



अयोध्या के छाफुट 500 साल बाद पहले गोपाली

बाबर की सेना से हारने के बाद ली कसम, राममंदिर उद्घाटन से पूरी होगी

अयोध्या से 15 किमी दूर सरयारसी गांव में बड़े उत्सव की तैयारी चल रही है। 22 जनवरी को प्रधानमंत्री मोदी राम लला की प्राण प्रतिष्ठा करेंगे, तब गांव में 1100 सूर्यवंशी ठाकुरों जीवन में पहली बार पगड़ी पहनेंगे। महिलाएं भी के दीपक जलाएंगी। सरयारसी गांव में 90% घर सूर्यवंशी ठाकुरों के हैं, जो खुद को श्रीराम का वंशज मानते हैं।

ये खुशी राममंदिर बनने की तो है ही, 500 साल पुरानी एक कसम पूरी होने की भी है। कसम क्या थी, सरयारसी के चंद्रभूषण सिंह इसकी कहानी सुनते हैं। 90 हजार श्रियों ने मीर बाकी का मुकाबल किया, 80 हजार मारे गए ये बात साल 1529 की है। मुगल बादशाह बाबर का सेनापति मीर बाकी अयोध्या में एक मस्तिष्क बनवा रहा था। इसके लिए उसने रामकोट, यानी राम के किले को चुना। यहां पहले से भगवान राम का मंदिर था, जिसे मीर बाकी ने तुड़वा दिया। सरयारसी गांव के ठाकुर गजराज सिंह को ये बात खाए जा रही थी।

उन्होंने 90 हजार श्रियों को इकट्ठा किया और मीर बाकी की सेना से लड़ने निकल गए। दोनों सेनाओं में 10 दिन तक युद्ध चला। 80 हजार सूर्यवंशी मारे गए। इस लड़ाई में ठाकुरों की हार हुई।

युद्ध हारकर ठाकुर गजराज सिंह गांव लौटे तो उन्हें महिलाओं ने खुब शिक्षिकरा। सूर्यवंशियों की शान मानी जाने वाली पांडी की ओर इशारा कर कहा- जब तुम लोग मंदिर नहीं बचा तो ये पांडी किसी काम की नहीं है। इसे उतारकर फेंक दो।

तब ठाकुरों ने सौंगंध ली कि जब तक राम लला का मंदिर नहीं बन जाता, पगड़ी नहीं पहनते। कभी सिर नहीं ढकेंगे। 500 साल बीत गए, सूर्यवंशी ठाकुरों के 126 गांवों में किसी ने पगड़ी नहीं पहनते।

इस पर एक कवि जयराज ने लिखा, 'जन्मभूमि उद्धार होय त दिन बड़ी भाग। छाता पग पनी नहीं और न बांधी था।'

8 पीड़ियां इस कहानी को सुनते हुए, अपने पुरुषों की सौंगंध को निभाते हुए गुरज गई। अब 9वीं पीढ़ी राम मंदिर बनते देख रही है।

चंद्रभूषण सिंह ठाकुर गजराज सिंह की 9वीं पीढ़ी है। उन्हें खुशी है कि उनके पूर्वजों की कसम पूरी होने का बहाना आ गया। यही खुशी सूर्यवंशी ठाकुरों के 126 गांवों में है। इन गांवों में 500 साल से बैटियों की शादियों में मंडप नहीं छाया जाता। लड़के दूल्हा

बाबर की सेना से लड़ने वाला गांव



सरयारसी गांव अयोध्या से पूरा बाजार ब्लॉक में है

आबादी: 8100 | 5500 पुरुष, 2500 महिलाएं

सरकारी स्कूल: 3 | 400 घरों में 350 घर ठाकुरों के

डिग्री कॉलेज: 1 | अंगनबाड़ी केंद्र: 3

बनकर भी पांडी नहीं पहनते। न कोई चमड़े के जूते पहनता है और न ही शान दिखाने वाला कोई काम होता है।

किंतु राइटर कविनिधम ने लखनऊ गजेटियर के 66वें अंक के पेजे नंबर-3 पर लिखा है कि अयोध्या के मंदिर पर मुगलों के अधिपत्य की जानकारी मिलते ही करीब 6 मील दूर बसे सूर्यवंशीय श्रियों ने बाबर की सेना पर चार्डाई कर दी। युद्ध में हजारों हिंदू शहीद हो गए और बाबर की सेना जीत गई। सेनापति मीर बाकी के 126 गांवों में किसी ने पगड़ी नहीं पहनते।

इस पर मीर बाकी को इशारा कर कहा- जब तुम लोग मंदिर नहीं बचा तो ये पांडी किसी काम की नहीं है। इसे उतारकर फेंक दो।

तब ठाकुरों ने सौंगंध ली कि जब तक राम लला का मंदिर नहीं बन जाता, पगड़ी नहीं पहनते। कभी सिर नहीं ढकेंगे। 500 साल बीत गए, सूर्यवंशी ठाकुरों के 126 गांवों में किसी ने पगड़ी नहीं पहनते।

इस पर एक कवि जयराज ने लिखा, 'जन्मभूमि उद्धार होय त दिन बड़ी भाग। छाता पग पनी नहीं और न बांधी था।'

8 पीड़ियां इस कहानी को सुनते हुए, अपने पुरुषों की सौंगंध को निभाते हुए गुरज गई। अब 9वीं पीढ़ी राम मंदिर बनते देख रही है।

चंद्रभूषण सिंह ठाकुर गजराज सिंह की 9वीं पीढ़ी है। उन्हें खुशी है कि उनके पूर्वजों की कसम पूरी होने का बहाना आ गया। यही खुशी सूर्यवंशी ठाकुरों के 126 गांवों में है। इन गांवों में 500 साल से बैटियों की शादियों में मंडप नहीं छाया जाता। लड़के दूल्हा



सिर पर पगड़ी पहनते थे। यही बजह है कि मीर बाकी से हारकर ठाकुर गजराज सिंह की सेना गांव लौटी तो महिलाओं ने उन्हें अपनी पांडी उतार फेंकें के लिए कहा। 'सरयारसी गांव में पुरुषों के साथ-साथ महिलाएं भी सिर नहीं ढकेंगी की कसम का पालन करती है। गांव में कोई नई बहू आती है, तो उसे पूरा घूंट नहीं करने दिया जाता। इसके पांडी मीर बाकी का मान्यता है कि जब तक राम लला का छत्र नहीं सज जाता, वे भी पूरा राम नहीं ढकेंगी।'

गांव की सपना सिंह ये पंरपरा निभाने का किस्सा सुनाती है। वे बताती हैं, '20 साल पहले मैं यहां बहू बनकर आई थी, तब गांव से कारसेवकों के जर्ते मैं बोली थीं बाबा भजन गा रहे हैं, खुशी मन रहे हैं। यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से पहले विशाल भंडारा कर रहे हैं।'

गांव मंदिर उद्घाटन में अभी 2 हफ्ते से ज्यादा का वक्त बाकी है, लैकिन अयोध्या के गांवों में उत्सव मनाया जा रहा है। जाह-जगह रामायण और सुंदर-कांड का पाठ अंदालन के लिए देशभर से कारसेवकों के लिए, लोग अयोध्या पहुंच रहे थे। उनके खाने और रहने का इंतजाम गरब वाले ही करते थे।

सरयारसी उस कसम के बारे में बताते थे।

सरयारसी गांव की कुल आबादी 8 हजार है। ये राम मंदिर से 14 कोस में फैले गांवों में सबसे बड़ा गांव है।

सरयारसी गांव की कुल आबादी 8 हजार है। ये राम मंदिर से 14 कोस में फैले गांवों में सबसे बड़ा गांव है।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।

यहां रहने वाले संपन्न घरों के लोग मंदिर बनने से बाहर आये हैं।</

ਮਾਕਾਈ ਸਾਂਕ੍ਰਾਂਤਿ

पर स्नान-दान के बाद जरूर पढ़ें यह कथा

साल 2024 में मकर
सक्रांति 15 जनवरी
दिन सोमवार को
पड़ रही है।
मां गंगा ने
राजा सगर के
60 हजार पुत्रों
को मोक्ष प्रदान
किया था।

के मोक्ष के लिए गंगा को पृथ्वी पर लाना होगा। राजा सगर के वंशज राजा भागीरथ ने अपने कठोर तप से मां गंगा को प्रसन्न किया। मां गंगा ब्रह्म देव के कमंडल से निकलकर भगवान शिव की जटाओं से होती हुई पृथ्वी पर अवतरित हुई। राजा सगर मां गंगा को कपिल मुनि के लेकर आए, जहां उनके स्पर्श मात्र से सगर के 60 हजार पुत्रों को मोक्ष मिल नके पाप नष्ट हो गए। कहा जाता है उस दिन मां गंगा ने राजा सगर के 60 पुत्रों को मोक्ष प्रदान किया, उस दिन संक्रांति थी। इस वजह से हर साल संक्रांति पर गंगा स्नान करते हैं। धार्मिक ओं के अनुसार, मकर संक्रांति पर गंगा मृत के समान लाभकारी हो जाता है। हर से लोग गंगा स्नान करते हैं।

सक्रांति के अवसर पर गंगा स्नान करने के बाद दान देने का विधान है। इससे पाप मिट जाते हैं, पुण्य प्राप्त होता है और मां गंगा के आशीर्वाद से जीवन के अंत में मोक्ष मिलता है। इस साल 2024 में मकर सक्रांति 15 जनवरी दिन सोमवार को पड़ रही है। उस दिन ब्रह्म मुहूर्त से स्नान और दान प्रारंभ हो जाएगा। मकर सक्रांति से ही प्रयागराज में माघ मेले की भी शुरूआत होती है। मकर सक्रांति के दिन स्नान, दान और पूजा पाठ करते हैं। उस समय आपको मकर सक्रांति की कथा जरूर पढ़नी चाहिए। यह कथा मां गंगा के मोक्ष प्रदान करने से जड़ी है।

माझ प्रदान करन स जुड़ा ह।
मकर संक्रांति की कथा

शिव पुराण समेत कुछ धार्मिक पुस्तकों में गंगा अवतरण की कथा है। पौराणिक कथा के अनुसार, इक्ष्वाकु वंश के राजा सगर अपने धर्म पुण्य कार्यों के लिए प्रसिद्ध थे। एक बार उन्होंने अश्वमेध यज्ञ का आयोजन किया तो देवराज इंद्र ने उस यज्ञ के अश्व को चुराकर कपिल मुनि के आश्रम के पास बांध आए। राजा सगर ने अपने पुत्रों को उस घोड़े की खोज में लगा दी। वे लोग अश्वमेध यक्ष के घोड़े को खोजते हुए कपिल मुनि के आश्रम



दुल्ला भट्टी के बिना अधूरा है लोहड़ी का त्योहार

देशभर में लोहड़ी का त्योहार बेहद हर्षोल्लास और उत्साह के साथ मनाया जाता है। यह पर्व विशेष रूप से लोहड़ी पंजाब और हरियाणा में मनाया जाता है। वैसे तो हर साल लोहड़ी का त्योहार 13 जनवरी को पड़ता है लेकिन पंचांग के हिसाब से इस बार ये पर्व 14 जनवरी को मनाया जाएगा। वैसे तो अन्य त्योहारों की तरह लोहड़ी से जुड़ी कई लोक कथाएं प्रचलित हैं। इन लोककथाओं का जिक्र लोहड़ी के लोकगीतों में किया जाता है। उन्हीं लोकगीतों में एक नाम दुल्ला भट्टी का भी आता है। आइए जानते हैं दुल्ला भट्टी के बिना क्यों अधूरा माना जाता है लोहड़ी का पर्व।

जाना है लोहड़ा पर यदि।
क्या है दुल्ला भट्टी और लोहड़ी का संबंध
कुछ मान्यताओं के अनुसार, लोहड़ी को हालिका की बहन माना जाता है, जो भक्त प्रह्लाद के साथ आग से बच गई थी, जबकि अन्य मान्यताओं के अनुसार इस त्योहार का नाम लोई के नाम पर रखा गया था, जो संत कबीर की पत्नी का नाम था। इसीलिए लोग हर साल लोहड़ी मनाने के लिए आग जलाते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं लोहड़ी का त्योहार दुल्ला भट्टी के ऐतिहासिक चरित्र से जुड़ा हुआ है। आइए जानते हैं विस्तार से।

दुल्ला भट्टी एक राजपूत मुस्लिम था, जो कथित तर पर पंजाब क्षेत्र से आया था। उसने अकबर के शासनकाल के दौरान मुगल शासन के खिलाफ विद्रोह का नेतृत्व किया था। किंवदंती के अनुसार, मुगल शासक हुमायूं ने दुल्ला के जन्म से चार महीने पहले उसके पिता फरीद खान और दादा संदल भट्टी की हत्या कर दी थी। विद्रोहियों के दिलों में भय पैदा करने के लिए दोनों की खालों को गेहूं की धास में भरकर भरवा गांव के बाहर लटका दिया गया। उनकी हत्या कर दी गई क्योंकि उन्होंने मुगलों को कर देने का विग्रेध किया था।

हर साल लोहड़ी का त्योहार 13 जनवरी को पड़ता है लेकिन पंचांग के हिसाब से इस बार ये पर्व 14 जनवरी को मनाया जाएगा। वैसे तो अन्य त्योहारों की तरह लोहड़ी से जुड़ी कई लोक कथाएं प्रचलित हैं। इन लोककथाओं का जिक्र लोहड़ी के लोकगीतों में किया जाता है। उन्हीं लोकगीतों में एक नाम दल्ला भट्टी का भी आता है।

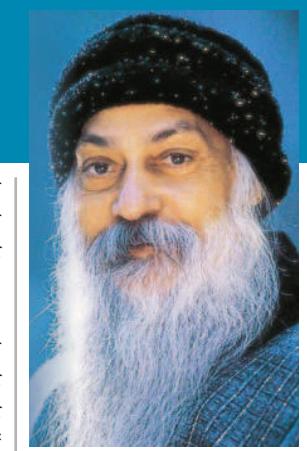
शुभ योग में लोहड़ी पर्व
गर करण का निर्माण लोहड़ी के दिन सबसे पहले होने जा रहा है। इस योग का निर्माण सुबह 07:59 बजे तक रहेगा। इसके बाद सुबह 10.22 बजे से रवि योग का निर्माण होगा। यह योग 15 जनवरी सुबह 7.15 बजे तक रहेगा। इसके अलावा वर्णिज करण का निर्माण शाम 06 बजकर 27 मिनट से होने जा रहा है। इस दिन अभिजीत मुहूर्त दोपहर 12.09 बजे से दोपहर 12:51 तक रहेगा। गोधूलि बेला शाम 05:42 बजे से शाम 06:09 बजे तक है।

१०

पंचांग
ब्रह्म मुहूर्त - सुबह 05:27 बजे से सुबह 06:21 बजे तक।
विजय मुहूर्त - दोपहर 2.15 बजे से 2.57 बजे तक।
गोधूलि बेला - शाम 5.42 बजे से शाम 6.09 बजे तक।
निशिता मुहूर्त - रात 12:03 बजे से रात 12:57 बजे तक।

दुल्ला भट्टी उस युग का रॉबिनहुड बन गया। वह अकबर के जमीदारों से माल लूटकर गरीबों और ज़रूरतमंदों में बांट देता था। अकबर उन्हें डाकू के रूप में देखता था। इसके अलावा दुल्ला को उन महिलाओं को बचाने के लिए जाना जाता है, जिन्हें जबरन गुलाम बाजारों में बेचने के लिए ले जाया गया था। फिर उसने गांव के लड़कों से उनकी शादी तय की और आर्थिक रूप से मदद की। बचाई गई लड़कियों में सुंदरी और मुंदरी भी शामिल थीं जो अब पंजाब के लोकगीत सुंदर मुंदरिये से जुड़ी हुई हैं। लोककथाओं के अनुसार, दुल्ला भट्टी इतना शक्तिशाली था कि अकबर की 12 हजार की सेना उसे पकड़ नहीं पाई, इसलिए 1599 में लाईंडी के दौरान उसे धोखे से पकड़ लिया गया और फिर उसे फांसी दे दी गई। इसलिए लोहड़ी पर्व के दिन लोग दुल्ला भट्टी और उनके बलिदान को याद करते हैं।

ਹਮਨੇ ਕਮੀ ਮੀਤਾਦ ਖਾਡੇ ਹੋਕਾਦ ਮੀ ਸ਼ਾਰੀਰ ਕੋ ਨਹੀਂ ਦੇਖਾ



A portrait of a sage with a long, white beard and mustache, wearing a blue and white checkered shawl. The image is framed by a thick black border.

बिना कुंडली दिखाए मकर संक्रांति पर न करें तिल का दान

शनि देव हो सकते हैं नाराज, ज्योतिष से जानें सबकुछ

दान पुण्य के लिए समर्पित साल का सबसे



दाल सकता है। तो आइए जानते हैं ज्योतिषी से किन-किन लोगों को करना चाहिए मकर संक्रांति पर तिल का दान। ज्योतिषी गिराज सोनी बताते हैं कि मकर संक्रांति पर तिल के लड्डू, चावल और खिचड़ी का दान आमचलन है। मकर संक्रांति पर यह दान का सभी के लिए टेंड गलत है। हर किसी को बिना सोचे समझे इन तिल व अन्य चीजों का दान नहीं करना चाहिए। ज्योतिषी का कहना है कि मकर संक्रांति पर तिल का दान आपके लिए नुकसानदेय भी साबित हो सकता है। यह दान आपके चलते हुए कामों को रोक सकता है। इसलिए कुंडली के अनुसार ही इस त्यौहार पर तरकरना चाहिए। सिर्फ इन्हें करना चाहिए तिल का दान ज्योतिषी गिराज सोनी ने बताया कि अब बार मकर संक्रांति 15 जनवरी सोमवार दिन मनाई जाएगी और इस बार मकर संक्रांति पर तिल का दान केवल जिन लोगों का कर्क का शनि है उन्हीं को करना है। सोमवार ही ऐसे लोग जिनका कर्क का शनि है वे भी मकर संक्रांति पर काली जैकेट और कपड़ा लेदर के जूते का भी जरूरतमंदों के लिए तरक्की कर सकते हैं। यह दान उनके लिए बहुत

फायदेमंद साबित होगा ।
सभी लोगों को नहीं करना चाहिए
तिल का दान

ज्योतिषी का कहना है कि मकर संक्रांति पर तिल का दान आमचलन होने के साथ इसे हर व्यक्ति करता है। ऐसे में हर राशि का शनि अलग-अलग होता है। किसी का सिंह में, किसी का मिथुन में, किसी का कन्या में तो किसी का अच्युत राशि में, इसलिए हर किसी के लिए यह तिल का दान शुभ नहीं होता है और मकर संक्रांति पर बिना सोचे समझे इसे करना नुकसानदेय भी हो सकता है।

कुड़ली दिखाकर ही करना चाहिए दान

ज्योतिषी के मुताबिक हर व्यक्ति के लिए मकर संक्रांति पर दिल का दान जीवन पर विपरीत प्रभाव भी डालता है। अगर आपका शनि किसी दूसरे कक्ष में बैठा है तो इस तिल के दान से घटना दुर्घटना भी शनि की नाराजगी से निश्चित तौर से हो सकती है। ऐसे ही किसी का शनि नवम कक्ष में बैठा है तो उसका तो भाग्य ही तिल के दान से अवरोध हो सकता है और उनके चलते हुए काम भी रुक सकते हैं। इसलिए हर आम आदमी को यह दान नहीं करना चाहिए, बाकायदा कुड़ली दिखाकर ही मकर संक्रांति पर दान करना चाहिए।

लोहड़ी 2024



'सातवें आसमान पर' नोरा फतेही

रिश्तों का 'दिखावा' क्या करना : अनन्या पाडे



हिना खान का फूटा... 'गुरसा'

बॉलीवुड के मशहूर फिल्ममेकर आनंद पंडित ने गत दिनों अपने जन्मदिन पर एक भव्य पार्टी का आयोजन किया। बड़े पर्दे से लेकर छोटे पर्दे के सितारे भी इस बर्थडे सेलिब्रेशन का

हिना खान ने धारावाहिक 'ये रिश्ता क्या कहलाता है' में अक्षरा के रोल से लोकप्रियता की जो दास्तान लिखी, उससे हर कोई



हिना खान भी आनंद पंडित को जन्मदिन की बधाई देने के लिए पहुंची, जहां उसने जमकर फोटोग्राफरों के सामने पोज दिए लेकिन इस दौरान उसके साथ एक ऐसा वाक्य हो गया जो अब चर्चा का प्रिय बन चुका है। हुआ नुं कि जैसे ही हिना पार्टी में पहुंची तो फोटोग्राफर उसे अपने कैमरे में कैद करने के लिए बैताब दिखे। इस दौरान किसी कैमरामैन ने उसे पोज देने के लिए कहा। यह सुनते ही हिना उस शख्स पर भड़क उठी। हिना ने ताना मारते हुए कहा कि अच्छा अब आप मुझे बताएं कि कौन कैसे देना है। यह बोलते ही हिना ताली बजाने लगती है।

सोशल मीडिया पर यह बीडिंगों खबर चर्चा में बना हुआ है। इस वायरल बीडिंगों पर कमेंट्स की बाढ़ आ गई है। हिना के इस बर्ताव पर तरह तरह की प्रतिक्रियाएं आ रही हैं। कई लोग उसके सपोर्ट में आए तो कई लोगों ने हिना को उसके इस व्यवहार के लिए ट्रोल भी किया। एक यूजर ने लिखा कि इसका घमंड ही इसको एक

तो किसी अन्य यूजर ने उस पर कटाक्ष किया, इसमें बहुत घमंड है... नैरोटिव...। इस पार्टी में हिना पर्फूल कलर की सीक्वेंस ट्राइट डेस में नजर आई। इस ऑफ शॉल्डर ड्रेस में हिना बेहद ग्लैमरस लगी।

छोटे पर्दे से अपना करियर शुरू करने वाली

परिवर्कन में जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से भी गहरा लगाव है। मोरक्को के भोजन और संस्कृति तथा भारतीय सिनेमा के लिए अपने यार की सबसे अच्छी यादें उसके मन में हमेशा लिए रख सकता है। वह निर्देशक रेमो डिस्जूनी की फिल्म 'बी हैपी' में अभिषेक बच्चन के साथ काम कर रही है। वह अभिनेता कुणाल खेम के साथ फिल्म 'मड़गांव एक्सप्रेस' में भी न जर

प ह ले स ऊ दी अब चली

उसे बौतीर लीड एक्ट्रेस काम करने का मौका नहीं मिला। हालांकि, अब उसको लीड नीरोइन के रूप में पहली फिल्म 'क्रैक' मिल गई है। इन दिनों वह इसी को लेकर चर्चा में है, जब वह विद्युत जामबाल के साथ दिखाई देगी। फिल्म की शूटिंग खत्म हो चुकी है और इसे लेकर नोरा बहुत उत्साहित नजर आती है।

फिल्म 'क्रैक' के अलावा वह बरुआ तेज की फिल्म 'मटक' से अदर्स में क्रैश कोस करना भी शामिल रहा। इस दौरान उसे अपना स्टैमिना बढ़ाने की आवश्यकता थी। यह मार्शल आदर्स से होने वाली शरीरिक और मानसिक थकान का सामना करने के लिए जरूरी

बिल्कुल अलग था क्योंकि उसने वास्तव में इससे पहले अधिक एक्शन भूमिकाएं नहीं की हैं। ऐसे में, अपनी ताकत बढ़ाने, लचीलापन पाने के लिए उसे कठोर प्रशिक्षण से गुजरना पड़ा।

अपनी बांडी को सही आकार देने के लिए उसने एक कठोर फिटनेस दिनचर्या अपनाई, जिसमें कई तरह के व्यायाम शामिल थे।

उसके प्रशिक्षण के एक हिस्से में स्टैचिंग के साथ-साथ माशल आदर्स में क्रैश कोस करना भी शामिल रहा। इस दौरान उसे अपनी यार की सबसे अच्छी यादें उसके बालों में हमेशा के लिए बस चुकी हैं।

फिल्म 'गर्ल' के नाम से मशहूर नोरा फतेही ने 'बाहुबली' से 'लेकर' भारत' और 'स्ट्री' जैसी फिल्मों में अपने

होता है। हालांकि, इस दौरान अपनी शरीरिक और मानसिक सीमाओं से परे जाने की कोशिश करना उसके लिए खास अनुभव रहा।

फिल्म 'क्रैक' की शूटिंग खत्म होने की सूचना देते हुए, उसने सोशल मीडिया पर कुछ फोटोज शेयर करते हुए कैरेन में लिखा था, क्रैश की शूटिंग खत्म होने की आवश्यकता थी। यह मार्शल आदर्स में हमेशा के लिए बस चुकी है।

फिल्म 'क्रैक' के लिए कीरण ट्रेनिंग

फिल्म 'क्रैक' में अपने रोल को सही ढंग से निभाने के लिए नोरा को कठोर शरीरिक प्रशिक्षण से गुजरना पड़ा। यह ह उसके लिए जामबाल और संस्कृति से होने वाली शरीरिक और मानसिक थकान का सामना करने के लिए जरूरी

मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से भी गहरा लगाव है। मोरक्को के भोजन और संस्कृति तथा भारतीय सिनेमा के लिए अपने यार की सबसे अच्छी यादें संतुष्ट होती हैं। अब कई सालों से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्को की परम्पराओं और संस्कृति से गुजरना पड़ा।

नोरा मूल रूप से एक

परिवर्कन की बेटी है। कनाडा में

रहने वाले मोरक्को करियर में

जन्मी और पली-बही, नोरा बॉलीवुड में रहे रही नोरा काफी हद तक भारतीय संस्कृति में रच-बस चुकी है। लेकिन उसे मोरक्क

