පැණි

බෝලේ

ඉක්රම් මොහමඩ් ෂෙශාඩ්

පැණි බෝලේ

ඉක්රම් මොහමඩ් ෂෙශාඩ්

කතෘ

කතෘගේ වෙනත් කෘති

පළමු දිගහැරීම

ග්‍රීන්හිල් ජාත්‍යන්තර පාසල මහනුවර

7 ශ්‍රේණිය

2026.05.10

ISBN NO 978-624-208-987-4

පිදුම

මගේ ආදරණීය චූටි නංගී ෂෙZසා හට

ඔයාගේ ආදරණීය අයියාගෙන්

පෙරවදන

දිනෙන් දින සංකීර්ණ වන ගෝලීය අනාගත ලෝකයට දියණියන් සූදානම් කරණ බාලිකා අධ්‍යාපනයේ හැරවුම් ලක්ෂයක් ලෙස මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලයේ මූලිකත්වයෙන් සිදුකරණ හේමමාලා උපහාර ගත්කරණ ව්‍යාපෘතිය නම්කළ හැකිය. දශකයක තරම් කාලයක් දහස් ගණනක් දැයේ දරුවන් ගත්කතුවරුන් ලෙස දැයට දායාද කරන්නට හැකිවීම පාසලක් වශයෙන් ලබන විශිෂ්ට ජයග්‍රහණයකි. මෙවරද වෙනත් පාසල් හා එක්ව පාසල් දරුවන්ට නව අත්දැකීම් සමුදායක් සන්නි-වේදන නිපුණතා සාරධර්ම මෙන්ම නිර්මාණාත්මක ප්‍රවර්ධනය වැනි බහුවිධ කුසලතා සංවර්ධනය අරමුණු කොටගෙන පොත් ලියන්නට යොමුකරන ලදි. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ලියැවී ඇති ළමා ග්‍රන්ථ තුළින් ලෝක බෞද්ධ ජනතාවගේ පූජනීය සංකේතය කන්ද උඩරටට අගයක් එකතු කළ ශ්‍රී දළදා වහන්සේ වැඩමකර වූ හේමමාලා කුමරියට උපහාර දැක්වීම මෙවර අපගේ මූලික අරමුණයි. මේ සඳහා නිර්මානකරණයෙන් දායක වූ පාසල් දරුවන් මගපෙන්වූ ගුරුභවතුන් ඇතුලු සැමට ස්තුතිය පුදකරමු.

ශශිකලා සේනාධීර

විදුහල්පතිනිය

මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලය

පෙරවදන

මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලය, මහනුවර සහ අප පාසල් පුස්තකාල සභාව එක්ව සංවිධානය කළ මෙම ඊ-පොත් ව්‍යාපෘතිය වෙනුවෙන් මාගේ සුබාශිංසන පිරිනැමීමට මම ඉතා සතුටු වෙමි.

මෙම ව්‍යාපෘතිය අපගේ ශිෂ්‍යාවන්ගේ නිර්මාණශීලීත්වය, විචාරශීලී චින්තනය සහ උද්‍යෝගය මනාව පෙන්වා දෙයි. තරුණ සිසුන් කියවීම, ලිවීම සහ දැනුම බෙදාගැනීම සඳහා නවීන ඩිජිටල් තාක්ෂණය භාවිතා කිරීම දැකීම ඉතා සතුටට කරුණකි.

මෙම ව්‍යාපෘතිය සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා කැපවූ පුස්තකාලාධිපතිතුමියට, පුස්තකාල සභාවේ සාමාජිකයන්ට, ගුරුභවතුන්ට සහ ශිෂ්‍යාවන්ට මාගේ හෘදයාංගම ස්තුතිය පිරිනමමි. මෙම වැඩසටහන ඉගෙනීමට සහ නව දැනුම සෙවීමට තවත් උනන්දුවක් ඇති කරනු ඇතැයි මා විශ්වාස කරමි.

අපගේ ගුරුභවතුන්ට සහ ශිෂ්‍යාවන්ට අඛණ්ඩ මඟපෙන්වීම ලබාදුන් ශ්‍රීමාන් සෙනෙවිරත්න මහලේකම් මහතාට විශේෂ ස්තුතිය පුද කරමි.

ඔබ සැමට සැම සාර්ථකත්වයක්ම ප්‍රාර්ථනා කරමි.

ආචාර්ය ලලිත් නවරත්න

විදුහල්පති

ග්‍රීන්හිල් ජාත්‍යන්තර පාසල

සුභාශිංසන පණිවුඩය

මහනුවර මහාමාය බාලිකා විද්‍යාලය ආරම්භ කර ඇති හේමමාලා උපහාර ග්‍රන්ථකරණ ව්‍යාපෘතිය තුළින් නිර්මාණය වූ ග්‍රන්ථ එළි දැක්වීම වෙනුවෙන් මධ්‍යම පළාත් ගරු ආණ්ඩුකාරවර වශයෙන් සුභාශිංසන පණිවිඩයක් එක් කිරීමට ලැබීම මා ලැබූ භාග්‍යයක් කොට සළකමි.

අධ්‍යාපනය යනු සමාජයේ ප්‍රගතියට මූලික පදනම වන අතර, එය පොත්පත් හා සාහිත්‍ය නිර්මාණ හරහා තවදුරටත් ශක්තිමත් වේ. සිසු දරුවන්ගේ දක්ෂතා, නිර්මාණශීලීත්වය සහ බුද්ධිමය හැකියාවන් මෙවැනි ව්‍යාපෘති මඟින් මතුවීම ඉතා ප්‍රශංසනීය බව පැහැදිලිය.
මෙම ග්‍රන්ථකරණ ව්‍යාපෘතිය තුළින් සිසු දරුවන්ට පමණක් නොව, සමස්ත සමාජයටම වටිනා දැනුමක් සහ අගනා සාහිත්‍ය දායාදයක් ලබාදෙනු ඇති බව මම විශ්වාස කරමි. එමෙන්ම, මෙවැනි උත්සාහයන් තුළින් අනාගතයේ ශ්‍රී ලංකාවට අභිමානයක් වන ලේඛිකාවන් බිහිවනු ඇතැයි බලාපොරොත්තු වෙමි.
මෙම සාර්ථක කටයුත්ත සඳහා කැපවූ විදුහල්පතිතුමිය, ගුරු මණ්ඩලය, සිසු දරුවන් සහ සම්බන්ධ වූ සියලු දෙනාට මාගේ හෘදයාංගම ප්‍රශංසාව සහ ආශිර්වාදය පිරිනමමි. මෙම ව්‍යාපෘතිය සහ ග්‍රන්ථ එළි දැක්වීමේ උත්සවය විශිෂ්ට සාර්ථකත්වයක් ලබනු ඇතැයි ප්‍රාර්ථනා කරමි.

සරත් බී.එස්. අභයකෝන්,
ආණ්ඩුකාරවර,මධ්‍යම පළාත.
සම්මානිත මහාචාර්ය , පේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලය.
2026-05-10

සුභාශිංසන පණිවුඩය

වත්මන් පාසල් පද්ධතිය තුළ දූ දරුවන් ග්‍රන්ථකරණයට යොමු කිරීමේ අරමුණින් මහනුවර මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලයේ මූලිකත්වයෙන් මහනුවර කලාපයේ සෙසු පාසල්වල සහභාගිත්වයෙන් මෙවර පරම පූජනීය ශ්‍රී දළදා වහන්සේ ලක්දිවට වැඩමකළ හේමමාලා කුමරියට උපහාර පිණිස ග්‍රන්ථ එළි දැක්වීමේ ව්‍යාපෘතියක් සංවිධානය කළ මහනුවර මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලයේ විදුහල්පති තුමිය ඇතුළු ආචාර්ය මණ්ඩලය, ශිෂ්‍ය දියණිවරුන්, සෙසු පාසල්වල ශිෂ්‍ය දූ පුතුන් සහ මෙම ව්‍යාපෘතිය සැලසුම්කර ක්‍රියාවට නැංවීමට කැපවූ සියලු දෙනාගේ විශිෂ්ට වූ උතුම් ප්‍රයත්නය අතිශයින් අගය කරමි.

ශ්‍රී ලංකාව දශක කිහිපයක් තිස්සේ සියලු දරුවන්ට නිදහස්, අනිවාර්ය, ගුණාත්මක හා සාධාරණ අධ්‍යාපනයක් ලබා දීමටත් එමඟින් අනාගතයේදී බුද්ධිමත් කුසලතා පූර්ණ පුරවැසි පරපුරක් බිහි කිරීමටත් කැපවී සිටී. එවන් පසුබිමක සුසමාහිත වූ සමබර පෞරුෂයක් සඳහා නිර්මාණ හැකියාව, විචාරශීලී චින්තනය ඇතුළු ධනාත්මක අංග ලක්ෂණ සංවර්ධනය වී අනාගත දැනුම් පාදක සමාජයක් නිර්මාණය කිරීමට පාසල් දරුවන්ගේ මෙම ග්‍රන්ථකරණ වැඩසටහන හේතු පාදක වේ. ශ්‍රී දළදා සමිඳු සරණින් හේමමාලා උපහාර ග්‍රන්ථකරණ ව්‍යාපෘතියේ සියලු කටයුතු සාර්ථක වේවායි මම ප්‍රාර්ථනා කරමී.

ප්‍රදීප් නිලංග දැල,
දියවඩන නිලමේ,
ශ්‍රී දළදා මාලිගාව
2026.05.10

රන්වන් පාට ඇඟ ,හිසේ දෙපස ඇන්ටනාව

ඉහල කඩිසරකම අපිට සතුටක්.

අපේ ජනපදයේ මී මැස්සන්ගේ

අම්මා මව් රැජිණයි. සියයට අනූ පහක්

ඉන්නෙ වැඩ කාරයොයි. රැජිණව වටකරගෙන

මැස්සන් මැස්සියෝ රකිනවා.

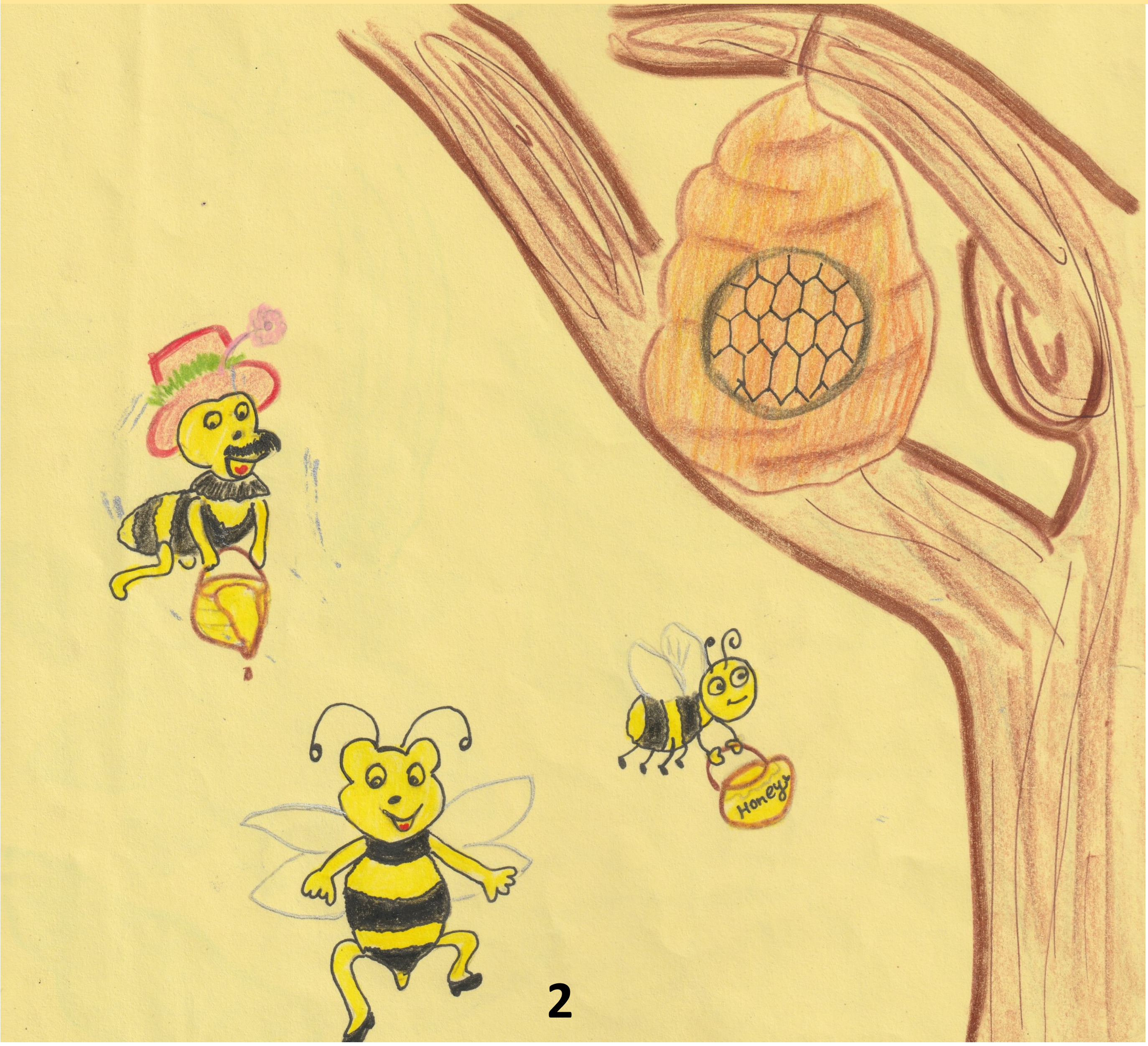
වනාන්තරේ ලොකු ගස්වල මී වදයක් බැඳලා.

වටේටම ඇති ලස්සන මල් ගොඩකින් මල් පැණි

අරගෙන සැතපුම් ගානක් ගුමු ගුමු නාදය නගමින්

පියඹා යන්නේ ලෝකේ තියෙන හොඳම බෙහෙත

"මී පැණි " ටිකක් ගන්නයි.



ඉතින් මෙන්න මෙහෙම තමයි පුංචි මී මැස්සෝ වන

අපි ඔිගොල්ලෝ රස කරගෙන කන මී පැණි හදන්නේ.

අපේ මේ ලස්සන කතාව පටන් ගන්නේ

අපේ ජනපදයේ වෙසෙන ෂෙසා කියලා පුංචි මී

මැස්සියකගෙන්. එයා ගොඩක් පුංචියි.

පුංචි ෂෙසා " BUZZ….. BUZZ….. BUZZ….. "
කියලා ශබ්ද කරමින් හැම දවසකම
මල් වත්තට පියඹලා යනවා.
මෙහෙම සතුටින් කාලය ගත කරන පුංචි මී මැස්සිට
ප්‍රශ්නයක් ගොඩනැගුනා.

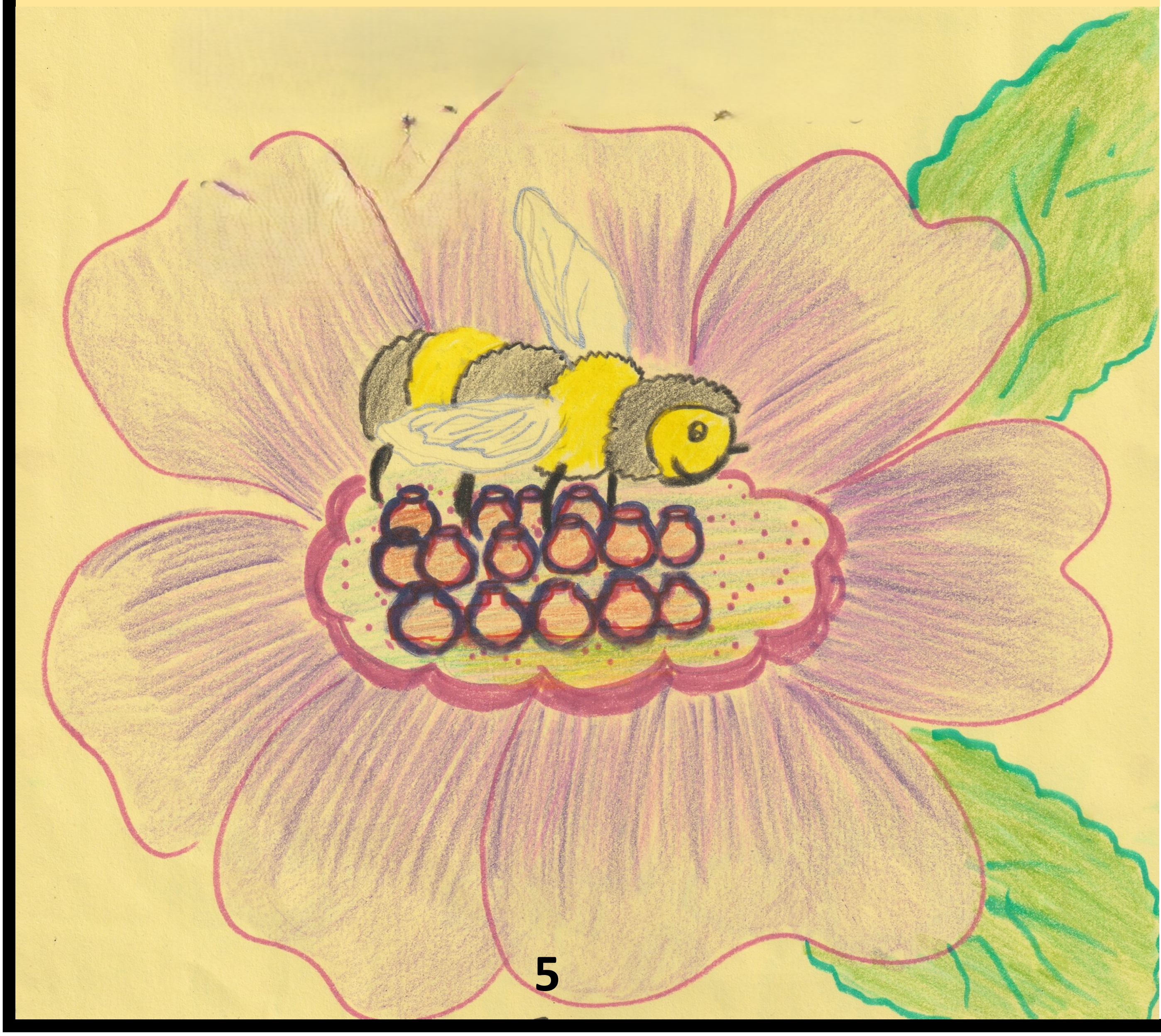
"අම්මා, මම ගොඩක් පුංචියි. ඒත් මටත් මොනවහරි
වැදගත් වැඩක් කරන්න පුළුවන් ද? "
ෂෙසා දවසක් එයාගෙ අම්මාගෙන් ඇහුවා.

" ඔව් පැටියෝ, ඔයා හිතනවට වඩා ලොකු වැඩක්
ඔයා කරනවා. ! " මී මැසි අම්මා පුංචි ෂෙසාට කිවුවා.
ෂෙසාට තේරුණේ නැහැ.

ෂෙසා කිවුවා,
" මම කරන්නේ මල්වලට ගිහින් පැණි රස බලන එක
විතරයි නේද ?"
ෂෙසා ටිකක් දුකින් කිව්වා.

ඒ වෙලාවේ අම්මා ෂෙසාට කිවුවා,

" පැටියෝ, ඔයා මල් වල වාඩි වෙලා පැණි කන වෙලාවේ, මල්වල පරාග ඔයාගේ කකුල් වල ඇලෙනවා. ඊට පස්සේ ඔයා තවත් මලකට ගියා ම ඒ පරාගය ඒ මලටත් යනවා. ඒකයි අලුත් මල්, ගෙඩි, පලතුරු හැදෙන්නේ ! "



“ඇත්තටම ? ” ෂෙසාගේ ඇස් දිලිසුණා.

“ඔව් පැටියෝ ! ඔයා නිසාම

පලතුරු, එළවළු, ලස්සන මල් හැදෙනවා.

ඔයා නැත්නම් මේ ලෝකේ ගොඩක් කෑම ජාති නැති

වෙයි.”

ෂෙසාට ගොඩක් සතුටුයි ! එයා දැන් දැනගත්තා

එයාව මේ ලෝකෙට කොච්චර වැදගත් ද කියලා.

දිවා රෑ නොබලා ආහාර රැස් කිරීමට කඩිසරව උදව්

වෙන එක පුංචි දෙයක් නොවේ කියලා තවදුරටත්

ෂෙසාට තේරුම් ගියා.

ඒ දවසේ ඉඳලා ෂෙසා පෙරටත් වඩා සතුටින්

මහන්සි වී වැඩ කළා. එයා මලකට ගිහින්

රොන් ගන්න හැම වාරයකම, කොච්චර ලස්සන

ලෝකයක් හදන්න එයාට උදව් කරන්න පුළුවන් ද

කියලා හිතුවා.

මී පැණි රසවත් වගේම ඖෂධීය ගුණය ද ඉහළයි.

බොහෝ බෙහෙත් වර්ග හදන්නත් පාවිච්චි කරනවා.

කාමර රාශියක් සිටින ලෙස මී වදය

හදන්නෙත් තමාගේ ශරීරයෙන් පිටවන ඉටි

විශේෂයකින් කියලා මේ වෙනකන් පුංචි ෂෙසා

දැනගෙන හිටියේ නෑ.

බෝග වල ඵල ලබා ගන්න , අස්වැන්න දෙගුණ

වෙන්න, පරාගනය සිදු කරන්න තමාද උදව් වෙනවා

කියලා දැන ගත්ත පුංචි ෂෙසා හරිම සතුටින්

පියඹලා ගියා.

" BUZZ….. BUZZ….. BUZZ…..

මම වැදගත් වැඩක් කරනවා. ! "

ෂෙසා සිදු කියමින් නටමින් වෙනදටත් වඩා කඩිසරව මල් පැණි එකතු කරා.

කතාවේ ආදර්ශය

- පුංචි වුණත්, අපිටත් වැදගත් වැඩ කරන්න පුළුවන්.
- මී මැස්සන් අපේ කෑම නිෂ්පාදනය සඳහා ඉතා වැදගත් කාර්යයක් ඉටු කරයි.
- ස්වභාවධර්මයේ සෑම සත්වයෙකුටම වැදගත් කාර්යයක් තියෙනවා.
- පුංචි ඔයත් ෂෙසා වගේ ගොඩක් වැදගත් කෙනෙක්.

වැදගත් තොරතුරු

World Bee Day May 20

ලෝක මී මැසි දිනය මැයි 20

* මී මැස්සා බෝග පරාගනයට ඉතාමත් ප්‍රයෝජනවත් කෘමියෙකි. ඔවුන් රංචුවක් වශයෙන් ඔවුන් විසින්ම නිපදවා ගන්නා ඉටියෙන් තැනූ වද මත ජීවත් වේ.
* ශ්‍රී ලංකාවේ දක්නට ලැබෙන මී මැසි විශේෂය වන්නේ එපිස් සෙනාරා ඉන්ඩිකා විශේෂයයි.
* ජනපදයක සිටින්නේ එක් රැජිනක් පමණි.
* මී මැස්සාගේ ආහාරය සකසා ගන්නේ පැණි සමග පරාග මිශ්‍ර කර ගැනීමෙනි.

- පරිසරයේ සමතුලිත බවට මහඟු සේවයක් කරන, ඒත් කිසිම සතෙක් සිය ගොදුර බවට පත්කර ගන්නේ නැති එකම සත්වයා මේ පුංචි කෘමියා ය.

- මනුෂ්‍යයා ජීවත් වෙන්නේ මී මැස්සා ජීවත් වෙනකන් පමණයි. මී මැස්සන් සදහටම තුරන් වී ගිය දවසේ සිට මිනිසාට ජීවත් විය හැක්කේ උපරිම අවුරුදු 4 කි.

- ඇල්බට් අයින්ස්ටයින් -

- ලෝකේ පරාගනයෙන් 70% ට වැඩි කොටසක් ඉටු කරන්නේ මේ පුංචි මී මැස්සා ය.

ලෝකයට නරක් නොවන එකම ආහාරය සකසා දී සති 4 ක් 5 ක් වැනි කෙටි කාලයකදී ජීවිතයෙන් සමු ගන්නා මේ පුංචි කෘමියා මුලු ලොවටම ආදරය, විනයගරුක බව හා පරිත්‍යාගශීලීත්වය පිළිබඳ වටිනා පාඩමක් උගන්වමිනි. වර්තමානයේ මොවුන් මිනිසාගේ අනිසි පලිබෝධනාශක භාවිතයෙන් හා ඔවුන්ට අවශ්‍ය වටපිටාවක් සකසා නොදීමේ ඵල විපාකයක් ලෙස මොවුන් වඳ වෙමින් පවතී.

එන්න අපි සැම ඔවුන් රැකගමු.
ඔවුන් වෙනුවෙන් මී මැසි ගෝචර ශාක වවමු.

පසුවදන

අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශ අනුමැතියෙන් දශකයකට වැඩි කාලයක් පාසල් දරුවන් දහස් ගණනක් ගත්කතුවරුන් දැයට දායාද කළ මෙම ක්‍රියාමූලික පර්යේෂණ ව්‍යාපෘතිය පාසල් අධ්‍යාපනයේ ගුණාත්මක සංවර්ධනයට බෙහෙවින්ම උපකාරී වූ වැඩසටහනක් බව අධ්‍යාපනඥයින්ගේ පිළිගැනීමයි. නව අධ්‍යාපන ප්‍රතිසංස්කරණ වලට සමගාමීව මෙවර පාසල් දරුවන් පර්යේෂණ කෘතියක් රචනා කරන්නට යොමුකර වීම ව්‍යාපෘති ගමන්මගේ හැරවුම් ලක්ෂයකි. ඩිජිටල් තාක්ෂණික යුගයේ ස්මාර්ට් ඇල්ෆා පරම් පරාවකට අනාගත ලෝකය පෙන්වාදෙන නූතන පාසල නූතන තාක්ෂණික මෙවලම් මෙන්ම පොතපත ද සමව පරිහරණය කළයුතුබව පර්යේෂණාත්මකව පෙන්වා දෙන්නේ පොතකින් දරුවෙකුට ලැබෙන ආස්වාදය අන්කිසිවකින් වත් ලබාදිය නොහැකි නිසාය.

තවමත් අප අධ්‍යාපනයේ ප්‍රධාන මෙවලම මෙන්ම මානව දැනුම ගබඩා වී ඇති පොතපතින් දරුවන් දුරස් වීම වළක්වාගන්නට මෙන්ම අධ්‍යාපනයේ ගුණාත්මක සංවර්ධනය වෙනුවෙන් වසර ගණනාවක සිට මෙම ව්‍යාපෘතියට උරදී සිටින මහනුවර මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලයේ මූලිකත්වයෙන් **හේමමාලා උපහාර** ග්‍රන්ථකරණ ව්‍යාපෘතිය දියත්වෙයි. පාසල් දරුවන් තුළ ශාස්ත්‍රීය හික්මීම මෙන්ම සාරධර්ම නිපුණතා ප්‍රවර්ධනයත් යුගයේ අවශ්‍යතාවයක් වන කාන්තාව සවිබළ ගැන්වීමට ඉතිහාසයේ යුගමෙහෙවරක් ඉටුකළ හේමමාලා කුමරියට උපහාර දැක්වීම ද මෙහි මූලික අරමුණයි.

මහනුවර මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලයේ දියණියන්, විදුහල්පතිනිය, ගුරුභවතුන්, දෙමාපියන්, ආදි ශිෂ්‍යාවන් සහ සෙසු පාසල් නියෝජනය කරන සියලු දෙනාටද, දියවඩන නිලම තුමන් ඇතුලු ශ්‍රී දළදා මාලිගාවේ කාර්ය මණ්ඩලයටද මෙම සද්කාර්ය වෙනුවෙන් ස්තූති වන්ත වෙමු.

සෙනෙවිරත්න මහලේකම්

(ව්‍යාපෘති නිර්මාතෘ)

ISBN NO 978-624-208-987-4