

पंचक के साए में सावन का पहला सोमवार

शिव-पार्वती की होगी कृपा
कभी नहीं होगी धन की कमी

हिंदू धर्म में सावन मास को पवित्र महीना माना जाता है। इस पूरे माह भगवान शिव की पूजा करने का विधान है। सावन मास में पड़ने वाला हर सोमवार भी खास माना जाता है। इस दिन शिव जी की पूजा करने से विशेष फलों की प्राप्ति होती है। इस बार सावन के पहले सोमवार को पंचक का साया है। जानिए सावन का पहला सोमवार कब है। इसके साथ ही मुहूर्त और महत्व।



सावन का पहला सोमवार 2023 कब?

हिंदू पंचांग के अनुसार, श्रावण मास 4 जुलाई 2023 से आरंभ हो गया था, जो 31 अगस्त को समाप्त हो रहा है। इस मास अधिक मास होने के कारण सावन मास पूरे 59 दिन का होगा। इसके साथ ही पूरे 8 सावन सोमवार पड़ेंगे।



रहे हैं। बता दें कि सावन का पहला सोमवार 10 जुलाई 2023 को पड़ रहा है। यही आखिरी सावन सोमवार 28 अगस्त 2023 को पड़ रहा है।

सावन के पहले सोमवार में पंचक का साया

सावन मास के पहले सोमवार में पंचक का साया होगा। दशमल, 6 जुलाई 2023 को दोपहर 01 बजे सावन 38 मिनट से पंचक शुरू हुए थे, जो 10 जुलाई, सोमवार को शाम 6 बजे तक 59 मिनट पर समाप्त हो रहे हैं। ऐसे में दिन पंचक का साया होगा। ज्योतिषियों के माने में, सावन के पंचक गुणवत्ता के दिन से शुरू होने के कारण जलिकाक नही है। इसलिए दिन किसी असंजस के पूजा-अर्चना कर सकते हैं।

सावन के पहले सोमवार का शुभ मुहूर्त

सावन सोमवार के दिन भगवान शिव की पूजा करने के

आप सही विधि से चढ़ाते हैं शिवलिंग में जल? भगवान शिव को प्रसन्न करने के लिए जानें सही तरीका

- सावन सोमवार 2023 की तिथियां
- सावन का पहला सोमवार: 10 जुलाई
- सावन का दूसरा सोमवार: 17 जुलाई
- सावन का तीसरा सोमवार: 24 जुलाई
- सावन का चौथा सोमवार: 31 जुलाई
- सावन का पांचवा सोमवार: 07 अगस्त
- सावन का छठा सोमवार: 14 अगस्त
- सावन का सातवां सोमवार: 21 अगस्त
- सावन का आठवां सोमवार: 28 अगस्त

साथ अभिषेक करना अच्छा माना जाता है। इसके साथ ही रुद्राभिषेक करने से हर समस्या दूर हो जाती है। सावन के पहले की सुबह के साय-साय शाम के समय पूजा करना लाभकारी हो सकता है। इस दिन शिव पूजा का शुभ मुहूर्त शाम को 5 बजेकर 38 मिनट से 7 बजेकर 22 मिनट तक है।

इस साल सावन मास का विशेष महत्व है। क्योंकि इस बार अधिक मास के कारण सावन मास पूरे 2 मास का है। जहां सावन मास में भगवान शिव की पूजा की जाती है। यहीं, अधिक मास भगवान विष्णु से संबंधित है। ऐसे में सावन में दोनों देवताओं का पूजा करने का फल प्राप्त होगा। ज्योतिष शास्त्र के अनुसार, दिन लोगों को शाही होने में किसी न किसी तरह की अड़न आ रही है, तो सावन सोमवार का व्रत रखना लाभकारी सिद्ध हो सकता है। इसके साथ ही वैवाहिक जीवन में खुशियां ही खुशियां आती हैं।

सावन के पहले सोमवार को शिवलिंग में चढ़ाएं ये खास चीज

शिव-पार्वती की होगी कृपा
कभी नहीं होगी धन की कमी

भगवान शिव का अत्यंत प्रिय माह सावन माह चल रहा है। सावन माह के हर एक सोमवार का विशेष महत्व है, जिसे सावन सोमवार कहा जाता है। इस साल के सावन सोमवार काफ़ी खास है, क्योंकि अधिक मास होने के कारण पूरे 8 पड़ रहे हैं। ऐसे में भगवान शिव की पूजा के लिए अधिक दिन मिलेंगे।

सावन सोमवार के दिन भगवान शिव को विशेष पूजा करने का विधान है। इसके साथ ही भक्तगण भगवान शिव की विधिवत पूजा करने के साथ-साथ अभिषेक करते हैं। आमतौर पर भगवान शिव को जल चढ़ाने के लिए विष्णुल उनके शीर्ष में चढ़ाते हैं। ज्योतिषों के अनुसार, यह तरीका विष्णुकु सही तरीका नहीं है। जानिए भगवान शिव को किस तरह चढ़ाएं जाएं। कहां जाता है कि भगवान शिव को जल अति प्रिय है। उन्हें जल चढ़ाने से वह प्रसन्न होते हैं और अपने भक्तों को हर एक मनोकामना को पूरा कर देते हैं। जानिए प्रसिद्ध



अनुसार, भगवान शिव को जल चढ़ाने से वह जल्द प्रसन्न होते हैं। ऐसे में उन्हें जल चढ़ाते समय उपाय करने से वह जल्द प्रसन्न होते हैं।

दो पात्र से चढ़ाएं शिवलिंग में जल

शिव पूरण के अनुसार, सावन माह में भगवान शिव के ऊपर काफ़ी बार चढ़ा जाता है। ऐसे में मां पार्वती के साथ मां गंगा दोनों बार सभाती हैं। इसलिए सावन सोमवार के दिन कांसे, तंबे या फिर चांदी के दो लोटे में जल भर लें। अगर दो लोटे नहीं हैं, तो आप एक पात्र के ऊपर कटोरी भी रख सकते हैं। लेकिन दो पात्र होने जल्दी है। इसके बाद दोनों से एक साथ शिवलिंग में जल अर्पित करें। माना जाता है कि ऐसा करने से भगवान शिव अति प्रसन्न होते हैं और व्यक्ति की मनचाही मुराद पूरी कर देते हैं।

मैं मां पार्वती के साथ मां गंगा दोनों बार सभाती हैं। इसलिए सावन सोमवार के दिन कांसे, तंबे या फिर चांदी के दो लोटे में जल भर लें। अगर दो लोटे नहीं हैं, तो आप एक पात्र के ऊपर कटोरी भी रख सकते हैं। लेकिन दो पात्र होने जल्दी है। इसके बाद दोनों से एक साथ शिवलिंग में जल अर्पित करें। माना जाता है कि ऐसा करने से भगवान शिव अति प्रसन्न होते हैं और व्यक्ति की मनचाही मुराद पूरी कर देते हैं।

वया आप सही विधि से चढ़ाते हैं शिवलिंग में जल?

भगवान शिव का प्रिय माह सावन चल रहा है। इस साल अधिक मास होने के कारण सावन मास पूरे दो माह पड़ रहा है। सावन मास के दौरान भक्तगण भगवान शिव की विधिवत पूजा करने के साथ-साथ अभिषेक करते हैं। आमतौर पर भगवान शिव को जल चढ़ाने के लिए विष्णुल उनके शीर्ष में चढ़ाते हैं। ज्योतिषों के अनुसार, यह तरीका विष्णुकु सही तरीका नहीं है। जानिए भगवान शिव को किस तरह चढ़ाएं जाएं। कहां जाता है कि भगवान शिव को जल अति प्रिय है। उन्हें जल चढ़ाने से वह प्रसन्न होते हैं और अपने भक्तों को हर एक मनोकामना को पूरा कर देते हैं। जानिए प्रसिद्ध

पंडित जगन्नाथ गुरुजी से कैसे शिवलिंग में चढ़ाएं जल।

खड़े होकर शिवलिंग में चढ़ाएं जल?

जगन्नाथ गुरु जी के अनुसार, शिवलिंग में जल चढ़ाते समय इस बात का ध्यान रखें कि आपका मुख किस ओर है। कभी भी पूर्व दिशा की ओर मुख करके जल नहीं चढ़ना चाहिए, क्योंकि यह दिशा भगवान शिव का मुख्य प्रवेश द्वार है। ऐसे में इस दिशा में मुख करके जल चढ़ाने से रास्ते में अवरोध आता है। इसलिए हमेशा उत्तर दिशा की ओर मुख करके ही जल चढ़ाना चाहिए। क्योंकि इस दिशा को भगवान

शिव का बाया अंग माना जाता है, जो मां पार्वती को समर्पित है।

इस विधि से शिवलिंग में चढ़ाएं जल

शिव पूरण के अनुसार, भगवान शिव को जल चढ़ाते समय इस बात का ध्यान रखें कि आपका मुख किस ओर है। कभी भी पूर्व दिशा की ओर मुख करके जल नहीं चढ़ना चाहिए, क्योंकि यह दिशा भगवान शिव का मुख्य प्रवेश द्वार है। ऐसे में इस दिशा में मुख करके जल चढ़ाने से रास्ते में अवरोध आता है। इसलिए हमेशा उत्तर दिशा की ओर मुख करके ही जल चढ़ाना चाहिए। क्योंकि इस दिशा को भगवान

विचार

सेहत को मिलेंगे ढेरों फायदे

टमाटर हर इंसान किचन का अनिवार्य हिस्सा है। इसके बिना सब्जी, सलाद अधूरी है। भारत में टमाटर की कीमतें 100-120 रुपये प्रति किलो से भी ऊपर पहुँच गई हैं। ऐसे में जो लोग टमाटर को खाना पसंद करते हैं, उन्हीं जेब पर टमाटर भारी पड़ सकता है। अगर आप भी उन लोगों में से हैं जो टमाटर खाना पसंद करते हैं लेकिन बड़े हुए दानों के कारण खरीदने के बारे में सोचना पड़ रहा है? फेमस शेफ-सनील कापुर ने टमाटर के कुछ अल्टरनेटिव्स बताए हैं जिन्हें आप टमाटर की जगह खाना बनाने में शामिल कर सकते हैं। इनसे आपको ढेरों फायदे भी मिलेंगे, कई लोगों को कड़ू पसंद नहीं होता लेकिन बड़ दिवसिन्-मिनरल्स से भरपूर होता है। नीचे कटेरीटोन के अलावा, कर्क में विटामिन सी, विटामिन ई, आयरन और फोलेट भी पाया जाता है। ये सभी आपकी दृष्टिगत को मजबूत करते हैं। कड़ टमाटर की जगह प्रयोग में लाना जितने बाले सबसे अच्छा विकल्प है, उसे प्यूपी के रूप में भी उपयोग कर सकते हैं। कचरू के छोटे पीस करके पन लें और फिर टमाटर जैसा तोखावन सने के लिए उन्से सिरका और लाल रंग लाने के लिए भुनी हुई/कच्ची लाल शिमला मिर्च चलाएं और पीस लें। टमाटर जैसी प्यूपी हॉलैंज है। इसकी मैनीशियम और कैल्शियम का कानू अक्षर सौंस है। ये दो मिनरल्स का कॉम्बिनेशन ऑस्टियोपोरोसिस और हड्डी के फ्रैक्चर को रोकने में मदद कर सकते हैं। कैल्शियम का उपयोग करने के लिए शरीर को विटामिन डी की आवश्यकता होती है जो धूप से ले सकते हैं। रेमेनाना दाई खाने का पकवा यह है कि यह कोलेस्ट्रॉल के लेवल को कम करने, हार्ट ब्लाड प्रेशर को कम करने और खाने कम करने में भी मदद करता है। वेक्सपर्ट के मुताबिक यह ग्री-ब्यापीटव्स का सबसे अच्छा ऑप्शन होता है।

आज का पंचांग (रविवार 9 जुलाई)

आकाश, भगवान मयू (21:51 से), चन्द्र वास चर्षभ (उत्तर 14:58 से), शिवस्य भोजन में (21:51 से सूर्यास्त में)।
■ दिन का चौपड़िया ॥
1- कात, 2-शुभ, 3-रोग, 4-उद्वेग, 5-चर, 6-लाभ, 7-अमृत, 8-कात।
■ रात्रि का चौपड़िया ॥
1- लाभ, 2- उद्वेग, 3- शुभ, 4-अमृत, 5-चर, 6-रोग, 7-कात, 8-लाभ।
नोट- दिन और रात्रि के चौपड़िया का आरंभ समय: सूर्योदय और सूर्यास्त से होता है। प्रत्येक चौपड़िया की अवधि छह घंटे होती है।
शुभ यात्रा दिशा उत्तर-पश्चिम (बाय विन्डिण अथवा तिल मिश्रित चालवल का सेवन कर यात्रा करें)
आज जन्मे शिशुओं का नामकरण आज जन्मे शिशुओं का नाम उत्तराभाद्रपद नक्षत्र के प्रथम, द्वितीय, तृतीय एवं चतुर्थ चरण अनुसार क्रमशः (दू, ध, ज, झ) के नामसे से रखना शास्त्रमग्न है।
उत्पल-सम मुहूर्त मिथुन - 03:50 से 06:05 कर्क - 06:05 से 08:27 सिंह - 08:27 से 10:46 मीन - 10:46 से 13:04 तुला - 13:04 से 15:24 वृश्चिक - 15:24 से 17:44 मकर - 17:44 से 19:47 मेष - 19:47 से 21:28 मृगश - 21:28 से 22:54 कुम्भ - 22:54 से 00:18 मेष - 00:18 से 01:52 वृषभ - 01:52 से 03:46

पाठकों की बात

मुझे याद है पिछला सावन देखो

मुझे याद है पिछला सावन देखो कैसा था मनभावन किन्ते सच्चे दोस्त ये दोनों रिश्ते जो ये इतने पावन। फिर अबके बरसात हुई है मगर नहीं आब वो सावन साथ भले हो खड़े हैं दोनों दूर पर नहीं लेकिन मनभावन।

जे डी कुदाल

घन नम गरजत, रिमझिम बरसत

घन नम गरजत, रिमझिम बरसत, अनुम खंडित, सब हरित धरा। तबवर विकास, खग-गुण हरपत, हर नद सरवर, पथ दिखत भरा। ज़ात अति ममहर, सब विधि सुखकर, तूफान अंधर जन, दुख सकल हरा। चमकत तड़ित धनु, चमकत नभ पर, पिय विनु सखि हिल, नित रहत डरा।

डॉ. बिपिन पाण्डेय

पत्र, प्रतिक्रियाएं, सोशल मीडिया

खास प्ताी वक्त की तेज रफ़्तार इतिहास

वक्त की तेज रफ़्तार इतिहास के पीछे तब अपने कदमों के न जाने कितने निशान छोड़ चुका है। इन निशानों में से कुछ वक्त की आँखों के सामने हवा के लिए मिट जाते हैं। कुछ एक धुंधली सी धाँव एवं पछाई बकरा बिना रहती है। लेकिन कुछ निशान जुड़ते रहे हैं इन आँखों से कभी न मिटेंगे, इस खूबसूरत रणनीति स्थापित दुनिया में तजगी का एहसास लिए? डॉ दुलारी चन्द्राकर

धरा को जब भी नम तक देखता

धरा को जब भी नम तक देखता हूँ, तेरी तस्वीर तब तक देखता हूँ। किनारी को न अपनाता कोई भी, दर-मेरे-मेरे सब तक देखता हूँ। पछाई की सफाई में लगी वह, पछाई को मैं अब तक देखता हूँ। भित्तन की मय का मैं भी हूँ जगहों, हमेशा तेरे लक्ष्य को देखता हूँ। खुद को भूल जाता हूँ मैं दानी, तेरी आँखों में जब तक देखता हूँ। डॉ नवीन दानी

राहे उलफत में जब कदम रखना

राहे उलफत में जब कदम रखना। रातों को मैं मत समन रखना। जिसगी में तो हम भी आये। कपड़े पर हो सब गम रखना। मुश्किल न हो गयी हो जाए। अपने लक्ष्यों में इतना दम रखना। धुल में सुल में सदा सगमती है। हम ने सीखा है आँखें नम रखना। अब भर जा कलम रोगो वो। अब इनायत यही भयम रखना। शोभा किरण

QUIZ TIME

- 1) वह महासागर कौन-सा है जिसके तल का क्षेत्र सर्वाधिक है?
- 2) जीवदृश्य शब्द का पहली बार प्रयोग किसने किया था?
- 3) किसले विश्व बिलियर्ड्स चैम्पियनशिप (150-अप) खिताब जीता है?
- 4) दिल्ली विश्वविद्यालय सेलेब्रिटी 100
- 5) भारतीय फिकार और मुर्तिकार का नाम बताइए
- 6) जिनका हाल ही में निधन हो गया?

मुश्किल सवाल (5) मुश्किल सवाल (6) मुश्किल सवाल (7) मुश्किल सवाल (8) मुश्किल सवाल (9) मुश्किल सवाल (10) मुश्किल सवाल (11) मुश्किल सवाल (12)

आज का राशिफल

मेघ-आज का दिन आप आनंद मनोरंजन से वितारित। पूर्व में किये गए प्रयास आज सफल होने में मानसिक शांति मिलेगी। वृष-आज का दिन आपके लिए सफलता देने वाला होगा। कार्य क्षेत्र पर आज कम।समय देते फिर भी जितना समय देते हों आपके अनुकूल होगा। मिथुन-आज के आप शांति से दिन बिताने की योजना बनाएंगे लेकिन पूरे दिन प्रेरणा कायम में रहे। कर्क-आपका आज का दिन भी स्वास्थ्य के लिए हानिकार होगा। मौसमी बीमारियों का प्रकोप रहने से शरीर स्थिर रहेंगे। सिंह-आज का दिन कार्य क्षेत्र पर कुछ ज्यादा करने के लिये नहीं होगा फिर भी ज्यादा का समय महत्वपूर्ण निर्णय लेने वाला होगा। कन्या-आपका आज का दिन अत्यंत सखीला होगा। आज पाँचवाँ आवश्यकताओं की पूर्ति करते-करते हम कम पड़ जायेंगे। तुला-आज का दिन भी आपके लिए अधिक परेशान वाला होगा। प्रेरणा कायम में रहे। वृश्चिक-आज के दिन भी कम में दुर्घटना होगी। मकर-आज का दिन आप के मन के अनुसार होगा। आज दिखने आठवें पर अधिक खर्च करेंगे। मीन-आज का दिन भी अधिक उत्पन्न प्रत्यक्ष होगा। दिन के आरंभ में ही कुछ न कुछ उड़ने की भयंकर लग जायेगी।

जो बदला जा सके उसे बदलिये

जो बदला जा सके उसे बदलिये। जो बदला न जा सके उसे स्वीकारिये। जो स्वीकार न जा सके उससे दूर हो जायेंगे। लेकिन खुद को खुश रखिये। क्योंकि वह भी एक बड़ी जिम्मेदारी है। आपका दिन शुभ एवं मंगलमय हो। कमलकान्त डोंगरे

मैं आँखों के पानी जैसी लगती

मैं आँखों के पानी जैसी लगती कुछ-कुछ नानी जैसी खुद को काली अनपढ़ लेकिन बातें करती जानी जैसी सी टोकों की साड़ी पहने फिर भी लगती रानी जैसी। गी, कुकुर या चीँटी, चिड़िया सबकी खातिर दानी जैसी चीपाई यों मधुरिम गाए कोयल की ही बानी जैसी शिर जैसे पीती कड़वाहट फिर भी है गुडघानी जैसी।

आशा पांडे ओझा

चौंद भी होता है गोल जो अनगिनत

चौंद भी होता है गोल जो अनगिनत तारों का प्रेमी है सूरज भी होता है गोल जो हर दम धरा को करता है साराभर पानी की बूँद भी होती है गोल जो नवजीवन से सृष्टि को करती है अंकुरित आँखों की पुलकियों के गोल में चाहे अनचाहे भाव छुने होते हैं मेरी गोल गुलामी बिंदी में बसा हुआ है सौर्य का अतिरंजक मनो वह बिंदी नहीं प्रेम दर्जों विस्तार उसमें भी हूँ है संस्कृति का वह प्रतीक है मेरी सम्मान और सम्मानता का बिंदी में एक नहीं कई भाव छुने हुए हैं प्रेम का प्रतीक वक्रे वह बिंदी उमरती है कभी करती निज सम्पूर्ण अनगिनत सखिं सगाई है हर बिंदी में। सरिता सेल

वर्ग पहेली

शब्द सामर्थ्य -119 (भारत साहू)

बाएँ से दाएँ
1. काल, 2. तब, 3. तब, 4. तब, 5. तब, 6. तब, 7. तब, 8. तब, 9. तब, 10. तब, 11. तब, 12. तब, 13. तब, 14. तब, 15. तब, 16. तब, 17. तब, 18. तब, 19. तब, 20. तब, 21. तब, 22. तब, 23. तब, 24. तब, 25. तब, 26. तब, 27. तब, 28. तब, 29. तब, 30. तब, 31. तब, 32. तब, 33. तब, 34. तब, 35. तब, 36. तब, 37. तब, 38. तब, 39. तब, 40. तब, 41. तब, 42. तब, 43. तब, 44. तब, 45. तब, 46. तब, 47. तब, 48. तब, 49. तब, 50. तब, 51. तब, 52. तब, 53. तब, 54. तब, 55. तब, 56. तब, 57. तब, 58. तब, 59. तब, 60. तब, 61. तब, 62. तब, 63. तब, 64. तब, 65. तब, 66. तब, 67. तब, 68. तब, 69. तब, 70. तब, 71. तब, 72. तब, 73. तब, 74. तब, 75. तब, 76. तब, 77. तब, 78. तब, 79. तब, 80. तब, 81. तब, 82. तब, 83. तब, 84. तब, 85. तब, 86. तब, 87. तब, 88. तब, 89. तब, 90. तब, 91. तब, 92. तब, 93. तब, 94. तब, 95. तब, 96. तब, 97. तब, 98. तब, 99. तब, 100. तब, 101. तब, 102. तब, 103. तब, 104. तब, 105. तब, 106. तब, 107. तब, 108. तब, 109. तब, 110. तब, 111. तब, 112. तब, 113. तब, 114. तब, 115. तब, 116. तब, 117. तब, 118. तब, 119. तब, 120. तब, 121. तब, 122. तब, 123. तब, 124. तब, 125. तब, 126. तब, 127. तब, 128. तब, 129. तब, 130. तब, 131. तब, 132. तब, 133. तब, 134. तब, 135. तब, 136. तब, 137. तब, 138. तब, 139. तब, 140. तब, 141. तब, 142. तब, 143. तब, 144. तब, 145. तब, 146. तब, 147. तब, 148. तब, 149. तब, 150. तब, 151. तब, 152. तब, 153. तब, 154. तब, 155. तब, 156. तब, 157. तब, 158. तब, 159. तब, 160. तब, 161. तब, 162. तब, 163. तब, 164. तब, 165. तब, 166. तब, 167. तब, 168. तब, 169. तब, 170. तब, 171. तब, 172. तब, 173. तब, 174. तब, 175. तब, 176. तब, 177. तब, 178. तब, 179. तब, 180. तब, 181. तब, 182. तब, 183. तब, 184. तब, 185. तब, 186. तब, 187. तब, 188. तब, 189. तब, 190. तब, 191. तब, 192. तब, 193. तब, 194. तब, 195. तब, 196. तब, 197. तब, 198. तब, 199. तब, 200. तब, 201. तब, 202. तब, 203. तब, 204. तब, 205. तब, 206. तब, 207. तब, 208. तब, 209. तब, 210. तब, 211. तब, 212. तब, 213. तब, 214. तब, 215. तब, 216. तब, 217. तब, 218. तब, 219. तब, 220. तब, 221. तब, 222. तब, 223. तब, 224. तब, 225. तब, 226. तब, 227. तब, 228. तब, 229. तब, 230. तब, 231. तब, 232. तब, 233. तब, 234. तब, 235. तब, 236. तब, 237. तब, 238. तब, 239. तब, 240. तब, 241. तब, 242. तब, 243. तब, 244. तब, 245. तब, 246. तब, 247. तब, 248. तब, 249. तब, 250. तब, 251. तब, 252. तब, 253. तब, 254. तब, 255. तब, 256. तब, 257. तब, 258. तब, 259. तब, 260. तब, 261. तब, 262. तब, 263. तब, 264. तब, 265. तब, 266. तब, 267. तब, 268. तब, 269. तब, 270. तब, 271. तब, 272. तब, 273. तब, 274. तब, 275. तब, 276. तब, 277. तब, 278. तब, 279. तब, 280. तब, 281. तब, 282. तब, 283. तब, 284. तब, 285. तब, 286. तब, 287. तब, 288. तब, 289. तब, 290. तब, 291. तब, 292. तब, 293. तब, 294. तब, 295. तब, 296. तब, 297. तब, 298. तब, 299. तब, 300. तब, 301. तब, 302. तब, 303. तब, 304. तब, 305. तब, 306. तब, 307. तब, 308. तब, 309. तब, 310. तब, 311. तब, 312. तब, 313. तब, 314. तब, 315. तब, 316. तब, 317. तब, 318. तब, 319. तब, 320. तब, 321. तब, 322. तब, 323. तब, 324. तब, 325. तब, 326. तब, 327. तब, 328. तब, 329. तब, 330. तब, 331. तब, 332. तब, 333. तब, 334. तब, 335. तब, 336. तब, 337. तब, 338. तब, 339. तब, 340. तब, 341. तब, 342. तब, 343. तब, 344. तब, 345. तब, 346. तब, 347. तब, 348. तब, 349. तब, 350. तब, 351. तब, 352. तब, 353. तब, 354. तब, 355. तब, 356. तब, 357. तब, 358. तब, 359. तब, 360. तब, 361. तब, 362. तब, 363. तब, 364. तब, 365. तब, 366. तब, 367. तब, 368. तब, 369. तब, 370. तब, 371. तब, 372. तब, 373. तब, 374. तब, 375. तब, 376. तब, 377. तब, 378. तब, 379. तब, 380. तब, 381. तब, 382. तब, 383. तब, 384. तब, 385. तब, 386. तब, 387. तब, 388. तब, 389. तब, 390. तब, 391. तब, 392. तब, 393. तब, 394. तब, 395. तब, 396. तब, 397. तब, 398. तब, 399. तब, 400. तब, 401. तब, 402. तब, 403. तब, 404. तब, 405. तब, 406. तब, 407. तब, 408. तब, 409. तब, 410. तब, 411. तब, 412. तब, 413. तब, 414. तब, 415. तब, 416. तब, 417. तब, 418. तब, 419. तब, 420. तब, 421. तब, 422. तब, 423. तब, 424. तब, 425. तब, 426. तब, 427. तब, 428. तब, 429. तब, 430. तब, 431. तब, 432. तब, 433. तब, 434. तब, 435. तब, 436. तब, 437. तब, 438. तब, 439. तब, 440. तब, 441. तब, 442. तब, 443. तब, 444. तब, 445. तब, 446. तब, 447. तब, 448. तब, 449. तब, 450. तब, 451. तब, 452. तब, 453. तब, 454. तब, 455. तब, 456. तब, 457. तब, 458. तब, 459. तब, 460. तब, 461. तब, 462. तब, 463. तब, 464. तब, 465. तब, 466. तब, 467. तब, 468. तब, 469. तब, 470. तब, 471. तब, 472. तब, 473. तब, 474. तब, 475. तब, 476. तब, 477. तब, 478. तब, 479. तब, 480. तब, 481. तब, 482. तब, 483. तब, 484. तब, 485. तब, 486. तब, 487. तब, 488. तब, 489. तब, 490. तब, 491. तब, 492. तब, 493. तब, 494. तब, 495. तब, 496. तब, 497. तब, 498. तब, 499. तब, 500. तब, 501. तब, 502. तब, 503. तब, 504. तब, 505. तब, 506. तब, 507. तब, 508. तब, 509. तब, 510. तब, 511. तब, 512. तब, 513. तब, 514. तब, 515. तब, 516. तब, 517. तब, 518. तब, 519. तब, 520. तब, 521. तब, 522. तब, 523. तब, 524. तब, 525. तब, 526. तब, 527. तब, 528. तब, 529. तब, 530. तब, 531. तब, 532. तब, 533. तब, 534. तब, 535. तब, 536. तब, 537. तब, 538. तब, 539. तब, 540. तब, 541. तब, 542. तब, 543. तब, 544. तब, 545. तब, 546. तब, 547. तब, 548. तब, 549. तब, 550. तब, 551. तब, 552. तब, 553. तब, 554. तब, 555. तब, 556. तब, 557. तब, 558. तब, 559. तब, 560. तब, 561. तब, 562. तब, 563. तब, 564. तब, 565. तब, 566. तब, 567. तब, 568. तब, 569. तब, 570. तब, 571. तब, 572. तब, 573. तब, 574. तब, 575. तब, 576. तब, 577. तब, 578. तब, 579. तब, 580. तब, 581. तब, 582. तब, 583. तब, 58

- पहला की हमारी लाफ्ट स्ट्राल का रिपोइजिटिव हेल्थ और फर्टिलिटी पर गहरा असर होता है। अनोखी लाफ्ट स्ट्राल को की फर्टिलिटी तेजी से कमजोर कर रही है।
- दूसरी की हमारे खान-पान की गलत आदत जैसे जंक फूड और पोषक तत्वों की कमी का बाले पदार्थ को फर्टिलिटी के दमन है।
- तीसरी तनाव यानी अत्यधिक तनाव लेने आपकी रिपोइजिटिव हेल्थ पर बहुत बुरा असर पड़ता है।
- बिना फिजिकल एक्टिविटी वाला स्टूडेंट फर्टिलिटी के लिए खतरनाक हो सकता है।
- आखिर न स्मोकिंग करने और शराब का सेवन करनी रिपोइजिटिव हेल्थ के लिए शायतन हो सकती है।

स्वत्वधिकारी, प्रकाशक, मद्रक व संपादक यशवंत धोटे* द्वारा मीनल पब्लिकेशन एंड प्रोडक्शन प्रा. लि. शेड नं. 74 सरोरा रोड उतला इंडस्ट्रीयल एरिया से मद्रित कर ब्रिस्टल चौक छोटोपारा रायपुर से प्रकाशित. प्रबंध संपादक - चन्द्रशेखर धोटे, फोन : 0771-4035602, 6262188999, डाक पंजीयन क्रमांक CG/RYP/DN/ 40/2019-2021

वरुण धवन की बवाल का टीजर जारी, 21 जुलाई को रिलीज होगी फिल्म

वरुण धवन और जाह्नवी कपूर की फिल्म बवाल का टीजर बुधवार को रिलीज कर दिया गया है। इसे निवेश तिवारी ने डिस्ट्रिब्यूट किया है और साबित नाडियाडवाला ने प्रोड्यूस किया है। यह वरुण और जाह्नवी की साथ में पहली फिल्म है। यह एक रोमांटिक-ड्रामा फिल्म है।

वरुण, जाह्नवी की इस फिल्म का टीजर इमोशन, ड्रामा और प्यार से भरपूर है। टीजर के बैनरार्ड में सैड सॉंगा भी सुनाई दे रहा है। टीजर के साथ फिल्म की रिलीज डेट की भी अनडरसमेंट कर दी गई है। फिल्म 21 जुलाई को प्रीमियर पर रिलीज की जाएगी। वरुण और जाह्नवी ने अपने-अपने इंस्टाग्राम पर फिल्म का एक सीन शेयर करते हुए बताया था कि फिल्म का टीजर बुधवार को 12 बजे रिलीज किया जाएगा। इस सीन में जाह्नवी रिटर्नर रेंड ड्रेस और वरुण शर्ट-हैंड्स में नजर आ रहे हैं। यह एक रोमांटिक तस्वीर है। दोनों ने हो इस तस्वीर के साथ कैप्शन लिखा- 'दुम प्यार करने देते तो किन्ना प्यार करते। निवेश तिवारी और साबित नेशनल



अर्बाई बिनिंग फिल्म छिछोरे के बाद एक बार फिर इस फिल्म के लिए साथ आए हैं। पहले यह फिल्म अक्टूबर में रिलीज होने वाली थी, लेकिन अब यह फिल्म 21 जुलाई को अंटीटी पर रिलीज की जाएगी। रिपोर्टर के मुताबिक,

निवेश तिवारी ने इस फिल्म के लिए कहा- फिल्म की शूटिंग भारत के तीन लोकेशन और यूरोप के पांच देशों में की गई है। इसकी कहानी बहुत आकर्षक है और विजुअल्स इम्पैक्ट हैं। फिल्म में वरुण और जाह्नवी की जबरदस्त

कैमिस्ट्री देखने को मिलेगी। प्रीमियर वीडियो पर स्टूम होने से यह स्टार बिदेस के ऑडियंस तक पहुंच पाएगी। स्पेन इस फिल्म के लिए बहुत प्यार और कामिमेंट से काम की है। हम ऑडियंस का रिक्शन देखने के लिए बेकवार हैं साबित

नाडियाडवाला की टीम ने उनका एक बयान शेयर किया था, जिसमें लिखा था- बवाल भरो लिए एडवेंचर हो स्प्रेशल फिल्म है। निवेश तिवारी के साथ फिर से काम कर के बहुत मजा आया। वरुण और जाह्नवी ने फिल्म में अपना बेस्ट दिया है।

सोनम बाजवा की फिल्म कैरी ऑन जट्टा 3 धूम मचा रही है



एक्ट्रेस सोनम बाजवा की फिल्म कैरी ऑन जट्टा 3 धूम मचा रही है। फिल्म ने 6 दिन में ही 24.30 करोड़ रुपये की कमाई कर ली है। वहीं वल्टेजिआड फिल्म 50 करोड़ का आकड़ा पार करके ब्लॉकबस्टर हिट हो गई है।

सोनम बाजवा पंचाबी फिल्म नहीं कर रही हैं। या किसी ने फिल्म की शूटिंग से छूट दिल पहले मुझे क्यों निकाल दिया सोनम ने आगे कहा, मैंने एक बहुत बड़े प्रोडक्शन थे, लेकिन इसमें उन्हें सबसेस हाव नहीं लगी थी। सोनम ने बताया था कि शूटिंग शुरू होने से 6 दिन पहले उन्हें एक हिंदी प्रोजेक्ट से हटा दिया गया था। जब उनसे पूछा गया कि क्या वो बॉलीवुड के लिए अभी भी ऑपेंशन देती हैं और हिंदी फिल्म में काम करने की

इच्छा रखती हैं। इस पर उन्होंने कहा, अगर मैं अब ऑपेंशन देूं और ऑपेंशन में सफल नहीं हो पाती हूं तो इससे मैं अपसेट नहीं होती हूं। लेकिन किसी ने किसी कारण से जहां नहीं बन पाई थी। उस वक मेरा दिल टूट गया था। मैंने सभी को बता दिया था। मैंने पेरेंट्स को पता था कि मैंने 3 फिल्मों की डील साइन की है। मैंने प्रॉपर कंशोरिप की। मैंने फिल्म के लिए कुछ स्क्रिप्स भी सोचे लेकिन छह दिन पहले उन्होंने कहा कि डिस्ट्रिब्यूटर बेटर नर्सिंग हैं। क्योंकि ये उनकी पहली फिल्म है और आप बहुत शौह हैं। लेकिन

अब जब मैं पीछे मुड़कर देखती हूं, तो मुझे लगता है, वाह, भावना ने सचमुच मुझे बचा लिया। उन्होंने साइन की। लेकिन किसी ने किसी कारण से जहां नहीं बन पाई थी। उस वक मेरा दिल टूट गया था। मैंने सभी को बता दिया था। मैंने पेरेंट्स को पता था कि मैंने 3 फिल्मों की डील साइन की है। मैंने प्रॉपर कंशोरिप की। मैंने फिल्म के लिए कुछ स्क्रिप्स भी सोचे लेकिन छह दिन पहले उन्होंने कहा कि डिस्ट्रिब्यूटर बेटर नर्सिंग हैं। क्योंकि ये उनकी पहली फिल्म है और आप बहुत शौह हैं। लेकिन

निकिता रावल ने बिखेरा हुस्न का जलवा

एक्ट्रेस निकिता रावल एक सोशल मीडिया सेंसेशन हैं। उनकी लेमरस तस्वीरें सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल होती हैं। वहीं, निकिता रावल ने लेटेस्ट लेमरस आउटफिट के साथ अपनी बोलड तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर की हैं, जो फैंस को काफी पसंद आ रही हैं। एक्ट्रेस निकिता रावल का ये अंडाज फैंस का काफी लुभा रहा है। हॉटनेस और लेमरस अंडाज की मालकिन निकिता रावल फैंस पर कहर बरपाने का कोई मौका नहीं छोड़ती हैं। एक्ट्रेस निकिता रावल ने रेंड कन्सर को लेटेस्ट आउटफिट में कई बोलड पोज दिए। उनकी ये तस्वीरें फैंस को काफी पसंद आ रही हैं। लेटेस्ट हॉट लुक में एक्ट्रेस निकिता रावल अपना कर्ली फिनार पर्लान कर रही हैं।



निकिता रावल की तस्वीरों में इतनी कामुकता है कि फैंस उनकी तस्वीरों को देखकर आँहें हिट कॉमिडो फिल्म गरम मसाला में भी नजर आ चुकी हैं। तस्वीरों को देखकर लोग

इस आउटफिट में अपना कर्ली फिनार पर्लान कर रही हैं। खूबसूरत देवा निकिता रावल ने भी नजर आ चुकी हैं। तस्वीरों को देखकर लोग

कमेंट्स कर रहे हैं। साथ ही एक्ट्रेस का ये बोलड अंडाज देखकर हर कोई महशूस है। एक्ट्रेस अपनी कातिलाना अंदाओं से कपूर तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर करती रहती हैं।

फिल्म सालार का टीजर रिलीज, प्रभास के धांसू अवतार ने उड़ा हेश

'केजीएफ' फेम डिस्ट्रिब्यूटर प्रशांत नील की अक्कमिग फिल्म 'सालार' का टीजर जारी कर दिया गया है। प्रभास स्टार मोटो अरेडेंट फिल्म को टीजर जारी होते ही ये छत्र मचा है। फैंस को टीट देते हुए एक्शन-थ्रिलर फिल्म का टीजर 6 जुलाई, गुरुवार को सुबह 5 बजेकर 12 मिनिट पर जारी किया गया है। 'सालार' का टीजर काफी धांसू लग रहा है। रिलीज होने के कुछ ही घंटे में ये वायरल हो गया है। टीजर के साथ ही फिल्म की रिलीज डेट भी अनडरस कर दी गई है। टीजर शुरू होते ही स्क्रीन पर एक टीजर अनडरस गाड़ी पर बैठा हुआ अनर अते है। कंट्रोल से लेव कई लोग उन्हें टारगेट बनाते हुए नजर आते हैं। इसके बाद गाड़ी पर बैठे हुए टीजर अनडरस कहते हैं नो कंप्यूजन आई एम पीता, टक्कर, फुलपेंट...ये डेंजर, बट नॉट इन जुरासिक पार्क, क्योंकि उस पार्क में... ये कहकर ये चुप हो जाते हैं। इसके बाद प्रभास की दमदार एंटी होती है जो हथ में चाकू और गड्ढल लिए दुस्मनों पर कहर बरसन टूटते हैं। प्रभास



का ये खूबसूरत रूप देखकर फैंस खड़े हो जाते हैं। टीजर में पृथ्वीराज सुकुमारन की हिस्सा से ऐसा लग रहा है कि ये फिल्म में निवेश की भूमिका निभा रहे हैं। सालार के टीजर ने केजीएफ की याद ताजा कर दी है। ओवरऑल टीजर में मिले एक्शन की झलक ने लोगों के हेश उड़ा दिए हैं। रिलीज होने के आधे घंटे के भीतर इसे डाई लगाने के

का ये खूबसूरत रूप देखकर फैंस खड़े हो जाते हैं। टीजर में पृथ्वीराज सुकुमारन की हिस्सा से ऐसा लग रहा है कि ये फिल्म में निवेश की भूमिका निभा रहे हैं। सालार के टीजर ने केजीएफ की याद ताजा कर दी है। ओवरऑल टीजर में मिले एक्शन की झलक ने लोगों के हेश उड़ा दिए हैं। रिलीज होने के आधे घंटे के भीतर इसे डाई लगाने के

का ये खूबसूरत रूप देखकर फैंस खड़े हो जाते हैं। टीजर में पृथ्वीराज सुकुमारन की हिस्सा से ऐसा लग रहा है कि ये फिल्म में निवेश की भूमिका निभा रहे हैं। सालार के टीजर ने केजीएफ की याद ताजा कर दी है। ओवरऑल टीजर में मिले एक्शन की झलक ने लोगों के हेश उड़ा दिए हैं। रिलीज होने के आधे घंटे के भीतर इसे डाई लगाने के

पीएम के कहने पर सन्यास से लौट बांग्लादेशी कप्तान

बांग्लादेश के वनडे कप्तान तामिम इकबाल ने एक ही दिन में अपने सन्यास के फैसले को वापस ले लिया है। इकबाल ने रिटायरमेंट वापसी का फैसला बांग्लादेश की प्रथमवर्गी श्रेष्ठ हसीना के कहने पर लिया है। मीडिया रिपोर्टर के मुताबिक, तामिम ने शुक्रवार कोपूर को पत्नी के साथ बांग्लादेश की प्रथमवर्गी श्रेष्ठ हसीना से मुलाकात की। उनके साथ बांग्लादेश क्रिकेट बोर्ड के अध्यक्ष नजमुल सत्तार और टीम के पूर्व कप्तान मशरफे मुर्शिदा भी थे। वक्तान में अफगानिस्तान की टीम बांग्लादेश के दौर पर है। टीम को तीन वनडे मैचों की सीरीज के पहले मैच में हार का सामना करना पड़ा था। इस हार के बाद इकबाल की कप्तानी को आलोचना का जार रही थी। जिसके बाद तामिम इकबाल ने शुक्रवार को प्रेस कॉन्फ्रेंस में वनडे इंटरनेशनल से रिटायरमेंट की घोषणा कर दी।

13वें पैन अरब गेम्स अल्जीरिया में

पैन अरब गेम्स का 13वां संस्करण शुरू होगा और 15 जुलाई तक चलेंगा, जिसमें अरब लीग के सभी 22 सदस्य देश 20 अलगा-अलग स्थानों में भाग लेंगे। खेलों की मेजबानी अल्जीरिया के पांच शहरों अल्जीरिया, ओरान, कॉन्स्टेंटाइन, अनाबा और टिजाना में की जाएगी। राजधानी अल्जीरिस एक केंद्रीय भूमिका निभाएगा क्योंकि यह 5 जुलाई को स्टीडियम में प्रथम उद्घाटन और युवा दिवस खेलों की शुरुआत के साथ मेल खाता है, क्योंकि अभिवादन का लक्ष्य मेडमॉन्स के साथ इस राष्ट्रीय कार्यक्रम को मनाना है।

गांगुली ने बीसीसीआई को दी ये खास सलाह

नई दिल्ली । भारत के पूर्व कप्तान सीएच गांगुली ने वनडे विश्व कप के लिए बीसीसीआई और टीम मैनेजमेंट से अनुभवी लेग स्पिनर युजवेंद्र चहल पर नजर रखने की सलाह दी है। चहल पिछले साल अष्ट्रेलिया में हुए टी20 विश्व कप के लिए टीम इंडिया का हिस्सा थे, लेकिन उन्होंने एक भी मैच खेले नहीं मिले। भारतीय टीम सेमीफाइनल में इंग्लैंड से हारकर बाहर हो गई थी। गांगुली को लगता है कि भारत के पास कुलदीप यादव और विजय शर्मा जैसे कुछ और अच्छे रिस्टर (कर्नाट) स्पिनर हैं, जिन्होंने चहल वलुडू में टीम इंडिया के लिए मालवर्गु हो सकते हैं। गांगुली ने एक इंटरव्यू के दौरान कहा- बिस्नोई और कुलदीप अच्छे स्पिनर हैं, लेकिन चहल किसी बड़े टूर्नामेंट में खेलने से चूक जाते हैं। यह क्रिकेट के छोटे प्रारूपों में लगातार बेहतर प्रदर्शन करते रहे हैं, चाहे वह टी20 अंतर का हो या 50 ओवर का। उन पर नजर रखना महत्वपूर्ण है। गांगुली ने यह भी कहा कि साउथ अफ्रीका, इंग्लैंड, न्यूजीलैंड और अष्ट्रेलिया के लिए रिस्टर स्पिनर को खेलेना मुश्किल लगता है। खासतौर पर जब मैच भारतीय कडीशन में हो तो उनके लिए और मुश्किल खड़ी हो जाती है। इसी के साथ गांगुली ने कहा- जब आप अष्ट्रेलिया, इंग्लैंड या इंडियन अफ्रीका के खिलाफ खेलते उतरे, तो एक रिस्टर स्पिनर न परिस्थितियों में अंतर पैदा कर सकता है। 2011 वनडे विश्व कप में पीयूष चवला थे। उन्होंने अच्छी गेंदबाजी की थी। पूर्व बीसीसीआई अध्यक्ष ने इस बात पर

अब ऑनलाइन गेमिंग खेलने पर लगेंगे पैसे

नई दिल्ली। जदू ऑनलाइन गेमिंग, कसीनो, हॉर्स रैसिंग खेलना महंगा पड़ सकता है। जीएसटी काउंसिल जल्द इसपर 28प्रतिशत जीएसटी का ठप्पा लग सकता है। जानकारी के मुताबिक 11 जुलाई को होने वाली जीएसटी काउंसिल की बैठक में इसपर मुहर लगा सकती है। हालाँकि, गेम्स इस टेक्सट का को का करने की गंगा कर रहा है और 28 प्रतिशत जीएसटी से सहमत नहीं है। तबक सेवों में एक पर 28 प्रतिशत जीएसटी लगाने को तय्यो दे चुका है। बता दें, 11 जुलाई को जीएसटी की बैठक में अन्य प्रमुख भी बचेंगे होंगे। कसीनो और ऑनलाइन गेमिंग पर टेक्स से जुड़े प्रमुख की बात के लिए मंत्रियों के मध्य बहस 28वें जीएसटी पर प्रस्ताव हुआ है। तबक इस 11 जुलाई को बिना किसी मिनिमल सीमांकन की अस्थिति वाली परिपक्व है जो डिस्टांड कर सकती है कि ये तैनी स्ट्रेनजी और जुर के दपरे में आये गे नहीं।

एशियन गेम्स में जाएगी मेंस-विमेंस टीम

BCCI ने शुक्रवार को हुई एपेक्स मीटिंग में दो बड़े फैसले लिए हैं। इसमें पहला फैसला एशियन गेम्स को लेकर लिया गया है। इस साल 28 सितंबर से चीन के हांगकू शहर में होने वाले एशियन गेम्स में भारत पहली बार मेंस और विमेंस क्रिकेट टीम भेजेगा। वहीं, दूसरी ओर ओलिम्पिक टीम 20 टूर्नामेंट सत्यय मुलाक अली टूर्ना में IPL की तब पर इम्पैक्ट प्लेयर रूल पूरी तरह लागू किया जाएगा। 2010 व्यांगडू, चीन और 2014 हंग्गोयन, साउथ कोरिया में हुए एशियाड में भी मेंस और विमेंस क्रिकेट के इवेंट हुए थे। 2010 में बांग्लादेश ने मेंस और पाकिस्तान ने विमेंस क्वेटेरो में गोल्ड जीता था। वहीं, 2014 में श्रीलंका की पुरुष और पाकिस्तान की महिला टीम चौथे स्थान पर रही थी। 2010 एशियाड में बांग्लादेश, अफगानिस्तान, पाकिस्तान, श्रीलंका, चीन, इंडोनेशिया, मलेशिया, नेपाल और मालदीव की संस टीम शामिल हुई थीं। जबकि पाकिस्तान, बांग्लादेश, जापान, चीन, नेपाल, थाईलैंड, इंडोनेशिया और मलेशिया की टीमों ने महिला इवेंट में हिस्सा लिया था। BCCI में संस टीम के



साथ विमेंस क्रिकेट टीम को भी एशियन गेम्स में उतारीगी। भारतीय विमेंस टीम दूसरी बार वल्टेस्कोरि इवेंट में हिस्सा लेगी। इससे पहले विमेंस टीम 2022 के

चर्मिगम कॉमनवेल्थ गेम्स में हिस्सा ले चुकी है। जो ICC या ACC का इवेंट नहीं था। एशियन गेम्स हर 4 साल में होते हैं, 2018 के दौरान इसमें क्रिकेट को

शामिल नहीं किया गया। 2022 में कोरिया महामारी के कारण एशियन गेम्स पोचोपन किए गए, अब 2023 में गेम्स होंगे, इसमें फिर से क्रिकेट को शामिल किया गया है।

आखिरी सुपर-6 मैच में वेस्टइंडीज को 8 विकेट से हराया

श्रीलंका ने CWC फाइनलफायर में अपना विजयी अभियान जारी रखा है। श्रीलंकाई टीम ने आखिरी सुपर-6 मुकाबले में दो बार की चौपवन वेस्टइंडीज को 8 विकेट से हराया इस टूर्नामेंट में यह श्रीलंकाई टीम की 7वीं टीम है। टीम ने एक भी मुकाबला नहीं गंवाया है। फाइनल में दासुन शनाका की कप्तानी वाली श्रीलंकाई टीम का सामना 9 जुलाई को हरारे स्पोर्ट्स क्लब में नोदर्लैंड से होगा इसी मैदान पर शुक्रवार को श्रीलंका ने टीस जीतकर गेंदबाजी करने का फैसला किया। कैरेबियन टीम ने पहले बैटिंग करते हुए 48.1 ओवर में सभी विकेट खोकर 243 रन बनाए। 244 रन का टारगेट श्रीलंकाई बल्लेबाजों ने 44.2 ओवर में दो विकेट पर हासिल कर लिया। ऑफ स्पिनर महेशा तीक्ष्ण प्लेयर ऑफ द



मैच रहे। उन्होंने अपने को के दस ओवर की गेंदबाजी में 34 विकेट लेकर 4 विकेट हासिल किए। टीस बारकर खेलते उतरी वेस्टइंडीज की लुड्हात अच्छी नहीं रही। टीम ने 36 के टीस स्कोर पर पलावा हलट गंवाया। यहां ओवरन ब्रैंडन किंग (10 रन) की महेश तीक्ष्ण ने बॉलड कर दिया। उसके बाद शरमाई

जब्स 2 रन बनाकर पवेलिवन लौट गए। उन्हें भी तीक्ष्ण ने ही आउट किया। 2 रन के स्कोर पर ही तीक्ष्ण ने कप्तान शाई होप को भी आउट किया। ऐसे में टीम का टीस और मिडिल ऑर्डर स्वाब में आ गया। टीम ने 81 रन पर 5 विकेट गंवा दिए थे ऐसे में कीसी टीम ने 87 रन की पारी खेलकर टीस का सम्मानजनक स्कोर तक पहुंचा। निचले 25 रन का योगदान देकर टीम का स्कोर 243 रन तक पहुंचाया। श्रीलंकाई टीम की ओर से ऑफ स्पिनर महेश तीक्ष्ण ने 34 रन देकर चार विकेट चटकाए। दासुन हेमता को दो सम्मानजनक विकेट दिए- एक विकेट दिलवाना मुशर्रफा, दासुन शनाका, मश्री पवेलिवन और सलमान अरविजो को मिला।

[illegible]