



ಟಿ20 ಮತ್ತು ಟೆಸ್ಟ್ ನಾಯಕತ್ವವನ್ನು ಕೊಫಿ ಬಿಟ್ಟು ಮೇಲೆ ರೋಹಿತ್ ಮುಂದಾಳತ್ವದಲ್ಲಿ ಆಡಿದರು.

ರೋಹಿತ್ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ತಂಡವು 2023ರ ಏಕದಿನ ವಿಶ್ವಕಪ್ ಟೂರ್ನಿಯಲ್ಲಿ ರನ್ನರ್ಸ್ ಅಪ್ ಆಯಿತು. 2024ರಲ್ಲಿ ಟಿ20 ವಿಶ್ವಕಪ್ ಮತ್ತು 2025ರಲ್ಲಿ ಚಾಂಪಿಯನ್ಸ್ ಟ್ರೋಫಿ ಗೆದ್ದುಕೊಂಡಿದ್ದು ಇತಿಹಾಸ. ವಿರಾಟ್ ನಾಯಕರಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಪಂದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಗೆಲುವಿನ ದಾಖಲೆ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಅವರು ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್ ಆಗಿದ್ದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಐಸಿಸಿ ಟ್ರೋಫಿಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲಲಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಕೊರಗು ಇದೆ. ಆದರೆ ಆಟಗಾರನಾಗಿ ಕಳೆದ 12 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಫಿ ತಮ್ಮ ಆಟದ ಮೂಲಕ ಗೆಲ್ಲಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಪಂದ್ಯಗಳಿಗೆ ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲ.

ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಭಾರತದ ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಫಿಟ್‌ನೆಸ್ ವಿಷಯ ಬಂದಾಗ ವಿರಾಟ್ ಕೊಫಿ ಅವರ ಹೆಸರು ಮೊದಲಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅವರನ್ನು ನೋಡಿಯೇ ನವಪೀಳಿಗೆಯ ಕ್ರಿಕೆಟಿಗರು ಜಿಮ್ಮಾಟಿಯಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ವಾಲಿದರು. ಉದಯೋನ್ಮುಖ ಆಟಗಾರರಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ವಿರಾಟ್ ಸಮಕಾಲೀನರು ಮತ್ತು ಸೀನಿಯರ್ ಆಟಗಾರರು ಫಿಟ್‌ನೆಸ್ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ನೀಡತೊಡಗಿದ್ದು ಸುಳ್ಳಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಆಟಗಾರರಲ್ಲಿ ರೋಹಿತ್ ಶರ್ಮಾ ಕೂಡ ಒಬ್ಬರು.

ರೋಹಿತ್ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಅವರು ದೈಹಿಕ ಫಿಟ್‌ನೆಸ್‌ಗಿಂತ ತಮ್ಮ ಕೌಶಲಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟವರು. ಒಂಟಿ ಎರಡು ರನ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಸಿಕ್ಸರ್‌ಗಳ ಮೂಲಕವೇ ರನ್ ಗಳಿಸುವ ಕೌಶಲ ಅವರಿಗೆ ಸಿದ್ಧಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಕಳೆದ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ದೇಹ ತೂಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವತ್ತ ರೋಹಿತ್ ಕೂಡ ಗಮನ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ಎದುರಿನ ಮೂರನೇ ಏಕದಿನ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೊಫಿಯೊಂದಿಗಿನ ಅವರ ಜೊತೆಯಾಟದಲ್ಲಿ ಎದ್ದುಕಂಡ ಅಂಶವೂ ಇದೆ. ಏಕೆಟ್ ಮಧ್ಯ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡುವ ವಿರಾಟ್ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸರಿಸಮನಾಗಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳಷ್ಟು ಬ್ಯಾಟರ್‌ಗಳಿಗೆ

ಕಷ್ಟ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವಿರಾಟ್ ಆಡುವಾಗ ಕೆಲವು ಬ್ಯಾಟರ್‌ಗಳು ರನ್‌ಬೇಟ್ ಆಗಿರುವುದೂ ಇದೆ.

ಆದರೆ, 38 ವರ್ಷದ ರೋಹಿತ್ ಕೊಫಿಯೊಂದಿಗೆ ರನ್ನಿಂಗ್ ಬಿಟ್ಟು ಏಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೈ ಎನಿಸಿಕೊಂಡರು. ಸರಣಿಯ ಮೊದಲೆರಡೂ ಪಂದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸೊನ್ನೆ ಸುತ್ತಿದ್ದ ಕೊಫಿ ಮೂರನೇ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಲಯಕ್ಕೆ ಮರಳಲು ವಿಶ್ವಾಸ ತುಂಬುತ್ತ ರೋಹಿತ್ ಆಡಿದ್ದರು. ಇಬ್ಬರೂ ಈ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ ಯುವನಾಯಕ ಶುಭಮನ್ ಗಿಲ್ ಅವರ ನಾಯಕತ್ವದಲ್ಲಿ ಆಡಿದರು. ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಗಿಲ್ ಅವರನ್ನು ತಮ್ಮ ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಎಳೆದು ನಿಲ್ಲಿಸಿಕೊಂಡು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಿದರು. ತಮ್ಮ ಅನುಭವದ ಲಾಭ ನಾಯಕನಿಗಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ತಂಡಕ್ಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ಅವರದ್ದಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಸದ್ಯ ತಂಡದಲ್ಲಿರುವ ಯುವ ಆಟಗಾರರು ಕಲಿಯಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯ ಪಾಠ.

ಒಂದೇ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಪರಸ್ಪರ ಪೈಪೋಟಿ ಇರುವುದು ಸಹಜ. ಆದರೆ ಅದು ಆರೋಗ್ಯಯುತವಾಗಿರಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ವೈರತ್ವ ಸ್ನೇಹವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿರಾಟ್ ಮತ್ತು ಕೊಫಿ ಸ್ನೇಹ ನಿದರ್ಶನ. ಇಂತಹ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ.

ಸುಮಾರು ಮೂರು ತಿಂಗಳ ನಂತರವೂ ತಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಗಟ್ಟಿತನ ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡು ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಮರಳಿದ್ದ ಇಬ್ಬರ ಆಟ ಬಹುಕಾಲ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯಲಿದೆ. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಇವರಿಬ್ಬರೂ ಭಾರತ ತಂಡಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಏಕದಿನ ಪಂದ್ಯಗಳನ್ನು ಆಡುವರೆಂಬುದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಇವರನ್ನು ತಂಡದಿಂದ ಹೊರಹಾಕಲು 'ಅವಕಾಶ' ಹುಡುಗುತ್ತಿರುವ ಕೆಲವರು ಇರುವುದು ಗುಟ್ಟಿನಲ್ಲ. ಯುವ ಆಟಗಾರರಿಗೆ ದಾರಿ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಬೇಕು ಎಂಬ ಅರಿವು ರೋಹಿತ್ ಮತ್ತು ವಿರಾಟ್ ಅವರಿಗೆ ಇದೆ. ಆದರೆ ಈ ಇಬ್ಬರೂ ದಿಗ್ಗಜರನ್ನು ಗೌರವಯುತವಾಗಿ ಬೀಳ್ಕೊಡುವುದು ಕೂಡ ಭಾರತ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಂಡಳಿಯ ಆದ್ಯತೆಯಾಗಬೇಕು.

ಕೇಶ ಸಂರಕ್ಷಣೆ

ಆಯುರ್ವೇದ ರೀತ್ಯಾ ತೈಲಪಾಕ ವಿಧಿಯಿಂದ ಮಾಡಲಾದ

ಮಂಜುಶ್ರೀ ಹೇರ್ ಆಯಿಲ್



Scan here for more details

ಉಪಯೋಗಗಳು:

ಕೂದಲಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ವರ್ಧಕ

ಕೂದಲುಗಳ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸಂರಕ್ಷಣೆ

For external use only.

ವಿಡಂಗ, ಕೃಷ್ಣ ಜೀರಕ, ಜಿಲ್ಲೆ, ಬಲಮೂಲ, ಅಮೃತ ಬಳ್ಳಿ, ತ್ರಿಫಲಾ, ಶತಾವರಿ ಮುಂತಾದ ಆಯುರ್ವೇದ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ತೆಂಗಿನಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ ತಯಾರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ತಯಾರಕರು



ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಸ್ಥಳ

ಮಂಜುನಾಥೇಶ್ವರ ಆಯುರ್ವೇದ ಫಾರ್ಮಸಿ

ಉಡುಪಿ-574 118, ಕರ್ನಾಟಕ.

Customer Care: +91 89709 77513

Email: sdmaph@sdmayurvedacollegeudupi.in

https://sdmayupharmacy.com

ISO 9001:22000 & GMP CERTIFIED

U.I.N:KA/0104/22