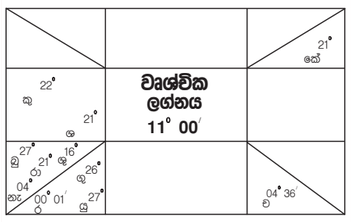
ආයුර්වේද ලිත

ශ්‍රී බුද්ධ වර්ෂ 2567 - 2568 ශක වර්ෂ 1946

2024 - 2025

හැඳල පුරාණ රජමහා විහාරය

ක්‍රි.ව. 2024 සංවත්සර පත්‍රය
ශ.ව. 1946



ශ්‍රීමත් ශාලිවාහන ශක නෘප වර්ෂ ප්‍රමාණයෙන් විෂ්ණු විංශතියට අයත් විෂ්ණු දේව පංචාබ්දයෙහි තෙවන ඉඩාවත්සර භේදනාමධාරී චන්ද්‍ර දේවාධිපති "ක්‍රෝධි" නම් සංවත්සරය වනාහි මීන රවි 31 භාග බක් මස පුර විසේතිය වරා සැටවක නම් තිථිය ලත් ශනි දින මධ්‍යම උදයාදී පැය 37 විනාඩි 17 තත්පර 30 ට නොගොත් ශුද්ධ සූර්යෝදයාදී පැය 37 විනාඩි 35 තත්පර 00ට ගෙවත් ක්‍රි.ව. 2024 ක් වූ අප්‍රේල් මස 13 වෙනි ශනි දින ලංකා සම්මත ඔරලෝසු වේලාවෙන් අපර භාග 09 මිනිත්තු 05ට අංශක 11 කලා 00 ක් ගත කුජ හිමි වෘශ්චික ලග්නය ද, රවි හිමි සිංහ රාශ්‍යධිප ද, ගුරු හිමි මීන දෙකාණාංශකය ද, සඳු හිමි කටක සප්තාංශකය ද, කිරි හිමි තුලා නවාංශකය ද, ගුරු හිමි මීන ද්වදසාංශකය ද, බුධ හිමි මිතුන ත්‍රිංශාංශකය ද යන මෙකී සප්ත වශය ද, ශනි හිමි තත්කාල හෝරාවේ, බුධ හිමි පංචම කාල හෝරාව ද, කුජ හිමි මුවසිරස නක්ෂත්‍රයෙහි අංශක 11 කලා 13 ගත සිව්වන පාදය ද, ශෝභන යෝගය ද, කෙලව කරණය ද, "වජ්‍රක" නම් මහා යෝගය ද, සම්භව සූර්යා මීන රාශියෙන් මේෂ රාශියට සංක්‍රමණය වීමෙන් ආරම්භ වන්නේ ය.

ශක වර්ෂ 1946 හෙවත් ව්‍යවහාර වර්ෂ 2024 සිංහල අලුත් අවුරුදු නැකත් චාරිත්‍ර

නව සඳ බැලීමට :-
අතිනව චන්ද්‍ර වර්ෂය සඳහා අප්‍රේල් මස 11 වැනි බ්‍රහස්පතින්ද් දින ද, අතිනව සූර්‍ය වර්ෂය සඳහා මැයි මස 10 වැනි සිකුරාදා දින ද නව සඳ බැලීම මැනවි.

පරණ අවුරුද්ද සඳහා ස්නානයට :-
අප්‍රේල් මස 11 වැනි බ්‍රහස්පතින්ද් දින බෝපත් යුෂ මිශ්‍ර නානු ගා ස්නානය කොට ඉෂ්ට දේවතා අනුස්මරණයෙහි යෙදී වාසය මැනවි.

අලුත් අවුරුදු උදව :-
අප්‍රේල් මස 13 වැනි සෙනසුරාදා දින අපර භාග 09.05 ට සිංහල අලුත් අවුරුද්ද උදවෙයි.

පුණ්‍ය කාලය :-
අප්‍රේල් මස 13 වැනි සෙනසුරාදා අපර භාගර 02.41 සිට අප්‍රේල් මස 14 වැනි ඉරිදු අලුයම 03.29 දක්වා පුණ්‍ය කාලය බැවින් අප්‍රේල් මස 13 වැනි සෙනසුරාදා දින අපර භාග 02.41ට පළමුව ආහාර පාත ගෙන සියලු වැඩ අත්හැර ආගමික වතාවත්වල යෙදීම ද, පුණ්‍ය කාලයේ අපර කොටස තුළ එනම්, අප්‍රේල් මස 13 වැනි සෙනසුරාදු අපර භාග 09.05 සිට අප්‍රේල් මස 14 වැනි ඉරිදු අලුයම 03.29 දක්වා කාලය තුළ පහත දක්වෙන අයුරින් ආහාර පිසීම, වැඩ ඇල්ලීම, ගනුදෙනු කිරීම හා ආහාර අනුභවය ආදී නැකත් චාරිත්‍ර විධි ඉටු කිරීම ද මැනවි.

ආහාර පිසීම :-
අප්‍රේල් මස 13 වැනි සෙනසුරාදු අපර භාග (රාත්‍රී) 11.06ට නීල වර්ණ වස්ත්‍රාභරණයෙන් සැරසී දකුණු දිශාව බලා ලිප් බැඳ ගිනි මොළවා තල උක් හකුරු මිශ්‍ර කිරිබතක් ද තල මිශ්‍ර කැවිලි වර්ගයක් ද පිළියෙළ කරගැනීම මැනවි.

වැඩ ඇල්ලීම, ගනුදෙනු කිරීම හා ආහාර අනුභවය :-
අප්‍රේල් මස 13 වැනි සෙනසුරාදු මධ්‍යම රාත්‍රී 12.06ට ගෙවත් අප්‍රේල් 14 වැනි ඉරිදට එළිවන පාන්දර 00.06ට නීල වර්ණ වස්ත්‍රාභරණයෙන් සැරසී දකුණු දිශාව බලා සියලු වැඩ අල්ලා ගනුදෙනු කොට ආහාර අනුභව කිරීම මැනවි.

හිසතෙල් ගෑම :-
අප්‍රේල් මස 15 වැනි සඳුද දින පූර්ව භාග 10.17 ට ශ්වේත වර්ණ හෙවත් සුදු පැහැති වස්ත්‍රාභරණයෙන් සැරසී දකුණු දිශාව බලා හිසට දිවුල් පත් ද, පසට ඉඹුල් පත් ද තබා දිවුල් පත් යුෂ මිශ්‍ර නානු ද තෙල් ද ගා ස්නානය කිරීම මැනවි.

රැකී රක්ෂා සඳහා පිටත්ව යෑම :-
අප්‍රේල් මස 17 වැනි බදාදා පූර්ව භාග 06.52 ට කොළ පැහැති වස්ත්‍රාභරණයෙන් සැරසී ගිතෙල් සහ හකුරු මිශ්‍ර කිරිබතක් හා කැවිලි වර්ගයක් අනුභව කර උතුරු දිශාව බලා පිටත්ව යෑම මැනවි.

පැළ සිටුවීමට :-
අප්‍රේල් මස 18 වැනි බ්‍රහස්පතින්ද් දින පූර්ව භාග 10.16ට රන්වන් පැහැති වස්ත්‍රාභරණයෙන් සැරසී නැගෙනහිර දිශාව බලා පැළ සිටුවීම මැනවි.

නානු සෑදීමට ගන්නා ඖෂධ :-
කළාඳුරු අල, කුම්කුමප්පු, සුදු ගඳුන්, විෂ්ණු ක්‍රාන්ති, ගෝරෝචන, සස්සඳ මුල්, ඉරිවේරිය, තස්තාරත් මුල්, සැවැන්දරා මුල්, නෙළුම් දඬු, ගොඩමානෙල් අල, මෙලිමුල්, වෙනිවැල්ගැටෙ, ඊ තණ යන වර්ග 14 සමව ගෙන තලා අඳුත් මුට්ටියක දමා තම්බා පත අට දෙකට සිඳ ගන්න. ඉන්පසු ඉඹුල් පත් කොටා ඒවායේ යුෂ ද දෙගි ඇඹුල් ද ඉහත සිඳගත් දියරයට දමා හොඳට මිශ්‍ර කොට පිරිසිදු රෙද්දකින් පෙරා ගන්න. එවිට ලැබෙන දියරය නානුය.

හිසතෙල් සඳහා තෙල් වර්ග :-
මෙලෙස සාදගත් නානු ද, තෙල් ද (තල තෙල්, මී තෙල්, අබ තෙල්, කෙහොඹ තෙල් සහ එඩරු තෙල් යන පස් තෙල් ද) ගා ස්නානය කරනු මැනවි. (හිසතෙල් ගෑමේ නානු හා තෙල් වට්ටෝරුව පැරණි පුස්කොළ පොතකින් උපුටා ගන්නා ලදී.)

සැ. යු. :- ඉහත නැකත් වේලාවන් සකස් කර ඇත්තේ සංස්කෘතික දෙපාර්තමේන්තුවේ අනුග්‍රහය ඇතිව සිංහල අවුරුදු නැකත් කමිටුව විසිනි.

රාහු කාලය

ඉරිදා	04.30 - 6.00
සඳුදා	07.30 - 09.00
අඟහරුවාදා	03.00 - 04.30
බදාදා	12.00 - 01.30
බ්‍රහස්පතින්දා	01.30 - 03.00
සිකුරාදා	10.30 - 12.00
සෙනසුරාදා	09.00 - 10.30

රාහු කාලය තුළ සුබ කටයුතු ආරම්භ කිරීම නුසුදුසු ය. ඉහත වේලාව සූර්ය උදව 06.00ට යන සම්මතයේ සිට දක්වා ඇත. (දිවා, රාත්‍රී දෙකටම එක සේය).

මරු සිටින දිශාව

ඉරිදා	- උතුර
සඳුදා	- වයඹ
අඟහරුවාදා	- බටහිර
බදාදා	- නිරිත
බ්‍රහස්පතින්දා	- දකුණ
සිකුරාදා	- ගිනිකොණ
සෙනසුරාදා	- නැගෙනහිර

(ඊසාන - මරු නැත)

දින දර්ශනය 2024

ශුභ දවස් 2024 - 2025

අප්‍රේල්
02 කු 18.31 සිට 20.05 දක්වා ශුභයි.
03 ශු 21.44 න් පසු ශුභයි.
04 ශු 05.27 දක්වා ශුභයි.
04 ශු 16.11 න් පසු ශුභයි.
05 ශු මුළු දවසම ශුභයි.
06 ශ 15.39 දක්වා ශුභයි.
07 ර 06.55 දක්වා ශුභයි.
11 ශු 03.08 දක්වා ශුභයි.
12 ශු 13.19 න් පසු ශුභයි.
13 ශ 00.56 දක්වා ශුභයි.
14 ර 00.38 දක්වා ශුභයි.
19 ශු 20.07 න් පසු ශුභයි.
25 ශු 06.06 දක්වා ශුභයි.
28 ර 08.22 න් පසු ශුභයි.
30 කු 07.06 දක්වා ශුභයි.

මැයි
01 ශු 04.10 සිට 05.48 දක්වා ශුභයි.
03 ශු 23.24 න් පසු ශුභයි.
06 ව 04.04 සිට 14.42 දක්වා ශුභයි.
10 ශු 12.11 න් පසු ශුභයි.
21 කු 12.34 සිට 17.38 දක්වා ශුභයි.
23 ශු 12.10 න් පසු ශුභයි.
24 ශු 10.00 න් පසු ශුභයි.
25 ශ 10.35 න් පසු ශුභයි.
26 ර 06.36 න් පසු ශුභයි.

ජූනි
02 ර 05.06 න් පසු ශුභයි.
08 ශ 19.48 න් පසු ශුභයි.
09 ර 15.51 සිට 17.26 දක්වා ශුභයි.
11 කු 17.33 සිට 23.43 දක්වා ශුභයි.
13 ශු 18.07 සිට 21.37 දක්වා ශුභයි.
16 ර 02.33 සිට 21.01 දක්වා ශුභයි.
18 කු 06.26 න් පසු ශුභයි.
19 ශු මුළු දවසම ශුභයි.
20 ශු 18.07 දක්වා ශුභයි.
21 ශු 19.06 න් පසු ශුභයි.
22 ශ මුළු දවසම ශුභයි.
23 ර මුළු දවසම ශුභයි.
26 බ 06.15 සිට 20.57 දක්වා ශුභයි.
29 ශ 08.51 සිට 14.23 දක්වා ශුභයි.
30 ර 16.16 සිට 23.24 දක්වා ශුභයි.

ජූලි
07 ර 02.49 න් පසු ශුභයි.
08 ව 02.15 දක්වා ශුභයි.
09 කු 02.09 සිට 06.11 දක්වා ශුභයි.
11 ශු 03.11 සිට 10.06 දක්වා ශුභයි.
14 ර 04.20 සිට 17.25 දක්වා ශුභයි.
15 ව 19.17 න් පසු ශුභයි.
16 කු 20.30 න් පසු ශුභයි.
17 බ 08.53 දක්වා ශුභයි.
18 ශු 03.12 දක්වා ශුභයි.
19 ශු 19.38 දක්වා ශුභයි.
20 ශ 02.40 දක්වා ශුභයි.
21 ර 21.09 න් පසු ශුභයි.
22 ව 00.13 න් පසු ශුභයි.
26 ශු 04.35 සිට 23.34 දක්වා ශුභයි.
29 ව 18.00 න් පසු ශුභයි.

අගෝස්තු
02 ශු 11.02 දක්වා ශුභයි.
05 ව 10.41 සිට 15.25 දක්වා ශුභයි.
08 ශු 11.22 දක්වා ශුභයි.
09 ශු 00.39 න් පසු ශුභයි.
11 ර 05.47 දක්වා ශුභයි.
12 ව 07.55 දක්වා ශුභයි.
13 කු 09.30 දක්වා ශුභයි.
14 බ 10.21 සිට 12.09 දක්වා ශුභයි.
16 ශු 13.08 න් පසු ශුභයි.
17 ශ 11.46 දක්වා ශුභයි.
18 ර 05.53 දක්වා ශුභයි.
19 ව 13.31 න් පසු ශුභයි.
24 ශ 06.10 සිට 07.55 දක්වා ශුභයි.
26 ව 22.21 න් පසු ශුභයි.
27 කු 02.23 දක්වා ශුභයි.
29 ශු 16.44 සිට 18.21 දක්වා ශුභයි.

සැප්තැම්බර්
05 ශු 06.06 දක්වා ශුභයි.
06 ශු 09.26 දක්වා ශුභයි.
07 ශ 17.38 න් පසු ශුභයි.
09 ව 21.52 න් පසු ශුභයි.
12 ශු 23.30 න් පසු ශුභයි.
13 ශු 22.26 න් පසු ශුභයි.
15 ර 18.09 න් පසු ශුභයි.
16 ව 11.40න් පසු ශුභයි.
19 ශු 19.21 දක්වා ශුභයි.
26 ශු 23.45 න් පසු ශුභයි.
28 ශු 14.54 න් පසු ශුභයි.
30 ව 06.20 සිට 19.10 දක්වා ශුභයි.

ඔක්තෝබර්
03 ශු 15.33 න් පසු ශුභයි.
07 ව 09.47 න් පසු ශුභයි.
09 බ 12.12 න් පසු ශුභයි.
10 ශු 05.16 සිට 05.54 දක්වා ශුභයි.
14 ව 17.58 න් පසු ශුභයි.
19 ශ 10.51 සිට 17.46 දක්වා ශුභයි.
21 ව 04.20 සිට 11.16 දක්වා ශුභයි.
22 කු 08.50 න් පසු ශුභයි.
23 බ 13.25 න් පසු ශුභයි.
24 ශු 01.24 න් පසු ශුභයි.
27 ර 12.27 න් පසු ශුභයි.
28 ව 07.53 න් පසු ශුභයි.

නොවැම්බර්
02 ශ 07.23 න් පසු ශුභයි.
04 ව 11.42 දක්වා ශුභයි.
09 ශ 11.23 සිට 23.43 දක්වා ශුභයි.
12 කු 16.03 සිට 19.07 දක්වා ශුභයි.
14 ශු 11.31 දක්වා ශුභයි.
15 ශු 21.58 න් පසු ශුභයි.
16 ශ 03.35 දක්වා ශුභයි.
17 ර මුළු දවසම ශුභයි.
18 ව 08.00 දක්වා ශුභයි.
20 බ 16.58 දක්වා ශුභයි.
23 ශ 11.45 දක්වා ශුභයි.
26 කු 01.04 න් පසු ශුභයි.
27 බ 04.36 දක්වා ශුභයි.
28 ශු මුළු දවසම ශුභයි.
29 ශු 08.40 දක්වා ශුභයි.

දෙසැම්බර්
05 ශු 01.02 දක්වා ශුභයි.
12 ශු 15.23 න් පසු ශුභයි.
13 ශු 07.51 සිට 19.42 දක්වා ශුභයි.
14 ශ 17.02 දක්වා ශුභයි.
15 ර 03.45 න් පසු ශුභයි.
16 ව 02.23 දක්වා ශුභයි.
17 කු 22.32 දක්වා ශුභයි.
22 ර 14.36 න් පසු ශුභයි.
23 ව 09.11 දක්වා ශුභයි.
26 ශු 22.22 දක්වා ශුභයි.

ශුභ දවස් - 2025

ජනවාරි
02 ශු 14.57 දක්වා ශුභයි.
03 ශු 23.40 න් පසු ශුභයි.
04 ශ 10.09 දක්වා ශුභයි.
05 ර 07.33 සිට 20.16 දක්වා ශුභයි.
06 ව 04.52 දක්වා ශුභයි.
07 කු 05.27 සිට 16.28 දක්වා ශුභයි.
09 ශු 12.24 දක්වා ශුභයි.
10 ශු 10.22 න් පසු ශුභයි.
11 ශ 12.32 දක්වා ශුභයි.
12 ර 06.36 දක්වා ශුභයි.
16 ශු 11.21 දක්වා ශුභයි.
19 ර 01.09 දක්වා ශුභයි.
30 ශු 18.32 න් පසු ශුභයි.
31 ශු 15.32 දක්වා ශුභයි.

පෙබරවාරි
02 ර 09.16 න් පසු ශුභයි.
03 ව 06.55 දක්වා ශුභයි.
04 කු 04.39 දක්වා ශුභයි.
05 ශු 02.33 දක්වා ශුභයි.
09 ර 19.30 න් පසු ශුභයි.
10 ව 18.05 සිට 19.02 දක්වා ශුභයි.
14 ශු 07.22 න් පසු ශුභයි.
18 කු 09.53 න් පසු ශුභයි.
23 ර 13.52 න් පසු ශුභයි.
25 කු 08.14 සිට 18.27 දක්වා ශුභයි.
26 ශු 00.01 සිට 05.51 දක්වා ශුභයි.

මාර්තු
02 ර 21.05 දක්වා ශුභයි.
09 ර 19.47 දක්වා ශුභයි.
11 කු 13.21 න් පසු ශුභයි.
12. බ 02.18 සිට 09.15 දක්වා ශුභයි.
16 ර 14.50 දක්වා ශුභයි.
19 බ 17.37 දක්වා ශුභයි.
21 ශු 02.46 දක්වා ශුභයි.
22 ශ 18.33 න් පසු ශුභයි.
23 ර 05.25 දක්වා ශුභයි.
26 බ මුළු දවසම ශුභයි.
27 ශු 02.28 දක්වා ශුභයි.
30 ර 02.40 සිට 17.55 දක්වා ශුභයි.

ශ්‍රී බු.ව. 2567 – 68 පෝය ලබන ගෙවෙන වේලාවන් සහ සිල් සමාදන් විය යුතු දවස් (ක්‍රි.ව. 2024)

දුරුතු මස පෝය :-

☽	ජන: 17	බදාදා	අ. භා: 10.12 න්	පුර අටවක	ලබා 18	බ්‍රහස්:	අ. භා:	08.50 න්	ගෙවේ.	18 බ්‍රහස්:	සිල්
○	ජන: 24	බදාදා	අ. භා: 09.54 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 25	බ්‍රහස්:	අ. භා:	11.27 න්	ගෙවේ.	25 බ්‍රහස්:	සිල්
☾	පෙබ. 02	සිකුරා:	අ. භා: 04.00 න්	අව අටවක	ලබා 03	සෙන:	අ. භා:	05.17 න්	ගෙවේ.	02 සිකුරා:	සිල්
●	පෙබ. 09	සිකුරා:	පූ. භා: 08.03න්	අමාවක	ලබා 10	සෙන:	පූ. භා:	04.30 න්	ගෙවේ.	09 සිකුරා:	සිල්

නවම් මස පෝය :-

☽	පෙබ. 16	සිකුරා:	පූ. භා: 08.59න්	පුර අටවක	ලබා 17	සෙන:	පූ. භා:	08.20 න්	ගෙවේ.	16 සිකුරා:	සිල්
○	පෙබ. 23	සිකුරා:	අ. භා: 03.37 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 24	සෙන:	අ. භා:	06.03 න්	ගෙවේ.	23 සිකුරා:	සිල්
☾	මාර්: 03	ඉරිදු	පූ. භා: 08.44 න්	අව අටවක	ලබා 04	සඳුද	පූ. භා:	08.48 න්	ගෙවේ.	03 ඉරිදු	සිල්
●	මාර්: 09	සෙන:	අ. භා: 06.18න්	අමාවක	ලබා 10	ඉරිදු	අ. භා:	02.32 න්	ගෙවේ.	10 ඉරිදු	සිල්

මැදින් මස පෝය :-

☽	මාර්: 16	සෙන:	අ. භා: 09.45 න්	පුර අටවක	ලබා 17	ඉරිදු	අ. භා:	09.59 න්	ගෙවේ.	17 ඉරිදු	සිල්
○	මාර්: 24	ඉරිදු	පූ. භා: 09.56 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 25	සඳුද	අ. භා:	12.31 න්	ගෙවේ.	24 ඉරිදු	සිල්
☾	අප්‍රේ: 01	සඳුද	අ. භා: 09.07 න්	අව අටවක	ලබා 02	අඟහ:	අ. භා:	08.05 න්	ගෙවේ.	02 අඟහ.	සිල්
●	අප්‍රේ: 08	සඳුද	පූ. භා: 03.23 න්	අමාවක	ලබා	එදිනම	අ. භා:	11.53 න්	ගෙවේ.	08 සඳුද	සිල්

බක් මස පෝය :-

☽	අප්‍රේ: 15	සඳුද	අ. භා: 12.17 න්	පුර අටවක	ලබා 16	අඟහ:	අ. භා:	01.29 න්	ගෙවේ.	15 සඳුද	සිල්
○	අප්‍රේ: 23	අඟහ:	පූ. භා: 03.27 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 24	බදාදා	පූ. භා:	05.20 න්	ගෙවේ.	23 අඟහ.	සිල්
☾	මැයි 01	බදාදා	පූ. භා: 05.48 න්	අව අටවක	ලබා 02	බ්‍රහස්:	පූ. භා:	04.02 න්	ගෙවේ.	01 බදාදා	සිල්
●	මැයි 07	අඟහ:	පූ. භා: 11.44 න්	අමාවක	ලබා 08	බදාදා	පූ. භා:	08.55 න්	ගෙවේ.	07 අඟහ.	සිල්

වෙසක් මස පෝය :-

☽	මැයි 15	බදාදා	පූ. භා: 04.22 න්	පුර අටවක	ලබා 16	බ්‍රහස්:	පූ. භා:	06.25 න්	ගෙවේ.	15 බදාදා	සිල්
○	මැයි 22	බදාදා	අ. භා: 06.46 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 23	බ්‍රහස්:	අ. භා:	07.20 න්	ගෙවේ.	23 බ්‍රහස්:	සිල්
☾	මැයි 30	බ්‍රහස්:	පූ. භා: 11.44 න්	අව අටවක	ලබා 31	සිකුරා:	පූ. භා:	09.39 න්	ගෙවේ.	30 බ්‍රහස්:	සිල්
●	ජූනි 05	බදාදා	අ. භා: 07.59 න්	අමාවක	ලබා 06	බ්‍රහස්:	අ. භා:	06.13 න්	ගෙවේ.	06 බ්‍රහස්:	සිල්

පොසොන් මස පෝය : -

☽	ජූනි 13	බ්‍රහස්:	අ. භා: 09.37 න්	පුර අටවක	ලබා 15	සෙන:	පූ. භා:	00.06 න්	ගෙවේ.	14 සිකුරා:	සිල්
○	ජූනි 21	සිකුරා:	පූ. භා: 07.32 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 22	සෙන:	අ. භා:	06.38 න්	ගෙවේ.	21 සිකුරා:	සිල්
☾	ජූනි 28	සිකුරා:	අ. භා: 04.30 න්	අව අටවක	ලබා 29	සෙන:	අ. භා:	02.23 න්	ගෙවේ.	28 සිකුරා:	සිල්
●	ජූලි 05	සිකුරා:	පූ. භා: 05.00 න්	අමාවක	ලබා 06	සෙන:	පූ. භා:	04.29 න්	ගෙවේ.	05 සිකුරා:	සිල්

ඇසළ මස පෝය :-

☽	ජූලි 13	සෙන:	අ. භා: 03.06 න්	පුර අටවක	ලබා 14	ඉරිදු	අ. භා:	05.25 න්	ගෙවේ.	13 සෙන:	සිල්
○	ජූලි 20	සෙන:	අ. භා: 05.57 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 21	ඉරිදු	අ. භා:	03.45 න්	ගෙවේ.	20 සෙන:	සිල්
☾	ජූලි 27	සෙන:	අ. භා: 09.24 න්	අව අටවක	ලබා 28	ඉරිදු	අ. භා:	07.32 න්	ගෙවේ.	28 ඉරිදු	සිල්
●	අගෝ: 03	සෙන:	අ. භා: 03.56 න්	අමාවක	ලබා 04	ඉරිදු	අ. භා:	04.48 න්	ගෙවේ.	03 සෙන:	සිල්

නිකිණි මස පෝය :-

☽	අගෝ: 12	සඳුද	පූ. භා: 07.55 න්	පුර අටවක	ලබා 13	අඟහ:	පූ. භා:	09.30 න්	ගෙවේ.	12 සඳුද	සිල්
○	අගෝ: 19	සඳුද	අ. භා: 03.05 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා	එදිනම	අ. භා:	11.55 න්	ගෙවේ.	19 සඳුද	සිල්
☾	අගෝ: 26	සඳුද	පූ. භා: 03.42 න්	අව අටවක	ලබා 27	අඟහ:	පූ. භා:	02.23 න්	ගෙවේ.	26 සඳුද	සිල්
●	සැප්: 02	සඳුද	පූ. භා: 05.23 න්	අමාවක	ලබා 03	අඟහ:	පූ. භා:	07.27 න්	ගෙවේ.	02 සඳුද	සිල්

බිනර මස පෝය :-

☽	සැප්: 10	අඟහ:	අ. භා: 11.10 න්	පුර අටවක	ලබා 11	බදාදා	අ. භා:	11.44 න්	ගෙවේ.	11 බදාදා	සිල්
○	සැප්: 17	අඟහ:	පූ. භා: 11.44 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 18	බදාදා	පූ. භා:	08.06 න්	ගෙවේ.	17 අඟහ.	සිල්
☾	සැප්: 24	අඟහ:	අ. භා: 12.45 න්	අව අටවක	ලබා 25	බදාදා	අ. භා:	12.17 න්	ගෙවේ.	24 අඟහ.	සිල්
●	ඔක්: 01	අඟහ:	අ. භා: 09.42 න්	අමාවක	ලබා 03	බ්‍රහස්:	පූ. භා:	00.20 න්	ගෙවේ.	02 බදාදා	සිල්

වප් මස පෝය :-

☽	ඔක්: 10	බ්‍රහස්:	අ. භා: 12.29 න්	පුර අටවක	ලබා 11	සිකුරා:	අ. භා:	12.04 න්	ගෙවේ.	10 බ්‍රහස්:	සිල්
○	ඔක්: 16	බදාදා	අ. භා: 08.41 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 17	බ්‍රහස්:	අ. භා:	04.58 න්	ගෙවේ.	17 බ්‍රහස්:	සිල්
☾	ඔක්: 24	බ්‍රහස්:	පූ. භා: 01.24 න්	අව අටවක	ලබා 25	සිකුරා:	පූ. භා:	02.03 න්	ගෙවේ.	24 බ්‍රහස්:	සිල්
●	ඔක්: 31	බ්‍රහස්:	අ. භා: 03.53 න්	අමාවක ලබා	නොවැ: 01	සිකු:	අ. භා:	06.16 න්	ගෙවේ.	31 බ්‍රහස්:	සිල්

ඉල් මස පෝය :-

☽	නොවැ: 08	සිකුරා:	අ. භා: 11.55 න්	පුර අටවක	ලබා 09	සෙන:	අ. භා:	10.43 න්	ගෙවේ.	09 සෙන:	සිල්
○	නොවැ: 15	සිකුරා:	පූ. භා: 06.21 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 16	සෙන:	පූ. භා:	03.00 න්	ගෙවේ.	15 සිකුරා:	සිල්
☾	නොවැ: 22	සිකුරා:	අ. භා: 06.14 න්	අව අටවක	ලබා 23	සෙන:	අ. භා:	08.02 න්	ගෙවේ.	23 සෙන:	සිල්
●	නොවැ: 30	සෙන:	අ. භා: 10.29 න්	අමාවක	ලබා දෙසැ: 01	ඉරිදු	පූ. භා:	11.30 න්	ගෙවේ.	30 සෙන:	සිල්

උඳුවප් මස පෝය :-

☽	දෙසැ: 08	ඉරිදු	පූ. භා: 09.44 න්	පුර අටවක	ලබා 09	සඳුද	පූ. භා:	08.03 න්	ගෙවේ.	08 ඉරිදු	සිල්
○	දෙසැ: 14	සෙන:	අ. භා: 05.02 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 15	ඉරිදු	අ. භා:	02.36 න්	ගෙවේ.	14 සෙන:	සිල්
☾	දෙසැ: 22	ඉරිදු	අ. භා: 02.36 න්	අව අටවක	ලබා 23	සඳුද	අ. භා:	05.10 න්	ගෙවේ.	22 ඉරිදා	සිල්
●	දෙසැ: 30	සඳුද	පූ. භා: 04.02 න්	අමාවක	ලබා 31	අඟහ:	පූ. භා:	03.57 න්	ගෙවේ.	30 සඳුද	සිල්

ශ්‍රී බු.ව. 2568 – 69 පෝය ලබන ගෙවෙන වේලාවන් සහ සිල් සමාදන් විය යුතු දවස් (ක්‍රි.ව. 2025)

දුරුතු මස පෝය :-

☽	ජන: 06	සඳුද	අ. භා: 06.24 න්	පුර අටවක	ලබා 07	අඟහ:	අ. භා:	04.28 න්	ගෙවේ.		
○	ජන: 13	සඳුද	පූ. භා: 05.05 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 14	අඟහ:	පූ. භා:	03.59 න්	ගෙවේ.	13 සඳුද	සිල්
☾	ජන 21	අඟහ:	අ. භා: 12.41 න්	අව අටවක	ලබා 22	බදාදා	අ. භා:	03.18 න්	ගෙවේ.	21 අඟහ.	සිල්
●	ජන. 28	අඟහ:	අ. භා: 07.53 න්	අමාවක	ලබා 29	බදාදා	අ. භා:	06.04 න්	ගෙවේ.	29 බදාදා	සිල්

නවම් මස පෝය

☽	පෙබ. 05	බදාදා	පූ. භා:	02.33 න්	පුර අටවක	ලබා 06	බ්‍රහස්:	පූ.භා:	00.38 න්	ගෙවේ.	05 බදාදා	සිල්
○	පෙබ. 11	අඟහ:	අ. භා:	07.01 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 12	බදාදා	අ.භා:	07.28 න්	ගෙවේ.	12 බදාදා	සිල්
☾	පෙබ. 20	බ්‍රහස්:	පූ. භා:	09.58 න්	අව අටවක	ලබා 21	සිකුරා:	පූ. භා:	11.26 න්	ගෙවේ.	20 බ්‍රහස්:	සිල්
●	පෙබ. 27	බ්‍රහස්:	පූ. භා:	08.54 න්	අමාවක	ලබා 28	සිකුරා:	පූ. භා:	06.16 න්	ගෙවේ.	27 බ්‍රහස්:	සිල්

මැදින් මස පෝය

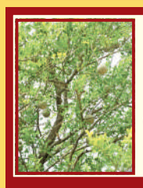
☽	මාර්තු 06	බ්‍රහස්:	පූ. භා:	10.55 න්	පුර අටවක	ලබා 07	සිකුරා:	පූ. භා:	09.23 න්	ගෙවේ.	06 බ්‍රහස්:	සිල්
○	මාර්තු 13	බ්‍රහස්:	පූ. භා:	10.39 න්	පුර පසළොස්වක	ලබා 14	සිකුරා:	අ.භා:	12.28 න්	ගෙවේ.	13 බ්‍රහස්:	සිල්
☾	මාර්තු 22	සෙන:	පූ. භා:	04.25 න්	අව අටවක	ලබා 23	ඉරිදු	පූ. භා:	05.25 න්	ගෙවේ.	22 සෙන:	සිල්
●	මාර්තු 28	සිකුරා:	අ. භා:	07.54 න්	අමාවක	ලබා 29	සෙන:	අ.භා:	04.27 න්	ගෙවේ.	29 සෙන:	සිල්

පංච කල්‍යාණයට දේශීය ආහාර

ආහාර ගුණ

ප්‍රාණඃ ප්‍රණඹෘතාමන්න - මන්නං ලෝකෝ'හිධාවති;
වර්ණඃ ප්‍රාසාදඃ සෞස්වරයං - ජීවිතං ප්‍රතිභා සුබම්;
තුෂ්ටිඃ පුෂ්ටිර් බලං මේධා - සර්වමන්තේ ප්‍රතිෂ්ඨිතම්,
(චරක සංහිතා)

ආහාර ප්‍රාණීන්ගේ ප්‍රාණය යි. ලෝකයා එය නැතහොත් මිය යයි. හමේ පාට, ඉන්ද්‍රිය ප්‍රසාදය, කටහඬ ද ආයුෂය ද බබළන නුවණ ද සැපය ද සතුට ද පෝෂණය ද ශක්තිය ද ධාරණය ද ප්‍රඥාව ද යන සියල්ල පිහිටියේ ය.



මෙවර හිසතෙල් ගෑමේ චාරිත්‍රයේ දී හිසට දිවුල්පත් තබා දිවුල්පත් යුෂ මිශ්‍ර නානු භ