

ஏன் வடக்கே தலை வைத்து படுக்கக்கூடாது

நம் நாட்டில் வடக்கில் தலை வைத்து படுத்தால் ஆகாது என்பார்கள். இதற்கான காரணத்தை தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

இந்தியா பூமத்திய ரேகைக்கு மேலே உள்ள நாடாகும். இந்த அமைப்பில் உள்ள நாடுகளில் வடதிசையில் காந்த ஈர்ப்பு அதிக மிருக்கும். இதனால், இத்திசையில் தலை வைத்துப் படுக்கும் போது, தேவைக்கு அதிகமாக மூளைக்கு ரத்தம் பாயும். இதனால் மனப் போராட்டம் போன்ற பிரச்சனைகள் ஏற்படும். குறிப்பாக அதிகப்படியான வேலை அல்லது கடுமையான உடற் பயிற்சி செய்து விட்டு, ஓய்வெடுக்கும் போது வடக்கில் தலை வைக்கவே கூடாது. இதனால் மனதில் பதட்டம் அதிகரிக்கும்.

அ ம ர வ ர ச , பவுர்ணமி நாட்களில் நிலாவின் ஈர்ப்பு அதிகமாக இருக்கும். அப்போது பூமியில் உள்ள கடல் போன்ற பெரிய சக்திகள் கூட, மேல் நோக்கி இழுக்கப்படும். எனவேதான், இந்நாட்களில் கடல் அலைகள் வழக்கத்தைவிட அதிகமாக மேலே எழும்பும். இதைப்போலவே, வடக்கில் தலை வைத்துப் படுக்கும்போது, ரத்த ஓட்டமும் மூளைக்கு அதிகமாக இழுக்கப்படும். இதனால் மூளை பாதிப்பு ஏற்படும். எனவே, வடக்கில் தலை வைத்து படுக்கக்கூடாது.

பூமத்திய ரேகைக்கு கீழுள்ள தென் ஆப்ரிக்கா போன்ற நாடுகளில் காந்த ஈர்ப்பு தென்திசையில் இருக்கிறது. எனவே, இந்நாடுகளில் தெற்கே தலை வைத்துப் படுக்கக்கூடாது.

