इश्क र क्रिकेट चेन्जमेकर्स

प्रतिलिपि अधिकार, © सारा बेग, २०२५

सबै अधिकार सुरक्षित।

पहिलो पटक २०२५ मा प्रकाशित
लण्डन, बेलायतमा मुद्रित

यो पुस्तक युवा सहभागिता कार्य अनुसन्धानको पहल क्रिकेट चेन्जमेकर्स परियोजनाको एक भागको रूपमा सिर्जना गरिएको हो।

प्रस्तावना

यो कथा **क्रिकेट चेन्जमेकर्स** परियोजना मार्फत विकसित गरिएको हो **– जुन क्रिकेट विदाउट बाउन्ड्रीज**, **सबल नेपाल**, **नेपाल क्रिकेट फाउन्डेसन**, र **मेरीलेबोन क्रिकेट क्लब फाउन्डेसन (MCCF)** बीचको एउटा सहकार्य हो।

यी संस्थाहरू मिलेर नेपाल सहित अन्य ठाउँमा समेत खेलकुदलाई समानता, शिक्षा र युवा सशक्तिकरणको उपकरणको रूपमा प्रयोग गर्न प्रतिबद्ध छन्।

यस कथालाई प्रेरित गर्ने अनुसन्धान मोरङ र सप्तरी जिल्लाका किशोरकिशोरीहरूसँग युवा सहभागिता कार्य अनुसन्धान परियोजनाको एक भागको रूपमा **लिभरपुल स्कूल अफ ट्रपिकल मेडिसिन** द्वारा आयोजना गरिएको थियो भने **युकेआरआई मेडिकल रिसर्च काउन्सिल** द्वारा यसलाई कोष प्रदान गरिएको थियो।

यो कथा वास्तविक जीवन र केटीहरूले पहिलो पटक क्रिकेट ब्याट उठाएको शक्ति बाट प्रेरित छ।

दक्षिणी नेपालको तराईमा आधारित, *इश्क एण्ड द क्रिकेट चेन्जमेकर्स* एक केटीको यात्राको कथा हो जसमा उनी लामो समयदेखि केटाहरूको प्रभुत्व रहेको ठाउँमा पाइला टेक्छिन्, र आफ्नो यात्रामा आत्मविश्वास, मित्रता र आवाज प्राप्त गर्छिन्। यो दैनिक वास्तविकतामा आधारित कथा हो – जसमा असमान अवसर, सामुदायिक राय, र गोप्य सपनाहरू सामेल छन् भने यो एउटा परिवर्तनको कथा पनि हो। समुदायले केटीहरूलाई फरक तरिकाले हेर्न थाले भने, केटीहरू आफुले पनि फरक तरिकाले काम गर्न थाले भने के हुन सक्छ भन्ने कुरामा आधारित कथा हो।

इश्क एउटा समग्र पात्र हो - उनको यात्रा मैदानमा पाइला टेक्ने साहस गर्ने धेरै केटीहरूको वास्तविक अनुभव, प्रतिबिम्ब र लचिलोपन बाट आकार लिएको छ।

इश्कको कथा निम्न **क्रिकेट चेन्जमेकर्स** द्वारा सङ्कलन गरेर सम्भव भएको छ: *आरुषी, ऐनु, अम्बिका, अन्जु, बन्दना, चन्द्री, गंगन, गौरी, ज्योति केआर, ज्योति एस, कञ्चन, मनिका, मञ्जु, मुस्कान, नबिता, निसु, प्रेरणा, प्रसिद्धि, रबिना केसी, रविना आर, शाक्षी, सावित्रा, सिमा, सितला, सुस्मिता र सोनिया।*

यो काल्पनिक कथा क्रिकेट चेन्जमेकर्स सँग काम गर्ने सौभाग्य पाएकी शोधकर्ता र क्रिकेट प्रशिक्षक **सारा बेग** द्वारा लेखिएको हो।

महिनौंसम्म खेल-आधारित सत्र, प्रतियोगिता, कार्यशाला र छलफलहरुमा केटीहरुले आफ्ना कथा, चुनौती र सपनाहरु साझा गरेका थिए।

यो पुस्तक उनीहरुलाई समर्पित छ।

Medical Research Council
LSTM LIVERPOOL SCHOOL OF TROPICAL MEDICINE
CRICKET without BOUNDARIES
Nepal Cricket Foundation
SABAL NEPAL ESTD.-2062
FOUNDATION

इश्क र
क्रिकेट चेन्जमेकर्स

भैंसी गाडा र स्कूले बच्चाहरु एउटै सडकमा हिंड्ने र सुनौलो तोरीका खेत हावाले लहराउने सप्तरीको एउटा सानो गाउँ लालपट्टीमा इश्क नामकी चौध वर्षकी केटी बस्थिन्। शान्त, जिज्ञासु र होसियार इश्कले कहिल्यै क्रिकेट ब्याट छोएकी थिइनन्, यद्यपि उनले हाई स्कूल टोलीमा राम्रो स्पिन बलर रहेका आफ्नो जेठो भाइ प्रशान्तको पाइला पछ्याउने सपना देख्थिन्।

स्कूल पछि प्रत्येक दिउँसो, उनी खेल मैदान भएर जाँदै गर्दा केटाहरु कराएको, ब्याट हल्लाएको, र त्यस ठाउँलाई आफ्नो भनेर दाबी गरेको हेर्ने गर्थिन। उनि र उनकी केटी साथीहरु दर्शकको रूपमा छायाँमा बस्थे। नबोलिए पनि यो स्पस्ट थियो कि क्रिकेट उनीहरूक लागि थिएन।

तर सोमबार केहि कुरा परिवर्तन भयो।

क्रिकेट चेन्जमेकर्स आइपुगेका थिए।

नजिकैका विद्यालयका ठूली केटीहरूको समूह - साहसी, ऊर्जावान र हाँस्दै गरेका। तिनीहरूले जीवन्त नीलो र रातो जर्सी लगाएका थिए र कोन, स्टम्प र ब्याटलाई झण्डा जस्तै बोकेका थिए। तिनीहरूको प्रमुख मीनाले भीड भन्दा पनि ठूलो आवाजमा भनिन्:

"हामी तपाईंको स्कूलमा केटीहरूको क्रिकेट सुरु गर्न यहाँ आएका छौं", प्रमुख मीनाले घोषणा गरिन्। "र केटीहरूले खेल्दा के हुन्छ भनेर देखाउने छौं।"

केही विद्यार्थीहरू हाँसे। एक जना शिक्षकले आफ्नो आँखीभौं उठाए। तर स्कूलको सिँढीमा बसिरहेका केटीहरू सीधा भएर बसे।

मीनाले स्वयंसेवकको लागि अनुरोध गर्दा इश्कको मुटु धड्कियो। उनको कानमा प्रशान्तको आवाज महसुस भयो: *"मान्छेले कुरा गर्नेछन्, तिमीले खेल्नु हुँदैन।"*

तर क्रिकेट चेन्जमेकर्स को बारेमा केही त कुरा थियो, उनीहरू कसरी मुस्कुराउँदै एक अर्का सँगै उभिएका थिए, त्यस कुराले उनलाई आकर्षित बनायो।

उनी अगाडि बढिन्।

ती सुरुवाती सत्रमा इश्क ब्याटसँग असहज थिइन् र आफ्ना सहपाठीहरू बीच लाज मान्ने गरेकी थिइन्। तर मीनाले बिस्तारै उनको पकड सच्याइन्। "क्रिकेट उत्तम प्रविधिको बारेमा मात्र होइन, यो साहसको कुरा हो।"

साता दर साता, इश्कले दुवै प्राप्त गरिन्।

आफ्नो घरबाट चुट्किला र मिठाई ल्याउने रिनासँग; प्रशिक्षणको समयमा कम्मरमा स्कार्फ बाँध्ने आइशासँग; र टोलीकी शान्त रणनीतिकार शान्तिसँग उनको मित्रता भयो। उनीहरू एक साथ नयाँ सीपहरू सिके, दर्शकको जिस्क्याई बाट जोगिँदै मैदानमा आफ्नो स्थान बनाए।

सुरुमा त गाउँलेहरू कानेखुसी गरे। तिनीहरूले यसो टुलुटुलु हेरे। स्कूल टोलीका केटाहरू मैदान साझा गर्नुपर्दा छटपटीए।

तर त्यसपछि केही रोचक कुरा भयो।

केटीहरू आउन जारी राखे।

प्रत्यक मंगलबार र बिहीबार। त्यसपछि शनिबार पनि। अब क्रिकेट उनीहरूको जीवनको हिस्सा बन्यो।

परीक्षाको मौसम समाप्त हुने बित्तिकै, इश्कको स्कूलले केटीहरूको स्कूल प्रतियोगिताको निमन्त्रणा प्राप्त गर्यो- सप्तरीभरिका टोलीहरू टेनिस-बल क्रिकेट खेलमा प्रतिस्पर्धा गर्न भेला हुने भए। लालपट्टीका केटीहरूका लागि यो वास्तविक प्रतिस्पर्धाको पहिलो परिक्षा थियो।

मिल्दो जर्सी लगाएर, कपाल पछाडि बाँधेर, तिनीहरू मैदानमा यसरी पाइला टेके कि त्यो ठाउँ उनीहरूकै हो। प्रत्येक अभ्यास, प्रत्येक सुरुवाती तयारी, प्रत्येक रणनीति सत्र मैदानमा जीवन्त भयो। तिनीहरूले रनको लागि ठूलो स्वरमा कराए, एकअर्कालाई तुरुन्त थ्रो गर्न समर्थन गरे, र आवाजले मात्र विजय हासिल गर्न सक्छन् भन्ने जस्तो जयजयकार गरे।

तिनीहरू मनले, इच्छाले र आनन्दले खेले।

दिनको अन्त्यसम्ममा, उनीहरूले सबै टोलीहरूमध्ये दोस्रो स्थान हासिल गरेर एउटा चम्किलो ट्रफी घर ल्याए। आइतबारको सभामा, प्रधानाध्यापक ट्रफी माथि उठाएर स्कूलको अगाडि उभिएर जयजयकार र केहि तालीको बीच उनीहरूको उपलब्धिको घोषणा गरे। त्यो ट्रफी उनको डेस्क माथिको सिसाको शेल्फमा राखिएको थियो, त्यसको छेउमा वादविवाद पदक र क्विज प्रतियोगिता प्रमाणपत्रहरू राखिएका थिए, तर यो ट्रफी चै सबैभन्दा बढी चम्किएको थियो।

अनि बिस्तारै, नयापन हरायो।

पसलेले टिप्पणी गर्न बन्द गरे। प्रधानाध्यापकले उनीहरूलाई अभ्यासको समय घोषणा गर्न सभाको प्रयोग गर्ने अनुमति दिए। र केटाहरू? तिनीहरू आफ्नो अभ्यास सकिए पछि पनि हेर्नको लागि बस्न थाले।

त्यसपछि एक दिन, मीनाले केटा र केटी दुवैलाई मिलाएर एउटा सत्र राख्ने प्रस्ताव राखिन्। सुरुमा त यो अजीब लाग्यो, तर केटाहरूले इश्कले विकेटको बीचमा कति छिटो दौड्न सक्छिन् भन्ने कुरा माथि ध्यान दिए। उनीहरूले स्टम्पमा रिनाको अद्भुत लक्ष्य, आइशाको ठूलो चौका प्रहार देखे। र उनीहरूले सामान्यतया शान्त बस्ने शान्तिलाई आफ्ना सहपाठीलाई प्रशिक्षक जस्तै ठाउँमा जान निर्देशित गरेको सुने।

एकैपटकमा त होइन, तर बिस्तारै सम्मान बढ्दै गयो। केटीहरूले पुल सट अभ्यास गर्न सकून् भनेर एक जना कान्छो केटाले थप बलिङ गर्ने प्रस्ताव राख्यो। अर्कोले केटाहरूको खेलको समयमा स्कोर गर्न सहयोगको लागि अनुरोध गर्यो।

"मलाई लाग्यो तिमीलाई चासो छैन," इश्कले जिस्क्याइन्।

"मलाई थाहा थिएन तिमी यति राम्रो गर्न सक्छौ," उसले काँध खुम्च्याउदै भन्यो।

त्यस वर्षको अन्त्यतिर, मीना नयाँ किटब्याग लिएर सत्रमा आइपुगिन्, साथै उनीसँगै दुई वरिष्ठ प्रशिक्षकहरू, राहुल दाई र रूपा दिदी समेत आएका थिए।

उनीहरूले प्याड, हेलमेट, पन्जा र काठका ब्याट निकाल्दै भने, "ल अब हामीले कडा बल सँग खेल्न सिक्ने समय भयो; हामी अन्य विद्यालयका केटीहरूसँग मिलेर पालिका टोली बनाउनेछौं – अनि खडकको प्रतिनिधित्व गर्नेछौँ!"

त्यस साँझ, इश्क थकित र मुस्कुराउँदै घर आइन्, अभ्यासबाट उनका हातमा अझै पनि धुलो लागेको थिए। उनले कडा बलको क्रिकेटमा सामेल हुने कुरा बताउँदै गर्दा, उनको भाइ प्रशान्त छक्क परेर टेबल माथि बाट हेर्यो।

अब तिमी *वास्तविक क्रिकेट* खेल्ने छौ ?"

इश्कले टाउको हल्लाइन्। "हामीले आज देखि सिक्न सुरु गर्यौं। मैले मेरो पहिलो कडा बलको सामना गरें।"

उनको बुबाले आँखीभौं उठाउदै सोधे, "के त्यो डरलाग्दो थिएन?"

"अलिकति त थियो, तैपनि मैल हाने" उनले भनिन्।

एक छिन शान्ति भयो। त्यसपछि प्रशान्त मुस्कुरायो।

"म तिम्रो उमेरमा हुँदा भन्दा तिमी धेरै साहसी छौ। पहिलो पटक कडा बल विरुद्ध ब्याटिङ गर्दा म उफ्रिएर बाहिर निस्किएको थिएँ!"

ऊ उठेर कोठाको कुनामा गएर आफ्नो ओछ्यानमाथिको शेल्फबाट एउटा झोला तानेर तल झार्यो। एक छिन पछि, ऊ आफ्नो पुरानो ब्याटिङ पन्जा लिएर फर्कियो।

"यी अलि कति पुराना भएका छन्, तर यदि तिमीलाई चाहियो भने यी तिम्रा हुन्।"

इश्कले त्यसलाई खजाना जस्तै समातेर भनिन,"के साँच्चै?"

भान्साबाट सुन्दै गरेकी उनकी आमाले विस्तारै थपिन्, "तिमी आजकल धेरै आत्मविश्वासका साथ बोलिरहेका छौ। तिम्रा शिक्षकले पनि त्यसो भन्नुभएको छ। मलाई लाग्छ... यो क्रिकेट तिम्रो लागि राम्रो छ।"

पहिलो पटक, इश्कले उनीहरूको शब्दमा अनुमति मात्र होइन - गर्व पनि महसुस गरिन्।

त्यसबेलादेखि, प्रशान्त प्राय अभ्यासको लागि आउन थाल्यो। कहिलेकाहीँ, उसले उनलाई केही क्याचहरू फाल्ने गरेको थियो भने अन्य समय छेउबाट चुपचाप हेर्दै बसेको थियो। मीनाले अर्को प्रतियोगितामा कुनै केटाहरू अम्पायरिङको लागि स्वयंसेवा गर्न चाहन्छन् भनेर सोध्दा प्रशान्तले सबै भन्दा पहिला हात माथि उठाएको थियो।

इश्कले महसुस गरिन् कि साँझमा उनको बुबा धेरै बेरसम्म उनको प्रतियोगताको बारेमा सुन्न थालेका थिए। उनकी आमाले उनको रोटीमा "ऊर्जाको लागि" थप घिउ लगाएर प्याक गर्न थालिन्। र एक पटक उनी स्कूल जाँदै गर्दा उनकी आमाले छिमेकीलाई भनेको सुनिन्, "हो, त्यो मेरी छोरी हो: खेल खेल्ने उनि नै हुन्।"

खडक केटीहरूको टोलीलाई अन्तर - पालिका प्रतियोगितामा खेल्न आमन्त्रित गरेको समय सम्म उनीहरू अब केटीहरूको टोली *मात्र* रहेनन्, अब उनीहरू **खडक क्वीन्स** थिए।

एक समयमा शंकालु रहेको समुदाय अब वास्ता गर्न थालेको थियो। अभ्यासको क्रममा हजुरआमाहरू छेउमा बस्न थालेकी थिइन् । पसलेहरूले टोलीले कस्तो गर्दै छ भनेर सोध्न थालेका थिए। उनीहरूले राजविराजको टोली विरुद्ध ठूलो खेल खेल्दा स्थानीय वडा अध्यक्षले शुभकामना सन्देश पठाएका थिए।

अनि इश्कले ब्याटिङको सुरुवात गरेर अपराजित २८ रन बनाएर दुई क्याच समेत लिएर खेल जित्न लाग्दा कसैले त्यस खेललाई रेकर्ड गरेर फेसबुकमा अपलोड गरेको रहेछ। अनि त्यहिँ राष्ट्रिय प्रतिभा स्काउटले उनलाई देखेकी थिइन्।

रूपा दिदीले गर्वका साथ मुस्कान सहित शान्त भएर फोनमा बताइन्: नेपाल १६ वर्ष मुनिका केटीहरूको लागि एउटा विकास शिविरमा निमन्त्रणा आएको रहेछ।

इश्कलाई सास फेर्न गाह्रो भयो। "तर म त खडकबाट आएको हुँ।"

रूपाले टाउको हल्लाइन्। "तिमी खडकबाट हौ। अनि तिमीले यो आर्जित गर्यौं।"

त्यो शिविर विराटनगरमा थियो। इश्क कहिल्यै सप्तरीबाट बाहिर निस्केकी थिइनन्। उनको बुबाले धेरै बेरसम्म पत्र नियालेर हेरे। उनकी आमाले ओठ काँप्दै दुई पटक त्यस पत्रलाई ठूलो स्वरमा पढिन्।

"तर के हुन्छ यदि मान्छेहरू-" उनकी आमाले भन्न थालिन्।

"जसलाई जे बोल्नु छ बोल्न दिनुस्," प्रशान्तले बिचमा बोल्यो। "सबैले जे भएपनि बोलि नै रहेका छन्। अब कम्तिमा उनीहरूले उनि राम्री छिन् भनेर त भन्नेछन्।"

त्यसपछिका सातामा, इश्कले धेरै कडा प्रसिक्षण गरिन्। उनी स्कूलपछि स्वीप शटहरूको अभ्यास गर्न बसिन्, सुरुवाती तयारी गर्नुअघि कोनहरु मिलाउन स्वयंसेवा गरेर सहयोग गरिन्, र टोलीमा सामेल भएका साना केटीहरूलाई मार्गदर्शन गर्न थालिन् - उनीहरूको पकड सच्याइन्, लड्न नदिई कसरी बलिङ गर्ने र दर्शकहरूको हाँसोलाई कसरी बेवास्ता गर्ने भनेर देखाइन्। अब उनि एक खेलाडी मात्र होइन, एक प्रमुख पनि बनेकी थिइन्।

त्यस शिविरको एक साता अघि उनको बुबा सधैं भन्दा केहि ढिलो घर फर्केका थिए। उनको हातमा राजविराजको एउटा पसलको नयाँ सेतो झोला थियो । उनले इश्कलाई बोलाए।

"क्रिकेट जुत्ता," उनले सरल भाषामा भने। "यदि तिमीलाई राष्ट्रिय टोलीसँग प्रशिक्षण गर्न जानु परेको छ भने, तिमीलाई सही उपकरण आवश्यक छ।"

जुत्ता उठाउँदा इश्कको सास अड्कियो। ती चम्किरहेका थिए - एकदम नयाँ, सम्भावनाले भरिएका। उनले आँखा ठूलो पार्दै आफ्नो बुवा तिर हेरिन्। उनी मुस्कुराए: "यी लगानी हुन्। तिमीमा।"

उनले बुवालाई कसेर अँगालो हालिन्, आफ्नो अनुहार उनको काँधमा टाँसिन्। "धन्यवाद," उनी बारम्बार बडबडाइन्, उनको आवाज भावुक हुँदै थियो।

अनि त्यसै क्षणमा, उनलाई थाहा भयो कि उनका बुवा उनीमाथि विश्वास गर्छन्।

इश्क शिविरको लागि विराटनगर जाने बसमा चढ्न जाँदा उनको सम्पूर्ण परिवार उनलाई विदा गर्न आएका थिए। प्रशान्तले उनलाई सापटी लिएको किटब्याग, पुराना पन्जा र नयाँ जुत्ता सुरक्षित रूपमा प्याक गरेर बोक्न मद्दत गर्यो। उनकी आमाले उनलाई खाजाको एउटा सानो झोला दिइन्। उनका बुबाले उनको काँधमा हात राखे।

"तिमी अब राम्रो बोल्छौ," उनले भने। "यो क्रिकेटको कारणले हो, होइन र?"

इश्क मुस्कुराइन्। "हो। यसले मलाई आवाज दियो।"

उनको बुवाले भने, "र हुनसक्छ यसले तिमीलाई अझै अगाडि लैजान्छ।"

बस हिड्न लाग्दा इश्कले झ्यालबाट बाहिर हेरेर हात हल्लाइन्। उनको काखमा उनको नाम लेखिएको जर्सी थियो भने निमन्त्रणापत्र उनको झोलामा सुरक्षित राखिएको थियो।

उनलाई थाहा थिएन कि उनी एक दिन राष्ट्रिय टोलीमा पुग्छिन् कि पुग्दैनन्, तर उनलाई एउटा कुरा निश्चित रुपमा थाहा थियो: उनी अब रन भन्दा पनि ठुलो कारणले खेलिरहेकी थिइन्। उनी ती प्रत्येक केटीको लागि खेलिरहेकी थिइन् जसलाई शान्त बस्न, चुप लाग्न र खुम्चिएर बस्न भनिएको थियो।

अनि यो कारण पर्याप्त थियो ।

इश्कको कथा पढ्नुभएकोमा धन्यवाद!

हामी आशा गर्छौं कि तपाईंले प्रेरित र उत्साहित महसुस गर्नुहुनेछ। इश्कको कथाले हामीलाई सम्झाउँछ कि हाम्रो वरपरका प्रथा र प्रणालीहरू स्थिर वा अनुचित भए पनि, अपेक्षा गरिएको कुरालाई चुनौती दिन र तल्लो तहदेखि समुदायलाई रूपान्तरण गर्नको लागि परिवर्तनको सूत्रधार बन्ने शक्ति हामी सबै सँग छ।

यदि तपाईं यो कथा अरूसँग साझा गर्न चाहनुहुन्छ, यसलाई आफ्नो स्कूल, क्लब वा समुदायमा प्रयोग गर्न चाहनुहुन्छ, वा क्रिकेट कसरी लैङ्गिक समानता र युवा सशक्तिकरणको लागि एउटा उपकरण बन्न सक्छ भन्ने बारे थप जान्न चाहनुहुन्छ भने, हामीलाई सम्पर्क गर सक्नुहुनेछ।

sara@cricketwithoutboundaries.com मा सारालाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

हामी सँगै मिलेर, धेरै भन्दा धेरै केटीहरूलाई अगाडि बढ्न, बोल्न र नयाँ सम्भावनाहरू तिर लाग्नको लागि अवसर सृजना गरौं।

केटीहरू खेल्दा के हुन्छ?

लालपट्टीको शान्त गाउँमा चौध वर्षकी इश्कले सधैं उनीबाट अपेक्षा गरिएको काम मात्र गरेर बसेकी थिइन्, जब सम्म क्रिकेट चेन्जमेकर्स त्यहाँ पुगेका थिएनन्।

स्टम्प, ब्याट, राम्रो अवस्थाम रहेको पुरानो टेनिस बल र ठूला सपनाहरू बोकेकी यी ठुली केटीहरूको टोलीले नियमहरू पुनः लेख्न थाल्यो। र एक समय मौन दर्शक मात्र रहेकी इश्कले मैदानमा पाइला टेक्ने साहस गरिन्।

सङ्कोच सहित सुर भएको पहिलो स्विङ चाँडै नै साहसी विकल्प, टोलीको गौरव, र उदाउँदो आवाजको यात्रामा परिणत भयो जुन उनको परिवार - र उनको समुदायले समेत बेवास्ता गर्न सकेनन्।

वास्तविक घटनाहरूमा आधारित र नेपालको तराई क्षेत्रका किशोरीहरूको कथाबाट प्रेरित, *इश्क एण्ड द क्रिकेट चेन्जमेकर्स* खेलकुद, दिदीबहिनी र केटीहरू माथि ध्यान दिएर उनीहरूको कुरा सुनेपछि सुरु हुने शान्त क्रान्तिको बारेमा आशावादी र हृदयस्पर्शी कथा हो।

८ वर्षभन्दा माथिका पाठकहरू र खेलको शक्तिमा विश्वास गर्ने जो कोहीको लागि उपयुक्त।