ශ්‍රී ලංකාවේ අංක එකේ කාන්තා පුවත්පත

ධරණී

සතුටින් ජීවිතය දරන්නී

2023 සැප්තැම්බර් 13 වන බදාදා
3 කාණ්ඩය 41 කලාපය
මිල රු. 80 යි

විශේෂ අතිරේකයක් නොමිලේ

යාළුවන්ට ධර්මය උගන්වලා එන්න විතරක් මොන්ටිසෝරි යන්න අවසර ඉල්ලලා

මව්පියන්ගේ පැවිද්දෙන් පසු තනි වූ පුංචි පුතු ගැන ඇත්ත කතාව

හරිම නැකතට ගෙපල කැපුවොත් විශ්වකර්මයා ඇවිත් අත්තිවාරම දාලා දෙනවලු

මූණට හාදු ගන්න මුහුද එක්ක හාද වෙන්න

චූලා පද්මේන්ද්‍ර

ඡායාරූපය - ක්‍රිෂාන් කාරියවසම්
හැඩගැන්වීම: අකිල මිලින්ද
ඇඳුම් නිර්මාණය
tanash by thimani rodrigo

ධරණී කූපනය පුරවා විදුලි බිලෙන් නිදහස් වෙන්න

විදුලි බිල නිසා උදහස් වෙලාද?

නිදහස් කරන්න ධරණී සූදානම්

ඔබ කළ යුත්තේ කූපනය පුරවා එහි **ඡායාරූපයක් සහ ජූලි මාසයේ විදුලි බිලේ ඡායාරූපයක් සමඟ**

0765 120 148
වට්ස්ඇප් කිරීම පමණයි

අංක 05

දිරිය ධරණී

විදුලි බිලෙන් නිදහස් කරන ධරණී

සම්පූර්ණ නම..

....

ලිපිනය..

....

....

ජා.හැ. අංකය..

දුරකථන අංකය ....

විදුලි ගිණුම් අංකය
(විදුලි බිලේ සඳහන් ගිණුම් අංකය

....

සැ.යු.

ඔබ අප වෙත එවන විදුලි බිලේ මෙම මාසයට අදාළව ගෙවිය යුතු මුදල සහ විදුලි ගිණුම් අංකය අපැහැදිලිනම් එය ප්‍රතික්ෂේප වනු ඇත.
විදුලි බිලේ සඳහන් විදුලි ගිණුම් අංකය පැහැදිලිව දිස්විය යුතු අතර ඔබේ කූපනයේද එය පැහැදිලිව සඳහන් කළ යුතුය.

උපරිමය රු. 10.000ට නොවැඩි විය යුතුයි (කොන්දේසි සහිතයි)

2023.09.06
ධරණී පුවත්පතේ පළවූ කූපනය පුරවා එවා විදුලි බිලෙන් නිදහස් වූ ජයග්‍රාහකයෝ

01. **රංජනී මල්කාන්ති**
නො.41, හිප්පල, තලාතුඔය, මහනුවර.

02. **කොඩිතුවක්කු ආරච්චිගේ දිසානාත්**
කොඩිතුවක්කු ස්ටෝර්ස්, ලුණුම, අම්බලන්තොට.

03. **P.H.P.ප්‍රසන්න රංගන කුමාර**
කලුගස්යාය, සියඹලාන්ඩුව.

04. **K.A.රණසිංහ**
නො.17, ගල්කන්ද, දියතලාව.

05. **W.P.ලුවිසිනා**
කිරිවැල්ලගහවත්ත, කොන්කරහේන, කිරම.

06. **R.A.ලලිතා පෙරේරා**
154/8/A, ජඹුරලිය, මඩපාත.

07. **E.M.G.W.M.තිලක් බණ්ඩාර විජේසූරිය**
නො.10/2, රොක්හිල්, අක්කරවත්ත, ගලගෙදර.

08. **P.M.රත්නවීර**
නො.352/B, 97 යාය 02, කොළඹගේ ආර.

09. **P.P.සමීර මධුෂංක**
නො.31/A, වල්බෝලාන, පල්ලෙවෙල.

10. **T.B.ඉලංගසිංහ**
අංක 30, ජයමාවත, හිරිපිටියාව, ගල්නෑව.

11. **G.යසවංශ**
නම්බපාන, ඉංගිරිය.

12. **අත්තනායක මුදියන්සේලාගේ**
නන්දන බණ්ඩාර අත්තනායක
'පැරකුම්', මුවපිටිය, රඹුක්කන.

13. **රන්ජිත් හීන්ගේ**
315/12, සමනල තැන්න, බෙරුකැටිය, කිරිවත්තුඩුව.

14. **H.දයානන්ද**
337/C, කරහින්න වත්ත, මොරගල, කිරිලිපන.

15. **නීල් ශාන්ත වල්පිට**
37/11, රජමහාවිහාර පාර, පිටකෝට්ටේ, කොට්ටේ.

16. **දූරගේ මල්කාන්ති**
ඉසුරු, මීගහවත්ත, මැටරඹ, උණවටුන.

17. **P.A.තිලකා කල්‍යාණී**
නො.213/B, මණ්ඩාවල පාර, මාලමුල්ල, පානදුර.

18. **දම්මිකා වයලට් මුණසිංහ**
84/14, ගලහිටියාව පාර, සියඹලාපේ දකුණ.

19. **K.A.රතිකා**
කැරෑන, තිත්තගල්ල, අහංගම.

20. **W.A.S. මුණසිංහ**
කුඩාඔය පාර, වරකාපොල.

ඒ ගෑනු කෙනා මහත්තයාගේ මළ ගෙදරට එනකන් ඔහුට වෙන පවුලක් තිබුණු බවක් මම දැනගෙන හිටියේ නෑ

නිලන්තා කුමාරි

නිලන්තා කුමාරි කියන්නේ දරුවෝ පස්දෙනෙක් එක්කලා ජීවිතේ ගැටගහගන්න අරගල කරන අම්මා කෙනෙක්. බඩට නොකා දරු පස්දෙනෙක් උස්මහත් කරන්න මේ අම්මා කරන සුමේ දැක්කහම මට මතක් වුණේ මහගමසේකර මහත්තයාගේ කවියක්.

'අඬන විට මා කුඩා අවධියේ
බඩගිනිව
තම්බා බතල දළු
පොල් ගා මුසුකොට කවා
බඩගිනි නිවූ අම්මා ඔබය...'

"දරුවෝ බඩගින්නේ ඉන්නවා මට බලාගෙන ඉන්න බෑ මිස්... කන්න දෙන්න මුකුත්ම නැත්තම් ගම පුරා ගිහින් මඤ්ඤොක්කා අලයක් කොස් ගෙඩියක් හරි හොයාගෙන එනවා." නිලන්තාගේ වචන කවියක් නොවුණත් ඒ වචන අස්සෙත් අර කවිකමම තිබුණා කියලයි මට හිතුණේ.

නිලන්තාගේ පවුල ජීවත්වෙන්නේ අනුරාධපුර, තිලබව පැත්තේ පුංචි ගේ කෑල්ලක. මේ පවුලේ ලොකු පුතාට දැන් අවුරුදු 18යි. ඉතිරි හතරම කෙලි පැටව්. දෙවැනි දූට 14යි, තුන්වැනියට 11ක්ලු. හතරවැනියටයි, පස්වැනියටයි පිළිවෙලින් අවුරුදු එකොළහයි, තුනයි.

"කසාද බඳිද්දි මට අවුරුදු 17යි. පස්සේ මේ දරු පස්දෙනා ලැබුණා. මහත්තයා අවුරුදු 22ක් හමුදාවේ වැඩ කරලා විශ්‍රාම ගියා. ඔහොම ඉද්දි මහත්තයට දියවැඩියාව හැදිලා අසනීප වුණා. අවුරුදු හතක් විතර බෙහෙත් කළා. අවසානෙදි මහත්තයා ලෙඩ ඇඳට වැටුණා. මම ළඟ ඉඳලා එයාව බලාගත්තා. ඔහොම ඉන්දැද්දි මේ අවුරුද්දේ ජනවාරි මාසේ මහත්තයා නැති වුණා

ආදරෙන් ආවතේවකම් කළත් සැමියා නිලන්තාට පෙන්නලා තියෙන්නේ දවල් වළක් කියලා දැනගන්නකොට කෝච්චිය දහදෙළොස් සැරයක් ගිහින් ඉවරයිලු.

නිතරම වගේ කන්නේ මඤ්ඤොක්කයි කොසුයි. දුවලා තුන්දෙනා එව්වා ඉස්කෝලේට අරන් යන්න ලැජ්ජයි, හැමදාම කොස් කනවා කියලා යාළුවෝ විහිළු කරනවලු. ඒ නිසා දරුවෝ ඉස්කෝලේ ගිහින් කෑම කන්නේ හොරෙන් හැංගිලා

නිලන්තා කුමාරි දරුවන් සමග

"මහත්තයා කලින් කසාද බැඳපු කෙනෙක්ය කියලා ගෑනු කෙනෙක් මළ ගෙදරට ආවා. ඒ ගෑනු කෙනාටත් ළමයි තුන්දෙනෙක්. ඒ දරුවො තුන්දෙනාම කසාදත් බැඳලා. ඇස් දෙක සහතිකෙන් මම ඒ කිසි දෙයක් දැනගෙන හිටියේ නැහැ."

ඒ තරම් ලොකු රැවටීමක් ගැන ඉස්පාසුවට කියාගන්න බැරි නිසාදෝ නිලන්තා කතා කළේ අඬ අඬ. ලස්සනට ලැමිනේට් කරාපු කසාද සහතිකේකුත් ඒ අස්සේ ඇය අපිට පෙන්නුවා.

"මේ බලන්න කසාද සහතිකේ පවා තියෙනවා. අනික මහත්තයා කවදාවත් එහෙම සැක හිතෙන්නවත් වැඩ කරලා නැහැ. කොහොමින් හරි ඒ අය මහත්තයාගේ පෙන්ශන් පඩිය එහෙමත් ඒ පැත්තට හරවගත්තා."

ආදරේ නිසා ගෑනු රැවටුනේ අද ඊයේ ඉඳලා නෙමෙයි, කුවේණිගේ කාලේ ඉඳලා. නිලන්තාටත් කොතැන හරි වැරදෙන්න ඇති. හැබැයි ඒ අතීතේ දැන් වැඩක් නැහැ. මොකද ඒ මොකුත් නොදන්න දරුපැටව් පස්දෙනාට ලස්සන අනාගතයක් හදන්න තාම ඇය පරක්කු නැහැ.

"නංගිලාට උගන්වන්න ඕනේ නිසා ලොකු පුතා සාමාන්‍ය පෙළ වෙනකල් කරලා ගෙදර නතර වුණා. පුතා කුලී වැඩවලට යනවා. හැබැයි දැන් එහෙමට කියලා කුලී රස්සා ලැබෙන්නෙත් නැහැ. හම්බෙන මුදලකින් තමයි කොහොම හරි දුවලා තුන්දෙනාව ඉස්කෝලේ යවන්නේ. පොඩි දරුවා ඉන්න නිසා මට රස්සාවකට යන්න විදියක් නෑ. හැබැයි කුලියක් ආවොත් මම දරුවා කරගහන් හරි වැඩ කරනවා."

මේ අම්මා කිව්ව විදියට මේ ගෙදරට තියෙන ලොකුම මදිපාඩුව කෑමබීම, දරුවන්ට ඇඳුම්.

"හරි ආදායමක් නැති නිසා නිතරම වගේ කන්නේ මඤ්ඤොක්කයි කොසුයි. දුවලා තුන්දෙනා එව්වා ඉස්කෝලේට අරන් යන්න ලැජ්ජයි, හැමදාම කොස් කනවා කියලා යාළුවෝ විහිළු කරනවලු. ඒ නිසා දරුවෝ ඉස්කෝලේ ගිහින් කෑම කන්නේ හොරෙන් හැංගිලා. සමහර දවස් තියෙනවා කොස් ගෙඩියක්වත් හොයාගන්න බැරි. එහෙම දාට වුණොත් දරුවො ඉස්කෝලේ යන්නේ නෑ. මට නම් කෑමබීම ගැන ගානක් නෑ මිස්. ඒත් දරුවෝ බඩගින්නේ ඉන්දැද්දි මගේ බඩ පපුව පිච්චෙනවා."

දරුවෙක්ගේ බඩගින්න දැනෙන්නේ අම්මා කෙනෙක්ගේ හිතට. මේ අම්මගේ ඒ ගින්දර දැනෙන හිතක් තියෙනවා නම් මේ දරුවන්ට පුළුවන් විදියට පිහිටක් වෙන්න. මේ දූලා තුන්දෙනාගේ අධ්‍යාපනයට නැත්තම් පවුලට පුංචි උපකාරෙකින් හරි හයියක් වෙන්න පුළුවන් නම් නිලන්තාට කෝල් එකක් දෙන්න. 0778878103 ඇගේ අංකය.

■ සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

බොරුකාරයන්ට අහුවෙන්නේ නෑමයි කියලා හිතුවාට
හිත ආපහු අපිව මුළා කරනවා

මේ අහන්න මැණිකේ... කාලයක් තිස්සේ දුක් විඳලා විඳලා, හොඳටෝම අඬලා අඬලා අපි සමහර මතක අමතක කරනවා නේද? එහෙම කළාට පස්සේ අපිට දැනෙන්න පටන්ගන්නවා ආපහු අලුතින් ජීවිතේ පටන්ගන්න පුළුවන් වගේ හැඟීමක්. සමහර වෙලාවට අපි අර පරණ මතක අමතක කරද්දී හිතනවා ආපහු නම් ඒ වගේ හේතු හින්ද දුක් විඳින්නේ නෑ කියලා. අපි ඒ වෙනුවට ජීවිතේ අරමුණක් හදාගන්නවා. ඉලක්කයක් තියාගන්නවා. ඒ වෙනුවෙන් මහන්සි වෙලා වැඩ කරනවා. මෙච්චර කාලයක් වල් වැදිලා තිබුණු ජීවන උයනේ පුංචි පුංචි පාත්තිවල වල් ගලවලා මල් හිටවන්න පටන්ගන්නවා. ඔන්න දැන් ජීවිතේ ලස්සනයි. ඇත්තටම කියනවනම් තිබුණාටත් වඩා ලස්සනයි. අපිට එහෙම හිතෙන්න ගන්නවා නේද..?

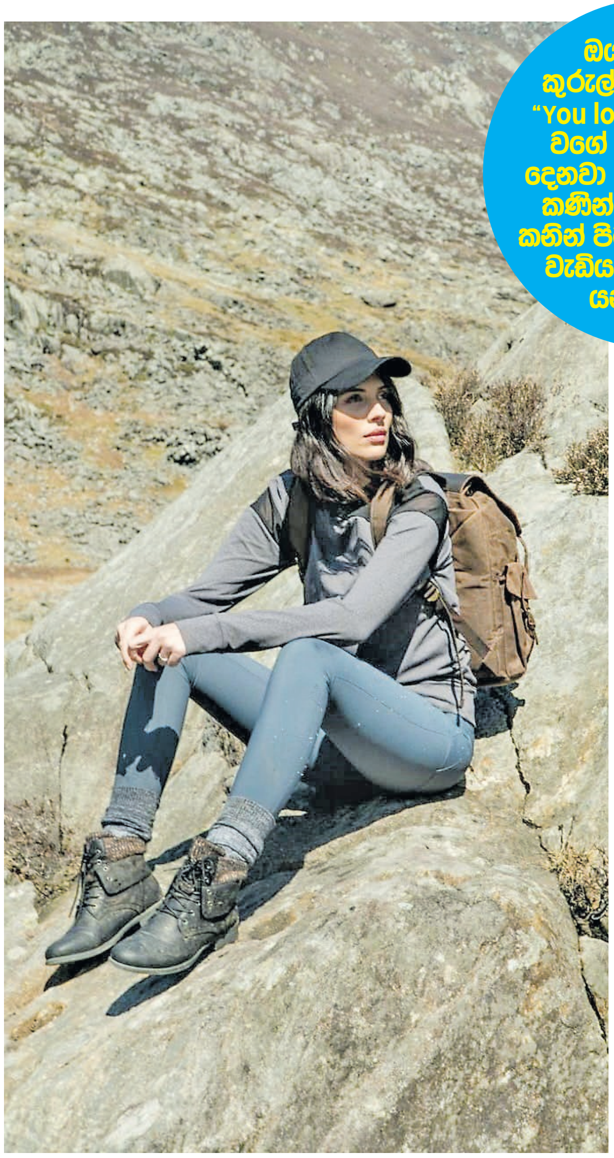
අර පහුගිය දවස්වල හොටු පෙර පෙරා කඳුළු බිබී හිටපු හැටි අපිට අමතක වෙන්න පටන්ගන්නවා. ගොඩක් වෙලාවට ඒ දවස් විතරක් නෙවෙයි ඒ දවස් ජීවිතේට ගෙනත් දීපු මිනිස්සුත් එක්කම අමතක වෙන්න ගන්නවා. ඉඳලා හිටලා හරි මතක් වුණත් අපි හිතන්නේ "අයියෝ ඇයි මම එහෙම කෙනෙක් වෙනුවෙන් එච්චර ඇඬුවේ... අපරාදෙනෙ ඒ දවස්" කියලා.

එහෙම තමයි ජීවිතේ හැටි... කලකදී රහ කලකදී වහ වෙනවා කියනවනේ. හැබැයි ඒක නෙවෙයි මට කියන්න ඕන වුණේ.

ඔය විදියට ඔයා ජීවිතේ අලුත් පරිච්ඡේදයක් ආරම්භ කරලා කිරිල්ලියක් වගේ සතුටින් හිනාවෙවී, පුංචි සින්දු කෑල්ලක් එහෙම මුමුණ මුමුණා ඉන්නකොට ඔන්න ඉතින් වටේ පිටේ සින්දු කියන කුරුල්ලෝ ඔයාගේ දිහාවට බැල්ම දනවා. ඔයාට මේ මොහොත හරිම නැවුම්. මොකද ඔයා මහා දුක් ගොඩක් විඳලා ඉවර වෙලා සතුටින් ඉන්න පටන්ගත්තා විතරයි. ඉතින් මේ නැවුම් බවත් එක්ක, ඔයාට කිසිම දෙයක් අශුභවාදී විදියට පේන්නේ නෑ. ජීවිතේ හරිම ලස්සනයි කියලයි මේ මොහොතේ ඔයාට දැනෙන්නේ. ඉතින් ඒ වගේ මූඩ් එකක ඉන්නකොට අර වටේ පිටේ ඉඳගෙන බැල්ම දන කුරුල්ලෝ දිහාවට ඔයාගෙත් ඇස් ඉබේටම ඇදිලා යනවා...

ඒ කුරුල්ලෝ ලස්සන ලස්සන සින්දු කෑලි කියනකොට ඔයා ඒ හඬට වශී වෙනවා. මීට කලිනුත් මෙහෙම කුරුල්ලෙක් සින්දු කියාගෙන ඇවිල්ලා මගේ ජීවිතේ මහා දුක් ගොඩකට ඇදලා දාලා ගියානේ කියන එක අමතක වෙනවා. ඊටපස්සේ දන්නෙම නැතුව ඔයාගේ නින්ද නැති වෙනවා. තනියම හිනා වෙන්න පටන්ගන්නවා. අලුත් අලුත් කොණ්ඩ මෝස්තර දාන්න පටන්ගන්නවා. පාට ගලපලා ලස්සනට අඳින්න පළඳින්න හිතෙනවා.

දැන් ඔයාට අර උගත් පාඩම් කිසි දෙයක් මතක නෑ. ආයෙ නම් මේ වගේ බොරුකාරයන්ට අහුවෙන්නේ නෑමයි කියලා හිතට පොරොන්දු දීපු ඔයා, ඒ හිතින්ම ආයෙ හිතන්න ගන්නවා හැමෝම එක වගේ නෑනේ කියලා... ඇත්ත... හැමෝම එක වගේ නෑ තමයි. ඔයාගේ vibe එකට ගැළපෙන ඔයාගෙ සතුට ගැන හිතන ආදරණීය මනුස්සයෙක් මේ ලෝකෙ කොහේහරි ඇති. ඒත් මේ හිත පොඩ්ඩක් චූන්වෙලා තියෙන මේ වෙලාවේ එන සිතුවිලිලට ඉඩ දෙන්න එපා.



ඔය එක එක කුරුල්ලෝ ඇවිල්ලා "You look gorgeous" වගේ compliment දෙනවා තමයි. ඒවා මේ කණින් අහලා අනිත් කනින් පිට කරන්න. ඒවා වැඩිය හිතට ගන්න යන්න එපා.

හදවත ඇරුනම, මොළය කියලා එකක් අපිට ලැබිලා තියෙන්නේ ඔන්න ඔය වගේ වෙලාවට පාවිච්චි කරන්න. ඔය සින්දු කෑලි කියාගෙන එන අලුත් අලුත් කුරුල්ලෝ කොහේ ඉඳලා එනවද කියලා කවුද දන්නේ? මෙච්චර කල් උන්ට හෙවන දුන්නු කූඩුවක් කොහේහරි ඇති. සමහරවිට ඒ කූඩුවේ පුංචි කුරුලු පැටව් රැකබලා ගෙන ඉන්න අහිංසක කිරිල්ලියකුත් ඇති. ඒ කිසිම දෙයක් නොදැන දිව නුහුරු බසින් පෙම් බස් කියන කුරුල්ලන්ට ආයෙ නම් රැවටෙන්න එපා මැණිකේ...

ඉබාගාතේ යන කුරුල්ලන්ට පේන්න නෙවෙයි, ඔයා කණ්ණාඩිය ඉස්සරහට ගිහින් බලද්දී ඔයාට ලස්සනයි කියලා හිතෙන විදියට ජීවත්වෙන්න. ලස්සනට අඳින්න. එහෙම ඉන්නකොට ඔය එක එක කුරුල්ලෝ ඇවිල්ලා "You look gorgeous" වගේ compliment දෙනවා තමයි. ඒවා මේ කණින් අහලා අනිත් කනින් පිට කරන්න. ඒව වැඩිය හිතට ගන්න යන්න එපා.

ජීවිතේ කියන්නේ එන අයට 'හායි' කිය කියා ඉන්න එකවත් යන අයට 'බායි' කිය කියා ඉන්න එකවත් නෙවෙයි. එන අය පිළිගන්න තොරන් ගහ ගහා හිටියොත් හරි යන අයට පාංශුකූල දිදී හිටියොත් හරි අපිට ජීවත්වෙන්න වෙලාවක් නැති වෙනවා. හිතේ හැටියට ජීවත්වෙන්න, ජීවිතේ විඳින්න බැරි වුණොත් ඔයාගේ සිතේ තියෙන ඔය සතුට නැති වෙනවා.

සතුට කියන එක නැති වුණාට පස්සේ අනිත් හැමදේම විහිලුවක් බවට පත්වෙනවා.

ඒ නිසා කවුරු ඇතත් නැතත් ඔයාට පුළුවන් වෙන්න ඕනි "I'm good" කියලා අහන ඕන කෙනෙකුට කියන්න.

හිතලා බලන්න එහෙම කියන්න පුළුවන්ද කියලා... එහෙම පුළුවන් කියලා හිතෙනවා කියන්නෙම ඔයා රැවටීමට නැවතීමේ තිත තියලා කියන එක. හැබැයි තව දෙයක්... ඔය කොයි කාටත් වඩා අපිව රවට්ටන්න පුළුවන්කම තියෙන්නේ මේ හිතට. ඒ නිසා හිත දිහා බලාගෙන ඉන්න. නොමඟ යන්න හදනකොට පොඩි තරවටුවක් කරලා හරි track එකට දාගන්න. නැත්නම් ආපහු නොදැනුවත්වම රැවටෙන්න පුළුවන්.

අපූර්වා

හිත කොනිත්තන කවි

නවකතාවක් දෙකක් ගී පොතක් කවි පොතක්
එකට එක්වන මොහොත ගෙනෙයි අමුතුම රසක්
ඒ නිසා මතු නොවේ මගාරින්නට හිතක්
ඔබත් එනවනෙ ඉතින්, අරන් දෙන්නම් පොතක්

කල්ප ගණනකට පසු ඔබ ළඟින් වාඩිවෙමි
ඔබේ වත්සුණු සුවඳ හදවතින් විඳගනිමි
කාටවත් නොපෙනෙන්න පටලවා ඇඟිලි තුඩු
සුරත නොව හදවතේ ගැඹුරු තැන පිරිමදිමි

මධුර සාහිත අඹර සිය ගණන් තාරකා
එකින් එක මෝදුවන සොඳුරු සැප්තැම්බරය
ආයෙමත් උදා වී ජීවිතේ ගිම් නිවයි
දුරස් වූ අප දෙදෙන ආදරෙන් මුණගැහෙයි

අත් ඇරුණු ප්‍රේමයට හිතින් මුමුණා කවක්
අලුත් වෙන හැඟීම් වැල්වලට හොයමුද නමක්
ජීවිතේ පුරා නැති මුණගැහීමට නිමක්
මුණගැහුනු විලසින්ම වෙන්ව නොගියොත් පවක්

තරන

ලංකාවේ සුප්‍රසිද්ධ කාන්තාවන් රැසකගේ සුරූපීබවේ රහස

වසර 30 විශ්වාසය සහ පළපුරුද්ද සමඟ

ආචාර්ය
දමයන්ති විමලවීර

මාලබේ තලාහේනේදී...

යුවතියන්, කාන්තාවන් වෙනුවෙන්

හිසේ සිට දෙපතුල දක්වාම ඇති රූපලාවණ්‍ය ගැටලුවලට විශේෂිත වූ සත්කාර,

පැහැපත්, සුමුදු සමක් සඳහා විශේෂ සත්කාර,

විශ්වසනීය පැහැදිලි වෙනසක් සති කිහිපයකදී,

- **දිදුලන පැහැපත් මුහුණකට**
  (Skin Fairness) දින 03 ක් පමණයි
- **පැල්ලම් සහ මුහුණේ සිදුරු ඉවත් කිරීම**
  (Skin Polishing) දින 03 ක් පමණයි
- **කුරුලෑ සදහටම සුවය දින 05 ක් පමණයි**
  (5 Pimple Treatments) දින 03 ක් පමණයි
- **සිරුරේ අනවශ්‍ය තරබාරුව අඩුකරන වසර 25 ක අත්දැකීම්, ඉන්දියානු රහසිගත මැටි සත්කාර ක්‍රම අනුව**
  දින 20 දී අඟල් 3 ප්‍රමාණයක් (ආහාර පාලනය, වයස් ප්‍රමාණ නැත)

නිකටේ අනවශ්‍ය මේදය ඉවත් කිරීමේ ප්‍රතිකාර
TREATMENT FOR DOUBLE CHIN

පෙර

පසු

- දින 20 කදී මුහුණේ හැඩය යථා ස්වරූපයට 100% ප්‍රතිඵල සහිතයි.
- මෙම සත්කාරය ඉතා සරලව පහසුවෙන් ඔබටම නිවසේදී කර ගත හැක.

- උපදේශන සේවාවන් නොමිලේ -

ප්‍රතිකාර ලබාගැනීමට දින දෙකකට කලින් දුරකථන මඟින් වේලාවක් වෙන් කරවා ගන්න

සියලු සත්කාර - රසායනික ද්‍රව්‍ය නොමැත
(රජයේ අනුමත ආයතනයකි 118785 A)

මෙම සියලු සත්කාර විස්මිත සොබාදම් රහස් අනුව සිදු කරන අතර සෑම ප්‍රතිකාරයක්ම රජයේ අනුමැතිය සහිතයි.

ඔබේ සමේ පවතිනා ඕනෑම ගැටලුවක් සඳහා විශ්වසනීය සේවයක්...

කාර්යාලයීය දුරකථන | රූපලාවණ්‍ය කටයුතු සඳහා කාන්තාවන් පමණක් විමසන්න
0714254737 / 0767772369 / 0772772369 / 0727262559

පෞද්ගලික දුරකථනය - whatsApp
0766543059

යාළුවන්ට ධර්මය උගන්වලා එන්න විතරක් මොන්ටිසෝරි යන්න අවසර ඉල්ලලා

මව්පියන්ගේ පැවිද්දෙන් පසු තනි වූ පුංචි පුතු ගැන ඇත්ත කතාව

පූජ්‍ය කැබිතිගොල්ලෑවේ අමරතිස්ස හිමි

ගෞතම බුදු රජාණන්වහන්සේගේ අතේ එල්ලිලා දෙව්රම් වෙහෙරට ගියපු පුංචි රාහුල කුමාරයා, පස්සේ කාලෙක රාහුල නමින් පැවිදි වුණා. එතැනිනුත් නොනැවතී සාමණේර අවධියේදීම උන්වහන්සේ මහරහතන් වහන්සේ නමක් බවට පත්වුණා. ඒත් ගෝසිංග වනයේ යශෝධරා මෑණියන් වහන්සේගේ අතේ එල්ලිලා ඉන්න තේජාන් පුතාගෙ අනාගතය මොන වගේ එකක් වේවිද කියන එක ගොඩක් දෙනෙකුට ගැටලුවක් වෙලා. පහුගිය දිනවල සමාජ මාධ්‍යයේ පළවුණු යම් යම් ඡායාරූප සහ වීඩියෝ පට කිහිපයක් නිසයි මේ කතාව මතුවුණේ. ඒ පින්තූරවල පෙනෙන විදියට තේජාන් කියන මේ පුංචි පුතාගෙ දෙපැත්තේ අත් දෙකෙන් අල්ලගෙන ඉන්නේ ස්වාමීන් වහන්සේනමක් සහ මෙහෙණින් වහන්සේනමක්. බැලූ බැල්මට පේන්නේනම් දරුවෙක් ඉන්න විවාහක යුවලක් පැවිදි දිවියට ආපු බවක්. කතාව හොයාගෙන යද්දී අපිට දැනගන්න ලැබුණා ඇත්තම කතාවත් ඒකමයි කියලා.

'ආර්ය උපවාදය' (ආර්යයන් වහන්සේලාට අපහාස කිරීම) කියන එක ඒ තරම් හොඳ දෙයක් නොවුණත්, බොහෝ දෙනෙක් මේ ස්වාමීන් වහන්සේට වගේම මෑණියන් වහන්සේටත් පරිභව කරලා තිබුණා. ඒ තමයි පුංචි දරුවෙක් තනි කරලා හිතුමතේ පැවිදි ජීවිතයට ඇතුළත් වුණා කියන චෝදනාව මත. හැබැයි කවුරු මොනවා කිව්වත් මේ සිදුවීම පිටුපස කවුරුත් නොදන්න කතාවක් ඇති කියලයි අපිට හිතුණේ. ඒ ගැන විපරම් කරලා බලද්දී තමයි අපිට ගෝසිංග වන අරණේ වැඩවසන පූජ්‍ය කැබිතිගොල්ලෑවේ අමරතිස්ස හිමියන් මුණගැහුනේ. උන්වහන්සේ තමයි කලින් කියපු පින්තූරේ හිටපු මෙහෙණින් වහන්සේගේ ගිහි කල වැඩිමල් සහෝදරයා. එකී සිදුවීම සම්බන්ධව උන්වහන්සේ සමඟ සිදුකළ කතාබහක් ඇසුරෙනුයි මේ ලිපිය සැකසෙන්නේ.

අවසර අපේ හාමුදුරුවනේ, අපිට දැනගන්න ලැබුණා මේ දිනවල බොහෝදෙනාගේ අවධානය යොමුවුණු යශෝධරා මෙහෙණින්වහන්සේ ඔබවහන්සේගේ ගිහි කල නැගණිය කියලා?

ඔව්. එතුමිය මගේ ගිහි කල නැගණිය තමයි.

ඒ ඇරුනම පවුලේ වෙන කවුද ඉන්නේ?

අපේ පවුලේ හිටියේ අම්මයි, තාත්තයි, මමයි, අක්කයි, නංගියි. තාත්තා නම් මේ වෙනකොට ජීවතුන් අතර නෑ. අවුරුදු තුනකට උඩදි නැතිවුණා.

එතකොට ඔබ වහන්සේගේ ගම්පළාත එහෙම?

අපේ ගෙවල් තිබුණේ කැබිතිගොල්ලෑව, පහළ උස්ගොල්ලෑවේ. තාත්තා හිටියේ පොලිසියේ. තාත්තාට ව්‍යාපාර කීපයක්ම තිබුණා. කඩ, වී මෝල් තිබුණා. ගොඩක් ඉඩකඩම්, කුඹුරු, යානවාහන එහෙමත් තිබුණා. කිරි හරක් පට්ටියකුත් හිටියා.

ඔබවහන්සේ පැවිදිවුණේ කොයි කාලෙද?

මං පැවිදිවුණේ වයස අවුරුදු 24 දි.

*ඉතින් පවුලේ එකම පිරිමි දරුවා පැවිදි වෙනවට ගෙදර උදවිය කැමති වුණාද?

සෑහෙන්න විරුද්ධ වුණා. බලෙන්ම කැමැත්ත අරගෙන ගිහින් තමයි පැවිදිවුණේ.

එදා ඔබවහන්සේගේ නැගණිය මොකද කිව්වේ?

එයා තමයි මං පැවිදි වෙනවට ගොඩක්ම විරුද්ධවුණේ. එයා කිව්වා සහෝදරයෙක්ට ඉන්නෙ මම විතරයි, ඒ නිසා පැවිදිවෙන්න එපා කියලා. ඒ වගේම මට මගේ අයියව නැති කරන්න එපා කියලා එයා ඇඬුවා.

ගිහි කාලයේදී ඇයගේ නම වුණේ මොකක්ද?

වත්සලා දුෂ්මන්ති අබේරත්න.

එතකොට පුංචි කාලේ නංගි කොයි වගේ **කෙනෙක්ද?**

එයා ගොඩාක් සිල්වත් කෙනෙක්. හොඳ ගතිගුණ තිබුණා. කවදාවත් ඉස්කෝලේ යන කාලේ වැරදි වැඩ කරලා හෝ ආදර සම්බන්ධතාවල පැටලිලා නෑ. ඉස්කෝලේ කාලේ නංගි හරි හොඳට ඉගෙනගත්තා.

එයා උසස්පෙළ විභාගය එහෙමත් හොඳට කරගත්තලු නේද?

මගේ නංගි උසස්පෙළ කළේ කලා විෂය ධාරාවෙන්. ඒ තුනක් අරන් පේරාදෙණිය කැම්පස් එකට තේරුණා. එයාට උපාධි දෙකක් තියෙනවා. එකක් පේරාදෙණිය කැම්පස් එකෙන් ගත්ත එක. අනික එයා ගත්තේ රජරට කැම්පස් එකෙන්. පැවිදි වෙන්න කලින් නංගි රජයේ පාසලක ගුරුවරියක් විදියට සේවය කළා.

එතකොට නැගණිය විවාහවුණේ කැම්පස් එකේ ඉන්න කාලේ මුණගැහුනු තරුණයෙක් එක්කද?

නෑ. ඒක ටිකක් අමුතු කතාවක්.

ඔබවහන්සේ ඒ කතාව කියන්න කැමතිද?

මගේ නංගි විවාහවුණේ රුවන් මධුසංක නානායක්කාර කියලා මල්ලි කෙනෙක් එක්ක. එයා ඉස්කෝලේ කාලේ නංගිගේ පන්තියේ හිටපු ළමයෙක්. ඉස්කෝලේ කාලේ ඒ මල්ලි, නංගිගෙන් කීපසැරයක් යාළුවෙන්න අහලා තිබුණා. ඒත් කැමති වෙලා තිබුණේ නෑ. කොහොම හරි නංගි කැම්පස් ගියා. අර මල්ලිට නම් යන්න බැරිවුණා. ඔය අතරේ මල්ලිට සර්පයෙක් දෂ්ඨ කළා. නයෙක් කියලයි ආරංචි වුණේ. ඒකෙන් රුවන් මල්ලිට සෑහෙන්න අමාරුවෙලා තිබුණා. ඉතින් මල්ලිගේ යාළුවෝ ටික නංගිව හොයාගෙන ඇවිත් මල්ලි ජීවත්වෙන එක විශ්වාස නෑ වගේ කතා ටිකක් කියලා නංගිට කැමතිවෙන්න කියලා. ඒ වෙලාවේ මොකක් හරි අනුකම්පාවක් ඇතිවෙලා නංගි අර මල්ලිට කැමැත්ත දීලා. එදා ගෙදර ඇවිත් නංගි හොඳටම ඇඬුවා. අපි ඇයි අහද්දි තමයි එයා විස්තරේ කිව්වේ. එදා ගෙදර අය නංගිට හොඳටම බැන්නා. මං නම් පාරක් දෙකක් ගැහුවත් එක්ක. ඒ මං ගිහි කාලේ.

පවුලේ අය ඒ තරම් විරුද්ධ වුණා නම් දෙන්නා එක වහලක් යටට ආවේ කොහොමද?

නංගි ඒ වෙලාවේ අපිට හරි ලස්සන කතාවක් කිව්වා. එයා කිව්වා මං දැන් කෙනෙක්ට වචනයක් දීලා ඉවරයි, මට ආයෙත් ඒ වචනේ ආපස්සට පෙරළන්න අමාරුයි කියලා. ඒ නිසා එයා විවාහ වුණොත් විවාහවෙන්නේ අර මල්ලි එක්ක විතරමයි කිව්වා. ගෙදරින් එයාට අකමැති නම් එක්කෝ

මහණ වෙන්නම් කිව්වා. නැත්නම් ජීවිත කාලෙම තනියම ඉන්නම් කිව්වා. කොහොම හරි ගෙදර අය සම්බන්ධයට කැමතිවුණා. ඊටපස්සේ දෙන්නා විවාහවුණා.

ඒ කාලේ නංගි හරි හැඩ නිසා ගෙදරට ගොඩාක් විවාහ යෝජනා ආවලු නේද?

ඒක නම් ඇත්ත. නංගි ඒ කාලේ හරි ලස්සනයි. ඒ එක්ක එයාට සෑහෙන්න විවාහ යෝජනා ආවා. මට මතකයි සැරයක් නංගිට එක්තරා ප්‍රසිද්ධ ඇමති කෙනෙක්ගේ පුතෙක්ගෙන් පවා විවාහ යෝජනාවක් ඇවිත් තියෙනවා.

විවාහයෙන් පස්සේ දෙන්නා හරිම ආදර්ශවත් සාර්ථක පවුල් ජීවිතයක් ගතකලා කියලා දැනගන්න ලැබුණා. ඒ කතාව ඇත්තක්ද?

ඒක ඇත්තක්. ඒ දෙන්නා බුදුදහමේ තියෙන අන්දමේ හරිම සාර්ථක පවුල් ජීවිතයක් තමයි ගතකළේ. කවදාවත් රණ්ඩුවුණේ ගහබැණගත්තේ නෑ. අනික දෙන්නට දෙන්නා සැක කරගත්තේ නෑ. කාට වුණත් ආදර්ශයක් ගන්න පුළුවන් හැටියට තමයි නංගියි මල්ලියි ජීවත්වුණේ. කාලෙත් එක්ක නංගිට හරි ලස්සන පුතෙක් ලැබුණා.

ඒත් පසුගියදා අපි දැක්කා ඒ දරුවා ගිහි ජීවිතයේ තනිකරලා දාලා දෙන්නම පැවිදි ජීවිතයට ඇතුළත් වෙලා තියනවා?

ඔව් නංගි ගෝසිංග වනයේ යශෝධරා මෑණියන් විදියටත්, විවාහවෙලා හිටපු මල්ලි ගෝසිංග වනයේ කස්සප තිස්ස හිමියන් විදියටත් පැවිදි වුණා. හැබැයි ඒ අය දරුවව තනිකරලා දැම්මේ නෑ.

මොකක්ද මේ ගෝසිංග වනය කියන්නේ?

ගෝසිංග වන අරණ හදලා තියෙන්නේ මැදවච්චිය, ඇටඹගස්කඩ, ඇටවීරගොල්ලෑවේ. මැදවච්චිය ටවුන් එක පාස්කරලා කිලෝමීටර් 25ක් විතර ඇතුළට එන්න ඕනේ. මං තමයි එහි නිර්මාතෘ වගේම ප්‍රධාන අනුශාසක විදියට දැනට කටයුතු කරන්නේ.

යශෝධරා මෑණියන්ට විවාහයට කලින් පැවිදිවෙන්න අදහසක් තිබුණේ නැද්ද?

මං පැවිදිවුණු අලුතම එයා ඇහුවා. ඒත් ඉතින් මං කැමතිවුණේ නෑ. මොකද පිරිමි කෙනෙක් පැවිදිවෙනවා වගේ නෙවෙයි ගැහැනු කෙනෙක් පැවිදි වුණොත්. ඉන්න හිටින්න ගැළපෙන තැනක්වත් මෙහේ නෑනේ.

පැවිදිවීමට පෙර දරුවා සමග

පැවිදි වූ පසු දරුවා සමග

යශෝධරා මෑණියෝ උදේ පාන්දර හතරට නැගිටලා බුද්ධ වන්දනාවක් කරලා භාවනා කරනවා. එහෙම එක දවසක පුතා නැගිටලා ඇවිත් යශෝධරා මෑණියෝ ඇස් අරිනකල් ළඟට වෙලා හිටියලු. ඇස් ඇරපු ගමන් කිව්වලු මං ඔයත් එක්ක තරහයි කියලා

ඒක නිසා නංගි විදෑ එහෙම අහද්දි මං කිව්වා හොඳ ආරක්ෂාව තියන තැනක් හොයාගන්න ලැබුණොතින් මම කියන්නම් එතකල් ඉවසන්න කියලා. ඒ වුණාට අර සිද්ධියත් එක්ක අවසානයට එයා විවාහවුණා.

ඇය දරුවෙක් ලැබෙනකල් ඉඳලා සැමියා එක්ක පැවිදිවෙන්න හිතපු එක ගැන ඔබවහන්සේ මොකද හිතන්නේ?

එයාලට ධර්මය මනාකොට ලැබුණු තැනදි තමයි එයාලා ඒ තීරණය ගත්තේ. ඒ නිසා කාටවත් කිසිදෙයක් කියන්න බෑ. නිකමට අංගුලිමාල අරන් බලන්නකෝ. රහත්වෙන්න පින් තිබුණත් අංගුලිමාල ධර්මය අවබෝධකරගත්තේ මිනිස්සු කීදෙනෙක් මැරුවට පස්සෙද?

ඒ දරුවගේ නම?

තේජාන් අභිලාස් නානායක්කාර. දැන් වයස අවුරුදු හතරයි.

යශෝධරා මෑණියන්ට මේ වගේ තීරණයක් ගන්න පුංචි පුතා චුට්ටක් ලොකු වෙනකල් හිටියා නම් හොඳයි කියලා ඔබවහන්සේට හිතෙන්නේ නැද්ද?

එයාලා දෙන්නත් ඒ අදහසින් තමයි හිටියේ. යශෝධරා මෑණියෝ මට කියලා තිබුණා 2032 අවුරුද්දේ දෙන්නම පැවිදි ජීවිතේට එනවා කියලා. ඒ පුතා ටිකක් ලොකු වෙනකල් ඉඳලා කරුණු කාරණා පහදලා දීලාම මේ තීරණය ගන්න. ඒත් පුතා පුංචි කාලෙදිම ධර්මය පැත්තට නැඹුරුවුණා. දැන් එයාට හැමදේම වගේ තේරෙනවා. ඒ නිසා තමයි පුංචි පුතාගේ කැමැත්ත උඩ ඒ දෙන්නා පැවිදිවුණේ.

ඔබවහන්සේ කිව්වා තේජාන් පුතා පුංචි වයසෙන්ම ධර්මය පැත්තට නැඹුරු වුණා කියලා. ඒ ගැන පැහැදිලි කළොත්?

ඔව් පුතා පුංචි කාලේ ඉඳන්ම බණ අහපු භාවනා කරපු දරුවෙක්. සැරයක් එයා මෙහෙණි ආරාමයේ පැවිදිවෙන්න හිටපු වැඩිහිටි කාන්තාවෝ තුන්දෙනෙක්ට බණ කියලා ඒ අය ඇඬෙව්වා. එයා දැනටමත් හොඳ නරක දන්නවා. කවුරුත් මොකවත් දුන්නත් ගිජුවෙලා පැනලා ගන්නේ නෑ. යශෝධරා මෑණියන්ගෙන් අහලා ගන්නේ. ඒ වගේම දවසක් මෙයා මෑණියන්ගෙන් එක දවසක් විතරක් මොන්ටිසෝරි යන්න ඉල්ලලා. මොකද මෙයා ටික කාලයක් මොන්ටිසෝරි ගිහින් නැවතුනා. ඇයි ඇහුවම කිව්වලු මං ධර්මය පුරුදු කරලා තියෙන හින්ද දැන් අපායේ යන්නෑ. ඒත් මගේ යාළුවෝ එහෙම නෑනේ. ඒ නිසා එයාලටත් මං වගේ වෙන්න උගන්වලා ඉක්මණට එන්නම් කියලා. ඒ වගේමයි මෙහෙණි ආරාමයේ ඉන්න යශෝධරා මෑණියෝ උදේ පාන්දර හතරට නැගිටලා බුද්ධ වන්දනාවක් කරලා භාවනා කරනවා. එහෙම එක දවසක පුතා නැගිටලා ඇවිත් යශෝධරා මෑණියෝ ඇස් අරිනකල් ළඟට වෙලා හිටියලු. ඇස් ඇරපු ගමන් කිව්වලු මං ඔයත් එක්ක තරහයි කියලා. මෑණියෝ ඇයි ඇහුවම කියලා එයාට අඬගහන්නේ නැතුව හොරෙන්ම භාවනා කරන්න ආව හින්ද කියලා.

දැන් යශෝධරා මෑණියන්ගේ පුතා ඉන්නේ කොහෙද?

අපි වැඩවාසය කරන ගෝසිංග වන අරණට කිලෝමීටර් විස්සක් විසිපහක් එහායින් අපේ මහගෙවල් තියෙන්නේ. මේ වෙනකොට මගේ මූලිකත්වයෙන් එතැන මෙහෙණි ආරාමයක් හදලා තියෙනවා. එතැන තමයි දැන් යශෝධරා මෑණියෝ ඉන්නේ. පුතා ඉන්නෙත් මෑණියන් එක්කමයි.

බුදුදහමේ හැටියට එහෙම ඉන්න එක කැපද?

අකැපක් නෑ. විනය නීතිවල පැහැදිලිව තියෙනවා දරුවා පුංචි නම් මෙහෙණිවර තියාගන්න කැපයි කියලා.

ඒත් එහෙම ඉන්නකොට ආයෙත් මෑණියන්ට ගිහි ජීවිතය ගැන ආසාවක් එන්න පුළුවන් නේද?

කොහෙත්ම නෑ. මේ යශෝධරා මෑණියන් කියන්නේ හරිම ශක්තිමත් කෙනෙක්. ඒ ශක්තිමත් බව නිසාමයි දරුවා හිටියත් ඇය පැවිදිවෙන්න තීරණය කළේ.

දැන් පුතා යශෝධරා මෑණියන්ට කතා කරන්නේ මොකක් කියලද?

මෑණියන්ට කියන්නේ අම්මා කියලම තමයි. ගිහි කාලයේ පියාට කියන්නේ තාත්තා ස්වාමීන් වහන්සේ කියලා.

එතකොට අපේ හාමුදුරුවනේ දැන් දරුවගේ අනාගතේට මොකද වෙන්නේ?

පුතා බොහොම කැමැත්තෙන් ඉන්නවා මහණවෙන්න. එයාට ප්‍රශ්නයක් තිබුණා ඇයි අම්මයි තාත්තයි වගේ එයා මහණ නොකළේ කියලා.

ඇත්තටම තාමත් මහණ නොකළේ මොකද?

පොඩි දරුවෝ නිතර නිතරම ආහාර ගන්නවනේ. ඒ නිසා පුතා විකාලභෝජන කියන ශික්ෂාපදයට හුරුවුණාම මහණ කරන්නයි හිතාගෙන ඉන්නේ. ඉතින් ඒ ශික්ෂාපදය හුරු නැතුව මහණ කරලා තේරුමක් නෑ. පුතා ඒකට හුරුවුණාම ගෝසිංග වන අරණේම පැවිදි කරනවා.

ආයෙත් යශෝධරා මෑණියන්ගේ පැත්තට හැරුනොත් මෑණියන් ගත්ත තීරණේ ගැන ඔබ වහන්සේ මොකද හිතන්නේ?

ලෝකයේ පුද්ගලයෙක්ට ගන්න පුළුවන් ශ්‍රේෂ්ඨම තීරණයක් ඒ ගත්තේ. මෑණියන් ජීවත්වුණු විදියට බුදු සසුනට සිල්වත් මෙහෙණින් වහන්සේ කෙනෙක් එකතු වුණා කියලා මට හිතෙනවා.

පැවිදිවුණාට පස්සේ යශෝධරා මෑණියන් එක්ක ඔබවහන්සේ කතා කළාද?

මං ගිහින් කතා කළා. මෑණියන් මට කිව්වා දැන් සෑහෙන ලොකු නිදහසක්, පහසුවක් දැනෙනවා කියලා.

හැබැයි සමාජයේ බොහෝදෙනෙක් දරුවෙක් අසරණ කළා කියලා යශෝධරා මෑණියන්ටත් කස්සපතිස්ස හිමියන්ටත් චෝදනා කරනවා?

සිදුහත් කුමාරයා සත්‍යය හොයාගෙන යද්දිත් ඔහු පියෙක්. යශෝධරා මවක්. ඒ එක්ක ඔවුන්ටත් නොයෙකුත් ගැරහීම් ලැබුණානේ. ඒත් සිල්වත් ස්වාමීන් වහන්සේ නමකට මෙහෙණින් වහන්සේ නමකට ගැරහීම එච්චර හොඳ දෙයක් නෙවෙයි. එදා යශෝධරාගේ පියරජතුමාට වුණු දේ බලන්නකෝ. බෝසතුන් බුදුවෙලා සුප්‍රබුද්ධ රජතුමාගේ නුවරට පිඬුසිඟා වඩිනකොට රජතුමා උන්වහන්සේව හරි නරක විදියට ගැරහුවානේ. දුව අනාථ කළා කිව්වා. මුණුපුරාව අසරණ කළා කිව්වා. දැන් මිනිස්සුන්ගෙන් කෑම හිඟනවා කිව්වා. ඔය වගේ සෑහෙන්න ගැරහුවා. අන්තිමේ බුදුහාමුදුරුවන්ගේ ගමන වළක්වලා පාරේ නිදාගත්තා. ඒ වෙලාවේ උන්වහන්සේ තුන්සැරයක්ම කිව්වා තාථගතයන් වහන්සේගේ ගමන වළක්වන්න එපා එහෙම කළොත් රජු නිරයගාමී වෙනවා කියලා. දින හතයි ගියේ මහපොළොව පලාගෙන රජතුමා නිරයට නැත්නම් අපායට ගියානේ. කාලේ වෙනස්වුණාට කුසල අකුසල විපාක එකමයි. ඒ නිසා ඔය ගරහන අයට කියන්නේ ගරහලා පව් පුරවගන්න එපා කියලයි.

යශෝධරා මෑණියන්ගේ සිදුවීමෙන් පස්සේ ඔබවහන්සේගේ දුරකතනයටත් නිවනක් නෑ කියන්නේ ඇත්තද?

ඔව්. ගොඩාක් කාන්තාවෝ මට කතා කරලා මහණවෙන්න අහනවා. මේ දවස් කීපයට එහෙම කෝල් පන්හයසීයක් විතර එන්න ඇති. ඒත් දැනට අපිට ඒක කරන්න අමාරුයි. පළවැනි කාරණාව මෙහෙණි ආරාමේ අලුතින් පැවිදිවුණු මෑණියන්ට ධර්මය පළපුරුදු වෙනකල් ටික කාලයක් ඉන්න ඕනේ. අනික තාමත් ඒ මෙහෙණි ආරාමයේ කුටි අඩුපාඩුවක් තියෙනවා.

■ රුවන් එස්.සෙනවිරත්න

'මිතුරි' - පෙති තෝරා ගත යුත්තේ ඇයි ?

'මිතුරි' ඉතා ආරක්ෂිත විශ්වාසදායක තාවකාලික පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයකි.
'මිතුරි' පෙති, දරු ගැබක් පමා කිරීමේ පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් වන අතර දරුවන් අතර මනා පරතරයක් තබා ගැනීමට ඉවහල් වේ.

ප්‍රීතිමත් විවාහ ජීවිතයකට, 'මිතුරි' පාවිච්චි කරන්න.

mithuri
මිතුරි மித்துரி

fpa SRI LANKA
enriching relationships

අලෙවිය සහ බෙදාහැරීම : ශ්‍රී ලංකා පවුල් සංවිධාන සංගමය

මාගේ හොඳම තේරීම

සිහිය නැති වුණාට පස්සේ උන් හිතුවේ අපි මැරුණා කියලා

ආලිගේ ගෙවල් තිබුණේ ඉන්දියාවේ මනිපූර් ප්‍රාන්තයේ. මීට ටික දවසකට උඩදී ඇයගේ 18 හැවිරිදි එකම දියණිය හිටිගමන් අතුරුදන් වුණා. කොච්චර හොයලා බැලුවත් ඇය ගැන විස්තරයක් දැනගන්න ලැබුණේ නෑ. අඩුතරමේ ඒ රටේ පොලිසියටවත් ආරංචියක් හොයාගන්න බැරිවුණා. එදා මුළු රැයක්ම දියණියව මතක් කර කර අඬපු ආලි පහුවදා උදේ දියණිය හොයන්න යන්න හිතාගෙන දැඩි තීරණයක් ගත්තා. ඒ කොයි ලෝකෙන් හරි කෙල්ලව හොයාගෙන මිසක් ආයෙ ගෙදර එන්නේ නෑ කියලා .

පහුවදා ආලි දොර ඇරියේ එහෙම එළියට බහින්න බලාගෙන වුණත් දැක්ක දෙයින් ඇගේ ඇස් උඩ ගියා. ඇය දැක්කේ කලින් දවසේ අතුරුදන් වුණු දියණිය ගෙයි දොරකඩ හතරගාතේ දාලා වැටිලා ඉන්න හැටි. ඒ දැකපු ආලිට කෑ ගැහුණා. මොකද ඇය හිතුවේ කවුරු හරි පොඩි එකීව මරලා ගෙනත් දාලා කියලා. ඒත් මොකක්දෝ වාසනාවකට කෙල්ලට පණ තිබුණා. ඒත් ඒ හිටියේ ඊට දවසකට කලින් හිටපු දියණිය නෙවෙයි. ඒ වෙනකොටත් ඇය පිරිමි කීපදෙනෙකුගේ ලිංගික ගොදුරක් වෙලා තිබුණා.

"මගේ කෙල්ලට හතුරෝ හිටියේ නෑ. හරි ලස්සනට හිටපු කෙල්ලක් මට හිටියේ. ඒ විදියට හිටපු කෙල්ලටනේ මේ අසමජ්ජාති උන් මෙහෙම දෙයක් කළේ. කිසිම හිතක් පපුවක් නැතුව මගේ පොඩි එකීව රැයක් තිස්සේ තියාගෙන උන් බලෙන්ම දූෂණය කරලා."

ආලිගේ මේ දුක්ගැනවිල්ලට හේතුව මේ වෙනකොට ජනවාර්ගික ප්‍රශ්නයක් මුල්කරගෙන ඉන්දියාවේ මනිපූර් ප්‍රාන්තය තුළ උද්ගතවෙලා තියෙන ගැටුම්. මේ ජනවාර්ගික ගැටුම ඇතිවෙලා තියෙන්නේ එරටේ ප්‍රධාන ජන කණ්ඩායම් දෙකක් අතර. ඒ හින්දු ආගමට ලැදි 'මේතෙයි' ජනතාවත් ක්‍රිස්තියානි ආගමට ලැදි 'කුකි' ජනතාවත් අතර. ගැටුමට හේතු වෙලා තියෙන්නේ ඔවුනොවුන්ගේ අයිතිවාසිකම් සම්බන්ධ ගැටලුවක්. මේ වෙනකොට කුකි කියන ජන කන්ඩායම නිල වශයෙන් ඉන්දියාව තුළ ගෝත්‍රයක් විදියට පිළිඅරගෙන ඉවරයි. ව්‍යවස්ථාවට අනුව යම් යම් අයිතිවාසිකම් වගේම වරප්‍රසාද රැසකුත් ඔවුන්ට ලැබෙනවා. ඒත් මේතෙයි ජනතාවට ඒ කිසිම දෙයක් ලැබෙන්නේ නෑ. ඒක නිසා ඔවුනුත් ඒ අයිතිවාසිකම් සහ වරප්‍රසාද ඉල්ලන්න පටන් අරන්. හැබැයි ඒකට කුකි ජනතාව විරුද්ධයි. ඒ ඔවුන්ගේ අයිතිවාසිකම් සහ වරප්‍රසාදවලට ඒකෙන් ලොකු පහරක් වදියි කියලා.

පසුගිය මැයි මාසේ ඉඳන් තාමත් වෙනසක් නැතුව දිග්ගැස්සෙමින් යන මේ ගැටුම් හින්දා මේ වෙනකොටත් 150කට ආසන්න පිරිසක් මියගිහින්. 300කට අධික පිරිසකට තුවාලවෙලා. ඒ විතරක් නෙවෙයි පවුල් පනස්දහකට එහා පිරිසක් අවතැන්. ඒ අතරිනුත් බරපතළම කාරණාව වෙන්නේ ජන කණ්ඩායම් දෙකේම කාන්තාවන්ට සිදුවෙන ලිංගික අඩන්තේට්ටම්.

ආලිගේ දියණියගේ සිද්ධිය ඇරුනම ඒකට ආසන්න සිද්ධිය තමයි පසුගියදා මේතෙයි පිරිමින් පිරිසක් විසින් කුකි කාන්තාවන් දෙදෙනෙක් නිරුවතින් මහපාරේ රැගෙන යාම. ඒ සිදුවීමත් එක්ක මනිපූර් ප්‍රාන්තයේ ගැටුම් මේ වෙනකොට යළිත් උත්සන්න වෙලා.

ඒ වගේම ඒ සිදුවීමෙන් පස්සේ මනිපූර් ප්‍රාන්තයේ කුකි ප්‍රජාවට අයත් කාන්තා උදවිය ඉන්නේ ඔවුන්ටත් එවැනි සිදුවීමකට මුහුණදෙන්න වෙයි කියලා බයෙන්. ඒ නිසා ඔවුන් දවල් කාලෙවත් ගෙදරින් එළියට බහින්නේ නෑ. මේ එවැනි අම්හිරි සිදුවීමකට මුහුණපාපු 19 හැවිරිදි නාද්‍රා කියන කතාව.

"මං යාළුවත් එක්ක ඉන්නේ බෝඩිමක නැවතිලා. දැන් ටික දවසකට කලින් ඒ බෝඩිමට මිනිස්සු වගයක් ආවා. අපි දොර වහලා තිබුණේ. එදා ඒ අය ඇවිත් හිටියේ අපි කුකි මිනිස්සු කියලා දැනගෙන. ආපු ගමන් එයාලා දොරට ගහලා දොර අරින්න කිව්වා. ඒත් අපි ඇරියේ නෑ. එතකොට එයාලා කිව්වා උඹලගේ මිනිස්සු අපේ ගෑනු දූෂණය කරපු හින්දා දැන් උඹලටත් අපි ඒක කරනවා කියලා. එහෙම කියලා කාමරේ දොර කඩන්න ලෑස්තිවුණා. මං ඉක්මනට අම්මට කතා කළා. මොකද ඒ වෙලාවේ මට හිතුණා ආයෙත් මට මගේ අම්මට කතා කරන්න ලැබෙන එකක් නෑ කියලා."

ඒත් නාද්‍රාට වැඩි වෙලාවක් කතා කරන්න ලැබිලා නෑ. දොර කඩාගෙන ආපු මිනිස්සු ඇයයි යාළුවයි දෙන්නම පාරට ඇදගෙන ගිහින් කෙල්ලෝ දෙන්නෙක් කියලා නොබලා දිගට හරහට ගහලා. ඒ වෙලාවේ ඔවුන් බේරෙන්න පුළුවන්කම ලැබිලා තියෙන්නේ දෙන්නටම සිහිනැති වුණු හින්දලු.

"එදා සිහිය නැති වුණාට පස්සේ උන් අපි මැරුනා කියලා හිතලා එතැනින් ගිහින්. සිහිය නැතිවුණේ නැත්නම් අපිට ගහපු විදියට අපි ජීවතුන් අතරත් නැතිවෙන්න තිබුණා."

මෙච්චර හරියක් වෙලා තියෙද්දිත් මනිපූර් ප්‍රාන්ත පොලිසිය කියන්නේ මේ පිළිබඳ කිසිම පැමිණිල්ලක් වාර්තාවෙලා නෑ කියලා. පොලිසිය කියන ඒ කතාව ගැන

මං ඉක්මනට අම්මට කතා කළා. මොකද ඒ වෙලාවේ මට හිතුණා ආයෙත් මට මගේ අම්මට කතා කරන්න ලැබෙන එකක් නෑ කියලා

'කොකොම්' කියන මෙයිති ජන කණ්ඩායමට අයිති සංවිධානයේ 'කුරයිජාම් ඇතෝබා' කියන්නේ මෙහෙම කතාවක්.

"අපේ කාන්තාවන් කවුරුත් තම තමන් මුහුණදීපු මානව හිමිකම් කඩවීම් ගැන පොලිසියට පැමිණිලි කිරීමෙන් ඔවුන්ගේ ගෞරවය නැති කරගන්න කැමති නෑ. ඒකයි පොලිස් පොතේ ඒ ගැන පැමිණිලි නැත්තේ."

දැන් ප්‍රාන්තයේ මෙයිති වගේම කුකි කාන්තාවොත් බලාගෙන ඉන්නේ ඔවුන් මේ විදියට විඳින ලිංගික අඩම්තේට්ටම් දැකලා දේශපාලකයින්ගේ පැත්තෙන් හරි විසඳුමක් ලැබෙනකල්. ඒත් තවමත් එහෙම කිසිම දෙයක් වෙලා නෑ. වත්මන් ඉන්දීය අග්‍රාමාත්‍ය නරේන්ද්‍ර මෝදි මහත්තයා පවා මේ ගැන කියලා තියෙන්නේ මනිපූර්හි දියණියන්ට වෙලා තියෙන දේවල්වලට කිසිම සමාවක් දෙන්න බෑ කියන කතාව විතරයි. ඒත් එක්ක මනිපූර් ප්‍රාන්තයේ කාන්තාවන්ට අහස දිහා බලාගෙන දැන් කියන්න වෙලා තියෙන්නේ මෙච්චරයි.

"අනේ දෙවියනේ, ඔබ කෝ කොහෙද?"

■ රුවන් එස්.සෙනවිරත්න

කෙල්ලෝ දෙන්නෙක්ට මැදිවෙලා ෆොටෝ ගහන්න තමුසෙට ලැජ්ජ නැද්ද?

"මම ආයේ නොකිව්වයි කියන්න එපා. දැන්ම ගෙදර ගියේ නැත්තම් හෙටින් අපේ සම්බන්ධය ඉවරයි." දුරකතනයත් කනේ තියාගෙන මහහඬින් තමන්ගේ පෙම්වතාට බැණ වදින සුලාරි දිහා අනිත් අය බලාගෙන හිටියේ කම්පිත බැල්මකින්.

"මොකද සුලා?" කෝල් එක ඉවරවෙලා රූම් එක ඇතුළට ආපු සුලාරිගෙන් ඇහුවේ නදීශා.

"විකාරනේ අනේ මිහින්ට. ඔෆිස් එකේ නත්තල් පාර්ටියලු. මම කියලා තියෙනවා වැඩ ඉවර වෙන වෙලාවට ගෙදර යනවා මිසක් ඔය පාර්ටිවලට යන්න එපා කියලා." සුලාරි කිව්වේ තරහින්.

"ඔෆිස් එකකින් පාර්ටි එකක් දෙන්නේ අවුරුද්දම වැඩ කරපු මිනිස්සුන්ට රිලැක්ස් වෙන්නනේ සුලා. අපි තාම ඉගෙනගන්න නිසා අපිට තේරෙන්නේ නැහැ ඔය ඔෆිස් සංස්කෘතිය. ඕවට නොයා ඉන්න බැහැ. ඊටපස්සෙ නැති ප්‍රශ්න."

"අනේ මේ.. මම දන්නේ නැද්ද මිහින්ගේ ඔෆිස් එකේ ඉන්න සක්කරවට්ටම් ටික ගැන. කොටට කොටේ ඇඳගෙන ෂෝ එක දගත්තු ගමන් කොයිවෙලේත්. හැදියාවක් නෑ රෑ ජාමයක් වෙනකම් පාර්ටිවලට ඉන්නේ." සුලාරි තරහෙන් කිව්වේ ෆේස්බුක් එකට මේ දැන් අප්ලෝඩ් කරපු ෆොටෝ ටිකක් අනිත් අයටත් පෙන්වන ගමන්.

"ඔහොම හිර කරන්න ගියොත් ඒ කොල්ලට උඹව එපාවෙයි බන්." පසෙක හිටිය මලීෂා කියද්දි සුලාරිට තවත් තරහ ගියා.

"ඒක මායි එයයි බලාගන්නම් මලීෂා. කොල්ලෙක්වත් නැති ඔයා එනවද මට උපදෙස් දෙන්න? කොල්ලෝ පිට නොයවා තියාගන්න නම් හිර කරන්න ඕනෙ තමයි." සුලාරි කියද්දි නදීශා මලීෂා දිහාවට හැරිලා ඉඟි කළේ තවත් මුකුත් කියන්න එපා කියලා නොකියා කියන ගමන්.

"එයාට කවදාවත් මේවා කියලා තේරුම් කරන්න බැහැ. අපිට මොකද. අපි දැක්කේ නෑ වගේ ඉමු." සුලාරි නැති මොහොතක් බලලා නදීශා අනිත් යාළුවන්ටත් කිව්වා.

"ඔය ට්‍රිප් එක ගියොත් බලාගෙනයි."

"වෙනදාට ගෙදර එන්නේ 7ට නේද? ඇයි අද 7.30 වුණේ?"

"ඔෆිස් යන්නේ ෆොටෝ ගහන්නද? අනිත් එක ඇයි ඒ ග්‍රෑප් ෆොටෝ එකේ කෙල්ලො දෙන්නෙක් මැදින් ඉන්නේ? ලැජ්ජ නැද්ද? නුවන්ට එහා පැත්තෙන් ඉඳලා ගන්න ෆොටෝ එකක් ගන්න තිබුණානේ."

මේ වගේ වදන් සුලාරිගේ මුවින් නිතරම පිටවෙද්දි අනිත් අය ඇහෙන්නේ නැහැ වගේ ඉන්න ගත්තා.

"බලන්න නදීශා, මිහින් මම එපා කියද්දිම යාළුවෝ එක්ක සීගිරි ගිහින්නේ." දවසක් සුලාරි කිව්වම නදීශා උත්තර දෙන්න ගියේ නැහැ.

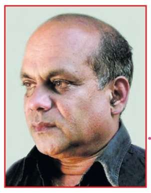
සුලාරි දිගින් දිගටම මිහින්ට ඇමතුම් ගන්න හැටිත්, එකදිගට මැසේජ් කරන හැටිත් නොදැක්කා වගේ ඉන්න යාළුවෝ ටික තීරණය කරලා තිබුණා.

"මේ අපේ මිහින්ගේ ෆෝන් එක බිසීනේ. නදීශා ඔයාගේ ෆෝන් එක ටිකකට දෙන්නකෝ." සුලාරි කිව්වම නදීශා ෆෝන් එක දුන්නා.

"තමුසේ... තමුසේ මාව බ්ලොක් කළාද? මගේ ෆෝන් එකෙන් ගද්දි බිසීවෙලා මේකෙන් ගද්දි රින්ග්ස් ගියේ කොහොමද?" අනිත් පැත්තෙන් මිහින් පිළිතුරු දුන්නු ගමන් සුලාරි බැණගෙන බැණගෙන ගියා.

"ඔයාගේ ෆෝන් නම්බර් එක විතරක් නෙවේ, ඔයාවත් මගේ ජීවිතෙන්ම බ්ලොක් කරන්න තීරණය කළා. නීති දාලා හදාගන්න ඕනෙ නම් ඇති කරනවා බලු පැටියෙක්. මාව නෙවේ." අනිත් පසින් කියනවා ඇහෙද්දි සුලාරිගේ මුහුණ බෙරි වුණා. අනිත් යාළුවෝ ටික මුහුණින් මුහුණ බලාගත්තා.

■ අසන්ති පෙරේරා



මාධ්‍යවේදී
තිලක් සේනාසිංහ

හරිම නැකතට ගෙපල කැපුවොත් විශ්වකර්මයා ඇවිත් අත්තිවාරම දාලා දෙනවලු

කුවේර දෙවියන්ගේ ගෝලයෙක් ගෙදරට හුණුගල් කැටයක් ගෙනත් දාලා

ගම්පහ දිස්ත්‍රික්කයේ උප නගරයක ජ්‍යෝතිෂ්‍ය කාර්යාලයක් පවත්වාගෙන යන පුද්ගලයෙකු සිටියි. ඔහු වයස අවුරුදු පනහක පමණ මනා ආරෝහ පරිණාහ දේහයකින් යුතු අයෙකි. ඉතා පිරිසිදුවට ක්‍රමානුකූලව අඳින පළඳින මේ ජ්‍යෝතිර්වේදියාගේ ගෙලෙහි සහ අතැඟිලිවල පවුම් පහළොවක විස්සක රන් බඩු දක්නට පුළුවන. නව නිවසක් හා සුඛෝපභෝගී මෝටර් රථයක් හිමි ඔහුට ඉන්දීය ජ්‍යෝතිර්වේදී ආයතනවලින් ගෞරව සම්මාන ලැබී ඇති බව පැවසෙන සහතිකපත් සේම හිටපු ජනපතිවරයකු සමඟ සුහද පිළිසඳරක යෙදෙන ඡායාරූපද ඔහුගේ කාර්යාලයේ ප්‍රදර්ශනය කෙරේ.

රාජ්‍ය සේවයේ යෙදෙන යුවලක් මීට කලෙකට ඉහත ඒ ජ්‍යෝතිර්වේදියා හමුවීමට ගොස් ඇත්තේ තමන් අලුතින් තැනීමට සූදානම් වන නිවසේ ගෙපල කැපීම පිණිස සුදුසු නැකතක් සාදවා ගැනීමටය. නැකත් සෑදීම, ජන්ම පත්‍ර පරීක්ෂාව, පොරොන්දම් බැලීම, මල්වර පලාපල කීම ආදී ජ්‍යෝතිෂයට අයත් විවිධ දේ සම්බන්ධ විශාරදවරයකු බව පැවසෙන මොහු වාස්තු විද්‍යාව, ගෙබිම් ශාස්ත්‍රය, මනෝ උපදේශනය ආදී කටයුතු සම්බන්ධයෙන්ද හසල දැනුමක් ඇත්තකු බවට ප්‍රසිද්ධියක් ලැබී තිබේ.

"එහෙම නිකම්ම නැකතක් හදලා දෙන්න කිව්වට බෑ... ඒකට ඉඩමේ හිමිකාරයාගේ කේන්දරෙත් ඕනේ. කාටද ඔය ඉඩම අයිති මහත්තයටද? නෝනටද?" තමන් හමුවීමට පැමිණි එම යුවලගෙන් ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතාව විමසා සිටි ජ්‍යෝතිර්වේදියා ඇසීය.

"ඉඩම අයිති මහත්තයට." බිරිඳ කීවාය.

"කමක් නෑ එහෙනම් දෙන්නාගෙම කේන්දරත් අරගෙනම එන්නකෝ. එතකොට ඔය ගේ හදන්න ඇඳපු ප්ලෑන් එකකුත් ඇතිනේ? නොවැරදීම ආයිත් එනකොට ඒකත් අරන් එන්න. මොකද ඔය වගේ නැකතක් හදනකොට දෙන්නගෙම කේන්දරවල තියෙන දෙස් මග අරින්න ඕනේ. ඒ වගේම ගෙදර ප්ලෑන් එකෙත් වාස්තු දෝෂ පෙන්නුම් කරනවා නම් මොන තරම් ප්‍රබල නැකතක් හදලා දුන්නත් වැඩක් වෙන්නේ නෑ." ජ්‍යෝතිර්වේදියා පැවසුවේ නිවසේ ගෙපල කැපීමට නැකතක් සාදවා ගැනීම සුළුපටු කරුණක් නොවන බව එම යුවලට ඒත්තු ගන්වමිනි.

"අනික නැකතක් හදනවා කියන්නේ මේ විශ්වයෙන් තමන්ට එල්ලවන අසුබ බලපෑම් සේරම මග හරවලා සුබ බලපෑම් වර්ධනය කරන්න පුළුවන් හොඳම දවසක්, වෙලාවක් තෝරාගන්න එක. සමහරවිට තමන්ගේ ජන්ම පත්‍රවලට සියට සීයක්ම ගැළපෙන නැකතකට ගෙපල කැපුවොත් විශ්ව කර්මයා ඇවිත්ම වැඩේ ඉවර කරලා දෙනවා කියලා තමයි පරණ පොත්වල තියෙන්නේ." එම ජ්‍යෝතිර්වේදියා කීයේ ඒ නැකත සෑදීම පිළිබඳව යුවල තුළ පැවති අපේක්ෂාව තවත් තීව්‍ර කරමිනි.

"ඔය හෙම්බිරිස්සා, උණ වගේ සුළු සුළු දෝෂ කීපයක් හැරුණාම මේ ප්ලෑන් එකේ නම් ලොකු වාස්තු දෝස මුකුත් නෑ. හැබැයි මෙතන මෙහෙම දෙයක් නම් තියෙනවා." යුවලගේ ජන්ම පත්‍ර සහ තැනීමට සූදානම් වන නිවසේ සැලසුම ජ්‍යෝතිර්වේදියාට භාර දී පසුව නැකත ඉල්ලාගැනීමට පැමිණි අවස්ථාවේ ජ්‍යෝතිර්වේදියා කීය.

"හරියටම මේ නැකතට ඔය ගෙදර ගෙපල කැපුවට පස්සේ අත්තිවාරම කපලා ඉවර වෙනකල් හොඳට ඇහැ ගහගෙන ඉන්න ඕනේ. බැරි වෙලාවත් ඒ අත්තිවාරම කපන පස් අස්සේ තිබිලා මොනයම්ම හෝ විශේෂ දෙයක් හම්බුවුණොත් කාටවත්වම නොකියා ඒක පරිස්සම් ඇති තැනක තියාගෙන මට කෝල් එකක් දෙන්න." එම නැකත භාරදෙමින් ජ්‍යෝතිර්වේදියා පවසන ලද්දේ යුවලගේ සිත්වලට කුතුහලය කැන්දමිනි.

කෙසේ නමුත් ඔහු දුන් නැකතට නිවසේ ගෙපල කැපීම ඇරඹූ ඒ යුවල ඉන් අනතුරුව බැකෝ යන්ත්‍රයක් යොදා ගනිමින් එහි අත්තිවාරම කැපීම අරඹන ලදී. නමුදු ඒ ජ්‍යෝතිර්වේදියා පැවසූ පරිදි අත්තිවාරම කපන ස්ථානයේ තිබී විශේෂ කිසිවක් හමු නොවිණි. එහෙත් ඒ පස් අතුරින් මතු වූ තරමක් විශේෂ හැඩයකින් යුතු හුණුගල් කුට්ටියක් කෙරෙහි ඒ දෙපලගේ අවධානය යොමු විය.

"මේ හරියේ පොළොවේ හුණුගල් තියෙන්න පුළුවන්කමක් නෑනේ. එතකොට කොහොමද මෙතරනට හුණුගල් කුට්ටියක් ආවේ?" කිලෝ දහයක් පමණ බැරැති ඒ හුණුගල් කුට්ටිය සියතට ගත් සැමියා කීය. **"කෝකටත් අපි මේ බව අර මහත්තයටත් කියලා බලමු නේද?"** එකෙනෙහිම ඒ බිරිඳ යෝජනා කළාය. ඒ අනුව ඔවුහු එතැන සිටම ඒ ජ්‍යෝතිර්වේදියාට දුරකතන ඇමතුමක් ගත්හ.

"එහෙම හුණුගල් කුට්ටියක් කිව්වට බැහැ. ඒකේ බර, හැඩය වගේ දේවල් ගැනත් තොරතුරු දැනගෙන තමයි යමක් කියන්න වෙන්නේ. ඒ හින්ද ඔහ හුණුගල් කුට්ටියේ පින්තූරයක් මට වට්සැප් කරලා තියන්න. මම රෑට කෝල් එකක් අරගෙන ඒ ගැන විස්තර කියන්නම්." ජ්‍යෝතිර්වේදියා දුරකතනයෙන් පිළිතුරු දුන්නේ යුවලගේ සිත තුළ වූ කුතුහලය තවත් තීව්‍ර කරවමිනි.

"වැඩේ නම් අපි හිතුවට වඩා හොඳයි වගේ. දැක්කද ඔය හුණුගල් කුට්ටියේ හැඩේ මොකක්ද කියලා?" ජ්‍යෝතිර්වේදියා ඇසූවද එහි එවැනි විශේෂිත හැඩයක් ඇති බවක් එම යුවලට නොපෙණුනි.

"ඇයි ඔච්චර දෙයක් තේරුම්ගන්න බැරි? ඔය හුණුගල් කුට්ටිය එහෙම්පිටින්ම හක්ගෙඩියක් වගේනේ. දන්නවද මොකක්ද ඒකෙන් කියැවෙන්නේ කියලා?" ඒ සමඟම ඔහු එම යුවල වෙතට පැනයක්ද යොමු කළේය. **"ඕක සංඛ බහිරව දේවතාවුන්නාන්සේ කරපු දැනුම්දීමක්. කුවේර දෙවියන්ගේ ධනයට අධිපති බහිරව දේවතාවුන්නාන්සේලා දෙන්නයි. එක්කෙනෙක් සංඛ බහිරව. අනිත් කෙනා පද්ම බහිරව. ඔතැනදී ඔය සංඛ බහිරව දේවතාවුන්නාන්සෙ දෙන පණිවිඩේ තේරුම් අරන් උන්නාන්සේට තුටුපහටු වෙන පූජාවක් කරලා ඔය ගේ වැඩ කටයුතු පටන්ගත්තොත් ඉතින් හතරමහ නිධානය පහළ වුණා කියලම හිතාගන්න."** ජ්‍යෝතිර්වේදියා එසේ පවසනු ඇසීමෙන් එම යුවල වික්ෂිප්ත විය. **"ඒ වගේම බහිරව දේවතාවුන්නාන්සේගේ දැනුම් දීමේ හැටියට බහිරව පූජාවක් කරනවා නම් ඔය ලැබුණු දේ ගැන කාටවත් කියන්න එපා. ඕක පිරිසිදු සුදු රෙද්දක ඔතලා මෙහාට ගේන්න. මොකද ඔය බහිරව පූජාවට ඕකත් ඕනෙමයි."** ඒ ජ්‍යෝතිර්වේදියා කීය.

"එතකොට කීයද දන්නවද ඔය බහිරව පූජාව වෙනවෙන් ඒ ජෝඩුව වියදම් කරපු ගාස්තුව?" මා හමුවේ මෙම කතා ප්‍රවෘත්තිය ගෙනහැර පෑ ගොඩනැගිලි ද්‍රව්‍ය අලෙවිකරු ඇසීය. **"රුපියල් ලක්ෂ පහක්. කොහොමත් ඒ බහුරව පූජාව කළාට මොකද දැන් ගේ හදන වැඩේ අතරමග නතර වෙලා. වෙන එකක් තියා ඔය ගේ හදන්න පහුගිය කාලේ මගෙන් ණයට ගත්තු බඩුවලට රුපියල් අසූදහක විතර හිඟයක් තවමත් තියෙනවා."**

සොරමැරකම්, වංචා දූෂණ ඉහවහා ගිය වත්මන් සමාජයේ ගුප්ත ශාස්ත්‍ර නමින් සිදුවන ගසාකෑම් කොතරම් ඉහළ මට්ටමක තිබේද යන්නට මෙම සිදුවීම එක් නිදසුනක් පමණි.

ප්‍රශ්නය
මට දැන් පැනයකි හිත වද දෙන්නේ
මොනවා කරන්නද නොම තේරෙන්නේ
ධරණී අරගෙන පිටු පෙරලන්නේ
මට පෙර සැමියා කොමලි සොයන්නේ
අනුලා සේනානායක - අගලවත්ත

පිළිතුර
බය වෙන්නට කාරි නෑ හෙව්වට පිටු අස්සේ
අද ඊයෙක ඉඳලද මම සිල් රැක්කේ
හැංගි හොරා ගහන ගේම් මට නැත්තේ
නුඹෙ සැමියටයි මේ මල් මිට අනුලක්කේ

ප්‍රශ්නය
නිසි පුළුලුකුල රියසක සේ වැඩෙන්නට
කන බොන දේ කිමද හැකිදෝ කියන්නට
මනමත් අඟර දඟරෙන් රස පුරන්නට
කොහොමද ඉගෙන ගත්තේ කවි ලියන්නට
මැණිකේ වන්නිනායක - කුරුණෑගල

පිළිතුර
කොස් දෙල් මිසක නැත හැම් බේකන් කෑවේ
ඉඩ ලද විගස මම ජිම් එකටත් දීවේ
කවිකම් උපන් හැකියාවෙන්මයි ආවේ
බොරුවක් හෙම නෙවෙයි ඇත්තයි මේ කීවේ

ප්‍රශ්නය
අවුරුදු හැටයි මාගේ අයියට කොමලී
ආසලු ඔහු ඔබේ ඔය කොණ්ඩෙට කැරලී
කැමතිලු ඔබව කරගන්නට මනමාලී
නොලැබුණොතින් මැරෙනව කීවා එල්ලී
රුක්මා රොහිණී - තල්පිටිය, වාද්දුව

පිළිතුර
තාත්තටත් ගිය මාසෙට හැට පිරුණා
ඔහු නම් වඩන්නෙම මෙත් මුදිතා කරුණා
නොතේරෙනව නොව ඔය අයියගෙ වරුණා
එනිසා මලත් මට නම් කම් නැත රුක්මා

ප්‍රශ්නය
කොපමණ ඉතින් සිරිලක හිස් මොළ ඇතිද
දැක දැක වැරදි තැන් කට මසලා නැතිද
කොමලියෙ ඉතින් මඟහැර යන්නට හැකිද
නිදිවුන් ඇහැරන්න ඔය කවියෙන් බැරිද
කේ.මිතුනි යසාරා - සඳලංකාව

පිළිතුර
දෙකයි දෙකේ පොල්ලක් දුන්නොත් මිතුනී
උන් ඇහැරන්න හැකි බව නිකමට සිතුනී

ප්‍රශ්නය
රෑ පැල් රකින අයියණ්ඩිගෙ තනිය මකාගන්න
පාළු පැලට සිරිදෙව්දුව සෙනෙහෙන් කැන්දන්න
ගහ උඩ පැලේ හඳ එළියෙන් පෙම් ගී මුමුණන්න
කැමතිද කොමලි අක්කේ නෑණා වෙන්න
නුවන්ති හංසිනී උත්පලා - සඳලංකාව

පිළිතුර
තට්ටු දෙකක්වත් ඇතිනම් පැල්පතට
වීවී පොයින්ට් එක හොඳනම් ගහ උඩට
AC හොට් වෝටර් දෙක ඇතිනම් යසට
නෑනා වෙන්න තව කල් ගන්නේ කුමට

ප්‍රශ්නය
පෙන්වා දසන් විදහා ඔබේ සිනාවට
ඉඟ සුඟ නලවමින් රඟනා විලාසෙට
මගේ හිත බැඳුනි ඔබ ගැන මනාපෙට
කොමලියේ ඔබේ අදහස මට පවසන්ට
ප්‍රියංගි - ගඩලාදෙණිය, පිළිමතලාව

පිළිතුර
ටිකකට කලින් වචනය එළියට පැන්නා
නුවන්තිගේ අයියට මං බහ දුන්නා

ප්‍රශ්නය
කොමලිව ඊයෙ රෑ මම හීනෙන් දැක්කා
පාක් එකේ කොල්ලෙක් සමඟින් රැක්කා
කරවට අතක් දමමින් ඔහු ඔබ රැක්කා
කවුද අනේ ඔබගේ ඔය ඔලු බක්කා
කමලාවති එදිරිසිංහ- පතිරගෙවත්ත, යගිරල

පිළිතුර
හීනය නොපිට පෙරලුවෙ ඇයි කමලක්කා
කොල්ලෙක් නෙවෙයි හිටියේ මගෙ බලු කුක්කා

ප්‍රශ්නය
රුවන්පුරයයි උපන් ගම මගෙ පරසිදුයි එය මැණිකට
සමන් දෙවිඳුගෙ වරම ලැබිලා නිතර මතුවෙයි මිණිකැට
ගිහින් එන්නට හිතයි ළඟදිම බලා ගන්නට ගම තොට
අරන් එන්නද මැණික් කැටයක් පළඳවන්නට කොමලිට
අනුර දිසානායක - වැලිවේරිය, ගම්පහ

පිළිතුර
මැණික් කැටයක් පළඳවන්නට හිතාගෙන මගෙ මඟුලට
අපේ අම්මා හීන මැව්වා තබාගෙන අත නිකටට
ඔය වදන් ඇහුවාම මී පැණි වත්කලා මෙනි සවනට
සමන් දෙවියන්ගේම පිහිටයි අනේ පෙම්බර අනුරට

ප්‍රශ්නය
කවි ගෙත්තමට අගයක් දෙන කොමල ලිය
හදවත් එකතු කොට බඳිනා ධරණී ලිය
කවිකාරියක් වන්නට හිතයි එක් වී සිරිමලිය
පුවත්පතින් මෙවැනි දේ කෙරුවට තුතිය
H.M.ප්‍රියංගිකා මධුෂානි- අරක්මූල්ලගොඩ, රංවල ගොඩකවෙල

පිළිතුර
වස් දෙස් සියලු දේ යන්නට අකා මකා
දිගටම මුණගැහෙමු කවියෙන් ප්‍රියංගිකා

ප්‍රශ්නය
පිළිතුරු කවෙන් දෙන මී පැණි ගඟක් වගේ
ධරණී පුවත්පත කොමලිව කරයි අගේ
පැනයකි නිතර වද දෙන මෙය සිතට මගේ
රංකිරි කට ගෑවෙ නුඹෙ සරසවිද නගේ
දයා රණතුංග - හිඹුටුවැල්ගොඩ, කැලණිය

පිළිතුර
කවිකම් කියා දීලයි මෙලොවට එව්වේ
සරසවි මෑණියන්මයි මට මග කිව්වේ
එතකන් දිව්‍ය ලෝකෙයි මම කල් ගෙව්වේ
එනිසා දිව බොජුන්මයි එදිනත් කැව්වේ

ඔබේ කවි අභියෝග
කොමලිගේ කොලමට එවීමේදී
0712808985 හෝ
dharanee.editor@liberty.lk යන
ඊමේල් ලිපිනයට යොමු කරන්න.නැතිනම්,
කොමලිගෙ කොලම, ධරණී පුවත්පත,
නො.91, විජේරාම මාවත,
කොළඹ 07. යන ලිපිනයට
එවන්න

ධරණී
ලිබර්ටි පබ්ලිෂර්ස් ප්‍රයිවට් ලිමිටඩ්
අංක 91,
විජේරාම මාවත,
කොළඹ 07.
දුරකථන
0115 200 900
බෙදාහැරීමේ අංශය
0112 127204
දැන්වීම් අංශය
0112672601,
0112672603, 0761393811
ෆැක්ස්
0112 673 451

ධරණී
පුවත්පත
නිවසටම ගෙන්වාගන්න
අමතන්න
076 1367 623

ශක්තිවන්තී සෙනෙහෙවන්තී

5 කොටස

වරප්‍රසාද රැසක් ලැබුණු රැකියාව මම අතහැරියේ බොහෝදෙනෙකුට රැකියා අහිමිවෙමින් තිබුණු යුගයකයි

හේලීස් ෆැබ්‍රික් සමාගමේ 'තිරසාර සංවර්ධන ප්‍රධානී'

ලියෝනි වාස් ජයසිංහ

සුදුසු අවස්ථාවේ ගන්නා අවදානම් සහගත නමුත් නිවැරදි තීරණ මිනිසුන්ගේ ජීවිත ඔසොවා තබන්නේ නොහිතන ඉහළකින්ය. අද අපේ කතානායිකාව වන ලියෝනි වාස් ජයසිංහ එයට හොඳ නිදසුනකි. හේලීස් ෆැබ්‍රික් සමාගමේ 'තිරසාර සංවර්ධන ප්‍රධානී' ලෙස කටයුතු කරන ඇය එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයේ තිරසාර සංවර්ධන පුරෝගාමී ඇගැයීම ලැබූ පළමු සහ එකම ශ්‍රී ලාංකිකයාය. වෘත්තීය ජීවිතය මෙන්ම පෞද්ගලික ජීවිතයද සාර්ථකව ගත කරන ලියෝනි 'ධරණී'ට කී කතාවයි මේ...

ලංකාවේ ඉහළ පෙළේ ඇඟළුම් ආයතනයක ඉහළ තනතුරක් දරපු ඔබට හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට එක්වෙන්න අවස්ථාවක් හිමිවෙනවා. හැබැයි එම ආයනතයේ ඔබට පැවැරුණු රාජකාරී වගකීම්වලට වඩා හාත්පසින්ම වෙනස් වගකීමක් හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයේදී ඔබට පැවරුණේ. ඒ විතරක් නෙමෙයි, ඔබ රැකියාව වෙනස් කරන තීරණය ගත්තෙත් කොවිඩ් වසංගතය ලෝකය පුරා පැතිරීම ආරම්භ වුණු සමයේ. අපි එතැනින් මේ කතාබහ පටන්ගනිමු?

හොඳයි. ඔබ කිව්වා වගේම හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයේ තිරසාර සංවර්ධන ප්‍රධානී (Head of Sustainability) කියන අවස්ථාව මට ලැබෙනකොට මම හිටියේ බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයේ නිෂ්පාදන සංවර්ධන කළමණාකරු (Product Development Manager) කියන වගකීම දරමින්. ඒ, දෙදහස් විස්ස අවුරුද්දේ මාර්තු මාසයේ මුල. එතකොට ලෝකය පුරා කොවිඩ් වසංගතය පැතිරෙන්න පටන් අරන්. හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයෙන් මම පත්වීම් ලිපිය අරන් ටික දවසකින් තමයි අපේ රටට පළවැනි ලොක් ඩවුන් එක දැම්මේ.

ඒ වෙලාවෙ බොහෝ දෙනෙක් මගෙන් ඇහුවා ඇයි ඒ වගේ තීරණයක් ගත්තෙ කියලා. මොකද රැකියාව වෙනස් කරන තීරණය මම ගත්තෙ ලෝකයම අවිනිශ්චිත මොහොතකට ගමන් කරමින් තිබුණු අවස්ථාවක. ඒ වෙලාවෙ මම ඉල්ලා අස්වුණේ ලංකාවෙ ස්ථාවරම සමාගමක ඉහළ තනතුරකින්. බ්‍රැන්ඩික්ස් සමාගමෙන් ඉහළ වැටුපක් සහ වරප්‍රසාද රැසක් මට ලැබුණා. අනෙක් කාරණය තමයි මගේ ගෙදර ඉඳන් බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයට තිබුණු දුර කිලෝමීටර් තුනයි. මම එතැන වැඩ කරද්දි සාමාන්‍යයෙන් දවසකට වාහනය පදවාගෙන යන්න වුණේ කිලෝමීටර් හයයි.

හැබැයි මගේ නිවසේ ඉඳන් හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට කිලෝමීටර් හතළිහක් දුරයි. දැන් මම සාමාන්‍යයෙන් දවසකට කිලෝමීටර් අසූවක් වාහනය පදවනවා. කොවිඩ් වසංගතය නිසා මොනවගේ තත්ත්වයක් උදාවෙයිද දන්නෙත් නැති පසුබිමකයි මම අලුත් රැකියාව පිළිබඳ තීරණය ගත්තේ. මොකද පරිවාස කාලයකට (Probation Period) යටත්වයි මට පත්වීමේ ලිපියත් ලැබුණේ. කොවිඩ් වසංගතය නිසා ඇතිවුණු තත්ත්වයන් මත බොහෝ සමාගම් සේවක කප්පාදුවක් කළා. ඔවැනි දේවල් නිසා තමයි බොහෝ දෙනෙක් මගෙන් ඇහුවේ 'මෙච්චර හොඳ රස්සාවක් තියාගෙන ඇයි

අවදානමක් අරගෙන එදා මම ගත්ත තීරණය තමයි මගේ වෘත්තිය ජීවිතයේ හැරවුම් ලක්ෂය වුණේ.

මෙහෙම තීරණයක් ගත්තේ' කියලා. හැබැයි අවදානමක් අරන්, බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයෙන් හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට එක්වෙන්න මම ගත්ත තීරණය තමයි මගේ වෘත්තිය ජීවිතයේ හැරවුම් ලක්ෂය.

ඒ වගේම මෙතැනදි විශේෂයෙන් සඳහන් කළ යුතු කාරණයක් තියෙනවා. බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයේ සෑහෙන කාලයක් මම වැඩ කළේ හරිම සතුටින් සහ කැමැත්තෙන්. මම පුංචි කාලෙ ඉඳන්ම පරිසරයට ගහකොළට සතා සීපාවුන්ට හරිම ආදරේ කෙනෙක්. හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට එක්වෙන තීරණය ගන්න මට මූලිකවම බලපෑවෙ එතැනදි මට පැවැරෙන රාජකාරිය පරිසරය ආරක්ෂාකර ගැනීම සමඟ බැඳුණු එකක් වුණු එක.

රට සහ ලෝකය යම් අවිනිශ්චිත අවස්ථාවක තියෙන මොහොතක ඒ වගේ අවදානම් සහගත තීරණයක් ගන්න හිතුණෙ ඇයි?

මෙහෙමයි. මම ගන්න යන තීරණයේ අවදානම ගැන කවුරු මොන දේවල් කිව්වත් මගේ හිත මට කිව්වෙම අලුත් රැකියාව තෝරාගන්න කියලා. අනෙක ඒ අය එහෙම කිව්වෙ මට තියෙන ආදරයට මිසක් අහිතකින් නෙමෙයි. කලිනුත් කියපු විදියට හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට එක්වෙන තීරණය ගන්න මට ගොඩක්ම බලපෑවෙ එතැනදි මට කරන්න ලැබෙන රාජකාරිය මම බෙහෙවින්ම ඇලුම් කරන එකක් නිසා.

තිරසාර සංවර්ධන ප්‍රධානී හැටියට හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයේ මට කරන්න තියෙන්නෙ බලශක්තිය අඩු කරලා එය නිවැරදිව කළමනාකරණය කරන එක. ඒ වගේම ජල භාවිතය අඩු කරන එක, කාබන් විමෝචනය අඩු කරන එක සහ තිරසාර සංවර්ධනයට අදාළ නව නිෂ්පාදන හඳුන්වාදෙන එක. මගේ රැකියාවෙ කරන්න තියෙන හැම දෙයකින්ම වෙන්නේ පරිසරයට යහපතක්. අවදානමක් මැද වුණත් මම හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට එක්වෙන තීරණය ගත්තෙ මම කැමති දේවල් කරන්න ලැබෙන නිසා.

ඔබ හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට සම්බන්ධ වෙනකොට 'තිරසාර සංවර්ධනය' වෙනුවෙන් වෙනම ඒකකයක් එහි ස්ථාපිත කරලා තිබුණද?

නැහැ. සස්ටේනබල් ඩිවලොප්මන්ට් ඩිපාර්ට්මන්ට් එක ආරම්භ කළේ මම. හැබැයි ඒක ලේසි පහසු කාර්යයක් වුණේ නැහැ. මොකද එතෙක් පැවැතුණු දෙයක් ඉදිරියට කරගෙන යනවා වගේ නෙමෙයි අලුතෙන්ම දෙයක් පටන් අරන් කරගෙන යන එක. අනෙක මට කරන්න පැවරුණු රාජකාරියත් ආයතනයට සම්පූර්ණයෙන්ම වගේ අලුත් අත්දැකීමක්.

තිරසාර සංවර්ධනය වෙනුවෙන් හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනය තුළ මට හැමදෙයක්ම කරන්න වුණේ අලුතෙන් පටන් අරන්. මම කැමති දේ නිසා ඒක කළේ රැකියාවක් කරනවා කියන හැඟීමට වඩා ජීවිතයේම කොටසක් කියන හැඟීමෙන්. ඒ නිසා මම කළ දෙය සාර්ථක වුණා.

කොවිඩ් වසංගතය ආරම්භ වුණාට පස්සෙ සෑම සමාගමක්ම උත්සාහ කළේ වියදම් හැකිතාක් අවම කරගන්න. තිරසාර සංවර්ධනය වෙනුවෙන් වන ඔබේ කාර්යයට එය අභියෝගයක් වුණේ නැද්ද?

මුල් කාලයෙදි එය සෑහෙන අභියෝගයක් වුණා. මොකද සස්ටේනබල් ඩිවලොප්මන්ට් ඩිපාර්ට්මන්ට් එක ආරම්භ කරන්න යම් ආයෝජනයක් කරන්න ඕනි. හැබැයි කොවිඩ් වසංගත සමය කියන්නේ සමාගම් එහෙම ආයෝජන කරපු කාලයක් නෙමෙයි. ඔබ කියපු විදියට ඒ වනවිට තිබුණු වියදමුත් පුළුවන් තරම් අඩුකළ එක තමයි බොහෝ සමාගම් කළේ.

හැබැයි හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයේ කළමණාකාර අධ්‍යක්ෂතුමාට හොඳින් අවබෝධ වුණා මම කරන්න යන දේ අනාගතයට කොච්චර වටිනවද කියලා. ආරම්භක අවස්ථාවෙදි යම් මූල්‍ය ආයෝජනයක් කරන්න වුණත් අවුරුද්දක් දෙකක් ගතවෙනකොට ආයතනයට මෙයින් කෙතරම් කීර්තියක් හිමිවෙනවද කියන කාරණය එතුමට වැටහුණා. ඒ නිසා ආයතනයෙන් මගේ කාර්යයට ලැබුණේ විශාල සහායක්.

තිරසාර සංවර්ධනය වෙනුවෙන් ඔබ කළ දේවල්වලට ඉහළම ඇගැයීම ලැබුණේ එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයෙන්. මොකක්ද ඒ ඇගැයීම?

ඒ ඇගැයීම ලැබුණේ මෙහෙමයි. එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය සෑම වසරකම දසදෙනෙක්ව තෝරා ගන්නවා තිරසාර සංවර්ධන පුරෝගාමීන් විදියට. තිරසාර සංවර්ධන ඉලක්ක සම්පූර්ණ කළ දසදෙනෙක්ව තමයි ඒ විදිහට මුළු ලෝකයෙන්ම තෝරාගන්නේ. ඔය කාරණය ගැන දැනගන්න ලැබුණාට පස්සෙ දෙදහස් විසිඑක වසරෙදි මම එයට ඉල්ලුම් කළා. ඒ වෙනකොට හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට සම්බන්ධ වෙලා මම තිරසාර සංවර්ධනය වෙනුවෙන් වැඩ කරන්න පටන් අරන් හරියටම අවුරුද්දයි. ඒ අවුරුද්ද තුළ විශාල වැඩ කොටසක් කරන්න පුළුවන් වුණා කියන විශ්වාසය නිසයි මම එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයට, තිරසාර සංවර්ධන පුරෝගාමී ඉල්ලුම් පත්‍රය යොමුකළේ.

එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය සඳහන් කරපු ආකාරයට දෙදහස් විසිඑක අවුරුද්දේ තිරසාර සංවර්ධන පුරෝගාමී වැඩසටහනට ලොව පුරා රටවලින් ඉල්ලුම්පත් දසදහසකට වැඩි ප්‍රමාණයක් යොමුකරලා තිබුණා. ඒ අතරින් තෝරාගත් දසදෙනා අතරට තමයි මාවත් තේරුණේ. එක්සත් ජාතීන්ගේ තිරසාර සංවර්ධන පුරෝගාමීන් දසදෙනා අතරට මේ වෙනකම් ලංකාවෙන් තේරුණු පළමු සහ එකම කෙනා මම.

මෙතැනදි තවත් කාරණයක් මම මතක් කරන්න කැමතියි. මහෝගනි ශාකයේ ලී ආශ්‍රිත නිෂ්පාදනවලදි ඉවත් වෙන කුඩුවලින් මම වර්ණකයක් නිෂ්පාදනය කළා. එවැනි නව නිෂ්පාදන ඇගැයීමට ජර්මනියේ පැවැත්වෙන සම්මාන උළෙලකදි මහෝගනි නව වර්ණකය වෙනුවෙන් මම පළමු දසදෙනා අතරට තේරුණා. මේ ඇගැයීම්වලින් මම තේරුම්ගත්ත දෙයක් තමයි සොබාදහම වෙනුවෙන් අපි අවංකවම දෙයක් කළොත් සොබාදහමත් පෙරළා අපට වටිනා යමක් තිළිණ කරනවා කියන එක.

බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයෙන් හේලීස් ෆැබ්‍රික් ආයතනයට ආවට පස්සෙ ඔබට වැඩ කරන්න වුණේ වෙනස් ක්ෂේත්‍රයක. එක් ක්ෂේත්‍රයකින් වෙනත් ක්ෂේත්‍රයකට ආවට පස්සෙ එයට අදාල දැනුම ලබාගත්තෙ කොහොමද?

මෙහෙමයි. ජීවිතයේ කුමන අවස්ථාවකවත් අපි ඉගෙනගන්න එක අත්හරින්න හොඳ නැහැ. මෙතැනදි ඉගෙනගන්න එක කියන දෙයින් මම අදහස් කරන්නෙ විධිමත් අධ්‍යාපනය කියන එක. මම මගේ පුංචි කාලෙ ඉඳලම ලබපු අධ්‍යාපනය ගැනත් සඳහන් කරමින් ඔබට ඒ ගැන කියන්නම්. මොරටුව රෝමානු කතෝලික පාසලින් ශිෂ්‍යත්වය සමත් වෙලා හයවැනි පංතියේ ඉඳන් උසස් පෙළ වෙනකම් මම ඉගෙනගත්තෙ කොළඹ ගෝතමී බාලිකා විද්‍යාලයෙන්. පාසල් කාලයෙදි මම සංගීතයට බෙහෙවින් ඇලුම් කළා. අදටත් ගෝතමී බාලිකාවෙ සමහර යෙහෙළියන් මාව දන්නෙ පියානෝ ගහපු ලියෝනි කියලා. සංගීතයත් තවත් විෂය බාහිර ක්‍රියාකාරකම් ගොඩකුත් කරන අතරේ මම අධ්‍යාපන කටයුතුත් හොඳින් කළා.

සාමාන්‍ය පෙළ විභාගය සමත්වෙලා උසස් පෙළට මම තෝරාගත්තෙ ගණිත අංශය. ගණිත අංශය තෝරාගත්තෙ පාඩම් කරන්න ඕනි අඩුවෙන් නිසා. ඒ වගේම පුංචි කාලෙ ඉඳන් මගේ හීනය වුණේ ඉංජිනේරුවරියක් වෙන එක. උසස් පෙළ සමත් වෙලා මම ඇතුළත් වුණේ මොරටුව විශ්වවිද්‍යාලයට. මොරටුව සරසවියෙදි මම ඉගෙනගත්තෙ රසායන ඉංජිනේරු විද්‍යාව. රසායන ඉංජිනේරු විද්‍යා උපාධිය මම සම්පූර්ණ කළේ මහා බ්‍රිතාන්‍යයේ ඉංජිනේරු කවුන්සිලයෙන්. උපාධිය හදාරන අවසන් වසරේ අවසන් මාස හයේදි අපිව යොමු කරනවා ප්‍රායෝගික පුහුණුවට. මම ප්‍රායෝගික පුහුණුවට ඇතුළත් වුණේ බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයට. මාස හයක පුහුණුවකට ගියත් පළවැනි මාස තුන ඉවර වෙනකොට බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනය ඔවුන්ගේ ස්ථිර රැකියාවකට මාව බඳවාගත්තා.

ලියෝනි සැමියා සහ පුතු සමග

එහෙම බඳවාගන්න ඔබගෙන් ඔවුන් දුටු විශේෂ දක්ෂතා මොනවද?

මම කරපු ව්‍යාපෘති කිහිපයක් දැක්කට පස්සෙ ඔවුන් ඒ අවස්ථාව මට දුන්නේ. බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනය මාව බඳවාගත්තෙ කළමනාකරණ පුහුණු කියන තනතුරට. නයිකි, වික්ටෝරියා සීක්‍රට්, ටොමි, හිල් ෆිගර්, මාක් ඇන්ඩ් ස්පෙන්සර් වගේ ලෝකයේ ඉහළම සන්නාම එක්ක බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයෙදි මට වැඩ කරන්න ලැබුණා. ඒක වෘත්තිය ජීවිතය ආරම්භයෙදිම මට ලැබුණු විශාල අවස්ථාවක්. කළමනාකරණ පුහුණුවන්නියක් විදියට වෘත්තිය ජීවිතය ආරම්භ කරලා එතැනින් විධායක, ජ්‍යෙෂ්ඨ විධායක, සහකාර කළමනාකාරිනී සහ කළමනාකාරිනී විදියට ඉහළට ඇවිත් තමයි මම බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයෙන් ඉවත් වුණේ. කළමනාකාරිනී කියන තැනට එනකොට මගේ යටතේ වැඩකළ පිරිස හැටකට වැඩියි. එතැනදි මම මානව සම්පත් කළමනාකරණය ගැන ඉහළ දැනුමක් ලබාගත්තා.

මම ඔබට කලින් කියපු විදියට මොරටුව සරසවියෙදි මම ඉගෙනගත්තෙ රසායන ඉංජිනේරු විද්‍යාව. හැබැයි බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයේ මට රැකියාව කරන්න වුණේ ටෙක්ස්ටයිල් සම්බන්ධ කාරණා එක්ක. ටෙක්ස්ටයිල් ගැන වැඩි දැනුමක් නොතිබුණු නිසා බ්‍රැන්ඩික්ස් ආයතනයට බැඳුණු මුල් කාලෙම මම ටෙක්ස්ටයිල්වලට සම්බන්ධ ඩිප්ලෝමාවක් කළා. ඊටපස්සෙ රැකියාව කරන අතරේ බ්‍රිතාන්‍ය විශ්වවිද්‍යාලයකින් එම්.බී.ඒ. සම්පූර්ණ කළා. දැන් මම ආචාර්ය උපාධියට අධ්‍යයන කටයුතු කරගෙන යනවා. ඔබ කලින් අහපු විදියටම අපි රැකියාව කරන ක්ෂේත්‍රයට අදාළව දැනුම වැඩි වැඩියෙන් ලබාගැනීම ඉතාම වැදගත් කාරණයක්.

හොඳයි. දැන් අපි ඔබේ පෞද්ගලික ජීවිතය දෙසට යොමුවෙමු?

මම උපන්නෙ මොරටුවේ. පවුලේ එකම දරුවා විදියට මගේ මව්පියන්ගෙන් විශාල රැකවරණයක්, ආදරයක් මම ලැබුවා. ඒක අදටත් එහෙමයි. මගේ සැමියා හේමන්ත මට මුණගැහුනෙ මොරටුව විශ්වවිද්‍යාලයෙදි. ඔහු සරසවියේ මට වඩා ජ්‍යෙෂ්ඨයෙක්. හේමන්ත දැන් මධ්‍යම පරිසර අධිකාරියේ අධ්‍යක්ෂ ජෙනරාල් විදියට කටයුතු කරනවා. පරිසරය සම්බන්ධ කාරණාවලදි මගේ ලොකුම දිරිමත්කරන්නා ඔහු. අපිට දැන් පුතෙක් ඉන්නවා. මගේ අම්මයි, තාත්තයි, සැමියයි, පුතයි, මමයි අපි පස්දෙනාම එකම ගෙදර බොහොම සතුටින් ජීවත් වෙනවා.

පාසල් කාලයෙදි සංගීතයට බෙහෙවින් ඇලුම් කළ බව ඔබ කිව්වා. දැන් ගෙවන කාර්යබහුල ජීවිතයත් එක්ක සංගීත කටයුතු මගහැරිලද?

එහෙම වුණේ නැහැ. මගේම ගීත නිර්මාණ දෙකක් මේ වෙනකොට එළිදක්වලා තියෙනවා. ඒ ගීත දෙකම යූ ටියුබ් මාධ්‍යයෙන් රස විඳින්න පුළුවන්. ඉදිරියටත් ඉඩ ලැබෙන විදියට මගේම ගීත ගායනා කරනවා. අපේ විවේක කාලයත් බොහෝවිට ගෙවෙන්නෙ සංගීතයත් එක්ක. මගේ සැමියයි පුතයි ගිටාරය වයනවා. මම පියානෝව වාදනය කරනවා. තුන්දෙනාම එකතු වෙලා ගීත ගයනවා.

ජීවිතයේ ඔබ විශ්වාස කරන ආදර්ශ පාඨයක් තියෙනවද?

ඔව්. ඒ තමයි Believe in yourself, You will be unstoppable කියන එක.

■ හසිත කුරුප්පු

පිළිකාවක් කියලා දැනගත්තු දා ඉඳල ඩිස්කෝ ඇහුවා

ඉන්දිකා ප්‍රනාන්දු
මනෝඋපදේශිකා
සමාජ විද්‍යා ග්‍රන්ථ කතුවරී

සංගීතය කියන්නේ විශ්ව භාෂාවක්. සමහර සිංදු තියෙනවා අහද්දි ඇගේ හිරිගඩු පිපෙනවා. මොළේ ප්‍රදේශ සේරම එකපාර ක්‍රියාත්මක කරන්න සංගීතයට පුළුවන්. ලස්සන සංගීතයක් අහද්දි මොළේ ඇතිවෙන උත්තේජනය නිසා තමයි ඒ විදියට ඇගේ හිරිගඩු පිපෙන්නේ. එහෙව් සංගීතය, ප්‍රායෝගිකව අපේ ජීවිතේ යහපතට යොදාගන්න පුළුවන්. ඒ කොහොමද කියලා මේ ලිපියෙන් අපි කතා කරමු.

මේක 2009 ඇමරිකාවේ වෙච්චි සිදුවීමක්. මයිරන් වෙසෙල් කියලා තරුණ කාන්තාවක් හිටියා. ඇය කාර්යාලයීය වැඩ නිසා බොහොම අවිවේකී ජීවිතයක් ගත කළ කෙනෙක්. මයිරන්ගේ දකුණු පියයුරේ පිළිකාවක් තියෙනවා කියලා දැනගනිද්දි ඇයට අවුරුදු 39. කැන්සර් එකක් හැදිලා කියලා දැනගත්තු ගමන් ඇය කාර්යාලයීය ජීවිතේට නිවාඩුවක් දුන්නා. පස්සේ ඇය කළේ දවස පුරා සිංදු අහපු එක. පිළිකා එන්නත් කිහිපයක් ලබාගත්තත් ප්‍රතිකාර සම්පූර්ණ වෙන්නත් කලින්ම මයිරන්ගේ පිළිකාව සුව වුණා.

"සංගීතේ තමයි මගේ ගැලවීම. පිළිකාවක් කියලා දැනගත්තු දා ඉඳල මම ඇහුවෙම ඩිස්කෝ. මාස හතකට පස්සේ මගේ කැන්සර් එක හොඳ වෙලා කියලා ඩොක්ටර් කිව්වා."

පිළිකාව සුව වුණේ සංගීතය නිසා කියලයි ඇය කියන්නේ. සංගීතය වගේම ලබාදුන්නු එන්නතුත් ඇගේ සුවවීමට බලපෑවා කියලයි වෛද්‍යවරු නම් කිව්වේ. කොහොම වෙතත් සංගීතය නිසා ලෙඩ හොඳ වුණාය කියලා සඳහන් වෙන පළවැනි වතාව මේක නෙමෙයි. ඇරිස්ටෝටල්ගේ කාලේ ඉඳලම මිනිස්සුන්ගේ මනස වගේම ශරීරය සුවපත් කරන්නත් සංගීතය යොදාගෙන තියෙනවා.

සංගීතයට මිනිස් මොළය උත්තේජනය කරන්න පුළුවන් කියලා දැනගත්තයින් පස්සේ සංගීත චිකිත්සාව කියලා ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් හඳුන්වලා දීලා තියෙනවා. ඒ 1800 ගණන්වලදි. ලෝක යුද්ධ නිසා මානසිකව කඩාවැටුණු මිනිස්සු දහස් ගණන් සුවපත් කරන්න සංගීත චිකිත්සාව කළාලු.

මනුෂ්‍යයෙක්ගේ පෞරුෂ වර්ධනය, චාලක හැකියාව, මානසික සංවර්ධනය සහ අධ්‍යාත්මික සංවර්ධනය කියන කොටස් හතර වර්ධනය කරන්න සංගීත චිකිත්සාව යොදාගන්නවා.

> ***"ඒ වගේම විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත අයවලුන්ගේ මනස සැහැල්ලු කරන්නත් සංගීත චිකිත්සාව කරනවා. හදවත් රෝග, ඩිමෙන්ෂියා, ඇල්සයිමර්, විෂාදය, කාංසාව වගේ තත්ත්වයන්වලදී විතරක් නෙමෙයි පිළිකා රෝග නිසා ඇතිවෙන මානසික ආතතිය පාලනය කරන්නත් සංගීත චිකිත්සාවට පුළුවන්. ඊට අමතරව පෞරුෂ ආබාධ යථා තත්ත්වයට පත් කරන්න සහ විවිධ ලෙඩ රෝග නිසා ඇතිවන වේදනාව පාලනය කරන්නත් සංගීතය යොදාගන්නවා. සංගීත චිකිත්සාව හොඳින් පුහුණු කළ පළපුරුදු මනෝචිකිත්සකයින් තමයි මේ වැඩේ කරන්නේ."***

හැබැයි ඒ ඇරුනම අපිට ප්‍රායෝගික ජීවිතේ යහපැවැත්ම වෙනුවෙනුත් සංගීතය යොදාගන්න පුළුවන්.

දැන් හිතන්නකෝ පුංචි දරුවෙක්ගේ ඇඬීම නතර කරලා ඒ අයව සන්සුන් කරන්න නැලවිලි ගීතයකට පුළුවන්. ඒ වගේම දරුවෙක්ගේ ගුණධර්ම වර්ධනය කරන්නත් සංගීතයට පුළුවන්. සාහිත්‍ය, රසාස්වාදය වගේ දේවල් කන්නද කියලා මේ මෑතකදී රටේ උගත් මහත්මයෙක් ප්‍රශ්න කරලා තිබුණා මට මතකයි.

හැබැයි මනුස්සයෙක්ගේ චිත්තවේගීය බුද්ධිය ඒ කියන්නේ අනිත් අය ගැන දැනෙන සහකම්පනය, සංවේදීකම වැඩි කරවන්න සංගීතයට පුළුවන් කියලා පරීක්ෂණවලින් තහවුරු කරලා තියෙනවා. එකතැනක නිවීහැනහිල්ලේ නතරවෙලා සිංදුවක් රස විඳිනකොට මනුස්සයෙක්ගේ සහකම්පන හැකියාවන් නිකන්ම දියුණු වෙනවා. හැබැයි දැන් දරුවන්ට ඒ අවස්ථාව නැහැ. මොකද දැන් හැදෙන ගොඩක් සිංදු රස විඳින්න තියා එකදිගට අහගෙන ඉන්නවත් බැහැනේ. දවසක් මම පාසලක වැඩසටහනකට සහභාගී වුණා. එතැනදී අපි ගොඩක්ම දැම්මේ ශාස්ත්‍රීය ගණයේ කනට හොඳ සිංදු. අවුරුදු දහයක විතර පුංචි පුතෙක් මගේ ළඟට ඇවිල්ලා 'අයියෝ ඇන්ටි... ඕවද සිංදු... දන්නකෝ මේ සිංදුව. එතකොටනේ නැගලා යන්නේ' කියලා මට වැඩිහිටියන්ට ගැළපෙන සිංදුවක නමක් කිව්වා. එතැනදී ඒ දරුවගේ කිසිම වරදක් මම නම් දැක්කේ නැහැ. ගෙදර අය, වටපිටාවේ අය අහන සිංදුවලට තමයි දරුවොත් ඇහුම්කන් දෙන්නේ. ඒ නිසා පුංචි කාලේ ඉඳලා දරුවන්ට වල්පල් සිංදු අහන්න නොදී රස වින්දනයක් තියෙන සංගීත අහන්න පුරුදු කරවන්න. මොකද සංගීතයට දරුවන්ගේ ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය පවා වැඩිදියුණු කරන්න පුළුවන්.

ඊගාව දේ තමයි සිංදු අහනවා කියලා නිතරම දුක හිතෙන, බූට් කාපු සිංදු අහන්න යන්න එපා. මිනිස් මොළය ස්වභාවයෙන්ම දුක හිතෙන දේට ඉක්මනින් ඇබ්බැහි වෙනවා. ඉතින් දුක හිතෙන දේ අහද්දි මොළය ඒකට ඇලුම් කරන්න පටන්ගන්නවා. හිතන්නකෝ ප්‍රේම සම්බන්ධයක් නතර කරපු කෙනෙක් ඉන් එහාට වියෝ ගීතම ඇහුවොත් ඒ කෙනා විශාද තත්ත්වකට වුණත් යන්න පුළුවන්. ඒ නිසා දුකෙන් ඉන්න වෙලාවට දුක හිතෙන, වියෝව දැනෙන සංගීත, ගී පද මාලා අහන්නම එපා. අනිත් දේ අපි සිංදුවක් අහද්දි අවිඥාණිකව ඒ පද මාලාව අපේ මනසට යනවා. සිංදුවේ තියෙන්නේ ඍණාත්මක දේවල් නම් සිංදුව අහන්න අහන්න ඒවා අපේ හිතට කාවැදෙනවා. මොකද මේක සිංදුවක් කියලා තෝරලා බේරලා වචන ගන්න මනස දන්නේ නැහැනේ. ඒ නිසා අපි දුකෙන්, කම්මැලිකමෙන් වගේ ඉන්න වෙලාවට අහන්න ඕන ටිකක් වේග රිද්මයක් තියෙන හිතට සතුටක් ගේන සංගීතයක්. මොකද මොළයේ කොටස් ඉක්මනින් උත්තේජනය කරලා ඩොපමින්, සෙරටොනින් වගේ සතුටු හෝර්මෝන ස්‍රාවය කරන්න වේගවත් සංගීතයට පුළුවන්.

> ***"වේග රිද්මේ කිව්වහම දැන් ඉතින් අර වගේ කන පැලෙන්න අහන සිංදු අහන්න යන්න එපා. සමහර බස්වලට නැග්ගහම ජනේලෙන් බිමට පනින එක සැපයි කියලා හිතෙනවා. ඒ තරම් සද්දේ. ඒ වගේම තමයි සංගීත ප්‍රසංග කියලා මහා ඝෝෂාවට ගහන සංගීත සංදර්ශනවලිනුත් මානසික ප්‍රතිලාභ ලබාගන්න බැහැ. ඩෙසිබල් 80-100ත් අතර ශබ්දයෙන් සංගීතය අහන්න ඕනේ. ශබ්ද පරාසය ගොඩක් වැඩි වුණත් කනට, හදවතට, ශ්වසන පද්ධතියට හානි ඇතිවෙන්න පුළුවන්."***

සිංදුම විතරක් නෙමෙයි හිත සැහැල්ලු වෙන සංගීත ඛණ්ඩවලටත් ඇහුම්කන් දෙන්න. යූටියුබ් එකට ගිහිල්ලා Mind Relaxing Music, Meditation Music කියලා සර්ච් කරාපුවාම ඕන හැටියට සංගීත ඛණ්ඩ එනවා. මේ සංගීතයට අපේ ඕරාවේ ගුණාත්මකබව වැඩි කරන්න පුළුවන්. නින්ද යනවා අඩු කෙනක්ට වුණත් නින්ද යනකල් මේ සංගීත ඛණ්ඩ අහන්න හොඳයි.

> **ප්‍රේම සම්බන්ධයක් නතර කරපු කෙනෙක් ඉන් එහාට වියෝ ගීතම ඇහුවොත් ඒ කෙනා විශාද තත්ත්වකට වුණත් යන්න පුළුවන්. ඒ නිසා දුකෙන් ඉන්න වෙලාවට දුක හිතෙන සංගීත, ගී පද මාලා අහන්නම එපා**

තනියම ජීවත්වෙන කෙනෙක් නම් නිතරම සිංදුවක් දලා තියන්න. හිතට දැනෙන පාළුව, තනිකම නැති කරන්න ඒක උදව්වක්. මහන්සිවෙලා වැඩක් කරද්දි, උයද්දි මට මේක එපා වෙලා කියලා කන්කෙඳිරි ගගා ඒක කරනවා වෙනුවට ලස්සන සංගීතයකට ඇහුම්කන් දෙන ගමන් ඒක කරන්න. සංගීතය අහද්දි ඩොපමීන් ස්‍රාවය වෙන නිසා මහන්සියක් නැතිව සතුටින් අර වැඩේ කරන්න පුළුවන්.

ඒ වගේම දරුවන්ටත් පුංචි කාලේ ඉඳලා හොඳ ගීත අහන්න දෙන්න. රස වින්දනය පුරුදු කරන්න. අපි ජීවත්වෙලා ඉන්නේ ටික කාලෙනේ. ඒ ටික කාලේ සිංදුවක් එහෙම අහලා කරලා සතුටින් ඉන්න.

■ **සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි**

ජිම් යන්න බෑ කියද්දී අම්මා තමයි කියන්නෙ 'නෑ ඔයා අද යන්නම ඕන' කියලා

පදක්කම් තුනක් දිනූ කායවර්ධන ශූරිය ජයරුක්ෂි සමන්කුල

2009 ලෝක ශූරතා මලල ක්‍රීඩා තරඟාවලියේදි මීටර් 100 ඉසව්ව තත්පර 9.58 කින් අවසන් කරන්න ජැමෙයිකානු ධාවක උසේන් බෝල්ට් සමත්වුණා. එදා ඉඳන් බෝල්ට් තමයි ලෝකයේ වේගවත්ම මිනිසා විදිහට සැලකුණේ. අවුරුදු 14ක් ගෙවුණත් ඒ ලෝක වාර්තාව අලුත් කරන්න පුළුවන් ජගතෙක් තවමත් බිහිවෙලා නෑ. ඔය ජයග්‍රහණයෙන් පස්සේ දවසක බෝල්ට් මාධ්‍යයට හරි අපූරු කතාවක් කියලා තිබුණා. ඒ තමයි එදා එච්චර පුංචි කාලයකින් මීටර් 100ක් දුවලා ඉවර කරන්න පුළුවන් වුණේ, පෙර පුහුණුවීම්වලදී එවැනි මීටර් 100 ඒවා සියදහස් ගණනින් දිව්ව නිසයි කියලා. ජාත්‍යන්තර මට්ටමේ ජයග්‍රහණය ලබාගත්තු බොහෝ ක්‍රීඩකයින්ගේ කතා ලියැවෙන්නෙම එවැනි කැපකිරීම්වලින්. අපි මේ කියන්න යන්නෙත් එහෙව් ක්‍රීඩිකාවක් ගැන කතාවක්. විශේෂත්වය තමයි ඒ ක්‍රීඩිකාව අපේ රටේ කෙනෙක් වීම.

"පදක්කමක් ගන්නවා කියන්නේ ලේසි වැඩක් නෙවෙයි. මං මේ තරඟයට යන්න කලින් ලොකු කැපකිරීමක් කළා. දැනට මං ඉන්නේ ඩුබායිවල. මං ඉන්න තැන ඉඳලා ජිම් එකට යන්නම පැය දෙක තුනක් යනවා. ඒ ගිහින් පැය ගාණක් පුහුණුවීම් කරලයි ආපහු ගෙදර එන්නේ. තරඟයට යන්න කලින් ඒක විතරයි මගේ කාලසටහන. කායවර්ධන ක්‍රීඩාව ලේසි නෑ. ඒත් එක ඉලක්කයක් තියාගෙන මහන්සි නොබලා පුහුණුවීම් කරපු හින්ද මට එකවර පදක්කම් තුනක් දිනන්න ලැබුණා."

එහෙම කියන්නේ කායවර්ධන ක්‍රීඩිකා ජයරුක්ෂි සමන්කුල. ඔබට මතක නම් පසුගියදා සිංගප්පූරුවේ තිබුණු ජාත්‍යන්තර යෝග්‍යතා සහ කායවර්ධන ලෝක ශූරතාවලියේ (FIF) ලෝකඩ පදක්කම් තුනක් දිනාගනිමින් ශ්‍රී ලංකාවට විශාල කීර්තියක් අත්කර දුන්නේ මේ ජයරුක්ෂි තමයි. ඉතින් ජයග්‍රහණයෙන් පස්සේ දින කිහිපයකට උපන් රට වෙන ලංකාවට ආපු ජයරුක්ෂි එක්ක අපි ටිකක් කතා කළා.

"අගෝස්තු 19 වැනිදා තමයි මට තරඟ තිබුණේ. ඒක ලෝක විවෘත කායවර්ධන තරඟාවලියක් නිසා තරඟකාරීත්වය ලොකුවටම තිබුණා. මං විතරයි ශ්‍රී ලංකා කොඩිය යටතේ තරඟ කළේ. ඒ හින්ද මට ලොකු උවමනාවක් තිබුණා මගේ රට දිනවන්න. අන්තිමේ මං ඒක කළා."

ඒ තරඟාවලියේ ඇය තරඟ කළ Sport Model Open, Life Style Model Over 30 සහ Life Style Model Open කියන අංශ තුනම ජයරුක්ෂි ජයග්‍රහනය කළේ දැඩි අභියෝග මැද්දේ කියලයි ඇය අපිත් එක්ක කිව්වේ.

"මට කිසිම අනුග්‍රාහකයෙක් හිටියෙ නෑ. තරඟයට ගියේ මගේ පෞද්ගලික වියදමෙන්. මගේ හස්බන්ඩ් තමයි මේ තරඟයට යන්න උදව් කළේ. ඔහු නොහිටින්න මේ තරඟයට යන්න බැරිවෙන්නත් තිබුණා."

කතාබහ අතරවාරයේ අපට දැනගන්න ලැබුණු විදියට ජයරුක්ෂි කායවර්ධන ක්‍රීඩාවට යොමුවෙලා තියෙන්නේ අහම්බෙන්.. පුංචි කාලේ ඉඳන් ඇයගේ ආසාව වෙලා තිබිලා තියෙන්නේ ගුවන් සේවිකාවක් වෙන්න.

"ගුවන් සේවිකාවක් වෙන්න හිටියත් ඒ හීනය අතෑරිලා ගියා. ඊටපස්සේ මං විවාහවෙලා ඩුබායිවලට ගියා. ඔය අතරේ තමයි මට ජිම් එකකට යන්න හිතුණේ. මොකද මගේ බර එන්න එන්න වැඩිවෙනවා කියලා මට දැනුණා. මුලින්ම ජිම් එකකට යද්දි මගේ බර කිලෝ 70කට කිට්ටු වෙලා තිබුණා. එතැනදි තමයි කායවර්ධන ක්‍රීඩාවෙන්ම ලංකාවට මහත් අභිමානයක් ගෙනාපු කායවර්ධන ක්‍රීඩක හර්ෂ් ඩී පීරිස් මාව දැකලා මේ තරඟයට යන්න යෝජනා කළේ. ඒත් මං මුලින් බෑ කිව්වා."

මුලින් බෑ කිව්වට මොකද අන්තිමේ ජයරුක්ෂි නැවතුනේ මෙච්චර කාලෙකට ලංකාවේ කායවර්ධන ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවක් නොගනිපු විදියේ ජයග්‍රහණයක් අරගෙන.

"ලංකාවේ මගේ ගෙවල් තියෙන්නේ කඩවත, කිරිල්ලවල. ගෙවල්වලින් මට මේ වෙනුවෙන් ලොකු සහායක් දුන්නා. මට මතකයි මං සමහර දවස්වලට මහන්සියට ජිම් යන්නේ නෑ කියලා අම්මට කියද්දි එයා කියනවා, 'නෑ ඔයා අද ජිම් යන්නම ඕන' කියලා. සුසන්තිකා ජයසිංහ, සුගත් තිලකරත්න වගේ ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවෝ ඒ ජයග්‍රහණ අරගත්තේ ගොඩාක් මහන්සි වෙලා දුක්විඳලා කියලා ඒ වෙලාවට එයා මාව උනන්දු කරවනවා."

ජයග්‍රහණයේ රහස අසීමිත කැපවීම කියලා කියනවනේ. ඒ කතාව හරියටම හරි. යම්කිසි ඉලක්කයක් වෙනුවෙන් අසීමිතව කැපවෙන මිනිස්සු දිනන එක නවත්තන්න කාටවත් බෑ. ජයරුක්ෂි කියන්නෙත් එහෙම තරුණියක්.

"අපේ රටේ ගොඩාක් ගෑනු ළමයි කායවර්ධනය වගේ ක්‍රීඩාවක් තෝරගන්නවා හරි අඩුයි. ඒකට හේතුව එයාලට බයයි ඒකෙන් ඉස්සරහට යන්න බැරිවෙයි කියලා. ඒත් එහෙම බයවෙන්න ඕන නෑ. අධිෂ්ඨානය, උත්සාහය වගේම කැපවීම එක්ක හොඳින් පුහුණුවීම් කළොත් ඕනම තරඟයක් ජයග්‍රහණය කරන්න පුළුවන්. ඒකට හොඳම උදාහරණය තමයි මං."

■ රුවන් එස්.සෙනවිරත්න

හිරේ ගිහින් එන පිරිමින්ටත් වෙලාවකට අපේ සමාජේ ලොකු තැනක් ලැබෙනවා

නීතීඥවරුන් 40 දෙනෙක් එකම වේදිකාවකදී නිරූපණ ශිල්පීන් ශිල්පිණියන් කරන්නට යන චූලා කියන කතාව

චූලා පද්මේන්ද්‍ර

2020 අවුරුද්දේ කැනඩාවේ ටොරොන්ටෝ නගරේ හරි අපූරු විලාසිතා දැක්මක් සංවිධානය වුණා. මේ විලාසිතා දැක්මේ මෝස්තර නිරූපණ ශිල්පීන් විදියට ස්ටේජ් එකට නැග්ගේ වෛද්‍යවරු, නීතීඥවරු. එකතුවෙන මුදල පිළිකා රෝගී දරුවන් වෙනුවෙන් යොදවන එක තමයි විලාසිතා දැක්මේ අරමුණ වුණේ. විවිධ ක්ෂේත්‍රවල වෘත්තිකයන් එක්කාසු වෙලා සුබසාධන වැඩ වෙනුවෙන් Fashion Show පවත්වපු අවස්ථා ගැන ලෝකේ හතරවටින් වාර්තා වෙලා තියෙනවා. හැබැයි එහෙම විශේෂ විලාසිතා දැක්මක් ලංකාවේ තියන්න යනවය කියන ආරංචිය ආවේ පළවැනි වතාවට.

ඔක්තෝබර් 7 වැනිදා ගෝල්ෆේස් හෝටලේ පවත්වන්න සංවිධානය කරලා තියෙන 'fashion for freedom' කියන මේ විලාසිතා දැක්ම සාමාන්‍ය විලාසිතා දැක්මවලින් බොහොම වෙනස්. මේක සංවිධානය කරලා තියෙන්නේ ප්‍රවීණ මෝස්තර නිරූපිකා චූලා පද්මේන්ද්‍ර. චූලා කරන්න හදන මේ අලුත් වැඩේ ගැනත් අහන ගමන් ඇගේ විස්තර ටිකකුත් කතා කරන්න අපි චූලට කතා කළා. ඒ අතරේ අද 'ධරණී' කවරය සරසන්න චූලාගේ සුන්දර ඡායාරූප කිහිපයක් ගන්නත් අපි අමතක කළේ නැහැ.

චූලා මේ වගේ අදහසක් ඔලුවට ආවේ කොහොමද?

"මට නීතීඥ යාළුවෝ ගොඩක් ඉන්නවා. ඒ ගොඩක් අය හරි ලස්සනයි. ඒ වගේ උගත්, ලස්සන අය එකතු කරගෙන ෆැෂන් ශෝ එකක් කරන්න ඕනේ කියලා මට නිකමට හිතුණා. ඒ සිතුවිල්ල එක්ක තමයි ලෝයර්ස්ලා විතරක් මොඩ්ල් කරන මේ ෆැෂන් ශෝ එක සංවිධානය වුණේ. මම හිතන්නේ ලොකේ කොහේවත් මීට කලින් ලෝයර්ස්ලා විතරක් ඉන්න ෆැෂන් ශෝ එකක් කරලා නැහැ. මේ අදහස ගැන මම නිරූපා සේරසිංහ අක්කට කිව්වා. ඇයත් අපේ රටේ දක්ෂ නීතීඥවරියක්. මේකෙන් ලැබෙන මුදල, දඩ ගෙවාගන්න බැරිව සිරගත වෙලා ඉන්න කාන්තාවන් වෙනුවෙන් යොදවමු කියන අදහස ඇගේ."

සුළු වරදකට හිරේ ගිහිල්ලා දඩ මුදල ගෙවාගන්න බැරිව හිරගත වෙච්චි කාන්තාවෝ ඕනතරම් අපේ රටේ ඉන්නවා. ඒ අය ගැන කාගෙවත් වැඩි අවධානයක් නැති තත්ත්වයක චූලා ඇතුළු පිරිස මේ කරන්න යන වැඩේ ඒ අයට මහමෙරක්.

"කාන්තාවක් හිරේට ගියාම පිරිමියෙක් හිරේට ගියා වගේ නෙමෙයි. හිරේ ගිහින් එන පිරිමින්ටත් වෙලාවකට අපේ සමාජේ තැනක් තියෙනවා. 'මම හිරෙත් ගිහින් ආවේ' කියලා ලොකුකමට කියන අයත් ඉන්නවනේ. හැබැයි ගෑනු කෙනෙක් හිරේ ගියොත් එතැනින්ම එයාව ප්‍රතික්ෂේප වෙනවා. හිරේ ඉන්න ගොඩක් කාන්තාවන් එයාලගේ පවුල්වලින්වත් බලන්න යන්නේ නැතිලු.

සමහරුන්ට හිතාමතා ඇප දෙන්නේ නැතිලු. ඇපයක් ගෙවාගන්න බැරිව සිරගත වෙනවා කියන්නේ ඒ මනුස්සයා කොච්චර අසරණද? අනිත් එක තමයි අම්මාගෙන් වෙන් කරන්න බැරි නිසා දරුවන්ටත් හිරගත වෙන්න වෙනවා. අවුරුදු 5 ඉවර වුණාට පස්සේ ඒ දරුවන්ව සමාජයට මුදාහරිනවා. වරදක් නොකර පුංචි කාලේ ඉඳලා හිරේ ඉඳලා සමාජෙට යන දරුවෙක්ගේ මානසිකත්වය ඒ තරම් හොඳ එකක් වෙන්නේ නැහැ. අන්න එහෙම දරුවන්ගේ මානසිකත්වය නගාසිටුවන්නත් අපි මේ හරහා අරමුදලක් පිහිටුවනවා."

නිදහස වෙනුවෙන් පවත්වන විලාසිතා දැක්මට නීතීඥවරියන්, නීතීඥවරුන් 40ක් විතර සහභාගී වෙනවා කියලත් ඇය කිව්වා.

"මේ දවස්වල ඒ අයව පුහුණු කරනවා. ඒ හැමෝම හරි කැමැත්තෙන් තමයි මේ වැඩේට සම්බන්ධ වෙන්නේ."

ෆැෂන් ශෝ එකේ විස්තර අහලා ඉවර වුණාට පස්සේ අපි චූලාගෙන් ඇගේ විස්තර ටිකකුත් අහලා බැලුවා.

"මම ඉපදුණේ කෝට්ටේ. පවුලේ අම්මයි, තාත්තයි, මමයි, මල්ලිලා දෙන්නයි. ඉගෙනගත්තේ කොළඹ 7 බෞද්ධ කාන්තා විද්‍යාලයෙන්. පුංචි කාලේ ඉඳලා මම ස්පෝර්ට්ස් කළා. ජිම්නාස්ටික් ඉගෙනගත්තා. පොඩි කාලේ ඉඳලා නිරූපණ ශිල්පිනියක් වෙන්න ආසයි. ක්ෂේත්‍රයට එකට එනකොට මට 16යි. අධ්‍යාපනය ඉවර කරලා ගුවන් සේවිකවක් විදියට වැඩ කළා. ඒ කාලේ ගුවන් සේවිකාවන්ට නිරූපණයට යොමුවෙන්න තහනම්. ගුවන් සේවිකාවක් වෙනවට වඩා මට ඕන වුණේ නිරූපණ ශිල්පිනියක් වෙන්න. ඒ නිසා අවුරුදු 3ක් වැඩ කරලා එයාර්ලයින් එකෙන් අයින් වුණා. 2006 අවුරුද්දෙදි මම 'මොඩල් ඔෆ් ද වර්ල්ඩ්' (Model of the world) තරඟෙට ලංකාව නියෝජනය කළා. එතැනදි මට 'ප්‍රෙස් ඉන්ටර්නැෂනල්' (ජාත්‍යන්තර මාධ්‍යවල වැඩිම මනාප ලබාගත් නිරූපිකාව) කියන ටයිටල් එක හම්බුණා."

චූලා ක්ෂේත්‍රයට ආවේ ලංකාවේ නිරූපණ කලාව, ගමන පටන්ගත්තු කාලේ. හැබැයි ඔය කාලේ වැඩිපුරම ෆීල්ඩ් එකේ හිටියේ හම සුදු කෙල්ලෝ.

"ෆීල්ඩ් එකේ හිටිය ගොඩක් අය සුදුයි. ඒ සිස්ටම් එක බ්‍රේක් කළෙත් අපි. ලංකාවේ පළමුවැනි කලම්බු ෆැෂන් වීක් එක තිබුණේ 2003දී. ඒකේ මොඩ්ල් කරන්න මට අවස්ථාව ලැබුණා. ඒ වගේම 'ඔඩෙල්' එකේ මොඩ්ල් කරපු ලංකාවේ පළවැනි නිරූපිකාව මම. මොකද ඒ වෙනකලුත් ඒකට මොඩ්ල් කරලා තිබුණේ ජාත්‍යන්තර මොඩ්ල්ස්ලා විතරයි. ඒ වගේ දේවලුත් එක්ක ඩාර්ක් ස්කින් කලර් එකටත් හොඳ තැනක් හැදුනා."

චූලා කතාව කියාගෙන යද්දි මාත් නිකන්ම අතීතයට ගියා. අශාන්තිගේ 'ආලවන්තියක් වෙන්නට හිතුවා' සිංදුව ඒ කාලේ අපි තිස්සේම ඇහැව්ව සිංදුවක්. ඒ සිංදුවේ චූලාගේ අපි දැක්ක සුන්දරත්වය, සරාගී බව අදටත් ටිකක්වත් එහෙ මෙහෙ වෙලා නැති එකයි වැඩේ.

"දැන් වගේ නෙමෙයි ඒ කාලේ හරියට ෆැෂන් ශෝ තිබුණා. මාව ගත්තෙම ශෝ ඕපනර් (මුල්පෙළ නිරූපිකාවක්) කෙනෙක් විදියට. ඒ කාලේ ඉඳලා මට අසාධාරණ වැඩ පෙන්නන්න බැහැ. එකපාරක් ලංකාවේ ඉන්දියන් ෆැෂන් වීක් එකක් තිබුණා. එතැනදි ලංකාවේ නිරූපිකාවන්ට නිකන් බත් පැකට් බෙදලා ඉන්දියාවෙන් ආපු අයට විතරක් බුෆේවලට එක්කරගෙන ගිහිල්ලා කන්න දුන්නා. මට ඉතින් හරි තරහයි ඒ වගේ වෙනස්කම්වලට. ඒ පාර මම ගිහින් කතා කරලා ඒ ප්‍රශ්නේ විසඳුවා. තව පාරක් මට මරු වැඩක් වුණා. එකපාරක් අපි මුහුදක් ගාව ෆොටෝෂූට් එකක් කර කර ඉද්දි මාව එකපාර මුහුදට ඇදගෙන වැටුණා. ඒ පාර මගේ මේකප් ආර්ටිස්ට් මුහුදට පැනලා තමයි මාව බේරගත්තේ. එදා මුහුදට වැටෙද්දි මම හිතුවෙම මම මළා තමයි කියලා."

චූලා ඒ කතාව කිව්වේ හිනාවෙවී. කැරොලයින් ජූරිව මිස් වර්ල්ඩ් තරඟයට පුහුණු කරපු එකත් චූලාගේ ජීවිතේ විශේෂ සිදුවීමක්ලු. ඒ වගේම ඇගෙන් ඉගෙනගත්තු ශිෂ්‍යයෙක් එකපාරක් මෑන් ඔෆ් ද ග්ලෝබ් (Man of the globe) තරඟය ජයග්‍රහණය කළාලු.

"මෑන් ඔෆ් ද ග්ලෝබ් කියන්නේ ලෝකේ කඩවසම්ම පිරිමියව තෝරන තරඟයක්. ඒ තරඟයේ විනිශ්චය මණ්ඩලයට සහභාගී වෙන්නත් මට අවස්ථාවක් ලැබුණා. මම හිතන්නේ ලංකාවෙන් ඒ අවස්ථාව ලැබුණු එකම කෙනා මම. ඇත්තටම මට මේ වගේ අවස්ථා ගොඩක් ලැබුණේ නිරූපණ ක්ෂේත්‍රය නිසා. ඉතින් මේ ෆීල්ඩ් එක තෝරගත්තු එක ගැන අද ගොඩක් සතුටුයි."

නිරූපණ ක්ෂේත්‍රය කියන්නේ ගෑනු දරුවෙක්ට එන්න හොඳ ක්ෂේත්‍රයක් නෙමෙයි කියලා සමහරු කියනවනේ. ඒ කතාව ඇත්තද කියලා අහන්න හොඳම කෙනා තමයි චූලා පද්මේන්ද්‍ර.

"මෙහෙමයි. කිසිම ක්ෂේත්‍රයක් හොඳයි, නරකයි කියලා හංවඩු ගහන්න බැහැ. වෘත්තීය වශයෙන් මිනිස්සුන්ව විනිශ්චය කරන එක නතර කරන්න ඕනේ. මේ රටේ ප්‍රශ්න ඇති කරන්නේ නිරූපිකාවන් විතරද? ප්‍රශ්න අතිවෙන්නේ මනුස්සයාගේ ස්වභාවය අනුව මිසක එයා කරන රස්සාව අනුව නෙමෙයි. මම නම් කියන්නේ මේක ගෑනු දරුවෙක්ට හොඳ ක්ෂේත්‍රයක්. හැබැයි දැන් අපේ රටේ තියෙන අවස්ථා අඩුයි. ඒ වගේම ජාත්‍යන්තරය එක්ක බැලුවහම අපිට ලැබෙන මුදල බොහොම අඩුයි. ඒ නිසා මේක විතරක් වෘත්තිය වශයෙන් කරන්න කියලා මම කාටවත් කියන්නේ නැහැ.

ඊළඟට කියන්න ඕනේ දැන් හැමතැනම කඩ දනවා වගේ මොඩ්ල්ස්ලා හදන ආයතන තියෙනවා. මම කියන්නේ ඕනම දෙයක් හොඳට ඉගෙනගෙන උගත්කමක් එක්ක කරන්න. උගත් අය මේ ෆීල්ඩ් එකට එනවා නම් ලස්සනයි, බුද්ධිමත්කමයි එක්ක ලොකු ගමනක් යන්න පුළුවන්."

චූලා පුතු සමග

මේකෙන් ලැබෙන සියලුම මුදල්, දඩ ගෙවාගන්න බැරිව සිරගත වෙලා ඉන්න කාන්තාවන් වෙනුවෙන් යොදවන්න අපි තීරණය කළා

චූලා ප්‍රවීණ මෝස්තර නිරූපිකාවක්. ඒ සම්බන්ධයෙන් දරුවන්ට උගන්වන ගුරු මවක් විතරක් නෙමෙයි පුංචි පුතෙක් එක්ක සතුටින් ජීවත්වෙන තනි මවක්.

"මගේ පුතාට අවුරුදු 9යි. තාත්තගේ වැඩයි අම්මගේ වැඩයි දෙපැත්තම බලන්න ඕනේ නිසා ජීවිතේ කාර්යබහුලයි. හැබැයි ඉතින් මම හැම වැඩේම ප්ලෑන් කරන්නෙ පුතාට වෙලාව දීලා. එයා තමයි මගේ අංක එක."

***තනි මවක් කිව්වහම සමහරු නිකන් අමුතු විදියට බලනවා නේද චූලා?**

"අපෝ ඔව්. තාත්තා කෙනෙක් තනියම දරුවෙක් හදාගන්නවානම් හරි ඉහළින් කතා කරනවා. නමුත් තනි අම්මෙක් කිව්වහම බලන්නේ වපර ඇහෙන්. තනි අම්මලා කියන්නේ දික්කසාද වුණු අයට විතරක් නෙමේ. සැමියා නැතිවුණු, ආබාධිත වුණු ඔය හැමෝම තනි මව්වරු. තාත්තෙක් නැතිව ගෑනු කෙනෙක් තනියම දරුවෙක් හදාගන්න එක හරිනම් සමාජයක් අගය කරන්න ඕනේ. ඒ වගේම තමයි කාන්තාවන්ගේ පැත්තෙන් ගත්තත්. දෙන්නා ගැළපෙන්නේ නැත්නම් දරුවන්ටත් දුක් දිදී ඒ තැන්වලම එල්ලිලා ඉන්න ඕනේ නැහැ. ආර්ථික අතින් ශක්තිමත් නම් තනියම දරුවෙක් හදාගන්න එච්චර අමාරු නෑ. මොකද ගෑනු අපි ඒ තරම් හයියයි."

'ගෑනු අපි ඒ තරම් හයියයි' චූලා එහෙම කිව්වේ හදවතින්ම ආපු ශක්තියක් එක්කයි. කතාව අවසානේ 'ධරණී' කියවන ගෑනු හිත් වෙනුවෙන් දෙන්න පුළුවන් පණිවිඩය මොකක්ද කියලාත් අපි ඇගෙන් ඇහුවා.

"ගොඩක් කාන්තාවෝ ඉන්නවා ඒ අය ජීවත්වෙන්නේ දරුවෝ වෙනුවෙන්, පවුල වෙනුවෙන් විතරයි. එහෙම නෙමෙයි මුලින්ම තමන් වෙනුවෙන් ජීවත්වෙන්න. ඒ අයගේ වැඩකරන ගමන් තමන්ගේ සතුට වෙනුවෙනුත් වෙලාවක් හදාගන්න. අරයගේ වයිෆ්, මෙයාගේ වයිෆ් කියලා අහගන්නවට වඩා ඔයා ඔයාම වෙන්න. දැන් බලන්නකෝ ෂාරුක් ඛාන්ගේ වයිෆ්. එයාලට තියෙන සල්ලිවල හැටියට ඒ ගෑනු කෙනාට නිකන් ඉන්න පුළුවන් නේද? හැබැයි බලන්න එයා ලෝකේ ප්‍රසිද්ධ සැලසුම් නිර්මාණ ශිල්පිනියක්. එහෙම තමන් වෙනුවෙන් දෙයක් කරගන්න. නැත්නම් පසුකලෙක මම මොනවද මට කරන්නේ කියලා පසුතැවෙන්න වෙනවාමයි. අනික දේවල් කරද්දි අරයා මොනවා හිතයිද, මෙයා මොනවා හිතයිද කියලා හිතන්න එපා. මුල් කාලේ මමත් හරියට එහෙම හිතුවා. ඒත් අපි මැරුණහම ඔය කතා කියන අයට අපිට ජීවිතේ දෙන්න පුළුවන්ද? බෑනේ. ඒ නිසා ලැබිලා තියෙන කාලේ අනිත් අයගේ කතා අහලා නාස්ති කරගන්න එපා."

■ **සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි**

ඡායාරූපය - ක්‍රිෂාන් කාරියවසම්

හැඩගැන්වීම: අකිල මිලින්ද

ඇඳුම් නිර්මාණය

tanash by thimani rodrigo

හොරිවිල වෙදමහත්තයාගෙන් බෙහෙතක්

8 කොටස

ශාන්ත සෙනෙවිරත්න වෙදමහතා
හොරිවිල වෙද මැදුර

මනුස්ස පරාණවලට වැළඳෙනවාය කියන අට අනූවක් රෝග නිට්ටාවටම සුව කරන්ට පුළුවන් ජගතෙක් ඉන්නවනම් ඉතින් ඒ සිංහල වෙදමහත්තයෙක්ම තමයි. නම් දරාපු ලොකු දොස්තර මහත්තැන්ලා ගාවට ගිහිල්ලත් සමහර ලෙඩ සුව කරගන්න බැරිවෙද්දී ඒකනේ සමහරු කියන්නේ 'නරකද සිංහල බෙහෙත් ටිකක් බීලා බැලුවොත්' කියලා. හොරිවිල වෙද පරපුර කියන්නේ අපේ රටේ ගොඩ වෙදකමට නම් දරාපු එහෙව් වෙද පරපුරක්. මේ පරපුරේ තිස්වැනි පරම්පරාව තමයි අද වෙද්දී වෙදකමේ නියැලෙන්නේ. ඉතින් ඒ හොරිවිල වෙදමහත්තයාගෙන් අහලා පුංචි පුංචි ලෙඩවලට අත්බෙහෙත් ගෙදරදීම හදාගන්න විදිය තමයි අපි මේ කියන්නේ.

තෙල වැඩිවෙලාද?

අද සමාජයේ වැඩිහිටි උදවියට බහුල වශයෙන් තියෙන රෝගයක් තමයි 'කොලෙස්ටරෝල්' (Cholesterol). දහදෙනෙක්ගෙන් ඇහුවොත් අඩුම තරමේ දෙතුන්දෙනෙක්ටවත් ඔය ලෙඩේ තියෙනවා. මේ ලෙඩේට ගොඩක් දුරට හේතු වෙන්නේ අපි ගන්න ආහාර. අධික තෙල් සහිත ආහාර ගන්නවා නම් කොලෙස්ටරෝල් හැදෙන්න තියෙන ඉඩකඩ වැඩියි. ඉතින් කොලෙස්ටරෝල් නසන අත්බෙහෙත් ටිකක් කියන්න හිතුවේ ඒකයි.

- කලාඳුරු අලයි රසකිඳයි පත අට එකට කසාය සිඳුවාගන්න. අඬුකෝප්ප බාගය බැගින් උදේට හවසට බොන්න.
- කරපිංචා කොළ කැඳ සතියකට තුන් හතර වතාවක් උදෑසන කාලෙට හිස්බඩ බොන්න.
- දිනපතා ආහාරයට ගන්නා උදෑසන බත් පිඟානෙට කරපිංචා දලු මැල්ලුමක් එකතු කරගන්න.
- දවසක් ඇර දවසක් කොල්ලු තම්බා බොන එකත් හොඳයි.
- දවසේ ප්‍රධාන ආහාරවේල් ගන්නා වෙලාවට රතුලූනු බික් 4 - 5 ක් සහ සුදුලූනු බික් 2 - 3 ක් සිහින්ව ලියා කෑමට එකතු කරගන්න.

මේ අතරේ කොලෙස්ටරෝල් තියෙන උදවිය ටිකක් සැළකිලිමත් වෙන්න ඕන කාරණා කීපයකුත් තියෙනවා. ඔබත් මානසික ආතතියෙන් ඉන්න කෙනෙක් නම් ඒකෙන් මිදෙන්න උත්සාහ ගන්න. ඒ වගේම මත්පැන්, මත්ද්‍රව්‍ය හෝ දුම්බීම කරන්න එපා. වැදගත්ම කාරණාවක් තමයි අධික තෙල් සහිත ආහාරවලින් පුළුවන් තරම් වැළකෙන්න. ඒ වෙනුවට පෝෂ්‍යදායි ආහාර රටාවකට හුරුවෙන්න වගබලාගන්න. බර වැඩි කෙනෙක් නම් උදෑසන කාලයට බර මට්ටම අඩුවෙන ව්‍යායාමවල නිරතවෙන්න. හොඳින් වතුර බොන්න.

■ **රුවන් එස්.සෙනවිරත්න**

අලි කතා

වැඩිය වැඩිල්ලට හිමිවරු කැලේ

තොරතුරු
පශු වෛද්‍ය
නිහාල් පුෂ්පකුමාර

කපන්න බැරි අත ඉඹින අවස්ථා ඇත්තේ මිනිසුන් විෂයයෙහි පමණක් නොවේ. ඇහිල්ලක් බැලිල්ලක් නැතිව ගම් වදින අලි සම්බන්ධවද ඇතැම් ගම්වාසීහු ඒ පිළිවෙත අනුගමනය කරති. ගම් වදින අලි අසනීපයෙන් බව පවසා වනජීවියට ඇමතුම් දීමද එවැන්නකි. වනජීවියෙන් පැමිණ ප්‍රතිකාර ලබා දුනහොත් ඊට බියවන අලි බොහෝවිට යළි එම ප්‍රදේශයට නොඒම ඊට හේතුවයි.

වරක් පශු වෛද්‍ය නිහාල් පුෂ්පකුමාරටද එවැනි පණිවිඩයක් ලැබිණ. ඒ, අම්පාර ගලපිටගල පෙදෙසිනි. පණිවුඩය ලද පසු අලි ලෙඩා බැලීමට වෛද්‍යවරයා ඇතුළු පිරිස දින කිහිපයක් ගියද ලෙඩා අතුරුදන්ය. පසුව මේ රෝගියා නවගිරියාව වැව්පිටියේ තණ බුදිමින් සිටින බවට ඔත්තුවක් ලැබුණි. එහි ගිය පශු වෛද්‍ය පුෂ්පකුමාර අලියා නිරීක්ෂණය කළේය. වයසින් වැඩි වුවද උන්දෑට ඉහෙන් බහින රෝගයක් නැත. එනිසා හැරී එනවා හැර කරන්නට දෙයක් නැත. අවසානයේ ලෙඩක් නැති අලියාට ප්‍රතිකාර නොකිරීම ගැන වෛද්‍යවරයාට සමාජ මාධ්‍ය ඔස්සේ චෝදනාද එල්ල වී තිබිණි.

ජලය සහ ආහාර අවට තිබෙන බැවින් අලියා එම ප්‍රදේශයේම සැරිසරමින් සිටියේය. ඒ අතරවාරයේ ඔහු කිසිවකුගේ වෙඩි පහරකට ගොදුරු විය. අනතුරුව සමන්ගල පෙදෙසේ අලියා සැරිසරන බවට තොරතුරු ලැබුණේ ආරණ්‍යවාසී නායක හිමිනමකගෙනි. උන්වහන්සේ, පශු වෛද්‍ය පුෂ්පකුමාර පෞද්ගලිකව හැඳිනුවද ඔහු වනජීවී සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවේ නැගෙනහිර කලාපය භාර පශු වෛද්‍යවරයා බව දැනසිටියේ නැත. පණිවිඩය ලැබෙන අවස්ථාවේ වෛද්‍යවරයා වෙනත් අලියෙකුට ප්‍රතිකාර ලබාදීමට ගොස් සිටියේය. එනිසා ලෙඩා බැලීමට පැමිණිය හැක්කේ පසුදා බව වෛද්‍යවරයා හිමිනමට දැනුම් දුන්නේය.

"මඩකලපුවෙන් හරි ඩොක්ටර් කෙනෙක් ගෙන්නගෙන ප්‍රතිකාර කරන්න ඕනෙ. මට හැකියි අමාත්‍යාංශ ලේකම්තුමාට කතා කරන්න."

"නැගෙනහිරම ආවරණය කරන්නෙ මං හාමුදුරුවනේ. මඩකලපුවෙ ඩොක්ටර් කෙනෙක් නෑ."

වාතාවරණය පැහැදිලි කිරීමෙන් පසු ස්වාමීන් වහන්සේ ඊට එකඟ වූහ. පසුදා වෛද්‍යවරයා ප්‍රමුඛ පිරිස එහි යනවිට සවස හතරද පසු වී තිබිණ. තරංග, කේසර, වසන්ත, ගයාන් සහ තිලාන් ගමනට එක්වූහ. වාහනයෙන් බසිත්ම නායක හිමියෝ වෛද්‍යවරයා හඳුනාගත්හ. තේ පැන් සංග්‍රහයක් සූදානම් වී තිබුණාද පිරිස එය ප්‍රතික්ෂේප කළේ රෑ බෝ වී අලියා සෙවීම අසීරු බැවිනි. අලි මෙහෙයුමට වනජීවී නඩය සමඟ නායක හිමි සහ තවත් හිමිවරුන්ද, සිවිල් ආරක්ෂක නිලධාරීන් සහ පුරාවිද්‍යා නිලධාරියෙක්ද එක්වූහ. ඖෂධ සහ ආම්පන්න රැගෙන කැලේ මැදින් ගමන ඇරඹිණ. අලියා ගැවසෙනවා යැයි කී වැව අසලට ගියද අලියා පෙනෙන්නට නැත. එනිසා වැවේ අනෙක් පැත්ත පරීක්ෂා කෙරිණ. අලියා ඒ අසලය. ඒ අනුව, අවශ්‍ය කළමනා රැගෙන පිරිස අලියා වෙත ගමන් කළහ.

"සර්, සර්, යන්න එපා."

කියමින් කේසර, වෛද්‍ය පුෂ්පකුමාරගේ අතින් අල්ලා ගනිද්දී දෙපාර්ශ්වය මුහුණට මුහුණය. තව අඩි කිහිපයක් ඉදිරියට ගියේනම් අලියාගෙන් පහර එල්ල වනු නිසැකය. කෙසේ වෙතත් මිනිසුන් දුටුවද හොඬ සහ කන්වල කබර සහිත සද්දන්තයා නිහඬය. ඔහු යම් අපහසුතාවකින් පසුවන බව පශු වෛද්‍ය පුෂ්පකුමාරට වැටහිණ. අලියා එතරම් ශක්තිමත් බවක් නොපෙන්වූ නිසාත්, වේලාව ප්‍රමාණවත් නැති නිසාත් නිර්වින්දනය නොකර ප්‍රතිජීවක එන්නත් කිරීමට වෛද්‍යවරයා තීරණය කළේය.

සියල්ල සූදානම්ය. අලියාට ප්‍රතිකාර කිරීම නැරඹීමට පැමිණි නායක ස්වාමීන් වහන්සේ සහ තවත් හිමිවරු දෙනමක් ඒ ආසන්නයේ සිටියහ. බෙහෙත් එන්නත් කළ වහා පසුපස පන්නන අලි ගැන අත්දැකීම් වනජීවියට බොහෝය. එනිසා වෛද්‍යවරයා ස්වාමීන් වහන්සේට අනතුරු ඇඟවීය.

"හාමුදුරුවනේ අලියා ආවොත් දුවලා බේරෙන්න බැරි වෙනවා. ඒ නිසා ටිකක් ඈතට වෙලා ඉන්න."

එහෙත් එම උපදෙස් පිළිපදින බවක් නොපෙනුණ බැවින් කටයුතු ඇරඹිණ. පශු වෛද්‍ය පුෂ්පකුමාර සහ තරංග සිරින්ජරවලට බෙහෙත් පුරවද්දී කේසර පළමු බෙහෙත අලියාට එන්නත කළේය. ඒ සමඟ කුංචනාද නැංවූ අලියා කේසර පසුපස පැන්නීය. සියල්ලෝ පණ බේරාගැනීමට දිවූහ. අලියාද ලුහුබැඳීම අතහැරියේ නැත. තරංග බෙහෙත් පෙට්ටියද බිමට දැමීය. බෙහෙත් මෙන්ම පිරිසගේ පාවහන්ද තැන තැනය. දිවීම අත්හැරීමට අලියා තීරණය කරද්දී පිරිසට ඉහින් කනින් දැඩිය දමා තිබිණ. අලියා නැවත හැරී අඩි පාරකින් දිව්වේය.

පශු වෛද්‍ය පුෂ්පකුමාරට දවල් තරු පෙනුණේ අලියා නොපෙනී ගිය පසුවයි. ඒ ඉදිරියෙන් සිටි ස්වාමීන් වහන්සේ තෙනම අතුරුදන් බව දැකීමෙනි. අවට පෙනෙන්නට නැති නිසා උන්වහන්සේට යා හැකිව තිබූ එකම මග අලියා ගිය පාර පමණි. වෛද්‍යවරයා හිසේ අත ගසාගත්තේය. කේසර දෙවන එන්නතද රැගෙන අලියා ගිය පාර දිගේ ගියේය. ඒ සමඟම නායක ස්වාමීන්වහන්සේද එමගින් මතු වූහ. උන්වහන්සේ කිසිඳු තැතිගැන්මක් නැතිව සිටින අයුරුද පෙනේ. එහෙත් වෛද්‍යවරයාගේ ඇඟේ ලේ වතුර වූයේ අනිත් ස්වාමීන් වහන්සේ දෙනම පිළිබඳ කිසිඳු තොරතුරක් නොවූ බැවිනි.

සියල්ලෝ අලියා ගිය මගට පිවිසුණාහ. නැවත නැවත අලියාට බෙහෙත් එන්නත් කෙරිණ. ඒ සෑම අවස්ථාවකම අලියා පිරිස පසුපස පැන්නුවේය. එහෙත් අඩි 50ක් 60ක් තිබියදී නැවතුණේය. කිසිවකුට කරදරයක් නැත. මෙහෙයුම හමාර කළ පිරිස වනරොදින් පිටතට පැමිණියහ. ඔවුන් පුදුමයට පත්වූයේ අතුරුදන්ව සිටි ස්වාමීන් වහන්සේලාද තමන් පිටුපසින් පැමිණෙන අයුරු දැකීමෙනි. අලියා පළමු වර පන්නාගෙන ආ අවස්ථාවේ ස්වාමීන් වහන්සේලා අඩි පාරෙන් කැලයට රිංගා ඇත. පුදුමයට කරුණ නම් මිනිසකුට සහ අලියෙකුට මාරුවීමට ඉඩ නොමැති මාර්ගයේදී ඔවුන්ට කිසිඳු අනතුරක් නොවී තිබීමයි. අලියා අඩි පාරට ඇතුළු වෙද්දී ස්වාමීන්වහන්සේ දෙනමක් බඩ ඉරිඟු සිටුවීමට සැකසූ බිම්කඩකට ගොඩ වී වෙනත් පැත්තකට පිවිස ඇත. එහෙත් නායක ස්වාමීන්වහන්සේ සිටියේ මාර්ගයේමය. උන්වහන්සේ කටු පඳුරක් අසල නොසෙල්වී සන්සුන්ව සිට ඇත. අඩි පාරේ දුවන අලියාට, ගෑවෙන නොගෑවෙන දුරින් සිටි උන්වහන්සේ දර්ශනය නොවීම හාස්කමක් වැනි බව පශු වෛද්‍ය පුෂ්පකුමාරගේ අදහසයි. සැබැවින්ම කිසිවකුට අතුරු ආන්තරාවක් නොවී එම කටයුත්ත අවසන් වීම පුදුමයකි. එක අතකින් පරිසරය රකින්නා පරිසරය විසින්ම ආරක්ෂා කරනු ලැබීම විමතියක්ද නොවේ.

■ රජනිකා ලියනගේ

රණබිමේ ඔබ නෑසූ කතාවක්

හමුදා මෘත දේහ දුසිම් ගණන් දකුණට එන කාලෙක තාත්තා මාව හමුදාවට භාර දුන්නා

මේජර් ඉරේෂා දිලානි 'මුලින්ම ධරණී'ට මුණගැසුනේ ගීත රචිකාවක හා ගායිකාවක වූ යුද හමුදා නිලධාරිනියක ලෙසිනි. නමුත් ඉන් එහාට ගොස් විමසා බලන කළ ඇය සිය රාජකාරි කාලය තුළදී සාමාන්‍ය කාන්තා නිලධාරිනියක මුහුණ නොදෙන තරමේ අත්දැකීම් සමුදායකට මුහුණදුන් කෙනෙකු බව පසක් වෙයි. ඉරේෂා සිය සහකරු ලෙස තෝරාගත්තේද යුද හමුදා නිලධාරියෙකි. ඔහු රාජකාරි කළේත් ක්‍රියාන්විත ප්‍රදේශයන්හිය. ඒ නිසා ඇයට තමාගේ ජීවිතය හැරුනුකොට සැමියාගේ ජීවිතය පිළිබඳව තිබූ අවදානම ගැනද නිතර සිතන්නට සිදුවිය. මව් පදවිය ලැබීමට සිටියදී ත්‍රස්තවාදී ප්‍රහාරයකින් සැමියා බරපතළ තුවාල ලැබීම, ඉරේෂා රාජකාරි කළ කඳවුරට ත්‍රස්ත ප්‍රහාර එල්ලවීම, යුද තත්ත්වය නිසා කුළුඳුල් දියණියගේ සෞඛ්‍යයට බලපෑම් එල්ල වීම සහ දහස් ගණනක් වූ තුවාලකරුවන් හා මෘතශරීර ආශ්‍රිතව රාජකාරි කිරීමට සිදුවීම ආදී අත්දැකීම් සමුදායක් තරුණ වියේදීම ඇය සතුවිය. එම අත්දැකීම් එකිනෙක පෙළගස්වා මේජර් ඉරේෂා දිලානි, ධරණී පාඨකයින්ට කියන කතාවයි මේ...

1 කොටස

මේජර් ඉරේෂා දිලානි

මේජර් දිලානි කුඩා කල සිය පවුල සමග

ඉරේෂා දිලානි නම් ධෛර්යවන්ත කාන්තාවගේ රාජකාරි අත්දැකීම් විමසීමට පෙර ඇයගේ පෞද්ගලික තොරතුරු විමසා බැලීම යෙහෙකැයි සිතුවෙමි.

"මගේ උපන්ගම කළුතර, අගලවත්තෙ පින්නගොඩ. පින්නගොඩ කියන්නේ ගැමි සුන්දරත්වයෙන් කිසිම අඩුවක් නැති ගමක්. ඒ නිසා මගේ ළමා කාලය හරිම සුන්දර විදියට ගෙවිලා ගියා. ඇලේ දොළේ තමයි නෑවේ. එහෙම නාන්න ගියාම අපි තරඟයට පීනනවා. ඒ නිසා නිකම්ම පීනන්න පුරුදු වුණා. මට අයියයි, නංගියි, මල්ලියි එක්ක පවුලේ සහෝදර සහොදරියෝ තුන්දෙනෙක් හිටියා. තාත්තා නාවික හමුදා නිලධාරියෙක් විදියට තමයි රාජකාරි කළේ. අම්මට ගුරු වෘත්තිය ලැබුණත් තාත්තා දුරබැහැර ප්‍රදේශවල රාජකාරි කරපු නිසාත්, අපිව බලන්න ඕන නිසාත් රස්සාවට ගියේ නැහැ."

ඕනෑම හමුදා නිලධාරියෙකු තම දරුවන්ද හමුදා පිළිවෙතට අනුව හැඩගැස්වීම සාමාන්‍යයෙන් සිදුවන දෙයකි. ඉරේෂාගේ පියාද තම දරුවන් විනයානුකූල පරිසරයක උස්මහත් කිරීමට කටයුතු කළේය.

"අපට දැනුම් තේරුම් එද්දි තාත්තා පවුලේ දරුවෝ හතරදෙනාට කාමර හතරක් දුන්නා වෙන වෙනම ඉන්න. එහෙම දුන්නේ තනියම වගකීම අරගෙන පිළිවෙලට ඉන්න පුරුදු කරන්න. තාත්තා අකමැතිම දේ තමයි දූවිලි. ඉතින් තාත්තා මාසයකට හරි දෙකකට හරි සැරයක් නිවාඩුවට ගෙදර ආවම පිළිවෙලටම තියෙන කාමරය තෝරනවා. එහෙම තෝරලා තෑග්ගක් දෙනවා. ඒ තෑග්ග වැඩිපුරම ගත්තේ මම."

එතකොට පාසල් කාලය කොහොමද ගෙවුණේ?

"පාසල් ගියේ අගලවත්ත මිහිඳු මධ්‍ය මහා විදුහලට. පාසල් කාලය මට කවදාවත් අමතක කරන්න බැහැ. ඒ ජීවිතය කොයිතරම් වින්දද කියලා කියනවා නම් අදටත් මට හිතෙනවා ආයිත් පාසල් යන්න පුළුවන්නම් කියලා."

ඉරේෂාගේ පාසල් දිවිය 'ලොවෙන් එකෙක් එක් දෙයකට වෙයි සමත' යන කියමන අභියෝගයකට ලක්කළේය. එයට හේතුව වශයෙන් ඉරේෂා කීවේ මෙවැනි කතාවකි.

"පංතියේ ඉගෙනගන්න එක මම හරියටම කළා. ඒ නිසාම ගොඩක් වෙලාවට වාර විභාගවලදී මම පංතියේ පළවැනියා වුණා. ඒ වගේම 06 ශ්‍රේණියේ ඉඳලා උසස් පෙළ වෙනකම් 'පද්‍ය ගායනා' වෙනුවෙන් පාසල නියෝජනය කරලා කොට්ඨාස, කලාප තරඟවල පළවැනියා වෙලා සමස්ත ලංකා තරඟ නියෝජනය කළා. පොඩි පංතිවල ඉඳලා බටහිර තූර්යවාදක කණ්ඩායම නියෝජනය කරලා අන්තිමට තූර්යවාදක කණ්ඩායමේ නායිකාව විදියටත් කටයුතු කළා. ඒ වගේම මම පොඩි කාලයේ ඉඳලා පරිසරයට ගහකොළට පුදුම විදියට ආදරය කළා. දැන්නම් ගොඩක් පාසල්වල පරසර නියමු භට කණ්ඩායම් ක්‍රියාත්මක වෙනවා. හැබැයි ලංකාවේ පළවැනිම පරිසර නියමු භට කණ්ඩායම ආරම්භ කළේ අපේ පාසලේ. ඒ 1990-1992 වගේ කාලයේ. මමත් පොඩි කාලයේ ඉඳලම පරිසර නියමු කණ්ඩායමට එකතු වුණා. පරිසර වැඩසටහන් ගොඩකට සම්බන්ධ වුණා. අවසානයේදී පාසල් පරිසර නියමු භට කණ්ඩායමේ නායිකාව වුණා."

1988-89 භීෂණය කාලෙ දකුණේ දේශප්‍රේමීන් කියන අයගෙන් අපට හරියට හිරිහැර වුණා. මුහුණවල් වහගෙන ගෙදරට එන දේශප්‍රේමීන් කියන අය අපිට තර්ජනය කළා. හමුදා පවුල්වල අය මරනවා කීවාම අම්මා අපිව තුරුල් කරගෙන හිටියේ හරිම බයෙන්

ඒ කැපවීම් මෙන්ම දක්ෂතා දෙස බලා සිටි විදුහල් මාතාව ඉරේෂාට කෘතගුණ සැළකුවේ ඇයව පාසලේ ප්‍රධාන ශිෂ්‍ය නායිකා තනතුරට පත්කිරීමෙනි.

"පාසල් ශිෂ්‍යාවක් විදියට පාසලෙන් ලැබෙන්න තියෙන උපරිම ගෞරවය මට ලැබුණා. ප්‍රධාන ශිෂ්‍ය නායිකා තනතුරේ වගකීම මම උපරිම විදියට ඉටු කළා. කොහොමහරි උසස් පෙළ විභාගය ලිව්වට පස්සේ මගේ පාසල් ගමනත් ඉවර වුණා. ගෙදරින් කීවේ ප්‍රතිඵල එනකම් තීරණයක් ගන්නේ නැතිව ඉන්න කියලා. එත් නිකම්ම ගෙදරට වෙලා ඉන්න එක මට අමාරුම වැඩක්. ඒ නිසා රස්සාවක් හොයන්න ගත්තා. දැන් වගේ ඒ කාලේ අන්තර්ජාල පහසුකම් නැති නිසා පත්තර බලලා රස්සාවලට අයැදුම්පත්‍ර දාන එක තමයි කළේ."

එතකොට හමුදා සේවයට එන්න ඕන කියලා ආසාවක් තිබුණේ නැතිද?

"විශේෂ කැමැත්තක් ආසාවක් තිබුණේ නැහැ. හැබැයි අකමැත්තක් තිබුණෙත් නැහැ. සමහරවිට විශේෂ කැමැත්තක් ඇති නොවෙන්න එක හේතුවක් වෙන්න ඇත්තේ තාත්තගේ නාවික හමුදා රැකියාව නිසා අපේ පවුල විඳපු මානසික පීඩාව වෙන්න ඇති. මොකද එල්.ටී.ටී.ඊ. සංවිධානයෙන් නාවික හමුදාව ඉලක්ක කරලා ප්‍රහාරයක් එල්ල කරපු ගමන් අපේ ගෙදර ගිනි පත්තු වෙනවා. ඒ වගේම 1988-89 භීෂණය කාලයේ තාත්තා නාවික හමුදාවේ නිසා දකුණේ දේශප්‍රේමීන් කියන අයගෙන් අපට හරියට හිරිහැර වුණා. මම වගේම මගේ සහෝදරයනුත් පොඩියි. මුහුණවල් වහගෙන ගෙදරට එන දේශප්‍රේමීන් කියන අය අපිට තර්ජනය කළා. හමුදා පවුල්වල අය මරනවා කීවාම අම්මා අපිව තුරුල් කරගෙන හිටියේ හරිම බයෙන්. ලොකු වුණාම හෙදියක් වෙනවා කියන අදහස නම් තිබුණා. එහෙම හිතුණෙ මගේ ලොකු අම්මා හෙදියක්. එයා හරිම පිළිවෙලට පිරිසිදුව එයගේ හෙදි නිල ඇඳුම ඇඳගෙන ඉන්නවා දකිද්දි මටත් ආසා හිතුණා හෙදියක් වෙන්න පුළුවන් නම් කොච්චර හොඳද කියලා."

මේ අතර ඉරේෂාගේ දෛවය තීන්දු කෙරෙන රාජකාරි නිවාඩුව ලබා ඇගේ පියා නිවසට පැමිණ සිටියේය.

"තාත්තා ගෙදර ඉස්තෝප්පුවට වෙලා පත්තරේ බල බලා ඉන්න ගමන් 'දුව' කියලා මට කතා කළා.

'ආමි එකට Lady Officers ලට (කාන්තා නිලධාරිනියන්) අයැදුම්පත් කැඳවලා තියෙනවා, ඔයත් ඇප්ලිකේෂන් එකක් දාන්න' කියලා කීවා. එතකොට මම කිව්වා රස්සා කීපයකටම අයැදුම්පත්‍ර දාලා තියෙන්නෙ කියලා. ඒ වෙලාවේ තාත්තා කිව්වා 'දුව ඔයා ගැන මම හොඳට දන්නවා, ඔයා හරිම Active (ක්‍රියාශීලියි), ඔයාට ගැළපෙනම රස්සාව තමයි යුද හමුදාව' කියලා."

වර්ෂ 1998-99 යනු යුද හමුදා ඉතිහාසයේ අසාර්ථකම මෙහෙයුමක් වූ 'ජය සිකුරු මෙහෙයුම' ක්‍රියාත්මකව පැවති කාලවකවානුවයි. එම කාලයේදී දවසකට දුසිම් ගණනින් හමුදා මෘතදේහයන් දකුණේ නිවාස වෙත රැගෙන එමින් පැවති කාලයක් විය. එහෙව් පරිසරයකත් ඉරේෂාගේ පියා රට වෙනුවෙන් තම දියණිය හමුදා සේවයට භාරදීමට තීරණයක් ගෙන තිබිණ.

"ඊටපස්සේ තාත්තම අයැදුම්පත්‍රයක් හදලා ඒක සම්පූර්ණ කරලා තැපැල් කළා. ලියුම තැපෑලට භාරදෙද්දි එයා කියපු දේ තමයි 'මේ රැකියාවෙන් ඔයාට ජීවිතය ජයගන්න පුළුවන්' කියලා."

ලබන සතියට....

■ සනත් ප්‍රියන්ත

ස්වයං රැකියා

සීතා පොන්නම්පෙරුම
ස්වයං රැකියා පාඨමාලා උපදේශිකා

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.

පාඩම් අංක 86

අතේ පිච්චියක් නැත්නම් පෝච්චියක් හදලා විකුණන්න

ඔන්න දවසක් හොරෙක් ගොම්මන් වෙලාවේ හොරකමක් කරන්න හිතාගෙන ගෙදරකට ගියාලු. මේ ගෙදර නෝනාමහත්තයා මල් පැළවලට බොහොම කැමති බවලතියක්. ඕන් ඉතින් හොරා යද්දිත් මේ නෝනා ගේ ඉස්සරහා මල් පැළවලට සාත්තු කර කරා තමයි ඉඳලා තියෙන්නේ.

හොරාගේ හිතට ඉතින් හරි වේදනයි. මොකද මුකුත් හොරකම් කරගන්නේ නැතිව හැරිලා යන්නනේ වෙන්නේ. ඕන් ඔහොම හොරා දැන් වටපිට බල බලා ඉන්න අතරේ දැක්කා මේ වත්තේ අලුත්ම මල් පෝච්චි වගයක් තියෙනවා. මල් පෝච්චි දැක්කයින් පස්සෙ හොරාට හොඳ උපායක් කල්පනා වුණා.

"නෝනා... මල් පෝච්චි ඕනේද?"

හොරා ගෙදර නෝනා ළඟට ගිහින් ඇහැව්වා.

"එපා... එපා..." ගෙදර උන්දෑ උත්තර දුන්නා.

"නෝනා මල් පෝච්චි ඕනෙද?"

"එක පාරක් එපා කිව්ව නේද?"

"නෝනා... ඇත්තටම මල් පෝච්චි එපාද?"

"එපා... එපා අයිසේ... ඔය මල් පෝච්චි ටිකත් අරගෙන යනවා යන්න මෙතැනින්."

එහෙම කියලා අර නෝනා ගස්සගෙන වගේ ගෙට ගියාලු. ඕන් ඉතින් ඉබ්බා දියේ දැම්මහම ඇන්නෑවයි කියලා හිතුව හොරා අර මිදුලේ තිබ්බ මල් පෝච්චි ටිකත් අරගෙන යන්න ගියාලු. පහුවැනිදා උදේ මල් පෝච්චි ටික නැහැයි කියලා දැක්කහමලු අර නෝනට වැඩේ තේරිලා තරූ විසි වුණේ.

මල් පෝච්චි හොරකම් කරාපු විහිලු කතාව කියෙව්වට කමක් නෑ ඕන් ඔයාලා නම් ඔය වගේ වැඩ කරන්න යනවා එහෙම නෙමේ. අනුන්ගේ මල් පෝච්චි හොරකම් කරලා විකුණන මුදලට වඩා මල් පෝච්චි හදලා විකුණලා ලොකු මුදලක් හොයන්න පුළුවන් කියලා දැනන් උන්නා නම් ඔය හොරා වුණත් ඒ බිස්නස් එකටම බහිවී.

ස්ත්‍රී පාර්ශවය කවදත් මල්වලට කැමතියිනේ. ඉතින් ඒ නිසා මල් පෝච්චිවලට තියෙන ඉල්ලුම අඩුවෙන්නේ නැහැ. අනික පාසල්, ව්‍යාපාරික ස්ථානවලින් එහෙමත් මල් පෝච්චි මිලදී ගන්නවා. මල් පෝච්චි හදලා සීට්ටු දන්නත් පුළුවන්. උත්සාහයෙන් ඔය වගේ විවිධ මාර්ග හොයාගෙන මල් පෝච්චි ව්‍යාපාරය හරහා සාර්ථක වෙච්චි උදවිය කොච්චර නම් ඉන්නවද.

එච්චර මල් පෝච්චි හදන අය ඉන්න නිසා බිස්නස් එකක් විදියට මේක කරලා සාර්ථක වෙන්න අමාරුයි කියලා දැන් කෙනෙක්ට හිතෙන්න පුළුවන්. මෙහෙමයි, ඕනම ව්‍යාපාරයක් පටන්ගන්නකොට ඒකම කරන අය කීදෙනෙක් ඉන්නවද කියන එක වැදගත් නැහැ. ඒ අයට වඩා නිර්මාණාත්මක වෙන්න පුළුවන් නම් ඔයාගේ නිෂ්පාදනේට තැන හැදෙන එක නවත්තන්න සක්කරයගේ පුතා වයිමටවත් බැහැ. ඒකට පුංචි උදාහරණයක් කියන්නම්. එංගලන්තේ වික්ටෝරියානු යුගයෙදි මල් කලාවට, මල් පෝච්චිවලට ලොකු ඉල්ලුමක් තිබුණා. ඒත් එක්කම මේ වගේ නිෂ්පාදන හදන පිරිස් සෑහෙන්න වැඩිවුණා. ඔන්න ඔය කාලෙ විලියම් ජෝන්ස් කියන පුද්ගලයා හදපු නිර්මාණවලට ගහන්න කෙනෙක් හිටියේ නැතිලු. ඒ නිසා කොච්චර උදවිය හිටියත් වික්ටෝරියා රැජින පවා මල් බඳුන් මිලදීගත්තේ ඔහුගෙන්ලු. කරන වැඩේ හැමවෙලාවෙම අනිත් අයට වඩා වෙනස් විදියට කරන්න බැලුවොත් සාර්ථක වෙන්න අමාරු නැහැ කියන එකයි එයිනුත් පැහැදිලි වෙන්නේ.

හරි කතාව නවත්තලා අපි බලමු මල් පෝච්චියක් හරියට හදන හැටි. ඒකට මුලින්ම අච්චුවක් හදගමු. මල් පෝච්චි අච්චු වෙළඳපොළෙන් මිලදී ගන්නත් පුළුවන්. ඒ වගේම පාවිච්චි කරපු අච්චු අඩු ගාණට විකුණන තැන් එහෙමත් තියෙනවා.

බදම මිශ්‍රණය

මල් පෝච්චි වියළීම

ටයිටේනියම් ආලේපනය

මල් පෝච්චියක් හදනකොට අච්චු කොටස් දෙකක් තියෙනවා. එකක් අභ්‍යන්තර අච්චුව. අනෙක බාහිර අච්චුව. මුලින්ම අපි බාහිර අච්චුවක් හදගමු. ඒකට ගෙදර තියෙන පරණ මල් පෝච්චියක් ගන්න. ඒක අනිත් පැත්ත හරවලා තෙල් ටිකක් අලේප කරන්න. පස්සේ ටිෂූ කඩදසි තියලා ඒ උඩින් ආයෙත් තෙල් ආලේප කරලා තවත් ටිෂූ කොළ පේළියක් තියලා තෙල් ටිකක් ගාලා හොඳ පිළිවෙලට හදන්න.

පස්සේ සිමෙන්ති කෝප්ප එකකට වතුර කෝප්පයක් මිශ්‍ර කරලා සිමෙන්ති මිශ්‍රණයක් හදගන්න. පින්සලකින් ආලේප කරන්න පුළුවන් ප්‍රමාණෙට තියෙන්න ඕනේ. මේ මිශ්‍රණය ඝනකමට පෝච්චිය වටේටම ගාගන්න. ඊට උඩින් සිමෙන්ති කුඩු ටිකක් ඉහින්න. වැලි කෝප්ප 1කට සිමෙන්ති කෝප්පයක් දගෙන බදම මිශ්‍රණයක් හදගන්න. බදම මිශ්‍රණය අර හදගත්තු පෝච්චිය උඩින් ලස්සනට අතුරලා සිමෙන්ති හැන්දෙන් ලස්සනට මට්ටම් කරගන්න. පැය 24කට පස්සේ ලී මිටකින් තට්ටු කරලා අච්චුව අර පරණ මල් පෝච්චියෙන් වෙන් කරගන්න. ඇතුල් අච්චුව වෙනුවට ප්ලාස්ටික් රවුම් භාජනයක් පාවිච්චි කරන්න. නැත්නම් ඒ භාජනේ අනිත් පැත්තට හරවලා මේ අච්චුව හදගත්තු විදියටම සිමෙන්ති අච්චුවක් හදගන්න.

දැන් හදගත්තු අච්චුව පාවිච්චි කරලා සිමෙන්ති පෝච්චි හදගමු. මේකට සිමෙන්ති 1යි වැලි 5කුයි සපයාගන්න.

සිමෙන්ති 1ට වැලි 5 දලා විනාඩි කිහිපයක් හොඳට මිශ්‍ර කරගන්න. පස්සේ වතුර ටිකක් උඩින් ඉහලා හොඳට බදම ටික අනාගන්න. මිශ්‍රණයට වතුර වැඩි කරගන්න එපා. අතින් ගුලි කළාම ඇලෙන ගාණට තිබ්බහම ඇති.

හදගත්තු මිශ්‍රණේ අපේ අච්චුවේ අඩියට දලා ලී කොට කෑල්ලකින් හොඳට තලාගන්න. ඊටපස්සේ ඒ උඩින් අභ්‍යන්තර අච්චුව තියලා වටේට බදම දලා හොඳට තදවෙන්න තලාගන්න. සිමෙන්ති හැන්ද අරගෙන උඩ ඇද මකලා ලස්සනට හදගන්න. බාහිර අච්චුව එළියට අරගෙන යකඩ බට කෑල්ලකින් මැද සිදුරක් තියන්න.

දැන් ලෑලි කෑල්ලක් අරන් පෝච්චිය උඩ තියලා කේක් එකක් අනිත් පැත්ත හරවන තාලෙට අනිත් පැත්ත හරවලා දවස් දෙකක් තියන්න. ඒ දවස් දෙකේ උදේ හවස වතුර ටිකක් ඉහින්න.

දවස් දෙකක් ගියාට පස්සේ සිමෙන්ති පෝච්චි හොඳට හයිය වෙනවා. ඕන් එතකොට තමා සිමෙන්ති කොලපු හරි ටයිටේනියම් හරි ගාන්න ඕනේ. සිමෙන්ති ටිකකට පින්සලකින් ගාන්න පුළුවන් ප්‍රමාණෙට වතුර දලා තමයි සිමෙන්ති කොලපු හදගන්න ඕනේ. සිමෙන්ති කොලපු ටිකක් තද පාට නිසා පෝච්චියට ලසන්න පාටක් ගන්න අමාරුයි. ඒ නිසා දැන් ගොඩක් උදවිය ආලේප කරන්නේ ටයිටේනියම්. ඒ මිශ්‍රණේ හදගන්න හැටිත් අපි දැන් බලමු.

මේකට සුදු සිමෙන්ති 8යි, ඩයි එක අඩු (කළු පාට අඩු) සිමෙන්ති 8යි, ටයිටේනියම් 1කුයි සපයා ගන්න. මුලින්ම සුදු සිමෙන්ති ටිකයි සිමෙන්ති ටිකයි හොඳට මිශ්‍ර කරගන්න. ඒකට ටයිටේනියම් 1ක් මිශ්‍ර කරලා වතුර ටිකක් දලා කලවම් කරගන්න. පින්සලකින් ගාන්න පුළුවන් ගාණට වතුර දැම්මහම ප්‍රමාණවත්. දැන් ඉතින් තියෙන්නේ හදගත්තු මිශ්‍රණේ පෝච්චියේ ගාන එකයි.

මෙහෙම හදගන්න මල් පෝච්චිවල හැඩතල සහ ප්‍රමාණ අනුව එව්වයේ මිල ගණන් වෙනස් වෙනවා. සාමාන්‍ය පුංචිම සිමෙන්ති මල් පෝච්චියක් මේ දවස්වල අලෙවි වෙන්නේ රුපියල් 350ක් වගේ මුදලකට. මල් පෝච්චි ගැන තව විස්තර අහගන්න 0714766819 අංකයට කතා කරන්න.

■ සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

මූණට හාදු ගන්න මුහුද එක්ක හාද වෙන්න

බියුටි කතාවෙන් අද අපි ඔයාලව එක්කරගෙන යන්නේ මුහුද දිහාවට.

"අනේ අපිට නම් බෑ මුහුදු යන්න... අව්වට පිච්චිලා කළු වෙයි." ඔහොම හිතුණා නම් බයවෙන්න කාරි නෑ... මොකද මේක ඇවිල්ලා ලස්සන වෙන විදියක් ගැන කියලා දෙන මුහුදු ගමනක්. මුහුදු පැළෑටිවලින් ලස්සන වෙන්න පුළුවන් කියලා අහලා තියෙනවාද? මුහුදෙන් වටවුණු රටක ජීවත් වුණාට මුහුදු පැළෑටිවලින් ගන්න පුළුවන් වැඩ ගැන දන්නේ බොහොම ටික දෙනයි.

ග්‍රීක මිථ්‍යා කතාවල ඉන්නවා ඇෆ්‍රොඩයිට් කියලා දෙවඟනක්. ලස්සනටයි සරාගීබවටයි අධිපති දෙවඟන තමයි ඇය. මේ දෙවඟන ඉපදිලා තියෙන්නේ මුහුදු පැළෑටි ගොඩක් අස්සෙලු. ඇය ජීවත්වුණොත් මුහුදේ. ලස්සන වෙන්න ඇෆ්‍රොඩයිට් මුහුදු පැළෑටි ගෑවය කියලයි ග්‍රීක පුරාවෘත්තවල කියන්නේ. ඇෆ්‍රොඩයිට් දෙවඟන විතරක් නෙමෙයි ඉන්ස්ටාග්‍රෑම් අනුගාමිකයෝ මිලියන 359ක් ඉන්න ඇමරිකාවේ සරාගී තරුව කිම් කාර්ඩේෂියනුත් දැන් ගාන්නේ මුහුදු පැළෑටිවලින් හැදුව රූපලාවණ්‍ය ආලේපන විතරයිලු.

"මට පොතු කබර තියෙනවා කියලා මුලින්ම අඳුනගත්තේ 2010. අවුරුදු හතක් එකදිගට බෙහෙත් කළත් කිසි සුවයක් ලැබුණේ නැහැ. පස්සේ මම මුහුදු පැළෑටි ප්‍රතිකාර කළා. මුහුදු පැළෑටිවලින් හැදුව ආලේපනවලට මාරු වුණා. එව්වයෙන් නම් දැන් මට ලොකු සුවයක් තියෙනවා."

කිම් කාර්ඩේෂියන් වෝග් සඟරාවට ඔන්න ඔහොම කියලා තිබුණේ මේ මෑත දවසක. අපි නොදන්නවට ඒරොප්පෙයි, ජපානේ, චීනේ,කොරියාව වගේ රටවල නෝනලා ලස්සන වෙන්න ගාන්නෙම මුහුදු ශාක.

ලස්සන වෙන්න හිතාගෙන ඒ හුඟක් අය දිනපතාම මුහුදු ශාක ආහාරෙටත් ගන්නවා. මුලින්ම මුහුදු ශාක පාවිච්චිය පටන් අරන් තියෙන්නේ ජපන්නු. ඒ මීට අවුරුදු 2000කට කලින්. රූපලාවණ්‍ය අමුද්‍රව්‍යක්, ආහාරයක් විදියට හොඳ ඉල්ලුමක් තියෙන නිසා ජපානේ, ඉන්දුනීසියාව, චීනය, පිලිපීනය වගේ රටවල මහා පරිමාණෙන් මුහුදු පැළෑටි වවන එක කරනවා.

මිනිස් භාවිතේට සුදුසු මුහුදු ශාක වර්ග කීපයක්ම අඳුනගෙන තියෙනවා. රතු ඇල්ගී, කොළ ඇල්ගී, දුඹුරු ඇල්ගී, මුහුදු මිදි. මේ කියාපු ජාතිත් තව අනු බාණ්ඩ කිහිපෙකට බෙදෙනවා. ගාල්ල, හික්කඩුව, මාතර පැතිවල මුහුදු මිදි, දුඹුරු ඇල්ගී එතැනින් ගියාපුවහම කොළ ඇල්ගී එහෙම තියෙනවා. මේ මෑතකදී යාපනේ පැත්තේ ව්‍යාපාරයක් විදියට දුඹුරු ඇල්ගී වර්ගයක් වවන්න පටන්ගත්තා කියලත් ආරංචියි.

හරි අතුරු කතා නතර කරලා මුහුදු පැළෑටිවල ලස්සන වෙන්න ඔච්චරටම තියෙන්නේ මොනවද කියලා විපරම් කරලා බලමුකෝ. මුහුදු ශාඛවල විටමින් B1, B2, B3, B6, E, K, බයෝටීන් (විටමින් H), විටමින් C, බීටා කැරොටීන්, කැල්සියම්, සෙලෙනියම්, අයඩින්, සින්ක් කියන සංඝටක සේරෝම තියෙනවා.

විටමින් B අඩංගු සත්වමය නොවන ආහාර බොහොම අවමයි. ඉතින් සත්වමය ආහාර නොගන්න කෙනෙක්ට විටමින් B ගන්න තියෙන හොඳම විදියක් තමයි මුහුදු පැළෑටි. විටමින් B වලට අපේ සමේ තරුණබව රැකගන්න වගේම සමේ පැහැය වැඩි කරන්නත් පුළුවන්.

කිම් කාර්ඩේෂියන්ට පොතු කබර තියෙනවා කියලා මුලින්ම දැනගෙන තියෙන්නේ 2010 අවුරුද්දේ

විටමින් C බහුල නිසා මුහුදු ශාකවලට කොලැජන් උත්තේජනය වැඩි කරන්නත් පුළුවන්. ඒ වගේම මුහුදු පැළෑටිවල තියෙන එන්ට්‍රොසොබන් (Entrosoban) කියන සංඝටකයට සම අභ්‍යන්තර විෂ ද්‍රව්‍ය ඉවත් කරන්න පුළුවන්. පොතු කබර වගේ ලෙඩ සුව කරන්න දායක වෙන්නෙත් ඔය කියන ගුණාංගයලු.

තව එතකොට මෙව්වයේ තියෙනවා හියුමෙක්ටන්ස් (Humectants) කියලා ද්‍රව්‍යක්. සමේ තෙතමනය වැඩි කරන්න මේ සංයෝගය හපන්. ඔය කියාපු එකී මෙකී ගුණ නිසා සමේ තද බව වැඩි කරලා සම සිනිඳු කරන්න මුහුදු පැළෑටි යොදගන්නවා.

යුරෝපය, ජපානය වගේ රටවල බවලතියෝ මුහුදු පැළෑටි සලාද විදියට ආහාරයට ගන්නවා. එහෙම අමුවට කන්න මුහුදු පැළෑටි හොයාගන්න එක මෙහෙ නම් කළුනික හොයන ගාණයි. ඒ නිසා මුහුදු පැළෑටි ගන්න විකල්ප ක්‍රම ටිකක් කියන්නම්.

යුරෝපය, ජපානය වගේ රටවල බවලතියෝ මුහුදු පැළෑටි සලාද විදියට ආහාරයට ගන්නවා. එහෙම අමුවට කන්න මුහුදු පැළෑටි හොයාගන්න එක මෙහෙ නම් කළුනික හොයන ගාණයි.

වෙළඳපොළේ අගර් (Agar) නැත්නම් අගර්-අගර් (Agar-Agar) කියලා මුහුදු පැළෑටිවලින් සකස් කරපු ආහාර ඝනකාරකයක් තියෙනවා. අපේ ගොඩක් බවලතියෝ මේ කියන අමුද්‍රව්‍ය ගැන අහලත් ඇති. පුළුවන් නම් අගර්-අගර් විවිධ විදිවලට හදලා ආහාරයට ගන්න. තව එතකොට සංජා (Moss) හදන්නෙත් මුහුදු පැළෑටිවලින්. සංජා කියන්නේ නිර්මාංශ අයට වුණත් කන්න පුළුවන් මුහුදු පැළෑටි ජෙලි වර්ගයක්. ඔය ඉහතින් කියාපු වර්ග දෙකම බොහොම අඩු මිලට වෙළඳපොළෙන් හොයාගන්න පුළුවන්. ඊගාවට වෙළඳපොළේ තියෙනවා සකස් කරපු ඇල්ගී පවුඩර්. මේ කියන පවුඩර් එකත් ආහාරවලට එකතු කරගන්න පුළුවන්.

ඊට අමතරව රෝස්ටඩ් සීවීඩ් (Roasted Seaweed) එහෙමත් වෙළඳපොළේ ගන්න තියෙනවා. රෝස්ට් සීවීඩ් කියන්නේ ජපානේ අය සුෂි ඔතන්න ගන්න කොළ (Sushi Nori) වර්ගයට. මේ කොළ හදලා තියෙන්නෙත් මුහුදු ශාකවලින්.

ඔය කියපු දේවල් ආහාරයට ගන්නවා වගේම බාහිර සත්කාර විදියට ආලේප කරන්නත් පුළුවන්. ඒ මෙහෙමයි.

රෝස්ටඩ් සීවීඩ් කොළයක් අරගෙන පවුඩර් ගාණට කුඩු කරගන්න. ඒකට ඔලිව් තෙල් ටිකක් එකතු කරලා මූණේ ගාන්න. විනාඩි 20ක් තියලා සෝදලා අරින්න.

ඇල්ගී පවුඩර් ටිකකට උණුවතුර එකතු කරලා ටිකක් වෙලා නිවෙන්න ඇරලා මූණේ ගාන්න. විනාඩි 20ක් විතර තියලා සෝදලා අරින්න.

අගර්-අගර්වලින් රිමූව් ෆේෂල් එකක් හදගමු. ඒකට මේ කියන කළමනා ටික සපයාගන්න. අගර්-අගර්, නැවුම් කිරි කෝප්ප 1/4ක්, මී පැණි මේස හැන්දක් විටමින් E කරලක්. මුලින්ම කිරි ටික ලිපේ තියලා රත් කරන්න. ඒක රත්වෙද්දි අගර්-අගර්, මී පැණි, විටමින් E එකතු කරලා මිශ්‍රණය ඝන වුණාට පස්සේ ලිපෙන් බාන්න. මාස්ක් එක සමේ ආලේප කරන්න පුළුවන් ගාණට නිවුණහම මූණේ ගාන්න. විනාඩි 20ක් විතර තියලා ශීට් මාස්ක් එකක් වගේ ගලවලා ඉවත් කරලා මූණ පිරිසිදු කරලා සීරම් ටිකක් හරි මොයිස්චරයිසර් ටිකක් හරි ගාන්න.

ඊළඟට වතුර ටිකක් ලිපේ තියලා ඒකට අගර්-අගර් එකතු කරන්න. මිශ්‍රණය පදමට ආවට පස්සේ ඒකට ඇක්ටිව් චාර්කෝල් එකතු කරලා මූණේ ගාන්න.

මුහුදු පැළෑටි සත්කර පැලුණු දෙපාවලටත් බොහොම අපූරු සත්කාරයක්. ඇල්ගී කුඩු ටිකක් උණුවතුරෙන් අනලා පැලුණු දෙපාවල ආලේප කරන්න.

■ සෙව්වන්දි හෙට්ටිආරච්චි

කවි යාය

සංස්කරණය **ලිහිණි මධුෂිකා**

ජීවන ගමනේ පියමං අතරේ

හමුවූවා සසරේ බැඳුන ලෙස
එක්වුණා නව දිවි මඟකට
දුක සැප අතරේ යන්න ඉදිරියට
ජීවිතයට ලැබුණා අත්වැලක්

බාධක මැද ගතවුණා කාලය
කැදැල්ල පිරුණා දරු සෙනෙහසින්
ලැබුණා රුවැති දුවක් හා කට ඇති පුතෙක්
ජීවිතය ලැබුවේ තවත් අත්දැකීමක්

වැඩුනා ඔවුන් ගුණ නැණ බෙලෙන් සපිරි
ජීවිතේ හරි මඟ දකිමින් දින දිනේ
අපෙන් වෙන්ව පිවිසුණා යුගදිවිමඟට
ජීවිතයට ලැබුණා පාළුව හා තනිකමක්

අත්වැල් බැඳුනා පරපුරක් ගොඩනැඟී
සුරතල් කැකුළු මල් මෙන් දරු පැටව්
සුරතේ රැඳෙමින් උණුසුමේ වැඩෙමින්
ජීවිතයට එක්වුණා මුණුබුරු පිරිසක්

සසර කෙටි කරගන්න සිතුණත් අපහට
බැඳීම් එක්වී තව දුර පියමං කරනට
මිරිඟුවක් සේ ඈත දිස්වේ දෑසට
ජීවිතයට සසර ඉම කවදා පෙනේවිද

පුෂ්පා නන්දනී
රත්නපුරය

රජරටින් මැණිකෙට

රජරට ගොවිබිමට පැමිණි කලකි ටික
ඔබ නැති අඩුවමය සේනට තිබෙන දුක
මැණිකේ සොවින් ඈත මට එහි නොමැත සැක
පොඩි සැනසුමක් සිහිනෙන්වත් දකින එක

තනිකර මව්පියන් පමණක් ඇති නිවසේ
ඔබගෙන් වෙන්ව මා රජරට එන දවසේ
පසුවන බව නිතොර මගෙ මතකයේ සුවසේ
'මැණිකෙගෙ' වදන සැමවිට සවනත ගැවසේ

මෙවදන් ඉත සිතන් ඔබ සිහියට ගන්න
ගතවන හැම මොහොත සතුටින් පසුවන්න
දෙගුරුන් හටද 'මැණිකේ' මෙය පවසන්න
එක්වී යමු දිනක බුදු හිමි නම දින්න

සුබ මොහොතකින් ගොස් කැලණියෙ වෙහෙර වෙත
ඉටුවන ලෙස පැතුම් ජනිතව තිබෙන සිත
බැතියෙන් බලා බුදු සමිඳුගෙ කුලුනු නෙත
කුසුමන් තබමු 'මැණිකේ' මල් අසුන මත

දවසේ සියලු ගොවිතැන් කටයුතු නිමවා
එක්තැන් කළ සිතින් 'මැණිකේ' අමතනවා
ලැබුමට ඔබෙ දසුන නෙත සියොළඟ පිනවා
තේරුවන් රකීවා මම ළඟදිම එනවා

කේ.වී.සේනාරත්න
කරදන

බිඳුණු සිතුවම

ආ ලෙස පතාගෙන දිවියේ හමු වූවා
ආ ලය සිතට හදපත්ලෙන් බල පෑවා
ආ කල මදක් පෙම්කවියක් මට ලීවා
ආ ගම අනුව සිරිතට මඟුලක් කෑවා

ආ මඟ කෙටියි යන්නට දුර බැරි වූවා
ආ ලය මෝරලා මැද වයසට ආවා
ආ යෙත් මවක් වෙන්නට හිත බල පෑවා
ආ සිරි පතා පත්තිණි මෑණිට කීවා

ආ හිත වතුන් දුටුවම ගුණ දම් කීවා
ආ ගිය දවස් ගැන සතුටට පත් වූවා
ආ යෙත් නිතර බිරිඳට ලෙඩ දුක් ආවා
ආ මරු සැඟව අන්තිම සහතිකෙ ලීවා

ජයන්ත දිසානායක
මාකුඹුර, පන්නිපිටිය

ආදරණීයයි වැලන්ටයින් දින

එරබදු ගස්වල රතු මල් පිපුණම
හරිම රුවයි
ඊට නොදෙවෙනි වෙන්නට ගෙමිදුලේ
රතු රෝස මල් පිපිලයි
ඒ මල් දෝතට සතුටින් නෙළාගනියි
ආදරය පුද දුන් ආදරණීයන්හට
ඒ මල් තිළිණ කරයි
සිහිවටනය රතු රෝස මල් කළඹ
පණ වාගේ රකියි
ලස්සන බඳුනක දමා දෑස මානයේ තබාගනියි
පෙම්පත් එකතු කර නිතර බලයි
සිහින ඉටුවෙලා පෙම් කළ අය
අඹුසැමියන් වීලයි

ඩබ්.පී.ඉන්ද්‍රානි
අරුක්ගොඩ

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

තවත් එක් දිනක්

හිස් අහසක අඳුරැ රැයක
ගිලන්ව බලා හිඳිමි
අමාවක අහස දෙස
දකින නේක විද
සිතුවම් පෙළක සිහින සේයා
මැවෙයි ඉඳහිට පාලු කතරක
දිය පොදක් නැති
මුව පොව්වකු සේ
මදින් මද ඇද හැලෙන
අසනි වැස්සට තෙමී
ගිලන් වූ හදවත සමඟ

පවිත්‍රා
මහියංගනය

කොළඹ
ප්‍රධාන පෙළේ
රූපලාවණ්‍යාගාරයකට
පලපුරුදු
රූපලාවණ්‍ය ශිල්පීන්
ශිල්පිනියන් අවශ්‍යයි
අමතන්න
0772 299 423

දරුවන්ට කියවීම හුරුකරවන
පුස්තකාල අනුමැතිය සහිත
ඉලංගරත්න පොත්

විලම්බීත
ලෝකාන්තය
විලාසිතාවෝ
අසිත හා විනිතා
පෙරළිය
දෙලොව සිහින
මංගලා
නයනා
සැඩ පහර
සැනසුම
නැදෑයෝ
කැලෑමල්
අම්බලම
ළසඳා
තිලක හා තිලකා
අමතන්න
0777 38 23 65
0767 57 67 48

වාණිජ බැංකු ඇබෑර්තු
★ ප්‍රමුඛතාවයට පත්වෙමින් පවතින ආධුනික බැංකු කිහිපයක පුරප්පාඩු සඳහා දිස්ත්‍රික්ක මට්ටමින් අයදුම්පත් කැඳවේ.
★ අවම සුදුසුකම් O/L වේ.
★ වැටුප් සමඟ පුහුණුව.
★ රැකියාව තම ප්‍රදේශයටම.
වැටුප 40,000/-
18/40 ගැ/පි
(මැන් පවර් නොවේ)
0716 434 278 | 0703 346 072
0702 725 731 | 0761 125 624
0742 916 140 | 0718 853 997

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

උගස් රත්තරන්
සින්නවීමට යන රන් භාණ්ඩ අප ආයතනය
විසින් ඔබ උගස් කළ ආයතනය පැමිණ බේරා දී
පොරොන්දු වූ මිලටම මිලදී ගනු ලැබේ.
දිවයින පුරා සේවාව,
බොරුවලට නොරැවටෙන්න
පවුම - 190,000/-
074 188 46 36

දිවා රෑ පින් වැඩෙන පිංකමක්
කුරුණෑගල, ඓතිහාසික දොළුකන්ද සලිය අරණ සේනාසනය, අනුරාධපුර මුල් යුගය දක්වා දිගු ඉතිහාසයක් ඇති වනවාසී භික්ෂූන් වහන්සේලා වැඩ සිටින ඉපැරණි පුදබිමකි. ආරක්ෂා කරගත යුතු මෙම ආරණ්‍ය සේනාසනය කලක් අභාවයට පත්වෙමින් තිබූ අතර නැවතත් ප්‍රතිසංස්කරණය කිරීම ආරම්භ කොට තිබේ.

විහාර මන්දිරය, දානශාලා ගොඩනැගිලි, කුටි සෙනසුන් බොහොමයක් මේ වන විට දිරාපත්වී ගරා වැටෙමින් පවතී. මේ පුණ්‍යභූමිය යලිත් ගොඩනගන්නට දෙස විදෙස් දානපති දායක පිංවත්, ඔබටත් ඔබේ ශක්ති ප්‍රමාණයෙන් දායකවීමට හැකිය දොළුකන්ද පුදබිම යලිත් ගොඩනැගීමට ඔබේ දෑසින් දැක මේ පින්කමට දායකවන මෙන් ශාසනාලයෙන් ඉල්ලා සිටිමු.

ශාසනසේවා සංවර්ධන සභාව, දොළුකන්ද.
077 8 265 919

ඒ වසරයි

බියංකා නානායක්කාර ලියයි

139 කොටස

තෙරුවන් සරණයි කියලා අපි වැඩේ පටන්ගමු එහෙනම්

අංජනා අතුගෑම නැවතූ තැනින් ඉදල තිබ්බේ මහිමගේ නෙතු හා පැටලුණු නෙතු මිදුලේ තබමිනි. ඒ මොහොතේ ඔහු හා කතා කරන්නට ඇගේ සිත කැමතිවූයේ නැත.

"ඇහැට දූවිලි කැටයක් ගියා වගේ වුණා. ඒකයි."

ඔහු ඇසූ ප්‍රශ්නයට උත්තර දෙමින්ම අංජනා ආයෙත් මිදුලේ ඉදල් පාර අඳින්නට ගත්තාය.

"ඒක මිසක්. ගෙවල් මිදුල් අතුගාලා ළිඳෙන් සීතල වතුර ටිකක් නාපුවම ඒක ජීවිතේට මාර වෙනසක් කියලා ඔයාට දැනෙයි."

එතැනින් මෑත්ව ගේ දෙසට යනගමන් මහිම විජේසිංහ කීවේය. අංජනා ඊට උත්තර නොබැඳම මිදුලේ ඇඳෙන පොල් අත්තේ රටාව බලමින්ම මිදුල අතුගෑවාය. අඹ ගහ මුලත් මිදුලෙත් වැඩිපුර පිරී ඇත්තේ අඹ කොළය. වත්සලා ඇල්ලේපොළ ඉටිරෙදි කෑල්ලකුත් අතින් ගෙන එහි ආවේ අංජනා අඹ කොළ ගොඩට යටවී සිටියදීය. ඈ වත්සලා නොදුටුවේ අඹ ගහේ ඉහළම වාගේ කෑගහන ලේන් ජෝඩුවත් අඹ ගහේ මැද හරියෙන් අතු බෙදෙන තැන ඉඳගෙන උඩ බලාගෙන ඉන්නා අප්පච්චිගේ 'කොල්ලා' පූසාත් ළඟ ඇස් තියාගෙන හිටි නිසාය.

"ඉස්සර අප්පච්චි මිදුල අතුගාද්දී ඉදලෙන් තල්ලු කරන්න බැරිතරම් කුණුරොඩු එකතු වෙද්දි කළේ මොකද්ද කියලා මතක නැද්ද ලොකු දූ..."

අංජනා ඈ ඉදිරියේ එකතුවී තිබූ කුණුකන්දේ තරම මැන්නේ එවරය. ඒ දේ මතක් වුණත් ඈ කිසිත් නොකියා වත්සලා ඇල්ලේපොල දෙස බලා සිනාසුණාය.

"මට පේන්නෙ අමතක වෙලා නෙවේ. කම්මැලිකම. ගෑනු ළමයි ඔහොම කම්මැලිවෙලා නම් හරියන්නේ නෑ පුතේ... ඔන්න ඔය ඉදලෙන් මේකට ඔය කුණු ටික රොක් කරන්න..."

අංජනා ඉන්නේ කල්පනාවක බව දැනීත් කිසිවක් නොවිමසාම වත්සලා ලේන්නු කෑගහන උඩ බැලුවාය. ගස් දෙබලේ ඉන්නා කොල්ලා දැක ඇගේ මුවට හිනාවක් නැගුණි.

"මෙයාගේ වැඩේ ඕක තමයි දවල්වරුවම. තාම හැබැයි සතෙක් අල්ලනවා නම් දැකලා නෑ..."

වත්සලා කීවේ ගහ ළඟට ළංවෙමිනි. වත්සලා කොල්ලා පූසාට ගහෙන් බහින ලෙස කීවේ එක්වරකි. තේරුනා සේ කොල්ලා ඉඳ සිටි තැනින් නොබැසම දඩස් ගා බිමට පැන්නේය.

"මට එයා දැක්කම එකපාරටම අප්පච්චි මතක් වුණා. ඉස්සර කොහොමද, අප්පච්චි කන්න දෙන්නෙ නැත්තම් කන්නෙත් නෑ. ඒ වගේද අප්පච්චි ළඟ ඉන්නවනම් අපේ දිහා බලන්නෙත් නෑ ආඩම්බරේ."

සෙනරත් ඇල්ලේපොළ කහ පූසා කරේ තියාගෙන ඇස් ඉස්සරහා හිනාවුණේ අංජනාගේ ඇස් ඉස්සරහා විතරක් නෙවේ. වත්සලා ඇල්ලේපොලගේත් නෙත්කෙවෙනි තෙත් වුණාය. ඈ කකුල් ළඟට වී ඇතිල්ලෙන කොල්ලා අතට ගන්නට අතේ තිබූ ඉටිරෙදි කෑල්ල බිමට අතහැරියාය.

"ඒ වුණාට කොල්ලට දැන් අප්පච්චිව මතකවත් නෑ."

"අපිට සත්තුන්ගෙ හිත් කියවන්න බෑනෙ දුව... එයාට මතක්වෙනවා ඇති. ඔයා හොඳට බලන්නකෝ ඉස්සර අප්පච්චි මෙයාව ඔඩොක්කෙ තියන් අර හාන්සිපුටුවෙ හැමදමත් ඉඳගෙන පොඩි නින්දක් දන වෙලාව. මෙයා දැන් ඒ වෙලාවට ඉන්නේ මූඩ් ගහලා වගේ..."

"එහෙමද... මං වැඩිය නෝට් කළේ නෑ. අද බලමු..."

"සමහර දේවල් මතක් වුණත් අමතක වෙලා වගේ අපි ඉන්නෙ හිත රිද්දවගන්න බැරි හින්දනෙ. සමහරවිට කොල්ලත් එහෙම වෙන්න පුළුවන්. දැන් එයාට තේරෙනවා ඇති අප්පච්චි නෑ කියලා..."

වත්සලා කීවේ කොල්ලාගෙ හිසේ පටන් මුළු ඇඟම අතගාමිනි. අංජනා බිම තිබූ ඉටිකොළයට අඹ කොළ පිරෙව්වාය. අත සිටි පූසා බිමින් තැබූ වත්සලා ඉටිරෙද්ද හකුළාගෙන විජේසිංහ නෝනා වත්ත පහල කපා තිබූ කුණුවළ දෙසට ගියාය. එවර අංජනාට මිදුල අතුගෑම පහසුවුණෝය.

වත්සලා ඇල්ලේපොලටද ගෙවෙන දවස්, ගෙවුණු දවස් සේ දෙමිනස් සහගත වූයේ නැත. කරන්නට වැඩ බොහෝ විය. ඒ වගේම හිතන්නට කාරණාද තිබුණි. වාසනාවට සේ සෙනරත් ඇල්ලේපොලගේ විශ්‍රාම වැටුපද හැදී ආවේ උඩ මතුනොවෙමින් තිබූ සෙනරත් ඇල්ලේපොලගේ විශ්‍රාම වැටුප් ලිපිගොනුව උඩට ගත් නිසාය. ඊට වත්සලාට උදව්කළේ සෙනරත් ඇල්ලේපොලගෙන් පසුව පාසලට පත්වී ආ අලුත් විදුහල්පතිවරයාය.

"අප්පච්චිගෙ පැන්ෂන් එකට ආව ලොකු ගාණ අම්මා ගේ හදන්න ගන්න එපා. අපි ඒකෙන් අවුරුද්දෙ දූනෙ දෙමු. එතකොට අපේ ගෙදරම ඒක කරන්න පුළුවන්..."

අංජනා කී දෙය වත්සලා ඇල්ලේපොලද අනුමත කළාය. තේනුක තෙන්නකෝන් කමල් ද සමඟ සතිඅන්ත දිගු නිවාඩුවට මාතලේ ආවේ අංජනාගේ නව නිවසේ ගෙපැල කැපීමටත් එක්කය.

එය ඔහු අතින්ම කරන්නට අංජනා හා වත්සලා ඇල්ලේපොල කල්තියා කතා වී සිටියේ ඔහු නැත්නම් ගෙයක් හදන්න තබා ඒ ගැන සිතන්නටවත් විදියක් නැති බව දන්නා නිසාය. තේනුක තෙන්නකෝන් ඒ බව දන්නේ එහි ගිය පසුවය.

"මං නම් මේවා කරලත් නෑ. ඒත් කමක් නෑ. තෙරුවන් සරණයි කියලා අපි වැඩේ පටන්ගමු එහෙනම්..."

තේනුක තෙන්නකෝන් සුබ වෙලාවට මංගල පස් පිඩැල්ල කැපුවේ ඉතා ඉක්මනින් මේ නිවසේ වැඩ නිමා වී එහි පදිංචි වෙන්නට ඉඩ ලැබේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමිනි. ඔහු උදැල්ල අතහැර අංජනාලා සිටි තැනට එද්දී බාසුන්නැහේලා කැඳවාවිත් සිටි කුලීකරුවන් අගල් කපන්නට පටන්ගත්හ.

"සල්ලි අතේ තියෙනවනම් ගෙවල් හදන්න කල් යන්නෙ නෑ... මාස දෙකෙන් තුනෙන් හැදුවෑකි..."

තේනුක තෙන්නකෝන් කීවේ අංජනාගේත් වත්සලාගේත් බලාපොරොත්තු පිරී ඇස් දෙස බලාගෙනය. ඔවුන් දෙදෙනාද ඒ කතාව අනුමත කළහ. එතැනින් වත්සලාට තව කතාවකට මාතෘකාව ආවාය.

"මේ සතියේ පත්තරේටවත් ඉඩම් විකුණන වැඩේ කරගමු පුතා... නැත්තම් වැඩ අතරමග නවත්තන්න වෙයි..."

තේනුක ඊට උත්තරයක් දෙන්නට ඉක්මන් වුණේ නැත. ඔවුන් නොදකින හේතුවක් ඒ ඉඩම් කොටස විකුණනවා කී දවසේ පටන් තේනුක තෙන්නකෝන්ගේ හිතේ කැරකුණෝය.

"ඔයාට වැඩත් එක්ක කරන්න අමාරුනම් අපි මෙහේ ඒජන්සියෙන් කරගන්නම්."

තේනුක අංජනා දෙස හෙලුවේ ආදරණීය බැල්මකි. ඒත් එහි ඉවසැන්නැයි කියාද ලියැවී තිබුණි.

"බැරිකමකට නෙවේ දුන්න විස්තරේ නොදූ පමා කළේ... හිතලා."

"ඒ ඇයි?"

තේනුකගේ ඇස් යොමුවී තිබුණේ අගල් කපන මිනිසුන් ළඟ හිටගෙන සිටින කමල් ළඟයි.

"පත්තරේ දැම්මොත් අපි නොදන්න කවුරුහරි ඇවිත් ඔය ඉඩම් කෑල්ල ගනියි... හැබැයි ඊට හොඳයි මේ පැත්තේ ගන්න කැමති කෙනෙක් ඉන්නවනම් දෙන එක."

ඔහු කියන දේ සැබෑවටම නොතේරුණ නිසා අංජනා මෙන්ම වත්සලාද ඔහු දෙස බලා සිටියාය.

"අල්ලපු ඉඩමට හොඳ මිනිහෙක් ආවොත් හොඳයි. නරක කෙනෙක් ආවොත් මොකද කරන්නේ? නොදන්න අයට වඩා ඉඩමේ බැනර් එකක් දාලා ගමේ ගන්න කෙනෙක් ඉන්නවද බලමුද..."

වත්සලාටද ඒ බව අවබෝධ වූයේ තේනුක කී පසුවය. ඒ නිසා මුලින් එසේ කර බලන්නට ඔවුහු කතිකා කරගත්හ. අනූපා හා අගස්ති සිටියේ ඒ විකුණන්නට තිබූ ඉඩම් කොටසේ වූ ඇඹුල් පේර ගස් ළඟය. ඔවුන් කට්ටිය සිටි තැනට ආවේ දෑතේ පේර පුරවාගෙනයි.

"අපි ගේ හදපුවාම ඔයාලත් එන්න... මෙහෙ පදිංචියට. ඔයාලා උඩ. අපි පහල."

අගස්ති තේනුකට ඇඹුල් පේර දෝත දිගු කරමින් කීවේය. අංජනාට ඊට සිනා නැගුණත් තේනුක නම් අගස්තිගේ කතාවට එකඟවුණා සේ හිස වැනුවේය. කොහොමත් තේරෙන කාලේ පටන් තමන්ගේ අය ඇසුරේ හැදෙන්නට තේනුක තෙන්නකෝන් අවස්ථාවක් ලද්දේම නැත. ඒ නිසා එවන් අවස්ථාවක් ලද්දෙත් එහි වසන්නට තේනුකගේ හිත හිත කැමතිය.

ප්‍රශ්නයට උත්තර නොලැබුණෙන් අනූපා හා අගස්ති කමල් සිටි දෙසට ගියහ. බොහෝ වේලාවක් නිහඬව තිබූ තේනුක තෙන්නකෝන්ගේ දුරකතනයට ඇමතුමක් ආවේය. එය නමක් නැති ඇමතුමක් නිසා ඒ කවුදැයි තේනුකට සිතන්නට බැරි විය.

"හලෝ තේනුක අයියේ... කොහොමද?"

පළමු වචනයෙන්ම ඒ කවුදැයි තේනක දැනගත්තේය. ඒත් ඊට කතා නොකර මගහරින්නට ඔහුට බැරිවිය. ඔහු අකමැත්තෙන් වුවත් ඊට කතා කළේය.

"තේනුක අයියා... ඔයා කොහේද?"

ලබන සතියට

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