කඳවුරු සංචාරණය

ප්‍රභාත් ජයසිංහ

කඳවුරු සංචරණය

ප්‍රභාත් ජයසිංහ

කතෘ ප්‍රකාශන

කඳවුරු සංචරණය

© ප්‍රභාත් ජයසිංහ

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2021

ISBN - 978-624-97747-0-4

පිටකරව සැකසුම - ප්‍රභාත් ජයසිංහ

අක්ෂර සංයෝජනය - කවිනි හේමතිලක

මුද්‍රණය - සුරංග මුද්‍රණාලය, මිහින්තලේ

පෙරවදන

සංචාරය කිරිම මිනිසෙකුගේ ජීවිතයේ ප්‍රීතිමත් අංගයෙකි. සංචාරක ගමනාන්තය කඳවුරුක විසීමෙන් අවසන් කිරිම ඊටත් වඩා ප්‍රියජනක අවස්ථාවකි. එළිමහනේ කඳු ගස් ගල් වන සතුන් පක්ෂීන් මුහුදු තීරය ගංගා ඇළ දොළ අතර ජීවත් වීම ඔබ වඩාත් ප්‍රිය කරනු ඇත.එවන් ස්වාභාවික පරිසරයක එක් දිනක් හෝ රාත්‍රිය පහන් වන තුරු විසීමට ඔබට හැකිනම් ඔබ වාසනා වන්තයෙක් යැයි ඔබට සිතෙනු ඇත.ඔබ ස්ථිරව පදිංචිව ස්ථානයෙන් කිසි විටෙකත් ඔබට ලබා ගත නොහැකි සතුටක්, නිදහසක්, නවමු අත්දැකීමක් අලුත් නවාතැනෙන් ඔබට ලබාදෙනු නිසැකය.

ඔබ දුර බැහැර ප්‍රදේශවල පාරිසරික තත්ත්වයන් ගවේෂණය කිරීම, කඳු නැගීම, වික්‍රමාන්විත ක්‍රියාකාරකම් වල නිරතවීමට උත්සුක වන අයෙක් විය හැකිය. එය ඔබව දිරිමත් කරන අතර අභියෝග වලට මුහුණ දීමේ හැකියාව ද වැඩි කරයි. එවිට ඔබට සුළඟ හා වර්ෂාව උණුසුම සහ සීතල ගැන සිතෙන්නේ නැත. ඔබ මේ සියලු දුෂ්කරතා සියල්ලන්ම විද දාරා සිටින විට එදිනෙදා ජීවිතයේ ඕනෑම කරදරයකට සිනහවකින් මුහුණ දීමට හැකි වන අතර අවසානයේ ඔබ ජය ගන්නා බව හඳුනා ගනී. ප්‍රදේශ සංචරණය, කඳවුරු බැඳීම, සහ කඳු නැගීම නිසි ලෙස කරන්නේ කෙසේදැයි ඔබ දැන සිටිම වැදගත්ය. කූඩාරමක් හෝ තාවකාලික නවාතැනක් සාදා ගන්නේ කෙසේදැයි ඔබ දැන සිටිය යුතුය. ගිනි දැල්විය හැකි ආකාරය, ඔබේ කඳවුරක ආහාර පිසිනුයේ කෙසේද, මංපෙත් සොයාගන්නේ කෙසේද, සනීපාරකෂාව යන ආදී මේ සියලු කරුණු පිළිබඳ කඳවුරු සංචරණය කරන්නෙක් ලෙස දැන සිටිය යුතුය. සොබාදහමේ උණුසුම විඳගනිමින් , එදිනෙදා ජීවිතයට අවශ්‍ය අත්දැකීම් ලබා ගැනීමට කඳවුරු බැඳීම උපකාරී වේ. නමුත් එය

ඔබ නිවෙසේ සැපපහසු පුටුවක වාඩිවී තේ කෝප්පයක් රසවිඳිනවා තරම් පහසු කටයුත්තක් නොවේ. කෙසේ වෙතත් රාත්‍රියේ කඳවුරක සිට ගිණිමැලයක් වටා වාඩි වී කඳවුරේ මිතුරන් සමඟ විනෝද වීම ඔබ වඩාත් ප්‍රිය කරනු නිසැකය.

වර්තමානය වනවිට ශ්‍රී ලංකික දෙශීය සංචාරයන් තුළද කඳවුරු සංචරණය ඉතා ජනප්‍රිය වී තිබේ. නමුත් මේ සඳහා ඇති ප්‍රධාන ගැටලුව වී ඇත්තේ මේ සඳහා නිසි මාර්ගොපදේශ නොමැති වීමයි. මෙම පොතෙහි ප්‍රධාන අරමුණු වී ඇත්තේ දේශීය සංචාරකයින් හට කඳවුරු සංචරණය පිළිබඳ නිසි න්‍යායික හා ප්‍රායෝගික දැනුම ලබාදීමයි.

ප්‍රභාත් ජයසිංහ
0714589581
නො 412, රම්මුතුගල, නාරම්මල
prabath.rusl@gmail.com

පටුන

01. හැඳින්වීම 1

02. කඳවුරු බැඳීම 5

2.1 ඒකල කඳවුරු බැඳීම (Solo Camping) 5

2.2 පවුල් ඒකකය සමඟ කඳවුරු බැඳීම (Family Camping) 6

2.1 සම වයස් කණ්ඩායම් සමග සමඟ කඳවුරු බැඳීම (Camping with Friends) 7

03. කඳවුරු බැඳීමෙන් ජීවිතයට ලැබෙන වාසි 8

04. කඳවුරු සංචාරය සැලසුම් කිරීම 10

4.1 කණ්ඩායමේ ප්‍රමාණය සහ හැකියාව 11

4.2 කඳවුරු සංචරණ ඉසව්ව තීරණය කිරීම 11

4.3 කඳවුරු භූමියක් තෝරා ගන්නේ කෙසේද ? 13

05. කඳවුරු කූඩාරම 25

5.1 කඳවුරු කූඩාරම් 26

06. පවුල් ඒකකයක් වශයෙන් කඳවුරු බැඳීම (Family Camping) 34

07. කඳවුරු ආහාර පිසීම 38

7.1 කඳවුරු මුළුතැන්ගෙයි පිරික්සුම් ලැයිස්තුව 39

7.2 කඳවුරු සඳහා සුදුසු සහ පහසු ආහාර 40

08. කඳවුරු සංචරණයේ ආචාර ධර්ම 48

8.1. සැලසුම් කර සූදානම් වන්න 48

8.2. කඳවුරු බැඳීම සඳහා ඔරොත්තු දෙන ප්‍රදේශයක් තෝරාගන්න. .. 49

8.3. අපද්‍රව්‍ය නිසි ලෙස බැහැර කරන්න 50

8.4 කඳවුරු ගිනි බලපෑම් අවම කරන්න 54

8.5 කිසිදු දෙයක් වනාන්තරය තුළින් රැගෙන නොයන්න 55

8.6 වනජීවීන්ට ගරු කරන්න 55

8.7 අනෙකුත් සංචාරකයින්ට හාදාවක් නොවන අයුරින් කටයුතු කරන්න 56

9. ශ්‍රී ලංකාවේ කඳවුරු සංචරණ ඉසව් (Camping in Sri Lanka) 58

9.1 මානිගල කන්ද - රිවස්ටන්ල මාතලේ 60

9.2 ගොම්බානිය තරණය කිරීම 61

9.3 තුන්හිස්ගල 63

9.4 යහන්ගල 67

9.5 නකල්ස් five peaks 69

9.6 වංගෙඩිගල 70

9.7 හන්තාන කඳුවැටිය 71

9.8 කටුසු කොන්ද 72

9.9 කබරගල 72

9.10 මොණරගල කඳුවැටිය - පුස්සැල්ලාව 74

9.11 කැලෑ බොක්ක 75

9.12 වාලිඹේ හෙල 76

9.13 නිලාවැලි 77

9.14 පානම්පත්තුව, පානම 79

9.15 පරවියංගල 81

9.16 බත්තලන්ගුන්ඩුව 81

9.17 වැවතැන්න 83

9.18 හාවාගල නොහොත් හාගල කන්ද 84

9.19 බතලේගල 85

9.20 යකාගේ පඩිපෙළ :කළුපහන...87
9.21 යහන්ගල...89
9.22 උඩ දියලුම 90
9.23 චැරියට් පාත්...91
9.24 මඩොල්සිම 92
10. කඳවුරු ගැසීමේදී අනුගමනය කළ යුතු කරුණු - Perfect Camping Tips..94

01. හැඳින්වීම

කඳවුරු බැඳීම යනු කිසියම් අරමුණක් ඉටුකරගැනීම සඳහා එක් පුද්ගලයෙක් හෝ සමූහයක් එකතුවී තම ක්‍රියාකාරකම් වලට අදාළව ආගන්තුක ස්ථානයක ආහාර, සනීපාරක්ෂක පහසුකම්, ආරක්ෂාවට අදාල කටයුතු, උපකරණ, මෙවලම් සපයා ගනිමින් දිනක් හෝ දින කීපයක් එම ස්ථානයේ ගතකිරීමයි. රාජ්‍ය අංශයේ හමුදා සේනාංකයක් කඳවුරු බැඳීම සිදුකරන්නේ රාජ්‍ය ආරක්ෂක කටයුතු සඳහායි. නමුත් සංචාරකයින් කඳවුරු බැඳීම කරන්නේ විවිධ අරමුණු මුදුනු පමුණුවා ගැනීම සඳහාය.

සංචාරකයින් කඳවුරු බැඳීම සඳහා මූලික අරමුණ වන්නේ සංචාරක ගමනාන්තය ස්වාභාවික එළිමහන් පරිසරයක විචිත්‍රත්වය අත්විදීමයි. කඳවුරු බැඳීම ලෙස සැලකීමට නම් අවම වශයෙන් එක් රාත්‍රියක් හෝ සකසා ගත් කුඩාමක් තුල ගතකරමින් දිවා කාලයේ තම අරමුණ ඉටුකර ගැනීමට අවශ්‍ය ක්‍රියාකාරකම් වල යෙදීම කළ යුතු වේ මේ අනුව විනෝද චාරිකාවක් යෑම හෝ කෙටි කාලීන විනෝදාත්මක ගමනකින් කඳවුරු බැඳීම යන්න වෙන් කොට හඳුනාගැනීම ඔබට පහසු වනු ඇත.

අතීතයේ දී එනම් 20 වන ශතවර්ෂයේ මුල් භාගයේ දී කඳවුරු බැඳීම සුඛෝපභෝගී අංගයක් විය සංචරණය සඳහා කඳවුරු බැඳීම ඉහළ පැලැන්තියේ ධනවත් පුද්ගලයින්ට පමණක් සීමා වුනු අතර එය ප්‍රභූන් අතර වන සතුන් දඩයම් කිරිම වැනි විනෝදාත්මක ක්‍රියාකාරකමක් ලෙස ජනප්‍රිය වී තිබිණි. නමුත් වර්ථමානයේ මෙම කඳවුරු බැඳීම තාවකාලික නවාතැන්පොලකට සීමා නොවන අතර අංගසම්පූර්ණ ස්ථාවර ව්‍යුහයකින් යුතු නවාතැන් ද දක්නට ලැබිණි.

ලොව විශාලතම ළමා ව්‍යාපාරයක් වන බාලදක්ෂ ව්‍යාපාරය ඔවුන්ගේ පුහුණුවීම් කටයුතු බොහෝ දුරට සිදුකරණු ලබන්නේ කඳවුරක් තුලට ළමුන් කැදවා ගනිමිනි. නිවෙස් වලින් හා පාසල් පරිසරයෙන් බැහැර ව ස්වාභාවික පරිසරය තුළදී සිදුකරන ක්‍රියාකාරකම් තුළින් ළමයින්ගෙ චර්යාමය වෙනසක් කළ හැකි බව ඔවුන් පෙන්වා දෙයි. එයට ප්‍රධාන හේතුව ලෙස ඔවුන් දක්වන්නේ ස්වභාවික පරිසරය තුළදී ළමුන්ගේ කුසලතාවයන් .සබකෝලයකින් තොරව නිර්භයව ඉදිරිපත් කිරීමට ළමුන් උත්සුක වීමයි ගස්වැල් වන සිවුපාවන්, ඇළ දොළ ආදිය දෙස ළමුන් ආසාවෙන් මෙන්ම කුතුහලයෙන් බලා සිට තම අදහස් ඉදිරිපත් කරයි. ඔවුන්ගේ ළමා කාලය ගවුණු පසුව ද නිවෙස්වලින් බැහැරව ස්වභාවික පරිසරයේ දිනක් හෝ දෙකක් කඳවුරක ගත කිරීමට ඔවුන් පෙළඹේ. වර්තමානයේ ද බොහෝ තරුණ සංවිධාන තම ක්‍රියාකාරකම් වල ප්‍රධාන අංගයක් ලෙසට එළිමහන් කඳවුරු සංවිධානය කරන්නේ ඒ හේතුවෙනි.

වර්ථමානයේ සංචාරක ව්‍යාපාරය ගත් කළ කඳවුරු සංචරණය වඩා ප්‍රචලිතල ලාභදායී හා ආකර්ශණීය ඉසව්වක් බවට පත් වී ඇත. කඳවුරු බැඳීම එළිමහන් නවාතැන් සහ ඊට සමගාමී වූ විවිධ ක්‍රියාකාරකම් සහ ප්‍රවේශයන් ද පවති . සචාරකයින් තමාට කඳවුරු බැඳීම සඳහා අවශ්‍ය සියලූම ආම්පන්න ඇසුරුම් කළ උරපොදියක් (Backpack) රැගෙන යයි. බැක්පැක් ඇසුරුම්වල දී මෙන් කඳවුරු බැඳීම කඳු නැගීම සමඟ ඒකාබද්ධ කළ හැකි අතර බොහෝ විට කඳු නැගීම මසුන් ඇල්ලීම සහ දඩයම් කිරීම වැනි වෙනත් එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම් ද එයට සම්බන්ධ කර ගනී.

වර්ථමායේ කඳවුරු ගතවිම ආකාර දෙකකින් සිදුවේ

1. සංචාරකයින් විසින්ම තම සිතැගි පරිදි කඳවුර සකස්කර ගැනීම.

තමා අපේක්ෂා කළ ගමනින්තයේ පරිසරයේ තිබෙන්නා වූ සුන්දරත්වය එලෙසින්ම අත්දැකීමට හා අඩු පිරිවැයකින් රාත්‍රී නවාතැන් සපයා ගැනීමට ඇති හැකිවීම යන කාරණා නිසා සංචාරකයින් විසින්ම තම සිතැගි පරිදි කඳවුර සකස්කර ගැනීමට පෙළඹී සිටි.

2. ව්‍යාපාරික ප්‍රජාව විසින් ස්පීර කඳවුරු භූමි සකස්කර සංචාරකයින්ට අලෙවි කිරිම.

ව්‍යාපාරික ප්‍රජාව විසින් සපයන නවාතැන් වල යටිතල පහසුකම් ප්‍රමාණවත් මට්ටමක තිබුනද සංචාරකයෙකුට තාමාගේ ගමනාන්ත ඉම ආසන්නයේම නවාතැන් සපයාගැනීමට නොහැකි විම එහි ජනප්‍රියත්වය අඩු විමට හේතු වි ඇත.මෙම අපහසුතාවය මගහැරගැනීම සදහා සේවා සපයන ව්‍යාපාරික ප්‍රජාව තවත් ක්‍රමෝපායක් අනුගමනය කරයි.කූඩාරම් මෙවලම් උපකරණ ආහාර පාන සපයමින්,මර්ගෝපදේශකයෙකු හා සේවකයින් කිපදෙනෙකු සමග අවශ්‍ය ගමනාන්තය දක්වා සේවා සපයයි.මෙය පිරිවැය අධික ක්‍රමයක් වුවත් ,දෙපාර්ශවයටම වඩාත් එලදායි ක්‍රමයක් වශයෙන් ජනප්‍රිය වෙමින් පවතී.විදේශ සංචාරකයින් මෙම සේවා සැපයුමට මහත් ලැදිකමක් දක්වයි.

වර්තමාන සමාජය වඩ වඩාත් තාක්ෂණික හා නාගරික බවට පත්විම හේතුවෙන් මිනිසුන්ට ඒ සියල්ලෙන්ම මිදී විවේකීව හා හුදෙකලාව ජීවත්වීමට ඇති ආශාව දැනෙන්නට පටන් ගෙන තිබේ. නූතන තරග කාරි අවිවේකි ජීවිතයෙන් මිදී අපේ මුතුන් මිත්තන් කළ කී දේවල්වලට ආපසු හැරි යන්නට ඇති ආශාව කඳවුරු සංචරණයට ප්‍රියතාවයක්

ඇතිවීමට හේතුවක්ද ඇත. සොබාදහම සමග වන ගත ජීවිතයක් ගතකිරිමට සංචාරකයින් ප්‍රිය කරයි. තාවකාලික නවාතැන් සඳහා මූලික ව්‍යුහයක් පමණක් සකස් කර ගැනීම, භාජන රහිතව ආහාර පිස ගැනීම, මස් පුලුස්සා ආහාරයට ගැනීම(BBQ) වැනි අත්දැකීම් මගින් එහි අවශ්‍යතාව තවත් තීව්‍ර කරයි. වන ගතව කඳවුරු බැඳීමේ සැබෑ අරුත වන්නේ අවම වශයෙන් ජීවත් වීමට අත්‍යාවශ්‍ය වුවමනා පමණක් සපුරා ගනිමින් සහජීවනයෙන් පරිසරය වින්දනය කිරිමයි.

02. කඳවුරු බැඳිම

මිතුරන්, පවුලේ අය හෝ කාර්යාල සගයන් සමඟ සති අන්ත විවේකයට කඳවුරු බැඳ ගත හැකිය. එදිනෙදා ජීවිතයේ කාර්යබහුලත්වයෙන් මිදීමට / ඉවත් කිරීමට සහ සොබාදහම සමඟ නැවත සම්බන්ධ වීමට එය හොඳ ක්‍රමයකි. කඳවුරු බැඳීම යනු ජීවිතයේ ඒකාකාරී බවින් හා එදිනෙදා ජීවිතයේ මානසික ආතතියෙන් ඉවත් වීමට හොඳ ක්‍රමයක් වේ.

2.1 ඒකල කඳවුරු බැඳීම (Solo Camping)

තනි පුද්ගලයෙක් තම පුද්ගල අරමුණක් ඉටුකර ගැනීම සඳහා තනිවම කඳවුරු බැඳීම මෙහි අදහසයි. පක්ෂීන්ගේ , වන සතුන්ගේ හැසිරීම් අධ්‍යයනය, ඡායාරූප ගැනීම, මානසික ඒකාත්මිකතාව , ආදී අරමුණු ඉටුකරගැනීම සඳහා ඒකල කඳවුරු බැඳීම සිදු කරණු ලබයි.සමුහයක් සමග කඳවුරු බැඳීම බහුවිධ පුද්ගලයින්ගේ කාලසටහන් සම්බන්ධීකරණය කිරීමට උත්සාහ කිරීමේ සිට සෑම කෙනෙකුම තම ආම්පන්න ගෙන එන බවට වග බලා ගැනීම සහ නිසි වගකීම භාර ගැනීම දක්වා අන් අය සමඟ කඳවුරු බැඳීම විශාල හිසරදයක් බවට පත්විය හැකිය. ඔබ තනියම කඳවුරු බැඳගන්න ඔබේම කාලසටහනකට සහ ඔබේම කලාපයේ කඳවුරු බැඳීම ඉතා විනෝදජනක වන අතර මූල්‍ය කළමනාකරණය කිරීමට හෝ වෙනත් කිසිවෙකුට අනුව ඔබේ සැලසුම් වෙනස් කිරීමට අවශ්‍ය නොවේ. ඔබ පමණක් කඳවුරු සංචරණයේ නිරතවීම මඟින් සොබාදහම පිළිබඳව ඔබට බොහෝ උගත හැකිය. ඔබේ අරමුණ ඉටුකරගැණිම තෙක් විචාරාත්මක දෘෂ්ටියක් ඔබට කඳවුරු කාලය ගතකල හැකිවිම මෙහි විශේෂත්වයයි..

2.2 පවුල් ඒකකය සමඟ කඳවුරු බැඳීම (Family Camping)

පවුලකට තම එදිනෙදා ජීවිතයෙන් මදකට හෝ මිදීමට, කළ හැකි හොඳම දේ නම් කඳවුරු බැඳීමේ ගමනක් සැලසුම් කිරීමයි. එළිමහනේ රැඳී සිටීම ඔබ සොබාදහම සමඟ සම්බන්ධ වී කඳු, වැව හෝ කඳවුරු බිම් වල ස්වභාව සෞන්දර්ය අත්විඳින අතරතුර පවුල් බැඳීම් වැඩි කිරීමට හොඳ ක්‍රමයකි. ඔබගේ පවුලේ අය සමඟ කඳවුරු බැඳීම සියලු දෙනාටම අමතක නොවන අත්දැකීමක් විය හැකිය. අවධානය වෙනතකට යොමු කිරීම සහ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා ඕනෑ තරම් අවස්ථාවන් ඇති බැවින්, එය ඔබගේ පවුලේ හොඳම දේ පිටතට ගෙන එනු ඇත. ඔබේ පවුලේ අය සමඟ කඳවුරු බැඳීම දෙමාපියන් සහ දරුවන් අතර සමීප සම්බන්ධතාවයන් වැඩිදියුණු කිරීමක් වන අතර ළමයින් රූපවාහිනිය, පරිගණක සහ වීඩියෝ ක්‍රීඩා වල අවධානය වෙනතකට යොමු කිරීමේ මාරගයක්ද වේ. කඳවුරු මතකයන් සහ පවුලේ අත්දැකීම් ඉදිරි වසර ගණනාව තුළ මතකයේ රැඳෙනු ඇති අතර සම්බන්ධ වූ සැමටම නැවුම් අත්දැකීමක් ද ලබාගත් හැක. විශිෂ්ට කඳවුරු ගමනක් ආරම්භ වන්නේ විශිෂ්ට සැලසුමකිනි . ඔබේ කඳවුරු බැඳීමේ ගමනට පෙර සූදානම් වීමට සහ උද්දීපනය වන ආකාරයක් ගොඩනගා ගැනීමට මෙම සැලසුම උපකාරී වේ. ඔබ ඔබගේ පවුලේ අය සමග කඳවුරු බැඳීම සඳහා යන්නේ නම් මුළු පවුලම එයට ඇතුළත් කර ඇති බවට වග බලා ගන්න. සෑම කෙනෙකුගේම අවස්ථාවන්ට ඉඩ ලබා දෙන්න.

2.1 සම වයස් කණ්ඩායම් සමග සමග කඳවුරු බැඳීම (Camping with Friends)

මිතුරන් ඔබේ ජීවිතයේ හොඳම කාලය ගෙන ඒමට නැඹුරු වන අතර කඳවුරු සංචරණය මගින් එය වඩාත් තීව්‍ර කළ හැක. එපමණක් නොව ඔබ යහළු මිත්‍රයන් සමඟ යන්නේ නම් ඔවුන් අතර සුහදත්වය, බැදියාව සහ සාමූහිකත්වය වර්ධනය වන ක්‍රියාකාරකමක් වේ.

03. කඳවුරු බැඳීමෙන් ජීවිතයට ලැබෙන වාසි

- **සමාජකරණය**

කඳවුරු බැඳීම ඔබට ජීවිතයේ දෛනික කටයුතුවලින් මිදී නිස්කලංකව සිටීමට කාලය ලබා දෙයි. එය ඔබගේ සමීප පුද්ගලයින් සමඟ සමාජගත වීමට පමණක් නොව ආගන්තුකයින් මිදීමට පවා ඉඩ සලසයි.

- **පෞරුෂ සංවර්ධනය**

ඔබගේ කඳවුරේ නව පුද්ගලයින් හමුවීම, කතාබස් කිරීම සහ ජාලකරණය කිරීම මඟින් පෞරුෂය සංවර්ධනය වේ. එපමණක් නොව කඳවුරු බැඳීම ඔබට තනි පුද්ගලයෙකු ලෙස ජීවත් වීමටද කියාදෙයි. පර්යේෂණයන්ට අනුව, නව පුද්ගලයින් සමඟ කතා කිරීම ඔබේ විශ්වාසනීය මට්ටම ඉහළ නංවන අතර එමඟින් ඔබේ පෞරුෂය වර්ධනය කර ගැනීමට උපකාරී වේ.

- **ගැටළු විසඳීමේ කුසලතා වැඩි දියුණු කිරීම**

ඔබ කවදා හෝ ගැටළුකාරී ප්‍රශ්න අධික දවසක් ගත කර ඇති නමුත් සාමාන්‍ය දිනයකට සාපේක්ෂව ඔබ දස ගුණයකින් ඉගෙන ගෙන වර්ධනය වී ඇති බව එහි අවසානය වන විට අවබෝධ වී තිබේද ? ඔබේ සුවපහසු කලාපයෙන් පිටත ජීවිතය අත්විඳීම ගැටළු විසඳීමේ හැකියාව වැඩි දියුණු කරයි. මේ මොහොතේ හෝ ගැටලුවෙන් ඔබ්බට ගියත්, ඔබේ සුවපහසුව කලාපයෙන් පිටත අත්දැකීම් විශ්ලේෂණාත්මක හා සැබෑ ජීවිත ගැටලු විසඳීම සඳහා ඔබේ නිපුණතා වර්ධනය කරයි.

- **බාහිර ලෝකයෙන් විසන්ධි වීම.**

කඳවුරු බැඳීම යනු ඔබගේ ස්මාර්ට් ෆෝන් සහ ලැප්ටොප් පරිගණක හා අනෙකුත් තාක්ෂණික මෙවලම් වලින් ඈත්වීමට හොඳ අවස්ථාවක් වන අතර ඔබේ ආදරණීයයන් සමඟ යම් කාලයක් ගත කරන්න ඉඩ ප්‍රස්ථාව සලසයි. හොඳ සබඳතා සහ ශක්තිමත් සමාජ සබඳතා පැවැත්වීම ඔබට දිගු කලක් ජීවත් වීමට උපකාරී වන බව පර්යේෂණවලින් පෙනී යන අතර, එය නිසැකවම ඔබට පූර්ණ ජීවිතයක් සහතික කරයි.

- **පුද්ගලික යහපැවැත්ම**

හොඳින් හැඩගැසුණු, සාර්ථක පුද්ගලයකු වීමට නම්, අන්‍යයන් සමඟ ධනාත්මක සබඳතා වර්ධනය කර ගැනීම සඳහා යම් සමාජ කුසලතා තිබිය යුතුය. ධනාත්මක සම්බන්ධතා පුද්ගලයෙකුගේ සතුට හා යහපැවැත්මට අත්‍යවශ්‍ය බව අධ්‍යයන කිහිපයක් නිගමනය කර ඇති අතර හොඳ සමාජ කුසලතා ධනාත්මක සම්බන්ධතාවලට බලපෑම් කරයි.

එබැවින්, නව පුද්ගලයින් හමුවීම සහ අන්තර් පුද්ගල කුසලතා වර්ධනය කිරීම යන ක්‍රියාකාරකම් දෙකම ඔබේ යහපැවැත්ම වර්ධනය කර ගැනීමට උපකාරී වන අතර ඔබේ පෞද්ගලික ජීවිතයට සහ වෘත්තීය ජීවිතියටද ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇතැයි අපට නිගමනය කළ හැකිය.

- **සොබාදහම සමඟ සම්බන්ධතාවය**

කඳවුරු බැඳගෙන සිටියදී, සොබාදහමට සමීප වීමටත්, මේ පොළොවේ ඇති සුන්දරත්වය සහ ඊට ඉහළින් ඇති අහස අගය

කිරීමටත් ඔබට අවස්ථාව තිබේ. ඒ හා සමාන කිසිවක් නොමැති අතර ජීවිත කාලය පුරාම මෙම අත්දැකීම සඳහා ඔබේ පවුලේ අයද රැගෙන කඳවුරු බැඳීමට යන්න.

• **නව අභියෝග වලට මුහුණදීම**

කඳවුරු බැඳීම ඔබේ සුවපහසු කලාපයෙන් පිටතට ගෙන යන අතර එය ශරීරයට සහ මනසට අභියෝගයකි. අධ්‍යයනවලින් පෙනී යන්නේ නව අත්දැකීම් මොළය නිරෝගීව තබා ගැනීමට සහ කෙනෙකුගේ මානසික සෞඛ්‍යය ශක්තිමත්ව තබා ගැනීමට උපකාරී වන බවයි. ශාරීරිකව හා මානසිකව කරන ක්‍රියාකාරකම් මොළයේ සෞඛ්‍යය හා ශක්තිය පවත්වා ගැනීමට උපකාරී වන අතර කඳවුරු බැඳීම මෙම නිර්ණායක දෙකටම ගැළපේ. ඉහත සාකච්ඡා කළ පොදු ප්‍රතිලාභවලට අමතරව, කඳවුරු බැඳීම ඔබේ සෞඛ්‍යයටද බෙහෙවින් ප්‍රයෝජනවත් වේ. ශාරීරික හා මානසික යන දෙඅංශයෙන්ම මෙම සෞඛ්‍ය ප්‍රතිලාභ දෙස බලමු.

04. කඳවුරු සංචාරය සැලසුම් කිරීම

කඳවුරු ගමනක් සැලසුම් කිරීමේදී කොතැනට කවදා යා යුතුද යන්න තීරණය කිරීමට වඩා වැඩි යමක් අවශ්‍ය වේ.

එය මිතුරන් සමඟ සති අන්ත සංචාරයක් හෝ විධිමත් එළිමහන් වැඩසටහනක් හෝ ප්‍රධාන ගවේෂණාත්මක චාරිකාවක් වුවද, ඔබ කඳවුරු බැඳීමට යන්නේ නම් ඒ සඳහා ඔබට පූර්ව සැලැස්මක් තිබිය

යුතුය. ඔබ විවිධ වූ ක්ෂේත්‍ර ගණනාවක් යටතේ සචාරයට අවශ්‍ය සියළු දෑ සැලැස්මක් ඇතුව එකතු කරගත යුතුය. එක් අයෙකු හෝ දෙදෙනෙකට සැලසුම්කරුගේ භූමිකාව භාර ගත හැකිය. නැතහොත් සැලසුම් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය සමස්ත කණ්ඩායම අතර ව්‍යාප්ත කළ හැකිය.

4.1 කණ්ඩායමේ ප්‍රමාණය සහ හැකියාව

ඔබ ගමනක් සැලසුම් කරන සෑම අවස්ථාවකම, තමාට හා තම කණ්ඩායමට එම මාර්ගය සුදුසුද යන්න තීරණය කළ යුතුය. විශේෂයෙන් ම විවිධ වයස් පරතර ඇති කණ්ඩායක නම් මේ පිළිබඳව විශේෂ සැලකිල්ලක් දැක්විය යුතුය. කණ්ඩායම විශාල නම් ඉතා අසීරු දුශ්කර මාර්ග තෝරා ගැනීමෙන් වළකින්න. කණ්ඩායමේ ඇති අද්දැකීම් මට්ටම, ශාරීරික හැකියාව, භෞතික තත්වයන් සහ අරමුණු අනුවද මෙය වෙනස් වේ. ගමන පිටත් වීමට පෙර මේ පිළිබඳ තීරණය කරන්න. මෙමඟින් ඔබට වඩාත් සුමට හා වඩා සාර්ථක සැලසුමක් සකස් කර ගැනීමට හැකි වේ. කඳවුරු සංචාරණයේ වැදගත්ම දෙය නම්, එය අනතුරු අවස්ථාවන් සඳහා ඇති හැකියාව අඩු කර ආරක්ෂාව ගැන සැලකිලිමත් වීමයි.

4.2 කඳවුරු සංචරණ ඉසව්ව තීරණය කිරීම

ඔබටම පිළිතුරු දිය යුතු වැදගත් ප්‍රශ්නයක් නම් ඔබ කඳවුරු බැඳීමට තීරණය කරන්නේ කොතැනද යන්නයි. කඳවුරු මම්පෙත්, බිම්වල නිමක් නැති විකල්ප සමඟ ඔබ එම තීරණය ගන්නේ කෙසේද ?

සලකා බැලිය යුතු සාධක ඕනෑ තරම් තිබේ. මේවායින් පළමුවැන්න ඇත්ත වශයෙන්ම අත්දැකීම් ය. ඔබ නවකයෙක්ද නැත්නම් පළපුරුදු කඳවුරු සංචාරකයෙක්ද ? අත්දැකීම් ඇති අයෙකුට පමණක් හැසිරවිය හැකි ප්‍රදේශ ඇති අතර ඒවා ඔබගේ පළමු ගමනේදී විසඳා ගැනීමට උත්සාහ කිරීම වැරැද්දකි. එවැනි අසාර්ථක උත්සාහයක් ඔබව අත්දැකීමෙන් මුළුමනින්ම ඉවත් කළ හැකිය.

අත්දැකීම් තරම් වැදගත් වන තවත් සාධකයක් වන්නේ ඔබේ යෝග්‍යතා මට්ටමයි. සැතපුම් ගණනක් ගමන් කිරීමට ඔබ භෞතිකව සූදානම්ද යන්න වග බලා ගන්න. කාලගුණය සහ සාමාන්‍ය දේශගුණය මතක තබා ගත යුතු තවත් දෙයකි. වලාකුළු වනාන්තරයක් හෝ වැසි වනාන්තරයක් හරහා ගමන් කිරීමට ඔබ කැමතිද ? ඔබ කඳුකර ප්‍රදේශයකට යනවාද ? ඔබ ගඟක් හෝ වැවක් අසල කඳවුරු බැඳගනීවිද ? ඔබගේ කඳවුරු බැඳීමේ අත්දැකීම සේදීමක් නොවන බවට වග බලා ගැනීම සඳහා කාලගුණ අනාවැකි පිළිබඳව විමසිල්ලෙන් සිටින්න.

ඔබට ‘ සැබෑ ’ කඳවුරු අත්දැකීමක් අවශ්‍යද ? වනාන්තරයේ ඕනෑම තැනක කූඩාරමක් ගැසීමට හෝ කඳු මුදුනක කඳවුරු අත්දැකීමක් ලබාගැනීමට මෙන්ම අවම පහසුකම් සහිතව වුවද සූදානම්ව සිටිය යුතුය.

4.3 කඳවුරු භූමියක් තෝරා ගන්නේ කෙසේද ?

කඳවුරු භූමියක් තෝරා ගැනීමේදී පහත කරුණු පිළිබඳ සැලකිලිමත් විය යුතුය.

ප්‍රවේශ්‍යතාව (Accessibility)

ඔබ ඔබේ කඳවුරු ස්ථානයට ප්‍රවේශ වන්නේ කෙසේද ? එය " කඳවුරු බැඳීමේ ස්ථානයක් ද ? තමාගේ කඳවුරු සංචරණ කණ්ඩායමේ ශක්‍යතාව මත මෙය වඩා දුෂ්කර පිවිසුමක් ඇති ප්‍රදේශයක්ද නැතහොත් ප්‍රධාන මාරගයකට ආසන්න විය යුතුද යන්න ඔබ තීරණය කරන්න. ඔබ තමාගේ පවුල් ඒකකය සමඟ සංචාරය කරන්නේ නම් වඩා පාගමනින් යෑම සීමා වෙන ස්ථානයක් තෝරා ගන්න.

ජල ප්‍රභවයේ සමීපත්වය (Close to the water)

ඔබට පානය කිරීමට ජලය අවශ්‍ය නම්, ප්‍රවේශ වීමට ඔබට කොපමණ දුරක් යා යුතුද ? එතන ඔබට දිය නෑමට ආරක්ෂිතද ? ජලයේ පිරිසුදු බව හා සනීපාරක්ෂාව ආදිය පිළිබඳව සැලකිලිමත්වීම වැදගත් කරුණු වේ.

සුළඟ (Wind)

කූඩාරම ඉදිකරන ස්ථානය තෝරා ගැනීමට මෙය කිහිප ආකාරයකින් වැදගත් වන සාධකයකි. විශේෂයෙන් සුළං කපොලු යැයි අප කියන ප්‍රදේශ සහ ගස් රහිත ක්‍රීඩා පිටියක් වැනි එළිමහන් ප්‍රදේශයක කූඩාරම් ඉදි නොකරන්න. සුළඟ ඔබගේ කූඩාරමට හානි සිදු කරනවා සේම විශේෂයෙන් රාත්‍රී කාලයේ ඔබ සිටින ස්ථානයේ උණුසුම අඩු කරයි. මෙය ඇතැම් විට ලංකාව වැනි රටක වියළි ප්‍රදේශයකදී සුව නින්දකට

උදවු විය හැකිය. එසේ වුවද සුළඟින් ආරක්ෂා වීමට ඔබගේ කූඩාරම දිගු Stake යොදා ගෙන සවි කර ගන්න අමතක කරන්න එපා.

සුළඟේ ආරක්ෂාවට සුළං බාධක වැදගත්වේ. ගස්, කඳු සහ පර්වත මෙකී බාධකයන්ට උදාහරණ වේ. ඔබගේ කූඩාරම මෙවැනි බාධකයක් අසළ සුදුසු ස්ථානයක පිහිටුවා ගන්න. සුළං හමන දිශාවද ඔබගේ කූඩාරම ඉදිකරන ස්ථානයට වැදගත් වේ. විශේෂයෙන් ඔබ විකල්පයක් නොමැති නිසා එළිමහන් බිමක කඳවුරු බඳින්නේ නම් මේ ගැන සිතා බලන්න. ඔබ ගිනි මැලයක් දල්වන්නේ නම් එකී ගිනි මැලය සහ කූඩාරම පිහිටිය යුතු දිශාව තෝරා ගැනීමට මෙය වැදගත්වේ. නැතහොත් ඔබට දුම මඟින් අපහසුතා ඇති විය හැකිය.

ආරක්ෂාව (Safty)

කඳවුරු භූමියක ආරක්ෂාව කඳවුරක් ස්ථාපිත කිරීමේදී වැදගත්ම සාධකය, කඳවුරු ආම්පන්නවල ආරක්ෂාව මෙන්ම කඳවුරේ සිටින පුද්ගලයන්ගේ ආරක්ෂාව ද මෙහිදී සැලකිලිමත් විය යුතුය. ඔබ කඳවුරු ගසා සිටින්නේ වනෝද්‍යානයක්, රක්ෂිතයක් හෝ වෙනත් කැලෑ ප්‍රදේශයක් ආශ්‍රිතව නම් වන සතුන්ගේ උවදුරුවලින් ආරක්ෂා විය යුතුය. ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රධාන වශයෙන් වන අලින්, වල් ඌරන්, කැලෑ දිවියන් හා සර්පයින් ප්‍රධාන වශයෙන් හානි පමුණුවයි. මේ පිළිබඳව ප්‍රථමව එම ප්‍රදේශවාසීන්ගෙන් දැන ගැනීම ඉතා වැදගත් ය. ගිනි මැලයට සතුන් ගේ පැමිණීම අවම වුවත් මේ පිළිබඳ වඩා සැලකිල්ලක් දැක්විය යුතුය. සර්පයින්ගේ අවදානමක් ඇතැයි ඔබට දැනෙන්නේ නම් රාත්‍රී නින්දට පෙර කූඩාරම වටේට භූමිතෙල් ඉසින්න. සතුන්ගේ

පමණක් නොව සොරසතුරන්ගෙන් ද කඳවුරකට හානි පැමිණිය හැකිය. එම නිසා කූඩාරම, කඳවුරු භූමිය ස්ථාපිත කිරීමෙන් පසු අතහැර නොයන්න. එමෙන්ම කඳවුරු භූමිය ආශ්‍රිතව හෙළි, ප්‍රපාත, මඩවගුරු, දිය අගල් තිබේනම්, ඒවා සමීපයෙන් කඳවුරු නොගසන්න.

කඳවුරු භූමියේ ප්‍රමාණය (Size of the camp-ground)

ඔබගේ අවශ්‍යතාව අනුව කඳවුරේ විශාලත්වය වෙනස් වන අතර කඳවුරේ විශාලත්වය සඳහා සහභාගි වන පුද්ගලයන් සංඛ්‍යාව, කඳවුරේදී ක්‍රියාත්මක කරන ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රමාණය, කඳවුරේ ගැසීමට බලාපොරොත්තු වෙන කූඩාරම් ප්‍රමාණය යනාදි කරුණු මත වෙනස් වේ. එමෙන්ම ඔබට විශාල කූඩාරමක් තිබේද ? සමූහයට ම අවශ්‍ය කූඩාරම් ප්‍රමාණයේ මේස හා පුටු සඳහා ඉඩක් තිබේද ? කඳවුරු කුස්සියක් වැනි අමතර කඳවුරු ආම්පන්න වල අවශ්‍යතාවය ආදිය පිළිබඳව ද සැලකිලිමත් විය යුතුය. එමෙන්ම මතක තබාගත යුතුයි ශ්‍රී ලංකාවේ වෙරළාසන්න ප්‍රදේශවල හැර කඳුකර ප්‍රදේශවල විශේෂයෙන්ම රක්ෂිතය ආශ්‍රිතව විශාල වශයෙන් කඳවුරු බැඳීමට අවසර නොදෙයි. එමනිසා කඳුකර සංචරණයේ දී ඔබගේ පුද්ගලයන් සංඛ්‍යාව පහකට හෝ ඊට වඩා අඩු සංඛ්‍යාවකට සීමා කරගන්න.

පොළව (level)

කූඩාරම ඉදිකිරීම සඳහා සුදුසු පොළවක් තෝරා ගැනීම වැදගත් කරුණකි. මම මෙන්ම ඔබද සමතලා බිමක් කඳවුරු බඳින්නට ප්‍රිය කරන බව නම් සැක රහිතව කියන්නට පුළුවන්. නමුත් සෑම විටම

අපට තැනිතලා බිමක් තෝරා ගැනීමට ලැබෙන්නේ නැහැ. මෙවන් විටක සහ පොළව තෝරා ගැනීමේදී සැලකිය යුතු කරුණු කිහිපයක් තිබෙනවා.

පොළව තෝරා ගැනීමේදී මූලිකව සොයා බැලිය යුත්තේ වතුර බසින සහ එකතු වන පැත්තයි. එවැනි බසින හෝ එකතු වන ස්ථානයක කූඩාරම ඉදිකළහොත් අපේක්ෂා නොකරන හදිසි ජල ගැලීමකට ඔබ ලක් විය හැකියි. ඒ නිසා බෑවුම ඔබට බලපාන ආකාරය ගැන විමසන්න. පැරණි ජලය ගලා ගිය කුඩා වියළි මාර්ගයන් ඔබගේ කඳවුරු භූමිය හරහා ගමන් කරනු පෙනේ නම් සහ බේසමක් වැනි පොළව පිහිටා ඇති ස්ථානයක් නම් හැකි සෑම විටම වර්ෂාව පෙනෙන්නට තිබුණද නැතිවුවද එකී ස්ථාන මඟ හරින්න.

ඔබ තෝරා ගන්න පොළව තද රළු පොළවක් නොවේ නම් වඩාත් සුදුසු වේ. එය ඔබගේ නින්දට පවා උදවු වනු ඇත. විශේෂයෙන් කඳුකරයේ කඳවුරු බඳින්නේ නම් තද පොළව රාත්‍රී කාලයේ උණුසුම රඳවා ගැනීමට උදවු නොවෙනු ඇත.

ඔබ කූඩාරම ඉදිකිරීමට පෙර පොළවේ ඇති ගල්, කුඩා දර කෝටු, වැනි දේ ඉවත් කරන්න. නැතහොත් මේවා ඔබගේ කූඩාරමට හානි ගෙන දිය හැකිය. කූඩාරම යට පොළවේ ඇති දිරුණු කොළ ඔබගේ නින්දට පහසුවක් විය හැකි නමුත් සර්පයන් වැනි සතුන් හට පහසු නවාතැන් පොලක් විය හැකිය. තරමක බෑවුමක ඔබ කූඩාරම ඉදිකර ඇත්නම් ඔබගේ හිස සෑම විටම කන්ද දෙසට තබා ගන්න අමතක කරන්න එපා. නැතහොත් ඔබට උදෑසන අවදිවීමට සිදුවනුයේ ඔලුවේ කැක්කුමක්ද සමඟය.

සතුන්ගේ අඩි සලකුණු සහිත කුඩා පාරවල් පොළවේ දක්නට ලැබේ නම් එකී පොළවද ඔබගේ කුඩාරම සවි කිරීමට සුදුසු ස්ථානයක් නොවේ.

සෙවණ (Shade)

දවසේ කාලගුණය ඉතා උණුසුම් නම් සෙවණක් තිබීම ඉතාම වැදගත්ය. සෙවන ඔබගේ කුඩාරමට මෙන්ම අපගේ කඳවුරු සගයන්ට ද පහසුවක් ගෙන දෙයි. එමෙන්ම ගස් වල අතු රිකිලි තමන්ගේ කඳවුරු ආම්පන්න කැඳවීමටත් කුඩාරම සවි කිරීමටත් ආධාරකයක් කරගත හැක. එමෙන්ම ගස් දෙකක් ආධාරයෙන් හැමොක් (hammock) එකක් වුවද එල්ලා ගැනීමට හැකියාව සලසයි. එමෙන්ම විශාල ගස් යට වැසි සහ සුළං අවස්ථාවලදී සිටීම භයානක විය හැකිය (ගසේ අතු කඩා වැටිය හැකි නිසා). අකුණු සහිත අවස්ථාවලදී ද ගස් යට සිටීම අනතුරුදායකය. දහවල් සෙවන සපයන ස්ථානය සවස් කාලයේදී වෙනස් විය හැකිය. එබැවින් හිරු උදාවන්නේ සහ බැස යන්නේ කොතැනදැයි බලන්න. ඔබේ කඳවුරු ආම්පන්න සවස් වරුවේ සෙවණෙන් ප්‍රයෝජන ගත හැකි තැනක තබන්න.

මිනිස් ක්‍රියාකාරමක් (Human Activities)

මිනිසා අපගේ කුඩාරම ඉදිකරන කඳවුරු භූමිය තෝරා ගැනීමට බලපාන සාධකයකි. ඔබ කුඩාරම ඉදිකරන්නේ මීට පෙර කඳවුරු

බඳින්නට භාවිතා කළ ස්ථානයක් නම් එය තෝරා ගැනීම පහත හේතු මත සුදුසු හෝ නුසුදුසු විය හැකිය.

කෙසේ වෙතත් පහත දැක්වෙන අවාසි තිබුණද ප්‍රදේශයේ වටිනා කුඩා පැල වර්ග තිබේ නම් මීට පෙර භාවිතා කළ ජනප්‍රිය ස්ථානයක්ම තෝරා ගැනීම වඩාත් සුදුසු බව මතක තබා ගන්න. එලෙසම මෙවැනි ස්ථානයක් සෙවීමට වඩාත් කල්යල් බැලිය යුතු නොවේ. ඒ නිසා කාලය වුවද ඉතිරි කර ගත හැකි වනු ඇත. ගිනි දැල්විය හැකි ස්ථාන සහ ජලයට ප්‍රවේශය ආදී පහසුකම් සූදානම්ව තිබීම අමතර වාසියක් විය හැකිය.

බොහෝ පිරිසක් භාවිතා කර ඇති නිසා ගල් කැබලි සහ දර කෝටු වැනි කුඩා දේවල් තිබීමේ හැකියාවද අඩුය. කෙතරම් පහසුකම් තිබුණද මෙහි ඇති අවාසිද තිබේ. බොහෝ පිරිසක් භාවිතා කර තිබීම නිසා පොළව තද ස්වභාවයක් ගනු ඇත. එනිසා අප ඉහත පොළව නමැති අනුමාතෘකාව යටතේ කතා කළ අවාසි මෙම ස්ථානයේදී ඔබට බලපානු ඇත. ඊට අමතරව පස් තදවීම නිසා ගස් වල මුල් ආදිය ඉහළට මතුවී තිබිය හැකිය. එය සුව පහසු නින්දකට උදවු නොදෙයි.

තවද මිනිසා විසින් ඉවතලන අපද්‍රව්‍ය නිසා කුඩා සතුන් මෙවැනි ස්ථාන වලට බොහෝ විට පුරුදු වී සිටී. ඒ නිසා රාත්‍රී කාලයේ ඔබගේ සැප දුක විමසන්න පැමිණෙන උගුඩුවන්, ඉත්තෑවන්, මීයන් වැනි සතුන් ගැන පරිස්සම් වන්න. ඔබගේ කුඩාරමේ ඇති සුවඳෙන් ආරාධනා කරනු ලබන කෑම කඩයක් ළඟ පාත තිබියදී වෙනත් ආකාරයට ආහාර සපයා ගැනීමට සතුන් වෙහෙස වන්නේ නැත. ඔබගේ කුඩාරම තුළ ආහාර තබා ගැනීම නුසුදුසු වුවද වලසුන් වැනි

භයානක සතුන් නොසිටී නම් සුවඳ පිටතට නොයන සේ හොඳින් වැසූ භාජන වල ඉතිරි ආහාර තබා ගන්න.

ඔබ දින කිහිපයක් තිස්සේ සංචරණය කරන අයකු නම් සුවබර නින්දක් අනිවාර්යයෙන්ම අත්‍යවශ්‍ය වේ. මෙවැනි විටකදී බීමත් පිරිසක් හෝ ඝෝෂා නගන අසල්වැසියන් අසළ සිටීම ඔබට සුදුසු වන්නේ නැත. ඒ නිසා ජනප්‍රිය කඳවුරු භූමියක සිටීමට වඩා සැඟවුණු ස්ථානයක කූඩාරම ඉදිකිරීම හෝ නවාතැන් ගැනීම වඩාත් සුදුසුවේ.

තවද ඔබ කූඩාරම ඉදිකිරීමට පෙර එකී භූමිය එවැනි ක්‍රියාකාරකම් සඳහා අවසර ඇතිදැයි සොයා බැලීමට සැලකිලිමත් වන්න. එසේ නැත්නම් ඔබට මිනිස් කරදරවලට මුහුණ දීමට සිදුවනු ඇත.

4.2 ඇසුරුම් කිරීම හා කඳවුරු බැඳීම

ඉතා සැහැල්ලු ලෙස ගමන් මළු (අල්ට්‍රායිලයිට් බැක්පැක් Ultralight Backpack) ඇසුරුම් කිරීමේ කුසලතාවය බොහෝ විට කාලය, හා අත්දැකීම් මත වැඩිදියුණු වේ. ඔබගේ කඳවුරු සංචාරයට පෙර සැලසුමක් සකස් කර ගැනීම මඟින් ඉතා නිවැරදිව තම ගමන් මල්ල සකස් කරගත හැකිය.
කඳවුරු බැඳීම සඳහා ඔබට අවශ්‍ය සියලූම ආම්පන්න ඔබ හෝ ඔබ සමඟ යන කණ්ඩායම විසින් රැගෙන යායුතු බැවින් ඒ සියලු ද්‍රව්‍ය ගෙනයාහැකි ගමන් මල්ලක් (බැක්පැක් / Backpack) ඔබ සතුවිය යුතුය. ඊට අමතරව තමාට අත්‍යාවශයම දේවල් පමණක් රැගෙන යාමට කටයුතු කළ යුතුය.

බැක්පැක් / ගමන් බෑගය සකස් කර ගැනීම

බැක්පැක් කිරීමේදී හොඳ බෑගයක් තිබීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. ඔබ අපහසු හා දුෂ්කර භූමි භාගයක සැතපුම් ගණනක් ඇවිදිනවා නම්, බැක්පැක් එකෙහි විශේෂිතා සහ එහි පහසුව ඔබගේ ගමනට මනා රැකුලක් ලබාදෙයි. කඳවුරු බැඳීමට සමගාමීව කඳු නැගීම, ඇවිදීම වැනි ඉසව්වන් වල නිරත් වෙන හෙයින් තම ගමන් මල්ලට නැතහොත් බැක්පැකයට ගැළපෙන ලෙස අවශ්‍ය ආම්පන්න රැගෙන යා යුතුය. ඔබ පළමු වරට බැක්පැකර් කරුවෙකු හෝ පළපුරුදු ප්‍රවීණයෙකු වේවා, සෑම කෙනෙක්ම හොඳ ලැයිස්තුවකට කැමතියි. පහත දැක්වෙන සවිස්තරාත්මක පිරික්සුම් ලැයිස්තුවෙන් බැක්පැක් උපකරණ (කූඩාරම, ඇසුරුම්, නිදන බෑග් ආදිය) සිට ආහාර පිසින උපකරණ, පාවහන් හා ඇඳුම්, විකල්ප අමතර දේ සහ පුද්ගලික අයිතම දක්වා සියල්ල ආවරණය කරයි. මෙම අයිතම්වලට අදාළව නිෂ්පාදන ආයතන විවිධ නම් යටතේ වෙළඳපොලට ඉදිරිපත් කරයි. අන්තර්ජාලයෙන් මිලදීගන්නේ නම් වඩා අඩු මිලට පහත උපකරණ ලබාගත හැක.

භාණ්ඩය	**උපකරණය / අයිතමය**	**English word**
බැක්පැක් ඇසුරුම් ආම්පන්න	බර අඩු වැහි ආවරණයක් සහිත බෑගය	Lightweight Backpack with raincover
	කූඩාරම (කණු, ගයිලයින් සමඟ)	Tent (with stakes, guylines)
	නිදන බෑගය (බඩු මල්ල සමඟ)	Sleeping bag (with stuff sack)

	හෙඩ්ලැම්ප් හෝ ෆ්ලෑෂ් ලයිට් (අමතර බැටරි සමඟ)	Headlamp or flashlight * (with extra batteries)
	ට්‍රෙකින් පොලු	Trekking poles
	ඇසුරුම් කළහැකි ලන්තෑරුම් (LED)	Packable lanterns (LED)
	හුලං කොට්ට	Air Pillow/ Camp pillow
කඳවුරේ මුළුතැන්ගෙය	ආහාර (විජලනය කළ හෝ ඉක්මන් ආහාර පිසීමේ ආහාර ද්‍රව්‍ය නිර්දේශ කෙරේ)	Food (dehydrated or quick cook food items are recommended)
	ඇසුරුම් උදුන	Backpacking stove
	BBQ උදුන	BBQ Stove
	BBQ ස්ටික්ස්	BBQ Sticks
	ඇලුමිනියම් කොළ	Aluminum Foil
	ඉන්ධන / දර අඟුරු	Fuel(Cartridge) / charcoal
	භාජන සහ උපකරණ	Pots and Utensils
	උපයෝගිතා හෝ බහු මෙවලමක් පිහියක්	Utility knife or multi-tool
	ජෛව හායනය කළ හැකි සබන්	Biodegradable soap
	වතුර බෝතලය (අතිරේක වතුර	Water bottle (an extra water bottle is recommended)

	බෝතලයක් නිර්දේශ කෙරේ)	
	අත් ජල පෙරණය හෝ වෙනත් පිරිසිදු කිරීමේ පද්ධතියක්	Portable Water filter or other purification system
	ආහාර ගබඩා කිරීම සඳහා බෑග් සහ ආහාර එල්ලීම සඳහා ලණු.	Hang bags and ropes.
	අතිරේක රෙදි කැබලි / කඩදාසි	Extra cloths / papers
	මැග්නීසියම් ගිනි ආරම්භක / ලයිටර්	Magnesium Fire Starters /Lighters
	කඩදාසි තැටි	Paper Plates
ආරක්ෂාව සහ ප්‍රථමාධාර	ප්‍රථමාධාර කට්ටලය	First Aid Kit
	විස්ල් එකක්	Whistle
ගමන් මග සොයාගැනීම	සිතියම	Map
	මාලිමාව	Compass
	ජීපීඑස් (අතිරේක)	GPS (optional)
	අවසර පත්‍ර	Wilderness permit
	ක්ෂේත්‍ර මාර්ගෝපදේශ	Field guides
	මාර්ගෝපදේශ පොත්	Guidebooks
හිරුකිරණින් හා කාලගුණ ආරක්ෂාව	සන්ස්ක්‍රීන්	Sunscreen
	අව් කන්නාඩි	Sunglasses
	තොල් බාම්	Lip balm
	කැප් තොප්පි	Hats
	කෘමි විකර්ෂක	Insect repellant

පුද්ගලික අයිතම	කඳවුරු තුවා	Camp towel
	ටොයිලට් පේපර්	Toilet paper
	කුඩා සවල	Small shovel
	දත් බුරුසුවක් හා දත් බෙහෙත්	Toothbrush and paste
	පුද්ගලික සනීපාරක්ෂක අයිතම	Personal hygiene items
	හෙඩ්ලැම්ප	Headlamp
	විටමින්	Vitamins
	පෞද්ගලික බෙහෙත් වට්ටෝරු	Personal Prescription medicines
අනෙකුත් බැක්පැක් ගියර්	ට්‍රෙකින් පොලු	
	ඉක්මන් ශක්තිය ලබාදෙන ආහාර (ශක්ති බාර් සහ බීම)	Energy food (bars and drink mixes)
	දුරදක්න	Binoculars
	ඩිජිටල් කැමරාව	Digital camera
	ජල ආරක්ෂිත ඇසුරුම් ආවරණය	Waterproof pack cover
	පොත් / පෑන්	Book / pens
	අත් පොරව	Hand Axe
	කඹයක්	Rope
	නැමියහැකි පුටු / මේස	Folding chair/ table
	ඉටිපන්දම්	Candles
	කුඩා මිටිය	Small Hammer

කඳවුරු අළුත්වැඩියා කට්ටලය	ඉස්කුරුප්පු නියන	Screwdriver
	නයිලෝන් ටේප්	Nylon Tape
	ඩක් ටේප්	Duct Tape
	සීම් සීලර්	Seam Sealer
	වියළි බෑග් සීලර්	Dry Bag Sealer
	කතුරක්	Scissor
	ඉඳිකටු	Needles
	නූල්	Threads

සැ.යු : මේ සියලුම උපාංග සෑම කඳවුරු සංචරණයක් සඳහම එක ලෙස අත්‍යවශය නොවේ.

05. කඳවුරු කූඩාරම

කඳවුරු සංචරණයේ ප්‍රධානම උපාංගය වන්නේ කූඩාරමයි , ඔබ සහ ඔබගේ ආම්පන්න වල රාත්‍රී සහ වැස්සෙන් ආරක්ෂා වී කඳවුරු ගැසීමට යන්නේ නම් කූඩාරමක් අත්‍යවශ්‍ය වේ.

ඔබ නිතරම පාහේ කඳවුරු ගැසීමට යන්නේ නම් ඔබ සතුව කූඩාරමක් (ඔබගේ කණ්ඩායමට සරිලන) මිලට ගෙන තිබීම වැදගත් වේ. එසේ නොමැතිනම් මේ වනවිට කූඩාරම කුලියට ලබාදෙන්නන්ද සොයාගත හැක.

කූඩාරම ජල කාන්දුවලින් තොරව ඇති බවට සනාථ කර ගන්න. කූඩාරම සැහැල්ලු වියයුතු අතර තමාගේ කණ්ඩායමට අනුව එහි ඉඩකඩ පිළිබඳවද සැලකිලිමත් විය යුතුය. කූඩාරම් සෑම හැඩයකින්ම සහ ප්‍රමාණයකින්ම පැමිණෙන අතර සියලු විසඳුම්වලට ගැලපෙන එක් ප්‍රමාණයක් නොමැත. කූඩාරම එක් එක් පුද්ගලයාට සුවිශේෂී වන අතර ඔබ කඳවුරු බැඳීමට සැලසුම් කරන ස්ථානය, ඔබ කොපමණ පිරිසක් සමඟ සිටිනවාද, සහ කුමන ආකාරයේ කාලගුණයක් ඔබ බලාපොරොත්තු වේද යන්න මත තීරණය වේ. සාමාන්‍යයෙන් පුද්ගලයෙකුට නිදාගැනීම සඳහා අඩි 2 පළල හා අඩි 5 ක දිග ප්‍රමාණයක් අවම වශයෙන් තිබිය යුතුය. එම ඉඩ ප්‍රමාණය අනුව කූඩාරමේ ප්‍රමාණය තීරණය කරගත යුතුය. කණ්ඩායම විශාල නම් තනි කූඩාරම වෙනුවට කුඩා කූඩාරම් කිහිපයක් ගෙන යාම නුවණට හුරුය. ඒ විතරක් නොව කූඩාරම විශාල වන විට එය ඉදිකර ගැනීමට යන කාලයද වැඩිය. මේ සියල්ලටම අමතරව කූඩාරම තම උර පොදියේ රැගෙන යා හැකි විය යුතුය. ප්‍රධාන වශයෙන් වර්ථමානයේ ශ්‍රී ලංකාවේ කූඩාරම් වර්ග කිහිපයක් දැකගත හැකිය. ඒවායේ ඡායරූප පහත දක්වා ඇත.

5.1 කඳවුරු කූඩාරම් වර්ග

ගෝලාකාර කූඩාරම් (Dome Tent)

මෙම කූඩාරම් අද වඩාත් සුලභ මෝස්තරයක් වන අතර ඒවා හැඩගස්වා ඇත්තේ ගෝලාකාර හැඩයකිනි. ඒවාට ෆයිබර් පොලු කට්ටල දෙකක් ඇති අතර ඒවා එකිනෙකට මැදින් ගොස් කූඩාරමේ කොන් කරා ළඟා වීමට නැමී ඇත. වැස්සෙන් අමතර ආරක්ෂාවක් ලබා ගැනීම සඳහා පොලු මුදුනේ වැසි මැස්සෙක් ද රැඳේ.

මෙම කූඩාරම් විලාසය සැකසීමට පහසු වන අතර සාපේක්ෂව කූඩාරමේ ඉහළ කේන්ද්‍රස්ථානයක් ඔබට හොඳ උසක් සහ හිස් අවකාශයක් ලබා දෙයි. වටකුරු දාර කූඩාරම තුළට ජලය සහ වැසි වැටීම වළක්වයි. සමහර ගෝලාකාර කූඩාරම්වල දොර ඉදිරිපිට කුටියක් ඇති අතර එය කුණු හා මඩ සහිත ආම්පන්න තබා ගැනීමට තාවකාලික ආවරණ කාමරයක් ලෙස ක්‍රියා කරයි.

බහු කාමර කූඩාරම (Multi Room Tent)

සාම්ප්‍රදායික කූඩාරමකට වඩා බහු කාමර කූඩාරම් නිවසකට සමාන ය. ඒවා නිර්මාණය කර ඇත්තේ අමතර රහස්‍යතාව, අමතර ආම්පන්න ගබඩා කිරීම සහ ඔබගේ සියලු මිතුරන් සහ පවුලේ අය සඳහා කාමර එකකට වඩා ඇති ලෙසයි. කාමර වෙන් කර ඇත්තේ කූඩාරම ඇතුළතින් වන අතර කාමර 2 ත් 5 ත් අතර ප්‍රමාණයක් ඇත.

මෙම කූඩාරම් ප්‍රමාණයෙන් සැලකිය යුතු තරම් විශාල වන අතර කූඩාරම ඇසුරුම් කිරීමට අපහසු වන අතර රැගෙන යාමටද අපහසුය. මෙම කූඩාරම් ඉදිකිරීම සඳහා වැඩි පුහුණුවක් සහ වැඩි පිරිසක් අවශ්‍ය වේ. බහු කාමර කූඩාරමක් විශාල කණ්ඩායම් සහ පවුල් සඳහා පරිපූර්ණ වන අතර වෙනත් කූඩාරම්වල ඔබ සොයා නොගත් අමතර පෞද්ගලිකත්වයක් සපයයි.

බැක්පැක් කූඩාරම් (Backpack Tent)

ඔබේ කඳවුරු සැලැස්මේ දිගු දුර ගමනක් පයින් යාමට තිබේ නම්, සියලු වර්ගවල කාලගුණයට පහසුවෙන් ඔරොත්තු දෙන ඉතා සැහැල්ලු

(අල්ට්‍රයිලයිට්) කුඩාරමක් සොයා ගැනීම ඉතා වැදගත් ය. බැක්පැක් කිරීමේ කුඩාරම්, ප්‍රමාණයෙන් කුඩා, සැහැල්ලු හා අතිශයින් කල් පවතින ඒවා වේ. නමුත් ඒවා මිලෙන් අධික උසස් තත්ත්වයේ ඒවා වේ. සාමාන්‍යයෙන්, බැක්පැක් කිරීමේ කුඩාරම් වෙනත් කුඩාරම්වලට වඩා කුඩා ප්‍රමාණයෙන් නිර්මාණය ඇති අතර ඒවා පුද්ගලයින් එක් කෙනෙකු හෝ දෙදෙනෙකු සඳහා නිර්මාණය කර ඇත.

පොප් අප් කුඩාරම් (Pop-up Tent)

පොප් අප් කුඩාරම් අනෙකුත් කුඩාරම් සාපේක්ෂව අළුත් ඒවා වන අතර මෑත වසරවලදී ඒවා වඩාත් ජනප්‍රිය වී තිබේ. මෙම කුඩාරම් නිර්මාණය කර ඇත්තේ දුණු හැඩැති පොලු වලින් වන අතර එය තත්පර කිහිපයකින් “ පොප් ” හැඩයට පැමිණේ. ඒවා සැහැල්ලු, පහසු සහ ඉක්මණින් සැකසීමට සාදා ඇත. මෙම කුඩාරම් නිර්මාණය කර ඇත්තේ කාලගුණය හා වර්ෂාව අනුව බොහෝ දේ හැසිරවීමට නොවන බව මතක තබා ගන්න. පොප් අප් කුඩාරම් ඉතා පහසු හැකිලීමටත් හා භාවිතා කිරීමටත් ඉතා සුදුසුය.

උමං කූඩාරම් (Tunnel Tent)

උමං කූඩාරම් ගෝලාකාර කූඩාරමකට සමාන ය. කෙසේ වෙතත්, එහි මැද කොටස විහිදී පැතිරෙන අතර උමගකට සමාන වේ. කූඩාරමේ එක් පැත්තක සිට අනෙක් පැත්තට ඔතා ඇති වටකුරු හැඩයක් ලබා දෙන පොලු මාලාවකින් කූඩාරම සමන්විතව ඇත. මෙම කූඩාරමට ස්ථායිතාව ලබාදෙන්නේ කූඩාරම් කණු, රැහැන් ආධාරයෙනි. මෙම කූඩාරම් කිසි විටෙකත් නිදහසේ නොපවතින අතර විශාල වශයෙන් ඇමුණුම් ස්ථාන මත රඳා පවතී. කූඩාරම සතුව ඉහළ සිවිලිමක් සහ සම්මත කූඩාරමකට වඩා වැඩි ඉඩක් ඇති අතර එමඟින් විශාල පිරිසකට සුදුසු වේ. ඊට අමතර මෙම කූඩාරමේ උස අඩු බැවින් තද සුළං තත්ත්වයන්ට ඔරොත්තු දේ.

සම්මත කූඩාරම (Standard Tent)

මෙය බාලදක්ෂ කූඩාරම් ලෙසද හඳුන්වයි. මෙහි ඇති විශේෂත්වය වන්නේ කූඩාරම් සරල සැකැස්මකින් යුක්ත වීමත්, ආධාරක පොලු කැබලි තුනකින් සමන්විත වීම හා ඉතා පහසුවෙන් සවිකර ගැනීමට හැකි වීමත් ය. අනෙක් කූඩාරම්වලට වඩා මෙහි පොලු කැබලි ගැල්වනයිස් යකඩ වලින් සමන්විත වන නිසා හදිසියේ කැඩී ගියහොත් නැවත් සකස් කර ගැනීමට හැක. දැරිය හැකි මිලකට ගතහැකි මෙම කූඩාටම ශ්‍රී ලංකාව වැනි රටකට වඩාත් උචිත වේ. මෙය ඔබගේ කණ්ඩායමට සරිලන පරිදි විවිධ ප්‍රමාණ වලින් ලබාගත් හැක. මෙම කූඩාරමේ නඩත්තුව පහසු නිසා බොහෝ ස්ථාන වල කූඩාරම් කුලියට දීමටද පාවිච්චි කරනු ලබයි.

5.2 කූඩාරමක් මිලදී ගැනීමේදී සලකා බැලිය යුතු කරුණු

සියලුම කූඩාරම් එක් ප්‍රධාන අරමුණක් ඉටු කරයි. ඒ බාහිර ලෝකයෙන් ඔබට " රැකවරණය " ලබා ගැනීම සඳහා අතේ ගෙන යා හැකි එළිමහන් නවාතැනක් ලෙසයි. නවාතැන් ප්‍රධාන ඉලක්කය වන අතර, ඔබේ කූඩාරම තෝරාගැනීමේදී සලකා බැලිය යුතු තවත් අංග කිහිපයක් මෙහි දක්වා ඇත.

කූඩාරම් ධාරිතාව (Capasity)

සලකා බැලිය යුතු පළමු සාධකය වන්නේ ඇතුළත නිදා ගැනීමට හැකි පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාවයි. ඔබට සුවපහසු ලෙස ගැළපෙන ආකෘතියක් තෝරා ගැනීමේදී ඔබ සමඟ නිදා ගැනීමට යන පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාවද සැලකිල්ලට ගත යුතුය.

මෙහිදී මතක තබා ගත යුතු වැදගත් කරුණක් නම් කූඩාරම් ප්‍රමාණය සම්බන්ධයෙන් කර්මාන්ත ප්‍රමිතියක් නොමැති වීමයි. ධාරිතාව අනුව 2, 3 සහ 8 පුද්ගල කූඩාරමක් යනු කුමක්ද යන්න පිළිබඳව සෑම නිෂ්පාදකයෙකුටම තමන්ගේම ප්‍රමාණවල් ඇත. කූඩා කූඩාරම් සඳහා හොඳ රීතියක් නම් නිර්දේශිත ප්‍රමාණයෙන් එක් අංකයක් අඩු කිරීමයි, එබැවින් පුද්ගලයින් තුන්දෙනෙකුගේ කූඩාරමක් පුද්ගලයන් දෙදෙනෙකුට වඩාත් සුවපහසු වේ.

කූඩාරමේ උස (Height of the tent)

කූඩාරම් උස හා ප්‍රමාණයෙන් වෙනස් වේ. නැගී සිටීම ඔබට වැදගත් නම් හොඳ උසකින් යුත් කූඩාරමක් මිලදීගනු ලබන්න. සෑම කූඩාරමකම පිරිවිතරයන් ලැයිස්තුගත කර ඇති අතර, උස පිළිබඳව සමීපව සොයා බලා එය ඔබ වෙනුවෙන් ප්‍රමාණවත් වන බවට වග බලා ගන්න.

සැ.යු : උස් කඳු මුදුන්වල හෝ සුළං සහිත තැන්වල කූඩාරම ඉදිකිරීමේදී කූඩාරමේ උස වැඩි නම් එය හාදාවක් විය හැකිය.

කූඩාරම් කවුළු සහ වාතාශ්‍රය (Windows and Ventalation)

කූඩාරමක් තෝරාගැනීමේදී වාතාශ්‍රය හෝ වායු ගලනය වැදගත් සාධකයකි. එය සාමාන්‍යයෙන් පැමිණෙන්නේ කූඩාරමේ දෙපැත්තේ උපායමාර්ගිකව තබා ඇති දැල් පැනල්වලින් වන අතර කූඩාරම් ව්‍යුහයේ අභ්‍යන්තරය පුරා වාතය ගලා යාමට ඉඩ සලසයි. තාපය හා ආර්ද්‍රතාවය සැබෑ සැලකිල්ලක් දක්වන වසරේ උණුසුම් මාසවලදී

වාතාශ්‍රය විශේෂයෙන් වැදගත් වේ. කූඩාරම් කවුළු මගින් වාතාශ්‍රය ලබා දී වායු ගලනය වැඩි කරයි. වාතාශ්‍රය නොමැති කූඩාරමක් ඇතුළත උණුසුම් වීමට හේතු ලංකාව වැනි උෂ්ණ අධික රටකට එය අපහසුදායී ය. සෑම කූඩාරමකම කවුළු ගණන වෙනස් වන අතර කුඩා කූඩාරම්වල ජනේල අඩුය.

අමතර වැසි ආවරණ (Rainfly)

සෑම කූඩාරමක්ම ජල ආරක්ෂිත නොවන අතර ඒ සඳහා අතිරේක වැසි ආවරණ රෙද්දකින් සමන්විත වේ. එය කූඩාරම ආවරණය කර වැස්සෙන් ආරක්ෂා කිරීම සඳහා නිර්මාණය කර ඇති වෙනම ඒකකයකි. ඔබ වර්ෂාපතනය අපේක්ෂා කරන සෑම විටම වැසි ආවරණ රෙදි කැබැල්ල භාවිතා කරන්න. හිරු එළිය වැටෙන විට එය අතිරේක සෙවනක් ලෙසද උපකාරී වේ.

මඩ ආවරණය / කවරය (Mud Cover)

බොහෝ කූඩාරම්වල දොරටුවෙන් පිටත මඩ ආවරණයක් සහිත ප්‍රදේශයක් දක්නට ලැබේ. එය ඔබගේ තෙත් සහ මඩ සහිත ආම්පන්න ගබඩා කිරීමේ ස්ථානයක් වන අතර එමගින් ඔබට කූඩාරම ඇතුළත තෙතින් තොර පිරිසිදුව තබා ගැනීමට උපකාරී වේ. සෑම කූඩාරමකටම වෙස්ටිබල් ලබා දෙන්නේ නැත. කෙසේ වෙතත් , ඒ අවස්ථාවකදී ඔබට අතිරේක කූඩාරම් රෙදි කැබැල්ලක් මාර්ගයෙන් එය සාදගත හැකිය.

කූඩාරම් දොරවල් (Tent doors)

සෑම විටම දොරවල් ගණන සැලකිල්ලට ගන්න. මධ්‍යම රාත්‍රියේදී එළියට යාමට සිදුවවහොත් මිනිසුන් හරහා පැමිණීම, ඔබටත් ඊට

සම්බන්ධ අනෙක් සියල්ලන්ටත් කරදරයකි. සමහර කූඩාරම්වලට එක දොරක් ඇති අතර අනෙක් ඒවාට දොරවල් දෙකක් ඇත. එබැවින් සම්බන්ධ වූ සියල්ලන්ගේ මනාපයන් මත පදනම්ව ඔබේ තීරණය ගන්න.

කූඩාරම් බිම් ආවරණය (Ground sheet)

බිම් ආවරණය යනු ඔබේ කූඩාරමට යටින් කූඩාරමටම සම්බන්ධව ඇති රෙදි කැබැල්ලයි. බොහෝ කූඩාරම්වල බිම් ආවරණය ශක්තිමත්ව සකසා ඇති අතර, එසේ නොපැවතුනහොත් ඔබේ කූඩාරමේ යටි පැත්ත හානි වීමේ ඉඩකඩ වැඩිය. එපමණක් නොව ඝණකම සහිත බිම් ආවරණයක් මඟින් කුඩා ගල් කැබලිවලින් තෙතමනයෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීමට හැකියාව ලැබෙයි.

අභ්‍යයන්තර සාක්කු සහ කොකු (Inner pockets and pegs)

තාක්ෂණය ජීවිතයේ සම්මත කොටසක් බවට පත්වීමත් සමඟ ඔබේ පෞද්ගලික දේ ගබඩා කර තැබීමට ආරක්ෂිත ස්ථානයක් තිබීම වැදගත් ය. ඇතුළත අවම වශයෙන් එක් සාක්කුවක් හෝ මුදුනේ පහන් කූඩුවක් සඳහා කොක්කක් ඇති කූඩාරමක් සොයන්න. සාක්කු මඟින් ඔබේ ආම්පන්න සංවිධානාත්මකව තබා ගැනීම පහසු කරවන අතර ආලෝකයක් සහිත කොක්කක් සවස් වරුවේ ඔබේ කූඩාරමට ආලෝකය ගැනීම පහසු කරයි.

කූඩාරම් ප්‍රමාණය, ව්‍යුහය සහ හැඩය යන සියලු විකල්ප සමඟ සෑම අවස්ථාවකටම අදාළ කූඩාරමක් අද මිලදී ගැනීමට තිබේ. උපක්‍රමය නම් රාත්‍රිය සඳහා ඔබට සුවපහසු ස්ථානයක් ලබා දෙන අතරම ඔබේ අවශ්‍යතා සපුරාලන එකක් සොයා ගැනීමයි. ඔබේ කාලය ගත කර

ඔබගේ ගමනේ සෑම අංශයක්ම සැලකිල්ලට ගෙන නිවැරදිම කූඩාරම ගැනීමට උත්සුක වන්න.

කූඩාරමක් යනු තාවකාලික නවාතැනක් පමණක් බව සිහිතබා ගන්න. නමුත් වඩා වැදගත් දෙය නම් එය වැස්සට, සුළඟට, පෙර රාත්‍රියේ විවේක ගැනීමට සුවපහසු හා කඳවුරු සංචරණයේ අත්දැකීම් සමුදායක් ලබාදෙන ස්ථානයක් යන වගයි.

06. පවුල් ඒකකයක් වශයෙන් කඳවුරු බැඳීම (Family Camping)

එළිමහනේ කඳවුරු බැඳීම පවුල් ඒකක වලට ගුණාත්මක කාලයක් ගත කිරීමට හොඳ ක්‍රමයකි. නමුත් එය සමහර විට වයෝවෘද දෙමව්පියන්ට හා විශේෂයෙන් කුඩා දරුවන් සිටින අතිරේක පීඩනයක්ද ගෙනදිය හැක. ඕනෑම දෙයක සාර්ථකත්වයට යතුර වන්නේ සැලසුම් කිරීම සහ සකස් කිරීමයි, එබැවින් පෙර සැලසුම් කරන්න. ළමයින් සඳහා විනෝද කඳවුරු බැඳීමේ ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කිරීමට ඔබගේ සංචාරයට පෙර කාලය යොදන්න. ඔබට සහ ඔබේ දරුවන්ට දේවල් පහසු කිරීම සඳහා, සෑම දිනකම ඇඳුම් වෙන වෙනම ප්ලාස්ටික් බෑගවල අසුරා ගන්න. රාත්‍රියේදී, ඔබේ කුඩා දරුවන්ට ඔවුන්ගේ අපිරිසිදු ඇඳුම් ඉවත්වර ඒවා නැවත ප්ලාස්ටික් බෑගවල අසුරන්න. සෑම දරුවෙකුටම තමා කැමති සෙල්ලම් බඩුවක් හෝ දෙකක් ගෙන ඒමට ඉඩ දෙන්න. පොත් හෝ ප්‍රහේලිකා, සඟරා වඩා හොඳ තේරීමක්. කඳවුරු බැඳීමේ ගමන සඳහා සෑම දරුවෙකුටම තමන්ගේම විදුලි පන්දමක් ලබා දෙන්න. පුද්ගලික

ආලෝකය ළමයින්ට විනෝදයක් පමණක් නොව, අඳුරේ ඔවුන්ට වඩාත් ආරක්ෂිත හැඟීමක් ඇති කළ හැකිය.

සෑම ළමයෙකුටම කඳවුරේ වැඩ බෙදා දෙන්න. ආහාර සකස් කිරීම, ආහාර ගැනීමේ වේලාව සහ සැලසුම් කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා සෑම දරුවෙකුගේම උපකාරය ලබා ගන්න.

ළමයින් සඳහාද වෙනම කුඩා බැක්පැක් පිළියෙල කර දෙන්න. තමන්ගේ වැඩ තමන්ම කරගන්නා ආකාරය පිළිබඳ ප්‍රායෝගිකව කියදෙන්න. කඳු නැගීම, බොට්ටු පැදීම හෝ වැනි සෑම දිනකම එක් ප්‍රධාන ක්‍රියාකාරකමක් සැලසුම් කරන්න. එළිමහනේ ගවේෂණය කිරීමට ඔබේ දරුවන්ට ඉඩ දෙන්න. ඉතිරි කාලය වැඩිහිටි දරුවන්ට ආහාර පිළියෙළ කිරීමට සහ කෑම මේසය සැකසීම හෝ පිරිසිදු කිරීම වැනි ක්‍රියාකාරකම් පුරුදු කරන්න.

ඔබ කඳවුරේ නීති මාලාවක් පවතවාගෙන යන්න. අවදිවන වේලාව, ක්‍රියාකාරකම් පිළිවෙල, සනීපාරක්ෂාව, පිරිසිදුකම ආදී දෙවල් පිළිබඳ. එමෙන්ම ඔබගේ කඳවුර අවසන් කිරීමට පෙර හා ආරම්භයට පෙර නීති මාලාව හා වැඩපිළිවෙල සමාලෝචනය කරන්න. (මෙය ඕනෑම කණ්ඩායම් කදවුරු භූමියකට පොදුය). කුඩා දරුවන් ඔබගේ දෑස මානයේ තබාගන්න. (නොදන්නා ප්‍රදේශවල අනුතුරු බහුල බැවිනි) වැඩිහිටි දරුවන් ඔබගේ අවසරයකින් තොරව කඳවුරු භූමියෙන් පිටවීම තහනම් කරන්න. ඔබ කූඩාරම ඉදිකිරීමේදී දරුවන්ට වෙනම කූඩාරම ඉදිකරන්නේ නම් තම කූඩාරමට අසළින් ඉදිකරන්න. එමෙන්ම ඔවුන් හට විසිල් පිඹීනයක්ද ලබාදෙන්න. (හදිසි අවස්ථා

සඳහා). සොබාදහමේ වටිනාකම හා පිළිපැදිය යුතු නීතිමාලාවන් පිළිබඳ ඔවුනට කියාදෙන්න. කිසි විටෙකත් ගස්වල මල් කැඩීම හෝ සතුනට බාදා නොකිරීමටත් නිතරම සලකුණු කළ මාවත්වල රැඳී සිටීමට ඔබේ දරුවන්ට කියන්න. ඔබ දරුවන් සමඟ කඳවුරු බැඳගෙන සිටින විට, ආරක්ෂාව සාමාන්‍යයෙන් මූලික කරුණක් වේ. වෙළුම් පටි, ප්‍රතිජීවක ක්‍රීම්, වේදනා නාශක සහිත ප්‍රථමාධාර කට්ටලයක් සෑම විටම රැගෙන යන්න. ඔබේ දරුවන්ට සෙල්ලම් කළ හැක්කේ කඳවුරු ගිණිමැලය අසල පමණක් බව ඔවුන්ට මතක් කර දෙන්න. වැඩිහිටියෙකු නිතරම ඔවුන්ගේ ක්‍රියාකාරම් අධීක්ෂණය කරන්න. ඔබ කඳු නැගීමට හෝ පාගමනක් ගියහොත් ළමයින් පොළිමේ මැද තබා ගන්න. පාසල් යන අවදියේම ඔබේ දරුවන්ට කඳවුරු අත්දැකීම පුරුදු කිරීමට පාසලේ බාලදක්ෂ ව්‍යාපාරය හා සම්බන්ධ කරන්න.

ඔබ කූඩාරමක් හෝ කඳවුරක් ගෙන එන්නේද යන්න තීරණය කරන්න. එමෙන්ම ඉඩ පහසුව පිළිබඳ සිටිනා සංඛාව අනුව තීරණය කරන්න. වර්ථමානයේ කූඩාරම් විවිධ පුද්ගල සංඛ්‍යාව අනුව නිර්මාණය වී තිබේ. එපමණක් නොව වඩා සරළව ඉතා කුඩා වේලාවකින් ඉදිකර ගැනීමටද පිළිවන. (කඳවුරු කූඩාරම බලන්න - පි . අංක ....). බිමට ඇතිරීමට තුනී හැකිලිය හැකි මෙට්ට භාවිතා කරන්න. නැතහොත් නිදන උර (ස්ලීපිං බෑග්) භාවිතා කරන්න. ඔබ කූඩාරමක් භාවිතා කරන්නේ නම්, ජලය තවදුරටත් කාන්දු වීම වැළැක්වීම සඳහා වැසි - ප්‍රතිරෝධී ඉසිනයන් හෝ වැසි ආවරණ රෙදි භාවිතා කරන්න.

ඔබට ඔබගේ කඳවුර වෙත වාහනයකින් ළඟා වීමට හැකියාව ඇත්නම් වඩා සැපපහසු උපකරණද රැගෙන යා හැකිය. හැකිළිය හැකි ඇඳන්, ගිණි මෙිවලන උපකරණ, ජංගම ශීතකරණයක්, වාඩි වීම හා කෑම ගැනීම සඳහා හැකිලිය හැකි පුටු හා මේස ආදී වශයෙන් දැක්විය හැකිය.

එමෙන් ම ඔබ රැගෙන යන් ඇඳුම් පිළිබඳවද සැලකීලිමත් විය යුතුය. බොහෝ අවස්ථාවල ඔබගේ ඇදුම් නැවත සෝදා පාවිච්චියට ගැනීමට ඉඩ ප්‍රස්ථාවක් නොලැබේ. එමනිසා උදාහරණයක් වශයෙන් දවස් 4 ක් ගමනක් සඳහා ඇඳුම් යුගල දෙකක් ප්‍රමාණවත් වේ. සාමන්‍යයෙන් ඔබට අවශ්‍ය වන්නේ ජැකට්, ෂර්ට් දෙකක්, කලිසම් යුගලයක් පමණි කොට කලිසම්, මේස්, යට ඇඳුම් සහ අමතර සපත්තු හෝ සෙරෙප්පු යුගලයක් තිබීම ප්‍රමාණවත් ය. (දේශගුණ තත්වය අනුව වෙනස් වේ) . ඔබ කඳු නැගීමට හෝ දුශ්කර ගමන් මාර්ගයක පාගමනක් යන්නේ නම් බූට් යුගලක්ද, හිස්වැසුම් හා වැහි කබායද අමතරව අවශ්‍ය වේ.

07. කඳවුරු ආහාර පිසීම

සියවස් ගණනාවක් පුරා කඳවුරු සංචාරකයන්ගේ අත්දැකීම් එකතුවෙන් එළිමහන් කඳවුරක ආහාර පිසීමට ක්‍රම ගණනාවක් ඉදිරිපත් කර ඇත. ඇත්ත වශයෙන්ම සමහර ඒවා අනෙක් ඒවාට වඩා සංකීර්ණ ය. නිදසුනක් වශයෙන් , බොහෝ කඳවුරු බැඳීම් ඔබට උදුනක් සකස් කර ගැනීම ඉතා පහසු විය හැකිය. එමෙන්ම කඳවුරු සංචරණය යෙදී විශාල ආම්පන්න රැගෙන යාම ද අපහසු කරුණකි. එම නිසා ඒ සියල්ලටම පිළියමක් ලෙස පහත ආහාර පිස ගැනීමේ ක්‍රම දැක්විය හැක. විශේෂයෙන්ම මෙවැනි ආහාර පිස ගැනීමේ ක්‍රම භාවිතයට එනු ලබන්නේ බාලදක්ෂ කඳවුරු බැඳීමේ ක්‍රමශිල්ප ආශ්‍රිතවය.

ආහාර පිසීමේ මූලිකම ක්‍රමය වන්නේ ඍජු තාපය භාවිතා කිරීමයි. මෙය ඉටු කිරීම සඳහා මූලික වශයෙන් ක්‍රම දෙකක් තිබේ. පළමුවැන්න, පැරණි පිරිමි බාලදක්ෂයන්ගේ උපක්‍රමයක් නම්, ආහාර ද්‍රව්‍ය තනි තනිව ඇලුමිනියම් තීරු වලින් ඔතා උණුසුම් ගල් අඟුරු මත තැබීමයි. එය නිතර පරීක්ෂා කිරීම අවශ්‍ය නමුත් අධික තාපය ආහාර පිසීමට සඳහා ඉතා ඵලදායි ක්‍රමයක් වෙයි. දෙවැන්න නම් , සරලවම විවෘත ගින්නක් මත හෝ දර අඟුරු මත දැලක තබා ග්‍රිල් කිරීමයි. මෙම ප්‍රභවයෙන් ලැබෙන තාපය අඩු ඍජු බැවින් ආහාර පිසීමට ටික වේලාවක් කල් ගතවනු ඇත. නමුත් වර්තමානයේ මෙම ක්‍රමය දෙකම කඳවුරු සංචරණ ආහාර පිසීමේ ක්‍රමයක්ව පවතී. භාජන රහිතව වුවද ආහාර පිස ගත හැකි වුවත් අඳුරු සංචරණය යෙදී කුඩා ඇලුමිනියම් භාජන රැගෙන යාම නුවණට හුරුය.

කඳවුරේ ආහාර පිස ගැනීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය වන භාණ්ඩවල පිරික්සුම් ලැයිස්තුවක් පහත දක්වා ඇත. මේ සියල්ලම අවශ්‍ය නොවුනත් අදාළ පරිදි අයිතම කඳවුරු සංචරණ යෙදී රැගෙන යන වඩා වැදගත් වේ.

7.1 කඳවුරු මුළුතැන්ගෙයි පිරික්සුම් ලැයිස්තුව

කඳවුරු මුල්තැන්ගෙයි උපකරණ

- කුඩා කැප්මිනුදුන
- ඉන්ධන (දර අඟුරු හෝ ගෑස්)
- භූමිතෙල් (අවශ්‍ය නම් පමණක්)
- ගිනි දැල්වීමේ උපකරණ / ගිණිපෙට්ටි
- භාජන (1 කුඩා , 1 මධ්‍යම)
- පෑන් (1 කුඩා , 1 මධ්‍යම)
- භාජන අල්ලන උපකරණ
- පිගන් සහ බොල්ස්
- හැදි , ගෑරුප්පු , අත් පිහිය ආදිය
- මග් (කෝපි සහ අනෙකුත් බීම සඳහා)
- පිහිය කැපීම
- කැපුම් ලෑල්ලක්
- සුදු යකඩ ග්‍රිල් (For BBQ)
- ඇලුමිනියම් තීරු
- Can Opener
- ජල බෝතල්
- අතේ ගෙනයා හැකි මොබයිල් සිසිලනය
- අයිස්

ආහාර අයිතම

- ජලය
- ඉවුම් පිහුම් තෙල්
- ලුණු සහ ගම්මිරිස්

- මිරිස් කුඩු , තුනපහ
- සීනි
- කිරි (කුඩු පැකට්)
- කෝපි සහ තේ
- ඇසුරුම් කළ මාළු , මස් ටින්
- බටර් හෝ මාගරින්
- ශක්තිජනක පානයන් / බාර්
- කෙටි අහාර , මුරුක්කු , චොකලට්
- අනෙකුත් සිල්ලර බඩු හා ඉක්මනින් පිසගතහැකි ආහාර

අත්‍යාවශ්‍ය පිරිසිදු කිරීමේ ද්‍රව්‍ය

- ඩිෂ් සබන්
- කඩදාසි තුවා
- පිගන් කෝප්ප (ඇලුමිනියම් / කඩදාසි)
- ස්පොන්ජ්
- ප්ලාස්ටික් බෑග්
- කුණු බෑග්
- ආහාර ගබඩා බහාලුම්

7.2 කඳවුරු සඳහා සුදුසු සහ පහසු ආහාර

බොහෝ දෙනෙක්ට තිබෙන ගැටලුවක් තමයි කඳු තරණයකදි, එහෙමත් නැතිනම් කඳවුරු කරන විට පිළියෙළ කර ගන්න සුදුසු ආහාර වර්ග මොනවද කියන එක. මේ ආහාර වර්ග හදන ක්‍රම එකිනෙකට වෙනස් වෙනවා. අතීතයේ මිනිස්සු ප්‍රාථමික තාක්ෂණයක් භාවිතා කරලා භජන රහිතව හදා ගත්ත කෑම වර්ග කීහිපයක් මෙහි දකවා ඇත. (Backwood Cooking)

ගිනිමැලයෙන් පිළිස්සූ ඉරිඟු කරල්

බොහෝ දෙනෙක් ඉරිඟු, තම්බා කෑම හැරුනම වෙන විදිවලට එහි රසය අත් විඳලා නැතුව ඇති. මේ කියන්න යන විදියනම් ඉරිඟු තම්බලා කනවට වඩා හරිම රසවත්. මේකට තෝර ගන්න ඕනෙ ගොඩක් ලපටි ඉරිඟු කරල්. මෝරන ලද ඉරිඟු කරල් නම් කොහෙත්ම ගැළපෙන්නෙ නෑ.

මුලින්ම ඉරිඟු කරල අරගෙන පොතු ටික ගලවලා ඉවත් කරන්න ඕනෙ. ඊට පසුව කරලේ කෙලවරින් බොහොම පොඩි කොටසක් කඩලා ඉවත් කරන්න ඕනෙ. ඊට පසුව කැළයෙන් සොයාගෙන පිරිසිදු කරගත් දිග අමු කෝටුවක් ගෙන ඉරිඟු කරලේ කොටසක් කඩන ලද පැත්තෙන් කරල සිදුරුකරගෙන යන සේ අඟලක් පමණ ඇතුළට ගැසිය යුතුයි. දැන් කෝටුවේ අනෙක් කෙළවරින් අල්ලා ඔබේ ගිනිමැලයේ දැල්ලේ පහළ කොටසට ඉරිඟු කරල ළං කළ යුතුයි. එය තැනින් තැන කළුපැහයට හැරෙන් තෙක් පුළුස්සා ගත යුතු වෙනවා. ඉන් පසු ලුණු කුඩු ස්වල්පයක් දිය කරගත් වතුර ඊට ඉස කෝටුවෙන් නොගලවාම ආහාරයට ගත හැකියි.

මේ විදියට සකස් කර ගන්නා ඉරිඟු කරල් නම් තම්බා ගත් ඉරිඟු වලට වඩා බොහොම රසවත්. මේ විදියට ඉරිඟු පුළුස්සන එක හැම දෙනාටම

එකට එකතු වී ගිනිමැලය වටේ හිදගෙන කළ හැක්කක් නිසා එය වටිනා අත්දැකීමක් වේවි.

බිත්තර තැම්බීම .

බිත්තර දැමීම සඳහා අපට ඇලුමිනියම් ෆොයිල් කොළයක් අවශ්‍ය වන්නේ නැහැ. මේ සඳහා පළමුව මැටි සොයාගත ගත යුතු වෙයි. මැටි සොයාගත නොහැකි නම්, පස් වලට වතුර යොදා මැටි සහ දාගන්න. ඉන්පසුව මෙම මැටි විස්තරය ආවරණය වන සේ අඟල් භාගයක විතර විෂ්කම්භයෙන් යුතුව මැටි ආවරණයක් සකස් කරන්න. ඉන්පසුව මෙම මැටි තවරන ලද බිත්තරය කලින් සකස් කරන ලද ගිනි අඟුරු ගොඩේ ඇතුලට දමන්න. බිත්තරය තැම්බී ඇති බව දැන ගන්නේ කෙසේද, මැටි ආවරණය හොඳින් වියලි පැලී තිබේනම් බිත්තරය තැම්බී ඇත. ඉන්පසු බිත්තරය අඟුරු ගොඩින් එළියට ගෙන මැටි ආවරණය ගලවා හොදින් සෝදා බිත්තර කටුව ඉවත් කරගන්න.

ගල් පතුරක තබා පිසගත් බිත්තර

කඳු තරණයකදි වගේනම් කන්ද මුදුනට රැගෙන යා හැකි බඩු බාහිරාදිය පුළුවන් තරම් අවම කර ගත යුතු නිසා භාජනයක් නැතිව සකසා ගන්න පුළුවන් ආහාර ඒ වගේ අවස්ථාවල බොහොම වටිනවා. බිත්තර පිස ගන්න භාජනයක් අවශ්‍ය බව හැමෝම දන්න කාරණයක්. නමුත් මේ ක්‍රමේටනම් භාජනයක් අවශ්‍ය වෙන්නෙ නෑ. මේ සඳහා හොද පැතලි ඝනකමින් අඩු ගල් පතුරක් හොයා ගත යුතු වෙනවා. කූඩාරම් අටවන සථානවල සහ කඳු මුදුන්වල මෙවැනි ගල් පතුරු

බහුලව දකින්නට ලැබෙන නිසා එය ඒතරම් අපහසු වන්නේ නෑ. ඉන්පසු එම පැතලි ගල් පතුර හොඳින් පිරිසිදුකර තවත් උස ගල් කැබලි තුනක් මත තබා, ලිපක් මත තැබූ තැටියක් ආකාරයට සකස් කර ගත යුතු වෙනවා.

දැන් ගල් කැබලි තුන අතරට ගිනිමැලයෙන් ගත් අඟුරු දමා එසේත් නැතිනම් කැළයෙන් එකතු කර ගත් දර දමා ගින්දර අවුලුවා ගත යුතුයි. මෙසේ ටික වේලාවක් ගල් පතුර රත් වෙන්නට ඉඩහැර ඒ මතට තෙල් ස්වල්පයක් ඉසිය යුතුයි. ඉන්පසු බිත්තර කඩා පිටතට විසිරී නොයන සේ පරිස්සමට ගල් පතුර මත බුල්සයි එකක ආකාරයෙන් දැමිය යුතුයි. ඉන්පසු උඩට ලුණු කුඩු ස්වල්පයක් ඉස ගත යුතුයි. මේ ක්‍රමයට බිත්තර ඉදෙන්න ටිකක් වැඩි වේලාවක් ගත වෙනවා. නමුත් රසය නම් කිසිම දිනෙක අමතක නොවෙන ආකාරයේ එකක් වේවි.

අලුත්ම විදියකට තම්බන අර්තාපල්

මේය අර්තාපල් තම්බන තවත් අලුත් ක්‍රමයක්. අර්තාපල් විතරක් නෙවෙයි, කැලෙන් අපිට සොයාගත හැකි වෙනත් ඕනෑම අල වර්ගයක් වුනත් මේ ක්‍රමයට තම්බා ගන්න පුළුවන්. මේ සඳහා ගමන යන විට ඇලුමිනියම් ෆොයිල් කොලයක් රැගෙන යා යුතු වෙනවා. ඇලුමිනියම් ෆොයිල් කොල සුපිරි වෙළෙඳසැල්වලින් හෝ හාඩ්වෙයාර් එකකින් ලබාගත හැකියි. රාත්‍රියේදී දැනෙන සීතල හා පාළුව මගහරවන්න සාදන ගිනිමැලය තමයි මේ වැඩේටත් යොදා ගන්නෙ.

මුලින්ම අර්තාපල් ගෙන හොඳින් සෝදාගත යුතුයි. කඳු මුදුනේ හෝ කඳවුරු බැඳි ස්ථානයේ ජලය සීමිතයිනම් මෙවැනි සේදුම් කටයුතු ගමනට පෙර කරගැනීම වඩා යෝග්‍යයි. පිරිසිදු කරගත් අර්තාපල් වල පොත්ත ඉවත් නොකල යුතුයි. (පොත්ත ඉවත් කිරීමෙහිද වරදක් නැත .) ඉන් පසුව ඉරටුවක් හෝ එවැනි ආකාරයේ සිහින් තුඩක් යොදාගෙන කිහිප තැනකින් අර්තාපල් ගෙඩිය සිදුරු කළයුතුයි. දැන් මෙලෙස සිදුරු කරගත් අර්තාපල් ලුණු වතුරෙහි මිනිත්තු කිහිපයක් බහාලිය යුතුයි. දැන් මෙම අර්තාපල් ගෙඩිය ගෙන ඇලුමිනියම් ෆොයිල් කොල කැබැල්ලක් මත තබා ෆොයිල් කොලය මගින් අර්තාපල් ගෙඩිය

සම්පූර්ණයෙන් ආවරණය වන සේ එතිය යුතුයි. අර්තාපල් ගෙඩිය සමඟ ම කැබලි ලෙස කැපූ අන්නාසි, ඇපල් වැනි පළතුරු කැබලි කිහිපයක්ද තැබිය හැකියි.

දැන් මෙලෙස ෆොයිල් කොලවල ඔතා සකස් කරගත් අර්තාපල් ගිනිමැලයේ අඟුරු මත හොඳින් පිළිස්සෙන්නට හැරිය යුතුයි. වරින් වර පැති පෙරළමින් එය පිළිස්සෙන්නට හැරීම වැදගත්. මිනිත්තු 15 කට පමණ පසු එය අඟුරු මතින් ඉවතට ගෙන හොඳින් නිවෙන්නට හැරිය යුතුයි. නිවුණු පසු එය දිගහැර වෙනස්ම ලෙසකට තැම්බී තිබෙන අර්තාපල් වල රසය භුක්තිවිඳිය හැකියි.

රොටි කබලක් නැතුව රොටි පුච්චමු

මේ සඳහා ක්‍රම දෙකක් අනුගමනය කළ හැකිය. ඔබ පැතලි, රොටී කබලකට සමාන ගල් පතුරක් සොයා ගත යුතු (ගල් පතුරේ කෑලි නොගැළවෙන බවට සනාථ කර ගන්න). ඔබ ගත් මෙම ගල් පතුර ගිනි අඟුරු උඩ තබා පැයක් පමණ හොඳින් රත් වෙන්නට හරින්න. රොටී මිශ්‍රණය පිළියෙල කරගෙන මෙම රතු නුගත් දැකීම මත තබා රොටී පූලුස්සා ගත හැක. මෙම ක්‍රමයට රොටී පිලිස්සීමේදී වැඩි කාලයක් ගත වුවුද එහි රසය ඉතා වැඩියි.

තවත් ක්‍රමයක් නම් පහත රූපයේ දැක්වෙන ආකාරයට ආධාරකයක් සකස් කර රොටී තීරු ලෙස ගෙන අදාළ අධාරක මත එල්ලා ගිනි අඟුරුවලට ඉහළින් තබා පුළුස්සා ගැනීමයි.

ජම්බෝල ගෙඩියේ බත්

කඳවුරකදී සරල කෙටි කෑමට අමතරව ශ්‍රී ලාංකිකයෙකු වශයෙන් අපිට අත්‍යවශ්‍යම ආහාරයක් වන බත්ද පිස ගත හැක. මේ සඳහා ඔබට තරමක් විශාල ජම්බෝල ගෙඩියක් අවශ්‍ය වේ. පළමුව ජම්බෝල ගෙඩියේ අඟලක පමණ ක්‍රමයකින් යුතු පියස්සක් ඉවත්කර, ජම්බල ගෙඩියේ මදය ඉවත්කරගත යුතුයි. ඉන්පසුව ගෙඩිය හොඳින් සෝදා ගෙන පිරිසුදු කර ගත් හාල්, වතුර ප්‍රමාණයක් සමග ජම්බෝල ගෙඩිය තුළට දැමිය යුතුයි. ඉන් පසුව කලින් ජම්බෝල ගෙඩියෙන් කපාගත් පියස්සෙන් වසා නොගැලවෙන සේ ඉරටු වලින් සවි කරගත යුතුයි. මෙසේ සකස් කරන ලද ජම්බෝල ගෙඩිය අඟුරු ගොඩේ යට පැයක් පමණ තිබෙන්නට හැර බත් පිළියෙල කරගත හැක. මෙහිදී අඟුරු ගොඩ සකස් කිරීමේදී අඩියක පමණ වලක් සාදා එම වළ තුළට පොල්කටු, දර අඟුරු දමා අඟුරු ගොඩ සකස් කිරීම මගින් අඟුරු වල රශ්මිය වැඩි වේලාවක් පවත්වා ගත හැකිය.

උණ බම්බු බුරියානි

කඳවුරේ ඒ සියලු දෙනා සමඟ එකතුවී රසවිඳිය හැකි ආහාරයක් ලෙස බුරියානි හැඳින්විය හැකිය. නමුත් ඔබ සිතනවා ඇති කඳවුරකදී භාජන රහිතව මෙසේ බුරියානි සකස් කර

ගන්නේ කෙසේද යන්න වග. මේ සඳහා ඔබට පළමුව අඟල් 4 ක පමණ විශ්කම්භයකින් යුතු උණ බම්බු කිහිපයක් (එක පැත්තක් සිදුර තිබෙන ලෙසත් අනෙක් පැත්ත සිදුර ඉවත් කර) කැන්ද කොල කිහිපයක්, බුරියානි සාදා ගැනීමට අවශ්‍ය හාල්, කුකුල් මස්, තෙල්, බී ළූණු, සුදුළූණු, තුනපහ, ලුණු, කහ, තක්කලි, අමුමිරිස්, බුරියානි මිශ්‍රණය සහ මුදවපු කිරි හෝ යෝගට් ආදියයි.

පළමුව බුරියානි මිශ්‍රණය සකස් කර ගත යුතුයි. කඳවුරු භාජනයක් ගිනි අඟුරු මත තබා ගන්න.(මේ සඳහා ඔබට තාවකාලික ලිපක්ද සාදාගත හැකිය). මෙයට තෙල් අවශ්‍ය පරිදි යොදා එයට බී ළූණු සුදුළූණු දමා තෙම්පරාදු කර පොඩිවට කපාගත් කුකුල් මස් එකතු කරගන්න. අවශ්‍ය පරිදි තුනපහ, ලුණු, කහ සහ බුරියානි මිශ්‍රණය එකතු කර ඉදෙන්නට හරින්න. අවසානයේ මුදවපු කිරි එකතු කර ගන්න.

දැන් බුරියානි සකස් කරමු. සෝදා පිරිසුදු කර ගත් සහල්වලට මෙම මිශ්‍රණය එකතු කර කලවම් කරන්න. සෝදාගත් උණ බම්බු තුළට සහල් සමඟ කලවම් කළ මෙම මිශ්‍රණය උණ බම්බුවේ හතරෙන් තුනක් පිරෙන සේ ඇතුළත් කරන්න. ඉන්පසු හාල් තැම්බීමට වතුර ස්වල්පයක් ද දමන්න. දැන් කැන්ද කොළ ගෙන එකට එකතු කර බෝලයක් සේ සාදා උණ බම්බුවේ සිදුර හොඳින් හිර කරගන්න. මෙසේ සකස් කරන ලද උණ බම්බු, ගිනි අඟුරු මත තබා කරකවමින් උණ බම්බුව පිච්චීමට නොදී පැයක් පමණ හොඳින් පුළුස්සා ගන්න. උණ බම්බුවක් ගලවා එහි බත් ඉදී ඇත්ද බලන්න. දැන් ඔබගේ රසවත් උණ බම්බු බුරියානිය දැන් පිළියෙල වී ඇත.

08. කඳවුරු සංචරණයේ ආචාර ධර්ම

Leave No Trace Principle

"Leave No Trace Foundation" යනු ලාභ නොලබන සංවිධානයක් වන අතර එය කඳවුරු බැඳීමට යන සංචාරකයින්ට සහ පරිසර සංචාරකයින් සඳහා සාරධර්ම හා නිර්දේශිත ආචාර ධර්ම මාලාවක් සකස් කර ඇත. බොහෝ කඳවුරු සංචාරකයින් එකඟ වන්නේ ඔබ " ඔබගේ ගමන් පිළිබඳ කිසිදු හෝඩුවාවක් ඉතිරි නොකළ යුතු බවත් ඔබ ගෙන ගියෙ දේ ගෙන ආයුතු " බවත් ය. ඔබගේ සංචරණය මගින් කිසිදු හෝඩුවාවක් නොතබන්න. මූලික මූලධර්මවලට ඇතුළත් වන්නේය.

8.1. සැලසුම් කර සූදානම් වන්න

චාරිකාව ඉතා සැලසුම් සහගතව සකස් කිරීමෙන් සංචාරකයින්ට ආරක්ෂිතව හා විනෝදයෙන් චාරිකා ඉලක්ක සපුරා ගැනීමට උපකාරී වන අතරම එකවරම භූමියට සිදුවන හානිය අවම කරයි.

- ඔබ සංචාරය කරන ප්‍රදේශය සඳහා වන රෙගුලාසි සහ විශේෂ අවශ්‍යතා දැන ගන්න.
- කාලගුණය, උපද්‍රව සහ හදිසි අවස්ථා සඳහා සූදානම් වන්න.
- වැඩිපුරම සංචාරණය කරන වේලාවන් වළක්වා ගැනීම සඳහා ඔබේ ගමන සකස්කර ගන්න.
- හැකි සෑම විටම කුඩා කණ්ඩායම් වශයෙන් සැලසුම් කරන්න. විශාල කණ්ඩායම් කුඩා කණ්ඩායම්වලට බෙදීම සලකා බලන්න.

- අපද්‍රව්‍ය අවම කිරීම සඳහා ආහාර නැවත ඇසුරුම් කරන්න.
- සලකුණු තීන්ත, පාෂාණ සලකුණු කිරීම නොකර සිටීම සඳහා සිතියමක් සහ මාලිමා යන්ත්‍රයක් භාවිතා කරන්න.

8.2. කඳවුරු බැඳීම සඳහා ඔරොත්තු දෙන ප්‍රදේශයක් තෝරාගන්න.

ඔබේ වටපිටාව ගවේෂණය කරන විට සහ ඔබේ විනෝද චාරිකා හෝ රාත්‍රී කඳවුරක් සැකසීමේදී, ඔරොත්තු දෙන ආකාරයේ භූමි ප්‍රදේශ සොයා ගන්න.

- හැකි සෑම විටම නිවැරදි සහ දැනට පවත්නා මංපෙත් පමණක් භාවිත කරන්න. (මංපෙත් ඔස්සේ ගමන් කිරීමෙන් බහුවිධ මාර්ග සංවර්ධනය වීමට හා භූ දර්ශනය කැළැල් වීමට ඇති ඉඩකඩ අඩු කරයි)
- දුර්වල ලෙස තෝරාගත් බොහෝ මාර්ගවලට වඩා හොඳින් සැලසුම් කරන ලද එක් මාර්ගයක් තිබීම හොඳය. හැකි සෑම විටම මාර්ග භාවිතය නිර්දේශ කෙරේ.
- මංපෙත් ගමන්මග අතරතුර විවේකයක් ගන්නේ නම් සංචාරකයින් වෙනත් කඳු නගින්නන්ට ඉඩ ලබා දිය යුතුය. විවේක සඳහා මාර්ගයෙන් බැහැරව යාමට තීරණය කරන්නේ නම්, මාර්ගයෙන් බැහැර ගමන් කිරීමේ මූලධර්ම අනුගමනය කළ යුතුය.
- මංපෙත් ගමනේදී හා කඳු නැගීමේදී සන්නිවේදනය කිරීමට කෑ ගැසීමෙන් වළකින්න.

- කඳවුරු බිම් ලෙස වෙන්කර ඇති කඳවුරු බිම් භාවිතය පිළිබඳ අවධානය යොමු කරන්න.
- විල් හා ඇළ දොළවලින් අවම වශයෙන් අඩි 200 වත් ඈතින් කඳවුරු බැඳගන්න.
- කඳවුරු බිම් කුඩා ලෙස තබා ගන්න.
- කඳවුරු ක්‍රියාකාරම් සඳහා වෘක්ෂලතා ආදිය නොමැති ප්‍රදේශ තෝරාගන්න.

8.3. අපද්‍රව්‍ය නිසි ලෙස බැහැර කරන්න.

මිනිස් අපද්‍රව්‍ය - ජල ප්‍රභව දූෂණය වීම වළක්වා ගැනීමට, වෙනත් අයෙකු එය සොයා ගැනීමෙන් ඇතිවන රිණාත්මක බලපෑම් වළක්වා ගැනීමටත්, රෝග පැතිරීමේ හැකියාව අවම කිරීම සහ දිරාපත්වීමේ වේගය උපරිම කිරීම සඳහාත් මිනිස් අපද්‍රව්‍ය නිසි ලෙස බැහැර කිරීම වැදගත් වේ. මිනිස් මළ මූත්‍ර නිවැරදිව භූගත කිරීම මෙම නිර්ණායක සපුරාලීම සඳහා වඩාත් ඵලදායී ක්‍රමය වේ. මිනිස් අපද්‍රව්‍ය අවම වශයෙන් අඟල් 6 සිට 8 දක්වා ගැඹුරට භාරා, අවම වශයෙන් අඩි 200 ක් වත් ජලය හා කඳවුර සහ මංපෙත් වලට දුරින් තැන්පත් කරන්න.

බළල් සිදුරු ක්‍රමය (Cat Hole System)

බළල් සිදුරුක්‍රමය යනු අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීමේ වඩාත් පිළිගත් ක්‍රමයයි. ජලය, මංපෙත් සහ කඳවුරෙන් අවම වශයෙන් අඩි 200 ක් වත් ඈතින් වෙනත් පුද්ගලයින්ට ඇවිදීමට හෝ කඳවුරු බැඳීමට අපහසු නොපෙනෙන ස්ථානයක් තෝරන්න. ඉන්පසු අඟල් 6-8 ක් ගැඹුර සහ

අඟල් 4-6 ක විෂ්කම්භයක් සහිත වළක් හාරා ශරීර කෘත්‍ය සිදුකරන්න. පසුව ස්වාභාවික ද්‍රව්‍ය (පස්) යොදා බළල් කුහරය වැසීම කළ යුතුය. එක් රාත්‍රියකට වඩා වැඩි කාලයක් එම ප්‍රදේශයේ කඳවුරු බැඳගෙන සිටී නම් හෝ විශාල පිරිසක් සමඟ කඳවුරු බැඳ ගන්නේ නම් බළලුන්ගේ සිදුරු බහුලව විසුරුවා හැරිය යුතුය. එකම ස්ථානයට දෙවරක් නොයන්න. ගැඹුරු කාබනික පස සහිත ප්‍රදේශයක් සොයා ගැනීමට උත්සාහ කරන්න. (මෙම කාබනික ද්‍රව්‍ය මළ මූත්‍ර දිරාපත් වීමට උපකාරී වන ජීවීන් අඩංගු වේ.)

වැසිකිළි සෑදීම

බොහෝ අවස්ථාවන් සඳහා බළලුන්ගේ සිදුරු ක්‍රමය නිර්දේශ කර ඇතත්, කුඩා දරුවන් සමඟ කඳවුරු බැඳීම හෝ රාත්‍රී කිහිපයකට වඩා වැඩි කාලයක් එක් කඳවුරක රැඳී සිටීමේදී වැසිකිළි වඩාත් අදාළ විය හැකි අවස්ථා තිබේ.

බළල් සිදුරක් සොයා ගැනීම සඳහා මෙන්ම වැසිකිළි ස්ථානයක් තෝරා ගැනීම සඳහා සමාන නිර්ණායක භාවිතා කරන්න. මෙම මළ මූත්‍ර සාන්ද්‍රණය ඉතා සෙමින් දිරාපත් වන බැවින් පිහිටීම විශේෂයෙන් වැදගත් වේ. දිරාපත් වීම වේගවත් කිරීම සහ ගන්ධය අඩු කිරීම සඳහා හොඳ ක්‍රමයක් වන්නේ එක් එක් භාවිතයෙන් පසු පස් ටිකක් එම වලට දැමීමයි.

ටොයිලට් පේපර් (Toilet Papers)

වැසිකිළි කඩදාසි අරපිරිමැස්මෙන් භාවිතා කරන්න. සරල, සුදු, සුවඳ විලවුන් නොවන වෙළඳ නාම පමණක් භාවිතා කරන්න. වැසිකිළි කඩදාසි නිසි ලෙස බැහැර කළ යුතුය. එය හොඳින් බළල් වළක වළලා හෝ ප්ලාස්ටික් බෑග්වල දමා ඇසුරුම් කළ යුතුය. මීට අමතරව ස්වාභාවික වැසිකිළි කඩදාසි බොහෝ කඳවුරු භටයන් විසින් වසර ගණනාවක් තිස්සේ භාවිතා කර ඇත. නිවැරදිව සිදු කළ විට, මෙම ක්‍රමය සාමාන්‍ය වැසිකිළි කඩදාසි මෙන් සනීපාරක්ෂක වේ. ස්වාභාවික වැසිකිළි කඩදාසිවල ජනප්‍රිය වර්ග අතර වෘක්ෂලතාදිය සහ හිම ඇතුළත් වේ.

වැසිකිළි කඩදාසි ප්ලාස්ටික් බෑග්වල දමා කුණු කූඩයට දැමීම කාන්තාර පරිසරයක කිසිදු හෝඩුවාවක් ඉතිරි නොකිරීමට හොඳම ක්‍රමයයි. වැසිකිළි කඩදාසි පුළුස්සා නොගත යුතුය.

සනීපාරක්ෂක තුවා

සනීපාරක්ෂක තුවා නිසි ලෙස බැහැර කිරීම සඳහා ඒවා ප්ලාස්ටික් බෑග්වල දමා ඇසුරුම් කිරීම අවශ්‍ය වේ. ඒවා පහසුවෙන් දිරාපත් නොවන නිසා සහ සතුන්ට ඒවා හාරා ගත හැකි නිසා ඒවා භූමදාන නොකරන්න. ඒවා සම්පූර්ණයෙන්ම පුළුස්සා දැමීමට ඉතා උණුසුම්, දැඩි ගින්නක් අවශ්‍ය වේ. කඳවුරු ගිනි ප්‍රමාණවත් විසඳුමක් නොවේ.

මූත්‍රා බැහැරකිරීම

වෘක්ෂලතාදිය හෝ පස කෙරෙහි මුතාවලින් සෘජු බලපෑමක් නැත. සමහර අවස්ථා වලදී, මුත්‍ර මගින් ලවණ වෙත ආකර්ෂණය වන වන ජීවීන් ඇද ගත හැකිය. ඒවාට ශාක අපවිත්‍ර කර පස හෑරීමට හැකිය. පාෂාණ, පයින් සහ බොරළු මත මුත්‍රා කිරීම වන සතුන් ආකර්ෂණය කර ගැනීමට ඇති ඉඩකඩ අඩුය. ජලය සමග මුත්‍රා තනුක කිරීමෙන් බලපෑම් අවම කර ගත හැකිය.

අප ජලය බැහැර කිරීම

පිඟන් සේදීම සඳහා සහ ජලය එකතු කිරීම සඳහා පිරිසිදු බඳුනක් හෝ වෙනත් බහාලුමක් භාවිතා කර ජල ප්‍රභවයන්ගෙන් අවම වශයෙන් අඩි 200 ක් වත් ඈත ස්ථානයකට රැගෙන ගොස් සිදු කරන්න. සබන්, එය දිරාපත් වන විට පවා, විල් සහ ඇළ දොළවල ජලයේ ගුණාත්මක භාවයට බලපායි. එබැවින් එහි භාවිතය අවම කරන්න.

අනෙකුත් අපද්‍රවය

ආහාර පිසිනවිට ඉවත්කරන අපද්‍රවය නිසි ලෙස කලමණාකරනය කරන්න. අඩක් පුළුස්සා දැමූ හෝ වළලනු ලබන කසළ තවමත් සතුන් ආකර්ෂණය කරවන අතර එවා පුළුස්සා අවසන් වෙන තෙක් රැඳී සිටින්න. පිළිස්සී ඉතිරි වූ අළු වලකට දමා වසන්න. එසේ නැතහොත් ප්ලාස්ටික් කවර රැගෙන ගොස් අපද්‍රව්‍ය ඒවායෙහි දමා නැවත රැගෙන එන්න.

8.4 කඳවුරු ගිනි බලපෑම් අවම කරන්න

කඳවුරු ගිනිමැල කාලානුරූපව කඳවුරු බැඳීමේ චාරිත්‍රයක් වන අතර, ඒවා වඩාත් විනාශකාරී එකක්ද විය හැකිය. වඩා හොඳ තේරීම් අතර ආහාර පිසීම සඳහා සැහැල්ලු උදුනක් සහ ආලෝකය සඳහා ඉටිපන්දම් පහන් ද භාවිත කල හැක.

- ගින්නට අවසර ඇති විට, ස්ථාපිත ගිනිමැල ඒකක, ගිනි තබන උදුනක් හෝ පස් කන්දක් භාවිතා කරන්න.
- ගින්න කුඩා ලෙස තබා ගන්න. අතින් කැඩිය හැකි බිමින් ඇසිලිය හැකි දර පමණක් භාවිතා කරන්න.
- ගින්නක් ඇති කිරීම සඳහා හොඳම ස්ථානය වන්නේ හොඳින් ස්ථානගත කර ඇති කඳවුරු භූමියක පවතින ගිනි වළල්ල තුළ ය. ගින්න කුඩා හා දැවෙන ලෙස තබා ගන්න ඔබ එය භාවිතා කරන කාලය සඳහා පමණි. අළු සම්පූර්ණයෙන්ම දැව දැවීමට ඉඩ දෙන්න. ජලය දමා ගින්න නිවා දමන්න .
- උදුන හෝ ගිනි භාවිතා කිරීමේදී යෞවනයන් සඳහා ප්‍රමාණවත් අධීක්ෂණයක් ලබා දීම.
- උදුන සඳහා සියලුම නිෂ්පාදන සහ ආරක්ෂිත ලේබල අනුගමනය කරන්න.
- ඉන්ධන සඳහා අනුමත බහාලුම් භාවිතා කරන්න.
- දැව සහ අනෙකුත් ඉන්ධන ප්‍රභවයන් ගින්නෙන් ඈත් කර තබන්න.
- සියලු ගින්න හොඳින් නිවා දමන්න.

8.5 කිසිදු දෙයක් වනාන්තරය තුලින් රැගෙන නොයන්න

" පින්තූර පමණක් රැගෙන එන්න. අඩිපාර පමණක් තබා එන්න. " යන කියමන තවමත් පවතී. නමුත් අඩිපාර අඩුවෙන් තැබීම ඊටත් වඩා හොඳය.

- සංස්කෘතික හෝ ඓතිහාසික ව්‍යුහයන් සහ කෞතුක වස්තු පරීක්ෂා කරන්න. නමුත් ස්පර්ශ නොකරන්න.
- පාෂාණ, ශාක සහ වෙනත් ස්වාභාවික වස්තූන් ඔබ සොයා ගත් විට එහි දමා එන්න.
- දේශීය නොවන විශේෂ හඳුන්වා දීම හෝ ප්‍රවාහනය කිරීමෙන් වළකින්න.
- වනාන්තරයට කිසිදු වෙනස්මකම් නොකරන්න.
- ගස්වල නම් කෙටීම, පොතු ගැලවීම හා කුඩාරම ඉදිකිරීමට ගස් හා අතු කැපීමෙන් වලකින්න.

8.6 වනජීවීන්ට ගරු කරන්න

නිහඬව නිරීක්ෂණයක් තුළින් වන සතුන් ගැන ඉගෙන ගන්න. " වඩා හොඳ පෙනුමක් " සඳහා වනජීවීන්ට හෝ ශාකවලට බාධා නොකරන්න. වන ජීවීන් දුර සිට නිරීක්ෂණය කරන්න. එවිට ඔවුන් බිය නොවී පලා යාමට බල නොකෙරේ. විශාල කණ්ඩායම් බොහෝ විට පරිසරයට වැඩි හානියක් සිදු කරන අතර වන ජීවීන්ට බාධා ඇති කළ හැකි බැවින් ඔබේ කණ්ඩායම කුඩා ලෙස තබා ගන්න. ඔබට විශාල කණ්ඩායමක් සිටී නම්, හැකි නම් කුඩා කණ්ඩායම්වලට බෙදන්න.

ඉක්මන් චලනයන් සහ ඝෝෂාකාරී ශබ්දය සතුන්ට ආතතිය ගෙන දේ. නිශ්ශබ්දව සංචාරය කරන්න. සතුන් පසුපස හඹා නොයන්න. පෝෂණය කිරීම හෝ බල කිරීම නොකරන්න. උණුසුම් හෝ සීතල කාලගුණය තුළ කැළඹීම සතෙකුට දැඩි පරිසරයට ඔරොත්තු දීමේ හැකියාවට බලපායි. වන සතුන් ස්පර්ශ නොකරන්න. ළං නොවන්න. දැනට පවතින ජල ප්‍රභවයන්ගෙන් අඩි 200 ක් හෝ ඊට වැඩි දුරක කඳවුරු පිහිටා තිබිය යුතුය. මෙමඟින් වන ජීවීන්ට සිදුවන බාධා අවම වන අතර සතුන්ට ඔවුන්ගේ වටිනා පානීය ජලය ලබා ගත හැකි වනු ඇත. පරිසරය දූෂිත නොවන ලෙස සතුන් හා ජලජ ජීවීන්ට හානියක් නොවන පරිදි සේදීම සහ මිනිස් අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම ප්‍රවේශමෙන් කළ යුතුය. ආහාර සුරක්ෂිතව ගබඩා කිරීම සහ කසළ හා ආහාර සතුන්ගෙන් ඈත්කර තබන්න. ඔබ ඔවුන්ගේ නිවසට ආගන්තුකයෙකු බව මතක තබා ගන්න.

8.7 අනෙකුත් සංචාරකයින්ට බාදාවක් නොවන අයුරින් කටයුතු කරන්න

එළිමහන් ආචාර ධර්මවල වැදගත්ම අංගයක් වන්නේ අනෙකුත් අමුත්තන් කෙරෙහි ආචාරශීලීත්වය පවත්වා ගැනීමයි. එය සෑම කෙනෙකුටම ඔවුන්ගේ එළිමහන් අත්දැකීම් භුක්ති විඳීමට උපකාරී වේ. බොහෝ අය එළිමහනට පැමිණ සොබාදහමට සවන් දීමටය. අධික ශබ්දය, පාලනය කළ නොහැකි සුරතල් සතුන් සහ හානියට පත් වටපිටාව එළිමහනේ ඇති ස්වාභාවික ආකර්ෂණයෙන් අවමකරයි. කණ්ඩායම් ප්‍රමාණය කුඩා වන විට, සම්බන්ධතා සහ හැසිරීම බාධා

රහිත වන විට, විශේෂයෙන් විවෘත ප්‍රදේශවල හුදකලාව පිළිබඳ හැඟීම වැඩි දියුණු වේ. ඔබේ පෞද්ගලිකත්වය පිළිබඳ හැඟීම උපරිම කර ගැනීම සඳහා, නිවාඩු දිනවල සහ කාර්යබහුල සති අන්තවල සංචාරය කිරීමෙන් වළකින්න. ඔබේ අත්දැකීම් වෙනත් අයෙකු එළිමහනේ භුක්ති විඳින ආකාරය කෙරෙහි බලපාන්නේ කෙසේද යන්න හොඳින් සලකා බැලීමට වග බලා ගන්න.

ගමන් කරන ලද මාර්ගයෙන් ඔබ්බට පසකට වී විවේක ගන්න. කඳවුරේ ශබ්දය අඩු කරන්න. එවිට වෙනත් කඳවුරුවලට හෝ පසුකර යන අයට බාධා නොවන පරිදි වඩා දීප්තිමත් කූඩාරම සහ උපකරණ භාවිතයෙන් වලකින්න. විශේෂයෙන් විවෘත ස්වාභාවික ප්‍රදේශවල දිවා දීප්තිමත් කහ වැනි වර්ණ ජනාකීර්ණ හැඟීමකට දායක විය හැකිය. දෘශ්‍ය බලපෑම් අවම කිරීම සඳහා පෘථිවි තලයේ වර්ණ (එනම් දුඹුරු සහ හරිතයන්) සලකා බලන්න. සුරතල් සතුන් සෑම විටම පාලනය කර තබන්න.

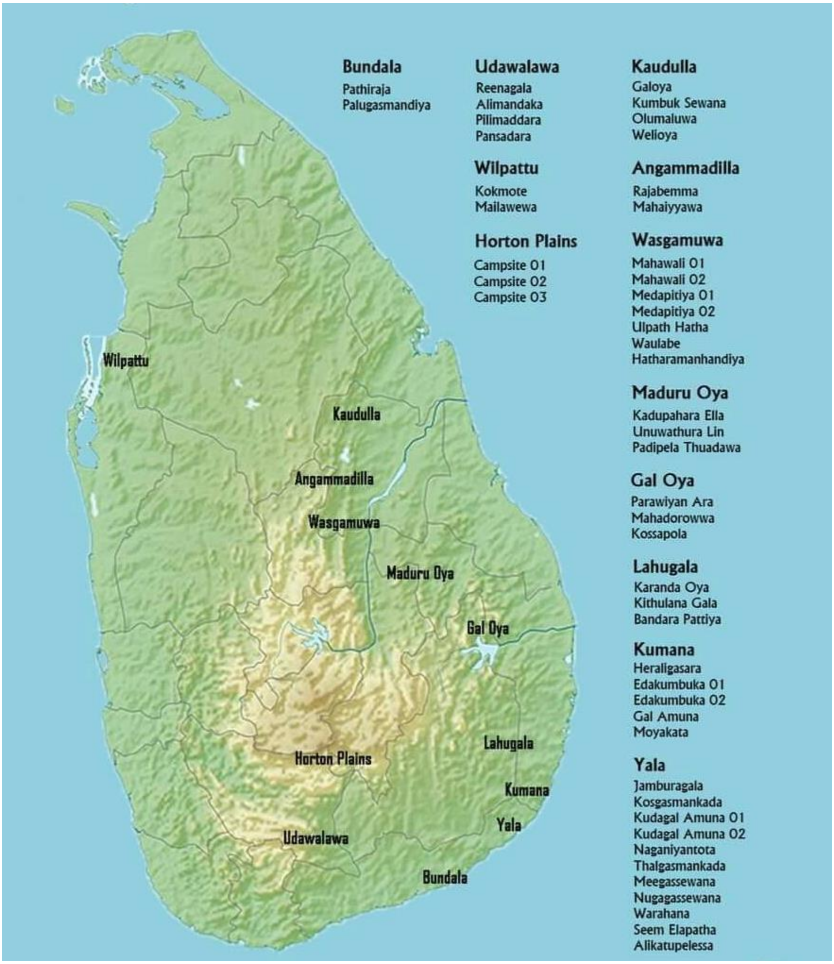
9. ශ්‍රී ලංකාවේ කඳවුරු සංචරණ ඉසව් (Camping in Sri Lanka)

නිවර්තන කලාපීය රටක් ලෙස ශ්‍රී ලංකාවේ කඳවුරු බැඳිමට සුදුසු ස්ථාන විශාල වශයෙන් පවතී. නමුත් වර්තමානය වන විට සංචාරකයන්ගේ නොමනා ක්‍රියා කලාපයන් නිසා මෙම ස්ථාන අපවිත්‍ර සහ දූෂණයට ලක් වෙමින් පවතී. විශේෂයෙන්ම බොහෝ කඳවුරු ස්ථාන පාරිසරික පද්ධති, වනාන්තර, උස් කඳු මුදුන්, ජලාශ්‍රිත පෝෂක ප්‍රදේශ, පාරම්පරික ගම්මාන හා මුහුද වෙරළ ආශ්‍රිතව පිහිටා ඇත. එම නිසා කඳවුරු සංචරණය මගින් පාරිසරික මෙන්ම සාමාජීය ගැටලු ද ඇති කරන බව නොරහසකි. එම නිසා සංචාරකයන් වගකීම් සහගත සංචරණ (responsible tourism) ක්‍රියාමාර්ග මගින් මෙම පාරිසරික පද්ධතිය රැක ගනිමින් කඳවුරු බැඳීම සිදු කළ හැක. මෙහි දක්වා ඇත්තේ වර්තමානය වන විට සංචාරකයන් අතර ඉතා ජනප්‍රිය කඳවුරු බැඳීමේ ස්ථාන වේ. එමෙන්ම ශ්‍රී ලංකාවේ කඳවුරු බැඳීමට ප්‍රථම පහත දේ පිළිබඳව පළමුව අධ්‍යයනය කර සංචරණය කරන්න.

වන සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවෙන් අදාළ ස්ථානය කඳවුරු බැඳීමට අවසර දී ඇත්ද යන වග බලා ගන්න. එසේ නොමැති නම් නිවරදි අවසරයක් සහිතව කඳවුරු පිටත්වෙන්න. එමෙන්ම වන සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුව සහ වනජීවී දෙපාර්තමේන්තුව අදාළ වෙබ් පිටුවල කඳවුරු සංචරණ ඉසව් සහ නවාතැන් පහසුකම් සහිත ස්ථාන හා ඒවා වෙන්කර වෙන්කර ගැනීමට අදාළ විස්තර ඇතුලත් කර ඇත. ඔබ සංචරණය කරන්නේ සති අන්තයෙන් හෝ නිවාඩු දවසක ඒ සඳහා කලින් දිනකදී වෙන් කර ගැනීම නුවණට හුරුය.

කෙසේ වෙතත් කඳවුරු බැඳීම සඳහා ඇතැම් ස්ථාන වෙත යාමට පෙර වන සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවේ නිසි අවසරයක් ලබාගත යුතු බැවින්, එම ස්ථාන වලට අවසර ගැනීමෙන් අනතුරුව ඇතුල් වීමට වග බලා ගන්න.

පහත සිතියමෙන් දැක්වෙන්නේ ශ්‍රී ලංකාවේ ජාතික වනෝද්‍යානයන් තුළ පිහිටි කඳවුරු බැඳීමේ ස්ථානයි .



9.1 මානිගල කන්ද - රිවස්ටන්, මාතලේ

මනිගල යනු නකල්ස් කඳු වැටියේ පිහිටි ජනප්‍රිය කඳු තරණයකි. එය ඉලුක්කුඹුරට යන මාර්ගයේ පිටවල පතන අසල පිහිටා ඇත. මනිගල කඳු නගින්නන්ගේ තෝතැන්නක් ලෙස ප්‍රචලිත වන අතර එය කඳවුරු බැඳීමේ ස්ථානයක් ලෙස සහ ඡායාරූපකරණය සඳහා ද ජනප්‍රිය ය. කඳු මුදුනට ඉහළින් කඳවුරු බැඳී ඇති ස්ථාන තිබේ. වර්තමානයේ මේ සඳහා වන සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවෙන් අවසර ගත යුතුය.

මානිගල කඳු නැගීමේ මාර්ගය නකල්ස් සංරක්ෂණ මධ්‍යස්ථානයේ සිට ඉලුක්කුඹුර දක්වා කඳු, තැනිතලා සහ වනෝද්‍යාන හරහා දිව යයි.

කඳු නගින්නන්ට සුන්දර රාත්‍රීන් ද ගම්මානයේ සිට ගමන ආරම්භ කළ හැකි අතර ගම හරහා ආරම්භක ස්ථානයට යාම මිල කළ නොහැකි වනු ඇත. සැබෑ ගම්බද ජීවිතයට යාබදව වී වගා බිම්, වගා බිම් සහ සියලුම ග්‍රාමීය සුන්දරත්වයන් දැකගත හැකිය.

සමහර අව්ව සහිත දිනවල දහවල් වන විට පරිසරය තරමක් උණුසුම් වන බැවින් උදේ පාන්දර ගමන් ආරම්භ කිරීම වඩාත් සුදුසුය. ඔබ මාර්ගය නොදන්නේ නම් මාර්ගෝපදේශකයෙකු සමඟ යාම සුදුසුය. ඔබේ මාර්ගෝපදේශකයා ලෙස ගම්වැසියෙකු පහසුවෙන් සොයාගත හැකිය.

තෙල්ගමු නිම්නය, ඇටන්වල ගම්මානය, පිටවල පතන, රිවර්ස්ටන්, තුන්හිස්ගල, දූවිලි ඇල්ල සහ වෙද්දා පෙනී ඇල්ල යන දර්ශනීය දර්ශන ග්‍රහණය කර ගැනීමට සංචාරකයින්ට හැකියාව ඇත

ඔබ මුදුනට පැමිණි පසු, ඔබ විස්මිත දසුනෙන් ඔබේ දැස් ඉවතට නොගනු ඇත. මානිගලහි තැනිතලා ප්‍රදේශය කඳුකරයේ යෝධ දර්ශන

නැරඹීම සඳහා සොබාදහම විසින්ම නිර්මාණය කරන ලද ස්වාභාවික වේදිකාවක් වැනි ය. සොබාදහමේ සුන්දරත්වය පිළිබඳ පුදුමය උපරිමය. මෙම ප්‍රදේශය විවිධ සමනලුන් සඳහා නිවහන වේ. රිවර්ස්ටන් කුළුණ සහ මුළු නකල්ස් ප්‍රදේශය නැරඹුම් කඳු දෙකෙන් නැරඹිය හැකිය. පැහැදිලි දිනයක දුරින් දූවිලි ඇල්ල දුරන් සිට දැක ගත හැකිය.

රත්නින්ද ගම්මානය අවට කඳුවුරු බිම්, විවේක නිවාසද ඉදිකර තිබේ. මානිගල කඳු නැගීම නකල්ස් කඳු වැටියෙන් ආරම්භ වන අතර වනාන්තර, කඳු සහ භූමි ප්‍රදේශ හරහා දිව යයි. මෙම වැඩිවීම මඟින් කුඹුරු සහ වගා බිම් ඇතුළු අවට ප්‍රදේශයේ විස්මිත දසුන් ලබා දේ. එය සාමාන්‍ය කඳු නගින්නෙකුට සුදුසු ඉහළ නැගීමක් වන අතර උදේ පාන්දරින්ම ආරම්භ කිරීම වඩාත් සුදුසුය.

9.2 ගොම්බානිය තරණය කිරිම

ගොම්බානිය යනු නකල්ස් කඳුකරයේ බටහිර මායිමට වන්නට තිබෙන කඳු පන්තියක් වන අතර උස අතින් ගත්තොත් නකල්ස් කඳු පන්තියේ තිබෙන උසම කන්ද (1920m) ලෙස මේ ගොම්බානියේ කඳු මුදුණ හඳුනාගත හැකිය. එමෙන්ම සංචාරයෙදි ගොම්බානිය කඳු පන්තියට මායිම් වන යකුන්ගෙ හෙළ ලෙස හදුන්වන ගැඹුරු නිම්නයත් ඒ හරහා ගලන කුඩා ඔයත් ඒ ආශ්‍රිතව තියන නකල්ස් කඳු පන්තියේ පරිවාර කඳු බොහෝ ගණනකුත් අපුරුවට දැකගත හැකිය. ගොම්බානිය කන්දේ උස ප්‍රමාණය නිසාම කඳු පන්තිය පුරාම දැකිය හැක්කේ තද සුළං, සීතලට හැඩ ගැහුණු ගස් වැල් හා කුඩා උණ

පඳුරු ය. මේ ඉහල සනත්වයෙන් යුතු යටි රෝපණය නිසාම මේ කඳු පන්තිය තරණය කිරිමේදි නිවැරදිම පාර අනුගමනය කිරිම හරිම වැදගත්. හැම තැනම තියෙන්නේ එකම විදිහේ ගස් වැල් නිසා පාර වැරදිම වගේම ගස් අයින් කරගෙන පාර හදාගන යන එකත් එක වගේ කරදරයක්.

ගොම්බානිය තරණය කළ හැකි ලෙහෙසිම පාර ලෙස අලකොල වත්ත හරහා ඇති මාර්ගය යි. පන්විල සිට හුළුගග නගරයට ගොස් එතැන් සිට තාර දැමූ පාරක අලකොල වත්තේ ප්‍රධාන ගෙට්ටුව අසළට යා හැකිය. (Rathnathena Upper Division) මෙතැන් සිට කඳු නැගීම ආරම්භ වේ.

රත්න තැන්නේ සිට නිරිත දිශාවට වන්නට ඇති ගොම්බානිය කඳු පන්තියේ තරමක අඩු ආනතියක් ඇති කොටසින් ගමන ආරම්භ කළ යුතුය. එතන් සිට කඳු පන්තියේ මුදුනත දිගේ සිට නිරිත දිශාවට එක දිගටම නැගිය යුතුය. මෙම කඳු මුදුනත දිගේ සිට තරමක පැහැදිලි මාර්ගයක් දැකගත හැකි වුවත් මාර්ගය අපැහැදිලි වීම බහුලව සිදුවිය හැකි හෙයින් ප්‍රවේශම් වීම වැදගත් ය.

මෙ මාර්ගයේ නැරඹුම් ස්ථාන (Viewpoints) කිහිපයක් දැකගත හැකිය. වැහි දිනවල මිහිදුමත් සමඟ සුළං අධික වන බැවින් පහළ දර්ශනයන් දැකීමට අපහසු විය හැක. නමුත් මිහිදුම නැති අවස්ථාවල දී එක් පසෙකින් හුළුඟග පන්විල දක්වාද රිවස්ටන් මානිගල සේම මහියන්ගනේ ද දැකිය හැකිය. ක්ෂණික කාලගුණික වෙනස් විම්, අධික සුළග සුළං තත්වයන්ට මුහුණ දීමට සූදානම් විය යුතුය. එමන්ම කඳවුරු ගැසීමට අවසර ගත යුතුය. සුළං මුවාව සහිත ස්ථානයක කඳවුරු ගසන්න. ඉතා සැහැල්ලු කඳවුරු ආම්පන්න රැගෙන යන්න.

වැදගත් තොරතුරු

- වර්තමානයේ ආරක්ෂක හේතූන් මත අලකොල වත්ත ඇතුලට බාහිර පුද්ගලයන් ඇතුල් කර නොගනී. එමනිසා අලකොල වත්ත පැත්තෙන් යා නොහැකි අයට කබරගල කිරිගල්පොත්ත ප්‍රදේශයෙන් ඇතුළු විය හැකිය.
- අලකොල Upper Division හරහා ගමන් මාර්ගය පිළිබඳ විස්තර ගත හැකිය.
- නකල්ස් රක්ෂිතය තුළට යනවිට අනිවාර්යෙන්ම වන සංරක්ෂන දෙපාර්තමේන්තුවෙන් අවසර ගත යුතුය.

9.3 තුන්හිස්ගල

නකල්ස් හි උසැති කඳු දහයෙන් සය වන තැනට ඇති තුන්හිස්ගල යනු අපූරුම හැඩයකින් යුතු කන්දකි. විටෙක එය සිරිපා මහගිරි දඹ ලෙස උස්ව ඉහළට එසවුණු කන්දක් ලෙස පෙනෙන අතර විටෙක තුන් හිසකින් ළඟා විය හැකි කන්දකි. “ තුන්හිස ” යනු කන්ද පැති 3 කින් යුතුව මධ්‍යගතව ඉහළට එසවීමයි. මෙම කන්ද පිහිටියේ දුම්බර වනපෙතේ ජනාවාසවලින් ඈත් වූ සහ වනපියසක් තුළය. එම නිසාම මෙහි ළඟා වීමට දවසක් පමණ වැය වෙන අතිශය දුෂ්කර ගමනක යෙදීමට සිදුවේ.

මහනුවර සිට වත්තේගම හරහා පන්විල පාරේ පැමිණෙන විට ගොම්බානියා, යකුන්ගෙ ගල, කිරිගල්පොත්ත, නකල්ස්, කන්දසාමිගල, හුන්නස්ගිරිය කන්ද, සෙල්වකන්ද වැනි දැවැන්ත කඳු පන්ති දැකගත හැකිය. තවද තවලිය වැටුණු ඇල්ල, හුළුගඟ ඇල්ල, සාරි ඇල්ල, ජෝඩු

ඇල්ල, රහස් ඇල්ල වැනි ඇලි රාශියක් මේ අවට පිහිටා ඇති බැවින් එහි සුන්දරත්වය ද කාටත් විඳිය හැකිය. පන්විල පාර අවසන් වනුයේ බඹරැල්ල යන ග්‍රාමයෙන් වුවද තව දුරටත් එම මාර්ගය ගෝමරය හරහා රංගල සහ තංගප්පුව ඔස්සේ තෙල්දෙණිය දක්වා දිව යයි. කෙසේ හෝ බඹරැල්ලට සේන්දු වීමට ප්‍රථම ලෙබනන් වතුයායට ගමන් කරන අතුරු මාර්ගය ඔබට වම් පසින් දැකිය හැකිය. තුන්හිස්ගල ගමන ඇරඹීමට නම් ඔබට මෙම ප්‍රදේශයේ අවසන් මිනිස් ජනාවාසය වන ලෙබනන් වතුයාය පසු කිරීමට සිදුවේ.

දුම්බර අඩවියේ සංවේදී පරිසර කුලය, තුන්හිස්ගල සිට ගොළුබානියා සහ දූවිලි ඇල්ල අතර විහිදී ඇති අතර අනෙක් පසින් තුන්හිස්ගල අලුගල් කන්ද සහ නකල්ස් කඳුවැටිය හරහා රත්නගිරිය තෙක් විහිදී ඇත. එම ඉසව් තුළ තවමත් මිනිස් පය නොතැබූ හිස්ව පවතින අතර එම ගමනාන්ත අතිශය දුෂ්කර හා මාළුස්සා ශාක, දෙබර කූඩු වැනි උපද්‍රවවලින් ප්‍රවේශම් විය යුතුය. තුන්හිස්ගල කන්දේ සිට ආසන්නතම ගම් වනුයේ මීමුරේ සහ ලෙබනන් වත්ත වේ. නමුත් ඒ සඳහා ද කන්දේ සිට කි.මී 10 කට වැඩි දුරක් පවතියි. කෙසේ නමුත් තුන්හිස්ගල එක් පැත්තක් මහනුවරටත් අනෙක අනෙක් පසින් මාතලේටත් අයිතිය.

KMP වාඩිය

නක්ල්ස් යනු ලංකාවේ සුන්දර වනාන්තර පරිසරයක්. මේ නක්ල්ස් වනයේ තියෙන සුන්දර දිය ඇලි, කඳුවැටි, ගම්මාන සොයා යන අය අතර KMP වාඩිය බොහොම ප්‍රසිද්ධ තැනක්. කේ එම් පී ලෙස හඳුන්වන්නේ කෝනාර මුදියන්සේලාගේ පියදාස යන නමයි. මොහු

කේ එම් පී වාඩිය කලින් අයත් වූ මුදලාලි මහත්ත යය. මෙය අතීතයේ එනසල් වගාව සඳහා ඉදිකෙරුණු වාඩියක්.

KMP වාඩිය යනු දුම්බර වනපෙත තුළ සංචරණයේ දී බොහෝ වැදගත් ස්ථානයකි. මන්ද බඹරැල්ලේ සිට රැහැන කෙටු පතන හරහා මීමුරේට යාමට නම් වාඩිය හරහා යා යුතු අතර දූවිලි ඇල්ලට ද KMP සිට යා හැකි බැවිනි. කෙටියෙන් කිවහොත් බඹරැල්ලේ සිට මීමුරේ නාරංගමුව, රණමුරේ, වල්පොළමුල්ල, රඹුක් ඔළුව ආදි ගම්මානවලට යා හැකි දුෂ්කර මාර්ගයේ ප්‍රධාන මංසන්ධිය KMP වාඩියයි. මෙම KMP වාඩිය සේම සම්පූර්ණ නටබුන් වූ හේමචන්ද්‍ර වාඩිය හා තවත් වාඩි කිහිපයක් මෙම ඉසව්වේ සහ රැහැන කෙටු පතන ආශ්‍රිතව පවතියි. කෙසේ නමුත් KMP වාඩිය යනු කාමර 5 ක්, මුළුතැන්ගෙයක්, සාලයක් සහිත විශාල නිවසක් බඳු වාඩියකි.

තුන්හිස්ගල එක් කඳුවැටිය කෙළවර මීටර 4 ක් පමණ උසැති ශාක ව්‍යාප්තියක් තිබුණ ද සුළු ගමනකින් විවෘත ප්‍රදේශයකට ලගාවිය හැකිය. මෙහි එක් පසෙක දැවැන්ත ප්‍රපාතය වූ අතර අනෙක් පස මහ කැලයේ පලමක් විය. මෙතැන් සිට මීටර් 500 ක් පමණ කඳුමුදුනට වන්නට පිහිටි දුර තුළ ඇත්තේ කුරු / පිග්මී ශාක ව්‍යාප්තියයි.

මෙම ගමනේදී කඳවුරු බැඳීම මූලික නවාතන්පල වේ. ඒ සඳහා සූදානම්ව යන්න. ගිනි ඇවිලීම අවම කිරීමට කුඩා ගෑස් උදුන් භාවිතා කරන්න.

තුන්හිස්ගල පෙරගමන්

- වතුර ලීටර් 2 ක් වත් එක් පුද්ගලයෙක් රැගෙන ගන්න. (වැසි කාලයේදී නම් වතුර සොයාගැනීම අපහසු නොවේ)
- ඉතා විශාල කණ්ඩායම් වශයෙන් නොයන්න. (To avoid Tramping)
- කූඩැල්ලන්ගෙන් ආරක්ෂාවීමට සබන් , ලුණු භාවිතා කරන්න.
- ප්ලාස්ටික් අයිතම රැගෙන නොයන්න. (අවම කරන්න) ඔබ ගත් සියල්ල නැවත ගෙන ඒමට වග බලා ගන්න.
- වන ජීවීන්ට බාධා නොකරන්න.
- ගින්දර සඳහා දර වෙනුවට අත් ගෑස් උපකරණ භාවිතා කරන්න.
- කුඩා කූඩාරමක් රැගෙන යන්න.
- මල අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම සඳහා බළල් සිදුරු ක්‍රමය භාවිතා කරන්න. (Cat hole system)
- ඔබ මීට පෙර KMP වෙත ගමන් කර නොමැති නම් මාර්ගෝපදේශයක් අවශ්‍ය වේ.
- කාලගුණය ගැන විමසිල්ලෙන් සිටින්න. (වැස්ස නම් ගමන දුෂ්කර වේ)
- ලෙබනන් වතුයායේ සිට KMP වාඩිය දක්වා එහි කිලෝමීටර 6 කි.
- KMP වාඩිය සිට තුන්හිස්ගල වෙත කි.මී 2.25 ක් පමණ වේ.
- පෙබරවාරි සිට මාර්තු දක්වා සුදුසුම කාලය වන නමුත් අගෝස්තු ද හොඳයි.
- KMP වාඩියේ සිට මාර්ගයෙන් අතු බෙදී යන මාර්ග කිහිපයක් ඇති බැවින් එය පළමු වරට ව්‍යාකූල වනු ඇත.

- වගකීම් විරහිත කඳු නගින්නන් විසින් ප්ලාස්ටික් පොලිතීන් යනාදිය අතහැර දමා ඇත. ඒවාද රැගෙන පරසරය රැකගනිමින් නැවත පැමිනෙන්න.
- වාඩියෙහි සිටින පුද්ගලයින්ට බොහෝ දේ නොමැති බැවින් ඔබට තෑගි ලෙස භූමිතෙල්, පන්දම් බැටරි ටිකක් ඔවුන් සඳහා රැගෙන යා හැකිය.

9.4 යහන්ගල

නකල්ස් වර්තමානයේ බොහෝ ලෙස දෙස් විදෙස් සංචාරකයන් අතර වැඩි කතා බහට ලක් වූයේ මී මුරේ නම් ගම්මානය නිසාය. තවද ලංකාවේ සුවිශේෂී කන්දක් වන ලකේගල පිහිටීම ද ඊට ඉවහල් වුණි. එවැනිම තවත් සුවිශේෂ කන්දක් නකල්ස් ගිනිකොණ දෙසට වන්නට පිහිටා ඇති අතර එය " යහන්ගල " නම් වේ. ගලේ බණ්ඩාර දෙවියන් වැඩ සිටි කන්ද ලෙස ප්‍රදේශයේ ජනප්‍රවාදයක් පවතින අතර යහන්ගල අරුත ලැබීමට රාවණා රජුගේ දේහය මෙම පර්වතය තුළ තැන්පත් කොට ඇති බවත් ඉවහල් වේ.

ස්වභාව ධර්මයේ අරුම පුදුම කඳු වන මෙම යහන්ගල සහ බෝගවන්තලාවේ හරිත කන්ද යනු කන්දක උඩ පිහිටි කන්දක් ලෙස දැකිය හැකි කඳු වේ. ප්‍රාදේශීය සභාව මගින් යහන්ගල සංචරණ ස්ථානයක් ලෙස නාම පුවරු සවි කොට ඇති බැවින් ගමන් මාර්ගය හඳුනා ගැනීමට අපහසු නොවේ. නමුත් වන සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවට අනුව යහන්ගල නැගීමට කිසිදු අඩිපාරක් (Trail) ස්ථාපනය කර නොමැත.

යහන්ගල යනු එක දිනකින් තරණය කල හැකි කන්දකි. එසේම දින දෙකක චාරිකාවක් යන විට ඉන් එක දිනක් වෙලන්ගොල්ල පතනේ ඇවිදීමට වෙන් කර ගන්නේ නම් එය වඩාත් සුන්දර ගමනක් වනු නොඅනුමානය. මන්ද යහන්ගල විවිධ හැඩ වලින් පතනේ විවිද ස්ථාන වල්දී දැක ගත හැකි බැවිනි. පතනේ කඳවුරු බැදීම පිළිබඳ තීරණය කිරීමේදී වඩාත් වැදගත් වනුයේ වන අලි පිළිබඳ නිශ්චය කරගැනීමයි. මේ සඳහා ගමේ අයෙකුගෙන් සහය ගන්නෙ නම් මැනවි. තවද පතනේ උඩත්තාව පැත්තට වන්න කෙලවරට අසන්න ඉසව්වේ ඕනෑතරම් ජලය තිබෙන අතර මීටර් 10, 5 බැගින් දියඇලි 3 ක්ද දැක ගත හැකිය. පරිසරයේ සුන්දරත්වයට හානි නොවන ලෙස සංචාරය කිරීමට හැකි නම් වඩාත් අගනේය.

උඩදුම්බර සිට කලුගල පසුකොට උඩෙලුක ගම්මානය අසලට එන විට වම පැත්තේ යහන්ගල පිළිබද නාම පුවරුවක් ඇති අතර එහි සදහන් පරිදි උද ඉලුකෙන් යන විට දුර කිලෝමීටර් 3 ටත් අඩුය. නමුත් වෙලන්ගොල්ල පතන හරහා යාමට නම් තාර මාර්ගය අවසන් වන ස්ථානයෙන් මැදගම පෙදෙසට ගොස් මාන කැලේ අතරින් කි . මි .7 ක් පමණ යායුතුය. එම ප්‍රදේශයෙන් යාමට පෙර වන අලි ගැවසීම පිළිබද ප්‍රදේශ වැසියකුගෙන් අසා යාම සුදුසු වේ.

9.5 නකල්ස් five peaks

දුම්බර වන පෙතේ සංචාරක ආකර්ෂණය දිනාගත් සුන්දරතම සංචරණ මාර්ගය වනුයේ දුම්බර කඳුවැටිය තරණය කිරීමය. නකල්ස් රක්ෂිතය යන නාමය තුළට ගැබ්ව ඇත්තේ අතැඟිලි මිට මෙළවූ හැඩයක් සහිත නකල්ස් (Knuckles) කඳුවැටිය නිසාවෙනි. බැලූ බැල්මට මෙහි ප්‍රධාන වශයෙන් කඳුවැටි පහක් පවතියි. තනි කඳුවැටියක් ලෙස තිබුණ ද මෙම කන්දට පසෙකින් අලුගල් කන්දත් අනෙක් පසින් රිළාගල හෙවත් ගෝණ්ණ කන්දත් සම්බන්ධ වී ඇත. දුම්බර මිටියාවත තුළ ජන ජීවිතයට වඩාත් සමීප වූ කන්දක් ලෙස මෙය ප්‍රචලිතය.

දුමෙන් බර කඳුකර ප්‍රදේශය ලෙස දුම්බර මිටියාවත නමලත් නකල්ස් රක්ෂිත ක්‍රියාදාම සංචාරකයන්ට තෝතැන්නකි. කඳු තරණය (Mountaineering) කඳු නැගීම (Rock Climbing) දියඇළි දඩයම (Waterfall Hunting) ගුහා ගවේෂණය (Cave Exploring) පතන හා තැනිතලා (Plains) රාත්‍රී කඳවුරු බැඳීම (Night Camping) සහ දිගු දුරක් හා අමාරු ගමන් (Hiking and Trekking) සඳහා සියලුම ස්වාභාවික දායාදයන්ගෙන් පරිපූර්ණ ඉසව්වකි.

උසින් මීටර් 1865 ක් පමණ වන මෙම කඳුවැටිය දවටගල ස්වභාවික මංපෙත ලෙස හඳුන්වයි. මෙම මංපෙත වන සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුව මගින් ස්ථාපිත නීත්‍යානුකූල මාර්ගයකි. මෙම මංපෙත ඉසව් දෙකක් ඔස්සේ තනා ඇති අතර එය නකල්ශි සුන්දරතම ගම්මාන දෙකක් වන බඹරැල්ල සහ තංගප්පුව යාකරනු ලබයි.

මහනුවර සිට කටුගස්තොට හරහා මඩවලට පැමිණ පසුව පන්විල, හුළුගඟ හරහා බඹරැල්ලට ළඟා විය හැකි අතර බඹරැල්ලේ සිට එම

මාර්ගය තවදුරටත් ගෝමරය හරහා රංගලට යාවෙනු ලබයි. රංගල සිට තංගප්පුවට යා හැකි අතර ප්‍රධාන වශයෙන් කි.මී 30 කට වැඩි දුරක් මහාමාර්ග ඔස්සේ පවතින නමුත් බඹරැල්ල හා තංගප්පුව වෙන් කරන ප්‍රධාන කඳුවැටිය ලෙස නකල්ස් කඳුවැටිය පවතියි.

9.6 වංගෙඩිගල

ෆයිනස් වනාන්තරයකින් වටවී ඇති වංගෙඩිගල කන්ද ශ්‍රී ලංකාවේ පිහිටි තවත් ඉතාමත් සුන්දර ස්ථානයකි. මෙයට මෙම නම ලැබීමට හේතුව වන්නේ මෙහි ඉහළ වංගෙඩියක හැඩයෙන් යුත් ගල්කනු කිහිපයක් පැවතීමයි. මෙම මනරම් කඳුවැටිය කොළඹ - බදුල්ල මාර්ගයේ බෙලිහුලොය කලුපහන ප්‍රදේශයේ පිහිටා ඇත. ලංකාවේ උසම දියඇල්ල වන බඹරකන්ද දියඇල්ලද මෙය ආසන්නයෙන් පහලට කඩාහැලේ. කදු මුදුනට මෙම දියඇල්ල මනාව දිස්වේ. මේ වනවිට සංචාරකයින් විසින් මෙම ප්‍රදේශය බොහෝ සෙයින් විනාශ කර ඇති බැවින් මේ වනවිට වනරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුව විසින් මෙහි යාම තහනම් කර ඇත. මේ වනවිට තවත් මෙවැනි සුන්දර ස්ථාන විශාල ප්‍රමාණයක් සංචාරකයින්ගේ නොහොබිනා ක්‍රියාකලාපය නිසා විනාශ වෙමින් පවතී. විඩාබර ජීවිතයෙන් මිදී කදුපන්තියක් තරණය කර ලබාගත හැකි ආශ්වාදය ඉතාමත් සුන්දර බව සැබැවකි. එනමුත් එම සුන්දරත්වය තවකෙකුට ලබා ගැනීම සදහා පරිස්සම්කිරීම අපගේ වගකීමක් මෙන්ම යුතුකමකි.

9.7 හන්තාන කඳුවැටිය

" හන්තාන කඳුවැටිය " මහනුවර දිස්ත්‍රික්කයේ මහනුවර නගරයේ සිට ගලහ නගරය දක්වා පැතිර ඇති අතර මෙය මහනුවර නගරයට නිරිත දෙසින් පිහිටා ඇත. කඳු පන්ති 7 කින් සමන්විත මෙම කඳුවැටිය දෙස්විදෙස් සංචාරකයින් අතර මහත් ප්‍රසිද්ධයක් උසුලයි. එනිසාම මෙම කඳු පන්තිය පිළිබඳව බොහෝ කවි, ගීතද ලියවී ඇත. වැඩි වෙහෙසකින් තොරව තරණය කළහැකි හන්තාන කඳුපන්තියේ ඉහළට ලගාවීම සඳහා මාර්ග කිහිපයක්ම පවතී.

මහනුවර රෝහල අසලින් දිවෙන උකුවෙල මාර්ගය ඔස්සේ ගොස් 4 කනුවෙන් ඉහළට ඇති මාර්ගය ඉන් එකකි. උඩුවෙල හෝ 5 කනුව බසයෙන් මහනුවර නගරයේ සිට 4 කනුවට පහසුවෙන් ලගාවිය හැක. එසේත් නැතිනම් පේරාදෙණිය ගලහ පාර ඔස්සේ ගොස් පේරාදෙණිය විශ්වවිද්‍යාලය අසලින්ද හන්තාන තරණය කළහැක. බෝවලවත්ත සහ දෙල්තොට නගරවලින්ද හන්තාන ඉහළට මාර්ග පවතී.

මෙම කඳුවැටියේ උසම කන්ද ඌරා කන්ද වන අතර හන්තාන කඳුවැටිය මහවැලි ගඟේ ඉතාම වැදගත් ජල පෝෂක ප්‍රදේශයකි. මුහුදු මට්ටමේ සිට අඩි 3700 ක් පමණ උසැති මෙම කඳු මුදුනට මහනුවර නගරය මුලුමනින්ම දැකගත හැක. තවද පසෙකින් ගලාබසින මහවැලි ගංගාවද අම්බුලුවාව, අලගල්ල, බතලේගල ආදී කඳුවැටිත් පහසුවෙන් දැකගන්නට පුලුවන.

9.8 කටුසු කොන්ද

කඳවුරු සංචාරකයින් අතර ඉතාමත් ජනප්‍රිය තැනක් ලෙස මෙම මහනුවර දිස්තිරික්කයේ පිහිටා ඇති කටුසු කොන්ද කඳු මුදුන හැඳින්විය හැක. බොහෝදෙනෙක් මෙම කටුසු කොන්ද කන්ද වෙනම තරණය කළත් ඇත්තෙන්ම මෙය කඳු පන්ති 7 කින් සමන්විත හන්තාන කදුපන්තියේ එක් කෙළවරක පිහිටි කඳු මුදුනකි. කටුස්සෙකුගේ කොන්දක ආකාරයේ සුවිශේෂී හැඩයත් එම මුදුනේ ගමන්කිරීමට ඇති දුෂ්කරතාවයත් නිසා ත්‍රාසජනක අත්දැකීමක් ලබාගැනීමේ අපේක්ෂාවෙන් බොහෝ තරුණ පිරිස් මෙහි යාමට වැඩි කැමැත්තක් දක්වයි. නමුත් සැබවින්ම මෙහි ඉහළ කටුස්සාගේ කොන්ද සේ පිහිටි කඳුමුදුනෙහි ගමන්කිරීම ඉතාමත් අවධානම් බැවින් ඔබ මෙහි යනවානම් තමාගේ ආරක්ෂාව පිළිබඳවද දැඩි අවධානයකින් යුතුව කටයුතු කිරීමට වගබලාගතයුතුය.

ඔබ මෝටර්බයිසිකලයක් භාවිතා කර මෙහි යාමට බලාපොරොත්තු වන්නේ නම් තරමක් මාර්ගය අබලන්ව පැවතියත් කන්දපාමුල පිහිටි ගම්මානය දක්වාම ඔබට බයිසිකලයේම ගමන්කළ හැක.

9.9 කබරගල

කබරගල දෙලොස්බාගෙ ප්‍රදේශයේ උසම කඳු මුදුන ලෙස හැඳින්වේ. කබරගල පසුගිය වසර කිහිපය තුළ සංචාරකයින් අතර ප්‍රසිද්ධ සංචාරක ගමනාන්තයක් බවට පත්ව ඇති අතර සති අන්තයේ කඳු මුදුනේ කඳවුරු බැඳීම සඳහා අවම වශයෙන් එක් කණ්ඩායමක්වත්

දැකීම දුෂ්කර නොවේ. කඳු මුදුනේදී දිස්වන දර්ශනීයත්වය කබරගල ජනප්‍රිය වීමට හේතු විය හැකිය.

කබරගලට පෙරගමන් ,

- කූඩැල්ලන්ගෙන් ආරක්ෂා කිරීමේ ක්‍රම අනුගමනය කළ යුතුය. (වැසි කාලයේදී)
- පිවිසුම් මාර්ගය හොඳ තත්වයයෙන් ඇත. ඔබ කඳු මුදුනට පැමිණෙන තෙක් පැහැදිලි අඩි පාරක් තිබේ. එයට මග පෙන්වීමක් අවශ්‍ය නොවේ.
- එක් පුද්ගලයෙක් අවම වශයෙන් ජලය ලීටර් 2 වත් රැගෙන් යාම වඩා හොඳ වන අතර ඔබ කඳවුරු බැඳගෙන සිටින්නේ නම් ජල අවශ්‍යතාව වැඩි වනු ඇත. තවද ඔබට බොහෝ විට විවෘත ප්‍රදේශයක ඇවිදීමට සිදුවන කාලයද වැඩිය.
- ඔබට පැය එක හමාරත් දෙකත් අතර කාලයකදී කබරගල උසම ස්ථානයට ළඟා විය හැකිය.
- මානා සහ කටු පඳුරු වලින් ආරක්ෂා වීමට ඊට සුදුසු ඇඳුමක් ඇඳීම වැදගත් ය.
- කබරගල සති අන්තයේ ඉතාජනප්‍රිය කඳවුරු බිමක් ලෙස පෙනේ. එබැවින් හොඳ කඳවුරු බැඳීමේ ස්ථානයක් ලබා ගැනීම සඳහා වේලාසනින් එහි යාම හොඳය.
- දිරාපත්වීමේ වේගය උපරිම කිරීම සඳහාත් මිනිස් අපද්‍රව්‍ය නිසි ලෙස බැහැර කිරීම වැදගත් වේ. මිනිස් මළ මූත්‍ර නිවැරදිව භූගත කිරීම මෙම නිර්ණායක සපුරාලීම සඳහා වඩාත් ඵලදායී ක්‍රමය වේ.

මිනිස් අපද්‍රව්‍ය අවම වශයෙන් අඟල් 6 සිට 8 දක්වා ගැඹුරට වලක් හාරා, අවම වශයෙන් අඩි 200 ක් වත් ජලය හා කඳවුර සහ මංපෙත් වලට දුරින් තැන්පත් කරන්න. බළල් සිදුරු ක්‍රමය (Cat Hole System) මේ සඳහා පිළිගත්ම ක්‍රමවේදයයි.

- කරුණාකර ඔබ රැගෙන ගිය සියල්ල ආපසු ගෙනෙන්න. පියසටහන් පමණක් තබා එන්න. වර්ථමානයේ එය ප්‍රසිද්ධ සංචාරක ගමනාන්තයක් බවට පත්ව ඇති බැවින් පාරිසරික දූෂණ වීමේ තර්ජනයක් පවතී.

9.10 මොණරගල කඳුවැටිය - පුස්සැල්ලාව

Peacock hill හෙවත් මොණරගල කඳුවැටිය මහනුවර දිස්ත්‍රික්කයේ පුස්සැල්ලාව ප්‍රදේශයේ පිහිටා ඇති සුන්දර කඳු වැටියකි. පහත සිට බැලූ විට පිල් විහිදී මොණරෙකුගේ හැඩයක් ගන්නා බැවින් මෙම නම මෙයට ලැබී ඇත. මහනුවර දිස්ත්‍රික්කයේ සිට 45km පමණ දුරින් පිහිටි මෙම කඳු වැටිය තරණය සඳහා මාර්ග කිහිපයක් පවතී. ඔබට කොත්මලේ පිහිටි මහවැලි මහා සෑය අසලින් ද එසේත් නැතිනම් දොරගල පිහිටි තේ කර්මාන්ත ශාලාව අසලින් ද මොණරගල ඉහළට ලගාවිය හැක.

මහනුවර ගම්පොල නගරයට පැමිණ එතැන් සිට දොරගල බසයකින් පහසුවෙන් තේ කර්මාන්ත ශාලාව අසලට පැමිණිය හැක. එතැන්සිට එම මාර්ගය ඔස්සේ 2km පමණ ගියවිට ඔබට මුදුනට ලගාවිය හැකි අතර කඳු මුදුනේ දුරකථන සංඥා කුලුණු කිහිපයක් ද දැකගත හැක.

මෙම කඳු මුදුනට ගම්පොල, පුස්සැල්ලාව හා නාවලපිටිය යන නගරත් අම්බුලුවාව, කබරගල, අලගල්ල හා බතලේගල ආදි කඳු වැටිත් පැහැදිලිව දැකගත හැක.

9.11 කැලෑ බොක්ක

කැලෑ බොක්ක යනු ශ්‍රී ලංකා ප්‍රාන්ත වැවිලි සංස්ථාවට අයත් නකල්ස් වතු යායකි. එහි පිහිටි කඳු මුදුනක නැරඹුම් මැදිරියක් තනා සංචාරකයන්ට පැමිණීමට අවස්ථාව උදා කරදී ඇති කඳු මුදුනේ දී ඔබට මුළු 360^{o} ක දර්ශනයක් දැක ගත හැකිය. මෙම ස්ථානය මහජනයාට විවෘතය. කඳු මුදුන මුහුදු මට්ටමේ සිට මීටර් 1350 (අඩි 4500) ක් ඉහළින් පිහිටා ඇත.

මෙම ස්ථානය මහනුවර සිට කි.මී 35 ක් හා මාතලේ සිට කි.මී 25 ක් දුරින් පිහිටා ඇත. මහනුවර සිට ගමන් කරන විට, කබරගල පාරේ කඳුකරය හරහා ගමන් කරන මනරම් මදවල - බම්බරෙල්ලා මාර්ගය ඔබ වෙත යා යුතුය. මෙම මාර්ගයෙන් කිලෝමීටර 10 ක් පමණ ගිය පසු, කැලෑ බොක්කාවේ ඉහළ කොටසේ පිහිටි ජ්‍යේෂ්ඨ සහකාර අධිකාරී බංගලාවට යන මාර්ගයට හැරවිය යුතුය. මාතලේ සිට ගමන් කරමින්, ඔබ කබරගලට යන මාර්ගයේ කබරගල පසු කර ජ්‍යේෂ්ඨ සහකාර අධිකාරී බංගලාවට හැරවිය යුතුය. මුළු ගමන් කාලය පැය 1 කට වඩා වැඩි වේ. වාහනය උපරිමයට ගෙන යා හැකි නමුත් අබලන් වූ වතු පාරේ කිලෝමීටර් 4 ක දුරක් ගමන් කිරීමට ඔබට හොඳ 4*4 වාහනයක් අවශ්‍ය වේ. මෙහි කඳවුරු භූමිය ඔබට වෙන්කරගත හැක.

9.12 වාලිඹේ හෙල

අම්පාර දිස්ත්‍රික්කයේ නුවරගලතැන්න රක්ෂිතය තුල පිහිටා ඇති වාලිඹේ හෙල තරණයට කඳු නගින්නන්ගේ හා කඳවුරු බඳින්නන්ගේ අවධානය යොමුවන්නේ එහි ඇති සිත් ඇදගන්නා සුලු සුවිශේෂී හැඩය නිසාවෙනි. " වාලිඹ " යනු මෙරට ආදිවාසී භාෂාවෙන් " උසම තැනක් " යන්නයි. නුවරගලතැන්න රක්ෂිතය අවට ඇති අනෙකුත් කඳුගැට හා සැසඳීමේදී උසින් ඉතා වැඩි කඳුගැටයක් වන නිසා ආදිවාසීන් විසින් අතීතයේ සිට මෙම පර්වතය වාලිඹේ හෙල යන නමින් හඳුන්වා ඇත. Friar's Hood යන ඉංග්‍රීසි නාමය බ්‍රිතාන්‍ය යුගයේදී පටබැඳුනකි.

මෙම කඳුගැටය පාමුලට ප්‍රවේශ වීමට වර්තමානයේදී ප්‍රධාන වශයෙන් මාර්ග දෙකක් භාවිත කරන අතර ඉන් එකක් නම් මහඔය සිට අම්පාර දෙසට ගමන් කිරීමේදී හමුවන මංගලගම නම් ප්‍රදේශයෙන් නුවරගලතැන්න රක්ෂිතයට ඇතුල්වී කිලෝමීටර් දහයක පමණ දුර ගෙවා වාලිඹේ හෙල පාමුලට පැමිණ එතැන් සිට කඳු තරණය ආරම්භ කිරීමය. මෙහිදී විශේෂයෙන් කිවයුතු කරුණක් වන්නේ මෙම මාර්ගය ගල් ගොඩැලි වලින් යුත් ඉතා දුෂ්කර මාර්ගයක් වන අතර පාගමනින් කිලෝමීටර් දහයක් ගෙවා යාම හෝ මෙම මාර්ගයේ වාලිඹේ හෙල පාමුලට හැකි තරම් උපරිම දුරක් ගමන් කිරීමට යොදාගත හැකි එකම වාහනය වනුයේ ට්‍රැක්ටරයයි.

වාලිඹේ හෙල පාමුලට ගමන් කල හැකි අනෙක් මාර්ගය වන්නේ මහඔය සිට අම්පාර දෙසට ගමන් කිරීමේදී හමුවන ගොනාගොල්ල මංසන්ධියෙන් දකුණට හැරී බණ්ඩාරදූව තෙක් ගමන් කොට බණ්ඩාරදූව හරහා නුවරගලතැන්න රක්ෂිතයට ඇතුල් වීමය. එහිදී ගමන් කල යුතු දුර මංගලගම සිට ගමන් කල යුතු දුරට වඩා තරමක් වැඩි වුවත් වාලිඹේ හෙල පාමුලටම මෙම මාර්ගයේ තරමක්

අපහසුවෙන් හෝ මෝටර් සයිකලයක් ධාවනය කිරීමේ හැකියාව ඇති බව ගම්වැසියන් විසින් පවසන ලදී.

9.13 නිලාවැලි

ශ්‍රී ලංකාව දෙස් විදෙස් සංචාරකයින් අතර වඩා ජනප්‍රිය වී තිබෙන්නේ ශ්‍රී ලංකාව වටා ඇති සුන්දර වෙරළ තීරය නිසාවෙනි. රටේ කුමන පෙදෙසකදී වුවත් මේ වෙරළ සංචාරකයනට ඉමහත් ආස්වාදයක් ලබාදෙයි. එහෙත් ගමනාගමන, නවාතැන්, ආහාර ආදී නොයෙක් පහසුකම් නිසා බොහෝ දෙනාගේ ගමනාන්තයන් වී ඇත්තේ දකුණු හා නිරිත දිග ප්‍රදේශවල මුහුදු වෙරළවලය. මේ වෙරළ තීරයන්ට සාපේක්ෂව නැගෙනහිර පළාතේ වෙරළ තීරයන් වෙත දේශීය හා විදේශීය සංචාරකයන්ගේ පැමිණීමේ අඩුවක් ඇතත් ඒ පෙදෙස්වල වෙරළේ චමත්කාරයේ අඩුවක් නොමැත. අප්‍රේල් මාසයේ පමණ සිට සැප්තැම්බර් මාසය දක්වා කාලය තුළ ශ්‍රී ලංකාවේ නැගෙනහිර වෙරළ, ලෝකයෙන්ම ඉතා හොඳ නිසල වෙරළ තිරයක් ලෙස පිළිගැනේ.

නැගෙනහිර පළාතේ ත්‍රිකුණාමලය නගරයේ සිට පුල්මුඩේ මාර්ගයේ කිලෝමීටර් 18 ක පමණ දුරක් ගියවිට අලංකාර සිත්තරෙකු වැලි තලාවක නීලවර්ණ තීන්තයෙන් රටා මැවූ සහස්‍රකිරණ ප්‍රථම අරුණැල්ල සිඹින අප කුඩා දිවයිනේ සොඳුරුතම වෙරළ තීරයක් වන නිලාවැලි වෙරළ තීරය හමු වේ. ලොව ප්‍රසිද්ධම වෙරළ තීරයක් වූ මෙම වෙරළ එදාමෙදාතුර දෙස් විදෙස් සංචාරකයන්ගේ පාරාදීසයක්ම විය. නැඟෙනහිර පළාතට අයත් ත්‍රිකුණාමල දිස්ත්‍රික්කය ඇතුළත ලංකාවේ ස්වභාව සෞන්දර්යයේ විස්මිත තැන් සහ පෞරාණික වශයෙන් විශාල වැදගත්කමක් ඇති ඉපැරණි ස්ථාන රැසක් ද පවතියි.

නිරතුරු දෙස් විදෙස් සංචාරකයන්ගේ සුවිශේෂී අවධානයට පාත්‍ර වූ එම ස්ථාන අතර ගිම් නිවන සුදුමුදු වෙරළ සමඟ නිසසල මුහුදු තීරය නෙතට රසදුනක් ගෙන එන සිත්තමක් වැනි ය. විශාල ජල තටාකයක් වැනි නිලාවේලි මුහුදු තීරය ඉතාම චිත්තාකර්ෂණීය මන බඳිනා වෙරළ තීරයකි. නිලාවෙලි වෙරළ තීරයට යන ඔබට තවත් සුවිශේෂී සොඳුරු ආශ්වාදයක් ලබා ගත හැකි අවස්ථාවක් ද තිබේ. ඒ වෙරළ තීරයේ සිට කිලෝමීටර් කිහිපයක දුරින් ඈත මුහුදේ දිස්වෙන රක්ෂිතයක් සේම සොබාදහමේ අපූරු නිර්මාණයක් වූ පරෙවි දූපත නැතිනම් Pigeon Island ය. ජෛව විවිධත්වයෙන් පිරි මෙම භූමියට ළඟාවීමට බෝට්ටු සවාරියක් යා යුතුමය. මේ සවාරියේදී පරවියන් පිරි මේ දූපතේ අසිරිය සේම මුහුදේ මසුන්ගේ වූ අලංකාරය විඳ ගැනීමට ද අවස්ථාව උදාවනු ඇත. එමෙන්ම මෙහිදී දුර්ලභ ගණයේ මුහුදු ජීවීන් හා විචිත්‍රවත් වර්ණවලින් යුතු මාළු විශේෂ රැසක් සේම තල්මසුන් ද නැරඹීමට ද අවස්ථාව ඇති අතර ඒ සඳහා අමතර මුදලක් බෝට්ටු ගාස්තු ලෙසින් ගෙවීමට සිදුවනු ඇත. නමුදු එම මුදලට වැඩි නෙත් පිනවන දසුන් රැසක් මෙම සොභාසෞන්දර්යාත්මක නවාතැනේ දී දැක ගන්නට ලැබෙනු නිසැකය. නැගෙනහිර වෙරළ තීරයේ ආකර්ෂණීය පහස විඳීමට වඩාත්ම යෝග්‍ය කාලය ලෙස සංචාරකයන් අතර ප්‍රසිද්ධියට පත්ව ඇත්තේ අප්‍රේල් සිට ඔක්තෝම්බර් දක්වා කාලයයි.

9.14 පානම්පත්තුව, පානම

නැගෙනහිර වෙරළ තීරයේ අවසාන අන්තය වන, කුඩුම්බිගල රක්ෂිත මායිමේ තරමක් හුදෙකලා ලෙස පිහිටා තිබෙන 'පානම' වෙරළ දේශීය සංචාරකයන්ගේ අවධානය අඩුවෙන් යොමු වූ ස්ථානයක් ලෙස දැක්විය හැකිය.

කොළඹ නගරයේ සිට පැය 7 ත් 8 ත් අතර ගමන් කාලයක දුරින් පිහිටා තිබෙන මෙම සුන්දර ග්‍රාමය වෙත නුවර සිට දහ අටවංගුව, මහියංගණය, බිබිල, මොණරාගල, සියඹලාන්ඩුව, හරහා පොතුවිල්වලට පැමිණ ලඟාවීමට හැකියි. පොතුවිල් නගරය යනු ඔබට ගමන අතරතුර යමක් මිලදී ගැනීමට අවශ්‍ය නම්, පහසුම නගරය වන අතර එතැන් සිට 17km ක් පමණ ගිය පසු පානම වෙත ළඟා විය හැක.

එදා අතීතයේ ඌව වෙල්ලස්ස කැරැල්ලේ දී සංවිධානාත්මකව පසුබැස්ස රණකාමීන් පිරිසක් පානම්පත්තුව සිය වාසස්ථානය කරගත් බවත් අනෙක් පිරිස් අක්කරෙයිපත්තුව, ලාහුගල වැනි ප්‍රදේශ වලට පලාගිය බවත් ඉතිහාසයේ සඳහන් වේ.

වර්තමානය වනවිට පවුල් 1750 - 1800 ත් අතර ප්‍රමාණයක් පානම ග්‍රාමයේ ජීවත් වන අතර එයින් 80% ක් සිංහල සහ 20% ක් දමිළ ජන සංයුතියක් තිබෙන බව ජන සංඛ්‍යා ලේඛන අනුව දැක්විය හැක. මුහුද ආසනනයේම පිහිටා ඇති ග්‍රාමයක් වුවත් අතීතයේ සිට පැවත එන ආකාරයටම අදටත් තම ජීවිකාව ලෙස බහුතරයක් භාවිතා කරන්නේ කෘෂිකර්මාන්තය යි. ඊට අමතරව ධීවර කර්මාන්තයද ඇතමෙකුගේ ජීවිකාව වී ඇත.

පානමට සංචාරය කරන ඔබට සුන්දර වෙරළ තීරයක සහ වෙරළ ආශ්‍රිත ගැමි ජීවිතයක අත්දැකීම විඳගැනීමට අවස්ථාව උදාවෙනවා සේම ඔබට නැරඹිය හැකි තවත් වැදගත් ස්ථානයක් වන්නේ ඈත අතීතයේ සිට පැවත එන හාස්කම් වලින් අනූන 'පානම අංපිටිය පත්තිනි දේවාලය' යි.

දැඩි හාස්කම් සහිත පූජා භූමියක් ලෙස බැතිමතුන්ගේ විශ්වාසය දිනා ඇත. එසේම වැසි නොමැති පායන සමයක ඔබ පානම සංචාරය කලහොත් 'වදගම වැව', 'පානම වැව' වැනි ස්ථානයන්ගේ කිඹුලන් සිය ගණනක් නැරඹීමේ හැකියාවද ඔබට පවතී.

මනස්කාන්ත, හුදෙකලා භූමියක් වන පානම වෙරළ, වචනේ පරිසමාප්තියෙන්ම ඉතාමත් සුන්දර පරිසරයකි. වෙරළ ආසන්නයටම ඇති කුඩුම්බිගල රක්ෂිතයේ විදුලි වැට මගින් වල් අලින්ගෙන් අරාක්ෂා කරන අතර කුඩුම්බිගල යනු ලංකාවේ වැඩිම වලස් ගහනයක් සිටින රක්ෂිතයක් ලෙසත් හැඳින්විය හැක.

සුන්දර හුදෙකළා වෙරළක කඳවුරු ගැසීම ඔබගේ සිහිනයක් වනවා නම් 'පානම' යනු ඒ සඳහා යෝග්‍යම ස්ථානයකි. එහිදී ලැබෙන අත්දැකීම් අතර නැගෙනහිර වෙරළ තීරය ආලෝකමත් කරමින් උදාවෙන හිරුගේ දර්ශනයේ සුන්දරත්වය වචනයෙන් විස්තර කළ නොහැක. එසේම එම අවස්ථාව ඔබට උදා වුවහොත් රාත්‍රියේ වන සතුන්ගේ නාදයත් මුහුදේ හඬත් මුසුවූ ඒ කඳවරු රාත්‍රියේ අත්දැකීම ඔබට කිසිදා අමතක නොවන බව නියතය.

9.15 පරවියංගල

පරවියංගල යනු ශ්‍රී ලාංකික කඳු නගින්නන් අතර වඩාත් ජනප්‍රිය කඳු නැගීමේ ගමනාන්තයකි. මෙම කන්ද බෙලිහුල්ඔය හි කළුපහන කඳු වැටියේ පිහිටා ඇති ආදර කන්ද (ලවර්ස් පීක්) ලෙසද හැඳින්වේ පරවියන්ගල උන්නතාංශය මුහුදු මට්ටමේ සිට මීටර 1,500 ක් පමණ ඉහළින් පිහිටා ඇත. කන්ද තරණය කිරිම සදහා පැය 3 ක පමණ කාලයක් ගතවනු ඇත. කුඩැල්ලන්ගෙන් පිරුණු මාවත ලිස්සනසුළු හා මඩ සහිත විය හැකි බැවින් ඔබ වැසි සමය මඟ හැරියහොත් වඩාත් සුදුසුය. පැහැදිලි ජලය සමග බෝතල් පිරවීම සඳහා ගංගා කිහිපයක් තිබේ. අව් රශ්මිය වැළැක්වීම සඳහා සුදුසු ඇඳුමින් සැරසී සිටීමද සුදුසුය. කඳු මුදුනට යන ගමනේදී සමනල ජලාශය සහ හවා කන්ද (හාවා පාෂාණය) හි සුන්දර දර්ශන ඔබට නැරඹිය හැකිය.

9.16 බත්තලන්ගුන්ඩුව

බත්තලන්ගුන්ඩුව දූපතේ වපසරිය හෙක්ටෙර්යාර් 145.53 කි. පල්ලිය වත්ත දූපතේ වපසරිය හෙක්ටයාර 60.89 ක් වන අතර උච්චිමුනේ හෙක්ටයාර 449.3 කි. මොහොත්තුවාරමේ හෙක්ටයාර 715.14 කි. මෙම දූපත් සමූහය අතුරින් දුරින්ම පිහිටා ඇත්තේ බත්තලංගුඩුවයි. කල්පිටිය ජැටියේ සිට නාවුක සැතපුම් 25 ක් දුරින් බත්තලන්ගුන්ඩුව දූපත පිහිටා ඇත. පල්ලියවත්ත දූපත ඊට යාබදව පිහිටා ඇති දූපතයි. බත්තලන්ගුංඩුව දූපතේ සිට ඉන්දියාවට ඇති කෙටිම දුර වන්නේ නාවුක සැතැපුම් 111 ක් පමණය. ශ්‍රී ලංකා සිතියමේ වයඹ දිග මුහුදේ

වැතිරී පැතිරී තිබෙන දූපත් සමූහය දා හතරකි. සොබා දහමේ අපූරුතම නිමැවුමක් ලෙස හැඳින්විය හැකි මෙම දූපත් සමූහය, කල්පිටිය යෝජිත සංචාරක ව්‍යාපෘතියේ ද සුවිශේෂී සාධකයකි. පසෙකින් පුත්තලම් කළපුවෙනුත්, මහ සයුරෙනුත් මායිම් වූ, සොඳුරු දසුනින් පිරිපුන් මෙම දූපත් සමූහය සංචාරක ආකර්ශනයට බෙහෙවින් තුඩු දී ඇත්තේ ය. එසේ වී නමුදු අවිනිශ්චිත අනාගතයක් දෝතින් දරාගෙන, ගරා වැටෙන ධීවර දිවි පැවත්මක් දායාද කොට ගත්, ධීවර ප්‍රජාවක් මෙම දූපත් සමූහයේ දිවි ගෙවන්නෝය. බත්තලංගුංඩුව, පල්ලිය වත්ත, වෙල්ල 1, වෙල්ල 2, වෙල්ල 3, උච්චිමුණේ, ඉප්පන්තිව්, පෙරිය අරිච්චල්, සින්නාරිච්චල්, එරමුතිව්, සින්න එරමුතිව්, එරමුතිව් බටහිර, කාකතිව් සහ මොහොත්තුවාරම යන දූපත් මෙම දූපත් වේ. මෙම දූපත් සමූහයෙන් මොහෝත්තුවාරම, උච්චිමුනේ, බත්තලන්ගුංඩුව සහ පල්ලිය වත්ත යන දූපත් ධීවර ප්‍රජාව වෙසෙන දූපත් වෙයි. අනෙකුත් දූපත් වසරේ කලකට පමණක් සංක්‍රමික ධීවරයන් වෙසෙන දූපත් ය.

කල්පිටිය ජැටියේ සිට මගී ප්‍රවාහන බෝට්ටු දෙකක් මෙම දූපත් කරා ගමන් ගන. පෙරවරු අටයි තිහට දිනපතා , සාමාන්‍ය මගී ප්‍රවාහන බෝට්ටු සේවය ආරම්භ වෙයි. පැය තුනකට ආසන්න කාලයකදී දූපත් කරා ළඟා විය හැකිය. එක් මගියකුගේ එක් වාරයක් සඳහා ගමන් ගාස්තුව රුපියල් 350 කි. පහසු ආසන සහ සුරක්ෂිත බවින් යුතු සුඛෝපභෝගී මගී ප්‍රවාහන සේවාවක් ද ක්‍රියාත්මක වේ. එහි ගමන් සඳහා කලින් දින වෙන් කළ යුතු ය. ධීවර පවුල් තුන්දහසකට පමණ

සෙවණ සැලසූ බත්තලන්ගුන්ඩුවේ අද වන විට පවුල් 100 ක් පමණ වෙති.

9.17 වැවතැන්න

මැද මහනුවර සිට රජගල පාරේ යනවිට බෝමුරේ ස්මාරකයට පෙර මංසන්දියකින් හැරී මෙම ස්ථානයට යායුතුයි. කඳුවලින් වටවුණු උස් තැනිතලා ප්‍රදේශයක් එක්ක ආසන්නයේම තියෙන වැවක්. සීතල විඳිය හැකි පරිසරයක් එක්ක මීදුමෙන් වැසී යන ලස්සන කඳවුරු භූමියක්. නුවර ඉඳන් පොඩි වෙලාවකින් ළඟාවිය හැකි අතර දවස ගත කරන්න එහෙමත් නැතිනම් සති අන්තයක ගෙදර පිරිසත් එක්ක එහෙමත් නැත්නම් යහළු යෙහෙළියන් එක්ක කඳවුරු රාත්‍රියක් ගතකරන්න සවිශේෂී ස්ථානයකි.

වැවතැන්න කඳවුරු බඳින්නට ලස්සන භූමියක්. වතුර වැසිකිළි පහසුකම් පිළිබඳ වධවිය යුතු නැත. සියලු පහසුකම් මේ ස්ථානයේ තිබේ. මෝටර් බයිසිකල් සහ ත්‍රිරෝද රථ පහසුවෙන් ළඟා විය හැකි සේම කාරයකින් , වෑන් රථයකින් වුවද මෙම ස්ථානයට පහසුවෙන් ළඟා විය හැකිය. වඩාත්ම සුදුසු 4x4 වාහනයකි.

එකවර 100 කට වුණත් කඳවුරු බැඳීමට වැවතැන්න හොඳටම ප්‍රමාණවත්. පෝය දවසක මෙහි රැය ගත කිරීමට උත්සාහ කරන්න. වැවතැන්නට හඳ පායනවිට ගොඩක්ම ලස්සනයි. මුළු කඳවුරු භූමියම මීදුමෙන් වැසීමට විනාඩි කීපයක් ප්‍රමාණවත් ය. ඒ වගේම නුවරඑළියේ තරම්ම සීතලක් හෝ ඊටත් වඩා සීතලක් මේ වැවතැන්නේ දී විඳිය

හැක. පොදු ප්‍රවාහන සේවයක යන්නේ නම් මුලින්ම නුවරට යා යුතු ය. නුවරින් අම්පාර, උඩුදුම්බර, මහියංගණ වැනි ඕනෑම බස් රථයකින් මැදමහනුවරට යා යුතු ය. එතැන් සිට කඳවුරු භූමියට කිලෝමීටර් 5.5 ක දුරක් ඇත. ත්‍රිරෝද රථයක යනවා නම් රුපියල් 800 ත්, 1000 ත් අතර මුදලක් වැය වේ.

කඳවුරු භූමියට ඇතුළු වීමට ටිකට්පත් ලබා ගත යුතු ය. ඒ සඳහා රුපියල් 1500 ක මුදලක් වැයවේ. එක් ටිකට් පතකින් 8 දෙනෙකුට කඳවුරු බැඳිය හැකි ය. සීතලත් සමඟ සාමාන්‍ය ජීවන රටාවෙන් මිදී කඳවුරු බැඳීමට සුදුසු ප්‍රදේශයකි වැවතැන්න.

9.18 හාවාගල නොහොත් හාගල කන්ද

සබරගමු සරසවි සිසු සිසුවියන් අතර මහත් ප්‍රචලිත කන්දක් වන මෙම හාවගල නොහොත් හාගල කන්ද වටා රාවණා සහ සීතා පිළිබඳ ජනප්‍රවාදයක් පවතියි. කන්ද උඩ අවසන් කිලෝමීටරය සරසවි සිසුන් මගින් කොඩි සවි කොට මං සලකුණු කොට ඇති හෙයින් නිවැරදි මග සොයා ගැනීම අපහසු නොවේ. සරසවිය සහ බැඳුණු විශේෂ සබඳකමක් මෙම කන්ද සහ පරවියන්ගල කන්ද සමග පවතින අතර එය වාර්ෂික චාරිකාවක් ලෙස බොහෝ විට ඔවුනොවුන්ම අර්ථ දක්වන්නක් වේ. කෙසේ හෝ ඉහළ ගලගම ලඳු යාය මාර්ගය ඔස්සේ පැමිණ කන්ද තරණය ඇරඹිය හැකි අතර දල වශයෙන් ප්‍රථම කිලෝමිටරය තරමක් නිශ්චිතව මග සොයා ගැනීමට අපහසු වේ. නමුත් ඔබ ගූගල් සිතියම් අනුසාර කළහොත් එය ඔබට පහසුවක් වනු ඇත. වැසි සම වලදී ඉතාමත් අලංකාර දියදහරවන්ගෙන් පොහොසත්

හාගල කන්දේ ස්ථිර ජල මූලාශ්‍රයක් නොමැත. හොඳින් පායන දිනවලදී සියයකට වුව කඳවුරු බැද මෙහි සිටිය හැක. බෙලිහුලොය තිබෙන දැවැන්ත කඳු අතරින් හාවාගල පිහිටීම ඉතාමත් කදිම ලෙස නන් පේරියල් සහ පරවියන්ගල දක්වා දැකගත හැකි අතර කන්දේ හැඩය ඊට කදිම අනන්‍යතාවයක් අත්කර දී ඇත.

9.19 බතලේගල

ඔබ කඩුගන්නාව ප්‍රදේශය පසුකරමින් මහනුවර පාර දිගේ ගමන් කරනා විට මිටියාවත දෙස බැලූකල සීගිරිය මෙන් පර්වතයක් දැක ගත හැක. බ්‍රිතාන්‍යයන් නම් කලපරිදි එය "බතලේගල" නැතහොත් "බයිබල් පර්වතය" නම් වේ.

පර්වතයේ උස මීටර් 797.7 ක් ලෙස සඳහන් වන අතර පර්වත පාෂාණ පෘෂ්ඨයේ පළල මීටර් 710 කි.

ගමන්මග සඳහන්කළ හොත් බතලේගල පිහිටා ඇත්තේ අරනායක ප්‍රදේශයට ආසන්නයේය. ඔබ පැමිණෙන්නේ කොළඹ සිට හෝ මහනුවර සිට හෝ වේවා ඔබ මාවනැල්ල අරනායක පාර දෙසට ගමන්කල යුතුය. ඉන්පසු ගෙවිලිපිටිය මාර්ගයට පිවිස 2km පමණ පැමිණ හත්ගම්පොල නගරයට පැමිණිය යුතුය. එවිට ඔබට කහ පාර පුවරුවක් පෙණේවි "හත්ගම්පල ශ්‍රී මහාබෝධි විහාරය බතලේගල පාර" යනුවෙන්, ඉන්පසු ඔබ එම මාර්ගය අනුගමනය කරමින් කෙටි දුරක් පැමිණෙන විට වමට හැරී පටුපාරක ගමන්කළ යුතුය.(බතලේගලට යනුවෙන් පුවරුවක් සවිකර ඇත) එම මාර්ගයේ 2.5km පමණ ගමන්කළ යුතු අතර තරමක් දුෂ්කර මාර්ගයකි. දක්ෂ රියදුරෙකුට

පමණක් එම මාර්ගයේ ගමන් කළහැකි බව සිහිතබාගත යුතුය. 2.5km ගිය පසු ඔබ ගමනාරම්භයට පැමිණෙන අතර එතැන් සිට ඔබ මීටර් 450 ක් පමණ සෘජු සිරස් මාර්ගයක ගමන් කල යුතුය. උන්නතාංශය මීටර් 150 ක් වන පාෂාණ මතුපිටක ගමන්කල යුතු අතර පටු අඩිපාරකින් ගමන්මග ආරම්භ වේ. තවද එය අඛන්ඩ නැගීමක්වන අතර , අතරමග පැතලි මතුපිට නොමැත. මැද මාවතේ පාර ගල් පුවරු වලින් තැබූ පඩිවල ඉහලට ගමන් කලයුතුය. ඉන්පසු මෙම පඩිපෙළ අවසානයේ ඔබ බතලේගල පර්වතයට පැමිණ ඇත.

පරිවර්තය මුදුන පන්සලක් ඇති අතර එක් භික්ෂූන්වහන්සේ නමක් වැඩහිදි. පර්වතය මුදුනට ගියපසු සාමස්සර කන්ද, අම්බුලුවාව, රක්ෂා කන්ද, අසුපිනි ඇල්ල, කබරගල, මීදුමක්නොමැති නම් ශ්‍රීපාදය හා පැහැදිලි දිනයකදි නකල්ස් කඳුවැටියද දැක ගත හැක.

විශේෂම කාරණය නම් වැසි කාලයේදි බතලේගල යෑම අවධානම් සහගත බව ගම්වාසීන් පවසයි. ඊට හේතුව ගල්පුවරු ලිස්සීම හා පර්වතයට බොහෝවිට අකුණුසැර වැදෙන බැවිනි. ජනවාරි සිට අප්‍රේල් දක්වා කාලය ඉහළට යාමට හොඳම කාලය බවද ඔවුන් පවසයි. තවද පර්වතය මුදුන ජලය හිඟතාවයක් ඇති බැවින් අවශ්‍ය ජලයද රැගෙනයෑම ඔබේ පහසුව ගෙන දෙයි. රාත්‍රියට හා අලුයම් කාලයට දැඩි සීතලක් ඇති අතර හත්ගම්පොල මංසන්ධියෙන් පසු කුඩා සාප්පුවක්වත් ගමන්මාර්ගය තුල හමුවන්නේ නැත.

අවසාන වශයෙන් ඔබ ගෙන යන පොලිතීන් මෙන්ම සෑම අපද්‍රව්‍යයක්ම නැවතත් රැගෙනයන ලෙසද පා සටහන් පමණක් ඉතිරිකර යනලෙසද කාරුණිකව ඉල්ලාසිටිනවා.

9.20 යකාගේ පඩිපෙළ (කළුපහන)

කළුපහන සිට බඹරකන්ද දිය ඇල්ල පසුකරගෙන යකාගෙ පඩිපෙළ ලෙස හඳුන්වන මාර්ගය හරහා ඔහිය දක්වා සංචාරය ඉතාමත්ම සිත්ගන්නා ය. මෙය ඉතා අසීරු ගමනක් වුනත් කිසිදා අමතක නොවන ගමනක් වනු නොඅනුමානය. ඔබ සොබාදහමට ඇලුම් කරන්නෙකු නම් මෙය ජීවිතයේ එක් වරක් හෝ යායුතු ගමනක්.

මේ ගමනේ ආරම්භය වන්නේ කොළඹ - බදුල්ල මාර්ගයේ කළුපහන ප්‍රදේශයෙන්. එතැන් සිට ඔහිය දක්වා මුළු දුර කි . මී 23 ක්. නමුත් ගමන අතරමගදී හමුවන දුෂ්කර කෙටි මාර්ගයක පැමිණීමෙන් මුලු දුර කි . මී 14 ක් දක්වා අඩුකරගත හැකියි.

මේ ගමන වාහනයකින් මෙන්ම පයින්ද යා හැකිය. වාහනයකින් යන්නේ නම් අනිවාර්යයෙන්ම 4WD වාහනයක් තිබිය යුතුමය. නැතහොත් ට්‍රේල් වර්ගයේ මෝටර් බයිසිකල් මෙම ගමනට සුදුසුය. අති දුශ්කර මාර්ගය විශාල බෑවුම් සහිතය. ඒ නිසා හොඳ රියදුරෙක්ද සිටීමත් අවශ්‍යය. මේ මාර්ගයේ ඇති අනතුරුදායක ස්වභාවය නිසාම, මෙය යකාගෙ පඩිපෙල ලෙස හඳුන්වන්නට ඇති බව කිව හැකිය. වාහනයකින් ගමන්කරන්නේ නම් ඇතිවන තවත් ගැටලුවක් තමයි විරුද්ධ දිශාවෙන් වාහනයක් පැමිණියහොත් ඉඩ ලබා දීමට නොහැකි වීම. මේ මාර්ගයේ වාහන දෙකකට මාරුවිය හැකි තැන් ඇත්තේ ස්වල්පයයි. පයින් ඇවිදීමෙන් ගමනෙහි දුෂ්කර රසය සහ මනස්කාන්ත දර්ශන සිත්සේ විඳගත හැකි වුවත්, ගමනේ අවසානය තරමක්

වෙහෙසකාරී විය හැකිය. ඒ නිසා මේ ගමනට වඩාත්ම සුදුසු වන්නේ ට්‍රේල් වර්ගයේ මෝටර් සයිකල් වලින් යෑමය.

ගමන ආරම්භයේදීම හමුවන මේ ගමනේ ආකර්ෂණීයම ස්ථානය තමයි ලංකාවේ උසම දියඇල්ල වන බඹරකන්ද දිය ඇල්ල. බඹරකන්ද දිය ඇල්ල පසුකිරීමෙන් පසු තිබෙන්නේ කොන්ක්‍රීට් ඇතිරූ පාරක්. නමුත් මාර්ගයේ මේ කොටස ඉතා කෙටිය. ඉන්පසු හමුවන්නේ කළුගල් කැට පමණක් අතුරා ඇති ලිස්සන සුළු මාර්ගයක්. මේ කොටස පසුකිරීමෙන් පසුව හමුවන්නේ ස්වභාවිකව පිහිටා ඇති වේදිකාවකට. එහි සිට බැලූ විට පෙනෙන දර්ශණය විස්තර කරන්නත් බැරි තරම් ආකර්ශණීයය. එතැනින් පසු මාර්ගයේ අසීරු තැන් පටන් ගනී. මෙතැන් සිට ඇති ගුරුපාරේ වාහනයකින් තබා පයින් යෑමත් ලෙහෙසි නොවේ.

තවත් දුරක් ගමන් කිරීමෙන් පසු ඔබට වතු නිවාස දැකගන්න පුළුවන්. මේවායේ ජීවත්වෙන්නෙ දුගී වතු කම්කරුවන් ය. වතු නිවාස සහ කෝවිල පසු කර ගිය විට මාර්ගයේ අවසාන අදියරට ළඟා වේ. මේ ගමනේදී විවිධ අතුරු මාර්ග හමු වේ. නිවැරදි මාර්ගය කුමක්දැයි සඳහන් කර නැති නිසා පාර වැරදීමේ හැකියාව වැඩිය. වැඩි පුර වාහන ගොස් ඇති මාර්ගය තෝරා ගැනීමෙන් පාර වැරදෙන්න පුලුවන් හැකියාව අඩු කරගත හැකිය. එහෙමත් නැතිනම් මගපෙන්වන්නෙකුගේ සහය ලබාගත හැකිය. මේ වතුයායන්හි ජීවත් වන අය ඉතා අහිංසක සරල මිනිස්සු. ඔවුන් අවශ්‍ය ඕනෑම විටකදි උපකාර කරාවි.

ඔබ වාහනයකින් ගමන් කරන්නේ නම් අනිවාර්යයෙන්ම උස රෝද සහිත 4WD ජීප් රථයක් හෝ එවැනි පහසුකම් සහිත වාහනයක් පාවිච්චි කරන්න. එසේම ප්‍රමාණවත් තරම් ඉන්ධන රැගෙන යාමත් වැදගත්. පයින් ගමන් කරන්නේ නම් ප්‍රමාණවත් වතුර සහ ආහාර රැගෙන යන්න. එසේම ගමනේදී වැසිකිළි පහසුකම් නැහැ.

9.21 යහන්ගල

යහන්ගල යනු එක දිනකින්ද තරණය කල හැකි කන්දකි. එසේම දින දෙකක චාරිකාවක් යන විට ඉන් එක දිනක් වෙලන්ගොල්ල පතනේ ඇවිදීමට වෙන් කරව ගන්නේ නම් එය වඩාත් සුන්දර ගමනක් වනු නොඅනුමානය. මන්ද යහන්ගල විවිද හැඩ වලින් පතනේ විවිද ස්ථාන වලදී දැක ගත හැකි බැවිණි. පතනේ කඳවුරු බැදීම පිළිබද තීරණය කිරීමේදී වඩාත් වැදගත් වනුයේ වන අලි පිළිබද නිශ්චය කරගැනීමය. තවද පතනේ උඩත්තාව පැත්තට වන්න කෙලවරට අසන්න ඉසව්වේ ඕනෑතරම් ජලය තිබෙන අතර මීටර් 10, 5 බැගින් දියඇලි 3 ක්ද දැක ගත හැකිය. පරිසරයේ සුන්දරත්වයට හානි නොවන ලෙස සංචාරය කිරීමට හැකි නම් වඩාත් අගනේය.

උඩදුම්බර සිට කලුගල පසුකොට උඩෛලුක ගම්මානය අසලට එන විට වම පැත්තේ යහන්ගල පිළිබද නාම පුවරුවක් ඇති අතර එහි සදහන් පරිදි උද ඉලුකෙන් යන විට දුර කිලෝමීටර් 3 ටත් අඩුය. නමුත් වෙලන්ගොල්ල පතන හරහා යාමට නම් තාර මාර්ගය අවසන් වන ස්ථානයෙන් මැදගම පෙදෙසට ගොස් මාන කැලේ අතරින් කි . මි .7

ක් පමණ යායුතුය. එම ප්‍රදේශයෙන් යාමට පෙර වන අලි ගැවසීම පිළිබඳ ප්‍රදේශ වැසියකුගෙන් අසා යාම සුදුසු වේ.

මතක තබා ගන්න, වන සංරක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවට අනුව යහන්ගල නැගීමට කිසිදු අඩිපාරක් (Trail) එකක් ස්ථාපනය කර නොමැත.

9.22 උඩ දියලුම

උඩ දියලුම එහෙම නැත්නම් upper diyaluma ලෙසින් දෙස් විදෙස් සංචාරකයන් අතර අතිශය ජනප්‍රියත්වයට පත් වී ඇති ලංකාවේ දෙවනියට උසින් වැඩිම දිය ඇල්ල හා ඒ අවට මනස්කාන්ත පරිසරය පිළිබඳ සටහනක් තැබීමට සංචාරකයා මෙවර සූදානම් වේ.

වැල්ලවාය අන්තයෙන් හෝ බෙරගල අන්තයෙන් වැල්ලවාය බෙරගල මාර්ගයට පිවිසෙමින් කොස්ලන්ද ප්‍රදේශයට ලඟාවීමට හැකියාව තිබේ. දියලුමට ලගා වෙද්දී බෙරගල අවට ඇති මෘදු කාලගුණික තත්ත්වය මදක් ඉවත් කරමින් තරමක ශුෂ්ක දේශගුණික ලක්ෂණ ද පෙන්වන ප්‍රදේශයක් කීවොත් නිවැරදිය.

කොළඹ සිට උඩ දියලුමට එන අයෙකුට දුම්රිය මගින් මෙන්ම බස් රථ හරහාද මෙම ස්ථානයට ලඟාවීමට හැකිය. බස් රථයක පැමිනෙන අයෙකුට කොළඹ බදුල්ල බසයක පැමිණ බෙරගල හංදියෙන් වැල්ලවාය – හපුතලේ බසයක නැගී දියලුම වෙත ළඟා විය හැක. දුම්රිය මගින් ගමන්ගන්නා අයෙකුට හපුතලේ වෙත පැමිණ හපුතලේ – වැල්ලවාය බසයක නැගී දියලුම වෙත ළඟා විය හැක. A ප්‍රධාන

මාර්ගය ආසන්නයේම පිහිටා ඇති දියලුම දිය ඇල්ල නැරඹීමට නම් දිය ඇල්ල අසලින්ම බසයෙන් බැසගැනීමෙන් හැකියාව ලැබේ.
නමුත් මේ වන විට දියලුම දිය ඇල්ලටත් වඩා සංචාරකයන් හා තරුණ පිරිස් අතර උඩ දියලුම සංචාරය කිරීම හෝ කඳවුරු බැඳීම උන්මාදයක් බවට පත් වී ඇත. අවට පරිසරයේ සොඳුරු බවත් සමඟ එය එසේවීම නම් කිසිසේත්ම පුදුමයක් නොවෙයි.

ගම්වාසීන්ගෙන් ලබාගත් තොරතුරු අනුව උඩ දියලුමට ප්‍රවිශ්ය වීම සඳහා මාර්ග ත්‍රිත්වයක් තිබේ. ඉන් පහසුම මාර්ගය ලෙස කොස්ලන්ද මංසන්ධියෙන් දකුණු පසට හැරී පූනාගල දක්වා දිවෙන මාර්ගය භාවිතාකරන්නට සංචාරක ඔබට හැකියාව තිබෙනවා. පුද්ගලික වාහනයකින් ගමන් ගන්නෙකුට වඩා ආරක්ෂාකාරී මාර්ගය ලෙස මෙය හඳුන්වන්න පුලුවන්. මොකද රථගාලක් උඩ දියලුමට 1km පමන දුරින් පිහිටුවා ඇති නිසා රථවාහන සුරක්ෂිතව තබායැමට හැකිය.

9.23 චැරියට් _ පාත්

රාවණාගේ කරත්ත පාර එහෙමත් නැත්නම් චැරියට් පාත් බොහෝ දෙනෙක් නොගිය නමුත් අනිවාර්යයෙන්ම යා යුතු තැනකි.
චැරියට් පාත් වෙත යාමට නම් මහනුවර නුවරඑළිය මාර්ගයේ පුස්සැල්ලාව නගරයට යා යුතුය. ඊළඟට පුස්සැල්ලාව නගරයෙන් පෙරෙට්ටාසි දක්වා සයෙන් ගොස් පෙරෙට්ටාසි වතුයායේ කළමනාකරුගේ බංගලාව අසලට යා යුතුය. බංගලාව ඉදිරියෙන් ඇති කොන්ක්‍රීට් පාරෙන් ගමන් කරන විට හමුවන තේ වතු යාය අතරින් කිලෝ මීටරයක් විතර යා යුතුය. මේ අඩි පාර දිගේ යන විට හමුවන

පාරවල් තුනෙන් මැද පාර දිගේ යා යුතුය. ටිකක් දුර යන විට නැවතත් පාරවල් දෙකක් හමු වේ. ඒ පාරවල් දෙකෙන් දකුණු පැත්තේ පාර දිගේ යන විට හමුවන පාරවල් දෙකෙන් වම් පැත්තෙ පාරෙන් ගියොත් චැරියට් පාත් වෙත යා හැකිය. ඇත්තටම මේක දුශ්කර ඒත් සුන්දර ගමනක්. ශ්‍රී ලංකාවේම සීතලම කාලගුණය සහිත ප්‍රදේශයකි මේ චැරියට් පාත්. හෝර්ටන් තැන්නට ගොඩක් සමාන ගොඩක් ලස්සන මිටියාවතක්. පුළුල් දර්ශන තලයක් තියෙන ස්ථානයක්. මෙතන ඇත්තටම උස ගස් නැති පිට්ටනියක් එහෙමත් නැත්නම් පාරක් වගේ තැනක්. චැරියට් පාත් කියන්නේ රාවණා රජතුමා සීතා දේවිය එක්කගෙන ආපු තැනක් ලෙස ජනප්‍රවාදවල සඳහන් වේ. රාවණා රජතුමාගේ යානය ගොඩබැස්ස වූ බවට සැළකේ. ගමන දුශ්කර වුව ද ගමනාන්තය ගොඩක් ලස්සනයි. චැරියට් පාත් මිටියාවත කෙළවර ඇති සීතා පොකුණත් බලා මේ ස්වභාවික සුන්දරත්වය විනාශ නොකර පියසටහන් විතරක් ඉතුරු කර යාමට අමතක නොකරන්න.

9.24 මඩොල්සිම

මඩොල්සිම ඉතාමත් මනස්කාන්ත ප්‍රදේශයක්. වටපිටාවේ සුන්දරත්වය කියා නිමකල නොහැක. පුංචි ලෝකාන්තය නැරඹීම සඳහා ප්‍රවේශ වීමට මාර්ග කිහිපයක් ඇත. මෙහෙ යාමට ඇති පහසුම මාර්ගය බදුල්ලෙන් පසසරට පැමිණ එතැන්සිට මඩොල්සිමට පැමිණ තවත් 22 KM විතර යා යුතුය. මෙහි යන සංචාරකයෙක් මඩොල්සිම සිට ඇකිරිය පාරේ 08 KM පමණ ගිය පසු කුරුවිගොල්ල මංසන්දියෙන් දකුණට ඇති පිටමාරුව හෙවත් රෝබේරිය පාරේ 10 KM පමණ ගිය පසු කොකාගල වතුයායේ පිහිටි පුංචි ලෝකාන්තයට යා හැකිය. දැන්

මේ පාර දිගටම ඔය කියන වතුයායේ පාලන අධිකාරිය විසින් මඟපෙන්වීමේ පුවරු සාදා ඇත. මුළු මාර්ගයම කාපට් කරසාදා ඇත. පොදු ප්‍රවාහන සේවයේ පැමිණෙනවානම් පස්සරට පැමිණ ඉන්පසු කුරුවිගොල්ල හරහා පිටමාරුව බස් රථයෙන් ප්‍රවේශ මාර්ගය අසලට ගමන් කල හැක. ලුණුගල සිටද අම්බලම හංදිය හරහා කුරුවිගොල්ල බසයෙන් අම්බලම හංදියට පැමිණ පිටමාරුව බසයක් ලබා ගත හැක. මඩොල්සිම ටවුමෙන් අවශ්‍ය කරන බඩු රැගෙන යා හැක. ඉන්පසු කඩපොලක් ඇත්තේ කුරුවිගොල්ලේ පමණි. පුංචි ලෝකාන්තය දවසින් බොහෝ වෙලාවක් මීදුමෙන් සම්පූර්ණ වැසී තිබෙන අතර සැරෙන් සැරේ ටිකක් පැහැදිලි වේ. පැහැදිලිව අවට නැරඹීමට නම් හිරු උදාවන විට ඒහි සිටිය යුතුය. මේ සියල්ල මැද සොබාදහමේ අපූරු නිමැවුම පිළිබඳ කියා නිම කළ නොහැක.

10. කඳවුරු ගැසීමේදී අනුගමනය කළ යුතු කරුණු - Perfect Camping Tips

- කළුවර වැටීමට පැයකටවත් පෙර කූඩාරම සවිකර අවසන් කරන්න.
- ජලය ඇති තැනකට තරමක් ආසන්නයේ කූඩාරම සවිකල හැකිනම් උචිත වේ. එහෙත් ඉතා ආසන්නයේම සවි කිරීම උචිත නොවේ. සතුන් රාත්‍රියේ ජලය සොයා පැමිණියහැකි බැවින් සහ ජල මට්ටම ඉහල යා හැකි බැවින් අඩුම වශයෙන් ජල මූලාශ්‍රයේ සිට 200 m දුරකින් වත් කූඩාරම සවිකරන්න.
- කූඩාරම සවිකිරීමේදී සුලං දිශාව පිළිබඳ සැලකිලිමත් වන්න. කුඩරමේ ඇතුල්වන දොරටුව සුලං දිශාවට යොමු නොකරන්න.
- දිරාගිය අත්තක් සහිත ගසක් යට, නාය යාහැකි හෝ ගංවතුර ගැලිය හැකි වැනි අනතුරුදායක ස්ථාන මඟහරින්න.
- අකුණු අවදානම අවම කිරීම සඳහා අකුණු ගසන අවස්ථාවලදී පිට්ටනියක් වැනි පැහැදිලි ස්ථානවල හෝ තනි ගසක් ඇති ස්ථානවල කූඩාරම සවි නොකරන්න. ඔබ පිට්ටනියක වැනි ස්ථානයක සිටිනවානම් සහ අකුණු ගසනවානම් වහාම එතනින් පිටව ආරක්ෂිත ස්ථානයකට ගමන් කරන්න.
- වතුර නොරැඳෙන තරමක් උස් සහ වියලි ස්ථානයක කූඩාරම සවි කරන්න. කූඩාරම සවි කිරීමට පෙර එය සවිකරන බිම මත

ඇති ගල් කැබලි, වල් ගස්, මුල් ආදිය ඉවත් කරන්න. හැකිතාක් බිම සමතලා තෝරාගැනීමට උත්සාහ ගන්න.

- ගිනි ගොඩක් ගැසීමේදී අවට ඇති වියළි කොළ වැනි පහසුවෙන් ගිනි ගෙන පැතිරෙන දේ ගැන විමසිල්ලෙන් සිටින්න. රාත්‍රී නින්දට පෙර සහ උදයේ ආපසු යනවිට ගින්න නිමා අස්කර යන්න.
- කූඩාරමේ ඉදිරිපස නැගෙනහිර දෙසට යොමු කිරීමෙන් උදෑසන ඉර උදාව මනාලෙස නිරීක්ෂණය කළ හැක.
- ඔබ යන ප්‍රදේශය ගැන යාමට පෙර විස්තර දැනගෙන යන්න.
- ජලය, විදුලි පන්දම් හා බෙහෙත් වැනි අවශ්‍ය දෑ රැගෙන යන්න.
- තවත් කණ්ඩායම් කූඩාරම් ගැසීම සඳහා පැමිණ ඇත්නම් හැකිතාක් දුරින් ඔබේ කූඩාරම සවි කරන්න. සියල්ලන්ටම සමාන ලෙස නිවාඩුව ගතකළ හැකි ලෙස හැසිරෙන්න.
- එම ප්‍රදේශයේ මිනිසුන්ගේ සාමාන්‍ය දින චර්යාවට බාධා වන ලෙස හැසිරීමෙන් වළකින්න.
- පුද්ගලික ඉඩම් වල හෝ අවසර ගැනීමට ඇති ස්ථාන ගැන දැනුවත්වන්න. (විශේෂයෙන්ම වන අඩවි හා වන සංරක්ෂන දෙපාර්තමේන්තු මඟින්)
- ඉවීමට පහසු ඉක්මනින් ශක්තිය ගෙනෙන කෙටි ආහාර රැගෙන යන්න. (පාන්, රොටී, නූඩ්ල්ස්, චොකලට් වර්ග, ස්නැක්ස්, BBQ Items if needed)

- ගින්දර සපයාගැනීම අපහසු නම් පෝටබල් ගෑස් උදුනක් රැගෙන යෑම වැදගත් ය.

වැදගත්ම කරුණ නම් ඔබ පැමිණියා යැයි පෙන්වන සියලු සලකුණු ඉවත් කර යන්න. සොබාදහම තිබූ ආකාරයෙන්ම ඉතුරු කර යන්න (No Trace Principle or Stealth Camping). කුණු කසළ ඉතිරිකර නොයන්න.

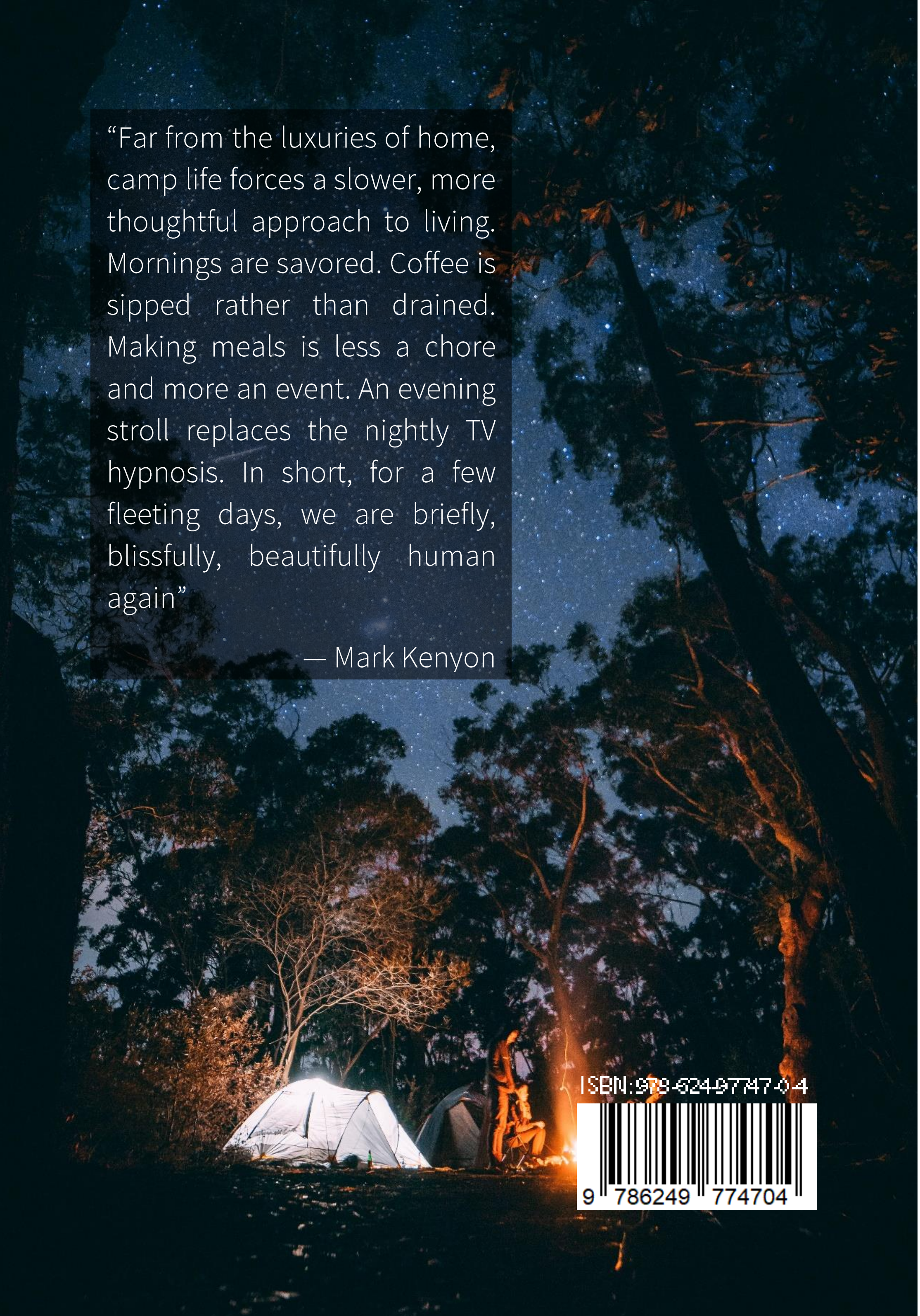
The 7 Principles - Leave No Trace Center for Outdoor Ethics. (n.d.). Leave No Trace. Retrieved August 10, 2020, from https://lnt.org/why/7-principles/

Baden-Powell, R. (2007). *Scouting for Boys: The Original 1908 Edition (Dover Books on Sports and Popular Recreations)* (Original 1908 ed.). Dover Publications.

Eyewitness, D. K. (2016). *DK Eyewitness Sri Lanka (Travel Guide)* (Reprint, Revised ed.). DK Eyewitness Travel.

Graves, R. (2013). *Bushcraft: The Ultimate Guide to Survival in the Wilderness* (1st ed.). Skyhorse.

Jarver, L. (2021). *Ultimate Camping Guide For Beginners: Essential Equipment & Tips To Living In The Great Outdoors: What Are The Essentials For Camping*. Independently published.



"Far from the luxuries of home, camp life forces a slower, more thoughtful approach to living. Mornings are savored. Coffee is sipped rather than drained. Making meals is less a chore and more an event. An evening stroll replaces the nightly TV hypnosis. In short, for a few fleeting days, we are briefly, blissfully, beautifully human again"

— Mark Kenyon

ISBN: 978-624-97747-0-4

9 786249 774704