



හන්තාන පවුර | රෙන්තාන පවුර

Hanthana Pavura

Volume: 10 Issue: 2 - January 2024

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
දිවවා	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 පියා ඔන්නාට සිදු වූ සමස්ත සහංස්යන් වෙනුවෙන් ලියා තබමි..	22
මූකලං අඩවියක	22
Fusion of Love and Forgiveness – as a model for living.....	23
තොටුපෑම ගුණෝධාරී	25
Grace Will Lead Me Home	25
"මතක අතරින්" ජේරාදේණිය සරසවියෙන්, මතකයට පියමන් කළේම. (පරිවර්තනය).....	27
Sketch done with Micro Pen.....	33
එනෙර ගිය අම්මාට	34
කුවේණිය නිරද්ධේෂී...	35
Indigenous Peoples in Canada and the World	36
අනේ ඔය හිත හඳුගන්න	37
A Humble Glance Back at 12 years of Serving to Our Alma Mater	39
Editor's Notes	40

- Executive Committee -

Niroshan Thanthrige - 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 Thanthrige 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

MAugust 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.

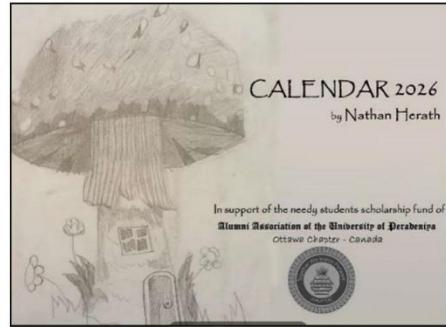
This landmark event was a tremendous success, made possible by the tireless efforts of the organizing committee, performers, volunteers, sponsors, and supporters. Their dedication transformed Hanthana Night into a meaningful celebration of heritage, talent, and unity. (Pic Don Susil)

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.



දිව්වා

ඉරෝපන් ඉදිකැවිය සේවගේ
පැහැ වෙවදා පිය ආදිවිදායාරත්



පින්තුරය අන්තර්ජාලය ඇසුරෙනි

බලනා හැම තැනම ජල කළකි සැනින්
මහවැලි ගහද සැරවී සැඩ පරුෂ ලෙසින්
යකා පාලමද බිඳ දාලා සැනෙකින්
දිව්වා ගියා සැම දෙන අවතැන් කරමින්

ලක් කර අනතුරක සරසවිය අපේ
සේසන පවා දියකර පැහැ පියේ මගේ
දිව්වා කලා මහ විපතක් රටට අපේ
දුක තද කරන් අමුනම් පන්හිද මාගේ

ඡ්‍රීලින දමා දියකර පස් කදු අතරින්
දිව්වා තුෂි ගෙනගියා දරු පවුල් පිටින්
දුටුවෙම් මිනිසුන් නොයෙනා ගමන් යමින්
ඇස් යට දිලිසුනා කදුලක් රිදුම දෙමින්

කුසට අහර බොන්තට වතුර ද තැත්තේහිසට
සෙවණ දුන් ගේ දෙරකුත් තැත්තේ
ඇදි වත පමණ ඔවුනට ඉතිරිව ඇත්තේ
සිතට දැනෙන දුක් කදුලැලී නිම තැත්තේ

ගංච්‍රනුරට වඩා උඩින්
මනුස්සකම මතු උනා සැනින්
කම්පා නොවෙන් අවලෝ දහමින්
එකට නැගෙමු අපි දිරියෙන්

අවාරේදි නාවුවක්වත් නැති ගසක
වාරේදි මල් පිෂි පල ගන්තවා ඇත
ඉවසා දරා ගනිමින් සැම සිත භනික
සත්තය 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



- සරස්වි රසකතා - නාවක්කුලම්බ ජාත්‍ය මානවක කරා වස්තුව

දෙන් සුසිල් ප්‍රේමරත්න, ඉංග්‍රීසුරු පියයේ ආදිවිද්‍යාරාත්

යටහිය දුවස රාජ්ටු දැනුවෙනි මෝස්වද්ද නම් රජ කෙනෙකු රාජ්‍යය කරන කළේහි, ‘කුලම්බ’ නම් වූ ජාතු මානවක තෙමේ කම්මල් මහජාණ ගත ප්‍රාග්ධන සිල්ප ඇඟාය පසිඳ වනු වස්, මිතු ජාතු මානවක හා මානවිකා සමුහයා ද පිරිවරා හන්තාන තක්සලා තුවර දිසාපාමාක් අරණට පිවිසියේ ය. හන්තාන තක්සලා තුවර බලා පියවර මැයිමට පෙර දිනයේම, මාපියේ එකී කුලම්බ පුතු තෙමේ තම අහිමුව කැඳවා;

"ප්‍රතිතුෂ්වණී; තොප, භන්තාන අසපුවේ ශිල්ප වචනා කළේනි, සේත්‍රී සැප නොපතා සිටිය යුතුවේ ම ය; තොප කම්මල් මහජාණ ගත ප්‍රශ්නේද ශිල්ප වචවා මතා ප්‍රගුණ කළ නොත්, මෙපුර රුමත් කුවේර සිවු කුමරියක් මහා දෙනස්කන්දයක් සමහ සරණ පවා ගත හැකි වන්නේ ය. ඒ එසේම විය යුතු වේ ය. එසේ නොවුවහොත්, තොප මිතුරු මත්දුමුද්ධික අන් මානවකයන් මෙන්, පෙම හබයේ පැටලි ඒ එකියක් සහේට ගෙන, තොප උගත් ශිල්ප දන්දී, මසක් කහුරා, ඇඩිතිල්ලක් වන් වූ හිජන පඩුරක් ලබා, අත්තකිලමතානු යෝගය වැළඳ, බෝ දුක් විද, ලෙවකා ජීවත්වීම වන්නේහු ය.

නැතහෙත්, අප පුත්‍රුවන්; තොපද අපද මේ දීපය සුරා කුවෙනි යැයි, කල්ප කාලාන්තරයක් බැන වදින, පරාගිය, ලංදේශීය, සුද්ධා, මෙකී කොකී උන්ගේ දේශාන්තරවල පියඩා උන්නේ දෙපා ලහ වැට් උන්ට කුහුරා අවසන වංශය ද නසා ගන්නට වන්නෙහි ය. ඒ කෙසේ වුවා ද; කඩා මාලිගයක් හෝ තනවා, අශ්ව රථයක් මිලදී ගෙන, මාය බරින් ද, අන්තකිලමතානු යෝගයෙන් ද, මෙකී නොකී බරින් ද, මිදි, කාමසුබල්ලිකානු යෝගයේ සුර සැප, මෙලාවදීම විද වසන්නට තොපට කෙස්ස පැහෙනා තෙක් කුහුරන්නට වන්නේහු ය. එකල්හි තොපගේ ඇඹුණියේ ද කෙස්ස පැහි නොට බිම අනී, පඩිරලක් මෙන් වන්නාහුම ය. අප පෙන්වා දෙන මහ ගිය නොත්, පුත්, තොපද, තරුණ වියේදීම්, සුර සැප විද වසන්නට හාගාය ලබන්නේ ය. එබැවින්, තොප අප අණට කිකරු විය යුතු වෙමැ යි; " යැයි; එකී මා පියාණක් විධාන පැනැ වූ හ.

ඒ එසේ වූ හෙයින්; මෙයි ‘කුලම්බ’ මානවකයෝ, හන්තාන තක්සලා පුරවර, කම්මල් පිය උප පුරවරට, දුගි නොකාවෙන් ප්‍රාදුරුහුත වූ; කිකිණි, බකිණි, බිකිණි, සකුණි, යකිණි, කැඩුටු, බුඩුටු, නාග, දළ, ගේභා යන මෙයි නොකි කනායාවි අභනුන් කෙරේ නොයෙනින්ම පමණ, මද ව බලා පියා, මද පමණ සන්තර්පණය වී, එකි ස්ත්‍රී මානවිකා සැප නොපතා, බුහුමවයී ශිලයෙන් කම්මල් මහජාණ ගත ප්‍රහේද ගිල්ප වඩින්නට වම් හ.

තම අනුට කිරුව දැහැමින් ගිල්ප කර වූ සිය පුතාණෝ කෙරෙහි ද, හෙතෙමෙට මනාසේ දිරි දුන්නා වූ, කෙඩුරි අහය, පිතාමහ, ජේතුකිල, කක්වූසේෂුජක, නායසර, භත්ප දහුද්ධර, තකුලවත්සි, මිදාතදේශ්ව, කෘෂ්ණකවට, බක්කදේශ්ව, කන්ජීපේම හා අන් සහාරදය මානවකයේ කෙරෙහි ද, සුපසන්ව වඩනා ලද සිත් ඇතිව, තම පුත්‍රයාණෝ අල්ප ඉසිඩුවකට හෝ ගම්දෙර ප්‍රමිණ. භන්තාන තුවර බලා පෙරලා සැක්මනුට සුරසෙන කළේහි. එකී මා පියෝ :

"පුත්‍රුවන්, මේ කුඩා බන් මුල තොපට හා තොප 'කේබැර අහය' නම් වූ රුමාට ය. මහ බන් මුල, තොප මිතු අන් මානවක බැවාණෙක්ලාට ය." යැයි පවස්ම්න්, දිය ගොඩ මස් මාග ද, සැවුල් හා තාරා බිජු ද, එළවල් ද, යහිම්න් දමා, මැණියන්ගේ ගුණ සුවඳ තවරාලා පිසින ලද, කොරසක් තරම් වූ මහ බන් මුලක් ද, හටියක් තරම් වූ කුඩා බන් මුලක්ද, කුලහම්බ මානවක කරපිට තබාලා, භන්තාන සරසවි ප්‍රස්ථාවේ 'අක්බාරපාය' වෙත එවන්නෙහි ය. එකී මහ බන් මුල උගේ කට්ටෝ මැද මෙසයේ තබාලා,

"ව....රේ.....ව බැවාගෙන්ලා.....; ව....රේ.....ව.....! තොපිට බණ් මිලක් ගෙනාවේ"

යැයි; කුලම්බ කාභල නාදය පතුරුවනා කළිනි; සිය කුටියන්හි; යහන්ගතවද, කුම දෙමින් ද, නැතහෙත්; මූසාවාදා, පිළිනාවාවා, පරුසා වාවා, සම්පූලාපා දෙසා බාමින්ද, ක්ෂේධාවෙන් මලානිකව ද සිටි බැවාණෝලා, ගොදුරට භංග එන උකුසන් සේ ද, වැලෙගෙඩිට භංග එන කපුවන් සේ ද, කුලම්බ මානවකගේ කුටියට වැදැ, එක් පලහානකට පමණක් රස මාංග දමා පියා මහා බලු රිනක් මූදා හැල සේ, පොර කමින් ද, ගොරවමින් ද; රස මස් මාංග ද, සැවුල් හා කාරා බිජු ද, මුවේ දමා පියා වමාරා "මෙක මගේ" යැයි තමාවම වෙන්කාට ගැනීමෙන් ද, බුදිනවාට වඩා කුටිරය පුරා විසුරුවා ලමින් ද, සිය ගක්තියේ ද,



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

මහ බන් මුලේ පදාසයක් භා එහි තිබු ආදා මාල ද, ගිතෙලින් පිසු වැළැපෙනෙල ද, අනන්තාපරිමාණව ගිල දමා යෙන්, මදන මේදකය කා මදන විසේ හිසට ගැසු ගොවැන් සේ; පෙම හබයේ පැවලි සිටි මානවකයේ, සිය මහා අවි ද, කුඩා අවි ද, අමෝර ගෙන, අක්බාර පාලම පැන, මිත්තා, රමණනාදනී, විෂයවච්චිනී, නම වූ, මානවිකා සරසව් පායවල් කරා හඩන්නට වන් හ. කවලම් කොළ මැල්ප්‍රම වැඩි මාත්‍රාවට ද, කොස් ද දෙල් ද, ස්වයංජාත ඇල් සහල් බත භා ගිල දමා හිස් කුස් පුරවා දු, අන් අවශේෂ මානවකයේ නින්දට වන් ක්ෂණයෙහි ම;

"ඇංඩ්..... ව _ රි බැවාණේෂ්ලා... වරෙවි... වරෙවි...! බොල තෙපි?

මා ගෙනා මිරිසවැළිය තරම වූ බන් මුල ගිල දමා, මා කුටියේ හැම අත ඉදුල් විසුරුවා දමා පියා, ඒ ගුද්ධ පවිතු නොකොට තබා, කෙලෙහි ගුණ නොද්ක්වා පලා ගියෝ ය. සැණින් පැමිණ මා සොඳුරු කුටිය, ගුද්ධ නොකළ භොන්, නොපේ ඔව් ගෙඩි මේ නාවක්කුවෙන් ඇදාකා කුවු කරලමි" යැයි; දැන්බාසාන විෂසේර සර්පයකු සේ කිපි, සිය මිතු මනවකයේ ද, එකී මානවකයේන්ගේ මැණියන්වහන්සේලා අමතමින් ද, පාලි සංස්කෘත දෙසාබාමින් ද, කුලම්බ කාගල නාදය පතුරුවනා කළිනි ම; සුළු. කපා එකී නාවක්කුව වෙශෙන් ප්‍රමණය වන හඩ් ද, ඇසෙන්නට වූ හ. ඒ ක්ෂණයෙහි; නාවක්කුව බමවන හඩ පරදවා, කුවු අධික මස් ගොඩකට යක්දාවෙන් තලනා මෙන්, කස පුපුරනා වන් වූ; වස්..... විස්..... දිස් දිස් හඩ නාවමින් දේෂ් කාර දුන්නාවූ ගතිදයක් ද භා සමහ ම;

"ඇ මි..... මේ හ්... ඇ..... ල්..... ලා..... හ් බෑ හ්.....!" මරහඩක්... ලතොනියක්... සරසව් පාය සිසාරා දේශ් කාර දෙන්නට වන්නා පු ය. ඉන් ඉක්බිති, දිගු නිහඩතාවයකි. එක එකා සිය කුටුර විලින් එති බලා, එමු එමු පයින්, කුලම්බ මානවකගේ කුටිය දෙසට භොර භොර පිය තහන්නට වූ හ.

අහෝ බේදයකි! දේවතා බදු වූ කුලම්බ මානවකයා, සිය යහනේ මුනින් තලාව කෙදිරි ගාමින් හිඳි. උගේ උර පුරා පිළි ඉදිමි ලේ පිරුවාලු විශාල කතිරයකි. ඒ නම්; ගමේ කම්මලේ කම්මල් ගොයීය සුරා මත් ව ගෙරියෙකුගේ ඇහේ කෙටු හයංකාර හන්හඩුවක් බදු වය. කෙඩිරි අහය රේට තෙතෙල ස්නේහනය කරමින් හිඳි. රාත්‍රි පුරා තද විදාහයෙන් පෙළුණ බැවින් ද, එලැංඩු අභ පහන් වූව ද, රුජාව ද විදාහය ද භමාර නොවූ හෙයින් ද, කුලම්බ මානවක තෙමේ ඉනික්බිති ව, හන්තාන සරසව් අසපු හෙහුප්‍රයාගාරය වෙත රෙගෙන යනු ලද්දේති ය.

"කිමෙක්ද? කුවුරුන්ද? මේ අපරාධය කළ එකා? ... වහාම රාජපුරුෂයන් වෙතැ පමුණුවාලිය යුතුමැ වේ. මේ දරුණු අපරාධයකි ය. නොපිරිහෙලා කියව ජාත්‍රා මානවකය" හෙහුප්‍රය උතුම් හඩ තැලුවා ය. අප මානවකයේ තුෂ්කීමිභුතව බලා හිඳි. "නොපට අර පැන්නේ කියා මේ පැන්නෙන් තැලුවාද? මේ පැන්නේ කියා අර පැන්නෙන් තැලුවාද? ස්වායන්ත කියාලා උන් දෙගාලෝම තැලුවාද? කේකාද? කියව...."

කුලම්බයා ද, කෙඩිරියා ද, අන් මානවකයේ ද, ස්ත්‍රී ආන්ම වැළඳ ඒ මේ අත ඇඩිරෙන්නට වූ කළි; "තෙප පැණිදේණියේ කොටුවක් පැන මාවුව වූණි හි ද? නැතිනම් මිවතුරේ.....හිදගල?

අප මානවකයේ ඉන් ඉක්බිතිව ද, ඒ මේ අත ඇඩිරෙන්නට වූ කළි; "කියව කේකාද තොපට තැලුවේ? කියව, නැතිනම් වහාම මෙතැනට රාජපුරුෂයන් කැදුවන්නෙමි." යැයි, හඩ තලා, ඕ නොමෝ තෙලබනුව අතට ගත්තා ය. ගැලුවීමක් නැති බැවි විවාහ ගත් කල්නි; අප කෙඩිරියාණේ අක්ෂරකට හෝ විරාමයක් නොතබා; සියල්ල වැ ..මැ ..රි ..ය.

ඒ ඇසු හෙහුප්‍රයාවති ගේ මළ පැන්නා පු ය. "යකෝ කුවුද නොපේ ගුරා? මොන ලිද? බෙස් ලි නං වෙන්න බෑ. නොපි දන්නේ තැද්ද මික පාරා වළල්ලක් බව? ශිල්ප නොදාන්නා එකාට ඔය ආයුධෙන්ම තලන බව? මසකට එකෙක්වත් එනවා, උන් අත දැරු උන්ගේම නාවක්කු ආයුධෙන්, උන්ම ගුවිකා. තාම ඉන් එකෙක් සිහිසුන්ව මහ හෙහුප්‍රයාගාර"

හෙහුප්‍රයාවති විදුලි ගේජීය හඩවාලු සැණින් නාරිලතා ගමණින් සුන්දර හේදවිරයක්, මුන් ඉදිරියේ විදාහමාන වූවා ය. රෝග නිධාන ඇසු සැණින් කැකිර පලා සිනා සලන්නට වූ ඇය, රෝගියා දක්කා වෙනත් කුටුරයකට ගොස්, එන්නන් දි, තැලුම ද, හම



ඉරි පැලුම් තුවාල ද, බෙහෙන් ගල්වා පියා, ගෙහෙස්‍යාවනි වෙත පෙරලා රැගෙන එන කල්හි; ඇගේ කෝ අග්නි ජාලා නිවි පුරුදු ප්‍රියමනාපකම් මතුවී නිවිනේ හි ය.

"බොල; මානවකය; පිංවත් වූ තොප මාපියාණෝ, තෙප බාභු කොකඩා, සොදින් රක බලා, පුෂ්ට්‍රි කොට වඩවා පියා ඩුය. තොපගේ කම්මල් තීටරය බොහෝ බලවත් බව මම දැනිම්. එහෙන්; මේ සක්වල හි පය තබා කෙලින් හිදීමට, 'සාමාක ප්‍රතිමාන' නම් වූ ස්වයම්හු ඇානය ද, පුදුණ කළ යුතුම ය. එකි තොකි ඇාන විහිදුවා, තොප; අන් ජාතු මානවකයේ ද භා සමඟ සොදින් ශිල්ප කළ යුතුම ය. බොල මානවකය, මේ ඔශ්ඨ බොට. තා රේඛහ බුද් දා මෙහි පැමිණව. තොප උරෙහි හන්තාන යක්ෂාය විසින් හංහඩු ඇද තොප හන්තානතීස්ම කර ඇත්තේ හි ය. මේ හංහඩු සලකුණ දිවිතුරවට තා භා හිදිනු ඇත්තේ හි ය. ඒ තාගේ දිවි රකිණු ඇති. ඒ තා ලැබු මහන් වූ භාගායක්ම වන්නේ හි ය."

වන්ද මාසයක් ගෙවෙද්දී පුරුණ සුව ලැබු කුලම්බ මානවක තෙමේ, එතැන් පටන් 'නාවක්කුලම්බයා' ලෙස බැවාණෝලා විසින් ගුදුන්වනු ලැබේ ය. එතැන් පටන් එකි නාවක්කුලම්බ මානවකයා, සරවබලධාරී හන්තානයක්ෂ ආයිර්වාදයෙන් ද, කම්මල් දිසාපාමොක්ලා, මාපියාණෝ, බැවාණෝලාගේ ආයිර්වාදයෙන් ද, හන්තාන ශික්ෂා පද සරණ යමින් ද, කුරි යදි යාවක වූ අප ජාතු මානවක බැවාණෝලාට දැනමාන දී, මාපිය අණව කිකරුව, දැහැමින්, කම්මල් මහප්‍රාණ ගත ප්‍රහේද ශිල්ප වඩවා අවසන සන්නස් පත්‍ර ලබා; එපුර දින කුවේර රුමන් සිවු කුමරියක්, මහා දිනස්කන්ධයක් ද, මහා මාලිග ගම්වර ද; ඇත් අස් රිය දස දස් සැප සම්පත් ද, ලබා, සරණ පවා ගෙන, පිංවත් දරු කැලක් ලැබ, කාමසුබල්ලිකානු යොගයේ සුර සැප, මෙලොවදී ම විද්‍යා වසන්නට වාසනාට ලැබුවේ හි ය.

පාදක සටහනා:

එකල්ඩි තක්සලා තුවර හන්තාන දිසාපාමොක් අරණ හි, කම්මල් පියයේ ජාතු මානවකයක වූ ද, අසම්හින්න සුර්යවිංග ප්‍රසුත, පැණ්ඩිත පිතාමහ මානවක වූ මා විසින්, හන්තාන මානවක මානවිකාවන්ගේ තුළු ප්‍රිති ප්‍රමෝදය උදෙසාම, පැරණි සිංහල සාහිත්‍යයේ එක් රවනා ගෙලියක් භාවිතයෙන්, සිනිදිසින් කළ රවනයකි මේ. දෙශ මහ හැර කියවා රස විදින්වා!

ගැටපද විවරණය:

ජාතු මානවකයා - සිසුවා

කම්මල් මහප්‍රාණ ගත ප්‍රහේද ශිල්ප ඇානය - ඉංජිනේරු විද්‍යාව

ප්‍රාදුරුත්ව වූ - පහල වූ, විද්‍යාමාන වූ

ඛුෂ්මවයනීයිලය - මෙමුනා සේවනයෙන්, ලිංගික ත්‍යාවන්ගෙන් වැළකීම

ඉසිඩුව - විවේකය, නිවාඩුව

ක්ෂ්මාවන් - කුස ගින්නෙන්, භාමතින්

තුළම - පාඩම් කරනවා

මදන මේදකය - මන්ව කාමය අව්‍යුස්සන වූර්ණයක්

හෙහෙස්‍යාගාරය - රෝහල, ඔසුසල

කෝ අග්නි ජාලා - කෝපය නමැති ගිනි ජාලා

දැන්බාසාත විෂසේර සර්පයින් - පොල්ලකින් පහර කැ සර්පයින් මෙන් කිපි

පුෂ්ට්‍රි කොට - පෝෂණය කොට

ස්වයම්හු ඇානයෙන් - තමන් විසින්ම දියුණු කරන ලද ඇානය

අනන්තාපරිමාණ - සීමාවක් නැතිව

එඩු එඩු පයින් - පියවරෙන් පියවර



A Timely Change for Changing Times



By

Kumudini 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, serine 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.

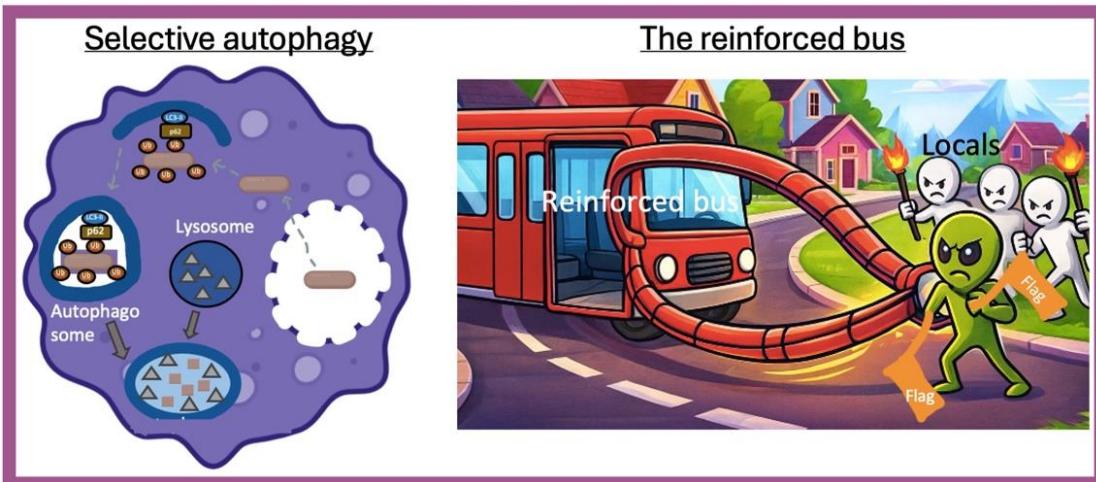
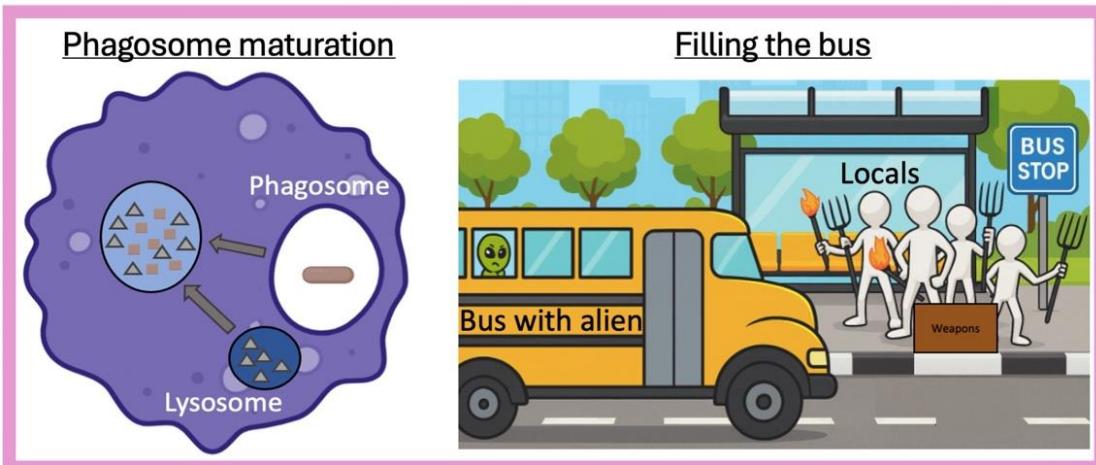
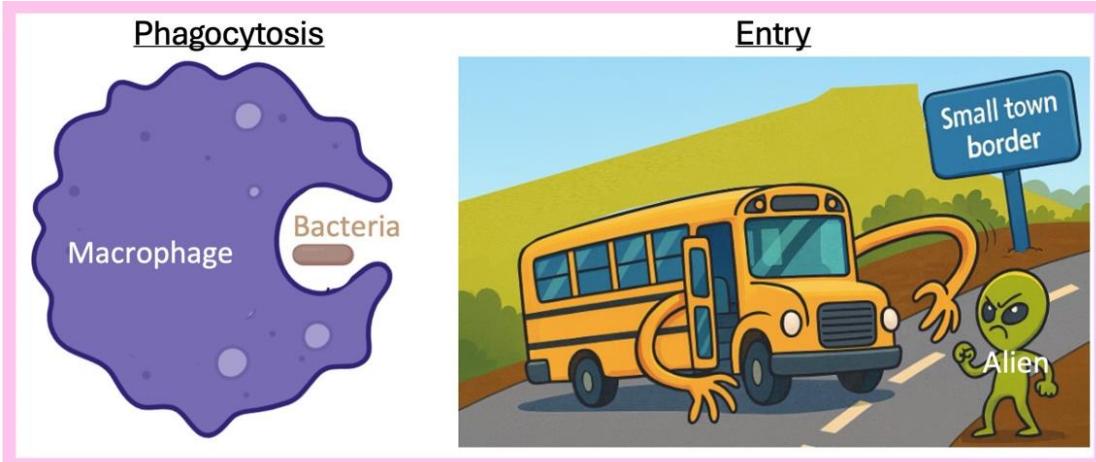
Selective autophagy: Occasionally, bacteria escape the phagosome but remain inside the macrophage. These bacteria are detected and tagged with a protein called ubiquitin, which recruits other proteins to enclose them in an autophagosome – a tiny fluid-filled double membrane-bound sac. This autophagosome 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- κ B 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
පියාඩින්නට සිදු වූ සමස්ත සහංදයන්
වෙනුවෙන් ලියා තබමි..

වත්සලා හේරත්
ආදිවිද්‍යාර්ත දයාන් හේරත්ගේ නැගණිය

අත් හැරෙන බව දැනත් සිත තුවින් මුදලා
සිතලම දුර රටට ආදරේ යවලා
හැමදාම ර හිනේ දරුවන්ව ඉසිනා
සසර මහ පුරාවට තුඩා මගේ අම්මා
උපයගත් හැමදේම හිත තුවින් බෙදලා
ඡීවිතේ සැහැල්ලුව හද පුරා විදිනා
නොකැපිවිව පෙකණි වැළ හිත ඇතුලේ හංගා
එතෙර කර හිනැපුනා ඒ මගේ තාත්තා
දෙවෙනි කොට ඡීවිතේ මලක් මෙන් රකලා
පිපෙන විට වෙන තැනක පුහ වෙන්න පතනා
රිදෙන මගේ හිත උඩට පිරිත් පැන් ඉහිනා
සසරේ කෙලවරකදී බුදු වෙන්න දෙන්නා

මුකලං අඩවියක

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

මුකලං අඩවියක අතරමහ පුපිපිවිව
ඉස්තරං අගලු වැටි එක්වැඩික හිරවෙවිව
සිතලේ. රිදෙනකොට මොහොතකට ගුලිවෙවිව
වාරක. මතකයක් හොයනාව ද නොමැකිවිව

ආදරය දැනෙනකොට නොදැනුණා වගේම ද
ආතතිය, බිඳුණු නොබිඳුණු තුරුණු හිතේම ද
සාගතය, ආදරය නොලැබුණත් ලැබේම ද
භාමතේ මිය යාම, ප්‍රේමයට පිදීම ද

තුනට හතරට කැඩුණ හිතක් ලහ තනිවෙලා
දිනක හවසක නැහුණු මුකුල මුකුලිත වෙලා
අදත් රත් අඩනව ද සයනයට ගොඩවෙලා

නාදුනන රිදුම්, ඇද ඇතිරිල්ල වහගත්ත
ආලයට දෙළඩින වහසි බස් හැම අහගත්ත
හිනයට ඉමක් තැනි මායිමක බැඳුගත්ත

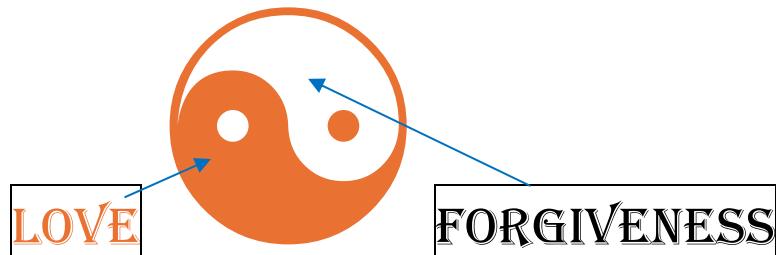


Fusion of Love and Forgiveness – as a model for living¹

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.



නොටුගු ගුණයාට...

ඩුයේන්ත විපේශ්වීර (2025)

අවුරුද්දක් පුරා හැම පසලාස්වක පෝයේ
දෙගොඩ තුළා යටත් නොටුගු මෝයේ
ගුණයා තුඩු ද බැයේවර රියැදුරු පායේ
ගමේ ගියාවද ඇයේ නාවේ ඊයේ

ජාසුල් ගියේ නම් තුඩු පන්තියේ සතර
ඒකන් නැවතුනේ වැළැකඩ පුරුෂ ගෙදර
නිස්කාරනේ පැටුමුනේ වලිවල නිතර
අනිංසකම මිනිසා තුළියෙ ජතර

දුර්ජන් තුළියෙ රස්සාවට ගත් නාත්තට
ලන් හැම භොරකළා රෝත්තට බුරුත්තට
නැති බිල් දමා නොගැසු බිසල් වලට
ලන් දුන් කොටස දන් දුන්නෙත් තුඩු අතට

මුහුණන මැරයෙක්ය හදුවන දෙවිකෙනෙක්
"කැලුත් පාලමේ" චුවිටේ දැයේ සිනමී
නවමන් පිටකොටුවෙම් මහජාරේ තුඩු සොයම්
හැඳුනුව වගේ පෙනුනට ඒ වෙන ඒකෙක්

අලුත්කබේ පිටෝටුවට දුර වැඩි ද
ඇස් වැසු නීතියේ දෙවානන නිදි ද
බොරුවට සලු ගොඩි ගුණයෝ -
සතස නිරුවතින්!

සංස්කාරකගේ සටහන -

මෙම කවියේ දැක්වෙන අක්ෂර විනාශය වෙනස්කම්
කවියේ කාව්‍යමය ගුණාග තවදුරටත් 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





රෙක්ස් ඔලිගස්ගරම්

2012 වසරේදී මගේ ප්‍රිය ඩිරිද සමග ජේරාදෙණිය සරසවියට මම නැවත ගිය ගමන යලි යලින් සිහිපත් කරවන ලද අපුරුෂංචාරයක් විය. නිසැකවම ඒ ගමන 1955/56 කාලයේ මම උපාධි අපේක්ෂකයෙක් ලෙස ජේරාදෙණියේ ගත කළ ප්‍රිතිමන් කාලයට මා මනසින් රැගෙන ගියේය.

එවකට ලංකා විශ්ව විද්‍යාලයේ (University of Ceylon) ජේරාදෙණිය මණ්ඩපය ලෙස හඳුන්වන ලද එහි නව නේවාසිකාගාර, පැවති ගොඩනැගිලි වල ඇති සලුකිය යුතු වෙනස්කම්, (දිනාහරණයක් ලෙස පැවති වකරන් වහලක් සහිත ආර්ථික විද්‍යා දෙපාර්තමේනුවේ ගොඩනැගිල්ල, අලත් ප්‍රවේශ මාර්ග සහිත නවීන ගොඩනැගිල්ලක් බවට පත්ව ඇති බව දුටුවෙමි. එහෙන් නවමන් පැරණි නේවාසිකාගාර, සමහර දේශනා ගාලා, ප්‍රධාන ප්‍රස්තකාලය සහ සිනෝවී ගොඩනැගිල්ල සමග ඇති කුළුණු සහිත ප්‍රදේශය, පැරණි ක්‍රිඩාගාරය සහ ක්‍රිඩා පිවිතනිය එලෙසම පවතින බව මම දුටුවෙමි.

නවකයෙකු ලෙස ජේරාදෙණි ගමන

එකල මගේ වැඩිමල් සහෝදරයා වන එල්මෝ සහ මම විශ්ව විද්‍යාලයට සංඝ ප්‍රවේශයන් ලබාගෙන තිබූ අතර 1955 ජුත් මාසයේදී මගේ දෙම්විජයන් සමග අපි මධ්‍යකලපුවේ සිට ජේරාදෙණිය මණ්ඩපයට ගියෙමු. එහි සුන්දර උද්‍යාන සහ ආකර්ශනීය ගොඩනැගිලි අතරින් මෝටර් රථයෙන් යාම අපට විශ්මය ජනක සහ උද්‍යෝගීමන් ගමනක් විය. අප සරසවිය මැදින් ගලහ පාර දිගේ වම් පසින් පිහිටා ඇති 'ජයනිලක' සහ 'අරුණාවලම්' ගාලා ද, දකුණු පසින් ක්‍රිඩා භූමි සහ පැවිලියන් ද, කළාගාරය සහ උප කුලපති නිවාසය වූ ලොජ් එකද, තේම්ස් පිරිස් සහ හිල්ඩ් ඔබේසේකර ගාලාව මැදින්, අවසාන නේවාසිකාගාරය වූ ' රාමනාදන් ගාලාව වෙන ගියෙමු.

රාමනාදන් ගාලාවේ දී අපට නවකයන් හඳුනාගැනීමට අවස්ථාව ලබුණු අතර පළමු හඳුන්වාදීමේ වැඩි සවහන් වලට සහභාගී වීමටද සිදු විය. පසුව අපගේ ජේජ්ධියන් කිසිම පමාවකින් තොරව අප වැනි නවකයන් (Freshers) සඳහා වූ නවක වද සැසිය අරම්භ කරන ලද අතර, සමස්තයක් වශයෙන් එවා නේවාසිකාගාර තුළම සිදු වුනි. එවා සමහර විට ලේඛාවට සහ නින්දාවට පාතු වීමට සිදු වන එවා වුවද, ජේජ්ධියන් හමුවීමට සහ හඳුනාගැනීමට මෙන්ම භාජන විනෝද්‍යනක අවස්ථාවක් වුවාය. මගේ මිත්‍යා මෙන්ම අසල්වැසියාද වූ 'පාස්ටර්', නවක වදයේ ප්‍රිතියෙන් කුල්මන්ව ජේජ්ධියෙක් ලෙස පෙනී හිඳුමින් තැවත් නවකයෙකුට තැවත් වදය දීමට ගොස් අමාරුවේ වැටුණි. ඒ අලස් නම් සිසුවා සැබුවින්ම නවකයෙකු තොට තැවත් ජේජ්ධියෙක් වීම නිසාය.

මහු ඉනා ලුණු අමුල් සහිත භාජාවෙන් ඔහුට බැඳු වැදි පාස්ටර් එතැනින් එලුවා දැමීමේය. පාස්ටර් විභාම ගොන ගසම්න් ඔහුගෙන් සමාව ඉල්ලා සිටියේය.

නේවාසිකා සිසුවෙකු ලෙස

1955/59 කාලය තුළනුල සරසවියේ සියලු සිසුන්ට ඔවුන්ගේ පදිංචිය හෝ නිවාසය කොහො වුවත් නේවාසිකාගාර වල පදිංචි කරවන් වීම අනිවාර්ය විය. මූල සරසවියෙම සිසුන් ප්‍රමාණය සමන්වීන වුයේ බහුතරයක්ම කළා පීඩියේ සිසුන් ගෙන් වූ අතර නීති පීඩියේද, අවසාන වසරවල දන්න වෙටුන සහ කෘෂිකර්ම පීඩියේ සිසුන් කිහිප දෙනෙක් පමණක් එයට අයන් වීමෙන් මූල ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව 2000 ක් පමණ විය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස එතැනු එකිනෙකා



හොඳින් හඳුනන ප්‍රජාවක් සහිත කුඩා, එහෙත් සමීප සමාජ ඒකකයක් විය. එහෙත් දැන් සරසවිය තුළ අනි ඒය ගණන වැඩිවි, සමස්ත ගිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව විශාල ලෙස වැඩිවි අනි බැවින් දැන් තත්ත්‍ය බොහෝ සේ වෙනස්ය.

සරසවියේ නව නේවාසිකාගාර ඩිජිතල පිටත නවානැත් ගැනීමට හෝ ගමන් කිරීම් සඳහා අවසර දී ඇත්තේ එදා මෙන් නොව, එවා සිසුන්ට පිඩිනයක් දෙමින් පිරි ඉතිරි ගොස් ඇති බව දැනගන්නට ලැබුණි. මගේ කාලයේ පිරීම් නේවාසිකාගාරයක් වූ 'රාමනාදන්' ගාලාව දැන් කාන්තා නේවාසිකාගාරයක් වී ඇත. නේවාසිකාගාර පාලිකාවට ස්තුති වන්නට මගේ පැරණි නවානැතැනි බොහෝ කොටස් නැරඹීමට මට එය බාධාවක් නොවිය.

මයා මේකේ ඉන්නවනේ..

අපි කාර්යාලයට යනවිට මගේ බිරිදී එහි ඇති ජායාරුපයක් දැක "මයා මේකේ ඉන්නවනේ.." යයි සනුවින් පැවැසුවාය. අන්තර් ගාලා තරගයේ ගුරුයන් ලෙස 1956 අපි ගත් ජායාරුපයක් දැක මම ප්‍රිතියටත්, පුදුමයටත් පත්වීම්. වසර 57 කට පසු මට මාවම හඳුනා ගත නොහැකි වුති. ඒ කාලයේ මගේ සෙසු ක්‍රිඩික ක්‍රිඩිකාවන් දැකීම අත්තෙන්ම සනුවට කරුණක් විය. මගේ කණ්ගාවුවට කරුණක් වූයේ, මගේ හොඳම මිතුරා වූ හෙත්රි සොලමන්ස් අනුළ සංඛ්‍යාවෙන් අඩක් පමණ තවදුරටත් අප සමග නැති වීමයි. හෝජන ගාලාව පෙර ආකාරයටම වූ අතර අර්ථස්වී මැකින්ට්සර්, ජේන් ගුණරත්න, නිමල් භාරතී, ආර්. එස්.ප්‍රනාත්ම් අනුළ එකම මේසයේ පැරණි මූහුණු සිහිපත් කරමින් පෙර මෙන් එකම ස්ථානයේ එකම මේසයේ වාචි වීම සනුවක් වූ බැවින් කුම කාමරයට යාම මගේ සිත තුළ ප්‍රිතියක් ජනිත කළේය. එහෙත් අවසන් සයයන් තිදෙනාම අද අප අතර නැති වීම කණ්ගාවුවට කරුණක් විය.

වොර්ඩන්

වඩාන් උද්යෝගීමන් අත්දැකීමක් වූයේ මගේ පළමු වසරේ (1955/56), රාමනාදන් ගාලාවේ මගේ පැරණි කාමරයට (අංක 67) යාමයි. ගහු භාණ්ඩ සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස්වූ අතර රාමනාදන් හි කාමරයක මගේ කාමරයක එක් සිසුවෙක් පමණක් වූ නමුත්, දැන් එහි සිසුන් තිදෙනෙකු සිටින බව පෙනුනි. මෙය නවානැත් සඳහා ඇති පිඩිනය පෙන්නුම් කරයි. නියෝජ්‍ය පාලිකාව කාරුණිකව අපට ඇනුළ වීමට ඉඩ දුන් විට, නේවාසික ගිෂ්‍යාවෙන් එහි සිටියේ නැතු. කෙසේ වෙනත්, අපි කාමරයෙන් පිටව යන විට කාමරයේ සිටි ගැහැණු ලමයින් තිදෙනාගෙන් දෙදෙනෙක් අනුලට ගියහ. මිතුජීලී ගැහැණු ලමයින් දෙදෙනා සමග කනා කිරීම අත්තෙන්ම සනුවට කරුණක් විය. ඔවුන් සනුරින් සිටින බවක් පෙනෙන්නට තිබු අතර ඔවුන් හොඳින් කටයුතු කරන බවද පෙනෙන්නට තිබුණි.

රාමනාදන් ගාලාවට ඇනුළ වන ප්‍රධාන දොරවුව ඉදිරිපස ඇති මල් උයන තවමන් එදා මෙන් ඉතා ආකර්ෂණීය විය. මුරකරගේ පුවුව දුටු විට එය භාස්‍යජනක අතිනය පිළිබඳ මතකයන් ගෙන ආවේය. එකල අප නේවාසිකාගාරයේ වොර්ඩන් වූයේ ජේ.සී.ඒ. කොරෝයා මහතායි. රාත්‍රී 10 ට ඇදිරි නීතිය පැනවීමෙන් පසු රාත්‍රීයේ ගාලාවට නැවත පැමිණෙන සිසුන් විශාල සංඛ්‍යාවක් නමා දුටු බවත්, රාත්‍රී 10 න් පසු නැවත පැමිණෙන අයට ඔවුන්ගේ නම් පිවිමට සහ අත්සන් කිරීමට පහසුකම් සලැසීම සඳහා මුරකරුසමග ලේඛනයක් ප්‍රවත්වා ගැනීමට කුමති බවත්, කොරෝයා මහතා රාත්‍රී හෝජන සංග්‍රහයේදී තිවේදනය කළේය. ප්‍රමාද වී පැමිණෙන අයට උපදෙස් දීම (counsel) සහ බරපතල අවස්ථාවන්හිදී විනය ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම හැර වෙනත් කිසිදු ක්‍රියාමාර්ගයක් ගැනීමට තමා අදහස් නොකරන බවත් කොරෝයා මහතා පැහැදිලි කළේය. මගේ මිතුරා 'සොලෝ' සහ මම පුරදේදක් ලෙස ප්‍රමාද වී පැමිණෙන අය නොවුවත් සමහර අවස්ථාවලදී අපි විතුප්‍රයක් තැරැඹීමට සහ රාත්‍රී ආහාරය සඳහා මහනුවරට ගොස් රාත්‍රී 10 න් පසුව පැමිණෙන අවස්ථාවන් තිබුණි. මුරකරු බීමන්ට අඩ නින්දේ සිටින බව දුටු අපි, අපගේ කෙළිලොල් දගකාර බව තිසාම, අපගේ නම් වෙනුවට J.C.A. කොරෝයාගේ නම පිවිවෙමු. තවත් සිසුන් කිහිප දෙනෙකු ද අපගේ දගකාර ආදර්ශය අනුගමනය කර එම විනෝදයටම නියලු සිටියහ. සති කිහිපයකට පසු, කරුණාවන්ත කොරෝයා මහතා තම නම පියලු ඇති බැවින් ලේඛනය ඉල්ලා අස්කර ගන්නා බව තිවේදනය කළේය. කෙසේ වෙනත්, හොඳ සෙංඛ්‍ය 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 ප්‍රමේයය සාර්ථක විය.

හිඳගල රෙස්ටුරන්ට් වල රස බොජන් සහ භාංග වංගමේ (Kissing Bend) විත්ති

රාමනාදන් ගාලාවෙන් පිටත් ව යන අතර, අපි ප්‍රසිද්ධ හිඳගල අවන්හල (Hindagala Restaurant) දෙසට මද වෙළාවකට ගියෙමු, එකල අපි, ඉහෙන්ට ඉතා රසවන් ලෙස සකස් කරන ආහාර වේලක් සඳහා එහි ගිය විට, බොම්බේ (ලොකු) එළුණු වලින් සරසා බිත්තර බුල්ස් අයි (Eggs) එකක් තබා පිරිනැඹු ඉරුණු හරක් මස් (Corned beef) අහාරයට අප බොහෝ සේ ඇශ්‍රම් කළෙමු. අවාසනාවකට මෙන්, එම අවන්හල තවදුරටත් එහි නොමැති අතර එය බයිසිකල් අලුත්වැඩියා කිරීමේ සාප්පුවක් සහ සාමාන්‍ය වෙළදසැලක් පමණක් එනැතු විය. මෙය අපගේ බලාපොරාත්තු සුන් කරවන සුළු විය. ඉන්පසු, අපි ආපසු හැරී හිල්චා ඔබේසේකර සහ ජේම්ස් පිරිස් ගාලා පසුකර ක්‍රිඩා පිටි සහ ක්‍රිඩා කරන ස්ථාන දෙසට ගියෙමු, හිල්චා ඔබේසේකර සහ ජේම්ස් පිරිස් ගාලා අපගේ කාලය තුළ කාන්තා නේවාසිකාගාර විය.

අපි ජේම්ස් පිරිස් පසුකර යන විට, මිසිස් කුක් (එවකට ජේම්ස් පිරිස් ගාලාවේ පාලිකාව) සිහිපත් විය, ඇය මනා උසකින් යුතුවූ, පැරණි හමුදා නිලධාරයෙකු වූ ඇගේ ඉංග්‍රීසි ජාතික සැම්යා සහ කුඩා ප්‍රතා (අපි ආදරයෙන් හැඳින්වූ පරිදි කුක්ටල්) සමඟ ඇවිද යනු දැක තිබේ.. ඔවුන්ගේ උසෙහි ඇති සැලකිය යුතු වෙනස නිසා, මිස්ටර් සහ මිසිස් කුක් එකිනොකා සමඟ සන්නිවේදනය කිරීම සඳහා ඔවුන්ගේ ඇලුමේ සැගැවුණු දුරකථන උපාංගයක් භාවිතා කළ බවට අප සිනා සිටියෙමු! හිල්චා ඔබේසේකර ගාලාව පසුකර යන විට, වංග දෙකක් සහිත ප්‍රසිද්ධ “සිපගැනීමේ වංගව” හරහා ගිය අතර, මෙම ලබා දී අන්තේ පෙම්වතුන්ගේ කිසිදු ආදර ක්‍රියාකාරකමක් නිසා නොව, බයිසිකල්කරුවන් (නිරිංග නොමැතිව) බිම වැටී පෙළාවෙහි දුහුවිලි සිප ගැනීම නිසා බව මම නවර්ජින්ට පැහැදිලි කළෙමි. මගේ කාලයේ, මම දේශනා, නිබන්ධන පංති, ක්‍රිඩා සහ වෙනත් ගමන් සඳහා මගේ බයිසිකලයේ (නිරිංග නොමැතිව!) ගියෙමි. කෙසේ වෙනත්, ඉදිරිපස මඩ ගාබය මගේ කකුලෙන් හැන්විල් බාර් එකට උඩින් තද කිරීමෙන් බිම වැටී, දුවිලි සිප ගැනීමෙන් වැළකි සිටිමට මට හැකි විය.



මගේ මිතුරා නිස්ස එතරම් වාසනාවන්න නොවිය. බෙක් නොමැති බවට මා අනතුරු ඇගෙවුවත්, නිස්ස මගේ බයිසිකලය ගෙයට ගන් අතර, තැලීම් සිරීම් සහිතව ඉක්මනින් ආපසු පැමිණියේය. ඔහු නැවත කිසි දිනෙක මගේ බයිසිකලය ගෙයට නොගන්නා බවට දිවුරමින් පවසා සිටියේය. ඔහු සිපගනීමේ වංගුව වෙන ගමන් කරමින් සිටියදී, දේශන සඳහා යන කනිෂ්ඨ ගැහැණු මෙයින් පිරිසක් ඔහුගේ මාර්ගය අවහිර කරමින් යාම නිසා බයිසිකලය නැවත්වීමට නොහැකිව එකියක හා ගැලී ඇති බව මට අවබෝධ විය. වාසනාවකට මෙන් දැරියට බරපතල තුවාල සිදු නොවිය. රේඛ වසරේදී, ඉගෙනීමේ දක්ෂයෙක් වූ නිස්ස උපදේශකවරයෙක් වී, පළමු නිබන්ධන පන්තියට යන විට, ඔහුට බොහෝ ප්‍රාග්ධනයක් ඇති කරමින් වින්දිනයා ඉදිරි ජේලියේ අසුන්ගෙන සිටියේය. සමහර විට, නිස්ස අයට භොදු ලකුණු ලබා දීමෙන් වන්දී ගෙවිචාද විය හැකිය!

ක්‍රිඩාව සමග ඉදිරියටම

ක්‍රිඩා ස්ථාන කරා ලැඟා වූ විට, වෙනිස් පිටි, ආකර්ෂණීය මලල ක්‍රිඩා සින්චර් (පුරුණ රජ ධාවන පථය සහ පාපන්දු/රුග්බි පිටිය මට බොහෝ ප්‍රීතිමන් සහ තෘප්තිමන් මතකයන් නැවත ගෙන ආ බැවින් මම තරමක් හැඟීම්බර විමි. වෙනිස් පිටිය නිසි පරිදි නඩත්තු කර තැනත්, පසුගිය විසර 55 තුළ මෙම ස්ථාන වෙනස් වී නොතිබුණි. මගේ පළමු වීම් විසර තුළම (1955/56) මම වෙනිස් සහ මලල ක්‍රිඩා ජයග්‍රාහී වර්ණවල නිමිකරුවෙකු විමි. මගේ දෙවන වසරේදී (1956/57), මම ජේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාල වෙනිස් කණ්ඩායමේ උප නායකයා ලෙස තේරි පන් වූ ඇතර, භොදු වෙනිස් ක්‍රිඩකයන්ගේ පවුලක් පැමිණි, මට වඩා ජේස්ඩ් සිසුවියක වූ ශේලා ද සේරම්, නායිකාව ලෙස තේරි පන් විය. මගේ තුන්වන වසරේදී (1957/58) මම වෙනිස් කණ්ඩායමේ නායකයා ලෙස තේරි පන් විය. වසර දෙකේදීම, සිසුන් සහ උපදේශකවරන් (DONS) සහ ඔවුන්ගේ පවුල් වල අය යන දෙපිරිසගේම සහභාගීන්වයෙන් අභ්‍යන්තර වෙනිස් තරගාවලි සංවිධානය කිරීමේ ප්‍රසන්න කාර්යය මට පැවරී තිබුණි.

වැඩිහිටි හා බාල යන දෙඅංශයෙන්ම බොන්වරන් දැක්වූ උද්යෝගය ගැන මම පුදුමයට පන් විමි. ආර්ලික විද්‍යා අංශයේ ගිෂායයෙකු වූ මට වෙනිස් තරගාවලියන් සඳහා අනෙකුත් අංශවලින් සහභාගී වන්පැදේශක බොන්වරන් සමග ප්‍රසන්න සම්බන්ධනාවයක් ඇති කර ගැනීමට ඉඩ ඉඩ ලැබීම මාගේ ස්තූටට හේතු වූ කරුණක් විය. විය. මහාචාර්ය එම්.ඩී. පාසේ (Prof. H.A. Passe (English), සහ මිගු යුගල ක්‍රිඩා කරන ඔහුගේ උද්යෝගීමන් බිරිදී, මහාචාර්ය හෙටිට්ආරච්චි (සිංහල), ආචාර්ය එම්.ඩී. ආරයාල (බෙඟද විශ්වකෝෂ්‍යය), ආචාර්ය උපාලි අමරසිංහ (ඉංග්‍රීසි), ආචාර්ය එස්.ජේ. තම්බයි (සමාජ විද්‍යාව) සහ ආචාර්ය කරුණන්දන් (ග්‍රුව්‍ය දායා) ආදින් ඒ ඇතර විය. මහාචාර්ය හෙටිට්ආරච්චි, ආදරණීය මහත්මයෙක් විය. මට පුතෙක මෙන් සැලැකු අතර ඔහුගේ තරග කාලය පිළිබඳව දැනුම් දීමට මා ඉදිරියට එන සෑම අවස්ථාවකම මාව සෙනෙහසින් වැළැඳ ගන්නේය.

අම්හිර උපදේශය

කණීජ්ඩ උපදේශක වරුන් වූ ආචාර්ය උපාලි අමරසිංහ සහ ආචාර්ය එස්.ජේ. තම්බයි (තම්බයි සෙනෙන අධ්‍යාපන කටයුතුවල (outstanding academics) නියුලෙන්නන් පමණක් නොව, ඔවුන්ගේ පාසල් හා විශ්වවිද්‍යාල ජීවිතයන්හි කැපී පෙනෙන ක්‍රිඩකයින් ද වූහ. මහාචාර්ය ලුබොවයික්, ආචාර්ය උපාලි "මගේ වඩාන්ම පරිපූර්ණ ගිෂායා" ලෙස හැඳින්වූ බව වාර්තා වේ. තරගාවලිය අනරුදු සිදු වූ සිදුවීමක් සම්බන්ධයෙන් ආචාර්ය එස්.ජේ සහ ආචාර්ය උපාලිගේ ආකල්පය ගැන මම වඩාන් පැහැදුනෙමි. තරගාවලියේ මැද හාගයේදී තරුණ උපදේශකයෙකුගේ නම කපා දැමීමට මට සිදුවිය, මන්ද ඔහු පුරුදේදක් ලෙස ප්‍රමාද වීම හෝ කිසිදු වලංගු හේතුවක් නොමැතිව තරග සඳහා නොපැමිණීම නිසා තරගාවලියේ ප්‍රගතියට බාධා ඇති විය. ඔහු නොමැතිව රේඛ වටය ක්‍රිඩා කරන බව දුටු ඔහු, පිටියට ඇතුළු වන විට, මගේ පැහැදිලි කිරීම නොතකා මට අම්හිර ලෙස බැඳු වැළුන්නේය. මෙය දුටු ආචාර්ය උපාලි සහ ආචාර්ය එස්.ජේ යන දෙදෙනාම මගේ ගැලීමේ පැමිණ අනෙක් උපදේශක වරයාට පැවසුවේ තරගාවලියේ කාලෝච්චාවන බාධාවකින් නොරව කරගෙන යා යුතු බැවින් මගේ ක්‍රියාව සම්පූර්ණයෙන්ම නිවැරදි බවයි.





Seated L. to R.: Miss R. Kodagoda, Miss D. de Saram, (Capt.) P.E. R. P. Olegasegaram,
(Captain) Miss S. de Saram, Miss S. de Abrew.
Standing L. to R.: T. Rosemale Coque, E. A. Olegasegaram, R. Satkunam,
B. C. P. Fernando, M. Roberts.

වෙනිස් ක්‍රිඩකයෙකු නොවුනත්, තරගාවලිය අවසානයේ (1957/58) සම්මාන ප්‍රදානය කිරීමට මම ඔහුට ආරාධනා කළ විට උපකුලපත්‍රිවරයා වූ ආචාර්ය ආචාර්ය ඉනා උනන්දුලෙන් සහයෝගය දැක්වීය. මූල විශ්ව විද්‍යාලයේම (පේරාදෙණිය සහ කොළඹ විශ්ව විද්‍යාල දෙකෙහිම) උපකුලපත්‍රිවරයා ලෙස, ඔහුට එදාම කොළඹ විශ්ව විද්‍යාලයිය කුවන්සිලයේ වැඟන් රස්වීමක් පවතින බව දැන්වූ විට, මහාචාර්ය නඩරාජා (ප්‍රියාධිපති) ගෙන් ඔහු

වෙනුවෙන් පෙනී සිටින ඉල්ලා සිටින ලෙස මා යෝජනා කළේමි. කෙසේ වෙතත්, සම්මාන ප්‍රදානය කිරීමට ආචාර්ය ආචාර්ය පුද්ගලිකවම ඉදිරිපත් විය. ඔහු කුවන්සිල රස්වීම කල් දමා තිබුණි. මම ඔහුගේ එම සත්ත්‍රියාව කෙරෙහි පැහැදි බොහෝ සේයින් ස්තූතිවන්ත වූයෙමි. වසර දෙකේදීම, අවසන් මහා තරගයේදී එම් ජෝන් ලිංගම් (ජෝන්) ට පලමු තනු ද, දෙවන ස්ථානය මටද හිමි විය, මන්ද ඔහුගේ දක්ෂ භා උපකුමහිලි වමන් කුඩාව මට කළ නොහැකි විය. අපි දෙදෙනාම කොළඹ පැවති සමස්ත විශ්ව විද්‍යාල තරගාවලියේදී (1957/58) ඒකාබද්ධ විශ්ව විද්‍යාල කණ්ඩායම නියෝජනය කළේමු. 1956/57 දී ගිලා ද සේරම් කාන්තා කේවල ඉසවිව සහ 1957/58 දී රැක්මනී කෙදාගොඩ (රුකී) දිනා ගන්හා. එම වසරේ රැක්මනී සමස්ත ලංකා කාන්තා ගුරිය වූවාය. මගේ නායකත්වය යටතේ එම අවුරුද්දේ ඇය අපේ කණ්ඩායමේ සිටිම මට ආයුර්වාදයක් විය. ඒ ගන මම සතුවු වූනෙමි. කණ්ඩාවුදායක ලෙස ජෝන් සහ රැක්මනී යන දෙදෙනාම තරුණ වයසේදීම අප අතරත් වෙන්විය.

ගිලා ද සේරම්, 1950 ගණන්වල සමස්ත ලංකා වෙනිස් ගුරයෙකු වූ ස්කොට් මේනර්ටි (Scott Meynert) සමග විවාහ වී ඕස්ට්‍රේලියාවේ සිඩ්නි තුවර 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

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



¹Some conditions apply.



Sketch done with Micro Pen

By Nathan Herath
Son of Alumni Nadisha Ratansonkera & Dayan Herath



එතෙර ගිය අම්මාට

ධම්මික හේරන්
කංශී විද්‍යා ආදිවිද්‍යාර්ත

මිට දැයුතු පෙර (2013 දෙසැම්බර් 19) දිනයින ප්‍රවත්තනේහි පල වූ මේ ප්‍රවත්ත මගේ කවියේ නිමිත්තයි.

"දරුවන් සිව් දෙනෙක් මවන් පියන් නොමැතිව දින පහක් බවගින්නේ"

එම වාර්තාකරුට අනුව මෙම දරුවන්ගේ අම්මා මද පෙරදිග ගෘහ සේවිකාවක් ලෙස ගොස් ඇති අතර හමුදා සේවයේ සිරි තාන්තාට සිය රක්ෂාව රැක ගනිමින් ලමයින් භානාර දෙන බලා ගැනීමට බැරේවූ වානාවරණයක් ඇති විනිශ්චිතයි.

අම්මාන් තාන්තාන් නොමැතිව බියෙන් කුසැගින්නොන් සිටින මේ සිව් දරුපැටවුන්ට මෙලෙස සිතෙන්නට ඇතැයි මට සිතුනි !

ගෙදර බුදුන් වූ අම්මේ

පහන් සිල් තිවා දා දුර ගියේ ඇයි තුඩු?

නොපෙනෙද ඇතා සිටිනා තුඩුට

මේ හට දුකු ගොර සසර

රඳුරු කුසැගිණි වෙකායන් ගොරවන

අප සියලු දෙන මේ දැවෙන්නේ

අවුලවා ගන් නිසාදේ මහා තණ්ඩා ගිනි මඩල?

අම්මේ, නොපෙනෙනා ඇතා ඇති

කාමුශ්‍යබල්ලිකාණු හට හෝග සුව යහන

ඉසුරු පිරි රන්වීමන් සේද පට සල සිනිදු

නැණස වසාලු තණ්ඩා කඩිතුරයි

අත ගැසෙන ඉසීඩුවේ අප ලගම

දැවටෙමින් අප සැනාසුවූ

නැති බැරිකමේ අවිහිංසක සනුට

අපේ පා පහරකා උකටලිව

ඇත් සිට ඉච්චිමට සිනාසේ

අනින්දෝ තණ්ඩා දාසේ

ගතවුණු ඒ සොදුරු සැමරුම්

සිහිනායෙන් ගැ සුවදක්ය

"උගණා ලොකා අනින්දෝ තණ්ඩා දාසේ"

ලේක සන්වයා කවදාවන් පිරිලා නැහැ (උගණා), අතු පාඩු බොහෝමයි, කවදාවන් සැහීමක් නෑ (අනින්දෝ) මේ නිසා තණ්ඩාවේ දාසයන් වහැලුන් වෙනවා (දාසේ).

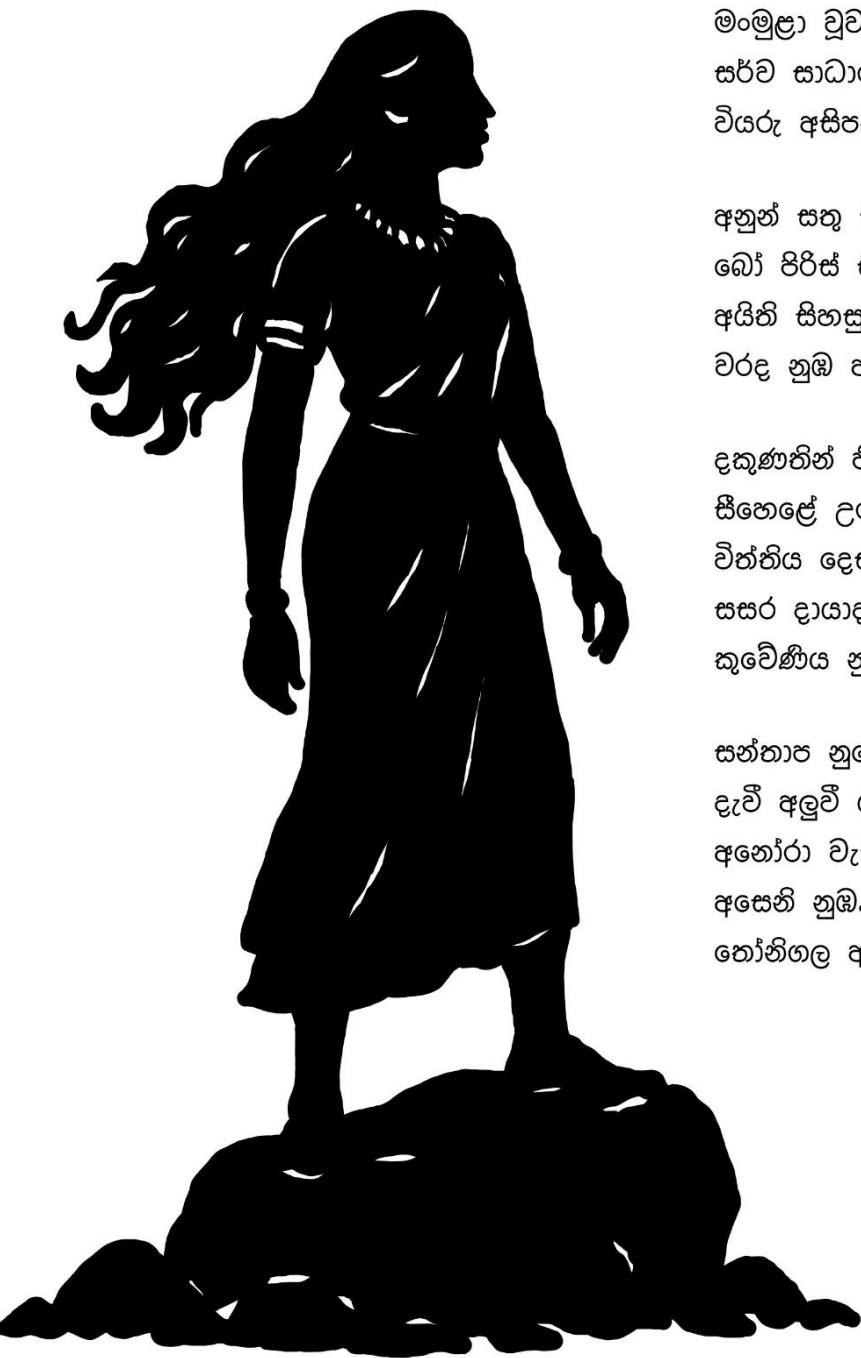
(බුදුන් වහන්සේ රාවිපාල කුලපුත්‍රයට දෙසූ දහමක්).



කුවේනීය නිරදේශයි...

- තයාගා මුදුලිගේ -

(A friend & a contributor to AAUPOC)



අවසාර වූ වසාර ජේමයක් අහිමුව,
මංමුලා ව්‍යවා නොවෙද නුඩ
සර්ව සාධාරණ වූ ආලයක්,
වියරු අසිජිතකින් සෙව්වාද නුඩ...

අනුන් සතු සිහපුන් රැහැරගත්,
බේ පිරිස් සිටි පුරාණේ
අයිති සිහපුන අයිතිකරගත්,
වරද නුඩ අත පමණමද...

දකුණුතින් තේවහන්තද, වමතින් දිසාලාද,
සිහෙලේ උරුමය දැකින් දරාගෙන
විත්තිය දෙස නොබලාම,
සසර දායාද පතිවතෙන් රැක්කාට
කුවේනීය නුඩ ගාප කෙරුවාට මන්ද...

සන්නාර නුඩේ හදවත,
උවේ අමුවේ යන විතකයට
අනෝරා වැසි වස්සන්න නොහැකි ව්‍යවාට,
අසෙනි නුඩ... නිරදේශී බව
නොශිගල අදටත් 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.



අනේ ඔය හිත හදාගෙන්න.....

සුවිනි සුලෝච්නා, ආදිවිද්‍යාර්ථ රුවිනි ආයාවකාගේ නිවුන් සෞයුරිය

සැන් ඇනෝරු තිරියේ ඇඟලුකුමඡ ගුණීම මෙන්න
තමින් ඇවිදුන් නායු දෙශාකාට මෙන් ඩිජේ බෙඟන්න
ආජුරු ආජුරු කිස කිස දුන්නා නායුම නින තිරින්න
ඩිජේ බිජ පුදු මැපුදු මෙන් තිස මට තිශාගන්න

ඇටින් මෙම ඇතින් ඇල්ල ඇයේ මෙම ආජුරු දැන්න
ඡුකරන කෙනෝරු මෙන් බිජ ඇගිලු පත්‍රින් ස්‍රී මදුන්න
තමන් ඇති මෙන් තින් ඝනුව බිජ මුජා ඇල්ලන්න දැන්න
ඉන්න බේතාන පුළුන යෙනෙනු මෙන් ඇඟා මුජාගන්න

තීනායක් නම් පුරු ඇවිදුන් දෙන්නේ ඇනා මට තිශාගන්න
කරන දුරකාරකම් නම් විවිද පුදුම් දුරුගන්න
රියේ මදුනු යෙනෙන උතුරු සන්නිටදු ඇයේ තින් තිරින්න
මෙන් රින්කදු ඩින් මට බිජ පුදු මැයිජලුවා ඉන්න

තම් නොවී තම් එ අනි අනි ම් අම් දුක නායු දුන්න
ම් මෙන ඇනි එක්ම සන්නිට මෙනෙන ඇනා මට උගින් ඉන්න
දුරුගාන මෙන් ආජුරු බිජ තිනෙයුතා මෙලෙකින්ම ඉන්න
තරුණාගන්න මෙන දින මට ම් පුදු ඇන් බිජ නින තිශාගන්න

2Wings





BUY | SELL | HOMES MORTGAGES

**WE SELL
BEAUTIFUL
HOMES**



**DULAKSHA HERATH, REALTOR
TRU REALTY, BROKERAGE**

613-851-5279

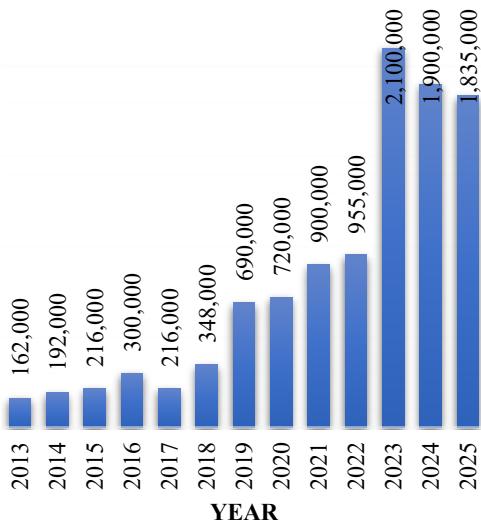


A Humble Glance Back at 12 years of Serving to Our Alma Mater

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** – හන්තාන පැවුරු, 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 (හන්තාන පැවුරු)

40 | Page

HANTHANA PAVURA - VOLUME: 10 ISSUE: 2 - January 2026

