中国国际广播电台
CHINA RADIO INTERNATIONAL

සූහාසර්

蓮花

2017 - සිව්වන කලාපය

中国国际广播电台和斯里兰卡红十字协会联合出版

චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය

චීනය සහ ජාත්‍යන්තර ප්‍රජාව එකට එක් කරමින් චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය ආරම්භ කෙරුණේ 1941 දෙසැම්බර් මස 3 වැනි දාය. අද වන විට එය ලොව පුරා වැඩිම භාෂා ගණනාවක් විකාශනය කරන විශාලතම ගුවන් විදුලි ජාලයක් බවට පත්ව තිබේ. එයින් ලොව පුරා විකාශනය කෙරෙන භාෂා ගණන මේ වන විට 65කි. ලෝකයේ සංනිවේදන විධික්‍රම වඩාත් පුළුල් වීමත් සමඟ අන්තර්ජාල රූප මාධ්‍ය හා ජංගම දුරකථන සහ පොඩ්කාස්ටින් වැනි නූතන බහුවිධ මාධ්‍ය ඔස්සේ සිය විකාශන ජාලය ශක්තිමත් කිරීමට චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය පියවර ගත්තේය.

ඒ අනුව වසර 2011 ජනවාරි 18 වනදා CIBN චීන අන්තර්ජාතික ගුවන්විදුලි විකාශන ජාලය ආරම්භ කෙරිණ. ලොවපුරා ප්‍රවෘත්ති ඒජන්සි මධ්‍යස්ථාන 8ක් පවතින අතර රටවල් 32ක ප්‍රවෘත්ති වාර්තාකරණ ඒජන්සි ආයතන පිහිටුවා තිබේ. ලොව පුරා විසිරුණු කොන්ෆියුසියස් මධ්‍යස්ථාන සංඛ්‍යාව 13කි. චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ අසන්නන්ගේ සමාජ 4114ක් ලොව පුරා ක්‍රියාත්මකය.

සුභාසර 蓮花

චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය

SINHALA SERVICE

CHINA RADIO INTERNATIONAL

No.16A, Shijingshan Road,
Beijing, P.R. China
Post code:100040

00 86 10 6889 2373/0439

00 86 10 68892361

sinhalacri@gmail.com

http://sinhalese.cri.cn/

Cheena Sinhala handa

Voice of China-Lanka

අනුශාසකත්වය

ජගත් අබේසිංහ

සුදත් මඩුගල්ල

සංස්කාරක

ශී යුයැ, හාඕ ලී ෆාං, වං යිං

කතෘ මඩුල්ල

ශී යුයැ, ෂෞං ලී, ලියු හුයි,
හාඕ ලී ෆාං, වං යිං, හැන් ජියැන්,
සුන් ජියා ජියා, වෙන් ගුවැන් වන්,
රවිමල් හඳුවල, සුගත් රත්නායක,
නිසංසලා රත්නායක

ප්‍රකාශනය

චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය සහ
ශ්‍රී ලංකා රතු කුරුස සමාජය

පටුන

චීනය නව යුගයකට රැගෙන යන චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි ජාතික නියෝජිත සම්මේලනය 2

'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' හරහා ක්‍රියාත්මක නාගරික සංවර්ධනය 7

චීන - යුරෝපා දුම්රිය මාර්ගය ජිං හයි පළාතේ ගෝලීය වෙළෙඳාමට රුකුලක් 10

චීන - ශ්‍රී ලංකා මිත්‍ර හදවත් යළිත් ඔපවත් කළ නොවැම්බර් 11 වෙනිදා 12

මානව භාෂාවක් ලෙසට ලොව පුරා ජනප්‍රිය වී ඇති චීන සංස්කෘතිය 16

සුළු ජාතික හා ආසියාන් ප්‍රදේශවල සම්පත් ප්‍රයෝජනයට ගනිමින් විශාල ජයග්‍රහණ ලබාගත් චීන ගුවන් ෂි සුළු ජාතික විශ්වවිද්‍යාලය 18

ලං ලං 22

"ෂාං ශිං ශියා ශියාඕ" 26

අත්දැකීමෙන් බිඳක් 28

කෙසෙල් රොටි 31

එදිනෙදා චීන බස 32

අසන්නන්ගේ බිත්ති පුවරුව 34

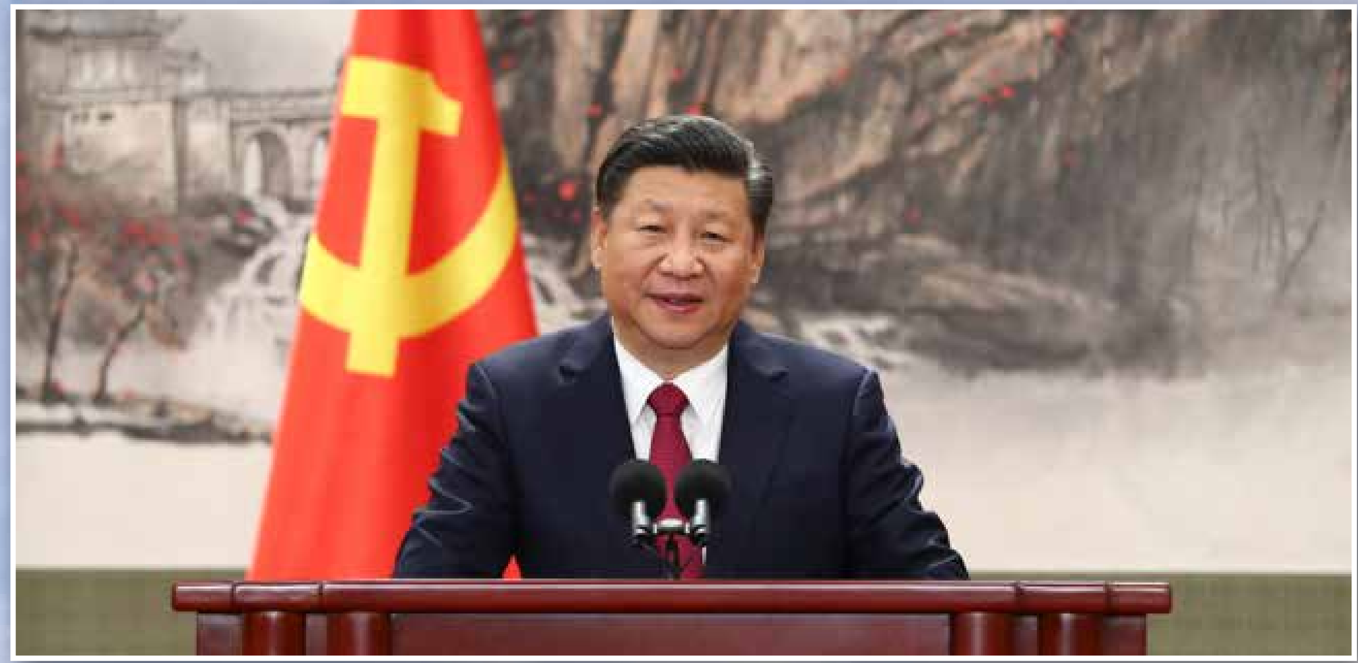
ශ්‍රී ලංකා රතු කුරුස සමාජයෙන් 36

චීනය නව යුගයකට රැගෙන යන චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි ජාතික නියෝජිත සම්මේලනය

චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි ජාතික නියෝජිත සම්මේලනය 2017 ඔක්තෝබර් මාසයේ 18 වැනිදා සිට 24 වැනිදා දක්වා බෙයිජිංහිදී අභිමානවත් ලෙස පැවැත්විණ. සම්මේලනය ආරම්භ වූ අවස්ථාවේ චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ මධ්‍යම කාරක සභාවේ මහ ලේකම් ෂී ජින්පිං මහතා චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 18 වැනි මධ්‍යම කාරක සභාව නියෝජනය කරමින් සම්මේලනය වෙත දේශපාලන වාර්තාවක් ඉදිරිපත් කළේය. චීන විශේෂ ලක්ෂණයන්ගෙන් යුතු සමාජවාදය නව යුගයකට පිවිස තිබෙන බව ඔහු එහිදී ප්‍රකාශ කළේය.

චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂය චීන ජනතාව මෙහෙයවා, සුවපහසු සමාජයක් ගොඩනගමින් මෙම සියවසේ මැද භාගය වන විට සමෘද්ධිමත්, ශක්තිමත්, ප්‍රජාතාන්ත්‍රික, ශිෂ්ටාචාරත්මක, සුසංගත හා අලංකාර නවීකරණ සමාජවාදී බලවත් රටක් නිර්මාණය කරමින් චීන ජනතාවගේ ශ්‍රේෂ්ඨ පුනර්ජීවන සිහිනය සාක්ෂාත් කර ගනු ඇතැයි චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ කේන්ද්‍රීය නායකත්වය දරන ෂී ජින්පිං මහතා එහිදී සඳහන් කළේය.

චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ සමස්ත සාමාජික සංඛ්‍යාව මිලියන 89කට අධික ය. එයින් 2000කට වැඩි නියෝජිත පිරිසක් මෙවර සම්මේලනයට එක්ව ෂී ජින්පිං මහ ලේකම්වරයාගේ දේශපාලන වාර්තාව, චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 18 වැනි මධ්‍යම විනය පරීක්ෂණ සභාවේ කාර්ය වාර්තාව මෙන්ම චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ ව්‍යවස්ථාවට එක් කෙරෙන සංශෝධන පරීක්ෂා කර තිබිණ.



ගත වූ වසර පහ තුළ ගෝලීය ආර්ථික පුනරුදය මන්දගාමී තත්ත්වයක පැවති නමුත් චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂය නව සංවර්ධන සංකල්ප අනුගමනය කරමින් වර්ධනීය ආකාරයේ ප්‍රතිසංස්කරණ සිදු කිරීම මගින් චීන ආර්ථිකය සුවිශාල ජයග්‍රහණ ලබා ගෙන ඇත.

චීනයේ දළ දේශීය නිෂ්පාදනයේ සමස්ත වටිනාකම යුවාන් ට්‍රිලියන 80කට ළඟා වී තිබේ. ලෝක ආර්ථික වර්ධනයට දායක වීමේ අනුපාතය සියයට 30 ඉක්මවා ඇත. ආර්ථික රාමුව අඛණ්ඩව යහපත් කරමින් ඩිජිටල් ආර්ථිකය ඇතුළු නව කර්මාන්ත වේගවත්ව වර්ධනය වෙමින් පවතී. කෘෂිකර්ම නවීකරණය ස්ථිර ලෙස ඉදිරියට ගමන් කරමින් පවතී. එක් තීරයක් එක් මාවතක් වැඩපිළිවෙළ කැපී පෙනෙන සාර්ථකභාවයක් ලබා ගෙන තිබේ. දකුණු චීන මුහුදේ දූපත් සංවර්ධනය සක්‍රීය වෙමින් පවතී. චීනයේ විදේශ වෙළෙඳාම හා ආයෝජනය සහ විදේශ විනිමය සංචිතය ලෝකයේ ඉහළ මට්ටමක පවතී.

ගෙවී ගිය වසර පහ තුළ, චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ පරමාදර්ශය හා විශ්වාසය පෙරට වඩා ස්ථිර වන බව ෂී ජින්පිං මහතා සඳහන් කළේය. පක්ෂ පාලනය පිළිබඳ දේශපාලන වගකීම විවිධ තලවල ක්‍රියාත්මක කරමින් පක්ෂ රෙගුලාසි නොකඩවාම පරිපූර්ණ කර ගැනීමට චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයට හැකි වී ඇතැයි හෙතෙම පෙන්වා දුන්නේය. චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ දූෂණ මැඬලීමේ අරගලය ඉතා ප්‍රබල නැඹුරුවක් බිහි කරමින් ස්ථිර ආකාරයෙන් ඉදිරියට ගෙන යමින් පවතින බව ද ඔහු අවධාරණය කළේය.

චීනය කවරාකාරයේ සංවර්ධන මට්ටමක් ළඟා කර ගත්ත ද කිසිවිටෙක ආධිපත්‍යය පැතිරවීම හෝ ව්‍යප්තකරණ ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය නොකරන බව ෂී ජින්පිං මහතා විශේෂයෙන් ප්‍රකාශ කළේය. නව යුගයට පිවිසෙන චීනය ස්වාධීන හා සාමකාමී විදේශ ප්‍රතිපත්තිය ස්ථිර ලෙස අනුගමනය කරයි. ඒ ඒ රටවල ජනතාව ස්වෛරීභාවයෙන් තම සංවර්ධන මාර්ග තෝරා ගැනීමේ අයිතියට ගරු කරන චීනය

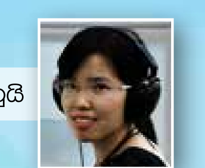
ජාත්‍යන්තර සාධාරණ හා ධර්මිෂ්ඨ බව සුරක්ෂිත කර වෙනත් රටක අභ්‍යන්තර කටයුතුවලට මැදිහත් වීමට විරුද්ධ බව ද ෂී ජින්පිං මහතා කියා සිටියේය.

චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි ජාතික නියෝජිත සම්මේලනයේ ඡන්ද විමසීමෙන් නව මධ්‍යම කාරක සභාව සහ නව මධ්‍යම විනය පරීක්ෂණ සභාව තෝරා පත් කොට, 18 වැනි මධ්‍යම කාරක සභාවේ කාර්ය වාර්තාව, 18 වැනි මධ්‍යම විනය පරීක්ෂණ සභාවේ කාර්ය වාර්තාව සහ චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂ ව්‍යවස්ථාවට එක් කෙරෙන සංශෝධන සම්මත කිරීමෙන් පසු ඔක්තෝබර් මස 24 වැනිදා බෙයිජිං මහජන මහ ශාලාවේදී සම්මේලනය සාර්ථකව නිමාවට පත් විය. ෂී ජින්පිං මහතාගේ නව යුගයේ චීන ලක්ෂණයන්ගෙන් යුත් සමාජවාදී සංකල්පය පක්ෂ ව්‍යවස්ථාවට එක් කිරීම එහිදී විශේෂ අවධානයට ලක් වූ කරුණකි.

25 වැනිදා පැවති චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි මධ්‍යම කාරක සභාවේ පළමු පූර්ණ සැසියේදී චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි මධ්‍යම කාරක සභාවේ මහ ලේකම්වරයා ලෙසට ෂී ජින්පිං මහතා යළිත් තේරී පත් විය. අනතුරුව එම සැසියේ ඡන්ද විමසීමෙන් ෂී ජින්පිං, ලී ක ච්‍යාං, ලී චැන්ෂූ, වං යං, වං හූනිං, චාඕ ලචී සහ හන් චෙන්ග් යන මහත්වරු චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ මධ්‍යම කාරක සභාවේ දේශපාලන කාර්යාංශයේ ස්ථාවර කමිටුවේ සාමාජිකයින් ලෙසට තෝරා පත් කර ගෙන ඇත.

චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ සමස්ත සාමාජිකයන් පක්ෂයේ 19 වැනි මධ්‍යම කාරක සභාවේ නායක මණ්ඩලය කෙරෙහි විශ්වාසය තැබීම පිළිබඳව සිය ස්තුතිය පළ කරන බව ෂී ජින්පිං මහතා ඉන් පසුව පැවති මාධ්‍ය හමුවට එක් වෙමින් පැවසීය. තම සේවා කාලය තුළ ඓතිහාසික දූත මෙහෙවර හා ජනතාවගේ විශ්වාසයෙන් යුතුව උත්සාහයෙන් අදාළ කාර්යභාර ඉටු කරන බව ද හෙතෙම එහිදී ප්‍රකාශ කළේය.

ඉදිරිපත් කිරීම : ලියු හුයි



'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' හරහා ක්‍රියාත්මක නාගරික සංවර්ධනය

චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි ජාතික නියෝජිත සම්මේලනය පසුගිය නොවැම්බර් මාසයේ බෙයිජිංහිදී පැවැත්විණ. චීන ජනාධිපති ෂී ජින් පිං මහතා එම සම්මේලනයේදී ඉදිරිපත් කළ වාර්තාවේ 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතා පිළිබඳ සැලසුම් සම්බන්ධයෙන් චීන ජනතාවගේ අවධානය යොමුව තිබේ. පසුගිය වසර කිහිපයක් තුළ චීන ජනතාවට 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' සංවර්ධනයෙන් පහසුකම් හා ප්‍රතිලාභ රැසක් ලැබී ඇත. රටේ සංවර්ධනය නව යුගයට පිවිසීමෙන් පසු තමන් සිටින නගරයේ අනාගතය වඩා අපූරු වනු ඇතැයි ඔවුන් බලාපොරොත්තු වේ.

චීනයේ ච ච්‍යං පලාතේ පිහිටි යී වු නගරය ගෝලීය විශාලතම සුළු වෙළඳ භාණ්ඩ ගනුදෙනු මධ්‍යස්ථානයයි. යී වු නගරයේ සිට ස්පාඤ්ඤයේ මැඩ්රිඩ් දක්වා දිවෙන චීන-යුරෝපා දුම්රිය 2014 වසරේ නොවැම්බර් මාසයේ ප්‍රථම වතාවට ධාවනය කරනු ලැබිණ. එම දුම්රිය මාර්ගය 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතාවේ සක්‍රීය කාර්යභාරයක් ඉටු කර තිබේ. 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' සංවර්ධනය වැදගත් කොට සලකා පොදු සංවර්ධනය, පොදු සාකච්ඡා සහ ප්‍රතිලාභ පොදුවේ බෙදාදීම යන මූලධර්ම මත නිර්මාණශීලි සහයෝගීතා පුළුල් කළ යුතු බව සම්මේලනයට ඉදිරිපත් කළ වාර්තාවෙන් චීන ජනාධිපතිවරයා පෙන්වා දුන්නේ ය.

ඒ පිළිබඳව යී වු නගරයේ ටියැන් මෙං සමාගමේ අධ්‍යක්ෂ මණ්ඩල ප්‍රධානී ෆෙං සියු බින් මහතා පැවසුවේ, රටේ ප්‍රතිපත්ති ක්‍රමයෙන් වඩා ස්ථාවර වනු ඇතැයි බලාපොරොත්තු වන බවයි. යී වු නගරය යුරෝපා හා ආසියා රටවලට අපනයන කිරීමේ වෙළඳාම අඛණ්ඩ ලෙස වර්ධනය වෙමින් යී වු හි වෙළඳ සැල්වල යුරෝපා හා ආසියා රටවල නිෂ්පාදිතයන් බහුලව දැකිය හැකි වනු ඇති බව ෆෙං සියු බින් මහතා සඳහන් කළේ ය.

චීනයේ ච්‍යං සූ පලාතේ ලියැන් යුන් ගං නගරය වරාය නගරයකි. 2014 වසරේදී චීන-කසක්ස්ථාන භාණ්ඩ බෙදාහැරීමේ සහයෝගීතා මධ්‍යස්ථානය එහිදී ආරම්භ කෙරිණ. එය 'සේද මාවතේ ආර්ථික තීරයේ' භෞතික වශයෙන් ස්ථාපිත කෙරුණු ප්‍රථම වේදිකාව ය. වර්තමානයේ චීනය, ජපානය හා දකුණු කොරියාව යන රටවල නිෂ්පාදිතයන් හා මෝටර් රථ කොටස් සහ කසක්ස්ථාන තිරිඟු යනාදි වෙළඳ භාණ්ඩ ලියැන් යුන් ගං වරායේ සිට චීනයේ සෙසු ප්‍රදේශවලට හෝ විදේශ රටවලට ප්‍රවාහනය කෙරේ.

එම මධ්‍යස්ථානයේ නිෂ්පාදන කාර්ය දෙපාර්තමේන්තු සේවක කෙන්ග් ෂියං වේ මහතා පැවසුවේ, ලියැන් යුන් ගං සහ හෝර්ගස් සම්බන්ධ කිරීමේ ආසියා-යුරෝපා මහ ගොඩබිම් හා මුහුදු ඒකාබද්ධ ප්‍රවාහන නව මාර්ගය, 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' සහයෝගීතා වැඩපිළිවෙළේ ආදර්ශ ව්‍යාපෘතියක් වශයෙන් නිර්මාණය කරනු ඇති බවයි.

ඉදිරිපත් කිරීම : හාඕ ලී ෆාං

චීන-යුරෝපා දුම්රිය මාර්ගය ජිං හයි පළාතේ ගෝලීය වෙළෙඳාමට රුකුලක්

චීනයේ ජිං හයි-ටිබෙට් සානුවේ පිහිටි ජිං හයි පළාත සම්පත්වලින් පිරි ප්‍රදේශයකි. කාශ්මීර ලොම් නිෂ්පාදිත හා ජිං හයි සුළු ජාතික ඇඟලුම් එම පළාතේ ආවේණික නිෂ්පාදිත වශයෙන් පැරණි කාලයේ සිට මුහුදු සේද මාවත හරහා ලෝකයේ විවිධ රටවලට ගෙන යනු ලැබීය. ජිං හයි-ටිබෙට් සානුවේ භූගෝලීය පිහිටීම හේතුවෙන් එම නිෂ්පාදිත ප්‍රථමයෙන් ගොඩබිම් ප්‍රවාහනයෙන් චීනයේ අභ්‍යන්තර ප්‍රදේශ පසු කරගෙන ගොස් මුහුදු වෙරළේ සිට නෞකා මාර්ගයෙන් විවිධ රටවලට ප්‍රවාහනය කරනු ලබයි. ඒ සඳහා දිගු කාලයක් ගත වේ. එබැවින් වෙළෙඳ භාණ්ඩ අපනයනය කිරීමේදී සෙසු පළාත් හා සසඳන විට ජිං හයි පළාතට තිබෙන්නේ අවම මට්ටමේ තරගකාරීත්වයකි.

චීනය 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' වැඩපිළිවෙළ ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසු ඊට අදාළ රටවල් සමඟ වඩාත් සමීප වෙළෙඳ සම්බන්ධතා ගොඩ නැගීමට හැකි වී තිබේ. ඒ තුළින් ජිං හයි පළාතට වඩාත් පුළුල් වෙළෙඳ අවස්ථා ද උදා වී ඇත.

පසුගිය සැප්තැම්බර් මාසයේ සිට චීන-යුරෝපා දුම්රිය මාර්ගය ක්‍රියාත්මක කළේ ය. එහි ප්‍රථම දුම්රිය ධාවනය පසුගිය සැප්තැම්බර් 8වැනි දා ජිං හයි පළාතේ ශි නිං අගනුවර සිට ආරම්භ වූයේ එම පළාතේ ආවේණික භාණ්ඩ දුම්රිය කුටි 44කින් යුක්තව ය. ශි නිං අගනුවරින් පටන් ගත් දුම්රිය ධාවනය චීන-කසක්ස්ථාන දේශ සීමා මායිමේ පිහිටි අලාශන් දුර්ගයෙන් පිට වී කසක්ස්ථානය, රුසියාව, පෝලන්තය හා ජර්මනිය පසු කරගෙන බෙල්ජියමේ දෙවැනි විශාලතම නගරය වන ඇන්ට්වර්ප් නුවරට ළඟා විය. චීන-යුරෝපා දුම්රිය මාර්ගයේ සමස්ත දුර ප්‍රමාණය කිලෝමීටර් 9838කි. මුළු ගමන් මාර්ගයට දින 12ක් අවශ්‍ය වෙයි. භාණ්ඩ ප්‍රවාහනය සඳහා මීට පෙර තිබුණු සාම්ප්‍රදායික ප්‍රවාහන ක්‍රමයට වඩා මෙම දුම්රිය මාර්ගය මගින් දින 40කට වැඩි කාලයක් ඉතිරි වෙයි. එබැවින් චීන-යුරෝපා දුම්රිය මාර්ගය ක්‍රියාත්මක කිරීමෙන් ජිං හයි පළාතේ විදේශ වෙළෙඳාමට විශාල රුකුලක් ලැබී ඇත.

පසුගිය වසරේ ජිං හයි පළාත 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' වැඩපිළිවෙළට අදාළ රටවල් සමඟ සිදු කළ වෙළෙඳාමෙන් ඇමෙරිකානු ඩොලර් කෝටි 51ක ලාභයක් හිමි විය. එය 2015 වසරට වඩා 12.7%ක වර්ධනයක් බව ජිං හයි පළාතේ වාණිජ දෙපාර්තමේන්තුවේ විදේශ වෙළෙඳ අංශයේ නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ වං ලී මින් මහතා පවසයි. මේ වන විට ජිං හයි පළාත රටවල් 64ක් සමඟ වෙළෙඳ සම්බන්ධතා වර්ධනය කර තිබේ. 'එක් තීරයක් එක් මාවතක්' වැඩපිළිවෙළ යටතේ චීන-යුරෝපා දුම්රිය මාර්ගය ජිං හයි පළාතේ ගෝලීය වෙළෙඳ පරාසය තව තවත් පුළුල් කිරීමට ස්ථාවර සහයක් ලබා දෙන බව නොඅනුමාන ය.

ඉදිරිපත් කිරීම : ෂෙං ලී

චීන - ශ්‍රී ලංකා මිත්‍ර හදවත් යළිත් ඔපවත් කළ නොවැම්බර් 11 වෙනිදා

නොවැම්බර් මස එකොළොස් වෙනිදා ඒ කියන්නේ 11/11 චීන තරුණ තරුණියන්ට විශේෂ දිනයකි. විශේෂයෙන් ම තනිකඩ තරුණ තරුණියන්ට. මෙය තනිකඩයන්ගේ දිනය ලෙසට සැලකේ. එදින තමන්ට සහකරුවෙකු හෝ සහකාරියක සොයා ගන්නටත් වඩා මහ පරිමාණ අන්තර් ජාල සාප්පු සවාරියේ යෙදෙන්න තනිකඩයන් විතරක් නොව විවාහක අය ද මහත් උනන්දුවක් දක්වති.

චීනය දැන් සීත සෘතුවට මුහුණ දී සිටිය ද 11/11 දිනය මෙවරත් ඉතා උණුසුම් විය. චීන තනිකඩයන් සාප්පු සවාරියේ උණුසුම් ලෙස යෙදී සිටින අතරතුර ශ්‍රී ලංකාවේ කොළඹ කිංග්ස්බරි හෝටලය ද වඩාත් කාර්ය බහුල තත්වයකට පත්ව තිබිණ. ඒ තනිකඩයන්ගේ දිනය සමරන්නට නම් නොවේ. චීන - ශ්‍රී ලංකා රාජ්‍ය තාන්ත්‍රික සබඳතා පිහිටු වීමේ 60 වෙනි සංවත්සරය වෙනුවෙන් චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ සිංහල අංශය සංවිධාන කළ දීප ව්‍යාප්ත රචනා තරඟයේ ත්‍යාග ප්‍රධානෝත්සවය හා දෙරටේ ඓතිහාසික මිත්‍රත්වය සංකේතවත් කරන තේමා ගීතයේ මුහුරත් උළෙල පැවැත්වීම සඳහාය. එදින සැන්දෑයාමය වන විට දිවයින පුරා විවිධ ප්‍රදේශවලින් පැමිණි බොහෝ අය කිංග්ස්බරි හෝටලයට පැමිණියහ. ශ්‍රී ලාංකියන්ට අමතරව ශ්‍රී ලංකාවේ වෙසෙන චීන ජාතිකයෝ ද ඒ අතර වූහ. චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ දකුණු ආසියා

විකාශන මධ්‍යස්ථානයේ නියෝජිත පිරිස කොළඹට පැමිණ සිටියේ ඊට පෙර දිනයේය. උත්සවයේ ප්‍රධාන ආරාධිත අමුත්තා ලෙසට කථානායක කරු ජයසූරිය මහතාගේ සාම්ප්‍රාප්තියත් සමඟ උත්සවය ආරම්භ විය. කොළඹ චීන තානාපති කාර්යාලයේ දේශපාලන උපදේශිකා පන්ග් චුන් ස්යුයෑ මහත්මිය මෙන්ම ඉඩම් හා පාර්ලිමේන්තු ප්‍රතිසංස්කරණ පිළිබඳ අමාත්‍ය ගයන්ත කරුණාතිලක මහතා ද විශේෂ ආරාධනා ලැබ එහි පැමිණ සිටියහ.

අග්‍රාමාත්‍ය අතිරේක ලේකම් සමන් අතාවුදහෙට්ටි මහතා උත්සවයට පැමිණියේ සුවිශේෂී පුද්ගලයෙකු ලෙසටය. ඒ චීන - ශ්‍රී ලංකා මිත්‍රත්ව තේමා ගීතයේ පද රචකයා මෙන්ම සංගීත නිර්මාණයට ද දායක වූ පුද්ගලයා ලෙයිනි. ඊට අමතරව ශ්‍රී ලංකා රූපවාහිනී සංස්ථාවේ සභාපති නීතිඥ රවී ජයවර්ධන මහතා සහ ස්වාධීන රූපවාහිනී මාධ්‍ය ජාලයේ ප්‍රධාන

විධායක නිලධාරී චන්දන තිලකරත්න මහතා ද විශේෂ ආරාධිතයන් ලෙසට පැමිණි සිටියහ. නර්තනාංග යන්ගෙන් ඔපවත් වූ උත්සවය වඩාත් අලංකාර වූයේ එහි පැමිණ සිටි බොහෝ දරු දැරියන් නිසාවෙනි.

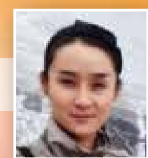
උත්සවය ඇමතූ කථානායක කරු ජයසූරිය මහතා දෙරටේ ඓතිහාසික මිත්‍රත්වය ඉහළින් අගය කරමින් කථා කළේය. දෙරට සැබෑ මිත්‍රත්වයකින් බැඳී රටවල් දෙකක් බව හෙතෙම එහිදී පැවසීය.

චීන තානාපති කාර්යාලයේ දේශපාලන උපදේශිකා පන්ග් චුන් ස්යුයැ මහත්මිය " මා දකින චීනය " රචනා තරඟයේ ජයග්‍රාහකයන් වෙත සුභ පැතුම් පිරිනැමුවාය. චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂයේ 19 වැනි ජාතික නියෝජිත සම්මේලනය පසුගිය දා චීනයේ සාර්ථකව නිමාවට පත් වූ බව ද ඇය එහිදී සඳහන්

කළ අතර චීන ජනාධිපති ෂී චින් පිං මහතා කේන්ද්‍ර කර ගත් චීන කොමියුනිස්ට් පක්ෂ මධ්‍යම කාරක සභාවේ නායකත්වයෙන් චීන ජනතාව නව යුගයට ප්‍රවේශ වෙමින් සිටින බව ද සඳහන් කළාය. එය සෙසු රටවල් වලට ද යහපත් වනු ඇතැයි ඇය තම විශ්වාසය පල කළාය.

රචනා තරඟයේ ත්‍යාග ප්‍රධානයෙන් පසු දෙරටේ මිත්‍රත්වය සංකේතවත් කරන තේමා ගීතය එළිදැක්වූ අතර චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ නිෂ්පාදනයක් වන එම ගීතය දෙරටේ මිත්‍රත්වය වෙනුවෙන් ලියවුණු ප්‍රථම තේමා ගීතය ලෙසට ඉතිහාසයට එක් විය.

ඉදිරිපත් කිරීම : ශී යුයැ



මානව භාෂාවක් ලෙසට ලොව පුරා ජනප්‍රිය වී ඇති චීන සංස්කෘතිය

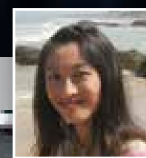
චීන සංස්කෘතිය අද වන විට ලොව පුරා ඉතා පුළුල් ලෙස ව්‍යාප්තවී තිබේ. චීනයේ නව වසර සැමරුම් උත්සවය, කොන්ෆියුයස් මධ්‍යස්ථානය, චීන ග්‍රන්ථ, ටෙලි නාට්‍ය, චීන ඔපෙරා හා චීනයට ආවේනික වෛද්‍ය ක්‍රම ඇතුළු චීනයේ සුවිශේෂී ලක්ෂණයන්ගෙන් යුත් විවිධ දෑ මේ වන විට බොහෝ රටවල ජනප්‍රිය වී ඇත.

මෑතක සිට චීන භාෂාව හැදෑරීමට විවිධ රටවල ජනතාවට ඇත්තේ විශේෂ උනන්දුවකි. මේ වන විට, ගෝලීය වශයෙන් කොන්ෆියුසියස් ආයතන 516ක් හා කොන්ෆියුසියස් මධ්‍යස්ථාන 1076ක් පමණ රටවල් 142ක ස්ථාපිත කර තිබේ. සී. ආර්. අයි. කොන්ෆියුසියස් මධ්‍යස්ථානය ඒ අතර විශේෂය. මෙවැනි ආයතන හා මධ්‍යස්ථාන චීන භාෂාවට ඇල්මක් දක්වන විශාල පිරිසක් ආකර්ෂණය කර ගෙන තිබේ. " චීන පාලම " නමැති චීන භාෂා ප්‍රවීණතා තරඟාවලිය මෑත වසර කිහිපය තුළ ඉතා උණුසුම් ලෙස පවත්වා ඇත. 2011 වසරේ සිට මේ තරඟාවලිය ශ්‍රී ලංකාවේ පැවැත්වීම ආරම්භ විය. චීන භාෂාව හා චීන සංස්කෘතිය කෙරෙහි මනා අවබෝධයක් සහිත තරුණ තරුණියන් විශාල පිරිසක් හඳුනා ගැනීමට ඉන් අවස්ථාව හිමි විය. මෙම තරුණ පිරිස් චීන භාෂාව පමණක් ම හැදෑරීම ඉලක්ක කර නොගෙන, "එක් තීරයක් එක් මාවතක්" වැඩපිළිවෙළ වෙනුවෙන් ද දායක වීමට කැමති බව බොහෝ අවස්ථාවල සඳහන් කර තිබේ.

එමෙන්ම, මේ වසර කිහිපය තුළ, බ්‍රිතාන්‍යයේ වෙළඳපොළට පිවිස ඇති චීන පොත්පත්වල සංඛ්‍යාව ද වැඩිවී ඇත. මේ වන විට චීන ටෙලි නාට්‍ය අප්‍රිකාවේද ප්‍රසිද්ධ ය. චීන නව වසර සැමරුම් උත්සව බොහෝ රටවල පැවැත්වේ. ඒ කාලයේදී ඒ ඒ රටවල සංකේතයක් වශයෙන් හඳුන්වා දිය හැකි විවිධ ගෘහ නිර්මාණ චීන වසන්ත උත්සවයට සම්බන්ධ සුවිශේෂී සැරසිලිවලින් සකස් කර ඇත. සංස්කෘතික හා කලා සංදර්ශන සහ අදාළ වැඩසටහන් රැසක් ද ඒ සඳහා විවිධ රටවල සංවිධාන කර තිබිණ.

ඇත්ත වශයෙන්, බොහෝ රටවල් චීනය පිළිබඳව වැඩියෙන් අවධානය යොමු කර තිබේ. ඒ සමඟම චීන සංස්කෘතිය ද බොහෝ අයගේ අවධානයට ලක්වී තිබේ. චීනය සහ අනෙකුත් රටවල් අතර සංස්කෘතික හුවමාරු දිනෙන් දිනම සරුසාර වෙමින් පවතී.

ඉදිරිපත් කිරීම : වං යිං



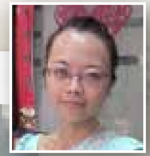
සුළු ජාතික හා ආසියාන් ප්‍රදේශවල සම්පත් ප්‍රයෝජනයට ගනිමින් විශාල ජයග්‍රහණ ලබාගත්

චීන ගුවන් ෂි සුළු ජාතික විශ්වවිද්‍යාලය

චීනයේ සුළු ජාතීන් 55ක් පමණ ජීවත් වේ. සුළු ජාතික තරුණයන් වෙත ඔවුන්ගේ මව් භාෂාව හා සංස්කෘතිය පිළිබඳ දැනුම ලබාදීම සඳහා චීනයේ සුළු ජාතික විශ්වවිද්‍යාල රැසක් ඉදි කර ඇත. දකුණු චීනයේ ගුවන් ෂි ස්වයාත්තයේ පිහිටි ගුවන් ෂි සුළු ජාතික විශ්වවිද්‍යාලය ඒ සඳහා ක්‍රියා කරන ඉතා වැදගත් ආයතනයකි. දැනට එම විශ්වවිද්‍යාලයේ අධ්‍යාපනය ලබන සිසු සිසුවියන් සංඛ්‍යාව 20 දහසක් පමණ වේ. ඒ අතරින් සුළු ජාතීන් 51කට අයත් සිසු සිසුවියන් මෙහි විවිධ හැදෑරීම් සිදු කරනු ලැබේ. එය සමස්ත සිසුන් සංඛ්‍යාවෙන් හරි අඩකි. එම විශ්වවිද්‍යාලය ස්ථාපිත කිරීමෙන් පසු සුළු ජාතීන් ජීවත්වන ප්‍රදේශවල විවිධ නිපුණතාවෙන් යුත් පුද්ගලයන් ලක්ෂ 2ක් පමණ යොමු කළ හැකි වීම විශේෂත්වයකි.

පුරාණ කාලයේ සිටම ගුවන් ෂි ස්වායත්තය සහ වියට්නාමය, තායිලන්තය යන ආසියාතික රටවල් අතර විවිධ සම්බන්ධතා පවත්වා ඇත. මෑත වසර කිහිපය තුළ එම විශ්වවිද්‍යාලය සුළු ජාතික අධ්‍යාපනය හා ආසියාන් සංගමය සමඟ විවිධ සබඳතා පවත්වමින් බොහෝ ජයග්‍රහණ ලබා තිබේ. ඒ පිළිබඳව චීන ජනාධිපති ෂී ජින් පිං මහතා ද ඉහළින් අගය කර ඇත. දැනට ගුවන් ෂි සුළු ජාතික විශ්වවිද්‍යාලයේ විෂයන් 50ක් පමණ ඉගැන්වේ.

විශේෂයෙන්ම මානව විද්‍යාව, සුළු ජාතික භාෂා හා සාහිත්‍ය, ආසියාතික රටවල භාෂාවන් යන විෂයන් ඉතා ජනප්‍රියය. විශ්වවිද්‍යාලයේ විදේශ භාෂා නිපුණතා සහිත සිසු සිසුවියන් රැකියා නියුක්ති අනුපාතය ඉහළ මට්ටමක පවතී. පසුගිය වසරේ ආසියාන් රටවල භාෂා හදාරන සිසු සිසුවියන්ගේ රැකියා නියුක්ති අනුපාතය සියයට 95කට වඩා වැඩි බව ගුවන් ෂි ස්වායත්තයේ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සඳහන් කර ඇත. සුළු ජාතික සිසු සිසුවියන් පමණක් නොව දැනට සෑම වසරකම ආසියාන් සංගමයේ විවිධ රටවල සිසු සිසුවියන් දහසක් පමණ එම විශ්වවිද්‍යාලයේ අධ්‍යාපනය ලබා ගැනීමට පැමිණේ. එමෙන්ම තායිලන්තය, ලාඕසය හා ඉන්දුනීසියාව සමඟ සහයෝගතාවන් පවත්වා එම විශ්වවිද්‍යාලය කොන්ෆියුසියස් මධ්‍යස්ථාන ද ස්ථාපිත කර ඇත. ඉදිරියේදී ඊට අදාළ විෂයන් සංවර්ධනය කරමින් ආසියාන් කලාපයේ රටවල් සම්බන්ධ පර්යේෂණ මධ්‍යස්ථානයක් ස්ථාපනය කිරීමට ද ගුවන් ෂි සුළු ජාතික විශ්වවිද්‍යාලය බලාපොරොත්තු වේ.



ඉදිරිපත් කිරීම : සුන් ජ්යා ජ්යා

ලං ලං

සංගීතය විශ්ව භාෂාවකි. මිහිරි සංගීතය වාදනය කළ හැකි සංගීත උපකරණ අතරින් රජු ලෙස පියානෝව සැළකේ. පියානෝව මනා ලෙස වාදනය කළ හැකි සංගීතඥයින් ලොව බොහෝ ආකර්ෂණීය වේ. චීනයේ ලං ලං නම් සංගීතඥයා එවැනි අයෙකි.

ලං ලං ලෝකයේ ප්‍රසිද්ධ චීන පියානෝ වාදන සංගීතඥයෙක් ලෙස සැළකේ. ඔහු විවිධ ගරු බුහුමන් ලබා ඇත. විවිධ ත්‍යාග, සම්මාන වලින් පිදුම් ලබා තිබේ. ඇමෙරිකාවේ ධවල මන්දිරයේ හා චීනයේ බෙයිජිං මහජන මහා ශාලාවේදී සිය ප්‍රසංගයන් ඔහු සාර්ථකව පවත්වා ඇත. ඇමෙරිකාවේ ශබ්ද පරිපාලක ශිල්පීන්ගේ සංගමය විසින් පිරිනමන කලා ගරු සම්මානය, ජර්මන් සම්භාව්‍ය සංගීත වාදනය කිරීමේ සම්මානය, බ්‍රිතාන්‍යයේ සම්භාව්‍ය සංගීත සම්මානය ඇතුළු සම්මාන රැසක් අවස්ථා ගණනාවකදී ඔහු ලබා ගෙන තිබේ.

ලං ලං ඉපදුනේ 1982 වසරේය. ඒ උතුරු චීනයේ ලිඔ නිං පළාතේ ශෙන් යැං නගරයේදී. ඔහුගේ පියා සංගීතය සම්බන්ධ කටයුතු කළ නිසා පවුල සංගීත පරිසරයෙන් පිරී තිබිණ. කුඩා කාලයේ සිටම ලං ලං සංගීතය පිළිබඳ විශේෂ කැමැත්ත දැක්විය. වයස අවුරුදු දෙකේදී පමණ කාටූනයක් නරඹන අවස්ථාවේ එහි වාදනය කළ පියානෝ ගීතයක් ඔහුගේ සිතට තදින් කා වැදින. එය ඔහුගේ මතකයේ රැඳී තිබිණ. පසුව ඔහු තනිවම පියානෝවේ මූලික තාලය වාදනය කිරීමට ඉගෙන ගත්තේය. ඉන් පියානෝව වාදනය කිරීම පිළිබඳ ලං ලං ගේ දක්ෂතාව පියා දැන ගත්තේය. පසුව ලං ලං ගේ පියා පියානෝ වාදනය ඉගෙන ගැනීමට ඔහු යොමු කළේය.

කුඩා කාලයේ සිටම ඔහු විවිධ පියානෝ වාදන තරඟවලට සහභාගි විය. එම තරඟ වලින් ඔහු උසස් ලෙස සිය දක්ෂතා දැක්විය. 1991 වසරේ ඔහු පළමු ලකුණු ලබා ගෙන චීනයේ ප්‍රකට මධ්‍යම සංගීත විද්‍යාලයේ ප්‍රාථමික පාසලට ඇතුළත් විය. 1999 වසරේ ලං ලං ඇමෙරිකාවේ චිකාගෝ නගරයේ පැවති ප්‍රසිද්ධ සංගීත ප්‍රසංගයකට සහභාගී විය. ඉන් ඔහුගේ ප්‍රසිද්ධ වේදිකාවේ පියානෝ වාදනය කිරීමේ සංගීත දිවිය ඇරඹිණ. ලං ලං වාදනය කරනු ලබන පියානෝ ගීතවල විවිධ ශෛලීන් දක්නට ලැබේ. ජනතාව ලං ලං වාදනය කරන පියානෝ ගීත වලට කැමැත්තක් දක්වනවා පමණක් නොවෙයි, ඔහු වාදනය කරන විට පියානෝව වාදනය කරන ආකාරය බලා සිටීමට ද කැමැත්තක් දක්වති. ඉදිරියේදී ද ලං ලං ගේ මේ මිහිරි සංගීත නිර්මාණයන් නිරන්තරයෙන් අපට රස විඳීමට හැකිවෙතැයි, අප අපේක්ෂාවෙන් පසුවෙමු.

ඉදිරිපත් කිරීම : චෙන් ගුවැන් වන්

"ෂාං ශිං ශියා ශියාඕ"

ඉදිරිපත් කිරීම : ලියු හුයි

මේ කතාවට පසුබිම් වනුයේ මීට වසර 2500 කට පෙර සිදුවූවා යැයි, පැවසෙන සත්‍ය සිදුවීමකි.

එක්තරා යුගයක පැවතුණු "චී" නම් කුඩා රාජ්‍යයේ පාලකයා "චිං ගොං" ය. ඔහුගේ අග්‍රාමාත්‍යවරයා "යැන් යිං" ය. යැන් යිං සෘජු පුද්ගලයෙකි. පාලකයාගේ වැරදි සහ අඩුපාඩු පිළිබඳව ඔහු කෙළින්ම පෙන්වා දීමට පුරුදු විය. නමුත් යැන් යිංගේ මෙම ස්වභාවය පිළිබඳව පාලකයා කිසිවිටක අප්‍රසාදය පළ කර නොතිබිණ. ඔහු එය අගය කළේය. ටික කලකදී යැන් යිං මරණයට පත් විය. ඒ පිළිබඳව චිං ගොං බොහෝ කණගාටු විය.

දිනක් චිං ගොං පාලකයා නිලධාරින්ට සංග්‍රහයක් සංවිධාන කළේය. සංග්‍රහයෙන් පසුව විනෝදාංශයක් වශයෙන් ඔවුන් මාලිගාවේ ඇති චතුරශ්‍රයක දුනු විදීමේ ක්‍රීඩාවේ යෙදිණ. පාලකයාගේ සෑම ඊතල පහරකටම සෙසු අයගේ අත්පොළසන් නාදය සහ ප්‍රීතිඝෝෂා ලැබිණ. ඔහු කොපමණ දුර්වල ලෙස දුන්නෙන් විදීම කළත් ඒ නිලධාරිහු ඔහුගේ දුනු ශිල්පය ඉහළින්ම අගය කළහ. මේ නිසා පාලකයාගේ සිත තුළ කුඩා අසතුටක් ඇති විය. මෙම අවස්ථාවේ ඔහුට යැං යිං හිටපු අග්‍රාමාත්‍යවරයාව මතක් විය. පසුව ඔහු මේ පිළිබඳව "ශුවාන් චාං" නමැති නිලධාරියාට පැවසීය. ශුවාන් චාං මෙසේ කීය:

"මේ ඒ අයගේ වරදක් නොවෙයි. අපේ රටේ පැරණි කියමනක් තියෙනවා. පාලකයා කැමති දේට මහජනයාත් කැමති වෙනවා. ඔබතුමා කැමති ආහාරවලට නිලධාරිනුත් කැමති බව පෙන්වනවා. ඔබතුමා බොරු ප්‍රශංසාවට කැමති නම් ඒ අයත් බොරුවට ප්‍රශංසා කරනවා."

ශුවාන් චාංගේ කතාවෙන් චිං ගොං පාලකයා කම්පනයට පත් විය. පසුව ඔහු ශුවාං චාංට වරදාන ප්‍රදානය කිරීමට සේවකයන්ට අණ කළේය. නමුත්, ශුවාන් චාං ඒවා ප්‍රතික්ෂේප කළේය. "ඒ අය ඔබතුමාට බොරු ප්‍රශංසා කරන්නේ මේ වැනි දේවල් ලබා ගැනීම සඳහායි. ඒත් මම ඒ වැනි අයෙක් නෙවෙයි. මම මේවා පිළි ගන්න කැමති නෑ". ඔහු පැවසීය.

මෙම කතාව පසුව ප්‍රස්ථා පිරුළක් සේ නිර්මාණය විය. "ෂාං ශිං ශියා ශියාඕ". අධිරාජ්‍යවරුන් හෝ නායකවරුන් හෝ ප්‍රධානීන් හෝ ඉහළ පරම්පරාව යමක් සිදු කරන ආකාරයට හෝ කැමති ලෙසට පහළ පිරිස් කටයුතු කරනවා යැයි, ඉන් කියැවෙයි.

අත්දැකීමෙන් බිඳක් ...

චීන ජනතාව තමන්ගේ ආහාර සාම්ප්‍රදායට දක්වනු ලබන්නේ පමුඛතාවයකි. මෙමඟින් විශේෂයෙන්ම අවබෝධ කරගත හැකිය. චීන ජනතාව සතුව අතීතයේ සිටම පැවත එන ඔවුන්ටම ආවේණික වූ ආහාර සාම්ප්‍රදායන් පිළිබඳවය. එය මගේ ආහාර සාම්ප්‍රදායට වඩා හාත්පසින්ම වෙනස් වුවද, චීනයට පැමිණි මුල් කාලයේ මා හට චීන ආහාර පිළිබඳ කිසියම් නුහුරු බවක් දැනුනද පසුව, චීන ආහාර රස විඳීම මා හට සාමාන්‍ය දෙයක් බවට පත් විය. ආහාරවල පවතින විවිධත්වයද මා චීනය තුළ දුටු තවත් විශේෂ ලක්ෂණයකි. එනම්, චීනයේ විවිධ පළාත්වලට යන කොට අපට දකින්නට ලැබෙන්නේ ඒ ඒ පළාත්වලට ආවේණික වන ආහාර සැකසුම් රටාවක් සහ ඒ ඒ පළාත්වලට ආවේණික වු රසයකි. උදාහරණ ලෙස මා බෙයිජිං නගරයේදී රස විඳි චීන ආහාරවලට වඩා වෙනත් රසයකින් සමන්විත ආහාර හුබෙයි, හයිනෑන්, ස්චුවාන් වැනි පළාත්වලදී රස විඳීමට හැකි විය. ඒ අතරින් ද ස්චුවාන් පළාතේ ආහාර වඩාත් ප්‍රණීත සහ ආකර්ෂණීයයි.

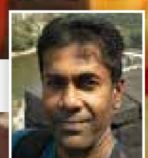
විවේක අවස්ථාවලදී අපගේ සංවිධායකවරුන් විසින් චීන ආහාර සැකසීම පිළිබඳව අපට යම් කිසි දැනුමක් ලබා දීමට ගන්නා ලද උත්සාහය අගය කළ යුතුය. ඒ තුළින් අපගේ ජීවන කුසලතාවට යමක් එකතු කර ගත හැකි වුවා සේම චීන ආහාර සැකසීම පිළිබඳ කිසියම් අවබෝධයක් ලබා ගත හැකි විය. එසේම එම වැඩසටහන් විවිධ රට වලින් පැමිණි අප කණ්ඩායමේ සාමාජිකයන් හට ලබා දුන්නේ මහත් විනෝදයක් සහ නැවුම් අත් දැකීමකි.

යුරෝපීය වෛද්‍ය ක්‍රමය ඉතා දියුණු මට්ටමක පැවතියත් චීනය තවමත් තමන්ගේ සාම්ප්‍රදායික වෛද්‍ය ක්‍රමයට ලබා දෙන්නේ සුවිශේෂී ස්ථානයකි. ඔවුන් තම සාම්ප්‍රදායක වෛද්‍ය ක්‍රමය සුරක්ෂිතව ඉදිරියට ගෙන යාමටත් ඒ ඔස්සේ චීන ජනතාවගේ කායික සහ මානසික සුවතාව ඉහළ නැංවීමටත් අපේක්ෂා කරයි. යුරෝපීය වෛද්‍ය ක්‍රමය යටතේ ප්‍රතිකාර කරන රෝහල් විශාල ප්‍රමාණයක් චීනයේ පැවතිය ද, සාම්ප්‍රදායික වෛද්‍ය ක්‍රමය යටතේ රෝගීන් හට ප්‍රතිකාර ලබා දෙන රෝහල් මෙන්ම වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථාන ස්ථාපිත කරමින් එවා ව්‍යාප්ත කිරීම කෙරෙහිද චීනය විශාල අවධානයක් යොමු කර තිබේ. වර්තමානයේ චීනයේ දැවැන්තම ක්‍රියාකාරී ව්‍යාපෘතිය වන "එක් තීරයක් එක් මාවතක් " වැඩපිළිවෙළේ මූලික අංගයක් ලෙස චීන සාම්ප්‍රදායික වෛද්‍ය ක්‍රමයට ප්‍රමුඛතාව ලබා දෙමින් එය කලාපීය රටවල ව්‍යාප්ත කිරීම කෙරෙහි ද විශාල අවධානයක් යොමු කර තිබේ.

චීනයට පැමිණීමට පෙර ෂැවොලින් සහ කුංෆු පිළිබඳව මා දැක තිබෙන්නේ විදෙස් චිත්‍රපට මගින් සහ රූපවාහිනී වැඩසටහන් තුළින් පමණය. ඒවා පිළිබඳව සජීවී අත්දැකීමක් ලබා ගැනීමට මෙම චීන සංචාරය ලද අවස්ථාව ජීවිතයේ තවත් අමතක නොවන අත්දැකීමකි. එම සජීවී නැරඹීම් තුළින් මා දුටුවේ එම සාම්ප්‍රදායික සටන් ක්‍රමවල පවතින විශ්මිත බව. දැඩි මානසික හික්මීම සහ සංයමයත් තුළින් එම ක්‍රමවේදයන් අනුගමනය කළ යුතු බව අවබෝධ කර ගත් මූලික කාරණයකි. එසේම ඒවා හුදෙක් සාම්ප්‍රදායික ක්‍රමවේදයන්ම පමණක් නොවන අතර, චීන සාම්ප්‍රදාය විසින් යහපත් මානසික සහ කායික විනයක් ඇති කිරීමටත්, මානසික හා කායික සුවතාව ඇති කිරීමටත් එමෙන්ම පුද්ගල ආරක්ෂාව තහවුරු කිරීමටත් යොදා ගෙන තිබේ.

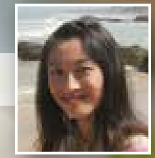
චීන සංචාරය තුළ මා දුටු තවත් සුවිශේෂීම කාරණය වන්නේ, සංවර්ධනයට සමගාමීව පරිසර සංරක්ෂණය කෙරෙහි ඔවුන් දක්වන ලැදියාව සහ උනන්දුවය. ඒ සඳහා ඔවුන් විවිධ ක්‍රමවේද අනුගමනය කරනු ලැබේ. මාර්ග දෙපස රුක්රෝපණය කිරීම, නාගරික උද්‍යාන පද්ධතියක් ක්‍රියාත්මක කිරීම එහිදී ප්‍රධාන වේ. යහපත් පරිසර කළමණාකරණයක් තුළින් කායිකව සහ මානසිකව නිරෝගී ජනතාවක් බිහි කර ගැනීමත්, සංවර්ධනයට සාපේක්ෂව ගැළපෙන සමතුලිත පරිසර පද්ධතියක් බිහිකර ගැනීමත් චීනයේ මූලික අභිලාෂයක් වේ.

සමස්තයක් ලෙස චීන සංචාරය තුළින් මා අධ්‍යයනය කළ සහ උකහාගත් දේ බොහෝ ය. මේ සියළු කාරණා තුළින් මා දකින්නේ චීනයේ වේගවත් සංවර්ධනයේ පරමාදර්ශයන් බොහෝ රටවලට ආදර්ශයක් වන බවයි.



ඉදිරිපත් කිරීම : නිලුපුල් පෙරේරා

කෙසෙල් රොටි



ඉදිරිපත් කිරීම : වං යිං

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

- කෙසෙල් ගෙඩි 6ක්
- බිත්තර 3ක්
- දියර කිරි මිලි ලීටර් 100ක්
- සීනි මේස හැඳි 3ක ප්‍රමාණයක්
- හාල් පිටි අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට
- තෙල් අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට

සාදන ක්‍රමය

- බිත්තර බඳුනකට දමා මිශ්‍ර කර ගන්න.
- කෙසෙල් ගෙඩිවල ලෙලි ඉවත් කර හොඳින් එය පොඩි කර ගන්න. ඉන් පසුව, පොඩි කර ගත් කෙසෙල් තලපය බිත්තර සමඟ හොඳින් නැවත මිශ්‍ර කර ගන්න. එයට දියර කිරි මිලි ලීටර් 100ක් හා සීනි අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට එක් කරන්න.
- හොඳින් මිශ්‍ර කර ගත් මෙයට හාල් පිටි ස්වල්පයක් යොදන්න, මෘදු තලපයක හැඩය වන තෙක් මෙම මිශ්‍රණය ටික වේලාවක් කළවම් කරන්න.
- දැන් තෙල් දමා රත් කර ගත් ඔබේ සෝස් පෑන් එකට මිශ්‍රණය දමන්න. පසුව හොඳින් රත් කර ගන්න. ඔබ කැමති ඕනෑම හැඩයක් සහිත ආච්චුවකට මෙම මිශ්‍රණය එක්කර රත් කළ හැකියි. හැකි තරම් කෙසෙල් සහිත මේ තලපය සිහින් ලෙස සාදා ගන්න.
- රොටියේ දෙපැත්ත හොඳින් පිච්චුණාට පසුව මෙය පිළි ගැන්විය හැකියි. ඔබ කැමති නම්, පිළිගැන්වීමට පෙර පිහියෙන් කුඩා කෑලිවලට කපා ගන්න පුළුවන්. කුඩා දරුවන් බොහෝ ලෙස කැමති කුඩා කෑලි කන්න නේ ද?

《每日汉语》එදිනෙදා චීන බස

出行 - ඇවිදීමේදී

今日关键 අද පාඩමෙන් අවධානය

请问地铁站在哪里?	චින්ග් වෙන් දී තියෙ චඅන් සයි නාලි ? කරුණාකර අහන්නේ උමං දුම්රිය ස්ථානය තියෙන්නේ කොහෙද ?
离这里远吗?	ලී චර් ලි යුඅන් මා ? මෙතැන ඉඳලා දුරයි ද ?
我应该坐什么车去?	වෝ යීන් ගඅයි ස්වෝ ෂෙන් ම ජ්ර් චියු ? මා යා යුත්තේ මොන බස් එකෙන් ද ?
您得去马路对面坐车。	නින් ද චියු මා ලු තුවෙයි මියැන් ස්වෝ ජ්ර්. ඔබ පාරේ අනෙක් පැත්තේ යන බසයකයි යා යුතුයි.

完整对话 සම්පූර්ණ සංවාදය

对话 一 පළමු සංවාදය

请问地铁站在哪里?	චින්ග් වෙන් දී තියෙ චඅන් සයි නාලි ? කරුණාකර අහන්නේ උමං දුම්රිය ස්ථානය තියෙන්නේ කොහෙද ?
一直往前走，在前边的路口往左拐。	යී චර් වං වියින් සො, සයි චිඅන් බිඅන් ද ලුකෝ වං ස්වෝ ගුඅයි. මාර්ගයේ කෙළින්ම ඉස්සරහට යන්න ඊළඟ හන්දියෙදී වම් පැත්තේට හැරෙන්න.

对话 二 දෙවන සංවාදය

离这里远吗?	ලී චර් ලි යුඅන් මා ? මෙතැන ඉඳලා දුරයි ද?
不太远。大概走5分钟就到了。	බු තයි යුඅන්. දා ගයි සො වු ෆෙන් චුන් චියු තඕ ලා. දුර නෑ. විනාඩි 5කින් පයින් යන්න පුළුවන්.

对话 三 තෙවන සංවාදය

我应该坐什么车去?	වෝ යීන් ගඅයි ස්වෝ ෂෙන් ම ජ්ර් චියු ? මා යා යුත්තේ මොන බස් එකෙන් ද ?
您得去马路对面坐车。	නින් ද චියු මා ලු තුවෙයි මයින් ස්වෝ ජ්ර්. ඔබ පාරේ අනෙක් පැත්තේ යන බසයකයි යා යුතුයි.
我明白了。谢谢。	වෝ මින් බයි ලා. ෂියැ ෂියැ. ඔව් මට තේරුණා. ස්තූතියි.

චීන සංස්කෘතියෙන් බිඳක්

ලෝකයේ අනෙක් සංස්කෘතීන්ට හා සමානව සරළ ආමන්ත්‍රණය කිරීම් උදාහරණ හැටියට කියනවා නම් "ආයුබෝවන්" "ගිහින් එන්නම්" වැනි යෙදුම් චීන සංස්කෘතිය තුළත් බහුලව භාවිතා වෙනවා. නමුත් එදිනෙදා ජීවිතයේදී මේ ආමන්ත්‍රණ වෙනස් වෙන්න පුළුවන්. උදාහරණයක් හැටියට තමුන්ට වඩාත් හිතවත් කෙනෙකු හමුවුණාම සරළ ආමන්ත්‍රණයට අමතරව "මේ කොහෙ යන ගමන් ද" "කාලා ද ඉන්නේ " "මොනවද කෑවේ " වගේ බොහොම සුහද ප්‍රශ්නත් චීන ජාතිකයෝ අහනවා. විදේශිකයෙකුට නම් මෙවැනි ප්‍රශ්න ටිකක් නුහුරු වෙන්න පුළුවන්. මොකද මෙවැනි ප්‍රශ්න හුඟක් පුද්ගලික දේවල් විදිහට ඔවුන් සළකන නිසා. බටහිර ජාතිකයන්ගේ සරළ ආමන්ත්‍රණ හුදෙක් සරළ ආමන්ත්‍රණම පමණයි කිව්වොත් නිවැරදියි. ඒ කියන්නේ "ආයුබෝවන් සුබ උදෑසනක් " වගේ ආමන්ත්‍රණ පමණයි. අමතර දෙයකට ඔවුන් කථා කළොත් කථා කරන්නේ කාළගුණය ගැන විතරයි. ඒ කියන්නේ "අද වහීවි නේද?" වගේ දෙයක්. නමුත් චීන ජනතාව ඊට වඩා සුහද දේත් තමුන්ට හමුවන හිතවතුන්ගෙන් විමසනවා.

《每日汉语》එදිනෙදා චීන බස

坐汽车 - බසයෙන් ගමන් කිරීමේදී

今日关键 අද පාඩමෙන් අවධානය

这车到东方小区吗?	චර් ජ්ර් තඕ ඩං ෆං ෂෞ චියු මා ? මේ බස් එක දොංෆං නිවාස සංකීර්ණයට යනවා ද ?
买一张票	මැයි යී චන් පීඕ. ප්‍රවේශ පතක් දෙන්න.
到了请你告诉我。	තඕ ල චින්ග් නි ගඕ සු වෝ. ළඟා වුණාම කරුණාකර ඔයා කියන්න මට.
在哪儿换车?	සයි නාර් හුඅන් ජ්ර් ? කොහෙදී ද බස් එක මාරු කරන්නේ ?

完整对话 සම්පූර්ණ සංවාදය

对话 一 පළමු සංවාදය

这车到东方小区吗?	චර් ජ්ර් තඕ ඩං ෆං ෂෞ චියු මා ? මේ බස් එක ඩං ෆං නිවාස සංකීර්ණයට යනවා ද ?
到。您上车吧。	තඕ. නින් ෂන් ජ්ර් බා. ඔව් ඔබ බස් එකට නගින්න.

对话 二 දෙවන සංවාදය

买一张票。	මැයි යී චන් පීඕ. ප්‍රවේශ පතක් දෙන්නකො.
两块钱。	ලිඅන් කුඅයි චිඇන්. යුවන් දෙකයි.

对话 三 තෙවන සංවාදය

到了请你告诉我。	තඕ ල චින්ග් නි ගඕ සු වෝ. ළඟා වුණාම කරුණාකර මට කියන්න.
好的。	හාවෝ ද. හරි.

对话四 සිව්වන සංවාදය

这车不到动物园。您得换车。	චර් ජ්ර් බු තඕ තුං වූ යුඅන්. නින් ද හුඅන් ජ්ර්. මෙ බස් එක සතුවත්තට යන්නේ නැහැ. ඔබ වෙනත් බස් එකට මාරු කරන්න ඕන.
在哪儿换车?	සයි නාර් හුඅන් ජ්ර් ? කොහෙද බස් එකින් මාරු කරන්නේ ?
下一站换101路。	ෂ්‍යා යී චඅන් හුඅන් යී ලින් යී ලු. ලබන බස් නැවතුන් පොලේ අංක 101 බස් එකින් මාරු කරන්න.

චීන සංස්කෘතියෙන් බිඳක්

චීන මිනිසුන් එකිනෙකාට උදව් කරන්න ඉතාමත් කැමතියි. තව කෙනෙකුට උදව්වක් කිරීම බොහොම යහපත් දෙයක් විදිහටයි ඔවුන් දකින්නේ. කාර්යාලයේදී වැඩ පළේදී සහෝදර සේවකයෙකුට කරදරයක් සිදු වුණාම එහෙම නැත්නම් උදව් ඕන වුණාම අනෙක් සගයන් බොහොම උද්‍යෝගයෙන් එකතු වෙනවා. අසල්වැසි ගෙදරක දරුවෙක් පාසල නිමවා ගෙදර එන විට ඒ දරුවාගේ දෙමව්පියන් ගෙදර නැතිනම් ඔවුන් ආපසු එන තුරු දරුවාව තම නිවසේ රඳවා ගන්න චීන පවුල් ඉදිරිපත් වෙන්නේ කැමැත්තෙන්මයි. ඇතැම් විටෙක එම දරුවාට කෑම බීම වලින් ද සංග්‍රහ කරන්න එම පවුල් කටයුතු කරනවා.

බටහිර සංස්කෘතිය මීට වෙනස්. ඔවුන් උදව් කිරීමට හෝ සහය වීමට ඉදිරිපත් වෙන්නේ උපකාරය ලබන පාර්ශවය එය පිළිගන්නේ නම් පමණයි. මා දන්නා පුංචි නිදසුනක් ඔබට කියන්නම්. ඇමෙරිකා එක්සත් ජනපදයේ ඉගෙනුම ලබන එක්තරා චීන සිසුවෙක් දිනක් රථ වහාන වලින් පිරුණු පාරක් හරහා මාරු වීමට අපහසුවෙන් මෙන් උත්සාහ දරණ සුදු ජාතික වියපත් මහාචාර්යවරයෙක් දුටුවා. කිසිදු පැකිලීමකින් තොරව ඉදිරිපත් වූ මේ තරුණ චීන සිසුවා වාහන වලට අතින් සංඥා කොට වියපත් මහාචාර්යතුමාට පාර හරහා පහසුවෙන් මාරු වීමට ඉඩ සලසා දුන්නා. නමුත් කිසිදු ස්තූතිය පළ කිරීමකින් තොරව මේ වියපත් මහාචාර්යතුමා යන්න ගියේ සිසුවා ද මවිත කරමින්. කෙතරම් වියපත් වුණත් කවරෙකුගේවත් උපකාරයක් නොමැතිව තනිව පාර මාරු විය හැකි යැයි ඒ මහාචාර්යතුමා අදහස් කළ නිසයි ඔහු එවැනි ප්‍රතිචාරයක් දැක්වූයේ. ඒ නිසා මතක තබා ගන්න බටහිරදී ඔබ යමෙකුට උදව් කිරීමට ඉදිරිපත් වෙද්දී ඔබේ උපකාරය ලබන පාර්ශවයට එය කල් ඇතිව ප්‍රකාශ කර ඔහුගේ හෝ ඇයගේ කැමැත්ත අකමැත්ත විමසා සිටින්න.

අසන්නන්ගේ බිත්ති පුවරුව

07.05.2017
ඩී. සුජිත් ද සිල්වා,
"සිත්මිණි"
අංක 22,
අඬදොල පාර,
වතුගෙදර. (අම්බලන්ගොඩ)
ශ්‍රී ලංකාව.

සැමදෙනාටම ජය සුබ මංගලම්!.

මා ඉතා ආදරණීය චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලි සේවයේ හාඕ ලී ෆාං (නුවන්) ඇතුළු සැමටය.

මම හෙළ බස ඔබගේ සුමධුර සියලුම හොඳම සුබපේ ආශා සිතින් පවා ලෙ ලිපියක් ගුවන් විදුලි සේවයට ලියමි. ඒ සඳහා මගේ හදවතේ හොඳම ස්තූතිය පුද කරමි.

චීන ගුවන් විදුලි සේවයේ සිංහල සාමාජිකයෙකු ලෙසින් 1975 වසරේ සිට සවන් දෙන මා ඔබගේ සමග දුර්ලභ පොරොන්දු මිත්‍රත්වයකින් බැඳුණෙමි. චීන ශ්‍රී ලංකා මිත්‍ර සබඳතා තවදුරටත් ඉතා ශක්තිමත්ම පවතිම මගේ පැතුමයි. අප දෙරට මිත්‍රත්ව පාලමක් ලෙස චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය ඔබගේ විශාල ශක්තිමත් කාර්යභාරයක් ඉටුකරයි. පළ, අදල්, තමල් අම්ල පෝයක් ඔබ සැම චීන ගුවන් විදුලි සේවයට මගේ අම්මා ආදර හොඳම ස්තූතිය, අනන්ත වාරයක් පුද කරමි. ඔබගේ සෙවන සිරගත්ත අලුත් වැඩසටහන් ඉදිරිපත් කිරීම ඉතා අගේ කොට සලකමි. දැන් චීනය දියුණු කිරීමට මම ඉතා සතුටින් සිටිමි. විශේෂයෙන් අපගේ කාර්යමණ්ඩලයේ සැම දෙනාම ඉතාම ගෞරවාදරයෙන් සිහිපත් කරමි. චීන ශ්‍රී ලංකා මිත්‍රත්ව දිගටම දියුණුවේ දියුණුවට පේවාවා. මගේ පැතුම වෙසක් සුබ උත්සවය නිමිත්තෙන් පවා මල වෙසක් ආවරි තාවියද මේ පමණ පමණි. ඔබ සැමට තුනුරුවන් සරණයි සදාවසනාවන්.

ස්තූතියි.

මෙයට

චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන්විදුලි සේවයට කාලත් ලෙඩි ශ්‍රාවක.

ඩී. සුජිත් ද සිල්වා.

D. Sujith De Silva,
"SITHMINI"
NO, 22,
ANDADOLA ROAD,
WATHUGEDARA
AMBALANGODA
SRI LANKA

ඩී. සුජිත් ද සිල්වා සිතින්
හාඕ ලී ෆාං ඇතුළු සැමට සුබ පතා.

407/13,
සිසිල උයන,
දේගමවත්ත,
දොම්පේ.
ශ්‍රී ලංකාව.
2017/03/11

ආදරණීය හාඕ ලී ෆාං වෙත,

ඔබ එවූ ලිපියත්, තෑගි භාණ්ඩත් ලැබුණු බව සතුටින් දන්වමි. ඒවාට බොහොවින් ම ස්තූතිවන්ත වෙමි. මම දිගටම චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය සවන් දෙමි. නමුත් මේ දිනවල මම විභාගයකට මුහුණ දීමට ඇති බැවින් ගුවන්විදුලියට සවන් දීම තරමක් දුරට අතපසු විය.

මා හට ෆේස්බුක්, අන්තර්ජාලය ආදිය භාවිත කිරීමට ම තවම මගේ මව අවසර නොදෙයි. ඒ නිසා හැකි සෑම විටම ඔබ සමඟ ලිපියකින් අදහස් හුවමාරු කරගැනීමට ඔබේ කැමැත්ත බලාපොරොත්තු වෙමි.

දැනට මම නවතිමි. ඔබව ආදරයෙන් මතක් කරමි. ඔබගේ කාර්යමණ්ඩලය, ඔබේ ගෙදර අයටත් ආදරයෙන් මතක් කළ බව කියන්න. ඔබගේ සියලු කටයුතු සාර්ථක වේවායි කියා මම හදවතින්ම ප්‍රාර්ථනා කරමි.

තෙරුවන් සරණයි!

මීට සදා සිතැති,
දෙව්මි නිම්රාධා.

ඉදිරිපත් කිරීම : හාඕ ලී ෆාං

එකොලොස්වන වන පාඩම
තුවාල සහ ලේ ගැලීම්වලදී ප්‍රථමාධාර
දෙවන කොටස

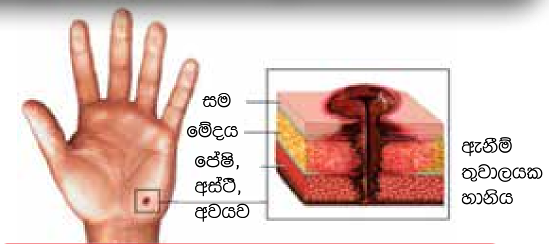
පසුගිය පාඩමේදී තුවාලයක් යනු කුමක්ද, තුවාල වර්ග, ලේ ගැලීම් හා ලේ ගැලීමක් පාලනය කරනු ලබන පොදු ප්‍රථමාධාර ක්‍රමශිල්ප ඇතුළත් 'ඈබර්ධම් ක්‍රමවේදය පිළිබඳව දැනගතිමු. එමෙන්ම ලොව පුරා දෛනිකව සිදුවන අනතුරු හේතුවෙන් මිනිසාට බහුල වශයෙන්ම සිදුවන හානිය තුවාල වන බවත් රිය අනතුරු, ඇද වැටීම්, ගෘහස්ථ අනතුරු, ක්‍රීඩා පිටියේදී, වැඩබිමේදී වන අනතුරු, පිළිස්සීම්, යුද්ධ හා ගැටුම් ආදී විවිධ හේතු නිසා මිනිසාට වන මෙම තුවාල හේතුවෙන් ලොව පුරා මිනිස් ජීවිත 5.8 ක් හෙවත් ලක්ෂ 58 ක් පමණ දෙනාගේ ජීවිත බිලි ගැනීමටත් කෝටි ගණනක් දෙනාට දිගු කාලීන හෝ කෙටි කාලීන ආබාධ හා වේදනාවන් ගෙන ඒමටත් සමත් වී ඇති බවත් අප සාකච්ඡා කළෙමු.

මෙවර පාඩමෙන් සිරුරට ආගන්තුක දේහයක් ඇනී ඇති විට සිදු කළ යුතු ප්‍රථමාධාර පිළිබඳව දැන ගනිමු.

ආගන්තුක දේහයක් ශරීරයට ඇනී තුවාල වී ඇති විට ප්‍රථමාධාර

අපට තුවාල සිදුවන තවත් ක්‍රමයකි උල් ආයුධ හා උපකරණ ආදිය ශරීරයට ඇනීම. එවැනි තුවාලයක් නිසා අභ්‍යන්තර ඉන්ද්‍රියයන්ට හානි වීම, අභ්‍යන්තර හා බාහිර වශයෙන් රුධිර වහනය සිදු වීම, කම්පන තත්ත්වයට පත්වීම, විෂබීජ ශරීරගත වීම හා ආසාදනයට ලක්වීම වැනි තත්ත්වයන්ට ලක්වීමට රෝගියාට සිදු වේ. එමෙන්ම අනෙකුත් තුවාලවලට වඩා මෙවැනි ආගන්තුක දේහයක් සිරුරට ඇනී ඇති රෝගියෙකු රෝහලක් වෙත රැගෙන යාමේදී

තුවාලකරුගේ ජීවිතය බේරා ගැනීමටත්, රෝගී තත්ත්වය උත්සන්න වීම වළක්වා ගැනීමටත් අප විසින් විශේෂයෙන් සිදු කළ යුතු කාර්යයන් කිහිපයක් වෙයි.



ඉතා වැදගත් !
ශරීරයට ආගන්තුක යමක් ඇනී ඇති විට එය ගලවා ඉවත් කිරීමෙන් වළකින්න.

- රුධිර වහනය (ලේ ගැලීම) පාලනය කිරීම (සුභාසර - 10 වන පාඩම)
- ස්වසනය සහ රුධිර සංසරණය සිදු වන බවට තහවුරු කර ගැනීම (සුභාසර - 02, 04 සහ 05 පාඩම්)
- ආගන්තුක දේහය (ඇනී ඇති දේ) නොසෙල්වන පරිදි නිශ්චල කිරීම
- තුවාලකරු කම්පන තත්ත්වයෙන් වළක්වා ගැනීම
- හැකි ඉක්මනින් වෛද්‍යාධාර වෙත යොමු කිරීම

ඒ අනුව ඉහත කාර්යයන් ඉටු කරමින් තුවාලකරුවාට ප්‍රථමාධාර කිරීම සඳහා අනුගමනය කළ ප්‍රථමාධාර ක්‍රමශිල්ප වෙත දැන් අවධානය යොමු කරමු.

1. තුවාලකරු අස්වසන්න

බාහිර යමක් ශරීරයට ඇනී ඇති විට පුද්ගලයකු විශාල ලෙස බියට පත් වේ. එම හේතුවෙන් තුවාලකරුගේ රුධිර සංසරණය ද වේගවත් වී අභ්‍යන්තර හා බාහිර වශයෙන් ලේ ගැලීම අවම කර ගැනීම සඳහා පුද්ගලයා සංසුන්වීම හා යථා තත්ත්වයට පත්වීම සඳහා විශ්වාසය ගොඩනගා ගැනීම අවශ්‍යය. ශාරීරිකව අප විසින් කරනු ලබන ප්‍රථමාධාර මෙන්ම මානසික ප්‍රථමාධාර ද ඉතා ඉහළ වැදගත්කමක් දරයි.

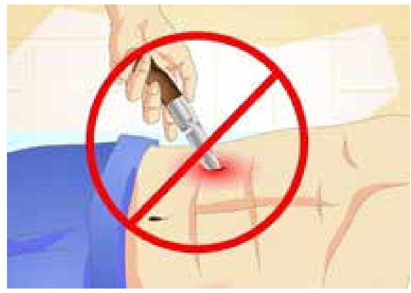
2. තුවාලකරු හාන්සි කරවන්න.

සිරුරට ඇනී ඇති දෙයෙහි ප්‍රමාණය, ඇනී ඇති ගැඹුර, හානී වී ඇති අවයව, පුද්ගලයාගේ වයස යන විවිධ තත්ත්වයන් අනුව තුවාලයෙහි බරපතළ බව තීරණය වන අතර එමගින් ඇති වන වේදනාව හා හානිය අනුව තුවාලකරුට ක්ලාන්තය, කම්පනය, සිහි නැති වීම වැනි විවිධ රෝගී තත්ත්වයන් ඇතිවීමට නිසා ඇද වැටීමටත්, රුධිර වහනය පාලනය කිරීමේ පහසුව සඳහාත් රෝගියා සිටගෙන සිටින්නේ නම් හාන්සි කරවීම අත්‍යවශ්‍යය.

3. ගිලන් රථ හා සෞඛ්‍ය සහන සේවා වෙත අමතන්න.

මෙවන් තුවාලකරුවෙකු ඉතා ඉක්මනින් රෝහල්ගත කළ යුතු නිසා මෙන්ම තුවාලකරුගේ ජීවිතය ආරක්ෂා කර ගැනීමට අවශ්‍ය විශේෂඥ වෛද්‍ය සහ පරිපූරක වෛද්‍ය සේවාවන් ලබා ගැනීමට 1990 වැනි නොමිලේ ලබා දෙන ගිලන් රථ සේවාවකට හෝ 119 වැනි හදිසි ඇමතුම් අංකයකට අමතා සහාය පතන්න. මේ සඳහා ඔබට අසල සිටින්නන්ගේ සහාය ලබා ගත හැක.

4. ඇනී ඇති දෙය ඉවත් නොකරන්න.



ඇනී ඇති දෙය ගැලවුවහොත් තවදුරටත් අභ්‍යන්තර ඉන්ද්‍රියයන්ට හානි විය හැකි අතර අභ්‍යන්තර හා බාහිර වශයෙන් රුධිර වහනය වඩාත් වැඩිවිය හැකිය. එම නිසා ඇනී ඇති දෙය ගලවා ඉවත් නොකොට ඉදිරි ප්‍රථමාධාර පියවරයන් අනුගමනය කළ යුතුය.

5. ඇනී ඇති දෙය නොසෙල්වෙන සේ නිශ්චල කරන්න.

තුවාලකරු රෝහල වෙත රැගෙන යාමේදී ඇනී දෑ සෙලවුණ හොත් අභ්‍යන්තර හා බාහිර වශයෙන් රුධිර වහනය වැඩි වීමටත්, අභ්‍යන්තර වැදගත් ඉන්ද්‍රියයන්ට තවදුරටත් හානි වීමටත් පුළුවන.

එම නිසා ඇනී ඇති දෑ දෙපසින් පෑඩ් තබා වෙළුම් පටි භාවිතා කොට ඉතා හොඳින් වෙළන්න. මෙමගින් රුධිර වහනය ද පාලනය වනු ඇත.

ගසක විශාල අත්තක්, ගේට්ටුවක උලක්, අති විශාල දිගකින් යුතු කම්බියක් වැනි යමක් ශරීරයට ඇනී ඇති විට එම ආගන්තුක දෑ සමඟම තුවාලකරු රෝහල වෙත රැගෙන යාමට නොහැකිම නම් පමණක්, සෙලවීම ඉතාම අවම වන පරිදි ශරීරයට සැලකිය යුතු දුරක් තබා ඇනී ඇති දෙයෙහි ප්‍රවාහනයට බාධාකාරී කොටස ඉවත් කරගන්න. මේ සඳහා විශේෂඥ වෛද්‍ය ප්‍රතිචාර සේවා පුහුණුව ලැබූවන් සිටී නම් එම සහාය ලබා ගන්න.

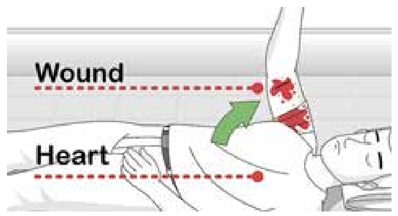
6. රුධිර වහනය පාලනය කරන්න

මේ සඳහා

- පිරිසිදු රෙදි පටි හෝ වෙළුම් පටි භාවිතයෙන් ආගන්තුක දෙය වටා වෙළන්න. (මෙතෙක් වෙළුම් පටි නොයෙදුවේ නම්)
- හානි වී ඇති අවයවය හැකි නම් හෘද මට්ටමට වඩා මදක් ඔසවා තබන්න.

අවවාදයයි !

- පහත සඳහන් දෑ සිදු නොකරන්න.
- රුධිරය ගලන විට ජලයෙන් සෝදා හැරීම
- අයිස් තැබීම
- තුවාලයට ඉහළින් තදකර (තිරිංග) වෙළුම් දැමීම



7. කම්පන තත්ත්වයක් ඇති වන්නේ නම් ඊට ප්‍රථමාධාර කරන්න

තුවාලයකින් රුධිර වහනය වීම හෝ වෙනත් රුධිර සංසරණයට වන බාධා නිසා නාඩි අක්‍රමවත් වීම, සම සුදුමැලි වීම, ඇලෙන සුළු තෙත් දහඩිය ගතිය, පිපාසය, සිරුර සිසිල් වීම වැනි රෝග ලක්ෂණ හා නිමිති පෙන්විය හැක. එය කම්පන තත්වයයි. කම්පනය ඇත්නම් හාන්සි කරවන්න. පාද ඔසවා තබන්න. බ්ලැන්කට්ටුවකින් ආවරණය කරන්න. තද ඇඳුම් ලිහිල් කරන්න. මනා වාතාශ්‍රයක් ලබා දෙන්න. ජෛව සාධක පිරික්සන්න.

8. අවයවයට රුධිර සැපයුම මැනවින් සිදුවන්නේදැයි පිරික්සන්න

හානි වී ඇති තැනින් එහා හා වෙළුම් හෝ රෙදි පටි යෙදූ තැනින් එහා ශරීර කොටස්වලට ලේ ගමනාගමනය වන්නේදැයි පරීක්ෂා කරන්න. එය වෙළුම යෙදූ තැනින් එහා අවයව කොටස්වල නාඩි පරීක්ෂා කොට නාඩි වේගය හඳුනා ගැනීම, එම කොටස්වල වේදනාව, ඉදිමීම, පැහැය වෙනස්වීම, නිය අග පරීක්ෂාව, සීතල වීම, හිරි වැටීම යන විවිධ මාර්ගයන්ගෙන් හඳුනාගත හැකිය. එමගින් රුධිර සංසරණයේ ගැටලුවක් හඳුනාගත හොත් ඔබ යෙදූ වෙළුම ලිහිල් කළ යුතුය. නැතහොත් එම ප්‍රදේශවලට රුධිර සංසරණය නොවී එම ප්‍රදේශවල පටක සෛල වෙත ඔක්ෂිජන් පරිවහනය නොවීමෙන් ලැක්ටික් නමැති අතිශයින් විෂ සහිත අම්ලයක් නිෂ්පාදනය වී ප්‍රබල ජීවිත තර්ජනයක් ඇති විය හැකිය.

නිය අග පරීක්ෂාව සිදු කරන අයුරු

සුදු පැහැති වන තුරු නිය අග තත්. 3 ක් පමණ හොඳින් මිරිකා අතහරින්න

එවිට රුධිර සංසරණය වේනම්, නිය අග ඉක්මනින් රතු පැහැයට හැරේ.

9. ආරක්ෂිතව රෝහල්ගත කරන්න.

සෙලවීම අවම වන පරිදි, තුවාලකරුගේ ස්වසනය, රුධිර සංසරණය පරීක්ෂා කරමින් හා මානසික විශ්වාසය ගොඩනගමින් තුවාලකරු ඉක්මනින් හා ආරක්ෂිතව රෝහල්ගත කරන්න. අසිහි තත්ත්වයේ සිටී නම් රෝගියා ආරක්ෂිත ඉරියව්වේ තබා මෙය සිදු කරන්න. වෛද්‍යවරුන්ට ඔබ විසින් සිදු කළ ප්‍රථමාධාර හා දන්නා තොරතුරු පවසන්න. තුවාලකරු පිළිබඳව හා ඔබ විසින් සිදු කළ ප්‍රථමාධාර පිළිබඳව විස්තරයක් සටහන් කොට ඔබ සතුව තබා ගන්න.

සැලකිය යුතුයි !

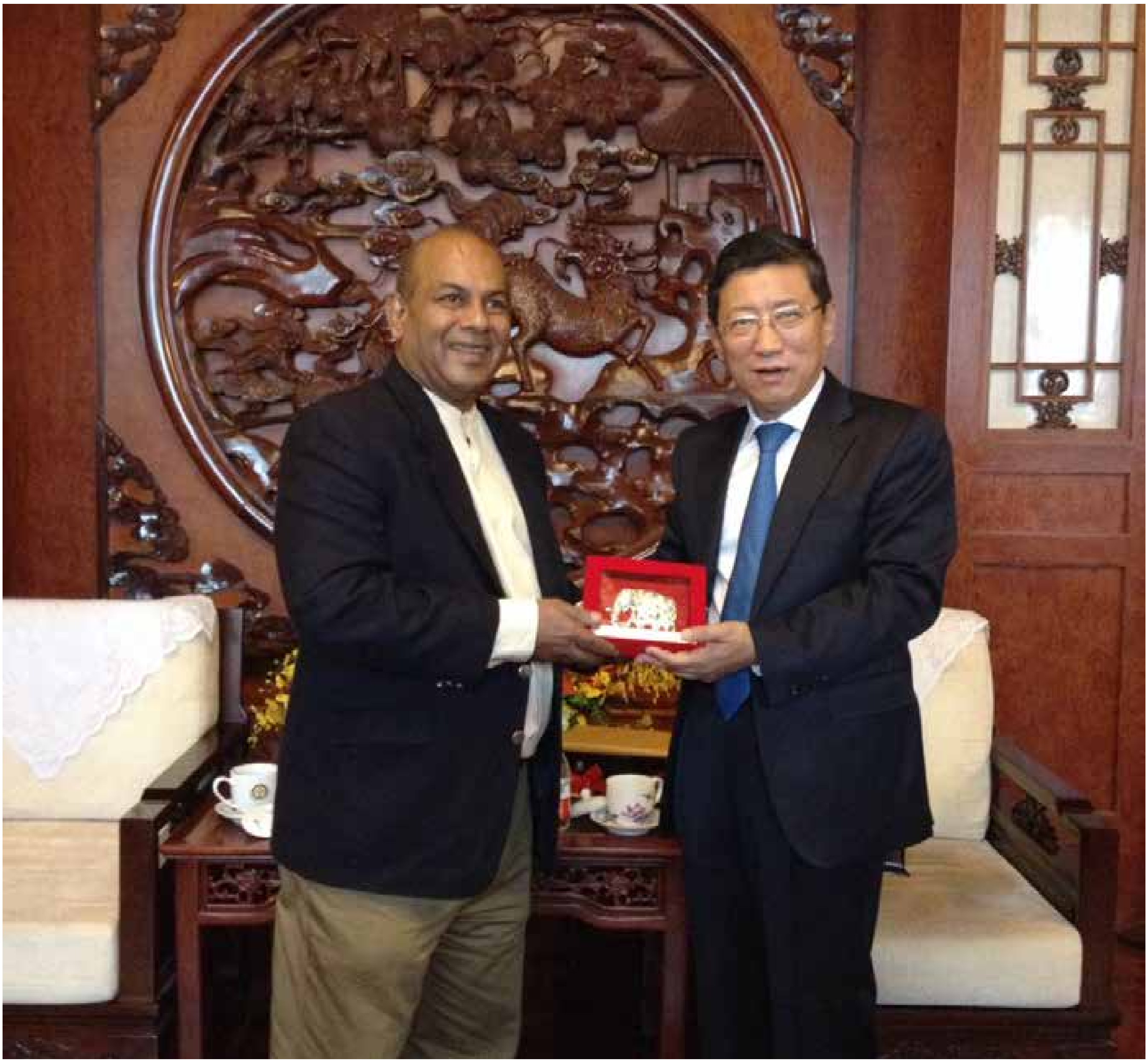
- **ඉතා කුඩා හෝ සියුම් ආගන්තුක දේහ ඇනී හෝ තැවරී ඇති විට ගලා යන ඇල් ජලයෙන් සෝදා ඉවත් කළ හැකිනම් එසේ කරන්න.**
- **ඇනීම් සහිත තුවාලයකදී පිටගැස්ම ඇති කරන ටෙටනස් බැක්ටීරියාව ශරීරයට ඇතුළු විය හැකි නිසා වෛද්‍යවරයෙකු හමු වී අදාළ එන්නත් අනිවාර්යයෙන් ලබා ගන්න.**

ඉදිරි පාඩම්වලදී තවත් විවිධ සංකීර්ණ තුවාලවලින් රුධිර වහනය වීමකදී කළ හැකි ප්‍රථමාධාර පිළිබඳව සාකච්ඡා කරමු.

ඉහත ප්‍රථමාධාර ක්‍රමශිල්ප එදිනෙදා ප්‍රායෝගිකව භාවිතා කිරීම සඳහා විධිමත් ප්‍රථමාධාර පුහුණුවකට සහභාගී වීම අත්‍යවශ්‍ය වන අතර මෙම තොරතුරු කියවීම පමණක් ප්‍රථමාධාර ලබාදීමට ප්‍රමාණවත් හැකියාවක්, දැනුමක් හා විශ්වාසයක් ලබා නොදෙයි. ජීවිතයට අතිශය වැදගත් මෙවැනි ප්‍රථමාධාර ක්‍රමශිල්ප පිළිබඳ විධිමත් ප්‍රථමධාර පුහුණුවක් ලබා ගැනීමේ අවස්ථාව ශ්‍රී ලංකා රතු කුරුස සමාජය මගින් ඔබට ලබා ගත හැක. ඒ පිළිබඳ තොරතුරු සඳහා www.redcross.lk වෙත පිවිසෙන්න. කතා කරන්න 0115347000.

ශ්‍රී ලංකා රතු කුරුස සමාජයේ වකුගඩු රෝග නිවාරණ ව්‍යාපෘතිය

චීන රතු කුරුස සමාජයේ ආධාර මත ශ්‍රී ලංකා රතු කුරුස සමාජය විසින් සිදුකරනු ලබන වකුගඩු රෝග නිවාරණ විශේෂ ව්‍යාපෘතියේ ප්‍රතිලාභීන් සඳහා ශ්‍රී ලංකා ජනරජයේ අතිගරු ජනාධිපති මෛත්‍රීපාල සිරිසේන මැතිතුමන් විසින් ජල පෙරණයන් ලබාදුන් අවස්ථාවයි. මේ අවස්ථාවට ශ්‍රී ලංකා රතු කුරුස සමාජයේ ගරු සභාපති ජගත් අබේසිංහ මැතිතුමන්, පොළොන්නරුව දිස්ත්‍රික්ක ලේකම්/දිසාපති රංජිත් ආරියරත්න මැතිතුමා සහ රතු කුරුස සමාජයේ නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජෙනරාල් සුදත් මඩුගල්ල යන මහතවරුන් සහභාගී විය.



ශ්‍රී ලංකා චීන බෞද්ධ මිත්‍රත්ව සංගමයේ ගරු උප සභාපති අජිත් ධර්මවර්ධන මහතා චීන රාජ්‍ය ආගමික කටයුතු පිළිබඳ පරිපාලනයේ උප අධ්‍යක්ෂ ජ්‍යාං ජියැන් යුං මැතිතුමා හමුවූ අවස්ථාවයි

සුභාසර පාඨක සාමාජිකත්වය

චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලිය සහ ශ්‍රී ලංකා රතු කුරුස සමාජය ඒකාබද්ධව ත්‍රෛයි මාසිකව නිකුත් කරනු ලබන සුභාසර සඟරාවේ පාඨක සාමාජිකත්වය ලබා ගැනීම සඳහා පහත විස්තර පුරවා මෑතකදී ගත් 2.5 x 3.5 cm ප්‍රමානයේ ඡායාරූපයක් සමග අපගේ ලිපිනය වෙත යොමු කරන්න.

නම : ....

ලිපිනය : ....

වයස : .... පාසල : ....

දුරකථන : .... විද්‍යුත් ලිපිනය : ....

ප්‍රශ්නය : මෙවර සුභාසර කලාපයේ ඔබ වඩාත් කැමති ලිපිය කුමක්ද?

පිළිතුර : ....

අපගේ ලිපිනය : 4/91A, 5 වන පටුමග, තලකොටුව වත්ත, පොල්හේන්ගොඩ, කොළඹ 05. P. O Box : 1774

	Frequency	Time (Sri Lanka)	
FM	CRI - Sri Lanka FM97.9	05.00-10.00 (Eng)	10.00-00.00 (Sin)
Short wave	7260/9490/7265/11900	19:30-20:30	05:00-06:00
Online	http://sinhalese.cri.cn/		

චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ සිංහල සේවය

ශ්‍රී ලංකා ජන ජීවිතය මැනවින් හඳුනාගත් සුහද මිතුරෙකු ලෙස චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ සිංහල සේවය ඉදිරි ගමනක් ආරම්භ කර තිබේ. ශ්‍රී ලංකාව පුරා විසුරුවා හැරෙන කෙටි තරංග සහ බස්නාහිර පළාත ආවරණය කරන FM තරංග විකාශනයක් සිංහල සේවය සතුවෙයි. සියළු වැඩසටහන්වලට පොඩ්කාස්ට්න් සේවාව ඔස්සේද සවන් දිය හැකිය.

සිංහල සේවය ආරම්භ වූයේ වසර 1975 ජනවාරි පළමු දාය. එවක පැවැතියේ කෙටි තරංග විකාශනයක් පමණි. වසර 2010 අප්‍රේල් 23 වනදා එහි FM තරංග විකාශනය ආරම්භ කෙරිණ.

මේ වන විට චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ සිංහල සේවය ශ්‍රී ලංකාවේ ගුවන් විදුලි හා රූපවාහිනී මාධ්‍ය හා පුවත්පත් සමඟ මනා සහයෝගික සම්බන්ධතාවකින් යුක්තව ඉදිරියට ගමන් කරමින් සිටී.

චීන ජාත්‍යන්තර ගුවන් විදුලියේ සිංහල සේවයේ වැඩසටහන් ශ්‍රී ලංකාවේ සමස්ත පවුල් ඒකකය ඉලක්ක කොට විසුරුවා හරිනු ලැබේ. වැඩසටහන් අන්තර්ගතය චීනය සහ ශ්‍රී ලංකාව අතර ඇති සාම්ප්‍රදායික මිත්‍රත්වය සහ රාජ්‍යතාන්ත්‍රික බැඳීම පදනම් කොට සකස් කර තිබේ. සතියේ දින පහ තුළ, ආර්ථිකය, සංස්කෘතිය, ජන ජීවිතය සහ මිත්‍රත්වය, සංචාරය, සූප කලාව, චීනයේ භාෂා අධ්‍යයනය වැනි විෂය ක්ෂේත්‍ර ඔස්සේ වැඩසටහන් විකාශනය කෙරේ. විචිත්‍රාංග සමාජ හා කාලීන තොරතුරු සඳහා ද විශේෂත්වයක් හිමිව තිබේ. චීනයේ ශ්‍රී ලංකාවේ සහ ලෝකයේ නැවුම් තොරතුරු රැගත් ප්‍රවෘත්ති විකාශනයක්ද දිනපතා සිදුකෙරේ.

中国国际广播电台
CHINA RADIO INTERNATIONAL

SINHALA SERVICE
CHINA RADIO INTERNATIONAL

No.16A, Shijingshan Road,
Beijing, P.R. China
Post code:100040
Tel: 00 86 10 6889 2373/0439
Fax: 00 86 10 68892361
Email: sinhalacri@gmail.com
Web: http://sinhalese.cri.cn/
Facebook: Cheena Sinhala handa
Twitter: Voice of China-Lanka