කාරය ලිංගික ශක්තිය වර්ධනයට සහ ස්නායු දුබලතාවට
බී කපු ශාකසාර තේ
දියවැඩියා රෝගීන්ට විශේෂයි
ආයුර්වේද ඖෂධ ලියාපදිංචි අංක 1
Suensu HERBALS
සුගත රසායනාගාරය (පුද්) සමාගම
E-Mail: suensuherbals@gmail.com
138/6, අඟුරුවාතොට පාර, හොරණ | 034-22 61306

ධරණියේ

කාන්තා පුවත්පත ලෙස පතළව ඇතද
ධරණී අනගි මෙහෙවර ගැන සිත පැහැද
පුර පස අයද ගන්නා සතුටින් වැළඳ
ධරණී පුවත්පත සුදිලේවා නිබඳ

යාබද නිවසෙ පියුමී දියණිය තරුණ
ඊළඟ ගෙදර පුෂ්පා මැදිවිය ගෙවන
චූලා මුණුබුරන් හා සතුටින් වෙසෙන
මේ හැම දෙනම ධරණිගෙ උපදෙස් ලබන

කෑමක් උයා ගන්නට රසවත් ලෙසට
ඇඳුමක් මසන්නට නිවැරදි මිමි වලට
අත්වැල සපයමින් සතුටක් දෙන සිතට
ධරණී කරන සේවය අනගියි රටට

නවතම දෙයින් හැම පිටුවම සැරසේවා
පාඨක පිරිස වෙත නුවණැස ලැබදේවා
බාධා කිසිත් නොම වී පෙරටම යේවා
'ධරණී' පුවත්පත සැමද බැබලේවා

● **ලීලා විජේසූරිය**
අම්බලන්ගොඩ

නවතින්න අවසරද?

මට මාවද අමතක කරවන
ඔය දුඹුරු ඇස් ගාව
එකම එක මොහොතකට
නවතින්න අවසරද?

මගේ හීන හැම හංගන්න
පැතුම් මල් පුබුදන්න
ආදරේ තවරන්න
මඟ බලා උන්නු මට
ඔය දුඹුරු ඇස් ගාව
එකම එක මොහොතකට
නවතින්න අවසරද?

අහිමි බව දනිමි මම
හිමි කරගන්න නොව
මට හුස්ම අරගන්න
ජීවිතේ සැනසෙන්න
පැතුම් මල් අතුරන්න
ඔය දුඹුරු ඇස් ගාව
එකම එක මොහොතකට
නවතින්න අවසරද?

● **ප්‍රියංකා පතිරආරච්චි**
කිරිඳිවැල

දීගෙක යන දේණියේ

හකුලා පොරවනය අලුයම ඇඳෙන් බැස
සෝද මුහුණ කට පීරා හොඳින් හිස
අම්මා එක්ක ගේ දොර වැඩ කරනු මිස
ආසයි කියන්නට නුඹ ගැන නැතේ දෙස

උයනා පිහන දේ ගේ දොර අමදින්න
සෝද වේලලා රෙදි පිළි හසුරන්න
නොසිතා දෙපාරක් කුල දෙවි නමදින්න
නුඹ හරි සමත් කිසිවෙක් හිත නොරිදන්න

ඇඳ පුටු මේස අල්මාරිය නුඹට කියා
නෑ කණ කරට මාල මුදු වළලු සොයා
දීගෙක යද්දි හෙට දවසක දුවේ ඔයා
නුඹටම කියා නෑ ගිණුමක මුදල් තියා

සකසුරුවමයි කඩිසර දෙපයයි දෑත
නුඹ ගෙනයාවි නිවසේ දෙම්නස ඇත
සැපතෙදි සිනා සී සිත දනවන සීත
කිරි උතුරාවි ගන්නා කෙනෙකුට දෑත

● **දීපිකා ප්‍රියදර්ශනී ප්‍රනාන්දු**
විල්ලෝරාවත්ත

කිසාගෝතමී

නොමළ ගෙයකින් අබ මිටක්
සොයා ගෙන්ගෙට පිළිවෙලින් ගිය
කිසාගෝතමියක විලාසෙන්
සොයා සෙනෙහස දිවි මගේ යන
කිසාගෝතමියයි...
වසින්නට සෙනෙහසේ මල් වැසි
අයැදි මුත් හිස් අහස්තලයෙන්
වේදනාවේ අසෙනි වැහි රැළි
ඔබේ හිස මත පතිත වී...
කඳුළු ගංගා ගලා යන හැටි
දුරින් ඉඳගෙන බලා සිටියෙමි...
සියලු සම්පත් ඉවතලා
නික්මගොස් සිටුමැදුර හැරද
ජීවිතේ සැනසුම ලබන්නට
කසාවත ගෙන වසා රුසිරු
සසර කතරින් එතෙර වුණු ඔබ
කිසාගෝතමියයි...

● **වික්‍රම සෙනෙවිරත්න**
හොරේතුඩුව

කවි යාය

ඔබේ කවි නිර්මාණ පහත
ලිපිනයට එවන්න.

"කවි යාය"
'ධරණී' කර්තෘ මණ්ඩලය,
අංක 91,
විජේරාම මාවත,
කොළඹ 07
නැතිනම්
dharanee.editor@liberty.lk
ලිපිනයට ඊමේල් කරන්න

සංස්කරණය - **මනෝරා ප්‍රේමතිලක**

පාඩමක්

අපට අපවත් අයිති නැතිකොට කුමට වස්තුව රැස් කරන්නේ
වැටක පැළ ඉනි පටලවාගන කටුඅත්ත මෙන් පටලැවෙන්නේ
දුකට සැපතට සැපට දුකකට අසල්වැසියා නොවැ සිටින්නේ
ලොවට මේ හැම කියා දෙන්නට කොවිඩ් මාරයා ඇවිත් ඉන්නේ

පිනට දහමට අනුව ජීවිතෙ ගත කළෝතින් හොඳම වෙන්නේ
නිරෝගී සම්පතම ලැබිලා හදවතේ මෙත් මල් පිපෙන්නේ
මුළු ලොව සතුටින් ඉපිල යද්දී කොවිඩ් මාරයා පලා යන්නේ
ආයුබෝ ආවඩා සැමටම ආසිරියි මේ රැගෙන එන්නේ

● **එන්.පී.එල්.ආර්.මැණිකේ**
දැරණියගල

ආත්තම්මා

සඳ දියේ කොඳ කැකුළු
සිනාමල් විසිරිලා
තරු කිනිති පහන් වී
රෑ අහස එළි කළා

සුළං කුමරිය සෙමින්
තුරු යහන සල සලා
නිසොල්මන් වී රඟයි
අතුපතර දැවටිලා

දෝර ගලනා සතුට
හඳ දියේ නැවිලා
කිරි සිහින දකින මුව
සිපගන්න ලොබ වෙලා

පෙරදි මැදියම් රැයෙක
හිරු රහසෙ ඇවිල්ලා
'මව්කමට' තිළිණ කර
මට සඳක් ගෙනල්ලා

ටිකිරි කුමරුන් මගේ
නිදියන්න සැනසිලා
ආත්තම්මගෙ කවිය
සිහිනයෙන් අසාලා

● **චාන්දනී ජයසූරිය**
වටරැක

ඇයත් මවක් මෙනි

ඔබත් මවක් විය ඇයත් මවක් මෙනි
දිවි අම්බලමේදි හමුවූවෙමු අපි
යන්න තැනක් නැති ඉන්න තැනක් නැති
නතරවෙලා මෙහි දුක වපුලෙමු අපි

බොල් වී අතරෙහි කළු ඇට සමඟින්
ලද අස්වැන්නට ගිනි නොනිවෙන විට
ඇය මගෙ දුක නිහඬව විඳවූවා
ඇයත් මවක් මෙනි නොහෙලුව කඳුළට

සසරේ තැන තැන ඇවිදින විට මා
දෙපා ගෙවී ගණ අව්වේ දැවි දැවි
මා ළඟටම වී නිහඬවු කඳුළක්
ඇය හෙලුවා ඔබ මෙන්ම මවක් වී

කරපිට තැබූ දරුබර උසුලාගෙන
දෙපා වාරුකොට යන්නට බැරි දින
සිනාසෙමින් ඇය බරට උර දීදී
මා ළඟ සිටියා නොසැලී සැම දින

ඔබ මා කුසයේ දරා සිටිය සේ
ඇය මා සතපා කඳුළු පිස දමා
ඉන්නට යන්නට දුන් දහිරිය දැක
මට ඔබ සිහිවිය වෙන්න මට සමා

ඔබ මව් වූවේ දරුවන් හට වුව
ඇය මව මෙන් වී ඔබේ පුතුට අද
ජීවිතයේ පව් එක්ව ගෙවනවා
ඇයත් මවක් මෙනි සහකරු ළඟ අද

● **ජේ.ආර්.ඒ.සෙනෙවිරත්න**
මයිලවලාන

ලතාව

ලතාවක් වී මතු වෙමි
බිම් ගැබින්
දුබල නොගැඹුරු
මුල් මතින්

එතෙමි තුරුවල
නැගෙමි ගස්කඳ දිගේ
එක දිගට

තුරු සමඟ එක්වී
විඳිමි සුළං සුව

ඇසුරු කරමි
ලොකු කුරුල්ලන්

තුරු සමඟ එක්ව
සිනාසෙමි
තණ පඳුරුවලට

අමතක කර
මුල් පොළොවේ ඇති බව

තුරු කැපූ විට
ඔවුන් සමඟම
වැටෙන බව නොදැන

● **රවිඳු ඉඳුවර**
ගණේමුල්ල

රිදී භාණ්ඩ, රට රොල් ගෝල්ඩ් ඉමිටේෂන් වර්ග, රට භාණ්ඩ, රිදී කප් වර්ග, ඉතාලියෙන් ගෙන්වන අර්ජෙන්තු, මාත්තු රත්තරං, තබක්ක, පරණ රිදී හැඳි ගෑරුප්පු, හවඩි වර්ග, කැරට් 14, 16, 18, ඇන්ටික් මිලටම
සෞඛ්‍ය ආරක්ෂිතව
076 116 97 97

උගස් රත්තරං
සින්නවීමට යන රත්තරං භාණ්ඩ බේරා ඉතිරි මුදල ඔබේ අතට
පවුමකට වැඩිම මිලක් අපෙන්
කලයාණි ගෝල්ඩ් හවුස්
076 530 34 01

උකස් රන් භාණ්ඩ
බේරාදී වැඩිම මිලට මිලදී ගනු ලැබේ.
කැරට් 24 - 120,000/-,
කැරට් 22 - 107,000/-
කැරට් 21 - 99,000/-
කැරට් 20, 18, 14, 09
රජයේ ලියාපදිංචි ආයතනයකි.
077 28 49 889

රත්තරං-උකස්
සින්නවීමට යන රන් භාණ්ඩ
ඔබ උකස් කල ආයතනයට පැමිණ
වැඩිම මුදලට මිලදී ගෙන
ඉතිරි මුදල ඔබ අතට
076 948 6355

ශ්‍රී ලංකා කාන්තා පක්ෂය
SRI LANKA WOMEN'S PARTY
(කාන්තාව සවිබල ගන්වමු)
● 52% වන කාන්තාවන් සඳහාම පිහිටුවාගත් එකම දේශපාලන පක්ෂයයි
කාන්තාවනි! පෙරට එන්න...
● කාන්තා හිංසනය සහ සමානාත්මතාවය වෙනුවෙන් හඬනගමු
● ඒසඳහා ඉදිරි මැතිවරනයේදි කාන්තා නියෝජනය වැඩිකරමු
අදම ඔබගේ නම ලිපිනය, දුරකතන අංකය SMS කරන්න
077 238 7176

සඳලි අමුක්කරා තෛලය
කාන්තාවන්ගේ පයෝධර වර්ධනය උදෙසා සකසා ඇති බලවත් තෛලයකි
විශේෂ ස්වාභාවික ආයුර්වේදීය සත්කාරය
දින 14 න් පැහැදලි වෙනසක් අත්විඳිය හැක.
මිල රු. 850/=
සඳලි ස්වභාවික ආයුර්වේද නිෂ්පාදන
10/C, අත්තනගල්ල පාර, ඇල්ලමුල්ල, පස්යාල.
Telephone 033 228 5094 / 077 349 8102
ආයු.දෙ.නි.6/2/1/02/37

රස, සුවඳ, ගුණ එකසේ රකින තෙගුණ ප්‍රතිඥාවෙන්, හඳුන්වාදෙන CBL Sera Spices...

CBL Sera Spices, උසස්ම තත්වයේ කුළුබඩු සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ක්‍රමවේදයන්ට අනුකූලව තෝරාගෙන නියමිත පරිදි පිරිසිදු කර, අඩු උෂ්ණත්ව ඇඹරුම් තාක්ෂණය (Low Temperature Grinding Technology) තුළින් නිපදවන බැවින් රසයේ, සුවඳේ සහ ගුණයේ නැවුම් බව එකසේ සුරැකෙන අතර සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බවද සහතික කරයි. මෙය CBL පොරොන්දුවයි.

CBL Sera පදම එකසේ සැමදා

රසකාරක හා වර්ණක අඩංගු නැත.

CBL Group

රු.50/- සිට ඉහළට.

කොළඹ 7 විජේරාම මාවත අංක 91 හි පිහිටි ලිබර්ටි පබ්ලිෂර්ස් (පෞද්ගලික) සමාගම විසින්, මල්වාන කළුකොඳයාවේ පිහිටි සිය මුද්‍රණාලයේ මුද්‍රණය කර ප්‍රසිද්ධ කරන ලදී.