



ललित गर्ग

बिहार विधानसभा चुनाव
जैसे-जैसे नजदीक आते
जा रहे हैं, विषयी
नेताओं की जुबान
फिसलती जा रही है, वे
राजनीति से इतर नेताओं
की निजी जिंदगियों में
तांक-झांक वाले, धार्मिक
भावनाओं को भड़काने
वाले ऐसे बोल बोल रहे
हैं, जो न सिर्फ़
आपत्तिजनक हैं, बल्कि
राष्ट्र-तोड़क एवं
जनभावनाओं को आहत
करने वाले हैं।
प्रधानमंत्री मोदी को
नीचा दिखाने के मकसद
से ये नेता मर्यादा,
शालीनता और नैतिकता
की देखाएं पार करते
नजर आए हैं।

संपादकीय

जीएसटी में सुधार

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने जीएसटी व्यवस्था में किए गए व्यापक सुधारों (जीएसटी 2.0) को राष्ट्र के लिए समर्थन और वृद्धि को 'दोहरी खुगाक' करार देते हुए बृहस्पतिवार को कहा कि आत्मनिर्भर भारत के लिए अगली पीढ़ी के सुधारों की श्रृंखला अब नहीं थमेगी। राष्ट्रीय शिक्षक पुरस्कार विजेताओं के साथसंवाद के दौरान कहा कि उन्होंने 15 अगस्त को लाल किले से वादा किया था कि दिवाली और छठ पूजा से पहले देशवासियों को 'दोहरा धमाका' मिलेगा। गौरतलब है कि जीएसटी परिषद की बुधवार को हुई बैठक में अब से सिर्फ पांच और 18 फीसद की दो कर दरें रखने का फैसला किया गया जबकि विलासित एवं अहितकर उत्पादों को 40 फीसद के दायरे में रखा गया है। जीएसटी में यह राहत 22 सितम्बर से मिलना शुरू हो जाएगी। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि हमारी सरकार का लक्ष्य है कि आम लोगों की जेब में अधिक पैसा बचे और उनका जीवन बेहतर बने। दावा किया जा रहा है कि नये सुधारों से कर प्रणाली सरल होगी, जीवन की गुणवत्ता में सुधार होगा, खपत एवं वृद्धि को बढ़ावा मिलेगा, कारोबारी सुगमता बढ़ेगी जिससे निवेश और रोजगार सृजन को प्रोत्साहन मिलेगा तथा विकसित भारत के लिए सहकारी संघवाद को मजबूती मिलेगी। हालांकि कांग्रेस और कुछ अन्य विपक्षी दलों ने दावा किया है कि इसे लागू करने में देर हो गई है। हालांकि नये सुधारों का स्वागत किया जा रहा है, लेकिन इस तरफ ध्यान जरूर खींचा जा रहा है कि जीएसटी का मौजूदा डिज़ाइन और कई दरें होनी ही नहीं चाहिए थीं। कांग्रेस का कहना है कि उसने 2019 और 2024 के लोक सभा चुनावों के अपने घोषणापत्र में तरक्सिंगत कर व्यवस्था के साथ जीएसटी 2.0 की मांग की थी, लेकिन मोदी सरकार ने एक राष्ट्र, एक कर को एक राष्ट्र, नौ कर बना दिया। बहरहाल, जीएसटी में नये सुधार के खिलाफ बोलने के लिए विपक्ष के पास कुछ ज्यादा नहीं है। सच तो यह है कि विपक्ष दुविधा में है कि जीएसटी में बदलाव पर क्या कहे। कर सरलीकरण के लिहाज से ही नहीं, बल्कि ट्रॉप टैरिफ के असर को कम करने के मद्देनजर भी यह सुधार जरूरी था। निर्यात मोर्चे पर भारतीय उत्पादों को ट्रॉप टैरिफ के चलते झटका मिलना तय है। घरेलू मांग को मजबूत बनाए रख कर ट्रॉप टैरिफ के असर को कम से कम किया जा सकता है। जीएसटी में यह सुधार यकीनन आर्थिक तकाजों को पूरा करने वाला स्वागतोर्याग कदम कहा जा सकता है।

चिंतन-मनन

शांति के लिए संतुलन जरूरी है...

अति हमेशा नुकसान दायक है। यह नियम अच्छी और बुरी दोनों आदतों पर लागू होता है। ऋषि-मुनियों ने अति को वर्जित ही बताया है। बुद्ध ने एक शब्द दिया था मङ्गम मग्न यानी मध्यम मार्ग। जीवन का यह सतुलन उन्हें एक दिन वह सब दिला गया जिसके लिए उनकी पूरी तपस्या थी। अपनी बोध प्राप्त की अवस्था में उनसे एक प्रश्न पूछा गया था जिसका उन्होंने बड़ा सुंदर उत्तर दिया था। किसी का प्रश्न था उनसे अब आपके क्या मिला? क्या वह प्राप्त हो गया जिसके लिए आपके सारे प्रयास थे? बुद्ध ने कहा- नया कुछ नहीं मिला, जो कुछ मेरे पास पहले से था, पाया ही हुआ था, पूर्व उपलब्ध था, उसका ज्ञान हो गया, पता चल गया उसका। वह

दलत अपन हा भारत था हम बाहर ढूढ़ रह थ। जिसके कारण बाहर निकला, वो तो मेरे भीतर निकला। हम दो भूलें कर जाते हैं या तो बिल्कुल बाहर संसार पर टिक जाते हैं या एकदम भीतर उत्तर जाते हैं। ये अतियां हमारे लिए हमारे अध्यात्म की दुश्मन बन जाती हैं। आचार्य श्रीराम शर्मा संसार में संतुलन से चलने के लिए एक अच्छा उदाहरण बताया करते थे। दुनिया में ऐसे चलो जैसे पानी में हाथी चलता है। हाथी जानता है पानी में जल्दबाजी करूँगा तो कीचड़ या गड्ढे में पिर सकता हूँ। लिहाज आगे और पीछे के पैर रखने में वह गजब का संतुलन बनाता है। बस, ऐसा ही संतुलन हमें बाहर और भीतर की यात्रा में रखना होगा। जैसे ही हम संतुलन में आते हैं हमारी अंतर हटि स्पष्ट हो जाती है और हम स्वयं को पहचान जाते हैं। स्वयं को जानते ही परमात्मा दिख जाता है। भगवान होना नहीं पड़ता, बस यह समझना पड़ता है कि हम ही ही भगवान। जरा सा स्वयं का पता लगा और दुनिया बदली। इसीलिए संतुलन जरूरी है मरण की अभियान।



पुस्तक भारत

31 अगस्त, 2025 की मध्य रात्रि के बाद पूर्वी अफगानिस्तान में 6.0 तीव्रता के भूकंप ने त्रासदी रच दी। करीब 1400 लोग काल के गाल में समा गए और 3000 से ज्यादा लोग घायल हो गए। भूकंप का केंद्र अफगानिस्तान-पाकिस्तान सीमा पर जलालाबाद, नगर से 27 किमी पूर्व में था। इसकी गहराई मात्र 8 से 10 किमी थी। भूकंप से कई गांव पूरी तरह मलबे में दब कर बर्बाद हो गए। सबसे अधिक तबाही नंगरहार में हुई है। अमेरिकी भू-वैज्ञानिक सर्वेक्षण ने भी इसे 6.0 तीव्रता का उथला भूकंप बताया है। उथले भूकंप गर्भ से भूमि की सतह पर फूटने के साथ भीषण बर्बादी का कारण बनते हैं। अफगानिस्तान में भूकंपों का आना लगा रहता है। 1998 में आए भूकंप में 7,500 लोग मरे गए थे, वहाँ मार्च, 2002 में हिंदूकुश में 1000, हिंदूकुश में ही 2015 में 300, अलेपून में 2022 में 1000 और दैनन्दी

अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवसः आखिर कब साकार होगा पूर्ण साक्षर भारत का सपना?



योगेश कुमार गोयल

ह र व्यक्ति तक पहुंचनी चाहिए ज्ञान की रोशन...
दुनियाभर में लोगों को साक्षरता के महत्व के बारे में जागरूक करने के उद्देश्य से प्रतिवर्ष 8 सितम्बर को विश्वभर में 'अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस' मनाया जाता है। दुनिया से अशिक्षा को समाप्त करने के संकल्प के साथ आज 59वाँ 'अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस' मनाया जा रहा है। पहली बार यूनेस्को (संयुक्त राष्ट्र शैक्षिक वैज्ञानिक और सांस्कृतिक संगठन) द्वारा 17 नवम्बर 1965 को 8 सितम्बर को ही अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस मनाए जाने की घोषणा की गई थी, जिसके बाद प्रथम बार 8 सितम्बर 1966 से शिक्षा के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाने तथा विश्वभर के लोगों का इस और ध्यान आकर्षित करने के लिए प्रतिवर्ष इसी दिन यह दिवस मनाए जाने का निर्णय लिया गया। वास्तव में यह संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास लक्ष्यों का ही प्रमुख घटक है।

निरक्षरता को खत्म करने के लिए ईरान के तेहरान में शिक्षा मन्त्रियों के विश्व सम्मेलन के दौरान वर्ष 1965 में 8 से 19 सितम्बर तक अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर शिक्षा कार्यक्रम पर चर्चा करने के लिए पहली बार बैठक की गई थी और यूनेस्को ने नवम्बर 1965 में अपने 14वें सत्र में 8 सितम्बर को अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस

घोषित किया। उसके बाद से सदस्य देशों द्वारा प्रतिवाच 8 सितम्बर को 'अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस' मनाया जाता है। साक्षरता दिवस के अवसर पर निरक्षरता समाप्त करने के लिए जन जागरूकता को बढ़ावा देने तथा प्रौढ़ शिक्षा कार्यक्रमों के पक्ष में वातावरण तैयार किया जाता है। यह दिवस लगातार शिक्षा को प्राप्त करने के और लोगों को बढ़ावा देने के लिए तथा परिवार समाज और देश के लिए अपनी जिम्मेदारी को समझने के लिए मनाया जाता है।

दुनियाभर में आज भी अनेक लाग निरक्षर हैं आर यह दिवस मनाने का मुख्य उद्देश्य व्यक्तिगत, सामुदायिक तथा सामाजिक रूप से साक्षरता के महत्व पर प्रकाश डालते हुए विश्व में सभी लोगों को शिक्षित करना ही है। साक्षरता दिवस के माध्यम से यही प्रयास किए जाते हैं कि इसके जरिये तमाम बच्चों, व्यस्कों, महिलाओं तथा वृद्धों को भी साक्षर बनाया जाए। संयुक्त राष्ट्र के आंकड़ों के अनुसार दुनियाभर में फिलहाल करीब चाहे अरब लोग साक्षर हैं लेकिन विडम्बना यह है कि आज भी विश्वभर में करीब एक अरब लोग ऐसे हैं, जो पढ़ना-लिखना नहीं जानते। तमाम प्रयासों के बावजूद दुनियाभर में 77 करोड़ से भी अधिक युवा भी साक्षरता की कमी से प्रभावित हैं अर्थात् प्रत्येक पांच में से एक युवा अब तक साक्षर नहीं है, जिनमें से दो तिहाई महिलाएं हैं। आंकड़े बताते हैं कि 6-7 करोड़ बच्चों आज भी ऐसे हैं, जो कभी विद्यालयों तक नहीं पहुंचते जबकि बहुत से बच्चों में नियमितता का अभाव है यह फिर वे किसी न किसी कारणवश विद्यालय जाना बीच में ही छोड़ देते हैं। कोरोना काल में यह समस्या और ज्यादा गहरी हुई। करीब 58 फीसदी के साथ सबसे कम व्यस्क साक्षरता दर के मामले में दक्षिण और पश्चिम एशिया सर्वाधिक पिछड़े हैं। अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस के लिए प्रतिवर्ष एक विशेष

थीम चुनी जाती है और इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस की थीम है 'डिजिटल युग में साक्षरता को बढ़ावा देना', जो संचार को बेहतर बनाने और विविध संस्कृतियों के बीच आपसी समझ को बढ़ावा देने के लिए कई भाषाओं में शिक्षा प्रदान करने के महत्व पर जोर देती है। पिछले साल साक्षरता दिवस 'बहुभाषी शिक्षा को बढ़ावा देना: आपसी समझ और शांति के लिए साक्षरता' थीम के साथ मनाया गया था। इस विशेष दिवस के लिए 2006 से लेकर अब तक निर्धारित थीम पर नजर डालें तो 2006 में सामाजिक प्रगति प्राप्ति पर ध्यान देने के लिए अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस का विषय 'साक्षरता सतत विकास' रखा गया था। वर्ष 2007 और 2008 में अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता

दिवस की विषय-वस्तु 'साक्षरता और स्वास्थ्य' थी, जिसके जरिये टीबी, कॉलेरा, एचआईवी, मलेरिया जैसी फैलने वाली बीमारियों से लोगों को बचाने के लिए महामारी के ऊपर ध्यान केन्द्रित करने का लक्ष्य रखा गया था। वर्ष 2009 में लैंगिक समानता और महिला सशक्तिकरण पर ध्यान देने के लिए इसका विषय 'साक्षरता और सशक्तिकरण' रखा गया था जबकि 2010 की थीम 'साक्षरता विकास को बनाए रखना' थी। 2011 में अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस के लिए थीम 'साक्षरता और महामारी' (एचआईवी, क्षय रोग, मलेरिया आदि संक्रमणीय बीमारियों) पर ध्यान केन्द्रित करने के लिए थी। 2012 में लैंगिक समानता और महिलाओं को सशक्त बनाने पर ध्यान केन्द्रित करने के लिए थीम थी 'साक्षरता और सशक्तिकरण'। 2013 में शांति के लिए साक्षरता के महत्व पर ध्यान केन्द्रित करने के लिए 'साक्षरता और शांति', 2014 में '21वीं शताब्दी के लिए साक्षरता', 2015 में 'साक्षरता और सतत विकास', 2016 में 'अतीत पढ़ना, भविष्य लिखना', 2017 में 'डिजिटल दुनिया में साक्षरता',

सामयिक : चेतावनी है अफगान में आया भूकंप

में 2023 में 6.3 तीव्रता के आए भूकंप के 2000 से ज्ञात लोग मरे गा थे।

ज्यादा लाग मर गए थे। अफगानिस्तान हिंदुकुश पर्वत श्रृंखला में है, जहाँ यूरोपीशयन परत, अरबियन परत और इंडियन परत के परस्पर टकराव से भूकंप आते हैं। यहाँ प्रति वर्ष 100 से ज्यादा भूकंप आते हैं, लेकिन 6.0 तीव्रता के ऊपर का भूकंप असाधारण होता है। नंगरहर और कुनाह पूर्वी प्रांत पाकिस्तान सीमा पर हैं। जहाँ दोष रेखाएँ (फॉल्ट लाइंस) सक्रिय हैं। जलवायु परिवर्तन के चलते पूरे क्षेत्र में भूस्खलन का खतरा भी मंडरा रहा है। इस कारण इस भूकंप से नुकसान कहीं अधिक हुआ है।

दरअसल, दुनिया के नामचीन विशेषज्ञों व पर्यावरणविद् की मानें तो सभी भूकंप प्राकृतिक नहीं होते, बल्कि मानवीय हस्तक्षेप से विकराल बन जाते हैं। प्राकृतिक संसाधनों के अकूत दोहन से छोटे स्तर के भूकंपों की पृष्ठभूमि तैयार होती है। भूकंपों की व्यापकता और विकरालता बढ़ जाती है। यही कारण है कि भूकंपों की आवृत्ति बढ़ रही है। पहले 13 सालों में एक बार भूकंप आन की आशंका रहती थी, लेकिन अब घट कर 4 साल रह गई है। भूकंपों के वैज्ञानिक आकलन से यह भी पता चला है कि भूकंपीय विस्फोट में जो ऊर्जा निकलती है, उसकी मात्रा भी पहले की तुलना में ज्यादा बढ़ी है।

जापान और फिर क्वोटो में सिलसिलेवार भूकंपों से पता चला है कि धरती के गर्भ में अंगड़ाई ले रही शक्तिपूर्ण दलजलते प्रदानप्रयीय आधारिक विकास और

आबादी के लिए खतरनाक साबित हो रही हैं। ये हलचलें भारत, अफगानिस्तान, पाकिस्तान, चीन और बांग्लादेश की धरती के नीचे भी अंगड़ाई ले रही हैं। इसलिए इन देशों के महानगर भी भूकंप के मुहाने पर खड़े हैं। भूकंप आना कर्वे नई बात नहीं है। बावजूद हैरानी इस पर है कि वैज्ञान की आश्वर्यजनक तरक्की के बाद भी वैज्ञानिक ऐसी तकनीक इंजाद नहीं कर पाए हैं, जिससे भूकंप की जानकारी पहले मिल जाए।



A large pile of charred and broken wooden logs, likely debris from a fire or disaster. The logs are piled high, filling the frame. Some are still partially intact, while others are reduced to splintered pieces.



भूकंपों से ऊर्जा बड़ी मात्रा में निकलती है। धरती की इतनी गहराई से प्रगट हुआ सबसे बड़ा भूकंप 1994 में बोलिविया में रिकॉर्ड किया गया है। पृथ्वी की सतह से 600 किमी. भीतर दर्ज इस भूकंप की तीव्रता रिक्टर पैमाने पर 8.3 मापी गई थी। इसीलिए यह मान्यता बनी है कि इतनी गहराई से चले भूकंप धरती पर तबाही मचाने में कामयाब नहीं हो सकते क्योंकि चट्टानें तरल दल्ला के रूप में बहुत जटिल हैं।

ज्यादा देर सोने से याददाश्त पर पड़ता है बुरा असर, दिमाग में हो जाते हैं जख्म

पि छले कई अध्ययनों में अल्जाइमर की बीमारी को नींद की कमी से जुड़ा हुआ पाया गया, लेकिन एक नए शोध में दावा किया गया है कि ज्यादा देर तक आंख बद रहने या ज्यादा नींद लेने से याददाश्त पर बुरा असर पड़ता है।

शोध के दौरान वैज्ञानिकों ने पाया की जो व्यक्ति नौ घंटे या उससे अधिक की नींद लेते हैं उनकी याददाश्त और भाषा कौशल में महत्वपूर्ण गिरावट देखने को मिला। इसके साथ ही उन लोगों में भी खारे देखने को मिला, जो छह घंटे की नींद लेते हैं। शोध के बाद वैज्ञानिकों ने दावा किया कि सात या आठ घंटे की नींद लेना सबसे बेहतर है और इससे इन खतरों को टाला जा सकता है। हालांकि, शोधकर्ता इस बात को लेकर पूरी तरह से आश्चर्य नहीं थे कि ज्यादा सोना अवसाद के खतरे को बढ़ा सकता है, लेकिन उनका कहना



अध्ययन

सेनडिंग्सोगे, न्यूयॉर्क के लैटिनो शामिल थे। इस अध्ययन के दौरान शोधकर्ताओं ने प्रतिभागितयों के ध्यान, याददाश्त, भाषा के साथ-साथ मस्तिष्क स्वास्थ्य और उसमें होने वाले बदलावों का निरीक्षण किया।

अधिक सोने से दिमाग में हो जाते हैं जछ्या: वैज्ञानिकों के अनुसार ज्यादा सोने से दिमाग में जख्म हो जाता है, जिसे व्हाइट मैट्र हाइपर इंटेसिटी भी कहा जाता है। इन जख्मों के चलते दिमाग में रक्त प्रवाह भी प्रभावित होता है। एमआरआई में दिखाई देने वाले ये सफेद घब्बे अवसाद और स्ट्रोक के खतरे को बढ़ाते हैं। यूनिवर्सिटी ऑफ मिआमी के न्यूलॉर्क्सिस्ट और नींद के विशेषज्ञ डॉक्टर रामास ने कहा कि अल्पनिदा और अधिक नींद लेने का सीधा संबंध व्यक्ति के त्रिकोण संबंधी रोग से है, जो अल्जाइमर और अवसाद के लिए जिम्मेदार होता है।

था कि यदि व्यक्ति के मस्तिष्क में किसी प्रकार का व्यावधान या रोग हो, तो उसे नींद जारी रखने वाले मिलर स्कूल यूनिवर्सिटी की टीम ने सात वर्षों तक

करीब 5,247 स्पेन के लोगों पर अध्ययन किया। इसमें शामिल होने वाले प्रतिभावी 45 ज्यादा आती है। इसके लिए मिआमी मिलर रामास ने कहा कि अल्पनिदा और अधिक नींद लेने का सीधा संबंध व्यक्ति के त्रिकोण संबंधी रोग से है, जो अल्जाइमर और अवसाद के लिए जिम्मेदार होता है।



डॉक्टर से कम नहीं घर का खाना

थायरॉइड जैसे कई रोगों की कर देता है छुट्टी

कभी शूक्र में, तो कभी अलग स्वाद के लिए अवसर लोग बाहर खाना पसंद करते हैं। मार सेहत के नज़रीए से बाहर का खाना कभी घर के खाने की बराबरी नहीं कर सकता।

अमेरिका में हुए एक हालिया अध्ययन की माने तो बाहर का खाना कई गंभीर व लाइलाज बीमारियों की वजह बन सकता है। अध्ययन के मुताबिक खुद खाना बनाकर खाने से कई ऐसे टॉक्सिक रसायनों से बचा जा सकता है, जो रोग प्रतिरोधक क्षमता को नुकसान पहुंचाते हैं। साइलेंट प्रिंग इंस्टीट्यूट के वैज्ञानिकों ने अध्ययन में पाया कि जो लोग घर का बना खाना खाते हैं, उनके शरीर में पीएफएस नामक खतरनाक

रसायन कम पाए गए। यह रसायन हमारे पर्यावरण की तातम जगहों पर पाए जाते हैं और इस तरह शरीर में चले जाते हैं।

फैसर-थायरॉइड से बचाता है घर का भोजन

घर का बना खाना पीएफएस के खतरे को टाल देता है। यह फैसर और थायरॉइड की समस्या से बचाता है और मददगार है। सबसे खास बात है कि घर के बने खाने के हर टुकड़े में सेहतमंड गुण मिलते हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि पर्यावरण में मोजूद ट्राविसन के खिलाफ कोई बहतरीन बाधा का उपाय नहीं है।

टाईम पास

आज का दाशिफल

चौथे चू चे चो ला ली लू ले लो आ आनन्दवायक वाचवायण बनेगा। शुभांक-3-6-8

आय-व्यव की स्थिति समान रहेगी। शैक्षणिक कार्य आसानी से पूर्ण होते रहेंगे। स्वास्थ्य उत्तम रहेगा। व्यापार व व्यवसाय में आनंद से सफलता मिलेगी। बूरी संभावना से बचें। अपने का सर्वोपरां प्राप्त होगा। पाठी का संतान पक्ष से शोधी चिंता रहेगी। अशानुवृत्ति

कार्य होने में संदेह है। शुभांक-1-3-5

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपना पक्ष से समस्या समाप्त होगा। खान-पान में सावधान रहें। नींकरी में अपने अधीनस लोगों से कम सहयोग मिलेगा। शुभांक-2-4-7

कामकाज में आ रहा अवशेष दूर होकर प्रगति का गरासा मिल जाएगा। अच्छे कार्य के लिए रसेत बना लंगे। अपने हिसे के काम सुधूर-सधेरी ही निपटा ले। रुपए ऐसों की सुविधा नहीं मिल पाएगी। कामकाज सीमित तौर पर ही बन पाएंगे। स्वास्थ्य का प्राप्त होगा। पाठी का संतान पक्ष से शोधी चिंता रहेगा। अशानुवृत्ति

कार्य होने में संदेह है। शुभांक-1-3-5

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपना पक्ष से समस्या समाप्त होगा। खान-पान में सावधान रहें। नींकरी में अपने अधीनस लोगों से कम सहयोग मिलेगा। शुभांक-1-3-5

कामकाज की कार्यवाही से कार्यकारी परिणाम मिलेगा। मेल-मिलान से काम बनाने की कोशिश लाभ देंगे। अपने काम में सुविधा मिल जाने से प्रतिरोध होंगे। नींकरी जिम्मेदार बढ़ने के असार रहेंगे। व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-3-6-8

कामकाज की कार्यवाही से कार्यकारी परिणाम प्राप्त हो सकते हैं। कुछ अधिक संकेत हैं। काइ प्रिंसिपल बहुत रहेंगी। अधिक अस्थाएं फलती रहेंगी। अच्छे समय इन्तजार करें। कम प्रधान चिंता रहेंगी। शुभांक-7-9

लाभकारी व्यापारियों में सुक्रिया रहेगी। रुक्न हुआ लाभ आज आएगा। अच्छे कार्य के लिए रसेत बना लंगे। अपने हिसे के काम सुधूर-सधेरी ही निपटा ले। अधिक अस्थाएं फलती रहेंगी। अच्छे समय इन्तजार करें। कम प्रधान चिंता रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभांक-5-7-8

व्यापार की स्थिति उत्तम रहेगी। नींकरी में पोदानित की संभावना है। मित्रों से सावधान रहें। शारीरिक सुख के लिए असरों का लाभ लेना चाहिए। अपने एक अपने काम को प्राथमिकता से करें। कागोवीरी काम में बाधा उत्पन्न से मनविक असाधा बनी रहेंगी। शुभ

अर्थदीप सिंह इतिहास रचने की दृढ़ीज पर, इस उपलब्धि से एक विकेट दूर

दुबई (एजेंसी)। भारत आगामी एशिया कप 2025 की तैयारी कर रहा है, जो 9 से 28 सितंबर तक दुबई में आयोजित होने वाला है। इस बीच बारं हाथ के तेज गेंदबाज अशदीप सिंह 100 टी20आई विकेट पूरे करने वाले पहले भारतीय बनने की दृढ़ीज पर हैं और कुल बारं हाथ के तेज गेंदबाज अशदीप सिंह 25वें भारतीय होंगे। इस 25वें विश्व खिलाड़ी ने अब तक 63 टी20आई मैचों में 18.30 की औसत से 99 विकेट लिए हैं, जहां उन्होंने 8.29 की इकोनीमी से रन दिए हैं और दो बार चार विकेट लिए हैं। खेल के सबसे छोटे प्रारूप में उनका सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन 4/9 है, जो उन्होंने पिछले साल टी20 विश्व कप के ग्रुप चरण के मैच में था किंतु टीम के खिलाड़ी ने अब तक 63 टी20आई मैचों में 18.30 की औसत से 99 विकेट लिए हैं, जहां उन्होंने 8.29 की इकोनीमी से रन दिए हैं और दो बार चार विकेट लिए हैं। खेल के सबसे छोटे प्रारूप में उनका सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन 4/9 है, जो उन्होंने पिछले साल टी20 विश्व कप 2024 के बाद से अर्थदीप ने 11 मैचों में शुरू करे जिसमें भारत-पाकिस्तान का बहुतीर्णक्षित मुकाबला 14 सितंबर को था। भारत अपना आखिरी लीग मैच 19 सितंबर को यूर्फे के खिलाफ खेलेगा। सुपर 4 चरण 20 सितंबर से शुरू होगा। ब्रून चरण के बाद ट्रॉफी में हाथ में जाएगा, जहां प्रत्येक ग्रुप में शीर्ष दो टीमें क्रान्तीकारी करेंगी। अगर भारत ग्रुप 4 में शीर्ष पर रहता है, तो उसके सभी सुपर 4 मैच दुबई में होंगे। अगर भारत ट्रॉफी पर रहता है तो उसके सभी सुपर 4 मैच दुबई में होंगे।



क्रिकेट के बाद धोनी की फिल्मों में जबरदस्त एंट्री, द चेज के टीजर में गोलियां चलाते आए नजर



नई दिल्ली (एजेंसी)। पूर्व निर्देशित जल्द आ रही है।

भारतीय कप्तान और महान विकेटकापर बल्लेबाज अब फिल्मों में नजर आये। कपी लंबे समय से धोनी के फिल्म के लिया था और अब वह IPL में ही नजर आते हैं। धोनी ने कुल 538 मैच खेले हैं जिसमें 90 टेस्ट, 350 वनडे, और 98 टी20 इंटरनेशनल मैच शामिल हैं। धोनी ने 38.09 की औसत के साथ 6 शतकों और 33 अर्धशतकों सहित टेस्ट में 4,876 रन बनाए हैं। वनडे में उन्होंने 50.58 की औसत से कुल 10,773 रन बनाए हैं जिसमें 9 शतक और 73 अर्धशतक शामिल हैं। वे 2010 में धोनी के लिया थे और अब वह अपनी तैयारियों में बदल गए। विलाड़ी एक-दूसरे का अधिवादन के लिया था दूरी बांधा रखेंगे। जो लोग इस पल को फिल्म लालक होने की उम्मीद कर रहे हैं, वे नियाम हो गए क्योंकि दोनों टीमें अपनी-अपनी दिनचर्या में डिली हैं।

भारत का सत्र लगभग तीन घण्टे तक चला, जिसमें उनके प्रत्येक खिलाफ बल्लेबाज ने मैदान पर एक बार अधिक समय बिताया, उसके बाद आंलारउडर हैंडिंग पर दूसरे को समझी मारा, जिसमें यह नेट सत्र को तुलना में अधिक के मामले में धोनी ने टेस्ट में 256 कैच और 38 स्टंप उड़ाए हैं। वहाँ वनडे में यह आंकड़ा 321 कैचों और 123 स्टंपों तक जाता है। धोनी ने टी20आई में 57 कैच और असमान उड़ाए हैं।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।

इस फिल्म का निर्देशन वासन बाला ने किया है, जिसमें इससे पहले अलिया भट्ट और वेदांग रैन की 'निया' की भूमिका रखी रही। वासन द्वारा शेर्प किए गए 'द चेज' के टीजर के मैलियां चलाते हुए नजर आए।



मनोरंजन

इयू वाना पार्टनर में अभद्र भाषा के इस्तेमाल पर श्वेता तिवारी

वेब सीरीज 'दू यू वाना पार्टनर' का ट्रेलर हाल ही में रिलीज किया गया था। इसमें तमत्रा भाटिया के साथ डायना पेट्री, जावेद जाफरी, नकुल मेहता, श्रेता तिवारी, नीरज काबी, सूफी मोतीवाला और रणविजय सिंह भी अहम किरदार में दिखाई देंगे। सीरीज में दो लड़कियों की कहानी है, जो अपना खुद का स्टार्टअप शुरू करने निकली हैं। इसके लिए उन्हें निवेशकों की जरूरत है। 'दू यू वाना पार्टनर' में अभिनन्ती श्वेता तिवारी भी हैं। उनके किरदार का नाम लैला है। वह एक दबंग महिला गैंगस्टर है। अपने किरदार को रियल बनाने के लिए उन्हें कुछ अभद्र भाषा का प्रयोग भी करना पड़ा। इस सीन को करते समय श्वेता को काफी मुश्किलें हुई। ऐसे में तमत्रा भाटिया ने आगे बढ़कर उनकी मदद की, उस पल को वो कभी नहीं भूल पाएंगी। श्वेता तिवारी ने सीन को याद करत हुए कहा, सीरीज में एक सीन है, जहां मुझे खूब अभद्र भाषा का प्रयोग करना था। इस करते समय मैं वाकई में काप रही थी। सबके सामने



ऐसा करना मेरे लिए सहज नहीं था। मैं कोशिश कर रही थी, लेकिन मुझसे हो नहीं रहा था। तभी, तमन्ना भाटिया आगे आई और मेरा हाथ पकड़कर जोर-जोर से डायलॉग बोलने लगी। तमन्ना भाटिया ने ही उन्हें उस सीन को पूरा करने के लिए प्रेरित किया, वह उस मुश्किल वक्त में श्वेता के साथ खड़ी रही। अभिनवी ने बताया कि तमन्ना की वजह से ही मैं यह सीन कर पाई। ने श्वेता को सीन करने में मदद नहीं भूल पाएंगी। श्वेता ने कहा ही दिलचर्प है, जो दर्शकों को बहुत पसंद आएगी। एंटरटेनमेंट के बैनर तले बनी गी करण जौहर, अदार पूनावाला इस सीरीज का निर्देशन कॉलिन वर्चित कुमार ने किया है। इसकी दो दिनी गुपा, आर्ष वोरा और मिथून चौखी हैं। शोमेन मिश्रा और अचिंत एग्जीक्यूटिव प्रोड्यूसर हैं। डू यू प्रीमियर 12 सितंबर को प्राइम वीडियो पर किया जाएगा।

जिस तरह से उन्होंने श्रेता को सीन करने में मदद की, उसे वो कभी नहीं भूल पाएंगी। श्रेता ने कहा कि यह सीरीज बहुत ही दिलखस्प है, जो दर्शकों को बहुत पसंद आएगी। यह सीरीज धर्मांटिक एंटरटेनमेंट के बैनर तले बनी है, जिसके निर्माता करण जौहर, अदार पूनावाला और अपूर्व मेहता हैं। इस सीरीज का निर्देशन कॉलिन डी 'कुन्हा और अर्चिंट कुमार ने किया है। इसकी पटकथा नदिनी गुप्ता, आर्ष वोरा और मिथुन गंगोपाध्याय ने लिखी है। शोमेन मिश्रा और अर्चिंट कुमार सीरीज के एपजीक्यूटिव प्रोड्यूसर हैं। डू यू वाना पार्टनर का प्रीमियर 12 सितंबर को ग्राइम वीडियो पर किया जाएगा।

इस इवेंट में
बतौर ज्यूरी मेंबर
शामिल हुई दीपिका

अभिनेत्री दीपिका पादकोण हाल ही में एक इवेंट में शामिल हुई। अभिनेत्री बतौर ज्यूरी मेंबर इवेंट का हिस्सा बनीं और विजेताओं को पुरस्कार वितरित किए दीपिका ने अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर शेयर की हैं, जिनमें बेहद स्टाइलिश लग रही हैं। अपने अंदाज और स्टाइल से दीपिका ने फैंस का दिल जीत लिया है। दीपिका ने अपने फैशन सेस और स्टाइल से न सिर्फ़ फैंस को दीवाना बनाया है, बल्कि ग्लोबल प्लेटफॉर्म पर भारत का नाम भी ऊँचा किया है। दीपिका ने स्वीडिश डिजाइनर एलेन होडकवा लार्सन को मेन ग्राइज़ प्रेजेंट किया, साथ ही सभी विनर्स को बधाई दी है।



दिशा पाटनी की हॉलीवुड फ़िल्म ‘हॉलीगार्डस’ का टीजर लॉन्च

अभिनेत्री दिशा पाटनी की हॉलीवुड
फिल्म 'हॉलीगार्ड्स' का टीजर
रिलीज हो गया है। खास बात यह है कि इसे वेनिस फिल्म फेरिटवल में
लॉन्च किया गया। इस फिल्म से वे
हॉलीवुड में डेब्यू करने जा रही हैं।
'हॉलीगार्ड्स' में वे इस फिल्म में
जबरदस्त एक्शन करती दिखाई
देंगी। फिल्म में दो कबीले मानव के
भविष्य को बचाने के लिए लड़ते
दिखाई देंगे। इसे ॲस्कर विजेता
फिल्म निर्माता केविन स्पेसी ने
डायरेक्ट किया है। फिल्म में डॉल्फ
लुंडग्रेन, टायरेस गिल्बर्न और ब्रायना
हिल्डबैंड जैसे कलाकार भी ही हैं।
इंस्टाग्राम पर दिशा पाटनी ने कुछ
समय पहले इस हॉलीवुड फिल्म में

इसके सेट से एक तर्सीर भी फैसला के लिए साझा की थी। इस फिल्म के अलावा दिशा के पास वेलकम 3 भी हैं, जिसमें बहुत सारे स्टार्स होंगे। इसके साथ ही वे प्रभास की फिल्म कल्पक के पार्ट 2 में भी दिखाई देंगी। वहीं कुछ समय पहले पता चला था कि दिशा पटानी, विशाल भारद्वाज की आने वाली फिल्म में शाहिद कपूर के साथ स्क्रीन शेयर करती दिखाई देंगी। कहा जा रहा है कि फिल्म में दिशा का स्पेशल कैमियो होगा। यह पहली बार होगा जब दिशा पाटनी और शाहिद कपूर पहली बार साथ दिखाई देंगे। इस जोड़ी को साथ देखने के लिए फैसला पहले

फैजाबाद जैसे छोटे से कस्बे से
आने वाले सात बिलगामी ने
टीचरी, मिमिक्री, कोरियोग्राफी,
राइटिंग और कॉन्टेंट क्रिएटर के
रूप में काफी काम किया,
मगर खुदा हाफिज वन और दू
के बाद पंचायत, गुलकर,
लूटकांड के बाद वे चर्चा में आए
धड़क 2 से। यहां उनके सफर

पर खास बातचात।
 साद को ऐसे मिला था काम
 साद ने आगे कहा, उस समय मैं काम के
 लिए लगातार लोगों को मैसेज करता
 था। तब जिब्रान नूरानी ने मुझे
 आरवीसीजे में आने का मौका दिया। मैंने
 एकरिंग, राइटिंग, एक्टिंग सबकछु
 किया। वहां मैंने 4 साल नौकरी की।
 फिर मैं टीवीएफ में लेखक के रूप में
 जुड़ा। वहां काम करते-करते खुदा
 हाफिज मिल गई। घर वापसी, खुदा
 हाफिज 2, लूटकाड जैसे प्राजेक्ट्स से
 मेरे अधिनाय का सिलसिला तल निकला।

नेटफिलक्स का ऑफर दुकराया
मुझे नेटफिलक्स की एक सीरीज ॲफर हुई थी, जो मैंने की नहीं, क्योंकि मुझे उसका रोल पसंद नहीं आया। लोगों ने मुझे कहा, तुम्हारे पास है क्या? तुम लिखते हो, छोटा-मोटा कॉन्टेंट बनाते हो? वयों मना कर रहे हो? बीच में मुझे एक बहुत बड़े सुपर स्टार की फिल्म मिली थी, मगर मैं उस रोल के लिए भी हास्पी नहीं भर पाया, क्योंकि मुझे अपने रोल के बारे में पता ही नहीं था। लोगों ने तब भी मुझे पागल कहा, मगर मेरे लिए सब का फल मीठा साबित हुआ।

मिमिक्री करने की नसीहत दी

रिजेक्शन के दौर भी खूब आए साद की जिंदगी में। वे कहते हैं, मैं नाम नहीं बताना चाहूंगा, मगर एक जानी-मानी हस्ती ने मुझे सीधे कहा था, तुम मिमिक्री करने के लिए बने हो। कहा एविटंग-वेविटंग के चक्र में पड़े हो। अभिनय एक कला है, जो तुम्हारे बस का नहीं है। तुम्हारों तो बस मिमिक्री करते रुद्धा चाहिए।

अनुराग कश्यप ने गले लगाया।
उस दिन मैं टैरेस पर जाकर खूब रोया
और मैंने उस बात को अपनी डायरी में
लिख दिया। उसके बाद मैंने
एफटीआईआई (फिल्म एंड टेलिविजन)
इस्टीट्यूट ऑफ़ इंडिया) जाने का
फैसला किया, क्योंकि मुझे खुद पर
डाउट होने लगा था। मगर मेरे लेखक
दोस्त के कहने पर मैं अरवीसीजे और
टीवीएफ से जुड़ा रहा और कई वीडियोज
किए। अब धड़क 2 मेरे लिए अहम
फिल्म साथित हुई है। धड़क 2 के लिए
तो मुझे ईशान खट्टर का मैसेज आया।
अनुराग कश्यप गले मिले तो बिज़ौरी
नंबियार से खूब तारीफ मिली।
सिद्धांत चतुर्वेदी और तुमि डिमरी वे
साथ अपने काम करने के अनुभव वे
बारे में उनका कहना था, फिल्म वे
प्रीमियर के बाद सिद्धांत हमें अपने घर
लेकर गए और हमारे साथ खूब नावे।
हमें खाना खिलाया। मगर इतन
जरूर कहना कि फिल्म में सिद्धांत पर
सुसु करने वाला सीन मेरे लिए कार्फ़

एनिमल के बाद
तरवीं तमि



ধূক ২ মেরে লিএ অহম ফিল্ম সাবিত হৰ্ছ হৈ



को भी दिखाया गया है। फिल्म का निर्वर्शन कृष्ट जगरलामूदी ने किया है। यह जगरलामूदी के साथ अनुष्ठाकी की दूसरी फिल्म है। इससे पहले दोनों ने हिट फिल्म वेदम में साथ काम किया था। इस फिल्म में अनुष्ठाकी शेष्ट्री के अलाता तिक्कम प्रभं भी

दो साल बाद बड़े पर्दे पर वापसी कर रहीं अनुष्ठान 'घाटी' से अनुष्ठान शेषी लगभग दो साल बाद बड़े पर्दे पर वापसी कर रही हैं। अनुष्ठान आखिरी बार साल 2023 में आई फिल्म 'मिस शेषी मिस्टर पोलिशेषी' में नजर आई थी। यह एक कामेडी-ड्रामा फिल्म थी, जिसे पर्सन्ड किया गया था। अब अनुष्ठान इस बहुप्रतीक्षित फिल्म से बड़े पर्दे



फेसपैक रात के लिए

दलिया से बने फेसपैक को रात में आसानी से इस्तेमाल किया जा सकता है, जो काफी लाभप्रद होता है। इसे बनाने के लिए दो चम्मच दलिया लें। इसमें ऑयल की कुछ बूंद डालकर पेस्ट बना लें और इस पेस्ट में एक चम्मच शहद और 2-3 चम्मच नीबू का रस मिला लें। इस मिश्रण को चेहरे पर लगा लें। जब मिश्रण सूखने लगे तो स्क्रब कर लें बाद में निकाल दें। गर्म पानी से चेहरा धोएं।

जब सिर में हो खारिश

केले में शहद मिला कर मसल लें। उसमें प्याज का रस मिक्स करें। फिर इसे बातों की जड़ों में लगा कर 20 मिनट तक छोड़ दें और बाद में शैंपू कर लें। इस मास्क से रुखी खत्म होती है। जैसे तून का तेल लें और उसे गरम करें। उसमें शहद की कुछ बूंद डालें और उसमें सिर की कुछ देर मसाज करें। बौन मिनट के बाद सिर से शैंपू से थोड़े लें। खारिश दूर हो जाएगी।



हाथों को सुंदर बनाने के टिप्प

खबूसूरत हाथ सभी को आकर्षित करते हैं। अपने हाथों को सुंदर बनाने के लिए आप मैनिक्योर करवा कर हाथों को हमेशा नर्म और मुलायम बना सकती हैं। हाथों को खबूसूरत बनाएं रखने के लिए जानें ये मैनिक्योर टिप्प-



हाथ रुखे होने पर आप इनमें तेज खुशबू चाला लोशन लगाएं। अक्सर नेलपार्लिश हटाने के बाद नेतृत्व स्थें हो जाते हैं ऐसे में आप नेल रिपूर में कुछ बूंद जो जाया आयल की डालें और इसे नेपलिया हटाने के बाद नाखूनों पर लगाएं।

नेलपार्लिश को ज्यादा दिनों तक फेश रखने के लिए शीरी के मुंह पर क्यूटिकल आयल लगाएं और शीरी बंद कर दें।

गीले हाथों पर नेल फाइलिंग न करें, क्योंकि गीले होने पर नाखून कमज़ोर हो जाते हैं। नाखूनों को एक ही दिशा में फाइल करें नहीं तो वे टूट भी सकते हैं।



होम डेकोर में कुशन, कर्टन, बेड कवर आदि की महत्वपूर्ण भूमिका होती है, क्योंकि इनसे आप कम समय में घर का मेकओवर कर सकती हैं, इसलिए अलग-अलग उत्सव के लिए खास कलेक्शन रखें।

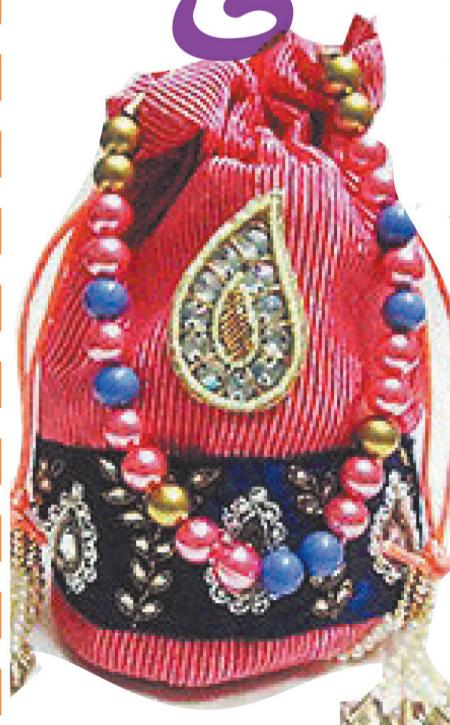
दीवारों पर सॉफ्ट कलर का पेंट है, तो एक्सेसरीज ब्राइट कलर की ओर दीवारों का कलर हाईलाइट करना हो, तो एक्सेसरीज सॉफ्ट रखें। घर का लुक अच्छा आता है।

पहले ही दिसाइड कर लें कि आपको कमरे का लुक एथेनिक चाहिए या फिर मॉडर्न। इस बात को ध्यान में रखकर ही कमरे को सजाने की शुरूआत करनी चाहिए। कुशन और बेड कवर्स के साथ भी एक्सप्रिमेंट किया जा सकता है। अजकल मार्केट में कई तरह के कुशन कवर्स और बेड कवर्स उपलब्ध हैं जो आपके कमरे की सजावट को कॉम्प्लीमेंट करेगा। दीवारों पर भी रंग कुछ हटकर चुन सकते हैं। इससे कमरे की काया ही बदल जाएगी।

घर सजाओ कुछ हटकर



बटुआ बना नया



यह सच है कि फैशन हर पल बदलता रहता है। इन दिनों बटुओं को सबसे ज्यादा मैंशन है। जहां पहले लड़कियां बड़े बैस केरी करना पसंद करती थीं वहीं इन दिनों बड़े बैंग को जगह उनके हाथों में छोटा बटुआ देखने को मिलता है। कमाल की बात यह है कि ये बटुएं हर शेष, साइज और रंग में विलगते हैं। इन बटुओं की खासता यह है कि इनके आप हाथ में रख सकती हैं और साथ ही जब चाहें कंधे पर टांग भी सकती हैं।

यह हर ड्रेस के हिसाब से मैंचिंग की जा सकती है।



फैशन ट्रेंड

अब आपको इंडियन आउटफिट पसंद हो या वेस्टर्न बटुआ हर ड्रेस के साथ मैंच हो जाता है। बटुएं अब हर तरह के मैटीरियल में उबलब्ध हैं। लैंदर, रेक्सीन, जूट, काढ़े में वह मार्केट में पाए जाते हैं। एम्पॉएडरी, सीकेस वर्क, स्टोन वकाइद हर रूप में पाया जाता है। बटुआ हर एज ग्रैप को इम्प्रेस करता है। चहे पिर वह कॉलेज गोइंग गर्ल्स हो या फिर हाउसवाइफ या फिर किंग वुमन। यह सबका फैवरेट है।

डाइनिंग टेबल डेकोर

घर की शोभा बढ़ाने में डाइनिंग टेबल का भी बड़ा हाथ होता है। डायनिंग टेबल से लिविंग रूम की शोभा चार गुना बढ़ी है और अगर यह ठीक से अरेंज हो तो इसकी खबूसूरती में चार चांद लगा देती है। डायनिंग टेबल सैट करते वक्त कुछ बातों का ध्यान में रखना चाहिए।

1. डायनिंग टेबल साफ रखें। अपनी डायनिंग टेबल को हमेशा साफ रखें। अगर आपके घर पर पार्टी है या फिर गेस्ट आने वाले हैं तो अपनी डायनिंग टेबल को पोछ कर ही उस पर नैपकिस और पल्सेस सजाएं।

* डायनिंग टेबल पर टेबल मैट ऐसा होना चाहिए चाहिए, जो दिखाने में खबूसूरत होने के साथ-साथ साफ करने में भी आसान हो।

* टेबल पर बीचों-बीच एक सेंटर पीस रख देने से टेबल पर रखें अन्य समान अपनी जगह पर ठीक से अरेंज हो जाएं। सेंटर पीस के रूप में आप फूलों का बास या शो पीस आदि रख सकती हैं। अगर आपका सेंटरपीस नहीं रखने का मन है तो आप वहां पर नैपकिन का सेट भी रख सकती हैं।

* कलरी परोंसे गए खाने के हिसाब से होनी चाहिए। इसे बारात से अंदर के हिसाब से रखना चाहिए।

* डाइनिंग टेबल पर ज्यादा भीड़ न लगाएं, डिनर के लिए अपने डायनिंग टेबल को यूजर फेंडली बनाइए। वहां पर केवल वही चीजें रखें जिनकी जरूरत हों।