



## सुविचार

समझनी है जिंदगी तो पिछे देखो,  
जीनी है जिंदगी तो आगे देखो

## संपादकीय

## समृद्ध गांव, मजबूत भारत

भारत की आत्मा गांवों में बसती है, और इन गांवों के समग्र विकास की जिम्मेदारी काफी हद तक पंचायतों पर निर्भर करती है। पंचायतों न केवल स्थानीय शासन की सबसे निचली इकाई हैं, बल्कि वे लोकतंत्र की जड़ों को मजबूत करने का भी काम करती हैं। ग्रामीण विकास की योजनाओं को जमीनी स्तर पर लागू करने में पंचायतों की भूमिका बेहद अहम होती है।

पंचायतों गांव की जरूरतों को सबसे बेहतर तरीके से समझती हैं। चाहे सड़क, पानी, स्वच्छता, शिक्षा या स्वास्थ्य से जुड़े मुद्दे हों—इनकी प्राथमिकता तय करने में पंचायतों की भागीदारी जरूरी होती है। सरकार द्वारा चलाई जा रही विभिन्न योजनाएं, जैसे मनरेगा, स्वच्छ भारत मिशन और ग्रामीण आवास योजना, तभी सफल हो सकती हैं जब पंचायतें सक्रिय रूप से उनका क्रियान्वयन करें। हालांकि, पंचायतों के सामने कई चुनौतियां भी हैं। संसाधनों की कमी, प्रशासनिक अनुभव का अभाव और कई बार राजनीतिक दबाव उनके कार्य में बाधा बनते हैं। कई पंचायत प्रतिनिधियों को योजनाओं की पूरी जानकारी नहीं होती, जिससे विकास कार्य प्रभावित होते हैं। ऐसे में जरूरी है कि पंचायत प्रतिनिधियों को समय-समय पर प्रशिक्षण दिया जाए और उन्हें प्रशासनिक सहयोग मिले।

महिला सरपंचों की बढ़ती भागीदारी ने पंचायत व्यवस्था को नई दिशा दी है। इससे न केवल महिलाओं को सशक्तिकरण का अवसर मिला है, बल्कि विकास कार्यों में संवेदनशीलता और पारदर्शिता भी बढ़ी है। महिलाओं के नेतृत्व में शिक्षा, स्वास्थ्य और स्वच्छता जैसे मुद्दों पर अधिक ध्यान दिया जा रहा है, जो ग्रामीण समाज के लिए सकारात्मक संकेत हैं।

पारदर्शिता और जवाबदेही भी पंचायतों की सफलता के लिए जरूरी तत्व हैं। यदि विकास कार्यों में ईमानदारी और जनभागीदारी सुनिश्चित की जाए, तो भ्रष्टाचार पर अंकुश लगाया जा सकता है और योजनाओं का लाभ सही लोगों तक पहुंचाया जा सकता है। इसके लिए सामाजिक अंकुश (सोशल ऑडिट) और डिजिटल तकनीकों का उपयोग भी बढ़ाया जाना चाहिए।

अंततः, पंचायतें ग्रामीण विकास की धुरी हैं। यदि उन्हें पर्याप्त अधिकार, संसाधन और प्रशिक्षण मिले, तो वे गांवों की तस्वीर बदल सकती हैं। सरकार और प्रशासन को चाहिए कि पंचायतों को सशक्त बनाने की दिशा में ठोस कदम उठाएं, ताकि 'समृद्ध गांव, मजबूत भारत' का सपना साकार हो सके।



## चैत्र मास

इन दिनों नदियां थोड़ी सिमट जाती हैं  
पानी थोड़ा और धरती के नीचे चला जाता !  
दोपहर आलस में डूबा रहता  
हमने चैत्र मास को कुछ ऐसे देखा..  
ताड़/खजूर के पेटों पर  
मिट्टी के लटकते बर्तनों में  
टपकते रस को देखा,  
ताड़ी पीकर जवान-बूढ़ों को  
बेसुध होते देखा,  
फिर कैसे कहें,  
चैत्र तुम्हारे हिस्से कुछ नहीं आया... !  
महुआ के मादक गंध से सराबोर  
खेत पर

महुआ चुनती स्त्रियां,  
किसी उत्सव की तैयारी में  
मगन सी दिखती... !  
आंगन, छत, बरामदे में  
बड़ी, पापड़, चिप्स, अचार  
सूखते दिखते...  
गुहणियां सहेज लेती है  
इन दिनों मसाले व अनाज  
पूरे साल भर के लिए...  
फिर कैसे कहें...  
चैत्र के हिस्से कुछ नहीं आया... !  
अप्रैल के महीने को  
छुट्टियों के महीने के नाम से जाना पर,  
जब चैत्र को जाना...  
तो जाना सुखती नदियों को...  
ताड़ी पीकर सौ रहे कुछ आबादी को...  
जाना कितनी मसकत करनी पड़ती है  
स्त्रियों को...

चैत्र के हिस्से आया है,  
पूरे साल भर की रखवाली करने का,  
कि यह दिन सूखने का होता है...  
कि चैत्र सारी ऊष्मा को सुखाकर  
उन्हें सुरक्षित कर देता...  
तो सुनो चैत्र !!  
तुम जैसे दिखते हो,  
वैसे तो बिल्कुल नहीं हो... !!!

-प्रतिभा श्रीवास्तव, भोपाल



## वक्त बदल जाता है...

सब संभल जाता है तू हौसला रख  
वक्त चाहे कैसा भी हो बदल जाता है  
पहुंचे गर शिखर पर तो  
जरा ध्यान रखना  
एक चूक से पांव फिसल जाता है गुजरे हुए वक्त को  
भूलना ही बेहतर है  
दिल पर पड़े बोझ को  
उतारना ही बेहतर  
मन न मिले तो कोई बात नहीं  
दूरियां न बढ़ाना  
हवा का रुख बदलते ही  
बीज पनपने लगती हैं  
साथ हो तो साथ में बैठा संग संग  
हसी मजाक करो घड़ी दो घड़ी  
फिर पता नहीं कब कौन  
कहां चला जाता है  
वक्त कैसा भी हो बदल जाता है  
-अर्चना तिवारी, वडोदरा, गुजरात

## आईडीएफसी फर्स्ट बैंक घोटाला..

युद्धवीर सिंह  
हरियाणा विधानसभा,  
चंडीगढ़



हरियाणा के पंचकुला और चंडीगढ़ क्षेत्र में सामने आया आईडीएफसी फर्स्ट बैंक घोटाला आधुनिक बैंकिंग और सरकारी कार्य प्रणाली की कमियों को उजागर करने वाली एक गंभीर घटना है। लगभग 590 करोड़ रुपये (कुछ रिपोर्टों के अनुसार 597 करोड़ रुपये) का यह गबन केवल एक वित्तीय हेराफेरी नहीं, बल्कि एक सोची-समझी साजिश थी, जिसमें बैंक के पूर्व कर्मचारी, सरकारी अधिकारी और निजी कारोबारी शामिल थे। इस पूरे घटनाक्रम की शुरुआत तब हुई जब हरियाणा सरकार के कुछ विभागों ने अपने बैंक खातों के मिलान के दौरान बड़ी विसंगतियां पाईं। विशेष रूप से हरियाणा पंचायत विभाग और विकास एवं पंचायत विभाग की जमा राशियों में भारी अंतर देखा गया। जब मामलों की गहराई से जांच शुरू हुई, तो पता चला कि जो पैसा सरकारी रिकॉर्ड में फिक्स्ड

डिपॉजिट (FD) के रूप में बैंक में सुरक्षित होना चाहिए था, वह वास्तव में निजी खातों और शेल कंपनियों में ट्रांसफर कर दिया गया था।

इस घोटाले का मुख्य केंद्र आईडीएफसी फर्स्ट बैंक की चंडीगढ़ स्थित सेक्टर-32 की शाखा थी। जांच एजेंसियों, विशेष रूप से हरियाणा एंटी-कॉर्रप्शन ब्यूरो (ACB) और प्रवर्तन निदेशालय (ED) के अनुसार, इस पूरे खेल के मास्टरमाइंड बैंक के ही दो पूर्व कर्मचारी थे—ऋषभ ऋषि और अभय कुमार। ऋषभ ऋषि, जो इस शाखा का हेड था और अभय कुमार, जो रिलेशनशिप मैनेजर के पद पर तैनात था, ने अपनी बैंकिंग जानकारी और सिस्टम की खामियों का फायदा उठाकर इस करोड़ों के घोटाले की नींव रखी। इन दोनों ने बैंक छोड़ने से पहले और उसके बाद भी अपने संपर्कों का इस्तेमाल कर सरकारी खातों से पैसा निकाला।

धोखाधड़ी का तरीका बेहद शांति था। सरकारी विभागों को लगता था कि उनका पैसा सुरक्षित रूप से फिक्स्ड डिपॉजिट में निवेश किया गया है, जबकि हकीकत में उन पैसों को 'स्वास्तिक देश प्रोजेक्ट'

जैसी फर्जी कंपनियों के खातों में भेज दिया गया था। जांच में सामने आया कि 'स्वास्तिक देश प्रोजेक्ट' नाम की इस फर्म में अभय कुमार की पत्नी स्वाति सिंगला और उसके साले अभिषेक सिंगला की हिस्सेदारी थी। लगभग 300 करोड़ रुपये की भारी-भरकम राशि सीधे तौर पर इसी एक फर्म के खाते में भेजी गई थी। इतना ही नहीं, जालसाजों ने बैंक के सिस्टम को धोखा देने के लिए जाली बैंक स्टेटमेंट और फर्जी रसीद तैयार कीं, ताकि सरकारी अधिकारियों को गुमराह किया जा सके कि उनका पैसा ब्याज समेत बैंक में जमा है।

जांच में एक और चौकाने वाला खुलासा हुआ कि आरोपियों ने हरियाणा सरकार के चरिष्ठ अधिकारियों के फर्जी हस्ताक्षरों का इस्तेमाल किया था। आईएएस अधिकारी डी.के. बेहरा, जो अपने पद से हट चुके थे, उनके जाली साइन के जरिए करोड़ों रुपये के चेक और डेबिट नोट प्रोसेस किए गए। एक उदाहरण में तो महज 25 रुपये के चेक की जाह 2.50 करोड़ रुपये का भुगतान कर दिया गया। यह बैंक के आंतरिक सुरक्षा ऑडिट की विफलता को भी दर्शाता है।

पैसे को सफेद करने के लिए 'लेयरिंग' की प्रक्रिया



अपनाई गई। सरकारी खातों से निकला पैसा पहले शेल कंपनियों में गया और वहां से इसे चंडीगढ़ और पंचकुला के बड़े ज्वेलर्स, जैसे 'सावन ज्वेलर्स' के खातों में ट्रांसफर किया गया। जांच में पता चला कि सावन ज्वेलर्स के मालिक राजन कटोदिया के जरिए लगभग 250 करोड़ रुपये का लेन-देन हुआ। यह पैसा फर्जी बिलों के जरिए सोने की खरीद दिखाकर नकद में बदला गया। इसके अलावा, घोटाले की रकम का इस्तेमाल आलीशान संपत्तियां खरीदने और मर्सिडीज, टोयोटा फॉर्च्यूनर जैसी महंगी गाड़ियां खरीदने में किया गया।

(यह लेखक के निजी विचार हैं)

## महिला सशक्तिकरण

## महिलाओं पर शोषण का अंत उनके ज्ञान पर निर्भर करता है

डॉ. अभिनव, असिस्टेंट प्रोफेसर  
जनसंचार एवं मीडिया प्रौद्योगिकी संस्थान,  
कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र



आप गुलाम भारत में महिलाओं पर रूढ़िवादी संस्कृति का इतिहास जान लीजिये, महज 8 वर्ष की आयु में विवाह, (बाल विवाह) एक से अधिक पत्नियां रखने की परंपरा, (बहु विवाह) पति की मृत्यु पर उनकी चिता पर जबरदस्ती आग में जलाना, (सती प्रथा) शिक्षा से वंचित रखना, (मानसिक गुलाम बनाये रखना) शहर में सबसे सुंदर स्त्रियों को पुरुषों के लिए नगरवधुएं (वेश्या बनाना, वेश्यावृत्ति को बनाये रखना) घोषित करना, पिता, पति को संपत्ति में मालिकाना हकों से महरूम रखना, (आर्थिक स्थिति कमजोर बनाये रखना एवं स्वालंबन बनने से रोकना) दूसरे की पत्नी को जबरदस्ती उठाकर ले जाना, (अपरहण करना) जबरदस्ती संबंध करना, पत्नी से पुत्र की प्राप्ति नहीं होने पर घर से निकालना या पुत्रमोह में अधिक बच्चों को जन्म दिलाना इस तरह का इतिहास आपको विभिन्न ग्रंथों में पढ़ने को मिलेगा इसलिए मुझे कोई ताजुब नहीं है और नाही कोई हैरानी है और नाही कोई आश्चर्य है कि भारत में हर घंटे में 75 (महिलाओं के साथ बलात्कार), छेड़खानी, फर्तबियों, होती हैं। इसके साथ-साथ महिलाओं के साथ जबरदस्ती दोस्ती, उनका रास्ता रोकना, उन्हें मानसिक पडाटाइट करना, बलात्कार करने की धमकी देना, उनसे जबरदस्ती अक्षरफा प्यार का नाटक करना और बाद में उन्हें सामूहिक इस्तेमाल कर जिंदा जलाना भी शामिल है। (सही पक्ष आगे लिखेंगे) इस तरह का खेल महिलाओं के साथ 21वीं सदी के दूसरे दशक के खतम होते दौरे का खेल है।

ये सब आजाद भारत के 70 वर्षों के बाद महिलाओं के साथ खेला जा रहा है। मौजूदा वक्त में भारत में 80 प्रतिशत से ज्यादा पढ़े-लिखे पुरुषों की सारक्षता दर है। स्कूलों, कॉलेजों, विश्वविद्यालयों में पढ़ने वाले अधिकतर विद्यार्थियों की शिक्षा ग्रहण के आचरण पता आप बसों में, रेलवे कोचों में, बाजारों में, पार्कों में, सिनेमाघरों के बाहर होने वाली भीड़ में, बुक फेयरों में महिलाओं के प्रति उनके आम व्यवहार से लगा सकते हैं। उनके इस आचरण को आप यूँ समझ सकते हैं कि दूसरे की बहन, पत्नी हमारे लिए 'माला' पटाखा, आप जैसा समझ सकते हैं उसे समझे, ना कोई और है। सारक्षता की दर सरकारी आंकड़ों में 80 प्रतिशत से अधिक हो सकती है लेकिन शिक्षा को अपने आचरण में अपनाये जाने के आंकड़े हमें विकसित करने होंगे ताकि वास्तव में पुरुषों की सारक्षता महिलाओं के सम्मान में दिखे।

एक लड़की का बलात्कार होता है उसे जिंदा भी जलाया जाता है फिर सड़क से संसद तक विरोध प्रदर्शन होता है, मोमबतियां जलाई जाती हैं, जुलूस निकला जाता है, अखबारों में न्यूज़, स्टोरी, आलेख छपते हैं, न्यूज़ चैनलों में बहस होती है, और तो और अब सोशल मीडिया पर हर किसी के पेज पर हैसटैग लगाकर विरोध प्रदर्शन में शामिल होते जाने की

निंदा करना अलग से होता है। कड़े कानून की फरियाद सरकार से की जाती है, एक सरकार पक्ष में होकर सरकार कड़ा कानून बनाती है वही दूसरी विपक्ष में होकर इस तरह की सामाजिक संगठनों (महिलाओं एवं पुरुषों के दोनों ही) की आवाज़ बनकर कड़े कानून बनाने के पक्ष में दिखाई देती है। इस माध्यम पर महिलाओं के पेजों पर अश्लील टिप्पणियां होती देखी जा सकती हैं। मैं यह कहना चाहता हूँ कि इस तरह का खेल में पिछले 10 वर्षों से अधिक से देखता, सुनता, पढ़ता, विरोध में भाग लेता आया हूँ और कहना चाहता हूँ कि महिलाओं के शोषण के संबंध में कुछ नहीं बदला है। समाज में महिलाओं को लेकर जो सोच बदलनी चाहिए थी वो अबतक भ्रामक आंकड़ों की तरह होती जा रही है। महिलाओं का शारीरिक, मानसिक, आर्थिक शोषण देश में वक्त के साथ होता आया है, इसके लिए स्वयं महिलाएं भी दोषी कही जा सकती हैं। जो बदला है वह जानकारी जो हमें अधिक से अधिक सोशल मीडिया के माध्यम से आमजन तक पहुंच रही है। जिनकी हम तक नहीं पहुंच पा रही है उनका क्या ? पहले जानकारियां इतने व्यापक स्तर पर आमजन तक नहीं पहुंच पाती थी। इसके पीछे भारत में भाषाओं की विविधताओं, धर्मों की विविधताओं का होना भी रहा है। सूचनाओं के व्यापक दौर ने सभी बंधनों को तोड़ दिया है जिसका कारण महिलाओं के संबंध में घटनाओं का व्यापक आंदोलन जन आंदोलन में परिवर्तित होते देर नहीं लगती है।

अब सवाल ये है इन जनआंदोलनों को लड़ाई कहां तक सफलता तब पहुंच पाती है ? राज्यों एवं केंद्र सरकार के महिला आयोग और विश्वविद्यालयों में चलने वाले महिला अध्ययन केंद्र, सामाजिक संगठनों के द्वारा व्यापक जागरूकता के बावजूद भी पुरुष अपनी मनमानी से बाज नहीं आता दिखाई दे रहा है। देश में अपराधों को रोकने के लिए कानून है क्या उनका अनुपालन हम कितने ढंग से करते हैं दिया वाक्य में विचारने की बात है ? वर्तमान समय में कुछ महिलाओं का कुछ क्षेत्रों में नामचीन होना महिला सशक्तिकरण नहीं कहा जा सकता है। क्या महिलाओं ने अपना माकूल हक पुरुषों से आजतक मांगा है ? जिस दिन मानव श्रम का हिसाब होगा उस दिन मनुष्य की सबसे बड़ी चोरी पकड़ी जायेगी क्योंकि उसने स्त्री को उसके अधिक से अधिक अधिकारों को वंचित किया। और सबसे बड़ी बात ये रही है और हो रही है कि वो उसे ही अपना सर्वेसर्वा समझ रही है। भारतीय स्त्री ने जो इतिहास में ज्ञान से अनभिज्ञ होकर अपना दास्ता कबूली वही राष्ट्रपिता ज्योतिबा गोविंदराव फुले और सावित्री बाई फुले, फातिमा शेख, लार्ड मैकाले, महादेव गोविंद रानाडे, अहूतानंद, ईश्वरचंद विद्यासागर, मोहनदास करमचंद गांधी, डॉ. भीमराव आंबेडकर, के बदौलत आज आजादी की राह पर है।

(यह लेखक के निजी विचार हैं)

## शिक्षक की बदलती भूमिका

## 21वीं सदी में प्रभावी शिक्षण के लिए मार्गदर्शक सुझाव

डॉ. कल्पना हजाज, प्रधानाचार्या  
जनता पब्लिक स्कूल, रक्षा अकादमी  
और गुरुकुल अलाहाबाद



आज का शैक्षिक परिवेश तेजी से बदल रहा है। 21वीं सदी में शिक्षक की भूमिका केवल पाठ्यक्रम को पूरा करने तक सीमित नहीं रह गई है, बल्कि वह विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास का आधार बन गई है। आज का शिक्षक एक मार्गदर्शक, प्रेरक और सहयोगी के रूप में विद्यार्थियों के बौद्धिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सबसे पहले, शिक्षकों को पारंपरिक रटने की पद्धति से आगे बढ़कर समझ, विश्लेषण और अनुप्रयोग आधारित अधिगम पर ध्यान देना चाहिए। जब विद्यार्थी किसी विषय को समझते हैं और उसे वास्तविक जीवन में लागू करना सीखते हैं, तभी शिक्षा सार्थक बनती है। इसके लिए दक्षता आधारित शिक्षण (Competency-Based Learning) को अपनाना आवश्यक है, जिससे सीखना अधिक प्रभावी और उद्देश्यपूर्ण हो सके।

डिजिटल युग में तकनीक का महत्व अत्यधिक बढ़ गया है। इसलिए शिक्षकों को डिजिटल उपकरणों का संतुलित और प्रभावी उपयोग करना चाहिए, ताकि शिक्षण को रोचक और सुलभ बनाया जा सके। साथ ही, स्वयं को अद्यतन रखने के लिए नियमित प्रशिक्षण, कार्यशालाओं और नई शिक्षण विधियों से जुड़े रहना भी आवश्यक है।

21वीं सदी का शिक्षक केवल ज्ञान देने वाला नहीं, बल्कि विद्यार्थियों का मार्गदर्शक और प्रेरक होता है। उसे कक्षा में गतिविधि आधारित और परियोजना आधारित शिक्षण को बढ़ावा देना चाहिए, जिससे विद्यार्थियों की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित हो सके। इसके साथ ही प्रत्येक विद्यार्थी की व्यक्तिगत क्षमता और सीखने की गति को

ध्यान में रखते हुए शिक्षण रणनीति तैयार करना भी जरूरी है। विशेष रूप से प्राथमिक स्तर पर मूलभूत साक्षरता और संख्यात्मकता (FLN) को मजबूत करना अत्यंत आवश्यक है, क्योंकि यही आगे की शिक्षा की नींव होती है। इसके अलावा, शिक्षकों को विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक संतुलन के प्रति भी संवेदनशील रहना चाहिए। कक्षा का वातावरण ऐसा होना चाहिए, जहां विद्यार्थी निर्भय होकर अपने विचार व्यक्त कर सकें। शिक्षा केवल अकादमिक ज्ञान तक सीमित नहीं है, बल्कि इसमें मूल्य शिक्षा और संस्कारों का भी समावेश होना चाहिए। शिक्षकों को चाहिए कि वे विद्यार्थियों में नैतिक मूल्यों और सामाजिक जिम्मेदारियों का विकास करें। अभिभावकों के साथ नियमित संवाद स्थापित करना भी विद्यार्थियों के समग्र विकास के लिए आवश्यक है।

मूल्यांकन प्रणाली में भी परिवर्तन की आवश्यकता है। इसे केवल परीक्षा तक सीमित न रखकर निर्णय और समग्र मूल्यांकन (CCE) के रूप में अपनाना चाहिए, जिससे विद्यार्थियों की वास्तविक प्रगति का आकलन किया जा सके। साथ ही विद्यार्थियों में नेतृत्व क्षमता, आत्मविश्वास और टीमवर्क विकसित करने के अवसर भी प्रदान किए जाने चाहिए।

अंततः, 21वीं सदी का शिक्षक समाज के भविष्य का निर्माता है। यदि वह इन आधुनिक शिक्षण दृष्टिकोणों को अपनाता है, तो वह न केवल अपनी भूमिका को अधिक प्रभावशाली बना सकता है, बल्कि एक सक्षम, जागरूक और जिम्मेदार नागरिकों के निर्माण में भी महत्वपूर्ण योगदान दे सकता है।

(यह लेखक के निजी विचार हैं)

## चेहरा धोने के सही नियम, सलाह और सावधानियां...

शहनाज़ हुसैन  
अंतर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त सौंदर्य विशेषज्ञ और हर्बल क्वीन



चेहरा धोना बेसिक स्किन केयर रूटीन का सबसे आसान और जरूरी हिस्सा है। सही तरीके से चेहरा धोने से त्वचा ताजा, साफ और स्वस्थ दिखती है। लेकिन लगभग 80% लोग चेहरा धोने में गलतियां करते हैं, जिससे त्वचा नीरस, डल और बेजान दिखती है। इन गलतियों के कारण त्वचा को फायदा होने की बजाय नुकसान पहुंचता है। आइए जानें चेहरे को धोने के सही नियम और सावधानियां।

1 हाथ साफ करके ही चेहरा धोएं... चेहरा धोने से पहले अपने हाथों को साबुन से अच्छे से धो लें। हमारे हाथ लगातार बैक्टीरिया, तेल और गंदगी के

संपर्क में रहते हैं। गंदे हाथों से चेहरा धोने पर ये गंदगी चेहरे पर फैल सकती है, जिससे रोम छिद्र बंद हो जाते हैं और कील-मुंहासे निकल आते हैं।

2 गुनगुने पानी का इस्तेमाल करें, चेहरा कभी गर्म या बहुत ठंडे पानी से न धोएं... गर्म पानी त्वचा की प्राकृतिक नमी को खत्म कर देता है, जिससे त्वचा ज्यादा तेल स्रावित करने लगती है और कील-मुंहासे बढ़ सकते हैं।

3 ठंडा पानी रोमछिद्र सिकोड़ देता है और चेहरे को पूरी तरह साफ नहीं कर पाता। इसलिए चेहरा धोने के लिए हमेशा गुनगुने पानी का इस्तेमाल करें और हल्के थपथपाकर सुखाएं।

4 फेस वॉश का सही उपयोग... चेहरा धोते समय ज्यादा फेस वॉश का इस्तेमाल त्वचा को नुकसान पहुंचा सकता है।

5 मटर के दाने के बराबर फेस वॉश पर्याप्त होता है। इसे हथेलियों पर रगड़कर झाग बनाएं और गोले

चेहरे पर गोलाकार गति में लगाएँ। जोर-जोर से रगड़ने से त्वचा में घाव हो सकते हैं।

6 स्किन टाइप के अनुसार फेस वॉश चुनें: रूखी त्वचा के लिए क्रीम बेस्ड, संवेदनशील त्वचा के लिए माइल्ड क्लेन्जर।

7 चेहरा दिन में दो बार धोएं... सुबह चेहरा धोने से रात की गंदगी और तेल निकल जाता है।

8 शाम चेहरा धोने से दिन भर की धूल-मिट्टी और प्रदूषण हट जाता है।

9 बार-बार चेहरा धोना त्वचा को नुकसान पहुंचा सकता है क्योंकि इससे प्राकृतिक तेल और नमी गायब हो जाती है।

10 चेहरा धोते समय समय दें... चेहरा धोने में कम से कम 1 मिनट लगाएँ ताकि सारी मैल और गंदगी निकल जाए। स्किन टाइप के अनुसार इसे

2-3 मिनट तक भी किया जा सकता है।

11 चेहरा सुखाना भी जरूरी है... मुलायम, सूती और साफ तौलिये का इस्तेमाल करें।

12 गंदे तौलिये पर बैक्टीरिया हो सकते हैं जो रोम छिद्र बंद कर सकते हैं और मुंहासे पैदा कर सकते हैं।

13 तौलिये से हल्के थपथपाकर सुखाएं, रगड़ने से बचें।

14 फेस वॉश का इस्तेमाल भी किया जा सकता है, लेकिन नियमित उपयोग से बचें क्योंकि इनमें प्रिचर्वेटिव होते हैं जो त्वचा को नुकसान पहुंचा सकते हैं।

15 चेहरा धोना केवल एक रूटीन नहीं, बल्कि त्वचा को सेहत और सुंदरता बनाए रखने का महत्वपूर्ण तरीका है। सही तरीके और सावधानियां अपनाकर आप त्वचा को स्वस्थ, मुलायम और आकर्षक बना सकते हैं।

## न्यूज ब्रीफ

उदास अमेरिकी सैनिक लौक कर रहे ईरान युद्ध की खुफिया जानकारी



नई दिल्ली > ईरान युद्ध के जल्द समाप्त होने की आशंका नहीं है। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने 28 फरवरी से शुरू हुए इस युद्ध पर पहली बार राष्ट्र के नाम संबोधन किया। इसमें उन्होंने कहा कि अमेरिका अपना लक्ष्य पूरा करने के करीब है, साथ ही ट्रंप ने यह भी इशारा किया कि अमेरिका अगले 2-3 हफ्तों में ईरान के ऊपर ताबड़तोड़ हमले कर सकता है। अब यह हमला कैसा होगा? जमीनी आक्रमण होगा या एयरस्ट्राइक जारी रहेगी? जो भी हो, ट्रंप ने अपने इरादे साफ कर दिए हैं, लेकिन इसी बीच अमेरिकी जवानों को लेकर एक सनसनीखेज खुलासा सामने आया है।

इराक में अमेरिकी पत्रकार का अपहरण, दिन-दहाड़े उठा ले गए किडनेपर्स



नई दिल्ली > मिडिल ईस्ट में जारी जंग और तनाव के बीच मंगलवार, 31 मार्च को इराक की राजधानी बगदाद में एक अमेरिकी महिला पत्रकार का अपहरण कर लिया गया। अपहृत पत्रकार की पहचान शेली किटलसन के रूप में हुई है, जो लंबे समय से पश्चिम एशिया के विभिन्न इलाकों से स्वतंत्र रूप से रिपोर्टिंग कर रही थी। दिन-दहाड़े, हुई इस घटना के बाद इराकी सुरक्षा एजेंसियां हरकत में आ गई हैं और आरोपियों की तलाश में व्यापक अभियान चला रही हैं। इराक के गृह मंत्रालय ने अपने आधिकारिक बयान में एक विशेष पत्रकार के अपहरण की बात कही।

## स्पोर्ट्स ब्रीफ

पीएसएल बॉल टैम्परिंग के बाद फखर जमान पर एक और आरोप



नई दिल्ली > लाहौर कलंदर्स के बल्लेबाज फखर जमान को बॉल टैम्परिंग का दोषी मानते हुए दो मैचों के लिए बैन कर दिया गया है। पाकिस्तान सुपर लीग में जमान ने गेंद के साथ छेड़छाड़ की थी। इसे लेवल III का अपराध माना जाता है और इसमें कम से कम एक मैच का प्रतिबंध है। यह घटना रविवार को लाहौर के गद्दाफी स्टेडियम में कराची किंग्स के खिलाफ कलंदर्स की करीबी हार के अंतिम ओवर के दौरान हुई। पीसीबी के इस एक्शन के बाद जमान पर टी20 वर्ल्ड कप के दौरान भी गेंद से छेड़छाड़ की आरोप लग रहा है।

रियान पराग ने खोला राज, 15 साल के वैभव ने 15 गेंद में जड़ी फिफ्टी



नई दिल्ली > राजस्थान रॉयल्स ने आईपीएल 2026 में अपनी पहली जीत दर्ज कर ली है। टीम ने चेन्नई सुपर किंग्स को 8 विकेट से हरा दिया। इस जीत के हीरो 15 साल के युवा बल्लेबाज वैभव सूर्यवंशी रहे। राजस्थान के कप्तान रियान पराग ने मैच के बाद वैभव की जमकर तारीफ की। कप्तान ने साफ किया कि युवा प्लेयर को टीम में खुलकर खेलने की पूरी आजादी दी गई है। चेन्नई के खिलाफ वैभव ने कमाल की बैटिंग की। उन्होंने सिर्फ 15 गेंद पर अपना अर्धशतक पूरा कर लिया। अपनी पारी में इस आपनर ने कुल 17 गेंद खेली और 52 रन बनाए।

## दिखाई ताकत... अमेरिका तक तबाही मचाने वाले घातक मिसाइल इंजन का टेस्ट



नई दिल्ली > उत्तर कोरिया के लीडर किम जोंग उन ने एक बेहद पावरफुल सॉलिड-फ्यूल इंजन का टेस्ट अपनी आंखों के सामने करवाया है। सरकारी मीडिया 'कोरियन सेंट्रल न्यूज एजेंसी' (KCNA) की संडे की रिपोर्ट के मुताबिक, यह इंजन उन मिसाइलों के लिए तैयार किया गया है जो सीधे अमेरिका की धरती को निशाना बना सकती हैं। किम जोंग उन ने इस देश की सैन्य ताकत बढ़ाने वाला एक बड़ा कदम बताया है।

## ईरान बोला- हम 6 महीने और जंग को तैयार ट्रंप ने दिए मिडिल ईस्ट से निकलने के संकेत

एजेंसी > नई दिल्ली

ईरान के विदेश मंत्री अब्बास अराघची ने एक इंटरव्यू में साफ कर दिया है कि उनका देश अमेरिका और इजरायल के साथ कम से कम 6 महीने और जंग लड़ने के लिए पूरी तरह तैयार है। अराघची ने कहा कि ईरान के पास हथियारों और जरूरी सामान का पूरा स्टॉक है और वे अपनी रक्षा के लिए किसी भी हद तक जाएंगे। दूसरी तरफ, अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप का कहना है कि मिडिल ईस्ट की (मिडिल ईस्ट (मध्य पूर्व) दक्षिण-पश्चिम एशिया और उत्तर-पूर्वी अफ्रीका में फैला एक विशाल इंटरकॉन्टिनेंटल क्षेत्र है, जिसमें मुख्य रूप से सऊदी अरब, ईरान, इराक, तुर्की, इजरायल, मिस्र (इजिप्ट) और संयुक्त अरब अमीरात जैसे देश शामिल हैं) यह लड़ाई अगले 2 से 3 हफ्तों में खत्म हो सकती है।

ईरान ने उन खबरों को गलत बताया है जिनमें कहा जा रहा था कि उसने अमेरिका की शर्तें मान ली हैं। अराघची के मुताबिक, ईरान ने अमेरिका के 15-पॉइंट वाले प्लान पर कोई जवाब नहीं दिया है और न ही अपनी तरफ से कोई 5 शर्तें रखी हैं। उन्होंने कहा कि अमेरिका



के साथ भरोसे का लेवल अभी 'जीरो' है। ईरान का मानना है कि अमेरिका समझौते की आड़ में सैन्य कार्रवाई करता है, जैसा उसने 2015 की न्यूक्लियर डील के वक्त किया था। >दुनिया पर पड़ रहा असर... यह पूरी लड़ाई अमेरिका और इजरायल के हवाई हमलों में ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला अली खामेनेई के मारे जाने के बाद शुरू हुई। इसके बाद ईरान ने खाड़ी देशों में अमेरिकी और इजरायली ठिकानों पर हमले किए। इस तनाव

की वजह से दुनिया भर में तेल की कीमतें बढ़ गई हैं। ईरान ने होर्मुज जलडमरूमध्य (स्ट्रेट ऑफ होर्मुज) पर अपनी पकड़ मजबूत कर ली है, जहां से दुनिया का 20% तेल गुजरता है। अमेरिका में पेट्रोल के दाम 4 डॉलर प्रति गैलन के पार पहुंच गए हैं और यूरोप में भी महंगाई बढ़ गई है।

>अराघची का दावा: अमेरिकी दूत से मैसैज मिल रहे हैं... अब्बास अराघची ने खुलासा किया कि उन्हें अमेरिकी दूत

मार्को रुबियो का खुलासा

## ईरान बनने वाला था अगला उत्तर कोरिया

नई दिल्ली > रुबियो के अनुसार, ईरान के कट्टरपंथी शिया नेता ऐसी मिसाइलें बना सकते थे जो सीधे अमेरिका की मुख्य धरती तक हमला कर सकें। उन्होंने कहा कि अगर राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप 'ऑपरेशन एपिक फ्यूरी' के तहत सैन्य कार्रवाई नहीं करते, तो ईरान अपने इस मकसद में कामयाब हो जाता।

मार्को रुबियो ने फॉक्स न्यूज से बातचीत में नाटो के साथ अमेरिकी संबंधों पर भी सवाल उठाए। उन्होंने नाराजगी जताते हुए कहा कि जब अमेरिका को अपने सैन्य बेस इस्तेमाल करने की जरूरत होती है, तो कई यूरोपीय देश मना कर देते हैं। रुबियो ने कहा कि इस युद्ध के खत्म होने के बाद अमेरिका को नाटो गठबंधन में रहने की वैल्यू पर दोबारा सोचना होगा।

## ईरान की बड़ी शर्तें...

ईरान के राष्ट्रपति मसूद पेजेष्कियान ने एएफपी रिपोर्ट के अनुसार यूरोपीय परिषद के अध्यक्ष एंटोनियो कोस्ता से कहा कि वे जंग खत्म करना चाहते हैं, लेकिन इसके लिए टोस गारंटी चाहिए। ईरान सिर्फ युद्धविराम (सीजफायर) नहीं चाहता, बल्कि वह चाहता है कि पूरे क्षेत्र (लेबनान, इराक और यमन) में जंग पूरी तरह खत्म हो. साथ ही, ईरान ने जंग में हुए नुकसान के मुआवजे की मांग भी की है।

स्टीव विटकोफ से सीधे मैसैज मिल रहे हैं, लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि दोनों देशों के बीच कोई आधिकारिक बातचीत चल रही है। ट्रंप प्रशासन का दावा है कि ईरान समझौते के लिए 'भीख' मांग रहा है, लेकिन ईरान का कहना है कि वे केवल आधिकारिक चैनलों या दोस्त देशों के जरिए ही अपनी बात रख रहे हैं। व्हाइट हाउस ने संकेत दिया है कि राष्ट्रपति ट्रंप जल्द ही ईरान पर देश को संबोधित कर सकते हैं।

## स्पोर्ट्स

## केकेआर Vs एसआरएच

## अभिषेक शर्मा के कैच पर विवाद अंपायर के फैसले से नाराज बैटर

हिन्दुस्तान एकता > नई दिल्ली

आईपीएल 2026 के छठे मैच में कोलकाता नाइट राइडर्स और सनराइजर्स हैदराबाद के बीच हुए मुकाबले में अभिषेक शर्मा का आउट होना काफी विवादित साबित हुआ। बाएं हाथ के इस बल्लेबाज को बाउंड्री के पास वरुण चक्रवर्ती ने शानदार कैच लपककर पवेलियन भेज दिया। हालांकि, रिप्ले से पता चलता है कि कैच वैध नहीं लग रहा था, फिर भी तीसरे अंपायर ने रिप्ले के कुछ कोणों पर विचार करने के बाद अभिषेक को आउट करार दिया। अभिषेक अनजाने ढंग से मैदान से बाहर की ओर जाते दिखे। वह अंपायर के फैसले से खुश नजर नहीं आ रहे थे।

>विवादित फैसले का यह दूसरा मामला... आईपीएल 2026 में यह दूसरा मौका है जब एसआरएच के बल्लेबाज विवादित फैसले के शामिल हुए हैं। रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु के खिलाफ एसआरएच



के आईपीएल 2026 के पहले मैच में, हेनरिक क्लासेन ने एक छोटी गेंद को मिडविकेट की ओर पुल किया और फिल साल्ट ने उसे कैच कर लिया। हालांकि, मामला इतना आसान नहीं था। कैच क्लॉन नहीं लग रहा था। साल्ट गेंद के नीचे आराम से पहुंचने के बावजूद गिर गए। रिप्ले में दिखा कि साल्ट का पैर बाउंड्री कुशन के पास था। > हेनरिक क्लासेन को दिया गया था आउट... तीसरे अंपायर रोहन पंडित ने कई बार जांच की,

## व्या सच में आउट थे अभिषेक शर्मा

यह घटना पारी के नौवें ओवर में घटी जब अभिषेक ने पुल शांत खेलने की कोशिश की लेकिन बाउंड्री रोप के पास वरुण चक्रवर्ती ने उनका कैच पकड़ लिया। हालांकि, रिप्ले में दिखा कि केकेआर के फील्डर द्वारा कैच लेने से पहले गेंद शायद उछली थी, लेकिन तीसरे अंपायर ने रिप्ले के एक दूसरे एंगल को देखकर अभिषेक को आउट करार दिया। इस तरह, केकेआर में रिप्लेसमेंट के तौर पर शामिल हुए ब्लेसिंग मुजरबानी ने एक ही ओवर में अपना दूसरा विकेट लिया। अभिषेक ने 21 गेंदों में 48 रन बनाए, जिसमें 4 चौके और 4 छक्के शामिल थे। उनका स्ट्राइक रेट 228 से अधिक रहा।

## मैं सिर्फ पानी पिलाने वाला: टीम में वापसी पर शमी का छलका दर्द

नई दिल्ली > मोहम्मद शमी लंबे समय से भारतीय टीम से बाहर चल रहे हैं। 2025 चैंपियंस ट्रॉफी फाइनल के बाद उन्होंने भारत के लिए कोई इंटरनेशनल मैच नहीं खेला है। 35 साल के इस तेज गेंदबाज ने एक इंटरव्यू में अपने करियर पर खुलकर अपनी बात रखी है। शमी ने सीधे तौर पर कहा कि उनके अच्छे प्रदर्शन के बावजूद उन्हें लगातार नजरअंदाज किया जा रहा है। यह बात पूरी तरह सच है।

कोई इंटरनेशनल मैच नहीं खेला है। 35 साल के इस तेज गेंदबाज ने एक इंटरव्यू में अपने करियर पर खुलकर अपनी बात रखी है। शमी ने सीधे तौर पर कहा कि उनके अच्छे प्रदर्शन के बावजूद उन्हें लगातार नजरअंदाज किया जा रहा है। यह बात पूरी तरह सच है।

## मिक इंटरनेशनल फुटबॉल



## मिनर्वा अकादमी ने जूनियर वल्ब वर्ल्ड कप अभियान की धमाकेदार शुरुआत

अमेरिका की टीम को 4-1 से हराया

हिन्दुस्तान एकता > चंडीगढ़

भारत का प्रतिनिधित्व करते हुए युवा फुटबॉल के सबसे बड़े मंचों में से एक पर मिनर्वा अकादमी ने शानदार प्रदर्शन करते हुए अपने पहले मुकाबले में अमेरिका की बोका ऑर्जेज क्लब को 4-1 से करारी शिकस्त दी। शारीरिक रूप से मजबूत और अग्रसहित अमेरिकी टीम के खिलाफ मिनर्वा ने शुरुआत से ही संयम, रणनीतिक समझ और आक्रामक खेल का शानदार नमूना पेश किया। 4-3-3 फॉर्मेशन में खेलते हुए मिनर्वा ने हार्ड-वर्किंग रणनीति अपनाई, जबकि अमेरिकी टीम 4-4-2 की कॉम्पैक्ट संरचना में उतरी। शुरुआती मिनटों में मुकाबला तेज रहा और अमेरिकी टीम काउंटर अटैक से खतरा बनने की कोशिश करती दिखी, लेकिन जल्द ही मिनर्वा ने खेल की गति पर पूरी तरह नियंत्रण कर लिया। 15वें मिनट में चेतन तिवारी ने शानदार गोल कर मिनर्वा को बढ़त दिलाई और शील्ड से मैच का रुख तय हो गया। इसके ठीक चार मिनट



बाद, 19वें मिनट में कौथैजम चेतन ने शानदार फिनिश के साथ बढ़त को दोगुना कर दिया और स्कोर 2-0 कर दिया। इस समय तक मिनर्वा का खेल पर पूरी तरह दबदबा बन चुका था। अमेरिकी टीम ने वापसी की कोशिश की, लेकिन मिनर्वा की मजबूत डिफेंस के सामने वे ज्यादा सफल नहीं हो सके और हाफटाइम तक स्कोर 2-0 रहा। दूसरे हाफ में अमेरिकी टीम ने एक गोल कर मुकाबले को 2-1 तक पहुंचाया, लेकिन मिनर्वा ने तुरंत जवाब देते हुए अपनी श्रेष्ठता साबित की। 35वें मिनट में कौथैजम चेतन ने अपना दूसरा गोल करते हुए टीम को फिर से दो गोल की बढ़त दिला दी और अमेरिकी टीम की वापसी की उम्मीदों को खत्म कर

दिया। 46वें मिनट में आजम खान ने सटीक फिनिश के साथ चौथा गोल दागकर 4-1 की बड़ी जीत पक्की कर दी। मिनर्वा अकादमी का यह प्रदर्शन उच्च तोरता, बेहतरीन रणनीति और अंतिम तिहाई में सटीकता का शानदार उदाहरण रहा। खेल के हर पहलू में टीम की तैयारी और आत्मविश्वास साफ नजर आया। चेतन तिवारी (15'), कौथैजम चेतन (19', 35') और आजम खान (46') के गोलों की बदौलत मिनर्वा अकादमी के "वॉरियर्स" ने अपने अभियान की शानदार शुरुआत की है। एक मजबूत अमेरिकी टीम के खिलाफ यह जीत सिर्फ जीत नहीं, बल्कि वैश्विक मंच पर भारत की मजबूत मौजूदगी का बड़ा संदेश है।

## नया प्रोजेक्ट

क्या वापस क्वीन बनने को तैयार कंगना क्वीन 2 की शूटिंग इसी अप्रैल से शुरू; हॉलीवुड में भी डेब्यू कर सकती हैं...



कंगना रनौत क्वीन 2 से रानी के किरदार में वापसी कर सकती हैं। कहा जा रहा है कि एक्ट्रेस इसी साल अप्रैल के लास्ट से फिल्म की शूटिंग शुरू करेंगी।

रिपोर्ट में सूत्रों के हवाले से लिखा गया- इस बार रानी का किरदार स्मार्ट, मजबूत और अनोखा होगा। लेकिन कहानी एक ऐसे मोड़ पर आएगी, जो उसे खुद को समझने के सफर पर ले जाएगी। इसमें दिखाया जाएगा कि वह अपनी अलग पहचान, आत्म-समझ और हिम्मत के दम पर जिंदगी की मुश्किलों को कैसे पार करती है।

पहले पार्ट में रानी पेरिस और एम्स्टर्डम गई थी, लेकिन खबर है कि दूसरे पार्ट में वह भारत के अलग-अलग शहरों को एक्सप्लोर करेगी।

मुंबई के एक स्टूडियो से शूटिंग शुरू होगी... सूत्रों ने यह भी बताया कि शूटिंग मुंबई के एक स्टूडियो में शुरू होगी। मुंबई में शूटिंग पूरी होने के बाद दूसरे मेट्रो शहर में सीन्स फिल्माए जाएंगे। मेकर्स तीन महीने में शूट पूरा करना चाहते हैं।

कंगना की आखिरी फिल्म बॉक्स ऑफिस पर पिटी... कंगना को आखिरी बार 2025 की फिल्म इमरजेंसी

में देखा गया था। ये एक पॉलिटिकल ड्रामा फिल्म थी, जिसे कंगना ने ही डायरेक्ट और को-प्रोड्यूस किया था। वो पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी के किरदार में थीं। इसमें अनुष्का खेर, श्रेयस तलपड़े और मिल्दिंद सोमन का भी मेजर रोल था। हालांकि, ये फिल्म बॉक्स ऑफिस पर बुरी तरह फिट गई थी। 60 करोड़ के बजट में बनी इस फिल्म ने दुनियाभर में 21.75 करोड़ की कमाई की थी। क्वीन 2 के अलावा कंगना को 'भारत भाग्य विधाता' में भी देखा जाएगा। इसे उन्हीं के प्रोडक्शन हाउस मणिकर्णिका फिल्म्स के बैनर तले बनाया जा रहा है। इस प्रोजेक्ट की अनाउंसमेंट 2024 में की गई थी। उस समय बताया गया था कि कंगना ही फिल्म में लीड रोल निभाएंगी।

हॉलीवुड में डेब्यू के लिए कंगना तैयार... रिपोर्ट्स के मुताबिक, कंगना जल्द ही हॉलीवुड में डेब्यू करने वाली हैं। वो हॉरर ड्रामा फिल्म ब्लेड वी द एविल में नजर आएंगी। इसे अनुष्का रूद्र डायरेक्ट कर रहे हैं। कंगना के अलावा इसमें टायलर पीसी और स्कारलेट रोज स्टेलोन भी नजर आएंगी।

## धुरंधर के दोनों पार्ट को साथ रिलीज करने की तैयारी... दावा- फिल्म का 7.5 घंटे का लंबा डायरेक्टर कट 5 अप्रैल को आएगा

फिल्म धुरंधर और धुरंधर 2 को एक साथ रिलीज करने की खबरें सामने आ रही हैं। कहा जा रहा है कि फिल्म का एक 7.5 घंटे का लंबा डायरेक्टर कट तैयार किया गया है, जो 5 अप्रैल को सिनेमाघरों में रिलीज हो सकता है। हालांकि, मेकर्स की तरफ से इसकी आधिकारिक पुष्टि नहीं की गई है।

रिपोर्ट्स के मुताबिक, धुरंधर का एक्सटेंडेड वर्जन, जिसमें 'धुरंधर' और 'धुरंधर 2' दोनों को मिलाकर बनाया गया है। सोशल मीडिया पर एक पोस्ट भी वायरल हो रहा है। दावा किया जा रहा है कि यह CBFC द्वारा फिल्म को दिया गया सर्टिफिकेट है।

कुछ थिएटर में 2 शो दिखाने का प्लान... रिपोर्ट्स के मुताबिक- फिल्म के इस डायरेक्टर कट को MAX और Dolby Cinema जैसे प्रीमियम फॉर्मेट में दिखाया जा सकता है। कुछ ही सिनेमाघरों में इसे वीकेंड पर 2 शो में दिखाने की प्लानिंग है।

इस फिल्म में 3 इंटरवल होंगे... यह भी बताया गया कि पहले फिल्म को एक ही पार्ट में रिलीज करने का प्लान था। लेकिन फिल्म लंबी हो जाने पर मेकर्स ने इसे दो पार्ट में रिलीज किया। अब डायरेक्टर कट में दोनों पार्ट को जोड़कर दिखाया जाएगा। इसमें 3 इंटरवल होंगे। बता दें, फिल्म धुरंधर पिछले साल 5 दिसंबर को रिलीज हुई थी। यह बॉक्स ऑफिस पर हिट थी। इसने वर्ल्डवाइड करीब 1300 करोड़ कमाई की थी। वहीं, दूसरा पार्ट धुरंधर 2 इसी साल 19 मार्च को रिलीज हुआ। यह भी बॉक्स ऑफिस पर अच्छा परफॉर्म कर रही है। दोनों पार्ट में रणवीर सिंह, अर्जुन रामपाल, आर. माधवन, संजय दत्त, सारा अर्जुन और राकेश बेदी लीड रोल में दिखे। पहले पार्ट में अक्षय खन्ना भी मेजर रोल में थे। हालांकि, दूसरे पार्ट में बस उनकी झलक देखने को मिली। दोनों पार्ट को आदित्य धर ने डायरेक्ट किया है। कहानी भी उन्होंने ही लिखी है।



### प्रियंका ने 'धुरंधर 2' की तारीफ की: रणवीर के लिए लिखा- बधाई हो मेरे दोस्त

प्रियंका चोपड़ा ने फिल्म धुरंधर 2 और आदित्य धर की तारीफ की है। वहीं, रणवीर सिंह को दोस्त कहा है और इस फिल्म के लिए बधाई भी दी है। प्रियंका ने इंस्टाग्राम हैडल के स्टोरी सेक्शन पर फिल्म का पोस्टर शेयर किया। रणवीर सिंह, अर्जुन रामपाल, आर माधवन, अक्षय खन्ना, संजय दत्त, सारा अर्जुन और राकेश बेदी को टैग कर लिखा- बधाई हो मेरे दोस्तों। फिर प्रियंका ने आदित्य धर की तारीफ में लिखा- आप एक मकसद के साथ काम करने वाले इंसान हैं। धुरंधर हर मायने में एक शानदार अनुभव है। इसके लिए आप सभी को धन्यवाद। इसी कड़ी में राम गोपाल वर्मा, S.S राजमौली, रजनीकांत, विक्रान्त मैसी, करण जोहर, अल्लु अर्जुन, जूनियर NTR और राम चरण भी धुरंधर 2 की तारीफ कर चुके हैं।

राजमौली की फिल्म में दिखेंगी प्रियंका चोपड़ा जल्द ही राजमौली की फिल्म वाराणसी में नजर आने वाली हैं। इस फिल्म में वह साउथ एक्टर महेश बाबू के साथ काम करेंगी। वाराणसी उनकी तेलुगु डेब्यू भी होगी। फिल्म 7 अप्रैल 2027 को रिलीज होगी, जिसमें प्रियंका 'मंदाकिनी' का किरदार निभाएंगी। इसके अलावा, प्रियंका वेब सीरीज सिटाडेल के दूसरे सीजन में भी दिखाई देंगी। इसके अलावा हाल ही में उन्हें फिल्म द ब्लफ में देखा गया है।

### 'भूत बंगला' की रिलीज डेट बदली

अक्षय कुमार ने अपनाई धुरंधर 2' वाली स्ट्रेटेजी

बहुप्रतीक्षित हॉरर कॉमेडी 'भूत बंगला' अब अपनी रिलीज के बेहद करीब है। उम्मीद है कि यह फिल्म दर्शकों की उम्मीदों से भी बढ़कर होगी। बढ़ते एक्साइटमेंट के साथ, यह फिल्म मनोरंजन का एक ऐसा पैकेज लाने का वादा करती है जो पहले कभी नहीं देखा गया। 'भूत बंगला' को लेकर एक्साइटमेंट लगातार बढ़ती जा रही है। इसके दिलचस्प टीजर और चार्ट-बस्टर गानों ने पहले ही धूम मचा दी है, जिससे दर्शकों के बीच फिल्म को लेकर काफी उत्सुकता है। यह फिल्म एक मजेदार फेमिली एंटरटेनर के रूप में अपनी जगह बना चुकी है जिसका लोग बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं, लेकिन अब फिल्म की रिलीज में देरी हो रही है। जहां हर कोई इस फिल्म की राह देख रहा है, वहीं मेकर्स ने रिलीज डेट बदल दी है।

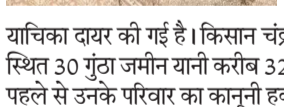
### 'क्योंकि सास भी कभी बहू थी 2'

मिहिर के उड़े होश, तुलसी ने रखी दूसरी शादी की शर्त

क्योंकि सास भी कभी बहू थी' की शुरुआत में मिहिर महाराज से पृथका है कि तुलसी के अकेले अस्पताल जाने के बारे में उसे कैसे पता चला। गायत्री बताती है कि तुलसी किसी को परेशान नहीं करना चाहती थी। मिहिर उसे दृढ़ता के लिए दौड़ता है, लेकिन उसी समय तुलसी भी अंदर आ जाती है और उससे कहती है कि उसे उससे कुछ पर्सनल बात करना चाहती है, लेकिन पूरे परिवार के सामने बात करना पड़ता है। मिहिर उससे पूछता है कि क्या हुआ है? तुलसी उसे नौयना की हालत के बारे में बताती है और मिहिर तुरंत कहता है कि नौयना उससे झूठ बोल रही है। तुलसी कहती है कि उसने खुद डॉक्टर से बात की है और यह झूठ नहीं है।

### जमीन विवाद में धिरे सोनाली बेंद्रे के पति गोल्डी बहल, लगा धोखाधड़ी का आरोप

बॉलीवुड एक्ट्रेस सोनाली बेंद्रे और उनके पति गोल्डी बहल पर पुणे के मावल में करीब 30 गुंठा (3,630 गज) जमीन के सौदे में धोखाधड़ी और अनियमित के उल्लंघन का आरोप है। स्थानीय किसान चंद्रकांत शिंदे का दावा है कि जिस जमीन को गोल्डी बहल ने खरीदा है, उस पर 1957 से उनके परिवार का पैतृक अधिकार है, जिसे नजरअंदाज कर यह अवैध खरीदारी की गई है। इस मामले में अब वडगांव मावल के सिविल कोर्ट में याचिका दायर की गई है। किसान चंद्रकांत शिंदे के दावों के अनुसार, उक्तसमान स्थित 30 गुंठा जमीन यानी करीब 32,000 वर्ग फुट जमीन पर साल 1957 से पहले से उनके परिवार का कानूनी हक है।



याचिका दायर की गई है। किसान चंद्रकांत शिंदे के दावों के अनुसार, उक्तसमान स्थित 30 गुंठा जमीन यानी करीब 32,000 वर्ग फुट जमीन पर साल 1957 से पहले से उनके परिवार का कानूनी हक है।

### श्री हनुमान जन्मोत्सव पर 'रामायणम्' का दूसरा टीजर आउट

## भगवान श्री राम के किरदार में दिखे रणबीर; फिल्म के दो पार्ट का बजट 4000 करोड़

रणबीर कपूर की फिल्म 'रामायणम्' का दूसरा टीजर रिलीज हुआ। टीजर को श्री हनुमान जन्मोत्सव के मौके पर रिलीज किया गया। 2 मिनट 38 सेकंड के इस टीजर में रणबीर भगवान श्री राम के रूप में नजर आए। पूरे टीजर में फोकस भगवान श्री राम के व्यक्तित्व पर किया गया है। इसमें भगवान श्री राम का वनवास, लंका दहन और कई पहलुओं को दिखाया गया है। भगवान श्री राम के रूप में रणबीर का किरदार सादगी से भरपूर लगा। उन्हें राजा श्री राम के रूप में भी दिखाया गया है। रामायणम् को नितेश तिवारी ने डायरेक्ट किया है। प्रोड्यूसर नमित मल्होत्रा हैं। इसे प्राइम फोकस स्टूडियो के बैनर तले प्रोड्यूस किया गया। वहीं, विजुअल इफेक्ट्स स्टूडियो DNEG और यश की 'मॉन्टर माईड क्रिएशन' से बनाई गई है।

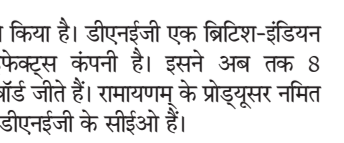
पहला टीजर पिछले साल जुलाई में रिलीज हुआ था... फिल्म का पहला टीजर पिछले साल 3 जुलाई को रिलीज किया गया था। इसमें भगवान श्री राम के रोल में रणबीर कपूर और रावण के रूप में यश की पहली झलक दिखी थी। इसके साथ मेकर्स ने दूसरे स्टारकास्ट का नाम भी रिवील किया था। फिल्म में माता सीता के

रोल में साई पल्लवी, श्री हनुमान के रोल में सनी देओल और श्री लक्ष्मण के किरदार में रवि दुबे दिखाई देंगे।

ऑस्कर विनिंग कंपनी ने बनाया वीएफएक्स... इस फिल्म के वीएफएक्स का काम इंटरनेशनल कंपनी डीएनईजी ने किया है। डीएनईजी एक ब्रिटिश-इंडियन विजुअल इफेक्ट्स कंपनी है। इसने अब तक 8 ऑस्कर अवॉर्ड जीते हैं। रामायणम् के प्रोड्यूसर नमित मल्होत्रा ही डीएनईजी के सीईओ हैं।

ए.आर रहमान ने म्यूजिक कंपोज किया... 'रामायणम्' की कहानी श्रीधर राघवन ने लिखी है। उन्होंने पठान और वॉर जैसी फिल्मों का स्क्रिनप्ले भी लिखा था। वहीं, फिल्म का म्यूजिक जर्मन म्यूजिक कंपोजर हंस जिमर और ए.आर रहमान ने दिया है।

4,000 करोड़ रुपये के बजट में बनी है फिल्म... फिल्म रामायणम् को 4,000 करोड़ के बजट में बनाया गया है। इस बात का खुलासा खुद फिल्म के प्रोड्यूसर ने किया था। नमित मल्होत्रा ने दिए इंटरव्यू में बताया था- जब हमने छह-सात साल पहले इस फिल्म को बनाने की प्लानिंग की थी, तो तब लोगों को लगा कि मैं पागल हूँ। क्योंकि किसी भारतीय फिल्म का स्केल इतना बड़ा नहीं रहा है। दोनों पार्ट्स को मिलाकर फिल्म का बजट करीब 500 मिलियन डॉलर यानी 4,000 करोड़ रुपये से ज्यादा है। हम दुनिया की सबसे बड़ी फिल्म बना रहे हैं, जो ऐसे महान महाकाव्य पर आधारित है जिसे वैश्विक स्तर पर देखा जाना चाहिए। फिर भी मेरा मानना है कि हम इसे कई बड़ी हॉलीवुड फिल्मों से ज्यादा अच्छे तरीके से बना रहे हैं।



### बॉलीवुड न्यूज

## बिग बॉस-18 कंटेस्टेंट रजत दलाल ने शादी की



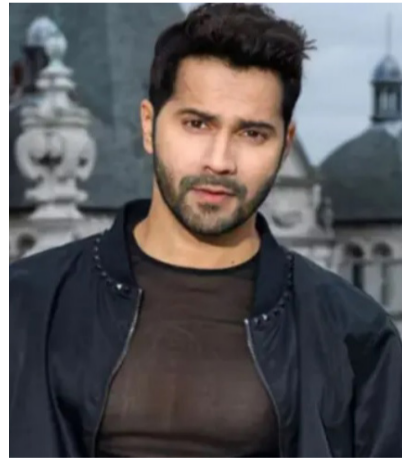
बिग बॉस 18 कंटेस्टेंट और फिटनेस इन्फ्लुएंसर रजत दलाल ने लॉग टर्म गर्लफ्रेंड से शादी कर ली है। इस बात की जानकारी उन्होंने सोशल मीडिया के जरिए दी। रजत ने इंस्टाग्राम हैडल पर पत्नी के साथ कुछ तस्वीरें शेयर कीं। कैप्शन लिखा- जिंदगी के एक नए फेज की शुरुआत। शेयर की गई तस्वीरों में रजत ट्रेडिशनल ऑफ व्हाइट शेरवानी में नजर आए। वहीं, पत्नी ने रेड ब्राइडल लहंगा पहना था। साथ ही दोनों नदी के किनारे खुबसूरत बैकग्राउंड के सामने पोज देते दिखाई दे रहे हैं। हालांकि, रजत ने अब तक पत्नी का नाम रिवील नहीं किया है। तस्वीरों के साथ रजत ने इंस्टाग्राम के स्टोरी सेक्शन पर एक वीडियो भी शेयर किया है। वीडियो में उन्होंने कहा- मैं जिंदगी का एक नया चैप्टर शुरू करने जा रहा हूँ। आप सभी ने मुझे जो प्यार और सपोर्ट दिया है, उसके लिए मैं बहुत आभारी हूँ। मेरे छोटे भाई, बड़े भाई, सभी मुझे आशीर्वाद दें।

## हियरिंग डिसऑर्डर से जूझ रही अलका यागिनक



प्लेबैक सिंगर अलका यागिनक ने हाल ही में अपनी सेहत पर बातचीत की है। उन्होंने बताया कि वो डायग्नोसिस करवाने के एक साल बाद भी चीजें नहीं सुन पाने की बीमारी से परेशान है। एक दिए इंटरव्यू में अलका ने बताया कि वह अभी पूरी तरह ठीक नहीं हो पाई है और उन्हें लगातार परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। इस बीमारी का असर उनके प्रोफेशनल लाइफ पर भी पड़ रहा है। उन्होंने कहा, "कभी-कभी कंपोजर्स मेरे पास आते हैं, लेकिन मैं काम नहीं कर पा रही हूँ।" हाल के महीनों में नए प्रोजेक्ट्स से अलका को गैरमौजूदगी साफ तौर पर महसूस की गई है, खासकर म्यूजिक इंडस्ट्री में। अलका अब वह नए असाइनमेंट्स नहीं ले पा रही हैं, जिसकी वजह उनकी सेंसरिनुरल नर्व हियरिंग लॉस बीमारी है। रिपोर्ट्स के मुताबिक उनका आखिरी रिकॉर्ड किया गया गाना 'नरम कालजा' था, जो अमर सिंह चमकीला(2024) के लिए रिकॉर्ड किया गया था।

## वरुण धवन के परिवार को अंडरवर्ल्ड से मिली थी धमकी



1990 के दशक में बॉलीवुड पर अंडरवर्ल्ड का काफी असर था। शाहरुख खान और करण जोहर बता चुके हैं कि उन्हें धमकियां मिलती थीं। अब इसी कड़ी में वरुण धवन ने खुलासा किया है कि उनके परिवार को भी अंडरवर्ल्ड से धमकी मिली थी। इस वजह से उन्हें एक दिन के लिए अपना घर छोड़कर कहीं और रहना पड़ा था। वरुण ने कहा- हमें भी कॉल आते थे, लेकिन हमें शुरू में पता नहीं चला कि क्योंकि हमारे स्टाफ वाले ही कॉल करने वालों से बहस करते रहते थे। स्टाफ ने तो हमारा पूरा पता भी बता दिया था। उन्हें मिलने के लिए भी बुला लिया था। यहाँ तक कह दिया कि उस गार्डन को भी बुला लिया था। यहाँ तक कह देंगे। वरुण ने कहा- हमें इस बारे में तब पता चला, जब किसी एक्टर ने पापा को कॉल कर चेतावनी दी। मामला तब हाथ से निकल गया, जब धमकी देने वाले ने कहा कि वो बंदूक लेकर आएगा। उसे हमारे घर का पता और ऑफिस की टाईमिंग पता थी। इसके बाद हमें उस दिन घर छोड़कर कहीं और रहना पड़ा। यह सुनने में मजेदार लगता है, लेकिन असल में यह बिल्कुल भी मजेदार नहीं है।