අත්තම්මාගේ
අත්බෙහෙත්
අශ්මි මෙතුසරී බණ්ඩාර

අත්තම්මාගේ අත්බෙහෙත්

ප්‍රථම එළිදැක්වීම - 15.11.2023
ISBN 978-624-206-669-1

අශ්මි මෙතුසරි බණ්ඩාර

පිදුම

මෙම පොත මා කුඩා කල සිට
රැක බලා ගත් මගේ
ආදරණීය අත්තම්මාට
පුදමි.

පෙරවදන

වත්මන් අධ්‍යාපනයෙන් එලදායී පුරවැසියෙකු සතුටින් ජීවත්වන පවුලක් මෙන් ම ප්‍රඥාසම්පන්න දැනුමෙන් යුත් බහුවිධ කුසලතාවන්ගෙන් සපිරි පුරවැසියන් සහිත සමාජයක් ගොඩ නැගීම අපේක්ෂාව යි එසේ නම් පාසලට වගකීම් පවරන දරුවාගේ විභවතා හඳුනාගෙන ඒවා ඔපවත්කිරීම තුළින් ගෝලීය සමාජයට ගැළපෙන ලෙස හැඩගැස්වීම අපගේ වගකීමයි එම ජාතික අරමුණු මෙන්ම පාසලේ දර්ශනයට අනුව යමින් අපගේ මගපෙන්වීම යටතේ ලේඛනකරණය සහජයෙන් උරුමකරගත් මහාමායා දියණියන් වසර ගණනාවක් සිට විවිධ අරමුණු පෙරදැරිකොට ගෙන ග්‍රන්ථකරණයට යොමුකිරීමේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස දේශීය සාහිත්‍ය කෙතේ ලේඛක අංකුර දහස් ගණනක් වැපිරීමට ලැබීම පාසලක් වශයෙන් ලැබූ සුවිශේෂ ජයග්‍රහණයක් මෙන්ම කාලීන ජාතික අවශ්‍යතාවයක් සපුරාලීමකි .

එහි ඉදිරි දිගුවක් ලෙස පාසල තුළ ගොඩනැගී ඇති පොත් ලිවීමේ සංස්කෘතිය මෙවර ඩිජිටල් තාක්ෂණික යුගයේ ස්මාර්ට් දරුවනට ගැළපෙන ලෙස නවීකරණයකරමින් "දිවිය දිනන විද්‍යුත් පොතක් "ව්‍යාපෘතිය හඳුන්වාදෙන ලදි දරුවන්ට අත්දැකීම් සමුදායක් මෙන්ම ගත්කතුවරයෙකුවීම හරහා ජීවිතයට එකතුවන වටිනාකම සළකා අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශ අනුමැතියෙන් රටේ ම පාසල් දරුවන් අතර විද්‍යුත් පොතක් ලියන්නට සිහින දකින දරුවන් සහෝදරත්වයෙන් අප හා එක්වීම අගයකරමි.

2023 සාහිත්‍ය මාසයට සමගාමී ව අප පාසල විසින් සංවිධානය කළ "දිවිය දිනන විද්‍යුත් පොතක් "ව්‍යාපෘතියට එක්වූ පුංචි ලේඛක ලේඛිකාවන්ට මෙම කෘතිය තුළින් ලැබුණු අත්දැකීම් ඉදිරි අධ්‍යාපනයට මෙන්ම අනාගත දිවියට ශක්තියක් වේවා යි ප්‍රාර්ථනා කරමු.

මෙම ව්‍යාපෘතිය වෙනුවෙන් සහාය දැක්වූ අප පාසලේ කලමනාකරණ මණ්ඩලය ගුරුභවතුන් දෙමාපියන් ආදි ශිෂ්‍යාවන් සෙසු පාසල් වල දරුවන් යොමුකළ විදුහල්පතිවරුන් ගුරුභවතුන් මෙන්ම නන් අයුරින් උදව් උපකාර කළ සැමට හෘදයාංගම ස්තුතිය මෙමගින් පිරිනමමි.

ශෂිකලා සේනාධීර
විදුහල්පතිනිය
මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලය - මහනුවර
2023.11.01

කොහොඹ

විශාලව වැඩෙන ගසකි. විෂබීජ නාශකයක් සේ යොදා ගනී. තුවාල සුවවීම වේගවත් වීමට කොහොඹ කොළ අමු කහ සමඟ අඹරා ගැල්වීම සිදු කරයි. පැපොල, සරම්ප, වැළඳුණු විට දැවිල්ල අඩු කිරීමට කොහොඹ කොළ ගුණදායකය.

කරපිංචා

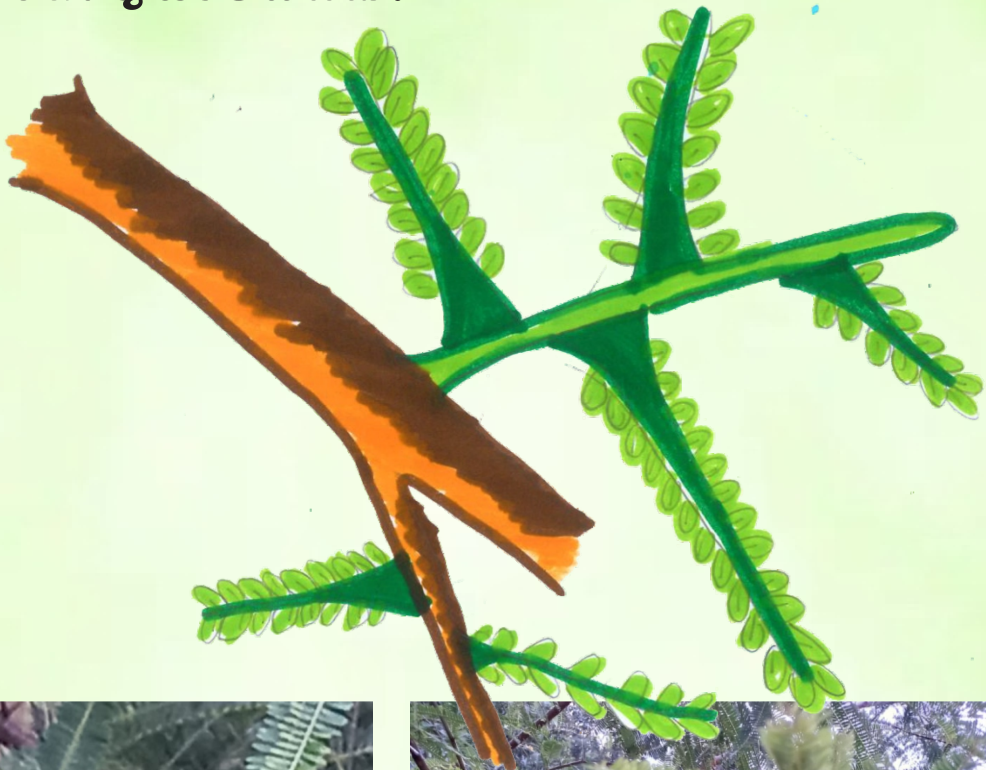
උසට වැඩෙන ශාකයකි. සර්ප විෂට කරපිංචා පත්‍ර අඹරා යුෂ උපයෝගී කර ගනී. සුළු කැපීම් තුවාල වලට ලේ ගැලීම නතර කිරීමට කරපිංචා පත්‍ර තලා එම ස්ථානයේ ආලේපකරයි. පණු රෝග වලටද කරපිංචා ගුණදායක බව අත්තම්මා කිවාය.

ඉඟුරු

පැලෑටියකි. ඉගුරු අල සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව සෑදුණ විට කොත්තමල්ලි සමඟ තම්බා පානය කරයි. අමාශයේ බොහෝ රෝග සඳහා ද ඉඟුරු යොදා ගනී.

නෙල්ලි

ගසක් ලෙස වැඩේ. නෙල්ලි කොළ තැම්බූ වතුර ඇස් හා මුඛ රෝගවලට යොදාගනී. අරුළු, බුළු හා නෙල්ලි, දෙහි යුෂ යොදා අඹරා ගැනීමෙන් සාදාගන්නා මිශ්‍රණය හිසරදයට හොඳ ඖෂධයකි.



කහ

පැලෑටියකි. සහ විස බිජ නාශක ද්‍රව්‍යයකි. තැල්ම හා සමේ රෝග සඳහා කහ අල අඹරා අලේප කරයි. සමේ කළු ලප වලට තලතෙල් සමඟ කහ මිශ්‍ර කර ආලේප කරයි.

කෝමාරිකා

පැලෑටියකි. පිළිස්සුම් තුවාල සඳහා කෝමාරිකා පත්තේ මදය පිටතින් ආලේප කරයි.

මුත්‍රා රෝග සඳහාද කෝමාරිකා පත්තේ මදයෙන් සඳා ගන්නා යුෂ උපයෝගී කර ගනී.

කුප්පමේනියා

පැළෑටියකි. අර්ශස් රෝගයට ගුණදායකයි. සෙම් රෝග සඳහා ද කුප්පමේනියා භාවිතා කරයි.

දෙළුම්

ගසක් ලෙස වැඩේ. ඇස් ලෙඩ වලදී දෙළුම් කොළ තැම්බු වතුරෙන් ඇස් සේදීම සිදු කරයි.

දෙහි

ගසක් ලෙස වැඩේ. විෂබීජ නාශකයක් ලෙස භාවිතා කරයි. දෙහි ඉස්ම පානය බොහෝ ලෙඩ රෝග සඳහා සුවදායක වේ. ක්ලාන්තය සෑදුණ විට, බඩේ ආමාරුව සෑදුන විට, අධික වෙහෙසට පත්ව ඇති විට දෙහි යුෂ පානයෙන් සහනයක් සැලසේ.

පාවට්ටා

ශාකයකි. පාවට්ටා කොළ තම්බා සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාවට දීම අත්තම්මාගේ පුරුද්දකි.

වෙනිවැල්ගැට

වෙනිවැල් ගැට තම්බා ඖෂධීය පානයක් ලෙස භාවිත කරයි. විශේෂයෙන්ම කැස්ස, සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව හා ඇඟපත වේදනාවන්ට අත්තම්මාගෙන් ලැබෙන අනගි බෙහෙතකි.

කරාබු නැටි

ශාඛයකි. දත් අමාරුව සඳහා කරාබු නැටි යොදා ගනී.

පසුවදන

නූතන තාක්ෂණික මෙවලම් භාවිතයට එකතුවීමත් සමග සිදුවන සමාජ ආර්ථික පරිවර්තනයන් හේතුකොටගෙන පොත පතින් දුරස්වන පාසල් දරුවන් නැවත පොත පතට සමීප කරවීම හරහා අධ්‍යාපනයේ ගුණාත්මක වර්ධනයක් ඇතිකිරීම ඔවුන්ගේ සාහිත්‍යය නිර්මාණ හැකියාවන් ඔප්නැංවීම තුළින් රටේ සාහිත්‍ය ප්‍රබෝධයක් ඇතිකිරීම වැනි බහුවිධ පරමාර්ථ ඇතිව 2014 වසරේ දී මා විසින් අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශයට පෞද්ගලික යෝජනාවක් ලෙස පාසල් දරුවන් ග්‍රන්ථ කරණයට යොමුකරන ක්‍රියාමූලික පර්යේෂණ ව්‍යාපෘතිය හඳුන්වාදෙන ලදී. ඒ යටතේ වැඩි ම ග්‍රන්ථ ප්‍රමාණයක් රචනා කරමින් වාර්තාවක් තබන්නේ මහාමායා පුංචි ගත්කතුවරියන් ය. පාසල තුළ ගොඩනැගී ඇති ලේඛන සංස්කෘතිය නව මාවතකට යොමුකරමින් රටේ සෙසු පාසල් දරුවන් හා එක්ව මෙවර ජාත්‍යන්තර පාඨකයන් වෙත ලඟාවීමට නූතන තාක්ෂණය හා බැඳුණු විද්‍යුත් කෘති රචානා කරන්නට විය ඒ තුළින් සම්පාදනය වූ මෙම විද්‍යුත් කෘතිය දරුවන්ට අත්දැකීම් සමුදායක් ලබාදෙමින් අධ්‍යාපනයේ ගුණාත්මක දියුණුවට ඉවහල්වන අතර ම ඔවුන්ගේ හැඟීම් දැනීම් නිර්මාණාත්මක හැකියාවන් ශාස්ත්‍රීය හික්මීම ප්‍රදර්ශනයකරන කැඩපතකි. මෙම නිර්මාණ රටේ අධ්‍යාපනයේ දිශානතිය මෙන්ම සමාජ ප්‍රගමනයට මගපෙන්වන නිසා ප්‍රතිපත්ති සම්පාදකයින් සහ සැළසුම්කරුවන්ට මෙන්ම සමාජයේ වගකිවයුතු පාර්ශවයන්ට ආලෝකයක් සපයයි පාසල් මට්මින් ආරම්භකර ජාතික තලය දක්වා විවිධ අභියෝග මැද පැමිණි මෙම ව්‍යාපෘතියේ ජීවය වූයේ මහාමායා දියණියන් සහ පාසල් ප්‍රජාව බව ගෞරවයෙන් සිහිපත් කරමි.

දිවිය දිනන විද්‍යුත් පොතක් ව්‍යාපෘතියට මහාමායා දියණියන් සමග එක්ව විද්‍යුත් කෘතියක් රචනාකර ජනගතකරන්නට ඩිජිටල් වේදිකාවට පිවිසි ගත්කතු අංකුර ඔබට ලෝකය දිනන ගත්කතුවරයෙකු වීමට ශක්තිය ලැබේවායි පතමු . .

මෙයට
සෙනෙවිරත්න මහලේකම්
පාසල් දරුවන් ග්‍රන්ථකරණයට යොමුකළ ව්‍යාපෘතියේ නිර්මාපක
2023.11.01