



कैनविज टाइम्स

सिर्फ सच

घर-13 अंक-03 मंगलवार, 30 जनवरी 2024 नगर संस्करण लखनऊ से प्रकाशित एवं दिल्ली, पंजाब और उत्तराखण्ड में प्रसारित मूल्य- ₹ 3.00 पृष्ठ-12

नई तकनीक के प्रयोग से सिंचाई व्यवस्था का बेहतर अनुश्रवण हो सकेगा। मुख्यालय स्तर से अब राजकीय नलकूपों की नियामनी की जाएगी। नव डाल नहरों एवं 30 घुड़व व मध्यम पम्प नहरों के सामान एवं अनुश्रवण के लिए जीएसएम आधारित केंद्रीयकृत कंट्रोल सिस्टम ख्यालित किया जाएगा। रखत्रेव सिंह



भारत-सउदी अरब संयुक्त सैन्य अभ्यास शुरू

11

स्वयं से प्रतिस्पर्धा का मोदी का सूत्र आम्बसात करें युवा : रविंद्र पुरी 12

संक्षेप

सरकार ने सिमी पर पांच वर्ष के लिए प्रतिवंध बढ़ाया

नयी दिल्ली। सरकार ने न्यूट्रेंट्स इसलामिक मूर्मेट औफ इंडिया (सिमी) पर प्रतिवंध लगाते हुए उसे पांच वर्ष के लिए 'विधिविरुद्ध समाचार' के लिए है। यह मंत्रालय ने सोमवार को एक बातान जारी कर कहा कि सिमी को विधिविरुद्ध क्रियाकलाप (निवारण) अधिनियम 1967 की धारा 3(1) के अंतर्गत पांच साल की अवधि के लिए विधिविरुद्ध संगठन घोषित कर दिया है। यह मंत्रालय ने सोमवार को एक बातान जारी कर कहा कि सिमी को विधिविरुद्ध क्रियाकलाप (निवारण) अधिनियम 1967 की धारा 3(1) के अंतर्गत पांच साल की अवधि के लिए विधिविरुद्ध संगठन घोषित कर दिया है। सिमी पर इससे पहले पिछले प्रतिवंध 31 जनवरी 2019 को लगाया गया था। बातान में कहा गया है कि सिमी, देश में आंतकवाद को बढ़ावा देने, शांति और साप्रदायिक सद्व्यवहार को बिगड़ने में लगा है जो देश की संप्रभुता, सुरक्षा और अखंडता के लिए हानिकारक है। सिमी और उसके सदस्यों के खिलाफ विधिविरुद्ध क्रियाकलाप (निवारण) अधिनियम 1967 सहित कानून की विभिन्न धाराओं के तहत कई आपारिधिक मामले दर्ज हैं।

पीईटी-2023 परिणाम घोषित, भर्ती के लिए एक साल तक वैध

लखनऊ। उत्तर प्रदेश अधीनस्त सेवा दर्यान आयोग ने सोमवार को प्रारंभिक अर्हता परीक्षा-2023 (पीईटी) परिणाम घोषित कर दिया है। यह एक साल यानी 28 जनवरी 2025 तक के लिए वैध होगा। परीक्षा में 1260460 अधिर्थी शामिल हुए थे। पीईटी के लिए 2027533 ने पंजीकरण कराया था, इसमें से 747073 ने परीक्षा छोड़ दी थी। आयोग के अध्यक्ष प्रतीक कुमार की अध्यक्षता में हुई बैठक में परीक्षा परिणाम को मंजूरी दी गई। आयोग के सचिव अवनीश सरकरी की ओर से जारी परिणाम के मुताबिक 31 अधिर्थियों द्वारा अपीली और मान्यता प्राप्त हुई है। अधिर्थी के सचिव के अधिर्थियों के बारे में जारी कर दिया गया। इसके बारे में इनका आदेन निरस्त कर दिया गया। इसके अलावा 890 अधिर्थियों को अंकित कर दिया गया। इसके बारे में नेताओं की बैठक बुलायी है। यह सर्वदलीय बैठक में बैठक बुलायी है।

जोशी ने बजट सत्र से पहले सर्वदलीय बैठक बुलायी

नयी दिल्ली। संसदीय कार्य मंत्री प्रल्हाद जोशी ने संसद के बजट सत्र से नहीं कहा गया था गलत अंकित कर दिया गया। इसके बारे में इनका आदेन निरस्त कर दिया गया। इसके अलावा 890 अधिर्थियों को अंकित कर दिया गया। इसके बारे में नेताओं की बैठक बुलायी है। यह सर्वदलीय बैठक मंगलवार यानी 30 जनवरी पूर्वाह्न साढ़े घाराह बजे संसद पुस्तकालय भवन में होगी। संसद का बजट सत्र 31 जनवरी को राष्ट्रपति के अधिभाषण के साथ शुरू होगा और सरकारी कामकाज की अनिवार्यताओं को देखते हुए यह 9 फरवरी को समाप्त हो सकता है।

जोशी ने बजट सत्र से पहले सर्वदलीय बैठक बुलायी

नयी दिल्ली। संसदीय कार्य मंत्री प्रल्हाद जोशी ने संसद के बजट सत्र से नहीं कहा गया था गलत अंकित कर दिया गया। इसके बारे में जारी कर दिया गया।

जोशी ने बजट सत्र से पहले सर्वदलीय बैठक बुलायी

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी उपकरण लगाये जाने का फैसला हुआ है।

गण्डी वाहनी इंडिया डेवलपमेंट रेल निगम के अनुसार इस पूरी 507 किलोमीटर की लाइन में 28 भूकंपायी यंत्र लगाये जाएंगे जो आपारिक भूकंपायी हलचलों को भाँप कर देन के क्रॉटोल रूप को संचयत कर देंगे और जरूरत पड़ने पर देंगे जो उन्होंने की बैठक बुलायी है।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया। इसके बारे में जारी कर दिया गया।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया।

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी

उपकरण लगाये जाने का फैसला हुआ है।

गण्डी वाहनी इंडिया डेवलपमेंट रेल निगम के अनुसार इस पूरी 507 किलोमीटर की लाइन में 28 भूकंपायी यंत्र लगाये जाएंगे जो आपारिक

भूकंपायी हलचलों को भाँप कर देन के क्रॉटोल रूप को संचयत कर देंगे और जरूरत

पड़ने पर देंगे जो उन्होंने की बैठक बुलायी है।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया।

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी

उपकरण लगाये जाने का फैसला हुआ है।

गण्डी वाहनी इंडिया डेवलपमेंट रेल निगम के अनुसार इस पूरी 507 किलोमीटर की लाइन में 28 भूकंपायी यंत्र लगाये जाएंगे जो आपारिक

भूकंपायी हलचलों को भाँप कर देन के क्रॉटोल रूप को संचयत कर देंगे और जरूरत

पड़ने पर देंगे जो उन्होंने की बैठक बुलायी है।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया।

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी

उपकरण लगाये जाने का फैसला हुआ है।

गण्डी वाहनी इंडिया डेवलपमेंट रेल निगम के अनुसार इस पूरी 507 किलोमीटर की लाइन में 28 भूकंपायी यंत्र लगाये जाएंगे जो आपारिक

भूकंपायी हलचलों को भाँप कर देन के क्रॉटोल रूप को संचयत कर देंगे और जरूरत

पड़ने पर देंगे जो उन्होंने की बैठक बुलायी है।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया।

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी

उपकरण लगाये जाने का फैसला हुआ है।

गण्डी वाहनी इंडिया डेवलपमेंट रेल निगम के अनुसार इस पूरी 507 किलोमीटर की लाइन में 28 भूकंपायी यंत्र लगाये जाएंगे जो आपारिक

भूकंपायी हलचलों को भाँप कर देन के क्रॉटोल रूप को संचयत कर देंगे और जरूरत

पड़ने पर देंगे जो उन्होंने की बैठक बुलायी है।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया।

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी

उपकरण लगाये जाने का फैसला हुआ है।

गण्डी वाहनी इंडिया डेवलपमेंट रेल निगम के अनुसार इस पूरी 507 किलोमीटर की लाइन में 28 भूकंपायी यंत्र लगाये जाएंगे जो आपारिक

भूकंपायी हलचलों को भाँप कर देन के क्रॉटोल रूप को संचयत कर देंगे और जरूरत

पड़ने पर देंगे जो उन्होंने की बैठक बुलायी है।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया।

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी

उपकरण लगाये जाने का फैसला हुआ है।

गण्डी वाहनी इंडिया डेवलपमेंट रेल निगम के अनुसार इस पूरी 507 किलोमीटर की लाइन में 28 भूकंपायी यंत्र लगाये जाएंगे जो आपारिक

भूकंपायी हलचलों को भाँप कर देन के क्रॉटोल रूप को संचयत कर देंगे और जरूरत

पड़ने पर देंगे जो उन्होंने की बैठक बुलायी है।

जोशी ने शिकायत संबंधी लाइन के लिए जारी कर दिया गया।

नयी दिल्ली। अहमदाबाद से मुंबई के बीच निर्माणाधीन देश की पहली हाईस्पीड रेलवे प्रणाली में सुरक्षा के लिए भूकंपायी

जंगलराज से बिहार का बचाव

यह सही है कि केंद्रीय गुहमंत्री अमित शाह सहित भाजपा के अनेक नेताओं ने नीतीश कुमार के लिए पार्टी के दरवाजे बंद रखने का ऐलान किया था। यह नीतीश के परिवारवाद और घोटाले के आरोपों से थिरी राजद के पाले में जाने के बाद लिया गया था। लेकिन आज उसी बिहार को परिवारवाद, भ्रष्टाचार घोटालों से बचाने के लिए भाजपा को निर्णय बदलना पड़ा। यह निर्णय उस विचार के अनुरूप है कि राष्ट्र और जनहित पहले, पार्टी बाद में। बिहार का हित इसी में था। भाजपा ने भारत रत्न से विभूषित कर्पूरी ठाकुर के विचारों पर अमल किया। बिहार को परिवारवाद के वर्चस्व की तरफ बढ़ने से रोक दिया। कर्पूरी ठाकुर परिवारवाद और भ्रष्टाचार के घोर विरोधी थे। वह जिस झोपड़ी में जन्मे थे, वही जीवन के अंत तक उनकी संपति थी। जबकि वह दो बार प्रदेश के मुख्यमंत्री, एक बार उप मुख्यमंत्री, एक बार सांसद बने। दशकों तक विधायक रहे। वह उस समय जनसंघ के सहयोग से ही मुख्यमंत्री और उप मुख्यमंत्री बने थे। आज नरेन्द्र मोदी सरकार ने उन्हें सर्वोच्च सम्मान दिया है। उनके विचारों को भी सम्मान दिया है। बिहार को राजद के परिवारवाद और भ्रष्टाचार को बचाने का कार्य किया है। राजद प्रमुख अपने पुत्र को मुख्यमंत्री बनाने के लिए नीतीश पर निर्णायक दबाव बना चुके थे। जातिगत जनगणना के बाद से लालू यादव का नीतीश पर मुख्यमंत्री पद छोड़ने का दबाव ज्यादा बढ़ गया था, क्योंकि जातिगत जनगणना से उनका एमवाई समीकरण मजबूत दिखाई दे रहा था। दूसरी तरफ नीतीश कमजोर दिखाई देने लगे थे। नीतीश कुमार को आत्मचिन्तन अवश्य करना चाहिए। भाजपा के साथ केंद्र में मैत्रीपूर्ण फिर मुख्यमंत्री रहते हुए उनकी सुशासन बाबू की छवि बनी थी। वह छवि राजद से हाथ मिलाते ही चौपट हो गई। नीतीश को अपनी धूमिल हो चुकी छवि को संवारने का एक और अवसर मिला है। बिहार की राजनीति में भाजपा और राजद दो विपरीत ध्रुव हैं। भाजपा राष्ट्रवादी विचाराधारा और कैडर आधारित पार्टी है। दूसरी तरफ राजद परिवार आधारित पार्टी है। इसके संस्थापक मुख्यमंत्री रहते हुए ही घोटालों के सरताज बने। उस समय उनके पुत्र छोटे थे। इसलिए अपनी पत्नी गबड़ी देवी को मुख्यमंत्री बना दिया था। लालू यादव आज भी वही है। अब उनका स्वास्थ्य भी ठीक नहीं रहता। छोटे पुत्र तेजस्वी बड़े हो गए। नीतीश कुमार को वही डील कर रहे थे। कहने को तेजस्वी उपमुख्यमंत्री थे। लेकिन नीतीश के मुकाबले लगभग दो गुना संख्याबल था। ऐसी सरकारें खास अंदर्ज में चलती हैं। मुख्यमंत्री को अपने उप मुख्यमंत्री की कृपा पर निर्भर रहना पड़ता था। भाजपा और जेडीयू की बात अलग थी। दोनों ने मिलकर चुनाव था। गठबंधन के नेता नीतीश कुमार थे। उन्हीं को भावी मुख्यमंत्री के रूप में प्रस्तुत किया गया था। इसी गठबंधन को जनादेश मिला था। इसमें भी जेडीयू का संख्याबल भाजपा से कम था। लेकिन भाजपा ने जनादेश का सम्मान किया। नीतीश के नेतृत्व में सरकार को जन आकंक्षा के अनुरूप चलाया जा रहा था। राजद का पूरा कुनबा ही घोटालों के आरोप में घिरा है। नीतीश ने जब पहली बार पाला बदल कर राजद के साथ सरकार बनाई थी, तब भी राजद ने अपनी मूल प्रकृति का परित्याग नहीं किया। उस सरकार में तेजस्वी यादव उपमुख्यमंत्री थे। उनके बड़े भाई स्वास्थ्य मंत्री थे। दोनों मिल कर लालू यादव की विरासत को बढ़ाने जुटे थे। सुशासन बाबू यह देख कर बैचैन हो गए थे। उन्हें लगा भाजपा के साथ रहकर जो छवि निर्मित हुई थी, सब तार-तार हुई जा रही है। इसलिए नीतीश कुमार उस गठबंधन से पीछा छुड़ाकर भाजपा में वापस आ गए थे। नीतीश और लालू परिवार के बीच फिर अमर्यादित आरोपों की बौछार शुरू हो गई थी। ऐसा लगा जैसे नीतीश अब कभी लालू के कुनबे की तरफ पलट कर नहीं देखेंगे। लेकिन फिर बेतलवा डाल पर की कहावत चरितार्थ हुई थी। फिर हमप्याला हो गए। मगर इस बार राजद ने अपरोक्ष रूप में नीतीश कुमार को औकात बता दी और यह संदेश दिया कि उन्हें राजद के हिसाब से ही सरकार चलानी होगी। नीतीश ने भी इस संदेश को शिरोधार्य कर लिया। नीतीश को शुरुआत में ही बता दिया गया राजद कोटे के मंत्रियों पर लगे आरोपों पर वह मौन रह गए। सरकार में बिहार में नए कानून मंत्री कार्तिकेय सिंह को लेकर विवाद शुरू हो गया था। इस पर नीतीश कुमार पूरी तरह लाचार दिखाई दिए।

की पुण्यतिथि/30 जनवरी/विशेष

योगेश कुमार गोयल

रैकेट पकड़ लिया। सरोजिनी नायडू का ध्यान ज
तो वह खिलखिलाकर हंस पड़ीं और कहने लगीं।

बाधा बनने वालों और नकारात्मक सोच की कृता का बीजारोपण करने के उद्देश्य से ही उन्हें जारी किया गया।

स्वतंत्रता संग्राम में उनके आवश्यक योगदान सुपरिचित हैं। भारत के स्वतंत्रता संग्राम के प्रमुख

एक महात्मा गांधी की मंगलवार को 76वीं पुण्यतिथि है। उनको 30 जनवरी, 1948 को गोली मारकर हत्या कर दी गई थी। अहिंसा की राह पर चलते हुए भारत को ब्रिटिश गुलामी से मुक्ति दिलाने वाले गांधी जी ने पूरी दुनिया को अपने विचारों से प्रभावित किया। अपने अनुभवों के आधार पर उहोंने कई किताबें लिखीं, जो हमें आज भी जीवन की नई राह दिखाती हैं। सही मायनों में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी देश के करोड़ों युवाओं के पथ प्रदर्शक हैं। उनके जीवन के तीन महत्वपूर्ण सूत्र थे, जिनमें पहला था-सामाजिक गंदगी दूर करने के लिए झाड़ का सहारा। दूसरा- जाति-पाति और धर्म के बंधन से ऊपर उठकर सामूहिक प्रार्थना को बल देना। तीसरा चरखा- जो आगे चलकर आत्मनिर्भरता और एकता का प्रतीक माना गया।

गांधी जी प्रयाः कहा करते थे कि प्रसन्नता ही एकमात्र ऐसा इत्र है, जिसे आप दूसरों पर डालते हैं तो उसकी कुछ बूरें आप पर भी पियती हैं। तो क्यद्दते थे कि किसी भी लालित तरी पदचान

ज्ञान की

घ माह के शुक्र पक्ष की पंचमी 'बसंत पंचमी' के रूप देशभर में धूमधाम से मनाई जाती रही है क्योंकि माना जाता है कि गण दिवस बसंत पंचमी के आपसमें काल सम्बन्ध है।

है या वह एसा बस्तों त्रटु का आगमन होता है। मान्यता है कि इस त्रटु की विवाद होती है और बसंत त्रटु के आगमन के साप्राणीजगत में नवजीवन एवं नवचेतना का संचार होता है। वात चहुं और मादकता का संचार होने लगता है तथा प्रकृति के निखार आने लगता है। शरद त्रटु में वृक्षों के पुराने पते सूखकर हैं लेकिन बसंत की शुरूआत के साथ ही पेड़-पौधों पर नई कांडे लगती हैं। आमों में बौर आ जाते हैं। चरों ओर रंग-बिरंगे फूल फूल हैं और फूलों की सुगंध से चहुं और धरती का वातावरण महवा है। खेतों में गेहूं की सुनहरी बाले, स्वर्ण जैसे दमकते सरसों फूलों से भरे खेत, पेड़ों की डालियों पर फुरदकती कोयल की दृश्य फूलों पर भौंरों का गुंजन और रंग-बिरंगी तितलियों की भाग-दृश्य की हरियाली वातावरण में मादकता का ऐसा संचार करते हैं कि उदास मन भी प्रफुल्लित हो उठता है। बसंत पंचमी के ही दिन उत्त्वर भी आरंभ हो जाता है और इस दिन पहली बार गुलाल उठ है। बसंत पंचमी का महत्व कुछ अन्य कारणों से भी है। सांसंगीत प्रेमियों के लिए तो बसंत पंचमी का विशेष महत्व है कि

हिन्दू समाज का धैर्य, ज्ञानवापी और ओवैसी

भारतीय पुरातत्व संविक्षण (एसआई) का रिपोर्ट ज्ञानवापा पर अब बहुत कुछ साफ बता रही है कि कैसे हिन्दू सनातन प्राचीन संस्कृति और सम्बन्धों को वाराणसी से नष्ट किया गया और सत्ता के वर्चस्व में भय के बातावरण से बहुसंख्यक हिन्दुओं को इतना भयभीत कर दिया कि वह अपने ऊपर जबरन लाए गए इस कलंक को समय के कालखण्ड में मिटा नहीं सके। अब जब भारतीय संविधान के प्रकाश में इस देश का हिन्दू समाज अपने हक की लड़ाई लड़ रहा है तो कई लोग इस बात को हजम नहीं कर पा रहे हैं। आज उन्हीं में से एक हैं ऑल इंडिया मजलिस ए इत्तेहादुल मुस्लिमीन (एआईएमआईएम) के मुखिया असदुद्दीन ओवैसी, जिनकी खुलकर हिन्दू विरोधी भड़ास एक बार फिर बाहर आई है। वे कई अवसरों पर ये बता भी चुके हैं कि उन्हें संवैधानिक व्यवस्थाओं पर भरोसा नहीं है। गाम्यमंदिर का निर्णय उच्चतम न्यायालय से आया, किंतु आज भी वे बार-बार मुसलमानों के साथ अन्याय होने का जिक्र कर रहे हैं और उन्हें भड़काने में सबसे आगे रहते हैं। अब एसआई की रिपोर्ट सार्वजनिक होने के बाद से कह रहे हैं कि हिन्दुत्व की गुलाम है भारतीय पुरातत्व संवेदनशील। ओवैसी का कहना है कि ज्ञानवापी पर आई एसआई की रिपोर्ट किसी भी पेशेवर पुरातत्ववेत्ता और इतिहासकार के सामने टिकी नहीं। यह रिपोर्ट अनमानों पर आधारित है और



उकेरा गया ब्रह्म कमल का तोरण द्वार बना हुआ है। जानवापी परिसर में स्थिरता हखाने की छत जिन खम्भों पर टिकी हैं वे सभी नागर शैली के मंदिर के संतुष्ट अस्त्रों से यह प्रतीत होता है कि 17वीं शताब्दी में औरंगजेब द्वारा जब आदि विशेषशर का मंदिर तोड़ा गया था तो उसके पूर्व उक्त स्थान पर विशाल मंदिर ही था। सच यही है कि बहुसंख्यक हिन्दू समाज को अपमानित करने का कार्य इतिहास में होता रहा है। अब होना तो यह चाहिए कि न्यायालय को जो सबूत, मंदिर प्रमाण के लिए चाहिए थे वे आज मिल गए हैं, ऐसे में अब उसे हिन्दुओं के पक्ष में आदेश पारित कर देना चाहिए, ताकि वहां हिन्दु

मिला है, वैसा ही अवसर अब काशी में प्राचीन विश्वनाथ मंदिर का जीर्णोद्धार होकर हिन्दू समाज को मिलना चाहिए। देखा जाए तो आज भी ज्ञानवापी व तरफ मुंह कर बैठे नंदी को वर्षों से न्याय का इंतजार है। भारत में इसे आ दुर्भाग्य ही कहेंगे कि सत्य को अपनी परीक्षा देनी पड़ रही है और असरनी (ओवैसी) जैसे अट्टहास कर रहे हैं। बहुसंख्यक मुसलमानों से भी अपील है, वह ओवैसी जैसों की बातों में न आएं। सत्य को खुले हव्य से स्वीकार करें और ज्ञानवापी स्वेच्छा से हिन्दू समाज को सौंप दें।

डॉ. मर्याद चतुर्वेदी

सर करना

सै के अच्छे दिन आ जाएंगे

थोड़ी देर सैर करने की सलाह अवश्य दी जाती है। हर व्यक्ति यह तो जानता है कि हमें प्रतिदिन सैर करनी चाहिए लेकिन इससे प्राप्त होने वाले लाभों के बारे में अमृपन वे अनजान ही होते हैं। तो चालिए जानते हैं सैर करने से होने लाभों के बारे में- प्रतिदिन वॉक करना आपके दिल के लिए बहुत ही लाभकारी माना जाता है। अगर आप प्रतिदिन वॉक करते हैं तो इससे आपको हृदय संबंधी रोग होने का खतरा काफी हट तक कम हो जाता है। इतना ही नहीं, कुछ अध्यन इस ओर इशारा करते हैं कि यदि 65 या उससे अधिक उम्र के व्यक्ति सपाह में चार घंटे वॉक करते हैं तो वे लम्बे समय तक स्वस्थ बने रह सकते हैं। पैदल चलने और रक्तचाप का आपस में गहरा संबंध है। अगर आपको ब्लड प्रेशर की समस्या है तो आपको प्रतिदिन वॉक करना चाहिए। रोजाना एक घंटे वॉक करने से आपका ब्लडप्रेशर धीरे-धीरे नार्मल इतना ही नहीं, जो लोग कैसे पेरेंट हैं और कीमोथेरेपी आवश्यक लेते हैं, वे भी अगर प्रतिदिन वॉक करते हैं तो उन्हें इलाज के दौरान अत्यधिक परेशानी का समान नहीं करना पड़ता वर्ही वॉक करने से ब्रेस्ट कैंसर का रिस्क भी कम हो जाता है। शायद आपको जानकर हैरानी हो लेकिन वॉक करने से आपको सिर्फ़ शारीरिक लाभ ही प्राप्त नहीं होते, बल्कि यह आपके मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी काफी अच्छा होता है दरअसल, जब आप वॉक को अपनी आदत बना लेते हैं तो इससे आपके दिमाग तक पर्याप्त मात्रा में ऑक्सीजन और ग्लूकोज पहुंचता है, जिससे आपका दिमाग बेहतर तरीके से काम करता है। यह ब्रेन के सेल्यूलर फंक्शन को बेहतर बनाने में काफी मददगार होता है। समय के साथ व्यक्ति के मसल्स और हाइड्रोयां कमजोर होने लगती हैं। ऐसे में वॉक करने से आपके बोन्स की डैमेसी बनी रहती है।

में से एक है बफे से ढका औली

स्ट्रटेजिल ड कहा जाता है। वहाँ का खूबसूरती को निहारते रहने का ही मन करता है.. सूरज की किरणें जब बर्फ से ढके पहाड़ पर पड़ती हैं तो मानों ऐसा लगता है कि सुबह पहाड़ सूरज की रोशनी में नहा कर आये हो। मीलों दूर तक पसरी सफेद बर्फ की चादर पर जीभर कर खेलने का आनंद और औली में ले सकते हैं। यहाँ पर देवदार के पेड़ काफी ज्यादा मात्रा में पाए जाते हैं। इनकी पेड़ों की महक यहाँ की ठंडी और ताजी हवाओं में महसूस की जा सकती है। औली में आप खूबसूरती के अलावा यहाँ की एडवेंचर एक्टिविटी का भी लुफ्त उठा सकते हैं। औली अपनी प्राकृतिक सुंदरता के लिए दुनियाभर में मशहूर है। यहाँ कि सुंदरता को निहारने के लिए देश-विदेश से पर्यटक आते हैं। सर्दियों के मौसम में यहाँ पर खूब बर्फबारी होती है जिसका आनंद लेने के लिए यहाँ पर लोग आते हैं। औली का जल विद्युत वितरण द्वारा देवी के पीछे सूर्योदय देखना एक बहुत अनुभव है। नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान यहाँ से 41 किलोमीटर दूर है। शहर का



खोए हुए मोबाईल को दो घंटे में खोजने वाले छात्रों को जेकेए के चेयरमैन ने किया सम्मानित

स्टडी हॉल गोमती नगर के छात्रों ने तकनीकी शिक्षा का किया उपयोग

कैनविज टाइम्स संवाददाता

बाराबंकी। तकनीकी शिक्षा के माध्यम से खोए हुए मोबाईल को दो घंटे में खोज कर बरामद करने वाले स्टडी हॉल गोमती नगर के तीन छात्रों को जनकल्याण विकास एसोसिएशन के चेयरमैन धर्म प्रदीप कुमार यादव ने चेयरमैन की संठन कार्यालय राम औतर यादव स्पृह वाटिका उमरी देवा में सम्मान पत्र व प्रतीक चिह्न भेटकर सम्मानित किया।



अपेक्षा बताते चर्चों कि आकाशवाड़ी के एनाडरस डाक्टर विकास चंद्र शर्मा देवा में आयोजित गणतंत्र विद्यास के एक कार्यक्रम से लखनऊ वापस जा रहे थे तभी किसान पथ पर लगे हुए ट्रकों के जाम को हटवाने

के दौरान विकास चंद्र शर्मा का मोबाईल गिर गया। कारीब दस किलोमीटर आगे बढ़ने के बाद जब मोबाईल खोने का पता चला तो साथ में मौजूद श्री शर्मा के पुत्र विदेश वर्ष से विदेश के दोस्त अर्थ दीप एवं

उपनिदेशक पंचायतीराज के निरीक्षण में पटरी पर मिली व्यवस्थाएं

कैनविज टाइम्स संवाददाता

मसौली बाराबंकी। उपनिदेशक पंचायतीराज औरध्या योगेंद्र कटियार ने सोमवार को ग्राम पंचायत नियमपूर में विगत वर्ष मिले मुख्यमंत्री पुरस्कार के बाहर कराये गये विकास कार्यों का जायजा लिया तथा आवश्यक दिशा निर्देश दिये।

बताते चले कि गत 15 अगस्त 2021 को ग्राम पंचायत नियमपूर के ग्राम प्रधान धर्मेंद्र कुमार सिंह उर्फ संदीप सिंह द्वारा गांव में कराये गये विकास कार्यों को लेकर मुख्यमंत्री पुरस्कार से सम्मानित किया गया।



था। पुरस्कार में मिली धनराशि से ग्राम प्रधान संदीप सिंह ने गांव में व्यायाम शाला का

निर्माण कराया है। सोमवार को उपनिदेशक योगेंद्र कटियार ने पंचायत भवन सहित

व्यायाम शाला का जायजा लिया तथा गांव में कराये गये अन्य विकास कार्यों की जानकारी ली जिता पंचायत राज अधिकारी रोहित भाती ने आयोजित कार्यालय से कार्रवाई के साथ वही मोबाईल खोजना शुरू किया। इस दौरान चंद्र शर्मा ने दृढ़ निश्चय के साथ वही मोबाईल देकर उक्ते उज्जवल भविष्य की कामना की। इस अवसर पर संगठन के प्रदेश सलाहकर वासुदेव यादव, पलिया मसूदुर वर्ष प्रधान बालक राम यादव, डा. विकास चंद्र शर्मा, विदेश की माता मुक्ता शर्मा, रवि यादव, अवधेश कुमार, शैलेश राम, मीरा यादव, अविनाश कुमार, सुधार्य यादव आदि उपस्थित रहे। पर यह भी बताना चाहते हैं कि विनेश्वर वर्ष जनरल नलेज की परियां में लगातार दो बार पूरे विश्व में प्रशंसन प्राप्त कर चुके हैं।

फाइलरिया अभियान को सफल बनाए जाने के लिए एस्कूलों में दिलाएं शपथ वाराणसी। फाइलरिया उन्मूलन के लिए जनपद में 10 फरवरी से धर-धर जाकर स्वास्थ्य कमी आमजन को फाइलरिया रोग से बचाव की दावा का सेवन कराएं। यह इकट्ठा न होने दें। उन्होंने आयोजित को सरकार द्वारा चलाई जा रही योजनाओं के बारे में विसरार से बातचारी दी। इस मोक्षप्र कर्ता जिला समन्वयक मिशन मिश्रा, सहायता विकास अधिकारी पंचायत जानकारी राम, ग्राम प्रधान धर्मेंद्र सिंह, पंचायत सचिव उत्तम वर्मा, शैया सिंह, रोजगार सेवक शोभाज अदि लोग मौजूद रहे।

फाइलरिया अभियान को सफल बनाए जाने के लिए एस्कूलों में दिलाएं शपथ वाराणसी। फाइलरिया उन्मूलन के लिए जनपद में 10 फरवरी से धर-धर जाकर स्वास्थ्य कमी आमजन को फाइलरिया रोग से बचाव की दावा का सेवन कराएं। यह इकट्ठा द्वारा श्रेष्ठी आईए (आईपीटीएन) एस्कूलों पर एलेंडजाले। अभियान 28 फरवरी तक चलेगा। इस दौरान विद्यालयों में फाइलरिया रोग से बचाव के प्रति जन जागरूकता के लिए विभिन्न गतिविधियां आयोजित की जाएंगी। इस अभियान को लेकर सोमवार को चौलापुर खंड शिक्षा अधिकारी बुज़ेश राय ने कार्यालय सभागार में प्रधानानार्यों के साथ बैठक की।

पंचमुखी बालाजी धाम में होगा आगमन कैबिनेट मंत्री स्वतंत्र देव सिंह का



बढ़ने का आग्रह भी किया। पूर्व विधायक शरद कुमार अवस्थी प्रतिविनाय आकर के मंदिर की व्यवस्था में अपना संपूर्ण समय व योगदान भी दे रहे वही रामनगर ब्लॉक में प्रमुख संजय तिवारी कार्यक्रम में संपूर्ण समय व योगदान देने पहुंचे संपूर्ण भारत के कोने-कोने से साझे सतों का काफिला मंदिर के कार्यक्रम में पहुंच रहा ग्रामीणों का कहना है कि इस तरह क्षेत्र में स्वतंत्र देव विहार के लिए एक दिन पहले से ही की जा रही व्यवस्था प्राप्त जानकारी के अनुसार मंदिरेश्वर राघवदास जी महाराज व मुख्य जजमान मनीष सोनी ने कार्यक्रम की संपूर्ण व्यवस्था की देखेख, वह जिसमें वर्षे भंडार का आयोजन किया जाता है रात्रि में वृंदावन से आए हुए कलाकारों द्वारा ग्रामपाल दिखाई जाती है वहाँ में यज व्रतवन से अतिथियों का स्वागत साधु सतों का असमान को कार्यक्रम निरत चलता है वही मुख्य जजमान मनीष सोनी ने समस्त देश व क्षेत्र के लोगों को सादर आमंत्रित कर कार्यक्रम की शोभा पहुंचे।

बालाजी धाम की व्यवस्था में अपनी नवालिंग की प्राप्ति व भंडार यज का हो रहा आयोजन बल्लोपुर कुड़ा बालाजी धाम पर जिसमें 30 जनरी को दोपहर को पहुंचे बैठक मंत्री स्वतंत्र देव सिंह जिनकी स्वागत तैयारी के लिए एक दिन पहले जिसमें वर्षे ही की जा रही व्यवस्था प्राप्त जानकारी के अनुसार मंदिरेश्वर राघवदास जी महाराज व मुख्य जजमान मनीष सोनी ने कार्यक्रम की प्राप्ति व भंडार का आयोजन किया जाता है रात्रि में वृंदावन से आए हुए कलाकारों द्वारा ग्रामपाल दिखाई जाती है वहाँ में यज व्रतवन से अतिथियों का स्वागत साधु सतों का असमान को कार्यक्रम निरत चलता है वही मुख्य जजमान मनीष सोनी ने समस्त देश व क्षेत्र के लोगों को सादर आमंत्रित कर कार्यक्रम की शोभा पहुंचे।

पॉक्सो एक्ट के दोषी को 3 साल का कारावास व लगा अर्थदंड

बालाजी कैनविज टाइम्स संवाददाता। मॉनिटरिंग सेल की प्रभावी पैरवी से छेड़ाइ से सम्बन्धित अधियुक्त को विशेष न्यायीकी पासमें एक 3 वर्ष के कारावास की सजा सुनाकर फैसला सुनाने देते हुए 10 हजार रुपये अर्थदंड की सजा सुनाई है। अप्राप्त जनकारी मुख्यमंत्री मसौली धारी के लिए विनोकपुर निवासी वादी के द्वारा कल्पना उत्तर राशिद ने अपनी नावालिंग पुरी से छेड़ाइ का मुकदमा मसौली धारी थे एवं अपोरी के पॉक्सो एक्ट में वर्ष 2018 में धरा 354(क) के तहत मुकदमा दर्ज कराया था जिसके ताकलीन विवेचक मसौली एसआई अंजनी कुमार शर्मा ने विवेचना में पर्याप्त साक्ष्य दिए। जिसमें मॉनिटरिंग सेल ने प्रभावी पैरवी की थी जिसमें उपरोक्त धारा 354(क) के तहत मुकदमा दर्ज कराया था जिसके बाद वादी नावालिंग महात्मा गांधी प्रतिमा पर मारन्यापन कर उठे हैं। नमन किया जाएगा। मारन्यापन कार्यक्रम के उपरान्त राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के निर्वाचन दिवस (शहीद दिवस) पर आयोजित श्रद्धांजलि सभा में वक्तव्य अपने विचार कराया जाता है वहाँ में यज व्रतवन से अतिथियों का स्वागत साधु सतों का असमान को कार्यक्रम निरत चलता है वही मुख्य जजमान मनीष सोनी ने समस्त देश व क्षेत्र के लोगों को सादर आमंत्रित कर कार्यक्रम की शोभा पहुंच दें।

तिलक पूजन के साथ शुरू हुई रामलीला में उमड़ी भीड़

मसौली बाराबंकी कैनविज टाइम्स संवाददाता। जायदी से पूर्व लुब्के की रोशनी में शुरू होने वाली ग्राम पंचायत बड़ागांव की ऐतिहासिक रामलीला (धनुषयज्ञ) की शुरुआत सोमवार को लिए विलापन के लिए विनोकपुर निवासी वादी के द्वारा कल्पना उत्तर राशिद ने अपनी नावालिंग पुरी से छेड़ाइ का मुकदमा मसौली धारी थे एवं अपोरी के पॉक्सो एक्ट में वर्ष 2018 में धरा 354(क) के तहत मुकदमा दर्ज कराया था जिसके ताकलीन विवेचक मसौली एसआई अंजनी कुमार शर्मा ने विवेचना में पर्याप्त साक्ष्य दिए। जिसमें मॉनिटरिंग सेल ने प्रभावी पैरवी की थी जिसमें उपरोक्त धारा 354(क) के तहत मुकदमा दर्ज कराया था जिसके बाद वादी नावालिंग महात्मा गांधी प्रतिमा पर मारन्यापन कर उठे हैं। प्रभावी पैरवी को लिए विवेचक मसौली एसआई अंजनी कुमार शर्मा ने विवेचना में जारी की थी। धनुषयज्ञ के संस्कृतक सदस्यों द्वारा धनुषयज्ञ में तीन लाख रुपये दिखाई दी है। लेकिन उमड़ी भीड़ विवेचक मसौली एसआई अंजनी कुमार शर्मा ने विवेचना में जारी की थी। धनुषयज्ञ के संस्कृतक सदस्यों द्वारा धनुषयज्ञ में तीन लाख रुपये दिखाई दी है। लेकिन उमड़ी भीड़ विवेचक मसौली एसआई अंजनी कुमार शर्मा ने विवेचना में जारी की थी। धनुषयज्ञ के संस्कृतक सदस्यों द्वारा धनुषयज्ञ में तीन लाख रुपये दिखाई दी है। लेकिन उमड़ी भीड़ विवेचक मसौली एसआई अंजनी कुमार शर्मा ने विवेचना में जारी की थी। धनुषयज्ञ के संस्कृतक सदस्यों द्वारा धनुषयज्ञ में तीन लाख रुपये दिखाई दी है। लेकिन उमड़ी भीड़ विवेचक मसौली एसआई अंजनी कुमार शर्मा ने विवेचना में जारी की थी। धनुषयज्ञ के संस्कृतक सदस्यों द्वारा धनुषयज्ञ म

इंग्लैंड के खिलाफ दूसरे टेस्ट मैच से बाहर हुए रवींद्र जडेजा, केएल राहुल



नई दिल्ली। भारतीय हरफनमौला खिलाड़ी रवींद्र जडेजा और बल्लेबाज केएल राहुल इंग्लैंड के खिलाफ विजय में 02 फलवारी, से शुरू हो रहे दूसरे टेस्ट मैच से बाहर हो गए हैं। बीसीसीआई ने सोमवार को एक अधिकारिक बयान में कहा कि हैदराबाद में पहले टेस्ट के चौथे दिन खेल के दैयन जडेजा को हैमस्ट्रिंग छोट लायी थी, जबकि राहुल ने दृष्टिने विवाद में दूर्द की शिकायत की थी। बीसीसीआई की मेडिकल टीम दोनों की प्रगति पर नजर रख रही है। पुरुष चयन समिति ने सफरराज खान, सौभ कुमार और वार्षिंगटन सुंदर को भारतीय टीम में शामिल किया है। उत्तर प्रदेश के बाहर हाथ के स्पर्धन और नामा 24.41 की ओपनिंग से 290 प्रथम ब्रेग्निंग किट हैं, पहले भी भारत की टेस्ट टीम का विजया रहे हैं - उन्हें दिसंबर 2024 में बांगलादेश दौरे के लिए चुना गया था - हालांकि उन्होंने अपनी तक पदार्पण नहीं किया है। वह शनिवार कोहली के हटने के बाद टीम में शामिल किया गया था, विश्वावाननम में भारत के मध्य क्रम में राहुल की जगह ले गए, भारत को जडेजा की जगह भरना चुनिकल लग सकता है। वहीं, वार्षिंगटन सुंदर के प्रतिश्वानपन के रूप में सारांश जैन को 4 फलवारी, से अहमदाबाद में इंग्लैंड लायन्स के खिलाफ शुरू होने वाले तीसरे और अंतिम मल्टी-डे गेम के लिए भारत ए टीम में नामित किया गया है। इसके अलावा आवेश खान अपनी रणजी ट्रॉफी टीम, मध्य प्रदेश के साथ यात्रा करना जारी रखेंगे और जल्दत पहले पर टेस्ट टीम में शामिल होंगे। इंग्लैंड के खिलाफ दूसरे टेस्ट के लिए भारतीय टीम-रोहित शर्मा (कप्तान), शुभमन गिल, यशस्वी जयसवाल, ब्रेमस अच्युत, केएल भरत (विकेटकीपर), रविचंद्रन अश्विन, अक्षर पटेल, कुलदीप यादव, मोहम्मद सिराज, मुकेश कुमार, जसप्रीत बुमरा (उपकप्तान), अवेश खान, रजत पाटीदार, सफरराज खान, वार्षिंगटन सुंदर, सौभ कुमार।

फॉर्म में टीम में आए हैं, उन्होंने हाल ही में इंग्लैंड लायन्स पर भारत ए की पारी की जीत में दूसरी पारी में पांच विकेट लिए थे। उस मैच में सफरराज की 160 गेंदों में 161 रन की पारी भी शामिल थी, जो हाल के सीजन में अपने शानदार प्रथम ब्रेग्निंग रिटर्न के साथ चतुरकांतों के दरवाजे लगातार खटखटा रहे हैं; वर्तमान में उनका वापस 69.85 है, जिसमें 45 खेलों में 14 शतक शामिल हैं। पहले टेस्ट में 28 रन की हार के बाद वापसी करने की कोशिश में भारत जडेजा, जिहें

राहुल और कोहली ते बिना काफी कमजोर हो गया है। कोहली व्यक्तिगत कारणों से पहले दो टेस्ट से हट गए हैं भारत की चौथी पारी के लक्ष्य का पीछा करने के दैयन सकता है। उन्होंने के बाद परेशनी में दिख रहे जडेजा ने हैदराबाद में 87 और 2 रन बनाने के अलावा 88 रन देकर 3 विकेट और 131 रन देकर 2 विकेट लिए। राहुल ने भारत की पहली पारी में 86 रन बनाए। हालांकि ऐसा लगता है कि अनकैड रजत पाटीदार, जिहें

एजेंसी

मेलबर्न। ऑस्ट्रेलियाई हरफनमौला खिलाड़ी मार्केस स्टोइनिस ने बिंग बैश लीग (बीबीएल) क्लब मेलबर्न स्टार्स के साथ तीन साल का करार विस्तार किया है। 34 वर्षीय लायन्स के खिलाफ शुरू होने वाले तीसरे और अंतिम मल्टी-डे गेम के लिए भारत ए टीम में नामित किया गया है। इसके अलावा आवेश खान अपनी रणजी ट्रॉफी टीम, मध्य प्रदेश के साथ यात्रा करना जारी रखेंगे और जल्दत पहले पर टेस्ट टीम में शामिल होंगे। इंग्लैंड के खिलाफ दूसरे टेस्ट के लिए भारतीय टीम-रोहित शर्मा (कप्तान), शुभमन गिल, यशस्वी जयसवाल, ब्रेमस अच्युत, केएल भरत (विकेटकीपर), रविचंद्रन अश्विन, अक्षर पटेल, कुलदीप यादव, मोहम्मद सिराज, मुकेश कुमार, जसप्रीत बुमरा (उपकप्तान), अवेश खान, रजत पाटीदार, सफरराज खान, वार्षिंगटन सुंदर, सौभ कुमार।

स्टोइनिस ने स्टार्स के लिए 98 मैच खेले हैं और वह क्लब में 100-मैच कील के पत्रक तक पहुंचने वाले दूसरे खिलाड़ियों में से एक है और वह क्लब में सर्वकालिक रन स्कोरर में दूसरे और विकेट लेने वालों में छठे स्थान पर है।

उन्होंने

स्टोइनिस

ने आईपीएल सहित दुनिया भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट प्रतियोगिताओं में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

कहा, "मार्केस स्पष्ट रूप से पिछले दशक में ऑस्ट्रेलिया में सबसे अनुभवी और अच्छा प्रस्तरीन करने वाला टी20 खिलाड़ियों में से एक है और उसके लिए प्रतिबद्ध होना उस तीन सीजन के लिए प्रतिबद्ध होना हम जा रहे हैं।"

उन्होंने

आगे कहा, "वह दुनिया में अगले कुछ वर्षों में एक बड़ी भूमिका निभाएंगे।"

स्टोइनिस

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों में से एक है जो बल्ले से अपने दम पर मैच जीता सकते हैं। वह अन्य वरिष्ठ खिलाड़ियों के साथ स्टार्स में अगली पीढ़ी को विकसित करने में अगले कुछ वर्षों में एक बड़ी भूमिका निभाएंगे।"

स्टोइनिस

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित दुनिया

भर की प्रमुख टी20 क्रिकेट

प्रतियोगिताओं

में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व किया है।

लाइलाडियों

ने आईपीएल सहित

