









# मालशेज घाट की खूबसूरत सैर

**मालशेज घाट** भारत के महाराष्ट्र के पश्चिमी घाट में स्थित एक खूबसूरत पहाड़ी दर्रा है। यह अपने शानदार परिदृश्य, समृद्ध वनस्पतियों और जीवों तथा सुखद जलवायु के लिए जाना जाता है। यह गंतव्य प्रकृति प्रेमियों, रोमांच के शौकीनों और शहर की भागदौड़ भरी जिंदगी से दूर रहने की चाहत रखने वालों के लिए एकदम सही है।



नीलम रामअवध

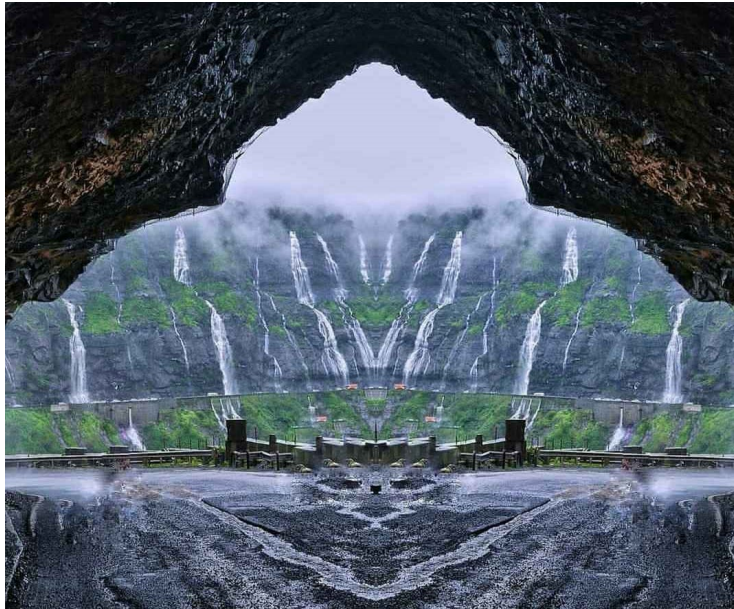
**यात्रा के लिए सबसे अच्छा समय**  
मालशेज घाट की यात्रा के लिए सबसे अच्छा समय जुलाई से सितंबर तक मानसून के मौसम के दौरान है। इस अवधि के दौरान, यह क्षेत्र हरा-भरा होता है और झरने अपने सबसे शानदार रूप में होते हैं। हालांकि, मालशेज घाट सर्दियों के महीनों में, अक्टूबर से फरवरी तक, जब मौसम ठंडा और सुहावना होता है, घूमने के लिए भी एक बेहतरीन जगह है।

वालों के लिए एक स्वर्ग है। यह पक्षियों की कई प्रजातियों का घर है, जिसमें खूबसूरत गुलाबी राजहंस भी शामिल हैं जो मानसून के मौसम में यहां प्रवास करते हैं।  
**हरिश्चंद्रगढ़ किले की सैर करें:** इतिहास के शौकीनों के लिए, प्राचीन हरिश्चंद्रगढ़ किला जरूर जाना चाहिए। किला अतीत की झलक

से बस झाड़व करना ही अपने आप में एक अनुभव है। घाटियों, चट्टानों और पहाड़ों के नजारे लुभावने हैं और फोटोग्राफी के लिए एकदम सही हैं।  
**कहां ठहरें**  
मालशेज घाट और उसके आस-पास कई ठहरने के विकल्प हैं, जिनमें बजट होटल से

और अच्छी सुविधाओं के लिए एक लोकप्रिय विकल्प है।  
**खाना-पीना**  
हालांकि मालशेज घाट में ज्यादा रेस्टोरेंट नहीं हैं, लेकिन जो कुछ उपलब्ध हैं, वे स्वादिष्ट स्थानीय व्यंजन पेश करते हैं। अपने साथ कुछ स्नेक्स और पानी ले जाना एक अच्छा विचार है, खासकर अगर आप ट्रेकिंग या हाइकिंग की योजना बना रहे हैं। ज्यादातर रिसॉर्ट और होटल कई तरह के व्यंजनों के साथ खाने के विकल्प भी देते हैं।

**कैसे पहुंचें**  
मालशेज घाट सड़क मार्ग से अच्छी तरह से जुड़ा हुआ है और मुंबई और पुणे जैसे प्रमुख शहरों से यहां पहुंचा जा सकता है। यह मुंबई से लगभग 130 किलोमीटर और पुणे से लगभग 120 किलोमीटर दूर है। मालशेज घाट की ड्राइव सुंदर है, जिसमें घुमावदार सड़कें और पहाड़ियों और घाटियों के सुंदर दृश्य हैं।

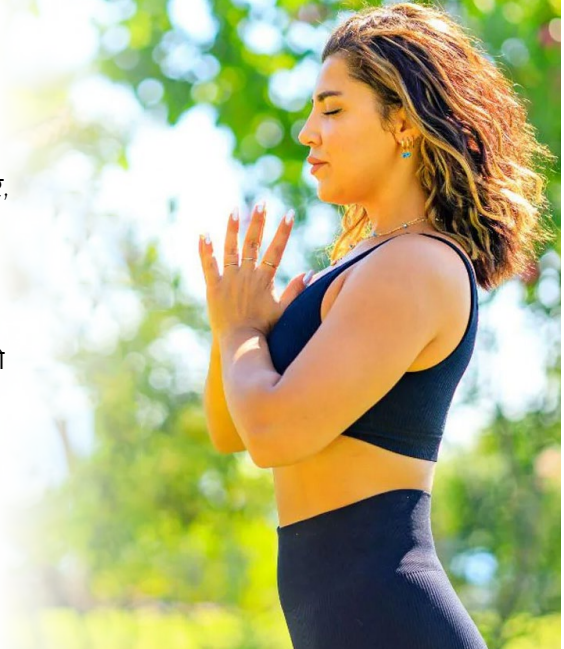


दिखाता है और आसपास के क्षेत्र के मनोरम दृश्य प्रदान करता है।  
**सुंदर दृश्यों का आनंद लें:** मालशेज घाट

लेकर ज्यादा आरामदायक रिसॉर्ट शामिल है। महाराष्ट्र पर्यटन विकास निगम द्वारा संचालित MTDC रिसॉर्ट अपने सुविधाजनक स्थान

# सूर्य नमस्कार के लाभ

**ए**क ऐसी सुबह की दिनचर्या की कल्पना करें जो न केवल आपको जगाए बल्कि आपको अधिक मजबूत, अधिक लचीला और शांत भी बनाए। सूर्य नमस्कार, या सूर्य नमस्कारयोग मुद्राओं का एक सरल क्रम है जो ऐसा ही कर सकता है। यह प्राचीन अभ्यास आपके शरीर और मन के लिए एक संपूर्ण कसरत की तरह है, जो आपको ऊर्जावान महसूस करने और दिन का सामना करने के लिए तैयार होने में मदद करता है। चाहे आप युवा हों या बूढ़े, फिट हों या अभी शुरुआत कर रहे हों, सूर्य नमस्कार ऐसे लाभ प्रदान करता है जिनका आनंद हर कोई उठा सकता है।



- लचीलापन बढ़ाता है**  
सूर्य नमस्कार में कई तरह की मुद्राएं शामिल हैं जो शरीर की अलग-अलग मांसपेशियों को खींचती हैं। यह समग्र लचीलेपन को बेहतर बनाते, शरीर को अधिक चुस्त बनाते और चोटों के जोखिम को कम करने में मदद करता है।
- मांसपेशियों और जोड़ों को मजबूत बनाता है**  
सूर्य नमस्कार में मुद्राएं हाथ, पैर और कोर सहित विभिन्न मांसपेशी समूहों को शामिल करती हैं। यह मांसपेशियों की ताकत बनाने और उन्हें टोन करने में मदद करता है। इसके अतिरिक्त, आंदोलनों से जोड़ भी मजबूत होते हैं, जिससे समग्र स्थिरता और संतुलन बढ़ता है।
- हृदय स्वास्थ्य को बढ़ाता है**  
सूर्य नमस्कार करने से हृदय गति बढ़ती है, जिससे एक अच्छा कार्डियोवैस्कुलर वर्कआउट मिलता है। यह रक्त परिसंचरण में सुधार करने, हृदय को स्वस्थ रखने और हृदय संबंधी बीमारियों के जोखिम को कम करने में मदद करता है।
- वजन घटाने में सहायक**  
सूर्य नमस्कार कैलोरी बर्न करने का एक बेहतरीन तरीका है। मांसपेशियों की निरंतर गति और जुड़ाव चयापचय को बढ़ावा देने में मदद करता है, जो स्वस्थ आहार के साथ संयुक्त होने पर वजन घटाने में सहायता कर सकता है।
- पाचन में सुधार करता है**  
सूर्य नमस्कार में कुछ आसन पेट के अंगों की मालिश करते हैं, जिससे बेहतर पाचन में सहायता मिलती है। नियमित अभ्यास से कब्ज

और सूजन जैसी पाचन संबंधी समस्याओं से राहत मिल सकती है।  
**6. तनाव और चिंता को कम करता है**  
सूर्य नमस्कार में शारीरिक व्यायाम और गहरी सांस लेने का संयोजन मन को शांत करने में मदद करता है। यह तनाव और चिंता को कम करता है, मानसिक स्पष्टता और भावनात्मक संतुलन को बढ़ावा देता है।  
**7. ऊर्जा के स्तर को बढ़ाता है**  
सूर्य नमस्कार का अभ्यास अक्सर सुबह के समय किया जाता है क्योंकि यह शरीर और दिमाग को जगाने में मदद करता है। आसनों का क्रम शरीर को ऊर्जा देता है, जिससे आप पूरे दिन अधिक सक्रिय और सतर्क महसूस करते हैं।  
**8. मुद्रा में सुधार करता है**  
सूर्य नमस्कार में विभिन्न आसन रीढ़ को संरक्षित करने और मुद्रा में सुधार करने में मदद करते हैं। यह उन लोगों के लिए विशेष रूप से फायदेमंद है जो लंबे समय तक डेस्क पर बैठ रहे हैं या काम करते हैं।  
**9. फेफड़ों की क्षमता बढ़ाता है**  
सूर्य नमस्कार में शामिल गहरी सांस लेने से फेफड़ों की क्षमता और श्वसन स्वास्थ्य में सुधार होता है। इससे शरीर में बेहतर ऑक्सीजनेशन और समग्र जीवन शक्ति में सुधार हो सकता है।  
**10. समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है**  
सूर्य नमस्कार एक समग्र व्यायाम है जो शरीर और मन दोनों को लाभ पहुंचाता है। यह शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्पष्टता और भावनात्मक स्थिरता में सुधार करके समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है।



# चटपटे चाट की मशहूर प्रजातियां

**भारतीय चाट एक** प्रकार का स्ट्रीट फूड है जो न केवल भारत में बल्कि विदेश में बहुत लोकप्रिय है। यह अलग-अलग स्वाद और बनावट का मिश्रण है, जैसे मीठा, मसालेदार, तीखा और कुरकुरा। यहां पांच प्रसिद्ध प्रकार की भारतीय चाट के बारे में सरल अंग्रेजी में बताया गया है:

**1. पानी पूरी**  
पानी पूरी एक लोकप्रिय चाट है जिसमें छोटी, गोले, खोखली पूरियां (कुरकुरे गोले) होती हैं जो मसालेदार और तीखे पानी, इमली की चटनी, छोले और आलू से भरी होती हैं। आप इसे एक ही बार में खा लेते हैं और यह आपके मुंह में स्वाद से भर जाती है। यह ताजा और थोड़ी मसालेदार होती है, जो गर्मी के दिनों के लिए एकदम सही है।

**2. भेल पूरी**  
भेल पूरी एक कुरकुरी और तीखी चाट है जिसे मुरमुरे, सब्जियों और इमली की चटनी से बनाया जाता है। मुख्य सामग्री में मुरमुरे, कटे हुए प्याज, टमाटर, उबले आलू और सेव (छोले के आटे से बने पतले तले हुए नूटल्स) शामिल हैं। इसे इमली और पुदीने की चटनी के साथ मिलाया जाता है, जिससे यह मीठा, तीखा और मसालेदार स्वाद देता है। इसे आमतौर पर ताजा धनिया पत्ती और नींबू के रस के साथ परोसा जाता है।

**3. आलू टिक्की**  
आलू टिक्की एक प्रकार की आलू की पैटी है जो बाहर से कुरकुरी और अंदर से नरम होती है। इसे मसले हुए आलू को मसालों और कभी-कभी मटर के साथ मिलाकर बनाया जाता है, फिर छोटे-छोटे पैटी बनाकर सुनहरा भूरा होने तक तला जाता है। आलू टिक्की को अक्सर चटनी, दही और कभी-कभी छोले की सब्जी के साथ परोसा जाता है। तीखा और मसालेदार चटनी के साथ कुरकुरी पैटी का संयोजन स्वादिष्ट होता है।

**4. दही पूरी**  
दही पूरी पानी पूरी जैसी ही होती है, लेकिन इसमें अलग भरवण होता है। मसालेदार पानी के बजाय, पूरी में दही, उबले आलू, छोले और इमली और पुदीने जैसी कई चटनी भरी जाती हैं। इसके ऊपर सेव, धनिया पत्ती और कभी-कभी अनार के दाने डाले जाते हैं। दही इसे ठंडा, मलाईदार स्वाद देता है जो चटनी के तीखेपन को संतुलित करता है।

## राशिफल

**प्रियंका जैन**

<b>गर्भ</b>	यात्रा मनोनुकूल रहेगी। कारोबार से संतुष्टि रहेगी। रुका हुआ धन प्राप्त होगा। प्रयास सफल रहेगा। बुद्धि का प्रयोग करें। नौकरी में प्रभाव क्षेत्र बढ़ेगा। व्यापार-व्यवसाय में उत्साह से काम कर पाएंगे।	<b>वृष</b>	किसी मांगलिक कार्य का आयोजन हो सकता है। स्वादिष्ट व्यंजनों का लुत्फ उठा पाएंगे। यात्रा लाभदायक रहेगी। किसी प्रबुद्ध व्यक्ति का मार्गदर्शन प्राप्त होगा। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रह सकता है।	<b>मिथुन</b>	आंखों का विशेष ध्यान रखें। चोट व रोग से बचाएं। पुराना रोग उभर सकता है। कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। वाणी पर नियंत्रण रखें। व्यवसाय की गति धीमी रहेगी। आय बनी रहेगी। नौकरी में कार्यभार रहेगा।	<b>कर्क</b>	आवश्यक वस्तु समय पर नहीं मिलने से खिन्नता रहेगी। बनते कामों में बाधा उत्पन्न होगी। स्वास्थ्य कमजोर रहेगा। वैवाहिक प्रस्ताव मिल सकता है। थोड़े प्रयास से ही कार्यसिद्ध होने से प्रसन्नता रहेगी।
<b>सिंह</b>	आय में निश्चितता रहेगी। शत्रु शांत रहेगा। व्यापार-व्यवसाय से लाभ होगा। बुरी खबर मिल सकती है, धैर्य रखें। दौड़धूप की आवश्यकता का स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ेगा। थकान व कमजोरी रह सकती है।	<b>कन्या</b>	स्थायी संपत्ति के बड़े सौदे बड़ा लाभ दे सकते हैं। मनपसंद रोजगार मिलेगा। आर्थिक उन्नति के प्रयास सफल रहेगे। वैवाहिक प्रस्ताव मिल पाएंगे। बैंक बैलेंस बढ़ेगा। नौकरी में चैन रहेगा। व्यापार में वृद्धि के योग हैं।	<b>तुला</b>	वाणी में शब्दों का प्रयोग सोच-समझ कर करें। प्रतिद्वंद्विता में कमी होगी। राजकीय सहयोग प्राप्त होगा। वैवाहिक प्रस्ताव मिल सकता है। व्यापार में वृद्धि होगी। स्त्री वर्ग से समयानुकूल सहायता प्राप्त होगी।	<b>वृश्चिक</b>	वाहन, मशीनरी व अग्नि के प्रयोग में सावधानी रखें। विशेषकर गृहनिर्माण लापरवाही न करें। आवश्यक वस्तुएं गुप्त हो सकती हैं। दुष्टजन हानि पहुंचा सकते हैं। किसी व्यक्ति की बातों में न आएं।
<b>धनु</b>	धार्मिक अनुष्ठान में भाग लेने का अवसर प्राप्त हो सकता है। सत्संग का लाभ मिलेगा। राजकीय सहयोग प्राप्त होगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। नौकरी में सहकर्मी साथ देंगे। कारोबार में वृद्धि होगी।	<b>मकर</b>	बिगड़े काम बनेंगे। निवेश मनोनुकूल लाभ देगा। नौकरी में प्रभाव वृद्धि होगी। कोई पुराना रोग बाधा का कारण हो सकता है। सामाजिक कार्य करने का अवसर प्राप्त होगा। घर-बाहर पूछ-परख रहेगी। विरोध होगा।	<b>कुम्भ</b>	व्यावसायिक यात्रा लाभदायक रहेगी। रोजगार मिलेगा। आय में वृद्धि होगी। कारोबार में वृद्धि होगी। शेयर मार्केट मनोनुकूल लाभ देगा। बुद्धि का प्रयोग करें। घर-बाहर प्रसन्नता का वातावरण बनेगा।	<b>मीन</b>	जल्दबाजी व लापरवाही से हानि होगी। राजकीय कोप भुगताना पड़ सकता है। विवाद न करें। शुभ समाचार प्राप्त होंगे। बिछड़े मित्र व संबंधी मिलेंगे। जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे।

## बिना जन्म कुंडली के जानिए शुक्र ग्रह का जीवन पर प्रभाव

**दो**स्तों हमारे बीच बहुत सारे ऐसे लोग होते हैं जो ज्योतिष के माध्यम से अपने जीवन से जुड़ी समस्या और उनके समाधान के बारे में जानना चाह रहे होते हैं, लेकिन उनके पास जन्म समय सही ना होने के कारण जन्म कुंडली ना बन पाने की वजह से अपने जीवन पर ग्रहों के शुभ अशुभ प्रभाव और उनके समाधान के बारे में नहीं जान पाते। लेकिन जानकारी के लिए बता दें कि अगर आपके पास जन्म कुंडली नहीं भी है तो भी आपके जीवन या घर परिवार पर आने वाले प्रभाव के माध्यम से यह बताया जा सकता है कि कौन सा ग्रह आपके जीवन में समस्या दे रहा है, और अशुभता को कैसे दूर किया जा सकता है। इसी विषय पर चर्चा करते हुए आज की पोस्ट में हम शुक्र ग्रह के जीवन में प्रभाव और उपाये आपको बताएंगे।

**दृष्टिकोण और भोग विलास का कारक :**  
शुक्र ग्रह हमारे जीवन में किसी रिश्ते या विषय वस्तु से संबंधित दृष्टिकोण धर जाता है। इसी तरह यदि शुक्र कमजोर भी है और अशुभ भी, तो ऐसे व्यक्ति में भौतिक सुख प्राप्ति की इच्छा तो होती है लेकिन उनकी प्राप्ति में समस्या आती है, धातु के रोग ऐसे व्यक्ति को परेशान करते हैं।

**घर में शुक्र की अशुभता के लक्षण : शुक्र की अशुभता के निम्न प्रभाव परिवार में आते हैं**  
घर में सुंदरता और सुगंधित वातावरण का अभाव होता है।  
कांच की वस्तुएं जैसे कि शीशे, खिड़कियां साफ नहीं रहते।  
किसी भी शुभ कार्य, खुशी के माहौल के समय झगड़े, मनमुटाव होते हैं।  
ऐसे घर के सदस्यों के वस्त्र खराब होते रहते हैं। घर की महिलाएं सुखी नहीं होतीं, धन की बर्बादी होती है। परिवार के सदस्य ही अपने निजी सुख साधनों को लेकर एक दूसरे के शत्रु बने होते हैं।  
ऐसे पति पत्नी में दोस्ताना संबंध नहीं

होता।  
शुक्र से शुभता प्राप्ति के उपाये : शुक्र के अशुभ प्रभाव दूर करने के लिए निम्न उपाये करें  
जब भी घर में कोई खुशी का अवसर हो तो मीठे के साथ नमकीन का भी दान करें।  
घर के दक्षिण पूर्व दिशा में पूरे परिवार का चित्र लाल रंग के फ्रेम में शुक्रवार के दिन लगाएं।  
घर में कांच की वस्तुओं (शीशे, खिड़कियां) की नियमित सफाई करें।  
शुक्रवार के दिन पति पत्नी एक साथ बाहर ढाबे / रेस्टोरेंट पर भोजन करें।  
काले और नीले रंग से हर तरह से परहेज करें, हल्के रंगों का उपयोग करें।  
शरीर की सफाई रखें, धुले हुए वस्त्र धारण करें, कभी कभी दही भी शरीर पर लगाएं।  
शुक्रवार के दिन ही एक परफ्यूम खरीदें जिसका इस्तेमाल घर के सभी सदस्य करें।



## इंग्लैंड के लिए अमेरिका पर बड़ी जीत जरूरी



## नंबर गेम

- ▶ 158 रन इंग्लैंड के फिल साल्ट ने छह मैचों में बनाए हैं
- ▶ 09 विकेट इंग्लैंड के जोफ्रा आर्चर छह मैच में ले चुके हैं

एजेंसी | किंगस्टाउन

गत चैंपियन इंग्लैंड को विश्व कप में अगर अपनी उम्मीदें कायम रखनी हैं तो उसे अमेरिका के खिलाफ रविवार को सुपर आठ ग्रुप 2 के अपने अंतिम मैच में बड़ी जीत दर्ज करनी होगी। हालांकि अमेरिका पहले दोनों मैच हार बाहर हो चुका है। दोनों टीमों पहली बार टी-20 में आमने-सामने होगी।

## अंग्रेज बल्लेबाजों पर दारोमदार

इंग्लैंड को अगर अपना नेट रन रेट सुधारना है तो उसके बल्लेबाजों को अच्छा प्रदर्शन करना होगा। उसके बल्लेबाजों ने वेस्टइंडीज के खिलाफ अच्छा प्रदर्शन किया था लेकिन दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ वह इसे नहीं दोहरा पाए। फिल साल्ट शानदार फॉर्म में हैं। उन्होंने पिछले 10 मैचों में दो शतक और एक अर्धशतक

## सेमीफाइनल का समीकरण

अभी किसी भी टीम ने सेमीफाइनल में अपनी जगह पक्की नहीं की है। इंग्लैंड को अंतिम चार में जगह बनाने की होड़ में बने रहने के लिए अमेरिका के खिलाफ कम से कम 10 रन या एक ओवर शेष रहते हुए जीत हासिल करनी होगी। अगर इंग्लैंड ऐसा करने में सफल हो जाएगा तो दक्षिण अफ्रीका की मुश्किल बढ़ जाएगी क्योंकि वेस्टइंडीज के खिलाफ यहां तक कि सुपर ओवर में हारने पर भी वह बाहर हो जाएगा। यदि दक्षिण अफ्रीका जीतने में सफल रहता है और इंग्लैंड की टीम अमेरिका से हार जाती है तो फिर वेस्टइंडीज, इंग्लैंड और अमेरिका में से जिसका नेट रन रेट बेहतर होगा वह ग्रुप से दूसरे स्थान पर रहकर सेमीफाइनल में पहुंच जाएगा।

## रनरेट में सुधार जरूरी

दक्षिण अफ्रीका ने ग्रुप दो में अपने दोनों मैच जीते हैं और वह अभी शीर्ष पर है। इंग्लैंड के बल्लेबाज दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ पिछले मैच में 164 रन के लक्ष्य का पीछा करते हुए आक्रामक अंदाज में बल्लेबाजी नहीं कर पाए और इस मैच में हार के कारण उसका नेट रन रेट भी गड़बड़ा गया। वेस्टइंडीज की अमेरिका के खिलाफ बड़ी जीत से इस ग्रुप में सेमीफाइनल में पहुंचने की दौड़ रोमांचक हो गई है। विंडीज और इंग्लैंड के 2-2 अंक हैं लेकिन इंग्लैंड का रनरेट कम है। ऐसे में सेमीफाइनल में पहुंचने के लिए इंग्लैंड को इसमें सुधार करना जरूरी होगा।

लागाया है लेकिन पिछले मैच में उनके जल्दी आउट होने से इंग्लैंड को धमाकेदार शुरुआत नहीं मिल पाई। कप्तान जोस बटलर और जॉनी बेयरस्टो बड़े शॉट नहीं लगा सके। हैरी ब्रूक (53) और लियाम लिविंगस्टोन (33) ने मोर्चा संभाला लेकिन इंग्लैंड अंतिम तीन ओवर में 25 रन नहीं बन पाया।

## मैच प्रीव्यू 1

## अफगानिस्तान के सामने ऑस्ट्रेलिया की कड़ी चुनौती

## नंबर गेम

- ▶ 01 टी-20 मैच दोनों टीमों के बीच अब तक हुआ जिसमें ऑस्ट्रेलिया ने अफगान टीम को चार रन से हराया
- ▶ 179 रन पांच मैच में ऑस्ट्रेलिया के ट्रेविस हेड ने बनाए, अफगान बल्लेबाज गुरबाज के पांच मैच में 178 रन हैं
- ▶ 15 विकेट लेकर अफगान गेंदबाज फारुकी शीर्ष पर हैं, दूसरे नंबर पर कंगारू गेंदबाज जांपा ने 11 विकेट लिए हैं

एजेंसी | किंगस्टाउन

भारत से हारने के बाद अफगानिस्तान के सामने रविवार को टी-20 विश्व कप के सुपर आठ ग्रुप 1 के अपने दूसरे मुकाबले में ऑस्ट्रेलिया की कड़ी चुनौती होगी। ग्रुप के अपने पहले मुकाबले में भारत से 47 रन से

हारने वाली अफगान टीम काफी दबाव में होगी क्योंकि उस पर जीत ही नहीं बल्कि नेट रन रेट सुधारने का दबाव भी होगा।

## आसान नहीं राह

अफगानिस्तान -2.350 के नेट रन रेट के साथ तीसरे स्थान पर है और उसके लिए इसे बेहतर करना



और साथ ही ग्रुप की अंक तालिका में ऊपर की ओर बढ़ना मुश्किल काम होगा जिसमें बांग्लादेश भी शामिल है। अफगानिस्तान के लिए बल्लेबाजी में रहमानुल्लाह गुरबाज (178 रन) और इब्राहिम जदरान (160) अहम खिलाड़ी हैं लेकिन उन्हें मध्य और निचले

क्रम के बल्लेबाजों से सहयोग की जरूरत है। फजलहक फारुकी (15 विकेट) और राशिद खान (9) दोनों ने अमेरिकी पिचों पर बल्लेबाजों के लिए मुश्किलें खड़ी की हैं जिससे दोनों फॉर्म में चल रहे ऑस्ट्रेलियाई बल्लेबाजों पर लगाम कसने में महत्वपूर्ण होंगे।

## जीत का पंच जड़ चुके कंगारू

अफगानिस्तान ने ग्रुप चरण में हरफनमीला कौशल का प्रदर्शन किया जिसकी बदौलत वह वेस्टइंडीज के बाद दूसरे स्थान पर रहने में सफल रहा। लेकिन 2021 की विजेता ऑस्ट्रेलियाई टीम को रोकने के लिए उन्हें अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करना होगा जो लगातार पांच जीत दर्ज कर चुकी है। ऑस्ट्रेलिया के शीर्ष क्रम की बात की जाए तो डेविड वार्नर (169 रन) और ट्रेविस हेड (179) की विस्फोटक सलामी जोड़ी सर्वश्रेष्ठ गेंदबाजी आक्रमण की ध्वजियां उड़ाने में माहिर लेकिन राशिद और फारुकी अपनी गेंदबाजी से प्रभाव डाल सकते हैं।

## बदला लेने लेने पर नजर

दोनों टीमों पिछली बार 2023 वनडे विश्व कप में एक-दूसरे के आमने सामने हुई थीं। मुंबई में खेले गए शानदार दोहरा शतक जड़ा था जबकि पेट कमिंस ने दूसरे छोर पर उन्हें मजबूत सहयोग दिया था। अफगानिस्तान निश्चित रूप से उस हार का बदला लेना चाहेगा, भले ही प्रारूप अलग हो क्योंकि वे इस प्रारूप में सहज महसूस करते हैं। साथ ही उनके पास बेहतर प्रदर्शन करने के लिए कौशल और मानसिकता है। पर देखना होगा कि राशिद की टीम अपनी योजनाओं को अच्छी तरह आजमा पाती है या नहीं।

## फॉर्म में नहीं मैक्सवेल

हालांकि उसके लिए मैक्सवेल की फॉर्म चिंता बनी हुई है। लेकिन मिचेल मार्श की ऑस्ट्रेलियाई टीम भी अपने विस्फोटक बल्लेबाजों की बदौलत टूर्नामेंट की मजबूत टीम में से एक है। उसके पास टिम डेविड के रूप में शानदार खिलाड़ी मौजूद हैं जो बेहतरीन अंतरराष्ट्रीय

मैच और निचले क्रम में मार्कस स्टोनिंस की मौजूदगी टीम को मजबूत बनाती है जिनकी मौजूदा फॉर्म (तीन मैच, 156 रन) शानदार है। स्कॉटलैंड के खिलाफ पिछले मैच में पेट कमिंस की हैट्रिक के बावजूद ऑस्ट्रेलियाई टीम को क्षेत्ररक्षण में सुधार की जरूरत होगी

वर्कों स्कॉटलैंड के खिलाफ उन्होंने छह कैच टपकाए जिसमें से अकेले मार्श ने तीन कैच छोड़े। एडम जांपा (11) इस विश्व कप में सबसे अधिक विकेट लेने वाले गेंदबाजों की सूची में दूसरे स्थान पर हैं। यह लेग स्पिनर तीन तेज गेंदबाजों के बाद टीम के लिए अहम गेंदबाज हैं।

## महिला टीम दक्षिण अफ्रीका का सफाया करने उतरेगी

बेंगलुरु। भारत और दक्षिण अफ्रीका की महिला क्रिकेट टीमों रविवार को यहां तीसरे और अंतिम एक दिवसीय अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट मैच में आमने-सामने होंगी। इस मुकाबले में मेजबान टीम की नजर जीत के साथ सीरीज का सफाया



करने पर लगी होगी।

दो मैच जीत चुकी: मेजबान भारतीय टीम ने सीरीज का पहला मैच आसानी से जीता लेकिन दूसरे मैच में उसे संघर्ष करना पड़ा। पहले मैच में भारतीय टीम ने पांच विकेट पर 99 रन के स्कोर से उबरकर 260 रन से अधिक का स्कोर बनाया था।

## एंजी मरे पीठ की चोट की सर्जरी कराएंगे

लंदन। पूर्व नंबर एक टेनिस खिलाड़ी एंजी मरे विम्बलडन या पेरिस ओलंपिक में खेलने की कोशिश के बारे में कोई फैसला लेने से पहले पीठ की चोट से निपटने के लिए सर्जरी करावाएंगे। 37 साल के

मरे ने पीठ दर्द के कारण बुधवार को क्वींस क्लब में अपना दूसरे दौर का मैच बीच में छोड़ दिया था, तब वह जॉर्डन थॉमसन से 1-4 से पीछे थे। ब्रिटेन के इस खिलाड़ी ने मुकाबला शुरू होने से पहले ही दाएं पैर में

परेशानी की शिकायत की थी। दो बार के विम्बलडन विजेता मरे ने इस साल के अंत में संन्यास लेने का संकेत दिया है। ऑल इंग्लैंड क्लब (विम्बलडन) में पहले दौर का खेल एक जुलाई से शुरू होगा।

## 'मकसद' का शुभारंभ

फिल्मों की शूटिंग इन दिनों उत्तर प्रदेश में बड़ी संख्या में हो रही है। अब एक और अपकमिंग हिन्दी फिल्म 'मकसद' की शूटिंग उत्तर प्रदेश के नवाबों के शहर लखनऊ में आगामी 22 अगस्त 2024 से शुरू होने जा रही है। 21 जून को मुंबई में आस्था आर्ट ऐंड मूवीज के बैनर तले बनने वाली फिल्म 'मकसद' का शुभ आरंभ कर दिया गया है।

इस अवसर पर निर्माता सतीश पांडे, लेखक, निर्देशक विरेन्द्र पासवान, नायक विक्की सिंह और कैमरामैन संजय सिंह के साथ फिल्म के पी.आर.ओ. दिनेश यादव भी उपस्थित रहे। इस फिल्म में सयाजी शिंदे और जॉनी लीवर जैसे कलाकार भी महत्वपूर्ण भूमिका में नजर आएंगे। हालांकि अभी बाकी कलाकारों का चयन जारी है। फिल्म के राइटर डायरेक्टर विरेन्द्र पासवान का कहना है कि मकसद की कहानी बॉलीवुड की फार्मुला फिल्मों से काफी अलग है। हम सब बेहद उत्साहित हैं कि इसकी शूटिंग लखनऊ में अगस्त में होने जा रही है। फिल्म का प्रेजेंटेशन काफी अनोखा होगा जिसे दर्शकों से भरपूर प्यार मिलने की उम्मीद है। आज कंटेंट ही किंग है और स्टोरीलाइन अगर हटकर है तो फिर वह आडिअंस को अवश्य अट्रैक्ट करेगी।

## फिल्मों के प्रदर्शन के साथ 18वें मुंबई अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव का समापन



मुंबई। 18वें मुंबई अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव का समापन बड़े ही शानदान ढंग से हुआ। उल्लेखनीय है कि इस महोत्सव में 12,000 से ज्यादा डेलिगेट्स ने हिस्सा लिया और यहां पर कुल 314 फिल्मों को प्रदर्शित किया गया। गौर करने वाली बात है कि महोत्सव के ताजा संस्करण में अभूतपूर्व रूप से डेलिगेट्स ने अपनी भागीदारी दर्शाई और विभिन्न तरह की स्क्रीनिंग, परिचर्चाओं व मास्टरक्लास में भाग लेकर इस आयोजन को सफल बनाया। इस

महोत्सव के माध्यम से मुंबई समेत दिल्ली, कोलकाता, चेन्नई और पुणे जैसे शहरों में कुल 59 देशों की फिल्मों को प्रदर्शित किया गया। महोत्सव के समापन के खास मौके पर फ्रेस्टवेल डायरेक्टर और (एनएफडीसी) के मैनेजिंग डायरेक्टर पृथुल कुमार ने इस साल लोगों की ओर से मुंबई अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव को मिले भारी प्रोत्साहन पर अपनी खुशी जताई।

## सनी देओल संग काम करने को उत्सुक निर्देशक गोपीचंद मालिनेनी

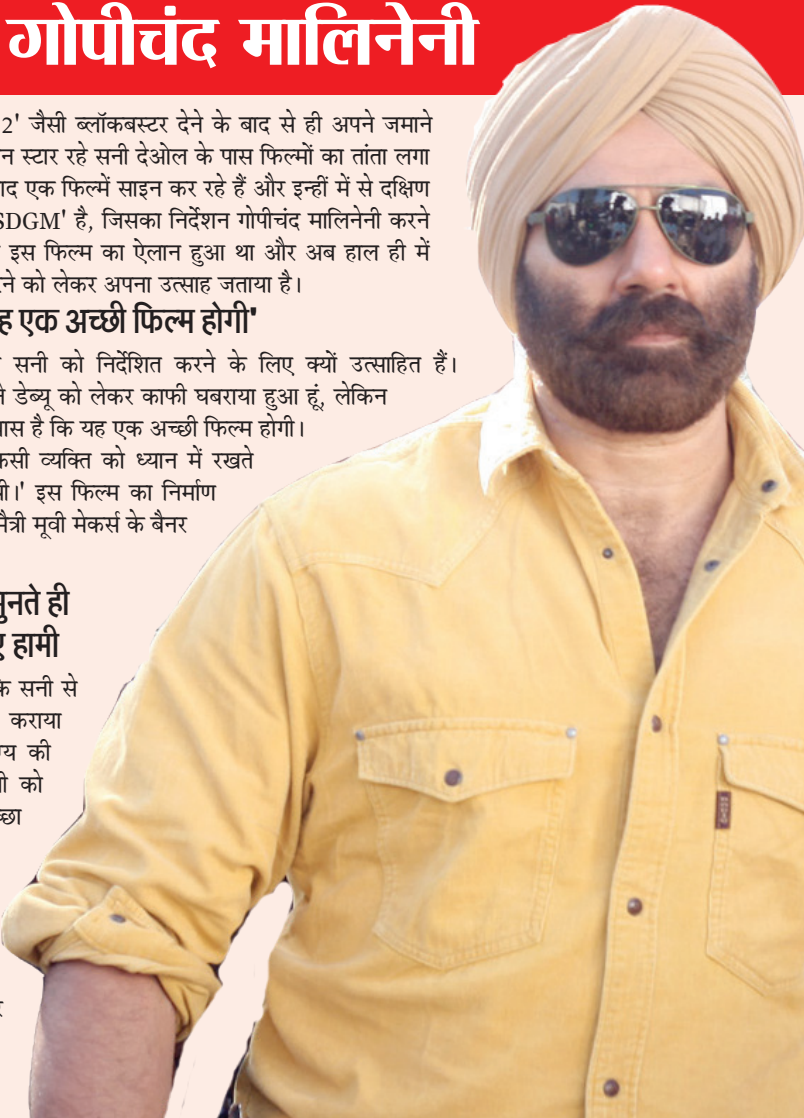
फिल्मों के बेहतरीन एक्शन स्टार रहे सनी देओल के पास फिल्मों का तांता लगा है। वह एक के बाद एक फिल्मों साइन कर रहे हैं और इन्हीं में से दक्षिण भारतीय फिल्म 'SDGM' है, जिसका निर्देशन गोपीचंद मालिनेनी करने वाले हैं। कुछ दिन पहले ही इस फिल्म का ऐलान हुआ था और अब हाल ही में गोपीचंद ने सनी के काम करने को लेकर अपना उत्साह जताया है।

## 'यह एक अच्छी फिल्म होगी'

गोपीचंद ने बताया कि वह सनी को निर्देशित करने के लिए क्यों उत्साहित हैं। वह बोले, 'बॉलीवुड में अपने डेब्यू को लेकर काफी घबराया हुआ हूँ, लेकिन इसके साथ ही मुझे पूरा विश्वास है कि यह एक अच्छी फिल्म होगी। दरअसल, मैंने सनी जैसे किसी व्यक्ति को ध्यान में रखते हुए ही यह स्क्रिप्ट लिखी थी।' इस फिल्म का निर्माण 'पुष्पा' की प्रोडक्शन कंपनी मैत्री मूवी मेकर्स के बैनर तले हो रहा है।

## सनी ने स्क्रिप्ट सुनते ही भरी फिल्म के लिए हामी

गोपीचंद ने खुलासा किया कि सनी से उनका संपर्क निर्माताओं ने कराया था। वह बोले, 'यह सौभाग्य की बात है कि निर्माता भी सनी को फिल्म में लेने की मेरी इच्छा से सहमत हो गए और मुझे अभिनेता से संपर्क करने में मदद की। आश्चर्य की बात यह है कि जब मैं सनी के पास 'SDGM' का प्रस्ताव लेकर पहुंचा तो उन्हें यह पसंद आई और इसके लिए तुरंत हां कह दिया।'



## शाहरुख खान ने फिर मिलाया राजकुमार हिरानी से हाथ

बॉलीवुड के बादशाह शाहरुख खान की पिछले साल 3 फिल्मों रिलीज हुई थीं, जिनमें से एक 'डंकी' थी। इसमें शाहरुख पहली बार निर्देशक राजकुमार हिरानी के साथ काम करते नजर आए थे। दोनों की जुगलबंदी दर्शकों को बहुत पसंद आई थी और सभी एक बार फिर उन्हें साथ में काम करते देखने के लिए बेकरार थे। अब उन दर्शकों की दिली इच्छा पूरी होने वाली है। ताजा खबरों के अनुसार, शाहरुख और हिरानी नई फिल्म पर काम करने वाले हैं।

## हिरानी के साथ देशभक्ति से भरपूर फिल्म बनाएंगे शाहरुख

बॉलीवुड गलियारों में अफवाहों का बाजार गर्म है कि हिरानी और शाहरुख एक बार फिर हाथ मिलाने जा रहे हैं। बताया जा रहा है कि यह एक्शन-एडवेंचर और देशभक्ति से ओत-प्रोत फिल्म होगी। इसकी कहानी बेहद दिलचस्प होने वाली है। हालांकि, इसके बारे में अभी और ज्यादा जानकारी सामने नहीं आई है। रिपोर्ट्स की मानें तो फिल्म के लिए अभिनेता का नाम तय होने के साथ मुख्य अभिनेत्री के नाम पर भी मोहर लग चुकी है।

सामंथा रुथ प्रभु के साथ जमेगी जोड़ी दक्षिण भारतीय सिनेमा की मशहूर अभिनेत्री नयनतारा संग काम करने के बाद शाहरुख, हिरानी की इस आगामी फिल्म में एक बार फिर शाहरुख साउथ की अभिनेत्री संग इश्क

फरमाते दिखेंगे। खबरें हैं कि शाहरुख के साथ इस फिल्म में सामंथा रुथ प्रभु धमाल मचाती नजर आएंगी। कहा जा रहा है कि फिल्म की आधिकारिक घोषणा 15 अगस्त को होगी। अगर इस खबर में सच्चाई होती है तो तीनों का साथ आना दर्शकों के लिए किसी तोहफे से कम नहीं होगा।

## कैसा रहा था 'डंकी' का कारोबार?

शाहरुख और हिरानी की फिल्म 'डंकी' की बात करें तो यह अभिनेता की 2023 की तीसरी फिल्म थी। इससे पहले 'पठान' और 'जवान' ने सिनेमाघरों में दस्तक दी थी। फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर अच्छा प्रदर्शन किया था और दुनियाभर में 500 करोड़ रुपये की कमाई की थी। 'डंकी' एक पारिवारिक मनोरंजक फिल्म थी, जिसमें शाहरुख के अलावा तापसी पन्नू, बोमन ईरानी और विक्की कौशल जैसे कलाकार नजर आए थे। यह फिल्म नेटफ्लिक्स पर मौजूद है।



