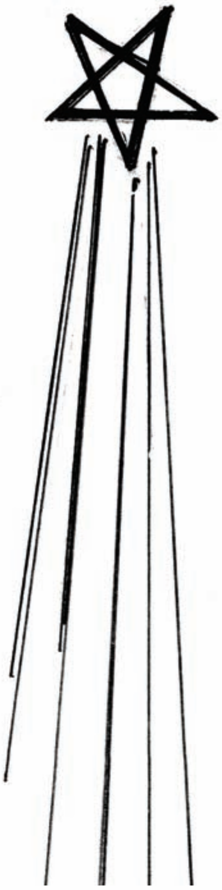
சந்தாவ

මහ බැංකු විශ්‍රාමිකයින්ගේ සංගමය
2019 ජූලි - ඔක්තෝබර් කලාපය



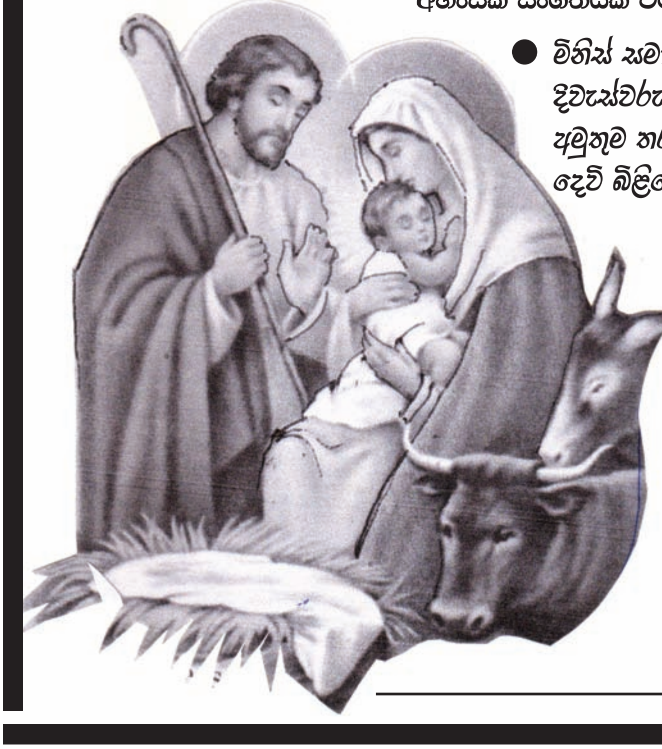
කලකට පෙර ඒ බෙත්ලෙහෙමේ

- කලකට පෙර ඒ බෙත්ලෙහෙමේ ශුද්ධ වූ නගරේ
ජේසුස් මෙලොවට බිහිවුනේ පුංචි ගවමඩුවේ
උඳුවප් මාසේ සීතල දවසක මැදියම් රෑ යාමේ
දෙව්මව් තුරුලේ උණුසුම ලබමින් මේ ලෝකෙට ආවේ
ශීත සුලං රැලි දසත හමද්දී සැතපීලයි උන්නේ
දුප්පත් එඩේරු මේ බව දැනගෙන ගවලෙන වෙත යන්නේ

සීතල සුන්දර රාත්‍රියක්
මුළු පරිසරයම අමුතුම සිරියාවකින් පිරිලා
ඔව්.... දෙව් පුතු මෙලොවට ඇවිල්ලා
ඉතින් කව්ද ඉස්සෙල්ලම දෙව් පුතු බලන්න ආවෙ
රාජ්‍ය මහාමාත්‍යාදීන් ද...? නැහැ.. එඩේරු
කොහාටද ආවෙ... මාලිගාවකට ද නැහැ.. ගවලෙනකට

- මරියතුමියගේ පෙම්බර මුහුණේ එළියක් දිස්වූයේ
ජුසේතුමා කිසි දිනකත් නෑ දෙව් අණකට පිටුපෑවේ
වටපිට රොක්වී උම්බෑ කියමින් හරකුන් කෑගසති
රජතුන් කට්ටුව බිළිඳු ළඟ වැටී පඬුරු ඔප්පු කරති

ගවලෙනේ අහිංසක අයිතිකාරයො සතුටින් හඬ තැලූ නාදය,
පුද පඬුරු ඔප්පු කරන්න ආව රජ තුන් කට්ටුව ට
අහිංසක සංගීතයක් වගෙ දැනෙන්න ඇති



- මිනිස් සමාජය පාපෙන් බේරා ගන්නට මෙහි ආවා
දිවැස්වරුන් පෙර කී දේවල් ඒ ලෙසටම ඉටුවූවා
අමුතුම තරුවක් පෙර මග දැක්මට අහසේ දිස්වූවා
දෙව් බිළිඳෙක් ලොව ඉපදුන බව ඉන් සලකුණු කර පෑවා

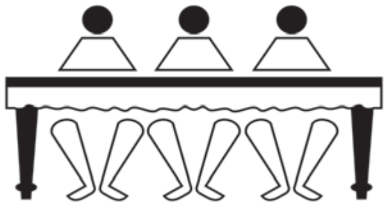
ගවලෙන කියන්නෙ පුංචි මිනිස්සුන්ගෙ තැනක්
දෙව් පුතු මෙලොවට වැඩියෙ වෙහෙසවෙන
බර උසුලන සියළු මිනිසුන් ගලවගන්න
ඒ පණිවිඩයේ පෙර මඟ දුතයා තමයි
එදා අහසෙ පෑවූ රිදී තාරකාව.
ශාන්තියේ තාරකාව... විමුක්තියේ තාරකාව....

සැඳෑවේ සුබ පැතුම්...

සැමට සුබ නත්තලක් වේවා !

නිල තොරතුරු

විශ්‍රාමික ගැටළු සාකච්ඡා හා විසඳුම්



✸ විශ්‍රාම වැටුප් යාවත්කාලීන කිරීම

අධිපතිතුමා හමුවීම : 2019.10.18

සෙසු නිලධාරීන් : සහකාර අධිපතිනී, කල්‍යාණි ගුණතිලක මිය

කමිටු නියෝජනය : ආරියදාස තන්ත්‍රීගේ මයා, ජයලාල් ජයවර්ධන මයා
ලීලා මෝහන සුන්දරම් මිය

මෙම කරුණ පිළිබඳව දැනටමත් වැඩකටයුතු අරඹා ඇති අතර මේ දිනවල කෙරෙන නව බඳවාගැනීම් සහ කාර්ය බහුලත්වයත්, සේවක හිඟයත් මෙම පමාවට හේතුවන බව කල්‍යාණි ගුණතිලක මහත්මිය ප්‍රකාශකර සිටි අතර මෙම විෂය පිළිබඳ පළපුරුද්දක් ඇති විශ්‍රාමිකයින් කීප දෙනෙකුගේ සහාය මේ සඳහා ලබාදිය හැකි බව කමිටු නියෝජිතයින් පවසා සිටියද ගුණතිලක මහත්මිය ඒ සඳහා කැමැත්තක් පළ නොකළාය.

ලක්‍ෂ 4 ක් පමණ වන රජයේ සේවකයන්ට අදාළව මෙම ප්‍රශ්නය දැනටමත් විසඳී ඇති අතර 1500 ක් පමණ වන පිරිසක් වෙනුවෙන් මේ කටයුත්ත ඉටුකිරීම එතරම් අපහසුවක් නොවන බව ජයලාල් මහතා මෙහිදී පෙන්වා දුන්නේය.

අවසාන වශයෙන් අධිපතිතුමා ප්‍රකාශ කර සිටියේ එතුමා පොරොන්දු වූ පරිදිම අපගේ ඉල්ලීම ඉටුකර දෙන බවයි.

- **මහ බැංකු සේවයෙන් ඉවත්ව යාමට සූදානම්ව සිටින මහ බැංකු අධිපතිතුමාට සංගමය වෙනුවෙන් විශේෂ ස්තූතියක් පුදකොට නිරෝගී සුවය පතා විශේෂ ආශිර්වාද සෙත් පැතීමක් ද මෙහිදී කමිටු සාමාජිකයින් විසින් සිදු කරන ලදි.**

✸ කාර්ය මණ්ඩල සේවා කටයුතු

සහභාගීත්වය (පාලක පක්ෂය) : සහකාර අධිපතිනි නෙළුම්මිණි දවුලගල මිය,
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂිකා වී.කේ. දම්පහලගේ මිය,
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ලොකු රණමුක මහතා
සහකාර අධ්‍යක්ෂිකා ප්‍රියන්ති ලේකමලාගේ මිය.

කමිටු නියෝජනය : ආරියදාස තන්ත්‍රීගේ මයා, ජයලාල් ජයවර්ධන මයා
ඥාණා රණතුංග මිය
දිනය : 2019-11-14

✸ වෛද්‍ය ප්‍රතිලාභ ක්‍රමය

- වෛද්‍ය ප්‍රතිලාභ අංශයෙන් කරනු ලබන විමසීම් වලට පිළිතුරු ලබාගැනීම සඳහා සවස 2.00 න් පසු නිලධාරියකු වෙන් කොට තැබීමට පාලක පක්ෂය එකඟ විය.
- 2019-07-12 දිනැති අංක 25/2019/105 දරණ චක්‍ර ලේඛය කල් ගතවී විශ්‍රාමිකයින් අතට පත්වී ඇති හෙයින්, එම චක්‍ර ලේඛය මගින් වෛද්‍ය බිල්පත් මාස 3 ක් ඇතුළත ඉදිරිපත් කළ යුතු බවට දී ඇති තීරණය මෙම වසර සඳහා ලිහිල් කරන බවත්, 2020 පෙබරවාරි සිට එය යථා පරිදි ක්‍රියාත්මක කරන බවත් පාලක පක්ෂය දැන්වීය.

හදිසි ප්‍රතිකාර ඒකකයට සිදුකෙරෙන ගෙවීම්

- වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සඳහා හදිසි ප්‍රතිකාර ඒකකයට ඇතුළු කර ගන්නා රෝගීන් සඳහා බැංකුව විසින් මෙතෙක් ගෙවනු ලබන්නේ එහිදී සිදු කෙරෙන පරීක්ෂණ සඳහා පමණි. හදිසි ප්‍රතිකාර ඒකකය සඳහා අදාළ වන අනිකුත් වියදම් ද රෝගීන් වෙත ලබා දෙන්නේ නම් එවැනි අවස්ථාවකදී **වැඩි මුදලක් ගෙවා නේවාසික රෝගියෙකු ලෙස** රෝහලට ඇතුළුවීම අවශ්‍ය නොවන බවට කමිටුව ඉදිරිපත් කළ කරුණු ද පාලක පක්ෂයේ අවධානයට ලක්වූ අතර ඒ පිළිබඳ තීරණය පසුව දැනුම් දෙන බව දැන්වීය.

3 පිටුවට...

✸ පාලක පක්ෂයෙන් විශේෂ උපදෙස්

- සියළුම බිල්පත් හා රිසිට් පත්වල විශ්‍රාමික අංකය සඳහන් කළ යුතු අතර වසරට අදාළ සියළුම හිමිකම් පෑම් 2020 ජනවාරි 31 ට පෙර ඉදිරිපත් කළ යුතුය.
- ශල්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ඇති හෘද රෝගීන් සඳහා වූ ''වාර්ෂික බෙහෙත් බිල් පූරණය'' සඳහා ලියාපදිංචි වීමේදී, හෘද සැත්කම් රෝග විනිශ්චය පත ඉදිරිපත් කළ යුතුය. එම කාඩ්පත තමන් වෙත නොමැති නම් ශල්‍ය කර්මයකළ දිනය, රෝහළ, අදාළ වෛද්‍යවරයාගේ නම බැංකුවෙන් එම ශල්‍ය කර්මයට ගෙවීමක් කළ බව ආදී තොරතුරු සඳහන් කළ ලිපියක්ද සමගින් විධිමත්ව පිරවූ අදාළ පෝරමය ඉදිරිපත් කළ යුතුය.
- වෛද්‍ය නිර්දේශ මත ගනු ලබන බෙහෙත් බිල් ප්‍රතිපූර්ණය කිරීමේදී, වෙනත් භාණ්ඩ මිලදී ගැනීම්ද සහිතව ඉදිරිපත් කරනු ලබන රිසිට් පත්වල (සුපර් මාකට් වැනි ආයතනවල බිල්පත්) තම බෙහෙත් වට්ටෝරුවට අදාළ බෙහෙත් රිසිට් පතෙහි පැහැදිලිව ලකුණු කර දැක්විය යුතු අතර, එවැනි රිසිට්පත් වලද තම නම සඳහන් කරවා ගෙන තිබිය යුතුය.
- නිර්දේශ කරන ලද බෙහෙත් වර්ග නොමැති විට එයට ආදේශක බෙහෙතක් මිලදී ගන්නේ නම් ඒ පිළිබඳව වෙනම ලිපියකින් දැනුම් දියයුතු අතර මහ බැංකු වෛද්‍යවරයාගේ අනුමැතිය ඇතිව එවැනි ගෙවීම් සිදු කෙරෙනු ඇත.
- නව වෛද්‍ය ප්‍රතිලාභ චක්‍ර ලේඛයට ක්‍රියාත්මක වන දිනය මාර්තු 01 ලෙස දක්වා තිබීම නිසා 2019 ජනවාරි පෙබරවාරි මාසවල බැංකු සේවකයන් සහ විශ්‍රාමිකයන් වෙත ප්‍රතිපූර්ණය කරන ලද මුදල් ප්‍රමාණයන් සංශෝධිත නව මුදල් ප්‍රමාණයන් මත ගණනය කිරීමක් සිදු නොවන නිසා ඔවුනට අහිමිවන එම මුදල් ලබා ගැනීමේ අයිතියද එම බිල්පත්වල වටිනාකම් සඳහා ඉදිරියට ගෙන ආ ශේෂ හිලව්කර ඇතිනම් එකී ශේෂ නැවත ඉදිරියට පවත්වා ගැනීමට නොහැකිවීම ද පිළිබඳව ඥාණා රණතුංග මහත්මිය විසින් සවිස්තරව කරුණු ඉදිරිපත් කරන ලදි. වෛද්‍ය ප්‍රතිලාභ ප්‍රතිපූර්ණය කිරීම් සඳහා පදනම් වන්නේ ජනවාරි සිට දෙසැම්බර් දක්වා වූ මාස 12 ක කාලයක් හෙයින් එකම වසරක් තුළ කාල පරිච්ඡේද දෙකකට වෙනස් ගෙවීම් ක්‍රම දෙකක් අනුගමනය කිරීමෙන් සිදුවන අසාධාරණය සහ අවුල් සහගත බව සහකාර අධිපතිනියද අවබෝධ කරගත් අතර ඒ සඳහා අවශ්‍ය පියවර ගන්නා බවද ඇය පැවසුවාය.
- විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන් හමුවීමේදී ඊ චැනලින් කරනු ලබන ගෙවීම් සඳහා එම රෝහල මගින් නිකුත් කරනු ලබන චැනල් රිසිට් පතද ඉදිරිපත් කිරීම අනිවාර්ය වෙයි.

අර්බුදයකට පත්ව ඇති මහ බැංකු අවමංගල සහනාධාර අරමුදල (DRF)

මෙම අරමුදලේ වත්මන් සාමාජිකත්වයෙන් 90% ක් පමණ විශ්‍රාමික පිරිස වේ. අරමුදලේ ව්‍යවස්ථාවට පටහැනිව එහි මුදල් මූල්‍ය ආයතනයක ආයෝජනය කර ඇති අතර එම ආයතනය ව්‍යාපාරික කටයුතු මේ වන විට තහනම් වී ඇත. මෙම තත්වය යටතේ මෙම අරමුදලෙන් අදාළ මරණ සඳහා මුදල් ගෙවීමට නොහැකි වී ඇත. ඔවුන් සියල්ලන්ටම පොරොත්තු ලැයිස්තුවක රැඳී සිටීමට සිදුවී ඇත. ඒ අනුව මියගිය විශ්‍රාමිකයින් 10 දෙනෙකු පමණ වෙනුවෙන් මුදල් ලබාදීම ඇන හිට ඇත. අරමුදලේ මුදල් නොමැති නිසා මුදල් ලබාදීම සිදුවන්නේ මාසිකව අරමුදලට එකතුවන මුදල් වලිනි.

මේ හෙයින් අදාළ මුළු මුදලම බැංකුව විසින් මෙම අරමුදලට ලබාදී පවතින අවහිරතාවය මඟහැරවීමට කටයුතු කරන මෙන් අපි ඉල්ලා සිටියෙමු. මේ පිළිබඳව සොයා බලා වාර්තාවක් සකසා වගකිව යුතු නිලධාරීන් සමඟ සාකච්ඡා කිරීමට අවශ්‍ය පියවර ගනිමින් සිටින අතර මෙම අරමුදලේ සාමාජිකයින් කැඳවා මහා සභා රැස්වීමක් පවත්වා කරුණු පැහැදිලි කර අවශ්‍ය පරිදි ව්‍යවස්ථා සංශෝධනයක් ද කිරීමට බලාපොරොත්තු වන බව දම්පහලගේ මහත්මිය ප්‍රකාශ කළාය.

සංගමය වෙනුවෙන් අප ඉදිරිපත් කරන ලද කරුණු පිළිබඳව යහපත් ප්‍රතිචාර දැක්වූ සහකාර අධිපතිනි දවුලගල මහත්මිය ඇතුළු අනිකුත් සියළුම නිලධාරී මහතුන්ට සංගමයේ අවංක ස්තූතිය හිමිවේ.

ආරියදාස තන්ත්‍රිගේ, ඥාණා රණතුංග

සරණ වෙමු - ඒ අසරණයින් හට

නාමයෙන් මිනිස්කමේ.....

පිළිකා රෝගීන්ට සරණවීම අරමුණකොටගත් මහරගම 'පිළිකා සරණ සංගමය' පිළිබඳ විස්තර දැනගැනීම මානව දයාවෙන් පිරුණු හදවත් ඇති සෑම අයකුටම වැදගත් තොරතුරක් වනු ඇත. වසර 2003 දී ආචාර්ය වෛද්‍ය සමාධි විශ්වනාත් රාජපක්ෂ මහතාගේ මූලිකත්වයෙන් මෙම සංවිධානය ආරම්භ වී ඇත. ආරම්භය සිට මේ දක්වා පහත දැක්වෙන අයුරින් පිළිකා රෝගීන් වෙනුවෙන් උදාර සේවයක් මෙමගින් ඉටු කරමින් පවතියි.

- රෝගීන්ට අවශ්‍ය මිල අධික ඖෂධ සපයාදීම.
- පෝෂ්‍යදායී කිරිපිටි වර්ග ලබාදීම.
- රෝගීන්ගේ කායික හා මානසික සුවපත්භාවය සඳහා අවශ්‍ය පරිසරය සකස් කරදීම.
- රෝගීන්ට හා පවුලේ සාමාජිකයින්ට අවශ්‍ය උපදේශන ලබාදීම.
- දරිද්‍රතාවයෙන් පෙළෙන රෝගීන්ගේ පවුල්වල දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන කටයුතු සඳහා අවශ්‍ය ඇඳුම් පැළඳුම් පොත් පත් උපකරණ ලබාදීම.
- රෝගියෙකු මියගිය විට අදාළ කටයුතු කරගැනීමට නොහැකි අයට අවමංගල කටයුතු කර ගැනීමට ආධාර කිරීම.
- රෝගීන් මිය යෑමෙන් පසු එම පවුල්වල ඇතිවන ගැටළු නිරාකරණය කර ගැනීමට උපදෙස් දීම.
- රෝගියා ජීවත්වන සමාජයීය පරිසරය තුළින් ඇතිවිය හැකි අසහනකාරී තත්ත්වයන් ගැන සැලකිලිමත්වීම.

තවද නේවාසික රෝගීන් වෙනුවෙන් මෙම සංගමය මගින් වායුසමනය කළ කාමර තිස් ගණනකින් යුත් ආරෝග්‍යශාලා ගොඩනැගිලි දෙකක් අනුරාධපුරයෙහි සහ මාතර ඉදිකොට ඇත. මීට අමතරව කීඹිඇල භික්ෂු නේවාසිකාගාරයටද ආධාර ලබාදෙයි.

ඔබගේ හෝ ඔබගේ දරුවකුගේ උපන්දිනය වෙනුවෙන්, මියගිය අයකු සිහිකිරීම වෙනුවෙන් ඔබට කළ හැකි ලොකුම පිංකමක් ලෙස රෝහලේ ප්‍රතිකාර ගැනීමට පැමිණෙන රෝගීන් හට දිවා ආහාර වේලක් සපයාදිය හැක. ඒ සඳහා වැයවන මුදල රු. 5000/- ක් පමණි.

මෙම මහඟු පුණ්‍යකර්මයට ඔබටද සහභාගී විය හැක. ඔබ කළයුත්තේ රු. 5000 ක් හෝමාගම කොමර්ෂල් බැංකුවේ ජංගම ගිණුම් අංක : 1290025562 ට බැරකොට ලදුපතේ ඡායා පිටපතක් එස්. නිෂානි, නො.45B, රෝහල පාර, මහරගම ලිපිනයට තැපැල් කර එවීමයි.

අපේක්ෂා රෝහලට ඇතුළුවන ගේට්ටුව අසල ඇති ශාලාවක මෙම ආහාර පිළිගැන්වීම දහවල් 11.30 ට පමණ සිදුවේ. මෙම අවස්ථාවත් ඔබට සියැසින් දැකගැනීමට හැකිනම් මෙම සද්ක්‍රියාවට දායකවීමට ඔබද පෙළඹෙනු නොඅනුමානය.

බෝම්බයෙන් මියගිය අපේ සහෘදයින් 41 දෙනා සිහි කිරීම වස් 2019 ජනවාරි 26 සිට දින ආහාරවේල් හතක් අපේක්ෂා රෝහලට ලබාදීමට විධායක කමිටුව කටයුතු කළ බව සතුටින් දන්වමු. මේ වන විට අපේ විශ්‍රාමිකයින් කීප දෙනෙකු ද මෙම සත්කාරයට දායක වී ඇත. නොබෝදා මහ බැංකු විශ්‍රාමික කාන්තා සංසදය විසින් වියලි ආහාර හා වටිනා ඖෂධ තොගයක් මෙම සංගමයට පරිත්‍යාග කොට ඇත.

පිළිකා සරණ සංගමයේ යාවජීව සාමාජිකත්වය ලබා ගැනීම සඳහා ඔබට වැයවන්නේ රු. 500/- ක් පමණි. අද වන විට මෙහි යාවජීව සාමාජික සංඛ්‍යාව 5000 ක් පමණ වෙයි.

5 පිටුවට...

මහ බැංකු විශ්‍රාමික කාන්තා සංසදය විසින් වියලි ආහාර හා වටිනා ඖෂධ තොගයක් මෙම සංගමයට පරිත්‍යාග කළ අවස්ථාව.

- මෙමම සංගමයේ ලියාපදිංචි අංකය L-14D405
- මහරගම පිළිකා රෝහල පාරේ අංක 45-B ස්ථානයේ කාර්යාලය පිහිටා ඇත.
- දුරකථන 0764912787, 0113155229 (නිෂානි)
- E-mail : ලිපිනය : cancercaresl@gmail.com
- විශ්වනාත් රාජපක්ෂ මහතාගේ නිවසේ ලිපිනය : අංක 55, මුණසිංහ මාවත, ගලවිලවත්ත, හෝමාගම. දුරකථන : 0113155229

මෙම සද්කාර්යයට ඔබත් දායක වන්න. එය මහත්ම කුසලයකි.

මෙම ව්‍යාපෘතිය පිළිබඳව ඔබට වැඩි විස්තර සහ සංගමයේ සාමාජිකත්වය ලබාගැනීමට අයදුම්පත් අවශ්‍ය නම් කරුණාකර මා අමතන්න.

ආරියදාස තන්ත්‍රීගේ
0718064238 / 0112811049

කොළොම්පුරෙන්... ගාලුපුරට...

සසිරිබර මෙසිරි ලක-කොළොම්පුර නම් මහ දනව් පියසේ
පොළෝ තලයෙන් නැඟී අහස් කුස සිප ගත්
වීය උත්තුංග මන්දිරයක් සිරි ලංකා මහ බැංකුව නමින්....

ඉතින් අපි කවුරුත් ඒ මහ ගෙදරට තුරුළු වෙලා
යාළු වෙවී රංචු වෙවී එකට බැඳුනු සොහොයුරු පෙම්, ලෙන්ගතුකම්
ඒ මදිවට... හොරෙන් පෑව ආදර පෙම්...
ඒ ඔක්කොම අතැර දමා අපි ඔක්කොම ඇසේ කඳුලු පුරවාගෙන
මහ ගෙදරින් පිටට ආවෙ.. නෑවිත් බැරි හින්දාමනෙ.

ඒ සුන්දර කාල යාය නැවතත් නොඑනම හින්දා
හදතුල නැගෙන හැඟුමන්, සිත්තුල ඇඳෙනා සිතුවම්
බෙදාගන්න පෙර යාළුවො කවුරුත් ළඟ නැති හින්දා
හිතේ පිරෙන ඒ ඔක්කොම (කොළ මත දිගහැර දමලා) ''අඩහැරයට'' බාර දෙමුකො
රස බෙර පදයක් වයලා

බෙර පදයක් ඇත වයන්න බෙර නැත
ගයන්න ගී ඇත තනු හිරවී ඇත
සිතන්න දේ ඇත සිත තනිවී ඇත
නැත
''අඩහැරයක්'' ඇත ඔබගේ තනියට

ගාලු පුරේ අඩහැරයට සැඳෑවේ සුභ පැතුම්....

හේමසිරි ෆර්ඩිනැන්ඩු
සැඳෑව - සංස්කාරක

තැවුල් සිත

අත්තක විසල් රුක් මුදුනක උස්ව නැගී
රන් පැහැ සුවඳ මල හදතුල නිතර ලගී
මත්වුනු හැඟුම් නිරතුරු රංගනයෙ නැගී
උත්සාහ කළෙමි නෙලුමට මල දෙනෙත අගී

සුදු මුදු රුවැති මල නෙතු මත අඳින රුවයි
මඳ සුළඟකට නතුවී නිති සුවඳ පුරයි
අද ඒ සුවඳ සුළඟක් හා එක්ව දුවයි
හදවත කුරිරු ඇයි ඒ සිප ගැනුම දුරයි

ඇයි අත පොවනු බැරිතැන ඔබ උපන්නේ
යලි යලි සිතට ගෙන එන සෝ සුසුම්නේ
අසරණකමට නැත අත්තටු ලැබෙන්නේ
විහිදෙන සුවඳ සිහිනෙනි හද තවන්නේ

ආදර හැඟුම් පිරි සිතිවිලි සතුට වඩයි
ආදරණීය හදතුළ නිති එඩිය වඩයි
සාදර සිතින් ඉඩ ඉල්ලමි දෙනෙතෙ බරයි
නාඹර කැකුළ මගෙ හද ඔබ වෙතට ලගයි

විජේරත්න අතුකෝරළ
(3391) - 0775171500

කසාවතක පුරාවත

පස්කුලු පිලි කඩින් සජ්ජිත කසාවත
මගධ කෙතේ අනු කාරක කසාවත
පීත වනින් පඩු සංයුත කසාවත
ගෞතම බුදුන් අනුගාමික කසාවත

ගිම්හානේ සිහිල සතපන කසාවත
වස්සානේ ගිමන සුරකින කසාවත
මදුරු මැසි ගැහැට දුරලන කසාවත
විෂකුරු සැඩ සතුන් මැඩලන කසාවත

දොරින් දොරට පිඩු වඩිනා කසාවත
පියෙන් පියට නෙතු සනසා කසාවත
තුඩෙන් තුඩට දම් දෙසනා කසාවත
නිවන් දොරට මඟ මවනා කසාවත

මිස්සක පව්ව මත දිස්වුන කසාවත
දෙව්පිය තිස් නිරිඳු පැහැදුන කසාවත
හෙළ බිම පින් කෙතක නන්දන කසාවත
සිරි ලක බොදු සැබියෙ අබිමන කසාවත

බැමිනිටියා සාය කළ දුක්ඛිත කසාවත
දිවි පරදුවෙන් සසුන රක්ඛිත කසාවත
තෙවලා බුදු දහම ලේඛිත කසාවත
මහා පඩි යති රුවන් පෝෂිත කසාවත

දෙව් බඹු මිනිස් පුද ලබනා කසාවත
යක් භූ පිසස් ලං නොවෙනා කසාවත
සත්වග දුකට මෙත් වඩනා කසාවත
මෙත් බුදු සසුන තිර රකිනා කසාවත

දිබ්බැද්දේ දුල්මන් පීරිස්
0382245263

සැඳෑවේ සැඳෑව

අපට සැඳෑව සඟරාව ලැබෙන්නේ මාස තුනකට වරක් බව දන්නා නමුත් ලියුම් බෙදන්නා සීනුව නාද කරන විට ''සැඳෑව'' සඟරාව තිබේදැයි ඉබේටම බැලෙනවා. එය නොමැති බව දන්නා නමුත් ඒ සඟරාව අතට ලැබෙනවානම් ඒ ගැන ඉතාම සතුටට පත් වෙනවා. එය ලැබුණු දාට නම් ඉක්මණින් රැගෙන විත් ලඟම ඇති තැනක වාඩි වී එහි ලිපි මොනවා ද? ලියා ඇත්තේ කවුරුන් ද? කියා මුලින්ම පෙරලා බලනවා.

ඒ වෙලාවේ කියවිය හැකි ලිපි ටික කියවලා පසෙකින් තැබුවත් නැවත වේලාවක් ලැබුණු හැටියේම ඉතිරි ලිපි, කවි ආදිය සියල්ලම කියවනවා. ඒ වෙලාවට සිතෙන්නේ අපි ඇසුරු කල අපේ සොයුරු සොයුරියන් ලඟම ඉන්නවා වගේ. සමහර අවස්ථාවල ඒ ලියූ අයට දුරකථනයෙන් කතා කර සුබ පතනවා. නැවත ලියන්න කියලාත් ඉල්ලනවා. ඒ වගේම මා යමක් ලියා ඇත්නම් ඒවාටත් මිතුරි මිතුරියන් කතා කර ඒ අයගේ අදහස් කියා සුභ පතනවා.

අපේ සොයුරු සොයුරියන් කාටත් පුංචි යමක් ලියන්න පුළුවන්කම තියෙන නිසා ඒ ගැන උනන්දුවක් දක්වා ක්‍රියාත්මක වීම ඉතා හොඳ දෙයක්. ඒ පිළිබඳව සියළු දෙනාම සිතට ගන්නවා නම් සැඳෑව මීටත් වඩා ලස්සන වේවි. සඟරාව පවත්වාගෙන යෑමටත් ලොකු උදව්වක් වේවි. බැංකුවේ නොවන වෙනත් විශ්‍රාමික අය මේ සඟරාව දුටුවාම ඒ ගැන බොහෝ සතුටු වෙනවා පමණක් නොවෙයි. ඒ අයට මෙවැනි දෙයක් කර ගැනීමට නොහැකි වීම ගැන දුක් වෙනවා. ඇත්තට අපේ සංගමයටත් සංස්කාරක මඩුල්ලටත් අපි ස්තූතිවන්ත වෙන්න ඕනෑ. ඒ වගේම මෙම සඟරාව නොමිලයේ මුද්‍රණය කරගැනීමට මහබැංකු මුද්‍රණාලයේ පහසුකම් ලබාදීම පිළිබඳව අපි දහස් වාරයක් ස්තූති කල යුතුයි. පින් දිය යුතුයි. මෙය නොකඩවා පවත්වාගෙන යෑමට මහ බැංකුවේ උපකාරය ඉදිරියටත් ලබාදීම විශ්‍රාමික අපගේ පිනක්.

පසුගිය සැඳෑවක සංස්කාරක පෙරවදනේ ලියා තිබූ ''විශ්‍රාම ගිය පසු අපගේ ක්‍රියාකාරකම් වලට බලපාන්නේ වෙනස්වන ශරීර ශක්තියට වඩා අප විසින්ම ඊට වඩා වේගයෙන් වෙනස්කොට ගත් මානසික තත්ත්වය නොවේ ද?'' කියවීම සහ ලිවීම නිසා මානසික තත්ත්වය ශක්තිමත් වන බව මා විශ්වාස කරනවා.

විශ්‍රාමිකයින්ට යහපතම සලසන මහ බැංකු විශ්‍රාමිකයින්ගේ සංගමයත් ''සැඳෑව සඟරාවත්'' සදාකල් පවතිවා කියා මා ප්‍රාර්ථනා කරනවා.

හේමා විමලසෝම
(646)
912614717

Food for Thought

Do you wish to rise?
Begin by descending.
You plan a tower that
will pierce the clouds?
Lay first the foundation of humility.

St. Augustine (354-430)

එකම කාසියක දෙපැත්ත

''මේ මාසය ඔයාගෙ පැන්ශන් එක ගත්තහම අපි ලොකු දූලගෙ ගෙදර ගිහින් එමු නේද? ඇසිලින් තම ස්වාමිපුරුෂයාට කීවාය.

ඔහු රජයේ දෙපාර්තමේන්තුවක සුළු සේවකයකු වශයෙන් සේවය කර විශ්‍රාම ගියේ පස් වසරකට පෙරය. ''අනේ මන්ද, මං ඊයෙ සීනි දෙසිය පනහක් ගන්න කඩේට ගිය වෙලාවෙ මුදලාලි ණය පොත දිග ඇරගෙන ඇස් දෙක ලොකු කරගෙන මගෙ මූණ දිහා බැලුවා. ඊට පස්සෙ තමයි සීනි ටික කිරල දුන්නෙ.'' යි ඔහු තම බිරිඳට කීවේය.

''හම්'' ඒ මොකද'' යි පුදුමයට පත්ව ඇසුවාය.

''පහු වෙච්ච දවස්වල, අපේ පොඩි දුව මුළු පවුල පිටින්ම ඇවිත් සුමානයක් විතර මෙහෙ නතරවෙලා හිටියනෙ. ඒ දවස් ටිකක් බඩු හුඟක් ණයට ගත්තනෙ. දැන් ලොකු ගානක් එකතුවෙලා ඇති. ඒකයි කියල මට හිතුන. මොකද හැබෑට ලොකු දුවලගෙ ගෙදර යන්න හිතුනෙ'' යි ඔහු ඇසුවාය.

''නෑ ඉතින් කාලෙකින් උන්ව දැක්කෙ නැහැනෙ. ඒ ගොල්ලන්ට හිඟ පාඩුත් තියනවනෙ. ඒකයි''. ඉතින් අපි ගියහම උන්ට තවත් වියදම් යනවනෙ. ''නෑ ඉතින් අපි යනකොට, මොන මොනව හරි ඩිංගක් අරන් යනවනෙ.'' යි ඈ කීවාය. ''බලමුකො කඩේ ණය ටික ගෙවුනහම කීයක් ඉතුරු වෙනවද කියල. හැබෑට ඔයාට අපේ පුතාලගෙ ගෙදර යන්න හිතෙන්නෙම නෑ නේද?'' යි ඔහු ඇසුවේය. ''හපොයි පුතාලට හිඟ පාඩුවක් නෑනෙ. කඩයක් දාගෙන සරුවට ඉන්නෙ. මං එහෙ යන්න කැමති නෑ. ඒ ලේලිට මාව පේන්න බෑ. මාව දැක්කම මූණ නරක්කරගෙන ගස්සනව.'' යි ඈ මහත් අකමැත්තෙන් කීවාය.

''ඒ ඉතින් ලේලිගෙ හැටිනෙ''
''ඇයි එහෙ කියන්නෙ? ඔයාගෙ අම්මට මං එහෙම කෙරුවෙ නෑනෙ'' යි ඈ කීවාය.

ඇයි මතක නැද්ද? මගෙ අම්ම නැතිවෙන්න කිට්ටුව ඔත්පල වෙලා හිටපු දවස්වල මගෙ නංගි මෙහෙ ඇවිත් ඉඳලනෙ අම්මව බලාගත්තෙ'' යි ඔහු කීවේය.

''බලා ගත්තා නේන්නං මාත් එක්ක නිතරම රන්ඩු වෙවී''

''ඒ ඉතිං නෑනලගෙ හැටිනෙ. එකතු වුනොත් රන්ඩු. හරියට නැන්දම්මයි ලේලිලයි වගේ'' යි ඔහු උපහාසාත්මකව කීවේය.

''මදැයි කතාව දුර දිග ගිය තරම. පටන් ගත්තෙ කොහෙන්ද? ඉවර වුනේ කොහෙන්ද? මං කියන්නං අපි කොහේවත් නොගිහින් ඉඳිමු. එතකොට ඉවරයිනෙ.'' යි මඳක් කෝපයෙන් කීවාය.

''හම්.. ඒක හොඳයි අපි උන්ව ඇති දැඩි කරලා, ඔක්කොම යුතුකම් අපට පුළුවන් හැටියට කෙරුව. අපේ දැන් නහින දෙහින කාලෙ උන් එපැයි ඇවිත් අපේ දුක සැප බලල යන්න. කමක් නෑ. මහත්තයා කඩේ ණය ටික ගෙවල ඉවර වුනහම, කීයක් ඉතුරු වෙනවද බලල තීරණයක් ගනිමු.'' යි ඇය සනසන අටියෙන් ඔහු කීවේය.

''හම්.. ඕනෑ එකක් එහෙනං. නැත්තං මොනව කරන්නද? මං මේ කල්පනා කරන්නෙ, ගෑනියෙක් වෙලා ඉපදුනහම ලේලි වෙලා ඉන්න කාලෙ නැන්දම්මගෙ අරියාදු ඉවසන්න ඕනෑ. ඊට පස්සෙ නැන්දම්ම වෙලා ඉන්න කාලෙට, ලේලිගෙ අරියාදු ඉවසන්න ඕනැ'' යි ඈ කීවාය.

''එකම කාසියෙ දෙපැත්ත. හා හා''යි කියමින් ඔහු ශබ්ද නගා සිනහ වූයේය.

''හම් මට මොකක් වුනත් ඔයාට පුළුවන් හිනැහෙන්න විතරයි'' යි ඈ කීවාය.

පී.ඩී. අබේපාල
0112868849

සිතක මහිම

මෙය දඹදිව ඈත අතීතයේ සිදු වූ කථා පුවතක් වුවත් කාලෝචිත යයි සිතුන නිසා සැඳෑව රසිකයන් වෙත ලිවීමට අදස් කළෙමි.

මහා ධනස්කන්ධයක් උරුමව සිටු පවුලක උපත ලද මොහු ආනන්ද සමෘද්ධ නම් විය. පවුලේ එකම දරුවා වීම නිසා ඔහු පැවිදි දිවියට පත් වූයේ දෙමව්පියන් ගේ බලවත් නොකැමැත්ත මැදය. සාමනේර නමක් වශයෙන් ඉතා හොඳින් පැවිදි දිවිය ගත කළේය. මෙසේ කාලය ගෙවී යද්දී රජගහනුවර නැකැත් කෙළි නමැති උත්සව දිනය මේ දෙමව්පියන්ට ඉතා ශෝක ජනක විය. තරුණ කුමර කුමරියෝ රන්, රිදී, මුතු මැණික් ආදී ආභරණ වලින් සැරසී නුවර වීථි සැරිසරණු දුටු මොවුහු ශෝකය දරා ගත නොහැකිව හඬා වැළපෙන්නට පටන් ගත්තේය. මෙය නගරශෝභිණියක ගේ කණ වැකුණේය. ඇය සිටු මාලිගයට පිවිස කුමක් නිසා හඬන්නේ දැයි විමසා සිටියා ය. සියළු සැප සම්පත් අත්හැර දමා පැවිදි වීමට ගිය තම පුතා නිසා වැළපෙන බව ඔවුහු පැවසූහ. ඔහු ඉන් මුදා ගැනීමට තමන්ට හැකි බව ඇය පැවසුවාය. කුමන පරිත්‍යාගයක් කරන්නේ දැයි ඇය විමසූ විට මේ සියළු වස්තුව ඇයට ලැබෙන බවත්, කුමාරයා එයින් මුදාගෙන සරණ බන්ධනයට පත්විය හැකි බවත් ඔවුහු පැවසූහ.

ඇයද වහා රජගහනුවරට ගොස් පැවිදි සාමනේරයන් වෙසෙන නුදුරින් සත්මල් ප්‍රාසාදයක් මිළදී ගෙන දානමානාදියෙන් සාමනේරයන් වහන්සේට සංග්‍රහ කරන්නට පටන් ගත්තීය. පිණ්ඩපාතය රැගෙන නොවැඩ ගෙය ආලින්දයේ සිට වළඳන ලෙස කරන ලද ඉල්ලීම සාමනේරයන් පිළිගත්තේය. ඊට පසු දින දානය අවස්ථාවේ ඒ අවට වෙසෙන ඇතැමුන්ට මුදල් ගෙවා ඝෝෂා කරන ලෙසත්, දූවිලි ආදියෙන් පීඩා කරන ලෙසත්, ඇය ඉල්ලා සිටියා ය. මේ නිසා ආලින්දයේ සිට දානය වැළදීම දුෂ්කර විය. සාලයට පැමිණ දානය වළඳන ලෙස ඇය බැගෑපත්ව ඉල්ලා සිටියා ය. මෙම උපායෙන් සාමණේරයන් සත්මහල් ප්‍රාසාදයේ ඉහළම මහලට කැටුව යන ලදී. එහිදී ඇය නා නා විධ ආභරනයෙන් නැටුම් ගැයුම් සාමනේරයන් අබියස දක්වන්නට විය. නමුදු සාමනේරයන් නිහඬව බලා සිටියේ ය. අවසානයේ දී ඇයගේ මායම් වලින් කිසිම ප්‍රතිචාරයක් නොලද නිසා නිරුවත්ව රැඟුම් ඉදිරිපත් කරන්නට විය.

මේ සියළු දේ අනිත්‍යානුදර්ශීව බලා සිටි සමෘද්ධ සාමනේරයන් සත්මහල් ප්‍රාසාදයේ කැනිමඬල විනිවිද අසට පැන නැඟී නව මහා විදර්ශනා භාවනා වඩා මගඵල ලැබ අර්හත්වයට පත්විය. සැවත්නුවර ජේතවනාරාමයේ වැඩ සිටි බුදුරජාණන් වහන්සේ අනෙක් භික්ෂූන් අරබයා මේ ආනන්ද සමෘද්ධ සූත්‍රය දේශනා කරන ලද සේක.

මෙහිදී පසක් වන දෙය නම් **පසිඳුරන්ට ගෝචර වන දෙය නොව වැදගත් වන්නේ පුද්ගලයෙක් එය දෙස බලා තම සිත මෙහෙයවන ආකාරය යි.** තාක්ෂණික දියුණුවේ ඉහළම මට්ටමට ලෝකය ළඟා වී ඇති අද වැනි යුගයක පවා සැබෑ විද්‍යාඥයින් පිළිගන්නේ බෞද්ධ දර්ශනය ඉදිරියේ විද්‍යාව ළදරුවකු බවයි. එනම් චිත්ත ශක්තිය ලෝකයේ ඇති බලවත්ම ශක්තිය බව වටහා ගැනීමයි.

කරුණා කුමානායක
(3155)
0112840899

රහසඟ සිඳගැනීම

හැකිමුත් විඳින්නට කම්සැප සියුම්   කල
සිටියහ තරුණයෝ මේ සැම ඉවත   හළ
කැපවූ සිදින්නට හද පිරි කෙළෙස්   මල
හුන්සෙන් තරුණයෙකි මේ ගති පුරුදු   කළ

හමුවී අසපුවේ ගුරු හිමි පළමු   කොට
පවසයි තමා ආ තතු සැම සරල   කොට
ලැබගෙන අවසරය නැවතී   සිටින්නට
කැපවෙයි රාග සිත දමනය   කරන්නට

රාගය වැසනයකි මිනිසා සසල   කළ
සමරයි කම්සුවය විඳුමෙහි රුදුරු   පල
කොපමණ වෙහෙසුනත් සුවයක් නොමැති   කල
මතුවෙයි රාග සිතුවිලි සිත් මඩල   තුල

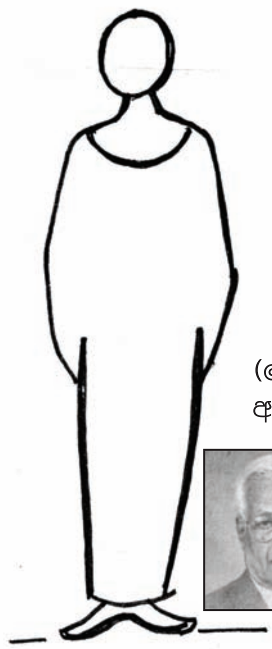
සිත තුළ නැගෙන රාගය දුරුකරන   තැත
රහසඟ තිබෙන තුරු සුවපල නොවනු   දැක
රාගය මැඩලමින් සනසනු පිණිස   සිත
රහසඟ කපා දැමුවොත් ජය ලැබෙනු   ඇත

මෙලෙසින් සිතාගත් හුන්සෙත් උවසු   තෙම
විගසින් සැපත්වෙයි ගුරුහිමි වෙතට   තම
ගුරුහිමි නමදිමින් තබමින් නළල   බිම
පවසයි තමා සිත කළඹන කරුණු   හැම

රාගය මඩින්නට වෙහෙසෙන සියුළු   විට
රහසඟ නැගී එයි සිතුවිලි අතර   සිට
අන් කිසි විසඳුමක් මේකට නොමැති   කොට
රහසඟ සිඳන්නට ඉඩදෙනු මැනවි   මට

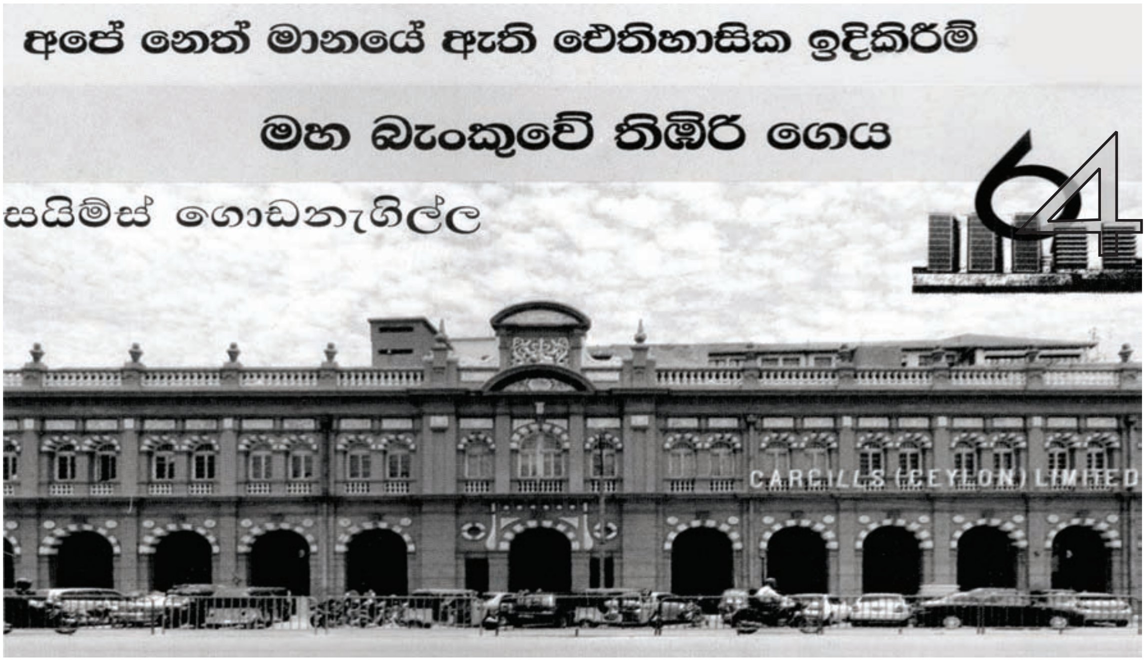
ගුරු හිමි හුන්සෙන් දෙසට   හැරී
සලකයි සියලු තතු මින් අතහරිනු   බැරී
යොමු කොට කුළුණු ගුණ සිය හද මඩල   පිරී
පවසයි මෙසේ විසඳුම ගැටළුවට   සරී

රාගය අබිබවා ලබනට නියම   සුවේ
රහසඟ සිඳගැනීමෙන් කිසිදිනක   නොවේ
රිසිනම් ලබන්නට සැනසුම සසර   බවේ
සිඳගනු ඔබේ සිත එය වේ නියම   සුවේ



(සෙන් බෞද්ධ කථාවක් ඇසුරෙනි)

පී. වත්තේගම
(451)
0112864505



මෙන්න අපේ තවත් හපනෙක්...

දුවනව... දුවනව......
ඒත් තාම නැහැ හති...

තමන්ගේ ළමා හා තරුණ අවදියේ කිසිම දිනක ධාවන තරඟයකට ඉදිරිපත් නොවූ කෙනෙක් මැදි වියේ දී ජාත්‍යන්තර ධාවන තරඟවලින් පදක්කම් දිනා ගන්න සමත් වුනා කිව්වොත් ඒක පුදුමයක්. ඒත් ඒ හපන්කම් කළ පුද්ගලයෙක් අප අතරේ ඉන්නවා. ඒ තමයි ආරක්ෂක දෙපාර්තමේන්තුවේ ආර්.ඩී. අතුකෝරල මහතා.

පාසල් දිවියෙන් සමුගැනීමත් සමඟ ඔහු රැකියාව වශයෙන් තෝරා ගත්තේ හමුදා සේවය. තම ක්‍රීඩා කෞශල්‍ය වැඩි දියුණු කර ගැනීමට මේ රැකියාව ඔහුට තෝතැන්නක් වුනා. 1964 මාතර දිස්ත්‍රික්කයෙන් බාටා විවෘත බයිසිකල් තරඟාවලියට ඉදිරිපත් වූ ඔහු ඉන් ප්‍රථම ස්ථානය දිනා ගැනීමක් සමඟයි. හුඟ දෙනෙකුගේ අවධානය ඔහු වෙත යොමු වන්නට පටන් ගත්තෙ.

අතුකෝරළ මහතා මහ බැංකු සේවයට පැමිණියේ 1987 දී.

අර බයිසිකල් ධාවන ජයග්‍රහණයෙන් හරියටම අවුරුදු විස්සකට පස්සෙ ඒ කියන්නෙ හතළිස් හයවන වියේදී ශ්‍රී ලංකා ප්‍රවීනයන්ගේ මළල ක්‍රීඩා උළෙලේ මීටර් 200 හා මීටර් 400 ධාවන ඉසව්වලින් තුන් වන හා දෙවන ස්ථාන දිනා ගත්තෙ ප්‍රවීනයන් මෙන් ම ආධුනිකයන් ද මවිතයට පත් කරමින්. එතැන් සිට වර්ෂ 2000 දක්වා පැවති ප්‍රවීනයන්ගේ මළල ක්‍රීඩා උළෙල හා රාජ්‍ය සේවා මළල ක්‍රීඩා උළෙල නියෝජනය කළ ඔහු මීටර් 100 සිට 1500 දක්වා වූ ඉසව් සඳහා වරින් වර තරඟ වැදී ජයග්‍රහණ ලැබුවා. මුල්වරට රන් පදක්කමක් දිනා ගත්තේ 1996 පැවති ශ්‍රී ලංකා ප්‍රවීනයන්ගේ මළල ක්‍රීඩා තරඟාවලියේ මීටර් 800 ධාවන ඉසව්වෙන්. අතුකෝරළ මහතා ජාත්‍යන්තර කීර්තියට පත්වුනේ 1998 මැලේසියේ ක්වාලාම්පූර් හි පැවති ප්‍රවීනයන්ගේ විවෘත මළල ක්‍රීඩා තරඟාවලියේ මීටර් 800 රන් පදක්කම හා මීටර් 400 හා 1500 සඳහා රිදී පදක්කම් දිනා ගැනීමත් සමඟම ය. ශ්‍රී ලංකා මහ බැංකුවට මුල්ම ජාත්‍යන්තර රන් පදක්කම ලබාදීම ගැන අධිපතිතුමාගේ විශේෂ ප්‍රශංසාව ලැබීමට ඔහු සමත් වුනා. රන් පදක්කම හා මීටර් 800 රිදී පදක්කම ලබාගැනීම ඔහුගේ හැකියාවන් එන්න එන්නම වැඩි දියුණුවන බවට ලකුණක්.

අතුකෝරළ මහතා ශූර ක්‍රීඩකයකු මෙන් ම දක්ෂ පුහුණුකරුවෙක් කිරිබත්ගොඩ විහාර මහා දේවි විද්‍යාලයේ මලල ක්‍රීඩා පුහුණුකරු, දරණාගම මහා විද්‍යාලයේ කැඩෙට් පුහුණුකරු හා ශාන්ත ජෝන් ගිලන් රථ හමුදාවේ පුහුණුකරු හැටියට ඔහු කටයුතු කරනවා.

අතුකෝරළ සොයුරාට සැඳෑවේ සුභපැතුම්!

සියළුම විශ්‍රාමිකයන් වෙත,

සුබසාධන අංශයෙන් තොරතුරු ලබාගැනීමේදී පස්වරු 2 න් පසු පහත සඳහන් නිලධාරීන් අමතන මෙන් බැංකුවෙන් උපදෙස් ලැබී ඇත.

නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂිකා
දම්පහල මහත්මිය
දුරකථන : 011 2398808

මාණ්ඩලික නිලධාරිනී
ප්‍රියන්ති ලේකමලාගේ මහත්මිය
දුරකථන : 011 2477216

දූ... සඳ... මාලී

ලස්සන නත්තල් සීතල මාසේ
තුහින වැටෙන ඒ සුන්දර උදයේ
මා හදතුළ නෙක දුක් දුරුවීලා
චූටි සඳක් මා තුරුලට ආවා

හිරු රැස් දහරේ සොම්බව දැනුනා
සඳ රැස් දහරේ සිසිලස දැනුනා
සියුමැලි වත දැක හදවත පිරුනා
මව් පදවිය ලැබ මා රැජිණක් වූවා

කිරි සුවඳක් පැතිරුනා
හුරතලයෙන් එක්වුනා
සිත් සතන් තුටු සිතින්
ඉපිල ගොස් සැනසුනා

සඳ එළිය තුරු වදුල
එකට එක්වී දිදුලනා
තරු පොකුරු පායලා
නිල් අහස ඔප්වුනා

රෑ අහසේ පායනා දස දහස් තරු වලට
වැඩිය ලස්සන පෙනේ නුඹේ වත දකින විට
දෑසමන් අරලියා නෙක සුවඳ මල් වලට
වැඩිය සුවඳක් දැනේ නුඹේ වත සිඹින විට

ගුණ නැන රුව බල පෙන්වා එක සේ
වැඩෙන්න සවිබල දෙන්නම් රිසි සේ
ගුණ නැණ බල ලැබ ඔබ දිවි ගම නේ
දිලෙන්න එක පුන්සඳ ලෙස අහ සේ

මාලිනී වනසිංහ
0718286525

Hurry! Worry! Curry!

මට විදේශයකදී හමුවූ පකිස්ථානු ජාතික වෛද්‍යවරයෙකු මිනිසුන්ට නිරන්තරයෙන්ම හැදෙන හෘදයාබාධ වලට හේතුවන කරුණු තුනක් සාරාංශ කර දැක්වීය. එනම් හරි.... වොරි.... කරි යන්නයි.

Hurry : කලබලයෙන් යුතුව, ඉස්පාසුවක් නැතිව ඉක්මනින් යුතුව වැඩ කිරීමට යාමේදී ඇතිවන ආතතිය හෘදයාබාධ වල මූලික හේතුවක් වන බව ඔහුගේ මතයයි.

Worry : දෙවන හේතුව වශයෙන් දැක්වූයේ පශ්චාත්තාපයයි. නොලද දේ ගැන සිතමින් ද ලද දේ ප්‍රමාණවත් නොවේ යයි සිතමින් ද නිවසේ දී, කාර්යාලයේ දී, සමාජයේ දී, අප විසින් ම ඇති කර ගනු ලබන අභ්‍යන්තරික පශ්චාත්තාපය හෘදයාබාධවලට සපුබිම සකසයි.

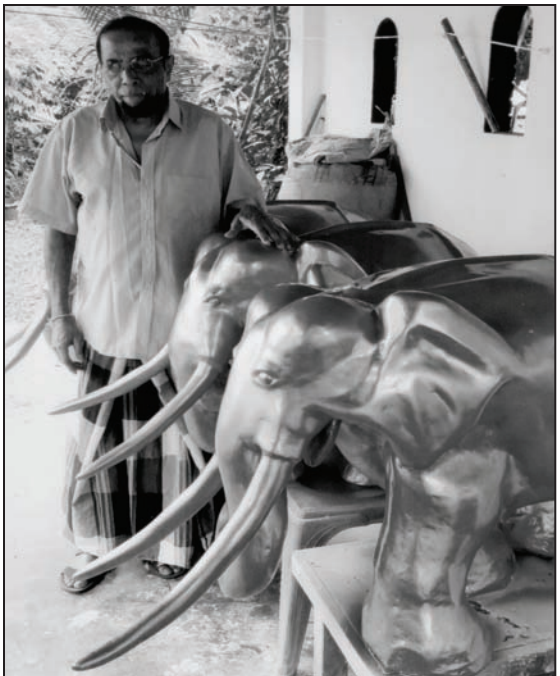
Curry : තෙවන කරුණ වනුයේ **Curry** හෙවත් ව්‍යාංජනයයි. කට, දිව, රස නහර පිනා යන සේ තෙල්, මිරිස්, බැදුම්, මේද සහිත ව්‍යාංජන නිරතුරුවම අපගේ ආහාර වේලට එකතු කර ගැනීම හෘදයාබාධ ඇති කර ගැනීමේ අනෙක් හේතුව වේ.

මේ අනුව **Hurry** නැතිව **Worry** නැතිව **Curry** තම තම නැණ පමණින් ආහාරයට ගතහොත් **Heart Attack** ඇති කර ගෙන **Hurt** වීමෙන් වැලකී සිටිය හැකිය.

වයි. ආනන්ද ද සිල්වා

''දෙනෙත් නැතිව තිනෙත් ලැබූ''
පියදාස විජේසිංහ හෙවත්....

ඔහු අපට සිටි හොඳම කැමරා ශිල්පියා විය. අපගේ උත්සවයකදී කැමරා කාචය තුළින් ඔහු මවා දුන් දසුන් අපගේ නිවෙස්වල හිඟ නැත. එහෙත්... ඒ කුරිරු මහ බැංකු බෝම්බය ඔහු අත තිබූ සුරුබුහුටි කැමරාව ඈතට විසිකොට දැම්මේය. එපමනක්ද නැත. කැමරා කාචය තුලින් දසුන් මැවූ නෙත් යුගලද ඔහුට සදා අහිමි කළේය. ඇසෙන්ම විස්කම් පෑ සුරුවෙකුට ඇසම අහිමිවීම කෙතරම් ඛේදවාචකයක් විය හැකිද? එහෙත් අපේ විජේ සොහොයුරු තමාට සිදුවූ විපත තම ජීවිතයම කඩා හෙලූ සිද්ධියක් කොට නොගත්තේය. දැඩි ආත්ම ශක්තියෙන් නැගී සිටි ඔහු, දෑසේ නැතිවූ ශක්තිය ''මනසට'' සහ ''දෙඅතට'' එක් කළේය. ''දෙනෙත් වෙනුවට තිනෙතක් ඔහුට පහළ විය.''



නිමකළ ඇතුන් දෙදෙනෙකු සමඟ

අතට අසුවූ අපතේ දමන කඩදාසි තීරු ගොඩක් ඔහුට අළුත් මගක් කියා දුන්නේය. කඩදාසි තීරු, ගම්වලින් ඇලවී ඇලවී සත්ව රූප මිනිස් රූප බිහිවන්නට විය. මෙම නිර්මාණ දුටු කිසිවෙකුට ඒවා කඩදාසි පල්ප් යොදා කළ නිර්මාණ යැයි කිව නොහැකිය. ඇඟිලි තුඩු අගට දැනෙන ''ස්පර්ශ සංඥා'' ''මනස තුළ'' මෙහෙයවමින් සිදු කෙරෙන මෙම නිර්මාණ අපූර්වත්වයෙන් අනූනය.

එහෙත් ඒ කිසිවකට ඔහු වාණිජ වටිනාකමක් දුන්නේ නැත. අතිරේක ආදායමකට ඒ කිසිත් යොදා ගත්තේ නැත. එපමණක් නොව රැකියාවක් නොමැති තරුණ තරුණියන් කිහිප දෙනෙකුට ම ඔහු මෙම ශිල්පය පුහුණු කළේය. ඒ අතර ආබාධිත තරුණයෙකුද විය. ඔහු ඔහුගේ මෑණියන් හා එක්ව මෙම ශිල්පය ඔවුන්ගේ ජීවනෝපායක් බවට පත්කොට ගෙන ඇත.

විජේ සොයුරු තැනූ නිර්මාණ අතුරින් බොහෝමයක් සිද්ධස්ථාන වෙත සංඝයා වහන්සේලා වෙත, ආයතන වෙත පූජා කළේය, තෑගි කළේය.

ඔහුගේ නවතම නිර්මාණ අතර ඇත් රූප විශේෂ තැනක් ගනියි. අඩි 3 ක් පමණ උස මෙම ඇත් රූප 15 ක් පමණ දැනට ඔහු නිර්මාණ කොට ඇති අතර තිස්සමහාරාමය, මහියංගනය, දළදා මාලිගාව, සෝමාවතිය, රුවන්වැලිසෑය ආදී සිද්ධස්ථාන වලට දැනට ඇතුන් දෙදෙනා බැගින් පූජාකොට ඇත. නාගදීප විහාරය ට ඔහුගේ ඊලඟ ඇත් පූජාව සිදු කිරීමට නියමිතය.

බෝම්බය පිපිරුණදා පටන් මේ වනතුරු විජේසිංහ සොහොයුරා ගත කළ, ගත කරන ජීවිතය අපට දෙන ආදර්ශය කුමක්ද? **ආපදාවලට හඩා නොවැලපෙන්න ඔබ ඔබේ ආත්ම ශක්තිය දැඩිකොට ගන්න. එවිට ඔබට ජය ගත නොහැකි අභියෝගයක් නැත.**

විජේසිංහ සොහොයුරාණනි, අපි ඔබගේ ආත්ම ශක්තිය, නිර්මාණ ශක්තිය දෙගුණ තෙගුණ වන්නට හදවතින්ම සුබ පතන්නෙමු.

ඔබට තෙරුවන් සරණයි !

නිමකළ ඇතුන් රුවන්වැලි සෑයට පූජාකළ අවස්ථාව

'සැඳෑව' ගැන යමක්.....

අප මහ බැංකු විශ්‍රාමික සංගමය මගින් පළ කෙරෙන පසුගිය ''සැඳෑව'' සඟරාවෙහි මගේ පද්‍ය නිර්මාණයක් පලවී තිබෙන අයුරු දැක, මම යලිත් ගමේ සුපුරුදු පරිසරයට ගියෙමි. ඒ ගම ගැන ලියූ පැදි පෙලටම ගැලපෙන ඡායාරූපයක් හා චිත්‍රයක්ද සමඟ අලංකාර ලෙස ඉදිරිපත් කොට තිබූ අයුරු දැකීමෙනි. පලවී තිබූ හැම ලිපියක්ම ඉතා හොඳින් අධ්‍යයනය කරමින් අපූරුවට කලාවද එක්කොට විශාල කැපවීමකින් සැඳෑව එළිදැක්වීමට ගෙන ඇති උත්සාහය ඉතා අගය කළයුතු වෙනවා.

තවත් විශේෂ කරුණක් වෙත ඔබගේ අවධානය යොමු කිරීමට කැමැත්තෙමි. ප්‍රධාන විශ්‍රාමික සංගමයට අමතරව තවත් ඇති විශ්‍රාමික සංගම් හා ප්‍රාදේශීය සංවිධාන දෝෂ දර්ශනයට ලක් කරමින් සමහරු කථා කරනු ඇසී තිබේ. එහෙත් මම ද සාමාජිකත්වය දරණ VRS සංගමය හා ගම්පහ දිස්ත්‍රික් එකමුතුව ගැන යමක් කීමට කැමැත්තෙමි. VRS සංගමය බිහි වූයේ එවකට සිටි මහ බැංකු කාර්ය මණ්ඩලයේ අඩකට කිට්ටු ප්‍රමාණයක්, තරුණ වයසේ සිටියදීම එකවර රැකියාවෙන් කල් ඇතුව ඉවත්වීමේදී බලපාන ලද විශේෂිත වූ කරුණු හා ඇතිවිය හැකි ගැටළු මෙන්ම යම් යම් අනාගත බලාපොරොත්තු තිබූ නිසාවෙනි. ගම්පහ එකමුතුව වූ කලී සිය සාමාජිකයන්ගේ නිවෙස් වලද රැස්වීම් පවත්වමින් පවුලේ අනෙකුත් අය සමඟද සුහදත්වය වර්ධනය කර ගනිමින්, දේශීය හා විදේශීය සංචාර, සමාජ සේවා හා පුණ්‍ය කටයුතු, අළුත් අවුරුදු උත්සව වැනි දේ කරන ගම්පහ දිස්ත්‍රික් සංවිධානයකි. විශේෂයෙන්ම සාමාජික අවමංගල්‍යයක දී ඉතා හොඳ සහභාගීත්වයකින් කටයුතු කරන අතර එහි ඇති වටිනාකම අවබෝධ වනුයේ, සමහර අවමංගල්‍යයන්හීදි ගම්පහ එකමුතුවේ අය හැරුණු විට වෙනත් මහ බැංකු හිත මිතුරන් අතැඟිලි තරමටවත් නොමැති බව දුටු විටය. ඉතා හොඳ සන්නිවේදන ජාලයක්ද ක්‍රියාවට නගමින් මෙහි නියමුවෝ විශාල කැප වීමකින් කටයුතු කරති. එසේ වුවද ඉහත කී මෙම සංවිධාන දෙකෙහිම සාමාජිකයන් සැම දෙනාම වාගේ ප්‍රධාන මහ බැංකු විශ්‍රාමික සංගමයේ සාමාජිකයින් වනවා පමණක් නොව, ඉතා හොඳ ක්‍රියාකාරීන්ද වෙමින් විශ්‍රාමිකයන්ගේ පොදු කටයුතු වල දී එකා මෙන් අත්වැල් බැඳගෙන සිටී. මෙවර සැඳෑවෙහි පල වී ඇති ගම්පහ එකමුතුවේ අළුත් අවුරුදු උත්සවය පිළිබඳ විස්තරය හා සංස්කාරක ගේ නිර්මාණයක් වූ ''සැඳෑව'' මුල් පිටුව ද, මෙම සංවිධාන දෙක ප්‍රධාන මහ බැංකු විශ්‍රාමික සංගමයට සවියක් මිසක, අවියක් නොවන බවට හොඳ ඉඟියකි.

විශ්‍රාමික අත්පොතට සිය ඡායාරූපයක් එවීමට කවුරුත් උනන්දු වන්නේ නම් කොතරම් වටීද? යම් තොරතුරක් ලද විට හා යමෙකු ගැන සෙවීමට අවශ්‍ය වූ විට අත් පොත නිතරම වගේ පෙරලන අපට එය ලොකු පිටිවහලකි.

ඇතමෙක් අපෙන් නම් දැරූ හැම කලාවට
දහසක් වියත් අය ඇති ලක පුරාවට
කිසිවක් ලීවොතින් ඉඩ ලද වෙලාවට
එලියක් තව වැටෙයි එතකොට 'සැඳෑවට'

ජේමදාස අතාවුද
0773410528

පුදුමයි...! ඒත් ඇත්තයි.

• **අරුම පුදුම දුම්රිය**

මේ දුම්රිය ගමන් ආරම්භ කරන්නේ රුසියාවෙන්. එය මොන්ගෝලියාව හරහා කි.මී. 2,200 ක් දුර ගෙවා චීනයට තමා ගමන් කරන්නේ. මෙහි පුදුමය වන්නේ මොන්ගෝලියාවේදී මුළු දුම්රියේම රෝද මාරු කරනවා. එයට හේතුව රුසියාවේ සහ මොන්ගෝලියාවේ රේල් පීලි අතර පරතරයට වඩා චීනයේ රේල් පීලි අතර පරතරය වෙනස්. නමුත් මේ රෝද මාරු කිරීමට ගත වන්නේ විනාඩි 25 ක තරම් සුළු කාලයක්. ඒ කාලය තුළ නිලධාරීන් විසින් මගීන්ගේ වීසා පරීක්ෂා කිරීම සිදු කරනවා. හරිම පුදුමයි නේද......?

• **මාර සලාදය**

මෑතකදී සූපවේදීන් 200 ක් පමණ එකතු වී අර්තාපල්, කැරට්, ගෝවා, බෝංචි, සලාද කොළ ආදිය යොදාගනිමින් කිලෝග්‍රෑම් 172,000 ක සලාදයක් සාදා තිබෙනවා. එය ඉතා විශාල පිරිසකට බෙදාදී තිබෙනවා. මාර සලාදයක් නේද.....? හැබැයි රට ගැනනම් සඳහනක් නැහැ.

• **පරමායුෂ**

ඉතාම මෑතකදී ගත් දත්ත අනුව ජපානයේ මේ වන විට වයස අවුරුදු 100 ඉක්මවූ පිරිස 70,000 ඉක්මවන අතර එයිනුත් 62,000 කාන්තාවන් වනවා. මේ බව මා හට පැවසුවේ මෙහි පැමිනි ජපන් ජාතික මහතෙකි. ඔහුට වයස අවුරුදු 73 වන අතර ඔහු පවා ඇදහිය නොහැකි තරම් කඩිසරයි. ඔහු පවසන පරිදි ජපානයේ වෙසෙන අවුරුදු 90-95 තරම් වයසේ අය තම තමන්ගේ කුඹුරු වැඩ ආදිය ඉතාමත් කාර්යක්ෂම ලෙස කර ගන්නවා. තවද, ජපානයේ ළමුන් වයස අවුරුදු හතරේදී උදේට තනියෙන් අවදිවීමට පුරුදු කරනවාලු. අපි ඇයි මේ තරම් කම්මැලි.......?

බර්ට්‍රම් සුරවීර
0778524974

පිදුම් ලැබුවාය ඇය...

මොරටුවේ සිවිල් සමාජ සංවිධාන ප්‍රාදේශීය සම්මේලනය විසින් සංවිධානය කරන ලද සමාජ ප්‍රශංසා ගෞරව සම්මාන–2019 උළෙලේදී මොරටුව ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශ තුළ **සමාජ මෙහෙවරෙහි යෙදුන සමාජ ක්‍රියාකාරී සාමාජිකාවක් ලෙස ප්‍රශංසා ගෞරව සම්මානයෙන් පද්මිණි විජේරත්න මහත්මිය පිදුම් ලැබුවාය.**

මෙම උත්සවය ජාතික ඒකාබද්ධ රාජ්‍ය භාෂා සමාජ ප්‍රගති සහ හින්දු ආගමික කටයුතු අමාත්‍ය මනෝ ගනේෂන් මැතිතුමාගේ ප්‍රධානත්වයෙන් 2019-04-06 දින මොරටුව බෞද්ධ මන්දිර ශාලාවේදී පැවැත්වුනි.

Story of Our Kind

The great poet and dramatist William Shakespeare says that **"That world is stage and we all are actors"** (ලෝකය රඟහලකි. එහි වසනා වූ අපි නෙක කෝලම් කරති නළුවෝ වාගේ) According to him there are **seven stages of man.** The **third stage** of life is the precious **'Youth'.**

In 1960 s we see many in the prime of youth getting employed at the **unique bank that** is called **'Central'.** They were then the cream of the society. In the mornings, it was an enchanting site to see beautifully dressed young maidens & smart young gentlemen entering the bank in sift movements. **This is the era the young butterflies got attracted** to the **full bloomed flowers in the banks.** The **'Romances'** in the **bank were in its height. Remarkable feature** of that time was **Good will** & **Harmony which dwelt among all, irrespective** of **race or creed.** All worked with enthusiasm & loyalty to the honorable institution.

Then comes the **fourth stage** from thirties to fifties, the middle age. It is to shoulder responsibilities, maternal & paternal duties at home. This stage is of great values because so **many emerged as journalists, poets, authors, dramatists and artists.** Some showed their colors **as sportsmen, sportswomen & athletes** & brought **honor** & **glory** to **the country** & to the **institution.** From fifties to sixties is the **fifth stage or** 'Harvest Reaping Age'. After a lifetime of had work & sacrifice they are happy to see children achieving **Academic Success.** As proud parents they attend the **Convocations & Award Ceremonies** etc. Also with tears of joy in their eyes they witness the **'Great day'** of their **children's marriage.** Lovingly, the parents invite their **Kith & Kin** to share their joy. After serving for nearly four decades they retire to rest.

Then another chapter opens. That is the job of **baby – sitting & back to school**. Looking after infants, singing lullabies, plodding their way to school **with grandchildren for extra curricular activities &** tuition classes is their present role. Though they are somewhat weak in health, they do it happily for the progress of their grandchildren.

In the **sixth stage** by sixty five the physical ailments start creeping in. But not to worry. There are many Guards to protect them **'Guards** other **than Military'** wrist guards, knee guards, ankle guards are promptly present. Also many helpers are there. Aids to walk, hear & see, surgical collars & spinal belts lot more named & unnamed. At this stage the role of our **Caring, 'Pension Association' is praiseworthy.** To entertain their fellow workers, one day trips, three da trips and get-together are organized.

Our **'Heroes of Yester year'** walk happily & gallantly to join these activities **surrounded** by their **guards & helpers** to have a pleasant day of fun. Then they **sing, dance, chat, booze and boast** to their hearts' content. This providers an opportunity for them to **live & reliv** the memories of **their glorious & golden past** in the bank that is called 'Central' their 'Mahagedra' a home away from home.

Berney Fernando
Pension No. 331
0718106042

මහ බැංකුවේ ප්‍රථම කරාටේ කලුපටි ධාරිනිය

ගීතා මනුකුලසූරිය

මහ බැංකු සේවකයන් අතර ජනප්‍රිය චරිතයක් වූ ගීතා මනුකුලසූරිය උසස් ගනයේ කරාටේ ක්‍රීඩිකාවක බව දන්නේ මහ බැංකු සේවකයන්ගේ ටික දෙනෙකු පමණි.

ක්‍රීඩාව මෙන්ම සංගීතයට ද විශාල උනන්දුවක් දැක්වූ ඇය කීබෝඩ් වාදිකාවක හා ගිටාර් වාදිකාවක ද වූවාය. මෙයට අමතරව ගී ගැයීමේ සහජ කුසලතාවයක් ද ඇයට තිබුණු අතර මහ බැංකුවේ බෞද්ධ සංගමය මෙහෙය වූ භක්ති ගීත වැඩසටහන් කිහිපයකට ද ඇය සහභාගී වූවාය.

කරාටේ ක්ෂේත්‍රය ගැන ඇය විශේෂයෙන් උනන්දු වූයේ මහ බැංකුවේ ක්‍රීඩා සමාජයේ ආරාධනයක් අනුව ප්‍රවීන කරාටේ ශිල්පී එම්.බී.ඩී. සිල්වා මහතා පැවැත්වූ කරාටේ සන්දර්ශනයක් නැරඹීමෙන් අනතුරුවය.

ඔහු යටතේ කරාටේ පුහුණුව ආරම්භ කළ ගීතා වසර කිහිපයකට පසු කරාටේ කලුපටි ශ්‍රේණිය ලබාගත්තාය. මේ අනුව ගීතා මනුකුලසූරිය මහ බැංකුවේ කරාටේ කලුපටි ශ්‍රේණිය ලබාගත් ප්‍රථම කාන්තාව වශයෙන් ඉතිහාස ගතවනු ඇත.

නුගේගොඩ ශාන්ත ජෝන් බාලිකා විද්‍යාලයෙන් අධ්‍යාපනය ලැබූ ගීතා පසුව කොළඹ හැව්ලොක් ටවුමේ ලුම්බිණි මහා විද්‍යාලයෙන් අ.පො.ස. උසස් පෙළ දක්වා අධ්‍යාපනය හැදෑරීය. ඉන්පසු ඇය මහබැංකු සේවයට බැඳුනේ ලඝු ලේඛිකාවක වශයෙනි.

තමා උපයාගත් සියලු මුදල් අසරණ ජනතාව වෙනුවෙන් යෙදවීම ඇය ලබාගත් විශාල පුණ්‍ය කර්මයක් විය. කෙසේ වුවද බෞද්ධ දර්ශනය අනුව අප කොතෙක් පුණ්‍ය කර්මවල යෙදුනත් අවසානයේ කර්මඵල විපාක අනුව මිය යාමට සිදුවන බැවින් 2014 දෙසැම්බර් 07 වැනිදා ඇය අප අතරින් සදහටම සමුගත්තාය. ඇයට මනුජ, කුසුමිත, දුලී යනුවෙන් පුතුන් තිදෙනෙකු ඇත.

ගීතා අද අප අතරේ නැතත් ඇයගේ නම මහබැංකු සේවකයන් අතර සදාකාලිකව පවතිනු ඇත. ඇයට අපි නිවන්සුව ප්‍රාර්ථනා කරමු.

එම්.බී.ඩී. සිල්වා
(විශ්‍රාම අංකය 358)

සිඟිති කතා

- මේ ජනාධිපති ජේ.ආර්. ජයවර්ධන මහතා අභාවප්‍රාප්ත වූ දිනයයි

  මව : අද ජේ.ආර්. මැරිලා නේද?
  හිතවතිය : ඔව් නිවුස් වලටත් කිව්වා.
  දියණිය : එතකොට අම්මේ ඉංග්‍රීසි අකුරුත් මැරෙනවද?

- මව : පුතේ තාත්තා සුරුට්ටු බොනවද?
  පුතා : නෑ
  මව : එහෙනම් සිගරට් බොනවද?
  පුතා : නෑ
  මව : එහෙනම් මේ රචනාවේ තියෙන්නේ මගේ තාත්තා සුරුට්ටු බොයි කියලා
  පුතා : ඉතින්.. තාත්තා උදේ... මට ගැහුවනේ...

සුනේත්‍රා තිලකරත්න
1368

මවකගේ දුක්බර හදවත කථා කරයි

දවසින් දවස මගේ පුතු වැහැරී යනවා
බල බල මගේ හිත දින දින පෑරෙනවා
බාර් එකේ මඩි නම් තව තරවෙනවා
මේවා දකින විට මගේ පපුවම දනවා

කවදාද? මේවාට විසඳුම් ගෙන එන්නේ
කිසිම කෙනෙක් මගේ දුක බැලුවේ නැහැනේ
සක් දෙව්දුවක් ඇයි? ඇස් ඇර නොබලන්නේ
පුතා දිනෙන් දින මකරට බිලිවන්නේ

දසමස කුස දරා මා නුඹ හැදුවා පුතේ
මුදලුත් ඇත්තේ නැහැ මේ වන විටත් අතේ
අම්මා හැමදාම දුක් ගිණි උහුල ඇතේ
එනමුත් දුකක් නැහැ නෙවැ පුත නුඹේ හිතේ

ජීවිතයම අපායක් කර ගත්ත පුතා
බේරාගන්න නොකරන දෙයක් නැතා
කඳ සුරිඳුන්ට වෙන්නට බාරයක් හිතා
කතරගමට යන්නට එනවාද පුතා

මගේ පුතු හැදුවෙ ඔය විදියට දකින්නද
බේබද්දෙක් කියා හංවඩු ගැහෙන්නද
මොනවට මෙහෙම මත්වන්නට හිතනවද
ශරීරයම දියවී යන එකද හොඳ

ජීවිත ගමන අවසන් වීගෙන යන්නේ
මතට තිතක් නෑ ගෙදරම ගිනි ගන්නේ
කවදාද අම්මාට සැනසුම ගෙන දෙන්නේ
හිතේ දුකට කවි ලියලයි සැනසෙන්නේ

කේ.ආර්. ප්‍රනාන්දු
විශ්‍රාමික අංකය 768
0718055361

සඳපහන් වූ රැයක හමුවීමු අපි උයනක

පුරා සඳේ කැළුම්
දොවා ඔබේ කොපුල්
දමා යා නොහී
රැඳී සිටී මෙහී

තුරු ලතා අප වටා
සිටී නිසොල් මනින්
එපා තවත් රහස්
අසාවී උන් හොරෙන්

හමන මේ පවන්
උණුසුම් ද මේ තරම්
මුසුවෙලා වගෙයි
අප හෙලූ සුසුම්

සමන් මලින් ගෙතූ
මල් දමක් බඳූ
ලස්සනයි ඔබේ දෑත්
මගේ ගෙලේ එකූ

ඔබේ නිල් නුවන්
තාරකා සමයි
අහස් කුසේ නොවෙයි
මගේ නෙත් ලඟයි

මේ රැයේ සඳපහන්
සඳ නොයේ අහස තනිකරන්
ඔබත් සඳ වගේ
ඔබ නොයේ මාව තනිකරන්

ගෝමි 624
0112 926374

ලෝක උරුමයක් වූ අපේ උරුමය...

සිංහරාජය

සිංහරාජය පිළිබඳව ඔබට සහ ඔබගේ දරු මුණුපුරන්ගේ දැනුමට....

සිංහරාජය, කලින් කල විදේශීය ආක්‍රමණයන් හා දේශපාලඥයින්ගේ ආක්‍රමණයන් ඉදිරියේ තවමත් නොසැලී සිටී. සිංහරාජය ජෛව විවිධත්වයෙන් ඉතා ඉහළ ස්ථානයක් ගනී. භූමි ප්‍රමාණයෙන් මෙම වැසි වනාන්තරය ස්වභාවික වනාන්තරයක් මෙන්, ශ්‍රී ලංකාවේ හරිත දිග ප්‍රදේශයේ වර්ග කිලෝමීටර් 22500 ක පමණ විහිදී ඇත. වනයේ වැඩි කොටසක් මුහුදු මට්ටමේ සිට මීටර් 1000 ක වඩා උසින් අඩු, පහතරට තෙත් කලාපයට අයත් වන අතර ප්‍රධාන මධ්‍යම කඳුකරයෙන් වෙන්ව පවතී.

වර්ෂාපතනය

සිංහරාජ වනාන්තර ප්‍රදේශයට මිලිමීටර් 3000/6000 වාර්ෂික වර්ෂාවක් ලැබේ.

සිංහරාජයෙන් උපත ලබන ඇළදොල:

1. කොස්ගුලන ගඟ	2. කඩුව ගඟ
3. පිටකැලේ ගඟ	4. කළුකන්දාව ඇළ
5. නාපාල දොළ	6. මහ ගඟ
7. මහ දොළ	8. ගිං ගඟ
9. ආරනුව දොල	

මීට අමතරව දුහුවිලි ඇල්ල, බ්‍රහමරන ඇල්ල, ගල්දොරුව දූවිලි ඇල්ල, උරා වැටුන ඇලි ආදින් මනස්කාන්ත ඇලි එමටය.

සිංහ රාජය තුළ ඇති ශාඛ ප්‍රජාවේ ලක්‍ෂණ:

1. නේරු ශාඛ (Emergent Trees)
2. වියන් ස්ථරය (Canopy layer)
3. උපවියන් (Subcanopy layer)
4. යටිවියන් ස්ථරය (Under storey layer) හා බිම් ස්ථරයේ ශාඛ.

සිංහරාජය තුල ශ්‍රී ලංකාවට ආවේනික දේශිය ශාඛ විශාල සංඛ්‍යාවක් ඇත. එයින් ශ්‍රී ලංකාවට ආවේනික ශාඛ 18 න් 13 ක්ම, සිංහරාජයෙන් වාර්තාවී ඇත. වනය තුළ දැවමය ශාක විශේෂ 340 ක් පමණ හමුවන අතර, ඉන් 192 ක්ම ශ්‍රී ලංකාවට ආවේනික වේ.

සිංහරාජයට ආවේනික වූ වෙනස් ඕකිඩ් මල් වර්ග සිංහරාජයේ දැකිය හැකි සුවිශේෂ ලක්ෂණයකි. කෙසේ හෝ සිංහරාජයේ මල් වර්ග සමහර වෘක්ෂ ක්‍රමයෙන් වඳවී ගෙන යන බව වාර්තා වේ. මේවා එසේ වඳවී ගියහොත් එම ගස් වර්ග මුළු ලොවින්ම තුරන් වේ.

සිංහරාජයේ ජීවත් වන සතුන් අලියා දැන් අලි සිංහරාජයේ නැති බව 2019 වර්ෂයේ, එක අලියෙක් අල්ලා යාල වන උද්‍යානයට මුදාහැරිය බව වාර්තා විය.

සත්ව සහ පක්ෂි විශේෂ

ඕලු මුවා, මීමින්නා, හළුන් දිවියා ආදී සතුන් ගණනාවක් සිංහරාජයේ ජීවත් වෙති.

ශ්‍රී ලංකාවට ආවේණික පක්ෂි විශේෂ 26 න් 25 ක්ම සිංහරාජයෙන් වාර්තා වීම විශේෂත්වයකි. සිංහරාජය තුළ දැකිය හැකි විශේෂ දර්ශකයක් වන්නේ, පක්ෂීන් ගණනාවක් එක්වී නඩ වශයෙන් පියඹා යාමය. මෙය මනස්කාන්ත දර්ශනයකි.

ශ්‍රී ලංකාවට ආවේණික මත්ස්‍ය විශේෂ 16 න් තුන් වර්ගයක් ද ශ්‍රී ලංකාවේ දැකිය හැකි සමනළ විශේෂ අතුරින්, 65 ක් පමණ ද සිංහරාජයෙන් වාර්තා වේ.

සිංහරාජය රැකගමු

සමහර දේශපාලඥයින් තමන්ගේ ඡන්ද කොට්ඨාශවල තම හිතවත් ව්‍යාපාරිකයින්ගේ ව්‍යාපාර සඳහා දැව සපයාදීමට සිංහරාජය හා එහි අවට වනාන්තර බිලිදී ඇත. 56-60 වකවානුවල පහත සඳහන් ශ්‍රේෂ්ඨ පුද්ගලයින් හා ආයතන, තමාට එල්ල වූ මරණ තර්ජන මැද්දේ මහත් කැපවීමකින් සිංහරාජය බේරා ගැනීමට කටයුතු කර ඇත. වන සත්ව හා සොබා ආරක්‍ෂක සංගමයේ සභාපති ස්විස් ජාතික තිලෝ හොෆමන් (Thilo Hoffman) "රුක් රැකගන්නෝ" සංගමයේ අයිරාංගනී සේරසිංහ, බී.ඒ. අබේවික්‍රම, ඩෙරෙක් සමරසිංහ, මහාචාර්ය සාවිත්‍රී ගුණතිලක, මහාචාර්ය නිහාල් ගුණතිලක **මහ බැංකුවේ අධිපතිව සිටි ආචාර්ය එන්.එච්.එස්. කරුණාතිලක**, සුමිත් අබේවික්‍රම ආදීහු ඒ අතර වූහ. ඔවුනට ජාතියේ ප්‍රණාමය පුදකළ යුතුය.

ජේ. ජයවර්ධන
(411)
0112 722055

සර්පයා නඟුටෙන් අල්ලාගැනීම

සම්මාදිට්ඨිය ඇතිකර ගැනීමට අවශ්‍ය අනුග්‍රහ පහක් ගැන 'අනුග්ගහිත සූත්‍රයේ' සඳහන් වේ. (අංගුත්තරනිකාය 3. 32 පිට) සුතමය අනුග්‍රහය සහ සාකච්ඡාමය අනුග්‍රහය ඉන් දෙකකි. 'සැඳෑව' 2019 අප්‍රියෙල් - ජූනි කලාපයේ පළවූ 'මජ්ජපානා ච සඤ්ඤමෝ' ලිපියෙන් මේ අනුග්‍රහ දෙක සඳහා ආරම්භයක් ලබාදීම පිළිබඳව අප ගරු මිත්‍ර ආර්.එම්. සෙනෙවිරත්න මහතාටත්, 'සැඳෑව' සංස්කාරක මණ්ඩලයටත් පුණ්‍යානුමෝදනා කරමින් එම ලිපියේ අන්තර්ගතය පිළිබඳව අපගේ අදහස් කිහිපයක් ප්‍රකාශ කිරීමට උත්සාහ කළේ මෙය සාකච්ඡා මණ්ඩපයක් බවට පත්කර ගැනීමේ පිරිසිදු චේතනාවෙන් සහ මෙත් සිතිනි. අපගේ ගරු මිත්‍රයා එම අදහස් උපේක්ෂාවෙන් පිළිගනු ඇතැයි සිතමි.

'සර්පයකු' අල්ලන පුරුෂයකු සර්පයාගේ කඳින් හෝ නඟුටින් අල්වා ගතහොත් සර්පයා ආපසු හැරී ඔහුට දෂ්ට කරන්නේය. හෙතෙම ඒ හේතුකොටගෙන මරණයට හෝ මරණය පමණ වූ දුකට පැමිණෙන්නේ ය. එසේම යමෙක් ධර්මය වරදවා උගනිත් නම් වරදවාගත් ඒ ධර්මයෝ ඔවුනට අහිත පිණිස දුක් පිණිස පවතිත්. (අලගද්දූපම සූත්‍රය - මජ්ඣිම නිකාය 1 335 පිට.)

'මජ්ජපානා ච සඤ්ඤමෝ' යන ලිපියේ අන්තර්ගතය 'සඤ්ඤමෝ' යන වචනය මත පදනම් වී ඇති බව පෙනේ. 'සඤ්ඤම' යන පාලි වචනයට ප්‍රකට අර්ථ දෙකක් ඇත. එනම් 'සංයමය' සහ 'වැළකීම' යන අර්ථයන් ය. එයින් 'වැළකීම' යන අර්ථය පසෙකලා 'සංයමය' යන අර්ථය පමණක් ගෙන, සංයමයෙන් යුතුව මද්‍යපානය කිරීමට නිදහස ලබාදීමේ හෝ ලබාගැනීමේ අරමුණින්, පස්වන ශික්ෂාපදයට නව අර්ථකථනයක් දීමට යාමෙන් අප මිත්‍රයා පඹගාලක පැටලී ඇති බව පෙනේ. සියළුම ශික්ෂාපදයන්හි විරමණයට ලක්වන ක්‍රියාව 'ආ' ස්වරයෙන් අවසන් වන බවත්, එය එම ක්‍රියාවෙන් වෙන්වීමේ අර්ථය දෙන පඤ්චමී හෙවත් අවධි විභක්ති ඒකවචන ස්වරූපය බවත් එතුමා ශාස්ත්‍රීය ලෙස මැනවින් විග්‍රහ කර ඇත. පාළි භාෂාව පිළිබඳ එතරම් වියත් දැනුමක් ඇති එතුමා එම ව්‍යාකරණ රීතිය 'මජ්ජපානා' (මජ්ජපාන + ආ) යන පදයට ආදේශකර බැලුවේ නම් එහි අර්ථය 'මද්‍යපානයෙන්' වෙන්වීම බව පහසුවෙන්ම අවබෝධ වනු නිසැකය. එසේ වී නම් ධර්මය පිළිබඳව ඇතිවී තිබෙන මෙම විචිකිච්ඡාව එතැනදීම දුරුකර ගතහැකිව තිබිණි. 'මද්‍යපානයෙහි' සංයම වීම යන අදහස දීමට අවශ්‍ය වී නම් එතැන යෙදෙන්නේ 'මජ්ජපානේ' (මජ්ජපාන + ඒ) යන සත්තමී හෙවත් ආධාර විභක්ති පදය යි. එසේ නම් 'මජ්ජපානේ ච සඤ්ඤමෝ' විය යුතුයි. මෙම ගාථාවෙහි ඊළඟ පදය වන 'අප්පමාදෝ ච ධම්මේසු' යන්න විමසා බලන්න. 'ධම්ම + ඒසු' සත්තමී හෙවත් ආධාර විභක්ති බහු වචන යි. අර්ථය 'ධර්මයන්හි' අප්‍රමාදී වීමයි.

'පමාදට්ඨාන' යන පදය විසන්ධි කළ යුත්තේ 'පමාද +ඨාන' වශයෙනි. 'පමාද' යනු 'ප්‍රමාදය' යි. 'ඨාන' යනු 'හේතුව' හෙවත් 'කාරණාව' යන්නය. ඒ අනුව 'පමාදට්ඨාන' යනු 'ප්‍රමාදයට හේතුවන' යන අර්ථය යි. 'පමා දක්නයෙන් මිස සුරාපානයෙන් හෝ මතින් වෙන්වීමක් ගැන නොකිය වේ' යැයි කීම ඒ අරුත විපරීත කිරීමකි. සුරාපානයෙන් වැළකිය යුත්තේ ප්‍රමාදයෙන් වැළකීම සඳහායි. සුරාපානයෙන් වෙන් නොවන කෙනෙකුට ප්‍රමාදයෙන් වැළකිය නොහැක. අන්තිම බුද්ධ වචනය 'අප්පමාදේන සම්පාදේථ' යන්නයි. බුදුරජාණන් වන්සේ පන්සාළිස් වසක් පුරා දෙසූ ධර්මයෙහි සාරාංශය 'අප්පමාද' යන පදයෙහි ගැබ්වී ඇත. බුද්ධ ධර්මය තුළ 'පමාද' යන පදයෙහි දීර්ඝ ලෙස සාකච්ඡා කළ යුතු ගැඹුරු අර්ථයක් ඇත. එය නුවණැත්තන් විසින් අත්දැකිය යුතු ධර්මතාවයකි. එබැවින් ප්‍රමාදයට හේතුවන ප්‍රධාන සාධක වලින් වළකින පස්වන ශික්ෂාපදය මුල් හතර තරම් බරපතල නැතැයි කෙනෙකුට තර්ක කළ නොහැක. මුල් ශික්ෂා පද හතරෙන් ඒකාන්ත වශයෙන් ආරක්ෂා විය හැක්කේද මද්‍යපානයෙන් ප්‍රමාදයට නොගිය කෙනෙකුට පමණි. ආර්යකාන්ත ශීලය ඇත්තේ ද එතැනම පමණි.

සුරාමේරයෙන් හා මතින් වැළකිය යුතු නම් එය 'සුරාමේරයමජ්ජා වේරමණී' විය යුතු බව එතුමාගේ තවත් තර්කයකි. 'සුරාමේරයමජ්ජපමාදට්ඨානා' යන පදය අවධිවිභක්ති අර්ථ ඇති සමාස පදයකි. එය සෑදී ඇත්තේ සුරා + මේරය + මජ්ජ + පමාද + ඨාන යන පද පහ සංයෝග වීමෙනි.

සමාසයක් බවට පත්වීමෙන් පසු විභක්ති ගැන්වෙන්නේ සමාසාන්ත පදය පමණි. මුල් පදයන්ගේ විභක්ති ලොප් වේ. එහෙත් සමාසයට ඇතුළත් වූ පද සියල්ලෙහිම අවධි විභක්ති අර්ථය ඇත. එබැවින් එහි ඇත්තේ ප්‍රමාදයට හේතුවන සුරාවෙන්, මේරයෙන් (රා) සහ මජ්ජයෙන් (මත්ද්‍රව්‍ය) වැළකීම යන අර්ථය යි. මදයට හා ප්‍රමාදයට හේතුවන සුරාවෙන් සහ මේරයෙන් වැළකීම යන අර්ථය ද ගතහැක. 'මාලා ගන්ධ විලේපන ධාරාණ මණ්ඩන විභූසනා ඨානා' පදය හා සසඳා බලන්න. 'මණ්ඩනයට සහ විභූසනයට' හේතුවන මල් ගඳ විලෙවුන් දැරීමන් වැළකීම.

සිඟාලෝවාද සූත්‍රයෙහි සඳහන් 'භෝගානං අපායමුඛානි' යන පදයෙහි අර්ථය 'භෝග හෙවත් ධනය විනාශවන මාර්ග' යන්නයි. 'ආයමුඛ' යනු ලැබෙන මාර්ගය යි. 'අපාය මුඛ' (අප + ආයමුඛ) යනු විනාශ වන හෝ වැය වන මාර්ගය යි. 'අපායට නොගොස් අපායේ කටළඟට ගොස් නවතින' අර්ථයක් එහි ඇත්තේම නැත.

'සුරාමේරය මජ්ජපමා දට්ඨානුයෝග' යනු (පමාද + ඨාන + අනුයෝග) ප්‍රමාදයට හේතුවන සුරාපානයෙහි නැවත නැවත යෙදීමයි. සුරාපානයෙහි නැවත නැවත යෙදීමෙන් මෙලොවදී ලැබෙන විපාක එහි සඳහන් වේ. රෝගයන්ට ආයතනයක් වීමත්, ප්‍රඥාව දුර්වලවීමත් ඒ අතර වේ. එම විපාකයන්ට ගොදුරු වූ පුද්ගලයන්ට ධර්ම මාර්ගයේ ඉදිරියට යා නොහැක.

එම විස්තර ඉදිරි ලිපියකින් ඔබට ඉදිරිපත් කිරීමට බලාපොරොත්තු වෙමි.

එල්. මුණසිංහ
0382291349

සැබෑ සුළු කතා

ඩේවිඩ් රොක්ෆෙලර් එකල ඇමරිකාවේ ධනවත්ම පුද්ගලයා විය. දිනක් සත්ව අවිහිංසා සංගමයක පිරිසක් ආධාර ලබාගැනීමට ඔහු හමුවීමට ගිය විට ඔහු පුටුවේ සිටියේ නැත. එම අවස්ථාවේ ඔහු මේසය යට වැටුණු ගිනි කූරක් සොයමින් සිටියේය. මේ ලෝබ මිනිසාගෙන් නම් හොඳ මුදලක් නොලැබේ යයි ඔවුන් සිතූහ. එහෙත් ඔහුගෙන් විශාලම මුදලක් ලැබුණි. මෙම මුදල මෙවැනි කුඩා දේ පවා ඉතිරිකිරීමෙන් එකතුකරගත් මුදල් බවද ඔහු පැවසීය. පසුව ඔහු ඇමරිකාවේ ජනාධිපති ද විය.

ටියුඩර් වික්‍රමසිංහ
(699)
011 2693875

සිනා !

සැමියා : කව්ද තිමාලි මේ රෑට රෑට තමුසෙට මෙසේජ් එවන එකා?
බිරිද : කවුද මනුස්සයෝ මට මෙසේජ් එවන්නේ.
සැමියා : මේ තියෙන්නේ **බියුටිෆුල්** කියලා.
බිරිඳ : කෝ ගන්නවා බලන්න. ඕයි මේ තියෙන්නේ තමුසේ කියපු මල ඉලව් මැසේජ් එකක් නෙමේ.
සැමියා : එහෙනම්
බිරිඳ : මේ තියෙන්නේ **බැටරි ෆුල්** කියලා

රාළහාමි : කොහේද ඕයි මේ මහ රෑ වැනි වැනි යන්නේ?
අමුත්තා : යන්නෑ රාළහාමි ගිහින් එනවා. අ:පො:ස: සාපෙට
රාළහාමි : (චටාස් පටාස් පටෝං) මොත්තෙ දාන්න එපා යකෝ පොලිසියට
අමුත්තා : බුදු අම්මෝ ඇයි රාළාමි කනට ගැහැව්වේ?
රාළහාමි : අ:පො:ස: විභාගේ ලියන්න තෝ පොඩි එකෙක් ද? අනික මේ පට්ට රෑ පොලිසිය එක්ක විහිලු කරනව ද?
අමුත්තා : කවුද රාළාමි විභාගයක් ලියන්න ගියා කියලා කීවේ.
රාළහාමි : ඇයි උඹ කීවේ **අ:පො:ස: සාපෙට** ගියා කියලා.
අමුත්තා : මං ඒ කෙටි කරලා කීවේ. විභාගයක් නෙමෙයි බුදු සර්.
රාළාමි : එහෙනම්?
අමුත්තා : මම කීවේ **<u>අ</u>**රක්කු **<u>පො</u>**ඩ්ඩක් **<u>ස</u>**ප්පායමට **<u>සා</u>**මෙලා **<u>පෙ</u>**රණ තැනට කියලනේ.

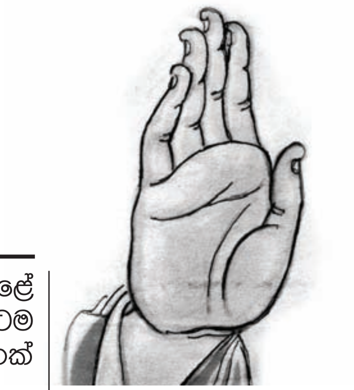
රාළහාමි : ඒයි උඹ මොකද කරන්නේ?
ගැමියා : මුකුත් නෑ සර්
රාළහාමි : උඹ හොරෙන් පොල් කඩන්න නේද හදන්නේ
ගැමියා : නෑ සර් එහෙම නෑ
රාළහාමි : තෝ නීතියත් එක්ක සෙල්ලම් කරන්න එපා
ගැමියා : බුදුන්පා එහෙම නෑ සර්
රාළහාමි : යකෝ උඹ දැන ගනින් නීතියේ හස්තය දිගයි
ගැමියා : අනේ සර් එහෙනම් නීතියේ හස්තය දික් කරලා අර පැහිච්ච පොල් වල්ල කඩලා දුන්නං

මනමාලි : අපි ගිය සතියේ දන්න දුන් වෙඩින් ඇල්බම් එකේ. පොඩි වෙනසක් කරන්න ඕන.
ඡායාරූප ශි. : ඔව් මැඩම් මොකක්ද වෙනස් කරන්න ඕනවෙලා තියෙන්නේ?
මනමාලි : අපි වෙජිටේරියන් වෙඩින් කෑම මේසේ තියෙන සේරම මස් දීසි අයින් කරන්න ඕන.
ඡායාරූප ශි. : ඕ කේ මැඩම් විනාඩියක් දෙන්න දැන්ම එඩිට් කරලා හදන්නම්
ඡායාරූප ශි. : ටික වේලාවකින් ඔන්න මැඩම් කියපු විදියටම කලා.
මනමාලි : අනේ තෑන්ක්ස් ඔයාට.
ඡායාරූප ශි. : ඕවත් වැඩද මැඩම් මේ ටික අරගෙන යන්න. සතෙකුට හරි දාන්න පුලුවන්.
මනමාලි : මේ කවරේ පුරෝලා මොනව ද?
ඡායාරූප ශි. : මස් දීසිවල තිබුන කටු ටිකනේ මැඩම්

ජගත් කාරියවසම් (1215)
038 2236643
077 9507184

අපට නොපෙනෙන

කඳු පහ



අප තුළ කඳු පහක් ඇති බව දේශනා කළේ සම්මා සම්බුදු පියාණන් වහන්සේ ය. මෙයටම ගොඩවල් පහක් නැතිනම් ස්කන්ධ පහක් තියනව.

රූප - ඇසට පෙනෙන රූප
වේදනා - කණට ඇසෙන ශබ්ද
සංඥා - නාසයට දැනෙන් ගඳ සුවඳ
සංඛාරා - දිවට දැනෙන රස
විඤ්ඤාණ - සිතට නැගෙන අරමුණු

මොනවාද ඇසට පෙනෙන්නේ රූප, කණට ඇසෙන්නේ ශබ්ද ආදී අපගේ ඇසට රූපය පෙනෙන විටම සිතක් හට ගන්නවා. ඇස කියන්නේ චක්ඛු ප්‍රසාදය. මෙය පිහිටියේ ඇස මැද පුංචි තිතක් වගේ. මේ ප්‍රසද රූපයේ රූපය ගැටෙනවා. එතකොට තමයි අර කැමරා ඇසට වැටෙන රූපය වගේ රූපය අපට පෙනෙන්නේ. ඒ සමඟ ස්පර්ශය හට ගන්නවා.

''තින්නං සංගති පස්සෝ'' යනුවෙන් බුදු පියාණන් වහන්සේ වදාළේ මේ අප තුළ හට ගන්නා දර්ශනයයි. දැන් ඇස රූපය ස්කන්ධය නිසා හටගන්නවා ස්පර්ශය.

මෙන්න මේ ස්පර්ශය නිසා තමයි වේදනා සංඥා, සංඛාරා හටගන්නේ වේදනා යන ඒ දුටු රූපය හඳුනා ගන්නවා. ඒ සමගම මනසින් මනසිකාර කරනවා. ඒ ගැන දිගින් දිගට සිතන්න පටන් ගන්නවා. එවිට ඒ දුටු රූපය ගැන ඇලීම් හටගන්නවා. දිගින් දිගටම මනසිකාර කරනවා.

බුදු පියාණන් වහන්සේ ''චේතනා හං භික්ඛවේ කම්මං වදාමි'' කියා වදාළේ මෙන්න මේ මනසිකාරයටයි. දුටු රූපය නැවත නැවත සිතන ස්වභාවයටයි. ඒ තුළ ඡනධරාගය ගොඩනැගෙනවා.

මේ ආයතන හයට ඇලෙන එකට කියනව ඡන්දරාගය කියලා. ආයතන හය වකවායතන සෝතායතන ආදී මේවාට එන අරමුණු ඇසට රූපය, කණට ශබ්දය වශයෙන් රූප තණ්හා ශබ්ද තණ්හා ගන්ධ තණ්හා රස තණ්හා පොට්ඨබ්බ තණ්හා ධවම තණ්හා ලෙසට අප ඒ තණ්හාවලට ඇලෙන ස්වභාවයට කියන්නේ ඡන්දරාගය කියලා.

මේ ඇලීමට ප්‍රධාන හේතුව තමයි අවිඥාව, යථාර්ථය නොදැකීමයි. මොකක්ද යථාර්ථය ඇත්ත ඇතිසැටියෙන් නොදැකීමයි. මේ සියල්ල හේතූන්ගෙන් හටගෙන හටගත් සියල්ල හේතු නැති වීමෙන් නැතිවන බව නොදැකීමයි. ඇසට පෙනෙන රූපය එතනම බිඳුන අර ස්කන්ධ පංචකයන් සමඟම. ඒ බිඳුන දේ අප තණ්හාවෙන් අල්ල ගන්නවා. ඒ කියන්නේ උපාදානය කරනවා උපාදාන පච්ඡයා භව පච්ඡයා ජාති ජරා මරණ මේ මරණයෙන් සසර පැවැත්ම ඉවර නැහැනේ. නැවතත් උපතක් උපතට හේතුව අවිද්‍යාව, සංඛාරවලට හේතුව අවිද්‍යාව, සංඛාර නිසා නැවතත් සසරට වැටෙනවා. මේ ක්‍රමය දිගින් දිගට යනවා. තණ්හාවෙන් ඇලෙන තාක් සසර දිගින් දිගට යනවා.

මොනවා ද? සංඛාර
පුඤ්ඤාභි සංඛාර
අපුඤ්ඤාභි සංඛාර
ආනෙන්ජාභි සංඛාර

පුඤ්ඤාභි කියන්නේ සුගති උපත් අපුඤ්ඤාභි කියන්නේ දුගති. ආනෙන්ජාභි කියන්නේ රූප ලෝක අරූප ලෝක වල උපත.

සුගති : දිව්‍ය ලෝක හය මිනිස් ලොව
දුගති : සතර අපාය

රූප ලෝක දාසයයි. අරූප ලෝක හතරයි මෙන්න මේ තිස් එක් තල වල ඉපදෙමින් මැරෙමින් යන ගමන නවතන ලෙසටයි. බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කළේ. බුදු දහමේ ඒ නියම හරය අපි හඳුනාගනිමු.

ආර්.පී.ඒ. ගුණසේකර (758)
033 2224662

- විශ්‍රාමික වැටුප් ප්‍රශ්නයට අදාළව විසඳී නොමැති කරුණු පිළිබඳව අවධානය යොමු කරවමින් ගරු අග්‍රාමාත්‍ය මහින්ද රාජපක්ෂ මැතිතුමා සහ මුදල් අමාත්‍යාංශ ලේකම් තුමා වෙත විශේෂ ලිපියක් කමිටුව විසින් 10-12-2019 දින බාර දෙන ලදි.

- **සැඳෑව සංස්කාරක තනතුරේ වෙනසක් ඉදිරියේදී සිදුවන බැවින් සැඳෑව සඳහා වූ සියලුම ලිපි ලේඛන මින් ඉදිරියට ආරියදාස තන්ත්‍රීගේ මහතා වෙත යොමු කරන්න.**

ලිපිනය : 104/8, කුරේ පෙදෙස, ස්ටැන්ලි තිලකරත්න මාවත, නුගේගොඩ.

- අපගේ වාර්ෂික තුන් දින චාරිකාව මාර්තු මාසයේ 6,7,8 යන දිනවල සිදුකිරීමට අපේක්ෂා කරමු. ඒ පිළිබඳ විස්තර සැඳෑව මීලඟ කලාපයේ.

- විශ්‍රාම වැටුප් සම්බන්ධව පාලක පක්ෂය සමඟ කරන ලද සාකච්ඡා පිළිබඳ අළුත්ම තොරතුරු ඔබ වෙත දැන්වීමට බලාපොරොත්තුව සිටි හෙයින් සැඳෑවේ මෙම කලාපය නිකුත් කිරීමට පමාවූ බව කරුණාවෙන් සලකන්න.

චිත්‍රරටා සහ සංස්කරණය
හේමසිරි ෆර්ඩිනැන්ඩු

වෙබ් අඩවිය : www.sedewa.org

අංක : QD/83/News/2019 යටතේ ශ්‍රී ලංකා තැපැල් දෙපාර්තමේන්තුවේ ලියාපදිංචි කරන ලදි.

ගරු ලේකම්,
ජයලාල් ජයවර්ධන,
ශ්‍රී ලංකා මහ බැංකු විශ්‍රාමිකයින්ගේ සංගමය,
අංක.02, තිස්ස මාවත, ගල්වල පාර, දෙහිවල,

රාජගිරිය ශ්‍රී ලංකා මහ බැංකු මුද්‍රණාලයේ මුද්‍රණය කරන ලදුව ශ්‍රී ලංකා මහ බැංකු විශ්‍රාමිකයින්ගේ සංගමය මගින් නිකුත් කරන ලදි.

Typesetting - *Hiru Advertising* - Moratuwa.
hiruadvt@gmail.com