බලධාරීන් තවමත් අලෙවි කරණ
ශ්‍රී ලංකා ක්‍රීඩාවේ අමරණීය එස්.ජේ. යුගය

ශ්‍රී ලංකාව ක්‍රීඩා ලෝකයේ අමරණීය ස්ථානයකට නංවාලීමට සමත් වූ මෑත යුගයේ බිහිවූ විශිෂ්ඨතම ක්‍රීඩකයන් කවුදැයි සොයා බලන්නකුට සනත් ජයසූරිය හා සුසන්තිකා ජයසිංහ අමතක කළ නොහැකිය. අනූව දශකය අගභාගයේ සිට දේශීය කෙළිබිම වර්ණවත් කළ සනත් හා සුසන්තිකා තවමත් හැකි සැමවිටම ශ්‍රී ලංකා නාමය ජාත්‍යන්තර කෙළිබිමේ සනිටුහන් කරලීමට ඇප කැපවෙති. වසර 2000 දී ඔලිම්පික් ක්‍රීඩා උළෙලේ ලෝකඩ පදක්කම් ලාභිනියක වූ සුසන්තිකා අතින් ඉනික්බිතිව ශ්‍රී ලංකා නාමය ජාත්‍යන්තර ධාවන පථයේදී ඇගයීමට ලක් නොතිබුණද සනත් ජයසූරිය නම් තවමත් නොපිරිහෙලා තම පිත්තෙන් එකී බාරදූර කර්තව්‍යය ඉටු කරලමින් සිටී. පසුගියදා තම සියවැනි ටෙස්ට් තරගයට ක්‍රීඩා කළ සනත් එවැනි දස්කමක් දැක්වූ ප්‍රථම ශ්‍රී ලාංකික ක්‍රිකට් ක්‍රීඩකයා ලෙසද ඉතිහාස ගතවිය.

එක්දින තරග ඉතිහාසයේ ලකුණු දසදහසේ සීමාව පසුකර ගිය ලොව සිව්වැනි ක්‍රීඩකයා ලෙසද ගෞරවය දිනාගත් සනත් තම ක්‍රිකට් ජීවිතයේ සැඳෑසමය ගත කරමින් සිටිතැයි සැලකුණද හැකි සැමවිටකම සිය උපරිම දායකත්වය ශ්‍රී ලංකා පිලට ලබාදෙමින් සිටින්නේය. බොහෝ විචාරකයන් ගේ කටුක පැන් පහරවල් ඉදිරියේ රළු පරළු ලෙස නොහැසිරෙන සනත් තවමත් හැකි සෑම මෙහොතකම ලකුණු පුවරුවේ තම නම ඉදිරියේ ඉලක්කම් දෙකෙන් හා තුනෙන් යුතු ලකුණු සටහන් කර ගැනීමට දක්වන්නේ අසීමිත කැමැත්තකි. නායකත්වයේ කටු ඔටුනු ගලවා තැබූ සනත්ගේ පිත්ත යළි නිදහසේ කතා කරන්නට වූයේ 2004 වසරේදී ද්විත්ව ශතකයක් එක්දිනක ටෙස්ට් ශතක කීපයක් රැස්කර ගනිමිනි. එය එංගලන්ත ප්‍රාන්ත ක්‍රිකට් බලධාරීන් හා ගිවිසුමකට එළඹීමට සනත් ජයසූරියට අවස්ථාව උදාකර දුන්නේය. ඒ අනුව එංගලන්තයේ සමර්සෙට් ප්‍රාන්තයේ නියෝජනය කළ හේ එහිදී තම උපරිම දක්ෂතා නොදැක්වූවද වේගවත් ශතකයක් රැස් කරමින් ලාංකේය අභිමානය රැක ගැනීමට සමත් විය.

ක්‍රිකට් ක්‍රීඩාවේ සනත් ජයසූරියගේ තත්ත්වය මෙලෙස සටහන් වෙද්දී පාදයේ ආබාධයක් ඇතැයි පවසමින් නිරන්තරයෙන් ධාවන මංතීරුව මගහැර සිටි සුසන්තිකා පසුගියදා යළි මාධ්‍ය ඉදිරියේ තම රන් ස්වරය අවධි කළේය. ''මගේ එකම අරමුණ පොදු රාජ්‍ය මණ්ඩලයීය පදක්කමක් දිනා ගැනීමයි. මට අඩුවකට තිබෙන්නේ එයයි. මම මෙවර පොදු රාජ්‍ය මණ්ඩලයීය ක්‍රීඩා උළෙල ගැන බලාපොරොත්තු තියාගෙන ඉන්නවා.''යැයි පසුගියදා ලක්බිම හා සංවාදයකට එළඹෙමින් සුසන්තිකා ප්‍රකාශ කළාය. 'ඔලිම්පික් ලෝකඩ පදක්කමක් දිනා ගත්තාට පසුව මම අපේක්ෂා කළේ ඊලඟ වතාවේ රන්පදක්කමක් දිනා ගන්න. නමුත් අවාසනාවන්ත ලෙස එය මගේ අතින් ගිලිහිලා ගියා. නමුත් මම ලෝක ශූරතාවේදීත් රිදී පදක්කමක් දිනා තිබෙනවා. මම ආසියානු පදක්කම් තිබෙනවා. අඩුවකට ඇත්තේ පොදු රාජ්‍ය මණ්ඩලයීය පදක්කමක් ලබන වසරේ ඔස්ට්‍රේලියාවේදී ඒ අරමුණ ඉටුකර ගන්න මම අපේක්ෂා කරනවා. ඒ සඳහා මට සහයෝගය අවශ්‍යයි. දැන් මට අනුග්‍රහකයෙක් පවා නැහැ. මට හොඳ අනුග්‍රාහකයෙක් ලබා දෙනවා නම් ඒ ඉලක්කය ජයගන්න මට හැකිවේවි. පසුගිය කාලයේ මගේ පාදයේ අස්ථියක් පුපුරලා තිබුණා. ඒ නිසා මා පුහුනුවීම් වලින් වැළකී සිටියා. නමුත් දැන් එහි තත්ත්වය සුවඅතට හැරිලා තිබෙනවා. වෛiවරු මට පුහුණුවීම් අරඹන්නැයි කිවුවා. දැන් මම ඇමරිකාවට ගිහින් පුහුණුවීම් කරන්න අපේක්ෂා කරනවා. එරට පුහුණුවීම් කිරීමෙන් අනතුරුව ග්‍රෝන් ප්‍රී තරග කීපයක් දිවීමෙන් මට සුපුරුදු වේග සීමාවට එන්න හැකිවේවි'' යැයි ඈ පවසන්නීය.

සුසන්තිකා ලබාදෙන පොරොන්දු සමගින්ම ඇගේ වයස අවුරුදු තිහේ සීමාවට ළගාවී ඇති බව අපට අමතක කළ නොහැකිය. සනත් ජයසූරියගේ වයස් සීමාවද අවුරුදු 36 ක් ඉක්මවා ඇතිවග සිහිපත් කළ යුතුවඇති අතර අනූව දශකයේ මැද භාගයේ සිට ශ්‍රී ලංකා කෙළිබිම වර්ණවත් කළ ෑ,ත (එස් ජේ) ද්විත්වයේ දස්කම් මතම යැපිය නොහැකි බව සිහි කැඳවිය යුතුව ඇත. සනත් හා සුසන්තිකා දේශීය කෙළිබිම මත විදහා පෑ දක්ෂතා අසීමිත බව පවසන විචාරකයෝ දැන් ඔවුන්ට ඔවුන්ගේ ජීවිතයේ ඇති අරමුණු කරා යෑමට අවශ්‍ය ඉඩප්‍රස්ථාව උදාකර දිය යුතු බැව් පෙන්වා දෙති. බලධාරීන් කීපදෙනෙකුගේ විදේශ සංචාර වෙනුවෙන් මෙම එස්.ජේ. යුගයේ යශෝ කීර්තිය යළි යළිත් උලුප්පා දක්වමින් ප්‍රයෝජනයට ගැනීමට ඉඩකඩ උදාකර දිය යුතු නැති බැව් එම විචාරකයෝ වැඩිදුරටත් ප්‍රකාශ කරති.

චමින්ද සමන් කුමාර

මුරලිදරන් තරග පාවාදුන්නාද?

පසුගිය දිනවල ශ්‍රී ලංකාවේ විශිෂ්ඨතම ක්‍රිකට් ක්‍රීඩකයකු සේ සැලකෙන මුත්තයියා මුරලිදරන් තරග ඔට්ටු අල්ලන්නන් සමග සමග ගනුදෙණු කර ඇති බව ඉඟ කරවන සුළු ප්‍රවෘත්ති අන්තර්ජාල වෙබ් අඩවි හරහා වාර්තා කර තිබිණි. මුරලි මෙම චෝදනාවන්ට මාතෘකාක වූයේ පසුගිය දිනෙක ඉන්දීය ආදායම් බදු දෙපාර්තමේන්තුව මගින් අත්අඩංගුවට ගත් සමාජශාලා නර්තන ශිල්පිනියකගෙන් ලද තොරතුරු පදනම් කර ගනිමින් බැව් කාලිජ් ටයිම්ස්

FIT FOR CRICKET OR CRICKET FIT

Chrys Abraham (In Melbourne)

The Australian rules domestic football season is over and the AFL grand final to be played in a couple of weeks will officially end the season. The cricket season has started in an indirect manner with most teams training in the indoor nets or some individuals doing fitness training.

I was amazed to see Peter Harmer a friend of mine and the son of Russel Harmer training. (Everyone knows the influence of the Harmer family in Sri Lanka cricket). Peter was training with a few of his friends at Mulgrave on a very cold rainy evening.

The present test played in England has raised the interest of all cricket lovers and some who are not interested in cricket. We cricket lovers would have to be on another planet, for us not to enjoy the hard fought finishes of the test series.

Fitness has been a major part of this series. The confidence that England is displaying relates to their preparation which in turn relates to fitness.

It does not matter if you are playing 2 days cricket or a 40 over match, the bottom line is fitness.

The more you train, your playing ability increases. So if you are bowler, batsman or fielder the more you train, the fitter you become and the fitter you are the more you can retain your concentration to play to the best of your ability.

Playing cricket in Sri Lanka is different, because we either played it in a park or in any place we saw fit, such as gardens, lanes, main road etc. This playing kept us fit.

We live in the Western world where our life style is different. Most of us drive to and from work. Not enough of time to play and socialise and therefore we try to relax in front of the television.

Cricket is a slow game, unless you are batting or bowling but there comes a time when a fielder has to move fast to either stop runs or take a catch. The sudden movement of the human body can contribute pain and injury if it is not trained adequately or beyond the comfortable range.

Three main categories of fitness are

Cardiovascular
Flexibility
Strength

To page 19

CONGRATULATIONS

Congratulations to Cassandra Junkeer, 12 years, and her aerobics team "Supersonics" on winning the Victorian Aerobics Championships conducted by The Federal Institute of Sports (FISAF) and held at Langwarrin recently.

They are now through to the national championships to be held in Brisbane in October.

All three girls are year 7 students at Presbyterian Ladies College and their team was coached at the colleges.

We wish them success at the National Championships.

PICTURE: MAIRI ROBERTSON, CASSANDRA JUNKEER, LIZZIE WAGNER