

පුරවැකි අධ්‍යාපනය

07 ශේෂීය

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

සියලු හිමිකම් ආශ්‍රිතී.

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2015

දෙවන මුද්‍රණය - 2016

තෙවන මුද්‍රණය - 2017

සිවුවන මුද්‍රණය - 2018

පස්වන මුද්‍රණය - 2019

හයවන මුද්‍රණය - 2020

ISBN 978-955-25-0276-7

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව විසින්
පානළුව, පාදක්ක පිහිටි රජයේ මුද්‍රණ නීතිගත සංස්ථාවේ
මුද්‍රණය කරවා ප්‍රකාශයට පත්කරන ලදී.

Published by: Educational Publications Department

Printed by: State Printing Corporation

ශ්‍රී ලංකා ජාතික ශේ

ශ්‍රී ලංකා මාතා

අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
සුන්දර සිරිබරිනි, සුරදි අති සේබමාන ලංකා
ධාන්‍ය දහය නෙක මල් පලුතුරු පිරි ජය භූමිය රම්‍ය
අපහට සැප සිරි සෙත සදානා ජ්වනයේ මාතා
පිළිගනු මැන අප හක්ති පුරා
නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
මල වේ අප විද්‍යා - මල ම ය අප සත්‍ය
මල වේ අප ගක්ති - අප හද තුළ හක්ති
මල අප ආලෝකේ - අපගේ අනුපාණේ
මල අප ජ්වන වේ - අප මුක්තිය මල වේ
නව ජ්වන දෙමිනේ නිතින අප පුහුණ කරන් මාතා
දාන විරෝධ වචවමින රැගෙන යනු මැන ජය භූමි කරා
එක මවකගේ දරු කැල බැවිනා
යමු යමු වී නොපමා
ප්‍රේම වඩා සැම හේද දුරුර ද නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා

අපි වෙමු එක මවකගේ දරුවෙක්
එක නිවයෙහි වෙයෙනා
එක පාටැනි එක රැඩිරය වේ
අප කය තුළ දුවනා

එබැවිනි අපි වෙමු සොයුරු සොයුරියෝ
එක ලෙස එනි වැඩිනා
පිටත් වන අප මෙම නිවයේ
සොදීන සිටිය යුතු වේ

සැමට ම මෙත් කරුණා ගුණෙහි
වෙළි සමඟ දමිනි
රන් මත් මූලු නො ව එය ම ය සැපතා
කිසි කළ නොම දිරනා

ආහන්ද සමරකෝන්

පෙරවදන

ලෝකය දිනෙන් දින සංවර්ධනය කරා පියම්තින විට අධ්‍යාපන ක්ෂේත්‍රය ද සැමවීම ආලුත් වෙයි. එබැවින් අනාගත අහියෝග සඳහා සාරථික ලෙස මූහුණ දිය භැංකි ශිෂ්‍ය ප්‍රජාවක් බිජිකරලීමට නම් අපගේ ඉගෙනුම් ඉගෙනුම් තියාවලිය ද නිරතුරුව සාධනීය ප්‍රවේශ වෙත ලාභාච්‍ය යුතු ය. එයට සවියක් වෙමින් නවලොව දැනුම සම්පූර්ණ කරන අතරම, යහුණුයෙන් පිරිප්‍රාන් විශ්වීය පුරවැසියන් නිරමාණය කිරීමට සහයවීම අපගේ වගකීම වේ. ඉගෙනුම් ආධාරක සම්පාදන කාර්යයෙහි සක්‍රිය ලෙස ව්‍යාච්‍යත වෙමින් අප දෙපාර්තමේන්තුව ඒ සඳහා දායක වනුයේ දැයේ දරුවන්ගේ නැණු පහන් දළ්වාලීමේ උතුම් අදිටතෙනි.

පෙළපොතක් යනු දැනුම පිරි ගබඩාවකි. එය විවෙක අප වින්ද්‍යාත්මක ලොවකට කැදුවාගෙන යන අතරම තර්ක බුද්ධිය ද වඩවාලයි. සැගවුණු විභව්‍යතා විකසිත කරවයි. අනාගතයේ දිනෙක, මේ පෙළපොත් හා සබඳ ඇතැම් මතක, ඔබට සුවයක් ගෙන දෙනු ඇත. මේ අනුර ඉගෙනුම් උපකරණයෙන් ඔබ නිසි පල ලබාගන්නා අතරම තව තවත් යහපත් දැනුම් අවකාශ වෙත සම්පූර්ණ සිදු කළ යුතු ය. නිදහස් අධ්‍යාපනයේ මහරු තිළිණයක් ලෙස තොමිලේ මේ පොත ඔබේ දේශීතට පිරිනැමී. පාය ගුන්ප වෙනුවෙන් රුහු වැය කර ඇති සුවිසල් ධනස්කන්දයට අයයක් ලබා දිය භැක්කේ ඔබට පමණි. මෙම පෙළපොත තොදින් පරිඹිලනය කර නැණු ගුණ පිරි පුරවැසියන් වී හෙට ලොව එම්බිය කරන්නට ඔබ සැමව දිරිය සවිය ලැබෙන්නයි සුබ පතමි.

මෙම පෙළපොත් සම්පාදන සත්කාර්යය වෙනුවෙන් අප්‍රමාණ වූ දායකත්වයක් සැපයු ලේඛක, සංස්කාරක හා ඇගයුම් මණ්ඩල සාමාජික පිරිවරටත් අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුවේ කාර්ය මණ්ඩලයටත් මාගේ ප්‍රණාමය පළකරමි.

බඩාවි. එම්. ජයන්ත විකුමනායක,
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල්,
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව,
ඉසුරුපාය,
බත්තරමුල්ල.
2020. 05. 26

නියාමනය හා අධික්ෂණය
විඛිලිවි. එම්. ජයන්ත විකුමනායක

මෙහෙයවීම
විඛිලිවි. ඩී. නිර්මලා පියසිලි

සම්බන්ධිකරණය
චිට්.චී.එන්. දරුණි රණසිංහ

එච්.එම්. පියුම් අනුපමා

ලේඛක මණ්ඩලය
සී. එස්. ජයසිංහ

එම්.කේ. කිංස්ලි ප්‍රියන්ත

කේ.ඒ. නිලන්ත පුද්ගලුමාර

සංස්කාරක මණ්ඩලය
මහාචාර්ය ප්‍රේමකුමාර ද සිල්වා

ඩම්ම දිසානායක

එ. එල්. එස්. අබේවිකුම

භාෂා සංස්කරණය
මහාචාර්ය නිමල් මල්ලවංාරච්චි

සෝඳුපත් කියවීම
කේ.ං. සෙනරත්න ඉන්දානි

විතු, රුප සටහන් සැකසීම
වාල්ස් රණතුංග

පිටකවරය තීර්මාණය
ර්. ඒ. ගයාන් කුමාර ඒකනායක

පරිගණක සභාය, පිටු සැකසුම
තිනෝලි ගෙනෝෂා කොතලාවල

- අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමිෂන් ජනරාල් අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව
- අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමිෂන් (සංවර්ධන) අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව
- සහකාර කොමිෂන්
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව
- සහකාර කොමිෂන් (2020 මුදණය)
අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව
- ගුරු මධ්‍යස්ථාන කළමනාකරු (විශ්‍රාමික),
හොරණ
- ක්‍රේකාචාර්ය,
රුහුණ ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යා පියා, වළඟන්දුව
- ගුරු සේවය, පොලේගොඩ මහා විද්‍යාලය
- අංශාධිපති,
සමාජ විද්‍යා අංශය, කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය
- ජේත්ස්ය ක්‍රේකාචාර්ය,
දේශපාලන විද්‍යාව හා රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති අධ්‍යායන අංශය, කොළඹ විශ්වවිද්‍යාලය
- ජේත්ස්ය ක්‍රේකාචාර්ය,
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය, මහරගම
- අංශාධිපති,
සිංහල අධ්‍යායන අංශය, කැලණීය විශ්වවිද්‍යාලය
- නියෝජ්‍ය විද්‍යාල්පති,
කැගලු/බා. මහා විද්‍යාලය, කැගල්ල
- නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ
(සෞන්දර්ය බස්නාහිර පළාත්) (විශ්‍රාමික)
- අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව
- අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

පටුන

1. අපේ පවුල	1 - 45
2. අපේ ජන සමාජය	46 - 74
3. අපේ සංස්කෘතිය	75 - 112

අංශේ පටුල

I

හැදින්වීම

මිනැම පුද්ගලයකු උපතන් සමග මූලින් ම සාමාජිකත්වය ලබන සමාජ එකකය වන්නේ පටුලයි. පටුල් එකක රාජියක එකතුවෙන් ජන සමාජයක් නිර්මාණය වේ.

පටුලේ සාමාජිකයකු වශයෙන් කුඩා කාලයේ සිට ඔබ තුළ වර්ධනය කරගනු ලබන යහැරිවන පුරුදු, අනාගතයේ යහපත් පුරවැසියකු ලෙස සමාජයේ ජ්වත් වීම සඳහා බෙහෙවින් ප්‍රයෝගනවත් වනු ඇත. ජ්වතයේ විවිධ අභියෝගවලට සාර්ථකව මුහුණ දීමටත්, එලදායී ජ්වත අරමුණු ගොඩනගා ගෙන එවා ඉටු කර ගැනීමටත්, කැපවීමෙන් කටයුතු කිරීම ඔබගේ අධිෂ්ථානය විය යුතු ය.

මෙම පාඨම් එකකය හොඳින් අධ්‍යයනය කිරීමෙන් පටුලේ සාමාජිකයෙකු වශයෙන් යහපත් සමාජ ජ්වතයක් ගත කිරීමට අවශ්‍ය සමාජමය හැකියාවන් වැඩි දියුණු කර ගැනීමට ඔබට අවස්ථාව ලැබෙනු ඇත.

අප ජ්වත් වන ජන සමාජය පටුල් එකක රාජියක එකතුවෙන් නිර්මාණය වී ඇත. ජන සමාජයේ කුඩා ම සමාජ එකකය වන්නේ පටුලයි. සැම පුද්ගලයෙක් ම උපතන් සමග පටුලක සාමාජිකයෙකු බවට පත් වෙයි. එමෙන් ම අංශ මූල ජ්වත කාලය ම ගෙවී යන්නේ ද පටුලේ සාමාජිකයකු ලෙස සි.

සමාජයේ පවත්නා විවිධ සමාජ ආයතනවලට සාපේක්ෂව බලන විට පටුල සුළු සාමාජික සංඛ්‍යාවකින් සමන්විත වේ. එමෙන් ම පටුල් එකකයට අයත් සාමාජිකයන් අතර බැඳීම් ඉතා ගක්තිමත් ය. සම්ප අන්තර පුද්ගල සබඳතා තුළින් පටුලේ සාමාජිකයේ එකිනෙකා සමග බැඳී සිටිති.

පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ විවිධ වූ අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම සඳහා එකිනෙකා තිරන්තරයෙන් ඔවුනොවුන්ට උදව් උපකාර කරති. පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ යහපත අරමුණු කරගෙන සාමාජිකයෝ ක්‍රියා කරති.

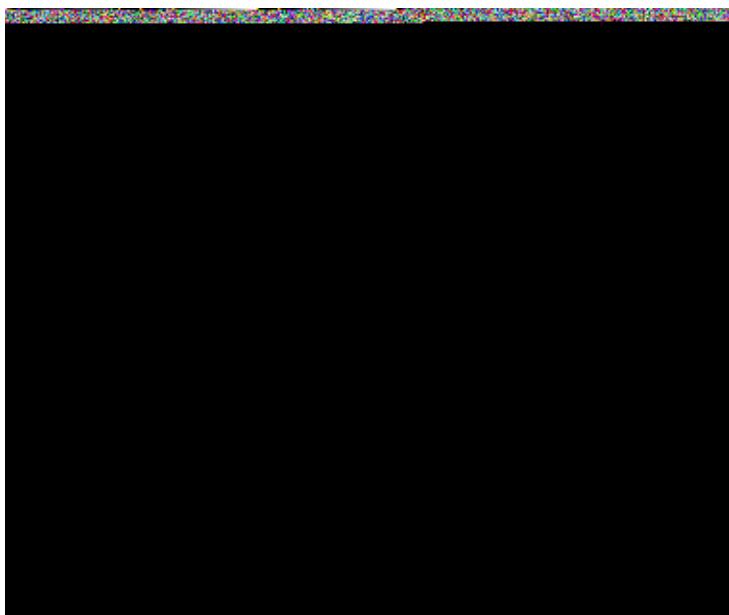
වර්තමාන ජන සමාජයේ පවතින පවුල් එකක ඒවායේ සාමාජිකත්වය අනුව,

- න්‍යාම්පික පවුල් හා
- විස්තර පවුල් (ව්‍යාප්ත පවුල්)

යනුවෙන් වර්ග දෙකකට බෙදා දැක්වීය හැකි ය.

න්‍යාම්පික පවුල (Nuclear Family)

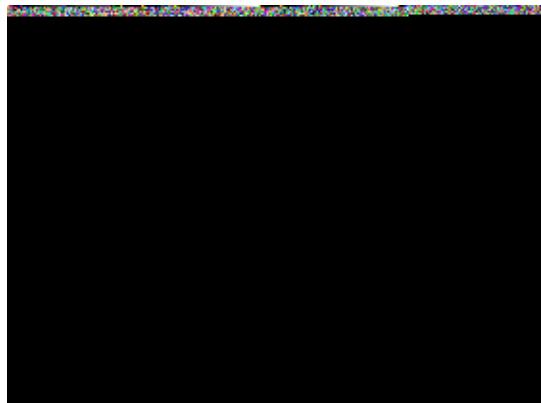
මධ්‍ය පවුලේ සාමාජිකයන් පිළිබඳ සිතා බලන්න. මධ්‍ය පවුල අම්මා, කාන්තා සහ දරුවන්ගෙන් පමණක් සැදුම්ලත් පවුල් එකකයක් විය හැකි ය. මව, පියා සහ දරුවන් පමණක් එකට ජ්‍යෙෂ්ඨ වන පවුල් න්‍යාම්පික පවුල් ලෙස හඳුන්වයි.



1.1 රුපය - න්‍යාම්පික පවුල

විස්තාත පවුල (ව්‍යාප්ත පවුල) (Extended Family)

මව, පියා, දරුවන්, පිය පාර්ශ්වයේ යොතීන්/ මව පාර්ශ්වයේ යොතීන් කිහිපදෙනෙකු එකට ජ්‍යෙන් වන පවුල් එකක ද අපේ ජන සමාජය තුළ පවතී. සමහර විට ඔබේ පවුල ද එවන් සාමාජිකයන්ගෙන් සමන්වීත පවුල් එකකයක් විය හැකිය. එවන් පවුල් එකක විස්තාත පවුල් (ව්‍යාප්ත පවුල්) ලෙස හඳුන්වනු ලැබේ.

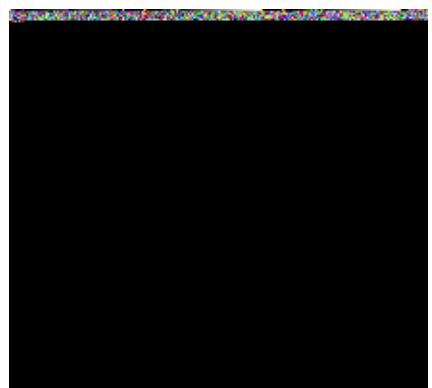


1.2 රුපය - විස්තාත පවුල

විස්තාත පවුල යනු යොතීන් සමුහයකින් යුත්ත, පරම්පරා තුනක හෝ ඊට වැඩි ගණනක සාමාජිකයන් ගෙන් සමන්වීත පවුල් එකකයකි.

න්‍යාම්පික පවුලකට සාපේක්ෂ ව විස්තාත පවුල් එකකයක විශේෂත්වය

- සාමාජික සංඛ්‍යාව වැඩි නිසා පවුලේ ගක්තිය වැඩිය.
- පවුලේ එදිනෙදා කටයුතු හා පවුලේ ආර්ථික කටයුතු සඳහා ගුමය ලබා ගැනීමේ පහසුව.
- දරුවන්ට දෙම්විපියන්ගේ මෙන් ම සෙසු සාමාජිකයන්ගේ ආදරය, ආරක්ෂාව හා සෙනෙහස ලැබේම.



1.3 රුපය - ආව්වට උද්ධ කරන දරුවෙකු

- වැඩිහිටි සාමාජිකයන්ට සෙසු අයගේ ආදරය, ආරක්ෂාව, සෙනෙහසි හා උද්ධි උපකාර ලැබීම.
- වැඩිහිටියන්ට සැලකීම, ගරු කිරීම, උද්ධි උපකාර කිරීම, රකවරණය සැලසීම වැනි උසස් ගුණාග බාල පරපුරට කුඩා කළ සිට නුරු පුරුදු වීම.
- බාල පරපුරට සංස්කෘතිය පවරා දීමේ පහසුව.
- වගකීම් බෙදී යාම නිසා පවුලේ කටයුතු පහසුවෙන් හා සැහැල්ලුවෙන් ඉටු කර ගත හැකි වීම.
- දරුවන් රකබලා ගැනීමේ වගකීම සාමාජිකයන් අතර බෙදී යාම.
- බාහිර ජන සමාජය සමග පුරුල් සබඳතා ගැනීමට හැකි වීම.



1.4 රුපය - පවුලේ සාමාජිකයන් එකට ගෙවන්නේ වැඩිහි යෙදෙන අවස්ථාවක්

විස්තාත පවුලක සාමාජිකයෙකු ලෙස ජීවත් වීම නිසා මෙවන් ප්‍රතිලාභ රසක් භැක්ති විදිමට සාමාජිකයන්ට අවස්ථාව ලැබේ. එහෙත් දෙම්විඡියන් දුර බැහැර ප්‍රදේශවල රකියාවල තිරත වීම, තිවාසවල ඉඩකඩ ප්‍රමාණවත් නොවීම ආදි සමාජ ආර්ථික හේතුවල බලපැම නිසා විස්තාත පවුල් වෙනුවට ත්‍යාම්පිටික පවුල් ලෙස පවුල් ඒකක සංවිධානය වීම වර්තමාන සමාජය තුළ දක්නට ලැබේ.

එසේ වුවද ආවිවී, සීයා සහ යුතින් සමග හැකි සැම විටම සබඳතා පැවැත්වීම, ඔවුන් හා එකට කටයුතු කිරීම, ඔවුන් රක බලා ගැනීමට කටයුතු කිරීම, ත්‍යාම්පිටික පවුල්වල සාමාජිකයෝ ද සිදු කරති. එසේ කටයුතු කිරීම පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ මෙන් ම සමස්ත සමාජයේ යහපැවැත්මට ද හේතු වේ.

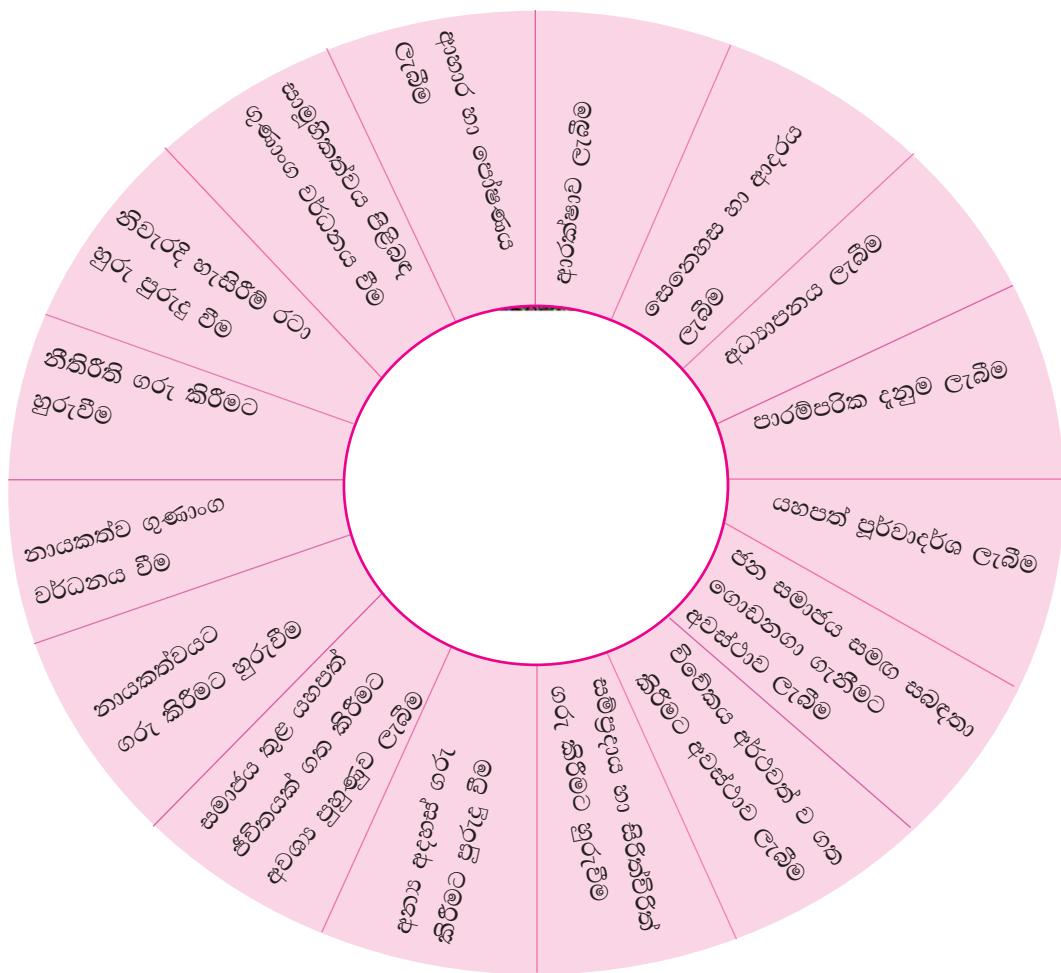
පවුල තුළ දක්නට ලැබෙන පොදු ලක්ෂණ

පවුල් ඒකකයක සංයුතිය, එහි ක්‍රියාකාරීත්වය හා පැවැත්ම පිළිබඳ කරුණු විමසා බලන විට එහි කැපී පෙනෙන ලක්ෂණ රාඹියක් දක්නට ලැබේ. ඉන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- යුතිත්වය මත ගොඩනැගී තිබේ.
- ත්‍යාම්වික පවුලක් සුරු සාමාජික සංඛ්‍යාවකින් ද, විස්තාත පවුලක් ඊට සාපේක්ෂව වැඩි සාමාජික සංඛ්‍යාවකින් ද සමන්විත වේ.
- සාමාජිකයන් එක් වාසස්ථානයක ජීවත් වේ.
- සාමාජිකයන් අතර සම්පූර්ණ සංඛ්‍යාවකාංගු පැවතීම.
- පවුල සතු සම්පත් සාධාරණ පදනමක් මත සාමාජිකයන් අතර බෙදා හදා ගැනීම.
- සාමාජිකයන්ගේ යහපත අරමුණු කරගෙන එකිනෙකාට බලපැමි කිරීම.
- පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ පොදු යහපත මූලික අරමුණ ලෙස සලකා කටයුතු කිරීම.
- ආදරය, කරුණාව, දියාව වැනි ගුණාංග පදනම් කරගෙන සාමාජිකයන් අතර ඉතා සම්පූර්ණ සංඛ්‍යාවකාංගු පැවතීම.

පවුල් ඒකක ස්ථාවර වීම, ගක්තිමත් වීම හා ගුණවත් වීම යහුගුණයෙන් පිරි ස්ථාවර ජන සමාජයක පැවැත්මට ද පදනම වේ.

පවුලේ සාමාජිකයෙකු ලෙස ජ්‍යෙත් වීම නිසා අත්වන ප්‍රයෝගන



ක්‍රියාකාරකම 1.1

- ඔබ වඩාත් කැමති න්‍යුම්බික පවුලක සාමාජිකයෙකු ලෙස ජ්‍යෙත් වීමට ද? විස්තර න්‍යුම්බික පවුලක සාමාජිකයෙකු ලෙස ජ්‍යෙත් වීමට ද? ඔබේ නිගමනයට හේතු දක්වන්න.
- පවුලේ සාමාජිකයෙකු ලෙස ජ්‍යෙත් වීම නිසා ඔබ දනට ලබන ප්‍රයෝගන ලැයිස්තුවක් සකස් කරන්න.

නිවැරදි ජ්‍යෙෂ්ඨ අරමුණු කුලින් ජීවිතය ජය ගනීමු

තම ජීවිතය සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා පිහිටුවා ගන්නා නිශ්චිත වූ, නිවැරදි වූ අධිෂ්ථානයන් ජ්‍යෙෂ්ඨ අරමුණු ලෙස හැඳින්විය හැකි ය. සාර්ථක ජීවිතයක් ගොඩනගා ගැනීමටත්, සාර්ථක ජීවිතයක පැවැත්ම සඳහාත් නිවැරදි ජ්‍යෙෂ්ඨ අරමුණු මත පිහිටා කටයුතු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ. එමෙන් ම පවුල් සාමාජිකයෙකු වශයෙන් ඔබ ජ්‍යෙෂ්ඨ අරමුණු ගොඩනගා ගැනීමේ දී ඔබේ අපේක්ෂාවන් මෙන් ම ඔබ පිළිබඳ දෙම්විපියන් තුළ පවතින අපේක්ෂාවන් කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කිරීම ඔබේ යුතුකමක් වේ. තව ද ඔබ ජ්‍යෙෂ්ඨ වන සමාජයේ අපේක්ෂාවන් ද ඔබේ අරමුණු සමග ගෙවා ගැනීමට හැකි නම්, සමාජයට ගැළපෙන, සමාජයට අවශ්‍ය පුද්ගලයෙකු ලෙස ජන සමාජයට පිහිසීමට ඔබට හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

පාසල් දිජ්‍යෙනෙකු වශයෙන් විභාගය නොදින් සමත් වීම ඔබේ ජ්‍යෙෂ්ඨ අරමුණක් විය හැකි ය. මෙම අරමුණ ජය ගැනීමට, අරමුණ සිත තුළ තිබේම පමණක් ප්‍රමාණවත් නොවේ. එම අරමුණ ඉටු කර ගැනීමට යෝග්‍ය ක්‍රියාපටිපාරි ඔබ විසින් සැලසුම් කර ක්‍රියාත්මක කළ යුතු වේ. එම අරමුණ ජය ගැනීම සඳහා උච්ච ක්‍රියාපටිපාරි කිහිපයක් නිදසුන් ලෙස පහත දක්වා ඇත.

අරමුණ :- විභාගය නොදින් සමත් වීම.

අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාපටිපාරිය

- ★ දිනපිතා පාසල් යැම.
- ★ ගුරුවරුන්ට ක්‍රිකරු වීම.
- ★ ගුරුතුමන්/ ගුරුතුමියන් දෙන උපදෙස් පිළිපැදිම.
- ★ නොදින් අධ්‍යාපන කටයුතුවල නිරත වීම.
- ★ කාල සටහනකට අනුව අධ්‍යාපන කටයුතුවල නිරත වීම.
- ★ අඩු සාධන මට්ටමක් පෙන්නුම් කරන විෂයන් හඳුනා ගැනීම.
- ★ එම විෂයන් සඳහා වැඩි උනන්දුවකින් කටයුතු කිරීම.

★ එම විෂයන් සඳහා ගුරුවරුන්ගේ, සහෝදර සිසුන්ගේ උදව් ලබා ගැනීම.

★ නිතර නිතර විෂයන් සම්බන්ධ අභ්‍යාසවල නිරත වීම.

★ විවේක කාලය අරපවත් ලෙස ගත කිරීම.

මඟ මෙම ත්‍රියාපටිපාටිය හොඳින් අනුගමනය කළ හොත් විභාගය හොඳින් සමත් වීමට ඔබට හැකියාව ලැබෙනු ඇත. මෙම අරමුණ පාසල් ජීවිත කාලය තුළ ම ජයග්‍රහණය කළ හොත් ඔබට උසස් අධ්‍යාපනය සඳහා වරම් ලබා ගැනීමට හැකි වේ. එමගින් ඔබ අපේක්ෂා කළ පරිදි අරමුණ කරා පළගා වීමට හැකියාව ලැබේ.

උචිත අරමුණු තෝරා ගැනීම

එදිනෙදා ජීවිතයේ දී විවිධ ආකර්ෂණීය අරමුණු පිළිබඳ ඔබේ අවධානය යොමු වන අවස්ථා ඉස්මතු විය හැකි ය. එහෙත් එම ආකර්ෂණීය දේ අතුරින් වඩාත් උචිත අරමුණු තෝරා ගැනීම ද ජීවිතය සාර්ථක කර ගැනීම සම්බන්ධයෙන් ඉතා වැදගත් වේ.

ත්‍රිඩා, නාට්‍ය නිර්මාණය, සංගීතය, විතු නිර්මාණය හා විවිධ තාක්ෂණික ක්ෂේත්‍ර කෙරෙහි ඔබේ අවධානය යොමු වන අවස්ථා තිබිය හැකි ය. එවන් අවස්ථාවල දී ඔබේ හැකියාවන්ට හා දක්ෂතාවන්ට වඩාත් ගැලපෙන ක්ෂේත්‍ර තෝරා ගැනීමටත් ඒට අදාළ තීපුණතා සංවර්ධනය කර ගැනීමට යොමු වීමත්, ඔබේ ජීවන අරමුණු සාර්ථක ව ඉටුකර ගැනීම සම්බන්ධයෙන් ඉතා වැදගත් වේ.

එදිනෙදා ජීවිතයේ දී සමාජය තුළ දක්නට ලැබෙන ආකර්ෂණීය, එහෙත් සාර්ථක ජීවිතයකට අනුවිත දේ බොහෝ ය. එම අනුවිත දේ නිවැරදි ව හඳුනාගෙන ඒවායින් බැහැර වීම හා ඒවා ප්‍රතික්ෂේප කිරීම කෙරෙහි ද ඔබේ සැලකිල්ල වඩාත් හොඳින් යොමු කළ යුතු ය.

ක්‍රියාකාරකම 1.2

පහත දැක්වෙන වගුවේ I තීරුවේ කෙටි කාලීන ව ඉටු කර ගත හැකි අරමුණු කිහිපයක් සඳහන් කර ඇත. එම අරමුණු ඉටු කර ගැනීම සඳහා ඔබ අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාපටිපාටි II තීරුවේ සඳහන් කරන්න.

I තීරුව	II තීරුව
අරමුණු	අරමුණු ජය ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාපටිපාටි
පාසලේ ශිෂ්‍යනායක මණ්ඩලයට ඇතුළත් වීම	
පාසලේ තුරුයවාදක කණ්ඩායමට ඇතුළත් වීම	
පාසලේ විවාද කණ්ඩායමට ඇතුළත් වීම	

ක්‍රියාකාරකම 1.3

■ දිගුකාලීන ව ඉටු කර ගත හැකි ජ්‍යෙන අරමුණු කිහිපයක් පහත දැක්වේ. එක් එක් අරමුණු ජය ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාපටිපාටි අනුපිළිවෙළින් පෙළ ගස්වන්න.

- ගුරුවරයෙකු වීම.
- ඔබ කැමති ක්ෂේත්‍රයක ජාතික මට්ටමේ ආචකයෙකු වීම.
- ඔබ වඩා කැමති සෞන්දර්ය අංශයකින් ජාතික මට්ටමේ ජයග්‍රහණයක් ලබා ගැනීම.

ආත්මාහිමානය (Self - esteem)

පහත දැක්වෙන කථාන්තරය හොඳින් කියවන්න.

පුංචි ගෝමාගේ පරිත්‍යාගය

ගෝමා 5 ගේණයේ ඉගෙනුම ලබන දුරියක්. ඇගේ ගෙදර ඉන්නේ අම්මයි, තාත්තයි, මල්ලයි, ආච්චියි.

ගෝමා ඉස්කෝලේ ඉදාල ගෙදර ආවම අම්මයි තාත්තයි වැඩට ගිහින් එනතුරු බලා ඉන්නේ හරිම ආසාවන්. එදා ගෝමා අම්මයි තාත්තයි එනතුරු බලා හිටියෙ තවත් බලාපොරොත්තුවක් හිතේ තියාගෙන.

අම්මා ගෙදර ආ විගසින් ම ගෝමා අම්ම ලගට දුවල ගියා.

“අම්මේ, තාත්තා කිවිව අද අම්ම ගෙදර ආවම වුවමට යනව කියල. අලුත් අවුරුද්දට මල්ලටයි, මටයි, ආච්චිටයි ඇශ්‍රම් අරන් දෙන්න තමයි යනව කිවේ. මාත් අම්මලා එක්ක එන්න ද?”

ගෝමා එහෙම ඇශ්‍රුවම අම්මා එකවර ඒකට උත්තරයක් දුන්නේ නැහැ.

“ආච්චියි, මල්ලටයි එක්ක මයා ගෙදර ඉන්න. අපි ඇශ්‍රම් අරගෙන ඉක්මනට එන්නම්” අම්මා ගෝමාට කිවිවා.

“අම්මල දුන්න සල්ල විකක් මම ඉතුරු කරගෙන තියෙනව. මට ආසයි ඒකෙන් වළුලු විකක් ගන්න. ඒකයි මමත් එන්නද කියල ඇශ්‍රුවේ”

ගෝමා නැවතන් අම්මගෙන් ඉල්ලීමක් කළා. ගෝමාගේ ඉතිරි කිරීමේ පුරුද්ද ගැන අම්මටත් සතුවක් දැනුණා.

“දුව කියක් ඉතිරි කරගෙන තියෙනව ද?” අම්මා ගෝමාගෙන් විමසීමක් කළා.

“රුපියල් එකසිය විස්සක් තියෙනව” ගෝමා සතුටින් උත්තර දුන්නා.

“හොඳයි යමුකො”

ගෝමාගේ බලාපොරොත්තුව ඉටු වුණා.

ශ්‍යාමා අම්මයි, තාත්තයි එක්ක බස් එකෙන් ටවුමට ගියා. බස් එකෙන් බැහැලා කඩ සාප්පූ තියෙන පැත්තට ඇවේදගෙන ගියා.

ශ්‍යාමා අතරමග පාර අයිනේ අසරණ සියා කෙනෙක් හිටියා.

“අනේ නොනා මට කැම විකක් කන්න කියක් හරි දෙන්න”

සියා ග්‍යාමාගේ අම්මාගෙන් ඉල්ලීමක් කළා.

මොහොතක් යන්නත් කළින් ග්‍යාමා වලුලු ගන්න ගෙනා සල්ලි වික සියාට දුන්නා.

“අනේ පුංචි නොනාට දෙවි පිහිටයි. යහපතක්ම වෙන්න ඕන. පිං සිද්ධ වෙනවා.”

සියා ග්‍යාමාට සෙත් පැතුවා.

ශ්‍යාමාගේ පුංචි සිතට සියාගේ වදන් ලොකු සතුවක් ගෙන දුන්නා. ග්‍යාමා කළ දේ ගැන අම්මටත් තාත්තටත් ලොකු සතුවක් ඇති වුනා. අම්මයි තාත්තයි ඇදුම් ගන්නත් කළින් ග්‍යාමා සාප්පූවකට එක්ක ගිහින් එයා කැමති විධියේ වලුලු විකක් අරන් දුන්නා. ග්‍යාමා ගෙදර ආවේ හරිම සතුවෙන්.

පුංචි ග්‍යාමා අසරණ සියාගේ ආහාර වේල වෙනුවෙන් කළ පරිත්‍යාගය ඇය තුළ වූ උසස් ගුණාංග රසක් පිළිබැඳු කළ අවස්ථාවක්. තවත් කෙනෙකුගේ අසරණකම, බඩින්න, දුක ඇයගේ සිත සසල කරන්නට ඇති. ඒ වෙනුවෙන් පුංචි ග්‍යාමා ඇගේ යුතුකම ඉතා මැනවින් ඉටු කළා.

ඔබ සතු උසස් ගතිගුණ, උසස් හැසිරීම රටා, සුවිශේෂී හැකියාවන් අන්‍යයන්ගේ පිළිගැනීම හා ඇගයීමට නිරන්තරයෙන් ලක් වේ. එමෙන්ම ඔබ සතු එම ගුණාංග පිළිබඳ ස්වයං ඇගයීමක් කිරීමට ඔබට ද හැකියාව තිබේ. ඔබ ඒ උසස් ගතිගුණ, උසස් හැසිරීම රටා, සුවිශේෂී හැකියාවන් පිළිබඳ ඇති කරගන්නා අහිමානය ආත්මාහිමානයයි. ඔබ සතු උසස් ගතිගුණ ඔබට ආත්මාහිමානය ගෙන දෙනු ඇති.

ඔබ තුළ පවතින දුර්වල ගති ලක්ෂණ වෙතොත් ඒවා මගහරවා ගැනීමට උනන්දු වන්න. ක්ෂේක කොපය, නිවැරදි තිරණ ගැනීමට අපොහොසත් වීම, අන් මත ප්‍රතික්ෂේප කිරීම, අන්‍යයන්ට සවන් නොදීම, නොඉවසිලිමත්බව,

තම මතය පමණක් සැම විටම ක්‍රියාත්මක කිරීමට උත්සාහ කිරීම බොහෝ විට පුද්ගලයන් තුළ දක්නට ලැබෙන දුරුවල ගති ලක්ෂණ වේ.

මෙවන් ගති ලක්ෂණ මගහරවා ගැනීම යහපත් සමාජ ජීවිතයක් ගත කිරීමටත්, අන් අයගේ ඇගයීමට හා ප්‍රශ්නයට ලක්වීමටත් හේතු වනු ඇත.

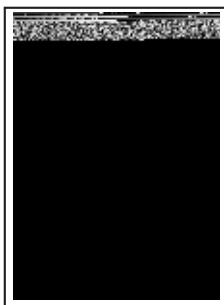
ක්‍රියාකාරකම 1.4

- ආත්මාහිමානය කෙරෙහි බලපාන ගාමා තුළ පැවති ගුණාග කිහිපයක් නම් කරන්න.
- විර මද්දම බණ්ඩාර, විර පුරන්අප්පූ වැනි වරිත කථාවලින් හෙළිදරව් වන උසස් ගුණාග වාර්තා කරන්න.
- මෙම පාඨමේ සඳහන් වන ආකාරයේ මොනයම් හෝ සුචිගේ ගුණාගයක් පෙන්වන අවස්ථාවක් සම්බන්ධව කෙටි නාට්‍යයක් ලියා පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්න.

මෙබේ අනන්තාව (Your Identity)

ලේකයේ කිසිම පුද්ගලයෙක් තවත් පුද්ගලයකු හා කිසිම ආකාරයකින් සමාන නොවේ. බාහිර පෙනුම, අත්ලේ රේඛා සටහන්, ඇගිලි සලකුණු ආදිය සසඳා බැලීමේ දී ඒවා පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට සුචිගේ ලෙස වෙනස් වන බව පැහැදිලි වේ. පුද්ගලයන් තිබෙනෙකුගේ අත්ලේ සලකුණු හා මාපට ඇගිලි සලකුණු පහත දැක්වේ. ඒවා සසඳා බලන්න.

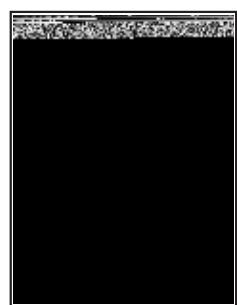
අත්ලේ සලකුණු



1

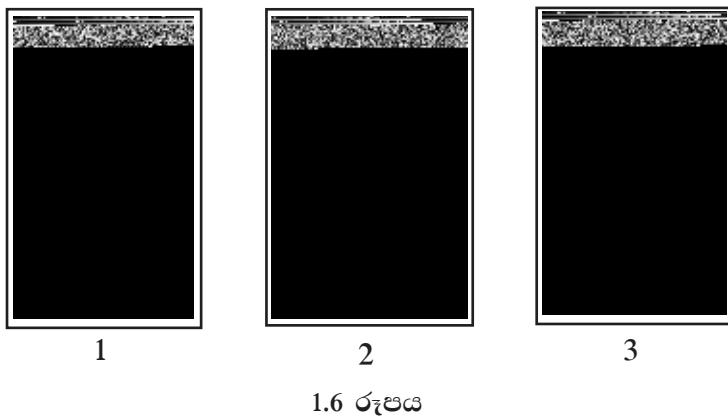


2
1.5 රුපය



3

මාපට ඇගිලි සලකුණු



1.6 රැඡය

එමෙන් ම **DNA (Deoxyribo Nucleic Acid)** ව්‍යුහය ද පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් වේ. වර්තමානයේ පුද්ගලයක සුවිශේෂී ව හඳුනා ගැනීම සඳහා භාවිත කරනු ලබන්නේ DNA ව්‍යුහය පිළිබඳ පරික්ෂණය සි. නිදසුන් ලෙස පවුල් සඛධනා පිළිබඳව තිවැරදි ව හඳුනා ගැනීමට අවශ්‍ය වූ විට මෙන් ම විවිධ අපරාධ සම්බන්ධ පුද්ගලයන් හඳුනා ගැනීම සඳහා මෙම DNA ව්‍යුහය පිළිබඳ පරික්ෂණ පවත්වන අවස්ථා පිළිබඳ ඔබට පුවත්පත්වලින් හා වෙනත් මාධ්‍ය මගින් දැනගන්නට ලැබේ ඇත.

ඉහත සඳහන් වූයේ ජීව විද්‍යාත්මකව පුද්ගලයන්ගේ අනන්‍යතාව වෙනස් වන බවට නිදසුන් ය.

උපතේ සිට වර්ධනය වෙමින් පවත්නා ඔබේ ගති ලක්ෂණ, හැසිරීම් රටා ආදිය මෙන් ම ඔබ සතු සුවිශේෂී හැකියාවන් ද ඔබේ අනන්‍යතාව පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණවලට නිදසුන් ය. තම අනන්‍යතාව, ගරුත්වය රක ගැනීම සඳහා යහපත් ගති ලක්ෂණ හැසිරීම් රටා, ජීවන පුරුදු ඔබ තුළ වර්ධනය කරගත යුතු ය.

ඒ සඳහා යහපත් දේ පිළිගැනීමටත්, අයහපත් දේ උවිත පරිදි ප්‍රතික්ෂේප කිරීමටත් ඔබ කළුපනාකාරී විය යුතු ය. තම අනන්‍යතාව, ගරුත්වය තහවුරු කර ගැනීමට යෝගා, තමන්ට ගැලුපෙන දේ පමණක් තොරා බෙරා ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ.

පවුලේ සාමාජිකයෙකු ලෙස වර්ධනය කර ගත යුතු යහපත් ගුණාංගවලට නිදසුන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- යහපත් දේ පිළිගැනීම හා අයහපත් දේ ප්‍රතික්ෂේප කිරීම
- තම දුර්වලතා හඳුනා ගැනීම හා ඒවා මගහරවා ගැනීමට ක්‍රියා කිරීම
- සුහදායිලිබව
- අවංකබව
- ස්වයං විනය
- පවුලේ දියුණුවට කැපවීම
- අනාස මත ගරු කිරීම
- නායකත්වයට ගරු කිරීම
- අයිතිවාසිකම් භුක්ති විදිමින් යුතුකම් ඉටු කිරීම

ක්‍රියාකාරකම 1.5

- (1) • ඔබ තුළ පවතින දුර්වල ගති ලක්ෂණ වෙතොත් ස්වයං ඇගයීමක් තුළින් ඒවා හඳුනාගෙන නම් කරන්න.
- එම ගති ලක්ෂණ මගහරවා ගැනීමට අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග සඳහන් කරන්න.
- (2) • ඔබ අගය කරන ආදර්ශවත් පුද්ගලයන්ගේ නම් ලැයිස්තුවක් පිළියෙළ කරන්න.
- ඒ අතුරින් ඔබ වඩාත් කැමති වරිත දෙකක් තෝරාගෙන ඔවුන් සතු උසස් ගති ලක්ෂණ හඳුනාගෙන ඒවා ලැයිස්තු ගත කරන්න.

ජන සමාජයේ පවත්නා හිතකර හා අහිතකර බලවේග හඳුනා ගනීමු

පවුලේ සාමාජිකයෙකු ලෙස මෙන් ම පුරවැසියෙකු ලෙස සමාජයේ ජීවත් වීම සඳහා යහපත් සිතුම්පැතුම්, ආචාර ධර්ම, සිරිත්විරිත් අප විසින් ප්‍රගුණ කළ යුතු ය. එමෙන්ම හොඳ අධ්‍යාපනයක් ලබා ගැනීම ජීවිත සාර්ථකත්වයට අත්‍යවශ්‍ය සාධකයකි. මේ නිසා එම ගුණාංග වර්ධනයට හා අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමට ආධාර වන බලවේග, ජීවිත සාර්ථකත්වයට හිතකර බලවේග ලෙස හැඳින්විය හැකි ය. එම හිතකර බලවේග හඳුනාගෙන ඒවා අපේ ජීවිතයට ලං කර ගැනීමට අප නිරන්තරයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතු ය.

මධ්‍යින් සාර්ථකත්වයට හිතකර බලවේගවලට නිදසුන් ලෙස පවුල, පාසල, ආගමික ස්ථාන, කල්‍යාණ මිත්‍යන්, හොඳ පොත්පත්, හොඳ මාධ්‍ය වැඩසටහන් හඳුන්වා දිය හැකිය.

මධ්‍යින් පවුල (Your Family)

මධ්‍යින් දෙම්විපියන් හා වැඩිහිටියන් නිරන්තරයෙන් ම මධ්‍යින් දේ සාර්ථකත්වය අපේක්ෂා කරයි. ඔවුන්ගේ උතුම් බලාපොරොත්තුව වන්නේ, මධ්‍යහපත් පුරවැසියෙකු ලෙස සමාජයට දායාද කිරීමයි. මධ්‍යින් තුළ යහුණු වර්ධනය කිරීමට, මධ්‍යින් දක්ෂතා වැඩි දියුණු කිරීමට, මධ්‍යින් හොඳ අධ්‍යාපනයක් ලබා දීමට මධ්‍යින් මව, පියා ඇතුළු වැඩිහිටියන් කැපවීමෙන් කටයුතු කරයි.



1.7 රුපය - නිවසේ දී අධ්‍යාපන කටයුතුවල යෙදෙන දරුවකුට උදවු කරන දෙම්විපියන්

දෙම්විපියන් පූර්වාවාරයට ගුරුන් ලෙස සමාජය පිළිගනු ලබන්නේ ද ඒ නිසා ය. මධ්‍යින් දෙම්විපියන්, වැඩිහිටියන් විසින් දෙනු ලබන ආදරු, අවවාද පිළිපදිමින් යහපත් ජීවන වරිතයක් ගොඩනගා ගැනීමට යොමු වන්න.

දෙගුරුන් ගුරුන් දුටු දෙවියන් ලෙස	සිනමු
ලතුමන් බසින් ඉටු දෙවියන් දුන	ගනිමු
එබැවින් නිතින් මේ දෙවියන් වැද	ගනිමු
බැලුමෙන් හොඳින් ගුරු දෙගුරුන් රක	ගනිමු
(සිරින් මල්දම)	

පාසල (School)

පාසල වියේ දී ම මධ්‍යින් සාමාජිකත්වය ලබන, ජීවිතයට ඉතා වැදගත් වන ආයතනයක් ලෙස පාසල හඳුන්වා දිය හැකි ය. පාසල තුළ ක්‍රියාත්මක කෙරෙන සියලු ක්‍රියාකාරකම් මධ්‍යින් ජීවිතය සාර්ථකත්වය කරා මෙහෙයුම් අරමුණු කරගෙන සැලසුම් කර ඇත.

ආධ්‍යාපනය ලබා දීම, ඔබේ විවිධ වූ දක්ෂතා ඔප් නැංවීම හා ආධ්‍යාත්මික දියුණුව ඇති කිරීම තුළින් රටට දැයට යහපත් පුරවැසියෙකු දායාද කිරීම පාසලෙන් ඉටු වන මහග සේවයකි. එම සේවාව ඉටු කිරීම සඳහා ගුරු මධ්‍යවරු, ගුරු පියවරු ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩල ඔබ වෙනුවෙන් කැපවී කටයුතු කරති. මේ නිසා පාසල ඔබේ ජීවිතයේ සාර්ථකත්වයට නිරතුරුව ම වැදගත් වේ.



1.8 රුපය - ගුරුතුමෙකුගේ
මගපෙන්වීම යටතේ ක්විඩා
ප්‍රහුණුව ලබන සිසුන්



1.9 රුපය - ගුරුතුමෙකුගේ මගපෙන්වීම
යටතේ ඉගෙනුම ලබන සිසුන්

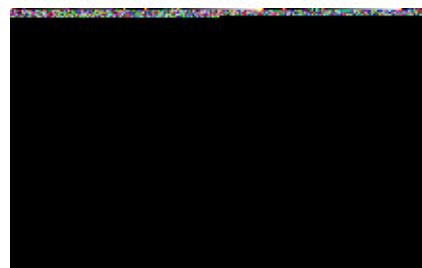
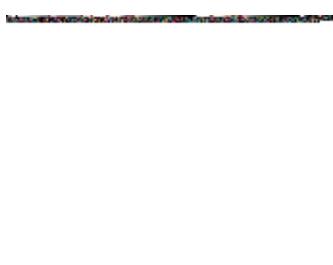
ගුරු වදන මහිම	ය
ගරු කර ගැනුම යුතුම	ය
සරු බවට මගම	ය
බොරු නොවෙයි පෙර පඩිහු බස ම	ය
ගුරුන් ගුණ මහත	ය
දෙගුරුන් ගුණ ද මහත	ය
මෙකී ගුණ මහත	ය
සැලකු අයහට මහත් සැපනත	ය
(සිරිත් මල්දම)	

ක්‍රියාකාරකම 1.6

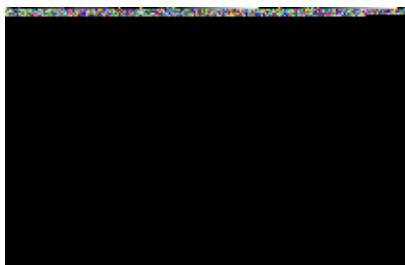
- යහපත් ගතිගුණ ඔබ තුළ වර්ධනය කිරීම සඳහා පාසලේ ක්‍රියාත්මක වන වැඩසටහන් දෙකක් නම් කරන්න.
- ඉන් එක් වැඩසටහනක් තෝරාගෙන, එය ඔබේ ජ්‍යෙෂ්ඨයට ලබා දෙන ආදර්ශ කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.

ආගමික ආයතන (Religious Institutions)

මෙහෙයුම් හිත්තු, ක්‍රිස්තියානි/කතෝලික, ඉස්ලාම් හෝ වෙනත් ආගමක් අදහන අයෙක් විය හැකි ය. අප කුමත ආගමක් ඇදහුව ද ආගමික ස්ථානවල ක්‍රියාත්මක වන වැඩසටහන්වල මූලික අරමුණ වන්නේ දහම් දැනුම ලබාදීම, පුද්ගලයන් සුම්ගම යොමු කිරීම හා යහපතෙහි පිහිටු වීමයි. ආගමික ආයතන මගින් අපේ ජ්‍යෙෂ්ඨ සාර්ථකත්වය සඳහා ඉටු කරන මෙහෙවර ඉතා වැදගත් වේ.



1.10 රුපය - බොද්ධ සිද්ධස්ථානයක ආගමික වතාවන් ඉටු කරන පිරිසක්



1.12 රුපය - ක්‍රිස්තියානි පල්ලියක දේව මෙහෙයට සහභාගී වන පිරිසක්

1.11 රුපය - හිත්තු කෝවිලක ආගමික වතාවන්වල යෙදෙන පිරිසක්



1.13 රුපය - මූස්ලිම් පල්ලියක ආගමික වත් පිළිවෙත් ඉටු කරන පිරිසක්

මේ නිසා එම ආයතන සමග සම්ප සබඳතා ගෙවනාගා ගැනීම, එම ආයතනවල පැවැත්වෙන වැඩසටහන්වලට සහභාගි වීම අපට බෙහෙවින් ප්‍රයෝගනවත් වේ. පුරුෂ / පුරුෂකතුමන්ගේ අනුගාසනා ලබා ගැනීම හා ඒවා පිළිපැදිම අපේ ජීවිත යහුණුයෙන් පිරිපුන් ජීවිත බවට පත් කිරීමට හේතු වේ.

ක්‍රියාකාරකම 1.7

- නිවසට ආසන්න ඔබේ ආගමික මධ්‍යස්ථානයේ පැවැත්වෙන වැඩසටහන් කිහිපයක් නම් කරන්න.
- එම වැඩසටහන් අතුරින් ඔබ ඉතා කැමැත්තෙන් සහභාගි වන වැඩසටහනක් නම් කර ඉන් ඔබට ලැබෙන ප්‍රයෝගන පැහැදිලි කරන්න.

කලණ මිතුරන් (Intimate Friends)

මිතුරන් ඇසුරු කිරීමට අපි සහජයෙන් ම කැමැත්තක් දක්වන්නේ. එහෙත් ඇසුර සඳහා සුදුසු මිතුරන් තෝරා ගැනීම ඉතා ප්‍රවේශමෙන් කළ යුතු දෙයකි. අපේ ජීවිතයට ලං කර ගත යුත්තේ හොඳ ගතිපැවතුම ඇති, බුද්ධිමත් ව කටයුතු කරන, තමන්ට හොඳ තරක පෙන්වා දෙන, යහපතෙහි පිහිටා කටයුතු කරන කළුණ මිතුයන් ය. එවන් අය ඇසුරු කිරීමෙන් ජීවිතයට හොඳ ආදර්ශ ලබා ගැනීමට ඔබට හැකි වේ. එමෙන් ම සමාජ ජීවිතයේ දී කිසි විටෙකත් නොමතා ක්‍රියා සඳහා පෙළඹුවීමක් නොකරයි. කලණ මිතුරු ඇසුර ජීවිත සාර්ථකත්වයට මහතු පිටිවහලක් සපයයි.

ක්‍රියාකාරකම 1.8

- ඔබ ඉතා සම්ප ව ඇසුරු කරන කලණ මිතුරකු තුළ දක්නට ලැබෙන යහපත් ගුණාංග කිහිපයක් ලියන්න.

හොඳ පොත්පත් (Good Books)

“කියවීම මිනිසා සම්පූර්ණ කරයි” යන ප්‍රකට කියමන ඔබ අසා ඇත. විවේකය අර්ථවත් ව ගතකිරීම සඳහා හොඳ පොත්පත කියවීමට ඔබ පුරුදු පුහුණු විය යුතු ය. එමගින් ජ්විතයට තව දැනුම එක් රස් කර ගැනීමට හැකි වේ. එමෙන්ම ආදර්ශවත් වරිතාපදාන කියවීම තුළින් ඔබේ ජ්විතයට වැදගත් වන ආදර්ශ ලබාගත හැකි වේ.

කියාකාරකම 1.9

- ඔබ මැතක දී කියවූ ආදර්ශවත් වරිතාපදාන දෙකක් තම් කරන්න.
- එම වරිතාපදාන ඇසුරෙන් ඔබට ලබාගත හැකි ආදර්ශ සටහන් කරන්න.

හොඳ මාධ්‍ය වැඩසටහන් (Good Media Programmes)

විවේක කාලය තුළ පුවත්පත්, සරරා වැනි මුද්‍රිත මාධ්‍ය මෙන් ම රුපවාහිනිය, ගුවන් විදුලිය, අන්තර්ජාලය වැනි විදුත් මාධ්‍ය භාවිතයට ඔබට අවස්ථාව ලැබෙනු ඇත. තොරතුරු දැන ගැනීමටත්, ඔබේ අදහස්, නිරමාණ භාහැකියාවන් මාධ්‍ය මගින් පුවාරය කරවා ගැනීමටත් මාධ්‍ය ඔබට ප්‍රයෝගනවත් වේ. මාධ්‍ය භාවිතයේ දී එලදායී වැඩසටහන් තෝරා ගෙන ඒවා ඇධ්‍යයනය කිරීමට, නැරඹීමට යොමු වීම ඉතා වැදගත් වේ.

ඔබට ආදර්ශ සපයන, දැනුම ලබා දෙන, එමෙන් ම යහපත් සිතුම්පැතුම් ඔබ තුළ වර්ධනය කරන, ඔබේ හැකියාවන්, දක්ෂතාවයන් වර්ධනයට උපකාර වන වැඩසටහන් භාවිතයට පුරුදු වීම ඔබේ ජ්විත සාර්ථකත්වයට බෙහෙවින් හෙතු වේ.

ක්‍රියාකාරකම 1.10

- එදිනෙදා පුවත්පත්වල පළවන, ගුවන් විදුලි වැඩසටහන් විස්තරයක්, රැපවාහිනී වැඩසටහන් විස්තරයක් සපයා ගන්න.
- පාසල් දිජ්‍යායකු ලෙස ඔබට ප්‍රයෝගනවත් වැඩසටහන් ඒ අතුරින් තෝරන්න.
- ඔබට විවේක ලැබෙන අවස්ථාවල එම වැඩසටහන් නැරඹීමට/ සවන් දීමට යොමු වන්න.

සමාජයේ යහපතට හේතු වන වෙනත් ආයතනවලට නිදසුන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- පුස්තකාලය
- ප්‍රජා සංවර්ධන සම්ති
- මත් ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට සම්බන්ධ ආයතන
- අමද්‍යප ව්‍යාපාර
- සත්ව හිංසනයට එරෙහි සංවිධාන
- පරිසර සංරක්ෂණ ආයතන

මෙවන් සංවිධාන හා ආයතන සමග එක්ව කටයුතු කිරීම ඔබේ යහපතට මෙන්ම සමාජයේ යහපැවැත්මට ද හේතු වේ. එමෙන්ම සමාජයේ අයහපතට හේතු වන බලවේග හඳුනා ගෙන ඒවායින් ගුවන් වීමට ක්‍රියා කිරීම අපේ ජීවිත සාර්ථකත්වයට බෙහෙවින් වැදගත් වේ.

මත් ද්‍රව්‍ය, දුම්වැටි ආදිය පුද්ගලයකුගේ පිරිහිමට සාජ්‍රව ම බලපැමි කරයි. මත් ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි කාරිරික හා මානසික දුබලතා ඇති කිරීමට මෙන්ම, පිළිකා වැනි මාරාන්තික ලෙඛ රෝග ඇති කිරීමට ද හේතු කාරක වේ. මත් ද්‍රව්‍ය, දුම්වැටි ආදියට ඇඟිලැහි වීම නිසා මහන්සි වී උපයන මුදල් තිකරුනේ නාස්ති වීමක් ද සිදු වේ. එමෙන් ම මෙවන් පුරුදුවලට ඇඟිලැහි වීම පුද්ගලයකු සමාජයේ පිළිකුලට ලක් වීමට ද හේතු වේ.

නුසුදුසු පොත්පත් හාවිතය, නුසුදුසු විඩියෝ දරුණන නැරඹීම වැනි ක්‍රියාවන් ද පුද්ගලයන්ගේ පිරිහිමට පූඛල ලෙස බලපැමි කරයි. වැරදි

ක්‍රියාවලට යොමු වීම, වැරදි ජ්‍යෙන පුරුෂුවලට ඩුරු වීම, මේවා භාවිතය නිසා සිදුවන භානිකර ප්‍රතිඵලවලට තිදිසුන් ය. මේ නිසා එවන් ක්‍රියාවලින් වැළකීම කෙරෙහි අපගේ විශේෂ අවධානය යොමු විය යුතු ය.

නරක මිතුරන් ඇසුරු කිරීම ද පුද්ගලයකුගේ පිරිහිම කෙරෙහි බලපාන තවත් සාධකයකි. වැරදි ක්‍රියාවන්ට යොමු කිරීම, යහපත් කටයුතුවලට බාධා කිරීම, පවිචු මිතුරන් ඇසුර නිසා ඇතිවන භානිකර ප්‍රතිඵලවලට නිදිසුන් ය. නරක මිතුරන් ඇසුරු කිරීම පුද්ගලයකුගේ යහපත් ජ්‍යෙන අරමුණු බිඳ වැටීමට ප්‍රධාන හේතුවක් වේ. මේ නිසා වැරදි මගට යොමු වූ මිතුරන් ඇසුරු කිරීමෙන් වැළකීම ඔබගේ යහපතට හේතු වේ. එමෙන්ම නැකි සැම විටම වැරදි මගට යොමු වූ මිතුරන් සුමගට යොමු කිරීමට උත්සාහ කිරීම, ඔවුන්ට යහමග ක්‍රියා දීම අපගෙන් සමාජයට ඉටුවිය යුතු වගකීමක් මෙන්ම යුතුකමක් ද වේ.

සොඛරු ගුණ තුවණ යුතු උතුමෝ පතර	
නපුරු දුදන සහ එක් වුව වෙති	අසර
රුදුරු කමු පහණ නැති සමතල	හසර
අදුරු සමග වූ කළ වේය	වියකර

(සුභභාෂිතය)

මෙම කටයුතු අදහස සරල බසින් පහත දක්වා ඇත.

යහපත් ගුණ තුවණ ඇති උත්තමයෝ වුවද නපුරු දුදනන් හා එක් වුව හොත් නිසරු බවට පත් වෙති. රළු, කමු, ගල් නැති මාවතක් වුව ද අදුර සමග එක් වූ විට බියකරු බවට පත් වේ.

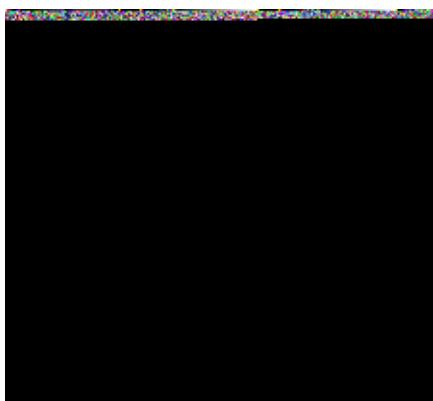
විවේකය එලදායී ලෙස ගත කරමු

මිලට ලැබෙන විවේක කාලය එලදායී ලෙස ගත කිරීමට ඩුරුපුරුදු වීම ඔබේ යහපතට හේතු වේ. විවේක කාලය තුළ ක්‍රිඩාවල යෙදීම සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම් හා නිරමාණකරණයේ යෙදීම, ගහ කොළ, සතුන් හා පරිසරය නිරීක්ෂණය කිරීම ඔබේ දක්ෂතා, හැකියා වැඩි දියුණු කර ගැනීමට උපකාර වනු ඇත. එමෙන්ම කායික හා මානසික සුවතාව ගොඩනැගීමට ද මෙම ක්‍රියාකාරකම් හේතු වේ.

ශ්‍රීඛාවල යෙදීමෙන් පුද්ගලයකු තුළ වර්ධනය වන ගුණාංග

- ජය පරාජය සතුටින් විදු දරා ගැනීම
- නීතිගරුක වීම
- සාධාරණත්වය අගය කිරීම
- විධාන පිළිපැදිම
- කණ්ඩායම් හැඟීමෙන් යුතුව කටයුතු කිරීම
- උත්සාහවන්ත්බව/ශ්‍රාන්දුව/නොපසුබස්නාබව
- වින්දනය හා සතුට

විවේක කාලයේ දී සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීමට ද ඔබට හැකි වේ. ඔබට පහසුවෙන් යෙදිය හැකි සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.



1.14 රුපය - ශ්‍රීඛාවක යෙදෙන ශිෂ්‍යාචන්

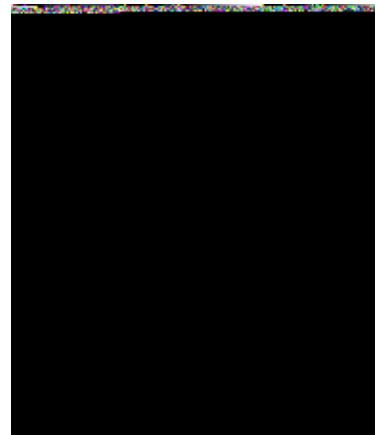


1.15 රුපය - නර්තනයේ යෙදෙන ශිෂ්‍යාචන්

- විතු ඇදිම
- කවි ගායනය/කවි නිර්මාණය
- ගිත ගායනය/ගිත නිර්මාණය
- නාට්‍ය රචනා කිරීම
- සංගිත හාණ්ඩ වාදනය
- නර්තනය
- පරිසර අලංකරණ කටයුතුවල නිරත වීම

සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම නිසා අත්වන ප්‍රයෝගන

- විනෝදය
- වින්දනය
- විත්තවේග / සිතුවිලි පාලනය
- විත්තවේග සංයෝගීත් යුතුව ප්‍රකාශ කිරීමේ හැකියාව වර්ධනය වීම
- ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථා සෞන්දර්යාත්මකව දැකිමේ හැකියාවන් වර්ධනය වීම



1.16 රුපය - විවිධ කාලයේ සෞන්දර්ය ක්‍රියාකාරකමක යෙදෙන දැරුවෙකු

මෙබේ හැකියා, දැක්ෂීර්තා අනුව නිරමාණකරණයේ යෙදීමට ද ඔබට හැකිය. ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථා හා අත්දැකීම්, ස්වාභාවික පරිසරයේ සූන්දරත්වය ආදිය විවිධ නිරමාණ තුළින් ප්‍රකාශයට පත්කළ හැකිය. ක්‍රියාත්මකයා යොමු වීම මගින් ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථා සෞන්දර්යාත්මකව රස විදිමට ද හැකි වේ.

විවිධ කාලය තුළ පැවුලේ සාමාජිකයන් සමග ක්‍රිඩා හා සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීමට ද ඔබට අවස්ථාව සලසා ගත හැකිය. ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම, නාට්‍ය තැරෑකීම, විනෝද වාරිකාවල යෙදීම එවැනි ක්‍රියාකාරකම කිහිපයකට නිදුසුන් ය. එමෙන් ම මෙබේ වැඩිහිටියන්, දෙම්විභියන් සමග පැරණි ජන ක්‍රිඩා, ගෘහස්ථ ක්‍රිඩාවල යෙදීමට ද ඔබට අවස්ථාව සලසා ගත හැකිය. එමගින් පැරණි ජන ක්‍රිඩා පිළිබඳ දැනුවත් වීමට ද ඔබට අවස්ථාව ලැබේ.



1.17 රුපය - වැඩිහිටියන් සමග ගෘහස්ථ ක්‍රිඩාවක යෙදෙන දැරුවන්



1.18 රුපය - පවුලේ සාමාජිකයන් සමග
විනෝද වාරිකාවක යෙදෙන දරුවන්

ක්‍රියාකාරකම 1.11

- පැරණි ජන ක්‍රිඩා පිළිබඳ තොරතුරු ඔබේ වැඩිහිටියන්ගෙන්, ගුරුතුමා/ ගුරුතුමියන්ගෙන් අසා දැනගන්න.
- එම ජන ක්‍රිඩාවලින් එකක් පිළිබඳ තොරතුරු රස්කරන්න.
- ජන ක්‍රිඩාවලින් එකක් පිළිබඳ තොරතුරු රස්කරන්න.

අහියෝග ජය ගනීමු

සාර්ථක ජීවිතයක් ගොඩනගා ගැනීම සඳහාත්, සාර්ථක ජීවිතයක පැවැත්ම සඳහාත් එලදායී ජීවන අරමුණු මත පිහිටා කටයුතු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ. එම ජීවන අරමුණු තුවකර ගැනීම සඳහා ක්‍රියාත්මක වීමේ දී විවිධ බාධක හා සීමාවලට මුහුණ දීමට අපට සිදු වේ. ඒවා අහියෝග ලෙස සරල ව හැඳින්විය හැකිය.

එදිනෙදා ජීවිතයේ දී ඔහැම පුද්ගලයකුට විවිධ අහියෝගවලට මුහුණ දීමට සිදුවේ. ජීවත් වීම යනු අහියෝගවලට මුහුණ දීමයි. මෙම අහියෝග ජය ගැනීම සඳහා අපි විවිධ ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය කරන්නේමු. අහියෝග ජය ගැනීම සඳහා අනුගමනය කරන වඩාත් එලදායී ක්‍රියාමාර්ග තුළින් ලබන යහපත් ප්‍රතිඵල සැම විටම පුද්ගලයා ජයග්‍රහණය කරා මෙහෙයවයි.

පවුලේ සාමාජිකයෙකු වශයෙන් ඔබට ද විවිධ අභියෝගවලට මූහුණ දීමට සිදුවිය හැකි ය. වර්තමාන පවුල් ජ්‍යෙක්‍යය මූහුණපාන අභියෝගවලට නිදසුන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- දෙම්විපියන් විදේශ රැකියාවල තිරත වීම/ මවිපිය දෙදෙනා රැකියාවල තිරත වීම නිසා ඔවුන්ගේ ආදරය, ආරක්ෂාව දරුවන්ට නොලැබේ යාම
- විවේකය අඩු වීම
- පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ ආකල්ප, සිතුම් පැතුම් විවිධ වීම
- පවුලේ සාමාජිකයන් තුළ ඇති වන විවිධ විත්තවේගිය තත්ත්වයන්
- කාරය බහුල වීම
- ජ්වත් වීමට ප්‍රමාණවත් ආදායමක් නොලැබීම

පවුලක සාමාජිකයන් ලෙස මූහුණපාන අභියෝග ඇතැම් විට ඉහත නිදසුන් ලෙස දැක්වූ අවස්ථාවන්ට වඩා සංකීරණ විය හැකි ය. කෙසේ වුවද ඕනෑම අභියෝගයක් ජය ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ හැකි විවිධ ක්‍රියාමාර්ග පවතී. ඒ නිසා එම අභියෝග ජය ගැනීම සඳහා අවස්ථාවේවේවිතව වඩාත් උච්ච ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය කිරීම ජයග්‍රහණය සඳහා මාර්ගය වේ.

පාසල් ගිෂ්‍යයකු වශයෙන් වුවද ඔබට විවිධ අභියෝගවලට මූහුණ දීමට සිදුවිය හැකි ය. එම අභියෝග ජය ගෙන අධ්‍යාපනය සාර්ථකව නිම කිරීම ඔබේ අධිෂ්ථානය විය යුතු ය. එහිදී ඔබට බාධකවන සියලු අභියෝග ජය ගැනීමට අධිෂ්ථානයිලි ව කටයුතු කළ යුතු ය. තමන්ට අනාගතයේ දී සමාජය තුළ හිමි වන ස්ථානය තීරණය කරන ප්‍රධාන සාධකය වන්නේ අධ්‍යාපනයයි. ඒ නිසා අධ්‍යාපනයේ නිසි එල නොලා ගැනීමට ඔබ උනන්දු විය යුතු ය.

ඇත එහිට පිටිසර ගම්වල උපත ලබා, නොයෙකුත් ආර්ථික දුෂ්කරතා මධ්‍යයේ හැඳී වැඩි, දිනපතා පාසල වෙත දිග දුරක් පාගමනින් ගොස් අධ්‍යාපනය ලබා, පසුව උසස් අධ්‍යාපන කටයුතු ද සාර්ථකව නිම කර රජයේ ඉහළ නිලතල නොවමින් රටට විශාල සේවාවක් කැපවීමෙන් ඉටු කළ බෙරෙයවන්ත පුද්ගලයන් පිළිබඳ ඔබට නොයෙක්වීම මාධ්‍ය මගින් දත් ගන්නට ලැබෙනු ඇත.

නොයෙකුත් අභියෝග ජයගනිමින් තම ක්‍රිඩා කුසලතා සංවර්ධනය කරගෙන ජාත්‍යන්තර මට්ටමේ ක්‍රිඩක ක්‍රිඩකාවන් බවට පත් ව, රටට කිරීමියක්

ගෙන දුන් ක්‍රිඩක ක්‍රිඩකාවන් ගැන තොරතුරු ඔබ දන්නවා ඇත. මේ ආකාරයට විවිධ අභියෝග ජයගෙන විවිධ ක්ෂේත්‍ර තුළ කැපී පෙනෙන පුද්ගලයන් බවට පත් වූ ඇය බොහෝ ය. එවන් වරිත ආදර්ශයට ගෙන අභියෝග ජය ගනීමින් ජීවිතය සාර්ථක කර ගැනීමට අධිෂ්ඨානයිලිව කටයුතු කරන්න.

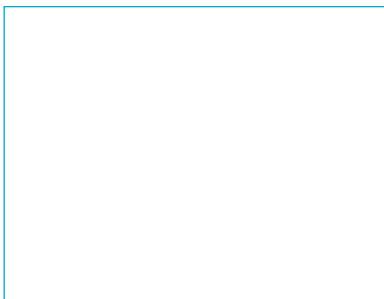
ත්‍රියාකාරකම 1.12

- දුක දිනා ජයගත් මිනිසුන්ගේ වරිත කතා කිහිපයක් කියවන්න.
- එම වරිත කතාවලින් ඔබට ලබාගත හැකි ආදර්ශ සටහන් කරන්න.

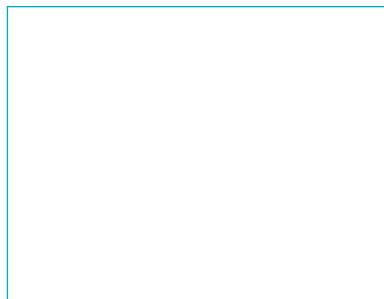
විත්තවේග යහපත් ලෙස හසුරුවා ගනීමු

ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථාවල දී විවිධ අත්දුකීම්වලට මූහුණ දීමට අපට සිදු වේ. එම අවස්ථාවලට මූහුණ දීමේ දී විවිධ සිතුවිලි, විවිධ හැරීම මිනිස් සිත තුළ ඇති වේ. එසේ පුද්ගලයන් මූහුණපාන විවිධ අවස්ථාවන්ට සම්බන්ධව සිත තුළ ජනිත වන සිතුවිලි, හැරීම විත්තවේග ලෙස සරල ව හැදින්විය හැකිය. එම විත්තවේග මැනවින් හසුරුවා ගැනීමේ, පාලනය කරගැනීමේ හැකියාව යහපත් සමාජ ජීවිතයක් ගත කිරීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය වේ.

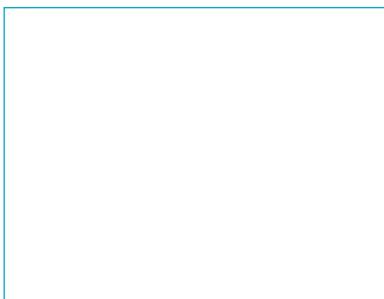
එදිනෙදා ජීවිතයේ දී මූහුණපාන අවස්ථා අනුව පුද්ගලයන් තුළ විවිධාකාර වූ විත්තවේගිය තත්ත්වයන් ඇති විය හැකි ය. සතුට, දුක, දායාව, කරුණාව, බිය, කේපය එවන් විත්තවේගයන්ට නිදසුන් ය.



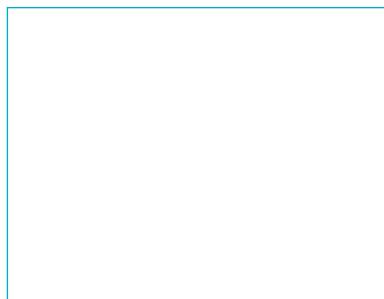
1.19 රුපය



1.20 රුපය



1.21 රුපය

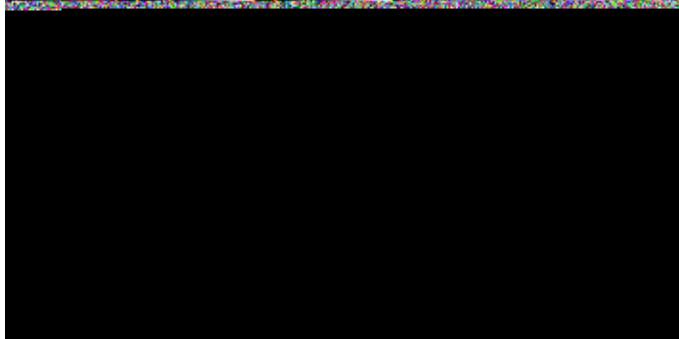


1.22 රුපය

සිත තුළ විවිධ විත්තවේගිය තත්ත්වයන් ඇති වූ විට එම තත්ත්වයන් මුහුණේ ඉරියවිවලින් ද හඳුනා ගත හැකි වේ. ඉහත රුප නොදින් නිරීක්ෂණය කර එක් එක් රුපයෙන් පෙන්වුම් කරන විත්තවේග හඳුනා ගැනීමට උත්සාහ කරන්න.

එමෙන් ම සිත තුළ ඇතිවන විත්තවේග හේතු කොට ගෙන පුද්ගලයෙකුගේ ගේරය තුළ ද විවිධ ප්‍රතික්‍රියා ඇති වේ. ඔබ දුකට පත් වූ අවස්ථාවක් පිළිබඳ සිතා බලන්න. එවන් අවස්ථාවක සුසුම් හෙළීම, හැඩීම, මුහුණ මලානිකවීම වැනි ප්‍රතික්‍රියා නොදුනුවත්ව ම ප්‍රකාශ වේ.

ඔබ සතුටට පත් වූ අවස්ථාවක් පිළිබඳ සිතා බලන්න. එවන් අවස්ථාවක සිතාසීම, නැරීම, උඩ පැනීම වැනි වර්යාවන් ඔබ තුළින් ප්‍රකාශයට පත් වනු ඇත.



1.23 රුපය - ජයග්‍රහණයෙන් සතුවට පත් ක්‍රිඩකයන් පිරිසක්

පුද්ගලයකු තුළ හඳිසි කෝපයක් ඇති වූ විට, අතපය වෙවිලීම, මුහුණ රතු වීම වැනි ඉරියව් ප්‍රකාශ වන අවස්ථා බොහෝ විට දක්නට ලැබේ. අයහපත් විත්තවේග මනාව හසුරුවා ගැනීමට හා පාලනය කර ගැනීමට අපොහොසත් වීම, පුද්ගලයකුගේ මානසික හා ගාරීරික සෞඛ්‍යයට ද හානි කර වේ. ඇතැම විට පුද්ගලයකුගේ අරමුණු, අපේක්ෂාවන් එලෙසින් ම ඉටු නොවූ අවස්ථාවල දී කනගාවුව, දුක වැනි විත්තවේගිය තත්ත්වයක් සිත තුළ ඇතිවිය හැකි ය. විභාගයෙන් අසමත් වීම, ඉහළ ප්‍රතිඵල නොලැබේම නිසා ඇතිවන විත්තවේගිය තත්ත්වයන්, ජ්විතය කෙරෙහි තැබූ බලාපොරොත්තු සුන් කර ගැනීමට හේතුවක් කර නොගත යුතු ය. නැවත විභාගයට පෙනීසිටීම, අධ්‍යාපන කටයුතු උනන්දුවෙන් යුතුව කරගෙන යාමට අධිෂ්ඨාන කර ගැනීම තුළින් මෙම අරමුණු ඉටු කර ගැනීමට අවස්ථාව උදා කර ගත හැකි වේ.

පුද්ගලයන් තුළ ඇති වන ක්ෂේක කෝපය, පළිගැනීමේ වෙතනාව වැනි අයහපත් විත්තවේගිය තත්ත්වයන් එලෙසින්ම ක්‍රියාත්මක වීම තමන්ට මෙන් ම සමාජයේ යහපැවැත්මට ද හානිකර වේ. ක්ෂේක කෝපය වැනි අහිතකර විත්තවේගිය තත්ත්වයන් එලෙසින් ම ප්‍රකාශයට පත් වූ අවස්ථා හේතු කොට ගෙන ඇතිවන අයහපත් ප්‍රතිඵල ගැන ඔබට විවිධ ජන මාධ්‍ය මගින් දුක ගැනීමට අවස්ථාව ලැබෙනු ඇත.

මේ නිසා විත්තවේග යහපත් ලෙස හසුරුවා ගැනීම හා පාලනය කර ගැනීම ජ්වන පුරුද්දක් බවට පත් කර ගත යුතු ය.

විභාගයකින් ජය ලැබීම, තරගයකින් ජය ලැබීම, උපන් දිනය, ඔබ සතුවට පත් වන, සතුව ප්‍රකාශයට පත් කරන අවස්ථා කිහිපයකට නිදසුන්

ය. මෙවන් අවස්ථාවල දී ඔබේ සතුට අර්ථවත් ලෙස තවත් අයගේ සතුටට හේතු වන ලෙස ප්‍රකාශ කිරීමට අවස්ථාව සලසා ගැනීම ඔබේ ජ්‍යෙන් පුරුද්දක් කර ගත යුතුය. ඔබේ උපන් දිනය නිමිත්තෙන් සාදයන් පැවැත්වීම වෙනුවට අසරණ වැඩිහිටියන් පිරිසකට දානයක් පිරිනැමීම, අගහිගකම්වලින් ක්‍රිඩා විදින දරුවන් පිරිසකට පාසල් උපකරණ වැනි දෙයක් ඔබට හැකි අයුරින් ප්‍රදානය කිරීම වැනි කටයුතු මගින් ඔබේ සතුට ඔවුන් සමග බෙදාහදා ගැනීමට ඔබට අවස්ථාව සලසා ගත හැකි ය.

අයහපත් විත්තවේගිය තත්ත්වයන් පාලනය කර ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම කිහිපයක් නිදුසුන් ලෙස පහත දක්වා ඇත.

- ආගමික කටයුතුවල යෙදීම
- ඇවේදීම
- කච්, ගිත ගායනය
- විතු ඇදීම වැනි සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියා
- පොත්පත් කියවීම
- අවට පරිසරයේ සෞන්දර්ය තැරෑම්
- ගුවන් විදුලියට සවන් දීම
- හරවත් රුපවාහිනී වැඩසටහන් තැරෑම්
- පුවත් පත් කියවීම
- ක්‍රිඩාවල නිරත වීම

සන්සුන් මනසින් යුතුව මෙවන් ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම විත්තවේග මැනවීන් පාලනය කර ගැනීමට බෙහෙවින් හිතකර වේ.

- විත්තවේග පාලනය සඳහා මෙම පාඩමේ දක්වා ඇති ක්‍රියාකාරකම්වලට අමතරව ඔබට අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක් සඳහන් කරන්න.
- අයහපත් විත්තවේගීය තත්ත්වයන් පාලනයෙන් තොරව යම් යම් අවස්ථා වල ක්‍රියාත්මක වීම නිසා සිදුවන අයහපත් ප්‍රතිඵල ලැයිස්තුවක් පිළියෙල කරන්න.

බුද්ධිමත් පාරිභෝගිකයකු ලෙස කටයුතු කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

ଆභාරපාන, බේත්හේත් වැනි දී එදිනෙදා අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම සඳහා වෙළඳ පොළේන් මිල දී ගැනීමට අපට සිදු වේ. අපේ එදිනෙදා අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමට අවශ්‍ය භාණ්ඩ මිල දී ගැනීම වෙනුවෙන් අප ලබන ආදායමෙන් සැහෙන කොටසක් වියදීම කිරීමට සිදු වේ. අප සතු සීමිත මුදල් ප්‍රමාණයෙන් උපරිම ප්‍රයෝගන ලැබෙන පරිදි ගුණාත්මකභාවයෙන් උසස් භාණ්ඩ මිල දී ගැනීම සඳහා කරුණු කිහිපයක් කෙරෙහි අපගේ විශේෂ අවධානය යොමු කළ යුතු ය.

පාරිභෝගිකයකු වශයෙන් වෙළඳ පොල තත්ත්වය පිළිබඳ සැලකිලිමත් වීම ඉතා වැදගත් වේ. සහල්, එළවල ආදි අත්‍යවශ්‍ය පාරිභෝගික ද්‍රව්‍යවල මිල ගණන් පිළිබඳ ගුවන් විදුලිය, ප්‍රවත්පත් වැනි ජන මාධ්‍ය මගින් ද පාරිභෝගිකයන් දැනුවත් කිරීමට කටයුතු යොදා ඇත. පාරිභෝගිකයකු වශයෙන් තමන් මිලදී ගැනීමට අපේක්ෂා කරන භාණ්ඩවල මිල ගණන් පිළිබඳ හොඳ අවබෝධයක් තිබේ නම් මිල ගණන් සහදා බලා අඩු ම මිලට ගුණාත්මකභාවයෙන් උසස් භාණ්ඩ මිල දී ගැනීමට හැකි වේ.

ඇතැම් භාණ්ඩවල හිගතාවයන් පවතින විට වෙළඳ පොල් එම භාණ්ඩවල මිල ගණන් ඉහළ යා හැකි ය. එවන් අවස්ථාවල දී ඒ වෙනුවට භාවිත කළ හැකි ගුණාත්මකභාවයෙන් සමාන වෙනත් භාණ්ඩ (ආදේශක භාණ්ඩ) පරිභෝගනයට යොමු විය හැකි ය.

එමෙන් ම රජය මගින් ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන මිල පාලන ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව ද අප දැනුවත් විය යුතු ය. එසේ වූ විට පාලන මිල යටතේ අපට අවශ්‍ය හාණ්ඩ මිල දී ගැනීමට හැකි වනු ඇත.

හාණ්ඩවල සිල්ලර මිල දැක්වෙන පාරිභෝගික මිල දරුණනයක් වෙළඳ සැල්වල පුදරුණනය කර තැබීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. හාණ්ඩ මිල දී ගන්නා විට ඒවායේ මිල ගණන් හොඳින් දැනගැනීම සඳහා එම මිල දරුණනය අපට ප්‍රයෝග්‍රනවත් වේ.

ඡ්‍රෑම්ප්‍රාග්ධන ප්‍රාග්ධන ප්‍රාග්ධන ප්‍රාග්ධන	මිල
වට්ටක්කා	1 Kg
වම්බු	1 Kg
තලන බු	1 Kg
රාඛු	1 Kg
වැටකොල්	1 Kg
තක්කාලි	1 Kg
දෙහි	1 Kg
බෝංවි	1 Kg
පතෝල	1 Kg

1.24 රුපය

එමෙන් ම ඇසුරුම් සහිත නිෂ්පාදනවල පහත දැක්වෙන විස්තර මුදුණය කර තිබේ.

- නිෂ්පාදිත දිනය
- කල් ඉකුත් වන දිනය
- උපරිම සිල්ලර මිල
- ගුද්ධ බර
- අඩංගු ද්‍රව්‍ය

1.25 රුපය - නිෂ්පාදිත දිනය, කල් ඉකුත් වන දිනය ආදිය සඳහන් කර ඇති හාණ්ඩ ඇසුරුමක්

පාරිභෝගිකයකු වශයෙන් ගුණාත්මක භාණ්ඩ මිල දී ගැනීම සඳහා මෙම විස්තර පරීක්ෂා කර බැලීම අපට බෙහෙවින් ප්‍රයෝගනවත් වේ.

එළවුල්, පලතුරු ආදිය මිල දී ගැනීමේ දී පාරිභෝගිකයකු වශයෙන් කරුණු කිහිපයක් කෙරෙහි අවධානය යොමු කළ යුතු වේ.

එළවුල භා පලතුරුවල නැවුම්බව එම ද්‍රව්‍යවල ගුණාත්මකභාවය පෙන්නුම් කරන මූලික කරුණක් වේ. මාල වැනි ආහාර ද්‍රව්‍ය මිලදී ගැනීමේ දී ද අලුත් මාල හඳුනා ගැනීම පිළිබඳ අප දැනුවත් වී සිටීම ඉතා වැදගත් වේ.

විශේෂයෙන් පලතුරු මිල දී ගැනීමේ දී ඒවා පාරිභෝගනයට සුදුසු තත්ත්වයේ පවතී ද යන්න පිළිබඳ අප සැලකිලිමත් විය යුතු ය. පලතුරු දෙවීම, කල් තබා ගැනීම ආදිය සඳහා විවිධ රසායනික ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන බව නොයෙක් අවස්ථාවල දී අනාවරණය කර ගෙන තිබේ. මෙසේ රසායන ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන ලද පලතුරු ප්‍රයෝගනයට ගැනීම ගාරීරික සෞඛ්‍යයට බෙහෙවින් අහිතකර වේ. නොයෙකුත් ලෙඩි රෝග ඇති කිරීමට එම තත්ත්වයන් බලපාන බැවින් ඒවා පාරිභෝගනයෙන් වැළකී සිටීමට පාරිභෝගිකයන් දැනුවත් විය යුතු ය.

ශ්‍රීයාකාරකම 1.14

- ආහාර ද්‍රව්‍ය කල් තබා ගැනීම සඳහා වැරදි පිළිවෙත් අනුගමනය කර ඇති අවස්ථා පිළිබඳ ප්‍රවත්පත්වල පළවන වාර්තා එක්රස් කරන්න.
- ඔහු වර්ග මිල දී ගැනීමේ දී භා භාවිතයේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු පිළිබඳ ඔබේ ගුරුතුමා/ගුරුතුමිය සමග සාකච්ඡා කර, සාකච්ඡාවේ දී ඉස්මතු වන වැදගත් කරුණු සටහන් කරන්න.

වැඩ ලෝකයේ වැදගත්කම භා පවුලේ ආදායම ජ්වන තත්ත්වය කෙරෙහි බලපාන ආකාරය

සමාජයේ ජ්වන් වන සියලු ම පුරවැසියේ තම එදිනෙදා අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම සඳහා විවිධ භාණ්ඩ භා සේවා ප්‍රයෝගනයට ගනිති. අපේ අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම සඳහා ප්‍රයෝගනයට ගන්නා භාණ්ඩ භා සේවා නිෂ්පාදනය, බෙදාහැරීම භා වෙළඳාම සම්බන්ධ විවිධ රකියාවල විශාල

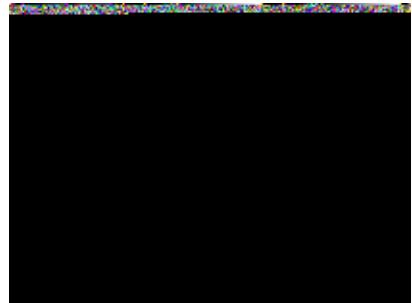
පිරිසක් සේවයේ යෙදී සිටිති. අපේ ආහාර අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය බොහෝමයක් කංශිකරමාන්තය හා දේවර කරමාන්තය යන ක්ෂේත්‍රවලින් සැපයේ. කංශිකාරමික ක්ෂේත්‍රය ආග්‍රිතව පවතින රකියා පිළිබඳ සිතා බලන්න.

එමෙන්ම අධ්‍යාපනය, සෞඛ්‍යය, ප්‍රවාහනය, විදුලි බලය, සන්නිවේදනය, ආරක්ෂක සේවය ආදී විවිධ සේවාවන් ද අපේ අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමට ප්‍රයෝගනවත් වේ. එම සේවා සැපයීම් සම්බන්ධ රකියාවල විශාල පිරිසක් යෙදී සිටිති. විවිධ කරමාන්ත, ඉදිකිරීම් ආදී ක්ෂේත්‍රවල ද විශාල පිරිසක් සේවය කරති.

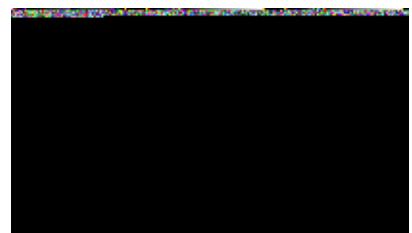
ස්වයං රකියාවල නිරත වෙමින් සමාජ අවශ්‍යතා ඉටු කිරීම සඳහා ගුමය කැප කරන අතිවිශාල පිරිසක් ද වෙති. සත්ව පාලනය, වෙළෙඳාම ඇතුළු විවිධ අංශවල ස්වයං රකියා විශාල සංඛ්‍යාවක් පවති. මේ ආකාරයට පූරවැසියන්ගේ යහපත උදෙසා ඉටු කරන සියලු ම කාර්යයන් හා සම්බන්ධ රකියා සියල්ල වැඩි ලෝකය ලෙස හැඳින්විය හැකි ය.

වැඩි ලෝකය තුළ කවර ක්ෂේත්‍රයක කුමන රකියාවක නිරත වුවද, ඔවුන් තම ගුමය කැප කරන්නේ සමාජයට සේවයක් කිරීම සඳහාය. අප ඔවුන්ගේ ගුමය අගය කළ යුතු ය.

වැඩි ලෝකයේ පවතින විවිධ රකියාවල සේවා තත්ත්වයන් අනුව දෙනික ව සතිපතා හෝ මාසික ව වැටුප් ලබන සේවකයේ සිටිති. ඇතැම සේවා සැපයීම් වෙනුවෙන් ගුමිකයන්ට ගෙවීම් කරනු ලබන්නේ පවතන ලද වැඩි කොටස සතුවුදායක ලෙස නිම කිරීමෙන් පසුව ය.

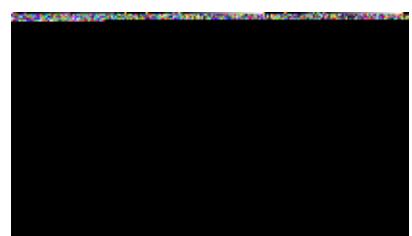


1.26 රුපය - කුමුදික වැඩි කරන ගොවීන්



1.27 රුපය - දේවර කරමාන්තයේ

යෙදෙන පිරිසක්



1.28 රුපය - රෝගීන්ට ප්‍රතිකාර කරන අවස්ථාවක්

මබේ මව හෝ පියා, සමහරවිට ඒ දෙදෙනාම වැඩ ලෝකයට සම්බන්ධ රැකියාවල යෙදී සිටිය හැකි ය. ඔවුන් එම රැකියාවෙන් ලබන ආදායමෙන් වැඩි කොටසක් වැය කරනු ලබන්නේ පවුල් සාමාජිකයන්ගේ අවශ්‍යතා ඉටු කරගැනීම සඳහා අවශ්‍ය හාණේඩ හා සේවා මිලදී ගැනීම සඳහා ය. පවුල් සාමාජිකයන්ගේ පැවැත්ම හා අනිවෘත්තිය සලසා දීම සඳහා නීතින්හුකුල රැකියාවක යෙදීමෙන් ප්‍රමාණවත් ආදායමක් උපයා ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

රැකියාවක යෙදීමෙන් ප්‍රමාණවත් ආදායමක් ලැබීම නිසා අත්වන ප්‍රයෝගන

- පවුල් එදිනෙදා අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමට හැකිවීම
- පවුල් සාමාජිකයන්ගේ අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීම සඳහා ප්‍රමාණවත් හාණේඩ හා සේවා පරිහෝජනයට අවස්ථාව ලැබීම
- ජීවන තත්ත්වය යහපත් ලෙස පවත්වාගෙන යාමට හැකි වීම
- හඳිසි අවශ්‍යතා සඳහා ප්‍රයෝගනයට ගැනීමට ආදායමෙන් කොටසක් ඉතිරි කිරීමට හැකි වීම

කිසියම් හේතුවක් මත දෙම්විපියන්ගේ රැකියා අහිමි වීමක් සිදු වුවහොත් එය පවුල් සියලු ම සාමාජිකයන්ට අහිතකර බලපෑම් ඇති කරයි.

ප්‍රමාණවත් ආදායමක් නොලැබීම නිසා ආභාර, ඇශ්‍රුම්, නිවාස, අධ්‍යාපනය, සෞඛ්‍ය වැනි මූලික අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීම සම්බන්ධයෙන් ගැටලු සහගත තත්ත්වයන්ට මූහුණපැමුම සිදුවේ. ප්‍රමාණවත් ආදායමක් නොලැබීම පවුල් සාමාජිකයන්ගේ ජීවන තත්ත්වය පහළ යාමට මූලික වශයෙන් හේතු වේ.

දෙම්විපියන් රැකියාවල යෙදී සිටින විට ඔවුන්ට දුර බැහැර ප්‍රදේශවල රැකියා සඳහා පිටත්ව යාමට සිදු වේ. එමෙන් ම වර්තමානයේ විදේශ රැකියා සඳහා මව්චීමෙන් බැහැර ව යාමට සිදුවන අවස්ථා ද සුලඟ ය. මෙම



1.29 රැජය - ආභාර ද්‍රව්‍ය මිලදී ගැනීම අවස්ථාවක්

තත්ත්වයන් නිසා වර්තමාන පවුල් ඒකකවලට අහියෝග රසකට මූහුණ පැමෙ සිදු වී ඇත. එවන් තත්ත්වයන්ට නිදසුන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- පවුල් සාමාජිකයන්ට දෙම්විඡියන්ගේ ආරක්ෂාව, රකවරණය අහිමි වීම
- දෙම්විඡියන්ගේ ආදරය, කරුණාව නිසි පරිදි විද ගැනීමට දරුවන්ට අවස්ථාව නොලැබේම
- පවුල් සාමාජිකයන්ගේ රකවරණය සඳහා බාහිර පුද්ගලයන්ගේ සහාය ලබා ගැනීමට සිදු වීම

පවුල් සාමාජිකයෙකු වශයෙන් මෙම අහියෝග මැනවින් තේරුම් ගෙන ඒවාට සාර්ථකව මූහුණ දීමේ ගක්තිය හා හැකියාව වර්ධනය කරගත යුතුය. පවුල් සාමාජිකයන්ගේ ආරක්ෂාව පිළිබඳව නිරන්තරයෙන් සැලකිලිමත් වීම, දෙම්විඡියන්, ගුරු මධ්‍යවරුන් හා ගුරු පියවරුන්ගේ අවවාද අනුශාසනා පිළිගෙන ඒ අනුව කටයුතු කිරීම මෙම අහියෝග ජය ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ හැකි එලදායී ක්‍රියාමාර්ගයන් ය.

එමෙන් ම පවුල් අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීම සඳහා බාහිර පුද්ගලයන්ගේ සහාය ලබාගැනීමේ දී, පවුල් සාමාජිකයන්ගේ ආරක්ෂාව පිළිබඳ වඩාත් සැලකිලිමත් විය යුතුය. මෙම අහියෝග සාර්ථක අන්දමින් ජය ගැනීම පවුල් සාමාජිකයන්ගේ අහිවෘදියට හේතු වනු ඇත.

ක්‍රියාකාරකම 1.15

- පහත දැක්වෙන ක්ෂේත්‍රයන්ට අදාළව පවත්නා රකියා ලැයිස්තුවක් පිළියෙළ කරන්න.
 - වී වගා අංශයේ රකියා
 - ධීවර කරමාන්තය ආණිත රකියා
 - අධ්‍යාපන සේවාව ආණිත රකියා
- දෙම්විඡියන් රකියාවල යෙදීම නිසා පවුල් සාමාජිකයන්ට අත් වන වාසි දැක්වෙන ලිපියක් සකස් කරන්න.

අයිතිවාසිකම් භක්ති විදිමින් යුතුකම් ඉටු කරමු

යහපත් ජීවිතයක් ගත කිරීම සඳහා පවුලෙන් ඔබට ලැබෙන හිමිකම් අයිතිවාසිකම් ලෙස සරලව හැදින්විය හැකි ය. මේ ආකාරයට ඔබේ ජීවිතය යහපත්ව පවත්වාගෙන යාම සඳහා පවුලෙන් ඔබට ලැබෙන අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සිතා බලන්න. පවුලෙන් ඔබට ලැබෙන අයිතිවාසිකම්වලට තිද්සුන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- ආහාර හා පෝෂණය ලබා දීම
- සෞඛ්‍ය පහසුකම් ලබා දීම
- අශ්‍රුම් පැලුම් ලබා දීම
- නිවාස පහසුකම් ලබා දීම
- දෙම්විජියන්ගේ ආදරය, දායාව, සෙනෙනස ලැබීම
- දෙම්විජියන්ගේ හා වැඩිහිටියන්ගේ ආරක්ෂාව ලැබීම
- අධ්‍යාපනය ලබා දීම

මෙම අයිතිවාසිකම් භක්ති විදිම, ඔබ යහපත් ගාරීරික හා මානසික සෞඛ්‍යයෙන් යුතු පුද්ගලයකු බවට පත්වීමට ආධාර වේ. එමෙන් ම ඔබට හොඳ අධ්‍යාපනයක් ලබා දීම සඳහා දෙම්විජියන් කැපවීමෙන් යුතුව කටයුතු කරයි. එය ඔබට අනාගතයේ යහපත් සමාජ ජීවිතයක් ගත කිරීමට අවශ්‍ය පසුබීම සකස් කරනු ඇත.

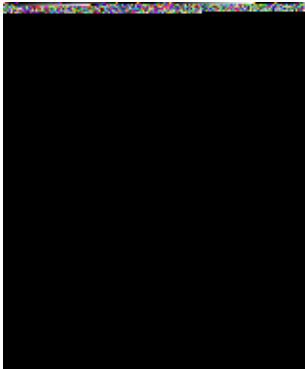
පවුල තුළින් ඔබට ලැබෙන අයිතිවාසිකම් මැනවින් භක්ති විදිමින් ඔබේ ජීවිතය යහපත් කර ගැනීමට උත්ත්‍ය වන්න.

අප භක්ති විදින අයිතිවාසිකම් සම්බන්ධයෙන් අප විසින් ඉටු කළ යුතු



1.31 රුපය - දෙම්විජියන් නම්දින දරුවන්

යුතුකම් හා වගකීම් සමූහයක් ද වේ. සැම අයිතිවාසිකමක් ම හුක්ති විදිමේ ද ඒ හා බැඳුණු යුතුකම් ඉටු කිරීමට අපි බැඳී සිටින්නෙමු. එසේ යුතුකම් ඉටු කිරීම ඔබගේ අයිතිවාසිකම් තව දුරටත් තහවුරු වීමට හේතු වනු ඇත. එසේම ඔබ දෙම්විපියන් වෙනුවෙන් යුතුකම් ඉටු කිරීම ඔවුන්ගේ අයිතිවාසිකම් ආරක්ෂා වීමට ද හේතු වනු ඇත.



1.32 රුපය - අධ්‍යාපන කටයුතුවල නිරත වන දරුවෙකු



1.33 රුපය - මධ්‍යිය සෙනෙහස ලබන දරුවන්

දෙම්විපිය වැඩිහිටියන්ගේ ආදරය ලැබීම, ප්‍රිතිමත් පවුල් පරිසරයක ජ්‍යෙන් වීම ඔබ සතු අයිතිවාසිකමකි. එමෙන්ම දෙම්විපියන්ට වැඩිහිටියන්ට ආදරය, සෙනෙහස දැක්වීම, කිකරු වීම හා ගෞරව කිරීම ඔවුන් වෙනුවෙන් ඔබ විසින් ඉටු කළයුතු යුතුකම් ය. ඔබ මෙම යුතුකම් ඉටු කරන විට දෙම්විපියන්, වැඩිහිටියන් තුළ ඔබට ඇති ආදරය තවත් වැඩි වනු ඇත. එමෙන් ම පවුල තුළ පවත්වාගෙන යන සිරිත්වීරින්, සම්ප්‍රදායන් ආරක්ෂා කිරීම හා එලෙසින් ම පවත්වා ගෙන යාමට දායක වීම ඔබගේ යුතුකමක් වේ.

අධ්‍යාපනය ලැබීම ඔබ සතු අයිතිවාසිකමකි. උනන්දුවෙන් එම කටයුතුවල නිරතවීම, ගුරුවරුන්ට කිකරු වීම, ඔවුන්ගේ උපදෙස් පිළිපැදිම ඔබෙන් ඉටු විය යුතු යුතුකම් ය. එමෙන් ම හොඳින් අධ්‍යාපනය ලබා සමාජයට සේවයක් කිරීම, යහපත් ප්‍රරවැසියකු ලෙස ජ්‍යෙන් වීම ඔබෙන් ඉටු විය යුතු යුතුකම් ය.

තම නිවසේ ඇති දැ ආරක්ෂා කිරීම, දෙම්විපියන් නිවසේ නොමැති අවස්ථාවල පවුලේ නායකත්වය දැරීම, බාල සහෝදර සහෝදරියන් රෙකබලා ගැනීම දරුවන් විසින් ඉටු කළ යුතු යුතුකම් වේ.

නිත්‍යනුකූල රැකියාවක තීරණ වී මුදල් ඉපයෝගීම, ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම, පවුලේ සාමාජිකයන්ට ආරක්ෂාව හා රක්වරණය සැපයයීම, ආහාර හා පොෂණ අවශ්‍යතා ඉටු කිරීම, පවුලේ නායකත්වය දැරීම, පවුලේ කටයුතු සම්බන්ධයෙන් තිබැරදි තීරණ ගැනීම දෙම්විඡියන් සතු වගකීම් හා යුතුකම්වලට තිදසුන් ය.

පවුලේ සාමාජිකයන් අතර යහපත් සබඳතා වර්ධනය කර ගැනීම සඳහාත්, පවුලේ ස්ථාවර පැවැත්ම සඳහාත් සියලු ම සාමාජිකයන් තමාගේ යුතුකම් හා වගකීම් මැනවින් ඉටු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ.

ජන සමාජයක් ගොඩනැගෙන්නේ පවුල් ඒකක රාඛියක එකතුවෙන් බව දැන් ඔබ දන්නෙහි ය. යහගුණයෙන් පිරි සමාජයක් බිජිවීමට නම් සාමාජිකයන් යහගුණයෙන් පරිපූරණ වීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. පවුලේ සාමාජිකයෙකු ලෙස කටයුතු කිරීමේ දී ඔබ තුළ වර්ධනය කරගත යුතු ගුණාංග රාඛියක් වේ. එම ගුණාංග වර්ධනය කර ගැනීම, අනාගතයේ යහපත් පුරවැසියකු ලෙස සමාජයට පිවිසීමටත්, යහපත් සමාජ ජීවිතයක් ගත කිරීමටත් ඔබට ආධාර වේ. සැමවිටම ඔබේ දෙම්විඡියන් හා වැඩිහිටියන්ගේ අවවාද, අනුගාසනා, ආදර්ශයන් මැනවින් පිළිගෙන සමාජය තුළ ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගත කිරීමට අවශ්‍ය ගුණාංග වර්ධනය කරගන්න.

යහපත් පුරවැසියකු සතුවිය යුතු ගුණාංග

- ජ්‍යෙෂ්ඨ විනයෙන් යුතුව කටයුතු කිරීම
- නායකත්වයට ගරු කිරීම
- පොදු දේපල ආරක්ෂා කිරීම
- යහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම
- සාකච්ඡා මගින් තීරණවලට එළඟීම
- අන්‍යයන් කෙරෙහි දායාව, කරුණාව දැක්වීම
- පරාර්ථකාමීබව
- පැවැත්ම
- ඉවසීම
- අනු මත ගරු කිරීම
- සුහදු දිලිඛිබව
- නිහතමානීබව
- පොදු දේපල

ක්‍රියාකාරකම 1.16

- ඔබේ දෙම්විපියන් වැඩිහිටියන් වෙනුවෙන් එදිනේදා ජීවිතයේ දී ඔබ ඉටු කරන යුතුකම් සඳහන් කරන්න.
- මවගේ, පියාගේ ගුණ සඳහන් වන කළී, ගිත කිහිපයක් එකතු කරන්න. ඒවා තාලයට ගායනා කිරීමට පූරුදු වන්න.

පවුලේ සාමාජිකයන් හා අසල්වාසීන් සමග යහපත් සබඳතා ගොඩනගා ගනීමු

මබ න්‍යාෂ්ථික පවුලක හෝ විස්තාත පවුලක සාමාජිකයෙකු විය හැකිය. කෙසේ වුව ද පිය පාර්ශ්වයේ හා මධ්‍ය පාර්ශ්වයේ යාතීන් සමග යහපත් සබඳතා පත්වාගෙන යාම ඔබෙන් ඉටු විය යුතු යුතුකමක් හා වගකීමක් වේ. පවුලේ යාතීන් සමග සබඳතා පැවැත්වීමේ දී, ඔවුනට ඇති යාතීත්වය හඳුනා ගැනීමත්, යාතීන් ඇමතීම සඳහා නිවැරදි ඇමතුම් පද හාවිත කිරීමත්, කුඩා කළ සිට ම ඔබ ජීවන පූරුද්දක් බවට පත් කරගත යුතු ය. එසේ යාතීන් හඳුනාගෙන, ඔවුනට ආදර ගොරවයෙන් යුතුව ආමන්තුණය කිරීම, සැලකීම හා යුතුකම් ඉටු කිරීම, ඔබ කෙරෙහි යාතීන් තුළ ප්‍රසාදය හා ගොරවය ගොඩනැගීමට ද හේතු වේ.

පිය පාර්ශ්වයේ හා මධ්‍ය පාර්ශ්වයේ ඇළුතින් හැඳින්වීම සඳහා භාවිත කරන ඇමතුම් පදා

පිය පාර්ශ්වයේ ඇළුතින්	එබට ඇති ඇළුතිත්වය	මධ්‍ය පාර්ශ්වයේ ඇළුතින්	එබට ඇති ඇළුතිත්වය
මෙම් පියාගේ....		මෙම් මවගේ....	
පියා	සියා	පියා	සියා
මව	ආච්චි	මව	ආච්චි
අයියා	මහප්පා	අයියා	මාමා
මල්ලි	බාජ්පා	මල්ලි	මාමා
අයියාගේ බිරිදි	ලොකුංම්මා	අයියාගේ බිරිදි	නැන්දා
මල්ලිගේ බිරිදි	පුංචි අම්මා	මල්ලිගේ බිරිදි	නැන්දා
අයියාගේ/මල්ලිගේ පුතා	ඇළුති සහෝදරයා	අයියාගේ/මල්ලිගේ පුතා	මස්සිනා
අයියා/මල්ලිගේ දුව	ඇළුති සහෝදරිය	අයියා/මල්ලිගේ දුව	නැනා
අක්කා/නෘති	නැන්දා	අක්කා	ලොකුංම්මා
අක්කාගේ/නෘතිගේ සැමියා	මාමා	අක්කාගේ සැමියා	ලොකු තාත්තා
අක්කාගේ/නෘතිගේ පුතා	මස්සිනා	අක්කාගේ/නෘතිගේ පුතා	ඇළුති සහෝදරයා
අක්කාගේ/නෘතිගේ දුව	නැනා	අක්කාගේ/නෘතිගේ දුව	ඇළුති සහෝදරිය

ඇළුතිත්වය හැඳින්වීම සඳහා භාවිත කරන ඇමතුම් පද බොහෝ විට ප්‍රදේශයෙන් ප්‍රදේශයට වෙනස් වේ. ප්‍රාදේශීය වශයෙන් භාවිත වන එවන් ඇමතුම් පද කිහිපයක් නිදසුන් ලෙස පහත දක්වා ඇත.

තාත්තා	- අප්පවිච්චා / අප්පවිච්චා
ඩියා	- ආතා / මුත්තා
ප්‍රංශී අම්මා	- පොඩි අම්මා / බාලම්මා / කුඩම්මා
බාප්පා	- ප්‍රංශී තාත්තා / කුඩප්පා
ලොකු තාත්තා	- මහප්පා / ලොකු අප්පවිච්චා

පවුලේ එකකය තුළ යාති සම්බන්ධතා පවත්වාගෙන යාම නිසා සාමාජිකයන්ට ප්‍රයෝගන රාඛියක් අත්කර ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. වැඩිහිටි යාතින්ගෙන් පාරමිතරික සිරිත්විරිත්, සම්ප්‍රදායන් පිළිබඳ දැනුම ලබා ගැනීමට බාල පරපුරට අවස්ථාව ලැබේ. එම සිරිත්විරිත් හා සම්ප්‍රදායන් පවත්වාගෙන යාමේ කුසලතා පරපුරෙන් පරපුරට දායාද කිරීමට මෙම යාති සබඳතා මහගු පිටිවහලක් වේ. යාතින් සමග සම්බූහා කටයුතු කිරීම, සාමූහිකත්වය පිළිබඳ ගුණාංග වර්ධනයට රැකුලක් වේ. එකිනෙකාට උදව් කිරීමට, හඳුසි අවස්ථාවල දී පිහිට වීමට යාතින් ඉදිරිපත් වේ. මෙම ආදර්ශ බාල පරපුරට උරුම කිරීමට යාතින්ගේ ඇසුර බෙහෙවින් ප්‍රයෝගනවත් වේ. පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ විවිධ උත්සව සඳහා යාතිනු සහභාගි වෙති. නිවසේ පැවැත්වන ආගමික කටයුතු, විවාහ මංගල උත්සව, නව නිවසක පදිංචි වීම එවැනි උත්සව අවස්ථාවන්ට නිදුසුන් ලෙස දක්විය හැකි ය.

එසේ යාතින් හමුවීමට අවස්ථාව ලැබීම පවුලේ සාමාජිකයන් තුළ සතුවක්, වින්දනයක් ඇති කිරීමට හේතු වේ.

අවමංගල උත්සව ආදියට සියලු ම යාතින් සහභාගි වීම අයය කළ යුතු ලක්ෂණයකි. තම යාතියෙකු මියගිය විට පවුලේ සම්පතම යාතින් එක් ව මියගිය තම යාතිවරයාට අවසන් ගොරව දක්වීම සම්ප්‍රදායක් ලෙස අප ජන සමාජය තුළ ක්‍රියාත්මක වේ.

අතීතයේ සිට ජනවහරේ පවතින දරු නැලවිලි ගිතවලින් ද යාතින් පිළිබඳ ආදරය, ගොරවය, ලෙන්ගතුකම දරුවන්ගේ සිත් තුළ ජනිත කිරීමට උත්සාහ ගෙන ඇත.

පුංචි අම්ම සීදේ	වී
අතේ වලල්ලක් දා	වී
මගේ පුතා හිනැහේ	වී
හිනැහි හිනැහි නිදියා	වී

පවුල තුළ ක්‍රියාත්මක වන සිරිත්විරිත් හා සම්ප්‍රදායන්

සිරිත්විරිත්

පවුලේ සාමාජිකයන් පවුලේ කටයුතු සම්බන්ධ විවිධ අවස්ථාවල දී අනුගමනය කරන සිරිත්විරිත් (Customs) හා සම්ප්‍රදායන් (Traditions) පවතී. අප විසින් කළයුතු දැ සිරිත් ලෙසත්, වැළකිය යුතු, තොකල යුතු දැ විරිත් ලෙසත් හැඳින් වේ.

තව නිවසකට මූල්‍යාල තැබීම, තව නිවසක පදිංචි වීම, දරුවන්ට අකුරැ කියවීම, ඉඳුල් කටගැම, විවාහ මංගල උත්සව, අවමංගල කටයුතු ආදියේ දී අනුගමනය කරන සිරිත්විරිත් පිළිබඳ දැනුවත් වීම ඉතා වැදගත් වේ.

ශ්‍රී ලංකාව විවිධ ජනවර්ග ජ්වත් වන, විවිධ ආගම් අදහන, විවිධ භාෂා කතා කරන ජන කොටස්වලින් සමන්විත බහු සංස්කෘතික සමාජයක් බැවින් එම ජන කොටස් අනුගමනය කරන සිරිත්විරිත් ද විවිධ ස්වරුපයක් ගතී. ඇතැම් විට මෙම සිරිත්විරිත් ප්‍රාදේශීය විවිධත්වය අනුව ද වෙනස් වියහැකිය.

පවුල තුළ පවතින සම්ප්‍රදායන්

දිරිස කාලයක් තිස්සේ පැවත එන සිරිත්විරිත්, වාරිතු ආදිය සම්ප්‍රදායන් ලෙස හැඳින්විය හැකිය. ඇතැම් විට ඔබේ පවුලට සුවිශේෂී වූ සම්ප්‍රදායන් ද පැවතිය හැකි ය.

පවුලක් තුළ පවත්වා ගෙන යන මෙවන් සම්ප්‍රදායන්ට නිදුසුන් කිහිපයක් පහත දක්වේ.

- දිනපතා ආගම සිහිකිරීම
- නිවසින් බැහැර යාමේ දී දෙම්විඡිය වැඩිහිටියන් තැමද ආක්රවාද ලබා ගැනීම
- පවුලේ සාමාජිකයන් එක් ව ආහාර ගැනීම
- අවුරුදු උදාවට පෙර යූතින් බැලීමට යාම (අකැම් ප්‍රදේශවල නව අවුරුදු උදාවෙන් පසු මෙම සම්ප්‍රදාය ඉටු කරනු ලැබේ)
- ආගමික වශයෙන් වැදගත් වන දිනවල පවුලේ සාමාජිකයන් එක් ව ආගමික සිද්ධස්ථානවලට යාම

පවුලේ සාමාජිකයන් විසින් අනුගමනය කරන සම්ප්‍රදායන් පිළිබඳ ඔබ හොඳින් දැනුවත් විය යුතු ය. එමෙන්ම එම සම්ප්‍රදායන් ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක කිරීමට ද ඔබ උනන්දු විය යුතු ය. වැඩිහිටියන් විසින් පවත්වාගෙන ආ මෙවන් සම්ප්‍රදායන් තවදුරටත් පවත්වාගෙන යාම පවුලේ මෙන් ම සමාජයේ යහපැවැත්මට ද හේතු වේ.

පවුල හා අසල්වාසීන් අතර පවත්නා සඛ්‍යතා

පුද්ගලයකුට හෝ පවුලකට සමාජයේ තත්ත්ව තම අවශ්‍යතා ඉටුකර ගනීමින් ජීවිත පවත්වා ගෙන යාම තරමක් අසිරි කරුණකි. ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථාවල අපට අසල්වැසීයන්ගේ උද්වී උපකාර ලබා ගැනීමට සිදුවේ. එමෙන් ම අපගේ අසල්වාසීන්ට ද අපගේ උද්වී අවශ්‍ය වන අවස්ථා බොහෝ ය. අසල්වැසීයන් සමග යහපත් සඛ්‍යතා ගොඩනගා ගැනීම, ඔවුන් සමග සුහදව කටයුතු කිරීම අතිතයේ සිට පැවත එන පෙරදිග රටවල සංස්කෘතියට ආවේණික ලක්ෂණයක් ද වේ.

මෙවි අසල්වාසීන් මෙවි පවුලට උද්වී උපකාර කළ අවස්ථා පිළිබඳ සිතා බලන්න. නිවසේ විවිධ කටයුතු, හඳිසි අවස්ථා, උත්සව ආදි අවස්ථාවල දී ඔවුන්ගෙන් ලද උද්වී උපකාර ඔබේ පවුලට තො වැදගත් වන්නට ඇත. මෙසේ අසල්වාසීන් සමග සුහදත්වයෙන් යුතුව කටයුතු කිරීම ජන සමාජයේ සාමාජිකයෙකු වශයෙන් ද අප සැමට ඉතා වැදගත් වේ.

අසල්වාසීන් සමග සුහද්ව කටයුතු කරන අවස්ථා කිහිපයකට තිද්සුන් පහත දැක්වේ.

- ගුමදාන කටයුතුවල දී
- පොදු ආගමික උත්සවවල දී
- උඩ සෞඛ්‍ය කිරීම වැනි අවස්ථාවල දී
- නිවාස තැනීම සඳහා ගෙබීම කැපීම වැනි අවස්ථාවල දී
- අවමගුල් අවස්ථාවල දී ආහාර පාන ආදිය සැපයීම
- කුමූරු වැඩවල දී (බිම සැකසීම/ ගොයම කැපීම වැනි අවස්ථා)

අසල්වාසීන් සමග සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම තමන් ජ්වත්වන ප්‍රදේශයේ දියුණුවට ද හේතුවක් වේ. තමන් ජ්වත්වන ප්‍රදේශයේ විවිධ පොදු කටයුතු සාර්ථකව ක්‍රියාත්මක කර ගැනීමට ප්‍රදේශවාසීන් තුළ පවතින එකමුතුකම මහෝපකාරී වේ.

අසල්වාසීන් සමග සුහදාතාවය වර්ධනය කර ගැනීමට නම, ඔවුන්ගේ ජන ජ්වත්යට බාධා නොවන අයුරින් පවුලේ එදිනෙදා කටයුතු කරගෙන යාම කෙරෙහි අප වඩාත් සැලකිලිමත් විය යුතු ය. අනිසි ලෙස අපද්‍රව්‍ය, කසල බැහැර කිරීම, අධික ලෙස ගබඳ තිකුත්වන ලෙස රුපවාහිනී, ගුවන් විදුලි යන්තු භාවිත කිරීම, නීත්‍යනුකූල නොවන රකියාවල යෙදීම අසල්වාසීන්ගේ ජන ජ්වත්යට බාධා පැමිණිය හැකි අවස්ථාවන්ට තිද්සුන් ය. මෙවන් තත්ත්වයන්ගෙන් වැළකි සිටීමට අප නිරන්තරයෙන් ම වගබලා ගත යුතු වේ. එසේම සමාජයේ යහපැවැත්මට දායකවන අයුරින් අපගේ ජ්වන රටාවන් ගොඩනගා ගැනීම හා පවත්වාගෙන යාම අපෙන් ඉටුවිය යුතු සමාජමය වගකීමක් ද වේ.

ක්‍රියාකාරකම 1.17

- මධ්‍යී පවුල තුළ අනුගමනය කරන සම්ප්‍රදායන් කිහිපයක් පහත දැක්වෙන වගුවේ I නීරුවේ සටහන් කරන්න. එම සම්ප්‍රදායන් පවත්වාගෙන යාම නිසා අත්වන ප්‍රයෝගන II නීරුවේ සටහන් කරන්න.

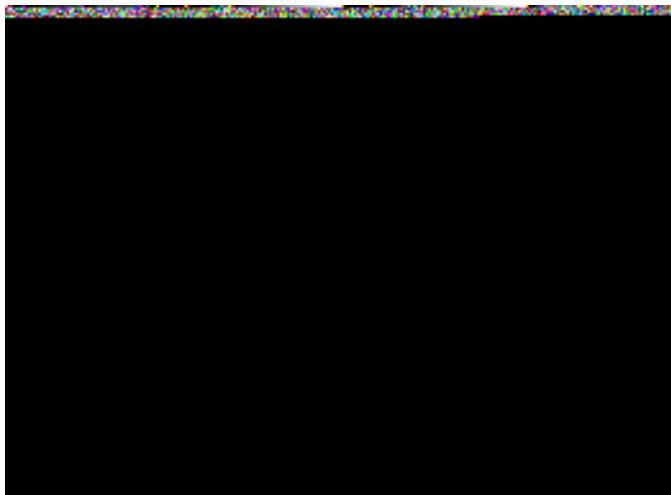
මධ්‍යී පවුල තුළ අනුගමනය කරන සම්ප්‍රදායන්	එම සම්ප්‍රදායන් අනුගමනය කිරීම නිසා අත්වන ප්‍රයෝගන
1	
2	
3	
4	
5	

- මල ජීවත් වන ප්‍රදේශයේ වැසියන් අතර සහයෝගීතාව, සුභදියිලි බව වර්ධනය කිරීම සඳහා ගතහැකි ක්‍රියාමාර්ග කිහිපයක් මධ්‍යී අභ්‍යාස පොත් සටහන් කරන්න.

අපේ ජන සමාජය

භැඳීන්වීම

ජන සමාජයක කුබාම ඒකකය පවුලයි. ඔහුම ජන සමාජයක් පවුල මූල් කර ගනිමින් බිභි වී ඇත. පවුලක මට, පියා, ඉ දරුවන් ප්‍රධාන සාමාජිකයින් වන අතර විස්තාත පවුලක දී එයට අමතරව ආච්චි, සියා ආදි වශයෙන් යුති සමුහයක් ද පවුලට අයත් වේ. පුද්ගලයා භුද්‍යකලාව තනි තනිව ජීවත් වූයේ නම් මෙවැනි සමාජයක් නිර්මාණය තොවේ. මිනිසාගේ සුවිශේෂ ගුණාංගයක් ලෙස සාමුහිකව ජීවත්වීම කැඳී පෙනෙන ලක්ෂණයකි. මේ අනුව ජන සමාජයක් යනු මිනිසා මූල්‍යකරගත්, මිනිසා විසින් නිර්මාණය කර ගත්තකි. සාමුහිකව කටයුතු කිරීමත්, රංවු ලැදියාවත් සාමාන්‍ය මිනිස් ස්වභාවයකි. එසේම මිනිසා සඳාවාර සම්පන්න ජීවිතයක් ගත කිරීමට ගත් උත්සාහයේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ජන සමාජය බිභි වී තිබේ.



2.1 රුපය - පවුලක පින්තුරයක්

දිඩියම් යුගයේ දී මිනිසා තම ආහාර අවශ්‍යතා සඳහා සාමුහිකව කටයුතු කර ඇත. එහිදී සරල අවශ්‍යතා සඳහා මිනිසුන් සමුහ වශයෙන් එක්වී තිබේ.

2.2 රුපය - දඩයම් යුගයේ පින්තුරයක්

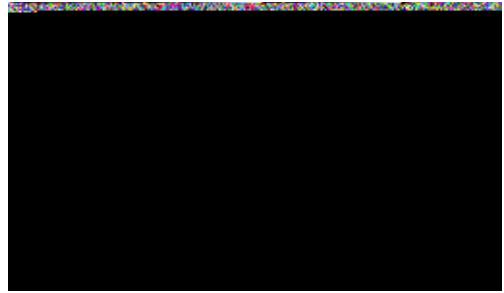
පසු කාලයේ දී සත්ව පාලන කටයුතු සඳහා තණ බිම් සොයා ගෙන යාම, සත්ව නිෂ්පාදන භූවමාරු කර ගැනීම ආදි වශයෙන් පෙරට වඩා තරමක් පුළුල් ස්වභාවයකින් සාමූහික අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමට යොමු වී ඇත.

2.3 රුපය - අස්වනු නෙළන පිරිසක්

කෘෂිකාර්මික කටයුතුවල දියුණුවත් සමග ජන සමාජයක කාර්යයන් තවත් පුළුල් විය. බිම් සැකසීම, වගා කිරීම, අස්වනු නෙළීම, හාණ්ඩ භූවමාරුව, වෙනත් සේවා කටයුතු ආදි වශයෙන් අවශ්‍යතා සංකීරණවීමක් දක්නට ලැබේ. එහි දී පෙරට වඩා සමාජ කණ්ඩායම් හා ආයතන සමග කටයුතු කිරීමට යොමු වී ඇත. එබැවින් කෘෂිකාර්මික ජන සමාජයක් ලෙස වර්ධනය වීමක් තිරුපත්‍ය වේ. මිනිසාගේ කාර්මික යුනය මගින් නිෂ්පාදන හාණ්ඩ තැනීම හා ඒවා පරිහරණය කිරීමේ කුසලතාව වැඩි වීමත් සමග ඒ හා බැඳුණු ජන සමාජය වඩා සංකීරණත්වයට පත් වී ඇත. හාණ්ඩ නිෂ්පාදනය සඳහා සම්පත් කැණීම, හාණ්ඩ නිෂ්පාදනය, වෙළෙඳාම, පරිභෝෂනය වැනි අවස්ථා මුළු කර ගනිමින් මෙය තව දුරටත් පුළුල් විය. තුළන තාක්ෂණ යුගය වන විට මෙම තත්වය වඩාත් සංකීරණ වී ඇත.



2.4 රුපය - මිනිසාගේ කාර්මික යුහාය



2.5 රුපය - මිනිසාගේ නාගරිකරණය



2.6 රුපය - මිනිසාගේ අධි තාක්ෂණ යුගය

මෙ අනුව මිනිසා පසු කළ විවිධ යුග දෙස බැලීමේ දී මිනිස් ජන සමාජය සරල මට්ටම්න් ආරම්භ වී ඉතා සංකීරණ ස්වභාවයකට පත් වී ඇත. මෙම යුගවල දී ජන සමාජයේ කුඩාම එකකය වූ පවුල මෙයට සමගාමී ව විවිධ වෙනස්කම්වලට භාජනය වී ඇත. මෙසේ යුග වශයෙන් පවුල් සංස්ථාවල ඇති වූ වෙනස්කම් හේතුවෙන් සමස්ත ජන සමාජය ද එයට සාපේක්ෂව වෙනසකට ලක් වී ඇත.

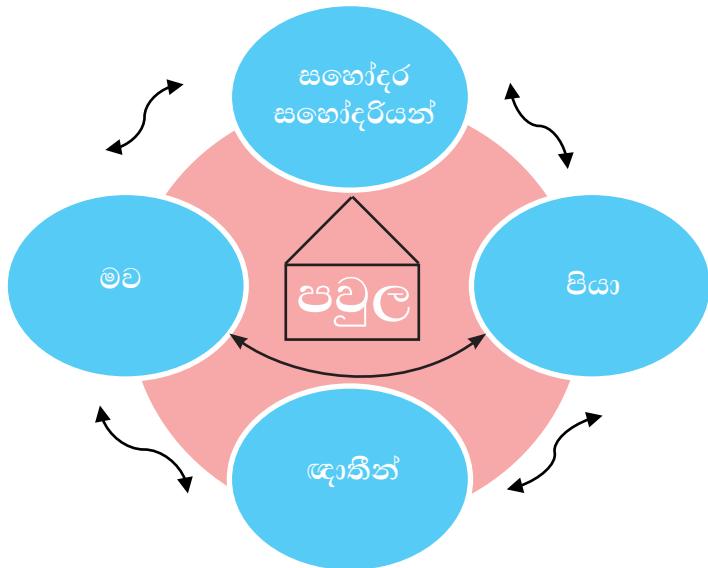
ක්‍රියාකාරකම 2.1

- ජන සමාජය යන්න අර්ථ දක්වන්න.
- ජන සමාජය සරල මට්ටමේ සිට සංකීරණ මට්ටමට පත් වූ ආකාරය පිළිබඳ ව තොරතුරු ගොනුවක් සකස් කරන්න.

ජන සමාජය තුළ ඇති අන්තර් සම්බන්ධතා

යම් ජන සමාජයක් පවතින්නේ හෝ සාර්ථකත්වයට පත් වන්නේ ඒ තුළ මතා අන්තර් සම්බන්ධතාවක් (Inter - relationship) පැවතුණෙන් පමණි.

මෙම අන්තර් සඛලනාවල පදනම ආරම්භ වන්නේ පවුල මූල් කර ගෙනයි. පවුලේ සාමාජිකයින් ලෙස මව හා පියා අතර ගක්තිමත් අන්තර් සඛලනා පැවතිය යුතු ය. ඔවුන් හා දරුවන් අතර යාතින් අතර එය ගක්තිමත් අයුරින් පවත්වා ගෙන යාම වැදගත් වේ. පවුල තුළ පවතින අන්තර් සම්බන්ධතා ගක්තිමත් වූ විට පවුල් අතර ද මතා සම්බන්ධතා වර්ධනය වේ. එසේ පවුල් අතර ගක්තිමත් සඛලනා ගොඩැනැගෙන විට ඒ හා සම්බන්ධවන සමස්ත සමාජයම ගක්තිමත් බැඳීම් හා අන්තර් සම්බන්ධතා පවත්වා ගෙන යාමට යොමු වේ.

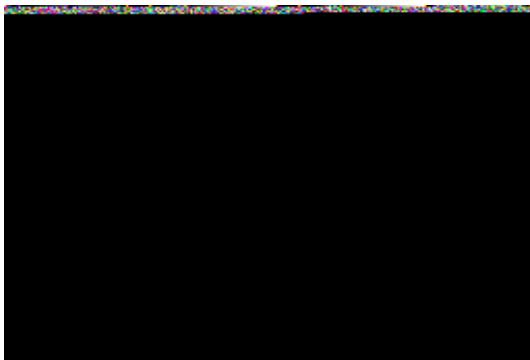


මෙම අනුව ජන සමාජයක පවත්නා අන්තර් සඛලනා පහත අවස්ථා මගින් පෙන්වා දිය හැකි ය.

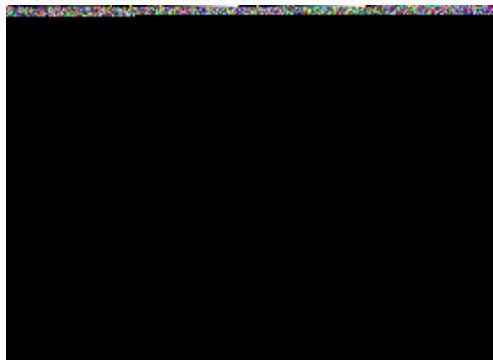
දෙමාපිය දු දරු අන්තර් සම්බන්ධතා

සමාජයේ පැවැත්මට අවශ්‍ය පුද්ගලයින් බිජිකරන ප්‍රධාන මූලය පවුල වේ. සමාජ අවශ්‍යතා මත පුද්ගලයින් තනන මූලික ස්ථානය ද පවුල වේ. ශේෂීම සම්පන්න ජන සමාජයක නීත්‍යනුකූල විවාහයක් මගින් දරුවන් බිජි කිරීමට අවශ්‍ය යාන්ත්‍රණයක් සමාජය තුළ ක්‍රියාවට තැබූ ඇත. ඒ අනුව බිජිවන දරුවන් හා දෙමාපියන් අතර දරුවන් පෝෂණය, ආරක්ෂා කිරීම, අධ්‍යාපනය ලබාදීම, අනෙකුත් අවශ්‍යතා සඳහා සහායවීම, ලෙඛ රෝගවලින් ආරක්ෂා කිරීම, සුදුසු කළේහි ආවාහ, විවාහ කර දීම ආදි වශයෙන් දෙමාපියන්

දරුවන් කෙරෙහි යුතුකම් මගින් අන්තර් සම්බන්ධතා පවත්වයි. එසේ යුතුකම් ඉටු කරන මවුපියන් වෙනුවෙන් වග වෙමින් එකී සියලු කාර්යයන් එලදායී ආකාරයෙන් ඉටුකර ගැනීම දරුවන්ගේ වගකීම වේ. මෙසේ යුතුකම් ඉටු කරමින් දරුවන්ගේ යහ පැවැත්මට දායක වන දෙමාපියන් වෙනුවෙන් ඔවුන් වියපත් වූ විට රක බලා ගැනීම, පෝෂණය කිරීම, ආදරය කිරීම, අවනත වීම ආදි වශයෙන් යුතුකම් ඉටු කිරීම මගින් දෙපාර්ශ්වය අතර මතා අන්තර් සබඳතා වර්ධනය කරගත යුතු ය. වර්තමාන ජන සමාජයේ ඇතැම් අය මේ කෙරෙහි දක්වන දායකත්වය ප්‍රමාණවත් තොවන මට්ටමක පවතී. එය සමාජයේ යහ පැවැත්මට උච්ච තොවන බැවින් යහපත් පුරවැසියන් ලෙස කටයුතු කිරීමේ දී ඉතා හොඳින් දෙමාපිය දි දරු අන්තර් සම්බන්ධතා පැවැත්විය යුතු වේ.



2.7 රුපය - මවුපියන්ට උපස්ථාන කිරීම



2.8 රුපය - මවුපියන්ට වැඳීම

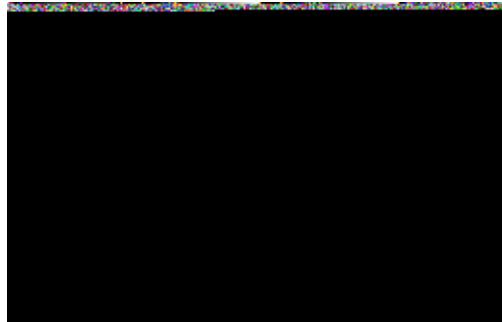
ක්‍රියාකාරකම 2.2

- බැං භා ඔබේ මවුපියන් / භාරකරුවන් අතර පවත්නා අන්තර් සම්බන්ධතාවෙහි ස්වභාවය සිහිපත් කරන්න.
- මාපිය දි දරු අන්තර් සම්බන්ධතා වර්ධනයට අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියා මාර්ග යෝජනා කරන්න.

ගුරුවරුන් සහ සිසුන් අතර අන්තර් සම්බන්ධතා

දරුවන් පවුල් පරිසරයේ හැඳි වැඩි ඉන් අනතුරුව යොමු වන්නේ පාසල වෙතයි. පාසලේ දී ඔවුන්ට මවුපියන් ලෙස දායකත්වය ලබා දෙන්නේ ගුරුවරුන් ය. දරුවා මැනවින් හික්මවතින් දරුවාගේ හැකියා, දක්ෂතා, විභවතා

මැනවීන් හඳුනා ගනිමින් අවශ්‍ය මග පෙන්වීම් මගින් අනාගතය ගොඩ නගන්නේ ගුරුවරුන් ය. අධ්‍යාපනය ලබා දෙමින්, යහ ගුණ කියා දෙමින්, වරද නිවරද පෙන්වමින් සමඟ පොරුෂයක් ගොඩ නගන්නේ ගුරුවරුන් ය. එබැවින් ගුරු සිසු සබඳතා යහපත්ව පවත්වා ගැනීම ජන සමාජයේ පැවැත්මට අත්‍යවශ්‍ය වේ.



2.9 රුපය - ගුරුවරයකු යටතේ
අධ්‍යාපනය ලබන සිසුන්

අසල්වැසියන් සමග අන්තර් සම්බන්ධතා

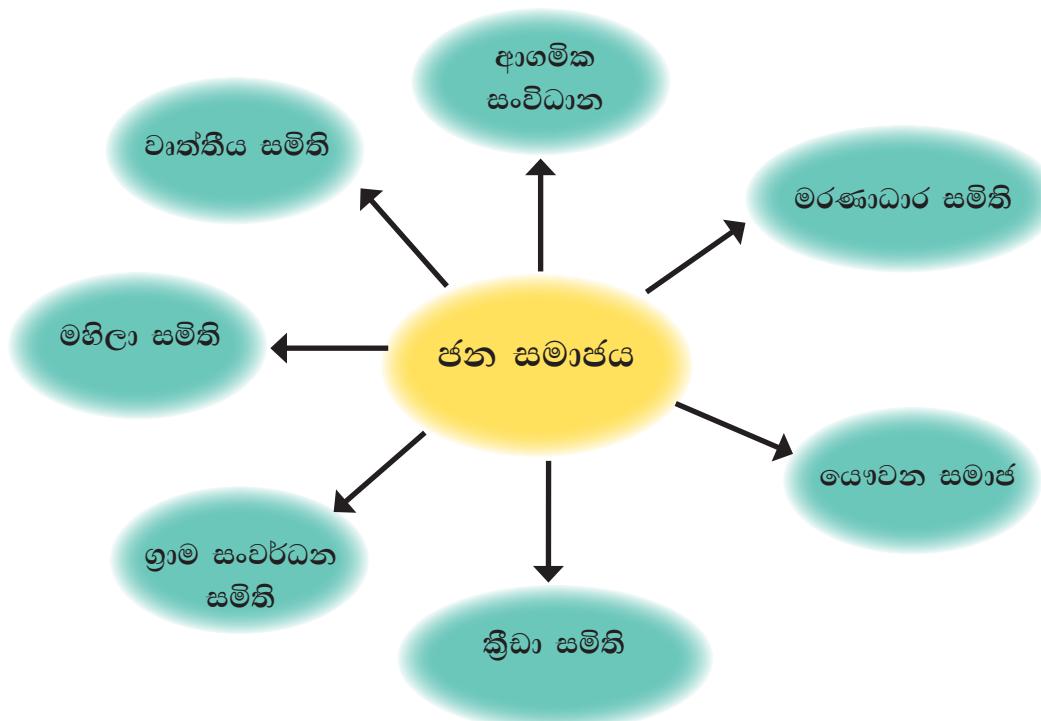
ජන සමාජයක පවුල මගින් අන්තර් සම්බන්ධතා පවත්වන ආසන්නතමයා වනුයේ අසල්වැසින් ය. සමගිය, සහෝදරත්වය, සහයෝගය, උදුවු කිරීම, බෙදා හදා ගැනීම ආදි වශයෙන් උතුම් මානුෂීය ගුණ ධරුම අසල්වැසින් සමග පවත්වා ගෙන යා යුතු ය. මෙලෙසින් අසල්වැසින් සමග මැනවීන් අන්තර් සම්බන්ධතා පවත්වා ගෙන යාම මගින් මිතුදිලිව මානව සම්බන්ධතා පවත්වා ගෙන යා හැකි වේ. ජාති, කුල හේද අමතක කර සහඡ්වනයකට යොමු විය හැකිකේ එවැනි සිතුම් පැතුම් ඇති පුද්ගලයින් බවට පත්වීම මගිනි. සමාජය ගැටුම්කාරී හෝ අසහනකාරී තත්ත්වයට පත් වන්නේ අසල්වැසින් සමග දුර්වල අන්තර් සම්බන්ධතා පැවැත්වීම මගිනි.



2.10 රුපය - ගුමදානයක්

සමාජයේ ඇති ආයතන සමග අන්තර් සම්බන්ධතා පැවැත්වීම

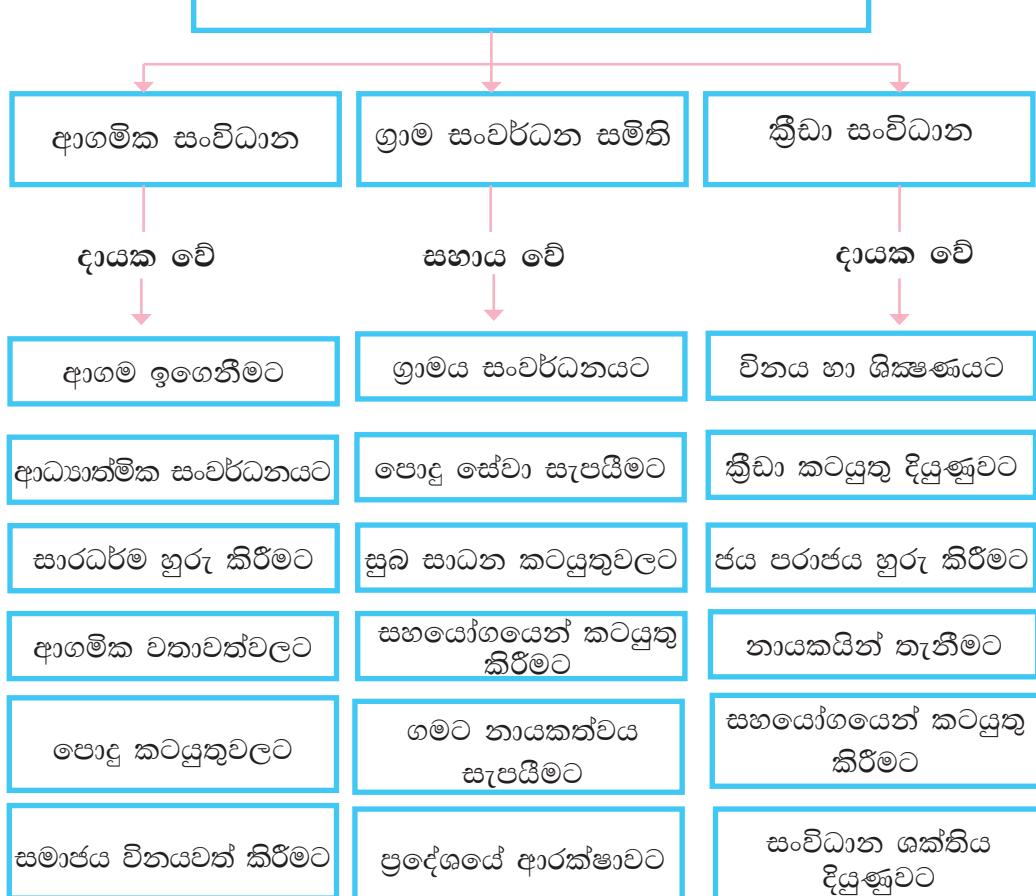
මිනිසුන්ගේ විවිධ වූ අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම සඳහා ජන සමාජය තුළ විවිධ වූ ආයතන පවතී. ආගමික ආයතන, රජයේ ආයතන, පොදුගලික ආයතන, වෙනත් ආයතන ආදි සියල්ලම ජනතාවගේ යහපත වෙනුවෙන් ජනතාවට සේවය කිරීම සඳහා පිහිටුවා ඇත. එබැවින් එවැනි ආයතන සමග සුභදියිලිව මානව සම්බන්ධතා ගොඩනැගීම හා එම ආයතනවල කටයුතු සඳහා සක්‍රිය ව සහභාගිවීම, දායකත්වය සැපයීම අතිශයින් වැදගත් වේ. තමා සමාජ ආයතන සමග පවත්වන අන්තර් සම්බන්ධතාවහි ස්වභාවය මත එම ආයතන මගින් ඔබගේ සබඳතාව තීරණය කරනු ඇත. මේ සියලු ආයතන ඔබ වෙනුවෙන් යොමු වී ඇති බැවින් ඒ හා සම්බන්ධව මනා සම්බන්ධතා පැවැත්වීම වැදගත් වේ.



ක්‍රියාකාරකම 2.3

- ගුරුවරුන් හා සිසුන් අතර මතා අන්තර සම්බන්ධතා පැවැත්වීමෙන් ඔබට අත්වන ප්‍රයෝගන ලැයිස්තුවක් ගොඩනගන්න.
- අසල්වාසින් සමග යහපත් අන්තර සම්බන්ධතා පැවැත්වීමෙන් ජන සමාජයේ යහ පැවැත්මට අත්වන වාසි සාකච්ඡා කරන්න.
- මලගේ පවුලේ සාමාජිකයින් විසින් අන්තර සම්බන්ධතා පැවත්වන ආයතන පිළිබඳ ලේඛනයක් පිළියෙල කරන්න.
- ඉහත ලේඛනය අනුව සබඳතා අඩුවෙන් ම පැවත්වන ආයතන තෝරා ගෙන එහි සබඳතා වර්ධනයට කළ හැකි ක්‍රියා මාරුග යෝජනා කරන්න.

ජන සමාජය තුළ පැවත්නා විවිධ සම්බන්ධතා



මෙවැනි සංචාරක රුපක් ඔබ ජ්‍යෙෂ්ඨ ප්‍රදේශයේ දක්නට ලැබේ. මෙ සියලු සංචාරක සමග ප්‍රදේශවාසීන් විසින් තිරතුරුව ම සම්බන්ධතා පැවැත්වීම වැදගත් වේ. ප්‍රදේශවාසීන්ගේ අවශ්‍යතා සඳහාම පිහිටුවා ගෙන ඇති මෙම විවිධ සංචාරකවලට සහභාගිවීම, සම්බන්ධතා පැවැත්වීම එදිනෙදා කටයුතු සාර්ථක කර ගැනීමට ප්‍රයෝග්‍යතාවත් වේ.

ශ්‍රීයාකාරකම 2.4

- ඔබ ජ්‍යෙෂ්ඨ ප්‍රදේශයේ දක්නට ලැබෙන විවිධ සංචාරකවල ලේඛනයක් සකස් කරන්න.
- එම සංචාරකවලින් ඉටුවන සේවාවන් කිහිපයක් ලියන්න.
- එම සංචාරක සමග ඔබේ පවුලේ සාමාජිකයින් දක්වන දායකත්වය විස්තර කරන්න.

දත්ත හා තොරතුරු ජන සමාජයේ යහ පැවැත්ම පිණිස යොදා ගැනීම

දත්ත (Data) යනුවෙන් හඳුන්වනු ලබන්නේ කිසියම් විෂය කෙශ්ටුයක් හා සම්බන්ධව තොරතුරු (Information) ඉදිරිපත් කරන මූලාශ්‍ර වේ. මෙමින් නිශ්චිත අදහසක් නිවැරදිව ප්‍රකාශ කළ හැකි ය. එසේම යම් දත්තයක් එක් රස් කරන්නේ කිසියම් අවශ්‍යතාවක් සඳහා වේ. වර්තමාන ලේඛය දත්ත හා තොරතුරු වලින් පිරුණු ලේඛයකි. දත්ත හා තොරතුරු ගලා එන මාධ්‍ය විශාල සංඛ්‍යාවක් දක්නට ලැබේ.

දත්ත හා තොරතුරු තම අවශ්‍යතා හා සමාජ අවශ්‍යතාවල දී ඒවා නිවැරදි ව හා විවාරකීලිව පරිහරණය කිරීම වැදගත් වේ. විශේෂයෙන් අන්තර්ජාල පරිහරණය හා සමාජ වෙබ් අඩවි පරිහරණයේ දී බුද්ධිමත්ව කටයුතු කිරීම හා තොරතුරුවල වහලෙකු නොවී මංමුලා නොවී කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ. තොරතුරු ලබා ගැනීමට ඇති ප්‍රවේශ පහසු වී ඇති බැවින් ඒවා අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා සඳහා එලදායි ව හාවිත කිරීම වැදගත් වේ.

ක්‍රියාකාරකම 2.5

- ඔබේ පාසලේ දී දත්ත හා තොරතුරු පහසුවෙන් ලබා ගත හැකි මූලාශ්‍ර ලේඛනයක් සකස් කරන්න.
- අධ්‍යාපනික අවශ්‍යතා සඳහා එම මූලාශ්‍ර යොදා ගත හැකි ආකාරය නිදසුන් මගින් පැහැදිලි කරන්න.
- රුපවාහිනිය, ගුවන්විදුලිය, අන්තර්ජාලය, පුවත්පත් මගින් ලබා ගත හැකි දත්ත වර්ග කිහිපයක් සටහන් කර ගන්න. එමගින් ඔබට ඇති ප්‍රයෝගන පැහැදිලි කරන්න.

දත්ත හා තොරතුරුවල අවශ්‍යතාව

තරුම් හා තරිණු යන පාසල් සිසුන් දෙදෙනා පාසල ඇරී ගෙදර එන අතර තරු දී රිය අනතුරක් සිදු වූ ආකාරය දක්නට ලැබේ. තම සහෙළද පාසල් සිසුවකු අනතුරට ලක් කරමින් රථය නොනවත්වා බාවනය විය. එහි දී තරිණු විසින් අනතුර සිදු කරන ලද මෝටර් රථයේ අංකය සූමීක්ව මතක තබා ගන්නා ලදී. ඉන් අනතුරුව පිරිස රස්වී අනතුරට පත් සිසුවා වහාම රෝහල වෙත රැගෙන යාමට කටයුතු කළ අතර එහි දී රාජකාරිය සඳහා පැමිණී පොලිස් තිලධාරියා වෙත, අනතුර සිදු කරන ලද රථයේ අංකය තරිණු විසින් ලබා දෙන ලදී. පොලිස් තිලධාරියා විසින් තරිණුට තම රාජකාරියට ලබා දුන් සහායට ප්‍රශ්නයා කරන ලදී.

▲ ඉහත සිද්ධියට අනුව තරිණු විසින් කරන ලද වැදගත් ම කාර්යය කුමක්ද?

මේ අනුව අපට එදිනෙදා ජීවිත අවස්ථාවල දී විවිධ සිද්ධිවලට මුහුණ දීමට සිදු වේ. එහි එළඹින තත්ත්ව හා අවස්ථාවල දී දත්ත හා තොරතුරු ඉතාම වැදගත් වේ. තිවැරදි තොරතුරු හා දත්ත අප සතු නම් සියලු කාර්යයන් ඉතා පහසුවෙන් කළ හැකි අතර ගැටලු හා ප්‍රශ්න අවම වන ආකාරයට කටයුතු කිරීමට හැකිවේ.

දත්ත හා තොරතුරු යනු ලිඛිත දේ පමණක් නොව අපගේ ජීවිත අත්දැකීම් ද එලදායී දත්ත හා තොරතුරු වේ. අප සතු පෙර අත්දැකීම් ද එලදායී දත්ත හා තොරතුරු වේ. අප සතු පෙර අත්දැකීම් ඇත්තාම සිද්ධියකට, අවස්ථාවකට, අහියෝගයකට ඉතා පහසුවෙන් මුහුණ දිය හැකි වේ.

මේ අනුව අප සතු දත්ත හා තොරතුරු පුද්ගලයාට මෙන් ම සමාජයට ද වැඩිදායි වන ලෙස යොදා ගැනීම වැදගත් වේ. එය ජ්වන පුරුද්දක් බවට ද පත් කර ගත යුතු ය.

ජනමාධ්‍ය මගින් නිරතුරුව ම මිනිසුන්ගේ ආර්ථික, සමාජීය හා වෙනත් අවශ්‍යතා සඳහා තොරතුරු රෝපක් ඉදිරිපත් කරයි.

දෙනිකව ඉදිරිපත් කෙරෙන අපට අත්‍යවශ්‍ය වන තොරතුරු

- කාලගුණ අනාවැකි
- විනිමය අනුපාත
- වෙළඳපාල මිල ගණන්
- හඳිසි හා වැදගත් දුරකථන අංක

ලදා :- 1919 රාජ්‍ය තොරතුරු කේත්දය

119 හඳිසි ඇමතුම් අංශය

- වෙළඳ දැන්වීම්
- පූහුණු දැන්වීම්
- රාජ්‍ය නිවේදන
- රැකියා තොරතුරු

ජනතාවට අවශ්‍ය විවිධ තොරතුරු මාධ්‍ය මගින් ඉදිරිපත් වේ. මෙම තොරතුරුවල අතිශයෝක්තිය, සත්‍ය අසත්‍යබව, අව්‍යාජත්වය, විශ්වාසවන්තහාවය පිළිබඳව සැකමුසු තැන් තිබිය හැකි ය. එබැවින් තොරතුරු හාවිතයේ දී අව්‍යාරච්චා නොවී විවාරිෂීලිව කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ.

විශේෂයෙන්ම වර්තමාන බොහෝ මාධ්‍ය මගින් ව්‍යාපාරික අරමුණු පෙරදුරි කර ගෙන ජනප්‍රිය පුද්ගලයින් හා අවස්ථා යොදා ගනිමින් හාණ්ඩ හා සේවාවන් සඳහා කරනු ලබන ප්‍රවාරණ කටයුතුවල දී ඒවා කෙරෙහි වහල් නොවී බුද්ධීමත් ව කටයුතු කිරීම හා තීරණ, තීත්දු ගැනීම වැදගත් වේ. විශේෂයෙන් ආහාර පාන වර්ග, විලාසිතා, තාක්ෂණික උපාංග ආදිය පිළිබඳ විශේෂයෙන් සැලකිලිමත් විය යුතු වේ.

විවිධ සංසිද්ධීන්වලට සාර්ථකව මුහුණදීම

අපගේ ජ්‍යෙෂ්ඨ ගමනේදී විවිධ අවස්ථා හා සංසිද්ධීවලට නිරතුරුවම මුහුණදීමට සිදුවේ. එවැනි අප මුහුණ දෙන අවස්ථා කිහිපයක් සඳහා නිදසුන් පහත දක්වේ.

- විභාගවලට මුහුණදීම, විභාග අසමත්වීම
- අපගේ සම්පතම පවුලේ සාමාජිකයින් මියයාම
- මුදල් අග හිගකම් ඇතිවීම
- යහළවන් තරහවීම
- තොගැලපෙන මිතුරන් ඇසුරු කිරීම
- රකියා සඳහා තීරණ ගැනීම
- විෂය තෝරා ගැනීම
- හැකියා හා දක්ෂතා නිවැරදිව හඳුනා ගැනීම
- සමාජ අසාධාරණවලට ලක්වීම
- මානසික අසහනය
- හඳිසි ආපදාවන්ට ලක්වීම

මේ එක් එක් අවස්ථාවන් සඳහා ඔබ මුහුණ දෙන්නේ කෙසේ ද? ඔබට ඒ සඳහා ගක්තියක් පවතී ද? තොඡේස් තම් ඔබ කුමක් කළ යුතු ද? යන ප්‍රශ්න ඔබ ඔබගේ මනසින් අසා දැන ගන්න. එවිට ඔබට මනස ඔබට ගැලපෙන පිළිතුරු ඔබටම ලබා දේවි. ඒ සඳහා නිරතුරුවම උනන්දු වන්න. ඔබට ලැබෙන ගැටුවල දී මෙන්ම අහියෝගවල දී පලා තොයන්න. ගක්තිමත්ව ඒ සඳහා සාර්ථකව මුහුණ දෙන්න.

එනැම ගැටුවක දී හෝ ප්‍රශ්නයක දී ඒ සඳහා ඇත්තේ එක විසඳුමක් තොවේ. විකල්පයන් බොහෝමයක් ඇත. නිදසුන් ලෙස විභාගය අසමත් වුවහොත් මා කුමක් කළ යුතු ද? මේ ප්‍රශ්නයේ දී බොහෝ පිරිස් තම බලාපොරොත්තු සුන් කර ගනිති. එහෙත් ඒ අහියෝගයට සාර්ථකව මුහුණදීමට විකල්ප රසක් ඔබ භාවුවේ ඇත.

උදා :-

- විහාගයට තැවත සූදානම් වීම
- වෘත්තිය පායමාලාවක් හැදැරීම
- තම හැකියා දක්ෂතා ඇති අංග දියුණු කර ගැනීම
- ස්වයං රැකියාවක් කිරීම
- ප්‍රහුණුවකට යොමුවීම

ආදි වශයෙන් විවිධ විකල්ප අප සතුව පවතියි. එබැවින් එවැනි අහියෝගයක දී ජ්වලයෙන් පලායාම, ජ්වලිතය විනාශ කර ගැනීම, පරාජය හාර ගැනීම, කළකිරීම ආදි සාණාත්මක ආකල්ප ඇති නොකර ගත යුතු ය. එවැනි අවස්ථා සඳහා සාර්ථකව මුහුණදීමට අවශ්‍ය මත්තාස්ථාපිත ගක්තින් වර්ධනය කර ගැනීම කළ යුතු ය.

ක්‍රියාකාරකම 2.6

- ඔබ මුහුණ දුන් අහියෝගාත්මක අවස්ථාවක් සිහිපත් කරන්න.
- එවැනි අවස්ථාවක දී ඔබ මුහුණදුන් ගැටලු මොනවාද?
- එවැනි අවස්ථාවකට මුහුණපැමේ දී ඔබ තුළ පැවති අඩුපාඩුකම් මොනවාද?
- එවැනි අඩුපාඩු හා දුර්වලතා වර්තමානයේදී ඔබ සතුව පවතිනවාද?
- එසේ නම් ඒවා අවම කර ගැනීමට කළ හැකි ක්‍රියා මාර්ග ස්වයංව යෝජනා කර ක්‍රියාවට නාවන්න.

ජ්වල අහියෝග අවස්ථාවල දී නිර්මාණයීලිව කටයුතු කිරීම

නිර්මාණයීලිභාවය යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ පුද්ගලයා සතු සුවිශේෂම ගක්තියයි. අනිකුත් සියලුම සත්වයින් අඛ්‍යාඛා යම්න් මිනිසා ප්‍රමුඛත්වයට පත් වූයේ මෙම සුවිශේෂී ගක්තිය මගිනි. ලොව බිජි වූ සියලුම නිර්මාණ මිනිස් මනස තුළ බිජි වූ විත්ත රුපයන් වේ. එබැවින් එළඹෙන සැම අවස්ථාවකදීම අහියෝගාත්මක අවස්ථාවලදී ද නිර්මාණයීලිව කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ. ඔබ නිර්මාණයීලි පුද්ගලයකු නම් පහත ලක්ෂණ ඔබ සතු වේදායි

අවධානයට ලක් කරන්න.

- මගේ අනාගතය සුබවාදී ද?
- පවත්නා තත්ත්වය පිළිබඳව සැහීමකට පත්වනවා ද?
- දැඩි කුතුහලයකින් යුතු ද?
- නිරික්ෂණයිලි ද?
- විකල්ප සලකා බලනවා ද?
- අනාගතය ගැන දවල් සිහින බලනවා ද?
- සැම විටම උනන්දු ද?
- නරක පුරුදු හඳුනාගත හැකි ද?
- නිදහස්ව සිතනවා ද?
- ප්‍රායෝගික ප්‍රශ්න සඳහා නව විසඳුම් ලබා දෙනවා ද?

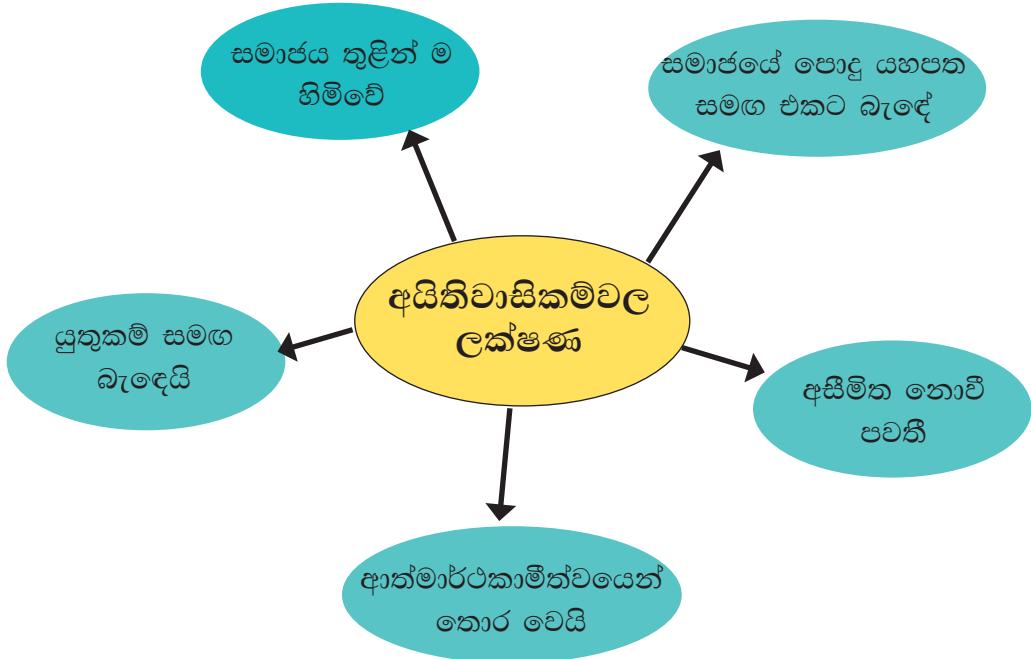
මෙවැනි ගුණාංග ඔබ සතු නම් සැබැවින්ම ඔබ නිර්මාණයිලි පුද්ගලයක වේ. එසේ නම් ඔබ හමුවේ ඇතිවන ඕනෑම අනියෝගයකට ඔබට සාර්ථකව මුහුණදීමට හැකි ය.

ත්‍රියාකාරකම 2.7

- ඔබ අවට ඇති සැම වස්තුවක් දෙසම ඔබේ නොත් යොමු කරන්න.
- එම වස්තුන් දැකීමෙන් ඇතිවන සිතුවිලි කඩාසියක ලියන්න.
- එම සිතුවිලි පිළිබඳ විත්ත රුප මවන්න.
- එළඹෙන ඕනෑම අවස්ථාවක්, වස්තුවක් පිළිබඳ අන් අයට නොපෙනෙන, අන් අයට නොදුනෙන සංකල්පයක්, වටහා ගත් අදහසක් පිළිබඳ සිතන්න.
- ප්‍රවත්පත්වල සඳහන් සිද්ධී, වාර්තා, ජායාරූප පිළිබඳ මතුපිටින් පෙනෙන දෙයට වඩා වෙනත් දෘශ්‍ය කොළඹයකින් එහි ඇතුළාන්තය ගැන අවධානයට ලක් කරන්න.
- ඔබ පාසලේ හෝ පවුලේ ඇති ගැටලුවකට හෝ ප්‍රශ්නයකට නිර්මාණයිලි විසඳුමක් යෝජනා කරන්න.

ජන සමාජයේ පවතින අයිතිවාසිකම්

අයිතිවාසිකම් (Rights) යනු ජන සමාජය මගින් පූද්ගලයාට තැබී තම තමන්ට ලැබේ ඇති වරප්‍රසාදයන් ය. එමගින් තම ජීවිතය තෙව්තිමත් කර ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. අයිතිවාසිකම් මගින් තම ජීවිතය යහපත් හා ගෞරවාන්ත්වව ගත කිරීමට සමාජය මගින් ඉඩ ප්‍රස්ථා සකසා දී ඇත.



තමන්ට හිමි අයිතිවාසිකම්

සිවිල් අයිතිවාසිකම්

- ජීවත්වීමේ අයිතිය
- අධ්‍යාපනය ලැබීමේ අයිතිය
- කැමති ආගමක් ඇදහිම
- අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම
- රකියාවක් කිරීම
- සමානාත්මකාව
- කැමති තැනක ජීවත්වීම

දේශපාලන අයිතිවාසිකම්

- ජන්දය ප්‍රකාශ කිරීම
- ජන්දය ලබා ගැනීම
- දේශපාලන පක්ෂයකට බැඳීම
- කැමති ආණ්ඩුවක් පත් කර ගැනීම
- ආණ්ඩුව විවේචනය කිරීම
- රජයේ තනතුරු දුරීම

අධිතිවාසිකම් හා බැඳුණු යුතුකම්

ජන සමාජයේ සාමාජිකයෙකු වශයෙන් අධිතිවාසිකම් රෝක් ඔබට උරුම කරදී ඇත. මේ සියල්ල හිමිවී තිබෙන්නේ ජන සමාජයේ යහපත පිණිස වේ. එබැවින් අධිතිවාසිකම් ඩක්ති විදිමට ප්‍රථම සමාජය සම්බන්ධයෙන් තම යුතුකම් (Duties) ඉටු කිරීම වැදගත් වේ. පොදු සමාජයේ පැවැත්ම සඳහා පුරවැසියන් තම තමන්ට පැවරෙන කාර්යයන් ඉටු කිරීමට ඇති බැඳීම යුතුකම් ලෙස අර්ථ දැක්විය හැකි ය. ඒ අනුව ඔබ වෙත ලබා දී ඇති අධිතිවාසිකම් මැනවින් ඉටු කිරීම සඳහා ඔබ බැඳී සිටිය යුතු ය.

නිදුසුන් ලෙස

අධිතිවාසිකම්

- අධ්‍යාපනය ලැබීම
- කැමති ආගමක් ඇදහිම
- අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම
- ජ්වත්වීම

යුතුකම්

- භාදින් ඉගෙනීම
- වෙනත් ආගමික කොටස්වලට හිරහැර නොකිරීම
- අන් අයගේ සිත් රිදෙන ලෙස කතා නොකිරීම
- අන් අයට කරදරයක් නොවන ලෙස ජ්වත්වීම

ක්‍රියාකාරකම 2.8

- ඔබට ලැබේ ඇති අධිතිවාසිකම් ලේඛනයක් පිළියෙල කරන්න.
- එම ලේඛනයට අනුව ඔබගෙන් ඉටුවිය යුතු යුතුකම් ඒ හා ගළපන්න.

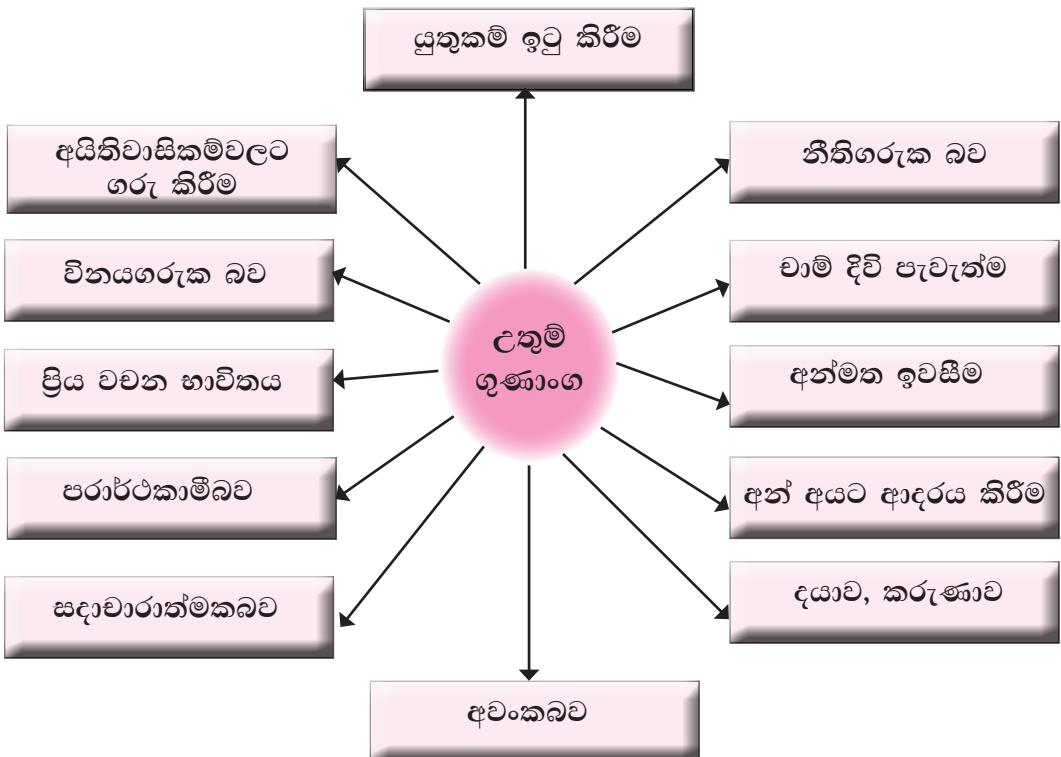
නීතිමය රාමුවක් තුළ අධිතිවාසිකම් ඩක්ති විදිමේ වැදගත්කම

මිනැම ජන සමාජයක තම අධිතිවාසිකම් ඩක්ති විදිමේ දී තම යුතුකම් ඉටු කිරීම කෙරෙහි විශේෂ අවධානයක් යොමු කළ යුතු ය. මෙම අධිතිවාසිකම් සැම පුද්ගලයෙකුම ඉතා විශිෂ්ට අයුරින් ඩක්ති විදිම මගින් යහපත් සමාජයක් නිර්මාණය වේ. එමගින් සැම පුද්ගලයෙකුගේම පෙන්ද්ගලික අධිතිය හා නිදහස ආරක්ෂාවීම, ජනතා අවශ්‍යතා ඉටුවීම, යහපත් අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා

වර්ධනයටත්, යහපත් ජ්වන ක්‍රමයක් ගොඩනගා ගත හැකිවීම මගින් අවසානයේ ශිෂ්ට සම්පන්න සමාජයක් බිහි වේ. තමන්ට හිමි අයිතිවාසිකම් භුක්ති විදිමේ දී සමාජය තුළ ක්‍රියාත්මක වන නීති රිතිවලට අනුගතව ඒවා භුක්ති විදිය යුතු වේ. එය ජන සමාජයේ යහපත් පැවැත්මට අත්‍යවශ්‍ය වේ.

ජන සමාජයේ යහපත් පුරවැසියෙකු වශයෙන් ජ්වන්වීම සඳහා ප්‍රගණ කළ යුතු ගුණාංග

මිනිසා යනු උතුම් සම්පතකි. මිනිසා උතුම් සම්පතක් වීමට නම් එම සම්පත මානව ගුණාංගවලින් පිරිපූන් විය යුතු ය. මිනිසා මිනිසුන්ට ආදරය කළ යුතු අතර අනෙකුත් සියලු සත්වයින්ට මෙන්ම පරිසරයට ද ආදරය කළ යුතු ය. යහපත් ජන සමාජයක් නිරමාණය වන්නේ ඒස් වූ විටය. මිනිසා විසින් ප්‍රගණ කර ගත යුතු එවැනි උතුම් මානව ගුණාංග කිහිපයක් පහත සටහන මගින් දක්වේ.



ත්‍රියාකාරකම 2.9

- ඉහත සටහනෙහි සඳහන් ගුණාංගවලට අමතරව ඔබ සතු ගුණාංග පිළිබඳ ලේඛනයක් සකසන්න.
- මෙවැනි ගුණාංග වැඩි දියුණු කර ගැනීම සඳහා ගත හැකි ත්‍රියා මාර්ග යෝජනා කරන්න.
- යහපත් ගුණාංග ජන සමාජයේ සාමාජිකයින් සතුවීමෙන් සමාජයට අත්වන ප්‍රතිලාභ පැහැදිලි කරන්න.
- ජන සමාජයේ දක්නට ලැබෙන යහපත් ගුණාංග පිළිබුම් විතු/ පෝස්ටර නිරමාණ කරන්න.

වෘත්තිකයින්ගේ අයිතිවාසිකම්

මානව අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයෙහි 23 වගන්තිය මගින් වැඩ කිරීමටත්, තම රකියාව නිදහසේ තෝරා ගැනීමටත්, වැඩ කිරීමේ දී සාධාරණව පහසුකම් ලබා ගැනීමටත්, රකියාවේ සුරක්ෂිතව ලැබීමටත්, සැම පුද්ගලයෙකුටම හිමිකම් සලසා දී ඇත.

මේ අනුව රාජ්‍ය හෝ පොද්ගලික අංශයෙහි සේවයේ නියුත වෘත්තිකයින්ගේ අයිතිවාසිකම් සුරක්ෂිත සඳහා නීති රිති රසක්ම ත්‍රියාත්මකයි.

- ආණ්ඩුකුම ව්‍යවස්ථාව මගින් සේවකයින් ආරක්ෂා කිරීමට හා අයිතිවාසිකම් සුරක්ෂිත නීතියෙන් බැඳී ඇත.
- කම්කරු නීති, සේවක අර්ථ සාධක අරමුදල, වැන්දුම් අනත්දරු හා විශ්‍රාම වැටුප්, රක්ෂණ කුම, මානව හිමිකම් කොමිසම, ආයතන සංග්‍රහය ආදි වශයෙන් වෘත්තිකයින්ගේ අයිතිවාසිකම් සුරක්ෂිත කිරීමට විධි විධාන යොදා ඇත.
- මේ අනුව ඔනැම සේවකයෙකුට යම් රකියා ස්ථානයකින් අසාධාරණයක් සිදුවන්නේ නම් ඔහුගේ රකවරණය සඳහා මෙවැනි නීති රිති සමුදායක් ත්‍රියාත්මක වේ.

සේවක නීති නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක නොවීම නිසා ඇති විය හැකි අවස්ථා

- ගුමය සූරාකැම
- සේවක අතාප්තිය
- සාධාරණ වැටුපක් නොලැබීම
- වංත්තිය සුරක්ෂිතතාව තැන්වීමෙන් යාම
- විග්‍රාම ශිය විට අසරණ තත්ත්වයට පත්වීම
- සේවක අසාධාරණකම් සිදුවීම
- සේවා යෝජකයින්ගේ බලපෑමට ලක්වීම
- අනාරක්ෂිතව කටයුතු කිරීමෙන් රෝගිවීම, අනාතුරුවලට ලක්වීම

ඉමා ගුමය සූරාකැම වැළැක්වීම

ඉමා ගුමය සූරාකැමට එරෙහිව සාප්පු හා කාර්යාල පනතට (Shop and Office Employees Act) අනුව වයස අවුරුදු 14 ට අඩු දරුවන් සේවයෙහි යෙද්වීමට නොහැක. එවන් දරුවන් සේවයේ යොදවා ඇත්තාම් එම තොරතුරු කමිකරු කොමසාරිස්වරයාට දැනුම්දීම මගින් එවැනි අවස්ථා වළක්වා ගත හැකි ය.

ශ්‍රී ලංකාව තුළ අනිවාර්ය අධ්‍යාපනයක් ක්‍රියාත්මක වන බැවින් වයස අවුරුදු 14 ට අඩු කිසිදු දරුවකු පාසල් නොයවා සිටිය නොහැක. පවුල්වල ඇති ආර්ථික ගැටලු, පිළිසරණක් නොමැති දරුවන්, දෙමාපියන්ගේ නොදුනුවත්ත්ව, ඇතැම් පුද්ගලයින්ගේ බලපෑම්, පාරම්පරික රැකියා ආදි හේතු නිසා දරුවන් රැකියාවල යෙදීම දැකිය හැකි ය.

ඉමා ගුම්කයින් සේවයේ යෙද්වීමෙන් ඇතිවිය හැකි බලපෑම්

- කායික හා මානසික ගක්තිය පිරිහිමෙන් රෝගිවීම
- ගුමය සූරා කැමට ලක්වීම
- අපයෝජනයන්ට ලක්වීම
- ඉගෙනීමට ඇති අවස්ථා අහිමිවීම
- සුන්දර වූ ඉමා කාලය අහිමිවීම

- සමාජ විරෝධී ක්‍රියාවලට යොමුවේම
- මත්පැන්, මත්ද්ව්‍යවලට ඇඩිබලිටීම
- වද හිංසාවලට ලක්වීම
- ආබාධිත තත්ත්වයන්ට ගොදුරුවීම

අමා ගුමිකයින් හා සම්බන්ධ සමාජ වගකීම

- සියලු දරුවන් අපේම දරුවන් ලෙස සැලකීම
- අනිවාර්ය අධ්‍යාපනය සඳහා පාසලකට යොමු කිරීම
- පවු ලාභ අපේක්ෂාවෙන් දරුවන් සේවයට නොගැනීම
- අමා ගුමිකයින් පිළිබඳ අදාළ ආයතන දැනුවත් කිරීම
- වැඩිහිටියන් දරුවන්ගෙන් යැපීමට යොමු නොවීම

ක්‍රියාකාරකම 2.10

- වංත්තිය අයිතිවාසිකම් දැක්වෙන පෝෂ්ටරයක් නිරමාණය කරන්න.
- “ලමයින් රකියා සඳහා යෙදුවීම නිසා අමා ලෝකය ගිලිහි යයි” මේ පිළිබඳව කවී, ගිත, විරිදු නිරමාණය කරන්න.

සේවකයින් විශ්‍රාමයාම

රාජ්‍ය හා පොදුගලික සේවකයන් විශ්‍රාම ගැන්වීම සඳහා ක්‍රියාත්මක නීතිමය තත්ත්වයක් පවතී. රාජ්‍ය සේවකයින්ට වයස අවුරුදු 57 දී කැමති නම් විශ්‍රාම යා හැකි අතර, තම අනිමතය පරිදි අවුරුදු 60 දක්වා සේවයේ යෙදිය හැකිය. පොදුගලික අංශයේ සේවකයින්ට අවුරුදු 55 සම්පූර්ණ වූ පසු අර්ථ සාධක අරමුදල ලබා ගත හැකි ය. එහෙත් කාන්තා වංත්තිකයින් සඳහා විවාහවීමේ දී තම අර්ථ සාධකය ලබා ගත හැකි ය.

සේවකයින් විශ්‍රාම යාමට ප්‍රථම මාස හයකට පෙර තමා සේවය කරන ආයතන ප්‍රධානීය මාර්ගයෙන් විශ්‍රාම වැළුජ් දෙපාර්තමේන්තුව දැනුවත් කළ යුතුය. විශ්‍රාම යාමට ප්‍රථම තම පොදුගලික ලිපි ගොනු සම්පූර්ණ කළ යුතු ය.

විශ්‍රාම කාලය එලදායීව ගත කිරීම

රාජු හා පෙෂ්ඨගලික අංශයෙහි සේවයෙහි නිරතවන සේවකයේ තම රටේ ජනතාවගේ අවශ්‍යතා වෙනුවෙන් තම කාලය හා ගුමය කැප කරති. කාලයක් තිස්සේ කාරයය බද්ධ පරිසරයක කටයුතු කර ඉන් පසු එකී තත්ත්වයන් නොමැති වූ විට පුද්ගලයින් කායික හා මානසික වශයෙන් අපහසුතාවලට ලක් විය හැකි ය. එබැවින් තම විශ්‍රාමික දිවිය ඉතා එලදායීව ගත කිරීමට පුරුව සූදානමකින් කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ. විනෝදාංගවල යෙදීම, පවුලේ කටයුතුවලට සහායවීම, නිරමාණකරණයට යොමුවීම, තම අත්දැකීම් බෙදාහදාදීම ආදි විවිධ කාරයයවල නිරත විය හැකි ය.

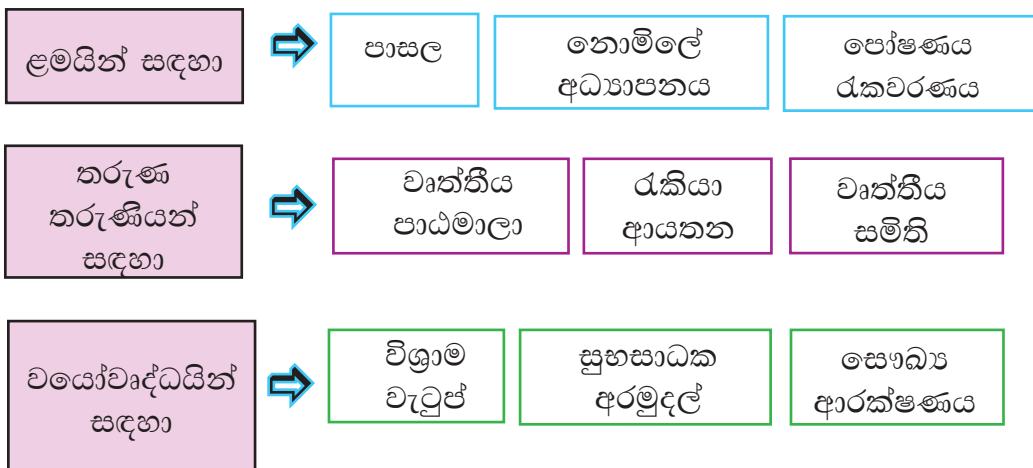
ඉටු කරන ලද කාරයයට මූල්‍ය ප්‍රතිලාභ ලැබීමේ අයිතිය

සැම සේවකයෙකුටම තම කාලය හා ගුමය කැප කිරීම හේතුවෙන් වැටුපක් ලබා ගැනීමත් අමතර කාලයන්හි සේවය කිරීම වෙනුවෙන් අතිකාල දීමනා ලබා ගැනීමටත් අයිතියක් නීතිමය වශයෙන් ලබා දී ඇතේ. යම් ආයතනයක සේවය කිරීම වෙනුවෙන් ඔබට දෙනිකව හෝ මාසිකව වැටුපක් ලැබෙන බැවින් තම හඳු සාක්ෂියට එකගව ලබන වැටුපට සර්ලන සේවයක් කිරීම සැමගේ යුතුකම වේ.

සමාජය මගින් ලමයින්, තරුණයින් හා වයෝච්ඡේද පුද්ගලයන් ආරක්ෂා කිරීමට ගෙන ඇති ක්‍රියා මාර්ග

සැම රටක්ම කටයුතු කරන්නේ තම රටේ, සමාජයේ ගුණාත්මක තත්ත්වය නැංවීමටය. මේ සමස්ත ජන සමාජයම ලමයින්, තරුණ තරුණීයන්, වයෝච්ඡේද කණ්ඩායම්වලින් සමන්විත වේ. මේ සැම කණ්ඩායමක්ම වෙනුවෙන් සේවා ආයතන හා සුබ සාධක කටයුතු රසක් ක්‍රියාවට නංවයි.

ලද್ದಾ :-



ಮೆ ಅಪ್ಪುರಿನ್ ವಿವಿಧ ಆಯತನ ಹಾ ಜೊಂಟಿನ್ ರೆಸಕ್ ಮೆಮೆ ಕಣ್ಣಿಂಬಿ ಆರಕ್ಷಣೆ ಕಿರಿಮೆ ಸಮಾಂಶ ಮಹಿನ್ ಕ್ರಿಯಾವಾದ ನಂಬಾ ಆತ.

ವಿವಿಧ ಶಂ ಸಮಾಂಶವಲ ಪವತಿನ ವಿವಿಧ ನೀತಿ ಹಾ ಅಮಡಿನ್ ಅಮಡಿನ್, ವೈಬಿಹಿರಿಯನ್ ಆರಕ್ಷಣೆ ಕಿರಿಮೆ ಕರನ ಬಲಪ್ರಾಮಿ

ಲೋಕದೇ ಸೈಮ ಸಮಾಂಶಯಕ್ಕೆ ಅಮಡಿನ್ ಹಾ ವೈಬಿಹಿರಿಯನ್ ಆರಕ್ಷಣೆ ಕಿರಿಮೆ ಸಳಹಾ ವಿವಿಧ ನೀತಿರಿತಿ ಪದ್ದತಿಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಗಮನಯ ಕರಡಿ. ವಿವಿಧ ರವಾನೆ ತಮ ರವಾನೆ ಆವೇಣಿಕ ಅಪ್ಪುರಿನ್ ಮೆ ಸಳಹಾ ನೀತಿರಿತಿ ಪನಬಾ ಆತ. ಲೇ ಅನ್ವಯ ದ್ರವಿನ್ ಸಳಹಾ ರಕ್ವಾಲ್ ಗೈನೆಮೆ ಮದುಸೆಲ್ಪಾನ, ಅಧಿಂಷತನ ಪಹಜ್ಞಕ್ಕಾಗಿ ನೋಮಿಲೆ ಹೇ ಸಹನಾಧಾದಿ ಗೆವೆಮೆ ಮತ ಲಬಾ ದೀಮ, ಡಿಂಬಾತ್ವ ಲಬಾ ದೀಮ, ರಕ್ತಿಯಾ ಲಾಬೆನಾ ತುರ್ತ ದೀಮನಾ ದೀಮ ಸ್ವಿಂ ಕರಡಿ. ವೈಬಿಹಿರಿಯನ್ ಸಳಹಾ ವಿಗ್ರಾಮ ವೈತ್ರೇಷಿ ಹಾ ರಕ್ಷಣೆ ದೀಮನಾ, ಸೆಂಬಿಯ ರಕ್ಷಣೆ ತುಮ ಲಬಾದೀಮ, ವೈಬಿಹಿರಿ ರಕ್ವರಣ ಮದುಸೆಲ್ಪಾನ ಆದಿ ವಿಷಯನ್ ವಿವಿಧ ಕ್ರಿಯಾ ಮಾರಗ ವೈಬಿಹಿರಿಯನ್ ಆರಕ್ಷಣೆ ಕಿರಿಮೆ ಸಳಹಾ ಗೆನಾ ಆತ. ಮೆ ಅನ್ವಯ ಅಮಡಿನ್ ಹಾ ವೈಬಿಹಿರಿಯನ್ ಅಮಡಿನ್ ಸಮಾಂಶ ಕಾರ್ಯತ್ವ ಕರನ್ ದ್ವಿಕ್ರಿಯ.

ඡන සමාජයේ සාමාජිකයින් මූහුණ දෙන අභියෝග

සමාජය කුල ජීවත්වීමේ දී විවිධ අභියෝගයන්ට මූහුණ දීමට සිදු වේ. අභියෝග යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ ස්පෑෂිකව විසඳුම් නොලැබෙන ගැටලු හා බාධාකාරී තත්ත්වයන් වේ. මෙවැනි අභියෝගාත්මක අවස්ථා සඳහා නිරතුරුව ම පුද්ගලයාට මූහුණදීමට සිදු වේ. අභියෝගවලට සාර්ථකව මූහුණදීම සඳහා පහත සඳහන් ගුණාංග හා කුසලතා වර්ධනය කර ගැනීම වැදගත්වේ.

- ඉවසීම
- දරාගැනීමේ ගක්තිය
- ස්ථීර අධිෂ්ථානය
- ආත්ම විශ්වාසය
- නිර්භීතකම
- විවාරණීලිත්වය
- නිර්මාණයීලිත්වය
- නොපසුබවහාවය
- ස්ථීරසාරත්වය
- කායික හා මානසික ගක්තිය
- උපායකීලීම්
- උපක්‍රමිකබව

පාසලේ දිජ්‍යායින් වන අපට මූහුණදීමට සිදුවන අභියෝගාත්මක අවස්ථාවක් ලෙස විභාගවලට මූහුණදීම පෙන්වා දිය හැකි ය. එවැනි අවස්ථාවකට සාර්ථකව මූහුණදීමට නම් මනා සැලසුමකින් යුතුව ඉගෙනුම් කටයුතු අවසන් කර, පෙරහුරු ප්‍රශ්න පත්‍රවලට පිළිතුරු සපයා, ආත්ම විශ්වාසය ඇති කර ගැනීම මගින් ඉතා සාර්ථකව විභාග අභියෝග ජය ගත හැකි ය.

වර්තමාන සමාජයේ බොහෝ සාමාජිකයින් මූහුණදෙන අභියෝගාත්මක අවස්ථා ලෙස

- තරගකාරීත්වයට මූහුණදීම
- සමාජය සංකීරණවීම
- මාධ්‍ය බලපෑම්
- තුතන විලාසිතා
- සංස්කෘතික පරීභානිය
- සාරධර්ම පිරිහිම

- අපවාර බහුලවීම
- අහිතකර බලවේගවලින් දරුවන් ගෙරා ගැනීම
- විරකියාව
- අධ්‍යාපනය හා වැඩ ලෝකය තොගැලීම්
- ඉංග්‍රීසි බස හැසිරවීමේ දුර්වලතා
- නව තාක්ෂණීක උපාංග හාවිතය
- ඉහළ යන ජීවන වියදම
- පාරිසරික ගැටු

ආදි වගයෙන් සමාජයේ විවිධ පැතිකඩ මස්සේ විවිධ අහියෝග සමාජය තුළ ඉස්මතු වී ඇත.

අහියෝග සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග

යම් අහියෝගයක් සාර්ථකව ජය ගැනීමට නම් ඒ සඳහා පූර්ව සූදානමක් හා නිශ්චිත වැඩ පිළිවෙළක් අනුමතය කිරීම කළ යුතු ය. අහියෝගවලින් පලායාම වෙනුවට අහියෝගවලට මුහුණදීම මගින් ඒ සඳහා අවැසි ගක්තිය, අත්දුකීම් හා පරිණතභාවයක් ඇති වේ. යමක් පිළිබඳව සිතමින්, මග හැරීම, කල් දුමීම, ප්‍රතික්ෂේප කිරීම, විතැන් කිරීම වෙනුවට ප්‍රායෝගිකව හා ආත්ම විශ්වාසයෙන් ඒ සඳහා මුහුණදීම මගින් අහියෝග සඳහා සාර්ථකව මුහුණදීමට භැකි ය.

විල්මා රංජිත්ගේ කරාව

අැමරිකාවේ නැප්ප්ලී රෝහලේ දී උපත ලද විල්මා විවිධ උනතාවලින් පෙළණු අතර ද්විත්ව නිවිමෝනියාව ද රතු උප සහිත උණ රෝගයට ද ගොදුරු වුවාය. වම් පාදයට ද පෝලියෝ වැලදී තිබිණි. යටි පතුල් උඩු පැත්තට පිහිටා තිබිණි. ආධාරක මගින් පාදය පණ ගැනීමෙමට සිදු වූ අතර ඇයට එය පිබාකාරී විය. විල්මා වසර 11 දී පාවාරු ඉවත් කිරීමට හැකි වේගැයි දුඩුව විශ්වාස කළාය. ඇය දුඩු ආත්ම විශ්වාසයකින් වැඩියෙන් ව්‍යායාමවල නිරත වුවාය. ඉන් පසු ඇය විසින්ම පාද ආධාරක ඉවත් කරන ලදී. වයස අවුරුදු 12 වන විට සාමාන්‍ය දරුවක මෙන් ද්වීමට පැතීමට, ක්‍රිඩා කිරීමට හැකි බව ඇයට අවබෝධ විය. ඉන් පසු ඇය දුඩු කැපවීමෙන් ක්‍රිඩා කටයුතුවල නිරත වුවාය.

1956 දී මෙල්බන්හි දී පැවති ඔලිම්පික් ක්‍රිඩා තරගයෙන් ලෝකඩ පදක්කමක් දිනා ගත් ඇය 1960 දී පැවැත්වන ඔලිම්පික් තරගයෙන් අනිවාර්යයෙන්ම පුරුම ස්ථානය දිනා ගන්නා බවට අධිෂ්ටාන ඇති කර ගත්තාය. අධ්‍යාපන කටයුතුවලට දුරුවල වූ බැවින් බාහිර ක්‍රියාකාරකම් සඳහා ඇයට පැවුලෙන් අවසර තොලැබිණි. එබැවින් ඇය නිවසෙහි ඇති පෝරණුවෙන් රිංගා, නොර රහසේ නිවසින් පිටව ගොස් රාත්‍රී 8.00 සිට 10.00 දක්වා ක්‍රිඩා පුහුණුවීම් කටයුතුවල දුඩු කැපවීමෙන් නිරත වුවාය.

1960 දී රෝමයේ පැවති ඔලිම්පික් තරගයට විල්මා සහභාගී වුයේ ප්‍රේෂ්‍යක ජය සෙශ්‍යා මාධ්‍යයේ ය. තරගයට සහභාගීවීමට පුරුම රන් පදක්කම ගන්නා ආකාරය ඇගේ සිතේ පැහැදිලිවම මැවුණා ය. ඒ අනුව ඇය විදුලි වේගයෙන් මිටර් 100, 200 සහ 400 ක්‍රිඩා ඉසවිවලින් ලෝක වාර්තා පිහිටුවමින් රන් පදක්කම්ලාභිතියක වුවා ය. මෙමස් කුඩා කළ “ඇඟා සහිත ” දුරියක වූ විල්මා මවිශියන්ගේ හා පවුල් හිතවතුන්ගේ උදුව සම්ගින් අපරාජිත තත්ත්වයට පත්විය.

විල්මාගේ කරාන්දරයෙන් අපට ගත හැකි ආදර්ශය වන්නේ දුඩු ආත්ම විශ්වාසයකින් හා දුඩු කැපවීමෙන් කටයුතු කිරීම මගින් ඔනැම අහියෝගයක් ජය ගත හැකි බවයි.

අහියෝග ජය ගැනීමට කළ යුතු ක්‍රියා මාර්ග

- ජීවිත අරමුණු හෝ ඉලක්ක ගොඩනගා ගැනීම
- දුරිය හැකි ජීවන රටාවක් ගොඩනගා ගැනීමට යොමුවීම
- නිවැරදි තීරණ ගැනීම
- නිර්මාණයීලි වින්තනය

- සමාජයේ හිතකර බලවේග ප්‍රගා කර ගැනීම
- සැලසුමක් අනුව කටයුතු සංවිධානය
- විවිධ විකල්ප තෝරා බෙරා ගැනීම
- වැඩිහිටි උපදෙස් හා මග පෙන්වීම ලබා ගැනීම
- සියලු පරාජයන් ජීවිත අත්දැකීම බවට පත් කර ගැනීම
- අපුබවාදී දාජ්වීයෙන් තොරවීම
- තමා කරන කටයුතු පිළිබඳ විශ්වාසවන්තහාවය

ආදි වශයෙන් යම් අහියෝගයක් සාර්ථකව ජය ගැනීමට ඉහත සඳහන් ආකාරයෙන් තම ගක්තින් සංවර්ධනය කර ගැනීම වැදගත් වේ.

ශ්‍රීයාකාරකම 2.11

- ඔබ මූහුණ දුන් අහියෝග අවස්ථා සිහිපත් කරන්න.
- ඉන් ඔබ ජය ගත් හා පරාජය වූ අවස්ථා මතක් කරන්න.
- එම අහියෝග ජය ගැනීමට පදනම් වූ හේතු හා පරාජය වීමට බලපෑ හේතු වෙන වෙනම සලකා බලන්න.
- සාර්ථකව අහියෝග ජය ගැනීමට ඔබ ප්‍රගුණ කළ යුතු ඉණාංග මෙනෙහි කරන්න.
- අහියෝග ජයගත් වරිතාපදාන කියවීමට ගොමු වන්න. ගත හැකි ආදර්ශ ජීවිතයට එක් කර ගන්න.

ඡන සමාජයේ යහපත උදෙසා තම යුතුකම් හා වගකීම

යුතුකම් (Obligations)

යුතුකම් යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ පොදු සමාජ පැවැත්ම සඳහා පුරවැසියන් විසින් තම තමන්ට පැවරෙන කාර්යයන් ඉටු කිරීමට ඇති බැඳීමයි. මෙම බැඳීම නීතිමය හා සඳාවාරාත්මක වශයෙන් වර්ග කළ හැකි ය.

නීතිමය යුතුකම්	සදාවාරාත්මක යුතුකම්
<ul style="list-style-type: none"> රජයට අවනත වීම රාජ්‍ය නීති පිළිපැදිම බඳ ගෙවීම රාජකාරිය නිසි ලෙස ඉටු කිරීම නීතිය හා සාමය පවත්වා ගෙන යාම 	<ul style="list-style-type: none"> දෙමාපියන්ට සැලකීම වැඩිහිටියන්ට සැලකීම, ගරු කිරීම ආචාරයිලිවීම සම්ප්‍රදායන් රකීම අනාථ ආගම්වලට හා ජාතින්ට ගරු කිරීම ජාතික සංකේත හා ජාතික විරෝධයන්ට ගරු කිරීම

නීතිමය යුතුකම් ඉටු කිරීමට නීතියෙන් බැඳී ඇත. ඒවා පැහැර හැරීමෙන් දඩුවම් විදිමට ද සිදුවිය හැකි ය. එබැවින් සමාජයේ යහපත සඳහා නීතිමය යුතුකම් පැහැර නොහැර ඉටු කිරීම සැම පුරවැසියෙකුගේ ම යුතුකමකි.

සදාවාරාත්මක යුතුකම් ඉටු කිරීමට නීතියෙන් බැඳී නොමැති අතර එය හැද සාක්ෂිය අනුව කළ යුතු දෙයකි. මෙවා පැහැර හැරීමෙන් සපුළුව දඩුවමට ලක් නොවුව ද සමාජය තුළ එවැනි සදාවාරාත්මක යුතුකම් පැහැර හරින්නේ පිරිහිමට හා ප්‍රතික්ෂේප වීමට ලක් වෙති. එහෙත් සදාවාරාත්මක යුතුකම් පැහැර හැරීම මගින් කළේ ගත වීමේ දී තම මනසට එමගින් දුක්, කළකිරීම, අපහසුව, අසහනය වැනි තත්ත්ව ඇතිවිම මගින් පුද්ගල වර්යාව පිරිහිමට ලක්වේ. නිදුසුන් ලෙස තමා හදා වඩා, කවා පොවා, අධ්‍යාපනයට යොමු කර, අනාගතය සකසා, තම වස්තුව, දේපල පවරා දුන් දෙම්විජියන්ට නොසලකා හැරීම සදාවාරාත්මක යුතුකම් පැහැර හැරීමකි. එමගින් පුද්ගලයා ද පිරිහිමට ලක්වේ. එබැවින් නීතිමය යුතුකම් මෙන්ම සාදාවාරාත්මක යුතුකම් ද සමාජයේ යහ පැවැත්මට අත්‍යවශ්‍ය වේ.

ක්‍රියාකාරකම 2.12

- මධ්‍ය විසින් ඉටු කරනු ලබන නීතිමය යුතුකම් හා සඳාවාරාත්මක යුතුකම් පිළිබඳ ලේඛනයක් පිළියෙල කරන්න.
- එවැනි අවස්ථා විතුයට තගන්න.

වගකීම (Responsibilities)

යුතුකම් ඉටු කිරීමට ඇති බැඳීම වගකීම ලෙස හැඳින්වේ. සමාජයේ ජ්‍වත්වන පුරවැසියන් ලෙස පැවරී ඇති වගකීම රසක් ඇත.

නිදසුන්

- ඡන සමාජයේ පුද්ගලයින්ගේ යහපත සඳහා ඇති පොදු දේපළ පරිහරණය කරමින් ආරක්ෂා කිරීම
- සමාජයේ පවත්නා නීතිරිතිවලට ගරු කිරීම
- ඡන සමාජයේ යහපාලනයට දායකවීම

මේ අනුව යුතුකම් හා වගකීම අනෙක්නා වශයෙන් එකිනෙකට බැඳී පවතියි. මෙහි ගසට පොත්ත මෙන් වෙන් කළ තොහැකි සම්බන්ධතාවක් පවතියි. සමාජයේ යහ පැවැත්ම තහවුරු වන්නේ මෙම යුතුකම් හා වගකීම මත වේ.

යුතුකම් හා වගකීම ඉටු කිරීම සමාජ යහපතට හේතුවන ආකාරය

නිදසුන් ලෙස :-



- තාප්තිමත් හා ගෞරවාන්වීත ජන සමාජයක් බිහිවීම

තමන්ගේ කාර්යයන් පහසුවෙන් ඉටුවීම මගින් තමන්ට පහසුවක් ගෙන දෙයි. එකිනෙකාට ගරු කරන පුද්ගලයින් සිටින බැවින් තමන්ට ගෞරවාන්වීත බවක් හැඟී යයි. එවිට ජන සමාජයේ ක්‍රියාකාරීත්වය ඉතා භොඳින් සිදු වේ.

- යහපත් ජ්වන කුමයක් ගොඩනගා ගත හැකිවීම

සමාජය තුළ යහපත් දේ ම සිදුවන විට පුද්ගලයින් තුළ සමාජය පිළිබඳව දැඩි විශ්වාසයක් ගොඩනැගේ. එමගින් සැම කෙනෙකුටම යහපත් ව ජ්වන්වීමට අවකාශ සැලැසේ.

- යහපත් අන්තර් සම්බන්ධතා පවත්වා ගෙන යා හැකිවීම

සමාජය තුළ යුතුකම් හා වගකීම මැත්තවින් ඉටුවීම නිසා පුද්ගල සම්බන්ධතා වැඩිවේ. එමගින් යහපත් අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා පහසුවෙන් පවත්වා ගෙන යාමට අවස්ථාව ලැබේ.

ක්‍රියාකාරකම 2.13

- ඔබගේ පවුලේ කටයුතුවල දී පැවරී ඇති වගකීම කවරේ ද?
- ඔබට පාසලේ කටයුතු සම්බන්ධව පැවරී ඇති වගකීම මොනවා ද?
- ඔබට පැවරී ඇති එම වගකීම ඔබ කුමන අයුරකින් ඉටු කරන්නේ ද? පැහැදිලි කරන්න.

අපේ සංස්කලනය

හැදින්වීම

ශ්‍රී ලාංකික ජන සමාජය විවිධ ජන වර්ග, විවිධ ආගම් හා විවිධ භාෂා කතා කරන කණ්ඩායම්වලින් සමන්විත බහු සංස්කෘතික ස්වරූපයක් උස්සාලනු ලබයි. එක් එක් ජනවර්ගයට මෙන්ම ආගමික කණ්ඩායම්වලට සුවිශේෂ වූ සංස්කෘතික ලක්ෂණ දැක ගත හැකි ය. එසේම සැම ජන කණ්ඩායමකටම මෙන්ම ආගමික කණ්ඩායමකට පොදු වූ සංස්කෘතික ලක්ෂණ ද පවතී. එවායේ වෙනස්කම් මෙන් ම සමානකම් ද හඳුනා ගැනීම අත්‍යවශ්‍යය. ශ්‍රී ලාංකික ජන සමාජයේ යහපත් පුරවැසියෙකු වශයෙන් සම්ඟිය, සහඤ්වනය, සමානාත්මකාව ඇති කිරීම උදෙසා කටයුතු කිරීමට අවශ්‍ය නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීම මෙම ජ්‍යෙක්ක්‍යා කෙරේ.

සංස්කෘතිය හඳුනා ගැනීම

සැම සමාජයකට ම රේ ආච්ච්‍යක වූ සංස්කෘතියක් (Culture) පවතී. ඔහැම සමාජයක මේනිසුන්ගේ හැසිරීම්, පුරුදු, සිරිත්වීරිත්, ආකල්ප, විශ්වාස ආදි සියල්ල සංස්කෘතියට අයත් වේ.

සමාජ කුමයක් තුළ පුද්ගලයන් ජ්‍යෙන් වන ආකාරය ද සංස්කෘතියට අයත් ය. සංස්කෘතිය යන ව්‍යවහාර විවිධ පුද්ගලයන් විවිධාකාරයට නිරවචනය කර තිබේ. ඒ සඳහා නිශ්චිත එක් නිරවචනයක් ඉදිරිපත් කළ නොහැකිය.

අප සැම දෙනාටම සංස්කෘතියක් තිබේ. අපේ හැසිරීම් රටාව, විවිධ පුරුදු හා ඇබ්බැහිවීම්, සිරිත්වීරිත්, සිතුම්පැතුම්, විශ්වාස ආදි සියල්ල සංස්කෘතිය ලෙස සරල ව හැදින්වීය හැකි ය.

සමාජයක පවතින ආහාරපාන රටා, මංගල සහ අවමංගල වාරිතු කුම, ආගමික වත්පිළිවෙත් හා වැදුම් පිදුම් ආදි සියල්ල සංස්කෘතියට අයත් දේවල් වේ. මෙම දේවල් වුව ද සමාජයෙන් සමාජයට වෙනස් වන තත්ත්වයක් දැක ගත හැකි ය. එම නිසා එක් සංස්කෘතියකින් තවත් සංස්කෘතියක් වෙත් වන බව ඔබ හඳුනාගත යුතු ය.

සංස්කෘතිය පිළිබඳ ඉදිරිපත්ව ඇති නිරචන

සංස්කෘතිය පිළිබඳ ඉදිරිපත්ව ඇති එක් පොදු නිරචනයක් හඳුනා ගත නොහැක. විවිධ මානව හා සමාජ විද්‍යාඥයින් විසින් විවිධ අයුරින් එය විස්තර කර තිබේ. පහත දැක්වෙන්නේ එවැනි ප්‍රකට නිරචනයකි.

දැනුම, ඇදහිලි, කලා, නීති, සිරිත්වීරිත්, ඇගයීම් හා මිනිසා විසින් සමාජයේ ජීවත් වන පුද්ගලයෙකු වශයෙන් ලබා ගන්නා වූ පුරුදු, ඇඛැහිකම් හා හැකියාවන්ගේ සමස්තය සංස්කෘතිය යි.

- රු. ඩී. ටයිලර් -

ඉහත නිරචනය දෙස බැලීමේ දී ඔබට පෙනී යන්නේ මිනිසාගේ සියලුම ක්‍රියාකාරකම් නැතිනම් වැඩිකටයුතු සංස්කෘතිය වන බව යි. සමාජයක මිනිසුන් පිළිගත් පොදු හැසිරීම් රටාවකට ඩුරු පුරුදු කරනු ලබන්නේ සංස්කෘතිය මගිනි. නැතිනම් මිනිසා හසුරුවනු ලබන, පාලනය කරනු ලබන මෙවලම සංස්කෘතිය යි. සංස්කෘතිය මගින් මිනිසා කළ යුතු දේ සහ තොකළ යුතු දේ කියා දෙයි. ඒ සඳහා මග පෙන්වයි.

සංස්කෘතිය පිළිබඳව තවදුරටත් පැහැදිලි කර ගැනීම සඳහා පහත සංවාදය නොදින් අධ්‍යයනය කරන්න.

නාමල්යාය මහා විද්‍යාලයේ 7 ග්‍රේන්ඩේ ඉගෙන ගන්නා දරුවන් රැගෙන ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යාපන වාරිකාවක් යාමට පන්තිහාර හා විෂය හාර ගුරු මණ්ඩලය තීරණය කළ හ. මෙම ක්ෂේත්‍ර වාරිකාව අනුරාධපුරය හා පොලොන්තරුව යන එතිහාසික නගර දෙක කේත්ද කර ගනිමින් දින දෙකක් පුරා සිදු කිරීමට ද සූදානම් කෙරිණ. තියමිත දින ක්ෂේත්‍ර වාරිකාව යන අතර මගදී පන්තිහාර ගුරුතුමිය හා පන්තියේ සිසුන් කිහිපදෙනෙකු අතර ඇති වූ සංවාදයක කොටසක් පහත දැක්වේ.

- දෙවිනි :** අනුරාධපුර අටමස්ථානවලට ගිහින් ඒවායේ එතිභාසික වටිනාකම හොඳින් අවබෝධ කර ගෙන ගෙදර ඇවිත් අම්මටයි, තාත්ත්වයි කියලා දෙන්න කියලා මට අපේ අම්මා උදේ ගෙදරින් පිටත් වෙනකාට කිවිවා.
- ජනුද :** ආ.... ඇත්තද? අටමස්ථාන කියන්නේ මොනවාද කියලා අහල තිබුණට මමත් හරියට ඒ ගැන දන්නේ නැහැ. අපි විවරගෙන් අහලා බලමු.
- දෙවිනි :** අපිට අටමස්ථාන ගැන කියලා දෙනවා නේද විවර? අනුරාධපුරයට ගියායින් පස්සේ.
- ගුරුතුමිය :** ඔව්... ඔව්... දරුවනේ. මම හැමෝටම අපේ වාරිකාවේ වැදුගත්කම සහ නරඹන ස්ථානවල එතිභාසික වැදුගත්කම කියලා දෙනවා. ඒවා ලියා ගන්න තමයි පොතකුයි පැනකුයි ගේන්න කියලා කළුතියාම කිවිවේ.
- අන්සාර :** විවර... අපේ සංස්කෘතියට අයිති දේවල් ද ඔය අටමස්ථාන කියන්නේ
- ගුරුතුමිය :** අන්න හරි... බොහෝම හොඳයි... ඇහුණා නේද හැමෝටම. කළුතියාම පොතපත කියවලා කරුණු අවබෝධ කර ගෙන ඉන්නේ අන්සාර. අනුරාධපුරය සහ පොලොන්නරුවේ තිබෙන සියලුම කළා නිරමාණ, වැව් ආද සියල්ල අපේ සංස්කෘතික අංග. ඒවා අපේ සංස්කෘතික දායාද. ඒ විතරක් නොවේ ඒවා බොද්ධයින්ට විතරක් උරුම දේවල් නොමෙයි. හින්දු ආගමිකයන් විසිනුත් නිරමාණය කරපු දේවල් තියෙනවා.
- දේවි :** විවර... මං අහලා තියෙනවා... පොලොන්නරුවේ ගිව දේවාලය හින්දු ආගමේ නිරමාණයක් කියලා.
- ගුරුතුමිය :** ඔව්... ඔව්... ගිව දේවාල හින්දු සංස්කෘතික අංග පෙන්නුම් කරන හොඳ අවස්ථාවක් බවට මතයක් පවතිනවා.
- වෙනෙතු :** විවර... එතකාට සංස්කෘතියට අයිති වෙන්නේ ඔය ආගම්, වෙහෙර විහාර, වැව් ආදිය විතරයි ද?
- ගුරුතුමිය :** ඒකත් හොඳ ප්‍රශ්නයක්... බලන්න සංස්කෘතිය කියලා කියන්නේ ඔය දේවල් විතරක් නොවයි. මිනිසුන්ගේ සිරිත්වීරත්... ඒ කියන්නේ අපි පුරුදු පුහුණු වෙලා තියන දේවල්, විශ්වාස, ආහාර ගන්නා ආකාරය, ඇදුම් පැලදුම්, කතා කරන විලාසය, හැසිරෙන ආකාරය ආදි මේ සියල්ලක් ම සංස්කෘතියට අයිතියි.

ඉනිමා : වේචර... එතකොට මේ දේවල් හැම ජන කොට්ඨාසයකටම පොදුයි ද? හැම ආගමටත් පොදුයි ද?

ගුරුතුමිය : තැ... තැ.... ඔයගොල්ලා හොඳින් තෙරුම් ගන්න ඕන මේක තමයි. හැම ජන කොට්ඨාසයකටම, හැම ආගමකටම සංස්කෘතියක් තියෙනවා. හැබැයි ඒ සංස්කෘතිය එකිනෙකට වෙනස්. ඒ වූණත් සමහර සංස්කෘතික අංග අපි හැමෝටම පොදුයි. මොනවද කියල දන්නවද ඒ පොදු දේවල්.

ඡනුද : මං දන්නවා වේචර...

ගුරුතුමිය : හා... හොඳයි... කියන්න බලන්න එහෙනම් ඡනුද පුතා.

ඡනුද : හාඡාව, ආගම, කලා කිල්ප, ඇදුම් පැලදුම්, සිරිත්වීරිත්

දෙවිනි : වේචර, ඒ දේවල් පොදු වූණාට... ජන වරශයෙන් ජන වරශයට වගේම ආගමෙන් ආගමටත් ඒ දේවල් සිදු කරන විදිහෙ වෙනසක් තියෙනවා නේද?

ගුරුතුමිය : ඔව්... ඔව්... හොඳයි දෙවිනි මයාගේ ඒ අදහස පැහැදිලි කරන්නකා අනෙක් යාව්චන්ටත් හොඳව තේරෙන විදිහට.

දෙවිනි : දැන් බලන්නකා... අපි හැමෝටම පොදුයි ඇදුම් පැලදුම්. හැබැයි සිංහල අය ඔසරියයි සාරියයි දෙකම අදිනවා. දෙමළ අය සාරිය අදිනවා. මූස්ලිම කාන්තාවන් සාරිය ඇදාලා ගර්දාවත් දානවා. ඒකයි මං කිවිවේ පොදු ලක්ෂණ තිබුණත් ඒ අතර පවා යම් යම් වෙනස්කම් පවතින බව.

ගුරුතුමිය : ආ... බොහෝම හොඳයි... දෙවිනි දුව හොඳ උදාහරණයක් අරගෙන ඒ පැහැදිලි කිරීම කළේ. තාමත් තේරෙන්නේ නැති අය ඇති නේද? ඒක.. මං කියලා දෙන්නම්කා.. ඔයගොල්ලන්ට තවදුරටත් ඔය ගැන තොරතුරු. අපිට සංස්කෘතියක් තියෙනවා. ඒ සංස්කෘතිය ජන වරශයෙන් ජන වරශයට වෙනස් වෙනවා. සමහර විට පුදේශයෙන් පුදේශයට, සමාජයෙන් සමාජයටත් වෙනස්කම් ඇති වෙන්න පුළුවනි. මේ නිසා තමන්ට උරුම වූ සංස්කෘතිය අපි හඳුන්වන්නේ සංස්කෘතික අනන්‍යතාව කියලා. පැහැදිලිය නේද හැමෝටම. සංස්කෘතික අනන්‍යතාව ආරක්ෂා කර ගන්න සැම අයෙක්ම කටයුතු කරනවා. ඒක හොඳ දෙයක්. දැන් මගොල්ලා දන්නවා නේද එහෙනම් සංස්කෘතික අංග මොනවද කියලා. ඒ වගේම සංස්කෘතික අනන්‍යතාව

කියන්නේ මොකක්ද කියලත් දන්නවා නේදී? එහෙනම් ඔන්න මං පූංචි ප්‍රශ්නයක් ඔය ගොල්ලන්ගෙන් අහනවා.

ඉතිමා : විවර... ගෙදර වැඩක් ද?

ගුරුතුමිය : නැ... නැ... දැන්ම මට කියන්න ඕනෑම... මුලින්ම කියපු කෙනාට අපි භොඳ අත්පොලසන් නාදයක් දෙනවා. මෙන්න එහෙනම් ප්‍රශ්නය... සංස්කෘතිය කියන්නේ මොකක්ද කියලා සරලව නිර්වචනයක් හදලා හසියෙන් කියන්නකා අපි හැමෝටම ඇහෙන්න.

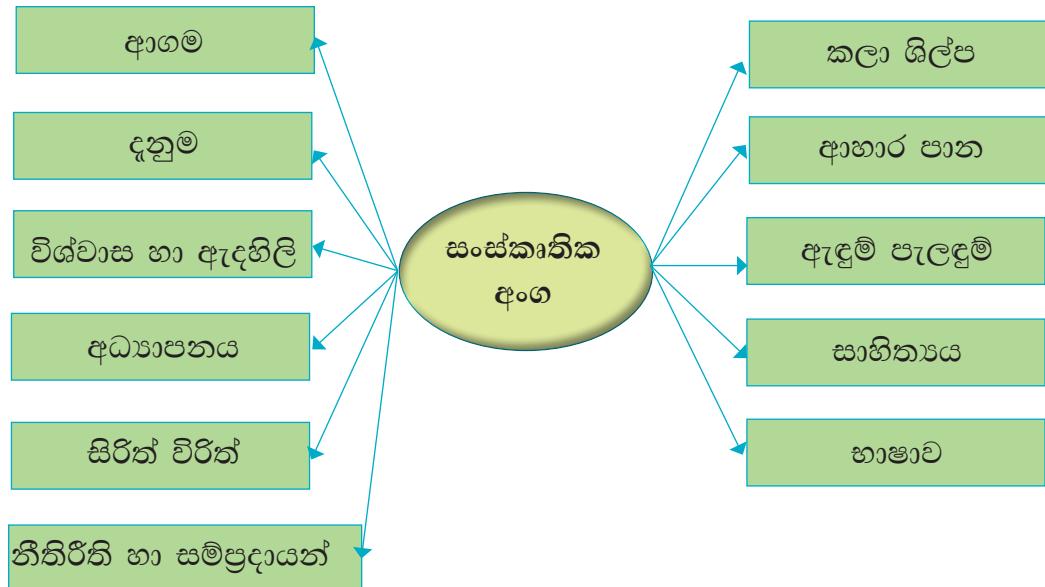
වෙනෙනු : විවර... සංස්කෘතිය කියන්නේ අපි කන බොන, අදින පලදින, කතා කරන, හැසිරෙන, වැදුම් පිදුම් කරන ඒ විතරක් නෙමෙයි කළා ශිල්ප, සිරිත්විරිත් ආදි සියල්ලටම...

ගුරුතුමිය : බොහෝම භොඳයි... බොහෝම භොඳයි... මං හිතුවත් වඩා සාර්ථක උත්තරයක්නේ දුන්නේ... දැන් තේරුණා නේදී? අනිත් අයත් තමන්ගේ නිර්ච්චනය භාඳිත් හිතේ තියාගෙන තමන්ගේ වැඩ පොත් පසුව ලියා ගන්න ඕනෑම...

සංස්කෘතික අංග (Elements of Culture)

සැම සමාජයකම පැවැත්ම සඳහා සංස්කෘතිය මගින් ඉටු කරනු ලබන මෙහෙය අතිශය වැදගත් වේ. එසේම කාලයෙන් කාලයට සංස්කෘතිය විවිධ වෙනස්කම්වලට ලක්වන ආකාරය ද හඳුනාගත හැකි ය. සමාජයෙන් සමාජයට සංස්කෘතිය වෙනස් වේ. එම තිසා එක් එක් සංස්කෘතියට ආවේණික වූ සුවිශේෂ සංස්කෘතික ලක්ෂණ පවතී.

කෙසේ වුවද සැම සංස්කෘතියකම දක්නට ලැබෙන සංස්කෘතික අංග රාඹියක් වේ. වරින් වර ඒවා වෙනස් විය හැකි ය. භාජාව, ආගම, සාහිත්‍යය, ඇදුම් පැලදුම් ආදි දේශීල් සංස්කෘතික අංග කිහිපයක් සඳහා තිදුසුන් වේ. පහත දැක්වෙන රුප සටහන තවදුරටත් අධ්‍යායනය කිරීමෙන් ඔබට සංස්කෘතික අංග පිළිබඳව භොඳ අවබෝධයක් ලබා ගත හැකි ය.



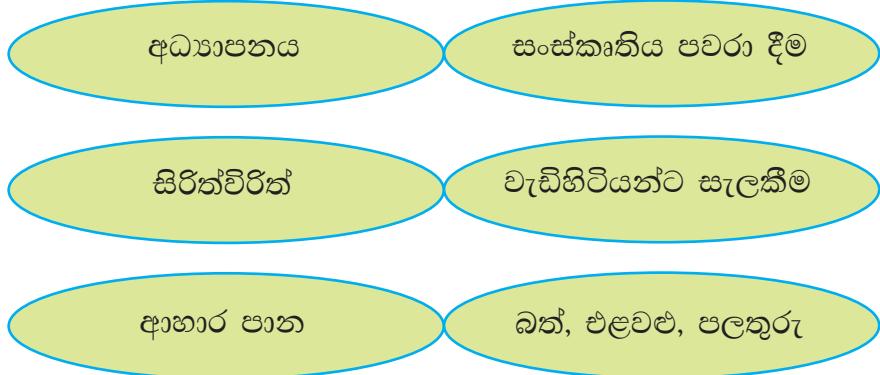
ක්‍රියාකාරකම 3.1

- සංස්කෘතිය ලෙස ඔබ තේරුම් ගත් දැ ඇසුරින් සරල නිරවචනයක් නිරමාණය කරන්න.
- සංස්කෘතික අංග තුනක් තම් කරන්න. ඒවාට නිදසුන් එක බැහින් සපයන්න.

සැම සංස්කෘතියකම දක්නට ලැබෙන පොදු ලක්ෂණ

සමාජයෙන් සමාජයට සංස්කෘතිය වෙනස් විය හැකි ය. එම නිසා එක් සංස්කෘතියකින් තවත් සංස්කෘතියක් වෙනස් වේ. එසේ වෙනස් වුවද ඒ සැම සංස්කෘතියකටම පොදු වූ ලක්ෂණ රාඛියක් ද පවතී. නිදසුනක් ලෙස භාෂාව, ආගම, සිරිත්විරිත් සැම සංස්කෘතියකටම පොදු සංස්කෘතික අංග වේ. විශේෂයෙන් බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක සාමාජිකයුතු වශයෙන් කටයුතු කිරීමේ දී එක් එක් සංස්කෘතියට සුවිශේෂ වූ සංස්කෘතික ලක්ෂණ මෙන් ම පොදුවේ දක්නට ලැබෙන ලක්ෂණ ද හඳුනා ගැනීම වැදගත් වේ. පහත රුප සටහන භෞදින් අධ්‍යයන කිරීම තුළින් සැම සංස්කෘතියකටම පොදු අංග ලක්ෂණ මොනවාද යන්න පිළිබඳ අවබෝධ කර ගත හැකි ය.

උදා:-



එක් එක් සංස්කෘතියට අනතුශ වූ ලක්ෂණ

සැම සංස්කෘතියකටම පොදු ලක්ෂණ පවතින බව ඔබ මේ වන විට ඉගෙන ගෙන ඇත. රේට ආවේණික වූ ලක්ෂණ ද දක්නට ලැබේ. නැතිනම් එක් එක් සංස්කෘතියට උරුම වූ, රේට ආවේණික වූ ලක්ෂණ හඳුනාගත හැකි ය. එලෙස විවිධ සංස්කෘතින් අතර වෙනස්කම් ඇති වීම සඳහා බලපාන සාධක වන්නේ ජනවර්ග, ආගම, භාෂා, ජ්වනෝපාය කුම ආදි කරුණු ය. නිදසුන් ලෙස ශ්‍රී ලංකික ජන සමාජය සිංහල, දෙමළ, මූස්ලිම්, බරගර සහ මැලේ ආදි ජනවර්ග රාඛියකින් සමන්විත වේ. එම සැම ජනවර්ගයකටම එයට ආවේණික සංස්කෘතියක් හා සංස්කෘතික ලක්ෂණ ද දක්නට ලැබීම පෙන්වා දිය හැකි ය.

සංස්කෘතික විවිධත්වයට හේතු

- ජනවර්ගය (Ethnicity)
- ආගම (Religion)
- භාෂාව (Language)
- ජ්වනෝපාය මාර්ග (Occupation)

ජනවර්ගය, ආගම, භාෂාව, ජ්වනෝපාය මාර්ගය ආදි සාධක පදනම් කරගෙන එක් සංස්කෘතියක් තවත් සංස්කෘතියකින් වෙනස් වේ. එම සාධක පදනම් කරගෙන සංස්කෘතියකින් තවත් සංස්කෘතියක් වෙන්ව හඳුනා ගැනීමට හැකි වීම සංස්කෘතික අනතුශතාව ලෙස හැඳින්වේ.

බහු සංස්කෘතික සමාජයක ජීවත් වීමේ දී මෙම සංස්කෘතික අන්තර්තාව හඳුනා ගැනීම ඉතා වැදගත් ය. එසේම විවිධ සංස්කෘතිවලට අයත් ලක්ෂණ හඳුනා ගෙන ඒවාට ගොරව කිරීම මෙන්ම හෙළා නොදුකීම ද අතිශය වැදගත් වේ. එවිට සංස්කෘති අතර ගක්තිමත් අන්තර් සම්බන්ධතාවක් ගොඩනැගේයි. එමගින් සමාජයේ සහඟ්වනය, සහෝදරත්වය, සමානාත්මකාව, සම්ගිය මෙන්ම සාමය ද ඇති වේ.

ශ්‍රී ලාංකික ජන සමාජයේ සංස්කෘතික විවිධත්වය

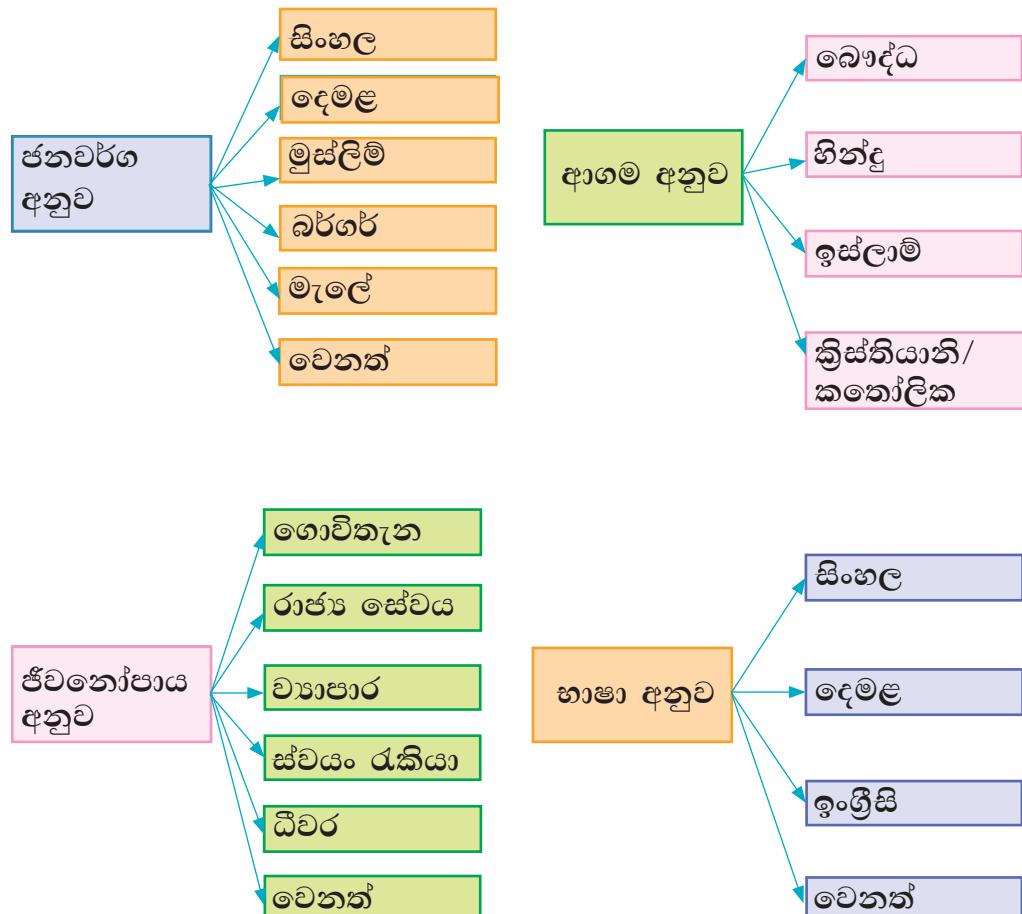
ශ්‍රී ලාංකික ජන සමාජය බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක් (Multi - cultural society) සඳහා දිය හැකි හොඳම තිදුසුනකි. අප රට තුළ සිංහල, දෙමළ, මූස්ලිම් යන ප්‍රධාන ජනවර්ග තුන සහෝදරත්වයෙන් යුතුව සියවස් ගණනාවක් තිස්සේ එක්ව ජීවත් වෙති. එට අමතරව බරැගර හා මැලේ වැනි වෙනත් ජනවාරියික කණ්ඩායම ද මතා සහෝදරත්වයකින් යුතුව ශ්‍රී ලාංකික ප්‍රජාවක් ලෙස එක්ව කටයුතු කරති.

ආගම් වශයෙන් ගත් විට බොඳේ, තින්දු, ඉස්ලාම් හා කතෝලික/ත්‍රිස්තියානි යන ආගම් හතරට අයත් ජන කොටස් එක්ව ජීවත් වෙති. ආගමික සහඟ්වනය මතාව ආරක්ෂා වී පවතී. බොහෝ ආගමික ස්ථාන සැම ආගමකටම අයත් කණ්ඩායම්වල ප්‍රජනීය ස්ථාන බවට පත්වීම සුවිශේෂ තත්ත්වයකි. තිදුසුනක් ලෙස කතරගම දේවාලය, තල්ලුර කෝවිල, මධු පල්ලිය, තලවිල ගාන්ත ආනා දෙව්මැදුර, ශ්‍රී පාදස්ථානය එවැනි ප්‍රජනීය ස්ථාන අතුරින් කිහිපයකි.

භාෂාව ගත් විට සිංහල සහ දෙමළ අප රටේ පවතින ප්‍රධාන භාෂා දෙක වේ. සිංහල දැරුවන් දෙමළ භාෂාවත්, දෙමළ දැරුවන් සිංහල භාෂාවත් හසුරුවන ආකාරය වර්තමානයේ අපේ පාසල් ආග්‍රිතව දැකගත හැකි ය. එය ඉතා යහපත් ලක්ෂණයක් මෙන්ම අගය කළ යුතු දෙයකි. මිට අමතරව ජාත්‍යන්තර භාෂාවක් ලෙස ඉංග්‍රීසි භාෂාව රටේ සැම ජන කොටසක් ම පොදුවේ භාවිත කරති. අපි සැම අයෙකුම තම මව භාෂාව පමණක් තොට රටේ භාවිත කරනු ලබන අනෙක් භාෂා ද කතා කිරීමට, ලිවීමට පුරුවක් ඇති කර ගැනීම අතිශය වැදගත් වේ.

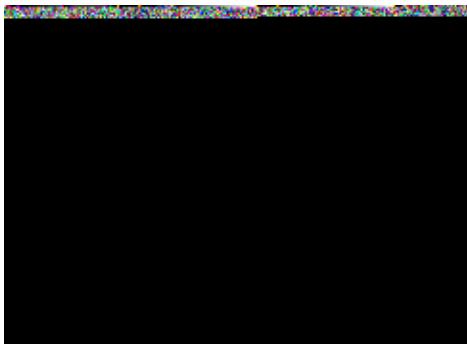
මෙමෙස අප රට කුළ විවිධ ජන වර්ග, ආගමික කණ්ඩායම් සහ භාෂා පැවතීම නිසා බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක ලක්ෂණ දක්නට ලැබේ. එවැනි බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක සාම්කාමීව සහ සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. ඒ සඳහා ඔබ සියලුදෙනා කැපවීමෙන් ක්‍රියා කළ යුතු ය.

ශ්‍රී ලංකික ජන සමාජයේ පවතින බහු සංස්කෘතික ලක්ෂණ

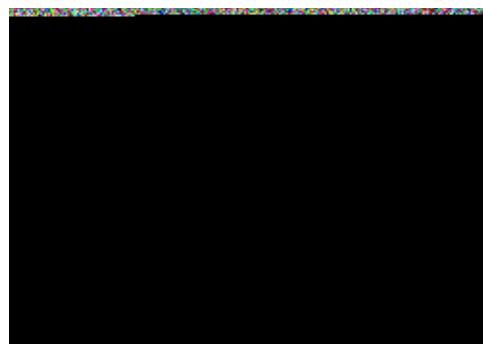


විවිධ ආගම හා ජනවර්ගවලට ආවේණික ලක්ෂණ

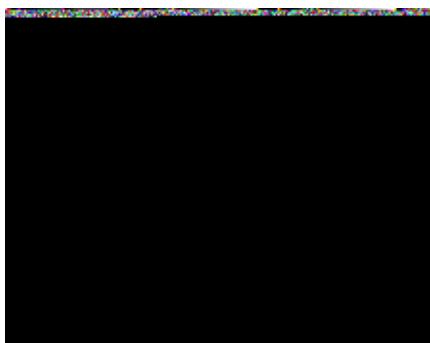
ආගම හා ජනවර්ගවලට ආවේණික සංස්කෘතික අංග ලක්ෂණ හඳුනා ගත හැකි ය. භාෂා, ආගම, ඇශ්‍රම් පැලදුම්, කලා ශිල්ප, අධ්‍යාපනය ආදිය සැම සංස්කෘතියකටම පෙනු ලක්ෂණ වේ. එහත් එක් එක් ජනවර්ග මෙන්ම ආගම අනුව ද එම සංස්කෘතික අංග වෙනස් වේ. එම එක් එක් ආගමට අයත් සංස්කෘතික උත්සව ද විවිධාකාර ස්වරූපයක් ගනු ලැබේ. පහත දැක්වෙන්නේ එක් එක් ජනවර්ගවලට හා ආගමවලට අයත් උත්සව අවස්ථා සඳහා තිද්සුන් කිහිපයකි.



3.1 රුපය - සිංහල හා හින්දු අලුත් අවුරුදු උත්සවය



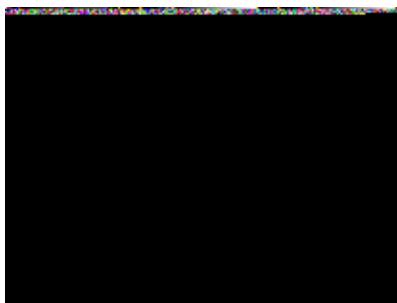
3.2 රුපය - මෙතපොංගල් උත්සවය



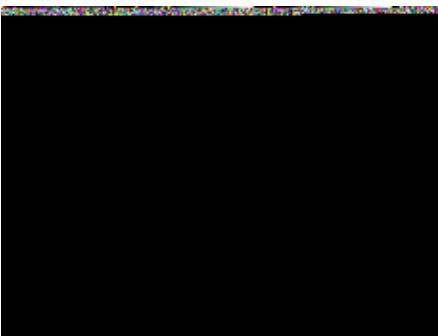
3.3 රුපය - වෙසක් / පොෂෝන් උත්සව



3.4 රුපය - කතොලික
ආගමික උත්සවය



3.5 රුපය - හඳුන් උත්සවය



3.6 රුපය - නත්තල් උත්සවය

එක් එක් ආගමට හා ජනවර්ගයට අයත් සාමාජිකයන් අනුගමනය කරන වෙනත් සංස්කෘතික උත්සව අවස්ථා රාඛියක් ද වේ. නිදුසුන් ලෙස විවාහ මංගල හා අවමංගලා අවස්ථා, දරුවකුගේ ඉදුල් කටගැමීම් උත්සවය, හිසකෙස් කැපීමේ වාරිතුය, තව නිවසකට ගෙවදීමේ අවස්ථා ආදිය දැක්වේය හැකි ය. එම සංස්කෘතික උත්සවවල දී අනුගමනය කරන සිරිත්වීරිත් ජනවර්ගයෙන් ජනවර්ගයට වෙනස් වේ. එමෙන්ම ආගමෙන් ආගමට ද වෙනස් විය හැකි ය. විවාහ මංගල උත්සව, අවමංගල උත්සව ආදියේ දී අනුගමනය කරන සිරිත්වීරිත් එක් එක් සංස්කෘතිය අනුව වෙනස් වේ.

සංස්කෘතික දායාද (Cultural Heritage)

සැම සංස්කෘතියකටම අයත් වූ සංස්කෘතික අංග පවතින අතර ඒවා ආරක්ෂා කොට අනාගත පරම්පරාව වෙත පවරා දීම කළ යුතු ය. සැම සංස්කෘතියකටම අයත් අංග සංස්කෘතික දායාද ලෙස හැඳින්වේ. නිදුසුනාක්

ලෙස සිරිත්වීරිත්, කළා ඩිල්ප ආදිය දැක්විය හැකි ය. එම සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කරමින් පවත්වාගෙන යාම මෙන්ම අනාගත පරම්පරාව වෙත පවරා දීම සැම දෙනාගේම යුතුකම හා වගකීම වේ.

සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම අතිශය වැදගත් වේ. සංස්කෘතියක අඛණ්ඩ පැවත්ම තහවුරු වීම සඳහා සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම කළ යුතුය. අතිත උරුමයන් පිළිබඳ අනිමානය වර්ධනය කර ගැනීමට හැකියාව ලැබෙන්නේ සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගතහොත් පමණි. එමගින් තමන්ගේ සංස්කෘතියේ පවතින පුවිශේෂී බව, අනනුතාව ආරක්ෂා කොට පවත්වාගෙන යාමට හැකිවේ. විශේෂයෙන්ම රටක ජනවාරිගික, හාජා සහ ආගමික කණ්ඩායම්වලට පුවිශේෂ වූ අනනුතාවක් පවතී. එම අනනුතාව තවදුරටත් ආරක්ෂා කොට ඉදිරියට පවත්වාගෙන යා හැකි වන්නේ සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කොට අනාගතය සඳහා පවරා දෙනු ලැබුවහොත් පමණි. වෙනත් සංස්කෘතින්ට ගරු කිරීම, ඒවායේ සිරිත්වීරිත්, වාරිතු විධි, කළා ඩිල්ප ආදි ලක්ෂණවලට ගරු කිරීමට පුරුදු පුහුණු වන්නේ සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගතහොත් පමණි. බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක යහපත් පුරවැසියකු වශයෙන් කටයුතු කිරීමේ දී වෙනත් සංස්කෘතින්ට මෙන්ම සංස්කෘතික දායාදවලට ගරු කිරීම, ආරක්ෂා කිරීම සමාජ ඒකාබද්ධතාව ඇති කිරීම සඳහා අතිශය වැදගත් වේ.

ශ්‍රීයාකාරකම 3.2

- ශ්‍රී ලංකික සමාජය තුළ දක්නට ලැබෙන සංස්කෘතික දායාද කිහිපයක් පිළිබඳ තොරතුරු එක් රස් කරන්න.
- ඒවා ජනවාරිගික, ආගමික හා භාජා වශයෙන් වෙන් කොට එම දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ හේතු පායක් ගොඩනගන්න.
- එය පන්තියේ පුදරුගෙන පුවරුවේ පුදරුගෙනය කරන්න.

සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග

සැම සංස්කෘතියකටම අයත් සංස්කෘතික දායාද, උරුම ආරක්ෂා කර ගැනීම සැම පුරවැසියෙකුගේම යුතුකමක් මෙන් ම වගකීමක් ද වේ. සංස්කෘතික දායාද, උරුම ආරක්ෂා කොට පවත්වා ගෙන යාම මගින් අනාගත පරපුර

වෙත සංස්කෘතිය පවරා දීමට අවස්ථාව උදා වේ. එසේම තම සංස්කෘතික අනතුස්තාව පිළිබඳ ආච්මිලරයක් මෙන් ම අහිමානයක් ද ඇති වේ. තිදිසුනක් ලෙස අනුරාධපුරය, පොලොන්නරුව ආදි එතිහාසික ප්‍රදේශවල පවතින වෙහෙර විහාර, දාගැබී, වැව් අමුණු ආදි සංස්කෘතික අංග මගින් ශ්‍රී ලංකික සංස්කෘතියේ අහිමානය ලොවට කියාපැම පෙන්වා දිය හැකි ය.

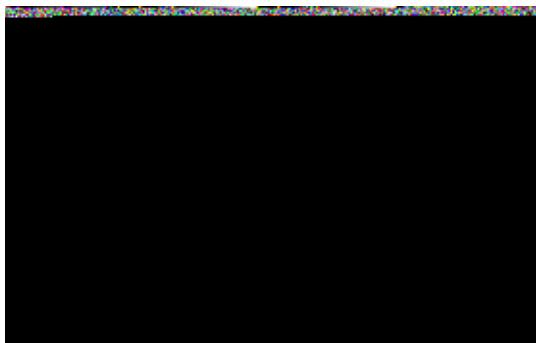
සැම සංස්කෘතියකටම සුවිශේෂ වූ සංස්කෘතික දායාද පවතී. එම සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම අප සැම දෙනාගේම යුතුකමක් මෙන් ම වගකීමක් වනු ඇත. සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම අනාගත පරපුර වෙනුවෙන් සංස්කෘතිය පවරා දීමට ඉවහල් වේ.

සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා පුරවැසියෙකු වශයෙන් අපට අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග රාශියක් වේ. ඉන් කිහිපයක් නම,

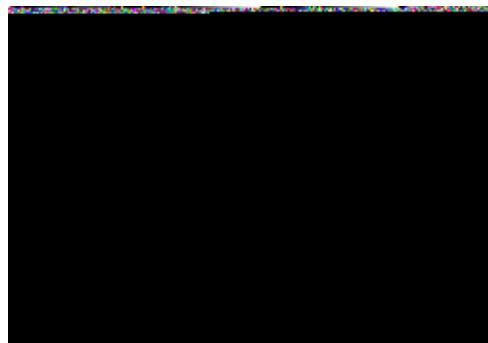
- සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීමේ වට්නාකම පිළිබඳව සමාජය දැනුවත් කිරීම.
- සංස්කෘතික දායාදවලට භානි කරන ක්‍රියාකාරකම්වලින් වැළකීම සහ එලෙස භානි කරන අය වේ නම් ඔවුන් ඉන් මුදවා ගැනීමට කටයුතු කිරීම.
- සංස්කෘතික දායාදවලට භානිවන අවස්ථා වේ නම් ඒ පිළිබඳව අදාළ ආයතන දැනුවත් කිරීම. උදා :- පොලීසිය, සංස්කෘතික කටයුතු දෙපාර්තමේන්තුව, පුරාවිද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව ආදි ආයතන

ක්‍රියාකාරකම 3.3

- සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ කෙටි රවනාවක් ලියා බිත්ති පුවත් පතක ප්‍රදරුණය කරන්න.



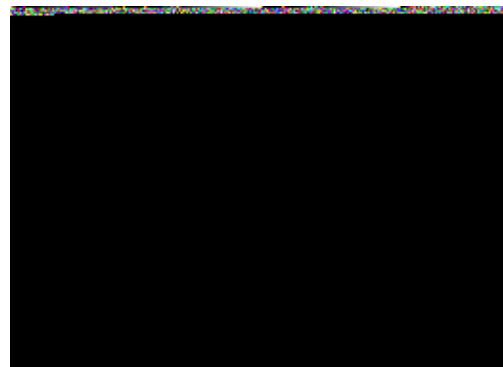
3.7 රුපය - ගල්විහාර පිළිමය



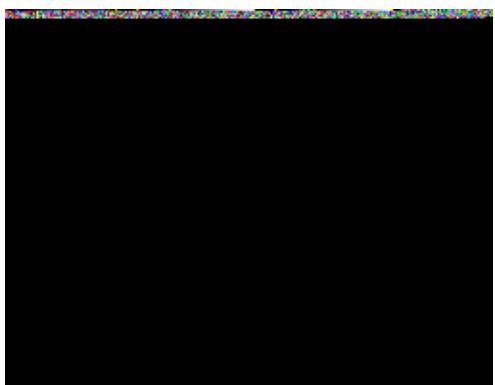
3.8 රුපය - සඳකච්ඡාන්



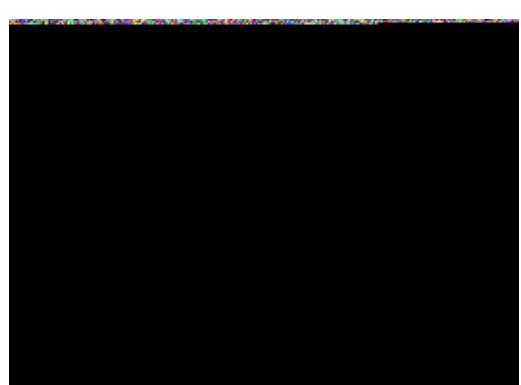
3.9 රුපය - නෙළුම් පොකුණ



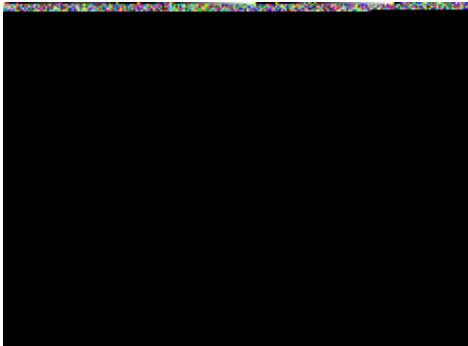
3.10 රුපය - පරාකුම සමූද්‍ය



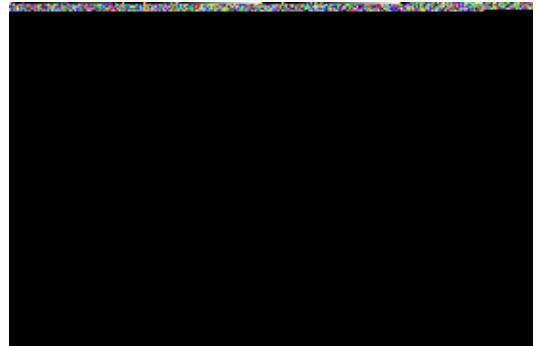
3.11 රුපය - සමාධි පිළිමය



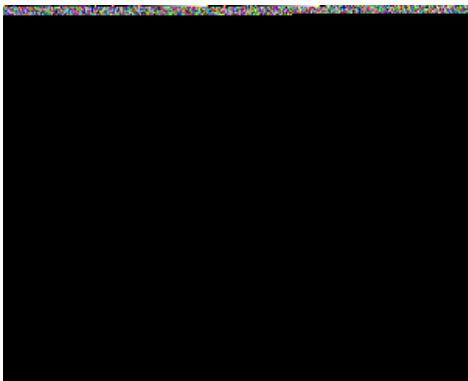
3.12 රුපය - සිගිරිය



3.13 රුපය - කතරගම දේවාලය



3.14 රුපය - මඩු පල්ලිය



3.15 රුපය - කොළඹ ද්‍රව්‍යගහ මූස්ලම් පල්ලිය



3.16 රුපය - යාපනය තල්ලුරු කෝවිල

සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා නීතිමය වශයෙන් මෙන් ම සඳාවාරාත්මක බැඳීමක් අප සැමදෙනා වෙතම පවතී. එය නිතැතින් ම අප තුළ වර්ධනය විය යුතු දෙයක් මිස ආයාසයෙන් ඇති කළ යුත්තක් නොවේ. පුරාවිද්‍යාත්මක මෙන්ම හෝතික වටිනාකමකින් යුත් සංස්කෘතික දායාද තම ලාභ ප්‍රයෝගන වෙනුවෙන් විනාශ නොකර ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා අදිවන් කර ගැනීම කළ යුතු ය. එසේම විවිධ පුද්ගලයන්ගෙන් සිදුවන හානි වළක්වා ගැනීම සඳහා නීතිරිති ආදිය පනවා ඇත්තේ ඒවායේ ඇති පුරාවිද්‍යාත්මක වටිනාකම හේතුවෙනි. විශේෂයෙන්ම යම් යම් පුද්ගලයින් විසින් ක්ෂේණික ලාභ අපේක්ෂාවෙන් වටිනා සංස්කෘතික දායාද විනාශ කර ඇති අවස්ථා කොතොකුත් ඔබ ප්‍රවත්පත්, රුපවාහිනී ආදි ජනමාධ්‍ය ඔස්සේ

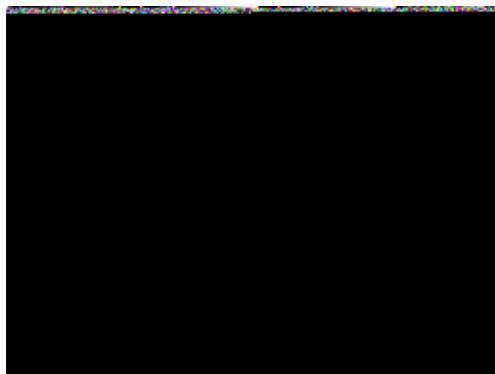
දැක තිබෙන්නට පුළුවන. එවැනි පුද්ගලයන්ට එරෙහිව හඩක් නැගීම අප සැමගේ යුතුකමක් හා වගකීමක් වනු ඇත. එවැනි නොමතා ක්‍රියාකාරකම් තුළින් සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා අපට නීතිමය වශයෙන් මැදිහත් විය හැකි ය.

බොහෝ සංස්කෘතික දායාද ලෝක උරුම ලෙස පිළිගැනීමට ලක් ව ඇත. එම නිසා ඒවා ආරක්ෂා කර නොගතහොත් අනාගත පරම්පරාවට එම දායාද අනිමි වනු ඇත. එම නිසා අප සියලුදෙනාම සංස්කෘතික දායාද ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා සඳාවාරාත්මක වශයෙන් ද බැඳී සිටින බව අමතක නොකළ යුතු ය. නීතිමය බැඳීම මෙන්ම සඳාවාරාත්මක බැඳීම ද අතිශය වැදගත් වේ.

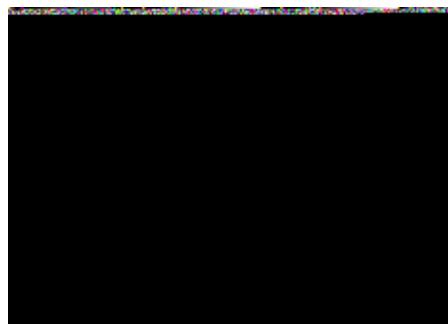
පවුල මගින් සංස්කෘතිය පවරාදීම

එක් පරම්පරාවකින් තවත් පරම්පරාවක් වෙත සංස්කෘතිය පවරා දීම සිදු කරනු ලබන මූලිකම ඒකකය පවුලයි. පවතින සංස්කෘතික අංග තවත් පරම්පරාවක් වෙත දායාද කරනු ලබන්නේ පවුල විසිනි. මව, පියා, වැඩිහිටි සහෝදර සහෝදරියන්, ආච්චි, සියා සහ යුතින් විසින් සංස්කෘතිය පවරා දීම සිදු කරනු ලබයි. එම අය සංස්කෘතිය පවරා දෙන්නේ වෙති.

නිදුෂුනක් ලෙස, සිංහල හා තින්දු අලුත් අවුරුදු උත්සවය තුළ නැකතට ලිප ගිනි මෙළවීම හා කිරීම් ඉතිරිවීම, ගනුදෙනු කිරීම, ආහාර අනුහවය, මෙන් ම හිසතෙක්ල් ගැම වැනි වාරිතු වැඩිහිටියන් විසින් තම දරුවන් ඉදිරියේ සිදු කිරීම පෙන්වා දිය හැකි ය. එම සිරිත් ඒ ආකාරයෙන් ම ඉදිරියට පවත්වා ගෙන යාම සඳහා දරුවන් ද ක්‍රියා කරනු ඇත. මේ ආකාරයට සංස්කෘතිය පවරා දීම කෙරෙහි සාපුරු ලෙසම තම පවුල දායක වනු ඇත. එය දෙම්විජයන් සතු යුතුකමකි. රේ අමතරව පාසල, ආගමික ස්ථාන, වැඩිහිටියන් සහ අසල්වාසින් ද සංස්කෘතිය පවරා දීම සඳහා දායක වන්නේ වෙති.



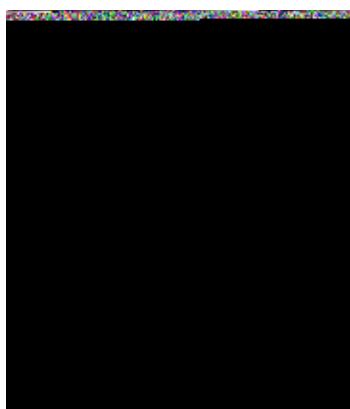
3.17 රුපය - ක්රි ඉතිරේම



3.18 රුපය - ලිඛ සමග ගනුදෙනු කිරීම



3.19 රුපය - ආහාර අනුහවය



3.20 රුපය - හිස තෙල් ගැම

ක්‍රියාකාරකම 3.4

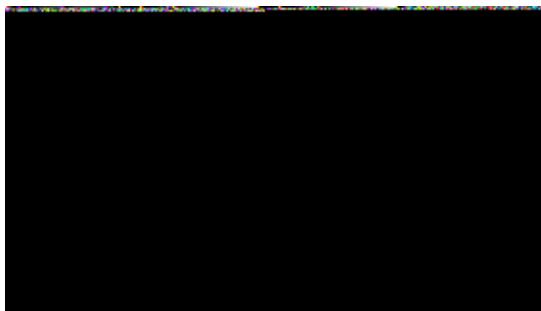
- සංස්කෘතිය පවරා දීම පවුලේ ප්‍රධාන කාර්යයයි. ඔබට පවුලෙන් ලැබුණු සංස්කෘතික දායාද කිහිපයක් මතකයට නාගා ගන්න.
- ප්‍රග සිරින මධ්‍යි මිතුරා සමග ඒවා සාකච්ඡා කරන්න.
- ගැන් කිහිපයක් පොතේ පිටපත් කර ගන්න.

ශ්‍රීයාකාරකම 3.5

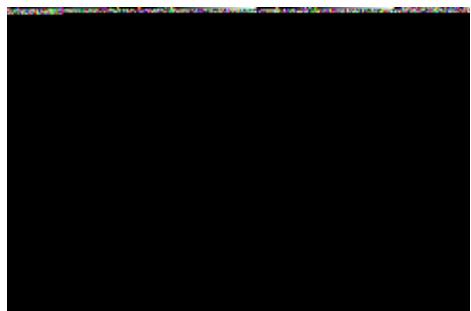
- තම සංස්කෘතියට අයත් සංස්කෘතික උරුමයන් කිහිපයක් නම් කරන්න.
- ඒ අතුරින් ඔබ වඩාත් කැමති සංස්කෘතික උරුමයන් දෙකක් පිළිබඳ විස්තර රස් කරන්න.

සංස්කෘතිය ආරක්ෂා කිරීමේ වැදගත්කම

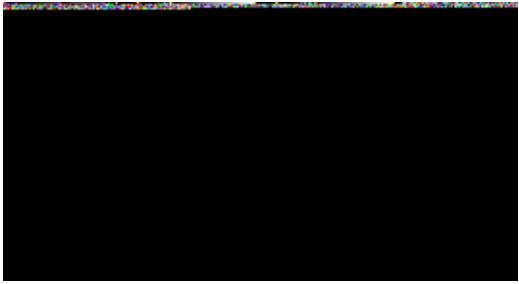
සංස්කෘතිය ආරක්ෂා තොට පවත්වාගෙන යාම සඳහා සැම ජන කණ්ඩායමක්, භාෂා හා ආගමික කණ්ඩායමක්ම උත්සාහ දරති. එමගින් සංස්කෘතික අනන්‍යතාව ආරක්ෂා තොට පවත්වාගෙන යාමට ඔවුන්ට හැකියාව ලැබේ. එමගින් රටක ජාතික අනන්‍යතාව මෙන් ම ජාතියේ අභිමානය ආරක්ෂා වනු ඇත. නිදුසුනක් ලෙස “ශ්‍රී ලංකික ජාතිය” යන අනන්‍යතාව ලොවට හඩාගා කිමට මෙරට සංස්කෘතිය දායක වීම පෙන්වා දිය හැකි ය. වැව් බැඳි දිෂ්ටාවාරය, දාගැබූ හා වෙහෙර විහාර, කෘෂි කරමාන්තය හා බැඳුනු ජන ජීවිතය, ආගමික සිරිත්වීරිත් ආදිය ශ්‍රී ලංකික අනන්‍යතාව පෙන්නුම් කරනු ලබන කදිම සාධක වෙති.



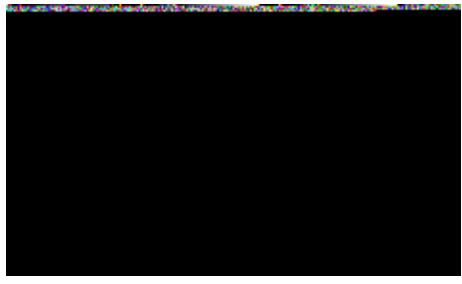
3.21 රුපය - වාරි කරමාන්ත



3.22 රුපය - රුවන්වැලි මහා සැය



3.23 රුපය - හින්දු කෝවිල



3.24 රුපය - කතෝලික පල්ලිය

එසේම ජාතික සම්ගිය ගොඩනැගීම සඳහා තම සංස්කෘතික අනනුතාව ආරක්ෂා කර ගන්නා අතරම අනු සංස්කෘතින්ට ගරු කිරීම හා ඒවා ආරක්ෂා කර ගැනීමට කටයුතු කිරීම ද ඉතා වැදගත් වේ. එවිට සැම සංස්කෘතික කණ්ඩායමක් අතරම සුහුදතාව හා විශ්වාසය වර්ධනය වේ. එය ජාතික සම්ගිය ගොඩනැගීමට උපකාරී වනු ඇත. විශේෂයෙන්ම “ශ්‍රී ලංකික” යන හැඟීම ඇති වීම කෙරෙහි එය මහත්සේ උපකාරී වේ.

බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක සියලුම සංස්කෘතින්ට අයත් සංස්කෘතික දායාද, සංස්කෘතික උරුම සුරක්මීන් සහජ්වනයෙන් කටයුතු කිරීම ජාතික අනිමානය වර්ධනය වීමට හේතු වේ.

ජාතික අනනුතාව පිළිබඳ කරන සංකේත

වර්තමානයේ ලොව බොහෝ රාජ්‍ය බහු සංස්කෘතික සමාජ වේ. බහු සංස්කෘතික සමාජයක් යන්නෙන් අදහස් කරනු ලබන්නේ එකම රටක් තුළ විවිධ වාර්ගික, ආගමික සහ භාෂාමය කණ්ඩායම රාඛියක් ජ්වත් වන සමාජ ක්‍රමයක් බව ඔබ මේ වන විට ඉගෙන ගෙන ඇත. එවැනි සමාජ ක්‍රමවල එක් එක් කණ්ඩායමට සුවිශේෂ වූ අනනුතාවක් පවතින අතර එය ආරක්ෂා කර ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. එසේ නොවුණහොත් එම කණ්ඩායම අතර ගැලුම ඇතිවීමට ඉඩ තිබේ.

බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක සියලු පුරවැසියන් ජාතියක් වශයෙන් එක්සත්ව, සාමූහිකව සහ සමාජ ඒකාබද්ධතාවකින් යුතුව කටයුතු කිරීම ජාතික අනනුතාව ගොඩනැගීම කෙරෙහි අතිශය වැදගත් වේ.

නිදසුනක් ලෙස ශ්‍රී ලංකික ජන සමාජයේ සිංහල, දෙමළ, මුස්ලිම් ජන කණ්ඩායම මෙන්ම, බොද්ධ, හින්දු, ඉස්ලාම සහ කතෝලික ආගමික

කණ්ඩායම් ද සිංහල, දෙමළ සහ ඉංග්‍රීසි භාෂා කතා කරන කණ්ඩායම් ද “ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික අනනුතාව” යන හැඟීමෙන් යුතුව කටයුතු කිරීම ජාතික අනනුතාව වේ.

ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික අනනුතාව පෙන්වුම් කරන සංකේත ලෙස ජාතික කොඩිය, ජාතික ගිය, රාජ්‍ය ලාංඡනය, ජාතික වෘක්ෂය, ජාතික පුෂ්පය, ජාතික පක්ෂය සහ ජාතික ක්‍රිඩාව වැදගත් වේ. මීලගට එම ජාතික සංකේත පිළිබඳ අධ්‍යයනය කරමු.

ජාතික කොඩිය (National Flag)

රටක ජාතික අනනුතාව පිළිබිඳු කරන සංකේත අතුරින් ජාතික කොඩිය සුවිශේෂ වේ. ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික කොඩිය, ශ්‍රී විකුම රාජසිංහ රජු භාවිත කළ පැරණි රාජකීය කොඩිය ඇසුරින් නිරමාණය කර ඇත. දැනට අප රටේ භාවිත කරන ජාතික කොඩිය “සිංහ කොඩිය” ලෙස ද හඳුන්වයි.



3.25 රුපය - ජාතික කොඩිය

1948 මාර්තු 06 දින එවකට ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රථම අග්‍රාමාත්‍යවරයා වූ මහාමානාය ඩී.එස්. සේනානායක මැතිතුමා පත් කළ කොඩි කමිටුවේ නිරදේශය පරිදි වර්තමාන ජාතික කොඩිය නිරමාණය කර තිබේ. ජාතික කොඩි කමිටුවේ සාමාජිකයන් ලෙස කටයුතු කර ඇත්තේ,

- එස්. බලිලිව්. ආර්. ඩී. බණ්ඩාරනායක මැතිතුමා (කමිටු සභාපති)
- සර් ජෝන් කොතලාවල මැතිතුමා

- ජේ. ආර්. ජයවර්ධන මැතිතුමා
- වී. ඩී. ජය මැතිතුමා
- ආචාර්ය එල්. ඒ. රාජපක්ෂ මැතිතුමා
- ජී. පොන්නම්බලම් මැතිතුමා
- සෙනෙට් සහික නශ්චිසන් මැතිතුමා
- ආචාර්ය සෙනරත්න පරණවිතාන මැතිතුමා (කම්ටු ලේකම්)

කොඩි කම්ටුවේ යෝජනා අනුව සකස් කරන ලද ජාතික කොඩිය 1951 මාර්තු 02 දින පාර්ලිමේන්තුව විසින් සම්මත කරන ලදී. 1951 මාර්තු 31 වන දා පැරණි පාර්ලිමේන්තුව ඉදිරිපිට ප්‍රධාන කොඩි ගසෙහි එම ජාතික කොඩිය ඔසවා ඇත. 1972 දී ජාතික කොඩියේ මූල්‍ය හතරේ තිබූ පැරණි බෝපත් හතර ඉවත් කර වර්තමානයේ පවතින බෝපත් හතර එකතු කර ඇත.

ජාතික කොඩියේ සංකේත මගින් නිරුපණය වන්නේ

කහපාට සිංහයා - සිංහල ජාතිය, සිංහල ජනතාවගේ විනයගරුක බව, නිර්භීතකම, අහිමානය හා නායකත්වය, සාධාරණත්වය

දකුණුතින් ඔසවාගත් කහපැහැ අසිපත - බාර්මිකව, නිත්‍යනුකූලව, යුක්ති ගරුකව රට පාලනය කරමින් මව්ධිම ආරක්ෂා කිරීම

රතු පසුවීමේ සිවිකොන බෝපත් හතර - මෙන්තා, කරුණා, මූදිතා, උපේක්ඛා යන සතර බුහ්ම විහරණ ඇතුළු සියලු ආගම්වලට ගරු කිරීමේ උතුම් ගුණාංග

තද රතුපාට පසුවීම - ක්‍රි ලාංකික සියලු ජනතාවගේ ජීව රුධිරය සහ පැරණි සිංහල රාජකීය ධේත්‍ය නියෝජනය

කොඩියේ වම් පස කොළ සහ තැකිලි පැහැති තීරු - තැකිලි පාට තීරුවෙන් දෙමළ ජනවර්ගයන්, කොළපාට තීරුවෙන් මූස්ලම් (Moor) ජන වර්ගයන් නියෝජනය

කොඩිය වෙතේ ඇති එක සමාන පළලකින් යුත් කහ පැහැති තීරුව - සියලු ජාතින් අතර එකමුතුකම, සාමය, ප්‍රයාව, එකිනෙකා අතර අවබෝධය

සිංහයාගේ හිසේ කේෂර හා වලිගයේ නැවුමු ඉහළ කොටස - පාලකයා හා රටවැසියන් අතර සමානාත්මකාව පැවතීම

වර්තමාන ආණ්ඩුකුම ව්‍යවස්ථාවේ 6 වන අනු ව්‍යවස්ථාව තුළ ජාතික කොඩිය පිළිබඳ සඳහන් වන අතර එය දෙවන උප ලේඛනයෙහි නිරුපණය කර තිබේ.

“ශ්‍රී ලංකා ජන රජයේ ජාතික කොඩිය දෙවන උප ලේඛනයෙහි නිරුපිත සිංහ කොඩිය වන්නේ ය”

අප රටේ වර්තමාන ජාතික කොඩියෙහි ප්‍රමිතිය ශ්‍රී ලංකා ප්‍රමිති ආයතනය විසින් සකස් කර ඇත. ජාතික කොඩියේ නිවැරදි සැලැස්ම, ප්‍රමාණය හා වර්ණය යනාදිය එයට ඇතුළත් වේ. එස්.එල්.එස් 693: 1985 දරන ශ්‍රී ලංකා ජාතික කොඩිය සඳහා වූ ප්‍රමිති පිරිවිතරෙහි එම තොරතුරු ඇතුළත් වේ.

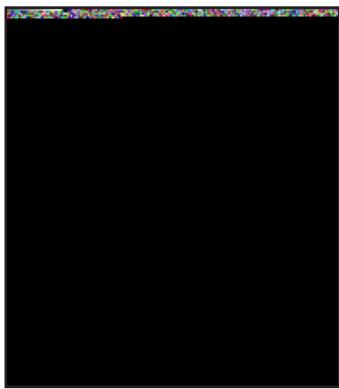
ජාතික කොඩිය ඔසවනු ලබන අවස්ථා

- රාජ්‍ය උත්සව අවස්ථාවල
- ජාතික උත්සවවල
- රාජ්‍ය නායක සමුළුවල
- පාසලක හෝ ආයතනයක වැදගත් උත්සව අවස්ථාවක
- වෙනත් විශේෂ උත්සව අවස්ථාවල

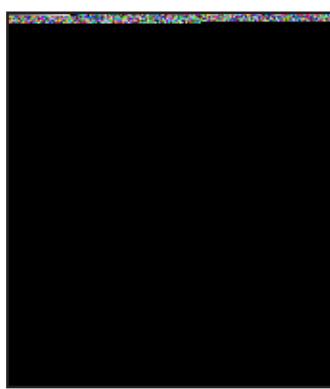
ජාතික කොඩිය පුද්රේශනය කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

- පැහැදිලිව පෙනෙන ස්ථානයක ඔසවා තැබීම
- සිරස් වර්ණ තීරු දෙක කොඩි ගස දෙසින් සිටින පරිදි ඔසවා තැබීම
- සැම උත්සවයකදීම එයට ප්‍රමුඛතාව ලබා දීම
- වෙනත් රටවල ජාතික කොඩි සමග ඔසවා තබන විට සමාන උසකින් තැබීම / ශ්‍රී ලංකා ජාතික කොඩියට වම් පසින් තැබීම/ සැම ජාතික කොඩියක්ම එක සමාන ප්‍රමාණයකින් යුත්ත වීම
- රාත්‍රී කාලයේ දී ඔසවා තබන්නේ නම් විදුලි ආලෝකය ලැබීමට සැලැස්වීම

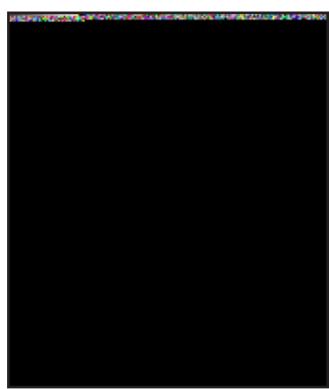
- ප්‍රාදේශීය කොඩි, සම්ති, පාසල්, සංගම් ආදියෙහි කොඩි සමග ඔසවා තබන විට කොඩි සියල්ලට මැදින් තැබීම හා ඉහළම ස්ථානයේ ඔසවා තැබීම
- එකිනෙකට ලංච ඇති කොඩි කණු කිහිපයක කොඩි එල්ලනු ලබන විට පළමුව එසවීම හා අවසානයේ පහත් කිරීම
- විදියක් මැද පුදර්ගෙනය කරන විට සිංහයා පොලවට සාපුරුව සිටින සේ තිරස් අතට කොඩිය දිග පැත්තෙන් එල්ලීම
- පෙරහැරක ගෙන යන විට පෙළපාලියේ දකුණු පසින් ගෙන යාම හා වෙනත් කොඩි සමග ගෙන යන විට කොඩි පෙළේ මැදට ඉදිරියෙන් ගෙන යාම



ජාතික කොඩිය එසවීම



විදියක් මැද එසවීම



45° කොෂයකින් එසවීම

3.26 රුපය - උප්‍රවා ගැනීම : ජාතික කොඩිය භාවිතය රීති සංග්‍රහය (1987) පි. 29,34,35

උත්සවයක ජාතික කොඩිය එසවීම සම්බන්ධයෙන් අනුගමනය කළයුතු රීති

- එසවීමට පෙර යොතට සවිකර හකුලා උස් ස්ථානයක තැබීම
- කොඩිය ඔසවන්නා සීරුවෙන් සිට එසවීම හා අනෙක් සියලු දෙනා තැගිට කොඩියට මුහුණලා සීරුවෙන් සිටීම
- එසවීම හා පහත් කිරීම සෙමෙන් හා ගෞරවාන්වීතව කිරීම

- ඔසවන විට හැකි සැම අවස්ථාවකදීම මගුල් බෙර වැයීම හා ගංඩ තාද පැවැත්වීම
- ඔසවා අවසන් වී සියලු දෙනා සිරුවෙන් සිට ගැනීමෙන් පසු ජාතික ශිය ගායනය

ජාතික කොචිය අඩකුණු කිරීම සම්බන්ධයෙන් අනුගමනය කළ යුතු රිති

- රජය විසින් ප්‍රකාශයට පත් කර ඇති ජාතික ගෝක දිනයන්හි පමණක් අඩකුණු කිරීම
- පළමුව කොචිය මොහොතකට කොචි ගසෙහි ඉහළටම ඔසවා යළි අඩකුණු කරන ස්ථානය දක්වා පහත් කිරීම
- කොචි ගසේ මුදුනේ සිට මුළු කොචි ගසේ උසින් 1/3 ක ප්‍රමාණයක් පහත් කර ගැට ගැසීම
- දවස අවසානයේ පහත් කිරීමට පෙර එය නැවත මුදුනට ඔසවා ඉන් අනතුරුව පහත හෙළීම

අධ්‍යාපන ආයතනවල ජාතික කොචිය ඔසවා තැබීම සම්බන්ධයෙන් අනුගමනය කළ යුතු රිති

- සැම පාසල් වාරයකම ආරම්භයේදී සහ වාරය තුළ සැම මාසයකම ආරම්භයේ එසවීම
- රජය විසින් නියම කරනු ලබන විශේෂ දිනවල එසවීම
- ත්‍යාග පුදානොත්සව, ක්‍රිඩා උත්සව ආදි විශේෂ අවස්ථාවල එසවීම

ජාතික කොචිය භාවිතයේ දී තොකළ යුතු දේවල්

- භානි වූ, අවලක්ෂණ වූ කොචි පුද්රේගනය කිරීම
- සැරසිල්ලක් ලෙස භාවිත කිරීම
- සිංහයා උඩු යටිකුරු කර පුද්රේගනය කිරීම
- පොලොව ස්පර්ශවීමට සැලැස්වීම
- අදින ඇදුමක්, ඇතිරිල්ලක් ලෙස යොදා ගැනීම

- කිසියම් ලාංඡනයක්, පින්තුරයක්, වවනයක්, විතුයක් කොඩිය මත තැබීම
- ස්ථිඛා ඇඳුමක් ලෙස යොදා ගැනීම (හමුදා, ගිනි නිවන හමුදා හා පොලිස් නිලධාරීන්ගේ ඇඳුමට කොඩියේ ලාංඡනයක් තබා මසා ගනු ලැබිය භැකිය.)

ක්‍රියාකාරකම 3.6

- ගුරුතුමා/ ගුරුතුමියගේ උපදෙස් අනුව නිවැරදි ඉරියව් හාවිත කරමින් ජාතික කොඩිය එසවීම සිදු කරන්න.
- ගුරුතුමා/ ගුරුතුමියගේ උපදෙස් පරිදි නිවැරදි ඉරියව් හාවිත කරමින් ජාතික කොඩිය අඩකුණු කිරීමේ ක්‍රමවේදය අත්හදා බලන්න.

ජාතික ශීය (National Anthem)

ජාතික කොඩිය මෙන්ම ජාතික ශීය ද රටක ජාතික අනන්‍යතාව පිළිබඳ කරන සංකේතයකි. අප රටේ ජාතික ශීය “ශ්‍රී ලංකා මාතා” යන ශීතය වේ. ජාතික ශීයේ නිරමාතාවරයා වන්නේ ආනන්ද සමරකේත්න් සූරීන්ය.

රටක පුරවැසියන්හේ තම මවිනිම පිළිබඳ අභිමානයක්, ආදරයක්, ගොරවයක් මෙන්ම හක්තියක් ජනිත කිරීම උදෙසා ජාතික ශීය අතිය වැදගත් වේ. එසේම ජාතික ශීය මගින් රටේ සියලුම වාර්ගික, ආගමික සහ හාජා කතා කරන ජන කණ්ඩායම් නියෝජනය කරන අතර සියලු දෙනාම සමානය යන හැඟීමක් ඇති කරනු ලැබේ.

ජාතික ශීය ගායනා කරනු ලබන අවස්ථා

- ජාතික උත්සව
- රාජ්‍ය උත්සව
- ශ්‍රී ලංකාවේ රාජ්‍ය නායක උත්සව
- පාසල් හා වෙනත් පොදු වැදගත්කමක් ඇති උත්සව
- ශ්‍රී ලංකාව නියෝජනය කරන ජාත්‍යන්තර තරග
- වෙනත් වැදගත් උත්සව

අප රටේහි ජාතික ශීය නිරමාණය කිරීමේ පසුබිම

අප රට නිදහස ලබා ගැනීමට ආසන්නව පැවතිය ද ජාතික ශීයක් පැවතුණෙන් තැත. එම නිසා ජාතික ශී තරගයක් පවත්වා ජාතික ශීයක් තෝරා ගැනීමේ වගකීම ලංකා ගාන්ධරුව සහාවට පැවරිණි. තරගය සඳහා ලැබෙන ගිතවල භාෂාව හා අදහස් පිළිබඳ සලකා බැලීමට සිංහල හා ද්‍රවිඩ විනිශ්චය මණ්ඩලයක් පත් කළ අතර සිංහල විනිශ්චය මණ්ඩලය ලෙස කටයුතු කරනු ලැබුවේ,

එස්.එල්.චී. කපුකොටුව මහතා

එල්.එල්.කේ. ගුණතුංග මහතා

ලයනල් එදිරිසිංහ මහතා

පී.චී. ඉලංගසිංහ මහතා

ආචාර්ය ඩී.එච්.ඩී.ඒ. විජයසේකර මහතා

මුදලිදු ර්.ඒ. අබේසේකර මහතා යන අයයි.

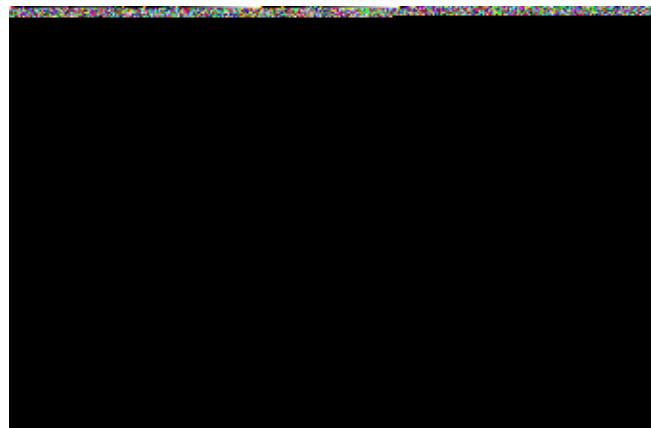
මෙම තරගය පැවැත්වූවේ 1948 ජනවාරි 31 වන දිනයි. ඒ සඳහා ආනන්ද සමරකේත්න් සූරින් රවනා කළ “නමෝ නමෝ මාතා” යන ශීය ද ඉදිරිපත් කර තිබුණි. මෙම තරගයෙන් ජයග්‍රහණය කළේ පී.චී. ඉලංගසිංහ මහතා රවනා කර ලයනල් එදිරිසිංහ මහතා සංගිතවත් කළ “ශ්‍රී ලංකා මාතා පාලා යස මහිමා ජය ජය” යන ගිතය වේ. ඒ අනුව 1948 පෙබරවාරි මස 04 වන දින පැවැත්වූ පළමු නිදහස් උත්සවයේදී ගායනා කළේ එම ගිතයයි. එහෙත් විනිශ්චය මණ්ඩලයේ දෙදෙනෙකු නිරමාණය කළ එම ගිතය පිළිබඳ මහජන විරෝධයක් ඇති වුණ හෙයින් එය භාවිතයෙන් ඉවත් කෙරිණි. ඉන් අනතුරුව දෙවන නිදහස් දින උත්සවයේදී, ආනන්ද සමරකේත්න් සූරින් රවනා කළ “නමෝ නමෝ මාතා” යන ගිතය ජාතික ශීය ලෙස ගායනා කළ අතර ඉන් අනතුරුව 1951 නොවැම්බර් 22 වනදා මෙම ගිතය අප රටේ ජාතික ශීය විය යුතු බවට කැඳිනටි මණ්ඩලය තීරණය කළේය. පසුව 1961 පෙබරවාරි මස, “නමෝ නමෝ මාතා” යන මූල් පද ජේලිය “ශ්‍රී ලංකා මාතා” ලෙස වෙනස් කර ගායනා කෙරිණි.

1978 ආණේඩු ක්‍රම ව්‍යවස්ථාවේ අප රටේ ජාතික ගිය “ශ්‍රී ලංකා මාතා” ගිය වන බව දක්වා තිබේ. එහි පද මාලාව හා තනුව ව්‍යවස්ථාවට උපලේඛනයක් ලෙස ඇතුළත් කර තිබේ.

ශ්‍රී ලංකා ජනරජයේ ජාතික ගිය “ශ්‍රී ලංකා මාතා” ගිය වන්නේය. ජාතික ගියෙහි පද මාලාව සහ සංගිතය තුන්වන උපලේඛනයෙහි දැක්වෙන්නේය.

ජාතික ගියෙහි යම් සංගේධනයක් සිදු කරනු ලබන්නේ නම් පාර්ලිමේන්තුව විසින් සහ ජනමත විවාරණයක් මගින් ජනතාව ද අනුමත කළ යුතුය.

අප රටේ ජාතික ගියෙහි පද මාලාව ඔබට තොමිලේ ලැබෙන සැම පෙළපොතකම ආරම්භයෙහි ඇතුළත් කර තිබේ. එය නිවැරදිව උච්චාරණය කර නියමිත තනුවට අනුව ගැඹුද නගා ගායනා කිරීම ඔබ සතු යුතුකමක් සහ වගකීමක් ද වේ. එසේම ජාතික ගිය ගායනා කරන විට සිරුවෙන් සිට එයට ගොරව දැක්වීම ද කළ යුතුය.



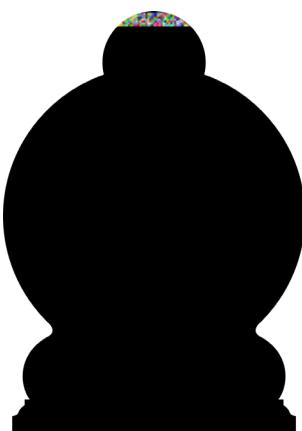
3.27 රුපය - ජාතික ගිය ගායනා කරන විට
සිරුවෙන් සිටීම

රාජ්‍ය ලාංඡනය (State emblem)

රාජ්‍යයේ අයිතිය මෙන්ම අන්තර් කරනු ලබන සංකේතය රාජ්‍ය ලාංඡනයයි. වර්තමානයේ අප රටේ හාවිත වන රාජ්‍ය ලාංඡනය හඳුන්වා දී ඇත්තේ 1972 වර්ෂයේදී ය. 1972 මැයි 22 වන දින ශ්‍රී ලංකාව ජනරජයක් බවට පත්වීම සමරනු අරහයා රාජ්‍ය ලාංඡනයක් නිර්මාණය කිරීම එවක සිදු විය. රාජ්‍යයට අයත් බව තහවුරු කිරීම සඳහා රාජ්‍ය ලාංඡනය සංකේතය වශයෙන් යොදා ඇති අයුරු ඔබ දැක ඇත. මූදල් තෝරීම්, අමාත්‍යාංශ හා දෙපාර්තමේන්තු ලිපි ශිර්ෂ, විදේශ ගමන් බලපත්‍රය, ජාතික හැඳුනුම්පත ආදිය රාජ්‍ය ලාංඡනයේ මුද්‍රාව තබා ඇති දේ අතුරින් කිහිපයකි. රාජ්‍ය ලාංඡනයේ හිමිකාරිත්වය සහ හාවිත කිරීමේ අයිතිය හිමිවන්නේ ජනාධිපතිවරයාටයි. එයට ගරු කිරීම මෙන්ම ආරක්ෂා කිරීම අප සැමගේ යුතුකම වේ.

ඩ්‍රිතානාය යටත් විෂ්තර සමයෙහි අප රටේ හාවිත කරන ලද්දේ සිංහයා සහ කගවේනා සහිත ඩ්‍රිතානාය ලාංඡනයයි. නිදහස ලැබේමෙන් පසුව පලා පෙති සහිත වෘත්තයක් තුළ සිංහයා සහ රේට ඉහළින් මුළුන්නත්, පහතින් ලංකා යන්නත් යෙදු ලාංඡනයක් හාවිත විය.

වර්තමානයේ අප හාවිත කරන රාජ්‍ය ලාංඡනය නිර්මාණය කරන ලද්දේ එස්.එම්. සෙනාවිරත්න නැමති විතු ශිල්පියා විසිනි. එම ලාංඡනය සඳහා යොදා ගත් සංකේතවලින් නිරුපණය වන දැනු පහත දැක්වේ.



3.28 රුපය
රාජ්‍ය ලාංඡනය

ඛරු වකුය - ධාර්මික බව

වී කරල් - සෞඛ්‍යාගාරිය

දුකුණතින් කඩුවක් ගත් සිංහයා - රට හා විනයගරුක ජාතිය

සිංහයා වටා ඇති පලා පෙති - පාරිගුණීය බව

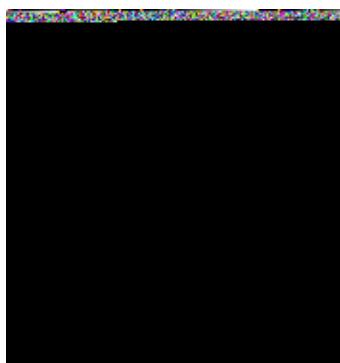
ප්‍රත්තිකලස - පරිපූර්ණ බව

ඉර සහ සඳ - සඳාකාලික පැවැත්ම

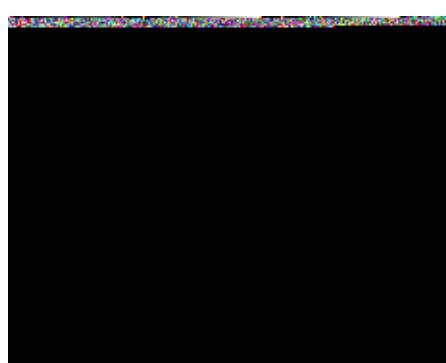
ජාතික වෙක්ෂය (National Tree)

ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික වෙක්ෂය නා ගසයි. එහි උද්ඒළු විද්‍යාත්මක නාමය *Mesua ferrea* L.M. වේ. 1986 පෙබරවාරි 26 වන දින සිට ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික වෙක්ෂය ලෙස පිළිගෙන තිබේ. එසේ පිළිගැනීමට බලපෑ සාධක කිහිපයකි. ඒවා නම්,

- ශ්‍රී ලංකාවට උරුම ගාකයක් වීම (එක දේශීය)
- එහි ඇති ප්‍රයෝගනවත් බව
- එතිනායික හා සංස්කෘතිකමය වැදගත්කම
- අලංකාරවත් හා පියකරු බව
- ශ්‍රී ලංකාව පූරා ව්‍යාප්තව පැවතීම
- වෙනත් රටක රාජ්‍ය ලාංඡනයක් ලෙස හාවිත නොකිරීම



3.29 රුපය - නා ගස



3.30 රුපය - නා මල

නා ගස ඇති අතිතයේ පටන් ම පූජනීයත්වයෙන් සලකා වැළුම් පිදුම් කර ඇත. බොද්ධ සාහිත්‍යයට අනුව මංගල, සුමන, රේවත හා සේෂිත යන බුදුවරුන් නා සෙවණෙහි බුද්ධත්වය ලබා ඇත. මතු බුදුවන මෙත්‍ය බෝසතුන් නා ගසක් මූල බුද්ධත්වය ලබන බවට බොද්ධ විශ්වාසයක් පවතී. ගෞතම බුදුන් වහන්සේගේ පළමු ලංකා ගමනෙහි මහියංගණයට වැඩි අවස්ථාවේ දී එහි නා පැළයක් රෝපණය කළ බවට විශ්වාසයක් පවතී.

නා ගස හැඳින්වීමට විවිධ භාෂාවල යෙදෙන පද

සිංහල - නා

දේමල - නාහ මරම (නාක මරම)

ඉංග්‍රීසි - අයන්වුඩි (Ironwood)

හින්දි - නාග්කේරු

පාලි භා සංස්කෘත - නාග

ශ්‍රී ලංකාවේ පහතරට තෙත් කලාපයේ මෙන් ම වියලි කලාපයෙහි ද බහුලව වැඩෙන නා ගස පන්සල් භා දේවාල ආශ්‍රිතව සුලහව දැකිය හැකි ය. එසේ ම මග දෙපස සෙවණ සඳහා ද නා ගස් රෝපණය කර ඇති අයුරු දැක ගත හැකි ය.

ඉතා අලංකාරවත් ගාකයක් වන නා ගසෙහි දුලු තද රෝස පැහැයෙන් යුත්ත වේ. දුලු මෝරායාමත් සමග කොළ වර්ණයට හැරේයි. ඉතා තද ගතියෙන් යුත් නා ලිය දිගු කළක් පවතියි. පන්සල් භා දේවාල ඉදි කිරීම සඳහා පමණක් නා ලි භාවිතයට ගන්නා ආකාරය දැක ගත හැකි ය. අතිතයේ පාලම් භා ඒදුටු ඉදි කිරීම සඳහා නා ලි භාවිතයට ගෙන ඇත.

නා ගසෙහි ඔහු ගුණය ඉතා ඉහළ ය. මූල්, පොතු, මල්, රේඛු, ගෙඩ්, දුලු, කොළ ආදි සැම කොටසක් ම ඔහු පෙනෙන ගැනීම් නා මල්රේඛු සුවද විලුවුන් නිෂ්පාදනය සඳහා භාවිතයට ගැනීම්.

ජාතික ප්‍ර්‍රේමය (National Flower)

ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික ප්‍ර්‍රේමය මානෙල් මලයි. එහි උද්ඒළිද විද්‍යාත්මක නාමය *Nymphaea nouchali* Burm.f. වේ. වර්ෂය පුරු මල් පිළෙන ගාකයක් වන මානෙල් පහත රට සැම ප්‍රදේශයක ම තොගැබුරු ගංගා, ඇලදොල, වැව් යනාදියේ භොඳින් වැඩේ. මෙම මල ඉතා සියුමැලි, ආ නිල් - දම් පැහැයෙන් යුත්ත වන අතර හිරු එළිය ලැබීමත් සමග විකසිත වේයි. හිරු බැස යාමත් සමග පරව යාම සිදු වේ. නිමිගියා කුලයට අයත් ගාක දෙකක් හෝ කිහිපයක් හෝ එක ම ජලායක ඇති විට ස්වාභාවිකව දෙමුහුන් වීම

මෙහි දක්නට ලැබෙන සුලබ ලක්ෂණයකි. එමගින් විවිධ නව ලක්ෂණ සහිත මල් හට ගැනීමට සුවිශේෂ හැකියාවක් මානෙල්වලට ඇති නිසා උද්‍යාන අලංකරණයේ දී ජනප්‍රිය ගාකයක් බවට පත්ව ඇත.

3.31 රුපය - මානෙල් මල

ජාතික ප්‍රූෂ්පය තෝරා ගැනීමේ පසුව්ම හා එහි වැදගත්කම

ජාතික ප්‍රූෂ්පය ලෙස මානෙල් මල තෝරා ගැනීමට පදනම් වූ සාධක කිහිපයකි. එහි ඇති ප්‍රයෝගනවත් බව, සංස්කෘතික, එතිහාසික, විද්‍යාත්මක හා සෞන්දර්යාත්මක වටිනාකම ඉන් ප්‍රධාන වේ. රේ අමතරව එක දේශීය ගාකයක් වීම, වෙනත් රටක ජාතික ප්‍රූෂ්පයක් ලෙස හාවිත තොකිරීම ආදි කරුණු ද සලකනු ලැබේ ය.

ජාතික ප්‍රූෂ්පය ලෙස නෙළුම් මල තෝරා ගත යුතු බව බොහෝ දෙනකුගේ අදහස විය. එහෙත් ඉන්දියාවේ ජාතික ප්‍රූෂ්පය නෙළුම් මල වූ නිසා එය බැහැර කරනු ලැබේ ය. ඒ අනුව 1986 පෙබරවාරි 26 වන දින ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික ප්‍රූෂ්පය ලෙස මානෙල් මල තෝරා ගනු ලැබේණි.

මානෙල් මල බොද්ධ සාහිත්‍යය තුළ මෙන් ම විතු කලාව, කාචා සම්ප්‍රදාය හා දේශීය වෛද්‍ය විද්‍යාව තුළ අතිශය වැදගත් තැනක් හිමි කරගෙන ඇත. ඉන්දීවර, නිශ්චල්, නීලප්පල ආදි විවිධ නම්වලින් එය හඳුන්වා තිබේ. බුදුරුදුන්ගේ ශ්‍රී පාද පත්ලෙහි පිහිටි මංගල ලක්ෂණ 108 අතර මානෙල් මල් දෙකක සලකුණු වූ බව බොද්ධ සාහිත්‍යයේ සඳහන් වේ. එම නිසා මානෙල් මල සුබ ලකුණක් ලෙස සලකනු ලබයි. සිහිරි ලලනාවන් අත මානෙල් හා

නෙළුම් මල් වන බව සඳහන් කර පුරාතන කවියෝ කාචා සංකල්ප නිරමාණය කර ඇත්තාහ. එසේ ම අතිත කාන්තාවන් කරණාහරණ ලෙස මානෙල් මල් පැලදු බව සන්දේශ කාචාවල දක්වා තිබේ. පළමු වැනි කාචාප රුෂ විසින් තම දියණිය මානෙල් මලකට සමාන කර උප්පලවණ්ණ යනුවෙන් නම් තබා ඇත.

දේශීය වෛද්‍යාව තුළ මානෙල් මලට අතිගය වැදගත් ස්ථානයක් හිමිව ඇත. ගාකයේ අල, දඩු, මල්රේණු, ඇට යනාදි සැම කොටසක් ම මාශධීය කොටස ලෙස භාවිතයට ගැනේ.

මානෙල් මල හැඳින්වීමට විවිධ භාෂාවල යෙදෙන පද

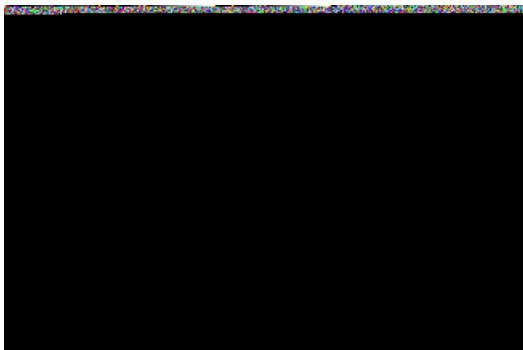
- | | |
|-----------|-------------------------------------|
| සිංහල | - මානෙල්/නිලපුල් |
| දෙමළ | - නීලෝත්පලම් (න්ලොට්පලම්) |
| ඉංග්‍රීසි | - බ්ලූ වෝටර් ලිලි (Blue Water Lily) |
| හින්දී | - නීලෝත්පල |
| පාලි | - නිලප්පල |
| සංස්කෘත | - නීලෝත්පල |

ජාතික පක්ෂීය (National Bird)

අප රටේ ජාතික පක්ෂීය වලිකුකුලා (Jungle Fowl) වේ. වලිකුකුලා දිවයින පුරා වනාන්තර ආශ්‍රිතව දැක ගත හැකිය.

රංවු ලෙස ජ්වත් වීම වලිකුකුලාට ආවේණික ලක්ෂණයකි. අනතුරක සේයාවක් දැනුණ විට ක්ෂණීකව කළබලයට පත් වීමත්, ආරක්ෂාව සඳහා උස් ස්ථානයක් කරා ඉගිලිමත් පුරුද්දකි. තම සාමාජිකයන්හට අනතුර පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම සඳහා ගබා නැගීම සිදු කරයි. ධානා, ගෙඩි, පතු වර්ග, කුඩා කෘමි සතුන්, මල් පොහොටුව වැනි දී ආහාරයට ගනු ලබයි. හිරු පායා ඒමට ආසන්න අවස්ථාවේ දී හැඩිලිම දෙනික කාර්යයකි. වලිකුකුලාගේ මිහිර නාදය පිළිබඳ පැරණී ජන කවින් විසින් වර්ණනා කර තිබේ. බාහිර

අනතුරුවලින් තොර වනාන්තර ආසන්නයේ පිහිටා ඇති නිවෙස් කරා කැම සෞයා පැමිණීමට වලිකුකුලන් පුරුදු වී ඇති අයුරු ඔබ දැක තිබෙන්නට පුළුවන. ඉතා අහිංසක මෙන්ම කඩිසර බවින් යුත් සත්වයෙකු වීම, අහියෝග හමුවේ පසු තොබසින ස්වභාවය, අනෙක්නා සහයෝගයෙන් ක්‍රියා කිරීම වලිකුකුලා සතු සුවිශේෂ වර්යා රටා වේ.



3.32 රුපය - වලිකුකුලා

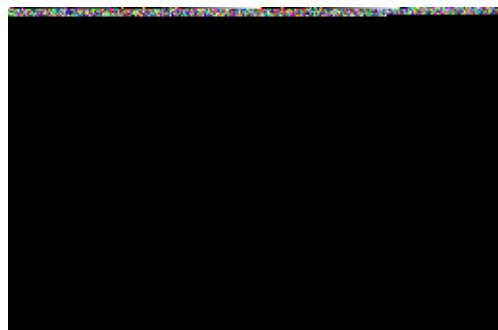
හි ලංකාවේ ජාතික පක්ෂයා ලෙස වලිකුකුලා තෝරා ගැනීම කෙරෙහි බලපෑ එක් සාධකයක් වන්නේ එම සත්ත්වයා හා ලාංකික ගැමි ජීවිතය අතර බැඳුණු සම්ප සම්බන්ධතාවයයි. වලිකුකුලාගේ කඩිසරබව හා බාහිර පෙනුමත්, හි ලංකාවට ආවේණික සත්ත්ව විශේෂයක් වීමත් රීට අදාළ අනෙක් කරුණු අතර වේ. වර්තමානයේ ගිසුයෙන් වදවෙමින් පවතින සත්ව විශේෂ අතරට වලිකුකුලා ද අයන් වේ. වලිකුකුලා ඇල්ලීම, රඳවා තබා ගැනීම, සාතනය කිරීම දඩුවම් ලැබිය යුතු වරදකි. එම නිසා ජාතික සම්පතක් ලෙස සලකමින් මෙම සතුන් ආරක්ෂා කිරීම පුරවැසියකු වශයෙන් අප සැමගේ යුතුකම වනු ඇත.

ජාතික ක්‍රිඩාව (National Sport)

අප රටේ ජාතික ක්‍රිඩාව අත් පන්දු (Volleyball) වේ. එල්ලේ ක්‍රිඩාව අපගේ ජාතික ක්‍රිඩාව විය යුතු බවට අදහසක් පළමුව ඉදිරිපත් විය. එහෙත් ජාත්‍යන්තර ක්‍රිඩා තරග සඳහා යොදා ගැනීමේ පවතින දුෂ්කරතාව නිසා එම අදහස වෙනස් විය. සාමය, සමගිය, සහභාගිත්වය, ජය පරාප්‍රය සමස් විද දරා ගැනීමේ ගක්තිය ඇති කිරීම වැනි උසස් ගුණාංග ඔප් නංවාලීම පිශිස මෙම ක්‍රිඩාව වැදගත් වේ. සිංහල හා හින්දු අලුත් අවුරුදු උත්සව අවස්ථා, පාසල්, ක්‍රිඩා සමාජවල ක්‍රිඩා තරග ආදියෙහි බහුලව අත් පන්දු ක්‍රිඩාව යොදා ගනියි.

අත් පන්දු ක්‍රිඩාව ලොව පුරුම වරට ආරම්භ වන්නේ ක්‍රි. ව. 1885 දී ඇමෙරිකා එක්සත් ජනපදයේ හෝලියොක් නගරයේ ය. අත් පන්දු ක්‍රිඩාව ලොවට හඳුන්වා දීමේ ගොරවය විළියම් ජී. මෝගන් මහතාට හිමි වේ. අප වටට එය හඳුන්වා දෙන්නේ 1916 දී ඇමෙරිකානු ජාතික රෞබට් වෝල්ටර නම් ක්‍රිඩා අධ්‍යක්ෂවරයකු විසිනි.

කණ්ඩායම ක්‍රිඩාවක් ලෙස අත් පන්දු ක්‍රිඩාවේ දී සාමූහිකව තරග කිරීමෙන් ජය ලබා ගැනීමට හැකියාව ලැබේ. කණ්ඩායමේ සැම ක්‍රිඩිකයකුම තම වගකීම තොපිරිහෙළා ඉටු කිරීම ජයග්‍රහණය සඳහා අතිශය වැදගත් වේ. එමෙන්ම වැඩි පිරිසකට අඩු පහසුකම් යටතේ එකවර ක්‍රිඩා කළ හැකිය. ලංකාව පුරා ව්‍යාප්ත ජනප්‍රිය ක්‍රිඩාවක් විම වැනි ගුණාංග නිසා ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික ක්‍රිඩාව ලෙස අත්පන්දු ක්‍රිඩාව තෝරා ගෙන ඇත.



3.33 රුපය
අත්පන්දු ක්‍රිඩා කරන අවස්ථාවක්

තම සංස්කෘතික අනනුතාව හඳුනා ගැනීම

කිසියම් ජනවර්ගයකට, ආගමික කණ්ඩායමකට, ජන සමුහයකට පාරම්පරිකව උරුම වී ඇති සංස්කෘතික අංග තම සංස්කෘතික අනනුතාව ලෙස සරලව හැඳින්විය හැකි ය. නිදසුන් ලෙස සිංහල ජනවර්ගයට අයන් බොද්ධයින් විසින් “වැඩිහිටියන් සමග සම අසුන්වල ඉද නොගැනීම, වැඩිහිටියන් සමග එකට එක නොකිම” ආදිය පෙන්වා දිය හැකි ය. තම සංස්කෘතික අනනුතාව ආරක්ෂා කර ගන්නා අතරම අනෙකුත් සංස්කෘතින්වල අනනුතාවට ගරු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ. වෙනත් සංස්කෘතික අංග හෙළා නොදැකීම, ඒවා විවේචනය නොකිරීම, පරිහව නොකිරීම සහ අගෝරව වන පරිදි ක්‍රියා නොකිරීම ඉතා වැදගත් ය. තම සංස්කෘතික අංග ආරක්ෂා කරන ආකාරයෙන්ම හා ගෞරව කරන පරිදිම අනෙක් සංස්කෘතික අංග ද ආරක්ෂා කිරීමත්, ගෞරව කිරීමත් සිදු කළ යුතු ය. එය යහපත් පුරවැසියෙකු වශයෙන් අප සැමගේ යුතුකම හා වගකීම වේ. එවිට සැම සංස්කෘතික කණ්ඩායමක් අතරම අනෙක්නා විශ්වාසය, ගරුත්වය සහ සහඟ්වනය ඇති වේ. ගැටුම්වලින් තොර සාමකාමී සමාජ පරිසරයක් නිර්මාණය වේ.

සාරධරම යනු කුමක්ද?

පුද්ගලයා, සමාජය හා ජීවිතය සාරවත් කරන, පොහොසත් කරන මානුෂීක ගුණාංග සාරධරම (Morals) වේ. ජීවිතය සාරවත් කිරීම සඳහා සාරධරම වැදගත් වේ. එම සාරධරම සමාජ සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීමට මෙන් ම යහපත් සමාජයක් බිහිවීමට ද හේතු වේ. ඒ අනුව පුද්ගල ජීවිතය හා සමාජ ජීවිතය අර්ථවත් කරන, සදාවාරාත්මක හා සංස්කෘතික වට්නාකමක් ඇති යහපත් සමාජයක පැවැත්මට අදාළ මානව ගුණධරම, සාරධරම ලෙස හැඳින්විය හැකි ය.

සමාජය නිර්මාණය වී පවතින්නේ පුද්ගලයන් සමුහයක එකතුවකිනි. එම පුද්ගලයන්ගේ ගුණගරුක බව තුළින් සමස්ත සමාජය ගුණගරුක සමාජයක් බවට පත් වේ. දිග කාලයක් සමාජය තුළ පොදුවේ පිළිගැනීමට ලක්ව පවතින්නා වූ ගුණාංග පද්ධතියක් සාරධරම ලෙස හැඳින්විය හැකි ය. ඒවා නීතිමය වශයෙන් බලවත් නොවන නමුත් සමස්ත සමාජය පාලනය කරනු ලබන, හසුරුවනු ලබන සහ මග පෙන්වනු ලබන ප්‍රධාන මෙවලමක් බවට පත් වේ.

පුද්ගලයෙකු තුළ වර්ධනය කළ යුතු සාරඛරම

- විනයගරැක බව
- අවංක බව
- ඉවසීම
- නිහතමානී බව
- ක්‍රියාකෘෂීලි බව
- මිතුකීලි බව
- කාරුණික බව
- කොර්ඩ නොකිරීම
- දියාව

සමාජ යහපැවැත්ම සඳහා සාරඛරමවල අවශ්‍යතාව

සමාජ යහපැවැත්ම උදෙසා සැම පුද්ගලයෙකු විසින්ම සාරඛරම පිළිපැදිම අත්‍යවශ්‍ය වේ. සමාජයක යහපැවැත්ම තීරණය වන්නේ එම සමාජ ක්‍රමය තුළ ජීවත්වන පුද්ගලයන් විසින් ආරක්ෂා කරනු ලබන සාරඛරම මතයි. එදිනෙදා ජීවිතයේ දී අප විසින් සාරඛරම ආරක්ෂා කිරීම මෙන්ම ඒවා අනුගමනය කිරීම සඳහා යොමු වීම වැදගත් වේ. තම නිවස, ආගමික ස්ථාන, සේවා ස්ථාන ආදි සැම තැනකදීම රට අදාළ සහ උච්ච සාරඛරම ආරක්ෂා කිරීමටත්, ඒවාට ගරු කිරීමටත් ක්‍රියා කළ යුතු ය.

පුද්ගලයෙකු සාර්ථකත්වයට පත් වන්නේ එම පුද්ගලයා සතු ගුණාංශ අනුව වේ. පුද්ගලයෙකුගේ සංවර්ධනය සඳහා සාරඛරම අත්‍යවශ්‍ය වන අතර ඒවා තම ජීවිතයට බද්ධ කර ගත යුතු ය. පුද්ගලයෙකුගේ සංවර්ධනය උදෙසා සාරඛරම අත්‍යවශ්‍ය වන්නාසේම, එදිනෙදා කටයුතු කිරීමේ දී සාරඛරම තම ජීවිතයට බද්ධ කර ගැනීම සඳහා යොමු වීමත් ඉතා වැදගත් ය. එවිට යහපත් සමාජයක් ගොඩනැගීමට හැකිවනු ඇත.

ඇත අනීතයේ සිට සාරඛරම පිළිපැදිමේ වැදගත්කම අවධාරණය කර ඇත. සිරිත් මල්දම, සුභාමිතය, ලෝකෝපකාරය වැනි පදනු කෘතිවලින් ඒ බව

මනාව තහවුරු වේ. පහත දැක්වෙන්නේ සාරධර්ම ඉස්මතු කරන එවැනි කවි කිහිපයකට නිදසුන් ය.

අැනුම් පද	නො කියමි
බැනුම් කැත බස් නො	කියමි
නිකම් බස් නො	කියමි
තරම් පමණකට වදන්	තෙපලමි

(මම අැනුම් පද නො කියමි. නො බනිමි. නරක වචන නො කියමි. නිස් වචන නො කියමි. මම මගේ තරම දැන කරමි)

සිරින් මල්දම

ඉපුරෙන් පිරිහුණත්
සුදන තම ගුණය අඩු නො කරන්
බැඳුණත් රන් බඳුන
අැති බර අගය අඩු නොචන මෙනි

(යහපත් අය සැප සම්පත්තියෙන් පිරිහි ගියත් ඔවුන් ගේ ගුණ යහපත්කම් නම් පිරිහෙන්නේ නැත. රත්රන් භාජනය බැඳුණත්, ඒ භාජනයේ අැති බරත් අගයත් අඩු නොචන්නා මෙනි.)

ලෝකෝපකාරය

තිරසර ගුණෙන් යුතු මහතෙකු හට	පවර
සමූහුරු සියල් කිදෙලක තුෂීසෙක	සුනෙර
ප්‍රවතර මේ දිඹිව මළුවෙක සිය	ගෙදාර
ඡහු කර නොචන සැපතක් එ බැවින්	කවර

(ස්ථීර සාර ගුණයෙන් යුත් උතුම් මහත්මයෙකු හට මහා සාගරය දිය කෙටිතෙකි. මහමෙර තුෂීසෙකි. සුපුකට මේ ජම්බුද්ධීපය තමාගේ ගේ දොරකඩ මිදුලය. ඒ නිසා ඡහුගේ අතට පත් නොචන සැපතක් කවරේ ද?)

සුභාෂිතය

ශ්‍රීයාකාරකම 3.7

- සිරින් මල්දම, ලෝවැඩ සගරාව, ලෝකෝපකාරය, සුභාෂිතය, ප්‍රත්‍යාග්‍යතකය, හිතෝපදේශය, ව්‍යාසකාරය වැනි පදාෂ කෘති ඇසුරින් සාරධර්ම ඉස්මතු කෙරෙන ක්‍රි කිහිපයක් කට පාඨමින් පන්තිය ඉදිරියේ ගායනා කරන්න.
- ඒවා අනුගමනය කිරීමෙන් තමාටත්, සමාජයටත් ඉටුවන මෙහෙය පිළිබඳ කෙටි අදහසක් පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්න.