සැබෑ සෙනෙහස

කතෘගේ නම

සසෙන්යා නේත්‍රාංජලී

සැබෑ සෙනෙහස

කතෘගේ නම

සසෙන්යා නේත්‍රාංජලී

පාසල - මහමායා බාලිකා විද්‍යාලය මහනුවර

ඉගෙනුම ලබන පංතිය - 6 ශ්‍රේණිය A

කෘතිය පල කරන දිනය - 2026/05/10

ISBN: 978-624-211-415-6

පිදුම

රක්ත වර්ණ ලේ බිංදු

ස්වේත වර්ණ කිරි බිංදු බවට

හැරවිය හැක්කේ මවට පමණි

ලොව නොවෙනස් වන

එකම සෙනෙහස අම්මා....

දස මසක් මා කුසතුල හොවා ගෙන මා
මෙලොවට බිහි කල මාගේ ආදරණීය
මෑණියන්ටත් මා මෙලොව දුටු දා සිට මට ජීවය
දිමට දිවා රෑ නොබලා අපමණ වෙහෙසෙන
මාගේ ආදරණීය පියාණන්ටත් මේ පොත්
පිංවය පුදමි.

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 සන්නිවේදන 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 හේමමාලාවට උපහාර දැක්වීම මෙවර අපගේ මූලික අරමුණයි. මේ සඳහා නිර්මානකරණයෙන් දායක වූ පාසල් දරුවන් මගපෙන්වූ ගුරුභවතුන් ඇතුළු සැමට ස්තූතිය පුදකරමු.

ශශිකලා සේනාධීර

විදුහල්පතිනිය

මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලය

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.

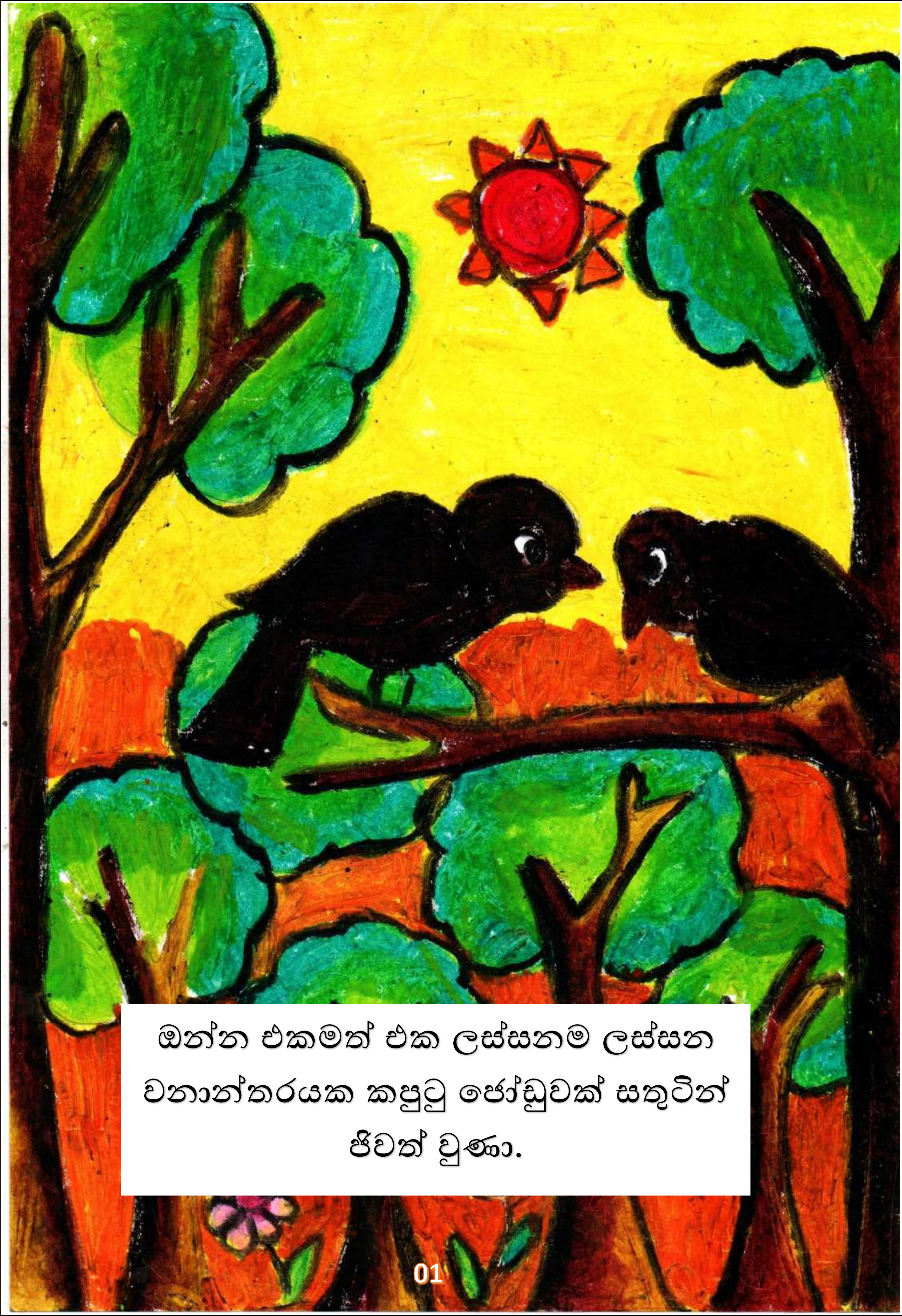
සරත් බී.එස්. අභයකෝන්,
ආණ්ඩුකාරවර,මධ්‍යම පළාත.
සම්මානිත මහාචාර්ය , පේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලය.
2026-05-10

සුභාශිංසන පණිවුඩය

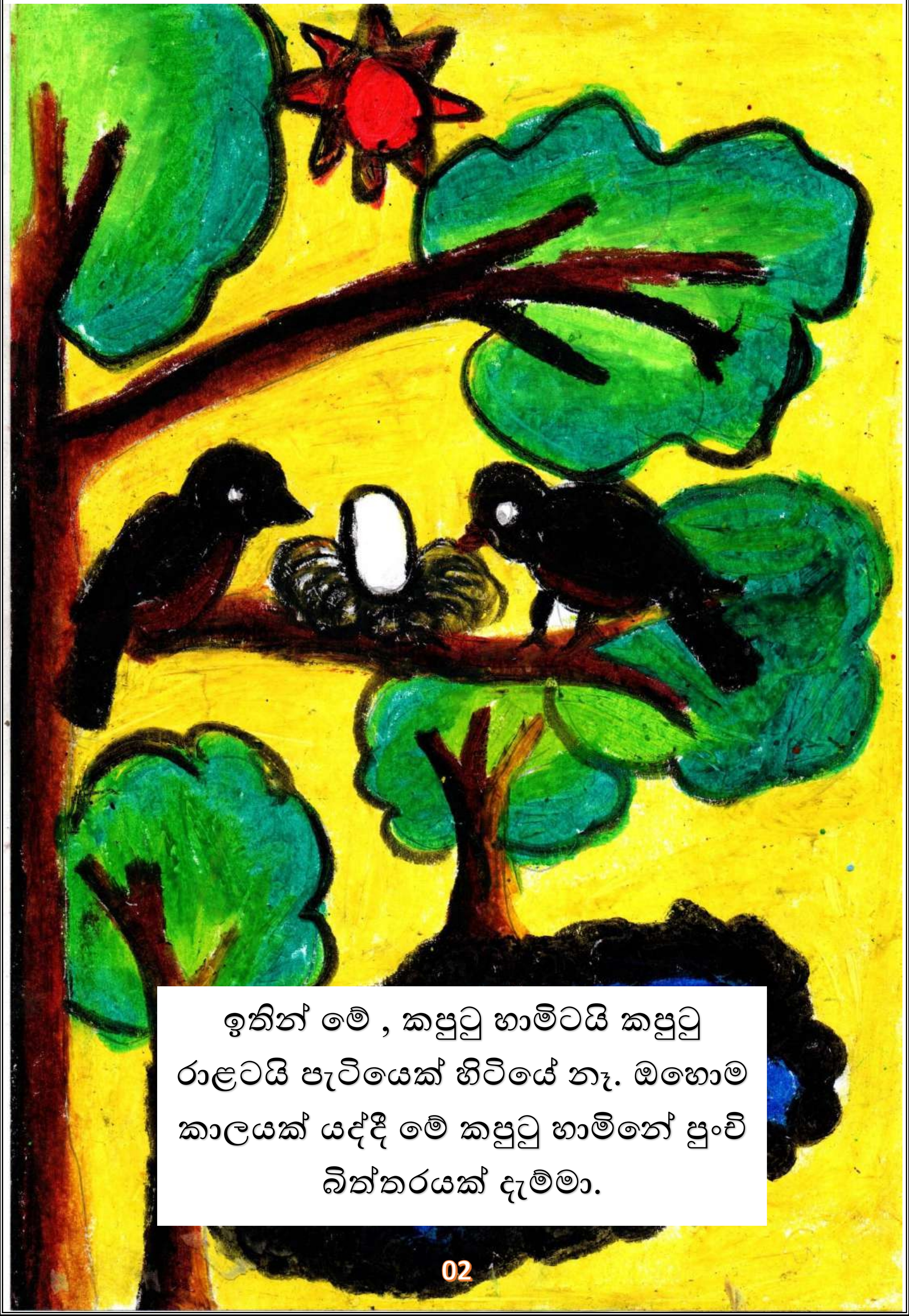
වත්මන් පාසල් පද්ධතිය තුළ දූ දරුවන් ග්‍රන්ථකරණයට යොමු කිරීමේ අරමුණින් මහනුවර මහාමායා බාලිකා විද්‍යාලයේ මූලිකත්වයෙන් මහනුවර කලාපයේ සෙසු පාසල්වල සහභාගිත්වයෙන් මෙවර පරම පූජනීය ශ්‍රී දළදා වහන්සේ ලක්දිවට වැඩමකළ හේමමාලා කුමරියට උපහාර පිණිස ග්‍රන්ථ එළි දැක්වීමේ ව්‍යාපෘතියක් සංවිධානය කළ මහනුවර මහාමායා බාලිකා 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.

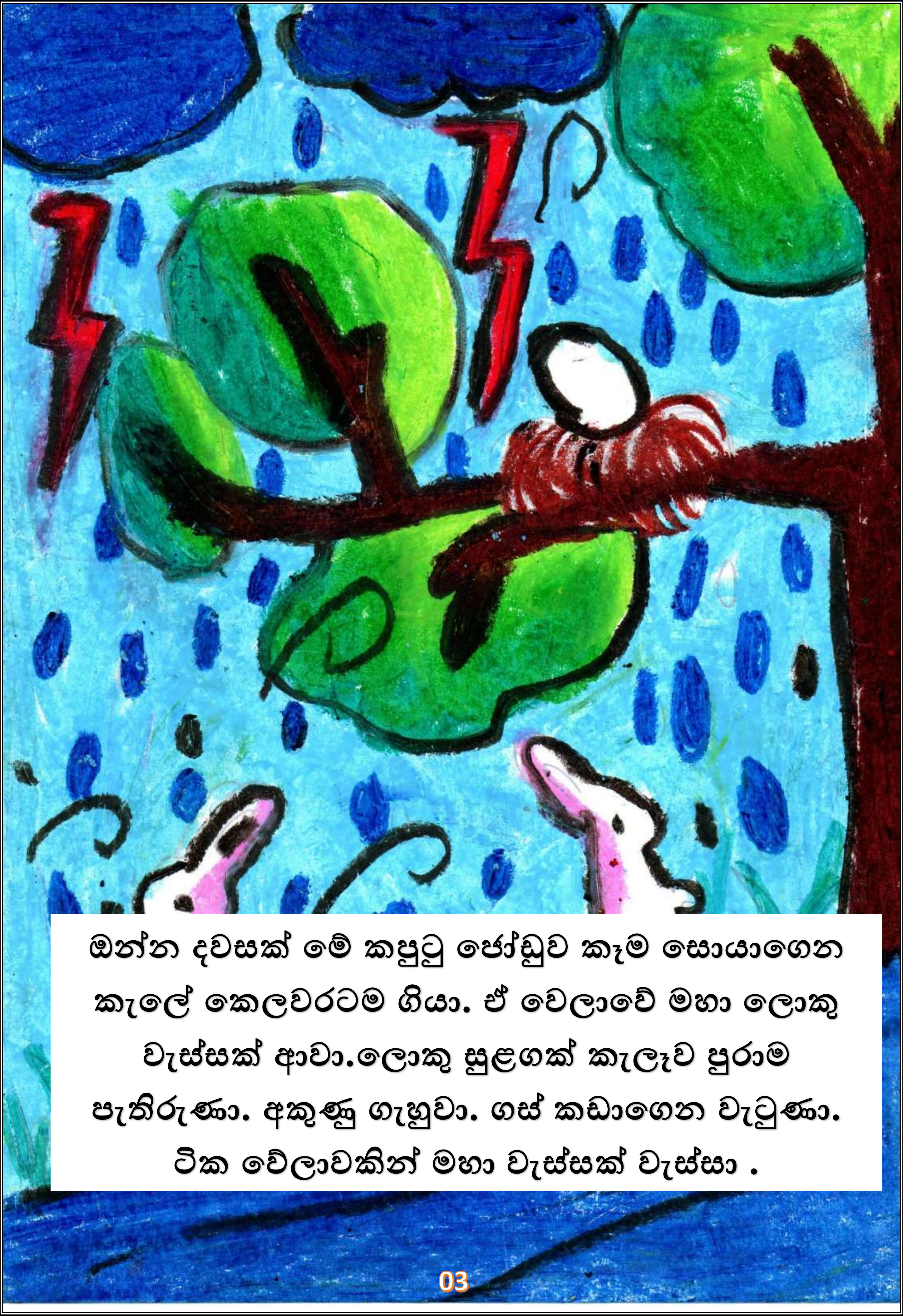
ප්‍රදීප් නිලංග දැල,
දියවඩන නිලමේ,
ශ්‍රී දළදා මාලිගාව
2026.05.10



ඔන්න එකමත් එක ලස්සනම ලස්සන වනාන්තරයක කපුටු ජෝඩුවක් සතුටින් ජීවත් වුණා.



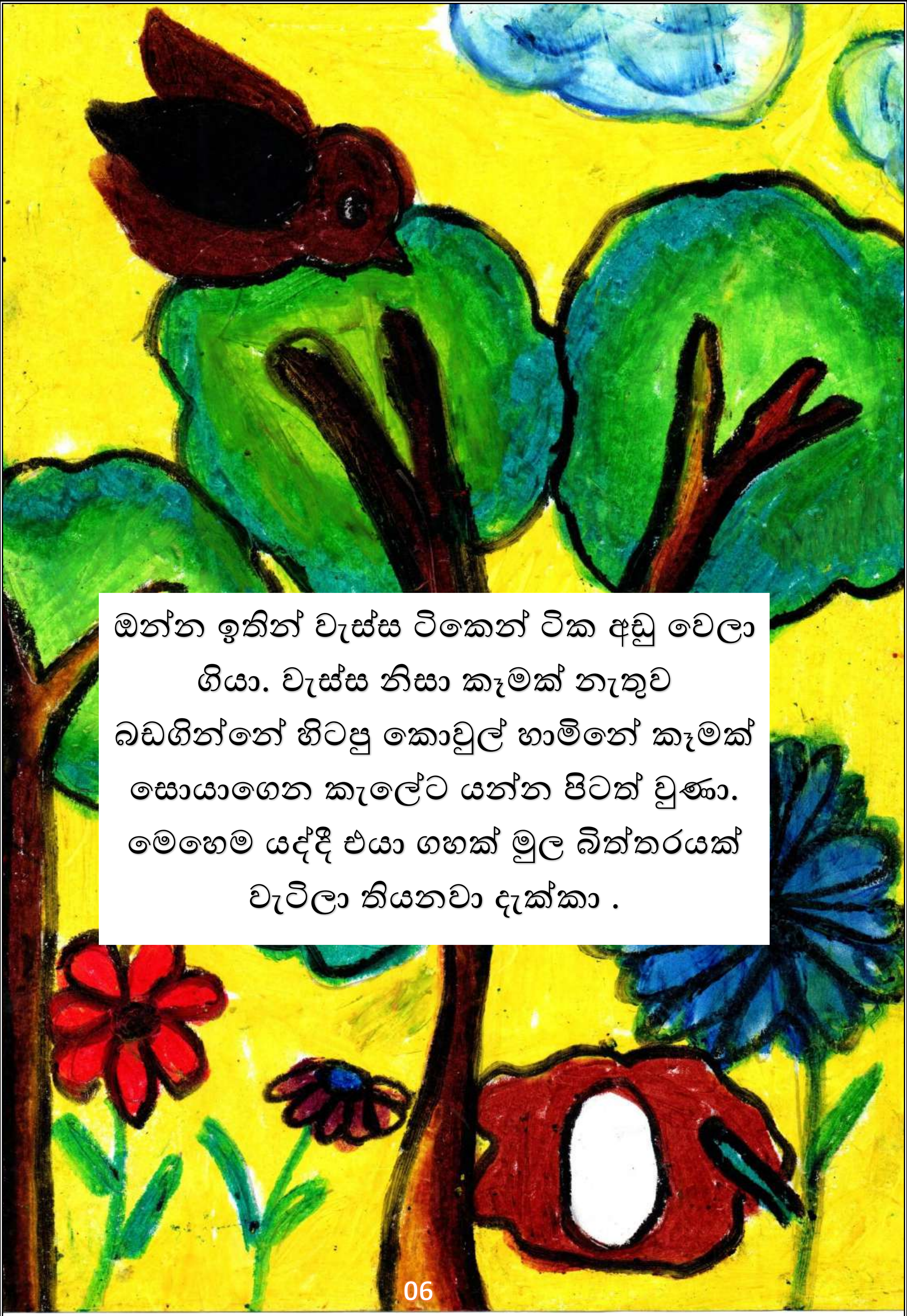
ඉතින් මේ , කපුටු හාමිටයි කපුටු
රාළටයි පැටියෙක් හිටියේ නෑ. ඔහොම
කාලයක් යද්දී මේ කපුටු හාමිනේ පුංචි
බිත්තරයක් දැම්මා.



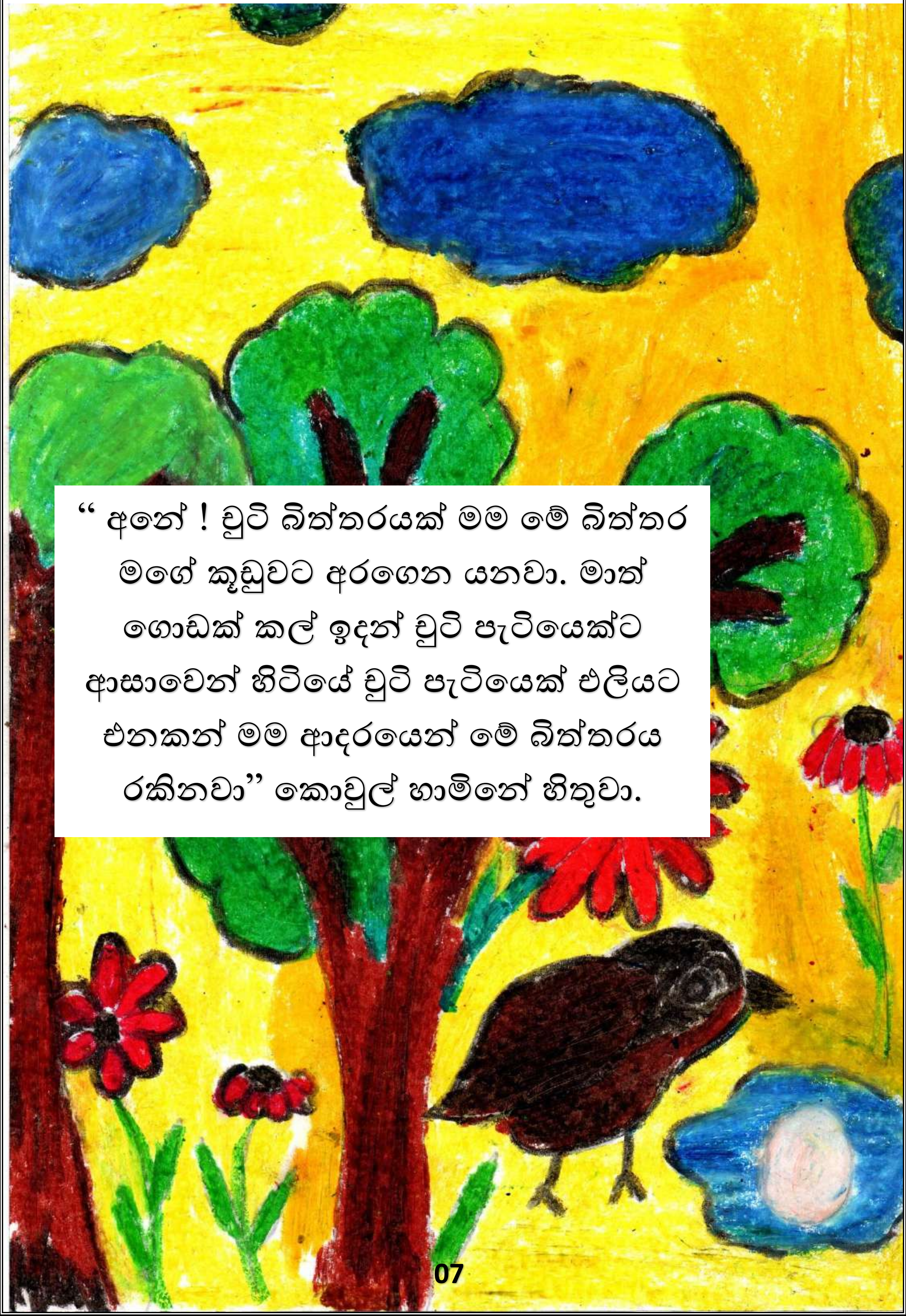
ඔන්න දවසක් මේ කපුටු ජෝඩුව කෑම සොයාගෙන කැලේ කෙලවරටම ගියා. ඒ වෙලාවේ මහා ලොකු වැස්සක් ආවා.ලොකු සුළගක් කැලෑව පුරාම පැතිරුණා. අකුණු ගැහුවා. ගස් කඩාගෙන වැටුණා. ටික වේලාවකින් මහා වැස්සක් වැස්සා .

කපුටු අම්මයි තාත්තයි පරිස්සමට
කූඩුවේ තියලා ගිය පුංචි බිත්තරය මේ
මහා වැස්සට ගසාගෙන ගියා. ආයෙත්
කූඩුවට එද්දී අම්මාටයි තාත්තාටයි
බිත්තරය දකින්න ලැබුණේ නෑ.

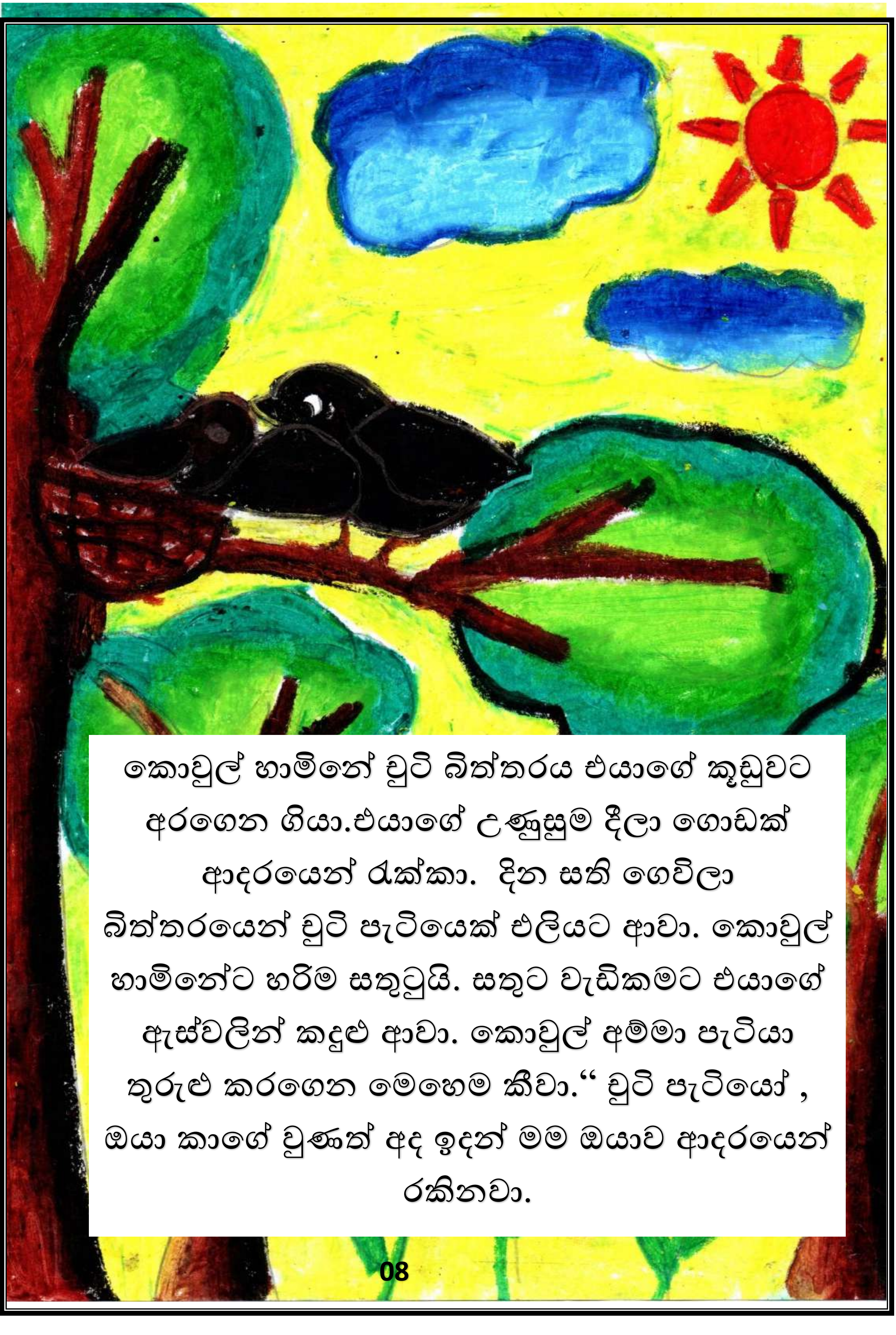
කපුටු ජෝඩුව හැම තැනම එයාලගේ බිත්තරය හෙව්වා. ඒත් එයාලට ඒක හම්බවුණේ නම් නැහැ. කුරුලු අම්මටයි තාත්තාටයි හරිම දුකයි. ඒ දෙන්නා හොඳටම ඇඬුවා.



ඔන්න ඉතින් වැස්ස ටිකෙන් ටික අඩු වෙලා ගියා. වැස්ස නිසා කෑමක් නැතුව බඩගින්නේ හිටපු කොවුල් හාමිනේ කෑමක් සොයාගෙන කැලේට යන්න පිටත් වුණා. මෙහෙම යද්දී එයා ගහක් මුල බිත්තරයක් වැටිලා තියනවා දැක්කා .



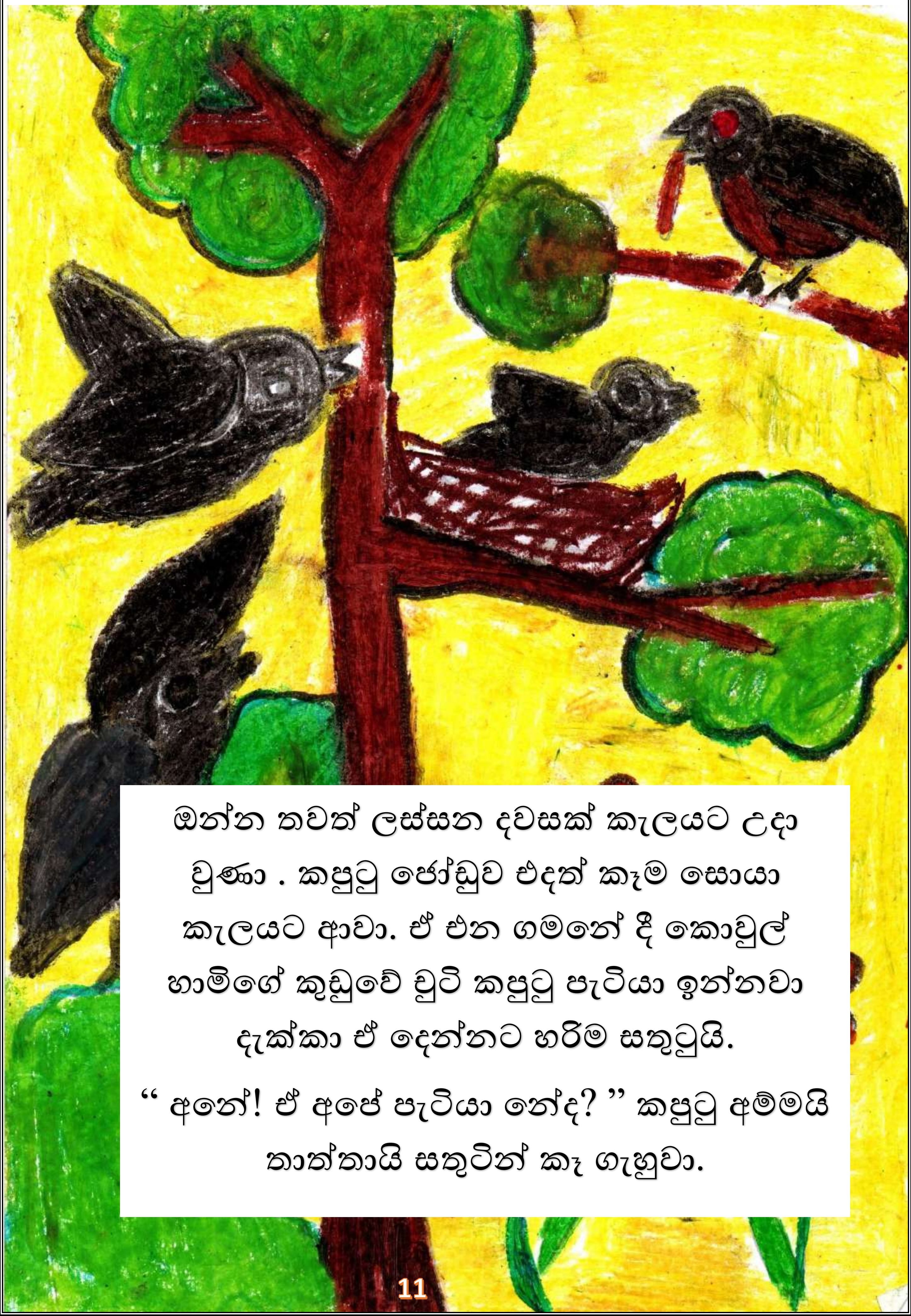
“ අනේ ! චුටි බිත්තරයක් මම මේ බිත්තර
මගේ කූඩුවට අරගෙන යනවා. මාත්
ගොඩක් කල් ඉදන් චුටි පැටියෙක්ට
ආසාවෙන් හිටියේ චුටි පැටියෙක් එලියට
එනකන් මම ආදරයෙන් මේ බිත්තරය
රකිනවා’’ කොවුල් හාමිනේ හිතුවා.



කොවුල් හාමිනේ චුටි බිත්තරය එයාගේ කූඩුවට අරගෙන ගියා.එයාගේ උණුසුම දීලා ගොඩක් ආදරයෙන් රැක්කා. දින සති ගෙවිලා බිත්තරයෙන් චුටි පැටියෙක් එලියට ආවා. කොවුල් හාමිනේට හරිම සතුටුයි. සතුට වැඩිකමට එයාගේ ඇස්වලින් කදුළු ආවා. කොවුල් අම්මා පැටියා තුරුළු කරගෙන මෙහෙම කීවා.“ චුටි පැටියෝ , ඔයා කාගේ වුණත් අද ඉදන් මම ඔයාව ආදරයෙන් රකිනවා.

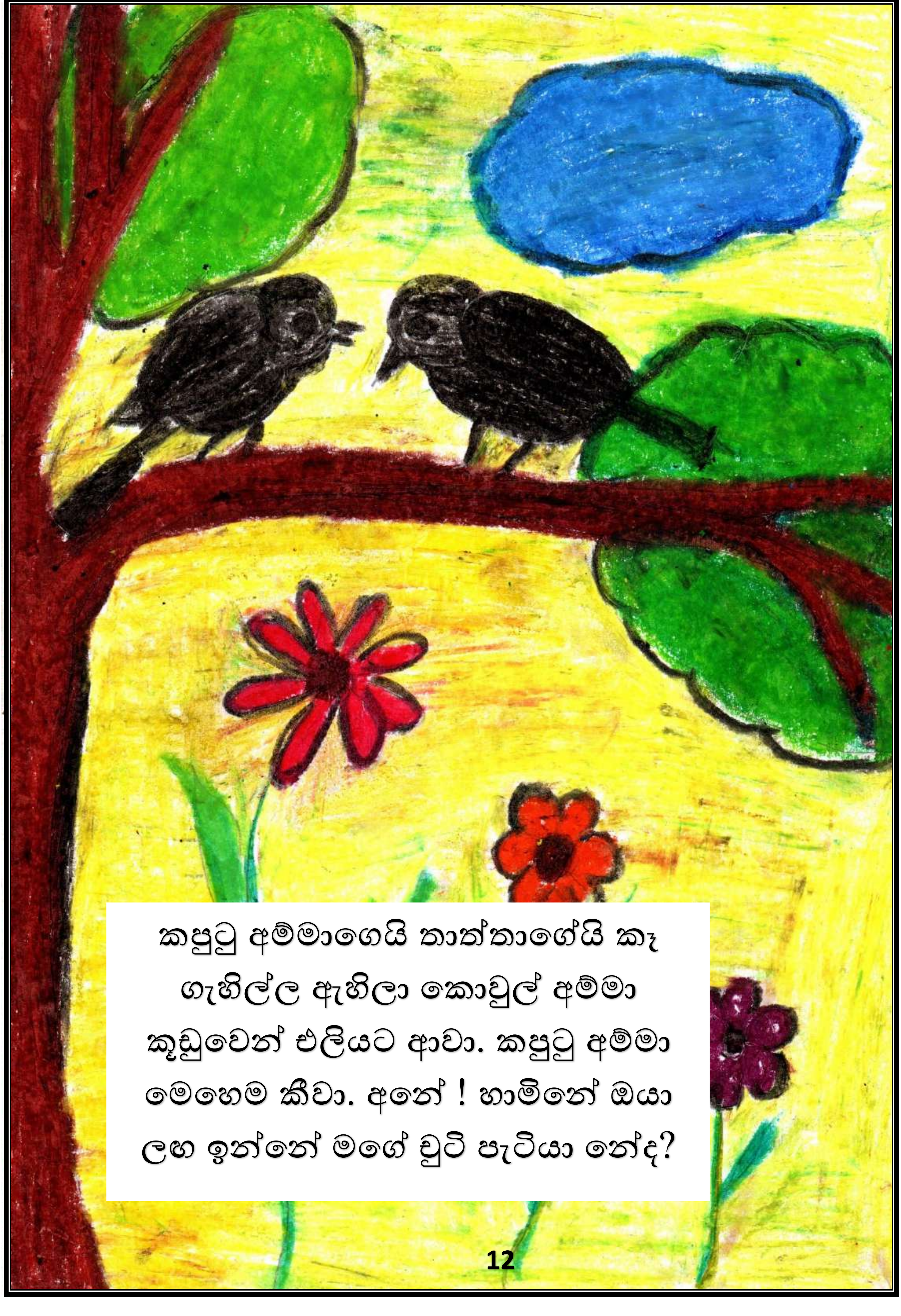
ඔන්න ඉතින් මේ විදිහට කාලය ටිකෙන් ටික ගතවුණා. පැටියා ටිකෙන් ටික ලොකු වුණා. කොවුල් හාමිනේ ගොඩක් ආදරයෙන් රැක බලා ගත්තේ කොවුල් පැටියෙක්නම් නෙවෙයි. එයා කපුටු පැටියෙන් බව කොවුල් අම්මාට තේරුණා.

ඒත් කොවුල් අම්මාගේ ආදරය
දශමෙකින්වත් අඩු වුණේ නම් නෑ.
එයාගේ ආදරය කපුටු පැටියාට තවත් වැඩි
වැඩියෙන් දුන්නා. පැටියයි අම්මයි
ගොඩක් සතුටින් කල් ගෙව්වා.



ඔන්න තවත් ලස්සන දවසක් කැලයට උදා වුණා . කපුටු ජෝඩුව එදත් කෑම සොයා කැලයට ආවා. ඒ එන ගමනේ දී කොවුල් හාමිගේ කුඩුවේ චුටි කපුටු පැටියා ඉන්නවා දැක්කා ඒ දෙන්නට හරිම සතුටුයි.

“ අනේ! ඒ අපේ පැටියා නේද? ” කපුටු අම්මයි තාත්තායි සතුටින් කෑ ගැහුවා.



කපුටු අම්මාගෙයි තාත්තාගේයි කෑ
ගැහිල්ල ඇහිලා කොවුල් අම්මා
කූඩුවෙන් එලියට ආවා. කපුටු අම්මා
මෙහෙම කීවා. අනේ ! හාමිනේ ඔයා
ළඟ ඉන්නේ මගේ චුටි පැටියා නේද?

කොවුල් හාමිනේ කපුටු හාමිනේට මෙහෙම කීවා. “ හාමිනේ, මේ පැටියා ඔයාගේ වෙන්න ඇති එත් කවදාවත් මෙයා කපුටු පැටියෙක් කියලා මට හිතුනේම නෑ මගේම පැටියෙක් වගේ ආදරයෙන් රැක බලා ගත්තා .

මේ කලබලය චුටි කපුටු පැටියාටත් ඇහුණා. එයා කුඩුවෙන් එලියට ආවා. පැටියා දැකපු කපුටු අම්මයි තාත්තායි ආදරයෙන් පැටියාව තුරුළු කර ගත්තා.

කපුටු අම්මාගෙයි තාත්තාගෙයි තුරුලේ ඉදගෙන පැටියා මෙහෙම කීවා “ අම්මේ තාත්තේ මම ඔයාලා දෙන්නට ගොඩක් ආදරෙයි ” ඒත් ඒ වගේම මගේ කොවුල් අම්මටත් මම ගොඩක් ආදරෙයි. අම්මා මාව ආදරයෙන් රැක බලා ගත්තා කොවුල් පැටියෙක් නෙවෙයි කියලා වෙනසක් කලේ නෑ . මම මගේ කොවුල් අම්මා දාලා කොහෙවත් යන්නේ නෑ .

අනේ! මට සමාවෙන්න චූටි පැටියා කපුටු අම්මාගෙන් සමාව ඉල්ලුවා . අනේ මගේ පුතේ අපෙන් සමාව ඉල්ලන්න එපා. අපිට ඔයා ගැන ගොඩක් ආඩම්බරයි. මගේ පැටියා හොදින් ජීවත් වෙනවා දැක්කාම අම්මටයි තාත්තාටයි සතුටුයි. ඔයාගේ කොවුල් අම්මාට අපි සදා ණයගැති . මගේ පුතා කොවුල් අම්මා එක්ක සතුටින් පරිස්සමින් ඉන්න. ඔයාලා දෙන්නට කැලේ බණ්ඩාර දෙවියන්ගේ පිහිටයි ! කියලා කපුටු අම්මයි තාත්තයි පුතාට සමු දීලා කැලේ ඈතටම ඈතටම පියාඹලා ගියා.

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 සවිබල 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 නිලම් තුමන් ඇතුලු ශ්‍රී දළදා මාලිගාවේ කාර්ය මණ්ඩලයටද මෙම සද්කාර්ය වෙනුවෙන් ස්තුති වන්ත වෙමු.

සෙනෙවිරත්න මහලේකම්
(ව්‍යාපෘති නිර්මාතෘ)

ISBN: 978-624-211-415-6