

‘ଫୁଲକୋବି ଖୁରି’

ପରିବାରୁ ବି ହୋଇପାରେ ଖୁରି। ଫୁଲକୋବି ସହାୟକ ଆପଣ ଏହି ମିଠା ଖାଦ୍ୟଟି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବେ। ତେବେ ଏହି ଖାଦ୍ୟଟି କେମିତି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯିବ ଜାଣନ୍ତୁ।

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: କ୍ଷୀର, କାଜୁ, ପିସ୍ତା, କିସମିସ୍, ଫୁଲକୋବି, ଚିନି, ମିଳମେଡ୍, ଲୁଣ ଓ ଘିଅ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ପ୍ରଥମେ ଫୁଲକୋବିକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏବେ କଡେଇରେ ଘିଅ ଗରମ କରି କଟା କୋବିରେ ଲୁଣ ପକାଇ ଭାଜି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ କଡେଇରେ କ୍ଷୀରକୁ ଫୁଟାଇ ସେଥିରେ ଚିନି ପକାନ୍ତୁ। କ୍ଷୀର ଭଲ ଭାବେ ଫୁଟିଯିବା ପରେ ସେଥିରେ ଫୁଲକୋବି ଭଜା ପକାନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ଏଥିରେ ମିଳମେଡ୍, କାଜୁ, ପିସ୍ତା, କିସମିସ୍ ପକାଇ ୫ ରୁ ୧୦ ମିନିଟ୍ ଫୁଟାନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯିବ ‘ଫୁଲକୋବି ଖୁରି’।



..... ପରଦା ଖବର
ଚିରନିଦ୍ରାରେ ଦଣ୍ଡାବାଲୁକା

ଚିରନିଦ୍ରାରେ ଦଣ୍ଡାବାଲୁକା

ଓଲିଭର ବରିଷ୍ଠ ଅଭିନେତା ଉତ୍ତମ ମହାନ୍ତି ଆଉ ନାହାନ୍ତି। ଲିଭର ଡିରୋସିସ୍ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇ ଗୁରୁଗାଠି ମୋଡ଼ା ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସିତ ଅବସ୍ଥାରେ ଆଜି ତାଙ୍କର ପରଲୋକ ହୋଇଛି। ତାଙ୍କୁ ୬୭ ବର୍ଷ ବୟସ ହୋଇଥିଲା। ଉତ୍ତମଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଓଲିଭର ତଥା ସାରା ଓଡ଼ିଶାରେ ଶୋକର ଛାୟା ଖେଳିଯାଇଛି। ଗତ ୬ ତାରିଖରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟାବସ୍ଥା ଅଧିକ ବିଗିଡ଼ି ବାରୁ ତାଙ୍କୁ ଭୁବନେଶ୍ୱରର କିମ୍ବୁ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଥିଲା। ଉତ୍ତମ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ୮ ତାରିଖରେ ତାଙ୍କୁ ଏସାର ଆସୁଲାନୁରେ ଦିଲ୍ଲୀ ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରାଯାଇଥିଲା। ସେଠାରେ ତାଙ୍କର ଲିଭର ଡିରୋସିସ୍



ସହ ନିମୋନିଆର ଚିକିତ୍ସା ଝଲିଥିଲା। ସାରା ରାଜ୍ୟରେ ଶହଶହ ପ୍ରଶଂସକ ତାଙ୍କର ଆରୋଗ୍ୟ କାମନା କରିଥିଲେ। ତେବେ ୨୦ ଦିନ କାଳ ହସ୍ପିଟାଲରେ ମୃତ୍ୟୁ ସହ ସଂଗ୍ରାମ କରି ଶେଷରେ ଚିରବିଦାୟ ନେଇଗଲେ ଉତ୍ତମ। ତାଙ୍କ

ପରଲୋକରେ ଓଲିଭରରେ ଏକ ଯୁଗର ଅବଦାନ ଘଟିଲାୟ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ସହ ତାଙ୍କର ଶେଷକୃତ୍ୟ ସମ୍ପର୍କ ହେବ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି। ୨୩ ତିସେମର ୧୯୫୮ରେ ବାରିପଦାରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ଉତ୍ତମ। ପ୍ରଥମରୁ

ଅଭିନେତା ହେବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ୧୯୭୭ ମସିହାରେ ସେ ‘ଅଭିମାନ’ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଜରିଆରେ ଓଡ଼ିଆ ସିନେମା ଜଗତରେ ପାଦ ଆପିଥିଲେ। ତା’ପରେ ଆଉ ସେ ପଛକୁ ଫେରି ଝହିନାହାନ୍ତି। ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ସୁପରହିଟ୍ ସିନେମା ଭେଟି ଦେଇ ଓଡ଼ିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଜଗତରେ ନିଜସ୍ୱ ଛାପ ଛାଡ଼ି ଯାଇଛନ୍ତି। ଏମିତି କେଉଁ ଓଡ଼ିଆ ନଥିବେ, ଯିଏ ଉତ୍ତମ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଅଭିନୀତ ସିନେମା ପ୍ରେମରେ ପଡ଼ି ନଥିବେ। ତାଙ୍କର ବେହେରା, ଅଭିନୟ, ନୃତ୍ୟ, ଆକ୍ଷର ସବୁଥିରେ ନିଆରାପଣ ବାରି ହୋଇପଡ଼ୁଥିଲା। ଓଡ଼ିଶାର ଘରେ ଘରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇଯାଇଥିଲେ ଉତ୍ତମ। ଓଲିଭରରେ ସୁପରଷ୍ଟାର ବୋଲି ଯଦି କାହାରିକୁ ପ୍ରଥମ ଥର ଆଖ୍ୟା ଦିଆଯାଇଥିଲା,

ତେବେ ସେ ନିଃସନ୍ଦେହରେ ଥିଲେ ଉତ୍ତମ। ୧୩୫ରୁ ଅଧିକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରରେ ସେ ଅଭିନୟ କରିଥିଲେ। ଏହା ସହ ଅନେକ ସୁପରହିଟ୍ ବଙ୍ଗଳା ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରରେ ସେ ନିଜ ଅଭିନୟର ସ୍ୱାକ୍ଷର ଛାଡ଼ିଛନ୍ତି। ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନରେ ଉତ୍ତମ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭଦ୍ର, ଅମାୟିକ ଥିଲେ। ଝରି ଦଶନ୍ଧିରୁ ଅଧିକ ସମୟ ଧରି ଓଡ଼ିଆ ସିନେମା ଜଗତରେ ଛାଇ ଯାଇଥିଲେ ଉତ୍ତମ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ତାଙ୍କ ଅବଦାନକୁ ସ୍ୱୀକୃତି ଜଣାଇ ଉତ୍ତମ ସରକାରୀ ଓ ବେସରକାରୀ ସ୍ତରରେ ବହୁ ଅନୁଷ୍ଠାନ ତାଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରିଛନ୍ତି। ସେ ଜୟଦେବ ପୁରସ୍କାର ସମେତ ଝରି ଥର ରାଜ୍ୟ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପୁରସ୍କାର ପାଇଥିଲେ। ‘ଦଣ୍ଡାବାଲୁକା’ ‘ଝିଅଟି ସାତା ପରି’ ଓ ‘ଫୁଲଚନ୍ଦନ’ ପାଇଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଭିନେତା ଏବଂ ତୋ

ବିରୁ ଅନ୍ୟ ଗତି ନାହିଁ’ ପାଇଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସହ-ଅଭିନେତା ପୁରସ୍କାର ପାଇଥିଲେ। ଉତ୍ତମଙ୍କ ପୂରା ପରିବାର ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଜଗତ ପ୍ରତି ସମର୍ପିତ। ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଅପରାଜିତା ମହାନ୍ତି ଓ ପୁତ୍ର ଅଭିନେତା ବାବୁସାନ ମହାନ୍ତି ଅଭିନୟ ଜଗତରେ ବେଶ୍ ସଫଳତା ପାଇଛନ୍ତି। ଉତ୍ତମ-ଅପରାଜିତା ଯୋଡ଼ି ଓଲିଭର ସର୍ବକାଳୀନ ହିଟୋପାଡ଼ି ଭାବେ ବିବେଚିତ। ଏହି ଯୋଡ଼ି ଅଭିନୀତ ଅନେକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ସୁପରହିଟ୍ ହୋଇଛି। ଏବେ ବାବୁସାନ ଓଲିଭର ଆଗଧାଡ଼ିର ତାରକା। ଗତ କିଛି ବର୍ଷ ହେଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଗତ କାରଣରୁ ଉତ୍ତମ ଅଭିନୟ ଜଗତରୁ ଦୂରେଇ ଯାଇଥିଲେ।

ସରଳ ଉପାୟରେ ପୁରଣ ହେବ ମନସ୍କାମନା



ଉତ୍ତମାନ ଶଙ୍କରଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କରିବାର କିଛି ସରଳ ଉପାୟ ବିଷୟରେ ଜାଣନ୍ତୁ। ଏହି ଉପାୟ ଦ୍ୱାରା ମନସ୍କାମନା ପୂରଣ ହେବା ସହ ଶୁଭଫଳ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ। ତମର ଏକ କଳସରେ ଜଳରେ ଗଜାଜଳ ମିଶାଇ ଶିବ ଲିଙ୍ଗରେ ଜଳ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ। ଏହି ସମୟରେ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରନ୍ତୁ। ଧୂରେ ଧୂରେ ଏକ ଧାରାରେ ଜଳ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ। ଅଖଣ୍ଡିତ ବେଲପତ୍ରରେ ଚନ୍ଦନ ଚିନକ ଲଗାଇ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ। ବେଲପତ୍ର, ଦୁଧୁରା ଫୁଲ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ। ଶିବ ମନ୍ଦିରରେ ଘିଅ ଦୀପ ଲଗାଇବା ସହ ୧୦୮ ଥର ଶିବ ମନ୍ତ୍ର ଜପ କରନ୍ତୁ। କ୍ଷୀର, ମହୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କଲେ ମନସ୍କାମନା ପୂରଣ ହୋଇଥାଏ। ଅସହାୟଙ୍କୁ ଭୋଜନ ଓ ବସ୍ତ୍ର ଦାନ କରନ୍ତୁ।

ଝାଡୁ ସହ ଜଡ଼ିତ ନିୟମ : ପାଳନ କଲେ ହେବ ଧନବର୍ଷା

ଝାଡୁର ବ୍ୟବହାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘରେ କରାଯାଏ। ଘରକୁ ସଫାସୁତୁରା କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ଝାଡୁରେ ମା’ଲକ୍ଷ୍ମୀ ବାସ କରିଥାଆନ୍ତି ବୋଲି ମାନ୍ୟତା ରହିଛି। ତେଣୁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଝାଡୁକୁ ନେଇ ଅନେକ ନିୟମ ମଧ୍ୟ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି। ଝାଡୁ ସହ ଜଡ଼ିତ କିଛି ନିୟମ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା ନିତ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ। ଏହି ନିୟମର ପାଳନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆର୍ଥିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଥିବା ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇ ଧନଲାଭ ହୋଇଥାଏ। ଝାଡୁ କିଣିବା ପୂର୍ବରୁ କିମ୍ବା ଫୋପାଡ଼ିବା ପୂର୍ବରୁ ବାରର ଗୁରୁତ୍ୱ ରହିଛି। ଝାଡୁ ସହ ଜଡ଼ିତ ନିୟମର ପାଳନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଧନପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ବୋଲି



କୂହାଯାଏ। ଜାଣନ୍ତୁ.. ପୁରୁଣା ଝାଡୁକୁ କଦାପି ଗୁରୁବାର କୂହାଯାଏ। ଜାଣନ୍ତୁ.. କିମ୍ବା ଶୁକ୍ରବାର ଏହାକୁ ଫିଙ୍ଗିବା ଭବିତ ନୁହେଁ। ଏହି ଦିନ ମା’ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଓ ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କୁ ସମର୍ପିତ। ଏହିଦିନ ଝାଡୁକୁ ବାହାରେ ଫିଙ୍ଗିବା

ଦ୍ୱାରା ମା’ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି। ଝାଡୁରେ କଦାପି ଗୋଡ଼ ମାରନ୍ତୁ ନାହିଁ। କ୍ୟୋଡ଼ିଷ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁଯାୟୀ, ଝାଡୁ କିଣିବା ପାଇଁ ମଙ୍ଗଳବାର ଓ ଶନିବାର ଦିନ ଖୁବ୍ ଶୁଭ। ଏହାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତିକ ଆର୍ଥିକ ସ୍ଥିତିରେ ଶୁଭ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ। ଘରେ ସମ୍ପଦତା ଆସିଥାଏ। ମା’ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କ ବିଶେଷ କୃପା ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ। କୃଷପକ୍ଷରେ ଝାଡୁ କିଣିବା ଶୁଭକର ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଝାଡୁକୁ ସର୍ବଦା ଏପରି ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ, ଯେପରି ଏହା ଉପରେ କାହାରି ନଜର ପଡ଼ିବ ନାହିଁ। ଝାଡୁକୁ ଭୁଲରେ ମଧ୍ୟ ଖଟ ତଳେ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ। ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦ୍ଧ ପରେ ଘରେ କଦାପି ଝାଡୁ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ମା’ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତି।

ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ଅଭାବକୁ ଦୂର କରେ କିସମିସ୍

ଶରୀରରେ ହେମୋଗ୍ଲୋବିନର ପରିମାଣ କମ୍ ହେଲେ, ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଅନେକ ରୋଗ ଘେରି ରହିଥାଏ। କିତନୀ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଅଧିକାଂଶ ରୋଗ ରକ୍ତ ଅଭାବରୁ ହୋଇଥାଏ। ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ରକ୍ତ ଅଭାବ ଥାଏ, ତେବେ ରକ୍ତ ବଜାରଦା ପାଇଁ ଆପଣ କେବଳ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଜରୁରୀ ନୁହେଁ। ଆପଣ କିଛି ଘରୋଇ ଉପାୟକୁ ଆପଣେଇ ଶରୀରରେ ହେମୋଗ୍ଲୋବିନର ଅଭାବକୁ ମଧ୍ୟ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କରିପାରିବେ। ଏପରି ଏକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଉପାୟ ହେଉଛି ଭିଜା ହୋଇଥିବା କିସମିସ୍। ଭିଜା ହୋଇଥିବା କିସମିସ୍ରେ ଆଇରନ୍, ପୋଟାସିୟମ, କ୍ୟାଲସିୟମ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଏବଂ ଫାଇବର ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ। ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ପରିମାଣ ବଢ଼ିଥାଏ ଏବଂ ରକ୍ତହୀନତା ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଏଥିପାଇଁ ଆପଣ ପ୍ରତିଦିନ ରାତିରେ ୫୦ ଗ୍ରାମ କିସମିସ୍ ଭିଜାଇ



ଦିଅନ୍ତୁ। ସକାଳେ ଉଠିବା ପରେ ପ୍ରଥମେ କିସମିସ୍ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ପରେ କିସମିସ୍ ଖାଆନ୍ତୁ। ଭିଜାଇଥିବା କିସମିସ୍ ସହିତ ଏହାର ଜଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ। ଭିଜା ହୋଇଥିବା କିସମିସ୍ ଖାଇବାର ଫାଇଦା : (୧): ଭିଜା ହୋଇଥିବା କିସମିସ୍ ଫାଇବରରେ ଭରପୂର ହୋଇଥାଏ, ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହଜମ କଳ୍ପନ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ। (୨): ଭିଜା ହୋଇଥିବା କିସମିସ୍ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଜାରଦାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏହା ଜୀବାଣୁ ଏବଂ ସଂକ୍ରମଣ ସହିତ ଲଢ଼ିବାରେ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। (୩): ବାନ୍ତ ଏବଂ ହାତକୁ ଶକ୍ତି ଶାଳୀ ରଖିବା ପାଇଁ କ୍ୟାଲସିୟମ ଆବଶ୍ୟକ। ତେଣୁ କିସମିସ୍ ବାନ୍ତ ଏବଂ ହାତ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଖାଇପାରିବେ। ୧୦୦ ଗ୍ରାମ କିସମିସ୍ ଭିତରେ ପ୍ରାୟ ୫୦ ମିଗ୍ରା କ୍ୟାଲସିୟମ ଥାଏ। ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ବାନ୍ତ ଏବଂ ହାତକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବା ପାଇଁ କାମ କରେ। (୪): କିସମିସ୍ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପାଟିରୁ ଆସୁଥିବା ଗନ୍ଧ ମଧ୍ୟ ଦୂର ହୋଇଥାଏ। (୫): ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ହେଉନାହିଁ, ତେବେ ଭିଜାଇଥିବା କିସମିସ୍ ଖାଆନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସହଜରେ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ।

ବର୍ଷା ଦିନରେ କାଳତ ମିଳିଥାଏ। ଏହି ପରିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ। ବର୍ଷା ଦିନେ ମିଳୁଥିବା ଏହି ପରିବାକୁ ନିଜ ଖାଦ୍ୟରେ ନିଶ୍ଚୟ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୂର କାଳତ ଶରୀରକୁ ଅନେକ

କର୍କଟ ରୋଗରୁ ଦୂରେଇ ରଖିଥାଏ କାଳତ



ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ଏଥିରେ ଫାଇବର, ଭିଟାମିନ ବି ୬ ଆଦି ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ରହିଛି। ଜାଣନ୍ତୁ କାଳତ ଖାଇଲେ କି କି ଲାଭ ମିଳେ.. କାଳତରେ ଭିଟାମିନ ବି ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି। ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ମଜବୁତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ। ଫଳରେ ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ଏହି ପରିବାରେ ଫାଇବର, ଭିଟାମିନ ବି ୬ ଆଦି ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି। ଏହି ପରିବାକୁ ନିଜ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପାଟନ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟେରୋଲ୍ ମାତ୍ରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହୋଇ ରହିଥାଏ। କାଳତରେ ଆର୍ବି-ଅକ୍ଟିଭାସ୍ ରହିଛି। ଯାହା ଦୃଷ୍ଟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ବ୍ରଷ୍ଟ ଓ କୃଷ୍ଣନ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ଯେଉଁ ମାନଙ୍କର ମଧୁମେହ ସମସ୍ୟା ରହିଛି, ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ କାଳତ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ। ଏଥିରେ ଥିବା ଫାଇବର ରକ୍ତରେ ଶର୍କରା ମାତ୍ରାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରଖିଥାଏ। ମଧୁମେହ ରୋଗୀ ନିଜ ଖାଦ୍ୟରେ କାଳତ ନିଶ୍ଚୟ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। କାଳତ ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ବେଶ୍ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ। ଏଥିରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଯାଏଁ ପେଟ ଭର୍ତ୍ତି କରି ରଖିଥାଏ। ଫଳରେ ବାରମ୍ବାର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହୋଇନାଥାଏ। ନିୟମିତ ଭାବେ କାଳତ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରେ ଥିବା ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ କର୍କଟ ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ।

ରୋଚକ ହେଉଛି ସେମିଫାଇନାଲ୍ ରେସ୍ ଡ୍ୟୁଟି କରିବାକୁ ମନା କଲେ ଶତାଧିକ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀ

ଦୁବାଇ, ୨୭/୨: ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ ଗ୍ରୁପ୍ ବିରୁଦ୍ଧ ସେମିଫାଇନାଲରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରୋଚକ ହୋଇଛି । ଆଫଗାନିସ୍ତାନର ଲଂଲଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷରେ ବିଜୟ ଏହି ରେସ୍‌କୁ ଅଧିକ ଆକର୍ଷଣୀୟ କରିଛି ଲଂଲଣ୍ଡ ଦଳ ଗ୍ରୁପ୍ ବିରୁଦ୍ଧ ବାଦ ପଡ଼ିଥିବା ପ୍ରଥମ ଦଳ ହୋଇଛି । ତଥାପି ଗ୍ରୁପ୍ ବିର ସମସ୍ତ ଡିନି ଦଳ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା, ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଏବଂ ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ଏବେ ବି ସେମିଫାଇନାଲରେ ପହଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଅଛନ୍ତି ଏବଂ ଏକ ବିଜୟ ଏହି ଡିନି ଦଳକୁ ସେମିଫାଇନାଲରେ ନେଇଯାଏ । ଗ୍ରୁପ୍ ଏବଂ ଦୁଇଟି ସେମିଫାଇନାଲ ଦଳ ପୂର୍ବରୁ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଇଛି । ନ୍ୟୁଜିଲାଣ୍ଡ ଏବଂ ଭାରତ ୨୦୨୫ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିର ସେମିଫାଇନାଲରେ ସ୍ଥାନ ପାଇବାପାଇଁ ଲଂଲଣ୍ଡ ସେମାନଙ୍କ ଗ୍ରୁପ୍‌ରେ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ଥାନ କଣ



ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିର ଦୁଇ ମସ୍କାଟ ।

ହେବ । ତାହା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇନାହିଁ ଗ୍ରୁପ୍ ଏ ଏବଂ ବି ଭଲଭର ଏବେ ବି ଦୁଇଟି ମ୍ୟାଚ ବାକି ଅଛି । ଗ୍ରୁପ୍ ଏବଂ ପଏଣ୍ଟ

ଶୀର୍ଷରେ ରହିବ ନା ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିବ ଗ୍ରୁପ୍ ଏବଂ ଶୀର୍ଷ ଦଳ ସେମିଫାଇନାଲରେ ଗ୍ରୁପ୍ ବିର ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବା ଦଳ ସହିତ ମୁକାବିଲା କରିବ, ଯେତେବେଳେ ଗ୍ରୁପ୍ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବା ଦଳ ସେମିଫାଇନାଲରେ ଗ୍ରୁପ୍ ବିର ଶୀର୍ଷ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବା ଦଳ ସହିତ ମୁକାବିଲା କରିବ । ଗୁରୁବାର ଗ୍ରୁପ୍ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ମ୍ୟାଚ ପାକିସ୍ତାନ ଏବଂ ବାଂଲାଦେଶ ମଧ୍ୟରେ ଖେଳାଯାଇଥିଲା । ଯଦିଓ ଏହି ମ୍ୟାଚ କେବଳ ଏକ ଔପଚାରିକତା ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଏହା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହୋଇଥିଲା । ଗ୍ରୁପ୍ ବିର ଶେଷ ଦୁଇଟି ମ୍ୟାଚରେ ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆକୁ ଭେଟିବ ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ଏବଂ ଲଂଲଣ୍ଡକୁ ଭେଟିବ ଯଦି ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ଏବଂ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ନିଜ ନିଜ ମ୍ୟାଚ ଜିତିଯାଆନ୍ତି, ତେବେ ସେମାନେ

ସେମିଫାଇନାଲ ପାଇଁ ଯୋଗ୍ୟତା ଅର୍ଜନ କରିବେ । ଯଦି ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଆଫଗାନିସ୍ତାନକୁ ପରାସ୍ତ କରେ, ତେବେ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ମଧ୍ୟ ଲଂଲଣ୍ଡକୁ ଭେଟି ଯୋଗ୍ୟତା ଅର୍ଜନ କରିବ ଯଦି ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆକୁ ପରାସ୍ତ କରେ, ତେବେ ସେମିଫାଇନାଲରେ ପହଞ୍ଚିବ ଏବଂ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଲାଗି ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ମଧ୍ୟରେ ମ୍ୟାଚ ଫଳାଫଳ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଣ୍ଣୟ ହେବ । ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆକୁ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ଅପେକ୍ଷା ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଯେତେ ଭଲ କରିବେ, ପାଇଁ ଲଂଲଣ୍ଡ କେବଳ ଜିତିବା ନୁହେଁ ବରଂ ଯଥେଷ୍ଟ ବଡ଼ ବ୍ୟବଧାନରେ ଜିତିବା ପାଇଁ ରାଜି କଲାକାରକୁ ପରିଚାଳନା ଅଧିକାରରେ ରହି ରେଟ୍ ବର୍ତ୍ତମାନ +୨.୧୪୦, ଯେତେବେଳେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଯେତେ ଭଲ କରିବେ +୦.୪୬୫ ।

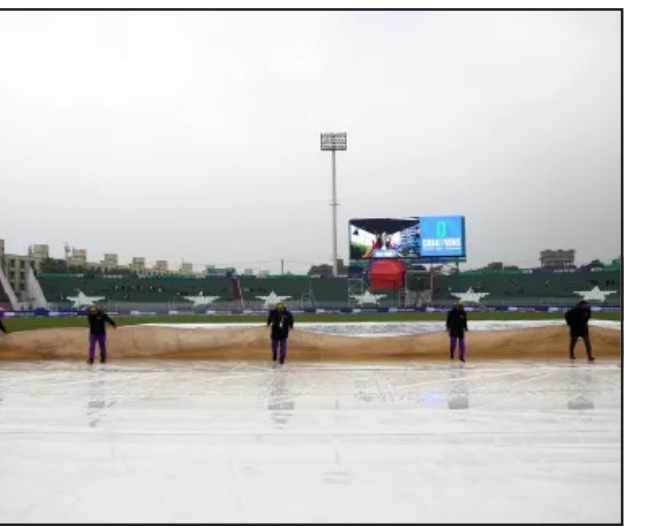


ଦୁଆବିଲୁ, ୨୭/୨: ପାକିସ୍ତାନ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ଆୟୋଜନ କରୁଛି ପ୍ରାୟ ୨୯ ବର୍ଷ ପରେ, ପାକିସ୍ତାନକୁ ଏକ ଆଇସିସି ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍ ଆୟୋଜନ ଅଧିକାର ମିଳିଛି, କିନ୍ତୁ ଏହି ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍ ଆୟୋଜନ ବିବାଦରେ ଘେରି ରହିଛି । ଏବେ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଏକ ନୂତନ ବିବାଦ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି ଗଣମାଧ୍ୟମ ଉପରେ ଅନୁସାରେ, ପାକିସ୍ତାନର ପଞ୍ଜାବ ପ୍ରଦେଶରେ ୧୦୦ ରୁ ଅଧିକ ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ବହିଷ୍କାର କରାଯାଇଛି । ଯଦି ଗଣମାଧ୍ୟମ ଉପରେ ବିବାଦ କରାଯାଏ, ତେବେ ଏହି ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ ଡ୍ୟୁଟି କରିବାକୁ ମନା କରିଦେଇଥିଲେ ।

ଯାହା ପରେ ୧୦୦ ରୁ ଅଧିକ ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଦଣ୍ଡ ଦିଆଯାଇଛି । ପଞ୍ଜାବ ପୋଲିସ୍ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଅନୁଯାୟୀ, ଏହି ବହିଷ୍କୃତ ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀ ବାରମ୍ବାର ଡ୍ୟୁଟିରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେଇନାହାନ୍ତି । ଅନୁପରେ କିନ୍ତୁ ପୂର୍ତ୍ତର ମିଳିଥିବା ସୂଚନା ମୁତାବକ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀ ଡ୍ୟୁଟି କରିବାକୁ ମନା କରିଥିଲେ । ପଞ୍ଜାବ ପୋଲିସ୍ ଅଧିକାରୀ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କୁ ଲାହୋରର ଗବାଠି ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମକୁ ହୋଟେଲ୍ ଯାଏ ଦଳର ସୁରକ୍ଷା ଲାଗି ନିୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲେ ତେବେ ସେ ଅଧିକ ସମୟ ଡ୍ୟୁଟି କରିବା ଏବଂ ହୋଟେଲ୍ ମଧ୍ୟରେ ଖେଳାଳିଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ନିୟୋଜିତ କରାଯାଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରି ନଥିଲେ । ତେଣୁ ଏହି ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କୁ ବହିଷ୍କାର କରାଯାଇଛି । ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ପଞ୍ଜାବ ପୋଲିସ୍ ଆଇଡିପି ଉପମାନ ଅନର କହିଛନ୍ତି ଯେ ଆମେ ଏହି ମାମଲା ଉପରେ ନଜର ରଖୁଛୁ । ଉପମାନ ଅନର ଆହୁରି କହିଛନ୍ତି ଯେ ଆମେ ଏହି ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ କଠୋରତମ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନେବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ । ଏତେ ବଡ଼ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍‌ରେ ସେମାନେ ଏପରି ପିଲାକିଆମି କାମ କରିପାରନ୍ତେ ନାହିଁ । ତଥାପି, ଏହି ବହିଷ୍କୃତ ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀମାନେ କାହିଁକି ଡ୍ୟୁଟି କରିବାକୁ ମନା କଲେ ? ଏହା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ପଷ୍ଟ କରାଯାଇ ନାହିଁ । କାହାଣୀ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଉପରେ ମୁତାବକ, ପାକିସ୍ତାନ ପଞ୍ଜାବ ଅଞ୍ଚଳରେ ୧୦୦ରୁ ଅଧିକ ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ନିଲମ୍ବିତ କରାଯାଇଛି । କାରଣ ସେମାନେ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ସମୟରେ ଡ୍ୟୁଟି କରିବାକୁ ମନା କରିଦେଇଥିଲେ । ଏହି ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଲାହୋରର ଗବାଠି ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମକୁ ହୋଟେଲ୍ ଯାଏ ଦଳର ସୁରକ୍ଷା ଲାଗି ନିୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲେ ତେବେ ସେ ଅଧିକ ସମୟ ଡ୍ୟୁଟି କରିବା ଏବଂ ହୋଟେଲ୍ ମଧ୍ୟରେ ଖେଳାଳିଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ନିୟୋଜିତ କରାଯାଇ ନାହିଁ ।

ବର୍ଷା ଧୋଇନେଲା ପାକିସ୍ତାନ-ବାଂଲାଦେଶ ମ୍ୟାଚ

ଦୁଆବିଲୁ, ୨୭/୨: ଗୁରୁବାର ପାକିସ୍ତାନର ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ଅଭିଯାନ ଏକ ଖରାପ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଘେରି ନ ଥିଲା, ଯେତେବେଳେ ରାଜପୁରରେ ବାଂଲାଦେଶ ବିପକ୍ଷରେ ସେମାନଙ୍କର ଶେଷ ଗ୍ରୁପ୍ ମ୍ୟାଚ ଗୋଟିଏ ବି ବଳ ନ ପକାଇ ନ ମ୍ୟାଚ ରଦ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ଉଭୟ ଦଳକୁ ବିଜୟ ବିନା ଏହି ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍‌ରୁ ବିଦାୟ ନେବାକୁ ପଡ଼ିଲା । ସେହିପରି, ଗ୍ରୁପ୍ ବିରେ ମଧ୍ୟ, ଲଂଲଣ୍ଡ ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍‌ରୁ ବାଦ ପଡ଼ିଥିବା ଦ୍ୱିତୀୟ ଦଳ ହୋଇଛି । ଗ୍ରୁପ୍‌ରେ ଲାଗାତାର ବର୍ଷା ଯୋଗୁଁ ପଡ଼ିଆ ଡିଜି ଯାଇଥିଲା, ପିଚକୁ ଯୋଡ଼ାଇ ରଖାଯାଇଥିଲା । ଏବଂ ଫିଲ୍ଡ୍ ଖରାପରେ ପାଣି ଜମା ହୋଇଯାଇଥିଲା । ପାଗରେ ଉନ୍ନତ ନିରବଦାର, ଅସାଧାରଣ ନିର୍ବାରିତ ସମୟର ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଖେଳକୁ ବାଟିଲ କରିଥିଲେ । ଖରାପ ପାଗ ଯୋଗୁଁ ଟେ ହୋଇଯାଇଛି । ନାହିଁ ଫଳସ୍ୱରୂପ, ଉଭୟ ଦଳକୁ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏଁ ପଏଣ୍ଟ



ବାଂଲାଦେଶ ପଡ଼ିଲାପାକିସ୍ତାନ ୨୩ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଥମ ଦଳ ଭାବରେ ୫୦ ଓଭର ବିଶିଷ୍ଟ ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍‌ରୁ ଗୋଟିଏ ବି ମ୍ୟାଚ ନ ଜିତି ବାଦ ପଡ଼ିଛି । ପ୍ରଥମ ଦୁଇଟି ଗ୍ରୁପ୍ ମ୍ୟାଚରେ ନ୍ୟୁଜିଲାଣ୍ଡ ଏବଂ ଭାରତର ପରାସ୍ତ ହୋଇଥିବା ମହମ୍ମଦ ରିଜ୍ୱାନଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱାଧୀନ ଦଳ - ୧.୦୮୭ ନେଟ ରନ ରେଟ୍ ସହିତ ଗ୍ରୁପ୍ ଚେତୁଲର ସବୁଠାରୁ ଚଳେ ଥିଲା । ପାକିସ୍ତାନ, ବାଂଲାଦେଶ ଏବଂ ଲଂଲଣ୍ଡ କେତେ ଟଙ୍କା ପାଇବେ ତାହା ଦକର ସ୍ଥିତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ନିଶ୍ଚିତ ନିଆଯିବ । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ ୮ଟି ଦଳ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ମୋଟ ପୁରସ୍କାର ରାଶି ହେଉଛି ୬.୯ ନିୟୁତ ଆମେରିକୀୟ ଡଲାର (ପ୍ରାୟ ୬୦ କୋଟି ଟଙ୍କା) । ୨୦୧୭ରେ ଶେଷ ସଂସ୍କରଣ ହୁଲାନରେ ପୁରସ୍କାର ରାଶି ୫୩ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି ।

ପାକିସ୍ତାନ ନାଁରେ ଲଞ୍ଜାଜନକ ରେକର୍ଡ୍ ସଂସଦରେ ଉଠିବ ପାକିସ୍ତାନ ପରାଜୟ ପ୍ରସଙ୍ଗ



ଦୁଆବିଲୁ, ୨୭/୨: ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ୨୦୨୫ରେ ଆୟୋଜନ ଦେଖି ପାକିସ୍ତାନ ଗ୍ରୁପ୍ ପର୍ଯ୍ୟାୟରୁ ବାଦ ପଡ଼ିଛି ଏହାପରେ ପାକିସ୍ତାନରେ ଏକ ଲଞ୍ଜାଜନକ ରେକର୍ଡ୍ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଗୁରୁବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ପାକିସ୍ତାନ ବନାମ ବାଂଲାଦେଶ ମ୍ୟାଚ ବର୍ଷା ଯୋଗୁଁ ବାଟିଲ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ୨୦୨୫ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିର ପ୍ରଥମ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ପରାସ୍ତ ହୋଇଥିଲା ୬୦ ରନରେ ବନାମର ପରାଜୟର ପାକିସ୍ତାନ କୌଣସି

ବ୍ୟକ୍ତିଗତରେ ଖେଳାଯାଇଥିଲା ଆୟୋଜକ ହେବା ସତ୍ତ୍ୱେ, ବାଂଲାଦେଶ ଏହି ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍‌ରେ ଖେଳି ନ ଥିଲା । କାରଣ ଏହା ଏକ ଚେଷ୍ଟା ଖେଳୁଥିବା ଦେଶ ନ ଥିଲା । ୨୦୦୦ ମସିହାରେ କେନିଆ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିର ଆୟୋଜକ ଥିଲା । ଏହି ସିକିନର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବର୍ତ୍ତମାନରୁ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିର ଆୟୋଜନ କେନିଆ କୁ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା ଏବଂ ମୁଖ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ କେନିଆ । ଦ୍ୱାରା ଖେଳାଯାଇଥିବା ଏକମାତ୍ର ମ୍ୟାଚ ଥିଲା କିନ୍ତୁ ଏହା ପୂର୍ବରୁ କେନିଆ ନକା ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖେଳିଥିଲା, ଯେଉଁଥିରେ ସେ ଜିତିଥିଲା । ୨୦୦୨ ମସିହା, ୬ଟି ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି ଏପରିକେତେବର୍ଷରେ ଯଦିଓ ଆୟୋଜକ ଦେଶ କୌଣସି ମ୍ୟାଚ ନ ଜିତି ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍ ଶେଷ କରିଛି ୨୦୦୨ ମସିହାରେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କା ଆୟୋଜକ ଥିଲା । ଏହି ସଂସ୍କରଣରେ, ସେମାନେ ଭାରତ ସହିତ ମିଳିତ ଚମ୍ପିୟନ୍ ହୋଇଥିଲେ । ୨୦୦୪ ମସିହାରେ ଲଂଲଣ୍ଡ ଆୟୋଜକ ଦେଶ ଥିଲା ଗ୍ରୁପ୍ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଲଂଲଣ୍ଡ ଦୁଇଟି ମ୍ୟାଚ ଜିତିଥିଲା ଲଂଲଣ୍ଡ ପାକିସ୍ତାନରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା କିନ୍ତୁ ଷ୍ଟେଡ଼ିୟମ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା ୨୦୦୬ରେ ଭାରତ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିର ଆୟୋଜକ ଦେଶ ଥିଲା ଭାରତ ଏହି ସିକିନରେ ଗ୍ରୁପ୍ ପର୍ଯ୍ୟାୟରୁ ବାଦ ପଡ଼ିଥିଲା କିନ୍ତୁ ୩ଟି ମ୍ୟାଚରୁ ଗୋଟିଏରେ ଜିତିଥିଲା । ଏହା ପରେ, ୨୦୦୯ରେ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା, ୨୦୧୩ ଏବଂ ୨୦୧୭ରେ ଲଂଲଣ୍ଡ ଆୟୋଜକ ଦେଶ ଥିଲା ପୂର୍ବ ସିକିନରେ ଏପରି ଘଟିନାହିଁ, ଆୟୋଜକ ଦେଶ କୌଣସି ମ୍ୟାଚ ଜିତି ନ ପାରି ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍ ବିଦାୟ ନେଇଛି ।

ରୋହିତଙ୍କ ଫିଟନେସ୍ ଉପରେ ରହିବ ନଜର

ଦୁବାଇ, ୨୭/୨: ପାକିସ୍ତାନ ବିପକ୍ଷ ମ୍ୟାଚ ସମୟରେ ଭାରତୀୟ ଅଧିନାୟକ ରୋହିତ ଶର୍ମା ଆହତ ହୋଇଥିଲେ । ତାଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଭାରତୀୟ ଦଳ ଉଭୟ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ମ୍ୟାଚ ଜିତି ସେମିଫାଇନାଲରେ ପ୍ରବେଶ କରିଛି ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚରେ ଭାରତ ବାଂଲାଦେଶକୁ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ମ୍ୟାଚରେ ଆୟୋଜକ ପାକିସ୍ତାନକୁ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା । ଏବେ ସେମାନଙ୍କୁ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨ରେ ନ୍ୟୁଜିଲାଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷରେ ମୁକାବିଲା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, କିନ୍ତୁ ଅଧିନାୟକ ରୋହିତ ଶର୍ମା ଫିଟନେସ୍ ଏବେ ବି ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ମଧ୍ୟରେ ରହିଛି ଦୁଇ ଦିନ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ପରେ ରୁଧିରୀ ଭାରତୀୟ ଦଳ ଅଭାବ୍ୟ ପାଇଁ ଫେରିଛି ଅଧିନାୟକ ରୋହିତ ଶର୍ମା ମଧ୍ୟ ସେଠାରେ ଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ସେ ବ୍ୟାଟିଂ ଅଭାବ୍ୟ କରିନଥିଲେ ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ, ନ୍ୟୁଜିଲାଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷ ମ୍ୟାଚ ପୂର୍ବରୁ, ସମସ୍ତଙ୍କ ନଜର ଏବେ ଅଧିନାୟକଙ୍କ ଫିଟନେସ୍ ଉପରେ । ପାକିସ୍ତାନ ବିପକ୍ଷ ମ୍ୟାଚ ସମୟରେ ରୋହିତ ଶର୍ମାଙ୍କ ହାମସ୍ତ୍ରରେ ଆଘାତ ଲାଗିଥିଲା ଏହି କାରଣରୁ, ସେ ଅସୁସ୍ଥ ଦେଖାଯାଉଥିଲେ ଏବଂ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ପଡ଼ିଥିଲା । ବାହାରକୁ ମଧ୍ୟ ଯାଇଥିଲେ ତଥାପି, ମ୍ୟାଚ ପରେ ରୋହିତ କହିଥିଲେ ଯେ ଆଘାତ ଏତେ ଗମ୍ଭୀର ନୁହେଁ ଏବଂ ସେ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଫିଟ ହୋଇଯିବେ । ଏବେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି ଯେ ଯଦି ଦୁଇ ଦିନ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ସତ୍ତ୍ୱେ ସେ ବ୍ୟାଟିଂ କରିବାକୁ ଆରାମଦାୟକ ଅନୁଭବ କରିପାରୁ ନାହିଁ, ତେବେ ନ୍ୟୁଜିଲାଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷ ମ୍ୟାଚ ପୂର୍ବରୁ ସେ ଫିଟ ହୋଇପାରିବେ କି ? ତଥାପି, ମ୍ୟାଚ ପାଇଁ ଆହୁରି ଦିନ ଦିନ ବାକି ଅଛି ଏବଂ ଯଦି ସେ ମ୍ୟାଚ ପୂର୍ବରୁ ଫିଟ ନହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ନକା ଉପ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ପୂର୍ବରୁ ସେ ନିଷ୍ଠିତ ଭାବରେ ଫିଟ ହୋଇଯିବେ । ରୋହିତଙ୍କ ପାଇଁ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚମ୍ପିୟନ୍‌ସନ୍‌ରେ ବହୁତ ଭଲ ହୋଇନାହିଁ । ପ୍ରଥମ ଦୁଇଟି ମ୍ୟାଚରେ ସେ ଭଲ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ଲାମ୍ପ ଜିନିଷ ଖେଳିପାରି



ବ୍ୟାଟ୍‌ମ୍ୟାନ କେଏଲ୍ ରାହୁଲ ଶୁଭମନ ଗିଲଙ୍କ ସହ ଓପିନିଂ କରିପାରିବେ । ରେକର୍ଡ୍ ବିପକ୍ଷରେ କହିବାକୁ ଗଲେ, କେଏଲ ରାହୁଲ ରେ ଓପନର ଭାବରେ ୨୩ ଟି ମ୍ୟାଚ ଖେଳିଛନ୍ତି । ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସେ ତିନୋଟି ଶତକ ଏବଂ ଛଅଟି ଅର୍ଦ୍ଧଶତକ ସହିତ ମୋଟ ୯୧୫ ରନ କରିଛନ୍ତି । ଯଦି ରାହୁଲ ଓପିନିଂ କରନ୍ତି, ତେବେ ରୁଧିରୀ ଅତିରିକ୍ତ ବ୍ୟାଟିଂ ଅଭାବ୍ୟ କରିଥିବା ପଛକୁ ମଧ୍ୟ ଦଳରେ ସୁଯୋଗ ମିଳିପାରେ । ପଛ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଥମ ଦୁଇଟି ମ୍ୟାଚ ଖେଳିପାରି ନାହିଁ ।

ଲଂଲଣ୍ଡକୁ ହରାଇବା ପରେ ନାଟିଲେ ଆଫଗାନ ପ୍ରଶଂସକ



ଝଞ୍ଜାପାଦାଳି ଭଳି ପୂର୍ବିକା ବାଣୀ, ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଧୂମ୍ ନାଟିଲେ ପ୍ରଶଂସକ; ଆଫଗାନିସ୍ତାନର ଐତିହାସିକ ବିଜୟ ପରେ କାରୁକରେ ଉତ୍ସବ; କାରୁକ, ୨୭/୨: ପାକିସ୍ତାନରେ ଆୟୋଜିତ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ

ଲଂଲଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷରେ ଦଳର ବିଜୟ ପରେ ଆଫଗାନିସ୍ତାନରେ ଦାଦାବଳି ଭଳି ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା । ଲାହୋରରେ ଲଂଲଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିବା ପରେ ଆଫଗାନିସ୍ତାନର ରାଜଧାନୀ କାରୁକରେ ଉତ୍ସବ ମନା ଯାଇଥିଲା । ପ୍ରଶଂସକମାନେ ରାଷ୍ଟ୍ରକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଧୂମ୍ ଧାମ୍ରେ ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରିଥିଲେ, ଯାହାର ଏକ ଭିଡ଼ିଓ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ଭାଇରାଲ ହେଉଛି ଭିଡ଼ିଓରେ ସେମାନେ ନିଆଁ ଲାଗାଇବା ସହ ପୂର୍ବର ବାଣୀ ଫୁଟାଇଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି କିଛି ପ୍ରଶଂସକଙ୍କୁ ବାଇକ ଷ୍ଟ୍ରିକ୍ କରୁଥିବାର ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଇଛି । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ ହଜାର ହଜାର ପ୍ରଶଂସକ ନିଜ ଦଳର ବିଜୟକୁ ପାଳନ କରିବା ପାଇଁ ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଏକ ରାଲି ବାହାର କରିଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଅନେକ ପ୍ରଶଂସକ ଗାଡ଼ି ଉପରେ ନାଚୁଥିବାର ଦେଖାଯାଇଥିଲା । ସେହିଭଳି ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଅନେକ ଲୋକ ନାଚୁଥିଲେ ।

ଗୋଟିଏ ମ୍ୟାଚରେ ୫ ରେକର୍ଡ୍

ଦୁଆବିଲୁ: ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ୨୦୨୫ରେ ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ବ୍ୟାଟର ଜବ୍ରାହିମ୍ ଜହାନଙ୍କ ବିଶ୍ୱ ରେକର୍ଡ୍ ପଛରେ ପଡ଼ିଲେ । ସଦିନ ତେଜୁଲକରଙ୍କ ପରି ମହାନ କ୍ରିକେଟର ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫି ମୁକାବିଲାରେ ରୁଧିରୀ ଲଂଲଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷରେ ଖେଳି ଜହାନ ଐତିହାସିକ ୧୭୭ ରନ କରିଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ସେ ୧୨ ଚୌକା ଏବଂ ୬ ଛକା ମାରିଥିଲେ । ଜହାନଙ୍କ ରେକର୍ଡ୍‌କାରୀ ବ୍ୟାଟିଂ ପାଇଁ ଆଜି ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ଲଂଲଣ୍ଡକୁ ୮ ରନ ପରାସ୍ତ କରିଛି । ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ ସର୍ବାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ - ଜବ୍ରାହିମ୍ ଜହାନ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ ସର୍ବାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ କରିଛନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ଏହି ରେକର୍ଡ୍ ଲଂଲଣ୍ଡର ବେନେ ଡକେଟର ନାଁରେ ଥିଲା ସେ ୨୦୨୫ ଚମ୍ପିୟନ୍ ଟ୍ରଫିରେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ବିପକ୍ଷରେ ୧୬୫ ରନ କରିଥିଲେ ହେଲେ ଜହାନ ଏବେ ଲଂଲଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷରେ ୧୭୭ ରନ କରି ତାଙ୍କ ରେକର୍ଡ୍ ଭାଙ୍ଗି ଦେଇଛନ୍ତି । ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ପାଇଁ ସର୍ବାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ - ଦିନିକିଆ କ୍ରିକେଟରେ ଆଫଗାନିସ୍ତାନ



ପାଇଁ ସର୍ବାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ ରେକର୍ଡ୍ ପୂର୍ବରୁ ଜବ୍ରାହିମ୍ ଜହାନଙ୍କ ନାଁରେ ଥିଲା । ସେ ୨୦୨୨ ମସିହାରେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କା ବିପକ୍ଷରେ ୧୬୨ ରନ କରିଥିଲେ । ଏବେ ଲଂଲଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷରେ ୧୭୭ ରନର ଜିନିଷ ଖେଳି ସେ ନିଜ ରେକର୍ଡ୍ ଭାଙ୍ଗିଛନ୍ତି । ପାକିସ୍ତାନ ମାଟିରେ ସର୍ବାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ - ଜବ୍ରାହିମ୍ ଜହାନ ଏବେ ପାକିସ୍ତାନ ମାଟିରେ ସର୍ବାଧିକ ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ କରିଥିବା ଖେଳାଳିକା ତାଲିକାରେ ସାମିଲ ହୋଇଛନ୍ତି । ଜହାନଙ୍କ ଆରମ୍ଭେ ଗ୍ୟାରି

କିର୍ଷେନ (୧୮୮), ଭିର ରିକର୍ଡ୍ସ (୧୮୧) ଏବଂ ଫଖର ଜମାନ (୧୮୦) ଅଛନ୍ତି । ଏହି ତାଲିକାରେ ଜହାନ ତତ୍ତ୍ୱ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ପାଇଁ ସର୍ବାଧିକ ଶତକ - ଜବ୍ରାହିମ୍ ଜହାନ ଏବେ ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ପାଇଁ ଏକଦିବସୀୟରେ ସର୍ବାଧିକ ଶତକ ମାରିବା ମାମଲାରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନକୁ ଉନ୍ନତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଜହାନ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୬ଟି ଦିନିକିଆ ଶତକ ମାରି ସାରିଛନ୍ତି । ଏହି ତାଲିକାର ଶୀର୍ଷରେ ଅଛନ୍ତି ରହମାନୁଲ୍ଲା ହୁସୈନ, ଯିଏ ତାଙ୍କ ଦିନିକିଆ କ୍ୟାରିୟରରେ ୮ ଶତକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ଆଫଗାନିସ୍ତାନ ପାଇଁ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଦିନିକିଆ ହାତରେ ବ୍ୟାଟିଂ - ଜବ୍ରାହିମ୍ ଜହାନ ୧୭୭ ରନ ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ କରିବା ପରେ ଆଫଗାନିସ୍ତାନର ପ୍ରଥମ ଖେଳାଳି ହୋଇଛନ୍ତି ଯାହାକି ମୋଟ ବ୍ୟାଟିଂ ଆଡ଼େରେ ୫୦ ରୁ ଅଧିକ ହୋଇଯାଇଛି । ଲଂଲଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷ ମ୍ୟାଚ୍, ପୂର୍ବରୁ ତାଙ୍କ ବ୍ୟାଟିଂ ହାତ ପ୍ରାୟ ୪୭ ଥିଲା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେ ୩୫ଟି ଦିନିକିଆ ଜିନିଷରେ ୫୧.୦୬ ହାତରେ ୧୬୩୪ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରିଛନ୍ତି ।