

जानकारी

क्यों आते हैं खरटि?

दि | नभर की भागदौड़ के बाद रात को जब बिस्तर पर सोने जाते हैं, तो खरटि आपको सोने नहीं देते, लेकिन आप यह सोचते हैं कि आपको तो खरटि आते ही नहीं। पर यह बात आपको कोई दूसरा ही बता सकता है। खरटों से हैं परेशान तो ऐसे करें इलाज, जानें क्यों आते हैं?

खरटों से हैं परेशान तो ऐसे करें समाधान

समय पर न सोने की वजह से भी आ सकते हैं खरटि। बदलता वजन भी खरटों की वजह से बनता है। अनेलोटी लाइफस्टाइल से भी खरटि आते हैं दिनभर की भागदौड़ के बाद रात को जब बिस्तर पर सोने जाते हैं तो खरटि आपको सोने नहीं देते, लेकिन आप यह सोचते हैं कि आपको तो खरटि आते ही नहीं। पर यह बात आपको कोई दूसरा ही बता सकता है। इन भर की थकान या और भी कई दूसरे कारण खरटों की समस्या को पैदा कर देते हैं। क्या आपने भी आपने खरटों से दूसरों की नींद खोने के बाबत खरटि है या किसी के खरटों से रोजाना आपको नींद खोबाह हो रही है, तो नीचे दिए गए इन टिप्पणी को अपनाएं। लेकिन उससे पहले जाने कि खरटों की रोजाना अजीबो-गवाँज़ आती क्यों हैं? इसका कारण (Snoring Causes) है आपके शरीर को अस्तित्वजन पहुंचाने वाले रसाये का संकार होता है। इसमें आपके गले का पिछला हिस्सा संबंधित हो जाता है, इस वजह से अस्तित्वजन संकरी जगह से होते हैं और इससे आवाज़ निकलती है।

इन 5 तरीकों से जानें कैसे रोकें खरटि?



वजन कम करके

कभी-कभार गले में चर्ची की वजह से भी खरटि आते हैं, क्योंकि इससे गले के जरिए शरीर में जाने वाली हवा गले के टिशू में कंपन पैदा करती है।

शराब न पीकर

कई लोगों को शराब की वजह से भी खरटि आते हैं। इसीलिए सोने के दो से तीन घंटों पहले शराब न पिएं।

समय पर नींद लेकर

बैवक्त सोने वाले लोगों में भी खरटों लेने की समस्या होती है, इसीलिए रोजाना सही वक्त और 7 से 8 घंटों की नींद लेनी चाहिए।

दमा और सर्दी ठीक करके

अस्थमा और सर्दी से परेशान लोगों को भी खरटों की परेशानी होती है, क्योंकि उनकी स्वास नली संकरी हो जाती है जिससे गले से आवाजें आती हैं।

स्वस्थ लाइफस्टाइल अपनाकर

खरटों डेली लाइफ की वजह से भी खरटों की परेशानी होती है। बैवक्त खाना-पीना, ठीक से आराम न करना, खिंगरेट आदि भी खरटों की वजह बनते हैं।

मेलेनोमा कैंसर के बड़े कारणों के पीछे जीन्स भी हैं जिनमें दाता

शोध में हुआ खुलासा

मेलेनोमा एक प्रकार का कैंसर है, जो बोन मेरो के प्लाज्मा सेल्स में विकसित होता है। मेलेनोमा को मैलीग्नेंट (धातक)

मेलेनोमा भी कहा जाता है।

मेलेनोमा का प्राथमिक

कारण सूर्य के किरणों के

साथ आने वाले यूवी रेज

हैं। पर शोधकर्ताओं की

माने तो, 22 प्रकार के

अलग-अलग जीन हैं, जो

यह निर्धारित करने में मदद

करते हैं कि किसी व्यक्ति

में मेलेनोमा होने के पीछे

कितना यूवी रेज का हाथ

है। दरअसल जब सूर्य से

आने वाली परबैग्नी प्रकाश

(यूवी रेज) त्वचा के निम्न-

स्तर वाले सेल्स पर पड़ती

हैं, तो मेलेनोमा खतरा बढ़

जाता है। यूवी प्रकाश या तो

सूर्य से या फिर अन्य

टैनिंग रसोतों से आ सकता

है। इसी को लेकर शोध में

कहा गया है कि मेलेनोमा

किसी को सिर्फ यूवी रेज

के कारण नहीं होता है,

बल्कि इसके पीछे कुछ

अनुवांशिक कारण भी हैं।

अवधारणा को अच्छी तरह से समझना की लिए लिया जाए।

अध्ययन में त्वचा कैंसर के

स्वरूप एवं व्यक्ति के

संबंध जानना चाहिए।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

ताकि यह पला लगाया जाए।

जीन और सूर्य के

संपर्क ने कहा कि अध्ययन के निष्कर्ष बताते हैं कि

गर्म जगहों पर पैदा होने वालों में 50 प्रतिशत बढ़ जाता है मेलेनोमा का खतरा

शोधकर्ताओं की माने, तो लोगों के जीन इस बत को तय करते हैं कि कि वे कितने यूवी संस्थित हैं।

शोध में कहा गया है कि जिन लोगों को मेलेनोमा

कैंसर हुआ है, उसके तीनों में उनकी आनुवांशिकी यानी कि जीन फेवर भी शामिल है।

मेलेनोमा यहीं किरणों के प्रति संस्थित होना एक मजबूत कारणों में से एक है। अस्ट्रेलिया में दुनिया में त्वचा कैंसर की दर सबसे अधिक है। हर साल 12,000 से अधिक अस्ट्रेलियाई लोगों को ऑकामक मेलेनोमा का निवार किया जाता है, जो लीमारी का सबसे धातक रूप में होते हैं। क्यूंकि अस्ट्रेलिया बराबरन मेडिकल रिसर्च इंस्टीट्यूट के कैंसर नियन्त्रण समूह के प्रमुख शोधता प्रोफेसर डेविड विट्सैन ने कहा कि अवधारणा को अच्छी तरह से समझना की लिए, अध्ययन में त्वचा कैंसर के सबसे बड़े अनुवांशिक अध्ययन क्यूंकि कैंसर के डेटा का उपयोग यांत्रिकी से लिया जाए। यह पला लगाया जाए। जीन और सूर्य के संपर्क ने एक व्यक्ति को कैसे प्राप्तिकर्ता किया।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

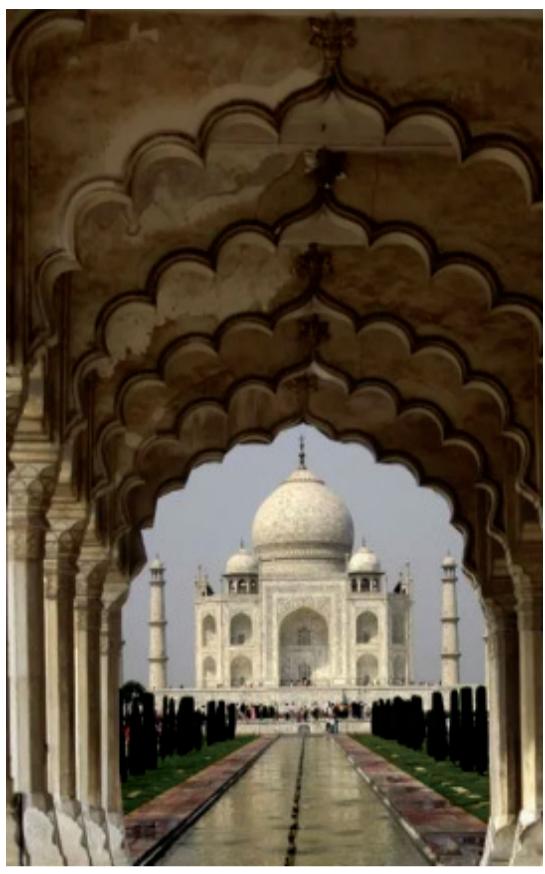
जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा

होते हैं, क्योंकि ये सोने लोग बचपन से ही ऑस्ट्रेलिया के धूम जलवाया के संभावना नहीं पाते, इसलिए मेलेनोमा के शिकार हो जाते हैं।

जीन से प्रभावित लोग त्वचा कैंसर के शिकार जायदा



यात्रा जगत

अगर आपने

**ताजमहल
नहीं देखा तो अब
देर न करिए**



ताजमहल कैसे पहुंचें?

आगरा भारत का एक प्रमुख शहर है। इसालीए व्हाई मार्ग हो या रेल मार्ग हो या फिर सड़क मार्ग। आगरा भारत वर्ष के सभी प्रमुख शहरों से सभी मार्ग द्वारा भंडीभाति जुड़ा है।

हवाई मार्ग

आगरा व्हाई मार्ग आगरा जा रहे हैं तो आगरा का पहिला दीनदयाल उत्ताधाय व्हाई अडडा ताज महल से 16 किमी की दूरी पर स्थित है। यहाँ से आगे आसानी से टॉर्ची या आटो ड्राइव आसानी से ताजमहल पहुंच सकते हैं। महानगर होने के नाते यहाँ काफी ट्रैफिक रहता है। जिसके कारण आपको आगरा एयर पोर्ट से ताजमहल पहुंचने में लगभग 40 मिनट लग सकते हैं, अगर ट्रैफिक न हो तो यह मार्ग सिर्फ 20-25 मिनट का है।

रेल मार्ग

यह आप रेल मार्ग द्वारा आगरा जा रहे हैं तो आगरा फोर्ट रेलवे स्टेशन से ताजमहल की दूरी लगभग 2.5 किमी है। रेलवे स्टेशन से ताजमहल के लिए अटों और रिक्षा वालों की काफी थोड़ी रुक्ति है। अगर आपके पास भारी लोगों नहीं हैं तो आप आगरा के लिए काफी रुक्ति रखते हैं। यहाँ स्थान रखने वाली बात यह है कि रेस्मान के पवित्र महाने में आप रात के बक्त ताजमहल का दीदार नहीं कर सकते हैं। शिवाजी वीक से ताजमहल का सेप्टेंबर सातांश यात्रा है, जो पर्यावरणी गेट पर जाता है। कार, टैक्सी या अटों से आगे वाले यात्री भी इसी मार्ग से जाते हैं। इसी सेपरेट मार्ग पर कुछ दूरी पर ताजमहल कार पार्किंग है।

सड़क मार्ग

आगरा पार कार द्वारा दिल्ली से आगरा जा रहे हैं तो नोयडा आगरा एक्सप्रेस वे से जा सकते हैं। यह सुविधाजनक एवं फारस्ट रूट है। इसके आलावा आप दिल्ली से मधुरा होते हुए पुणे द्वारा से भी आगरा पहुंच सकते हैं।

कार पार्किंग

ताजमहल कार पार्किंग से ताजमहल की दूरी लगभग 700-800 मीटर है। आप चाढ़े एयर पोर्ट से टॉर्ची से जाएं या रेलवे स्टेशन से अटों से जाएं या फिर अपनी कार से जाएं पहुंचना आपको कार पार्किंग में ही है। कार पार्किंग का पर पहुंचते ही आपको ऊंठ गाड़ी और बैटों गाड़ी वाले धर लेंगे, जो आपको कार ताजमहल के बीच की दूरी में बैटों गाड़ियां घुट ठंडे होती हैं, जो बीस से तीस रुपए प्रति सवारी आदि अंदर ले जाना मना है। भोजपुर और कैमरा ले जा सकते हैं। बाकी आपके पास जो सामान है, उसे आप अमानती घर में सुरक्षित रख सकते हैं।

अमानती घर

मान के रास्ते में स्थित अमानती घर में आप अपना सामान रख सकते हैं, व्यंकित ताजमहल के अंदर किसी भी प्रकार का अटों, बोरे (हैंड बोर को छोड़कर) किसी भी तरह का खेने-पीने का सामान खाना, बिस्कुट, चिस्प, पान, बीड़ी, सिगरेट (पानी की बोतल को छोड़कर) किसी भी तरह का हाथियां चाकू व नीरीय पदार्थ आदि अंदर ले जाना मना है। भोजपुर और कैमरा ले जा सकते हैं।

शूज करवा

यहाँ टिकट खिड़की के पास ही आपको शूज करवा देने वाले ही मिल जाएंगे। उनसे आप बीस रुपए टेकर शूज करवा दें, व्यंकित ताजमहल के संगमरमर के चूपरे पर जूँ-चूँक लेकर जाना मना है। वही टिकट खिड़की के पास आपको गाड़ी और फोटोग्राफ धर लेंगे, जो आपको कई तरह के प्रोलभन भी देंगे (जैसे - सोने के अंदर ले जाना का) व्यंकित एंटी गेट पर चौकेंग पाइट पर काफी लंबी कार्राई होती है यहाँ से आप उनसे सभी एंटी पहले ही मोल- बाहर कर तय कर ले या फिर टिकट कार्ट से पर्सनल विभाग द्वारा गाइड हाथियां कर सकते हैं। चौकेंग प्लाइट पर महिला, पुरुष विदेशियों की अलग-अलग लाइन्स होती हैं। यहाँ ज्यादा समय नहीं लगता 20-25 मिनट में आप अंदर पहुंच सकते हैं।

अलग-अलग प्रवेश द्वार

ताजमहल में एंटी करने के लिए तीन गेट्स हैं, जो पूर्व, पश्चिम और दक्षिण में मौजूद हैं। इन तीनों गेट्स में जिस गेट पर लोगों की भीड़ सबसे कम होती है वह है इसका पर्यावरणीय गेट। इस गेट से आप आसानी से ताजमहल के परिसर में एंटी कर सकते हैं।

शुक्रवार को न जाए ताजमहल

आमतौर पर ताजमहल रोजाना सुबह 6 से शाम 7 बजे तक खुला रहता है, लेकिन शुक्रवार को इसे नमाज के लिए बंद रखा जाता है। पूर्णमासी के दिन ताजमहल के गेट्स रात 8.30 बजे से 12.30 बजे तक खुले रहते हैं। चांद की रोशनी में ताजमहल बहद खुबसूरत लगता है। यहाँ स्थान रखने वाली बात यह है कि रेस्मान के पवित्र महाने में आप रात के बक्त ताजमहल का दीदार नहीं कर सकते हैं। इसके कारण आपको आगरा एयर पोर्ट से होने वाले शिवाजी वीक से ताजमहल का सेप्टेंबर सातांश यात्रा है, जो पर्यावरणी गेट पर जाता है। कार, टैक्सी या अटों से आगे वाले यात्री भी इसी मार्ग से जाते हैं। इसी सेपरेट मार्ग पर कुछ दूरी पर ताजमहल कार पार्किंग है।

ताजमहल के बारे में रोचक बातें, जो आपको नहीं होंगी पता

ताजमहल मुत्ता वास्तुकृता का सबसे उत्कृष्ट नमूना है। गोहंठन की इस निशानी को शाहजहां ने अपनी बेगम मुमताज के लिए बनाया था। दुनियाभर से करोड़ों की सज्जा में पर्यावरण करने के लिए आगरा आते हैं। हर प्रेमी जोड़ी की ख्वाहिश होती है कि वह ताजमहल जाकर अपनी प्रेमिका के साथ तर्वार खिंचवाए। इश्क की इस निशानी को निहारे, संगमरमर की इमारत की खुबसूरती को अपनी स्मृतियों में बनाकर कर लें। आइए आपको ताजमहल के बारे में 10 रोचक बातें बताते हैं जो आपको सोचने पर मजबूर कर देंगी।

- ताजमहल के निर्माण में 22 साल लगे थे।
- 22,000 से ज्यादा मजदूरों ने ताजमहल के निर्माण में काम किया था।
- 1,000 हाथियों के जरिए ताजमहल के निर्माण सामग्री को लाया गया था।
- ताजमहल के निर्माण में उस वक्त 3.2 करोड़ रुपए का खर्च आया था।
- ताजमहल के निर्माण के लिए विश्व एशियाई देशों से बहुमूल्य पर्यावरण को लाया गया था।
- 28 तरह के रसों को श्रीलंका से लेकर बीन और भारत के विभिन्न राज्यों से लाया गया था।
- संगमरमर के सफेद पर्यावरण को राजस्थान से लाया गया था।
- तिक्कत से नीला रत्न, श्रीलंका से पत्ता, पंजाब से जैस्पर और क्रिस्टल को बीन से मंगाया गया था।
- ताजमहल की वास्तु शैली में फरसी, तुर्क, भारतीय और इस्लामी वास्तुकृता का मिश्रण है।
- ताजमहल का निर्माण 1632 ईश्वी में शुरू हुआ था और 1653 में गुम्बद बनकर तैयार हुआ।
- अगर आप भी मुहब्बत की इस सबसे विश्व प्रसिद्ध निशानी को देखना चाहते हैं तो ताजमहल जरुर जाएं।
- आप दिल्ली में रहते हैं तो सिर्फ ताज एक्सप्रेस हाईवे से सिर्फ साढ़े तीन घंटे में आगरा पहुंच सकते हैं।

आगरा घूमने आए हैं तो

ताजमहल को लास्ट में देखें

यहाँ हम आपको एक ट्रिक बता रहे हैं, जिससे आप ताजमहल के टिकट खरीदनी पड़ेगी। 15 साल से कम के बच्चों के लिए एंटी फ्री है। विदेशी पर्यटकों के लिए टिकट का दाम 1100 रुपए है। आप इन टिकटों को एक दिन में सुबह 10 से शाम 6 बजे के बीच आर्कलॉजिकल सर्वे ऑफ इंडिया के ऑफिस से ले सकते हैं।

ताज लोगों के लिए अलग कीमत

अगर आप भारतीय हों तो आपको ताजमहल देखने के लिए 50 रुपए की टिकट खरीदनी पड़ेगी। 15 साल से कम के बच्चों के लिए एंटी फ्री है। विदेशी पर्यटकों के लिए टिकट का दाम 1100 रुपए है। आप इन टिकटों को एक दिन ले सकते हैं।

क्या लेकर नहीं जा सकते?

सुरक्षा कारणों से कुछ ऐसी वीजें हैं, जिनके साथ आप ताजमहल के अंदर नहीं जा सकते। ट्राईपॉड, मोबाइल फोन चार्जर, खाने-पीने की वस्तुयां पर तंबाकू जैसी वीजें यहाँ बैन हैं। हालांकि यहाँ एक लॉकर रूम है, जहाँ आप अपने सामान को सुरक्षित तरीके से जमा कर सकते हैं और वापस लॉकर रूम पर यहाँ से अपने सामान को ले सकते हैं।

है तो ताजमहल घूमने का प्लान अपनी यात्रा के आखिरी दिन रखिए। दरअसल अगर आपको किसी और दूरिस्ट डैटिंगेशन जैसे आगरा फोटो से ताजमहल की टिकट खरीदते हैं तो आपको इस पर कुछ छूट मिल सकती है। यहाँ आपको इस बात का ध्यान रखना है कि जारी किए गए टिकट पर उसी दिन के लिए करेंगे हो सकते हैं।

यह है बेरस सीजन

अगर मुमिकिन हो तो उंड के मौसम में सामान घूमने का प्लान बनाएं, हम यहाँ आपको इससे जुड़ी कुछ ज़रूरी बातें

जूँ जूँ आपको इससे जुड़ी कुछ ज़रूरी बातें हैं, यहाँ आपको इससे जुड़ी कुछ ज़रूरी बातें हैं। ताजमहल घूमने का बेरस सीजन होता है जब शूमारी बढ़ती है। ताजमहल घूमने का बेरस सीजन होता है जब शूमारी बढ़ती है। ताजमहल घूमने का बेरस सीजन होता है जब शूमार



मोहनलाल की एल 2-एमपुरान की थूटिंग पूरी

मोहनलाल और पृथ्वीया जुम्हारान की फिल्म एल 2-एमपुरान साल 2025 में आने वाली है। को बहुप्रतीक्षित फिल्मों में से एक है। हाल ही में, दिग्गज अभिनेता ने अपने सोशल मीडिया हैंडल पर धोषणा की कि टीम ने फिल्म की थूटिंग पूरी कर ली है। एल 2-एमपुरान के आखिरी थॉट मलमपुड़ा जलाशय के किनारे थूट किया गया था।

एक्स अकाउंट पर किया थ्यक्ट
साउथ अभिनेता मोहनलाल ने अपने एक्स अकाउंट पर फिल्म से जुड़ी 14 महीनों की अपनी इस यात्रा को दिखाया है। इस फिल्म की शूटिंग आठ राज्यों और 4 देशों में हुआ है। इस बात को खुद मोहनलाल ने ही बताया है।

मोहनलाल ने लिखी ये बात

मोहनलाल ने लिखा, यह एल 2-एमपुरान का समाप्त है! 8 राज्यों और 4 देशों, जिनमें यूके, यूप्रेस और यूईई शामिल हैं, में 14 महीनों की एक अविश्वसनीय यात्रा। इस फिल्म का जादू पृथ्वीराज सुकमारन के शानदार निर्देशन के कारण है, जिनकी रचनात्मकता हर फँम को ऊपर उठाती है।

टीम को किया धन्यवाद

मोहनलाल ने लिखा, यह सब समर्पित कलाकारों और दूर के बिना संभव नहीं होता, जिन्होंने इस कहानी को जीवन किया। एल 2-एमपुरान एक कलाकार के रूप में मेरी यात्रा का एक उल्लेखनीय अद्याय रहा है, जिसे मैं हमेशा सज्जे कर रखूँगा।

मार्च में रिलीज होगी फिल्म

एल 2-एमपुरान फिल्म ग्लोबली अंगले साल 27 मार्च 2025 में रिलीज होने वाली है। फिल्म को देखने के लिए मोहनलाल और पृथ्वीराज सुकमारन के प्रशंसक उत्साहित हैं। इस फिल्म में मुख्य गोपी भी नजर आने वाले हैं। फिल्म मलयालम, तमिल, तेलुगु, कन्नड़ और हिन्दी भाषा में रिलीज होने वाली है।



नेटपिलक्स प्रोजेक्ट में इमरान खान के अपोजिट नजर आएंगी भूमि पेडनेकर



अभिनेता इमरान खान साल 2015 से सिल्वर स्क्रीन से गायब हैं। हालांकि, खबरें हैं कि वो अब एक नए नेटपिलक्स प्रोजेक्ट के साथ वासी करने वाले हैं। यह फिल्म एक रोमांटिक कॉमेडी होगी, जिसका निर्देशन दानिश असलम करेंगे। दानिश ने इमरान की फिल्म ब्रेक के बाद का भी निर्देशन किया था। वहाँ, इस नेटपिलक्स प्रोजेक्ट में नजर आने वाली अभिनेत्री को लेकर भी चर्चा रही है।

गई है। एक नाम भी सामने आया है।

इमरान के अपोजिट नजर आएंगी भूमि

कथित तौर पर अभिनेत्री भूमि पेडनेकर इस बहुप्रतीक्षित फिल्म में इमरान खान के अपोजिट नजर आएंगा। हालांकि, अभिनेत्री ने अभी तक कॉर्टेक्ट पर साइन नहीं किया है। अगर वह फिल्म का हिस्सा बनती है तो यह भक्षक और आगामी दर्शकों के बाद नेटपिलक्स इडिया के साथ उनका तीसरा सहयोग होगा।

मार्च 2025 में शुरू होगी शूटिंग!

फिल्म की स्ट्रिप्ट फिल्म है, जिसका मसोदा अंगले महीने पूरा होने की उम्मीद है। इसके तुरत बाद प्री-प्रोडक्शन शुरू हो जाएगा और टीम की योजना मार्च 2025 में शूटिंग शुरू करने की है। इमरान को फैस उनकी स्ट्रीन पर वापसी का बस्ती से इंतजार कर रहे हैं।

मैं पैपराजी को फोन करके नहीं बुलाती, सोशल मीडिया पर पॉपुलर होने का तरीका बताया

किरदारों में खुद को परी तरह से ढाल लेने वाले कलाकारों में से एक अभिनेत्री प्रत्येक भी है। वह कई फिल्मों में बेहतरीन किरदार निभा चुकी है। हाल ही में उन्होंने अपने करियर और सोशल मीडिया पर कैसे पॉपुलर हुआ जा सकता है, इस बारे में एक इंटरव्यू में बात की गयी।

प्रत्येक भी अक्सर ही अपनी जिम के बाहर पैपराजी घर लेते हैं और उनकी तर्कीरें भी लेती हैं। उनकी जिम

फोटोज हमेशा ही शानदार आती हैं।

हाल ही में दिए गए इंटरव्यू में प्रत्येक भी

कहा गया कि वह लोगों की अच्छी ओर से लेती है, अगर मैं उन्हें कहूँ कि आज अच्छा गेटअप नहीं है और फोटो मत लो तो वह मेरी बात मान लेते हैं।

इस पर इंटरव्यू ले रहे व्यक्ति ने पूछा कि क्या आप पैपराजी को खुद बुलाती हैं। इस

पर प्रत्येक भी कहा बिल्कुल नहीं, मैं ऐसा नहीं करती हूँ। इसके जबाब में इंटरव्यू लेने वाला शर्ष्य दोबारा कहता है कि कुछ एक्टर तो पैपराजी को फोन करके बुलाते हैं। इसी बात पर प्रत्येक भी हासी भरती है।

सोशल मीडिया पर रियल रहना चाहिए

इसी इंटरव्यू में उनसे सवाल किया जाता है कि वह अपनी बहुत सी सेल्फी खींच कर सोशल मीडिया पर डालती है। उनको इस पर खबर लाइक्स की भी मिलते हैं।

क्या सोशल मीडिया पर कुछ भी शेरावर करने से पहले

जवाब में बोलती है, 'ऐसा नहीं है। मुझे अपनी जो फोटो अच्छी लगती है, सही लगती है, वह मैं शेरावर कर देती है।'

मैं अपने मन की सुनीती हूँ, अपने मन की करती हूँ। प्रत्येक भी सोशल मीडिया पर खुद को रियल रखती है, शायद इसी बात से उनके फॉलोअर बढ़ते जाते हैं।

राजकुमार से मिलती है फिल्म देखने की सलाह

प्रत्येक भी बाती है कि जब राजकुमार राव घर

पर होते हैं तो उन्हें कोई फिल्म या शो देखने का सजेशन देते हैं। इसी तरह से वह भी राजकुमार राव को अच्छी फिल्म सजेश करती है। दोनों कम समय साथ में बीता पाते हैं लेकिन जब भी साथ होते हैं तो मनपसंद खाना खाते हैं।

ट्रोलिंग करने वालों के मजे लेती हूँ

टीवी पर दुल्हन बनू मैं तेरी से राते-रात लोकप्रिय होने वाली दियाका निपाटी है और एक अरसा बिताने वाली ये अभिनेत्री नव बलिये और फियर फैक्टर खत्तरों के खिलाड़ी जैसे रिप्लिकी शोज में भी अपना जलवा दिखा चुकी है। इन दिनों वे वेब सीरीज द मेजिक ऑफ शीरी में दिखाई दे रही हैं। उनके बातों की बाती है। ये कहती हैं, ये कहती हैं सिर्फ एक और उत्तर के अधूरे सपनों को पूरा करने की नहीं है बल्कि बुजुर्गों की कहानी भी है कि वे कैसे इंफ्रारें हो रहे हैं? बच्चों पर वया असर पड़ता है? जब एक और उत्तर असरपूर्ण होती है? वहीं सलीम बने जावेद जाफरी की अपनी कहानी है, जो बताती है कि जादूगर बनने के लिए उन्होंने रवा-क्या बलिदान दिए। मैं इसमें जादूगर बनने का सामना पूरा करती हूँ और उसके लिए किरियर शीरी की किसी तरह की कठिनाइयों से गुजरना पड़ता है, यहीं सलीम बनने के लिए हमारी बैलीज है।

ट्रोल्स के बारे में वे हंसते हुए कहती हैं कि वे बलिये हैं, उनीं का तो प्रतिविवह है, सोशल मीडिया।

अब उन्हें पता है कि उनके पास एक पर्दा है जो फैसले वाले वे अपनी कुटिल साब को सामने लाते हैं। तो हम किसी एक ट्रोलर्स या बैली को बढ़ाने नहीं कर सकते, हमारी सोसायटी की सोच ही ऐसी है। हमें उसके बारे में सोचना चाहिए। एक जमाने में हमारे घरों में चुगलखार आदियां हुआ करती थीं। ये ट्रोलिंग करने वाले वहीं तो हैं चुगलखार। मेरे फैसले वाले के बहुत मजे लेते हैं। मैं दोनों करने वालों के नाम रख दिया हूँ।

आंटी और चाची, तो जब वे ट्रोलिंग करते हैं, तो मैं पूछ बैटी हूँ और आंटी और चाची दो बाबारा आ गई। एक जीजाजी (ट्रोल्स) हैं, जो हमसे रुटे रहते हैं। मेरा मानना है कि जब आप इनका कुछ नहीं कियागा तो फिर मजे ले लो।



ऋतिक रोशन-एनटीआर की वॉर 2 से जुड़े तीन एवशन निर्देशक, हॉलीवुड की फिल्मों के लिए भी कर युके हैं काम

हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित फिल्म वॉर 2 को लेकर फैंस काफी उत्साहित हैं। अब खबर आ रही है कि फिल्म से तीन एवशन निर्देशक को जोड़ा गया है, जिनमें हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित हैं।

ऋतिक रोशन, जनियर एनटीआर और कियारा अडवाणी जैसे सितारों से सजी वॉर 2 हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित है। अब खबर आ रही है कि फिल्म से तीन एवशन निर्देशक को जोड़ा गया है, जिनमें हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित है।

ऋतिक रोशन, जनियर एनटीआर और कियारा अडवाणी जैसे सितारों से सजी वॉर 2 हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित है। अब खबर आ रही है कि फिल्म से तीन एवशन निर्देशक को जोड़ा गया है, जिनमें हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित है।

ऋतिक रोशन, जनियर एनटीआर और कियारा अडवाणी जैसे सितारों से सजी वॉर 2 हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित है। अब खबर आ रही है कि फिल्म से तीन एवशन निर्देशक को जोड़ा गया है, जिनमें हॉलीवुड की बहुप्रतीक्षित ह