

**ආහාර සැකසීමේ දී හා ආහාර පරිභෝජනයේ දී සිංහල ගැමි සමාජය විසින් උපයෝගී කොටගත් පැරණි උපකරණ හා මෙවලම් (ගල්ගමුව කොට්ඨාසයේ සාම්ප්‍රදායික ගම්මාන ඇසුරින්)**

ආචාර්ය ඩබ්ලිව්. එම්. මධුවාසල  
උපදේශක - කලාණ මිතුරු ඒකකය - කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලය  
[maduembogama@gmail.com](mailto:maduembogama@gmail.com)

**සාරසංක්ෂේපය**

පැරණි සමාජයේ භාවිත කළ මෙවලම් හා උපකරණ නිර්මාණය කර ගැනීමේ දී ප්‍රමුඛත්වය හිමි වූයේ ආහාර පිස ගැනීමේ කාර්යය හා පරිභෝජන කාර්යය සඳහා ය. උපකරණ අවශ්‍යතාව ඉතා සරල ව ඉටුකර ගැනීමට පැරැන්නෝ පුරුදු වූ අතර ප්‍රාථමික අමුද්‍රව්‍ය යොදා ගනිමින් නිෂ්පාදනය කරගන්නා ලද උපකරණ හා මෙවලම් හැකිතාක් දුරට ප්‍රයෝජනයට ගැනිණි. මෙම අධ්‍යයනයේ අරමුණ වන්නේ ආහාර සැකසීමේ දී හා ආහාර පරිභෝජනයේ දී සිංහල ගැමි සමාජය විසින් උපයෝගී කොටගත් උපකරණ හා මෙවලම් මොනවා ද යන්න පිළිබඳ ව විමර්ශනාත්මක ව අධ්‍යයනය කිරීමයි. මෙය මූලික වශයෙන් කෘත්‍යාත්මක ක්‍රමය පදනම් කරගත් පර්යේෂණයක් වන අතර එය ආනුභවික දත්ත හා ද්විතීය මූලාශ්‍රය පදනම් වී පවතී. ප්‍රාථමික දත්ත, සම්මුඛ සාකච්ඡා මඟින් පැරණි ගම්වල වෙසෙන වයස අවුරුදු 70 ඉක්ම වූ වැඩිහිටියන්ගෙන් තොරතුරු ලබාගෙන ඇති අතර ද්විතීය මූලාශ්‍රය, පොත්පත් හා පර්යේෂණ ලිපි පර්යේෂණයේ අරමුණට අනුකූල ව භාවිතයට ගන්නා ලදී. පාරිසරික හා සමාජ ශික්ෂණයකින් යුක්ත ව ගම්මානවල පවතින සම්ප්‍රදායයන්ට අනුගත ව එක් පරම්පරාවක් විසින් තවත් පරම්පරාවකට ලබාදෙන දැනුම් පද්ධති පිළිබඳ ගවේෂණයක් මෙහි දී සිදු ව ඇත. පැරැන්නෝ සරල උපකරණ හා මෙවලම් භාවිතයට ගනිමින් පරිසර හිතකාමී ලෙස ජීවන අවශ්‍යතා ඉටුකර ගත්හ. ආහාර පාන සකසා ගැනීමේ දී හා පරිභෝජනයේ දී එහි ඖෂධීය හා පෝෂණ ගුණය නොනැසෙන අයුරින් පිළියෙල කර ගැනීමට මෙම මෙවලම් හා උපකරණ දායක කොට ගත්හ. සාම්ප්‍රදායික ගම්මානවල පරිසර පද්ධතිය නොවෙනස් ව තිබෙන තුරු හුරුපුරුදු ජීවන ක්‍රියාවලීන් නොවෙනස් ව පවතින බව හඳුනාගත හැකි ය. සංස්කෘතික විපර්යාසයකින් තොර ව පවත්වාගෙන ආ මෙම ජීවන සම්ප්‍රදාය පසුකාලීන ව සිදු වූ දේශපාලනික හා සමාජීය විපර්යාස සමඟ ප්‍රබල සංස්කෘතික කම්පනයකට ලක් ව ඇත. දේශීය අමුද්‍රව්‍ය යොදා ගනිමින් සකසා ගත් මෙම උපකරණ හා මෙවලම් නිෂ්පාදනය නැවත නගා සිටුවීමට දිරිමත් කිරීම හා භාවිතයට හුරු කිරීම මෙරට ආර්ථික, සමාජීය හා සෞඛ්‍යමය ගැටලු සඳහා විසඳුම් වශයෙන් යොදා ගත හැකි සරල ක්‍රමෝපායන් ලෙස වැදගත් වේ. විශේෂයෙන් මෙ මඟින් ජලාස්ථික, ඇලුමිනියම් හා පොලිතින් වැනි නොදිරන භාණ්ඩ භාවිතයෙන් හා පරිහරණයෙන් සිදුවන පාරිසරික, සෞඛ්‍ය මෙන් ම ආර්ථික ගැටලුවලට විසඳුම් වේ. ස්වාභාවික සම්පත් හා සාම්ප්‍රදායික දැනුම් ක්‍රමෝපායයන් ජාතික අවශ්‍යතාවක් ලෙස හඳුනාගෙන භාවිතයට ගැනීමත් සංවර්ධන හා සෞඛ්‍යමය අවශ්‍යතා ලෙස සංස්කෘතික පෞරුෂයකින් යුත් ස්වීය සෞඛ්‍යාරක්ෂිත සංවර්ධන ලක්ෂණ යළි යාවත්කාලීන කිරීමත් ජාතික අවශ්‍යතාවක් බවට යෝජනා කරන අතර එමඟින් සෑම ගෘහ ඒකකයක ම තිරසර මානව සංවර්ධනයකට පදනම ස්ථාපිත කළ හැකි වනු ඇත.

**ප්‍රමුඛ පද:** ආහාර, පාරම්පරික ඥානය, පැරණි උපකරණ, මෙවලම්

# Old Equipment and Tools Used by the Sinhala Village Society in Food Preparation and Food Consumption

## (Based on the Traditional Villages of *Galgamuwa* Division)

Dr. W.M. Madu Wasala

Counselor - Kalana Mithuru Unit - University of Kelaniya

[maduembogama@gmail.com](mailto:maduembogama@gmail.com)

### Abstract

In the creation of tools and equipment used in ancient society, priority was given to the work of cooking and consumption. The ancients used to fulfill the need very simply and the equipment and tools produced using primary raw materials were used as much as possible. The purpose of this study is to investigate the equipment and tools used by the Sinhala village society in food preparation and food consumption. This is research based on empirical methods and it is based on empirical data and secondary sources. Primary data, information was obtained from the elderly living in old villages through interviews and secondary sources, books and research articles were used following the purpose of the research. An exploration of the knowledge systems given by one generation to another generation following the traditions of the villages with environmental and social education has been done here. The ancients used simple equipment and tools to meet the needs of life in an environmentally friendly way. These tools and equipment contributed to the preparation and consumption of food and beverages in such a way that their medicinal and nutritional properties are not lost. As long as the ecosystem in traditional villages remains intact, it can be recognized that traditional life processes remain intact. This tradition of life, which was maintained without cultural change, has been subjected to a strong cultural shock with the political and social changes that have taken place later. Encouraging the re-establishment of the production of these instruments and tools made using local raw materials and getting used to them are important as simple strategies that can be used as solutions to the economic, social and health problems of this country. This will solve the environmental, health and economic problems caused by the use and consumption of non-biodegradable products such as plastic, aluminium and polythene. It is suggested that natural resources and traditional knowledge strategies are identified and used as a national need and that self-health development features with cultural identity as development and health needs are updated as a national need and thus the foundation for sustainable human development can be established in every household unit.

**Keywords:** Food, Old Equipment, Tools, Traditional Knowledge