

मिनीषा लांबा को फिर से हुआ प्यार



एकदेश मिनीषा लांबा ने साल 2005 में फिल्म श्यहर्य से बॉलीवुड डेब्यू किया था। हालांकि वह फिल्म बचना ऐ हसीनो, हनीमून ट्रैवल्स प्राइवेट लिमिटेड और वेल डन अब्बा से पॉपुलर हुई। कुछ दिनों पहले ही मिनीषा ने पति के साथ अलग होने का खुलासा किया था। मिनीषा ने साल 2015 में रयान थाम से शादी की थी और दोनों अब अलग हो गए हैं। इस बारे में बात करते हुए मिनीषा ने कहा, शक्ति—कभी 2 लोग साथ नहीं रह सकते और किसी ने कुछ गलत नहीं किया जो हम किसी को ब्लेम करें। कुछ चीजें प्राइवेट रहती हैं और किसी के बारे में कहकर आप सामने वाले के साथ गलत नहीं कर सकते। मिनीषा ने कहा, शादी के अंत होने का मतलब ये नहीं कि जिंदगी का अंत हो गया है। आपके पास प्यार करने का एक और मौका होता है। अपने पास्ट को भूलकर आप आगे बढ़ सकते हैं। मैं इसलिए इस बारे में बात कर रही हूँ ताकि ऐसी सिचुएशन में फंसे लोगों की मदद हो सकें। जब मिनीषा से पूछा गया कि उनका सपोर्ट सिस्टम कौन है तो उन्होंने कहा, श्वेता पास अच्छा सपोर्ट सिस्टम है मेरे क्लोजे फ्रेंड्स और परिवार में हैं। मैं इस मामले में बहुत खुशनसीब हूँ। जब मिनीषा से पूछा गया कि क्या वह भी प्यार को दूसरा मौका दे रही हैं? तो उन्होंने कहा, श्वेता, मैं अभी एक प्यारे इंसान के साथ हैप्पी रिलेशनशिप में हूँ। लेकिन मिनीषा ने शख्स का नाम नहीं बताया है। मिनीषा जो सिल्वर स्क्रीन से काफी समय से दूर हैं वह फिलहाल अपने अपकमिंग ऑटोटी प्रोजेक्ट को लेकर बिजी हैं। इससे पहले वह बिंग बॉस 8 में नजर आई थीं और शो तेनाली रामा से टीवी डेब्यू किया था। इसके बाद साल 2018 में वह इंटरनेट वाला लव में नजर आई थीं। बॉलीवुड से टीवी पर काम करने पर मिनीषा ने कहा था, टीवी पर काम मैं हमेशा से करता चाहती थी और जब मुझे मौका मिला तो मैंने इसे ले लिया। मुझे टीवी से ऑफर्स आते रहते थे, लेकिन मैं कुछ इंट्रेस्टिंग चाहती थी। मैं डांस रिएलिटी शो और खतरों के खिलाड़ी में भी काम करना चाहती हूँ।

इशिता दत्ता ने बागवानी के प्रति अपने प्यार के बारे में बात की

अभिनेत्री इशिता दत्ता का कहना है कि बागवानी ने उन्हें लॉकडाउन के दौरान व्यस्त रहने में बेहद मदद की है। इशिता ने कहा मैं जमशेदपुर में बहुत हरियाली के आसपास पली-बढ़ी हूँ। हम प्रकृति और पेड़ों से बहुत जुड़े हुए हैं। पुरुषों घर में हमारा खुद का एक बगीचा है। मैं कोशिश कर अपनी बालकनी

और किंचन गार्डन बनाया है। मुझे जहां भी जगह मिलती है, वहां एक पौधा लगाती हूँ। अभिनेत्री का कहना है कि पौधे पॉजिटिविटी लाते हैं। वे ऐसी पॉजिटिव ऊर्जा लाते हैं और उनमें से बहुत से अद्भुत औषधीय मूल्य हैं। मैं अपने मिनी गार्डन से तुलसी, एलोवेरा और कुछ अन्य का उपयोग करती हूँ। मैं अपने मिनी गार्डन के बारे में बात कर सकती हूँ। यह मुझे मेरे बचपन के दिनों की याद दिलाते हैं। उन्होंने सावधानी का एक नोट दिया, चलो सभी प्रोटोकॉल के भीतर रहें। महामारी अभी खत्म नहीं हुई है। जब भी हमें मौका मिले, चलो टीकाकरण करवाएं।

जब आप मुंह में चिप्स डालते हैं, तो क्या आप जानते हैं कि इससे क्या नुकसान हो सकते हैं?



चिप्स खाने की आदत बहुतों में विकसित हो चुकी है। कभी—कभी वे चिप्स खाते हैं, सुबह—दोपहर की चाय के साथ, काम पर या फूरसत में, चिप्स उनके साथी होते हैं। अगर आपको लगता है कि चिप्स खाने का कोई समय निर्धारित नहीं है तो आप चिप्स के पैकेट को खोल कर खा सकते हैं। बहुत से लोग भूख को कम करने के लिए नहीं खाते हैं, अच्छा लगता है इसलिए चिप्स खाना पसंद करते हैं। जब वे कहीं जाते हैं तो चिप्स का एक पैकेट ले जाते हैं।

कुछ ऐसे भी हैं जो बच्चे को चिप्स के पैकेट सौंपते हैं। जब आप घर जाएं तो दुकान से चिप्स के कुछ पैकेट ले जाएं। कई माता—पिता ऐसे हैं जो अपने बच्चों के स्कूल के टिफिन में चिप्स देते हैं। युवाओं में बाजार में तरह—तरह के स्वादिष्ट चिप्स खाने का चलन ज्यादा है। लेकिन क्या आप जानते हैं बाजार के इन चिप्स में एक तरह का कैमिकल होता है जो कैंसर जैसी गंभीर बीमारी का कारण बन सकता है!

स्वीडिश नेशनल फूड अथॉरिटी के एक हालिया अध्ययन में पाया गया कि एक्रिलामाइड या एक्रिलामाइड एक प्राकृतिक रूप से पाया जाने वाला रासायनिक यौगिक है जो अनाज या सब्जियों में पाया जाता है जो कार्बोहाइड्रेट में उच्च होते हैं और उच्च तापमान पर गर्म होने पर उन यौगिकों को बनाने में सक्षम होते हैं। जिस तरह यह रासायनिक यौगिक मानव जीवन काल को कम करने में विशेष भूमिका निभाता है, उसी प्रकार यह कैंसर कोशिकाओं को तेजी से बढ़ने में भी मदद करता है।

हम जानते हैं कि आलू एक प्रकार की उच्च स्टार्च युक्त सब्जी या अनाज है। इन आलूओं को अतिरिक्त नमक के साथ बहुत पतले स्लाइस में काटा जाता है और उन्हें संरक्षित करने के लिए लंबे समय तक तेल में डीप फ्राई किया जाता है। नतीजतन, इसका पोषण मूल्य काफी हद तक खो जाता है। इतना ही नहीं, इस विधि से पैक आलू के चिप्स में एक हानिकारक रासायनिक यौगिक एक्रिलामाइड उत्पन्न होता है। ये रासायनिक यौगिक कैंसर का कारण बन सकते हैं।

दुनिया भर के कई पोषण विशेषज्ञ इस स्पष्टीकरण से सहमत हैं। न्यूट्रिशनिस्ट्स के मुताबिक घर में बने आलू को फ्राई करके खाया जा सकता है। हालांकि, बेहतर है कि ज्यादा न खाएं। हालांकि, समस्या इस तथ्य में निहित है कि छोटे और बड़े आलू के चिप्स को कारखानों में पैक किया जाता है और लंबी अवधि के भंडारण के लिए संसाधित किया जाता है।

वॉर के बाद कई फिल्मों से बॉक्स आफिस पर धमाल मचाएंगे ऋतिक रोशन

ऋतिक रोशन की पिछली रिलीज फिल्म वॉर और सुपर 30 थी। जिसने बॉक्स आफिस पर अच्छी खासी कमाई की थी। फिल्म में ऋतिक रोशन के किरदार को भी पसंद किया गया था। हालांकि इसके बाद से ऋतिक रोशन की कोई फिल्म नहीं रिलीज की गई है। ऐसे में आज हम आपको ऋतिक रोशन की अपकमिंग फिल्मों के बारे में बताने जा रहे हैं। जिससे जरिए वो बॉक्स आफिस पर धमाल मचाने वाले हैं। ऋतिक रोशन की अगली फिल्म कृष्ण 4 है। जिस पर ऋतिक रोशन के पिता राकेश रोशन पिछले काफी समय से काम कर रहे हैं। फिल्म के लिए मेकर्स इन दिनों अपनी तैयारी कर रहे हैं। उम्मीद है कि इसकी शूटिंग जल्द ही शुरू होगी। ऋतिक रोशन जल्द ही फिल्म फाइटर में नजर आने वाले हैं। फिल्म में दीपिका पादुकोण पहली बार ऋतिक रोशन के साथ स्क्रीन शेयर करने वाली है। फाइटर का ऐलान काफी समय पहले ही कर दिया गया था। जिसका निर्देशन सिद्धार्थ आनंद करने वाले हैं। खबरों के अनुसार ऐसा कहा जाता है कि ऋतिक रोशन मधु मंटेना की फिल्म रामायण में नजर आ सकते हैं। ऋतिक रोशन इस फिल्म में रावल के रोल में होंगे वहीं करीना कपूर खान सीता के रोल में और महेश बाबू राम के रोल में नजर आने वाले हैं। ऋतिक रोशन फिल्म वॉर 2 में भी नजर आने वाले हैं। ऐसा खबरों में कहा जा रहा है। हालांकि अब तक मेकर्स की तरफ से फिल्म को लेकर ऐलान हीं किया गया है।

अक्षय और रवीना के इस आईकॉनिक गाने को सूर्यवंशी में किया जाएगा रीक्रिएट

पिछले काफी समय से बॉलीवुड के कलाकार अक्षय कुमार और कैटरीना कैफ की फिल्म सूर्यवंशी की रिलीज होने वाली थी लेकिन कोरोना वायरस की वजह से मेकर्स ने इसकी रिलीज को रोक दिया था। दूसरी बार जब मेकर्स ने रिलीज डेट तय की



की वजह से फिल्म की शूटिंग को मेकर्स ने रोक दिया था। पिछले साल मार्च के महीने में अक्षय कुमार की फिल्म रिलीज होने वाली थी लेकिन कोरोना वायरस की वजह से मेकर्स ने इसकी रिलीज को रोक दिया था। दूसरी बार जब मेकर्स ने रिलीज डेट तय की तो एक बार फिर से कोरोना का कहर फिल्म पर टूट गया। इस साल मार्च के महीने में कोरोना वायरस का कहर विकाल रूप ले चुका था। जिसकी वजह से मेकर्स ने फिल्म को असमय के लिए टाल दिया है। हालांकि अब फिल्म को लेकर ऐसा कहा जा रहा है कि रोहित शेट्टी ने अपनी फिल्म सूर्यवंशी की नई रिलीज डेट 15 अगस्त तय की है। फिल्म इसी साल टंडन के साथ काफी बेहतरीन थी।

