මගේ පුංචි සති පාසල

මෙන්මා ලෝසනි දසනායක

කෘතියේ නම - මගේ පුංචි සති පාසල

කතෘගේ නම - එච් ඩබ්ලිව් මෙත්මා ලෝසති දසනායක

කතෘ අයිතිය ඇතුළු විස්තර - ISBN අංකය : 978-624-208-493-0

පිට කවර සිතුවම - එච් ඩබ්ලිව් මෙත්මා ලෝසති දසනායක
4 ශ්‍රේණිය ඒ
මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලය - මහනුවර

කතෘගේ වෙනත් කෘති - කැදර වුබි රාළ

කෘතිය පළ කරන දිනය - 2025.02.08

පිදුම

මේ පොත ලියන්නට

මා දිරිගන්වන ලද

මහාමායාවේ ගරු විදුහල්පතිතුමිය

ඇතුළු

සියළු ගුරු මෑණිවරුන් පියවරුන් වෙතත්

මේ සඳහා සහය දුන්

මගේ ආදරණීය දෙමව්පියන්ටත්

සෙනෙහසින් පුද කර සිටිමි...

පෙරවදන

සාහිත්‍යය දියුණුව රටක සංවර්ධනය මනින මිනුම් දණ්ඩකි. ලක් ඉතිහාසයේ කෝට්ටේ, දඹදෙණි යුග කැපී පෙනෙන්නේ ද සාහිත්‍යමය වශයෙන් ප්‍රබෝධවත් කාලපරිච්ඡේද නිසාය. එසේ නම් මහාමායා ඉතිහාසයේ ද සාහිත්‍යමය වශයෙන් ස්වර්ණමය අවධිය මෙයයි. දැනට වසර ගණනාවක සිට අපගේ දියණියන් ග්‍රන්ථකරණය තුළින් විස්කම් පෑම එයට හේතුවයි. පාසල තුළ පොත් ලියන සංස්කෘතියක් ගොඩ නගා එය රටේම පාසල් පද්ධතියට ව්‍යාප්තකර මෙවර ගෝලීය ශිෂ්‍ය ප්‍රජාව ම ඊට සම්බන්ධ කරගැනීමට අප ගත්කතුවරියන් සමත්වීම සුවිශේෂ සිදුවීමකි.

ඉන් ඔබ්බට යමින් මෙවර පාසල් ප්‍රජාවම ආදි කතෘ කරඳන අත්ථදස්සි මාහිමිපාණන් වහන්සේට උපහාර පිණිස අතීත යතිවර ලේඛක සම්ප්‍රදාය රට තුළ යළි ගොඩනගන්නට පිරිවෙන් ශිෂ්‍ය භික්ෂූන් වහන්සේලා ද ග්‍රන්ථකරණයට යොමුකරන **"හෙරණගත්කරණි"** ව්‍යාපෘතිය හඳුන්වා දෙන්නට විය.

මෙම ශාස්ත්‍රීය සහ ශාසනික සේවාවෙන් රටේ පාසල් අධ්‍යාපනයේ සහ පිරිවෙන් අධ්‍යාපනයේ ගුණාත්මක වෙනසක් ඇතිකරන්නට නායකත්වය දීමට ලැබීම එහි විදුහල්පතිනිය වශයෙන් මා හට අභිමානයක් වන අතරම පාසලක් වශයෙන් ලබන ජයග්‍රහණයක් ද වෙයි. ජීවිතයේ මුල් අවධියේම තම සහජ කුසලතාව හඳුනාගනිමින් ලේඛනකරණයට යොමුවීමේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස එළිදකින මෙම කෘතිය ඉදිරි අධ්‍යාපනය සඳහා මෙන්ම අනාගත දිවිය සඳහා අත්වැලක් වනු නො අනුමානය.

විදුහල්පතිනිය,

ශශිකලා සේනාධීර,

මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලය - මහනුවර.

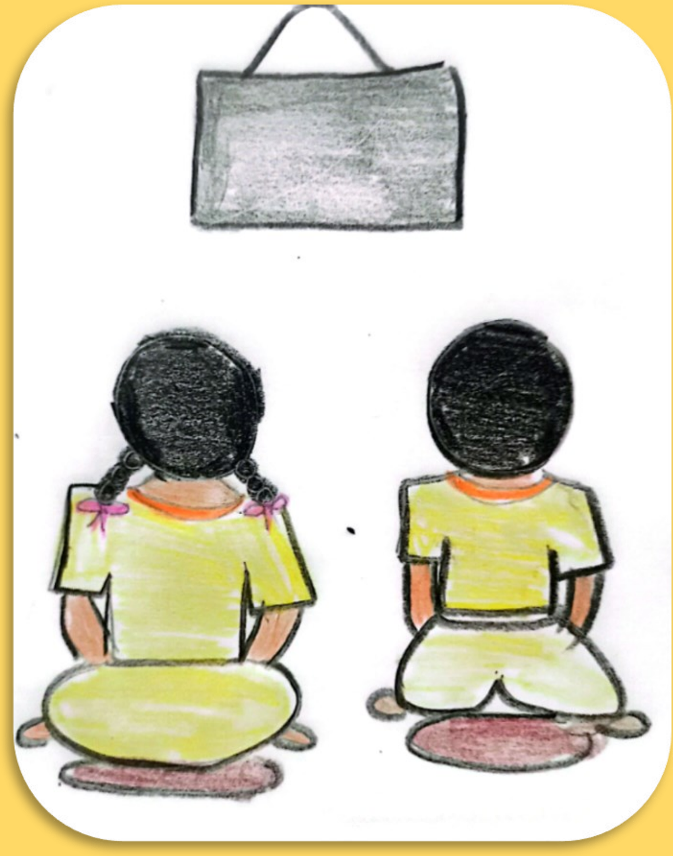
පිළිමතලාව ප්‍රදේශයේ බෝයගම කියන සුන්දර ගමේ මගේ පුංචි සති පාසල පිහිටලා තියෙන්නේ. මගේ අප්පච්චි තමයි මේ සති පාසල හොයාගෙන මාවයි, මගේ මල්ලීවයි අරගෙන ගියේ.

අපි දෙන්නගේ දඟ වැඩ නිසා අපේ අම්මා ඉන්නේ හරිම දුකින්. වෙලාවට කන්නේ නෑ, ඉස්කෝලෙ වැඩ කරන්නේ නෑ, හැමවෙලාවෙම අපි දෙන්නා රණ්ඩු වෙනවා කියලා අප්පච්චිට දුරකථනෙන් කියනවා මට ඇහිලා තියනවා.

කොළඹ වැඩ කරන මගේ අප්පච්චි ගෙදර එන්නේ සති අන්තයේ. ඒ ඇවිත් හැම ඉරිදාම සවස අපි දෙන්නා සති පාසල් අරගෙන යන්නේ බොහොම ආසාවෙන්.

සති පාසලට ගිය පළවෙනි දවසෙ ගොඩක් අයියලා, අක්කලා, නංගිලා, මල්ලිලා එතැනට ඇවිත් හිටියා. ඒ අයගෙන් එතැන හිටපු පුංචිම කෙනා මගේ මල්ලි.

අපි දෙන්නා සති පන්තිය ඇතුලට යන වෙලාවේ එතන හිටපු ඔක්කොම ළමයි බොහොම විනීතව බිම වාඩි වෙලා හිටියා. අපි දෙන්නත් කොට්ට දෙකක් අරගෙන ඒ අය වගේම පන්තිය පිටුපසින් ගිහින් වාඩි වුණා.



සති පාසලේ මොනවද වෙන්නේ, උගන්වන්නේ කියලා මම දැනගෙන හිටියේ නැහැ. පොඩි ස්වාමින් වහන්සේ මමත්, මල්ලීත් ළඟට අරගෙන සති පාසලේ වෙන්නේ මොනවද කියලා ටිකක් කියලා දුන්නා.

ටික වෙලාවක් ගිය පසු මට යහළුවෙක් මුණ ගැසුණා. එයාගෙ නම විනුකි. එයා මාත් එක්ක එදා ගොඩක් යහළු වුණා.

සති පාසලේ ළමුන් කරන දේවල් දිහා මම බලාගෙන හිටියා. නොදන්න දේවල් විනුකිගෙන් අහගත්තා. දවසින් දවස කාලසටහනකට අනුව කරන දේවල්වලට මමත් දවසින් දවස හුරු වුණා.

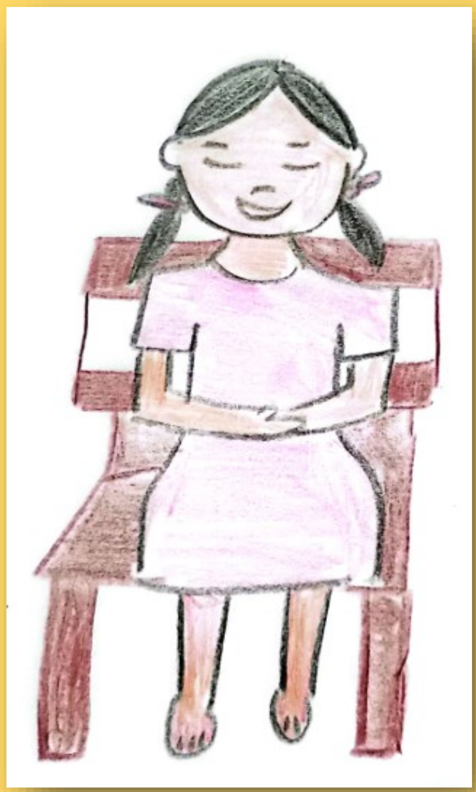
සති පාසලේදී කියලා දෙන්නේ සතිය ගැන. මම ඒ ගැන පාසලේ මිතුරියෙකුට කීවා. ඇය මගෙන් ඇහුවා සතිය කියන්නේ සඳුදා දවසින් පටන් ගන්න සතියද කියලා. මම කීවා , "ඒ සතිය නෙමෙයි සතිමත්ව ජීවත් වීම කියන්නේ සිහියෙන් ජීවත් වෙනවා කියන එකයි" කියලා ඇයට පැහැදිලි කරලා දුන්නා.

සිහියෙන් ඉන්නවා කියන්නේ අපි මේ මොහොතේ මොකක් හරි කරනවානම් ඒ කරන දේත් එක්ක අපේ අවධානය තියාගෙන ඉන්න එකට.

අපි පන්තියේ ඉගෙන ගන්නකොට අපි අහගෙන ඉන්නේ නැතුව ඒ වෙලාවේ වටපිට බල බල ඉන්නවානම්, යාළුවෝ එක්ක කතා කරනවානම්, වෙන වෙන දේවල් කල්පනා කරනවා නම් අපිට සතිය නෑ. අපි ඉන්නේ සතියෙන් නෙමෙයි නම් මැඩම් අපිට මොනවා කියලා දුන්නාද කියලා අපි දන්නේ නෑ. එතකොට අපිට හොඳට ඉගෙන ගන්න බැරි වෙනවා.

ඒ වගේම සති පාසලේදී අපිට භාවනාව වඩවන්න පුහුණු කරනවා. භාවනාව පුහුණු වෙනකොට අපි හුස්ම එක්ක යාළු වෙනවා. මගේ අප්පච්චි කියනවා භාවනාවෙන් අපේ වඳුරු මනස නැති වෙනවා කියලා.

මම මගේ අප්පච්චිගෙන් ඇහුවා වඳුරු මනස අයින් වෙනවා කියන්නේ මොකද්ද කියලා. අප්පච්චි මට කිව්වා "වඳුරා හරිම කලබල සතෙක්. එයාට එක විදිහකට ටික වෙලාවක් වත් ඉන්න බෑ. සතිය නැති වෙලාවට අපේ මනසත් වඳුරෙක් වගේ තමා. හරිම කලබලයි. එක එක දේවල් වලට දුවනවා" කියලා.



අපි භාවනා කරන විට හොඳ පහසු විදියට වාඩිවෙන්න ඕනේ. අපි අපේ අත් දෙකත් පහසු විදිහකට තියාගෙන ඇස් දෙක වහගෙන හුස්ම ඉහල පහල යන එක දිහා හොඳට සිහියෙන් බලාගෙන ඉන්නකොට හිතට හරිම සැහැල්ලුවක් දැනෙනවා.

පරිසරයේ ශබ්ද එක්ක යාලුවෙන හැටි සති පාසලේදී අපිට කියලා දුන්නා. පරිසරයේ ශබ්ද එක්ක යාළුවෙලා ඉන්නකොට හිතට ලොකු සතුටක් දැනෙනවා.

ඒ වගේම සති පාසලේදී සතිමත්ව ඇවිදීම අපිට කියලා දෙනවා. වැලි දාලා සකස් කරපු සක්මන් මළු දිගේ අපි අත්දෙක පිටි පස්සට බැඳගෙන බිම බලාගෙන එහාටයි මෙහාටයි ඇවිදිනවා.

ඇවිදින වෙලාවේදී ඇවිදින එකට අවධානය තියාගෙන කකුල්වල පතුල් වලට දැනෙන දේවල් බලාගෙන ඇවිදිනකොට යටි පතුල් වලට දැනෙන දේවල් හොඳට තේරෙනවා.

තණ කොළ පෑගෙනකොට දැනෙන සීතල, සිනිඳු ගතිය, ගල් වැලි පෑගෙනකොට දැනෙන ගොරෝසු ගතිය හොඳට දැනෙනවා. අපේ කකුල් පොළොවත් එක්ක යාළු වෙනවා.

සති පාසලේදි අපිට කියලා දෙනවා මොනව හරි වැඩක් කරනකොට S M S ක්‍රමයට කරන්න කියලා. ඒ කියන්නේ

S - Slowly ඒ කියන්නේ හෙමින්
M - Mindfully ඒ කියන්නේ සිහියෙන්
S - Silently ඒ කියන්නේ නිහඬව

මේ විධියට චිත්‍ර අඳින්න , පාට කරන, අකුරු ලියන ගොඩක් වැඩ සාර්ථක වෙනවා කියලා සති පාසලේදී අපිට කියලා දුන්නා. මමත් SMS ක්‍රමයට පාසලේදී දෙන වැඩ කරන්න උත්සහ කරනවා.

සති පාසලේ අවසානයේ හැමදාම වගේ අපේ අතට පොඩි කෑමක් ලැබෙනවා. ඇස් වහගෙන අපිට ඒ ආහාරයේ සුවඳ බලන්න කියනවා. ඉන් පසුව තමයි අපිට ඒ ආහාරය ගැනීමට අවසර තියෙන්නේ.

අපි වෙනදා කෑම කනකොට කතා කර කර කෑම කනවා, නැත්නම් ටීවී බල බල කෑම කනවා. එතකොට අපි මොනවා කෑවද කියලා දන්නේ නෑ. හරියට රස තේරෙන්නෙත් නෑ.

අපි සිහියෙන් කෑම කනකොට කතා කරන්නේ නෑ. ටීවී බලන්නේ නෑ. වෙන වැඩ මොකවත් කරන්නේ නෑ. කෑම කන එක ගැන විතරක් සිහියෙන් ඉන්නවා. එතකොට අපිට හොඳට කෑම වල පාට පේනවා, සුවඳ දැනෙනවා, ගොඩක් රස වර්ග තේරෙනවා.

අපේ සති පාසලේ අළුතින් වැඩක් පටන් ගත්තා. ඒ තමයි මාසයේ අන්තිම සති අන්තයේ සති සමිතියක් පැවැත්වීමයි. එතනදි සති පාසලේ ඉගෙන ගන්න හැමදෙනාටම තමන්ගේ දක්ෂතා පෙන්වන්න අවස්ථාව ලැබෙනවා. ඒකට මම හරිම ආසයි.

ඒ වගේම සති පාසලේදි අපිට සෙල්ලම් කරන්න අවස්ථාව ලබා දෙනවා. කොටයක් උඩ සීරුවෙන් යන්න, බට්ට පනින්න වගේම සතිමත්ව කළ හැකි ක්‍රීඩා ගොඩක් කරන්න වෙලාව ලබා දෙනවා.

අපි මොනවා හරි දෙයක් කරන කොට ඒ ගැන සිහියෙන් ඉන්න ඕනේ... අපි සිහියෙන් නම්, අපි නිසා ලස්සන පරිසරය අපවිත්‍ර වෙන්නේ නෑ. ඒ වගේම අපි හැම වැඩක්ම සිහියෙන් කරනවා නම් අපෙන් අඩුපාඩු වෙන්නෙත් නෑ. ඒ වැඩ හොඳට කරන්නත් පුළුවන් වෙනවා.

අපි සතියෙන් ඉන්නවානම් පරිසරය විතරක් නෙවෙයි. අපේ හිතත් ලස්සන වෙනවා. අපේ හිත ලස්සන වුණාම අපි කරන වැඩත් ලස්සනයි. සති පාසල තුළින්

ඉගෙන ගන්න දේවල් වලින් හොඳ දරුවෙක් වීම මගේ පැතුමයි.

පසුවදන

රටේ අනාගත සංවර්ධනයට ඉවහල්වන සාහිත්‍යය ප්‍රබෝධයත් අධ්‍යාපනයේ ගුණාත්මක දියුණුවත් සාහිත්‍ය නිර්මණකරණය විභවතා කොටගත් අනාගත පරපුරේ හැකියාවන් ඔප්නැංවීම සහ එළිදැක්වීමට වේදිකාවක් ගොඩ නැගීම වැනි බහුවිධ පරමාර්ථ ඇතිව 2014 වසරේ පටන් මාගේ සංකල්පයකට අනුව ක්‍රියාත්මක පාසල් දරුවන් ග්‍රන්ථකරණයට යොමුකරන ක්‍රියාමූලික පර්යේෂණ ව්‍යාපෘතිය යටතේ මේ වන විට ලේඛක අංකුර හැට දහසකට වැඩි ප්‍රමාණයක් දේශීය සාහිත්‍ය කෙතේ රෝපණය කිරීමට ලැබීම අප ලැබූ භාග්‍යයකි. එම බීජ දළුලා වැඩෙන්නට අවැසි සරු පසක් සැකසීම සමාජ වගකීමයි. පාසලක් මුල්වීමෙන් අධ්‍යාපනයේ ඵලදායිතාව වෙනුවෙන් වසර ගණනාවක් අඛණ්ඩව පාසල් කලාප, පළාත්, ජාතික සහ ජාත්‍යන්තර තලය දක්වා ක්‍රියාත්මක කර ඇති මෑත ඉතිහාසයේ එකම ව්‍යාපෘතිය මෙයයි.

මෙවර ඒ සදහා පිරිවෙන් ශිෂ්‍ය භික්ෂූන් වහන්සේලා ද සම්බන්ධ කර ගැනීම විශේෂත්වයකි. මෙහිදි මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලයේ විදුහල්පති තුමිය, දියණියන්, ගුරුභවතුන්, දෙමාපියන් සහ ආදි ශිෂ්‍යාවන් දැක්වූ කැප කිරීමට ජාතියේ ප්‍රණාමය හිමිවිය යුතුය.

මුද්‍රිත පොත තවමත් අපේ අධ්‍යාපනයේ ප්‍රධාන මෙවලමයි. පොතකින් දරුවෙකුට ලැබෙන ආස්වාදය අන් කිසිවකින්වත් ලබාදිය නොහැකිය. මානව දැනුම ගබඩාකර තැබීමට විවිධ විද්‍යුත් උපාංග භාවිතයට එක්වීමත් සමඟ දරුවන් එයින් දුරස්වීම අධ්‍යාපනයේ ගුණාත්මක බවට අනර්ථකාරී මෙන්ම සමාජය තුළ විවිධ ගැටලු ප්‍රශ්න නිර්මාණය වීමට හේතු වී ඇති බව පර්යේෂණාත්මක ව සනාථ වෙයි. මෙයට පිළියම් වශයෙන් ක්‍රියාත්මක මෙම ව්‍යාපෘතියෙන් වසර ගණනාවක් මුද්‍රිත පොත් රචනාකර ඩිජිටල් තාක්ෂණය යුගයේ ස්මාර්ට් බාල පරම්පරාව නූතන තාකෂණය සමග ගළපමින් දැනට වසර දෙකක සිට රටේම පාසල් දරුවන් සමග එක්ව විද්‍යුත් කෘති රචනාකරයි. තම නිර්මාණ ජාත්‍යන්තර පාඨකයන් වෙත ගෙනයාමට මහාමායා බාලිකාවයන් ඩිජිටල් වේදිකාවක් ගොඩනගා දී තිබේ තම නසඟ, සාහිත්‍ය නිර්මාණ හැකියාව තුළින් එයට පිවිසි පුංචි ගත්කතුවර ඔබගේ ලේඛන දිවියට මගේ සුභාෂිංසන.

ව්‍යාපෘති නිර්මාතෘ සම්බන්ධීකාරක,
සෙනෙවිරත්න මහලේකම්

ISBN අංකය : 978-624-208-493-0