CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 14-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMFP User: cci Time: 12-13-2025 18:17 Color:

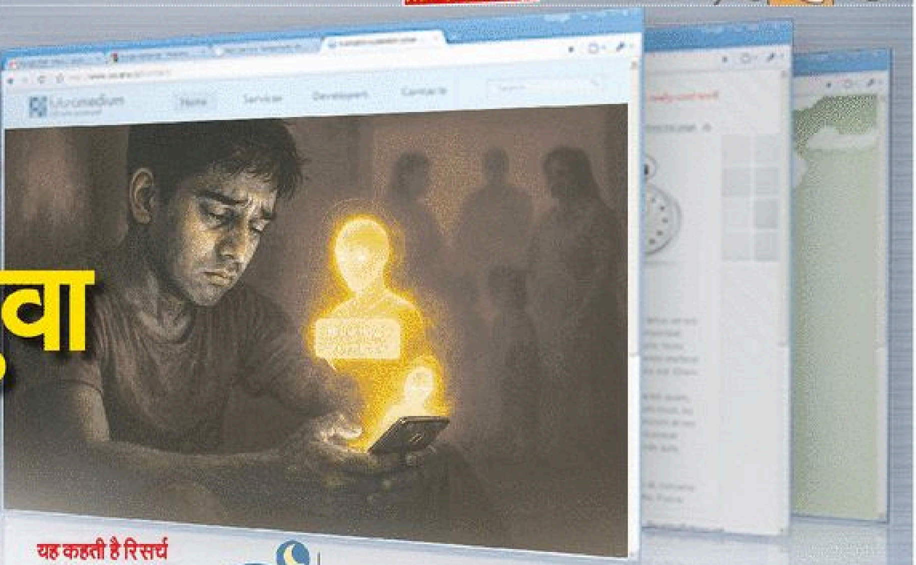
NBT
Lucknow Times masalamix OF INDIA
नवभारत टाइम्स, कानपुर (कानपुर व लखनऊ में एक साथ प्रसारित), रविवार, 14 दिसंबर 2025
I ADVERTORIAL ENTERTAINMENT PROMOTIONAL FEATURE

"करीब 30 प्रतिशत मरीज AI एडिक्शन वाले हैं। वे उसे अपना पार्टनर समझकर वर्चुअल दुनिया में खोते जा रहे हैं।
-डॉ. आदर्श त्रिपाठी, मनोचिकित्सक, केजीएमयू

Ask AI मेरी बात कोई क्यों नहीं सुनता, मैं अकेला महसूस कर रहा हूं?

तकनीक के गलत इस्तेमाल से उभर रहा मानसिक स्वास्थ्य संकट क्योंकि

AI की बातों में ऐसा उलझा युवा



मोबाइल की हल्की नीली रोशनी में रातें अब सिर्फ चैटिंग, गेमिंग या स्क्रॉलिंग में नहीं बीत रहीं। अब लोग अपने सबसे गहरे राज, डर, गुस्सा और अकेलापन एक ऐसे साथी को सुना रहे, जो न इंसान है, न दोस्त, न परिवार बल्कि एक AI चैटबॉट है। लखनऊ में मनोचिकित्सकों के पास ऐसे युवाओं के केस बढ़ रहे हैं, जो दोस्तों, घरवालों और असली रिश्तों से कटकर एक डिजिटल 'हमसफर' के साथ घंटों बातें कर रहे हैं। डॉक्टरों का कहना है कि यह सिर्फ तकनीक का गलत इस्तेमाल नहीं बल्कि तेजी से उभरता हुआ मानसिक स्वास्थ्य संकट है, जो रिश्तों से लेकर फैसले करने की क्षमता तक को कमजोर कर रहा है। पेश है वर्तुल अवस्थी की एक रिपोर्ट

केस: 1 बाराबंकी के कपिल के छोटे भाई की AI चैटबॉट पर निर्भरता इतनी बढ़ गई कि वह देर रात तक किसी दोस्त की तरह उससे बातें करता था। समझाने पर भी वह चोरी-छिपे चैट करता रहा। परिवार जब उसे काउंसिलिंग के लिए ले गए तो उसने स्वीकार किया, 'मुझे लगता था कि चैटबॉट मेरी हर बात समझता है और कभी जज नहीं करता।' लगातार थेरेपी और डिजिटल डिटॉक्स के बाद उसकी हालत सुधरी है।

केस: 2 एक बड़े हॉस्पिटल में 19 साल के स्टूडेंट को लाया गया। परिजनों के अनुसार, वह लंबे समय से पढ़ाई और दोस्तों से दूरी बनाकर पूरी रात मोबाइल पर AI चैटबॉट के साथ बात करता था। उसने कहा भी, 'AI मेरा सबसे अच्छा दोस्त है। वह मुझे जज नहीं करता, ना डांटता है, जो कहो, मान लेता है।' उसे लगता था कि घरवाले सब गलत कहते हैं। काउंसिलिंग के बाद उसकी हालत में सुधार हुआ।

मॉडिफाई और मनपसंद जवाब देता है

केजीएमयू के पूर्व प्रोफेसर और वरिष्ठ मनोरोग विशेषज्ञ डॉ. आदर्श त्रिपाठी बताते हैं कि पहले लोग अपनी समस्याओं का हल गूगल पर ढूंढते थे लेकिन AI चैटबॉट्स के आने के बाद व्यवहार बदल गया है। उनके अनुसार, 'AI आपके टोन, इमोशन और सवाल देखकर जवाब को ऐसे ढाल देता है कि वह आपको पसंद आए। अगर कोई घरवाला या दोस्त सही राय दे तो उनको वे बातें चुभती हैं। इससे वास्तविक रिश्तों में टकराव होता है लेकिन चैटबॉट हमेशा आपकी बातों से सहमत रहता है। टेक्नोलॉजी जितनी मददगार साबित हो रही है, उससे कहीं ज्यादा नुकसानदायक भी है। इसके ज्यादा इस्तेमाल से सोचने-समझने की क्षमता गुम होने लगती है। हाल फिलहाल में ऐसे मरीज आए, जो AI चैटबॉट से बातचीत कर रहे थे। ऐसे मरीज पहले नहीं आते थे।

दिन में तीन से चार मरीज आते हैं

डॉ. आदर्श त्रिपाठी बताते हैं कि इंटरनेट एडिक्शन काफी बढ़ रहा है। पहले मोबाइल, गेमिंग एडिक्टेड मरीज आते थे, अब AI की लत से जूझ रहे युवा और अन्य उम्र के लोग आ रहे हैं। औसतन देखा जाए तो दिन में दो से तीन मरीज आ ही जाते हैं। इस हिसाब से करीब तीस प्रतिशत मरीज AI एडिक्शन वाले हैं, जो चैटबॉट्स बातें, प्यार और गुस्सा दिखाते हैं। एक तरह से देखा जाए तो वह उसे अपना पार्टनर समझकर वर्चुअल दुनिया में खोते जा रहे हैं।

CONTINUED ON ▸ 4

यह कहती है रिसर्च

AI चैटबॉट्स की लत एक उभरती चिंता बनकर आई है। 2023–24 में टेक बिहेवियर पर हुए ग्लोबल सर्वे में करीब 18% यूजर्स ने माना कि वे AI चैटबॉट से भावनात्मक जुड़ाव महसूस करते हैं। खासकर, रात के समय उपयोग के दौरान। WHO ने अपनी डिजिटल-वेलबीइंग एडवाइजरी में चेतावनी दी कि किसी भी डिजिटल टूल का अत्यधिक उपयोग मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डाल सकता है, विशेषकर युवाओं में।

अट्रैक्शन की प्रमुख वजहें

विशेषज्ञों के अनुसार, AI पर भावनात्मक निर्भरता अचानक नहीं होती। इसके पीछे कई सामाजिक और मनोवैज्ञानिक कारण भी शामिल होते हैं।

सोशल आइसोलेशन: दोस्तों, परिवार से दूरी होने पर व्यक्ति AI को 'सुनने वाला दोस्त' मान लेता है।

पैरेंटिंग गैप: घर में संवाद कम होने पर बच्चे बाहरी सहारे खोजते हैं।

अकैडमिक और करियर प्रेशर: AI हमेशा तुरंत जवाब देता है, जिससे युवाओं को रियल लाइफ की जटिलताएं कठिन लगने लगती हैं।

ऑनलाइन वैलिडेशन कल्चर: जहां हर कोई समझे जाने की तलाश में है, वहां AI बिना जज किए जवाब देता है, यह आकर्षण और निर्भरता दोनों बन सकता है।

समाधान

मनोचिकित्सक बताते हैं कि AI डिपेंडेंसी से निकलना इच्छाशक्ति का मामला नहीं, बल्कि एक वैज्ञानिक प्रक्रिया है।

कॉग्निटिव बिहेवियरल थेरेपी (CBT): इसमें युवाओं के व्यवहार पैटर्न, ट्रिगर्स और डिजिटल निर्भरता के कारणों को समझकर उन्हें बदलने में मदद मिलती है।

स्क्रीन-टाइम गाइडलाइन: भारतीय मनोचिकित्सा सोसाइटी के अनुसार, किशोरों के लिए दिन में 2 घंटे से ज्यादा नॉन-एकेडमिक स्क्रीन टाइम जोखिमपूर्ण माना जाता है।

डिजिटल डिटॉक्स प्रोटोकॉल

- रोजाना 30–45 मिनट का 'नो-स्क्रीन ब्रेक'।
- सोने से 1 घंटे पहले मोबाइल बंद।
- सोशल और ऑफलाइन एक्टिविटी की साप्ताहिक योजना।

पैरेंट्स के लिए 3 जरूरी टिप्स

- बच्चों की मॉनिटरिंग नहीं बल्कि उनसे बातें करें।
- घर में टेक-फ्री जोन (डाइनिंग टेबल, बेडरूम) बनाएं।
- मोबाइल को रिवॉर्ड-पेनल्टी सिस्टम की तरह उपयोग न करें।

इन वजहों से हो जाते हैं आदी

मनोवैज्ञानिक बताते हैं कि किशोर उम्र में दिमाग में तेज हार्मोनल बदलाव और पहचान की खोज चल रही होती है। इस समय उन्हें सबसे ज्यादा जरूरत होती है किसी ऐसे स्पेस की, जो उन्हें सुने और जज न करे। AI यही स्पेस भर देता है।

हार्मोनल और न्यूरोलॉजिकल बदलाव: डोपामीन सर्किट ज्यादा सक्रिय होता है, जिससे त्वरित जवाब देने वाले डिजिटल टूल एडिक्टिव बन जाते हैं।

पहचान की तलाश: टीन एज में बच्चे खुद को समझने की कोशिश में रहते हैं, AI उन सवालों का तुरंत जवाब देता है।

अकेलापन और सामाजिक दबाव: सोशल मीडिया पर तुलना, एक्सपेक्टेशन और फोमो से वे ऑनलाइन दुनिया में सहारा ढूंढने लगते हैं।

वैलिडेशन की तलाश: AI हर बात का जवाब देता है, न डांटता है, न टोकता है, ये व्यवहार निर्भरता बढ़ाता है।

AI हमेशा खलनायक नहीं है

टेक विशेषज्ञों के अनुसार, AI सही से उपयोग करें तो यह पढ़ाई, करियर-गाइडेंस, भाषा सीखने और यहां तक थेरेपी सपोर्ट में मददगार साबित हो सकता। समस्या तब होती, जब इसको भावनात्मक सहारा या वास्तविक रिश्तों का विकल्प बनाया जाता है। AI साथी नहीं, एक टूल है, इसे उसी रूप में इस्तेमाल करें।

पत्नी किरण मेरे घर को बहुत अच्छा रखती हैं: संजय मिश्रा

संजय मिश्रा उन कलाकारों में से हैं, जिन्होंने बीते 33 सालों में एक से बढ़कर एक रोल किए हैं। कॉमिडी से लेकर गंभीर रोल, हर जगह दर्शकों का दिल जीतने में कामयाब रहे हैं। संजय इन दिनों सुर्खियों में हैं दुर्लभ प्रसाद की दूसरी शादी से। उनसे एक मजेदार बातचीत।

Rekha.Khan@timesofindia.com

नेशनल स्कूल ऑफ ड्रामा से ग्रेजुएट हुए संजय के लिए करियर का शुरुआती दौर आसान नहीं था। वे कहते हैं, 'शुरुआत में छोटी-छोटी भूमिकाएं मिलीं, मगर मैंने तभी तय कर लिया था कि अपने अभिनय को किसी एक चीज में बंधने नहीं दूंगा। यही वजह है कि मैं लगातार प्रयत्न करता रहा कि अलग-अलग रंग के किरदार कर पाऊं।'

मैं सीखते-सीखते रह गया

आज तो खैर उनके लिए भूमिकाएं लिखी जाती हैं, मगर संजय करियर में जिन चुनौतियों और दिक्कतों से गुजरे, उसके बारे में वे कहते हैं, 'मैं एक किताब लिखना चाहता हूं, जिसका शीर्षक होगा, 'मैं सीखते सीखते रह गया। आप अगर अपने संघर्ष को संघर्ष लिखते हैं तो फिर वो संघर्ष नहीं रह जाता। अपने हर रिजेक्शन से सीखा कि क्या मैं कर सकता हूं और क्या नहीं। जब लोग मुझसे मुश्किल समय की बात पूछते हैं, तो मैं कहता हूं, वो तो कल भी आ सकता है, आज के दौर को सबसे डिफिकल्ट क्यों कहना? मैं मानता हूं कि आपकी मेहनत आपका सबसे बड़ा फैसला होना चाहिए। आप अगर मेहनतमंद नहीं हैं, तो आपके सिर का ताज भी आपके लिए कोई मायने नहीं रखता। जरूर कहना चाहूंगा कि करियर के इस दौर को मैं खूब इंजॉय कर रहा हूं। करियर के शुरुआती दौर में मैं एक नौकर का छोटा-सा रोल कर रहा था और आज मैं अपनी फिल्म में महिमा चौधरी से दूसरी शादी करने जा रहा हूं और वायरल हो चुका हूं, तो ऐसा कितनों को मिलता है?

> शुरू से शादी को लेकर एक माहौल बनाया जाता है। क्यों नहीं हो सकते दो लोग दो दोस्त, दो आत्माएं, दो दिल ... जवानी तो ठीक है, मगर एक उम्र के बाद आपको जरूरत पड़ेगी साथी की।

किरण काफी सपोर्टिव है

संजय मिश्रा असल जिंदगी में भी दो शादी कर चुके हैं। पहली पत्नी रौशनी ततरेजा से डिवोर्स के बाद उन्होंने किरण मिश्रा से शादी कर ली थी। उनसे जब उनकी पहली शादी के बारे में पूछा जाता है, तो वे कहते हैं, 'उस पर बात पर बात न करें। उसे दूर ही रहने दें। जो भी था, बहुत बढ़िया था। जहां तक किरण की बात है, तो वो मेरे घर को बहुत अच्छा रखती हैं। घर में सब कुछ आता है, मैं, परिवार, बच्चे, वो सभी का पूरा खयाल रखती हैं। मैं कसम खा कर कहता हूं कि मैं एक बार गया था बच्चों की पैरेंट्स-टीचर मीटिंग में। उसमें टीचर्स मुझे ही देखते रह गए थे। किरण मेरे लिए काफी सपोर्टिव हैं। एक मजेदार बात बताऊं (हंसते हुए) मैंने सोचा प्रोड्यूसर इस फिल्म से कमाए या न कमाए, तू कहीं कुछ गंवा न दे, तो मैंने महिमा जी को किरण से पहले ही मिला दिया था। बाइचांस दोनों की शक्ल भी कुछ-कुछ मिलती है। दोनों ही प्यारी हैं न?

शादी के नाम पर डराया जाता है

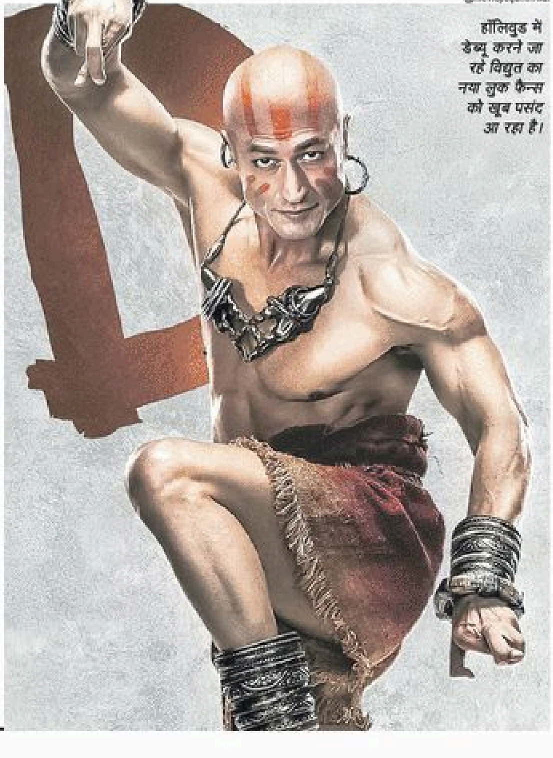
उनकी फिल्म शादी जैसे विषय पर है। वे कहते हैं, 'कइयों को लगता है ये बोझ है, कई इसे कर्तव्य समझते हैं। शुरू से शादी को लेकर एक माहौल बनाया जाता है। क्यों नहीं हो सकते दो लोग दो दोस्त, दो आत्माएं, दो दिल ... जवानी तो ठीक है, मगर एक उम्र के बाद आपको जरूरत पड़ेगी साथी की। यही वजह है कि शादी की एक परंपरा बनाई गई है। अब उसमें तुम जब बहुत ज्यादा उम्मीद लगाने लगते हो, अच्छा, क्यों, कहां, तो गड़बड़ होने लगती है। दो लोगों को खूबसूरती जीने दो। उनको शादी के नाम से डराओ मत? जिसे स्कूल में टेंथ के एग्जाम के नाम से डराया जाता है, उसी तरह जीवन में शादी को हव्वा बनाया जाता है। शादी बहुत ऊंची चीज है कि कैसे आप एक-दूसरे को समझते हैं। अपनी छोटी से छोटी कमजोरी को बताने का एक तरीका होना चाहिए क्योंकि वो दो लोग साथ रहते हैं। शादी में जब बच्चे हो जाते हैं तो जिम्मेदारी और बढ़ जाती है। दूसरी शादी करो या 15वीं, मरने से पहले मलाल न रखो कि शादी नहीं की। शादी का मतलब साथ और कंपैनियन शिप होनी चाहिए।'

CONTINUED ON ▸ 4

हॉलिवुड में बाल्ड लुक में डेब्यू करेंगे विद्युत जामवाल

इस साल जुलाई में खबरें सामने आई थीं कि विद्युत जामवाल हॉलिवुड में डेब्यू करने जा रहे हैं। दरअसल, वह एक्शन फिल्म 'स्ट्रीट फाइटर' में धल्सिम का किरदार निभाने वाले हैं। अब विद्युत ने अपने सोशल मीडिया पर फैंस के साथ अपने किरदार का लुक शेयर किया है। शेयर किए गए फोटो में वह पूरी तरह से धल्सिम के अंदाज में दिखाई दे रहे हैं। उन्होंने धल्सिम की तरह ही हाथों में एक्सेसरीज और मेकअप कैरी किया हुआ है। अपने एक्शन सीन के लिए फेमस विद्युत का 'स्ट्रीट फाइटर' में दमदार एक्शन दिखना तय माना जा रहा है। गौरतलब है कि स्ट्रीट फाइटर जानी-मानी गेमिंग सीरीज रही है। धल्सिम को पहली बार 1991 में 'स्ट्रीट फाइटर 2' में दिखाया गया था। योग और साधना पर केंद्रित इस कैरेक्टर के पास आग का गोला फेंकना और टेलिपोर्टिंग जैसी शक्तियां भी हैं। वहीं इस सीरीज पर बेस्ड कॉमिक्स भी बच्चों को काफी पसंद आई थी। भारत के एक्शन स्टार कहे जाने वाले विद्युत जामवाल के इस लुक को उनके फैन्स खूब पसंद कर रहे हैं। सोशल मीडिया पर उनके लुक को लेकर जमकर तारीफ हो रही है।

@mevidyutjammwal



हॉलिवुड में डेब्यू करने जा रहे विद्युत का नया लुक फैन्स को खूब पसंद आ रहा है।

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 14-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMM2 User: cci Time: 12-13-2025 18:30 Color:

'मैं स्टूडेंट हूं। म्यूजिक सुनना और रील्स बनाना मेरे शौक हैं। परिवारवालों के साथ घूमना मुझे अच्छा लगता है।'
-प्रिया, राजाजीपुरम

DP UPDATE

Status: Cool
ये स्पेस आपके लिए
● **Available**
lucknowtimesnbt@gmail.com पर हमें अपनी ऑनलाइन डीपी, नंबर और डिटेल्स के साथ भेजें।

'मैं स्टूडेंट हूं। गाने सुनना और विडियो एडिटिंग में मेरी रुचि है। मुझे जरूरतमंदों की मदद करना पसंद है।'
– मोहित कश्यप, राजाजीपुरम

फिल्म में खूबसूरत कोडईकनाल देख पहुंच गए नेचर के बीच

फिल्में हमें रोमांच और काल्पनिक दुनिया में तो ले जाती हैं लेकिन कभी-कभी वह हमें प्रकृति का ऐसा नजारा दिखाती हैं कि हम वहां जाए बिना रह नहीं पाते। ऐसा ही मेरा साथ भी हुआ। हाल ही में मैंने एक फिल्म देखी। इसमें दिखाई गई प्राकृतिक सुंदरता ने मुझे इतना आकर्षित किया कि हमने अगले ही दिन वहां का टिकट बुक करवा लिया। हम लखनऊ से फ्लाइट लेकर बेंगलुरु से कोयंबटूर होते हुए पहले ऊटी गए, फिर मुन्नार और उसके बाद कोडईकनाल। यह सब इतनी खूबसूरत जगहें हैं कि उनकी सुंदरता को शब्दों में बयां नहीं कर सकते।

डोडाबेट्टा से देखा बेहद खूबसूरत नजारा

सबसे पहले हम तमिलनाडु स्थित ऊटी के डोडाबेट्टा चोटी गए। वहां से नीचे का नजारा बहुत ही खूबसूरत नजर आता है। वहां पर हमने कुछ समय बिताया और फिर ऊटी लेक गए। यह पहाड़ों से आने वाले पानी को इकट्ठा करके बनाई गई एक मानव निर्मित झील है, जो नीलगिरि के पेड़ों से घिरी है। वहां पर हमने बोटिंग की। झील के किनारे एक बगीचा, बच्चों के लिए मिनी ट्रेन, 7D सिनेमा, हॉरर हाउस, डैशिंग कार और अन्य राइड्स वाला एक मनोरंजन पार्क है। वहां पर बहुत सी चिड़िया आती हैं, जिनको हमने दाना दिया तो वह हमारे ऊपर ही आकर बैठ गईं। ऊटी में बनाए जाने वाले वर्की बिस्कुट का स्वाद चखा।

हिल स्टेशन का राजकुमार कोडईकनाल

अगले दिन हमने कोडईकनाल घूमने का प्लान किया। चारों तरफ पहाड़ और बीच में बना हुआ गुंबद जैसा घर। वहां पर सुबह की पहली सूरज की किरण और चिड़ियों की चहचहाहट सुनकर मन आनंदित हो गया। ऐसा लगा जैसे हम स्वर्ग में आ गए हों। इसके बाद हम लोग पाइन फॉरेस्ट गए। चारों तरफ जंगल और एक पेड़ दूसरे पेड़ के जड़ों से लिपटे हुए। वहां पर गुना केव है। एक तमिल फिल्म गुना में इस जगह को दिखाया गया था, जिसके बाद यह बहुत प्रसिद्ध हुई। इसका नाम भी गुना केव पड़ गया। तीसरे दिन की हमारी ट्रिप मुन्नार की थी, जहां पर मसाले, चॉकलेट, चायपत्ती सब मिलते हैं। हमने वहां खूब ढेर सारी शॉपिंग की। चॉकलेट टेस्ट करके ढेर सारी चॉकलेट ली और वह पर चॉकलेट चाय भी ली। मैंने साड़ी भी खरीदी, जो मैसूर सिल्क और कांजीवरम थी। मुन्नार में हमने मसालों के बागान देखे, जिसमें खूब ढेर सारे पौधे थे जैसे लौंग, इलायची, ब्राह्मी, अश्वगंधा, कॉफी आदि।

घूमा दिया ना!

एडवेंचर का लिया आनंद

मुन्नार में ही हमने एडवेंचर किया। एक जिप लाइन से एक पहाड़ से दूसरे पहाड़ पर तार से जाने का अनुभव अद्भुत रहा। हमने वहां एराविकुलम नेशनल पार्क की सैर की। यह पार्क लुप्तप्राय पहाड़ी बकरी नीलगिरि तहर के प्राकृतिक आवास के लिए भी प्रसिद्ध है और यह पार्क उनके संरक्षण के उद्देश्य से बनाया गया है। अगर खाने की बात करें तो वो भी बहुत स्वादिष्ट है। मुन्नार में हमने चाय के बागान देखे। मेरे लिए सबसे फेवरेट जगह कोडईकनाल थी क्योंकि वहां इतनी शांति और खूबसूरती है, जिसकी जितनी तारीफ करूं कम है। फाइनली हमारा ट्रिप समाप्त हुआ और हम बेंगलुरु से होते हुए लखनऊ आ गए।

-डिंपल मिश्रा

अपनी यात्रा की फोटोज और किस्सा lucknowtimesnbt@gmail.com पर भेजिए। सब्जेक्ट में लिखें ghuma diya na अपना नंबर और पता लिखना न भूलें।

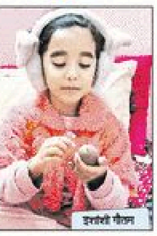
खींचोगे तो दिखोगे

अपनी मस्ती भरी तस्वीरें हमें lucknowtimesnbt@gmail.com पर भेजिए। मेल में अपना पता व नंबर जरूर लिखें और सब्जेक्ट में लिखें Kichoge to Dikhoge.

यह फोटो वाकनात तिवारी ने रायबरेली रोड से भेजी है।

टाइमपास के फंडे

आप भी कर रहे हैं समय का सदुपयोग, तो हमें भेजें टाइमपास की फोटो lucknowtimesnbt@gmail.com पर। सब्जेक्ट में लिखें- Timepass



इरशी गौतम

आयुष सिंह-वायु कुमार

12 राशियां और आपका दिन

ARIES 21 Mar - 19 Apr
आज के दिन आप सांसारिक सुख-भोग की वस्तु पर धन खर्च करेंगे। आप धार्मिक एवं सामाजिक कार्यों में भी सहयोग करेंगे। यदि आप व्यापार कर रहे हैं तो आपके व्यापार में आज कुछ नए परिवर्तन होंगे, जिससे आगे चलकर आपको लाभ होगा। सायंकाल से लेकर रात्रि तक आप अपने स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।

TAURUS 20 Apr - 19 May
आज आपकी राशि से पंचम भाव में चंद्रमा आपके जीवन में विघ्न उत्पन्न करेगा। कार्यक्षेत्र में साथियों का सहयोग पाने के लिए संघर्ष करना पड़ेगा। परिवार की तरफ से भी उचित समाचार मिलने के संकेत नहीं हैं। सायं 5 बजे के बाद चंद्रमा के तुला राशि में प्रवेश करने के उपरांत कुछ रिश्ते बनेंगे, पड़ोसी सहयोग करेंगे।

GEMINI 21 May - 21 Jun
आज आपमें अपने कार्य के प्रति लगन रहेगी एवं रुके हुए कार्य पूर्ण होंगे। आप नए-नए कार्यों की तरफ आकर्षित होंगे। आपके परिवार में मनमुटाव की स्थिति रहेगी। सायंकाल के समय वाहन खराब होने से अचानक खर्च बढ़ेगा। आप इस समय हर परिस्थिति में धैर्य और विवेक से काम लें।

CANCER 22 Jun - 22 July
आज आपके दिन का अधिकांश हिस्सा भागदौड़ में व्यतीत होगा। कोर्ट-कचहरी के चक्कर लगाने पड़ सकते हैं। आज के दिन धर्म-अध्यात्म से जुड़े कार्यों के लिए अलग से समय निकालें। आपकी बुद्धि नए-नए कार्यों की खोज करने में लगेगी। आप दूसरों की कमियां ढूंढना छोड़ दें तो आगे चलकर आपको लाभ हो सकता है।

LEO 23 July - 22 Aug
आज कन्या का चंद्रमा आपको बहुमूल्य वस्तु से लाभ प्राप्त कराएगा। समाज में आपका मान-सम्मान बढ़ेगा। किसी परेशानी में फंसे व्यक्ति की मदद करेंगे। अपनी वाकपटुता, वार्ता कुशलता से दूसरे व्यक्तियों को अपनी ओर आकर्षित करने का प्रयास करेंगे और उसमें सफल भी हो जाएंगे।

VIRGO 23 Aug - 22 Sep
आज राशि से द्वितीय भाव में चंद्रमा राज्य विजय कारक है। आपके प्रभाव प्रताप में वृद्धि होगी। सायंकाल से लेकर देर रात्रि तक ऐसे अनावश्यक खर्च सामने आएंगे जो कि चाहते हुए भी मजबूरी में करने पड़ेंगे। मित्र की मदद करने में सक्षम रहेंगे। सायंकाल के बाद आपकी रुचि धर्म-अध्यात्म में लगेगी।

LIBRA 23 Sep - 22 Oct
अधिक परिश्रम करने के कारण आज के दिन स्वास्थ्य कुछ नरम रहेगा। राज्य और समाज की ओर से उचित सहयोग मिलेगा, परिवार की तरफ से भी शुभ समाचार मिलने के संकेत हैं। यदि आप नौकरी करते हैं, तो आपके अधिकारों में वृद्धि होगी। सब लोग आपके साहस और पराक्रम की प्रशंसा करेंगे। हो सकता है आज कहीं बाहर घूमने जाएं।

SCORPIO 23 Oct - 21 Nov
आज का दिन मिश्रित फलकारक है। आर्थिक दृष्टि से आज का दिन शुभ है। निश्चय धन लाभ के अवसर प्राप्त होंगे। हालांकि सायंकाल के समय खान-पान का ध्यान रखना आवश्यक है, अन्यथा सेहत संबंधी कष्ट हो सकते हैं। रात्रि के समय कोई खुशखबरी मिलेगी, जिससे आपका उत्साह बढ़ेगा।

SAGITTARIUS 22 Nov - 21 Dec
राशि से एकादश लाभ भाव में चंद्रमा धर्म-अध्यात्म में वृद्धि करेगा। दिन का कुछ समय सामाजिक कार्यों में भी लगेगा। आपके भौतिक सुख सुविधाओं में कुछ कमी आ सकती है। यदि आप अपने मन की बात को सीधे दूसरों से उजागर न करें तो रुके हुए धन की प्राप्ति हो सकती है।

CAPRICORN 22 Dec - 19 Jan
आज का दिन लाभदायक है। यदि आपका कोई विवाद कोर्ट में लंबित है, तो उसमें सफलता मिलने की पूर्ण संभावना रहेगी। धन का लाभ होगा। सायंकाल से लेकर देर रात्रि तक का समय ईश्वर भक्ति, तप, यज्ञ, पुण्य कार्यों में लगेगा। माता-पिता का ध्यान रखें, उनका आशीर्वाद उपयोगी सिद्ध होगा।

AQUARIUS 20 Jan - 18 Feb
आज का दिन आपके लिए भविष्य की नवीन संभावनाओं को लेकर आ रहा है। आपकी रुचि आध्यात्मिक कार्यों में रहेगी। आपके अच्छे कर्मों से खानदान का नाम ऊंचा होगा। बुजुर्गों के आशीर्वाद से कार्यों में सफलता मिलेगी। सायंकाल का समय संगीत और मौज-मस्ती में बीतेगा।

PISCES 19 Feb - 20 Mar
आज के दिन आपको फिजूल की चिंता से छुटकारा मिलेगा। हालांकि मानसिक अशांति एवं उदासीनता के कारण आप भटक सकते हैं। आपकी संतान व पत्नी के प्रति प्रेम भावना बढ़ेगी। यदि आपकी पदोन्नति होने वाली है तो अवश्य प्राप्त होगी। कार्यक्षेत्र में अचानक रुकावट आएगी, जिसे आप अपनी वाकपटुता से शीघ्र ही दूर कर लेंगे।

जन्मदिन की शुभकामनाएं

यह वर्ष आपको स्वर्ण पाद से प्रवेश कर रहा है। वर्ष के स्वामी मंगल, बुध दो ग्रह बने हैं। मंगल भूमि का स्वामी, युद्धप्रिय, साहसी, आग्नेय, युद्धात्मक ग्रह है, जिसको बुध का सान्निध्य बौद्धिक गुणों वाला, कुशल व्यापारी भी बना देता है। दिसंबर शेष से जनवरी 2026 तक घरेलू सुख साधन, वाहन, मकान प्राप्ति के प्रबल योग हैं। इस दौरान आपका जीवन स्तर में सुधार होगा। फरवरी महीने में अकारण विरोधी आपके सामने परेशानी पैदा करने का प्रयास करेंगे। इस वर्ष मार्च-अप्रैल में किसी मांगलिक कार्य का अनुष्ठान अथवा प्रतिष्ठापरक कार्य भी आपके परिवार में होंगे। मई महीने में रोग-ऋण से मुक्ति मिलेगी। जून में निकट संबंधी आपके इर्द-गिर्द घूमेंगे। जुलाई महीने में खर्च की भागदौड़ हो सकती है। अगस्त-सितंबर महीने के अंत तक आर्थिक पक्ष सुदृढ़ होगा। अक्टूबर में स्थायी व अस्थायी व्यापार का विस्तार एवं धार्मिक स्थानों पर पर्यटन का योग है। नवंबर में विशेष अच्छे परिणामों के लिए रविवार को स्नान करते समय कपास की माली में 50 ग्राम शक्कर दान दें। -आचार्य कृष्ण दत्त शर्मा

कल का पंचांग
(सोमवार, 15 दिसंबर 2025)

राष्ट्रीय मिति मार्गशीर्ष 24, शक संवत 1947, पौष, कृष्ण एकादशी, सोमवार, विक्रम संवत 2082। सौर पौष मास प्रविष्टे 1, जमादि उलअव्वल 23, हिजरी 1447 (मुस्लिम) तद अनुसार अंग्रेजी तारीख 15 दिसंबर 2025 ई.। सूर्य दक्षिणायन, दक्षिण गोल, हेमंत ऋतु। राहुकाल प्रातः 7 बजकर 30 मिनट से 9 बजे तक। एकादशी तिथि रात्रि 9 बजकर 20 मिनट तक उपरांत द्वादशी तिथि का आरंभ। चित्रा नक्षत्र पूर्वाह्न 11 बजकर 9 मिनट तक उपरांत स्वाती नक्षत्र का आरंभ। शोभन योग मध्याह्न 12 बजकर 30 मिनट तक उपरांत अतिगण्ड योग का आरंभ। कौलव करण प्रातः 8 बजकर 4 मिनट तक उपरांत तैतिल करण का आरंभ। चंद्रमा दिन-रात तुला राशि पर संचार करेगा।

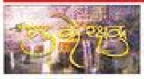
आज के व्रत और त्योहार

श्री पार्श्वनाथ जयंती।

सुडोकू

		6	9		1			
	8	3	2					
						2	1	
7				6		9	2	
8			5		4			6
	6	9		2				1
	2	7						
					2	4	9	
			4		5	7		

TELEVISION



big magic

09:00	बालू हलवा	13:30	भ से भाई
10:00	बदतमीज बड़बक	14:00	चक्रधारी अजेय कृष्णा
11:00	रुद्र के रक्षक	15:00	लिटिल कृष्णा
12:00	चक्रधारी अजेय कृष्णा	17:00	बालू हलवा
12:30	हम पांच	18:00	चक्रधारी अजेय कृष्णा
13:00	रुद्र के रक्षक		

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 14-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMPG3 User: ccl Time: 12-13-2025 18:15 Color:

जो कुछ कहना है कह डालो: राशि खन्ना

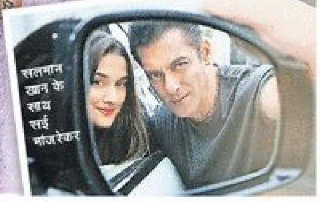
राशि खन्ना ने अब अपनी भावनाओं को शेयर करते हुए अपने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट शेयर किया, जिसमें लिखा है, 'याद रखो, अगर तुम अंदर चल रही बातों को बाहर नहीं निकाल रहे हो, तो सब अंदर ही जमा हो रहा है और फिर वह बोझ बन जाता है।'

सलमान खान को काम करते देखना खास अनुभव: सई

रेखा खान

सई मांजरेकर के पिता महेश मांजरेकर ने सलमान खान के संग खूब काम किया है। सई को भी फिल्म दबंग 3 में बॉलिवुड के भाईजान के साथ स्क्रीन साझा करने का मौका मिला था। सई इस अनुभव को याद करते हुए कहती हैं कि सेट पर काम करते हुए सलमान खान देखने लायक होते हैं। इसके अलावा उन्होंने अजय देवगन के साथ काम करने का अनुभव भी साझा किया और कहा कि ऐसे कलाकारों के साथ काम करना खास होता है। हमसे हुई एक बातचीत में उन्होंने कहा, 'इतने बड़े कलाकारों को सेट पर अभिनय करते देखना भी किसी अनुभव से कम नहीं होता। आज अगर ये लोग सुपरस्टार हैं, तो इसके पीछे इनकी लगातार मेहनत और क्राफ्ट को लेकर जज्बा है। कैमरे के सामने सलमान सर और अजय सर जिस तरह से ट्रांसफॉर्म होते हैं, यह तो देखते बनता है।'

> मैं पिता के संस्कारों को लेकर आगे बढ़ी हूं। जीवन में उनसे ही सीखा है। वह अपने काम को लेकर बहुत ही ज्यादा ईमानदार हैं।



सलमान खान के साथ सई मांजरेकर

'निजी ज़िंदगी के बारे में झूठी बातें दुखी करती हैं'

प्रतिभावान अदाकारा चित्रांगदा सिंह इस साल विविधरंगी किरदारों में दिखी। वेब सीरीज खाकी: द बंगाल चैप्टर में नेता की गंभीर भूमिका में ओटीटी डेब्यू तो फिर हाउसफुल 5 जैसी मसाला एंटरटेनर में कॉमिडी। वहीं, अब इंटेंस क्राइम थ्रिलर रात अकेली है: द बंसल मर्डर्स को लेकर चर्चा में है।

Upma.Singh@timesofindia.com

Q इस साल आपने खाकी: द बंगाल चैप्टर, हाउसफुल 5, परिक्रमा और अब रात अकेली है 2 जैसी एक-दूसरे से अलग फिल्में और सीरीज की। यह विविधता सोची-समझी कोशिश रही?

सोची समझी तो नहीं, क्योंकि आपके पास क्या काम आएगा, यह आपके हाथ में नहीं होता। मगर ये कोशिश तो होती है कि जो भी अच्छा काम आए, उसमें कुछ अलग कर सकें, अलग दिख सकें, खुद को एक लेवल ऊपर ले जा सकें। जैसे, मैंने अपनी जिंदगी में कभी कॉमिडी नहीं की थी तो हाउसफुल 5 के सेट पर मैं बहुत इंसिक्योर थी कि इतने बेहतरीन कॉमिडी करने वालों के बीच कैसे करूंगी। उस टोन को पकड़ना मुश्किल होता है मगर मैं बहुत भाग्यशाली हूं कि इतनी वैरायटी का काम मिला। अभी बैटल ऑफ गलवान भी है, वह भी कमर्शल और परफॉर्मेंस ओरिएंटेड के बीच है, उसमें भी सब चीजें हैं।

Q आपको लगता है कि इस विविधतापूर्ण भूमिकाओं तक पहुंचने में आपको वक्त लगा, क्योंकि शुरू में आपको बतौर सीरियस ऐक्ट्रेस लेबल कर दिया गया?

हां, पहले लोगों ने कहा कि आपने स्मिता जी के जैसा काम किया। फिर उन्हीं लोगों ने बोला कि यह उनके जैसी बिल्कुल नहीं हो सकती, यह तो बस तुक्का लग गया। तमाम तरह की बातें बोली गईं तो आप सही कह रही हैं कि ये लेबल बिल्कुल होते हैं। ऐक्टर्स को निश्चित तौर पर एक खांचे में डालने की कोशिश की जाती है। फिर जब आप कुछ अलग करने की कोशिश करते हैं तो कहते हैं कि अरे यार, वो इमेज बदलने की बहुत ज्यादा ही कोशिश कर रही है। अगर आपने कुछ अच्छा कर लिया तो कहेंगे कि पहले वाला काम ज्यादा अच्छा था। मीनिंगफुल सिनेमा छोड़कर आप क्या कर रही हो। मुझे यह भी लगता है कि ऑडियंस को भी यह बदलाव मानने में थोड़ा वक्त लगता है, मगर आप अच्छा काम करें तो उन्हें आदत पड़ जाती है।

> मेरी पर्सनल लाइफ को लेकर बहुत सारी चीजें लिखी गई हैं और जब आप इंडस्ट्री से नहीं होते या आपका पीआर इतना मजबूत न हो तो ये सब लिखना और आसान हो जाता है।

Q रात अकेली है: द बंसल मर्डर्स में आपके रोल में क्या कुछ खास होने वाला है?

यह फिल्म एक परिवार के बारे में है जो एक मीडिया हाउस का मालिक है। मेरा किरदार परिवार की बड़ी बेटी का है, जिस पर इस मीडिया हाउस को चलाने, सबको साथ रखने का दबाव है। फिर उनके घर में जो ट्रैजिडी होती है, उससे सब कुछ बहुत ही इंटेंस, बहुत रोमांचक हो जाता है। मेरा किरदार भी बहुत इंटेंस है जिसे करने में मुझे बहुत मजा आया। खास बात यह है कि सारी चीजें एक-दो दिन के भीतर घट रही हैं। मुझे इस तरह की फिल्में बहुत पसंद हैं, जिसमें एक उठापटक चलती रहती है।

चित्रांगदा सिंह

Q फिल्म में नवाजुद्दीन सिद्दीकी भी हैं। उनके साथ आपका बाबूमोशाय बंदूकबाज के दौरान का एक खट्टा-मीठा अतीत भी रहा है। इस फिल्म के दौरान यह रिश्ता कैसे बदला?

असल में तब काफी चीजें गलत रिपोर्ट हुई थीं। नवाज के साथ कोई मसला नहीं था। उस फिल्म को लेकर कुछ और दिक्कतें थीं, मगर जिस तरह से मीडिया ने सनसनीखेज तरीके से लिखा, गलतफहमी क्रिएट की, क्योंकि निश्चित तौर पर नवाज के नाम से बेहतर हेडलाइन मिलती, लेकिन ऐसा बिल्कुल नहीं था। उस समय भी मेरी आखिरी कॉल नवाज से ही थी। इन्होंने मुझे एयरपोर्ट पर कॉल किया था, तो हम इतने समय बाद मिलकर काफी खुश थे।

Q फिल्म में आपका मीडिया हाउस है। निजी तौर पर मीडिया को लेकर क्या अनुभव रहे हैं? खुद के बारे कोई अजीब या खराब बात क्या पढ़ी या देखी है?

मीडिया वाले तो जो मर्जी होता है, लिख देते हैं। इसमें सबसे खराब चीज वो होती है, जो बलाइंड आर्टिकल लिखते हैं। मेरी पर्सनल लाइफ को लेकर बहुत सारी चीजें लिखी गई हैं और जब आप इंडस्ट्री से नहीं होते या आपका पीआर इतना मजबूत न हो तो ये सब लिखना और आसान हो जाता है। ऐसी बहुत सारी चीजें लिखी गई हैं, जो बहुत तकलीफदेह होती हैं, पर क्या करती।

मां बनने के बाद मुझे नहीं मिला इंडस्ट्री से सपोर्ट: रिचा चड्ढा

अपने अधिकारों को लेकर रिचा चड्ढा हमेशा मुखर रही हैं। अब रिचा ने फिल्म इंडस्ट्री में काम करने से होने वाले मानसिक तनाव पर बात की है। उन्होंने कहा है कि यहां बहुत कम ही ईमानदार और हिम्मत वाले लोग हैं। दरअसल हाल ही में रिचा दो साल बाद काम पर लौटीं। इस बीच उन्होंने एक बेटी को जन्म भी दिया। रिचा ने अपने लंबे-चौड़े सोशल मीडिया पोस्ट पर यह भी लिखा कि मां बनने के बाद बहुत सहारे की जरूरत होती है, लेकिन इसके बावजूद उनके साथ बहुत ज्यादा बुरा व्यवहार हुआ।

रिचा ने लिखा, 'मैं लगभग दो साल बाद काम पर लौटी। जितना जल्दी वापस आना चाहती थी, पर मेरा शरीर और मेरा मन बिल्कुल तैयार नहीं था। इन शारीरिक और मानसिक चुनौतियों के अलावा, मुझे अपने ही करीबियों से धोखे भी झेलने पड़े।'

वह कहती हैं, 'मैंने देखा है कि इस इंडस्ट्री में बहुत कम लोग ही ईमानदार और हिम्मत वाले होते हैं। वे खुद खुश नहीं होते, इसलिए दूसरों की खुशी भी छीन लेते हैं। जिन लोगों ने मेरी सबसे कमजोर हालत में मेरे साथ बेवजह, एकतरफा बुरा व्यवहार किया, शायद उन्हें खुद अपने जीवन में प्यार नहीं मिला।' वह लिखती हैं, 'जैसे एक बच्चे को बड़ा करने में पूरा गांव लगता है, वैसे ही एक मां को संभालने के लिए भी बहुत सहारा चाहिए।'

> जैसे एक बच्चे को बड़ा करने में पूरा गांव लगता है, वैसे ही एक मां को भी बहुत सहारे की जरूरत होती है

कोई आसान काम नहीं होता है फिल्म बनाना: बोमन ईरानी

द मेहता बॉयज से बतौर डायरेक्टर डेब्यू करने वाले बोमन ईरानी अब दूसरे प्रोजेक्ट को डायरेक्ट करने की तैयारी में हैं। वह फिल्ममेकिंग को लेकर कहते हैं कि किसी को बना बनाया काम नहीं मिलता है। उन्होंने कहा, 'जिंदगी कभी भी फूलों का बगीचा नहीं थी, आप मुश्किलों से बच नहीं सकते। फिल्म बनाना आसान काम नहीं है। जब आप लिखना शुरू करते हैं, तब से लेकर पैसे लगाने के लिए किसी को ढूंढने तक चुनौती भरा काम होता है।' वह आगे कहते हैं, 'कास्टिंग एक अलग ही खेल है, फिर बजटिंग होती है। आप इसमें अपना दिल और जान लगा देते हैं, लेकिन आपको यह भी मानना होगा कि आप जो भी काम करते हैं, उसे हर कोई प्यार करे, यह जरूरी नहीं है।'

'अमिताभ बच्चन जी को डायरेक्ट करना है'

इंडस्ट्री में बोमन कई फिल्म स्टार्स के साथ काम कर चुके हैं। उन्होंने अमिताभ बच्चन और अनुपम खेर के साथ फिल्म ऊंचाई में काम किया था। इस फिल्म में उनके काम को काफी सराहा गया था। लेकिन बोमन ईरानी का कहना है कि वह अमिताभ बच्चन के साथ ऐक्टिंग ही नहीं बल्कि बतौर डायरेक्टर भी काम करना चाहते हैं। वह कहते हैं, 'बहुत सारे अच्छे ऐक्टर हैं, जिनके साथ मैं काम करना चाहता हूं। उनमें से मैं तीन का नाम लूंगा तो बाकी तीन को बुरा लग जाएगा। मिस्टर बच्चन को डायरेक्ट करना आने वाली पीढ़ी के लिए खास अनुभव होगा। बस उन्हें यह बताने की हिम्मत दिखानी है कि यह सीन है और ये ऐसे ही होता है।' गौरतलब है कि बोमन ने अपने करियर में कई बॉलिवुड फिल्मों में काम किया है।

> मुझे लगता है कि फिल्म बनाना कोई आसान काम नहीं है। जब आप लिखना शुरू करते हैं, तब से लेकर प्रोड्यूसर को ढूंढने तक, ये सब चुनौती भरा काम होता है। कास्टिंग का भी एक अलग ही खेल है, फिर उसके बाद बात आती है बजट की।

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 14-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMPG4 User: vartul.awasthi Time: 12-13-2025 18:14 Color:

शिल्पा ने शुरू कर दिया क्रिसमस का जश्न मनाना

शिल्पा शेट्टी ने क्रिसमस की तैयारियां जोर-शोर से शुरू कर दी हैं। उन्होंने अपने दिसंबर महीने की कुछ झलकियां सोशल मीडिया पर शेयर कीं। इन तस्वीरों में शिल्पा कहीं अपनी फैमिली के साथ समय एंजॉय कर रही हैं, तो कहीं लजवाब खाने का आनंद ले रही हैं। तो वहीं एक अन्य तस्वीर में वह क्रिसमस के उत्सह में डूबी हुई नजर आ रही हैं। इस फोटो में शिल्पा एक बड़े क्रिसमस ट्री के सामने खड़ी हैं और वह बहुत ही खुश नजर आ रही हैं। इन फोटोज को शेयर करते हुए उन्होंने लिखा, 'दिसंबर बीत रहा है। कृतज्ञता से भरी हूं।'

इससे पहले अनन्या पांडे और रश्मिका मंदाना ने भी अपने घर की क्रिसमस डेकोरेशन की तस्वीरें शेयर की थीं। जहां अनन्या ने क्रिसमस की सजावटें दिखाई थीं, तो वहीं रश्मिका ने रेड और ग्रीन डेकोर, लाइट्स और छोटे-छोटे गिफ्ट बॉक्सेज दिखाते हुए लिखा था, 'फेस्टिवल्स की वाइब्स सबसे अच्छी होती हैं!' इससे पहले समीरा रूथ प्रभु भी क्रिसमस की तैयारियों की फोटोज साझा कर चुकी हैं।

'मोबाइल बच्चों और माता-पिता के बीच की बाधा है'

CONTINUED FROM 1

संजय मिश्रा पल और लम्हा जैसी दो बेटियों के पिता हैं वे। अपने फादरहुड के बारे में वे कहते हैं, 'मैं तो खुद अभी बच्चा हूं। असल में मैं घर पर ज्यादा रह नहीं पाता। मुझे शूटिंग करनी होती है। मैं चाहता हूं, मेरी बेटियों का भला हो, मगर मैं किसी चीज का उन पर दबाव नहीं डालता। कोने में ले जाकर बोल देता हूं, देखो पास हो गए न, सेकंड क्लास ले आए न? बस। हमारे जमाने में तो पापा के आते ही हमारी सिट्टी-पिट्टी गुम हो जाया करती थी। हम लोगों को तो पापा के नाम से डराया भी खूब जाता था। जबकि बेचारे पापा जी तो हमें एक थप्पड़ तक नहीं मारते थे। तो मैं अपनी बेटियों से कम मिल पाता हूं, मगर जब भी मिलता हूं, दिल से मिलता हूं। मैं चाहता हूं, वो मेरी कुछ चीजें कैरी करें। आज तो मोबाइल भी एक बहुत बड़ी बाधा है माता-पिता और बच्चों के बीच। पहले बच्चों को लोरी या कहानियां सुनाई जाती थीं, पर आज तो मोबाइल दिखा-दिखा कर खाना खिलाया जाता है।'

महिमा चौधरी के जूते के लिए लोन लेना पड़ जाएगा

अपनी हालिया फिल्म दुर्लभ प्रसाद की दूसरी शादी में वे कॉमिक किरदार में हैं। बकौल संजय, 'फिल्मों में है न एक इमेज बांध दी जाती है कि ये कॉमिक एक्टर है, ये विलेन है। भाई मैं कहता हूं, हर कुछ कॉमिक नहीं होता। मैं कई तरह के कॉमिक रोल कर चुका हूं, मगर मुझे भी लाग तरह की कॉमिडी का इंतजार था। फिर यह शीर्षक भूमिका भी थी। हालांकि जब उन्होंने मुझे दुर्लभ प्रसाद का नाम बताया, तो मैंने बहुत कोशिश की कि इसका नाम बदल कर कपूर, चोपड़ा या हांडा कर दिया जाए, खैर वो तो नहीं हुआ, बहरहाल जब मुझे ये बताया गया कि फिल्म में मेरी दूसरी शादी महिमा चौधरी से होगी? तो यकीन नहीं आया। महिमा चौधरी? अपनी वाली महिमा चौधरी? नैशनल स्कूल ऑफ ड्रामा से निकलने के कुछ सालों बाद जब ये फिल्म परदेस में आईं, वही समय शाहरुख खान का भी था। उस वक्त आप यही सोचते हैं कि आपको भी इन जैसा ही कुछ काम करना है और सालों बाद आपको इनके साथ काम करने का मौका मिलता है, तो इससे बड़ी बात क्या हो सकती है। मगर मजेदार बात ये थी कि इस खबर को कई लोगों ने सच मान लिया। किसी ने मुझे फोन करके कहा, ' महिमा चौधरी से शादी किए हो, उनके जूते के लिए भी तुमको लोन लेना पड़ जाएगा। (हंस पड़ते हैं) एक प्रोड्यूसर ने ये तक कह दिया कि क्या मैं आगे उनकी फिल्म की शूटिंग पूरी कर पाऊंगा?' उन्होंने तो महिमा जी के लिए एक एक्स्ट्रा कमरे का इंतजाम भी कर लिया था।'

HEALTH & WELLNESS
TIMES interact
Connecting People, Connecting Needs.

AG STONE HOSPITAL
UROLOGY/LAPAROSCOPY & LASER CENTRE
Dr. Saurabh Agrawal
MCH, Urology, SGPGI
Ensuring HEALTHY LIVES
Facilities
• Kidney & Urine Diseases
• Laser Prostate Surgery
• Laser Stone Surgery
• Endoscopic Surgery
• Laparoscopic Surgery
• Uro Cancer Surgery
• Urethra Stricture
• Infertility & Sexual Diseases
Specialities
• Urology
• Gastromedicine
• Surgery
• Gynaecology
• Orthopaedics
• Medicine
OPEN 24/7 SERVICE
• EMERGENCY • ICU
• PHARMACY
• DIALYSIS I AMBULANCE
• RADIOLOGY
• OPERATIONS
Cashless/Insurance सेवाएं उपलब्ध
Add : B-5/59, Vinay Khand, Near Husariya Chauraha, Gomti Nagar, Lucknow
Clinic : Subhash Complex, Chowk, Lucknow
99 191 94111 I 97 945 40005

Apollomedics
Pelvic Floor Rehab Clinic
Pelvic Floor Physiotherapy
For Males & Females
Urine Leakage | Postpartum & Post-Surgery Recovery
Prolapse | Sexual Dysfunction (ED & PE) | Pelvic Pain Relief
Physiotherapy OPD, Basement 1, Apollomedics Hospitals Lucknow
Apollomedics Hospitals
LDA Colony, Kanpur Road, Lucknow
+91 7317311551
Call To Know More

GET NOTICED
TIMES interact
Connecting People, Connecting Needs.

JAKSON
Introducing CPCB IV+ Compliant Gensets
Cleaner Outside. Reliable Inside.
DeLaval Milking Machine
SECURE Net Meters For Solar Application
Authorised Dealer:
S.S. ASSOCIATES
413, Sahara Shopping Centre, Faizabad Road, Lucknow-226016
Tel.: +91- 9839133562, 9838001934
Email: ssassots@gmail.com

BOOK YOUR SERVICE ADS
TO BOOK ONLINE LOG ON TO Ads.timesofindia.com
SCAN QR CODE

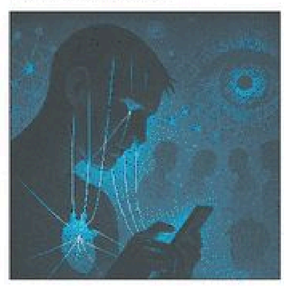
Mirsa Presents
BOUTIQUE & WEDDING
LIFESTYLE - FASHION - JEWELLERY - EXHIBITION
TODAY LAST DAY
14TH DEC'25 (SUN)
11AM - 08PM
HYATT REGENCY
GOMTI NAGAR LUCKNOW
Winter Weddings SPECIAL
40+ DESIGNERS PAN INDIA
ENTRY FREE
COUTURE | WINTER WEAR | REAL & ARTIFICIAL JEWELLERY | FURNISHING | DECOR | BAGS & FOOTWEAR | GIFT ITEMS | ACCESSORIES & MORE...
09839215277, 07905619030
/boutiqueandweddingexpo /boutiqueandweddingexpo

J&B Gandhi ACADEMY
for Transformation in Education
BECOME A TRANSFORMATIVE TEACHER & TRAINER
J & B Gandhi Academy invites aspiring & in-service educators to train for high-impact roles in education.
Initial Courses Offered*
Transformative Teacher (Pre-Primary to Grade 8)
Trainer / Master Trainer
Supervisor / Academic Coordinator
Curriculum & Content Developer
*4-Month Hybrid Programs
WhatsApp +91 740 840 1000
Email: train@getilearn.org Website: train.getilearn.org

'यूजर्स AI का नहीं, AI उनका इस्तेमाल कर रहा'

CONTINUED FROM 1

सोशल मीडिया एक्सपर्ट अनूप मिश्रा बताते हैं कि आज के दौर में सोशल मीडिया ने डिजिटल कम्युनिकेशन को तो विकसित कर दिया है लेकिन डिजिटल सेंस को विकसित नहीं किया। लोग एलेक्सा, जैमिनी, सिरी से भी सवाल पूछते हैं। छोटे-छोटे बच्चे इन्हें अपना दोस्त मानने लगे थे, इस पर तमाम केस स्टडी मिल जाएंगी। ये आपको एक ऐसी दुनिया में लेकर जा रहा है, जहां सिर्फ इंडिविजुअलिटी ही मैटर कर रही है इसलिए उसे किसी और की जरूरत ही नहीं है। आप मैनिपुलेटिव हो सकते हो लेकिन मशीन नहीं हो सकती। ये एक तरह से ह्यूमन इंटेलिजेंस को कॉपी करने वाली बात हो रही है कि इंसान किस तरह से सोचता है और कैसे परिणाम चाहता है। बाकी AI का तो काम ही सीखना है तो वो एक तरह से अपना काम कर रहा है। बाकी यूजर्स को लगता है कि वे AI का इस्तेमाल कर रहे हैं, जबकि हकीकत यह है कि AI उनका उपयोग कर रहा है।



विंटर स्पेशल
TIMES interact
READER ENGAGEMENT INITIATIVE

सर्दियों में सेहत का रखें खास ख्याल

Amul.Rastogi@timesofindia.com

सर्दियों का मौसम जहां ठंडक और राहत लेकर आता है, वहीं लापरवाही बरतने पर यह कई स्वास्थ्य समस्याओं की वजह भी बन सकता है। तापमान में गिरावट, ठंडी हवा और धूप की कमी से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो सकती है। ऐसे में, जरूरी है कि सर्दियों में खानपान, दिनचर्या और जीवनशैली पर विशेष ध्यान दिया जाए, ताकि शरीर स्वस्थ और ऊर्जावान बना रहे।

सर्दियों में सबसे पहले संतुलित और पौष्टिक आहार को अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए। हरी सब्जियां, मौसमी फल, सूखे मेवे, दालें और सूप शरीर को गर्म रखने के साथ-साथ आवश्यक पोषक तत्व भी प्रदान करते हैं। गुनगुना पानी पीना पाचन को दुरुस्त रखता है और सर्दी-खांसी से बचाव में मदद करता है।

ठंड के कारण लोग शारीरिक गतिविधि कम कर देते हैं, लेकिन नियमित व्यायाम बेहद जरूरी है।

चश्मे से छुटकारा
मात्र 30,000/-* में
लेसिक लेजर द्वारा
More Than 28 Years Of Excellence
Estd.1997
• Dr. J.K. Bansal • Dr. Tripti Bansal
Cashless Facilities with Ayushman Bharat, Deen Dhayal Yojna & All TPA Available
₹ 9999/- से शुरू
मोतियाबिंद ऑपरेशन AI ENABLED LATEST PHACO MACHINE द्वारा बिना टाँका इम्पोर्टेड लेंस (I. O. L.)के साथ
सम्पूर्ण सुविधाओं युक्त पुराने लखनऊ का एक मात्र आँख का अस्पताल
Glasses Free Vision With Robotic Precision, Bladeless, Flapless, Touchless, Painless, Super Fast Laser
SUMITRA EYE CARE & MATERNITY CENTRE PVT. LTD.
Location Instagram
Add. Tehseenganj Crossing, Hardoi Road, Chowk, Lucknow-226003
E-mail:- sumitraclinic@gmail.com Web:- www.sumitraecmc.in
Phone: 0522-2253740,3164851 Mob.: 7607762760, 9260978271

JOHNSON DESIGNERS' CHOICE TILES AND BATHWARE
उत्कृष्टता के नए मानदंड पर रखें अपने क़दम।
HOUSE of JOHNSON AUTHORISED DEALER
हमारे फ्रेंचाइजी शोरूम पर पधारें: एफटीबीएल होम ट्रेड्स प्राइवेट लिमिटेड
9839985000, 8173004800
पता: बी-67, सेक्टर-सी, मन्दिर मार्ग, महानगर, लखनऊ-226006
tiles.customercare@prismjohnson.in | www.hrjohnsonindia.com
+91 84510 57484 | टोल-फ्री नंबर 1800 210 7484

hotelbandhan.in
सगाई से विदाई तक अटूट रिश्तों का बंधन
Limited Dates Available
Hotel Bandhan
FULLY AIR CONDITIONED
BANQUET • CONFERENCE • ROOMS
For reservations: +91-9839900562
B-11, Near Bhootnath Market Metro Station, Faizabad Road, Indira Nagar, Lucknow-16

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 14-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMPG5 User: vartul.awasthi Time: 12-13-2025 18:04 Color:

'सिंगल पापा' में चमक गए कुणाल खेमू

Upma.Singh@timesofindia.com

मां की ममता पर तो हमने बहुत कहानियां देखी हैं, मगर बाप की 'बापता' यानी बच्चे की परवरिश में पिता की अहमियत पर किस्से कम ही हैं। समाज के इसी स्टीरियोटाइप को तोड़ने की अच्छी कोशिश करती है वेब सीरीज सिंगल पापा। यह सीरीज एक सिंगल मर्द के बच्चा गोद लेने के संघर्ष, अकेले उसकी परवरिश की चुनौतियों की कभी गुदगुदाती, तो भावुक करती दास्तान है।

कहानी गुड़गांव के गबरू गौरव गहलोत (कुणाल खेमू) की है, जिस पर पिता बनने की धुन सवार है। हालांकि, है वह खुद एक मैन चाइल्ड जिसका हर काम या तो मां करती रही है या बीवी। ऐसे में, पिता बनने की उसकी यह जिद पत्नी अपर्णा (ईशा तलवार) से अलगाव का कारण भी बनती है। तभी उसकी गाड़ी में आ गिरता है एक मासूम सा बच्चा और गौरव को लगता है कि यह बच्चा ऊपर वाले ने उसके सपने को सच करने के लिए भेजा है। गौरव को इस बच्चे अमूल से ऐसा लगाव हो जाता है कि उसे गोद लेने के लिए वह एड़ी-चोटी का जोड़ लगा देता है। जबकि अनाथालय और एडॉप्शन एजेंसी की मुखिया रोमिला नेहरा (नेहा धूपिया) गैर जिम्मेदार गौरव को बच्चा न देने में अड़ी होती है। उसके खुद के माता-पिता (मनोज पाहवा-आयशा रजा) और बहन नम्रता (प्राजक्ता कोली) भी इसके खिलाफ होते हैं। इसी आधार पर कहानी आगे बढ़ती है।

नीरज उधवानी और इशिता मोइत्रा की क्रिएटेड और शशांक खेतान, नीरज उधवानी और हितेश केवल्य निर्देशित यह सीरीज बच्चों की परवरिश में मर्दों की भूमिका या यूं कहिए कि मर्द भी बच्चा पाल सकते हैं, जैसे नए और गंभीर विषय को उठाती है, पर बहुत ही हल्के-फुल्के और मजेदार माहौल में। यह फील गुड फैमिली एंटरटेनर का अहसास कराती है। बस ये ड्रामा कहीं-कहीं लाउड और मेलोड्रैमैटिक भी हो जाता है। वहीं, कुछ घटनाक्रम अनरियलिस्टिक लगते हैं। कलाकारों की बात करें, तो कुणाल खेमू अपनी कॉमिक टाइमिंग के लिए तो मशहूर ही हैं, मगर यहां इमोशनल सीन में भी वह भावुक कर देते हैं। बच्चे अमूल के साथ उनकी प्यार भरी बॉन्डिंग देखते बनती है। वहीं, उनके परिवार के सदस्यों के रूप में मनोज पाहवा, आयशा रजा, प्राजक्ता कोली, सख्त मिजाज मिसेज नेहरा बनी नेहा धूपिया, उनके बेटे की भूमिका निभा रहे बाल कलाकार अंजिक्य मिश्रा सभी ने बढ़िया अदाकारी की है। जबकि, मैनी यानी मेल नैनी पर्मेंद्र सिंह के रूप में सीआईडी वाले दया यानी दयानंद शेट्टी महफिल लूट लेते हैं।

वेब-सीरीज
सिंगल पापा
रेटिंग ★★★☆☆

निर्देशक: शशांक खेतान, हितेश केवल्य, नीरज उधवानी
कलाकार: कुणाल खेमू, नेहा धूपिया, प्राजक्ता कोली, मनोज पाहवा, आयशा रजा, अंकुर राठी, ईशा तलवार, अंजिक्य मिश्रा, दयानंद शेट्टी आदि।
स्ट्रीमिंग साइट: नेटफ्लिक्स
एपिसोड: 6 एपिसोड (40 मिनट)
जॉनर: कॉमिडी, ड्रामा

क्यों देखें
पैरेंटिंग से जुड़े स्टीरियोटाइप को तोड़ती यह फील गुड सीरीज देखी जानी चाहिए।

बचकानी पर हंसाती है कपिल की कॉमिडी

Upma.Singh@timesofindia.com

कपिल शर्मा कॉमिडी की दुनिया के धुरंधर हैं। बचकानी हरकतों और बातों से भी ऑडियंस को हंसा ले जाने की कला वह जानते हैं और यही काम वह अपनी फिल्म किस किसको प्यार करूं 2 में भी कर रहे हैं। यह फिल्म उनकी 2015 में आई डेब्यू फिल्म किस किसको प्यार करूं का सीक्वल है, जिसमें वह तीन बीवियों के फेर में फंस जाते हैं। लेकिन कैसे? इस बात में लॉजिक ढूंढने की गलती से गलती न कीजिएगा।

होता यूं है कि मोहन (कपिल शर्मा) को सानिया (हीरा वरीना) से बेहद मोहब्बत है। दोनों शादी करना चाहते हैं पर उसमें धर्म आड़े आ जाता है। दोनों के परिवार वाले इस शादी के खिलाफ हैं। ऐसे में, मोहन अपने प्यार की खातिर पहले टोपी पहनकर महमूद, फिर सूट पहनकर माइकल बन जाता है, मगर उसे सानिया के बजाय हर धर्म में एक अलग दुल्हन मिल जाती है। मोहन को मीरा (त्रिधा चौधरी), महमूद को रूही (आयशा खान) और माइकल को जेनी (पारुल गुलाटी)। अब इस आदमी को अलग-अलग धर्मों की बीवियों को खुश रखने के लिए क्या-क्या पापड़ बेलने पड़ते हैं? क्या उसे अपना प्यार नसीब होता है? यह फिल्म देखकर पता चलेगा।

वैसे तो लेखक-डायरेक्टर अनुकल्प गोस्वामी की यह कहानी खासी बेतुकी है, जिसमें लॉजिक का कहीं कोई ओर-छोर नहीं है। ये तीनों लड़कियां जिस तरह मोहन के गले पड़ती हैं, उसमें कोई तुक नहीं है। भला एक पढ़ी-लिखी स्कूल टीचर एक बेहोश आदमी के साथ फेरे क्यों लेगी? इसी तरह, एक आदमी का सिर्फ टोपी पहनने से महमूद और पगड़ी पहनकर मनजीत बनना भी बचकाना लगता है। इसके बावजूद, कपिल शर्मा अपने इस बचकानेपन से भी दर्शकों को हंसाने में कामयाब रहे हैं। उनकी कॉमिक टाइमिंग बढ़िया है, मगर जहां ऐक्टिंग की बात आती है, उनके एक्सप्रेशन मुंह चिढ़ाने लगते हैं। अदाकारी के मामले में बाजी मारते हैं, दोस्त हब्बी बने मनजीत सिंह और मिर्जा बने विपिन शर्मा। ये दोनों अपने हाव-भाव से सीन को मजेदार बना देते हैं। सुशांत सिंह और जेमी लीवर वाला ट्रैक मजेदार है। लड़कियों की बात करें, त्रिधा, आयशा, पारुल तीनों ने अपनी जिम्मेदारी अच्छे से निभाई है, सिवाय हीरा वरीना के। वरीना को अपने एक्सप्रेशन पर काफी काम करना होगा। वहीं, त्रिधा का आइटम सॉन्ग अटपटा लगता है। गाने वैसे भी फिल्म की कमजोरी हैं। कुल मिलाकर, कपिल के फैंस के लिए यह एक टाइमपास फिल्म है, जिससे ज्यादा उम्मीद नहीं लगानी चाहिए।

फिल्म
किस किसको प्यार करूं 2
रेटिंग ★★½☆☆

निर्देशक: अनुकल्प गोस्वामी
कलाकार: कपिल शर्मा, मनजीत सिंह, त्रिधा चौधरी, हीरा वरीना, आयशा खान, पारुल गुलाटी, सुशांत सिंह, विपिन शर्मा आदि।
जॉनर: ड्रामा, कॉमिडी, रोमांस
अवधि: 2 घंटे 24 मिनट

क्यों देखें
कपिल शर्मा की कॉमिडी के फैन हैं तो टाइमपास के लिए एक बार देख सकते हैं।

पिछली शोहरत को नहीं रखती 'अखंड'

Rekha.Khan@timesofindia.com

साउथ सिनेमा में नंदमुरी बालकृष्ण का बड़ा नाम है। अब लंबे इंतजार के बाद उनकी बहुप्रतीक्षित फिल्म अखंडा 2 थिएटर्स में रिलीज हो गई है, जो 2021 में आई अखंडा का सीक्वल है। फिल्म में डायलॉग सुनाई देता है, 'देश पर विपत्ति आई तो आप दंड देंगे, मगर धर्म पर विपत्ति आई तो हम मृत्युदंड देंगे।' पहले पार्ट में ही अखंडा ने प्रण लिया था कि जब भी जननी और धर्म पर संकट आएगा, वह वापस लौटेगा। इस बार विदेशी दुश्मनों की साजिश से सनातन धर्म और देशवासियों की जान पर गंभीर खतरा मंडरा रहा है। अखंडा 2 इसी संघर्ष के इर्द-गिर्द घूमती है, कैसे अखंडा अपने शत्रुओं का संहार करता है और आस्था पर लोगों का विश्वास फिर से अटल करता है।

जननी (हर्षाली मल्होत्रा), अब 18 साल की तेज-तर्रार वैज्ञानिक, भारतीय सेना के लिए 'बायो-शील्ड' बना रही है। तभी महाकुंभ में दुश्मन देश एक घातक वायरस फैलाता है। जननी एंटी-डोट बनाने में जुटती है, लेकिन दुश्मन उसे और उसके शोध को मिटाना चाहता है। तभी आता है अखंडा रुद्र सिकंदर अघोरा (नंदमुरी बालकृष्ण)। अपनी साधना और दिव्य ऊर्जा के साथ वह जननी को इस जानलेवा वायरस के प्रतिरोधक तक पहुंचाने में सहायता करता है और शत्रुओं का विनाश।

बोयापति श्रीनू और नंदमुरी बालकृष्ण की जोड़ी ने सिम्हा, लीजेंड और अखंडा जैसी हिट फिल्में दी थीं, लेकिन पार्ट 2 उस कामयाबी को मैच नहीं कर पाती। बोयापति की कहानी कमजोर है और राजनीति, आस्था व देशभक्ति का मुलम्मा चढ़ाने के बावजूद स्क्रीनप्ले लड़खड़ा जाता है। 3D इफेक्ट्स वाले कुछ दृश्य असर छोड़ते हैं, मगर एक्शन जल्दी ही दोहराव और ओवर-द-टॉप शैली में बदल जाता है। चीन की सेना, वायरस, एंटी-डोट और सनातन धर्म मिटाने की साजिश जैसे ट्रैक बचकाने लगते हैं। फिल्म का इमोशनल आर्क भी फीका है, और तेलुगु-इंग्लिश में लिखे कई संवाद हिंदी में अटपटे लगते हैं। थमन एस का संगीत औसत है, जबकि राम प्रसाद और संतोष डेट की सिनेमैटोग्राफी कुछ दृश्यों में आकर्षण पैदा करती है।

नंदमुरी बालकृष्ण फिल्म का हाई पॉइंट हैं। उन्होंने अखंडा रुद्र सिकंदर अघोरा के रूप में बेहतरीन परफॉर्मेंस दिया है। उनकी विशिष्ट डायलॉग डिलीवरी उनके किरदार को बल देती है। हर्षाली मल्होत्रा ने अपने चरित्र के साथ इंसाफ करने की कोशिश की है। संयुक्ता, शाश्वत चटर्जी और आदि पिनिसेट्टी के किरदारों का समुचित विकास नहीं हो पाया है।

फिल्म
अखंडा 2: तांडवम
रेटिंग ★★½☆☆

निर्देशक: बोयापति श्रीनू
कलाकार: नंदमुरी बालकृष्ण, संयुक्ता, आदि पिनिसेट्टी, हर्षाली मल्होत्रा, शाश्वत चटर्जी आदि।
जॉनर: फैंटेसी-एक्शन-ड्रामा
अवधि: 2 घंटे 46 मिनट

क्यों देखें
नंदमुरी बालकृष्ण और अखंडा के फैंस इसे देख सकते हैं।

जान लेकर मानती है ये 'साली मोहब्बत'

Rekha.Khan@timesofindia.com

फिल्म के पहले सीन में पूछा जाता है कि क्या महिलाओं की खूबसूरती ही उनका सबसे बड़ा गुण होती है? इसी सवाल के जवाब में फिल्म की पूरी कहानी आगे बढ़ती है कि कैसे एक आम-सी लड़की अपने दिमाग का इस्तेमाल करके अपना बचाव करने के लिए किसी भी हद तक जा सकती है और उन हदों को पार करने के बाद वो कानून को भी चकमा दे सकती है। जानी-मानी अभिनेत्री टिस्का चोपड़ा निर्देशित साली मोहब्बत की कहानी का मूल यही है। कई फिल्मों में अपने अभिनय का जलवा दिखा चुकी टिस्का की निर्देशक के रूप में यह दूसरी फिल्म है। इससे पहले बतौर निर्देशक वे शॉर्ट फिल्म रूबरू लाई थीं और चटनी में अभिनेत्री-लेखिका के रूप में उन्होंने काफी तारीफें बटोरी थीं।

स्मिता (राधिका आप्टे) एक बॉटनी की ग्रेजुएट और पेड़-पौधों से प्रेम करने वाली शांत और पति की सेवा करने वाली हाउसवाइफ है। वह अपने शराबी पति पंकज (अंशुमान पुष्कर) और उसके कर्ज के दबाव में जी रही है। मगर मौसेरी बहन शालिनी (सौरसैनी मित्रा) के आने से हालात बिगड़ते हैं, जब स्मिता अपने ही पति को शालिनी के साथ रंगे हाथों पकड़ लेती है। धोखे, खतरे और टूट चुके भरोसे के बीच स्मिता जो कदम उठाती है, वह सबको हिला कर रख देता है।

निर्देशक टिस्का चोपड़ा शुरुआत से ही थ्रिल और सस्पेंस का माहौल रच देती हैं। अपनी शॉर्ट फिल्म चटनी की तरह, यहाँ भी पेड़-पौधों का इस्तेमाल सिर्फ रूपक नहीं, बल्कि कहानी के ट्विस्ट और टर्न का हिस्सा बनता है। सरल-सी लगने वाली कहानी धीरे-धीरे जटिल होती जाती है। फर्स्ट हाफ थोड़ा धीमा है, लेकिन सेकंड हाफ तेज और प्रभावी। टिस्का ने बेवफाई, लालच, नैतिकता और प्यार की हदें पार करने जैसे विषयों को थ्रिलिंग अंदाज में पिरोया है। कहानी भले प्रेडिक्टेबल हो, पर इसका एग्जिक्यूशन दिलचस्प है। करण कुलकर्णी का बैकग्राउंड स्कोर तनाव बढ़ाता है और दिव्यो तिवारी की सिनेमैटोग्राफी फिल्म को जीवंत बनाती है।

राधिका आप्टे कॉम्प्लेक्स्ड किरदारों में जान फूंकने में माहिर हैं और यहां वे अपने दमदार अभिनय से कविता और स्मिता दोनों ही किरदारों को यादगार बना देती हैं। करप्ट और काइयां पुलिस वाले रतन पंडित के किरदार को दिव्येंदु ने खूबी से निभाया है, जबकि अंशुमान पुष्कर ने भी शराबी और बेवफा पति की रोल के साथ न्याय किया है। गैंगस्टर के रोल में अनुराग कश्यप जमे हैं। शालिनी के किरदार को सौरसैनी मित्रा ने अच्छे ढंग से निभाया है। शरद सक्सेना छोटी मगर अहम भूमिका में याद रह जाते हैं।

फिल्म
साली मोहब्बत
रेटिंग ★★★☆☆

निर्देशक: टिस्का चोपड़ा
कलाकार: राधिका आप्टे, दिव्येंदु शर्मा, अनुराग कश्यप, कुशा कपिला, सौरसैनी मित्रा आदि।
अवधि: 1 घंटे 45 मिनट
स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म: Z5

क्यों देखें
मर्डर मिस्ट्री और थ्रिलर फिल्मों के शौकीन यह फिल्म देख सकते हैं।

विंटर शॉपिंग

READER ENGAGEMENT INITIATIVE

विंटर फैशन में जूलरी को सही तरीके से कैरी करना कला है। कपड़ों की लेयरिंग के कारण जूलरी अक्सर ढक जाती है, इसलिए इसे स्टाइल करने के लिए कुछ स्मार्ट टिप्स बेहद काम आते हैं।

खूबसूरत जूलरी से ग्लैम का परफेक्ट तड़का

Abhishek.Singh2@timesofindia.com

PIC: ISTOCK

मेटल के साथ रंगीन स्टोन्स वाला फ्यूजन जूलरी कलेक्शन युवाओं की पसंद बना हुआ है। इसे कैरी करना आसान होता है

सर्दियों में जहां गर्म कपड़े और लेयरिंग हमारे लुक को बेहतर बनाते हैं, वहीं जूलरी का महत्व भी काफी अहम हो जाता है। यह निश्चित तौर पर पूरे आउटफिट में चमक और आकर्षण को जोड़ती है। खास बात यह है कि विंटर सीजन कपड़ों की वजह से जूलरी को और भी उभार देता है। फिर चाहे वह स्टेटमेंट नेकपीस हो, मिनिमल ईयररिंग्स, या फिर ऑक्सिडाइज्ड सेट्स। ट्रेंड्स बताते हैं कि स्मार्टली चुनी गई जूलरी न सिर्फ लुक को एलीवेट करती है, बल्कि हर स्टाइल में एक नई ऊर्जा भर देती है।

जूलरी संग खिल उठें आप

स्वेटर, हाई-नेक और जैकेट्स के ऊपर पियर किए जाने वाले बोल्ड स्टेटमेंट नेकपीस इस साल फिर ट्रेंड में हैं। गोल्ड-प्लेटेड, बीडेड या जियोमैट्रिक डिजाइन्स में ये नेकपीस किसी सिंपल आउटफिट को तुरंत ग्लैमरस बना देते हैं। ऐसे में एक्सपर्ट का कहना है कि अगर हाई-नेक स्वेटर या पुलोवर पर जूलरी कैरी करनी है, तो बोल्ड या लेयर्ड चोकर्स एक अच्छा विकल्प है। ये सामने से पूरी तरह दिखते हैं और आउटफिट को डाइमेंशन देते हैं।

ऑफिस और कैजुअल लुक वाली जूलरी

बात जब फैशन की आती है तो बहुत सारे लोग वेयर इफेक्ट पर उतना ध्यान नहीं देते हैं। जहां तक जूलरी कैरी करने की बात है तो छोटी, नाजुक और एलीगेंट ईयररिंग्स इस सीजन की सबसे पसंदीदा चॉइस हैं। रोज गोल्ड, पर्ल भी यूथ को पसंद आ रहे हैं। इनकी खास बात यह है कि ये ऑफिस और कैजुअल दोनों ही लुक को खूबसूरती से कॉम्प्लिमेंट करते हैं। यह वर्कप्लेस पर फैशन के शौकीन लोगों के लिए एक सुनहरा अवसर होता है। आज के दौर में मार्केट इन चीजों को लेकर काफी रिसर्च करता है और लोगों की सहूलियतों के हिसाब से प्रॉडक्ट तैयार करता है।

एथनिक वियर के साथ जूलरी का परफेक्ट कॉम्बिनेशन

एथनिक वियर के साथ ऑक्सिडाइज्ड जूलरी की डिमांड विंटर में और बढ़ जाती है। गर्म कपड़ों के साथ इसका ग्रे-टोन फिनिश बहुत सुन्दर लगता है। जंकी नेकपीस, चोकर्स और बड़े झुमके फेस्टिव और वेडिंग सीजन में खूब पसंद किए जा रहे हैं। एक प्रोफेशनल रीमा गर्ग कहती हैं कि न्यू ईयर को लेकर वो काफी उत्साहित हैं और इस दौरान वे नए ट्रेंड की जूलरी के साथ इस पल को सेलिब्रेट करना चाहती हैं। वह कहती हैं कि सीजन के हिसाब से जैसे हम कपड़ों को कैरी करते हैं, ठीक उसी तरह जूलरी के ऑप्शन भी ट्राई करनी चाहिए। यह निश्चित तौर पर लुक को और बेहतर बनाने में मददगार साबित होता है। पार्टी में नजरें आप पर ही होती हैं और आज के दौर में सभी ऐसा चाहते हैं।

मार्केट के ट्रेंड को समझें

अगर आप परफेक्ट शॉपिंग करना चाहते हैं तो मार्केट ट्रेंड को समझना जरूरी है। यह जहां आपके फैशन की समझ को विकसित करता है, वहीं आप इससे विशेष दिख पाते हैं। मार्केट में इस समय ऐसे कलेक्शन खूब पसंद किए जा रहे हैं जो मिक्स एंड मैच स्टाइल पर आधारित हैं। लोग एक ही सेट की जगह अलग-अलग खरीद पीस खरीदने पर फोकस कर रहे हैं। ताकि इन्हें कई तरह के आउटफिट्स के साथ मैच किया जा सके।

यूथ शॉपिंग को लेकर काफी दिलचस्पी दिखा रहा है। एक फैशन एक्सपर्ट कामिनी महाजन कहती हैं कि यूथ काफी चूजी है और फैशन की गहरी समझ रखता है। जहां तक जूलरी की बात है तो इसके दाम आसमान को छू रहे हैं, बावजूद इसके खरीदारों की संख्या में इजाफा हो रहा है। आज के दौर में यूथ में लेयर्ड चेन और ब्रेसलेट की डिमांड ज्यादा है। जब वेडिंग सीजन करीब होता है तो इन पलों के लिए कुंदन जूलरी की सेल बढ़ जाती है। वहीं वर्किंग वुमन के बीच मिनिमल डायमंड-स्टाइल जूलरी लगातार लोकप्रिय हो रही है। ऐसे में कहना होगा कि अगर आप भी जूलरी के साथ फैशन का लुत्फ उठाने के मूड में हैं, तो शॉपिंग करना एक परफेक्ट आइडिया होगा। इस तरह की शॉपिंग न केवल आपके लुक को बेहतर बनाती है, बल्कि आप भीतर से खुश भी रहते हैं, जब आपको तारीफें मिलती हैं।

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 14-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMBP User: c-amul.rastogi Time: 12-13-2025 15:14 Color:

विंटर शॉपिंग

READER ENGAGEMENT INITIATIVE

सर्दियों का मौसम आते ही मार्केट का मूड पूरी तरह बदल जाता है। जहां एक ओर यूथ इस वेदर में भी स्टाइल का परफेक्ट कॉम्बिनेशन तलाशते दिखते हैं, वहीं दूसरी ओर पारंपरिक परिधानों खासतौर पर सिल्क साड़ियों की डिमांड भी खूब बढ़ रही है। फ्यूजन वियर, ओवरसाइज्ड जैकेट्स, कोजी निट्स और हैंडलूम सिल्क—सब मिलकर इस विंटर को फैशन के लिए बेहद खास बना रहे हैं।

विंटर फैशन का नया दौर

Abhishek.Singh
@timesofindia.com

AI GENERATED IMAGE

> फैशन के शौकीन लोगों के लिए विंटर एक खुशनुमा मौसम बनकर आता है। वे इस दौरान शॉपिंग करना पसंद करते हैं।

यह सच है कि फैशन तेजी से बदलता है। वेदर के हिसाब से उसका रूप और रंग बदल जाते हैं। यही कारण है कि सभी लेटेस्ट ट्रेंड पर फोकस करते हैं। जहां पर विंटर की बात है तो कहना होगा कि इस मौसम में लोग कपड़ों को लेकर और भी चूजी हो जाते हैं। चटख रंगों वाले कपड़ों की खरीदारी होती है और इसका असर आप वीकेंड में मार्केट में आसानी से देख भी सकते हैं।

आज का यूथ सिर्फ गर्म कपड़ों की तलाश में नहीं है, बल्कि ऐसे आउटफिट चाहता है, जो स्टाइल को भी बखूबी पेश करें। इसीलिए लेयरिंग-फ्रेंडली फैशन इस बार के विंटर सीजन का सबसे बड़ा ट्रेंड बनकर उभरा है। यूथ ओवरसाइज्ड हुडीज, फक्स जैकेट्स, ट्रेंच कोट्स, क्रॉप्ड स्वेटर्स और कॉर्ड सेट्स को खासा पसंद कर रहे हैं। न सिर्फ कॉलेज-गोइंग स्टूडेंट्स बल्कि कामकाजी युवा भी इनकी ओर आकर्षित हो रहे हैं, क्योंकि ये कपड़े उतने ही आरामदायक हैं जितने मॉडर्न और फोटो-फ्रेंडली।

इसके अलावा अर्थ टोन जैसे कि बेज, ब्राउन, ऑलिव और स्टोन ग्रे को भी काफी पसंद किया जा रहा है। फैशन एक्सपर्ट वैशाली वर्मा कहती हैं कि आज के दौर में लोग फैशन को फॉलो करते हैं। यही कारण है कि मार्केट में नई चीजों की डिमांड बनी रहती है। यूथ वेदर के अनुसार अपने वॉर्डरोब को बदलने में रुचि रखते हैं। कई ब्रैंड्स इस सीजन में फ्लीस और वूलन क्लोद्स में स्ट्रीट-वियर-इंस्पायर्ड डिजाइन्स ला रहे हैं, जो ट्रेंडी और कंफर्ट—दोनों जरूरतें पूरी करते हैं।

इंडो-वेस्टर्न का बढ़ता

विंटर फैशन में फ्यूजन की बात करें तो कहना होगा कि इनकी धाक पहले की तुलना में बढ़ गई है। लड़कियां कुर्तों के साथ लॉन्ग जैकेट्स, श्रग स्टाइल स्टोल्स और बेल्टेड कार्डिगन्स को खूब पसंद कर रही हैं। दूसरी ओर, लड़के भी बंधगला जैकेट्स के साथ हाई-नेक टीज या वूलन कुर्तों को टीम अप करके नया इंडो-वेस्टर्न लुक क्रिएट कर रहे हैं।

शॉपिंग हब्स में फेस्टिव और विंटर दोनों सीजन को टारगेट करता हुआ फ्यूजन वियर सबसे तेजी से सेल होने वाली कैटेगरी बन गया है। खासतौर पर शादी फंक्शंस वाले महीनों में वूलन शॉल्स, सिल्क ब्लेंड जैकेट्स और एथनिक वियर के साथ थर्मल लेयरिंग की उच्च मांग दिखाई दे रही है।

अपग्रेडेड वर्जन की डिमांड

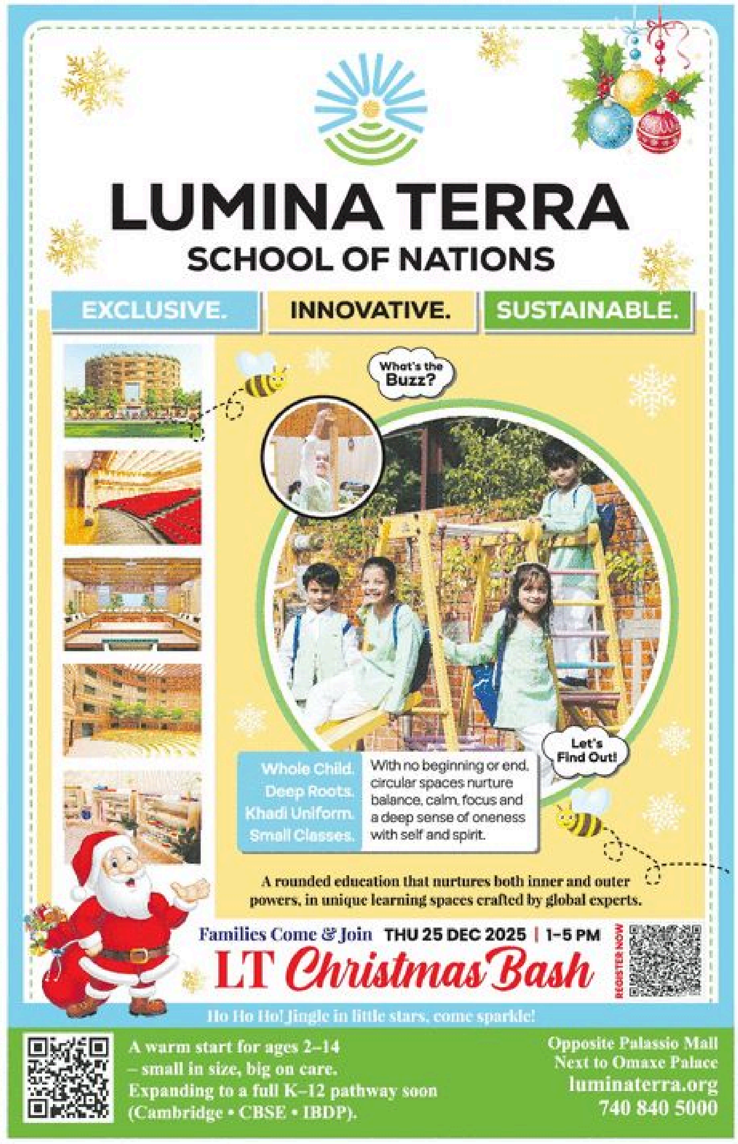
इस साल निटवियर की रेंज और भी रिच हो गई है। ब्रेडेड स्वेटर्स, रिब्ड निट्स, हाई-नेक पुलोवर्स और केबल-निट पैटर्न फिर से फैशन मेनस्ट्रीम में लौट आए हैं। एक्सपर्ट कहते हैं कि इस बार लोग लॉन्गटर्म फैशन पीसेज खरीदने में दिलचस्पी दिखा रहे हैं। इसका मतलब ऐसे वूलन आउटफिट्स का इन दिनों क्रेज है, जो लुक्स, वॉर्मथ और ड्यूरेबिलिटी तीनों को बैलेंस कर सकें। क्लासिक ब्लैक और ग्रे की जगह लोग मोचा, मस्टर्ड, सेज ग्रीन और बरगंडी जैसे शेड चुन रहे हैं।

विंटर में सिल्क का जलवा

जहां यूथ ट्रेंडी वियर की ओर बढ़ रहा है, वहीं सिल्क साड़ियों का आकर्षण भी विंटर में अपनी चरम पर होता है। खासकर कांचीवरम, बनारसी और पटोरी सिल्क साड़ियां शादी-सीजन और फेस्टिव इवेंट्स के चलते खूब बिक रही हैं। एक्सपर्ट कहते हैं कि यह रोचक है कि विंटर में सिल्क की साड़ियों का ट्रेंड बढ़ जाता है। इसके पीछे की मूल वजह यह है कि यह फैब्रिक इस मौसम में शरीर को गर्म रखता है। इसलिए यह सर्द मौसम के लिए आदर्श बन जाता है। इसके साथ ही पुराने समय से ही साड़ियां फैशन का मूल आधार रही हैं। रिच टेक्सचर और चमक इन्हें फंक्शंस और नाइट इवेंट्स में परफेक्ट बनाती है।

स्मार्ट और क्वालिटी वाली खरीदारी

इस विंटर ग्राहक सिर्फ ट्रेंड्स नहीं देख रहे, बल्कि क्वालिटी, प्राइस और वह कितनी उपयोगी है, इन बातों पर भी गौर कर रहे हैं। ऐसे में यूथ की नजर ऐसे कपड़ों पर है, जो देखने में सुंदर हों और मौसम के अनुकूल भी हों, ऐसे में जैकेट या शॉल की डिमांड है, जो कॉलेज, ऑफिस और आउटिंग तीनों जगह जेल कर जाए।



NOTE : -

[: राजस्थान पत्रिका , दैनिक जागरण delhi, नवभारत टाइम्स delhi, अमर उजाला delhi, हिन्दुस्तान delhi, Pioneer hindi delhi, जनसत्ता delhi,]

English NEWSPAPERS
[Times Of India delhi, Indian Express delhi, The Hindu delhi, Financial Express delhi, economic times delhi , the Pioneer english delhi , the tribune delhi] ETC.

We are providing all news paper pdf hindi and English want to read daily newspapers by pdf please msg me on telegram

2. आकाशवाणी (AUDIO)

whatsapp Group ka link pane ke liye Newspaper_pdf_bot par jaye.

Click here to contact:-https://t.me/Newspaper_pdf_bot
Or type in Search box of Telegram
@Newspaper_pdf_bot And you will find a channel

BACKUP GROUP LINK
https://t.me/joinchat/5P9EL1JaqoYzNTI1

Hindi-English News Paper Website:- onlineftp.in