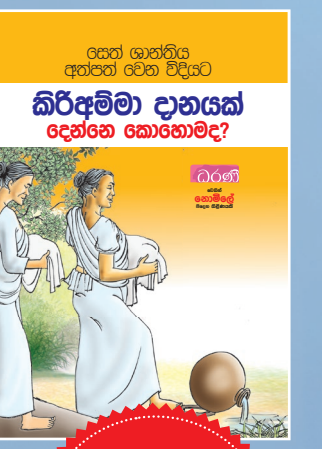
ශ්‍රී ලංකාවේ අංක එකේ කාන්තා පුවත්පත

ධරණී

සතුටින් ජීවිතය දරන්නී

2023 ජනවාරි 18 වන බදාදා
3 කාණ්ඩය 07 කලාපය
මිල රු. 80 යි



විශේෂ අතිරේකයක් නොමිලේ

ප්‍රී ෂූට්වල නෝනගේ ගවුම උස්සලා බලන පුතාලා මේ ටිකත් බලන්න

මහාචාර්ය අත්තනායක එම් හේරත්

බර්ගර් එකක් කන්නම හිතුණු දවසකත් ඒකෙ සුවඳ බල බලා බෝංචි කරල් දෙකක් කෑවා

මේ වැඩේ හරියට කළොත් ඕන රෙද්දක් ඔට්ටුයි

කාගෙත් හිත් ගත් උඩැක්කියක් වෙන්නෙ කොහොමද?

ඡායාරූප- සමන් අබේසිරිවර්ධන
හැඩගැන්වීම- ධනුෂ්ක රණවීර
Salon La mode - කිරිබත්ගොඩ

දිනුෂා පෙරේරා
ජනාධිපති සම්මානලාභී
ජාතික කරාතේ ශූරිය

නෙළුම් පොහොට්ටුවලින් මැවෙන මනාලියගේ සුන්දරත්වය

සම්ප්‍රදායික මනාලියක් ලෙසින් හැඩවෙන්න බලාපොරොත්තු වෙන යුවතියන් වෙනුවෙන් අද්‍යත් අපි ඉදිරිපත් කරන්නේ තවත් සම්ප්‍රදායික මනාලියක්. ඇයව හැඩගන්වා තිබෙන්නේ දෙහිවල සැලෝන් කේෂා යුර් හි රූපලාවණ්‍ය ශිල්පිනී කේෂලා දිසානායක විසින්.

“මේ මනාලියගේ සාරියේ වර්ණයට ගැලපෙන ආකාරයට පර්ල් කලර් මුතුවලින් සාරිය ඩිසයින් කරලා තිබෙනවා. මනාලියගේ හැඩ මතුවෙලා පේන්න තමයි එවැනි ඩිසයින් එකක් යොදාගෙන තියෙන්නේ. ඒ වගේම මේ මනාලියට සම්ප්‍රදායික මාල 7 පළඳලා තියෙනවා.

Air Brush මේකප් එක තමයි ඇයට භාවිතා කරලා තියෙන්නේ. Eye මේකප්, Lip මේකප් එක පින්ක් කලර් එක යොදාගෙන තමයි කරලා තියෙන්නේ.

මල් කළඹ සඳහා භාවිතා කරලා තියෙන්නේ නෙළුම් පොහොට්ටු. සාම්ප්‍රදායික මනාලියකගේ පෙනුම ඉස්මතු කරන්න තැල්ල හිස පළඳලා තියෙනවා. හිස පළඳනාවට අලුත් පෙනුමක් එකතු කරන්න ඒ සඳහාත් කුඩා නෙළුම් පොහොට්ටු භාවිතා කර තිබෙනවා.”

ඉතින් තමන්ගේ මංගල උත්සවයද සම්ප්‍රදායික මනාලියක් ලෙසින් හැඩවෙන්න බලාගෙන ඉන්න යුවතියන්ට මේ මනාලියගේ විලාසිතාවලිනුත් කිසියම් අදහසක් ලබාගන්න හැකිවේවි.

හැඩගැන්වීම - කේෂලා දිසානායක සැලෝන් කේෂා යුර්
සම්බන්ධීකරණය- ක්‍රිෂාන්ත පුෂ්පකුමාර

ධරණී

ලිබර්ටි පබ්ලිෂර්ස් ප්‍රයිවට් ලිමිටඩ්

අංක 91,
විජේරාම මාවත,
කොළඹ 07.
දුරකථන
0115 200 900
බෙදහැරීමේ අංශය
0112 127204
දැන්වීම් අංශය
0112672801
0112672603
ෆැක්ස්
0112 673 451

ධරණී

පුවත් පත නිවසටම ගෙන්වාගන්න අමතන්න
076 1367 623

රත්තරං අම්මේ, මේ ලිපිය කියවන්න ලැබුණොත් ආපහු ගෙදර එන්න

නිශාන් මධුරංග

දැන් නංගිට කවන්නේ පොවන්නේ එයාගේ කැත කුණු අතගාන්නේ සේරම කරන්නේ මම. නංගිව තනියම දාලා කුලී වැඩකටවත් යන්න අමාරුයි

බිත්තියක ඔලුව හේත්තු කරගත්තු පුංචි කෙල්ලක් අවුරුදු දෙකක විතර පුංචි දරුවෙක්ට ඔක්සිජන් ආවරණයක් අල්ලගෙන ඉන්න පින්තූරයක් මීට අවුරුදු කීපෙකට කලින් ලෝකෙම කතාබහට ලක්වුණා. ඒ පින්තූරය අරගෙන තිබුණේ 2018 සිරියාවේ ඩූමා නගරෙට රසායනික ප්‍රහාරයක් එල්ලවුණු වෙලාවේ. ප්‍රහාරයෙන් මිනිස්සු සිය ගාණක් මැරුණා. පින්තූරේ හිටපු අවුරුදු හතක පුංචි දුවට විස දුමෙන් බේරෙන්න ලැබුණේ එක ඔක්සිජන් ආවරණයයි. ඇගේ ජීවිතේ ආසාව අතඇරලා ඇය ඒ ආවරණය සහෝදරයාට පැළඳුවා. ඡායාරූපය ගන්නකොටත් ඈ හිටියේ මියගිහින්ලු.

සහෝදරකම කියන්නේ වචනවලින් පැහැදිලි කරන්න බැරි ලේ නහරවලට කිඳුබැහැපු බැඳීමක්. වතුරවලට වඩා ලේ ඝනකමයි කියන්නේ ඒකයි. ඉතින් සහෝදරයා වෙනුවෙන් ජීවිතේ අතඅරින්න ඈ දෙවරක් නොහිතන්න ඇති.

අම්මලා නැති ගොඩක් ගෙවල්වල පුංචි උන්ට අම්මා අප්පලා වෙන්නේ ඒ ගෙදර වැඩිමහල් දරුවෝ. දෙතනට කිරි නොවිරුණත් පුංචි උන් වෙනුවෙන් උන්ගේ හිත්වලට කිරි විරෙනවා. ඒ නිසාම බාල සහෝදර සහෝදරියෝ වෙනුවෙන් තමන්ගේ සතුට, ජීවිතය කැපකරපු සහෝදර සෙනෙහසේ තරම ලෝකෙට කියාපාන ඔවැනි කතා අනන්තයි.

මෙතැන් ඉඳලා මේ කියවන්න යන්නෙ තවත් එහෙම කතාවක්. මේ ආබාධිත නංගි වෙනුවෙන් හිතට කිරි විරුණු බෝසත් අයියා කෙනෙක් ගැන කතාවක්. හලාවත කුමාරකට්ටුවේ ජීවත්වෙන නිශාන් මධුරංගට අවුරුදු 22යි. ඔහු ඒ වයසේ කොල්ලෙක්ට නොසෑහෙන තරමට නංගි වෙනුවෙන් ජීවිතේ එක්ක ඔට්ටුවෙන තරුණයෙක්.

"නංගිගේ නම සෞම්‍යා නිශාදි. එයාට 19යි. නංගි හම්බෙලා මාස තුනෙන් තාත්තා නැතිවෙලා. ඉපදිලා මාස තුනක් යනකල් නංගිට කිසි අසනීපයක් තිබිලා නැහැ. ටික ටික ලොකු වෙද්දි තමයි එයාට ස්නායු ප්‍රශ්නයක් තියෙනවා කියලා දැනගෙන තියෙන්නේ. නංගිට කතා කරන්න බැහැ. ඇවිදින්න බැහැ. අතපය වකුටුයි.

නංගිගේ අසනීපේ නිසා අම්මට එයාව දලා රස්සාවකට යන්න බැරිවුණා. ඉතින් අම්මගේ ඥාතීන්ගේ උදව්වලින් තමයි අම්මා අපිව උස්මහත් කළේ. ඉස්කෝලේ යන කාලේ මම ඉගෙනගන්න දක්ෂයි. ඒත් හරි ආදායම් මාර්ගයක් නැති නිසා අපි නොසෑහෙන්න දුක් වින්ද. බලාගෙන ඉන්න බැරි තැන දහය වසරෙන් මම ඉස්කෝලේ යන එක නැවැත්තුවා."

නිශාන් අවුරුදු පහළොවෙන් වඩු වැඩට ගිහින්. අතපයවත් හරියට හයිය නැති ඒ කාලේ නිශාන් වැඩ කළේ හිතේ හයියටලු.

"ඊටපස්සේ හෝටලේක වැඩ කළා. ගත්තු පඩියෙන් නංගිටයි අම්මටයි හොඳට සැලකුවා. කාලෙකට පස්සේ ඒ ජොබ් එක නැතිවුණා. කාලෙක ඉඳලා කරන්නේ මේසන් වැඩ. අව්වේ බර වැඩ කරන එක ලේසි නෑ. ඒත් එහෙමයි කියලා මම නංගිට කිසි අඩුවක් කළෙත් නැහැ."

කොරෝනා කාලෙදියි, ගිය අවුරුද්ද මැද සිමෙන්ති හිඟවුණ කාලෙදියි මේ ගෙදර තත්ත්වය ටිකක් නරක අතට හැරුණලු.

"මාස ගාණක් මට වැඩ ලැබුණේ නෑ. ඒ මදිවට නංගිට ලැබුණු ආබාධිත දීමනාවත් ආණ්ඩුවෙන් නතර කළා. අපි පුදුම විදියට අසරණ වුණා. සල්ලි නැති එක ගැන අම්මා නිතරම කල්පනා කළා. දවසක් සල්ලි හොයාගෙන එන්නම් කියලා අම්මා ගෙදරින් ගියා. හැබැයි ආයේ ආවේ නැහැ. අම්මාව හොයාගන්න මම නොගිය තැනක් නෑ. දැනට අම්මා ගිහින් මාස පහක් වෙනවා."

අම්මා ගියාට පස්සේ නිශාන් වැටුණේ කබලෙන් ලිපට.

"දැන් නංගිට කවන්නේ පොවන්නේ එයාගේ කැත කුණු අතගාන්නේ සේරම කරන්නේ මම. නංගිව තනියම දලා කුලී වැඩකටවත් යන්න අමාරුයි. ඒ නිසා ටික දවසකට පුංචිලාගේ ගෙදර නතර වුණා. එයාලත් සෑහෙන උදව් කරනවා. ඒත් අපිට හැමදම මෙහේ ඉන්නත් බැහැනේ."

"නංගිව අනාථ නිවාසෙකට ගිහින් දාන්න" සමහර නෑයෝ නිශාන්ට එහෙමත් කිව්වලු.

"අනාථ නිවාසවලට බාරදෙන්න මගේ නංගි අනාථයෙක් නෙමෙයිනේ. නංගිට මම ඉන්නවා. එයාව ඒ වගේ තැනකට බාරදෙන්න මගේ අදහසක් නැහැ."

සෞම්‍යා ගැන කතා කරද්දි නිශාන්ගේ ඇස්වලින් වැටුණේ නැතිබැරි අසරණකමේ කඳුළු නෙමෙයි, නංගි ගැන උපන්න සෙනෙහසේ කඳුළු.

"පුංචි කාලේ නංගිට හරියට බෙහෙතක් වැටිලා නැතිලු. එහෙම වුණානම් මීට වඩා හොඳ තත්ත්වයකට ගන්න තිබ්බලු. හැබැයි එයාට අපි කියන හැමදේම තේරෙනවා. එයාගේම සංඥා භාෂාවකින් අපිත් එක්ක කතාත් කරනවා. ලස්සන තැන්වල ඇවිදින්න, ලස්සන ඇඳුම් අඳින්න එහෙම නංගි හරි ආසයි. වෙලාවකට අපි දෙන්න එකතුවෙලා ටික්ටොක් එහෙමත් කරනවා. නංගි කැමති හැමදේම කරන්න මම එයාට උදව් කරනවා."

ආබාධිත උදව්යත් අපි වගේම සාමාන්‍ය මිනිස්සු. ඒ අයටත් සිහින, ආශාවන් තියෙනවා. ඇමරිකාවේ ගිලියන් මාර්කාඩෝ කියලා නිරූපිකාවක් ඉන්නවා. ඇයත් සෞම්‍යා වගේම ස්නායු ආබාධයක් එක්ක ඉපදුණු තරුණියක්. ඇයටත් ඇවිදින්න බැහැ. ගිලියන්ගේ එකම ආශාව වුණේ නිරූපිකාවක් වෙන එක. ඉතින් ඇයගේ සහෝදරියෝ දෙන්නා ඇගේ සිහිනය දිගේ යන්න ඇයට උදව් කළා. දැන් ඇය ලෝකේ ප්‍රකට නිරූපිකාවක්. නංගි කැමති හැමදේම කරනවා කිව්වහම මට මතක් වුණේ ගිලියන්ගේ කතාව.

"නිශාන්ට ගෑනු ළමයෙක් එහෙම නැද්ද?" මම එහෙම ඇහුවේ මේ ගෙවෙන්නේ ඔහුගේ ජීවිතේ නාඹරම කාලේ නිසයි.

"නංගි ගැන දැනගත්තහම සමහරු මාව බ්ලොක් කළා. කවදහරි කසාද බැන්දෙත් ඒ කෙනාටත් නංගිව බරක් වෙයි. ඒ නිසා එහෙම දේවල් ගැන මම හිතන්නේ නැහැ. දැන් මගේ ජීවිතේ එකම බලාපොරොත්තුව මගේ නංගිව සතුටින් තියෙන එක විතරයි. ඒ වෙනුවෙන් මම ඕනම දෙයක් කරනවා."

කෙනෙක් වෙනුවෙන් ජීවිතේ කැපකරන්න මැරෙන්නම ඕනේ නැහැ. ඉතින් ඔක්සිජන් ආවරණය සහෝදරයට පැළඳුව පුංචි දැරිවියයි, නංගි වෙනුවෙන් ජීවත්වෙන මේ තරුණයයි අතර ලොකු වෙනසක් නැහැ කියලයි මට හිතුණේ.

සෞම්‍යාගේ මාසික වියදම්වලට රුපියල් පහළොස් දහසක මුදලක් වැයවෙනවා කියලත් කතාව අතරෙදි ඔහු කිව්වා. හැබැයි ඔහු ඉල්ලුවේ සල්ලි නෙමෙයි.

"අම්මේ... අම්මාට මේ ලිපිය කියවන්න ලැබුණොත් ආයෙත් ගෙදර එන්න. අම්මා එනකල් නංගි මග බලාගෙන ඉන්නවා. ඒ වගේම මට ස්ථිර රස්සාවක් හොයාගන්න උදව්වක් කරන්න කෙනෙක් ඉන්නවා නම් ලොකු දෙයක්."

මේ තරුණ හිත්වලට ශක්තියක් දෙන්න කැමති නම් 071 630 1082 අංකයෙන් නිශාන්ව සම්බන්ධ කරගන්න පුළුවන්.

ඉතින් මේ කතාබහ අවසානෙදි මට හිතුණේ එකම දෙයයි.

"අම්මා නැති මට කිරිඅම්මා වී...
කරුවල ගෙදරට මිනි පහනක් වී...
දැනගත්ද සිට පෙරුම් පිරූයේ...
'අයියේ' මම මතු සක්විති වෙයි සිතලාදෝ..."

ඒ... නිශාන්ගේ නංගි සෞම්‍යට කතා කරන්න පුළුවන් නම් එහෙම කියනවා නොඅනුමානයි කියන එකයි.

■ සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

රජගෙදරදී සිදුවූ කෙනෙහෙලිකම් ගැන කියන්න

හැරී කුමරු පොතක් ලියලා

ගෙයි ගින්දර පිටතට දීම හොඳ නැතැයි කියා කියමනක් තිබුණත් බ්‍රිතාන්‍ය රජගෙදර ගින්දර, ගෙඩිය පිටින්ම ලොව අභිමුව මුදහරින්ට හැරී කුමරු කටයුතු කර තිබේ. ඒ තම ජීවන අත්දැකීම් අලලා ලියැවුණු 'Spare' (ස්පෙයාර්) කෘතිය හරහායි. ඔහු කුඩාවියේ සිට රජගෙදර තුළ විඳි වෙනස්කම් වාගේම අත්දැකි බොහෝ දේත් එහි විස්තර වේ. තම ජීවන සහකාරිය ලෙස මෙගන් මාර්කල් තෝරාගැනීමත් සමඟ ඒ වෙනස්කම් තීව්‍ර වූ හැටිත්, මෙම ග්‍රන්ථය තුළ විස්තර වන්නේ චිත්‍රපට දර්ශන පෙළක් මෙනි.

එහිදී හැරී කුමරුන් වඩාත් සංවේගයට පත්කළ සිදුවීම සිදුවන්නේ 2019 අවුරුද්දේය. එදින ඔහු සිටියේ ලන්ඩන් මන්දිරයේ වන අතර, විලියම් කුමරු පැමිණ තම බිරිඳ මෙගන්ට දෙස් පවරන්නට පටන්ගෙන තිබේ. ඒ මෙගන් 'නපුරු' සහ දුෂ්ට, කටමැත දෙඩවන්නියක වාගේම අන් අයගේ හැඟීම් නොහඳුනන්නියක ලෙස බැන වදිමිනි. එහිදී තම බිරිඳ එවන් තැනැත්තියක නොවේයැයි හැරී කුමරුන් කියද්දී, විලියම් කුමරු තමාට කෝපයෙන් පහර දී තල්ලුකර දැමූ අයුරු ඔහු සිය කෘතියෙන් විස්තර කර තිබේ.

"විලියම් මාව කමිස කොලරයෙන් අල්ලලා තල්ලු කළා... මගේ ගෙල පළඳනාව (මාලය) කැඩිලා, මාව වැටුණේ බල්ලන්ට කෑම දෙන පිඟන් ගොඩ උඩට... මගේ උරහිසට පහළින් තුවාල වුණු බව තේරුණා. ඒත් විලියම් කෝපයෙන් මා දෙස බලාගෙන හිටියා. මම වැටුණු තැන ටික වෙලාවක් වැතිරගෙනම හිටියා. පස්සේ මම නැගිට්ටා. විලියම් යන්න ගිහින් ආපහු ආවා."

ඒ මොහොතේ සොහොයුරා ඒ සිදුවූ දේ ගැන කණගාටු වන බව පෙන්වමින් තමා දෙස බැලූ බවත්, තමා ඔහුට වතුර වීදුරුවක් බොන්නට දී, "විලී ඔයා ඔහොම ඉඳිද්දි මට කතා කරන්න බැහැ" යැයි කියූවිට ඉන් පිටතට පැමිණි විලියම් යළි හැරී සිටි තැනට ගොස් තිබේ.

"මේ ගැන මෙග්ට කියන්න ඕන නැහැ."
"ඒ කියන්නේ ඔයා මට පහර දුන් එකද?"
"මම ඔබට පහර දුන්නේ නෑ හැරල්ඩ්."

විලියම් කුමරු එසේ කීවත් ඒ මොහොතේද ඔහු සිටියේ කෝපයෙනි. ඒ වාගේම 'හැරල්ඩ්' යන ඇමතුම හැරී කුමරුව නිතර ආමන්ත්‍රණය කරන්නක්ද නොවේ. හැරී කුමරුගේ සම්පූර්ණ නම වන්නේ හෙන්රි චාල්ස් ඇල්බර්ඩ් ඩේවිඩ් ය.

තවත් විදියකින් කිවහොත් හැරී කුමරුන් යනු සසෙක්ස්හි ආදිපාදවරයායි. විලියම් යනු වේල්සයේ කුමරුය. මේ අයියා මලෝ අතර ගැටුම් ඇතිවන්නේ අද ඊයෙක නොවේයැයි කියන්නේ හැරී කුමරුමය. කුඩා කාලයේ සහෝදරයින් අතර ඇතිවන ගැටුම් දුරදිග නොගියත්, වැඩිහිටි වියේදී එම සිදුවීම් එසේ නොවේ. ඒවා පවුල් ගැටුම් වී විටෙක සදකාලික විරසකකම් දක්වාම පැමිණෙන අවස්ථා ඇත. ඇතැම් දේ කුඩා කාලයේ සිටම අත්දකින්නට වන වෙනස්කම් මත පදනම්ව පවතින අළුයට ලූ ගිනි වැනිය.

මෙම පොත පිළිබඳව අදහස් දක්වමින් හැරී, විලියම් කුමරා හඳුන්වා ඇත්තේ 'ආදරණීය සහෝදරයා සහ පරම සතුරා' යනුවෙනි. ඔහු ඒ ගැන 'ගුඩ් මෝනිං ඇමරිකා' නම් උදෑසන රූපවාහිනී විකාශය සමඟ පැවති සම්මුඛ සාකච්ඡාවකදීද සඳහන් කර තිබේ.

"අපි දෙන්නා අතර හැමවිටම තරඟයක් තිබුණා. ඒ උරුමක්කාරයා අමතරයා කියන ඝට්ටනය එක්කයි. අයියා උරුමක්කාරයා වෙද්දී අමතරයා වුණේ මං."

ඉන් සහෝදරයින් දෙදෙනා අතර වූ විරසකය ගැන කියැවෙනවා මෙන්ම පොතේ මාතෘකාව වන්නේද එයයි. ස්පෙයාර් (අමතරයා). මෙතරම් හිත දවන්නට වූ සිදුවීම් අතර හැරී කුමරුන් ඉපදුණද චාල්ස් කුමරු විසින් ඩයනාට කියා ඇතැයි කියන ප්‍රකාශයක්ද ඇතුළත්ය.

"ඔබ ගැන සතුටුයි. ඔබ මට උරුමක්කාරයෙක් වගේම, අමතර බලාපොරොත්තුවක් දී තිබෙනවා."

මෙම උරුමක්කාරයා හා අමතරයා යන සම්ප්‍රදය රාජකීය පවුල් තුළ දීර්ඝකාලීනව පැවත එන්නක් අතර, පළමු පුත්‍රයා උරුමක්කාරයා හෙවත් සිංහාසනයට උරුමකම් ඇත්තායි. දෙවන පුත්‍රයාට සිංහාසන වරප්‍රසාදය හිමිවන්නේ පළමු පුත්‍රයාට යමක් සිදුවුවහොත් පමණි. එය රාජකීය සම්ප්‍රදය වුවත්, හැරී කුමරුන්ගේ ළමා කාලය තුළ පවුලේ වෙනස්කම්වලට නිරන්තරව මුහුණදෙන්නට සිදුව තිබුණි. 2005 වසරේ සිදුවූ එවන් එක් සිදුවීමක් වන්නේ විකට ඇඳුම් සාදයකට පෙර ඇතිවූ කතාබහකි. එහිදී හැරී කුමරුන්, විලියම් කුමරුගෙන් හා එවකට ඔහුගේ පෙම්වතිය වූ කේට් කුමරියගෙන් අසා ඇත්තේ තමන් එම අවස්ථාවට නාසි ඇඳුම අඳින්නද, එසේත් නැත්නම් ගුවන්නියමු ඇඳුම අඳින්නද යන්නයි. එම මොහොතේ ඔවුන් දෙදෙනා කොක්හඬලා සිනාසෙමින් කියා ඇත්තේ නාසි ඇඳුම අඳිනා ලෙසය. එම සිනාවේ වූ සරදම් සහගත බව ඔහුගේ හිත පීඩාවට පත් කර තිබේ. පියා හෝ සහෝදරයා නිසා තමන් හිත රිදවා ගනිද්දී තමන්ට ආදරේ දැක්වූ එලිසබෙත් ආච්චිටද ඒ ගැන කරන්නට දෙයක් නොතිබූ බව හැරී කුමරු පවසයි. ඒ වාගේම ඇය මියගිය මොහොතේ හැරී කුමරුට විශේෂයෙන් දැනුම් දී නැති අතර, ඔහු ඒ ගැන දැනගෙන ඇත්තේ බී.බී.සී. පුවත් සේවයෙන් බවද පවසා ඇත.

කැමිලා කුඩම්මාගේ නපුරුකමුත් Spare කෘතියේ ඇතුළත්

විලියම් පහරදුන්නේ, මෙගන් ගැන වුණු බහින්බස්වීමකදියි

හැරීට මෙගන් මුණගැහෙන්නේ 2016 දීය. ඔවුනගේ විවාහය 2018 වසරේ සිදුවූ අතර එම විවාහ මංගල්‍යයේදී රැවුල කපන ලෙසට සොයුරා ඔහුට බල කර තිබේ. එමෙන්ම රාජකීයයන්ගේ විවාහ මංගලෝත්සව සිදුවන දේවස්ථානයද ඔහුට තහනම් විය. වෙස්මිනිස්ටර් ඇබේ හෝ ශාන්ත පාවුළු ආසන දෙවි මැදුර තමන් යෝජනා කළවිට ඊට ටෙව්බරි දේවස්ථානය හොඳ යැයි විලියම් යෝජනා කර තිබේ. එහි කී දෙනෙකුට අසුන්ගත හැකිදැයි හැරී කුමරු විමසා ඇත්තේ පුදුමයෙනි. මෙගන් නිළියක වීමත්, අප්‍රිකානු සම්භවයක් සහිත කාන්තාවක වීමත් රාජකීය සම්ප්‍රදයන් ඉදිරියට ගෙනයාමට බාධාවක් බව සොයුරාගේ මතය වූ බව හැරීගේ අදහසයි. සිය මවගේ මරණයේ විසිවන සංවත්සරය ද, ඇගේ සොහොන්ගැබ අසලදී ඔවුන් දෙදෙනා අතර වූ කතාබහ තුළින්ද කියැවෙන්නේ එයද? නොඑසේනම් මවගේ ආදරය ගැන තිබූ තරඟයද?

"ඔබ දන්නවද අම්මා මෙහි ඉන්නවා. ඇය මට උදව් කරනවා හොඳ පවුලක් ගොඩනගාගන්න. ඔබටත් ඇය උදව් කරාවි."

විලියම් කුමරු එසේ කියද්දිම හැරී කුමරුද හිස වනා එය අනුමත කරමින් මෙසේ කීවේය.

"ඔබ හරි. මාත් ඒ කියමනට එකඟයි. මට හැඟෙන්නේ ඇය මට මෙග්ව (මෙගන්) සොයාගන්න උදව් කළා වගේ."

ඒ කියමනත් සමඟ විලියම් අඩියක් පස්සට ගත්තේය. එපමණක්ද නොව සොයුරා තමා දෙස කණස්සන්ලෙන් බලා, **"හරි හැරල්ඩ් ඒත් මට ඒ ගැන විශ්වාසයක් නැහැ."** විලියම් කුමරු එසේ පිළිතුරු දුන්නේය.

ඒ කතාව එද දුරදිග යන්නට තිබුණත්, ඉන් දෙදෙනාම නතරව තිබේ. පසුකලෙක පිටතට එන්නේ මේ අළුයට ගිනිය. මෙගන්ගේ හා හැරීගේ දරුවාගේ සමේ පැහැයද මාලිගාවේ අය ප්‍රශ්න කරන්නේ මෙගන්ගේ හිත පෑරෙන පරිදිය. ඔවුනගේ එක් දරුවෙකු ගබ්සාවීමටද එම මානසික පීඩා හේතුවක් වූ බව කියැවේ. අනතුරුව ඔවුන් මාලිගාවත් රාජකීය සත්කාරත් හැරයන්නට තීරණය කරන්නේය.

ඔහු 'ස්පෙයාර්' කෘතිය මගින් කැමිලා තම පියා හා විවාහ වනවාට එකඟ නොවූ බවත්, අවසානයේ පියා ඇය අසලදී සතුටින් සිටින බවට ඒත්තු ගියෙන් ඊට එකඟ වූ බවද දක්වා තිබේ. එහෙත් පවුලේ අර්බුදවලට ඇය ප්‍රධාන හේතුවක් වූ බවද එහි සඳහන්ව තිබේ.

මීට අමතරව එම කෘතිය මගින් තමන් 17 වන වියේදී වැඩිහිටි කාන්තාවක හා ලද පළමු ලිංගික අත්දැකීම ගැනද සඳහන්කොට තිබේ. මෙගන් හමුවීමට පෙර තිබූ තවත් එවැනිම සබඳතා කිහිපයක් ගැනද සඳහන් කර ඇති අතර, තමන් බාලවියේ මත්ද්‍රව්‍යවලට යොමුවී පුනරුත්ථාපනය වූ අයුරුත් ඊට එක්කර ඇත. එමෙන්ම ඇෆ්ගන් යුද්ධයේදී තමා තල්ේබාන් සාමාජිකයින් විසිපස්දෙනෙකු ඝාතනය කළ බව එහි සඳහන්ය.

මේ සියලු කරුණු කාරණා මැද 'ස්පෙයාර්' කෘතිය වසරේ වැඩිම අලෙවියක් හා අවධානයක් දිනාගන්නා කෘතිය වනු ඇති බවට විචාරකයින් මත පළකරන අතර, රජපවුල මේ සම්බන්ධයෙන්ද බොහෝදුරට නිහඬ පිළිවෙතක් අනුගමනය කරනු ඇතයි සැලකේ.

"මම සියල්ල අතහැරියේ මෙගන් වෙනුවෙන්. ඇය මගේ හොඳම තේරීමයි."

රජපවුලේ කවුරුන් කොහොම කිව්වද ඒ හැරීට මෙගන් දැනෙනා හැටිය. ඔහු මෙගන් වෙනුවෙන් තවත් බොහෝ දෑ කරනු කියනු ඇත. ඒ හැරීගේ හැටිය.

■ දීපා වසන්ති එදිරිසිංහ

දරුපල පමාවට අද ඔබට ලැබෙන්නේ නිවැරදි ප්‍රතිකාරයක් ද?

ෆර්ටිඒඩ් ආයතනය
1995 සිට අද දක්වා මෙවැනි දරුපල අහිමිව ගිය විවාහකයින් දස දහස් ගණනකට කිරි සුවඳ ලඟා කර දී තිබෙනවා.

ඇඟ උෂ්ණාධික නම් හෝමෝන අඩාල වෙනවා.
බීජ හැදෙන්නෙත් නැහැ.
දරුපල හැදෙන්නෙත් නැහැ.
දරුපල හැදුනත් රැඳුන්නෙත් නැහැ

ලසන්ති වරුසවිතාන අම්බලන්ගොඩ වතුගෙදර පදිංචිකාරියක්. ඇය කසාද බැඳලා අවුරුදු 10 ක් යන තුරු දරුවන් හිටියේ නැහැ. මුලදී සුළු සුළු ප්‍රතිකාර කරලා බැරි වුණාම කොළඹට ඇවිත් ප්‍රතිකාර ගත්තත් කිසිම ප්‍රගතියක් වුණේ නැහැ.

අවසාන තීරණය වුණේ - නළ දරු ප්‍රතිකාර වලින් මිස ලසන්තිට දරුවන් හදා ගන්න බැරි බවයි.

එහෙම කිව්වට ලසන්ති නළ දරු ප්‍රතිකාර වලට යන්නේ නැතිව ෆර්ටි ඒඩ් ආවා.
මේ ඇඟේ කතාවයි.

"මගේ ඇඟ හරිම උෂ්ණාධිකයි කියලා කිව්වම - සමහර වෛද්‍යවරු මට හිනා වුණා - මම ඔවුන්ට කිව්වේ මට දැනෙන දේ, ෆර්ටි ඒඩ් ආයතනයට එන තුරු කිසිම වෛද්‍යවරයෙක් ඒ ගැන තැකීමක් කළේ නැහැ.

ශරීරය උෂ්ණාධික වෙන්නේ - හෝමෝන වෙනස් වීම නිසා බවත් - ඒ තත්ත්වය මත මගේ ඩිම්බ වර්ධනය අඩාල වී යන බවත් - මට දරුපල පමාවෙන්න හේතුව එය බවත් - ඔවුන්ගේ නිගමනය වුණා."

ෆර්ටි ඒඩ් වලදී ගත් නිගමනයත්, ඒ ප්‍රතිකාරත් - 100% ක් සාර්ථක වුණා. අවුරුදු 10 ක් දරුවන් නැතුව හිටිය මට ගැබ් ගන්නට ලැබුණේ ෆර්ටි ඒඩ් ප්‍රතිකාර නිසයි."

අද අපි කතා කරන්නේ - දරුපල පමා වූ කාන්තාවන්ගේ 10%-15% තරමේ ප්‍රමාණයකට අත්විඳින්නට වෙන රෝගාබාධයක් ගැනයි. ලසන්ති අවුරුදු 10 ක් දරුපල නැතුව දුක් වින්දෙත් මේ ආබාධය නිසයි. මේ රෝගාබාධය නිසා - ඔවුන්ගේ ශරීර සෑහෙන්න උෂ්ණාධික වෙනවා. ඔවුන්ට වගේම ඔවුන්ගේ සැමියන්ට පවා මේ දේ දැනෙනවා. එහෙම උෂ්ණාධික වෙන්නේ ඒ කාන්තාවන්ගේ බීජ වර්ධනයට බලපාන හෝමෝන වෙනස් වී යන නිසා - මේ හෝමෝන විෂමතාවය නිසා බීජ වර්ධනය අඩාල වෙනවා - පිරිමි ශුක්‍රාණුවක් ශරීරයට ඇතුළු වුණත් - බද්ධ වීමක් සිදු වන්නේ නැහැ. මේ පියවර දෙකම පසු කරලා කළලයක් හැදුණත් - එය ගර්භාෂයේ තැන්පත් නොවී යනවා. මේ සියලු කරුණු වලින් සිදුවන්නේ අදාළ කාන්තාවට දරුපල පිහිටන්නේ නැති වීමයි.

ඔබ දරුපල පතන මවක් නම්
ඔබ දැනුවත් කිරීම සඳහා
ෆර්ටිඒඩ් වෙතින් ඔබ වෙත තිළිණ කරන

"දරුපල පතන හැම කතකටම **ඇඟේම කිරිකැටියෙක්**"

පොත් පිංච ඔබ වෙත ගෙන්වා ගැනීමට
ඔබගේ නම, ගම සහ
ලිපිනය අපවෙත යොමු කරන්න

කෙනෙකුට මෙය හඳුනාගන්න අපහසු වෙන්නේ නැහැ.

මෙවැනි කාන්තාවන්ගේ මාස් ශුද්ධිය කෙටි වෙනවා. සාමාන්‍යයෙන් දවස් 28 වරක් සිදුවිය යුතු මාස් ශුද්ධිය ඇතැම් විටෙක දින 20 තරමට කෙටි වී ඉක්මණින් ඉක්මණින් සිදුවෙනවා.

ලසන්ති ෆර්ටි ඒඩ් එන විට ඇයගේ මාස් ශුද්ධිය දින 18 කින් සිදු වන මාසත් තිබුණා.

ඒ වගේම මේ කාන්තාවන්ගේ හෝමෝන පරීක්ෂණයක් කළාම සාමාන්‍යයෙන් 10 ට අඩුවෙන් තිබිය යුතු FSH හෝමෝනයේ අගය 15-20 තරම් ඉහළට වැඩි වී තියෙන්න පුළුවන්.

මේ තත්ත්වය හඳුනා නොගෙන අවුරුදු 10-12 තරම් දිගු කාලයක් ප්‍රතිකාර අසාර්ථක වූ කාන්තාවන් අපිට නිතරම හමුවෙනවා.

ඔබත් දරුපල නොලද කාන්තාවක් නම් හා සෑහෙන කාලයක් තුළ ගත් ප්‍රතිකාර අසාර්ථක වී ඇත්නම් මේ තත්ත්වයෙන් පීඩා විඳිනවා විය හැකියි.

එන්ඩොමෙට්‍රියෝසිස් හැදෙන්නෙත් මේ ස්වභාවය ඇති කාන්තාවන්ටයි. අපි ඒ ගැන පසුවට කතා කරමු.

මෙම ලිපි සම්පාදනය කරන වෛද්‍ය කුසුමසිරි ද සිල්වා මහතා මේ ක්ෂේත්‍රයේ වසර 30 කට වඩා වැඩි අත්දැකීම් ඇති ප්‍රසව හා නාරීවේදී විශේෂඥ වෛද්‍යවරයෙකි.

එංගලන්තයේ බර්මිංහැම් හි දී නළ දරු ප්‍රතිකාර ක්‍රම ඇතුළු බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රම පිළිබඳව මනා අත්දැකීම් ඇති ඔහු පසු කලෙක ඉන්දියාවේ හා ඉන්දුනීසියාවේ පෙරදිග වෛද්‍ය ක්‍රමයද හදාරා ඇත්තෙකි.

1995 දී ෆර්ටි-ඒඩ් ආයතනය පිහිටුවීමෙන් ලංකාවේ ප්‍රථම වරට දරුපල පමාවට විශේෂිත වූ වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයක් පිහිටුවීමේ ගෞරවය ද ඔහු හිමි කරගනී.

මහනුවර පේරාදෙණිය පාරේ කිංස්වුඩ් විද්‍යාලය ඉදිරිපිට
අඟහරුවාදා බ්‍රහස්පතින්දා ඉරිදා

කඩවත කඩවත නුවර පාරේ 198 ESESS Health Care සොඩනැගිල්ලේ
බදාදා සෙනසුරාදා

ප්‍රතිකාර පිළිබඳ වැඩිදුර විමසීම් : 077 3015122 / 081 2224672

Cover Story

බර්ගර් එකක් කන්නම හිතුණු දවසකත් ඒකෙ සුවඳ බල බලා බෝංචි කරල් දෙකක් කෑවා

දිනූෂා පෙරේරා
ජනාධිපති සම්මානලාභී ජාතික කරාතේ ශූරිය

අපි නැතිව ජීවත්වෙන්න බැහැ කියන මිනිස්සුන්ට ලස්සනට අපි නැතුව ජීවත්වෙන්න පුළුවන්. තරුණ ගෑනු ළමයි විදියට ඒ වගේ කතාවලට අහුවෙන්න එපා

පාතාල කල්ලි නිසා 70 දශකයේදි ඇමරිකාවේ නිවේයාර්ක් නගරයට ප්‍රචණ්ඩ කාලයක් උදාවුණා. ඔය කාලේ වසරකට වාර්තාවෙච්චි ස්ත්‍රී දූෂණ ප්‍රමාණය 5000ට වැඩියි.

ඉතින් ගොඩක් ගෑනු කළේ වැඩ රාජකාරි සේරම නතර කරලා පාතාලයින්ට බයේ ගේ අස්සේ හැංගිච්ච එක. හැබැයි ඩෙනිස් විලියම්ස් කියන තරුණිය තමන්ගේ වැඩ නතර නොකර ආත්මාරක්ෂාව වෙනුවෙන් කරාතේ ඉගෙනගන්න තීරණය කළා.

"ඔව්වා කරන්න පිස්සුද? මූණ පුරා කැළැල් හිටියි. එතකොට කවුද උඹව කසාද බඳින්නේ?"

එහෙම කිව්වේ ඩෙනිස්ගෙ අම්මා. ඒ වචනවලට කන් නුදුන්නු ඇය කරාතේ ඉගෙනගත්තා. ඒ පැත්තේ අනිත් කෙල්ලන්ටත් කරාතේ ඉගැන්නුවා. ඇමරිකාවේ කාන්තා කරාතේ පාසල් ආරම්භ කිරීමේ ගෞරවය හිමිවෙන්නේ ඇයට.

මේ ලෝකේ ගෑනු වැඩ, පිරිමි වැඩ කියලා වැඩ ජාති කොටස් දෙකකට බෙදලා තියෙනවනේ. සටන් කලාවක් ඉගෙනගන්නවා කියන්නෙ ගෑනුන්ට අකැප වැඩක් කියලා හිතන අය හැත්තෑව දශකයේ විතරක් නෙමෙයි අදත් ඉන්නවා. හැබැයි ඒ කතාවලට ඇහුම්කන් නොදී ලෝකේ දිනපු ඩෙනිස් වගේ ගෑනු අනන්තයි. අද කවරය හැඩකරන ජනාධිපති සම්මානලාභී ජාතික කරාතේ ශූරිය දිනූෂා පෙරේරාගේ කතාවත් එහෙම එකක්.

කතාව පටන්ගන්න කලින් ජයග්‍රහණ ගැන ටිකක් මතක් කරමුද?

"හයවන ලෝක ගොජුකායි කරාටේ ශූරතාවලියේ රන් පදක්කම ලබාගත්තා. අටවන පොදුරාජ්‍ය මණ්ඩල කරාතේ ශූරතාවලියේ කණ්ඩායම් ඉසව්වේ රන් පදක්කම, එතකොට 2011, 2014, 2017 දකුණු ආසියානු කරාතේ ශූරතාවලියේ රන් පදක්කම ලබාගත්තා. 2015 වසරේ වසරේ දක්ෂතම කරාතේ ක්‍රීඩිකාව විදියට ජනාධිපති සම්මාන ලැබුණා. වසර 10ක් ලංකාවේ ජාතික කරාතේ ශූරිය, වසර නවයක් ජාතික ක්‍රීඩා උළෙලේ රන් පදක්කම් ලබාගත්තා. ආසියානු ක්‍රීඩා උළෙලේ කිලෝ 50 බර පංතියෙන් රිදී පදක්කම, 2015 අවුරුද්දේ ආසියානු ශ්‍රේණිගතකිරීම්වල පස්වැනි ස්ථානය. මේ වෙනකොට තියෙන සම්පූර්ණ පදක්කම් ගාණ 800යි."

බොහෝ වෙලාවට කරාතේ අංශයෙන් ඔලිම්පික් ජයග්‍රහණය කරන්නේ ආසියානු ක්‍රීඩිකාවන්. ඉතින් ඔවුන් අතරින් පස්වැනි තැනට තේරෙන එක ලේසි නැහැ. ඉන්දියාව, වියට්නාමය වගේ රටවල ක්‍රීඩිකාවන් පවා ඉන්නේ ඇයට පහල ශ්‍රේණිගතකිරීම්වලලු.

"මම කඩවත. අපේ පවුලේ ගෑනු ළමයි පස්දෙනෙක් ඉන්නවා. පුංචි කාලෙදි මම තමයි පවුලේ දඟයා. දවසක් මම ජැකී චෑන්ගේ කරාතේ ෆිල්ම් එකක් බැලුවා. එතකොට මට අවුරුදු හයයි. මට ඒකට ගොඩක් ආස හිතුණා. එදා ඉඳලා ජැකී චෑන්ගේ ෆිල්ම් හොය හොය බලන්න ගත්තා. මගේ ඇඟ ඇතුළෙත් කරාතේ ක්‍රීඩාව තියෙනවා වගේ එකක් ඒවා බලද්දි මට දැනුණා. ඉතින් මටත් කරාතේ කරන්න ඕනේ කියලා මම අම්මට කිව්වා."

ඩෙනිස්ගේ අම්මා වගේම දිනූෂාගේ අම්මත් මුලදි ඒ වැඩේට කැමති වුණේ නැතිලු.

"ගෑනු ළමයෙක් වුණහම එළිපත්ත උඩින් පනින්න හොඳ නැහැ වගේ දේවල් මගේ පවුලෙත් තිබුණා. කෙල්ලෙක් වෙලා ඉපදුණා නම් කෙල්ලෙක් වගේ ඉන්න ඕන කියන එකයි අම්මා වුණත් කිව්වේ. 'කොල්ලෝ කරන වැඩ කරලා කෙල්ලන්ට දිනන්න බැහැ' කියලා සමහර නෑයින් පවා කිව්වා. ඒ කතා අහනවට වඩා කරාතේ ඉගෙනගන්න එක වටිනවා කියලයි පුංචිකමට මට හිතුණේ."

දිනූෂා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපනය ලබාගෙන තියෙන්නේ කඩවත බැප්ටිස් විද්‍යාලයෙන්. ඊටපස්සේ ද්විතියික අධ්‍යාපනයට කඩවත මධ්‍ය මහා විද්‍යාලයට ඇතුළත් වුණාලු.

"ඒ ඉස්කෝල දෙකේම කරාතේ තිබුණා. මුලින්ම කරාතේ ඉගෙනගත්තේ මාධවී සංකල්පනා සෙන්සෙගෙන්. එතකොට මට හතයි. පුංචි නිසා මූණට එහෙම හොඳට පාරවල් වදිනවා. එතකොට අම්මට තව තරහයි. 'ඕවට ගියා නම් ඔයාම බෙහෙත් දාගන්න' කියලා බනිනවා."

හැබැයි දැන් ඇය ඉන්න තැන ගැන අම්මත් ගොඩක් සතුටු වෙනවා කියලයි ඇය කිව්වේ.

"මුලින්ම ජාත්‍යන්තර තරඟයකට යනකොට මට අවුරුදු දහයයි. එදා තමයි මම මුලින්ම රට ගියේ. එදා නම් අම්මා ප්ලේන් එකේදි කන්න කියලා ලොකු බත් මුලකුත් ඔතලා දුන්නා.

එකපාරක් ඉන්දියාවෙදි මගේ කටට පාරක් වැදිලා දත් දෙකක් ගැලවුණා. තවපාරක් මගේ දණිස්සට තද පාරක් වැදිලා ලංකාවට ආවේ රෝද පුටුවෙන්

ප්ලේන් එකට නැග්ගහම බෑග් එක උඩට දානවනේ. මට උස නැහැ. ඉතින් මම ටිකක් බයවෙලා හිටියේ. හැබැයි ඒ තරඟයෙනුත් රිදී පදක්කමක් දිනලයි ආවේ."

සටන් කලාවකින් රට නියෝජනය කරන ක්‍රීඩිකාවක් වීම ලේසි නැහැ. මේ ගමනේදී ඇයට ආපු අභියෝග මොනවද කියන එකයි ඊළඟට අපි ඇගෙන් ඇහුවේ.

"මම ජාත්‍යන්තර වශයෙන් කිලෝ 50 බර පංතිය නියෝජනය කරන ක්‍රීඩිකාවක්. ඉතින් බර පාලනය කරගන්න එක තමයි ලොකුම අභියෝගය. තරඟයකට කලින් දවසේ මගේ බර 50kgට වඩා වැඩි වුණොත් මට ඒ තරඟයට යන්න බැහැ.

පිටරටවල ක්‍රීඩකයෙක් කියන්නෙම වෛද්‍යවරයෙක්, පෝෂණවේදියෙක්, තෙරපිවරයෙක්, පුහුණුකරුවෙක්ගෙන් සැදුනු කණ්ඩායමකට. මේ පුංචි රටේ අපිට එහෙම පහසුකම් බලාපොරොත්තු වෙන්න අමාරුයි. ඉතින් අපි තනියම ඒ දේවල් කරගන්න ඕනේ. දවස ගානේ මම කන හැමදේම පොතක ලියනවා. දිනපතා බර මනිනවා. පිශ්ඨ කෑම කන්න බැහැ. ප්‍රෝටීන කෑම වැඩිපුර කන්න ඕනේ. වතුර බොන්නේ මැනලා. මම බත් කන්න ආසයි. ඒ නිසා සතියට දවසක් විතරක් රතු බත් ටිකක් කනවා. ඒ කාලා කාර්ඩියෝ කරනවා. වෙලාවකට කෑම දැක්කහම කන්නම හිතෙනවා. දවසක් මට බර්ගර් එකක් කන්නම හිතුණා. ඊටපස්සේ මම ඒකේ සුවඳ බල බල බෝංචි කරල් දෙකක් කෑවා."

'සබ්බේ සත්ථා ආහාරට්ඨිතිකා' කියලා බුදුන් දේශනා කරලා තියෙනවනේ. සියලුමදෙනා ආහාරවලට ප්‍රියයි කියන එකයි ඒකේ තේරුම. ඉතින් යමක් වෙනුවෙන් ආහාර අත්හරිනවා කියන්නේ ඒක ලොකු කැපකිරීමක්.

"රූපේ ලස්සනට තියාගන්න හැම ගෑනියෙක්ම ආසයිනේ. ඒත් මේ වගේ ක්‍රීඩාවක් එක්ක අපිට රූපයට එක දෙන්න බැහැ. මගේ මූණ පුරා පහර වැදුනු කැළැල් තියෙනවා. එකපාරක් ඉන්දියාවෙදි මගේ කටට පාරක් වැදිලා දත් දෙකක් ගැලවුණා. ඒ වෙලාවේ මම ගොඩක් බයවුණා. හැබැයි වාසනාවට සැත්කමකින් ඉන්දියාවෙදීම දත් දෙක නැවත සවි කරන්න පුළුවන් වුණා. තවපාරක් මගේ දණිස්සට තද පාරක් වැදිලා ලංකාවට ආවේ රෝද පුටුවෙන්. බෙල්ලට පහරක් වැදිලා මාස හයක් ඇඳේ හිටියා. දැනට ඒ වගේ ලොකු අනතුරු අටක් වෙලා තියෙනවා."

ඔය වගේ අනතුරු වෙන නිසා කරාතේ කරන අයට කසාද බැඳලා දරුවෝ හදන්න බැහැ කියනවා නේද?

"සමහරු එහෙම කියනවා. මම විවාහක නැහැ. ඒත් ජාතික කරාතේ කණ්ඩායමේ සහෝදරියෝ 60%ක්ම විවාහකයි. ඒ හැමෝටම වගේ දැන් බබාලා ඉන්නවා. සාමාන්‍ය කාන්තාවකගේ දරුවන්ට වඩා ඒ අයගේ දරුවොත් හරි ක්‍රියාශීලියි."

ක්‍රීඩා කරන කාන්තාවන්ගේ ඇඟවල්වල ගෑනු ලාලිත්‍ය නැහැයි කියලත් මිනිස්සු කියනවා. දිනූටත් එහෙම කතා ඕනතරම් කියනවලු. හැබැයි කොණ්ඩෙ කොටට කැපුවට, ඇඟපත හයිය වුණාට ක්‍රීඩිකාවකගේ ගෑනුකම නැතිවෙන්නේ නැහැයි කියලයි ඇය කිව්වේ.

"ක්‍රීඩා කරද්දි කොණ්ඩේ එහෙ මෙහෙ යද්දි හරි අමාරුයි. එතකොට අවධානය කැඩෙනවා. ඒ පහසුවට තමයි මම කොණ්ඩේ කපලා ඉන්නේ. ඉතින් සමහර මිනිස්සු අමුතුවට බලලා 'කොල්ලෙක් වගේ' කියනවා. පද්දලා ගස්සලා ඇවිදින එකට නෙමෙයි ගෑනුකම කියන්නේ. ඇඟේ හැඩෙන් මිනිස්සු මනින්න බැහැ. කෙනෙක්ගේ බාහිර පෙනුමට වඩා ඒ කෙනා සමාජය වෙනුවෙන් කරන දේ තමයි වැදගත්."

ඇය කිව්වේ නිහතමානී ආඩම්බරයකින්. මේ වගේ මොනතරම් අභියෝගවලට මුහුණදුන්නත් කරාතේ ක්‍රීඩාව නිසා ඇයට ලැබුණු දේ අප්‍රමාණයිලු.

"පුංචි කාලෙදි තාත්තා අපේ පවුලෙන් වෙන්වුණා. මට අයියා කෙනෙක් හිටියා. මීට අවුරුදු ගාණකට කලින් හදිසි අනතුරකින් එයත් නැතිවුණා. දරාගන්න අමාරු වුණත් ඒ දේවල් දරාගන්න මට ශක්තිය ලැබුණේ කරාතේවලින්.

දැන් ටික කාලෙකට කලින් මම විවාහ වෙන්න හිටිය පුද්ගලයා හිටිහැටියෙම මාව දාලා ගියා. ඒත් එහෙමයි කියලා මම කඩාගෙන වැටුණේ නැහැ. ජීවිතේ වැටෙන තැනින් ආපස්සට නැගිටින්න මට හයිය දෙන්නේ මේ ක්‍රීඩාව."

ඇය කිව්වේ අනිත් අයටත් හයියක් වෙන්න හිතාගෙන.

"මැලේෂියාව, තායිලන්තය වගේ රටවල බියුටි කන්ටෙස්ට්වලදී වුණත් කරාතේ පුළුවන්ද කියන එක අනිවාර්යයෙන්ම බලනවා. දැන් අපේ රටේ ගෑනියෙක්ට ජීවත්වෙන්න බැරි තත්ත්වයක් තියෙනවනේ. ඉතින් පුංචි කාලේ ඉඳලම ගෑනු දරුවෙක්ට කරාතේ උගන්වන්න පුළුවන් නම් වටිනවා."

දිනූෂා ප්‍රායෝගික ජීවිතේදී කරාතේ භාවිතා කරලා තියෙනවද කියලා ඔය අතරෙදි මම ඇහුවා.

"මේක ටිකක් කාලෙකට කලින් වුණු සිද්ධියක්. වෙඩින් එකකදි මනුස්සයෙක් මගේ කකුල කෙනිත්තුවා. ඒක වැරදියි කියලා කිව්වහම එතැන හිටපු කිහිපදෙනෙක් මට අතපය උස්සගෙන ආවා. ඊටපස්සේ ලොකු ආරවුලක් ඇතිවුණා. එදා මම තනියම දහදෙනෙක්ට ගැහුවා. කරාතේ පුළුවන් කියලා දැනගත්තම ඒ අය ශේප් එකේ මාරුවුණා. කරාතේ කියන්නේ ආත්මාරක්ෂක සටන් කලාවක්. මේක තියෙන්නේ අනිත් අයට ගහන්න නෙමෙයි. අනිත් අයගෙන් ආරක්ෂා වෙන්න. ඒ වගේ ප්‍රශ්නයක් වුණත් කතාබහ කරලා විසඳගන්නවා ඇර දැන් නම් ප්‍රායෝගිකව භාවිතා කරන්නෙ නැතිතරම්."

කතාව අවසාන කරන්න කලින් දිනූෂා ඇගේ පවුලේ උදවියවත්, පෞද්ගලික පුහුණුකරු නිලන්ත වික්‍රම ගාල්ලගේවත් ආදරෙන් මතක් කළා.

"කරාතේවලට අමතරව රුක්මාල් සේනානායක සර් යටතේ කායවර්ධන නිරූපිකාවක් වෙන්න පුහුණුවීම් කරනවා. ඉතින් ඔහුටත් ක්‍රීඩා අමාත්‍යාංශයේ සියලුම දෙනාටත් ස්තූතිවන්ත වෙනවා.

කරාතේ පුහුණු කටයුතුවලට ටික දවසකින් විදෙස්ගත වෙනවා. කවදහරි ලංකාව වෙනුවෙන් ඔලිම්පික් ක්‍රීඩා උළෙලක් නියෝජනය කරන එක තමයි මගේ ජීවිතේ ලොකුම හීනය."

'ධරණී' කියවන ඔබ වෙනුවෙනුත් ඇය වචනයක් කිව්වා.

"තමන්ගේ ලෝකේ වීරයා වෙන්න ඕනේ තමන්මයි. අපේ ඇඟට, මනසට, හැකියාවට ආදරේ කරන්න. අපේ දේවල් කැප කරලා අනිත් අයට කාලේ දෙන්න එපා. ඒක යැපීමක් වගේ දෙයක්. අපි නැතිව ජීවත්වෙන්න බැහැ කියන මිනිස්සුන්ට ලස්සනට අපි නැතුව ජීවත්වෙන්න පුළුවන්. තරුණ ගෑනු ළමයි විදියට ඒ වගේ කතාවලට අහුවෙන්න එපා. තමන්ගේ ජීවිතේ පළවැනි තැන තමන්ට දෙන්න. එතකොට අපි දිනන එක නවත්වන්න ඔය කාටවත් බැහැ."

■ **සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි**

ඡායාරූප- **සමන් අබේසිරිවර්ධන**
හැඩගැන්වීම- **ධනුෂ්ක රණවීර**

ඕනෑම බැංකුවක උකස් තබා ඇති රන් භාණ්ඩ ගණුදෙනුවක් සඳහා

පවුමට රු. 43,000/- ක් ම වැඩිපුර

1% ක අඩුම පොලියට ලබා ගන්න

*කොන්දේසි අදාළවේ

ඔබ දැනට උකස්තබා ඇති රිසිට් පත අපට 0767 888 222 අංකයට WhatsApp කරන්න

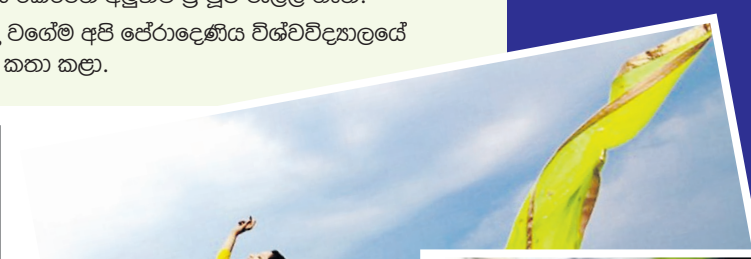
විශේෂ සහන රැසක් සමගින්

නැවත බේරා ගැනීමේදී පහසු ගෙවීමේ ක්‍රමයට Loan එකකුත්

කොළඹ	0771 408 547	මීගමුව	0766 227 056
කොටහේන	0702 539 382	ගම්පහ	0779 230 549
වැල්ලවත්ත	0710 870 686	කළුතර	0776 167 149
ග්‍රෑන්ඩ්පාස්	0742 379 739	හලාවත	0779 256 191
මොරටුව	0766 227 059	මාතර	0705 979 237
පානදුර	0767 952 286	ගම්පොල	0710 870 735
වෙන්නප්පුව	0710 869 378	නාවලපිටිය	0710 870 706
ගාල්ල	0705 979 274	හැටන්	0778 790 372
කුරුණෑගල	0766 227 061	කෑගල්ල	0703 583 363
දිගන	0778 156 738	ත්‍රිකුණාමලය	0771 201 854
බේරුවල	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
නාදල	0763 226 230	රාගල	0710 870 703
කන්තලේ	0742 572 585	පූඩලඔය	0740 929 541
පොතුවිල්	0771 201 855	මස්කෙලිය	0760 909 822
වැලිමඩ	0778 764 751	පුස්සැල්ලාව	0742 531 360
බගවන්තලාව	0742 588 267	අච්චුවේලි	0743 865 368
ආගරපතන	0742 499 563	මට්ටක්කුලිය	0742 127 665
ඇලකන්ද	0771 201 857		
හාවඑළිය	0773 394 209		

මහාචාර්ය අත්තනායක එම් හේරත් කියයි

ප්‍රී ෂූට්වල නෝනගේ ගවුම උස්සලා බලන පුතාලා මේ ටිකත් බලන්න



ඒ කාලේ ඉඳලම අපේ ඇත්තෝ විවාහය සැලකුවේ මංගල කාරණාවක් විදියටනේ. විශේෂයෙන්ම උඩරට පැතිවල නම් විවාහ චාරිත්‍ර අදටත් අලංකාරයි. ඒ කාලේ අපේ උදවිය මඟුල් පෝරු හැදුවේ පොල්කොළ, තල්කොළ, කිතුල් රෑන්වලින් වැඩ දලා. එහෙම හදපු පෝරුවල පුදුමාකාර ලස්සනක් විතරක් නෙවෙයි අපේකමත් ගෑවිලා තිබුණා. ඒවගේම දෙපැත්තේම ඉන්න හතරවරිගෙ නෑයෝ එකෙක් නෑරම මේ මඟුල් කෑමට එකතු වෙනවා. දෙන්නා දෙමහල්ලෝ දීග යන්නෙ දැනමුතු වැඩිහිටියන් සහිත මහා සභාවක් මැද. අෂ්ඨක සෙත් ගායනා, උපැහැරණ ගීතවලින් සමන්විත වුණු එද මඟුල් මහා සංස්කෘතික උත්සවයක්.

හැබැයි ඒ කාලේ වේල් අඳින, තැලි මාල බඳින මඟුල් කියලා ජාතියක් තිබුණේ නෑ. අපිට තිබුණේ කෙළින්ම මනමාලිව ගෙදරට කැන්දගෙන යන ඉතාමත් සරල මඟුල් ක්‍රමයක්.

එතැනදී මුලින්ම මනමාල පර්ශවයේ උදවිය මනමාලිගේ ගෙදර කඩුල්ල ළඟ ඉඳගෙන ඒ අය ආවයි කියලා දැනුම් දෙනවලු. ඊටපස්සෙ කඩුල්ල ළඟ ඉඳගෙනම තමන්ගේ පාර්ශවයෙන් ආපු පිරිසෙ ප්‍රමාණයට අනුව මනමාලිගේ ගෙදර ඇත්තන්ට බුලත් කොළ ටිකක් දෙනවලු. ගෙදර ඇත්තො ඒ බුලත් කොළ ප්‍රමාණයට අනුව කෑම පිඟන් ටික හදනකල් මනමාල පර්ශවයේ අය කාලේ ගෙවාගන්න කඩුල්ල ළඟ ඉඳගෙන තහංචි කවි කියන සිරිතක් තිබිලා තියෙනවා. මනමාලිගේ ගෙදර උදවියත් කෑම ලෑස්ති කරන අතරතුරේදිම කවියෙන්ම අර තහංචි බිඳින්න ඕනිලු. අන්තිමට මනමාලිව ලකලෑස්ති කරවලා කෑමබීම ටික සූදානම් කරගන ඉවර වුණහම තමයි මනමාල පාර්ශවයේ පිරිසට ගෙට එන්න අවසර දීලා තියෙන්නේ.

එද ඒ වගේ චාමෙට සරලව තිබුණ මඟුල අද වෙඩින් වෙලා. මනමාලිය කැන්දගෙන ගෙදරට එන එකට අද කියන්නේ හෝම් කමින් කියලා. එද පිපාසෙට තැඹිලි ගෙඩියක් දුන්නට අද දෙන්නෙ ජූස් එකක්. දවල් බතට එද කිරිකොස්, පොලොස් ඇඹුල් තිබුණට අද තියෙන්නේ කොස් පොලොස් ඩෙවල්. උදේවරුවේ මුල් ඇඳුමෙන් ඉන්න මනමාල ජෝඩුව හවසට ඉන්නෙ ඉන්දියානු තාලෙට කුරුතාවක් ලෙහෙන්ගාවක් ඇඳගෙන. අවසානෙට යහළු යෙහෙළියන්ගෙන් අම්බානකට ගුටිබැට කාලා හනිමූන් යන එකත් දැන් මඟුල් ගෙවල්වල අනිවාර්යය අංගයක් වෙලා. එද තිබුණ අපේ සරල මඟුල මේ විදියට වෙඩිමක් කළේ බටහිර උදවිය කියලයි ගොඩක් අය චෝදනා කරන්නේ. බටහිර සංස්කෘතියට අනුව නම් විවාහය කියන්නේ සැණකෙළියක්. මේ සැණකෙළියෙන් වැඩිපුරම සතුටු වෙන්නේ කැමරාකරුවන්, හෝටල්කරුවන් සහ රූපලාවණ්‍ය ශිල්පීන් කිව්වොත් හරි. හැබැයි ඉතින් අද අපි කතා කරන්න යන්නෙ එද මෙද තුර කාලයේ අපේ උදවිය මඟුල් කන විදියේ වෙනස්කම් ගැන නම් නෙවෙයි. මෑත කාලයේ මඟුල් කාපු, මඟුල් කන්න බලාපොරොත්තු වෙන සහ තරුණ තරුණියන් අතර ඉතාමත් වේගයෙන් ජනප්‍රිය වේගෙන එන ලිංගිකත්වය ප්‍රදර්ශනය කෙරෙන අලුත්ම ප්‍රී ෂූට් රැල්ල ගැන.

ඒ ගැන සංවාදයක් ගොඩනගන්න වෙනදු වගේම අපි පේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලයේ මහාචාර්ය අත්තනායක එම්.හේරත් මහතාට කතා කළා.

"මේ කතාවේ මුලදිම එද සහ අද අපේ සමාජයේ විවාහ මංගල උත්සවවල සිද්ධවෙලා තියෙන වාණිජකරණයේ වෙනස පැහැදිලි කරලා තියෙන නිසා මම ආපහු අමුතුවෙන් ඒ ගැන කතා කරන්න යන්නෙ නෑ. ඒ නිසා මම මේ කතාව විහාරමහාදේවියගෙයි, කාවන්තිස්ස රජතුමාගෙයි ආදර කතාවෙන් පටන්ගන්නම්.

ඉතිහාසය ගැන දැනුම් තේරුම් තියෙන උදවියට නම් මම මේ ගැන ආයෙම මතක් කරන්න අවශ්‍ය නෑ. නමුත් මේ ආදර කතාව අද අපි කතා කරන මාතෘකාවට ඉතාමත් සමීප නිසා ඒ කතාව ටිකක් කෙටියෙන් කියන්න ඕනෙ කියලා මට හිතුණා.

විහාරමහාදේවිය කියන්නේ ඒ කාලේ කැලණිය පාලනය කරපු කැලණිතිස්ස රජතුමාගේ දියණිය කියලා හැමෝම දන්නවනේ. ඉතින් ඔය කැලණිතිස්ස රජතුමා දවසක් ස්වාමීන් වහන්සේ නමකට දුරදිග නොබලා දීපු දඬුවමක් නිසා මුහුද ගොඩ ගැලුවා කියලනේ ථූපවංශයේ සඳහන් වෙන්නේ. එතකොට ඔය විපතින් රට බේරගන්න තමයි එතුමගේ දූ කුමරිය වුණ විහාරමහාදේවියට මුහුදට බිලිදෙන්න සිද්ධවෙලා තියෙන්නේ. අන්තිමේදී වාසනාවකට කිසිම විපතක් නොවී විහාරමහාදේවියගේ නැව දකුණු දිග පළාතේ කිරින්ද ප්‍රදේශයට ගොඩබාලා තිබුණලුනේ. අන්න ඒ වෙලාවේ මුහුද මැද ගල්පරයක් උඩදි තමයි කාවන්තිස්ස රජතුමාට මුලින්ම විහාරමහාදේවියව මුණගැහෙන්නේ. ඔවුන් මුලින්ම හදවතින් බැඳෙන්නෙ, ආදරය බෙදුගන්නේ, සිප වැළඳගන්නේ මුහුද මැද ආන්න ඒ ගල උඩදි. මං අහන්නෙ කෝ ඔවුන්ට අද වගේ ඔය ප්‍රී ෂූට්ද මොනවද කියන ඒවා තිබුණද? වෙඩින් ෂූට් තිබුණද? නමුත් ඔවුන් මැරෙනතුරාම ආදරෙන් ජීවත්වෙලා රට ජාතියට ගැමුණු කුමාරයා, සද්ධාතිස්ස කුමාරයා වගේ වීර කුමාරවරු දයාද කළේ නැද්ද? ඒකෙන් මම කියන්න උත්සාහ කළේ අද කාලේ තරුණ දුවලා පුතාලගෙ මංගල උත්සවවල තියෙන්නෙ විශ්වාසය ආදරය සහ බැඳීම්වලට වඩා සමාජ සංදර්ශන කියලා.

මට මතකයි මේ මෑතකදී සමාජ මාධ්‍ය පුරාම මනමාල මහත්තුරු දෙන්නෙක් තමන්ගේ නෝනලාගේ පස්ස පැත්ත මිරිකන, ගවුම උස්සලා යටින් බලන ජායාරූප වගයක් ප්‍රසිද්ධ වෙලා තිබුණා. මං හිතන්නේ ඒවත් කරලා තිබුණේ ඔය ප්‍රී ෂූට් කියලා තමයි. අනේ ඉතින් ඒ තරුණයෝ දෙන්නා ඒ ජායාරූපවල පෙනී හිටියේ හරියට මහා ලොකු වීරකමක් කරලා වගේ. මට කියන්න තියෙන්නේ අනේ පුතේ මේ රටේ ලෝකේ ඕක නොකරපු කොල්ලෙක්, පිරිමියෙක් නැතුව ඇති. ඒත් ඒ කිසිම කෙනෙක් මෙච්චර කාලෙකට ඒවා ෆොටෝ ගහල ප්‍රසිද්ධ කළේ නෑ. දැන් මම මෙහෙම කියනකොට සමහර උදවිය අහයි උන් උන්ගේ ගෑනුන්ට මොනවා කළත් අත්තනායක මහත්තයට ඇති රුදෑව මොකක්ද කියලා. ඇත්ත. මම මේ කියන්නේ උන් කරපු දේ වැරදියි, සදාචාර විරෝධීයි, සංස්කෘතියට පටහැනියි කියලා හෝ උන්ට හූ කියපල්ලා කියලා නෙවෙයි. මට කියන්න ඕන වුණේ අද කාලේ කසාද බඳින පමාවට දික්කසාද නඩු ෆයිල් වෙන්නේ මේ විවාහය කියන එකේ බරක් පතළක් නොදැන බටහිරින් හෝ කොහෙන්හරි බලාගෙන ඔය විදියේ සංදර්ශනවල යෙදෙන අයගේ කියලයි. මොකද ඒ ගොඩක් දරුවො හීන මවන්නේ ෆේස්බුක් එකේ පළකරන්න හිතාගෙන ඉන්න ප්‍රී ෂූට් ෆොටෝ ටික, වීඩියෝ ටික ගැන මිසක් විවාහයෙන් පස්සෙ ජීවිතේ බෙදහදා ගන්න විදිය ගැන නෙවෙයි. ඒ නිසා ණයක් වෙලා හරි ප්‍රී ෂූට් එකක් කරලා, මුදු මාරු කරන්නත් වෙනම උත්සවයක් අරගෙන කොහොමහරි මඟුලකුත් කනවා.

ඕකට මම තව හොඳ කතාවක් කියන්නම්. මේ මෑතකදී මම ගියා මට හිතවත් ව්‍යාපාරික මහත්තයෙකුගේ පුතාගේ මංගල්ලෙට සාක්ෂියට අත්සන් කරන්න. අනේ ඉතින් එතෙන්ට

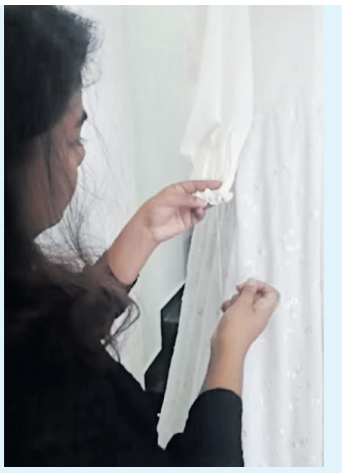
ගියාම මංගල ශාලාව එකම සැණකෙළියක් වගේ. කිසිම දේකින් අඩුවක් නෑ. මං හිතන විදියට කෝටි ගාණක් වියදම් කරලා තියෙන්න ඇති. ඒ තරුණයාත් මංගල්ලෙ දවසට කලින් ඔය කියන විදියේ ප්‍රී ෂූට් එකක් කරලා තිබුණා. කළාට මොකද ඒ හපන්කම් ටික හැමෝටම පෙන්නන්නත් ඕනනේ. ඔන්න ඉතින් ඒ පෝඩුවත් මල්වතුවලට, කූඩාරම්වලට ගිහිල්ලා අඩනිරුවතින් සිපවැළඳගෙන ඉන්න ඡායාරූප සියල්ලම ප්‍රොපෙක්ටර් යන්ත්‍රයක් මගින් මුළු මංගල සභාවටම පෙන්නුවා. ඉතින් ඒ වෙලාවේ මම දැක්කා අර මනමාලිගේ අම්මයි, තාත්තයි ඉතාමත් ලැජ්ජාවෙන් බිම බලාගත්ත හැටි. තමන්ගේ දරුවෝ කසාද බැඳලා දරුමල්ලෝ හදනවා කියලා කොයි දෙමව්පියොත් දන්නවා. නමුත්, දරුවෝ අඩනිරුවතින් ඉන්න විදිය දැක්කම, කාමුක විලාසයෙන් පෙනී හිටිනවා දැක්කම කොයි දෙමව්පියොත් අසරණ වෙනවා. මොකද මේක යුරෝපය නෙවෙයි.

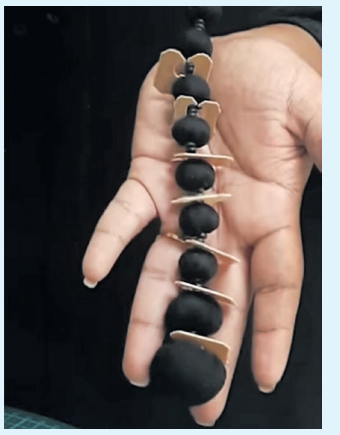
අපේ උදවිය බටහිර විවාහ මංගල්‍යය අනුකරණය කරන්න ගිහිල්ලා අල්ලගෙන තියෙන්නේ හරි තැනින් නෙවෙයි. අහුවෙච්චි තැනින්. ඔය ප්‍රී ෂූට් රැල්ලත් ඒවගේ එකක්. අද කාලේ මඟුල් ගෙවල්වලට අඩුවකට තිබුණේ මනමාල පෝඩුවගේ ලිංගිකත්වය ප්‍රදර්ශනය කරන හැසිරීම් විතරයි. දැන් ඉතින් ඔය ප්‍රී ෂූට් රැල්ල නිසා ඒකෙ අඩුවත් පිරමැහීගෙන යන බවක් තේරෙනවා. තව ඉස්සරහට වැඩි දවසක් නොගිහින් මංගල සභාවේ පෝරුවේ චාරිත්‍ර ටිකේ ඉඳන් මධුසමයට ගිහිල්ලා කරන දේවල් ටිකත් මංගල සභාවෙදිම කරන තත්ත්වෙට මඟුල් ගෙවල් පොෂ් වෙයි.

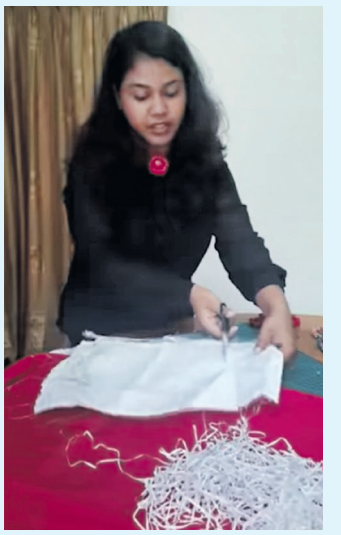
ඊළඟ තරුණ පරම්පරාවට මම කියන්නේ දුවේ පුතේ උඹලගෙ කසාදය කියන්නේ උඹලගේ ජීවිත දෙවැනි වතාවටත් අලුතින් පටන්ගන්න දවසක්. එතැන වැරදුණොත් සමහරක්විට සදහටම මුළු ජීවිතේම වරදින්න පුළුවන්. අන්න ඒ නිසා ඒකට මුලින්ම කරන්න ඕනේ උඹලා දෙන්නට දෙන්නගේ ඇඟේපතේ අමාරුකම් වීඩියෝ කරලා රටේ ලෝකේ සේරම උන්ට පෙන්නන එක නෙවෙයි. දෙමව්පියන්ගේ වැඩිහිටියන්ගේ ආශීර්වාදය මැද, ආගමානුකූලව, සරලව ඒ වැඩකටයුතු ටික කරන එක. මම මෙහෙම කිව්වට තමන් කැමති විදියට තමන්ගේ මංගල්ලේ ගන්න ඕනම කෙනෙකුට නිදහසක් තියෙනවා තමයි. ඒ කොහොම වුණත් මට ඉදිරියට විවාහ වෙන්න බලාපොරොත්තුවෙන් ඉන්න තරුණ දුවලා පුතාලට කියන්න තියෙන්නේ එකම දෙයයි. දුවේ පුතේ උඹලගේ මංගල දවස රටේ ලෝකේ උන් ඉස්සරහා නිරුවත, ලිංගිකත්වය ප්‍රදර්ශනය කරන දවසක් කරගන්න එපා."

■ ලිහිණි මධුෂිකා

හාල් ගෝනිවලින් මහපු මගේ මඟුල් ඇඳුමට රුපියලක්වත් වියදම් වුණේ නෑ







ඉවතදැන දේවල් යොදාගෙනයි සම්පූර්ණයෙන්ම ගවුම නිර්මාණය කළේ. කිසිම දෙයක් වෙළඳපොළෙන් මිලදීගත්තේ නෑ."

කීයක් ගියත් මංගල දිනය ද අඳින සාරියට හෝ ගවුමට වියදම් කරන්නට තරුණියන් දෙපාරක් හිතන්නේ නැත. ඒ ජීවිතයේ ලස්සනම දවසට වෙනදාටත් වඩා හැඩට සිටිය යුතු නිසාය. ඔමාලිද තම විවාහයට දෙතුන් මසකට ඉහතදී සිතාසිටියේ එහෙමය. ඇය විලාසිතා නිර්මාණකාරිනියක් වූ නිසා මංගල ඇඳුම ගැන ඕනෑවටත් වඩා සිතුවාය. එහෙත් විවාහ මංගල්‍යයට පැමිණි කවුරුත් පුදුම කරමින් එදා ඇය ඇඳසිටියේ වෙනස්ම ආකාරයේ ගවුමකි.

"මං මගේ විවාහ මංගල්‍යය දවසේ ඇඳපු ගවුම විශේෂ එකක්. ඒක මැහුවේ මමමයි. අපි පාවිච්චි කරලා දැන් වෙළඳපොළේ මංගල ඇඳුම් විකිණෙන්නේ අස්ප ගණවලටය. සින්නක්කර ගත්තත් කුලියට ගත්තත් වියදමේ ලොකු වෙනසක් නැත. ඉතින් එහෙව් යුගයක ඔමාලි ගත් තීරණය හරියටම හරිය.

"හාල් උරවල, ලූනු උරවල නූල්වලට අමතරව හිස් බියර් ටින් කපලා අරන් ගවුමට යම් යම් හැඩතල කොටස් එකතු කළා. ඊටපස්සේ පාන් ගෙනැල්ලා අපි ඉවත්කරන බෑග් එක සීල් කරලා තියෙන පොඩි ප්ලාස්ටික් ලොග්වලින් ගවුමේ හැඩය වැඩිකරගත්තා. අවසානේ කඩෙන් ගත්තට වඩා හොඳ මංගල ගවුමක් නිර්මාණය කරගන්න මට පුළුවන් වුණා."

ඔමාලි උසස් අධ්‍යාපනය හදාරා ඇත්තේ මොරටුව විශ්වවිද්‍යාලයෙනි. විශ්වවිද්‍යාලයේ ඇගේ අවසන් ව්‍යාපෘතිය වූයේ මිනිස් ප්‍රජාව නිසා සිදුවෙමින් පවතින සාගර දූෂණය ගැනය. ඇය පවසන ආකාරයට ඉවතලන ද්‍රව්‍ය යොදාගෙන විලාසිතා නිර්මාණයට පෙළැඹීමේ මුල්ම අඩිතාලම වැටී ඇත්තේ එතැනින්ය.

"ඒ ව්‍යාපෘතිය වෙනස් එකක්. මං ඒක සාර්ථකව කළා සහ ඒකට හොඳ ඇගයීමකුත් ලැබුණා. ඉතින් ඒක මගේ වෘත්තියට ලොකු පන්නරයක් වුණා. පස්සේ මට ඕනවුණා මිනිස් ප්‍රජාව නිසා සිදුවෙමින් පවතින පරිසර දූෂණයට විසඳුමක් හොයන්න. එහෙම හිතද්දි තමයි ඉවතලන ද්‍රව්‍ය යොදාගෙන විලාසිතා නිර්මාණයට පෙළැඹුණේ."

එකී පෙළැඹීම නිසා සමාජයට ආදර්ශවත් පණිවිඩයක් ලබාදීමට ඔමාලිට හැකිවී තිබේ. එපමණක් නොව හිත ඇත්නම් කළ නොහැක්කක් නැති බවද ඇය ඔප්පු කර තිබේ.

"අපි පාවිච්චි කරලා විසිකරන දේවල් ඕනතරම් තියෙනවා. අපිට කලාත්මක ඇහැක් තියෙනවා නම් ඒ දේවල්වලින් ඕනතරම් නිර්මාණ කරන්න පුළුවන්. ඔය පොලිතින් උර, බියර් ටින් වගේ දේවල් භාවිතයෙන් පසු පරිසරයට මුදහරින එකයි ගොඩාක් අය කරන්නේ. ඒත් ඒ දේවල්වලින් වෙනස් විදියේ වැඩ කරන්න පුළුවන්."

විවාහ දිනයේ තිබුණාට වඩා වැඩි ආකර්ෂණයක් දැන් ඔමාලිට සමාජ මාධ්‍ය හරහා ලැබී තිබේ. ඒ ඇගේ අතින් නිමවූ අපූරු මංගල ගවුම නිසාය.

"මං හිතන්නේ අපි එකම රාමුවකට කොටුවෙලා ඉන්නේ. ඒ කියන්නේ කෙනෙක් කරාට පස්සේ ඒ දකින දේවල් විතරයි නිර්මාණය කරන්නේ. ඒත් ටිකක් කල්පනා කළොත් ඊට එහා දෙයක් අපිට කරන්න පුළුවන්. හැබැයි මොන දේ කරන්නත් කලාත්මක ඇහැකුයි ඉවසන හිතකුයි තියෙන්නම ඕන."

අද ඊයේ ලොකුවට මඟුල් කා විවාහ වූ තරුණියකගෙන් ඇය ඇඳි මංගල ඇඳුමේ වටිනාකම ගැන ඇසුවොත් නිසැකවම අපේ ඇස් නළලට යන බව ඒකාන්තය. එහෙත් කවුරුන් ඇවිත් ඇසුවද තමා ඇඳි මංගල ගවුම ගැන ඔමාලිට දෙන්නට ඇත්තේ එකම උත්තරයකි.

"එක රුපියලක් වියදම් වුණේ නෑ. වියදම් වුණා නම් වියදම් වුණේ ගවුම මහන්න කියලා කඩෙන් ගත්ත ඉඳිකටුවලට විතරයි."

■ රුවන් එස්.සෙනවිරත්න

අත්තනායක
එම්. හේරත්

ඒ දුව ආර්ථික විද්‍යා ගුරුතුමාට පෙම්කළ බව දැනගෙන හිටියේ මම විතරයි

රත්තරන් දුවේ

එදා මම බාහිර උපාධි පංතියේ සිංහල දේශනය කරමිනුයි හිටියේ. ජපන් ජාතික 'යසුනරි කවබතගේ' කෙටිකතා පාඩම තමයි මං උගන්වමින් හිටියේ. කවබත යසුනරි කියන්නේ දුවේ ආසියාවට නොබෙල් ත්‍යාගය අරගෙන ආපු දෙවන ලේඛකයා. පළවැන්නා 'රවින්ද්‍රනාත් තාගෝර්'. ඔහු නොබෙල් සම්මානය දිනාගත්තෙ 'ගීතාංජලී' කියන පොතට. කවබත නොබෙල් ත්‍යාගය දිනාගත්තේ ඔහු ලිව්ව 'යුකිගුනි' (හිමබිම) නවකතාවට. ඉතින් දුවේ එතුමා ලිව්ව කෙටිකතා අතර තියෙනවා 'උදය වලාකුළු' කියලා කෙටිකතාවක්. ජපානයේ පාසැලක ගුරුවරියන් (සෙන්සෙ) අතර එකම පිරිමි මහාචාර්යවරයෙකු ඉන්නවා. මේ පාසැල බාලිකා විද්‍යාලයක්. ඉතින් අපේ මහාචාර්යවරයා උගන්වන්නේ ජපන් සාහිත්‍ය. තමන්ගේ ගුරුතුමා මහාචාර්යවරයෙකු නිසා මේ පංතියේ පුංචි ළමයින් හිටියේ හරිම ආඩම්බරයකින්. ඉතින් ඒ පංතියට එන්න අනෙක් ගුරුවරු බයයි. මොකද ඒ මහාචාර්යවරයෙකුගෙන් ඉගෙනගන්න නිසා ඒ ළමයි හිතාගෙන හිටියේ තමනුත් මහාචාර්යවරු කියලයි. හැබැයි දුවේ ඒ මහාචාර්යවරයා ඉගැන්වූ මෙලෝ දෙයක් අර ළමයින්ට තේරුණේ නැහැ. ඒත් ළමයි එතුමාට ආදරේ කරා. එතුමාගේ උගත්කමට. මේ අතර ඒ මහාචාර්යවරයා විශ්වවිද්‍යාලයට පත්වීමක් අරගෙන ගියා. දැන් අර පංතියට ජපන් සාහිත්‍ය ගුරුවරයෙක් නැහැ.

පාසැලේ කිසිම ගුරුවරයෙක් ඒ පංතියට උගන්වන්න යන්න බයයි. ඔය අතරේ මේ විද්‍යාලයට අලුතෙන් 'සෙන්සෙ' කෙනෙක් ආවා. අනෙක් 'සෙන්සෙලා' එපා කියද්දි එයා අභියෝගය භාරගෙන පංතියට ගියා. එක ළමයෙකුවත් 'සෙන්සෙව' ගනන් ගත්තෙ නැහැ. සෙන්සෙ මුලින්ම කළේ ඉස්සෙල්ලා ළමයින්ගේ නම් ටික අහගන්න එක. ඊළඟට ඒ අය ඉන්නේ කොයි පළාතෙද කියලා ඇහුවා. පංතිය ඉවරවෙලා යන්න හදනකොට එයා කිව්වා බටහිර පැත්තේ ළමයින්ගේ ආකාශයේ උදේට හාවුන්ගේ හැඩය ගන්න වලාකුලු තියෙනවා. නැගෙනහිර අහසේ තියෙන්නේ අශ්ව රූප. දකුණු පැත්තෙ කුකුළෝ. මෙහෙම කියලා ගුරුතුමිය යන්න ගියා. ගෙදර ගිය ළමයින්ට ඉවසිල්ලක් නැහැ පසුදා එළිවෙනකල් අහසේ වලාකුළු නරඹන්න. ඒ ඒ පළාතේ ළමයි උදේ වලාකුළු දිහා බැලුවම මෙන්න ගුරුතුමී කිව්ව අශ්වයෝ, කුකුළෝ, හාවෝ වලාකුළු අතර ඉන්නවා. ඇත්තටම දුවේ ඒ ගුරුතුමී කළේ පාට නැතුව, පැන්සල් පින්සල් කඩදැසි නැතුව දරුවන්ව ආකාශයේ චිත්‍ර හැදෙන හැටි ඉගැන්වීමයි. ළමයි පාසැලට ඇවිත් ගුරුතුමියව වටකරගත්තා. ඒ ගුරුතුමිය කළේ මහාචාර්යවරයා පංති කාමරයේ හිර කරපු දරුවන්ගේ මනස පංති කාමරයෙන් පිටත ලෝකයට ගෙන යාමයි. පුංචි චීටර් ඉතා දක්ෂ ලෙස මහාචාර්යවරයාව පරාජය කළා. එදා ඉඳලා අර ගුරුතුමිය දැරියන්ගේ වීරවරිය වුණා. හැම දුවෙක්ම ඇයට ආදරය කරා. ඔය අතර හිටිය එක දුවෙක් ටිකක් අමුතු විදියට ගුරුතුමීට ආදරය කරා. ඇය ගුරුතුමියගේ ලිපිනයට ලිපි යැව්වා. තැපැල් කන්තෝරු මාරු කර කර ලිපි යැව්වා. ඒත් ඇය ඒ දුවගේ ලිපි ලැබුණු බවක් ඒ දුවට පෙන්නුවේ නැහැ. තව දවසක් ඒ දුව ගුරුතුමියගේ බෝඩිං කාමරයේ දොර යටිනුත් ලියුමක් දැම්මා. ඒත් ගුරුතුමී ඒ දුවට පොදුවේ සැලකුවා මිසක කිසිම විශේෂයක් කරේ නැහැ. ගුරුතුමියගේ මේ හැසිරීම ඒ දුවට අදහාගන්න බැරි වුණා. ගුරුතුමී හදිසියේම මාරුවෙලා යන දවසේ ඇයට සයොනාරා කියන්න හැමෝම දුම්රියපොළට ආවා. අර දුවත් ආවා. ඇගේ හිස අතගෑව ගුරුතුමි අගේ අම්මට කිව්වා **"මේ හොඳම ළමයෙක්, මෙයාව හොඳට බලාගන්න"** කියලා.

> **අනෙක් 'සෙන්සෙලා' එපා කියද්දි එයා අභියෝගය භාරගෙන පංතියට ගියා. එක ළමයෙකුවත් 'සෙන්සෙව' ගනන් ගත්තෙ නැහැ. සෙන්සෙ මුලින්ම කළේ ඉස්සෙල්ලා ළමයින්ගේ නම් ටික අහගන්න එක. ඊළඟට ඒ අය ඉන්නේ කොයි පළාතෙද කියලා ඇහුවා**

වයසින් වැඩුණම තමයි දුවට තේරුණේ ගුරුතුමී කරපු ක්‍රියාවේ තේරුම. තමන් ගුරුතුමියට ප්‍රේම කරාට ගුරුතුමී දුවගේ සිහින ලෝකයට ආවේ නැහැ. ළමයෙකුට ගුරුවරයෙකුට/ගුරුවරියකට පෙම් කළ හැකියි. ඒත් ගුරුවරයෙකුට/ගුරුවරියකට එසේ කළ නොහැකි බව දැරිය දැනගත්තේ ඊට බොහෝ කාලයකට පස්සෙයි. මේ කතාව එදා ජපන් පාසල්වල තිබුණු සමාජ ප්‍රශ්නයක්. දියණිවරුන් සමඟ ගුරුවරියන් සමලිංගික සබඳතාවල යෙදීම කවබත දුටුවේ එහෙමයි. අද හැම ජපන් ගුරුවරියකටම ගුරු පුහුණුවේදී මේ කතාව අනිවාර්යයයි. මං එහෙම කියලා පාඩම නවත්තලා කෑම විවේකයට ගියාම එක දුවෙක් මගේ ළඟට ආවා.

"සර් අද කිව්ව කතාව මට හිතට වැදුණා සර්. සර් මට සමාවෙන්න. මං ආර්ථික විද්‍යාව උගන්වන සර්ට යටිහිතෙන් ආදරය කරා. ඒත් මම කිව්වෙ නැහැ. සර් දන්නෙත් නැහැ. දන්නෙ මම විතරයි."

"දුවේ ඒ සර් විවාහවෙලා දරුවෝ තුන්දෙනෙක් ඉන්නවා."

"ඇත්තද සර්?"

" ඔව් දුව. දුව ඒ සර්ට මේක කියලා නැති එක හොඳයි. දුව ආවේ ඉගෙනගන්නනේ. මං මේ රහස රකින්නම්. දුව ඉගෙනගන්න." මං ඒ දුවගේ රහසිගත ප්‍රේමයට හිත තිබ්බා. ඒ රහස ඔන්න අද තමයි මං 'ධරණී' පත්තරේට කිව්වේ. අර මගේ මිත්‍රයා මේ කතාව තාම දන්නෙ නැහැ. අද මගේ මිත්‍රයා විශ්‍රාම සුවයෙන් ගෙදර. අර දුව විවාහවෙලා දූ දරුවන් ලබලා ගුරුවරියක් ලෙස උගන්වනවා. මම ඒ දුවට ස්තුති කරනවා දුව ඒ රහස මගේ මිත්‍රයාට නොකියා මට විතරක් කිව්ව එක ගැන. මං දුවේ අදත් දූලට කියනවා දූට පුළුවන් ගුරුවරයාට හෝ ගුරුවරියට පෙම් කරන්න. ඒත් ගුරුවරයාට ඔබට පෙම් කරන්න බැහැ. මේක අවබෝධ කරගත්තු ගුරු පරපුරකුත් අපට ඉන්නවා දුවේ.

අත්තනායක එම්. හේරත්

අලියෙක් ඌරෙක් වෙලා

ඌරන් සමඟ ගනුදෙනු කළ විට මඩ ගා ගැනීමට සිදුවන බව අප දන්නා කතාවකි. එහෙත් මඩ ගා ගැනීමට සිදුවන්නේ ඌරන් සමඟ ගනුදෙනුවෙන් පමණක්ද?

පශු වෛද්‍ය තරිඳු විජේකෝන් මඩේ වැටුණේද අලි ගනුදෙනුවකිනි. තරුණ දඟකාරයෙකු ඊට වස්තු බීජය විය. දඟයාගේ මද සමයේදී පාදයේ ආබාධයක් හටගැනිණි. ඊට ප්‍රතිකාර කිරීමට පශු වෛද්‍ය තරිඳුට ඇරයුමකි. ප්‍රතිකාර කිරීම බාරගත්තද ලෙඩාගේ තරම වෙදැදුරා හොඳ හැටි දනී. ඒ මදිවාට මද කිපී සිටින දඩබ්බරයා බෙහෙත් කිරීමට ඉඩ දේ යැයි විශ්වාස කිරීම අසුපිට පුහුලක් තබනවා වැනි වැඩකි. එය එතරම් අවිනිශ්චිතය. මේ සියල්ල කල්පනා කරමින් පශු වෛද්‍ය තරිඳු රෝගියා වෙත ගියේය.

"අලියව නිදි කරවමුද?"

හෙතෙම අලි බාසුන්නැහේගෙන් ඉල්ලීය.

"අපෝ මහත්තයා, ඒකනං කරන්න බෑ."

නිදි කරවනවා තියා දණ ගැස්සවීමට හෝ මේ දඩබ්බරයා එකඟ නැත. එවැනි විධානයකට ඔහුගේ ප්‍රතිචාරය කිතුල් පොලු පහරක් විය හැකිය.

අලියාට කතා කරන සෑමවිටකම පිළිතුර ලෙස ලැබුණේ පොලු පහරකි. පහර දෙක තුනක් වදිනවිට උත්සාහය මදකට අත්හැරීමට වෛද්‍යවරයා තීරණය කළේය.

"දැන්ම අමාරුයි වගේ. තේ එකක් එහෙම බීලා ආයෙ එන්නං. ඊට පස්සෙ බලමු."

හෙතෙම හස්තිපාලකවරයාට දැනුම් දුන්නේය.

"සර්, හිමීට පිටිපස්සෙන් ගිහින් බෙහෙත් කරමු."

එයද අතුරේ යන්නට අඬ ගසනවා වැනි යෝජනාවකි. හරි ගියොත් ගැටලුවක් නැත. නැතහොත් කොතැනින් නවතීදැයි කවුරු දනීද? එහෙත් පශු වෛද්‍ය තරිඳු එම විකල්පයට එකඟ විය. ඒ කෙසේ හෝ රෝගියාට ප්‍රතිකාර ලබාදිය යුතු බැවිනි. මෙම කාර්යය රහසිගත මෙහෙයුමක් වැනිය. අලියාට හසු වුවහොත් වෙදත්, ඇත්ගොව්වාත් දෙදෙනාම කපෝතිය. පෙරට තැබූ අඩිය පසුපසට ගැනීමේ ඉඩක්ද නැත. දෙදෙනාම හෙමිහිට පසුපසින් අලියා වෙත ළඟා වූයේ මහත් පරිස්සමෙනි. එහෙත් සද්දන්තයා රුවටීමට තරම් ඔවුහු සමත් නොවූහ. අනතුර ඉව වැටුණු දඩබ්බරයා වහා පිටුපස හැරී බැලීය. වෙදැදුරා සහ ඇත්ගොව්වාට කිසිවක් සිතා ගැනීමට කාලයක් නොතබාම හෙතෙම ක්ෂණික පහරක් එල්ල කළේය. අහසින් පියාඹා යාමේ අවස්ථාව උදෑ කරගත් දෙදෙනා නැවතුණේ මඩ වළකට වැටීමෙනි. ඌරෙකු අහලකවත් නැතිව පශු වෛද්‍යවරයකුට සහ හස්තිපාලකයකුට මඩ නා ගැනීමට වූයේ එලෙසිනි. සිරුරු පුරා තැවරුණ මඩ සමඟ දෙදෙනා නැගී සිටියා පමණි. ගහෙන් වැටුණ මිනිහාට ගොනා ඇන්නා මෙන් අලියාගේ පොලු පහරකටද ගොදුරු වීමට සිදුවිය. කොරේ පිටට මරේය. පශු වෛද්‍ය තරිඳුගේ හිසට දිමි ගොට්ටක්ද පතිත විය. අලියාට බෙහෙත් කිරීම වෙනුවට බොහෝ වේලාවක් ගතවන තෙක් ඔහුට සිදුවූයේ දිමියන් ගලවා ඉවත් කිරීමටයි. ඒ සියලු පීඩා මැද අවසානයේ රෝගියාට ප්‍රතිකාර කිරීමටද හෙතෙම සමත් වූයේය.

තොරතුරු
පශු වෛද්‍ය **තරිඳු විජේකෝන්**
(ශ්‍රී දළදා මාලිගාව,
Millennium Elephant Foundation
සහ Vetcare සත්ව රෝහල)
රජනිකා ලියනගේ

ගෞරවාන්විත ප්‍රබෝධමත් ස්ථිර "රැකියාවක්"
එක්වන්න අප සමඟ.... **උපරිම මාසික වැටුප රු. 73,000/-**

රාජකීය ගෘහස්ථ හෙද සේවාවට ඔබත් එක්වන්න
වර්ෂ 2007 ආරම්භ වූ හෙද සේවිකාවන් 900ක් රැකියාවේ යෙදෙන ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රමුඛතම හෙද සේවා ආයතනයක් වන සීමාසහිත රෝයල් නර්සින් හෝම් පුද්ගලික සමාගමේ ගෘහස්ථ හෙද (Home Nursing) සමාගමේ නව රැකියා ඇබෑර්තු 100 ට එක්වීමට ඔබටත් වරම්.... ඔබ වයස අවුරුදු 18 - 50 අතර උස අඩි 4 අඟල් 10 ට වැඩි සාමාන්‍ය පෙළ දක්වා අධ්‍යාපනය ලැබූ විවාහක/අවිවාහක ගැහැණු /පිරිමි කායික හා මානසික නිරෝගි කාර්යක්ෂම රාජකාරි කළ හැකි කාරුණිකව හඳවතින්ම හෙද සේවයට කැමති ඕනෑම කෙනෙකුට රැකියාව....

සේවා කාලය හා වැටුප් ගෙවීම
නුපුහුණු සේවකයන් සඳහා සේවා කාලය 06.00 - 21.00 රෝගියාගේ නිවසේ නැවතී සේවය කිරීම වෙනුවෙන් දිනකට රු.1,800/= බැගින් පැමිණීමේ දීමනාව රු.10,000/= සමඟ උපරිම වැටුප මසකට රු.64,000/= වේ.

පළපුරුදු හෙද/හෙදි සහායිකාවන් සඳහා සේවා කාලය 06.00 - 21.00 රෝගියාගේ නිවසේ නැවතී සේවය කිරීම වෙනුවෙන් දිනකට රු.2,100/= බැගින් පැමිණීමේ දීමනාව රු.10,000/= සමඟ උපරිම මසකට රු.73,000/= වේ. මාස 12 ක පරිවාස කාලයෙන් පසු වසරකින් ස්ථිර රැකියාව ඉහළ මූලික වැටුපක් EPF, ETF හා අනෙකුත් දීමනා ලබාදෙනු ලැබේ. නුපුහුණු හෙද සහායිකාවන්ට දින 14 ක නොමිලයේ පුහුණුව

පිරිමි හෙද සේවකයන් සහ ළදරු රැකවරණ හෙදියන් සඳහා කඩිනම් බදවාගැනීම්

ආහාර පාන සහිත නේවාසිකාගාර, නිල ඇඳුම් ප්‍රවාහන පහසුකම් නොමිලේ ලබාදෙයි

රැකියාව පිළිබඳ වැඩි විස්තර දැන ගැනීම සඳහා වෙබ් අඩවියට ඇතුළුවන්න හෝ ඔබගේ ස්මාර්ට් දුරකථනයෙන් ස්කෑන් කරන්න
www.royalnursinghome.com/jobs

රජයේ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ අනුමත
ගෘහස්ථ හෙද සත්කාර සේවය PHSRC/OMI/235

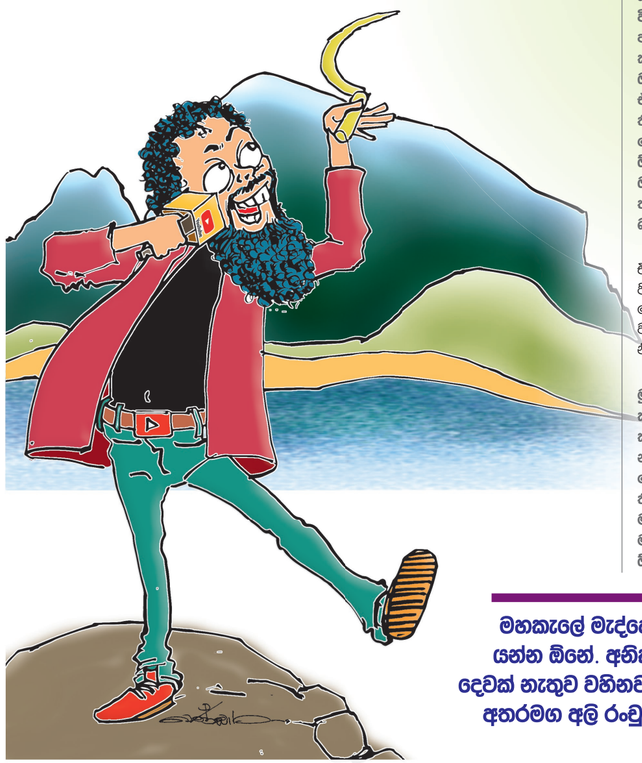
ඔබ දැනටමත් අඩු වැටුපට රස්සාව කරන හෝ විදේශ රැකියාවකට යාමට බලාපොරොත්තුවෙන් සිටින ඔබට ඉහළ වැටුපක් සමඟ ලොව දැනට පවතින උසස්ම රැකියාවන්ගෙන් එකක් වන හෙද රස්සාව සඳහා එක්වී රහදියක ලෙස ගෞරවාන්විත වෘත්තියකට නියැලීමට මෙම මහඟු අවස්ථාව මුද්ධිමත් ඔබ ප්‍රයෝජනයට ගනු ඇතැයි අප විශ්වාස කරන්නෙමු.

රෝයල් නර්සින් හෝම් පුද්ගලික සමාගම
කාර්යාලය - අංක 44,දේවානන්ද පාර ,නාවින්න මහරගම.
දුරකථන : 0114960194 / 0713944944 /0703789102
සම්මුඛ පරීක්ෂණ සෑම සඳුදා සිට සිකුරාදා දින 09.00 සිට දහවල් 01.00 දක්වා පැවැත්වෙන බැවින් ග්‍රාම සේවා සහතිකය හා ඔබ සතු සියලුම සහතිකපත් සමග කාර්යාලයට පැමිණෙන්න

පෙර පාසල් / මොන්ටිසෝරි
වැඩපොත් සහ ප්‍රාථමික පොත් සඳහා
නවතම පොත් / පාසල් ලිපිද්‍රව්‍ය / උපකරණ
තොග සහ සිල්ලර සඳහා
ලංකාවේ විශාලතම ප්‍රදර්ශනාගාරය

CSR Projects / පෙර පාසල් පොත්
1-5 දැලිස පොත් / අභ්‍යාස පොත් / අධ්‍යාපන පින්තූර පොත් / අධ්‍යාපනික මෙවලම් චාර්ට් වර්ග
සිංහල, දෙමළ හා ඉංග්‍රීසි කතන්දර පොත් / සිබිල් නැන්දාගේ කතන්දර පොත් / අතිරේක කියවීම් පොත් සහ පොත් සාප්පු සඳහා අවශ්‍ය සියලුම ද්‍රව්‍ය

යහන්ගල මුත්තාගේ නිධානය ගැන යූටියුබ් කාරයින්ට කියනවා එහෙම නෙවෙයි !



මහකැලේ මැද්දෙන් කිලෝමීටර් ගාණක් පයින් යන්න ඕනේ. අනික මේ දවස්වල මෙහාට ලවක් දෙවක් නැතුව වහිනවා. ඒ මදිවට මේ දවස්වල ඔය අතරමග අලි රංචු කීපයක්ම ඉන්නවා. ඒ හින්දා පස්සේ කෝල් එකක් දෙන්න

මාධ්‍යවේදී
තිලක් සේනාසිංහ

මධ්‍යම කඳුකරයේ ගල් පර්වතයක් තුළ රන් දෑකැති දහසකින් යුතු නිධානයක් ඇති බව මට මුල්වරට දැනගන්නට ලැබුණේ මීට වසර විස්සකට පමණ ඉහතදීය. ඒ වෙක ප්‍රේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලයීය සිංහල අධ්‍යයනාංශයේ ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්යවරයෙකුව සිටි විභාවී විජය ශ්‍රී වර්ධනයන්ගෙනි. මානව විද්‍යා විෂය පිළිබඳ ගැඹුරු හැදෑරීම් කර තිබූ විභාවී, ඒ තොරතුරු මට දැනුම්දීමටද විශේෂ හේතුවක් තිබිණි. එනම් මා ඒ සමයේ අප රටේ අතීතයේ ජීවත්වූ ප්‍රභූන් මරණයෙන් පසුව 'මුත්තා දෙවිවරුන්' වශයෙන් දේවත්වයට පත්වීම පිළිබඳ හැදෑරීමක් කරමින් සිටි බැවිනි.

විභාවී හෙළිකරන ලද තොරතුරට අනුව මිනිසේ ප්‍රදේශයේ ඇති එම ගල් පර්වතය තුළ නිදන්කොට ඇති රන් දෑකැති දහස අතීතයේ එම ප්‍රදේශයේ ජීවත්ව සිට මරණයෙන් පසු 'යහන්ගල මුත්තා' නමින් දේවත්වයට පත් ජන ප්‍රධානියෙකුගේ සන්තකයකි. යහන්ගල නම් පර්වතය තුළ ආරක්ෂිතව තැන්පත්කොට ඇති එම රන් දෑකැති දහස කිසිවකුටත් ලබාගත නොහැක. විභාවිට ඒ විස්මිත තොරතුර පවසා තිබුණේ එවක ප්‍රේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලයීය ශාස්ත්‍ර පීඨයේ සේවය කළ කනිටු සේවක මහතකු විසිනි.

සාමාන්‍යයෙන් මගේ විෂය පථයට අදාළ මෙවැනි තොරතුරක් ලැබුණු විට එය කෙටිසටහන් පොතක ලියාතැබීමේ පුරුද්දක් මා සතුව තිබේ. ඒ අවස්ථාවක් ලද පසු ඒ සම්බන්ධයෙන් වැඩිදුර විමසුම් කිරීමටය. එහෙත් කුමක් හෝ හේතුවක් මත ඒ යහන්ගල මුත්තා සතු බව පැවසෙන රන් දෑකැති දහස පිළිබඳව වැඩිදුර විමසා බැලීමට වසරක් හමාරක් යනතුරු මට අවකාශයක් නොලැබුණි.

"දැන්ද ඕක මතක් වුණේ? ඒ මනුස්සයා පැන්ෂන් ගිහින් දැන් මාස හයකටත් වැඩියි." ඊට පසුකලෙක ඒ පිළිබඳව කළ විමසුමකදී තරමක නොසතුටින් යුතුව විභාවී කීය. එහෙත් ඔහු කියා සිටියේ මා තුළ සැබෑ උනන්දුවක් තිබේ නම් ඒ විශ්‍රාමික කනිටු සේවක මහතාගේ ලිපිනය සහ දුරකතන අංක සොයා දිය හැකි බවකි. එහෙත් ඒ සමයේ ඒ සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීමට තිබූ යම් නොහැකියාවක් මත මම එය තවදුරටත් කල් දැමීමි. එහෙත් එම ගවේෂණය සඳහා මට තිබූ සියලු අවස්ථාවන් අහිමි කරමින් එතෙක් පැවති රෝගයක් උත්සන්න වූ විභාවී 2006 වසරේ මෙලොවින් සමුගත්තේ සුභද මිතුරකුද මට සදහටම අහිමි කරමිනි.

නමුදු නිදන්ගලේ මුත්තා නිදන්ගල තුළ නිදන්කොට ඇතැයි කියන රන් දෑකැති දහසේ රසවත් ප්‍රවෘත්තිය සිතින් අමතක කිරීමට නොහැකි වූ මම ඊට පසු දිනයෙක එවක මිනිපේ සහකාර ප්‍රාදේශීය ලේකම් වශයෙන් කටයුතු කළ කීර්ති දිසානායක මහතාට දුරකතනයෙන් කතාකොට උපකාරයක් ඉල්ලා සිටියෙමි.

"එහෙම නම් මම ඒ පැත්තේ ග්‍රාම නිලධාරී මහත්තයව සම්බන්ධ කරලා දෙවක් නැතුව වහිනවා. ඒ මදිවට මේ දවස්වල ඔය අතරමග අලි රංචු කීපයක්ම ඉන්නවා. ඒ හින්දැ පස්සේ කෝල් එකක් දෙන්න. මම පුළුවන් දෙවිවක් කරන්නම්." හෙතෙම කීය. කෙසේ හෝ කහවත්ත මහතාගේ කීම පරිදි මා නැවත ඔහු ඇමතීමට පෙරම මට ඔහුගෙන් යළි දුරකතන ඇමතුමක් ලැබිණි. "මම අර යහන්ගල මුත්තාගේ කතාව කීපදෙනෙකුගෙන්ම අහලා බැලුවා. නමුත් ලොකු තොරතුරක් දැනගන්න බැරිවුණා. ඒත් දැන් මෙතන ඉන්නවා ඒ ගැන තොරතුරු දන්න මහත්තයෙක්. එයාගෙන් විස්තර අහලා බලන්න." කී කහවත්ත මහතා දුරකතනය තමන් අසළ සිටි අයෙකුට ලබාදුන්නේය.

විශ්‍රාමික ගොවි නියාමකවරයෙකු වන එම්.ඩබ්.සී.දිසානායක මහතා මා හා දුරකතනයෙන් සම්බන්ධ වූ එම ප්‍රදේශවාසියා වූ අතර ඔහු කීයේ එම යහන්ගල මුත්තා වැඩි පරපුරකට අයත් බවත්, පසුව දෙවන රාජසිංහ රජුගේ බිසවගේ රෝගයක් සුව කිරීමට එම යහන්ගල අඩවියෙන් කළුනික නම් ඖෂධය සොයාදීම මත රන් දුන්නකින් සහ රන් පටියකින් පිදුම් ලබා මිදියන්සේ තනතුරකින්ද පිදුම් ලද අයෙකු බවය. ඒ අනුව අදටත් ඔහුගේ පරපුර නියෝජනය කරන යහන්ගල මුදියන්සේලාගේ, රන්දෙනු මුදියන්සේලාගේ ආදී වශයෙන් පෙළපත් නම් සහිත පවුල් එම ප්‍රදේශබදව දක්නට ලැබෙන බවද ඔහු කීය.

"යහන්ගල මුත්තා ගොවින්ට දෑකැති දුන්නාය කියන කතාව මේකයි. ඔය කියන කාලේ මේ පළාත්වල ලොකු යකඩ හිඟයක් ඇතිවෙලා තියෙනවා. ඒත් ඔය යහන්ගල මුත්තා තරමක පෝසතෙක් නිසා ලෝකුරු නයිදේ කෙනෙකුට සල්ලි දීලා දෑකැති ටිකක් හදගෙන, ගොයම් කපන කාලෙට ඒවා ගම්මුන්ට දීලා තියෙනවා. රට්ටපස්සේ මුත්තාගේ මරණෙන් පස්සේ ඔය ගම්වල අය මුත්තාට කරන කළඟුණ සැලකීමක් හැටියට ගොයම් කැපුවට පස්සේ ඔය යහන්ගලට ගිහින් අඹුක්කු පූජාවක් කරලා තියෙනවා." දිසානායක මහතා කීය.

"එතකොට මොකක්ද ඔය යහන්ගලේ රන් දෑකැති දහස් නිදන් කරලා තියෙනවා කියන කතාව?" ඉන්පසු මම මගේ යටි අරමුණ හෙළි කළෙමි.

"ඔය වගේ එක එක කතා මිනිසේ, හසලක වගේ පළාත්වල පැතිරිලා තියෙනවා. නමුත් ඔය රන් දෑකැති කියන එකෙන් අදහස් වෙන්නේ රන්වන් ගොයමේ, රන් අස්වනු කපන දෑකැති කියන එකට මිසක් රත්තරනින් හදපු දෑකැතිවලට කියලා හිතන්න අමාරුයි." දිසානායක මහතා කීය.

ඒ අනුව පසුව මම එවක මිනිපේ සහකාර ප්‍රාදේශීය ලේකම් ධුරය හෙබවූ කීර්ති දිසානායක මහතාට මෙම පුවත හෙළිකළෙමි.

"කොහොම වුණත් මේ කාලේ හැටියට ඕවා බොහොම පරිස්සමින් කතාබහ කරන්න ඕනේ මාතෘකා. මොකද ඔය යහන්ගලේ රන් දෑකැති දහස් තියනවාය කියන ජනප්‍රවාදය යූ ටියුබ් චැනල් එකක් කරන කෙනෙකුට දැනගන්න ලැබුණොත් ඒක ඇත්තක් විදියට මවාපාලා ඔය පළාත්වල අහිංසක ජනපීවිත උඩුයටිකුරු කරවන්නත් බැරි නෑ" ඔහු කීය. කීර්ති දිසානායක මහතා මේ වනවිට උඩව පළාත් ක්‍රීඩා අධ්‍යක්ෂ ධුරය හොබවයි.

මගේ එකා අපේ මුළු වත්තටම රජකම ගෙනාවා

නානුඔය ග්ලැක්සෝවත්තට උපාධියක් රැගෙන ආ දරුවාගේ මව කියන කතාව

තාත්තා එක්තැන් වුණාට පස්සෙත් අම්මා අපිව අතැරියේ නෑ. ඒ නිසා මගේ උපාධිය අයිති වෙන්න ඕන මගේ රත්තරං අම්මට...

නානුඔය ග්ලැක්සෝවත්තට හුරුපුරුදු විදියටම දවස උදවුවද වෙනද නැති අලුත්බවකින් වත්තම හැඩවී තිබුණි. වෙනදට රොටියක් දෙකක් පුච්චාගෙන තේ කුඩය පිරේ බැඳගෙන තේ දලු කඩන්නට යන ගැහැනුන් වඳ දකින්නට ලැබුණේ නැත. උදැල්ල කැත්ත කරේ තියන් බූලත්විට එක්ක ඇයිහොඳැයියෙන් තේ වතු සුද්ද කරන්නට යන පිරිමින්ද වඳ දකින්නට ලැබුණේ නැත. ඒ වෙනුවට ඔවුනොවුන් තමන් සන්තකයේ ඇති හොඳම ඇඳුම්න් හැඩවී ග්ලැක්සෝවත්තට හැරෙන තැන එක්රොක් වී සිටියේ රටේ ජනපති එහි එන බැව් ආරංචි වූ ගාණටය.

මොකක් නමුත් හුරුපුරුදු වත්තේ නුහුරු නුපුරුදු දෙයක් වෙන්නට යන බව දත් පුංචි උන් ඒ මේ අත ඇස් කැරකුවේ මින් පෙර එහෙම අත්දැකීමක් විඳ නැති හෙයින් විය යුතුය. ගතවූයේ විනාඩි කිහිපයකි. වත්තම දෙදරුම් කවමින් රකිඤ්ඤා වැල් කීපයක් ඇවිලී ගියේ හරියට අලුත් අවුරුද්ද ලැබුවා මෙන්ය. ඒත් සමඟම වත්තේ එකාලාට මැදිව කරවටේ මල් මාලයක් දගත් තරුණයෙක් වත්තට ඇතුළුවූයේ අතුණුකොටන්නා වගේ සද්දෙට නැගුනු සිය ගණනක අත්පොළසන් නද මැදය. ඒ තරුණයා වෙනින් කවුරුත් නොව නාරයන් පුන්‍යවෙල්වම් ය.

"ඔය මගේ කොල්ලා. මුළු වත්තටම ආඩම්බරයක් වුණු මගේ කොල්ලා. මගේ එකා මේ වත්තටම රජකම ගෙනාවා. මං ජීවිතේ ලබපු ලොකුම සතුට. මේ සතුට ඇති මගේ මුළු ජීවිතේටම. මගේ කොල්ලා පිළිගන්න මුළු වත්තේම අය පාරට ඇවිත්. අනේ මගේ එකම පුතා අපේ වත්තට රජෙක් වෙලා ආවා."

ඒ රාමසාමී සුගලෝචිනි ය. ඇය පුන්‍යවෙල්වම්ගේ අම්මාය. සතුටු කළුළු ඇස්වල පුරවන් ඇය දුව ගොස් තම දරුවා තුරුල් කරගත්තේ කියාගන්න බැරි අසීමිත සතුටකිනි. ඒකට හේතුවක් තිබුණි. එනම් රකිඤ්ඤා හඬ මැදින් පුන්‍යවෙල්වම් ග්ලැක්සෝවත්තට රැගෙනවිත් තිබුණේ උපාධියකි. දන්නා කාලයක පටන් තේ දල්ලට දියවුණු නානුඔය ග්ලැක්සෝ වත්තෙන් බිහිවූ පළමු උපාධිධාරියා පුන්‍යවෙල්වමිය. විතුවල කොල්ලන්ට කෙල්ලන්ටත් උපාධිය යනු තවදුරටත් අතපොවනු නොහැකි දුරක ඇති හීනයක් නොවේය යන වග ඔහු විසින් සනාථකොට තිබිණි.

"අපේ පුතාට හොඳට ඉගෙනගන්න පුළුවන්. ඇත්තටම දක්ෂයෙක්. එයා නානුඔය නාවර් විද්‍යාලයෙන් උසස්පෙළට A සාමාර්ථ තුනක් අරගත්තා. ඒ අරගෙන තමයි 2018 අවුරුද්දේ කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලයට ගියේ. මං දන්න කාලෙක අපේ වත්තෙන් විශ්වවිද්‍යාලයට ගියේ පුතා විතරයි. ඉතින් අවුරුදු ගාණකට පස්සේ එයා උපාධිය අරන් එනකොට වත්තේ අයට ගොඩාක් සතුටුයි. ඒ නිසයි හැමෝම කතාවෙලා එයා ඉහළින්ම පිළිගත්තේ."

පසුගියදා පැවති කොළඹවිශ්වවිද්‍යාලයේ උපාධි ප්‍රදානෝත්සවයෙන් පසු පුන්‍යවෙල්වම් සිය උපාධියද රැගෙන මුලින්ම පැමිණියේ ග්ලැක්සෝ වත්තටය. එසේ පැමිණි ඔහුව පුදුම කරමින් වත්තේ උදවිය ඔහු පිළිගත්තේ වත්තට රටේ ජනපති පැමිණියා හා සමාන උත්සවශ්‍රීයකිනි. ඒ තරමටම වත්තේ උදවියට එය ආඩම්බරයට කරුණක් වී තිබුණි.

"මගේ උපාධිය දේශපාලන විද්‍යාව හා මහජන සම්බන්ධතා පිළිබඳ උපාධියක්. ඒ දෙවැනි පන්තියේ ඉහළ සාමාර්ථයක් එක්ක. ඇත්තටම මම ඉගෙනගන්න සෑහෙන්න දුක්වින්දු. අඩුගානේ මට අමතර පන්තියකට යන්නවත් සල්ලි තිබුණේ නෑ. හැබැයි මට ඕනකම තිබුණා හොඳට ඉගෙනගන්න. මං උසස්පෙළ කළේ කලා විෂය ධාරාවෙන්. මට පුළුවන් වුණා ප්‍රතිඵල අනුව දිස්ත්‍රික්කයේ අටවැනියා විදියට කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලයට ඇතුළත්වෙන්න."

මං දන්න කාලෙක අපේ වත්තෙන් විශ්වවිද්‍යාලයට ගියේ පුතා විතරයි

පුන්‍යවෙල්වම් පවසන ආකාරයට වත්තක ඉපදුණු නිසා ඔහුට පුංචි කාලයේ පටන්ම ගෙවාදමන්නට සිදුව තිබුණේ කටුක දිවිපෙවෙතකි. නමුත් උවමනාව ඇත්නම් දෙවියටත් අභියෝග කළ හැකි බැව් ඔහු දැන් ඔප්පු කර පෙන්වා තිබේ.

"අපි හරි දුප්පත්. මට ඉන්නේ අම්මා, තාත්තා ඇරුණම තව නංගි කෙනෙක් විතරයි. එයාටත් හොඳට ඉගෙනගන්න පුළුවන්. ඒත් විශ්වවිද්‍යාලයේ යන්න නම් බැරිවුණා. දැන් එයා ගුරු විද්‍යාලයට අයැදුම් කරලා තියෙන්නේ. එයත් ඒ පැත්තෙන් ඉදිරියට යයි. අපි දෙන්නටම උගන්වන්න අම්මයි තාත්තයි ගොඩක් මහන්සි වුණා. අම්මා දලු කඩනවා. තාත්තා අසනීපත් එක්ක එක්තැන් වෙලා ඉන්නේ. අපි හින්ද එයාලා අපිට හොරෙන් ඕනතරම් බඩගින්නේ ඉන්න ඇති."

තමන් හරිහමන් පාසල් අධ්‍යාපනයක් නොලැබුවද දරුවන් අධ්‍යාපනයේ පරතෙරට යනු දැකීම තරම් තවත් සතුටක් අම්මෙක්ට නැත. සුගලෝචිනී ඉන්නේද ඒ ගොඩේය. පුන්‍යවෙල්වම් ගැන මේ ඇගේ සතුටේ තරමය.

"විතුවල අපේ උරුමේ ඉතින් දලු කඩන එකනේ. ඒත් දරුවෝ ලැබෙද්දිම මං හිතුවා අපේ දරුවෝ එහෙනට වැටෙන්න ඕන නෑ කියලා. ඒකයි දුක් විඳගෙන හරි කොල්ලයි කෙල්ලටයි ඉගැන්නුවේ. දැන් මං සතුටු වෙනවා. ඒ අය ඉහළට යයි. ඉතින් අම්මෙක්ට රට වඩා සතුටක් කොහෙන්ද?"

සුගලෝචිනීට ඇත්තේ එසේ මෙසේ සතුටක් නොවේ. අැයට උපාධියක වටිනාකම තේරුම්ගන්නට දැනුම් තේරුම් නොතිබුණද ඇගේ මව්ටැමින් අැය එය හඳුන්වන්නේ පුතුට රජකම ලැබුණා හා සමානවය.

"මං දන්නවා අම්මට ගොඩාක් සතුටු ඇති. ඒ වගේම තාත්තටත්. එයාලා මං වෙනුවෙන් කරපු කැපකිරීමට මට කවදාවත් ණය ගෙවන්න බැරිවෙයි. තාත්තා එක්තැන් වුණාට පස්සෙත් අම්මා අපිව අතැරියේ නෑ. ඒ නිසා මගේ උපාධිය අයිති වෙන්න ඕන මගේ රත්තරං අම්මට..."

ඒ පුන්‍යවෙල්වම්ගේ හැඟුම්බර වචනය. දැන් ඔහුගේ රළඟ අරමුණ පශ්චාත් උපාධියක් කිරීමය. එපමණක් නොව විදෙස් රටකින් ගෞරව උපාධියක් ලබාගැනීමද ඔහුගේ අරමුණු අතර තිබේ. ඒ හැරුණුකොට තේ කහවින් රටා මැවුණු සුගලෝචිනීගේ දෑඟිලි ඉන් මිදවා ගැනීමට පුන්‍යවෙල්වම් දැන් තියාම දින ගනිනේනේය. ඒ අැය කළ කැපවීම් නොවෙන්නට ඔහුටද උරුමවීමට තිබුණේ ග්ලැක්සෝවත්තේ හතරමායිම පමණක් වන නිසාය.

■ රුවන් එස්.සෙනවිරත්න

කාගෙත් හිත් ගත් උඩැක්කියක් වෙන්නෙ කොහොමද?

"තොපගේ තෙල මොළොක් වූ කෝමල පතුල් රත්පියුම් දෙකක් මෙන් බබළයි. ක්‍රමයෙන් සිහින් වූ තොපගේ කෙණ්ඩා සඟල රන්මොනර කර දෙකක් මෙන් ඉතා පියකරුය. තවද තොපගේ මටසිලුටු වූ පිරිපුන් කලවා සඟල රන් කෙසෙල් කඳ දෙකක් මෙන් ඉතා සිත්කලුය. මිටින් ගත හැකි තොපගේ සිඟුවලඟ රන් සිරිවසක් මෙන් ශෝභාමත්ය."

සාලිය කුමාරයා හෝපලු ගහක නැගලා උන්නු අශෝකමාලාගේ රුව වර්ණනා කළේ ඔන්න ඔහොමලු. චණ්ඩාල කුලේ කෙල්ලක් වෙච්චි අශෝකමාලාගේ පතුල් නෙළුම් මල් වගේලු. එතකොට කොණ්ඩා දෙක මොනර කරවල් වගෙයි කියනවා. කලවා දෙක මහත කෙසෙල් කඳන් දෙකකට උපමා කරලා තියනවා. එතකොට ඉඟ එකම්ටට අතින් ගන්න පුළුවන් උඩැක්කියක් වගේ කියලයි ඔය වර්ණනාවෙන් කියන්නේ.

ගෑනු ශරීරයේ හැඩ විවිධාකාරයි. හැමෝටම තියෙන්නේ එකම හැඩේ නෙමෙයි. ඇපල් හැඩය, පෙයාර්ස් හැඩය, උඩැක්කි නැත්තම් වැලි ඔරලෝසු හැඩය, හතරැස් හැඩය, ත්‍රිකෝණ හැඩය, ඕවල් හැඩය, දියමන්ති හැඩය වගේ එක එක හැඩ තියෙනවා.

ඔතැනින් ලස්සනම හැඩේ උඩැක්කි හැඩේ. පේන විදියට අශෝකමාලාටත් තිබිලා තියෙන්නේ උඩැක්කි හැඩේ. ඇයට විතරක් නෙමෙයි ඉස්සර හිටපු කාන්තාවන් බහුතරේකට මේ හැඩය තිබිලා තියෙන හැඩයි. 'සිසි වන උවන ඉඟ සුඟ ගත හැකි මිටින' සැළලිහිණි සංදේශේ එන මේ ස්ත්‍රී වර්ණනාවෙනුත් කියැවෙන්නේ එහෙම ශරීර තියෙන බවලතුන් ගැනනේ.

ආහාර රටාව නිසාදෝ ඉඟ සුඟ අතින් ගන්න පුළුවන් ළඳුන් නම් දැන් අඩුයි. කෙනෙක්ගේ ඇඟේ හැඩය තීරණේ වෙන්නේ ශරීරයේ මේදය තැම්පත් වෙන ආකාරයත් එක්කයි. ඉතින් ශරීර හැඩය මොකද්ද කියලා හරියටම අඳුනගත්තොත් ශරීර හැඩය පාලනය කරන්න ලේසියි. අනික හැමෝම අඳින පලියට හැම ඇඳුමම හැමකෙනාටම ගැලපෙන්නෙත් නැහැ. ඒකටත් ඇඟේ හැඩේ ගැන දැනගන්න ඕනේ. ඉතින් ඒ ගැන දැනගන්න ඕනේ නම් මේ ලිපිය කියවන්න.

මුලින්ම අපි අපේ හැඩය මොකද්ද කියලා අඳුනගමු. ඒකට උරහිස, පපුව, ඉණ, උකුල් මැනලා කොළේක ලියාගන්න.

පස්සේ කණ්ණාඩියක් ඉස්සරහට ගිහිල්ලා අපි කියන කරුණුත් එක්ක මිම් ප්‍රමාණත් බලලා ඇඟේ හැඩය තීරණය කරන්න

ඇපල් හැඩය/රවුම් හැඩය (Apple Shape)

කකුල්වලට සාපේක්ෂව උකුලයි, බඩයි විශාලයි. බඩේ සහ පපුවේ වැඩි වශයෙන් මේදය තැම්පත් වෙනවා කියන එක තමයි ඒකේ තේරුම. මේ හැඩය සෞඛ්‍යසම්පන්න නැහැ. ලංකාවේ බහුතරයක් කාන්තාන්ට තියෙන්නේ ඇපල් නැත්තම් රවුම් හැඩය කියන එක කණගාටුවෙන් වුණත් කියන්න වෙනවා.

පෙයාර්ස් හැඩය (Pear Shape)

පෙයාර්ස් හැඩය තියෙන අයගේ ශරීරයේ උඩට වඩා පහල විශාලයි. මේ අයගේ බඩ ලොකුයි, උකුල් පළල්. ඒ කියන්නේ වැඩියෙන්ම මේදය තැම්පත් වෙන්නේ ඒ තැන්වල. මේකත් සෞඛ්‍යසම්පන්න හැඩයක් නෙමෙයි. ඇපල්වලින් පස්සේ ලංකාවේ සුලබ හැඩය මේක.

හතරැස් හැඩය (Athletic Shape)

උකුල සහ උරහිස් පළල්. මේදය එක තැනක තැම්පත් නොවී ශරීරය පුරාම බෙදිලා තැම්පත් වෙනවා. එතකොට බඩ, ඉණ, පපුව මේ හැමතැනකටම ලැබෙන්නේ එකම මිම්මක් වගේම මෙහෙම ඇඟවල් තියෙන අය ලේසියකට මහත් වෙන්නෙත් නැහැ.

උඩැක්කි හැඩය/වැලි ඔරලෝසු හැඩය (Hourglass Shape)

මේක තමයි ලස්සනම ශරීරය හැඩය කියලා කිව්වනේ. හැබැයි මේ හැඩය සහිත කාන්තාවන් හරි අඩුයිලු.

මේ අයට සිහින් ඉඟටියකුත් සමානුපාතිකව බෙදුනු උඩුකයකුයි යටිකයකුයි තියෙනවා.

ත්‍රිකෝණ හැඩය (Triangles Shape)

සිරුරේ ඉහළ විශාලයි. කකුල් කුඩයි. පපුවෙයි අත්වලයි තමයි වැඩියෙන් මේදය තැම්පත් වෙන්නේ.

ඕවල් හැඩය (Oval Shape)

වැඩියෙන්ම මේදය තැම්පත් වෙන්නේ පියයුරුවල. ඒ නිසා පපුව විශාලයි. කකුල් සිහින්. ඒ වගේම උකුල පටුයි.

දියමන්ති හැඩය (Diamond Shape)

කකුල්වල සහ උකුලේ මේදය තැම්පත් වෙනවා වැඩියි. එව්වට සාපේක්ෂව පපුව කුඩයි.

ඉතින් මේ කාරණා එක්ක සිරුර අධ්‍යයනය කරලා තමන්ගේ හැඩය තේරුම්ගන්න. **"මගේ මුළු ඇඟම කෙට්ටුයි, ඔඩ විතරක් ලොකුයි", "මගේ නම් මුළු ඇඟම මහතයි, හැබැයි කකුල් විතරක් කෙට්ටුයි"** සමහරු ඔය වගේ කතා කියනවා. ඒ ඇයි කියලා දැන් තේරුම්ගන්න පුළුවන් ඇති.

මීටපස්සේ ව්‍යායාම කරද්දි මේදය වැඩිපුර තැම්පත් වෙන තැන්වලට වැඩියෙන් ව්‍යායාම කරන්න. උදාහරණයක් විදියට ඇපල් හැඩයේ නැත්තම් රවුම් හැඩයේ ඇඟක් තියෙන කෙනෙක් නම් බඩට වැඩියෙන් ව්‍යායාම කරන්න. එතකොට ත්‍රිකෝණ හැඩයේ ශේප් එකක් තියෙනවා නම් අත්වලට පපුවට කරන ව්‍යායාම අනික්වට සාපේක්ෂව වැඩි කරන්න. ව්‍යායාමවලින් මේ හැඩ වෙනස් කරන්න පුළුවන්. කෑම පාලනය කරලා හොඳින් ව්‍යායාම කළොත් ඇපල් හැඩයේ කෙනෙක්ට වැලි ඔරලෝසු හැඩය වුණත් ගන්න බැරිකමක් නැහැ

මේ මෑතකදි ඇමරිකාවේ 'ස්පෝර්ට් ඉලස්ට්‍රේටඩ්' කියලා නාන ඇඳුම් විලාසිතා දැක්මක් තිබුණා. මේකට එක එක ශරීර හැඩ තියෙන අය සහභාගී වෙලා තිබුණා. එතැන හිටපු ලොකු බඩවල් තිබුණු ඇපල් ශේප් එකේ අයයි, පෙයාර්ස් ශේප් එකේ අයයි ගොඩක් කැපිලා පෙනුණා. ඒ වගේ අයටත් විලාසිතා දැක්මවල්වල තැනක් දෙන එකට ගොඩක් අය සංවිධායකයන්ට ස්තුති කරලා තිබ්බා.

හැබැයි ඕක දැකපු ඇමරිකාවේ වෛද්‍යවරු කිව්වේ වෙන කතාවක්. ඒ ශරීර හැඩ ඒ විදියට ප්‍රොමෝට් කරන එක ස්ථූලතාවය අගයනවා වගේ වැඩක්ලු. ඒක අනතුරුදායක සෞඛ්‍යයයක් හදගන්න කියලා නොකියා කියනවා වගේ එකක්ලු. ඒ කතා කොහොම වෙතත් හැඩට නිරෝගීවට ඉන්න කැමති කෙනෙක් නම් ශරීරයේ හැඩය බලලා මේ ව්‍යායාම කරන්න කියලයි ඔන්න අපි නම් කියන්නේ.

ඇපල්/රවුම් හැඩයේ කෙනෙක් නම් කාර්ඩියෝ, ඇරබික්, පුෂ්-අප්ස්, ස්කොට්, ප්ලැන්ක් වගේ ව්‍යායාම වැඩිපුර කරන්න. පෙයාර්ස් හැඩයේ කෙනෙක් නම් ඉහත ව්‍යායාම වගේම ඩෙඩ්ලිෆ්ට්, ස්ටැට්ක් එව්වත් කරන්න. උඩැක්කි හැඩයේ කෙනෙක්ට ප්ලැන්ක්, රිවර්ස් ෆ්ලයිස් වගේ ව්‍යායාම කදිමයි. ත්‍රිකෝණාකාර හැඩේ කෙනෙක් නම් ස්කොට් සහ ලිෆ්ටින් කරන්න. ස්වෙල් ස්කොට්, ලිෆ්ට් ඕෆ් ලුන්ග් වගේ එව්වයි හතරැස් අයට හොඳ. ඕවල් කෙනෙක් නම් කාර්ඩියෝ, රෙසිස්ටන්ස් ට්‍රේනින්ග් වගේ දේවල් ගැලපෙනවා. දියමන්ති බොඩි ශේප් එකක් තියෙනවා නම් පුෂ්-අප්, ප්ලෑන්ක් වගේ එවා වැඩිපුර කරන්න.

හැම ඇඳුමක්ම හැම කෙනෙක්ටම ගැලපෙන්නේ නෑ කිව්වනේ. වෙන කෙනෙක් ඇඳන් ඉන්න ඇඳුමක් ලස්සනයි කියලා හිතුවට ඒක ඔයාට ලස්සන නොවෙන්න පුළුවන්. නැත්තම් කඩේ ඩමියකට අන්දපු ඇඳුමක් ගෙදර ගෙනැල්ලා ඇඳලා බැලුවහම වෙනස් වෙන්න පුළුවන්. ඒකට බලපාන්නේ ඇඟේ හැඩය. ඇඟේ හැඩයට අනුව ඇඳුම් තෝරගන්න හැටි දැන් කතා කරමු.

ඇපල් හැඩයක් තියෙනවා කියන්නේ ටිකක් මහත කෙනෙක් කියන එකනේ. එහෙම කෙනෙක් නම් ඇඟට තද ඇඳුම් අඳින්න එපා. ඇඟේ සයිස් එකට වඩා ටිකක් ලොකු ඇඳුම් ගන්න. පහලට ඉරි තියෙන ඇඳුම් තෝරගන්න. ඒකෙන් උදරය අඩු කරලා පෙන්වනවා. ඒ වගේම ලොකු මෝස්තර තියෙන ඇඳුම් වෙනුවට තද පාට ප්ලේන් ඇඳුම් තෝරගන්න. අත් නැති ඇඳුම් වගේම කොට ඇඳුම්වලිනුත් ඇඟේ ප්‍රමාණය වැඩි කරලා පෙන්වනවා.

හතරැස් හැඩයක් තියෙනවා කියන්නේ ඒ කෙනා ටිකක් කෙට්ටුයි. ඉතින් එහෙම කෙනෙක් නම් තිරස් පැත්තට ඉරි තියෙන ඇඳුම් අඳින්න. වැලමිට ගාවට අත් දිග ඇඳුම් ගන්න. බෝර්ච්චි, රැලි සහිත අත් තියෙන ඇඳුම් ගැලපෙනවා. වර්ණ කිහිපයක් මිශ්‍ර ඇඳුම් ඇන්දහමත් ලස්සනයි. උරපටි නැති ඇඳුමුත් හොඳයි. හැබැයි කිසිම වෙලාවක උරහිසට පෑඩ් දපු ඇඳුම් අඳින්න එපා.

පෙයාර්ස් හැඩයේ කෙනෙක් ශෝල්ඩර් පෑඩ්ස් තියෙන ඇඳුම් ඇන්දට කමක් නැහැ. නිතරම ඉණෙන් ඉහළ ඉස්මතු වෙන විදියට අඳින්න. පුෂ් අප්, පැඩඩ් බ්‍රා ඇඳලා උඩුකය ටිකක් ලොකුවට පෙන්වන්න පුළුවන්. මැක්සි ගවුම්, බෝට්ටු කර ඇඳුම් එහෙමත් ගැලපෙනවා. හැබැයි තද සායවල්, බැලූන් ඇඳුම් අඳින්න එපා.

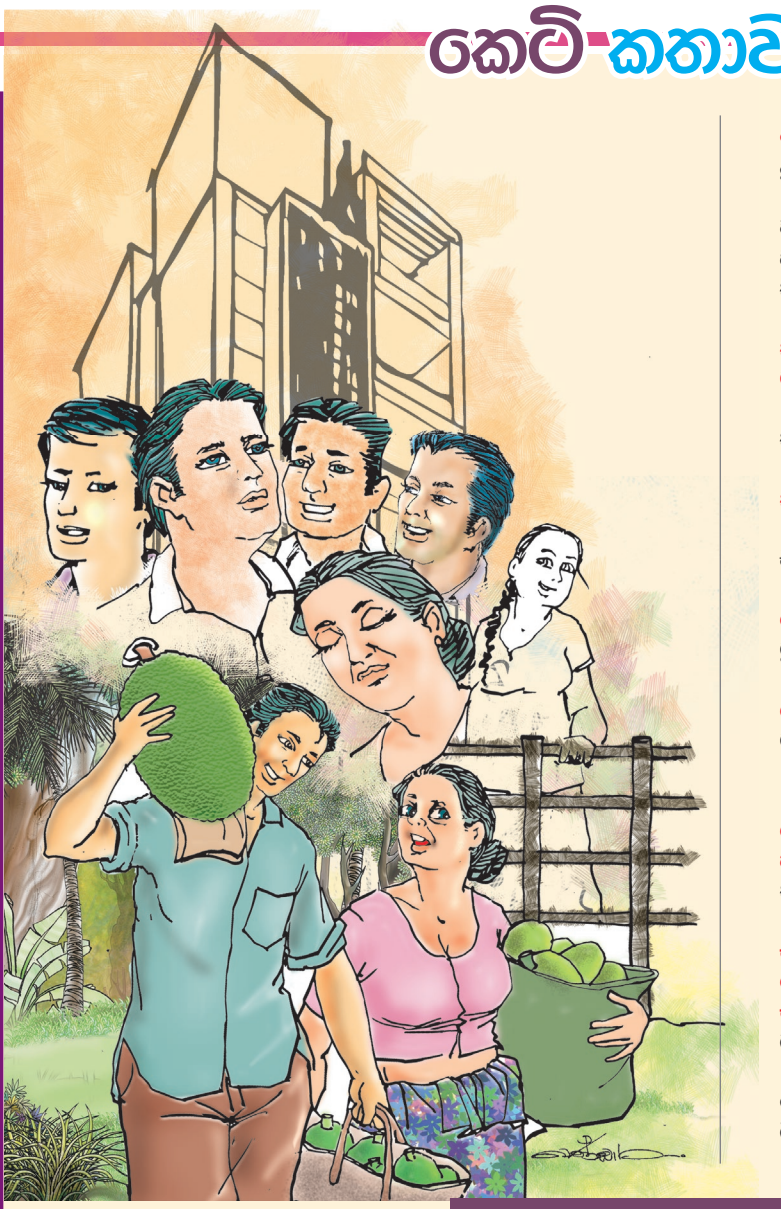
ත්‍රිකෝණ ඇඟක් තියෙනවා නම් බෝට්ටු කර ඇඳුම්. ඒ-ලයින් සායවල්, පැඩඩ් බ්‍රා, ඉණ තද ඇඳුම් අඳින්න, හැඩ නැති කමිස අඳින්න එපා.

වැලි ඔරලෝසු හැඩේ කෙනෙක්ට සාය, බ්ලව්ස්, හිර ගවුම්, ෆ්ලෙයර්ඩ් සාය, කඩා හැලෙන ඇඳුම්, පෙන්සිල් කට් ඔය ඕන එකක් ගැලපෙනවා. හැබැයි හැඩේ සඟවන හැඩ නැති ලොකු ඇඳුම් අඳින්න එපා.

ඇඟ ඕවල් නම් හතරැස් බෙල්ල, U-V කර ඇඳුම්, සිරස් ඉර් ඇඳුම්, පළල් කරපටි, දැල් ඇඳුම් වැඩිය හොඳයි. එත් ලිහිල් හැට්ට, පළල් රැළි සායවල්, තද ටී ෂර්ට්, උස් බෙල්ලක් තියෙන ඇඳුම් එපා.

සිහින් පෙනුමක් දෙන ඩෙනිම් කලිසම්, සාය, පට් අත් බ්ලව්ස්, තද ලෙගින්ස්, දියමන්ති හැඩේ අයට කදිමයි. විශාල මුද්‍රණ සහිත ඇඳුමුයි සිරස් ඉර් සහිත එව්වයි ගන්න එපා.

■ සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි



උන්ගෙ ඇස්වල කටු ඇනෙන්නේ අපි ටයි කෝට් ඇන්දොත් විතරද?

මම ජයවීර. මගේ තාත්තා නැතිවුණාට පස්සේ අම්මා මට ඉගැන්නුවේ ගොඩක් මහන්සි වෙලා. පොහොසතුන්ගේ ගෙවල්වල වැඩට යාම, කාර්යාලය පිරිසිදු කිරීම වැනි රැකියාවනුත් වරින් වර අම්මා කළා. කොස් වාරයේදී ඇය කළේ ගම වටේ ගිහින් පොලොස්, කොස් සහ දෙල් අරගෙන ඇවිත් පාරේ තියාගෙන විකුණපු එක. ඒ ආදායමින් කොටසක් අම්මා අරගෙන වැඩි ප්‍රමාණය කොස් ගසේ අයිතිකරුවන්ට දුන්නා.

අම්මාටත් මටත් අපේ ගම ඇතුළේ හොඳ පිළිගැනීමක් තිබුණේ නැහැ. ඒ අපේ දුප්පත්කම නිසා. මම කුඩා කාලයේදී මම ලවා ගස් කැප්පවීම, වහල සුද්ධ පවිත්‍ර කරගැනීම වගේ වැඩ ඔවුන් සිදුකරගත්තා. එයින් මට මුදලකුත් අතට ලැබුණා.

මම ඉගෙනගන්න එක දිහා ගමේ අය බැලුවේ උපහාසාත්මක විදියට. අම්මට ඕනේ වුණේ මට හොඳට උගන්වලා මේ ගමෙන් සදහටම පිටවෙන්න. අම්මා ගාව ගොඩක් බලාපොරොත්තු තිබුණා. මම හොඳ රැකියාවක් සොයාගනීවි, කොළඹින් ගෙයක් ගනීවි, අම්මාව එහි රැගෙන යාවි වගේ බලාපොරොත්තු ගොඩක්...

කොහොමහරි උසස්පෙළින් පස්සේ මාව 'ව්‍යාපාර කළමනාකරණ' උපාධියකට තේරුණා.

"ඔය ළමයා බොරු වැඩ නොකර අම්මට උදව් පදව් කරගෙන හිටියා නම් හරි නේද? අම්මා බොරුවට දුක් විඳිනවා ඔය ළමයට උගන්වන්න කිය කියා." ගමේ සමහරු මට එහෙම කිව්වා.

හැබැයි අම්මට ඒ කතාවලට තරහ ගියා.

"මගේ පුතා හොඳට ඉගෙනගෙන ලොකු මහත්තයෙක් වෙන්න උන්ගේ ඇස්වල කටු ඇනෙන්න." අම්මා එහෙම කිව්වා.

මම කැම්පස් ගිහින් නිවාඩුවට ආවම ඉස්සර වගේම ඒ අය මම ලවා වහල සුද්ද කරගන්න, වතුපිටි සුද්ද කරගන්න උත්සාහ කළා. අම්මා ඒ වැඩේට කොහොමටවත් කැමති වුණේ නැහැ. හැබැයි ඒ වෙද්දී මගේ හිතේ අපූරු සැලැස්මක් වැඩ කරමින් තිබුණා. මම ඒ මිනිස්සු ඉල්ලපු විදියට වැඩ කරලා දුන්නා බොහොම හිතවත්ව.

"මොනවටද ළමයෝ ඔය බොරුවට මහන්සි වෙලා ඉගෙනගන්නේ?" කියලා අහපු අයට මම හිනාවකින් පිළිතුරු දුන්නා.

මම ඉගෙනගෙන ඉවරවෙලා ගෙදර ආවා. ඒ පොලොස් වාරේ. ඒ වෙද්දී මට කැම්පස් එකේ හිතවත් යාළුවො පිරිසකුත් හිටියා. ඒ අය පටු විදියට හිතන මිනිස්සු නෙවේ. මගේ අම්මා කරන වැඩ ගැන ඒ අය දැනගෙන හිටියා.

"පුතේ රස්සාවක් හොයාගන්නකල් මම මේ වැඩේ දිගටම කරන්නම්." අම්මා එහෙම කියලා පොලොස් ගේන්න පිටත්වෙද්දී මම අම්මව නැවැත්තුවා.

"මමත් එනවා යන්න." මම එහෙම කිව්වම අම්මා ගොඩක් කලබල වුණා.

"පිස්සුද ළමයෝ? නිකන් තමන්ගේ තත්ත්වේ නැති කරගන්නේ නැතුව ගෙදරට වෙලා ඉන්නවා." අම්මා සැර දැම්මා.

"මේ ඔක්කොම අපි මෙහෙන් යනකම් විතරනේ." මම අම්මට එහෙම කියලා අම්මා එක්කම පිටත් වුණා.

"ආහ් කැම්පස් ගිහින් ඇවිල්ලත් කරන්නේ අම්මා එක්ක කොස් විකුණන එකද?" ගමේ නැන්ද කෙනෙක් අහද්දී අම්මගේ මුහුණ තරහෙන් රතුවුණා. හැබැයි මම හිනාවුණා.

"ඔව් නැන්දේ. ජොබ් එකක් හම්බෙනකම් නිකන් ඉන්නේ මොකටද? අම්මා වැඩ කරනවා බලන් නිකන් ඉන්න පුළුවන්ද?" මම කිව්වා.

දවස් ගාණක් යනකම් අම්මා හිටියේ මුහුණ නරක් කරගෙන.

"දන්නවද අර සිසිලියා කාන්ති එක්ක කියලා ජයවීර කොල්ලට තාම රස්සාවක් හම්බෙලා නැහැ. කැම්පස් උෂ්ණේ හැලා පාරේ කොස් විකුණනවා කියලා." අම්මා දවසක් කිව්වේ තරහින්.

"අම්මා හෙට මගේ කැම්පස් එකේ යාළුවො තුන්දෙනෙක් එනවා. අපි එක්ක කොස් එකතු කරන්න යන්න. භානුකයා උගේ ලොරිය අරන් එනවා කිව්වා. ඌ උගේ ගමෙනුත් කොස් පොලොස් එකතු කරන් එන්නේ කිව්වා." මම කියද්දී අම්මා මුව ඇරගෙන බලාසිටියේ කිසිවක් සිතාගත නොහැකිවය.

එදා අම්මාව ගෙදර තියා ගොස් මම යාළුවන් සමඟ කොස් ගෙඩි බොහෝ ප්‍රමාණයක් එකතු කරගත්තෙමි. ඒවා දුටු අම්මා බියට පත්විය.

"හත් දෙයියනේ ඔච්චර ගොඩක් කාටද විකුණන්නේ? ඕවා ඉතුරුවෙයි ළමයිනේ." අම්මා විස්සෝප වූවාය.

"නැහැ නැන්දේ. අපි මේවා නිකන්ම විකුණන්නේ නැහැ. කෑම හදන්න ඉන්නේ. නැන්දෑ බලාගෙන ඉන්නකෝ." මගේ මිතුරෙකු කිවේය.

අපි කොස්වලින් විවිධ ආහාර සාදන්නට පටන්ගත්තෙමු. කොස් කොත්තු, කොස් බැදුම්, පොලොස් කට්ලට්, පොලොස් රෝල්ස්, දෙල් මුරුක්කු සාදූ කඩවලට ගොස් දැමුවෙමු. අම්මා වෙනදූ කොස් විකුණන තැන පුංචි හට් එකක් දමා අප සාදන ලද ආහාර තේ සමඟ විකිණීම ඇරඹුවෙමු.

අප හතරදෙනා කරන වැඩ දෙස අම්මා බලා සිටියේ අදහාගත නොහැකිවය. කෙටි කලකින් විශාල ආදායමක් ලැබුණු අතර අප ඒවා යොදූ කුලියට කුඩා කඩපිලක් ගත්තෙමු. එය අත්හැර දමා තිබූ තේ කඩයකි. එහි පෙනුම නවීකරණය කර අප 'Jack taste' ලෙස අපගේ ව්‍යාපාරය ලියාපදිංචි කළෙමු.

අම්මාට මාගේ සැලසුම ගැන කලින් නොකීවේ ඇය කලබල වන නිසාය. ඇය මාගෙන් අපේක්ෂා කළේ යම් දවසක මා ටයි පළඳින රැකියාවක් කරනු ඇතයි යන්න මිස ස්වයං රැකියාවක් කරන්නෙකු වේවි යන්න නොවේ. ව්‍යාපාර කළමනාකරණය හැදෑරූ මාගේ සිහිනය වූයේ ව්‍යාපාරයක් ඇරඹීමය. එය අම්මාට කලින් කීවා නම් ඇය කලබල වෙනු ඇත. එයට විරුද්ධ වනු ඇත. නමුත් දැන් මා ව්‍යාපාරය ඇරඹුවේ රැකියාවක් ලැබෙනතුරු මෙය කරමි යැයි කුඩා බොරුවක් අම්මාට පවසමිනි. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ලාබ ලබද්දී අම්මා විස්මයට පත්ව සිටියාය.

කුලියට සිටි ස්ථානයද මිලදීගත් අප ප්‍රධාන නගර තුනක තවත් ගොඩනැගිලි තුනක් මිලදී ගෙන 'Jack taste' ශාඛා ආරම්භ කළෙමු.

අම්මා ආස වූ පරිදිම මම විශාල ගෙයක් ඉදි කළෙමි. මගේ හීන එකින් එක ඉටුකර ගත්තෙමි. මගේ මිතුරන්දූ එසේමය. අප හතරදෙනා 'Jack taste' හි අයිතිකරුවන්ය. තරුණ තරුණයන් 50කට වඩා වැඩි ප්‍රමාණයකට අප රැකියා ලබාදුන්නෙමු. ඒ අතර මගේ ගමේ නංගිලා මල්ලිලාද වේ.

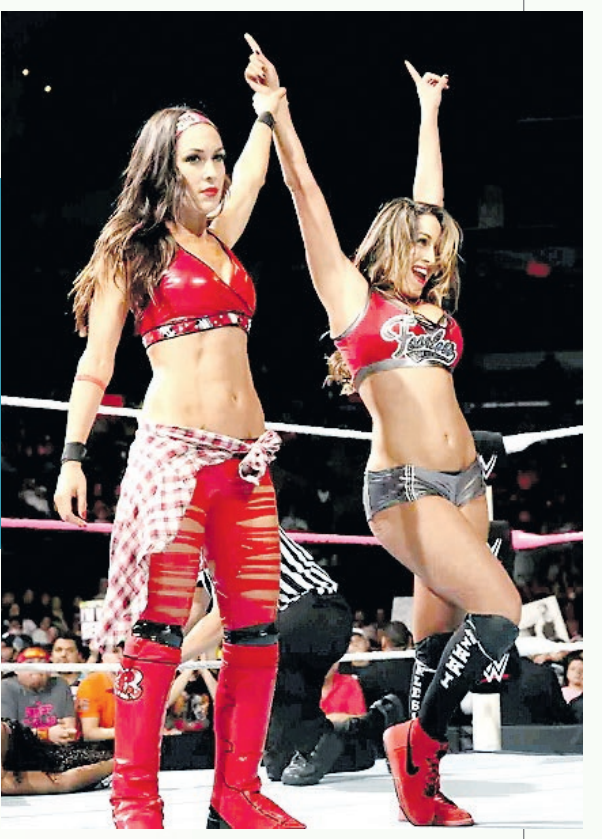
මා සහ අම්මා පහතට දැමූ ගමේ අයට පේන්නට ලොකු ලොකු රැකියා කරනවා වෙනුවට, මේ ගත් තීරණය මට වසන්තය ගෙන එන ලදි.

සමාධි ඛයස්

නික්කි බෙල්ලා සහ බ්‍රී බෙල්ලා යනු ඇමෙරිකානු නිවුන් සහෝදරියන් දෙදෙනෙකි. 'මල්ලවපොර' හෙවත් 'රෙස්ලින්' (WWE) ක්‍රීඩිකාවන් වීම නිසා මේ දෙදෙනා ලෝකයේ බොහෝදෙනා අතර ඉතා ජනප්‍රියය. නිවුන් බව සලකුණක් කරගෙන ඔවුන් දැන් සෑහෙන දුරක් පැමිණ ඇත. ක්‍රීඩාවෙන් පමණක් නොව රංගනයෙන්, නිරූපණයෙන් මෙන්ම ව්‍යාපාර මේ දෙදෙනා ඉතා සාර්ථකව ඉදිරියට පැමිණ ඇත. එනිසාම බෙල්ලා සහෝදරියන් මේ වනවිට ලෝකයේ පොහොසතම නිවුන් සහෝදරියන් දෙදෙනා ලෙසයි සැලකෙන්නේ. නමුත් ඔවුන් අද සිටින තැනට පැමිණ ඇත්තේ මල් මාවතක නම් නොවේ. එය සැබැවින්ම කඳුළින් ලියැවුණු කටුක අතීතයකි. එසේ කඳුළින් ලියැවුණු, රෙස්ලින් සටන් කලාවෙන් ලෝකයම හෙල්ලූ යකඩ බෙල්ලා නිවුන් සහෝදරියන්ගේ කතාවයි මේ.

රෙස්ලින් වළල්ලේ වැඩ පෙන්වන නික්කි අක්කා සහ බ්‍රී නංගී

මට කෙහෙල් ගෙඩි මූණක් තියෙන කෙල්ල කියලා හැමෝම විහිලු කළා



"අපි දෙන්නා ඉපදුණේ මහා ලොකුවට සල්ලි තියෙන පවුලක නෙවෙයි. අක්කා මට වඩා විනාඩි දසයයි වැඩිමල්. අපේ අම්මලා ගොවිපොළක් පවත්වාගෙන ගියා. ඒ නිසා පුංචි කාලේ ඉඳන්ම අපි කුකුල්ලු, එළදෙන්නු, අශ්වයෝ වගේ සත්තු එක්කයි එකට හැදිලා වැඩුනේ. මට මතකයි අපි සෙල්ලම් කළෙත් ඒ සත්තු එක්ක. ටිකක් ලොකු වෙනකොට අපි තමයි එයාලට කෑම දුන්නේ. ඉස්කෝලේ යන්නේ ඒ වැඩ ඔක්කෝම ඉවරකරලා තමයි. ඒ නිසා පාන්දරම අපි දෙන්නම නැගිට්ටා."

කෙලිදෙළෙන් ළමා කාලය ගතකළ අයුරු එසේ සිහිකරන්නේ වැඩිමලා වන නික්කි බෙල්ලා ය. 1983 නොවැම්බර් 21 වැනිදා ඇමෙරිකාවේ කැලිෆෝනියා ප්‍රාන්තයේදී උපන් ඔවුන් වැඩිපුරම පෙම්බැන්ඳේ පාපන්දුවටය. දෙදෙනාම පාසල් නිමාවෙන තෙක් ඇඟිලි ගැන්නේ නිවසට ආ පසු ඒ පිටටම පාපන්දු ක්‍රීඩා කරන්නටයි.

"අපි පාපන්දු ගහන්න ගොඩාක් ආස කළා. අපේ ගෙදර තිබුණු පොඩි ටීවී එකෙනුත් නිතරම බැලුවෙ පාපන්දු මැච් තමයි. අම්මලා ඒ වෙනුවෙන් උපරිම නිදහසක් දිලා තිබුණා. ඉතින් මගෙයි අක්කගෙයි වැඩේම පාපන්දු ගහන එක."

නික්කි බෙල්ලාත් බ්‍රී බෙල්ලාත් ගියේ මිශ්‍ර පාසලකටය. දෙදෙනාම රූමත්කමින් අඩුවක් නොවූ නිසා පිරිමි ළමුන්ගේ බැල්මෙන්ද ඔවුනට අඩුවක් වූයේ නැත. නමුත් වැඩි සෙනෙහේ දබරෙටයි කියන්නා සේ නික්කිගේ ජීවිතය කණපිට පෙරලුණේ පන්තියේ උන් පිරිමි ළමයෙකු ඇයට කළ නොහොඹිනා වැඩකටය.

"එතකොට මට වයස අවුරුදු 15යි. මං හිතාගෙන හිටියේ ඒ පිරිමි ළමයා මගේ හොඳම යාළුවෙක් කියලා. ඒත් එක දවසක් එයා මාව දූෂණය කළා. ඒක මට දරාගන්න බැරිවුණා. මං දවස් ගාණක්ම නොකා නොබී ඇඬුවා. මං මටම දෙස් කියාගත්තා. ඒත් මං එක දෙයක් කරන්න වගබලාගත්තා. ඒ තමයි මට වුණු දේ කාටවත් නොකියා ඉන්න. ඉතින් පුළුවන් හැමවෙලේම මං ඒක රහසක් විදියට තියාගන්න උත්සාහ කළා."

එතැන් පටන් නික්කි සිටියේ තමාට සිදුවූ දේ ගැන දැඩි වේදනාවෙනි. ඒ වේදනාව තවත් වැඩිවූයේ ඔය අස්සේම ඔවුන්ගේ පියාද දැඩි ලෙස මත්පැනට ඇබ්බැහිවීම උඩය.

"හැබැයි මොන දේ වුණත් මමවත් නංගිවත් පාපන්දු ගහන එක අත්හැරියේ නෑ. මොකද ඒකට හිත ගියාම හැමදේම අමතක වුණා. ඉතින් අපිට ඕන වුණා වෘත්තීය මට්ටමින් පාපන්දු ක්‍රීඩා කරන්න. එහෙම හිතලා පාපන්දු ක්‍රීඩා සමාජයකට පවා බැඳුනා. ඒත් දිගින් දිගටම මට ආබාධ වින්න ගත්තා. ඊටපස්සේ දුකින් වුණත් පාපන්දු අත්හරින්න වුණා. ඒ එක්කම නංගිගෙත් පාපන්දුවට තිබුණු ආසාව නැතිවුණා."

පාපන්දුව අත්හැරියාට පසු දෙදෙනාම හිත යොමුකළේ ඉගෙනීමටය. අවසන එකම දිනකදී මේ අක්කා නගෝ දෙදෙනාම උපාධිධාරීන් වූයේ චැපරල් උසස් පාසලේ දීප්තිමත් සිසුවියන් දෙදෙනෙකු බවටද පත්වෙමිනි.

"අපි දෙන්නා මුල්ම රුකියාව විදියට කළේ කැලිෆෝනියාවේ මොන්ඩ්‍රියන් හෝටලයේ වේටර්වරියෝ විදියට වැඩකරපු එක. එතැන ටික කාලයක් ඉන්නකොට නිරූපණය පැත්තට යොමුවුණා. එතැනින් රංගනය පැත්තට යොමුවුණා. හැබැයි ඒ ලොකු ලොකු නිර්මාණවල නෙවෙයි එක එක ආයතනවල පොඩි පොඩි ප්‍රවර්ධන කටයුතු වෙනුවෙන්. ඒකෙන් අපිට පොඩි මුදලක් ලැබුණා."

පල ඇති රුකට මිසක් පල නැති රුකට ගස් ගසන්නෝ නැත. බෙල්ලා නිවුන් සහෝදරියන් දෙදෙනාද ක්‍රමයෙන් ජනප්‍රියත්වයට පත්වනවිට ඔවුන්ගේ සාර්ථකත්වය බලාසිටිය නොහැකි පිරිස් ඔවුන් හාස්‍යයට ලක්කළහ.

"මමයි නංගියි දෙන්නම එක වගේ. ඒත් නංගිගේ පපුවේ උපන් ලප දෙකක් තියෙනවා. මගේ එහෙම නෑ. අපි දෙන්නා වෙනස්වුණේ එතැනදි විතරයි. ඒත් අපි ටිකක් ජනප්‍රිය වෙනකොට සමහරු අපිට විහිලු කරන්න ගත්තා. ඒ මට තියෙන්නේ කෙහෙල් ගෙඩියක් වගේ මූණක් නංගිට තියෙන්නේ ඇපල් ගෙඩියක් වගේ මූණක් කියලා."

කොතරම් හාස්‍යයට ලක්වුවද බෙල්ලා සහෝදරියන් වැටුනේ නැත. ඔවුන් එයම ශක්තියක් කරගෙන ඊළඟට යොමුවූයේ සාමාන්‍යයෙන් තරුණියන් යොමුනොවන අන්දමේ ක්‍රීඩාවක් වෙතය. ඒ මල්ලවපොර හෙවත් රෙස්ලින්ය.

"මං තමයි මුලින්ම රෙස්ලින් ගහන්න ආවේ. පස්සේ නංගිත් ආවා. මුලින් තනිතනිව ආවත් පස්සේ දෙන්නම එකට ආවා. ඒ 2008 අවුරුද්දේ. මං හිතන්නේ අපේ හැරවුම් ලක්ෂය තිබුණේ එතැන."

මේ වනවිට ජෝන්සීනලා, රැන්ඩි ඔර්ටන්ලා, රෝමර් රේන්ජ්ලා රජකරන රෙස්ලින් වළල්ලේ සිටින එකම නිවුන් සහෝදරියන් දෙදෙනා මොවුන්ය. දැන් දැන් තවත් තරුණියන් ඊට යොමුවී තිබුණද පෙනුමෙන් පමණක් නොව දක්ෂතාවය අතින්ද බෙල්ලා සහෝදරියන් සිටින්නේ ඉදිරියෙනි. එපමණක් නොව සිය නිවුන් බව සංකේතයක් කරමින් දෙදෙනාම ව්‍යාපාර ලෝකයද ජයගෙන තිබේ.

"අපි දෙන්නම එකට එකතුවෙලා විලාසිතා ආයතනයක් වගේම වයින් නිෂ්පාදන ආයතනයක් කරනවා. ඒ අතරේ රංගනය, නිරූපණය, නිවේදනය වගේ දේවලුත් කරනවා. ඒත් අපි ආසම රෙස්ලින් වළල්ලට. මොකද මුළු ලෝකයම අපි දැනගත්තේ එතැනින්. ඒ නිසා පුළුවන් කාලයක් රෙස්ලින් ගහනවා."

එදා ගොවිපොළක දුවපැන සිටි බෙල්ලා සහෝදරියන් දැන් ඇමෙරිකාවේ නම ගිය පොහොසතුන්ය. රෙස්ලින් වළල්ලේ අංක එකේ ක්‍රීඩිකාවන්ය. එකී සාර්ථකත්වය ගැන බෙල්ලා සහෝදරියන්ගේ වැඩිමල් සහෝදරිය වන නික්කි බෙල්ලා කොතැනදිත් කියන්නේ එකම කතාවය.

"මමයි නංගියි නිවුන්නු විදියට ඉපදුණු එක කොච්චර දෙයක්ද?"

■ රුවන් එස්.සෙනවිරත්න

Sterill HOME

ANTIBACTERIAL MULTIPURPOSE CLEANER

Kills 99.9% of illness causing germs

99.9% විෂබීජ විනාශ කරයි

කොරෝනා වෛරසය විනාශ කරන බවට තහවුරු කර ඇත

DERMATOLOGICALLY TESTED

සමට හානිකර නොවේ

නානකාමර

මුළුතැන්ගෙය

ගෙබිම

වීදුරු

ESTD 1835 GS &Co BELIEVE

අතේ ඇති මුදලට වැඩිම වාසියක්

Marketed by: George Steuart Consumer (Pvt) Ltd. | **Hotline:** 0115 662626

රු.390/-

අපේ පුංචි නංගිලා මල්ලිලාට දැන් පෙර පාසලේ පටන් ශිෂ්‍යත්වය දක්වාම හරිම පිළිවෙළට ඉගෙන ගන්න

මාසික අධ්‍යාපනික පුවත්පත්

6

පාඩම් සඳහා මාර්ගෝපදේශ නිර්දේශිත පිංතූර පොත් දරුවන්ගේ නිපුණතා වර්ධනය පෙන්වයි

ජනවාරි කලාපයන් දැන් වෙළෙඳපොළේ

අකුරු කරන්නට අලුතින්ම පාසලට පිය නැගූ පුංචි නංගිලා මල්ලිලාට

සිංහල ගණිතය පරිසරය ඉංග්‍රීසි දෙමළ පාඩම් සමඟින්

ශිෂ්‍යත්වය ලෙහෙසියෙන් ජය ගන්න

විශේෂ ඇණවුම් සඳහා විමසන්න 076 2568348

දිවයින පුරා පුවත්පත් නියෝජිතයින්ගෙන් හා පොත්හල්වලින් මිලදී ගතහැක

ලෝකෙට හොඳවෙලා ගෙදරට එපාකරපු මිනිහෙක් වෙන්න මට ඕන නෑ

යාළුවෙක්ට උදව් කරන්න යන්න මට බැරිකමක් නෑ. ඔයත් කියයි යන්න, ගිහින් උදව් කරලා එන්න කියලා. හැබැයි දිගින් දිගටම ඒක කරන්න ගියොත් ඔයලා එක්ක ඉන්න තියෙන කාලයයි මට නැතිවෙන්නේ. මං ඒකට කැමති නෑ

මගේ මිතුරු සමාගම ගැන කිව්වොත්, මම ඕන කෙනෙක් එක්ක ඉක්මනින් මිතුරු වෙන කෙනෙක්. මිනිස්සු තෝරලා බේරලා ආශ්‍රය කරන පුරුද්දක් මට නැතිතරම්. මගේ හිතට ළඟයි වගේ දැනෙන යාළුවන්ට මාත් ඒ විදියට මිතුරුකමින්, ආදරෙන් සලකනවා. ඒත් මගේ මහත්තයා දහම් ඒකෙ අනිත් පැත්ත. එයාට යාළුවෝ අඩුයි. ඉන්නේ ඉස්කෝලේ යන කාලේ ඉඳන්ම හිටපු යාළුවෝ කිහිපදෙනෙක් විතරයි. අලුත් යාළුවෙක් එයාගේ මිතුරු සමාගමට එකතු වුණොත් බොහොම කාලාතුරකින් තමයි.

කසාද බැඳලා ජපානෙට ආව මුල් කාලේ මට ලොකු ප්‍රශ්නයක් තිබුණා දහම්ට යාළුවෝ නැද්ද, ඇයි අපි ඒ කා එක්කවත් විනෝද චාරිකාවක්වත් නොයන්නේ කියලා. දහම එයාගේ යාළුවො ගැන විස්තර මගෙන් හංගන්න හදනවද වගේ විකාර අදහසුත් ඔලුවේ නොතිබුණාම නෙවෙයි.

එක කාලෙකදි, මට ඒ හැමදේටම උත්තර හම්බවුණා. දවසක් මට දහම් කිව්වා, "රෝසි මට ලොකු නෙට්වර්ක් එකක් මේන්ටේන් කරන්න බෑ. මගේ පැය විසිහතරේ මට ඒකට ඉඩක් නෑ. යාළුවෝ ගොඩක් ආශ්‍රය කරන්න, එහෙ මෙහෙ යන්න, එක එක පාර්ටිවලට ඒ ගෙවල්වල යන්න මට අමාරුයි. එක තැනකට ගිහින් තව තැනකට එන්න කියලා යන්න බැරි වුණොත් ඒ මිනිස්සු තරහා වෙන්නත් පුළුවන්. තේරුම්ගැනීම කියන දේ හැමකෙනෙක්ටම නෑ. හැමෝටම උදව් කරගෙන හැමෝටම හොඳ මනුස්සයෙක් වෙලා ඉන්න මට පුළුවන්. ඒත් ඒකෙන් දවසක මම ලෝකෙටම හොඳ මිනිහෙක් වෙලා ඔයාලට නරක කෙනෙක් වෙයි. යාළුවෙක්ට උදව් කරන්න යන්න මට බැරිකමක් නෑ. ඔයත් කියයි යන්න, ගිහින් උදව් කරලා එන්න කියලා. හැබැයි දිගින් දිගටම ඒක කරන්න ගියොත් ඔයලා එක්ක ඉන්න තියෙන කාලයයි මට නැතිවෙන්නේ. මං ඒකට කැමති නෑ. මං ඒකයි කාගෙන්වත් උදව් නොගෙන පුළුවන් උපරිමෙන් මගේ වැඩ තනියම කරන්නේ. උදව්වක් ගත්තත් ගන්නේ උදව් කරලා අනිත් පැත්තට මොකුත් බලාපොරොත්තු වෙන්නේ නැති, තැන තැන කියවන්නේ නෑ කියලා මට විශ්වාසම කීපදෙනෙක්ගෙන් විතරයි. මට ලෝකෙට හොඳ මනුස්සයෙක් වෙලා ඔයාලට නරක කෙනෙක් වෙන්න ඕනේ නෑ. මගේ ඔලුවෙ ඉන්නේ ඔය හතරදෙනා විතරයි. එතැනින් එහාට මං මගේ ඔලුවට කිසිදෙයක් ගන්නේ නෑ. කවුරු මං ගැන වැරදියට හිතුවත් මං ඒවා මට අදාළ කරගන්නේ නෑ. මට හැමවෙලාවම පොඩි තුන්දෙනා එක්කයි, ඔයා එක්කයි ඉන්න ඕනේ. මගේ ජීවිතේ මගේ සතුට ඒක. මගේ ඔලුවේ තියන්නේ ඔයාලව කොහේහරි ගෙනියන්න, ඔයාලට ආස දේවල් කරන්න, ඒවා කොහොමද කරන්නේ කියන දේවල් විතරයි. මගේ ඔලුවේ වෙන දේවල් නෑ.

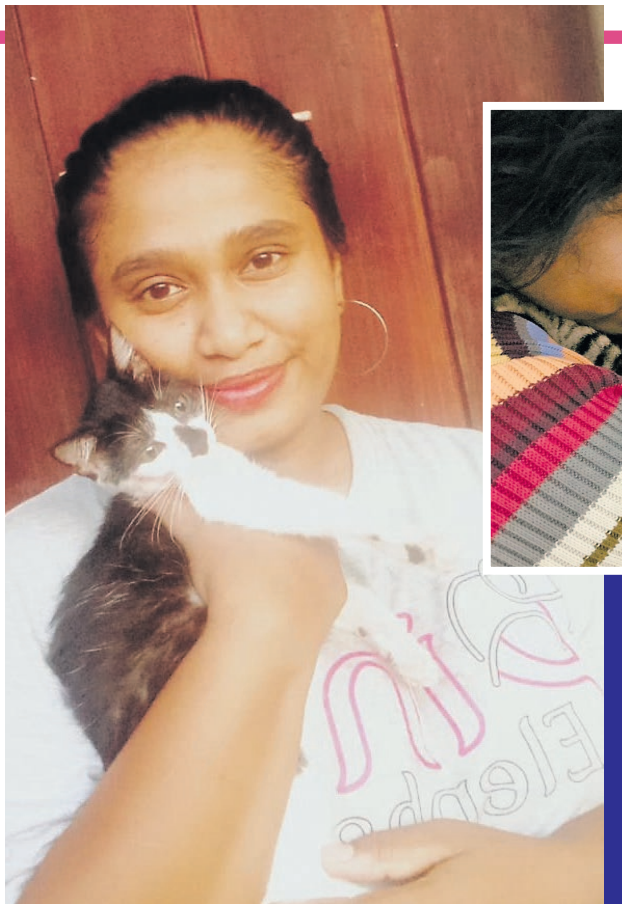
ඔයා යාළුවෝ ආශ්‍රය කරනවා, අලුත් යාළුවෝ අඳුරගන්නවා. ඔයා ඒකට ආසයි කියලා මං දන්නවා. ඒත් ඔයා ඒ අඳුරගත්තු ගොඩක් යාළුවෝ ටික කාලයයිනේ. ඔයාගේ හිත රිදෙන දෙයක් වුණාම ඔයාටම කළකිරිලා ඔයාම ඒවා මං එක්ක කියනවනේ. අන්න ඒවා ජීවිතේට අනවශ්‍ය පීඩන. මට එහෙම පීඩන නෑ. මට එදූ ඉඳන් හිටපු යාළුවෝ අදත් ඉන්නවා. අවුරුදු ගාණක් කතා නොකර ඉඳලා කතා කරත් ඒ ෆිට් එක තියෙනවා. මං අලුතෙන් කෙනෙක් එහෙම ලේසියෙන් ළං කරගන්නේ නෑ. කළත් ඔයා වගේ විශ්වාස කරන්නේ නෑ. අපිට හැමෝම කරන හැමදේම කරන්න බෑ රෝසී. එක එක්කෙනාගේ ජීවිත වෙනස්. වෙලාව කළමනාකරණය කරගන්න විදි වෙනස්. ලයිෆ් එක එන්ජෝයි කරන විදි වෙනස්. මං මගේ ලයිෆ් එක ගොඩක් එන්ජෝයි කරන්නේ ඔය හතරදෙනා එක්ක."

එදයින් පස්සේ අපිට හැමෝම කරන දේවල් කරන්න බෑ, ඒ නිසා අපිට කරන්න පුළුවන් දේවල්වලින් සතුටුවෙන්න ඕනේ කියන එක මාත් තේරුම්ගත්තා.

ගොඩක් වෙලාවට ගෑනු තමන්ගේ පිරිමියා එක්ක රණ්ඩු වෙන්නේ ඔයාට යාළුවන්ගේ පාටි ඔක්කොටම යන්න පුළුවන්, ට්‍රිප් යන්න පුළුවන්, අපි වෙනුවෙනුයි වෙලාව නැත්තේ කියලා. දහම් එයාගේ සම්පූර්ණ කාලයම අපි වෙනුවෙන් වෙන්කරලා තියෙද්දිත්, මං එයාගෙන් ඇහුවේ ඇයි අපි අනිත් අය වගේ එකතුවෙලා ට්‍රිප් යන්නේ නැත්තේ, මෙහේ ඉන්න ලංකාවේ අය ආශ්‍රය නොකරන්නේ ඇයි කියලා. ඉතින් මට ඒකට හරිම ලස්සන පැහැදිලි උත්තරයක් හම්බුණා. හැමෝම කරන දේවල් අපිට කරන්න බෑ, අපිට පුළුවන් දේ කරලා සතුටින් ඉමු කියලා.

අපි හැමවෙලේම හිතන්නේ අපිට නැති සහ කරන්න බැරි දේවල් ගැන. ඒත් අපි හිතන්නේ නෑ අපිට තියෙන, අපිට පුළුවන් දේවල් නිසා අපි කොච්චර සතුටින් හිටියාද කියලා. අපේ ළඟම මිතුරු කවයේ ඉන්න, අපිව විනිශ්චය නොකරන, අපෙන් මොකුත් බලාපොරොත්තු නොවෙන එක්කෙනෙක් හිටියත් ඒ හොඳටම ඇති ආශ්‍රය කරන්න. එහෙම යාළුවො තෝරාගන්න ඕන බොහොම පරෙස්සමෙන්. එහෙම නැති යාළුවො කොච්චර හිටියත් සැනසීම වෙනුවට ජීවිතයට එකතුවෙන්නේ අනවශ්‍ය ප්‍රශ්න විතරයි.

■ හෂිණී මනමේන්ද්‍ර



අම්මා පුස් බබෙකුට මාව බලාගන්න කියලා වැඩටත් ගියා

පාඩම් කරද්දි මගේ විඩාව නිව්වේ ගෙදර හිටිය පූස් බබාලා

හර්ෂලීගේ පවුලේ උදවිය නුවර සිට නුවරඑළියේ වාසයට යද්දී ඇයට යාන්තම් වයස අවුරුදු දෙක ලැබුවා පමණි. රජයේ සේවකයන් වූ දෙමාපියන්ට ලැබුණු ස්ථාන මාරුව අනුව, හර්ෂලී චිරන්දිකා ලක්ෂානිට වාගේම ඇයගේ අක්කාටත් අයියාටත් අම්මා තාත්තා සමඟින් නුවරඑළියේ යාමට සිදුවුණි.

"එතකොට අක්කයි, අයියයිත් මං වගේම පුංචියි. හැබැයි ඒ දෙන්නා ඒ වෙද්දි ඉස්කෝලේ යනවා. නුවර ගෙදර ඉන්නකොට වගේ නෙවෙයි නුවරඑළියට ගිය අලුත හිතවත් කෙනෙක් හොයාගන්න එකත් ලොකු ප්‍රශ්නයක් වුණාලු. කොහොමහරි ඉතින් අම්මයි තාත්තයි, අයියවයි අක්කවයි ඉස්කෝලේ යවලා වැඩට යන්න ඕනනේ. ඒ වැඩට ගියේ මාව දිවා සුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයක නවත්වලා. හවස එද්දි අම්මයි තාත්තයි මාව එක්කරගෙන එනවා. කොහොමහරි ඉස්කෝලේ බාලාංශ පන්තියට ඇතුළත් වෙන කාලේ ආවම ආයෙත් අම්මටයි තාත්තටයි ප්‍රශ්නයක් ආවා. ඒ වෙද්දි තවදුරටත් මාව දිවා සුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයේ නතර කරවන්න පුළුවන්කමක් තිබුණේ නෑ."

ඊට හේතුව නම් හර්ෂලී ඒ වනවිට දිවා සුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයක රැකවරණය ලැබිය යුතු වයස පසුකර සිටීමයි. නොබෝ දිනකින් ඇයද අක්කාත් අයියාත් මෙන් පාසල් යාමට නියමිතව සිටියත්, ඒ වනතුරු ඇයව දහවල ගෙදර නවතා යාමේ ගැටලුව නැවතත් ඒ මාපියන් වෙත පැමිණියේය.

"ඔය අතරේ දවසක් අම්මා ගේ ළඟ කඩේට ගිහින් තිබුණා ගෙදරට ඕන කරන බඩු වගයක් ගේන්න. ඒ වෙලාවේ කඩේ මුදලාලි පූස් පැටියෙකුට බනිනවලු සැමන් ටින් පෙරලනවා කියලා. එදා මුදලාලි අම්මගෙන් අහලා මේ පූස් පැටියව දෙන්නද කියලා. අම්මා ඒකට කැමතිවෙලා පූස් පැටියව ගෙදර ගෙනාවා. එයා මං එක්ක ඉක්මනින් යාළු වුණා. හොඳ යාළුවෙක් වගේ මං යන යන තැන මගේ පස්සෙන් වැටුණා. එයා කළු සුදු පූස් පැටියෙක්. අපි දෙන්නගේ යාළුකම දැක්කම මුලදි මාව තනියම ගෙදර නතර කරලා වැඩට යන්න බයවුණු අම්මගේ හිතේ බය නැතිවෙලා තිබුණා. ඇත්තටම ඒ පුස් පැටියා මගේ තනියට තියලා අම්මයි තාත්තයි වැඩට ගියා."

ඒ පුංචි හර්ෂලීටත් පූස් පැටියාටත් ඕන කරන කෑමබීම අත පොවන මානයේ තබායි. ඒ වගේම ඇයට ප්‍රවේසමෙන් ගෙදර සිටින්නට උපදෙස්ද අම්මාගෙන් ලැබිණි. ඒ අනුව පුංචි පූස් සුරතලා ඇයව බලාගත්තාටත් වඩා, ඇය පූස් පැටවා පසුපස වැටී අම්මාගේ උපදෙස්වලට කීකරුව උන්නායැයි කීම නිවැරදිය.

"මට මතකයි මම හරිම සතුටින් ඒ පූස් බබා එක්ක කාලය ගතකළේ. එයා අපිත් එක්ක අවුරුදු කිහිපයක් හිටියා. මම පහේ පන්තියේ ඉගෙනගනිද්දි තමයි එයා අසනීප වෙලා නැති වෙන්නේ. ඊටපස්සේ අම්මා තවත් පූස් පැටියෙක් ගෙදරට ගෙනාවා. එයාට අපි නම තිබ්බේ 'සුදු පූසි' කියලා. එයා හරිම ආදරණීය පූසියක්. මං ඉස්කෝලේ වැඩ කරද්දි මගේ පුංචි පොත් මේසේ කෙළවරකට වෙලා එයා මගේ මුහුණ දිහා බලන් ඉන්නවා. මට පාඩම් වැඩ කරලා කම්මැලි වෙනකොට මම කරන්නේ එයාට පෑනක් හරි රබර් පටියක් හරි දීලා එයා එක්ක ටිකක් සෙල්ලම් කරන එක. එහෙම ටික වෙලාවක් එයාගේ හුරතල් වැඩ දිහා බලන් හිටියට පස්සේ ආයෙම පාඩම් කරන්න තරම් හිත සැහැල්ලු වෙනවා."

එම සුදු පූසි කිහිපවරක් පැටවුන් ලද අතර ඒ දරු මුණුබුරන් පූස් පරම්පරා කිහිපයක්ම හර්ෂලීගේ ගෙදර හැදී වැඩුණි.

"ඔය අතරේ අම්මා පාරේ අසරණ වෙලා හිටිය පූස් පැටියෙක් දැක්කොත් එයාවත් ගෙදර ගේනවා. ඉතින් මේ ගේන හැම සතෙක්ම ඉක්මනින් යාළු වෙන්නෙත්, එයාලට සාත්තු සප්පායම් කරන්නෙත් මම. මගේ මේ පූස් ආදරේ ගැන දැනගෙන හිටිය මගේ ඉංග්‍රීසි ටියුෂන් මිස් ලස්සන පූස් පැටියෙක් දුන්නා. එයාට අපි නම දැම්මේ 'ස්වීටි' කියලා. ස්වීටිටත් ගෙදර හැමෝම ආදරේ වුණා. ඒත් එයා ටික දවසකින් ගෙදරින් අතුරුදන් වෙලා තිබුණා. ඒ 2010 අවුරුද්ද. මම එතකොට දහය වසරේ පන්තියේ හිටියේ. මම පාඩම් කරද්දි පොත් මේසෙට පැනලා මගේ බඩු පෙරලන, කඩලා බිඳලා දැන ස්වීටි නැති අඩුව හිතට තදින් දැනුණා. කොහොමහරි මං දුකින් ඉන්නේ කියලා දැනගත්තු ඉංගීසි මිස් මට ආයෙත් පූස් පැටියෙක් ගෙනැත් දුන්නා. ඒ තමයි 'ඉසබෙලා'."

ඒ වනවිට හර්ෂලී හිටියේ සාමාන්‍ය පෙළ විභාගයට සූදානම් වෙමිනි. රෑ වනතුරු පාඩම් කරද්දී සීතල තදින්ම දැනුණු දවස්ද තිබිණි. එවන් විටක පුළුන් බෝලයක් වන් ඉසබෙලා හර්ෂලී ළඟට තුරුළුව ඈ පාඩම් වැඩ නිමවනතුරු බලා සිටින්නේ ඉවසිල්ලෙනි.

"ඉසබෙලා කියන්නේ හරි අපූරු පූසියක්. මම උසස් පෙළට පාඩම් කරද්දිත් ඇය මගේ තනියට ළඟ හිටියා. ඒ කාලෙ වෙද්දි ඉසබෙලාට 'චුක්කි' කියලා පැටියෙකුත් හිටියා. ඉතින් මං පාඩම් කරද්දි චුක්කි මගේ ඔඩොක්කුවේ හරි පොත් මේසේ කොනකට වෙලා හරි මං ළඟම ඉන්නවා. ඇත්තටම පුදුම සැහැල්ලුවක් ඒ වගේ වෙලාවට හිතට එන්නේ. පාඩම් වැඩ කරා කියලා ලොකු පීඩනයක් හිතට ආවේ නැහැ. මට ඒ කාලෙම තමයි පශු වෛද්‍යවරියක් වෙන්න ඕන කියන හීනය හිතට ආවේ. ඉසබෙලාවයි, චුක්කිවයි දැකිද්දි මගේ ඒ හීනය අලුත් වුණා. ඔහොම ඉඳිද්දි 2012 අවුරුද්දේ මගේ තාත්තා හදිසියේම නැතිවුණා. මළගෙදර වැඩ ඉවරවෙලා ගෙදර ආවම අක්කගෙයි මගෙයි ළඟින්ම හිටියේ ඉසබෙලා. අපි දෙන්නා ඇඬනකොට ඉසබෙලා පුදුම විදියට අපිව සනසන්න උත්සාහ කළා. ඒ ආදරය හරිම පුදුමයි. එයාලට කතා කරන්න බැරි ටික විතරයි."

හර්ෂලීට අදටත් ඉසබෙලා ගැනවත්, ඇගේ දුව චුක්කි ගැනවත් මතකය අමතක වී නැත. ඉසබෙලා මීට වසර ගණනකට පෙර මියගියද චුක්කි 2021 වනතුරුම හර්ෂලීගේ ආදරය විඳිමින්, ඇයටද ආදරය දෙමින් වසර නවයක්ම ජීවත්ව උන්නේය. චුක්කි ඉතිරිකර ගිය පැටියා 'මොන්ටි' ය. දැන් හර්ෂලීගේ ගෙදර තනි නොතනියට ඉන්නේ මොන්ටි පමණි.

"ඉසබෙලායි, චුක්කියි මැරුණේ අසනීපෙකින් වුණත් මට හිතෙන්නෙ පශු වෛද්‍යවරුන්ගේ නොසැලකිල්ල නිසා තමයි ඒ දේ එහෙම වුණේ කියලයි. එහෙම නොසැලකිල්ල නිසා ජීවිත අහිමිවන සතුන් ගොඩක් ඉන්නවා. අපි ළඟ ඉන්න මොන්ටි කොල්ලට දැන් අවුරුදු අටක්. එයා මාස දෙකක්වත් ජීවත්වෙන එකක් නෑ කියලා එකවරක් පශු වෛද්‍යවරයෙක් කිව්වා. කොහොම වුණත් ජීවත් වෙනකල් මොන්ටිව ආදරෙන් බලාගන්නවා කියලා අම්මයි මමයි එදම තීරණය කළා."

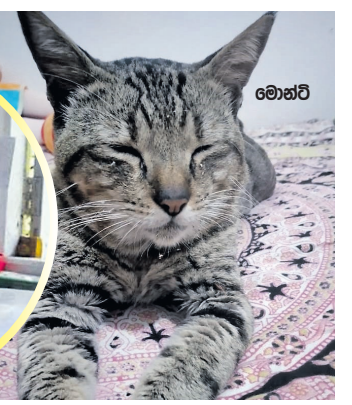
ඒ සිතූ සේම මොන්ටි අද ද ජීවත්වන්නේය. ඒ හර්ෂලීගේ අම්මා සමඟ ගමේය.

පශු වෛද්‍යවරියක වීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් හර්ෂලී ජීව විද්‍යාවෙන් උසස් පෙළ හැදෑරුවත් ඇයට විශ්වවිද්‍යාල ප්‍රවේශ සුදුසුකම් ලැබුණේ නැත. ඉන්පසු විවෘත විශ්වවිද්‍යාලයෙන් නීතිවේදී උපාධිය හැදෑරූ හර්ෂලී මේ වනවිට නීති විද්‍යාලයේ අවසන් විභාගය සඳහා සූදානම් වන්නීය. ඒ අතරම රජයේ රැකියාවක්ද කරන ඇය දැනට කොළඹ බෝඩිමක නැවතී සිටින්නීය. එම බෝඩිමේද හර්ෂලීගේ ආදරය ලබන පූස් පැටවියක ඇත. එම පූස් පැටවිය ඇය අහුලාගෙන ආවේද පාරේ අතරමංව සිටියදීය.

"මං අදටත් ගෙදර ගිහින් පාඩම් කරනකොට අනිවාර්යයෙන්ම මොන්ටි තමා මගේ ළඟම ඉන්නේ. මං ගෙදර යන දවසට මගේ කටහඬ ඇහුන ගමන් මොන්ටි ඉස්සරහට දුවගෙන එනවා. ඊටපස්සේ මං එයාට මොනාද ගෙනාවේ කියලා බෑග් එකේ තියෙන දේවල් හොයලා බලනවා. මගේ පූසෝ බලාකියාගන්න අම්මා වගේම අක්කයි අයියයිත් මට සහයෝගය දෙනවා."

හර්ෂලී 2018 වසරේ කොළඹ එනතුරුම නුවරඑළියේ සිටි අසරණ පූසන්ට බල්ලන්ට බොහෝ පිහිට වූවාය. ඉන්පසුව ඇගේ පින්සාර හිතත් පින්කාර දෑතත් දිගුවුණේ අගනුවර අසරණ සතුන් වෙතය. ඒ අනුව ඒ දෑතේ පිහිට ලබා ජීවිත ලස්සන කරගත් සත්තු බොහෝය. කලක පටන් සිහින දැක්කා සේ පශු වෛද්‍යවරියක් වන්නට බැරිවුණත්, නීතිඥවරියක් වී සත්තු වෙනුවෙන් උපරිම සේවයක් කිරීම දැන් ඇගේ බලාපොරොත්තුවය.

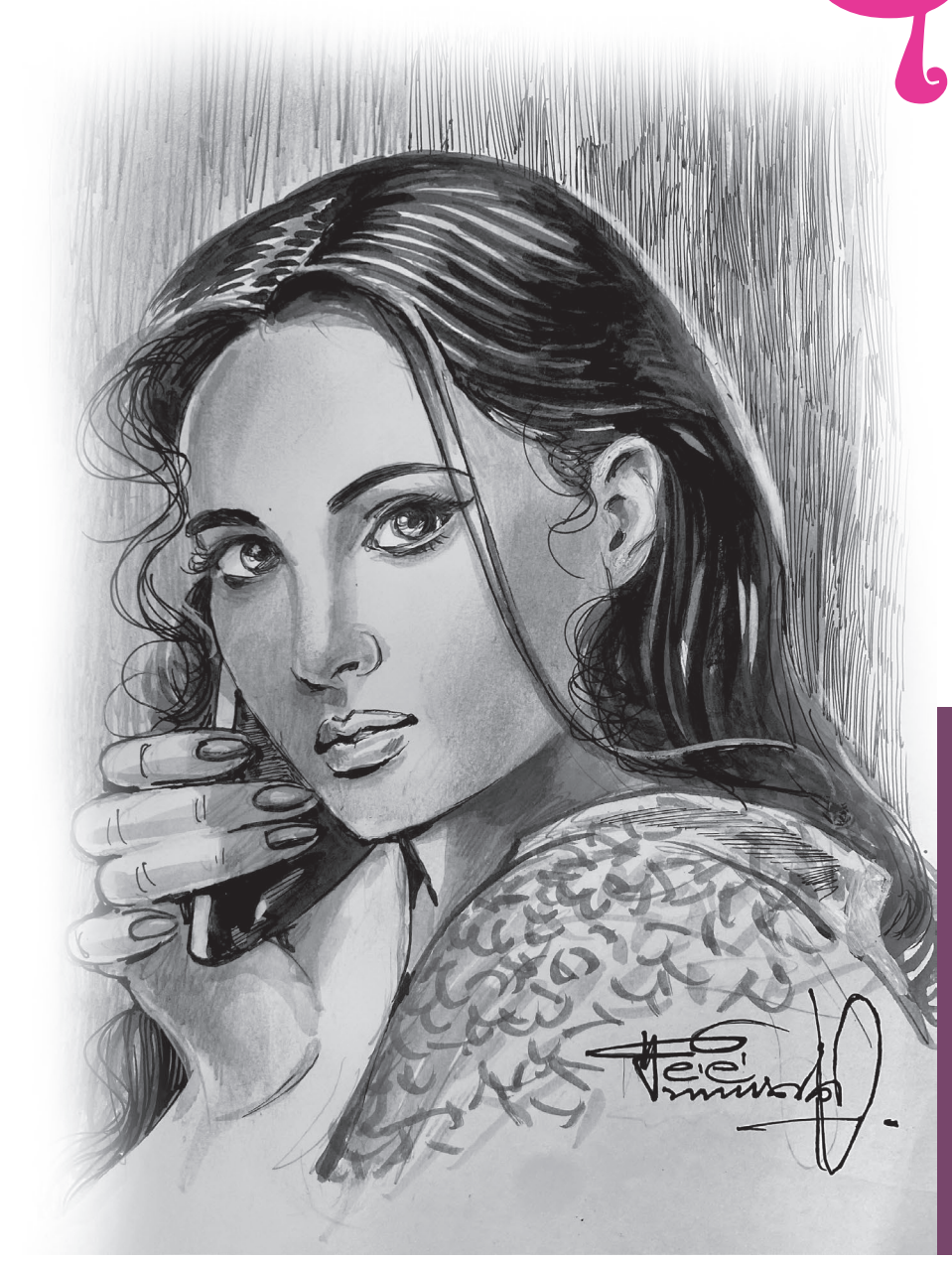
■ බියංකා නානායක්කාර



අවසරයි

බියංකා නානායක්කාර ලියයි

104 කොටස



මැණිකේ මං එක්ක තරහින්ද ඉන්නේ මන්ත්‍රී නෝනා ආවට..

ලොකු දුකකි. ඈ දුවන්නා සේ ආවේ ලේන්සුවකින් ඇස්ද පිස දමමිනි. ඇය පසුපසින් චතුමිණීද ගියේ ඇය යන්නේ තේනුකලා සිටි තැනට බව දැනුණ නිසාය.

වෛද්‍යවරයා සමඟ ඇමතිවරිය ඒ වේගයෙන්ම වාගේ දැඩි සත්කාර ඒකකයට ගියේ දෙර ළඟ සිටියවුන් නොදැක්කා සේය. තේනුක හා මේනක මුහුණින් මුහුණ බලාගනිද්දී සෙනෙහෙලතා මැණිකේගේ මුහුණ අඳුරු වී ගියේය.

"කවුද නැන්දම්මේ ඒ..? ගෙදර මිනිස්සුන්ට බලන්න දෙන්නෙ නැති ලෙඩ්ඩු එයාලා බලන්නෙ කොහොමද..?"

ලංකාවේ දේශපාලනය ගැන නොදන්නා චතුමිණී ඇසුවේ ඇත්තටමය. ඇගේ සිටිනවා දැක්මෙන් ඇගේ හිතේ තිබූ මහමෙරක් බර, බය නැති වී ගියේය. ඒත් ඔහුව මෙයාකාරව මැෂින්වලට සම්බන්ධ කර ඇත්තේ ඇයිදැයි ඇගේ හිත බය විය.

"මැණිකෙ බයවුණාද මං මැරෙයි කියලා? මං එහෙම ලේසියෙන් මෙහෙන් යන්නෙ නෑ මැණිකේ... තව වැඩ තියෙනවා මට කරන්න..."

ඇතුළට විව්වේ ඔහු හා කතා කිරීම හොඳ නැති බව කියාය. තැන තැන හෙද හෙදියන් හා වෛද්‍යවරුන් කීපදෙනෙක්ම වූහ. ඒ නිසා සෙනෙහෙලතා මැණිකේ ඔහු හා වචනයක් හෝ කතා කළේ නැත.

"මැණිකෙ මාත් එක්ක තරහෙන්ද ඉන්නෙ මන්ත්‍රී නෝනා ආවට? මං එන්න කියල නෙවේ ආවේ..."

වතාවක් දෙකක් ඇය නිසා පුංචි පුංචි වචන දුරදිග යෑම් වුණේය. මේ මොහොතේ ඒවා හිතට නොගන්නට ඇය දැඩි ආයාසයෙන් යටපත් කර ගත්තාය. ඊටත් මේ ඔහුව වෙහෙසිය යුතු වෙලාවක් නොවේ කියා සෙනෙහෙලතා මැණිකේගේ හිත මතක් කර දුන්නේය.

තේනුක තෙන්නකෝන්ට අම්මාගේ හිත සැනසෙන්නට වචනයක් හෝ කියන්නට නොලැබුණි. ඒ එක්කම වාගේ මේනක ඔවුන්ට කතා කළේය.

"අප්පච්චිට සිහිය ඇවිත්... අම්මට බලන්න දෙන්න පුළුවන් කිව්වා කැමති නම්... හැබැයි කතා කරන්න එපා කිව්වා..."

තේනුක මොහොතක් සිතුවේය. අප්පච්චි ඉන්නා හැටි දකින්නට අම්මාගේ හිතට ඒ බව කියා දී ඇතුළට යැවිය යුතුය. ඔහු සෙමින් සෙනෙහෙලතා මැණිකේව නැගිටුවා ගත්තේය. ඇයගේ උරහිසට උඩින් අත දමාගෙන ඇයට වාරුවක් වෙද්දී අම්මාගේ ඇඟ ගිනි රස්නෙට උණුසුම් වී ඇති තරම දැනුණේය. ඔහු ඇය සමඟ කතා කරමින් ඉස්සරහට ගියේය. ඒවිට ඇයට මහා ලොකු වාරුවක් දෙන්නට උවමනා වූයේ නැත. තේනුකත් මේනකත් සෙනෙහෙලතා මැණිකේත් දැඩි සත්කාර ඒකකය දෙසට යද්දී, චතුමිණී හිතාමතාම ඔවුන් හා නොයා මගහැරියාය. ඇයට ලැබී තිබුණේ ඊට වඩා වටිනා අවස්ථාවකි.

තේනුක තෙන්නකෝන් දුරකතනය යතුරු ලා තිබුණේ නැත. ඒ නිසා චතුමිණීට එහි වූ දෑ සියල්ල දැක බලාගැනීමට පුළුවන් වුණාය. දුරකතනයේ ඇයට අංජනාගේ දුරකතන අංකය නම ටයිප් කර සෙව්වාට සොයාගන්නට බැරිවිය. මුල්ම කාලේ තේනුක අංජනාගේ දුරකතන අංකය දමාගෙන තිබුණේ 'නන්නාඳුනන්නී' කියාය. ඒත් පසුව ඔහු එය වෙනස් කළේය. ඒ වෙනස්කළ නම කෝල් ගත් ලැයිස්තුවෙන් චතුමිණීට අසුවිණි. 'නෝනා' ලෙසින් නමකුත් නිතර නිතර ඒ අංකයෙන් ගත් ඇමතුම්ද විය. නොඅනුමානවම ඒ අංජනා බවට සැක හැරගත් චතුමිණී ඒ අංකය ඇගේ දුරකතනයට ඇතුළත් කරගත්තාය. ඊළඟට ඇය සෙව්වේ ඇගේ ගෙදර කාගේ හෝ අංකයකි. අංජනාගේ අම්මා කියා අංකයක්ද එහි විය. එයත් දුරකතනයට දමා ගත් ඇය ඉදිරිය බැලුවාය. තේනුකට දුරකතනයේ මතකයක් නැති ගානය. ඔවුන් තිදෙනා ඈත කොරිඩෝරයේ දැඩි සත්කාර ඒකක දෙරටුව ළඟ ඉන්නා හැටි ඇය දුටුවාය.

තවත් කාලය ඇති බව දැනුණෙන් ඇය දුරකතනයේ ෆොටෝ ගැලරියට ගියාය. එහි අංජනා අල්ලේපොලගේ ලස්සන ලස්සන ඡායාරූප ගොඩක් තිබුණි. ඒ අතරේ ඔවුන් දෙදෙනා එක්ව ගත් සේයා රූ දකිද්දී ඈ හිතට ඉරිසියාවක්ද දැනුණි. ඇය ඉක්මනටම එයින් ඡායාරූප කීපයක්ද ඇගේ දුරකතනයට ගත්තේ බ්ලූටූත් හරහාය. ඒ ඔහුට කිසිම සාක්ෂියක් ඉතුරු නොවන්නටයි. එහි වූ තවත් දේ බලන්නට හිත ඉල්ලද්දී වුව ඇය දුරකතනය කලිසම් සාක්කුවේ දමාගෙන ඔවුන් සිටි දෙසට යන්නට සැරසුණාය.

එක්වරම රෝහල් කොරිඩෝරය කලබල වුණේය. ඇමති ආරක්ෂකයින් කීපදෙනෙක් සහ වෙද නලාව බෙල්ලේ දැගත් වෛද්‍යවරයෙකුද සමඟ රෝහල් කොරිඩෝරයේ වේගවත්ව ආවේ තරමක් තරුණ ඇමතිවරියකි. ඇය නමින් නොදැන සිටියත් ඇයව දැක ඇතිබවට චතුමිණීට මතක් වුණේය. ඇමතිවරියගේ මුහුණේ ප්‍රශ්නයට දෙන්නට උත්තර තුන්දෙනාගේම මුවට වෙන වෙනම ආවත් ඔවුන් කතා කළේ නැත. මේනක ඇයට පෙනෙන්නට දෙතොලට ඇඟිල්ලක් තබා කට වහගන්නා ලෙස කීවේය.

"මං මේ වගේ තැන්වලට එන්න කැමති නැත්තෙ ඕකයි..."

සෙනෙහෙලතා මැණිකේගේ අප්‍රසාදය එල්ල වූයේ රෝහලටද ආව ඇමතිවරියටද කියා ඉලක්කගත නොවූවත් එය කීවේ අමැතිවරිය දැක්මෙන් උපන් හිත් වේදනාවෙන් කියා මේනක හොඳින් දැන සිටියේය.

"ඉන්නකෝ අම්මට ඇතුළට යන්න දෙන්නම් කියලනෙ මෙතෙන්ට එන්න කිව්වේ... එයා මේ හදිස්සියේ කඩාපාත් වුණානෙ."

මේනක කීවේ ඇගේ හිත හැදෙන්නටයි.

ඇතුළට ගිය ඇමතිවරිය ඒ සැනින්ම වාගේ එළියට ආවාය. ඈ දෑස් ලේන්සුවෙන් පිසිමින් යන්නට ගියේ සෙනෙහෙලතා මැණිකේ නොදැක්කා සේය. සෙනෙහෙලතා මැණිකේට දැඩි සත්කාර ඒකකයට යන්නට ලැබුණේ ඉන්පසුවය. ඇය අලුත් හුස්මකින් හදවත පුරවාගෙන ඊට ඇතුළු වුණාය. නොදන්නා යන්ත්‍ර කීපයකට සම්බන්ධ කර සිටියත් තෙන්නකෝන් බණ්ඩාර සිටියේ ඇස් ඇර වටපිට බලමිනි. එයම සෙනෙහෙලතා මැණිකේගේ හිතට සැනසුමක් විය. මොහොතකට පෙර අමන්ද මාදිනී ඇමතිනී ඈ ඉස්සරහට පැමිණ හිත නොසන්සුන් කළත් තෙන්නකෝන් බණ්ඩාර සුවයෙන්

"දැන් පොඩ්ඩක් කට වහගෙන ඉන්න. ඔයාට කතා කරන්න හොඳ නෑ කියලයි තියෙන්නේ..."

"මට දැන් හොඳයි... හෙට ගෙදර එන්නත් පුළුවන්..."

ඔහුගේ කතාව නොනවතින නිසා සෙනෙහෙලතා මැණිකේ එළියට එන්නට සැරසුණාය. නැත්තම් දිගින් දිගටම ඔහුගේ කියවීම නවතින්නේ නැත.

තේනුක තෙන්නකෝන් නිවසින් ගොස් බොහෝ වේලාවකි. ඇමතුමක් හෝ නොදීම අංජනාගේ හිතට දරන්න බැරි පාලුවක් විය. වැහි අඳුරත් සමඟ හැන්දෑව ඉක්මනටම ගෙවී ගොස්ය. ඈ කීපවතාවක් දුරකතනය අතට ගෙන පසෙක තැබුවේ මේ මොහොතේ ඔහු පවුලේ අය සමඟ ඉන්නා නිසා කතා කිරීම හොඳ නැති බව හැඟුණ නිසාය. ඒත් මේ වතාවේ ඒ සිතුවිල්ල දැඩි සේ ඈ පෙලුවාය.

චතුමිණීගේ සාක්කුවේ වූ තේනුකගේ ටෙලිෆෝනය වයිබ්‍රේට් වෙනු දැනුණි. තේනුක සිටියේ දැඩි සත්කාර ඒකකයෙන් එළියට ආ සෙනෙහෙලතා මැණිකේ හා කතා කරමිනි. ඇය හෙමිහිට ආයෙත් කොරිඩෝරයේ ඇවිදින අතරේ දුරකතනය අතට ගත්තාය. 'නෝනා' අංකයෙන් ඇමතුමකි. වටපිට බැලූ චතුමිණී ඇමතුම ගෙන දුරකතනය කන තබාගෙන නිහඬව සිටියාය.

ලබන සතියට

හිතේ හයියෙන් ජීවිතය දිනන්න කැමති කොයිකාටත් අතහිත දෙන්න 'ධරණී' හැමදාමත් කැමතියි. නිකරුණේ ගෙවිලා යන කාලය තමන්ගේම කියලා ස්වයං රැකියාවක් වෙනුවෙන් යොදවන්න කැමති කාන්තාවන්ට හොඳ ඉල්ලුමක් තියෙන විවිධ දෑ පියවරෙන් පියවර ගෙදරදීම හදාගන්න හැටි කියලා දෙන්න අපි හිතුවේ ඒකයි. කඩදාසි, 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.

සීතා පොන්නම්පෙරුම
ස්වයං රැකියා
පාඨමාලා උපදේශිකා

මේ වැඩේ හරියට කළොත් ඕන රෙද්දක් ඔට්ටුයි

විලි වහගන්න එක මිනිස්සුන්ගේ මූලික අවශ්‍යතාවයක්නේ. ඉතින් ගල්යුගයේ ඉඳලම මිනිස්සු ඇඳුම් විදියට කොළඅතු විල්ලගත්තා. ඊටපස්සේ සත්ව හම් ඇන්ද. පස්සෙ රෙදිවලින් ඇඳුම් මහගත්තා. ඇඳුම් ඇඳලා විතරක් බෑනේ. ඒවිවා පිරිසුදුවට තියාගන්නත් ඵපැයි. නැත්තම් ඉතින් වෙන්නේ සමාජෙන් කොන්වෙන්න. අනික විවිධ ලෙඩරෝගවලටත් කිලිටි ඇඳුම් හේතුවෙනවා .

එහෙම කියද්දි ඒ කාලේ ගියපු ඩිටර්ජන්ට් පවුඩර් ඇඩ් එකක් මතක් වුණා. ඔන්න ඉස්කෝලෙක ළමයි ටිකක් කණ්ඩායම් ෆොටෝ එකක් ගහන්නයි ලෑස්තිය. ඔන්න එකපාරම ලොකු ඉස්කෝල මහත්තයා එතැනට එනවා.

"සුදු ඇඳුම් කිව්වට මේ ළමයින්ගේ ඇඳුම් එක එක පාටනේ... මේ ඔක්කොම එක සුදක් කරන්න බැරිද?"

ලොකු ඉස්කෝලේ මහත්තයා කියාපි. ඔන්න ඒ පාර ඉතින් අම්මලා ටිකත් කලබල වෙනවා. පහුවදා හැමෝම එක ඩිටර්ජන්ට් පවුඩර් ජාතියක් දලා කිරි කොක්කු වගේ සුදට සුදේ ඉස්කෝලේ ඇවිල්ලා අර කියාපු පිංතූරේ ගහනවා.

මේ කියන්න හදන්නේ ඒ ඇඩ්වර්ටිස්මන්ට් එකේ තිබ්බ ඩිර්ජන්ට් ජාතිය ගැන එහෙම නෙමෙයි. ගෙදර ඩිටර්ජන්ට් පවුඩර් එකක් නැත්තම් සබන් කුඩු එකක් හදලා කිරි කොක්කු වගේ ඇඳුම් අඳින්න කැමති අයට ඒවිවා විකුණලා ගොඩ යන්න ක්‍රමයක් ගැන.

ක්‍රි.පූ. 2300 ජීවත්වෙච්චි බැබිලෝනිවරු දර අලුයි සත්ව තෙලුයි එකට මිශ්‍ර කරලා ඒවිවාගෙන් ඇඳුම් පිරිසුදු කළාලු. ඉතින් මුලින්ම සබන් කුඩු පාවිච්චි කළේ ඔවුන් කියලයි ඉතිහාසය කියන්නේ. පළමු ලෝක යුද්දේ කාලේදි සෙබළුන්ගේ රෙදි සෝදන සබන් හදන්න තෙල් හිඟ වුණාලු. ඒකට විසඳුමක් විදියටයි හෙන්කල් කියන ජර්මානු සමාගම අපි දැන් භාවිතා කරන ජාතියේ රෙදි සෝදන කුඩු ලෝකෙට හඳුන්වලා දීලා තියෙන්නේ. ඒ එක්දස් නවසිය ගණන්වල මුල කාලේ.

ඉස්සර අපේ රටේ ගොඩක් උදවියගේ වස්තර හෝදලා තියෙන්නේ රජක නැත්තම් රදෑ කුලේ උදවිය. රජ්ජුරුවන්ගේ රෙදිවලට අමතරව පළාතේ ලොකු මහත්තැන්ලගෙත් රෙදි සේදුවෙත් මේ අයලු. නාගස්තැන්න කියන රජකයා තමයි ශ්‍රී වික්‍රම රාජසිංහ රජ්ජුරුවන්ගේ රෙදි අපුල්ලලා තියෙන්නේ. හන්තාන කන්දෙන් ගලාගෙන එන පිරිසුදු දියපාරක් ඒකටම වෙන් කරලා තිබුණලු. ගස්වල පොතුයි, සුවඳ මල් වර්ගයි මහවිශාල මුට්ටිවලට දලා රාජරෙදි එව්වට දලා තම්බනවලු. ඊටපස්සේ රෙදි ටික පෙත්තරේ (රෙදි අතුල්ලන ගල) ගහලා කුණු අරිනවලු.

රටේ සාමාන්‍ය උදවිය නම් තමන්ගේ රෙදි තනියම සෝදගත්තලු. ගෙදර බවලතිය ගමේ නානතොටට ගිහිල්ලා නිකන් වතුරෙන් රෙද්ද පොඟලා පෙත්තරේ ගහලා ආයෙත් රෙද්ද සෝදලා අව්වට දානවලු.

මුලින්ම රෙදි සෝදන කුඩු ලංකාවට ගෙනැල්ලා තියෙන්නේ 1960දි. 1970දී මැතිනි දැඩි ආවෘත ආර්ථික ප්‍රතිපත්තියක් ගෙනාවට පස්සේ රටින් සබන් කුඩු ගෙන්වන එකත් නැවතුණාලු. ඔය කාලේ මිනිස්සුන්ට අඳින්න ඇඳුම් තිබුණෙත් නැතිලු. භූමිතෙල් ගඳ ගහන බාල රෙදිවලින් හදගත්තු ඇඳුම් ඇඳලලු විලි වැහැව්වේ. ඒව්වගේ තිබ්බ භූමිතෙල් ගඳ යවන්න එතකොට ලංකාවේ තිබිච්ච කිසිම සේදුම්කාරකේකට බැරි වුණාලු.

ඊටපස්සේ බලයට ආපු ජේ.ආර්. ජයවර්ධන මහත්තයත් ඇඳුම්වල පිරිසුදුකම ගැන හරියට හිතාපු කෙනෙක් කියලා කාලයක් එතුමාගේ ජනාධිපති ලේකම් විදියට වැඩ කරාපු ප්‍රේමතිලක මාපිටිගම කියලා තිබුණා.

හැබැයි ජේ.ආර්. ජනාධිපතිතුමාගේ රෙදි සෝදන්න සබන් කුඩු පාවිච්චි කළාද කියලා නම් දන්නේ නැහැ.

ඒ කොහොම වෙතත් දැන් ගොඩක් උදවිය රෙදි සෝදන්න පාවිච්චි කරන්නේ සබන් කුඩු. සබන් පාවිච්චි කරනවට වඩා ඒක ලාබයි. අනික වොෂින් මැෂිමට දාන්නත් පහසුයි. ඒ නිසා වෙළඳපොළේ සබන් කුඩුවලට හොඳ ඉල්ලුමක් තියෙනවා. ගිය අවුරුද්දේ අප්‍රේල් මාසෙ ඉල්ලුමට සරිලන්න සබන් කුඩු සපයාගන්න බැරිවුණු නිසා සබන් කුඩු හිඟයක් පවා ඇතිවුණා. ස්වයං රැකියාවක් විදියට සබන් කුඩු හදලා ගොඩයන්න පුළුවන් කියලා අපි කියන්නේ ඒකයි.

ඒකට මේ බඩු ටික සපයාගන්න. පිටකොටුවේ බංගසාල වීදියෙන් මේ දේවල් ලාබෙට ගන්න පුළුවන්. ලැබිසා 9g (මෙය ඇසිඩ් වර්ගයකි. ප්‍රවේසමෙන් පාවිච්චි කරන්න), සෝඩා ඇෂ් 27g (ලැබිසා උදැසීන කිරීම වැඩිපුර භාවිතයෙන් රෙදි දිරීමට ලක්විය හැකි බැවින් නියමිත ප්‍රමාණවලින් භාවිතා කරන්න), සෝඩියම් සල්ෆේට් (සබන් කුඩු ජලයේ දිය වීමට උදව් කරයි) 42g, STPP (කුණු ඉවත් කරයි). මේ අමුද්‍රව්‍ය හතර විතරක් භාවිතා කරලා සබන් කුඩු හදන්න පුළුවන්. හැබැයි වෙළඳපොළේ තරඟය වැඩි නිසා ප්‍රමිතිය තවත් වැඩි කරන්න පහත අමුද්‍රව්‍යත් එකතු කරන්න ඕනේ. SLS 2g (පෙණ අඩු කිරීමට), CMC 2g (තද කුණු පැල්ලම් යැවීමට), UV text3g (දිලිසෙන සුදක් ගැනීමට), සොඩියම් බයිකාබනේට්3g (කෙම්කල් සැර බාල කිරීම), සෝඩියම් පැබොරේට්1g (තද කුණු පැල්ලම් යැවීමට), සුවඳ, ඇසුරුම් කිරීමට ගේජ් 200 පොලිතින්.

1 ලැබිසා ටික ප්ලාස්ටික් භාජනයකට දාන්න. ඒකට සෝඩා ඇෂ් කලවම් කරන්න. පස්සේ සෝඩියම් සල්ෆේට් මිශ්‍ර කරලා විනාඩි පහක් තියන්න.

2 විනාඩි පහකට පස්සේ STPP එකතු කරන්න. සුවඳ හැර අනිත් අමුද්‍රව්‍ය සේරම එකතු කරලා මිශ්‍ර කරන්න. පැකට් කරද්දි සුවඳ ස්ප්‍රේ කරන්න.

මේ සබන් කුඩු අවුරුද්දක් කල්තියාගන්න පුළුවන්. වෙළඳපොළේ සබන් කුඩු 500g රුපියල් 300-350 වගේ මිලකට අලෙවි වෙනවා. මේ ගැන තව විස්තර දැනගන්න 0714766819 අංකයට කතා කරන්න.

■ සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

කවි යාය

දුවේ හනිකට ගෙදර එන්න

හදේ ගිනිදැල් නෙතේ කඳුළින් සෝදා හැරලා නිවාලන්නට
මුවේ හසරැල් මවාපාපන් හදේ සැනසුම ලබාගන්නට
මිහිරි වදනක් දෙසාපාපන් මගේ තනිකම මකාලන්නට
හිතේ අවියක් අමෝරාපන් දුවේ හනිකට ගෙදර එන්නට

කරදර ගලනවිට පමණයි සිහිවෙන්නේ
නිදහස ලැබුණ විට අමතක වී යන්නේ
මදහස පාන විට සැමද රැවටෙන්නේ
වැරදුණ විටදි ඇයි දෙවිඳුට ගරහන්නේ

ලෝ දම අනුව වෙන්වී ගොස් දුරට මගෙන්
සිහිවෙන විටදි ගලනවා මගෙ කඳුළු නෙතින්
දුරු කර මා හැම පුහු දේ ඔබේ සිතින්
පිං සිදුවේවි ඉක්මනටම ගෙදර වරෙන්

බැද්ද පුරා පොර බදලා වෙහෙස වෙලා හැන්දෑවට
සද්ද නොකර සවන් දෙන්න මිහිරි හඬක් හරි අගේට
ගල්ගිරියා කඳු මුදුනේ හිරු දෙවියන් නිදියනකොට
පත්තිනි අම්මේ ඇය එක්කන් වඩිනු මැනවි මහගෙදරට

ඩබ්.එම්.අබයරත්න
බොරවැව, මොරගාල්ලාගම

ධරණී

ධරණී නමින් පළවූ නව පුවත් පත
පළවූ ද සිටම බැලුවා මැලි නොවී සිත
නැවතත් සඳුදා එළැඹෙනතුරු මගේ අත
මග බලමින් සිටියි ඉවසිලි නැතිව සිත

ඉවුම් පිහුම් මැහුම් ගෙතුම් ගෙන එන ධරණී
සමාජයේ ඇති තතු හෙලි කෙරුණි
ලලනාවන්ට ආ හොඳ පුවතකි ධරණී
සැමදෙන කියවන්න ආදරබර ධරණී

සැමගේ සිත් දිනා ආ පුවතකි ධරණී
කාටත් පොදුව බිහිවුණ පුවතකි ධරණී
මගෙ තනි නොතනියට ආ පුවතකි ධරණී
වයසට ගියත් මම කියවන්නේ ධරණී

ඒ. නන්දා සෝමලතා
හොරණ

රැස් කරන කෙලෙස්

දෙවුර සරසා කළු ලෝගු
නමින් සහතික
උපාධි ඩිප්ලෝමා
ගොඩ ගසයි කඳු

බැලූවිට ක්‍රියාවන්
ඇසූ විට වදන්
මුල් බැසගෙන
වානර යුග ආකල්ප

හඹා යයි දින දින
ආශා පසුපසම
දැවී දැවී වියරු ගිනිගෙන
නැත තෙතමනය
හිත් කොනක

යෙදේ පෙරටුව පවිටු සිත
බැඳේ නිති මුලාව සමඟින
රැස් කරමින කෙලෙස්
දිගු කරයි සසර තව තව

ටී.නිපුනි සමෝදයා වත්තෙගම
බෙලිඅත්ත

එයා නොවෙයි මෙයා

මලින් සැරසුවා යහන
දෙන්නට සිතාගෙන සහන
නොසිතූ මොහොතක
සෙවණැල්ලක් ඇවිත්
දෙරගුළු වසා
නිව්වා පහන

දයානන්ද
පොන්මිපෙරුම

සෙනසුරු හතේ

සූසැට ශිල්පය අහක බලාලා
පැතුම් කැකුළු එකිනෙක සිඳලා
ජීවන විල මැද කඳුළු මල් පිපී
සාගර ජල රැලි නළලෙ හොවා

කළුවර දියකර ඉර මල පිපිලා
හඳහන හිටියා වකුටු වෙලා
ලොවට හොරා බැඳි සෙනෙහස බිඳිලා
කිරිලිය සිටියා කඳුළු සලා

කෙසඟ පසිඳුරන් ඉකිබිඳ හඬලා
නුඹ මට නිමි නැති කියනු අසා
පෙම් මල් උයනක පියවර නැගලා
ආ මඟ මංපෙත් කවුළු වසා

සත්වැනි කොටුවෙන් එතෙරට යන්නට
සෙනසුරු අපලය උරණ වෙලා
තනි මංසල මැද ජීවන කතරේ
සුසුමන් හැඬුවා ඉකි ගසලා

නිලන්ත මාරසිංහ

ඉඳිකටු තුඩ

විසල් මැදුරක් උරුම කෙරුවා
කැදැල්ලක රස දෝර ගැලුවා
හෙටද නිවහල් බවට හරවා
ඔබ සඳ මගෙ සවිය වූවා

මවකගෙ කතකගෙ
මෙහෙවර කෙරුවා
සතර වරිගයට දිරියක් වූවා
ගෙදරට ගමටම පහනක් වූවා
ඔබ මගෙ දිවියේ රිද්මය වූවා

ගලනා දියකඳ නිසසල වූවා
ජීවන ඔරුවට හබලද වූවා
ජීව ගංතෙර තරණය වූවා
ජීවන ජයටැඹ තරණය කෙරුවා

රත්නසේකර රූපසිංහ
කිතුල්ගල

කවි යාය

ඔබේ කවි නිර්මාණ පහත ලිපිනයට එවන්න.

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

හෝමාගම
ප්‍රධාන පෙලේ සැලෝනයකට දක්ෂ පලපුරුදු රූපලාවන්‍ය ශිල්පීන් සහ ශිල්පිනියන් අවශ්‍යව ඇත.
වැටුප් සහ කොමිෂන්.
071 484 94 89

අවශ්‍යයි
ප්ලීට් කර දෙන ළමා ඇඳුම් කොටස් ස්මොක් කිරීමට දක්ෂ අය අවශ්‍යයි. වගී අඟලකට රු. 15/=. ඩිසයින් අනුව ඉහළ ගෙවීම්. 0777066459

උගස් තැබූ රත්තරං
ඔබ උගස් තැබූ ආයතනයට පැමිණ බේරාදී වැඩි මිලට මිලදී ගනු ලැබේ.
කැරට් 22 සඳහා ඉහළ මිලක්
076 101 88 53

දිවයින පුරා නිවෙස් වල නැවතී වැඩ කිරීමට කැමති ගෘහසේවිකාවන් අවශ්‍යයි.
ඉවුම් පිහුම්, පිරිසිදු කිරීම්, දරුවන් බලාගැනීමට හා මහළු හෝ රෝගී වූ අය බලාගැනීමට කැමති අය අමතන්න.
වැටුප රුපියල් 35,000 - 40,000
ආහාර ඇතුළු සියලු පහසුකම් නොමිලේ

072 945 9247

ඔබත් කෙට්ටුද?
ස්ත්‍රී / පුරුෂ දෙපක්ෂයටම
ඔබගේ කෙට්ටුව නැති කර පිරිපුන් පැහැපත් පෙනුමක් ලබා ගැනීමට අපගේ ආරක්ෂාකාරී ප්‍රතිකාර
පැමිණ හෝ තැපැල් මගින් ලබාගන්න
077 4227503 / 071 4194464
අධික තරබාරුව, පොතුකබර, කාන්තා රෝග, දද, කුෂ්ඨ ඇතුළු සියලුම සර්වාංග රෝග සඳහා විශේෂ ප්‍රතිකාර
දේශීය ඖෂධාලය
කොළඹ නුවර පාර මිරිස්වත්ත ගම්පහ
මිරිස්වත්ත හංදියේ කොළඹ දෙසට යන බස් නැවතුම්පොළ අසල
වෛද්‍යවරයා හමුවීම සෙනසුරාදා ඉරිදා හා සඳුදා දිනවල පෙ.ව 09.00 - 04.00 දක්වා

නව බැංකු ඇබෑර්තු
★ දිස්ත්‍රික්ක කිහිපයක අලුතින් විවෘත වූ බලපත්‍රලාභී බැංකු සඳහා නව බඳවා ගැනීම්.
★ අවම සුදුසුකම් O/L වේ.
★ වැටුප් සමග පුහුණුව.
★ රැකියාව තම ප්‍රදේශයටම.
වැටුප 40,000/-
18/40 ගෑ/පි
(මෑන් පවර් නොවේ)
0712 564 715 | 0774 024 155
0702 725 731 | 0702 231 694
0761 125 624 | 0703 344 343

කඩේ කෑම ගෙදර හදලා රහට කන්න

ඩෙවල්ඩ් චිකන්
Devilled Chicken

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

- චිකන් ග්‍රෑම් 300
- බී ලූනු ගෙඩි 2
- මාලුමිරිස් කරල් 2
- තක්කාලි ගෙඩි 1
- තක්කාලි සෝස් මේස හැඳි 4
- කෑලි මිරිස් තේ හැඳි 2
- සීනි මේස හැඳි 2
- සෝයා සෝස් මේස හැඳි 1
- තලාගත් ඉඟුරු සහ සුදුලූනු මේස හැඳි 2ක් පමණ
- ලුණු ගම්මිරිස් අවශ්‍ය පමණට
- කහ කුඩු ස්වල්පයක්
- චිනසාල් කරල් 2/3
- රම්පේ කැබැල්ලක්

සාදන ක්‍රමය

- කුකුල් මස් තරමක කැබලිවලට කපා මදක් තම්බාගන්න. (ලුණු, කහ කුඩු ස්වල්පයක් එක්කර)
- දැන් වතුර බේරාගත් චිකන් කැබලි ටික ගැඹුරු තෙලේ බැදගන්න.
- බී ලූනු ගෙඩි දෙක තරමක් ලොකු කැබලිවලට කපාගන්න.
- මාලු මිරිස් හා තක්කාලිද වෙන වෙනම කැබලිවලට කපාගන්න.
- දැන් සාස්පානක් ලිප තබා එයට තෙල් සවල්පයක් එක්කර තලාගත් ඉඟුරු, සුදුලූනු එක්කරගන්න.
- එය රන්වන් පාටට බැදීගෙන එද්දී කපාගත් ලූනු, අමුමිරිස්, රම්පේ, තලාගත් චිනසාල් ආදිය එක්කරගන්න.
- ඊටම කෑලි මිරිස් හා ගම්මිරිස්ද එක් කරන්න.
- දැන් සෝයා සෝස්, තක්කාලි සෝස්, සීනි හා වතුර මිශ්‍ර කර සාදගත් සෝස් මිශ්‍රණය ඊට එක්කරන්න.
- ලුණු ගම්මිරිස් රස පදම අනුව එක්කරගන්න.
- සෝස් එක ඝනකමට උකු ගතියට හැරෙද්දී බැදගත් කුකුල්මස් කැබලි ඊට එක්කර කලවම් කරගන්න.
- දැන් තක්කාලිද ඊට එක්කර ලිපෙන් බාගන්න.
- මෙය ඉතාම රසවත් අතර විශේෂ අවස්ථාවකට ඉතාමත් ගැලපේ.

අන්නාසි සලාදය
Pineapple Salad

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

- කුඩා ප්‍රමාණයේ අන්නාසි ගෙඩි 1
- මධ්‍යම ප්‍රමාණයේ පිපිඤ්ඤා ගෙඩි 1
- තක්කාලි ගෙඩි 1
- බී ලූනු ගෙඩි 1
- කපාගත් කොත්තමල්ලි කොළ ස්වල්පයක්
- බැදගත් රටකජු ග්‍රෑම් 25
- දෙහි යුෂ තේ හැඳි 1
- කෑලි මිරිස් තේ හැඳි 1
- සීනි තේ හැඳි 1
- ලුණු හා ගම්මිරිස් රස පදමට

සාදන ක්‍රමය

- අන්නාසි ගෙඩිය හා පිපිඤ්ඤා ගෙඩිය පොතු හැර කුඩා කැබලිවලට කපාගන්න.
- තක්කාලි ගෙඩිය හා බී ලූනු ගෙඩියද කුඩා කොටු ආකාරයට කපාගන්න.
- දැන් කපාගත් සියල්ල බඳුනකට එක්කර, මිශ්‍රකර ලූණු ගම්මිරිස් හා දෙහි යුෂද පදමට දමාගන්න.
- ඉන්පසු බැදගත් රටකජු ටිකද ඊට එක්කර පිළිගන්වන්න.
- මෙය ආහාර රුචිය වඩවන රසවත් සලාදයකි.

Easy Sandwich

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

- පාන්පෙති 4
- බිත්තර 2
- බටර් ස්වල්පයක්
- කපාගත් ලූනුකොළ අඟුරක්
- පෙති කපාගත් තක්කාලි ගෙඩි 1 (උණුවතුරෙන් මද වේලාවක් තම්බාගන්න)
- ගර්කින් ගෙඩි 1
- තලඇට තේ හැඳි 2
- සලාද කොළ 1
- ගාගත් චීස් ටිකක්
- ලුණු ගම්මිරිස් අවශ්‍ය පමණට

සාදන ක්‍රමය

- පළමුව සෝස්පෑන් එකක් ගෙන ඊට බටර් තවරා පාන්පෙති ටෝස්ට් කරගන්න.
- දැන් බිත්තර බඳුනකට දමා හොඳින් මිශ්‍ර කරගන්න.
- ඊට කපාගත් ලූනු කොළ, තලඇට, ලුණු, ගම්මිරිස් එක්කර හොඳින් මිශ්‍ර කරගන්න.
- දැන් පෑන් එක යළි ලිප තබා රත්වනවිට සාදගත් බිත්තර මිශ්‍රණය ඊට එක්කරගන්න.
- ඒ මතට ටෝස්ට් කරගත් පාන්පෙති දෙකක් එක්කරගන්න.
- මෙය ඔම්ලට් එකක් සේ පිසුණු පසු අනෙක් පස හරවාගන්න.
- දැන් ඔම්ලට් එක පාන්පෙති දෙකේ ප්‍රමාණයට නවාගෙන ඒ මතට ගාගත් චීස් එක්කරගන්න.
- දැන් ඒ මතට තක්කාලි පෙති, ගර්කින් පෙති තබා සලාද කොළයද තබා පාන්පෙති වෙන්කරගන්න.
- දැන් ඉතිරි පාන්පෙති දෙක ඒ මතට තබා ත්‍රිකෝණ හැඩයට කපාගන්න.
- මෙය ලේසියෙන් සාදගත හැකි රස ගුණ පිරි සැන්ඩ්විච් එකකි.

විධායක සූපවේදී
දුමින්ද අබේසිරිවර්ධන
B.B.Q. on Wheels, **කැන්බරා**
ඔස්ට්‍රේලියාව

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