කාන්තා සවිය

2023

ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ ප්‍රකාශනයකි

කාන්තා සවිය
2023

කාන්තා සවිය

උපදේශකත්වය
යමුනා පෙරේරා
ලේකම්
කාන්තා, ළමා හා
සමාජ සවිබලගැන්වීම් අමාත්‍යාංශය

චම්පා උපසේන
අධ්‍යක්ෂ
ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය

අධීක්ෂණය
නයනා සිංගප්පුලිගේ
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ
ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය

සංස්කරණය
දිලිනි මධුභාෂිනී සමරකෝන්

සංස්කරණ සහාය
පවිත්‍රා රසාංජලී ජයරත්න
තුර්කා සිවදාස්
සශිකා ආරියවංශ
උමේෂා කල්පනී
දිනේෂා දිල්හානි
චතුරංග කුමාර
ඉෂානි පීරිස්

කවරය සහ පරිගණක පිටු නිර්මාණය
යශිකා නිලුක්ෂි අමරවංස

ප්‍රකාශනය
ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය
තෙවන මහල, සෙත්සිරිපාය අදියර 11
බත්තරමුල්ල

දුරකතන - 0112186348 ෆැක්ස් -0112187271
ඊමේල්-womensbureau.wa@gmail.com

පෙළගැස්ම

1 පුංචි දෝණි අම්මා කෙනෙකි හෙට දවසේ පවුලක් රකින	1-4
2 ආර්ථික අර්බුදය හමුවේ අපේ පෝෂණය	5-8
3 ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය වැළැක්වීමේ පනත පිළිබඳව දැන ගමු	9-13
4 ළමා විවාහ සහ ලිංගික අපරාධ	14-16
5 කිලි	17
6 ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය පිළිබඳ තිරසාර සංවර්ධන ඉලක්ක සහ ප්‍රායෝගික ශ්‍රී ලාංකේය ජන සමාජය තුළ ස්ත්‍රිය සතු වන ස්ථානය	18-21
7 මානව විද්‍යාත්මක ජීව විද්‍යාත්මක හා මනෝවිද්‍යාත්මකව ස්ත්‍රිය හා පුරුෂයා පිළිබඳ කෙටි විශ්ලේෂණයක්	22-25
8 Working Women in Sri Lanka and Flexibility in Working Arrangements	26-29
9 Digital අවකාශයේ කාන්තා ඔබ	30-32
10 මානසික යහපැවැත්ම ප්‍රවර්ධනය කරමු	33-34
11 உடைந்த கண்ணாடி	35-42
12 ළමුන් හා කාන්තාවන් සඳහා ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර සමාජයක්	43-45
13 ස්වයං ඇගයීමේ ප්‍රශ්න ක්‍රමය (Self Evaluation question method)	46-47
14 කාන්තාව සවිබල ගැන්විය යුත්තේ ඇයි ?	48-51
15 අපේ ගමටත් කාන්තා කාර්ය සංවිධානයක්	52-53
16 පොල් ලෙලි කැබලි සහ දහයියා අඟුරු කාබනික පොහොර නිෂ්පාදන ව්‍යාපෘතිය	54-55
17 දේශීය අමු ද්‍රව්‍ය උපයෝගීකර ගනිමින් නැගී සිටින දිරිය කතුන්	56
i දැවවලින් නිෂ්පාදිත ලී භාණ්ඩ නිමැවුම් හා සැරසිලිකරණ ව්‍යාපෘතිය	57-58
ii මුල් ඇඳුම් නිෂ්පාදන ව්‍යාපෘතිය	59
iii කන්ඩියුට් / පී.වී.සී. බට උපයෝගීකර ගනිමින් බෙන්ඩ් නිෂ්පාදනය කිරීමේ ව්‍යාපෘතිය	60
18 කවි	61-62
▪▪ සාර්ථක ව්‍යවසායක කාන්තාවන් අගය කිරීමේ වැඩසටහන ප්‍රතිඵල	

මෙම කෘතියේ පළ කර ඇති ලිපිවල අදහස් සහ අයිතිය
එම ලේඛකයාගේ බව සැලකිය යුතුය

කාන්තා, ළමා කටයුතු රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ අමාත්‍යතුමියගේ පණිවුඩය

දියණියක්, බිරිඳක්, මවක්, මිත්තණියක් ලෙස ජීවන ගමනෙහි බර සිය දෙවුර මත දරා ඉන් සෝ සුසුම්ද සිනහවද සම මෙත් සිතින් දරා ජීවිතයට මුහුණ දෙන්නී ඇයයි. උත්තරීතර මව් පදවියෙන් පිදුම් ලබන්නා වූ වාසනාවන්ත වූ සෑම ගැහැනියකටම මම ගෞරව කරමි. මෙවර කාන්තා දිනයේදීද අපි අපගේ ප්‍රණාමය හා ගෞරවය එම ගෞරවනීය චරිතයට පුද කරමු.

සමාජයේ පහළම ස්ථරයේ සිට ඉහළම ස්ථරය දක්වා වූ මෙන්ම ජාතිය, කුලය හෝ රැකියාව මත වෙනස්කොට නොසලකා සියලු කාන්තාවන් තම දියණියක්, මවක්, සොහොයුරියක් හෝ මිත්තණියක් ලෙස ගෞරවය ලැබිය යුතුමය.

පෙරදිග රටක් ලෙසින්ද රටේ බහුතර ප්‍රජාව කාන්තාවන් වුවද ගෘහස්ථ හිංසනය සමාජ අපහාස, චෝදනා, දික්කසාද, අවිවාහකව දරුවන් ලැබීම පමණක් නොව වීදි ගණිකාව ආදී එකී මෙකී නොකී සෑම කාන්තා චරිතයක්ම ආරක්ෂා කිරීමට අප බැඳී සිටී. ඇයට අවමන් කිරීම, අපකීර්තියට පත් කිරීම් ඉදිරියේ නීතියෙන් හෝ අස්වැසිල්ලක් ලැබිය යුතුය. අසාධාරණයක් සිදු වුවහොත් උසාවිය, පොලීසිය ඇත්තේ ඔබ වෙනුවෙනි.

ග්‍රාමීයව මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇබ්බැහි වූ පිරිමින් නිසා අසීමිත දුක් පීඩාවන්ට මුහුණ දීමට කාන්තාවට සිදු වේ. අසරණ වූ කාන්තාවට නිසි රැකවරණයක් අවශ්‍ය වේ. පිටරට රැකියාවට යන ඇයට ඇයගේ ආරක්ෂාවට සියළු තානාපති කාර්යාල බැඳී සිටිය යුතු අතර ඇය වහලියක් නොවන බව තරයේ සිහි තබා ගත යුතුය.

රාජ්‍ය, අර්ධ රාජ්‍ය හෝ පෞද්ගලික යන කුමන අංශයක වුවද පුරුෂයාට සමාන වැටුපක් ලැබීමේ හැකියාව ඇයට හිමිවිය යුතුය. ඇයට සෑම අවස්ථාවකදීම ස්ත්‍රී පුරුෂ සම අයිතිය ලබා දිය යුතුය. ව්‍යවසායකත්ව කාන්තාව නගා සිටුවමින් ඇයට ඇයගේ හැකියා, අධ්‍යාපන තත්ත්වය ඉහළ නංවා ගනිමින් ඇයට දෙපයින් නැගීසිටීමට අවශ්‍ය ශක්තිය ලබා දිය යුතුය.

ගීතා සමන්මලී කුමාරසිංහ
රාජ්‍ය අමාත්‍ය
කාන්තා, ළමා කටයුතු රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශය

කාන්තා, ළමා කටයුතු හා සමාජ සවිබලගැන්වීම් අමාත්‍යාංශයේ ලේකම්තුමියගේ පණිවුඩය

අපරිමිත අභියෝග මැද ජීවිතය දෙස මධ්‍යස්ථ ආස්ථානයකින් බැලීමට ලැබී ඇති නිසර්ග හැකියාව ගැහැනියට පමණක් අනන්‍ය වූවකි. සමාජ, ආර්ථික මෙන්ම මානව සාමාජීය අභියෝගයන්ට මුහුණ දෙමින්, ඊට පෙරළා අභියෝගයක් වන පරිදි සිය ජීවිත හැඩගස්වා ගැනීමට ඈ ලබා ඇති පන්නරය එහිම අගනා ප්‍රතිඵලයකි. එසේ වුවද, සංවර්ධනය වෙමින් පවත්නා රටක නිරතුරුව වෙනස් වන ආර්ථික හා සමාජීය අභියෝග තේරුම් ගනිමින් හා ඒවා එලෙසින්ම භාර ගනිමින්, සිය පෞද්ගලික හා වෘත්තීය ජීවිතයේ වගකීම් ඉටු කිරීම සඳහා අනවරත අරගලයක නියැලීමට ඇයට සිදුව තිබෙන බව අප පිළිගත යුතුය.

වත්මන් සමාජය තුළ ගැහැනිය ඉටුකරන සංකීර්ණ භූමිකාව පිළිබඳ අවබෝධයෙන්, සිය ශක්තීන් ඉස්මතු කරගැනීම සඳහා ඇයට ශක්තිමත් අත්වැලක් වෙමින්, ස්වාධීනව නැගී සිටීම සඳහා ඇයට අවකාශය සැකසීමේ වගකීම අද අප ඉදිරියේ ඇත. ඒ වගකීම් පිළිබඳ නිසි අවබෝධයෙන් දැයේ කාන්තාවන්ට අවශ්‍ය දැනුම හා කුසලතාව අත්කරදීමෙන් ඇයට මග පෙන්වීමට මෙම අමාත්‍යාංශය යටතේ ක්‍රියාත්මක ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය පෙරමුණ ගෙන කටයුතු කරයි. සිය වපසරිය තවත් පුළුල් කර ගනිමින් ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය 2023 ජාත්‍යන්තර කාන්තා දිනය "ඇය; දැයේ අභිමානයයි" යන තේමාව යටතේ සැමරීම සඳහා පියවර ගෙන තිබේ.

ඒ නිමිත්තෙන් හා සිය කාර්යභාරය පිළිබඳ දැනුම සන්නිවේදනය කිරීමේ අරමුණින් ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය විසින් පළකරන "කාන්තා සවිය" සඟරාවට මාගේ සුභාසිංසන එක්කරමි.

යමුනා පෙරේරා
ලේකම්
කාන්තා, ළමා කටයුතු හා සමාජ සවිබලගැන්වීම් අමාත්‍යාංශය

ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ අධ්‍යක්ෂතුමියගේ පණිවුඩය

කාන්තාවක් ලෙස ශක්තිමත්ව නැගීසිටීමට මෙන්ම ඇය තුළින් ගොඩනැගෙන සුවිශේෂී ශක්‍යතාවයෙන් මුළු ලොවක් සුවපත් කළ හැකි වන අයුරින් ඇයට ස්වාධීනව සිය ආර්ථික, සමාජීය, කාර්යයන්ට මුහුණ දීමට අවශ්‍ය ශක්තිය පන්නරය ලබා දීම හා ප්‍රාග්ධනය සැපයීම අපගේ කාර්යභාරයයි.

කාන්තාවක් ලෙස ඇය සමාජයේ දක්වන විවිධ භූමිකාවන් ඔස්සේ බෙහෙවින් කායික, මානසික අභියෝගයන්ට මුහුණදීමට සිදු වේ. එහිදී ස්ත්‍රියක් ලෙස ඇයට දරා ගැනීමේ ශක්තිය මෙන්ම ස්වයං අභිප්‍රේරණ කුසලතා වර්ධනය ද අතිශය වැදගත් වේ. කාන්තා, ළමා කටයුතු හා සමාජ සවිබලගැන්වීම් අමාත්‍යාංශයේ ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය යටතේ දිවයින පුරා විහිදී සිටින නිලධාරීන් මගින් ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන විවිධ වූ වැඩසටහන් තුළින් එලෙස අභියෝග හමුවේ පෙරට ඇදෙන කාන්තා ප්‍රජාව වෙත අවශ්‍ය ව්‍යවසායකත්ව දැනුම, කුසලතා වර්ධනය ආකල්ප සංවර්ධනය මෙන්ම අත්දැකීම් හුවමාරුව හා සමාජ අවබෝධය ලබා දීමට ද කාන්තා සවිය සඟරාව අත්වැලක් සපයනු ඇත.

චම්පා උපසේන
අධ්‍යක්ෂ
ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය

පුංචි දෝණි අම්මා කෙනෙකි හෙට දවසේ පවුලක් රකින

2023

කේ.වී.එල්.නිරෝධා සඳකුමාරි
වනිතා සංවර්ධන නිලධාරි
ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය
බද්දේගම.

මානව සමාජයේ තිබෙන වැදගත්ම, ශක්තිමත්ම, සෑම පුද්ගලයෙක්ම අනිවාර්යයෙන්ම සම්බන්ධ වන, තම ජීවිතය හැඩගස්වා ගැනීම කෙරෙහි දැඩි ලෙස බලපාන ප්‍රාථමික ඒකකය නොහොත් කේන්ද්‍රීය ඒකකය පවුලයි.

මූලික වශයෙන් විවාහයක් පදනම් කර ගනිමින් පවුලක් බිහි වන අතර, පවුලේ සැමියා හා බිරිඳට එම පවුල තුළ විශාල කාර්යභාර්යයක් පවතියි. පුරුෂයකු හා ගැහැනියක අතර ඇති වන නීත්‍යානුකූල ලෙස ලිංගික සබඳතා ඇති කිරීමේ නෛතික ගිවිසුමක් වශයෙන් සමාජ විද්‍යාත්මක ඇසින් විවාහය යන්න හඳුනා ගත හැකිය. එසේ පුරුෂයකු හා කාන්තාවක් මූලික වෙමින් ආරම්භ කරන පවුල පසුකාලීනව දරුවන් ලැබීම තුළින් තවදුරටත් විකාශනය වේ.

දුවෙක් ගෙදරට මැණිකක්

පියෙකුට සැනසෙන්න හේතු කෝටියක්

අම්මාගේ අහිංසක බලාපොරොත්තුවක්

දවසක දිනන තුරු ජීවිතේ

පරිස්සම් කර ගත යුතුයි - දරා ලොකු වෙහෙසක්

එවන් දියණිය වේවි දිනෙක

තවත් පවුලක් රකින අම්මා කෙනෙක්

පවුලකින් ආරම්භ වන දියණියකගේ ජීවිතය මූලිකව ගලාගෙන ගොස් තවත් පවුලක් නිර්මාණය කිරීම, නව කැදැල්ලක් ගොඩනගා ගැනීමට මංපෙත් විවර කරයි. පුංචි දියණිය මතු යම් දිනෙක තනා ගන්නා නව කැදැල්ලට ශක්තිමත් අඩිතාලමක් සපයනු ලබන්නේ ඇය හැදී වැඩුණු ඇයගේම පවුලයි. ඇය ජීවත්වන වටපිටාවෙන් ලබන පන්නරයයි.

විවාහ ජීවිතයක් තුළ ඇති වන වගකීම්, යුතුකම්, කැපකිරීම් මනා අවබෝධයෙන් තේරුම් ගැනීම සාර්ථක විවාහයකට මංපෙත් විවර කරයි. හුදෙක් වර්තමානයේ අප නෙත ගැටෙන්නේ විවාහය සහ ආදරය අතර Market වන බැඳීමක් වීම අවාසනාවට කරුණකි. විවාහය යන්න තුළ ඇති වගකීම්, යුතුකම් හා කැපකිරීම් පිළිබඳ අවබෝධයෙන් තොරව එය ඇතැම් චිත්‍රපටයක පෙන්වන අන්දමේ සුන්දර සිහිනයක්ය, යන මුලා වීම එම විවාහයේ මරණ සළකුණු පෙන්නුම් කරන්නකි.

විවාහය හුදෙක්ම නොගැලපීම් ගලපාගෙන ඉදිරියට යා යුතු පිවිතුරු බැඳීමක් මිස Test කර බැලීමක් නොවේ. විවාහය මිනිස් සමාජයේ පවුලත්, කැදැල්ලත් ගොඩනගා

ගැනීමට දමන අත්තිවාරමකි. එනම්, විවාහය මිනිස් සමාජයේ පදනම වේ. සමාජයේ සැකැස්ම හැඩගස්වනු ලබන්නේ ද විවාහය මගිනි. විශේෂයෙන්ම ස්ත්‍රියක් හා පුරුෂයෙක් හට ජීව විද්‍යාත්මක, මනෝ විද්‍යාත්මක, සමාජීය, ආචාරධාර්මික හා අධ්‍යාත්මික මට්ටමේදී පෞරුෂ සංවර්ධනය “ආදරය” විරුද්ධ ලිංගිකයන් මුණ ගැසීම ආදී විවිධ අවශ්‍යතා ඉටුකර ගත හැකි විවාහය හැර වෙනත් ආයතනයක් නොහොත් සංස්ථාවක් මානව සමාජයේ හඳුනා ගත නොහැක.

සමාජීය වශයෙන් මෙන්ම පුද්ගල ජීවිතයේ පරිපූර්ණත්වය සඳහා ද මිනිසෙක් හා කාන්තාවක් අතර ශාරීරික, නීතිමය හා සදාචාරමය වශයෙන් ඇති කරනු ලබන සම්බන්ධතාවය විවාහය ලෙස විස්තර කළ හැකිය. එසේම සමාජ සැකැස්ම නොනවත්වා ඉදිරියට යැම සහතික කිරීම පිණිස දරුවන් බිහි කිරීම, ඔවුන් පෝෂණය කිරීම හා ඔවුන්ගේ අනාගත අභිවෘද්ධිය සඳහා යොමු කිරීම විවාහ සංස්ථාව මගින් සිදුවන බැවින් විවාහය යන්න පාරිශුද්ධ බන්ධනයක් (Sacred Union) ලෙසද හඳුන්වාදිය හැකිය. (Karunanayaka 2000(13) මනුෂ්‍යයාට ඔවුන්ගේ චිත්තවේගීය (Emotional), සංස්කෘතිකමය (Culture) හා ආර්ථිකමය (Economic) අවශ්‍යතා සංතෘප්ත කර ගැනීම සඳහා ද විවාහ සංස්ථාව උපකාරී වේ. එය “පවුල” නම් පළමු මිනිස් සමාජයේ ආරම්භය සනිටුහන් කරයි. නූතන සමාජයේ නව පවුල් තනා ගන්නා ආදරණීය දියණියන් බොහෝමයක් මෙකී පිවිතුරු බැඳීමක් සහිත විවාහය අත්හදා බැලීමට (Test) පමණක් කැටිකොට ගැනීම දරුණු ඛේදවාචකයකට මානව සමාජය ඇද බැඳ තබන්නට අවකාශය සපයනු ඇත.

ගැහැණු දරුවකු හිතුවක්කාර විවාහයකට යොමු වීම තුළ සැමියා ඇතුළු සමාජයේම චෝදනාව එල්ල වන්නේ බහුල වශයෙන්ම පවුලක ආදරණීය බිරිඳ වෙතය. දියණියගේ මව වෙතය. මවක් වශයෙන් නිවැරදිව දියණියක් හැදුවේ නැත යන චෝදනාව ඇයට එල්ල වේ. පවුල් පරිසරයේ කරුණු සලකා බලන විටෙක බොහෝවිට දියණිය එබඳු තත්ත්වයකට යොමු වී ඇත්තේ දියණියගේ පියාගේ බීමත්කම නිසා හෝ පවුලේ දරිද්‍රතාවය තුළින් ඇති වනු ලබන පීඩනය නිසා විය හැකිය. නමුදු ඍජුවම පවුලක දියණියක් එවැනි තත්ත්වයකට පෙලඹී ඇති විටෙක චෝදනාව ගලා යන්නේ මවට වීම සාමාන්‍ය සමාජ ජීව සාධකය වී ඇත. ඒ නිසා පුංචි දෝණි දවසක දිනන තුරු ජීවිතය, මවක් ඇය පරිස්සම් කර ගත යුතුය. ඒ සඳහා මව ලොකු වෙහෙසක් දැරිය යුතුය. පවුලක පුංචි දියණියක් මතු දිනෙක පවුලක මවක් වන තුරුම ඇයගේ මව සෙවනැල්ල මෙන් ඇය පසුපස සිටින්නේ මේ නිසාම විය හැකිය.

අපගේ සමාජයේ ඈත අතීතයේ සිටම කාන්තාව සතු වූ පෞරුෂය, පිළිගැනීම මාතෘත්වය සමඟ බැඳී පැවතුනි. ඒ නිසාම මවක් ලෙස ඇය ගෘහයේ සියලු වගකීම් දරනා උත්තම ගැහැණිය විය. එහෙත් එදිනෙදා ජීවිතයේ ගෘහණියක් ලෙස ඇයගෙ න් ඉටුවන කාර්යභාරය සඳහා හුදෙක් අවලාද මිසක් එතරම් වටිනාකමන් නොලැබුණි. ඒ සියල්ල ඇය විසින් කාන්තාවක් වශයෙන් ඉටුකළ යුතු වගකීම් සම්භාරයක් ලෙස සමාජගත වී තිබුණි. හුදෙක් දියණියන්ගේ වැරදිවලට පවා ඇය වැරදිකාරිය කර ඇත්තේ මේ නිසාම විය හැකිය. හුදෙක් ස්ත්‍රීත්වයට අර්ථයක් දීමේදී ස්ත්‍රීහු අහසින් අඩක් උසුලා සිටිති. යනුවෙන් ප්‍රකට චීන කියමනක් ද හඳුනාගත හැකි අතර සැබැවින්ම සිතා බලන

කල්හි මවට ද අහසට මෙන් නිදහසක් නැත යැයි පැවසීමේ වරදක් නැති බව පසක් වනු ඇත.

ඕනෑම සමාජයක මානව යහපැවැත්ම වෙත යන දිගු ගමනක මූලාරම්භය ස්ත්‍රීත්වය සතු බව පැහැදිලි සත්‍යයකි. ගැහැනියට ගෞරව කරන සමාජය උතුම් කොට සලකන්නේ එබැවිනි. වර්තමාන සමාජයේ හරි අඩකටත් වැඩි කොටසක් සිටින්නේ කාන්තාවන්ය. එවැනි ළඳුන් අතරින් බහුතරයක් සිටින්නේ වැඩ ඇරී වැඩට එන කාන්තාවන්ය. මෙලොවට බිහිවන සෑම බිළිඳියකටම බොහෝවිට යම් දිනෙක යුවතියක, බිරිඳක හා මවක ලෙස සිය ජීවිතයට මුහුණ දීමට සිදු වෙයි. ඈ පවුලක මවක් ලෙස කාන්තාව විඳින දුක හා සැප කැටි කොටගත් ජීවිතය හෙට දිනයේ තම දියණියට නව පවුලක මවක ලෙස අරඹන්නට සිදුවෙනු ඇත. එනම් මතු දිනෙක වැඩ ඇරී වැඩට එන ගැහැනිය බවට ඔබේ පුංචි දියණියත් පත්විය හැකිය. මෙවන් දිරිය දියණියක් සුරක්ෂිත කිරීම මුළුමහත් සමාජයේම වගකීමකි.

පවුල, ආගම, අධ්‍යාපනය තුළින් ආකල්පමය වෙනසක් ඇති කිරීම ඇයට සිදුවන හිංසනය අවම කිරීමට හැකි පදනමක් සපයනු ඇත. ගැහැණිය ආත්ම පරිපූර්ණත්වයට පත්වීම යනු සමස්ත සමාජයේ අභිවෘද්ධියෙහි පදනම සවිමත් වීමකි. එබැවින් කාන්තාව කෙරෙහි ගෞරවනීය හා සුබවාදී ආකල්ප වර්ධනය කිරීම, ඇය බලගැන්වීමේ ප්‍රධාන ක්‍රියාමාර්ගයක් මෙන්ම ඇයගේ ජීවිතය සුරක්ෂිත කිරීමක් ද වනු ඇත.

බිළිඳකව ඉපදී පුංචි දියණියක ලෙස කෙළිලොල් වන ඇය වැඩිවිය පැමිණ නව යොවුන් වියට පා තබා තරුණියක ලෙසින් ජීවිතය දකිමින් පෙම්වතිය වී මනාලිය වී බිරිඳ වී දරුවන් ලැබූ මවක් වන විට ඇගේ ආදරය දෙන්නියක මිස ඇයටත් ආදරය අවශ්‍ය බව බොහෝ දෙනාට අමතක වනු ඇත. හෙට දිනයේ ඔබේ පුංචි දියණිය බිරිඳක්, මවක් ලෙස ජීවිතය පුරාවටම ඔබට සවියක් වන විට ඔබේ ආදරය ඇයට පෙන්වන්නට ඔබ නිහතමානී වන්නේ නම් ඇය සැබැවින්ම හෙට දවසේ පවුලක් රකින හොඳ අම්මා කෙනෙකු වනු ඇත.

ඇය...

ගෞරවයේ නාමයෙන් දිනෙක සවිමත් දයණියයි

ක්කරුකමේ නාමයෙන් දිනෙක සවිමත් සිසුවියයි

ප්‍රේමයේ නාමයෙන් දිනෙක සවිමත් පෙම්වතියයි

ස්නේහයේ නාමයෙන් දිනෙක සවිමත් පතිනියයි

දයාවේ නාමයෙන් දිනෙක සවිමත් මෑණියයි

හැදියාවේ නාමයෙන් දිනෙක සවිමත් ගැහැණියයි

ආර්ථික අර්බුදය හමුවේ අපේ පෝෂණය

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය

පවත්නා ආර්ථික අර්බුදකාරී වාතාවරණයත් සමග පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ පෝෂණ තත්ත්වය පවත්වා ගැනීම පිළිබඳව බොහෝ දෙනාගේ අවධානය යොමු වී තිබෙනවා. මිල අධික ආහාර වෙනුවට පහසුවෙන් සපයාගත හැකි, සාපේක්ෂව මිලෙන් අඩු, පෝෂ්‍යදායී විකල්ප වෙත යොමුවීමට මේ මොහොතේ අපට සිදු වී ඇත.

මස් සහ මාළු වර්ග මිලෙන් ඉහළ මෙවන් අවස්ථාවක ආහාර වේලේ අත්‍යවශ්‍ය සංඝටකයක් වන ප්‍රෝටීන් සපයා ගැනීම සඳහා අපට විවිධ විකල්ප භාවිතා කළ හැකියි. දිනපතා ප්‍රෝටීන් අවශ්‍යතාවය වෙනුවෙන් බිත්තර එකක් හෝ බාගයක් ආහාරයට එකතු කර ගැනීම, ආහාර වේලට හාල් මැස්සන් කුනිස්සන් වැනි කැල්සියම් හා ප්‍රෝටීන් බහුල ආහාර එක්කර ගැනීම මෙන්ම ප්‍රෝටීන් බහුල ශාකමය ආහාර වන දඹල, අවර, බෝංචි, පරිප්පු, සෝයා, පියලි ඇට වර්ග, කොට්ටම්බා සහ කොස් ඇට වැනි ආහාර කෑම වේලට එක්කර ගැනීම සිදු කළ හැකිය.

විටමින් සහ ඛනිජ ලවණ අවශ්‍යතාවය සපුරා ගැනීමට කොළ එළවළු හා පලා වර්ග මැල්ලුම් සහ සම්බෝල ලෙස සැකසීමේදී දෙහි/ තක්කාලි වැනි ඇඹුල් ද්‍රව්‍ය එකතු කිරීමෙන් ඒවායෙහි ඇති යකඩ ශරීරයට පහසුවෙන් උරා ගැනීම සිදු වෙනවා. මෙම කොළ වර්ගවල අඩංගු මේදයේ දියවෙන විටමින් වර්ග (A,D,E,K) ශරීරයට උරා ගැනීම වැඩි කිරීමට පොල්තෙල් හෝ වෙනත් තෙල් වර්ගයක් ඊට එකතු කිරීමේ හැකියාව ලැබේ. වෙනදාට ඉවතලන හාල් මැස්සන් ඔළු බැද කුඩු කර ව්‍යංජනවලට එකතු කිරීමෙන් ඒවායේ රසය සහ පෝෂණ ගුණය ඉහළ නංවා ගන්නට හැකිය. ශරීරයේ අස්ථි සහ දත් වර්ධනයට මෙන්ම නිරෝගී ක්‍රියාකාරීත්වයට දිනපතා අවශ්‍ය විටමින් D ප්‍රමාණය ලබා ගැනීමට පෙරවරු 10ත් සවස 3ත් අතර කාලය තුළ විනාඩි 15 - 30 හිරු එළියට නිරාවරණය වීමෙන් හැකියාව ලැබේ.

ගෙවත්තේ වැවෙන හෝ දේශීය වශයෙන් සපයා ගත හැකි පළතුරු වර්ග වැඩි වශයෙන් ආහාරයට ගැනීමත් හැකිතාක් විවිධත්වයෙන්, විවිධ වර්ණයෙන් යුතු එළවළු සහ පලතුරු භාවිතා කිරීමත් විටමින් සහ ඛනිජ ලවණ සපයා ගැනීමේදී ඉතා වැදගත්, සාපේක්ෂව මිලෙන් අඩු නමුත් පෝෂණයෙන් ඉහළ වැව් මාළු, හුරුල්ලන්, සාලයින්, හාල්මැස්සන් කීරමින් වැනි කටු සහිත මාලු වර්ග මෙවන් අවස්ථාවක ප්‍රෝටීන් හා කැල්සියම් අවශ්‍යතාවය සපුරා ගැනීමට ඉතා වැදගත්ය.

පිෂ්ඨය සපයා ගැනීම සඳහා කොස්, දෙල්, බතල, මඤ්ඤොක්කා වැනි ආහාර වර්ග භාවිතා කළ හැකියි. ඇතැම් ප්‍රදේශවල බහුලව සපයා ගත හැකි රාජ අල, හුලන්කීරිය, හිඟුරල, බුත්සරණ, වැල්අල වැනි පෝෂණීය අල වර්ග අපට අමතක කළ නොහැක. කොස් ගෙඩියේ මදුළු, ඇට පමණක් නොව සිවිඩි, ඉරි වැනි කොටස්වලිනුත් රසවත් සහ පෝෂණීය ආහාර වර්ග සකසාගෙන භාවිතා කළ හැකිය.

නව යොවුන් වියේ දරුවන්ගේ පෝෂණය

ස්ත්‍රී පුරුෂ භේදයකින් තොරවම නව යොවුන් අවදියේදී සීඝ්‍ර ලෙස ශරීරය වර්ධනය වේ. මේ නිසා මේ කාලයේ විශාල ශක්ති ප්‍රමාණයක් වගේම ප්‍රෝටීන් කැල්සියම් හා යකඩ වැඩි ප්‍රමාණයක් ශරීරයට අවශ්‍යය. අස්ථි වර්ධනය ඉතා වේගවත් නිසා කැල්සියම් හා විටමින් D අවශ්‍යතාවයත් ඉහළ යයි. මේ අවධියේ දී පිරිමි දරුවන්ටත් වඩා නව යොවුන් වියේ ගැහැනු දරුවන්ට වැඩි වශයෙන් යකඩ අඩංගු ආහාර අවශ්‍ය වේ.

පූර්ව ගර්භණී සහ ගර්භණී මව්වරුන්ගේ පෝෂණය

ගර්භණී සමයේ දී නිසි පරිදි බර වැඩිවීම සිදුවීමට නම් අවශ්‍ය කැලරි ප්‍රමාණය ආහාර මගින් ලබා ගත යුතුය. කාබෝහයිඩ්‍රේට්, ප්‍රෝටීන්, විටමින් සහ ඛනිජ ලවණ වැනි සෑම කාණ්ඩයකටම අයත් ආහාර ගැබිනි මවකගේ ආහාර වේලට ඇතුළත් විය යුතුයි. ප්‍රමාණවත් පරිදි කෙඳි සහිත ආහාර ලබා ගැනීමෙන් සහ දිනකට ප්‍රමාණවත් පරිදි ජලය පානය කිරීමෙන් මලබද්ධය වළක්වා ගත හැකියි. එමෙන්ම මධ්‍යසාර සහ සක්‍රීය හෝ අක්‍රීය දුම් පානයෙන් ඈඩිව වැළකිය යුතුයි.

සෞඛ්‍ය සම්පන්න සමබල ආහාර වේලක් සඳහා උපදෙස්

නිරෝගී සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවිතයක් ගත කිරීම සඳහා විවිධ ආහාර කාණ්ඩ නිවැරදි ප්‍රමාණවලින් සමන්විත සමබල ආහාර වේලක් ගැනීම බෙහෙවින් උපකාරී වේ. මෙමගින් එදිනෙදා ජීවිතය ක්‍රියාශීලීව ගත කිරීම, ආහාර හා බැඳුනු රෝගවලින් ආරක්ෂා වීම, සියලුම ආකාරයේ විෂම පෝෂණය (මන්ද පෝෂණය, අධි පෝෂණය හා ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ඌණතාවය) වැළැක්වීම වැනි කෙටි කාලීන සෞඛ්‍ය ප්‍රතිලාභ මෙන්ම බෝ නොවන රෝග (NCDs) වලින් ආරක්ෂා වීම, ප්‍රතිශක්තිය වැඩි දියුණු කිරීම වැනි දීර්ඝ කාලීන ප්‍රතිලාභ ද ඔබට ලැබේ.

සමබර ආහාර වේලක් යනු පුද්ගලයෙකු විසින් ඔහුගේ/ඇයගේ ශක්ති සහ පෝෂක අවශ්‍යතා සපුරා ගැනීම සඳහා නිර්දේශිත ප්‍රමාණවලින් දවස පුරා පරිභෝජනය කළ යුතු ආහාර එකතුවයි.

එබැවින් සියලු පෝෂක අඩංගු වන ලෙස,

1. ධාන්‍ය සහ පිෂ්ඨය අඩංගු ආහාර
2. එළවළු සහ කොළ පැහැති පළා වර්ග
3. පියලි/ඇට වර්ග, මාළු, බිත්තර සහ තෙල් කොටස් ඉවත් කළ මස්
4. පලතුරු
5. නැවුම් කිරි සහ පැසවන ලද කිරි නිෂ්පාදන
6. තෙල් සහ තෙල් සහිත බීජ හා ඇට වර්ග

යන ආහාර කාණ්ඩ හය ම ඇතුලත් වන පරිදි විවිධත්වයෙන් යුතු ආහාර දිනපතා ගැනීම ද විවිධ වර්ණයෙන් යුතු ආහාර ගැනීම ද මෙහිදී වැදගත් වේ.

ධාන්‍ය හා පිෂ්ඨය සහිත ආහාර මගින් ඔබගේ දෛනික ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා අවශ්‍ය ශක්තිය ලබා දෙයි. සහල්, තිරිඟු, මෙනේරි, කුරක්කන් වැනි ධාන්‍ය මෙන්ම පාන්, පිට්ටු, රොටි, ඉඳි ආප්ප වැනි ධාන්‍ය ආශ්‍රිත නිශ්පාදන ද අල, මඤ්ඤොක්කා, බතල, ඉන්නල, කිරි අල වැනි අල වර්ග මෙන්ම කොස්, දෙල් වැනි එල වර්ගද මෙසේ ශක්තිය ලබා දෙන ආහාර වේ. මේවා දෛනික පරිභෝජනය සඳහා නිර්දේශිත ප්‍රමාණවලින් පමණක් ගැනීම වඩාත් සුදුසු වේ. පාහින ලද ධාන්‍ය හා ඒවායේ නිෂ්පාදන වෙනුවට තම්බන ලද/ නිවුඩු සහිත සහල් ඇතුළු කුරුට්ට සහිත ධාන්‍ය හා ධාන්‍ය නිෂ්පාදන ආහාරයට ගැනීමට සැලකිලිමත් වීම වැදගත් වේ.

දවසකට අවම වශයෙන් එළවළු වර්ග 2ක්, පලා වර්ගයක් හා පලතුරු වර්ග 2ක් ආහාරයට ගැනීමෙන් සිරුරට අවශ්‍ය විටමින් හා ඛනිජ ලවණ ප්‍රමාණවත් පරිදි ලැබෙනවා ඇත. එනම් දවසකට එළවළු වර්ග දෙකකින් මේස හැඳි හයක්වත් හා පලා වර්ගයකින් මේස හැඳි 3ක්වත් සමඟ පලතුරු වර්ග දෙකක් යන ආකාරයෙන් මෙම ආහාර ගැනීම මගින් ඔබව ලෙඩ රෝග වලින් ආරක්ෂා කරයි.

සෑම ආහාර වේලකටම පරිප්පු, කඩල, මුං ඇට, සෝයා වැනි පියලි ඇට වර්ගයකින් මේස හැඳි 3ක් හෝ මාලු, බිත්තර හෝ තෙල් කොටස් ඉවත් කළ මස් යන ඒවායින් එකක් එකතු කර ගත යුතුය. මේ ආහාර මගින් ඔබේ ශරීරයේ වර්ධනයත් අලුත්වැඩියාවත් සිදු කරයි. සෞඛ්‍ය සම්පන්න වැඩිහිටියකුට දිනපතාම වුණත් බිත්තරයක් ආහාරයට ගත හැකිය.

හැකි සෑම විටම නැවුම් දියර කිරි බීම, නැවුම් දියර කිරිවලට මුහුන් යොදා මුදවා ගත් කිරි හා යෝගට් ආහාරයට ගැනීම මගින් ඔබේ දත් සහ අස්ථි වර්ධනයත් අලුත්වැඩියාවත් සිදු කරයි.

කජු, රට කජු වැනි ඇට, වට්ටක්කා හෝ තල වැනි තෙල් සහිත ඇට අහුරක් දිනපතා ආහාරයට ගන්න. එමගින් ඔබට හිතකර මේදය ලබා දෙයි. මේවා ඔබගේ දෛනික ක්‍රියාවන් සඳහා අවශ්‍ය ශක්තිය සපයයි. එමෙන්ම ශරීරයේ වර්ධනය හා විවිධ පරිවෘත්තීය ක්‍රියා ඉටු කිරීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය වේ.

අප පුහුණු කළ යුතු හොඳ ආහාර පුරුදු මොනවාද?

1.කෑමට ලුණු එකතු කර ගැනීම හා ලුණු අධික කෑම ගැනීම සීමා කරන්න. ඔබ දිනකට ආහාරයට ගන්න ලුණු ප්‍රමාණය තේ හැන්දකට සීමා කරන්න.

2.පැණි බීම, බිස්කට්, කේක්, රස කැවිලි සහ සීනි ආදේශක සීමා කරන්න. ඒවගේම, හැකිතරම් කෑම හා බීමවලට සීනි එකතු කර ගැනීම සීමා කරන්න.

3."වතුර" සෞඛ්‍ය සම්පන්නතම පානයයි. සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිටීමට හා ඔබේ සිරුර විජලනය වීමෙන් වළක්වා ගැනීමට දිනපතා වීදුරු 8-10 (ලීටර් 15 -20) පානය කරන්න.

4. පිරිසිදු හා වස විස නැති ආරක්ෂිත ආහාර කෑමට ගන්න. මේ සඳහා ඔබේ ගෙවත්තේ ඉඩකඩ ඇති පරිදි ගෙවතු වගාවකට යොමු වීමෙන් ආරක්ෂිත ආහාර සපයා ගන්නා අතරම ආර්ථික සහනයක් ද ඔබට ලැබෙනවා ඇත.

5. හැකි සෑම විටම නැවුම් ආහාර ද්‍රව්‍ය යොදා ගෙන හා නිවසේදීම පිලියෙල කරගත් ආහාර කෑමට ගන්න. සැකසූ හා අධි සැකසූ ආහාර සීමා කරන්න. ඒවගේම රසායනික ද්‍රව්‍ය යොදා සකස් කරන ලද බෝතල්, ටින් හා පැකට්වල අසුරන ලද ආහාර සීමා කරන්න.

6. තවද ආහාර මිලට ගන්නා හැම විටම කෑම ඇසුරුම්වල ඇති ලේබල කියවන්න.

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය වැළක්වීමේ පනත පිළිබඳව දැන ගමු

නීතිඥ නෞෂල්‍යා රාජපක්ෂ

ඕනෑම ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියාවක් වැළැක්වීම සඳහා සහ ඊට සම්බන්ධ කරුණු සඳහා ස්ථාපිත වූ පනතක් වශයෙන් මෙම පනත හඳුන්වා ගත හැක.

2005 අංක 34 දරණ ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩක්‍රියා වැළැක්වීමේ පනතෙහි 23 වන වගන්තිය

මෙම වගන්තිය ප්‍රකාරව '**ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය**' යන්නෙන් අදහස් වෙන්නේ අදාළ තැනැත්තා විසින් තම නිවසේ හෝ නිවසින් බැහැරව, වින්දිතයා හට සිය පෞද්ගලික සම්බන්ධතාවය මත එල්ල කරන ශාරීරික ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ මානසික හිංසනයයි.

මෙහිදී **'අදාළ තැනැත්තා' යනුවෙන් අදහස් වෙන්නේ,** පීඩාවට පත් තැනැත්තාගේ;
කලත්‍රයා, පෙර කලත්‍රයා, සහවාස සහකරු හෝ ඔවුන්ගේ හෝ වින්දිතයාගේ;
පියා, මව, සීයා, ආච්චි, සුළුමව,
පුතා, දුව, මුණුබුරා, මිණිබිරිය, සුළු පුතා, සුළු දියණිය,
සහෝදරයා, සහෝදරිය, අර්ධ/සුළු සහෝදරයා, අර්ධ/සුළු සහෝදරිය
දෙමාපියන්ගේ සහෝදර සහෝදරියන්
සහෝදරයකුගේ හෝ සහෝදරියකගේ ළමයා,
දෙමාපියන්ගේ සහෝදරයකුගේ හෝ සහෝදරියකගේ ළමයා.

මෙහිදී කිසිඳු ලිංගභේදයකින්, වයස් භේදයකින් හෝ වෙනත් භේදයකින් තොරව නීතියේ පිහිට පැතීමට හැකිවන අතර, (ප්‍රසිද්ධ මතයට පටහැනිව) තම විවාහක/ සහවාස සහකරුට පමණක් නොව, තම නිවසේ වෙසෙන කිනම් හෝ ඉහත සඳහන් ඥාතිත්වය දරන පුද්ගලයෙකුට එරෙහිව මෙම පනත යටතේ නීතිමය ක්‍රියාමාර්ග ගත හැකිය.

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය යටතට අදාළ වන වරදකාරී ක්‍රියාවන් මෙසේ පනතේ දක්වා තිබේ.

2005 පනතේ 23 වන වගන්තිය සහ පළවන උපලේඛණය යටතේ ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය යනු;

දණ්ඩ නීති සංග්‍රහයේ XVI පරිච්ඡේදයට අයත්;

මනුෂ්‍ය ශරීරය සම්බන්ධ වැරදි හා ජීවිතය සම්බන්ධ වැරදි
ගබ්සා කිරීම හෝ නූපන් දරුවන්ට පාඩු කිරීම, ළදරුවන් අත්හැරයාම හා දරු උපත් සැඟවීම
තුවාල කිරීම
අයුතු අවහිරය හා අයුතු සිර කර තැබීම
ස්ත්‍රී දූෂණය සහ ව්‍යභිචාරය
සාපරාධී බලහත්කාරය හා අඩන්තේට්ටම් කිරීම
පැහැර ගැනීම, වහල්භාවය
අස්වාභාවික සහ බරපතල ලිංගික අපයෝජනයන්
ඇතැම් වැරදිවලට අදාළ කරුණු ප්‍රකාශයට පත් කිරීම

දණ්ඩ නීති සංග්‍රහයේ 372 වන වගන්තියට අනුව "**බලෙන් ලබාගැනීමේ**" වරද යනු වරදකරු විසින් වින්දිතයාව 'යම් දේපළක්' (හෝ වටිනා ඇපයක් හෝ වටිනා ඇපයකට හැරවිය හැකි යමක්) බලෙන් දීම සඳහා යම් පාඩු කිරීමේ බියක් ඕනෑකමින්ම ඇතිකරමින් ඔහුව වංක ලෙස පෙළඹවීමයි.

දණ්ඩ නීති සංග්‍රහයේ 483 වන වගන්තියට අනුව "සාපරාධී බියගැන්වීම, නින්දා කිරීම, හා අප්‍රසන්නතාවය" යනු තැති ගැන්වීමක් ඇති කරවන අදහසින් හෝ තර්ජනය ක්‍රියාත්මක කරවීම වැළැක්වීමේ මාර්ගයක් වශයෙන් තමා නීත්‍යානුකූලව කිරීමට බැඳී නැති ක්‍රියාවක් කරවීමට හෝ තමා නීත්‍යානුකූලව කිරීමට බලය ඇති යම් ක්‍රියාවක් නොකර හැරවීමට යමකු, යම් තැනැත්තෙකුගේ ශරීරයට හෝ දේපලවලට හෝ ඔහු සම්බන්ධතාවයක් දක්වන වෙනත් තැනැත්තකුගේ ශරීරයට හෝ කීර්තියට පාඩුවක් කරන බවට තර්ජනය කිරීම සාපරාධී බියගැන්වීම වේ.

ඉහත සඳහන් කිසියම් වරදක් කිරීම හෝ වරදක් කිරීමට තැත් කිරීම මෙසේ අයත්ය.

'උද්වේගශීලී බැණ වැදීම' - මෙයට බරපතල අවමන් සහ අපහාස ඇතුලත් ක්‍රියාකලාප සහ බරපතල ක්ෂණික පීඩාවක් ඇති කිරීමේ හැකියාව ද අයත්ය.

ගෘහස්ථ හිංසනයෙන් අගතියට පත් පාර්ශවයකට (වින්දිතයාට) පොලිස් පැමිණිල්ලක් ගොනු කළ හැකියි.

ගෘහස්ථ හිංසනයක් සිදුවී ඇති, සිදු වන හෝ සිදු කිරීමට ඉඩ ඇති විට යම් පුද්ගලයෙකුව ආරක්ෂා කිරීමේ ආඥාවක් ඉල්ලා මහේස්ත්‍රාත් අධිකරණය වෙත ඉල්ලීමක් කළ හැකිය.

එම ඉල්ලීම ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර පීඩාවට පත් පාර්ශ්වය මේ සම්බන්ධයෙන් පොලිස් පැමිණිල්ලක් කිරීම අනිවාර්ය නොවේ.

එවැනි අයදුම්පතක් පීඩාවට පත් පාර්ශ්වයට හෝ පීඩාවට පත් පාර්ශ්වය වෙනුවෙන් ශ්‍රී ලංකා පොලිසියේ නිලධාරියෙකුට ඉදිරිපත් කළ හැකිය. පීඩාවට පත් තැනැත්තා ළමයෙකු වන විට, භාරකරුවෙකු හෝ ළමයා පදිංචි ස්ථානයේ පදිංචි පුද්ගලයෙකුට ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියට එවැනි අයදුම්පතක් ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

පීඩාවට පත් තැනැත්තා හෝ අදාළ පුද්ගලයා තාවකාලිකව හෝ ස්ථිරව පදිංචිව සිටින හෝ ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියාව සිදු කර ඇති, සිදුවන හෝ සිදු වීමට ඉඩ ඇති ස්ථානයේ අධිකරණ බල සීමාව තුළ පවතින මහේස්ත්‍රාත් අධිකරණයට එම ඉල්ලීම කළ යුතුය.

අතුරු ආඥා පනතේ 4 වන වගන්තිය ප්‍රකාරව, මහේස්ත්‍රාත්වරයා විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද අයදුම්පත වහාම සලකා බැලීමෙන් පසු, පරීක්ෂණය අවසන් වන තෙක් 'අතුරු ආඥාවක්' (තාවකාලික නියෝගයක්) ලබා දෙමින් වගඋත්තරකරුවන්ට නොතීසි නිකුත් කළ හැකි අතර, එමගින් ආරක්ෂක ආඥාවක් (මාස 12ක කාලයක් බලපැවැත්වෙන) නිකුත් කරන තෙක් හෝ එම අතුරු ආඥාව ඉවත් කරන තෙක් වගඋත්තරකරු කිසිදු ආකාරයක ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්ව ක්‍රියාවක් සිදු කිරීම හෝ සිදු කිරීමට කටයුතු සැලැස්වීම වළක්වනු ලැබේ.

ගෘහස්ථ හිංසනය සම්බන්ධ පරීක්ෂණයක්, ඉල්ලීම ඉදිරිපත් කළ දින සිට දින 14 ක් ඇතුළත පැවැත්විය යුතුය.

අතුරු ආඥාවක් නිකුත් කර ඇති විටෙක, අධිකරණය විසින් සමාජ සේවකයෙකුට හෝ පවුල් උපදේශකවරයෙකුට හෝ පාර්ශ්වයන්ට උපදේශන පවත්වන ලෙස නියෝග කළ හැකිය. නැතහොත් අතුරු නියෝගය නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක කරනවාද යන්න අධීක්ෂණය කර වාර්තාවක් ඉදිරිපත් කරන ලෙස නිලධාරියෙකුට නියෝග කළ හැකිය.

ආරක්ෂක ආඥා නිසි ලෙස දැනුම් දී ඇති විටෙක වගඋත්තරකරු අධිකරණයේ පෙනී සිටිය ද නොසිටිය ද, පනතේ 8 වන වගන්තිය ප්‍රකාරව අධිකරණය විසින් අයදුම්පත සලකා බලා ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩක්‍රියාවක් සිදුවීම වැළැක්වීමේ අවශ්‍යතාවය සැලකිල්ලට ගෙන සහ පීඩාවට පත් තැනැත්තාගේ ආරක්ෂාව සහතික කිරීම සඳහා ආරක්ෂණ නියෝගයක් නිකුත් කරනු ලැබේ.

පනතේ 10 වන වගන්තිය ප්‍රකාරව, ආරක්ෂණ ආඥාවක් ලබා දෙන්නේ නම්, එය මාස 12 නොඉක්මවන කාලයක් සඳහා බලාත්මක වේ.

පනතේ 11 වන වගන්තියේ, අතුරු ආඥාවක හෝ ආරක්ෂණ ආඥාවක බලාත්මක වන තහනම් කිරීම් දක්වා ඇති අතර ඒ අතුරින් ;

පීඩාවට පත් තැනැත්තා සහ වගඋත්තරකරු හවුලේ වාසය කරන ස්ථානයට හෝ පීඩාවට පත් තැනැත්තාගේ පදිංචිය, සේවා ස්ථානය, පාසල, තාවකාලික නවාතැන් ආදියට ඇතුළුවීම හෝ,

පීඩාවට පත් තැනැත්තා හෝ පීඩාවට පත් තැනැත්තාගේ දරුවන් සමඟ සම්බන්ධතාවයක් ඇති කර ගැනීම හෝ ඒ සඳහා උත්සාහ කිරීම හෝ ඔවුන් පසුපස ලුහුබැඳීම.

පීඩාවට පත් තැනැත්තාට උපකාර කරන ඥාතියෙකුට, මිතුරෙකුට, සමාජ සේවකයෙකුට හෝ වෛද්‍ය නිලධාරියෙකුට හිංසා කිරීම.

විවාහක නිවාස විකිණීම හෝ පීඩාවට පත් තැනැත්තාව අසරණ කරන එවැනි ක්‍රියාවන් ආදිය තහනම් කරනු ලැබේ.

පරිපූරක ආඥාව පීඩාවට පත් තැනැත්තා හෝ වගඋත්තරකරු විසින් කරන ලද අයදුම්පතක් සැලකිල්ලට ගනිමින් අධිකරණය සිද්ධිමය සාධක මත සෑහීමකට පත් වන්නේ නම්, නිකුත් කර ඇති ආරක්ෂණ නියෝගයක් වෙනස් කිරීම, නවීකරණය කිරීම, ප්‍රත්‍යාදිෂ්ට කිරීම, දීර්ඝ කිරීම හෝ අවලංගු කිරීම සිදු කළ හැකිය.

පනතේ 16 වන වගන්තිය ප්‍රකාරව එක් කලත්‍රයෙකු අනෙක් කලත්‍රයාට එරෙහිව පිළිගත් සාක්ෂිකරුවෙකු වේ.

පනතේ 18 වන වගන්තිය යටතේ, අතුරු ආඥාවක් හෝ ආරක්ෂණ ආඥාවක් වගඋත්තරකරුවෙකුට එරෙහිව නිකුත් කර ඇති විට, ඔහු / ඇය එවැනි නියෝගයකට අනුකූලව කටයුතු කිරීම පැහැර හැර ඇත්නම්, එවිට ඔහු / ඇය වැරදිකරුවෙකු වන අතර, මහේස්ත්‍රාත්වරයකු ඉදිරියේ ලඝු නඩු විභාගයකින් පසු වරදකරු කරමින් රුපියල් දස දහසක් නොඉක්මවන දඩයකට හෝ වසරකට නොවැඩි කාලයක් සඳහා බන්ධනාගාරගත කිරීමකට හෝ එකී දඬුවම් දෙකටම යටත් කළ යුතුය.

21 වන වගන්තිය ප්‍රකාරව පීඩාවට පත් තැනැත්තාට වෙනම සිවිල් නඩුවක් හෝ අපරාධ නඩුවක් පැවරීමට ඇති අයිතිය අහිමි කරන බව මෙම පනතේ සඳහන් නොවේ.

සහන පැතිය හැකි රජය විසින් ස්ථාපිත ස්ථාන

සෑම පොලිස් ස්ථානයකම පවතින කාන්තා සහ ළමා අංශය

ළමා හා කාන්තා අපයෝජන නිවාරණ කාර්යාංශය
180/19 ග්‍රෑන්ඩ්පාස් පාර, කොළඹ 14
0112 444 444

අපරාධයක වින්දිතයන් සහ සාක්ෂිකරුවන් ආරක්ෂා කිරීම සඳහා වූ ජාතික අධිකාරිය
පලමු මහල, 428/11 A, ඩෙන්සිල් කොබ්බෑකඩුව මාවත, බත්තරමුල්ල.
0112 879 539

අධිකරණ අමාත්‍යාංශය - අංක 19, ශ්‍රී සංඝරාජ මාවත, කොළඹ 10.
0112 431 846

ශ්‍රී ලංකා මානව හිමිකම් කොමිෂන් සභාව
14, ආර්.ඒ. ඩි මෙල් මාවත, කොළඹ 04
0112 505 575

"මිතුරු පියස"
කාසල් වීදිය කාන්තා රෝහල,
කොළඹ 08
0112696231

උපකාරක සේවා ඇමතුම් අංක
1938 - කාන්තා උපකාරක සේවා ඇමතුම් අංකය
011 2 186063 - ජාතික කාන්තාා කමිටුව - පැමිණිලි අංශය
011 2 671411 / 011 2671401 - කාන්තා පිහිට

ළමා විවාහ සහ ලිංගික අපරාධ

ආර්.ඒ.ඩී. අනුෂා එදිරිසිංහ
ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය (අපරාධ විද්‍යාව)
අධ්‍යක්ෂ
ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවී අධ්‍යයන කේන්ද්‍රය
කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය

වර්තමාන සමාජය තුළ දරුවන්ට එරෙහිව සිදු වන්නා වූ ලිංගික අපරාධයන්හි අවසාන ප්‍රතිඵලය වන්නේ ළමා මව්වරු සංඛ්‍යාව ඉහළ යාමයි. විශේෂයෙන් ගැහැනු දරුවා මවක් බවට පත්වීම සඳහා සෘජුවම බලපාන්නේ ඔවුන්ට සිදුවන බරපතල ලිංගික අපයෝජන වන ව්‍යවස්ථාපිත ස්ත්‍රී දූෂණ සහ ව්‍යභිචාරයයි. පහත සංඛ්‍යා දත්ත මගින් ද ගැහැනු දරුවන්ට සිදු වන ලිංගික අපරාධ අපට පැහැදිලි කරගත හැකිය.

ස්ත්‍රී දූෂණ 2018-2020

වයස අවු. 16ට අඩු කැමැත්ත සහිතව				වයස අවු 16ට අඩු කැමැත්ත රහිතව		
2018	2019	2020		2018	2019	2020
1199	1185	1292		248	285	315
වයස අවු 16-18 අතර				ව්‍යභිචාරය		
2018	2019	2020		2018	2019	2020
71	72	51		24	34	50

(ශ්‍රී ලංකා පොලිස් පර්යේෂණ සහ සංවර්ධන අංශය)

මෙම දත්ත අනුව දරුවන්ට බලහත්කාරයෙන් මෙන්ම දරුවාගේ කැමැත්ත සහිතව කරන ලද ලිංගික අපරාධ මගින් දරුවා ගර්භණීභාවයට පත්විය හැකිය. ස්ත්‍රී දූෂණ අපරාධ අතුරින් බහුලවම වාර්තා වන්නේ වයස අවුරුදු16 ට අඩු කැමැත්ත සහිතව සිදු කළ දූෂණයන්ය. 2019 වසරේ මෙකී අපරාධ 1185ක් වාර්තා වූ අතර 2020 වසර තුළ ස්ත්‍රී දූෂණ අපරාධ 1292 ක් වාර්තා වී ඇත. වින්දිත කැමැත්ත නොමැතිව වයස අවුරුදු 16 ට අඩු ළමුන්ගේ අපරාධ 2019 වසරේ 285 ක් වාර්තා වූ අතර 2020 වසරේ දී එම ප්‍රමාණය 315 වූ අතර එය 10%ක ඉහළ නැගීමකි. වයස අවුරුදු 16-18 අතර ගැහැනු දරුවන්ට සිදු වූ ස්ත්‍රී දූෂණ ගත්විට එහි 2019 ට සාපේක්ෂව 2020 වර්ෂයේ දී 29% ක පහළ බැසීමක් දැකගත හැකිය. මේ සඳහා සමාජය තුළ පැවති විවිධ සමාජ ආර්ථික සාධක බලපා ඇත.

ගැහැනු දරුවකු වැඩිවිය පැමිණීම (Puberty) සමග ඇය මාතෘත්වයට සුදුසුකම් ලබයි. එම ජීව විද්‍යාත්මක පරිණතිය සිදුවන මෙම කාලපරිච්ඡේදය තුළ විවිධ කාමාතුරයන්ගේ හිංසන ක්‍රියා නිසා ළමා මව්වරු බවට ඔවුහු පත් වී අධ්‍යාපන අයිතීන් පවා අහිමි වී බරපතල සමාජ අවමානයට ලක්වෙයි. මේ නිසා බොහෝ දරුවන්ගේ සමාජ ආර්ථික අයිතීන්ට පහර ගැසෙනු ඇත. එනිසා ඕනෑම තැනැත්තෙකුට ලිංගික කැමැත්ත දෙන වයස, අවුරුදු 18 ලෙස සංශෝධනය කිරීම සඳහාත් විවාහ වන වයස අවුරුදු 18 කරන ලෙසත් යෝජනා කරමි.

පවුල් සංස්ථාව තුළ මෙන්ම ප්‍රජාව තුළ මෙම ළමා විවාහ, ළමා ගර්භණීභාවයේ පවතින හානිකර තත්ත්වයන් පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම සිදු කළ යුතුය. රාජ්‍ය ආයතන මෙන්ම රාජ්‍ය නොවන ආයතනයන් මගින් මෙකී කටයුත්ත සිදු කළ හැකිය. ඒ සඳහා වාර්ෂික ක්‍රියාකාරී සැලසුම් තුළ ළමා ගර්භණීභාවය බහුල පළාත් හෝ දිස්ත්‍රික්ක තෝරා ගැනීම යෝග්‍ය වනු ඇත. මේ සඳහා යෝග්‍ය දිස්ත්‍රික්ක ලෙස අනුරාධපුර, පොළොන්නරුව, අම්පාර යනාදි දිස්ත්‍රික්කයන්හි දැනුවත් කිරීම සිදු කළ හැකිය.

ළමයා ආශ්‍රිතව සිදුවන මෙවැනි ලිංගික අපයෝජන මෙන්ම ඔවුන් වැඩිහිටියන් සමග මෙවැනි සබඳතා ගෙන යාමට කිසිඳු ආකාරයේ සහාය දැක්වීමක් නොකළ යුතුය. එමඟින් දරුවන්ට සිදුවන ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවී හිංසනය මෙන්ම දරුවාගේ අධ්‍යාපන අයිතිය තහවුරු කළ හැකිය. එබැවින් සමාජය තුළ සිටින පුද්ගලයන්ට මේ පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම ස්ත්‍රී දූෂණ ආශ්‍රිත දඬුවම් පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම ඉතා වැදගත් වනු ඇත. ළමා මව්වරුන්ගේ ප්‍රශ්නය උදෙසා එය නිවාරණය සඳහා කළ යුත්තේ කුමක්ද? යන්න අපගේ අවධානය යොමු විය යුතුයි. ඒ සඳහා වැදගත්වන ප්‍රතිපත්තිමය තීන්දු තීරණ ගැනීම වැදගත් වනු ඇත.

සමාජ සංස්ථා සතු කාර්යභාරය

ලිංගික අධ්‍යාපනය පිළිබඳ තේමාව ශ්‍රී ලාංකේය ප්‍රජාව අකමැති නමුත් කතා බහට ලක් විය යුතු මාතෘකාවක් වෙයි. ඒ තුළින් ගැහැනු දරුවන් ලිංගිකත්වය පිළිබඳ දැනුවත් කළ යුතුයි. පාසල් පෙළ පොතට මෙම මාතෘකා ඇතුළත් කළා වුවද එය පන්ති කාමරය තුළ ඉගැන්වීම සඳහා ගුරුවරුන් පුහුණු කිරීම සුදුසු කාලය එළැඹ ඇත. දැනටමත් එය යුනෙස්කෝ ව්‍යාපෘතියක් තුළින් ආරම්භ කළ අතර මේ වන විට එම ව්‍යාපෘතිය කොවිඩ්

වසංගතය සමග අතරමග නැවතී ඇති අතර ඒ සඳහා ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය සහ කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලයේ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවී අධ්‍යයන කේන්ද්‍රය (Centre for Gender Studies) සම්පත් දායකත්වය සපයා ඇත. ළමයාට තම ශරීරයේ අයිතිය පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම ඉතාමත් වැදගත් කාරණයක් වන අතරම එය ලිංගික අයිතියකි. (Your body is your right) ඔබගේ ශරීරය අන් අයට අයිති නැති බවත් එය තමා සතු දෙයක් බව පැහැදිලි කිරීම ඉතා වැදගත්ය. විශේෂයෙන් දරුවාගේ මනස මෙන්ම ශරීරය ළමා විවාහ සඳහා සුදුසු මට්ටමක නොපවතින අතර එය ඔවුන්ගේ ළමා කාලය උදුරා ගැනීමකි. ඒ පිළිබඳ දැනුවත් කළ යුතුයි.

අපරාධ නීතිය තුළ පවතින හිඩැස සම්පූර්ණ කිරීම උදෙසා කටයුතු කිරීමෙන් ගැහැනු දරුවන්ගේ ආරක්ෂාව තහවුරු කළ හැකියි. වයස අවුරුදු 16 දී ලිංගික කැමැත්ත දිය හැකි වයස වන අතර වයස අවුරුදු 18 විවාහ වන වයස ලෙස ලංකාවේ සිදු කර ඇති තහවුරු කිරීම තුළ වයස 16-18 අතර ගැටලු පැන නැගී ඇත. ගැහැනු දරුවෙකු ලිංගික කැමැත්ත දුන්න ද, ඇය ගර්භණීභාවයට පත් වුවද ඇය විවාහ කර දීම ගැටලුවකි. පොලීසියට මෙම සංසිද්ධින් වාර්තා වුවද එකී ගැටලුව විසඳීම සඳහා ක්‍රමෝපායන් නොමැත. මෙම තත්ත්වය නිවාරණය උදෙසා නීතිමය වශයෙන් කටයුතු කිරීම වැදගත් වෙයි.

ඔබ කිසිදු ආකාරයකින් ගැහැනු දරුවන්ට මෙවැනි හිංසන අපරාධ සිදු වනු දුටුවහොත් අදාළ ආයතනයන් වෙත එය වහා වාර්තා කළ යුතුයි. ඒ සඳහා පවතින ළමා දුරකථන සේවා භාවිත කිරීමට මහජනයා පෙළඹවිය යුතුයි. සෑම විටකම ළමා විවාහ සිදුවීම නීත්‍යානුකූල නොවන බවත් එය ළමා අයිතීන් උල්ලංඝනය කරනු ලබන අවස්ථාවක් බවත් පෙන්විය යුතුයි. දරුවෙකුට සිදු වන මෙවැනි හානිකර තත්ත්වයන් තුළ ඇයට තම කුසලතා හැකියාවන් වර්ධනය කිරීමට අවකාශ නොලැබෙන අතර ඇයගේ අනාගතය කුඩා කලදීම වැළලීමක් මෙහිදී සිදු වනු ඇත. මෙම තත්ත්වය වටහා ගනිමින් කටයුතු කිරීමට වැඩිහිටියන් වගබලා ගත යුතුයි.

ළමා ගර්භණීභාවය බරපතල සමාජ ගැටලුවක් බැවින් මෙම තත්ත්වය ඉවත් කිරීම සඳහා විශේෂයෙන් පවුල් සංස්ථාව සතු වගකීම ඉතා වැදගත් වෙයි. බහුතරයක් බිඳුණු පවුල් සංස්ථා (Broken families) තුළින් සිදුවන මෙම සමාජ ගැටලුව වැළැක්වීම සඳහා දරුවන්ගේ සුරක්ෂිතභාවය පිළිබඳ දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම පාසල් වැඩසටහන් තුළින් විශේෂයෙන් ගැහැනු සහ පිරිමි දරුවන් දැනුවත් කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වන අතර එය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාල, පරිවාස දෙපාර්තමේන්තුව, වනිතා කටයුතු අමාත්‍යාංශය, ළමා ආරක්ෂණ අධිකාරිය මෙන්ම රාජ්‍ය නොවන ආයතන හරහා ද සිදු කළ හැකිය. ඒ අනුව දැනුම බෙදා හැරීම තුළින් කාන්තාවන් සහ ගැහැනු දරුවන්ට අදාළ නෛතික ප්‍රතිපාදන පැහැදිලි කළ යුතුයි. එමෙන්ම දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම සහ සාර්ථක පවුල් ජීවිතයක් සඳහා උපදෙස් ලබාදීම වැනි වැඩසටහන් මගින් එය සිදු කිරීම ඵලදායී වනු ඇත. පවුල් සංස්ථාව සහ අධ්‍යාපන සංස්ථාවට පරිබාහිරව ළමා ගර්භණීභාවයට අදාළ නෛතික සංශෝධන සඳහා නීතිමය සංස්ථාව කටයුතු කළ යුතුයි. අධිකරණ අමාත්‍යාංශය, ජාතික කාන්තා කමිටුව මගින් එය සිදු කළ යුතු වෙයි. ඊට අමතරව මාධ්‍ය තුළින් ළමා ගර්භණීභාවය වැළැක්වීම සඳහා වැඩසටහන්, චිත්‍රපට නිෂ්පාදනය කිරීම ද උචිත වනු ඇත. එමෙන්ම පාසල් විෂය නිර්දේශය හරහා ද මේ පිළිබඳව ඇතුළත් කළ හැකියි.

කිලි

සංඝමිත්තාවෝ - වැඩමෙව්වේ නැත්නම්
අපට කොයින්දෝ - වඳින්නට පුදන්නට
ජයසිරි මහ බෝ රඳුන්

හිස මුදුන් කොට බැඳන් - සඟවා එහි දළදාවෝ
රැගෙන නොආවානම් - හේම මාලාවෝ
පත්තිරිප්පුවක් තනයිදෝ
උඩරට රජුන්

මුහුද ගොඩගලා - ගිල ගනිද්දී ලක්බිම
බිලි නොවූවානම් - විහාර මහා දේවියෝ
රැකෙයිදෝ රටවැසියෝ - එදා එලෙසින්

අමතකව ගොස් ඇති - සත්‍යය නම්
ගැහැණුන් නොවේදෝ - ඔවුන්
කිලි නිසා තහනම් - අඩවියක් කර ඇත්තේ
උඩමළුවේ නැත - පත්තිරිප්පුවේ නැත
ගැහැණුන් අද

සත්‍යය පිළිනොගන්නා - සමාජයෙන් අසමි මම
නුඹ උපන්නේ - ලොවට
ගැහැනියට
කිලි
තිබූ නිසා නොවේදෝ?

ඒ. පී. එන්. කේ. විමර්ශනී
නියෝජ්‍ය විදුහල්පති (ශ්‍රී.ල.අ.ප.සෙ.)

ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය පිළිබඳ තිරසාර සංවර්ධන ඉලක්ක සහ ප්‍රායෝගික ශ්‍රී ලාංකේය ජන සමාජය තුළ ස්ත්‍රිය සතු වන ස්ථානය

ආචාර්ය ප්‍රදීපා සේරසිංහ
අතිරේක ලේකම් (මානව සම්පත් සංවර්ධන)
රාජ්‍ය පරිපාලන, ස්වදේශ කටයුතු,පළාත් සභා සහ පළාත් පාලන අමාත්‍යාංශය

හැඳින්වීම

වර්ෂ 2000 දී නවතම සහශ්‍රකය ආරම්භ වීමත් සමග එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය විසින් තම සමාජික රටවල් සියල්ල උදෙසා හඳුන්වා දුන් සහශ්‍රකයේ සංවර්ධන ඉලක්ක (Millennium Development Goals) අත්පත් කර ගැනීම සඳහා වූ කාල රාමුව වර්ෂ 2015 දී අවසන් විය. ඉන් අනතුරුව එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය විසින් තම සංවිධානයේ සාමාජික රටවල් සියල්ල විසින් 2030 වර්ෂය අවසාන වන විට පොදුවේ අත් පත් කර ගැනීමට යෝජනා කර ඇති ඉලක්ක 17 ක් ප්‍රකාශයට පත් කර තිබේ. මෙම ඉලක්ක එකමුතුව ඔවුන් විසින් හඳුන්වා දී ඇත්තේ තිරසාර සංවර්ධන ඉලක්ක (Sustainable Development Goal) වශයෙනි.

මෙම ඉලක්ක සාමූහිකව සපුරා ගැනීම ඔස්සේ වර්තමානයේද, අනාගතයේද පෘථිවිය මත ජීවත් වන සියලු දෙනාගේ සාමය සහ ප්‍රගතිය අපේක්ෂා කරන බව එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය විසින් අවධාරණය කර තිබේ.

සමස්ත මානව සංහතිය වෙනුවෙන් හඳුනා ගනු ලැබ ඇති මෙම ඉලක්ක සියල්ල ස්ත්‍රියගේ ජීවිතය සමඟ අවියෝජනීයව බැඳී පවතියි.

ලෝකයේ සමස්ත ජනගහනයෙන් අඩක් වන ස්ත්‍රී ප්‍රජාව මඟ හැර මානව සංහතියේ සංවර්ධනය අපේක්ෂා කළ නොහැකි බැවින් මෙම අවියෝජනීත්වය විශේෂයෙන් සාධාරණීකරණය කිරීමේ අවශ්‍යතාවයක් නැත.

එසේ වුවද මෙම අරමුණ අතරින් පස් වැනි අරමුණ ඍජුවම "ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවීය" සමානාත්මතා (Gender Equality) සංකල්පයට අදාළ වේ. ස්ත්‍රිය සඳහා ඓතිහාසිකව නිර්මාණය වූ සුවිශේෂී ආස්ථානයක් ප්‍රායෝගිකව ඇතැයි සැලකෙන අපේ රටේ ජන සමාජයට මෙම තිරසාර සංවර්ධන අරමුණු කොපමණ දුරට අදාළ වන්නේ දැයි සාකච්ඡා කිරීම මෙම ලිපියෙන් අපේක්ෂා කෙරෙයි. මෙහිදී ශ්‍රී ලාංකික කාන්තාව කෙරෙහි නිරන්තරව බලපාන්නා වූත් එහෙත් නිශ්චිතවම එකිනෙකින් වෙනස්වන්නා වූත් අසමානතාව, සමානතාව, සම අවස්ථා, සාධාරණත්වය යන එකිනෙක හා බැඳුණු, සංකල්ප සංසන්දනාත්මකව හා සරලව විග්‍රහ කිරීමද මෙහිදී සිදු කෙරෙයි. අවසාන වශයෙන් ශ්‍රී ලාංකේය ජන සමාජය තුළ ස්ත්‍රියගේ

ආස්ථානය තීරණය කිරීම පිණිස ප්‍රශස්ත භාවිතාවන් හඳුනා ගැනීම කෙරෙහි පූර්වෝක්ත සංකල්ප ඇසුරින් මෙරට ජන සමාජයේ අවධානය දල්වාලීම මෙහි අවසන් අරමුණයි.

2. ස්ත්‍රී ප්‍රමුඛ තිරසාර සංවර්ධන අභිමතාර්ථ

පූර්වෝක්ත අභිමතාර්ථ අතර පස්වැන්න වශයෙන් එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය විසින් හඳුන්වා දී අත්තේ "සියලු ස්ත්‍රීන් හා දැරියන් හට ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජීය සමානාත්මතාව සනාථ කිරීම සහ ඔවුන් බල ගැන්වීම" යි.

ලෝකයේ දැනට පවත්නා ප්‍රායෝගික තත්ත්වයන් හමුවේ ජාතික දේශපාලන නායකත්වය තුළ ස්ත්‍රීන්ට හා පුරුෂයන්ට එකිනෙකාට සමාන නියෝජන අවස්ථා සැලසීම සඳහා තව වසර හතලිහක් ගත වනු ඇතැයි ද එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය අනාවැකි පල කර තිබේ. මෙම ප්‍රකාශය සඳහා පදනම් කර ගන්නා සංඛ්‍යා ලේඛන දත්ත අනුව එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයේ සාමාජික රටවල ජාතික පාර්ලිමේන්තු කාන්තා නියෝජනය වර්ෂ 2015 දී 22.4%ක් වූ අතර 2022 වන විට එය ඉහළ නැංවී ඇත්තේ 26.2% ක ප්‍රතිශතයක් දක්වා පමණි.

තවද වර්ෂ 2019 වන විට ලෝකයේ රැකියා නියුක්තියෙන් ස්ත්‍රීන් විසින් අත්පත් කරගෙන ඇත්තේ 39% ක ප්‍රතිශතයක් පමණි. මේ අතර එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයේ සාමාජික රටවල ස්ත්‍රීන් අතරින් වයස අවුරුදු 15ට වැඩි අයගෙන් 25%ක්ම ස්වකීය ජීවිත කාලය තුළ අවම වශයෙන් එක් වතාවක් හෝ තම ජීවිතයේ සමීපතම පුද්ගලයා හේතුකොට ගෙන මානසික හෝ කායික හෝ පීඩනයට ගොදුරු වී තිබේ. මෙම ස්ත්‍රීන් සංඛ්‍යාත්මකව මිලියන 641 කි. ලෝකයේ වෙසෙන වයස අවුරුදු 15-49 අතර වන ස්ත්‍රීන් අතුරින් තම ප්‍රජනක සෞඛ්‍යයට අදාළ අවබෝධාත්මක තීරණ ගැනීමේ හැකියාව ලැබී ඇත්තේ 57% ක ප්‍රතිශතයකට පමණි.

ඉහත දැක්වෙන විශ්ලේෂණ වාර්තාවන් සමස්ත වශයෙන් අධ්‍යයනය කිරීමේදී දේශපාලන නායකත්වය තුළ සමාන ස්ත්‍රී පුරුෂ නියෝජනයක් පැවතීම, එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය ප්‍රකාශ කරන පරිදි තවත් වර්ෂ දශක හතරකින් පසුවවත් සිදු වන්නේ යයි ඇදහීම පවා අපහසුය.

3. අරමුණු ඉටු කර ගැනීමේ ඉලක්ක (Targets)

ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවීය සමානාත්මතාව ඉටු කර ගැනීම උදෙසා වන අරමුණු සාක්ෂාත් කර ගැනීම පිණිස එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය යෝජනා කරන ඉලක්ක ගණනාවක් තිබේ. ඒ අතරින් මුලින් ම අවධානය යොමු කර ගත්තේ ලෝකයේ සෑම රටකම සෑම තැනකම ස්ත්‍රීන් හා දැරියන්ට එරෙහි සියලු අසමාන සැලකීම් මුලිනුපුටා දැමීම ය. මීට අතිරේකව සෑම පොදු හා පුද්ගලික වපසරියකම ස්ත්‍රීන්ට හා දැරියන්ට එරෙහි සියලු පීඩාවන් පිටු දැකීම ද යෝජනා කෙරෙයි. ලිංගික වද හිංසා, මිනිස් ජාවාරම් ආදී සියලු වද හිංසා කෙරෙහි අවධානය යොමු විය යුතු බව මෙහිලා තව දුරටත් දක්වා තිබේ. ළමා අතවර නොමේරූ දැරියන්ට බල කර සිදු කරන විවාහයන්ගෙන් සියලුම ආකාරයේ භෞතික ලිංගික අතවර හා හානිකර භාවිතයන්ගෙන්ද සපුරා තොර වූ ජන සමාජයක්

ලොව පුරා ස්ථාපනය කිරීම තවත් ඉලක්කයකි. ඉහත ඉලක්ක සියල්ලේදීම වැඩි අවධානයක් යොමුකර ඇත්තේ ජන සමාජය තුළ ස්ත්‍රිය මුහුණ පා සිටින ප්‍රායෝගික ගැටලු වෙතය.

බිම් මට්ටමේදී මතුවන මෙබඳු අර්බුද ආමන්ත්‍රණය කරනු පිණිස එළඹිය යුතු ප්‍රතිපත්තිමය තීරණ පිළිබඳ මීළඟ ඉලක්කයේ දී අවධානය යොමු කර ඇත. ඒ අනුව කිසිදු ගෙවීමක් සිදු නොකරන රැක බලා ගැනීම් හා ගෘහස්ථ කාර්යභාරය ආදියට වටිනාකමක්ද පිළිගැනීමක්ද ලබා දෙන ආකාරයට රාජ්‍ය සේවාවන්, යටිතල පහසුකම් සහ සමාජ ආරක්ෂණ ප්‍රතිපත්තීන් සම්පාදනය විය යුතු බව මෙහිදී අපේක්ෂා කරයි. ඉහත දැක්වූ ආකාරයේ කාර්යභාරය පිළිබඳව පවුල සහ කුටුම්භය තුළ සාමූහික පවත්නා වගකීමක් පැවතිය යුතු බව හඳුනාගෙන ඇත. දේශපාලන, ආර්ථික හා රාජ්‍ය අංශයන්හි තීරණ ගැනීම පිණිස වන සෑම ස්ථරයකම නායකත්වය උදෙසා ස්ත්‍රියගේ සම්පූර්ණ වූත්, සඵලදායීවූත් සහභාගීත්වය සනාථ කිරීමට සමාන අවස්ථා ලබා දීම තහවුරු විය යුතු බව ඊළඟ ඉලක්කයේ දී මතු කර දක්වා තිබේ.

ලිංගික හා ප්‍රජනන සෞඛ්‍යය පිළිබඳ අයිතිය පිණිස වන විශ්වීය ප්‍රවේශය සම්මුතීන්වලට අනුකූලව සනාථ විය යුතු බවද මෙම පස්වන අරමුණ යටතේ වන ඉලක්කයකි.

ඊට අමතරව ජාතික මට්ටමේ නීති පද්ධතිය තුළ ආර්ථික සම්පත්ද මූල්‍ය සේවාවන්ද ස්වභාවික සම්පත්ද ඉඩම් ඇතුළු අනෙකුත් භෞතික වත්කම් සඳහා වන අයිතිය වෙත ප්‍රවේශයද යන සියල්ල සහතික වන පරිදි ප්‍රතිසංස්කරණ නීති සම්පාදනය වීම අත්‍යවශ්‍ය බව එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය මෙහිදී අවධාරණය කර ඇත.

අවසාන ඉලක්කය වශයෙන් මෙහිදී හඳුනාගෙන ඇත්තේ ස්ත්‍රිය බලගැන්වීම ප්‍රවර්ධනය උදෙසා තොරතුරු හා සන්නිවේදන තාක්ෂණය භාවිත කිරීමේ හැකියාවන් නංවාලීමයි.

4. ශ්‍රී ලාංකේය සමාජය තුළ ස්ත්‍රියගේ ආස්ථානය

ඉහත සාකච්ඡා කරන පරිදි ස්ත්‍රීන් ජන සමාජය තුළ බල ගන්වමින් ඇයගේ ආස්ථානය සනාථ කිරීම පිණිස දේශපාලන, ආර්ථික, සමාජීය, තාක්ෂණික, නෛතික සහ පාරිසරික අංශයනට අනුරූපීව හඳුනාගෙන ඇති පැහැදිලි ඉලක්ක සමූහයක් පවතියි. මෙම ඉලක්කයන්හි අන්තර්ගතය හා සන්දර්භය විශ්ලේෂණය කිරීමේදී තහවුරු වන්නේ මෙම ඉලක්ක හඳුනා ගැනීමේ දී ශ්‍රී ලාංකීය ස්ත්‍රිය ද පොදුවේ මුහුණ දෙන අර්බුද රැසක් පදනම් කරගෙන ඇති බවය. ඒ නොයෙක් අර්බුදවලට මුහුණ දීමේදී අපේ ස්ත්‍රිය වෙත පවත්නා අභියෝග පැහැදිලිව හඳුනා ගනිමින් විවිධ ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වන රාජ්‍ය, අර්ධ රාජ්‍ය, පෞද්ගලික හා සිවිල් සමාජයීය ආයතන හා සංවිධාන රාශියක් මෙරට ස්ත්‍රිය වෙනුවෙන් පෙනී සිටිනු දැකීම භාග්‍යයකි. ශ්‍රී ලාංකික කාන්තාව වෙත අවශ්‍ය ආර්ථික බල ගැන්වීමද, සමාජීය බලගැන්වීමද අපේක්ෂා කර ගනිමින් පූර්වෝක්ත ආයතන හා සංවිධාන විසින් මේ වන විටත් ක්‍රියාවට නංවා ඇති සහ අනාගතයේ දී ක්‍රියාත්මක කිරීමට අපේක්ෂිත වැඩ සටහන් හා ව්‍යාපෘති සැලසුම් කිරීමේදී එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය විසින් හඳුනාගෙන

ඇති ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවීය සමානාත්මතා අභිමතාර්ථය කෙරෙහිද අවධානය යොමු කිරීමෙන් අපේක්ෂිත ප්‍රතිඵල කරා ළඟා වීම වඩාත් සඵලදායී හා කාර්යක්ෂම වේ.

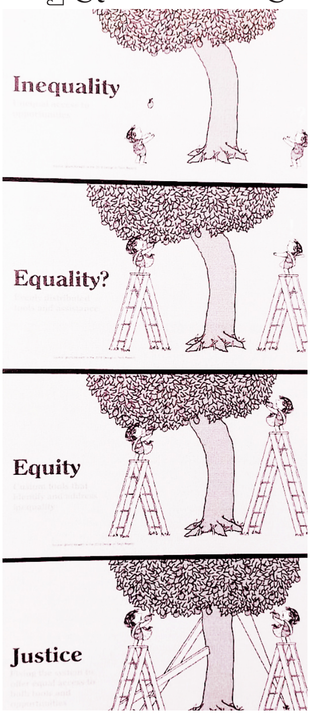
එබැවින් ඉහත අරමුණු සමඟ අත්‍යන්තයෙන්ම බැඳී පවත්නා අසමානතාව, සමානතාව, සම අවස්ථා, සාධාරණත්වය යන සංකල්ප කිහිපය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධය අත්‍යාවශ්‍ය වේ.

4.1 අසමානතාව - Inequality

ඇතැම් විටක විවිධ සම්පත් භුක්ති විඳීම පිණිස ජන සමාජය තුළ වෙසෙන සියල්ලන් හට ලැබෙන සම්පත් සමානව බෙදී ගොස් නැත. ඇතැම් අයෙකුට වැඩිපුර සම්පත් භුක්ති විඳින්නට හැකි අතර තවත් අයෙකුට ලැබෙන සම්පත් ප්‍රමාණය සාපේක්ෂව අඩුය. මුල්ම රූප රාමුවේ ඇති ගසෙහි එලබර අතු එක් පසෙකට නැඹුරුව ඇති නිසා ඒ අසළ සිටින්නාට පළතුරු භුක්ති විඳින්නට වැඩිපුර අවස්ථාව ලැබී ඇත්තාක් මෙනි. පොදු ජන සමාජය තුළ වෙසෙන ස්ත්‍රීන්ට තමා ස්ත්‍රියක වීම නිසා ඇතැම් සම්පත් භුක්ති විඳින්නට ලැබී ඇත්තේ අඩු අවස්ථාවකි. මෙය අසමානතාව ලෙස අවබෝධ කර ගත යුතු වේ.

4.2 සමානතාව - Equality

ජන සමාජය තුළ වෙසෙන සියලු දෙනා හට ජීවන ගැටලු විසඳා ගැනීම පිණිස සම්පත් සම්පාදකයන් විසින් ලබා දෙන මෙවලම් සහ වෙනත් සම්පත් සමාන ලෙස බෙදා හරිනු ලැබේ. සමාන සලාක වශයෙන් ඇතැම් වරදාන පිරිනමන්නාක් මෙනි. මෙහි දැක්වෙන



දෙවැනි රූප රාමුව එසේ සමානව ලබා දෙන පිරිනැමීම් නිරූපනය කරයි. මෙහිදී ගසේ දෙපස සිටින දෙදෙනාටම සමාන උසැති ඉණිමං දෙකක් ලබා දී තිබේ. එහෙත් ගසෙහි එල බර අතු එක් පසෙකට පමණක් නැමී ඇති නිසා ගසෙන් එල නෙලා ගැනීමට අවස්ථාව සැලසෙන්නේ එක් අයෙකුට පමණි. සමාන අවස්ථා සලසා නොමැති අවස්ථාවකදී එකම ප්‍රමාණයෙන් සම්පත් පිරිනැමීමෙන් අපේක්ෂිත අරමුණු ඉටු නොවේ.

ස්ත්‍රීන්ට සමාන අවස්ථා සලසා නැත්නම් පිරිමින්ට සමාන වන පරිදි අනෙකුත් සම්පත් ලබා දීමෙන් පමණක් ඇයට අපේක්ෂිත අරමුණු ඉටු කර ගත නොහැකිය.

4.3 සානුරූපිතාව - Equity

අසමානතා හඳුනාගත් අවස්ථාවන්හිදී එකී අසමානතා මැකී යන පරිදි අදාළ පාර්ශවයන්ට මෙවලම් හා සම්පත් ලබා දීමෙන් සමාන අවස්ථා නිර්මාණය කර දිය හැකිය. තෙවැනි රූප රාමුවේ හොඳින්ම නිරූපණය වන පරිදි ගසෙහි එලබර

අතු එක් පසෙකට නැඹුරුව ඇති නිසා ගසෙහි දෙපස සිටින දෙදෙනාටම ඵල නෙලාගත හැකි පරිදි එක් පසෙක සිටින්නා හට උසින් වැඩි ඉනිමගක් ලබා දී තිබේ. ජන සමාජය තුළ ස්ත්‍රීන්ට ලබා දී ඇති ඇති සම්පත් ප්‍රමාණය සාපේක්ෂව අඩු බව පෙනී යන අවස්ථාවන්හිදී ඔවුනට විශේෂ වූ ආධාර සහ වෙනත් භෞතික සම්පත් වැඩිපුර සපයා දීමෙන් සිදු කෙරෙන්නේ මේ සමාන අවස්ථාව තහවුරු කිරීමය.

4.4 සාධාරණත්වය - Justice

අසාමානතාවයක් හඳුනා ගත් අවස්ථාවන්හිදී එකී අසමානතාවය මැකී යන පරිදි සියලු පාර්ශ්වයන්ට සමාන ප්‍රවේශව සහතික වන පරිදි අවශ්‍ය විධි විධාන සම්පාදනය කිරීම මගින් සම සම්පත් මෙන්ම සම අවස්ථාද සහතික කිරීම සාධාරණත්වය වේ. ගසක් එක් පසෙකට නැඹුරුව ඇති තාක් කල් මෙසේ සම සම්පත් හා සම අවස්ථා සනාථ නොවන බැවින් ගස ඍජුව සමබරව පැවැතීමට අවශ්‍ය කටයුතු සම්පාදනය කිරීමෙන් අනතුරුව සියලු පාර්ශවයන්ට සියල්ල සමානව භුක්ති විඳින්නට සැලසිය හැකි බව අවසන් සිව් වන රූප රාමුව තහවුරු කරයි. සමානව බෙදී යන සම්පත් හා අවස්ථා ලබා දීම ඔස්සේ පමණක් අපේ ජන සමාජය තුළ ස්ත්‍රියගේ ආස්ථානය සහතික කළ හැකි බව මෙයින් තීරණාත්මක ලෙස පෙන්වා දෙයි.

5. සමාලෝචනය

ලොව සියලු ස්ත්‍රීන් හා දැරියන් හට ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවීය සමානාත්මතාව සනාථ කිරීමේදී සහ ඒ සඳහා ඔවුන් බලගැන්වීමේදී නිශ්චිත ප්‍රතිපත්ති පැහැදිලිව හඳුනාගැනීම මෙන්ම එකී ප්‍රතිපත්ති බිම් මට්ටමේ වඩාත් සක්‍රීය ලෙස ක්‍රියාත්මක කිරීම පිණිස අවශ්‍ය ව්‍යාපෘති සහ වැඩසටහන් හඳුනාගැනීමද සමානව වැදගත් වේ. එසේ හඳුනාගැනීම් වලට අදාළ තීරණ ගැනීමේදී අසමානතාව, සමානතාව, සම අවස්ථා, සාධාරණත්වය යන සංකල්ප ශ්‍රී ලාංකික කාන්තාවට ප්‍රායෝගිකව අදාළ වන ආකාරය පිළිබඳ අදාළ සියලු පාර්ශවයන්ගේ දැඩි අවධානය යොමු විය යුතුය.

මෙම සංකල්ප අතර පවත්නා අන්‍යෝන්‍ය සම්බන්ධතා මෙන්ම විශේෂතාද හඳුනාගැනීමෙන් පමණක් අපේ රටේ ස්ත්‍රිය උදෙසා සමානතාව, සම අවස්ථා හා සාධාරණත්වය සහතික කරනු පිණිස ප්‍රශස්ථ ම යාන්ත්‍රන තීරණය කළ හැක්කේය.

ඒ සඳහා නිර්මාණය කෙරෙන අපේ ව්‍යාපෘති සහ වැඩසටහන් ඔස්සේ නිශ්චිතවම ශ්‍රී ලාංකේය ස්ත්‍රිය උදෙසා සමානව බෙදී යන සම්පත් මෙන්ම ඇයගේ උන්නතිය පිණිස වන සමාන අවස්ථා ද නිසැකවම සහතික කළ යුතුය.

මානව විද්‍යාත්මක ජීව විද්‍යාත්මක හා මනෝවිද්‍යාත්මකව ස්ත්‍රිය හා පුරුෂයා පිළිබඳ කෙටි විශ්ලේෂණයක්

ඩබ්.එම්.දිනේෂා දිල්හානි
සංවර්ධන නිලධාරී
ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය.

ආදි මානව ශිෂ්ඨාචාරයේ සිට මේ දක්වා සෑම සමාජයකම ස්ත්‍රිය සුවිශේෂි වස්තුවක් වෙයි. එමෙන්ම මෙම විශ්වය තුළ ජීවත් වන සෑම ස්ත්‍රියක්ම මෙන්ම පිරිමියෙක්ම ඔවුනට ආවේණික වූ සුවිශේෂී ලක්ෂණ පිළිබිඹු කරයි.

කෙසේ නමුදු ආදි මානව ශිෂ්ටාචාරයේ සිට මෙම ස්ත්‍රිය හා පුරුෂයා පිළිබඳව අධ්‍යයනය කිරීමේදී අදටත් මානව ශිෂ්ටාචාරයෙන් පැවත එන යම් යම් ලක්ෂණ දැක ගැනීමට හැකියාව ඇත. මිනිසා අර්ධ වානරයකු ලෙස වනයේ ජීවත් වන සමයේ ඔවුන් අතරින් හැඩි දැඩි සිරුරක් හිමි වයසින් මුහුකුරා ගිය පුරුෂයන් වනයේ අභ්‍යන්තරයට ගමන් කරන්නේ සතුන් දඩයම් කිරීමටය. ඔවුන් හෙල්ල, දුන්න ආදී උපකරණ භාවිත කරමින් සතුන් වෙත ඉලක්කගතව පහර දෙමින් සතුන් දඩයම් කිරීමේ හැකියාව විශේෂ ප්‍රාගුණ්‍යක් ලෙස ඇතිකර ගනී. ඒ අනුව, සිය දෘෂ්ටිය ඉලක්කගත කර ගැනීම හා ඇසින් යම් රූපයක් දෙස බැලීමට පුරුදු වන්නේ එහි ප්‍රධාන ප්‍රස්තුතයට පමණක් නාභිගත කිරීමෙන්ය. එය සතුන් දඩයම් කිරීමෙන් ලැබූ දෙයක් බව මානව විද්‍යාඥයින්ගේ අදහස වෙයි. තවද වර්තමානයේ අපි දකින විවිධ ක්‍රීඩාවන් මෙම සතුන් දඩයම් කිරීමේ ආභාසයෙන් ගොඩනැගී ඇති බවත් එහිදී කාන්තාවන්ට සාපේක්ෂව පිරිමි පාර්ශ්වය ක්‍රීඩාවට ලොල් බවක් ඇති වන්නේ ද මෙම මානව විද්‍යාත්මක ලක්ෂණ ශේෂ වශයෙන් වර්තමානය වන විටත් පවතින නිසා බව තව දුරටත් පැහැදිලි කරයි. මෙහිදි ස්ත්‍රිය දඩයම් කිරීම නොව නිවහන හා දරුවන් ආරක්ෂා කර ගැනීම හා වනයේ සැරිසරමින් ගස් වැල් ආදියෙන් එල නෙලා ගැනීම, මල් නෙලීම ආදි කටයුතු සිදු කිරීම තුළින් ඇයගේ දෘෂ්ඨිය පුළුල් පරාසයක් පුරා විහිදී යාමට විශේෂ ප්‍රාගුණ්‍යයක් අතිකර ගන්නා බව මානව විද්‍යාඥයින් පවසති.

ඒ අනුව, ගැහැනු පුළුල් පැතිරුණු ප්‍රදේශයක් දකින අතර පිරිමි උමගක් තුළින් මෙන් ඈතට දකිති. පිරිමින්ගේ දෑස්වල දෘෂ්ඨි පරාසය අංශක 45 ක ප්‍රමාණයටත් කාන්තාවන්ගේ දෑස්වල දෘෂ්ඨි පරාසය අංශක 180 ට සමාන අගයක් ඇති බවත් තව දුරටත් මානව විද්‍යාඥයින් පෙන්වා දෙයි.

කාන්තාව හා පුරුෂයා අතර පවතින සුවිශේෂි ලක්ෂණ අධ්‍යයන කිරීමේදී ඉහත මානව විද්‍යාත්මක කාරණාවට අමතරව ජීව විද්‍යාත්මක කාරණාවක් පිළිබඳව මෙහිදී සලකා බලමු. කාන්තාවන්ට ඊස්ට්‍රජන් හෝමෝනයත් පිරිමින් සඳහා ටෙස්ටෙස්ටෙරොන් හෝමෝනයත් වැඩි වශයෙන් පිහිටීම හේතුකොට ගෙන ඔවුනොවුන්ගේ චරිත ලක්ෂණ හෝ හැසිරීම් වෙනස් වේ.

වෙස්ටර්න් ඔන්ටාරියෝ විශ්ව විද්‍යාලයේ විද්‍යාඥ එලිසබෙත් හැන්සන්, කාන්තාවන්ගේ ක්‍රියාකාරීත්වය හා ඊස්ට්‍රජන් හෝමෝනය ගැන අධ්‍යයනය කළාය. ඇය ඉන් සොයා ගනු ලැබුවේ අඩු ටෙස්ටෙස්ටෙරොන් ප්‍රමාණයක් තිබීම කාන්තාවකගේ පිහිටීම, සීමාව හා දිශාව ආදිය නිර්ණය කිරීම හෙවත් අවකාශය පිළිබඳ දැනුම් දීමේ හැකියාව (Spatial Ability) අඩු කරන බවයි. නමුත් ඊස්ට්‍රජන් ඉහළ මට්ටමක පැවතීම ඇගේ කථන හැකියාව හා සියුම් හා දක්ෂ ශාරීරික චලනයන්ට හැකියාව ලබාදෙන බවයි. කාන්තාවකගේ ඔසප් චක්‍රයේ ඊස්ට්‍රජන් ඉහළින් පවතින දිනවල ඇගේ සන්සුන් පැවැත්ම හා කථනයේ ඉතා නිවැරදි දක්ෂතාවය ආසන්න වශයෙන් පැවතීම පැහැදිලි වේ. ඇය පිරිමින්ට සාපේක්ෂව ආවේගශීලි නොවන්නේ ද අඩු වශයෙන් ටෙස්ටෙස්ටෙරොන් ප්‍රමාණයක් ඇයට පිරිමින්ට සාපේක්ෂව හිමි නිසාය. පිරිමින් කාන්තාවන්ට සාපේක්ෂව ආවේගශීලි වන්නේ ද ඔවුන්ගේ ටෙස්ටෙස්ටෙරොන් හෝමෝනය නිසා බව මෙම විද්‍යාඥයින්ගේ මතය වේ.

සාමාන්‍යයෙන් පිරිමින්ගේ චිත්තවේග පාලනය වන්නේ මොළයේ දකුණු පසින් පමණක් බව ජීව විද්‍යාඥයින් පෙන්වා දෙන අතර කුඩා කැලෝසදේහ (Corpus Callosum) නිසා මොළයේ අනෙක් කාර්යයන් හා සමඟ ක්‍රියාත්මක වීමට සෑම චිත්තවේගයකටම ඇති ඉඩකඩ අඩුය. එබැවින් වෙනත් කාර්යයක් සිදු කරමින් සිය චිත්තවේග පිටකිරීමේ හැකියාව පිරිමින් හට අඩුය. තවද බාහිරින් බලන අයෙකුට පෙනෙන්නේ පිරිමියකු සිය හැඟීම්, චිත්තවේගයන් ඉතා සුළු වශයෙන් පිළිබිඹු කරන බවයි. කාන්තාවන් මෙන් ඔවුන් නිතර හඬා වැළපීම නොකරන අතර සිනාසීම, බිය හා චකිතය ආදි චිත්තවේගයන් අඩු වශයෙන් පිටතට නිරාවරණය කරයි එනම්, මුහුණේ ඉරියව් වෙනස් කිරීම ආදී තත්ත්වයන් වඩා වැඩි වශයෙන් දක්නට නොලැබේ. නමුත් කාන්තාවන්ගේ මොළයේ දකුණ හා වම් අර්ධ ගෝලයන් දෙකෙහිම පැතිරුණු ප්‍රදේශයක චිත්තවේග ක්‍රියාත්මක වන අතර මොලයේ අනෙක් කටයුතු ද ඒ හා සමඟ ඉටු කළ හැකි අතර චිත්තවේග බාහිරින් ඉතා හොඳින් පැහැදිලි වේ. මුහුණේ ඉරියව් හා වචන භාවිතයෙන් ඇයගේ චිත්තවේග, පිරිමියෙකුට සාපේක්ෂව වැඩි වශයෙන් බාහිරට මුදා හරිනු ඇත.

පෙන්සිල්වේනියා විශ්වවිද්‍යාලයේ මහාචාර්ය රූබන් ගර් ගේ (Ruban Gur - Professor of Neuro Psychology) පර්යේෂණයෙන් නිගමනයට ගත් කරුණ වන්නේ, පිරිමියාගේ මොළය තදින්ම අංශවලට බෙදී තිබීම නිසා චිත්තවේගවලදී ඔහු ක්‍රියාකරන්නේ ප්‍රාථමික තත්ත්වයේ සත්ත්වයකු මට්ටමින් බවයි. ඔහු නිහඬව සිට වේගයෙන් පහර දෙන කිඹුලෙකුට සමාන වෙයි. එවැනි අවස්ථාවක කාන්තාව චිත්තවේගික තත්ත්වයෙන් කථා

කරන විට ඇගේ මුහුණේ හැඟීම් ප්‍රකාශ වන සංඥා (Body Language) හා කතා කිරීමේ රටා රාශියක් පාවිච්චි කරයි. චිත්තවේගයන් නිසා ඇවිස්සුනු පිරිමියා සර්පයකු සේ කලහකාරි වෙයි. ආවේගශීලි වෙයි.

කාන්තාවන් පිරිමින්ට සාපේක්ෂව සුවිශේෂි අයෙක් බවට පත්වන තවත් විශේෂ කරුණක් ඇත. එය ලිංගික තෘප්තිය වේ. ලිංගික තෘප්තිය යනු මනෝවිද්‍යාත්මක කරුණකි. එයට ජීවවිද්‍යාත්මක තත්වයක් බලපෑ වුවද සියයට වැඩි ප්‍රතිශතයක් මනෝවිද්‍යාත්මක සාධක බලපැවැත්වෙයි.

කාන්තාවන්ට පිරිමින්ට සාපේක්ෂව ලිංගික තෘප්තිය ඇති වන්නේ වෙනස්ම අයුරකින්ය. ඇයට ලිංගික ආස්වාදය ඇති වීමට බොහෝ වේලාවක් ගත වන අතර එයින් නැවත මිදී සාමාන්‍ය තත්ත්වයට පත් වීමට ද බොහෝ වේලාවක් ගත වේ. ලිංගික ආස්වාදයේදී ඇයට සුරාන්තයට (Orgasm) කිහිපවරක් පත්වීමට ද හැකියාව ඇත. ලිංගික චක්‍රයේදී ඇයට මූලිකවම විරුද්ධ ලිංගිකයා කෙරෙහි පවතින ආකල්පමය තත්ත්වය ඉතා වැදගත් වෙයි. කාන්තාවන්ට පුරුෂයාගේ පෞරුෂත්වය, ඔහුගෙන් ලැබෙන ආදරය, සෙනෙහස හා රැකවරණය ඉතා වැදගත් වේ. මේ කරුණු ද කාන්තාවකට ලිංගික ආස්වාදය ඇති වීමට හේතු සාධක වෙයි.

නමුත් පිරිමි පාර්ශ්වයට එසේ නොවෙති. සාමාන්‍යයෙන් පිරිමියෙකුට ලිංගික ආස්වාදය ලැබීමට ඉහත කාන්තාවන්ට අවශ්‍ය මානසික සාධක අත්‍යාවශ්‍යම නොවේ. ඔවුනට ලිංගික ආස්වාදය කෙටි කාලයකින් ආරම්භ වී කෙටි කාලයකින් අවසන් වේ. ඔවුනට කාන්තාවන්ට මෙන් විරුද්ධ ලිංගිකයා කෙරෙහි ආකල්පමය ස්වරූපය ඕනෑවටත් වඩා අවශ්‍ය වන්නේ නැත. ඔහුට සිය සුරාන්තයට පැමිණීමෙන් පසු ලිංගික තෘප්තිය අවසන් වේ. ඒ වන විට සිය සහකාරිය ලිංගික තෘප්තියට පත් වී නොමැති විය හැකිය.

උක්ත කාරණාව විවාහක පිරිස් අවබෝධ කර ගන්නේ නම් බොහෝ ලිංගික සබඳතා යහපත් මට්ටමකට පවත්වා ගත හැක. දෙදෙනා අතර ඇති රුචි අරුචිකම් හඳුනා ගනිමින් අන්‍යෝන්‍ය අවබෝධයෙන් යුතුව සෞඛ්‍ය සම්පන්න ලිංගික සබඳතාවක් ඇතිකර ගැනීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත. අතීතයේ සිට වර්තමානය දක්වා බොහෝ පවුල්වල විරසකවීම්වලදී අවසාන විශ්ලේෂණය කර බැලීමේදී සොයාගත හැකි නිගමනය වනනේ ලිංගික සබඳතාවල ඇතිවන ගැටලුය.

ලිංගිකත්වය පිළිබඳව තව දුරටත් අධ්‍යයනය කිරීමේදී පිරිමින්හට සහ කාන්තාවන්හට ඇතිවන ලිංගික අක්‍රමතා (Sexual Disorder) ඇත. මෙම අක්‍රමතාවයන්ගෙන් සියයට වැඩි ප්‍රතිශතයක් මනෝවිද්‍යාත්මක තත්ත්වයන් වේ. ජීව විද්‍යාත්මක තත්ත්වයක් බවට පත් වන්නේ ඉතා සුළු ප්‍රතිශතයකි. ඒ අතරින් විශේෂයෙන්ම කාන්තාවන්ට ඇතිවන ලිංගික අක්‍රමතාවක් ලෙස "Female Sexual Arousal Disorder" හඳුන්වා දිය හැක. මෙම තත්ත්වයේදී ලිංගික ක්‍රියාවට අදාළ ශ්‍රාවයන් පිට නොවීම සිදු වේ. යෝනි මාර්ගය ආශ්‍රයෙන් ලිංගික උත්තේජනය නොවීම සිදුවේ. එවිට ලිංගික කාර්ය අපහසු කරවයි. අනෙක් ලිංගික අක්‍රමතාව ලෙස, Female Orgasmic Disorder වේ. මෙහි ලක්ෂණය වන්නේ ලිංගික ක්‍රියාවේදී සුරාන්තයට පත් නොවීම හෝ ඒ සඳහා බොහෝ වේලාවක් ගත වීමයි. තෙවැනි අක්‍රමතාව ලෙස හඳුන්වාදිය හැක්කේ, Vaginismus ය. මෙහි ලක්ෂණය වන්නේ, ලිංගික එක්වීමට ඇති බිය නිසා යෝනි මාර්ගයේ පිටත පේශීන් පුරුෂ ලිංගය ඇතුල් කිරීමට නොහැකි පරිදි තද වීමයි.

මේ සියලු අක්‍රමතාවන් කෙරෙහි බහුලවම බලපානු ලබන්නේ මනෝවිද්‍යාත්මක කාරණාය. ලිංගික අධ්‍යාපනය නිසි පරිදි නොලැබීම, ලිංගික ක්‍රියාවලිය පිළිබඳ සමාජයෙන් ලැබී ඇති දුර්මත, ලිංගික ක්‍රියාවලිය අසභ්‍ය, සංස්කෘතිය හා සභ්‍යත්වයට පටහැනි දුස්සමාහිත චර්යාවක් බව පුද්ගල මනසට ගැඹුරින් කිඳා බැසීම තුළින් මෙම ලිංගික අක්‍රමතාවන් හට ගනී. එපමණක්ද නොව පෙර අපචාරයන්ට ලක්වීම හෝ වැරදි ලිංගික සබඳතා පැවැත්වීම තුළින් ද ඉහත පරිදි ලිංගික අක්‍රමතාවන් ඇති වේ. බොහෝ සෙයින් මෙම ලිංගික අක්‍රමතා ආසියාතික කාන්තාවන් කෙරෙහි බහුලවම දක්නට ලැබෙන බව සමාජ විද්‍යාඥයින් පෙන්වා දෙයි.

පුරුෂ පාර්ශ්වයට ද ලිංගික අක්‍රමතාවයන් ඇති බව අප දැන ගැනීම වැදගත්ය. එහිදී Male Orgasmic Disorder හඳුනා ගත හැකිය. මෙහි ලක්ෂණය වන්නේ ලිංගික ක්‍රියාවලියේදී සුරාන්තය දක්වා ළඟා වීම ප්‍රමාද වීම හෝ ශුක්‍ර මෝචනය නොවීම හා එය ප්‍රමාද වීමයි. තවද Pre Mature Ejaculation යනු ක්ෂණික මෝචනයයි. එහිදි පුරුෂයාගේ කැමැත්ත රහිතව ශුක්‍ර පිටවීම හෝ සහකාරිය ලිංගිකව තෘප්තියට පත් වීමට පෙර ඉතා කෙටි කාලයකින් ශුක්‍ර මෝචනය වීමයි. මෙම තත්ත්වයන් පුරුෂයන්ට ඇති වීමට මනෝවිද්‍යාත්මක සාධකවලට මෙන්ම වයස හා කායික ලෙඩ රෝගයන් ද පැවතීම හේතු විය හැකිය.

කාන්තාවන් හා පුරුෂයන් යන දෙපාර්ශවයට ඇතිවන අක්‍රමතාවයන් ලෙස Dyspareunia තත්ත්වයන් හඳුන්වා දිය හැකිය. මෙහිදී සංසර්ගයේදී ලිංගේන්ද්‍රයේ හා යෝනි මාර්ගය ආශ්‍රිතව වේදනාවක් ඇති වේ. සංසර්ගයට පෙර හා පසුවත් වේදනාව අඩු වැඩි වශයෙන් ඇති විය හැකිය. මේ සඳහා වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගත හැකි අතර එයද ජීව විද්‍යාත්මක හා මනෝවිද්‍යාත්මක හේතු සාධක පවතින බැවින් ඖෂධ ප්‍රතිකාර මගින් නිට්ටාවටම සුව කිරීමට වෛද්‍යවරුන්ට අපහසු වී ඇත.

ඕනෑම සමාජයක් තුළ ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපාර්ශ්වයම ජීවත් වෙයි. එහි විවිධත්වයත් සුන්දරත්වයත් පවතින්නේ ස්ත්‍රීන් හා පුරුෂයන්ගේ ආවේණික ජීව විද්‍යාත්මක, මනෝ විද්‍යාත්මක හා මානව විද්‍යාත්මක ආදී වූ සාධක නිසාය. ඔවුනොවුන්ගේ ඕනෑ එපාකම් රුචි අරුචිකම් එකිනෙකාට සාපෙක්ෂව වෙනස් වෙයි. ඔවුනට ඇති වන මානසික තත්ත්වයන්, ජීව විද්‍යාත්මක තත්ත්වයන් හා ඔවුනට ප්‍රවේණිගතව ගොඩනැගී ඇති ලක්ෂණයන් නිසා පිරිමි සහ කාන්තාවන් වශයෙන් සුවිශේෂ වේ.

නමුත් සමහර අවස්ථාවලදී පිරිමි ලක්ෂණ සහිත කාන්තාවන් ද කාන්තා ලක්ෂණ සහිත පිරිමින් ද අප සමාජයේ දක්නට ලැබේ. එයද මනෝවිද්‍යාත්මකව හා ජීව විද්‍යාත්මක ආදී වශයෙන් ද විශ්ලේෂණය කළ හැකිය. කුමන තත්ත්වයක පසුවන පුද්ගලයෙකු වුවද සහකම්පනයෙන් යුතුව එකිනෙකාගේ ඕනෑ එපාකම්, හැකියාවන් හා රුචි අරුචිකම් වෙනුවෙන් අප ගරු කළ යුතු වන්නේය. එය හඳුනාගෙන සමාජීය සත්ත්වයකු වශයෙන් අප ජීවත් විය යුතුය. කාන්තාවන් වශයෙන් ඔවුනට ලැබී ඇති සුවිශේෂිතාවයන් ප්‍රයෝජනයට ගනිමින් සමාජයට යහපතක් කිරීම ද පැවැත්ම නිසි පරිදි පවත්වා ගැනීම ද සිදු කළ යුතු අතර පිරිමින් වශයෙන් ඔවුන්ගේ සුවිශේෂීතාවයන් ප්‍රයෝජනයට ගනිමින් සමාජයට යහපතක් සිදු කරමින් සිය පැවැත්ම තහවුරු කර ගත යුතු වන්නේය.

Working Women in Sri Lanka and Flexibility in Working Arrangements

Shanika Mayadunne
MRDP/B.Des(Hons)/Diploma in Public Ad.

The workplace is becoming increasingly demanding with the globalization, advancement of technology and highly competitive economy. Hence the healthy work-life balance has becoming a more crucial factor to many. In the demanding work environments of today, flexible working arrangements enable people to concentrate on multiple roles. These arrangements have been used frequently to strike a balance between work and personal life. Evidence demonstrates conventional working arrangements put employees' safety at risk, increase stress levels, and impair their personal health, because employees are often dissatisfied with the amount of time they spend at work and the negative effects it has on their personal lives. An ineffective employee is one who isn't healthy. The lack of a work-life balance raises stress, lowers productivity, lowers efficiency, impairs decision-making, hinders teamwork, increases turnover and absenteeism, and more specifically causes for drops out of the women from labour market and reduces their working hours after childbirth.

Women, in particular, often find that balancing their work and family roles is a barrier to workforce participation.Due to the aging population, the increase in dual-earners, the number of female breadwinners, and the development in care and domestic responsibilities, women are impacted by the tensions that are emerging as a result of the competing demands of work and life. Work gets in the way of managing the family, and family gets in the way of managing work; a situation sometimes referred to as "work-life conflict".

Flexible work arrangements have been associated with workers' satisfaction with balancing work and family life, which is explained by the fact that they might enable women to stay in the labor force and keep their hours.

FWAs began as an alternate scheduling option, but as the practice spreads to more developed regions like the United States, the United Kingdom, Europe, Australia, and New Zealand, they are now progressively becoming the new norm (Costa et al., 2004). Although FWAs tend to be less prevalent and are still not fully

Giving employees greater control over their job or allowing them to work more flexibly is utilized to improve the performance of the company as well as its family-friendliness.

(Ortega, 2009) Flexible working is a component that can be employed in high-involvement systems or high performance strategy. High performance strategies provide employees more freedom and control over their work to boost performance (Appelbaum, 2000; Davis and Kalleberg, 2006).

The notion that flexible working can lead to improved performance outcomes is really one of the key reasons why businesses are eager to introduce it. Flexibility and control over the temporal and physical separation of work and home domains are provided to employees through flexible working, enabling them to reorganize their schedules to accommodate their families' needs or allowing workers to adapt work to fit around family demands. Additionally, it might enable some merging so that obligations to both work and family might be fulfilled simultaneously. (Chung,2017). Such control and flexibility are essential, particularly in nations like the Sri Lanka where there is a general dearth of affordable full-time formal childcare options. There is a greater need for more flexibility in work schedules in order to integrate work and family life in many situations where daycare schedules (such as pre /school pick up hours at 12noon, for example) conflict with more standard work schedules (such as 8am to 5pm).

According to several studies, having autonomy, control, and flexibility at work might reduce the friction between work and family for employees or real flexible working gives employees freedom and control over the time and space between work and home. This means that employees can change their schedules to fit the needs of their families or that workers can change their jobs to fit around family needs.impact of flexible work arrangements on employees' work-family conflicts is relatively minimal. Even contend that a flexible schedule can lead to more work-family conflict (Golden et al., 2006)

In a poll by the Employers' Federation of Ceylon (EFC) to determine how employers view the impact of labor laws on job creation in Sri Lanka, 63% of respondents made it abundantly clear that the country's labor laws leave little to no room for flexible work arrangements like flexible hours, part-time work, and five-day work weeks. Therefore, 69% of respondents suggested that the labor laws be changed to include flexible work schedules and parttime/virtual employment(Bakmeewewa,2020) .These results were further supported by a study that was done in Sri Lanka with private sector workers as its target population (Wickramasinghe: 2007).

Flexible working options are currently not specifically acknowledged by any Sri Lankan labor laws. The two primary pieces of legislation controlling the terms and conditions of employment in Sri Lanka, the Shop and Office Employees Act and the Wages Boards Ordinance , have set daily and weekly limits on the amount of normal work time. Both Laws recognize 8 hours a day as the normal working hours per day and 45-48 hours 6 as the weekly limit on normal working hours. Both the daily limit

as well as the weekly limit must be complied with and an employee required to work more than 8 hours per day will have to be paid overtime even if the weekly limit had not been exceeded. Other than the aforementioned laws Factories ordinance of 1942 also discusses the working hours of workers (Wanasinghe, 2021).

However, the 2018 changes to the Shop and Employees Act and the Maternity Benefits Ordinance give mothers additional opportunities to spend a considerable amount of time with their infants. The modified Shops and Office Act offers 84 days of paid maternity leave for any number of children and permits working moms to take short nursing breaks whenever they need them. The 2018 amendments to the benefits ordinance6 offer method in leave for 12 weeks for any number of children (Wanasinghe, 2021) adopted throughout Asia (Azar et al., 2018), its acceptance varies among nations. According to Himawan et al. (2020), Hong Kong, Singapore, and Japan are among the nations that have started using the practice, while others still favor the conventional 9–5 work schedule.

Being able to balance work and family life is becoming increasingly vital to employees, making it one of the most crucial considerations while searching for their next positions. But a lot of workers find it difficult to juggle work and family obligations; many of them believe that their jobs prevent them from devoting enough time and effort to their loved ones and household chores. Additionally, for higher-skilled workers in environments where employees are driven to work harder, flexible working may still be used primarily for performance-related reasons. Additionally, employees may strive to overcompensate for any potential stigma associated with working flexibly. Last but not least, flexible working may enable individuals, particularly mothers, to work longer and for longer periods of time than they otherwise might, which may raise the friction between work and family but may also increase their happiness with work-life balance.

Therefore, it is essential to pay the government attention to reforming the laws related to flexible working in Sri Lanka. All women must be educated in order to persuade the government of the importance of such arrangements.

References

1.Costa, G., Akerstedt, T., Nachreiner, F., Baltieri, F., Carvalhais, J., Folkard, S., … Silvério, J. (2004). Flexible working hours, health, and well-being in Europe: some considerations from a SALTSA project. Chronobiology International, 21(6), 831–844. Retrieved from https://doi.org/10.1081/cbi-200035935

2.Azar, S., Khan, A., & Van Eerde, W. (2018). Modelling linkages between flexible work arrangements' use and organizational outcomes. Journal of Business Research, 91, 134–143. Retrieved from https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2018.06.004

3.Himawan, K., Fanggidae, J. P., & Helmi, J.. (2020). The Sociocultural Barriers of Work-FromHome Arrangement Due to COVID-19 Pandemic in Asia: Implications and Future Implementation (Version 1). SageSubmissions. https://doi.org/10.31124/advance.12250190.v1

4.Ortega, J. (2009) Why do employers give discretion? Family versus performance concerns. Industrial Relations: A Journal of Economy and Society 48(1): 1-26. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/227980259_Why_Do_Employers_Give_Dis cretion_Family_Versus_Performance_Concerns

5.Appelbaum, E. (2000) Manufacturing advantage: Why high-performance work systems pay off, Ithaca, NY: Cornell University Press. https://books.google.lk/books?hl=en&lr=&id=WqfG1HDc3fsC&oi=fnd&pg=PR7&d

Digital අවකාශයේ කාන්තා ඔබ

කේ. සී. ලක්මාල් පෙරේරා
ප්‍රධාන පොලිස් පරීක්ෂක
තොරතුරු තාක්ෂණ කොට්ඨාසය
පොලිස් මූලස්ථානය
කොළඹ 01.
දුරකථන අංකය : 071 8591806
Whatsapp : 0714559795
විද්‍යුත් ලිපිනය : lakmal@police.gov.lk

නූතන ලෝකය වේගයෙන් සංවර්ධනය වෙමින් පවතින අතර එහි වර්ධනයට දායක වන ප්‍රධානම සාධකය වන්නේ තාක්ෂණයයි. මෙම තාක්ෂණික විප්ලවය නිසා සමස්ත මානව වර්ගයාට ප්‍රතිලාභ රාශියක් අත්පත් කර ගැනීමට හැකියාව ලැබී ඇත. මෙම තොරතුරු තාක්ෂණික යුගයේදී කාන්තා, පිරිමි සහ දරුවන් සියළු දෙනාම නූතන තාක්ෂණයත් සමඟ බද්ධ වී කටයුතු කරුණු දක්නට ලැබේ.

කෙසේ නමුත් මෙම වේගවත් දියුණුවේ වාසි මෙන්ම එහි අවාසිද දක්නට ඇත. විශේෂයෙන්ම සමාජ මාධ්‍ය භාවිතයේදී සහ පරිගණක ආශ්‍රිත කටයුතු කිරීමේදී කාන්තා ඔබට බොහෝ අපරාධ වලට ගොදුරු වීමට සිදු වේ. අන්තර්ජාලය හරහා සහ පරිගණක ආශ්‍රිතව සිදු කරන මෙවැනි අපරාධ, ක්‍රියාකාරකම්, සයිබර් අපරාධ ලෙස හැඳින්වේ. කාන්තාවන්ගේ නොදැනුවත්කම, පෞද්ගලිකත්වය පාලනයක් නොමැතිකම වැනි විවිධ සාධක මෙවැනි සයිබර් අපරාධ වලට ගොදුරු වීමට හේතු සාධක වේ.

කාන්තාවන්ට සයිබර් අපරාධ වලින් ආරක්ෂා වීම සඳහා ගත හැකි ක්‍රියා මාර්ග:

- අදාළ නොවන හෝ වංචනික පණිවිඩ හෝ ඊමේල් විවෘත කිරීමෙන් වළකින්න.
- පුද්ගලික තොරතුරු ඉල්ලා එවන ලද ඊමේල් වලට ප්‍රතිචාර දැක්වීමෙන් වළකින්න.
- වංචනික වෙබ් අඩවි හෝ තෙවන පාර්ශවයක් මගින් ලබාදෙනු ලබන යෙදුම් වෙත ප්‍රවේශ වීමෙන් වළකින්න.
- ඊමේල් ලිපිනය සහ මුරපදය ගැන සැලකිලිමත් වන්න.
- ශක්තිමත් සහ ආරක්ෂිත මුරපද භාවිතා කර මාස තුනකට වරක් වෙනස්කිරිම කරන්න.
- කිසිවිටකත් උපන්දින, දුරකථන අංක භාවිතා නොකළ යුතුයි.
- අනන්‍යතාවය නිවරදි ලෙස තහවුරු කර නොගත් පුද්ගලයින් ඔබගේ මිතුරන් ලෙස එක්කර ගැනීමෙන් වලකින්න.
- ජංගම දුරකථන අංකයක් (sim) භාවිතයෙන් ඉවත් කරන්නේ නම් ඊට සම්බන්ධ සියළු සමාජ ජාලා ගිණුම් හෝ වෙනත් අන්තර්ජාල ගිණුම් වලින් එම අංකය ඉවත් කිරීම.
- ඔබගේ ගිණුමට පිවිසෙන අවස්ථාවේ දී ජංගම දුරකථනය වෙත දැනුවත් කිරීමේ කෙටි පණිවිඩය (OTP) ලබා ගැනීමට හැකි වන පරිදි සැකසුම් යොදවන්න.
- කිසි විටෙක ඔබේ දුරකතනයට ලැබෙන OTP වෙනත් අයෙකුට ලබා නොදිය යුතුය.
- වෙනත් පුද්ගලයින් හෝ ආයතන මගින් ගිණුම් සකස් කරවා ගැනීම මගින් එම පුද්ගලයාට පාලනය කිරීමට හැකියාව ඇති බැවින් ඒ පිළිබඳව සැලකිලිමත් වන්න.
- සමාජ මාධ්‍ය ජාලා හරහා තමන්ගේ ඡායාරූප, වීඩියෝ වැනි දෑ මුදා හැරීමේදී තමන්ගේ අනන්‍යතාවය හැකිතාක් අනාවරණය නොවන ආකාරයට කටයුතු කරන්න.
- සයිබර් නීති සහ ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව දැනුම යාවත්කාලීනව සිටින්න.
- ඔබගේ ජංගම දුරකථන හෝ පරිගණක අළුත්වැඩියා කිරිම සඳහා සුදුසුකම් සහිත විශ්වාසවන්ත අයෙකු ලවා ඉටු කර ගැනීමට කටයුතු කරන්න. නැතහොත් ඔබගේ පෞද්ගලික තොරතුරු බාහිර පාර්ශවයක් වෙත පත්විය හැකිය.

ඔබ ඉහත කරුණක වින්දිතයෙකු වූ විට කිසිවිටකත් කලබල නොවිය යුතුය. එසේ වීමෙන් වටිනා සාක්ෂි විනාශ විය හැකිය. එමනිසා එම සාක්ෂි ආරක්ෂා කරගැනීම ඔබගේ වගකීමයි. ඒ සඳහා ඔබ විසින් සිද්ධියට අදාළව;

01. තිර පිටපත් බා ගැනීම Screenshot
02. වෙබ් ලිපිනයන් (URL) මෘදු පිටපතකට (text file) සකස් කර පිටපත් කර ගතයුතුය.
03. විද්‍යුත් තැපැල් ලිපිනය (Email) විද්‍යුත් තැපැල් පණිවිඩ මෘදු පිටපත සුරකින්න (save) කරගන්න.
04. කිසිවිටකත් මැකීමට උත්සාහ නොකල යුතුයි.
05. එම තොරතුරු පිටපත් ගැනීමට ඔබ නොදන්නේ නම් අදාල පරිගණකය හෝ ජංගම දුරකථනය පොලිස් තොරතුරු තාක්ෂණ කොට්ඨාසයේ නිලධාරින්ගේ සහය ලබා ගැනීමට කටයුතු නොකළ යුතුය.

ඔබත් මෙවැනි අපරාධයකට ගොදුරු වුවහොත් බිය නොවී අවශ්‍ය නීතිමය පියවර ගෙන අදාළ අපරාධකරුවන් නීතිය ඉදිරියට ගෙන ඒමට අවශ්‍ය පියවර ගන්න. ඒ සඳහා ශ්‍රී ලංකා පොලිසියේ කාන්තා ඔබ වෙනුවෙන්ම සෑම පොලිස් ස්ථානයකම ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශ කාර්යාලයක් ස්ථාපිත කර ඇත. එමෙන්ම ඔබේ සහය සඳහා පහත සඳහන් අංක සැමවිටම සූදානමින් සිටියි.

- පරිගණක අපරාධ විමර්ශන කොට්ඨාසය.
- සෑම පොලිස් ස්ථානයකම පිහිටුවා ඇති ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශ.
- සෑම පොලිස් කොට්ඨාසයකම පිහිටුවා ඇති ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශ.
- ප්‍රාදේශීය වශයෙන් පිහිටුවා ඇති තොරතුරු තාක්ෂණ උප ඒකක.
- ඔබත් මෙවැනි අපරාධයකට ගොදුරු වුවහොත් බිය නොවී අවශ්‍ය නීතිමය පියවර ගෙන අදාළ අපරාධකරුවන් නීතිය ඉදිරියට ගෙන ඒමට අවශ්‍ය පියවර ගන්න.

අනු අංකය	ස්ථාන	සම්බන්ධ කරගත හැකි දුරකථන අංකය
01	ළමා හා කාන්තා අපයෝජන නිවාරන කාර්යාලය	0112 444444 (24 x 7)
02	තොරතුරු තාක්ෂණ කොට්ඨාසය	0112 423947 (24 x 7)
03	පරිගණක අපරාධ විමර්ශන කොට්ඨාසය	0112 381 045 (24 x 7)

මානසික යහපැවැත්ම ප්‍රවර්ධනය කරමු

තුෂාරි චන්ද්‍රසේකර
උපදේශන නිලධාරී
කුරුණෑගල උපදේශන මධ්‍යස්ථානය

වර්තමාන සමාජ ආර්ථික සංස්කෘතික හා දේශපාලන විෂමතාවයන් හා කඩාවැටීම් තුළ මානසික යහපැවැත්ම ප්‍රවර්ධනය සම්බන්ධව විවිධාකාරයෙන් කතාබහට ලක්වන බව නොරහසකි. මානසික යහපැවැත්ම යනු මානසික රෝගවලින් තොර වීම හෝ මානසික හෝ චර්යාත්මක ගැටලු නොමැති වීම පමණක්ම නොවේ. තමාගේ හැඟීම් අවබෝධ කරගන්නා ආකාරය එම හැඟීම් ප්‍රකාශ කරන ආකාරය ආත්ම අභිමානය, අන්තර් පුද්ගල සබඳතා පවත්වන ආකාරය, ආත්ම විශ්වාසය මානව සම්බන්ධතාවල ද හැඟීම් කළමනාකරණය කර ගන්නා ආකාරය යන විවිධ පැතිකඩ ඔස්සේ විහිදුණු පුළුල් ක්ෂේත්‍රයක් බව අවබෝධ කර ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

මානසික යහපැවැත්ම ප්‍රවර්ධනය කිරීම එසේත් නැතිනම් නංවාලීම යනු ප්‍රජාව තමාගේ සෞඛ්‍යය පිළිබඳ පාලනයක් ඇති කර ගැනීමට ඇති හැකියාව වැඩි දියුණු කිරීමයි. එමඟින් සමාජය පාරිසරික මැදිහත්වීම් පුළුල් පරාසයක් කරා පැතිර යන අතර ප්‍රජාවගේ සෞඛ්‍යය ජීවන තත්ත්වය නංවාලීමට හා රෝගවලට මූලික හේතුව නිරාවරණය කිරීම යන පැතිකඩයන්ට විහිදී යයි. රෝග සෑදුණු විට එයට ප්‍රතිකාර කර සුව කිරීමට පමණක් සීමා නොවන බව අවබෝධ කරගත යුතුය. තමාගේ සෞඛ්‍යය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් සිතා බැලීමටත්, ඒ තුළින් තමාට තෝරා ගැනීමට හැකි මාර්ගයන්, හැකියාවන් හා කුසලතාවයන් වර්ධනය කර ගැනීමටත් ඥානය පුළුල් කිරීම මේ විෂය පරාසයට අයත් වේ.

හෝජ්සන් ඇතුළු විද්වත් කණ්ඩායම 1996 මානසික සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධනය හා නංවාලීම යනු පුද්ගල පවුල් කණ්ඩායම් හෝ ප්‍රජාවෙහි ධාරිතාව නංවාලීම උදෙසා ධනාත්මකව හැඟීම්, චින්තනය හා අත්දැකීම් අනිවාර්යයෙන් හේතු වන බව පෙන්වා දී ඇත. මෙම අදහස් අනුව අප සමාජ ප්‍රවාහය තුළ මානසික සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධනය කිරීමට සතුටින් සිටින ප්‍රජාවක් ඇති කිරීම සහ ප්‍රජාවේ දරා ගැනීමේ හැකියාව වැඩි දියුණු කිරීම දක්වා පුළුල් වන බව අවබෝධ කරගත යුතුය. බොහෝ අවස්ථාවලදී ව්‍යායාම කිරීම සමබල ආහාර ගැනීම, පිරිසිදු ජලය පානය කිරීම වැනි ක්‍රියාවලින් සඳහා කුඩා කල සිටම ළමයින් උනන්දු කරවන බව අපි දකින කරුණකි.

නමුත් මානසික යහපැවැත්ම වෙනුවෙන් අප කුමක් කරන්නේ ද? යන්න අද දවසේ ප්‍රශ්න කළ යුතුය. මෙයට ප්‍රධාන කරුණ වන්නේ සමාජ ආර්ථික විපරිවර්තනයක් නිසා ඇති වන්නා වූ සමාජ විෂමතාවයන් හමුවේ වර්තමානයේ දක්නට ලැබෙන මානසික යහපැවැත්ම සම්බන්ධයෙන් පවතින පටු හා හීන අවබෝධ යන කරුණුය. අප මෙය අවබෝධ කර ගත යුතුය. හැඟීම් ගැන අවබෝධ කර ගැනීම, තම චර්යාවන් හා හැඟීම් අතර ඇති සම්බන්ධතාවය, එම චර්යාවන් හා හැඟීම් ප්‍රකාශ කරන ආකාරය, බල

කළමනාකරණය කර ගන්නා ආකාරය, ශාරීරික යහපැවැත්ම සම්බන්ධයෙන් කුඩා කල සිටම පුරුදු කරන්නාක් මෙන්ම මෙම විෂය පරාසය ද ජීවිතයට කුඩා කල සිටම පුහුණු කිරීමේ අවශ්‍යතාවය පවතී.

ලෝකේ පැවැත්ම තීරණය වන්නේ මවගේ කිරිවලින් සහ හිරුගේ කිරණවලින් යන කියමන අනුව අද දවසේ කාන්තාවන්ට මේ සම්බන්ධව විශාල දායකත්වයක් ලබා දිය හැකිය. පවුලේ මූලික තැනුම් ඒකකයේ ප්‍රධාන ක්‍රියාවලිය නියෝජනය කරන්නේ කාන්තාවයි. එම නිසා කාන්තාවන්ගේ මානසික යහ පැවැත්ම සම්බන්ධයෙන් ඉතාමත් සැලකිළිමත් වීම අත්‍යවශ්‍ය කරුණකි. ශාරීරික මෙන්ම මානසික යහපැවැත්මෙන් සවිමත් කාන්තාවක් පවුල් ඒකකය තුළ සිටිය යුතුවේ. කාන්තාව උල්පතක් බඳුය. ඇයට විශාල ප්‍රවර්ධනයක් සිදු කළ හැකිය. මේ සඳහා වර්තමාන සමාජ රාමුව තුළ පැන නැගී ඇති විවිධ ගැටලු හා මෙම ගැටලු සඳහා කටයුතු කිරීමේ කුසලතාවය කාන්තාවන් තුළ සංවර්ධනය කළ යුතුය. වර්තමාන කාන්තාව සම්බන්ධ සංවර්ධනය වැඩි වශයෙන් දියත් වන්නේ කාන්තාවන්ගේ ආදායම් උත්පාදනය, මූල්‍ය කළමනාකරණය වැනි ඉලක්ක ඔස්සේ වන අතර එම ඉලක්කවලින් ඔබ්බට යමින් කාන්තාව මානසික, සමාජීය, පාරිසරික ප්‍රවේශයන්ට පුළුල් කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. පවුල් ඒකකය තුළ ඇය නියෝජනය කරන භූමිකාවන් වන ළදැරියක, දූවක, බිරිඳක, මවක මිත්තණියක ලෙස පවුල් ඒකකය තුළ දැනුම වර්ධනය කිරීම, ඒවා චර්යාවන්ට බද්ධ කිරීමේ ප්‍රාගුණ්‍ය නිරායාසයෙන්ම ඇයට ඇත. දැනුම පරම්පරාවෙන් පරම්පරාවට සම්ප්‍රේෂණය කිරීමේ ප්‍රධාන ප්‍රවාහයේ මූලික පුරුකක් නියෝජනය කරන කාන්තාවන් වහ වහා මේ සම්බන්ධව අවදිකර විධිමත්ව සවිබලකරණය කිරීමෙන් අප රට තුල පවතින මනෝ සමාජීය සෝදා පාලුව අවම කර ගත හැකි වන අතරම ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය, මත්ද්‍රව්‍ය සඳහා ඇබ්බැහි වීම, සමාජ මාධ්‍ය තුළ ඒවාට යොමු වීම අමු අමුවේ දරුවන්ට සිදුවන ව්‍යසනකාරී අත්දැකීම් අවම කර ගැනීම හා ළමා අපයෝජන අවම කරගැනීමට හැඟීම් කළමනාකරණය කර ගැනීමේ විෂමතාවය තුළ පැන නගින ඛේදජනක සිදුවීම් අවම කර ගැනීම සඳහා මෙම සවිබලකරණයේ ඉතාමත් කාලෝචිත හා ප්‍රායෝගිකඩ ප්‍රවේශයක් බව අප සැම දෙනාම අද දිනයේ අවබෝධ කරගත යුතුය.

ඒ සඳහා වහ වහා තම යුතුකම් ඉටු කර ගැනීමේ මානසික යහපැවැත්ම තමා තුළ තහවුරු කර ගැනීමත්, පමාවට සෙවීම්, පුද්ගලයන්ගේ මානසිකත්වය යහපත් කිරීමට අවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග සැම විටම ගැනීමත්, සමාජ සංවේදී භාවය, ආදරය, කරුණාව, දයාව වැනි මානව හැඟීම් සම්බන්ධයෙන් වඩාත් අවධානයෙන් සැලකීමත් යන කරුණු ජීවිතයට බද්ධ කර ගැනීමත් අත්‍යවශ්‍ය වේ. රවින්ද්‍රනාත් තාගෝර් පඬිතුමාගේ "ආත්ම විමුක්තිය අපේක්ෂා කරන්නේ නම් ආදරේ නිවැරදිව කරන්න." යන වදන සිහි කරමින් සතුට සඳහා සහ මානසික යහපැවැත්ම තහවුරු කර ගැනීමට ඵලදායිව ජීවිතය කළමනාකරණය කර ගනිමින් කාන්තා ඔබේ හඬ, කාන්තා ඔබේ ශක්තිය, කාන්තාව ඒ දැනුම පුළුල් කර ගනිමින් අප රට වෙනුවෙන්, මනුෂ්‍යත්වය වෙනුවෙන් පෙළගැසීමට එක්ව එක් සිතින් ආදරෙන් පෙළ ගැසෙමු.

உடைந்த கண்ணாடி

சுப்பிரமணியம் சுகர்ணியா,
தாழங்குடா மகளிர் சங்கம்,
தாழங்குடா - 1

அன்றைய நாள் வானத்தில் கரு முகில்கள் இரண்டு மழை இரைச்சலுடன் நம் வீட்டு முற்றத்தினை ஈரமாகக்வே வந்துகொண்டிருந்தது. வசந்தாவின் தாயார் வசந்தா வசந்தா கொடியில் காய்ந்த உடுப்பெல்லாம் கிடக்கிறது, வந்து எடு நனையப் போகுதடி என்று கத்தும் ஓசை கூட காதில் விழவில்லை. தன்னை மறந்த நிலையில் கையில் பிளாஸ்ரிக் போத்தல், கத்தரி கோலுடன் ஜன்னல் ஓரத்தில் தன் பழைய நினைவுகளை மறந்த நிலையில் படமாக்கியவளாய் சாய்ந்திருந்தாள் வசந்தா.

அப்போது அவளுக்கு வயது 24 அப்பா கூலி வேலை செய்பவர், அம்மா கைத்தறி நெசவாளி இரண்டு தங்கைகள் மூத்த சகோதரி மணம்முடித்து இரண்டு பிள்ளைகள் இதுதான் அவளது உலகம். இதில் இரண்டாவது பெண் பிள்ளை தான் வசந்தா. உயர்தர படிப்பினை முடித்து பல்கலைக்கழக அனுமதி கிடைக்காத சித்தியினை பெற்றவளாய் வெளிவாரி கற்கையினை தெரிவு செய்து கற்றலினை மேற்கொண்டிருந்தாள். அபபோது தன் குடும்பத்தின் வறுமை சூழ்நிலை தந்தையின் வருமானம் தங்கையின் பல்கலைக்கழக படிப்பினை மேற்கொள்ள செலவழிக்கவே போதவில்லை அதற்குள் வீட்டுச் செலவுகள், ஏனைய செலவுகள் என அனைத்தையும் பாரத்த அவளுக்கு தான் ஒரு வேலைக்கு போனால் மிகவும் நல்லாக இருக்கும் என்றும் தந்தை தாயின் சுமையினை கொஞ்சமாவது குறைக்க முடியும் என எண்ணி எண்ணி எப்போதும் கவலை கொண்டவளாகவே இருந்தாள்.

கவலை கொள்வது மாத்திரமல்லாது சும்மா இருக்காமல் தனது கல்வி தரத்திற்கு ஏற்ப வேலையினை தேடிக் கொண்டிருந்தாள். அந்த நேரத்தில் நண்பியான மதியின் குரல் கேட்டது வெளியே வந்து பாரத்தாள். ஏய் வசந்தா நாம கொழும்புக்கு போவோமாடி ஒரு வேலை கோள் பண்ணியிருக்கான் வானொலி சேவையில் தொகுப்பாளராம். என்று முடிக்கும் முன் அவள் ஆர்வத்துடன் எப்ப எங்க எப்பவாம் என ஒன்றன் பின் ஒன்றாக கேள்விகளை அடிக்கிய வசந்தா மகிழ்ச்சியில் இனி எல்லாம் மாறிவிடும் வாழ்க்கையில் ஒரு புது மாற்றம் ஏற்படுவதாக நினைத்து கொழும்பிற்கு செல்ல ஆயத்தமானாள். ஆனால் தாய், தந்தை இருவருக்கும் அவளை அனுப்புவதற்கு கொஞ்சமும் விரும்பம் இருந்திருக்கவில்லை. இருந்தும் தந்தை அவளது அப்பா அவளது விருப்பம் பொயிற்று வரட்டும் மன நிறைவு இல்லாமல் கூறியபோது அவளுக்கு புரியவில்லை புரிந்திருந்தால் அந்த போக்குவரத்து செலவினை கூட அவர்களுக்கு தந்திருக்கமாட்டாள் வசந்தா.

அங்கு சென்ற அவள் போட்டிகளில் கலந்து வெற்றி பெற்று சான்றிதழ்களைப் பெற்று வந்த அவளுக்கு வேலையினை தொடர் வீட்டில் அனுமதி கிடைக்கவில்லை காரணம் நாட்டில் அசாதாரண நிலையியல் (யுத்த காலம்) தன் பிள்ளை தங்க கூடவே இருக்கட்டும் உழைக்க தேவையில்லை என்று மறுத்து போகவிடாமல் நிறுத்தி விட்டனர். கனவுகளையெல்லாம் கலைந்து விட்டு திரும்ப நாட்களுடன் தானும் ஓடிக் கொண்டிருந்தாள். சில மாதங்களின் பின் மீண்டும் ஒரு தொழில் வாய்ப்பு ஆனால் முதல் வேலைக்கு காட்டிய ஈடுபாடு நாட்டம் இதில் காட்டவில்லை இருந்தும் உள் மனம் வேலை அல்லவா கொஞ்சம் ஏற்கத்தான் செய்தது.

அன்னிய நாட்டு புடவை வியாபாரி ஒருவர் மூலம் நிறுவனம் ஒன்றில் வெற்றிடம இருப்பதாகவும் அங்கு நேர் முகப் பரீட்சை நடைபெறவுள்ளதாகவும் கூறினார். திரும்ப சான்றிதழ்களுடன் நேர் முகப் பரீட்சைக்கு சென்றாள் வசந்தா. அங்கு கேட்கப்பட்ட வினாக்கள் அனைத்திற்குமே பதில் கூறி முடிந்த அவளால் ஒரு கேள்விக்கு மாத்திரம் பதில் கூற முடியாமல் தடுமாறினாள் அந்த மிஸ், வசந்த உங்களுக்கு பைசிக்கில் ஓட்ட தெரியுமா என்று கேட்க பொய் என்பது யாரிடமும் கூற தெரியாதவள் முதல் முறையாக ஆம் மிஸ் என்று சொல்லி தனது வேலையை தயக்கத்துடன் ஆரம்பித்தாள். ஒவ்வொரு நாள் பொழுதினையும் சக ஊழியர் உதவியுடன் சைக்கிள் பழகியும் தனியே ஓடி வேலிகளில் வீழ்ந்து எழுவதுமாக கற்றுக் கொண்டு தனக்கு கொடுக்கப்பட்ட வேலையை திறம்பட செய்தாள். வேலையில் முதல் மாத சம்பளம 9000/=பணத்தினைப் பெற்று அதன் மூலம் தன் குடும்பத்தின் சுமையினை ஓரளவாக குறைத்து சந்தோசமாக தனது வாழ்க்கை பயணதினை நகர்த்திக் கொண்டிருந்தாள் இதனிடையில் முதற்கலை தேர்வில் சிறந்த சித்திகளை பெற முடிந்த அவளால் இறுதியாண்டு பரீட்சையினை சரிவர எழுதமுடியாமல் படிப்பில் ஆர்வம் காட்ட முடியாமல் இடை நடுவில் விட்டு தனது வேலையிலேயே முழு கவனத்தையும் செலுத்தினாள்

மூன்று வருட காலம் எவ்வாறு ஓடியது என்று தெரியவில்லை அவளுக்கு கலியாண வயதினை எட்டியிருந்தமையால் அலுவலகத்திலும் நண்பர்கள் மூலமாகவும் திருமணம் பற்றிய செய்தியும் மணமகள் அழைப்புமாக வந்து தன்னை வேறு பாதைக்கு அழைத்து சென்றது அப்போதெல்லாம் அவளுக்கு கலியாண விருப்பம் எல்லாம் இருக்கவே இல்லை அதனால் தாம் விசாரிக்கும் போதெல்லாம்

தட்டிக்கொண்டே இருந்தாள் ஆனால் இதனை வேறு விதமாக எண்ணிய உறவுகள் அவளது நேர்மையை தனக்கு சாதகமாக பயன்படுத்தி அவளது காது படவே இவைக்கு கலியாணம் வேண்டாம் எண்ரால் மனதில் யாரோ இருக்கிறார் அதுதான் இப்படி சொல்றாள் வசந்தி என்று காதோடு காது வைத்து பேசினார்கள்.

ஆனால் அவளது இந்த கல்யாண வெறுப்புக்கு காரணம் ஏதோ வேறாகத்தான் இருந்தது அவளது மூத்த சகோதரி தாய் தந்தை சொல்லினை மீறி தனியாக சென்று மணம் முடித்திருந்தமையால் தனது தாய் தந்தை சொல்லினை மீறி தனியாக சென்று மணம் முடித்திருந்தமையால் தனது தாய் தந்தை பட்ட அவமானங்கள் மனவேதனைகள் அவளை ரணமாக்கியிருந்தமை அவர்களுக்கு தெரியாமல் போயிருந்தது. இதனாலே அவள் தன் மனதில் ஒரு சபதம் கொண்டிருந்தாள். தான் உழைத்து நன்றாக குடும்பத்தை பாரத்து தங்கைகள் எல்லாம் நல்ல நிலைக்கு அனுப்பிவிட்டு குடும்பத்தார் சொல்லும் நபர் யாராக இருந்தாலும் அவரையே மணம் முடிப்பதாகவே கொள்கையினை வைத்திருந்தாள் வசந்தா.

தன்னை எவரும் தவறாக பேசிவிடக் கூடாது என்பதில் குறியாகவும் ஒழுக்கமாகவும் நடந்து கொண்டிருந்த அவளுக்கு இந்த பேச்சுக்கள் மனதில் சஞ்சலத்தை ஏற்படுத்தியது. இதனால் சில வரண்கள் வந்த போது திருமணம் முடிக்க தாயிடம் சம்மதம் தெரிவித்திருந்தாள். ஆனால் என்னவோ அந்த வரண்கள் எல்லாம் வறுமையையும் 4 பெண் பிள்ளைகள் என்பதெல்லாம். கூறியும் தட்டிச் சென்றனர். மேலும் பின் வந்த வரணக்ளும் ஜாதகம் பொருத்தமின்மை என கழிக்கப்பட்டது. இதனாலும் அவள் மனதில் கவலை கொண்டிருந்தாள். சில மாதங்களின் பின் வசந்தாவின் பழைய வகுப்பு நண்பி ஒருவர் மாப்பிள்ளை பாரப்பதாக கூறி ஒரு பெண் தனியாக வீட்டிற்கு வந்தார்.

அன்று காலை 9 மணியளவில் வசந்தா வேலைக்கு சென்றுவிட்டாள். வீட்டு முற்றத்தில் அமர்ந்திருந்த புவனா அம்மா அம்மா ஒரு ஆன்ரி வந்திருக்காவு உங்களை பாரக்கவாம் என கூறி இருந்த இடத்தை விட்டு நகர்ந்து செல்ல வசந்தாவின் தாயும் உள்ளே அழைத்து இருக்கையில் அமர்த்தி உரையாடினாள் வந்த அந்த பெண்ணின் உள்நோக்கம் வேறாகத்தான் இருந்தது. தனது மகனிற்கு பெண் பார்த்துத்தான் அவர் வந்துள்ளார். பொறுப்பில்லாமல் தாய் பேச்சு கேட்காமல் தொழிலுக்கும் செல்லாத அவனுக்கு திருமணம் முடித்து வைத்தால் திருந்துவான் எனும் நோகக்த்தில் வசந்தாவை பெண் பார்க்கவே அவர் வந்திருந்தார்.ஏற்கனவே வரண்கள் எல்லாம் தட்டிப்போன நிலையில் பலவீனமாய் இருந்த குடும்பத்திற்கு வீடு தேடி வந்தமையால் கடவுளே அனுப்பியதாகவும் காயப்பட்ட உள்ளத்திற்கு மருந்து போடுவதாகவும் எண்ணி சம்பந்தத்தை பேசி முடித்தனர்.

வேலைக்கு சென்று வீடு திரும்பிய வசந்தாவிடம் தாயார் நடந்தவற்றையெல்லாம் கூற அவள் மனம் ஏற்க மறுத்திருந்தாலும் அவளது வீட்டாரால் கூடி வரும் வரண்களைத்தான் புறக்கணித்தாள் இல்லை. பேற்றோர் சொன்னால் அது நல்லதாகவே இருக்கும் என்று ஏற்றுக் கொண்ட அவள் ஒன்றை மட்டும் தாயிடம் கூறினாள். அம்மா இந்த மாப்பிள்ளை போட்டோ நான் பார்க்கமாட்டேன். போன் கதைக்க மாட்டேன். எல்லாம் ஓகே என்டா மட்டும் சொல்லுங்க பிறகு பாரப்போம் என இழுத்தவளாய் வீட்டினுள் நுழைந்து கதவை சாத்தினாள் வசந்தா.

ஆந்த மாப்பிள்ளையின் புகைப்படம் 1தான், இருவாரம், 1மாதம்என வீட்டில்தொங்கிய புடவை கயிற்றில் பை ஒன்றில் இடப்பட்டபடி அசைந்து கொண்டே

இருந்தது.திருமணப் பேச்சுக்கள் கைகூடிய வேளையில் இவளது சகோதரி புவனா, அக்கா இனி போட்டோ பாரடி எல்லாம் சரிதானேஎன கூறி அந்த பையினை மடியில் போட்டு சென்றாள் பிறகு என்னதான் செய்வது வசந்தாவும் விருப்பத்துடன் பாரத்தாள் மணமகனை பிடித்திருப்பதாக கூறி சிரித்துக் கொண்டு தலையாட்டினாள். பிறகு திருமணம் நடந்தேறியது. வுசந்தா மிகவும் சந்கோசமாகவும் கனவுகள், ஆசைகளுடன் வாழ்க்கைக்குள் காலடியினை வைத்த அவளுக்கு தெரியவில்லை அவை அனைத்தும் கனவாய் போக்பபோவதாக.

திருமணம் முடித்து ஒரு வாரத்திலேயே குமார் தனது குணத்தினை வெளிப்படுத்த தொடங்கினான் அந்த நாட்களில் வசந்தாவின் தாய் தந்தை, சகோதரம் என அனைவரும் ஒரே வீட்டிலேயே குடும்பமாக இருந்தனர் இதனை விரும்பாத அவன்அவர்களின் காதில் விழும்படியாகவே சிறிய விசயங்களுக்கு கெல்லாம் உரத்த சத்தத்தில் வசந்தாவை பேசிக்கொண்டிருப்பான் இதையெல்லாம் கேட்டுக் கொண்டிருந்த தாய் வசந்தாவிடம். என்னவாம் புள்ள அவர் ஒரே முணுமுணுத்துக் கொண்டிருக்கிறார், எனக் கேட்க அவள் தனக்கு பேசுவதாக கூறி சமாழித்துக் கொண்டுநாட்களை நகர்த்தினாள்.

ஆனால் இந்த விசயம் தனது குடும்பத்திற்கு அரசல் புரசலாக தெரியவர அருகில் உள்ள வீட்டிற்கு தனியா செல்ல முடிவு செய்து சென்றார்கள் இப்போதுதான் இழந்தவைநெல்லாம் போட்டு திருமணம் முடித்தவர்களிடம் பணமா இருக்கப் போகுது. துங்களால் முடிந்தவரை வேலைப்பாடுகளை அந்த வீட்டிற்கு செய்து கொண்டு கதவும் யன்னலும் இல்லாத தங்களது பழைய வீட்டிற்கு பொருட்களையெல்லாம் எடுத்துக் கொண்டு வசந்தாவின் வீட்டில் இருந்து வெளியேறினர். இவர்களை துரத்திய மகிழ்ச்சியில் தனக்கெனஒரு சாம்ராஜய்த்தை உருவாக்கி வசந்தாவை வைத்து ஆழத் தொடங்கினான் குமார். நிரந்தரமான தொழில் ஒன்றை வைத்திருக்காது சில்லறைக் கடையில் நிற்றல் கடை உரிமையாளர்களிடம் விதண்டாவாதம் புரிந்து யார் பேச்சினையும் கேட்காத நிலையில் செயல்பட்டான்.

இதனைப் பார்த்த வசந்தாவின் தாய் மாமா தான் நடாத்தி வந்த சிற்றுண்டி கடையினை அவனுக்கு கொடுத்து, குமார் இனி நீ முதல் போட்டு இந்த கடையில் உள்ள உபகரணங்களை கொண்டு நடத்திவா, என்று கூறி கடையினை ஒப்படைத்து சென்றார். ஆவன் அந்த கடையினை தனது இஸ்டத்திற்கு நடாத்தி போதிய வருமானத்தினை அவனால் ஈட்ட முடியவில்லை. காரணம் அவனது பொறுமையின்மை, வாடிக்கையாளர்களிடம் நடந்து கொள்ளும் விதம் அனைத்துமே சுய நல நோக்கில் இருந்தமையினால் அந்த கடை நஸ்டத்தில் வந்து நின்றது. எண்ணி சம்பந்தத்தை பேசி முடித்தனர்.

நாளடைவில் கடை பூட்டப்படும் அளவிற்கு போனது வங்கியில் ஒரு பக்கம் கடன் பெற்றுத்தான் அவற்றை எல்லாம் கட்ட முடியாமல் பித்துப் பிடித்தவன் போல திரிந்தான். இதனைப் பாரத்த வசந்தாவிற்கு தனது கணவர்தானே இவர் இப்படி திரிவதை பொறுக்காமல் தனது வளையலை அடகு வைத்தும் கடையில் போடச் சொல்லி கொடுக்க கொடுக்கும் போதெல்லாம் என்னவோ அவன் அவளுடன் அன்பாக நடந்து கொள்வான் அவனது தேவை முடிந்ததும் சண்டை போடுவதை கொள்கையாக கொண்டிருந்தான். ஆனால் அவள் அதனை எல்லாம் பொருட்படுத்தாமல் தனது மாத சம்பளத்தில் வங்கிக்கடன் தினக்கடனனையும் அவளால் மாதாந்தம் கட்டமுடியாமல் இருந்த மோட்டார் வண்டி தவணை பணத்தினையும் கட்டி முடித்தாள்

ஆனால் அவளால் அந்த கடை தொழிலினை சரிவர நடாத்த முடியாமல்

மூடிவிட்டு கொழும்பிற்கு சென்றாள் அதிலாவது நிரந்தரமாக நிப்பாள் என்று எண்ணிய அவருக்கு அதுவும் ஏமாற்றத்தையே தந்தது ஓர் இரு மாதங்களிலே தொடர முடியாமல் வீடு வந்து சேரந்தான். வந்தவன் சும்மா இருக்காமல் வசந்தாவிடம் எதையாவது ஒன்றினை தொடங்கி சண்டை போடுவதும் சண்டையில் அவளது வீட்டு பொருட்களை உடைப்பதும் அடிப்பதுமாக நாட்கள் ஓடியது வசந்தா மிகவும் பாவப்பட்டவள். சில நேரங்களில் சமயம் பார்த்து தனது ஆசைகளை குமாரிடம் பகிரந்து கொள்ளும் போதெல்லாம் அவன் எனக்கு நல்ல தொழில் இல்லை வருமானம் போதாது அபப் எப்படி இதெல்லாம் செய்வது எனக் கூறி சாசுக்காக இடத்தினை விட்டு நகர்ந்து செல்வான் குமார். ஆனால் வசந்தா அதனை பெரிய விடயமாக கருதாது தான் வேலைக்கு செல்வதால் அவளது தேவைகளை கூடியளவு அவனிடம் எதிர்பார்க்காமல்அவளே பூர்த்தி செய்து கொண்டிருப்பாள். ஆத்துடன் உழைப்பதில் மாதாந்த சம்பளத்திற்கு அவனுக்கு கணக்கினை காட்டியும்செலவு பணமாக ரூபா 10000/= கொடுத்துமே குடும்பத்தினை ஓட்டினாள் வசந்தா.

ஆன்பு, பாசம், காதல்என்ற எந்த உணர்வுகளுக்கும் முக்கியத்துவம் கொடுக்காத மிருகத்தனமாகவே எரிந்து விழுவான் இவ்வாறு காலம் கடக்கும் போது ஒரு நாள் வாய் பேச்சு கைபேச்சாக மாறி வசந்தாவின் மீது ஒட்டு மொத்த கோபத்தினை காட்டி அடித்து மிக மோசமாக நடந்து கொண்டான். இதனை தாங்க முடியாத வசந்தா அவனுடைய தாய் வீட்டிற்கு சென்று நடந்தவற்றையெல்லாம் கூறி பிரிவதற்கு முடிவு செய்தாள். 1 வாரம் மட்டும் பிரிந்திருவதை அவன் எல்லோரிடமும் தனது பரிதாப நிலையினைக் கூறி அனுதாபங்களை சேரத்து அவளுடன் சேர்வதற்காக பல முறை முயற்சி செய்து அதில் வெற்றி கண்டான் குமார்.

வசந்தாவும் யோசித்துப் பாரத்தாள் தனக்கு கீழ் திருமணம் முடிக்காத தங்கைகள் மேலும் ஆடம்பரமாக நடாத்தப்பட்ட தமது கலியாணம் நாம் பிரந்தால் சுற்றம், உறவுகள் தாய் தந்தையரை தவறாக பேசும் என்பதற்காக மனதை சமாதானப்படுத்தி மீண்டும் சேர்ந்தாள். பிறகு சேரும் போது நல்ல எண்ணம் கொண்டவளாய் சேரந்து பின் சில மாதங்களின் பின் அவனது செயலை தொடங்கினான் அவள் எல்லாவற்றையும் பொறுத்துக் கொண்டு அவளை பற்றி யோசிக்காமல் தனிமையிலே தன்னை பற்றி யோசிப்பதும் அழுவதும், கடவுளிடம் தன்னிலை பற்றி முறையாடுவதுமாய் நாட்கள், மாதங்கள் கழித்து வந்தாள் வசந்தா நாளடைவில் தனது தங்கைகள் இருவருக்கும நல்ல வரன் வந்து திருமணம் நடாத்தி முடிந்தது.

தனது குடும்பத்தில் இரு மாப்பிள்ளைகள் வந்தும் இனி சண்டை போட்டால் வெட்கம் என எண்ணாமல் நான் தான் பெரியவன் என காட்ட மீண்டும் வசந்தாவிடம் சண்டை போட்டான். யாருக்குமே எதிர்த்து பேசாத வசந்தா இவனது செயற்பாடுகளால் கொஞ்சகாலமாகவே சத்தமாக வாக்குவாதம் பண்ண தொடங்கினாள். எப்படியாவது அவன் திருந்துவான் என எண்ணி அவன் அதற்கு மேலாகபாய்வான் தட்டி கேட்ட வசந்தாவின் தாய் தந்தையிடம் மரியாதை குறைவாகவே நடந்து கொண்டான். கடவுளுக்கும் வசந்தாவின் நிலை தெரிந்ததாலோ இருவருக்குமிடையே குழந்தை பாக்கியத்தை கொடுத்திருக்கவில்லை. குழந்தை பெற்றால் தனக்கு செலவு ஏற்படும் என்பதற்காகவே அவள் குழந்தை பற்றி ஆசை வார்த்தைகளை கூறினாலும் பொருட்படுத்தாமல்எழுந்து போய் விடுவான் ஆனால் வசந்தா விடாமல் தானே தனது சம்பளத்தில் பணம் சேரத்து வைத்திய சாலைக்கு அழைத்தாலும் அவன் வேலையை காரணம் காட்டி போகாமல்

விடுவான். இதனால் வசந்தா மனதளவில் வசந்தா பலவீனம் அடைந்திருந்தாள்.

ஊரவர் அவனது உறவுகள் எல்லாம் அவனை நல்லவன், பண்பானவன் என்று கூறுமளவிற்கு புதிய உறவுகளுடனும், நபர்களுடனும் சிரித்து பேசி வெளி நோக்கத்தில் நன்நடத்தை கொண்டவனாக காட்டி கொள்வதில் கைங்கரியம் கையாண்டு செயல்படுவான். இதனை சில மனிதர்கள் அவனின் உள்நோக்கம் அறியாதவர்கள் வசந்தாவிற்குத்தான் வாழ தெரியாது அவன் நல்லம, என்று அவள் காதுபட கூறியும் உள்ளனர் குமார் வீட்டில் எந்த அபிவிருத்தியுமே செய்யமாட்டான். வசந்தா வீட்டினை அழகுபடுத்த வேண்டிய பொருட்களை கூட உடைத்தெறிவான். யாருக்குமே உதவி செய்ய முன்வராத அவன் மீறி செய்தான் ஆனால் சொல்லி சொல்லி காட்டியே வசந்தாவை நோகடிப்பான். அவனுக்கு வசந்தாவை எப்படியாவது வேலை விட்டு நிறுத்தவேண்டு பின் அவளை தனக்கு கீழ் அடிமையாக நடாத்த வேண்டும் என்ற தனது கருத்தினை சில நபர்களிடம் உரையாடியும் உள்ளான்.

ஒரு நாள் அன்பாக வசந்தாவை அழைத்தான் அப்போது வசந்தாவிற்கு ஓரளவாகத்தான் புரிந்திருந்தது இருந்தாலும் என்ன வென்று கேட்கும் ஆவலுட் அருகில் அமர்ந்தாள். புள்ள நீ இனி வேலைக்கு போக வேண்டாம் நான் எப்படியாவது கஸ்ரப்பட்டு உன்னை பார்ப்பேன் வேலையை விட்டு நில் என தாழ்மையாக கூறினான். இதுவரை காலமும் வேலை வேலை என்று எதை பற்றியும் சிந்திக்காமல் யார் கதைத்தாலும் அவர் கருத்துக்குத்தான்என நினைத்து திரிந்தவளுக்கு இந்த வார்த்தை என்னவோ ஆறுதலை கொடுத்தது. அதே வேளை வேலைத் தளத்திலும் அஜத்தமாகவும் ஓய்வு இல்லாமல் வசந்தாவின் உடல் நிலையும் பலவீனமாகவே காணப்பட்டது. எனவே முடிவு செய்தாள் தான் தாயாக வேண்டும் என எண்ணி என்றால் வேலையை விட்டால் தான் வீட்டில் இருந்தபடியே மருத்துவத்தினை ஒழுங்காக கடைப்பிடிகக் முடியும் எனவும் மனதை சந்தோசமாகவும் வைத்திருக்க முடியும் என யோசித்து இராஜினாமா கடிதத்தை முகாமையாளரிடம் கொடுத்தாள் வசந்தா. ஆனால் வேலை தளத்தில் 2 வருட காலமாக நேர்மையாக வேலை செய்த காரணத்தால் அவளை யாருமே விலக்குவதற்கு அனுமதி தரவில்லை.

இருப்பினும் குழந்தை இன்மையை காரணம் காட்டி எல்லோரிடமும் பக்குவமாய் எடுத்துக்கூறி தனது காரியாலயத்தினை விட்டு வெளியேறினாள் வசந்தா. இரண்டு மாதங்கள் சந்தோசமாக நாட்களைக் கழித்தாள் வசந்தாஅவளது சிரிப்பினை கூட ரசிக்க தெரியாத குமார் மீண்டும் ஆரம்பிகக் தொடங்கினான். வசந்தா எங்கவாவது செல்வதாக இருந்தாலும் தன்னை சாதாரணமாக அலங்காரம் செய்து கொள்வாள் அது பிடிக்காத அவன் மனம் நோகும்படியாக வார்த்தைகளை வீசி அழுது புலம்ப வைத்த தானாகவே ஒரு இடமும் போக முடியாது என்ற அவன் வாயால் சொல்லும் அளவிற்கு குழப்ப நிலையினை உருவாக்குவான். அவனுக்கு தன் மனைவி தன்னை விட்டு எங்காவது சென்று விடுவாளோ என்ற சந்தேகம் முழுமையாக படர்ந்திருந்தது. அவளது உணர்வுகளுக்கு மதிப்பழிக்காத அவன் அவள் வேலையால் நின்ற வீட்டில் இருந்து பொழுதினை கழிக்க செய்த அலங்காரப் பொருட்களை எல்லாம் ஒரு நாள் உடைத்தெறிந்தான். வசந்தாவின் தலைகளில் பதியும் வண்ணம் கழுத்தினுள் இரு கைகளை விட்டு ஒரு அடி தான் அடித்தான் வசந்தாவிற்கோ நின்றுகொண்டிருந்த வீடு தன்னையே சுற்றி வருவது போல் அசைவினை உணர்ந்தாள்.

அந்த இடத்திலேயே சுருண்டு விழுந்தாள் வசந்தா மனதில் உறுதி பூண்டு புரட்சி பெண்ணாக எழுந்தாள் அவனை தனியாகவே வீட்டை விட்டு வெளியே

விரட்டியடித்தாள். தனக்கு இனி வாழக்கை என்பது இல்லை இவ்வளவு காலமும் இறங்கிப்போய் பொறுமை காத்து ஊரான் பேச்சுக்கு பயந்து நடத்திய ஊமை நாடகத்தினை அரங்கேற்றம் செய்தாள். எந்த காரணத்தை காட்டி வேலையை விட்டு நின்றாளோ அதுவே இனி நடகக் வாய்ப்பில்லை என்பதை அறிந்த அவள் குமார் என்ற கயவனை தன்வாழ்வில் சந்தித்திருந்திருக்கவே கூடாது எனவும் அவனால் அவளது 7 வருட வாழ்வும் வீணாய் போய் விட்டதை எண்ணி புழுங்கினாள்.

அவனை விட்டு சென்ற அவன் அவனது தாயாரை சேருவதாக கூறி சமாதான வாத்தையால் தூதும் அனுப்பினான் எதிரப்பாரக்காத பதிலினையே வசந்தா கொடுத்து அனுப்பியிருந்தான். மாமி உங்கட மகனை விட்டுவிட்டு இன்றுடன் 20 நாட்கள் முடிந்து விட்டது. இனி நான் அவனை சந்திப்பதாக இருந்தால் நீதிபதியின் மூலம் தான் கடதாசி வருகைக்காய் காத்திருக்க சொல்லுங்க என்று அவள் வழியனுப்பி வைத்திருந்தாள் வசந்தா.

ஈர சட்டையின் நீர் துளிகள் முகத்தில் படும்படி அக்காவின் பிள்ளை உதறிய சட்டையினை விலக்கியவளாய் விழிகள் நிறைய நீர் குழிகள் மழை நீர் எது கண்ணீர் எது என கண்டு பிடிக்க முடியாதவளாய் சித்தி சித்தி என்று பிள்ளை கூக்கிரலிட சுய நினைவுக்கு வந்தாள் வசந்தா என்னம்மா என்றவள் மழை பெய்து நீர் முற்றத்தில் வாந்தோடி அடுத்த மழைக்கு அடிவானம் சிவந்து வந்தது நேரம் மாலை 6.00 மணி. தனக்கு தானே ஆறுதலாய் வாழக்கையில் எவருக்கு பிரச்சினை இல்லை இதுவும் கடந்து போகும் என பெருமூச்சு விட்டவளாய் இருக்கையை விட்டு எழுந்து வீடு பெருக்கி மாலை விளக்கு ஏற்றுவதற்கு தயாரானாள் வசந்தா.

இனி இப்படித்தான் (அவளது
எண்ணம்) எவரையும் எதிர்பார்த்து
வாழக்கூடாது யாருக்கும் பாரமாகவும்
வாழக்கூடாது நமக்கு கிடைத்தது
போதும் என்ற வாழ்க்கையேசிறந்தது.

பார்வை இல்லாதவன் கையில் கிடைத்த
ஓவியமும் பாசம், இல்லாதவன் கையில்
சிக்கிய மனைவியும் ஒன்றுதான் அதன்
மதிப்பு என்றுமே அவனுக்கு தெரிய
போவதில்லை

ළමුන් හා කාන්තාවන් සඳහා ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර සමාජයක්

කේ. බුද්ධික මනතුංග
ජ්‍යෙෂ්ඨ පොලිස් අධිකාරී
අධ්‍යක්ෂ
ළමා කාන්තා අපයෝජන නිවාරණ කාර්යාංශය

එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානය විසින් විශ්ව ළමා ප්‍රඥප්තිය (1989) හා කාන්තාවන්ට සියලු ආකාරයේ වෙනස්කොට සැලකීම් තුරන් කිරීම පිළිබඳ වූ සම්මුතිය (1993) යන විශ්ව ප්‍රකාශනයන් මූලික කර ගනිමින් ශ්‍රී ලංකා නීති පද්ධතියට ඇතුළත් වූ නව සංශෝධන හේතුවෙන් ළමයින් හා කාන්තාවන් සම්බන්ධ නීතිමය ප්‍රතිපාදන පුළුල් විය. ඒ අනුව මෙම නීතිමය ප්‍රතිපාදන නිසි අයුරින් ක්‍රියාත්මක කිරීම අරමුණු කර ගනිමින් 1998.07.01 වන දින සිට ක්‍රියාත්මක වන පරිදි (පොලිස්පති චක්‍රලේඛ අංක 1416/98) “ළමුන් හා තරුණ පුද්ගලයන් සහ වනිතාවන් අපචාරයන්ට ලක් කිරීම වැළැක්වීමේ කාර්යාංශය” යන නමින් මෙම කාර්යාංශය අංක 01, ලක්ෂ්මි උද්‍යානය, මරදාන පාර, බොරැල්ල දරන ස්ථානයේ පිහිටුවා ඇත. ගෙවුණු කාලය තුළ විවිධ ස්ථානයන්හි සිට මෙම කාර්යාංශය ක්‍රියාත්මක වී ඇති අතර වර්තමානය වන විට “ළමා හා කාන්තා අපයෝජන නිවාරණ කාර්යාංශය” නමින්, අංක 78, ග්‍රෑන්ඩ්පාස් පාර, කොළඹ 14 යන ලිපිනයේ පිහිටි මුක්තාර් ප්ලාසා ගොඩනැගිල්ලේ පළමු මහලේ ස්ථාපිත කර ඇත.

“ළමුන් හා කාන්තාවන් සඳහා ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර සමාජයක්” යන දැක්ම පෙරදැරි කර ගනිමින් සහ “ළමයින් හා කාන්තාවන් සූරා කෑම හා වෙනස්කොට සැලකීම වළක්වමින්, නීතිය බලාත්මක කිරීම සඳහා ඇති විධි විධාන වෙත යොමු කිරීම, අපයෝජන හා අපරාධ වැළැක්වීම, වරදකරුවන් පුනරුත්ථාපනයට යොමු කිරීම තුළින් සමාජගත කිරීම සහ ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීම තුළින් ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර සමාජයක් ඇති කිරීම තහවුරු කිරීම” මෙහෙවර කර ගනිමින් ළමා හා කාන්තා අපයෝජන නිවාරණ කාර්යාංශයේ නිලධාරීන් ඉතා කාර්යක්ෂමව වගකීමෙන් යුතුව කටයුතු කරනු ලබයි.

ඉහත පෙන්වා දුන් ආකාරයට ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශ මූලස්ථානයට අමතරව දිවයිනේ පොලිස් කොට්ඨාස 45 හි කොට්ඨාස ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශ 45ක් ද, 600 කට අධික පොලිස් ස්ථානයන්හි ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශ ඒකක වශයෙන් ද ක්‍රියාත්මක වන අතර මේ සඳහා පුහුණු කාන්තා නිලධාරිණියන් ඇතුළුව නිලධරයන් යොදවා ඇත. ඒ සෑම කාර්යාංශ ඒකකයකම දැක්ම හා මෙහෙවර වී ඇත්තේ ද ඉහත සඳහන් කරුණුම වේ. වර්තමානය වන විට මෙහි රාජකාරිමය වපසරිය ඉලක්ක ගත කරුණු 02 ක් යටතේ ක්‍රියාත්මක වේ.

අපරාධ විමර්ශනය
අපරාධ නිවාරණය

මේ සඳහා පොලිස්පතිතුමාගේ අධීක්ෂණය මත ජ්‍යෙෂ්ඨ නියෝජ්‍ය පොලිස්පතිවරයෙකු යටතේ නිවාරණ භාර නියෝජ්‍ය පොලිස්පතිවරයෙකු සහ විමර්ශන භාර කාන්තා නියෝජ්‍ය පොලිස්පතිවරියක් පත් කර ඇත. කාර්යාංශයේ අධ්‍යක්ෂවරයා (ජ්‍යෙෂ්ඨ පොලිස් අධිකාරි) යටතේ කාන්තා සහකාර පොලිස් අධිකාරිවරියක් ද, ස්ථානාධිපතිවරිය යටතේ නිලධරයන් 80 කට අධික ප්‍රමාණයක් ද මෙහි රාජකාරි කරනු ලබයි. මීට අමතරව ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ විශේෂ පොලිස් විමර්ශන ඒකකයේ විමර්ශන හා අධිකරණමය කටයුතු සඳහා ද මෙම කාර්යාංශය මඟින් නිලධාරීන් සැළකිය යුතු ප්‍රමාණයක් යොදවා ඇත.

කාර්යාංශයේ ව්‍යුහය ගැන සාකච්ඡා කිරීමේදී අපරාධ විමර්ශන අංශය, විවිධ පැමිණිලි අංශය, මහජන සම්බන්ධතා අංශය. දත්ත රැස් කිරීම හා විශ්ලේෂණ අංශය සහ නිළධාරීන්ගේ පරිපාලනය, සුභසාධනය හා අභිවෘද්ධිය සඳහා පාලන අංශයක් ද වශයෙන් ස්ථානාධිපතිවරයෙකු හෝ වරියක යටතේ ක්‍රියාත්මක වේ. අපරාධ සම්බන්ධ වන ප්‍රවණතාවයක් වන අන්තර්ජාල අපරාධ පිළිබඳ විමර්ශනය සඳහාද ස්ථානාධිපතිවරයකු යටතේ Cyber Crime Unit නමින් ද අංශයක් ස්ථාපිත කර ඇත.

මෙම කාර්යාංශය මඟින් තවත් ඉදිරි පියවරක් ලෙස ගැටලු විසඳීමේ ක්‍රියාවලියට නව මුහුණුවරක් එකතු කරමින් වින්දිත දරුවන්ට හා කාන්තාවන්ට මනෝ චිකිත්සක ප්‍රතිකර්ම ලබා දීම සඳහා මනෝ උපදේශකවරියන් තිදෙනෙකුගේ සේවය සැපයීම සිදු කරනු ලබයි. එමෙන්ම ළමුන් හා කාන්තාවන් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරන රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන සමඟින් එක්ව විවිධ නව ව්‍යාපෘති සිදු කිරීම ද කරනු ලබයි.

මේ වන විට මෙම කාර්යාංශය මඟින් සමාජ කතිකාවන්ට භාජනය වූ අපරාධමය සිද්ධීන් හා ඉතා කාර්යක්ෂම ලෙස වින්දිතයන්ගේ ගෞරවය ආරක්ෂා කරමින් විමර්ශන කටයුතු කරගෙන යනු ලබන අතර අධිකරණ කටයුතු ද ඉතා කාර්යක්ෂමව ඉටු කිරීමෙහිලා නිලධාරීන්ගේ කැපවීම ශ්‍රී ලංකා පොලිසියේ අභිමානයට පාත්‍රවී ඇත. විශේෂයෙන්ම කාන්තාවන්ගේ පැමිණිලි සම්බන්ධ කටයුතු කරන අවස්ථාවලදී කාන්තා නිලධාරීන් විසින්ම ප්‍රකාශ සටහන් කිරීම ඇතුළු විමර්ශන කටයුතු සිදු කිරීම තුළින් නිවැරදි විසඳුම් ක්‍රියාවලියකටද මඟ පාදා ඇත.

වින්දිතභාවයට පත් වූ ළමුන්ගේ සාක්ෂි සටහන් කිරීම සම්බන්ධ නව නීති ප්‍රතිපාදන අනුව, "පෙති කඩන්නට හැදූ සුළඟ ගැන තතු කියන්නට ළමා මල් කැකුළු හට සුරක්ෂිත තාක්ෂණ නිවහන" යන තේමාව හර කොට ගෙන ළමා අපයෝජන සිදුවීමක දී බියෙන් සැකෙන් තොරව සාක්ෂියක් දීමට ළමා වීඩියෝ සාක්ෂි පටිගත කිරීමේ ඒකකයක් මෙම කාර්යාංශය මඟින් ස්ථාපිත කොට පවත්වාගෙන යාම තවත් නවමු ව්‍යාපෘතියක් ලෙස පෙන්වා දීමට පුළුවන.

ළමුන්ට හා කාන්තාවන්ට සිදුවන හිංසනයන් සම්බන්ධව ක්ෂණිකව වාර්තා කිරීම සඳහා අංක 0112444444 යන කාර්යාංශයේ ක්ෂණික දුරකතන අංකය ක්‍රියාත්මක වේ. ඒ අනුව ළමුන්ට හා කාන්තාවන්ට එරෙහිව සිදුවන අපරාධයකදී හෝ එවැනි අපරාධයක් සිදුවීමට ඉඩ ඇති අවස්ථාවකදී ඕනෑම පුද්ගලයකු විසින් මෙම අංකයට ඇමතුම් ලබා ගැනීම තුළින් කාර්යාංශයේ නිලධාරීන් ක්ෂණිකව ක්‍රියාත්මක වී අදාළ සිද්ධියට සම්බන්ධ පොලිස්ස්ථානය හා සම්බන්ධ වී කඩිනමින් එම පණිවිඩය ලබා දීමෙන් අපරාධ වැළැක්වීමේ ක්‍රියාවලියට අලුත් මානයක් එකතු කර ඇත.

විමර්ශන කාර්යයට අමතරව කාර්යාංශය මඟින් මහජනයා දැනුවත් කිරීමේ නිවාරණ කාර්යයක් ද කරගෙන යනු ලබයි. ඒ අනුව කාර්යාංශයේ මහජන සම්බන්ධතා අංශය මඟින් සංවිධානය කර පවත්වාගෙන යනු ලබන පාසල් ළමුන් හා වැඩිහිටියන්, තරුණ කණ්ඩායම් හා විවිධ ආයතන දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් මාලාවක් පවත්වාගෙන යනු ලබන අතර අපරාධයක් සිදු වීමට පෙර වළක්වා ගැනීම එහි මුඛ්‍ය අරමුණ වී ඇත. මේ වනවිට කොට්ඨාස හා පොලිස් ස්ථාන මට්ටමින් ඉතා සාර්ථක ලෙස මෙම නිවාරණ කාර්යයන් සිදු කරනු ලබන අතර, නිවාරණය පිළිබඳ පුහුණුවලත්, ඒ පිළිබඳ හසල නිපුණත්වයක් හා නව්‍ය දැනුමක් ඇති කාර්යාංශයේ දේශකයන් සම්බන්ධ වී දිවයින පුරා විවිධ වැඩසටහන් පැවැත්වීම ද සිදු කරනු ලබයි. සාරාර්ථ සමාජයක් උදෙසා අපරාධ නිවාරණය මාහැඟි කටයුත්තක් වන අතර අදත් හෙටත් මතුවටත් මෙම කාර්යාංශය මඟින් මෙම කටයුතු සාර්ථකව පවත්වාගෙන යනවා නොඅනුමානය.

කොට්ඨාසයට බඳවා ගන්නා නිලධාරීන් සම්මුඛ පරීක්ෂණයක් මඟින් සමත් වීම අනිවාර්ය වන අතර මහජන ආමන්ත්‍රණයෙහිලා නිලධාරීන්ගේ නිපුණත්වය හා සහකම්පනයෙන් හා සංවේදීව කටයුතු කිරීමද, නීතිය පිළිබඳ හසල දැනුම ද, ඉන් අපේක්ෂා කරයි. එමෙන්ම මේ සඳහා නිලධාරීන් පුහුණු කිරීම ද නොකඩවා සිදු කරනු ලබයි.

මේ ආකාරයට සංවිධිත සමාජයක් තුළ බොහෝ අවස්ථාවල අපයෝජනයන්ට ගොදුරු වීමේ අවදානමක් ඇති ළමයින් හා කාන්තාවන් වෙනුවෙන් ශ්‍රී ලංකා පොලීසිය මඟින් ක්‍රියාත්මක කර පවත්වාගෙන යනු ලබන පොලිස් ළමා හා කාන්තා අපයෝජන නිවාරණ කාර්යාංශය හෙට දවස තුළ ද දැයේ දරුවන් හා කාන්තාවන් උදෙසාම කැපවෙනු ඇත.

ස්වයං ඇගයීමේ ප්‍රශ්න ක්‍රමය (Self Evaluation question method)

උපදේශන නිලධාරි
ආර්. එම්. ඒ. නිමල්සිරි
(MPhil, MA, MED, COUN.DIP, BA, Master Trainer)
උපදේශන මධ්‍යස්ථානය, කොළඹ

අයාලයේ යන මගේ සිත සරු දෙය වෙත ගෙන යමින් ප්‍රභාවත් මානසික සූදානමකින් සාර්ථකත්වය කරා යාමට නම් මම අභිමානවත් හෙට දවසක් වෙනුවෙන් කැපවෙන්නේ, කෙසේද යන්න මා විසින් මට සොයා ගත හැකිය. ප්‍රීතිමත් ජීවිතයකට සැලසුමක් ඇති කර ගනිමින් සාරවත් ජීවිතයකට මග පෙන්වන ඔබේ වටිනාකම ඔබම හඳුනා ගන්න. ළමා වියේ හෝ යොවුන් වියේ සිට සුපිරි විශිෂ්ටත්වයක් කරා වටිනාකම් උරගා බලමින් යහපත් අලුත් ලෝකයක් ගොඩ නැඟීමට අලුතින් ම සිතීමේ කාලයයි මේ.

විශිෂ්ටත්වයෙන් ශ්‍රේෂ්ඨත්වය කරා යාමට ඔබ ඔබ සූදානම්ද?

ඔව් මම සූදානම්.

මුළු ලොවටම බොරු කිව හැකිය. බොරු කළ හැකිය. නමුත් ඔබට ඔබගේ හෘදසාක්ෂියට බොරු කළ නොහැකිය. ඒ නිසා ඔබම ඔබ ගැන පරීක්ෂා කර ගන්න.
ඔබේ විභව ශක්තිය, ක්‍රය ශක්තිය පිළිබඳ සුපැහැදිලි බවට පත් වන්න. හොඳ මතක ශක්තියකින් යහපත් අධ්‍යාපන සාර්ථකත්වයක් කරා යාමට නම් ඔබ සංවිධානාත්මකව සැලසුම් සකස් කිරීම වැදගත්ය.

මම එසේ සැළසුම් සහගත ක්‍රියාකාරකම් කරන කෙනෙක්ද?

අවංකව සිතට එකඟව පහත සටහන සම්පූර්ණ කිරීම ඔබේ ජීවිතේ නව අනාගතයක ආරම්භයක් වනු ඇත.

01. හදිසියෙන් හා කළබලයෙන් වැඩ කිරීම මගේ පුරුද්දකි.
ඔව් / නැහැ
02. අනවශ්‍ය ආකාරයේ දේ සඳහා කාලය නිකරුනේ ගෙවා දමයි.
ඔව් / නැහැ
03. විභාගය සිහිපත් වන විට නොසන්සුන් මනසක් ඇති වේ.
ඔව් / නැහැ
04. උදෙන්ම අවදි වීම මා හට කළ නොහැකිය.
ඔව් / නැහැ
05. පාඩම් කළ යුත්තේ කුමන ආකරයකින්ද යන්න මට නිරවුල් කර ගත නොහැකිය.
ඔව් / නැහැ
06. කළයුතු නොකළයුතු දේ ගැන හැමවිට අවිනිශ්චිත බවක් තිබේ.
ඔව් / නැහැ
07. මානසික සතුටකින් තෘප්තියකින් යුතුව මගේ වැඩ කිරීමට හැකිය.
ඔව් / නැහැ

08. යම් වැඩක් ආරම් කළ පසු නොකඩවා කර ගෙන යාමට මට හැකියාවක් ඇත.
ඔව් / නැහැ

09. පාඩම් කළ සියල්ල මට හොඳින් මතක තබා ගැනීම පහසුය.
ඔව් / නැහැ

10. පාඩම් කරන සෑම විටම අපහසු පාඩම් තේරුම් ගෙන පිළිවෙළකට පියවරෙන් පියවර තෝරා බේරා ගනිමින් පාඩම් කිරීම මා නිරන්තරවම සිදු කරයි.
ඔව් / නැහැ

11. විභාගය ජීවිතේ එක් අරමුණක් පමණක් යැයි මා තේරුම් ගෙන ඇත.
ඔව් / නැහැ

12. පාඩම් කළ දෑ සංකල්ප රූප මවා ගනිමින් සිහිපත් කළ හැකිය.
ඔව් / නැහැ

13. පාසල් විෂය මාලාවේ පොත පත පමණක් කියවිය යුතුය.
ඔව් / නැහැ

14. විෂය සමගාමී ක්‍රියාකාරකම් හැර වෙනත් කිසිදු දෙයක් නොකළ යුතුයි.
ඔව් / නැහැ

15. යහපත් වින්දනීය සතුටුදායක දේවල්වලට කාලය වෙන් කිරීම නොකළ යුතුය.
ඔව් / නැහැ

16. සෑම තත්පරයක්ම විභාගයට වෙන් කළ යුතුය.
ඔව් / නැහැ

17. තෘප්තිමත්ව එදිනෙදා කටයුතු කිරීම වැදගත්ය.
ඔව් / නැහැ

18. හොඳ නින්දකට නම් හැමදාම පැය 06ක් වත් රාත්‍රියට නිදා ගැනීම වැදගත් වේ.
ඔව් / නැහැ

19. මතක ශක්තිය වර්ධනයට පෝෂණ ගුණයෙන් යුතු ආහාර ගැනීම කළ යුතුය.
ඔව් / නැහැ

20. සැළසුම් සහගතව සෑම කටයුත්තක්ම මම කරමි.

ලකුණු ලබා දෙන ක්‍රමය.
01-06 ඔව් නම් 0 යි - නැහැ නම් 05 යි.
07-12 ඔව් නම් 05 යි - නැහැ නම් 0 යි.
13-16 ඔව් නම් 0 යි - නැහැ නම් 05 යි.
17-20 ඔව් නම් 05 යි - නැහැ නම් 0 යි.
ඔබ දැනට සිටින මට්ටම විශ්ලේෂණය කරන ආකාරය.

ලකුණුවල එකතුව 95ට ඉහළ නම් - ඉතාමත් සතුටු දායකයි.
(ඔබ ඉතාමත් හොඳින් සැලසුම් සහගතව සාර්ථකත්වය කරා ගමන් කරමින් සිටියි.)

ලකුණුවල එකතුව 95 සිට 80 අතර නම් - සතුටුදායකයි
(ඔබ සෑම විටම නැතත් යම් මට්ටමකින් සැලසුමක් ඇතිව කටයුතු කරයි. සිතා බලන්න.)

ලකුණුවල එකතුව 60 සිට 80 අතර නම් - තරමක් සතුටුදායකයි.
(සංවිධානාත්මක බව තවදුරටත් ඇති කර ගැනීම ගැන අවධානය යොමු කළ යුතුය.)

60 ට අඩු නම් - අසතුටුදායකයි.
(ඔබ නැවත නැවත ඔබගේ කටයුතු ගැන සිතිය යුතුයි. මුලසිටම සැලසුම් සකස් කරමින් කටයුතු ආරම්භ කළ යුතුය.)

කාන්තාව සවිබල ගැන්විය යුත්තේ ඇයි ?

කාංචනා ධනාශ්‍රී මාපලගම
වනිතා සංවර්ධන නිලධාරී,
ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය
ගාල්ල - කඩවත් සතර

වර්තමාන ලෝකය දෙස බැලීමේ දී ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී යැයි අප සලකන පාලක ක්‍රමය න්‍යායික හා ප්‍රායෝගික යන අංශ දෙකෙන්ම ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජ කණ්ඩායම්වලට සාධාරණ ලෙස සැලකීමට අපොහොසත් වී ඇති බවය. මේ අපොහොසත් බව යනු සමාජය මත පවතින කැළලකි. තවද කාන්තාව සමාජයේ තීරණ නිර්මාණය කිරීමේ ක්‍රියාවලියට බද්ධ කර ගැනීමේ දැඩි අවශ්‍යතාවක් මතුව තිබේ. පිරිමි දැනුමෙන් ම පමණක් පොදු ක්ෂේත්‍රීය ප්‍රශ්න විසඳීමට දරා ඇති ප්‍රයත්නවල ආදීනව භුක්ති විඳීමට අපට දැන් සිදුව ඇතැයි පිරිසක් තර්ක කරති. එහෙයින් ජාති, ජනවර්ග ඇතුළත් පුළුල් සමාජයක දැනුම, ආකල්ප හා බුද්ධිය සමාජ යහපත සඳහා පොදු ක්ෂේත්‍රයේ කතිකාවකින් එපිට තැබීම යෝග්‍ය නොවේ යැයි පෙන්වා දී ඇත. එබැවින් ඔවුනගේ හඬ එක් පැත්තකින් සමාජ යුක්තිය යන අර්ථයෙනුත්, අනික් අතට සංවර්ධනය අර්ථවත් කර ගැනීමේ අර්ථයෙනුත් රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති සම්පාදන ක්‍රියාවලියට රැගෙන ආ යුතුව තිබේ.

එය කළ යුත්තේ කෙසේ ද යනු බාධා සම්පන්නය. ඒ සඳහා කාන්තාව සවිබල ගැන්විය යුතු යයි කියනු ලැබේ. සවිබල ගැන්වීම යනු කාන්තාව තුළ ආත්ම විශ්වාසය ගොඩනැංවීමේ ක්‍රියාවලියකි. පළමුව කාන්තා විමුක්තිවාදීහු කාන්තාවට එරෙහිව පවතින වට පිටාව ගැන කාන්තාව තුළත් පොදු සමාජය තුළත් අවබෝධයක් ජනිත කළ යුතුය. මේ අවබෝධ ප්‍රකාශනයට ඉඩ සැලසීම සවිබලකරණයේ මීළඟ අදියර වේ. ඒ සඳහා ඔවුන් සංවිධානය කළ යුතුය. එසේ කළ විට කාන්තාවට එරෙහි රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති, මතවාදී ව්‍යුහය හා සමාජ සාරධර්මවලට එරෙහිව කටයුතු කොට වඩාත් යුක්ති සහගත සමාජ ක්‍රමයක් ගොඩ නැඟීමට ඉඩ සැලසේ.

මේ සඳහා කළ හැකි දෑ කුමක් දැයි අන්තර්ජාතික සමාජයේ අත්දැකීම් හැදෑරීම මගින් උකහා ගත හැක. අප දැනටමත් විස්තර කර ඇති පරිදි ධනවාදය විසින් අප ජීවිතවල වසම් තුනක් විවර කර දී තිබේ. එනම් පෞද්ගලික වසම, පොදු සිවිල් වසම හා පොදු රාජ්‍ය වසම යන තුනයි. පෞද්ගලික වසම වටා ගොඩ නගා ඇති ස්ත්‍රී ලෝකය පොදු වසමට රැගෙන ඒම සඳහා පවතින ප්‍රායෝගික විසඳුමකි. එවිට පොදු සිවිල් වසම සාධාරණ සාකච්ඡාවකට භාජනය කළ හැකිය. එවැනි සාකච්ඡාවක් මගින් ගෘහස්ථ අසමානත්වයත්, එය දුරලීම පූර්ණ මනුෂ්‍යත්වය අත්පත් කර ගැනීමට හේතු වන ආකාරයත් සාකච්ඡා කළ හැකි අතර එමඟින් සිවිල් සමාජයේ ළඟින් සිටින පිරිමි හා පිරිමි කේන්ද්‍රීය ස්ත්‍රීන්ගේ විඥ්ඥාණය ඉහළ දැමීමට හේතු වේ. මේ තුළින් ඇතිවන අවබෝධය කාන්තාවන්ට දේශපාලන ක්ෂේත්‍රය තුළ නියෝජනය හිමිකර දීමේ අවශ්‍යතාව හඳුනා ගැනීමටත් එය කාන්තාවන්ට අදාළ ගැටලු ප්‍රතිපත්ති සම්පාදනය පිළිබඳ ආණ්ඩුකරණ ක්‍රියාවලියකින් විසඳීමටත් හේතු වේ. අනෙක් අතට කාන්තා නියෝජනය ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය පිළිබඳ විශ්වාසය බිඳ වැටුණ සමාජයක ඒ කෙරෙහි විශ්වාසය යළි අත් කර ගැනීමට හා තහවුරු කිරීමට හේතු වේ. තවද,

රාජ්‍යයෙන් පරිබාහිර තලවල කරන දේශපාලන ක්‍රියාවලියට කාන්තා නියෝජනය ඉහළ දැමීම ද ඒ හා සමාන වැදගත්කමක් උසුලයි. එය ගෘහස්ත පෞද්ගලික වසමේ සැබෑ ස්වරූපය පොදු ක්ෂේත්‍රයට ගෙනවිත් පවුල ප්‍රජාතන්ත්‍රීකරණයට පාත්‍ර කිරීමට පාදක වේ. ඒ තුළින් පොදු ප්‍රශ්න නිරාකරණය කළ හැක්කේ රාජ්‍යය තුළින්ම පමණි. යන විශ්වාසය දුරලීමට ද හේතු වේ.

කාන්තාව සවිබල ගැන්විය යුත්තේ ඇයි ද යන කරුණ විමසා බැලීමෙන් පසු අප අවධානය යොමු කළ යුතු අනෙක් පැති කඩ වන්නේ පශ්චාත් යුද්ධ හෝ ගැටුම් පරිසරයක ස්ත්‍රීවාදී ව්‍යාපාරවලට සිදුවන බලපෑම විමසා බැලීමයි.

පශ්චාත් යුද්ධ/ගැටුම් පරිසරයක කාන්තා ව්‍යාපාර හා ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය

ජාතික නිදහස් සටන් ව්‍යාපාර සංදර්භයන් තුළ කාන්තාවන්ට සුවිශේෂ වැදගත් කමක් හිමි වන බව දැනටමත් සටහන් කර ඇත්තෙමු. එවැනි සංදර්භයකදී කාන්තාව උපක්‍රමිකව ජාතික නිදහස් සටනට සම්බන්ධ කර ගැනීම එවැනි ව්‍යාපාරවලට ශක්තියක් වන බවත්, ඒ තුළ කාන්තා ලෝකය නිදහස් සටනට නායකත්වය දෙන පිරිමින්ගේ පර්යාවලෝකනයේ ප්‍රමාණයට පුළුල් වන බවත් ජාතික නිදහස් සටන් ආශ්‍රයෙන් පැහැදිලි වේ. එය කෙසේවත්, උපරිම නිදහස් මට්ටමකට ගමන් නොකරයි. එහි පවතින එකම ප්‍රගතිශීලි අංශය වන්නේ ජාති/ජනවර්ග ආදී පටු බෙදීම් අභිබවා ගොස් කාන්තාවන්ට අධ්‍යාපනය, විවාහවීමේ වයස් සීමා ආදී ක්ෂේත්‍රවල තත්වය යම් ප්‍රමාණයකට ඉහළ දැමීමයි. එහෙත් රාජ්‍යයක් තුළ ජනවාර්ගික ගැටුම් හා ප්‍රචණ්ඩත්ව සංදර්භයක් තුළ කාන්තා ව්‍යාපාර සාමාන්‍යයෙන් ප්‍රතිගාමී බවට පත්වේ. කාන්තාව ජාති/ජනවර්ග යනාදී පටු බෙදීම් අභිබවා ගිය පොදු කුලකයක් ලෙස මුහුණ දෙන අභියෝග ආමන්ත්‍රණය කරනවා වෙනුවට ජනවාර්ගික / වාර්ගික ප්‍රශ්නය ඉදිරියට පැමිණ ඔවුනගේ ප්‍රශ්න ද්විතීකරණයට පාත්‍රවේ. ශ්‍රී ලංකාවේ අද අප සිටින්නේ එවැනි වාර්ගික ගැටුමක පශ්චාත් භාගයෙහිය. අවි ගැටුම නතර වී තිබේ. සිංහල හා ද්‍රවිඩ ඇතුළු සමස්ත ජන කොටස් වල කාන්තාවන්ට අදාළ බරපතල ප්‍රශ්න රාශියක් මේ තුළ යටපත් වී තිබේ. අවි ගැටුම් සමයේ කාන්තා ව්‍යාපාරය බෙදී ගිය අතර දෙපාර්ශ්වයම කාන්තාව වීර මාතාවක් ලෙස වර්ණනා කිරීම ඇරඹූහ. කාන්තාව සටන් බිමට කැඳවා ගෙන ආහ. යුද්ධය ගෘහයට කොටු වී සිටි කාන්තාවන්ට නව සමාජ අවකාශයක් නිර්මාණය කළේය. ඒ සමාජ අවකාශය තුළ වර්ගෝත්තමවාදීන් ලෙස හැසිරීමට කාන්තාවට නව ඉඩක් විවර කළේය. ඇය ඇවිදින බෝම්බයක් බවට පත් කෙරිණි. යුද්ධයේ නිමාව සනිටුහන් කරන්නේ මේ සමාජ අවකාශය වැසී යාමයි. යුද්ධ සමයේ යුද්ධයේ ආදීනව පිළිබඳ සංවේදී වූ පටු ජනවාර්ගික බෙදීම් පසාරා යන ස්ත්‍රීවාදී ව්‍යාපාරයක මෝදු වීම් විවිධ සාම ප්‍රයත්න කාලවලදී දක්නට ලැබුණ ද ඒ සියල්ල ඉතා දැඩි ජාතිවාදී දෘෂ්ටිවාදයක් හා තර්ජනය කිරීම් මගින් යටපත් කර තිබේ. පශ්චාත් යුද සමයේ බොහෝ ප්‍රශ්න කාන්තා ප්‍රශ්න වේ. එහෙයින් පොදු වසමට කාන්තාව රැගෙන ඒම ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය ශක්තිමත් කිරීමට හා ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී කතිකාවත අර්ථවත් කිරීමට හේතු වේ. අවි ගැටුම් පැවති කලාපවල දැන් මැතිවරණ පැවැත්වේ. එහෙත්, එම මැතිවරණ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය මගින් සමාජය අත්‍යවශ්‍යයෙන්ම ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී වේ යැයි අදහස් නොකෙරේ. බලය හෙබවූ පක්ෂ හා කාන්තා කණ්ඩායම්වලටත් සමාජය වඩාත් සාධාරණ ලෙස වෙනස් කිරීමට බලපෑම් කිරීම සඳහා කටයුතු කළ යුතුය.

අප දැනටමත් සාකච්ඡා කර ඇති පරිදි රාජ්‍යය නැමැති සංස්ථාව ගොඩනැගී තිබෙන්නේ පීතෘමූලික හා පිරිමි ආකෘතියකට අනුවය. රාජ්‍යය හා එහි පරිවාර ආයතන පද්ධතිය පිරිමින්ගේ ආධිපත්‍යයට නතු වී තිබේ. රාජ්‍යයේ භෞතික ව්‍යුහය මෙන්ම මතවාදී ව්‍යුහය ද පිරිමි කේන්ද්‍රීය එකකි. එබැවින් පිරිමියා හා කාන්තාව සමාන ලෙස සලකන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී සමාජයක් ගොඩ නැගීමට නම් කාන්තා ව්‍යාපාරයට රාජ්‍යය පසාරා යාමට හැකියාව තිබිය යුතුය. පක්ෂ හා කණ්ඩායම්වලට කාන්තාවන්ට ඓතිහාසික වශයෙන් සිදුවූ වැරදි නිවැරදි කර වඩාත් මානවවාදී වීමට බලපෑම් කළ යුතුය. එහෙත් ශ්‍රී ලංකාව ඇතුළු රටවල් ආශ්‍රයෙන් දක්නට ලැබෙන අත්දැකීම් මගින් පෙන්වා දෙන්නේ ස්ත්‍රීවාදී ව්‍යාපාරයට සම්බන්ධ ගැටළු රාශියක් විසින් කාන්තා සවිබලකරණය පමා කරන බවය. ඒවා පුළුල් වශයෙන් පහත සඳහන් කාණ්ඩවලට බෙදිය හැකිය.

1. වර්තමාන කාන්තා ව්‍යාපාරය යනු ආණ්ඩු නොවන සංවිධානවල ව්‍යාපාරයකි. එහෙයින් කාන්තා ප්‍රශ්න හා ගැටලු ගැන කටයුතු කරන්නේ ආණ්ඩු නොවන සංවිධාන කිහිපයක් විසිනි. එමගින් ද වැඩි අවධානය යොමු කොට ඇත්තේ කාන්තාවන් හා සම්බන්ධ ප්‍රජනන අයිතීන්, කාන්තාව හිංසනයට එරෙහිව කටයුතු කිරීම වැනි සේවා සම්පාදන අංශ ගැන පමණකි. ඔවුහු ප්‍රතිපත්ති සම්පාදනය සඳහා උපදෙස් දෙයි. නමුත් බලපෑම් කණ්ඩායමක් ලෙස කාන්තාව සංවිධානය කිරීමේ කාර්යය නොසලකා හැර හෝ සම්පූර්ණයෙන්ම අමතක කර තිබේ.

2. දෙවන අභියෝගය මතු වන්නේ මැතිවරණ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය තුළිනි. කාන්තා නිදහස අරබයා කටයුතු කරන කණ්ඩායම් හා දේශපාලන පක්ෂ අතර ගැටුම් මතුවේ. පක්ෂවලට වර්තමාන තත්වයන් තුළ කාන්තා ඡන්දයෙහි ඇති වැදගත්කම නොසලකා කටයුතු කළ නොහැක. එහෙයින් කාන්තා ප්‍රශ්න හා ගැටලු දේශපාලන පක්ෂවල න්‍යාය පත්‍රයට වැද්ද ගැනීමට පක්ෂ උත්සුක වේ. එහෙයින් කාන්තාවන්ට මැතිවරණවල දී යම් කෝටාවක් වෙන්කර දීමට පක්ෂ උත්සුක වී ඇත. එහෙත් ප්‍රායෝගිකව සිදුවන්නේ කාන්තාවන් සඳහා වෙන් වන මැතිවරණ කෝටාවට නිලධාරී පිරිමින් සිය අඹුවන් හෝ දියණියන් ඉදිරිපත් කිරීමට පෙළඹීමයි. ඔවුහු තේරී පත් වුවත් කාන්තා නියෝජිතයින් නොව පිරිමි සගයින් (male collogues) බවට පත්වේ. එමඟින් ඔවුන් පිරිමි ලෝකයේ ඇගයුම් හා ප්‍රතිමාන ඉදිරියට ගෙන යති.

3. තෙවැන්න නම් පවත්නා ස්ත්‍රීවාදී ව්‍යාපාරය සැබෑ වශයෙන්ම නියෝජ්‍ය එකක් නොවීමයි. එය බොහෝ විට ප්‍රභූ කාන්තා ව්‍යාපාරයකි. ඔවුහු ග්‍රාමීය කාන්තාවගේ සංවේදනා හෝ පීඩනයන් ස්වකීය න්‍යාය පත්‍රයට ඇතුළත් කර නොගනිති. ග්‍රාමීය කාන්තාවෝ හැම විටම නායකයින් නොවෙති. එහෙත් ස්වේච්ඡා ක්‍රියාකාරීත්වයෙහි මූලාශ්‍රයක් වේ. පිරිස උද්යෝගිමත් කොට ඉදිරියට රැගෙන ඒම කාන්තා දේශපාලනය හමුවෙහි පවතින අභියෝග යකි.

අප මෙතෙක් කළ සාකච්ඡාවෙන් පැහැදිලි වන්නේ වර්තමාන රාජ්‍යය හා එම රාජ්‍ය පාලනය සඳහා භාවිත මැතිවරණ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය ද පුරුෂ කේන්ද්‍රීය වන බවයි. ස්ත්‍රීවාදී අරගලවල ප්‍රතිඵලයක් ලෙස කාන්තාව ඇතැම් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී අයිතිවාසිකම් දිනාගත් අයුරුත් සාකච්ඡා කළෙමු. එතෙකුදුමුත් කාන්තාවගේ ජනගහන අනුපාතයට සාපේක්ෂව

කාන්තා නියෝජනය අවම මට්ටමක පවතින බව මනාව පැහැදිලි වෙයි. ඉඳ හිට අපට හමුවන කාන්තා නියෝජිතයින් ද පිරිමි සගයින් බවට පත්ව තිබේ.

මේ තත්ත්වයෙන් කාන්තා ව්‍යාපාරය මුදවා වඩාත් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී පොදු වසමක් ගොඩ නැගීම සඳහා අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග කිහිපයක් ද තිබේ. මෙහිලා ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග නම්,

1. ජාතික හා ජාත්‍යන්තර කාන්තා ව්‍යාපාරය අතර ශක්තිමත් සම්බන්ධතා ජාලයක් ගොඩනැගීම ජාත්‍යන්තර කාන්තා ව්‍යාපාරයට සහයෝගය හා අත්දැකීම් උකහා ගැනීමට කදිම මූලාශ්‍රයකි. එයින් රාජ්‍යය පසාරා යාමට නිර්මාණශීලී ක්‍රමවේදයක් උකහා ගැනීමට අවස්ථාව ලැබේ.

2. ශ්‍රී ලංකාවේ කාන්තා ව්‍යාපාරයේ ප්‍රභූ ස්වරූපය ඉවත් කොට ප්‍රභූ නොවන කාන්තාවන්ටද සහභාගීවීමට ඉඩ ලැබෙන පරිදි ප්‍රජාතන්ත්‍රකරණයට ලක් කළ යුතු අතර කිරීම ලංකාවේ වර්තමාන කාන්තා ව්‍යාපාරය නාගරික, ස්ත්‍රීන් පංතියකට සීමා වී තිබීම වැළැක්විය යුතුය.

3. විවිධ සංස්කෘතික හා ජනවාර්ගික ප්‍රජාවන්හිම ස්ත්‍රීන් අතර එකතුවක් ගොඩ නැගීම, වාර්ගික යුද්ධය ශ්‍රී ලංකා සමාජය තුළ කාන්තාවට පොදු ධජයක් යටතේ එක්සත් වීමට ඇති ඉඩ ප්‍රස්තාව අහුරා තිබේ. කාන්තාවට අසමාන කොට සැලකීම විවිධ සංස්කෘතික සංදර්භයන් තුළ සිදුවේ. මෙය වැළැක්වීමට නම් විවිධ සංස්කෘතික කණ්ඩායම්වල ස්ත්‍රීන් අතර එකමුතුවක් ගොඩ නැගිය යුතුය.

4. ශ්‍රී ලංකා සමාජයේ ප්‍රතිමාණිය සංස්කෘති පදනම් කාන්තා දේශපාලන සහභාගීත්වය උද්යෝගිමත් කරන්නේ නැත. එබැවින් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය යනු හුදෙක් ආණ්ඩු සංවිධානය කිරීමේ ක්‍රමවේදයක් පමණක් නොව ජීවන ක්‍රමයක් බව ඒත්තු ගැන්වීමට කටයුතු කළ යුතුය. ඒ සඳහා අධ්‍යාපනය, ජනමාධ්‍ය ආදී සිවිල් සමාජ මෙවලම් යලි සැකසීම හා භාවිතා කිරීම තුළින් නව සමාජ සම්මුතියක් ගොඩනැගීමට කටයුතු කළ හැකිය.

අපේ ගමටත් කාන්තා කාර්ය සංවිධානයක්

ප්‍රියන්තා සෙනෙවිරත්න
වනිතා සංවර්ධන ක්ෂේත්‍ර සහකාර
ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය.

1978 ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය පිහිටුවීමෙන් පසු ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ වැඩ සටහන් අතර ප්‍රථමයෙන්ම ආරම්භ කරන ලද වැඩසටහනක් ලෙස කාන්තා කාර්ය සංවිධාන පිහිටුවීම හඳුන්වා දිය හැකිය. එදා සිට ආරම්භ කර දිවයින පුරා ග්‍රාම නිලධාරි කොට්ඨාස තුළ මේ වන විට කාන්තා කාර්ය සංවිධාන 12841ක් ලියාපදිංචි කර, එමගින් බිම් මට්ටමේ සිටින කාන්තාවන් වෙත අමාත්‍යාංශය මගින් ක්‍රියාත්මක වැඩසටහන් ගෙන යාමට හැකියාව සැලසී තිබේ.

සමාජයේ පවතින ආගම්, කුල, පංති, දේශපාලන හෝ වෙනත් කවර හෝ සමාජ විෂමතාවයකින් තොරව ගොඩනගා ගන්නා කාන්තා සමිතිය තුළින් ආර්ථික, සමාජ, සංස්කෘතික, සුභ සාධන ඇතුළු සමාජමය මෙහෙවරක් කාන්තාවන් හට ඇති කිරිමටත්, එමගින් හුදකලාබව තුරන් කිරීම, දැනුවත් කිරීම, දැනුම හුවමාරු කර ගැනීම, ගැටළු සාකච්ජා කිරිම, තම සතුට හා ශෝකය බෙදා ගැනීම, සමාජ හරයන් හා සාරධර්ම රැකගැනීම ආදි විවිධ ක්ෂේත්‍රයන් තුළ සිය දායකත්වය ලබා දීමට හැකියාව සැලසීම අපගේ ප්‍රධානතම අරමුණ වේ.

ඉතින් ඔබ තවත් ප්‍රමාද නැත. අප අමාත්‍යාංශය යටතේ ක්‍රියාත්මක විවිධ වැඩසටහන් සඳහා සහභාගී විමට ඔබේ ග්‍රාම නිලධාරි කොට්ඨාසය තුළ කාන්තා කාර්ය සංවිධානයක් පිහිටුවා ගැනීමට ඔබ කළ යුත්තේ ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයේ සිටින වනිතා සංවර්ධන නිලධාරී / වනිතා සංවර්ධන ක්ෂේත්‍ර නිලධාරිනිය හමු වීමයි. ඔවුන් ඒ සඳහා ඔබට සහය ලබා දෙනු ඇත.

ඔබේ ගමේ වයස අවුරුදු 18ට වැඩි ඕනෑම කාන්තාවන් පිරිසක් ගමේ පොදු ස්ථානයකට එක්රැස් කර, ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයේ සේවයේ නියුතු වනිතා සංවර්ධන නිලධාරි/ වනිතා සංවර්ධන ක්ෂේත්‍ර නිලධාරිනිය හමු වී, සමිතිය පිහිටුවීමට දිනයක් යොදා එදිනට එම නිලධාරිනියන් සහභාගී කරගෙන සමිතිය පිහිටුවිය හැකිවේ. මාසිකව රැස්වීම් පවත්වා ඔබේ සමිතියේ ක්‍රියාකාරිත්වය මත ඇය විසින් සමිති නිලධාරින් අතට අදාල අතුරු ව්‍යවස්ථාවක් ලබාදේ. එය නිවැරදිව සම්පූර්ණ කර, ඔබේ නිලධාරිනියන්ට ලබා දීමෙන් පසු ඇය විසින් විධිමත් ලෙස අදාල ලිපි ලේඛන ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය වෙත එවීමෙන් පසු, එහි නිරවද්‍යතාවය මත ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ අධ්‍යක්ෂගේ අත්සනින් යුත් ලියාපදිංචි සහතිකයක් අප විසින් ඔබ වෙත එවනු ලැබේ.

එලෙසින් ඔබේ ගම්මානයේත්, ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ ලියාපදිංචි කාන්තා කාර්ය සංවිධානයක් ආරම්භ කිරීමේ හැකියාව සැලසේ. මෙලෙස පිහිටුවීමෙන් පසු මාසිකව ඔබේ සමිතිය තුළ විවිධ වැඩසටහන් පවත්වමින් වඩාත් ඵලදායී සේවාවක් ගම තුළ ඇති කිරීමට ඔබට මංපෙත් විවරවේ. තවද, අමාත්‍යාංශය මඟින් ලබා දෙන විවිධ වැඩසටහන් මඟින් අදාල ප්‍රතිලාභ ඔබ අතට පත්වේ.

එමෙන්ම සෑම සමිතියක් ආරම්භක දිනයේදී සංවත්සර දිනයකදී වනිතා සංවර්ධන නිලධාරි/වනිතා සංවර්ධන ක්ෂේත්‍ර නිලධාරී අනිවාර්යයෙන්ම ඊට සහභාගී වන අතර, මාසිකව ඔබ විසින් පවත්වනු ලබන රැස්වීම් සඳහාත් සහභාගි වෙමින් සමිතියේ ක්‍රියාකාරිත්වය උදෙසාත්, සමිතිය සතු මුදල් පරික්ෂාවට ලක් කරමින් ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ අතුරු ව්‍යවස්ථාවට අනුකූලව පවත්වාගෙන යාමටත් ඇය ඔබට නිරතුරු සහය ලබාදේ. ඔබේ සමිතිය තුළින් සමස්ත ශ්‍රී ලාංකීය කාන්තාවන් උදෙසා ඔවුන්ගේ ආර්ථිකය ශක්තිමත් කිරීමත්, සමාජීය වශයෙන් කාන්තාව සවිබල ගැන්වීමටත් හැකියාව සැලසීම ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ අපේක්ෂාවයි. එබැවින් මෙතෙක් ඔබේ ගමේ කාන්තා කාර්ය සංවිධානයක් පිහිටුවා නොමැති නම් පිහිටුවා ගැනීමට ඔබට කටයුතු කළ හැකිය.

පොල් ලෙලි කැබලි සහ දහයියා අඟුරු කාබනික පොහොර නිෂ්පාදන ව්‍යාපෘතිය

මාතර දිස්ත්‍රික්කයේ කිරින්ද පුහුල්වැල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය

කළමණාකරු
එම්. එච්. ඒ. චාමලී ප්‍රියංගා
SLOG COCO AGRO PRODUCTS
කිරින්ද පුහුල්වැල්ල
මාතර

මාතර දිස්ත්‍රික්කයේ කිරින්ද පුහුල්වැල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයට අයත් ඕවිටිගමුව උතුර ග්‍රාම නිලධාරී වසමේ ඕවිටිගමුව උතුර කාන්තා කාර්ය සංවිධානයේ ක්‍රියාකාරී ප්‍රතිලාභීන් විසින් සාර්ථකව ඉලක්ක කරා යනු ලබන පොල්ලෙලි කැබලි නිෂ්පාදනය සහ දහයියා අගුරු කාබනික පොහොර නිෂ්පාදන ව්‍යාපෘතිය ව්‍යවසායකත්ව සංවර්ධනය තුලින් කාන්තාවන් සවිබල ගැන්වීම යටතේ ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය මගින් පුබුදුවාලූ තවත් එක් ව්‍යාපෘතියකි.

SLOG COCO AGRO PRODUCTS හි කළමනාකාරිත්වය දරණ චාමලි ප්‍රියංගා වන මම කෘෂි විද්‍යා අංශයෙන් උසස් පෙළ හදාරා ලබා ගත් න්‍යායාත්මක දැනුමත් මධ්‍යම පොල් සංවර්ධන අධිකාරිය මගින් ලබා ගත් පොල් ආශ්‍රිත නිෂ්පාදනය පිළිබඳ ප්‍රායෝගික හා න්‍යායාත්මක දැනුමත් තුළින් පොල් ආශ්‍රිත නිෂ්පාදනයන්ට යොමු වීම ප්‍රධාන අරමුණ විය. එහෙත් ඒ සඳහා අවශ්‍ය ප්‍රාග්ධනය සොයා ගැනීම මා හට අභියෝගයක් විය.

පරිසරයේ ඇති සම්පත් උපයෝගී කර ගනිමින් පරිසර හිතකාමී ව්‍යාපෘතියක් ලෙසින් පොල් ලෙලි කැබලි නිෂ්පාදන ව්‍යාපෘතිය බොහෝ ක්ෂේත්‍ර නිලධාරීන් වෙත යොමු කල ද ඔවුන් ඒ පිළිබඳ දැක්වූ අඩු අවධානය මත බොහෝ අවස්ථාවන් මඟහැරී ගියත් 2020 වර්ෂයේ දී ඕවිටිගමුව උතුර කාන්තා කාර්ය සංවිධානය මගින් කිරින්ද පුහුල්වැල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයේ වනිතා සංවර්ධන නිලධාරී කේ. ආර්. ගංගා ප්‍රියදර්ශනී මහත්මිය වෙත ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසු කිරින්ද පුහුල්වැල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කුසලක නානායක්කාර මහතාගේ නිර්දේශයෙන් ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයට යොමු කරන ලද සංකල්ප පත්‍රිකාව මත ගොඩනැගුණු විශ්වාසය මත ව්‍යාපෘති වාර්තාවක් වශයෙන් අනුමත වූයෙන් එය අදියර 1හා අදියර 11 වශයෙන් ව්‍යාපෘතිය සැලසුම් කිරීම මෙන්ම එය ඉදිකිරීමට අවශ්‍ය නිලධාරී සහාය සහ ප්‍රතිලාභීන්ගේ ශ්‍රම දායකත්වය ද ලබා ගනිමින් නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ ආරම්භක දිනය වූ 2021.12.08 දක්වා රැගෙන ඒම මා ලැබූ විශාල ජයග්‍රහණයකි.

මාසිකව පොල් ලෙලි කැබලි ටොන් එකක පමණ තිබූ නිෂ්පාදන ධාරිතාවය ටොන් දෙකක් පමණ ප්‍රමාණයකට වර්ධනය කර ගැනීමට හැකිවීමත් කාබනික පොහොර නිෂ්පාදනය කර එලවළු පැළ වගා කර අලෙවි කිරීම තුළින් ප්‍රතිලාභීන්ගේ ආදායම වැඩි වීම ද සෘජු හා වක්‍ර රැකියා අවස්ථා ගණනාවක් බිහි වීම ද ප්‍රදේශයේ ලෙලිපොල් ව්‍යාපාරයෙන් ඇත් වූ ව්‍යාපාරිකයන්ගේ ලෙලිපොල් සඳහා වටිනාකමක් අප හරහා ලබා ගැනීමට හැකිවීම මත

නැවතත් ලෙලිපොල් ව්‍යාපාරයට යොමු වීමත් ඒ හරහා අපගේ දෛනික නිෂ්පාදනයට අවශ්‍ය පොල් ලෙලි සපයා ගැනීම පහසු වීමත් සතුටට කරුණකි.

පොල් ලෙලි කැබලි නිෂ්පාදනයක් ලෙසින් අප ව්‍යාපාරික ක්ෂේත්‍රයේ රැඳී සිටීම සඳහා ගුණත්වයෙන් ඉහළ නිෂ්පාදනයක් ලබා දීමට හැකි වීමත් විදේශ ගැනුම්කරුවන්ගේ ප්‍රධාන සැපයුම්කරුවන් සමඟ තොග වෙළඳාමේ නිරත වීමත් ඔවුන්ගේ විශ්වාසය දිනා ගැනීමටත් නිරන්තරයෙන් රැඳී සිටීමත් රටේ පවතින අපනයන වෙළඳ පොළ තරමක පසුබෑමට ලක්වුව ද ව්‍යාපාරය නොකඩවා පවත්වා ගැනීමට හැකි විමත් අප ලද ජයග්‍රහණයකි.

මෙවැනි කර්මාන්තයක පුහුණු ශ්‍රමය නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය වේගවත් වීමේ ප්‍රධාන සාධකයක් වේ. එමෙන්ම පුහුණු ශ්‍රමිකයන් රැක ගැනීම ද විශාල අභියෝගයකි. මෙහිදී පුහුණු ශ්‍රමිකයන් අතරට හඳුනාගත් අතිරේක ශ්‍රමිකයන් යෙදවීමෙන් අවදානම අවම කර ගත හැකි වූ අතර තනි තනිව වගකීම් පැවරීම නිෂ්පාදන කාර්යවල නායකත්වය ලබා දීම සමානත්වයෙන් වැඩ කිරීම තාක්ෂණික දැනුම මෙන්ම යාන්ත්‍රික දැනුම ද අප සතු වීම SLOG COCO AGRO PRODUCTS හි සාර්ථකත්වයේ විශේෂත්වයකි.

මෙවැනි කර්මාන්තයක් තම නිවසේ සිට ආරම්භ කිරීමෙන්ම රටේ දළ ජාතික ආදායමට ද යම් දායකත්වයක් ලබා දීමට හැකි වීම පිළිබඳව ආරම්භයක් මෙන්ම දිරිය කාන්තාවන් ලෙසින් තම ශක්තිය ධෛර්ය යොදවමින් ආර්ථික ඉලක්ක කරා ගමන් කිරීම සඳහා තෝරා ගත් මාර්ගය පිළිබඳ මානසික තෘප්තියක් මා මෙන්ම මගේ සහෝදර ප්‍රතිලාභීන් තුළ ද ජනිත වීම SLOG COCO අඛණ්ඩව පවත්වා ගැනීමට ශක්තියකි.

මෙවැනි ව්‍යාපෘති හරහා කාන්තාවන් සවි බල ගැන්වීමට ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය විශාල කාර්යයක් ඉටු කරමින් නිරතුරුවම අපව පසු විපරම් කරමින් අපව පෙළඹවීම නොනවත්වා ඉදිරියට යෑමට ලොකු අස්වැසිල්ලකි.

මේ සඳහා ප්‍රතිපාදන අනුමත කිරීමට අවශ්‍ය මග පෙන්වීම ලබා දෙමින් අපව ඉහළට ඔසවා තැබීමට කාන්තා, ළමා කටයුතු හා සමාජ සවිබල ගැන්වීම් අමාත්‍යාංශයේ ලේකම් තුමිය, ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ අධ්‍යක්ෂ තුමිය චම්පා උපසේන මහත්මිය, නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ සීතා කරුණාරත්න මහත්මිය ඇතුළු සියලුම නිලධාරීන්ට හා අපව නිරතුරුව දිරිමත් කරන වනිතා සංවර්ධන නිලධාරීන්ට ද අපගේ ස්තුතිය හා ප්‍රණාමය පුද කරන්නට අවස්ථාවක් කරගනිමි. තව ද මෙම නිෂ්පාදන ඍජුව අපනයනයට යොමු කිරීම සඳහා තව දුරටත් ඔබ තුමියගේ තාක්ෂණික හා මූල්‍යමය අනුග්‍රහය ලබා දෙන්නේ නම් තම නිවසේ සිටින තවත් කාන්තාවන් රැසකට ආර්ථික වශයෙන් සවිබල ගැන්වීමට දායක කර ගනු හැකි වනු ඇතැයි මාගේ දැඩි විශ්වාසයයි. අපගේ ශක්තිය අධ්‍යක්ෂතුමියනි ඔබයි.

දේශීය අමු ද්‍රව්‍ය උපයෝගීකර ගනිමින් නැගී සිටින දිරිය කතුන්

කාන්තාවන් ආර්ථික හා සමාජීය වශයෙන් සවිබලගැන්වීම සඳහා වූ දිරිය මං පෙත සංවර්ධන වැඩසටහන

සුරංගි ඒකනායක
සංවර්ධන නිලධාරී
ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය.

ශ්‍රී ලංකාවේ ජනගහනයෙන් 51.8% ක් වූ කාන්තාවන් හා 36% ක් වූ දරුවන් උදෙසා හිතකර වූත්, සංවේදී වූත් සමාජ පරිසරයක් ගොඩ නැගීම කාන්තා, ළමා කටයුතු හා සමාජ සවිබල ගැන්වීමේ අමාත්‍යාංශය වෙත පැවැරී ඇති ප්‍රධාන කාර්යභාරය වේ. මුළු ජනගහනයෙන් 74.4 % විසිරී සිටින්නේ ග්‍රාමීය ප්‍රදේශවල කාන්තාවන් බව සංඛ්‍යා දත්ත පෙන්නුම් කරයි. ඒ වාගේම සාක්ෂරතාවය අතින් ඉහළ මට්ටමක ශ්‍රී ලංකාවේ ජනගහනය පෙන්නුම් කරන බව පැහැදිලි වුවත්, කර්මාන්ත අංශයේ සේවා නියුක්තිය තවමත් පවතින්නේ අඩු ප්‍රමාණයකි.

ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය මගින් මෙවැනි පසුබිමක් තුළ නිවෙස්වල වැඩි වශයෙන් රැඳෙන හා විවිධ ආර්ථික අපහසුතාවන්ට පත්වූ කාන්තාවන් මෙන්ම සක්‍රීය ආර්ථික ක්‍රියාවලියකට යොමු කිරීම, එම පවුල් ඒකකවලට ශක්තියක් ලබා දීමේ අභිප්‍රාය මත දිරියමංපෙත වැඩ සටහන යටතේ රැකියා අවස්ථා බිහිකිරීමේ අරමුණින් ඔවුන් ස්වයං රැකියා ගැන්වීම මෙම වැඩසටහනේ ව්‍යාපෘතිවල ප්‍රමුඛ පරමාර්ථ වේ.

කාන්තාවන්ගේ ශ්‍රමය මෙම ආර්ථික ක්‍රියාවලියට දායක කර ගැනීම සඳහා ප්‍රාදේශීය මට්ටමින් ශක්තිමත් වී ඇති කාන්තා බල මණ්ඩල, සුළු පරිමාණ ව්‍යවසායකයින් දිරිමත් කිරීමට කටයුතු කරයි. මෙම ක්‍රියාවලිය ශක්තිමත් වන විට දේශීය වෙළෙඳ පොළඳ පුළුල් වී දළ දේශිය නිෂ්පාදනයටද යම් දායකත්වයක් ලබා දෙනු ඇත.

ඒ අනුව දිවයින පුරා දිස්ත්‍රික්ක විසි පහකට අදාළ තෝරා ගත් ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාස තුළ ක්‍රියාත්මක මෙම ව්‍යාපෘතිවල නියැලෙන ග්‍රාමීය කාන්තාවන්ගෙන් වැඩි පිරිසක් අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ අධ්‍යාපනයෙන් පසු උසස් අධ්‍යාපනයට යොමු වීම අඩු වන අතර, නිසි වයස සම්පූර්ණ වීමට පෙර හෝ පසු විවාහ සිදුකර ගෙන දරුවන් පෝෂණය කිරීමේ ක්‍රියාවලියට නැඹුරු වේ. එම නිසා කාන්තාවන් අතර විරැකියාව වර්ධනය වීම සිදුවේ. මෙම විරැකියාව සමඟ ආර්ථිකමය වශයෙන් මූල්‍ය ගැටළුවලට යොමු වන විට වෙනත් මූල්‍ය ආයතනවලින් වැඩි පොලියකට ණය ලබා ගෙන, ඒවා ගෙවා ගැනීමට නොහැකි වී අධික ණය බරින් පෙලෙන විට එයින් නිදහස් වීමට නොහැකි නිසා ඔවුන් විදේශ ගත වීමට යොමු වී පවුල් සංස්ථාවද අස්ථාවර වන අවස්ථාද ඇති බව දක්නට ලැබේ. මේ අනුව ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයෙන් සවිබල ගන්වන ලද සාර්ථක ව්‍යාපෘති කිහිපයක් මෙසේ ඉදිරිපත් කරමු.

දැවවලින් නිෂ්පාදිත ලී භාණ්ඩ නිමැවුම් හා සැරසිලිකරණ ව්‍යාපෘතිය

මොරටුව ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය
කොළඹ දිස්ත්‍රික්කය

ශ්‍රී ලංකාවේ ජනාකීර්ණතම නගරය වන කොළඹ දිස්ත්‍රික්කයේ මොරටුව ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ ග්‍රාම නිලධාරි වසමේ දිරිය කාන්තා කාර්ය සංවිධානයේ ව්‍යවසායක කාන්තාවන්ගේ කණ්ඩායම් ව්‍යාපෘතියකි. කාන්තා, ළමා කටයුතු හා සමාජ සවිබලගැන්වීමේ අමාත්‍යාංශයේ මුල්‍ය ප්‍රතිපාදන මත ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශයේ අනුමැතියට යටත්ව ප්‍රාදේශීය ලේකම්ගේ නිර්දේශයට අනුව මෙම ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක වේ. මොරටුව බහු වාර්ගික, බහු සංස්කෘතික නගරයක් වේ. නගරයේ ජනගහනය විවිධ වූ ජන වර්ගයන්ගෙන් සමන්විත වන අතර, ප්‍රධානතම ජන කොට්ඨාසය සිංහලවේ. මුස්ලිම්, සහ දමිළ ජාතීන්ද නගරයෙහි ප්‍රමුඛව වාසය කරයි. එහි ජනගහනය 24,888,000ක් වන අතර මුළු භූමි ප්‍රමාණය ව.කි.මී. 699 කි. (270 sq mi) කි. වර්ග ප්‍රමාණයක් කි.මී. 699 ද, ජල වපසරිය 699 කි.මී. පමණ වේ. ඒ අනුව මොරටුව නගරය ශ්‍රී ලංකාවේ බටහිර දෙසින් වෙරළ බඩ තැනිතලාවේ ඉන්දියන් සාගරයට යාව සුන්දර බිම් තීරයක පිහිටා ඇත. මොරටුව බල ප්‍රදේශයේ මුලු භූමි ප්‍රමාණය වර්ග කිලෝ මීටර් 23.4කි. 2011/2012 ජන සංගණනයට අනුව මුලු ජනගහනය 166,857ක් වන අතර ග්‍රාම නිලධාරි වසම් 42ක් පවතී. දීර්ඝ කාලයක පටන් බෞද්ධ, ක්‍රිස්තියානි හා ඉස්ලාම් භක්තිකයන් අන්‍යෝන්‍ය සහයෝගයෙන් වාසය කරන නිවැසියන්, සංස්කෘතික විවිධත්වයෙන් යුතු මොරටුවට පමණක් ආවේණික වූ සුවිශේෂී ජීවන රටාවක් මොරටු නගරය තුළ දැකගත හැක.

ශ්‍රී ලංකාවේ ලී භාණ්ඩ නිෂ්පාදනයේ, දැව කර්මාන්තයේ ප්‍රමුඛතම නිෂ්පාදන නගරය මොරටුව පුරවරයයි. ඓතිහාසික වශයෙන් වඩු කර්මාන්තය පිළිබඳ තොරතුරු ගණනාවක්ම යටත් විජිත සමයේ මෙරටට පැමිණි බ්‍රිතාන්‍ය ජාතික ලේඛකයන්ගේ වාර්තා ඇසුරෙන් අනාවරණය වේ. මෙහි ජීවත්වන මිනිසුන්ගේ රැකියාව වඩු කර්මාන්තයයි. තමන්ගේම වඩු උපකරණ උපයෝගී කරගනිමින් තම දෑතේ ඇඟිලි මෙන්ම පා ඇඟිලිද දක්ෂ ලෙස වැඩෙහි යොදවමින් ඔවුහු ආදි කාලීන ස්වරූපයෙන් වඩු කර්මාන්තයේ යෙදෙති. ඔවුහු දක්ෂ වැඩකරුවන් වන අතර අලංකාර කැටයම් කරති. ඔවුන්ගේ සමහර කැබිනට් (පෙට්ටගම්) විශිෂ්ඨයි. ලස්සන මොරටු කලපුවේ ඉවුරු මත පොල් අතු සෙවිලි කළ මඩු යට අවුරුද්ද පුරා මේස, පුටු, කව්ච්චි හා ඇඳන් දහස් ගනන් සාදනු ලැබේ. මේ අනුව

වර්තමානයේ ද මොරටුව නගර වාසී ජනතාවගේ ප්‍රධානතම ජීවනෝපාය වන්නේද වඩු කර්මාන්තයයි. ප්‍රධාන වශයෙන් මොරටුමුල්ල, ඉඳිබැද්ද, කඩලාන, විල්ලෝරාවත්ත හා කොරළවැල්ල යන ප්‍රදේශ කේන්ද්‍ර කරගනිමින් ක්‍රියාත්මක වන වර්තමාන දැව භාණ්ඩ නිෂ්පාදනය විශාල වශයෙන් යාන්ත්‍රීකරණය වීම නවීන තාක්ෂණය භාවිතා කරමින්, විශාල නිෂ්පාදන ධාරිතාවයකින් පවත්වා ගෙන යනු ලබයි.

වඩු කර්මාන්තය සම්බන්ධ අනෙක් වැදගත් ලක්ෂණය වන්නේ මහා පරිමාණ කර්මාන්ත ශාලා ආශ්‍රිතව සිදුකර ගෙන යනු ලබන කර්මාන්තයක් බවට පත් නොවී, ගෘහ මට්ටමෙන් පවත්වාගෙන යනු ලබන කර්මාන්තයක් ලෙස මේ වන විටත් පැවතීමයි, කෙසේ වෙතත් වසර සිය ගණනක ඉතිහාසය තුළ අනර්ගතම ගෘහ භාණ්ඩ නිපදවීම තුළින් මොරටුව ලබා ගෙන ඇති කීර්තිනාමය එදාමෙන්ම අදත් එලෙසම පවතී. දැව යනු හෙළීමේ සිට ගොඩනැගිලි කර්මාන්තයේදී හෝ කඩදාසි නිපදවීමේදී ලී පල්ප ලෙස භාවිතා කිරීමට සූදානම් කිරීම දක්වා ඇති ඕනෑම අවධියක ඇති ලී වේ. දැව යන්න නිතරම භාවිතාවන්නේ සජීවී නොකැපූ ගසක දැව දඬු සඳහා හෝ කෙඳි නිපදවීම සඳහා අඩංගු ලී ප්‍රමාණයටය. එය කුඩාම මිණුම අඟල් 5කට (127) වඩා නො අඩු ඉරන ලද දැව දඬු හැඳින්වීමට ද යොදා ගැනේ. ඕස්ට්‍රේලියාවේ ලී මෝලක ඇති කඳුකර ඇෂ් කොටන් වික්ටෝරියානු කඳුකර ඇෂ් වලින් කපන ලද දැව ප්‍රචලිත වේ. දැව දඬු නිමා කළ හෝ දළ ලෙස සැපයේ. තවද පල්ප සඳහා දළ දැව දඬු අමු ද්‍රව්‍ය ලෙස යොදා ගන්නා අතර ගෘහ භාණ්ඩ සෑදීමට හා වෙනත් භාණ්ඩ සඳහා වැඩිමනත් කැපීම් සහ වෙනත් හැඩගැන්වීම් අවශ්‍ය වේ. ඒවා විශේෂ බොහොමයකින් ලබාගත හැකි අතර සාමන්‍යයෙන් තද ලී වර්ග වේ. නිමා කල දැව දඬු පිළිගත් ප්‍රමාණ වලින් සපයයි. බොහෝ විට ගොඩනැගිලි කර්මාන්තයට, මූලික වශයෙන් පයින්, සිඩාර්, හෙම්ලොක්, ෆර් සහ ස්ප් රූස් වැනි කේතුධර විශේෂ වලින් ලබාගත් මෘදු දැව දඬු භාවිතා වන නමුත් ඉහළ පෙළේ පොළව සැකසීමේ දී තද ලී වර්ගද යොදා ගැනේ. වන ලැහැබ් වලින් ලබා ගන්නා තද දැව, රථ හා නැව් සෑදීම සඳහා විශාල ලෙස භාවිතා කරන ලදී. තවද මේ වන තෙක් ශාකමය ගොඩනැගිලි හා ලී බඩු සඳහා ද භාවිතා කරයි.

රටේ සංවර්ධනයට අති විශාල දායකත්වයක් දරණ මෙම ව්‍යවසායක කාන්තාවන්ට ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය අනුව ශ්‍රමය, ආර්ථික, සමාජීය හා සංස්කෘතික ආදි සාධක පවුලේ කටයුතුවලට යොදා ගැනීමේ රටාවන්හි විෂමතාවයන් හේතුවෙන් කාන්තාවන් හා දරුවන් අයිතිවාසිකම් භුක්ති විඳීමේ අවහිරතාවයන් රැසක් පවතී. මෙම පවුල් ඒකකවල ආර්ථික කටයුතුවලට උරදෙමින් පවුලේ සියලුම කටයුතුවලදී වගකීම දරන්නේ කාන්තාවන්ය. එසේම වැඩ බිම්වලදී මෙන්ම ගෘහය තුළදී පුරුෂයාට වඩා වැඩියෙන් කාන්තාව ආර්ථික ක්‍රියාවලියේ නිරත වේ. එම නිසා රැකවරණය අහිමිවන දරුවන් හා කාන්තාවන් විවිධාකාර වූ ගැටලුවලට මුහුණ දේ. ඔවුන්ගේ දරුවන්, නීති විරෝධී මත්පැන් භාවිතයට ද පෙළඹී ඇත. දරුවන් හෙරොයින් ගංජා මත් කුඩු භාවිතයට යොමුවීමෙන් ඔවුන්ගේ සෞඛ්‍යය හා පෝෂණ තත්ත්වය පිළිබඳවද ගැටලු පැන නැගී ඇත. මේ නිසා මොරටුව ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය තුළ ග්‍රාමීය වසම්වල ජනතාව තුළ මත්පැන් හා මත්ද්‍රව්‍ය, එපමණක් නොව ගොඩ නැගී ඇති ණයගැතිභාවය හා අධ්‍යාපන මට්ටම අඩු බවත්, ජීවත් වන ග්‍රාමීය ජනතාවගේ දිළිඳු තත්ත්වය ද ජනතාවගේ අයිතිවාසිකම් නිදහස අවම කිරීමට මගපාදා ඇති බව ව්‍යාපෘතිය නිරීක්ෂණයේ දී හඳුනාගත් ගැටළු ලෙස දැක්විය හැක. මේ අනුව මෙම ප්‍රජාව ආර්ථික හා සමාජීය වශයෙන් සවිබල ගැන්වීමට අවශ්‍ය සියලු පාර්ශවයන්ගේ ක්‍රියාකාරි දායකත්වය සහිතව මෙම කණ්ඩායම් ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක වේ.

මුල් ඇඳුම් නිෂ්පාදන ව්‍යාපෘතිය

පූජාපිටිය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය
මහනුවර දිස්ත්‍රික්කය

මහනුවර දිස්ත්‍රික්කයේ පූජාපිටිය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය ග්‍රාම සේවා වසම් 67 කින් යුක්ත වන අතර, වටගලතැන්න 622 ග්‍රාම නිලධාරි වසමේ කාන්තා කාර්ය සංවිධානයේ කණ්ඩායම් ව්‍යාපෘතියක් ලෙස ක්‍රියාත්මක වේ. පූජාපිටිය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය තුළ කාන්තාවන්ගෙන් වැඩි ප්‍රතිශතයක් ස්වයං රැකියාවන්හි නිරත වෙමින් පවුලේ ආර්ථිකයට දායකත්වය සපයයි. අර්ධ නාගරික මධ්‍යම ආදායම් මට්ටමක් සහිත ප්‍රජාවක් වෙසෙන අතර, තම ආර්ථිකය ඉහළ නංවා ගැනීමේ අරමුණින් උපයන ආදායමට අමතරව ස්වයං රැකියාවල නිරත වීම මෙම කොට්ඨාසයේ දක්නට ලැබෙන සුවිශේෂීතාවයකි. මෙම නිසා ඔවුන් ස්වයං රැකියා ප්‍රවර්ධනයට දායකත්වය සැපයීම සෑම ආකාරයකින්ම අර්ථවත් ලෙස ක්‍රියාත්මක කරන බව දැකගැනීමට පුළුවන. විශේෂයෙන් මෙම කොට්ඨාසයේ කාන්තාවන් වැඩි වශයෙන් මැහුම්, විසිතුරු මල් වගාව, උඩරට මුල් ඇඳුම් නිර්මාණය, රූපලාවන්‍ය, කෙටි ආහාර නිෂ්පාදනය, බිම්මල් , ගෙවතු වගාව වැනි නිෂ්පාදන ක්‍රියාවන්හි නිරතවේ. ඒ අතරින් අද වන විට ජනප්‍රියත්වයට පත් වී ඇති පාරම්පරික මුල් ඇඳුම් නිෂ්පාදනයන් කෙරෙහි වැඩි ඉල්ලුමක් ඇති අතර, විවාහ උත්සවවලදී මුල් ඇඳුමින් සැරසී විවාහ වීමට කැමති පිරිස සිටීම හේතුවෙන් මෙම ව්‍යාපෘති යෝජනාව ඉදිරිපත් කිරීමට ඉවහල් වී ඇත. තවද අද වන විට ගෘහස්ථ ස්වයං රැකියාවක් වශයෙන් මුල් ඇඳුම් කර්මාන්තයට ඇති දේශීය හා විදේශීය ඉල්ලුම සලකා බලා මෙම ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක කරනු ලැබේ.

පාරම්පරික හස්ත කර්මාන්තයක් ලෙස මුල් ඇඳුම් නිර්මාණයේ යෙදෙන කාන්තාවන් පිරිසක් සිටීම හේතුවෙන් මෙම කර්මාන්තය නගා සිටුවා ගැනීම ව්‍යාපෘතිය ඉදිරිපත් කිරීමට ඉවහල්ව ඇත. පූජාපිටිය කොට්ඨාසයේ මුල් ඇඳුම් ක්ෂේත්‍රයේ රැකියාවේ නියුතු කාන්තාවන් 06 දෙනෙකු සෘජු ප්‍රතිලාභීන් වන අතර, වක්‍ර ප්‍රතිලාභීන් වනුයේ අලෙවි නියෝජිතයින් සහ අමුද්‍රව්‍ය සපයන්නන්ය. ආදායම් උත්පාදන ව්‍යාපෘතියක් ලෙස මුල් ඇඳුම් ආශ්‍රිත නිෂ්පාදනයන් හඳුන්වා දී එම කර්මාන්තය නගා සිටවා ඔවුන්ගේ ජීවන තත්ත්වය ඉහළට ගෙන ඒම ප්‍රධානතම අරමුණ වේ. ව්‍යාපෘතිය සඳහා සමස්ත මුදල රු130,000. 00කි. ඔවුන් සඳහා වැඩිදුර පුහුණුවක් හා අමුද්‍රව්‍ය හා උපකරණ ලබා දීම තුළින් ව්‍යාපෘතිය සාර්ථකව පවත්වාගෙන යාමට හැකිව තිබේ. මෙම ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක කිරීමේ සංවිධානය හා පසු විපරම් කටයුතු වනිතා සංවර්ධන නිලධාරී විසින් සිදු කරන අතර, ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය හා ප්‍රාදේශීය ලේකම්, සහකාර ප්‍රාදේශීය ලේකම්ගේ අධීක්ෂණය මත ක්‍රියාත්මක කරනු ලබයි.

කන්ඩියුට් / පී.වී.සී. බට උපයෝගීකර ගනිමින් බෙන්ඩ් නිෂ්පාදනය කිරීමේ ව්‍යාපෘතිය

දෙවිනුවර ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය
මාතර දිස්ත්‍රික්කය

දෙවිනුවර ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ පහළ අපරැක්ක ග්‍රාම නිලධාරි වසමට අදාළ සමගි සහන කාන්තා සමිතියේ කාන්තාවන් කිහිප දෙනෙකු එක්වී කන්ඩියුට් / පී.වී.සී බට උපයෝගීකර ගනිමින් බෙන්ඩ් නිෂ්පාදනය කිරීමේ කණ්ඩායම් ව්‍යාපෘතියක් සිදු කරගෙන යනු ලබයි. පුද්ගලික ආයතනයක් මගින් මෙම ව්‍යවසායක කාන්තාවන් සඳහා අවශ්‍ය බට සපයන අතර, සකස් කරන ලද බෙන්ඩ් සියල්ල ඔවුන් මිලදී ගනු ලබයි. ඒ අනුව අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය ඔවුන් සමීපයටම ලැබෙන අතර, නිෂ්පාදනය රැගෙන යාම තුළින් මෙම නිෂ්පාදන කර්මාන්තයෙන් ඔවුන්ගේ නිෂ්පාදන වැඩි දියුණු කර ගැනීමට අවශ්‍ය සාධක සපුරා ගෙන ඇත.

දෙවිනුවර ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ පහළ අපරැක්ක ග්‍රාම නිලධාරී වසමට අදාළව පිහිටුවා ඇති සමගි සහන කාන්තා සමිතියේ සමාජිකාවන් විසින් සිදු කරගෙන යන මෙම ව්‍යාපෘතිය ඉතා සාර්ථකව පවත්වා ගෙන යයි. මොවුන්ගේ නිෂ්පාදන අවශ්‍යතාවයන් සඳහා අවශ්‍ය උපකරණ ලබා දීමෙන් නිෂ්පාදන ධාරිතාව වැඩි දියුණු කර ඔවුන්ගේ ආදායම වැඩි කිරීම ප්‍රතිලාභ ලෙස පෙන්වා දිය හැකිය. ව්‍යාපෘතිය සඳහා ලබා දුන් ප්‍රතිපාදන මුදල රු. 71,000/- කි.

දැනට සිදු කරමින් යනු ලබන ප්ලාස්ටික් බෙන්ඩ් නිෂ්පාදන ව්‍යාපෘතියේ නියැලී සිටින කාන්තාවන් දෛනිකව සිදු කරනු ලබන නිෂ්පාදන ප්‍රමාණය වැඩි දියුණු කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය උපකරණ සපයා ගැනීමෙන් ව්‍යාපෘතියේ නිෂ්පාදන ධාරිතාව වැඩිකර ගැනීම තුළින් ව්‍යාපෘතියේ සාර්ථකත්වය මෙන්ම කාන්තාවන්ගේ ආර්ථිකය වර්ධනය කර ගැනීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

මවකගේ සිතිවිලි

දස දෙසින් ඇසෙනා
අඳෝනා නිමක් නැත
දරු පැටව් හාමතේ
කිරි කඳුළු වේලිලා

නිල අඳුම් බග් බෝතල්
සියල්ලම ලෙඩ වෙලා
සපත්තුවේ යටි පතුල්
හොඳටෝම කැත වෙලා

මගේ දුවේ මගේ පුතේ
අඬන්නට කාරි නැහැ
පැමිණි දුක් පැණි රසයි
ලද දෙයින් සතුටු වෙමු

නව ලොවක් තනන්නට
සවිය දෙමු වෙර දරමු
ඒ තමයි ජීවිතේ

අයි. ඩී. ආර්. මල්ලිකා
ශ්‍රී විජය කාන්තා කාර්ය සංවිධානය

පියාණෙනි

මහ පොළොව නුඹ තරම්
දන්නෙ කවුරුද වෙනයම් කෙනෙක්
වැඩුණු දහඩිය සුවඳ මුසු වී
පැළ කළේ ජීවිත අපේ
නිදා නොනිදා රිය පහන් කළ
හේනේ සැප නැති පැල් කොටේ
මදුරුවන් තරමක් දනී ඒ
පීතෘ ගුණ බැති සිතේ
අකුරු අමුණා දයාබර කර
ලොවට අතහැරි පුතු නුඹේ
අව්ව වැස්සද අදාළම නෑ
මහ අලිත් දනිතියි රගෝ
කිරි ගැහෙනා හිතලට නුඹ
සෙනෙහෙ වඩමින් වාඩියේ
දවා අඹකළ මහ කඳුන්වල
රස්නයෙන් රෑ කළ ගෙවේ
දුකට මෙපමණ පෙම් කළේ ඇයි
සිතාගනු බෑ පිය සෙනේ

එච්. ඩබ්. වයලට්
ලුණුගම්වෙහෙර ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය

ප්‍රණාමය

සහෘද කාන්තාවනි
පින්බර දේශයේ
දූ පුතුන් බිහි කළ ඔබ
දරුවන් උදෙසාම ජීවිතය කැප
කළ ඔබ

විටෙක සොයුරියකි
විටෙක සෙනෙහෙබර බිරිඳකි
තවත් විටෙක ආදරණීය මාතාවකි
අවසානයේ අත්තම්මාද වේ

තුන්කල්හිම දිරිය කාන්තාවක්
වීමට
අනේක වාරයක් දුක් විඳි ඔබ
පිරිමින් සේම උරෙන් උර
ගැටෙමින්
කුටුම්භය ජය ගන්න - ගත්
උත්සාහයේ ප්‍රතිඵලය

නිවුණු හැදුණු පිරුණු පින්බර
දේශයක්
ආර්ථිකයක් ගොඩ නැඟීමට අත්
වැලක් වූ ඔබ
ජගත් කාන්තා දිනය වෙනුවෙන්
අප හා අත්වැල් බැඳගත්
සියලුම කාන්තාවනි
මෙම පුංචි පැදි පෙළ
උපහාරයක් වේවා!

පුෂ්පා කල්‍යානි වගආරච්චි
දිනිති කාන්තා කාර්ය සංවිධානය
බොරකන්ද
කරන්දෙණිය

දෙවෙනි බුදුන් ඇයයි

කුළුඳුල් දුවයි නිවසට සිරි කැන්දුන්නේ
මවටයි පියාටයි සෙනෙහස උපදින්නේ
මව්පිය පදවි සතුටින්මයි ලැබ ගන්නේ
ටිකෙන් ටික දුව ලොකු ළමයකු වන්නේ

සැමවිට ජය ලබයි දක්ෂයි ඉගෙනුමට
ඉදිරියටම ගියා සැමහට දී සතුට
සුකුමාලයි සුන්දර ඇය දකින විට
කාලය ඇවිත් ඇය හට දීගෙක යන්ට

ආලෝ දහම අනුවම දිවි ගෙවන විට
ඉවසා සිටියා නැහැ එය පෙන්නුවේ ලොවට
දියුණුවේ රහස එයමයි ඇගෙ දරුවන්ට
ඇයයි දිරිය මව නිවසේ හැම දෙනාට

පුතුගේ දරුවටත් ඇයමයි මව වූයේ
තනි වූ දුවගේ දරුවන් ඇයමයි හැදුවේ
රට ගිය දරුවන්ගේ දරුවොත් ඇය හැදුවේ
දිරිය මවක්මයි මිත්තණියක් වූවේ

කාලය ගෙවී අතින් අතට යන්නේ
දරුවන් නිසා දුක් කරදර ඉවසන්නේ
සසරේ දුකයි බුදුබණ නිති සිහි වන්නේ
මව මිත්තණිය වී නිවසේ තනි වන්නේ

නිවසේ සතුට සැමදා රැක දුන් අම්මේ
උවනත කරල අපි සැම අතහැර දැම්මේ
දෙව්දුව වෙලා ඔබ ඇති බඹ දෙව් විමනේ
නිවන් දකින තුරු ඔබ මගෙමයි අම්මේ

මේ දුක් සසරේ හැම දේ අතහැර අම්මේ
නිවනට යන මගම හිතලා මගේ අම්මේ
ලොව්තුරු බුදු සසුනේ බණ අහලා අම්මේ
නිවන් දකින්නට ඔබ කළ පින් ඇති අම්මේ

සී. රණේපුර
දිවිනිති කාන්තා කාර්ය සංවිධානය

ශාප නොතබමි...... !!!

කාරෙ බැඳලා ගං තුලානෙන් එදා උඹ මා කැන්දූ ආවා
ප්‍රාණ සම පෙම පුදමි ප්‍රේමිය කියා පෙම්බස් එමට කීවා
දණ්ගෙ ගාවට තිබුණු කොණ්ඩය දිගේ ආදර දෝරෙ
ගැලූවා
මටත් නොදැනිම උඹේ මත්තෙම නැහෙන්නට හිත පිලි
පැන්නා

කවා බත්පත රහට අනලා තබා හාදුත් නළලලතේ
දොඩා උණුපැන් හොවා උකුළත හිසත් පිරිමැද හැම රැයේ
රටේ උන් කී කයි කතන්දර නහුනා මෙන් හිත් කොනේ
නර කහටක් සෙනේ දෝතක් පෙරා දෙන්නට පේ උනේ

සියඹලා අඹු ඇඹුල් අඹ ගැට කන්න ආසා හිතුනට
හාවනා නැත මෝර්නා ගැබ දෙන්නටයි රැක ඔසෙට
පැතුවෙ නුඹෙ පපු උණුහුමයි මට නැතත් ප්‍රාණයෙ කළලෙට
නොදැනුනාදෝ හඬේ හාවට තනියි රෑ බෝ වෙනකොට

ර් එච් එම් ටිනායා
ලුණුගම්වෙහෙර

අපේ අම්මා

දහසකුත් කම් කටොලු
සම සිතින් දරාගෙන
හදවතේ පැතුම් පොදි
මහගොඩක් පුරවගෙන
පාට පාට හීන වැල්
සිත් පතුලේ තබාගෙන
දරුවන්දී එකතුකර
ආදරෙන් බදා ගෙන
ජීවිතේ පඩි නගින
අම්මේ නුඹ තමයි
අපේ ලෝකයෙ රැජිණ

ඩබ්. ජීවන්ති ගීතාන්
කිරිපේද්දූ

ජාත්‍යන්තර කාන්තා දිනයට සමගාමීව පවත්වන ලද සාර්ථක ව්‍යවසායක කාන්තාවන් අගය කිරීමේ වැඩසටහන - 2023

ජයග්‍රාහී කාන්තාවන්

අනු අංකය	පළාත	දිස්ත්‍රික්කය	ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසය	ව්‍යවසායිකාවගේ නම
01	බස්නාහිර	කොළඹ	කඩුවෙල	කේ. වී. ගීත් අංජු කුමාරි
02		ගම්පහ	කැළණිය	පී.ආර්.ප්‍රනාන්දු
03		කළුතර	මිල්ලනිය	ලක්මිණි නදීශානි වීරක්කොඩි
04	මධ්‍යම පළාත	මහනුවර	දොළුව	එම්.ආර්.වයි.එච්.කුමාරි
05		මාතලේ	රත්තොට	ඊ.එම්.අනෝමා කුමාරි
06		නුවරඑළිය	අඹගමුව	එච්.එන්.නෙලානි ද සිල්වා
07	දකුණු පළාත	ගාල්ල	හබරාදුව	ඩී.එල්.තීර්ෂාද සිල්වා
08		මාතර	දික්වැල්ල	විදානගේ මුදිතා යසමාලි
09		හම්බන්තොට	ඕකේවෙල	විතාරණ ගමගේ දුලීකා ප්‍රභාෂනී
10	උතුරු පළාත	මන්නාරම	මන්නාරම	එස්.මන්ජුලා සර්කුනරාසා
11		මුලතිව්	පුදුකුඩුඉරුප්පු	නිර්මලකුමාර් සරෝජිනී
12		වවුනියාව	වවුනියා - දකුණ	එස්.සමන්මලී විජයසුරේන්ද්‍රා
13		යාපනය	චන්කානෙ	ඊමානුවේල් ඊස්වරන් සොරූපිනී
14		කිලිනොච්චිය	කරච්චි	රාජමෝකන් අනුජා
15	නැගෙනහිර පළාත	මඩකලපුව	කාතන්කුඩිය	එම්.එෆ්.ෆතිමා ෆහීමා
16		අම්පාර	අක්කරපත්තු	එම්.එම්.නජීතා
17		ත්‍රිකුණාමලය	තඹලගමුව	එම්.ආර්.එම්.බිස්රියා
18	වයඹ පළාත	කුරුණෑගල	පොල්ගහවෙල	ජීවනී උපේක්ෂිකා දසනායක
19		පුත්තලම	ආණමඩුව	ඒ.ඒ..පී.එස්.රේණුකා
20	උතුරු මැද පළාත	අනුරාධපුරය	කැකිරාව	එම්.ජී.එස්.ඉරෝෂණී දසනායක
21		පොලොන්නරුව	හිගුරක්ගොඩ	එන්.පී.ඉන්දිකා චාන්දනී
22	ඌව පළාත	බදුල්ල	වැලිමඩ	එම්.එම් මනෝජා ප්‍රසන්ති
23		මොණරාගල	මැදගම	ජී.ආර්.සුවිනීතා සුසන්ති
24	සබරගමුව පළාත	රත්නපුරය	කොලොන්න	ඕ.ආර්.මංජුලා ජානකී
25		කෑගල්ල	රුවන්වැල්ල	එම්.ඒ.ඩී.යු.මාකේවිට

ශ්‍රී ලංකා කාන්තා කාර්යාංශය
இலங்கை பெண்கள் பணியகம்
Women's Bureau of Sri Lanka

කාන්තා, ළමා කටයුතු හා සමාජ සවිබලගැන්වීම් අමාත්‍යාංශය
மகளிர்,சிறுவர் அலுவல்கள் மற்றும் சமூக வலுப்படுத்துகை அமைச்சு
Ministry of Women, Child Affairs and Social Empowerment