



अगर बच्चा होमवर्क न करे तो करें बातचीत

अभिभावकों को अक्सर लगता है कि बच्चे स्कूल में अच्छा करें यह उनकी भी जिम्मेदारी बनती है। यह जिम्मेदारी चिंता में तब्दील हो जाती है। आपके विचार बच्चे के बिगड़ते भविष्य तक भी पहुंच जाते हैं। और ऐसा न हो इसके लिए सही तरीके से किया गया होमवर्क पहला कदम नजर आने लगता है।

इस कारण आप बच्चे को बार बार होमवर्क करने के लिए कहते हैं। उसकी नोटबुक देखकर जानने की कोशिश करते हैं आखिर आज का काम क्या है। कृष्ण समझ आता है कि कुछ नहीं समझ पाते। जानिए आखिर कैसे आप बच्चे को करा सकते हैं होमवर्क आसानी से और डाल सकते हैं उनके कुछ बहुत अच्छी आदतें डालें।

बच्चे के साथ बैठिए

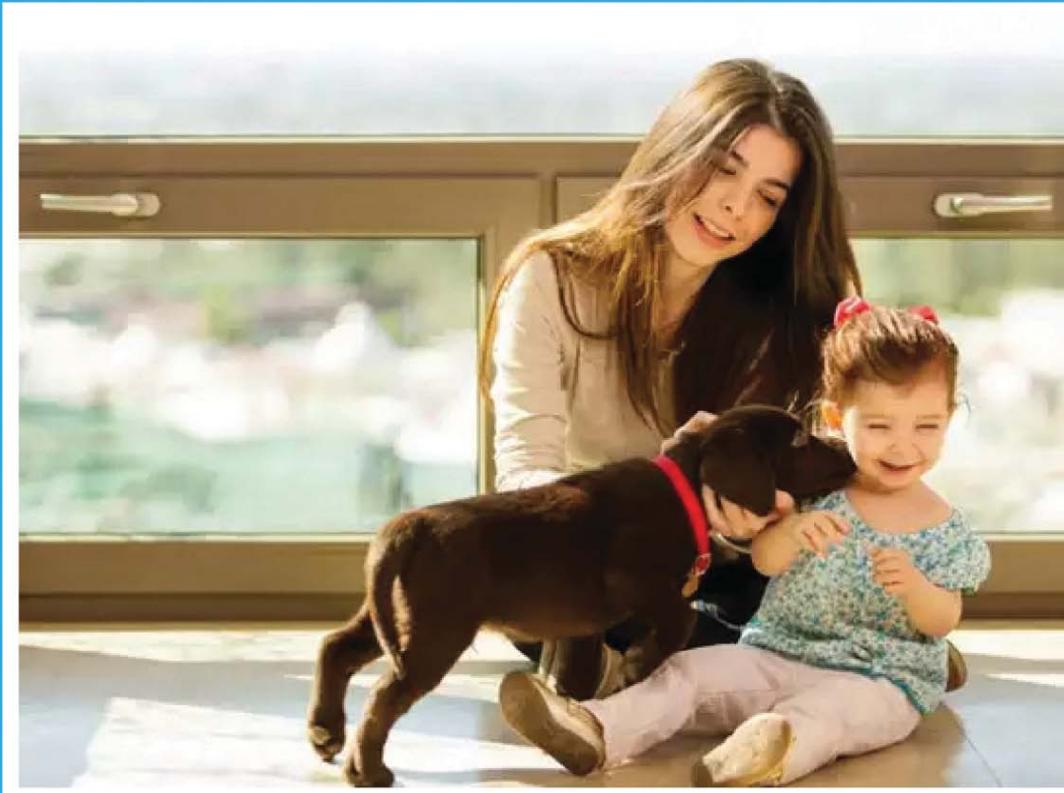
अपने बच्चे के साथ बैठिए और उसके साथ अपनी आगे आने वाले साल के विषय में बातचीत कीजिए। बेहतर होगा एकेडिमिक ईयर की शुरुआत में ही प्लान बन जाए ताकि आपके और बच्चे के पास भरपूर वक्त और मौका रहे। ऐसी इकाई ही रखिए जो हो सकती है। जरूरत से अधिक ओपेशन बच्चे पर अतिरिक्त मानसिक बोझ डाल सकती है। अपने बच्चे के कमज़ोर क्षेत्रों को पहचानें। उसका पिछले साल का रिपोर्ट कार्ड और उसका अनुभव इसमें आपकी मदद करेगा। इस हिस्से पर आपको और बच्चे को अधिक काम करना है।

दिन के घंटे बढ़ाए आपके बच्चे की पिछले साल भी कुछ दिनरात्रि रही होगी। इस बार टाइमट्रेबल में उन गलियों को जगह न दें जो पिछले साल परेशानी का कारण बन गई थीं। हो सकता है पिछले साल बच्चे का सांस और होमवर्क का समय एक ही हो ऐसे में टीवी के टाइम में कटौती कर थोड़ा पहले होमवर्क करना समझदारीभर होगा।

होमवर्क को रोचक बनाने की कोशिश करें क्या आपका बच्चा पढ़ने से जी चुराता है? ऐसे में आप दूसरे बच्चों के उदाहरण देकर उसे इस्पायर करने की कोशिश करने में उसके मन में जलन और असुरक्षा की भावना पैदा करते हैं। बच्चा न पढ़ने के बहाने ढूँढ़ने लगता है। बच्चे को दूसरे बच्चे के उदाहरण देने के बदले, पढ़ाई को खेल खेल में सिखाने की कोशिश करें। ऐसे नए तरीके खोजने की कोशिश करें जिसमें बच्चे का मन लगे। आप अपने बच्चे को सबसे बेहतर जानते हैं और आप ही उसकी पसंद की एकिटिविटी आसानी से खोज सकते हैं।

होमवर्क प्लान का आंकलन करें एकेडिमिक ईयर की शुरुआत में बनाया गया प्लान हो सकता है सही न हो। इस समस्या के उपाय के तौर पर बीच बीच में इस प्लान का मूल्यांकन करें। अपने बच्चे से सलाह मशवरा करें और अगर जरूरी लगता है तो इसमें बदलाव अवश्य करें।

बच्चों को भी काम की अधिकता इतनी होती है कि अगर सही टाइमट्रेबल मैटेन नहीं किया जाए तो काम इकट्ठा हो जाता है और समस्या बहुत बढ़ जाती है। होमवर्क सही तरीके से होता रहे इसके लिए जरूरी है कि आप टाइमट्रेबल फॉलो होने पर ध्यान दें। स्कूल के बाद दें आधे घंटे का ब्रेक स्कूल से लौटने के बाद बच्चे को आधे घंटे का ब्रेक दें। इस दौरान बच्चा न तो टीवी देखें, न इमेल चेक करें और न ही वीडियो गेम्स खेलना शुरू करें। अगर बच्चा इन सब में लग जाता है तो वह आधे घंटे के बाद उठने से रहा। बजाय रात में होमवर्क के बच्चे को दिन में अधिकतर काम निपटा लेने के लिए प्रेरित करें। रात में घर के सभी सदस्य घर पर होने से बच्चे का मन टीवी और सभी के साथ बैठने का रहता है। ऐसे में अकेले बैठकर पढ़ना मुश्किल काम है।



आजकल एकल परिवार हैं। ऐसे में बढ़ती महंगाई और खर्चों के कारण अब माता-पिता दोनों काम करते हैं और इस कारण उन्हें ज्यादातर समय घर से बाहर ही रहना पड़ता है। ऐसे में देखा गया है कि बच्चे, विशेषकर अकेला बच्चा, खुद को अकेला और उपेक्षित महसूस करता है। ज्यादातर मामलों में अभिभावक अपने बच्चों के साथी के तौर पर पालतू जानवरों परसदीदा (पेट्स) को रखते हैं। एक पालतू जानवर बच्चे के भाई-दीस या परिवार के सदस्य की जगह नहीं ले सकता, पर यह बच्चे के खालीपन को जरूर भर सकता है। बच्चा इनके साथ खेलते हुए कई बीजें सीखता है।

ज्यादातर अभिभावक अपने बच्चों को मजबूत बनना सिखाते हैं। लेकिन जब एक बच्चा घर में किसी पेट्स के साथ बड़ा होता है तो वह ज्यादा संवेदनशील होना सीखता है। वह इनके बीमार होने पर दर्द समझता है। बच्चे इनके साथ खेलते हुए कई बीजें सीखता है।

पेट्स के साथ वक्त बिताने का एक अन्य फायदा यह होता है कि बच्चे ज्यादा सर्वत्र रहना सीख जाते हैं। वह जान जाते हैं कि कब उसे भ्रूखल लगी है। पालतू जानवरों की देखभाल करते वक्त केयरिंग, संवेदनशील और चौकाता रहने की जरूरत होती है और पेट्स के साथ वक्त बिताते हुए बच्चे कम उम्र में ही इन खूबियों को अपने अंदर ढाल लेते हैं।

पेट्स का साथ बच्चों को जिम्मेदार बनना सिखाता है क्योंकि वह अपने यारे पेट्स की सभी जरूरतों का ख्याल रखते हैं। यदि बच्चे को उसके पेट्स के खाने, घुमाने

बच्चों को जिम्मेदार भी बनाते हैं पेट्स

और डॉक्टर का आपॉइंटमेंट लेने जैसी जिम्मेदारी दे दी जाएं, तो वह अपने काम को सही तरीके से अंजाम देते हैं।

बच्चों को जिंदगी और मौत की अवधारणा के बारे में समझाना बहुत मुश्किल होता है। पेट्स के साथ रखकर उन्हें जिंदगी और मौत के वक्त के बारे में बताया जा सकता है।

एक अभिभावक होने के नाते आप अपने पालतू जानवर के जीवन का हर पड़ाव देखते हैं। आप उसके बचपन से लेकर उसे बड़ा होते हुए और फिर वृद्धावसरा में जाने के बाद उसकी मृत्यु को भी देखते हैं। उनकी यह जिंदगी और मौत हमें इसान के जीवन के पूरे वक्त के बारे में बताते हैं।

अपने साथ पेट्स को रखना आपने अच्छे दोस्तों को घर पर रखने जैसा होता है। घर में रहने वाला पेट्स न सिर्फ घर में सभी के लिए तानाव दूर करने वाला बनता है बल्कि आपके बच्चों को रचनात्मक रूप से व्यस्त भी रखता है। पेट्स की देखभाल करते हुए बच्चे दियालु, निर्वास्थ, केयरिंग और जिम्मेदार बनना सीखते हैं। घर में रहने वाले पेट्स आपके बच्चे को सही और आसान तरीके से बेहतर इंसान बनने में मदद करते हैं।



बच्चों के टिफिन को ऐसे करें तैयार

बच्चे बहुत मूढ़ी होते हैं। इसलिए इस बात का खास ख्याल रखें कि बच्चों का खाना इस तरह का हो, जिससे उन्हें अधिक से अधिक पौधिक तत्व मिल सकें और यह उनकी पसंद का भी होना चाहिये। अक्सर बच्चे फल और सलाद खाने में आनाकानी करते हैं, पर उन्हें विभिन्न शैप, साइज़ और डिज़ाइन में काटकर और कलरफूल लुक देकर खाने के लिए प्रेरित किया जा सकता है।

इस प्रकार का खाना रखें

कुछ बच्चे खाने में अधिक समय लगाते हैं। इसलिए खाना स्वादिष्ट, साद व आसानी से खानेवाला होना चाहिए।

कई बार खाना टिफिन में इस तरह से पैक किया हुआ होता है कि बच्चे हाथ गढ़े कर लेते हैं। यह पैकिंग खोल नहीं पाते हैं। इसलिए टिफिन में लंच इस तरह से पैक करें कि बच्चे आसानी से खोल व खा सकें। सैंडविच, रोल्स और परांठा को काटकर दें, ताकि बच्चे आसानी से खा सकें।

यदि लंच ब्रेक के लिए सेब, तरबज़, केला आदि दे रही हैं, तो उन्हें छीलकर, बीज निकालकर और रसाइंस में काटकर दें।

टिफिन खरीदते समय ध्यान दें

टिफिन खरीदते समय इस बात का ध्यान रखें कि टिफिन ऐसा हो, जिसे बच्चे आसानी से खाल व बंद कर सकें।

बच्चों को टिफिन में फाइल फूड न दें। यदि कटलेट, कबाब व पेटिस आदि दे रही हैं, तो वे भी छीप फाई किए हुए न हों।

लंच में खाने की अलग-अलग आइटम लेकर खाना देकर इन सभी को अलग-अलग फूटूस दें, तो कभी सैंडविच, केली वैज रोल, तो कभी स्टरप्ड परांठा।

बच्चों को टिफिन में फूटूस व जैजीबैल (ककड़ी, गाजर आदि) सलाद देकर इन सकती हैं, लेकिन सलाद में केवल एक ही फल, ककड़ी या गाजर काटकर न दें, बल्कि कलरफूल सलाद बनाकर दें। बच्चों को कलरफूल बीजें आकर्षित करती हैं।

ककड़ी, गाजर और फल आदि को शेप कर लेकर इन सभी को अलग-अलग देकर लगाए हैं और विभिन्न शैप्स में कटी हुई बीजों को देखकर बच्चे खुश होकर खा भी लेते हैं।

सलाद को कलरफूल और न्यूट्रिशन्स बनाने के लिए उसमें इच्छानुसार काला चना, काबुली चना, कॉर्न, बादाम, किशमिश आदि भी डाल सकती हैं।

ओमेगा-3 के 'ब्रेन फूड' कहते हैं, जो मस्तिष्क के विकास में बहुत फायदेमंद होता है। इसलिए उन्हें लंच में वॉलनट, स्ट्रॉबेरी, कॉटी फैट, सोयाबीन्स, फ्लूलगोभी, पालक, ब्रोकोली, पैलेंसिसीड से बनी डिश दें।

मल्टीप्रीन ब्रेड रहेंगी अच्छी

ल्हाइट ब्रेड (मैदेवाली ब्रेड) स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाती है, इसल



मीराबाई के महल में सुकून के पल बिताये कंगना रनौत ने

इस्टरग्राम पर बालीगुड़ की पंग छीन के नाम से मशहूर कंगना रनौत ने अपनी एक नई पोर्ट्रेट साझा की, जिसमें वह राजस्थान के खिंचौड़ागढ़ में मीराबाई के महल में सुकून के पल बिताते हुए नजर आ रही हैं। अभिनेत्री ने अपनी यत्रा की डालकियां साझा करते हुए लिखा, अपने बुलदेरी के मंदिर में दर्शन करने के बाद, हम खिंचौड़ागढ़ किले और मीराबाई के महल गए। महल प्रभावशाली था और मंदिर दिखा था। उहाँने बताया कि मीराबाई के मंदिर में भारवान कृष्ण की प्रतिमा की पूजा की जाती है, और वहाँ मीरा बाई की एक छोटी मूर्ति भी है। अभिनेत्री ने मंदिर में ध्यान लगाने का अनुभव साझा करते हुए कहा, जब मैंने अपनी आखियों को तो मैंने पाया कि कृष्ण की प्रतिमा की त्वां गोरी है। और उनके सीधे लंबे हल्के भूले हैं। मंदिर ने आगे लिखा, मैंने मीराबाई को देखा और महसूस किया कि वे दोनों एक ही व्यक्ति हैं। उस मंदिर में शायद कृष्ण की पूजा मीरा के रूप में की जाती है।

इस दृश्य ने मुझे इतनी गहराई से प्रभावित किया कि मेरी आंखों में आस आ गए। उहाँने कहा, वह मीरा नहीं, वह कृष्ण थी। आप जिससे प्रेम करते हैं, आप उसी से भर जाते हैं। अभिनेत्री ने साझा की गई तस्वीरों में किले के भवयान का आनंद लेते हुए और प्राचीन वास्तुकला की खूबसूरती को निहारते हुए अपनी भवानाओं को घूंक किया। तस्वीरों में कंगना चिंतन की मुद्रा में बैठी दिखाई दे रही हैं, जो दर्शकों के लिए उत्तम स्थान की ऐतिहासिक महत्वांकी प्रतीक है। उहाँने कहा, वह मीरा नहीं, वह कृष्ण थी। अभिनेत्री ने कंगना को केंद्रीय फिल्म प्रमाणन बोर्ड (सीबीएफसी) से सेसर सार्टिफिकेट मिला है। कंगना द्वारा निर्देशित वह फिल्म, मणिकर्णिका-2 की बात करते हुए कंगना के साथ श्रेयस तलपटे समर्पित फिल्म जगत के कई सितारों में फैला है।



आलिया ने पूछा सवाल- किसको ट्यूटोरियल चाहिए?

जिगरा स्टार आलिया भट्ट ने अपनी ताजा पोस्ट से प्रशंसकों को उत्साहित कर दिया है, इसमें वह अपना हुनर दिखाती नजर आ रही है। इस्टरग्राम पर अपनी तस्वीर को शेयर कर उन्होंने कैशन में लिखा किसको ट्यूटोरियल चाहिए? साझा की गई तस्वीर में वह मेकअप आर्टिस्ट बनती नजर आ रही है। तस्वीर को इस्टरग्राम के स्टोरी सेशन पर साझा कर आलिया ने फॉलोअर्स से मजाकिया अंदराज में पूछा। 'राजी' अभिनेत्री खूबसूरत तस्वीर में मेकअप दिखाती नजर आ रही है। उन्होंने कैशन में लिखा, 'मेकअप मेरे द्वारा। किसको ट्यूटोरियल चाहिए? सेलफी में आलिया अपने मेकअप और बालों के साथ एकदम सही पोज देती नजर आ रही है। इससे पहले अभिनेत्री ने अपनी सास नीतू कपूर के साथ पेरिस में अपनी छुट्टियों की कई पुरानी तस्वीरें साझा की और लिखा शीशा और यादें। पहली तस्वीर में आलिया स्टाइलिश डोनिम इसमें बेहद खूबसूरत लग रही है। दूसरी में वह नीतू कपूर के साथ बैठी पांज देती नजर आ रही है। अभिनेत्री हाल ही में डिजाइनर मरीष महोनी की ड्रेस को पहन रखा था। पैशेवर मरीष पर बात करते तो आलिया भट्ट बहुप्रतीक्षित फिल्म अल्फा में दिखाई देंगी, जिसकी शूटिंग वह कश्मीर की सुरुद वादियों के बीच कर रही है। फिल्म में उनके साथ शरारीरी वाष्प भी अहम भूमिका में हैं। शिव रयैल द्वारा निर्देशित फिल्म का निर्माण आदित्य ओपड़ाने के द्वारा किया गया है। अल्फा 25 दिसंबर 2025 को क्रिसमस पर रिलीज होने वाली है। आलिया भट्ट पिछली बार वासन बाला की फिल्म जिगरा में वेदांग रैना और मनोज पाहवा के साथ नजर आई थी। बता दें कि फिल्म जगत की खूबसूरत और सुपरहिट फिल्मों का बेहरा बनी आलिया भट्ट की गिनती बालीगुड़ की सबसे स्टाइलेशन और फैशनेबल अभिनेत्रियों में की जाती है।

सिकंदर का मुकद्दर में मुख्य भूमिका में नजर आएंगी तमन्ना

जल्द ही नेटफिल्म्स पर रिलीज होने वाली हाईस्ट ड्रामा सिकंदर का मुकद्दर में पैन इंडिया स्टार तमन्ना भाटिया मुख्य भूमिका में नजर आएंगी। यह फिल्म तमन्ना को एक नए और अलग किंवदर में पेश करती है, जो उनकी वर्सेटिलिटी को उजागर करती है।

उनका किंवदर एक धूनिक और एडवेंचरस भूमिका में होगा, जो उनकी फिल्मों याकी में एक रोमांचक मोड़ जोड़ता है। इस फिल्म में

उनके साथ जिमी शेरागल और अदिनश तिवारी भी महत्वपूर्ण किंवदर में हैं। फिल्म इस बहुप्रतीक्षित प्रोजेक्ट में उनकी परफॉर्मेंस का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं नेटफिल्म्स ने हाल ही में अपने

सोशल मीडिया पर इस फिल्म की घोषणा करते हुए तमन्ना के इंटेन्स सीन्स के कृष्णप्रियंका और विहाइड-द-सीन्स वीडियो शेयर किए हैं, जिसमें दोनों को दिलवसी बढ़ गई है। पॉस्ट में लिखा गया है, '60 करोड़ के हीरे चोरी।' एक लंबी तलाश। और एक इंप्रेक्टर जो नहीं मानेगा हार। सिकंदर का मुकद्दर, कमिंग सून औनली ऑन नेटफिल्म्स।' हालांकि, फिल्म की आधिकारिक रिलीज तारीख अभी तक घोषित नहीं की गई है। नीरज पांडे द्वारा निर्देशित इस फिल्म के साथ, तमन्ना ने हाल ही में अपनी आगामी तेलुगु फिल्म ओडेला 2 की शूटिंग भी पूरी की है, जो जल्द ही रिलीज होने वाली है। उनकी शुरुआत 2024 में अरमनन्द 4 से हुई थी, जिसने तमिल बॉक्स ऑफिस पर रुपए 100 करोड़ से अधिक की कमाई की। तमन्ना की सफलता का सिलसिला जारी है, जिसमें स्ट्री 2 के हिट गाने तो रात भी शामिल हैं, जिसने वीडियो परफॉर्मेंस को बढ़ावा दिया। जैसे-जैसे वह नई और विवेद भूमिकाएं निभा रही हैं, उनके फैस आगामी प्रोजेक्ट्स में उनकी बहुमुखी प्रतिभा को देखने के लिए उत्सुक हैं।



वनवास के टीजर की रिलीज़ को लेकर फैस में उत्साह

बालीगुड़ के फिल्म निर्माता अनिल शर्मा ने आगामी प्रोजेक्ट वनवास के टीजर की रिलीज़ को लेकर फैस में उत्साहित है। फिल्म का टीजर कुछ ही दिनों में सामने आएगा। शेयर की गई एक तस्वीर में टैगलाइन है, 'अपने ही देते हैं अपनों को बनवास,' जो पारिवारिक संघर्ष और विश्वासघात की कहानी को दर्शाते हैं। अनिल शर्मा ने अपने पोस्टर में लिखा, 'वस कुछ दिनों में टीजर जल्द आ रहा है... वो त्रात युगा था जब पिता ने कहा थी नहीं और पुत्र पिता के बचन का पालन करने वाले ने दोनों एक दूसरे को देखा।' अपरिवारिक फिल्म 20 दिसंबर 2024 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इसमें अनुभवी अभिनेता नाना पाटेकर और अनिल शर्मा के लिए दिवाली से पहले का तोहफाज। फिल्म वनवास 20 दिसंबर 2024 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

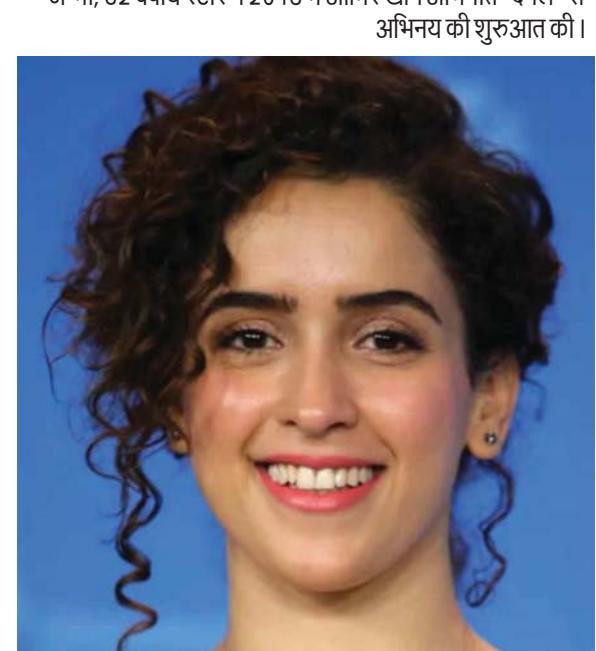


अपनी अगली फिल्म के साथ आमिर लोकेश कनगराज की दुनिया में करेंगे प्रवेश

बालीगुड़ फिल्म लगान के सुपर स्टार आमिर खान अपनी अगली फिल्म के साथ लोकेश कनगराज की दुनिया में कदम रखने जा रहे हैं। संभावना जाती है कि वे सुपरस्टार रजनीकांत की फिल्म का भी हिस्सा बन सकते हैं। सूरज के अनुसार, आमिर खान अपनी अगली फिल्म के साथ लोकेश कनगराज की दुनिया में प्रवेश करेंगे। मनोरंजन उद्योग के ये दो दिव्यांज एक साथ आ रहे हैं, जो देखने के लिए बेहद रोचक होगा। यह खास बात है कि अगली फिल्म सितारे जमीन

पर में भी नजर आएंगे, जिसमें जेनेलिया देशमुख और दर्दाली सफारी जैसे कलाकार शामिल हैं। आर-एस. प्रसाद्रा द्वारा निर्देशित इस फिल्म की कहानी स्ट्रीनिश फिल्म चैपियर्स की रीमेक है। प्रसाद्रा ने 2013 में एक अपरेंगरात तमिल रोमांटिक कॉमेडी कल्याण सम्यात साथम से अपने किंवदर की शूटिंग आर्टिस्ट से आर्टिस्ट-स्टोरी के साथ पेरिश परफॉर्मेंस में डेव्यू किया।

आमिर की फिल्म लोकेश कनगराज की शूटिंग चलकर का है, जो खारब शैक्षणिक प्रदर्शन के चलते आपने मातृ-पिता द्वारा एक बोडिंग स्कूल में भेजे जाने के लिए मजबूर हो जाता है। आमिर की फिल्म लोकेश कनगराज की दुनिया की उम्रीदंड काफी ऊँची है और फैस दोनों सितारों के कमाल के प्रदर्शन की प्रतीक्षा कर रहे हैं।



खान और रजनीकांत एक साथ काम करते हैं, योंकी यह दूसरी बार होगा। जब दोनों सितारों साथ में नजर आएंगे। इससे पहले, उन्होंने 1995 की फिल्म अंतक थी। लोकेश कनगराज को लियो, विक्रम, कैथी और माटर जैसी सफारी द्वारा फिल्मों के लिए जाना जाता है, और इस सहयोग से आमिर खान के करियर में एक और रोमांचक कहानी के साथ रोमांचित करने के लिए तैयार हैं। इससे साथ ही उम्रीदंड काफी ऊँची है और फैस दोनों सितारों के कमाल के प्रदर्शन की प्रतीक्षा कर रहे हैं।

न्यूजीलैंड से दूसरा टेस्ट हारने के बाद गंभीर का सख्त रुख, रोहित-कोहली की टीम से छीना 'विशेषाधिकार'

पुणे (एजेंसी)। न्यूजीलैंड के खिलाफ पहले दो टेस्ट में भारतीय टीम की हार ने पूरे क्रिकेट जगत को झकझार कर रख दिया है। न्यूजीलैंड के खिलाफ सीरीज में मिली हार का मतलब है कि भारतीय टीम जेंटल और तेज़ोंदेवाज अक्सर उस स्तर को छोड़ देते थे और खुद को केवल हल्के प्रशिक्षण तक ही समित रखता था। हालांकि, अब ऐसा नहीं है। एक रिपोर्ट के अनुसार टीम प्रबंधन ने हर एक खिलाड़ी से अन्यथा सत्र छोड़ना का विकल्प छीन लिया है। रिपोर्ट में एक सूत्र के बावजूद से कहा गया है, ५०% टीम प्रबंधन के अन्य सदस्य चाहते हैं कि हर खिलाड़ी सभी प्रशिक्षण सत्रों में भाग लेते।

शामिल हैं। परंपरागत रूप से खिलाड़ियों के लिए एक प्रशिक्षण सत्र को वेकलियक रखा जाता है। यह चरण रहा है कि शीर्ष बल्लेबाज और तेज़ोंदेवाज अक्सर उस स्तर को छोड़ देते थे और खुद को केवल हल्के प्रशिक्षण तक ही समित रखता था। हालांकि, अब ऐसा नहीं है। एक रिपोर्ट के अनुसार टीम प्रबंधन ने हर एक खिलाड़ी से अन्यथा सत्र छोड़ना का विकल्प छीन लिया है। रिपोर्ट में एक सूत्र के बावजूद से कहा गया है, ५०% टीम प्रबंधन के अन्य सदस्य चाहते हैं कि हर खिलाड़ी सभी प्रशिक्षण सत्रों में भाग लेते।



एक सीरीज हारने से रणनीति नहीं बदल सकते : रोहित



पुणे (एजेंसी)। भारतीय टीम के खिलाफ उड़ाने कहा। 'मुझे नहीं लाता कि आपको टीम के कानों परोहित होने वाली है।' न्यूजीलैंड के उड़ाने एक-एक कान की टीम रूम में बिठाने, खिलाफ टेस्ट सीरीज में भारत को जारी रखने की परायी को देखने और उड़ाने की जरूरत है कि उड़ाने करना करना कृति निकाले जा सकते हैं चाहिए और क्या नहीं।

रोहित ने कहा, 'केवल इसलिए कि हम एक सीरीज हार गए हैं तो हमें अलग हुए शारीर से बस बारे में बात करनी होगी, किसी कान के अलग तरीके अपनाने की जरूरत है। हमें केवल उन खिलाड़ियों को बाहर आने की जरूरत है।' टेस्ट में भारत को बाहर तीन मैचों की टेस्ट सीरीज में 2-0 की अजेय बढ़त बताने की जरूरत है।

रोहित ने कहा, 'कुछ खिलाड़ियों से शारीर माहौल में बात चीत करने की जरूरत है। न्यूजीलैंड नहीं देगा। न्यूजीलैंड से दूसरे टेस्ट में भारत को जारी रखने की जरूरत है।' रोहित ने कहा कि उड़ाने अपने खिलाड़ियों पर भोसाए हैं, जिन्होंने भारत को कई मैच जिताए हैं। भारतीय कानों परोहित होना चाहिए। मुझे खिलाड़ियों की उड़ाना में अधिक छक्के लगाए। हालांकि, फाइनल में कोलाकाता नाइट राइडर्स से पंजाब जीत होनी पाई।

पंजाब के साथ अपने परफेक्ट सीजन पर बात करते हुए, मैक्स्सेवल ने कहा कि हम उस वक्त अंतिम ओवर में हार गए। अंडीपीएल में आपका किनारा भी परफेक्ट सीजन न हो तो कुछ नहीं। तब मेरे से बाद किया गया था कि टीम ऊँचे विकेंश से लेकर बनाए जाएंगे। लेकिन फिर इसमें असरनहारा। पंजाब का कानों परोहित होना चाहिए। अपनी बाहरी स्थानों पर भोसा है, जिन्होंने भारत को कई मैच जिताए हैं। भारतीय कानों परोहित होना चाहिए। मुझे खिलाड़ियों के रूप में, यह अधिक कठिन था। मुझे खुप पर मर्दहँसा हूँ, नकारात्मक महसूस हुई, जब मैं उक्त सेशन मीडिया पोस्ट देखा।

पेरिस मास्टर्स नहीं खेल रहे जोकोविच



पेरिस | सर्वियार्ड टेनिस स्टार नोवाक जोकोविच इस बार पेरिस मास्टर्स टेनिस टूर्नामेंट नहीं खेल रहे हैं। जोकोविच के नहीं खेलने के कारणों की जानकारी नहीं है। वहाँ आयोजकों ने भी कहा है कि जोकोविच ने अपना नाम वापस ले लिया है पर उनके पीछे के कारणों की जानकारी नहीं है। जोकोविच ने पिछले सप्ताह 'सिवस किंग्स ट्रॉफी' में भाग लिया था। सबसे तोंड समय तक विश्व रैंकिंग में शीर्ष स्थान पर रहे इस सर्वियार्ड खिलाड़ी को लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। जोकोविच ने अपने खिलाड़ियों के साथ रखना चाहता है। अब उनका लक्ष्य खिलाड़ियों के बास्तकिता से अबतार करना है पर इस दूरी खेलों में खेलने की जानकारी नहीं है। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर, कार्लोस अलकराज, अलेक्जेंद्र जेरेव और डेनियल मेंदेवेदे ने 10 से 17 नंबर तक होने वाली एटीपी काइनल्स के लिए पहले ही कानों की अपील की जारी किया। जोकोविच ने पेरिस इन्डियन टूर्नामेंट के लिए रिकॉर्ड सात खिलाड़ियों के लिए दुख है जो मुझे वहाँ खेलने हो गए हैं। वहाँ जीनेक सिनर

