

केराटिन हेयर ट्रीटमेंट क्या है? जानिए इसके फायदे और नुकसान



केतिका शर्मा का कर्वी फिगर देखकर हो जाएंगे लद्दू

इन दिनों फिल्म जगत हो या सोशल मीडिया, लोगों की पहली पसंद साउथ इंडरेसी बना हुई है। यही कारण है कि साउथ एक्ट्रेस इन दिनों अपने जलवे विखरने में कोई कर्वी नहीं छोड़ रही हैं। वहीं, साउथ एक्ट्रेस केतिका शर्मा ने बोल्ड आउटफिट में ऐसे

माधुरी दीक्षित की मजा मा में मजा नहीं आया, कमजोर स्क्रिप्ट ने फेरा पानी



ना कोई टिक्कट और ना ही रोमांच है। पहले से यह संकेत मिलने लगता है कि कहानी का अंत व्या होगा। स्क्रिप्ट की यही कमजोरी दर्शकों को बांधने में विफल साबित हुई। मेकर्स को समलैंगिकता की कहानी कहने का सलीका नहीं आया। एक गंभीर विषय पर बनी यह फिल्म कभी भी गंभीरता का एहसास नहीं दिलाती। समलैंगिकता की तह में जाकर किरदारों को मजूबत होने नहीं दिया गया। निर्देशन की पिच पर आनंद कर्चे खिलाड़ी साबित हुए। माधुरी जैसी दिग्गज अभिनेत्री की योजूदी को वह नहीं भुना पाए। फिल्म में बेबाकी से समलैंगिकता के मुद्दे को भी नहीं उकेरा गया। माधुरी के किरदार को और खुलकर सामने लाया जा सकता था। लव पर स्वावायर फिट और बंदिश बैंडिट्स जैसी फिल्मों का निर्देशन कर चुके आनंद की यह फिल्म देखकर लगता ही नहीं कि यह उनकी फिल्म है। जो लोग अच्छी स्मृजिक की उमीद लगाए फिल्म देखेंगे, उन्हें निराश हाथ लगेगी। फिल्म के गाने कोई खास नहीं हैं, जो दर्शकों की जुबां पर चढ़ जाएंगे। फिल्म के डायलॉग भी साथारण ही हैं। मेकर्स इस कोशिश के लिए बाहरी को पात्र है कि उन्होंने उस मुद्दे पर फिल्म बनाई, जिस पर बात करने से लोग कतराते हैं। फिल्म में होमोसेक्सुअल और गेंजेस शब्द खबू इस्तेमाल किए गए हैं। अधिनिक पीढ़ी की फिल्मों में ऐसी बातें की जा रही हैं, यह अच्छी बात हो सकती है। फिल्म में हल्की-फुल्की कॉमेडी अच्छी लग सकती है। इसके अलावा फिल्म विशेषों के ताने-बाने को भी दर्शाती है। हमेशा की तरह माधुरी का डास देखने लायक है। माधुरी के प्रशंसक यह फिल्म देख सकते हैं। अभिनेत्री ने फिल्म में पहली बार इस प्रकार का किरदार निभाया है। यह एक ओटीटी लोटफॉर्म के मिजाज की हॉकी-फुल्की और सपाट फिल्म है। उन लोगों को अपना समय बर्बाद नहीं करना चाहिए, जो अच्छी कहानी वाली फिल्म देखने के शौकीन हैं। समलैंगिकता पर बनी फिल्म में इमोशन ढूँढ़ने वालों को भी इसमें कुछ नहीं मिलेगा। हमारी तरफ से इस फिल्म को पांच में से दो स्टार।

पानी के अलावा सुबह-सुबह इन चीजों का भी करें सेवन, मिलेंगे कई स्वास्थ्यवर्धक फायदे

आप अपने दिन की शुरुआत केरें करते हैं, यह आपके स्वास्थ्य और उर्जा के स्तर को प्रभावित करता है, इसलिए सुबह उठते ही सबसे पहले क्या पीना चाहिए, ये जानना बेहद जरूरी है। अभी आप सबके दिमाग में एकमात्र पानी का ख्याल आ रहा होगा, लेकिन आज हम आपको अन्य कुछ ऐसी ड्रिंक्स के बारे में बताएंगे जिनका सुबह सेवन करने से स्वास्थ्य पर अच्छा असर पड़ता है।

पानी के साथ सेब का सिरका सेब का सिरका कई लाभों से भरपूर है और स्वास्थ्य के लिए काफी अच्छा होता है। आठ और ग्लास पानी में एक बड़ी चमच सेब का सिरका मिलाकर सुबह उठने के बाद पी लें। ये कई हानिकारक बैकटीरिया को मारने में मदद करता है और ब्लड शुगर के स्तर को कम करने में सहायक है। इसके अलावा ये

हृदय को भी बेहतर रखता है।

ग्रीन टी

है और वजन घटाने में मदद

है और मोटापे को खत्त करती है। यह दिमाग को तेज करने में अनिवार्य काफी फायदे मिलेंगे। ये सहायक हैं और इसमें कैंसर से गैस्ट्रोइंटेस्टिक्स इनल सूजन को कम बचाने के गुण हैं। ग्रीन टी हृदय करने में मदद करता है और रोगों के जोखिम को भी कम करती है।

लैक कॉफी लैक कॉफी में ऐसे कई स्वास्थ्यजनक पदार्थ हैं जो आपके शरीर को स्वस्थ बनाए रखने में काफी पेट को नियंत्रित करने में भी फायदेमंद है। यह मेटाबोलिज्म को बढ़ाने के साथ-साथ हाइड्रेटिंग में भी बहुत मददगार होती है। इसमें बहुत कम फैट होता है तो इससे न केवल अपके शरीर बल्कि त्वचा को भी काफी कोर्टिसोल नामक हार्मोन को खत्त करता है। यह शुगर को पीने से शरीर को हाइड्रेट लेवल के स्तर को नियंत्रित करने में भी मदद मिलती है, जिससे आपकी त्वचा खिल जाती है। जैसी प्रतिरक्षा प्रतिक्रियाओं को भी प्रभावित करती है। एलोवेरा लडने में मदद मिलती है और इसमें मौजूद पोषक तत्वों के प्राकृतिक चीजों में से एक है। एलोवेरा जूस में मौजूद महसूस करते हैं।



सिद्धार्थनगर का सबसे बड़ा फिल्म प्रिन्टफॉन्ट स्टार्टर...
बुद्ध प्रब्लिकेशन ऑफसेट एण्ड प्रिन्टर्स