

ධරණී
ශ්‍රී ලංකාවේ
අංක එකේ
කාන්තා
පුවත්පත

ධරණී

සතුවර්ෂ ජීවිතය දරන්නී

2022 ජූලි 27 වන බදාදා
 දෙවන කාණ්ඩය තිස් හතරවන කලාපය
 මිල රු. 70 ශී

කාලි මෂණියෝ
මගේ දුක
අහනු නිසයි
රටේ පාලකයින්ට
උන්හිටි තැන්
හැනි වුණේ

☐ ප්‍රශ්න එක්තැලිගොඩගේ බිරිඳ
 සන්ධ්‍යා එක්තැලිගොඩ

සෙවල පෙරහ
මහත්කුරැන්ට
ඥාලෝක නෝමිස්
නෝනලා ලැබුණාම
මොකද වෙන්නේ?

යුධ හමුදාවට
භාර වෙද්දී
ගැබ් ගෙන සිටි
කොටි කතට
කරනු වැඩේ

වස්දොස්
දුරු වෙන්නනම්
තුල්සි
ගෙදර
හවත්තගන්නම
ඕනද?

නිල ඇඳුම ගලවා
අරගලයට ගිය
STF නිලධාරියා
කියන කතාව

සෙලෙනිකා පෙරැමාල්
 ප්‍රධාන විධායක නිලධාරී
 SHIFT INTEGRATED

☐ ඡායාරූපය -
 සමන් අබේසිරිවර්ධන



හවස තේ මේසට පොඩි වෙනසක් එකතු කරමුද?

පවුලේ අයව සතුටින් තියන්න වගේම වයාලට අපේ ආදරේ පෙන්වන්නත් තියෙන හොඳම විදියක් තමයි කෑම. මේ දවස්වල තියෙන ආර්ථික අපහසුතා එක්ක ලොකු කෑම පාති හදන්න, ටී පාර්ටි දන්න බැරි වුණාට ටිකක් නිර්මාණශීලී විදියට හිතුවොත් අතේ ඇති ගණනින් වගේම දෙයක් කරන්න බැරිත් නෑ. ඉතින් ඒ නිසා හවසට තේ බොන වෙලාවට වුණත් ගෞරව අයට නිකන්ම නිකන් කනට කෝප්පයක්, තේ කෝප්පයක් වත්කරලා දෙන්නෙ නැතුව වයාලත් ආස විදියේ පොඩි ස්නැක් එකක් පිලියෙල කරන විදිය ගැන අදහසක් ගන්න තමයි මේ ඡායාරූප පෙළ ඉදිරිපත් කරන්නේ. මේ දේවල් හදන්න අමාරුයි කියලා හිතෙනවානම් ක්‍රීම් ක්‍රැකර් ටිකක් පෑම් ටිකක් ගාලා තිබ්බත් මේසේ ලස්සනයි.



විස් සහ ගැමි සැන්ඩ්විච් මාළු කට්ලට්ස් එකක් ටිලට්ස් බටර් කේක් කිරි තේ

වොක්ලට් විස් මලින්ස් ජ්ලේට් ටී



බින්තර රෝල්ස් මාළු රෝල්ස් කට්ලට්ස් පරිප්පු වඩේ කිරි තේ

මාළු කට්ලට්ස් කිරි තේ



යශෝධා වෙන්තසිංහ
Instagram: lankan_dish



සාරියට මුතු අල්ලලා තියෙන නිසා ඒකට ගැලපෙන ආකාරයට ජුවලර් භාවිතා කළා

වේල දැමූ පහතරට මනාලියක්



ගැලපෙන ආකාරයට වේල එක දාලා තියෙනවා. ඒ වගේම සුදු සාරියක් නිසා පල්ලියට ඉතා හොඳින් ගැලපෙනවා. මුණේ හැඩය ඉතා හොඳින් ඉස්මතු වෙන්න වගේම තලෙලු කෙතෙක් නිසා පැහැපත් බව වැඩිවන ආකාරයටයි මේකප එක දාලා තියෙන්නේ.



අද 'ධරණී මනාලිය' තුළින් ඉදිරිපත් කරන්නේ වේල එක දැමූ පහතරට මනාලියක්. ජාඇල බෝපීටිය පමුණුගම විජිතා බිඳුටි සෙන්ටර්හි විජිතා ජයමාන්න තමයි මේ සුන්දර මනාලියව හැඩගන්වා තිබෙන්නේ. "මනාලියට උස සහ පිරිණු ඇඟක් තිබෙන නිසා ශරීරය ටිකක් සිතින්ව පෙන්වන්න තමයි මේ ආකාරයට සාරියක් ඇඟවුවේ. මේ සාරිය ඩ්‍රම් හෙට් එකෙන් හදපු එකක්. පරල අල්ලලා වැඩ දාලා තියෙනවා. සියල්ලටම

සාරියට මුතු අල්ලලා තියෙන නිසා ඒකට ගැලපෙන ආකාරයට ජුවලර් භාවිතා කළා. කරාඹු, මාල සහ අත්වලට දාපු වළලු සාරියේ මුතු වලට ගැලපෙන ආකාරයට තමයි භාවිතා කරලා තියෙන්නේ. මල් කළඹ වූව් මල්වලින් සකස් කරපු එකක්. මනාලිය උස නිසා දිග බොකේ එකක් ඇයට හොඳින් ගැලපෙයි කියලා මම තීරණය කළා. අවසානයේ බොහොම සරල වාම් ආකර්ෂණීය පහතරට මනාලියක් ලෙස ඇයව හැඩගන්වන්න මට අවස්ථාව ලැබුණා."



ඇඳුම් නිර්මාණය හා හැඩගන්වීම - රූපලාවන්ය ශිල්පිනි විජිතා ජයමාන්න විජිතා බිඳුටි සෙන්ටර් ජාඇල, පමුණුගම



ඡායාරූප - මධුසංක සිරිවර්ධන

සම්බන්ධීකරණය - ක්‍රිෂාන්ත පුෂ්පකුමාර 07683113839

මීට වසර දෙළහකට පෙර අතුරුදන් වුණ ප්‍රභීන් එක්තැලිගොඩ මාධ්‍යවේදියාගේ බිරිඳ ගැන මේ වෙනකොට රටේතොටේ බොහෝදෙනෙක් හැවතත් කතාබහ කරන්න පටන් අරන්. මීට මාස කීපයකට පෙර ඇගේ සැමියාට සාධාරණයක් නොවූ බව පවසමින් මෝදර කාලි කෝවිලේදී හිස බූ ගාගෙන, පොල් ගැසූ සාපයෙන් රටේ පාලකයන්ට උන්හිටි තැන් අහිමි වූ බවයි බොහෝදෙනා පවසන්නේ. ඒ කතාවල ඇත්ත හැත්ත දැනගන්නත් එක්ක අපි ඇයව මුණගැසී ටිකක් කතාබහ කළා. සන්ධ්‍යා එක්තැලිගොඩ සමඟ කළ ඒ සංවාදයේ සටහනයි මේ.

අරන් ගියේ කවුරු වුණත් ඔහුට කොයිතරම් වද දෙනහ ඇද්ද? ඒ වගේම ඔහු කොයිතරම් කාලයක් කොහේතර සිරගත වෙලා විඳවන්න ඇද්ද? අන්න ඒ නිසා අවුරුදු දොළහක හෙවෙයි සීයක් ගියත් මගේ අන්තිම හුස්ම යනකල්ම මම මේ සටහ අතාරින්තේ හෑ



කාලි මෂණියෝ මගේ දුක අහපු නිසා රටේ නායකයින්ට උන්හිටි තැන් හැනි වුණා

මාධ්‍යවේදී ප්‍රභීන් එක්තැලිගොඩගේ බිරිඳ සන්ධ්‍යා එක්තැලිගොඩ

“මේ කතාබහ ඇතුළේදී ප්‍රභීන් ගැනවත්, ඔහුගේ අතුරුදන් වීම ගැනවත් ආපහු සැරයක් අමතුවෙන් කතා කරන්න දෙයක් ඇති කියලා මං හිතන්නේ හෑ. ඒ වගේම ප්‍රභීන්ට සාධාරණයක් ඉටු නොවුණ එක ගැන මෙතැනදී අමතුවෙන් කතා කරන්නත් අවශ්‍ය හෑ. මොකද මම ඒ ගැන අවුරුදු දෙළහක ඉඳන් වගකිවයුතු හැමෝටම කියනවා. නමුත් උත්තරයක් හෑ. ඒ නිසයි මං මගේ විදියට මේක විසඳන්න උත්සාහ කරන්නේ.”

ඇගේ විදිය කුමක්දැයි කියා මා ඇසූ පැනයට ඇගේ පිළිතුර වූයේ මෙවැන්නක්.

“මෙතැනදී මම පැහැදිලිවම දෙයක් කියන්න ඕනේ. ප්‍රභීන් අතුරුදන් වෙලා ඒ ගැන පැමිණිලි කරන්න නේමාගම පොලිසියට ගිය දවසෙම මම තේරුම්ගන්නා ප්‍රභීන්ට සාධාරණයක් වෙන්න නම් රාජපක්ෂවරු ඇතුළුවලාම යන්න ඕන කියන එක. මොකද ප්‍රභීන්ව අතුරුදන් කළේත්, අතුරුදන් කරවන්න සම්බන්ධ වුණ අය ආරක්ෂා කළේත් රාජපක්ෂවරුන්ගේ උවමනාවට කියලා මම හොඳකාරවම දන්නවා. මේ අවුරුදු 12ට ඒ ගැන කියන්න මට ඇතිතරම් සාක්ෂි ලැබිලා තියෙනවා. හැබැයි මොන දේ දැනගන්නත් හිතේ නිසියට විතරක් මට ගිහිල්ලා රාජපක්ෂවරු තනියම පන්නන්න බැරි බව මං දැනගෙන තිටියා. ඒ නිසයි ඒ අයට රටේ ජනතාවම ගහලා පන්නන තැනට වැඩ සිද්ධවෙන්න ජනවාරි මාසෙදී මම මෝදර කාලි කෝවිලේදී විරුද්ධ පූජාවක් පටන්ගත්තේ. හිතුවත් වගේම පෝය හතක් ගෙවෙන්නත් කලින්ම ඒ දේවල් ඒ විදියට සිද්ධවෙන්න පටන්ගත්තා.”

විරුද්ධ පූජාව යනු යම්කිසි අරමුණක් ඉටු කරගැනීම වෙනුවෙන් හින්දු භක්තිකයන් විසින් කරනු ලබන විශේෂ ඇදහීමකි. මෙය සිදුකරන ආකාරය පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් ස්වභාවයක් ගන්නා අතර, බොහෝ අය හිස බූ ගාමින්, නිරාහාරව හිඳිමින් සහ මස් මාංශ අනුභවයෙන් තොරව ජේ වෙමින් කරන අවස්ථාද දැකගත හැකිය.

ඇය පවසන ආකාරයට නම් අද වනවිට රාජපක්ෂවරුන්ට ඔවුන්ගේ පාලන බලය අහිමිව ගොස් ඇත්තේ ඇගේ විරුද්ධ පූජාවේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙසයි.

“කාලි මෂණියෝත්, පත්තිනි මෂණියෝත් තමන්ගේ සැමියා නිසා දුක් විඳපු කාන්තාවන් කියලා ප්‍රසිද්ධයි. අසරණ වුණ කාන්තාවක් විදියට මමත් මගේ අවනත වූ කියන්න ඒ

විදියේ කාන්තාවන් දෙන්නෙක් තෝරගත්තේ ඒ නිසා.”

ඇය කියන්නීය.

කෙසේ නමුත් බුදුන්ගේ ධර්මය තුළ කිසිම විටෙක බෞද්ධයෙකුට විවැනි පලිගැසීම්, ශාපකිරීම් අනුමත කර නැති බව මා කී විට මොහොතක් නිහඬව සිටි ඇය යළිත් හඬ අවදි කළේ මෙසේය.

“සමහරු කියනවා මම වෙර කරගෙන, පලිගෙන මිට්ටාවක් පස්සේ දුවනවා කියලා. හැබැයි ඒක එහෙමනම් මම කියන්න කැමතියි මම එහෙම කරන්න පටන්ගත්තේ අවුරුදු 12ක් යුක්තිය ඉල්ලලා, සටන් කරලා බැරීම තැන කියලා.”

විමෝච මෝදර කාලි කෝවිලේදී අසරණ වූ බොහෝ අයට සාධාරණය ඉටුවන බව අසා තිබූ නිසාවෙන් එහි ගියා ඇරෙන්නට ඊට විශේෂ හේතුවක් නොතිබූ බවකුත් ඇය කියා සිටියාය.

කෙසේ නමුත් ජීවතුන් අතර හෝ මළුවන් අතර ඉන්නා තැනක ඔහුට සැනසිල්ලේ සිටීමට පිහක් දුනමක් කරනවා ඇරෙන්නට මෙවැනි පලිගැසීම් සිදුකිරීමෙන් ඇති පලප්‍රයෝජනයක් ඇද්දැයි යමෙකුට සිතිය හැකිය.

“මෙහෙමයි. කවුරු හරි කෙනෙක් කියනවා නම් මේ විදහම් කරන මුදල් විදහම් කරලා ප්‍රභීන් වෙනුවෙන් පිහක් දුනමක් කරන්න කියලා, මම කියන්නෙ මම මේ කරන්නේ පිහක් තමයි. ප්‍රභීන්ව අවුරුදු 12ක් අපි

අතරම ජීවත් කරවපු එක තමයි මම කරපු පිහ. ප්‍රභීන් එක්තැලිගොඩ කියන පුද්ගලයා මීට අවුරුදු 12කට කලින් අතුරුදන් වුණත් අදටත් මාධ්‍ය ඒ ගැන කතා කරන්නේත්, දේශපාලනඥයන්ට තාමත් ඔහුව ප්‍රශ්නයක් වෙලා තියෙන්නේ මම ඔහුව අද වෙනකල්ම ජීවත් කරවපු නිසා.”

ඇය එසේ කීවේ කම්මුල් දිගේ රූටා වැටුණු කඳුළු බිංදුවක් රහසේම පිස දමමිනි.

“මේ වෙනකොට මම සීටර වශයෙන්ම දන්නවා ප්‍රභීන් එක්තැලිගොඩ ජීවතුන් අතර හෑ කියලා. එහෙනම් කෙනෙකුට අහන්න පුළුවන් ජීවතුන් අතර හැනි වගක් දන්නවානම් මේ විදියට පොල් ගහගෙන සාප කරන එකේ අවසාන බලාපොරොත්තුව මොකක්ද කියලා. මම කලින් කිව්වා වගේම මේ සිද්ධියේ මහමොළකරුවෝ රාජපක්ෂවරු වුණාට ඊට පහල ඉඳන් ඒ මල් වට්ටියට අතගහලා සම්මාදන් වුණු ගොඩක් අය මේ ලැයිස්තුවේ ඉන්නවා. ඒත් ඔවුන්ව මෙවිටර කාලෙකට හිතිය ඉස්සරහට ගෙනෙන්න බැරිවුණේ රාජපක්ෂවරුන්ගේ ආශිර්වාදය සහ රැකවරණය නිසා. හැබැයි මේ වෙනකොට

කාලි මෂණියෝත්, පත්තිනි මෂණියෝත් තමන්ගේ සැමියා නිසා දුක් විඳපු කාන්තාවන් කියලා ප්‍රසිද්ධයි. අසරණ වුණ කාන්තාවක් විදියට මමත් මගේ අවනත වූ කියන්න ඒ විදියේ කාන්තාවන් දෙන්නෙක් තෝරගත්තේ ඒ නිසා

රාජපක්ෂවරු උන්හිටිතැන් හැනුව ලෝකේ වටේම යනවා. බලය රැකගන්නේ කොහොමද කියලා හිතනවා ඇරෙන්න ඔවුන්ට තව අය රකින්න වෙලාවක් නැති බව පෙනෙනවා. ඒ නිසා දැන් මට ඉතුරු ගනුදෙනු අතින් අය එක්ක උසාවියෙදී විසඳගන්න පුළුවන්.”

මේ වනවිට 59 වැනි වියේ පසුවන ඇය පිරිමි දරුවන් දෙදෙනෙකුගේ මවකි. වසර 12කට කලින් එක්තැලිගොඩ අතුරුදන් වෙද්දී පාසල් යන වයසේ පසුවුණු ඔවුන් දෙදෙනා දැන් යෞවනයන්ය.

වසර 12ක් ගතවෙන තැනදීත් නොයෙකුත් හැලහැප්පීම් මඳ ඇය මේ ගමන තනිවම යන්නීය. ඒ ගමනට ආශිර්වාද කරන අය මෙන්ම සන්ධ්‍යා එක්තැලිගොඩ ස්විස් පුරවැසිභාවය ගැනීම සඳහා ප්‍රභීන් එක්තැලිගොඩගේ නම හෝද හෝද මඩේ දුන බව කියන අයද නැත්තේම නැත.

“ප්‍රභීන්ව පාවිච්චි කරලා ස්විස් හරි වෙන රටකට හරි යන්න ඕනකමක් තිබුණානම් මට මීට කලින් ඒ අවස්ථාව ගන්න තිබුණා. ඒත් මම කවදවත් එහෙම කරන්න හිතුවේ නැහැ. ප්‍රභීන් හැනිවුණු දවසේ ඉඳන් අද වෙනකල් අවුරුදු 12ක් පුතාලා දෙන්නවත් මම ජීවිත ආරක්ෂාව ගැන හිතලා වෙනම තමයි තියලා තියෙන්නේ. ඒ නිසා සැමියයි දරුවොයි හැතුව තනියම මේ ගෙදර ජීවත්වෙන්න සිද්ධ වුණා.”

පුහුගිය කාලය පුරාවටම තම සැමියාට සාධාරණයක් ඉල්ලමින් ඇය උසාවි, පොලිසි යනු අපි දුටුවෙමු. එහෙත් මේ මෂණකදී පටන් සමාජ මාධ්‍ය ඔස්සේ සංසරණය වන්නේ ඇය කළ ඇඳුම්න් සැරසී නොයෙකුත් දේවාල සහ කෝවිල්වල යළිමින් සිටින අයුරුයි. එමෙන්ම තමන්ට සාධාරණයක් ඉටු නොකළ උසාවි, පොලිසි අසළට ගොස් අණවින, කොට්ටින, බන්ධන කරන අයුරුයි.

“සමහරු කියනවා අවුරුදු 12ක් ගිහිල්ලා නිසා දැන් ඕවා අතරලා දන්න කියලා. ඒත් මම කියන්නේ ඒ නැති වුණේ සතෙක් සිවුපාවෙක් නෙවෙයි. ගොඩක් අයට ප්‍රභීන් කියන්නේ අතුරුදන් වුණ අයගේ ලැයිස්තුවේ තවත් එක නමක් විතරක් වුණාට ඒ මගේ සැමියා. දරුවන්ගේ තාත්තා.

අරන් ගියේ කවුරු වුණත් ඔහුට කොයිතරම් වද දෙනහ ඇද්ද? ඒ වගේම ඔහු කොයිතරම් කාලයක් කොහේතර සිරගත වෙලා විඳවන්න ඇද්ද? අන්න ඒ

නිසා අවුරුදු දොළහක් හෙවෙයි සීයක් ගියත් මගේ අන්තිම හුස්ම යනකල්ම මම මේ සටහ අතාරින්තේ හෑ. හිතියෙන් සාධාරණයක් ඉටුවෙන්නේ නැති නිසයි මම අද ස්වභාවිකවම පිහටක් බලාපොරොත්තුවෙන්න යන්නේ. පලි ගහනවා, සාප කරනවා, වින කට්ටවා කියලා මිනිස්සු ඕනතරමක් මට බැනපුදෙන්. ඒ අයත් එක්ක මගේ කිසිම අමනාපයක් හෑ. හැබැයි ප්‍රභීන්ට සාධාරණයක් ඉල්ටුවෙන්නේ පවෙන්නද, පිනෙන්නද, මිට්ටාවෙන්ද කියන එකත් මට අදහස්වියක් හෑ. මට ඕනේ කොහෙත් කොහොමහරි වැරදිකාරයන්ට හිතියෙන් දඬුවම කරන එක විතරයි. අන්න එදාට තමයි මම මේ සටහ අතඅරන්නේ.”



මේක හොයගෙන එන අයගෙන් 99% ක්ම කාන්තාවන්

බලාපොරොත්තු වන හැම සැප සම්පතක්ම ලැබෙනවාලු. ගෙදරදොරට කිරි ඉතිරෙනවලු. ළමයි විභාවලිනුත් පාස් වෙනවලු.

මාධ්‍යවේදී තිලක සේනාසිංහ

සියලු දෝස නිවාරණය වෙනහා තුල්සි ගෙදර නවත්තගන්න

කොරෝනා බුස්ටර් එන්නත ලබාදුන් ගම්පහ අවට ස්ථාන කිහිපයකම 'බට්ටා' නමින් හඳුන්වන මිනි ධුක් රටයක් නතරකොට තිබෙනු දැකගත හැකිවිය. විවිධ විසිතරු පැළ අලෙවි කරන රටයක් වූ එහි සවිකොට තිබූ ශබ්ද විකාශන යන්ත්‍රයෙන් පැවසුණේ නිවස ඉදිරියේ වඩාගැනීමෙන් කොරෝනාව සහමුලින් පිටුදැකිය හැකි 'තුල්සි' නම් වන දිව්‍යමය ශාකය එහි අලෙවි කෙරෙන බවකි. ඒ අනුව කොරෝනා බුස්ටරය ලබාගෙන ආපනු යන බොහෝදෙනෙකු එම මට්ටා ලොරියේ වූ තුල්සි බුස්ටරය ද මිලදී ගනු මට දක්නට ලැබිණි.

'තුල්සි' යන නම පසුගිය කාලයේ මෙරට පනතාව, විශේෂයෙන් කාන්තාවන් අතර අතිශයින් ප්‍රචලිත නමක් විය. ඒ සිංහලෙන් හඬකවන ලද ඉන්දීය ටෙලි නාට්‍යයක කතා නායිකාවගේ නම 'තුල්සි' වීම නිසාය. 'තුල්සි' යනු හින්දුන්ගේ ප්‍රමුඛතම දෙවියෙකු වන විෂ්ණුගේ ප්‍රියංහිතාව වන ලක්ෂ්මී වෙනුවෙන් පබැඳුණු පර්වාය නාමයකි. මුලදී 'තුල්සි' නමින් හැඳින්වුණු ඒ නාමය පසුව 'තුල්සි' බවට පත්වී තිබේ.

කෙසේවෙතත් ගම්පහ නගර මධ්‍යයේ මල් සහ විසිතරු ශාක ව්‍යාපාරයක් පවත්වාගෙන යන සුමනා මිරිතාගල්ල මහත්මියගෙන් මම මේ තුල්සි ශාකය ගැන ඇ දන්නා දේ විමසා සිටියෙමි.

"මේ මෑතක ඉඳලා තමයි ඔය තුල්සි කියන පැළය හොයාගෙන එන අය වැඩිවෙලා තියෙන්නේ. එහෙම එන අයගෙන් සියලු අනුවක්ම ගැනු අය. ඒ වගේම අපිට පැළ ගේන අයත් දැන් දැන් මේ තුල්සි පැළ වැඩිපුර ගෙනත් දනවා. අපරාදේ කියන්න බෑ ගෙනත් දන පැළ දවසින් දෙකෙන් විකිණෙනවා. සමහරු ආයින් පැළ ආවම කියන්න කියලා අපිට ඇතිවන්නක් දෙන්න හදනවා. ඒත් අපි එපා කියලා ඒ අයගේ ෆෝන් නම්බර් ඉල්ලගෙන එහෙම ආවම කියනවා."

ඇය පවසනුයේ පැළයේ වැඩුණු බව අනුව එම තුල්සි පැළ රුපියල් සියයේ සිට පන්සියය දක්වා මිලට අලෙවි වෙතත් අගනුවර සහ ප්‍රධාන නගරවල ඒවා රුපියල් දහස් ගණන්වලට ද විකිණෙන බවකි.

"අම්මෝ මිනිස්සු ඔය තුල්සි පැළ ගැන කියන කතා නම්" මගේ ඊළඟ පැනය හමුවේ ඇය සිතාසුණාය. "ඔය පැළයක් ගේ ඉස්සරහ හිටවා ගත්තොත් කොරෝනා හැදෙන්නේ නෑ. ඒ එතරක් නෙවෙයි බලාපොරොත්තු වන හැම සැප සම්පතක්ම ලැබෙනවාලු. ගෙදරදොරට කිරි ඉතිරෙනවලු. ළමයි විභාවලිනුත් පාස් වෙනවලු. හැබැයි අපි නම් ඔය කිසිම දෙයක් ගැන වග කියන්නේ නෑ ඔන්න." ඇය කියේ සිතාසෙමිනි.

කොහොම නමුත් මේ ජන විශ්වාස පදනමක් නොමැති හිස් ඒවාම නොවේ. ඊට හේතුව ඉන්දීය හින්දු සාහිත්‍යයේ මෙම තුල්සි ශාකයට විශේෂ තැනක් හිමිව තිබීමයි. ඉන්දීය හින්දු පුරාවෘතවලට අනුව තුල්සි ශාකයට ඇත්තේ දිව්‍යමය සම්භවයකි. විෂ්ණු දෙවියන් කිරි මුහුදු කැළඹීමේදී මතු වූ අමාත්‍ය ලබාගැනීමට දෙවිවරුන් කලහ කරන අතරේ ඉන් බිඳවක් බිම වැටුණු බවත්, ඒ ස්ථානයේ හටගත් පැළය තුල්සි නමින් හැඳින්වුණු බවත් පැරණි හින්දු පොත්පත්වල සඳහන්ය. ඒ අනුව හින්දු භක්තිකයෝ එම තුල්සි ශාකය පුජනීයත්වයෙන් සලකන අතර, තමන්ට සකලවිධ ආරක්ෂාවන් සලසන ශාකයක් ලෙසද එය හඳුන්වති. හින්දු විශ්වාසයන්ට අනුව ක්‍රිෂ්ණ දෙවියන්ගේ ගෙළ පැළඳී මාලය පවා සැකසී ඇත්තේ තුල්සි පත්‍රවලිනි.

මේ තත්ත්වය යටතේ ඒ පිළිබඳව වැඩිදුර කරුණු විමසනු පිණිස මම ගම්පහ මල් හා විසිතරු ශාක අලෙවිහල් සඳහා මල් පැළ හා විසිතරු ශාක සපයන පුද්ගලයෙකුගෙන් ඒ පිළිබඳව විමසා සිටියෙමි.

"ඕක අමතර පැළයක් නෙවෙයි. ඉස්සර අපේ ගම් ගොඩවල්වල හැමෝම වගේ දැනගෙන හිටපු හින් මදුරුතලාවලට තමයි ඔය තුල්සි කියන්නේ. හැබැයි ඉතින් මොනවා කිව්වත් ඕක බොහොම ගුණ දෙන ගහක්. ආයුර්වේද, සිංහල

බේත්වලට බොහෝවිට යොදන ශාක වර්ගයක්. කොහොමනර ඉතින් ඔය පැළ ගෙවල් ඉස්සරහ හිටවාගන්න එකෙන් හොඳක් මිසක් නරක් වෙන්නේ නෑ. දැන් අපිට අහල පහල ගම්වල මිනිස්සු ඕවා හොයාගෙන ඇවිත් විකුණනවා. අපිත් පුංචි ගාණක් තියාගෙන ටවුන්වල පැළ තවාන්වලට දනවා. හැබැයි දැන්නම් ඒවායින් ඉල්ලන ප්‍රමාණයට සැපයුම දෙන්න බැර තත්ත්වයක් තියෙන්නේ. තුල්සි පැළ මෙව්වර ඕනේ අවිචර ඕනේ කියලා පැළ තවාන්වලින් හිතරම කෝල්ස් එනවා." ඔහු කිය.

ඉන්පසුව තුල්සි පසෙකට දමා මදුරුතලා ශාකය පිළිබඳව විමසුම් කළ මට එහි මදුරුවන් පළවාහැරීමේ ශක්තිය පිළිබඳ සාක්ෂි රැසක් ගොනුකරගත හැකිවිය.

මෙම ශාකයට මදුරුවන් පළවාහැරීමට ඇති හැකියාව පාරම්පරික ඉන්දියානුවන් වෙතින් දැනගත්, ඉන්දියානුවන් යටත් කරගත් ඉංග්‍රීසීන් එය තම ඉන්දියානු වාසස්ථාන වටා රෝපණය කරගත් බවට තොරතුරු තිබේ. පසුව ඔවුන් අප රටේ තම නිල නිවාස ආදිය අවටද මෙම මදුරුතලා ශාකය සිටුවාගැනීමට විශේෂ උනන්දුවක් පළකොට ඇති බවට සාධක තිබේ.

මෙම තුල්සි හෙවත් හින් මදුරුතලා හැඳින්වෙන උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමය (Ocimum Sanctum)ය. අතීතයේ අප අවට පරිසර පද්ධතීන්හි බහුලව වැඩුණු මෙම ශාකයෙන් කොළ මට්ක් ගිනි කබලකට දමා දුම් ගැස්සවීමෙන් මදුරුවන් පැත්ත පළාතක නොසිට පළායන බවත්, එය වර්තමානයේ ඇති මදුරු දැහැවලට වඩා අතිශය සාර්ථක පිළියමක් බවත් පැරණි ගැමියෝ කියති. එමෙන්ම අපගේ පැරණි ගැමියන් බුලත්විට සැපීමේදී ඊට හින් මදුරුතලා ඉත්තක්ද එක්කර ගැනීමෙන් බුලත්විට වඩාත් රසවත් වන බවට විශ්වාසයක්ද පැරණි ජන සමාජයේ තිබී ඇත. එමෙන්ම කොළකැඳ සෑදීමේදී මෙම හින් මදුරුතලා මට්ක්ද යොදාගැනීමෙන් එහි රසය සේම ගුණයද වඩාත් ඉහළ මට්ටමකට පත්කරගත හැකි බව විශ්වාසයක් තිබේ. ඒ අනුව අතීතයේ බොහෝ නිවෙස් අවට මෙම ශාකය තිබී ඇත.

ඒ කෙසේ හෝ ඉහත සඳහන් දිව්‍යමය පුරාවෘත්ත, මිටිකා මතවාද පසෙක තිබියදී නූතන නාගරික සමාජය 'තුල්සි' යන ඉන්දීය නමින් හඳුනාගත් අපගේ ගම් ගොඩේ බොහෝදෙනෙකු දන්නා හින් මදුරුතලා වත්මන් නාගරික නිවෙස් ඉදිරියට කැඳවාගැනීම අනුවණ දෙයක් නොවේ. අනුවණකම වනුයේ එම හින් මදුරුතලා ශාකයේ පිහිටෙන් තම පවුලේ සියලු රෝ දුක් දුරුවන බව හා සෞභාග්‍යය උදවන බව, තම දරුවන් විභාගවලින් සමත්වන බව විශ්වාස කිරීම පමණි.

MOBILE

TALK TEXT DATA
BOOSTER 505

එකම පැකේජ එකෙන්

කතා මැසේජ වේටා

BOOST කරගන්න

Voice මිනිත්තු **1777**

අනෙකුත් ජාලවලට මිනිත්තු 1000+M2M මිනිත්තු 777

Text **1777 sms**

අනෙකුත් ජාලවලට sms 1000+M2M sms 777

Data **2GB** anytime data

අමතර DATA සක්‍රීය කරගත හැක.

PrePaid පාරිභෝගිකයන් සඳහා
රු. 505/- ඊලොඩ් කර හෝ
#147# ඔස්සේ සක්‍රීය කරගත හැක.

PostPaid පාරිභෝගිකයන්ට
www.sltmobitel.lk ඔස්සේ
සක්‍රීය කිරීම සම්බන්ධව වැඩි විස්තර ලබාගත හැක.

ඔබත් අදම SLT-MOBITEL Mobile සමඟ සම්බන්ධ වන්න.

TRC/M/PRO/22/03



9 වෙනිදා මම STF නිල ඇඳුම ගලවලා අරගලයට එකතු වුණා

10 වෙනිදා සේවයෙන් ඉවත් කළ බව කියන ලියුම ගෙදරට ඇවිත් තිබුණා



අපේ ප්‍රශ්න විසඳන්නට ආරාධිතව මෙන්ම අනාරාධිතවත් ඉන්දියාව මැදිහත් වී ඇති අවස්ථා එමටය. එවැනි එක් අවස්ථාවක තිරණාත්මක සිදුවීම් රැසක් අවසානයේ ඉංද-ලංකා ගිවිසුම කරලියට එන්නේ 1987දීය. ඊට එරෙහිව නැගුණු විරෝධතා සුළුපටු නොවුවත් එවකට ජනපති ජේ.ආර් ජයවර්ධන ජූලි 29 වැනිදා ගිවිසුම අත්සන් කෙරුවේය. එයින් පසුදිනට ඉන්දියා අගමැති රජීව් ගාන්ධි වෙනුවෙන් ජනාධිපති සම්මාන පිරිනැමීමේ පෙළපාලියක් යෙදී තිබිණි. සාමාන්‍යයෙන් රාජ්‍ය නායකයෙකු වෙනුවෙන් ජනාධිපති සම්මාන පිරිනැමීමේදී පෙළපාලි දෙකක් පැවැත්වේ. ඒ පැමිණීමේ පෙළපාලිය හා පිටත්ව යාමේ පෙළපාලියයි. ඒ අනුව එදා රජීව් පිටත්ව යාමේ පෙළපාලිය පවත්වන්නට පැවරී තිබුණේ නාවික හමුදාවටය.

එවකට විපිත් රෝහණ විජේමුණි තරුණයා නාවික හමුදාවට එක් වී වසර තුනකි. ඔහුගේ වයස විසිඑකකි. පෙළපාලිය මොහොතේදී ඔහුගේ නිල ඇඳුම හා බැඳුණු රෙගුලාසිවලට වඩා රට වෙනුවෙන් හදවතේ කැකසුරෙමින් තිබුණු හැඟීම් ප්‍රබල වූයෙන් ඔහු ඉන්දියා අගමැති රජීව් ගාන්ධිට හැකි වැර යොදා තුවක්කු බඳුන් පහර දුන්නේය. ඉලක්කය වැරදුණේය. එහෙත් එදා ඒ සිදුවීම මෙන්ම ඔහුත් ඉතිහාසයේ ආන්දෝලනාත්මක සිදුවීම් අතරට එක්වී ඇවිසිණ. අද රට පුරා පවත්වන උද්ඝෝෂණ, අරගලවලදී "එදා විපිත් රෝහණ, ගාන්ධිට ගහලා අපේ පැත්තේ හිටගත්තා වගේ උඹලත් අපේ පැත්තේ හිටගනිල්ලා පුනේ!" යනුවෙන් පොලිසියට, හමුදාවට යැදින අම්මලා, තාත්තලා පුවත්වලින් හෝ ඔබත් දකින්නට ඇතැයි සිතමි.

ඒ යාතිකා ඇසුනු නිසාදෝ ඉකුත් ජූලි නවවැනිදා රාජකාරිය පසෙකින් දමා මහජනතාවගේ පසින් සිටගත් පොලිසියේ සහ හමුදාවේ නිලධාරීන් කිහිපදෙනෙකි. ඔය අතර නිල ඇඳුම ගලවා දමමින් ජනතාවට මැදිව ඇවිදින තරුණ සෙබලෙකුගේ විඩියෝටටයක් පසුගිය දින කිහිපයේම සමාජ මාධ්‍ය පුරාවට සංසරණය වූයෙන් රූපයෙන් දැන් ඔහුව නාදනන කෙනෙක් නැති තරම්ය. 'ධරණී' අප රූපයෙන් පමණක් රටම දන්නා ඔහුව නමින් හඳුනාගෙන නවවැනිදා සිදුවීම ගැන කතාබහක නිරත වූයේ මෙසේය.

නම මොකක්ද?
අසේල සංජීව බාලසූරිය.
එතකොට ගෙවල්?
මම කුරුණෑගල, කුඹුක්ගැටේ.
වයස කියන්න කැමතිද?
විසිහතරයි.
විශේෂ කාර්ය බළකායට බැඳුණේ කොයිකාලෙද?
2020 දී.

හමුදාවට බැඳෙන්නේ අට පාස් අය කියලා සමහරු දැන් කතා වෙනවානේ. අසේල හමුදාවට බැඳුණේ අට පාස් නිකාද?
දැන් යුද හමුදාවට බඳවා ගන්නකොට උසස් පෙළ පුහුණුව බලනවා. විශේෂයෙන්ම යුද හමුදා විශේෂ කාර්ය බළකායට. අට පාස් කිසිම කෙනෙක් එස්ටීඒඒ එකේ නැහැ. මම හමුදාවට බැඳුණේ රට වෙනුවෙන් සේවය කරන්න. ඒක මම පොඩි කාලේ ඉඳලා දැකපු හිතයක්.

එතකොට අසේල සේවය කරපු හමුදා මූලස්ථානය?
මරදන යුද හමුදා මූලස්ථානය.

ඇත්තටම එදා නමවෙනිදා මොකද වුණේ?
නමවෙනිදා රටේ ගොඩක් මිනිස්සු විරෝධතා දක්වන්න කොළඹට එනවා කියලා කතාබහක් ගියානේ. ඉතින් රටේ ආරක්ෂාවට අපිව අටවෙනිදා ඉඳලාම ලංකා බැංකු පාලී සේවයට අනුයුක්ත කළා. කොහොමහර නමවෙනිදා උදේ ඉඳලම එතැන සෙනඟ පිරිණය. වයසක අම්මලා, තාත්තලා, අපි වගේම තරුණ අය වයාලගේ දුක හමුදාවේ අපිට කිය කියා අඩිත්ත

පටන්ගත්තා. ඉතින් ඒ වෙලාවේ වයාලගේ පැත්තේ හිටගන්න ඕනේ කියලා මට හිතුණා. ඒ නිසයි මම හමුදා නිල ඇඳුම ගැලවීවේ.

එතැන හිටපු සෙනඟ නිල ඇඳුම ගලවන්න කියලා අසේලට බල කළාද?

අනේ නැහැ. මම ඒ වෙලේ කළේ අවංකවම මගේ හදවතට දැනුණු දේ. ඒක කාගෙවත් කීමකටවත් උසිගැන්වීමකටවත් කරපු දෙයක් නෙමෙයි. අපි ජීවත් වෙන්නේ මේ රටේ අහිංසක මිනිස්සුන්ගේ බඳු සල්ලිවලින්. මම හමුදාවට බැඳුණේ රට රකින්න. අපේ රටට, මිනිස්සුන්ට වෙන අසාධාරණකම් දැක දැක ඇස් වහන් ඉන්න අමාරුයි. අනික අපිත් මේ රටේ සාමාන්‍ය මිනිස්සු. ඒකයි මම වයාලගේ පැත්තේ හිටගත්තේ.

නිල ඇඳුම ගැලවීමට පස්සේ ඒ වෙලාවේ එතැන මොකද වුණේ?

එතැන හිටපු සෙනඟ ගොඩක් වෙලා යනකල් මාව වටකරගෙන හිටියා. ඔලුව අතගැනුවා. සමහරු මාව බඳුගෙන ඇඳුවා.

සමාජ මාධ්‍යවලත් ඒ සිදුවීමේ විකිසේවක හුවමාරු වුණා?

ඔව්. ඒක දැකලා සැහෙන දෙනෙක් මගේ නම්බර් එක තොයාගෙන මට කතා කළා. ඇත්තටම එදා මට කතා කරගන්න බැරිතරමට කෝල් ආවා.

ඔය වගේ දෙයක් කරද්දී රස්සාව හැකිවෙයි කියලා බය හිතුවේ නැද්ද?

මම කළ දේ ගැන ගෙදර අයට ආඩම්බරයි. හැබැයි රැකියාව නැතිවුණු එක ගැන එයාලට පොඩි දුකක් තියෙනවා

ඒ ඕනම දේකට මුණදෙන්න බලාගෙන තමයි ඒ වෙලාවේ මම නිල ඇඳුම ගැලවීවේ. පස්සේ හමුදා ප්‍රධානීන් කතා කරලා අසේලට දොස් කිව්වද? නැහැ. ගොඩක් අය කතා කරලා විස්තර ඇහුවා මිසක කවුරුත් මට දෙයක් කිව්වේ නම් නැහැ.

හැබැයි මේ වෙනකොට අසේලට සේවයෙන් පහකරලා හේද?

ඔය සිදුවීමෙන් පස්සේ දවසේ මම යාළුවෙක් එක්ක ගිහින් මගේ නිල ඇඳුම් හමුදා මූලස්ථානයට බාරදීම ගෙදර ගියා. සිද්ධියෙන් පස්සේ දවසේම මාව සේවයෙන් ඉවත් කළා කියලා ලියුමක් ගෙදරට ආවා. මගේ පඩි එහෙමත් නතර කරලා.

මේ ගැන ගෙදර අය මොකද කිව්වේ?
අම්මයි, තාත්තයි, අක්කයි තමයි ගෙදර

ඉන්නේ. මම කළ දේ ගැන ගෙදර අයට ආඩම්බරයි. හැබැයි රැකියාව නැතිවුණු එක ගැන එයාලට පොඩි දුකක් තියෙනවා.

අසේල එකපාර රැකියාවෙන් ඉවත්වුණු එක ගෙදර ආර්ථිකයට බලපාන්නෙ නැද්ද?

තාත්තත් රැකියාවක් කරනවා. එහෙමයි කියලා අපිට මහලොකුවට සල්ලි නැහැ. ඉතිරි කරගත්තු සල්ලි එහෙමත් නැහැ. හැබැයි මේ ජොඩි එක නැති වුණාට ගෙදර ආර්ථිකයට ප්‍රශ්නයක් වෙයි කියලා මම හිතන්නේ නැහැ. මොකද මට වෙන රස්සාවක් කරන්න බැරිකමක් නෑනේ.

අනික ගොඩක්දෙනා අසේලට රැකියා දෙන්නත් ලැස්සිගියේ හේද?

ඔව්. ගොඩක් අය කතා කළා. තව දවසක් දෙකක් ගෙදර ඉඳලා රැකියාවකට යනවා.

ඉස්සර අපේ රටේ මිනිස්සු හමුදාවට සැලකුවේ දේවචරුන්ට වගේ. හැබැයි දැන් ඒ තත්වය වෙනස් වෙලා. ඒ වෙනස අසේලටත් දැනිලා තියෙනවාද?

අනිවාර්යයෙන්ම. පුංචි කාලේදී හමුදාවේ කෙනෙක් පාලේ යනවා දැක්කත් අපේ ඇගේ හිරිගඬු පිපෙනවා. ඒ ගෞරවය මේ මෑතක් වෙනකලත් තිබ්බා. ගොඩක් අයට අපිව දැක්කත් සතුටුයි. හැබැයි දැන් මිනිස්සුන්ට තියෙන්නේ කළකිරීමක් විතරයි කියන එක මිනිස්සුන්ගේ ප්‍රතිචාරවලින් මට දැනිලා තියෙනවා.

නමවෙනිදා ගත්තු තීරණේ ගැන දැන් පසුතැවෙනවාද?

අපෝ නෑ. කිසිම පසුතැවීමක් නැහැ. යුද හමුදා විශේෂ කාර්ය බළකාය බොහොම විශේෂයි. ඒ පුහුණුව වෙනුවෙන් මම මාස ගණනක් දුක් වින්ද. ඉතින් දුක් විඳලා ආසාවෙන් ඇඳුණු ඇඳුම ආයේ අඳින්න නැතිවෙන එක ගැන නම් පොඩි දුකක් තියෙනවා. ඒත් මම ඒ දේ කළේ අපේ මිනිස්සු වෙනුවෙන් නිසානේ කියලා හිතෙනකොට ඒ දුකත් තුනීවෙනවා.

ආයේ ඒ නිල ඇඳුම අඳින්න අවස්ථාවක් ලැබුණොත් බාරගන්නවාද?

ඔව්. කවදකහර යුද්ධයක් ඇති වුණොත් අනිවාර්යයෙන්ම මම ආයේ රට වෙනුවෙන් යුද්ධයට යනවා.

සෙවිවන්දී හෙට්ටිආරච්චි

ධරණි

හිතුවක්කාර දොසතර මට්ටු කරන්න රඹර ගහ හොඳ වැඩිපි කියලා අලියෙකුට හිතලා

හිතර කුලප්පු වෙත අලි නොසිතන අඩවි අල්ලනි. කෑගල්ලේ විවැනි තරුණ අලියෙක් විසිය. දිනක් මෙම අලියා පැරණි රඹර ගස් ගැලවීමේ කාර්යයකට යොදවා තිබිණ. රඹරවත්ත පිහිටියේ අලි හිමිකරුගේ නිවසට කිලෝමීටර 40ක් පමණ දුරිනි.

රඹර ගස් ගලවා දැමීම ආරම්භ විය. එම කටයුත්ත කෙරෙන අතරතුර ඇත්ගොවිවා නිරීක්ෂණය කළේ අලියා මද කිපීමට ආසන්න බවයි. එහෙත් පැමිණි කාර්ය නිසි පරිදි කෙරෙමින් තිබිණ. එසේ තිබියදී දිනක් අලියා ඇත්ගොවිවාගේ ග්‍රහණයෙන් මිදුණේය. දම්වැල් ගලවා ගත්තේය. ඉන් නොනැවතුණු අලියා කළේ ඇත්ගොවිවාට අකීකරුව රඹරවත්ත පුරා දුවාමයි. ඇත්ගොවිවාට කර කියා ගැනීමට දෙයක් නැත. සිදුවීම වහාම මහාචාර්ය අශෝක දිසානායකට දැනුම් දී තිබුණේ විකල්පයක් නොමැති නිසාය. අවශ්‍ය දෑ රැගෙන ඔහු අලියා ඇල්ලීමේ මෙහෙයුමට ගියේය.

සුවිසල් රඹර ඉඩමට පිවිසි පසු මහාචාර්යවරයා දුටුවේ අලියා දම්වැල් රහිතව එහා මෙහා දුවන ආකාරයයි. අලියා අහර ගෙන නැත. ජලය ද පානය කර නොමැත. විවෘතකු සිහිසුන් කිරීමට මහාචාර්ය දිසානායකට අදිමදි කළේය. මේ අතර කලබලය අස්සේ වුව අලි දඩබ්බරයා, වෛද්‍යවරයා හඳුනාගත්තේය.

වෛද්‍යවරයාගේ කඩා පැනීමෙන් අලියාට යකා නැරඹේය. ඒ වනවිටද අලියා විසින් ගලවනු ලැබූ රඹර ගස් සියයක් පමණ එහි විය. ඊට අමතරව එම ඉඩමේ අඩි 15ක් පමණ උසට වැඩුණු අලුත් රඹර පැළද තිබිණ. උරණ වූ අලියා ක්ෂණිකව එම පැළයක් මුලින් ඉදිරිය. එතැනින් නැවතුණේ නැත. ගලවාගත් රඹර පැළය මහාචාර්යවරයා වෙත විසි කළේය. හානියක් නොවුණ ද මහාචාර්ය දිසානායකට ඉන් හිතියට පත් වූණේය. කේන්ද්‍රීය පතව නොගිය අලියා එම රඹර පැළය නැවත ගත්තේය. එය

ඉන්දවා තිබූ ස්ථානයේම වේගයෙන් යළි සිටුවීය. ඇතැම්විට තමා කෝප වී, පැළය ගැලවීමට ගත් තීරණය වැරදි යැයි අලියාට හැඟුණා විය හැකිය.

සියලු කලබල මධ්‍යයේ අලියා නිර්වින්දනය කිරීමට අවසානයේ මහාචාර්ය දිසානායකට පියවර ගත්තේය. අනතුරුව දම්වැල් නිවැරදිව යොදා බැඳගන්නා ලෙස ඔහු ඇත්ගොවිවාට නියෝග කළේය. සිහිසුන්ව බිම වැනිර දම්වැල් දමා බැඳ සිටින අලියාගේ කනේ නතරයකට විෂහරණ ඖෂධය (Antidote) එන්නත් කිරීමට මහාචාර්යවරයා පියවර ගත්තේය. ඔහුගේ විශ්වාසය වූයේ පසුව අලියා සාමාන්‍ය පරිදි අවදි වනු ඇති බවයි. එහෙත් ඊකින් ඊක වෙලාව ගතවනවා මිස අලියා නැගිටින පාටක් නැත. දීර්ඝ කාලයක් ආහාරපාන නොගැනීම ඊට හේතුව බව මහාචාර්යවරයා සැක කළේය. එබැවින් ඔහු තමා සතුව තිබූ සේලයින් ධෝතල් දහයම අලියාට ලබා දුන්නේය. එහෙත් අලියා නොසෙල්වේ. එබැවින් පෞද්ගලික බෙහෙත් ශාලාවකින්ද සේලයින් ගෙන්වා ගැනීමට සිදුවිය. සවස හය පමණ වනවිට අලියා පියවි සිහියට එළැඹෙන බව දක්නට ලැබිණ. ඒ වනවිට ලබාදුන් සේලයින් ධෝතල් ගණන 35කි. හෙමිහිට නැගී සිටි දඩබ්බරයා කිසිවක් සිදු නොවූ පරිදි හැසිරුණේය. එය මහාචාර්ය අශෝක දිසානායකට ගෙන ආවේ මහත් සතුටකි.



තොරතුරු - මහාචාර්ය අශෝක දිසානායක (ජේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලය) රජනිකා ලියනගේ



ඔබට මුදල් හදිසිසියක්ද? නැතහොත් ඔබේ වටිනා රන් භාණ්ඩ සිනින වේනින යනවාද?

ඕනෑම බැංකුවක උකස් තබා ඇති රන් භාණ්ඩ ගනුදෙනුවක් සඳහා පවුමට රු. 43,000/- ක ම වැඩිපුර 1% ක අඩුම පොලියට ලබා ගන්න

ඔබ දැනට උකස්තබා ඇති රිසිට් පත අපට 0767 888 222 අංකයට WhatsApp කරන්න විශේෂ සහන රැසක් සමගින් නැවත බේරා ගැනීමේදී පහසු ගෙවීමේ ක්‍රමයට Loan එකකුත්

කොළඹ	0771 408 547	මීගමුව	0766 227 056
කොට්ඨේන	0702 539 382	ගම්පහ	0779 230 549
වැල්ලඹත්ත	0710 870 686	කළුතර	0776 167 149
ගුණතිපාස්	0742 379 739	හලාවත	0779 256 191
මොරටුව	0766 227 059	මාතර	0705 979 237
පානදුර	0767 952 286	ගම්පොල	0710 870 735
වෙන්නස්පුව	0710 869 378	නාවලපිටිය	0710 870 706
ගාල්ල	0705 979 274	හැට්ටි	0778 790 372
කුරුණෑගල	0766 227 061	කෑගල්ල	0703 583 363
දිගහ	0778 156 738	ත්‍රිකුණාමලය	0771 201 854
බේරෑවල	0740 920 356	පුත්තලම	0771 201 861
මතුගම	0771 201 860	මහියංගනය	0771 201 862
මොණරාගල	0771 201 852	වත්තේගම	0742 551 103
බදුල්ල	0771 201 863	හපුතලේ	0760 677 018
කල්පිටිය	0761 605 803	මාතලේ	0702 539 389
කටුගස්තොට	0779 476 206	තලවකැලේ	0710 871 009
නාලල	0763 226 230	රාගල	0710 870 703
කන්නලේ	0742 572 585	පුඩ්ඵය	0740 929 541
පොකුට්ටේ	0771 201 855	මස්කලිය	0760 909 822
වැලිමඩ	0778 764 751	පුස්සැල්ලාව	0742 531 360
බගවත්තලාව	0742 588 267		



ජෛවනික නිසා අමාරුවේ වැටුණු ජැක්සන් වෙනුවෙන් බිරිඳ කරන දයාබර ඉල්ලීම

ඒ 2001 වසරේ දිනයකි. එදා හවස්වරුවේ ජැක්සන් ඇන්තනී සිරියේ කොළඹ මහවැලි කේන්ද්‍රයේය. ඒ ප්‍රසන්න විතානගේ අධ්‍යක්ෂණය කළ 'පුරුහඳ කළුවර' චිත්‍රපටයේ උත්සවයකට සහභාගි වෙමිනි. උත්සවයේ එක් දේශනයක් සඳහා ජැක්සන්ටද ආරාධනා ලැබී තිබුණි. ඒ වැඩකටයුතු අහවර වුණේ එදා රාත්‍රී දහයකුත් ගාණටය. ඒ සැනින් ඔහු තම 250 - 8484 රතු පැහැති කැබ් රථයට ගොඩවුණේ හැකි ඉක්මනින් නිවස බලා යන්නටයි.

ජැක්සන් රැගත් කැබ් රථය මහවැලියේ සිට ටවුන්හෝල් හරහා මරියකඩේ පසුකර සහිරා කොලීජිය අසලින් මරදනට අවතීර්ණ විය. නමුත් සිදුවූයේ ඔහු කිසිවිටෙකත් නොසිතූ දෙයකි. ඒ ටෙක්නිකල් හන්දිය පැත්තේ සිට රතු සංඥා බල්බ කොතකමින් පැමිණි වාහනයක් වේගයෙන් පැමිණ ජැක්සන්ගේ කැබ් රථයේ වැදීමයි. එය කොතරම් දරුණු හැප්පිල්ලක්ද කිව්වොත් කැබ් රථය විසිවී ගොස් කරණම් දෙකක්ද ගසා එල්ලීන්ස්ටන් රහගල ඉදිරිපිට උඩුබැලි අතට හතර විය. රියදුරු අසුනේ සිටි සිටි ජැක්සන් එදා දිවි ගලවාගෙන තිබුණේ අනු නවයෙනි.

එයින් වසර දහයකට පසු, එනම් 2011 වසරේදී ජැක්සන් එවැනිම අනතුරකින් ජීවිතය බේරාගත්තේය. ඒ 'කුස පබා' චිත්‍රපටයේ රූගතකිරීම් සිදුකරන අතරවාරයේ යාල ප්‍රදේශයේදීය. එවර වැලි සහිත මාර්ගයකදී ඔහුගේ කැබ් රථය පාරෙන් පිටතට පැන තිබුණි. සුළු තුවාල ලැබුවද එවරද ඔහු අනු නවයෙන් බේරුණේය. හැප්පෙන වාහන විකුණා දමන්නට බොහෝදෙනා ඉක්මන් වුවද ඒ අවස්ථා දෙකේදීම ඔහු අනතුරට ලක්වූ කැබ් රථය යළිත් අලුත්වැඩියා කරගත්තේ ඔහු ඊට දැක්වූ අසීමිත ආදරය නිසාය.

"මේ කැබ් එක තමයි මගේ හිතාදර හැදෑයා. ඇත්තටම හැදෑයෙක් නෙවෙයි මේක මට මගේ දරුවෙක් වගේ. මතක තියාගන්න මේ කැබ් රථය තමයි 1997 ඉඳන් මා සතු එකම රථ බයන. මං ඇයට හරි ආදරෙයි. ඇයත් මට ආදරෙයි. ඒ නිසා ඇය මාව හැමදිමත් ආරක්ෂා කරවි."

ඒ වරක් තම රතු පැහැති කැබ් රථය ගැන ජැක්සන් කී කතාවකි. මේ කතාවට සමාජ මාධ්‍යවල හටු ලැබී තිබෙනයුරු පසුගිය දිනවල ඔබද දකින්නට ඇත.

පසුගිය ජූනි 30 වෙනිදා ජැක්සන්ට අනුරාධපුරයට යෑමට තිබුණේය. ඒ ප්‍රචණ්ඩ චිත්‍රපට අධ්‍යක්ෂක සෝමරත්න දිසානායකගේ 'සිංහබාහු' චිත්‍රපටයේ රූගතකිරීම් වෙනුවෙනි. ඒ අනුව ඔහුත්, ඔහුගේ සහෝදර සමන් ඇන්තනීත්, ජැක්සන්ගේ කළමණාකාර සහායක ඉරේන් ලක්මාලත් ඒ ගමනට එකතු විය. එදින අනුරාධපුරයට පැමිණියද ඔහුගේ රූගතකිරීම් තිබුණේ ජූලි 02 වෙනිදා සවස්සාමයේය. ඒ අනුරාධපුරයෙන් තරමක් ඇතින් පිහිටි නටඹුන් ස්ථානයක් වන හත්ටිකුවිටි නම් ප්‍රදේශයේ කැළපවක් තුළය.

"එදා අවසානයට රූගත කරන්න තිබුණේ

ජැක්සන් හිටපු දර්ශනයක්. අපි රූ අට වගේ වෙනකොට එක ඉවර කළා. ඊටපස්සේ අපි හැමෝම අපේ වාහනවලම නවාතැන්වලට යන්න පිටත් වුණා."

ඒ චිත්‍රපට අධ්‍යක්ෂක සෝමරත්න දිසානායක ය. ඔහු 'ධරණී'ට පැවසූ පරිදිම එදා ජැක්සන් තම කැබ් රථයේ නවාතැන් ගෙන තිබූ හෝටලය බලා ගියේ තම සහෝදරයා සහ ඉරේන්ද කැටුවය. ඒ මොහොතේ රියදුරු අසුනේ සිටියේද ජැක්සන්ය.

"ජැක්සන් සර් මේ කැබ් එකට පුදුම ආදරෙයි. වෙන වාහනයක් සර්ට නෑ. සර් හැමවෙලාවෙම කියනවා මේ වාහනයක් සර්ට ආදරෙයි කියලා. එයා වාහනෙන් 'සුන්දර' කියලා නමකුත් දුලයි තියෙන්නේ. සර් හිතරම කියපු කතාවක් තමයි කොළඹට මහන්සිවෙලා හිටියත් මේ වාහනේ වුයිවින් සිටි එකේ ඉඳගත්තම ඒ මහන්සිය තිව්ලා යනවා කියලා."

වරක් එසේ පවසා සිටියේ දිගු කලක පටන් ජැක්සන්ගේ කළමනාකරණ සහායක වූ ඉරේන් ය. ඔහු රත්නපුර ප්‍රදේශයේ පදිංචි තරුණයෙකි. කෙසේ නෝ එදා ඔවුන් රැගත් කැබ් රථය තලාව නගරය පසුකරමින් ගමන් කරමින් තිබුණි. පසුද රූගතකිරීම් නැති නිසාදේ කවුරුත් සිටියේ සැහැල්ලුවෙනි. නමුත් එක්වරම වන අලියෙක් පැමිණ වාහනයේ ගැටුණේ කවුරුත් අපේක්ෂා නොකළ මොහොතකය. එකී සිදුවීම ඇසින් දුටුවන් පවසන්නේ කැබ් රථයේ ගැටුණු අලියා නැගිට යන්න හැදවත් නැවතත් ෭ වාහනය මතටම ඇද වැටුණු බවයි.

"මං ගියේ ජැක්සන්ගේ වාහනය පිටපස්සෙන්. ටික දුරක් යද්දී පාරේ වාහන තදබදයක් ඇතිවුණා. මං හිතුවේ රටේ තිබුණ ප්‍රශ්නත් එක්ක මොකක් හරි විරෝධතාවයක් වෙන්න ඇති කියලා. ඔය අතරේ මට කෝල් එකක් ආවා ජැක්සන්ගේ වාහනේ අනතුරට ලක්වෙලා කියලා. මට හිතාගන්න බැරවුණා. මං අනතුර සිදුවුණු තැනට ගියා. යනකොට ජැක්සන් පාරේ නිදි කරවලා



ජැක්සන් සුවවෙන තෙක් සිංහබාහු රූගත කිරීම් නවත්වන්න වුණා
සෝමරත්න දිසානායක



කුමාර මුණසිංහ

තාමත් කියන්න හරම් ලොකු සුවයක් නෑ. ඔහු සුවය ලබමින් සිටින බව වෛද්‍යවරු මට කිව්වා. ඔවුන් දැකීම විශ්වාස කරනවා ජැක්සන්ව සුව කරන්න පුළුවන් කියලා. මමත් එක විශ්වාස කරනවා

තිබුණේ. මං ඉක්මනින් එයාම මගේ වාහනේ දගෙන සමන් සහ ඉරේන් දෙන්නන් අපේම වෙන වාහනයක දගෙන තුන්දෙනාම අනුරාධපුර රෝහලට අරන් ගියා. ඒ වෙලාවේ ජැක්සන් ලොකු වේදනාවකින් ඉන්න බව තේරුණා."

ඒ චිත්‍රපට අධ්‍යක්ෂක සෝමරත්න දිසානායක ය. ඔහු පවසන පරිදි තුවාලකරුවන් රෝහලට රැගෙන යනවිටත් ඔවුන් සිට ඇත්තේ දැඩි ආසාදිත තත්ත්වයෙනි. ඒ නිසාම රෝහලට ඇතුල් කළ වහාම ඔවුන් එහි දැඩි සත්කාර ඒකකය වෙත යොමුකෙරිනි. ඒ සම්බන්ධයෙන් අනුරාධපුර ශික්ෂණ රෝහලේ අධ්‍යක්ෂ වෛද්‍ය දුලාන් සමරවීර මහතා පවසා සිටියේ මෙවැන්නකි.

"ඒ වෙනකොටත් ජැක්සන් ඇන්තනී මහත්මයා දැඩි ආසාදිත තත්ත්වයෙන් හිටියේ. බෙල්ලේ අස්ථි දෙකක් පැනලා තිබුණා. පෙනහළුවලටත් තුවාල සිදුවෙලා තිබුණා. අපි අවශ්‍ය ප්‍රතිකාර දීම ඔහුට කොළඹ ජාතික රෝහලට හදිසි ශල්‍යකර්මයක් සඳහා මාරු කළා."

ඔය අතරවාරයේ තවත් ප්‍රශ්නයකි. ඒ ඉන්ධන අර්බුදයයි. දැනගන්නට ලැබුණු ආකාරයට එදා රෝහලේ ගිලන් රථ කිහිපයේම ඉන්ධන තිබී නැත. පසුව ඊට ඉන්ධන සපයාගැනීමටද දැඩි වෙනසක් දරන්නට සිදුවූ බව අපට පවසා සිටියේ රෝහලේ සුළු සේවකයෙකි. අවසානයේ ඊට අවශ්‍ය තෙල් සපයාගත් බව සඳහන් වන්නේ අනුරාධපුර ලංගම් ඩිපෝවෙනි.

අනුරාධපුර රෝහලේ සිට පැය කිහිපයක ගමනකින් පසු ජැක්සන්ව ඇතුළත් කරන්නේ කොළඹ ජාතික රෝහලේ හදිසි අනතුරු ඒකකයටයි. එහිදී ඔහුට පැය හතක පමණ සැත්කම්කට මුහුණදෙන්නට සිදුවිය. ගෙල ප්‍රදේශයේ සිදුකළ එම සැත්කම් සිදුකළේ විකලාංග ශල්‍ය වෛද්‍ය විශේෂඥ කේ.උමාපති ඇතුළු ස්නායු සම්බන්ධ විශේෂඥ වෛද්‍ය කණ්ඩායමක් විසිනි.

"අපි තාමත් සිංහබාහු චිත්‍රපටයේ වැඩ පටන්ගත්තා විතරයි. ජැක්සන් ඉන්න

කොටස් බොහෝ ප්‍රමාණයක් තව රූගතකිරීම් කරන්න තියෙනවා. එත් මේ වෙනකොට අපි රූගතකිරීම් සියල්ල නවත්වලා තියෙන්නේ. ජැක්සන්ගේ තත්ත්වය ගැන කිව්වොත් ඔහු තාමත් සම්පූර්ණ සුවය ලබලා නෑ. සුවය ලබමින් තමයි ඉන්නේ. ඔහුට කරපු සැත්කම සාර්ථකයි කියලා වෛද්‍යවරු කියලා තියෙනවා. ඔහු තවමත් ඉන්නේ කොළඹ ජාතික රෝහලේ දැඩි සත්කාර ඒකකයේ. අපි කාටවත්ම තාමත් බලන්න යන්න බෑ."

ජැක්සන්ගේ සුවදක් විමසූ අපට සෝමරත්න දිසානායක මහතා ලබාදුන් පිළිතුරයි ඒ.

මේ අතරවාරයේ ඇතැම් පිරිස් ජැක්සන් දේශපාලනඥයෙක් ඉලක්ක කර කී පැරණි කතාවක් නැවත මතකට ඔහුට පහර ගසන්නටද කටයුතු කර තිබුණි. එය මෙවන් මොහොතක කිසිසේත්ම අනුමත කළ නොහැකිය. කළයුතුව තිබුණේ ජැක්සන්ට ඉක්මන් සුවය පැරීම්ය. මන්ද ඔහු අපට සිටින පේෂ්ඨකම රංගධරයෙකි. ජාතික වස්තුවකි. නමුත් ඒ සියලුදෙනා වෙනුවෙන් ජැක්සන්ගේ එකම දියණිය වන මාධවී වත්සලා ඇන්තනී සිය මුහුණුපොත හරහා ලබාදී තිබුණේ මෙවැනි පිළිතුරකි.

"මේ වගේ දරාගන්න අමාරුව ප්‍රශ්නකාරී මොහොතක කාගේ වුණත් ආදරේ සැබෑවටම ඇති හෝ නැති බව මැනෙවින් පසක් වෙනවා. සිතින්, වචනෙන් සහ ක්‍රියාවෙන් තනි නොකළම යුතු වෙලාවක හිත හදන්න බැරනම් අඩුතරමේ හිත නොදෙවා හිතකිව ඉන්නවා නම් කොළඹවර හොඳද?"

කවුරුත් දැන් බලාසිටින්නේ ජැක්සන් ඇන්තනී නම් මේ මහා රංගධරයා නැවතත් රෝහල් ඇදෙන්න ඔහු පරිදි තිරයට වචනතුරුය. එසේම ජැක්සන්ගේ බිරිඳ කුමාර මුණසිංහ මෙන්ම දරුවන් තිදෙනා වන අකිලි ධනුදේවර, මාධවී වත්සලා මෙන්ම සජිත අනුත්තරද බලාසිටින්නේ ඒ දිනය පැමිණෙන තුරුය. අවසාන වශයෙන් අපි ජැක්සන්ගේ ආදරණීය බිරිඳ වන කුමාර මුණසිංහට කතා කළේ ජැක්සන්ගේ වත්මන් තත්ත්වය ගැන හොඳින්ම දන්නේ ඇය නිසාය. එහිදී ඇය ජැක්සන්ගේ සුවදක් කියා 'ධරණී' පාඨක ඔබෙන්ද අහිංසක ඉල්ලීමක් කළාය.

"තාමත් කියන්න තරම් ලොකු සුවයක් නෑ. ඔහු සුවය ලබමින් සිටින බව වෛද්‍යවරු මට කිව්වා. ඔවුන් දැකීම විශ්වාස කරනවා ජැක්සන්ව සුව කරන්න පුළුවන් කියලා. මමත් එක විශ්වාස කරනවා. ජැක්සන්ට ආදරේ කරන මිනිස්සු ගොඩක් ඉන්නවා. ඉතින් මං 'ධරණී' පුවත්පත බලන ඒ හැමෝගේම ඉල්ලනවා ජැක්සන්ට පූර්ණ සුවය ලැබෙන්න වචනයකින් හරි ආශිර්වාද කරන්න කියලා. ඒ ආශිර්වාදයත් මට මේ වෙලාවේ ගොඩක් වටිනවා."

ජැක්සන්ගේ සුවදක් විමසූ අපට සෝමරත්න දිසානායක මහතා ලබාදුන් පිළිතුරයි ඒ.

මේ අතරවාරයේ ඇතැම් පිරිස් ජැක්සන් දේශපාලනඥයෙක් ඉලක්ක කර කී පැරණි කතාවක් නැවත මතකට ඔහුට පහර ගසන්නටද කටයුතු කර තිබුණි. එය මෙවන් මොහොතක කිසිසේත්ම අනුමත කළ නොහැකිය. කළයුතුව තිබුණේ ජැක්සන්ට ඉක්මන් සුවය පැරීම්ය. මන්ද ඔහු අපට සිටින පේෂ්ඨකම රංගධරයෙකි. ජාතික වස්තුවකි. නමුත් ඒ සියලුදෙනා වෙනුවෙන් ජැක්සන්ගේ එකම දියණිය වන මාධවී වත්සලා ඇන්තනී සිය මුහුණුපොත හරහා ලබාදී තිබුණේ මෙවැනි පිළිතුරකි.

රුවන් එස්.සෙනවිරත්න

පුද්ගලික සම්බන්ධතා ගත්තත්, රාජකාරි මට්ටමේ සබඳතා ගත්තත් බොහෝවිට අපි පුරුදුවී සිටින්නේ අගය කිරීමට හෝ ප්‍රශංසා කිරීමට වඩා වොදනා කිරීමටයි. එසේත් නැතිනම් මැසිවලි හැඟීමටයි. එම සබඳතා නිසා සතුටු වෙන්නට කාරණා සියයක් ඇතත්, පසුකැවෙන්නට ඇති එක් කාරණාවක් හෝ මුල් කරගෙන අපි කරන්නේ සියලුම අවුල් කරගැනීමයි. සැමියා දුකම් සහ දරුවෝ තිදෙනා සමඟ ජපානයේ ජීවත්වන නයිති මනමේන්ද්‍ර ඇගේ ජීවිත අත්දැකීම් ඇසුරින් අපිට කියාදෙන්නේ විශේෂයෙන්ම 'පවුල' නමැති සම්බන්ධතාවයට මුලිකත්වය දීම සහ එය රැකගැනීමේ ඇති වැදගත්කමයි. එමෙන්ම ඕනෑම හොඳ හෝ නරක සිදුවීමකටම පසු සතුට විය හැකි කාරණා පමණක් ජීවිතයට එක් කරගැනීමෙන්, ඔලා සිටියදී පවුල් ජීවිතය සතුටින් පිරි ඉතිරි යන අයුරු ඇය කියන්නේ සතුටින් ජීවිතය දරණ ඇගේ ජීවන අත්දැකීම් සමුදාය මුල්කරගෙනය.



දරුවෙක්ගේ වුණත් හිත රිදුණා කියලා ඔයාට දැනිලා ඔයා දරුවන්ගෙන් සමාව ගන්නානේ. ඒකෙන් කෙල්ලො දෙන්නාගේ මුඛි එක හරි ගියා. ඔලුවේ අනවශ්‍ය දේ තියන් ඉන්න එපා. විශේෂයෙන් දරුවෝ එක්ක ඉදිද්දි... ඔයාට අද ඇයි උදේ කඩදවත් නැතුව කේන්ති ගියේ...? නවසට ආවාම කතා කරමුකෝ... මං ඔලුවේ එකට ගිහිත් ගන්නම්... මතකයේ, **Mama happy home is heaven, Mama angry home is hell.** ඔයා තමයි අපේ ගෙදර **Mama.**

මට ඒ මැසේජ් එක කියවද්දි හිතට වචනයෙන් කියන්න බැරිතරමේ සැකසීමක් දැනුණා. උදේ මට කේන්ති ගියපු වෙලේ දුකම් ඒක ආදරෙන් නිවපු විදියටයි, ආපසු ඒ දේවල් ආදරෙන් කියලා දුන්න විදියයි ගැන ලොකු සතුටක් දැනුණා. ආයෙත් එහෙම දේවල් නොවෙන්න වගේම මගේ ඔලුවට අනවශ්‍ය දේවල් දුන අයව ඇත් කරලා තියන්නත් තීරණය කළා.

ඒ වගේම මම අලුත් පාඩමක් ඉගෙනගත්තා. අපේ අතින් දරුවන්ගේ හරි හිත රිදුණා කියලා දැනුණොත් ඒ ගැන දෙපාරක් නොහිතා සමාවගන්න ඕනේ. අතින් දේ තමයි මතකතයා හොඳම යාළුවා වුණාම ගේ ගිහිදර පිටට නොදී හරි ඉක්මනට හිත සමබර කරගන්න පුළුවන් කියලා මට දැනුණා.

මම මීට කලින් ඉටුලා තියෙනවා, මාව හොඳ ගැහැනියක් වගේම, අම්මලා අතර හොඳම අම්මා කෙනෙක් කරන්න පාර පෙන්නන්නේ දුකම් කියලා. මට කේන්ති ගිය වෙලාවේ දුකමුත් කේන්ති අරන් කැනගලා මට බැණිනා නම් සමහරවිට නැති ප්‍රශ්නයක් හැදෙන්නත් තිබුණා.

ඔයාලට දැන් හිතෙයි ඔයා වාසනාවන්තයි, ඔයාගේ මහත්තයා ඔහොම හිතද, හැඩැයි හැමෝම එහෙම නෑනේ කියලා. ඔයාලට මං පුටු දෙයක් කියන්නදද? පවුල් ජීවිතේට බාහිරින් එන පීඩනයක්, ඔලුව අවුල් කරන දෙයක් තියෙනවනම් ඔයා මුලින්ම කතා කරන්න ඕනේ ඔයාගේ මහත්තයා එක්ක. ඒත් අපි තුරුවෙලා ඉන්නේ ළඟම යාළුවට හරි දෙමාපියන්ට හරි කියන්න. ඇත්තටම මාත් ඉස්සර එහෙමයි.

ඒත් කසාද බැන්දට පස්සේ හැමදේම බෙදගන්න පළවෙති කෙනා මහත්තයා වෙන්න ඕන කියලා මං තේරුම්ගත්තේ, යාළුවන්ට පොද්ගලික දේවල් කියලා, ඒවා පිට අයගේ කන්වලටත් ගියාට පස්සේ. අපිට හොඳම යාළුවෝ ඉන්න පුළුවන්.

ඒත් ඒ හැමෝටම උඩින් හිතට සම්පම, හොඳම විශ්වාසනීය යාළුවා ඔයාගේ මහත්තයා වෙන්න ඕනේ. ඕනම දෙයක් ඔයාට එයා එක්ක කියන්න පුළුවන් හොඳ යාළුවෙක් කරගන්න. එයාට කේන්ති යද්දි ඔයා එයාට නිවන්න. එතකොට ඔයාට කේන්ති යද්දිත් ඉබේම එයා ඔයාට නිවනවා. දරුවන්ගේ දේවල්, ඒ ප්‍රශ්න හැමවෙලේම මහත්තයා එක්ක සාකච්ඡා කරන්න. විශ්වාසවන්තම කෙනා එයා කියලා මහත්තයාට දැනෙන්න දෙන්න.

ජීවිතේ මොන දේ වුණත් එතකොට එයා හිටගන්නේ ඔයාගේ පැත්තේ. අතින් වැදගත්ම දේ මිනිස්සු අපේ ප්‍රශ්න අහලා දුක් වෙනවට වඩා ඒවා රස විඳිනවා. ඒවා හතර අතේ කියනවා. ඒ නිසා පවුලේ ප්‍රශ්න පවුල ඇතුළේ විසඳගන්න. ඒකෙන් ඔයාට ඇහුම්කන් දෙන හොඳ මහත්තයෙක් වගේම, ඔයාට හොඳම හොඳ යාළුවෙකුත් ලැබේවි. ගැහැනියකට වගේම පිරිමියෙකුටත් මේ වචන ඒ විදියටම පොදුයි.

ඔයාගේ මහත්තයා එහෙම වුණාට අපේ මහත්තූරු එහෙම නෑනේ

කේන්තිය අඩු කරගත්තාම හිතට දැනෙන සැකසීම ගැන මං හැම ලිපියකම වගේ ලියනවා. විශේෂයෙන්ම දරුවන්ගේ වැඩකටයුතුවලදී අම්මා කෙනෙක් විදියට ඉවසීම කොච්චර දුරට ප්‍රශංසා කරන්න ඕනද කියන එක ගැනත් මම අවස්ථා ගණනකම ලියලා තියනවා. එහෙම ලියලා විතරක් නිකන් නොඉඳ ඒ විදියට වැඩ කරන මගෙන්, ඉවසීම පොඩ්ඩක් අඩුවෙලා දරුවන්ට කැනගලා අවස්ථාවක් ගැනෙයි මේ කියන්න හදන්නේ. මොකද කොච්චර ඉවසීමෙන් වැඩ කළත් මේ වගේ අහඹු දේවල් අපි හැමෝටම වෙන්න පුළුවන්.

කසාද බැන්දට පස්සේ හැමදේම බෙදගන්න පළවෙති කෙනා මහත්තයා වෙන්න ඕන කියලා මං තේරුම්ගත්තේ, යාළුවන්ට පොද්ගලික දේවල් කියලා, ඒවා පිට අයගේ කන්වලටත් ගියාට පස්සේ



මහත්තයා හොඳම යාළුවා වුණාම ගේ ගිහිදර පිටට නොදී හරි ඉක්මනට හිත සමබර කරගන්න පුළුවන් කියලා මට දැනුණා

ගිය සතියේ දවසක මං වෙනද වෙලාවටම ඇහැරලා උදේ වැඩ ටිකක් කරලා 5.30 වෙද්දි නතාර් දුවව ඇහැරුවා. 5.30 ඇත්තටම වේලාසහ වැඩිය නතාර් දුටු ඇහැරෙන්න. 6.30 හොඳටම ඇති. ඒත් එයාමයි එයාව 5.30ට ඇහැරවන්න කියන්නේ. එයාම කියනවා එයා හෙමින් වැඩ කරන නිසා එයාට පුළුවන් කලින් ඇහැරුණාම හිමිට ලෑස්ති වෙන්න කියලා. ඉතින් කෙල්ල හැමදම 5.30ට ඇහැරලා, දැන් මැදලා, ඇඟ සෝදගෙන, ඇඳුම් ඇඳගෙන 6.30ට උදේ කෑම කන ගමන් ටීචී එකේ යන ළමා වැඩසටහනක් හරි, නැත්තම් කුකින් ඩීඩියෝ එකක් හරි බලනවා.

ඉතින් එද මං නතාර් දුව ඇහැරවලා, කුසියිට ගිහින් ඇවිත් 6ට විතර බලද්දිත් නතාර් නිදි. මං ආයේ කිව්වා, "මැණිකේ 6න් වෙලා, ඇහැරෙන්න. ඔන්න මම 5.30ට ඔයාට ඇහැරුවා, ඔයා තමයි ඇහැරුණේ නැත්තේ" කියලා. එවලේ දු ඇහැරෙනවා වගේ දැකපු නිසා ආයේම මම මගේ වැඩ ටික කරන්න ගියා. හැඩැයි 6.30ට බලද්දිත් නතාර් නිදි. ඔන්න එවලේ මට පොඩි කේන්තියක් ඇවිත් "නතාර් නැගිටින්නෙ නැද්ද? 6.30යි. පරක්කු වෙයි" කියලා සද්දෙට කිව්වා. ළඟටත් ගිහින් පොඩ්ඩක් සැරෙන් කතා කළා. නතාර් විතරක් නෙවෙයි ඒ සද්දෙට ඔව්න් ඇහැරුණා. දෙන්නම ඇස් ලොකු කරන් මගේ දිනා බයවෙලා වගේ බලන් ඉඳලා ලෑස්ති වෙන්න ගියා.

දුකම් එතකොටම වගේ මගේ පිරිපස්සෙන් ඇවිත්, "ඇයි රෝසි කැනගන්නේ? වෙලාව හොඳටම ඇතිනේ. වැඩින් එක්ක. තාම 6.30යි" කියලා හරිම

ආදරෙන් මට කිව්වා. "අනික ඇයි මේ කඩදවත් නැතුව ඔයාට කේන්ති ගිහින්?" කියලාත් ඇහුවා. එවලෙයි මට තේරුණේ මට කේන්ති ගිහින් කියලා. ඇයි මට මේ පුටු දේකට කේන්ති ගියේ කියලා මටම හිතුණා.

පැටවියෝ දෙන්නා දුන් මදිද්දි මං දෙන්නා ළඟට ගිහින් බදගෙන හාද්දකුත් දීලා "නතාර් ගොමෙන්නේ, ඔව් ගොමෙන්නේ" කියලා දෙන්නාගෙන්ම සමාව ගත්තා. ජපන් භාෂාවෙන් 'ගොමෙන්නයි' කියන්නේ 'සමාවෙන්න' කියන එකට. 'ගොමෙන්නේ' කියන්නේ ඒක කෙටි කරලා. ඉතින් දෙන්නම මාව බදගෙන හිරිසා පොඩ්ඩ වෙලාවක්.

එද දුකමුත් ඔලිස් ගිහින්, පැටවියෝ දෙන්නන් ඉස්කෝලේ ගියාම මගේ ෆෝන්

එකට මැසේජ් එකක් ආවා. බලද්දි දුකම්ගෙන්. ඒ මැසේජ් එකේ හරිම වටින දේවල් ටිකක් එයා ආදරෙන් කියලා තිබ්බා.

"රෝසි... දරුවෝ එක්ක ගණුදෙනු කරද්දි රණ්ඩු බෙහෙව වගේ හැසිරෙන්න එපා. ළමයි කතා කරනකොට එයාලා කතා කරලා ඉවර වෙනකන් ඉඳලා ඔයා කතා කරන්න. එයාලා කියන එකෙන් වචනයක් අල්ලන් කියවන්න එපා. එකදිගට කියවන්නත් එපා, එයාලා පොඩියි. තේරෙන්නෙ නෑනේ... ඔයාට එපාවෙයි... උදේට එයාලාගේ මුඛි එක අවුල් වුණොත් බදසම ඉවරයිනේ... ඒත් ඔයා එයාලට බදගෙන සමාවෙන්න කියලා කියපු එක ගොඩක් වටිනවා රෝසි..."

වහ දීමා මරණකල්ම, මරණ දඬුවමට නියම වුණු හේතුවවත් ලිසා දැනගෙන හිටියේ නෑ

රෝග වැනි කරුණු ගණනාවක් ලිසාගේ පවුල වටා ගෙවී ඇති බවයි.

ලිසාට එක් සහෝදරයකි. ඒ ඩියෙන් මැට්ට්ලිය. ඔවුන්ගේ මව වූ ජුඩ්, දෛදෙනාට කුඩා කල පටන්ම නිතරම දුන්නේ මවක් කිසිවිටෙකත් දරුවෙකුට නොදෙන තරම් කුරිරු දඬුවම්ය. විටෙක ඇය දරුවන්ගේ වයස ගැනවත් නොසිතා පහර පිට පහර දුන්නාය. තවත් විටෙක කට වසා ටේප් ඇලෙව්වාය. ඇතැම් දිනවල නිරාවනිත්ම හිම මතට තල්ලු කර දැමීමාය. ගැහැනු දරුවන් දෛදෙනා ඒ සියල්ල අමාරුවෙන් ඉවසුවත් ඔවුන්ට ඉවසිය නොහැකි වූ විකම දෙය මවගේ අතියම් සැමියන්ගෙන් දිගින් දිගටම දූෂණය වීමයි.

“මගේ අම්මා වංචනික ගැහැනියක්. ඇය නපුරුයි. ඇය අපිට නිරහර කරලා අසීමිත සතුටක් ලැබුවා.”

ඒ ඩියෙන් ය. වරක් වරට සමාජසේවා අංශය මගින් ඇයව වම නිවසින් ඉවත් කිරීමට කටයුතු කළද ලිසා දිගටම එහි රැඳී සිටියාය. එහි ප්‍රතිඵලය වූයේ ජුඩ්ගේ අතියම් සැමියන් අතින් මෙන්ම ඔවුන්ගේ මිතුරන්ගෙන් ඇය දිගින් දිගටම දූෂණය වීමයි. වපමණක් නොව ලිසාගේ මව ඇයව පිටස්තර මිනිසුන්ට විකිණීමටද කටයුතු කළාය. නිවසේ වැඩට එන

විදුලි කාර්මිකයන්ට, ජලනල අලුත්වැඩියා කරන්නන්ට පවා ඇය මුදල් වෙනුවට හිලව්වට දුන්නේ තම දැරියයි. එහිදී ඔවුන් ලිසාව රැගෙන ගොස් ඇයව බැඳ පහරදී දූෂණය කර ඇතට මුහු දැමූ බව වරක් ඇය ඇගේ ශ්‍රැති සහෝදරයෙකුට පවසා තිබුණි.

කෙසේ වුවත් පසුගිය 2021 ජනවාරි 12 වෙනිදා ලිසාගේ කතාව නිමවූවාය. ඒ ඇයට විරෝධීව අධිකරණය විසින් නියම කරනු ලැබ තිබූ මරණීය දණ්ඩනය ක්‍රියාත්මක කිරීම නිසාය. මරණ දණ්ඩනය සිදුකළේ ලිසාගේ ශරීරයට විෂ වින්තකක් ඇතුල් කිරීමෙනි. ලිසා වෙනුවෙන් පෙනීසිටි නීතිවේදීන් ඇයව බේරාගැනීමට කොතරම් උත්සාහ කළද ඒ කිසිදු උත්සාහයක් සාර්ථක වූයේ නැත. ඔවුන් දිගින් දිගටම පවසා සිටියේ තම සේවාදායකව යහපත් මානසික තත්වයක නැති බවත්, ඇය උපතින්ම උගත මානසික සංවර්ධනයක් සහිත කාන්තාවක බවත්ය. නමුත් ඒ ප්‍රකාශය මරණ දණ්ඩනයට අතිශයේන කරන්නට තරම් ප්‍රමාණවත් වූයේ නැත.

ලිසාට මරණ දඬුවම ලබාදුන්නේ ඇමෙරිකාවේ ඉන්දියානා ප්‍රාන්තයේ ‘ටෙර් හෝට්’ (Terre Haute) නම් බන්ධනාගාරයේදීය. ඒ වනවිට ඇය 52 හැවිරිදි වියේ පසුවූවාය. එම මරණ දඬුවමේ තවත් එක් විශේෂත්වයක් වූයේ ඇමෙරිකානු අධිකරණ ඉතිහාසයේ කාන්තාවකට විරෝධීව මරණීය දණ්ඩනය ක්‍රියාත්මක වූයේ වසර 68 කට පසුව වීමයි. ඇමෙරිකා එක්සත් ජනපදයේ මරණීය දණ්ඩනා තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය පවසන පරිදි ආණ්ඩුව විසින් ලිසාට පෙර කාන්තාවකට විරෝධීව මරණීය දණ්ඩනය ක්‍රියාවට නංවා තිබුණේ 1953 වසරේදීය. ඒ බොනි හෙඩ් (Bonnie Heady) නම් තරුණියකටය. එසේ බැලූ කල ලිසා මොන්ට්ගෝමරි කොතරම් නම් අවාසනාවන්ත ගැහැනියක්ද යන්න පැහැදිලිය.

තරුණියන් කොහොමත් සුරතලුන්ට කැමතිය. 36 හැවිරිදි ලිසා මොන්ට්ගෝමරි (Lisa Montgomery) හිටියේද ඒ ගොඩිය. ඇය වැඩියෙන්ම ඇලුම් කළේ සුරතල් බලු පැටවුන්ටය. ඒ නිසාම නිවසට සුරතල් බලු පැටවෙකු ගෙන එන්නට සිතා සිටියත් සිත්ගත් සුරතලෙකු හමුනොවීම නිසා වැඩේ කල් ගියේය.

මේ අතරතුර 2004 වසරේදී අන්තර්ජාලය හරහා ලිසාට අලුත් යෙහෙළියක් මුණගැසිණි. ඇගේ නම බොබ් ජෝ ස්ටීනෝට් ය. ඒ වනවිටත් ගැබ්ගිනිකව සිටි 23 හැවිරිදි බොබ්ගේ නිවසේ බලු පැටවුන් කීපදෙනෙක්ම සිටි නිසා මේ යාචකමත් දුරදිග ගියේය.

“මමත් දවසක ඔයාලගේ ගෙදර එන්නම් බලු පැටව් බලන්න. මමත් බලු පැටවුන්ට පුදුම විදියට ආසයි.”

දිනක් ලිසා බොබ්ට එහෙම කිවී පසු ඇයද එක පයින්ම ඊට කැමැත්ත පල කළාය.

“අද හෙටම එන්න. මමත් කැමතියි ඔයාව දකින්න.”

දෛදෙනා හමුවීමට යොදාගත්තේ 2004 වසරේ දෙසැම්බර් මාසයේ දිනයකි. නමුත් ලිසාට වය දුන්නේ ගමනක් විය. කොතරම් දුෂ්කරද කිව්වොත් ලිසා පදිංචිව සිටි ඇමෙරිකාවේ කැන්සාස්හි පිහිටි නිවසේ සිට බොබ් උන් මිසූරි ප්‍රාන්තයේ ස්කිට්ලෝර් දක්වා දුර ප්‍රමාණය කිලෝමීටර් 281.5ක් පමණ විය. නමුත් දුර ගැන නොතැකූ ලිසා කෙසේ හෝ තම මෝටර් රථයෙන් මිතුරියගේ නිවස බලා යන්නට අදිටන් කරගත්තාය.

බොබ් සිටියේ ලිසා පිළිගන්නට මග බලාගෙනයි. ඒ අතරවාරයේ ඇගේ නිවසට ඩාර්ලින් ෆිෂර් නමැති වෙනත් තරුණියකද පැමිණ තිබුණි. ඒ අන්තර්ජාලයෙන් කතාකරගත් පරිදි බොබ්ගෙන් බලු පැටවෙකු මිලට ගන්නටයි.

නමුත් මේ ඩාර්ලින් ෆිෂර් වෙනත් කෙනෙකු නොව ලිසාම බව ඇය දැනසිටියේ නැත. ලිසා ඒ නමින් අන්තර්ජාලය හරහාම බොබ් හා මිතුරුව තිබුණි. මේ කිසිවක් නොදන්නා බොබ් ඇයව නිවසට කැඳවාගෙන ගිය අතර සිදුවූයේ ඇය කිසිවිටෙකත් නොසිතූ අන්දමේ සිදුවීමකි. ඒ වක්වරම ඇයගේ ඇතට කඩාපැන්න තරුණිය ඇගේ ගෙල සිරකොට මරා දැමීමයි. එයින් නොනැවතුණු අමුත්තිය තියුණු ආයුධයකින් ඇගේ උදරය පලා එහි වූ අටමස් බිලිදියද පැහැර ගත්තාය.

ඉන්පසු ලිසා වහාම එතැනින් පලාගියද ඇයට නීතියේ රැහැනින් ගැලවෙන්නට හැකියාවක් ලැබුණේ නැත. ඇයට එල්ල වූ චෝදනාව නම් මිනීමැරීම සහ ප්‍රදරුවෙකු පැහැර ගැනීමයි. ඇයට දිය හැකි උපරිම දඬුවම ලබාදීමට ඇමෙරිකාවේ ඉන්දියානා ප්‍රාන්තයේ දකුණු දිස්ත්‍රික් අධිකරණය විසින් තීරණය කර තිබිණි. එනම් නියම කරන දිනයක ඇයව මරා දැමීමටයි.

“ලිසා මහත්මියගේ මානසික සෞඛ්‍ය තත්වය එතරම් යහපත් මට්ටමේ නෑ. ඒක කොච්චර අයහපත් මට්ටමේදී තියෙන්නේ කිව්වොත් ඇයට මරණ දණ්ඩනය නියම වූණේ මොන වරදටද කියාවත් ඇය දන්නේ නෑ.”

ලිසා මරණ දඬුවමට නියම වූ මොහොතේ එසේ පැවසුවේ විනිසුරු ජේම්ස් හැන්ලන් ය. මේ අතර ලිසා වෙනුවෙන් පෙනී සිටි නීතිවේදී කෙලි හෙන්රි ද එක් තීරණය සම්බන්ධයෙන්



මවගේ පෙම්වතුන් අතින් අසීමිත ලෙස දූෂණය වී තිබීම ඇගේ මානසික ව්‍යාධියට එක හේතුවක්



බලු එකක් විය. ඇයට නිතර නිතර වයසට නොගැළපෙන නිරිහරයන්ට සහ අතවරයන්ට මුහුණදීමට සිදුවිය. නමුත් කරුමයටදෝ ඒ සියල්ල එළිවූයේ ඇය බොබ්ගේ සානනය සිදුකිරීමෙන් අනතුරුවය.

“ලිසා මහත්මියගේ මව කතාවම බේදජනකයි. ඇය ඉපදුණු දවසේ ඉඳන්ම ඇයට හොඳ ජීවිතයක් තිබිලා නෑ. ඇයගේ මව තමයි ජුඩ් කියන්නේ. ඇය ලිසා ඉපදෙන්න බවේ ඉද්දි පවා හැමදම වගේ අධිකව මත්පැන් පානය කරලා. ඒ නිසා ලිසා ඉපදිලා තියෙන්නේ කළලයේදීම මත්පැන් නිසා වැළඳෙන ප්‍රෂණ ඇල්කොහොල් ආබාධයක් එක්ක. වෛද්‍ය වෘත්තිය තුළ ඒක හඳුන්වන්නේ ‘Foetal Alcohol Syndrome’ කියන නමින්. විශේෂඥ වෛද්‍යවරු පවා ඒ බව සනාථ කළා.”

එසේ පවසා සිටියේ ලිසා වෙනුවෙන් පෙනී සිටි නීතිවේදී කෙලි හෙන්රි ය. ඔහු තම නීතිවේදීන් කණ්ඩායම සමඟ ඇගේ වටා සිටි බොහෝ අයගෙන් ඇය ගැන තොරතුරු සපයාගෙන තිබුණි. ඒ අනුව ඔහු පැවසුවේ අනුමතවත් පවුල් ජීවිත, නොසැලකිලිමත් බව, අපයෝජනය, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය මෙන්ම ප්‍රතිකාර නොකළ මානසික

ඇය තම යෙහෙළියගේ බඩ පලා නූපන් බිලිදිය පැහැරගෙන ගිහින තිබුණා



ලිසා අතින් සානනය වූ බොබ්



ඇතුළත් බැරි ඇතුළත් බැරි

සීරි

අංඛි ඇතුළත්

උඹනම් කලිසමක් ඇඳගත් දේවතාවියක් බං!



කොණ්ඩ කිරිල්ලගේ හස්තන්ඩි තඩ් ටැට්ට හරිම ඇඳැද්දියක් සිදුවුණා. එයා ඉතින් නොමිමර එකේ බේබද්දෙක්නේ. දිනක් තඩ් ටැට්ට ඉස්මුරත්තා වෙනන බිලා, කොණ්ඩිටත් නොරෙන් පිංකියේ ගෙවල් පැත්තට ගියේ පිවිතුරු ආදර හැඟුමක් හිතේ දරාගෙන. වැනි වැනි යන එයාට පාර අයිතේ තිබුණු අනාරක්ෂිත ලීඳ පෙනුණේ නැහැ. එකවරම තඩ් ටැට්ට ලීඳට වැටුණා. පිංකි සිරියේ නිවස ඉදිරියේ.

"කොණ්ඩ කිරිල්ලියේ...! තඩ්ගා ලීඳේ මෙහෙ වරෝ!"

ඇය බේරහන් දුන්නා.

"අපොයි මගේ පණ! ඔයා මළොත් මං කොල්ලෙක් මුණගැහෙනකල් තනියම ඉන්නවා!"

කොණ්ඩි දුවගෙන ආවේ එහෙම කෑ ගසමින්. ඒ සද්දෙට පාරේ ගමන් කරමින් සිටි පඬි සෝමේයි, හඩු පැට්ටියක් දුවගෙන ආවා.

"අනේ! බයවෙන්න එපා. අපි කඹයක් දලා ගනිමු."

හඩු පැට්ටා අතේ තිබ්බ කඹය සෙමින් ලීඳට බැස්සුවා.

"ඕක හයිසෙන් අල්ලගනින් ටැට්ට මලේ! අර අරක්කු බෝතලේ අල්ලා ගන්නවා වගේ."

"මගේ අතේ ඇඟිලි තුවාල වෙලා."

තඩ් ටැට්ට හීල්ලුවා.

"එහෙනම් දත්වලින් හපාගනින්. අපි හෙමින් උඩට අදින්නං."

"මොන කෙනෙල්මලක් හරි කරපං. මේක ඇතුළේ අයිස් ගල්වෙන හිතලා! බෝප් එකත් හිටු කියලා බහිනවා. මළත් කමක් නෑ බෝප් එක බැස්සෙන් වස වැරැද්දයි."

තඩ් ටැට්ටගේ දුක්මුසු අඳෝනාව!

කෙසේ හෝ පඬි සෝමේයි හඩු පැට්ටිය කඹය සෙමින් සෙමින් උඩට ඇද්ද.

"අනේ! මගේ දෙයිගාට සිතල ඇති."

කොණ්ඩි පැවසුවේ කෙදිරි ගාමිත්. පිංකිටත් ටැට්ට ගැන දුක සිතී හදවත කිති කැවුණා.

"පොඩ්ඩක් ඔනොම පිටපං. හිතලා යන්න මං වැඩක් කරන්නං."

නිවසට දිව ගිය පිංකි හනික නැවත දිව ආවා.

"ටැට්ට මල්ලියෝ! හිතලා යන්නත් එක්ක මං අරක්කු කාලක් ලීඳ ඇතුළට එවන්නද?"

පිංකි විමසුවේ චූටික්කාගේ අරක්කු කාලේ බෝතලයක් ලීඳ තුළට පෙන්වමින්.

"නා.... උඹ නම් කලිසමක් ඇඳගත් දේවතාවියක්...! උෟ...හී!"

පවසමින්ම ටැට්ට ලීඳේ පබොස්!

තඩ් ටැට්ට සිරියේ කඹයට කටින් අල්ලාගෙන. කට ඇරියාම කඹය කටින් ගිලිණුණා. කොණ්ඩු සහ ඉබ්බාගේ කතාවේ දෙවැනි කොටස!

ටැට්ටගේ සිතල දුරු කිරීමට ගත් උත්සාහය ගැන කොණ්ඩි පිංකිට සුඛ පැතුමේ සුද්ධ සිංහලෙන්!

ලේස් වොෂ් එකකින් සම පැහැපත් කරන්න පුළුවන්ද?



Seri NATURALS

ඔබ භවත් ලස්සන කරයි



රු.170/- සිට

දිදුළන පැහැපත් සමකට

කුංකුම ලේස් වොෂ්

- කුංකුම වල ඇති ඖෂධීය ගුණය සමේ ඇති මෙලනින් ස්වභාවිකව පාලනය කරයි
- එමගින් සමේ අවපැහැගැන්වීම් අඩු කර පැහැපත් බවක් ලබා දෙයි
- ස්වභාවික අමුද්‍රව්‍ය වල ගුණයෙන් සමට අතිතකර නොවන පරිදි හිරෝගී පැහැපත් සමක් ලබා දෙයි

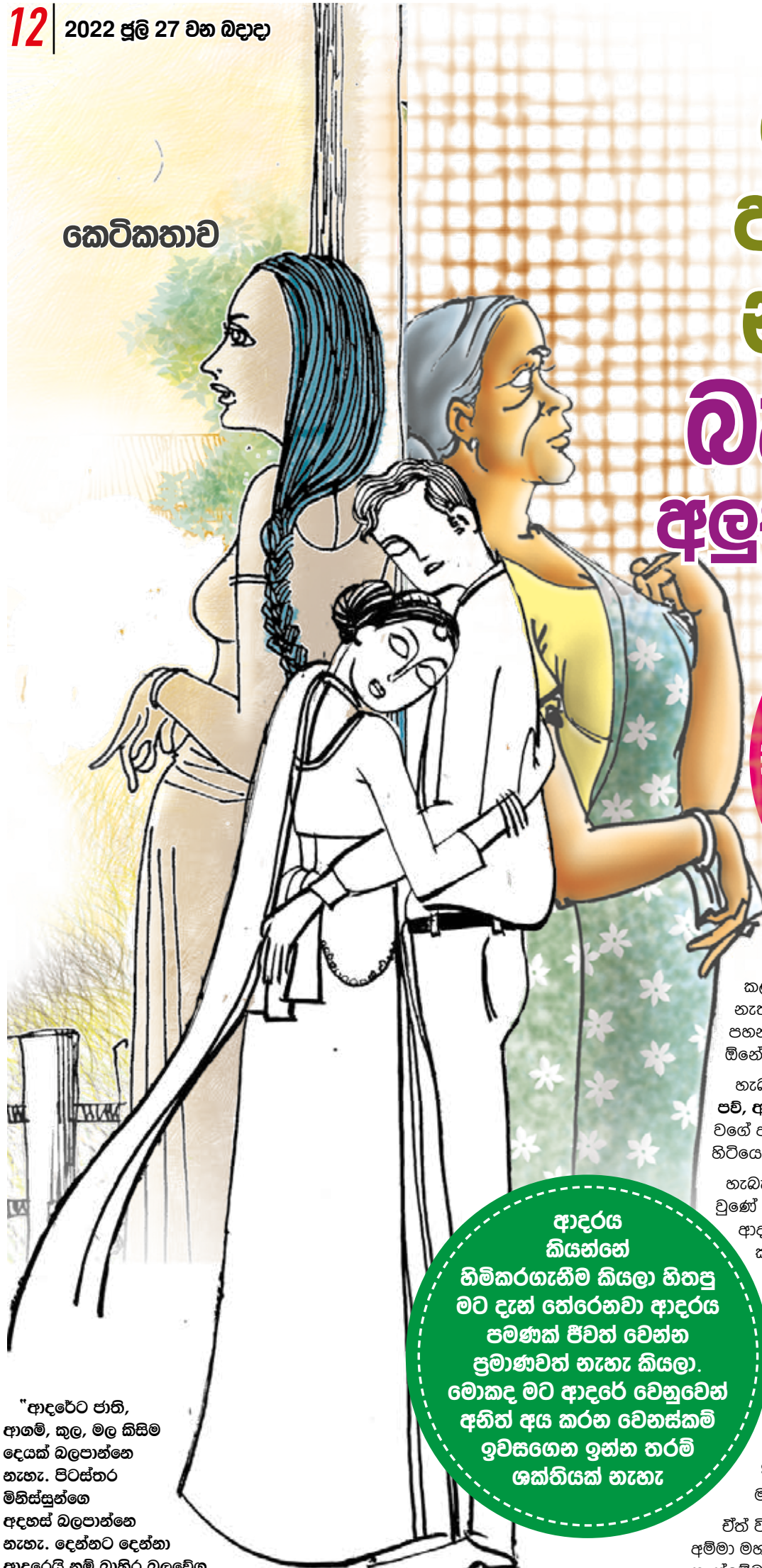
දවසට දෙවරක් භාවිතා කර වෙනස අත්විඳින්න



අලෙවිස: පේරිල්ස් ස්ටෝර්ස් කන්සියුම්පර් (පුද්ගලික) සමාගම
439, හාලු පාර, නොගම 03, ශ්‍රී ලංකාව.
දුරකථන: 0115 66 28 26

කෙටිකතාව

බඳින්න කලින් අම්මගෙ පදේට හටහ පුතාලා බැහැදට පස්සේ අලුත් පදේකට හටයිද?



**ඒ නිවස
ඇතුළේ මට
හිමිවුණේ
ආගන්තුකයෙක්ට හිමිවන
තැනක්. අම්මලා දුවලා
සතුටින් හිනාවෙව් කතා
කර කර ඉන්න අතරේ මම
එනවා දකිද්දීම ඔවුන්ගේ
කතාබහ නැවතෙනවා.
නැවතෙනවා.**

වෙද්දී පහන් දිගටම මට කිව්වේ ඉවසන්න කියලා විතරයි.
ඒ නිවස ඇතුළේ මට හිමිවුණේ ආගන්තුකයෙක්ට හිමිවන තැනක්. අම්මලා දුවලා සතුටින් හිනාවෙව් කතා කර කර ඉන්න අතරේ මම එනවා දකිද්දීම ඔවුන්ගේ කතාබහ නැවතෙනවා. ඒ නැමදේම මගේ හිතට ගෙනාවේ වේදනාවක්.

මම කෑමක් හැදුවම පහන් ඇරෙන්න කවුරුත්ම රස බලන්නවත් ඒවා කාලා බැලුවේ නැහැ.

මම අතුගැවට පස්සේ ආයෙමත් අතුගාන එක පහන්ගේ නංගිගේ පුරුද්දක් වෙලා තිබුණා. ඒ ඔවුන් මාව ප්‍රතික්ෂේප කරපු විදිහයි.

“මට අම්මලාට විරුද්ධව මුකුත් කියන්න බැහැනේ. ඔයා මට ආදරේ නම් අම්මලා මොනවා කිව්වත් ඇහෙන්නෙ නැහැ වගේ ඉන්න.” පහන් නිතරම වගේ කිව්වා.

ආදරය කියන්නේ හිමිකරගැනීම කියලා හිතපු මට දැන් තේරෙනවා ආදරය පමණක් ජීවත් වෙන්න පුමාණවත් නැහැ කියලා.

මොකද මට ආදරේ වෙනුවෙන් අතින් අය කරන වෙනස්කම් ඉවසගෙන ඉන්න තරම් ශක්තියක් නැහැ.

විවාහයට කලින් වැදගත් වුණේ සහකාරයා විතරක් වුණාට, විවාහයෙන් පස්සේ පවුල් දෙකේ බලපෑම නිසාත් ජීවිතය ගෙවෙන විදිය වෙනස් වෙනවා කියලා මට තේරුණා.

වැදගත්ම දේ, ගෙදරින් පුශ්න වද්දී තමන් වෙනුවෙන් සටන් කරන කෙනෙක් විවාහ කරගැනීමේ අවදානම අඩුයි. ඒත් පුශ්න ඉදිරියේ වැනෙන කෙනෙක් විවාහ කරගන්න එක භයානකයි කියලා මට දැන් තේරෙනවා. මොකද ඒ කෙනා වැනෙන්නේ හැමදවමයි.

ආදරය කියන වචනය ගැන අහලා තියෙන නිර්වචන ප්‍රායෝගික නැහැ කියලා දැන් මම දන්නවා. ආදරේට බාහිර සාධකත් බලපානවා.

කරද්දී, මම පහන්ට තර්ජනය කළා මාව විවාහ කරගත්තේ නැත්නම් මම මැරෙනවා කියලා. පහන් මට කවදවත් වෙන්වෙන්න ඕනේ කියලා සෘජුව කිව්වේ නැහැ.

හැබැයි, “අම්මලගෙ සිත් රදවන එක පව්, අපිට කවදහර් විඳවන්න වෙයි” වගේ අමුතු අමුතු කතා නොකියා හිටියේ නැහැ.

හැබැයි මට ඔය කිසිදේකින් වැඩක් වුණේ නැහැ. මට ඕන වුණේ මගේ ආදරේ දිනන්න. මාව ප්‍රතික්ෂේප කරන මිනිස්සු ඉස්සරහ පහන්ගෙම වෙලා මගේ ආදරය දිනුම් කියලා එයාලට පෙන්න්න.

අන්තිමේදී මම ප්‍රාර්ථනා කරපු විදිහටම මගේ ආදරේ දිනුවා. කරන්න දෙයක් නැතිම තැන පහන්ගෙ අම්මා අපේ සම්බන්ධයට අවසර දුන්නා.

මම හිටියේ ගොඩක් සතුටින්.

ඒත් විවාහ උත්සවයේදී පහන්ගේ අම්මා මහ පුදුම දෙයක් කළා. විතැනදී නැන්දම්මා මගේ හෙත් මානයට ආවේ නැහැ.

ඔවුන් මාව හැමෝම ඉදිරියේ 100%ක් පිළිනොගන්නා බව ඒ විදිහට ඇඟව්වා.

මම වෙනම නිවසක පදිංචියට යමු කියලා පහන්ගෙන් ඉල්ලුවත් පහන් එයට කැමති වුණේ නැහැ.

ඒ නිවස ඇතුළේ මම හැරුණත් වැරදි

**ආදරය
කියන්නේ
හිමිකරගැනීම කියලා හිතපු
මට දැන් තේරෙනවා ආදරය
පමණක් ජීවත් වෙන්න
පුමාණවත් නැහැ කියලා.
මොකද මට ආදරේ වෙනුවෙන්
අතින් අය කරන වෙනස්කම්
ඉවසගෙන ඉන්න තරම්
ශක්තියක් නැහැ**

“ආදරේට ජාති, ආගම්, කුල, මල කිසිම දෙයක් බලපාන්නෙ නැහැ. පිටස්තර මිනිස්සුන්ගෙ අදහස් බලපාන්නෙ නැහැ. දෙන්නට දෙන්නා ආදරෙයි නම් බාහිර බලවේග ඕනම දෙයක් පරාජය කරන්න පුළුවන්.” ඒ දුවස්වල නිතරම වගේ ඔය වචන ටික මගේ කටින් පිටවුණා.

පහන්ගෙ ගෙදරින් මට එකතෙලාම අකමැති වෙද්දී අම්මගේ හිත රදවන්න බෑ කියලා පහන් මාව ටික ටික මග හරද්දී, පිස්සුවෙන් වගේ ඔය වචන කියපු හැටි මට මතකයි.

“ඒ මිනිසුන්ගේ අකමැත්තෙන් ඔයා කොහොමද එහෙ ගිහින් ඉන්නේ?” මගේ අම්මයි, තාත්තයි මගෙන් අහද්දී මම එද එයාලට දුන්නේ ඔය උත්තරේම තමයි.

මාව කසාද බැන්දෙන් මැරෙනවා කියලා පහන්ගෙ අම්මා තර්ජනය

එල්.ටී.ටී.ඊ. සංවිධානයට සම්බන්ධව සිටි පුනරුත්ථාපනය වූ කතුන්ගේ සුඛිත මුදිත ජීවිත කතා පෙළ - 19 වැනි කොටස

මව් පදවියට සුදුසුකම් ලැබීම කාන්තාවකට ඇගේ ජීවිතයේ ලැබෙන වැදගත්ම අවස්ථාවකි. එය එසේ වන්නේ එම කටයුත්ත සමාජ සම්මතයට අනුව සිදුවුවහොත් පමණි. නමුත් සමාජ සම්මතයට පිරිත් යමින් මව් පදවිය ලැබූ හිටපු එල්.ටී.ටී.ඊ. සාමාජිකාවක් නිසා පුනරුත්ථාපන නිලධාරීන් මුහුණදුන් වෙනස් ආකාරයේ අත්දැකීමක් කපිතාන් ජයති මෙවර විස්තර කළාය.

“මම අනේපුස්ස පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානයේ රාජකාරි කරද්දී එක දවසක ගැනුණු 10-12ක් විතර අලුතින් මධ්‍යස්ථානයට එක්කරගෙන ඇවිත් භාරදුන්නා. යුද හමුදාව හරහා තමයි මේ භාරදීම කළේ. ඒ වෙද්දී යුද්ධයේ අවසාන කාලය. ඒ නිසා සැරන් සැරේ යටත් වෙන අය පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානයට ගෙනැල්ලා භාරදුන්නා. පුනරුත්ථාපනය සඳහා කවුරුන්ද ආයතනයට ඇතුළත් වුණාම කරන මූලික දෙයක් තියෙනවා. අපි ඉස්සරවෙලාම කරන දේ තමයි එයාලට අධිකරණ වෛද්‍ය නිලධාරී (JMO) වෙත යොමු කරලා පූර්ණ වෛද්‍ය වාර්තාවක් ගන්න එක. මොකද අපි ළඟට එන ගොඩක් අයගේ බෝම්බ, වෙඩි වැදුණු කැපැල්, ශරීරය තුළ කාලතුවක්කු හා මෝටර් කැබලි, (ඇතැම් පුපුරණ ද්‍රව්‍ය කැබලි ඉවත් කිරීමේදී ජීවිතයට හානි සිදුවන බැවින් ශරීරය තුළම තිබෙන්නට ඉඩ සලසයි) අත් පා කොටස් අහිමි නම් එම තොරතුරු වගේම නිධන්ගත රෝග තොරතුරු ආදී හැමදේම සටහන් කරනවා. එනම් කරන්න විශේෂ කේතුවක් තියෙනවා. අපි ළඟට ආවම පුනරුත්ථාපනය වෙත අයගේ සම්පූර්ණ වගකීම අපට තියෙන්නේ. රතුකුරුස සංවිධානය, යුනිසෙෆ් වගේ රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන (NGO) සැරන් සැරේ ඇවිත් මේ අයගේ තොරතුරු ගන්නවා. සමහර වෙලාවට සටන්වලදී ඇතිවුණු තුවාල, ආබාධ තත්ත්වයන් අපි ළඟට ආවම සිදුවුණ දේවල් කියලා කෙනෙකුට වැරදි මතකක් ගොඩනගන්න පුළුවන්. ඒ නිසා තමයි වෛද්‍යවරයෙකු ලවා ඒ සියලු වාර්තා සකස් කරන්නේ. ගැනුණු මෙයක් ආවම මේ පරීක්ෂණ ටිකක් සංකීර්ණ විදියට කරනවා. විශේෂයෙන්ම එයාලගේ මුතු සාම්පල අරගෙන ගැබ්බි තත්ත්වයේදී නැතිද කියලා පරීක්ෂාවක් කරනවා.”

මේ අතර අලුතින් පැමිණි පිරිස අතර සිටි තරුණියක කපිතාන්වරයා හමුවට පැමිණියාය.

“මැඩම් මට පෞද්ගලික කාරණාවක් කියන්න තියෙනවා.”

“මොකක්ද? ඕනම දෙයක් කියන්න.”

කපිතාන් ජයති පෙරළා පිළිතුරු දුන්නාය.

“මැඩම් මට බඩෙක් ලැබෙන්න ඉන්නවා.”

පුනරුත්ථාපනය වන තරුණියක ගැබ්ගැනීම යනු බරපතළ ගැටලුවකි.



ආරක්ෂක නිලධාරීවරයෙක් ලෙස ජයති මෙවර විස්තර කළාය.

“කොහෙදද වුණේ? කාගේ අතින්ද වුණේ?”

“මාස දෙකකට වැඩියි. වෙල්ලම්බල්ලවෙක්කාල්වලදී (අවසාන සටන පැවති කොට පාලන ප්‍රදේශය) මගේ පෙම්වතා අහිමි වුණේ.”

එම පිළිතුරත් සමඟ කපිතාන්වරයාගේ සිතට යම් සහනයක් ලැබිණි. කෙසේ නමුත් මෙම සිදුවීම ඉහළ නිලධාරීන්ට දැනුම්දීමට ඇය කටයුතු කළාය.

“මම මේ සිද්ධිය අපේ මධ්‍යස්ථානය භාර නිලධාරී කරනලේ ප්‍රනාන්දු සර්ට කිවා. සර් ඇනුවා වෛද්‍යවරයෙකුගේ පරීක්ෂාවකින් සනාථ කරගෙන තියෙනවද කියලා. මම කිවා, එනම් දෙයක් වෙලා නැහැ. කාන්තාවක් විදියට එයාට තියෙන ශාරීරික අපහසුතා නිසා තමයි එයා එනම් කියන්නෙ කියලා. “එනම් හරියන්ගෙ නැහැ ජයති ඉස්සරවෙලාම JMO දලා මෙයාගෙ රිපෝට් ගන්න” කියලා කිවා. ඊටපස්සේ අතින් ළමයි එක්කම මේ ළමයට වරකාපොළ රෝහලට එක්කරගෙන ගියා. ඒ වෙද්දී අපට වරකාපොළ රෝහල වගේම කාර්ය මණ්ඩලය හොඳට පුරුදුයි. එතැනදී අධිකරණ වෛද්‍ය නිලධාරියාට යොමු කළා. එතැන පරීක්ෂාව අනුව සනාථ වුණා මේ ළමයා ගැබ්බිනි කියලා. ආපනු එන ගමන් ඒ ළමයා එක්ක තිත්වත් වෙලා හොඳින් කතා කරලා විස්තරේ ඇනුවා. ළමයාගෙ නම රාජිනි.”

“මැඩම් යුද්ධය අවසන් කාලයේදී එහේ තිබුණ පරිසරය වෙනස්. ලක්ෂ ගණනක්ම හිටියේ

පොහි ඉඩ ප්‍රමාණයක. මගේ පෙම්වතා එල්.ටී.ටී.ඊ. සාමාජිකයෙක්. නමුත් නිත්‍යානුකූලව විවාහ වෙන්න අපට අවසර ලැබිලා තිබුණේ නැහැ. විදුලිය එළිය කියලා දෙයක් තිබුණේ නැහැ. හරිහමන් නවාතැන් තිබුණේ නැහැ. බංකර්වල තමයි දවස ගෙව්වේ. එතකොට ගැනු පිරිමි කියලා හේදයක් නැහැ. එනම් ඉද්දී තමයි මේ දේ වුණේ. සංවිධානයේ දඬුවම් ලැබෙයි කියලා කාටවත් කිව්වේ නැහැ. යුද්ධය අවසානයේදී අපි විසිරුණා. පෙම්වතාට මොනවා වුණාද දන්නේ නැහැ. එයා ජීවතුන් අතරද යුද්ධයෙන් මරුණයා කියලාවත් මම දන්නේ නැහැ.”

රාජිනි තමන්ට වූ දේ කියාගෙන ගියාය. නමුත් පුනරුත්ථාපන නිලධාරීන් සියලු තොරතුරු ලිඛිතව සටහන් කිරීමට වගබලා ගත්තහ. එහිදී රාජිනිගෙන් ප්‍රකාශයක් ගැනීමටද කටයුතු කරන ලදී. ඔවුන් සිතූ පරිදීම රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන NGO නිලධාරීන් එක් දිනක පැමිණියේය. ඒ



එහිදී සිදුවූ දේ විස්තර කළ කපිතාන්වරයා; “අපි ළඟ තිබුණු වාර්තා දුන්නට රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන නිලධාරීන් එක ඒ

වනවිටත් පුනරුත්ථාපන නිලධාරීන් රාජිනිගේ තත්ත්වය වාර්තා කර තිබිණි. එහිදී සිදුවූ දේ විස්තර කළ කපිතාන්වරයා; “අපි ළඟ තිබුණු වාර්තා දුන්නට රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන නිලධාරීන් එක ඒ

ආකාරයෙන්ම පිළිගත්ත බවක් පේන්න තිබුණේ නැහැ. එයාලට ඕනවෙලා තිබුණේ රාජිනි ප්‍රකාශය එයාගේ කැමැත්තෙන් කියපු දෙයක්ද අපේ බලපෑම නිසා වුණ දෙයක්ද කියලා දැනගන්න. ඒ නිසා එයාලා රාජිනිගෙන් එක එක විදියට හරස් ප්‍රශ්න ඇනුවා සිද්ධිය වුණේ එල්.ටී.ටී.ඊ. පාලන ප්‍රදේශයේදී හමුදාවට භාරවුණාට පස්සේදී කියන එකට. නැබැයි රාජිනි එකහෙලාම කිව්වා එල්.ටී.ටී.ඊ. පාලන ප්‍රදේශයේදී එයාගේ පෙම්වතාගෙන් මේ දේ සිදුවුණා බව. එතැනින් ඒ ගැටලුව විසඳුණා.

ඊටපස්සේ තමයි අපට වැදගත්ම වගකීම පැවරුණේ. මොකද මව් පදවිය ලබන්න ඉන්න කෙනෙක් වුණාම ඒ කෙනාට අවශ්‍ය පහසුකම් දෙන්න ඕන. එතැනදී මුළු පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානයේම නිලධාරීන් වගේම ඉන්න අතින් ළමයිනුත් රාජිනිට සැලකුම්වත් තමන්ගේ සහෝදරියක්

විදියට. රාජකාරිමය වශයෙන් රාජිනිව සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලයේ ලියාපදිංචි කරන්න කටයුතු කළා. එතැනින් පස්සේ ප්‍රදේශයේ පවුල් සෞඛ්‍ය නිලධාරියා සැරන් සැරේ ඇවිත් රාජිනිව පරීක්ෂා කරලා අවශ්‍ය උපදෙස් දුන්නා. ඊට අමතරව වරකාපොළ රෝහලේ සායනයටත් එක්කරගෙන ගියා.”

“එතකොට කෂමබීම?” මා ඇසුවෙමි.

“එතැනදී රාජිනි හරිම වාසනාවන්තයි. රාජකාරියට එළියට යන සමහර නිලධාරීන් රාජිනිට මොනවාහර අරගෙන එනවා. ඒ වගේම අතින් ළමයි බලන්න එන ඥාතීන් එද්දීත් රාජිනිට මොනවාහර අරගෙන එනවා. ඒ ප්‍රදේශයේ තියෙන වෙරළ, ඇඹරුල්ලා වගේ දේවල් දන්නම රාජිනි කෂම හරිම කැමැත්තෙන්. මොකද උතුරේ ඒ දේවල් තිබුණේ නැහැ.”

මට හොඳට මතකයි අපේ මධ්‍යස්ථාන භාර නිලධාරී හරිමන් ප්‍රනාන්දු සර් ඉරිදි පල්ලියට ගිහින් එන දවසක අහම්බෙන් වගේ කඩසක උළුද වඩේ තියෙනවා දැකලා අරගෙන ආවා. රාජිනි ආසාවෙන් ඒ වඩේ කන ගමන් කිව්වේ වන්නියෙන් ආවට පස්සේ වඩේ කෂම නැහැ කියලත්, කන්න ආසාවෙන් හිටියත් ඉල්ලන්න විදියක් නැතිව හිටියේ කියලා. රාජිනිගේ සාත්තු සප්පායම්වලට නැම ළමයම වගේ උදව් කළා. මාස පහක් හයක් වගේ යද්දී මධ්‍යස්ථානයේ නිලධාරීන් තීරණය කළා රාජිනි එයාගේ වැඩිහිටියෙක් ළඟ හිටියානම් හොඳයි කියලා. රාජිනිගේ උපන්ගම යාපනය. ඒ

නිසා යාපනය තෙල්පපල පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානයට යවන්න ඉහළ නිලධාරීන් කටයුතු කළා. යුද්ධයේදී ඇතිවුණු බරපතළ තුවාලයක් නිසා එක කතුලක ආබාධයක් රාජිනිට තිබුණා. ඒ නිසා එයා හිතරම් කිවා කුස මෝරද්දී බර වැඩි වෙන නිසා එක එයාගේ ආබාධිත කතුලට දරාගන්න බරවේවි කියලා. ඔය වගේ හේතු නිසා කුසට මාස 06ක් විතර වෙද්දී රාජිනිව එයාගේ ළඟම ඥාතීන්ට භාරදෙන්න අපේ සර්ව කටයුතු කළා.

කාලෙකට පස්සේ ආරංචි වුණා බබා ලැබිලා එයා සතුටෙන් ඉන්නවා කියලා.”
සනත් ප්‍රියන්ත

යුද්දේ අවසාන කාලේ හමුදාවට භාරවුණු කොටි සාමාජිකාවකට බඩෙක් ලැබෙන්න හිටියා

සංසාරක සෙනෙහසින් හිත වෙළී තිබුණත්, තනිව යන්නට සිදුවන ඉරණමී ගමන් තිබේ. ඒවා කල්දන්නට බැරිය. තෙන්නකෝන් මුදියන්සේලාගේ චින්තක දීපාල් අමරසූරියටත් යන්නට සිදුවූයේ එවන් ගමනකි. නොඑසේනම් ආදරණීය බිරිඳ තරුණීන්, වසරක් විශැති සුරතල් පුතුන් සිහිවෙද්දී ඒ ගමන නොයා ඉන්න කටයුතු කරන්නට වෛද්‍ය චින්තකට ඉඩ තිබුණි.

වෛද්‍ය චින්තක සේවය කළේ පේරාදෙණිය සිරිමාවෝ ධණ්ඩාරනායක ළමා රෝහලේය. තවමත් තිස් හැවිරිදි වියේ පසුවන ඔහුගේ හිතට දෙස්තර කෙනෙක් වන්නට ඕනෑ යැයි හිතෙන්නේ නාලිඇල ගමේ පාසලෙන් බදුල්ල මහා විද්‍යාලයට ශිෂ්‍යත්වය සමත්ව ආ පසුය. ඒ සිතුවේම රුහුණු විශ්වවිද්‍යාලයට ඇතුළත්ව වෛද්‍ය උපාධිය සම්පූර්ණ කරන චින්තක මුල් පත්වීම ලබන්නේද ගම් පළාතටමය. ඔහු බදුල්ල මහරෝහලේ වසර දෙකක්ම සේවය කළේය. ඉන්පසු හින්ගන් තරුණිය හා විවාහ වූයේය. කාලයාගේ ඇවෑමෙන් සුරතල් පුතෙකුට දයාබර පියෙකු වුණේය. පේරාදෙණිය සිරිමාවෝ ධණ්ඩාරනායක ළමා රෝහලට මාරුවීම් ලැබුණේ මීට මාස හතරකට කලින්.

රටේ පවතින ඉන්ධන හිඟය වෛද්‍ය චින්තකටද බලපෑවේය. අත්‍යවශ්‍ය රාජකාරී වුවත් ඉන්ධන ලබාගන්නට පෝලිමේ සීටිය යුතු විය. දින දෙක තුනේ පෝලිමේ

සීටියත්, සේවයට නොගොස් සීටින්නට නොහැකි වූයේ රෝහලේ දරු පැටවුන්ගේ මුහුණු සිහිවද්දීය. චින්තක වැඩ කළ වාර්ටුවේ දරුවන් කිහිපදෙනෙකුට ඒ වනවිට උණ වැළඳී තිබුණි.

පෝලිමේ දවස් ගාණක් ඉඳලා ඇවිත් තමයි බයික එකට තෙල් මාරු කරේ

“ගිය මාසේ විසිපස්වෙනිද වෙනකොට අපේ බඩවත් උණ හැදුනා. කොනොමහර මහත්තයා දවස් දෙකක් තෙල් පෝලිමේ ඉඳලා එද්දී එයටත් උණ හැදිලා තිබුණා. පහුවද වෙද්දී මටත් උණ හැදුනා. උණ තිබුණත් මහත්තයා රාජකාරියට යන්න ඕන කිව්වා. වාහනේ අඩියේ තෙල් ටිකක් තියෙනවා, එක බයික එකට ඇදගන්නවා කියලා කිව්වා. අයිසටයි මල්ලිටයි කතා කරලා බටයක් ගෙනත් තමයි තෙල් ඇදගෙන තිබුණේ. මෙයත් කට තියලා තෙල් ඇද්ද කියනවා. එහෙම තමයි තෙල් පෙනහළුවලට යන්න ඇත්තේ.”

ඒ ඔහුගේ බිරිඳ තරුණී හේරත් ය. ඇය කියනා පරිදි එසේ තෙල් ගත්තද හදිසියේම බදුල්ලේ ගෞරව යන්නට ඕනෑ යැයි කියා, චින්තක යළිත් තෙල් පෝලිමට ගොස් තිබේ. ඒ වනවිටද උණ වැළඳී සිටි වෛද්‍යවරයා ගෞරව ආවේ ඉන්ධන නොමැතිව පමණක් නොව රෝහලේ නොදැමීම උත්සන්නකොට ගෙනය.

“ඊටපස්සේ මහත්තයාට අමාරු වුණා. පළමුවෙන්ම ඇතුළත් කළේ පේරාදෙණිය ශික්ෂණ රෝහලට. ඉන්පස්සේ මහනුවර ජාතික රෝහලට ඇතුළත් කළා. එයාගේ තත්ත්වය වන්න වන්න හරක අතට හැරුණා. ඒත් අපිට කතා කරන්න පුළුවන්

අන්තිම වෙලාවෙන් එයා හිනාවෙලා කතා කළා. කොනොමහර ජූලි 11 වෙනිද තමයි මහත්තයා කරාපිටිය ශික්ෂණ රෝහලට මාරු කරලා යැව්වේ.”

එසේ වෛද්‍ය චින්තකව කරාපිටිය රෝහලට මාරු කර හරින්නේ, කෘත්‍රීම ශ්වසනය ලබාදිය හැකි එක්මෝ යන්ත්‍රයක් ඇති එකම රෝහල එය වීම නිසාය.

චින්තක සුවවී ගෞරව වනතුරු තරුණී බලා සිටියා සේම චින්තකටද ඕනෑවුණේ ඉක්මනින්ම සුවවී තම සුදු පුතුගේ මුහුණ දකින්නටය. ඒ බලාපොරොත්තු සියල්ල කැටිකර තරුණී ඒ දින කිහිපයේ මුහුණපොතටද ලීවූය.

“බුදු සරණින් ඉක්මනින් සනීප වෙලා වන්න මගේ චිත්. පුතා බලන් ඉන්නවා ඔයා ගෞරව වනකං...”

ඒ ප්‍රාර්ථනාවට මුහුණුපොතේද විවිධ ප්‍රාර්ථනා වැඩි එක්කොට තිබුණත් චින්තක 14 වනද වක්මෝ යන්ත්‍රය තුළම දෙනෙත් පියාගත්තේය. පුරුදු සිහනවත්, හිත පුරා ආදරයත් රැගෙන ඔහු ගෙට ගොඩවෙතුව ඇතැයි තිබූ සිහින බොඳව යද්දී තරුණීගේ හිත තවත් වැළපුණාය.

“එයා හයිටි ඩියුටි දවසට පොඩි වෙලාවක් හරි වටිස්ඇප් එකෙන් අපි එක්ක කතා කරනවා. අන්තිමට හයිටි එකට ගිය දවසේ උණ හැදිලා අමාරුවෙන් හිටියත්, ඒ හිනාවේ වෙනසක් තිබුණේ නැහැ. ඒත් දැන් හිතෙනවා එදත් එයා ගොඩක් අමාරුවෙන් ඉන්න ඇත්තෙ කියලා.”

වෛද්‍ය චින්තකගේ මරණය සිදුවන්නේ නිවීමෝනියාවත් රුධිරයට විෂබීජයක් ඇතුළු වීමෙන් ඇතිවූ කම්පන තත්ත්වය හේතුවෙනුත් බව ඔහුගේ මරණ පරීක්ෂණ වාර්තාවේ සඳහන්ය.

තිස් හැවිරිදි චින්තක වෛද්‍යවරයෙකු වශයෙන් වෘත්තීය අරඹා වැඩි කාලයක් නැත. රට වෙනුවෙන් බොහෝ කලක් සේවය කරන්නට අවස්ථාව තිබියදී අකාලයේ ජීවිතයෙන් සමුගෙන යන්නට ඔහුට සිදුවූයේ කොතැන නම් සිදුවූ

වරදකින්ද? ඔහු ඉකුත් කාලයේ කොරෝනා රෝගයද වැළඳී ප්‍රතිකාර ලබා සුව වූයේය. ඉන්ද්‍රවෙක්සා රෝගයට ගොදුරු වී සීටියදී පෙට්‍රල් ගැටලුවට මුහුණ දුන්නේය. ඒ තෙහෙට්ටුවද ඔහුට හරක අතට බලපාන්නට ඇත. පෙට්‍රල් විෂ පෙනහළු තුළට ඇතුළු වූවාද යන්න හරියටම කියන්නට නොහැකි වුවත් වටිනා ජීවිතයක් දැන් රටට අහිමි වී ගොස් අහවරය.

“මගේ පුතා උත්තාසයෙන් ඉගෙනගෙන එයාගේ හිතය හැඩ කරගත්තු කෙනෙක්. නාලිඇල බෙන්සිල් කොඩිබකඩුව ඉස්කෝලෙන් ශිෂ්‍යත්වය සමත් වෙලා තමයි බදුල්ල මහා විද්‍යාලයට ඇතුළත් වුණේ. කාටවත් කරදරයක් නැතුව පාඩුවේ ජීවත් වුණ දරුවෙක්. තෙල් අර්බුදය හින්ද අපිට අපේ රත්තරං පුතා නැතිවුණා. පුංචි පුතාට එයාගේ තාත්තා නැතිවුණා. රටට සේවයක් කරන්න හිටපු දරුවෙක්.”

ඒ චින්තකගේ පියා වන ටී.එම්.අමරසූරිය මහතාය. ඔහුට වාගේම පවුලේ කිසිවෙකුටත් වෛද්‍ය චින්තකගේ විශ්වාස දරාගත නොහැකිය.

කරාපිටියේදී මියගිය වෛද්‍ය චින්තකගේ දේහය නාලිඇලට ගෙනෙන්නට යළිත් තෙල් ප්‍රශ්නය බලපෑවේය. ඔවුන් ඊට අවශ්‍ය ඉන්ධන සොයාගෙන ඇත්තේද බොහෝ වෙහෙස විය.

රජයේ වෛද්‍යවරයෙකු වුවද ඔහුගේ දේහය ගෙනයාමට ඉන්ධන සොයාගැනීම අත්‍යවශ්‍ය සේවාවක් නොවේයැයි කියා නොසලකා හැර තිබුණත්, එය මානුෂීයව සිතා බලන්නට තිබුණු කාරණයකි.

දැන් වෛද්‍ය චින්තක ජීවතුන් අතර නැත. එහෙත් ඔහු සියල්ලන්ටම පාඩමක් කියාදී ගොස් තිබේ. ඒ ඉන්ධන හිඟය කොතරම් බැරැරුම් වුවත් ඊට තාවකාලික පිලියම් වශයෙන් මෙවැනි අවධානම් ක්‍රම අනුගමනය කිරීම ජීවිතයෙන් වන්දි ගෙවන්නට තරම් කාරණාවක් විය හැකි බවයි. කෙසේ නමුත් වෛද්‍ය චින්තක නැති අඩුව ආදරණීය බිරිඳටත්, පුංචි පුතුවත්, ඒ පවුලේ උදවියටත් බොහෝ කලක් හින් රිදුම් දෙන කාරණයක් වනු නම් නොඅනුමානය.

තෙල් අර්බුදය හින්ද අපිට අපේ රත්තරං පුතා නැතිවුණා. පුංචි පුතාට එයාගේ තාත්තා නැතිවුණා. රටට සේවයක් කරන්න හිටපු දරුවෙක් වෛද්‍ය චින්තකගේ පියා



අන්තිම වටිස්ඇප් කොල් එක ගනිද්දිත් එයාගේ හිනාවේ වෙනසක් තිබුණො නෑ

බටෙන් පෙට්‍රල් ඇඳ ජීවිතයෙන් වන්දි ගෙවූ දොස්තර මහත්තයාගේ බිරිඳ කියන කතාව

ප්‍රසාද එරංග

තනියම මොකුත්ම කරගන්න බැරි සන්ධිගේදි කවේ තියෙන කිරි දත් ටික මැදලා කරලා පරිස්සම් කරලා දෙන්නේ අම්මා. ඊටපස්සේ ඉතින් ඔන්න යමක් කමක් තේරෙන වයසට ආවම අපි දත් මදින්න ඉගෙනගන්නවා. 'අපි මෙහෙමයි දත් මදින්නේ... දත් මදින්නේ... දත් මදින්නේ' කියලා මොන්ට්සෝරි කාලෙදි කියලා දෙන සිංදුවකුත් තියෙනවනේ. හරි විදියටනම් දුවසට දෙපාරක් දත් මදින්න ඕනේ. ඔයිට වඩා වැඩි වාර ගණනක් දත් මදින අයත් ඉන්නවා. හැබැයි හරි සිස්ටම් එකට දත් මදින්නේ නැත්නම් දෙපාරක් නෙමේ දහපාරක් මැද්දත් වැඩක් නෑ. හරියට දත් මදින්නේ කොහොමද කියලා කතා කරන එක වැදගත් වෙයි කියලා හිතුවේ ඒකයි.

ආහාර අඹරාගන්න, මුහුණේ හැඩය සහ සුන්දරත්වය පවත්වාගන්න අපිට දත් නැතිව බැහැ. දත් නැතිව බත් කන්න බෑ කියලා කතාවටත් කියනවනේ. මිනිසාට සොබාදහමෙන් දත් කට්ටල දෙකක් දිලා තියෙනවා. එයින් පළවෙනි එක තමයි කිරි දත් කියන්නේ. දැරවෙකට අවුරුදු හය විතර වෙනකොට ඔය කිරි දත් හැලෙන්න පටන්ගන්නවා. පුංචි කාලේ අපි නම් කළේ ඔය වැටෙන කිරි දත් අරන් ගිහින් "ලේනේ ලේනේ මේ දත අරගෙන අලුත් දතක් මට දියෝ" කියලා අහසට විසි කරපු එක. ඊටපස්සේ ඉල්ලුවත් වගේ දතක් ලැබෙන නිසා ඒක ඇත්තටම ලේනා දෙන දතක් කියලයි ඒ කාලේ අපි හිතුවේ. කොහොමහරි මේ කිරි දත් හැලීමත් එක්කම ස්ටීර් දත් එන්න පටන්ගන්නවා. ඊටපස්සේ ඉතින් ආයේ දත් ඒමක් නෑ. ඒ නිසා ජීවිත කාලෙටම ඔය දත් ටික පරිස්සම් කරගන්න ඕනේ.

අලිනට දත් කට්ටල හයක් තියෙනවලු. ඔය කට්ටල හයම ගෙවිලා අහවර වුණු අලි කෂම කන්න බැරව නිරහාරව මියයනවලු. අලින්නේ විතරක් නෙමේ හරි විදිනට දත් මදින්නේ නැතිකොට අපේ දතුත් ගෙවෙනවා. ඒ මෙහෙමයි. දතක තට්ටු කිහිපයක් තියෙනවා. උඩම ලේයරය එනැමලය. ඒක කිරි පැහැති ඔපමට්ටම් ලේයරයක්. අනවශ්‍ය විදිනට තදින් අතුල්ලලා දත් මදිනකොට ඔය එනැමලයට හානි වෙනවා. ආම්ලික ආහාර ගත් හැටියේ දත් මැද්දනමත් එනැමලය ක්ෂය වෙනවා. ජානමය හේතු සහ වයස්ගතවීම නිසාත් මේ දේ සිද්ධ වෙනවා. ඒවා ඉතින් ස්වභාවිකයිනේ. එනැමලය ක්ෂය වුණාම දතේ ඊළඟ ලේයරය මතු වෙනවා. ඒක කහ පාටයි. ඔයගොඩක් අය දත් කහ ගැහිලා කියන්නේ ඔන්න ඕකට. දත් කහ පාට වුණු හැටියේ කට්ටිය කරන්නේ තව තවත් තදින් දත් මදින එක. ඒකෙන් වැඩේ එක දෙක වෙන බව දැන් පැහැදිලිනේ. පස්සේ මොනවා කරලවත් ඔය ක්ෂය වුණු ස්වාභාවික එනැමල් ලේයරය නැවත ගන්න බැහැ.

ඒ දත් මැදලා වැඩි වුණහම. තව සමහරු ඉන්නවනේ දත් මදින්නේම නැති. එතකොට දත්වල මැලියම් බැඳෙනවා. කාලයක් යද්දි ඒ මැලියම් සහවෙලා දත් දිරායනවා. හරියට දත් මදින එක වැදගත් වෙන්නේ ඒකයි. අනික කොහොමද දත් කැක්කුමක් ආවම දැනෙන සනීපේ? ඒකත් දත් සැරි එක හරියට මදින්න හොඳ හේතුවක් නේද?

දත් ටික රැකගන්න නම් දත් මදින්න ඕනේ කියලා මුලින්ම හොයාගෙන තියෙන්නේ එන්න. ඔවුන් තමයි දිරාපත් වූ සත්ව අස්ථිවලට උපරු කෙඳි බැඳලා ලෝකේ මුල්ම දත්බුරුසුව නිර්මාණය කරලා තියෙන්නේ. ඊටපස්සේ බිත්තර කටුවලට විවිධ තෙල් කවලම් කරලා දන්තාලේප හැදවලු. පසුකාලීනව දත්බුරුසුව සහ

සිස්ටම් එක CHANGE කරලා එන්න දත් මදින්න



දත් මදින හැමවෙලාවකම දත් තිස්දෙක මැද්දේ තියෙන දිව මදින්න අමතක කරන්න එපා.

දත්බෙහෙත් ගතිද්දි පාටයි, රසයි, සුවඳයි බලන්නේ නැතුව ඒලෝරයිඩ් අඩංගු මෘදු දන්තාලේපයක් තෝරගන්න.

දුවසට දෙපාරක් දත් මදින්න කියලා තමයි වෛද්‍යවරු කියන්නේ. හැබැයි කෙඳි සහිත ආහාර ගත්තු වෙලාවට දත්බෙහෙත් නොයොදා බුරුසුවෙන් දත් සුද්ද කළාට කමක් නැහැ. රාත්‍රී කාලයේදි මුඛයේ බැක්ටීරියා විශාල ප්‍රමාණයක් ක්‍රියාකාරී වෙනවා. ඒ

නිසා උදෑසන ආහාර ගන්න කලින්, රාත්‍රී ආහාර ගැනීමෙන් පසුත් දන්තාලේප යොදලා දත් මදින්න. ඒ වගේම මතක තියාගන්න කොයිම වෙලාවකවත් විටමින් C, සිටස් වගේ ආම්ලික ආහාරගත් හැටියේ දත් මදින්න එපා. ඒකෙන් එනැමලයට හානිවෙන බව අපි කිව්වා. එවැනි ආහාරවලින් එනාඩි විස්සකට පස්සේ දත් මදින එක දත්වලට ගුණයි.

අරයා මෙයා එක්ක කතා කරන ගමනුයි එහෙ මෙහේ ඇවිදින ගමනුයි දත් මදින්න යන්නේ නැතුව කණ්ණාඩියක් ඉස්සරහට ගිහින් දත් ටික දිනා බලාගෙන නිවී හැනහිල්ලේ දත් මදින්න. මුලින්ම අපි තෝරගත්තු මෘදු බුරුසුවට කඩල ඇරයක තරමේ දන්තාලේප ටිකක් දන්න. ඊටපස්සේ උඩු හතුවේ විදුරුමස සහ දතක් අතර දත්බුරුසුව අංශක 45 කෝණයකින් තියලා කාවාකාරව පස් සැරයක් පිරිමැදලා පහලට පිහිදන්න. මෙහෙම උඩුහතුවේ හැම දතක්ම මැද්දට පස්සේ යටිහතුවේ දතුත් කවාකාරව මැදලා උඩට පිහිදන්න.

දත් මදිනකොට තරහට වගේ මුළු ඇඟේම වාරුව අතට යොදන්න එපා. තදින් දත් මැද්දම එනැමලයට විතරක් නෙමෙයි විදුරුමහටත් හානිවෙලා මුඛයේ ආසාදන ඇතිවෙන්නත් පුළුවන්. ඔය විදිනට විනාඩි දෙකක් දත් මදින්න ඕනේ.

දත් මදින හැමවෙලාවකම දත් තිස්දෙක මැද්දේ තියෙන දිව මදින්න අමතක කරන්න එපා. දිව මත බොහොම ඉක්මනින් බැක්ටීරියා ඇතිවෙනවා. මුඛ දුර්ගන්ධය ඇතිවෙන්නත් ප්‍රධාන හේතුවක් තමයි දිව පිරිසුදු නොකිරීම.

ඔසුහල්වල තියෙනවා දත්වල මැලියම් ඉවත් කරන්න පුළුවන් ඒලෝස් කියලා නූල් වර්ගයක්. ඕකෙන් බුරුසුවට වඩා හොඳින් මැලියම් ඉවත් කරගන්න පුළුවන්. සුද්දේ නම් ඒකට කියන්නේ ඒලෝස් කරනවා කියලා. දත් මදිනවට අමතරව ඒලෝස් නූලක් පාවිච්චි කරලා බලන්නත් පුළුවන්. ඊට අමතරව මාස හයකට සැරයක් දන්න වෛද්‍යවරයා මුණගැහෙන්නත් අමතක කරන්න එපා. මේ කිව් දේවල් හරියට කරනවා නම් ඉතින් දෙයියනේ කියලා බයක් සැකක් නැතිව ලස්සනට දත් ටික පෙන්නලා හිනාවෙන්න පුළුවන්.

දත් කහ පාට වුණු හැටියේ කට්ටිය කරන්නේ තව තවත් තදින් දත් මදින එක. හැබැයි ඒකෙන් වැඩේ එක දෙක වෙනවා

දන්තාලේප මහා පරිමාණ ව්‍යාපාර දක්වා විකසනය වෙලා තියෙනවා. මුලින්ම අපේ රටේ අයට දත්බෙහෙත් බුරුසුවලින් දත් මදින්න පුරුදු කරලා තියෙන්නෙ සුද්ද. ඔය කාලේ හැබැයි අපේ රටේ උදවිය දැනටමත් කුරු, අඟුරු ආදියෙන් දත් පිරිසුදු කරලා තියෙනවා.

හරියට දත් මදින්න නම් මුලින්ම හරිහමන් දත්බුරුසුවකුයි, දන්තාලේපෙකුයි තෝරගන්න

ඕනේ. වැඩිහිටියෙක් සඳහා තෝරගන්න දත්බුරුසුවක තිස්සේ උස ඇඟලක් සහ පළල ඇඟල් බාගයක් වෙන්න ඕන කියලයි දන්න වෛද්‍යවරු කියන්නේ. ඒ වගේම ඒකට සියලුම දත්වලට ප්‍රභාවෙන් පුළුවන් මිටකුත් තියෙන්න ඕනේ. බුරුසුවේ කෙඳිවල ස්වභාවය අනුව සොෆ්ට්, මීඩියම්, හාර්ඩ් කියලා වර්ග තුනක් තියෙනවා. සහකම් වැඩි කෙඳිවලින් මැද්දම එනැමලයට හානි වෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා නිතරම සොෆ්ට්, මීඩියම් වර්ගයේ කෙඳි තෝරගන්න. ඒ වගේම කෙඳිවල අග ගෝලාකාර නම් තවත් හොඳයිලු. ඒ වගේම අපි පාවිච්චි කරන බුරුසු මාස තුනකට වරක් මාරු කරන්න ඕනේ. කෙඳි නැවුණු, ගැලවුණු දත්බුරුසුවලින් දත් මදිනවට වඩා දත් හොමැදම ඉන්න එක හොඳ!

“රෝෂන මට හොඳම දුන්නේ අපේ අම්මලා. බඳින්න කලින් ලොකුවට ආශ්‍රය කරන්න ලැබුණේ නෑ. කොහෙද ඉතින්... අපේ අම්මලට මාව බන්දන්න මාර හදිසියකින් තිබ්බේ. රෝෂන මහ අසනහකාරයෙක් කියලා මම නම් දැනගත්තේ වෙඩින් එක දවසෙමයි. වෙඩින් එක දවසෙන් එයා මගේ යාළුවා හිඟ දිනා කන්න වගේ බලගෙන හිටියා. ලැප්පාවේ බෑ... අපේ ඇත්තමයි මට පුළුවන් වුණානම් ඒ වෙලාවෙම මම මඟුල හතර කරනවා.”

ගැනු කැමති කන පිහවන්න වුණාට පිරිමි කැමතිම ඇස් පිහවන්න. ඒක දෙගොල්ලෙම තේරුම්ගන්න ඕන

“කසාද බැඳලා දවස් ගණනක් යනකල් වෙඩින් එකේදී එයාගේ යාළුවෙක් දිනා බැඳුවා කියලා අම්මා මාව මරාගෙන කන්න හැදුවා. ඔය මෙයා කියන ගැනු ප්‍රමාණයේ ඇඳුමේ බිම එකක් හැඳිලා එතැන පොඩි ඇලකලංවියක් වුණා. මම බලන්න හිටියේ ඒ දිනා. බොරු නම් ඒ යාළුවාගෙන් අහලා බලන්න පුළුවන්නේ. මෙයා කියන විදියට වෙන අය දිනා බල බල යන්න මට උචිතවක් නැහැ. එයා පුදුම බයකින් ඉන්නේ මම වෙන අය දිනා බලයි කියලා. පාරක ගියත් යන්නේ මගේ මුණ දිනාම බලගෙන. මම වෙන ගැනු දිනා බලනවා කියලා අම්මා අපේ අම්මලටත් කියලා. තාම කසාද බැඳලා

මාස හතරයි. දැන් දික්කසාද වෙන්නත් හදනවා. මෙහෙම කෙනෙක් කියලා දන්නවා නම් මම කියටවත් මේ කසාදේ කරන්නේ නෑ.”

මේ දෙන්නගෙන් කවුරු ඇත්ත කියනවද කවුරු බොරු කියනවද කියලා මටත් මුලින් හිතාගන්න බැරව ගියා. හැබැයි ඊකක් හාරවුස්සලා බලද්දී ගොඩක් දේවල් අම්මා සැකට කියන දේවල් බව පැහැදිලි වුණා. ඇය විවාහ වෙන්න කලින් පිරිමි ප්‍රමාණයක් එක්ක සම්බන්ධයක් තිබිලා. ඔහු නිතරම වෙනත් කාන්තාවන් දිනා බලන කෙනෙක්ල. අම්මා රෝෂනවත් දලා තිබුණේ ඒ තරාදියටමයි. රෝෂන කිව් විදියට ඇගේ මිතුරියට කතා කරලා එද අරම සිදුවීමක් වුණු බව තහවුරු කරගත්තා. තවත් කරුණු පැහැදිලි කරලා ප්‍රශ්නේ හොඳ විදියට විසඳුවා. හැබැයි රෝෂනගේ අම්මලා නම් දැනටත් අම්මා එක්ක කතාබහක් නෑ මගේ හිතේ.

කොටුකරන්න බැහැ කියන එක තේරුම්ගන්න ඕනේ.

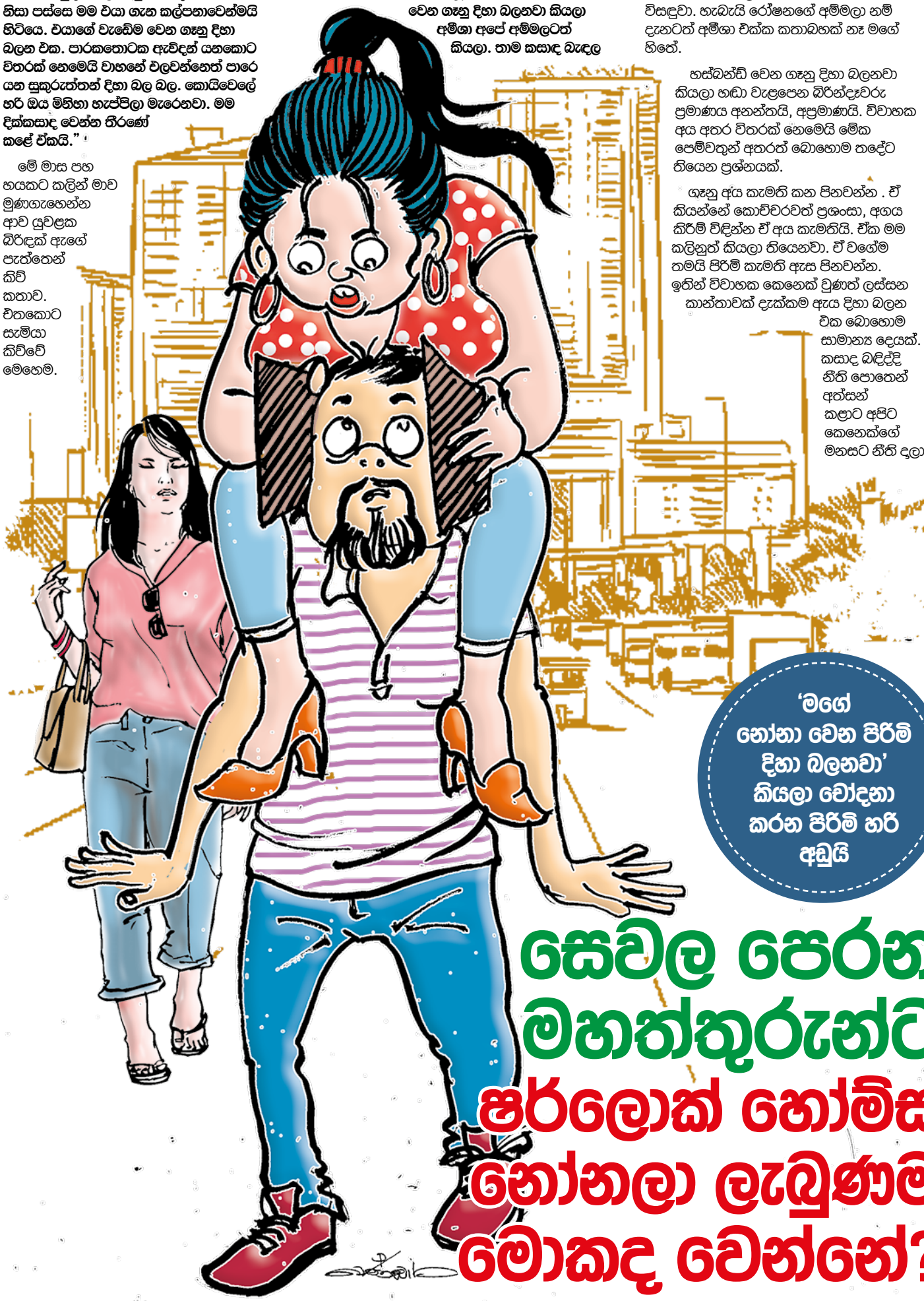
ආසියානු රටවල බහුතරයක් කාන්තාවන් පෙම්වතා නැත්තම් සැමියා වෙනත් කාන්තාවකට ආකර්ෂණය වෙයි කියලා කොඩිවෙලෙන් පීඩනෙන් තමයි ඉන්නේ. ඒ නිසාද මන්ද පාරකතොටක යද්දී සැමියා වෙන ගැහැනු දිනා බලනවද කියලා සුපර්ක්ෂාකාරීව ඉන්න ඡරලොක් හෝමිස් බිරිත්දැවරු ඉන්නවා. හරියට අම්මා වගේ. ඔහොම බලාගෙනම ඉන්ද්‍රද්දී හිතේ සැකටත් වෙන අය දිනා බැඳුවා වගේ ජේනවා. අනික පාරතොටේ යද්දී ඇස් වහන් යන්න බෑනේ. කොහොමටත් මිනිස්සු දිනා බැලෙනවා. බැරවෙලා හර වෙනත් කාන්තාවන් දිනා බැලුවොත් එදාට හස්බන්ඩ් ඉවරයි. අර කාන්තාව තමන්ට වඩා ලස්සනයි නම් ඉතින් ඇවිලෙන ගින්නට ඊකක් වැඩියෙන් පිදුරු වැටෙනවා.

මෙතැනදී පිරිමියෙක්ගේ මේ ජීවිතයත්මක ගති ස්වභාවය තේරුම්ගැනීම වැදගත් කියලයි මනෝඋපදේශකාවක් විදියට මම දෙන උවදුරු. අනික පිරිමි විතරක් නෙමෙයි ගැනු අයත් ආකර්ෂණීයව පේන පිරිමි දිනා බලනවා. හැබැයි “මගේ නෝනා වෙන පිරිමි දිනා බලනවා” කියලා වෝදනා කරන පිරිමි හර අඩුයි. පුරුෂ පාර්ශවය ඔය කාරණාව ගැන සුක්ෂමව අවධානයක් නොදැක්වීමයි ඒකට හේතුව.

හැබැයි සැමියන්ටත් මෙතැන තේරුම්ගන්න දෙයක් තියෙනවා. කාන්තාවක් ඇයි ඔය වගේ කාරණයක් ගැන වැඩිපුර හිතන්නේ? කිසිම කාන්තාවක් කැමති නෑ තමන් ආදරේ කරන කෙනා වෙනත් කෙනෙක් ගැන සිතවල්ලකින්වත් හිතනවට. ඒක කාන්තාවන්ගේ ජීවිතයත්මක සොබාවයි. අනික කාන්තාවන් තුළ ස්වභාවයෙන්ම ඊර්සියාව කියන දේත් වැඩියෙන්. කාන්තාවක් පිරිමියෙක්ගේ ගතිසොබා තේරුම්ගන්නවා හා සමානවම පිරිමියාටත් පුළුවන් වෙන්න ඕනේ කාන්තාව තේරුම්ගන්න. එතකොට මේ වගේ ගැටලු ලේසියෙන්ම විසඳගන්න පුළුවන්. අනික දෙන්නට දෙන්නා මිතුරන් වගේ විවෘත වෙන්න පුළුවන් නම් සම්බන්ධතාවය වැඩි කරගන්න පුළුවන්. මම දන්න කාන්තාවන් ඉන්නවා ලස්සන කාන්තාවක් දැක්කම “අර බලන්න අර ගැනු ප්‍රමාණය මාර ලස්සනයි නේද?” කියලා සැමියාට ඇඟිල්ලෙන් ඇනලා පෙන්වන. ඔය වගේ තැනකදී “ඔව් එයාගේ කොණ්ඩ මෝස්තරේ නම් ඔයාටත් ගැලපෙයි, ඒ ඇඳුම ඔයාටත් ගැලපෙයි” කියලා සැමියෙක්ට කියන්න පුළුවන්. එතැනදී දෙන්නගේ සම්බන්ධය වැඩිවෙනවා මිසක් අඩුවෙන්නේ නැහැ.

සතා කවුද කියලා අදහස්තු නිසා පස්සෙ මම එයා ගැන කල්පනාවෙන්මයි හිටියෙ. එයාගේ වැඩේම වෙන ගැනු දිනා බලන එක. පාරකතොටක ඇවිදුන් යනකොට විතරක් නෙමෙයි වාහනේ එළවන්නේත් පාරේ යන සුකුරුත්තන් දිනා බල බල. කොයිවෙලේ හරි ඔය මිනිනා හැප්පිලා මැරෙනවා. මම දික්කසාද වෙන්න තීරණේ කළේ ඒකයි.”

මේ මාස පහ හයකට කලින් මාව මුණගැහෙන්න ආව යුවළක බිරිඳක් ඇගේ පැත්තෙන් කිව් කතාව. විතකොට සැමියා කිව්වේ මෙහෙම.



හස්බන්ඩ් වෙන ගැනු දිනා බලනවා කියලා හඬා වැපුපෙන බිරිත්දැවරු ප්‍රමාණය අනන්තයි. අප්‍රමාණයි. විවාහක අය අතර විතරක් නෙමෙයි මේක පෙම්වතුන් අතරත් බොහොම තද්දට තියෙන ප්‍රශ්නයක්.

ගැනු අය කැමති කන පිහවන්න. ඒ කියන්නේ කොට්ටුවත් ප්‍රශංසා, අගය කිරීම් විඳින්න ඒ අය කැමතියි. ඒක මම කලිනුත් කියලා තියෙනවා. ඒ වගේම තමයි පිරිමි කැමති ඇස් පිහවන්න. ඉතින් විවාහක කෙනෙක් වුණත් ලස්සන කාන්තාවක් දැක්කම ඇය දිනා බලන එක බොහොම සාමාන්‍ය දෙයක්. කසාද බඳිද්දී නිති පොතෙන් අත්සන් කළාට අපිට කෙනෙක්ගේ මනසට නිති දලා

‘මගේ නෝනා වෙන පිරිමි දිනා බලනවා’ කියලා වෝදනා කරන පිරිමි හර අඩුයි

සෙවල පෙරන මහත්තුරුන්ට ඡරලොක් හෝමිස් නෝනලා ලැබුණම මොකද වෙනහේ?

ඔය අතරේ අනවශ්‍ය විදියට කාන්තාවන් දිනා බලන අයත් ඉන්නවා. එහෙම වුණාම නම් පවුල් ප්‍රශ්න විතරක් නෙමේ අහල පහල අයගෙන් ඉට්කන්න වෙන ප්‍රශ්නත් ඇතිවෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා සැමියා අනවශ්‍ය විදියට කාන්තාවන් දිනා බලනවා නම් ඔහුට උපදේශනයට යොමු කරන එක හර වැදගත්. එතකොට සැමියාගේ/බිරිඳගේ හිත රද්දන්න හිතාගෙන උචිතවෙන්ම වෙන අය දිනා බලන අයත් ඉන්නවා. තව කොටසක් ඉන්නවා බිරිඳ කැමති විදියට ඇඳුමක් කැඩුමක් අඳින්න දෙන්නේ නෑ. කැමති විදියට ස්ටයිල් එකක් කරන්න දෙන්නේ නෑ. ඊටපස්සේ ඉතින් බිරිඳ එක්ක යන ගමන්ම ලස්සනට ඇඳලා කරලා ඉන්න කාන්තාවන් දිනා බලනවා. ඔය වගේ ප්‍රශ්නත් අපිට උපදේශනයෙන් යටපත් කරන්න පුළුවන්.

ඒ වගේම අවසාන වශයෙන් කාන්තාවන්ට කියන්න ඕනේ වයස කීය වුණත්, ප්‍රමාණ කීයක් හිටියත් රූපය ගැන හිතන්න. ලස්සනට ඉන්න. සැමියාට ආකර්ෂණීය වෙන තරමට ඔහු වෙන ගැනු දිනා බලයි කියලා බයෙන් සැකෙන් ඉන්න ඕනේ නැහැ.

මානව හැකියා ප්‍රවර්ධන විශේෂඥ හා ජ්‍යෙෂ්ඨ මනෝවිද්‍යා උපදේශකා රත්නා ප්‍රභස කුමාරි

සෙවිවන්දි හෙට්ටිආරච්චි

Ruveda™

හර්බල් බියුටි ක්‍රීම්
සැමදා දිදුලන සමකට



ශ්‍රී ලාංකික සම සඳහා විශේෂයෙන් සකසා ඇත



සම හිරු රශ්මියෙන් සහ දැවිලි වලින් ආරක්ෂා කරයි



සම දුර්වර්ණ වීම සහ රැලි වැටීම වළකයි



පැහැපත් සමක් ලබාදෙයි



ප්‍රත්‍යක්ෂ
ශාඛ ඖෂධ
රැසක
සංයෝගයකි



රසදිය, බිලිවි හා අනිත්‍යකර රසායනයන්ගෙන් තොරයි.

5 ශිෂ්‍යත්වය

ලෙනෙසියෙන් ජය ගන්න

කිරණ

මාසික අධ්‍යාපනික
පුවත්පත් 3 ක්



ශිෂ්‍යත්ව
පෙරහුරු
ප්‍රශ්න පත්‍ර
ඇතුළු විශේෂාංග රැසක් සමගින්

5 කිරණ

පත්තරෙන්

ශිෂ්‍යත්වයට

ඉලක්ක ප්‍රශ්න පත්තර
හතරක්...



ජූලි කලාපයන් දැන්

දිවයින පුරා පුවත්පත් නියෝජිතයින්ගෙන් හා පොත්හල්වලින් මිලදී ගත හැක

සෑම සෙනසුරාදාදාට පෙරවරු 8.00 සිට 12.00 දක්වා

<p>කිරණ ශිෂ්‍යත්ව පුවත්පත හා සමගාමීව පැවැත්වෙන</p>	<p>fm94 ශිෂ්‍යත්වය</p>	<p>පාඩම් මාලාව සෑම සතියේ දිනකම පෙරවරු 6.00 සිට 7.00 දක්වා</p>
--	----------------------------	---

සමහර කෘමිවල නැත්තම් සන්නාමවල නම් කිවිට හැටියේ අපිට මතක් වෙන්නේ ඒ සන්නාම නාමයට අදාළව ප්‍රචාරණය වෙන වෙළඳ දැන්වීම් නිසා. හැබැයි සන්නාමයක් එනමෙන් නැත්නම් Brand Name එකක් ඒ විදියට මිනිස්සුන්ගේ මතකයේ රැඳෙන විදියට නිර්මාණශීලීව සන්නිවේදනය කරන එක ලෙහෙයි පහසු වැඩක් නම් නෙමෙයි. ඒ නිසා ඇඩ්වර්ටයිසින් (දැන්වීම්කරණය) කියලා කියන්නෙම වෙනස් විදියේ වැඩකට. ඉතින් මේ ක්ෂේත්‍රයේ ජීවිත ගමනක් යන්නන්ම කෙනෙක්ගේ නිර්මාණශීලී හැකියාව බොහොම තීව්‍ර වෙන්න ඕනේ. ඒ වගේම අභියෝග ධාරගන්න පුළුවන් හැකියක් තියෙන්නත් ඕනේ. ඒ නිසා කාන්තාවකට මේ ක්ෂේත්‍රය තවත් ටිකක් අභියෝගාත්මකයි.

හැබැයි අද 'ධරණී' කවරය දරාගෙන ඉන්න සුන්දර කාන්තාව, සෙලෝනිකා පෙරේරාගේ නිර්මාණශීලීත්වය තමන්ගේ රැකියාව කරගෙන ඒ හරහා ජීවිත ගමනක් ආපු කෙනෙක්. දැන්වීම්කරණයේ හිතියෝගීව ගමන් කරපු ඇගේ කතාව අපිට නම් බොහොම විශේෂයි. ඒ විශේෂත්වය මෙතැන ඉඳලා ඔබටත් දැක්වෙන පුළුවන්.

"අපේ පවුල මධ්‍යම පන්තියේ සාමාන්‍ය පවුලක්. ඉතින් ලොකු වුණාම හොඳ රස්සාවක් කරලා ඒකෙන් ඉහළටම යනවා කියන එක යමක්කමත් තේරෙන පුංචි කාලෙදීම මගේ හිතට කාවැදුණා. අනික පොඩි කාලේ ඉඳලම අලුත් අලුත් දේවල් කරන්න, අභියෝග ධාරගන්න මම හරි දක්ෂයි."

සෙලෝනිකා ඇගේ කතාවට අවතීර්ණ වුණේ අතීත මතක සිහිපත් කරන ගමන්. ඇය කොළඹ මුස්ලිම් කාන්තා පාසලේ ආදි ශිෂ්‍යාවක්. මූල්‍ය අංශයේ රැකියාවක් කරන්න අදහසක් තිබුණු නිසා ඇය ඒ අංශයෙන් ඉහළටම ඉගෙනගත්තල. ඒ වගේම ඇය ඔස්ට්‍රේලියාවේ එඩ්ට් කොවේන් විශ්වවිද්‍යාලයේ ව්‍යාපාර පරිපාලනය පිළිබඳ ශාස්ත්‍රපති උපාධිධාරිණියක්.

"ඉගෙනගෙන ඉවර වුණාට පස්සේ මම ගුවන් සේවා ක්ෂේත්‍රයට සම්බන්ධ වුණා. හැබැයි ඒක මගේ පාර නොවෙන බව මට දැනුණා. ඒ නිසා ටික කාලෙකින් මම බැංකු ක්ෂේත්‍රයේ රැකියාවක් නොයාගත්තා. හැබැයි ඒකත් මට හරි ගියේ නෑ. පස්සේ මම ඒ රැකියාවෙන් අයිති වුණා. ඊටපස්සේ වෘත්තීය තෝරාගැනීමක් ගැන දෙගිහියාවෙන් ඉන්න වෙලාවක ඇඩ්වර්ටයිසින් පැත්තට ඇප්ලයි කරන්න කියලා යාළුවෙක් කිව්වා. ඇත්තටම ඒ ක්ෂේත්‍රය ගැන අදහසක් නොතිබුණත් කෝකටත් කරලා බලනවා කියලා හිතාගෙන ඒකට ගියා. පස්සේ ඉතින් ඒක තමයි හරි පාර කියලා මට තේරුණා."

අනම්‍යයකින් මෙන් පා තියපු ඒ පාරේ සෙලෝනිකා මේ වෙනකොට ඇය අවුරුදු 18ක් ඇවිදුන් ඇවිල්ලා. ඉතින් ඒ ගමන්ගත ගැන ඇයත් එක්ක කතා නොකරන එක අඩුවක්නේ.

"මග විදිහට මම මුලින්ම සම්බන්ධ වුණේ 'ලියෝ බර්නට්' ආයතනයට. 2004 දී මම ආයතනයට සම්බන්ධ වුණේ කනිෂ්ඨ වෙළඳනාම විධායකවරයන් විදියටයි. පස්සේ ආයතනයේ විධායක අධ්‍යක්ෂක

තනතුර දක්වාම යන්න මට පුළුවන් වුණා. 2020 දී මම බර්නට් ආයතනයෙන් ඉවත්වෙලා ප්‍රධාන මෙහෙයුම් නිලධාරිණි විදියට 'ශිෂ්ට' ආයතනයට සම්බන්ධ වුණා. ආයතනයේ ප්‍රධාන විධායක නිලධාරි විදියට මේ අවුරුද්ද මැදදී මට උසස්වීමක් ලැබුණා.

ඇඩ්වර්ටයිසින් කරන්න පටන්ගත්තු දවසේ ඉඳලම මම ඒකට ආදරේ කළා. අවුරුදු 18කට පස්සෙන් ඒ ආදරේ එනෙමෙයි."

දැන්වීම්කරණය කාන්තාවකට ටිකක් අභියෝගකාරී වෘත්තියක් බව අපි කිව්වනේ. ඉතින් කාන්තාවක් විදියට ඇය ඒවට මුහුණදෙන ආකාරය ගැනත් අපි ඇගෙන් ඇහුවා.

"අභියෝගකාරී නොවන රස්සා මේ ලෝකේ නැහැ. අපි ඒ අභියෝග ධාරගන්න විදිය සහ හසුරුවන ආකාරය තමයි වැදගත්. මම උදහරණයක් කියන්නම්. සැරයක් ලංකාවේ ප්‍රමුඛතම ආයතනයක වෙළඳ දැන්වීමක් වෙනුවෙන් මටයි මගේ ඊම් එකටයි දවසේ හතළිහක් ලංකාව වටේම යන්න වුණා. එතකොට මගේ බඩට අවුරුදු හතයි. ඉතින් මම ඔය ප්‍රොපේක්ට් එක කරන කරන ගමන් විටින් විට ගෙදර ගිහින් බඩගේ වැඩ ටිකක් අතපසු නොකර හරියටම කළමනාකරණය කළා. මේ රස්සාවේදී ඒ වගේ කැපකිරීම් කරන්න, වෙනසෙන්න වෙන එක සාමාන්‍යයි. මම වගේම මේ ක්ෂේත්‍රයේ ඉන්න අනිත් කාන්තාවෝත් ඔවුන් අභියෝගවලට ඕන වෙලාවක ලැහැස්තියි. ඒ නිසාමදේ වෙළඳ ප්‍රචාරණ අංශය කියන්නේ සාර්ථක කාන්තා ප්‍රධානීන් ගොඩක් ඉන්න ක්ෂේත්‍රයක්. අවුරුද්දෙන් අවුරුද්ද ඒ ප්‍රමාණය වැඩි වෙනවා මිසක අඩුවෙන්නේ නැහැ. සාර්ථක කාන්තාවන්ගේ කතා ගොඩක් මේ අංශයේ තියෙනවා. කාන්තාවක් යමකට නායකත්වය දෙන්න මොළය වගේම හදවතත් පාවිච්චි කරනවා. මේක මිනිස්සු එක්ක වැඩ කරන, මිනිස්සු වෙනුවෙන් සන්නිවේදන නිර්මාණ කරන රස්සාවක් නිසා මේ ක්ෂේත්‍රයෙන් සාර්ථක කාන්තාවන් වැඩිපුර බිහිවෙන්න ඒකත් එක හේතුවක්."

එතකොට කාන්තාවක් විදියට ආයතනයක ප්‍රධාන විධායක තනතුර දරණ එකක් අභියෝගකාරී නැද්ද? අපි ඇගෙන් තවත් ප්‍රශ්නයක් ඇහුවා.

"මම එද ඉඳලා අද වෙනකල් වැඩ කරපු හැම ආයතනයක්ම කාන්තාවකගේ හැකියාවන්, වටිනාකම් පිළිගත්තු ආයතන. ඒ නිසා ඒ බොහෝදෙනා මගේ සාර්ථකත්වයට දායක වුණා. හැබැයි ආයතන ප්‍රධානීන් විදියට කාන්තාවන් සාර්ථක නැහැ, ඔවුන්ට අභියෝගවලට මුහුණදෙන්න බැහැ කියන මතය තවමත් අපේ සමාජයේ තියෙනවා. ඒ වෙනස මටත් දැනුණු අවස්ථා නැතුවම නෙමෙයි. ඇත්තටම කාන්තාවක් විම පසුතැවෙන්න හේතුවක් නෙමෙයි. කාන්තාවකගේ ලොකුම හැකිය කාන්තාවක් විමයි."

ඇය කිව්වේ බොහොම අභිමානයෙන්. ඇය අලෙවිකරණය සහ ප්‍රචාරණය සම්බන්ධයෙන් ජාතික වගේම ජාත්‍යන්තර ඇගයීම් රැසක් ලබාගත් කාන්තාවක් බවත් අපි කිව්වනේ. ඉතින් අපි ඇගෙන් ඒ ගැනත් විස්තර අහලා බැලුවා.

"මම 2017 දී ආසියා පැසිෆික් කලාපයේ මාධ්‍ය අලෙවිකරණය සහ ප්‍රචාරණය පිළිබඳ අධිකාරියක් වන 'කැමිපේන් ඒෂියා' හි ආසියාවේ නැරඹිය යුතු හොඳම කාන්තාවන් 40 දෙනා අතරට ඇතුළත් වුණා. විශාල පාසයකින් යමක් දිනා බලන්න පුළුවන් හැකියාව, ලෝකය වැඩිදියුණු කරන්න කරන කැපකිරීම සහ අධිෂ්ඨානය වගේ ගුණාංග තමයි ඔවුන් මෙතැනදී සලකලා තිබුණේ. ඉතින් එවැනි ගුණාංග ඇති කාන්තාවන් අතරට එක්වෙන්න ලැබීම ඇත්තටම මට ගෞරවයක්. ඒ වගේම 2019 දී කාන්තා බලගැන්වීමේ ආයතනයේ හොඳම වෘත්තීය කාන්තාවන් 50ට ඇතුළත් වෙන්නත් මට පුළුවන් වුණා. එතැනදී මට 'ප්‍රචාරක ක්ෂේත්‍රයේ විශිෂ්ටතම නායකත්වය' කියන සම්මානය ලැබුණා.

මේ වසරේ ජූලි මාසේදී 'ඩුරගන් ඔෆ් ඒෂියා' කියන ආසියානු ඉවෙන්ට් එකේ ජූරි සභිකයෙක් විදියට සහභාගී වෙන්නත් ආරාධනා ලැබුණා. එක ආසියාවේ හොඳම අලෙවිකරණ ව්‍යාපාර හඳුනාගෙන ඒවා ඇගයීමට ලක්කරන වැඩසටහනක්. ඉතින් ඒකත් මට ලොකු ගෞරවයක්."

ඇත්තටම ඇගේ මේ ජයග්‍රහණ ලාංකික කාන්තාවන් විදියට අපි හැමෝටම ගෞරවයක් කිව්වොත් හරි. මේ කටයුතුවලට අමතරව ඇය අලෙවිකරණ සන්නිවේදන ක්ෂේත්‍රයේ කාන්තාවන් බලගැන්වෙන්න ඔවුන්ට උපදේශකවරයන් විදියට කටයුතු කරන බවත් කියන්න ඕනේ. ඒ වගේම ඇය තනි මවක්.

"වෘත්තීය ජීවිතේ සාර්ථක වෙන ගමන් හොඳ අම්මා කෙනෙක් වෙන්න බැහැ කියලා සමහරු හිතනවා. විශේෂයෙන් තනි අම්මා කෙනෙක්ට. මික ඕනවට වඩා හිතන්න යන නිසා සමහරුන්ට ඔය දෙකම අතඇරෙනවා. හැබැයි ඒකට හොඳ සහායක් ඕනේ. දරුවෙක් හදන්න ගමන් ඕනේ කියලා කතාවක් තියෙනවනේ. ඇත්තටම මගේ දරුවා හදන්න මගේ ළඟ ගමන් වගේ විශාල පිරිසක් ඉන්නවා. අම්මා, නංගි, අම්මගේ නංගිලා වගේම මගේ යාළුවෝත් මට උදව් කරනවා. අනික මගේ ආයතනයේ කළමනාකරණ කණ්ඩායමේ සහායත් මට හිතැතින්ම ලැබෙනවා. මට වැදගත් පරිපූර්ණ අම්මා කෙනෙක්වත් සම්පූර්ණ වෘත්තීයකයෙක්වත් වෙන එක නෙමෙයි. ඒ දෙක සමබර කරගන්න එකයි. කවදකහරි මගේ පුතා මගේ දිනා බලලා ආඩම්බර වෙනවා දකින්නයි මම අද මෙව්වර මහත්සී වෙලා වැඩ කරන්නේ. එයාගේ ජීවිතේට හොඳ පදනමක් දුන ගමන් සාර්ථක වෙන්න නම් මහත්සී වෙන්නම ඕනේ කියන ආදර්ශය අම්මා කෙනෙක් විදියට මම එයාට ක්‍රියාවෙන්ම පෙන්නලා දෙනවා."

සාමාන්‍ය ජීවිතේ පහසු කරගන්න උදව් කරන අය ගැන විනෙම කිව්ව

සෙලෝනිකා වෘත්තීය ජීවිතේදී ඇයට අත හිත දුන් පිරිස ගැන මතක් කරන්නත් අමතක කළේ නැහැ.

"ලියෝ බර්නට්හි නිර්මාතෘ රනිල් ද සිල්වා, ලියෝ බර්නට්හි මගේ පළමු ප්‍රධානී සහ දැන් ශිෂ්ටික කළමනාකරණ අධ්‍යක්ෂිකා ක්‍රිශානි කොතලාවල සහ ලියෝ බර්නට්හි හිටපු ප්‍රධාන විධායක නිලධාරී අරෝෂ පෙරේරා මගේ වෘත්තීමය ජීවිතයට ශක්තියක් වූ වර්ත තුනක්. සදාකල්ම මම ඔවුන්ට ස්තූතිවන්ත වෙනවා. කෙනෙක්ට කවදවත් කිසිම දෙයක් තනියම කරන්න බැහැ. නායකයෙක් වුණත් සාර්ථක වෙන්නේ කණ්ඩායමේ සාර්ථකත්වය මත. අපේ ආයතනය සාර්ථක අපි එක කණ්ඩායමක් විදියට වැඩ කරන නිසයි. ඒ නිසා ඒ හැමදෙනාවම මම ආදරෙන් මතක් කරනවා."

අවසාන වශයෙන් 'ධරණී' කියවන ඔබ වෙනුවෙන්ම හදවතින්ම වචනයක් දෙකක් කතා කරන්නත් මේ විදියට ඇය අවස්ථාව ලබාගත්තා.

"ලැබෙන හැම අවස්ථාවකින්ම ප්‍රයෝජන ගන්න. කිසිම වෙලාවක හෑ, බෑ කියන්න එපා කියලා මගේ ආවේ අම්මා මට හිතරම කිව්වා. ඒ වගේම මම අනිත් අයටත් කියන්නේ ජීවිතේට එන අභියෝග බය හැතිව බාරගන්න. අභියෝගවලට අභියෝගයක් වෙන්න. හැමදේම ආසාවෙන් කැපවීමෙන් කරන්න. එක ගෙදර උයන එකද, රස්සාව කරන එකද කියලා හෑ. එතකොට තමයි අපිට සතුටෙන් ජීවත්වෙන්න පුළුවන්. ඒ වගේම හිතරම තමන්ව විශ්වාස කරන්න. එතකොට කවදවත් වරදින්නේ නෑ."

සෙවිවන්දී හෙට්ටිආරච්චි ජායාරූපය - සමන් අබේසිරිවර්ධන

වෘත්තීය ජීවිතේ සාර්ථක වෙන ගමන් හොඳ අම්මා කෙනෙක් වෙන්න බැහැ කියලා සමහරු හිතනවා.

අභියෝගකාරී නොවන රස්සා මේ ලෝකේ නැහැ. අපි ඒ අභියෝග ධාරගන්න විදිය සහ හසුරුවන ආකාරය තමයි වැදගත්

අවුරුදු 18කට ඉස්සර ඇඩ්වර්ටයිසින්වලට බැඳුණු මගේ ආදරේ නාමික එහෙමමයි





ගරහණී මවක සිය බිලිඳ දෝතට ගන්නා දිනය තෙක් ගතකරන්නේ සුවිශේෂී කාල පරිච්ඡේදයකි. එම කාලය තුළ මව පිලිබඳව සුපරික්ෂාකාරී විමර්ශන, මවට අවශ්‍ය පෝෂණය, එන්නත්කරණය මෙන්ම ප්‍රසවය සිදුකිරීමට මගපෙන්වීමත් පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා හිලධාරිනියකගේ කාර්යභාරය අතරට අයත්ය. තවද නව බිලිඳ සත්කාරයේ වගකීම පැවරෙන්නේද ඇයටයි. එහිදී රෝග වැළැක්වීම, මව්වරුන්ගේ හා බිලිඳුන්ගේ අසාමාන්‍ය තත්ත්වයන් හඳුනාගැනීම, වෛද්‍යාධාර අවශ්‍ය නම් ඒ සඳහා මවන් බිලිඳුන් යොමුකිරීම වාගේම අවශ්‍ය වූ විටක ප්‍රති සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය ලබාදීමේ වගකීමත් මව්වරුන් සඳහා පෙරහුරු සැසි පැවැත්වීම, පවුල් සංවිධාන කටයුතු, නව යොවුන් සෞඛ්‍ය පිලිබඳව වගකීමද ඇගේ රාජකාරී ගොන්නට අයත්ය. මෙම වගකීම් පිලිබඳවත් ඒ රාජකාරී ඉටුකිරීමේදී පවුල් සෞඛ්‍ය සේවකාවක ලබන අත්දැකීම් පිලිබඳත් 'මිඩ්වයිෆ් හොනා' පිටුව තුළින් කතාබහ කරන්නේ රජයේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා හිලධාරීන්ගේ සංගමයේ සභාපතිනි දේවිකා කොඩිතුට්ටි මහත්මියයි.



සෞඛ්‍ය ගිණුමට බැරවෙන ගණුදෙනු කරන්න ඕන හරිම පරිස්සමෙන්

රටේ පවතින අර්බුද නිසා තැන තැන පෝලිම්වල කාලය ගෙවා දමන්නට සිදුවුවත්, ගෘහණියක ලෙස පවුලේ පෝෂණ වගකීමෙන් බැහැර වන්නට ඔබට නොහැකිය. ඒ නිසා සකස් කරනු ලබන ආහාරවේල කුමක් වුවත් එය පෝෂ්‍ය පදාර්ථ රැකෙන අයුරින් පිසගැනීමට තරම් සමර්ථ විය යුතුය. ඒ වැඩෙන දරුවාගේ, නිවසේ ගැබිණි මවගේ, කිරිදෙන මවගේ සිට වැඩිහිටියා දක්වා සියලු දෙනාගේ පෝෂණ අවශ්‍යතාව සපුරාගැනීමේ වැදගත්කම නොසලකා හැරිය නොහැකි බැවිනි.

"අත්තටම දශක කිහිපයකට පස්සේ අපේ පීචන රටාවේ යම් වෙනසක් මේ වෙනකොට සිදුවෙමින් තියෙනවා. ගස් ප්‍රභේදය එක්ක දර ලිපට යන්න සිද්ධවෙලා තියෙනවා. ඒ එක්කම එළවලු ගිනි ගණන් කිව්වත්, අපි කොහොමහර එළවලුවත්, කොළ පලාවක් හදලා කෑමට ගන්නවා. අපි කතාවටත් කියනවා,

වැටක් දිගේ අතක් ගියොත් හැටක් පළා නෙළා ගෙනේ

කියලා. එයින් කියන්නේ වත්තේ පිටියේ අවට කොතැන බැලුවත් කොළ පලා ටිකක් සොයාගැනීම අපිට අමාරු නෑ කියන එකයි. ගොටුකොළ, මුකුණුවැන්න, කලවම් කොළ ආදී වගයෙන් මොන විදියට ගන්නත් අපි එහි කොළපාට ගුණය ආරක්ෂා වන විදියට සම්බෝලයක් විදියට සාදාගැනීම හෝ පිසගැනීම කළ යුතුයි. සමහරු කොළ මැල්ලුම අවර්ණ වෙනකල්ම ලිපේ තියෙනවා. එහෙම කළාම පාට විතරක් නෙවෙයි පෝෂණ ගුණයත් විනාශ වී යනවා. ඒ වගේම අපි ගොඩක් වෙලාවට කරන්නේ ලුණු, අලුම්පිරිස්, පොල්, ලියාගන්න කොළ ටික එකට දලා මිශ්‍ර කරලා තෙල් දුන එකයි. එතැනදීත් පොල්, ලුණු මිශ්‍රණය කලින් රත් කරලා පස්සේ කොළ ටික මිශ්‍ර කරන්න හැකි නම් රසය ගුණය සහ සුවඳත් රැකගෙන හොඳ පැහැයකින් ආහාරයට ගන්න පුළුවන්."

ඇය කියන්නා සේම, ආහාර පිළියෙල කිරීමේ වැරදි ක්‍රම නිසා ලැබිය හැකි පෝෂණයත් නොලැබියහ අවස්ථා තිබේ. එහිදී ශක්තිපනක ආහාර, වර්ධක ආහාර හා ආරක්ෂිත ආහාර යනුවෙන් තෙයාකාර එකතුවක් ඇත. ශක්තිපනක ආහාර මගින් කරන්නේ වැයවන ශක්තිය යළි ලබාදීමයි. බත්, කොස්, දෙල්, අල, බතල මෙන්ම පිරි සහිත කාබෝහයිඩ්‍රේට් අඩංගු ආහාර මේ යටතට ගැනේ. වර්ධක ආහාර මගින් සිදුකරන්නේ ශරීරයේ ගෙවීයිය කොටස් අලුත්වැඩියා කිරීමයි. මස්, මාළු, හාල්මැස්සෝ, කපීපි, කඩල මේ යටතට ගත හැකිය. ශරීර පටක අලුත්වැඩියා කරන්නේ ආරක්ෂක ආහාර මගිනි. එළවලු, පලතුරු, පලා වර්ග ඒ යටතට ගැනේ.

"අපි ආහාරවේලක් අරගන්නවා කියන්නේ බඩ පුරවාගන්නවා කියන එකම නෙවෙයි. පිසගැනීමේදී, කැපීමේදී, සේදීමේදී පෝෂණ කොටස් ආරක්ෂා වෙන ආකාරයට එම ආහාරය පිළියෙල කරගැනීමටත් වගබලා ගන්න ඕන. උදහරණයක්

විදියට කැඳ කෝප්පයක් පිළියෙල කරද්දී හාල් ටික හොඳින් තම්බලා, පොඩිකරලා, පොල්කිරි එක්කරලා හොඳින් උතුරද්දී තමයි කොටගත් කොළ යුෂ එක්කරන්න ඕන. එහිදී මැදින් බුබුළු එද්දී කොළ කැඳ එක ලිපෙන් බාගන්න ඕන. එහෙම නැතුව ගොඩක් වෙලා රත්වෙද්දී පෝෂණ ගුණය නැතිව යනවා."

තවද තම්බු සහල්, නිවුඩ්ඩ සහිත සහල් ආදිය සේදීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතුය. නිවුඩ්ඩ යනතුරුම සේදීම කළහොත් පෝෂණ ගුණයද සේදී යනු ඇත. ඒ වාගේම පියළි ඇට වර්ග රැයක් පෙඟෙන්නට හැර තම්බා අනුභව කිරීමෙන් ක්ෂුද්‍ර පෝෂක උරාගැනීම පහසු කරවයි. දිනක් පොඟවා

මුල් ඇදුනු පසු ආහාරයට ගැනීම මගින් දිරවීම පහසු කරවයි. ගොටුකොළ සම්බෝලයකට දෙහි යුෂ එක්කිරීමෙන් යකඩ අවශෝෂණය පහසු කරවයි. ගොරකා, සියඹලා යුෂ ව්‍යංජනයට එක්කිරීම මගින් බලාපොරොත්තු වන්නේද ආහාරයේ යකඩ අවශෝෂණයේ පහසුවයි.

තවද පලතුරු වර්ගවල පොතු ඉවත් කිරීමේදී අප නොදැනුවත්ව එහි පෝෂණ කොටස් ඉවතලන අවස්ථා තිබේ. ගස්ලුබු, අඹ වැනි පලතුරුවල ලෙල්ල අතර මදය කොටසේ පෝෂණ කොටස් වැඩිපුර ඇත. එය වැඩිපුර රැකීම මගින් එම කොටස් විනාශ වන අතර, යාන්තමට පොත්ත ඉවත් කිරීම වඩා සුදුසුය. තවද පේර කෑමට ගැනීමේදී පොත්ත ඉවත් කිරීමද සුදුසු නැත. පැණි කොමඩුවලත් රතුපාට කොටස පමණක් නොව සුදුපාට කොටසත් ආහාරයට ගැනීමෙන් වරදක් නොවේ. ගැබිණි අම්මලා, කිරිදෙන අම්මලා වගේම දරුවන්ටද වන්නේ පිටියේ පහසුවෙන් ලබාගත හැකි පලතුරක් වේ නම් එය අපතේ නොයැවිය යුතුය.

"විශේෂයෙන්ම දින 180ක් යනතුරු අලුත උපන් දරුවෙකුට නිර්දේශ කරන්නේ මව්කිරි පමණයි. ඉන්පසුව

දරුවගේ වැඩීම වේගවත් නිසා අමතර ආහාරයන්ට හුරු කරවනවා. බඩට දෙන බත් තලපය වුණත් පෝෂණ ගුණය රැකෙන විදියට හදගන්න පුළුවන්. ඒ වගේම අපිට පුළුවන් විදියට ආහාරයට විවිධත්වය එක් කරන්න ඕන. වැඩි වියදමක් නැතුව කොස් නුඩ්ලිස් ටිකක් ඕනම කෙනෙකුට පහසුවෙන් හදගන්න පුළුවන්. ඒ සඳහා කොස්මදුල ටික ඉතාම සිහින්ව දිග අතට තිරු කපාගන්න ඕන. අනතුරුව එය වාෂ්පයෙන් තම්බාගෙන, යකඩ බහුලව තියෙන වැට මුරුගො කොළ ටිකක් මිශ්‍ර කරලා, කැරටි ගෙඩියකුත් සිහින්ව කපාගෙන, බිත්තරයක් මිශ්‍ර කරලා නුඩ්ලිස් එකක් හදගන්න ආකාරයෙන් මේ කොස් නුඩ්ලිස් එක හදලා රස බලන්න පුළුවන්. ඉඟුරු, සුදුලුන ටිකක් තලලා දලා ගම්මිරිස්, මිරිස් ස්වල්පයක් මිශ්‍ර කරලා කොත්තුවක් ආකාරයට වුණත් එය සාදගන්න පුළුවන්."

දේවිකා කොඩිතුට්ටි මහත්මිය පෙන්වා දෙන්නේ, ගුණය ආරක්ෂා කරමින් ප්‍රියමනාපව, රසට ආහාර පිළියෙල කරගත යුතු බවයි. දැනට මිල ඉහළ යමින් ඇතත් බිත්තර පොඩි දරුවන්ට ගුණදායක ආහාරයකි. මෙය උතුරන වතුරේ විනාඩි පහක් තම්බාගැනීම ප්‍රමාණවත්ය. ඇතැම් අවස්ථාවල, තැම්බී වැඩි වූ විට දරුවන් එය ආහාරයට ගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කරන අවස්ථාද තිබේ.

"ඒ වගේ වෙලාවට බිත්තර ඔම්ලට් එකක් පෝෂ්‍යදායී විදියට හදගන්න එක තමයි වැදගත් වෙන්නේ. ඒකට හිච්චි කොළයක්, එහෙම නැත්නම් ළපටි බඩඉරඟු කරලක් කපලා දලා සදගන්න පුළුවන්නම් එහි පෝෂණ ගුණය ඉහළයි. ඒ වගේම හාල්පිටි ටිකකට වැට මුරුගො කොළ ටිකක්, කපාගත් ලුණු, ලුණු මිශ්‍ර කරලා පෝෂණ රෝටියක් හදගන්න හැකියාව තියෙනවා. රෝටි කන්න අකමැතිනම් එය පිටිටුවක්

ආකාරයෙන් හදගන්න පුළුවන්. ඒ වගේම වට්ටිකා කැල්ලක් තම්බලා සුප් එකක් හදගන්න පුළුවන්නම් වෙළඳපොළෙන් ගන්න කෘත්‍රීම රසකාරක මිශ්‍ර ඇතැම් ආහාර ද්‍රව්‍යවලට වඩා වටිනවා. අත්තටම ආහාර නිගයක් ඇතත්, නැතත් අපි පෝෂණය ගැන හිතලා ආහාර ද්‍රව්‍ය පිළියෙල කරගන්නවානම් එය අවසානයේ එය අපේ සෞඛ්‍ය ගිණුමට වාසිදායක වෙනවා."

ඒ වගේම මෙම ආහාර වැඩිහිටියන්ට රසට පිළියෙල කරගත හැක්කේ මැටි ඇතිලිවලය. ඇලුමිනියම් සන්නායක ලෝහයක් බැවින් ඉක්මනින් ආහාර පිසගැනීම කළ හැකි වුවත් එය තාපය හා ඇතිවන ප්‍රතික්‍රියාවේදීත්, අම්ල වර්ග හා දුක්ඛන ප්‍රතික්‍රියාවේදීත් ශරීරයට අහිතකර හයිඩ්‍රොක්සයිට් ආහාරයට මුසුවීමේ ඉඩක් තිබේ. එය ශරීරයට අහිතකරය.

"දෙහි, විනාකිරි වගේ අම්ල ඇලුමිනියම් සමග වේගයෙන් ප්‍රතික්‍රියා කරනවා. ඒ වගේම ඇලුමිනියම් භාජනවල ආහාර පිසගෙන ඒවා පිරිසිදු කරන්න සේදීමකාරක කුඩු, කම්බි දැරූ ආදිය ගන්නවා. ඒවා මගින් බඳුන පිරිසිදු වුණත්, ඇලුමිනියම් කුඩු රැඳෙනවා. ඊටපස්සේ නැවත ආහාරය පිසගැනීමේදී එය ආහාරයට එක්වෙනවා. එහෙත් මැටි බඳුනක, දර ලිපේ ආහාර පිසගන්න පුළුවන්නම් ඉතාම හොඳයි. ඒ වගේම අපි මැටි බඳුන් සෝදන්න ඉස්සර ගත්තේ පොල්මුඩු කැල්ලක්, ලුණු කොස්සක් වගේ දෙයක්. ඒ පුරුදු අදටත් වැදගත්. මොකද ආහාරයක ගුණ රැකෙන්න, පිළියෙල කරන විදිය වගේම, පිසින භාජනයත් වැදගත්."

ඇය කියන්නා සේම මේ සියල්ල අවසානයේ බැරවන්නේ සෞඛ්‍ය නමැති ගිණුමටය. එහිදී ගන්නා ආහාරයේ මිල අඩු වැඩි බව නොව, කොස් මදුල වූ රස ගුණ රැකෙන පරිදි පිළියෙල කරගන්නා පිළිවෙල වැදගත් වෙනු ඇත.



කොස් නුඩ්ලිස් එකක් හදාගත්තොත් දරුවෝ කැමැත්තෙන් අනුභව කරාවි



රජයේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා හිලධාරීන්ගේ සංගමයේ සභාපති **දේවිකා කොඩිතුට්ටි**

දින වසනි එදිරිසිංහ

පුනාලගෙ වැඩිපොතේ වගා පාඩම කියවද්දී මගේ හිතත් වගාවට බැඳුණා



ගමේ නගරයේ කොතැන බව පිවිත් වුවත් ඒ පිවිත්වන ඉඩකඩ තුළ ගෙවතු වගාවට ඉඩක් වෙන්කරගැනීම කාලෝචිතය. බව සිටින බිමේ සීමිත ඉඩකඩ තුළත්, බැල්කනියක, ස්ලැබ් එකක වාගේම, වනලයේද සාර්ථකව ගෙදර පරිභෝජනය සඳහා එළවලු, කොළපළා ටික වගා කරගෙන සතුටින් සිටින්නෝ දැනටමත් වෙති. එවන් ගෙවත්තකින් ලබන කුඩා අස්වැන්න වුව හෙතෙම සහසන, මනසට සුවය ගෙනෙන, පොකැව්වුවද බරක් නැති මහාර්ඝ සම්පතකි.

පසුගිය කලාපයේ සිට වගාවට ලැදී, බව දීර් ගන්වමින්, මෙතෙක් වගාවට සිත් නොයෙදූ බවට අදහස් හා ඒ පිලිබඳ ප්‍රංචි ප්‍රංචි රහස්‍ය හෙළිකිරීමට මෙම පිටුව වෙන්කෙරේ.

බවටද බැබි වගාව සාර්ථක කරගත් හැටි රටට කියන්නටත් ඉන් තවත් අයෙකු දීර් ගන්වන්නටත් මේ පිටුවේ ඉඩකඩ වෙන් කරවා ගත හැකියි.

දුරකතන අංකය - 0115200900



වගාව මගේ වුණාව සියලු බරපත දරන්නේ මහත්තයා

සුවදැනි රෝස මලකට තරමටම තිත්ත කරවීම මලකටත් ආදරය කළ හැකිනම්, එවැනි හිතක ගතකොළ, මල් ගැන ඇති ආදරය පිළිබඳ අමුතුවෙන් කිව යුතු නොවේ.

නුගේගොඩ, මිරිහාන-ඇඹුල්දෙණියේ පදිංචි නිරෝෂි දෙලමුල්ලට ඇත්තේද එවන් ආදරණීය හිතකි.

“මේ දවස්වල මගේ කරවීම වැල්වල මල් පිපිලා. උදේම වගාවට ගියහම ඒ මල් දකිද්දී මට හරිම සතුටයි. මම එයාලට අතගාලා කියනවා ඔයාලා හරි ලස්සනට පිපිලා, මට ගොඩක් සතුටයි, හෙටත් මේ විදියට හිනාවෙන්න කියලා. ඒ වගේම මම ගෙවතු වගාව එක්ක ලබපු එක අත්දැකීමක් තමයි මේ විදියට වගාවට ආදරෙන් කතා කළහම වගාලා අපිට දෙන්නෙන් ඒ ආදරයමයි කියන කාරණේ.”

නිරෝෂි කියන විදියට ඒ ලැබෙන ආදරය වගා බෝගයේ අස්වැන්නය. එය ඇගේ හෙත පිනවන සිත සතුටු කරවන සුන්දරතම දසුනක්ව තිබේ. දරුවන් සිව්දෙනෙකුගේ අධ්‍යාපන කටයුතුද ඇතුළුව අනෙකුත් සියලු කටයුතු සොයා බලන අතරවාරයේ, නිරෝෂි පලබ්ධ ගෙවත්තකටද හිමිකම් කියන්නීය.

“මම ඉපදුණේ හැදුනේ වැඩුණේ මහනුවර. මුල් කාලේ පාසල් ගියේත් එහේ. මට මතකයි ඉස්සර ආත්තම්මට පොඩි ඉඩමක් තිබුණා. එයා එක උදලු ගාලා, එක එක දේවල් වගා කළා. ඒ කාලේ නම් මට කැමැත්ත තිබුණේ මල්වලට. පස්සේ අපි තාත්තගේ ගම වෙත මීගමුවට ආවා. තාත්තා ගණකාධිකාරවරයෙක් විදියට තමයි රැකියාව කළේ. මගේ පවුලේ අම්මයි, තාත්තයි, මමයි, අක්කයි. ආත්තම්මා නම් පසුකාලෙක මියගියා.”

ඉගෙනුම් කටයුතුවලින් පසු නිරෝෂි හෙද පුහුණු පාඨමාලාවක් හදාරා පෞද්ගලික රෝහලක හෙදියක ලෙස රාජකාරි ඇරඹුවාය. ඒ 2005 වසරේයි. ඒ කාලයේම, එම රෝහලේ සේවයට එන තරුණ වෛද්‍යවරයෙකු හා මිතුරුමක් ඇතිවන්නේ ඔය අතරය.

“අපි යාළුවෝ වගේ හොඳට කතාබහ කළා. එයාට ජෙඩ් එක ලැබෙනකල් ප්‍රයිවේට් ප්‍රැක්ටිස් ඇවිත් ගිටියේ. ඔහොම අවුරුද්දක් එකහමාරක් විතර අපි යාළුවෝ වගේ ඇසුරු කළා. පස්සේ එයාට කැමතිද කියලා ඇහුවත්, එකවර කැමැත්ත දුන්නේ නැහැ. කොහොමහර අත්තිමට අපි ආදරවන්තයෝ වුණා. දෙපාර්ශවයේම ආශීර්වාද ඇතිව අපි 2007 අවුරුද්දේ විවාහ වුණා. ඉන්පස්සේ මම මේ ගෙදර පදිංචියට ආවා.”

පෞද්ගලික රෝහලක හදරෝග අංශයේ වෛද්‍යවරයෙකු ලෙස කටයුතු කරන අරුණා දෙලමුල්ල ඇයගේ ආදරණීය සැමියායි. ඔවුනට පුතුන් තිදෙනෙකි. එක් දියණියකි. වැඩිමල් පුතුව දෙදෙනා නිවුන්නුය. එයින් වැඩිමලා ලිතුවම් ගිමෝන් ය. දෙවැන්නා මෙතුම් ගිනෙන් ය. තෙවන පුතු ජිතුවම් ගිමෝන් වන අතර, දියණිය අමා උරේෂා උමයංගනා ය. නිරෝෂි තම දියණියක සේ ආදරයෙන් හද වඩාගන්නේ තම අක්කාගේ දියණියයි. ඒ ඇයට අවුරුද්දේ සිටිය.

“අක්කයි, දුවයි දෙන්නට එකට ඉන්න බැර නොගැලපීමක් තිබුණා. ඉතින් මං අදටත් හිතන්නේ ඒක. එතෙක් දුවගෙන් සංසාර බැඳීමක් වෙන්නැති කියලා. දැන් මගේ ලොකු පුතාලා දෙන්නට වයස පහළොවයි. අනෙක් පුතාට දහතුනයි. දුවට දහතරයි. මේ දරුවෝ හතරදෙනාටම මමත් එක වගේ ආදරෙයි. ඒ ආදරයම තමයි, මං මගේ ගතකොළවලට දෙන්නෙන්.”

නිරෝෂිලාගේ ඉඩම පර්චස් දහයක් එකොළහක් තරමේ එකකි. වගාවේ ඇත්තේ දෙවන මහලේ ස්ලැබ් එකේය. ගෙය මුළු ඉඩමේම වාගේ ඇති හෙයින් මීදුලට කියා ඇත්තේ අඩි තුනක පමණ තීරුවකි. ඒ ගෙයි එක් පසෙකට වන්නට තාප්පයක් සමඟ ඇති ඉඩකඩයි. අඹ, කොහොඹ, දෙළුම්, කටුආත්තා,



කරවීම මල් අතගාලා මම කියනවා, ඔයාලා හරි ලස්සනට පිපිලා කියලා



පවුලේ සාමාජික සාමාජිකාවන් සමඟ

“මම එළවලු වර්ග හිටවලා තියෙන්නේ පෝච්චිවල. මට පස් සොයාගන්න තරමක් අපහසු නිසා මගේ වගා මාධ්‍ය වෙන්නේ කොම්පෝස්ට් පොහොර, කොහුබත් සහ හාඩ්වොර් එකෙන් ගෙනා වැලියි. මේවා ප්‍රමාණවලට අරගෙන මිශ්‍ර කරලා පස හදගන්නවා. මම වගා කරන්න ගත්තම තමයි දැනගන්නේ, සමහර එළවලු වර්ග හැඳෙන විශේෂ ආකාරවල් තියෙනවා. හෝකෝල් ගෙඩිය එන්නේ දණ්ඩක් උඩ. පස මතුපිටින් තමයි ගෙඩිය මතු වෙන්නේ. ඒ වගේම ගෝවා (කෝලිඟුල්වර) කපාගන්න ඕන නටුව ඉතිරි කරලා. ඒකට හේතුව තමයි, ඒ වටේට පැළ ගොඩක් එනවා. ඒවා වෙනම අරගෙන හිටවන්න පුළුවන්. ගෙවතු වගාවට හිත කෙනෙකුට අත්දැකීමෙන් මේ අවබෝධය ලබන්න පුළුවන්. ඒ වගේම පෝච්චිවල, අධික හිරු රශ්මියට නිරාවරණය වන නිසා මම අභිවට ඔරොත්තු දෙන පැළ වර්ග යට ඊට ඔරොත්තු නොදෙන පැළ තියලා තියෙනවා. ඒ වගේම වතුර දුද්දී, හවසට තමයි වතුර දන්නේ. උදේට වතුර දැමීමම අභිව තද වුණහම පැළ මැලුවෙන අවස්ථා තියෙනවා.”



පේර වැනි තරමක විශාලව වැඩෙන ගස් කිහිපයක් එහි සිටුවා ඇත.

මුලින්ම වගා කළේ කතුරුමුරුංගා පැළේකුයි, පුංචි මිංචි අත්තකුයි

“ඒ වගේම මේ පිටුපස අඩි පහක බිම් තීරුවක් තියෙනවා. එතැන වැනි වතුර ගලා යන්න ටැංකි හදලා තියෙනවා. ඒ වගේම තියෙන පොඩි ඉඩමක් හස්තාරං, බිලිං, කාමරංකා, ඇඹරුල්ලා වගේ තරමක ගස් හිටවලා තියෙනවා. අනෙක් හැමදේම වගා කරලා තියෙන්නේ උඩ තට්ටුවේ. අභිවට ඔරොත්තු දෙන ගස්වැල් මම දැන් හඳුනාගෙන තියෙනවා. ඒ වගේම මගේ හිත මේ තරම් වගාවට බැඳුන හේතුවකුත් තියෙනවා. පුතාලට පාසලෙන් හය වසර ප්‍රායෝගික තාක්ෂණ කුසලතා කියලා පොතක් ලැබිලා තිබුණා. ඒක කියවගෙන යද්දී හිතට ආසාවක් ඇතිවුණා. එතකොට මේ ස්ලැබ් එකේ අත්වැටේ එල්ලපු මල් බකට් කිහිපයක් විතරයි තිබුණේ. පොඩි කතුරුමුරුංගා පැළේකුයි, පුංචිම පෝච්චියක පුංචි මිංචි අතු කැල්ලකුයි තමයි වගා කළේ. ඊටපස්සේ දම් ගෝවා, මල් ගෝවා, ගෙඩි ගෝවා, අතු ගෝවා වගේ දේවල් වගා කළා. තක්කාලි, මෑ, රාබු, බීට්, කංකුං ආදී කොළ වර්ගත් හිටවුවා. අමුම්පස් වගා කළා. අපි මිරිස් කනවා ටිකක් අඩු වුණත්, හිච්චි කොළයි, මිරිස් කොළයි බැටර් එකක දලා බැඳලා ආහාරයට ගන්නවා. එය හරිම රසවත්.”

මෙසේ වැවෙන හිච්චි, කංකුං ආදී කොළ බොහෝ කැමැත්තෙන් අනුභව කරන පර්මිත් ෂෙපර්ඩ් වර්ගයේ නිර්මාණික බලු සුරතලුන් දෙදෙනෙක් ඇතුළුව බලු සුරතලුන් හතරදෙනෙක් එම හිච්චි ඇත. ඔවුන්ගෙන් කංකුං වගාව බේරාගැනීමටද දැන් ඇයට සිදුව ඇත.

මේ වනවිට එළවලු බෝග රැසක් නිරෝෂිගේ ගෙවත්තේ ඇති බැවින්, කඩෙන් එළවලුවක් ගෙනාවොත් ඒ වන්නේ නැති දෙයක් පමණි. ඇය පළමු වතාවට සිටුවූ කැරට් බීජද සාර්ථක පලදාවක් ගෙනදී තිබේ. බීට් රූට්, රාබු, හෝකෝල්, මිංචි මේ දිනවල පලදා විනාදය.

“කොරෝනා කාලේ කන හොඳට වගා කළා. මේ හැමදෙයක්ම සාර්ථක කරගන්න පුතාලා තුන්දෙනාගෙනත් දුවගෙනත් ලැබෙන උදව් හරිම වැදගත්. ඒ වගේම මේ වගාව මගේ වුණාට පෝච්චි, පොහොර, පැළ වර්ගවලට, බීජ වර්ගවලට සියලු බරපත දරන්නේ මහත්තයා.”

ඇය කියන්නේ සතුටිනි. බෝග වගාවට වන කැමි හානි උදෙසා සුදුසු පොතු නිස්සාරණයක් සාදා පැළවලට ඉසින බව ඇය කීවාය. බිත්තර කටු වේලා කුඩුකර පොහොර ලෙස යෙදිය හැකි බවද කීවාය. සබන් වතුර ඉසීමත් ඇය වගා ආරක්ෂාවට අනුගමනය කරන ක්‍රමයකි.

“මම වගාවේ තැන තැන මල් වලා තියෙනවා. ඒ එක කාමි සතුන්ගෙන් වගාවට යම් හොඳ ආකාරයේ බලපෑමක් වෙනවා, මල්වල ගෙඩි, කරල් හටගන්න. ඒ වගේම අපි ගහට, කොළට, වැලට, මලට දක්වන ආදරය හරිම වැදගත්. ඒ වගේම මේ පුංචි වගාවේ ඇතුළේ තියෙන සතුට, සැනසීම හරිම අපූරුයි. ඒක විදින්න නම් පුංචිවට හරි වගාවක් අරඹලාම බලන්න ඕන.”

නිරෝෂිගේ වදන් සමඟින් වගාවේ මෙන් ලැබෙන සතුට බොහෝදුරයි සිතාගත හැකිය. ඒ අපූර්වත්වය විසිනතර පැයේම හෙතට රසඳුනක් කරගන්නට හැක්කේද වගාවට හිතැති ඇයවත් අයටය.



මෙතෙක් කතාව

විදුහල්පතිවරයෙකු වූ සෙනරත් ඇල්ලේපොලගේත්, සේපාලිකා ඇල්ලේපොලගේත් වැඩිමල් දියණිය වන අංජනා සරසවි සිසුවියකි. ඇමතිවරයකු වන බණ්ඩාර තෙන්නකෝන්ගේත්, සෙනෙහෙලනා මැණිකේ තෙන්නකෝන්ගේත් බාල පුතා වූ තේනුක ඇය හා පෙම්වත බැඳෙන්නේ දුටු සියලු තරුණියන් අතරින් ඇ ජල හිත සෙවූ පෙම්වතිය සිටි නිසාය. දේශපාලනය හොරුසසන ඔහු ගෙදරින් ඇත්වී ඔහුගේම විනාශයක් කරගෙන යන්නේ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදයේ සිටි පැමිණියාට පසුවය. සෙනෙහෙලනා මැණිකේ දියණියට හා වැඩිමල් පුතුව වඩා තේනුකට ආදරය කළාය. එත් ඔහුගේ වැඩිමල් සහෝදරයා වූ මේනක බණ්ඩාර නැමැත්තාට ඔහු හා තරගයට ආ අතර මේනක විසින් තෙන්නකෝන් බණ්ඩාර ඇමතිවරයා හිතර රටේ කතාබහට ලක් කරන පුවත් මැව්වේය. සෙනරත් ඇල්ලේපොල හාදැයාබාධයකින් හදිසියේ මියයාමත් සමඟ රැකියාවක් නොකළ සේපාලිකාත්, අංජනා, නංගි සහ මල්ලීත් අසරණ වෙද්දී ඔවුන්ට පිහිටි වූයේද තේනුකය. ඒ වනවිට ඔහු කඩවත පියාගේ නිවසේ පදිංචිව සිටි අතර මේනක, තෙන්නකෝන් බණ්ඩාර ඇමතිවරයා රටවටමින් ඒ නිවසේ ගෙවත්ත එළවලු වගාවට ඉල්ලා සිටියේය. ඔහුට ඊට ඉඩදීමේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙසින් තේනුකට ඒ නිවසේ සිටින්න බැර වූණේය. ඒ අවස්ථාවේ කාටත් රහසින් සෙනෙහෙලනා මැණිකේ ඇගේ ගමේ ඉඩමක් සහෝදරයාට විකුණා ගත් මුදල් තේනුකට නිවසක් මිලදී ගන්නට දුන්නාය. ඔහු නිවසක් මිලට ගත්තද එය අංජනාට සැලකූයේ දිනෙක ඇ පුදුමකරනු සඳහාය. ඒ නිසා ඔහු ඉන්නේ කුලී නිවසක බව කී තේනුක ඒ නිවසේම පහත මහල අංජනාගේ පවුලේ අයට ලබා දුන්නේය. දරුවන් සම්පූර්ණයෙන් මානලේ ඉගෙනීමේ කටයුතු නැවැත්වූ පසු කොළඹ එන්නට සේපාලිකාගේ බලාපොරොත්තුවී විය. මේ අතර තේනුකගේ කේන්ද්‍රයේ සිසුරුවන් බලය වැඩිවීමට සේ ඔහු නොදැන මංගල යෝජනා දෙකක් පැමිණි හිමුණි. එකක් බණ්ඩාර තෙන්නකෝන් ඇමතිවරයාගේ සහෝදර ඇමතිවරයෙකුගේ දියණියකි. අනෙක තේනුකගේ මාමාගේ දියණිය වතුම්ණිය. ඒ කිසිත් නොදැන තේනුක අංජනාව සමත් දේවාලය වන්දනාවන්ට කැඳවා ගියේය. විදේශයක සිටි ලංකාවට පැමිණ සිටි වතුම්ණි දෙමාපියන් සමඟ ඔහු බලන්නට ඒ අතරවාරයේ ඇමති නිල නිවසට පැමිණියාය.

ආද එතැන් සිට

කිව්වා නම් මග බලන්න ඉන්නවනේ... ඒකයි හොකියා ආවේ

කටහඬ ඇසෙද්දීය. වතුම්ණිගේ කටහඬ ඇසෙද්දී තේනුකගේ හිතට දැනෙන්නේ කරදරයකි.

“ඇයි... ඔයා කොහෙද ඉන්නේ...”
 “අපි නුවර ආවා...”
 “අපි කිව්වෙ... කවුරු කවුරුද...?”
 “මමයි අංජනයි...”
 හිතාමතාම ඇයට ඊදවීමේ සිතින් තේනුක කීවේය. ඒ ඇය දවසින් දවස හිතේ ගොඩනගාගන්නා බලාපොරොත්තු බිඳ දමන්නටත් එක්කය.
 “නැන්දම්මා දන්නවද...?”
 “නෑ. ඔන නම් කියන්න. මං කරන වැඩ ඔක්කොම අම්මට කියන්න යන්නෙ නෑ...”

තේනුක කීවේ අංජනා දෙස බලමිනි. ඇය සිටියේ ඇමතුම ඇසෙන තරම් ළඟිනි.

“මම එව්වර නපුරුකම් කරන්නෙ නෑ, ඔයා මට නපුරු වැඩ කළාට. එනෙහිම ඉතින් මං ඊයෙමයි අපේ අම්මටයි, අප්පච්චිටයි ඔයාගෙ ගර්ල ෆ්‍රෙන්ඩ් ගැන කියන්නේ...”

වතුම්ණි සෙමින් කතා කරන්නේ ඒ කිට්ටුවෙන් කවුරුන් හෝ ඇතැයි කියා ඔහුට සැක සිතුවේ.

“දැන් ඔය කොහෙද ඉන්නේ...?”
 ඇය ඉන්නා තැන දැනගැනීමේ සිතුවිල්ලෙන් ඔහු ඇසුවේය.

“මීගොල්ලන්ගෙ ගෙදර නෙවේ... මං ඇද ආවේ වැදගත් වැඩකට කියලා කියද්දත් ඔයා ගල්බිල්ලෙන් වගේ හිටියා ගනන් ගන්නෙ නැතුව...”

“ඉතින් මට දැනගන්න ඕනකමක් තිබ්බෙ නැති නිසයි ඇහුවෙ නැත්තේ.”

ඔහු ඇත්තම කීවේය.
 “ඇයිද, මං පස්සෙ ගන්නම්... ඔයාට මට අද කතා කරන්නම් ඕනි. අපරාද, ඔයා අද කොළඹ ඉන්නම් තිබුණු දවසක්.”

ඇය කලබලයෙන් සේ ඇමතුම තබද්දී ඔහු අංජනා දෙස බැලුවාය.

ඇගේ වෙනසක් නැත. ප්‍රශ්න කිරීමක්ද නැත. දුරකතනය සාක්කුවට දමාගන්නට පෙර ආයෙත් ඇමතුමකි. ඒ කමලය.

“මහත්තයා... මර වැඩේ වෙලා තියෙන්නේ...”
 කමල් කතා කළේ කලබලයෙන් වාගේය. ඒ කතා ස්වරයට ඔහුගෙන් හිත බය වූණේය.

“ඇයි කමල්...?”
 “අර අපේ සාප්පුවට අල්ලලා සැලෙන්න එක දන්නෙ, එද අර මහත්තයාගෙ නෑයෙක් කියලා ආවෙ නොනෑ. නෙතෙක්, එයාගේ. අර දැන් තමයි විවාහ කළේ. බෝකි එක ඇරියා. නම වතු සැලෙන්න ඇන්කි බියට සෙන්නර...”

කමල් කියවාගෙන යද්දී, තේනුකට ඒ මොහොතේම රටින් පිටව යන්නට තරම් ලංකාව එපාවීමේ සිතුවිල්ලක් උපන්නේය.

“තේනුක ඇයියා ගෝන් එක තියන්න නම් එපා...”
 ඇමතුම ගත්තේ අපරාදෙ කියා සිතුවේ

“තේනුක ඇයියා ගෝන් එක තියන්න නම් එපා...”
 ඇමතුම ගත්තේ අපරාදෙ කියා සිතුවේ

ලබන සතියට...

මාතලේ ගමන කල්තියා සැලසුම් කළ එකක් නොවේ. ඒත් උදේ හත වෙද්දී තේනුක තෙන්නකෝන් අංජනා සමඟ මාතලේ ය. වතුම්ණිගේ හමුවෙන් පසු කාරයට ගොඩ වූ තේනුකට එක්වරම සිතුවේ පසුදුටු කොළඹ මගහැර සිටින්නටය. ඒ නිසා ඔහු අංජනාට යෝජනා කළේ පසුදු පාන්දර මාතලේ යමු කියාය. එය ඇසුණා සැකින් ඇ මුහුණේ ඇඳුණු සතුට, ඔහු සිතේ ඇති කළේ දුකකි.

“මං ඔයාට කියන්න හිටියෙ... විනාගෙ ඉවර වුණ ගමන්ම ගෙදර ගිහින් එමු කියලා. ඔයාට එන්න අමාරුනම් මං බස් එකේ යන්නද කියලා අහන්නත් හදලා තිකන් හිටියෙ...”

මොහොතකින් ඇ කීවේ හැඟුම්බරවය.

“ඉතින් ඇයි නොකියා හිතේ තියාගෙන හිටියෙ...? අනික බස් එකේ යන්නෙ ඇයි? මං ගෙදර එක්ක යන්න බෑ කියලා නෑනේ කවදවත්...”

ඔහු කීවේ වාතනයේ වේගය මදක් වැඩි කරමිනි. සමහර විට වතුම්ණි, අංජනා ගැන මාමටත් නැන්දටත් කිව්වහොත් ඔවුන් තම වාතනයේ පසුපසින් විතැයි කියා සැක සිතුවා නිසාය.

“නෑ ඉතින් මං හින්දා වැඩ පාඩුයිනෙ ඔයාට... ඒකයි... මතකනෙ අප්පච්චි නැතිවුණ දවස්වල...”

අංජනා ඇල්ලේපොලගේ වචනවල වූයේ අහිංසක බවකි. ඇය ඔහුගේ වම් අතේ බාහුවෙන් හිස තබා ගත්තාය.

“අප්පච්චි නැතිවුණ දවස්වල මාතලේ ගියා ආවා. මොකුත් වැරද්දක් වුණේ නෑනේ... ඇයි ඔව්වරම ඉක්මනට ගෙදර යන්න ඕන වුණේ...”

“ගොඩක් දවසකින් ගියෙ නෑනේ... අම්මා අතින් උයුරු බත් කටක් කනකල් හිතට හර නෑ. අම්මා, නංගි, මල්ලි ළඟින් හිටියෙ නැති කාලේ හර දිගයි වගේ. කොහොමත් මාතලේ පොළොව පැතුණා නම් හර...”

තේනුක තෙන්නකෝන් හිතුවේ ඔවුන් එන බව අංජනා, වත්සලා ඇල්ලේපොලට කියන්නට ඇත කියාය.

“මං අම්මට කිව්වෙ නෑ අපි එනවා කියලා...”

කාරය එත් විදේසිංහ නෝනාගේ නිවසේ මිදුලෙන් නවතිද්දී ඇය තේනුකට කීවාය.

“මං හිතුවා කියන්න ඇති කියලා.”

“නෑ... උදේම අම්මට පුදුම කරන්න මට හිතුවා...”

ඇය කීවේ දුක දැරියක ලෙසිනි. කොළඹට උදවෙන දවසකට වඩා ගමට විලැඹෙන උදෑසන කෙතරම් සුන්දරදැයි ඔහුට සිතුවේ හමා ආ සීන සුළඟක් මුහුණත් ගෙල මුලත් සිපගනිද්දීය. ඒ සුළඟේ දුච්චි සහ වාතන දුම් සුවඳ වෙනුවට වූයේ මල් සුවඳක් වත් මිහිරිකි. වාතනය නැවතු හඬට ගෙනුළු සිටි වත්සලා ඇල්ලේපොල එළියට ආවේ ඔසර පොට සකසමිනි.

මිදුලේ උන් දෙදෙනා දැක්මෙන් මුලින් ඇගේ මුහුණේ පුදුමයකුත් ඒ හා සමානවම ලස්සන සිනාවකුත් ඇඳුණේය.

“ඇයි මේ කියන්නෙම නැතුව...?”

ඇය ඔවුන් දෙදෙනා අසලට එමින් කීවාය.

“කිව්වා නම් ඒ වෙලේ ඉඳලා මග බලන් ඉන්නවනේ... ඒකයි නොකියා ආවේ...”

අංජනා ඇවිදගොස් ගෙට ගොඩවන පඩියෙන් දෙකකුල් දිගහර ඉඳගත්තාය.

“ඔය මොකද, මේ දරුවන් එක්ක ගෙට යන්න... මං ඉක්මනට උදේට කන්න මොනව හර හදන්නම්...”

වත්සලා අංජනාට කියා ගෙට යන්නට සැරසුණාය.

“අම්මත් මෙතන ඉඳගන්නකෝ... හෙමිහිට උයමු. මාත් ඉන්නවනේ...”

ගෙට යන්නට ගිය වත්සලා ඇල්ලේපොල අතින් ඇද සේ අංජනා ඇ ඉඳපිටි සිමෙන්ති

පඩියෙහි ඉන්දවා ගත්තාය.

“දරුවෝ මගේ ළඟ දැඩිය... ඊටත් ලිපට පිඹල දුම් ගඳ...”

ළඟින් ඉඳගත් වත්සලා ඇල්ලේපොලගේ උරහිසින් හිස තබාගත් අංජනාට ඇය කීවාය.

“ඇයි දුම් පිම්බේ...? ගස් එක...?”

“එක ඉවරවෙලා දවසක් දෙකක්. ගෙන්න ගන්න විදහක් තිබ්බෙ නෑ පුතේ...”

“සල්ලි නැතුවද?”

අංජනා සෙමින් ඇසුවේ තේනුකට නොඇසෙන්නට ඔහු දෙස බලමිනි.

ඔහු සිටියේ කාරයට හේත්තු වී ඔවුන් දෙදෙනා දෙස බලාගෙනයි.

“අර දරුවා පව් පුතේ... ගෙට එක්කාන ඇවිත් මහත්තී අරන්න කියන්න. අර ළඟ ගෙදරක උදේට ආප්ප හදනවා හර රහයි. මං මල්ලි යවලා ගෙන්නන්නම්...”

වත්සලා ඇල්ලේපොල තේනුකට ගෙනුළු කතා කරමින්ම ගේ ඇතුළට ගියාය.

“හිතට පුදුම නිදහසක් දැනෙන්නෙ මේ වගේ පැත්තක ඉන්න තියෙන්නම්. සල්ලි තියෙනවනම් මෙහෙම පැති තමා පිටවෙන්න නොදම...”

“හිමි... මාත් ආස කොළඹට වඩා මේ පැත්තට. ඒත් ඉතින් අපි කොළඹ යන්න එපැයි...”

අංජනාද ගොස් කාරයට හේත්තු වී හිටගත්තාය. ඒ සැකින් ඔහුගේ දුරකතනය නාද වූණේය. එය නාදුනන අංකයකි. තවමත් දුරකතන සාප්පුවේ අංකය ප්‍රදර්ශනය වන නිසා ඊට ඇමතුම් විය.

“තේනුක ඇයියා ගෝන් එක තියන්න නම් එපා...”
 ඇමතුම ගත්තේ අපරාදෙ කියා සිතුවේ

“තේනුක ඇයියා ගෝන් එක තියන්න නම් එපා...”
 ඇමතුම ගත්තේ අපරාදෙ කියා සිතුවේ

“මම එව්වර නපුරුකම් කරන්නෙ නෑ, ඔයා මට නපුරු වැඩ කළාට. එනෙහිම ඉතින් මං ඊයෙමයි අපේ අම්මටයි, අප්පච්චිටයි ඔයාගෙ ගර්ල ෆ්‍රෙන්ඩ් ගැන කියන්නේ...”

(අ)නිමි

නුඹ,
වියළි කුරුපතක්...
අවාරයේ හමා ආ බොල් සුළඟක්
අනවසරයෙන් මගෙන් උදුරා
මා පාමුලම
මහපොළොවට පතිත කළ...
ඒත් එක ගිම්හාන සාකුචක
එකඳු කොළයක් නොගැවසුණු
මගේ හිස් කඳ මත
ප්‍රාණයක් තිබුණු බව හඟවා
සෙනෙහසින් ලැඟුම් ගත්තිය, ඔබ...
මා අනුපතර විනිදුවා
අලුත් දළ මල් පුබුදුවන කල
මටත් නොදැනීම මා කෙරෙන්
ගිලිහී ගිය
වියළි කුරුපතක්මයි... නුඹ

● වි.කේ.සමාධි සන්දීපති වන්දුසේකර
පළමු වසර
කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය

කවි යාය

ඔබේ කවි නිර්මාණ පහත ලිපිනයට එවන්න.

"කවි යාය"
'ධරණී' කරතෘ මණ්ඩලය,
අංක 91,
විජේරාම මාවත,
කොළඹ 07
හැකිනම්

dharanee.editor@liberty.lk
ලිපිනයට ඊමේල් කරන්න
සංස්කරණය - මනෝරා ප්‍රේමතිලක

අද ජීවිතය

රළ පෙළ පෙම් කොට
වෙරළට ඇවිදිත්
අහුරු අහුරු වැලි
පා කර හරිමින්
නොගිලුණු වෙරළක්
යළි යළි මවමින්
මතකය දිය කර
හිනැහෙයි සතුටින්

● සංදීපති සඳලිකා
පරකඩුව



මහ බඩුන් අවදි වී

දැහැනින් මිදුණු මහ බඩුන්ද අවදි වෙලා
සිතුවල මේක මම මැවි ලෝකයද කියා
සියක් වසරකුත් මට නොදැනීම ගියා
සිතමින් අහසෙ සිට බැලුව එ පොළොව දිහා

ඉන්දිය සාගරය වටකොට ඇති රටය
සිව් බුදුවරුන්ගේ සිරිපා තිබූ තැන
පුද සත්කාර අතිනුත් ලොව සුපතලය
දැනිලි මහ බඩුන් මේ රට සිරිලකය

පෙරද වැට කඩුලු තිබුණේ නැති පොළොවේ
දැන්නම් ඉතිවැටට නඩුහඬ තියෙනවනේ
ලාබේට කොටස් විකිණෙන හැටි මේ දෙරණේ
දැකලා මහ බඩුට තරු එක දෙක පෙනුණේ

ගුත්තිල, දිසාපාමොක් පරපුරේ අය
තවමත් ඇතියි උන් නැහැ කානටත් ණය
අයිතින් වරදන ඉල්ලන උන්ගෙ මන
දුටුවට කඩා වැටුණලු මහබඩුගෙ ලය

වෙදකම අගෙයි බුදුදස් නිරිදුන්ට කුති
පුදනා වෙදුන් තවමත් මේ රටේ ඇති
රතු කුරුසයට පිටදී ඇති වැනල් පොදි
දැකලා මහ බඩුන් ඇඬුවලු මුනින් වැටී

පැරකුම් රජුගෙ සෙවනැල්ලක් වැටුණු තැන
තවමත් ඇතියෙන සරු සාරට අස් වැන්න
දැකලා පුරන් වි ගිය බිම් හතර කොණ
හිටියලු මහබඩුන් හිස අතහසා ගෙන

මුනි බණ දෙසන්නට සිරිලක වඩින විට
තෙවරක් සාදනද ඇහුනලු විමානට
ගතපව්වාටනින් වඩිනා විහාරට
මුනිවරු නොදුටුවෙලු මහබඩු නම නෙතට

මේ මහ හද කල්පය නිමවෙන්න පෙර
මා මැවි මේ බිමට මුනිදුනි වඩිනු මැන
පැතුමන් පතා සිව්මහ දෙවි පෙරටු කර
මහබඩු තදින් වැසුවලු නම විමන් දෙර

● දමයන්ති අත්තනායක

විසි වසරක පියසටහන්

විසි වසරකට පෙර සුන්දර දිනකි එද
මල් මත දඟ කළා බබරුන් සුළඟ බද
ඔබ මා බලන්නට පැමිණුනු ඒ පෙරද
නොමැකී සිතෙහි තැන්පත් වී තිබේ සද

කැරලි කොණ්ඩෙ සමඟින් වූ නළු පෙනුම
පා කර හැරිය හි සර වන් නොකු කැල්ම
සොදුරු සිනාවෙන් පිරි ඔබගේ බැල්ම
මා වසඟයට ගත් බව නොකියා බැරීම

විසි වසරක්ම දිවි මාවත එකට වෙලා
ආවෙමි බොහෝ දුර ඔබගේ අත අල්ලා
කාලය ඉතිල ගොස් අප වියපත් කරලා
එනමුදු බැදුණු සෙනෙහස නම් නැත බිඳිලා

ආපසු හැරී බැලූ විට විසි වසර පුරා
මම ඔබෙ සෙවනැල්ල බව වැටහේ සපුරා
අතීත ආදර සැමරුම් අතර සරා
ඔබ හා පියනගම් මේ මුළු භවය පුරා

● එම්.කේ. ගිවෙත් (යනිකා) තන්දුසේකර
ජාතික විගණන කාර්යාලය
බත්තරමුල්ල

උණඬ

පපු කැවීති අවුලන්
ඇතුළටම පලයං
යකඩ මුනිස්සම්
උඹ රුදුරු අවියක්

● එම්.ඒ.අයි.යූ.මාරසිංහ
කුලියාපිටිය

ජන අරගලය

පරවියන් සුදු අහසෙ ඉගිලී අපට
සාමය ළඟා වූවා සිංහ
ධජයන් ඉහළ ඔසවා වීර
විකුමන් ලෙසට පැවා කළු
වළාවන් දෙපස විනිදී හිරු
කිරිණ මිනි මතම සිමිබා අපට
අපි ලෙස අත්වාරු බැඳ අරගලය
අප සැවොම දින්නා

මාස ගණනක් වෙහෙස විලා අපේ
ශක්තිය ලොවට කීවා ජාති
ආගම් හේද දුරලා අපේ
සමගිය රටම දින්නා සැම
එකා මෙන් අත්වැලක් ලෙස ඉන්නවා
යැයි නැවත පෙන්වා හෙට
දවසෙ වීරයන් අද ඇත අරගලය
අප සැමට කීවා...

සියලු සම්පත්වලින් පිරිපුන් ලංකා
භූමිය නුඹයි අම්මා හුස්ම
පොද දී තම දරුවො ලෙස ඇයයි
රැකගන්නේම සැමද අපේ
යුතුකම ඇයව රැකුමයි පණ
පුද දිවි දෙවෙනි කරවා අරගලය
විය අම්මා රැකුමට ජාතියේ
පණ නුඹම හින්ද

හිත රිදුම් දී හඬනවා ඇත සිංහ
ලේ කකියනා හින්ද නන් දෙසින්
ආවේ කොළඹ වෙත දෙපස
රිදුණත් ගමන යොදවා උගුරේ
ලේ රස දැනෙණාම තෙක් හඬ
නගා අපේ දිනුම් ඉල්ලා අරගලය
අපෙ ජන බලය වේ සිහි
නාදයෙ බලය පෙන්වා

● ලොවහි අමරසූරිය

නුඹ මට

සසර දිගු දුර වාරිකාවක විතැන්
වූ කල නිමේසයකට සියොළඟින්
හිඳ ගිමත් හරිනට පවස
නිවනා පැන් බිඳක්

රකිම් නුඹ මට මහමෙරක්... සිතැගි
පටලා දුර ගෙවන්නට සසරඉම
තෙක් ඇවිද යන්නට පැතු
පැතුමක් පොදි බැඳන් මම හිඳිම්
මතකයෙ තව තවත්

හිත දුර නොව සදකල්... ● දිවකංජන
සෙනෙවිරත්න නාවලපිටිය

තාත්තා

නුඹ මහා ගසකි හුස්ම
පොද මට ලබාදුන් නුඹ මහා
ගසෙකි මල්, පල අහර
ලබාදුන් නුඹ මහා
ගසෙකි සිසිල, සෙවණ
ලබාදුන් නුඹ මහා
ගසෙකි වණ්ඩ මාරුතයක්
සේ දරුණු නුඹ මහා
ගසෙකි මත්පැන් පොදින්
ඉදිරි වැටුණු

● වින්තා විජේතුංග
කටුවැල්ලේගම

නව බැංකු ඇබැඳු

★ අලුතින් විවෘත වූ බැංකු ශාඛා කිහිපයක තනතුරු සඳහා ප්‍රාදේශීයව අයදුම්පත් කැඳවේ.

★ අවම සුදුසුකම් 0/L වේ.

★ වැටුප් සමඟ පුහුණුව.

★ රැකියාව තම ප්‍රදේශයටම. (මෑන් පවර් නොවේ)

35,000/-
18/40 ගැ/පි

0712 564 715	0742 916 140
0702 725 731	0718 853 997
0774 024 155	0702 231 694

JOIN SOON WITH US....

නිවසේ සිටින ඔබටත් 40000.00 ඉක්මවා ආදායමක්

ලියාපදිංචිය හා පුහුණුව නොමිලේ

071 241 97 31

උගස් රත්තරං

සිත්ත විමට යන රං භාණ්ඩ අප ආයතනය විසින් ඔබ උගස් කළ ආයතනයට පැමිණ බේරා දී පොරොන්දු වූ මිලටම මිලදී ගනු ලැබේ.

දිවයින පුරා සේවාව, බොරු වලට නොරැවටෙන්න.

පවුම - 180,000/-

070 155 22 60

ඔබගේ පැරණි මුදල් ගොවිටු වලට ඉහල මිලක් අපෙන් පමණයි

ලංකාවේ පැරණි සල්ලි කොළ, රිදී බඩු, රිදී හවඬි, රිදී ට්‍රේ, කප්, හැඳි වර්ග, අර්පෙන්නු සිල්වර්, කැඩුනු තබක්ක මාත්තු රත්තරං, පැරණි සුර කොණ්ඩ කටු කටු කැරලි, ඉහල මිලට නිවසටම පැමිණා මිලදී ගනු ලැබේ.

077 587 31 37

හිතේ හයිසෙන් ජීවිතය දිනන්න කැමති කොයිකාටත් අතහිත දෙන්න 'ධරණි' හැමදමත් කැමතියි. හිතරුණේ ගෙවලා යන කාලය තමන්ගේම කියලා ස්වයං රැකියාවක් වෙනුවෙන් යොදවන්න කැමති කාන්තාවන්ට හොඳ ඉල්ලුමක් තියෙන විවිධ දෑ පියවරෙන් පියවර ගෙදරදීම හදගන්න හැටි කියලා දෙන්න අපි හිතුවේ ඒකයි. කඩදැසි, මැටි, රෙදි, විවිධ ආහාර, සබන් ඇතුළු විවිධ දේ නිර්මාණය කරන විදිය ගැන සහ ඒවා වෙළඳපොළ වෙත යොමු කරන ආකාරය ගැන මේ ලිපි මාලාව හරහා ඔබව දැනුවත් කරනවා.



සබ්ත්‍රි බෙහෙරා ඉන්දියාවේ ගාදි ප්‍රදේශයේ මුඩුක්කුවක ඉපදුණු කාන්තාවක්. ඇගේ රැකියාව වුණේ පාරේ කඩල විකුණන එක. ඔහොම ඉන්දුදේදි සබ්ත්‍රිට බිස්නස් එකක් පටන්ගන්න කියලා සල්ලිකාර නෝනා කෙනෙක්ගෙන් පුංචි මුදලක් ලැබුණා. සබ්ත්‍රි ඒ සල්ලිවලින් හඳුන්කුරු හදන්න පටන්ගත්තා. ඇය පන්සල්වල විසි කරන මල් එකතු කරලා වේලලා ඒවත් හඳුන්කුරුවලට එකතු කරලා පුංචි වෙනසක් එහෙමත් කළාලු. ඒ අවුරුදු දහයකට විතර කලින්. අද වෙනකොට සබ්ත්‍රි ඉන්දියාවේ ප්‍රසිද්ධ හඳුන්කුරු ව්‍යාපාරිකාවක්. දැන් ඇය යටතේ විශාල පිරිසක් සේවය කරනවා. හඳුන්කුරු බිස්නස් එක පොහොසත් පටන් අරන් දියුණු වෙච්චි ප්‍රසිද්ධ ව්‍යාපාරිකයෝ ඉන්දියාවේ විතරක් නෙමේ ලංකාවෙන් ඉන්නවා.

දෙවියොන් ළඟට ගෙනහගන්න පුළුවන් බිස්නස් එකක්

හඳුන්කුරු කියන්නේ අතීතයේ ඉඳලම ආගමික වාරිත වාරිත සමඟ බද්ධ දෙයක්. පැරණි ඊජිප්තු සොහොන් කිහිපයකින්මත් හඳුන්කුරු කොටස් සොයාගෙන තියෙනවලු

හඳුන්කුරු කියන්නේ අතීතයේ ඉඳලම ආගමික වාරිත වාරිත සමඟ බද්ධ දෙයක්. පැරණි ඊජිප්තු සොහොන් කිහිපයකින්මත් හඳුන්කුරු කොටස් සොයාගෙන තියෙනවලු. රජෙක් මැරුණොම ඔහු අසළ සුවඳ හඳුන්කුරු දැල්ලුවහම දෙවියන් ඔහු අසළට එන බවලු ඔවුන්ගේ විශ්වාස වුණේ. හඳුන්කුරු ගැන ලිඛිත සාක්ෂි හම්බවෙන්නේ ඉන්දියාවෙන්. සෘග්වේද සහ අට්ඨවේද ග්‍රන්ථවල මේ සුවඳකුරු ගැන පැහැදිලි කිරීම් ඇතුළත් වෙනවා.



හඳුන්කුරු බොහෝ ආගමික වතාවත්වලත් අතිවාරියය අංගයක්. පන්සලකට ගියාම වුණත් දසනේ හමන හඳුන්කුරු සුවඳ හින්වල පහන් සිතිවිල්ලක් ඇති කරනවනේ නේද? පන්සල්වල විතරක් නෙමේ ගෙදරදෙර සුවඳ කරන්න හවස්සාමෙට හඳුන්කුරුක් දෙකක් පත්තු කරන ආච්චිලා, අම්මලත් ඕන හැටියේ ඉන්නවා. කෘමි විකර්ෂකයක් විදියටත් සමහරු හඳුන්කුරු දල්වනවා.



මේ නිසා හඳුන්කුරු කියන්නේ හොඳ ඉල්ලුමක් තියෙන දෙයක්. හැබැයි හඳුන්කුරු ඉල්ලුමේ හැටියට දේශීය සැපයුම මදිලු. ඒ නිසා අපි භාවිත කරන හඳුන්කුරු 80%ක්ම ආනයනය කරන්නේ ඉන්දියාවෙන් හැත්තම් ඒනෙත්.

ඉතින් ඒ සල්ලි පිටට හොඳි අපිටම උපයාගන්න තියෙන තවත් විදියක් තමයි මේ වගේ ව්‍යාපාර සුළුවෙන් හරි ආරම්භ කරන එක. අනික මේක ආධාධිත කෙනෙක්ට වුණත් පහසුවෙන් කරන්න පුළුවන් වැඩක්නේ.

හඳුන්කුරු නිෂ්පාදනයේ ප්‍රධානම අමුද්‍රව්‍ය කළු කුඩු. මේවා වෙළඳපොළෙන් ගන්න පුළුවන්.

හැත්තම් පොල්කටු අඟුරු කුඩු කරලා කළු කුඩු විදිනට භාවිතා කරන්නත් පුළුවන්. ඒ වගේම පට්ටා කුඩු (ගම් වර්ගයකි), සුවඳ විහිදුවීම සඳහා B B තෙල්, සුවඳ රඳවාගැනීමට මස්ක් අම්බට්, සුවඳ වර්ග (ඕනෑම වර්ගයක සුවඳ මිලදී ගත හැක), සුවඳ සීල් කිරීමට හයිස් කුඩු, උණ පතුරු කුරු, හොඳින් වේලා හලාගත් ලී කුඩු මේ සඳහා අවශ්‍යයි.

මේ හැමදෙයක්ම පිටකොටුවේ නඩාර් රෝඩ්, ගෘස් පහ, දෙව් රෝඩ් කියන පාරවල්වල තියෙන හඳුන්කුරු බඩු කඩවලින් බොහොම අඩු මුදලට මිලදීගන්න පුළුවන්.

පියවර 1

කළු කුඩු කොටස් තුනකට ලී කුඩු කොටස් එකක් සහ පට්ටා කුඩු කොටස් එකක් එකතු කරලා වතුර ස්වල්පයක් දලා අතේ ඇලෙන ප්‍රමණයට ගලියක් හදගන්න. දැන් මිශ්‍රණය කුඩා කොටස්වලට වෙන් කරන්න.

පියවර 2

උණ කුර අරගෙන අඟල් 1 1/2 ක් වෙන්හ අතඇරලා ඉතුරු කොටසේ අර හදගත්තු මිශ්‍රණය ලෑල්ලක් උඩ තියලා කුර මැද ඉඳලා දෙපැත්තට එතෙත විදිනට රෝල් කරන්න.

පියවර 3

උණ කුරට මිශ්‍රණය හොඳින් ඇලුණාට පස්සේ අවිවේ තියලා වේලගන්න.

පියවර 4

කැමති සුවඳ වර්ගයක් ස්ප්‍රේ බෝතලේකට දලා හොඳට විසලාගත්තු හඳුන්කුරුවලට ස්ප්‍රේ කරන්න. ඊටපස්සේ මේ හඳුන්කුරු පෙට්ටිවලට හැත්තම් පොලිතින්වල අසුරලා වෙළඳපොළට නිකුත් කරන්න පුළුවන්. ඒ දේවලත් පිටකොටුවෙන් අඩු මුදලට මිලදීගන්න පුළුවන්.

හඳුන්කුරු 10ක් අඩංගු පැකට්ටුවක් රුපියල් 60කට අලෙවි කරන්න පුළුවන්. ඒ වගේම හඳුන්කුරු තොග වශයෙන් මිලදී ගන්න ව්‍යාපාරිකයොත් ඉන්නවා. හඳුන්කුරු නිෂ්පාදනය ගැන තවත් විස්තර දැනගන්න 0714766819ට කතා කරන්න.



සීතා පොන්නම්පෙරේ
ස්වයං රැකියා පාඨමාලා උපදේශකා

සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි



දත් කුහර, විදුරුමස් ප්‍රශ්න, මැලියම්, කට දුගඳ හා දත් අවප්‍රාප්තය දුරුමට ඔහු රැකක ගුණ කැටිකළ ඉරිමේදුදී තෙලය සහිත



පහසුකම
මුඛ රෝගවලට!

හඳුන්වාදෙන
විශේෂ මිල
රු.90/-
කිලෝ

