

# देवो, भारत में पारसी कितने खुश और अमीर हैं, मुसलमान के सवाल पर बोले पीएम मोदी



एजेंसी।  
नई दिल्ली मोदी ने भारत में पारसियों की आर्थिक सफलता पर प्रकाश डाला और कहा कि दुनिया में कहीं और उत्पीड़न का सामना करने के बावजूद, उन्हें भारत में एक सुरक्षित आश्रय मिला है, वे खुशी से और समृद्ध होकर रह रहे हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने हाल ही में एक साक्षात्कार में देश में मुस्लिम अल्पसंख्यकों के मविष्य के बारे में पूछे जाने पर कहा कि भारतीय समाज में किसी भी धार्मिक अल्पसंख्यक के प्रति भेदभाव की कोई भावना नहीं है। यूके स्थित फाइनेंशियल टाइम्स से धार्मिक अल्पसंख्यकों के बारे में बात करते हुए, मोदी ने भारत

में पारसियों की आर्थिक सफलता पर प्रकाश डाला और कहा कि दुनिया में कहीं और उत्पीड़न का सामना करने के बावजूद, उन्हें भारत में एक सुरक्षित आश्रय मिला है, वे खुशी से और समृद्ध होकर रह रहे हैं। उन्होंने कहा कि इससे

पता चलता है कि भारतीय समाज में किसी भी धार्मिक अल्पसंख्यक के प्रति भेदभाव की कोई भावना नहीं है। प्रधानमंत्री ने पारसियों को भारत में रहने वाला धार्मिक सूक्ष्म-अल्पसंख्यक बताया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने खालिस्तानी

आतंकवादी गुरपतवंत सिंह पन्नून को मारने की साजिश में एक भारतीय नागरिक की कथित भूमिका के अमेरिका के दावों पर अपनी पहली प्रतिक्रिया देते हुए कहा कि सरकार किसी भी सबूत पर देखेगी। पीएम मोदी ने यह भी कहा कि भारत और अमेरिका के बीच संबंधों को मजबूत रखने के लिए यह एक अच्छा अवसर है। उन्होंने कहा कि भारत और अमेरिका के बीच संबंधों को मजबूत रखने के लिए यह एक अच्छा अवसर है। उन्होंने कहा कि भारत और अमेरिका के बीच संबंधों को मजबूत रखने के लिए यह एक अच्छा अवसर है।

# संजय सिंह चुने गए डब्ल्यूएफआईके नए अध्यक्ष, बृजभूषण शरण सिंह को हैं करीबी



एजेंसी।  
नई दिल्ली यूपीए अध्यक्ष संजय सिंह ने गुरुवार को भारतीय कुश्ती महासंघ का नया अध्यक्ष चुना गया है। वर्ष की शुरुआत में कई बार स्थगन के बाद भारतीय कुश्ती महासंघ के चुनाव गुरुवार, 21 दिसंबर को हुए। मतदान दिन में नई दिल्ली में हुआ और मतदान प्रक्रिया समाप्त होने के

तुरंत बाद गिनती शुरू हुई। भारतीय कुश्ती महासंघ में शीर्ष पदों के लिए चुनाव वैश्विक कुश्ती संस्था, यूनाइटेड वर्ल्ड रेसलिंग के लिए डब्ल्यूएफआईके पर लगाए गए निलंबन को हटाने का मार्ग भी प्रशस्त करता है। यूपीए अध्यक्ष संजय सिंह ने गुरुवार को भारतीय कुश्ती महासंघ का नया अध्यक्ष चुना गया है। वर्ष की शुरुआत में कई बार स्थगन के बाद भारतीय कुश्ती महासंघ के चुनाव गुरुवार, 21 दिसंबर को हुए। मतदान दिन में नई दिल्ली में हुआ और मतदान प्रक्रिया समाप्त होने के

दिया था और भारत के पहलवानों ने पिछले कुछ महीनों में वैश्विक प्रतियोगिताओं में तटस्थ एथलीटों के रूप में प्रतिस्पर्धा की थी। राजधानी में अध्यक्ष, कोषाध्यक्ष, महासचिव और वरिष्ठ उपाध्यक्ष समेत 15 पदों के लिए चुनाव हुए। भारतीय कुश्ती महासंघ के अध्यक्ष पद के लिए दोतरफा दौड़ राष्ट्रमंडल खेलों की पूर्व स्वर्ण पदक विजेता अनीता

श्योराण और उत्तर प्रदेश कुश्ती महासंघ के उपाध्यक्ष संजय सिंह के बीच थी। अनीता श्योराण राष्ट्रीय कुश्ती संस्था की पहली महिला अध्यक्ष बनने के लिए रैस में थी। उन्हें साक्षी मलिक, बजरंग पुनिया और विनेश फोगट सहित स्टार पहलवानों का समर्थन प्राप्त था, जिन्होंने यौन उत्पीड़न और महिला पहलवानों का पीछा करने के आरोपों पर निवर्तमान बृज भूषण शरण सिंह के खिलाफ विरोध प्रदर्शन किया था। बृज भूषण शरण सिंह के करीबी सहयोगी रहे संजय सिंह ने कुश्ती के गौरवशाली दिनों को वापस लाने का वादा किया है, एक ऐसा खेल जिसने हाल के दिनों में भारत के लिए कई ओलंपिक पदक विजेता पैदा

## कनाडा पीएम के बयान पर विदेश मंत्रालय का जवाब, विरोधियों पर तत्काल एक्शन लें

एजेंसी।  
पाकिस्तान सेना प्रमुख के अमेरिकी दौरे पर विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता अरिंदम बागची ने कहा कि हां, हमने इस संबंध में कुछ रिपोर्टें देखी हैं। आतंकवाद और सीमा पर हमलों के लिए पाकिस्तान के समर्थन को लेकर हमारी चिंता जगजाहिर है। विदेश मंत्रालय के आधिकारिक प्रवक्ता अरिंदम बागची ने गुरुवार को कहा कि कनाडा के मुद्दे पर भारत की स्थिति सुसंगत है



क्योंकि उसे उम्मीद है कि ओटावा उन चरमपंथी तत्वों पर कार्रवाई करेगा जो अपने देश में भाषण और अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का दुरुपयोग कर रहे हैं। साप्ताहिक मीडिया ब्रीफिंग को संबोधित करते हुए, बागची ने कहा कि भारत ने हमेशा इस बात पर प्रकाश डाला है कि मुख्य मुद्दा कनाडा में चरमपंथियों, आतंकवादियों और भारत विरोधी तत्वों को दी गई जगह है। पाकिस्तान सेना प्रमुख के अमेरिकी दौरे पर विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता अरिंदम बागची ने कहा कि हां, हमने इस संबंध में कुछ रिपोर्टें देखी हैं। आतंकवाद और सीमा पर हमलों के लिए पाकिस्तान के समर्थन को लेकर हमारी चिंता जगजाहिर है। हमें उम्मीद है कि अन्य देश भी कार्टर-टैरिज्म को गंभीरता से लेंगे। न्याय विभाग के अभियोग पर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए, विदेश मंत्रालय ने कहा कि अमेरिकी अदालत में एक व्यक्ति के खिलाफ कथित तौर पर एक भारतीय अधिकारी से जुड़ा मामला पंचिता का विषय है और यह सरकारी नीति के विपरीत है। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता ने कहा कि हम ऐसे सुरक्षा मामलों पर कोई और जानकारी साझा नहीं कर सकते। जहां तक घटक व्यक्ति के खिलाफ अमेरिकी अदालत में कथित तौर पर उसे एक भारतीय अधिकारी से जोड़ने का मामला दर्ज किया गया है, यह चिंता का विषय है। हमने कहा है और मुझे इसे दोहराने दीजिए यह सरकारी नीति के विपरीत है।

## साक्षी मलिक ने कुश्ती से रोते हुए लिया संन्यास,

एजेंसी।  
नई दिल्ली रियो ओलंपिक की कांस्य पदक विजेता साक्षी मलिक ने प्रेस को एक भावनात्मक संबोधन में बृज भूषण शरण सिंह के वफादार संजय सिंह के भारतीय कुश्ती महासंघ के अ



खो चुने जाने पर निराशा व्यक्त करते हुए कहा कि वह कुश्ती छोड़ने जा रही हैं। रियो ओलंपिक की कांस्य पदक विजेता साक्षी मलिक ने प्रेस को एक भावनात्मक संबोधन में बृज भूषण शरण सिंह के वफादार संजय सिंह के भारतीय कुश्ती महासंघ के अ

# अयोध्या में बनेगी देश की सबसे बड़ी मस्जिद, Taj Mahal से भी होगी ज्यादा खूबसूरत

संवाददाता।  
लखनऊ सुप्रीम कोर्ट ने पिछले साल 9 नवंबर को अयोध्या में विवादित राम जन्मभूमि-बाबरी मस्जिद स्थल पर राम मंदिर के निर्माण का मार्ग प्रशस्त किया था। केंद्र को सुन्नी वक्फ बोर्ड को वैकल्पिक पांच एकड़ जमीन आवंटित करने का निर्देश दिया था। भाजपा नेता और मस्जिद मुहम्मद बिन अब्दुल्ला विकास समिति के अध्यक्ष ने गुरुवार को कहा कि अयोध्या के धन्नीपुर गांव में पांच एकड़ जमीन पर बनने वाली मस्जिद ताज महल से भी बेहतर होगी। हाजी अरफात शेख ने आगामी मस्जिद की प्रमुखा विशेषताओं और



और चौड़ाई 36 फीट होगी। मस्जिद में पहली नमाज मक्का के इमाम इमाम-ए-हरम अब्दुल रहमान ऐ-सुदैस अदा करेंगे। हाजी अरफात शेख ने कहा कि हमें पूरा विश्वास है कि यह मस्जिद ताज महल से भी ज्यादा खूबसूरत होगी। यह दावा और दुआ का केंद्र होगी

## पुंठ जिले में आर्मी के वाहन पर आतंकी हमला, घात लगाकर बनाया निशाना

एजेंसी।  
जम्मू कश्मीर जिस इलाके में ऑपरेशन चल रहा है, वह वही इलाका है जहां अक्टूबर 2021 में पुंठ के सुरनकोट के दारा की गली (डीकेजी) इलाके में एक घातक हमले में भारतीय सेना के पांच जवान शहीद हो गए थे। जम्मू कश्मीर के पुंठ के सुरनकोट के तनावपूर्ण क्षेत्र में एक परेशान करने वाली घटना सामने आई जब आतंकवादियों ने डीकेजी के पास सेना के एक वाहन पर घात लगाकर हमला किया। स्थानीय लोगों के अनुसार, स्थिति तनावपूर्ण बनी हुई है। अधिकारी विस्तृत जानकारी का इंतजार कर रहे हैं। हालांकि, बल मौके पर पहुंच गए हैं। इससे पहले 20 अप्रैल को हुई एक घटना में विनाशकारी क्षति हुई थी जिसमें कम से कम 5 भारतीय सैनिकों की जान चली गई थी। इस दुखद क्षति के साथ-साथ, कई अन्य लोग घायल हो गए, क्योंकि हमले में जम्मू कश्मीर के पुंठ जिले के भीतर भिम्बर गली से संग्रियोट की ओर जा रहे सेना के वाहन को निशाना बनाया गया। जिस इलाके में ऑपरेशन चल रहा है, वह वही इलाका है जहां अक्टूबर 2021 में पुंठ के सुरनकोट के दारा की गली (डीकेजी) इलाके में एक घातक हमले में भारतीय सेना के पांच जवान शहीद हो गए थे।



# आडवाणी-जोशी के भगीरथ प्रयास की कहानी, रामलला हम आरंगे कहने वाले क्या प्राण प्रतिष्ठा में जाएंगे?

एजेंसी।  
नई दिल्ली यात्रा 25 सितंबर, 1990 को शुरू हुई जब आडवाणी ने प्रतीकात्मक रूप से सोमनाथ मंदिर में प्रार्थना की, जिसे आजादी के तुरंत बाद केंद्र द्वारा फिर से बनाया गया था। कहते हैं भगीरथ ने अपने तप से स्वर्ग से मां गंगा को धरती पर उतार दिया था। तभी से ही असंभव से दिखाने वाले काम को कर दिखाने वाले जज्बे को भगीरथ प्रयास कहा जाता है। अयोध्या में भव्य राम मंदिर का निर्माण भी कहीं न कहीं आडवाणी के भगीरथ प्रयास का ही नतीजा है। मंदिर भले ही सुप्रीम कोर्ट के आदेश के बाद बना लेकिन उसके लिए आडवाणी ने जो संघर्ष किया, जिस तरह आंदोलन चलाया, उसे कभी नहीं भूला जा सकता। राम मंदिर ट्रस्ट के महासचिव चंपत राय के यह कहने के एक दिन बाद कि लालकृष्ण आडवाणी और मुरली मनोहर जोशी से उनके बुढ़ापे और स्वास्थ्य के कारण 22 जनवरी को अयोध्या

में राम मंदिर के उद्घाटन में शामिल नहीं होने का अनुरोध किया गया है। विश्व हिंदू परिषद (वीएचपी) ने मंगलवार को दोनों नेताओं को आमंत्रित किया जिन्होंने उस आंदोलन में मौलिक योगदान दिया जिसने राष्ट्रीय राजनीति की दिशा बदल दी। विहिप की राम मंदिर की मांग का समर्थन करने की दिशा में भाजपा का रुझान तब शुरू हुआ जब 1984 में पार्टी की पराजय के दो साल बाद जब पार्टी केवल दो लोकसभा सीटों पर सिमट गई थी। 1986 में अटल बिहारी वाजपेयी की जगह आडवाणी को पार्टी अध्यक्ष बनाया गया। पार्टी की कमान संभालने के बाद आडवाणी ने मुरली मनोहर जोशी को राष्ट्रीय महासचिव बनाया। जोशी एक आरएसएस कार्यकर्ता और भौतिकी के व्याख्याता थे, जिनके इलाहाबाद विश्वविद्यालय में पीएचडी गाइड पूर्व आरएसएस प्रमुख राजेंद्र सिंह या रज्जू भैया थे। आडवाणी के नेतृत्व में भाजपा ने जून 1989 में अपने पालमपुर

पर सार्वजनिक प्रतिक्रिया मिली। इससे कुछ स्थानों पर दंगे भड़क उठे और आडवाणी राष्ट्रीय राजनीति के केंद्र में आ गए। भाजपा ने निर्णय लिया कि यदि आडवाणी को गिरफ्तार किया गया, तो वह वीपी सिंह सरकार से अपना समर्थन वापस ले लेगी। गिरफ्तारी बिहार के समस्तीपुर में हुई, तत्कालीन सीएम लालू प्रसाद की सरकार ने 22 अक्टूबर, 1990 की रात को आडवाणी को गिरफ्तार कर लिया और उन्हें दुमका के एक गैरेट हाउस में ले जाया गया, जो अब झारखंड में है। भाजपा ने वीपी सिंह सरकार से समर्थन वापस ले लिया, जो गिर गई। इस बीच, 30 अक्टूबर को, अयोध्या में कार सेवा की प्रस्तावित तिथि पर, मस्जिद पर हमला करने से रोकने के लिए कार सेवकों (हिंदुत्व स्वयंसेवकों) पर पुलिस गोलीबारी हुई। उस वक्त मुलायम सिंह यादव उ्तर प्रदेश के सीएम थे। जोशी का भाजपा अध्यक्ष पद पर आरोपण भाजपा अध्यक्ष के रूप में आडवाणी का लगातार दूसरा कार्यकाल



हफ्तों में, उन्होंने अयोध्या में भव्य राम मंदिर के लिए समर्थन जुटाने के लिए सोमनाथ से अयोध्या तक रथ यात्रा की घोषणा की। यात्रा 25 सितंबर, 1990 को शुरू हुई जब आडवाणी ने प्रतीकात्मक रूप से सोमनाथ मंदिर में प्रार्थना की, जिसे आजादी के तुरंत बाद केंद्र द्वारा फिर से बनाया गया था और मध्य ययुगीन आक्रमणकारियों द्वारा अतीत के विनाश की स्मृति को साझा किया गया, जिससे मांग तेज हो गई। नरेंद्र मोदी ने यात्रा के गुजरात चरण के आयोजन में मदद की (आडवाणी की गिरफ्तारी, कारसेवकों पर चली गोली यात्रा को बड़े पैमाने

# पीएम मोदी पर राहुल का बयान ठीक नहीं, अदालत ने चुनाव आयोग को कार्रवाई करने का दिया निर्देश

एजेंसी।  
दिल्ली अदालत ने कहा कि राहुल का बयान ठीक नहीं है और ईसीआई से आठ सप्ताह के भीतर कानून के अनुसार कार्य करने को कहा। दिल्ली उच्च न्यायालय ने गुरुवार को भारत के चुनाव आयोग (ईसीआई) को 22 नवंबर को

उनके भाषण के लिए कांग्रेस सांसद राहुल गांधी के खिलाफ उचित कार्रवाई करने का निर्देश दिया, जिसमें उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को जेबकतवा कहा था। अदालत ने कहा कि राहुल का बयान ठीक नहीं है और ईसीआई से आठ सप्ताह के भीतर कानून के अनुसार कार्य करने

को कहा। कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश मनमोहन और न्यायमूर्ति मिनी पुष्करणा की पीठ ने चुनाव आयोग से 23 नवंबर को राहुल गांधी को जारी नोटिस पर आठ सप्ताह के भीतर निर्णय लेने को कहा। दिल्ली उच्च न्यायालय एक जनहित याचिका पर सुनवाई कर रहा था जिसमें एक रैली के दौरान पीएम



नरेंद्र मोदी, गृह मंत्री अमित शाह और व्यवसायी गौतम अडानी को प्जेबकतरेफ कहने के लिए राहुल गांधी के खिलाफ कार्रवाई की मांग की गई थी। ऐसे भाषणों को विनियमित करने के लिए कड़े नियम बनाने का निर्देश देने के मुद्दे पर अदालत ने टिप्पणी की कि वह संसद को निर्देश नहीं दे सकती। चुनाव आयोग ने दिल्ली हाई कोर्ट को बताया कि कारण

बताओ नोटिस 23 नवंबर को ही जारी कर दिया गया था और आरक्षित आचार संहिता लागू थी। ईसीआई ने अदालत को सूचित किया कि हमने पहले ही कार्रवाई कर दी है। चुनाव आयोग ने कहा कि शनॉटिस जारी करने का मतलब ही है कि चेतावनी जारी की गई है।









# पाकिस्तान के पूर्व कप्तान अजहर अली ने एनसीए निदेशक पद के लिए आवेदन किया

सूत्रों ने कहा, "पीसीबी भी इससे खुश है कि अजहर ने इस पद में दिलचस्पी दिखाई है क्योंकि उनकी क्रिकेट और शैक्षिक पृष्ठभूमि अच्छी है।" अजहर ने पिछले साल अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास ले लिया था। पाकिस्तान के पूर्व टेस्ट और एकदिवसीय कप्तान अजहर अली ने लाहौर स्थित राष्ट्रीय क्रिकेट अकादमी (एनसीए) के निदेशक पद के लिए आवेदन किया है। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) ने एनसीए के निदेशक पद के लिए आवेदन आमंत्रित किए थे और विश्वसनीय सूत्रों के अनुसार अजहर ने न सिर्फ आवेदन किया है बल्कि उन्होंने इस पद में गहरी दिलचस्पी भी दिखाई है। सूत्रों ने कहा, "पीसीबी भी इससे खुश है कि अजहर ने इस पद में दिलचस्पी दिखाई है क्योंकि उनकी क्रिकेट और शैक्षिक पृष्ठभूमि अच्छी है।" अजहर ने पिछले साल अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास ले लिया था। उन्होंने पाकिस्तान की तरफ से 97 टेस्ट और 53 वनडे मैच खेले हैं। इसके अलावा उन्हें 263 प्रथम श्रेणी क्रिकेट मैच खेलने का भी अनुभव है।



# क्रिस जार्डन ने बीबीएल में रचा इतिहास, 17 गेंदों में ठोका सबसे तेज अर्धशतक

बीबीएल के मुकाबले में क्रिस जार्डन ने इतिहास रच दिया। दरअसल, क्रिस जार्डन ने बिग बैश लीग के इतिहास की चौथी सबसे तेज फिफ्टी लगाई है। पर्थ के ओट्टस स्टेडियम में पर्थ स्कोचर्स के खिलाफ जार्डन ने 17 गेंदों पर अर्धशतक जमाकर अपनी टीम को आठ विकेट के नुकसान पर 172 रनों के स्कोर तक पहुंचाया। पर्थ स्कोचर्स और होबार्ट हरिकेन्स के बीच बीबीएल के मुकाबले में क्रिस जार्डन ने इतिहास रच दिया। दरअसल, क्रिस जार्डन ने बिग बैश लीग के इतिहास की चौथी सबसे तेज फिफ्टी लगाई है।



के बाद से आगे बढ़ाया और उनके 20 गेंदों पर 59 रन की बढौलत हरीकेन को मुकाबले में वापल आने का मौका मिला। बता दें कि, ये बीबीएल के इतिहास का चौथा सबसे तेज पचासा था। होबार्ट के लिए ये पहला सबसे तेज फिफ्टी है। इस लीग में क्रिस गेल के नाम 2016 में 12 गेंदों में मास्टरब्लास का रिकॉर्ड है। टर्नर जिन्हें इस सप्ताह की आईपीएल नीलामी में लखनऊ सुपर जायंट्स ने 178,000 डॉलर में खरीदा था, 12वें ओवर में अपनी पहली गेंद फेंकते समय उनके दाहिने घुटने में चोट लग गई।

# कम से कम छह मैचों में नहीं खेल पाएंगे फुटबालर लियोनेल मेसी

विश्व की अधिकतर फुटबॉल लीग फीफा के कार्यक्रम के दौरान अपने मैचों का आयोजन नहीं करती हैं लेकिन मेजर लीग सॉकर ने अंतरराष्ट्रीय मैचों के दौरान भी लीग को जारी रखने का फैसला किया है। अर्जेंटीना के दिग्गज फुटबॉलर लियोनेल मेसी अपनी राष्ट्रीय टीम के साथ व्यस्त होने के कारण मेजर लीग सॉकर की टीम इंटर मियामी की तरफ से कम से कम छह मैचों में नहीं खेल पाएंगे। मेसी का यह इंटर मियामी में पहला पूर्ण सत्र होगा। मियामी अमेरिका की शीर्ष फुटबॉल प्रतियोगिता मेजर लीग सॉकर में अपने अभियान की शुरुआत 21 फरवरी को रियल साल्ट लेक के खिलाफ अपने घरेलू मैदान पर करेगा। मेजर लीग सॉकर ने बुधवार को अगले सत्र के लिए कार्यक्रम घोषित किया। इसके अनुसार प्रत्येक टीम 34 मैच खेलेगी। विश्व की अधिकतर फुटबॉल लीग फीफा के कार्यक्रम के दौरान अपने मैचों का आयोजन नहीं करती हैं लेकिन मेजर लीग सॉकर ने अंतरराष्ट्रीय मैचों के दौरान भी लीग को जारी रखने का फैसला किया है। इससे कई शीर्ष खिलाड़ी अपनी राष्ट्रीय टीम के साथ व्यस्त होने के कारण इस प्रतियोगिता में नहीं खेल पाएंगे। इन खिलाड़ियों में मेसी भी शामिल हैं। मेसी मियामी के रियल बुल्स के खिलाफ 23 मार्च को होने वाले मैच के दौरान अर्जेंटीना की टीम के साथ हो सकते हैं। इसके अलावा वह फिलाडेल्फिया (15 जून), कोलंबस (19 जून), नैशविले (29 जून), चार्लोट (3 जुलाई) और सिनसिनाटी में (6 जुलाई) के खिलाफ भी मैच नहीं खेल पाएंगे।



# सात्विक और चिराग को खेलरत्न, शमी और शीतल देवी समेत 26 खिलाड़ियों को अर्जुन पुरस्कार

सात्विक साइराज रंकीरेड्डी और चिराग शेटी को साल 2023 के लिये मेजर ध्यानचंद खेल रत्न पुरस्कार दिया जायेगा जबकि वनडे विश्व कप में शानदार प्रदर्शन करने वाले क्रिकेटर मोहम्मद शमी और पैरा एशियाई खेलों की चौथी श्रेणी में शीतल देवी समेत 26 खिलाड़ियों को अर्जुन पुरस्कार मिलेगा। भारत की स्टार बैट्समैन जोड़ी सात्विक साइराज रंकीरेड्डी और चिराग शेटी को साल 2023 के लिये मेजर ध्यानचंद खेल रत्न पुरस्कार दिया जायेगा जबकि वनडे विश्व कप में शानदार प्रदर्शन करने वाले क्रिकेटर मोहम्मद शमी और पैरा एशियाई खेलों की चौथी श्रेणी में शीतल देवी समेत 26 खिलाड़ियों को अर्जुन पुरस्कार मिलेगा। ये पुरस्कार राष्ट्रपति भवन में नौ जनवरी को आयोजित एक विशेष समारोह में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू प्रदान करेंगी। उच्चतम न्यायालय के सेवानिवृत्त न्यायाधीश एएम खानविलकर की अध्यक्षता वाली समिति ने जिन नामों की अनुशंसा की थी उसमें आंध्र प्रदेश के सात्विक साइराज रंकीरेड्डी और चिराग शेटी को शामिल किया गया। इसके अलावा 26 खिलाड़ियों को अर्जुन पुरस्कार दिया जायेगा जिसमें वनडे विश्व कप में शानदार प्रदर्शन करने वाले तैसीत वर्षीय तेज गेंदबाज शमी शामिल हैं। भारत इस टूर्नामेंट में ऑस्ट्रेलिया से हार गया था।

# भारतीय महिला टीम लंबे समय तक दबदबा बनायेगी

एलिसा हीलीय टीम लंबे समय तक दबदबा बनायेगी और मेहमान टीम मेजबानों को हल्के में आंकने का जोखिम नहीं उठा सकती। ऑस्ट्रेलियाई महिला टीम की कप्तान एलिसा हीली ने एकमात्र टेस्ट से पहले बुधवार को यहां कहा कि भारतीय टीम लंबे समय तक दबदबा बनायेगी और मेहमान टीम मेजबानों को हल्के में आंकने का जोखिम नहीं उठा सकती। भारत और ऑस्ट्रेलिया महिला टीम के बीच अंतिम टेस्ट फरवरी 1984 में यहीं वानखेड़े स्टेडियम में खेला गया था। हीली ने गुरुवार को शुरू होने वाले टेस्ट से पहले मीडिया से कहा, "भारत को निश्चित रूप से उसकी ही सरजमीं पर हराना बहुत मुश्किल है। हमें यहां पहले भी कुछ सफलता मिल चुकी है, मुझे गलत मत समझियेगा लेकिन ड्रेसिंग रूम में मौजूद प्रतिभा को देखते हुए उन्हें कम नहीं आंक सकते।" हीली ने कहा, "हमने पिछले दो वर्षों में देखा है कि हम महत्वपूर्ण टूर्नामेंट में अहम मौकों पर उन पर थोड़ा भारी रहने में सफल रहे हैं लेकिन यह इतना भी बड़ा अंतर नहीं है।" उन्होंने कहा, "यह भारतीय टीम लंबे समय तक दबदबा बनाने वाली है।"



मेग लैनिंग के संन्यास के बाद हीली को हाल में ऑस्ट्रेलियाई टीम का कप्तान नियुक्त किया गया, उन्होंने कहा कि भारत के खिलाफ कोई भी श्रृंखला हमेशा ही कड़ा मुकाबला होती है, भले ही कोई भी प्राकृतिक हो। चार दिन के एकमात्र टेस्ट के बाद भारत और ऑस्ट्रेलिया महिला टीम के बीच तीन मैचों की वनडे श्रृंखला और इसके बाद तीन मैचों की टी20 अंतरराष्ट्रीय श्रृंखला खेली जायेगी। हीली ने कहा, "ऑस्ट्रेलिया और भारत बनाम श्रृंखलाएं हमेशा चुनौतीपूर्ण होती हैं। भले ही कोई भी प्राकृतिक हो, ये श्रृंखला हमेशा प्रतिस्पर्धी होती हैं। दोनों दुनिया की सर्वश्रेष्ठ टीम हैं जो बराबरी पर ही चल रही हैं।"

# आईपीएल 2024 पैंट कमिस बने आईपीएल इतिहास के सबसे महंगे खिलाड़ी, एचआरएस ने 20.50 करोड़ रुपये में खरीदा

आईपीएल 2024 नीलामी में ऑस्ट्रेलिया कप्तान पैंट कमिस ने आईपीएल इतिहास के सारे रिकॉर्ड तोड़ डाले। दरअसल, वह अब तक के सबसे महंगे खिलाड़ी बन गए हैं। बता दें कि, आईपीएल 2024 नीलामी में सनराइजर्स हैदराबाद ने पैंट कमिस को 20.50 करोड़ की बड़ी रकम में खरीदा है। पुर्बई में जारी आईपीएल 2024 नीलामी में ऑस्ट्रेलिया कप्तान पैंट कमिस ने आईपीएल इतिहास के सारे रिकॉर्ड तोड़ डाले। दरअसल, वह अब तक के सबसे महंगे खिलाड़ी बन गए हैं। बता दें कि, आईपीएल 2024 नीलामी में सनराइजर्स हैदराबाद ने पैंट कमिस को 20.50 करोड़ की बड़ी रकम में खरीदा है। पैंट कमिस का बेस प्राइस 2 करोड़ रुपये थी। उनका नाम आईपीएल 2024 नीलामी के दूसरे सेंट में आया। फिर क्या था जैसे ही उनके नाम का ऐलान हुआ वैसे ही मुंबई, चेन्नई, बेंगलूर और हैदराबाद ने पैडल उठा दिए। 5 करोड़ तक जब बोली बढ़ी तो मुंबई और चेन्नई ने पैंट कमिस को खरीदने से किनारा कर लिया। इसके बाद आरसीबी और हैदराबाद के बीच जंग जारी रही। दोनों की तरफ से पैडल उठाने का चलन जारी रहा। पलक झपकते ही पैंट कमिस की बोली बढ़कर 15 करोड़ के पार पहुंच गई। काफी मशक्कत के बाद हैदराबाद की टीम 20 करोड़ 50 लाख रुपये में कमिस को खरीदा।



खरीदने में कामयाब रही। बता दें कि, कमिस ने आईपीएल इतिहास में सबसे महंगे खिलाड़ी के रूप में इंग्लैंड के ऑलराउंडर सैम करन का रिकॉर्ड तोड़ दिया है। सैम करन को पिछले साल आईपीएल 2023 की नीलामी में पंजाब ने 18.50 करोड़ रुपये में खरीदा था। हालांकि, ये पहली बार नहीं है कि कमिस आईपीएल के महंगे खिलाड़ी बने हैं। इससे पहले साल 2020 में भी वह आईपीएल सीजन के सबसे महंगे खिलाड़ी बने थे। तब केकेआर ने उन्हें 15.50 करोड़ रुपये में खरीदा था। इस साल कमिस ने अपनी पुरानी सबसे मोटी कमाई को पांच करोड़ रुपये के अंतर से पीछे छोड़ दिया है।

# भारतीय पुरुष हाकी टीम का कमाल, पांच देशों की टूर्नामेंट में फ्रांस को 5-4 से हराया

भारतीय पुरुष हाकी टीम ने पांच देशों की टूर्नामेंट के अपने चौथे और आखिरी मैच में बुधवार को यहां फ्रांस को 5-4 से हराकर सांत्वना जीत दर्ज की। इस मुकाबले में कप्तान हरमनप्रीत सिंह और जुगराज सिंह के दो-दो गोल दागे। कप्तान हरमनप्रीत सिंह और जुगराज सिंह के दो-दो गोल से भारतीय पुरुष हाकी टीम ने पांच देशों की टूर्नामेंट के अपने चौथे और आखिरी मैच में बुधवार को यहां फ्रांस को 5-4 से हराकर सांत्वना जीत दर्ज की। मुकाबले में विवेक सागर प्रसाद (16वां मिनट) ने भारत के लिए पहला गोल किया। जुगराज ने 20वें और 60वें मिनट जबकि हरमनप्रीत ने 25वें और 56वें मिनट में टीम के लिए गोल दागे। विश्व रैंकिंग में तीसरे स्थान पर काबिज भारतीय टीम का इस टूर्नामेंट में प्रदर्शन काफी खराब रहा। टीम को शुरुआती तीनों मैच में स्पेन (0-1), बेल्जियम (2-7) और जर्मनी (2-3) से हार का सामना करना पड़ा। भारतीय टीम को टूर्नामेंट की कम रैंकिंग की टीम फ्रांस (विश्व रैंकिंग में नौवें स्थान पर काबिज) ने भी कड़ी टक्कर दी। लुकास मोंटेकोट ने पेनल्टी कॉर्नर को गोल में बदलकर मैच के 11वें मिनट में फ्रांस को बढ़त दिला दी। भारत ने दूसरे क्वार्टर की शुरुआत में ही विवेक के मैदानी गोल से बराबरी कर ली। इसके बाद जुगराज ने पेनल्टी कॉर्नर को गोल में बदलकर भारत को बढ़त दिला दी जबकि हरमनप्रीत ने एक और पेनल्टी कॉर्नर के जरिए इस बढ़त को दोगुनी कर दी। फ्रांस को इसके बाद पेनल्टी स्ट्रोक मिला और एटिने टाइमनेज (28वें) ने बिना कोई गलती किए इसे गोल में बदल दिया। मध्यांतर के समय भारतीय टीम 3-2 से आगे थी। फ्रांस ने तीसरे क्वार्टर के आखिर में गैसपार्ड बॉमगार्टन (43वें मिनट) के मैदानी गोल से 3-3 की बराबरी हासिल कर ली। मैच के आखिरी क्वार्टर में दोनों टीमों ने बढ़त लेने के लिए एक-दूसरे की रक्षा पंक्ति में संघ लगाने की कोशिश की। टाइमनेज ने मैच के 53वें मिनट में मिले पेनल्टी कॉर्नर पर अपने दूसरे के साथ फ्रांस को 4-3 से आगे कर दिया। कप्तान हरमनप्रीत ने हालांकि तीन मिनट के बाद पेनल्टी कॉर्नर को गोल में बदल कर स्कोर बराबर कर टीम पर दबाव हावी नहीं होने दिया। मैच के आखिरी मिनट में जुगराज ने एक और पेनल्टी को गोल में बदल कर भारतीय को 5-4 से आगे कर दिया।



# सर्दियों में हर दिन खाएंगे दही तो शरीर पर होगा कुठ ऐसा असर!

सर्दियों में दही खाना चाहिए या नहीं? इस बात को लेकर अक्सर डिबेट बना रहता है। सर्दियों में दही खाने का है यह खास तरीका। हमने यह समझने का फैसला किया कि सर्दियों के मौसम में जब आप हर दिन दही खाते हैं तो शरीर पर क्या होता है, कई लोग आपको इसे छोड़ने की सलाह देते हैं। किरण कुकरेजा, एक पोषण विशेषज्ञ ने इंस्टाग्राम पर साझा किया कि इस धारणा के विपरीत कि दही ठंडा होता है, यह गर्म होता है और शरीर पर गर्म प्रभाव डालता है। आप इसे अपने शीतकालीन आहार में शामिल कर सकते हैं क्योंकि यह कड़क की ठंड से राहत देता है। इसके अतिरिक्त, इसे आहार में शामिल किया जाना चाहिए क्योंकि इसमें स्वस्थ प्रोबायोटिक्स होते हैं जो आपके पेट के लिए आवश्यक होते हैं। दही में होते हैं यह खास प्रोटीनदही पाचन को बढ़ावा देता है और चयापचय को बढ़ाने में मदद करता है जो शरीर को आंतरिक रूप से गर्मी पैदा करने में मदद करता है। कुकरेजा ने कहा ये प्रोबायोटिक्स पाचन में सहायता करते हैं और प्रतिष्ठा प्रणाली को बढ़ावा देते हैं। जिससे आपको हालांकि, अगर आप सर्दी-जुकाम होने पर दही की सीधे फ्रिज से निकालकर खाते हैं तो इसके तापमान के कारण आपको कुछ दिक्कतें हो सकती हैं। कुकरेजा ने कहा, कर्मरे के तापमान पर काली मिर्च पाउडर के साथ दही लें ताकि इससे आपका गला खराब न हो। सर्दियों में जहां लोग तरह-तरह के व्यंजन खाना पसंद करते हैं, वहीं सर्दियों में ठंडी चीजों जैसे दही को खाना छोड़ देते हैं। लोग ये मानते हैं कि दही खाने से सर्दी और गले में खराब हो सकती है। लेकिन जानें सच क्या है? दही अच्छे बैक्टीरिया, विटामिन, प्रोटीन, मैग्नीशियम, कैल्शियम और पोटेशियम से भरपूर होता है। इसीलिए ये हर मौसम में सेहत के लिए फायदेमंद है। दही आपके आंत के लिए बहुत अच्छा बैक्टीरिया है। यह कैल्शियम, विटामिन बी 12 और फास्फोरस से समृद्ध है। सर्दियों के दिनों में दही का सेवन आपके संपूर्ण स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है। हालांकि श्वसन संबंधी समस्या वाले लोगों को दही शाम 5 बजे के बाद खाने से बचना चाहिए क्योंकि यह बलगम पैदा कर सकता है।



# सर्दियों में वजन बढ़ना नार्मल है या किसी बीमारी का कारण, जानें यहां

सर्दियों के मौसम में खान-पान का अपना ही मजा है। इस मौसम में तरह-तरह की सब्जियां बाजार में आ जाती हैं जिनसे हम कई तरह के स्वादिष्ट व्यंजन बनाते हैं। इस मौसम में सुबह के नाश्ते में परांठे ज्यादातर लोगों के घरों में बनने लगता है। गोभी परांठे, आलू परांठे, मेथी परांठे, पालक परांठे आदि कई वेरिएटी के लोग स्वादिष्ट परांठे बनाकर खाना पसंद करते हैं। यही नहीं इस मौसम लोग हलवा खुब पसंद से खाते हैं। इसके साथ चाय और कॉफी का भी मजा ज्यादा लेते हैं। ऐसे में इस मौसम में अधिकतर लोगों को वजन बढ़ जाता है। कई बार लोगों को समझ नहीं आता है कि सर्दियों के मौसम में वजन क्यों बढ़ जाता है। सर्दियों में वजन बढ़ना नार्मल है। आइए जानते हैं यहां? शारीरिक गतिविधियां कम सबसे पहली वजह यह है कि सर्दियों में हम अक्सर घर पर ही रहते हैं। ठंडी हवाओं से बचने के लिए हम बाहर टहलने-फहलने नहीं जाते। इससे हमारी शारीरिक गतिविधियां कम हो जाती हैं। ज्यादा कैलोरी लेना दूसरा कारण यह है कि हम गर्म और तैलीय भोजन जैसे मोटर, गाजर का हलवा, परांठे आदि अधिक खाने लगते हैं जिससे कैलोरी की मात्रा बढ़ जाती है। सर्दियों के मौसम में हमारी खान-पान की आदतें बदल जाती हैं। इस मौसम में हम गर्म और पौष्टिक भोजन की ओर अधिक आकर्षित होते हैं। इस प्रकार सर्दियों में हम जो भोजन करते हैं उसमें कैलोरी की मात्रा सामान्य दिनों की अपेक्षा अधिक होती है। आवश्यकता से अधिक कैलोरी का सेवन करने से वजन तेजी से बढ़ने लगता है। मेटाबॉलिज्म 10 पीमा होना सर्दियों में हमारा मेटाबॉलिज्म यानी चयापचय क्रिया धीमी पड़ जाती है। इसका कारण है कि हम अधिक कैलोरी ले लेते हैं। इसे हम इस प्रकार लिख सकते हैं। सर्दियों की ठंड के कारण हमारे शरीर का तापमान गिर जाता है। इससे हमारी कोशिकाओं में होने वाली रासायनिक प्रतिक्रियाएं





