



ISSN 1927-5218 Dasatha(Print)  
ISSN 1927-5226 Dasatha(Online)

Tel: 416 822 2789  
dasathainfo@gmail.com  
www.dasatha.com

# දසතා Dasatha

සතුව. විනෝදය. ආනුම එකට කැට්ටුණු සොඳුරු නවාතැන

Beyond Your Expectations  
For ALL Your Real Estate Needs

**Gamini Abeyasinghe**  
Sales Representative

The Diamond Realty Inc.

**Tel: 416 822 2789**  
www.gaminiabeyasinghe.com

**තරු එළියේ කඳු වැටියේ  
බෙත්ලෙහෙමේ මංගල එළියේ  
මල් වැසි වසිනු පෙනේ..... !**

මෙවර නත්තල වෙනුවෙන් කැනඩාවේ නිර්මාණය කළ උසම නත්තල් ගස ලෙස සැලකෙන්නේ ටොරෝන්ටෝ CF Eaton Centre හි ප්‍රදර්ශනය කෙරෙන මෙම නත්තල් ගසයි. මෙහි උස අඩි 108 ක් බව සඳහන් වේ.

## ඔසාවා GM අවසන් !

පේනරල් මෝටර්ස් සමාගමට අයත් ඔසාවා හි පිහිටි මෝටර් රථ එකලස් කිරීමේ කර්මාන්ත ශාලාව 2019 දී වසා දැමීමට තීරණය කොට ඇති බව එම සමාගම පසුගියදා නිවේදනය කරන ලදී.

GM සමාගම විසින් ගත් මෙම ක්‍රියාමාර්ගය නිසා එම සමාගමේ සේවය කරන සේවක සේවිකාවන් 2,500 ක් පමණ රැකියා අහිමි වීමේ අවදානමට මුහුණ පා සිටී.

මේ පිළිබඳව අදහස් දැක්වූ ඔසාවා නගරාධිපතිවරයා පැවසුවේ GM කර්මාන්ත ශාලාව වසා දැමීමේ ප්‍රචිත තමාව දැඩි ලෙස කම්පනයට පත් කළ බවත් එය සිහිනයක් පමණක්ම වේවා යන්න තම ප්‍රාර්ථනාව බවත්ය.

ඔසාවා කර්මාන්ත ශාලාව වසා දැමීමේ තීරණය පිළිබඳව තමාද දැඩි කණස්සල්ලට පත්ව සිටින බව ටීවීට් පණිවිඩයක් හිකුත් කරමින් අගමැති ටැබ්ලෝ පවසා තිබුණි. මෙම වාහන එකලස් කිරීමේ මධ්‍යස්ථානයෙහි සේවකයින් පරම්පරා ගණනාවක සිට මෙහිම සේවය කර ඇති බවත් දැන් එය ඔවුන්ගේ ආත්මයේ කොටසක් බවට පත්ව ඇති බවත් ටැබ්ලෝ පවසයි. කෙසේ වෙතත් මෙම ප්‍රවේශය පිටුවට පත් පවුල්වලට හැවරන දෛපයින් හැරී සිටීමට අවශ්‍ය සියලු උපකාර කිරීමට කැනේඩියානු රජය පියවර ගන්නා බවටද ටැබ්ලෝ සිය ටීවීට් පණිවිඩයෙන් ප්‍රතිඥා දී තිබුණි.

ලොව මෝටර් රථ නිෂ්පාදන සමාගම් අතර දැවැන්තයකු ලෙසත් ඇමරිකාවේ විශාලතම මෝටර් රථ නිෂ්පාදකයා ලෙසත් කටයුතු කරන පේනරල් මෝටර්ස් සමාගම 1908 සැප්තැම්බර් 16 වන දින පළමු වරට සිය නිෂ්පාදන කටයුතු අරඹා ඇත. ඉන් වසර කීපයකට පසු එනම් 1953 දී එම සමාගම ඔසාවා නගරයේ වාහන එකලස් කිරීමේ කර්මාන්ත ශාලාව ආරම්භ කළ අතර එය මෙතෙක් කලක් කැනඩාවේ පේනරල් මෝටර්ස් මූලස්ථානය ලෙස පැවතුණි. මුල් කාලයේදී Pontiac, Chevrolet, Buick වැනි රථවාහන මාදිලි නිපදවනු ලැබූ මෙහි වර්තමානයේදී Cadillac XTS, Chevrolet Impala, Chevrolet Silverado, GMC Sierra යන රථ මාදිලි නිපදවති.

කර්මාන්ත ශාලාව වසා දැමීමෙන් පසු මෙම නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය සිදුවන ආකාරය පිළිබඳව කරන ලද විමසුමකදී එහි ප්‍රධානියකු පවසා ඇත්තේ, තවදුරටත්

ඔසාවාහිදී ඉහත නිෂ්පාදන සිදු නොවන බවයි. එම ඇතැම් රථ GM සමාගම විසින් නිපදවීම සම්පූර්ණයෙන්ම නවතා දැමීමට තීරණය කර ඇති බවද ඔහු පැවසීය. ඊට අමතරව ඔසාවාහි GM කර්මාන්ත ශාලාවේ සිදුකරන අනිකුත් සියලුම මෙහෙයුම් කටයුතු 2019 අවසානය වන විට නවතා දමන බවද ඔහු සඳහන් කළේය. එසේම GM සමාගම නව ලොවට සරලතම කාර්යක්ෂම මෝටර් රථ (ඉලෙක්ට්‍රික් සහ ස්වයංක්‍රීය මෝටර් රථ වැනි) නිර්මාණයට ප්‍රමුඛත්වය දීමට සැලසුම් කර ඇති නිසා ඉදිරියේදී ඔසාවා කර්මාන්ත ශාලාව තුළ නිපදවෙන සාමාන්‍ය මාදිලියේ මෝටර් රථවලට ඉල්ලුමක් නොලැබෙන තත්ත්වයකට පත්විය හැකි බව එම ප්‍රධානියා පවසා සිටී.

පේනරල් මෝටර්ස් සමස්ත ව්‍යාපාරික කාර්ය සාධනය ප්‍රතිවික්‍රමයක කිරීම සඳහා ගනු ලබන මූලික පියවරක් වශයෙන් උතුරු ඇමරිකාවේ පිහිටි GM අතිරික්ත කර්මාන්ත ශාලා වසා දැමීමට පියවර ගනිමින් සිටින බව මේ පිළිබඳව අදහස් දක්වන GM ප්‍රධාන මධ්‍යස්ථානය පවසයි. එහිදී ඔසාවා කර්මාන්ත ශාලාවට අමතරව එක්සත් ජනපදයෙහි Detroit, Warren-Ohio, White Marsh-Maryland, සහ Warren-Michigan යන පළාත්වල පිහිටි කර්මාන්ත ශාලා හතරක් වසා දැමීමට ඔවුන් තීරණය කොට ඇත. මෙම කප්පාදුව මගින් නිෂ්පාදන කාර්ය මණ්ඩල ප්‍රතිසංවිධානය කිරීමටත් නිෂ්පාදන ධාරිතාව නව ලොවට ගැළපෙන ලෙස සිදු කිරීමටත්, වැදුප් ලබන සේවක සංඛ්‍යාව අඩු කිරීමටත් GM බලාපොරොත්තු වේ. මෙම කර්මාන්ත ශාලා වසා දැමීම නිසා 2020 අවසානය වන විට පේනරල් මෝටර්ස් සමාගමට ඩොලර් බිලියන 6 ක් ඉතිරිකර ගත හැකි වන බව ඔවුන් පෙන්වා දේ. ඒ නිසා GM ගත් මෙම ක්‍රියාමාර්ගය සමාගමේ අභිවෘද්ධිය වෙනුවෙන් කරන ලද ඉතාමත් හොඳ ආයෝජනයක් බවත් එයින් වඩාත් ප්‍රශස්ත සහ ලාභදායී නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියක් සිදුකිරීමට හැකියාව ලැබෙන බවත් පේනරල් මෝටර්ස් ප්‍රධානීහු පවසති. සමාගම විසින් ගත් මෙම පියවර සම්බන්ධයෙන් මාධ්‍ය වෙත අදහස් දැක්වූ එහි ප්‍රධාන විධායක නිලධාරී (CEO) Mary Barra පැවසුවේ තම සමාගම ප්‍රතිවික්‍රමයක කිරීමේ පියවර යටතේ ඉදිරියේදී GM මගින් රැකියා සඳහා

8 වන පිටුව බලන්න

## CANADIAN HOME APPRAISALS INC.

**S.K. Bales** CRA, DAR, MVA Residential, FRI, CRES.  
**President**  
Bus: 416-438-2200  
Cell: 416-801-3219  
Email: skbales@hotmail.com

If you need an accurate and speedy appraisal for Street Capital "A" side or "B" side, Genworth Canada, CMLS Financial, Industrial Alliance, ICICI Bank, IC Savings, Equity Credit Union, Most Private Lenders, Canada Revenue Agency (CRA) and Legal and Listing Purpose you can order via our website WWW.CHAINC.CA or please contact



ඔබ සැමට  
 සාමය සතුව පිරි  
 පුෂ්‍ය නත්තලක් වේවා.....

ගාමණී අබේසිංහ  
*Gamini Abeysinghe*













■ සුරංජා පතිරණ

ශ්‍රී ලාංකේය ඉතිහාසය තුළ සිදුවූ සුනාමි ව්‍යසන ගැන සොයා ගැනීමේදී 2004 වසර පිළිබඳ ප්‍රමුඛස්ථානයක් ගත්තද සුනාමියක් පළමුවෙන් වරට සිදුවී ඇත්තේ මීට වසර 2115 කට පෙර කැලණි තිස්ස රජ සමයෙහිය.

නමුත් 1983 වසරේදී සිදුවූ එම සුනාමි ව්‍යසනය නිසා ශ්‍රී ලංකාවට පාරිසරිකව දැඩි බලපෑම් ඇති කර ඇත.

නමුදු 2004 වසරට පෙර සිදුවූ මෙම මුහුදු ගොඩ ගැලීම්වලට සුනාමි යන නාමයක් අර්ථකථනය වී නොමැත.

'පොළොව කම්පා වී මුහුදු ගොඩ ගලනවා' යනුවෙන් අතීතයේ සිට ජනවහරෙහි පැවතුනද මෙහි සත්‍ය විද්‍යාත්මක පදනම නම් මුහුදු පත්ලේදී භූ තල චිකිතකයන්ගේ ගැටීම හෙවත් තැටි තල 2 ක් චිකිතකයන්ගේ වෙනස්ව සිරස්ව (උඩු අතට) වලනය වීමේදී එක් තලයක් අනෙක් තලය අඩිබවට ඉහළට හෝ පහළට ගමන් කිරීමයි.

මෙහිදී 04 වන අවස්ථාව ජනවහරෙහි ආ මිනිසුන් වැරදි කරන විට පොළොව කම්පා වනවා යන්න විද්‍යාත්මකවද ඔප්පු වන බව අපට සනාථ කර ගැනීමට හැකිය.

එය නවදුරටත් විග්‍රහ කළහොත් මිනිසා විසින් රටේ සංවර්ධන කටයුතු හෝ ආරක්ෂක (යුදමය) කටයුතු සඳහා සාගරික පත්ල හෝ ජල තලය මත ඇති කරන පීඩනයද සුනාමි රළ ඇති වීමට හේතුවන බවට සොයා ගෙන ඇත.

සුනාමියේ අතීතය ගැන කෙසේ කතා කළද අප රටට මහත් ව්‍යසනයක් ඇති කළ දරුණුතම බේදවාචකය 2004 වසරේ දෙසැම්බර් 26 වෙනි දින පෙ.ව. 9.20 ට වාර්තා විය.

කම්පනය ඉන්දියානු තැටිය හා බුරුම තැටිය එකිනෙකට මුහුණලා ගැටීම නිසා ඉන්දුනීසියාවේ සුමාත්‍රා දිවයිනට කි.මී. 250 ක් ඔබ්බෙන් බණ්ඩා ආවේයි දූපතේ ඇති වූවකි.

අම්පාර දිස්ත්‍රික්කයෙන් මරණ 10436 ක්ද ගාල්ලෙන් 4248 ක්ද වාර්තා වන අතර අඩුම මරණ සංඛ්‍යාවක් වාර්තා වන දිස්ත්‍රික්ක වනුයේ ගම්පහින් 6 ක්ද, පුත්තලමෙන් 04 ක්ද වශයෙනි.

විවිධ ක්ෂේත්‍රයන් අතරින් ජාතික ආර්ථිකයට ප්‍රබල බලපෑමක් එල්ල වූවේ කාර්මික හා කෘෂිකාර්මික කටයුතු මුළුමනින්ම පිරිහීමකට ලක්කරමිනි.

සුනාමියෙන් ආපදාවට ලක්වූ මහජන සේවා අතර සෞඛ්‍ය හා අධ්‍යාපන ක්ෂේත්‍රයට මහත් බලපෑමක් එල්ල විය.

සුනාමිය සිදුවනවිට ඉතා දක්ෂව ඉගෙන ගනිමින් හිඳි බොහෝමයක් දරුවන් ඉන්පසුව ඇතිවූ කම්පනය නිසා ඉගෙනීමේ අදක්ෂයන් වී ඇත.

සුනාමියෙන් ඇඳිවන පමණක් ඉතිරි වූ බොහෝමයක් ජනතාවගේ ධනය, රන්, බඩු බාහිරාදිය 50% කට වඩා විනාශ වී ඇත්තේ රැවුල ගිනිගත් වෙලාවේ සුරැට්ටු පත්තු කර ගත් සොරුන්ගෙන්ය.

# අතීතයේ බල පෑ සුනාමි

## සමුද්‍ර වාණිජ ජාතකයේ දැක්වෙන සුනාමිය

බෞද්ධයින්ගේ ජාතක කතාවක් වන සමුද්‍ර වාණිජ ජාතකයේ සුනාමියක් ගැන සඳහන් වෙයි. හැම ජාතක කතාවකින්ම බුදුරජාණන් වහන්සේ පෙර ආත්ම භවයකදී බෝසත් වරයකු වශයෙන් ක්‍රියා කළ අයුරු පිළිබිඹු වෙයි.

ජම්බුද්වීපයේ (ඉන්දියාවේ) බරණැස් නුවර බුන්මදුන්න නම් රජ කෙනෙකු වාසය කරන කල්හි යහපත් මිනිසකු වාසය කළේය. පොහොසත් අයකු වන ඔහු අසල්වැසියන් ආධාර ඉල්ලා සිටි විට තම වස්තුවෙන් ආධාර උපකාර කළේය.

ඊට කන් හොදුන් වඩුවෝ දූපත අපවිත්‍ර කළහ. එහි විසූ දේවතාවෝ ඉන් උරණ වූහ. එක් නපුරු දේවතාවකුට බාරයක් වූහ. භූමිය අපවිත්‍ර කිරීම මිනිසුන් නතර නොකරන්නේ නම් මුහුදින් විශාල රැල්ලක් පැමිණ ඔවුන් ගිල ගත යුතු බවය.

## ක්‍රි.පූ. 6 වැනි සියවසදී වයඹ දිග වෙරළට ගැසූ සුනාමි රළ

ලංකාව දෙසට පැමිණ පළමු වැනි සුනාමි රළ විජය කුමරු ලංකාවට පැමිණීමට පෙර සිදු වූවකි. ක්‍රි.පූ. 6 වැනි සියවස වයඹ දිග ප්‍රදේශයේ පවතින පුරාවෘත්තයක් අනුව පැරණි කාලයක දී අල්ලරසාමි නම් වූ බිසවක් විසින් එහි වෙරළබඩ ප්‍රදේශයේ පැවති රාජධානියක් පාලනය කළ බව දැක් වේ.

## ක්‍රි.පූ. 130 කැලණියට ගැසූ සුනාමි රළ

මහා වංශයේ 23 වැනි පරිච්ඡේදයේ සුනාමිය කුමක්දැයි සඳහනක් ඇතුළත්ය. ක්‍රි.පූ. 3 වැනි සියවසේ ගිනිකොණ දිග ප්‍රදේශයේ රුහුණු ජාතික උද්‍යානය ආවරණය වන ප්‍රදේශයේ කුඩා රාජධානියක් වූ කැලණිය පාලනය කරන ලද්දේ කැලණිතිස්ස නම් රජකු විසිනි.

ඔහුගේ සොහොයුරා උත්තිය රජුගේ බිසව සමඟ ඇති කර ගත් නොමනා ප්‍රේම සම්බන්ධතාව මත ඔහු හික්ෂු වේසයෙන් රහත් හික්ෂුන් පිටුපසින් රජ මාලිගයට පැමිණ රජ බිසවගේ අතට පෙම් හසුනක් බාර දුණි.

මෙයින් කම්පාවට පත් මුහුදුට අරක් ගත් දේවතාවෝ භූමිය දෙසට දැවැන්ත රළ පහර වූහ. රජතුමා කළ වරද හිවැරදි කර ගන්නා ලෙසට රට වැසියන් බල කළේය.

ගොඩ ගැලූ මුහුදු ජලය බැස ගියේය. රළ පහර ද නතර වීණි. දකුණේ කිරික්දට පාචී ගිය ඔරුවේ සිටි රජ කුමරිය මාගම (තිස්සමහාරාම) රජ කළ කාවන්තිස්ස රජු විසින් සරණ පාවා ගැනිණ.

2004 සුනාමිය වූ කලී මෙතෙක් වාර්තා කර ඇති ඉතාම විශාල වූ ද විනාශකාරී වූද සුනාමිය වන අතර චේතනාසික යුගයේ හට ගත් ඉතාම දරුණු වූ ස්වාභාවික ව්‍යසනය විය.

මිනිසාගේ අයහපත් ක්‍රියාවලට දෙවියන් කෝපයට පත් වී දෙන දඬුවමක් හැටියට සුනාමි ව්‍යසනය සැලකීම වරදක් නැතැයි වරෙක මට සිතේ.





# නත්තල් කැරෝල් ගී

සිංහල ගීත සාහිත්‍යයේ කිතුනු ගීවල වන ගීතිකා වෙනස්ම ගීත විශේෂයකි. එහෙත්, අවාසනාවකට ලංකාවේ කිතුනු ගීත සාහිත්‍ය පිළිබඳව විද්වතුන්ගේ අවධානය යොමු වී නොමැත. ලංකාවේ කිතුනු ගීත ගැන වැඩි වශයෙන්ම අවධානයට සහ කතාබහට යොමුවන්නේ දෙසැම්බර් මාසයෙන් වළඹෙන නත්තල් සමයේදීය. ඒ අසිරිමත් නත්තල් සමයේ නිරන්තරයෙන් මාධ්‍යය ඔස්සේ නත්තල් ගීත ඇසේ. ඒ නිසා මේ කිතුනු ගීත ගැන කතා කරන්නට කලින් මෙම ගීත කොටස් කිපයකට බෙදා වෙන්කර ගත යුතු බව පෙනේ.

- නත්තල් ගී
- කැරෝල් ගී
- පසම් ගී
- කන්තාරු ගී

මේ ගීත වර්ග හතරද තවත් කොටස් ගණනාවකට බෙදිය හැකි වුවත් එතරම් ගැඹුරු අධ්‍යයනයකට නොයා අපේ සරල රස විච්ඡනය උදෙසා මේවා එක එක කොටස් වෙත වෙනම විමසා බලමු. තවද මේ ගීතිකාවලින් සමහරක් කිතුනු බැතිමතුන් යාඥා ස්වරූපයෙන් ගයන ගීත විලසටද, තවත් ගීතිකා කොටසක් දේව ස්තෝත්‍ර වශයෙන්ද ගායනා කරති. ඒ ඒ අවස්ථාවන් අනුව මෙම ගීතිකා කැරෝල් ගීත, නත්තල් ගීත, දුක් ප්‍රාප්ති ගීත (පසම් ගීත) යනුවෙන්ද විවිධ කොටස් වශයෙන් කිතුනු ගීත සාහිත්‍යයේ ඇත.

## කිතුනු ගීයේ ඉතිහාසය

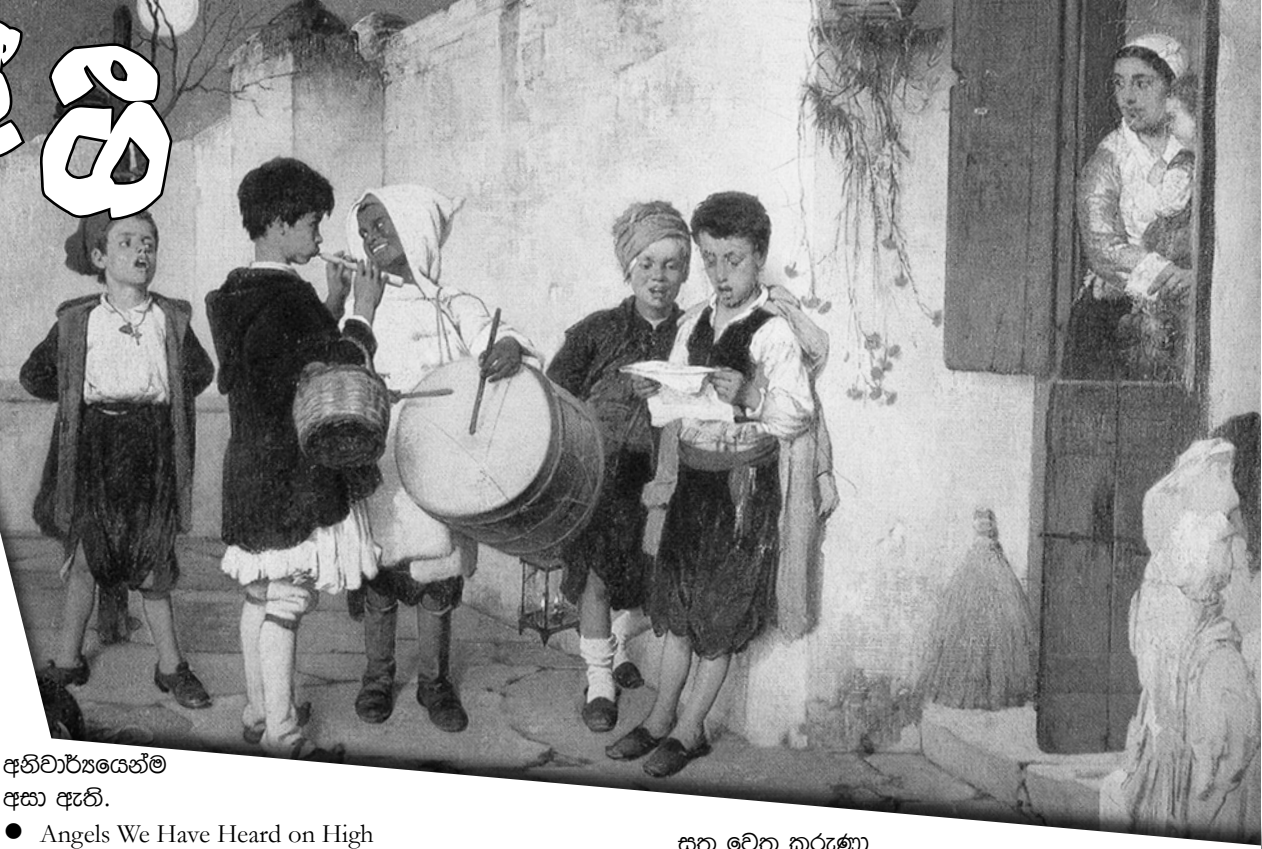
ලංකාවේ කිතුනු ගීත සාහිත්‍යයට ඇත්තේ ඉතාමත් දීර්ඝ ඉතිහාසයකි. ලන්දේසීන්ගේ සමයේ පටන් මෙරට කිතුනු ගීත සාහිත්‍යයේ පිබිදීම ඇතිව තිබුණි. එහෙත් සාහිත්‍ය අංශයක් වශයෙන් කිතුනු ගීතයේ පිබිදීම ඇති වූයේ පෝශප් වාස් පියතුමා නිසාය. ශ්‍රී ලාංකිකයෙක් නොවුනත් ලන්දේසීන්ගෙන් සැඟවෙමින් හා ආරක්ෂා වෙමින් කිතුනු ආගම හා සාහිත්‍යය ලංකාවේ ආරක්ෂා කර ගැනීමට කැප වී ක්‍රියා කළ පියතුමෙකි. උන්වහන්සේගෙන් පසුව කිතුනු ගීතය සහ සාහිත්‍යය ලංකාව පුරා ව්‍යාප්ත කිරීමට පුරෝගාමී මෙහෙවරක් ඉටුකරන ලද්දේ ජාකෝමේ ගොන්සාල්වෙස් පියතුමන් විසිනි. ඒ නිසා ලංකාවේ කිතුනු ජනතාව ඉදිරියට ගෙන ගොස් කලාත්මක සාහිත්‍යාංශයක් ලෙස ජනප්‍රිය කරවීමේ පුරෝගාමියා ලෙසට පිළිගැනුමට ලක් වෙමින් ජාකෝමේ ගොන්සාල්වෙස් පියතුමන් ඉතිහාසගත වෙයි.

මේ පියවරුන් දෙදෙනාම විදේශ සම්භවයක් සහිත පියවරුන් දෙදෙනෙකු වුවත් උන්වහන්සේලා මෙරටට වැඩම කොට එකල මෙරට විසූ නික්ෂුන් වහන්සේලාගෙන් සිංහල භාෂාව මැනවින් ඉගෙන ගෙන කිතුනු ගීත සාහිත්‍ය, පාස්කු නාට්‍ය, කැරෝල් ගී, මෙන්ම ශුද්ධ වූ බයිබලයද සිංහල බසට පරිවර්තනය කිරීමට පුරෝගාමී වූහ.

## කැරෝල් ගී හෙවත් නත්තල් ගී

කැරෝල් ගී යනු සතුව විනෝදය දනවන ගීතිකා විශේෂයකි. මේවා නත්තල් ගීත වශයෙන්ද හැඳින්වෙයි. මේ කැරෝල් ගීත ජනප්‍රිය ආකෘතියේ ගීත වන අතර දේවස්ථානයන්හි ඉදිරිපිට තැනූ වේදිකාවල සිට හෝ රථයක හැඟී නගරවල විදි සංචාරය කරමින් විවිධ වර්ණයෙන් යුතු පහන්, බකට් මෙන්ම විවිධ මල් වර්ග අත තබාගෙන කැරෝල් ගී ගායනා කරති.

නත්තල් කාලයට වැදගත් වන කැරෝල් ගීත සලකා බලමු. 'කැරෝල්' යන ප්‍රංශය වචනය මුලදී උත්සවවලදී ගයන ගීත වෙනුවෙන් යෙදුනත් පසුකාලීනව එය නත්තල් ගීත වෙනුවෙන් යෙදුණි. මේ ගීතවල විශේෂත්වය වන්නේ නත්තල් කාලයට පමණක් ගායනා කිරීමත් එමගින් සතුව සෞභාග්‍යය සංකේතවත් කිරීමත්ය. පොදුවේ ගත් කල අතීතයේ සිට අද දක්වා දහස් ගණන් කැරෝල් ගීත ලියවුණත් පහත සඳහන් ගීත අදටත් සාම්ප්‍රදායික කැරෝල් ගීත ලෙස සෑම නත්තලකදීම ගායනා කරයි. අදටත් එක සේ ජනප්‍රියයි. ඔබ විසින් එකක් හෝ කීපයක්



අතිවාර්‍යයෙන්ම අසා ඇති.

- Angels We Have Heard on High
- Deck the Halls (Deck the Hall)
- Ding Dong Merrily on High
- The First Nowell (The First Noël)
- Go Tell It on the Mountain
- I Saw Three Ships
- It Came Upon the Midnight Clear
- Joy to the World
- O Holy Night (Cantique de Noël)
- O Little Town of Bethlehem
- Silent Night
- The Twelve Days of Christmas
- We Three Kings of Orient Are
- We Wish You a Merry Christmas

මෙහි වැදගත් කරුණ වන්නේ බෞද්ධයන් වෙසක් භක්ති ගීත ගැයිම ආරම්භ කරන්නේ කිතුනු කැරෝල් ගීතිකා අනුසාරයෙනි. ඒ නත්තල් කැරෝල් ගීත අනුකරණය කිරීමෙන් 1950 -60 පමණ දශකයේ සිටිය. එය වෙසක් කැරෝල් ගීත වශයෙන් නිවැරදිව භාවිත කළ යුතු වුවත් අද බොහෝ දෙනෙක් ඒවා වෙසක් බැති ගී හෝ පොසොන් බැති ගී ලෙස හැඳින්වීමට පුරුදුව සිටියි. එහෙත් ඒ අනුව වෙසක් බැති ගීයට මුලාශ්‍රය සපයා ගන්නේ දේවස්ථානයේ ගැයෙනු කැරෝල් ගීත සහ ගීතිකා ඇසුරින් බව කිසිවකු නොදනිති. එහි ආරම්භයට මුල දේවස්ථානයන්හි ගැයුණු කැරෝල් ගීතිකා බව කිසිවකු නොකියති.

පසුකාලයේ මේ ගී තවත් දියුණු වෙමින් නත්තල් ගීත වශයෙන් ගීත විශේෂයක්ද බිහිවිය. නිදසුනක් ලෙස පුළුන් වගේ සුදු රැවුල දිගයි, සීනු හඬින් ලොව පිබිදෙනවා, අද නත්තල් වැනි ගීත දැක්විය හැකිය. එසේවුවත් ආගමික මුහුණුවරක් ගන්නා ගීත කැරෝල් ගීත වශයෙන් හැඳින්විය හැකිය. ලංකාවේ ජනප්‍රිය කැරෝල් ගී රැසක් අප නත්තල් ගී ලෙස හඳුන්වන, අපට නිරන්තරයෙන් ඇසෙන ගීය. ඒ සියල්ලම අයත් වන්නේ කැරෝල් ගීතවලටය. මතු දැක්වෙන්නේ එවන් ගීයකි.

බෙන්ලෙනෙම් පුරේ - දිළිඳු ගව ලෙහේ  
ඔරුව තුළේ සිසිලෙ නිදයි  
ජේසු බිලින්දා - ජේසු බිලින්දා

ලෙලෙන කැන් දිදී - අමුතු තරුවෙකි  
අඳුර මැදින් චලිය මවයි  
ජේසු බිලින්දා - සාමෙ රජින්දා

නිරිඳුන් තිදෙනා - තරු වන් දිලෙනා  
මග අතගෙන යති දැකුමට  
ජේසු බිලින්දා - සාමෙ රජින්දා

සහ වෙන කරුණා  
පිනිදිය ගලනා

මුදු උල්පත පාදා දුනි  
ජේසු බිලින්දා - සාමෙ රජින්දා

## පසම් ගී

පසම් ගීතද කිතුනු ගීවල හමුවන විශේෂිත ගීත කොටසකි. මේවාද බැති ගී ලෙස හැඳින්වුවාට වරදක් නොපෙනේ. නත්තල් සමයේ මේ ගී ඇසෙන්නේ නැතුවා සේම මාධ්‍ය ඔස්සේද ප්‍රචාරය නොවේ. මේ ගීත නිර්මාණය වී ඇත්තේ ජේසුස් ක්‍රිස්තුස් වහන්සේගේ දුක්ප්‍රාප්තිය හිමිකි කරගෙනය. ඒ නිසා පසම් ගීත සහ දුක් ප්‍රාප්තිය අතර නිරන්තරයෙන් අතහන්ත බැඳීමක් දැකිය හැකිය. ප්‍රතෝනිය වැලපීම යන වචනද නිරන්තරයෙන් මේ පසම් ගීත සම්බන්ධයෙන් යෙදේ. මේවා සියවස් ගණනක් තිස්සේ පැවතෙමින් ආ බව පැහැදිලි වන නමුත් අද මේවා දේවස්ථානයන්හි පවා ගායනා වන්නේ ඉතාම මඳ වශයෙනි. එයද ගායනා කරන්නේ මුහුදුබඩ පළාත්වල වෙසෙන කිතුනු ජනතා පමණි.

පසම් ගීවල විශේෂතා කීපයකි. එනම් පසම් ගී ගැයෙන්නේ වතාරික සමයේදීය. නිවෙස්වල විලිමහනට වී පවුලේ උදවිය සමග හෝ කුඩා කණ්ඩායම් වශයෙන්ද ගායනා කෙරෙන්නේ මුදුන පොතක් බලා ගැනීමෙනි. එය සමූහ ගායනයකි. පදයෙන් පදය මාරුවෙන් මාරුවට ගායනා කරනු ලබයි.

පසම් ගීත ගැයෙන්නේ අව බදාදා සිට පාස්කු ඉරිදා දක්වා සති හය හමාරක කාලයේදීය. සංගීතයක් නැති තරම්ය. ඇසෙන්නේ වඩබෙරය හෙවත් කටකටකයේ හඬ පමණි. බෙහෝ විට මේවා දුක්මුසු ස්වරූපයෙන්ම ගැයේ. මතු දැක්වෙන්නේ පසම් ගීයකි.

බෝ සෝ දැරූ ජේසු පුතණුනේ - මා අතහැරා  
මේ වූ රැයේ කොහෙද පුතු මගේ  
දැස සේ මගේ විසූ නුඹ පුතේ - මා අතහැරා  
මේ වූ රැයේ කොහෙද පුතු මගේ  
ලේ කිරි දිදී සැදුවෙ පණ ලෙසින් - මා අතහැරා  
මේ වූ රැයේ කොහෙද පුතු මගේ  
දිළිඳු ගවලෙහේ බිලිඳු සීතලේ - වෝ කාඬු  
කොහෙද පුතු මගේ කොහෙද පුතු මගේ  
බෝ සෝ දැරූ ජේසු පුතණුනේ - මා අතහැරා  
මේ වූ රැයේ කොහෙද පුතු මගේ

## කන්තාරු ගී

කන්තාරු යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ දේවස්ථානයේ ගායනා කරන ස්තෝත්‍රයන්ය. මෙයද වීක් ආකාරයක කිතුනු ගීත

22 වන පිටුව බලන්න

## DENTAL OFFICE

**Dr. Iru Vijayanathan, BDS(Peradeniya), MFDS, FAGD**  
Dental Surgeon (දන්න ශල්‍ය වෛද්‍ය)

**3150 Eglinton Ave E, Scarborough, Unit 5**  
**Phone: (416) 264-3232**  
**3351 Markham Rd, Scarborough, Unit 129 (Red Building)**  
**Phone: (416) 609-2022**

- Emergency Dental Care
- Filling - Silver, White
- Root Canal Treatment
- Crown and Bridges
- Cosmetic Dentistry
- Gum Treatment
- Minor Oral Surgery
- Partial Denture
- Complete Denture
- Tooth Extraction
- Wisdom Tooth Extraction







**SPECIAL RATE  
ON RENEWALS  
&  
INSURED  
MORTGAGES**

**ANTON DHARMASEELAN**  
**MORTGAGE AGENT**  
LIC #M14000425  
Available Till **Midnight**  
Including **Weekends & Holidays**

**CALL ME FIRST FOR ALL  
YOUR MORTGAGE NEEDS**

**PURCHASE  
REFINANCE  
SELF EMPLOYED  
RENEWAL  
BAD CREDIT**

**INVESTMENT PROPERTY**

**416 704 1200**

**MAJOR BANKS - BEST RATES**

**ANTON@MYHOMEMLS.CA**



**FAX: 1-800-566-3068**

ඇමෙරිකානු සංචාරයක මතකය .....2



Friends කථා මාලාවේ සෝපාවත් චරිතයේ වැඩසටහන රූගත කෙරෙන මැදිරියත් ඔලම්පි....

■ සටහන අනුරූද්ධ වැලිගමගේ සේයාරූ හෙසදී වැලිගමගේ

1994 න් පටන්ගෙන 2004 දක්වා පුරා වසර 10 ක් කථාංග 236 ක් විකාශය වුණු උතුරු ඇමෙරිකාවේ තරණ පරපුර අතර ජනාදරයට පත් කථා මාලාවක් ලෙස Friends හඳුන්වා දෙනුට පුළුවන්. ඔබ ඒ කථා හැරඹූ රසිකයෙක් නම් එහි සෝපාව හොදට මතක ඇති. එනකොට මේ වනවිට අතිශය ජනප්‍රිය Talk Show එකක් වන Ellen Degeneres show පටිගත කෙරෙන මැදිරිය. අද අපි ඔබව එක්ක යන්නේ හොලිවුඩයේ ඩර්බැන්ක් ප්‍රදේශයේ තිබෙන ඒ මතක ඔබගේ.

අපි තාමත් ඉන්නෙ ලොස් ඇන්ජලීස් නුවර. කැලිෆෝනියාවේ සුවිධ කර්මාන්ත අතර අපි තීරණය කළේ උදෙසාම වර්නර් සහෝදරයන්ගේ වික්‍රාගාර වාර්තාවේ (Warner Bros Studio Tour) යෙදෙන්න. කලින්ම මෙය අන්තර්ජාලයෙන් වෙන්කර ගන්නත්, උදෙසාම යන්නත් මතක තබා ගැනීම හොඳ වෙන්කර දවල් වෙනකොට වික්‍රාගාරයේ සමහර මැදිරි පටිගත කිරීම් සදහා කාර්යඛණ්ඩන වුණාම නරඹන්නට නොහැකි නිසා.



වෝනර් සහෝදරයන්ගේ වික්‍රාගාරය Warner Brothers Studio

1923 දී පෝලන්තයෙන් ඇමෙරිකාවට පැමිණි පවුලක හැරී, ඇල්බට්, සැමී, ජැක් නම් සහෝදරවරු හතරදෙනා පටන් ගත් වික්‍රාගාරය හොලිවුඩයේ වික්‍රාගාර අතර ප්‍රචලිත වුණේ වාර්තා පිහිට වූ වික්‍රපට නිෂ්පාදන නිසා. ඇමෙරිකාව පුරා ඉතා විශාල සිනමාගල් සහ වික්‍රපට බෙදාහැරීමේ ජාලයක් තිබූ වර්නර් සහෝදර සමාගම මාධ්‍ය ක්ෂේත්‍රයේ දැවැන්තයෙක්. සුප්‍රකට NBC රූපවාහිනියත් ඔවුනගේ.

අපි කුඩා රටකට නැගුණා. නියාමකවරයා ඇතුළු 15 දෙනෙක් රටයේ. ඔහු තැනින් තැන ගොඩනැගිලි, විවි පෙන්වීම්ත් එක එක වික්‍රපටයේ දර්ශන විස්තර කරනවා. දන්න අය ප්‍රශ්න අහනවා. සමහර තැනකදී අපි රටයෙන් බිහිවනවා. ගොඩනැගිලි ඇතුළට යනවා. බොහෝ ගොඩනැගිලි ඇතුළතින් හිස්. පිට බිත්ති නාමපුවරු විතරයි. තැනක රූපගත කිරීම්වලට අවශ්‍ය පසුතල හදනවා. අමතර ආලෝකකරණ උපකරණ සවි කරනවා. කැමරා අටවනවා. තණකොළ කපනවා. ගස් කප්පාදු කරනවා.

අරුම ගැහැණිය (Wonder Woman) හැරී පොටර් කථා මාලාව (Harry Potter series) බැට් මෑන් (Batman) සුපර් මෑන් (Superman) ඇතුළු විවිධ වික්‍රපට සඳහා භාවිත වුණු ඇඳුම් සහ උපාංග එකතුවක් තියෙන තැනකටයි අපි ඊළඟට ගියේ. එතැනින් අපි යන්නේ පසුතල හදන විශාල වැඩසටහනක් මැදදෙන. ඊළඟට විවිධ මාදිලියේ ගෘහභාණ්ඩ හදන වැඩසටහන. තව ඊක වෙලාවකින් වික්‍රපට සඳහා යොදාගන්නා වාහන වැඩසටහනක් මැදදෙන ගිහින් අමුතුම මාදිලියේ වාහන තිබෙන ගරාජයකට යනවා. ඒවා අමුතු හැඩයේ වුණාට ධාවන තත්ත්වයේ තියෙන ඒවා. වාහනයෙන් බැහැර කට්ටියම ඒ වාහන ඉස්සරහින්, පැත්තෙන් ඉඳගෙන සෙල්ලි

ගන්න, ෆොටෝ ගන්න පොරකනවා. 'ජනප්‍රිය ලෝකය කොච්චර පුදුමද?' මට හිතෙනවා .

අප ගිය දවස චරිත වැඩසටහන රූගත නොකෙරෙන දවස් කිහිපයක් එකක්. ඒ හින්දා අපට ඒ පසුතලය තිබෙන මැදිරිය ඔලන්තට ඉඩ ලැබුණා. අවසානයේ අපි ආවේ Friends හි සෝපාව සහ පසුතලය ඇතුළු තවත් පසුතල රැසක් තියෙන ප්‍රදර්ශනාගාරයට. La La Land වික්‍රපටයේ Mia සේවය කල අවස්ථාවට අදත් මේ පර්ශ්‍ය තුළ ක්‍රියාකාරීව තිබෙනවා. එක් එක් යුගයට වෙනස් වූ පිරිමි සහ ගැහැනු ඇඳුම්, වික්‍රපට සඳහා භාවිත වූ රූ සටහන්, පියවරෙන් පියවර වික්‍රපටයක් හැඳෙන හැටි මේ මධ්‍යස්ථානයේදී ඉගෙන ගන්න පුළුවන්. සිනමා කලාව අධ්‍යයනය කරන කාට වුණත් මෙතැන සරසවියක් වගේ.



මුහුදු වෙරළ - Los Angeles Beaches

ජනප්‍රිය සංස්කෘතියේ ඉහළම තැනක තිබෙන ලොස් ඇන්ජලීස් නුවර පැසිෆික් සාගරයට මුහුණ ලා තිබෙන නිසා දර්ශණීය වෙරළ තීරයකින් සමන්විතයි. ඒ අතරින් මේ වෙරළ ප්‍රදේශ 10 අතිශයින්ම ජනප්‍රියයි. හොඳ තැනක් අල්ලා ගන්නටත්, වාහනය නවත්වා ගන්නටත් උදෙසාම යා යුත්තේ ඒ නිසා.

El Matador, Malibu, Santa Monica north & south, Manhattan, Hermosa, Dockweiler, Venice, Zuma, Mother's, Redondo එම මුහුදු වෙරළ දහයයි. අපගේ ගමනේදී අපට යන්නට ඉඩ ලැබුණේ Santa Monica සහ Venice යන වෙරළ තීරයන්ට පමණයි. බොහෝ ඇමෙරිකානු වික්‍රපට Beverly Hills 90210, Sunset Beach වැනි රූපවාහිනී වෘත්තවලින් ඔබ මේ ලස්සන මුහුදු තීරයන් දැක ඇතුළුවා කිසිම සැකයක් නැහැ.



මේ ගමනේදී එක්කර ගත හැකි තවත් තැන්

- Paramount Studios
- Griffith Observatory
- Union station
- Walt Disney Concert hall
- Disneyland
- Getty centre



සංචාරක මතකය

සංචාරක මතකයත් එක්ක අප ඔබව කැඳවාගෙන යන්නේ විවිධ තැන්වලට. ඔබේ අදහස්, ප්‍රතිචාර, ඉල්ලීම් අපට ලියන්න. ඒ අනුව අපේ ලිපි පෙළ පෙළගස්වන්නට පුළුවන්. ඉඩකඩ සීමාසහිත නිසා අප සඳහන් කරන්නේ සීමිත තොරතුරු. ඒත් අපේ ඉඟි ඔස්සේ අන්තර්ජාලය පිරා ගමනට පෙර තොරතුරු සොයාගන්නත්, ඒ අනුව ගමන සැලසුම් කරන්නත් ඔබට පුළුවන්.

ජනවාරි තුන්වැනි සතියේ ගුවන් ටිකට් පත්, මාස 3 කට පමණ කලින් ඉරිදාට නවාතැන් වෙන්කරවා ගැනීම ලාභදායකයි. ඔබ කියවන තොරතුරු අනුව සෙනඟ අඩු වේලාවන්, දවස් වගේම ඒ ඒ සංචාරක පර්ශ්‍ය ඔබගේ සුදුසු වෙලාව හොයා ගැනීමත්, අන්තර්ජාලයෙන් පූර්ව



වෙන්කරවා ගැනීමත් කාලයත් මුදලත් ඉතිරි කරන බව කිව යුතුයි.

කාලගුණය, දේශගුණය සහ වාහන තදබදය සදහා අතිරේක වෙලාවක් තබාගැනීමත්, යම් හෙයකින් වෙනස් කරන්නට



වුවහොත් අතිරේක සැලැස්මක් හිතේ තබාගෙන ඉන්න එකත් හොඳයි.

සමහර භූ කලාපවලදී දුරකථන සහ වන්දිකා සන්නිවේදන ක්‍රියාත්මක නොවෙන නිසා මුද්‍රිත සිතියම්, මුදල් සහ ප්‍රථමාධාර පෙට්ටියක් ඔබේ ගමනට එක්කර ගැනීම ගුණදායකයි.

ඔබේ ඉල්ලීම් සහ තොරතුරු සදහා අලුත් විද්‍යුත් ලිපිනයක් පවත් ගන්න.

dasatha.sancharayakamathakaya@gmail.com විස්තර සදහා ලියන්න. ඉඩ ලැබෙන පරිදි පිළිතුරු ලියන්නම්.

ලබන මාසයේදී කැනඩාවේ පැසිෆික් මහාලිය වැන්කුවර් දූපත ඔලන්තට යමු.

අහස් ගව්වෙන් එහා ලෝකය  
 Ahas Gawwen Eha Lokaya  
 ahasgawwenehalokaya.blogspot.com



# හිම බඩා

වකෝමත් එක අත කාලෙක රැසියාවේ අත පිටිසර ගමක එක් අමුසැමියා යුවළක් විසුවා. මේ දෙන්නට ගොඩක් මිල මුදල් නෑ. ඒත් ලොකු අගහිඟයකුත් නෑ. ඒ දෙන්නා ඉතාමත් සමගියෙන් ආදරයෙන් ජීවත් වුණා.

මේ දෙන්නාගේ ජීවිතයේ තිබුණු ලොකුම දුක වුණේ ඒ අයටම කියල දරුවෙක් නැති කමයි. ඒ දෙන්නා පොඩි ළමයින්ට හරිම ආදරෙයි. වටපිට සිටින පුංචි ළමයින්ට නොයෙක් කෑම බීම තෑගි බෝග නිතරම ගෙනත් දුන්නා. ඒ අයගෙ ගෙමිදුල නිතරම පුංචි ළමයින් සඳහා විවෘතව තිබුණා. ලස්සනට හිරු පායපු හැම දවසකම ඒ වත්ත පුරාම පුංචි පැටව් දුව පැන ඇවිදීමත් සෙල්ලම් කළා.

ඉතිං ඔය විදියට කාලය ගෙව්ලා ගියා. මේ අමුසැමියා දෙදෙනාත් ටිකින් ටික වියපත් වුණා. දැන් ඒ අයගේ වත්තේ සෙල්ලම් කරන්නේ අර ඉස්සර සෙල්ලම් කරන්න ආව දරුවන්ගේ දරුවන්. ඒ අයත් මේ මහලු දෙපළත් සමග බොහොම ආදරෙන් හිටියා.

ඒත් කොච්චර අනුන්ගේ දරුවන් ඒ වත්තේ පිටියේ සෙල්ලම් කරමින් දැහලුවත් මේ දෙන්නගේ හිතේ තිබුණු දුක නම් අඩු වුණේ නෑ. හවස් ජාමයේ අර දරුවන් නිවෙස්වලට ගියාට පස්සේ මේ මහලු කාන්තාව ජනේලය ළඟට වෙලා අත පාර දිහා බලාගෙන ඉන්නවා. විහෙම ඉන්නකොට වියාගෙම දරුවෙක් හිටියා නම් වැඩ ඇරී නිවසට වීයි නේද කියා වියාට සිතෙනවා. මහලු මිනිසාගේ සිතෙන් දුකක් නොතිබුණා නොවෙයි. විහෙත් වියා ඒක බිරිඳට පෙන්වුවේ නෑ.

ඔන්න ඉතිං ඒ ගමටත් ශීත කාලය ආවා. හැම තැනම හිම වැට්ලා සුදු පාටින් බබළනවා. හැම ශීත කාලවලදීම පුංචි පැටව් ඒ වත්තේ සෙල්ලමට වින්නෙ නෑ. ඒ අයව වියාලගේ අම්මලා තාත්තලා ගෙවල්වලින් පිටතට විවන්න කැමති නෑ. ඉතිං ශීත කාලය මේ මහලු යුවළ ගෙවන්නේ හරිම කාංසියෙන්. ඒ දෙන්නට ඒ දෙන්න විතරමයි. බැලුව බැලුව තැන තියෙන්නෙ මුසල පාළුව. මහලු කාන්තාවට මෙය ඉවසා සිටීමට හරිම අපහසුයි. වියපත් බවත් එක්ක ඒ කාංසිය වඩ වඩාත් ඇයට දැනෙනවා. ඇය දිනක් ඒ බව ඇගේ ස්වාමියාට කීවා...

"මට නම් මේ පාළුව තවත් උනුලගන්න බෑ. මට අර පොඩි දරුවන්ගේ හඬ නැතිව සිටින්නට අමාරුයි. ඒ අයව දකින්න මට ඕන"

"විහෙම කොහොමද නෝනා... මේ කාලයේදී විලියට ඒම අනතුරුදායකයි. ඒ දරුවන් ඒ අයගේ අම්මලා ළඟ ඉන්න ඕන. වියාල අපි ළඟට විවන්නෙ නෑ"

"මම දන්නවා. ඒත් මට ගොඩක් දුකයි"

"බලන්න විලීමහන.... හිම මතට හඳ විලිය වැට්ල දිලිසෙන ලස්සන. ඒ ගැන හිතන්න. ඔබේ හිත සංසුන් වෙයි"

"මම ඒ හිම හැමදාම දකිනවා..... මේ ජනේලය ළඟට වෙලා ඒ ගැන හිත හිතා හිටියත් මගේ හිතේ දුක අඩු වුණේ නෑ."

"හොඳයි අපි දෙන්නා හෙට විලියට යමු. හිම උඩ ඇවිදීමු. ඔබට සැනසීමක් ලැබේවි"

පසුවදාට විලිය වැටුණා. උදෑසන ආහාරය ගත් විගස මහලු කාන්තාව විලියට යාමට සැරසුණා. විලීමහනේ තද ශීත සුළං හමා ගියත් ඇය සිටියේ සතුටින්. ඇගේ සැමියාටත් දැන් සතුටුයි. ඇයව තවත් සන්තෝශයෙන් තැබීමට ඔහු සිතුවා.

"මට හොඳ අදහසක් ආවා."

"ඒ මොකක්ද?"

"මේ ශීත කාලෙදී අපේ වත්තට පුංචි දරුවන් වින්නෙ නැති නිසා අපි පුංචි දරුවෙක් හඳමු"

"ඔබ මට විනිඳි කරනවා නේද?"

"නෑ නෑ නෑ... වින්න අපි මේ හිමවලින් පුංචි හිම දරුවෙක් හඳමු"

සැමියා කී දේ ඇයට තේරුණා. ඇයත් හරිම සතුටින් ඊට කැමති වුණා. ඊට පස්සේ මේ දෙන්නා ඒ ගෙවත්තේ ලස්සන පුංචි හිම බඩෙක් හඳුවා. වියාට නමකුත් දැමීමා. මේ හිම බඩාගේ නම ස්නෙගුරච්චා. හරිම පුදුමයක්. හිම බඩා හඳල ඉවර වෙලා ඇගේ හැඩරුව බලද්දී මේ හිම බඩාට පණ ආවා. සුදුම සුදු පාට හිම බඩා ඒ වත්තේ දුව පැන ඇවිද්දා.

මහලු යුවළට හරිම සතුටුයි. විදා දවසම ස්නෙගුරච්චා බඩා එක්ක සෙල්ලම් කළා. හවස් වෙද්දී වියාව ගෙදරට එක්ක වින්න හඳුවත් වියා ඒකට කැමති වුණේ නෑ. මොකද ගෙදර ඇතුළේ තිබුණු උණුසුමට බඩා බය වුණා. ඉතිං අකමැත්තෙන් වුණත් නිවසෙන් විලියේ බඩාට ආරක්ෂිතව ඉන්න තැනක් හඳලා දුන්නා.

දැන් ඉතිං මේ

දෙන්නාට රාජකාරියක් තියෙනවා. උදේට නැගිටලා වත්තට ඇවිත් හිම බඩා එක්ක සෙල්ලම් කරනවා. කතා කරනවා. සිංදු කියනවා. හරිම සතුටින් කාලය ගත වෙනවා.

ශීත කාලය හැමදාම නෑ... ටික ටික වසන්ත කාලයේ උණුසුම දැනෙන්න පටන් ගත්තා. පුංචි ස්නෙගුරච්චාට ඒ රශ්නය දරාගැනීමට අමාරුයි. ඇය ඒ බව මහලු යුවළට පැවසුවා.

ඔවුන් ඇයට ආරක්ෂිතව සිටීමට නිවස තුළ ශීතල කළ කාමරයක් සැදුවා. ඇය සුවෙන් සනීපෙන් විනි සිටියා.

වසන්ත කාලයත් සමග ආයෙමත් කුඩා දරුවන් වත්තට ආවා. මේ ගෙදර සිටින පුංචි ගැහැනු ළමයා ගැන වටපිට අයටත් ආරංචි වී තිබුණු නිසා පුංචි අය ඇයව බලන්න ඒ කාමරයට ගියා. කාමරයට වී සෙල්ලම් කළා. ඒත් ළමයි කැමති නෑ කාමරය ඇතුළේ විතරක් සෙල්ලම් කරන්න. ඔවුන් ඇවිට්ලි කරමින් ස්නෙගුරච්චාව විලියට රැගෙන ගියා.

අනේ ඒත් ඇයට ගොඩක් වෙලා විහෙම ඉන්න පුළුවන් වුණේ නෑ. හිමවලින් සෑදී තිබුණු ස්නෙගුරච්චා දිය වී ගියා.

මහලු දෙමහල්ලන් හඬා වැටුණා. විහෙත් ස්නෙගුරච්චා නැවත නොඑන බව ඔවුන් ඉක්මනින්ම වටහා ගත්තා.

## පුංචි අපට ගී

### රෑ තරු බබළනවා

රෑ තරු බබළනවා  
මල් පිපිලා වාගේ  
එළියෙන් නැහැවෙනවා  
මල් වැහැලා වාගේ

රෑවි පිලිඳවී දෙනවා  
ගීත නාද වාගේ  
බිලිඳෙකු හිනැහෙනවා  
මුහුදක රෑලී වාගේ

සීත සුළං එනවා  
උයනක සිරි වාගේ  
ගොපළන් දුර එනවා  
පැණි බඹරුන් වාගේ

බිලිඳෙකු හිනැහෙනවා  
පොපියන කුසුම් වගේ  
තුරුලක පෙරැලෙනවා  
හිම මත හිම වාගේ

ගී පද - ගරු මරිසලීන් ජයකොඩි පියතුමා  
ගී නමු - ගරු මරිසලීන් ජයකොඩි පියතුමා  
ගායනය - ලතා වල්පොල



**EVERYTHING MORTGAGES**  
LIC#12755  
www.everythingmortgages.ca



**Manzeel Patel**  
Mortgage Broker - M11002628

**Direct: 647-272-8355**

Suite 704 – 1500 Don Mills Road,  
Toronto, ON M3B 3L7

T 416 - 840 - 6368  
F 416 - 850 - 5153

info@everythingmortgages.ca  
www.everythingmortgages.ca

**We'll Target The Best Rates!**

Why won't your bank give you the best interest rate? Call our team today or apply online and learn how we can negotiate a better rate than your banks can offer you! We work hard to give you the best options so you can make an informed decision.

**Mortgage Renewals and Refinancing**

First Time Homebuyer? Mortgage coming up for renewal? We can help you save money!

**Investment Properties**

Looking to invest in a second piece of property? Thinking about a vacation or recreational property? We can help!

**Safe and Secure Application**

Use our easy to complete online mortgage application form if you're looking to buy, renew, refinance or need a pre-approval for your next property purchase.



# ARUN BAKERY

## TAKEOUT & CARERING



**905 303 4141**  
**9699 Jane Street, Unit 23, Maple, ON L6A 3X5**  
(Jane & Major Mackenzie)

# Majestic City

Sri Lankan  
සාම්ප්‍රදායික සංකීර්ණය

Shop | Dine | Entertainment  
**COMPLETION AUGUST 2019**

Prime locations: Markham/ McNicoll

## LEASING OPPORTUNITY

**CRISH (KUMA)**  
PROJECT MANAGER

Tel : 647-218-3698  
[www.majesticcity.ca](http://www.majesticcity.ca)  
[info@majesticcity.ca](mailto:info@majesticcity.ca)





# UTHAYA'S SUPER MARKET

FRESH FISH MEATS FRUITS VEGETABLES TROPICAL FINE FOODS

**WEEKLY SALES START  
EVERY FRIDAY**  
(FLYERS in STORE)



**UTHAYA'S SUPER MARKET  
WISHES ALL CUSTOMERS AND FRIENDS  
A MERRY CHRISTMAS & A HAPPY NEW YEAR!**

**තලපත්  
1LB  
\$5.99**



**අලුත් නැවුම් චළුවල, පලතුරු, මස්, මාලු ඇතුළු සියලුම  
ශ්‍රී ලාංකේය නිෂ්පාදන ලබාගැනීමට පැමිණෙන්න UTHAYA'S SUPER MARKET**

**5010 Steeles Ave. W. Toronto ON M9V 5C6**

**Tel: 416 740 7971**

**Fax : 416 740 8568**



# ඔබේ ජංගම දුරකථනයේ වහලොක්ද? ජංගම දුරකථනයට ඇඬීමක් වීම රෝගයක්

## ■ රෝගණ ආර්යරත්න

“මම මගේ ජංගම දුරකථනයේ වහලොක් වෙලා. මට වය නැතුවම බැහැ. වය පාවිච්චි කරන්න කරන්න වය නැතිව බැර තත්ත්වයට මාව පත්වෙලා. දොස්තර හමුවෙන්න ගිය විටත්, මගේ දරුවන් සමඟ පාසලට යද්දීත්, උදේ ආහාර ගනිද්දීත්, බොහෝ විට වය මගේ අතේ රැඳී තියෙනවා. මම හිතන්නේවත් නැතිව වයට තට්ටු කරනවා. මගේ විද්‍යුත් තැපෑල පරීක්ෂා කරනවා. දිනය බලනවා වේලාව බලනවා. ෆෙස් බුක් විවිට් බලනවා...”

මේ වදන් ජංගම දුරකථනයට වහලියක් වූ එක්තරා ගෘහිණියකගේ පාපොච්චාරණයකි. වෙන මොනවා නැති වුවත් ඇයට ඇයගේ ජංගම දුරකථනය අතකවශ්‍ය අංගයක් බවට පත් වී ඇත.

නව තාක්ෂණය සමඟ ඉදිරියට යන ලෝකයේ අත්‍යවශ්‍ය භාණ්ඩයක් ලෙසට හොඳට හෝ නරකට අප වෙත ලැබී ඇති භාණ්ඩය වන්නේ මේ ජංගම දුරකථනයයි.

එදා පණිවුඩ හුවමාරුව කරනු ලැබුවේ මිනිස් ශ්‍රමයෙනි. පසුව වය තැපෑල බවට පරිවර්තනය විය. ඉන්පසුව දුරකථනය වීම කාර්යය හැකි පමණ හොඳින් ඉටු කළේය. හදිසි පණිවුඩයක් දීම සඳහා එදා දුරකථනය භාවිත කරනු ලැබූ නමුත් එම පහසුකම් සෑම දෙනෙකුටම එක හා සමානව ලැබුණේ නැත.

එහෙත් තාක්ෂණ දියුණුවත් සමඟ ලොකු, කුඩා, තරුණ, මහලු, දුප්පත්, පොහොසත් සියලු දෙනාටම එක හා සමානව ජංගම දුරකථන මගින් පණිවුඩ හුවමාරු කරගැනීමේ අවස්ථාව ලැබී ඇත.

කෙසේ වෙතත් මේ නව තාක්ෂණය කෙතරම් අපගේ ජීවන රටාව හා පැවැත්ම කෙරේ බලපා ඇත්ද යත් වය අපට නැතිවම බැර භාණ්ඩයක් බවට පත් වී ඇත. වෙනත් අයුරකින් පැවසුවහොත් වය එක්තරා අන්දමක ඇඬීමක් වීමක් බවට පත් වී ඇතැයි කිවොත් නිවැරදිය. දුම්බීම, මත්වතුර බීම, සුදු කෙළීම, මත්ද්‍රව්‍යවලට දක්වන ප්‍රේමයකුකුම ජංගම දුරකථන කෙරේ යොමු වී ඇතැයි බටහිර මනෝ විද්‍යාඥයෝ අවධාරණය කරති.

- ඔබ ජංගම දුරකථනවලට ඇඬීමකිවූ කෙනෙක් ද?
- ඔබ උදෙසාම පිබිදුණු ගමන් ජංගම දුරකථනය පිරික්සන්නේද?
- ඔබ ජංගම දුරකථනය සයනයේ තබාගෙන නිදා ගන්නේද?
- ඔබ යන යන තැන එනම් කුසිසියට හෝ නිවෙසේ වෙනත් තැනකට යන අවස්ථාවේදී ජංගම දුරකථනය ගෙන යන්නේද?
- ඔබ දරුවන් හා සැමියා හෝ බිරිය ආදී පවුලේ උදවිය සමඟ ගත කරන වේලාවලදී ජංගම දුරකථනය ගෙන යන්නේද? එසේම වය වරින් වර පිරික්සා බලන්නේද?
- මොනොතකටවත් ජංගම දුරකථනය අසල නොමැතිව සිටීමට අපහසුතාවක් දැනෙන්නේද?

මේ ආදී ප්‍රශ්න රැසකට පිළිතුරුදීමේදී ඔබ “ඔව්” යන පිළිතුර දුනහොත් ඔබ මානසික වශයෙන් ඉතාම හයානක අසරණ තත්ත්වයකට පත්ව සිටින්නෙකි. ඔබ ජංගම දුරකථනයේ වහලොක් බවට පත්වී සිටියි.

ඔබට තනිකමක් දැනුණු විට ඔබගේ එකම මිත්‍රයා ජංගම දුරකථනයයි. ඔබ විඩාවට පත් වී සිටින විට හිතට ගත සැනසීම ගෙන දෙන්නේ ජංගම දුරකථනයයි. ඔබ

කම්මැලිකමින් සිටින විටදී ඔබට ප්‍රාණය ලබාදෙන්නේ ජංගම දුරකථනයයි.

මෙබඳු මානසික තත්ත්වයක් තුළ සිරවී සිටින බොහෝ දෙනා එක්කෝ මත්වතුර පානය කරති. එසේ නැතහොත් මත්කුඩු භාවිත කරති. එසේත් නැත්නම් දුම්වැටි උරති.

මේ අනුව ජංගම දුරකථනයද එවැනි ඇඬීමක් වීමක් ඇති කරන භාණ්ඩයක් බව පැහැදිලි වශයෙන්ම හඳුනාගෙන ඇත.

ආසියාවේ මේ තත්ත්වය තවමත් රෝගී තත්ත්වයකට පරිවර්තනය වී නැති නමුත් ඇමෙරිකාව හා අනෙකුත් බටහිර රටවල මෙම ජංගම දුරකථන ඇඬීමක් වීම දරුණු මානසික රෝගයක් බවට පත් වී ඇත.

ඇමෙරිකාවේ පීට් පර්දේෂණ මධ්‍යස්ථානය (Pew Research centre) මගින් 2011 පවත්වනු ලැබූ සමීක්ෂණයකට අනුව ඇමෙරිකාවේ වැඩිහිටි අය අතුරින් සියයට 46 ක් ජංගම දුරකථනයක ඇසිතිකරුවන් බවත් 2011 දී පවත්වනු ලැබූ සමීක්ෂණයට වඩා සියයට 25 කින් එම ප්‍රමාණය වැඩි වී ඇති බවත් කියැවේ.

එසේම හාවඩ් ව්‍යාපාරික විද්‍යාලයේ ආචාර්ය ලෙස්ලි පර්ලොව් පවසන අන්දමට උදෙසා පිබිදීමෙන් පසු සියයට 70 ක් දෙනා තම ජංගම දුරකථනයේ පණිවිඩ පිරික්සා බැලීමට පුරුදුව ඇති අතර නින්දට යාමට පැයකට පමණ පෙර එම කාර්යයම සිදු කරති. එසේම සිකුරාදා ඇතුළුව සති අන්තයේදී 48% දෙනා සේම නිවාඩු කාලවලදී 51% ක් පමණ දෙනා එම පිරික්සීම සිදු කරති. ඒ හැරමම වඩා ජංගම දුරකථන නැති වී සතිකයක් ඇතුළතදී අලුතින් එකක් ගත නොහැකි වුවහොත් 44% ක පමණ පිරිසක් අතිශය කාන්සාවකට පත්වන බවත් පර්ලොව්ගේ සමීක්ෂණයෙන් හෙළි වී ඇත.

මේ අතර එංගලන්තයේ පර්දේෂණ ආයතනයක් මගින් පැවැත්වූ සමීක්ෂණයකට අනුව එම රටේ සිටින ජංගම දුරකථන හිමිකරුවන් අතුරින් සියයට 53 ක්ම තම දුරකථනය නැති වීම, බැටරිය අකර්මණය වීම හෝ මුදල් අවසන් වීම මෙන්ම පණිවුඩ ලබාගත නොහැකි තත්ත්වයක් ඇති වුවහොත් වැනි කරුණු නිසා අතිශය වික්ෂේපයට හා මානසික අසහනයකට පත්වන බව දැක්වේ.

ඒ අනුව එම මානසික අසහනය ‘ජංගම දුරකථනයක් නැතිවීමේ භීතිය’ (No Mobile Phone Phobia) ලෙස හඳුන්වනු ලබයි. මෙම සමීක්ෂණයට අනුව පිරිමින් අතුරින් 58% ක් හා කාන්තාවන් අතුරින් 47% ක් මෙම භීතියට පෙළෙන බව පෙනේ. මෙම සමීක්ෂණය සඳහා 2163 පිරිසක් උපයෝගී කරගන්නා ලදී.

එසේම ළඟ එන විවාහ මංගල්‍යයක් නිසා ඇතිවන ආතතිය හා සමාන තත්ත්වයක් මෙම භීතිය නිසා ඇති වන බවද මෙම සමීක්ෂණය පෙන්වා දී ඇත. මෙම භීතිය ඇමෙරිකාවේ තවත් උග්‍ර තත්ත්වයකට පෙරළී ඇති බව පෙනී ගොස් ඇත. සෑම ඇමෙරිකානුවන් තිදෙනෙකුගෙන් දෙදෙනෙකුම ජංගම දුරකථන සමඟ රාත්‍රී නින්දට යන බව හෙළිවී ඇත. එසේම අඹු සැමියන් ලෙස හැසිරෙන විටදී පවා සියයට 34 ක් පමණ දෙනා ජංගම දුරකථන පණිවිඩවලට උත්තර දෙන බවද හෙළි වී ඇත. මේ හැර සපත්තු නැතිව සතිකයක් පමණ ගමන් යා හැකි නමුත් ජංගම දුරකථනයක් නැතිව ගමනක් යෑම ඇමෙරිකාවේ සිදු නොවන බව පෙනේ. එසේම ජංගම දුරකථන ඇසිති අයගෙන් වැඩි පිරිසක් කිසි අවස්ථාවක තම දුරකථනය අක්‍රීය කිරීම නොකරති. එසේම ජංගම දුරකථන

නොමැති වීමේ භීතියට සියයට 66 ක් පමණ දෙනා දැනට පෙළෙන බවද හෙළි වී ඇත.

විශේෂයෙන්ම ජංගම දුරකථන කෙරේ වැඩි ඇඬීමක් වීමක් සිදුව ඇත්තේ තරුණ වියේ පසුවන වනම් 18 ත් 30 ත් අතර වයස් සීමාවේ සිටින අය බවද පෙනී ගොස් ඇත.

ඇමෙරිකාවේ කනෙක්ටිකට් ජනපදයේ වෙස්ට්හාට්ට්හි වෙසෙන සුප්‍රකට මනෝවිද්‍යාඥයෙකු වන ඩේවිඩ් ශ්‍රින්ට්ලිඩ් පවසන අන්දමට පරිගණක තාක්ෂණය ඇඬීමක් වීමකට පහසුවෙන් ඉඩ සලසන්නේ, ඒවායේ ඉහළ මානසික ක්‍රියාකාරීත්වයක් (Psychoactive) පවතින නිසා බවත් එමඟින් විත්ත ස්වභාවයේ වෙනසක් සිදු කිරීමටත් එසේම සතුටක් විනෝදයක් ඇති කිරීමටත් සමත් වන හෙයිනි.

ජංගම දුරකථන හදිසි අවශ්‍යතා සඳහා භාවිත කිරීමට අත්‍යවශ්‍ය භාණ්ඩයක් වන නමුත් එයින් සාමාන්‍ය දිවි පෙවෙතට සිදුවන හානි සහ බාධා වැඩි බව බටහිර මනෝ විද්‍යාඥයෝ අවධාරණය කරති.

බටහිර රටවල ජංගම දුරකථන සමඟ ජනිත වන භීතිය ඉතාම උග්‍ර තත්ත්වයට පත්ව ඇතැයි පවසන මනෝ විද්‍යාඥයෝ ආසියාවේදී එම තත්ත්වය ශීඝ්‍රයෙන් වැඩිවෙමින් පවතින බවට අනතුරු ඇඟවති.

ජපානයේ ජංගම දුරකථන සම්බන්ධයෙන් උප සංස්කෘතියක් බිහිවී ඇති බවත් වය ‘කෙයිටයි කල්ටර්’ (Keitai Culture) යනුවෙන් හඳුන්වනු ලබන බවත් වාර්තාවේ.

ජංගම දුරකථන බිලියන 2.5 ක් විසිරී ගොස් ඇති ආසියාවෙන් එම දුරකථන නිසා සිදුවන අනතුරු රැසක් පිළිබඳවද වාර්තා වී ඇත.

මේ අතර සිංගප්පූරුවේ සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයක් වන ටච් සයිබර් වෙල්ෆ් සෙන්ටර් (Touch Cyber Wellness Centre) ආයතනයේ කළමනාකාර වොං ඊ.ජේ. පවසන්නේ “තරුණයින්ට මේරූ මනසක් නොමැති නිසා ආත්ම පාලනයක් කර ගැනීමට නොහැකි වනවා. ඒ අනුව නවීන ජංගම දුරකථන පාලනයක් සහිතව පාවිච්චි කිරීමට ශක්තියක් නැතැ” යි යනුවෙනි.

සිංගප්පූරුවේ කුඩා දරුවන්ටත් මෙබඳු නවීන දුරකථන ලබාදීම නිසා ඔවුන්ගේ ඉගෙනීමට බාධා වනවා සේම මානසික වර්ධනය විකෘති වීමක් සිදුවන බව හෙතෙම පවසයි.

ජංගම දුරකථන අප රටේ පවා සංකීර්ණ ප්‍රශ්නයක් බවට පත්වෙමින් පවතී. ජංගම දුරකථනයෙන් කරා කරමින් රිය පැදවීම නිසා රියපදවන තැනැත්තාට පමණක් නොව මහ මඟ සිටින අහිංසක ජනතාවටද නොයෙකුත් ආපදාවලට මුහුණදුන් අවස්ථා ගැන අපට නොයෙකුත් වාර්තා ලැබී ඇත.

ජංගම දුරකථනයකින් කතා කරමින් මහ මඟ කහ ඉරෙන් පාර හරහා මාරුවෙන ගැහැනු ළමයෙකු පොලිස් නිලධාරියෙකු විසින් අත්අඩංගුවට ගනු ලැබ අවවාද කර නිදහස් කරන ආකාරය මා දුටු එක් සිදුවීමකි. එසේම මහ මඟ ගමන් කරන වැඩි දෙනා එසේ ගමන් කරද්දී ජංගම දුරකථනයෙන් කරා කරමින් යෑම අද ඉතාම සුලබ දසුනකි.

වඳුරාට දැළි පිහිය දුන්නාක් මෙන් නොමේරූ තරුණ තරුණියන් මෙම මෙවලමේ වහලොක් බවට පත්වීම අතිහයානක තත්ත්වයක් බව බටහිර රටවලට සිදුවී ඇති ව්‍යසනයෙන් අපද වහාම පාඩමක් ඉගෙන ගත යුතුව ඇත.



**කාර්මිකවේදයේ විප්ලවයට හරිසි**



**උණුසුම් පුවත්**

දැන් ශ්‍රී ලංකාවේ, කැනඩාවේ සහ ලෝකයේ  
ඕනෑම රජයානිතී නාලිකාවක් සජීවීව

මසකට \$ 15.00 පමණි

1500 කට අධික නාලිකා සජීවීව 1000 කට අධික නවීණ 2D සහ 3D චිත්‍රපට  
සිංහල ටෙලිනාට්‍ය

අමතන්න  
දිල්රැක්: 647 403 2259



# Tutoring

## From Grade 08 to 12

<b>Mathematics</b> <b>Physics</b> <b>Programming</b> (Java, C#)	<b>Grade 12 Mathematics</b> Advance Functions Limits Calculus
--	--

- Supporting for homework and tests
- Full attention for improving knowledge
- Home Visits possible

**Experience and qualified teacher for excellent results**

Contact  
**Kithsiri Jayasinghe**  
(BSc. , MSc. Mathematics & Comp. Science)

Email: [jayakithsiri@hotmail.com](mailto:jayakithsiri@hotmail.com)

Phone - 647 705 1606 / 647 946 9504



# TRICO

**TRICO MARITIME**

(Sole Authorized Agent of  
Trico Maritime (Pvt) Ltd. Sri Lanka)

The first Customs Bonded Warehouse for Personal  
Effects and gift items clearance in Sri Lanka

**Serving People Worldwide Reliably for 35 Years**

*SRI LANKA'S BEST AND  
LARGEST CLEARING  
FACILITIES IN THREE  
MAJOR CITIES SINCE 1980*

*special service to  
Colombo, Jaffna,  
Kilinochchi, Batticaloa,  
Trincomalee, Vavuniya  
& Mannar*

**COLOMBO**

**GALLE**

**KURUNEGALA**



**DOOR TO DOOR SERVICE  
to any part of Sri Lanka**

**TORONTO: DERRICK ANTON / SUTHAN**  
**647.833.3020 | 289.892.4289**

**Our Canadian Agents**

**OTTAWA : 613 513 6106 (SAMAN) • MONTREAL: 514 884 8550 (VICKIE / NOEL) • VANCOUVER: 604 771 0026 (Sunny)**

**CALGARY: 403 971 6721 (SAMAN) • WINNIPEG: 204 800 2364 (MANGALIKA) • ALBERTA : 403 971 6721 (SAMAN)**

HEAD OFFICE	COLOMBO WAREHOUSE	KURUNEGALA WAREHOUSE	GALLE WAREHOUSE
Trico Maritime (Pvt) Ltd 50K Cyril Perera Mawatha Colombo 13 Tel: 2345580 / 2345581 Fax: 2432000	Trico Maritime (Pvt) Ltd 414/17 K. Cyril Perera Mawatha Colombo 13 Tel: 2448270 / 2440114 Fax: 2432000	Trico Maritime (Pvt) Ltd Humbara Road Sandagala Uhumeeya Tel: 073 2238924 / 037 2238925 Fax: 037 2238967	Trico Maritime Pro Cargo Distribution (Pvt) Ltd No. 331 Matara Rd, Kangoda, Galle Tel: 091 2234842 Fax: 2234841

Trico Maritime Freight Forwarding Canada Inc.  
151 Nashdene Rd, Unit #5, Scarborough On. M1V 4B9  
Intersection: Markham Road/Nashdene Road

**Tel: 413 335 8800**  
**Fax: 416 335 8848**

**email: [info@tricomaritime.ca](mailto:info@tricomaritime.ca)**  
**[www.tricomaritime.ca](http://www.tricomaritime.ca)**



# සිනහවේ ප්‍රභේද

■ මංජුලා පුෂ්පරංගනී

සිනහව හදවතේ කැඩපතයි. ඒ නිසා සිනහව තුළින් ගතිගුණ අනාවරණය කර ගත හැක. යමෙකුගේ සිනහවෙන් ආදරය, සෙනෙහස, අවිඥාව, රැවටීම, කපටිකම, මෝඩකම, අහිංසක කම, උමතු බව හා සමච්චල් බව ආදී මෙකී හොඳී බොහෝ කරුණු කාරනා තේරුම් ගත හැක. ඉහත සඳහන් ලෙස සිතුවිලි අනුව පහළ වන සිනහව විවිධාකාර වේ. ඒ අනුව දේහ ලක්ෂණ විද්‍යාවේ සිනහව වර්ග 6 ක් පෙන්වා දී ඇත. ඒවා මෙසේයි.

- සිතය සිනහව
  - හසිතය සිනහව
  - විහසිතය සිනහව
  - උපහසිතය සිනහව
  - අපහසිතය සිනහව
  - අති හසිතය සිනහව
- මෙම සිනහව වර්ග වෙන වෙනම අධ්‍යයනය කරමු.

**1. සිතය සිනහව**  
 මෙම සිනහව පහළ වන විට මුහුණ ඉතාම සෞම්‍ය ස්වභාවයක් ගනී. දැස මදක් විවර වේ. සිනහව මුහුණ පුරාම පැතිරී යයි. මෙම සිනහව දකින විට ගෞරවයක්, භක්තියක් ඇතිවේ. තොල් පෙති සෙලවේ. දත් නොපෙන්වේ. කිසිදු හඬක් ඇති නොවේ.

**2. හසිතය සිනහව**  
 දත්වල අග කොටස පමණක් පෙන්නේ. කිසිදු හඬක් සිනාසෙන විට නොනැගේ. මෙම සිනහවද මුහුණට ඇති කරණයේ ආන්ත ප්‍රසන්න බවකි. මෙම සිනහව වර්ගය හා ඉහත සිතය සිනහව යන දෙවර්ගය බුදු, පසේබුදු, මහරහත් උතුමන් උදෙසා පිහිටයි.

**3. විහසිතය සිනහව**  
 මෙම සිනහව බොහෝ විට කුඩා දරුවන් තුළින් මතු වේ. මිහිරි හඬකින් යුක්තය. මෙම සිනහව තුළ රාගය, ද්වේශය, මෝහය නැත. පුද්ගලයෙකු බොහෝ ප්‍රීතියෙන්, සිතේ සැහැල්ලුවෙන් සිටින විට ඇති වේ.

**4. උපහසිත සිනහව**  
 හිස හා උරහිස් පමණක් සැලෙන ලෙස පහළ වන සිනහවයි. පිරිසිදු සිත් ඇත්තන්ට මෙම සිනහව පහළවේ.

**5. අපහසිත සිනහව**  
 සිනහව පාලනය කර ගත නොහැකිව දැස්වලින් කඳුළු ගලන තුරු පවතින සිනහවයි. මෙහිදී සිරුරේ ඉන්ද්‍රිය උඩ කොටසේ අවයව සෙලවේ. හඬ හඟා සිනාසෙන අතර ඇතැම් විට අංගවලනයෙන්ද දැකිය හැක.

**6. අති හසිතය සිනහව**  
 මෙම සිනහවද පාලනය කර ගත නොහැක. දැස්වලින් කඳුළු පතින තුරුම සිනා සේ. මෙම සිනාවේදී මුළු සිරුරම සෙලවේ. නූගතූන් මෙම සිනහව ප්‍රදර්ශනය කරයි.



## ■ සුමනදාස විරසිංහ

නිරයෙ අග්නිකන්ධන්ධ ව පෙතලොකං ව අත්තිකං නිරව්ජානගො නිං ව මං සක්ඛකං ව මානුසං විමා නං දෙව ලො කමිති නිමිත්තං ව පංච දුස්සරෙර

මෙම ගාථා ධර්මයෙන් තමන් අදහන්නා වූ ආගම කුමක් වුවද මරණය සිදුවන මොහොතේදී දර්ශනය වන්නා වූ නිමිති පහක් ගැන සඳහන් වේ. එම නිමිත්තට අනුව ඊළඟ ප්‍රතිසන්ධි තලයේ පුනර්භවය ඇතිවන බැව් පැවසේ.

- අග්නි ජාලාවක් දර්ශනය වේ නම් - නිරයේ පුනර්භවය සිදුවේ
- අත්තිකාරයක් දර්ශන වේ නම් - ප්‍රේත යෝනියක පුනර්භවය සිදුවේ
- වන සතුන් හා වනාන්තර දර්ශනය වේ නම් - තිරිසන් යෝනියක පුනර්භවය සිදුවේ
- මියගිය ඥාතීන් හෝ මිනිසුන් දර්ශනය වේ නම් - මිනිසන් භවයේම පුනර්භවය සිදුවේ
- දිව්‍ය විමාන දර්ශනය වේ නම් - දිව්‍ය ලෝකයක පුනර්භවය සිදුවේ

මියගිය සිටින කෙනකුට දර්ශනය වන මෙම පංච නිමිති ගැන පර්යේෂණය කර විමසා බලා අත්දැකීම් ලබාගත් විට මෙකී නිමිතිවල ඇති සත්‍යතාවය ප්‍රත්‍යක්ෂ කර ගැනීමට හැකි වේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ ප්‍රේතවත්තු, විමානවත්තු වැනි සූත්‍ර දේශනා කොට වදාළේ මිනිසුන් අතින් සිදුවන්නා වූ අකුසල්වලින් වළක්වා කුසල් රැස්කර ගැනීමට උනන්දු කරවීමට හා ඒ තුළින් මිනිසාගේ මෙලොව පරලොව දෙකෙහිම යහපත සලසාදීමටය.

අපාය ගැන දේශනා කොට මිනිසුන් බිය ගන්වා හෝ දිව්‍යලෝක ගැන දේශනා කොට මිනිසුන්ට සුරංගනා ලෝක මවා පා බුදුදහමට මිනිසුන් පොළඹා ගැනීමට ක්‍රියා නොකළ ආගමික ශාස්ත්‍රවරයකු වී නම් ඒ බුදුපියාණන් වහන්සේමය. ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ලෝකත්‍රයම ඇති සැටියෙන්ම දැන වදාළ බැවින් ලෝකවිදු නම් වන සේක. එවන් දහමක් ගැන සැක නොකොට මැරෙන මොහොත දර්ශනය වන පංච නිමිති ගැන විමසිලිමත්ව කරුණු අධ්‍යනය කර බලා සත්‍ය තේරුම් ගත හැකිය.

### අග්නි ජාලාවක් දර්ශනය වන්නේ හඳුනාගත හැකි ලක්ෂණ

මියගිය මොහොතේ ගිනි ගොඩක් පේනවා යැයි කියන අය මෙන්ම ඒ බව නොකියා දනවා දනවා යැයි කියමින් කෑ ගසන අයද සිටිති. තවත් සමහරු කිසිවක් නොකියා අතිනයන් මගින් (පිළිස්සෙන විට පළකරන ඉරියව්) පළ කරති. ගින්නක් ඇවිලෙන විට කටින් පිඹ විය නිවා දමන්නට හදන ලෙස හුළු පිඹින අය සිටිති. වතුර වතුර කියා ජලය නොයන අය සිටිති. එවන් අය නිරයේ යන්නේ වෙති.

### අත්තිකාරය දර්ශනය වන්නේ හඳුනා ගැනීම

“මට මොකවත් පේන්නෙ නෑ. ලාමිපු පත්තු කරන්න. ලයිට් දමන්න. හර්ම කළුවරයි. මොකවත් පේන්නෙ නෑ” යැයි මරණ මොහොතේ කියන අය සිටිති. එළියක් අරගෙන වන ලෙස කෑගසන අය සිටිති. ඇස්වලින් ගසමින් ඇස් පොඩි කරමින් ඇස් නොපෙනෙන අය ඇස්වලින් පලකරන ඉරියව් පළ කරන අය සිටිති. එවන් අය කිසියම් ප්‍රේත යෝනියක පුනර්භවයක් ලබන්නේ වෙති.

වන සතුන් හා වනාන්තර දර්ශනය වන්නේ හඳුනා ගැනීම  
 අලි වනවා හරක් වනවා යැයි සතුන්ගේ නම් කියමින්

කෑ ගසන අය මෙන්ම එසේ නොකියා සතුන් විලවන ශබ්ද පිට කරන්නේ වෙති. එසේම නොයෙක් සතුන්ගේ කෑගසන හඬට සමාන හඬ පිටකරමින් මියයන්නේ සිටිති. වනාන්තර ගැන තොරතුරු කියන්නේ වෙති. එසේම කැළේ යන අය මෙන් විපරමින් වටපිට බලන ඉරියව් පල කරන අය සිටී. එසේ වන සතුන් හා කැළෑවන් දර්ශනය වන්නේ මරණයෙන් පසු තිරිසන්ගත යෝනිවල පුනර්භවය ලබන්නේ වෙති.

### ඥාතීන් හා මිනිසුන් දර්ශනය වන්නේ හඳුනා ගැනීම

මියගිය මොහොතේ තම මියගිය ඥාතීන් දර්ශනය වන අය මෙන්ම ජීවතුන් අතර සිටින අයගේ නම් කියමින් කතා කරන අය එම අයගේ තොරතුරු කියන අය ඒ අය සිතියට වන අය මරණයෙන් මතු මිනිසන් භවයේම පුනර්භවය ලබන්නේ වෙති.

### දෙවියන් හා දිව්‍ය විමාන දර්ශනය වන අය

මරණාසන්න මොහොතේ ප්‍රසන්න මුහුණින් යුතුව මල් සුවඳ හා මල් ගැන කතාකරන එසේම බියකරු ඉරියව් කිසිවක් පළ නොකර අහස දෙස බලා සිටින්නාක් මෙන් උඩ සිටින දෙවිවරු ගැන කියන අය සිටී. එවන් අයගේ මුඛින් දිව්‍ය විමාන දිව්‍ය රථ ගැන ප්‍රකාශ වේ. සුදත්ත සිටිතුමා, දුටුගැමුණු රජතුමා වැන්නවුන්ට මෙවන් දර්ශන පෙනුන බැව් බෞද්ධ පතපොතේ සඳහන්ව ඇත. වර්තමානයේදී එවැන්නෝ ගැන අසන්නට ලැබෙන අවස්ථා ඇත. එසේ දිව්‍ය විමාන, දිව්‍ය රථ මල්මාලා, මල්වට්ටි ආදී දර්ශනය වන්නේ මරණයෙන් මතු සුගතිගාමී දිව්‍ය ලෝකවල පුනර්භවයන් ලබන්නේ වෙති.

මේ නිසාම මරණාසන්නව සිටින අය වෙත හික්ෂුන් වහන්සේ වැඩම කරවා ධර්ම දේශනා කරවීම, පිං පොත කියවීම ආදී සිරිත, වාරිතු අදත් බෞද්ධ සමාජයේ පවතී. බෞද්ධ ශාසන ඉතිහාසයේ සඳහන්ව ඇති ධම්මික උපාසකතුමාගේ කථාව තුළින්ද දිව්‍ය ලෝකවල උපදින අයට දිව්‍ය රථ හා දිව්‍ය විමාන දර්ශනය වන බව බුදුරජාණන් වහන්සේ හික්ෂුන් වහන්සෙලාට පැහැදිලි කර දී ඇත.

හදිසි අනතුරුවලින් ඉතාමත් කෙටි කාලයක් තුළදී මරණයට පත්වන අය තුළ ඉහත පංච නිමිති දර්ශනය වේද යන්න සිත පිළිබඳ ව නොදත් කෙනකුට ගැටලුවක් විය හැක. එහෙත් මෙකී දර්ශනයක් පහළවීමට චිත්තක්ෂණයක් ප්‍රමාණවත්ය.

විශුද්ධ මාර්ගයෙන් පෙන්වා දී ඇති ආකාරයට ජීවියකුගේ පරම ජීවිත කාලය ඉතා කෙටි මොහොතක් වන අතර විය එක් සිතිවිල්ලක් පවතින තෙක් පමණක් වේ. රථ රෝදයක් කැරකෙමින් යන විට රෝදය එක් මොහොතක් පොළව හා බද්ධ වී පවතින්නේ එක් ස්ථානයකින් පමණක් වන සේම ජීවියාගේ පැවැත්ම පවතින්නේ එක් සිතිවිල්ලක් පවතින තරම් සුළු මොහොතක් බව පෙන්වා දෙයි. ඒ අනුව යම් සිතිවිල්ලක් සත්වයාගේ සිත තුළ පහල වීද ඊට අදාළ ගති ස්වභාවයන් ඇත. ඒ ගති ස්වභාවය දේව ගතියක් විය හැක. මනුෂ්‍ය ගතියක් විය හැක. ප්‍රේත ගතියක් විය හැක. තිරිසන් ගතියක් විය හැක. දුගති සත්ව ගතියක් විය හැක. එම ගති නිමිති ස්වභාවය අනුව පංච නිමිති දර්ශන පහළ වීම චිත්ත නියාමය වේ.

මේ නිසා බුදුමඟ ගමන් කරන බෞද්ධයන් වශයෙන් තම තමාගේ චිත්ත සන්තානයක් තුළ නිරන්තරයෙන් මනුෂ්‍ය ගතිගුණ හා දේවගති ගුණ පවත්වාගෙන යෑමට සිහිබුද්ධියෙන් කටයුතු කිරීමට පුරුදු පුහුණු වන්නේනම් මරණාසන්න මොහොතේ සුගතිගාමී නිමිති දැකගැනීමට හැකියාව ලැබේ.

LESSON 16

Hope you are now able to ask questions in French! Knowing how to ask questions will definitely help you in overcoming many situations. Last lesson has laid the very foundation to asking questions and forming sentences with 'Avoir' expressions. By now you have a certain knowledge about how French conversations and grammar work. There were some exercises given in order for you to put what you learnt so far in to practice. If there are questions with regard to any of the lessons or if you want your exercises to be corrected, you can email them to kumudu4444@gmail.com.

This month's Dasatha issue presents you the countries of the world in French. You will soon be able to name all the countries on a world map in French. The grammar lesson continues as usual to improve your grammar knowledge and to help you construct sentences using correct grammar. Exercises will help you put what you learnt so far in to practice. Enjoy learning! Thank you!



Le Vocabulaire (ලවොකැඩියුලෑර්) - Vocabulary

The vocabulary section of this month's Dasatha issue presents a lesson on the names of countries of the world. In order to improve your general vocabulary it is important to present the names of the countries. You would need to know the countries in order to hold a conversation confidently. In the table, the (m) and (f) indicate the gender of the country. You have to know the genders of the countries in order to get the correct preposition to construct a sentence.

✓ Countries that are masculine and plural take à or de and the appropriate definite article except when these countries that are masculine start with a vowel. Then they take en with the meaning of to or in and d' to mean from.

Ex: Je vais au Canada  
Elle va aux États-Unis

✓ Countries that are feminine and continents take en or de without any article.

Ex: Elle va en Chine  
Ils vont en Asie

Les Pays du monde (ලෙපෙයිදියු මොන්ද්) – The countries of the world

l'Afghanistan (m) (ලෝගනිස්තාන්)	Afghanistan
l'Afrique du Sud (f) (ලෝරික්දියුසියුද්)	South Africa
l'Albanie (f) (ලේඩනි)	Albania
l'Algérie (f) (ලේජෙරි)	Algeria
l'Allemagne (f) (ලේමාන්කු)	Germany
l'Andorre (f) (ලන්දෝර්)	Andorra
l'Angleterre (f) (ලොන්ග්ලන්ඩ්)	England
l'Angola (m) (ලොන්ග්ලොලා)	Angola
l'Antigua-et-Barbuda (f) (ලොන්ග්ගුණා ඒ බර්බුදා)	Antigua and Barbuda
l'Arabie saoudite (f) (ලොබි සැද්දිත්)	Saudi Arabia
l'Argentine (f) (ලෝජෙන්තින්)	Argentina
l'Arménie (f) (ලෝමෙනි)	Armenia
l'Australie (f) (ලොස්ත්‍රාලි)	Australia

l'Autriche (f) (ලොන්ත්‍රිෂ්)	Austria
les Bahamas (f) (ලෙබහමාස්)	Bahamas
le Bahreïn (බාහේරේයින්)	Bahrain
le Bangladesh (බෙංග්ලාදේෂ්)	Bangladesh
la Belgique (ලාබෙල්ජික්)	Belgium
le Bhoutan (බ්‍රූතාන්)	Bhutan
la Birmanie (ලාබිර්මානි)	Burma
la Bolivie (ලාබොලිව්)	Bolivia
le Botswana (ලෙබොස්වානා)	Botswana
le Brésil (ලෙබ්‍රෙසිල්)	Brazil
le Brunéi (බ්‍රූනෙයි)	Brunei
la Bulgarie (ලාබුල්ගේරි)	Bulgaria
le Burundi (ලෙබුරුන්දි)	Burundi
le Cambodge (කැම්බෝජ්)	Cambodia
le Cameroun (කැමරොන්)	Cameroon
le Canada (කැනඩා)	Canada
le Chili (චිලි)	Chile
la Chine (චීන)	China
la Colombie (ලාකොලොම්බි)	Colombia
le Congo (ලෙකොංගෝ)	Congo
le Chili (චිලි)	Chile
la Chine (චීන)	China
la Colombie (ලාකොලොම්බි)	Colombia
le Congo (ලෙකොංගෝ)	Congo
la Corée du Nord (ලෙකොරේදියුනෝර්)	North Korea
la Corée du Sud (ලෙකොරේදියුසියුද්)	South Korea
le Costa Rica (ලෙකොස්තාරිකා)	Costa Rica
la Côte d'Ivoire (ලාකොත්දිවෝර්)	Côte d'Ivoire
la Croatie (ලාක්‍රොවේෂි)	Croatia
Cuba (කියුබා)	Cuba
le Danemark (ලෙදැනේමාර්ක්)	Denmark
la Dominique (ලාදොමිනික්)	Dominica
l'Écosse (f) (ලෙකොස්)	Scotland

l'Égypte (f) (ලීජිප්ත)	Egypt
les Émirats arabes unis (m) (ලේස්එමිරා අරාබි යුනි)	United Arab Emirates
l'Équateur (m) (ලෙක්ආතර්)	Ecuador
l'Espagne (f) (ඒ,iamdJH&)	Spain
les États-Unis (m) (ලෙතාස්යුනි)	US
l'Éthiopie (f) (ලීතියෝපි)	Ethiopia
la Finlande (ලාෆින්ලන්ද්)	Finland
la France (ලාෆ්‍රාන්ස්)	France
le Gabon (ලෙගබො)	Gabon
la Géorgie (ලාජෙර්ජී)	Georgia
le Ghana (ලෙගනා)	Ghana
la Grèce (ලාග්‍රෙක්)	Greece
le Guatemala (ලෙතෝනමාලා)	Guatemala
la Guinée (ලාගිනෙ)	Guinea
la Guyana (ලෙගියානා)	Guyana
Haïti (අයිටි)	Haiti
la Hongrie (ලෙමංගරි)	Hungary
Île Maurice (f) (ඊල්මෝරිස්)	Mauritius
les Îles Marshall (ලේස්එල්මර්ෂල්)	Marshall Islands
les Îles Salomon (ලේස්එල්සලොමො)	Soloman Islands
l'Inde (f) (ලෙන්ද්)	India
l'Indonésie (f) (ලෙන්දොනේසි)	Indonesia
l'Iran (m) (ලීරාන්)	Iran
l'Irak (m) (ලීරාක්)	Iraq
l'Irlande (f) (ලීර්ලන්ද්)	Ireland
l'Irlande du Nord (f) (ලීර්ලන්ද්දියුනෝර්)	Northern Ireland
l'Islande (f) (ලීස්ලන්ද්)	Iceland
Israël (m) (ඉස්රාඑල්)	Israel
l'Italie (f) (ලීතාලි)	Italy

Grammaire (ග්‍රාමෑර්) Grammar



Hope you studied the lesson on Avoir expressions presented in the last lesson of Dasatha! Now you must be able to construct sentences correctly using the avoir expressions when required. In this issue, we are going to learn the possessive pronouns that indicate the possession in a different way. These pronouns are very important when constructing proper sentences and indicating possession.

English Meaning	singular		plural	
	masculine	feminine	masculine	feminine
Mine	le mien (ලේමියො)	la mienne (ලාමියෙනි)	les miens (ලෙමියො)	les miennes (ලෙමියෙනි)
Yours	le tien (ලේතියො)	la tienne (ලාතියෙනි)	les tiens (ලෙතියො)	les tiennes (ලෙතියෙනි)
His/Hers	le sien (ලේසියො)	la sienne (ලාසියෙනි)	les siens (ලෙසියො)	les siennes (ලෙසියෙනි)
Ours	le nôtre (ලෙනෝත්‍ර)	la nôtre (ලානෝත්‍ර)	les nôtres (ලෙනෝත්‍ර)	les nôtres (ලෙනෝත්‍ර)
Yours	le vôtre (ලෙවෝත්‍ර)	la vôtre (ලාවෝත්‍ර)	les vôtres (ලෙවෝත්‍ර)	les vôtres (ලෙවෝත්‍ර)
Theirs	le leur (ලෙලෝර්)	la leur (ලාලෝර්)	les leurs (ලෙලෝර්)	les leurs (ලෙලෝර්)

■ The possessive pronoun always replaces the possessive adjective and its noun.

Ex: Est-ce que c'est votre stylo? – Is this your pen?  
Oui c'est le mien – Yes it is mine

■ The possessive pronoun agrees with the noun it replaces and not with the subject of the sentence

Ex: J'ai ma voiture et ma sœur a la sienne – I have my car and my sister has hers

■ It is important to note that the prepositions à and de contract the definite article in the possessive pronoun as well

Ex: Il pense souvent à ses frères (He often thinks of his brothers) → Il pense souvent aux siens (He often thinks of them)

Son père est près de mon père (Her father is near my father) → Son père est près du mien (Her father is near mine)

■ It must be translated by Ce before a pronoun  
Ex: Ce sont les siennes - These are hers

■ Mine, Yours, Theirs, Hers, His etc. can also be translated by à moi, à toi, à eux, à elle, à lui  
Ex: C'est la maison de qui? – Whose house is this?

Cette maison est à moi – This house is mine


■ Own is translated either by Propre or à moi, à toi, à eux, à elle, à lui

Ex: C'est notre propre voiture – It is our own car  
C'est notre voiture à nous – It is our own car

Kumudu Abeywardena

Masters (French Literature), BA (Modern Languages),  
Dip (AFC)  
kumudu4444@gmail.com





# TB



## KNOW YOUR RIGHTS

**TISSA BOYAGODA, LL.M**

**TISSA BOYAGODA, LL.M**  
Barrister, Solicitor & Notary Public  
Former Staff Lawyer in Criminal and Family Law with Manitoba Legal Aid, Former Judge, Sri Lanka

<b>Areas of Practice</b>	Criminal Law	Small Claim Court Matters
	Family Law	Power of Attorneys
	Real Estate	Last Wills
	Immigration Matters	Notarizations
	Civil Litigation	

GET ALL YOUR LEGAL QUESTIONS ANSWERED

<p>1965 Britannia Road West, Suite 208 Mississauga, ON, L5M 4Y4</p>	<p>100 Consilium Place, Suite 200 Scarborough, ON, M1H 3E3</p>	<p>TEL: 416.627.6090 FAX: 289.997.3426 EMAIL: tboyagoda@gmail.com</p>
<p><a href="http://www.tissaboyagodala.com" style="color: white; text-decoration: none;">www.tissaboyagodala.com</a></p>		

MONEY PROBLEMS?™

ඔබගේ සියලුම ණය එක් කුඩා මාසික වාරිකයකින් ගෙවන්න



**ඔබගෙන්ම විමසන්න....**

- ඔබගේ බැංකු අධිරාව (overdraft) සෑම විටම භාවිත කරන්නේද?
- ඔබ රැකියාවේ නිරතව සිටින විටත් නිවසේ පසුවන විටත් නිරතුරුව ණය නිමියන්ගේ තර්ජන නිරිතරවලට ලක්වන්නේද?
- ඔබ නිවාස කුලිය, නිවාස උගස් වාරිකය හෝ වාහන සඳහා වන ගෙවීම් වෙනුවෙන් බලවත් පරිශ්‍රමයක් දරන්නේද?
- ඔබගේ විවාහය සම්බන්ධයෙන් හෝ සෞඛ්‍ය ගැටලු නිසා මූල්‍යමය ගැටලුවලට මුහුණ පා සිටීද?
- ඔබගේ ණය තක්සේරුව (credit rating) සෑම විටම අන්තරාකාරී මට්ටමක තිබේ යැයි ඔබ සිතනවාද?
- ඔබගේ වාහනය, නිවස, RRSP, ව්‍යාපාර කොටස් හා වෙනත් වත්කම් කොයි මොහොතක හෝ අහිමි වේ යැයි බියෙන් පසුවෙන්නේද?
- ඔබට විරුද්ධව උසාවි නියෝග පනවා ඇත්ද?
- ඔබ කැනඩා රජය හා සම්බන්ධිත ආදායම් බදු ගැටලුවලින් පීඩාවට පත්වී සිටීද?



ඉහත ප්‍රශ්නවලින් එකකට හෝ පිළිතුර 'ඔව්' යන්න නම් ඒ සඳහා විසඳුම් ලබා ගැනීමට වහාම අප හමුවන්න



**Mark Shamly**  
Sinhalese Consultant

**Scarborough / Downtown Toronto: 416-489-2000**  
**Mississauga / Brampton: 416-650-5400**



**Ajay Oberoi**  
Government Certified Counsellor

<p><b>Scarborough</b> 201-4433 Sheppard Ave. E Scarborough, ON, M1S 1V3</p>	<p><b>Toronto/Downtown</b> 800-120 Eglinton Ave. E Toronto, ON, M4P 1E2</p>	<p><b>North York</b> 306-1280 Finch Ave. W North York, ON, M3J 3K6</p>	<p><b>Mississauga</b> 110-93 Dundas Street E. Mississauga, ON, L5A 1W7</p>	<p><b>Brampton</b> 201-7990 Kennedy Rd. South, Brampton, Ontario, L6W 0B3</p>
---	---	--	--	---

**Proudly Served over 15,000 Clients since 2004**

Visit : [GtaCredit.Com](http://GtaCredit.Com)





# ALPC

**AHANGAMA LAW**  
PROFESSIONAL CORPORATION



- Real Estate Law
- Immigration Law
- Corporate Law
- Wills, Power of Attorney and Estates
- Family Law  
Simple Divorce/ Separation and Marriage Agreements

100 Cowdray Court, Unit 328  
Toronto, ON  
M1S 5C8

Tel: 647-977-2263  
Cell: 647-215-7642  
Fax: 647-977-2264  
E-mail: info@ahangamalaw.com

**Anoshan Ahangama**

BARRISTER, SOLICITOR & NOTARY PUBLIC

## LAL LAW OFFICE



- ❖ Real Estate
- ❖ Mortgages
- ❖ Immigration Law
- ❖ Family Law
- ❖ Tax Law



**Lal Handapangoda**

Barrister & Solicitor

90 Kennedy Road South, Unit #7  
Brampton, Ontario, L6W 3E7

Tel. 905.457.1025 | Fax 905.457.1045 | Cell 416.838.3966  
Email: lallawfirm@gmail.com

CanLanka Bussiness Association presents.....

# CanLanka Night 2019

**FEBRUARY 16<sup>th</sup>**  
**SATURDAY 2019**  
**7.00 pm onwards**

at Grand Cinnamon Banquet & Convention Centre

For Tickets : Please call

- |                        |                               |
|------------------------|-------------------------------|
| Anura - 416 720 2386   | Siri & Sriyani - 416 571 4270 |
| Gamini - 416 822 2789  | Suranjan - 416 536 4488       |
| Ashok - 416 605 8300   | Sam - 647 833 5783            |
| Thilak - 647 994 6477  | Herman - 416 906 2341         |
| Dimuthu - 705 970 0753 | Aloka - 647 986 2393          |
| Harold - 647 378 9242  |                               |

*Dress code – Smart casual*  
*All proceeds go to charity*



**Ticket**  
**\$45**

- Full course meal
- Live music & Dance
- Cash bar
- Raffle draw
- Photo booth

3895 McNicoll Ave, Scarborough, ON M1X 0C1

# ANOMA PERERA

Barrister, Solicitor & Notary Public  
(Attorney-at-Law, Sri Lanka)

- **REAL ESTATE - Residential & Commercial**
- **WILLS & POWERS OF ATTORNEY**

**EVENING & WEEK END CONSULTATIONS  
AVAILABLE BY APPOINTMENT**



## ANOMA PERERA LAW OFFICE

2985 Drew Road , Suite 216, Mississauga, Ontario. L4T 0A4  
Telephone: (905) 673-5665 Fax: (905) 673-1682  
e-mail : anomaperera01@gmail.com

## IMPERIAL MORTGAGES INC.

**Residential Mortgages, Commercial Mortgage,  
Refinancing, Second Mortgage,  
First Time Home Buyers**

Refinancing: consolidate your debts to improve cash flow turn  
your home equity into cash when you need it most  
(home repairs and renovations, education financing);  
earn a return on your home equity through investments

Self-employed Non-income verifiers Credit issues New immigrants

**Abby Sri Haran**

Senior Mortgage Specialist

Tel: 416 818 1633 Fax: 905 888 6201

Email: abby.residentialmortgages@gmail.com

Licence # 10782





# CanLanka

## BUSINESS ASSOCIATION

A NON- PROFIT ORGANIZATION ESTABLISHED IN 2011

### PROFESSIONAL SERVICES OFFERED BY MEMBERS



**REAL ESTATE**  
**GAMINI ABEYSINGHE**  
www.gaminiabeysinghe.com  
**416.822.2789**



**FINANCIAL SERVICES & INSURANCE**  
**ANURA RANAWEERA**  
**647.872.6356**  
**647.361.7509 EXT 100**



**ACCOUNTING & TAX SERVICE**  
**SIRI & SRIYANI GAMAGE**  
GS ACCOUNTING CO  
www.gsaccounting.ca  
**416.571.4270**



**MONEY TRANSFER**  
**SURANJAN MAHADURAGE**  
THISAL FINANCIAL SERVICES  
**416.546.4488**



**HEATING & AIR CONDITIONING**  
**ASHOK HETTIGE**  
AIR CARE PLUS LTD.  
**416.605.8300**



**MORTGAGE**  
**SAM PREMARATNE**  
**647.833.5783**



**PASTRY CHEF**  
**DIMUTHU PERERA**  
ANDRO CAKES  
SWEETS FOR ANY REASON & SEASON'S  
**416.857.4566**



**CONSTRUCTION & RENOVATION**  
**THILAK WEERAKOON**  
TOWERIIN SERVICES  
**647.994.6377**



**ELECTRICAL CONTRACTOR**  
**DON HERMAN**  
MASTER ELECTRICIAN  
309A NDT ELECTRICAL INC  
**416.906.2341**



**WORLDWIDE OCEAN & AIR SHIPPING**  
**ALOKA SAM WIJESINGHE**  
CEYCAN TRANSHIPPING INC  
**647.986.2393**



**VEHICLE REPAIRS & SERVICES**  
**HAROLD FERNANDO**  
TECH LAN CA AUTO INC  
**647.378.9242**

**1274 WARDEN AVENUE, TORONTO ON M1R2R6, CANADA**

Phone: 647.361.7509 Fax: 289.813.5529  
Toll free: 1.800.611.2882

Website: [www.canlankabusiness.com](http://www.canlankabusiness.com)  
Email: [info@canlankabusiness.com](mailto:info@canlankabusiness.com)

DISCLAIMER – CAN LANKA BUSINESS ASSOCIATION WAIVES ITSELF FROM BEING LIABLE FOR ANY PROFESSIONAL SERVICES PROVIDED BY INDIVIDUAL MEMBERS



RESERVE FEBRUARY 16<sup>th</sup> 2019 FOR

**CanLanka Night Dinner Dance @ GRAND CINNAMON BANQUET HALL**

# පෝෂණ ගුණයන් ඛණ්ඩීය ගුණයන් පිරිසිදු කළ ලේසියෙන් හැඳිකාරයා



## ■ කීර්ති එස්. කුමාර

කුඩා දරුවන් මෙන්ම තරුණ, වැඩිහිටි, මහලු මේ සියලු දෙනා ඉහළ රුචියක් දක්වන විලව්වක් වන කැරට් සඳහා වෙළඳපොළ තුළ ඉහළ ඉල්ලුමක් පවතී. වයස් හේදයකින් තොරව ඕනෑම කෙනෙකුට සුදුසු ආහාරයක් වන කැරට් විවිධාකාර ලෙස ආහාරයට ගත හැකිය. ව්‍යංජන පෝ සුප් ලෙසත්, ළමා ආහාරයක්, සලාදයක් ලෙසත් පමණක් නොව වර්තමානයේ කැරට් කේක්, කැරට් පුඩිං ආදී ආහාර ද සකස් කරයි.

'ඩැයුකස් කැරොටා' යනුවෙන් උද්භිද විද්‍යාත්මකව හඳුන්වන කැරට් විටමින් A බහුල විලව්වකි. අතීත රෝමානුවන්ගේ කෂම මේසයේ මනේශාකෘත ලීලාවෙන් වැජඹුණු කැරට් යොදා පිළියෙළ කරගත හැකි විවිධ ව්‍යංජන ගැන 16 හා 17 වන ශතවර්ෂවල ලියැවුණු ප්‍රංශ හා ජර්මන් 'සුපයාස්තු' පොත්පත්වල සඳහන්ව ඇත. කැරට් අලය මෙන්ම කැරට් මුල් තම්බා සාදාගත් පාන වර්ග ගැනද එහි සඳහන්ව ඇත.

ශරීර අභ්‍යන්තරයේදී විටමින් A සංයෝගය බවට පත්විය හැකි 'කැරොටින්' විශාල ප්‍රමාණයක් කැරට්වල අඩංගුය. කැරට් ග්‍රෑම් 100 ක කැරොටින් ඒකක 1890 ක් පමණ අඩංගු වේ. විලව්වක අඩංගු කැරොටින් ප්‍රමාණය අතින් කැරට් දෙවෙනි වන්නේ 'ලික්ස්' වලට පමණි (ලික්ස් ග්‍රෑම් 100 ක කැරොටින් ඒකක 2435 ක් අඩංගුය) එමෙන්ම සියලුම අලු විලව්වලට වඩා 'පොස්පරස්' අඩංගු වන්නේද කැරට්වලයි.

කැරට් ග්‍රෑම් 100 ක පොස්පරස් ඒකක 530 ක් අඩංගු වේ. ග්ලුකෝස් බහුලව අඩංගු කැරට් අලයෙහි සුක්‍රෝස් සෑහෙන පමණකින් අන්තර්ගතය. එමෙන්ම පොටෑසියම්, සෝඩියම්, කැල්සියම්, මැග්නීසියම්, තඹ, යකඩ, අයඩින් හා කොබෝල්ට් වැනි ශරීරයේ පටක හා අස්ථි වර්ධනයට සුවිශේෂී වශයෙන් දායක වන ඛනිජ වර්ග රාශියක්ම කැරට්වල අඩංගුය. මීට අමතරව ලෙසිතීන් තෙල් සහ මේදද සෙලියුලෝස් සෑහෙන ප්‍රමාණයන්ද කැරට්වල අඩංගුය. සිරුරේ පෝෂණදායී වර්ධනයට අත්‍යවශ්‍ය විටමින් වර්ග වන විටමින් A, B, C, D හා E කැරට් අලය තුළ ඒකරාශී වී ඇත.

### කැරට් ග්‍රෑම් 100 ක අඩංගු පෝෂණ පදාර්ථ

- ශක්ති කිලෝ පුල් 1 සීනි ග්‍රෑම් 5, මේදය ග්‍රෑම් 0.2
- තයමින් මි. ග්‍රෑ. 0.04, විටමින් ඒ 93%
- තයසින් මි.ග්‍රෑ. 1.2, විටමින් ඩී 9.5%
- විටමින් ඩී මිලි ග්‍රෑම් 5, තැල්සීම් මිලිග්‍රෑම් 33
- මැග්නීසියම් මිලිග්‍රෑම් 18, සෝඩියම් මිලිග්‍රෑම් 2.4
- කාබෝහයිඩ්‍රේට් ග්‍රෑම් 9, තන්තු ග්‍රෑම් 3, ප්‍රෝටීන් ග්‍රෑම් 1,
- ඩීටා කැරොටින් 77%, රවිබොප්ලේටින් මි. ග්‍රෑ 0.05,
- විටමින් ඩී 6 මි.ග්‍රෑ. 0.1, විටමින් ඩී මිලි ග්‍රෑම් 7, විටමින් ඊ මිලි ග්‍රෑම් 4, යකඩ මිලිග්‍රෑම් 0.66, පොස්පරස් මිලිග්‍රෑම් 35

ඇසේ පෙනීම සඳහා වැදගත්ම විටමිනය වන්නේ විටමින් A ය. 'රාත්‍රී අන්ධ භාවය' විටමින් ඒ උණනාවය නිසා පහසුවෙන් අපට වැළඳෙන රෝගී තත්ත්වයකි. විටමින් ඒ උණනාවය අධිශ්චල කලක් පැවතීමෙන් කෙනෙකු සදාකාලික අන්ධභාවයට පත්වීමට හා ඔහු පෝ ඇයගේ ඇස්කොන් පිපිරීමටද ඉඩ ඇති බව වෛද්‍ය මතයයි.

අවුරුදු පහට වඩා අඩු දරුවන්ට විටමින් ඒ උණනාවය ඇතිවුවහොත් ඒ සඳහා ඉතා සුදුසු වන්නේ කැරට් හොඳින් ආහාරයට එක් කර ගැනීමයි. එමඟින් විටමින් ඒ හා සම්බන්ධ රෝගී තත්ත්වයන් මගහරවා ගත හැකි බව වෛද්‍ය මතයයි. කැරට්වල අඩංගු කැරොටින් වඩාත් හොඳින් සිරුරට අවශේෂණය කර ගැනීමට අවශ්‍ය නම් කැරට් තම්බා පොඩි කරගැනීමෙන් අනතුරුව ආහාරයට ගත යුතුය. කුඩා දරුවන් හා දුර්වල රෝගීන් සඳහා මෙය වඩා පහසුවෙන් ක්‍රියාවට හැරවිය හැකිය. කැරට් අලයේ පත්‍ර පිහිටි කොටසට සමීප වන්නට ඇස්කොඩික් අම්ලය සහ විටමින් B කාණ්ඩයේ විටමින් වර්ග රාශියක් අඩංගු වේ.

සිරුරේ ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතියේ ප්‍රභලතාව දියුණු කර ගැනීමට අවශ්‍ය නම් ඒ සඳහාද කැරට් ඉතා යෝග්‍ය වේ. දිනපතාම අලුත් කැරට් ආහාරයට එක්කර ගැනීමෙන් රක්ත භීතතාව බොහෝ දුරට මගහරවා ගත හැකිවේ.

### පිළිකා නාශකයකි

සමහර විලව්ව හා පලතුරු වර්ගවල පිළිකා නාශක ගුණ ඇති බව වෛද්‍ය පර්යේෂකයන් දීර්ඝ කාලයක් මුළුල්ලේ කළ පර්යේෂණවලින් සනාථ වී ඇත. කැරට් හා රතු මුල් ඇති ගෝවා විවැනි පිළිකා නාශක විලව්ව දෙකකි. ඒ අනුව පියයුරු, මුත්‍රාශය, ආහාර මාර්ග පද්ධතිය වැනි අවයවවල පිළිකා තත්ත්වයන් අවම කර ගැනීමට කැරට් ආහාරයට ගැනීම ඉතාම සුදුසුය.

'කැරට්' පිළිබඳ සිදුකර ඇති පර්යේෂණ බ්‍රිතාන්‍යයේ නෝර්විජ්හි ආහාර පර්යේෂණායතනයේ වෛද්‍ය විශේෂඥයන් වන ඩේවිඩ් හොග් සහ කොලින් වෑන් විසින් සිදුකරන ලද පර්යේෂණ අනුව ආහාර වේලට වැඩි වශයෙන් කැරට් එකතු කර ගැනීමෙන් පිළිකා මර්දනයට විශාල පිටුවහලක් ලැබෙන බව සනාථ වී ඇත. කැරට්වල අඩංගු කහ පැහැති වර්ණකයන් සමඟ අන්තර්ගත 'ඩීටා කැරොටින්' රසායනිකය නිසා සිරුරේ ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතියේ පවතින පිළිකා සෛල විනාශකර දැමීමට හේතුවන අනු විශේෂයක වර්ධනය වේගවත් වන බව එම පර්යේෂකයන් විසින් සොයාගන්නා ලදී.

### හෘද රෝගවලටද ඔසුවකි

කැරට්වල තිබෙන අධික තන්තු (කෙඳි සහිත බව) ස්වභාවය වෙනත් මේද අධික ආහාර මගින් සිරුරට ලැබෙන කොලෙස්ටරෝල් උරා ගැනීම අවම කරයි. රුධිරයේ කොලෙස්ටරෝල් අඩු කිරීමේ විශේෂ හැකියාවක්

කැරට්වල තිබේ. මේ නිසාම හෘදරෝගවලින් වැළකීම සඳහාද කැරට් වැදගත් මෙහෙයක් ඉටු කරයි. මේ සඳහා උපකාරීවන්නේ කැරට්වල ඇති ඩීටා කැරොටීන්ය.

දියවැඩියා රෝගියෙක් නම් කැරට් අන් අයට වඩා තරමක් අඩුවෙන් ගත යුතුය. කැරට්වල ඇති කාබොහයිඩ්‍රේට් සුළු ප්‍රමාණය මෙවැනි රෝගීන්ට අහිතකර විය හැකිය. එහෙත් රෝගල්වලින් පවා දියවැඩියා රෝගීන්ට තැම්බූ කැරට් ලබාදෙන්නේ එහි ඇති ශක්ති වර්ධන හැකියාව නිසයි.

හෘදයාබාධයකට ප්‍රතිකාර ගැනීමෙන් පසු ඉදිරි කාලය තුළ සිරුරට අවශ්‍ය කැරොටීන් ලබා ගැනීමේ හොඳම ආහාරයක් ලෙස වෛද්‍යවරු නිර්දේශ කරන්නේ කැරට්ය.

### සිරුරේ විෂ ඉවත් කරයි

කැරට්වල අඩංගු 'පෙක්ටීන්' මගින් ආහාර මාර්ග පද්ධතියේ විෂ සහිත ද්‍රව්‍ය එක්වන විට ඒවා සිරුවෙන් ඉවත් කරයි. ආහාර මාර්ග පද්ධතිය තුළ බාධාවකින් තොරව ආහාර හොඳින් ගමන් කිරීමටත්, ආහාර හොඳින් දිරවීම සිදුවීමටත් 'පෙක්ටීන්' වැදගත් මෙහෙයක් කරයි. එමෙන්ම තුවාල සුවවීම සඳහා මෙන්ම රුධිර පාරවිලයනයේදී සිරුරේ රුධිර පරමාව වැඩි කිරීමටත් පෙක්ටීන් අවශ්‍යම සාධකයකි.

### ජීනසට හා කැස්සට ගුණයි

ජීනස නිසා ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කිරීමේ අපහසුතාවය ඇතිවූ විට අමු කැරට් අල ආහාරයට ගැනීමෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ සහනයක් ලබාගත හැකිය. එමෙන්ම කැස්ස පවතින විටද කැරට් ආහාරයට ගැනීමෙන් ඉක්මන් සහනයක් ලබා ගත හැකිය.

අමු කැරට් අල ආහාරයට ගැනීමෙන් විදුරුමස් ශක්තිමත් වන අතර විදුරුමස් හොඳින් වර්ධනය වෙයි. කැරට් යුෂ මුඛයේ ඇතිවන ආසාදන සඳහා හොඳ ඔසුවකි. අමු කැරට් අල පොඩිකර තලපයක් ලෙස සකසා පිළිස්සුම් තුවාල මත අල්ලප කිරීමෙන් ඉක්මන් සුවයක් ලබාගත හැකිය.

### කැරට් බීජ

කැරට් අල මෙන්ම කැරට් බීජද විවිධ රෝග සඳහා සුවය ලබා දෙන ඖෂධයක් ලෙස භාවිතා වේ. රුධිර නාලවල හටගන්නා ආබාධ සඳහා ප්‍රතිකාර වශයෙන් කැරට් බීජවලින් නිෂ්පාදනය කරන ඖෂධ භාවිත කෙරේ. ඉතාමත් යහපත් වේදනා නාශක ගුණයක් එහි අඩංගුය. වකුගඩුවල හට ගන්නා ගල් දියකර හැරීම සඳහා භාවිත කරන ඖෂධ විශේෂයක් නිපදවීමටද කැරට් බීජ භාවිත කරයි.

### කැරට් ප්‍රභේද

ටොප්වෙයිට්, කෝප් මාර්කට්, ගිම්කැරොඩා හා ෆ්ලැන් යනුවෙන් කැරට් ප්‍රභේද කීපයක් වේ. වඩාත්ම ජනප්‍රිය කැරට් ප්‍රභේදය වන ගිම්කැරොඩා නම් වර්ගය වෙළඳපොළේ බහුලව දක්නට ලැබේ. මෙහි අලයේ හැඩය සිලින්ඩරාකාර වේ. පැහැය තද තැඹිලි පාටය. වැලි පොළවක් සහිත කලු මැටිවලින් සමන්විත මැද පෙරදිග රටවල දම්පැහැයට හුරු පොත්ත සහිත ෆ්ලැන් ප්‍රභේදයද හොඳින් ජනප්‍රියව ඇත.



# SILVY FERNANDO LAW

- ✓ Real Estate Law - Real Estate Buying, Selling, Refinance, and Private Mortgages
- ✓ Commercial Law - Sale or Purchase of Business, Company Incorporations, and Legal/Shareholder Agreements
- ✓ Family Law - Separation Agreements, Marriage Contracts and Divorce
- ✓ Personal Injury Law - Motor Vehicle Accidents, Slips and Falls
- ✓ Immigration - Skilled Immigration, Sponsorships, Work Permits, and Visitor Visas
- ✓ Estate Law - Wills
- ✓ Notary Public Services - Notarizations, Commissioning, Powers of Attorney, and Affidavits



Suite 213 - 350 Highway 7 East  
Richmond Hill, ON L4B 3N2  
Tel: 416-272-6587/ 905-597-1716  
Email: Silvy@sfdolaw.com

**Silvy Fernando LL.B.**  
Barrister, Solicitor & Notary Public



Canada's  
Mortgage Experts™

## ▶ THUSITH WEERASURIYA

REAL ESTATE SALES REPRESENTATIVE / MORTGAGE AGENT

416 616 2402  
THUSITH.WEE@GMAIL.COM  
WWW.THUSITH.COM

"HELPING YOU GET MORE  
FOR YOUR REAL ESTATE"



Bus: 905-405-8484 Fax: 905-405-8881  
www.Century21LeadingEdge.ca  
7071 Airport Rd Suite 201, Mississauga, ON L4T 4J3

\*Independently owned and operated.

<b>Markham</b> 165 Main St N.	<b>Scarborough</b> 1825 Markham Rd.	<b>Ajax</b> 527 Kingston Rd. W	<b>Toronto North</b> 1053 McNicoll Ave.
<b>Yorkville</b> 1300 Bay St.	<b>Stouffville</b> 6393 Main St.	<b>Whitby</b> 408 Dundas St. W	<b>Don Mills</b> 801 York Mills Rd.

Designed @ niukraids.ca





### ප්‍රාර්ථනා මල්...

31 වන පිටුවෙන්

පිරිනැමීමට යමක් දියයුතු නිසාය.

"මේ ගෙදර මොකත් අඩුපාඩුවක් නැහැ. කන බොන දේවල්වලින් පිරිල. ජයසේන හොඳ ධේරියවන්නාය. අපේ අපේ කොළඹගෙ තාත්තත් අපිට හොඳට කන්න බොන්න දන්නා" කියා සිතමින් කුස්සිය දෙස විපරමින් බැලුවාය.

"අම්මේ, මොකද අම්මේ කල්පනා කරන්නේ."

"අපේ බං... මට කොළඹ මතක් වුණා. උඹ කොහොම කසිද මන්ද?"

"මල්ලිට දැන් හොඳට බාස් වැඩේ පුළුවන්ද?"

"පුළුවන්යැ කියන්නේ. ඔය යන්න මන බාස් එක්ක ගෙවල් බඳින්න."

"ජයසේන නම් කිව්ව දැන් හොඳ බාස් කෙනෙකුට හොඳට සල්ලි හම්බු කරන්න පුළුවන් කියල."

"ඔව් උන් දැන් කිය කිය හරි හම්බු කරනවා. ඒකෙන් ටිකක් පොතකටත් දා ගන්නවා. සීට්ටු දෙකකුත් ගෙවාගෙන යනවා. උඹ හැම තිස්සෙම කියන්නෙ මෙහෙම හැමදාම වැස්සට පන්සලට යන්න බැහැ. වෙන තැනකින් ගේ පොඩ්ඩක් හදාගන්න ඉඩම් කැල්ලක් ගන්න ඕනි කියලනෙ."

"ඒක නම් හොඳයි තමයි."

"උඹ ඔය වෙන්නේ කැල්ලකින් මාසෙන් මාසට ගෙවන්න දෙන පර්වස් දහයක් ගන්න හිතාගෙන ඉන්නෙ මගෙ හිතේ."

"එතකොට ඔය ඉන්න එක."

"ඒක අල්ලපු වත්තේ සියදෝරස් ගන්න කැමතිල."

"ඔව් ඉතින් ගනී තුට්ටු දෙකකට."

"කොහොමත් ඉතින් තුට්ටු දෙකයි

තමයි ලැබෙන්නෙ. හැමදාම දියේ පාවෙවී ඉන්නවට වඩා පුළුවන් තැනකට යන එක හොඳයිනෙ බං. ඕකෙ ගෙවල් හැදුවත් ඇති වැඩක් නැහැනෙ."

"අම්මට මා ළඟ ඉන්න පුළුවන් නැහැම."

"ඔව් කොළඹ පිලිවෙලක් වුණහම එහෙමවත් කරමුකො. අපේ උඹට මෙහෙම කලක් ගිය එක මට නම් හරිම සතුටයි. වලව්වේ උත්තමයන්ට පිං සිද්ධ වෙන්න. ඒ ඇත්තො උඹ ගැන හොඳට බලලනෙ."

පුණ්‍ය සිදුවූ සියලු දෙන තම මවට පැවසීමට නොහැකි හෙයින් හිතඬ වී සිටියාය.

වින්නඹු මාතාව සති දෙකකට වරක් පුණ්‍යාගේ නිවසට පැමිණ ඇයට අවශ්‍ය උපදෙස් සහ විටමින් වර්ග සපයා ගියාය. ජයසේනගේ කුලූර්ට් බව නිසා ඔහු කිසිම විටක ඇය පැමිණි විට ඇය සමඟ කථාවට නොගියේය. ඇය දුටු විගසම ඔහු නිවසින් පිටවී තම ගොවිපොළට යන්නේය. විබැවින් පුණ්‍යාගේ දරුගැබ ගැන ඔහුට අවබෝධයක් නැත. එහෙත් ඇගේ මව දිනක්

"දුවේ උඹේ බඩහම් හරිම ලොකුයි. මාස හත වුණාට. මට නම් හිතෙන්නෙ ළමයි දෙන්නෙක්දවත් කියල." කීවාය.

"නැහැ අම්මේ, දොස්තර මතත්තයා කිව්වා නිවුන්හු හෙමෙයි කියල. ඒ මගෙ බඩේ හැටි කියල."

"උඹ යහමින් කෑම කාල තියෙනවා. එතකොට ඔය දරුව විලියට දා ගන්න හරි අමාරුවෙයි උඹට. ළමය ලොකු වැඩි වුණාම අම්මට හොඳ දුකක් විඳින්න වෙනවා."

"මින්...."

"දරුවට ඇඳුම් ටිකක්, පාංකඩ රෙදි ටිකක් හෙම ලැස්ති කර ගන්න වෙයි.

ඉස්සරහට එන්නෙ වැහි කාලෙ. කොච්චර රෙදි කැලි තිබුණත් මදි."

"වලව්වෙ ලොකු මැණිකෙ ජයසේනගෙ අතේ මැණිකෙගෙ හොඳ සුදු සාරි දෙක තුනක්ම එවල තිබුණ. බේසමක් එහෙමත් එහෙ තියෙනව කියල එවන්නම් කිව්වලු."

"උඹට අඳින්න ඒත්ත රෙදි දෙක තුනකුත් ඕනි වෙයි. උඹට අඳින්න හැට්ට කැලි දෙක තුනකුයි, මේ කළමනායි ලැස්ති කර ගනිං."

"ජයසේන පොලෙන් ඒත්ත රෙදි තුනක් ගෙනත් දුන්න. හැට්ට කැලිත් මැණිකෙ එවල තිබුණ."

"එහෙනම් ඔය මදෑ කළමනා."

පුණ්‍යා වින්නඹු මාතාවටද වැරදි දින ගණන් පවසා සිටි නිසා ඇයද නොමග ගොස් සිටියාය. එහෙත් කොයි මොහොතේ හෝ ඇයට දරුවා ලැබෙන බව දැන සිටියේ රෝහලේ වෛද්‍ය වරයාත් පුණ්‍යාත් ලොකු මැණිකේත් පමණි.

මේ පුංචි පැල තුළ සතුව දෝරේ ගලමින් තිබූ අතර, ජයසේන දරු පැටියාගේ මුණ දැක ගැනීමට බලවත් ආශාවකින් පසුවිය. ඔහු විටින් විට නගරයට ගොස් කළමනා රැගෙන ආ අතර, ආහාර ගබඩාවද හිස් කළේ නැත. පුණ්‍යාට නිරතුරුවම රැකවරණය දෙමින් ඇයව බලා ගත්තේ බිඳෙන පාපනයක් සුරක්ෂිත කරන පරිද්දෙනි. ජයසේනගේ දෙමව්පියෝද සොයුරාද පුණ්‍යාට අසීමිත ආදරයක් දැක්වූහ.

"කොහෙන් මේකට මම ගැහියෙක් හොයන්නද?" කියමින් සිටි ජයසේනගේ අම්මාට පුණ්‍යාගේ පැමිණීම ශ්‍රියා කාන්තාව වැඩියා බඳු එකක් විය.

දිනක් රාත්‍රියේ ඇති වූ තදබල බඩේ වේදනාව ක්‍රමයෙන් වැඩිවන විට ඇය ජයසේනට ඒ බව කීවාය. ඔහු හනිකට පිලියෙල කර තිබූ හුළු අත්තක් දල්වාගෙන

ගරාපී එකේ රොබට් අයිසාගේ මොරිස් මයිනරය සොයා දුටු ගියේය.

"ඕන කරන බඩුමල්ල ගන්න අම්මේ" කියමින් පුණ්‍යා වාහනයට නැග ගත්තේද ඉතාමත් අපහසුවෙනි. මාතෘ නිවාසයට යන විට ඇගේ වේදනාව තව තවත් උත්සන්න වෙමින් තිබුණි.

"හත් මාසෙන් දරුවො උපදිනවා. බඩත් හරි විසාලනෙ." පුණ්‍යාගේ අම්මා ජයසේන දෙස බලා පැවසූ විට

"මේ දරුවා ඔබ්බේ වෙන්නද අම්මේ පුණ්‍යාට අමාරු වෙලා තියෙන්නේ." කියා ජයසේන මව්ගයට පත් වෙමින් ඇසුවේය.

"එවකොට අම්මේ ළමයා මොකද හරි වෙයිද? අඩු මාවෙ හින්ද?"

"නැහැ හත්මාසෙ ළමයි හොඳට නැදෙනවා."

'අපේ දෙවියනේ පුණ්‍යාට කරදරයක් නම් වෙඤ්ඤා එපා. දෙවියො වියාවයි දරුවවයි රැක දෙන්න ඕනි.' සිතමින් ඔහු මාතෘ නිවාසය ඉදිරිපස වූ බංකුවේ වාඩි විය.

"ඔහෙල දැන් ගෙදර යන්න. ලෙඩාව අපි භාර ගත්තේ. දැන් ඉතින් හෙට උදේ හයට බොන්න මොකත් හදාගෙන එන්න." වින්නඹු අම්මගේ කෑ ගැසීමට ජයසේන බංකුවෙන් නැගිට්ටාට ඔහුට එතනින් පිටව යාමට නම් හිත දෙන්නේම නැත.

"අම්මේ මොකකද අපි කරන්නෙ."

"යමං පුතේ අපි ගෙදර. මේ ඇත්තො මේ දේවල් බලා ගනී."

ජයසේන පුණ්‍යාගේ අම්මාව නිවසට ඇරලවා නැවත බයිසිකලයේ හැසි රෝහල වෙත ආවේය.

ලබන කලාපයේ හමුවෙමු

**AIR-SEA-LAND**

**BRISK INTERNATIONAL CARGO INC**

*Worldwide Movers*

**Door To Door Service All Part Of Sri Lanka**

**Packing / Moving / Wooden Crating / Storage**

<b>Colombo</b>	<b>Kurunegala</b>	<b>Batticaloa</b>
LAKSIRI SEVA (PVT) Ltd 66 New Nuge Road, Peliyagoda Kelaniya Tel: 011-9411-257-4180	Laksiri Seva (PVT)Ltd 118/96 Negombo Road Malkaduwwa Kurunegala Tel : 037-2052-810	LAKSIRI SEVA (PVT)Ltd 26,Hmyl Lane Main Street,Addapalam Ninthavur,Batticaloa 011-94-672051050

**Toronto: - A.R.Nathan / L.A.Wasanthi 416-321-0400**

**(Alberta) Edmonton, Calgary Tony: 1-587-708-5665**

Ajax / Whitby : Prasad, 1-289-200-4288 Montreal: Jeganathan 1-514-519-3213

Ottawa : Kannan -1-613-828-2221 Montreal: Uthayan -1-514-736-2525

Web: www.briskcargo.com Email: info@briskcargo.com

**919 Ellesmere Road Suite # 306 M1P2W7**



# ජීවිතයට හොඳ හරක ගෙනෙන සහ පෙන්වා දෙන හඳුනාගැනීම

**2018 දෙසැම්බර් 01 දින සිට දෙසැම්බර් 31 වන දින දක්වා ලග්න අනුව ශුභාශුභ තත්ත්වය කෙසේද?**

(මෙම ජ්‍යෝතිෂ පලාපල සටහන් ලියැවෙන්නේ කැනඩාවට සුදුසුවන පරිදි ගණනය කිරීමෙනි)

**කුම්භ ලග්න**

ලග්නාධිපති ගුරු 9 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියා අංශයෙන් වඩා දියුණුව ඇති වේ. තනතුරු ලැබීමටත්, අපේක්ෂිත අයට රැකියා ලැබීමටත් මේ කාලය යහපත් වේ. අධ්‍යාපන කටයුතුවලදී වැඩි දියුණුව ඇති කෙරේ. විභාග ජය ලැබේ. පිරිස් බලය ලැබේ. සිතිවිලි අධික වේ. පින්ට දහමට වඩා යොමු වේ. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ.

**මීන ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 9 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියා අංශයෙන් වඩා දියුණුව ඇති කරයි. රැකියා ස්ථිර වීමටත් පත්වීම් ලැබීමටත් මේ කාලය යහපත් වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු සාර්ථක වේ. විභාග ජය ලැබේ. අලුත් ව්‍යාපාර කටයුතු ආරම්භ කිරීමටද ශුභ වේ. වැඩ රාජකාරී අධික වේ. නිදහස අගය කරයි. පින්ට දහමට යොමු වේ. ආදායම ශුභ වේ.

**මකර ලග්න**

ලග්නාධිපති ගනි 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. අධ්‍යාපන කටයුතු ඉතා ශුභ වේ. විභාග ජය ලැබේ. විවිධ විෂයන්ද ඉගෙනුමට යොමු විය හැක. රැකියාවේ දියුණුව ඇති කෙරේ. උසස්වීම් ලැබීමේ හැකියාව ඇත. රැකියා අපේක්ෂිත අයට ඉල්ලුම් කිරීමෙන් යහපත් ප්‍රතිඵල ලබාගැනීමට, පත්වීම් ලැබීමට අවස්ථාව සහිතයි. අනවශ්‍ය වියදම් ඇති කෙරේ. ආදායම ශුභ වේ.

**මීඛල ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 9 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**මිඛල ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**මීන ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**මකර ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**මීඛල ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**මීන ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**මකර ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

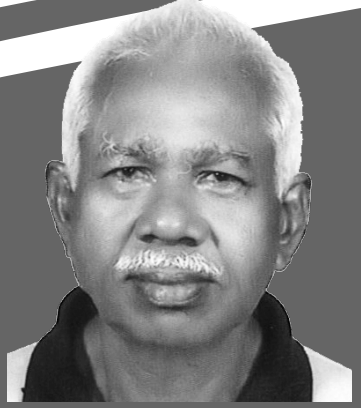
**මීඛල ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**මකර ලග්න**

ලග්නාධිපති ශුරු 12 වැන්නේ ගමන් කරයි. රැකියාවේ වෙනසක් ඇති විය හැක. රැකියාවේ ව්‍යාපාරවල දියුණුව ශුභ වේ. අධ්‍යාපන කටයුතු ශුභ වේ. නිදහස අගය කරයි. මහජන සේවා වැඩ කටයුතුවල යෙදේ. මිතුරු මිතුරියන්ගේ ඇසුර ලැබේ. ශුභඵල ඇත. ආදායම් මාර්ග ශුභ වේ. ලග්නයේ සඳු ඇත්තම් ලග්න ඒරාෂ්ටකය හෙයින් අනතුරු පීඩා ඇතිවිය හැකි හෙයින් කල්පනාකාරී වීම මැනවි.

**එම්. ඩබ්. ධර්මවිජය**  
ජ්‍යෝතිෂ ඩිප්ලෝමා, උසස් ඩිප්ලෝමා,  
ජ්‍යෝතිෂ ශිෂ්‍ය (රත්පදක්කම් ලාභී)  
ඔබගේ සියලුම ජ්‍යෝතිෂ කටයුතු සඳහා විමසන්න  
දුරකථන අංක කැනඩාව: 01-905 990 2311  
Email: ashawije18@yahoo.ca





# Melodies From the Meadows



# ජනාදායකයාගේ සාගත කවි

චිත පටස් පුපුරනවා පොළොව දැනී  
දින කමට ගුටි කනවා අහස දැනී  
හීන කකා දිය බොනවා මුහුද දැනී  
දාන දාන ඇම ගිල්ලා උගුර දැනී

වෙලක මහිම බල ඉපනැලි පිරිලා  
උලක මහිම බල පපුවෙම ඇතිලා  
ගලක මහිම බල ඔළුවෙම වැදිලා  
වලක මහිම බල දහවල් වැටිලා

සිරුව බලා අදිනා මරුවැල් බොහොම  
මාරුව බලා පය ඔසවන්නේ කොහොම  
වාරුව නැතුව බෝ දුර යන්නෙද මෙහෙම  
පාරුව පදින්නේ මකරොට දෝ ඔහොම

මුණු දමාගෙන බණ දෙසනා පැටියා  
තල්ල සුදුසි හොමිබේ දිග දළ කැටියා  
යන වන හැම තැනම මඟ රැකගෙන හිරියා  
මිනි කකා හංකිති කවනා පැටියා

වසිර ගොනා දණ ගහලා අනිත කොට  
මයිල ගොනා ඇන්නෙම මහ බඩවැලට  
දොසිය බබෝ කියමින් නළුවන කලට  
බයිල අසා වලිගය හටවමු පිනට

ඇලෙව්වට රූප තරඟෙට ඔට්ටුවට  
බොලව් යළිත් සැරසෙන්නේ වෙට්ටුවට  
කෙලෙව්වට පසුත් සන්නක සොව්වමට  
ඉලව්වටද නියවන්නේ ඔව්වමට

කුමාර හෙට්ටිආරච්චි

# සුනාවි නාඩුවේ දුනුදේ ඝාතකිය

විපතට පත් සැවොම පසුවන දුක් ගින්නේ  
මහ සාගරයටයි දොස් නිති පවරන්නේ  
කෙළෙසද වහෙත් හරි තතු වටනා දෙන්නේ  
මට සිදුවුණු හදිය මා පමණයි දන්නේ

වැතිරි නිසසලව මා සිඳු පතල බදා  
ඉන්දිය සයුරු සයනේ සිටි විටදි නිදා  
සෙළවිණි පොළොව තිබු මගෙ පල තලය රඳා  
විහි කැළඹුමෙන් මම මුසපත් වුණෙමි වදා

යටි බිම් කඩක් තිබු තැනෙකින් අව තැන් වී  
හිරිතැටියේම ගැස්සී ඉහළට නැටී  
ආ විට මගේ නිදි සුවයද අවසන් වී  
විතැනින් තල්ලු වුයේ මා සිහි සුන් වී

ගැඹුරෙහි තරඟ වැල් බඹ ගණනකින් යට  
කැළැඳී ඇරඹුණේන් දිය සුළි නැගෙන්නට  
මින් පෙර නොගිය වේගයකින් විතැන් සිට  
මට සිදුවුණේ සී සී කඩ දුවන්නට

වේගෙන් වසේ යද්දී වෙරළක වැද්දී  
අඩි තිහ හතළිහක් යළි ඉහළට ඇද්දී  
වී ආ වේගෙන්ම ගොඩ බිම දිග යද්දී  
අමතක කළ හෙයේ වුණු දුක්මුසු සිද්දී

මගෙ රැලි පාගමින් උනුන්ට විහළ කොට  
හිරිමල් සිනා පොදි පිබිදු දෙතොල පිට  
සුරතල් සිහිත්තන් සැඟවී දියඹ යට  
පත්වන අයුරු දුටුවෙමි මරු වසඟයට

සිහි විකලයෙන් මා හැසිරුණු බව දැනුණී  
මින් පෙර දෙයක් මට සිදුවී නැත විවැනි  
ජීවිත දහස් ගණනක් මොහොතින් නැසුණී  
විය මගෙ කැමැත්තෙන් විහමුදු සිදු නොවුණී

නියදම අණින් මා යා යුතු ගමන ගියා  
ඉන්නට නොහැකි විය මට වී අනුව නොයා  
ලොවටම කියමි "මා නිවැරදිකරය" කියා  
දක්වනු මැනවි ඔබ හැම මා වෙතට දයා

බහපාල නිශ්ශංක

# කවියේ කුලෝන වර්ත සහතිකය

ඉරෙන් සිසිලස යදින තරුවලට පෙම් බදින සඳට වරදේ බැඳෙන වැරදිකරුවා නුඹය

කඳු එක්ක හිනාවෙන මඳනලට කන් යොමන දොළ සමග හී ගියන සොඳුරු පිස්සා නුඹය

දෙහෝදානක් මැද හුදෙකලාවේ වෙසෙන නිදි ලොවේ නිදි වරන අමුතු මිනිසා නුඹය

අත්සින් පැහැර ගෙන තනියම කඳුළු වළඳන සොඳුරු සොරදෙටු නුඹය කවියා නමින් හඳුනන

නායනසේන වන්නිනායක

# යම් සාදේ

පැමිණෙන සියල්ලේ පැමිණ හමුවී වෙන්ව තික්මෙහි

වියන්න තව ඉතිරි වී ඇති වියමනෙහි අඩු තැන් ඇතත් යළිත් විය ඔබ අතින් නොවියෙයි නවමු වියමන් ඇරඹෙතත්

සැඳෑ අහසේ ගිලෙන හිරු සේ වදා හිරු කැන් මියෙන මොහොතේ අපෙත් සමුගෙන නික්ම ගිය ඔබ පසු ගමන් කළ මගේ දෙනෙතේ රැඳුණු කඳුළුලි ඔබට නොපෙනිණි මා පැමිණි දා ඔබේ මුඛගට හැගුණු හසරැලි මා නොදුටු සේ

යළිත් වන්නට නම් ඇවිත් හමුවන්නට නම් නික්ම යා යුතු බව උගත්තෙමි පැමිණ හමුවුණු සියල්ලන්

රදම් හඳපාන්ගොඩ

# අහිමි නිම සඳිල

මේ නුවර දැන් මට හීතලයි හන්තාන හුළඟට හිත දැවෙයි හිත දවන තනිකඩකම දුකයි මගෙ කඳුළු මැද හිමි සඳ මැවෙයි

මහවැලියෙ අනිතර ගෙන ඔහේ අපි ආව ගිය මහ පාළුවෙ උඩුනුවර ගිලගත් ප්ලේමයේ දුක විඳිමි කළුවර විදියේ

පුරහඳට ඉඩ නැති කළුවරේ වැව් දියට ඇයි අපි පෙම් කළේ තනි නැතිව හිනැහෙනවා වැව් දියේ සුර ම'හිමි සඳ කොහිද ගෙන ගියේ

හිදි යහන අද කටු අකුලකි අපේ මැඳුර මට අමු සොහොනකි ඉර හඳද නැතුවත් සිටියැකි නුඹ නැතිව මට මහා ශෝකෙකි

අතුල දිසානායක

# රටසවැල්

සුන්දර පරිසරය ඇති කෙරුමෙහි සුරුවෝ  
වැසි පල ගෙනෙන අගනා පින හිමි කරුවෝ  
මිනිසන් කමේ හැදියාවට මුල පිරුවෝ  
ගස් වැල් සොබාදම් මාතාවගෙ දරුවෝ

පවතී ගසක් මුල නිතරම තෙතමනය  
ඉන් පස සරුවීම මිනිසා සතු පිනය  
ළය තුළ මවා ගතහොත් වීම යහගුණය  
මානව ලොවට ඉන් වන සෙන අපමණය

බෙහෙකක් පිණිස මිස නොසිටිය යුතු පැකිළි  
කැඳුමත් පාපයකි ගස්වල අතු රිකිළි  
කතරක් වුවොත් ගස්වැල් මිය ගොස් හැකිලි  
බිහිවනු ඇත ලොවේ ඇවිදින ඇරසැකිලි

සිය යහපත පිණිස ඔබ බිම හෙළන ගස  
වෙනුවෙන් ගසක් ඉල්ලයි මහ පොළොවෙ පස  
වැඩුවොත් තුරු ලතා යොමුකර වියට නිස  
ලෝකය අපේ සුවපත් වේ නැතුව දොස

පාරමි දම් පුරා දිගු කාලයක් තුළ  
අවසන උතුම් නිවහෙහි රස පසක් කළ  
සම්බුදු පියාණන් මේ ලොව විලිය කළ  
බුදු වී බැබළුණේන් මහ බෝ ගසක් මුල

ජයවංශ පෙරේරා

# විනිසා ජීවිතය සහ මරණය

මරණය දෙසට ගමනේ යන ජීවිතය ජීවිතෙ දෙසට ගමනේ වන මරණයද මෙදෙකින් සතප වන්නේ නිති කවරක්ද විමසා බලනු සකියනි සැම මොහොතකම

මරණය ජීවිතය එක කාසියෙ දෙපැතී වාගෙයි වෙනස් නොමවෙයි ඉර හඳ ලෙසිනි එක පාරේ එකට අත්වැල් බැඳ හිනිනි ගමන් කරති ජීවිත සහ මරණ නිති

අල්ලාගෙන දැඩිව වෙහෙසී හති දමමින් තණ්හාවෙන් ජීවිතෙ ගැල පදවවමින් යන කෙටි ගමන යා යුත්තේ සැහැල්ලුවෙන් බැව් නොසිතන දහන් ලොව තුළ පොකුරු පිටින්

මිනිසන් බව ලැබුවෙ පෙර කළ පින් හින්දයි 'සසර දුක් ගමන නවතනු' බුදු වදනයි දුකෙන් මිදෙන මඟ ඔස්සේ යා යුතුමයි 'අපුමාදි වෙනු මිනිසුනි' දිවිය කෙටියි

කේ. බබිලිච්චි. සිරසේන

# ප්‍රේමාලය

වදා ඔබේ නුවන් සඟල මැණක් කැට දෙකක් මෙදා උඹේ ඇස් ගෙඩි දෙක T 56 ක් !

කරුණාරත්න ජයතිලක

# පසුව

මලක් පෙති විදා හිනැහෙයි නොසතුටු සිත් සතුටු කරනු පිණිස

කපිල ජයවිලාල් හේරත්



ඉංගලිෂ් ජේකස්  
ලාංකේශ් ඉංගලිෂ් ජේකස්  
ඉංගලිෂ් හා ප්‍රිය සම්බන්ධතා සැලසුම් හා විකි අත්පිටපත් (Individual Desserts)  
ඉල්ලීම අනුව නිර්මිත ජේකස් වර්ග (Custom Cakes)  
කප් ජේකස් / ජේකස් පොප් / මැකරොන්  
ප්‍රතිනිත අත්පිටපත් ජේකස් (Sweet Tables)  
බිබුලු චොකලට් භාග්‍යවත්  
චොකලට් වර්ග  
සජීවී ධූමන නයිට්‍රජන් අයිස් ක්‍රීම් (Liquid nitrogen Icecream (Live))  
සජීවී උදෑසන අත්පිටපත් ජේකස්  
ලාංකේශ් ක්‍රමයට බන්ධන ව්‍යවස්ථාපිත  
සැන්ඩ්විච් වර්ග  
ලාංකේශ් ජේකස් කැෂ් වර්ග (Pastries)  
පලතුරු, චොකලට්, සීනිමය හා මාංශාස්‍ර වලින් නිර්මිත ප්‍රධාන කැෂ් සැන්ඩ්විච්  
(Edible Carvings for centre pieces)  
සැලසුම් විශේෂයන්



**25ක් වසරක අත්දැකීම් හා සහජ කුසලතාවයන් සහිත, ඔලිම්පික් ලෙවල් පදනමක් ලබා දෙන සුප්‍රසිද්ධ ජේකස් ජේකස්**

**ආදිත හැඩගැස්වීමේ සම්මානනීය ආහාර සැපයීම**

**අප ආත්මෝ කේන්ද්‍රීය ආයතනයෙන් එළි දැක්වේ.**

**අප හා සම්බන්ධ වීමෙන් ඔබගේ ඊළඟ විශේෂ උත්සවය සඳහා**

**අපගේ විශ්වාසනීය උපදෙස් කොමිටේ ලබා ගත හැක.**



www.androcakes.ca  
https://www.facebook.com/chefdimu

**TP: 416-857-4566**  
**order@androcakes.ca**

ටොරොන්ටෝ හා කැනඩා පුද්ගලික (GTA), ඇන්ඩර්ස්, බර්ලිංග්, ඕක්විල් හා මුස්කොකා දක්වා සේවා සැපයේ. අවම අනුමැතියක් දැන ගැනීම සඳහා, ඔබ සිටින ප්‍රදේශය කෙරේ.



**ONE CALL WILL FIX IT ALL**

**Heating & Air Conditioning**  
*FAST, AFFORDABLE SERVICE*

**Ashok Hettege**  
Licensed H.V.A.C Technician

Sales | Service | Repair | Installation  
**Line: 416.605.8300**  
**Email: ashokdon@live.ca**



Furnace  
Gas Piping  
Hot Water Tank  
Tankless Water Heater  
Humidifier  
Air Cleaner  
Air Conditioning

Dishwasher & Fridge Water Line Installation  
Gas Stove and Gas Dryer Installation

ශ්‍රීක්ෂම සමය නිමා විය.  
ඔබේ නිවසේ තාපන යන්ත්‍රයේ (furnace)  
නිසි ක්‍රියාකාරීත්වය පිළිබඳ  
සැලකිලිමත් වන්න.  
එහි අත්‍යවශ්‍ය නඩත්තු කඩඳුණු අලුත්වැඩියා  
කටයුතු හා අලුතින් සවිකිරීම් සඳහා විමසන්න.

**A MEMBER OF**  
**CanLanka**  
BUSINESS ASSOCIATION

2004-2014  
**10**  
CELEBRATING  
10 YEARS IN BUSINESS

**100% SATISFACTION GUARANTEE**



මුඛ අත්දැකීම් ඉත අශුභ, සම්පත් විපත්, යස අයස, ඔබට පෙනෙන සාධක සේම නොපෙනෙන ග්‍රහ, භූමි, ස්ථාන දෝෂ මෙන්ම පෙර කුසල්, අකුසල්, සංසාර ගනුදෙනු, කර්ම ශක්තීන් මත පදනම් වූ විවිධ සාධකවල ප්‍රතිඵලයක් වේ. මේ සියලු දේ ඔබේ ජීවිතයේ සාර්ථකත්වයට, යහපත් සෞඛ්‍යයට, ජීවන ගමන් මගට බලපාන අයුරු දැනගැනීමට අවශ්‍යද?

එම බලපෑම් පරදවා ආධිපත්‍යමය දුර දැක්මක් ඇතිව වේද ප්‍රතිකර්ම ඇසුරින් අනාගතය සැලසුම් කරගැනීමට සියලුදෙනාගේ යහපත ශාන්තිය උදෙසා මාගේ සේවාවන් කැප වී ඇත.

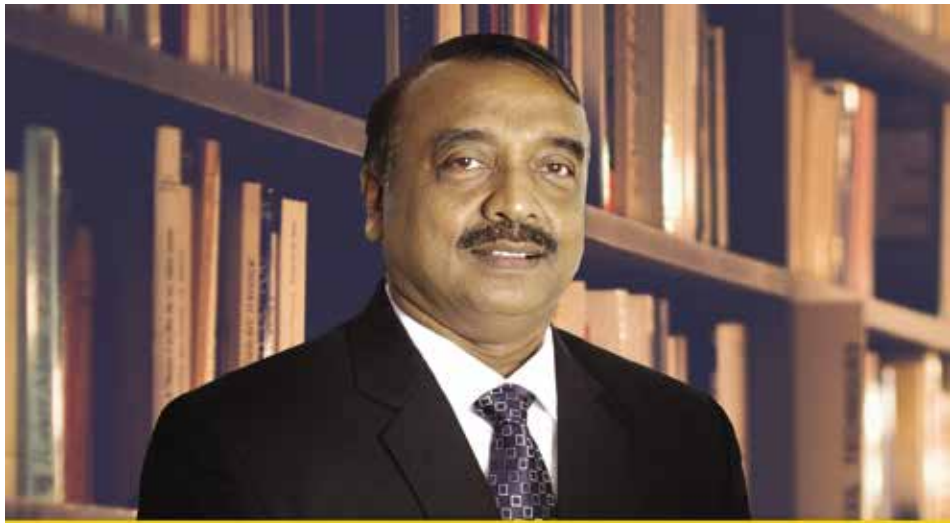
තවද මාගේ සියලු ප්‍රතිකර්ම සම්බන්ධ වැඩකටයුතු පාරම්පරික කේන්ද්‍ර බැලීමෙන් ඔබ්බට දියුණු කරගත් ආධිපත්‍යමය බල ශක්තීන් මත පදනම් වී ඇත.

**මාගේ සේවාවන්**

කේන්ද්‍ර සැදීම, පලාඵල කටනය, සියලු නැකත් සැදීම, පොරොන්දුම් පරීක්ෂාව, වාස්තු බැලීම, සෙන් කවි කියවීම, බෝධි පූජා නැබීම ඇතුළු බුදුගුණ සම්බන්ධ සියලු සේව කටයුතු සිදුකිරීම.

**තිනේත්‍රි - Thinethri**  
**Spiritual Vedic Astrology Service**

SL Mobile +94 77 531 4844 (Viber)  
US +1 347 384 6465  
E-mail - thinethria@gmail.com  
Skype - thinethri



**Jayasinghe**  
**Law Office**

- ★ Immigration Law
- ★ Real Estate Law
- ★ Family Law
- ★ Wills & Estates Law
- ★ Power of Attorney
- ★ Notarizations

**Jayasinghe R. Arachchige.MCL.**  
BARRISTER, SOLICITOR & NOTARY PUBLIC  
ATTORNEY-AT-LAW, SRI LANKA

Office : 647 341 1540	795 Birchmount Road
Cell : 647 995 3996	Toronto ON, M1K 1R7
Fax : 647 490 5132	jayasinghera@gmail.com

For Sri Lankan Student Visa & PR Applications  
Please contact:  
19/2 Hekitta Road, Hendala, Wattala, Sri Lanka.      +94 112933996  
chinthajanaki@yahoo.com

**The Power Tools To Sell Your Property**

Renovation Cost upto <b>\$4000.00</b> <b>Free</b>	Advertising Signage & Photos <b>Free</b>	Lawyer's Fee <b>Free</b>
Market Evaluation & Home Inspection <b>Free</b>	Home Staging <b>Free</b>	Open Houses Showing <b>Free</b>

\*\*Some conditions apply. This promotion can be discontinued without prior notice. Not intended to solicit buyers or sellers currently under contract.

**Save money when selling your home!**

Selling real estate is what I do. I can help you save thousands when listing your property. You will pay less and get a full service listing with no hidden fees. My home marketing strategy will attract the greatest number of potential buyers and help you sell quickly and hassle-free for the best value.



**Nishantha**  
Donsiyambalapitiyage  
Real Estate Sales Representative

Mobile: 416 417 0763  
Email: nishan.don@gmail.com

Mississauga Office: 350 Burnhamthorpe Dr. W. Unit 127  
Scarborough Office: 2250 Markham Road Unit #3 Scarborough ON M1B2W4









**ටොරොන්ටෝ මහා විහාරයේ කඨින පුජෝත්සවය**

ටොරොන්ටෝ මහා විහාරාධිපති පුජ්‍ය අනංගම රතනසිරි ස්වාමීන් වහන්සේගේ අනුශාසකත්වයෙන් ඔක්තෝබර් 27 දින සහ 28 වන දින විහාරස්ථානයේ පවත්වනු ලැබූ කඨින පුජෝත්සවයේ විශේෂ අවස්ථා.....

මෙවර කඨින පිංකමෙහි ප්‍රධාන දායකත්වය උපුල් ද සිල්වා සහ ශ්‍රියානි අබේධීර, ඩෙන්සිල් සහ හීලා අබේවර්ධන, සාගර සහ සුමංගි වීරතුංග, ගාමිණී ඡේවගේ සහ ශ්‍රියානි හෙට්ටිආරච්චි යන දායක දායිකා පිරිස විසින් දරන ලදී.

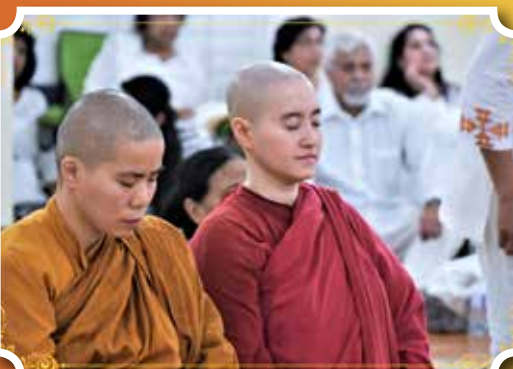




# මිසසාගා බෞද්ධ විහාරස්ථානයේ කඩින පුජෝත්සවය



මිසසාගා බෞද්ධ විහාරස්ථානයේ වාර්ෂික කඩින පුජෝත්සවය විහාරාධිපති ගෞරවනීය කුළුගම්මන ධම්මාලාස නායක ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේගේ අනුගාහකත්වයෙන්, දායක සභාවේ සංවිධානයෙන් සහ සියලු දායක දායිකාවන්ගේ සහභාගිත්වයෙන් නොවැම්බර් මස 09 සහ 10 යන දෙදින තුළ ඉතාමත් අලංකාර අන්දමින් පවත්වන්නට යෙදුණි. එම කඩින පිංකමේ විශේෂ අවස්ථා කීපයක් මෙම ඡායාරූපවල දැක්වේ.

















# Travel Sri Lanka



## VMS TRAVELS

ඔබගේ සියලුම සංචාරක කටයුතු සඳහා

VMS TRAVELS AND TOURS හි

රාජී අමතන්න

**416 567 5104**



## VMS TRAVELS & TOURS INC.

3351, Markham Road, Unit 137A, Toronto Ont, M1X 0A6

416 293 5800 | 1 888 655 5575 [www.flytrips.ca](http://www.flytrips.ca)

48 A , Dr. Lester James Peries Mawatha (Dickmans Road) Colombo 5

94 11 250 21 98

info@vmstravels.ca | [www.flytrips.ca](http://www.flytrips.ca)

**වසන්ත සංඛවනිය**  
**තුන් පරපුරක ගී ස්වර දැහැන**

**Sir John A Macdonald Collegiate Institute 25 May 2019**  
 2300 Pharmacy Ave, Scarborough, ON M1W 1B3 **“SAVE THE DATE”**

Music by: Suresh Maliyadde & orchestra

Priya Sooriyasena - performing in Canada after a decade  
 Nirosha Virajini - our all time favourite singer  
 Raween Kanishka (Anuhas) - for the first time in Canada

**වෙළඳ දැන්වීම් සඳහා විමසන්න**  
**Gamini - 416 822 2789**

**ඔබේ නිවසටම**

සෑම මසකම දසන පුවත්පත ඔබේ නිවසටම  
 තැපැල් මගින් ගෙන්වා ගැනීමේ  
 අවස්ථාව දැන් සලසා ඇත.

ඔබගේ නම සහ ලිපිනය සඳහන් කොට පහත සඳහන් ලිපිනයට  
 අදාළ චෙක්පත යොමු කරන්න.

Please make all Cheques payable to **Dasatha Publications**

**දසන දායකත්ව ගාස්තු**  
**Subscription Rates**  
**for Dasatha**

මාස හයක් සඳහා  
 දායකත්ව ගාස්තුව - CAD \$ 35

වසරක් සඳහා  
 දායකත්ව ගාස්තුව - CAD \$ 70

**Dasatha Publications, 114 Chatfield Dr. Woodbridge L4H 0Z7. Ontario. Canada**  
**Tell: 416 822 2789 Fax: 289 553 5668 Email: dasathainfo@gmail.com**

**www.dasatha.com**

# BEYOND YOUR EXPECTATIONS !

## Residential & Commercial Real Estate



**BUY or SELL your HOME with me**  
**For Buyers**

**I will pay your first months mortgage\***

\*Limited to \$300.00 for Each \$100,000 Mortgage

**For Sellers**

**My commission for your listing will be 0% when  
you Sell & buy a home with me.\*\***

\*\*Sellers when buying will not receive the 'first month mortgage on me' rebate in combination with the '0% commission for me' rebate for listing, however the Seller will have the choice of either or.



**5% DOWN ? No problem!**

**I will guide you through obtaining your  
DREAM HOME  
through my proven system!**



2016, 2014, 2013, 2011, 2010



2015, 2012



A member of



**RE/MAX**  
HALL OF FAME

*With me as your agent, your dreams of finding the perfect home can be made a reality!*

**New to Canada, First time Buyers, lack of down payment, Credit problems ?**

**Call me Today !**

I will be happy to guide you through the process in a professional, friendly and accountable manner.

Join the many happy home owners I've helped and find the perfect home for you!

**Gamini Abeyasinghe. ABR, CNE**  
**Real Estate Sales Representative**

E-mail : [shinko@rogers.com](mailto:shinko@rogers.com) Office - 416 235 2500 Fax - 416 235 2828  
1570 Kipling Ave(N of Eglinton) Toronto. ON M9R 2Y1

**Toll Free: 1-800 611 2882 Ext 102**

**Mobile : 416 822 2789**

**[www.gaminiabeyasinghe.com](http://www.gaminiabeyasinghe.com)**

• Some conditions apply. Please feel free to contact me for further details \*\* • Not intended as solicitation of sellers under listing contracts or buyers under buyer representation agreements

# KATPAKAM GROCERY

TEL: 905 785 0444

*Christmas & New Year*

ANNIVERSARY

**SALE**

SALE START DECEMBER 20<sup>th</sup> 2018

END JANUARY 15<sup>th</sup> 2019

*Merry Christmas*  
& **HAPPY NEW YEAR**

To All of Our CUSTOMERS  
FAMILIES & FRIENDS

- Coconut Milk Powder 300g - \$ 2.99
- Coconut Milk Powder 900g - \$ 8.99
- MTR Vada Mix 2 for - \$ 5.00
- MTR Idly Mix 2 for - \$ 5.00
- MTR Rava Dosa 2 for - \$ 5.00
- Baba's Payasam 2 for - \$ 5.00
- Niru payasam 2 for - \$ 4.00
- MD Maldive Fish 2 for - \$ 14.00
- IDHAYAM Sesame Oil 1L 2 for - \$ 15.00
- Vanga Sesame Oil 1L 2 for - \$ 12.00
- Niru coffee 2 for - \$ 8.00
- Green Jackfruit Tin 2 for - \$ 3.00



**7.99**  
8LB



**6.99**  
8LB



**6.99**  
8LB



**6.99**  
8LB



**4.99**



**1.00**



**4.99**  
400g



**6.99**  
8LB



**1.99**



**1.99**  
4LB



**4.99**



**6.99**



**3.00**  
2 for



**8.00**  
2 for



**1.99**



**6.99**  
8LB



**4.99**



**1.00**



Every day Special,  
Meat and Fish in the store  
(Fish from Indian Ocean)



**4.99**



**1.99**

**THANK YOU for A SUCCESSFUL BUSINESS**



# KATPAKAM GROCERY

6970 Lisgar Drive, Unit B1, Mississauga, L5N 8C8

Derry/ 9th Line (Behind 7 Eleven Gas Station)