

आपके किंचन में रखे मसाले असाली हैं या नकली ऐसे करें इनकी शुद्धता की पहचान



भारतीय खानपान में मसालों का इत्तेमाल खब किया जाता है। हम द्वियाभार में इसके सबसे बड़ी निर्माता हैं लेकिन हाल ही में देश के दो बड़े मसाला बांड MDH और Everest पर उस सबलों के बाद रोजर्मर्ट की कृषिगंग पर खतरा मंडिन लगा है। ऐसे में आए हुए आर्टिकल में आपको बताते हैं कृषि ऐसे दिये जिनकी मदद से आप मसालों की शुद्धता का पता लगा सकते हैं।

रोजर्मर्ट की कुकिंग में इत्तेमाल होने वाले मसालों में ही जब बड़े पैमाने पर मिलावट की खबरें सामने आने लगी, तो यह किसी बड़े ब्रॉक से कम नहीं है। जिन मशहूर ब्रॉक्स पर लोगों ने सालों भरोसा किया, उन्हें लेकर अब कई सबलों खड़े हो गए हैं। ऐसे में स्वाद के साथ-साथ इनकी शुद्धता का खाल रखना भी आपके लिए जरूरी हो जाता है और इसमें आपको हार्ड दम दम आवाजों बताएंगे कुछ ऐसे दिया दिस्क्रिप्शन, जिनकी मदद से आप अलांकृत मसालों में को जाने वाली मिलावट की जांच कर सकते हैं। आइए जानें।

धनिया पाउडर

धनिया पाउडर भी मिलावटबोरों की पहुंच से दूर नहीं है। बता दें, इसकी शुद्धता का टेस्ट लेने के लिए आप जब इसे खिरने जाएं, तो संघर्ष दर्खें और अगर इसमें आपको कोई मसक नहीं आती है, तो जनल औफ फ्लॉम्सी एंड टेक्नोलॉजी की मूलाधिक इसमें आटे की भूसी और जंगली धास जींजी चूंच मिलाई गई है। अब कुछ लोग कहेंगे कि शायद हमारी नाक बढ़ है, लेकिन धनिया पाउडर असली है। तो एसे में, इस बात की पुष्टि करने का एक और तरीका है, आप एक गिलास में पानी लीजिए और इसमें एक चम्चमधनिया पाउडर डाल दीजिए। इसके बाद जनल नाजी आसानी से छोड़ दीजिए, अगर धनिया ऊपर तैयार हुआ नज़ आ रहा है, तो यह बात तय है कि इसमें भूसी मिलाई गई है और अगर यह गिलास के तले में बेठ जाता है, तो धनिया पाउडर असली है यानी इसमें मिलावट नहीं है।

हल्दी पाउडर

हल्दी पाउडर की शुद्धता को घर पर ही जानने के लिए आप इसमें थोड़ा हल्दीब्लॉस्टिक ऐसेस मिला दें। इसके बाद अगर इसका रांग पीले से बदलकर गुलबी, बैंगनी या नीला हो जाए, तो समझ जाइए कि आपकी ये हल्दी नकली है यानी इसमें मैटेलिन बेनो (Metallin Yellow) कैमिकल की मिलावट की गई है। इसके बाद इसके पानी को 30 मिनट यं ही छोड़ दीजिए, अगर धनिया ऊपर तैयार हुआ नज़ आ रहा है, तो यह बात तय है कि इसमें भूसी मिलाई गई है और अगर यह गिलास के तले में बेठ जाता है, तो धनिया पाउडर असली है यानी इसमें मिलावट नहीं है।

लाल मिर्च पाउडर

लाल मिर्च पाउडर की गंदा खेल लाल मिर्च के साथ भी खेल जाता है। यह असली है या नकली इस बात की जांच करने के लिए इसका एक चम्चम एक गिलास पानी में डालो देखें, अगर यह तैरने लगे तो समझिए असली है और अगर इब जाए तो समझने के लिए इसमें कैमिकल डाई, चॉक या लाल इंड जींजी चूंच की मिलावट की गई है। इसके बाद इसके पानी से फैले एक आपको ये हल्दी नकली है यानी इसमें मैटेलिन बेनो (Metallin Yellow) कैमिकल की मिलावट की गई है। इसके बाद अगर यह गिलास के तले में डालने पर इसका रंग लाली पीला दिखाता है और यह नीचे जमने लगता है। वहीं, अगर इसमें मिलावट होती है तो पानी में चटक पीला रंग आता है और यह तुरंत धूल जाती है।

लाल मिर्च

संधार नकल का सेवन कई लोग करते हैं और इसे ब्रेट-उपवास में भी इस्तेमाल किया जाता है। आपको जाकर हैरानी होगी कि इसमें भी मिलावट की देखते को मिलती है। इसकी शुद्धता को जांचने के लिए आप सबसे पहले एक आलू ले और उसे बीच से काट लें। इसके बाद इसके बीच में संधार नकल को उस की कुछ खेलें डालो। अगर संधार नकली होगा तो कुछ नहीं होगा, लेकिन अगर इसमें मिलावट होगी, तो इसका रंग बदल जाएगा।

काली मिर्च

पोषक तत्वों का खजाना मारी जाने वाली काली मिर्च में भी मिलावट का खतरा रहता है। बता दें, इसमें पौधों को जांचने के लिए आप जैसे एक ब्रॉक के लिए एक गिलास पानी में डालो देखें, अगर यह तैरने लगता है तो असली इसके बाद दो देखते को उसकी जांच करें और इसके बाद जनल नाजी आसानी से छोड़ दीजिए। इसके बाद जनल नाजी आसानी से छोड़ दीजिए।

शनिवार को बिहार के दरभंगा की प्रचार सभा में उन्होंने कहा कि गोधरा में कारसेवक रेल यात्रियों के

अस्तित्व बचाने के संकट से जूझती कम्युनिस्ट पार्टियां

देश की कम्युनिस्ट पार्टियों के सामने अस्तित्व



कार्यक्रम के तहत सरकार भी ठीक ही चली पर विधायिक व्यूहों में उन्हें प्रशासनिक बचाने पर सहमति नहीं है।

कलन्या को जींजिए कि ज्योति बसु जींजी में से विकल

रहने के लिए छह सीटें मिली हैं। पर अपने अपने

एक अवसर समय की जांच लेने के लिए एक समय

में जाने के लिए एक समय

ठंडक से भरपूर हैं घर के बने ड्रिंक

आप गर्मी भगाने के लिए क्या पीते हैं? पानी, जूस या सॉफ्ट ड्रिंक। बाजार में सॉफ्ट ड्रिंक्स तो बहुत से मिलते हैं पर इनको पीने से आपकी ठंडक थोड़ी देर बाद गुम हो जाती है, जबकि घर के बने देसी ड्रिंक्स।

आपकी गर्मी को मारने के साथ-साथ आपका स्वास्थ्य भी बरकरार रखते हैं। इनको पीने से आपको डीहाइड्रेशन, थकान, चक्कर, पेट की गड़वाड़ी आदि नहीं होगी। गर्मी का पारा दिनों दिन बढ़ता ही जा रहा है, ऐसे में आपको अपने साथ-साथ घर वालों का भी ख्याल रखना ही होगा। यदि आप कहीं बाहर काम करते हैं, तो अपने साथ एक पानी की बोतल ले कर निकलें। अगर आप दिनभर एकटिव रहते हैं तो आपके शरीर को बहुत सारे तरल पदार्थ की आवश्यकता होगी। गर्मियों में अक्सर लोग डीहाइड्रेशन के शिकार बन जाते हैं और इसका कारण होता है शरीर में पानी की कमी। गला सूखना, मिलची आवा, डायरिया, उल्टी, कब्ज, बेहद पसीना आवा आकर पसीना आवा आदि समस्याएं गर्मियों में आम हो जाती हैं। इन सभी समस्याओं को दूर करने के लिए पीजिए कुछ देसी ठंडा, जो मिटाए तन मन की प्यास। हमारे शरीर के अंगों को ठीक से काम करने के लिए भी पानी की

आवश्यकता पड़ती है, अगर आप उन्हें उनके हक का पानी नहीं देंगे तो आपको तमाम बीमारियां होने के चार्स बढ़ सकते हैं। अच्छी त्वचा और स्वस्थ शरीर के लिए आपको गर्मी में पीने चाहिए स्वस्थ और कूल ड्रिंक्स। ये देसी ठंडा आपकी गर्मी भगानी हैं और स्वास्थ्य भी बनाएंगे।



मैंगो शेक: मैंगो शेक गर्मियों का सबसे उत्तम ड्रिंक है, यह आपको स्फूर्ति के साथ-साथ ताकत भी देता है। इसको पीने से शरीर पूरी तरह से ठंडा हो जाता है और गर्मियों में डीहाइड्रेशन भी नहीं होता।

विटामिन "सी" और एंटीऑक्सीडेंट होता है। इसको पीने से शरीर पूरी तरह से ठंडा हो जाता है और गर्मियों में डीहाइड्रेशन भी नहीं होता।

छाल बटर मिल्क: छाल गर्मियों का सबसे सस्ता पेय माना जाता है। इसे ज्यादातर खाना खाने के बाद ही पिया जाता है। यह दही, पानी, नमक, अदक, जीरा और मिर्च को डाल कर बनाया जाता है। इसे पीने से पेट को ठंडक मिलती है।

मौसमी का जूस: गर्मी के दिनों में आपको मौसमी और संतरे का रस बहुत सी जगहों पर बिक्रिया दिख जाएगा। इसको पीने से पूरा तन-मन प्रसन्न हो जाएगा। इसमें विटामिन सी होता है। जो आपके शरीर की गर्मी को कम करता है।

तरबूज का रस: अगर आप रोज तरबूज का जूस पिएंगे तो आप जल्दी बजन घटा सकते हैं क्योंकि इसमें 90 फीसदी पानी होता है। यह किडनी, अंगों और दिल के लिए अच्छा फल माना जाता है। इस जूस में थोड़ा काला नमक मिलाने से इसका स्वाद बढ़ जाता है।

जलजीरा: यह पेय उत्तर भारत में बहुत प्रचलित है। इसमें जीरा, इमली, काला नमक, पुदीना और पानी मिलाया जाता है। आप जलजीरा पॉवर ड्रिंक के बाद जीरा और मिर्च को डाल कर बनाया जाता है। यह भी ठंड देता है।

नारियल पानी: तेज धूप में शरीर को फिर से एनजी पहुंचने के लिए सड़क किनारे बिक रहे नारियल पानी को पीना

■ मैंगो शेक गर्मियों का सबसे उत्तम ड्रिंक है, यह आपको स्फूर्ति के साथ-साथ ताकत भी देता है।

■ आम पना पीने से शरीर पूरी तरह से ठंडा हो जाता है और गर्मियों में डीहाइड्रेशन भी नहीं होता।

■ **नींबू निचोड़ कर चीनी और बहुत कम काला नमक व पीसा हुआ जीरा मिलाले, इसको पीने से शरीर ठंडा रहता है।**



ठीक रहेगा। नारियल पानी शरीर को डीहाइड्रेशन से बचाता है, त्वचा पर चमक लाता है और किडनी स्ट्रेन से बचाए रखता है।

नींबू की शक्किंजी: ठंडे पानी में एक नींबू निचोड़ कर चीनी और बहुत कम काला नमक व पीसा हुआ जीरा मिलाले। इसको पीने से शरीर ठंडा रहता है। कई लोग इसे ट्रेस्टी बनाने के लिए इसमें सोडा भी मिलाते हैं।

गन्ने का रस: गर्मियों में गन्ने का रस पीने से दिल की बीमारी नहीं होती। इसे पीने से तुरंत एनजी मिलती है। यह जूस पॉटेशियम, ग्लूकोज, एंटोक्सीडेंट, कैल्शियम और मैग्नीशियम से भरा होता है। इसको पीने से गर्मी में ठंडक मिलती है।

ट्रेस्टी बनाने के लिए इसमें सोडा भी मिलाते हैं।

गन्ने का रस: गर्मियों में गन्ने का रस पीने से दिल की बीमारी नहीं होती। इसे पीने से तुरंत एनजी मिलती है। यह जूस पॉटेशियम, ग्लूकोज, एंटोक्सीडेंट, कैल्शियम और मैग्नीशियम से भरा होता है। इसको पीने से गर्मी में ठंडक मिलती है।

ट्रेस्टी बनाने के लिए इसमें सोडा भी मिलाते हैं।

दवाईयों का सेवन: लंबे समय से दवाईयों के सेवन से हड्डियां कमजोर पड़ जाती हैं।

गर्तिया: चलने पर पीठ दर्द या फिर जोड़ों में दर्द होना गर्तिया की शुरू आत हो सकती है। अगर शरीर में दर्द और कड़ापन बिस्तर से उठने के 30 मिनट तक बना रहता है तो अपने डॉक्टर से संपर्क करना न भूलें।

यदि बिस्तर से उठते ही होता है पीठ दर्द

- पीठ दर्द हमारी रोजमर्या की जिंदगी पर सबसे ज्यादा असर डालता है, ऐसे में आप ना ठीक से चल पाते हैं और ना ही बैठ पाते हैं।

- पीठ दर्द सही प्रकार के गेहू पर ना सोने की वजह से होता हो या फिर

यह गर्तिया की शुरू आत हो।

- पीठ दर्द का कमर दर्द के लिए हमेशा कठोर गद्दे का ही चुनाव करें, इससे बैक

को पूरा सोर्पेट मिलता है।

- अगर ये दर्द और कड़ापन बिस्तर से उठने के 30 मिनट तक बना

रहता है तो आपने डॉक्टर से संपर्क करें।

हमारी रीढ़ की हड्डी पर ही हमारे शरीर का अधिकांश भार टिका हुआ होता है। यदि रीढ़ की हड्डी कमज़ोर हड्डी तो जीवन बहुत कष्टकारी हो जाता है। यदि आपको सुवर्ण पौटे दिन बना रहता है। तो या तो 30 मिनट में ठीक हो जाता है। यदि रीढ़ की जिंदगी वर्षा से ज्यादा असर डालता है। ऐसे में आप ना ठीक से चल पाते हैं और ना ही हो सकते हैं। अगर आपको भी सुवर्ण उठते ही पीठ दर्द ज्ञेला पड़ता है तो उसके पीछे कूच कराने को ढूँढ़े। हो सकता है कि पीठ दर्द सही प्रकार के गेहू पर ना सोने की वजह से होता हो या फिर यह गर्तिया की शुरू आत हो। कारण कुछ भी हो सकता है इसलिए आप यहां दिए गए बिंदुओं को जरूर धूम और समझें।

पीठ दर्द के कुछ भी कारण हो सकते हैं। 1. अपने गेहू को बदलें: अपने गेहू को पारब्यं और देखें कि क्या आपका गद्दा आपको पूरा सोर्पेट दे रहा है या नहीं। कमर दर्द के लिए हमेशा कठोर गद्दे का ही चुनाव करें, इससे बैक को पूरा सोर्पेट मिलता है।

2. सोने का पोषाक्षिण: अगर आप अपने मुंह को नीचे दबा कर यानी की पेटे के बल सोते हैं तो आपको पीठ दर्द दूर करने के लिए तकिए का प्रयोग करें।

3. मोटापा भी हो सकता है कारण: आपका अतिरिक्त वजन रीढ़ की हड्डी पर दबाव डालता है इसलिए हमेशा अपना वजन नियंत्रित रखें।

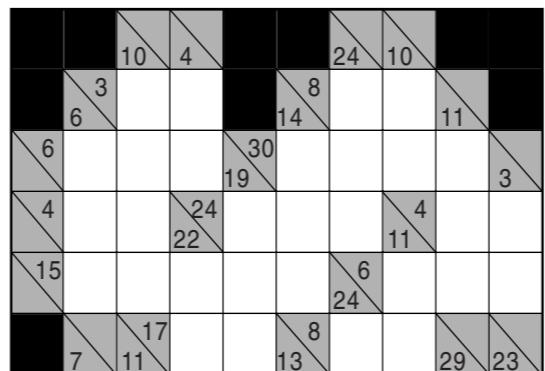
4. धूमप्रापण: सुवर्ण के समय जब बैक पेन होता है तो उसकी सबसे अहम बजह होती है। जो लोग स्पोर्टिंग करते हैं उनके लाइफस्टाइल दूर होती है।

5. दवाईयों का सेवन: लंबे समय से दवाईयों के सेवन से हड्डियां कमजोर पड़ जाती हैं। जिसकी वजह से बैक पेन सुवर्ण हो सकता है।

6. गर्तिया: चलने पर पीठ दर्द या फिर जोड़ों में दर्द होना गर्तिया की शुरू आत हो सकती है। अगर शरीर में दर्द और कड़ापन बिस्तर से उठने के 30 मिनट तक बना रहता है तो अपने डॉक्टर से संपर्क करना न भूलें।

टाईम पास

काकुरो पहेली - 4047



काकुरो - 4046 का हल



फिल्म वर्ग पहेली - 4047

1	2	3	4	5
6				7
8	9	10	11	12
		13		14
15	16		17	18
		19		20
21	22	23	24	25
		26	27	28
29		30	31	32
33				



मदर्स डे पर विशेष

घर की पादशाला की पहली गुरु

मां को गुरु दर्जा यां ही नहीं मिला। बच्चों को अनुशासन का पलामा पात्र वही तो पात्री है। नवजात के जम से लेकर नसरी में जाने तक मां बद्दुनः एक अदर्श पुष्प या नरी को ही तैयार कर रही होती है। अझ ज्ञान से लेकर रोंगों का प्रकृति से खबर करने से लेकर अपने आपसपास के बारे में इस तरह बताती-सिखाती चलती है कि बच्चा जब मुट्ठों के बल खड़ा होता है या दीड़ता है तो वह अपनी मां की नवीनतों को अवशेष में रखता है। नसीहत देने की आदत मांओं की पुरानी आदत रहती है। अब इसमें भी बदलाव आया है। हालांकि बैटोंगी भी अपनी मां से सुनाह लिए बिना कभी कोई कदम नहीं उठती। मगर बेटे अब बदल रहे हैं।

अपने बच्चों को हमेशा पलकों की छांव में रखने वाली मां आज भी यही चाहती है कि उसके बच्चों पर किसी बुरे व्यक्ति का साथा न पड़े। उसे अपने आंचल में छुपा कर रखती है। बच्चों को अच्छे-बुरे का पहला ज्ञान तो वही देती है।



उड़ान देती सुपर माँ

बदल रही है मां की भूमिका

बच्चों को अपने आंचल से बांधे रखने का दौर अब खत्म हो चुका है। ज्यादातर आधुनिक मांएं इस बात को समझ चुकी हैं कि नसीहत देने से अच्छा है कि बच्चों की वे मार्गदर्शक बनें। वे अपने बेटे-बेटियों को ज्ञान के पंख ढेकर उड़ने भरने देना चाहती हैं। कामकाजी ही नहीं, घरेलू माहिलाएं भी बच्चों के करियर की चिंता करती हैं। बच्चे पांचवीं क्लास पार करते हैं तो उन्हें मांएं कुछ बनने की प्रेणा देना शुरू कर देती हैं।

माताओं में बढ़ता आत्मविश्वास

कम पढ़ी-लिखी मांओं में भी इन दिनों गजब का आत्मविश्वास देखा जा सकता है। वे हर दूसरे में बच्चों को पढ़ना चाहती हैं। खुद नहीं पढ़ा सकती तो ट्यूटर रख लेती है। कभी-कभार खल जाकर बच्चे की प्रगति रिपोर्ट भी ले लेती हैं। प्रतिवर्ष में कोई कर्सर नहीं छोड़ती। पिता बेटों की सुविधा के लिए बाक्स तक उठाने के लिए तैयार करती हैं। जो बच्चे को उठाने स्कूल के लिए तैयार करती हैं। उनका बताता थीक करने से लेकर लंबे बाक्स तक तैयार करती हैं। यहीं नहीं उन्हें स्कूल वैन तक में बढ़ाती हैं। कुछ मांएं तो स्कूल तक छोड़ने जाती हैं। चाहे वे रिक्विझन पर तो जाएं या रिक्विझन कर रही हैं। यहीं तक कि वह इंटरनेट खोजात कर भी बच्चों के बारे में नई जानकारी हासिल करने के साथ उन्हें नवोत्तम सूचीबाद दे रही है। अब दूसरों से राय नहीं लेती, वह सूचना तंत्र से अपनी राय खुद बना रही है।

भारतीय माताओं सबसे सजग

तुमनिया भर में भारतीय मांएं सबसे सजग हैं। उनमें लगातार बदलाव आ रहा है। अमर कोई माहिला कामकाजी नहीं भी है तो भी वह अपने बच्चों के भवित्व के लिए उन्हीं ही चिंतित हैं। वह उन्हीं ही व्यस्त हैं जिन्होंने कोई कामकाजी महिला। अगर वह थोड़ी भी पहुंच लिखी है तो वह अखबारों से न्यूज़ चैनलों से ज्ञान हासिल कर रही है। यहां तक कि वह इंटरनेट खोजात कर भी बच्चों के बारे में नई जानकारी हासिल करने के साथ उन्हें नवोत्तम सूचीबाद दे रही है। अब दूसरों से राय नहीं लेती, वह सूचना तंत्र से अपनी राय खुद बना रही है।

अब दीन-हीन नहीं है मां

एक जमाना था कि पिता ही बच्चों के भवित्व का निर्णय करते थे। अनुशासन का डंडा उन्हीं का चलता था। पिता डाक्टर हो तो वह बच्चों को भी अपने जैसा बनाने की जिद पाल लेता था। और मांएं दरवाजे पर खड़ी सिर पर आंचल डालते चुपचाप सुनती रहती थी। लैकिन अब ऐसा नहीं है। वह हृतव्यांक करती है, क्योंकि वह बच्चों की बातों के बारे में अपने पति से ज्यादा जानती हैं। आखिर नसरी से लेकर हायर सेकेंडरी तक बच्चों को तैयार करने में उसकी भी कुछ भूमिका रही है। स्कूल की डायरी पढ़ने से लेकर वह होमवर्क भी तो करती रही है। वह दीन-हीन कैसे हो सकती है? उसकी बात भी बच्चों नहीं सुनी सुनी जानी चाहिए। फिर तरे जमीन पर में वह बच्चा मुसीबत में आखिर मां को ही पुकारता है क्योंकि पिता उसकी दित तो समझता नहीं।

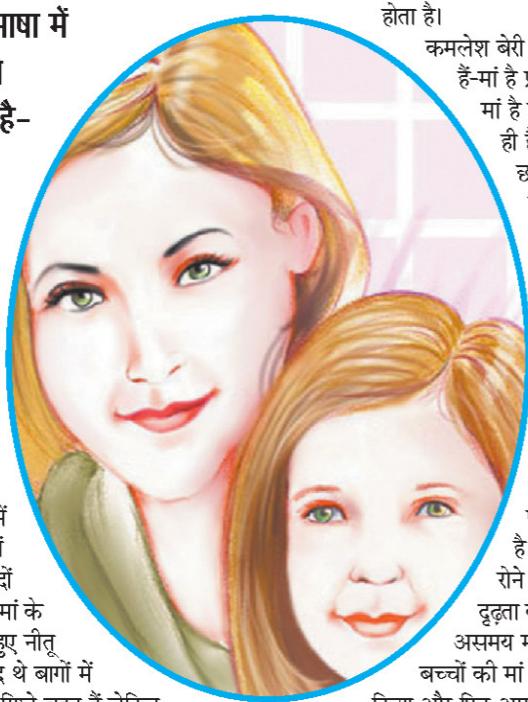
सहेली भी दोस्त भी

बच्चों के साथ मां का इतना गहरा रिश्ता होता है कि वह उनके बड़े होने पर बेटी की सहेली या बेटे की दोस्त जैसी ही जाती है। बेटे बालं या न बलाएं मार बेटोंगी हर बात मां को बताती हैं। क्योंकि उनके जीवन में कोई विश्वासनीय है तो सिर्फ वही। वह एक ऐसा भावनात्मक रिश्ता है जो सिर्फ मां से ही बह याता है। भारतीय समाज के हर वर्ग में इस रिश्ते की सुविधा को आप महसूस कर सकते हैं। रिश्ते में परम्परा का बोध आज भी है मगर जीवन में आधुनिकता अनेक साथ मांएं बच्चों को आंचल में परम्परा की बजाय इस छोटे से बाहर निकलत कर जीवन की दौड़ में आगे बढ़ने की प्रेणा दे रही हैं। इसलिए क्योंकि वह जानती हैं बेटा एक कदम भी बढ़ाएगा तो वह उसके पीछे खड़ी है। अगर गलत दिशा में गया तो भी वह उसे रोक सकती क्योंकि वह एक सुपर मां है।

रिश्ते तो बहुत हैं मां सिर्फ एक है

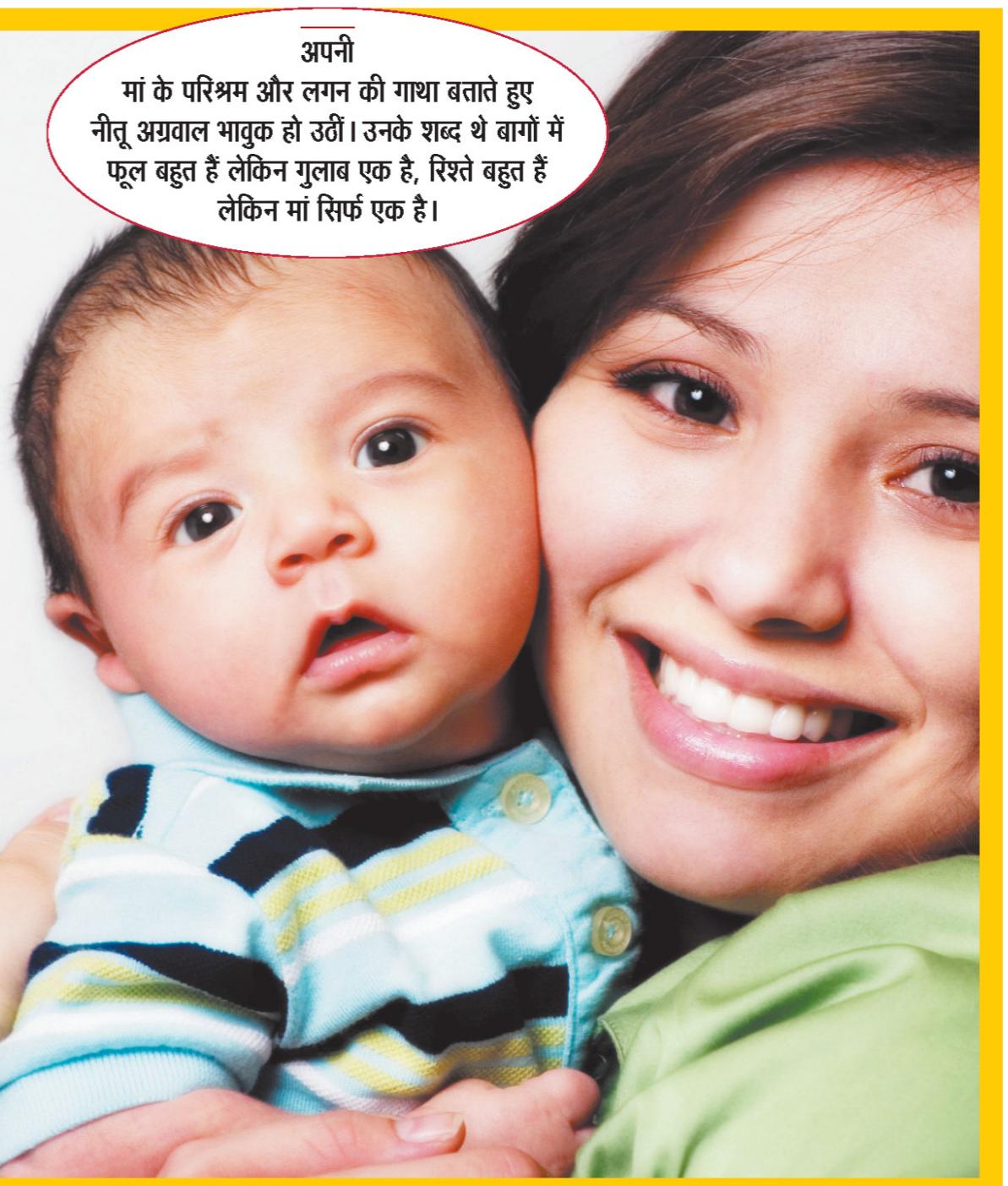
मां की ममता को किसी परिभाषा में बांधना मुश्किल है। श्रीमती विमलेश श्रीवास्तव कहती है— दुनिया में आने के बाद बच्चा सबसे पहले मां को ही पहचानता है और उसके मुंह से निकलने वाला पहला शब्द मां ही होता है।

मदर्स डे पर बच्चों की भावनाएं चरम पर होती हैं। कोई मां के साथ अपने रिश्ते को खूबसूरत करियर के रूप में बताना है तो किसी के लिए मां के प्रति ध्यान के इजहार के लिए शब्दों की संरक्षा नकारात्मक होती है। अपनी मां के परिश्रम और लाभ की गाथा बताते हुए नीत अग्रवाल भावुक हो जाती। उनके शब्द थे बागों में फूल बहुत हैं लैकिन गुलाब एक है, रिश्ते बहुत हैं लैकिन मां सिर्फ एक है।



कमलेश बेरी अपनी अनुभूति कविताओं में व्यक्त करते हैं— मां है मांता, नेह का सागर मां ही है। मां है प्रकाश, मां है अकाश, जीवन की भौं मां ही है...। कार्पिल कार्योंट स्कूल की नहीं छत्रा प्रज्ञा मालवीय ने कहा, भावान हर जाह हमारे साथ नहीं रह सकते इसलिए उन्होंने माह के रूप में अपनी सबसे यारी छोटे को हाथ पर पास भेजा है। ज्योंगी ज्योंगी भावान शब्दों में कहती है, मुझे अपनी मां का साथ जिंदगी की कठिनी धूप में शोत्रल छाया की तरह लगाती है। मेरी हर समस्या का इलाज भी मां के पास है चाहे अब डलना हो या बाल का इलाज। आजा साहू बताती है, मैंने असमय मौत का शिक्कर ढूँढ़ अपनी जीवनी के बच्चों की मां की बनकर सर्वप्रथम मातृत्व को महसूस किया और यिन अपने बच्चों के साथ ही जेटानी के बच्चों को भी मां की कमी महसूस नहीं हो दी। मां मुझे बच्चों व नानी-पेंडों के भर-पूरे परिवार को सदृश के रूप में कुछ यूं ढूँढ़े— मां की महिमा क्या गाँड़, मां की कहनी क्या सुनाऊं, हमारी है महान्, नूँ हमको जन्म दिया, मिने हर जन्म में तेरी को, मां तुझे सलाम।

मां के परिश्रम और लगन की गाथा बताते हुए नीत अग्रवाल भावुक हो जाती है। उनके शब्द थे बागों में फूल बहुत हैं लैकिन गुलाब एक है, रिश्ते बहुत हैं लैकिन मां सिर्फ एक है।





ब्लैक ड्रेस में निवार्की तंबोली

ने दिए एक से बढ़कर
एक पोज, ऐसा कातिलाना
हुस्त देख मदहोश हुए फैंस



निकी तंबोली इकट्ठेस और बिग बॉस कॉर्टेंटेंट निकी तंबोली अक्सर किसी न किसी कारण सुखियों में बनी रहती है। सोशल मीडिया पर हर बार वह कुछ ऐसा जरूर पोस्ट करती है, जो देखते ही देखते बायरल हो जाए। फैंस उनकी कातिलाना अदाएं और हुस्त के दीवाने हैं। उन्होंने हाल ही में ब्लैक ड्रेस में कुछ फोटोज शेयर किए, जिसमें वह बेहद बोल्ड अंदाज में नजर आ रही हैं।

ब्लैक ड्रेस में दिखाई मदमस्त अदाएं

निकी तंबोली का सोशल मीडिया हैंडल उनकी ग्लैमरस तस्वीरों से भरा है। कभी शर्टलेस होकर, तो कभी सिफ बिकिनी में इकट्ठेस अपने यूजर्स को मदहोश करना अच्छे से जानती हैं। उन्होंने लेटेस्ट जो तस्वीरें शेयर की हैं, उनमें वह एक से बढ़कर एक पोज में कातिलाना अदाएं दिखाती नजर आ रही हैं।

निकी की हैंटनेस पर फिदा हुई फैंस

सोशल मीडिया पर शेयर की गई लेटेस्ट तस्वीरों में निकी ब्लैक कॉर्प टॉप और लोअर बिकिनी ड्रेस पहने नजर आ रही हैं। अपने लुक को उन्होंने हैंवी मेकअप, डार्क शोलिपस्टिक, खुले बाल और ब्लैक रंग के बूट्स के साथ पूरा किया है। इकट्ठेस की ये फोटोज देख एक फैन ने कमेंट किया, उफक निकी, इतनी गर्मी में गर्मी भर बढ़ाओ निकी को उनके कुछ फैंस ने किलर का टैग तक दे दिया है।

इन फोटोज से भी छाँड़ निकी तंबोली

निकी तंबोली अक्सर ही सोशल मीडिया पर बिकिनी ड्रेस में कुछ न कुछ शेयर करती रहती हैं।

अगर उनकी पिछली कुछ फोटोज को देखा जाए, तो ब्लैक ड्रेस में ही उन्होंने की बार अपने हुस्त का जलवा दिखाया है।

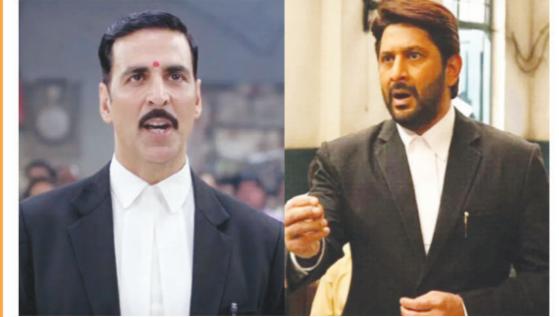
श्रग के साथ किया कमाल

निकी ने इन तस्वीरों में बिकिनी का जादू श्रग के साथ दिखाया है।

बिकिनी में दिखाया थे जादू श्रग

इकट्ठेस ने ब्लैक बिकिनी में एक बार फिर अपने हुस्त का जादू दिखाया। कभी बालों पर हाथ रखते हुए, तो कभी बैक पोज देकर, निकी ने एक से बढ़कर एक पोज में फोटो बिलकुक कराई।

अक्षय कुमार और अरशद वारसी की Jolly LLB 3 में दिग्गज एक्ट्रेस की एंट्री, पहुंच गई अजनबे



अक्षय कुमार और अरशद वारसी की फिल्म 'जाली एलएलबी 3' की शूटिंग शुरू हो गई है। हाल ही में अक्षय और अरशद वारसी ने इंस्ट्रायम एक वीडियो शेयर कर इस बात की जानकारी दी थी। अब इस फिल्म में एक्ट्रेस हुमा कुरैशी की भी पूरी हो गई है। यानी जाली एलएलबी 3 में भी दर्शकों को पुष्प मिश्र दिखाई देंगी। पिंकचिला की रिपोर्ट की मानें तो हुमा कुरैशी आज ही राजस्थान के अजमेर गई हैं और वो वहां पर जाली एलएलबी 3 की कास्ट को ज्ञाइन करेंगी। अक्षय और अरशद पहले से ही इस फिल्म की शूटिंग कर रहे हैं, तीसरे पार्ट में दो जाली एक साथ नजर आने वाले हैं। दोनों ही खुद को असली जाली बता रहे हैं। ऐसे में ये देखना दिलचस्प होगा कि लोग किसे असली और किसे नकली जाली मानते हैं।

जज बनकर आए सौरभ शुक्ला

जॉली एलएलबी 3 की जाली एलएलबी 2, दोनों को ही दर्शकों ने खूब पसंद किया था। इस फैंचाइजी की दोनों ही फिल्मों में सौरभ शुक्ला जज बने हैं। जज को कुरी पर बैठे सौरभ शुक्ला को दोनों ही फिल्मों में काफी पसंद किया गया है। बता दें कि इस फिल्म की शूटिंग मुंबई के अलावा राजस्थान में भी होगी। इस फैंचाइज की पहली फिल्म साल 2013 में आई थी। इसमें अरशद और सौरभ शुक्ला के अलावा अमृता राव, बोमन इरानी, संजय मिश्र और ब्रिजेंड कालरा जैसे कलाकार नजर आए थे। चर्ही, अक्षय कुमार की जाली एलएलबी 2 जो कि 2017 में रिलीज हुई थी, उसमें हुमा कुरैशी, सौरभ शुक्ला, अनू करौर, सवानी युसु, संजय मिश्र, मानव कौल और नुमुद मिश्र जैसे मंजु हुए कलाकार दिखाई दिए थे।

बॉबी देओल की फिल्म की वो 5 यूनीक बातें, जो आलिया भट्ट को देश का सबसे बड़ा फीमेल सुपरस्टार बना देगी!



VRF स्पाई यूनिवर्स थीरे-थीरे बड़ा होता जा रहा है। इसकी सबसे पहली फिल्म थी 2012 में आई सलमान खान की 'एक था टाइगर'। तब से लेकर अब तक 12 सालों में इस यूनिवर्स की 5 फिल्में आ चुकी हैं। आगे बाले समय में इसकी और चार फिल्में आनी हैं। इसमें पहली फिल्म है 'वार 2', फिर आरंभी 'पठान 2', 'टाइगर वरेज पठान' और फीमेल स्पाई बाली फिल्म, हालांकि 'वार 2' के अलावा इन फिल्मों के लाइन-अप ऊपर नीचे ही सकते हैं। अभी अपने फीमेल स्पाई फिल्म पर बात करेंगे। इसमें आलिया भट्ट और शर्वारी वाली लीड रोल्स में होंगी। आइए बताते हैं कि ये फिल्म कैसे आलिया भट्ट को देश का सबसे बड़ा फीमेल सुपरस्टार बना देंगी। इसकी सबसे पहली फिल्म है खुद कल्पना स्पाई यूनिवर्स, ये भारत का अनन्त तरह का पहला फिल्मी यूनिवर्स है। ये अब तक मेल डॉमेनेटिंग दुनिया रही है। इसमें पहले कटटीना कैफ और दीपिका पादुकोण सरीखी दो फीमेल लीड इससे जुड़ीं, लेकिन इनके कैरियर को लेकर फिल्म बना रहे हैं, ये एक बात ही उन्हें देश का सबसे बड़ा महिला सुपरस्टार बनाने के लिए काफी है।

S VRF यूनिवर्स की पहली फीमेल स्पाई फिल्म होने के साथ-साथ ये संभवता: भारत की भी पहली ऐसी फिल्म होगी, जिसमें किसी महिला एंजेंट का लीड रोल होगा। अगर ये देश की पहली फीमेल स्पाई फिल्म नहीं भी होगी, तो भी सबसे बड़ी फीमेल स्टार्स हैं। आदित्य चौपड़ा उनकी जगह पर आलिया को लेकर फिल्म बना रहे हैं, ये एक बात ही उन्हें देश का सबसे बड़ा महिला सुपरस्टार बनाने के लिए काफी है। ये फिल्म तीन बहुत बड़े सुपरस्टार्स ने इस यूनिवर्स को अपने कंधों पर उठ रखा है। सलमान खान, शाहरुख खान और ऋतिक रोशन जिस दुनिया की लीडिंग मेन हों, उस दुनिया का चौथा स्टार्क बनना ही अपने आप में कमाल बता है। ये फिल्म आलिया को सीधे सलमान-ऋतिक-शाहरुख के बायबर लाकर खड़ा करने का माद्दा रखती है। आलिया भट्ट ने गए दिनों अपनी फिल्मों से दर्शकों को सिनेमाघरों में खोंचा है। आलिया को देखने के लिए जनता शिरोमणी में जाने परसंद करती है। उनकी फिल्म 'गौवाई काठियावाड़ी' ने ये सावित भी किया। इसका बर्लिन फिल्म फेस्टिवल 200 करोड़ के ऊपर है, सोचिए इतना तो हाल ही में रिलीज हुई अजय देवगन और अक्षय कुमार।

रवीना टंडन

ने राशा के साथ किए भीमाशंकर ज्योतिलिंग के दर्शन, महादेव की भक्ति में लीन नजर आई मां-बेटी

बॉलीवुड एक्ट्रेस रवीना टंडन 90 के दशक की बेहतरीन एक्ट्रेस में से एक है।

उन्होंने अभी तक अपने करियर में गोविंदा, अनिल कपूर, सुनील शेण्डी समेत कई स्टार्स के साथ फिल्मों में काम किया है। एकट्रेस फिल्मों के अलावा

में नजर आई। वहाँ, राशा लाइट ब्लू कलर के सुट में दिखाई दीं। दूसरी

फोटो में वह मंदिर के बाहर नजर आ रही है। वहाँ, तीसरी फोटो में वह प्रसाद की टोकरी लेकर खड़े हुए दिखाई दे रही हैं, और लास्ट फोटो में राशा आरती लेते हुए नजर आ रही हैं।

फोटोज शेयर करते हुए उन्होंने लिखा कि बोलो महादेव महाराज की जय।

12 ज्योतिलिंग की यात्रा पर हैं रवीना

रवीना टंडन काफी समय से अपनी बेटी राशा के साथ 12 ज्योतिलिंग की यात्रा पर हैं। उन्होंने अभी तक केदारनाथ,

सोमनाथ, बद्रीनाथ और त्यंकरेश

समेत कई ज्योतिलिंग के दर्शन कर लिए हैं।

बता दें कि रवीना टंडन हाल ही में फिल्म पठान का पहला फिल्म होने के साथ-

साथ यह फिल्म पठान की यात्रा है।

यह मूरी ओटीटी प्लेटफॉर्म डिज्नी प्लस हाटस्टर पर स्ट्रीम हुई थी,

जिसका निर्देशन विवेक बुडाकोटी ने किया और यह अरबाज खान

द्वारा निर्मित है।

महादेव की भक्ति में ढूँढ़ी रवीना

इस्टरायम पर रवीना टंडन ही है। दरअसल, एकट्रेस अपनी

बेटी के साथ पुणे, महाराष्ट्र में भीमाशंकर ज्योतिलिंग के दर्शन करने पहुंची है।

जहाँ से उन्होंने इनसाइड फोटोज शेयर की हैं। पहली तस्वीरों में एकट्रेस राशा के

साथ मंदिर के अंदर दिखाई दे रही है। इस दौरान एकट्रेस क्रीम कलर की सफ़े

