ශාකයයි සංස්කෘතියයි

කොස්

විශ්‍රාමලත් විදුහල්පති
ශාස්ත්‍රවේදී
නා.ලි. සාර්ලිස් අමරසිරි

"අත්තක් උඩ පුම්බාගෙන
කටු රෙද්දක් පෙරවාගෙන
බඩේ පැටව් පුරවා ගෙන
ඉන්නේ කොස් ගෙඩියයි"

දෙවන පැරකුම්බා රජු ගේ ඇමති දේවප්‍රතිරාජයන් මහදෙල් ගස් නම් වූ මහ වනය මුලිනුපුරා මහත් වූ ග්‍රාමයක් බිම් පිස උපදවා ඒ වනය කොස් වනයක් කොට එහි තුන් මහල් පිළිම ගෙයක් ආදී වූ ආරාමයක් කොට රජහු නමින් මහත් වූ දාන පූජා කොට නැවත රජහු කරා අවුත් රජහු නමින් කළ කළ පින් දැන් වූ බවත්, එකල රජපා ඔහු කෙරෙහි උපන් මහත් වූ කරුණා ඇතිව ඔහු කරවූ මා දෙල් ගස් නම් ග්‍රාමය ආදී වූ හිමි පමුණු දුන් බවත් පූජාවලිය විස්තර කරයි.

වවමු රට පුරා බත් ගස්

පනස, පලස, (පොලොස්), කෝෂඵල, හිරාලි (හෙරපි), කොස් ආදී නම් වලින් හැඳින්වෙන මේ ශාකය නිසා කොස්ගම, කොස්සින්න, කොස්වත්ත, කොස්ගහකන්ද, කොස්ගස්හන්දිය වැනි ග්‍රාම නාමයන්ද, ඇති විය. ලංකාවේ හැම පෙදෙසක ම කොස් වැවේ. කොස් ගස, බත් ගස නමින් ලාංකිකයා සලකන්නනේ බත් වෙනුවට වේලක් පිරිමසා ගත හැකි ආහාර විශේෂයක් බැවිණි. කිරිකොස් ව්‍යංජනය, කොස් නියඹලාව, කොස් හා කිරි හොද්ද, පොළොස් ගැට ඇඹුල, පොළොස් ගැට මැල්ලුම, සලාදය, කොස්ඇට ව්‍යංජනය, අටුකොස් මැල්ලුම, වැලිකොස් ඇට තැම්බුම, අටුකොස් අග්ගලා යන මේවා අපේ රසවත් ආහාර හැටියට බෝවාදී කලක් මුලුල්ලේ ලංකාවට ආවේනිකව පැවති බවට සැක නැත. තම්බා වේලාගත් කොස් මදුළු තෙලෙන් බැද උණුකළ පැණිවල දමා (පත් පැණියේ දමා) ගත් කල රසවත් කට ගැස්මකි. මේ හැර කොස් ඇට පිටි වලින් නොඑක් කැවිලි විශේෂ තනාගත හැකි බවද පෙන්වා දිය හැකිය. පානදුරේ "ආතර් වී දියෙස්" මහතා "කොස් මාමා" හැටියට හඳුන්වන්නට පෙළඹුනේ දෙවන ලෝක මහා යුද්ධ සමයේදී ඇති වූ ආහාර අහේනි කාලයේ කොස් ගසේ අගය සමාජයට හඳුන්වා දී කොස් වවන්නට ජනතාව පෙළඹවූ බැවිනි. අනවසරයෙන් කොස් ගස් කැපීම නොකළ යුතු බව රජය පවා පිළිගෙන නීති සම්පාදනය කර ඇත.

ඉදුණු කොස්, වැල හෝ වරකා නමින් හැඳින් වේ. වැල, වරකා, පළතුරක් උවත් වඩාත්ම හිතකර බවක් නම් නොපෙනේ. සීතල, මිහිරි, සිනිඳු, වා පිත් පහ කරන, ධාතු පෝෂක, සෙම් වඩන, මස් හා බලය වඩන පල වැලක් බව ආයුර්වේද ග්‍රන්ථ වල සඳහන් වේ. පැසුණු කොස් උදරය තද කරන, වා වඩන, බලය, සෙම් මේදස් වඩන ආහාරයකි. දරු ලද අඟනන්ට තනකිරි වඩන අහරක්ද වේ. කොස් වාරයේ දී මහළු අඟනන් පවා කොස් කෑවොත් තිරිහන් වන්නේ යයි ගැමියෝ කියති. කොස් කොළ තැම්බූ ජලය පානය කිරීමෙන් දියවැඩියාව සමනය වන බව පිළිගෙන ඇත. වරකා ගසේ පොත්ත සිරුරේ ඇට සන්ධි බිඳීම් වලදී ඔසු සඳහා යොදා ගනු ලැබේ.

ගෘහ නිර්මාණ කටයුතු වලදී ආදී කල සිටම කොස් ලී ප්‍රයෝජනයට ගෙන ඇත. වහලයේ යටලී, බාල්ක, පරාල, රීප්ප ආදියටත් උලුවහු, දොර පියන් ආදියටත් පුටු, මේස, අල්මාරි, ඇඳන් වැනි ගෘහ උපකරණ වලටත් කොස් ලී භාවිතා වේ. එසේම, වංගෙඩිය, හිරමනය වැනි කුස්සියේ උපකරණද ගැටබෙරය, තන් මැට්ටම, උඩැක්කිය වැනි සංගීත භාණ්ඩද තනා ගැනීමට කොස් ලී භාවිතා වේ.

බෞද්ධ භික්ෂූන් වහන්සේලා සිවුර කසට වර්ණ ගැන්වීම සඳහා කොස් ලී තම්බා ගත් ජලය යොදා ගත් බව අපි දනිමු. කොස් කොල, කොස් ලෙලි ගව, එළු ආදීන්ට ආහාරයකි. කොස් ලාටු (කොහොල්ලෑ) ආයුර්වේද ඖෂධයකි. රාජතරංගනී වැනි තෙල් වර්ග සිඳීමේදී කල්කයට යොදා ගැනේ. පැරණි ගොවීහු ගොයම් මැස්සන් මර්ධනය සඳහා තනාගත් පැලැල්ලේ හෝ ලණු වල ගෑ ඇලෙන සුළු සංයෝගයට කොස් ලාටුද එක් කර ගත්හ. බලි තොවිල් වලදී පන්දම්, විලක්කු තැනීමට උණුකළ කොහොල්ලෑ වල දැවටූ රෙදි කැබලි ඔතා සකස් කෙරිණි.

සීතාවක රාජසිංහ සමයේ දී රජ වාසලේ සිට ගැටහැත්තේ කඩවත දක්වා වැටී තිබුණු පළල් මාවත දෙපස කොස් ගස් වවා තිබුණු බවට සාක්ෂි ඇත. එමෙන්ම රාජසිංහ රජුට රසවත් වරකා සැපයූ පැණි වරකා ගසද අදත් දක්නට ඇත.

ලාංකිකයාගේ එදිනෙදා ජීවිතයේදී වැදගත් මෙහෙයක් ඉටුකළ කොස් පිළිබඳ වරුණ අවසන් කරන්නට පෙර ජන කවියක්ද සිහිපත් කරනු කැමැත්තෙමි.

"කල වැද්දෙක් කොස් ගහකට
නැගලා වැලගෙඩි බරුගහතෙයි -
තෙතෙයි තෙයි - වැලගෙඩි බරුගහතෙයි

උන්ගේ පැටියෝ ඒවා කාලා -
අතු දිග දුව පනිතෙයි
තෙතෙයි තෙයි - අතු දිග දුව පනිතෙයි

කෝඳුරු හැත්තක් ඒකට වැදිලා -
පණාටික නහගනිතෙයි
තෙතෙයි තෙයි - පණාටික නහගනිතෙයි

කලවැදි සවුදම නටන්න බැරි නම් -
කැවුම් කාපු රිහි යයි
තෙතෙයි තෙයි - කැවුම් කාපු රිහි යයි".

අන්තර්ජාලයෙන් සන්නස
www.sannasa.net හෝ www.sannasa.com

PARTY CATERING
Catering for Parties, Functions, Get togethers, Family Events & Special Occasions *
Impress your guests with a memorable treat...
We serve popular Sri Lankan, Indian, & Asian Cuisines
A wide range of awesome, tasty cuisines to select. We cater for small family functions to large Buffets
Fabulous Food ~ Amazing Prices
For all your catering enquiries ...
Tel: (03) 9701 0005
0416 457 359
* Conditions and Minimum Order Quantities Apply
Wonderland Cafe
4/52 Outlook Drive
Dandenong North, Vic 3175 (Melway Ref. 81 E9)
www.wonderlandcafe.com.au

වැඩි පිරිසක් අතරට ඔබේ දැන්වීම ගෙනයන්න
සන්නස වෙළඳ දැන්වීම් සඳහා විමසන්න
03 8707 4604 - 0402 025 516
email
sannasanews@gmail.com / ads.sannasa@gmail.com