



Flooded Prof.Sarathchandra open air theatre.
Ditwa cyclone caused devastating damages to University of Peradeniya. More details in page 4.
(P.C. UOP Rebuild Pera website)

හත්තන පවුර | ஹன்தான பவுர

Hanthana Pavura

Volume: 10 Issue: 2 - January 2026

Alumni Association of University of Peradeniya, Ottawa Chapter, Canada

President's Message.....	3
Flood Devastation at the University of Peradeniya: A Historic Blow from Cyclone Ditwa	4
AAUPOC Annual Community Activities	6
දිව්‍යා	10
සරසවි රසකතා	12
A Timely Change for Changing Times	15
Memories from our days at Peradeniya	17
How Tuberculosis Persists: Hijacking the Immune Cells Meant to Defeat it	18
හදින් හරි අඩක් උපන් බිමේ පරිස්සමට තබා පියාඹන්නට සිදු වූ සමස්ත සහායන් වෙනුවෙන් ලියා තබමි..	22
මුකලං අඩවියක	22
Fusion of Love and Forgiveness – as a model for living.....	23
තොටළඟ ගුණයාට	25
Grace Will Lead Me Home	25
"මතක අතරින්" පේරාදෙණිය සරසවියෙන්, මතකයට පියමන් කලෙමි. (පරිවර්තනය).....	27
Sketch done with Micro Pen.....	33
එතෙර ගිය අම්මාට	34
කුවේණිය නිර්දෝෂයි...	35
Indigenous Peoples in Canada and the World	36
අනේ ඔය හිත හදාගන්න	37
A Humble Glance Back at 12 years of Serving to Our Alma Mater.....	39
Editor's Notes	40

- Executive Committee -

Niroshan Thantrige - President
Shehan Danushka Dissanayake - Vice-President
Ruwanthika Premalal – Secretary
Chamali Udeesha Erandini - Assistant Secretary
Ajith Samarajeewa - Ex-officio member
Prasad Senavirathna - Treasurer
Dayan Herath - Editor
Apsara Jayasinghe - Director, Membership Drive
Dinusha Rajapaksha - Director, Faculty of Agriculture
Saman Jayatilaka - Director, Faculty of Arts
Achini Adikari - Director, Faculties of Dental, Medicine and Veterinary Sciences
Indika Wijetunga - Director, Faculty of Engineering
Sachini Perera – Director, Faculty of Science

“Leadership is the capacity to translate vision into reality.” — Warren Bennis



President's Message

As we present this edition of the Hanthana Pawura, I would like to extend my sincere thanks to our members and the wider AAUPOC community for your continued support and engagement. Your commitment and generosity enable AAUPOC to remain a strong and active link between our alumni and our alma mater.

I wish to offer my congratulations and special appreciation to our editor for the dedication and hard work that made it possible to publish two issues of the Newsletter this year. This achievement represents a significant investment of time and effort, and we are truly grateful for this contribution.

This issue reflects the diversity that characterizes our association. Alongside articles covering a broad range of topics, readers will also find creative contributions, including artwork and poetry. Together, these pieces highlight the intellectual curiosity, creativity, and cultural richness within the AAUPOC community.

We are also mindful of the difficult circumstances in Sri Lanka following the recent devastating floods and landslides. The damage to communities, infrastructure, and parts of the university campus has been substantial, affecting facilities essential to teaching and learning.

AAUPOC will continue to monitor the situation closely, particularly with respect to restoring day-to-day educational activities at the university. As specific needs are identified, we may seek the support of our members to assist with targeted relief and recovery efforts. I am confident that our community will respond with compassion and solidarity, as it always has.

Thank you for your continued support of AAUPOC and our shared mission.

Niroshan Thanthrige

President, AAUPOC



Flood Devastation at the University of Peradeniya: A Historic Blow from Cyclone Ditwa



P.C. – Rebuild Pera Website

Our University, suffered an extensive damage following the recent Ditwa flood, caused by prolonged heavy rainfall associated with Cyclone Ditwa in late November 2025. Located along the banks of the Mahaweli River, the university was severely affected as river levels rose rapidly, resulting in one of the most destructive flood events in the institution's history.

Scale and Nature of the Damage

As the Mahaweli River overflowed, floodwaters inundated large sections of the lower campus, submerging academic buildings, administrative offices, student hostels, laboratories, and sports facilities. Several faculties, including Agriculture, Veterinary Medicine and Animal Science, and Management, experienced severe flooding. Classrooms, laboratories, libraries, and office spaces were rendered unusable due to water damage, mud accumulation, and contamination.

High-value laboratory equipment, research instruments, computers, and teaching resources were damaged or completely destroyed. In some departments, years of research data, experimental samples, and specialized materials were lost, causing serious setbacks to ongoing research and postgraduate studies. Key infrastructure such as electrical systems, internal roads, drainage networks, and water supply facilities also sustained significant damage.



P.C. – Rebuild Pera Website

Impact on Students and Academic Activities

At the time of the flooding, thousands of students were residing in campus hostels. As water levels rose, students were evacuated to safer areas, and several hostels became uninhabitable due to structural damage and sanitation concerns. While no major injuries were reported, the disaster caused significant disruption to student life and staff operations. 2



Academic activities were temporarily suspended, with lectures and examinations postponed. Access to many parts of the campus remained restricted for safety reasons, affecting teaching schedules, research programs, and administrative functions.

Financial and Long-Term Consequences

Preliminary assessments indicate that the financial losses amount to several billions of Sri Lankan rupees, covering damage to buildings, equipment, and essential infrastructure. Beyond the immediate economic impact, the floods have raised serious concerns about academic continuity—particularly in specialized faculties such as Veterinary Medicine, which play a critical role in national education, agriculture, and public health.



P.C. – Rebuild Pera Website

Our (AAUPOC) Support and Way Forward

In the aftermath of the disaster, cleanup operations and damage assessments commenced promptly under the leadership of the University administration. Recognizing the scale of the impact, AAUPOC is working closely with the university and the mother alumni association (AAUP) to extend meaningful support toward repair and restoration efforts.

While continuing our ongoing scholarship project, **we will also take up one selected restoration or repair project** identified from the damage reports received so far. In addition, **we hope to formally request the AAUP to consider the impact of the recent floods when selecting scholarship recipients**, in order to support students who have been most affected by this disaster.



P.C. – Rebuild Pera Website



AAUPOC ANNUAL COMMUNITY ACTIVITIES

A Year of Connection, Culture, and Giving Back

By Niroshan Thantrige and Dayan Herath

The Alumni Association of the University of Peradeniya – Ottawa Chapter (AAUPOC) was formed with the heartfelt objective of bringing alumni of the University of Peradeniya, along with their families and friends, together as a vibrant and supportive community in the Ottawa region. At the core of AAUPOC’s mission is a strong commitment to giving back—particularly through raising funds to support scholarships for financially needy students of the University of Peradeniya.

Each year, through a series of thoughtfully planned community activities, AAUPOC members, non-member community friends, sponsors, and generous donors come together to make this mission a reality. These collective efforts consistently enable AAUPOC to support **25–30 scholarships annually**, offering meaningful assistance to students who need it most. Beyond fundraising, these events foster connection, celebrate shared heritage, and strengthen bonds across generations.

The past year was marked by a rich and diverse calendar of activities, each made possible through the dedication of volunteers and organizing committees who worked tirelessly behind the scenes. The following highlights capture the spirit and success of these events.

Gee Padura – May

Celebrating Music, Memories, and Togetherness

The year began on a joyful and melodious note with **Gee Padura**, held on May 03 at the Lion’s Hall, Fred Barrett Arena. This year’s event paid tribute to the legendary and much-loved Sri Lankan musician **Clarence Wijewardena**, whose music continues to resonate across generations.

With **over 150 participants**—including AAUPOC members and community friends—the atmosphere was warm, lively, and deeply nostalgic. The unique format of the evening encouraged active participation, allowing attendees to sing along with the band to many of Clarence’s beloved songs. (Pic. Don Susil)



Friendly Cricket Match – July

Strengthening Bonds Through Sport

Cricket, a sport deeply cherished by Sri Lankans, once again brought the community together in July for the annual **Friendly Cricket Match** between AAUPOC and the Ottawa Cricket Club. The match was held at the picturesque cricket grounds of the **Governor General's residence in Ottawa**, providing a truly special setting for the event.



As always, the game was played in the spirit of friendship, sportsmanship, and mutual respect. Players and spectators alike enjoyed the excitement of a closely contested match. After a tight and



engaging game, the **Ottawa Cricket Club emerged as champions** for this year.

The match also carried special significance as part of the **Annual Friendship Cricket Cup**, inaugurated in 2022 to commemorate the **10th anniversary of AAUPOC**. The continued success of this event reflects the strong relationships AAUPOC has built within the broader Ottawa community.



Beach Trip – August

A Day of Relaxation, Fun, and Fellowship

August brought with it a much-loved **Beach Trip**, as members, families, and community friends gathered at **Fitzroy Provincial Park** for a joyful day outdoors. Blessed with beautiful weather, the event provided the perfect opportunity to unwind and enjoy nature in good company.

The day was filled with a variety of activities, including **delicious barbecue food, refreshing drinks, games, kayaking, and karaoke singing**. The relaxed setting encouraged conversation, laughter, and spontaneous fun, making it a memorable experience for participants of all ages.



Walkathon Challenge & Health Walk – September

Promoting Wellness and Community Engagement



In September, AAUPOC turned its focus toward health and wellness with the **Walkathon Challenge and Health Walk**, an initiative designed to encourage members and community friends to stay active and engaged.

The Walkathon Challenge invited participants to push themselves by meeting daily walking targets over a **10-day period**. Those who successfully met the challenge became



eligible to win valuable **all-organic food gift baskets**, while **every registrant received a prize**, reinforcing the inclusive and encouraging spirit of the event.

The challenge culminated in a **Health Walk and prize-giving ceremony** held at **Andrew Haydon Park**. Participants enjoyed a leisurely walk along the Ottawa River under gorgeous sunny weather, making the event both refreshing and uplifting. Adding a special touch to the day was the musical showcase by talented guitarists from within the community, whose performances enhanced the relaxed and joyful atmosphere.



Hanthana Night – November

A Grand Celebration of Culture and Community

The year concluded on a high note with **Hanthana Night**, AAUPOC's flagship event and one of the most anticipated cultural celebrations in Ottawa. Held on **November 15 at the Ukrainian Centre**, the event drew **over 250 attendees**, making it a truly grand and vibrant gathering. Hanthana Night showcased an impressive array of



cultural dances, music, drama, and vocal performances, featuring the remarkable





talents of AAUPOC members and community friends. The evening also included a **delicious Sri Lankan-style dinner**, followed by lively dancing to DJ-led music, creating an atmosphere of celebration and togetherness that lasted well into the night.

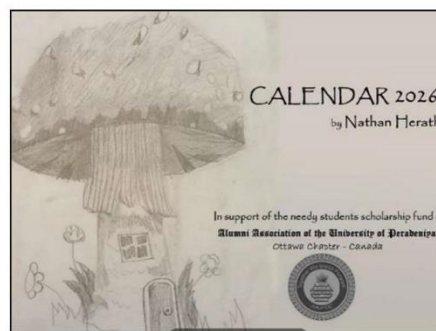
This landmark event was a tremendous success, made possible by the tireless efforts of the organizing committee, performers, volunteers, sponsors, and supporters. Their dedication transformed Hanthana Night into a meaningful celebration of heritage, talent, and unity. (Pic Don Susil)

Young Hearts, Big Impact

A Student-Led Fundraising Initiative

Among this year's fundraising efforts was a truly inspiring initiative led by nine-year-old Nathan Herath, the son of AAUPOC alumni members. For the second consecutive year, Nathan designed and created a beautiful 2026 calendar, featuring his own original artwork. Continuing the spirit of generosity shown in his first project, all

proceeds from the calendar sales will be donated to the AAUPOC scholarship fund,



A Shared Achievement

Each of these events stands as a testament to what can be achieved when a community comes together with a shared purpose. AAUPOC extends its heartfelt gratitude to all members, community friends, sponsors, donors, and—most importantly—the volunteers and organizing committees whose selfless contributions made these activities successful.

Together, we not only celebrated culture and friendship but also continued our collective mission of supporting students in need. As we look ahead, AAUPOC remains committed to building on this strong foundation and creating many more opportunities to connect, give back, and grow together.



දිට්‍වා

ඉරෝෂන් ඉදිකැටිය හේවගේ
පශු වෛද්‍ය පීඨ ආදිවිද්‍යාර්ථක



පින්තුරය අන්තර්ජාලය ඇසුරෙනි

බලනා හැම තැනම ජල කඳකි සැනින්
මහවැලි ගඟද සැරවී සැඩ පරුෂ ලෙසින්
යකා පාලමද බිඳ දාලා සැනෙකින්
දිට්‍වා ගියා සැම දෙන අවතැන් කරමින්

ලක් කර අනතුරක සරසවිය අපේ
සේසත පවා දියකර පශු පීඨේ මගේ
දිට්‍වා කලා මහ විපතක් රටට අපේ
දුක තද කරන් අමුනම් පන්හිඳ මාගේ

ජීවිත දමා දියකර පස් කඳු අතරින්
දිට්‍වා නුඹ ගෙනගියා දරු පවුල් පිටින්
දුටුවෙමි මිනිසුන් නොයෙනා ගමන් යමින්
ඇස් යට දිලිසුනා කඳුලක් රිදුම් දෙමින්

කුසට අහර බොන්නට වතුර ද නැත්තේහිසට
සෙවණ දුන් ගේ දොරකුත් නැත්තේ
ඇඳි වත පමණි ඔවුනට ඉතිරිව ඇත්තේ
සිතට දැනෙන දුක් කඳුලැලි නිම නැත්තේ

ගංවතුරට වඩා උඩින්
මනුස්සකම මතු උනා සැනින්
කම්පා නොවෙන් අටලෝ දහමින්
එකට නැගෙමු අපි දිරියෙන්

අවාරෙදි නටුවක්වත් නැති ගසක
වාරෙදි මල් පිපී පල ගන්නවා ඇත
ඉවසා දරා ගනිමින් සැම සිත හනික
සත්තයි වසන්තය එනවා නියත



SPICE WORLD

Supermarket



**Indian, Srilankan, South Asian
Vegetables And Fruits.**

**Indian, Srilankan, South Asian
Groceries.**

Special Pooja Items

Best Weekly Special Sale

Brisk cargo Service.

NOW IN TWO LOCATIONS

**62 A, STONEHAVEN DRIVE,
KANATA, ON K2M 2Y2
PHONE : 6136722828**

**1439; YOUVILLE DRIVE,
UNIT 14, ORLEANS, ON,
K1C 4M8 PHONE :
343 588 3139**



- සරසවි රසකතා - නංවක්කුලම්බ ඡාත්‍ර මානවක කථා වස්තුව

දොන් සුසිල් ප්‍රේමරත්න, ඉංජිනේරු පීඨයේ ආදිවිද්‍යාර්ථක

යටගිය දවස රාෂ්ට්‍ර දනව්වෙහි මෝසවද්ධ නම් රජ කෙනෙකු රාජ්‍යය කරන කල්හි, ‘කුලම්බ’ නම් වූ ඡාත්‍ර මානවක තෙමේ කම්මල් මහප්‍රාණ ශත ප්‍රභේද ශිල්ප ඥානය පසිඳ වනු වස්, මිත්‍ර ඡාත්‍ර මානවක හා මානවිකා සමූහයා ද පිරිවරා හත්තාන තක්සලා නුවර දිසාපාමොක් අරණ්ඩ පිවිසියේ ය. හත්තාන තක්සලා නුවර බලා පියවර මැනීමට පෙර දිනයේම, මාපියෝ එකී කුලම්බ පුත්‍ර තෙමේ තම අභිමුඛ කැඳවා;

"පුතණුවණි; තොප, හත්තාන අසපුවේ ශිල්ප වඩනා කල්හි, ස්ත්‍රී සැප නොපතා සිටිය යුතුවේ ම ය; තොප කම්මල් මහප්‍රාණ ශත ප්‍රභේද ශිල්ප වඩවා මනා ප්‍රගුණ කළ හොත්, මෙපුර රුමත් කුවේර සිටු කුමරියක් මහා ධනස්කන්ධයක් සමඟ සරණ පවා ගත හැකි වන්නේ ය. ඒ එසේම විය යුතු වේ ය. එසේ නොවුවහොත්, තොප මිතුරු මන්දබුද්ධික අන් මානවකයන් මෙන්, පෙම් හඬයේ පැටලී ඒ එකියක් සහේට ගෙන, තොප උගන් ශිල්ප දන්දී, මසක් කමුරා, ඇබිතිල්ලක් වන් වූ හිහන පඩුරක් ලබා, අත්තකිලමනානු යෝගය වැළඳ, බෝ දුක් විඳ, ලෙවකා ජීවත්වීමට වන්නේහු ය.

නැතහොත්, අප පුතණුවණි; තොපද අපද මේ දිපය සුරා කැවෙහි යැයි, කල්ප කාලාන්තරයක් බැන වදින, පරංගියා, ලංදේශියා, සුද්දා, මෙකී කොකි උන්ගේ දේශාන්තරවල පියඹා උන්නේ දෙසා ළඟ වැටී උන්ට කමුරා අවසන වංශය ද නසා ගන්නට වන්නෙහි ය. ඒ කෙසේ වුවා ද; කුඩා මාලිගයක් හෝ තනවා, අශ්ව රථයක් මිලදී ගෙන, ණය බරින් ද, අත්තකිලමනානු යෝගයෙන් ද, මෙකී නොකී බරින් ද, මිදී, කාමසුබල්ලිකානු යෝගයේ සුර සැප, මෙලොවදීම විඳ වසන්නට තොපට කෙස්ස පැහෙනා තෙක් කමුරන්නට වන්නේහු ය. එකල්හි තොපගේ ඇඹුණියෝ ද කෙස්ස පැහී හොට බිම ඇනී, පඩිඳලක් මෙන් වන්නාහුම ය. අප පෙන්වා දෙන මහ ගිය හොත්, පුත, තොපද, තරුණ වියේදීම, සුර සැප විඳ වසන්නට භාග්‍යය ලබන්නේ ය. එබැවින්, තොප අප අණට කීකරු විය යුතු වේමැ යි ;" යැයි; එකී මා පියාණෝ විධාන පැනැ වූ හ.

ඒ එසේ වූ හෙයින්; මෙකී ‘කුලම්බ’ මානවකයෝ, හත්තාන තක්සලා පුරවර, කම්මල් පීඨ උප පුරවරට, දුගී නොකාවෙන් ප්‍රාදුර්භූත වූ; කිකිණි, බකිණි, බිකිණි, සකුණි, යකිණි, කැහුටු, බුහුටි, නාග, දළ, ශෝභා යන මෙකී නොකී කන්‍යාව අහනුත් කෙරේ හොඳහින්ම පමණ, මඳ ව බලා පියා, මඳ පමණ සන්තර්පණය වී, එකී ස්ත්‍රී මානවිකා සැප නොපතා, බ්‍රහ්මවයඹී ශීලයෙන් කම්මල් මහප්‍රාණ ශත ප්‍රභේද ශිල්ප වඩන්නට වම් හ.

තම අණට කීකරුව දැහැමින් ශිල්ප කර වූ සිය පුතාණෝ කෙරෙහි ද, හෙතෙමේට මනාසේ දිරි දුන්නා වූ, කෙඩැරි අභය, පිතෘමහ, පේනුකීල, කකවුසෝෂක, නාගසර, හත්ප ධනුද්ධර, නකුලවත්සි, ඕදාතදේව, කෘෂ්ණකවට, බක්කදේව, කන්ජිපේම හා අන් සහාර්දය මානවකයෝ කෙරෙහි ද, සුපසන්ව වඩනා ලද සිත් ඇතිව, තම පුත්‍රයාණෝ අල්ප ඉසිඹුවකට හෝ ගම්දොර පැමිණ, හත්තාන නුවර බලා පෙරලා සක්මනට සැරසෙන කල්හි, එකී මා පියෝ ;

"පුතණුවණි, මේ කුඩා බත් මුල තොපට හා තොප ‘කෙඩැරි අභය’ නම් වූ රුමාට ය. මහ බත් මුල, තොප මිත්‍ර අන් මානවක බැව්තොණ්ලාට ය." යැයි පවසමින්, දිය ගොඩ මස් මාංශ ද, සැවුල් හා තාරා බිජු ද, එළවළු ද, යහමින් දමා, මැණියන්ගේ ගුණ සුවඳ තවරාලා පිසින ලද, කොරසක් තරම් වූ මහ බත් මුලක් ද, හට්ටියක් තරම් වූ කුඩා බත් මුලක්ද, කුලභම්බ මානවක කරපිට තබාලා, හත්තාන සරසවි අසපුවේ ‘අක්බාර්පාය’ වෙත එවන්නෙහි ය. එකී මහ බත් මුල උගේ කුටියේ මැද මේසයේ තබාලා,

"ව...රේ.....වී බැව්තොණ්ලා.....; ව...රේ.....වී.....! තොපිට බත් මුලක් ගෙනාවෝ"

යැයි;; කුලම්බ කාහළ නාදය පතුරුවනා කලිහි; සිය කුටියන්හි; යහන්ගතවද , ක්‍රෑම දෙමින් ද, නැතහොත්; මුසාවාදා, පිසුනාවාලා, පරුසා වාලා, සම්ඵප්‍රලාපා දෙසා බාමින්ද, ක්ෂුධාවෙන් මලානිකව ද සිටි බැව්තොණ්ලා, ගොදුරට හඹා එන උකුසන් සේ ද, වැලගෙඩියට හඹා එන කපුටන් සේ ද, කුලම්බ මානවකගේ කුටියට වැදැ, එක් පලභානකට පමණක් රස මාංශ දමා පියා මහා බල රැනක් මුදා හළ සේ, පොර කමින් ද, ගොරවමින් ද; රස මස් මාංශ ද, සැවුල් හා තාරා බිජු ද, මුවේ දමා පියා වමාරා “මේක මගේ” යැයි තමාටම වෙන්කොට ගැනීමෙන් ද, බුදිනවාට වඩා කුටීරය පුරා විසුරුවා ලමින් ද, සිය ශක්තියේ ද,



කුස් හි තරමට ද, පමණ ඉක්මවා ද, අනන්තාපරිමාණව ගිල දමා, පිරුණු කුස් ඇතිව ද, නොපිරුණු කුස් ඇතිව ද, පසු බා ගොස් සිය කුටීර වැද ක්ෂණයකින් අන්තර්ධාන වූ හ.

මහ බත් මුලේ පදාසයක් හා එහි තිබූ ආඥා මාළු ද, ගිතෙලින් පිසූ වැල්පෙනෙල ද, අනන්තාපරිමාණව ගිල දැමූ යෙන්, මදන මෝදකය කා මදන විසේ හිසට ගැසූ ගොබ්ලන් සේ; පෙම් හබයේ පැටලී සිටි මානවකයෝ, සිය මහා අවි ද, කුඩා අවි ද, අමෝරා ගෙන, අක්බාර් පාලම පැන, මිත්තා, රමණනාදනී, විජයවඩ්ඩනී, නම් වූ, මානවිකා සරසවි පායවල් කරා හඹන්නට වත් හ. කවලම් කොළ මැල්ලුම වැඩි මාත්‍රාවට ද, කොස් ද දෙල් ද, ස්වයංජාන ඇල් සහල් බත හා ගිල දමා හිස් කුස් පුරවා ලූ, අන් අවශේෂ මානවකයෝ නින්දට වත් ක්ෂණයෙහි ම;

"ඇබෝ..... ඩි රි බැවාණෝලා... වරෙව්... වරෙව්...! බොල තෙපි"

මා ගෙනා මිරිසවැටිය තරම් වූ බත් මුල ගිල දමා, මා කුටියේ හැම අත ඉඳුල් විසුරුවා දමා පියා, ඒ ගුද්ධ පවිත්‍ර නොකොට තබා, කෙලෙහි ගුණ නොදක්වා පලා ගියෝ ය. සැණින් පැමිණ මා සොදුරු කුටිය, ගුද්ධ නොකළ හොත්, තොපේ ඔළු ගෙඩි මේ නංවක්කුවෙන් ඇදබා කුඩු කරලම්" යැයි; දණ්ඩාඝාත විෂසෝර සර්පයකු සේ කිපී, සිය මිත්‍ර මානවකයෝ ද, එකී මානවකයන්ගේ මැණියන්වහන්සේලා අමතමින් ද, පාලි සංස්කෘත දෙසාබාමින් ද, කුලම්බ කාහළ නාදය පතුරුවනා කලිහි ම; සුළං කපා එකී නංවක්කුව වේගෙන් භ්‍රමණය වන හඬ ද, ඇසෙන්නට වූ හ. ඒ ක්ෂණයෙහි; නංවක්කුව බමවන හඬ පරදවා, කටු අධික මස් ගොඩකට යකඳාවෙන් තලනා මෙන්, කස පුපුරනා වත් වූ; වස්..... වස්..... දිස් දිස් දිස් හඬ නංවමින් දෝකාර දුන්නාවූ ශබ්දයක් ද හා සමඟ ම;

"ඇම්.....මෝහ්... .. ඇ.... ල්.....ලා.....හ්බැහ්.....!" මරහඬක්... ලතෝනියක්... සරසවි පාය සිසාරා දෝකාර දෙන්නට වන්නා හු ය. ඉන් ඉක්බිති, දිගු නිහඬතාවයකි. එක එකා සිය කුටීර වලින් එබී බලා, එබූ එබූ පයින්, කුලම්බ මානවකයෝ කුටිය දෙසට හොර හොරා පිය නඟන්නට වූ හ.

අහෝ බෙදයකි! දේවතා බඳු වූ කුලම්බ මානවකයා, සිය යහනේ මුනින් තලාව කෙදිරි ගාමින් හිඳී. උගේ උර පුරා පිපී ඉදිමී ලේ පිරුවාලූ විශාල කකිරයකි. ඒ නම්; ගමේ කම්මලේ කම්මලේ ගොයියා සුරා මත් ව ගෙරියෙකුගේ ඇහේ කෙටු හයංකාර හන්හඩුවක් බඳු විය. කෙඩැරි අභය ඊට තෙල ස්නේහනය කරමින් හිඳී. රාත්‍රි පුරා තද විදාහයෙන් පෙලුණ බැවින් ද, එළැඹී දාට පහන් වූව ද, රුජාව ද විදාහය ද හමාර නොවූ හෙයින් ද, කුලම්බ මානවක තෙමේ ඉනික්බිති ව, හන්තාන සරසවි අසපු හෙෂජායාගාරය වෙත රැගෙන යනු ලද්දේහි ය.

"කිමෙක්ද? කවුරුන්ද? මේ අපරාධය කළ එකා? ... වහාම රාජපුරුෂයන් වෙත පමුණුවාලිය යුතුමැ වේ. මේ දරුණු අපරාධයකි ය. නොපිරිහෙලා කියව ඡාත්‍ර මානවකය" හෙෂජාය උතුම් හඬ තැලුවා ය. අප මානවකයෝ කුෂණ්ඨිභූතව බලා හිඳී. "තොපට අර පැත්තේ කියා මේ පැත්තෙන් තැලුවාද? මේ පැත්තේ කියා අර පැත්තෙන් තැලුවාද? ස්වායත්ත කියාලා උන් දෙගොලෝම තැලුවා ද? කෝකාද? කියව.... "

කුලම්බයා ද, කෙඩැරියා ද, අන් මානවකයෝ ද, ස්ත්‍රී ආත්ම වැළඳ ඒ මේ අත ඇඹරෙන්නට වූ කලි; "තෙප පැණිදෙණියේ කොටුවක් පැන මාටවූ වුණි හි ද? නැතිනම් මිවතුරේ.....හිඳගල?

අප මානවකයෝ ඉන් ඉක්බිතිව ද, ඒ මේ අත ඇඹරෙන්නට වූ කලි; "කියව කෝකාද තොපට තැලුවේ? කියව, නැතිනම් වහාම මෙතැනට රාජ පුරුෂයන් කැඳවන්නෙමි." යැයි, හඬ තලා, ඕ නොමෝ තෙලබනුව අතට ගන්නා ය. ගැලවීමක් නැති බැව් වටහා ගත් කල්හි; අප කෙඩැරියාණෝ අක්ෂරකට හෝ විරාමයක් නොතබා; සියල්ල වැ ..මැ ..රි ..ය.

ඒ ඇසූ හෙෂජායාවතී ගේ මළ පැන්නා හු ය. "යකෝ කවුද තොපේ ගුරා? මොන ලීද? බෲස් ලී නං වෙන්න බෑ. තොපි දන්නේ නැද්ද ඕක පාරා වළල්ලක් බව? ශිල්ප නොදන්නා එකාට ඔය ආයුධෙන්ම තළන බව? මසකට එකෙක්වත් එනවා, උන් අත දැරූ උන්ගේම නංවක්කු ආයුධෙන්, උන්ම ගුටිකා. තාම ඉන් එකෙක් සිහිසුන්ව මහ හෙෂජායාගාරෙ "

හෙෂජායාවතී විදුලි ගෙජ්ජිය හඬවාලූ සැණින් නාරිලතා ගමණින් සුන්දර හෙදවරියක්, මුත් ඉදිරියේ විද්‍යාමාන වූවා ය. රෝග නිධාන ඇසූ සැණින් කැකිරි පලා සිනා සලන්නට වූ ඇය, රෝගියා දක්කා වෙනත් කුටීරයකට ගොස්, එන්නත් දී, තැලුම් ද, හම



ඉරි පැලුම් කුචාල ද, බෙහෙත් ගල්වා පියා, හෙෂජායාවනී වෙත පෙරලා රැගෙන එන කල්හි; ඇගේ කෝ අග්නි ජාලා නිවී පුරුදු ප්‍රියමනාපකම් මතුවී තිබීමෙන් හි ය.

"බොල; මානවකය; පිංවත් වූ තොප මාපියාණෝ, තෙප බාහු කොකඩා, සොදින් රැක බලා, පුෂ්ටි කොට වඩවා පියා හුය. තොපගේ කම්මල් මීටරය බොහෝ බලවත් බව මම දනිමි. එහෙත්; මේ සක්වළ හි පය තබා කෙලින් හිඳීමට, 'සාමාක ප්‍රතිමාන' නම් වූ ස්වයම්භූ ඥානය ද, ප්‍රගුණ කළ යුතුම ය. එකී නොකී ඥාන විහිදුවා, තොප; අන් ඡාත්‍ර මානවකයෝ ද හා සමඟ සොදින් ශිල්ප කළ යුතුම ය. බොල මානවකය, මේ ඖෂධ බොව. තා රීළඟ බුද දා මෙහි පැමිණුව. තොප උරෙහි හන්තාන යක්ෂයා විසින් හංහඩු ඇඳ තොප හන්තානනීස්ම කර ඇත්තේ හි ය. මේ හංහඩු සළකුණ දිව්තුරවට තා හා හිඳිනු ඇත්තේ හි ය. ඒ තාගේ දිවි රකිණු ඇති. ඒ තා ලැබූ මහත් වූ භාග්‍යයක්ම වන්නේ හි ය."

වන්ද මාසයක් ගෙවෙද්දී පූර්ණ සුව ලැබූ කුලම්බ මානවක තෙමේ, එතැන් පටන් 'නංවක්කුලම්බයා' ලෙස බැව්වාණෝලා විසින් හඳුන්වනු ලැබී ය. එතැන් පටන් එකී නංවක්කුලම්බ මානවකයා, සර්වබලධාරී හන්තානායක්ෂ ආශීර්වාදයෙන් ද, කම්මල් දිසාපාමොක්ලා, මාපියාණෝ, බැව්වාණෝලාගේ ආශීර්වාදයෙන් ද, හන්තාන ශික්ෂා පද සරණ යමින් ද, දුගී යඳී යාවක වූ අප ඡාත්‍ර මානවක බැව්වාණෝලාට දානමාන දී, මාපිය අණට කීකරුව, දැහැමින්, කම්මල් මහප්‍රාණ ශත ප්‍රභේද ශිල්ප වඩවා අවසන සන්තස් පත්‍ර ලබා; එපුර ධන කුචේර රුමත් සිටු කුමරියක්, මහා ධනස්කන්ධයක් ද, මහා මාළිග ගම්වර ද, ඇත් අස් රිය දස දස් සැප සම්පත් ද, ලබා, සරණ පවා ගෙන, පිංවත් දරු කැලක් ලැබ, කාමසුබල්ලිකානු යෝගයේ සුර සැප, මෙලොවදී ම විඳ වසන්තට වාසනාව ලැබුවේ හි ය.

පාදක සටහන:

එකල්හි තක්සලා නුවර හන්තාන දිසාපාමොක් අරණ හි, කම්මල් පියයේ ඡාත්‍ර මානවකයකු වූ ද, අසම්භින්න සූර්යවංශ ප්‍රසූත, පණ්ඩිත පිතාමහ මානවක වූ මා විසින්, හන්තාන මානවක මානවිකාවන්ගේ හුදු ප්‍රීති ප්‍රමෝදය උදෙසාම, පැරණි සිංහල සාහිත්‍යයේ එක් රවතා ශෛලියක් භාවිතයෙන්, සිනිදසින් කළ රචනයකි මේ. දෝෂ මහ හැර කියවා රස විඳින්නවා!

ගැටපද විවරණය:

ඡාත්‍ර මානවකයා - සිසුවා
කම්මල් මහප්‍රාණ ශත ප්‍රභේද ශිල්ප ඥානය - ඉංජිනේරු විද්‍යාව
ප්‍රාදුර්භූත වූ - පහල වූ, විද්‍යාමාන වූ
බ්‍රහ්මවයංගීරිය - මෙමුද්‍රිත සේවනයෙන්, ලිංගික ක්‍රියාවන්ගෙන් වැළකීම
ඉසිලුව - විවේකය, නිවාඩුව
ක්ෂුද්‍රාවෙන් - කුස ගින්නෙන්, හාමනින්
කුූම - පාඩම් කරනවා
මදන මෝදකය - මත්ව කාමය අවුස්සන වූර්ණයක්
හෙෂජායාගාරය - රෝහල, ඖසුසල
කෝ අග්නි ජාලා - කෝපය නමැති ගිනි ජාලා
දණ්ඩාඝාත විෂසෝර සර්පයින් - පොල්ලකින් පහර කෑ සර්පයින් මෙන් කිපී
පුෂ්ටි කොට - පෝෂණය කොට
ස්වයම්භූ ඥානයෙන් - තමන් විසින්ම දියුණු කරන ලද ඥානය
අනන්තාපරිමාණ - සීමාවක් නැතිව
එබූ එබූ පයින් - පියවරෙන් පියවර



A Timely Change for Changing Times



By

Rumudini Nicholas B.Sc., M.Sc.

An Alumna of the University of Peradeniya, Faculty of Science

Ever since learning a language, humans have wished to use it to share their thoughts with anyone who aspires to read. Writing always begins with a single word, followed by developing a series of sentences leading to paragraphs. Finally, a lengthy narrative might emerge with hundreds of written pages, such as those seen in *War and Peace* by Leo Tolstoy. Reading such a lengthy book, even with plenty of time to spare as a young adult, was a massive undertaking.

Those were the days when people found time to read long stories; the times have changed.

The world demands us to do more with less time now; therefore, time to read has been limited to 'read when we can'. Although avid readers of published books of varying lengths can be recognized in our current day society, it is challenging a writer to capture the attention of a modern-day reader.

Here is a thought on how to overcome the noted challenge.

Shorter the narrative, perhaps the higher the possibility of it being read. But one might wonder, how short the narrative should be to make it to be a worthwhile reading material? With this conundrum, a micro-fiction or micro-nonfiction concept has emerged. Although these terms were coined very recently, this concept is not new. Here are some examples of how the shortest form of ancient narrative has captured the attention of both past and present-day reader.

In the 8th century China, *Li Bai* has written a famous story: "We sit together, mountains and me, until only the mountains remain".

Matsuo Bashō (1644-1694) has produced the following story: "An old silent pond, a frog jumped into the pond! Splash; silent again"

These unique style of story telling has satisfied many readers then, and surprisingly, those writings have migrated satisfactorily into the current day literature. If such is the case, why do we need to write massive books to tell a story? Perhaps because each writer has a need to express their inner thoughts in detail; therefore, while reading a sentence or two that covers a complete story may satisfy the readers' curiosity, that may not fulfil the writer's desire.



Am I one of those individuals who could only write a few sentences to tell a story and still attain the level of pleasure as a writer? I wanted to experiment. So, to understand my true feelings, I ‘micronized’ some of my own published work.

Here are some micro-nonfiction versions of the short stories that I wrote and published in the Sri Lanka Canada Association of Ottawa (SLCAO) Newsletter (NL), starting from 2013:

(May 2013) **Introducing Pussia**: At the local pet store, in the ‘playpen’, there sat a bright orange kitten. Among many moving fellow cats, she sat motionless; I selected her.

(September 2013) **An Honorable Gesture**: On a glorious morning in Kandy, an adorable baby elephant approached the wavy-wall of the Temple of the Tooth. Suddenly, he knelt to bow; I stood in awe and in tears.

(December 2013) **Outside the Gate**: On one smoldering afternoon, I saw a woman outside the metal gate; she carried an infant, who kept extracting partially dried *Laalu* splatters on the metal! I offered them lunch. With teary eyes the woman smiled.

(April 2014): **A Cross to Bear?** Along the Lane, a skinny man emerged with a heavy load on his back — an unusually large armchair! A clever carpenter: he directed my attention to life’s inequities.

(March 2014): **Pussia Versus Molly**: The ‘spot’ on the ‘stacks’ in the Cattery, where Pussia desired to sleep was occupied by *Molly*. Pussia energetically licked *Molly* and induced her to move. A non-violent accomplishment.

These stories were originally written using about 300 words. Now they are being micronized, and I feel that using a fewer words (less than fifty), I told the same story as before. The truncated version may not satisfy those who have read the original stories in the SLCA NL, but in my opinion, these few lines in each respective story were the essence. The rest of the words were in line with the directions given to me in school, to satisfy the expected literary elements of a short story.

Indeed, I respect the rules of writing that I learned from my English teacher, but if the current-day reader demands that I write my stories as micro-nonfiction or micro-fiction, then perhaps I should cater to this new reality.

Because what would be the purpose of writing, if no one has the time to read them!



Memories from our days at Peradeniya

Saman Amarakone

An Alumnus of University of Peradeniya, Faculty of Science

*At Peradeniya we came together,
Bright-eyed dreamers ready for any weather.
Some from coasts and some from the hills,
All chasing knowledge, combined with some thrills.*

*Through grand old halls with solid arches wide,
Red-tiled roofs and pillars stood with pride.
We stepped forward as though we were living a
dream,
Where history whispered from every beam.
The hallways shaded, cool and long,
Making us relax to bird songs in the gentle breeze.*

*The campus grounds, serene and with no haste,
Offered calmness for hearts to taste.
Trees blossomed with colors bright,
Decorating our days in pure delight.
Each path walked, was filled with nature's grace,
It's a sacred place, we all embrace.*

*Cafeteria gossip, library naps,
Last-minute cramming, whispered chats.
Through it all, the mighty Mahaweli was near,
Gliding softly, when water was clear.
It's gentle murmur throughout the day,
Was a friend to us all, who never slipped away.*

*Some were quiet, some full of cheer,
Some found sweethearts year by year.
Some hearts blossomed and some cracked and
broke,
But oh, the tales we shared, when old friends
spoke!*

*We gathered often, young and free,
In the Gardens under the shady trees.
Laughing aloud beneath their shade,
A circle of dreams as youth we made.*

*Sharing food, time, and our hearts,
Sharing lives before ending memorable times.*

*And together we rode from place to place,
On a scooter here, or on push-bikes we used
to chase,
Sometimes a borrowed motor for short-term fun,
No one refused—not anyone.
What little we had, we gladly shared,
For those were the days when all hearts cared.*

*Evening strolls passing the Kissing bend,
Believing somehow our dreams wouldn't end.
We were young, and we didn't know,
How fast those golden days would go.*

*Now, silver threads are more in our hair,
Reminding us the end of another era year.*

*Yet we let the laughter still ring clear,
Keeping our usual Pera cheer.*

*Some sailed far from Sri Lankan shore,
Seeking dreams while chasing for more.
Yet none forgot, along the way,
Where did their journey's roots once lay.*

*Though some have already left our circle's
embrace,
Sure we miss them, each one's smiling face.*

*So, here's to our memories, bright and true,
To friendships, time could not undo.*

*So, let's look back and simply say,
"At Peradeniya, we found our way".*



How Tuberculosis Persists: Hijacking the Immune Cells Meant to Defeat it

Milani Weerapura, University of Ottawa Alumnus
(Honours BSc Translational Molecular Medicine, MSc Microbiology and Immunology)

Tuberculosis (TB) is an infectious disease caused by the bacterium *Mycobacterium tuberculosis* (*Mtb*). According to the World Health Organization, TB is the second most prevalent infectious disease in Sri Lanka. In 2024 alone, the country reported 9180 TB cases and an estimated 835 deaths. Globally, TB remains a public-health challenge, with an estimated 10.7 million cases in 2024, despite the existence of effective treatments. To understand why TB persists, examining how *Mtb* survives and thrives within the human body is necessary.

Breathing in Trouble – Trying to Clear it Out

Simply breathing in close proximity to someone with active TB – as they talk, sneeze, or cough – can result in *Mtb* infection. Those actions produce a fine spray of droplets containing the bacteria, which can cause infection once inhaled. Following exposure, the body depends on its innate immune cells – the first responders – and its adaptive immune cells – the specialists – to eliminate the invading bacteria. The first responders act quickly to control the infection, while the specialists take more time to enact a precise, targeted response.

Macrophages are “good guys” – a type of first responder – that are crucial for defeating harmful, disease-causing bacteria (i.e., “bad guys”). They are designed to engulf and destroy the internalized invading bacteria. However, *Mtb* has evolved mechanisms that disable macrophages’ internal killing processes. Once inside, *Mtb* is also shielded from the specialist cells of the immune system. In essence, *Mtb* hijacks macrophages and forces them to act as safe houses for *Mtb* growth, survival, and replication.

How Macrophages Clean House

Macrophages engulf bacteria and enclose them within phagosomes – tiny fluid-filled membrane-bound sacs that form inside the cell during this engulfment process known as phagocytosis. Within these phagosomes, the bacteria are ultimately broken down and destroyed. To help illustrate this process, imagine a macrophage as a small hostile town, bacteria as alien invaders, and phagosomes as busses.

Phagocytosis: Macrophages engulf bacteria which are then contained within phagosomes.

Phagosome maturation (PM): A stepwise process in which proteins are recruited to phagosomes, gradually making its interior acidic and hostile to bacteria. Each step increases acidity, raising the chances of killing the bacteria. In the final step, the phagosome fuses with a lysosome – a membrane bound sac filled with powerful enzymes that break down bacterial components. This combined effect ultimately destroys the bacteria.

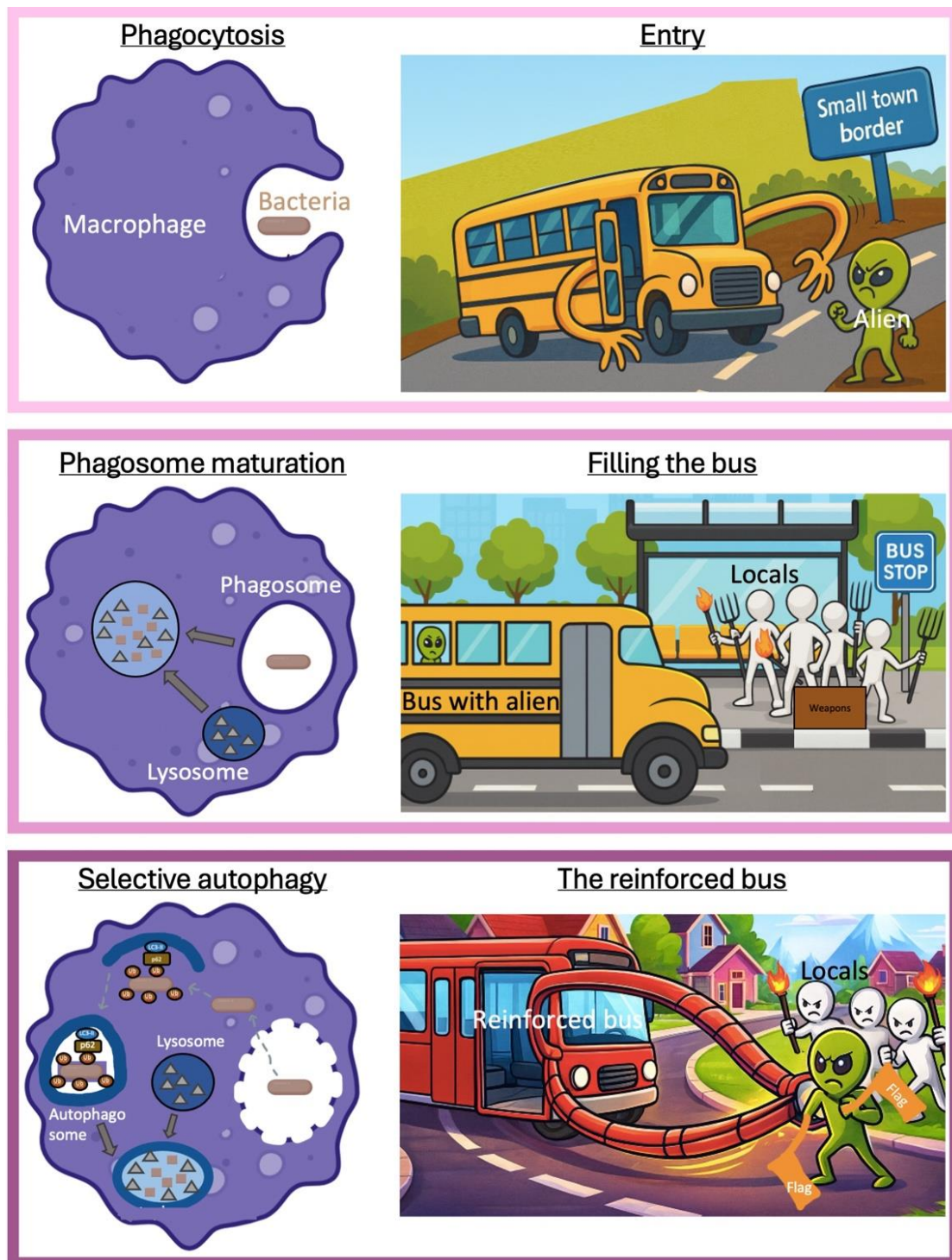
Selective autophagy: Occasionally, bacteria escape the phagosome but remain inside the macrophage. These bacteria are detected and tagged with a protein called ubiquitin, which recruits other proteins to enclose them in an autophagosome – a tiny fluid-filled double membrane-bound sac. This autophagosome then undergoes a process similar to the final step of PM, thus creating a hostile environment that kills the bacteria.

Entry: The town picks up aliens along its outskirts using its bus, which the aliens are then stuck inside.

Filling the bus: As the bus moves through town, it picks up specific locals at each stop who deliberately make the ride uncomfortable for the aliens. With every new group of locals, the bus becomes increasingly hostile. At the final stop, especially aggressive locals board and attack the aliens. This, combined with the already hostile environment, ensures the aliens cease to exist.

The reinforced bus: Sometimes aliens escape the bus and wander through town. However, they are spotted and tagged with flags, which guide another group of locals to trap them in a reinforced bus. This bus picks up more locals at a stop similar to the previous bus’s final stop. This now hostile environment ensures the aliens cease to exist.





Refer to the corresponding sections within “How Macrophages Clean House”.

How TB Bacteria Hijack our Macrophages

While these defenses often succeed in killing bacteria, they do not always work. This is because some bacteria, including *Mtb*, employ sophisticated strategies to evade macrophage killing mechanisms. The two main strategies *Mtb* uses to survive within macrophages are discussed below. In this analogy, imagine *Mtb* as a special type of alien (S-alien) that can evade these hostilities in various ways.



Strategy 1: Using Virulence Factors (VFs)

Mtb can produce proteins called **VFs**, which help it survive inside of macrophages. Examples include:

PtpA: Blocks the recruitment of macrophage protein V-ATPase, preventing the phagosome from becoming more acidic and hostile.

SapM: Removes a phosphate from macrophage lipid PI3P, stopping the recruitment of proteins that would make the phagosome more hostile.

Simplified Explanation (Using Robots)

S-aliens can build **robots** while on the bus, helping them exist inside the town. Examples include:

Robot A: Exits the bus and detains a specific unfriendly local, preventing them from boarding and thus making the environment less hostile.

Robot B: Changes the bus's destination sign so the usual locals do not board, thus reducing hostility inside the bus.

Strategy 2: Using Macrophage Proteins (MPs)

When *Mtb* is detected, it triggers changes in the production of specific MPs. Ideally, this would boost only the MPs that help kill *Mtb*. However, some MPs that increase during infection actually help *Mtb* survive. Examples of these ***Mtb* survival-promoting MPs** include:

PPM1A: Removes a phosphate from p62, a key MP in selective autophagy, preventing it from recruiting proteins needed to form the autophagosome. This allows *Mtb* to evade autophagy and survive inside the macrophage.

CREB: Blocks the recruitment of highly effective bacteria-degrading MPs to the phagosome, allowing *Mtb* to avoid phagosome maturation and persist within the macrophage.

Simplified Explanation (Using Locals)

The arrival of S-aliens in town spreads like gossip, prompting locals to go to work. Ideally, only locals that help eliminate S-aliens would respond. However, S-aliens can manipulate the gossip so that some locals work in ways that aid the S-aliens. Examples of these **S-alien helping locals** include:

Local A: Puts Local B – the lookout responsible for spotting flagged visitors and calling the reinforced bus – to sleep. With Local B asleep, the reinforced bus is not called, thus keeping the S-aliens safe.

Local C: Makes the especially aggressive locals – waiting at the final bus stop – go home. In their absence, the environment is less hostile, which keeps the S-aliens safe.

Macrophages Become Safe Houses

Macrophages become a safe haven for *Mtb*, providing nutrients for growth and a protected environment for reproduction. Eventually, the infected macrophage dies, releasing *Mtb* to infect other cells, which weakens the body's ability to fight TB. In this analogy, the S-aliens have access to food and the bus offers a secure place to reproduce. When the bus is finally destroyed, the S-aliens can move on to invade other towns, villages, or cities.

Beyond Antibiotics – Helping the Immune System Fight

Current TB treatment regimens last six months and use four first-line antibiotics that directly target *Mtb* and its virulence factors. This long duration can lead to poor patient compliance and the emergence of antibiotic resistance. One strategy to overcome this involves combining standard antibiotics with host-directed therapies (HDTs). HDTs boost the body's own immune responses to fight *Mtb*, thereby indirectly targeting the bacteria.

To illustrate the HDTs' potential, recall macrophage protein PPM1A helps *Mtb* survival in macrophages by preventing selective autophagy. Researchers have developed a drug that inhibits PPM1A, restoring autophagy and reducing *Mtb* survival in both human macrophages and mice. This clearly shows that boosting macrophage functionality, by targeting *Mtb*-survival promoting macrophage proteins, can help overcome TB infection.

Overall: *Mtb* hijacks the very immune cells meant to eliminate it. To effectively fight TB and reduce its persistence, treatments like HDTs that strengthen macrophages' ability to fight against TB infection are needed.



References:

1. Queval, C. J., Brosch, R. & Simeone, R. The Macrophage: A Disputed Fortress in the Battle against Mycobacterium tuberculosis. *Front Microbiol* **8**, 2284 (2017).
2. World Health Organization. Global tuberculosis report 2024; TB Profile: Sri Lanka (2024).
3. Li, J. *et al.* Host-directed therapeutic targets in macrophages and their ligands against mycobacteria tuberculosis. *Infect Immun* **93**, e00063-25 (2025).
4. Berton, S. *et al.* A selective PPM1A inhibitor activates autophagy to restrict the survival of Mycobacterium tuberculosis. *Cell Chem Biol* **29**, 1126-1139.e12 (2022).
5. Leopold Wager, C. M. *et al.* Activation of transcription factor CREB in human macrophages by Mycobacterium tuberculosis promotes bacterial survival, reduces NF-κB nuclear transit and limits phagolysosome fusion by reduced necroptotic signaling. *PLoS Pathog* **19**, e1011297 (2023).

Image References: Panels on the left were generated using BioRender (<https://www.biorender.com>) and Microsoft PowerPoint. Panels on the right were generated using ChatGPT Plus (OpenAI's integrated GPT-4o image generator: *gpt-image-1*). Digital mixed media illustrations were supplied as references for desired final product images.



Looking for Your Writing People?

You Just Found Them.

Whether you're scribbling poems in the margins, halfway through a novel, or dreaming about your first short story, **Ottawa Independent Writers (OIW)** is here to welcome you. We're a vibrant, inclusive, supportive community of writers at all stages—sharing work, trading ideas, and learning from guest authors, editors, and publishers. With monthly events, reading nights, workshops, writing retreats, and even a yearly anthology, OIW offers the connection and inspiration every writer needs. Membership is just \$75/year (\$50 for students and seniors), and it opens the door to a world of encouragement, craft, and creativity. If you've been writing alone and wondering what's next—maybe this is it.

Come find your people.

www.ottawaindependentwriters.com



හදින් හරි අඩක් උපන් බිමේ පරිස්සමට තබා පියාඹන්නට සිදු වූ සමස්ත සහෘදයන් වෙනුවෙන් ලියා තබමි..

වත්සලා හේරත්
ආදිවිද්‍යාර්ත දයාන් හේරත්ගේ නැගණිය

අත් හැරෙන බව දැනත් සිත තුටින් මුදලා
සිතලම දුර රටට ආදරේ යවලා
හැමදාම රැහිනේ දරුවන්ව ඉඹිනා
සසර මහ පුරාවට නුඹ මගේ අම්මා
උපයගත් හැමදේම හිත තුටින් බෙදලා
ජීවිතේ සැහැල්ලුව හද පුරා විදිනා
නොකැපීවීව පෙකණි වැල හිත ඇතුලේ හංගා
එතෙර කර හිනැහුනා ඒ මගේ තාත්තා
දෙවෙනි කොට ජීවිතේ මලක් මෙන් රැකලා
පිපෙන විට වෙන තැනක සුභ වෙන්න පතනා
රිදෙන මගේ හිත උඩට පිරිත් පැන් ඉහිනා
සසරේ කෙලවරකදී බුදු වෙන්න දෙන්නා

මුකලං අඩවියක

දෙවින් සංජුල ජ්‍යෙෂ්ඨ
(A friend & a contributor to AAUPOC)

මුකලං අඩවියක අතරමග සුපිපිව්ව
ඉස්තරං අගුලු වැටි එක්ටැඹක හිරවෙව්ව
සිතලො රිදෙනකොට මොහොතකට ගුලිවෙව්ව
වාරකං මතකයක් භොයනව ද නොමැකිව්ව

ආදරය දැනෙනකොට නොදැනුණා වගේම ද
ආතතිය, බිඳුණු නොබිඳුණු තුරුණු හිතේම ද
සාගතය, ආදරය නොලැබුණත් ලැබීමද
හාමතේ මිය යාම, ජ්‍යෙෂ්ඨයට පිදීම ද

තුනට හතරට කැඩුණ හිතක් ළඟ තනිවෙලා
දිනක හවසක නැඟුණු මුකුළු මුකුලිත වෙලා
අදත් රැන් අඩනව ද සයනයට ගොඩවෙලා

නාදුනන රිදුම්, ඇඳ ඇතිරිල්ල වහගත්ත
ආලයට දොඩන වහසි බස් හැම අහගත්ත
හීනයට ඉමක් නැති මායිමක බැඳගත්ත

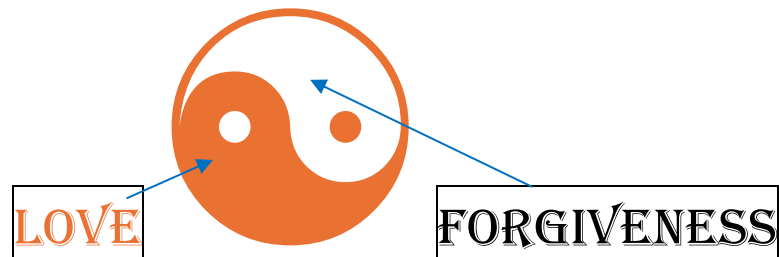


Fusion of Love and Forgiveness – as a model for living¹

By Martin Nicholas
An Alumnus of the University of Colombo, Science Faculty

Where love meets forgiveness healing is possible! That was the premise of [my article in the previous issue](#). In essence it was a fusion of love and forgiveness. Like the blending of the Yin and the Yang!

Depicting the Yin and Yang fusion of love and forgiveness



KEY PRINCIPLES AND EXPECTED OUTCOMES

INTERCONNECTED: Balance of Opposites Deepens Connection

COMPLEMENTARY: Harmony Grows from Complementary Strengths

INTERDEPENDENT: Lasting Relationships Embrace Differences

A SEED OF THE OTHER: Each Force carries the Seed of its Counterpart

The core concept of yin and yang describes how seemingly opposite or contrary forces may be complementary, interconnected, and interdependent in the natural world, and how they may give rise to each other as they interrelate to one another.

Love and forgiveness can indeed be considered like yin and yang, representing a complementary duality that creates balance in human relationships and inner peace.

Here is how love and forgiveness mirror this concept:

- **Interdependence:** Love (often associated with nurturing, positive connection) can be seen as the foundation, but when hurt or conflict inevitably arises, forgiveness is essential for love to heal and continue. Without forgiveness, love can become stagnant or turn into resentment. Without the underlying love or desire for connection, the motivation to forgive is often absent.

¹ I thank Kumudini Nicholas for her editorial review that helped me finalize the article



- **Balance:** Love represents connection and acceptance, while forgiveness represents the release of anger or pain caused by harm. The balance between the two allows for a complete, healthy relationship dynamic.
- **Mutual Implication:** Within great love, there is always the potential need for forgiveness; within the act of genuine forgiveness, there is always an element of love or compassion that facilitates the release.
- **Dynamic Flow:** Relationships are not static. They constantly shift between states of harmony (love) and conflict (need for forgiveness). The continuous flow and interplay between these two forces allow a relationship to adapt, grow, and deepen over time, much like the changing balance of yin and yang in the natural world.

In this way, they represent a balanced whole in the context of emotional and moral well-being—not as literal opposites, but as two sides of the same coin of human kindness, compassion and reconciliation.

In complete contrast to the treasured Yin and Yang philosophy, we often tend to approach life in terms of binary opposites. Something or someone is either good or bad. Even worse is the belief that things that seem opposites shall stay separate and create conflict. One of the influencers for this thinking is the following line from the Rudyard Kipling's poem *"The Ballad of East and West"*:

*"Oh, East is East, and West is West, and **never the twain shall meet**, ...*

The phrase is commonly used to suggest that two things, people, or cultures are too different to ever come together or coexist harmoniously. However, the same Kipling poem did indicate that even while cultures may seem fundamentally different, mutual respect and shared human values can indeed bridge the gap. See the following:

*But there is neither East nor West, Border, nor Breed, nor Birth,
When two strong men stand face to face, though they come from the ends of the earth!"*

Many items in our life and the natural world when viewed as opposites could prevent us exploring the positive outcomes where they meet. Consider fire and water. The Yin and yang between water and fire is a powerful metaphor for the interconnectedness and balance of opposites. In this dynamic, the cool, flowing **water represents the yin** (dark and passive) qualities, while the hot, active **fire represents the yang** (light and active) qualities. Their relationship shows that opposite forces are interdependent, constantly interacting and influencing one another, much like how water extinguishes a raging fire and fire boils water, to maintain a state of harmony.

Approaching any two groups, persons, items or any other aspects of life as dynamic and interdependent could help resolve conflict and build sustainable harmony.

May the positive fusion of complementary opposites bring us lasting peace with justice.



නොටළු ගුණයාට... ප්‍රියන්ත විජේවීර (2025)

අවුරුද්දක් පුරා හැම පසළොස්වක පෝයේ
දෙගොඩ නලා යටවන නොටළු මෝයේ
ගුණයා නුඹ ද ඩැස්වර රියැදුරු පායේ
ගමේ ගියාවද ඇස් නාවේ ඊයේ

පාසැල් ගියේ නම් නුඹ පන්තියේ සතර
ඒකත් නැවතුනේ වැලිකඩ ළඟ ගෙදර
නිස්කාරනේ පැටලුනෙ වලිවල නිතර
අනිංසකම මිනිසා හුඬයො අතර

දුප්පත් නෑයෝ රස්සාවට ගත් තාත්තට
උන් හැම තොරකළා රොත්තට බුරුත්තට
නැති බිල් දමා නොගැසූ ඩිසල් වලට
උන් දුන් කොටස දුන් දුන්නෙන් නුඹ අපට

මුහුණත මැරයෙක්ගේ හඳවන දෙවිකෙනෙකී
"කැළණි පාලමේ" වුවට දැස් සිතමි
තවමත් පිටකොටුවේ මහපාරේ නුඹ සොයමි
නැඳිනුව වගේ පෙනුනට ඒ වෙන එකෙකී

අලුත්කඩේ පිටෝටුවට දුර වැඩි ද
ඇස් වැසූ නීතියේ දෙවඟන නිදි ද
බොරුවට සලු ගොඩයි ගුණයෝ -
සත්‍ය නිරුවතීන්!

සංස්කාරකගේ සටහන -

මෙම කවියේ දැක්වෙන අක්ෂර වින්‍යාස වෙනස්කම්
කවියේ කාව්‍යමය ගුණාංග නවදුරටත් උසස් කර ගැනීමේ
අරමුණින් මුල් කවියා විසින් සවිබෝධයෙන්ම ඇතුළත්
කර ඇති බව කරුණාවෙන් සලකන්න.

Grace Will Lead Me Home

Nadisha Ratnasekera

An Alumna of University of Peradeniya,
Faculty of Dental Sciences

When my heart aches,
When my homeland calls,
When "comfort" waits behind those walls,
I see two naughty flowers starting to bloom
In this new land that feels like a borrowed room.

"Let's go back home," my heart will say,
"To simple life, to a softer day,
To innocence, to home so dear-
Oh, let's go back... let's disappear."

But chaos whispers, "It's okay,
We'll face it strong, we'll find our way.
Work through storms, through night and light
Home will come when time is right."

Then a voice asks, firm and clear,
"There are hearts back home who wait for you.
A duty, a plea, a silent heavy guilt
How long will you leave that calling unfulfilled?"

Another knocking, loud and true:
"Is it fair to your children here?
Are your dreams the only guide?
Ask yourself-aren't you a selfish mom?"

So days go by in push and pull,
Questions sharp and moments dull.
I wander through my inner space,
Trying to find my rightful place.

I honour parents everywhere
Who choose their children with tender care,
Who set aside dreams of going home
And learn to love this land they roam.

When I struggle, breaking my head,
A gentle whisper softens the dread:
"Let go, surrender.....
Grace will lift, and Grace will stay,
Grace will guide you on your way."

So I breathe deep, let go, surrender,
Knowing Grace will take me home—
In its time, in its tender way,
Back to where my heart has always known.





SUPPORT YOU CAN TRUST – AT YOUR PACE.

THIS?

OR

THAT?



EMPOWERING YOU TO MAKE THE RIGHT MOVE – STRESS FREE.

FOR SELLERS:

ONLY 1.0% LISTING SIDE FEE + 2.0%
CO-OPERATING BROKERAGE FEE (TOTAL 3.0%)

DIRECT: 613.266.3176

OFFICE: 613.369.5199

EMAIL: THEOTTAWAREP@GMAIL.COM

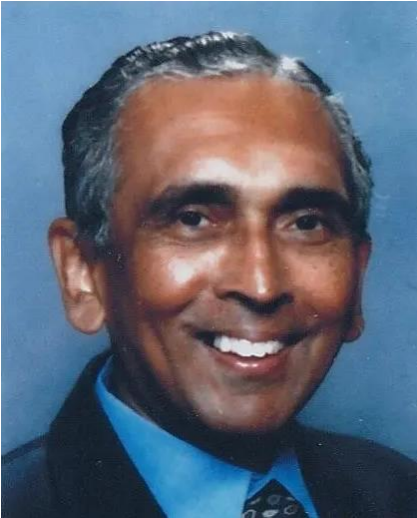


THAMINDA PERERA, SALES REPRESENTATIVE
RIGHT AT HOME REALTY, BROKERAGE

14 CHAMBERLAIN AVE., #101, OTTAWA, ON, K1S 1W1



සමන් ජයතිලක, කලා පීඨ ආදිවිද්‍යාර්ථක



රෙක්ස් ඔලිග්නේගරම්

2012 වසරේදී මගේ ප්‍රිය බිරිද සමග ඡේරාදේණිය සරසවියට මම නැවත ගිය ගමන යලි යලිත් සිහිපත් කරවන ලද අපූරු සංචාරයක් විය. නිසැකවම ඒ ගමන 1955/56 කාලයේ මම උපාධි අපේක්ෂකයෙක් ලෙස ඡේරාදේණියේ ගත කළ ප්‍රීතිමත් කාලයට මා මතසින් රැගෙන ගියේය.

එවකට ලංකා විශ්ව විද්‍යාලයේ (University of Ceylon) ඡේරාදේණිය මණ්ඩපය ලෙස හඳුන්වන ලද එහි නව නේවාසිකාගාර, පැවති ගොඩනැගිලි වල ඇති සැලකිය යුතු වෙනස්කම්, (උදාහරණයක් ලෙස පැවති ටිකරන් වහලක් සහිත ආර්ථික විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුවේ ගොඩනැගිල්ල , අලුත් ප්‍රවේශ මාර්ග සහිත නවීන ගොඩනැගිල්ලක් බවට පත්ව ඇති බව දැනුවෙමි. එහෙත් තවමත් පැරණි නේවාසිකාගාර, සමහර දේශනා ශාලා, ප්‍රධාන පුස්තකාලය සහ සෙනෙට්

ගොඩනැගිල්ල සමග ඇති කුළුණු සහිත ප්‍රදේශය, පැරණි ක්‍රීඩාගාරය සහ ක්‍රීඩා පිට්ටනිය එලෙසම පවතින බව මම දැනුවෙමි.

නවකයෙකු ලෙස ඡේරාදේණිය ගමන

එකල මගේ වැඩිමල් සහෝදරයා වන එල්මෝ සහ මම විශ්ව විද්‍යාලයට සෘජු ප්‍රවේශයන් ලබාගෙන තිබූ අතර 1955 ජුනි මාසයේදී මගේ දෙමව්පියන් සමග අපි මඩකලපුවේ සිට ඡේරාදේණිය මණ්ඩපයට ගියෙමු. එහි සුන්දර උද්‍යාන සහ ආකර්ශනීය ගොඩනැගිලි අතරින් මෝටර් රථයෙන් යාම අපට විශ්මය ජනක සහ උද්යෝගිමත් ගමනක් විය. අප සරසවිය මැදින් ගලන පාර දිගේ වම් පසින් පිහිටා ඇති ‘ජයතිලක’ සහ ‘අරුනාවලම්’ ශාලා ද, දකුණු පසින් ක්‍රීඩා භූමි සහ පැවිලියන් ද, කලාගාරය සහ උප කුලපති නිවාසය වූ ලොප් එකද, ජේම්ස් පීරිස් සහ හිල්ඩා ඔබේසේකර ශාලාව මැදින්, අවසාන නේවාසිකාගාරය වූ ‘රාමනාදන්’ ශාලාව වෙත ගියෙමු.

රාමනාදන් ශාලාවේ දී අපට නවකයන් හඳුනාගැනීමට අවස්ථාව ලැබුණු අතර පළමු හඳුන්වාදීමේ වැඩ සටහන් වලට සහභාගී වීමටද සිදු විය. පසුව අපගේ ජ්‍යෙෂ්ඨයන් කිසිම පමාවකින් තොරව අප වැනි නවකයන් (Freshers) සඳහා වූ නවක වද සැසිය අරම්භ කරන ලද අතර, සමස්තයක් වශයෙන් ඒවා නේවාසිකාගාර තුලම සිදු වූහ. ඒවා සමහර විට ලජ්ජාවට සහ නින්දාවට පාත්‍ර වීමට සිදු වන ඒවා වුවද, ජ්‍යෙෂ්ඨයන් හමුවීමට සහ හඳුනාගැනීමට මෙන්ම හොඳ විනෝදජනක අවස්ථාවක් වූවාය. මගේ මිත්‍රයා මෙන්ම අසල්වැසියාද වූ ‘පාස්ටර්’, නවක වදයේ ප්‍රීතියෙන් කුල්මත්ව ජ්‍යෙෂ්ඨයෙක් ලෙස පෙනී හිඳිමින් තවත් නවකයෙකුට නවක වදය දීමට ගොස් අමාරුවේ වැටුණි. ඒ අලස් නම් සිසුවා සැබවින්ම නවකයෙකු නොව තවත් ජ්‍යෙෂ්ඨයෙක් වීම නිසාය.

ඔහු ඉතා ලුණු ඇඹුල් සහිත භාෂාවෙන් ඔහුට බැන වැදී පාස්ටර්ව එතැනින් එලවා දැමීමේය. පාස්ටර් වහාම ගොත ගසමින් ඔහුගෙන් සමාව ඉල්ලා සිටියේය.

නේවාසික සිසුවෙකු ලෙස

1955/59 කාලය තුලතුල සරසවියේ සියලු සිසුන්ට ඔවුන්ගේ පදිංචිය හෝ නිවාසය කොහේ වුවත් නේවාසිකාගාර වල පදිංචි කරුවන් වීම අනිවාර්ය විය. මුළු සරසවියෙම සිසුන් ප්‍රමාණය සමත්විත වූයේ බහුතරයක්ම කලා පීඨයේ සිසුන් ගෙන් වූ අතර නීති පීඨයේද, අවසාන වසරවල දත්ත වෛද්‍ය සහ කෘෂිකර්ම පීඨයේ සිසුන් කිහිප දෙනෙක් පමණක් එයට අයත් වීමෙන් මුළු ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව 2000 ක් පමණ විය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස එතැන එකිනෙකා



හොඳින් හඳුනන ප්‍රජාවක් සහිත කුඩා, එහෙත් සමීප සමාජ ඒකකයක් විය.එහෙත් දැන් සරසවිය තුල ඇති පීඩා ගණන වැඩිවී, සමස්ත ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව විශාල ලෙස වැඩිවී ඇති බැවින් දැන් තත්වය බොහෝ සේ වෙනස්ය.

සරසවියේ නව තේවාසිකාගාර බිහි වී ඇති අතර සිසුන්ට පිටත නවාතැන් ගැනීමට හෝ ගමන් කිරීම් සඳහා අවසර දී ඇතත් එදා මෙත් නොව, ඒවා සිසුන්ට පීඩනයක් දෙමින් පිරි ඉතිරි ගොස් ඇති බව දැනගන්නට ලැබුණි.මගේ කාලයේ පිරිමි තේවාසිකාගාරයක් වූ ‘රාමනාදන්’ ශාලාව දැන් කාන්තා තේවාසිකාගාරයක් වී ඇත. තේවාසිකාගාර පාලිකාවට ස්තුති වන්නට මගේ පැරණි නවාතැනෙහි බොහෝ කොටස් නැරඹීමට මට එය බාධාවක් නොවීය.

ඔයා මේකේ ඉන්නවනේ..

අපි කාර්යාලයට යනවිට මගේ බිරිඳ එහි ඇති ඡායාරූපයක් දැක "ඔයා මේකේ ඉන්නවනේ.." යැයි සතුවත් පැවසුවාය. අන්තර් ශාලා තරඟයේ ශූරයන් ලෙස 1956 අපි ගත් ඡායාරූපයක් දැක මම ප්‍රීතියටත්, පුදුමයටත් පත්වීමි.වසර 57 කට පසු මට මාවම හඳුනා ගත නොහැකි වුනි. ඒ කාලයේ මගේ සෙසු ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන් දැකීම ඇත්තෙන්ම සතුවට කරුණක් විය. මගේ කණගාටුවට කරුණක් වූයේ, මගේ හොඳම මිතුරා වූ හෙන්රි සොලමන්ස් ඇතුළු සංඛ්‍යාවෙන් අඩක් පමණ තවදුරටත් අප සමඟ නැති වීමයි. හෝජන ශාලාව පෙර ආකාරයටම වූ අතර අර්නස්ට් මැකින්ටයර්, ජෝන් ගුණරත්න, නිමල් භාරතී, ආර්. එස්.ප්‍රනාන්දු ඇතුළු එකම මේසයේ පැරණි මුහුණු සිහිපත් කරමින් පෙර මෙන් එකම ස්ථානයේ එකම මේසයේ වාඩි වීම සතුවක් වූ බැවින් කැම කාමරයට යාම මගේ සිත තුල ප්‍රීතියක් ජනිත කළේය. එහෙත් අවසන් සගයන් තිදෙනාම අද අප අතර නැති වීම කණගාටුවට කරුණක් විය.

වොර්ඩන්

වඩාත් උද්යෝගිමත් අත්දැකීමක් වූයේ මගේ පළමු වසරේ (1955/56), රාමනාදන් ශාලාවේ මගේ පැරණි කාමරයට (අංක 67) යාමයි. ගෘහ භාණ්ඩ සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස් වූ අතර රාමනාදන් හි කාමරයක මගේ කාලයේ කාමරයක එක් සිසුවෙක් පමණක් වූ නමුත්, දැන් එහි සිසුන් තිදෙනෙකු සිටින බව පෙනුනි. මෙය නවාතැන් සඳහා ඇති පීඩනය පෙන්නුම් කරයි. නියෝජ්‍ය පාලිකාව කාරුණිකව අපට ඇතුළු වීමට ඉඩ දුන් විට, තේවාසික ශිෂ්‍යාවන් එහි සිටියේ නැත. කෙසේ වෙතත්, අපි කාමරයෙන් පිටව යන විට කාමරයේ සිටි ගැහැණු ළමයින් තිදෙනාගෙන් දෙදෙනෙක් ඇතුළට ගියහ. මිත්‍රශීලී ගැහැණු ළමයින් දෙදෙනා සමඟ කතා කිරීම ඇත්තෙන්ම සතුවට කරුණක් විය. ඔවුන් සතුවත් සිටින බවක් පෙනෙන්නට තිබූ අතර ඔවුන් හොඳින් කටයුතු කරන බවද පෙනෙන්නට තිබුණි.

රාමනාදන් ශාලාවට ඇතුළු වන ප්‍රධාන දොරටුව ඉදිරිපස ඇති මල් උයන තවමත් එදා මෙන් ඉතා ආකර්ෂණීය විය. මුරකරුගේ පුටුව දුටු විට එය භාස්‍යාජනක අතීතය පිළිබඳ මතකයන් ගෙන ආවේය. එකල අප තේවාසිකාගාරයේ වොර්ඩන් වූයේ ජේ.සී.ඒ. කොරොයා මහතායි.රාත්‍රී 10 ට ඇඳිරි නීතිය පැවැත්මෙන් පසු රාත්‍රියේ ශාලාවට නැවත පැමිණෙන සිසුන් විශාල සංඛ්‍යාවක් තමා දුටු බවත්, රාත්‍රී 10 න් පසු නැවත පැමිණෙන අයට ඔවුන්ගේ නම් ලිවීමට සහ අත්සන් කිරීමට පහසුකම් සැලසීම සඳහා මුරකරු සමඟ ලේඛනයක් පවත්වා ගැනීමට කැමති බවත්, කොරොයා මහතා රාත්‍රී හෝජන සංග්‍රහයේදී නිවේදනය කළේය. ප්‍රමාද වී පැමිණෙන අයට උපදෙස් දීම (counsel) සහ බරපතල අවස්ථාවන්හිදී විනය ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම හැර වෙනත් කිසිදු ක්‍රියාමාර්ගයක් ගැනීමට තමා අදහස් නොකරන බවත් කොරොයා මහතා පැහැදිලි කළේය. මගේ මිතුරා 'සොලෝ' සහ මම පුරුද්දක් ලෙස ප්‍රමාද වී පැමිණෙන අය නොවූවත් සමහර අවස්ථාවලදී අපි චිත්‍රපටයක් නැරඹීමට සහ රාත්‍රී ආහාරය සඳහා මහනුවරට ගොස් රාත්‍රී 10 න් පසුව පැමිණෙන අවස්ථාවන් තිබුණි. මුරකරු බිමත්ව අඩ නින්දේ සිටින බව දුටු අපි, අපගේ කෙළිලොල් දඟකාර බව නිසාම, අපගේ නම් වෙනුවට J.C.A. කොරොයාගේ නම ලිව්වෙමු. තවත් සිසුන් කිහිප දෙනෙකු ද අපගේ දඟකාර ආදර්ශය අනුගමනය කර එම විනෝදයටම නියැලී සිටියහ. සති කිහිපයකට පසු, කරුණාවන්ත කොරොයා මහතා තම නම ලියවී ඇති බැවින් ලේඛනය ඉල්ලා අස්කර ගන්නා බව නිවේදනය කළේය. කෙසේ වෙතත්, හොඳ සෞඛ්‍ය සහ අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා අපගේ කාමරවලට ඉක්මනින් ආපසු පැමිණීමේ අවශ්‍යතාවය පිළිබඳව අප සියලු



දෙනාටම ඒත්තු ගැන්වෙන ආකාරයෙන් කාරුණිකව උපදෙස් ලබා දෙන ලදී. ඉන් පසු ඔහුගේ එම ප්‍රවේශය සාර්ථක විය.

හිඳගල රෙස්ටුරන්ට් වල රස බොජුන් සහ හාදු වංගුවේ (Kissing Bend) විත්ති

රාමනාදන් ශාලාවෙන් පිටත් ව යන අතර, අපි ප්‍රසිද්ධ හිඳගල අවන්හල (Hindagala Restaurant) දෙසට මද වෙලාවකට ගියෙමු, එකල අපි, ඉඳහිට ඉතා රසවත් ලෙස සකස් කරන ආහාර වේලක් සඳහා එහි ගිය විට , බොම්බේ (ලොකු) එෂු වලින් සරසා බිත්තර බුල්ස් අයි (Eggs) එකක් තබා පිරිනැමූ ඉරිඟු හරක් මස් (Corned beef) අහාරයට අප බොහෝ සේ ඇලුම් කළෙමු. අවාසනාවකට මෙන්, එම අවන්හල තවදුරටත් එහි නොමැති අතර එය බයිසිකල් අලුත්වැඩියා කිරීමේ සාප්පුවක් සහ සාමාන්‍ය වෙළඳසැලක් පමණක් එතැන විය. මෙය අපගේ බලාපොරොත්තු සුන් කරවන සුළු විය. ඉන්පසු, අපි ආපසු හැරී හිල්ඩා ඔබ්බේසේකර සහ ජේම්ස් පීරිස් ශාලා පසුකර ක්‍රීඩා පිටි සහ ක්‍රීඩා කරන ස්ථාන දෙසට ගියෙමු, හිල්ඩා ඔබ්බේසේකර සහ ජේම්ස් පීරිස් ශාලා අපගේ කාලය තුළ කාන්තා තේවාසිකාගාර විය.

අපි ජේම්ස් පීරිස් පසුකර යන විට, මිසිස් කුක් (එවකට ජේම්ස් පීරිස් ශාලාවේ පාලිකාව) සිහිපත් විය, ඇය මනා උසකින් යුතු වූ, පැරණි හමුදා නිලධාරියෙකු වූ ඇගේ ඉංග්‍රීසි ජාතික සැමියා සහ කුඩා පුතා (අපි ආදරයෙන් හැඳින්වූ පරිදි කුක්ලට්) සමඟ ඇවිද යනු දැක තිබේ.. ඔවුන්ගේ උසෙහි ඇති සැලකිය යුතු වෙනස නිසා, මිස්ටර් සහ මිසිස් කුක් එකිනෙකා සමඟ සන්නිවේදනය කිරීම සඳහා ඔවුන්ගේ ඇඳුමේ සැඟවුණු දුරකථන උපාංගයක් භාවිතා කළ බවට අප සිතා සිටියෙමු! හිල්ඩා ඔබ්බේසේකර ශාලාව පසුකර යන විට, වංගු දෙකක් සහිත ප්‍රසිද්ධ “සිපගැනීමේ වංගුව” හරහා ගිය අතර, මෙම නම ලබා දී ඇත්තේ පෙම්වතුන්ගේ කිසිදු ආදර ක්‍රියාකාරකමක් නිසා නොව, බයිසිකල්කරුවන් (නිරිංග නොමැතිව) බිම වැටී පොළොවෙහි දුහුවිලි සිප ගැනීම නිසා බව මම තවරංජිතීට පැහැදිලි කළෙමි. මගේ කාලයේ, මම දේශන, නිබන්ධන පංති, ක්‍රීඩා සහ වෙනත් ගමන් සඳහා මගේ බයිසිකලයේ (නිරිංග නොමැතිව!) ගියෙමි. කෙසේ වෙතත්, ඉදිරිපස මඩ් ගාඩය මගේ කකුලෙන් හැන්ඩ්ල් බාර් එකට උඩින් තද කිරීමෙන් බිම වැටී, දූවිලි සිප ගැනීමෙන් වැළකී සිටීමට මට හැකි විය.



මගේ මිතුරා නිස්ස එතරම් වාසනාවන්ත නොවීය. බ්‍රේක් නොමැති බවට මා අනතුරු ඇඟවුවත්, නිස්ස මගේ බයිසිකලය ණයට ගත් අතර, නැලීම් සිරිම සහිතව ඉක්මනින් ආපසු පැමිණියේය. ඔහු නැවත කිසි දිනෙක මගේ බයිසිකලය ණයට නොගන්නා බවට දිවුරුමින් පවසා සිටියේය. ඔහු සිපගැනීමේ වංගුව වෙත ගමන් කරමින් සිටියදී, දේශන සඳහා යන කනිෂ්ඨ ගැහැණු ළමයින් පිරිසක් ඔහුගේ මාර්ගය අවහිර කරමින් යාම නිසා බයිසිකලය නැවැත්වීමට නොහැකිව එකියක හා ගැටී ඇති බව මට අවබෝධ විය. වාසනාවකට මෙන් දැරියට බරපතල තුවාල සිදු නොවීය. ඊළඟ වසරේදී, ඉගෙනීමේ දක්ෂයෙක් වූ නිස්ස උපදේශකවරයෙක් වී, පළමු නිබන්ධන පත්තියට යන විට, ඔහුට බොහෝ අපහසුතාවයක් ඇති කරමින් වින්දිතයා ඉදිරි පේළියේ අසුන්ගෙන සිටියේය. සමහර විට, නිස්ස ඇයට හොඳ ලකුණු ලබා දීමෙන් වන්දි ගෙව්වාද විය හැකිය!

ක්‍රීඩාව සමග ඉදිරියටම

ක්‍රීඩා ස්ථාන කරා ළඟා වූ විට, ටෙනිස් පිටි, ආකර්ෂණීය මලල ක්‍රීඩා සින්ඩර් (පැරණි රළු ධාවන තීරු) ධාවන පථය සහ පාපන්දු/රග්බි පිටිය මට බොහෝ ප්‍රීතීමත් සහ තෘප්තිමත් මතකයන් නැවත ගෙන ආ බැවින් මම තරමක් හැඟීමිබර වීමි. ටෙනිස් පිටිය නිසි පරිදි නඩත්තු කර නැතත්, පසුගිය වසර 55 තුළ මෙම ස්ථාන වෙනස් වී නොතිබුණි. මගේ පළමු වීමි වසර තුළම (1955/56) මම ටෙනිස් සහ මලල ක්‍රීඩා ජයග්‍රාහී වර්ණවල හිමිකරුවෙකු වීමි. මගේ දෙවන වසරේදී (1956/57), මම පේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාල ටෙනිස් කණ්ඩායමේ උප නායකයා ලෙස තේරී පත් වූ අතර, හොඳ ටෙනිස් ක්‍රීඩකයන්ගේ පවුලකින් පැමිණි, මට වඩා **ජ්‍යෙෂ්ඨ** සිසුවියක වූ ශීලා ද සේරම්, නායිකාව ලෙස තේරී පත් විය. මගේ තුන්වන වසරේදී (1957/58) මම ටෙනිස් කණ්ඩායමේ නායකයා ලෙස තේරී පත් විය. වසර දෙකේදීම, සිසුන් සහ උපදේශකවරුන් (DONS) සහ ඔවුන්ගේ පවුල් වල අය යන දෙපිරිසගේම සහභාගීත්වයෙන් අභ්‍යන්තර ටෙනිස් තරඟාවලි සංවිධානය කිරීමේ ප්‍රසන්න කාර්යය මට පැවරී තිබුණි.

වැඩිහිටි හා බාල යන දෙඅංශයෙන්ම ඩොන්වරුන් දැක්වූ උද්යෝගය ගැන මම පුදුමයට පත් වීමි. ආර්ථික විද්‍යා අංශයේ ශිෂ්‍යයෙකු වූ මට ටෙනිස් තරඟාවලියත් සඳහා අනෙකුත් අංශවලින් සහභාගී වන උපදේශක ඩොන්වරුන් සමඟ ප්‍රසන්න සම්බන්ධතාවයක් ඇති කර ගැනීමට ඉඩ ඉඩ ලැබීම මාගේ සතුටට හේතු වූ කරුණක් විය. විය. මහාචාර්ය එච්.ඒ. පාසේ (Prof. H.A. Passe (English), සහ මිශ්‍ර යුගල ක්‍රීඩා කරන ඔහුගේ උද්යෝගිමත් බිරිඳ, මහාචාර්ය හෙට්ටිආරච්චි (සිංහල), ආචාර්ය එම්.බී. ආරියපාල (බෞද්ධ විශ්වකෝෂය), ආචාර්ය උපාලි අමරසිංහ (ඉංග්‍රීසි), ආචාර්ය එස්.ජේ. තම්බයිසා (සමාජ විද්‍යාව) සහ ආචාර්ය කරුණන්දන් (ග්‍රව්‍ය දෘශ්‍ය) ආදීන් ඒ අතර විය. මහාචාර්ය හෙට්ටිආරච්චි, ආදරණීය මහත්මයෙක් විය. මට පුතෙකු මෙන් සැලකූ අතර ඔහුගේ තරඟ කාලය පිළිබඳව දැනුම් දීමට මා ඉදිරියට එන සෑම අවස්ථාවකම මාව සෙනෙහසින් වැළඳ ගත්තේය.

අමිහිරි උපදේශය

කණිෂ්ඨ උපදේශක වරුන් වූ ආචාර්ය උපාලි අමරසිංහ සහ ආචාර්ය එස්.ජේ. තම්බයිසා කැපී පෙනෙන අධ්‍යයන කටයුතුවල (outstanding academics) නියැලෙන්නන් පමණක් නොව, ඔවුන්ගේ පාසල් හා විශ්ව විද්‍යාල ජීවිතයන්හි කැපී පෙනෙන ක්‍රීඩකයින් ද වූහ. මහාචාර්ය ලුඩොවයික්, ආචාර්ය උපාලි "මගේ වඩාත්ම පරිපූර්ණ ශිෂ්‍යයා" ලෙස හැඳින්වූ බව වාර්තා වේ. තරඟාවලිය අතරතුර සිදු වූ සිදුවීමක් සම්බන්ධයෙන් ආචාර්ය එස්.ජේ සහ ආචාර්ය උපාලිගේ ආකල්පය ගැන මම වඩාත් පැහැදුනෙමි. තරඟාවලියේ මැද භාගයේදී තරුණ උපදේශකයෙකුගේ නම කපා දැමීමට මට සිදුවිය, මන්ද ඔහු පුරුද්දක් ලෙස ප්‍රමාද වීම හෝ කිසිදු වලංගු හේතුවක් නොමැතිව තරඟ සඳහා නොපැමිණීම නිසා තරඟාවලියේ ප්‍රගතියට බාධා ඇති විය. ඔහු නොමැතිව ඊළඟ වටය ක්‍රීඩා කරන බව දුටු ඔහු, පිටියට ඇතුළු වන විට, මගේ පැහැදිලි කිරීම නොතකා මට අමිහිරි ලෙස බැන වැදුනේය. මෙය දුටු ආචාර්ය උපාලි සහ ආචාර්ය එස්.ජේ යන දෙදෙනාම මගේ ගැලවීමට පැමිණ අනෙක් උපදේශක වරයාට පැවසුවේ තරඟාවලියේ කාලසටහන බාධාවකින් තොරව කරගෙන යා යුතු බැවින් මගේ ක්‍රියාව සම්පූර්ණයෙන්ම නිවැරදි බවයි.





ටෙනිස් ක්‍රීඩකයෙකු නොවුනත්, තරඟාවලිය අවසානයේ (1957/58) සම්මාන ප්‍රදානය කිරීමට මම ඔහුට ආරාධනා කළ විට උපකුලපතිවරයා වූ ආචාර්ය ආටිගල ඉතා උනන්දුවෙන් සහයෝගය දැක්වීය. මුළු විශ්ව විද්‍යාලයේම (ජේරාදෙණිය සහ කොළඹ විශ්ව විද්‍යාල දෙකෙහිම) උපකුලපතිවරයා ලෙස, ඔහුට එදාම කොළඹ විශ්ව විද්‍යාලීය කවුන්සිලයේ වැදගත් රැස්වීමක් පවතින බව දැන්වූ විට, මහාචාර්ය නඩරාජා (පීඨාධිපති) ගෙන් ඔහු

වෙනුවෙන් පෙනී සිටින ඉල්ලා සිටින ලෙස මා යෝජනා කළෙමි. කෙසේ වෙතත්, සම්මාන ප්‍රදානය කිරීමට ආචාර්ය ආටිගල පුද්ගලිකවම ඉදිරිපත් විය. ඔහු කවුන්සිල රැස්වීම කල් දමා තිබුණි. මම ඔහුගේ එම සන්ක්‍රියාව කෙරෙහි පැහැදි බොහෝ සෙයින් ස්තූතිවන්ත වූයෙමි. වසර දෙකේදීම, අවසන් මහා තරඟයේදී ටී. ජෝතිලිංගම් (ජෝති) ට පළමු තැන ද, දෙවන ස්ථානය මටද හිමි විය, මන්ද ඔහුගේ දක්ෂ හා උපක්‍රමශීලී වමන් ක්‍රීඩාව මට කළ නොහැකි විය. අපි දෙදෙනාම කොළඹ පැවති සමස්ත විශ්ව විද්‍යාල තරඟාවලියේදී (1957/58) ඒකාබද්ධ විශ්ව විද්‍යාල කණ්ඩායම නියෝජනය කළෙමු. 1956/57 දී ශීලා ද සේරම් කාන්තා කේවල ඉසව්ව සහ 1957/58 දී රුක්මනී කෝදාගොඩ (රුකී) දිනා ගත්හ. එම වසරේ රුක්මනී සමස්ත ලංකා කාන්තා ශූරිය වූවාය. මගේ නායකත්වය යටතේ එම අවුරුද්දේ ඇය අපේ කණ්ඩායමේ සිටීම මට ආශීර්වාදයක් විය. ඒ ගැන මම සතුවු වුනෙමි. කණ්ඩායම ලෙස ජෝති සහ රුක්මනී යන දෙදෙනාම තරුණ වයසේදීම අප අතරින් වෙන් විය.

ශීලා ද සේරම්, 1950 ගණන් වල සමස්ත ලංකා ටෙනිස් ශූරයෙකු වූ ස්කොට් මේනර්ට් (Scott Meynert) සමග විවාහ වී ඕස්ට්‍රේලියාවේ සිඩ්නි නුවර පදිංචිය සඳහා ගියේය.

මතු සම්බන්ධයි ...

I translated this beautiful piece from Rex Oligasegaram's memoir published on *Thuppahi's* blog (May 2023), with the permission of the editor of Thuppahis.com, **Dr. Michael Roberts**.

Rex Oligasegaram was a Peradeniya alumnus (1955–56) who excelled in his studies, academic work, and sports during his time at the university. He later moved to Australia.

Dr. Roberts is a historian by training and taught in the **Department of History at the University of Peradeniya from 1961 to 1976**. Later, he taught anthropology as an Associate Professor at the University of Adelaide. I want to thank him for his generous support, which enabled us to republish this article in our newsletter, "*Hanthana Pawura*". - **Saman Jayatilaka**

<https://thuppahis.com/2023/05/20/memories-of-peradeniya-university-campus-sparked-by-a-visit-in-2012/>





Mortgage advice.

Anywhere, any chair.



**We provide mortgage options,
value, flexibility, and convenience.**

At TD Canada Trust you will not only get exceptional service and professional advice, you will get the TD Canada Trust difference. Working together, we will identify the home financing solution that is right for your needs.

We offer competitive rates and pre-approvals.¹



Let's talk

Naweem Thomas
Mobile Mortgage Specialist
Tel: 613-709-0890
Naweem.Thomas@td.com



¹Some conditions apply.



Sketch done with Micro Pen

By Nathan Herath

Son of Alumni Nadisha Ratansekera & Dayan Herath



ධම්මික භේරත්
කෘෂි විද්‍යා ආදීවිද්‍යාර්ථන

මීට දශකයකට පමණ පෙර (2013 දෙසැම්බර් 19) දිවයින පුවත්පතෙහි පල වූ මේ පුවත මගේ කවියේ නිමිත්තයි.

"දරුවන් සිව් දෙනෙක් මවත් පියන් නොමැතිව දින පහක් බඩගින්නේ"

එම වාර්තාකරුට අනුව මෙම දරුවන්ගේ අම්මා මැද පෙරදිග ගෘහ සේවිකාවක් ලෙස ගොස් ඇති අතර හමුදා සේවයේ සිටි තාත්තාට සිය රක්ෂාව රැක ගනිමින් ලමයින් හතර දෙන බලා ගැනීමට බැරවූ වාතාවරණයක් ඇති වී තිබේ.

අම්මාත් තාත්තත් නොමැතිව බියෙන් කුසගින්නෙන් සිටින මේ සිව් දරුවන්ට මෙලෙස සිතෙන්නට ඇතැයි මට සිතූනි!

ගෙදර බුදුන් වූ අම්මේ	අප සියලු දෙන මේ දැවෙන්නේ
පහන් සිළු නිවා දා දුර ගියේ ඇයි නුඹ?	අවුල්වා ගත් නිසාදෝ මහා තණ්හා ගිනි මඩල?
නොපෙනේද ඇත සිටිනා නුඹට	අම්මේ, නොපෙනෙනා ඇත ඇති
මේ භව දුක ගොර සසර	කාමශුබ්ලේලිකාණු භව හෝග සුව යහන
රුදුරු කුසගිණි වෘකයන් ගොරවන	ඉසුරු පිරි රන්විමන් සේද පට සළ සිනිදු
ඇති හැටියකට කමින් නුඹ තුරුල්ලේ තුවිත්	අත ගැසෙන ඉසිබුවේ අප ලඟම
ගතවුණු ඒ සොදුරු සැමරුම්	දැවටෙමින් අප සැතපවූ
සිහිනයෙන් ගැසුවදක්ය	නැති බැරිකමේ අවිහිංසක සතුට
	අපේ පා පහරකා උකටලිව
	ඇත සිට ඔව්වමට සිනාසේ

"උගණො ලොකො අතින්නෝ තණ්හා දාසො"

ලෝක සත්වයා කවදාවත් පිරිලා නැහැ (උගණො), අඩු පාඩු බොහොමයි, කවදාවත් සැහීමක් නැ (අතින්නෝ) මේ නිසා තණ්හාවේ දාසයන් වහලුන් වෙනවා (දාසො).

(බුදුන් වහන්සේ රට්ටපාල කුලපුත්‍රයට දෙසූ දහමක්).



කුවේණිය නිර්දෝෂයි...

- ත්‍යාගා මුදලිගේ -

(A friend & a contributor to AAUPOC)

අව්‍යාජ වූ ව්‍යාජ ප්‍රේමයක් අනිමුව,
මංමුළා වූවා නොවෙද නුඹ
සර්ව සාධාරණ වූ ආලයක්,
වියරු අසිපතකින් සෙව්වාද නුඹ...

අනුන් සතු සිහසුන් පැහැරගත්,
බෝ පිරිස් සිටි පුරාණේ
අයිති සිහසුන අයිතිකරගත්,
වරද නුඹ අත පමණමද...

දකුණතින් ජීවත්තද, වමතින් දිසාලාද,
සීහෙළේ උරුමය දැනින් දරාගෙන
විත්තිය දෙස නොබලාම,
සසර දායාද පතිවතෙන් රැක්කාට
කුවේණිය නුඹ ශාප කෙරුවාට මන්ද...

සන්තාප නුඹේ හඳවන,
දැවී අලුවී යන චිතකයට
අනෝරා වැසි වස්සන්ත නොහැකි වූවාට,
අසෙනි නුඹ... නිර්දෝෂී බව
තෝනිගල අදවත් සාක්කි දරනු ඇත!!!



Indigenous Peoples in Canada and the World

Anya Pathiraja (Grade 9)
Merivale High School, Ottawa, Canada

Indigenous peoples are the very first humans who claimed lands on earth as their home. In Canada, they are the First Nations, Inuit, and Métis. In other parts of the globe, the Māori in New Zealand, Aboriginal peoples in Australia, and the Sami in northern Europe are also known as the original peoples. Even though each group spoke their own language and follow their respective unique traditions, they indeed share common values than one might expect.

One distinct commonality among global indigenous people is their belief in the connectivity to nature. For them, the land isn't just something to own or use; it's part of who they are. It ties to their culture and their daily lives. In Canada, Indigenous communities hunted, fished, and gathered food in ways that would respect nature while ensuring there'd be enough for future generations. The Māori see land and people as spiritually connected entities, believing that looking after the land is the same as looking after oneself. Ironically, it's a belief that's finally catching on in modern societies.

Another tragic commonality they have is the impact they had in the past due to colonization. European settlers came and took land, rewrote laws, and tried to erase Indigenous cultures. In Canada, the Europeans forced indigenous children to live in residential schools and punished them for speaking their own languages or practicing their traditions. Similar stories have been recorded in Australia and elsewhere. And despite these tragic histories, Indigenous peoples have shown incredible resilience. Now, many are reclaiming their languages, fighting for their land, and making tremendous efforts to keep their cultures alive.

The differences in cultural practices noted among various indigenous peoples are only based on their geographical placement on the earth. For example, the Inuit communities in the Arctic learned how to thrive in freezing temperatures, hunt seals and survive during long winters. Meanwhile, Indigenous groups who live in the deep Amazon rainforest, learned how to rely on fishing and gathering other foods available in the forest.

The political environment that they have lived thus far is primarily depended on their geopolitical placement. For example, in Canada, indigenous people are still debating on treaty rights and land claims. In New Zealand, the Māori have the Treaty of Waitangi, though people still argue about how fair it really is. Their original ownership to land may never be granted, but their efforts are genuine and rightful.

Today, Indigenous peoples in Canada and across the globe are making their mark. Through activism, creative art, education etc. By revitalizing their cultures, they're protecting their communities and the environment, and making sure their voices are heard and show that they matter in the current living environment.



අතේ ඔය හිත හදාගන්න.....

සුචිති සුලෝචනා, ආදිවිද්‍යාර්ථ රුවිති ආයාචනාගේ නිවුන් සොයුරිය

සැපත් ඇතැරිලා නිව්සේම අප්‍රචාකූලකට ගලිම වෙන්න
නිමිත් ඇවිදිත් නාපු පෙනෙකොට මටත් ඩිනෙම බඳුගන්න
ආපුරුඬ ආපුරුඬ කිය කිය පුන්නා නාපුම නිත තිරින්න
ඩිනෙමයි ඔය පපුව මැදේ මගේ නිස මට තිබාගන්න

ඇවිත් ලගටම අතින් අල්ලා ඇස් මලට ආපුරු පෙන්න
ප්‍රකාරන කෙනෙරිලි මගේ ඔය ඇතිලි පනඬින් තිරි මදින්න
නිමක් නැති මගේ නිතේ සතුටට ඔය මුණ අල්ලන්න පෙන්න
ඉන්න බැරිතැන පුනෙන සෙනෙතස මගේ සැල මා වඩාගන්න

නීතසක් නැම පුරා ඇවිදිත් පෙන්නේ නැතැ මට නිතුවන්න
කරන ප්‍රකාරකම් නැම විටදි පුලුවනි පුරාගන්න
රිසේ මැදියම සෙනෙනෙ උතුරා සනවිටදි අපේ නිත් තිරින්න
මගේ රන්කැඳ ඩිනේ මට ඔය පපුව මැද ඇලවෙලා ඉන්න

නිමි නොවී නිමි වී අතිට අති මේ ගාවේ පුක නාපු පුන්න
මේ ගමන අති ඵක්ව සනවිට වෙනෙස නැතැ මට ලගින් ඉන්න
පුරාගෙන මගේ ආපුරු ඔය නිතපුරා මෙලෙඬින්ම ඉන්න
නැරඬන්න වෙන දින මට මේ ලොව අතේ ඔය නිත නතුවන්න

2Wings





BUY | SELL | HOMES MORTGAGES

**WE SELL
BEAUTIFUL
HOMES**



DULAKSHA HERATH, REALTOR
TRU REALTY, BROKERAGE

613-851-5279 

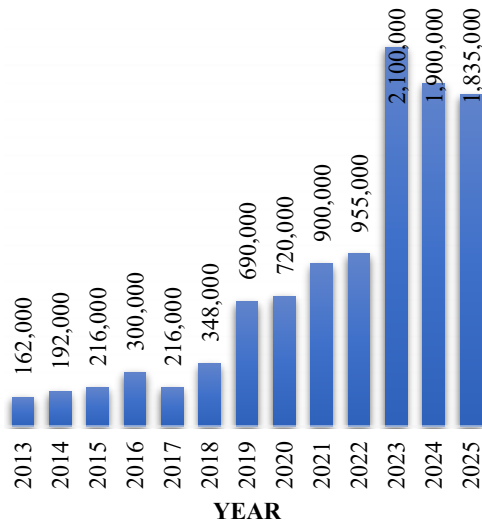


A Humble Glance Back at 12 years of Serving to Our Alma Mater

Thanks to the continued generosity of our members and well-wishers, **AAUPOC donated CA\$8,350 (approximately LKR 1.835 million) in 2025 (to date)** to the **Parent Alumni Association** to support undergraduate scholarships. These funds are currently providing **30 scholarships**, each valued at **LKR 5,000 per month per student for a period of one year**.

Since its inauguration in 2012, the AAUPOC has contributed a cumulative LKR 10.6 million to the scholarship fund. Annual contributions have shown steady growth from an initial LKR 162,000 in 2013 to a strong and sustained level in recent years, with an average annual contribution of LKR 1.9 million over the past three years. This upward trend reflects the Association's enduring commitment to supporting student scholarships

Progress of donations to scholarship fund in LKR since inception



This generous contribution represents the **highest number of scholarships received by the Parent Alumni Association in 2025 from any foreign chapter**,

reflecting the Ottawa Chapter's exceptional commitment and marking a significant milestone.

The Executive Committee sincerely thanks all members and supporters whose contributions made this achievement possible. Together, we reaffirm our belief in education as a powerful force for change and remain committed to expanding this support in the years ahead.

Some of the testimonials from undergraduates

"My parents' occupation is farming. My father is disabled. It is very difficult for them to bear my expenses. So this scholarship money I have received will be a great help.."

Scholarship recipient,

"Our father is not with us. My mother has to take care of me and younger brothers and sister...This scholarship is a great help for our family"

Scholarship recipient,

"This scholarship is a tremendous support for my education as my family faces financial difficulties...I deeply appreciate the generosity and commitment of the AAUPOC in helping students like me"

Scholarship recipient,

As we reflect on the progress made over the past twelve years, we extend our heartfelt thanks to our members and the wider community whose generosity has made these scholarships possible. The voices of our student recipients stand as powerful reminders that every contribution creates real and lasting impact. We kindly invite you to continue this spirit of giving and support us in reaching this year's scholarship target, so that together we may open even more doors of opportunity in the year ahead

"We make a living by what we get. We make a life by what we give." – Winston Churchill



Editor's Note

"A community's strength is found in the stories, ideas, and creativity its people share."

Dear Readers,

It is with great pleasure that we present the 2026-January edition (Volume 10) of **Hanthana Pawura** – හන්තන පවුර, the biannual newsletter of the Alumni Association of University of Peradeniya – Ottawa Chapter (AAUPOC). This issue celebrates the diverse creativity of our members, their families, and friends, featuring heartfelt poems, insightful technical articles, thoughtful translations, inspiring artwork, and contributions presented in both Sinhala and English.

We are also delighted to continue two ongoing serial articles, each written with dedication and depth. These continuing pieces add richness, knowledge, and continuity from one edition to the next.

Our heartfelt appreciation goes to our reviewers — Kumudini Nicholas, Ruwanthika Premalal, and Udeesha Erandini — for their careful reading, feedback, and commitment to maintaining the quality of this publication.

A special thank-you also goes to Deepani Waidyaratne for the beautiful artwork that brings visual charm and character to this issue.

Each contribution reflects the vibrancy and talent within our extended AAUPOC community. We sincerely thank everyone who shared their writing, creativity, and ideas with us.

As we look ahead to future editions, we kindly encourage contributors to carefully review language usage and grammatical accuracy in their submissions, which will help us maintain the overall quality and clarity of the publication.

We hope you find this edition enjoyable, enriching, and inspiring. For feedback or contributions to future issues, please feel free to reach us at aaupoc@yahoo.ca or dayan85@gmail.com.

Happy reading!

Dayan Herath

Editor, Hanthana Pawura (හන්තන පවුර)

