THE WHITE HACKLE

JOURNAL OF THE SRI LANKA LIGHT INFANTRY

ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා සඟරාව

January 2009
59th
ISSUE

විසිවන සේනාවිධායක රෙම ශ්‍රීලපාහ

ලුතිතන් කර්නල් ටීජේ කොඩිතුවක්කු ආර්ඩබ්පී ශ්‍රීලපාහ

ලුතිතන් කර්නල් ටීජේ කොඩිතුවක්කු ආර්ඩබ්පී ශ්‍රීලපාහ රෙජිමේන්තු මධ්‍යස්ථානයේ විසිවන සේනාවිධායක ලෙස 2008-12-08 දින වැඩ භාරගත් සුභ මොහොතේ කැමරාවට හසුවූ විශේෂ අවස්ථාවන්

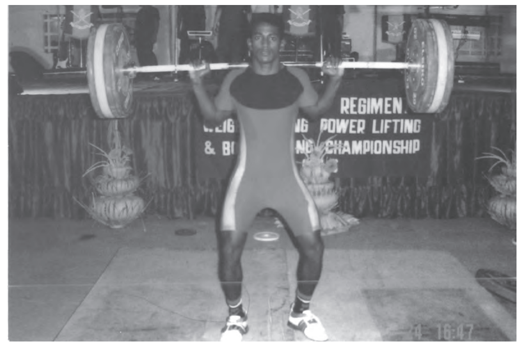
THE WHITE HACKLE

JANUARY 2009 VOLUME 14 NO.03 59th ISSUE

Headlines

Page

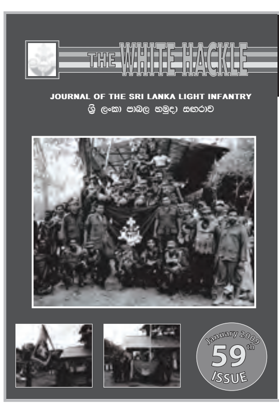
- Feed back අදහස් උදහස් හා විවේචන 02
- රෙජිමේන්තු අධිපති තුමාගේ නව වසරේ පණිවුඩය 03
- සේවයේ යෙදී සිටියදී මියගිය අයට ගෞරව දැක්වීම සඳහා 04
- 7 ශ්‍රීලපාහ 7 වන අණදෙන නිලධාරි පත් වූ වගයි 05
- ගාලු සමය අවි ප්‍රදර්ශණය 2008 08
- ඔබගේ සිරුරේ බර අඩු කිරීමේ ක්‍රම කීපයක් 09
- 16 ශ්‍රීලපාහ පළමු සංවත්සරය සැමරූ වගයි 10
- හදිසි අනතුරු රක්‍ෂණ ආවරණය 10
- අඳුරෙන් අඳුරටත් ආලෝකයෙන් ආලෝකයටත් ගමන් කරන පවුල් දිවිය 11-12
- ශ්‍රීලපාහ රෙජිමේන්තුවෙන් වන්නි සටනේ සහයට 1 සහ 2 ආධාරක බළඇණි බිහිකර වූ වගයි 14-15
- යුද හමුදා අන්තර් රෙජිමේන්තු කායවර්ධන හා බර ඉසිලීමේ තරගාවලිය - 2008 16
- 4 ශ්‍රීලපාහ රණවිරුවෝ විසින් ත්‍රස්තවාදීන්ගේ සබ්මැරීන් හා නිෂ්පාදන කම්හල් අල්ලා ගැනීමෙන් පසු 20-21
- 7 වන අණදෙන නිලධාරි 5 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ 27
- දසුනේ හසුන 28
- සර්ප දෂ්ඨනයේදී දිය යුතු ප්‍රථමාධාර / ගැස්ට්‍රයිටිස් 30
- 11 ශ්‍රීලපාහ මානුෂික මෙහෙයුම් මෙහෙවර 31
- ආබාධිත රණවිරුවන්ට ලැබුණු විවිධ පරිත්‍යාග 33
- 15 ශ්‍රීලපාහ පළමු සංවත්සරය සමරයි 36
- ප්‍රහේලිකා අංක 40 39-40



16 යුධ හමුදා අන්තර් රෙජිමේන්තු 16වන කායවර්ධන හා බර ඉසිලීමේ තරගාවලිය - 2008

25 මහ වැසි සහ සතුරු බාධක මැඩගෙන 7 ශ්‍රීලපාහ හට පිරිස් කිළිනොච්චිය දෙසට

38 විරු සුවඳ ඇත



කවරයේ කථාව

ශ්‍රීලපාහ රණවිරුවන් උතුරේ සිදුකරණු ලබන මානුෂීය මෙහෙයුම්වලදී රුදුරු ත්‍රස්තයන් පළවාහැර ලැබූ ජයග්‍රහණ සැමරූ අවස්ථාවන් සඳහා මෙවර කවරයේ කථාව වෙන් කෙරේ.

Designed & Printed by
softWave
107D, Havelock Road, Colombo 05.

Feedback

අදහස්, උදහස් හා විවේචන

Readers Please Write in

The WHITE HACKLE, the Voice of the Sri Lanka Light Infantry Regiment is now firmly established. It has reached maturity. This is the 59th issue.

We should not rest on our laurels. Targets have to be set. Greater goals achieved. The success of WHITE HACKLE depends on combined efforts. Everyone has his contribution to make, and every contribution is most welcome. What is valued is our making the attempt, then we can surely do our bit. Express your thoughts, ideas, opinions, and criticisms, hopes and fears through 'THE WHITE HACKLE', the journal of the oldest and proudest Regiment of them all. If you have much to say about your Battalion's experience go ahead and write in to 'THE WHITE HACKLE'. We are willing to accept and use what if of a standard, like sketches, stories and poems, whatever comes from your thoughts and your pen.

Our Motto is "Ich Dien" "I Serve". Let 'White Hackle' be a way to serve each other, our regiment and our country with our banner flying high as it always will.

Wishing you all the very best.

Editor in Chief

හිතවත් පාඨකය,
කරුණාකර ඔබගේ අදහස් අප වෙත එවන්න.....

වයිට් හැකල් සඟරාවේ 59 වන කලාපය උසස් තත්ත්වයෙන් ඔබ වෙත ඉදිරිපත් කරනුයේ හදපිරි සතුටිනි. ශ්‍රී ලංකාද්වීපයේ ස්වෛරීත්වය හා භෞමික අඛන්ඩතාවය වෙනුවෙන් රණවිරුවන්ගේ කැපවීම මෙන්ම නිවැරදි නායකත්වය මගින් අපගේ මාතෘ භූමියෙන් රුදුරු ත්‍රස්තවාදීන් අතුගා දැමීමට හැකිවන අතර උතුරුකරේ දිවි හිමියෙන් සටන් වදින ඔබේ පුතා, සහෝදරයා සහ සැමියා ලබන ජයග්‍රහණ විජයග්‍රහණ කරගැනීමට ඔබගේ ගමේ නගරයේ සිටින ජවසම්පන්න තරුණයින්ගේ සේවාව ඇවසි අවස්ථාවේ ඔවුන්ව ලගම යුද හමුදා කඳවුර වෙත යොමු කර නිදහස් ශ්‍රී ලංකාවේ සාමය ඇති කිරීමට දායකවීමට හැකි බැව් දන්වා සිටිමි.

තීරණාත්මක අවස්ථාවකට පැමිණ ඇති උතුර නැගෙනහිර යුද්ධය සඳහා දිවි හිමියෙන් සටන් වදින ඔබේ පුතා, සහෝදරයා සහ සැමියාගේ චිත්ත ධෛර්ය වඩවා ඔවුන්ව දිරිමත් කිරීම අද දින යුගයේ අවශ්‍යතාවයක්ව පවතී. අපගේ දුවා දරුවන්ට මෙම යුද්ධය ඉතිරි නොකර අවසන් කර දැමීම සඳහා ඔබගේ කැපවීම ද ඉතා විශාල වන බැවින් ඔබ සියලු දෙනාගේ අදහස් යෝජනා හා චෝදනා අපි ඉතා ස්තුති පූර්වකව අපේක්ෂා කරන බව දන්වා සිටිමු.

59 වන කලාපය සඳහා ලිපි විශේෂාංග ඉදිරිපත් කල සියලු දෙනාට මා-ගේ ගෞරවණීය ස්තුතිය පුද කරන අතර ඔබ සැමගේ දායකත්වය ඉදිරියට ද අපේක්ෂා කරමු.

ගෙවී ගිය තෙමස දෙස නැවත හැරී බැලීමේ දී සමස්ථයක් ලෙස අප රෙජිමේන්තුව යුධ බිමේ දී හා ඉන් පරිබාහිරව ලබා ගත් ජයග්‍රහණ පිලිබඳව ආඩම්බර විය හැකි අතර, සඟරාවේ පවතින සීමිත ඉඩ කඩ නිසා ඒ සියල්ලම ඔබ වෙත ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව නොලැබීම ගැන කනගාටුවෙමු.

අපගේ ආදර්ශ පාඨය වන සේවය කරමි" මත පිහිටා අපි සැම අන්‍යාවබෝධයෙන් යුතුව රෙජිමේන්තුවට, හමුදාවට හා රටට තව තවත් සේවය කරමින් අපගේ පාබල හමුදා ධජය ඉතා ඉහලින් ලෙළදුන් විලසටම තවදුරටත් ලෙළ දීමට අවස්ථාව උදාකර දෙන්නෙමි.

ප්‍රධාන කර්තෘ

THE WHITE HACKLE is for Members of the SLLI, their families, Ex-Servicemen of SLLI and as a whole for the entire Army. It will be extended even to all Sri Lankans.

We invite readers' views. Under 150 words; A postcard will do and include your name, rank and address. We will withhold your name if you so desire and may condense your views because of space. We cannot publish or answer everyone, but we will use representative views. Send your letters to:

Feedback,
The White Hackle,
RHQ SLLI, Army Cantonment,
Panagoda, Homagama.

THE WHITE HACKLE
SRI LANKA
LIGHT INFANTRY MAGAZINE

Col. of the Regt.
Brig. KADA Karunasekara RSP, USP, psc

The White Hackle Staff

Editor-in Chief - **Lt Col. TJ Kodithuwakku** RWP SLLI
(Centre Commandant)

Assistant Editor - **Maj. MCSK Senarathna** RSP SLLI
(Adjt RHQ SLLI)
011 2855204

Associate Editor - **Cpt. AUKG Yatagama SLLI**
(OIC White Hackle)

Chief Consultant - **Maj. Gen. HV Athukorale** VSV, psc, FBIM
(Rtd.-Reg. Force)
Brig. AER Abeysinghe KSV
(Rtd.-Vol. Force)

Publisher - Regimental Centre
Sri Lanka Light Infantry

The White Hackle is published quarterly under the supervision of the Regimental Centre Commandant to provide the Regiment with information on people, policies, operations, technical developments, views, opinions and ideas about the Sri Lanka Light Infantry ●Manuscripts of interest to the Regiment are invited. Direct Communication is authorized to the Editor or Asst. Editor, The White Hackle, Regimental Centre, Army Cantonment, Panagoda, Homagama. Phone 2855204 or 2855356 - 60 Extn. 7380 or 7404● Individual paid subscriptions are available through the Regimental Adjutant, Sri Lanka Light Infantry● Publication of this periodical is authorized by the Dte. of PA, Army HQCBO by letter No. A/275/27 of 16 Mar. '94● Use of funds for printing of this publication has been approved by the Regimental Commander on 30th Aug. 1993 at the Regimental Conference

රෙජිමේන්තු අධිපති
බ්‍රිගේඩියර් කේ්ඩීජ් කරුණාසේකර ආර්එස්පී යූඑස්පී පීඑස්සී
විසින් නිකුත් කරනු ලබන
2009 වර්ෂයේ අළුත් අවුරුදු පණිවුඩය

වර්ෂ 2009 ක් වූ නව වසර උදාවෙන මෙම මොහොතේදී ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා රෙජිමේන්තු අධිපති වශයෙන් ඔබ සැම වෙත සුභාශිංසන පණිවිඩයක් නිකුත් කරනුයේ ඉමහත් සතුටිනි.

පුරා දශක දෙකකට අධික කාලයක් තිස්සේ මාතෘ භූමියේ ආරක්ෂාව සහ සාමය රැක ගැනීම උදෙසා දැඩි කැපවීමකින් යුතුව පාබල හමුදා සාමාජිකයින් ලෙස අප සැම කටයුතු කිරීමෙන් ලබා ඇති කටුක වුත්, ඒ හා සමානවම මිහිරි වූත් අත්දැකීම් සම්භාරයක් සහිතව ගතවූ වසර නිමා කර ඇත. ගෙවී ගිය වසර ගණනාවක යුධ ඉතිහාසය තුලින් අප ලත් අත්දැකීම් හා පරිනතභාවය තීව්‍ර කරමින් වත්මන් යුධ හමුදා නායකත්වය යටතේ ඓතිහාසික ජයග්‍රහණයන් රැසක් ලබා ගනිමින් ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා රෙජිමේන්තුවේ නිත්‍ය හා ස්වේච්ඡා ඒකක සමග එක්වූ නව ඒකකයන්ද සමගින් ඔබ සැම උතුරු හා නැගෙනහිර ක්‍රියාන්විත රාජකාරින්හිදී ඉටු කරන්නාවූ සේවය අගය කිරීමට මා මෙය අවස්ථාවක් කර ගනිමි. තවද ඔබ විසින් යුධ බිමේදී විදහා දක්වන ලද එඩිතර භාවය හා රණශූරත්වයේ ප්‍රථිපල උපරිම පල නෙලා ගනිමින් ''සේවය කරමි'' යන උදෘත පාඨය පෙරදැරි කරගෙන තම රාජකාරින් ඉටුකිරීමට කැපවී සිටින බැව් මා හොඳාකාරවම දනිමි.

ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා සාමාජිකයින් වන ඔබ සෑම විටම ඔබ වෙත පැවරී ඇති වගකීම හා කාර්යභාරය මනා ලෙස අවබෝධ කරගෙන එය අප සැම විසින් අපගේ මාතෘ භූමියටත් එහි වෙසෙන ජනතාවත් වෙනුවෙන් ඉටු කල යුතු යුතුකම ලෙස තම කාර්යභාර ඉටුකිරීමට වගබලා ගත යුතුය. තම කාර්යය ඉටු කිරීමේදී පාබල හමුදා සෙබළු වශයෙන් අන් අය හට ආදර්ශයක් වන පරිදි රාජකාරීන් උසස් අන්දමින් ඉටු කිරීමට උදා වන නව වර්ෂයේදී අධිෂ්ඨාන කර ගනිමු.

ශ්‍රී ලංකාවේ භෞමික අඛණ්ඩතාවය රටේ ඒකීයභාවයත් සුරැකීම උදෙසා රුදුරු ත්‍රස්තවාදීන් සමග නොබියව තම ජිවිතය පරදුවට තබා සටන් වදින සියලුම නිලධාරීන් සහ සෙසු නිලයින් හට මේ මොහොතේදී මාගේ කෘතඥතාවය පුදකරමි. එවැනි ත්‍රස්තවාදී ප්‍රහාරයන් වලදී අප අතරින් වියෝවූ සියලුම රණවිරුවන් ඉතා ගෞරවයෙන් සිහිපත් කරන අතර, ආබාධිත තත්ත්වයට පත් වූ සියලුම රණවිරුවන් හට ඉක්මන් සුවය ලැබේවායි මා නිරතුරුව ප්‍රාර්ථනා කරමි. රට දැය වෙනුවෙන් මෙවැනි උදාරතර මෙහෙයක් ඉටුකිරීම උදෙසා ඔවුන් බිහිකල දෙමාපියන්ටත් ඔවුන්ගේ අඹුදරුවන් සහ සියලුම ඥාති මිත්‍රාදීන්ටත් කෘතඥතාවය පුද කිරීමට මා මෙය අවස්ථාවක් කර ගනිමි.

අවසාන වශයෙන් ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා රෙජිමේන්තුවේ සියලුම නිලධාරීන්, සෙසුනිලයින් ඇතුලු ඔවුන්ගේ පවුල් වල සියලු සාමාජිකයින්ටත්, සිවිල් සේවක මහතුන් ඇතුලුව එම පවුල් වල සියලු සාමාජිකයන්ටත් ලැබුවා වූ මෙම නව වසර යස ඉසුරින් පිරි සෞභාග්‍යමත් නව වසරක් වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරන අතර, සෑම භාරදූර කාර්‍යයක් ඉටු කිරීමට ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණ හා සියලු දෙවියන්ගේ ආරක්ෂාව ලැබේවායි ඉත සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමි.

කේජ්ඩීජ් කරුණාසේකර ආර්එස්පී යූඑස්පී පීඑස්සී
බ්‍රිගේඩියර්
රෙජිමේන්තු අධිපති ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව

දිනය: 2009 ජනවාරි මස 01 දින

සේවයේ යෙදී සිටියදී මියගිය අයට ගෞරව දැක්වීම සඳහාය

IN HONOUR OF THOSE KILLED IN ACTION

1983 වසරේ සිට මව්බිමේ ඒකීය භාවය වෙනුවෙන් දිවි පුදකල ශ්‍රීලපාහ වීරෝධාර රණවිරුවන් හට ගෞරව දැක්වීමක් වශයෙන් මියගිය අයගේ නාමලේඛනය 1999 ජනවාරි කලාපයේ සිට කොටස් වශයෙන් පහත සඳහන් පරිදි පලකරනු ලැබේ.

2678	S/315416	L/Cpl	Kumarasinha DMWGC	10 SLLI	Periyathampane	29/09/2007
2679	S/5D02304	L/Cpl	Tilakarathna TG	5 (V) SLLI	Padaviya	30/09/2007
2680	S/170006	L/Cpl	Arachchi GAS	4 SLLI	Kilali	03/10/2007
2802	S/305745	Cpl	Nimalasena KM	4 SLLI	Kilali	03/10/2007
2803	S/316621	L/Cpl	Darmasiri WMS	10 SLLI	Periyathampane	03/10/2007
2804	S/5D01679	L/Cpl	Deshappriya ADK	5(V)SLLI	Padaviya	06/10/2007
2805	S/12213	WO1	EMG Ekanayaka	1 MAC	Yala	15/10/2007
2806	S/304367	Sgt	Karunarathna	1 MAC	Yala	15/10/2007
2807	S/305249	Sgt	Tikiridasa RM	1 SLLI	Muhamale	12/10/2007
2808	S/314882	Sgt	Ariyadasa KM	7 SLLI	Periyathampane	20/10/2007
2809	S/313544	Cpl	Jayasinha KS	7 SLLI	Periyathampane	20/10/2007
2810	S/165752	L/Cpl	Chandrasekara CMRS	7 SLLI	Periyathampane	20/10/2007
2811	S/315504	Cpl	Fernando KRUA	10 SLLI	Periyathampane	21/10/2007
2812	S/171029	L/Cpl	Bandara PMSK	11 SLLI	Viladikulam	23/10/2007
2813	S/5D00801	Cpl	Upali Senarath Bandara UG	5(V)SLLI	Welioya	27/10/2007
2814	S/163987	L/Cpl	Athtanayake HNK	10 SLLI	Periyathampane	29/10/2007
2815	S/316624	L/Cpl	Predeep Priyanga M	10 SLLI	Periyathampane	01/11/2007
2816	S/317206	L/Cpl	Jayasekara RPS	4 SLLI	Kilali	07/11/2007
2817	S/317206	L/Cpl	Jayasekara RPS	4 SLLI	Kilali	07/11/2007
2818	O/65666	Major	NAPS Munasinha SLLI	7 SLLI	Periyathampane	10/11/2007
2819	S/312064	Sqt	Wijerathne NMJ	1 SLLI	Trincomale	16/11/2007
2820	S/15492	S/Sqt	Jayantha WKP	10 SLLI	Periyathampane	04/12/2007
2821	S/316310	Sqt	Wijesinghe WAN	1 SLLI	Muhamale	06/12/2007
2822	S/168279	L/Cpl	Priyalal IGJ	10 SLLI	Periyathampane	09/12/2007
2823	S/319408	L/Cpl	Nandasiri DMA	4 SLLI	Kilali	11/12/2007
2824	S/313931	Sqt	Pushpakumara KPA	1 SLLI	Muhamale	27/12/2007
2825	S/5D01784	Cpl	Mangala Prematilaka KP	5(V) SLLI	Walioya	31/12/2007
2826	S/5D02222	L/Cpl	Asanga Thusitha W	5(V) SLLI	Walioya	31/12/2007
2827	S/176625	L/Cpl	Nissanka NMNN	7 SLLI	Periyathampane	04/01/2008
2828	S/315332	L/Cpl	Sirisena RM	11 SLLI	Periyamansakulam	04/01/2008
2829	O/66153	Cpt	KP Bopage SLLI	1 SLLI	Muhamale	21/01/2008
2830	S/319031	L/Cpl	Premalal HMH	1 SLLI	Muhamale	24/01/2008
2831	S/5D02499	L/Cpl	Ravilal DH	5(V) SLLI	Walioya	24/01/2008
2832	S/175099	L/Cpl	Suranga Sumira H	1 SLLI	Muhamale	25/01/2008
2833	S/314571	L/Cpl	Gunasekera DKS	7 SLLI	Periyathampane	25/01/2008
2834	S/167798	L/Cpl	Madusanka MHK	1 SLLI	Muhamale	26/01/2008
2835	S/318486	L/Cpl	Rangana MB	7 SLLI	Periyathampane	27/01/2008
2836	S/316579	L/Cpl	Rupasinghe Banda HM	12 SLLI	Walioya	29/01/2008
2837	S/315498	L/Cpl	Dayarathne MKPG	12 SLLI	Walioya	29/01/2008
2838	S/303048	S/Sqt	Udayakumara HGA	1 SLLI	Muhamale	01/02/2008
2839	S/32445	L/Cpl	Attanayaka AMMS	5(V) SLLI	Walioya	02/02/2008
2840	S/32452	L/Cpl	Pathmasiri PLN	5(V) SLLI	Walioya	02/02/2008
2841	S/312738	S/Sqt	Rathnayaka RMD	7 SLLI	Periyathampane	03/02/2008
2842	S/311470	Sqt	Sampath PLDL	7 SLLI	Periyathampane	04/02/2008
2843	S/314873	L/Cpl	Dissanayaka DM	7 SLLI	Periyathampane	04/02/2008
2844	S/315845	Cpl	Gamage P	12 SLLI	Walioya	04/02/2008
2845	S/314702	Cpl	Jayakodi JA	8 SLLI	Periyathampane	05/02/2008
2846	S/316028	Sqt	Prasad SAM	15 SLLI	Valioya	07/02/2008
2847	S/178322	L/Cpl	Dissanayaka KBLR	6 SLLI	Nagarkovil	09/02/2008

තව කොටසක් ලබන කලාපයේ

7 වන බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාවට හත්වන අණදෙන නිලධාරී පත්වූ වගයි.

වර්ෂ 1992 ක් වු ඉල් මස 20 වන බ්‍රහස්පතින්දා දින සුභ මොහොතින් යාපා පටුන ආසන්නයේ සුන්දර දූපතක්වු මණ්ඩතිව් දූපතේ ස්ථාපනය කරන ලද 7 වන බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාවට වර්ෂ 2008 ක් වු උඳුවප් මස 21 වන දිනය තවත් එක් සුවිශේෂී දිනයක් ලෙස ඉතිහාසයට එක්වුයේ 7 වන බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාවට අණදීමට පැමිණි හත්වන අණදෙන නිලධාරී වශයෙන් සුභ මොහොතින් රාජකාරිය ආරම්භ කල මේජර් පීඑම්එන් පෙරේරා ආර්එස්පී ශ්‍රීලපාහගේ සම්ප්‍රාප්තියයි.

පුරා දශක එකහාමාරකට වැඩි කාලයක් ඒකකය දිවයිනේ නොයෙකුත් ප්‍රදේශයන්හි ස්ථානගතවෙමින් ශ්‍රී ලංකාද්වීපයේ ස්වෛරීභාවයට ඉමහත් පිළිලයක් වෙමින් පවතින්නාවු රුදුරු ම්ලේච්ඡ ත්‍රස්තවාදය සමග සටන් වදිමින් පැමිණි ගමනේදී බළඇණියට අණදීම අණදෙන නිලධාරී වරුන් 06 දෙනකු විසින් සිදු කරන්නට යෙදුනි. ත්‍රස්තවාදීන් විසින් හතරවන ඊළාම් යුද්ධයට මුලපිරුයේ 7 වන බළඇණිය වන අප බළඇණියට පළමු වෙඩි මුරය පත්තු කිරීමෙන් බව මුළු මහත් ලක්වාසී ජනතාවම දන්නා කරුණකි. එතැනින් ආරම්භවු ත්‍රස්තවාදය මුලිනුපුටා දැමීමේ මහා සංග්‍රාමයට ඉදුරාම සහභාගි වෙමින් ඉමහත් විජයග්‍රහණ රැසක් අත්පත් කර දෙමින් වන්නි මෙහෙයුමේ දැවැන්ත කාර්යභාරයක් ඉටු කල අප බළඇණියට වන්නි මෙහෙයුම ආරම්භයෙන් සුළු කලකට පසු දෙවන අණදෙන නිලධාරී වරයකු පත්කර එවන ලදී. ඒ අන් කිසිවකු නොව වත්මන් අණදෙන නිලධාරී දෙවන අණදෙන නිලධාරී තනතුරේ රාජකාරී භාරගෙන සැලකිය යුතු කාලයක් වන්නි මෙහෙයුමේ ක්‍රියාන්විතයන් සඳහා ඒකකයේ දෙවන අණදෙන නිලධාරී වරයකුගෙන් බලාපොරොත්තු වන්නාවු රාජකාරිය සහ මෙහෙය නොපිරිහෙලා ඉටු කල මෙම නිලධාරී නැවත අරෙසේ පදනමක් මත එජාසාසාබපුපා කුකුලේගඟ වෙත ඇතුලත් කරන ලදී.

7 වන බළඇණියට හත්වන අණදෙන නිලධාරී වීමට ලැබීම ඉමහත් භාග්‍යයකි. 57 වන ප්‍රහාරක සේනාංකයේ කීර්තිමත් නාමයත් සමග සමස්ථ යුද්ධ හමුදාව තුලම තම විජයග්‍රහනයන්ගේ සහ රණකාමීත්වයේ පෞඩභාවය විදහා පෑ මෙම බළඇණිය පසුගි-ය සුළු කාලසීමාවක් තුල මද පසුබෑමකට ලක්ව සිටීමට සිදු වුයේ පුරා වසර දෙකකට ආසන්න කාලසීමාවක් නොකඩවා ලද යුද්ධයේ වෙහෙස තුලිනි. මෙවන් අවස්ථාවක ඒකකයේ අණදෙමින් සිටි ලුතිතන් කර්නල් යුආර් අබේරත්න ආර්එස්පී ශ්‍රීලපාහ යන ජ්‍යෙෂ්ඨ නිලධාරී බළසේනාධිපති තනතුරක් සඳහා පත් කර සිටි අතර දෛවයේ හාස්කමක් ලෙස හත්වන අණදෙන නිලධාරී තනතුර සඳහා මේජර් පීඑම්එන් පෙරේරා ශ්‍රීලපාහ පත්ව එන ලදී.

ඒකකය වෙත පැමිනි නව අණදෙන නිලධාරී තුමා වෙත 2008.12.21 දින උදෑසන සම්මාන මුරයක් පිරිනැමීමෙන් අනතුරුව 0743 පැයට පමන යෙදුනු සුභ මොහොතින් චිරාගත සම්ප්‍රදායානුකූලව පොල්තෙල් පහන දල්වා සියල්ලන්ගේ ම ආශිර්වාදය මැද තම රාජකාරී කටයුතු ආරම්භ කරන ලදී. නව අණදෙන නිලධාරී පත්වීම වෙනුවෙන් බළඇණී මුලස්ථානයේ උදෑසණ තේ පැන් සංග්‍රහයක් පවත්වා අණදෙන නිලධාරී විසින් භට පිරිස් අමතමින් තමාගේ ඉදිරි සැලසුම් සහ බළඇණිය නැවතත් පෙර පැවති තත්වයට ගෙන ඒමට සැමදෙනාගේම සහාය ලබා දෙන ලෙස ඉල්ලා සිටි අතර, ක්‍රියාන්විතයේදී මියගිය රණවිරුවන්ට නිවන් සුව ප්‍රාර්ථනා කරමින් සටනේදී තුවාල ලැබූ අයවළුන්ට ඉක්මන් සුවය ප්‍රාර්ථනා කරමින් තමන් හත්වන අණදෙන නිලධාරී වශයෙන් නිකුත් කල පලමු විශේෂ නියෝගය සාරාංශගතව ප්‍රකාශ කිරීමෙන් අනතුරුව, ඒකකය වෙත පැමිණි නව ආධුනික සෙනින් 78 දෙනකු අමතා දේශනයක්ද පවත්වන්නට යෙදුනි.

ඒකකයේ කණ්ඩායම් ස්ථානගත ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ල වෙත සංචාරයක යෙදුනු හිටපු අණදෙන නිලධාරී සහ නව අණදෙන නිලධාරී රෙජිමේන්තු සැරයන් මේජර් සමගින් සියලු කණ්ඩායම් නිලධාරී අණදෙන වරුන් හමුවී වත්මන් වාතාවරණය සහ භට පිරිස්හි අවශ්‍යතාවයන් විමසා සිටිමින් බංකරයෙන් බංකරයට ගමන් කර සියල්ලන් හා සුහද පිළිසඳරක යෙදෙන්නට විය.

7 වන බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාවට පත්ව ආ හත්වන අණදෙන නිලධාරී තුමනි ඔබගේ ඉදිරි සැලසුම් සියල්ලක්ම සර්වප්‍රකාරයෙන් සාර්ථක වේවායි බළඇණියේ සියළු නිලධාරී/ සෙසුනිලයින්ගේ ප්‍රාර්ථනයයි තවද ඔබගේ අණදීම යටතේ බලඇණිය පෙර තිබු ස්ථාවරයට නැවත වරක් කැඳවාගෙන යාමට ඔබට සියලු ශක්තිය ධෛර්‍යය ලැබේවා, සියලු දෙනාටම රත්නත්‍රයේ ආශිර්වාදය සහ ජය ශ්‍රී මහා බෝ සමිඳු පිහිට ප්‍රාර්ථනය කරන්නෙමු.

පරිඝණක අංශය 7 ශ්‍රීලපාහ

එදා යුධ බිමේදී ඔබට ශක්තියක් වීමට නොහැකිමුත් දෙපයින් නැගීසිටීමට අපි ශක්තියක් වන්නම් අද

2008.10.07 වන දින වෛද්‍ය සමන්ති ගණේගොඩ මහත්මිය විසින් රෙපිමුබ ශ්‍රීලපාහ ඒකකයේ ආබාධිත රණවිරුවන් දසදෙනෙකු සඳහා කිහිලිකරු දහයක් පිරිනැමීමෙන් පසු

2008.08.15 වන දින අංක 07 හොරණ පාර තලවත්ත, පන්නිපිටිය හි පදිංචි පරිත්‍යාගශීලි ඩබ්.එස් විජේවර්ධන මහතා ඇතුලු පවුලේ සැම විසින් රෙපිමුබ ශ්‍රීලපාහ ඒකකයේ ආබාධිත රණවිරුවන් සිව් දෙනෙකු සඳහා කෘතිම පාද 4ක් පිරිනමමින්

2008.09.05 වන දින අශෝක ද සිල්වා, ලංකා ද සිල්වා, දීප්ති ජයවීර යන මහත්ම මහත්මීන් විසින් රෙපිමුබ ශ්‍රීලපාහ ඒකකයේ ආබාධිත රණවිරුවන් තිදෙනෙකු සඳහා රෝද පුටු පරිත්‍යාග කරන ලදී.

2008.11.13 වන දින පන්නිපිටිය ධර්මපාල විද්‍යාලයේ විදුහල්පති තුමා විසින් රෙපිමුබ ශ්‍රීලපාහ ඒකකයේ ආබාධිත රණවිරුවන් දෙදෙනෙකු සඳහා රෝද පුටු 2ක් ද රණවිරුවන් 7 දෙනෙකු සඳහා කිහිලි කරු හා අත්වාරු 7ක් පරිත්‍යාග කරන ලදී.

මගේ පුත නුඹ

පුරා දස මසක් කුස හොවලා
බිහිකලෙ නුඹ මගේ සොදුරිය
පැතුම් පැතුවේමි දෙදනාම අප
දකින්නට නුඹෙ කිරිකැටි සිනා.....

නමුත් අපගේ අවාසනාවට
වුයේ අබාධිත මගේ පුත නුඹ
ගෙවුනි තෙවසරක්
දහසක් කම්කටොලු මැද
පය බිම තබා
ඇවිද යන්නට
වරම් නැතිවේද
මගේ පුත නුඹ හට....

ලාකෝ රත්නායක ආර්පීජීකේ
9 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ - ඒ කණ්ඩායම

නුඹට ඇති මගේ ආදරේ

ජීවිතයේ හිමයාය මතුපිට
පිපුණු ආදරේ සුදුමල්
නෙලා දෝතින්ම එක්කොට
නුඹට පුද දෙමි....

විඩාබර වු නුඹේ දිවියට
සෙනෙහසේ අරුත තවරා
සිහිල මත සතපවන්නට
ලඟම මම හිදිමි......

ජීවිතය එකට කැටිකොට
දෙතොල්පෙති අතර රඳවා
නුඹෙ නළල් තලය මතුපිට
සෙමින් තවරමි.....

හෙටත් අද වගේ දවසක
නුඹේ සුසුම් පවන් රැල් වැද
කොපුල් තල සිහිල්වන තුරු
පැතුම් පුරවමි සදා මා.....

ලාකෝ කුසුම්සිරි කේපිඩීසී
ඊ ආරක්‍ෂක කණ්ඩායම
ජනාධිපති ආරක්‍ෂක සේනාව

අයිතිය මුල් කරන් ඇරඹුණ මහ යුද්දේ

අයිතිය මුල් කරන් ඇරඹුණ මහ යුද්දෙ
සිහිපත් කරනවා අතීත රජ සද්දෙ
රජ මැතිදුන් කෙරු පාලන සහ මැද්දෙ
ඇයි නොකෙරුවේ අද කරනා මහ යුද්දෙ

වර්ෂාව නොනවතින සුළඟ හිරි ගඩු පුප්පනවා
පියුමක් පිපී විල ලස්සන කරනවා
පසලොස්වක රැය සඳරැස් දිස්වෙනවා
නුඹව මතක්වී මගේ නෙත් තෙත්වෙනවා

සාසෙ ප්‍රියංකර කේඑන්
අණ හා පාලන කණ්ඩායම
17 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ

රට වෙනුවෙන් සටනට ගිය එහිදි දිවි පිදූ අභීත රණවිරු සෙබළ සෙබළියන්ට මෙය උපහාරයක්ම වේවා

පොත් මිටිය ලැමට තුරුලු කරන්
පාසල් ගිය කාලයේ සිටම
රට ගැන ඇති වු අවංක ආදරය
අයියේ, අක්කේ සිතුනාද
මෙහෙම අපට සමුදෙන්නට වේවි කියා
සැඳෑ හිරු බැස යත්ම
උදා හිරු නැග එත්ම
පිරිසිදු සිත් වලින් ප්‍රාර්ථනා කරන්නම්
රණවිරු අයියේ අක්කේ
ඔබ යළි යළිත් අප අතරම ඉපදෙන්න

සාසෙ දිසානායක ඩබ්ලිව් එම්ගේ සදාදරණීය
චුටි නංගි චමිලා කුමාරි - මහව

My Nice Floozie

Your dazzling eyes
Can light up my heart
My dear you are my world

The melodious voice
And cuddlesome words
Darling you are my soul

Your rosy cheeks
And golden body
I was impressed by you

My nice floozie
You are the felicity
I love you more and more

Captain Tharindu Weerasinghe
17 (v) SLLI,

උපන් බිලිඳුට

සිහින අසපුවෙන් උපන් කුමරුනේ
කියන් කෙලෙසද ළදරු වියේ
උපන් දා සිට ගෙවූ අතීතේ
පහස නුඹ කෙලෙස ලැබුවේ

මවුපිය සෙනෙහස පමනද
උරුම උනේ...
ඥාතිද සෙනෙහස ගිලිහින්ද
මවුපිය පමණක් වග බැලුයේ

ලෝකය මැව්වයි කියනු සිතා
අයාලේ යනු නොහැකි නිසා
ලැබුනු පෙමට ආලය කල විට
බිලිඳුන් ගැන වදනකට සමා

සාසෙ ජයලත් යුජීඑන් - 2 ආබ ශ්‍රීලපාහ

සෙබළ ජීවිතය

හදේ විකසිත පැතුම් එකිනෙක
බිඳී වැටුනත් මා සිතේ
කටුක යුධ බිම තනිය මැකුවේ
අවිය පමණයි මා අතේ
රුදුරු මරණය ඇවිත් එබිකම්
කරති මාගේ මාවතේ
සිහල ජය දද නංවා තබා මිස
හැර නොයමි මේ ජීවිතේ....

ලුතිතන් ආර්ජීඑම්එන් රිටිගහපොල, ශ්‍රීලපාහ
14 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ

දයාබර සොයුරිය....

ඔබ කීවේ නොයෙක් විට
පාසැල් සමයේ ඉම්හිරි
මතකයට නැගුවා ඒ වදන්
දහසක් කම්කටුලු මැද
පොත් බලන්නට
අකුරු කරන්නට
අද ඔබ නෑ
දයාබර සොයුරිය...

කපිතන් ඩීඑස්පීකේ ද සිල්වා
9 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ - ඒ කණ්ඩායම

ඔබගේ ආදරය....

සසල වූ මගේ සිත
නිසසලයි නුඹේ ලග
දඟකාරකමවත්
නැත අනේ නුඹේ ලග
සැමතැනම දුවන සිත
නතරවෙන මේ අරුත
පවසන්න ලගින් හිද
ඔබගේ ආදරය....

කපිතන් ඩීඑසීපීකේ ද සිල්වා ශ්‍රීලපාහ
9 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ
ඒ කණ්ඩායම

ගාලු සමය අවි ප්‍රදර්ශණය 2008

රුහුණු පුරවරයේ ඓතිහාසික ගාලු කොටු පවුර තුල 2008-12-23 දිනසිට 2008-12-27 දින දක්වා ඉතා උත්කර්ශවත් ලෙසින් පවත්වන ලද ගාලු සමය ප්‍රදර්ශනයේ කැපී පෙනෙන හා වැඩිම ජනකායක් සහභාගි වූ ප්‍රදර්ශනය වූයේ ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදා ප්‍රදර්ශන භූමියයි එහිදීද සියලුම පාබල රෙජිමේන්තු විසින් පරිහරණය කරනු ලබන අවි ආයුධ ශ්‍රීලපාහ රෙජිමේන්තුව විසින් ද කාලතුවක්කු රෙජිමේන්තුව විසින් එම රෙජිමේන්තුවට අයත් අවි හා උණ්ඩද ශ්‍රී ලංකා සන්නාහ සන්නද්ධ රෙජිමේන්තුවෙන් සන්නද්ධ රථද, ගැමුණු හේවා රෙජිමේන්තුව මගින් එල්ටීටීඊ ත්‍රස්තවාදින්ගෙන් අල්ලා ගන්නා ලද අවි ආයුධ විශාල සංඛ්‍යාවක් ද, මෙහි ප්‍රදර්ශණය කරන ලදී. මෙම ප්‍රදර්ශන කුටි නැරඹීම සඳහා දෙස් විදෙස් නරඹන්නන් විශාල සංඛ්‍යාවක් ද ප්‍රදේශයේ දේශපාලකයින් සහ ප්‍රභුවරුන් ද පැමිණ සිටියහ. ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා අවි ප්‍රදර්ශන කුටිය අනෙකුත් කුටි අතරින් සිත් ඇද ගන්නා සුළු අයුරින් සකස් කර තිබූ අතර මෙයට ප්‍රේක්ෂකයින්ගේ නොමද ප්‍රශංසාව ලැබිණි. මෙවන් ප්‍රදර්ශන කුටියක් නිර්මාණ කර නරඹන්නන්ගේ සිත් සතන් තුල යුධ හමුදාව පිළිබඳව ගෞරවයක් ඇති කිරීම සම්බන්ධයෙන් ප්‍රදර්ශණය සංවිධානය කල සියලු දෙනාට මෙන්ම ඉතා කාර්ය බහුල වාතාවරනයක් යටතේ එහි රාජකාරි කල විරුවන්ට අපගේ ගෞරවය පුදකර සිටින්නෙමු.

ඔබගේ සිරුරේ බර අඩු කිරීමට ක්‍රම කිහිපයක්

මෙය ආහාර වේල් අත් හැරීමක් හෝ වෙහෙසකාරි ව්‍යායැම් මාලාවක් නොවේ. මෙවැනි ක්‍රියාකාරකම් බොහෝ දුරට කෙනෙකුට දීර්ග කාලීනව පවත්වාගෙන යෑමට අසීරුවේ. මෙය ඒ වෙනුවට ඔබගේ එදිනෙදා ජිවිතයේ සාමාන්‍ය ක්‍රියා පිළිවෙත් සමහරක් ස්වල්ප වශයෙන් වෙනස් කිරීමක් පමණි යයි හිතන්න. එය එක අතකට විනෝද ජනකය.

ඔබ ආහාර වර්ජනය කිරීමට අවශ්‍ය නැත. ශාරීරික අභ්‍යාස මධ්‍යස්ථානයකට සම්බන්ද වීමට ද අවශ්‍ය නැත. සිරුරේ කැලරි කිහිපයක් අඩුකිරීමෙන් ඔබ විශාල ලාභයක් අත් කර ගැනීමකි. ස්වභාවයෙන්ම සිහින් සිරිරුරක් ඇති පුද්ගලයින් අනුගමනය කරන උපක්‍රම කිහිපයක් අනුගමනය කිරීමෙන් ඔබට ද සිහින් සිරුරක් නිතතින්ම ලබාගැනීමට හැක.

❍ ආරම්භ කරන්නේ කෙසේද ?

මුලින්ම දිනකට ඔබට කෙතරම් කැලරි ප්‍රමාණයක් අඩුකර ගත හැකි දැයි තීරණය කරන්න. ඒ අතර ඔබේ සුපුරුදු දින චර්යාව එලසම සිදු කරන්න. දිනකට ඔබ ශරීරයේ කැලරි දෙසිය පණහක් ගෙවා දැමීමෙන් ඔබට වසරකදී කිලෝ එකොළහක බර ප්‍රමාණයක් අඩු කරගත හැක. දිනකට ඔබේ ශරීරයේ කැලරි සියයක් ගෙවා දැමීමෙන් වසරකදී ඔබේ ශරීරයේ බර කිලෝ පහක පමණ ප්‍රමාණයයකින් අඩුකරගත හැක. දිනකට කැලරි පන්සියයක් ගෙවා දැමීමෙන් ඔබට වසරකදි ඔබේ ශරීරයේ බර කිලෝ ග්‍රෑම් විසිදෙකකින් බර අඩු කරගත හැක. එයද පදනම් වනුයේ කිලෝ ග්‍රෑම් හැත්තෑවක් බර පුද්ගලයෙකු සම්බන්දයෙන්ය. ඔබගේ බර, ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය, වයස යන කරුණුමත ඔබ විසින් දවාගත යුතු කැලරි ප්‍රමාණය අඩු වැඩි විය හැක. කිලෝ ග්‍රෑම් හැටක් බර කාන්තාවකට තම දෛනික කාර්යන් සදහා කැලරි දෙදහස් එකසියයක් පමනද කිලෝ ග්‍රෑම් 95 ක බර පිරිමියෙකුට දිනකට තම දෛනික කාර්යන් සදහා කැලරි තුන් දහස් එකසියයක් පමණ අවශ්‍ය වෙයි. හොදයි දැන් ඔබේ සිරුරේ කැලරි දහනය ආරම්භ කරන්න.

❍ උදැසන කටයුතු

උදැසන ඔබගේ දෙනෙත් විවර කලවිට ඔබගේ කොන්දට කිසියම් සුළු අතිතයක් දැනෙන තුරු ඉදිරියට නැමෙන්න, කෙලින් වෙන්න මෙලෙස දෙවරකට වැඩි සංඛ්‍යාවක් කරන්න. එවිට කැලරි දහයක් දැවී යයි.

ඔබ උදැසන දත් මදිනවිට දෙපයින් සිටගැනීම වෙනුවට තනි කකුලෙන් සිටගෙන සිටින්න තත්පර තිහක් එක කකුලකින් සිට අනික් කකුලෙන් සිටගන්න. එය ඔබේ පාදවලට මෙන්ම මොළයටද වැඩ දායක ඉරියව්වකි. රාත්‍රියේ නින්දට පෙරද ඔබට මෙය සිදු කල හැක. එමගින් ඔබේ සිරුරේ කැලරි දහයක් දැවී යයි.

උදැසන තේ සදහා වතුර රත්වෙනතුරු සිටින විට ඔබගේ අත මේසය මතතබා එක කකුලක් ඔබ ඉදිරියට ඔසවන්න. ඔබගේ කය සෘජුව තබාගෙන මෙලස තත්පර කිහිපයක් සිටගෙන සිටින්න. මෙලෙස ඊළග කකුලට මාරු වී තවත් තත්පර කිහිපයක් සිටගෙන සිටින්න. මෙලෙස වාර පහක් හෝ දහයක් කරන්න. ඔබ නොදැනුවත්වම කැලරි දහයක් ඔබගේ ශරීරයෙන් වැය වී ඇත.

ඔබ උදැසන තේ කොප්පයට යොදය සහිත කිරි වෙනුවට මේදය අඩු කිරි වර්ගයක් භාවිතා කරන්න. කැලරි හැටක් ශරීරයට එකතුවීම වැලෙකෙයි.

උදැසන නවයේ සිට සවස පහ දක්වා ඔබ වාහනයෙන් ගමන් කරන අතරතුර රථ වාහන තදබදයක දි හෝ සංඥා එළි අභියසදි ඔබගෙ මෝටර් රථය නතර කිරීමට සිදු වු විටක ඔබගේ සිරුරේ මස් ගොබ තත්පර දහයක වැනි කාලයක් තදින් මිරිකන්න. පසුව මෙය තත්පර පහගොවක කාලයක් දක්වා දිර්ග කරන්න. ඔබේ ගමන අතරතුර දි මෙය කිපවරක්ම සිදුකර ගැනීමෙන් කැලරි දහයක් දැවී යයි.

ඔබට දුරකථන ඇමතුමක් ලැබුන සැම විටකදිම අසුනෙහි හිදගෙන එයට පිළිතුරු දෙනු වෙනුවට නැගිට දුරකථනයට පිළිතුරු සපයන්න. කැලරි පණහක් හෝ ඊට වැඩි ප්‍රමාණයක් දැවී යයි. සිහින් සිරුරැති මිනිසුන්ට වඩා තරබාරු මිනිසුන් අඩු වශයෙන් දිනකට පැය දෙකහමාරක්වත් හිදගෙන සිටි.

ඔබගෙ කාර්යාලයේම වෙනත් තැනක සිටින කෙනෙකුට ඔබට පණිවිඩයක් යැවිමට සිදු වූ විට බෝහෝවිට ඔබ දුරකථනය භවිතා කරයි. එවැනි දුරකථනය ඇමතුම් අඩක් හෝ නතරකර එම තැනැත්තා වෙත ඔබ ගොස් ඔබේ පණිවිඩය කියන්න. එවිට ඔබේ ශරීරයෙන් කැලරි සියයක් දැවී ගොස් ඇත.

දවස මුලුල්ලේ ඇගට හිර ඇදුම්, අඩි උස සපත්තු පැලද සිටිනවාට වඩා ඇගට සැප පහසු ඇදුම්, ස්පෝට්ස් ෂර්ට්ස්, මෘදු අඩිය ඇති සපත්තු දවස පුරා පැලද සිටිනවානම් බොහෝ කැලරි ප්‍රමාණයක් දැවී යයි. මන්ද එම ඇදුම් ඔබට පහසු නිසා ඔබ වැඩිපුර එහා මෙහා ඇවිද යයි. එය ඔබ නොදැනුවත්ම සිදු වන්නකි. කැලරි විසිපහක් දැවී යයි.

කාර්යාලයේ ඔබ මේසය අසල වූ අසුන වෙත ගොස් ඉදගෙන ඒ සමගම නැගිටින්න. මෙලෙස නැගී සිටීමේ දී අසුනට අත නොගසා නැගී සිටින්න. අඩු වශයෙන් කාර්යාල වේලාව තුලදී මෙලෙස පහළොස් වතාවක් හෝ විසි වතාවක් කිරීමෙන් කැලරි පහළොවක් පමණ දැවී යයි.

ඔබේ අසුනෙන් වාඩි වී ඔබේ දෙපා පොලොව මත රදවා දණහිසේ සිට පපුව දෙසට සෙමින් මිරි කරන්න. දිනකට දහවරක් මෙම සැහැල්ලු අභ්‍යාසය කරන්න. කැලරි දහයක් දැවී යයි.

ඔබගේ මෝටර් රථයට ඉන්ධන ලබාගන්නා කාලය තුල මෝටර් රථයෙන් එළියට බැස එක් අතකින් මෝටර් රථය අල්ලා ගෙන පිටි පතුල් වලින් ඉස්සෙමින් පහත් වෙන්න. මෝටර් රථයට ඉන්දන ලබාගන්නා තුරු මෙය සිදුකරන්න. ඔබ නොදනුවත්වම කැලරි දහයක් දැවී සිරුර සිහින් වේවි.

ඔබ ඇදුම් ගැනීමට සාප්පුවකට ගිය විට අඩු වශයෙන් කලිසම් හෝ කමිස දහයක් වත් ඔබගේ ඇගට ගැලපේදැයි ඇද බලන්න. නමුත් එක් ඇඳුමක් වත් මිලදී ගැනීමට අවශ්‍ය නොවන්න පුළුවන් එමගින් තවත් කැලරි හැටක් පමණ දැවී යයි.

ඔබ කිසියම් විටක පෝලිමක සිටින විට ඔබගේ දෙඅත් පිටුපසට යවා උරහිස් දෙක සෙමින් මිරිකන්න. තත්පර විස්සක පමණ කාලයක් ඉහලට හුස්ම නොගෙන සිට දිගු හුස්මක් ගැනීමෙන් කැලරි පහක් දැවී යයි.

ඔබ දිනකට විනාඩි දෙකක කාලයක් පඩි පෙළක් නැග්ගොත් දින පහක දී විනාඩි විස්සක කාලයක් ඒ සදහා යොදවා කැලරි සියයේ සිට කැලරි එකසිය හතලිහ දක්වා අඩු කර ගැනීමට හැක.

ඔබ රූපවාහිනිය නරඹන විට දුරස්ථ පාලකය ඔබේ අතේ තබා නොගෙන වෙනත් මේසයක් මත තබන්න. ඔබ නරඹන වැඩ සටහන අතරේ වෙළද දැන්වීමක් යන විට ඔබ එම නාළිකාව වෙනස්කර ගැනීමට අවශ්‍ය නම් නැගිට දුරස්ථ පාලකය වෙත ගොස් නාළිකාව මාරු කර නැවත එම මේසය මතම තබන්න. නැවත වෙනත් නාළිකාවක් නැරඹීමට අවශ්‍ය වන්නේනම් නැවත නැගිට ගොස් පෙර පරිදිම කරන්න. පැය භාගයක රූපවාහිනි වැඩ සටහනකදී ඔබට සියයට ආසන්න වාර සංඛ්‍යාවක් එලෙස කිරීමට සිදුවෙයි. එවිට ඔබේ ශරීරයේ කැලරි විසි හතරක් දැවීමෙන් ඉතා කඩවසම් සිරුරකට ඔබට හිමිකම් කිව හැක. මේ පිළිබදව ඔබත් වරක් නොව දෙවරක් සිතා බලා ජීවිතය විදවන්නෙ නැතුව විදින්නට පුරුදු වන්න.

2007 ජනවාරි මුතුහර සගරාවේ පීටර් කැනියුට් මහතාගේ ලිපිය ඇසුරෙන්.

1 ශ්‍රීලපාහ කෝප්‍රල් දිලුක දීමන්ත බීජී

16 වන බළ ඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව සිය පලමු වන සංවත්සරය සමරන වගයි.

ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදාවේ ආරම්භයට හිමිකම් කියනු ලබන ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා රෙජිමේන්තුවේ ස්වේච්ඡා බළ ඇණියක් වශයෙන් හමුදා නියෝග 07 නොවැම්බර් 2007 දරණ ඉංග්‍රිසි ලිපිය ප්‍රකාරව 16 වන බළඇණිය 2008 පෙබරවාරි මස 02 වන දින ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදා ස්වේච්ඡා බළසේනාවේ ස්වේච්ඡා ඒකක අතුරින් පලමු වන වරට 57 වන සේනාංකයට එකතු වූ මෙම ඒකකය 571 බළසේනාව යටතේ කල්මඩු ඉදිරි ආරක්‍ෂක වළල්ලේ ක්‍රියාන්විත රාජකාරි සදහා යොදවන ලදී. එතැන් පටන් නිත්‍ය හමුදා සමග රාජකාරි කරමින් කල්මඩු වෙල්ලම්කුලම්, මඩුපල්ලි, මොල්ලිකුලම්, වීරඩ්ඩිකුලම්, කල්විලාන්, තුනුක්කායි. උයිලන්කුලම්, අක්කරායන්කුලම්, හා කිලිනොච්චි නගරය මුදවා ගැනීම දක්වා වසරකට ආසන්න කාලයක් 57 වන සේනාංකය යටතේ ක්‍රියාන්විත රාජකාරි සදහා මෙම ඒකකය දායකත්වය දැක්විය. පලමු වන සංවත්සරය 2008.12.01 වන දින බළඇණි මූලස්ථානය ස්ථානගතව සිටින තුනුක්කායි කදවුරේදී සමරන ලදී. මෙම ඒකක ප්‍රථම අණදෙන නිලධාරි වන නි/3364 මේජර් බීජේ ලේකම්ගේ ශ්‍රීලපාහ ගේ උපදෙස් මත බළඇණි දිනය වෙනුවෙන් රාජකාරියට බාධාවක් නොවන ලෙස සෙනින් සහභාගි කරවාගෙන චාරිත්‍රානුකූලව පොල්තෙල් පහන දල්වා රට වෙනුවෙන් තම ජීවිත කැපකර මියගිය නිලධාරි හා සෙනින් සිහිපත් කර ඔවුන්හට නිවන් සුව ප්‍රාර්ථනා කරමින් සටනේදි තුවාල ලැබූ සෙනින් හට ඉක්මන් සුවය පැතුහ. මෙහිදී අණදෙන නිලධාරි විසින් හට පිරිස් අමතමින් අවුරුද්දක් වැනි කෙටි කාලයක් තුල සිදු කරන ලද ක්‍රියාන්විත පාලනමය රාජකාරින් කෙරෙහි පැහැදිලි කිරීමක් කරන ලදී. ඒකකය තුල විනය පැවැත්ම පුහුණුවීම් මත කණ්ඩායම් තුල ඉතාමත් ඉහල තත්ත්වයේ රාජකාරින් හා බළඇණියේ දියුණුව දක්නට ලැබීමත් ඉදිරි වසර තුල සෙනින්ගේ සුභසාධක කටයුතු පාලන හා ක්‍රියාන්විත රාජකාරින් ඉතා උසස් අන්දමින් සිදු කිරීමටත් සෙනින් හට ඒකකය වෙතින් ණය මුදලක් ලබාගැනීමට සැලසුම් කර ඇති බැව් පැවසූ අණදෙන නිලධාරි තුමා ඒකකයේ සියලුම නිලධාරින්ටත් සුභාශිංෂනය ප්‍රාර්ථනා කලහ. අනතුරුව සියලුම නිලයින් සදහා තේ පැන් සංග්‍රහයක් පවත්වන ලදී. මේ සදහා නි/4080 මේජර් පිඡ්බීඑම්පි විජේගුණවර්ධන ශ්‍රීලපාහ. නි/5458 කපිතන් ඒඒඑන්බී අතුරුගිරි ශ්‍රීලපාහ, නි/4621 මේජර් එන්ඩබ්කේඩබ්එච්ආර් නානායක්කාර ශ්‍රීලපාහ, නි/5594 කපිතන් එච්ඒබීපි හෙට්ටිආරච්චි ශ්‍රීලපාහ, නි/6200 ලුතිනන් කේඑම්ජේබී කුලතුංග යන නිලධාරි සහ රෙජිමේන්තු සැරයන් මේජර් ඇතුළු සෙසුනිලයින් සහභාගි විය. බළඇණි උත්සවය වෙනුවන් සියලුම නිලයින් නියෝජනය වන පරිදි දිවා භොජන සංග්‍රහය පවත්වන ලදී.

මේ සදහා ඉතාමත් ප්‍රනීත ආහාර වේලක් පිළියෙල කර තිබූ අතර, අණදෙන නිලධාරි ඇතුළු නිලධාරින් සහභාගි වන ලදී. කණ්ඩායම් තුල ක්‍රියාන්විත රාජකාරියේ නියුතු සියලුම සෙනින් හට රස කැවිලි පාර්සලය බැගින්ද පිරිනමන ලදී. දැනට ඒකකය වෙත පැවරී ඇති ක්‍රියාන්විත තත්ත්වය මත සියලුම කණ්ඩායම් ඉදිරි ආරක්‍ෂක වළල්ලේ පෙරමුණ ගෙන සිටීනබවද බළඇණි දිනයට සමගාමීව ඒ කණ්ඩායම වෙතින් පුල්ලයාර් දෙවිදුන්ගේ පිහිට ආරක්‍ෂාව පතා දානය පිරිනමන ලද අතර මේ සඳහා දෙවන අණදෙන නිලධාරිතුමන් සහභාගිවන ලදී. නූල් පඩුරු ජය ශ්‍රී මහ බෝධිය අසල දී සියලු දෙවි රැකවරණය ආරක්‍ෂාව පතා ආගමික වතාවත් සිදුකරන ලදී. පුරා වසරක කාලයක් තුල 57 ප්‍රහාරක සේනාංක යටතේ ඉදිරි ආරක්‍ෂක වළල්ලේ රාජකාරි කරමින් සිටියදී නිලධාරින් දෙදෙනෙකු හා සෙසු නිලයින් 9 දෙනෙකු ජීවිතක්ෂයට පත්වී සෙනින් 60 දෙනෙකු හට තුවාල සිදු විය. ඒකකයේ සියලුම නිලයින් ඉතා උසස් විනය මට්ටමක සිට කැපවීමෙන් රාජකාරියේ නිරතව සිටීම ඒකකයට මෙන්ම මුළු මහත් රට වැසියන්ගේ බලාපොරොත්තු ඉෂ්ඨ කර රටට සාමය උදා කිරීමටයි. මේ මහගු මානුෂික මෙහෙයුම සදහා දායක වී සිටින ඔබ සැමට ශක්තිය ධෛර්ය ලැබී සියලු දෙවි දේවතාවුන් වහන්සේලාගේ ආරක්‍ෂාව ලැබේවායි මේ ඓතිහාසික මොහොතේදී හදවතින් ප්‍රාර්ථනා කර සිටිමි.

කපිතන් එච්ඒබීපි හෙට්ටිආරච්චි, ශ්‍රීලපාහ

හදිසි අනතුරු රක්ෂණ ආවරණය

ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදා සියලුම නිලයන් හට නව ප්‍රතිලාභ යටතේ වන මෙම රක්ෂණ ක්‍රමයට දායක විය හැකි වන අතර, ඒ සඳහා වන විස්තරයන් පහත සඳහන් පරිදි වේ.

- ඔබ වයස අවුරුදු **18-60** අතර මානා ශරීර සෞඛ්‍යයෙන් සිටිය යුතුය.
- රක්ෂණ ආවරණ මුදල රු. **200,000.00**
- වාර්ෂික සාමාජික මුදල රු. **1321.13**

- ප්‍රතිලාභ: හදිසි අනතුරකින් මිය යෑමේදී රු. **200,000.00**
ස්වභාවිකව මිය යෑමේදී රු. **100,000.00**
(ආවරණය ලබා දින **30**කට පසු හිමිකම් ලැබේ)

නම් කල ලෙඩ රෝග වලට ගොදුරු වී ශල්‍ය කර්මයන් සිදු කිරීමට රු. **300,000.00** රක්ෂණ ලාභියෙකු හදිසි අනතුරක ලක්වී, රෝහල් ගත කිරීමකදී, උපරිම දින **10**ක් සඳහා ගෙවනු ලබයි. එක් දිනකට රු. **1,500.00**

නම් කල ලෙඩ රෝග:

- හෘදයාබාධ/මයෝකාඩියල් ඉන්ෆැක්ෂන් (Heart Attack/ Myocardial Infraction)
- මඟ හරින ශල්‍ය කර්ම වන (කිරීටක හෘද රෝගය/ කිරීටක ධමනී මඟ හරින ශල්‍ය කර්මය) (Coronary Artery Diseases Surgery/ Coronary bypass Surgery)
- ස්ට්‍රෝක් (මස්තික රුධිර වාහිනි අනතුරු (Stroke- Cerebra Vascular Accident)
- පිළිකා රෝගය (Cancer)
- වකුගඩු ක්‍රියා විරහිත වීම (Renal Failure)
- ප්‍රධාන අවයව බද්ධ කිරීම (Major orange transplant such as lung or bone narrow)
- පරාශ්ලටය (Paralysis)
- බහුවිධ ජ්රාඩ්‍යය (Multiple sclerosis)
- ප්‍රාථමික පුප්පුෂීය ධමනී අක්‍යාතතිය (Primary pulmonary arterial Hypertension)
- යාකෘති දාහය (Fulminate Hepatitis)

නිවැරදිව සම්පූර්ණ කරන ලද අයදුම් පත රක්ෂණ සමාගම වෙත ලබා දීමෙන් පසු වාර්ෂිකව සෑම ජනවාරි මස වැහැදි වලින් අඩුවන අතර, යම් හෙයකින් ඔබට රක්ෂණ ආවරණයෙන් ඉවත්වීමට අවැසි වන්නේ නම්. ඒ බැව් වැහැලේ අම වෙත දැනුම් දීමෙන් පසු එළඹෙන වසරේ ජනවාරි මස සිට ඔබට හදිසි අනතුරු රක්ෂණ ආවරණය අහිමි වෙයි. වෙනත් රක්ෂණ ක්‍රම වලට වඩා වෙනස් මෙම රක්ෂණයේදී ඔබට කල් පිරීමේදී ආවරණ මුදලක් නොලැබෙන අතර, එක් වාරිකයකින් වසරක ආවරණයක් හිමි ගැන්වේ. වැඩි විස්තර ලබා ගැනීමට සඳහා රෙම ශ්‍රීලපාහ රණවිරු සුභසාධන අංශය වෙතින් ලබා ගැනීමට හැකි බව සතුටින් යුතුව දන්වා සිටිමි.

රණවිරු සුභසාධන අංශය, රෙම ශ්‍රීලපාහ

පවුල යනු සමාජ විද්‍යාණුකූලව සමාජ සංස්ථාවකි. මෙකී සමාජ සංස්ථාව සැලසී ඇත්තේ අම්මා, තාත්තා, දුව, පුතා ආදී ලෙසය. න්‍යෂ්ටික පවුල හා ආච්චි, සීයා ඇතුලු වූ විස්තෘත පවුලකින් මෙහිදී පුද්ගල දිවියේ ඉතාම වැදගත් වන්නේ පවුල මගින් ලැබෙන පෝෂණයයි. එය කායවර්ධනය උදෙසා මෙන්ම අධ්‍යාත්මික බව උදෙසාද බලපානු ලබයි. මේ නිසා ගුණවත් පවුල් ඒකකයක් සකසා ගනු ලබන්නේ කෙබඳු අයුරින්ද යන්න අප බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් සූත්‍ර රාශියක් මගින් පෙන්වා දී තිබේ. ඒ සූත්‍ර අතර සිඟාලෝවාද, චතුසංවාස, සත්ත භරියා ආදි සූත්‍ර ලෙස ගතහැකිය. එමෙන්ම මීට අදාල ජාතක කතා රැසක්ද ආදර්ශයට ගත හැකිවේ.

වර්තමානයේ බොහෝ දෙනෙකුට පවුල් ප්‍රශ්න තිබෙන බව කියනු අප අසා ඇත්තෙමු. එවැනි පසුබිමක් නිර්මාණය වන්නේ පුද්ගලයා හරි අවබෝධයකින් තොරව ජීවත්වීම නිසාය. තම ස්වාමියා හෝ භාර්යාව යන දෙදෙනා තුල අන්‍යෝන්‍ය විශ්වාසයක් හා බැඳීමකින් යුතුව ජීවත්වීම කලයුතු වූවකි. ස්වාමියා හා බිරිඳ අතර මනා බැඳීමක් තිබිය යුතුය. ඔවුනොවුන් දෙස ප්‍රියවාදීව විසීම කලයුතුවේ. මෙය ගුණවත් පවුලක් සඳහා හේතු වන්නකි. සිඟාලක ගෘහපති පුත්‍රයාට බුදුන් දේශනාකලේ පතිකුලය තුල බිරිඳක් ජීවත් විය යුත්තේ කෙසේද යන්නයි. එහිදී බිරිදක් ලෙස ඇයගෙන් ඉටුවියයුතු කාර්යය මනාකොට ඉටුකොට තිබේනම් ස්වාමියාගේ ආදරය ලබාගත හැකිය. අඩදබර කලකෝලාහල නොමැති සන්සුන් සාමකාමී පවුල් දිවිය මගින් දෙදෙනාම සැප ලබයි. එසේ නොමැතිතැන පවුල් දිවිය නීරසව එකිනෙකා පිලිබඳව සැකය, අවිශ්වාසය, වෛරය ජනිත කරනු ලබයි. එය හොඳ පවුල් දිවියක් ගෙවීමට බාදාවකි. මේ නිසා අප බුදුරදුන් අනුදත් යහපත් පවුලකට අවශ්‍ය ධර්ම කාරනා වලින් දැනුමක් ලබා තිබීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. සිඟාලෝවාද සූත්‍රයේ ඇති එබදු ඉගැන්වීමක් වන්නේ යුතුකම් අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ හදුන්වා දීමයි. මේ සූත්‍රයේ බිරිඳට සැමියාගෙන් ඉටුවිය යුතු යුතුකම් අපරදිග දිශාවෙන් පැහැදිලි කර දී තිබේ. එහිදී බිරිඳට සැමියා විසින්

* සම්මාණයෙන්
* අපහාස නොකිරීමෙන්
* පර අඹුවන් කරා නොයෑමෙන්
* ගෙදර කටයුතු වලට අධිපති බව පැවරීමෙන්
* ආභරණ ඇදුම් පැලදුම් ලබා දීමෙන්

යන කරුණු පහකින් බිරිඳට අනුග්‍රහය දැක්විය හැකිය. එවන් සැලකිල්ලක් බිරිඳට දක්වත්ම ඇයද තම ස්වාමියාට විරුද්ධව ගමන් කල නොහැකි වේ. ඉන්පසු ඇයද තම ස්වාමියා කෙරෙහි දයාබරිතව කටයුතු කරනු ලබයි. ඇයද තම යුතුකම් මනාව ඉටුකිරීමට පෙළඹෙන අයුරු බිරිඳගෙන් සැමියාට ඉටුවිය යුතු යුතුකම් කොටසින් පැහැදිලි කර තිබේ. ඒවා වන්නේ,

* ඇ මනාකොට වැඩ කටයුතුවල යෙදේ
* පිරිවර ජනයාට මැණවින් සංග්‍රහ කරයි
* පර පුරුෂයන් නොපතයි
* රැස්කරගත් ධනය රැකගනී
* සෑම කටයුත්තකදීම අනලස්ව දක්ෂව යෙදේ

මේ අනුව බලන විට සාර්ථක පවුල් දිවියක මග මේ කරුණු මගින් හෙලි කරනු ලබයි. ඔබ ඔබගේ පවුල් දිවිය තුල මෙකී කරුණු දහය අන්තර් ග්‍රහණය කොට තිබේදැයි මඳක් හොඳට විමසා බලන්න. එසේ නොමැතිනම් ඔබටද අප්‍රමාදව මේ කරුනුමත පවුල් ඒකකය සකස් කරගත හැකිබව මනාව හිතට ගන්න. එවිට ඔබටත් ප්‍රීතිමත් යුග දිවියක් ගත කිරීමට හැකියාව ලැබේ. වර්තමානයේ බොහෝ දෙනෙක් පවුල් දිවියේ ගැටුම් ඇති කරගනු ලබන්නේ තමා සතු නිසි කාර්යයන් පවුල තුලදී සිදුකිරීමට නොහැකි වීමත් හා අනියම් සබඳතා ගොඩනගා ගැනීමත් නිසාය. දැන් තරුණ පිරිස් අතර ඇති මතයක් වන්නේ (සමහර අය තුල පමනි) විවාහ දිවියට පෙර හොඳට ජීවත්වන අතර සුරා සූදුවෙන් තොර දිවිය සකසා ගත්තද විවාහ දිවියට ඇතුලත් වීමෙන් පසු සමහර අය මත්පැන් පානයට ඇබ්බැහි වේ. එය පවුල් ආරවුල් නිර්මාණය කරවීම කෙරෙහි බලපානු ලබයි. මෙය හොඳින් තේරුම් ගත් පුද්ගලයාට ඉතාම ගුණවත් හා සාර්ථක පවුල් දිවියක් ගතකල හැකිවේ. බුදුරජාණන් වහන්සේ තවත් අවස්ථාවක පවුල් දිවියේ පුද්ගලයන් සතර දෙනෙක් පිලිබඳව සඳහන් කරනු ලබයි. එය අංගුත්තර නිකායේ ප්‍රථම සංවාස සූත්‍රය නමින් හඳුන්වනු ලැබේ. මේ සූත්‍රයේදී ස්වාමියාත් භාර්යාවත් යන දෙදෙනා තුල පිහිටි ගැලපීම නොගැලපීම පෙන්වා දෙයි. එහිදී

ජවෝ ජවය සද්ධිං සංවසති
ජජවෝ දෙවියා සද්ධි සංවසති
දේවෝ ජවාය සද්ධිං සංවාසති
දේවෝ දෙවියා සද්ධිං සංවාසති

මෙයින් පලමු යුගලය වන්නේ පංච දුෂ්චරිතයෙන් යුතු බිරිඳක් ස්වාමියත් ගැණය. දෙදෙනොම ගුණ ධර්මයෙන් තොර අයවේ. එම පවුල අඳුරුය. මේ දෙදෙනාම පවට අනුගතව සුරාව, සූදුව, මත්ද්‍රව්‍ය මෙන්ම දුරාචාරී දිවියක් ගත කිරීම නිසා ජවෝ ජවාය සද්ධිං සංවාසති යනුවෙන් සඳහන් කරයි. දෙවන යුගලය වන්නේ දෙවියන් වන් මිනිසෙකි. ඔහු පන්සිල් රක්මින් පොහොය අට සිල් සමාදන් වෙමින් දන් දෙමින් ගුණවත් සාදු චරිතයකින් යුක්ත වන අතර එබඳු අයකු ගුණධර්ම කිසිත් නැති කාන්තාවක් සමග එකට එකතුව වාසය කිරීම දේවෝ ජවාය සද්ධිං සංවාසති යනුවෙන් පෙන්වා දී තිබේ. මේ දෙදෙනා ගමන් ගන්නා ප්‍රතිපත්ති දෙයාකාරයක් බැවින් ගැටුම් ඇතිවී පවුල් දිවිය අඩාල වේ. මීලඟට මල මිනිසෙක් වැනි දුගුණ ධර්ම නැති මිනිසෙක් දෙවඟනක් වන් ගුණධර්ම වලින් යුක්ත කාන්තාවක් විවාහ කර ගැනීම. මෙයද ඉහත කරුණු හා සමාන වේ. බිරිඳ සදාචාරවත් දිවියක් ගෙවන විට ස්වාමියා දුරාචාර බවට පත්ව ඇත. දේවෝ දෙවියා සද්ධිං සංවසති යනු ස්වාමියාද පන්සිල් අටසිල් හා දස පුන්‍ය ක්‍රියාවල යෙදේ. බිරිඳ ඔහු අනුගමනය කරමින් සිල්වත්, ගුණවත් දිවියට අනුරූපව සිටී. දෙදෙනොම ගුණධර්මයෙන් පිරිපුන් අය වෙති. ගුණයෙන් මළ අයකු වසර සීයක් ජීවත් වුවද පලක් නැත. එක දැහැමි දවසක් ගත කිරීමද ඉතා වටිනා බව ධම්ම පදයේ සහස්ස වග්ගයෙන් පෙන්වා දෙනු ලබයි. ධාර්මික සදාචාරවත් දිවිය තුල සියලු සමාජ ගත යහපත සැලසෙන බව මනාකොට අවබෝධ කරගෙන ජීවිතය ගතකල යුතුවේ. බුදුණුවන්ගේ උසස්ම උපාසිකාව ලෙස සලකනු ලබන විශාඛාව පති කුලයට පිවිසෙද්දී යහපත් ස්වාමි දුවක් වශයෙන් කටයුතු කිරීමට ඇගේ පියා උපදෙස් දහයක් දෙනු ලබයි. ඒ මගින් පැහැදිලි වන්නේ බිරිඳක් සේ නිවසේ ඇතිවන ගැටළු හා පිටත ඇතිවන ගැටළු වලට යහපත් මනසින් යුතුව මුහුණ දිය යුතු බවයි. සංයුක්ත නිකායේ සත්ත භරියා සූත්‍රය මගින් ද කුලවත් ගුනවත් භාර්යාවක් විය යුත්තේ කෙසේද බුදු රදුන් අනේපිඬු සිටුතුමාගේ ලේලිය වන සුජාතාවට පැහැදිලි කර දී තිබේ. එහිදී භාර්යාවන් හතක් ගෙනහැර දක්වයි.

- ✶ මාතු භරියා - මවක් බදු බිරිඳ
- ✶ භගිනි භරියා - සොහොයුරියක් බදු බිරිඳ
- ✶ දාසි භරියා - දාසියක් බදු බිරිඳ
- ✶ සඛී භරියා - මිතුරියක් බදු බිරිඳ
- ✶ චෝර භරියා - සොරෙක් බදු බිරිඳ
- ✶ වධක භරියා - වධකයෙක් බදු බිරිඳ
- ✶ සාමි භරියා - ස්වාමියෙක් බදු බිරිඳ

මෙම බිරින්දෑවරු හත්දෙනාගෙන් යහපත් භාර්යාවරුන් වන්නේ මාතු භරියා, භගිනි භරියා, දාසි භරියා සහ සඛී භරියා යන අයවේ. මෙම සිවුදෙනා ස්වාමියාට ලැදි ආදරය දයාව කරුණාවෙන් යුතුව සැලකිලි ඇප උපස්ථාන සිදුකරන අයයි. ඉතිරි තිදෙනා ස්වාමියාට එරෙහිව යන අයවේ. ස්වාමියා ඉදිරියේ බොරු රඟ දැක්වීම් කර වෙනත් පරපුරුෂයන් කරා ළඟා වන අයයි. චෝර භාර්යා යනු ස්වාමියා හරිහම්බ කර ගෙන ගෙනත් දෙනු ලබන සෑම ධනයක්ම පිටුපස දොරෙන් සොර සැමියාට ලබාදේ. මෙයට හොඳම නිදසුනක් ලෙස ජාතක කතා කීපයක්ම ඇත. එයින් අන්ධභූත ජාතකය හා තක්කාරි යන ජාතක කතා තුලින් පැහැදිලි වන්නේ තම ස්වාමියාට හොරෙන් වෙනත් පුරුෂයන් කෙරෙහි ලොල්ව වස්තුව ඒ පුද්ගලයන්ට ලබාදෙන ආකාරයයි. පදුම ජාතකය තුලින් පෙන්නුම් කරන්නේ තම දිවිය දෙවැනි කොට ආරක්‍ෂා කල බිරිඳ පදුම කුමරුට හොරා කොරෙකුට පෙම්බැද, පදුම කුමරුගේ දිවි තොරකිරීමට උපක්‍රම යෙදීමයි. මේ නිසා දෙදෙනකු ඉන්න තැනට තුන්වැන්නකු ඒම ඉතාම අනතුරු දායකවේ. වැරදි ලෙස කම් සැප සෙවීම තුළින් මරණයටද පත්විය හැකිය. එවැනි කතා අප රටේ පුවත් පත්වල පලකරන අයුරු අප දැක ඇත්තෙමු. තුන් වැනි සිල්පදය ආරක්‍ෂා කිරීම දෙලොව සැපයට හේතු වන බව වටහා ගත යුතුවේ. පරාබව සූත්‍රය මගින් ද දුරාජාරි දිවිය මෙලොව දන විනාශයට හේතු වන බව පෙන්වා දී තිබේ. **ඉත්ති දුත්තෝ සුරා දුත්තෝ යනුවෙන් යම් පුද්ගලයෙක් දැඩිව ස්ත්‍රී ලෝලත්වය දක්වන්නේ නම් ඔහුගේ ධනය විනාශවේ. දිලිදු බවට පත් වේ. මෙය වර්තමාන සමාජයේ ජීවත්වන ඔබ සැම හොඳින් සිතට ගත යුතුවේ**. මහා ධනපතියන් දැඩි ස්ත්‍රී ලෝලත්වය නිසාම ධනයෙන් හීන වී ඇති ආකාරය වර්තමානයේ අප රටේ සමහර ප්‍රදේශවලින් අසන්නට ලැබේ. එමෙන්ම ලැබෙන අපකීර්තියද චරිතයට කැලලක් වේ. මේ කරුණු හොඳින් තේරුම් ගත් පුද්ගලයා ඉතාම සැලසුම් සහගතව තම පවුල් දිවිය ගත කිරීමට මහන්සිගත යුතුවේ. බෞද්ධ සාහිත්‍යයේ බුදුරදුන්ගෙන් සම්මානනීයත්වයට පත් යහපත් පවුල් දිවියක් ගත කල දෙදෙනා වන්නේ නකුල පිතා, නකුල මාතා යන දෙදෙනායි. ඔවුන් බුදුරදුන් දකින විට වයසට පත්ව සිටියද ඔවුන්ගේ ජීවිතය දී දෙදෙනාම අමනාප වී නොමැති බවක් එකිනෙකා ප්‍රියවාදීව කටයුතු කල බවත් පැහැදිලි කර දී තිබේ. එවැනි දයාබරිත පවුල් ඒකකයක් සකස් කරගත යුතුවේ. එසේ නොමැතිව නිතරම රණ්ඩු දබර ඇති නිවස තුලින් ජනිතවන දරුවන් සමාජ අපගමනතාවට ලක්වේ. විවිධාකාර විෂමාචාරවලට යොමුවී සමාජයට අහිතකර දිවිපෙවෙතක් ගත කරනු ලබයි.

මේ නිසා තමා මෙන්ම තම දරුවන්වද යහපත් සමාජයක් උදාකරදීම මවුපියන් සතු යුතුකමකි. බටහිර ලොව විවාහ වීම විනෝදයක් මෙන්ම දික්කසාද වීමද එවැනිම සුළු සිද්දි ලෙස සලකයි. නමුත් අප රටේ අපරදිග රටවල මෙන් දික්කසාද නඩු වලින් උසාවි පිරී නොතිබුනද එවැනි ශිෂ්ට නැති සංස්කෘතික ලක්‍ෂණ ආදර්ශයට ගතයුතු නොවේ. එයට හේතුව අප පෙරදිගින් ලද සාරධර්ම පෝෂනයෙන් උත්කෘෂ්ඨ සංස්කෘතියක හිමි කරුවන් වීමයි. මව, පියා, දුව, පුතා යන සංකල්පය තුල පිරි කිළිටි නොවී මවු කිරි බී හැදෙන වැඩෙන දරුවන්ද මාපිය ගුණය හදුනන අය බවට පත්කල යුත්තේ ගුණගරුක මවුපිය ඇසුරින්මය. එවන් පසුබිමක් උදා කිරීමට පවුල් සංස්ථාව යහපත් විය යුතුයැයි පෙන්වා දෙන්නේ මතු පරපුරේ අනාගත යහපැවැත්ම උදෙසාය. අඳුරෙන් අඳුර කරා පියමන් කරන පවුල් දිවියකට වඩා ආලෝකයෙන් ආලෝකය කරා ගමන් කරන පවුල් දිවිය උසස් වේ. මේ නිසා පවුල් ජීවිතය සාර්ථකත්වය රදා පවත්නේ අඹු සැමි දෙපලම සමාන ගති පැවතුම්වලින් ද සමාන සිතුම් පැතුම් හා අදහස් හා උදහස්වලින්ද එක්වූ විටය. මේ නිසා බොදුනුවන් පමනක් නොව සෑම මිනිසෙකුටම උසස් දිවියකට අවශ්‍ය උපදෙස් රැසක් බුදුදහමින් ලබාදෙයි.

පොතපත ඇසුරෙනි

කෝප්‍රල් වක්කුඹුර එස්එස්බී. 1 ආබ ශ්‍රීලපාහ

පැරෂුටය ගැන ඉතිහාසයෙන් බිදක්

උස් ස්ථානයකින් බිමට වැටෙන වස්තුවක් හෝ මිනිසෙක් සෙමින් පහලට වැටීම සඳහා භාවිතා කරන උපකරණයකි. පහතට වැටෙන වස්තුවකට බලපාන ප්‍රධාන බලයන් වනුයේ ගුරුත්වාකර්ශනය සහ වාතයේ ඇද ගැනීමයි. මෙම බලයන් දෙකම එකිනෙකට ප්‍රතිවිරුද්ධ ක්‍රියා කරයි. ගුරුත්වාකර්ශනය මගින් වස්තුව පහලට අදින අතර වාතය එය පහල වැටීම වැලැක්වීමට කටයුතු කෙරේ. ගුරුත්වාකර්ශණය වඩාත් බලවත් නිසා වස්තුව පහතට වැටුනද වාතය එහි වේගය සීමා කරයි. පැරෂුට් එකක වඩාත් වැදගත් කොටස වනුයේ එහි ඇති වියනක් වැනි කොටසයි. මුලදී එහි වෘත්තාකාර ස්වභාවයක් තිබුනද දැන් ඍජුකෝනාස්‍ර හැඩයක් ගනී. එහි ඉදිරිපසින් වාතය ඇතුලු වීම සඳහා ඉඩ සලසා ඇත. වාතය එය තුලට ඇතුලු වී මෙට්ටයක් මෙන් හැඩයක් ගනී.

වර්ෂ 1100 ගනන් වලදී චීන ජාතිකයින් විසින් උස ස්ථානවලින් පහතට පැනීම සඳහා පැරෂුට් සොයා ගනු ලදැයි විශ්වාස කෙරේ. ලියනාඩෝ ඩා වින්චි නම් ඉතාලි ජාතික විද්‍යාඥයා කි.ව. 1495 දී පැරෂුටයක දල සැලැස්මක් ඇදීය. එය කුඩාරමක වහලය ලෙස නම් කෙරුනි.

ප්‍රංශ ජාතික විද්‍යාඥයෙකු වූ සෙබස්තියන් ලෙනෝමන්ඩ් කි. ව. 1783 දි ප්‍රථම සාර්ථක පැරෂුට් පැනීම කලේය. 1797 දී බැලුනයකින් යුත් 1922 දි අබලන් ගුවන් යානයකින්ද මෙවැනි සාර්ථන පැනීම් කලේය.

මෙම පැරෂුටය දිනෙන් දින දියුණු වී පැරෂුටයෙන් යුධ අභ්‍යාස, යුධ උපක්‍රම සහා විවිධ සංදර්ශන පැවැත්වීමට පවා දැන් තාක්‍ෂණය දියුණු වී ඇත.

පොත පත ඇසුරෙනි
කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී
12 ශ්‍රීලපාහ

මගේ දිවියේ අරුත

අරුත් බර දිවියකට මග නොමග පෙන්වා
මේ විසල් ලොව මං මුලාවෙන්නට නොදී
සුන්දර කරන්නට අනාගතයම අපගේ දහසක් පැතුම් පතා
ලෝකයට දිනා සොයා එන්නෙක් විලසට
අපේ සියලු සිහින සැබෑකරන්නට රණ බිමේ සිත
වෙර දරණ ඔබට ස්තුති වේවා රට බේරා ගැනීමට දරණ
වෑයමට දිරිය ශක්තිය නොඅඩුව ලැබේවා
නුඹට සහ සියලු විරුවන්ට දෙවි රැකවරන ලැබේවා
දයාබර මගේ හිමියනේ

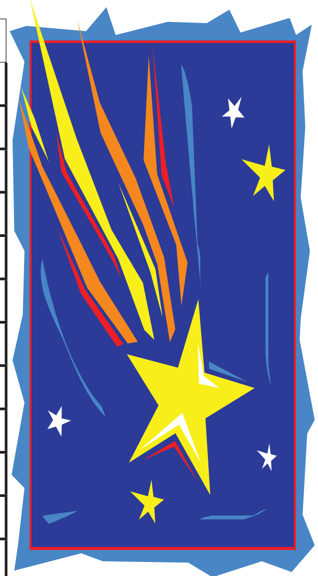
ඇස පියවන හැම වාරෙම
පෙනෙන්නේ මට ඔබේ රුවයි
ජීවිතේ පදවැල් තුන
ඔයයි මමයි දුවයි තමයි

අව්වේ තිබෙන රැස් මාලා අඩුවේවා
කැලයේ තිබෙන කොයි දේවත් රසවේවා
සතුරන් හට දින දිනම පරාජය ලැබ දේවා
ඉදිරියට යන්න ඔබ සහ සියලු විරුවන් හට ශක්තිය ලැබදේවා

ලාකෝ ප්‍රියංකර යූඑ්එල්එන්ගේ
ආදරණීය බිරිද ආර්එම් සමුද්‍රා නිශාදිනී

අවුරුද්ද පුරා ඇද හැලෙන උල්කා වර්ෂාවන්

නම	දර්ශනය වන කාලය	උපරිම දැකිය හැකි දින	පෙනෙන තාරකා රූපය
ක්වාඩ්‍රන්ටිඩ්ස්	ජනවාරි 1-6	ජනවාරි 4	බූටීස්
ලයිරිඩ්ස්	අප්‍රේල් 19-24	අප්‍රේල් 21	ලයිරා
ඇක්වරිඩ්ස්	මැයි 1-8	මැයි 05	කුම්භ
ලයරීඩ්ස්	ජුනි 10-21	ජුනි 15	ලයිරා
කැප්රිකෝනිඩ්ස්	ජුනි 10, අගෝස්තු 20	ජුලි 25, අගෝස්තු 01	මකර
ඇක්වාරිඩ්ස්	ජුලි 15- අගොස්තු 15	ජුලි 28, අගෝස්තු 06	කුම්භ
පිසස් ඔස්ට්‍රලිඩ්ස්	ජුලි 15 - අගෝස්තු 20	ජුලි 30	මීන
පර්සිඩ්ස්	ජුලි 15 - අගෝස්තු 18	අගෝස්තු 12	පර්සියස්
සිග්නිඩ්ස්	අගෝ. 18 - අගෝ. 22	අගෝස්තු 20	සිග්නස්
ඔරියනිඩ්ස්	ඔක්. 16 - 26	ඔක්තොම්බර් 21	දඩයක්කාරයා
ටෝරිඩ්ස්	ඔක්. 10 - නොවැ. 30	නොවැම්බර් 01	වෘෂභ
ලියොනිඩ්ස්	නොවැම්බර් 15-19	නොවැම්බර් 17	සිංහ
ජෙමිනිඩ්ස්	දෙසැම්බර් 07-15	දෙසැම්බර් 14	මිථුන
අර්සිඩ්ස්	දෙසැම්බර් 17-24	දෙසැම්බර් 22	මහවලසා



විශ්වය නම් ග්‍රන්ථයෙන් උපුටා ගන්නා ලදී

කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී,
12 ශ්‍රීලපාහ

නිතරම අපි අසා ඇති පිරුළු, කතා වල තේරුම්

බල්ලගේ වැඩේ බූරුවා කළා වගෙයි - තමන්ට අයිති නැති කාර්යයක් කරන්නට යෑමෙන් විපාක විඳින්නට සිදුවේ

ආඬි හත්දෙනාගේ කැඳ හැළිය වගෙයි - කපටි පිරිසක් එකට එකතු වී කරන්න යන වැඩ අසාර්ථක වෙති

ඉස්සෙල්ලා ආපු කණට වඩා පස්සෙ ආපු අඟ ලොකු වුණා - මුලින් හිතවත්ව සිටි අය අමතක කර දමා පසුව පැමිණි හිතවතුන් අගය කිරීමේ විපාකය

අටුව කඩා පුටුව හැදුවා වාගේ - වටිනා යමකින් නොවටිනා යමක් කිරීම

ඉගුරු දී මිරිස් ගත්තා වගේ - එක කරදරයකින් නිදහස්වී තවත් කරදරයක් ඇති කර ගැනීම

අනුන්ට කල දේ තමන්ට පල දේ - නිර්දෝෂී කෙනෙකුව අමාරුවේ දාන්නට යෑමෙන් තමන්ම අමාරුවේ වැටේ

වංගෙ කබල් ගානවා වගෙයි - තමන්ගේ බැරිකම දැන දැනත් නම්බුව සෙවීම

රයිගමයයි ගම්පොළයයි වගේ - එක සමාන කපටි කම් ඇති දෙදෙනෙක් එකතුවී වැඩ කිරීමේ ප්‍රථිපල

බළලුන් ලවා කොස් ඇට බාවනවා වගෙයි - තමන් අමාරුවේ වැටෙන වැඩකදී වෙනත් කෙනෙකු යොදවා ඔහු අමාරුවේ දමා සිය කාර්යය ඉටු කර ගැනීම.

පුහුල් හොරා කරෙන් දැනේ - යම් වරදක් කල තැනැත්තාත් නිතරම සිටින්නේ බියපත් ගතියකිනි. ඒබව ඔහුගේ ඉරියව් වලින් පෙනේ.

වක්කඩේ හකුරු හැංගුවා වගෙයි - ප්‍රවේසම් කරගත යුතු දෙයක් අප්‍රවේසම් ස්ථානයක සැගවීමෙන් වන විනාශය

අල්ලපු අත්තත් නැහැ, පයගහපු අත්තත් නැහැ - එක් කාර්යයක යෙදී සිටි එය හොඳ නැත කියා වෙනත් කාර්යයක යෙදී මෙන් දෙකම නැතිවේ

හොරාගේ අම්මාගෙන් පේන ඇසුවා වගේ - වරදක් කල අයගෙන් එය කලාදැයි ඇසීමෙන් ඔහු සත්‍ය වසන්කරන්නෝය

නිය නැති දිවියා වගෙයි - වයසට ගියවිට සියලුම චන්ඩිකම් හමාරය

බල්ලකු බිරුවාට කන්දක් පාත්වේද - මෝඩයින්ගේ ඇනුම් බැනුම් වලින් ඥානවන්තයෝ නොසැලේ

ආශ්වයාට අං දුන්නා වගේ - අහංකාර පුද්ගලයන්ටද දැන උගත්කම් නොබලා තනතුරු ලබාදීම නිසා පසුවට ඔහුටම විපාක විඳිමට සිදුවේ.

අන්දරේ සීනි කෑවා වගෙයි - අන් අය රවටන්නට යෑමෙන් තමන්ම රැවටේ

අහසේ මාලිගා තැනුවා වාගෙයි - කිසිම දිනකදී කරන්න බැරි දේවල් ගැන සිත සිතා සිටීම

නරියා මිදි තිත්තයි කිවලු - යම් දෙයක් ලබා ගැනීමට නොහැකි වූ විට එහි ඇති වටිනාකම අඩු තක්සේරුවට පත් කිරීම

ඇගෙන් ඇටයක් ගියාවගේ - ලෝභ පුද්ගලයෙකු කිසියම් මුදලක් හෝ භාණ්ඩයක් හෝ අනුන්ට දෙන්නට සිදුවීම.

කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී, 12 ශ්‍රීලපාහ

1 වන ආධාරක බළඇණිය ශ්‍රීලපාහ

ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදාවේ පැරණිතම රෙජිමේන්තුව ලෙස 1881 අප්‍රේල් මස 01 වන දින බිහිවූ ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා රෙජිමේන්තුවේ නවතම සාමාජිකයා ලෙස යුධ බිමේ තුවාල ලත් සෙනින් ගෙන් සමන්විත රෙජිමුබ

ශ්‍රීලපාහ වෙතින් 1 වන ආධාරක බළඇණිය, ශ්‍රීලපාහ 2008.10.01 වන දින පෙරවරු 0830 පැයට මුල්ලිකුලම් යුධ හමුදා කඳවුරේදී ඒකක අණදෙන නිලධාරි විසින් පොල් තෙල් පහන් දල්වා සුභ මොහොතින් වැඩ ආරම්භ කරන ලදී. දැනට වව්නියාව කල්මඩු ප්‍රදේශයේ ස්ථානගතව රාජකාරි කරනු ලබන අතර,

15 වන පිට →

ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා රෙජිමේන්තුවෙන් වන්නි සටනේ සහයට 1 සහ 2 ආධාරක බළඇණි බිහි කරවූ වගයි.

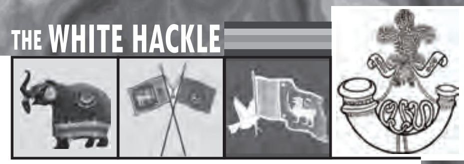
2 වන ආධාරක බළඇණිය ශ්‍රීලපාහ

වත්මන් මානුෂිය මෙහෙයුම් ආරම්භකර වන්නියේ මුදා නොගත් ප්‍රදේශ මුදා ගැනීමත් සමග මුදාගත් ප්‍රදේශයන්හි ආරක්‍ෂාව තරකොට එල්ටීටීඊ ක්‍රියාකාරකම් සිදු නොවන සේ ආරක්‍ෂක පියවරවල් ගැනීම සඳහා සුළු ආබාධිත තත්ත්වයෙන් යුතු සෙබළුන් යොදවා 2008.12.01 දින සිට ක්‍රියාත්මක වන පරිදි හමුදා චර්යා නියෝග 78/2008 ප්‍රකාරව ශ්‍රීලපාහ පාබල හමුදා රෙජිමේන්තුවේ 2 වන ආධාරක බළඇණිය නගා සිටවන ලදී.

නව බළඇණියේ අණදෙන නිලධාරි ලෙස නි/61514 මේජර් එන්පීඑන්බී මහතුවක්කාර ශ්‍රීලපාහ පත්වීම් ලබන ලදී. ඒකකය 563 බළසේනා මූලස්ථානය යටතේ ඕමන්තෙ වව්නියාව ප්‍රදේශයේ ක්‍රියාන්විත රාජකාරි සඳහා ස්ථාන ගතව ඇත.

විවිධ රෙජිමේන්තු වෙතින් ආබාධිත නිලධාරින් සෙසුනිලයින් රපෝර්තු කරවා ඒකකය නගා සිටවන ලද අතර, 2008.12.16 වන දින අණදෙන නිලධාරි විසින් 0945 පැයට සුභ මොහොතින් පොල්තෙල් පහන දල්වා පිරිත් සජ්ජායනා මධ්‍යයේ නිල වශයෙන් ඒකකයේ වැඩ ආරම්භ කරන ලදී. ඒකකයේ නිලධාරි මණ්ඩලය පහත සඳහන් පරිදි වේ.

15 වන පිට →



1 වන ආධාරක බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව

මුලස්ථාන කණ්ඩායම පහත සදහන් ආකාරයට නිලධාරින්ගෙන් සහ සෙසුනිලයින්ගෙන් සමන්විත වේ.

අණදෙන නිලධාරි	: මේජර් පීඑච්එන් සිරිශාන්ත, ශ්‍රීලපාහ
දෙවන අණදෙන නිලධාරි	: මේජර් සීජ්ආර් ඇන්තනි, ශ්‍රීලපාහ
විධායක අධිකාරි	: කපිතන් එස්එස් ලියනකංකානම්ගේ, ශ්‍රීලපාහ
බුද්ධි නිලධාරි	: 2/ලුතිතන් ආර්ඩබ් ගුණරත්න, ශ්‍රීලපාහ
රෙසැමේ	: බනි11 ගුණතිලක ජේපී
රෙඋපාසැමේ	: බනි11 විජේතුංග පීඑස්
ප්‍රධාන ලිපිකරු	: සැරයන් ජයවර්ධන ජේඑම්ටීඑන්

මෙම බළඇණිය පාලන කණ්ඩායමට අමතරව බණ්ඩ 05කින් සමන්විත වු අතර, ඒ 09 මාර්ගයේ තාන්ඩිකුලම් මංසන්ධියේ සිට කල්මඩු අතුරු මාර්ගයේ ඉරචඉරුප්පායිකුලම් මංසංධිය දක්වා කි.මි. 14කින් යුක්ත වූ මාර්ගයේ ආරක්‍ෂාව තහවුරු කරනු ලබයි. මෙයට අමතරව දෛනික කුඩා කණ්ඩායම්, ක්‍රියාන්විත, වටලා සෙවීමේ ක්‍රියාන්විත, පා මුර සංචාර සිදුකරමින් 57 වන සේනාංකයට හා ඉදිරි ක්‍රියාන්විත මෙහෙයුම් වලට සහභාගිවන සේනාංක වල රථවාහන සහ සෙනින්ගේ ආරක්‍ෂාව තහවුරු කරමින් යුධ බිමේ තුවාල ලත් සෙනින්ගෙන් යුතු මෙම බළඇණිය විසින් සිදු කරනු ලබයි. මෙම බළඇණිය 61 වන සේනාංකයේ 611 බළසේනාව වෙත අනුයුක්තව රාජකාරි කරනු ලබයි.

කෙටි කාලයක් තුල මෙම බළඇණිය ක්‍රියාන්විත රාජකාරින් සදහා එක්වී ශ්‍රීලපාහ රෙපිමේන්තුවේ ඉපැරණි පෞඩත්වය සහ වීරත්වය සුරකිමින් මව්බිමේ ඒකීයභාවය වෙනුවෙන් එක් රණවිරුවෙක් දිවි පුදා ඇති අතර, සෙනින් 05 දෙනෙකු තුවාල ලබා ඇත.

ඒ කණ්ඩායම - ලුතිතන් ඩබ්එම් ලලින්ත, ශ්‍රීලපාහ
බී කණ්ඩායම - මේජර් එම්ආර්ටී ජයතිස්ස, ශ්‍රීලපාහ
සී කණ්ඩායම - කපිතන් ඩිපීඑම් රූපසිංහ, ආර්එස්පී, ශ්‍රීලපාහ
ඩී කණ්ඩායම - කපිතන් ඒඑච්එල් ජයන්ත, ආර්එස්පී, ශ්‍රීලපාහ

තවද මෙම බළඇණිය යටතේ ස්ථාපිත කුඩා කණ්ඩායම් පුහුණු කිරීමේ පුහුණු පාසලක් ද පවත්වාගෙන යනු ලබයි. මේ සදහා 61 සේමු යටතේ 611 බසේමු මගින් පුහුණු පාසලේ ප්‍රධාන උපදේශක ලෙස නි/61128 මේජර් ටීපී හේවගේ, ආර්එස්පී, ගරෙ පත් කර පුහුණු කටයුතු සිදු කරනු ලබයි. මෙම පුහුණු පාසැලෙන් ඒකකයේ තුවාල ලබා සිටින සෙනින් සදහා දින 10ක මූලික පාඨමාලාවක් ද සිදුකර ඒකකයට ඇතුලත් කරනු ලබන අතර, ශ්‍රී ලංකා ගුවන් හමුදාවට අයත් සෙනින් ද, ශ්‍රීලංජාආබමු සෙනින් සදහාද දින 21 ක පාඨමාලාවක් කරනු ලබයි. විශේෂ බළකා සහ කමාන්ඩො බළකා රෙපිමේන්තු වලට අයත් උපදේශක මඩුල්ලක් මගින් පුහුණුවීම් සිදු කරනු ලබයි.

ඉහත නම් සදහන් නිලධාරින් කණ්ඩායම් භාර නිලධාරි අණදෙන වරුන් වශයෙන් රාජකාරි ඉටුකරනු ලබන අතර, නව දැක්මෙන් සහ ස්ථිර අධිෂ්ඨානයෙන් යුතුව තම බුද්ධිය හා කාර්ය ශූර බව මනාව පිලිඹිබු කරමින් ත්‍රස්තවාදින් පරාජය කිරීමට වෙර දරමින් ඒකකය මෙහෙයවන වත්මන් අණදෙන නිලධාරි මේජර් පීඑච්එන් සිරිශාන්ත, ශ්‍රීලපාහ ගේ උපදෙස් හා කැපවීම මත මාස 3ක් වැනි කෙටි කාලයක් තුල බළඇණියට ඇවැසි සියලු කටයුතු සිදුකරමින් වන්නි සටනට මනා දායකත්වයක් ලබාදෙනු ලබයි.

තුවාල ලත් සෙනින්ගෙන් යුතු බළඇණියක් වුවත් මෙහි රාජකාරි කරනු ලබන නිලධාරි සෙසු නිලයින් මනා කැපවීමකින් යුතුව වන්නි සටනට දායක වන අතර, මොවුන් ලේ, කදුලු වගුරා අනේක දුෂ්කර තාවයන්ට මුහුන පාමින් හා තම ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් මහගු කර්තව්‍යකට උර දෙමින් සිදුකරන මෙහෙය ඒකකයටත් ශ්‍රීලපාහ රෙපිමේන්තුවටත් පොදුවේ සමස්ථ යුධ හමුදාවටත් ඉමහත් ගෞරවයකි. අතිශයින්ම දුෂ්කර වු මෙම ගමනේදි අප සමග උරෙන් උර ගැටි රට ජාතිය වෙනුවෙන් ජීවිතය පූජා කල රණවිරුවන් තුවාල ලැබූ රණවිරුවන් ද මේ අවස්ථාවේදි හදපත්ලෙන්ම සිහිපත් කරන්නෙමු.

බුද්ධි අංශය - 1 ආබ ශ්‍රීලපාහ

2 වන ආධාරක බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව

මේජර් එම්පීජ්එම්බී මහතුවක්කාර, ශ්‍රීලපාහ - අණදෙන නිලධාරි
මේජර් ජේපීඩීසීපීඑල් ඩයස්, ආර්එස්පී, ශ්‍රීලපාහ - දෙවන අනි
කපිතන් ඩබ්ජ්එන් වත්සල, ශ්‍රීලපාහ - නිඅ පාලන කණ්ඩායම
ලුතිතන් ඩබ්ජ්පීඑස්ආර් පෙරේරා, ශ්‍රීලපාහ - නිඅ ඒ කණ්ඩායම
මේජර් කේකේ සුදර්ශණ, ශ්‍රීලංජාආබමු - නිඅ බී කණ්ඩායම
කපිතන් ඒඩීඑස් ප්‍රියන්ත, ආර්එස්පී, ශ්‍රීලපාහ - නිඅ සී කණ්ඩායම
මේජර් ඩීකේජ්පී කුමාර, ගරෙ - නිඅ ඩී කණ්ඩායම
ලුතිතන් එම්කේඑම්ටී අල්විස්, ශ්‍රීලපාහ - විඅ/බුනි

පහත නම් සදහන් බළලත් නිලධාරි/ජ්‍යෙකොනොනි ද නම ඉදිරියෙන් දක්වා ඇති පත්වීම් ලබා ඒකකයේ රාජකාරියේ නියුතුව සිටී.

බනි 11 වික්‍රමසිංහ එච්එම් - රෙපිමේන්තු සැරයන් මේජර්
බනි 11 ප්‍රේමනාත් ඩබ්එම්එන් - රෙඋපාසැමේ
ව/සැරයන් උදයකුමාර ඩබ්ජ් - ප්‍රධාන ලිපිකරු

දැනට මෙම ඒකක හට පිරිස් ඕමන්තෙ ප්‍රදේශයේ උතුරු, දකුණු, නැගෙනහිර, සහ බටහිර යන ප්‍රදේශයන් ආවරණය වන පරිදි ආරක්‍ෂාව තහවුරු කරන අතර, ඉදිරි ආරක්‍ෂක වළල්ලේද කිමි 15ක පමණ දුරක ආරක්‍ෂාව තහවුරු කර ඇත. තවද, උතුරු අර්ධද්වීපයේ සහ කිලිනොච්චිය, මුලතිවු දිස්ත්‍රික්කයන්හි සටන් වැද සිටින සේනාංකයන් හි දෛනික අවශ්‍යතාවන් වන ඖෂධ, ආහාර මෙන්ම අනෙකුත් දෑ ප්‍රවාහනය කිරීම සදහා කොක්එලිය සිට ඕමන්තෙ ඇතුලත්වීම්/පිටවීම් දොරටුව දක්වා ඒ 9 මාර්ගයේ ආරක්‍ෂාව තහවුරු කරමින් ඉදිරි ක්‍රියාන්විත සදහා මුහුණ දීමට නොහැකිව පලා යන සතුරන් කොටුකර ගැනීම වෙනුවෙන් ඝණ කැලෑවලින් සමන්විත මෙම ප්‍රදේශයේ රැක සිට පහර දීමේ මුරයන් සහ පීරා සෙවීමේ ක්‍රියාන්විත සිදුකරමින් ආබාධිත තත්ත්වයේ පසුවුවද, සෙබළුන් දැඩි උද්යෝගයකින් සහ උනන්දුවෙන් යුතුව රාජකාරියන් හි නියුතුව සිටී.

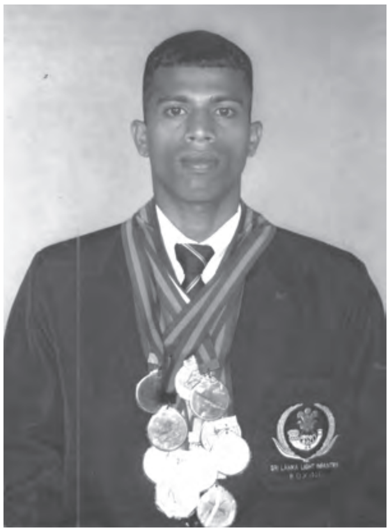
නව ආධාරක බළඇණියක් ලෙස ස්ථාපනය කරන ලද මෙම ඒකකයේ නිලධාරි/සෙසුනිලයින් ගේ පූර්ණ කැපවීම හා දායකත්වයද ඇතිව සිදුකරනු ලබන ඉදිරි මානුෂික මෙහෙයුම් සාර්ථක වී රටට සාමය උදාවේවායි ප්‍රාර්ථනා කරන අතර, ඒකකය දියුණුවෙන් දියුණුවට පත්වේවායි ප්‍රාර්ථනා කරමි.

බුද්ධි අංශය - 2 ආබ ශ්‍රීලපාහ

යුධ හමුදා අන්තර් රෙජිමේන්තු කායවර්ධන හා බර ඉසිලීමේ තරගාවලිය - 2008

යුධ හමුදා කායවර්ධන සහ බර ඉසිලීමේ කමිටුව වෙතින් සංවිධානය කරන ලද 2008 යුධ හමුදා අන්තර් රෙජිමේන්තු කායවර්ධන හා බර ඉසිලීමේ තරඟාවලිය 2008 දෙසැම්බර් මස 01 වන දින සිට 05 වන දින දක්වා යුහ ශාරිරික අභ්‍යාස මධ්‍යස්ථානය (පනාගොඩ) හිදී පවත්වන ලදී. ඒ සදහා අප රෙජිමේන්තුවද නියෝජනය කරමින් තරඟ ඉසව් 4ක් සඳහා පහත සදහන් ක්‍රිඩකයින් දෙදනා සහභාගි වන ලදී.

ලාකෝ ඉන්ද්‍රජිත් එම් එම්
සාසෙ චතුර කුමාර
අයිඑල්



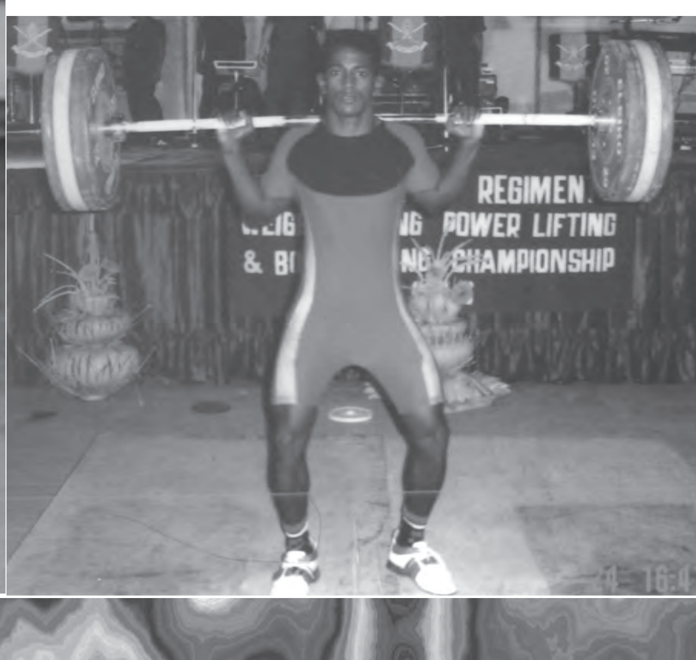
එහිදී කිලෝ ග්‍රෑම් 52 බර පන්තියේ සව් එසවීමේ තරගයට ඉදිරිපත් වූ ලාකෝ ඉන්ද්‍රජිත් එම්එම් එම තරගයේ රන් පදක්කම දිනා ගන්නා ලදී. තවද එම බර පන්තියේම කායවර්ධන අංශයේ රිදී පදක්කමද, දිනාගැනීමට ඔහු සමත් විය. අනෙක් තරඟකරු වුයේ සාසෙ චතුර කුමාරයි. ඔහු කි.ග්‍රෑ. 56 බර පන්තියේ සව් එසවීමේ රන් පදක්කම හා කායවර්ධන අංශයේ ලෝකඩ පදක්කම දිනාගැනීමට සමත් විය. ඒ අනුව අප රෙජිමේන්තුවෙන් ඉදිරිපත්වන ලද මෙම ක්‍රිඩකයින් දෙදනාගේ දක්ෂතාවයන් මත සමස්ත තරගාවලියේ තෙවන ස්ථානය අප රෙජිමේන්තුව සතු වීම අපට ආඩම්බරයකි.

2008 යුධ හමුදා අන්තර් රෙජිමේන්තු වොලිබෝල් තරගාවලියේ "ඒ" කාණ්ඩයේ ශුරතාවය ශ්‍රීලපාහ රෙජිමේන්තුවටයි

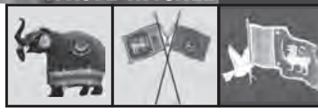
මේ වන විට ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික ක්‍රිඩාව බවට පත්ව ඇති වොලිබෝල් ක්‍රිඩාවේ ජාතික තලයේ දක්ෂයින් රැසක් බිහිකිරීමේ ගෞරවය ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදාවට හිමිව තිබේ.

මෙවරද යුධ හමුදා අන්තර් රෙජිමේන්තු වොලි බෝල් තරඟාවලිය 2008 දෙසැම්බර් මස 01 වන දින ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදා සේවාබළකා ක්‍රිඩා පිටියේ දී ආරම්භ වූ අතර "සුපර් සික්ස්" හා "ඒ කණ්ඩය" වශයෙන් මෙවර තරඟාවලිය සංවිධානය කර තිබිණ. ඒ අනුව අප රෙජිමේන්තුව තරග කරන ලද්දේ "ඒ කාණ්ඩය" යටතේය. එහිදී එම කාණ්ඩයෙන් මූලික වටයේ තරඟ වැදි අප රෙජිමේන්තු කණ්ඩායම විජයබාහු පාබල රෙජිමේන්තු කණ්ඩායම සමඟ අවසන් මහා තරඟයට සඳහා සුදුසුකම් ලබාගත්හ.

අවසන් මහා තරඟය 2008 දෙසැම්බර් මස 30 වන දින ශ්‍රී ලංකා සිංහ රෙජිමේන්තු මධ්‍යස්ථාන ගෘහස්ථ ක්‍රිඩාංග නයේ පැවති අතර එහි ප්‍රධාන ආරධිත අමුත්තා ලෙස යුධහමුදා මාණ්ඩලික ප්‍රධානි මේජර් ජෙනරල් එන් විජේසිංහ යුඑස්පි එන්ඩීසී ගේ පැමිණීමත් සමඟ තරඟය ආරම්භ විය. ඒ අනුව ප්‍රථම වටයේ ජය විජයබාහු රෙජිමේන්තුව සතුවිය. දෙවන වටය ශ්‍රීලපාහ රෙජිමේන්තුව ජයග්‍රහණය කල අතර, තෙවන වටයේ ජය නැවතත් විජයබාහු රෙජිමේන්තුව සතුවිය. ඒ අනුව තරඟයේ වැඩි වාසි අත්කර ගැනීමට ඔවුන් සමත්වන ලදී. හතරවන වටයද ආරම්භ විය. එහිදී තරඟය ප්‍රථම භාගය වන විට ඉදිරියෙන් සිටීමට විජයබාහු රෙජිමේන්තු කණ්ඩායම සමත් වූ අතර, ශ්‍රීලපාහ රෙජිමේන්තුවේ ක්‍රිඩක ආදේශනයක් සමග අප කණ්ඩායම වෙතින් ගිලිහි ගිය තරඟය නැවත අප වෙත ඇදී ආහ. ඒ අනුව එම තරඟ වටය ජයගැනීමට අප ක්‍රිඩකයින් හට හැකි විය. එබැවින් තරඟ වට දෙක බැගින් ජයගෙන කණ්ඩායම් දෙකම ඉතාමත් ප්‍රබල තත්ත්වයෙන් පසුවිය. තීරණාත්මක අවසන් වටය ආරම්භ විය. එහිදී ප්‍රතිවාදී විජයබාහු කණ්ඩායමට කිසිදු අවසරයක් ලබා නොදී අප රෙජිමේන්තු කණ්ඩායම ලකුණු 15/08 වශයෙන් අවසන් තරඟ වටය ජයග්‍රහනය කිරීමත් සමග 2008 අන්තර් වොලිබෝල් තරගාවලියේ "ඒ" කාණ්ඩයේ ශුරතාවය ශ්‍රීලපහ දිරිගන්වන්නන්ගේ ජයගෝසා මධ්‍යයේ දිනා ගැනීමට අප රෙජිමේන්තු ක්‍රිඩකයින්ට හැකි විය. සැබැවින්ම එම තරඟය අවසන් මහා තරඟයක් තුල නරඹන සැවොම බලාපොරොත්තු වෙන්නාවූ උද්වේග කාරී තරඟයකි. මෙවර තරඟාවලිය පුරාවට දක්වන ලද සුවිශේෂී වූ දක්ෂතාවයන් නිසාවෙන් තරගාවලියේ "ඒ" කාණ්ඩයේ දක්‍ෂතම ක්‍රිඩකයාට හිමි සම්මානය 5 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ ඒකකයට අයත් සෙ/5ඩී02685 ලාකෝ ජයරාජ් යුඑස්වයිඑස් විසින් දිනාගන්නා ලදී.



ක්‍රිඩා අංශය, ශ්‍රීලපාහ



පෙරටම යමු නොවී පලා

පළමුව පතම් මියගිය සොයුරන්ට නිවන්
දෙවනුව පතම් තුවාල වු සොයුරන්ට සුවේ ඉක්මන්
හැම මුළු සෙබළ කැලටම සම්මා සම්බුදු සරණින්
රැකදෙන්නට දෙවියන් සතර වරන්

එඩිතර ගතිය හදවත තුල රදව ගෙන
සාමය නැමැති පැතුමක් හද පුරෝ ගෙන
සතුරන් නසා රට එක්සේසත් කරගෙන
පෙරටම යමු මිතුරේ ලක්වමව් රැකගෙන

කොටියන් දුවයි දැන් කදවුරු අත හැරලා
සිතා ගන්න බැරි ලෙස වුත් ඇදවැටිලා
සමගියේ බලය දැන් අපගේ පෙරමුණු බැදලා
නොම එමු ඉතින් ආපස්සට යලි හැරිලා

හැදුවත් සතුරෝ පෙරමුණටම එන්නට සිතලා
නොමවෙයි කිසිම විට එය ඉටුවෙන්නේ මනා
ප්‍රභාකරන් කිලිනොච්චියේ භුගත වීලා
දැන ගනු මිතුරේ උන් ඒ තරමට වැටිලා

බංකර් කඩාගෙන සතුරාගේ අපි පෙරමුණට යමු
වෙඩි හඩ මියුරු රාවය හරයකට ගමු
අපි යන ගමන සාම පා ගමනක් ලෙස සිතමු
ආවත් කොතෙක් බාධක පෙර මුණට යමු

උන්ගේ තිබෙන ආරක්ෂක වළලු වලින්
බලෙන් ගත්තු මිනිසුන් ඇත සිර කරන්
උන්ගෙන් ලැබෙන කෲර වද හිංසා වලට බියේ
තුවත්කුවට අතයයි තවසරණක් නොමැති ලෙසින්

සැමදින සිතමු අපි හැම හදවතින් බැඳී
එම විට නොමැති වෙයි අපහට වැට කඩුලු බැඳී
ගේ දොර නෑ පිරිස් සිහිකරලා හදින් බැඳී
උත්තමාචාරය යුධ ගිණිදැල් නිවන ලෙසින් බැඳී

තේරුම් අරන් සතුරන්ගේ ඇත්තම තත්තේ
මුලා නොවී දුවනා කොටියට බිය නොවිය යුත්තේ
ලගා වෙන්න ජය කොඩිය සිංහල පුතේ
පමා නොවී යමු පෙරමුණටම සෙබළ පුතේ

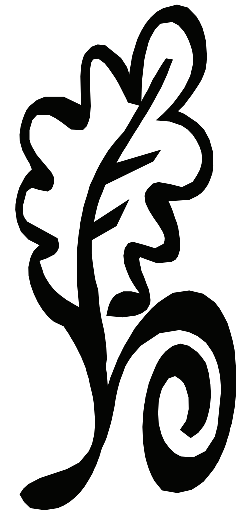
ලාකෝ ප්‍රියදර්ශන ජීඑඩි
6 ශ්‍රීලපාහ, ඞී කණ්ඩායම ඞී කණ්ඩායම

ආදරණිය බිරිද

ආදරය ඔබ ගැන සැම මොහොතකම
කවි ලියන පැයේ
ගවි ගණනක් දුරතුරැලුව
මා නිදන පැයේ
ගීතයක් ලෙස මාගේ සිත
පිරී සතුට ප්‍රියේ

ලාකෝ රාජගුරු ආර් එම් එස්
6 ශ්‍රීලපාහ ආධාරක කණ්ඩායම

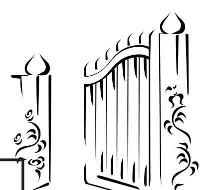
ගස



උණුසුම් සිසිලස
බවට හරවලා
පොළවේ උල්පත්
ජලය රදවලා
මිනිසගේ පැවැත්ම
තහවුරු කරනා
ඔබේ ගුණ කියලා
නිමක් වෙන්නේ නෑ
ඔබ කරනා සෙත
තේරුම් ගෙන නෑ
ඔබේ ගුනේ
මේ මිනිසා තුල නෑ
ගස නැත්නම් මේ
ලෝකයකුත් නෑ....

ලාකෝ දිසානායක එම්එල්පී
ජනාධිපති ආරක්‍ෂක සේනාව

සිත



නින්දාව ප්‍රශංසාව යන දෙකම
ගනන් නොගන්නා පුද්ගලයාගේ
සිත අතිශයින් සන්සුන්ය

සාසෙ චන්දන කුමාර ඒඑඩී
ආධාරක කණ්ඩායම - 6 ශ්‍රීලපාහ

ජල සම්පත

අහස් ගැබ් වලාවකින්
බිංදු බිංදු ඇද හැලෙමින්
මිහිකත වර්ණවත් කරන
අමිල වස්තුවකි වැහි පොද.....

බිංදු බිංදු එක් වීගෙන
ගංගා ඇළ දොළ සැදී
සුමියුරු නාදයන් දිදී
ගලා බසී ලතාවකට......

සකල ලෝක සත්වයාගේ
දැරිය නොහැකි පිපාසය
සංසිදුවා සැපත සදන
එකම ඔසුව ජල සම්පත ....

ලාකෝ සම්පත් යූ අයි
ජනාධිපති ආරක්‍ෂක සේනාව

අධිෂ්ඨානය

අධිෂ්ඨානය ස්ථිර නම්
පැතුම අවංක නම්
ඔබ.....
කිසිදා පරාජිතයෙකු
නොවනු ඇත...

සාසෙ බංඩාර ජේඑම්එච්
6 ශ්‍රීලපාහ ආධාරක කණ්ඩයම

ඒකීය දිවයින

කරුණාත් පිල්ලෙයාන් සාමෙට ආවා
ප්‍රභාකරන් ගනු ආදර්සෙට මේවා
දමිළ සොහොයුරන් යුද්ධයකට පොව්වා
බිල්ලට නොදෙනු මේ මිතුරන් බොරුව මවා

සිංහල දමිළ මුස්ලිම් යන වැසියන්නේ
අපි සැම රටේ ගොවිතැන් බත් කරමින්නේ
සිරිලක් මවට දියුණුවේ මං සලසන්නේ
නිවහල් දැයක් සැම කල් ගොඩ නගමින්නේ

එක ලක් මවගේ සෙවණේ සාමෙන් ඉන්නේ
අන් රටවල අප නෑ වහලුන් වන්නේ
ක්‍රීඩා තුලින් ජය කෙහෙලිය නංවන්නේ
එමගින් ලොවේ අපේ නාමය වැජඹෙන්නේ

සාසෙ කරුණාරත්න ඩබ්එම්ජී
ජනාධිපති ආරක්‍ෂක සේනාව

සෙබළ සොයුර

මල්වන් යොවුන් විය කැපකොට යුධ බිමට
හඩවා දහස් ගනනන් නෙතු ඔබ නමට
තුරුණු සිතේ නැගෙනා පැතුමක් පෙමට
කෙලෙසද වියැකුනේ තේරෙන් නෑ අපට

මව්කිරි බලය පෙන්වා පෙරටම යනදා
නොනිදා දොලොස් පැය මම නිසි දුක් වින්දා
දසකින් ඇසෙන විට වෙඩි හඩ රෑ නිදනා
අපහට ඔබට දෙවියකුගේ මෙහි සැමදා

මවකගේ සුසම් වැල් පවනට මුසු වෙන්නේ
බිරිදගෙ හදවතේ නිහඬව වැලපෙන්නේ
දූදරුවන් පියතුමා එනතුරු මග ඉන්නේ
විරුවණි ඔබ නිසා රට වැසියෝ සැනසෙන්නේ

සාමය සතුට ඉතිරේවා සැමදිනම
ලක්මව රකින විරු සෙබළුන් ඔබ සැවොම
නිමල දහම පවතින රට නිතැනින්ම
සියලු දෙවියෝ රැක දේවා අප සැවොම

සාසෙ තිලකරත්න එස්එම්එල්එම්
ආධාරක කණ්ඩායම - 6 ශ්‍රීලපාහ

ආදරය

ආදරය සුන්දර වරදකි
ආදරය කොටස් දෙකකි.
අවංක ආදරය
ආදරය නැමැති ඖෂධය හදවතේ
නැත්නම් ඔහු මිනිසෙකු නොව
ආදරය බලගතු අවියකි
ආදරය අන්ධය
ආදරය නැමැති දිව්‍ය ඖෂධයෙන් ඕනම
සත්වයෙක් මෙල්ල කල හැක
ආදරය කරද්දී පිවිතය විනාශ කරනා
අයත් ලොව සිටියි

සෙ/313189 ලාකෝ දයානන්ද පීපී
ආධාරක කණ්ඩායම - 6 ශ්‍රීලපාහ

මරණය නොයදින මිනිස්සු

මරණය දොරකඩ හමුවේ හිටියත් ජිවිතය නොයදින මිනිසුන්ට තමයි සොල්දාදුවෝ කියන්නේ. යුධ බිම හරියට ඔවුන්ට සෙල්ලම් පිට්ටනියක් වගේ කියලයි මට නම් හිතෙන්නේ කරවටේ එල්ලා ගෙන ඉන්න අවි සෙල්ලම් බඩුවක් නෙවෙයි කියලා. මම විතරක් නෙවෙයි අනිත් අයත් දන්නවා. ඒ මිනිසුන්ගේ ජිවිත කෙලිබඩු කරගත්තු ආත්මාර්ථකාමීන්ගෙන් මගේ රට බේරාගන්න නම් හෙට මේ රටේ ගිණි මල් තොප්පි ලස්සනට පිපුණු රෝස මල් ඉත්තක් වගේ වෙන්න ඕනි. හැමදාම මේ මහ පොළවෙන් එසවිලා තියෙන ලෙළදෙන සිංහ කොඩිය කැලි වලට නොවී ලෙළදෙනවා දකින්න නම් මනුෂ්‍යත්වයේ සමහර කුරිරුකම් යුද්ධය නැමැති ගිණිදැල්ල නිවලා දාන්න ඕනි. එහෙම උනා කියලා සොල්දාදුවෝ යුද්ධයේ වග උත්තරකරුවෝ නෙවෙයි. කවුරු හරි මූසල පාපතරයෙක් අවුලපු ගිනි දැල්වලට වග කියන්න මේ රට එක්තරා පිරිසක් ඉන්නවා එයාලා උන්නේ සන්නද්ධ ජිවිත ඇතුලින් කැමොර දෙන මෘදු මොලොක් හැගීම් වලට කවුද මේ රට ඉඩක් දෙන්නේ. දුටුගැමුණු රජවරු ඉපදිලා වගේ යුද්ධ ගැන සද්දේ ඇහුණට මෙ රටේ හැම තත්පරයක් විනාඩියක් හරි හෙට දවස වෙනුවෙන් හැමදාම පෙරමුණේ දුක් විදිමින් හිටියේ සොල්දාදු හිත් විතරයි. හෙට දවස ගැන නොහිතා අද දවස ගැන විතරක් හිතන රන් මලක් වගේ පිපෙන්නට මගේ රත්තරන් හමුදා සොහොයුරු සොයුරියන්ට සදා ජය එයයි මේ අහිංසක කොල්ලකුගේ පැතුම.

නුවන් කුමාර රත්නායක

අප්පච්චියි මමයි

වයස	පහලවන සිතුවිලි
අවුරුදු 4දී	මගේ අප්පච්චිට මේ ලෝකේ ඕන දෙයක් කරන්න පුළුවන්
අවුරුදු 5දී	මගේ අප්පච්චි නම් ඕනම දෙයක් දන්නවා
අවුරුදු 6දී	ඔයගොල්ලන්ගේ අප්පච්චි වගේ නෙවෙයි, අපේ අප්පච්චි හරිම දක්ෂයි එයා හරිම උසත් එක්ක.
අවුරුදු 8දී	අපේ අප්පච්චි හැමදෙයක් ගැනම හරියට දන්නෑ වගෙයි මට හිතෙන්නේ
අවුරුදු 10දී	අපේ අප්පච්චිගේ කාලේ මේ හැම දෙයක්ම දැන් වාගේ දියුණු නැහැ.
අවුරුදු 12දී	අපෝ! ඒක අමුතු දෙයක් යැයි. අප්පච්චිට ඒවා මුකුත් තේරෙන්නෙ නෑ. එයාට දැන් එයාගේ පුංචි කාලෙවත් මතක නැතුව ඇති.
අවුරුදු 16දී	එයාව ගණන් ගන්න එපා මචං. එයාට හණමිටි අදහස් තියෙන්නේ.
අවුරුදු 21දී	අපේ අප්පච්චි එක එක පිස්සුනේ දොඩන්නේ. දැන් කාලෙට ඒ පිස්සු ගැලපෙන්නෙ නැහැ බං.
අවුරුදු 25දී	අප්පච්චි ඒ ගැන ටිකක් විතර දන්නවා මොකද එයා හුගාක් කල් ඒවත් එක්ක වැඩ කලානේ.
අවුරුදු 30දී	මගේ අප්පච්චිගෙන් ඇහුවොත් හොදයි වගේ මොනවා උනත් එයාට හුගාක් අත්දැකීම් තියෙනවානේ.
අවුරුදු 35දී	අපෝ! මම නම් ඔය වැඩේට අත ගහන්නෙ නෑ අප්පච්චිගෙන් අහලා මිසක්.
අවුරුදු 40දී	මට හිතාගන්නවත් බෑ එයා කොහොමද මේවට මුහුණ දුන්නෙ කියලා. එයා හරිම කල්පනාකාරී කෙනෙක්. ඕනෑම ප්‍රශ්නයක් විසඳන විදිය අප්පච්චි දන්නවා
අවුරුදු 50දී	අප්පච්චි දැන් හිටියානම් දෙයියනේ……

බනි II සෙනවිරත්න බංඩා ඒඑම් ගේ බිරිඳ බීඑම් චන්ද්‍රානි බංඩාර මැණිකේ

මෙලොව මෙතෙක් බිහිවුණු කුඩාම දරුවා දැන් 14වන වියේ පසුවේ. ඇය ජීවත් වන්නේ ඇමෙරිකාවේ ඇලනොයිස් ප්‍රාන්තයේය. ඇය අරුම පුදුම අසාමාන්‍ය ළමයෙකු නොවන බව වෛද්‍යවරු පවසයි. එහෙත් ඉතා කුඩා සිදුරු සහිත අඩු මාසෙන් බිහිවන දරුවන් ජීවත් කරවීම කලක් යනතුරුම අවදානම් බවටද ඔවුහු අනතුරු අගවති.

මැඩ්ලින් මෑන්නම් මෙම දැරිය උපත ලැබුවේ 1989 දීය. වෛද්‍යවරු පවසන අන්දමට ප්‍රමාණයෙන් සෝඩා බෝතලයක් පමණ වූ ඇය උපදින විට බර අවුන්ස 9ක් හෙවත් ග්‍රෑම් 280ක් බර විය. උස අඟල් 10 සෙන්ටිමීටර 25කි. ඇය ජීවත් කරවීම සැක සහිතව පැවතී නමුත් සාමාන්‍ය ළමයෙකු මෙන් ඇය ඇති දැඩි වුවාය. මානසික ආබාධ කිසිවකටවත් බඳුන් නොවීය. පරහකට තිබුණේ පෙනීමේ සුළු දුබල තාවයකින් සහ ඇදුම ගතියෙන් පෙලුණා පමණයි.

දැනුදු ඇය වයසට සරිලන පරිදි උසින් වැඩී නැත. දැන් ඇගේ උස අඩි 4 1/2 (සෙන්ටිමීටර 136.5)කි කිසිම කායික දුබල කමක් නැත.ඕ වයලීනය වැයීමට සමත්ය. ඇය ප්‍රසූත කිරීමේදී මවට වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබාදුන් මේවුඩ් හි ලොයොලා සරසවි රෝහලේ වෛද්‍ය ජොනතන් මර්ස්කාස් පවසන්නේ සමහර මවුපියන් රාත්තල් 2 (ග්‍රෑම් 972)ක් බරැති බිලිදෙකු හදා වඩා ගැනීමට අසමත් වන බවය. අඩුමාසයෙන් දරුවන් බිහිකිරීමේදී මතුවන ගැටලු මැඩ්ලින් උපන් අවස්ථාවේදී මතු නොවූ බවද මුර්කාස් සඳහන් කළේය. ''අප දන්නා තරමින් ලොව බිහිවූ බර අඩුම බිලිදා ඇය යැයි'' මුර්කාස් සහ ඔහුගේ සගයෝ පවසති.

අඬමින් උපත ලැබූ මෙම කිරි කැටියා තම සිරුරට මූත්‍රා කල බවද කී වෛද්‍යවරයා එතරම් කුඩා දරුවකු දැකීමෙන් විස්මයට පත් වූ බවද කීය. ඇය සති 04ක් රෝහලේ සිටියාය. මුල් මාසය ඇතුලත ඇය ආශ්වාස ප්‍රාශ්වාස කලේ උපකරණයක මාර්ගයෙනි. ඇය ඇස්වල ආබාධයකින් පෙළුණු නමුදු සුදුසු ප්‍රතිකාර ලබා දීමෙන් ඇගේ පෙනීම සාමාන්‍ය තත්ත්වයට පත් කල හැකි විය.

පොත පත ඇසුරෙනි...

ලාකෝ කුමාර එම්ඒපී, රෙජිමුබ ශ්‍රීලපාහ

රණවිරු සුදු පුතේ...

ගිනි අවි අත දරා උතුරේ ගොස් ඉන්න
ආදර සුදු පුතේ මේ ටික අහගන්න
දෙතනෙන් දුන්න කිරිවල සවි බල පෙන්න
සේවය ඔබේ හරි හැටි ඉටු කර ලන්න

දැතට සිතට දෙපයට සවි වැඩි වෙන්නයි
තැබූ පියවරින් පියවර ජය අත් වෙන්නයි
කුරිරු ත්‍රස්තයන් උන් මත්තෙම වැනසෙන්නයි
තව වැඩි දුරක් නැත සාමය හිමි වෙන්නයි

ආවත් එකින් එක පිට පිට වෙඩි උණ්ඩ
රණවිරු පුතණුවනි නොව බියගුලු චණ්ඩ
වටකර ඔබේ මුරකාවල් යොද වණ්ඩ
ඉන් පසු විරුවණේ යුද පෙරමුණ ගණ්ඩ

අහස පොළව නුහුලන ගිනි සද්දේ
මේ වෙඩි හඩින් ලක් මැණිගේ සිත රිද්දේ
නිම කර මේ වසරේ කරදර මල යුද්දේ
සැමතින් විරුවණේ ඔබලට දෙවියන් සෙන්දේ

සහමුලින්ම මේ යුද්ධය අතු ගානු
මේ නිජ බිමට අප සැම සෙනෙහස පානු
ආවත් ඉදිරියට එක එක විසපර මාණු
විසිරේවා එයින් සුවඳැති මල් රේණු

1 ශ්‍රීලපාහ
ලාකෝ නලින් කුමාර පි ගේ පියා
ජී නිත්‍යානන්ද

අපේ පැවැත්මට රකිමු ගහකොල

ලෝකයේ වසන්නට වෙහෙසෙනා මිනිසුනේ
ලෝකයේ පැවැත්මට ඔබ කලේ මොනවදෝ
තිබෙන ගහකොල කපා වන වදුලු එළිකලා
එයින් ලෝ පැවැත්මට ඔබ බොහෝ විනකලා

මිනිසෙකු ලෙසට ඉපදී මේ ලෝතලයේ
සතෙකුට අන්තලෙස ඇයි ඔබ හැසිරෙන්නේ
රැකගෙන ගස් වැලුත් සිටුවා පොඩි පැලයක්
හිතකර කරමු මේ ලෝකය කොයි කාටත්

ලාකෝ දිසානායක එම්එල්පී
ජනාධිපති ආරක්‍ෂක සේනාව

සොයුරනි ඔබ උතුරැකරේ

පාළුව තනිකම සිතට දැනෙනවා
සොයුරනි ඔබ අද උතුරැකරේ
තනිවුණු සිතුවිලි හා මුසුකරන්නෙමි
දුක් සෝ ලතැවුල් හද පතුලේ

දෙනෙතින් වැටෙනා කඳුළක් වේ නම්
පිසදාලන්නට අද ඔබ නැත මා ලඟ
කවදා හෝ දිනයක ඇවිදින් ඔබ
පිසදාලයි ඒ කඳුළැලි හෙමිහිට

කෝප්‍රල් පෙරේරා එච්එඅයි (ආර්එස්පී) ගේ
පෙම්වතිය දේවිකා රම්‍ය කුමාරි

මා ගම එනවා

මේ එන නිවාඩුවට මං එනවා
මගේ රත්තරං....... සුදු කෙල්ලේ
නුඹව බලන්න...........
ඔයා ඉන්නවද වැට අද්දර.....
සෙවණක් නැති මේ.......
රැස්ස තල් ගස් යට........
තනිවෙලා ඉන්න හැම
මොහොතෙම........... මට ඔයාව මතක් වෙනවා....
ඔයාව හැබැහින් නොදුටුවත්....
ජීවිතය ඇතිතුරා මේ ආමි කොල්ලා
ඔයාට ආදරෙයි....
සමහර විට මේ යුධ සෙල්ලමේදී
මා මියැදුනොත්
රත්තරං ඔයා මාව අමතක කරනවද?
එහෙම උනොත්......
සත්තයි කෙල්ලේ.....
ඔයාට පවු පිරෙයි...........

ආර්එම් නුවන් කුමාර බණ්ඩාරවෙල

සොඳුරු මගේ අයියණ්ඩි

අපෙන් වෙන් වී
බොහෝ කලක් ගත වුවත්
අවාරයක් සේ පැමිණ
අපෙ පුංචි කැදැල්ලට
සනසවා අපේ සිත්
ගෙවා දින ගණනක්
ගියත් යලි නුඹ යුධ බිමට
එදා මෙන් ආදරෙයි
සැමදා අපි නුඹට

කුරිරු වූ යුද්ධයට ගියත් ඔබ
ගිනි අවිය තුරුලු කරන්
තව නොබෝ දිනක් ගිය පසු
ගිනි අවිය බිම තබා
සාමයේ මල් පිපෙනවා

කෝප්‍රල් ධර්මසිරි ආර්ජ්වීසී ගේ නැගණිය
චාන්දි මල්ෂානි

ආදරණීය අම්මාගෙන් රණවිරු සුදු පුතුට

ආදර සුදු පුතෙක් මෙලොවට හිමි කෙරුවා
අඩියෙන් අඩිය ඉදිරියටම පියවර තැබුවා
මගේ සුදු පුතා එඩිතර රණවිරුවකු වුවා
දුක් කඳුළැලි මැදින් අම්මා සුභ පැතුවා

ලොවට උතුම් මිනිසෙක් ඔබ වෙන්න
යන මග වාසනා එඩිතර රණවිරුවකු වන්න
මිනිසත් බවේ හොඳ යුතුකම් දන්න
මා පුතු තිස්තුන් කෝටියක් දෙවියෝ රැකදෙන්න

මාගේ රත්තරන් පුතා ඇතුළු සියලුම
රණවිරුවන්ට දළදා සම්දු පිහිටයි.

1 ශ්‍රීලපාහ ලාකෝ නලින් කුමාර පී ගේ මව
පීඩී ලීලාවතී.

රත්තරන් අයියේ

සවසට බැසයන ඉර
උදේට පායනව වගේ
අපේ ජීවිතයත් ආලෝකමත් වෙනවානම්
ඇත්තටම එය කොතරම් සුන්දරයිද
එහෙත්.......
කුරිරු යුද්ධයකින් පීඩා විදින
අපේ ජීවිතය කෙසේ නම්
ආලෝකමත් වේවිද
සාමයේ සුදු පරවි රෑනම
අහසේ ඉගිලෙන විට
අපේ ජීවිතය ආලෝකමත් වෙයිද
සත්තකින්ම එහෙනම්
රට වෙනුවෙන් සටන් බිමේ ඉන්න
රත්තරන් සුදු අයියේ
ප්‍රාර්ථනා කරන්නම් අවංක
හදවතින්ම ඔබ සැමට
දළදා සම්දුගේ පිහිට

8 ශ්‍රීලපාහ සාසෙ දිසානායක
ඩබ්ලිව්එම්ගේ සදාදරණීය නංගියා
චමිලා කුමාරි

ජාතියේ මුර දේවතාවුණි

යුධ ගිනි ඇවිලෙන උතුරැ කරයේ
රෑ නිදි වරා අප රට රකිනා
විරෝධාර සෙබළුනේ....
කුසට අහරක් ද නෙතට නින්දක් ද
සිතට සැනසීමක් ද නොමැතිව
අප රට රකිනා සෙබළුනේ
දරුවන් සහ බිරිඳ
ගෙදර තනිකොට දමා
රට රැකීමට වෙර දරන්නේ ඔබයි
සෙබළුනේ......
දකුණේ අප සතුටින් සිටින්නේ
ඔබ නිසයි සෙබළුනේ.......
දහසක් මව්පියන්ගේ පණමෙන්
රැකගත් දූ පුතුන් අද රට
රැකුමට එකතු වෙලා සිටින්නේ
ජාතියේ නාමයෙන් ඔබ හට
ජයම අත්වේවා!
ඔබ සැමටම ජයම අත්වේවා!

පනාගොඩ
අනුරාධ ඩබ්ලිව්ටී ගේ නැගණිය දුලානි

4 ශ්‍රීලපාහ රණවි
එල්ටීටීඊ ත්‍රස්තවාදීන්
නිෂ්පාදන කම්හල අ

විරුවන් විසින්
න්ගේ සබ්මැරින් හා
ල්ලා ගැනීමෙන් පසු

සීත අරණ

මල් පිපුණු සොදුරු වසන්තය
නිමාවිය
සෞම්‍ය හිරු රැස් ප්‍රචණ්ඩ වී
ගිම්හානය උදාවිය
ඉනික්බිති
මුදු සුලං රැලි හැමූ
හේමන්තයද අවසන
හිරු පායා තිබියදීම
සිහින් හිම වැස්සක් වැටී
සිසිර ඇරඹුණි
සයුරෙනුත් එහා
නුඹ රැඳුනු දේශයට
සුදෝ සුදු හිම කැට වැටෙනා
මේ සිසිරයේ නුඹ සිතලේ
මේ දුරුත්තේ
මම මෙහේ මගේ රටේ

කපිතාන් තරිඳු වීරසිංහ - 17 ශ්‍රීලපාහ

සාමය

කාටත් නොකිමට දැන් නම් අත ලග
කියන එක අමුත්තක් නොවේ
පුනරින් මුදා ගත්තා කීවාට පස්සේ
රටේ සියලු දෙනාට
අපව අමතක වෙලා තිබුනේ නෑ
විරු සතියක් ලෙස එම සතිය
නම් කලේ අතීතයේ සිට
මේ ලක් දෙරණ වෙනුවෙන්
තම ජිවිතය පුද කල විරුවන් වෙනුවෙනි
ටික දිනකින් ත්‍රස්ත ග්‍රහණය
මුලින් උපුටා දැමීමට පුළුවන්
එවිට මා දකින ඔබ සියලු
දෙනාගේ බලා පොරොත්තු වෙමු.
සාමය...... උදාවේවි විරු සොයුරණි අපගේද
බලාපොරොත්තුව
එය නොවේද..... සාමය නැමැති
මල් පොකුර අරගෙන අප එන්නෙමි.
එදාට අප අතරින් සමුගත් සෙබළ
සොයුරන්ගේ සොහොන් කොත් අසලට
ඔබලාට ගුණ ගායනා කරන්න.

කෝප්‍රල් සංජීව එස් ආර් එන්
12 ශ්‍රීලපාහ

දයාබර ලොකු අයියේ

කවදාවත් කෙනෙකුට නොලැබිය හැකි
උතුම් සහෝදරයෙක් වූ ඔබ
අපේ දිවියට දෙවි කෙනෙකි
මේ සසරේ මෙන්ම ඉපදෙන
හැම භවයකම
ඔබේ තුරුලේ ගැවසෙන්නට
ඔබ මගේම අයියා වී ඉපදේවා!

නිරතුරුවම හිසට සෙවනක් නැති ඔබට
ගතට නිවහනක් නැති ඔබට,

මේ සියලු වෘක්ෂලතාවෝ සෙවණ
සිසිල ගෙනේවි
ඔබේ අහිංසක සිත ළඟට
හිතෙන් හෝ ලංවී සනසන්නම් සිත
ත්‍රස්තවාදය මැඩලන්නට
තව තවත් ශක්තිය ලැබෙන්නට,
"දෙවියනි" රැක දෙන්න මගේ ලොකු
අයියා ඇතුළු සියලු රණවිරුවන්ට
සාමයේ මල් පුදන්නට.

7 ශ්‍රීලපාහ, කෝප්‍රල් ද සිල්වා ආර්එස්ගේ
නැගණිය

සෙබළ සිතක්

තම ජිවිතයේ ආරම්භයේ
සිට හොඳ නරක
කියා දුන් දෙමාපියන් ගෙන් සමුගෙන
මේ නිල ඇඳුම ඇගලා ගත්තේ
නොතේරුම් කමට නොවේ..
පොත පතෙන් පුවත් පත් වලින්
යුද්ධයේ කුරිරු බව
දැක තිබුණි..
යෞවනය පරදා මහලු වියට
දිනෙන් දිනම පත්විය
සොල්දාදුවාගේ ජිවිතයත්
යුද්ධයත් සමගම
මහලු වුවා නොවේද?
මතු පරම්පරාවට මේ කුරිරු
යුද්ධයේ බැට කන්න ඉඩ
නොතබන බවට
ඔබ කවුරුත් අප සමග
උරෙන් උර සිටිය යුතුයි
ඔබගේ අරමුණ සාමයේ
ජිවත් වීමට නම්
මේ කර්තව්‍යට ඔබගේද
සහයෝගය ලබා දීමෙන්
ලගදීම අපගේ මේ ලක් දෙරණේ
ත්‍රස්තවාදී ග්‍රහණයෙන් මුදවා සිංහ ධජය
ලෙළදවන්න ..... හැකි වේවි.

කෝප්‍රල් සංජීව එස්ආර්එන්, 12 ශ්‍රීලපාහ

උතුරේ සටන් වදින රණවිරුවන්ට

හැම දිනකම රට බේරා ගන්නට
දිවි පුදනා හැම රණවිරුවකුටම
සතුටක් නැති අහරක් නැති ඔබ හට
ඉදිරියේ තැබූ පය පස්සට නොගත් ඔබ

පුනරින් මුදාගත් අපගේ රණවිරුවෝ
බාධක බිඳ ඉදිරියටම පය තැබූ
ඔබ දිවි පුද කර මේ ලොව ජයගන්නේ
පුංචි අපට මලින් පිරුණු ලොවක් සදන්නේ

ලොව බේරාගන්නට ඔබලා වෙහෙසනවා
ලොව සැම දෙවිවරු ඔබ සුරකිනවා
පන්සල් ගොසින් බුදු හිමි හට මල් පුදලා
මා ඉල්ලන්නේ ඔබලා සැම රැකදේවා
මගෙ මව් බිමට සාමය ලැබේවා

සැරයන් සුනිල් අබේරත්න ඕඑම්ගේ දියණිය
ඉෂාරා ලක්ෂ්මි හර්ෂිකා අබේරත්න

සුභ උපන් දිනක් තිළිණී මධුහංසි දුවට

උපන් දිනේ ලග එනවා

මගේ හංසි දුවගේ

නුඹේ තාත්තා නුඹ ලග නැහැ

උතුරු කරේ ඉන්නේ

ගිණි අවියන් තුරුළු කරන්

නුඹ හට බුදු සරණ පතමි.

වව්නියාවේ ප්‍රේම කුමාර

රට රකිනා සුදු අයියේ

ගිනි අවි අතදරා යුද්දයට පිය නගන
මගේ අයියේ ඔබ හට ජය අත් වෙන්න
තබන පයෙන් පය ඔබ හට ශක්තිය දෙන්න
කවි පද ලියන්නම් නිති ශක්තිය වැඩි වෙන්න

එක මව් කුසින් අප මෙලොවට බිහි වුවේ
කෙලිලොල් බවින් අපි නිතරම පසු වුවේ
තුරුණු වියේදීම රණ බිම වෙත පා නැගුවේ
මව් බිම රකින්නයි ඔබ මේ ලෙස කැප වුවේ

නිවාඩුවට ඔබ එනතුරු මග බලනා
පොඩි නංගී හට අයියව සිහි වෙනවා
නිතරම අයිය ගැන මව හා දොඩවනවා
සියලු දෙවියෝ මගේ අයියව රැකදෙනවා

රුදුරු ත්‍රස්තයන් හෙට ජය ගන්න එපා
මගේ අයියට කරදරයක් වෙන්න එපා
රුදුරු සටනේදී එසවූ පා ආපසු ගන්න එපා
පොඩි නංගී පැතූ පැතුමෙන් මිලිනව යන්න එපා

මගේම අයිය වෙනුවෙන් කවි පද ලියුවාට
ඔබලාට අමතකයි කියලා සිතුනාට
රණවිරුවන් සියලු දෙන මතකයි හැමදාට
පෙර පැතුමයි ඔබලාටත් වෙන් වෙන් කවි නොලිවුවාට

1 ශ්‍රීලපාහ, ඕ කන්ඩායම
ලාකො නලින් කුමාර ජී ගේ
පොඩි නංගී.

ලෝකයේ ලොකුම කම්මැලියා තේරීමේ තරගයක්

ලෝකයේ ලොකුම කම්මැලියා තේරීමේ තරගයක් පවත්වා තිබෙනවා එක වකවානුවකදී. මෙහිදී එක් එක් රටවල් නියෝජනය කරමින් නොයෙක් රටවල් වල තරගකරුවන් සහභාගිවුනා. මෙම තරගය පැවතුනේ ප්‍රසිද්ධ ධනවත් රටක. ප්‍රධාන තරගය සඳහා ප්‍රබල තරග සංවිධායකයින් ගෙන් සමන්විත කණ්ඩායමක් මෙහි නිරත වූ අතර විනිශ්ච මණ්ඩලයද ප්‍රබල විය.

එක් රටකින් පැමිණි තරග කරුවන් කියා සිටියේ ඔහු දින 12ක් තිස්සේ නිදාගෙන සිටි බවය. තවත් රටකින් පැමිණි තරග කරුවෙක් කියා සිටියේ මම පැය 03ක ඇනුමක් ඇරියා කියාය. තවත් රටකින් පැමිනි තරග කරුවෙක් කියා සිටියේ මම මුකුත් කරන්නේ නැතුව දින 50ක් පුටුවක වාඩි වී සිටි බවයි.

තවත් එක්තරා රටකින් පැමිණි තරග කරුවෙක් අපූරු කම්මැලි කථාවක් කියා සිටියේය. මම චිත්‍රපටියක් නැරඹුවා පැය 3ක් තිස්සේ කඳුළු පිරි දෙනෙත් වලින් යුතුව අඬ අඬා.....

ඒ ඇයි...... විනිශ්චය මණ්ඩලය ප්‍රශ්න කලේය.

ඇයි ඕයි... මම චිත්‍රපටිය නරඹන අවස්ථාවේ වාඩි වෙලා හිටපු පුටුවට මගේ එක් වෘෂණ කෝෂයක් අහු වෙලා... එය ගන්න කම්මැලි කම නිසා මම අඬ අඬා චිත්‍රපටිය නැරඹුවා.....

රස කථා

අපූරු චිත්‍රපටයක්

චිත්‍රපට නිෂ්පාදනයට අත ගැසූ ආධුනිකයකු සමග පැවති සම්මුඛ සාකච්ඡාවකි මේ.

මාධ්‍යවේදියා :- ඇයි ඔබ චිත්‍රපටි කර්මාන්තයට අත ගැසුවේ

නිෂ්පාදකවරයා :- මම සෑහෙන කලක ඉඳලා බලාපොරොත්තුවෙන් හිටියේ මෙවැනි මගේම කියලා තේමාවක් සහිත චිත්‍රපටියක් නිෂ්පාදනය කරන්න.

මාධ්‍යවේදියා :- මොකද්ද මේ චිත්‍රපටියේ තේමාව, චිත්‍රපටියේ නම කුමක්ද?

නිෂ්පාදකවරයා :- මේ චිත්‍රපටයේ නම පතල යට තේමාව, චිත්‍රපටය පැය 3ක කාලයක් ගතවෙනවා. ඒ පැය 03 ම කලුවරයි.

මාධ්‍යවේදියා :- ඒ කිව්වේ

නිෂ්පාදකවරයා :- ඇයි අයිෂේ තමුසෙට තේරෙන්නේ නැද්ද? මේ චිත්‍රපටයේ නම පතල යට නිසා මම තීරණය කලා පතල යට කලුවර බව ප්‍රේක්ෂකයාගේ හදවතට දන්වන්න. මෙවැනි චිත්‍රපටයක් කිසිම රටක නිපදවලා නැහැ.

කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී
12 ශ්‍රීලපාහ

අපූරු චිත්‍ර ප්‍රදර්ශනයක්

එක්තරා රටක ආහාර දිනය වෙනුවෙන් චිත්‍ර ප්‍රදර්ශනයක් සංවිධානය කෙරුනි. මෙහිදී නොයෙක් රටවල්, සංවිධාන සහ පාසැල් විසින් නොයෙක් මාදිලියේ චිත්‍ර ඉදිරිපත් කර තිබුණි. එම චිත්‍ර වලින් පිලිබිඹු වුනේ දුගී භාවය, ආහාර නොමැති කම වැනි තේමාවන්ය. තවද, මන්දපෝෂණයෙන් පෙලෙන දරුවන්, ආහාර වල ඇති ප්‍රභේදයන් රට රටවල් වල ප්‍රධාන ආහාරයන් ඇඳ තිබූ චිත්‍රයන්ය.

මේ අතරින් එක්තරා රටක මෙවැනි චිත්‍රයක් ඇඳ තිබුණි. මිනිස් රුවක් ඇඳ එම මිනිස් රුවේ කකුල් දෙක අතරින් මකුලු දැල්

මරු බිරින්දෑවරුන්

තමුසේ හොඳ මිනිහෙක් කියලයි මම හිතුවේ සිරිසේන. ඒත් තමුසේ මට බොරු ආදරයක් පෙන්නලා මාව අනාථ කරලා පැනලා යන්න නේද හිතුවේ.... කොහොමත්ම නෑ..... මධූ.... අනික ඔයා, කොහොමද කියන්නේ මම නරකයි කියල. මගේ අනිත් වයිෆ්ලා තුන්දෙනාම මට කියනවා හොඳයි කියලා

අක්කාටත් ආදරෙයි

සනත් අපේ ආදරේට අපේ අක්කා විරුද්ධයි..... දේවිකා එයාට විරුද්ධ වෙන්න කිසිම හේතුවක් නෑ මට... ඔයා කොහොමද සනත් එහෙම කියන්නේ.... දේවිකා මම ඔයාට වගේම අක්කාටත් ආදරෙයි... ඔයාට ඒක තේරෙන්නේ නෑ දේවිකා....

උපන්දින තෑග්ග

ඔයා හෙට මගේ උපන් දිනේට මොනවද දෙන්නේ අජිත් ගොඩාක් වටිනා දෙයක් සුනිතා මම ඔයාට දෙනවා..... අනේ කියන්නකෝ අජිත් මොනවද මට දෙන්නේ....කියලා මගේ වයිෆ්ගේ පවුම් 3ක මාලේ ඔයාට දෙනවා එයාට හොරෙන්.....

වෙඩින් ආදරේ

පියල් ඔයා මට ආදරේද...
ඔව් වසන්ති මගේ පනටත් වඩා ඔයාට මං ආදරෙයි....
පියල් අපේ ආදරේ කවදාහරි කැඩුනොත් මොනවද කරන්නේ...
සිම්පල් කේස් එකක්..... වෙඩින් කරමු

ප්‍රථම ප්‍රේමය

මීට අවුරුදු 02කට කලින් ප්‍රථම ප්‍රේමයෙන් පැරදුනේ ඇයි රීටා... ප්‍රසන්න මට ඒ දවස්වල තේරුමක් නෑ තුෂාරට මං රැවටුනා එතකොට ඔයාට වයස කියද රීටා.... එතකොට මට වයස අවුරුදු 47යි අනේ....

කලුවරට බයයි

සරෝජනී ඇයි ඔයා කලුවරට ඔච්චර බය... ඔව් භාතිය.... කලින් මම ලව් කරපු ඔක්කොම කොල්ලෝ මාත් එක්ක පැනලා යන්න කථා කලේ රෑට කලුවරේමයි......

මරු ආදරේ

ආදරයයි වෛරයයි අතරේ වෙනස කෙස් ගසකට සමානයි විරාජ් ඔයා කොහොමද එහෙම කියන්නේ අනෝමා ඔයා මට ආදරේ කරන්න පටන් ගත්ත දවසේ ඉඳලා ඔයාගේ ඔලුවේ එක හිස කෙස් ගහක්වත් නැහැනේ.

බාස් වැඩේ

මනෝජ් අපි කවුරුවත් නැති තැනකට ගිහින් ගෙයක් හදාගෙන හොරෙන් ජීවත් වෙමු අනේ....
පිස්සුද තුෂාරි කවුරුවත් නැති තැනකට ගිහින් බාස් වැඩේ කරන්නේ අපි දෙන්නද

දියුනු වේ මග......

දියුනු වීමට ක්‍රම 2ක් තිබේ. එනම් හොඳ දෙයක් කර දියුනු වීමයි. තවද... නරක දෙයක් කර දියුනු වීමය. ඒත්... මෙහිදී වෙනසක් තිබේ. එනම්.... හොඳ සදාකාලිකය, නරක තාවකාලිකය. එම නිසා ඕනෑම දෙයක් කර දියුණු වෙන්නට ඔබ මොනවා හෝ කර දියුණු වෙනවා යැයි යන සිතුවිල්ලෙන් තොර විය යුතුයි.

කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී
12 ශ්‍රීලපාහ

නුඹට ආදරෙයි සදා කල්

ටජ් මහල් තනන්නට
නොකියම් මම නුඹට
කියන්නෙ ඉන්න පමණයි සසර සරණ තුරුම
ආදරෙන් මම හා දුව ලගින් ..කුමරුනේ

ඔබේ ආදර සුවඳ මා ගාව හැමදාම
ඔබේ පෙම් වදන්වල මතකයන් මා ගාව
දුර ගියත් ඔබ මා ලගින් ඔබේ දුවද මා ගාව
සිහිනෙන්වත් ඉතින් හැර යන්න ඔබව

හිරු පායන්නේ නැත්නම් සොඳුරු දිනක් උදාවේවිද
අඳුර ගලා නොඑනවනම් රාත්‍රියක් උදාවේවිද
ඔය දෙනුවන් නොදුටු දිනක මා වෙත සතුටක් ලැබේවිද
සඳ එළිය මකාලන්න තරු දහසක් පැයුවාට
කවදාවත් සඳ එළිය මකාලන්න හැකිවේවිද, නෙතු දහසක්
දෙස බැදුවත් ඔය දෙනුවන් දැකගන්නට ඔය දෙනෙත් වල
මගේ කුමරුනේ මා ආදරෙයි නුඹට සදා....

11 ශ්‍රීලපාහ, ලාකෝ ප්‍රියංකර යූඒඑල්එන් ගේ
බිරිඳ සමුද්‍රා නිෂාදිනි

ඔහොම යං.....
12 ශ්‍රීලපාහ මව්නි ගරු.......

ඉතින් .... 12 ශ්‍රීලපාහ මව්නි ගරු ....
ත්‍රස්තයට කදිම පිළිතුරක් දෙන්නට........
59 සේනාංකය වෙත එකතු වු ඔබ
අභියෝග රැසකට මුහුණ දෙන්නට පමනක්ම නොව
රට, ජාතිය, ආගම වෙනුවෙන්
පැමිනියෙමු වැලිඔය නොහොත්.......
තොටිහස්පත්තුව නම් ඓතිහාසික පුරවරයෙන්....
නොදෙවෙනි වුනා ත්‍රස්තය හමුවේ කවදත්
තරුණ ශක්තිය තිබුනා .... ඒකකය තුල.......
සැම මොහොතකම සැම .... අභියෝගයක්ම භාරගත්
අප...... පාදයක්........ පාදයක් පාසා
ආවෙමු මෙවන විට මුලතිව් නම් වූ
තවත් එක් සංදිස්ථානයකට.....
තවත් ඈත යන්නට ..... පරාජිත කරන්නට
සතුරු බල සේනා .... රැසක් අප හට....
ජයග්‍රහනය කරමි. පාබල විරුවන් වන අප
ලක් මෑණී වෙනුවෙන් සාමයක් උදෙසා..........
එවිට උත්තරීතර සාමයක දොරගුළු
ඇරෙමි නියතයෙන්ම...
ඉතින් රටට උතුම් සාමකාමී අනාගතයක්
උදෙසා සතුරන් නසන 12 ශ්‍රීලපාහ
මවුනි ගරු...... ඔබට සුභ පැතුම්.......
ඔහොම යං........ 12 ශ්‍රීලපාහ මවුනි ගරු......

පෙම්වත ඔබ මගේ හිමිසඳ

තල් අරණේ සුදු වැල්ලේ
සිට එනතුරු අයියේ නුඹ
දෙනෙතෙනි රැඳි කඳුලු පිසදා
බලා හිඳිමි නිරතුරු මම

තුරුලට වී නුඹ ළමැදේ
උණුසුම විඳ සැනසෙන්නට
ටිකකට ගිනි අවිය තබා
සිප යනවද මගෙ දෙකොපුල

වෙඩි ඇසෙනා විට ඇතින්
දැතට ගිනි අවි බර දී
ළය දරුදඬු වෙනවද නුඹෙ
යුද දොරකඩ සතුරු වෙතට

සිතතුල තෙරපෙන සිතුවිලි
ගිනි අවියට දැයි කියන්නේ
සිහිවෙන විට සොඳුරිය නුබෙ
කාටද ඒ බව කියන්නේ

තල් අරණෙන් එන සුලඟට
රහසින් මුමුණා කියන්න
හෙමිහිට විත් මගෙ සවනට
කොඳුරන්නට නුඹෙ දුකසැප

සෙබලෙකු වූ නුඹෙ දිවියට
සවියක් වන්නට නිරතුරු
දිවි ඇති තුරු කැප වෙන්නට
දෙන්න නුඹේ සවිය මෙමට

මාස දෙකක් ගත වී ඇත
නැත දැකගන්නට නුඹ මට
විගහට ඇවිදින් මොහොතක
මුවහසරැලි දී යනවද

සියලු දෙවිගෙ නිරතුරුවම
රැකදෙන්නට මගෙ හිමිසඳ
මොහොතක් නැරම සැමවිට
පතනා මා නුඹෙ දෙවිදුව

කෝප්‍රල් පෙරේරා එච්ඒඅයි (ආර්එස්පී) ගේ
පෙම්වතිය දේවිකා රම්‍ය කුමාරි.

වැඩ කිරීමේ අගය

ඔබේ සිතට කනගාටුවක් දැනුන විට...
යම් කිසි කාර්යයක නිරත වන ඔබට....
ජීවිතය එපා වී ඇත්නම්.... වැඩ කරන්න...
ඔබ දුප්පත් අයෙකු නම්....... වැඩ කරන්න....
ඔබ පොහොසත් අයෙකු නම්........ වැඩ කරන්න..
ඔබ සියවතාවක් පරාද වී ඇත්නම්... වැඩ කරන්න...
සතුටින් වැඩ කරන්න.... සියලු දෝෂයන් දුරු වීමට
වැඩ කරන්න.... එය ලෝකයේ සොයාගත හැකි
හොඳම ඖෂධයයි....

පිරිහීමේ කරුණු

දහමට අකමැති බව
අසත් පුරුෂයාට ප්‍රිය කිරීම
සත් පුරුෂයාට ප්‍රිය නොකිරීම
අසද්ධර්මට කැමැති වීම
නිදන සුළු බව
සබකෝලත්වය (දොඩන සුළු බව)
වීර්‍ය්‍ය නැති බව
මැලි බව
පිපෙන සුළු බව
මවුපියන් පෝෂණය නොකිරීම
වැන්දබව
රසබොජුන් තනියම වැලඳීම
උඩගුව නෑයන් පහත් කොට සැලකීම
ස්ත්‍රී ලොල් බව
දූ කෙලියෙහි ලොල් බව

පෑළුයි මට හරි පෑළුයි.......

මගේ දයාබර හිමියනේ...........
ඔබේ උණුසුමේ නිදා උන් හැටි
මතක් වෙනවා අනේ දැන් මට
දරු තිදෙනා හා මමත්
දෑස දල්වා බලා සිටින්නේ
ඔබේ රුව දැක ගන්න.........
යුද්ධයත් නිමා කර
සාමයත් උදා කර
අපේ පුංචි නිවහනට
දිව එන්නෙ කවදාද?
මගේ රත්තරං හිමියනේ...........

ලාකෝ ප්‍රේම කුමාරගේ බිරිඳ මාලි

“මහ වැසි සහ සතුරු බාධක මැඩගෙන 7 ශ්‍රීලපාහ හට පිරිස් සහෝදර ඒකක හට පිරිස් සමග කිලිනොච්චිය දෙසට”

2006 වර්ෂයේ කට්ටපරිච්චාන් කඳවුර වෙත එල්ලවූ ත්‍රස්ත ප්‍රහාරයත් සමග ඇවිලී ගිය 4වන ඊලාම් යුද්ධයෙන් නැගෙනහිර ප්‍රදේශය ත්‍රස්තවාදයෙන් මුදවාලීමට 7 ශ්‍රීලපාහ ඒකකය සම්පූර්ණ දායකත්වය ලබාදීමෙන් අනතුරුව වන්නි මුදාගැනීමේ මානුෂීය මෙහෙයුමට අවතීර්ණ වූයේ යුධ හමුදාව තුල පමණක් නොව සමස්ථ ශ්‍රී

ලාංකීය වැසියන්ගේම හදවත්හි නව බලාපොරොත්තු මල්පල ගන්වමින්ය.

එදා මෙදා තුර අප බළඇණිය වන්නි ප්‍රදේශය පුරා වසර දෙකකට ආසන්න කාලයක් කුරිරු ත්‍රස්තවාදියා සමග මුහුණට මුහුණලා සටන්කොට ත්‍රස්තවාදී පාලනයට නතුව තිබූ පෙරියතම්පනේ, මරදමඩු සිද්ධස්ථානය, පාලම්පිඩ්ඩි, තුනුක්කායි, මල්ලාවි, කල්විලාන්, කොකාවිල් සහ අක්කරායන්කුලම් යන ප්‍රදේශයන් මුදවා ගැනීම උදෙසා මහගු කර්තව්‍යක් සිදු කරන ලදී. අණදෙන නිලධාරි විසින් ලබාදෙන ලද උදාර නායකත්වයත් මනා මග පෙන්වීමත්, සියලු නිලධාරීන්ගේ සහ සෙබළුන්ගේ කැපවීමත් එඩිතරකමත් බළඇණිය හට මෙවැනි දිගු ගමනක් ඒමට අවැසි අඩිතාලම විය.

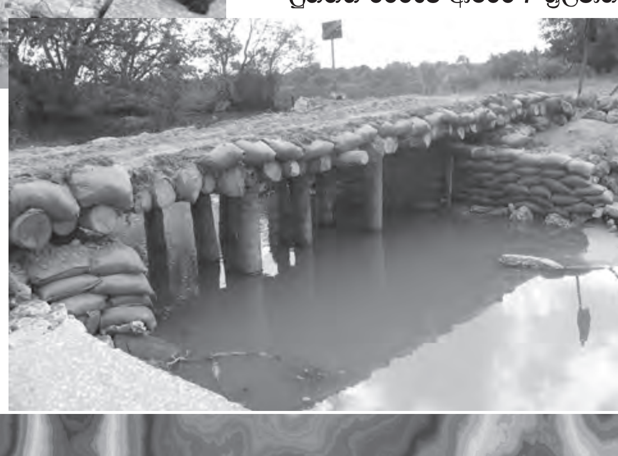
ආ මග දෙස ආපසු හැරී බලන විට සෙබළුන් විසින් ගතකර ඇත්තේ ඉතාම කටුක කාල පරිච්ජේදයකි. නිලධාරි හා සෙබළුන් එකාසේ එකමුතුව සිදු කරන ලද ක්‍රියාන්විතයන් හමුවේ 7 ශ්‍රීලපාහ ඒකකය හට වන්නි මෙහෙයුමේ ආරම්භකයා වන 57 වන සේනාංකය තුල ඇත්තේ අපරිමිත භක්ත්‍යාදරයකි. මෙම සේනාංකය යටතේ ඇති 571, 572, 573 හා 574 යන බලසේනා සියල්ලටම අනුයුක්තව රාජකාරි කරන ලද එකම ඒකකය අප බළඇණිය වීම සුවිශේෂ කරුණකි. එයට හේතුව ත්‍රස්තවාදීන්ගෙන් මුදවා ගැනීමට අපහසු සියලු මර්මස්ථානයන් බිඳහෙලීම සඳහා අප ඒකක දායකත්වය ලබා ගැනීමට සියලු බලසේනාධිපති වරුන් දක්වන කැමැත්තයි.

මේ වන විට ජයග්‍රහණ රැසක් අත්පත්කර ගනිමින් බළඇණිය කිලිනොච්චි අක්කරායන්කුලම් ප්‍රදේශයේ ස්ථානගතව ඇත. මේ දිනවල ඇද හැලෙන ධාරානිපාත වර්ෂාව සහ සැඩ සුළං සෙබළුන් හට මහත් දුෂ්කරතා පමුණුවයි. පුරා පැය විසිහතරම සෙබළුන් නිදිවර්ජිතව වර්ෂාවෙන් පීඩා විඳී. දියෙන් තෙත්වූ ඇඳුම් දින ගණනාවක් ඇගලාසිටීමෙන් ඇතිවන රෝගාබාධයන්ද නොතකා දැඩි අසීරුතා මධ්‍ය යේ ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ල රැකගැනීම වස් දක්වන්නාවූ මහගු සේවය උත්තරීතරය. සියලුම සැපයුම් මාර්ග වැසි ජලයෙන් යටවීම හේතුවෙන් සෙබළුන් හට දින ගණනාවක් කැලෑ සලාක මලු මත යැපෙන්නට සිදුවිය. බළඇණි මූලස්ථානය හා ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ල අතර මාර්ගයේ ඇති පාලම බිඳියාම හේතුවෙන් දින දෙකක් පමණ කිසිදු සම්බන්ධතාවයකින් තොරව ක්‍රියාන්විත කටයුතු කරගෙන යාමට සිදුවිය. තවද ආරක්ෂක අංශ ප්‍රහාර හමුවේ පලායන ත්‍රස්තවාදීන් විසින් ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ලට පිවිසෙන සැපයුම් මාර්ගයේ තිබූ පාලමක්ද පුපුරුවා හැර විනාශකොට දමන ලදී.

මේ තත්ත්වය මත වුවද හට පිරිස් තම අභිප්‍රාය අත්නොහැර සැඩ පහර හේතුවෙන් බිඳියන ලද පාලම සහ ත්‍රස්තවාදීන් විසින් විනාශකරන ලද පාලම යලි ප්‍රතිසංකරණය කිරීමට අපරිමිත උත්සාහයක නිරත වන ලදී. අධික වර්ෂාව මධ්‍ය යේ හට පිරිස් දින 02 ක පමණ කෙටි කාලයකදී ප්‍රදේශයෙන් සොයාගන්නා ලද අමුද්‍රව්‍ය උපයෝගී කරගනිමින් සෙබළුන්ගේ ශක්තිය යොදවා එම පාලම ඉදිකිරීම මගින් ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ල හා ක්‍රියාමූලය සම්බන්ධ කරන ලදී. ඉන් නැවතත් ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ලට අවශ්‍ය සැපයුම් සහ ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ලේ තුවාල ලබන සෙනින් කඩිනමින් පිටුපසට ගෙන ඒමට හැකියාව ලැබුණි. අප බළඇණිය මගින් සිදුකරන ලද මෙම උදාර කර්තව්‍ය 57 වන සේනාංකාධිපති තුමාගේ ද, 571 බලසේනාධිපති තුමාගේ ද දැඩි පැසසුමට ලක්විය.

ආ මග සමග සසඳන විට රුදුරු ත්‍රස්තවාදය මුලිනුපුටා දැමීමට ඇත්තේ ඉතාම අල්ප කාලයකි. කිලිනොච්චි දෙසට ඇදෙන සෙබළුන් කිලිනොච්චි නගරය අභියස ත්‍රස්තවාදීන් විසින් ඉදිකරන ලද මහා පස් බැම්ම බිඳ හෙලීමේ දරුණු ක්‍රියාන්විත කටයුතු වල නිරත වී සිටී. නව නොබෝ දිනකින් ත්‍රස්තවාදය සම්පූර්ණයෙන් තුරන්කොට ඒකීය රාජ්‍යයක් ශ්‍රීලංකාව තුල බිහිකිරීම ඔවුන්ගේ පරම පවිත්‍ර චේතනාව වී ඇත්තේය.

ලුතිනන් එච්ඒජේ ආරච්චි 7 ශ්‍රීලපාහ



ස්ථාන මාරු

ස්ථාන මාරුව ලැබ්
ආපසු මේ කඳවුරට
සිතල විතරක් ගතට දැනෙයි.....
උණුසුම අහිමිවී.............
විවේකය ඇත ගත සිතට වෙන් වී........
පාලුවෙන් එය ගෙවී යයි දුකසේ.......
ඔබ පාලුවෙන් තනියෙන් ඇයිද?
සීතලේ.....
ඉතින් එන්න මගේ හදට
ඉඩ ඇත වෙන්වෙලා
ඔබ එනතුරු ඉන්නනම්
මග බලා......

ලාකෝ විජේරත්න ආර්එම්කේ
8 ශ්‍රීලපාහ

ලෝක ඉතිහාසයේ නිපදවීම් හා සොයා ගැනීම්

අත් ඔරලෝසුව	ඕලන්ද ජාතික ක්‍රිමියන් අයිවරස්	1657
යකඩ සහ වානේ	එංගලන්තයේ බ්‍රෙස්ටන්	1846
ඇළුමිනියම්	ඩෙන්මාර්ක් ජාතික එච්. ඩී. ඔස්ටර්ඩ්	1825
ඉටි රෙදි	ස්කොට් ජාතික චාල්ස් මැකිංටෝන්	1840
විෂ බීජ නාශක	ඉංග්‍රිසි ජාතික ජෝශප් ලිස්ටර්	1865
උෂ්ණත්වමානය	ඉතාලියේ ගැලීලියෝ ගැලලි	1593
උණු වතුර බෝතලය	බ්‍රිතාන්‍යයේ සර් ජේම්ස් ඩෙවර්	1892
ඔක්සිජන්	බ්‍රිතාන්‍ය ජාතික ජේ ප්‍රිස්ට්ලි	1774
කඩදාසි	චීනයේ ටිංචාන් ලූං	1106
කටුකම්බි	ඇමෙරිකානු ජාතික ජෝ ගිල්ඩන් ජේකබ්	1873
කොම්පියුටරය	ඉංග්‍රිසි ජාතික එච්. පී. බැබේජ්	1910
චලන කැමරාව	බ්‍රිතාන්‍ය ජාතික තෝමස් අල්වා එඩිසන්	1891
ගුවන් විදුලිය	ඉතාලි ජාතික ගුග්ලි එල්මෝ මාකෝනි	1895
ගිනි කූර	ඉංග්‍රිසි ජාතික ජෝන් වෝකර්	1827
ටයරය	ඉංග්‍රිසි ජාතික ජෝන් බොයිඩ් ඩන්ලොප්	1888
ට්‍රාන්ස්පෝමරය	හංගේරියාවේ ඕටෝ බිලැකී	1884
ට්‍රැක්ටරය	ඇමෙරිකාවේ බෙන්ජමින් හෝල්ට්	1906
ටෙලිෆෝනය	ස්කොට් ජාතික ඇලෙක්සැන්ඩර් ග්‍රැහැම් බෙල්	1873
රොයිටර් පුවත්පත් සේවය	එංගලන්තයේ රොයිටර්	1847
දුම්රිය	ඉංග්‍රිසි ජාතික ජෝර්ජ් ස්ටීවන්සන්	1814
විදුලි බල්බය	ඇමෙරිකානු ජාතික තෝමස් අල්වා එඩිසන්	1879
දුර දර්ශකය	ඉතාලියේ ගැලීලියෝ ගැලලි	1593
දුම් නැව	ඉංග්‍රිසි ජාතික ජෝන් වුඩ්	1812
දින දර්ශනය	ඇමරිකාවේ කිං කැම්ප්	1895
පැරෂුටය	ඇන්ඩේ ජැකස් ගනේරිස්	1779
පෘතුවිය ගෝලාකාර බව	ග්‍රීක ජාතික ඉරස්ටෝනයස්	ක්‍රි.පූ 250
ප්‍රථම මෝටර් රථය	ජර්මනියේ ඩෙම්ලර්	1885
බයිසිකලය	ප්‍රංශ ජාතික පියරේ ලාමන්ට්	1865
බ්ලේඩ් තලය	ඇමෙරිකානු ජාතික කිං කැම්ප්ස්	1895
මයිකෝෆෝනය	ඇමෙරිකාවේ ඇලෙක්සැන්ඩර් ග්‍රැහැම් බෙල්	1875
මැෂින් තුවක්කුව	ඇමෙරිකාවේ රිචඩ් ඩී ගැට්ලින්ග්ස්	1862
මාලිමා යන්ත්‍රය	ඉතාලි ජාතික පොලොව්යා පියෝජා	ක්‍රි.ව 1302
මහන මැෂිම	ප්‍රංශයේ හිමෝතියර්	1830
යුද්ධ ටැංකිය	ඉංග්‍රිසි ජාතික සර් ස්ටීවන්සන්	1914
රයිෆලය	ඇමෙරිකාවේ ජෝන් මෝසස් බවුනින්ග්	1917
රිවෝල්වරය	ඇමෙරිකාවේ සැමුවෙල් කෝල්ට්	1835
රූපවාහිනිය	ස්කොට් ජාතික ජෝන් ලොගි බෙයාඩ්	1924
දැලි පිහිය	ඇමෙරිකාවේ කිං කැම්ප්	1895
ලොව ප්‍රථම පුවත් පත	එංගලන්තයේ ලංඩන් නිවුස්	1622
විදුලි සෝපානය	ඇමෙරිකානු ජාතික එලිසා ග්‍රේව්ස් ඔටින්	1952
විදුලි පංකාව	ඇමෙරිකාවේ ප්‍රයිලර් එස් පිලර්	1886

කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී
12 ශ්‍රීලපාහ

ජාත්‍යන්තර ගුවන් සේවාව

SIA	සිංගප්පූරු ගුවන් සේවය
PIA	පකිස්ථාන් ගුවන් සේවය
අලිමාලියා	ඉතාලි ගුවන් සේවය
එරෝ ප්ලොට්	සෝවියට් දේශ ගුවන් සේවය
UTA	ප්‍රංශ ගුවන් සේවය
KAL	දකුණු කොරියානු ගුවන් සේවය
ඔල් නිපොන්	ජපන් ගුවන් සේවය
කැතේ පැසිපික්	හොංකොං ගුවන් සේවය
JAL	ජපන් ගුවන් සේවය
PLA	පිලිපීන ගුවන් සේවය
ගුරුඩා	ඉන්දුනීසියානු ගුවන් සේවය
තායි	තායිලන්ත ගුවන් සේවය
සවුදියා	සවුදි ආරාබි ගුවන් සේවය
ශ්‍රී ලන්කන්	ශ්‍රී ලංකා ගුවන් සේවය
ගල්ෆ් එයාර්	ගල්ෆ් ප්‍රදේශ ගුවන් සේවය (ඕමානය, ආරාබි එමීර්)
ක්වාන්ටාස්	ඔස්ට්‍රේලියානු ගුවන් සේවය
KLM	නෙදර්ලන්ත ගුවන් සේවය
ලුප්තන්සා	බටහිර ජර්මන් ගුවන් සේවය
පැන් ඇම්	ඇමෙරිකානු ගුවන් සේවය
TWA	ඇමෙරිකානු ගුවන් සේවය

මෙන්න වන්නම් දහඅට

හනුමා වන්නම	කිරලා වන්නම
වෛරඩ් වන්නම	මයුරා වන්නම
ගජගා වන්නම	උකුසා වන්නම
කුරගා වන්නම	සිංහ රාජ වන්නම
සැවුලා වන්නම	උදාර වන්නම
ඊරඩ් වන්නම	අසදෘශ වන්නම
මුසලඩි වන්නම	ගනපති වන්නම
රෙනයඩ් වන්නම	ගාහක වන්නම
සුරපති වන්නම	උරුගා වන්නම

පලා ගිය පාලකයන් කිහිපදෙනෙක්

ඉතියෝපියාවේ	-	ලුතිතන් කර්නල් මෙන් ගිස්තු හෙයිල් මේරියට්
රුමේනියාවේ	-	නිකොලොයි චාව් චේස් කෝ
ලයිබීරියාවේ	-	සැමුවෙල් ඩෝ
උගන්ඩාවේ	-	ඉඩි අමීන්
නැගෙනහිර ජර්මනියේ	-	එරික් හොනේකර්
පැරගුවේ	-	ඇල්ප්‍රෙඩෝ ස්ට්‍රෝඒස්නර්
හයිටි	-	ජීන් ක්ලෝඩ් ඩුවලියර්
පිලිපීනයේ	-	පර්ඩිනන්ඩ් මාකෝස්
පැනමාවේ	-	මැනුවෙල් නොරිඒගා

5(සෙව්) ශ්‍රීලපාහ 7 වන අණදෙන නිලධාරී වශයෙන් රාජකාරී භාර ගැනීම

ශ්‍රී ලංකා පාබල රෙජිමේන්තු ඉතිහාසයේ අනගි භවනීයතාවයකට හා දීර්ඝ ඉතිහාසයකට උරුමකම් කියමින් යුධ හමුදා පාබල රෙජිමේන්තුව වෙත වර්ෂ 1987 අගෝස්තු මස 15 වන දින, එළඹි සුභ මොහොතින් 5 වන බළ ඇණිය - ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව ස්වේච්ඡා ඒකකයක් ලෙසින් එක්විය. ඒ අනුව දීර්ඝ ඉතිහාසයක් ඇති අප බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව තුළ, පාබල බළඇණියක් ලෙස විසිඑක් වසරක් පුරා නොපසුබට උත්සාහයෙන් හා දැඩි කැපවීමකින් යුතුව දේශයේ ඒකීයභාවය හා භෞමික අඛණ්ඩතාවය සුරැකීම වෙනුවෙන් නොයෙකුත් දුෂ්කර අවස්ථාවලදී පවා එම අභියෝගයන් උදාර ලෙස පිළිගනිමින්, අනෙකුත් ඒකකයන් හා උරෙන් උර ගැටී කීර්තිමත් බළඇණියක් ලෙස එදා මෙදා තුර ලබා ඇති ජයග්‍රහණයන් සහ ප්‍රගතිය අතිමහත්ය.

නව අණදෙන නිලධාරී සම්මාන මුරය පිළිගනිමින්

අප බළඇණිය වෙත ආරම්භක නායකත්වයක් ලබාදුන් බ්‍රිගේඩියර් එම්ජේ අල්විස් කේඑස්වී ශ්‍රීලපාහ (එවකට මේජර්) යන නිලධාරී ඇතුලුව ඒකකයේ උන්නතිය සඳහා එදා මෙදා තුර ඒකකය වෙත නායකත්වය ලබාදුන් සියලුම අණදෙන නිලධාරිවරුන්ගේ දැඩි කැපවීම හා අධිෂ්ඨානය තුළින් පාබල රෙජිමේන්තුව තුළ මෙන්ම සමස්ථ යුධ හමුදාව තුළම දීප්තිමත් ඒකකයක් ලෙස කිරුළ දරන්නට හැකිවීම අප ලත් භාග්‍යකි. මෙම ඒකකය ආරම්භයේ සිට මේ දක්වා කාලය තුළ ඒකකය වෙත නායකත්වය ලබාදෙමින් අනුපමේය සේවයක් ඉටුකළ පහත සඳහන් ජ්‍යෙෂ්ඨ නිලධාරීන් මෙම මොහොතේද ඉතාමත් කෘතවේදීව සිහිපත් කරන්නෙමු.

බලලත් නිලධාරීන් සහ ජේපකොනොනින් හඳුනාගනිමින්

ඒකකයේ අනෙකුත් නිලධාරීන් සමගින්

ලුතිතන් කර්නල්	එම්ජේ අල්විස් කේඑස්වී ශ්‍රීලපාහ
මේජර්	එස්අයිබී තෙන්නකෝන් ශ්‍රීලපාහ
මේජර්	ඒඑම් තිලකරත්න ශ්‍රීලපාහ
මේජර්	ආර්ඩීපී රන්වල ශ්‍රීලපාහ
මේජර්	කේඩීඑස් වීරසිංහ ශ්‍රීලපාහ
ලුතිතන් කර්නල්	එච්එම්එන්බී හේරත් ශ්‍රීලපාහ

ඒකකයේ 06 වන අණදෙන නිලධාරී වශයෙන් කටයුතු කළ ලුතිතන් කර්නල් එච්එම්එන්බී හේරත් ශ්‍රීලපාහ යන නිලධාරී වසර 20කට ආසන්න කාලයක් මෙම ඒකකය සමඟ රාජකාරී කර නව අණදෙන නිලධාරී වශයෙන් පත්වූ මේජර් පීජීඑල් කිත්සිරි ශ්‍රීලපාහ යන ජ්‍යෙෂ්ඨ නිලධාරී හට 2008.10.04 දින තම තනතුර භාරදී ඒකකයෙන් සමුගත් මොහොත සියලුම නිලයින් හට හැඟුම්බර මොහොතක් විය.

නව අණදෙන නිලධාරී මේජර් පීජීඑල් කිත්සිරි ශ්‍රීලපාහ යන ජ්‍යෙෂ්ඨ නිලධාරී 2008.10.10 දින 0915 පැයට එළඹි සුභ මොහොතින් සම්ප්‍රධානුකූලව පොල් තෙල් පහන දල්වා නිල වශයෙන් රාජකාරී භාරගැනීමේ ලිපියට අත්සන් තබන ලදී. නව අනදෙන නිලධාරිතුමන් වසර 17ක් වූ තම සේවා කාලය තුලදී කණිෂ්ඨ හා ජ්‍යෙෂ්ඨ නිලධාරියෙකු වශයෙන් හෙබවිය යුතු අතිශය වැදගත් හා භාරදූර තනතුර රැසක් දරා ඇති අතර, ක්‍රියාන්විත පාලන හා පුහුණු යන සියලුම අංගයන්ගෙන් පරිපූර්ණවූ නිලධාරියෙකු බැවින්, ඒකකය මෙතෙක් ආ ගමන් මග නව පෙරලියකට ලක්කරනු නොඅනුමානය. එමෙන්ම එතුමා ලබා ඇති අත්දැකීම් සම්භාරය හා වෘත්තියෙහි නිපුණත්වය තුළින් ඒකකයේ ආරම්භක නිර්මාතෘවරුන්ගේ අභිලාසය පරිදි තවදුරටත් මෙම බළඇණිය දිනෙන් දින දියුණු කිරීමේ වගකීම ඒ අයුරින්ම ඉටුකරණු ඇතැයි යන්න අපගේ අපේක්ෂාවයි.

සුභ මොහොතින් වැඩ භාර ගැරමේ ලිපියට අත්සන් තබමින්

එතුමා විසින් ඒකක භටපිරිස් අමතන ලද මුල්ම අවස්ථාවේ එතුමාගේ වදනින් පැවසූ පරිදි "මාගේ පුද්ගලික අවශ්‍යතා දෙවනුව සලකනු ලබන අතර, සේවය කරමි යන්න මාගේ එකම අභිප්‍රාය වේ" යන වදන් පෙළ අනුව සත්‍ය වශයෙන්ම එවන් නායකයෙකු ලැබීම අපට ඉතාමත් සාඩම්භරයකි. එතුමාගේ අපේක්ෂාව මෙම බළඇණිය අනිකුත් පාබල හමුදා ඒකක අතර ක්‍රියාන්විත, පුහුණු, පාලණ හා ක්‍රීඩා යන සියලු අංගයන්ගෙන් කැපී පෙනෙන ඒකකයක් බවට පත්කිරීමය. එම අභිලාසයට අනුව ඒ සඳහා හැකි උපරිම අයුරින් දායකත්වය ලබාදීමට ඒකකයට අයත් සියලුම නිලයින් සැදී පැහැදී සිටින අතර, එම පරමාර්ථය මුදුන්පත්කර ගනිමින් නියමිත ඉලක්කය කරා පියමන් කිරීමට එතුමා හට ආවැසි ධෛර්‍ය ශක්තිය හා ත්‍රිවිධ රත්නයේ පිහිට නිරතුරුවම ප්‍රාර්ථනා කරන්නෙමු.

කපිතන් එච්එම්ජේ ප්‍රේමතිලක
විධායක අධිකාරී, 5 (සෙව්) ශ්‍රීලපාහ

Longest, Tallest, Highest

Tallest Building
Petronas Towers
Kual Lumpur, Malaysia
Height 452m (1,483ft)

Largest Football Ground
May Day Stadium
Pyongyang, North, Korea
Capacity 1,50,000

Highest Mountain on Each Continent
Mount Everest, ASIA 8,848 m (29,029ft)

Longest Suspension Bridges
Alaska Kaijkyo Bridge, Japan
Length of Main Span 1,990 m (6,529 ft)
Completed 1998

Longest River
Nile
Tanzanla/Uganda/Sudan/Egypt 6,670 km (4,145 Miles)

Highest Waterfalls
Angel Falls, Venezuela 979m (3,212 ft)

CPL Ramzil Mohamed T
12 SLLI

මගේ පුංචි ලෝකය ඔබයි මගේ හිමියනේ

බලා ඉන්න එපා ඔය වගේ දුක හිතෙන විදියට දරාගන්නේ කොහොමද මම මගේ පුංචි පපුවෙන් හිසතියා භාවනා කරන ඔය උරහිස මහ මෙරක් වාගේ මට මගේ පුංචි ලෝකය ඉදිරිපිට කොහේ කියල යන්නද මම ඔබ දන්නවා රත්තරන් ඔබ විතරයි මගේ ජීවිතය ඉර හඳ පායන්නේ නැති මගේ අහිංසක අහස යට පුර හඳක්වගේ ඔය සෙනෙහස මට තුත්තිරි මලක් වගේ මම ඔබ දෙපතුලේ ඔබටත් හොර රහසින් පැමිණෙන සමනලියක් වගේම ඔය දාඩිය පපු තුරුලේ මුළු ආත්මයම තැවරිලා ඉන්න මට ඉඩ දෙන්න කියන්න...
මම කොහේ කියල යන්නද නැවතුනේ ඔයාගේ හදවත ලග ඔයා සහ දුව තමයි මගේ පුංචි ලෝකය විරුවනේ රට බේරගෙන සාමය අරගෙන අපේ පුංචි ලෝකයට නුඹ එනතුරු අපි බලා හිදින්නෙමු. ඔබට ඉදිරියට යන්න සියලු දෙවියන්ගේ දේව ආරක්‍ෂාව නුඹ සහ සියලු විරුවන්ට ලැබේවා කියා එකම සිතින් ප්‍රාර්ථනා කරමි.

1 ශ්‍රීලපාහ කෝප්‍රල් දිලුක දිමන්ත බීජිගේ බිරිඳ

රෝස කටුවක් අතේ ඇනුනොත්

රෝස කටු පතොක් කටු හා මී මැස්සන් විද්දොත් එම ඇනුනු තැන සෙලෝටේප් කැල්ලක් අලවලා ටිකකින් ගලවා දමන්න ඒ සමඟ කටුවක ගැලවිලා ඇති.

බඩ ලෙඩ දෙනවද

බඩේ ලෙඩ හැදෙනවා කියන්නේ එපා කරපු දෙයක්. ඒ වගේ අවස්ථාවක අමු තක්කාලි ගෙඩියක ඇට අයින් කරලා කාලා බලන්න ඒකත් පොඩි කෙමක්

පොත්වල පිටු දිරනවට

පොත් පිටුවලට කෝවිල්වල තියෙන විභූති කුඩු ටිකක් දැමීමෙන් දුබුරු පැහැය දුරුවී පිටු ශක්තිමත් වෙයි.

ලුණුවල තෙත්ගතිය නැතිවීමට

ලුණුවල තෙත් ගතිය නැති වීමට ලුණු භාජනයට හාල් ඇට ටිකක් දාන්න. (පොත පත ඇසුරෙන්)

ඉන්දික එස් හැන්නදි

දිසුනේ හිසුනා

යුධ බිමේ සිටියදී නුඹ සිහිවී නෙත තෙමුනා
තනිකම දැනුන විට නුඹෙ කටහඬ ඇසුනා
හැම මොහොතකම දහසක් සිතිවිලි නැගුනා
නුඹ සිප ගන්න කවදා ඒ දැයි සිතුනා

කෝප්‍රල් ජයතිස්ස ජේආර්කේ

කරුණාකර පළතුරු, එළවළු කන්න

විටමින් සී වල දෛනික නිර්දේශිත ප්‍රමාණය මි.ග්‍රෑ 60 සිට මි.ග්‍රෑ. 200 දක්වා වැඩි කර ඇති බව ඇමෙරිකානු සෞඛ්‍ය ආයතනය පවා ප්‍රකාශ කරන ලදී.

එහෙත් එම අගය අනපේක්ෂිකව ඉක්මවා ගිය විට එම වැඩිවීමෙන් සිරුරට පලක් නෑ. මි.ග්‍රෑ. 400ට වැඩි විටමින් සී සිරුරට කිසි අමතර බලපෑමක් ඇති කරන්නේ නෑ.

සාමාන්‍යයෙන් දිනකට එළවළු හෝ පලතුරු ජාති පහක් අනුභව කරනවා නම් ආයෙ විටමින් පෙති ගන්න ඕනි නෑ. ඔබට අවශ්‍ය දෛනික විටමින් සී ප්‍රමාණය ඉබේම ඔබේ ශරීරගත වෙනවා.

කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී
12 ශ්‍රීලපාහ

උදෑසන

කුකුළන් හඬලමින් සිත් තුල ජනිත කර
කිචිබිචි නදින් රගති මේ මිහිමඩල
දහසක් පැතුම් සිතුවම් කර සොඳුරු වන
අසිරිය රැගෙන පැමිණෙන නුඹ මිල කල නොහැක....

ක්ෂිතිජය අරඹණ නැග එන හිරු කිරනින්
විකසිත වේය ගස්වැල් වල පුෂ්ප බරින්
පින් බර සුවඳ විහිදවමින් මිහිතලයේ
අසිරිය රැගෙන එන නුඹ සැමගේ උදෑසනයි.......

තත්පර විනාඩිය ගතවී හෝරා ලෙසට
වියැකී යන්නෙ නුඹගෙ පැහැබර පෙනුම
හිරුගේ වියරු බව නුඹ වෙත සැඩ ලෙසට
ලං නොවුනි නම් සැම විට අලංකාරයි මේ විශ්වයම.......

ලාකෝ සම්පත් යූඅයි
ජනාධිපති ආරක්ෂක සේනාව

හිමියණි ඔබ

මේ උසුළු විසුළු කෙතරම්
විනෝද ජනක දැයි මට කියා
දුන්නේ නුඹයි මගෙ හිමියණි
ජිවිතයට වින්දනය සතුට
මිහිර අවශ්‍යය නැතිනම් එය විරස යැයි
කීවේ නුඹයි මගේ රත්තරං
ජිවිතය විඳිය යුක්තක් නොව
එය නික්නය කල යුත්තක් බව
මට කියා දුන්නේ නුඹයි, මගෙ හිමියණි

දහසක් පැතුම් පොදිබැඳගෙන ඉන්න නුඹ
සිහිවෙයි හැමවිටම නුඹේ සෙනෙහස මෙමට
දරු දෙදෙනා සමග නිවසේ ඉන්න විට
තනිකම නොමැති නිරතුරු මගෙ හදවතට

ආදරයෙන් දෙකමුල් මම ඔබෙ සිපගන්නම්
නිරතුරුවම ඔබ ලග මා ඉන්නම්
ආදරයෙන් මම ඔබගේ තුරුලේ ඉන්නම්
භවයෙන් භවය නුඹව පතා ඉපදෙන්නම්

තිස්තුන් කෝටියක් දෙවිපිහිට හා ආරක්ෂාව නොඅඩුවම නිරතුරුවම ඔබහට ලැබේවා. ඔබ මට ආදරණීය අයියෙකු ද සැමියෙකු ද තාත්තෙකු ද වී නිරතුරුවම මා සමග සිටිනවා.

කෝප්‍රල් සේනානායකගේ බිරිඳ
රේණුකා රත්න කුමාරි

වීර සෙබළ පුතුනේ.........

උතුරු නැගෙනහිර සිටින විරෝධාර අප පුතුනේ
මව්බිම රැකගන්න ඔබ සැම දෙනාම කැප වෙමිනේ
මව් සෙනෙහස දරු සෙනෙහස නිවසට සීමිත වන්නේ
සතුරන් සැම පරදලා මව්බිම ඔබ රැක ගන්නේ

එකම අරමුණෙන් ඔබ සැම අවිය රැගෙන පා තබමින්
සතුරා කොතැනක සිටීද යන අදහස හද ගැස්මෙන්
පෙර භවයෙත් මව්බිම හට සෙනෙහස පෙන්වූ සැටියෙන්
මේ භවයෙදි ජය ලබන්නෙ සතුරාහට තැන නොදෙමින්

එඩිතර සිත් ඇති අපගේ විරු සෙබළ පුතුන්
හටනිතරම සෙත් පතන්නෙ අතිගරුජනපති උතුමන්
හදා වඩා ඇති දැඩි කල ඔබ සැමගේ දෙමාපියන්
බෝධි පූජා තබා ලන්නේ අපේම අනෙ ලෝ වැසියන්

පනස් හයත් පනස් පහත් අටත් එක ලඟවේ
පනස් නවයෙ බලඇණියත් ඒ සමගම එක් රැස්වේ
ගුවනින් එන සොහොයුරුකැල මේ සමගම කලවම්වේ
සතුරාගේ කලදසාව දැන්නම් අවදානම් වේ

සම්මා සම්බුදු සමිදුට දොහොත් නගා වදිමින්නේ
අම්මා ඔබ පොඩිකාලෙදි ඔන්න බබෝ කියමින්නේ
බිය සංකා කිසිත් නැතිව ඔබ සැම පෙරටම යන්නේ
අම්මා පෙවි කිරෙහි බලය මුළු හෙලයම දැන් දන්නේ

වන්නි මෙහෙයුමෙන් ජයලැබූ විරෝධාර අප පුතුනේ
සතුරු බලය බිඳ හෙලමින් උතුරු කරේ ජය ලැබුනේ
ආගම් කුල ජාතිභේද කිසිවිටකත් නැත දැනුනේ
මව් බිම රැක ගන්නා බව ඔබ සිත තුළ පහලවුනේ

බුද්ධ රත්නෙ ධම්ම රත්නෙ සංඝ රත්නයේ බලයෙන්
අප ලක්මව බේර ගන්න අපේම හොඳ වීර පුතුන්
හිතන පතන සැමදෙන ඉටුවේවා යයි අපේ පැතුම්
තිස්තුන් කෝටිය දෙවියෝ රැක දේවා වීර පුතුන්

කෝප්‍රල් ගුණසේකර ආර්ඩබ්එස්සී හා
කෝප්‍රල් ගුණසේකර ආර්ඩබ්ජේඑච්පීඑස්
ගේ අම්මා
එස් රංගාධිපති

එළිය

එළිය සඳුගෙන් ලබන නමුත්
තරුවලින්ද එළියක්
නැත්තෙමත් නෑ

කපිතන් තරුඳු වීරසිංහ
බී කණ්ඩායම 17 ශ්‍රීලපාහ

අපේම උරුමය

හෙල රජ පුතුන් දුන් අපගේ මිහිතලය
එක් සේසත් කලේ සැමගෙම දරු කැලය
දැයට උපන් දරු කැල අපි සැමය
නොනිදා රැක ගනිමු ලක් මව් මිහිතලය

තරුපති කිරුළ ලැබූ අපගේ දුටුගැමුණු
සේනා සතර වට කොට බැදි බලකොටුය
අපගේ මුතුන් මිත්තන් හෙලු ලේ බිඳුවේ
මිණිකැට වී ඇතිය අපෙ සිංහල දෙරණේ

ලාකෝ බංඩාර ආර්එම්ඩී

සර්ප දෂ්ටනයකදී දිය යුතු ප්‍රථමාධාර

- රෝගියා වෙළාගත් බිය පහ කරන්න
- දෂ්ටනයට ලක් වූ ස්ථානය පිටතින් පිරිසිදු කරනු හැරෙන්නට තුවාලයට වෙනසක් සිදු නොකරන්න
- දෂ්ටනයට ලක් වූ පාදය හෝ අත නොසොල්වන්න. රෝගියා නිසලව තැබීමෙන් වේදනාව සමනය වන අතරම විෂ තව දුරටත් සිරුර තුල පැතිරීමද අඩු කෙරෙයි.
- දෂ්ඨ කිරීමට ලක් වූ අවයව නිසලව තබන අතරම හැකිතාක් ඉක්මනින් රෝහලකට රැගෙන යන්න
- සර්පයා මරණයට පත් ව ඇත්නම් හදුනා ගැනීම පිනිස සර්පයාද රෝහල වෙත ගෙන යන්න (සර්පයාද අප වෙසෙන පරිසරයෙහිම සාමාජිකයෙකි. ඔවුනටද ජීවත් වීමේ අයිතියක් තිබේ).
- දෂ්ට කිරීමට ලක්වූ අත හෝ පාදයට ඉහලින් තද වෙලුම් පටි හෝ දැඩි තෙරපුමක් යෙදීමෙන් වලකින්න.
- සාම්ප්‍රදායික ප්‍රථිමාධාර ක්‍රමවලින් වැලකී සිටින්න.
  නිදසුන්:- තුවාලය කැපීම, පැලීම, විෂ උරා දැමීම වෙනත් ද්‍රව්‍යයන් තුවාලය මත තැබීම, විදුලි දහරාවක් තුවාලය මතටයොමු කිරීම.
- වේදනා නාශකයක් ලෙසින් ඇස්ප්‍රින් රෝගියාට දීමෙන් වලකින්න. (ඇස්ප්‍රින් මගින් රුධිරය කිටි ගැසීම ප්‍රමාධ කරවන හෙයින් තුවාලය තුලින් නොනවත්වාම රුධිරය ගැලීම හෝ ඇතැම් විට ආමාශයික රුධිර වාහනයක් වුව ඇතිවිය හැකිය).

විෂ සහිත බවින් අඩු සර්පයින්

- පොලොන් තෙලිස්සා, කුණ කටුවා
  Merrems' hump nosed viper - Hypnate Hypnate
- මූකලන් කුණකටුවා
  Sri Lanka Hump nosed viper - Hypnate Nepa
- පළා පොලගා
  Trimeresurus' Trigonocephalus'

ඉහත සර්ප දෂ්ට කිරීම් හේතුවෙන් දෂ්ටනයට ලක්වූ ස්ථානයන් රුධිරය වහනය වීම, ඉදිමුම වේදනාව මෙන්ම හිසරදය ඇති හැකි වෙයි. දෂ්ට කිරීමට ලක්වුවකු ඉතා අසාධ්‍ය තත්වයකට පත් වන්නේ හෝ මරණයට පත්වන්නේ අතිශයින්ම කලාතුරකිනි. ගොඩ බිම මිරිදිය සහ කරදියෙහි වෙසෙන විශේෂ 93 කට ආසන්න සර්පයන් ප්‍රමාණයකට ශ්‍රී ලංකාව නිවහන් සපයයි. මෙකී සර්ප විශේෂ අතරින් මාරාන්තික විෂ සහිත ගොඩ බිම සර්පයන් වන්නේ ඉන් විශේෂ පහක් පමණකි.

මාරාන්තික විෂ සහිත ගොඩ බිම වෙසෙන සර්පයන්

- නයා
  Common Cobra
- තෙල් කරවලා, මගමරුවා
  Common Krait - Bungarus' Caeruleus
- දුනු කරවලා, පොලොන් කරවලා
  Ceylon krait - Bungarus Ceylonious
- තිත් පොලගා, දාර පොලගා
  Russell's viper - Daboia Russelli
- වැලි පෙලඟා
  Saw Scaled viper - Echis' Carinatus

සර්ප දෂ්ට කිරීම් තුලින් මෙතෙක් ශ්‍රී ලංකාවෙහි මියගිය සියලු දෙනාම පාහේ මිය ගොස් ඇත්තේ ඉහත ප්‍රථම සර්ප විශේෂ හතර මගින් සිදු කරන ලද දෂ්ටනයන් හේතුවෙනි. වැලි පොලගුන් අධික විෂ සහිත සර්ප විශේෂයන් වුවද මෙතෙක් ශ්‍රී ලාංකිකයන් වැලි පොලොගුන් දෂ්ටනයන්ට ලක්ව මිය ගොස් ඇති බව වාර්තා වී නොමැත. දිවයිනෙහි නැගෙනහිර පලාතෙහි වැලි පොලොගුන් දැක ගත හැකි වෙයි.
වඩාත් විෂ සහිත විශේෂ දහතුනක් මුහුදු නයින්, ශ්‍රී ලංකාව අවට මුහුදෙහි වෙසෙන නමුත් මුහුදු නාගයන්ගේ දෂ්ට කිරීම් පිලිබද වාර්තාවක්ද හමු නොවේ.

උපුටා ගැනීම:- වෛද්‍යවරයා - 2000, ජනවාරි කලාපය ඇසුරෙනි

ගැස්ට්‍රයිටිස්

මෙම රෝගයට බලපාන හේතු

ආහාර නොගෙන වැඩි වේලාවක් බඩගින්නේ සිටීම නියමිත වෙලාවට ආහාර නොගැනීම තෙල් ආහාර හා අම්ලිකර ආහාර නිතර ආහාරයට ගැනීම නිසා මෙම තත්ත්වය ඇති වෙයි. අධික ලෙස මත් පැන් ගැනීම හා අධික ලෙස දුම්පානය නිසාත් ගැස්ට්‍රයිටිස් ඇති වනවා. ක්‍ෂණික සහන සඳහා නිතර නිතර වේදනා නාශක ඖෂධ ගැනීම නිසාත් යම් යම් ආසාදන නිසාත් පිත ආපසු උඩට ගමන් කිරීම නිසාද මේ තත්ත්වය ඇතිවෙන බව හදුනාගෙන තිබෙනවා.

මෙහි රෝග ලක්‍ෂණ

නිතර නිතර බඩ පිපුම, උදරය ඉහල කොටසේ වේදනාව ඔක්කාරය උදේ රාත්‍රි පිත සහිත වමනය යාම බඩ හා පපුව දැවිල්ල වැනි ස්වභාවයන් ඇති වීම බොහෝ උදවියට ඇති රෝග ලක්‍ෂණයි. ආමාශයේ ආම්ලික ගතිය වැඩි වී ශ්ලේෂ්මල පටල ඉදිමීම නිසා මෙය සිදුවෙයි. කාන්තාවන්හට ගැබිනි සමයේ වැඩිපුර වමනයද යන්නේ මෙවැනි මව්වරුවටය.

මෙම රෝගයට ප්‍රතිකාර

මෙම රෝගය සම්පූර්ණ සුව වීමට ඖෂධ ඇත. වෛද්‍ය උපදෙස් මත නියමිත ඖෂධ නියමිත පිරිදි ගැනීමෙන් රෝගය සුව කළ හැකියි. මේ සඳහා විශේෂ ඖෂධ වට්ටෝරුවක් තිබෙනවා. එම මාස 2-3 නියමිත ලෙස ගැනීමෙන් සම්පූර්ණ සුවය ලබාගත හැකියි. නමුත් ආම්ලික ආහාර (තෙල් බැදුම්, මිරිස්, අච්චාරු, අන්නාසි සෝස් වගී) ගැනීමෙන් රෝගය නැවත ඇති වීමට පුලුවනි. එසේම රෝගියා දුම්පානය හා මත්පැන් පානය කලහොත් නැවත රෝගයට ගොදුරු වීමට පුලුවනි. මෙයට අමතරව ආමාශයට විෂබීජ යෑම නිසා රෝග යට ගොදුරු වුවහොත් ප්‍රතිජීවක ඖෂධ දී රෝගයෙන් සම්පූර්ණ සුවය ලබා ගැනීමට පුලුවනි. මෙහිදී රෝගියා මෙම රෝගය සම්බන්ධ වඩ වඩාත් දැනුමක් තිබිය යුතුය.

ගැස්ට්‍රයිටිස් රෝගින්ට සුදුසු ආහාර

මෙම රෝගිනට ශරීරය සිසිල්වන බාර්ලි, සව්, තැබිලි වැනි දෑ බීම ඉතාම සුදුසුයි. යෝගට් වැනි කිරි නිෂ්පාදනයන්ද සුදුසුයි. කෘතිම රස කාරක අඩංගු බීම වගී, සෝස් වගී, තක්කාලි, අන්නාසි, අච්චාරු, මිරිස්, තෙල් බැදුම් සුදුසු නැත. අනෙක් ඕනෑම ආහාරයක් සුදුසුයි.

මෙම රෝගය අවුරුදු 13ට වැඩි අය අතර බොහෝ විට දක්නට ලැබෙනවා මෙම රෝගය ගැහැනු, පිරිමි භේදයකින් තොරව ඇතිවනවා. කුඩා ලමුන් අතර දක්නට ලැබීම ඉතාමත් අඩුය.

රෝගයේ අතුරු ආබාධ

නිසි ප්‍රථිකාර නොලද විට ආමාශයේ තුවාල හට ගන්නවා. රුධිර වහනය වීමට පුලුවනි. එය භයානක තත්ත්වයක්. එවිට ආමාශයේ රුධිරය එකතු වීමට ඉඩ තිබෙනවා.

මෙම රෝගය නිසා ආමාශයේ තුවාල ඇති වන බැවින් එම තුවාල පසු කාලීනව පිලිකා බවට පත්වීම සමහරුන්ගේ මතයයි. නමුත් එසේ වන්නේ ඉතා කලාතුරකිනි. ආමාශයේ තුවාල පවතීද, පිලිකාවක් පවතිද කියා නවීන විද්‍යාව මගින් වේලාසනින් නිවැරදිව සොයාගත හැක.

අවසාන වශයෙන් මෙම රෝගයට ඕනෑම අයෙකු පහසුවෙන් ගොදුරු විය හැකි අතර වැලදුනු විට නියමිත ආකාරයට විධිමත්ව ප්‍රථිකාර කිරීමෙන් මග හරවා ගත හැකියි.

වෛද්‍යවරයා - 2000, ජනවාරි කලාපය ඇසුරෙනි
කෝප්‍රල් රම්සිල් මොහොමඩ් ටී - 12 ශ්‍රීලපාහ

11 ශ්‍රීලපාහ අණදෙන නිලධාරි ඇතුළු සියලුම නිලයින්ගේ වන්නි මුදා ගැනීමේ මානුෂිය මෙහෙයුමේ මෙහෙවර

පුනරින් ප්‍රදේශය මුදවා ගැනිම

අප මාතා භූමියේ ස්වාධිපත්‍ය හා ස්වෛරීත්වය ආරක්ෂා කිරිමත් රුදුරු ත්‍රස්තවාදය දේශයෙන් තුරන්කර සමෘධිමත් සාමාකාමි දේශයක් ගොඩනැංවිමත් වෙනුවෙන් ශ්‍රීලංකා පාබල හමුදා රණවිරුවෝ සුවිශේෂි මෙහෙවරක නිරතව වන්නි මුදා ගැනිමේ මානුෂිය මෙහෙයුමේ ඉදිරියෙන්ම දස්කම් දක්වන ඒකකයක් ලෙස 11 වන බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව හඳුන්වාදිය හැකිය. 2007.06.25 වන දින ආරම්භ කර ලද මෙම බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව උදාරතර මෙහෙවරක් ඉටුකරමින් සිටින අතර, පියවරෙන් පියවර ඉදිරියට යමින් වන්නිය මුදා ගැනිමේ මානුෂිය මෙහෙයුම සාර්ථකව ඉටුකරනු ලබයි. ඒකකයේ අණදෙන නිලධාරි තුමාගේ හා අනෙකුත් සියලුම නිලධාරින්ගේ මග පෙන්විම යටතේ භට පිරිස් එකමුතුව දක්වන දස්කම් දෙස ආපිට හැරි බැලිය හැක්කේ ඉමහත් ආඩම්බරයෙනි.

වසර 17 ක රුදුරු ත්‍රස්තවාදයට යටත්ව තිබු පුනරින් ප්‍රදේශය ත්‍රස්තවාදින්ගෙන් මුදවා ගැනිමට 11 වන බළඇණිය ශ්‍රී ලංකා පාලබල හමුදා භට පිරිස් විවෘත භූමි වන දූර්ග වලින් ගමන් කොට විශාල දායකත්වයක් ලබාදි ඇත. යුධ ටැංකි නාශක. බිම්බෝම්බ, පුද්ගල නාශක බෝම්බ හා නොයෙකුත් මරඋගුල් හා පස්කඳු ඉදිකර අප භට පිරිස් හි ඉදිරි ගමන අඩපන කිරිමට උත්සහ කල ම්ලේච්ඡ ත්‍රස්තවාදින්ට අමතක නොවන පාඩම් උගන්වන්නට මෙම ඒකක භට පිරිස් වෙත හැකියාව ලැබි ඇත්තේ සියලු දෙනාගේ ඇති දැඩි ආත්ම විශ්වාසය, කැපවිම හා මනා පුහුණුව යන කරුණුවල සංකලනය නිසාය.

2008.08.11 වන දින මුදාවාගත් වෙල්ලම්කුලම් ප්‍රදේශයේ සිට මුලංකාවිල්, මන්නියකුලම් යන ප්‍රදේශයන් පසුකරමින් ත්‍රස්තවාදින්ට පහර පිට පහර දෙමින් මෙම ඒකක භට පිරිස් විඩාව, පිපාසය, බඩගින්න, පසෙකලා මහත් පරිශ්‍රමයක් දැරුවේ වසර 17 ත්‍රස්තවාදයට යටත්ව තිබු පුනරින් මුදවා ගැනිමටය. අණදෙන නිලධාරි තුමන් හා අනෙකුත් නිලධාරින් දිවා රෑ නොතකා භට පිරිස් සමගින් උරෙන් උර ගැටෙමින් ඔවුනට නිසි උපදෙස් ලබාදෙමින් ඔවුන් සමග පෙරමුණ ගැනිමට කිසිවිටෙකත් අමතක නොකරන ලදි. ඔවුන්ගේ දිරිගැන්විමත් භට පිරිස් හි ශක්තිය හා කාර්යය ශූර භාවය හේතුවෙන් පුනරින් ප්‍රදේශය ම්ලේච්ඡ ත්‍රස්තවාදින්ගෙන් මුදවා ගැනිමට 2008.11.15 දින මෙම ඒකක භට පිරිස් වලට හැකිවිය. ත්‍රස්තවාදින්ට අමතක නොවන දිනයක් උදා කරමින් 11 වන බළඇණිය ශ්‍රීලංකා පාබල හමුද භට පිරිස් මුලිකව 58 සේනාංකයේ අනෙකුත් භට පිරිස් සමගින් සම්පූර්ණයෙන්ම පුනරින් ප්‍රදේශය ත්‍රස්තවාදින්ගෙන් මුදවා ගැනිමට සමත්විම ඉතිහාසයේ නොමැකෙන සටහනක් තැබූ දිනකි. මෙම ඒකක ජයග්‍රහනය සැමරිමෙන් එදින පුනරින් මන්සංධියෙහි සිංහකොඩිය එසවුයේ රුදුරු ත්‍රස්තවාදින්ට සුසුම්ලන්නට මග පාදමිනි. පුනරින් ප්‍රදේශය මුදවා ගත් සියලුම රණවිරුවන්ට සියලු ලක්වැසියන්ගේ ප්‍රණාමය හා ආශිර්වාදයෙන් ඉදිරි ක්‍රියාන්විතයන්ට එය මහා ප්‍රාතිහාර්යයකි.

මුලු ලෝකයාම ඇසිපිය නොහෙලා බලා සිටින ම්ලේච්ඡ ත්‍රස්තවාදය මුලිනුපුටා දැම්මේ මානුෂිය මෙහෙවරේදී මෙම බලඇණිය ආරම්භයේ සිටම 58 වන සේනාංකය යටතේ ත්‍රස්තවාදින් පරාජයට පත්කරමින් විශාල ජයග්‍රහණ රාශියක් ලබා ගැනිමට මහගු දායකත්වයක් ලබාදෙන ලදි. මෙහිදි ඒකක අණදෙන නිලධාරි තුමාගේ ක්‍රියාශීලි නායකත්වය යටතේ සියලුම නිලධාරින් සහ සෙබළුන් එකම කණ්ඩායමක් ලෙස දැඩි කැපවිමෙන් උපරිම දායකත්වයත් හැකියාවත් උද්දීපනය කරමින් කටයුතු කලබව පෙන්වාදිය හැක. මිට කදිම නිදසුනක් ලෙස යුද්ධයේ තීරනාත්මක අවස්ථාවන් වුද පෙරියමඩු, නච්චිකුඩා, පාලම්පිඩ්ඩි ,පුනරින් හා කිලිනොච්චි නගර අත්පත්කර ගැනීමට මෙම ඒකකයේ නිලධාරි භට පිරිස් කල මෙහෙවර අනගිභවනිය බව සිහිපත්කල යුතුය.

අවි වැසි රලු බොරලු විවෘත භූමි ලඳු කැලෑ සහ මඩවගුරු පරයමින් සියලු ස්වභාවික බාධකයන් අභිබවා දිනෙන් දිනම නොනැවතී ඉදිරියට යාමට කැපවී සිටින මෙම ඒකකය බලඇණියක් ලෙස පෙන්වා ඇති දක්ෂතා සබැදිව ආඩම්බර විය හැක. එවන් එක් අවස්ථාවක් ලෙස 2008.11.01 වන දින අඨයම ත්‍රස්තවාදීන්ගේ විශාල බංකර් පෙළක් නිවැරදිව හඳුනා ගැනීමෙන් පසු සැලසුම් සහගත ප්‍රහාරයක් විශ්මිත භාවය අත්කර දෙමින් දියත් කර ලබාගත් ජයග්‍රහණය දැක්විය හැක. මෙම මෙහෙයුම ආරම්භයේ පටන්ම භට පිරිස් වෙත විවෘත භූමි තුල ගමන් කිරිමට සිදුවු අතර, එම අභියෝගය ජයගනිමින් ත්‍රස්තවාදින් විසින් වලදමා තිබු පුද්ගල නාශක බිම්බෝම්බ සහ මර උගුල් ඉවත් කරමින් බංකර් පෙළ වෙන සුක්ෂම ලෙස ලගා විමට අප භට පිරිස් උපක්‍රමශීලි විය. මෙම ක්‍රියාන්විතයේ අප හා ගැටුනු ත්‍රස්තවාදින් ඔවුන් බලාපොරොත්තු නොවු අකාරයට එල්ලවු දැවැන්ත ප්‍රහාරය හමුවේ දැඩි මෝටාර් සහ කාලතුවක්කු ප්‍රහාර එල්ල කොට අප බළඇණියේ ගමන වැලැක්විමට විශාල ප්‍රයත්නයක් දැරිය.

අණදෙන නිලධාරි තුමන් ඇතුලු සියලුම නිලධාරි/සෙසුනිලයින් විසින් කණ්ඩායමක් ලෙස ක්‍රමාණුකූලව කල සැලසුමක් යටතේ සිදුකරනු ලැබු මෙම මෙහෙයුම හේතුවෙන් බංකර් පෙළ අත්පත් කර ගැනිමටත් මෙම ඒකක භට පිරිස් වෙත හැකියාව ලැබුණි. මෙම බංකර් පෙළ අත්පත්කර ගැනිමේදි එහි සිටි ත්‍රස්තවාදින් විනාශකොට පිරිමි මලසිරුරු 01 ක් හා ගැහැණු මලසිරුරු 10 ක් හා ජිවග්‍රහණයෙන් ත්‍රස්තවාදි කාන්තාවක්ද අත් අඩංගුවට ගන්නා ලදි. අත්අඩංගුවට ගන්නා ලද ත්‍රස්තවාදින් සතුව තිබු පහත සදහන් අවි ආයුධ/වෙඩිද්‍රව්‍ය සහ බඩු භාහිරාදියද සොයා ගන්නා ලදි.

ටි 56 වර්ගයේ අවි	- 10 යි
ත්‍රස්තවාදි පනිවිඩ හුමාරු යන්ත්‍ර	- 03 යි

ක්‍රියාන්විතයක සාර්ථකත්වය වන්නේ මිතුරු භට පිරිස් වෙත කිසිදු අනතුරකින් තොරව සතුරන් සහමුලින් විනාශ කිරිමට ඇති හැකියාවය. ඒ අනුව 2008.11.01 වන දින උදැසන හිරු උදාවෙනවාත් සමගම අප භට පිරිස් විසින් කිසිදු අනතුරකින් තොරව නිසි මගපෙන්විම යටතේ සිදු කරනු ලැබු මෙම විරක්‍රියාව 11 වන ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව විසින් සිදුකල 58 වන සේනාංකය යටතේ එක් විටකදි වැඩිම සතුරන් ප්‍රමණයක් විනාශකල අවස්ථාව ලෙස සැලකේ. මෙම වික්‍රමය සිදුකල සියලුම රණවිරුවන්ට ඒකක අණදෙන නිලධාරිගේ ප්‍රනාමය පිදුන අතර, රණවික්‍රම පදක්කමෙන් පිදිමට නිර්දේශ කරන ලදි. යුග පුරුෂ රණවිරුවනි නුඹලාට රට ජාතිය ආගම ම්ලේච්ඡ ත්‍රස්තවාදීන්ගෙන් මුදවා ගැනීමට ශක්තිය ධෛර්ය්‍ය සහ සියලු ප්‍රජාවගේ ආශිර්වාද නොවඩුව ලැබි මේ රුදුරු ත්‍රස්තවාදය කෙටි කාලයකින් මුලිනුපුටා දැම්මට ලැබේවායි ප්‍රර්ථනා කරන්නෙමු.

බුද්ධි අංශය 11 ශ්‍රීලපාහ

ඔබේ සහ මගේ වගකීම

මගේ රටට දළදාහිමි සරණයි
මගේ දැයට දළදා හිමි සරණයි

හෙළයෙකු ලෙස මේ ලංකාද්වීපයේ ඉපිද අභිමානීය සිංහලයෙකු ලෙසත් සිංහල බෞද්ධකම වැජඹී ආ මේ සිංහල දෙරණ මේ මිහිතලය සතුරු උවදුරු වලින් බේරා ගැනීම මගේත් ඔබේත් යුතුකම වන්නේය.

ඉන්දියන් සාගරයේ මුතු ඇටය නමින් හැඳින්වෙන මේ අපගේ ලක් දෙරණ විදේශීය සතුරු උවදුරු වලින් බේරා ගැනීමට අපේ පුරාණ රජවරු වීර පුරුෂයන් දහඩිය ලේ වගුරු වාර අනන්ත අප්‍රමාණය. හුදෙක් ඔවුන් ඉතිහාසයේ දී එසේ කලේ මේ සිංහල මිහිතලය බේරා ගැනීම සඳහායි.

වසර 2555ටත් වැඩියෙන් පෞඪ ඉතිහාසයක් ඇති මේ ශ්‍රී ලක් දෙරණ රැකීම ඔබේති මගේත් යුතුකම වන්නේය. හුදෙක් අපගේ මේ වෑයම අපට අයිති වී ඔබත් මේ සිංහල දේශය බේරා ගැනීමයි.

මගේ වගකීම ඔබේ යුතුකම මේ දෙරණේ ස්ථිර වූ සාමය උදාවෙනවා දැකීමයි. මේ යුද්ධය නිමා කිරීම සඳහා අපේ රණ විරුවන්ගේන් වන දායකත්වය කියා නිම කළ නොහැක. ඔවුන්ගේ තාරුණ්‍ය යෞවනය පසෙක ලා ලේ දහඩිය ජීවිත කැප කරමින් උදාරවූ වගකීම ඔවුන් අකුරටම ඉෂ්ඨ කර ඇත. රණවිරුවන් තම ජීවිත පූජා කරේ ඔබේත් මගේත් අපි කාගේත් නිදහස වෙනුවෙනි.

රට වෙනුවෙන් කැපවුනු රණ විරුවන් එදා සහ අද මේ ලක් දෙරණ වෙනුවෙන් ජීවිත පූජා කලේ ඒකීය ශ්‍රී ලංකාවත්, ඒකීය රටක් බිහි කිරීමටයි. ඔබෙත් මගෙත් වගකීම යුතුකම මේ ලක් දෙරණ පරිහානියට යන්න නොදී සතුරු උවදුරු වලින් බේරා ගැනීමට වෙර දැමීමයි.

ජාතියේ ජීවනාලිය බඳු රණවිරුවන්ගේ ජීවිත වලින් පිලිසරන වන ඔබගේත් මගේත් යුතුකම ඔවුන්ව දිරිගැන්වීම සහ ඔවුන්ගේ මානසිකත්වය ඉහල තත්ත්වයේ සිටීමට කටයුතු කිරීමයි.

ඉපදුන මව්බිමට ආදරය කරන්න. එයට ජාතිභේදයක් නැත. එහි ඉතිහාසයට ආදරය කරන්න ගහ කොල සතුන්ට ආදරය කරන්න. උතුම් මනුසත් බව රැකගන්න. එයයි ධර්මය. ඔබ ඔබේ ජාතියට, ආගමට, දක්වන ආදරය හා සමානවම ඔබ අන් ජාතින්ටද, ආගමටද ආදරය කරන්න.

මේ මිහිතලයේ කිසිවක් ස්ථිර නැත. ස්වභාව ධර්මයෙන් අපිට ඉතිරිවන්නේ බුදුන් දේශනා කර දුන් අපි මෙලොව දී කරන පිං සහ පවු යන්නයි.

සාසෙ දිනගෙ ඩී - 15 ශ්‍රීලපාහ

පුනරින් ජයගත් විරුවන්ට උපහාරයක් වේවා

හැම දෙන සතුරු කැල සේනා බිඳ දමමින්
යම් යම් ඉදිරියට අද බිය නොවන ලෙසින්
තිසරණ සරණින් ඒ හැම දෙන රැකගනිමින්
උපහාරය පුදමි මා අද කවි පෙළකින්

මද නල හමා පිසගෙන එන සුවදැති කුසුමන්
තියනව හැම දෙන විරුවන්ගේ හැම දස්කම්
ඇළ දොළ නදිය ගලනා ඒ හැම පැත්තේ
දකිමි සොයුරියක් ලෙස අද නුඹේ දස්කම්

කොටි මර්මස්තානත් අද බිඳ දමමින්
ගන්නෙද පුනරීන් අද විරු දකිමින්
ජයගෙන පෙරට හැම දෙන එනවා පෙළින්
දකිමි දියණියක් ලෙස අද නුඹේ දස්කම්

මඳ නල හමනා මේ මහ වන කැලය මැද
පෙනේවි සතුරෙකුට අද මගේ රුව
අවියක් තුරුලු කරගෙන අද සිටින මම
ඉලක්කය කරන්නෙමි පර සතුරන්ගේ රුව

නිසල රැයේ නිසොල්මනේ සිටිනා මම
පොරවා ගතිමි කලු රෙද්දක් මෙදින මම
සුදු රෙද්දක් පෙනේවි සතුරාට මගේ රුව
දෙවියන් යදිමින් නින්දට ගියා මම

මදනල හමා එන විට සිසිලස දැණුනත්
වෙඩි උණ්ඩයේ උණුසුම අද මේ ලෙස දැණුනත්
මව් තුරුලේ නොව අද වන මැද සිටියත්
තිසරණ සරණයි මගේ විරු දරුවන්ටත්

විසි වසරක පසු අප පුනරින් ගත්තත්
හද කිව්වා අපෙ බංකර් අස්කරන ලෙසත්
අපෙ සේනාධිනායක ඒ කෙසේ වෙතත්
දුන්න අවිය අද යුධබිමට යන ලෙසත්

ද්‍රවිඩ ජනයා නිදහසේ අද මෙහි ඉන්නා
ලංගම බස් සේවයත් අද මෙහි ඉදි වෙන්නා
උතුර දකුණ යාකරන පාලම අද බැදෙන්නා
විරු එන විට සංවර්ධනයක් මෙහි වෙන්නා

වන මැද සිට එන විට මගේ රට එළියයි
අදුනගන්න කොටි නොව අපි සෙබළ කැලයි
වන මැද ගෙවූ ඒ දිවියන් හරි මනහරයි
පෙන්වුවා අද දස්කම් හරි දගකාරයි

මේ ලෝකේ දක්ෂම විරුවෝ වෙන්න
පතමි සුභාසිරි මා සොයුරියක් ලෙස
ලෝකය ගන්න විරු දස්කම් පෙන්වමින
සම්බුදු සරණයි රැක දේ විරුවන්ගෙ ගුණ

නැගෙනහිර මුදවාගෙන අභිත ලෙසින්
මුහුදින් සහය දුන්න නාවික සෙබළුන්
ගුවනින් සහය දුන් ඒ හැම විරුවන්
අද නෑ නැගෙනහිර දෙදරා වෙඩි සද්දෙන්

ආඩම්බරයි අපෙ විරුවන්ගෙ ගැන
සාඩම්බරයි රණවිරු පවුලක ඉපදීම ගැන
සියලු නම් පුදමි මා අද රන් පදක්කමින්

ආසෙ ප්‍රියන්ත කුමාර ඩීඑම්බී නැගණිය
ඩීඑම්බී සුනේත්‍රා දිල්රුක්ෂි දනියගල

හදවතින් අපි යුධ බිමෙහි ඔබ තනිකලේ නැත කිසි දිනේ යන පාඨය මුදුන්පත්කරගනිමින්, රණබිමේ සිටින සෙබලුන්ගේ චිත්ත ධෛර්‍යය නගා සිටුවීමේ අභිප්‍රායෙන් හා ආබාධිත වූ රණවිරුවන්ගේ ශාරීරික හා මානසික සුවය පතා එම අයවලුන් හට දක්වනු ලබන ආදරය, කරුණාව, හා මිත්‍ර ශීලී භාවය වර්ධණය කර ගැනීමක් සේ සලකා 2008.12.24 වන දින අංක 159 පිටුම්පේ, පාදුක්ක යන ලිපිනයේ පදිංචි පරිත්‍යාගශීලී ඩීඑම් ජයසුන්දර මහතා ඇතුලු පවුලේ සැම විසින් ආබාධිත රණවිරුවන් 50 දෙනෙකු හට කොමඩ් කට්ටල ලබාදුන් අතර, එමගින් කොමඩ් කට්ටල 20 රණවිරු සෙවන රාගම සේවාසිකව ප්‍රතිකාර ලබන අයවලුන් හට ලබා දෙන ලදී.

2008.12.24 වන දින කොස්වත්ත සිංහ සමාජයේ ගරු සභාපති තුමා ඇතුලු සාමාජිකයින් පිරිසක් අතර හා මෙම ඒකකයේ ආබාධිත රණවිරුවන් අතර අංක 01 දේශණ ශාලාව රෙම ශ්‍රීලපාහ හිඳි පැවති සුහද හමුවේදි උත්සව සභාවට පැමිණි රණවිරුවන්ගේ පාසල් යන දරු දැරියන් 50 දෙනෙකුහට පාසල් පොත් බෑග් 50ක් ලබා දෙන ලදී.

ආබාධිත රණවිරුවන්ට ලැබුණු විවිධ පරිත්‍යාගයන්

කාන්තා සංගමය ශ්‍රීලපාහ වෙතින් වාර්ෂිකව මෙම ඒකකයේ පූර්ණ ආබාධිත සෙනියකුහට සියලුම පහසුකම් සහිතව නිවසක් ඉදිකර දෙනු ලබන අතර පසුගිය වර්ෂයේදි 1 ශ්‍රීලපාහ ඒකකයට අයත් සෙ/315876 ලාකෝ පුෂ්ප කුමාර යන සෙනියා හට මොණරාගල ප්‍රදේශය තුලින් නිවසක් ඉදිකර දෙන ලදී.

2008.12.04 වන දින යෙදි ඇති සුභ මොහොතින් හෝමාගම නවෝද්‍යා ජාතික පාසැලේ ගරු විදුහල්පතිතුමා ඇතුලු ආචාර්‍ය මණ්ඩලය විසින් වාර්ෂිකව පවත්වනු ලබන සුහදහමුව යන වැඩසටහන පෙරටු කරගනිමින් උතුරු නැගෙනහිර ප්‍රදේශයන් හි ක්‍රියාත්මක රාජකාරීන් හි නියැලී සිටියදී ත්‍රස්තවාදී ක්‍රියා හේතුවෙන් මියගිය, ආබාධිත වූ හා රණබිමේ සිටින රණවිරුවන් හට දක්වනු ලබන කලගුණ සැලකීමක් වශයෙන් මෙම ඒකකයේ ආබාධිත රණවිරුවන් 07 දෙදෙනෙකු සඳහා කොමඩ් කට්ටල 07ක් පරිත්‍යාග කරන ලදී. එම අවස්ථාවට මෙම ඒකකයේ ජ්‍යේෂ්ඨ නිළධාරී මේජර් එස්ඒඑන් සමරනායක ශ්‍රීලපාහ ඇතුලු සෙසුනිලයින් පිරිසක් සහභාගි වන ලදී.

සෙබළ බිරිද

ගියදා සිටම ඔබ නිවසට එන තුරුම
හැම මෙහෙවරකට නියැලුනි එය මගේ උරුම
තනිකම පාළුවෙන් සැම දිනු කඳුළැලි පෙරුම
මෙය සම්මානයකි සෙබළකුගේ බිරිදට උරුම

කුරුලු පැලෙන් යුධ පිටියට දෙපා නගා
ගියදා සිටම නිවසේ මා හැඩුවේ නගා
සාමය පතා ඔබ පෙරමග යැයි සතුරු ලගා
තනිවන මා හට ලෝකය උරුම කරයි නිගා

යන එන හැම තැනකම සිදුවෙයි හිංසනය
ඔබ පඩි පත ඉටුවෙයි මගේ ජීවනය
වට පිට ගැවෙසෙනවා සළෙලුන්ගේ බල කාමය
ඔබ නැති දාට රැකවරණය කොහු මිටය

පිය පදවියක් අරගෙන ඔබ ගිය දිනක
දරුවන් හදන්නට වෙහෙසෙයි මා නිසැක
තම සැමියාට යුතුකම් ඉටුකරනා හොඳ ලඳක
සිටිනෙමි ඔබ කවදා නිවසට එන කලක

පුංචි පුතුන් දැන් කුල කුමරුවන් වෙලා
යුග දිවි බැඳන් ඇත ඒ අය කුඩු වෙලා
වියපත් වෙන නමුදු මා දැන් මහැළියක වෙලා
නිමා කර යුද්ධය එනු මැන ඉන්නට මා ලගට වෙලා

9 ශ්‍රීලපාහ,
ලාකෝ ජයසුන්දර ඩබ්ලිව්එස්එම්පීකේගේ
බිරිඳ මංගලිකා

සොල්දාදුවෙකුගේ දවසක්

අදත් උදෑසන හැමෝටම සුභ පතනවා
අනගරුක විනයගරුක සිත තුල තිබෙනවා
රටට අවැසි සේවය අද දිනද කරනවා
අභිමානවත් සෙබළකු මා හමුදාවේ සිටිනවා

මා උපන් දේශයේ දූ-පුතුන් වටී මට
හෙට පටන් මේ බිම උරුම පොඩි දරුවනට
පමණට වඩා වැඩි යමක් කරමි ඉපදුන රටට
ඒ නිසයි බැඳුනේ මම පාබල හමුදාවට

විසිපස් වසරක් පැරුවලු මේ හිගන්නන්ගේ තුවාලේ
සව්සිරින් සපිරෙන්නේ සුවකලොත් මේ තුවාලේ
කිසි විටක නොපසුබට වෙයි විරුවෝ අප සිංහලේ
දිවියෙන් පරදවමි පරසතුරන් අප ලක් දෙරණේ

මා ගෙදර යන්නේ මේ සතුරු බල නසාලා
බැහැ තවම ගෙදර යන්න ඉතුරු ටික දමාලා
කිසිවිටක නැත මා තනිවෙලා විරුවෝ එක්වෙලා
ඉදිරියට යන විටදී සතුරු කැළ ඇත පැන ගිහිල්ලා

ලා/කෝ ජයසුන්දර ඩබ්ලිව්එස්එම්පීකේ
9 ශ්‍රීලපාහ - බී කණ්ඩයම

මගේ මව් පියන්

පෙර මාගේ ආත්මය පටන්
මගේ මව්පියන් වූ ඔබ
මේ ආත්මය දක්වා මව්පියන් වී සිටියි

දසමසක් කුසේ තබා මා
වදා ලේ කිරි කර මා
හැදූ මවුනි වඳිමි උතුම් මව්නි සැමදා

මේ සසරේ නොවිඳිනා දුක් විඳ
මා පණ මෙන් රැකගත්
මාගේ ආදරණිය පියාණනි
නුඹගේ ගුණ කිව නොහැකිය

අව්ව වැස්ස නොබලා
ගොවිතැන් කර දුක් විඳ
අප කිසිවෙකුටත් වෙනසක් නොකර
එක හා සමානව දන්නාවූ
සියලු සැප අපට ලබා දුන්නි
මේ මාගේ මව්පියන් මොනවා උනත්
සදා අමතක නොවෙමි

මාගේ ජිවිතය ලබාදී උවත් සැමදා
මගේ මව්පියන් රැකගනිමි නුඹලාට ඇති
ආදරය කරුණාව කිසිදාක වෙනස් නොවේ

මව්පියාණෙනි මගෙන් වරදක් උනේ නම්
මා හට සමාව ලබා දෙන්න
මම දහස් වාරයක් වඳිමි
මව්පියන්ගේ ශ්‍රී පාදේ....

ආසෙ ජයවර්ධන එච්එම්සීපීකේ
සී කණ්ඩායම - 6 ශ්‍රීලපාහ

මටත් වඩා කල් ඔබ ජීවත් වේවා

අහසට පොළව මෙන්
හිරුට සඳු මෙන්
මගේ ලොව පෑයූ
එකම සඳ
ඔබයි මගේ අයියේ.
විටක
ඉපදුන මව්බිමේ වීරයන් වන්නට
තවත් විටෙක
මුළු ලෝකයාටම සහෝදරයෙක් වන
මගේ රත්තරන් අයියේ
ඔබ මගෙන් ආයු ලැබ
මටත් වඩා කල්
ඔබ ජීවත් වේවා.

සාසෙ දිසානායකගේ නංගී චමිලා කුමාරි

නංගාට

බිහිසුණු සටන් මගේ නංගෝ මේ පැත්තේ
හසුනක් ලිවීමටවත් මට ඉඩ නැත්තේ
නිතරම ගිණි අවිය සුරතෙහි මනා ඇත්තේ
ලද අවසරින් තොරතුරු දන්වමි මත්තේ

ආසෙ රාජගුරු ආර්එම්ආර්
15 ශ්‍රීලපාහ බී කණ්ඩායම

මගේ සෙනෙහස

එපා නුඹ නැති ලොවක් මා හට
සෙනෙහස සොයා කතරක් ගෙවමින්
ඔබේ නෙතු ලඟ කොඳුරමි මම

මගේ දෛවය ඔබයි නැගණියේ
එපා නුඹ නැති ලොවක් මා හට
ලොවම උරනුව බලා සිටියත්
කලක් කෙණෙහිලි අවමන්
මන්ද විල මත

සෙනේ සියපත් පුදන්නේ
පමණි නුබේ ගමට
එපා නුඹ ගමට
එපා නුඹ නැති ලොවක් මා හට

කෝප්‍රල් පුංචි හේවා බීඑච්
6 ශ්‍රීලපාහ ආධාරක කණ්ඩායම

සොදුරිය

සුදු සඳ කිරණක සිසල කැන්දා
මුදු මල් සුවදක් මාගේ හදට ගෙනා
භවයෙන් භවයට මා වෙනුවෙන් ආ
සඳ කිඳුරි ඔබමයි මට සිතුනා

මල් පෙති විසිරි සඳදිය හිදුනු
සඳගිරි පව්වට කළුවර එබුණා
රෑ කුමාරි මල් පරවී වැටුනා
පරමල් සුවදක් සුලගෙහි රැදුනා

සොදුරු සියලු දේ ඈතට ඇදුන
තනියට කඳුළක් සිත ලඟ රැදුනා
භවයෙන් භවයට ඔබ වෙනුවෙන් හඬන
සඳකිඳුරා මා දැයි මට සිතුනා

සෙ/314392 කෝප්‍රල් පිනේද්‍ර
ආධාරක කණ්ඩායම
6 ශ්‍රීලපාහ

කවුද වැනසුවේ අහිංසක කම

නිර්මාණශීලි දෙනත මත
තාක්ෂණික සිත මුසු කර
විවිධ හැඩතල ගෙනෙන්නේ
දිළිඳුකම පරදා ලොවෙන්.......

අහිංසක කමයි ළදරු ජිවිත
කවුද වැනසුවේ අහිංසකකම
දැන දැනන් ජිවිතයේ ලස්සන
මරණය ගෙන එයි බඩේ බැඳගෙන.....

සිවිල් ද්‍රවිඩ අය විනාශ කරගෙන
බළ තන්හාවෙන් මුව සරසාගෙන
ඊළමක විත් කොටියකු විලසිත
යන්නේ ඇයි අද වලිගේ හලාගෙන.......

සාසෙ ප්‍රියංකර කේඑන්, 17(සෙව්) ශ්‍රීලපාහ

සෞරග්‍රහ මණ්ඩලය ගැන යමක්

ග්‍රහලෝකය	සූර්යයාගේ සිට දුර කි.මී දස ලක්ෂ	සූර්යයා වටා යෑමට ගතවන කාලය අවුරුදු	දින	විෂ්කම්භය වර්ග සැතපුම්
බුධ	58		88	4,850
සිකුරු	108		225	1,2140
පෘතුවිය	150	1		1,2756
අඟහරු	228	1	322	6,790
බ්‍රහස්පති	778	11	315	146,600
සෙනසුරු	1427	29	167	120,200
යුරේනස්	1870	84	007	49,000
නැප්චූන්	4497	164	234	50,200
ප්ලූටෝ	5923	248		6,400

පෘතුවියේ වයස අවුරුදු දස ලක්ෂ 4,600කි. මුහුද වර්ග සැතපුම් 139,440,000 කි. ගොඩබිම වර්ග සැතපුම් 57,510,000 කි. කක්ෂය වටා වට ප්‍රමාණය සැතපුම් 24,902 කි. උසම ස්ථානය එවරස්ට් අඩි 29,028කි. ගැඹුරුම ස්ථානය (පිලිපයින් දූපත් අසල) අඩි 36,198 කි. සූර්යයා වටා යෑමට කාලය දින 365, පැය 05, මිනිත්තු 48, තත්පර 46කි. සූර්යයා වටා ගමන් කරන වේගය පැයට සැතපුම් 66,600කි.

ලොව විශාලතම විල්

01. මධ්‍යම ආසියාවේ කැස්පියන් (මුහුද) වර්ග කිලෝමීටර් 371.000
02. ඇමරිකාවේ හා කැනඩාවේ සුපීරියන් ව.කි.මී. 82.000
03. නැගෙනහිර අප්‍රිකාවේ වික්ටෝරියා ව.කි.මී. 69.000
04. ඇමරිකාවේ සහ කැනඩාවේ හුරන් ව.කි.මී. 60.000
05. ඇමෙරිකාවේ මිචිගන් ව.කි.මී. 58.000
06. මධ්‍යම ආසියාවේ අර්ල් (මුහුද) ව.කි.මී. 34.000
07. නැගෙනහිර අප්‍රිකාවේ ටැන්ගයින්යිකා ව.කි.මී. 33.000
08. කැනඩාවේ ග්‍රේට් බෙයාර් ව.කි.මී. 31.000
09. රුසියාවේ බයිකල් ව.කි.මී. 30.000

ලාකෝ කුමාර එම්ජ්පී, රෙජිමුඛ ශ්‍රීලපාහ

ජෙනරාල් ඔගස්ටෝ පිනෝචේ

එලියේ
හමුදා ගෞරවය මැද
මිහිදන් කළ
සොහොනේ
ඔබේ නම
තවමත් තිබේ

කපිතන් තරිඳු වීරසිංහ
බී කණ්ඩායම 17 ශ්‍රීලපාහ

ජාතියේ මුර දේවතාවුනි

යුධ ගිනි ඇවිලෙන උතුරු කරයේ
රෑ නිදි වරා අප රට රකිනා විරෝධාර සෙබළුනේ
කුසට අහරක් නොමැතිව
නෙතට නින්දක් නොමැතිව
සිතට සැනසීමක් නොමැතිව
අප රට රකිනා සෙබළුනේ
දරුවන් සහ බිරිඳ ගෙදර තනිකොට දමා
රට රැකීමට විර්යය දරන්නේ ඔබයි
සෙබළුනේ....
දකුණේ අප සතුටින් සිටින්නේ ඔබ නිසයි
සෙබළුනේ.....
දහසක් මව්පියන්ගේ පණමෙන් රැකගත්
දූ පුතුන් අද රට රැකුමට එකතු වෙලා සිටින්නේ
ජාතියේ නාමයෙන් ඔබ හට ජයම අත්වේවා
ඔබ සැමට ජයම අත්වේවා

පනාගොඩ යුධ හමුදා කඳවුරේ සේවය කරන
අනුරාධ ඩබ්ලිව්ටිගේ නැගණිය වන දුලානි

ලංකාව ගැන සඳහන්ව ඇති සෙල්ලිපි

- පදවිය වැකන්ද ලිපිය, මහ පැරකුම්බා රජු විසින් කරවන ලදී.
- බදුලු ටැම් ලිපිය, ක්‍රිස්තු වර්ෂ දහවන සියවසේ මැද කාලයේදී හතර වන උදය රජු විසින් කරවන ලදී.
- මොරගොඩ ටැම් ලිපිය, දහවෙනි සියවසේදී කසුබ් සිරිසඟබෝ විසින් කරවන ලදී.
- වේවැල් කැටියේ සෙල් ලිපිය, දහවෙනි සියවසේදී හතරවෙනි මිහිඳු රජු විසින් කරවන ලදී.
- මිහින්තලේ සෙල් පුවරු ලිපිය, දහවෙනි සියවසේදී හතරවෙනි මිහිඳු රජු විසින් කරවන ලදී.
- වෙස්සගිරි පුවරු ලිපිය, පුල්ලා උපාසක විසින් කරවන ලදී.
- අනුරාධපුර පුවරු ලිපිය, පස්වන කසුබ් රජු විසින් කරවන ලදී.

ලාකෝ කුමාර එම්ජ්පී, රෙජිමුඛ ශ්‍රීලපාහ

15 වන ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව සිය පළමු සංවත්සරය සැමරූ වගයි

ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාව රෙජිමේන්තුවට තවත් එක් සුවිශේෂී මතක සටහනක් එක් කරමින් වර්ෂ 2008 වූ ජනවාරි මස 03 වනදා පාබල රෙජිමේන්තු පවුලේ 15 වන සාමාජිකයා ලෙස යුධ හමුදා ඉතිහාසයට එක් වූ අප බළඇණිය 2009 ජනවාරි මස 03 වනදා මහත් අභිමානයෙන් යුතුව මුලතිව් මුල්ලියාවේලිහිදී පළවන බලඇණි සංවත්සරය සමරන ලදී.

ඒකක ආරම්භයේ පටන් මේ දක්වා අප නියමුවා වශයෙන් කටයුතු කරන පලමු අණදෙන නිලධාරී මේජර් එස්ආර්කේ හෙට්ටිආරච්චි ආර්එස්පි පිඑස්සි ශ්‍රීලපාහ ගේ අණදීම හා මගපෙන්වීම යටතේ 59 වන ප්‍රහාරක සේනාංකයේ 593 වන බලසේනාව යටතේ වැලිඔය ජනකපුර ප්‍රදේශයේදී 2008 පෙබරවාරි මස 07 වනදා වන්නි මානුෂික මෙහෙයුමට එක්වූ අප බලඇණිය මේ දක්වා අත්පත් කරගත් ජයග්‍රහනයන් අතිමහත්ය අතිශ්‍ය දුෂ්කරවූ ඉන්දිය හමුදාවට පවා ජයගත නොහැකි වූ මුලතිව් ඝණවනාන්තරය තුල දක්ෂ ලෙස සටන් කරමින් වසර ගණනක් පැරණි සතුරු බලකොටු සුනු විසුනු කරමින්ද සුගන්ධන් බේස් වැනි මහා ත්‍රස්තවාදී කඳවුරු අත්පත් කර ගනිමින්ද අප ඒකක භට පිරිස් අභිත ලෙස සතුරාට එරෙහිව සටන් වදින ලදී. නව ඒකකයක් වුවත් 59 වන සේනාංකයේ පැරණි ඒකක වලට නොදෙවනි ලෙසත් සතුරන් සමග සටන් කරමින් ඉදිරියට ගමන් කරන ලදී. නැදුන්කර්නි මුලතිව් මාර්ගයද මාන්කුලම් මුලතිව් (34)මහා මාර්ගයද අභිත ලෙස සටන් වැද පළමුවෙන්ම යුධ හමුදා ග්‍රහනයට නතු කර ගත්තේ අප 15 වන ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාවේ රණවිරුවන් විසින් බව ආඩම්බරයෙන් යුතුව සඳහන් කරමි. ඊලම් යුධ ඉතිහාසයේ පලමුවතාවට, 34 මාර්ගය ඔස්සේ මුලතිව් දෙසට ගමන් කරන විට මුලතිව් නගරයට පෙර හමුවන විශාලම නගරය වන මුල්ලියාවේලි නගරය හා ගම්මානය යුධ හමුදාවට මෙන්ම 59 වනසේනාංකයට නතුකර දුන්නේ 15 ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදාවේ අභිත රණවිරුවන්ය.

මෙවන් සුවිශේෂී ජයග්‍රහන මැද පලමු බළඇණි දින සංවත්සරය මුලතිව් මුල්ලියාවේලි නගරයේදී ආගමික වතාවත් වලට මුල්තැන දෙමින් ඉතාමත් චාම් අන්දමින් පවත්වන්නට යෙදුනි. උත්සව කටයුතු ආරම්භ කරමින් අණදෙන නිලධාරී විසින් සම්මාන මුරය පිළිගන්නා ලදි. ජාතික ධජය අණදෙන නිලධාරී විසින්ද ඒකක ධජය දෙවන අණදෙන නිලධාරී විසින්ද එසවමින් අණතුරුව පැරණි සම්ප්‍රධානයන්ට අනුව යමින් "ජාතික ගීය", "යුධ හමුදා ගීතය" හා රෙජිමේන්තු ගීතය වාදනය කරන ලදී. පසුව ආගමික වතාවත් පැවැත් වූ අතර ඒකකය වෙනුවෙන් සටන් වැද මියගිය සියලුම නිලධාරීන් හා අනෙකුත් රණවිරුවන් සිහිකර විනාඩි 2ක නිශ්ශබ්දතාවයක් පවත්වන ලදි. පවත්නා ක්‍රියාන්විත තත්ත්වය මත ආරක්ෂක වළල්ලෙන් පැමිණි භට පිරිස්ද සම්බන්ද කර ගනිමින් සියලු දෙනාටම තේ පැන් සංග්‍රහයක් බළඇණි මුලස්ථානයේදී පවත්වන ලදි. පසුව රැස්ව සිටි භටපිරිස් අමතා ඒකකය වෙනුවෙන් කරන ලද සේවය අගය කරමින් කථා කල අණදෙන නිලධාරී ඒකකයේ සේවයේ නියුතු සියලුම රණවිරුවන් හා ඔවුන්ගේ පවුල් වල සමාජිකයනට"ත්" සිවිල් සේවක මහතුන්ටත් ස්තුතිය පුද කරන ලදි මෙදින විශේෂිතවූ දිවා ආහාර වේලක් ඉතා උසස් අයුරින් ඉදිරි ආරක්ෂක වළල්ලේ සේවය කරන සියලුම නිලධාරී/සෙනින් ඇතුළු සියලු දෙනාට පිළිගැන්වීමට බළඇණි දින උත්සව සංවිධායක කමිටුව විසින් කටයුතු කරන ලදි. ඉදිරියේදීද සතුරු බල බිදිමින් තව තවත් ජයග්‍රහන ශ්‍රී ලංකා යුද හමුදාවට අත්කර දෙන්නට අප බළඇණියට ධෛර්‍යය ශක්තිය ලැබේවායි ප්‍රාර්ථනය කරමි.

මුලස්ථානය 15 ශ්‍රීලපාහ

සිතන්නට යමක්

කෙනෙකුගෙ දියුණුවට බාධා ගෙනෙන විට
නිරතුරු ඔවුන් පත් වෙවී විපතකට
බොර කට කතා පතුරාලා කෙනෙකු හට
දෙවියන් සාප වේවා සුණු විසුණු කොට

බිය සැක පහල කර නැති කර සිතක සුව
රිදවන විටදි දුක්මුසු වෙයි රජෙකු වුව
කටයුතු කඩා කප්පල් කර මෙහෙල දිව
සැනසෙන අය වැනසේවා දිනක නව

රටකින් අඩක් වෙන් කරවා ගන්න සිතා
මිනිසුන් මරණ එක සුපුරුදු ලෙසම සිතා
නොකෙරෙන බොලඳ නානා විදි වචන ගොතා
අප රවටන්න එන්නෙ නම් කුමට කතා

වැඩි හිටි යන්ගෙ පටු අමනා පයට දොසේ
පොඩි අය කුමන වරදක් කෙරුනද මෙසේ
කුමාරණමට බිය වූ මුව පැටව් ලොසේ
දිවයනු බලා වාවා සිට ගමුද මෙසේ

පුංචිම පුංචි අංකුරයක් ජනිත උනා
ටික ටික මතුව විකසිත වී පුබුදු උනා
වනසා දැමුවොතින් කිරි කැටි නුවණ දැනා
පොඩි පැල වදුල රැක් ගොමුවක් නුදුරු දිනා

තැන තැන ගින්දරෙන් වනසා ලූවොත් රට
වසනට ඉතිරි වේවිද තව කෙනෙකු හට
සාමය සමාදානය රැක ගෙනම හෙට
කටයුතු කරමු කවුරුත් යන ගුණය විට

ගඟදිය ඇදී එන විට කොතෙකුත් බාදා
ආවත් ගලායන විට නවමස් පාදා
ඒ පොදු දහම සිතකට නිදසුන් සාදා
සිංහල පුතුන් එක් වෙමු දැතම විහිදා

විෂගොර සපුන් ගැවසෙන විට පදුරේ
කවුරුත් උනත් අද දමතිය රුදු අඳුරේ
සිත සුව අහිමි කරල සාමය නැති නුදුරේ
රජ සැප ඇතත් කුමටද සුවසල් මැදුරේ

සාසෙ ජගත් රුවන්
තුවාක අංශය, ශ්‍රීලපාහ

චමත්කාර හිමිදිරිය.........

පිණිකැට වැටිලා තණ අග රැඳුනා
සිහිල් සුලං රැල් ගතේ දැවටුනා
කුරුලු ගීත දස දෙසම පැතිරුනා
හිමිදිරි අරුණාලු සෙමින් විහිදුනා

කඳු අතරින් හිරු දෙවියෝ එනවා
ගොවියෝ කුඹුරට සිමින් ඇදෙනවා
ළමා ළපටි පෙළ පාසල් යනවා
වෙල් ඉවුරේ ඇල සෙමින් ගලනවා

කෝප්‍රල් අමිල කුමාර ජේ,
ජනාධිපති ආරක්ෂක සේනාව

යුධ බිමේ සිටින සෙනෙහෙ බර අයියන්ඩි වෙත

විදු පියසෙන් සමු අරං
සොඳුරු තාරුණ්‍යයකට
පැමිණි දා සිට
බලාපොරොත්තු
හද පුරවා ගෙන
නොවේද ඔබ
යුධ බිමට පිය මැන්නෙ
අයියන්ඩියේ..................

කුරිරු යුද්ධය නිමාවී
සාමයේ අරුණළු
පිපෙන සමයේ
ඔබේ නිල් නුවන් සතුටු
කඳුළු වගුරවා නොවේද?
අයියන්ඩියේ..............

එසේනම් මා මෙසේ පතන්නම්
දේශයම රකින ඔබ හා
සියලු සොයුරු සොයුරියන්
රැක දෙන්න දළදා සමිඳුනේ

කෝප්‍රල් අමරසිංහ ඒඒඩී ගේ නැගණිය
ඩීආර් පවිත්‍රා නිවන්ති දිසානායක

බැති බරයි

කඳුලින් පිරි මගේ ලොවට
සිනා මලක් ගෙන දිලා
ආදරයේ පුදසුන මත
බැති බරව පිය මනින්න
කියා දුන්නෙ ඔබයි.........

සෙනෙබර ආදරයක
හිමිකාරිය මම වෙන්නට
පෙර භවයක පිං කරලා
ඔබ වන් සැමියෙකු පතලා

මගේ ලොවම බැති බරයි
ඔබවත් සැමියෙකු නිසා
දෙදණ නමා නමදින්නම්
ඔබේ දෙපා යුග සඳා........

7 ශ්‍රීලපාහ
කුමාර එස්පීසීකේගේ
බිරිඳ සුනිමලි

ගොම්මන

අඳුරු අහස් ගැබ පුරා විහිදුවන
ලස්සන සිතුවම් රටා පේලියකි.....
කළුවර අහසේ ඝණදුර දුරලන
ලස්සන දසුනකි නෙත් සිත් පිනවන
එහෙත් බියකරුයි විදුලි කොටන විට....

කෝප්‍රල් ආරියරත්න පීඩබ්
ජනාධිපති ආරක්ෂක සේනාව

නිවහල් රටක් උදාකරමු

පැතිරේ යුධගිනි දැල් සැම විට උතුරේ
වැගිරේ රතු රුධිරය නිතරම උතුරේ
යෞවන වයසේ ජීවිත අකලට වැනසේ
මේ අපගේ සිංහල ලක් දෙරනේ

සුළගේ මුසුවන ජීවන සුසුමන්
සැමවිට දුටුවේ ගිලිහෙන මොහොතින්
වාදභේද කුමටද නිතරම සිහි කරමින්
සාමය පතුරමු අපසැම එකතු වෙමින්

උතුරෙත් දකුණෙත් සාමය පතුරාලා
වතුපිටි කෙත්වතු සරුසාරෙට වවලා
අපේ මව්බිම සශ්‍රීක කරවාලා
අපි සැම ජීවත් වෙමු සැමදා එක්වීලා

සාසෙ කරුණාරත්න ඩබ්එම්ජ්
ජනාධිපති ආරක්ෂක සේනාව

වන සම්පත

දිනෙන් දින විනාශය කරා ලංවන
තුරුලතා සම්පතෙහි
ඇති මහා බලවේගෙ
නොතේරෙන මිනිසුනේ
ගතවන සැම නිමේෂයකදීම
ගනු ලබන හුස්ම පොද
හැකිවේද කවර නම්
මුදලකට මිල කරනු
තාක්ෂණ දියුණුවේ මහා බලවේගයට
හසුවනා මහා ඝන තුරු වදුල්
මොහොතකින් මහ පොලොව සිපගනී
කාබන්ඩයොක්සයිඩ්, හයිට්‍රජන්, නයිට්‍රජන්
ඕසෝන් ස්ථිරය දිනෙන්දින පළුදුකර
හරිතගස ආවරණෙ
මේ නිසා ඉහළගොස්
සිදුවනා මේ මහා ව්‍යසනය හමුවේ
අනාගත ලෝකයට කෙසේනම්
පියනගමු...........

සාසෙ සම්පත් කුමාර ටීවීඑම්
ජනාධිපති ආරක්ෂක සේනාව

නොහඳුනන ආදරය

තෙලිතුඩට හසුනොවූ හරි අමුතු වර්ණයක්
ආදරය සැම සිත් හි වර්ණවත් සිහිනයක්
තේරුමක් ඇතත් එහි මහ අමුතු වචනයක්
සියලු සිත් හී ලියන එකම එක ගීතයක්

පියවි නෙත් නොදකිනා මල් හීන අසපුවක්
සුපෙම්සිත් ගිණිදවන සීත වස්සානයක්
කවියකින් ගීයකින් කියනු බැරි තාලයක්
සත්සරින් හැඩනොවූ නගන වූ රාගයක්

සාසෙ සම්පත් කුමාර ටීවීඑම්
ජනාධිපති ආරක්ෂක සේනාව

කොස් ගස ගැන අප නොදත් දෑ

ආසියාතික රටවල් වන ශ්‍රී ලංකාව, ඉන්දියාව, මැලේසියාව, ඉන්දුනීසියාව, සිංගප්පූරුව, බංගලාදේශය, පිලිපීනය, දකුණු දිග ඔස්ට්‍රේලියාව, ලතින් ඇමරිකා රටවලද, ඉතාමත්ම ජනප්‍රියම ආහාරයක් වන කොස් ගස වසර 6000කට පමණ පෙර සිට ඉන්දියාවේ වගා කර ඇති බව හා ප්‍රයෝජනයට ගෙන ඇති බව ඓතිහාසික තොරතුරු අනුව අනාවරනය වී ඇත. අශෝක අධිරාජයා ඉන්දියාව තුල ගෙවතු වගාවක් ලෙස මෙය ජනප්‍රිය කිරීමට විශාල උනන්දුවක් ගෙන ඇත.

බංගලාදේශයේ සේවය කල උද්භිද විද්‍යාඥයෙක් වන විලියම් ජැක් මහතා (1795-1822) මෙම ශාකය වෙනුවෙන් කරන ලද විශාල මෙහෙවරට ගෞරවයක් ලෙස ඉංග්‍රීසියෙන් "ජැක් ට්‍රී" ලෙස මෙය නම් කර ඇත. බංගලාදේශය හා ඉන්දුනීසියාව තුල මෙම ශාකය ජාතික වෘක්ෂය වශයෙන් ගෞරවයට පාත්‍රව ඇත. කොස් ගස අද ලෝකයේ බොහෝ රටවල මිනිසුනට ඉතා ප්‍රයෝජනවත් ශාකයක් ලෙස ව්‍යාප්තව පවතී.

කොස් ගසෙහි උද්භිත විද්‍යාත්මක නාමය :- Artocarpus Heterophyllus වේ.

පෝෂණ ගුණය :- විශාල වශයෙන් ශක්තිය අන්තර්ගතවේ. මීට අමතරව කාබෝහයිඩ්‍රේට්, ප්‍රෝටීන්, මේද, කැල්සියම්, පොස්පරස්, යකඩ, කැරොටින්, නයමින්, රිබෝජලේමින් සහ විටමින් සී අන්තර් ගතය. තවද රුධිරය ගත රෝග සමනය කරන ඖෂධීය ගුණයෙන්ද යුක්ත වේ.

දෑවමය වටිනාකම:- මෙය විශේෂ ශ්‍රේණියේ දෑව වර්ගයට අයත් වේ.

පොත පත ඇසුරෙනි.
කෝප්‍රල් සංජීව එච්ආර්එන්
12 ශ්‍රීලපාහ

ස්වර්ණමය කියමන්

- ප්‍රමාද නොවිය යුතුයි අප්‍රමාදය අන්තරාව අන්ත කොට ඇති හෙයිනි

  (විලියම් ෂේක්ස්පියර්)

- මිනිසෙකුට චිත්ත ශක්තියට වඩා වැඩි බලයක් නැත

  (රැල්ෆ් ඉමර්ෂන්)

- හදවතින් මතුවන අවංක පිරිසිදු ආශාවන් සෑම විටම ඉටුවේ.

  (මහත්මා ගාන්ධි)

- සැකයෙන් බියෙන් ජීවත් වීමට සිදු වීම මිනිසෙකුට වදින ලොකුම ශාපයයි.

  (ජොනතන් ස්වීප්ට්)

- දුප්පත් කම විදදරා ගැනීම නිවට කමකි. නියම මිනිස්කම ඊට විරුද්ධව සටන් කිරීමයි.

  (ඔලිවර් ගොල්ඩ් ස්මිත්)

- අනුන්ගේ වරදට සමාව දිය යුතුවුවද තමන්ගේ වරදට කිසි සමාවක් නොදිය යුතුය.

  (ලූසියස් සෙනෙකා)

- තම ජිවිතය සාර්ථක කර ගැනීමට නම් ඇත පෙ නෙන අදුර ගැන නොතැවී ඉදිරියට ඇති ප්‍රශ්න වලට   මුහුණ දිය යුතුය.

  (තෝමස් කලයිල්)

- අවංකකම හා සටන් කිරීමට තවම කිසිම ආයුධයක් නිපදවා නොමැත.

  (චියැං කොයිෂක්)

2 වන අණදෙන නිලධාරි තනතුර භාර ගැනීම 2(සෙව්) ශ්‍රීලපාහ

1881.04.01 වන දින ආරම්භයේ පටන් ශ්‍රීලංකා යුධ හමුදාවේ පෞඩ ඉතිහාසයකට උරුමකම් කියන 2 වන බළඇණිය ශ්‍රීලංකා පාබල හමුදා ඒකකයේ සාලාව කොස්ගම යුහ කඳවුරේදි 53 වන දෙවන අණදෙන නිලධාරි වශයෙන් මේජර් ජේ්එල් ද සොයිසා ශ්‍රීලපාහ යන ජ්‍යෙෂ්ඨ නිලධාරි පත් කිරීමෙන් පසුව 2008.11.20 වන දින එම තනතුරේ වැඩ භාරගනිමින් සම්ප්‍රධායානුකූලව පොල්තෙල් පහන දල්වා අණතුරුව පෙරවරු 8.45 පැයට යෙදී තිබු සුභ මොහොතින් බළඇණියේ දි ආරම්භක ලිපියට අත්සන් තැබූ වගයි.

විරු සුවඳ ඇත.......

මල්මිට අරන් ආවත් මගෙ පුතු නමට
තබලා යන්න නෑ ඉවසුම් තවත් හිත
මගෙ පුතුසේම තව දිවි දුන් පුතුන් හට
තනියට මයිලපිටියේ විරු සුවඳ ඇත.....
විරුවන් නිදන බිම තනියක් දැනෙන විට
නුඹේ තනි නොතනියට සුදුමල් පිපෙනවද
දෑසට කදුළු ඉනුවත් කිරි දුන් මවට
මේ උපහාර නුඹලාටයි පුතුනි අද....

මයිලපිටිය රණවිරු උද්‍යානය

කපිතන් ඒඩී ගුණරත්න ආර්එස්පී ශ්‍රීලපාහ
නිලධාරි අණදෙන, පසුමූලය, 9 ශ්‍රීලපාහ

නොමග නොයන් සෙබළුනේ

දයාබර සොයුරනේ ඔබලත් මාත් පාසලේ සාමයෙන් සමුගත් පමනින් සමාජයේ ජීවන පහස නෙත ගැටුන විට අපගේ සිත්වලට එලි දැක් උනේ දියුණු වෙමින් පවතින ලෝකය තුල අලුත් අලුත් දේවල් වල පහස ලබන්නේ කෙලෙසද යනුවෙනි. ඒ නමුත් එම අලුත් අලුත් දේවල්වල පහස ලැබීමටනම් ධනය, බලය ප්‍රධාන කරුනක් වූවා නොවද එහෙත් අපගේ පාසල් සමයෙන් ඒ කරා ජයගන්නට නොහැකි වූවා ද නමුත් පාසල් සමයෙන් ජයගත් මිනිසුන්ගේ බලය මත රටක රා-ජ්‍යයකට වී කැරලි කාර කුරිරු වූ ප්‍රභාකරන්ගේ සංවිධානයට එරෙහිව සටන් වැදීම අපගේ හිතවාදි වැසියන්ගේ අනතුරුදායක ජීවිත ගලවා ගැනීම උදාර සේවයෙන් සමාජයේ පහස ලැබීමට අපට හැකිවූවා නොවද.

මේ විලස සමාජයේ පහස ලබමින් මවුපිය, අඹුදරුවන්ගේද සතුටුදායකව ජීවත් කරවීමේ වගකීම අපහට පැවරෙන්නේ ජනරජයේ උපදෙස් මත උවත් එය අසතුටට කරුනක් ලෙස සිතා සිත කිලිටි කර නොගෙන ජීවන ගමන බාධක අතරින් ඉදිරිය කරා ගමන් කිරීමට උත්සහ වන්න සෙබලුන් වන්නෙමු. එවන් සෙබලුන්ගේ ගුනාංග පහක වැකියෙන් පෙන්වා දෙමි.

අප කරන සියලු කටයුතු වලදී ආරම්භය හරියට නිවැරදිව කල යුතුයි. ආරම්භය හරියට නොමැති තැන අවසානය වැරදිය.

අපහට යමක් ගැන සිතීමට හැකිනම් එය කිරීමේ හැකියාව අප තුලම ඇත. එය ඉටු කිරීමේ උත්සහයට අපට ගමන් කිරීමට අවශ්‍ය ඌ විට එයට ආධාරක අවශ්‍යයි. අපට තනියම ගමන් කරන්න බැහැ අවම වශයෙන් පැහැදිලි පාරක්වත් වෙන්න ඕනි. ගස්ගල්, ඇල, දොල, ගංගා, උඩින් උවත් අපට යාමට ආධාරක අවශ්‍යයි. මෙවන් සිතිවිලි මත නිතර නිතර අවධියෙන් සිටීනම් ඔබට සතුටුදායක ජයක් හිමිවනු ඇත නොඅනු මානයි.

සාසෙ ජයලත් යූපීඑන්, 2 ආබ ශ්‍රීලපාහ

Precious Memories

Your nice eyes touched my heart
Melodious voice made me glad
Dear You filled my life with light
These would give me much delight

Number of year have swiftly flown away
Your precious memories will never fade away
I did not object on your choice of way
But I shed tear on your wedding day

Capt. Tharindu Weeasinghe
"B" Coy 17 (V) SLLI

ප්‍රහේලිකා අංක 40

නිවැරදි විසඳුම්පත් 2009 ජුලි මස 15 වන දිනට පෙර එවිය යුතුය.

තරඟ කූපනය සහ තරඟ කොන්දේසි පසු පිටෙහි ඇතුළත් කර ඇත.

වයිට් හැකල් ප්‍රහේලිකාව - අංක 40

1. කුඩා කොටු නවය කින් සමන්විත වූ විශාල කොටුවක් නිර්මාණය වී ඇති අතර එවැනි කොටු නවයකින් මෙම ප්‍රහේලිකාව සම්පූර්ණ වී ඇත.

2. කුඩා කොටු නවය තුල 1 සිට 9 දක්වා වූ ඉලක්කම් නවය ඇතුලත් විය යුතු අතර එය පිළිවෙලකට අවශ්‍ය නොමැත.

3. කුඩා කොටු නවය ඇතුලත් විශාල කොටු නවය සම්පූර්ණ කල පසු 1 සිට 9 දක්වා වූ ඉලක්කම් නවය ඇතුලත් විය යුතුය.

4. ඉහත සඳහන් පරිදි ප්‍රහේලිකාව සම්පූර්ණ කල පසු සිරස් සහ තිරස්, හරස් අතට 1 සිට 9 දක්වා වූ ඉලක්කම් නවය ඇතුලත් විය යුතු අතර පිළිවෙලකට අවශ්‍ය නොවේ.

5. කුඩා කොටු නවය ඇතුලත් විශාල කොටුවක හා තිරස් සිරස් හා හරස් අතට එකතු වේ අගය 45 ක් විය යුතුය.

6. කුඩා කොටුවක් තුල හෝ සිරස්, තිරස් හා හරස් අතට අංක යෙදීමේදී එකම අංකය දෙතැනක සඳහන් නොකළ යුතුයි. සඳහන් කල හැක්කේ එක් වරකි.

වයිට් හැකල් ප්‍රහේලිකාව අංක 37

2	5	8	1	3	4	6	9	7
4	9	3	8	7	6	5	2	1
6	7	1	5	2	9	3	4	8
7	3	2	6	5	1	9	8	4
5	4	9	3	8	2	7	1	6
1	8	6	4	9	7	2	5	3
3	1	5	9	6	8	4	7	2
8	6	7	2	4	5	1	3	9
9	2	4	7	1	3	8	6	5

තරඟ කොන්දේසි

1. ප්‍රහේලිකාව පසුපස ඇති අයදුම්පත සම්පූර්ණ කර පහත ලිපිනයට තැපැල් කල යුතුයි.
2. මෙම තරඟයට වයිට් හැකල් සඟරාවේ කාර්ය මණ්ඩලයට සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වල සාමාජිකයින් හට සහභාගී විය නොහැක.
3. පළමුවන,දෙවන හා තුන්වන ජයග්‍රහන හිමිකර ගන්නා ජයග්‍රාහකයින් පිළිවෙලින් රු. 1000/-, රු.750/-, රු.500/- වශයෙන් මුදලින් තෑගි ලබාදීමට තිරණය කර ඇත.
4. විනිශ්චය මණ්ඩලයේ තිරණ අවසාන තිරණය ලෙස සැලකේ.
5. ප්‍රහේලිකා අංක 40 හි නිවැරදි විසඳුම් පත් 2009 ජුලි මස 15 වන දිනට පෙර එවිය යුතුයි.
6. නිවැරදි පිළිතුරු 3 කට වඩා ඇත්නම් කුසපත් ඇදීමෙන් තෝරා ගනුලබන ජයග්‍රාහකයින් තිදෙනෙකු සඳහා පමණක් තෑගි දීම සිදු කෙරේ.
7. පිළිතුරුපත් එවන ලියුම් කවරේ වම් පස උඩ කෙලවරේ වයිට් හැකල් ප්‍රහේලිකා අංක 40 යනුවෙන් සඳහන් කල යුතුයි.

ලිපිනය : වයිට් හැකල් කර්තෘ
වයිට් හැකල් ප්‍රකාශන අංශය
රෙම ශ්‍රීලපාහ
යුද්ධ හමුදා ජනපදය
පනාගොඩ
හෝමාගම

නිවැරදි කිරීමයි

වයිට් හැකල් සඟරාවේ 58 වන කලාපයේ පිටු අංක 26හි AFTERMATH ලිපියේ තුන්වන ඡේදයේ 2වන පේලියේ bosom යනුවෙන් මුද්‍රණය වී ඇති අතර එය besom යනුවෙන් නිවැරදි විය යුතුයි. ජයවීර ඕ ගුණරත්න මහතා හට මේ පිලිබඳව යම් අපහසුතාවයකට පත් වී ඇත්නම් ඒ වෙනුවෙන් අපි කණගාටු වන්නෙමු.

කාර්‍යය මණ්ඩලය

ප්‍රහේලිකා අංක 37හි ජයග්‍රාහකයෝ

ප්‍රථම ස්ථානය - සෙ/314440 සාසෙ ජෙරාඩ් ඒඑස්ඩී 1ආබා ශ්‍රීලපාහ, කල්මඩු, වව්නියාව.

දෙවන ස්ථානය - වීඩී තනුජා දිල්හානි නො. 340/ඩී01 මඩකඩකන්ද පාර, කතන්විල, හොරණ

තෙවන ස්ථානය - සෙ/306877 කෝප්‍රල් වික්‍රමසිංහ එන් 8 ශ්‍රීලපාහ, අන්තරායන්කුලම්, කිලිනොච්චිය.

වයිට් හැකල් ප්‍රහේලිකාව

අංක 40

කූපනය

අංකය :....................................

නිලය :....................................

නම :....................................

රාජකාරී ලිපිනය :....................................

....

....

ඒකකය :....................................

හැ.පත් අංකය :....................................

තම ජව සම්පන්නවූ තුරුණු විය ලක් දෙරණේ හෙට දිනය උදෙසා කැපකළ වීරෝධාර රණවිරුවන් 198 දෙනෙකු ශ්‍රී ලංකා යුධ හමුදාවට එක්වූ වගයි

රෙම ශ්‍රීලපාහ පුහුණු පාසල පනාගොඩ වෙතින් ආධුනික සෙබළුන් 198 දෙනෙකු තම මාතෘ භූමිය බෙදුම්වාදී ත්‍රස්තවාදීන්ගෙන් මුදවා ගැනීම සඳහා වර්ෂ 2008 වූ දෙසැම්බර් මස 10 වන දින රෙම ශ්‍රීලපාහ සරඹ භූමියේදී විසිර යන ලදී. එම විසිරයාමේ උත්සවයේ ප්‍රධාන ආරාධිත අමුත්තා වශයෙන් ලුතිනන් කර්නල් ටීජේ කොඩිතුවක්කු ආර්ඩබ්ලිව්පී ශ්‍රීලපාහ යන ජ්‍යෙෂ්ඨ නිලධාරි සහභාගි වන ලදී.

ආධුනික පුහුණු පාඨමාලා අංක 71 (නිත්‍ය) සඳහා විවිධ රෙජිමේන්තු මධ්‍යස්ථාන වෙතින් ආධුනික සෙනින් 211ක් මෙම පුහුණු අංශය වෙත රපෝර්තු කල අතර ඔවුන් අතරින් ආධුනිකයන් 198 දෙනෙකු විසිර යාමෙන් පසු ක්‍රියාඅම උපදෙස් පරිදි පහත සඳහන් පරිදි රෙජිමේන්තු මධ්‍යස්ථාන වෙත ලබාදෙන ලදී. රෙම ශ්‍රීලපාහ 95 රෙම ගැහේබ 18 රෙම ගරෙ 58 රෙම විපාරෙ 25 රෙම සබුබ 2.

සති 14 පාඨමාලා කාලසීමාව තුල ආධුනික සෙනින් හට රණබිම් ක්‍රම යුධ උපක්‍රම, සිතියම් කියවීම, අවි පුහුණුව වැනි දේ ප්‍රගුණ කර ලද අතර පිටත අභ්‍යාසයන් තුලින් රැකසිට පහරදීම්, ක්ෂණික ක්‍රියා සරඹ භූමි නිරීක්ෂණය සහ වනයේ ලැගුම් ගැනීම සහ ප්‍රායෝගික පුහුණුවීම් සිදුකරන ලදී.

ආධුනික සෙනින් 198 දෙනෙකු සමඟ තරඟ කර සෑම අතින්ම අතිශූර සෙබළාට හිමි කුසලානය සෙ/204627 ආසෙ ලක්මාල් කේආර්ආර්එස් විසින් ලබා ගන්නා ලදී.

ප්‍රධාන ආරාධිත අමුත්තා වශයෙන් සහභාගිවූ ලුතිතන් කර්නල් ටීජේ කොඩිතුවක්කු ආර්ඩබ්ලිව්පී ශ්‍රීලපාහ විසින් විසිර ගිය ආධුනික සෙනීන් අමතමින් වර්තමානයේ යුධ හමුදා විසින් උතුරු නැගෙනහිර ප්‍රදේශවල දියත් කරන මානුෂික මෙහෙයුම් සිදුකරනු ලබන විරෝධාර සෙබළුන්ට හා විසිරයාමේ පෙළපාලිය නැරඹීමට පැමිණි සෙබළුන්ගේ ආදරණීය දෙමාපියන්හට තම ස්තුතිය පුද කරන ලදී.

පුහුණු අංශය රෙම ශ්‍රීලපාහ

ශ්‍රී ලංකා පාබල හමුදා සංගමයේ විසි වන මහ සභා වාරය ඉතා උත්කර්ෂවත් අයුරින් සැමරූ වගයි