උදෑසන පිබිදීම ඇඟට ගුණ නැතිලු

බොහෝ ඈත කාලයේ සිට මේ දක්වාම හිමිදිරි උදෑසන පිබිදීම බුද්ධිමතුන්ගේ ප්‍රසංසාව හිමි වූ ක්‍රියාවක් විය. එහෙත් ඉතාම මෑතකදී ජපානයේ සිදුකළ පරීක්ෂණයකින් සනාථ වී ඇත්තේ ඊට හාත්පසින්ම වෙනස් වූ සත්‍යයකි.

එම පරීක්ෂණ වාර්තාවට අනුව හිමිදිරි උදෑසන පිබිදීම හදවත් රෝග වැඩි දියුණු

කරණ අවදානම් තත්ත්වයක් ඇති කරන බවය.

උදෑසනින් නැගිට රාජකාරී කටයුතු සඳහා පිටත්ව යාම හෝ ව්‍යායාමයන් හි යෙදීම බොහෝ දෙනෙකුගේ පුරුද්දක් වුවද එය ශරීර සෞඛ්‍යයට අයහපත් බව එම පරීක්ෂණය පෙන්වා දී ඇත. එහි වැඩිදුරටත් සඳහන් වන්නේ එමගින් රුධිර වාහිනී නාලයන් විවිධ ආබාධවලට ලක්වීමේ අවදානමක් ඇති බවකි.

මෙම පරීක්ෂණය ජපානයේ බටහිර දෙසින් පිහිටි ක්යෝටෝ නගරයේ සරසවි හා රෝහල් කිහිපයක් උපකාර කරගෙන තිබුණි.

විශේෂයෙන්ම රෝහල්වල නේවාසිකව ප්‍රතිකාර ලබමින් සිටි හදවත් රෝගීන්ට උදෑසන නැගිටීම සඳහා එක් එක් වේලාවන්ද නියම කර තිබුණු අතර, සමස්ථ පරීක්ෂණය සඳහා නිරෝගී පුද්ගලයින් 3017 දෙනෙකු උපකාර කරගෙන ඇත.

ඔවුන් සියලුදෙනාම අවුරුදු 23 ත් අවුරුදු 90 ත් අතර වයසේ පසුවූවන්ය.

මෙම පරීක්ෂණයේදී අනාවරණය කරගෙන ඇති සියලු තොරතුරු සහිත වාර්තාවක් නින්ද පිළිබඳ ලෝක පර්යේෂණ ආයතනයේ වාර්ෂික මහා සමුළුවට ද ඉදිරිපත් කිරීමට සුදානම් කර ඇති බවද දැනගන්නට ඇත.

එම මහා සමුළුව ඕස්ට්‍රේලියාවේ ක්‍රෙයාන්ස් නගරයේ පැවැත්වීමට නියමිතව තිබුණි.

27 පිටෙන්

ප්‍රෙමී බන්ධනාගාරයේ ක්‍රීඩා සංකීර්ණය තුළම සංවිධානය කළ මෙම බොක්සිං තරගයේදී එවරද ඇගේ ප්‍රතිවාදී ක්‍රීඩිකාව වී සිටියේ ජපානයේ අයාකා මියානෝය.

වට 10 ක් පුරා පැවති එම සටනේ ආරම්භයේ සිටම ආක්‍රමණිකයෙකු ලෙස ක්‍රඩා කළ සිරිපොක් වැඩි ප්‍රසාද ලකුණු මත ලයිට් ෆ්ලයිවේට් කිරුළ දිනා ගත්තද අසාකා මියා-නෝ අවස්ථා දෙකකදීම කැන්වසය මත හෙලන්නටද සමත් වූවාය.

ඒ අනුව ඇගේ සමහර පහරවල් ආකාසාට දරාගත නොහැකි තරම් විය. විශේෂයෙන්ම දකුණත් පහරවල් තුළ දක්නට තිබුනේ දැඩි වේගවත් බවකි.

සිර මැදිරිය කිසිවෙකුටත් සිරිමැදුරක් බවට පරිවර්තනය කරගත නොහැකිය. සිරිපොක් තව්සුක්ට වුව එහි වෙනසක් නැත. එබැවින් සිරුරින් සිරගතව සිටි සම්පූර්ණ කාලය තුළම ඇගේ මනස සිරිමැදුරු සොයා ඇදී ගියා විය හැකිය.

කෙසේ වුවත් බන්ධනාගාරය තුළදී අයාකා මියාතේ පරාජය කරමින් කාන්තා ලයිට් ෆ්ලයිවේට් බොක්සිං කිරුළ දිනා ගැනීමේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඒ වනවිට ගෙවමින් සිටි වසර 10 න සිර දඩුවමට වසර 9 කදී නිම කිරීමේ වාසනාව ද සිරිපොක්ට ලැබුණි.

එතැන් සිට වෘත්තීය බොක්සිං ක්‍රීඩිකාවක ලෙස ජීවිතය ආරම්භ කළ ඇයට පසුගියදා නැවතත් ජපන් ක්‍රීඩිකාවක වූ ඇන්රි නකගාවා ගෙන් අභියෝග එල්ල වූවාය. සුපුරුදු ලෙස එම අභියෝගයද ජයගත් ඇය

තවදුරටත් ලයිට් ෆ්ලයිවේට් කිරුළ තමා ළඟම රඳවා ගන්නට සමත් වූවාය.

එදා සිරිපොක් ගෙන් අයාකා මියානෝට එල්ල වූ වේගවත් පහරවල් සිරිපොක් සිරගත කර තිබූ සිරි මැදිරියේ දොර කවුලු වෙත මිස මියානෝ වැදී නැති සේය. කෙසේ වුවත් එම පහර සියල්ලක්ම මිර මැදිරියෙන් සිරිමැදුරකට පිවිසෙන්නට සිරිපොක් තව්සුකට දොර හැර දී තිබුණි.