

सनी लियोन

ने मास्क लगाकर किया ऐसा काम, बोलीं- मुश्किल है लेकिन सुरक्षा भी जरूरी



बॉलीवुड एक्ट्रेस सनी लियोन (Sunny Leone) ने महसूस किया कि किस तरह मास्क के साथ मुक्केबाजी का अभ्यास करना मुश्किल है, लेकिन कोरोना महामारी के दौरान चेहरे को ढंकना भी काफी जरूरी है. अपने नए इंस्टाग्राम वीडियो पोस्ट में सनी बॉक्सिंग गियर में दिखाई दे रही हैं. वह अपने ट्रेनर के साथ मुक्काबाजी करती हुई दिखाई दे रही हैं.

फूल गई सांस और हांफने लगीं सनी बॉक्सिंग सेशन के अंत में उनको सांस फूल जाती हैं और उन्हें हांफते हुए देखा जा सकता है मगर फिर भी वह अपना मास्क नहीं हटाती हैं. इसलिए उन्होंने अपने इस वर्कआउट वीडियो को शेयर करने की वजह भी इस वीडियो के कैप्शन में लिखी है.

कंफर्ट से जरूरी सुरक्षा
सनी ने वीडियो के साथ कैप्शन के रूप में लिखा कि वह हमेशा वर्कआउट वीडियो पोस्ट नहीं करती हैं, लेकिन वीडियो उन्हें काफी मजेदार लगा. उन्होंने फाइटर्स के लिए मास्क के साथ अभ्यास को काफी मुश्किल बताया और कहा कि मास्क के साथ यह काफी मुश्किल है, लेकिन इस समय कंफर्ट (आराम की अवस्था) से कहीं अधिक सुरक्षा जरूरी है.

केरल में हैं सनी लियोनी
वर्कफ्रंट की बात करें तो सनी लियोन (Sunny Leone) इन दिनों आगामी साइको थ्रिलर फिल्म शेरो की शूटिंग के लिए केरल में हैं. वह इस फिल्म को लेकर काफी चर्चा में हैं.



सनी लियोन (Sunny Leone) ने एक वर्कआउट वीडियो शेयर करके प्रेक्टिस के दौरान मास्क पहनने की परेशानी को शेयर किया. इस वीडियो के कैप्शन में उन्होंने बताया कि यह जरूरी भी है.

हवा में उड़ीं दिशा पाटनी सोशल मीडिया पर शेयर किया हैरतअंगेज पोस्ट



बॉलीवुड एक्ट्रेस दिशा पाटनी (Disha Patani) कितनी फिट हैं इस बात का अंदाजा आप उनके इंस्टाग्राम से लगा सकते हैं. दिशा आए दिन अपने वीडियो शेयर करती रहती हैं, जिसमें वो कुछ ना कुछ करतब दिखाती ही रहती हैं.

हवा में उड़ीं दिशा
दिशा (Disha Patani) जिम में खूब पसीना बहाती हैं. हाल ही में दिशा ने इंस्टा पर एक वीडियो शेयर किया है जिसमें वो हवा में एक चिड़िया की तरह पंख फैलाए किक मारती हुई नजर आ रही हैं. इस पोस्ट को शेयर करते वक्त एक्ट्रेस ने लिखा- पुराना वीडियो जब मेरे पंख हुआ करते थे.

बॉडीसूट में की फोटो शेयर
हाल ही में दिशा ने बॉडीसूट में बेहद हॉट तस्वीरें शेयर की थीं. इन तस्वीरों में दिशा (Disha Patani) बेहद ग्लैमरस दिखाई दे रही थीं. डीप नेक और उनके किलर पोज किसी भी हैरान करने के लिए काफी हैं. इसके साथ ही दिशा अपनी स्लिम फिगर भी फ्लॉट कर रही हैं.

मिनी स्कर्ट में दिशा ग्लैमरस अवतार
दिशा (Disha Patani) अक्सर ही बॉडीसूट के साथ तस्वीरें साझा करती हैं, लेकिन उनका इन बॉल्ड कपड़ों में कॉन्फिडेंस देखने लायक होता है. दिशा अपने बॉल्ड कपड़ों के साथ भी सबसे ज्यादा सहज रहती हैं. पिछले दिनों भी दिशा ने बॉडीसूट और मिनी स्कर्ट के साथ तस्वीरें साझा की थीं. जिसमें वो अपने सेक्सी कर्व्स और बैंक फ्लॉट करते नजर आ रही थीं.

महाराष्ट्र में लागू हैं पाबंदियां, फिर भी पार्टी करती हुई नजर आईं जाहवी कपूर

बॉलीवुड एक्ट्रेस जाहवी कपूर (Janhvi Kapoor) पार्टी करती दिखीं. इस वीडियो में एक्ट्रेस का फनी अंदाज भी देखने को मिला.



कोरोना वायरस (Corona Virus) के कहर से पूरा देश परेशान है. महाराष्ट्र इस समय सबसे प्रभावित राज्य बना हुआ है. अब लोगों को सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए महाराष्ट्र सरकार ने 15 दिन के लिए लॉकडाउन जैसी पाबंदियों का ऐलान किया है. इसी बीच जाहवी कपूर (Janhvi Kapoor) पार्टी करती हुई दिखाई दीं.

जाहवी कपूर ने शेयर किया वीडियो
जाहवी कपूर सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं. उन्होंने इंस्टाग्राम (Instagram) पर अपना एक वीडियो शेयर किया है. इस वीडियो में वो अपने दोस्तों के साथ मस्ती करती हुई नजर आ रही हैं. कभी घर के अंदर, तो कभी पूल के पास जाहवी अपने दोस्तों के साथ डॉसिंग का जलवा दिखा रही हैं.

वीडियो में दिखाया फनी अंदाज
जाहवी का यह वीडियो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल होने लगा है. जाहवी ने इंस्टाग्राम पर इस वीडियो को पोस्ट करते हुए इसके साथ कैप्शन में लिखा, मैं वाकई चाहती हूँ कि काश हम इससे बेहतर इसे कर सकते, लेकिन. इसके साथ उन्होंने कुछ अजीब एक्सप्रेशन वाले इमोजी भी बनाए हैं.

जाहवी कपूर की फिल्म
जाहवी कपूर (Janhvi Kapoor) के वर्कफ्रंट की बात करें तो उन्हें हाल ही में फिल्म रूही में लीड किरदार में देखा गया था. इसके बाद से वह फिल्म 'गुड लक जैरी' की शूटिंग में बिजी हैं.



रिया चक्रवर्ती

निकलीं घूमने, एयरपोर्ट पर उखड़ी-उखड़ी आई नजर

बॉलीवुड एक्टर सुशांत सिंह राजपूत की मौत के बाद एक्ट्रेस रिया चक्रवर्ती (Rhea Chakraborty) की जिंदगी में बहुत प्रभाव पड़ा है. उन्हें जेल तक जाना पड़ा. एक्ट्रेस ने सोशल मीडिया से भी दूरी बना ली. लेकिन अब धीरे-धीरे रिया की जिंदगी नॉर्मल हो रही है. हाल ही में एक्ट्रेस को एयरपोर्ट पर स्पॉट किया गया, जिसके बाद कयास लगाए जा रहे हैं कि वो कहीं घूमने निकलीं हैं.

एयरपोर्ट के बाहर स्पॉट हुई रिया
रिया चक्रवर्ती (Rhea Chakraborty) हाल ही में एयरपोर्ट पर स्पॉट हुईं. एयरपोर्ट पर रिया का अंदाज काफी अलग दिखा. वह ट्रेडिशनल अवतार में नजर आईं. उन्होंने लाइट ग्रीन कलर के चिकनकारी कुर्ते के साथ व्हाइट प्लाजो पहना हुआ था. सेफ्टी का खास ध्यान रखते हुए उन्होंने मास्क और शील्ड भी लगाई हुई थीं.

किताब के साथ फोटो की शेयर
हाल ही में रिया (Rhea Chakraborty) ने सोशल मीडिया पर एक किताब पढ़ते हुए तस्वीर शेयर की थी. फोटो में रिया रवींद्रनाथ टैगोर की किताब पढ़ती नजर आ रही थी. जिसके साथ ही उन्होंने रवींद्रनाथ टैगोर की एक किताब की लाइन कैप्शन में लिखी थी.

साकिब के साथ आई थीं नजर
रिया चक्रवर्ती (Rhea Chakraborty) साकिब सलीम के साथ अलीबाग से लौटते हुए नजर आईं थी. रिपोर्ट्स की माने तो दोनों अलीबाग में एक पार्टी में शामिल हुए थे. इस पार्टी में मनीष मल्होत्रा भी थे.

इस फिल्म में आएंगी नजर
आपको बता दें, रिया चक्रवर्ती (Rhea Chakraborty) जल्द ही रुमी जाफरी की फिल्म %चेहरे% में नजर आने वाली हैं. इस फिल्म में अमिताभ बच्चन, इमरान हाशमी लीड रोल में नजर आने वाले हैं. यह फिल्म 9 अप्रैल को सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली थी मगर कोरोना वायरस के बढ़ते केस के चलते इसे पोस्टपोन कर दिया गया है. चेहरे के पोस्टर और टीजर में रिया फैंस को नजर नहीं आई थी. मगर कुछ समय पहले जब फिल्म का ट्रेलर रिलीज हुआ तो उसमें फैंस को रिया की एक झलक देखने को मिली है.

पत्नी को दें सम्मान

अपने से बुरा व्यवहार किसी को पसंद नहीं आता, फिर घर की लक्ष्मी का तिरस्कार, कई मामलों में उसकी रूचि खत्म कर सकता है। यदि दोनों कामकाजी हैं तो अहम के टकराव के चलते तलाक तक हो सकता है।

पति-पत्नी का रिश्ता बेहद नाजुक, किन्तु प्रेम से भरा होता है। दो अनजान लोग विवाह बंधन में बंधकर एक हो जाते हैं और पूरी उम्र साथ काटते हैं। हमारे देश में विवाह सात जन्मों का बंधन माना जाता है, लेकिन इस रिश्ते को तोड़ सकती है तो केवल एक-दूसरे के प्रति सम्मान की कमी।

क्या हो सकता है ?

अपने से बुरा व्यवहार किसी को पसंद नहीं आता, फिर घर की लक्ष्मी का तिरस्कार, कई मामलों में उसकी रूचि खत्म कर सकता है। यदि दोनों कामकाजी हैं तो अहम के टकराव के चलते तलाक तक हो सकता है।

क्यों दें सम्मान ?

दूसरे को सम्मान देना तो हमारी तहजीब व संस्कृति है, इसमें भला शर्म कैसी ? पत्नी आपके सुख-दुख की बराबर की हकदार है। आप अपने बच्चों के लिए अच्छे उदाहरण कभी नहीं बन पाएंगे। स्वयं की श्रेष्ठता प्रमाणित करने के लिए कभी अपशब्दों का सहारा लेने से काम नहीं बनेगा।

क्या होता है ऐसे रिश्तों में

यदि पति पत्नी को सबके सामने या घर पर सम्मान नहीं देता तो इससे दाम्पत्य जीवन पर बुरा असर पड़ता है।

बच्चे भी मां को सम्मान नहीं देंगे।

संयुक्त परिवार है तो अन्य रिश्ते-नातों पर भी फर्क पड़ेगा।

पत्नी के मन में या तो कूटा पलने लगेगी या विद्रोह पनपेगा।

पत्नी यदि जवाब देने लग जाए अथवा विरोध करेगी तो घर युद्ध का मैदान बन जाएगा।

बच्चों में अच्छे संस्कार नहीं पनपेंगे। उनकी भाषा भी असंयत हो जाएगी।

प्यार से बोल के तो देखें

पत्नी से प्यार से बोल कर तो देखें, उसे सम्मान देकर तो देखें, आपका दाम्पत्य गुलजार हो जाएगा।

सम्मान केवल बोली में ही नहीं, हाव-भाव आचार-व्यवहार में भी दिखना चाहिए।

गृहस्थी तो दो पहियों की गाड़ी है, यदि एक पहिया भी असंतुलित हुआ तो मुश्किल होगी। जीवन साथी को सम्मान देने से आप नीचे नहीं हो जाते हैं, बल्कि आपका बड़प्पन, शिक्षा व उसके प्रति चिन्ता झलकती है।

कैसे बदलें आदत

यदि आप भी आज तक पत्नी को कमतर समझते आ रहे हैं तो प्रण कीजिए कि अपनी आदत बदलेंगे।

शुरुआत उसके हर काम को महत्व देने से करें।

शुक्रिया-धन्यवाद कहने से पत्नी का मनोबल बढ़ेगा।

यदा-कदा तारीफ करें तो बड़प्पन आपका ही झलकेगा।

पत्नी से ऊंची आवाज में बात करना या छोटी-छोटी गलतियों के लिए उसे डांटना बंद कर दीजिए।

बच्चों से भी मम्मी से ऊंची आवाज में बात करने को मना करें।

पत्नी की राय किसी मुद्दे पर आपसे अलग है तो धैर्यपूर्वक उसकी बात सुनें, हो सकता है वो सही हो।

शुरुआत में हिचक हो सकती है, पर घबराए नहीं। आप सुदृढ़ दाम्पत्य की ओर ही कदम बढ़ाएंगे।



आपके घर है पार्टी



पार्टी में मेजबान की हैसियत से आपको मेहमानों को खाना भी सर्व करना पड़ सकता है। अगर आप एप्रिन नहीं पहनेंगी तो हो सकता है, खाना सर्व करते वक्त खाने की कुछ बूंदें आपके कपड़ों पर गिर जाएं और आपका पार्टी वियर खराब हो जाए।

अगर आप अपने घर में पार्टी देने की सोच रही हैं और चाहती हैं कि हर कोई आपकी मेहमाननवाजी और आपकी तारीफ करे तो पार्टी के वक्त आपको इन छोटी-छोटी बातों पर जरूर ध्यान देना होगा।

न पहनें भारी गहने

आप मेजबान हैं तो जाहिर तौर पर आपको खाना बनाना और सर्व करना भी होगा। ऐसे में भारी-भरकम गहने आपके लिए परेशानी का सबब बन सकते हैं। इसलिए आप हल्की और आसानी से पहनी जा सकने वाली ज्वेलरी को तरजीह दें।

कपड़े के ऊपर पहनें खूबसूरत एप्रिन

पार्टी में मेजबान की हैसियत से आपको मेहमानों को खाना भी सर्व करना पड़ सकता है। अगर आप एप्रिन नहीं पहनेंगी तो हो सकता है, खाना सर्व करते वक्त खाने की कुछ बूंदें आपके कपड़ों पर गिर जाएं और आपका पार्टी वियर खराब हो जाए। एप्रिन पहनने से इस परिस्थिति से बचा जा सकता है। हां, एप्रिन आपका काफी सुंदर होना चाहिए।

आस्तीन को करें ऊपर

अगर आपने पार्टी के दौरान ऐसा कपड़ा पहना है, जो पूरी आस्तीन का है तो आस्तीनों को थोड़ा मोड़कर कोई स्टाइलिश बटन या पिन लगा लें। इससे खाना सर्व करते वक्त आपके कपड़े खराब नहीं होंगे।

टिकाऊ लिप ग्लॉस लगाएं

पार्टी के दौरान मेकअप ठीक करने का मौका आपको नहीं मिलेगा, इसलिए मेकअप करते वक्त आप लंबे समय तक चलने वाला ब्राइट रंग का लिप ग्लॉस लगाएं। इससे आपका चेहरा लंबे समय तक दमकता रहेगा। इसके अलावा वाटररूफ मेकअप का इस्तेमाल करें, जो पसीने से खराब न हो।

पहनें प्लैट चप्पल

पार्टी के दौरान बहुत सारे काम होते हैं। इसलिए आप हील्स की जगह स्टाइलिश प्लैट चप्पल पहनें। इससे आप आराम महसूस करेंगी और आसानी से हर काम भी कर पाएंगी।

पुराना और काम में न आने वाला कढ़कस फेंकने से पहले एक बार फिर सोच लें। इस पुराने कढ़कस को आप अपने पसंदीदा रंग या नीले, गुलाबी रंग से पेंट करें। पेंट सूख जाने के बाद अपनी ड्रेसिंग टेबल पर रखकर अपनी इयररिंग्स इस पर टांग सकती हैं।

इनसे बनाएं ज्वेलरी होल्डर्स



ज्वेलरी किसे पसंद नहीं होती, लेकिन अक्सर महिलाएं ज्वेलरी को इधर-उधर रख देती हैं। इस आदत का नुकसान तब उठाना पड़ता है, जब किसी जरूरी पार्टी में जाना हो और ज्वेलरी आसानी से न मिले। ऐसी परिस्थिति से बचने के लिए पुरानी चीजों से बनाएं ये अनोखे ज्वेलरी होल्डर।

कढ़कस इयररिंग्स होल्डर

पुराना और काम में न आने वाला कढ़कस फेंकने से पहले एक बार फिर सोच लें। इस पुराने कढ़कस को आप अपने पसंदीदा रंग या नीले, गुलाबी रंग से पेंट करें। पेंट सूख जाने के बाद अपनी ड्रेसिंग टेबल पर रखकर अपनी इयररिंग्स इस पर टांग सकती हैं।

चाँपिंग बोर्ड होल्डर

किचन में इस्तेमाल होने वाले पुराने चाँपिंग बोर्ड से बढ़िया ज्वेलरी होल्डर शायद ही कोई हो। इसे पेंट करके कील की सहायता से लटकाएं। उसके बाद छोटे-छोटे हुक्स लगाकर आप नेकलेस, इयररिंग्स और ब्रेसलेट को आसानी से टांग सकती हैं।

फोटो फ्रेम होल्डर

पुराना फोटो फ्रेम खाली करें। रूई और कपड़े की मदद से छोटी-सी गद्दी बनाएं और फिर इसको पुराने फोटो फ्रेम के पीछे चिपकाएं। इसमें हुक आदि की मदद से इयररिंग्स, चेन आदि टांगें। पुराने तर्किए या कुशन की रूई गद्दी बनाने के काम में लें।

हैंडल होल्डर

ड्रेसिंग टेबल पर या किसी भी ड्रायर की साइड में आप एक तरफ से खुला हैंडल लगावाएं। इस हैंडल पर आसानी से अपने बैंगल्स, कड़े, चेन आदि टांग सकती हैं। खासकर बच्चों की ज्वेलरी इस पर टांगें, उन्हें लेने-पहनने में आसानी होगी।

हैंगर होल्डर

ड्रेसिंग टेबल के पास हैंगर को लटकाएं। इसके ऊपर ब्रेसलेट, मालाएं, नेकलेस और इयररिंग्स, यहां तक कि अपने सनग्लासेस को भी आसानी से टांग सकती हैं। जब भी बाहर जाना हो, आसानी से इस पर से अपनी ज्वेलरी उतारें और पहनें।

कप-प्लेट होल्डर

घर में क्रांकी सेट तो बहुत होंगे। उनमें से कई कप-प्लेट पुराने पड़ चुके हैं तो आप उन्हें छोटी-मोटी ज्वेलरी रखने के लिए ज्वेलरी होल्डर के रूप में इस्तेमाल कर सकती हैं। ये आपकी ज्वेलरी को धूल-गंदगी से भी सुरक्षित रखेंगे।



