SAMODHANA JOURNAL
Faculty of Social Sciences and Humanities,
Rajarata University of Sri Lanka,
Mihintale

2024 Volume 13 Issue II

ශ්‍රී ලංකාවේ සමකාලීන ග්‍රාමීය ප්‍රජාව රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා මල් භාවිත කිරීමේ පාරම්පරික ඥානය පිළිබඳව විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනයක් (මළල ආර ආශ්‍රිත සූරිය ආර ගම්මානය ඇසුරින්).

කේ.සී.සී.තිලකරත්න[1], ආචාර්ය දර්ශන බණ්ඩාර[1]

Received Date: 14th August 2024
Accepted Date: 08th May 2025
Published Date: 02nd February 2026

Abstract

In contemporary society, people of all ages, regardless of gender, are increasingly inclined to undergo various beauty treatments to enhance their appearance. Due to the tendency to use products rich in harmful chemical compounds that lack proper standards, many individuals have become susceptible to various ailments, including skin diseases and even cancerous conditions. This study focuses on the traditional use of various flowers found in the natural environment for beauty culture and their modern-day applications. In this research, information has been organized on beauty treatment methods that can be practiced and further developed, evolving from the traditional techniques used by ancestors. This study was conducted to address the research problem: "What are the types of flowers traditionally used for beauty culture activities?"The research was carried out using library survey methods and field study methods. The primary objectives were to identify the types of flowers used in the past for beauty culture and to explore the traditional knowledge associated with using them for aesthetic enhancement. The significance of this study lies in its attempt to direct young men and

[1] ඉතිහාස හා පුරාවිද්‍යා අධ්‍යයනාංශය, රුහුණ විශ්වවිද්‍යාලය. chandunichethana@gmail.com, 4912610@gmail.com

women who currently seek beauty enhancement through substandard applications towards natural, side-effect-free methods grounded in ancient human experience. This study organizes information on how flowers such as Blue Pea (Nil Katrolu),pokuru wada flowers, Jasmine (Samanpichcha), Rose, Lotus, Beli flowers, and Cassia (Ranawara) can be utilized for purposes such as skin brightening, hair growth, maintaining a youthful appearance by minimizing wrinkles, improving complexion, eliminating body odor and maintaining the proper PH value of the body.

Keywords: Traditional, Flower types, Human experiences, Beauty culture, Modern usage.

සාරසංක්ෂේපය

වර්තමාන සමාජයේ බාල මහලු භේදයකින් තොරව තම රුව වර්ධනය කර ගැනීමට සඳහා විවිධ රූපලාවණ්‍යය සත්කාර සඳහා යොමුවන ආකාරයක් දැකිය හැකිය. එකී පෙළඹීම හමුවේ වෙළඳපොලේ ඇති නිසි ප්‍රමිතියකින් තොර වූ සමට අහිතකර රසායනික සංයෝගවලින් බහුල වූ නිෂ්පාදනවලට යොමු වීම නිසා පුද්ගලයන් පිළිකා තත්ත්ව, චර්ම රෝග වැනි විවිධ ලෙඩ රෝග වලට පවා ගොදුරු වූ අවස්ථා වර්තමාන සමාජයේ සුලබව දැකිය හැකිය. මෙම අධ්‍යයනය තුළින් අවධානය යොමු කරනු ලැබුවේ පැරැන්නන් විසින් සිය රුව අලංකරණය කර ගැනීම සඳහා භාවිත කරනු ලැබූ විවිධ මල් වර්ගවල වර්තමාන භාවිතය පිළිබඳවයි.එහිදී ස්වභාවික පරිසරයේ හටගනු ලබන විවිධ මල් යොදා ගනිමින් පැරැන්නන් විසින් සිදු කළ රූපලාවණ්‍යය ක්‍රම ශිල්ප වර්තමානයේ තව දුරටත් දියුණු වෙමින්,නව අත් හදා බැලීම් සිදු කරමින් භාවිතයට ගත හැකි රූපලාවණ්‍යය සත්කාර ක්‍රම පිළිබඳව මෙම අධ්‍යයනය යටතේ කරුණු පෙළගස්වන ලදි.රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා පාරම්පරිකව භාවිත කරනු ලැබූ මල් වර්ග මොනවාද? යන අධ්‍යයන ගැටලුව යටතේ මෙම අධ්‍යනය සිදු කරන ලදී. පුස්තකාල සමීක්ෂණ ක්‍රමවේදය හා ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය ඔස්සේ මෙම අධ්‍යයනය සිදු කරන ලදි. රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා අතීතයේ භාවිත කරනු ලැබූ මල් වර්ග පිළිබඳව සොයා බැලීමත් ඒවා රුව අලංකාර කර ගැනීමට යොදා ගැනීමේ පාරම්පරික ඥානය පිළිබඳව කරුණු සොයා බැලීමත් මෙම අධ්‍යයනය මගින් අපේක්ෂිත අරමුණ විය.වර්තමානය වන විට රුව වර්ධනය කර ගැනීමේ අපේක්ෂාවෙන් බොහෝ තරුණ තරුණියන් නිසි ප්‍රමිතියකින් තොර රූපලාවණ්‍යය ආලේපන කෙරෙහි යොමු වී ඇති පසුබිමක අතුරු ආබාධ රහිතව රුව වර්ධනය කර ගත හැකි ස්වභාවික ක්‍රම කෙරෙහි අතීත මානව අත්දැකීම් තුලින් යොමු කරවීමට උත්සහ දැරීම මෙම අධ්‍යයනයේ අධ්‍යයන වැදගත්කමකි. රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා එනම් සම පැහැපත් කිරීම,කෙස් කළඹේ වර්ධනයට,වයසට යෑමේදි සමෙහි ඇතිවන රැලි වැටුණු භාවය අවම කරමින් තරුණ බව රැක ගැනීම,නිය පොතු වර්ධනයට,ශරීරයෙ දහඩිය දුගද නැති කර සුවදවත් කිරීම,සිරුරේ PH අගය නිසි පරිදි පවත්වා ගැනීම වැනි බොහෝ කරුණු සඳහා

ස්වභාවික පරිසරය තුලින් සපයා ගත හැකි නිල් කටරොලු මල්,පොකුරු වද මල්,සමන්පිච්ච මල්,රෝස මල්,නෙළුම් මල්,බෙලි මල් සහා රනවරා මල් ප්‍රයොජනවත් වන බවත් අවශ්‍ය පරිදි එම කටයුතු සඳහා මෙම මල් වර්ග යොදා ගනු ලබන ආකාරය පිළිබඳවත් මෙම අධ්‍යයනය ඔස්සේ කරුණු පෙළගස්වා ඇත.

ප්‍රමුඛ පද: පාරම්පරික, මල් වර්ග, මානව අත්දැකීම්, රූපලාවණ්‍යය, වර්තමාන භාවිතය

හැඳින්වීම

"අතීත මානව අත්දැකීම් සම්භාරය පිළිබඳව ඥානය වර්තමානයේ හා අනාගතයේ මානවයාට ගෙන දීම ඉතිහාස ශික්ෂණය සමග බොහෝ දෙනා සම්බන්ධ කරන කාර්ය වේ"(ගුණවර්ධන,2005:1). ශ්‍රී ලංකාව වූ කලී ජෛව විවිධත්වයෙන් අනූන ගස්කොලන්වලින් පිරුණු දේශයකි.එබැවින් ශාක කොටස් භාවිත කරමින් විවිධ රූපලාවන්‍ය කටයුතු අතීතයේ සිටම ලාංකීයන් විසින් සිදු කර ඇත. ශ්‍රී ලංකාවේ සාම්ප්‍රදායික ඔසු ප්‍රතිකාර පිළිබඳ දැනුමෙන් වැඩි ප්‍රමාණයක් වාචිකව පරම්පරාවෙන් සම්ප්‍රේෂණය වන අතර ඒවායේ ඓතිහාසික ලේඛනගත කිරීම සහ සංරක්ෂණය කිරීම් හඳුනා ගැනීම අපහසු වේ. මෙම අධ්‍යයනය තුළින් ශ්‍රී ලංකාවේ පාරම්පරිකව රුව වර්ධනය කිරීම සඳහා භාවිතයට ගනු ලැබූ ස්වභාවික මල් වර්ග පිළිබඳව පාරම්පරික ඥානය සමකාලීනව භාවිතා කරනු ලබන ආකාරය පිළිබඳව තොරතුරු ඉදිරිපත් කර ඇත. අතීතයේ සිට වර්තමානය දක්වා ම විවිධ සුබ අසුබ ඕනෑම කටයුත්තක් සදහා ස්වාභාවික පරිසරය හටගනු ලබන මල් වර්ග භාවිතයට ගනු ලැබීය. විවිධ කටයුතු සඳහා ඒ ඒ මල් වර්ග සංකේතාත්මක වශයෙන් භාවිතයට ගත්හ. ආදරය ප්‍රකාශ කිරීම, විවාහය, බෞද්ධාගමික කටයුතු, දෙවිවරු ඇදහීම, අවමංගල්‍යය අවස්ථා වැනි විවිධ කටයුතුවලදි මල් ප්‍රධාන සාධකයක් බවට පත් ව ඇත. රූපලාවන්‍ය කටයුතුවලදි ප්‍රමුඛස්ථානයක් ස්වභාවික පරිසරයෙන් සපයා ගනු ලබන අමු ද්‍රව්‍ය කෙරෙහි යොමු වේ. වර්තමානයේ මෙන් කෘතිම රූපලාවණ්‍යය නිෂ්පාදන ජනතාවගෙන් දුරස්ව පැවති අවධියක කාන්තාවන් රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා විවිධ මල් වර්ග යොදා ගෙන තිබේ. එලෙස යොදාගනු ලැබූ මල් වර්ග හා සම්බන්ධ පාරම්පරික ඥානය පිළිබඳව විමසා බැලීම මෙම අධ්‍යයනයේදි සිදු කරනු ලැබේ. එකී පාරම්පරික ඥානය වර්තමානයේ ඇතැම් ප්‍රදේශවල තවදුරටත් නොනැසී පවතින නමුත් තරඟකාරි ජීවන රටාවත් සමඟ මෙම ස්වභාවික ක්‍රම බොහෝ දුරට අප අතරින් ගිලිහී ගොස් ඇති බවක් පෙන්නුම් කරනු ලැබේ.

අධ්‍යයන ගැටලුව

රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා පැරණි ග්‍රාමීය ජනතාව විසින් භාවිත කරන ලද මල් වර්ග පිළිබඳව අධ්‍යයනය කිරීම මගින් පැරණි මානව අත්දැකීම් විශාල ප්‍රමාණයක් අනාවරණය කර ගැනීමට හැකියාවක් නූතනයේ වුවද පවතී.වර්තමානයේ මෙන් කෘතීම රූපලාවණ්‍යය නිශ්පාදන ජනතාවගෙන් දුරස්ව පැවති යුගයක ස්වභාවික පරිසරයෙන් සපයා ගනු ලබන අමුද්‍රව්‍ය රුව අලංකරණ කටයුතු සඳහා භාවිත කිරීමට පැරණි මානව ප්‍රජාව යොමු වන්නට ඇත. රුව අලංකරණ කටයුතු සඳහා භාවිත කරනු ලබන ස්වභාවික ශාකසාරවල එක් පැතිකඩක් වශයෙන් මල්

වැදගත් මෙහෙයක් ඉටු කරනු ලබයි. ඒ අනුව මෙම අධ්‍යයනයේ අධ්‍යයන ගැටලුව වූයේ රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා පාරම්පරිකව භාවිතයට ගනු ලැබූ මල් වර්ග මොනවාද? යන්න පිළිබඳව වේ. මෙම අධ්‍යයනයේදී හඳුනා ගන්නා ලද කරුණු පහත අධ්‍යයන ප්‍රශ්න තුලින් හඳුනා ගැනීම සිදු කරන ලදි.

1. රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා භාවිතයට ගනු ලබන ස්වභාවික ශාකමය අමුද්‍රව්‍ය මොනවාද?
2. රුව අලංකරණ කටයුතු සඳහා යොදා ගත හැකි මල්වර්ග මොනවාද?
3. එම මල් වර්ග රූපලාවණ්‍ය කටයුතු සඳහා සුදුසු ලෙස සකස්කර භාවිත කරන්නේ කෙසේද?
4.මෙම මල් වර්ග රූපලාවණ්‍යය කටුතු සඳහා වර්තමානයේ භාවිත කරනු ලබන්නේද?

ඒ අනුව වර්තමානයේ ග්‍රාමීය ප්‍රජාව රුව අලංකරණය සඳහා විවිධ මල් වර්ග විවිධ ස්වරූපවලින් යුතුව සකසා භාවිතයට ගෙන ඇති බව හඳුනා ගත හැකි විය.

අධ්‍යයන අරමුණු

මෙම අධ්‍යයනය තුළින් අපේක්ෂා කරන ලද අරමුණු කිහිපයකි.

- අතීතයේ රූපලාවණ්‍ය කටයුතු සඳහා ස්වභාවික පරිසරයෙන් සපයා ගනු ලැබූ මල් වර්ග හඳුනාගැනීම.
- එම මල් වර්ග රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා සකස් කර ගනු ලැබූ ආකාරය පිළිබඳව තොරතුරු හඳුනා ගැනීම
- රූපලාවණ්‍ය කටයුතු සදහා භාවිත කරන ලද මල් වර්ගවල වර්තමානයේ භාවිත කළ හැකි ආකාරය පිළිබඳව සොයා බැලීම යන අරමුණු කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන ලදි.

අධ්‍යයන වැදගත්කම

වර්තමානය වන විට රුව වර්ධනය කර ගැනීමේ අපේක්ෂාවෙන් බොහෝ තරුණ තරුණියන් නිසි ප්‍රමිතියකින් තොර රූපලාවණ්‍යය ආලේපන කෙරෙහි යොමු වී ඇති ආකාරය හඳුනා ගත හැකිය.නිසි ප්‍රමිතියකින් තොර මෙවන් රූපලාවණ්‍යය නිශ්පාදන භාවිත කිරීම හේතුවෙන් සමේ නිරෝගී භාවයට හානි සිදු වීම, පිළිකා ඇති වීම, මුහුණේ සහා ශරීරයේ දද, කුෂ්ඨ වැනි සුව කළ නොහැකි දීර්ඝ කාලීනව අහිතකර ප්‍රථිඵල ලබා දෙන චර්ම රෝග ඇති වීම,මළ දරු උපත් ඇති වීම, ගබ්සා වීම්, සම තුනී වීම, ඇස් පෙනීමේ දුර්වලතා ඇති වීම වැනි දරුණු හානි දායක ප්‍රථිඵල ඇති කර දෙනු ලැබේ. ඇතැම් පුද්ගලයන්ට මෙම අහිතකර තත්ව ශරීරයේ පිටතට පෙන්නුම් කිරීමක් සිදු කරනු ලැබුවද ඇතැමුන්ට එවැනි තත්වයක් ඇති නොවිය හැකි ය.නමුත් ඔවුන්ට ශරීර අභ්‍යයන්තරය තුල හානිදායක තත්ව ඇති කිරීම සිදු විය හැකි ය. වර්තමානය වන විට ප්‍රමිතියකින් තොර රුව අලංකරණය කිරීම සඳහා භාවිතයට ගනු ලබන නිශ්පාදන වෙළඳපොලෙහි විකිණීමට ඇති අතර මෙම

නිශ්පාදන භාවිත කිරීමේ භයානකකම පිළිබඳව බොහෝ දෙනෙකුට අවබෝධයක් නොමැති බව පෙනී යයි.මුහුණ සුදු කර ගැනීමේ ඒකායන අරමුණකින් පසුවන වර්තමාන සමාජයේ ඇතැම් තරුණ තරුණියන් මෙවැනි ඛේදජනක ඉරණමකට ගොදුරු වීම් වැඩි වශයෙන් දැකිය හැකිය.එවන් පසුබිමක අතුරු ආබාධ රහිතව රුව වර්ධනය කර ගැනීමට ස්වභාවික ශාකවල කොටස් භාවිත කරනු ලබන ක්‍රම පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබා දී ඒ කෙරෙහි අතීත මානව අත්දැකීම් තුලින් යොමු කරවීමට උත්සහ දැරීම මෙම අධ්‍යයනයේ අධ්‍යයන වැදගත්කම වශයෙන් පෙන්වා දිය හැකිය.

පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය

මෙම අධ්‍යයනය ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය ඔස්සේ මෙන්ම පුස්තකාල සමීක්ෂණ ක්‍රමවේදය යටතේ සිදු කරන ලදී. පුස්තකාල සමීක්ෂණ ක්‍රමවේදය යටතේ සාහිත්‍යය මූලාශ්‍ර තොරතුරු මඟින් මල් හා ජනතාව අතර පැවති ජනතා ආකල්ප ඉතිහාසය පිළිබඳව හඳුනා ගැනීමටත් මල්වල විද්‍යාත්මක පසුබිම හඳුනා ගැනීමත් සිදු කරන ලදි. අධ්‍යයනය සඳහා යොදා ගනු ලැබූ මල් වල විද්‍යාත්මක නාම (Scientific names) හඳුනා ගැනීමත් සිදු කරන ලදි. එමෙන්ම මෙම මල්වල අඩංගු රසායනික සංයෝග හඳුනා ගැනීම පුස්තකාල සමීක්ෂණ ක්‍රමවේදය යටතේ ද්විතීයික මූලාශ්‍ර පරිශීලනය මගින් සිදු කරන ලදි. ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය යටතේ මෙම අධ්‍යයනය මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ තණමල්විල කොට්ඨාශයේ සූරිය ආර නම් ගම්මානය කේන්ද්‍ර කර ගනිමින් සිදු කරන ලදී. එහිදී වාචික ඉතිහාස පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය යටතේ සම්මුඛ සාකච්ඡා ක්‍රමය භාවිත කරමින් දත්ත සපයා ගැනීම සිදුකරන ලදී. ජන සමාජය තුළ ලිඛිත ඉතිහාසගත තොරතුරුවලට වඩා මිනිසුන් තුළ පවතින පාරම්පරික ඥානය එකතු කිරීමට නම් මිනිසුන්ගේ ආකල්ප, සමාජ විශ්වාස ඇතුළත් හර පද්ධතීන් ආමන්ත්‍රණය කිරීම සිදුකළ යුතුය. එහිදී රූපලාවණ්‍යය කටයුතු පිළිබඳව අවබෝධයක් ඇති ග්‍රාමීය කාන්තාවන් සමග පවත්වනු ලැබූ සම්මුඛ සාකච්ඡා මගින් එම ප්‍රදේශයේ රුව අලංකරණය කිරීමේ කටයුතු සඳහා භාවිතයට ගනු ලැබූ මල්වර්ග පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබා ගැනීමට හැකි වූ අතර එහිදී එම මල්වර්ගවල වර්තමාන භාවිතය පිළිබඳවද කරුණු හඳුනා ගැනීම සිදු කරන ලදී. ඒ ඔස්සේ ලබා ගනු ලැබූ දත්තයන් මූලික කරුණු ඔස්සේ වර්ග කරමින් එකී දත්ත ගුණාත්මකව විශ්ලේෂණය කරමින් ඒ ඔස්සේ නිගමනවලට එළැඹීම සිදු කරනු ලැබීය.ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය යටතේ මෙම අධ්‍යයනය සිදු කරන ලදි.

විමර්ශනය

මල් පිළිබඳව ජනතා ආකල්ප ඉතිහාසය

ශ්‍රී ලාංකේය සමාජය තුල මල් පිළිබඳව මහජන ආකල්ප සඳහා මුල් බැසගත් ඉතිහාසයක් පවති. ලංකාවේ මුල්ම රාජධානිය වන අනුරාධපුර රාජධානි සමයේ සිටම ජන සමාජය හා මල් අතර පැවතී ඇත්තේ ඉතාම සමීප සබැඳියාවක් බව සාහිත්‍යය මූලාශ්‍ර පරිශීලනය කිරීමේදි පැහදිලි වේ. මහාවංශයේ විජය කුමරු පිළිබඳ තොරතුරු දැක්වීමේදි ලංකාවට පැමිණි විජය කුමරු ඇතුළු පිරිස නෙළුම් මල් පිරි පොකුණකට බැස දිය නා නෙළුම් අල නෙලුම්බු දැලි හා නෙළුම් කොළවලින් දිය ද ගෙන ගොඩට පැමිණි බව සඳහන් වේ (මහාවංශය,7 පරි:11-13). එමෙන් ම මහමෙව්නා උයනේ සීමා ලකුණු කරන අවස්ථාවේදී යොදාගත් සැරසිලි අතර මලින් බර වූ සුමුදු හා මල් ඇගෑ ගත් අත් ඇති අගනන් එහි වූ බව මහාවංශයේ සඳහන් වේ (මහාවංශය, 15 පරි:194-195). මල් කෙරෙහි මහජන ආකල්ප සුන්දරත්වය,ආදරය,හා ආධ්‍යාත්මිකත්වය සංකේතවත් කරනු ලැබේ.රුවන්වැලි සෑයේ ධාතු නිධාන උත්සවයේදී උත්සවය අලංකාරවත් කරවීමට මල් සුමුගු ගත් කතුන් යොදවා ඇති බව මහාවංශය සඳහන් වේ (මහාවංසය,31 පරි:41). දුටුගැමුණු රජතුමා මරණාසන්න අවස්ථාවේදී මහසෑයට උදේ හවස මල් පූජා කරන ලෙසත් දිනකට තුන් වරක් පෙරහැර කරන ලෙසත් සිය සොහොයුරා වූ සද්ධාතිස්ස කුමරුට උපදෙස් ලබා දුන් බව මහාවංසයේ සඳහන් වේ (මහාවංශය,32 පරි:59-60) ඒ අනුව මල් මානව සංස්කෘතිය තුළ ගැඹුරු හා ස්ථිර ස්ථානයක් හිමි කරගෙන ඇති බව පෙනී යයි. මල් හා බැදුනු ආකල්ප පිළිබඳව ඉතිහාසය සමාජ,ආගමික පිලිවෙත් හා එදිනෙදා ජීවිතය යන බොහෝ කරුණු සඳහා බද්ධ වී ඇත. මිනිසුන්ට මල් පිළිබඳව විවිධ විශ්වාස පවතී.ආගමික කටයුතුවලදි නෙළුම්,සමන්පිච්ච වැනි ඇතැම් මල්වර්ග පාරිශුද්ධත්වය,අලංකරණය හා ඥානාලෝකය සංකේතවත් කර ඇත. සමන් පිච්ච මල් දෑසමන් වශයෙන් ද හඳුන්වන බව ආයුර්වේද ඖෂධ සංග්‍රහයේ දක්වයි (ආයුර්වේද ඖෂධ සංග්‍රහය,1985:215) දේවානම්පියතිස්ස රජු දවස ලංකාවට වැඩම කළ මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ අනුරාධපුර නගරයට ප්‍රවේශ වන විට නගරය අලංකාර කර තිබූ බවත් එහි දෑසමන් ආදී මල් වර්ග ඇති සල්පිල් ද තිබී ඇති බවත් මහාවංශ කතුවරයා දක්වයි. මීට අමතරව රජු විසින් මහමෙව්නා උයන මිහිඳු හිමියන් වෙත සඝ සතු කොට පූජාකිරීමෙන් පසු ව දේවානම්පියතිස්ස රජතුමා මිහිඳු හිමි වෙත දෑසමන් මල් අට මිටක් පිළිගැන්වූ බව ද සඳහන් වේ (මහාවංශය,15 පරි.28-47) ශ්‍රී ලාංකේය ආධ්‍යාත්මිකත්වය තුළ මල් සෑම විටම පූජනීයත්වයක් හිමි කරගෙන තිබේ. මීට අමතරව ලංකාවේ ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාව සඳහා අවශ්‍ය ඖෂධ නිශ්පාදනය කර ගැනීමටත් එවායේ චිකිත්සක ගුණ සඳහාත් විවිධ වර්ගයේ මල් භාවිත කර තිබේ.මල් පිළිබඳව ජනතා ආකල්ප ලංකාවේ මහනුවර පෙරහැර හා අලුත් සහල් මංගල්‍යය වැනි සාම්ප්‍රදායික උත්සවවලදි මැනවින් කැපී පෙනේ.මෙම උත්සවවලදි මල් සැරසිලි පුලුල් ලෙස ඇතුලත් කර ඇති අතර ඒවායේ සැමරුම් මල් සහා ජනතාව අතර ඇති සමීප සබැඳියාව පෙන්නුම් කරනු ලැබේ.මිනිසාගේ දෛනික ජීවිතය හා බැදුණු අංගයක් ලෙස මල් අතීතයේ සිට වර්තමානය දක්වාම පවති. ඇතැම් අවස්ථාවලදී රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහාත්,නිවාස අලංකරණය සඳහාත්,උත්සව කටයුතුවලදි උත්සව සහා අලංකරණය කිරීම සඳහාත්,විශේෂ

අවස්ථාවලදී තෑගි දීම සඳහාත් මල් භාවිතයට ගනු ලැබේ. ඒ අනුව ශ්‍රී ලාංකීයන් නවීකරණය වී තිබියදීත් චාරිත්‍ර වාරිත්‍ර හා සැමරුම්වලදී ඔවුන්ගේ සාම්ප්‍රදායික වැගත්කම ආරක්ෂා කරමින් මල් සමග ශක්තිමත් සම්බන්ධතාවයක් පවත්වාගෙන යනු ලැබේ. ඒ අනුව මල් යනු ශ්‍රී ලාංකේය සංස්කෘතික උරුමයේ අත්‍යාවශ්‍ය අංගයක් බව පැහැදිලි වේ.

රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා මල් භාවිත කිරීම

තම සිරුරේ පැහැය, හැඩය වර්ධනය කර ගැනීම සඳහා අතීතයේ පමණක් නොව සමකාලීන සමාජයේ කාන්තාවන් තුළද පවතිනුයේ දැඩි කමැත්තකි. ඒ සඳහා වර්තමානයේ ක්ෂණිකව සමේ පැහැය වර්ධනය කර ගත හැකි විවිධ ආලේපන වර්ග භාවිත කරනු ලැබුවද ග්‍රාමීය සමාජයේ කාන්තාවන් බොහෝ අවස්ථාවලදී ස්වභාවික සත්කාරවලට ප්‍රමුඛස්ථානයක් ලබා දී ඇති බව හඳුනා ගත හැකි වේ. එහිදී විවිධ ශාකසාර මගින් නිශ්පාදනය කර ගන්නා ඖෂධ සිරුරේ ආලේපනය කරමින් රුව වඩවා ගැනීම සිදු කර ඇත.ශාකවල කොල,පොතු,මුල්,මෙන්ම මල් ද මේ සඳහා භාවිත කර තිබේ. මෙම අධ්‍යයනය යටතේ ප්‍රධාන වශයෙන් අවධානය යොමු කරනු ලැබුවේ රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා භාවිතයට ගනු ලැබූ මල් වර්ග කෙරෙහිය. රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා භාවිතයට ගනු ලැබූ මල් වර්ග වශයෙන් නිල් කටරොලු, සමන් පිච්ච, දාස්පෙතියා, නෙළුම්, රෝස, පොකුරු වදමල්, බෙලි මල්, රණවරා මල් ආදිය භාවිත කර තිබේ. මුහුණ, සම, කේෂ කලාපය, දත් සහ නිය පෙළ ආශ්‍රිතව ඇතිවන විවිධ ගැටලුකාරි තත්ව වලක්වා ගැනීම සඳහා මල් භාවිත කරනු ලැබූ ආකාරයත් ඒ පිළිබඳව ග්‍රාමීය ජනතාව සතුව පවති විශ්වාසයන් පිළිබඳවත් මෙහිදි කරුණු සාකච්ඡා කර ඇත.

පොකුරුවද මල්

පොකුරු වදමල් *Hibiscus rosa-sinensis* යන විද්‍යාත්මක නාමයෙන් හඳුන්වනු ලැබේ (Lim,2014:773). පොකුරු වදමල් රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා බහුල වශයෙන් භාවිත කරනු ලැබේ. මෙම වදමල් ප්‍රභේද කිහිපයකින් පවතින අතර පොකුරු වද මල් කළු පැහැයට හුරු තද රතු පැහැයකින් යුක්තය.මීට අමතරව සුදු, කහ,තැඹිලි ආදී විවිධ වර්ණයෙන් වදමල් දැකිය හැකිය. අතීතයේ සමාජයේ වැඩිහිටි කාන්තාවන් කුඩා දරුවන් නැහැවීම සඳහා ද මෙම වද මල් තැම්බූ වතුර භාවිත කළ බව හඳුනා ගත හැකි විය.

"පොකුරු වදමල් තම්බපු වතුරෙන් ඉස්සර අපි දරුවෝ නැව්වා.දැන්නම් ඒ දේවල් කරන්නෙ නෑනෙ.මගේ දරුවො හතර දෙනාවම ඉස්සර මම පොකුරු වද තම්බපු වතුර දරුවා නාවන වතුර එකට එකතු කරලා නාවලා තියෙනවා.ඒ වතුරෙන් නාවපුවහම කොණ්ඩේ කලු පාට වෙනවා.ඉක්මනට දැන් ළමයින්ගේ වගේ කොණ්ඩ අකාලයේ වටිලා යන්නෙ නෑ. ඒ විතරක් නෙවෙයි පොකුරු වද මල් තම්බපු වතුර බොන්න දෙනවා ලමයින්ට.අපේ අම්මලා අපිටත් දීලා තියෙනවා.මූණු ලස්සන වෙන්නෙ ඇඟ ඇතුලට දෙන කෑම බීමවලින්"(හින්නි හාමි,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

මෙම පොකුරු වදමල් පානයක් වශයෙන් මෙම ප්‍රදේශයේ ජනතාව භාවිත කර ඇති බව හදුනා ගත හැකි විය. ශරීරයේ ඇති කොලෙස්ටරෝල් මට්ටම වදමල් පානය නිසා පහළ දමන අතර ඉක්මනින් ස්ථුල භාවයට පත් වෙන පුද්ගලයන්ට පොකුරු වදමල් පානය නිසාවෙන් සිහින් හැඩැති සිරුරක් ලබා ගැනීමට හැකි බවද ඔවුන් විශ්වාස කරන ලදි. එමෙන්ම කුරුලෑ ලප කැලැල් සඳහාද වදමල් පානය හොද ප්‍රතිකර්මයක් ලෙස ඔවුන් භාවිත කර ඇත.එමෙන්ම කුඩා දරුවන්ට ද පොකුරු වද මල් තම්බා පානය කිරීමට ලබා දී ඇත.

පොකුරු වද මල් පානය, වද මල් ශැම්පු සහා වද මල් තෙල් නිශ්පාදනය කර ගනු ලැබූ ආකාරය පහත පරිදි දක්වා අත.

"මේ පොකුරු වදමල්වලින් වදමල් බොන්න හදා ගන්නා විතරක් නෙවෙයි අපි ඒ කාලේ ඔළුවෙත් ගෑවා ශැම්පො විදිහට.තෙල් වලට වදමල් පෙති දාලා රත් කරලා ඒ තෙල් ඇගේ ඔලුවෙ ගෑවා. අද වගේ වස විස කියලා බය වෙන්න දෙයක් නෑ. වද මල් පෙති ටිකක් අරගෙන උණු වතුරට දාලා තැම්බුනාට පස්සේ දෙහි බිංදු කීපයක් දාලා බොන්න ගන්න පුලුවන්. වද මල් ශැම්පො හදාගන්න වද මල්, වද මල්වල පොහොට්ටු, වද මල් කොලත් ඕන. මේ ඔක්කොම භාජනයකට දාලා පිරිසුදු වතුරෙන් පරිස්සමෙන් සෝදා ගන්න ඕන. ඊට පස්සේ ඇල්වතුර ටික ටික දාලා වද මල්, පොහොට්ටු, කොළ හොඳින් අතින් පොඩි කර ගන්න. මේ හදා ගත්ත මිශ්‍රණය පිරිසිදු භාජනයකට හොඳින් පෙරා ගෙන කොණ්ඩේ ගාලා ටික වෙලාවක් තියලා හෝදලා දාන්න ඕන.සතියකට දවස් දෙකක් විතර පාවිච්චි කරන්න පුලුවන්නම් හොදයි.නාන්න කලින් හදා ගන්න ඕන."(හින්නිහාමි,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඒ අනුව වර්තමානයේ මෙන් කෘතිම සේදුම්කාරක සහා ආලේපනවර්ග ජනතාවගෙන් දුරස්ව පැවති කාලසීමාවක ස්වභාවික පරිසරය තුළින් ලබා ගනු ලබන ස්වභාවික අමුද්‍රව්‍ය තුලින් සිය රූපලාවණ්‍ය අවශ්‍යතා ඉටු කරගෙන ඇති බව පැහැදිලි විය.

පොකුරු වද මල් මගින් නිශ්පාදනය කර ගනු ලබන තෙල් හිසේ ආලේප කිරීම සිදු කර ඇති බව මෙම අධ්‍යයනයේදි හදුනා ගැනීමට හැකි විය.කාලාන්තරයක් තිස්සේ වද මල් තෙල් නිශ්පාදනය කර ගනු ලබන ග්‍රාමීය කාන්තාවකගේ අදහස් පහත පරිදි හදුනා ගැනීමට හැකි විය.

"එදා ඉදලා අද වෙනකම් මම වද මල් එකතු කරලා හදා ගත්තු තෙල් එකක් තමයි පාවිච්චි කලේ.දැන් මගේ වයස අවුරුදු 68ක්. අදටත් මම පාවිච්චි කරන්නෙ ඒ තෙල් එක.වදමල් හොයා ගන්න බැරි කාලවලදි ගෙදර හිදපු පොල් තෙල් ගානවා. වදමල් තෙල් හදන්න වද මල්, වද කොල, වද මල් ගහෙ මුල් ඕන. මේ ඔක්කොම හෝදලා පොඩි කෑලි වෙන්න කපා ගන්න ඕන.කපලා පවනේ වේල ගන්න ඕන. ඊට පස්සෙ ලිපේ මැටි වලදක් තියලා ගෙදර හිද ගත්තු සුදු පොල්තෙල් ටිකක් ඒ වලදට දාලා තෙල් ටික රත් වීගෙන එද්දි අර වේල ගත්ත මල් කොල මුල් ටික දානවා.පැය භාගයක් විතර රත් වෙන්න දෙන්න ඕන. පස්සෙ ලිපෙන් බාලා නිවෙන්න තියලා සතියක් විතර ඒ බාජනෙ තිබ්බට පස්සේ වෙනම බෝතලයකට පෙරලා ගන්න.

නිදාගන්න කලින් ඒ තෙල් චුට්ටක් රත් කරලා ඔලුවෙ ගාලා නිදා ගන්නකො.ඊට පස්සෙ උදේට ඉර හැරෙන්න කලින් නාන්න. මම කීවට ඔය දරුවො කරලා බලන්න.කලු පාටට දිගට කොන්ඩෙ වැවෙනවා. හිසේ කැක්කුම් හැදෙන්නෙත් නැ." (හින්නිහාමි,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඒ අනුව පොකුරු වද මල් භාවිතයෙන් හිස කෙස් සඳහා හොඳ පෝෂණයක් ලැබී ඇති බව පැහැදිලි විය. පොකුරු වද මල් කුරුලෑ නාශකයක් වශයෙන්ද භාවිතයට ගෙන ඇත. එමෙන්ම පොකුරු වද මල් කුරුලෑ සහිත සමට ද ප්‍රතිකාර සිදු කරනු ලැබේ.

"ළපටි පොකුරු වද මල් හා කොළ තලා ගත්තට පස්සේ එන ඉස්ම (යුෂ) මූණෙ ගෑවම කුරුලෑ වලට වගේම අවුවට ගිහින් කළු උනාට පස්සේ ගාන්නත් හොඳයි." (ලීලාවති, සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඉහත හඳුනා ගන්නා ලද තොරතුරු අනුව පොකුරු වදමල් රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා භාවිතයෙන් ඔවුන් අපේක්ෂා කරන ලද ප්‍රතිඵල පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකි විය.

- හිරු එළියට පිලිස්සුනු සම සඳහා
- කුරුලෑ ලපකැලල් වලින් සුවය ලබා ගැනීම සඳහා
- හිසකෙස් වැටීම හා හිස්සොරි පාලනය කරමින් හිසකෙස් වර්ධනය කර ගැනීම සඳහා
- හිසකෙස් කාල වර්ණ කිරීම සඳහා
- ශරීරයේ රුධිරය පිරිසිදු කිරීම තුළින් ලප කැලැල්වලින් තොර නිරෝගී පැහැපත් සමක් ලබාගැනීම සඳහා පොකුරු වදමල් තුළින් හැකියාව ලැබේ.

පොකුරු වදමල්වල විද්‍යාත්මක පැතිකඩ පිළිබඳව සැලකීමේදී සමේ ගැටලු හා පිළිස්සුම් සඳහා ප්‍රතිකාර කිරීමට වදමල් සාරය සාම්ප්‍රදායික වෛද්‍ය විද්‍යාවේ මෘදුකාරක ලෙස යොදාගනු ලැබේ (Nascimento,et al.,2021:2). වදමල් වල ඇති එතනොලික් සාරයන්හි(Ethanolic extracts) ප්‍රතිඔක්සිකාරක ගුණය, හිරු එළියෙන් සම ආරක්ෂා කිරීම සහා කොලැජන් නිපදවීම සිදුකරනු ලබන බව පර්යේෂණවලින් තහවුරු කරගෙන ඇත. ශාක සාරවල ඇති සංයෝගවලින් Phenolic ක්‍රියාකාරි සංයෝගයක් වශයෙන් විශේෂ අවධානයක් ලබා අත. ෆීනෝලික්(Phenolic)හි ප්‍රතිඔක්සිකාරක ක්‍රියාකාරිත්වය, වයස්ගත වීම වැළැක්වීම, කොලජන් ක්ෂය වීම අඩු කිරීමට සහ UV කිරණවලින් ආරක්ෂාව සැපයීමටත් හැකියාව ඇති බව හඳුනා ගෙන ඇත.එමනිසා, සමේ නිෂ්පාදනවල කෘතිම ප්‍රතිඔක්සිකාරක ප්‍රතිස්ථාපනය කිරීම සඳහා ඉහළ ප්‍රතිඔක්සිකාරක ධාරිතාවක් සහිත ස්වාභාවික ෆීනෝලික්වලින් වදමල් සමන්විත බව විද්‍යාත්මකව තහවුරු කොට ඇත. සත්‍යය ප්‍රමිතීන් භාවිත කරමින් හඳුනා ගත් ෆීනෝලික්(Phenolic) සංයෝග 13 අතරින්

10ක් ම මල් සාරය තුල පමණක් හඳුනා ගැනීමට හැකියාව ලැබී ඇත(Nascimento,et al.,2021:3-4).

එමෙන් ම වදමල්වල ෆෙරුලික් අම්ලය(Ferulic Acid) ඇති බව හඳුනාගෙන ඇති අතර එම අම්ලය මගින් සමේ මෙලනින් නිෂ්පාදනය පාලනය කරනු ලබන බව පර්යේෂණවලින් සනාථ වී ඇත(Nascimento,et al.,2021:5-6)

ග්‍රාමීය කාන්තාවන් මෙම වදමල්වල අඩංගු සමට හිතකර සංයෝග පිළිබඳව විද්‍යාත්මක මට්ටමින් නොදැන සිටියද ඔවුන් සිය අත්දැකීම් මගින් සිය රූව අලංකරණ කටයුතු සඳහා මෙම මල් භාවිත කර ඇති බව හඳුනා ගැනීමට හැකියාව ලැබිනි. මෙම පොකුරු වද මල් භාවිත කරමින් වර්තමානය වන විට වද මල් තෙල්, වදමල් ෂැම්පු සහ කන්ඩිෂනර්, වදමල්, සබන් වැනි බොහෝ නිෂ්පාදන ලොව පුරා

නිල් කටරොළු මල්

රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා අතීතයේ සිටම භාවිතයට ගනු ලැබූ නිල් කටරොලු මල සංස්කෘත භාෂාවෙන් ගිරි කර්ණිකා යන නමින් හඳුන්වන අතර ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් butterfly pea ලෙස හඳුන්වයි. *Clitoria ternatea* යන උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමයෙන් හඳුන්වනු ලැබේ(Lim,2014:773). මෙම පුෂ්පය නිල් පැහැයෙන් හා සුදු පැහැයෙන් යුක්ත වන අතර රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා භාවිත කරනු ලබන්නෙ නිල් පැහැයෙන් යුතු කටරොළු මලයි. අලංකාර පුෂ්පයක් වන මෙය රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා විවිධ ආකාරවලින් හැඩගසා ගනු ලැබේ. නිල් කටරොළු මල් රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා ග්‍රාමීය ජනතාව යොදාගෙන ඇති බව පහත ප්‍රකාශ තුලින් පැහැදිලි වේ.

"ඒ දවස්වල දැන් වගේ එක එක ජාතියේ ක්‍රීම් වර්ග මූණ හෝදන දේවල් තිබුනෙ නෑ.අපේ අම්මලා කලේ එක්කෝ සුදු හඳුන් කැල්ලක් ගලේ උරච්චි කරලා ගාන ඒක.එක්කො වෙනිවැල් ගැට කැල්ලක් ගානවා.මල් විදිහට ඔය නිල්පාට කටරොළු මල් වල ඉස්ම අරන් ඒකට කෝමාරිකා මදය දාලා කවලම් කරලා රෑට මූණෙ ගානවා අපි.ගාලා ටික වෙලාවකින් සෝදලා දානවා. මූණ පැහැපත් වෙනවා විතරක් නෙවෙයි වයසට යන එකත් පාලනය වෙනවා කියලා තමයි ඒ දේවල් කලේ."(සුනීතා,සම්මුඛ සාකච්ඡා:2024).

රූපලාවණ්‍යය කටයුතුවලදී මූලික ස්ථානයක් මුහුණට හිමි වේ. එබැවින් මුහුණ පැහැපත් කර ගැනීම සඳහ වැඩි වශයෙන් උනන්දුවක් වර්තමානයේ මෙන් ම අතීත සමාජයේ කාන්තාවන් විසින් ද සිදු කර ඇති බව පැහැදිලි වේ. ඉහත අදහස අනුව පැහැදිලි වනුයේ ස්වභාවික ආලේපනයක් වශයෙන් නිල් කටරොළු මල් භාවිත කර ඇති බවයි.

මීට අමතරව නිල් කටරොළු මල් සිය රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා යොදා ගනු ලබන යන 35 හැවිරිදි කෞෂල්‍යා කුමාරි ප්‍රකාශ කරනු ලැබුවේ මෙවැනි අදහසකි.

"නිල් කටරොළු වලින් අපි හිතනවට වඩා හොඳ ප්‍රතිඵලයක් ගන්න පුලුවන්.නිල් කටරොළු කියන්නෙ රසවත් වගේම ගුණ බීමක්. ඇග මහත් වෙන එක නතර උනා නිල් කටරොළු මල් උදේ හවස බිව්වම. නිල් කටරොළු තම්බපු වතුරෙන් කොණ්ඩේ හේදුවම හොදට කොන්ඩේ දිලිසෙන්න ගන්නවා. මගේ අම්මා තමයි මටත් මේ ගැන කියලා දුන්නේ නිල්කටරොළුවලින් අයිස් කැට (ice cube) හදලා මූන මසාජ් කලාම මූණෙ තියෙන චූටි චූටි බිබිලි කුරුලෑ නැති වෙනවා.නිල් කටරොලු මලේ යුෂ උනු වතුරට දාලා අරගෙන හොඳින් නිවුණු පසු අයිස් කියුබ් ට්‍රේ එකකට දාලා ඩීෆ්‍රිෂර් එකේ තියන්න ඕන. පැය තුනක් හතරකින් පස්සේ ලස්සනට අයිස් කැට (ice cube) හැදිලා තියෙනවා. එක සැරේකට අයිස් කැට දෙකක් විතර අරගෙන සෙමින් රවුමට මූනේ අතුල්ලන්න ඕන.එතකොට මූණ පැහැපත් කර ගන්න පුලුවන්. නිල් කටරොළු ඉස්ම දාලා හදන අයිස් කැටවලින් මූණ මසාජ් කරන එක නම් මම ම හොයා ගත්ත එකක්.මේ දේවල්වලින් ප්‍රතිඵල ඉක්මනට ගන්න බෑ.ඉවසීමෙන් කාලයක් කරන්න ඕන."(කෞශල්‍යා,සම්මුඛ සාකච්ඡා:2024).

"නිල් කටරොළු බීම හදා ගන්න එකත් අමාරු නෑ. නිල් කටරොළු මල් ටිකක් අරගෙන පිරිසිදු කටරොළු කටරොළු භාජනයකට දාලා උණු වතුර එකතු කරලා විනාඩි පහක් විතර තැම්බෙන්නට තියන්න ඕන.විනාඩි පහකට විතර පස්සේ උණු වතුර එක නිල් පාට වෙලා තියෙනවා පේනවා.එතකොට වතුර ටික පෙරලා අරගෙන ඕන නම් දෙහි බිංදු ටිකක් දාන්න පුලුවන්. දෙහි එකතු කලාට පස්සේ නිල් පාට වතුර ටික දම් පාට වෙනවා. මේක නිල් කටරොළු වේලපු මල්වලින් උනත් හදා ගන්න පුලුවන්. මේ වේලපු නිල් කටරොළු මල් කුඩුකරලා තේ කොළ විදිහට බොන්න ගන්නත් පුළුවන්"(කෞශල්‍යා,සම්මුඛ සාකච්ඡා:2024).

ඉහත අදහස් විමසා බැලීමේදි පැහැදිලි වන්නේ ග්‍රාමීය කාන්තාවන් සිය රූව වර්ධනය කර ගැනීමේ අපේක්ෂාවෙන් විවිධ ස්වරූපවලින් යුක්තව නිල් කටරොළු මල් භාවිතයට ගෙන ඇති බවයි. ඒ අනුව නිල් කටරොළු මල් භාවිතය තුලින් ඔවුන් අපේක්ෂා කර ඇති ප්‍රතිඵල පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකි විය.

- හිසකෙස් වර්ධනය කර ගැනීම සඳහා
- තරුණ පෙනුම රැක ගැනීම සඳහා
- ශරීරයේ ලේ පිරිසිදු කරන බැවින් ස්වාභාවිකවම සම පැහැපත් කර ගැනීමට උදව් වේ.
- අනවශ්‍යය මේදය දියකර හරිමින් ශරීරයට අවශ්‍ය හැඩය පවත්වා ගැනීමට උපකාරී වේ.
- ඇස්වල ඇති විඩා බර බව නැති කිරීම

රූව වර්ධනය කිරීම සඳහා නිල් කටරොළු මල් භාවිත කිරීමේ විද්‍යාත්මක පදනම පිළිබඳව සලකා බැලුවහොත් රූව වර්ධනය කිරීම සඳහා උපකාරී වන බොහෝ සංඝටක එහි අඩංගු බව පර්යේෂණ මඟින් හඳුනා ගෙන ඇත. විද්‍යාත්මකව සලකා බැලූ විට නිල් කටරොළු මල් සතුව වයසට යෑමේ ක්‍රියාවලිය මන්දගාමී කරනු

ලබන ස්වභාවිකව ඇතිකරන ප්‍රති ඔක්සිකාරකයක් වන Anthocyanin අඩංගු වේ. එමගින් සම වයසට යෑම පාලනය කරමින් සමෙ සෞඛ්‍ය පාලනය කරන බව සොයාගෙන ඇත. (Dhangar et al.,2023). නිල් කටරොළු phenolic අන්තර්ගතයෙන් පොහොසත් වන අතර Terpenoid සංයෝග Anthocyanin,Tannins,Phenols සහා Flavonoids යන සංයෝග ද පැවතීම හේතුවෙන් ඔක්සිකරණය වැලැක්වීම සිදු කරන අතර පාරජම්බුල කිරණවලට නිරාවරණය වීමෙන් සමට සිදුවන හානි අවම කිරීමට සමත් වන බව සොයාගෙන ඇත (Saritani,et al.,2021:110). මීට අමතරව තවද Antioxidantrich සහිත නිල් කටරොළු තේ මගින් ආතතිය අඩු කිරීමට,ආහාර රුචිය නියාමනය කරමින් ආහාර ජීර්ණ පද්ධතිය පිරිසිදු කිරීමෙන් ශරීරයේ බර අඩු කර ගැනීම වේගවත් කිරීම, ශරීරයේ කොලැජන් නිශ්පාදනය උත්තේජනය කිරීම,හිසකෙස් වර්ධනය උත්තේජනය කිරීමට හැකියාව ඇති බව හඳුනාගෙන ඇත (Prakash,2024:198-201)

ඒ අනුව ග්‍රාමීය ජනතාව විද්‍යාත්මක පදනමක් නොදැන සිය පාරම්පරික දැනුමෙන් රූව අලංකරණ කටයුතු සඳහා යොදා ගනු ලැබූ නිල් කටරොළු මල් වර්තමානය වන විට විවිධ රූපලාවන්‍යය නිශ්පාදන සඳහා යොදාගෙන ඇති අතර වෙළඳපොළෙහි විකිණීමට පවා තබා ඇති අයුරු දැකිය හැකි වේ.

සමන් පිච්ච මල්

සමන් පිච්ච මල් දෑසමන් වශයෙන් ද හඳුන්වන බව ආයුර්වේද ඖෂධ සංග්‍රහයේ දක්වයි. (ආයුර්වේද ඖෂධ සංග්‍රහය,1985:215) *Jasminum sambac* යන උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමයෙන් හඳුන්වයි(Shah,Raj & Sharma,2022:3). ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් Jasmine වශයෙන් හඳුන්වන සමන්පිච්ච මල් මගින් ලබා ගත හැකි ප්‍රතිලාභ රාශියකි.ඉතා දිගු ඉතිහාසයකට උරුමකම් කියනු ලබන සමන්පිච්ච මල් රූව අලංකරණ කටයුතුවලදි වැදගත් මෙහෙයක් ඉටු කරනු ලැබේ. පැරණි රාජ්‍යය පාලන සමයේ සිට වර්තමානය දක්වා කාන්තාවන් රූව අලංකරන කටයුතුවලදි සමන් පිච්ච මල් විවිධ ස්වරූපවලින් යුක්තව සකසා භාවිත කරනු ලබෙ.

සමන් පිච්ච මල් භාවිත කරමින් ඇස් සේදීම තුලින් ඇස් පිරිසිදු කර ගැනීම සිදු කරනු ලැබ ඇති බව පහත අදහස් තුලින් පැහැදිලි වේ.

"ඉස්සර අපි සමන්පිච්ච මල් පෙගෙන්න දාපු වතුර වීදුරුවකින් උදේට ඇස් හෝදනවා.උශ්න කාලෙට අපි කන කෑමත් එක්ක ඇස්වලින් කබ,කඳුලු ගලන එක,ඇස් රතු වෙලා වේදනා ඇති වෙන එක නතර වෙනවා. ඇස් හොදට පිරිසිදු වෙනවා. රෑට සමන්පිච්ච මල් ටිකක් කඩලා වතුර වීදුරුවකට පෙගෙන්න දාලා ගන්න වතුර පෙරලා තමයි ඇස් හෝදන්න ඕන. ඒ මල් ටික අරගෙන ටික වෙලාවක් ඇස් උඩ තියාගෙන ඉන්නකොට හරිම සනීපයි ඇස්වලට. ඒ විතරක් නෙවෙයි සමන්පිච්ච මල් දාපු වතුරෙන් ඇඟ හේදුවට පස්සේ ඇගේ දාඩිය ගඳ එන්නෙත් නෑ.මේ දේවල් අද කාලෙ ළමයි දන්නෙ නැතුව ඇති.මේ දේවල් කිසිම වියදමක් නැතුව කර ගන්න පුලුවන් දේවල්නෙ දරුවෝ."(සුභානි,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

රූපලාවණ්‍යය ක්ෂේත්‍රය තුළ ඇස්වලට හිමි වන්නේ විශේෂ ස්ථානයක්.කාන්තිමත් තියුණු නෙත් යුගලක් කාන්තාවකට ආභරණයක් බව විශ්වාස කරනු ලබයි. වර්තමානයේ ඇස් අලංකරණය සඳහා විවිධ කෘතීම නිශ්පාදන භාවිත කරනු ලැබුවද ග්‍රාමීය කාන්තාවන් ස්වභාවික පරිසරයෙ ශාක සාර භාවිතයෙන් කිසිදු අහිතකර ප්‍රතිඵලයක් නොලබා ස්වභාවික ක්‍රම ශිල්ප අනුව සිය රුව අලංකරණ කටයුතු සිදු කරගෙන ඇති බව පැහැදිලි වේ. එපමණක් නොව දහඩිය දුගද පාලනය කිරීම සඳහා වර්තමානයේ විවිධ සුවදකාරක හා ඩියෝඩ්‍රන්වර්ග වෙළදපොලෙහි විකිණීමට ඇති නමුත් සමන්පිච්ච මල් භාවිතයෙන් ඇගෙහි දහඩිය දුගද පාලනය කර ගැනීමට හැකි බව පාරම්පරික ඥානය තුලින් ඔව්හු දැන සිටියහ.

වර්තමාන වෙළද පොලේ මිල අධික සමන් පිච්ච තෙල් මෙම ප්‍රදේශයේ කාන්තාවන් සකස් කර ගනු ලබන ආකාරය පහත පරිදි විස්තර කර ඇත.

"සමන් පිච්ච කියන්නෙ සුවද මල් වර්ගයක්නෙ.ඒ කාලේ අපිට අද වගෙ සෙන්ට් වර්ග තිබුනෙ නෑ.තිබුනත් ඒවා ගන්න අපිට සල්ලි තිබුනෙ නෑ. ඒ නිසා ගෙදර හිදලා ගන්න සුදුපාට පොල්තෙල් වලට සමන් පිච්ච මල් දාලා මද ගින්නෙ රත් කරනවා.පිච්ච මල් පර වෙන්නෙ නැති වෙන්නත් ගින්දර අඩුවෙන්ම දා ගන්නත් කල්පනාවෙන්ම ඉන්න ඕන. විනාඩි දහයකින් පහලොවකින් විතර ලිපෙන් බාලා දවසක් විතර තෙල් ටික මල් එක්කම පැත්තකින් තියලා තියන්න ඕන. දවසකින් පස්සේ පෙරලා අරගෙන පිරිසිදු බෝතලයකට ආරන් දාලා තියනවා. දවස් තුන හතරකට ඇති වෙන්න තමයි හදා ගන්නේ. නාලා එහෙම ඇවිත් අත පයේ ගානවා.ඔලුවෙත් ගාන්න පුලුවන්. ඇගේ කොරල තියෙනව නම් ඒ දේවල් නැති වෙලා යනවා.තරුණ පාටක් ඇගට එනවා. මම දුවලා දෙන්නටත් හදලා දෙනවා ගාන්න"(සුභානි,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

සමන් පිච්ච මල් ද පානයක් වශයෙන් දවස් දෙක තුනකට සැරයක් භාවිත කරන බව හදුනා ගැනීමට හැකි විය.එහිදි සමන් පිච්ච මල් පානය සකස් කර ගනු ලබ ආකාරය පිළිබඳව පහත සාකච්ඡාව තුළ සඳහන් කර ඇත.

"සමන්පිච්ච මල් තම්බලා දවස් දෙකකට විතර සැරයක් අපි බොනවා.සමන්පිච්ච මල් ටිකක් අරගෙන ගෙන උණු වතුරට දාලා තම්බාගන්න. සමන්පිච්ච මල් නැති කාලයට අර ගන්න අපි මල් වේලලා අරන් තියනවා.අපේ ගෙදර සමන් පිච්ච වැල් තියෙන නිසා මල් වලින් අඩුවක් නෑ. මගේ තාත්තා ඉස්සර හිටපු වෙද මහත්තයෙක්.එයා තමයි කිව්වේ මේවා බොන එක හොදයි කියලා. හරිම සුවදයි සමන්පිච්ච මල් තේ එක."(සුභානි,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඉහත කරුණු අනුව සමන් පිච්ච මල් රූපලාවණ්‍යය ක්ෂේත්‍රයේදි පහත ප්‍රතිලාභ අපේක්ෂා කරමින් ග්‍රාමීය ප්‍රජාව විසින් භාවිතයට ගෙන ඇති බව හදුනා ගැනීමට හැකි විය.

- ස්වභාවිකවම සමේ තෙතමනය රඳවා තබා ගැනීමට ඉවහල් වේ.

- සමේ වියළි ගතිය හා රැලිවැටීම දුරු කරමින් ලප කැලැල් නැති පැහැපත් සමක් ලබා ගැනීම
- ඇසට දීප්තියෙන් ලබා ගැනීම සඳහා මෙන්ම ඇස් ආශ්‍රිත විවිධ ලෙඩ රෝග එනම් ඇස් වලින් කබ කඳුළු ගැලීම වැනි රෝගී තත්ත්වයන් වලක්වා ගැනීම සඳහා
- කාන්තා පිරිමි දෙපාර්ශවයටම වර්තමානයේ දැඩි ගැටළුවක් වී තිබෙන අධික දහඩිය දැමීම නිසා ඇතිවන දුර්ගන්ධය වළක්වා ගැනීම සඳහා
- ශරීරය සුවඳ ගැල්වීම සඳහා
- කොණ්ඩයට ස්වභාවික දීප්තියක් ලබා ගැනීමට සමන්පිච්ච මල් ප්‍රයෝජනවත් වේ.

ඉන්දියානු කාන්තාවන් සියවස් ගණනාවක් පුරා හිසකෙස් සුවඳවත් කිරීමට සමන්පිච්ච මල් භාවිත කර තිබේ. තවද තෙල් ලොවේ රජු ලෙස සැලකෙන සමන් පිච්ච තෙල් ඉතාමත් මිල අධික ය. සමන් පිච්ච තෙල් ඖෂධීය වටිනාකමකින් ඉහල තෙල් වර්ගයක් වන අතර බොහෝ ලෙඩ රෝග සුව කිරීම සඳහා එය භාවිතයට ගත හැකි බව පර්යේෂණාත්මකව තහවුරු වි ඇත.

විද්‍යාත්මක පර්යේෂණ මගින් තහවුරු කරගත් පරිදි සමන්පිච්ච තෙල් මගින් සමට ලැබෙන ප්‍රතිලාභ පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකිය.

- සමන්පිච්ච තෙල් සතුව විශබීජ නාශක ගුණය ඇති බැවින් එය කුරුලෑ ප්‍රතිකාර සඳහා යෝග්‍යය බවත් සම මත සිටින බැක්ටීරියා ඉවත් කිරීමට හැකියාව ඇත
- දීප්තිමත් හා ශක්තිමත් හිසකෙස් ප්‍රවර්ධනය කරන කන්ඩිෂනර් ගුණ ඇති බැවින් මෙම සමන්පිච්ච තෙල් භාවිත කිරීමෙන් දිගු කෙස් කලබක් ලබා ගත හැකි වේ (shah,raj And Sharma,2022:12).
- සම ආරක්ෂා කිරීම සඳහා ප්‍රති ඔක්සිකාරකයක් ලෙස ක්‍රියා කරයි
- සම වයසට යෑමේ ක්‍රියාවලිය මන්දගාමී කරයි
- සමන්පිච්ච තෙල් මගින් සමේ කොලැජන් නිපදවීම වර්ධනය කරයි
- සමෙහි ඒකාකාර පැහැය ආරක්ෂා කරයි
- සමෙහි තෙල් නිශ්පාදනය සමන්පිච්ච තෙල් මගින් නියාමනය කරන බවද පර්යේෂණ මගින් සොයාගෙන තිබේ (Shah,et al.,2024:1206).

ඒ අනුව ග්‍රාමීය කාන්තාවන් ඔවුන්ට ගැලපෙන පරිදි සකස් කර ගනු ලැබූ සමන්පිච්ච තෙල් මගින් රුව වර්ධනය කර ගැනීම සඳහා භාවිත කළ හැකි සංයෝග අඩංගු බව විද්‍යාත්මක පර්යේෂණ මගින් ද තහවුරු වි ඇති බව හඳුනා ගත හැකි විය.

එමෙන්ම සමන් පිච්ච මල් තේ පානයක් වශයෙන් ද සකසා පිළියෙල කර ගැනීම තුළින් ද රුව පැහැපත් කර ගැනීමට හැකියාවක් ලැබීම මෙන්ම දීර්ඝකාලීනව භාවිත කිරීම මගින් ශරීරය සුවඳවත් කර ගැනීමටද හැකියාව පවතින බව විශ්වාස

කෙරේ. සමන්පිච්ච තේ භාවිතයෙන් ශරීරයේ අනවශ්‍යය මේදය ඉවත් කළ හැකි බවත් එබැවින් ශරීරයේ බර පාලනයට සමන්පිච්ච තේ ප්‍රයෝජනවත් බව විද්‍යාත්මකව සොයාගෙන ඇත.සමන්පිච්ච තේ පානයෙන් ආතතියෙන් තොර සැහැල්ලු ජීවිතයක් ගත කිරීමට හැකියාව ලැබේ. තවද මෙම තේ පානය මඟින් ශරීරයේ ප්‍රති ඔක්සිකාරක ගුණය වර්ධනය කර ගත හැකි වේ (Shah,Raj & Sharma,2022:12).

සමන්පිච්ච මල් භාවිත කරමින් නිශ්පාදනය කරන ලැබූ සුවද විලවුන් වෙළඳපොළෙහි දක්නට ලැබේ.සමන්පිච්ච මල් පානය ජපානය, සෝවියට්, රුසියාව වැනි රටවල ඉතාමත් ප්‍රසිද්ධ පානයකි.

රෝස මල්

Rosa rubiginosa යන උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමයෙන් හඳුන් වන රෝස මල් රූපලාවන්‍ය සත්කාර සඳහා බහුලව යොදා ගනු ලබන මල් විශේෂයක් වශයෙන් වැදගත් වේ. රතු, සුදු, නිල්, තැඹිලි, කහ, රෝස, කොළ වැනි විවිධ පැහැයන්ගෙන් රෝස මල් සමන්විත වේ. රෝසමල් යොදාගෙන නිෂ්පාදනය කරනු ලබන රෝස වතුර රූපලාවන්‍ය ක්ෂේත්‍රයේ බහුලව භාවිත කරයි. රෝස මල් භාවිතයෙන් ලබාගත හැකි ප්‍රතිලාභ රාශියකි.

- සමේ PH අගය පාලනයට උදව් වීම
- කුරුලෑ ඇතිවීම පාලනය කරයි
- සමෙහි ඇති අතිරික්ත තෙල් ස්වභාවය පාලනය
- සමේ තෙතමනය ආරක්ෂා කිරීම
- බැක්ටීරියා ආසාදන වලින් සම ආරක්ෂා කිරීම
- ඇස් යට කළු වීම් අවම කිරීම සහ ඇස් දීප්තිමත් කිරීම
- රෝස වල ඇති ප්‍රිය මනාප සුවඳ නිසා මානසික ප්‍රබෝධය ඇතිවීම
- තරුණ පෙනුම රැක දේ.
- නියපොතු වර්ධනය සඳහා රෝස තෙල් ගුණදායකය.
- හිසකෙස්වල දීප්තිය වර්ධනය කිරීම සඳහා
- හිසකෙස් ශක්තිමත් කිරීම

(Jakson and Pranklin,2021:1)

රෝස මල් භාවිත කරන බව සඳහන් වේ.මෙම රෝස මල් භාවිතයද ග්‍රාමීය කාන්තාවන් රූව අලංකරණ කටයුතුවලදී භාවිත කරන බව හදුනා ගත හැකි විය. රෝස වතුර හා රෝස තෙල් වෙළඳපොළෙහි විකිනිමට ඇති අතර රෝස මල් භාවිත කරමින් නිෂ්පාදනය කරන ලද සුවඳ විලවුන් පවා වෙළෙඳ පොළෙහි දක්නට ලැබේ.රෝස වතුර භාවිත කිරීම තරුණ ගැහැණු දරුවන් විසින් සිදු කරන බව හදුනා

ගැනීමට හැකි විය. ඔවුන් වෙලඳපළෙහි පවතින රෝස වතුර වෙනුවට නිවසෙහිම රෝස වතුර සාදා ගනු ලබන ආකාරය හදුනා ගත හැකි විය.

"රෝස වතුර හදා ගන්න හරිම ලේසි.රෝස මලක් අරගෙන උණුවතුරට දාලා පාට වෙනස් උනාම රෝස වතුර හදා ගන්න පුලුවන්. උදේට මූණ හෝදලා රෝස වතුර ටිකක් ස්ප්‍රේ කරනවා මම. හරිම ෆ්‍රෙශ් වගේම මූණට හොදට තෙතමනයක් ලැබෙනවා.ඇස් යට කළු වෙලා වගේ තියෙන ඒවත් අඩු වෙනවා"(ප්‍රාර්ථනා,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඒ අනුව රෝස මලක පෙති උණුවතුරට දමා තම්බා ගැනීමෙන් පසුව පහසුවෙන් රෝස වතුර සාදාගත හැකිය.ඉහත සඳහන් කළ ප්‍රතිඵල බොහොමයක් මෙම රෝස වතුර භාවිත කිරීමෙන් ලබා ගත හැකි බව හඳුනා ගත හැකි විය. රෝස මල් ප්‍රනීත සුවඳකින් යුක්ත වීම හේතුවෙන් රෝස තෙල් සාදා ගැනීමද ගැහැණු දරුවන් සිදු කරන ලද බව හඳුනා ගත හැකි විය. ඒ පිළිබඳව යොමු වූ අදහස් පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකිය.

"රෝස මල් පොල්තෙල් එක්ක එකතු කරලා තෙල් එකක් හදාගෙන මම ඊට පාවිච්චි කරනවා. මට ඒක හදන්න කියලා දුන්නේ ලොකු අක්කා. මුලින්ම රෝස මල් සෝදලා පෙති වෙන් කර ගන්න ඕන.වතුර දාන්නෙ නැතුව පොඩි වංගෙඩියකට දාලා හොදින් කොටා ගෙන ඒ මිශ්‍රනය වෙන බාජනයකට අයින් කරන්න ඕන.වතුර එකක් උණු වෙන්න තියලා ඒ උනුවතුර භාජනය උඩින් තවත් භාජනයක් තියලා ඒකට සුදු පාට පොල්තෙල් ටිකක් දාන්න.මේක පරිස්සමෙන් කරන්න ඕන. ඒ තෙල් ටික යන්තම් රත් වීගෙන එනකොට අර කලින් කොටලා අරන් තියපු රෝස පෙති මිශ්‍රනය තෙල් එකට එකතු කරන්න ඕන. ටික වෙලාවකින් තෙල් ටික රෝස පාට වෙලා තියෙනවා පේනවා.අපි ගන්න මල්වල පාට එක්ක තෙල් එකේ පාට වෙනස් වෙනවා. එතකොට ලිපෙන් බාලා තෙල් ටික කපු රෙදි කෑල්ලකින් පෙරලා අයින් කරන්න ඕන. මේ තෙල් එකෙන් හමේ වේලුණු ගතිය නැති වෙලා යනවා. මම නම් කොණ්ඩෙත් ගානවා. හොද දිලිසෙන ගතියක් එනවා කොන්ඩෙට ගෑවට පස්සේ."(ප්‍රාර්ථනා,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඉහත කරුණු අනුව රෝස මල් භාවිතයෙන් රුව අලංකරණ කටයුතු සිදු කරඇති බවත් එමගින් ඔවුන් ලැබෙතැයි අපේක්ෂා කරන ලද ප්‍රථිඵලත් පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකි විය.

- සමේ තෙතමනය ලබා ගැනීම
- ඇස් යට කළු වීම් වලක්වා ගැනීම
- සමේ ඉරිතැලීම් වලක්වා ගැනීම
- කොණ්ඩය සඳහා පෝෂණයක් ලබා ගැනීම
- භාවිතයෙන් පසු නැවුම් භාවයක් ලබා ගැනීම

සඳහා රෝස මල් මෙම ප්‍රදේශයෙ ජනතාව විසින් භාවිත කරනු ලබන බව හඳුනා ගැනිමට හැකි විය.

ඒ අනුව වර්තමානයේ තරුණ ප්‍රජාව පවා තම වැඩිහිටියන්ගෙන් ලැබුනු පාරම්පරික දැනුම තම රුව අලංකරණ කටයුතු සඳහා යොදා ගැනීම සිදු කරන බව පැහදිලි විය. එමෙන්ම තරුණ දරුවන් සමග සිදු කරනු ලැබූ සාකච්ඡාවලින් තහවුරු වූයේ ඔවුන්ට ස්වභාවික රූපලාවණ්‍යය ක්‍රම පිළිබඳව දැනුමක් ඇති බවත් එකී ක්‍රම භාවිත කිරීමට ඔවුන්ට විවේකයක් නොමැති වීම හේතුවෙන් කෘතීම නිශ්පාදනවලට යොමු වී ඇති බවත් ය.

නෙළුම් මල්

අතීතයේ සිටම රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා බහුල වශයෙන් භාවිත කරන තවත් මල් වර්ගයක් වශයෙන් නෙළුම් මල් ද වැදගත් ස්ථානයක් ගනී. *Nelumbo nucifera gaertn* යන උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමයෙන් හඳුන්වන නෙළුම් මල් රතු,සුදු වැනි පැහැයන්ගෙන් සමන්විත වේ. බොහෝ ඖෂධීය ගුණයන්ගෙන් නෙළුම් මල් සමන්විත වේ.

සම පැහැපත් කිරීමට හා චර්ම රෝග ආශ්‍රිත ගැටලු සඳහා නෙළුම් මලේ පෙති හා රේණු තැම්බූ ජලයෙන් මුහුණ හා ශරීරය සේදීම යෝග්‍ය බව ගැමි කාන්තාවන් විසින් ප්‍රකාශ කරන ලදි. මෙම ප්‍රදේශයේ වැව් සුලබව දැකිය හැකි බැවින් නෙළුම් මල් සපයා ගැනීම අපහසු නොවේ. වැවේ ජලය නොපෙනෙන තරමේ එක යායට නෙළුම් මල් දැක ගත හැකි වේ. වෙළඳපොළෙහි ඇති නෙළුම් තෙල් මිල අධික වන බැවින් තාවකාලිකව නෙළුම් තෙල් සකසා ගැනීමට ඔවුහු පුරුදු වී ඇත.

නෙළුම් තෙල් සකස් කරගන්නා ආකාරය පිළිබඳව පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකිය.

" නෙළුම් මල් පෙති හා රේණු වෙන්කර අරගන්න. වතුර ටිකක් එකතු කරලා හොඳින් අඹරා ගන්න ඕන. පස්සේ එම මිශ්‍රණය පෙරා ගන්න. භාජනයක් ලිපේ තියලා ඒකට නෙළුම්පෙති යුෂ ටික එකතු කරන්න. නෙළුම් යුෂ ටික හොඳින් උණු වෙන කොට ඒකට පිරිසිදු සුදු පොල් තෙල් මේස හැඳි 3ක් 4ක් එකතු කරලා ටික වේලාවක් තියලා ලිපෙන් බාන්න.ඊට පස්සේ පිරිසිදු වීදුරු බෝතලයකට දාලා පාවිච්චි කරන්න පුලුවන්".(සුමනාවතී,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

මෙලෙස සකස් කර ගනු ලැබූ නෙළුම් තෙල් හිසකෙස් වර්ධනය කර ගැනීම වැනි තවත් බොහෝ රූපලාවණ්‍ය කටයුතු සඳහා යෝග්‍ය වන අතර වර්තමානයේ වන විට වෙළෙඳපොළේ නෙළුම් තෙල් මිලදී ගැනීමට ඇත. ඉහත තොරතුරු අනුව නෙළුම් මල් මගින් ලැබෙන ප්‍රථිඵල පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකි විය.

- සමට තෙතමනයක් ලබාදීම
- සම රැලි වැටීම පාලනය කිරීම
- හිසකෙස් වර්ධනය කිරීම

- හිසකෙස් සම්බන්ධ රෝග නිවාරණය කිරීම
- සම පැහැපත් කිරීම
- චර්ම රෝග ආශ්‍රිත ගැටලු සුව කිරීම

වැනි දේ සඳහා ගුණදායක බවට ග්‍රාමීය කාන්තාවන් විසින් විශ්වාස කරනු ලබන බව හඳුනා ගත හැකි විය. ඒ සඳහා විවිධ ආකාරවලින් නෙළුම් මල් සකස් කර ගෙන ඇති බව ද පැහැදිලි විය. විද්‍යාත්මකව සලකා බැලීමේදී නෙළුම් කොළ, මල් හා බීජසාරය තුළ ඇති Tyrosinase නිශේධනය නිසා සම සුමුදු කිරීමේ ගුණය ඇත. එමෙන්ම සමේ මෙලනින් සංස්ලේෂණය වළක්වමින් සම පැහැපත් කිරීමට දායක වීමත් වයසට යාමේදී සමෙහි ඇතිවන රැළි වැටීම් සඳහා යෝග්‍යය බැවිනුත් රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා බහුලව භාවිත කරනු ලබන බව සොයා ගෙන ඇත (Namita & Swati,2013)

බෙලි මල්

දේශීය වෙදකම තුල බෙලි ශාකයට හිමි වනුයේ ප්‍රමුඛස්ථානයකි. *Aegle marmelos (L) Corr* යනු බෙලි ශාකයේ උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමය වේ(Lim,2012:107). බෙලි මල් තම්බා බීම තුලින් ඇගේ දාහය පාලනය කිරීම,සම පැහැපත් කිරීම සිදු කරනු ලැබේ.එබැවින් ශරීර අභ්‍යයන්තරයට ගනු ලබන බෙලි මල් පානය රුව වර්ධනය කර ගැනීම සඳහා පාරම්පරිකව භාවිත කර තිබේ.

"මෙ පැත්තෙ හැම තැනකම වගේ බෙලි ගස් ඕන තරම් තියෙනවා. බෙලි මල් විතරක් නෙවෙයි බෙලි කොළ,බෙලි කටු පවා තම්බලා බොනවා. ගස් යට වැටෙන බෙලි මල් එකතු කරලා හොඳට සෝදලා තම්බ ගන්න ඕන. බෙලි මල්වලින් ලේ පිරිසිදු කරන නිසා ඇගත් ලස්සන වෙනවා, ඇගේ උශ්න ගතිය නැති වෙලා දාඩිය දාන එකත් අඩු වෙනවා.අපේ දුවට දිගටම කුරුලෑ වගේ පොඩි පොඩි ගෙඩි දැම්මා මූණෙ.සතියට තුන් වතාවක් විතර බෙලි මල් තම්බලා සති දෙකක් විතර බිව්වට පස්සෙ අඩු වෙලා ගියා." (සුධර්මා,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඒ අනුව බෙලි මල් භාවිතය මගින් ලැබෙනු ඇතැයි විශ්වාස කරනු ලබන ප්‍රථිඵල පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකිය.

- බෙලි මල් පානය තුලින් ආහාර ජීර්ණ පද්ධතිය විධිමත් ලෙස ක්‍රියාකිරීම හේතුවෙන් අසාමාන්‍යය ලෙස දහඩිය දැමීම පාලනය කිරීම
- මුඛ රෝග සුව කිරීම
- කුරුලෑ පාලනය
- ඇග සිසිල් කිරීම
- ඇග පැහැපත් කිරීම

වර්තමානයේදී ද බෙලි මල් මෙම ප්‍රදේශයේ ජනතාව අතර ජනප්‍රිය පානයක් බව හඳුනා ගත හැකි විය.

රණවරා මල්

ලංකාවේ වියළි කලාපයේ හොඳින් වැඩෙන රණවරා ශාකය ඖෂධීය ගුණවලින් අනූන වේ. මෙම ශාකයේ උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමය වන්නේ *Senna auriculata* වේ(Department of Ayurveda,2002). රණවරා මලේ ඇති කහ පැහැය නිසාවෙන් රණවරා මල් තම්බා පානය කිරීමෙන් පැහැපත් සිරුරක් ලබා ගත හැකි බවට විශ්වාසයක් පවතී.

"රණවරා මල් තේ වෙනුවට බොන්න ගන්න පුලුවන්. රණවරා තම්බලා බිව්වම ලස්සන වෙනවා කියලා අපේ අම්මා කියලා තියෙනවා. ඒ නිසා සතියකට දෙසැරයක් විතර අපි තම්බලා බොනවා.දැන් මාසයක් විතර තිස්සේ බොනවා අපි. ඇත්තටම මූණෙ තිබුන කලු පාට වගේ ලප මැකිලා ගිහින් දැන්." (හංසිකා,සම්මුඛ සාකච්ඡා,2024).

ඉහත අදහස් අනුව රණවරා මල් පානය කිරීමේ ප්‍රථිඵල වශයෙන් සතුව ඇති විශ නැසීමේ ප්‍රබල හැකියාව හේතුවෙන් ශරීරයේ ඇති දද, කුෂ්ඨ, පැල්ලම් ආදිය සුවපත් වී නිකලැල් සමක් ලබා දීම හේතුවෙන් රණවරා මල් පානය කිරීම සිදු කරනු ලැබේ. එමෙන්ම රණවරා මල් ඇල් වතුරෙන් අබරා ගැමෙන් සම පැහැපත් වන බවද විශ්වාසයක් පවති.

ඒ අනුව රණවරා මල් භාවිතයෙන් ග්‍රාමීය කාන්තාවන් අපේක්ෂා කරන ලද ප්‍රථිඵල පහත පරිදි හඳුනා ගත හැකි විය.

- පැහැපත් සිරුරක් ලබා ගැනීම
- මුහුණේ ඇති වන ලප කැලැල් මැකී යාම
- ප්‍රථිශක්තිකරණය යහපත්ව පවත්වා ගැනීම

රණවරා මල් භාවිතයෙන් අපේක්ෂිත ප්‍රථිඵල විය.

රණවරා සතුව පවතින ප්‍රති ඔක්සිකාරක ගුණාංග මඟින් ශරීරයේ ඇතිවන ආතතියට සහා දැවිල්ලට එරෙහිව ක්‍රියා කරන බව පර්යේෂණාත්මකව සොයාගෙන තිබේ (Sunagad, Kavita &Bhandarakavathe,2024). ආතතියෙන් සහා ශරීරයේ උශ්නත්වය වැඩිවීම නිරෝගී සහා පැහැපත් අලංකාර සිරුරක් ලැබීමට බාධා ඇති කරනු ලැබේ. එබැවින් රණවරා සතුව පවතින මෙම අහිතකර තත්ව පාලනය කිරීමේ හැකියාව මත රණවරා භාවිත කිරීමෙන් ග්‍රාමීය කාන්තාවන් අපේක්ෂා කරනු ලැබූ ප්‍රථිඵල ඔවුන්ට හිමි වන්නට ඇත. එබැවින් විද්‍යාත්මකව කරුණු නිසි පරිදි නොදැන සිටියද ග්‍රාමීය කාන්තාවන් සතුව රුව අලංකරණය හා සම්බන්ධ අත්දැකීම් තමන්ගේ පසු පරම්පරා සමඟ හුවමාරු කර ගන්නට ඇති බව හඳුනා ගත හැකි වේ. ඉහත තොරතුරු අනුව ශ්‍රී ලංකාවේ සාම්ප්‍රදායික ගම්මානවල වැසියන් ස්වභාවික පරිසරය

හා සම්බන්ධ ජීවිකාවක් පවත්වාගෙන ගොස් ඇති බව පැහදිලි වේ.ස්වභාවික පරිසරයෙන් සපයා ගනු ලබන මල්වර්ගවල ඖෂධීය ගුණ පිළිබඳව එකල ජනතාව තුල අවබෝධයක් පැවතී ඇත. වර්තමානයේ මෙන් රූපලාවණ්‍යය නිශ්පාදන ජනතාවගෙන් ඈත්ව පැවති යුගයක පොකුරු වද මල්, නිල් කටරොලු, නෙළුම්, රෝස, බෙලි මල්, රණවරා මල් ඇතුළු තවත් බොහෝ මල්වර්ග විවිධ ආකාරවලට සකස්කර ගනිමින් සිය රූපලාවණ්‍යය අවශ්‍යතා සඳහා හොදාගෙන ඇති බව පැහැදිලි වේ. අකලට හිස කෙස් සුදු වීම, දහඩිය දුගද පාලනය කර ගැනීම, ඇගේ උශ්ණත්වය පාලනය කර ගැනීම, සම පැහැපත් කර ගැනීම, කුරුලෑ පාලනය, සම රැලි වැටීම පාලනය කර ගැනීම හා තරුණ පෙනුම රැක ගැනීම යනාදී අවශ්‍යතා උදෙසා මෙම මල්වර්ග භාවිත කර ඇති බව හදුනා ගත හැකි විය.වර්තමානයේ තරගකාරී ජීවන රටාවත් සමග මෙම ක්‍රම කාලයත් සමග අභාවයට යෑම සිදු වී ඇති බව හදුනා ගත හැකි නමුත් ඉතා සීමිත වශයෙන් වර්තමානයෙ මෙම ප්‍රදේශයේ තරුණියන් මෙම ස්වභාවික ක්‍රමවලට යොමු වී ඇති ආකාරයක් ද හදුනා ගත හකි විය.සිරුරට අහිතකර විවිධාකාරයේ සංයෝගවලින් යුතු කෘතීම රූපලාවණ්‍යය නිශ්පාදනවලට යොමු වීම වෙනුවට ස්වභාවික පරිසරෙන් සපයා ගත හැකි රූපලාවන්‍ය ක්‍රමවලට යොමු වීමට හැකියාව ලැබෙන්නේ නම් වර්තමානයේ ඇතැම් රූපලාවණ්‍යය නිශ්පාදන හේතුවෙන් ඇති වි තිබෙන චර්ම රෝග හා පිළිකා වැනි භයානක රෝගවලින් මිදීමට අවකාශය ලැබෙනු ඇත.

සමාලෝචනය

රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා පාරම්පරිකව භාවිතයට ගනු ලැබූ මල් වර්ග මොනවාද? යන සරල අධ්‍යයන ගැටලුව සඳහා පිළිතුරු ලබා ගැනීම මෙම අධ්‍යයනය තුළින් සිදු කිරීමට උත්සාහ ගන්නා ලදී. එහිදී රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා භාවිත කළ හැකි ශරීරයට අහිතකර කෘතිම රසායනික ද්‍රව්‍යයන්ගෙන් තොර වූ ස්වභාවික පරිසරය තුළ හමුවන නිල් කටරොළු, පොකුරු වද, සමන් පිච්ච, රෝස, නෙළුම්, බෙලි මල් සහා රණවරා යන මල් වර්ග රූපලාවණ්‍ය කටයුතු සඳහා භාවිත කර ඇති බව අවබෝධ කරගැනීමට හැකි විය. එම මල් වර්ග පානයන් (බීම) වශයෙන්ද මුහුණේ ආලේප කළ හැකි ආලේපන වශයෙන් සකසා ගැනීම තුළින් ද අයිස් කියුබ් (Ice cube) සහ තෙල් වශයෙන් සකසා ගැනීම වැනි විවිධ ක්‍රම ඔස්සේ සකසා ගනිමින් කාන්තා පිරිමි දෙපාර්ශවයටම සමෙහි ඇතිවෙන විවිධ ගැටලු සඳහා විසඳුම් ලබා ගැනීමට හැකියාව ඇති බව හඳුනාගැනීමට හැකි විය.සමේ තෙතමනය ආරක්ෂා කර දෙමින් සමේ තරුණ බව රැක දීම, රැලි වැටීම පාලනය කිරීම, සම දීප්තිමත් කිරීම, සමෙහි PH අගය හිතකර පවත්වා ගැනීමට උපකාරී වීම, හිස කෙස් වර්ධනයට උපකාරී වීම, හිස කෙස් සුදු වීම වැනි තත්ත්ව පාලනය කිරීම, අවපැහැය ගන්න වූ සම නැවත යථා තත්ත්වයට පත් කිරීම, බැක්ටීරියා ආසාදන වලින් සම ආරක්ෂා කිරීම හා මානසික ප්‍රබෝධය ඇති කිරීම වැනි බොහෝ වාසි සහගත තත්ත්ව ලබා ගැනීමට මෙම මල් වර්ග භාවිත කිරීම මගින් හැකියාව ලැබෙන බව මෙම අධ්‍යයනයේ දී අවබෝධ විය. එමෙන්ම ලොව ඉතා මිල අධික තෙල් වර්ග නිෂ්පාදනය කිරීමට ද මෙම මල් වර්ග භාවිතා කරන අතර එවැනි ඉතා වටිනා ඖෂධීය ගුණයෙන් යුතු තෙල් වර්ග කිසිදු කෘතිම රසායනික ද්‍රව්‍යයක් භාවිත නොකරමින් නිවසේදීම සකසා ගැනීමට හැකි බව ද අවබෝධ විය. ස්වභාවික

පරිසරයෙන් ලැබුණු දායාදයන් වන මෙම මල් වර්ග රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා භාවිත කිරීම මඟින් කිසිදු අතුරු ආබාධයකින් තොරව රුව වර්ධනය කර ගැනීමට හැකියාව ලැබෙන බව මෙම අධ්‍යයනයෙන් හඳුනාගත හැකි විය. මෙම මල්වල අඩංගු රසායනික සංඝටක කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීමේදී පැහැදිලි වූයේ රුව වර්ධනය වීම සඳහා අවශ්‍යය සංයෝග අන්තර්ගතව ඇති බවයි.එම තත්ව පිළිබඳව විද්‍යාත්මකව පර්යේෂණ මඟින් තහවුරු වී ඇත.තවද වෙළඳපොළෙහි මිලදී ගැනීමට තිබෙන ඉතා ඉක්මනින් රුව අලංකරණය කරන නිෂ්පාදන මෙන් ක්ෂණිකව මෙම මල් වර්ග භාවිත කරමින් සම පැහැපත් කර ගත නොහැකි අතර ඒ සඳහා ඉවසීමෙන් හා සංයමයෙන් යුතුව කටයුතු කළ යුතු බව පැහැදිලි විය. කෙටි කාලීන ප්‍රතිඵල ලබා දෙන කෘතිම නිෂ්පාදන වලට වඩා ඖෂධීය වටිනාකමකින් යුත් මෙම ස්වභාවික ද්‍රව්‍ය භාවිත කරමින් රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සිදු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ. එමෙන්ම මෙහි සඳහන් කර ඇති මෙම ද්‍රව්‍ය සකස් කර ගන්නා ආකාර පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් ආකාරවලින් සකස් කර භාවිත කිරීම් පැවතිය හැකි අතර මෙහි සඳහන් කර ඇත්තේ පහසුවෙන් නිවසේ සිටම එම ද්‍රව්‍යයන් සකස් කර ගන්නා ආකාරය පිළිබඳව ය. ඒ අනුව ශ්‍රී ලංකාවේ සමකාලීන ප්‍රජාව රූපලාවණ්‍යය කටයුතු සඳහා මල් භාවිත කිරීමේ පාරම්පරික ඥානය පිළිබඳව විමර්ශනාත්මක අධ්‍යයනය කිරීමට මෙම අධ්‍යයනය මඟින් හැකියාව ලැබිනි. පාරම්පරිකව පැවත ආ මෙම ස්වභාවික අමුද්‍රව්‍යය යොදා ගනිමින් වර්තමානයේ ලොව පුරා මහා පරිමාණයෙන් විවිධ රූපලාවණ්‍යය නිශ්පාදන සිදු කරනු ලබන බවද සඳහන් කල යුතු ය.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

ප්‍රාථමික මූලාශ්‍ර

මහාවංශය, (1959). පොල්වත්තේ බුද්ධදත්ත හිමි (සංස්), කොළඹ: ඇම්. ඩී. ගුණසේන සහා සමාගම

ද්විතීයික මූලාශ්‍ර

ඖෂධීය ශාක සංග්‍රහය 1 වන වෙළුම (2001). ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව

ඖෂධීය ශාක සංග්‍රහය 2 වන වෙළුම (2003). ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව

ඖෂධීය ශාක සංග්‍රහය 3 වන වෙළුම (2003). ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව

රජමාන්න, එච්. ශ්‍රී ලංකාවේ ඔසු ශාක හා ඒවායේ වැදගත්කම, කොළඹ: එස් ගොඩගේ සහා සහෝදරයෝ.

කුලසේකර, පී. (1994). නෙළුම්, ඔසුතුරු විසිතුරු III කාණ්ඩය, ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව.

පියසේන සී. සී. සී. (1994). දෑසමන්, ඔසුතුරු විසිතුරු III කාණ්ඩය, ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව.

Department of Ayurveda. (2002). Compendium of medicinal plants: A Sri Lankan study (Vols. 1–2). Colombo: Ministry of Health, Sri Lanka.

Heywood, V. H.(1993) Flowering Plants of the World. New York :Oxford University Press

Khristi, V., & Patel, V. H. (2016). Therapeutic Potential of Hibiscus Rosa Sinensis: A Review. International Journal of Nutrition and Dietetics.

Lim, T. K. (2014). Edible medicinal and non-medicinal plants: Volume 7, Flowers. Springer.

Mahapatra, S., Mahapatra, M., & Sahoo, J. P. (2024). Unveiling the medicinal activity and potential health benefits of butterfly pea (Clitoria ternatea). Biotica Research Today.

Nascimento, L. B., Gori, A., Raffaelli, A., Ferrini, F., & Brunetti, C. (2021). Phenolic Compounds from Leaves and Flowers of Hibiscus roseus: Potential Skin Cosmetic Applications of an Under-Investigated Species. Plants.

Saritani, A. T. B., Wiraguna, A. A. G. P., & Maker, L. P. I. I. (2021). Clitoria ternatea L. extract cream 5% inhibits the increase of MMP-1 levels and decrease of collagen amount in Wistar rats (Rattus norvegicus) dermic skin exposed to ultraviolet B. Neurologico Spinale Medico Chirurgico.

Shah, M.S., Raj, D., & Sharma, D. (2022). Pharmacological and Medicinal Value of Jasmine.

Spencer, R. and Cross, R. (2020) Plant Names- A Guide to Botanical Nomenclature, CSIRO publishing

අන්තර්ජාල මූලාශ්‍ර

https://www.healthline.com/health/jasmine-essential-oil) search on 02.07.2024)

https://www.clinikally.com/blogs/news/jasmine-oil-wonders--10benefits-for-enhancing-your-skincare-regimen (search on 02.07.2024)

https://balconygardenweb.com/jasmine-plant-benefits (search on 02.07.2024)

https://www.medicalnewstoday.com (search on 03.07.2024)

https://www.organicfacts.net/health-benefits/herbs-and-spices/rose-tea.html (search on 03.07.2024)

දත්ත දායක නාමාවලිය

එච්. හින්නි හාමි, අවුරුදු (68), ලිවීමට කියවීමට හැකියාව නැත, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරියආර, තණමල්විල. (2024.06.08)

ලීලාවතී, අවුරුදු (55), ලිවීමට කියවීමට හැකියාව ඇත, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරිය ආර, තණමල්විල. (2024.06.08)

කේ. සුනීතා, අවුරුදු (63), අ.පො.ස. උ.පෙළ සමත්, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරිය ආර, තණමල්විල. (2024.06.09)

නෙළුම් කෞෂල්‍යා, අවුරුදු (35), අ.පො.ස. උ.පෙළ සමත්, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරිය ආර, තණමල්විල. (2024.06.09)

සුභානි අතුකෝරළ, අවුරුදු (48), අ.පො.ස. සා.පෙළ සමත්, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරිය ආර, තණමල්විල. (2024.06.11)

ප්‍රාර්ථනා තිලකරත්න, අවුරුදු (21), විශ්ව විද්‍යාල ශිෂ්‍ය, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරිය ආර, තණමල්විල. (2024.06.13)

ඩබ්ලිව්. සුමනාවතී, අවුරුදු (72), ලිවීමට කියවීමට හැකියාව නැත, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරියආර, තණමල්විල. (2024.06.20)

සුධර්මා රත්නායක, අවුරුදු (45), අ.පො.ස. සා.පෙළ සමත්, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරිය ආර, තණමල්විල. (2024.06.22)

ජයනි හංසිකා, අවුරුදු (23), අ.පො.ස. උ.පෙළ සමත්, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සූරිය ආර, තණමල්විල. (2024.06.22)