





## 51 साल की मलाइका अरोड़ा ने कैमरे के सामने गिराई हुस्न की बिजलियां, एफ्ट्रेस की हॉटनेस देख हैरत में पड़े फैंस



बॉलीवुड की फिटनेस और फैशन कीन मलाइका अरोड़ा आज किसी भी पहचान की मोहताज नहीं है। एकदेस भले ही इन दिनों किसी फिल्म में नहीं नजर आ रही हैं, लेकिन वो आए दिन अपनी लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर अक्सर फैंस का सारा अटेंशन अपनी ओर खींच लेती हैं। अब हाल ही में मलाइका अरोड़ा ने अपनी लेटेस्ट तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं, जिसमें वो काफी गार्जियस नजर आ रही हैं। एकदेस मलाइका अरोड़ा हमेशा अपनी हॉटनेस और बॉलीवुड की फैंस के बीच लाइमलाइट बटौरी रहती है। उनका हाल ही में लुक इंटरनेट पर आते ही तेजी से छाने लगता है। बता दें कि एकदेस बॉलीवुड की सबसे फिट लेडी हैं और आए दिन अपनी तस्वीरों से फैंस का अटेंशन अपनी ओर खींच लेती हैं। बता दें कि एकदेस मलाइका अरोड़ा भले ही 51 साल की हो चुकी हैं, लेकिन अभी भी अपनी हॉटनेस से इंटरनेट की तस्वीरों में उनका बिजलियं अंदाज देखकर फैंस एक बार फिर से मंत्रमुद्ध हो गया हैं। मलाइका अरोड़ा की लेटेस्ट तस्वीरों में अप देख सकते हैं। एकदेस ने एक बार कलर का बेहद ही स्टाइलिश आउटफिट पहना हुआ है, जिसमें वो एक से बढ़कर एक स्टर्निंग अंदाज में पोज देती हुई नजर आ रही है। बता दें कि मलाइका अरोड़ा सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती है। इंस्टाग्राम पर उनकी फैंस फॉलोइंग लिस्ट भी काफी जबरदस्त है। मलाइका अरोड़ा जब भी अपनी फोटोज अपलोड करती हैं तो फैंस उनकी तस्वीरों पर लाइक्स और कॉमेंट्स करते नहीं थकते हैं।

## अक्षय कुमार की केसरी चैप्टर 2 का ट्रेलर रिलीज, जलियांवाला बाग कांड का खौफनाक मंजर देख कांप उठेगी रुह



केसरी चैप्टर 2: द अनटोल्ड स्टोरी ऑफ जलियांवाला बाग का बहुप्रतीक्षित ट्रेलर रिलीज किया गया है। इसमें भारत की सबसे महत्वपूर्ण कानूनी लड़ाइयों में से एक की कहानी की लड़ाक दिखाई गई है। सच्ची घटनाओं से प्रेरित यह फिल्म

जलियांवाला बाग हत्याकांड के बाद की स्थिति और भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष और वकील सी शंकरन नायर के नेतृत्व में न्याय की लड़ाई को दर्शाती है। गुरुवार को फिल्म में करण जौहर ने अपने ऑफिशियल इंस्टाग्राम अकाउंट पर केसरी चैप्टर 2 का दमदार ट्रेलर अपलोड किया है और कैम्पेन में लिखा है, 'छोरी 2 का निर्भया देलर रोंगें खेड़े कर देने वाला है।' छोरी 2 का भूतिया देलर रोंगें खेड़े कर देने वाला है और सोहा नहीं किया है। उनका नाम साक्षी है और सोहा नाम डरावने है। छोरी 2 का निर्भया देलर फुरिया की ताकत देना चाहती है और इसका नाम डरावने के लिए तैयार है। जल्द ही मच अवेंट ट्रेलर रिलीज किया जाएगा। जो दर्शकों की एक्सियोडर्टर्स को डबल कर देगा, योग्यता के लिए सामने आएंगे। इस खास मोकेपे पर इमरान हाशमी, साई ताम्हनक, प्रोइंसर रितेश सिंधवानी, डायरेक्टर जेजस देओराकर और अखर मौर्य देहरांगे, फिल्म में शानदार कार्यकारी भूमिकाएँ हैं, जो हुसैन, मुकेश तिवारी, दीपक घरमेश, ललित प्रभाकर, गंगा रेणा और गहलू वोहरा अहम भूमिकाओं में नजर आएंगे। 2021 में हुए भारतीय संस्करण भालू की पुष्टभूमि पर बनी यह फिल्म बीएसएफ डिप्टी कमांडेंट नेंद्र नाथ देहरांगे और उनकी टीम की कहानी दर्शकों को इस सच्ची घटना से जुड़ी रोमांचक कहानी का अहसास कराएगी।

## पहली बार मेकअप किट खरीदने जा रही हैं तो इन 5 बातों पर जरूर देख कांप उठेगी रुह



मेकअप किट हर महिला की खूबसूरती की नियांवारने में मदद करती है। पहली बार मेकअप किट खरीदते समय कई सवाल और उल्लंघन होती हैं। इस लेख में हम आपको कुछ जरूरी टिप्पणी देंगे, ताकि आपकी पहली मेकअप किट खरीदारी आसान हो सके। सभी सामान का चयन कैसे करें, बजट कैसे तय करें और किन चीजों पर ध्यान देना चाहिए, इन सभी सामानों के जवाब जानने के लिए आगे पढ़ें।

### सही सामान का चयन करें

पहली बार मेकअप किट खरीदते समय कदम सही अपनी जरूरत के अनुसार सामान लेना है।

सामान चुनें। अगर आपकी त्वचा तैलीय है तो बिना तेल वाले फाउंडेशन और पाउडर लें। सूखी त्वचा वालों के लिए क्रीम वाले प्रोडेक्टस बेहतर होते हैं। इसके अलावा अगर आपकी त्वचा पर दाग-धब्बे हैं तो कंसीलर और फाउंडेशन का सही रंग चुनें, जो आपके रंग से मेल खाता है।

### बजट तय करें

मेकअप किट खरीदते समय बजट तय करना बहुत जरूरी होता है। इससे आपको अपनी जरूरत के अनुसार सामान लेने में आसानी होती है।

पहले से ही तय करें कि आपको कितने पैसे खर्च करने हैं और उसी

## सलमान खान के द बॉलीवुड बिंग वन टूर से प्रशंसक निराश

सलमान खान इन दिनों फिल्म सिकंदर को लेकर चर्चा में है। उनकी यह फिल्म इंद्र की मौके पर सिनेमायों में दस्तक दे चुकी है।

हालांकि, यह बॉक्स ऑफिस पर कुछ खास कमाल दिखाती नहीं दिख रही है। अब इस बीच सलमान ने अपने नए टूर का ऐलान कर दिया है, जिसका नाम द बॉलीवुड बिंग वन टूर है। हालांकि, बाईजान के प्रशंसक उनके इस टूर से निराश हैं।

आइए आपको इसके पीछे का कारण बताते हैं। सिकंदर ने सलमान के फैंस को काफी खास कमाल दिखाया है। अब इस बीच सलमान के प्रशंसकों का दुख साफ़ ज़ालिकता है। सलमान के प्रशंसक उनसे अच्छी फिल्मों की मांग कर रहे हैं। इनका ही नहीं, बाईजान के प्रशंसकों का माना है कि उन्हें मूंबई में रहते हैं। अब इस बीच सलमान के फैंस को काफी खास कमाल दिखाया है। अब इस बीच सलमान के प्रशंसकों का दुख साफ़ ज़ालिकता है। सलमान के प्रशंसक उनसे अच्छी फिल्मों की मांग कर रहे हैं। इनका ही नहीं, बाईजान के प्रशंसकों का माना है कि उन्हें मूंबई में रहते हैं। अब इस बीच सलमान के प्रशंसकों का दुख साफ़ ज़ालिकता है।

## फैशन आकर्षक के साथ कंफर्टबल भी होना चाहिए : नुपुर सेनन



गायिका और अभिनेत्री नुपुर सेनन लैक्मे फैशन वीक 2025 में शामिल हुई। उन्होंने बताया कि गर्भियों के भौमिक में खुद को कूल कैसे रखें। इसके साथ ही उन्होंने महिलाओं को फैशन के बारे में टिप्पणी भी दिए।

अभिनेत्री ने बताया, मूंबई में गर्भियों में आइसक्रीम की जरूरत होती है। तो पिंशित रूप से मैनम आइसक्रीम आपको खाना चाहिए। मुझे लगता है कि गर्भियों में आप भले ही पसीना बहाएं, मगर नियमित वर्कआउट करते हैं और उसके साथ आप मौज-मौजी को भी जारी रखते हैं, तो भले ही ही गर्भी हैं, आप उस समय मैनम ब्लॉसम खा सकते हैं और खुद को कूल भी रख सकते हैं।

मनपसंद आइसक्रीम का खुलासा करने के बाद, अभिनेत्री ने बताया कि उन्हें मूंबई का कौन सा स्ट्रीट फूट पसंद है। उन्होंने कहा, मैं मूंबई में रहती हूं और मुझे मूंबई का वॉन्वे डिविन्च सबसे ज्यादा पसंद है, जिसमें आलू और कूल भी रखते हैं।

अभिनेत्री ने बताया कि उन्हें मूंबई के क्लॉथ ब्रांड के बारे में भी जानकारी दी। उन्होंने कहा, मेरे पास अपना खुद का कपड़ों का ब्रांड है, जिसका नाम लेवल नामों है। कोई भी स्टार्टअप कंपनी युझसे जुड़ सकती है।

अभिनेत्री ने बताया कि उन्हें मूंबई के बारे में भी अपने फैशन के बारे में भी अपने विचार रखे। उन्होंने बताया, मेरा विचार फैशन है।

को लेकर स्पष्ट है, जो हमेशा आपको फैशनबल के साथ आकर्षक भी बनाए। लेकिन वह कंफर्टबल भी होना चाहिए। मैं अपने फैशन के लिए जरूर एक बहुला को लेकर एक संदेश भी दिया। उन्होंने कहा, आप जैसे हैं, वैसे ही रहें। किसी को भी अपने फैशन को एक प्रकार के रूप में परिवर्भासित न करने दें और उन ब्रांड्स से फैशन में छाने।

को लेकर स्पष्ट है, जो हमेशा आपको फैशनबल के साथ में लेकर चलती है।

इसके साथ ही, अभिनेत्री ने अपने प्रशंसकों के लिए फैशन को लेकर एक संदेश भी दिया। उन्होंने कहा, आप जैसे हैं, वैसे ही रहें। किसी को भी अपने फैशन को एक प्रकार के रूप में परिवर्भासित न करने दें और उन ब्रांड्स से फैशन में छाने।

समझते हैं, लेकिन मैं फैशन के साथ कंफर्ट और स्टाइल को साथ में लेकर चलती हूं।

इसके साथ ही, अभिनेत्री ने अपने प्रशंसकों के लिए फैशन को लेकर एक संदेश भी दिया। उन्होंने कहा, आप जैसे हैं, वैसे ही रहें। किसी को भी अपने फैशन को एक प्रकार के रूप में परिवर्भासित न करने दें और उन ब्रांड्स से फैशन में छाने।

को लेकर स्पष्ट है, जो हमेशा आपको फैशनबल के साथ आकर्षक भी बनाए। लेकिन वह कंफर्टबल भी होना चाहिए।

अभिनेत्री ने बताय

# सम्पादकीय

अभियंता हमारा जब सिद्ध अधिकार है,  
सत्य प्रसुत करना हमारा कर्तव्य

## देश में 13 नये अरबपति

अरबपतियों की संख्या के मामले में अब भारत तीसरे स्थान पर पहुंच गया है। हुनर ग्लोबल रिच लिस्ट के मुताबिक देश में 284 अरबपति हैं।

इस साल इसमें देश में 13 नये अरबपति शामिल हुए। रिपोर्ट के अनुसार देश के 284 अरबपतियों की कूल संपत्ति 10 फीसद बढ़कर 98 लाख करोड़ रुपये या देश की जीडीपी यानी सकल घेरेलू उत्पाद का एक-तिहाई हो गई है। भारत ने प्रत्येक अरबपति की औसत संपत्ति के मामले में चीन को पीछे छोड़ दिया बीते साल 175 अरबपतियों की संपत्ति में कूद़ी हुई है, जबकि 109 की कूल नेटवर्क में कमी आई या वह स्थिर है। गौतम अडाणी की संपत्ति में वैश्विक स्तर पर सबसे अधिक इजाफा हुआ, जो तकरीबन एक लाख करोड़ रुपये बताई जा रही है। मुंबई में सबसे अधिक 90 अरबपति हैं। इनमें भी शीर्ष दस में पांच अरबपति देश के अरबपतियों की राजधानी यानी मुंबई से हैं। दो राजधानी दिल्ली से बंगलूरु, पुणे व अहमदाबाद से एक-एक हैं। पूंजीपतियों की औसत दौलत 34,514 करोड़ रुपये व उम्प 68 साल आंकी गई है। सूची में 22 महिलाओं के नाम भी शामिल हैं। हालांकि अमेरिका की तुलना में भारत व चीन काफी पीछे हैं। जहाँ 870 अरबपति हैं। देश में अरबपतियों की दौलत सालाना 10 फीसद बढ़ी, जबकि अमेरिका में यह बढ़त 27 फीसद रही। दुनिया में कूल 3,442 अरबपति हैं। वैश्विक अर्थव्यवस्थाओं के शीर्ष पर पहुंचने व पारिवारिक कारोबार में तेजी आने का अप्रत्यक्ष लाभ कुछ हद तक सबसे पिछली कठार में बैठे वर्ष तक पहुंचने की भी उम्मीद की जाती है। ये कारोबार फार्मास्यूटिकल्स, एज्यूकेशन, टेक्नॉलॉजी, फूट डिलीवरी आदि में विशेष तौर पर कारगर हैं जिन्हाहों द्वारा भी उन सभी आम आदमी को रोजगार के अवसर बढ़ते ही जाने की संभावनाओं से मना नहीं किया जा सकता। हालांकि धन विभाजन तथा मुनाफाखोरी के दृष्टिकोण से इसकी आलोचना की जानी भी गलत नहीं है। बैठोंकि अरबपतियों के बढ़ते जाने के बावजूद दुनिया से गरीबी, भुखमरी और बेरोजगारी पर लगाम कसने के जमीनी स्तर के प्रयास नामामात्र हुए हैं संयुक्त तौर पर एक ट्रिलियन डॉलर वाले सभी भारतीय अरबपतियों का दायित्व है कि वे अपने मुनाफे को बांटते के मार्ग प्रशस्त करने में उत्तराता दिखाएं ताकि इस संपन्नता से समूचा देश लाभान्वित हो सके।



झारखंड के मुख्यमंत्री देमेत शोरेव हजारीबाग में द्वामुगों के 46वें स्थापना दिवस समारोह में शामिल हुए।

## आज का राशिफल



**मेष राशि:** आज आपका दिन मिला-जुला रहेगा। आज सफलता मिलने से थकान दूर हो जाएगी। आज आपकी कार्यशैली से लोग प्रभावित होंगे। आज प्रौपटी संबंधी कार्य संपन्न होंगे। इसके साथ घर में भी आध्यात्मिक और सकारात्मक वातावरण बना रहेगा। आज घर के बड़े बुजु़ों के मान-सम्मान का विशेष ध्यान रखें।

**वृष राशि:** आज आपका दिन शानदार रहेगा। आज आत्मविश्वास और अच्छे मनोबल के कारण आप बड़ी उत्पलब्धि प्राप्त करेंगे। आप अपने लेखों की प्राप्ति के लिए प्रयासरत रहेंगे। आज घर में संबंधियों के आगमन से खुशनुमा माहौल भी बना रहेगा। आज व्यवसाय संबंधी किसी नए काम को शुरू करने का उत्तरात्मक समय है।

**मिथुन राशि:** आज आपका दिन व्यस्तता से भरा रहेगा। आज अत्यधिक जीमंदारियां होंगी परंतु आप उत्तम व्यवस्था बनाकर सबका तात्पुरता के लिए जारी रखें। आज सांतान पक्ष से शुभ समाचार मिलने के योग बने हुए हैं। आज परिवारजनों के साथ अच्छी रुचि बनाएं। आज घर में नवायां के आगमन से खुशनुमा माहौल भी बना रहेगा। आज व्यवसाय संबंधी किसी नए काम को शुरू करने का उत्तरात्मक समय है।

**कर्क राशि:** आज आपका दिन अच्छा रहेगा। अनुभवी लोगों से मेल-मिलाप तथा नई जानकारियां हासिल होंगी। आज क्रोध के कारण परिस्थितियों और अधिक बिगड़ सकती हैं, किसी भी मामले का शास्त्रिय पूर्ण तरीके से समाधान निकालने का प्रयास करें। आज अच्छी रुचि बनाएं। आज घर में दोस्तों से मदद मिलेगी।

**सिंह राशि:** आज का दिन आपके अनुकूल रहेगा। आज कई तरह के गतिविधियों में आपका रुक्षान रहेगा। आज आप ध्यान रखें कि नकारात्मक परिस्थिति बढ़े तो धैर्य और शांति रखना ही उचित है। आज किसी नजदीकी मिल या रिश्वेदार के साथ कहीं चूमाएं जायेंगे। आज अधिकतर समय मार्केटिंग तथा बाहरी गतिविधियों को पूरा करने में बीत सकता है।

**कन्या राशि:** आज आपका दिन फैब्रेकल रहेगा। आज कार्यप्रणाली बेहतर होगी तथा किसी काम में सफलता मिलने से उत्सुक बढ़ेगा। जिससे दिन भर की भाग-दौड़ भूल जाएंगे। विद्यार्थियों को प्रतियोगी परीक्षा में सफलता मिलेगी। आज आप महत्वपूर्ण निर्णय लेते समय परिवारवालों की राय अवश्य लें। आज आपको अपने जरुरी दस्तावेज संभाल कर रखने की आवश्यकता है। मां कात्यायनी को नारियल अपर्ण करें, रुक्क्ष एवं धान जीवायनी को अपर्ण करें, अर्थात् अपर्ण करें।

# किसानों की मांग में क्या जटिलता

## अजीत द्विवेदी

पंजाब की सरकार ने पुलिस बैज कर और बुलडोजर व जेसीवी चलवाक कर किसानों का आंदोलन समाप्त कर दिया। पंजाब और हरियाणा के शैभू व खनीरी बॉर्डर पर बैठे किसानों को हिरासत में लिया गया और उनके आंदोलन के लिए बाना गए मंच और दूसरे निर्माण को तोड़ कर दिया गया। यह आंदोलन 13 महीने से चल रहा था। एक तरफ केंद्र सरकार किसानों के साथ बातचीत का दिखावा कर रही थी तो दूसरी ओर पंजाब सरकार ने सीधी कार्वाई करके किसानों का आंदोलन खत्म कराया। सरकार ने बैठकों की साथ आठ दौर की किसानों से बातचीत में क्या हो रहा था? जो बातचीत एक कदम आगे नहीं चौंकी थी वह बातचीत के बाद एक नई तरीका तय हो रही थी। सोनें, रुपू और यूरोप के युद्ध जैसे जटिल मसले पर लहलाव खेल रहा था।

किसानों के राष्ट्रीय आंदोलन यानी नवंबर 2020 में दिल्ली की सीमा पर हुए और एक साल तक चले आंदोलन की तुलना जब फरवरी 2024 में पंजाब के शैभू व खनीरी बॉर्डर पर हुए आंदोलन से करते हैं तो कई बैठोंके स्पष्ट होकर सामने आती हैं। इससे जो सबक निकल रहा है वह देश के सभी राज्यों और सभी समूहों के लिए ध्यान देने वाला है। केंद्र सरकार ने पल्ले आंदोलन से सबक बांधा था और इसलिए उसने वैसे किसी दूल्स का इस्तेमाल नहीं किया, जिससे किसानों को सहानुभूति मिले। दूसरे उसने देख लिया था कि यह आंदोलन पंजाब के बीच अलोकप्रिय बनाने का अभियान भी चल रहा था।

किसानों की मांग केंद्र सरकार से थी तो केंद्र सरकार के मंत्री नियमित अंतराल पर किसानों से बात करते रहे। यानी केंद्र सरकार अच्छी बनी रही। सुप्रीम कोर्ट भी अच्छा बना रहा। बैठोंकि वहाँ भी लगातार सुनवाई हो रही है। ऐसा लगता रहा, जैसे सुप्रीम कोर्ट किसान नेता जगजीत सिंह डल्लेवाल की सेवत को लेकर बहुत ज्यादा चिंतित है। लेकिन सुप्रीम कोर्ट की लगातार सुनवाई और कथित फटकार के बावजूद उस मामले में भी सूर्योदय की ओर आंदोलन को बढ़ाव दिया जाना चाहिए।



किसानों की मांग केंद्र सरकार से थी तो केंद्र सरकार के मंत्री नियमित अंतराल पर किसानों से बात करते रहे। यानी केंद्र सरकार अच्छी बनी रही। सुप्रीम कोर्ट भी अच्छा बना रहा। बैठोंकि वहाँ भी लगातार सुनवाई हो रही है। ऐसा लगता रहा, जैसे सुप्रीम कोर्ट किसान नेता जगजीत सिंह डल्लेवाल की सेवत को लेकर बहुत ज्यादा चिंतित है। लेकिन सुप्रीम कोर्ट की लगातार सुनवाई और कथित फटकार के बावजूद उस मामले में भी सूर्योदय की ओर आंदोलन को बढ़ाव दिया जाना चाहिए।

इस पूरे प्रकरण में तीन चीजें बहुत स्पष्ट होती दिखती हैं। पहली चीज़ है कि किसान संगठनों का बिखराव। जिस तरह से केंद्र सरकार के बनाने तीन चीजें आंदोलन के लिए देश भर के किसान संगठन एकजुट हुए और तमाम समूहों के बावजूद संयुक्त किसान मोर्चा की एक कमान आंदोलन हुआ। इस बावजूद वर्ष 2021 में विधानसभा ने विधानमंत्री नंदें प्रोदीप चौधरी द्वारा अकर विधानमंत्री को बावजूद कर दिया था। पहली बार नंबर वन विधानसभा में आंदोलन समूहों के बीच अपने लोगों को लेकर बहुत ज्यादा चिंतित है। लेकिन इससे कारोबार का बड़ा नुकसान हो रहा था। माल ढुलाई के लिए लंबा रास्ता लेना पड़ रहा था, जिससे सामान पहुंचने में ज्यादा समय लग रहा था और कीमत बढ़ रही थी। इससे आंदोलन खड़ा बना रहा।

तीसरी चीज़ यह है कि कृषि और किसान से ज्यादा कारोबारियों का दबाव सरकार ने महसूस किया। शैभू और खनीरी बॉर्डर बंद होने से आम लोगों को आने जाने में जो परेशानी हो रही थी वह अपनी जगह थी। लेकिन इससे कारोबार का बड़ा नुकसान हो रहा था।

विवादित कानूनों को वापस लेते समय ही केंद्र सरकार ने न्यूनतम समर्थन मूल्य यानी एमएसपी की गरंटी देने का कानून बनाने के लिए समर्पित वर्ष 2024 के अंतर्गत कानूनों का बिखराव था। यह केंद्र सरकार की साथी विधानसभा के लिए देश में ब्रह्माचार खत्म करने की चाही विधानसभा के लिए देश में ब्रह्म



# सफलता के शिखर पर पहुंचने के बाद अचानक लापता हुए थे सितारे, आज तक अनसुलझी है गुमनामी की कहानी



कुछ सितारों की किस्मत चमकती है तो कुछ की जिंदगी रहस्यों के अंदरे में खो जाती है। आज हम बात करेंगे उन सितारों की, जिन्होंने कभी सिनेमा के पहें पर अपनी चमक बिखेरी, लेकिन फिर अचानक गुमनामी के साए में खो गए।

बॉलीवुड की चमक-दमक वाली दुनिया में हर दिन नई कहानियां बनती हैं और पुरानी कहानियां धूल में ढब जाती हैं। यहां सितारे रातों-रात असमान पर चढ़ते हैं और कभी-कभी उसीं तो जैसे गायब भी हो जाते हैं। कुछ सितारों की किस्मत चमकती है तो कुछ की जिंदगी रहस्यों के अंदरे में खो जाती है। आज हम बात करेंगे उन सितारों की, जिन्होंने कभी सिनेमा के पहें पर अपनी चमक बिखेरी, लेकिन फिर अचानक गुमनामी के साए में खो गए। उनके बारे में न परिवार को कुछ पता है, न फैंस को।

## राज किरण

80 के दशक में राज बॉलीवुड के एक चमकते सितारे थे 'कर्ज़', 'तेरी मेहरबानीया', 'धर हो तो ऐसा' और 'बुलंदी' जैसी फिल्मों में उनकी मौजूदगी दर्शकों को खींचती थी। उनका हैंडसम लुक और सादगी भरा अभिनय उन्हें

इंडस्ट्री में अलग पहचान देता था, लेकिन 90 के दशक आते-आते उनका करियर ढलान पर चला गया। काम कम होने लगा और फिर एक दिन वो अचानक गायब हो गए। साल 1994 के बाद उन्हें किसी ने नहीं देखा।

उनके गायब होने की वजह को लेकर भी कई तरह की कहानियां हैं। कुछ का कहना है कि पारिवारिक और आधिक परेशानियों ने उन्हें डिव्हेशन में धूकेल दिया। एक बक ऐसा आया कि उनके परिवार ने भी उनका साथ छोड़ दिया। 2011 में क्रांति कपूर ने खबर दी कि राज एक अमेरिका के अटलंटा में एक मैटल असाइलम में है। वहां, उनको कोस्टर दीसि नवल ने दाव किया कि उन्होंने राज को अमेरिका में टैक्सी चलाते देखा था, लेकिन इन बातों की सच्चाई कभी सामने नहीं आई। उनकी बेटी रिशिका ने कहा कि उनके पिता बेटे निजी इमारतों थे और परिवार को सुधार्यों से दूर रखते थे। हाल ही में सोमी ने कहा कि उन्होंने क्रांति कपूर से बात किया था कि वह अली जानकर रहेंगी कि राज को बातचीत नहीं है और उनका पता लगाने के लिए सोमी हर सुरक्षित कोशिश आयी। उनके बारे में न परिवार को कुछ पता है, न फैंस को।

आज 30 साल बाद भी ये सवाल अनसुलझा है कि राज किरण कहा हैं- जिंदा हैं या नहीं?

## विशाल ठक्कर

विशाल ठक्कर का नाम सुनते ही 'मुम्बा भाई' एमबीबीएस का बो छोटा-सा किरदार याद आता है, जिसने अपनी मासूमियत से सबका ध्यान खींचा था। 'बांदनी बार' और 'टैगो चालती' जैसी फिल्मों में भी वह नजर आई। विशाल का करियर धीरे-धीरे उनकी बाली बढ़ रहा, लेकिन 31 दिसंबर 2016 की गत उनकी जिंदगी का आखिरी चैप्टर बाहर गई। उस रात वो अपनी मां से 500 रुपये लेकर फिल्म देखने गए। रात एक बजे उन्होंने पिता को मैसेज किया कि वो दोस्रों के साथ पार्टी करने जा रहे हैं। इसके बाद उनका फोन स्विच ऑफ हो गया और वो कभी लैटोकर नहीं आए।

पुलस ने खोजबानी की, लेकिन कोई सुराग नहीं मिला। कुछ का माना है कि वार्टी में कुछ गल खुआ होगा, पर सच बत्ता का माना है कि वह अली जानकर रहेंगी कि राज को बातचीत नहीं है। सुमोना ने कहा कि उन्होंने कपिल से इस बारे में कोई चर्चा नहीं की और न ही कपिल की ओर से उन्हें कोई कॉल आया।

## कपिल शर्मा से रिश्ता खराब नहीं हुआ है : सुमोना

मुंबई (ए.)। मशहूर कॉमेडियन कपिल शर्मा ने अपने नए शो 'द ग्रेट इंडियन कपिल शो' के साथ बापसी की, तो सुमोना चक्रवर्ती की गैरमौजूदगी हर किसी को खलने लगी। फैंस वह जानने को उत्सुक थे कि क्या उनके और कपिल के बीच कोई अनबन हो गई है?

अब इन सवालों का जवाब खुद सुनोना चक्रवर्ती ने दिया है। एक इंटरव्यू में सुनोना ने बताया कि उन्होंने अभी तक कपिल का नया शो देखा भी नहीं है। हालांकि, उन्होंने यह भी स्पष्ट कर दिया कि उनका और कपिल शर्मा का रिश्ता खराब नहीं हुआ है। उन्होंने मजाकिया अंदाज में कहा कि उन्होंने 10 साल तक अलग-अलग चैनलों पर साथ काम किया, जो कई फिल्मों से ज्ञाता लंबा सफर है। सुमोना ने बताया कि हर साल जून-जुलाई में शो का ब्रेक आता था और फिर नया सीजन शुरू होता था। 2023 में जब सोनी टीवी पर आखिरी सीजन खत्म हुआ, तो कपिल यूपस टूर पर चले गए। इसके बाद अचानक खबर आई कि कपिल नेटफिलिक्स पर नए शो के साथ वापस आ रहे हैं। लेकिन इस बारे में कपिल और सुमोना के बीच कोई बातचीत नहीं हुई। सुमोना ने कहा कि उन्होंने कपिल से इस बारे में कोई चर्चा नहीं की और न ही कपिल को कोई आंदोलन कर रहा है।

उन्होंने साफ कर दिया कि कपिल शर्मा से उनकी निजी दोस्ती नहीं है, बल्कि उनका रिश्ता सिर्फ काम तक सीमित था। उन्होंने यह भी कहा कि वह शो को मिस नहीं कर रही हैं और इस समय अपने करियर में नए प्रोजेक्ट्स पर ध्यान दे रही हैं। कपिल शर्मा के शो पर अक्सर महिलाओं के मजाक उड़ाने के आरोप लाते रहे हैं। इस पर सुमोना ने खुलकर प्रतिक्रिया दी और कहा कि लोग रियल और रील लाइफ में फर्क नहीं समझते। उन्होंने कहा कि यह एक स्क्रिप्टेड शो है, जहां कपिल, सुमोना को नहीं, बल्कि 'बिंदू' अपनी पत्नी 'मंजू' को कुछ कह रहा होता।



## 'भाबी जी घर पर है' के राइटर को शुभांगी ने किया याद, मनोज संतोषी को लेकर क्या बोलीं अभिनेत्री



हाल ही में शुभांगी आत्रे एक मुंबई इंवेंट में शामिल हुई। इस मौके पर उनके साथ संरियल 'भाबी जी घर पर हैं' की को-एक्ट्रेस सौम्या टंडन भी नजर आई। सौम्या अब इस सीरियल का हिस्सा नहीं है। इस मौके पर शुभांगी और सौम्या टंडन ने अपने सीरियल के राइटर मनोज संतोषी के बारे में बात की। कुछ दिन पहले ही लीवर की बीमारी के कारण उनका निधन हुआ। क्या बोलीं दोनों अभिनेत्रियों द्विंगत मनोज संतोषी के बारे में जानिए।

## मनोज संतोषी ने लिखे शानदार किरदार

शुभांगी आत्रे कहती हैं, 'मनोज संतोषी ने "भाबी जी घर पर हैं" का एक-एक किरदार बहुत ही दिल से लिखा था। उनका लिखा हार किरदार खूब मशहूर हुआ। उनके जाने से हम लोग तो जैसे खिखर से गए हैं। हम हमेशा उन्हें याद करेंगे।'

## सौम्या टंडन भी हुई भावुक

शुभांगी आत्रे के साथ सौम्या टंडन भी मुंबई के एक इंवेंट में नजर आई। सौम्या भी मनोज संतोषी को याद कर भावुक हो गई। वह कहती हैं, 'मनोज संतोषी मेरे सीरियल "भाबी जी घर पर हैं" के राइटर ही नहीं थे, वह मेरे अच्छे दोस्त थी थे। मेरे घर पर जब भी महफिल लगती तो वह भी शामिल होते, हम गीत-संगीत के जरिए एक-दूसरे का भाष्पर मनोजंन करते, सभी टैटेंडेट लोग इस महफिल में शामिल होते थे। मनोज संतोषी ने मुझे कहा कि जल्द ठीक होकर फिर से महफिल जाएं। लेकिन अचानक उनके निधन की खबर मिली। उनके जाने का बहुत दुख है।'

## मनोज संतोषी के लिखे सीरियल

मनोज संतोषी ने टीवी पर 'भाबी जी घर पर हैं' के अलावा 'हृष्ण की पलटन', 'जीजा जी छात पर हैं', 'मैडम मेरी काम इन' और 'एफआईआर' जैसे कॉमेडी सीरियल लिखे। इन सभी सीरियल और किरदारों को खूब पसंद किया गया।

## क्या है फेस पुल एक्सरसाइज और इसे कैसे करें?

फेस पुल एक्सरसाइज करने के लिए और सबसे एक रसीदी या बैंड को अपने सिर के ऊपर से बांधें। अब दोनों हाथों से रसीदी को बैंड-ओ-धारे-धारे इसे अपने चेहरे की ओर खींचें। जब आपकी हथेलियां आपके चेहरे के पास आएं तो थोड़ी देर रुके और फिर वापस शुरू की खिंचित में आ जाएं। इस प्रक्रिया को कई बार दोहराएं।

आइए फेस पुल से जुड़ी अहम बातें जानते हैं।

फेस पुल एक्सरसाइज करने का लिए



सकते हैं। इससे आपके कंधों की मांसपेशियां मजबूत होती हैं और पीठ की मांसपेशियों पर दबाव कम होता है। इसके अलावा यह कसरत आपकी मुद्रा को सुधारती है और गर्वन के दर्द को कम करने में भी मदद करती है।

इससे आपके कंधों और पीठ की लचीलापन बढ़ती है, जिससे चोट लगने का खतरा कम होता है।

## एक्सरसाइज करते समय रखी जाने वाली सावधानियां

फेस पुल एक्सरसाइज करते समय कुछ सावधानियां बरतनी चाहिए।

अगर आपको पहले से ही कंधे या

पीठ में दर्द हो रहा हो तो इस कसरत को न करें। इसके अलावा कभी भी ज्यादा बजने उठाने की कोशिश न करें क्योंकि इससे चोट लगने का खतरा बढ़ता है।

सही तरीका अपनाना बहुत जरूरी है ताकि किसी भी प्रकार की चोट न करें।

## अन्य कसरत के साथ फेस पुल कैसे शामिल करें?

फेस पुल एक्सरसाइज को अन्य कसरत के साथ मिलाकर करना सबसे अच्छा

# एसीसी के नये अध्यक्ष बने पीसीबी प्रमुख नकवी



दुबई (ए)। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) के अध्यक्ष मोहसिन नकवी एशियाई क्रिकेट परिषद (एसीसी) के नये अध्यक्ष बने हैं। नकवी को आधिकारिक स्थल की घोषणा अभी होनी है। नकवी ने एसीसी अध्यक्ष बनने पर सभी को आभास जताते हुए कहा कि मैं बेहद समर्पित महसूस कर रहा हूँ। नकवी ने कहा कि उनका लक्ष्य क्षेत्र में तेजी से विकास के लिए मिलकर काम करना रहेगा। उन्होंने कहा कि मैं खेल के विकास और वैश्विक प्रभाव को बढ़ावा देता हूँ। लिए सभी सदस्य बोर्ड के साथ काम करने को प्रतिबद्ध हूँ। इस दौरान मेरा प्रयास सभी के साथ मिलकर नए अवसरों को खोजना रहेगा। साथ ही कहा कि हम अवसरों सहयोग को बढ़ावा देंगे और एशियाई क्रिकेट को ऊंचाइयों पर ले जाएंगे। नकवी ने कहा कि मैं निर्वाचित एसीसी अध्यक्ष को भी उनके योगदान के लिए धन्यवाद देता हूँ।

## कमिंस ने हार के लिए खराब फीलिंग को जिम्मेदार बताया



कोलकाता (ए)। सनराइजर्स हैदराबाद के कप्तान और ऑस्ट्रेलियाई टीम की कोलकाता नाइट राइडर्स के खिलाफ मुकाबले में भी छावें हैं। एसें में कमिंस की चिन्हाएं भी बढ़ गयीं। टीम की लगातार तीसरी हार के बाद कमिंस ने कहा कि हमारा समय ठीक नहीं चल रहा। विकेट अच्छा था पर टीम को बलेबाजी और गेंदबाजी भी देखना रहेगा। साथ ही कहा कि हम अवसरों को खोजना रहेंगे। एसीसी अध्यक्ष पद सभी सदस्य देशों के बोर्ड प्रमुखों को मिलता रहता है। अब तक इस पद पर एसीसी अध्यक्ष को आभास नकवी बोर्ड के प्रमुख सिल्वा थे। नकवी साल

## आईपीएल में आज होगा सीएसके और दिल्ली कैपिटल्स के बीच मुकाबला

दोपहर 3:30 बजे से होगा मुकाबला

चेन्नई (ए)। इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) में शनिवार को चेन्नई सुपर (सीएसके) अपने घरेलू मैदान पर दिल्ली कैपिटल्स के खिलाफ जीत के दूरी से उतरे रहे। इस मैच में जीत के लिए हालांकि सीएसके के बलेबाजों और गेंदबाजों को अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करना होगा। यहाँ की पिच स्पिनर की सहायक रही है, ऐसे में स्पिनरों की भूमिका अहम रहेगी। दोनों ही टीमों के पास अच्छे स्पिनर हैं। दिल्ली के स्पिनर कूलदीप यादव और चेन्नई सुपर किंस के पास अनुभवी आर अश्विन हैं। बीच में ओवरों में इन दोनों ही स्पिनरों पर काफी कुल निर्भर करेगा। वहाँ अगर बलेबाजी की बात करें तो दिल्ली कैपिटल्स के पास फाफ डू प्लेयी, केएल राहुल, आशुतोष शर्मा, विप्रज नियम और कप्तान अश्वर परेल जैसे खिलाड़ी हैं।

वहाँ दुसरी ओर सीएसके की बलेबाजी कप्तान रुतुराज गायकवाड़ के अलावा आंतरांडर रवींद्र जडेजा और शिवम दुबे पर आधारित रहेगी। अनुभवी बलेबाज महेन्द्र सिंह थोंगी इस मैच में भी निचले क्रम पर ही उतरेंगे। क्योंकि हाल में टीम के कोच ने कहा था कि वह लंबे समय तक बलेबाजी नहीं कर सकते।



ऐसे में शिवम और जडेजा को तेजी से रन बनाने होंगे। टीम के सलामी बलेबाज राहुल त्रिपाठी अब तक तेज गेंदबाजों के सामने सहज नहीं दिखे। पारी की शुरुआत में वह भी वह विफल रहे। दिल्ली की टीम को अनुभवी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए इरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बीच में रुक हुए हैं, जहाँ बुनियादी सुविधाओं का भी अधिक है। यात्रियों ने आरोप लगाया कि एयरलाइन ने थोजन, शौचालय, चार्जिंग पॉइंट जैसी आवश्यक सुविधाएं भी उत्तराखण्ड की जारी रखी हैं। आप नेता प्रीति शाम-मैदान में एक घर पर लिखा कि 275 यात्रियों के लिए सिर्फ एक शौचालय है, कोई प्रतिनिधि संपर्क में नहीं है, कोने चार्जिंग की सुविधा भी नहीं है। तुर्की में भारतीय दूतावास ने कहा कि वे वर्जिन अटलांटिक कैरियर एवं स्थानीय अधिकारियों के संपर्क में हैं। कुछ यात्रियों को नजदीकी होती में शिष्ट किया गया है और बैकअप फ्लाइट सबह 9 बजे तक तेयार होने की उम्मीद है। फँसे यात्रियों में बच्चे, बुजुर्ग, गर्भवती महिलाएं और बीमार लोग भी शामिल हैं, जिनकी स्थिति बेहद चिंताजनक बनी हुई है।

सना (ए)। अमेरिका और इजरायल के भीषण हमलों के बीच ईरान ने यमन के हूठी विद्रोहियों को बड़ा झटका दे दिया है। ईरानी सरकार ने अपने सैन्य कमांडरों से कहा है कि वे तुरंत यमन को छोड़ दें। बताया जा रहा है कि अमेरिका और इजरायली हमलों के खाने से ईरान ने यह कदम उठाया है। इससे हूठी विद्रोही अब अकेले पड़ते रहे हैं। एक रिपोर्ट में यह खुलासा हुआ है कि वहाँ अमेरिका ने हूठी विद्रोही के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष्ट्रपति ने ईरान के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष्ट्रपति ने ईरान के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष्ट्रपति ने ईरान के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष्ट्रपति ने ईरान के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष्ट्रपति ने ईरान के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष्ट्रपति ने ईरान के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष्ट्रपति ने ईरान के खिलाफ भीषण हमले तेज कर दिए हैं और इसमें उसके परमाणु बम्बर बी-2 भी हिस्सा लेने लगे हैं। एक ईरानी अधिकारी ने सीधे अमेरिका से भिड़ने से बचने के लिए ईरानी सरकार ने अपने सीनेंसों को बापपस आने के लिए कहा है।

बताया जा रहा है कि अमेरिका के इन हमलों के एक सैनिक की भी मौत हो गई है। ईरान अपने प्रॉक्सी संगठनों हमास, हूती और इजिन्हाह से सोपांट कम कर रहा है, ताकि उसकी सीधी लड़ाई अमेरिका से न हो। ईरानी अधिकारी ने बताया कि ईरान की हर बैठक में ट्रॉप पर ही चर्चा होती है। अमेरिका के राष

