



පුංචි පැයට අතීතයෙන් කෙළි සෙල්ලම්

නිතිනි ආශිකා සාරානාන්

පුංචි අපට අතීතයෙන් කෙළි සෙල්ලම්

- නිතිනි ආශිකා සාරානාත් -

පුංචි අපට අතීතයෙන් කෙළි සෙල්ලම්

නිතිනි ආශිකා සාරානාත්

කතෘ

මහාමායා ඛාලිකා විදුහල - මහනුවර

6 ශ්‍රේණිය E

2025.02.07

ISBN

පිටුව

නිතරම මා ඉසව්ව

සෙවනැල්ලක් මෙන් ඉසව්ව

මගේ ඉසව්ව

දුරාංජිවී වරමක් මගනමියට

සෙවනැල්ලක්.....

පටුන

1. අතුරු මිතුරු දඹදිවතුරු	-	1 - 2
2. අත්තාපල් මුත්තාපල්	-	3 - 4
3. හැංඟි මුත්තා හැංඟියෝ	-	5 - 6
4. අඹ කොට්ටං පැනීම	-	7 - 8
5. කැකුණ කෙටීම	-	9 - 10
6. හැට්ට කටු හැංඟීම	-	11 - 12
7. ගුඩු ගැසීම	-	13 - 14

පෙරවදන

සාහිත්‍යය දියුණුව රටක සංවර්ධනය මනින මිනුම් දණ්ඩකි ලක් ඉතිහාසයේ කෝට්ටේ, දඹදෙනි යුග කැපිපෙනෙන්නේ 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 පැම වයට 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 කරදන අත්ටදස්සි මානිමිපාණන් වහන්සේට උපහාර පිණිස අතිත යතිවර ලේඛක සම්ප්‍රදාය රට තුළ යළි ගොඩනගන්නට පිරිවෙත් ශිෂ්‍ය භික්ෂුන් වහන්සේලා ද ග්‍රන්ථකරණයට යොමුකරන **“හෙරණගත්කරණී”** ව්‍යාපෘතිය හඳුන්වා දෙන්නට විය.

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

විදුහල්පතිනිය,

ගඟිකලා සේනාධීර,

මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලය - මහනුවර.

1. අතුරු මිතුරු දඹ දිවතුරු

මෙම ක්‍රීඩාව මෑත අතීතයේ කුඩා දරුවන් විසින් කරන ලද විනෝද ජනක ක්‍රීඩාවකි. ළමුන් කිහිප දෙනෙකු එකතු වී රවුමක් ලෙස බිම වාඩි වෙයි. ඉන් පසු ඉදිරියට නැමී දැන් දෙක රවුමක් වන සේ තබා ගනී. ඉන් පසු කණ්ඩායමේ එක් අයෙක් විසින් මෙම කවිය කියමින් තම දඹර ගිල්ලෙන් රවුමට තබා ඇති අත්වලට තට්ටු කරමින් වටේට ඇඟිල්ල ගෙනියයි. කවිය කියවා අවසන් වන විට දඹරගිල්ල නැවතුන තැන අත හිමි ළමයා තරඟයෙන් ඉවත් විය යුතු ය.



වී සඳහා යොදා ගන්නා කවිය,

**අතුරු මිතුරු දඹ දිවතුරු රාජ කපුරු සෙට්ටියා
අලුත ගෙනා මනමාලිට අලුත් බුලත් පෙට්ටියයි
පරණ ගෙනා මනමාලිට පරණ බුලත් පෙට්ටියයි
කුකුළා කපල ගෙයි මුල්ලේ කිකිළි කපල වැට මුල්ලේ
තුන්තිරි ගහට අත දිලා මේ අත ගත් කිඹිස්සි**

මෙම ක්‍රීඩාව අතීතයේ දරුවන් අතර ඉතා ප්‍රචලිත වීමෙන් ම භාස්‍ය ද පැරදෙන අය අතර රණ්ඩුද ඇති කරයි. මෙය ගෘහස්ථ ක්‍රීඩාවක් ලෙස හැඳින්විය හැක. අද මෙන් චිකල ළමුන් ට පාසල් වැඩ චිතරම් නොතිබුන නිසා ක්‍රීඩාවට කාලය බොහෝ තිබුණි. විවෘතවත් අහළ පහළ ළමුන් ද චිකතු කරගෙන චික තැනකට එක් වී මෙම ක්‍රීඩාව කරන බව අපේ මුතුන් මිත්තන් විසින් අපට කියා දේ.

2. අත්තාපල් මුත්තාපල්

මෙම ක්‍රීඩාවට තරඟකරුවන් සංඛ්‍යාවක් නොමැත. එකතුවන කණ්ඩායමේ එක් අයකු තෝරා ගෙන ඔහු හෝ ඇයගේ අත දිගහරින ලෙස අනිත් අය පවසයි. ඉන් පසු සෙසු ළමුන් ටික අත දිගු කළ ළමයාගේ අතට මෙම කවිය කියමින් තට්ටු කරයි.



අත්තාපල් මුත්තාපල්

කැකුණ ගහට කෙටුවා පල්

මන් අල්ලන්න බැරුවා පල්

ඉන් පසු ළමුන් ටික යොදා ගන්නා සීමාව තුළ එහේ මෙහේ දුවන අතර අත දිගු කරමින් සිටි දරුවා කෙසේ හෝ අයෙක් අල්ලා ගනියි. ඉන් පසු අල්ලා ගත් කෙනා අත දිගු කළ යුතුය. නැවත ළමුන් ටික ඉහත කවිය කියමින් මෙම ළමයාගේ අතට තට්ටු කරයි.

ඉන් පසු එම ළමයා තමන්ට හැකිවර යොදා කෙනෙක්ව අල්ලා ගනියි. මෙසේ සියලු දෙනාම මෙම තරඟයට මුහුණ දිය යුතුයි. මෙය අල්ලා සෙල්ලම නමින් ද හඳුන්වයි. මෙම ක්‍රීඩාව විලිමහන් මෙන් ම ගෘහස්ථ ක්‍රීඩාවක් ලෙස ද කළ හැකි ලෙස පැවසේ. මෙය මගින් ද ළමුන්ට ආර්ථික ව්‍යායාම මෙන් ම සතුට ද ගෙන දෙනු ලබයි. මෙම ක්‍රීඩාව ද අපේ මුතුන් මිත්තන් කුඩා කළ කරන ලද ක්‍රීඩාවක් ලෙස සැලකේ.

3. හැංගි මුත්තං හැංගියෝ



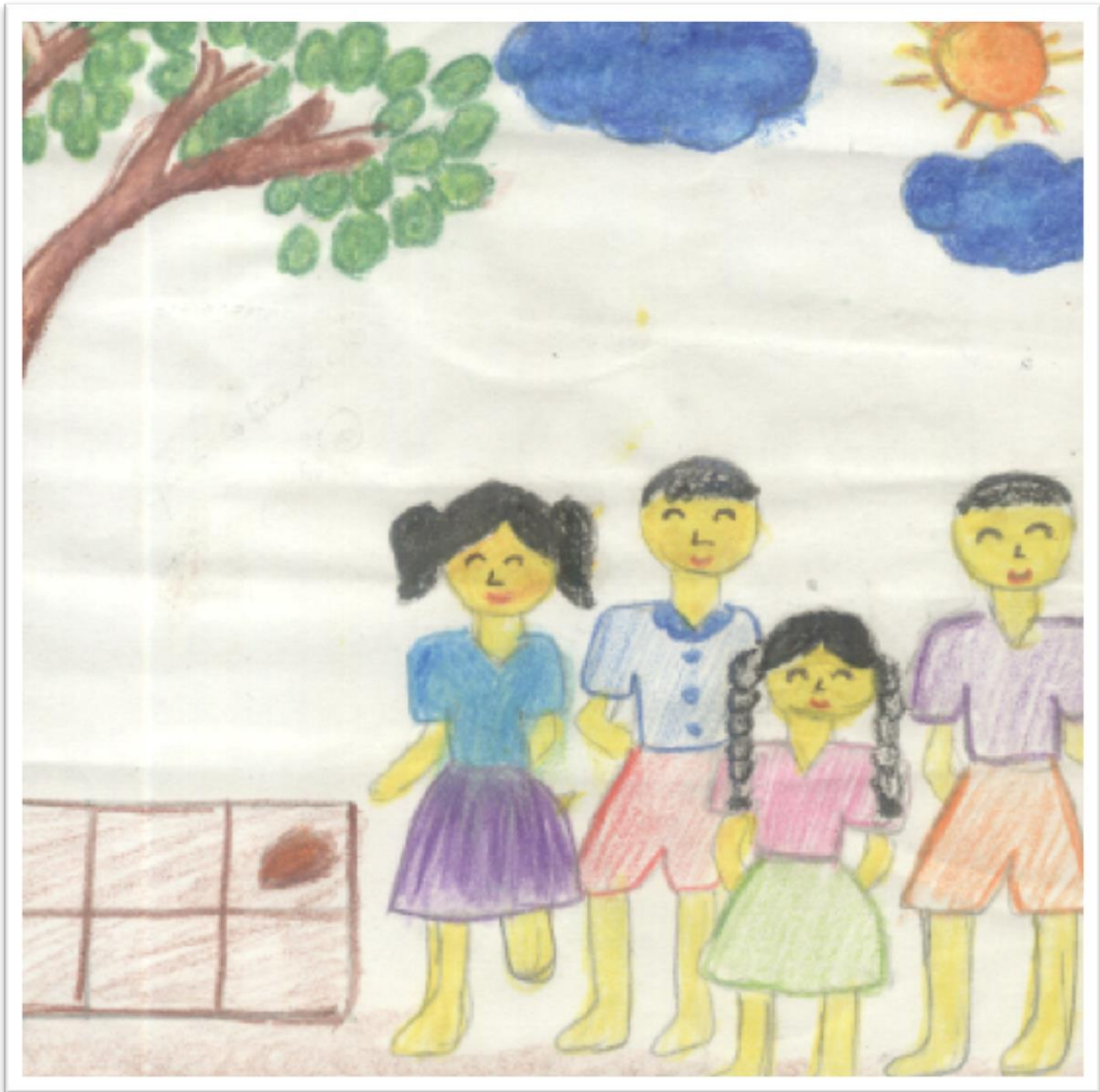
මෙය ගෘහස්ථ ක්‍රීඩාවක් වේ. චිකතුචන ළමුන් සියල්ල කුසපත් ඇඳීම මගින් හැංගෙන ළමුන් සෙවීම අයෙකු තෝරා ගනී. එසේ නොවේ නම් ළමුන් අතර සංචු සරුවල් ඇති වන බැවිනි. කුසපත් ඇඳ තෝරා ගන්නා ළමයාගේ ඇස් දෙක රෙදි කඩකින් වසයි. ඉන් පසු ළමුන් චිකතු වී සෙවීම සඳහා තෝරා ගත්, ඇස් වසන ලද ළමයා එක් තැනක හිඳුවයි. ඉන් පසු හැංගි මුත්තං හැංගියෝ -

නොපෙනෙන තැනක හැංගියෝ යනුවෙන් ශබ්ද නගා කියා නිවසේ අහු මුළු වල සැඟවෙයි. එම ළමයා විසින් සැඟවී සිටින අය සෙවිය යුතු වේ. පළමුව සොයා ගන්නා ළමයා ඉන්පසු තරඟයට පිවිසිය යුතු ය. පළමුව තරඟයට ඉදිරිපත් වූ කෙනාද නැවත සැඟවේ. ඔහු ඇල්ලීම කළත් නැවත තරඟයට ගන්නේ නැත. එම නිසා ඉන්පසු වෙනත් අයෙකු සෙවිය යුතු ය.

මෙසේ අල්ලා ගන්නා අය තරඟයට ඉදිරිපත් නොවන අතර ළමුන්ගේ අවසානය දක්වාම ක්‍රීඩා කළ යුතු ය. මෙම ක්‍රීඩාවේ දී සොයන්නාගේ ඇස් බැඳ තැබුවා ද ඔහුගේ නුවණ භාවිතා කරමින් සැඟවෙන තැන ශබ්දයෙන් හඳුනාගෙන සැඟවුණ පුද්ගලයා සෙවීමට සමහර ළමුන් බුද්ධිමත් වේ.

4. අඹ කොට්ටං පැනීම

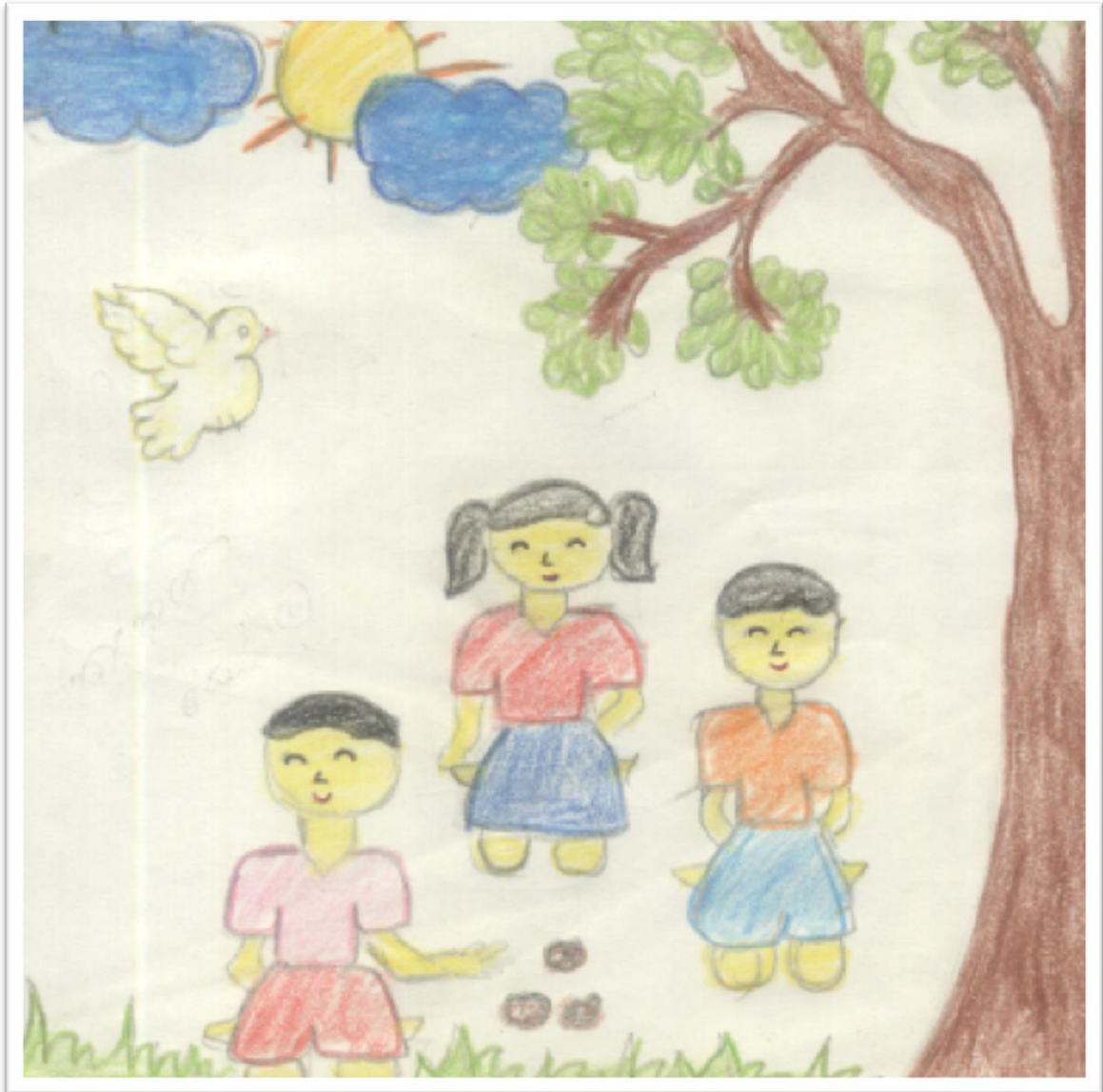
මෙම ක්‍රීඩාව තනි තනිව කරනු ලබන ක්‍රීඩාවකි. එසේම එළිමහන් ක්‍රීඩාවකි. මීදුලේ සමාන කුඩා කොටු හයකින් යුත් චතුරස්‍රාකාර කොටුවක් ඇඳ ගනී. තරඟයට ඉදිරිපත් වන ළමුන් මේ සඳහා යොදා ගත්තේ වියළිණු අඹ ඇටයකි.



මෙම අඹ ඇටය ක්‍රීඩා කරන ක්‍රීඩකයා විසින් කොටුවේ ඉරි නොපැහැන ලෙස අඬිය තබා පළමු කොටුවේ සිට අඹ ඇටය කකුලෙන් තල්ලු කරමින් හයවෙනි කොටුව වෙත පිටතට ගෙන ආ

යුතුය. මේ සඳහා භාවිතා කරනු ලබන්නේ එක කකුළකි. අනිත් කකුළ නමා ගත යුතුය. නවා ගත් කකුළ බිම තැබීම, ඉරි පැහීම, හයවෙනි කොටුවට පෙර අඹ කොට්ටිය චිලියට විසි වීම තරඟයෙන් ඉවත් වීමට හේතු වේ. තරඟය අතර තුර ළමුන් පරාජය පිළිගැනීමට අකමැතිව රංඬු වන අවස්ථාද වේ. ළමුන් හිකරුන්ගේ ගත කරන කාලය මෙවැනි ක්‍රීඩාවක යෙදීමෙන් මානසික වර්ධනයට මෙන්ම ශාරීරික සෞඛ්‍යයට ද යහපත් වේ.

5. කැකුණ කෙටීම



මෙම ක්‍රීඩාව සඳහා කැකුණ ඇට 6 ක් අවශ්‍ය වේ. මෙය තනි තනිව කරනු ලබන ක්‍රීඩාවකි. මෙය සඳහා ළමුන් ඕනෑම සංඛ්‍යාවකට සහභාගි විය හැක. ක්‍රීඩාව සඳහා සහභාගි වන අය බිම රවුමක් ලෙස වාඩි වෙයි. පළමුවෙන් ක්‍රීඩා කරන අය ෧, 10, 20 යනුවෙන් කියා සියය පැමිණි ළමයා පළමුවෙන් ම ක්‍රීඩා කරනු ලැබේ. කැකුණ ඇට 6 එකම තැන තබා ගෙන පළමුව එක් කැකුණක් උඩ දා අල්ලා ගත යුතුය. එය කෙටීම දෙක වේ.

ඉන් පසු පළමු කැකුණ හා දෙවන කැකුණ දෙකම චිකවර උඩ දමා අල්ලා ගත යුතු ය. ඉන් පසු කැකුණ හතරක් උඩ දමා අල්ලා ගත යුතුය. ඉන් පසු ඉතිරි කැකුණ ද චිකතු කර පහ උඩ දමා අල්ලා ගත යුතු ය. මෙහි දී චිකම කැකුණක් හෝ බිම වැටීමට නොහැකිය. වැටුණේනම් ළමයා තරගයෙන් ඉවත් වේ. කැකුණ උඩ දමනු ලබන්නේ නම් උරහිස මට්ටම දක්වා පමණිත පළමු තරගකරු ඉවත් වීමෙන් පසු ක්‍රමයෙන් ඊළඟ කෙනා තරගයට පිවිසේ. අවස්ථා පහේදීම කැකුණ බිම නොවැටී අල්ලා ගත්ත කෙනා ජයග්‍රාහකයා වේ. මෙය ද ගෘහස්ථ ක්‍රීඩාවකි.

6. හැට්ට කටු හැංගීම

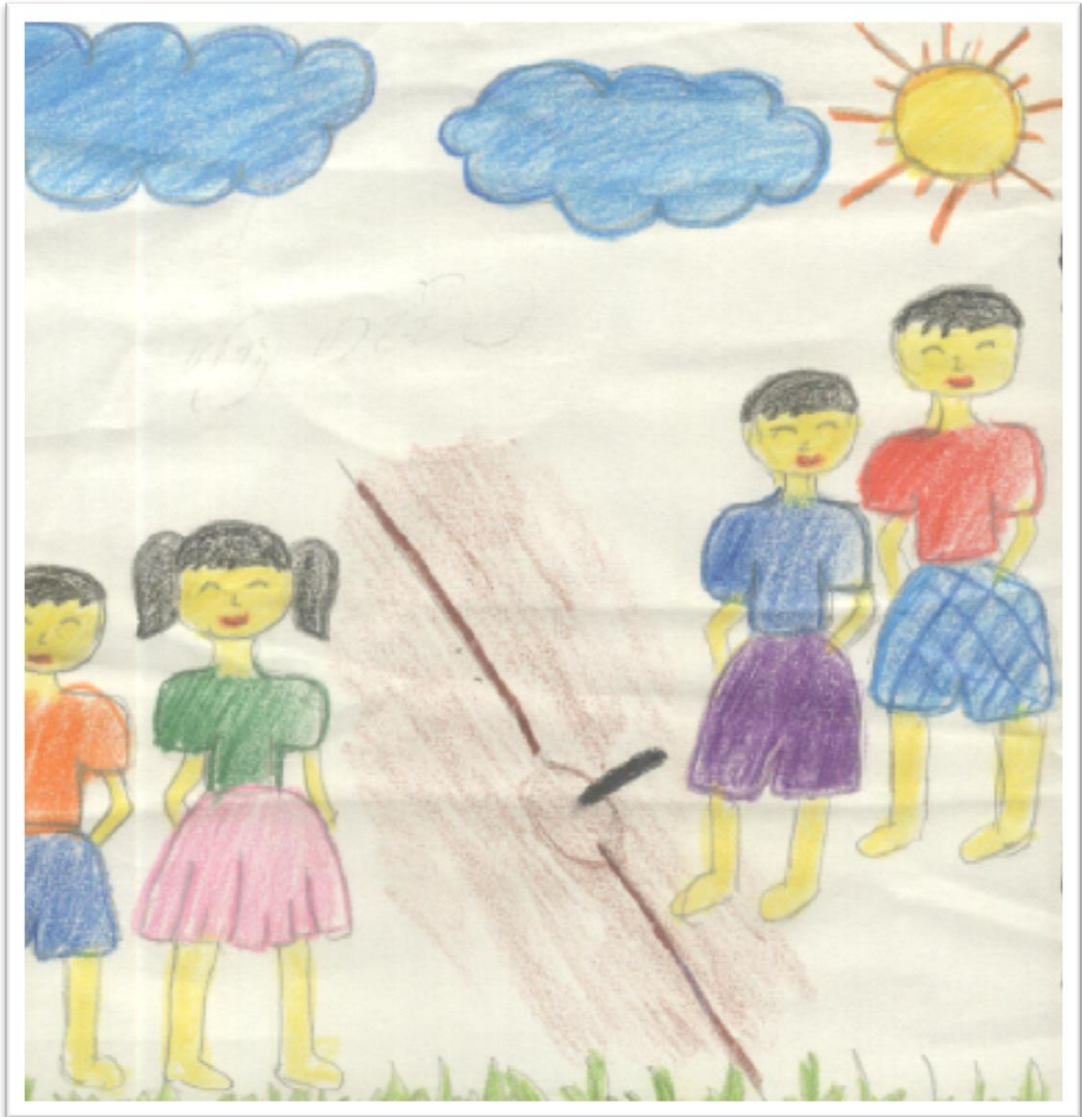
මෙය සාමූහික ක්‍රීඩාවකි. මෙම ක්‍රීඩාවට ඕනෑම සංඛ්‍යාවකට සහභාගි විය හැක. තරඟයට සහභාගි වන ළමුන් රවුමක් හැඳී සිට ගත යුතුය. අත් දෙක පිටි පසට තබා ගත යුතුය. ඒ හැට්ටකටුව සැඟවීම සඳහා ය. කණ්ඩායමේ එක් අයකුගේ අතට හැට්ට කටුව ලබා දී රවුමට සිටගෙන සිටිනා ළමුන්ගේ පිටුපසට කර ඇති අතර එය රහසිගතව සඟවනු ලැබේ.



ඉන් පසු කණ්ඩායමේ වෙනත් අයෙකුට කටුව සඟවා ඇති පුද්ගලයාගේ නම කියන ලෙස කණ්ඩායමේ නායකයා විසින් දැනුම් දෙයි. මොහු විසින් සඟවා ඇති පුද්ගලයාගේ නම කීමට අපොහොසත්ව වෙන කෙනෙකුගේ නමක් කිවහොත් නම කී පුද්ගලයා තමා ළඟ කටුව නොමැති බව දැන දිගු කර පෙන්වයි. විවිධ කටුව ළඟ ඇති පුද්ගලයා තමා ළඟ ඇති බව පෙන්වීමට ඉදිරිපත් වේ. මේ අවස්ථාවේ නම කීමට ළමයා තරඟයෙන් ඉවත් වේ.

මෙලෙස ළමුන් සංඛ්‍යාව අවසාන වන තෙක් ම කටුව සඟවා නම් කිරීමට එක් එක් අයට අවස්ථාව ලබා දෙයි. මෙම ක්‍රීඩාව ද ගෘහස්ථ හා විලිමහනේ ක්‍රීඩා කිරීමට ද හැකි සරල ක්‍රීඩාවකි.

7. ගුඩු ගැසීම



මෙම ක්‍රීඩාව සඳහා ද ඉදිරිපත් වන ළමුන් කණ්ඩායම් 20 බෙදේ. මෙය විලිමහනේ ක්‍රීඩා කරනු ලබන ක්‍රීඩාවකි. ක්‍රීඩා පිටියේ සීමාවන්ද ලකුණු කර ගනු ලැබේ. ඉන්පසු ක්‍රීඩා පිටියේ මැද බිම කුඩා දිගටි වලක් සාදා ගනු ලැබේ. කුඩා කෝටු කැබැල්ලක් වම වලෙහි හරස් අතට තබනු ලබයි. එක පිළක් මෙම කෝටු කැබැල්ල විදීම සඳහා වන අතර අනෙක් පිළ විය අල්ලා ගැනීම සඳහා ඉදිරියෙන් රැඳී සිටී. කෝටු කැබැල්ල විදින්නා අත අඩි

හතරක පමණ දිග කෝටුවක් වේ. එයින් වල මත හරහට තබා ඇති කොටු කැබැල්ල ඔසවා ඇතට විසි කරනු ලබයි. ඉදිරියේ සිටින අනෙක් පිළේ ළමුන් කෝටු කැබැල්ල අල්ලා ගතහොත් විදින පුද්ගලයා තරගයෙන් ඉවත් වේ. ඉන් පසු ඊළඟ තරඟකරුට අවස්ථාව දෙනු ලැබේ. මෙසේ සියලු දෙනා ඉවත් වුවහොත් අනෙක් පිළට ජය හිමි වේ. ඉන්පසු අනෙක් පිළේ එකිනෙකා කෝටු කැබැල්ල විදීමට ඉදිරිපත් වේ. කෝටු කැබැල්ල අල්ලා ගැනීමට නොහැකි වී ඇතට එයි. වුවහොත් විදින ලද පුද්ගලයා අර කෝටු කැබැල්ල අසලා වළ ළඟට විසි කරන තුරු විදින ලද පුද්ගලයා පිටිය වටා රවුමක් දුවමින් වළ ළඟ නැවත සිට ගනු ලැබේ. එසේ නොහැකි වුවහොත් එය ද විදින ලද අය ඉවත් වීමට හේතු වේ. මෙය වර්තමාන ක්‍රිකට් ක්‍රීඩාවට බොහෝ දුරට සමානය.