साप्ताहिक न्याय साक्षी
अधिकार से न्याय तक

कपिल फैंस के लिए - शो पर लगा ब्रेक, टाइम भी बदला गया

कपिल शर्मा की तबीयत उनके लिए मुश्किल बनती जा रही है। खराब तबीयत का असर उनके शो पर साफ दिख रहा है। अब सोनी चैनल के ऑफिशल प्रवक्ता ने कहा है कि कपिल काफी समय से बीमार चल रहे हैं, ऐसे में हमने निर्णय लिया है कि शो को कुछ समय के लिए रोक दिया जाय। जैसे ही कपिल ठीक होते हैं, हम फिर से शूटिंग शुरू कर देंगे। उन्होंने कहा कि हम कपिल के साथ अपने रिश्ते की इज्जत करते हैं और हम कामना करते हैं कि कपिल जल्द से जल्द ठीक हो जाएं और दोबार काम पर लौट सकें। बता दें कि कपिल ने खराब तबीयत के चलते शाहरुख खान जैसे सितारों के साथ शूटिंग करने में असमर्थता जताई थी। सूत्रों के मुताबिक, कपिल के शो की टाइमिंग में भी बदलाव किया गया है। अब यह शो 9 बजे की बजाय शाम 8 बजे आएगा। 9 बजे से कृष्णा अभिषेक का नया शो ड्रामा कंपनी आएगा। जब तक कपिल के शो के लिए नए एपिसोड की शूटिंग नहीं होती, तब तक पुराने एपिसोड को फिर से दिखाया जाएगा।

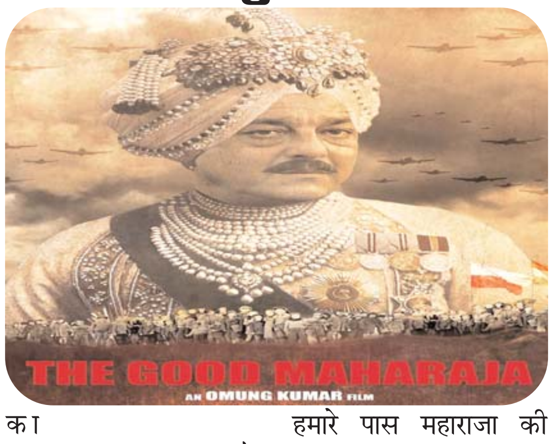
रोजाना खाएंगे टमाटर तो नहीं होगा कैंसर

इस वक्त टमाटर बाजार में भले ही 80 से 100 रुपये किलो बिक रहा हो लेकिन टमाटर के कई फायदे हैं। टमाटर न सिर्फ सब्जी का स्वाद बढ़ाता है बल्कि कई तरह की ब्यूटी ट्रीटमेंट में भी टमाटर का इस्तेमाल किया जाता है। हाल ही में एक शोध में पता चला है कि टमाटर, कैंसर को रोकने में भी मददगार है। शोध में यह भी कहा गया है कि अगर एक हफ्ते में कम से कम 10 बार टमाटर का सेवन किया जाए तो कैंसर होने की संभावना 45 प्रतिशत तक कम हो जाती है।पुरुषों के लिए रोज टमाटर खाना काफी लाभकारी है क्योंकि टमाटर में ऐसे पौष्टिक तत्वों की भरमार होती है जो प्रोस्टेट कैंसर की कोशिकाओं को बढ़ने से रोकने में मददगार होते हैं। इसके अलावा टमाटर में कैरोटिनॉयड नाम का तत्व पाया जाता है जो ट्यूमर को कम करने में मदद करता है।टमाटर में मौजूद लाइकोपीन नाम का रसायन कैंसर से लड़ने का योग्यता रखता है। टमाटर को नियमित रूप से सलाद में इस्तेमाल कर पेट के कैंसर के खतरे को 60 प्रतिशत तक कम किया जा सकता है।आपको जानकर हैरानी होगी कि एक तरफ जहां दूसरे खाद्य पदार्थों को जब हम फ्राई करते हैं तो उनके पोषक तत्व कम या समाप्त हो जाते हैं जबकि टमाटर के साथ ऐसा नहीं होता। टमाटर के पोषक तत्व उसे फ्राई करने और पकाने के बाद भी वैसे के वैसे ही बने ही रहते हैं। शोधकर्ताओं का कहना है कि वैसे तो सभी लाल फलों में लाइकोपीन रसायन पाया जाता है लेकिन टमाटर में इसकी मात्रा दूसरे फल या सब्जियों के मुकाबले ज्यादा होती है। इसकी वजह से शरीर में स्वस्थ की खून की आपूर्ति संभव हो पाती है। यह कैंसर कोशिकाओं को तितर-बितर करने में माहिर है। टमाटर में आइकोपीन और बीटा कैरोटिन भी काफी मात्रा में पाया जाता है। बीटा कैरोटिन की खासियत यह है कि यह शरीर में जाकर विटमिन ए में बदल जाता है जो हड्डियों के कैंसर की समस्या में काफी लाभकारी है।

देर तक बैठकर टीवी देखना सेहत के लिए हानिकारक

अगर आप भी उन लोगों में शामिल हैं जो काफी लंबे वक्त तक एक ही जगह पर बैठकर टीवी देखते रहते हैं तो सावधान हो जाइए। एक नई स्टडी के मुताबिक इस तरह के लोगों के लिए बुढ़ापे में चलने-फिरने में परेशानी का खतरा 3 गुना बढ़ जाता है। इस स्टडी में 50 से 71 साल के बीच के स्वस्थ लोगों को शामिल किया गया था और करीब 10 साल तक इन लोगों की गतिविधियों का अध्ययन किया गया। अध्ययन के नतीजे बताते हैं कि काफी लंबे वक्त तक एक ही जगह पर बैठे रहना बेहद नुकसानदेह है। खासतौर पर तब जब किसी तरह की कोई फिजिकल ऐक्टिविटी भी न हो।इस स्टडी में शामिल ऐसे पार्टिसिपेन्ट्स जिन्होंने 1 दिन में 5 घंटे या इससे अधिक समय तक एक ही जगह पर बैठकर टीवी देखा उनके लिए गतिशीलता में असमर्थता का खतरा 65 प्रतिशत बढ़ गया उन पार्टिसिपेन्ट्स की तुलना में जिन्होंने एक दिन में मुश्किल से 1 घंटे टीवी देखा। इन दोनों ही पार्टिसिपेन्ट्स की फिजिकल ऐक्टिविटी के लेवल का इस पर कोई फर्क नहीं पड़ा। साथ ही ऐसे लोग जिन्होंने एक सप्ताह में 3 घंटे या इससे भी कम फिजिकल ऐक्टिविटी की उनके लिए स्टडी खत्म होने पर चलने-फिरने में दिक्कत की समस्या और ज्यादा बढ़ गई। वॉशिंगटन की जॉर्ज वॉशिंगटन यूनिवर्सिटी में हुई इस स्टडी की लीड ऑथर प्रफेसर लॉरेटा डीपेत्रो कहती हैं, लंबे वक्त तक एक ही जगह पर बैठकर टीवी देखना (खासतौर पर शाम के वक्त) बुजुर्गों के लिए सबसे खतरनाक काम है। कुछ दिनों पहले ही पब्लिक हेल्थ इंग्लैंड ने घोषणा की थी कि उनका देश इस वक्त लोगों के आलस्य और निष्क्रियता की वजह से एक तरह से हेल्थ टाइम-बम का सामना कर रहा है और अब यह स्टडी भी इसी ओर इशारा कर रही है।

संजय दत्त की फिल्म द गुड महाराजा का फर्स्ट लुक

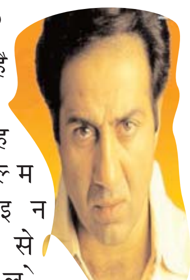


बॉलिवुड अभिनेता संजय दत्त फिल्म भूमि के बाद एक बार फिर ओमंग कुमार की फिल्म में काम करेंगे। फिल्म का नाम और पोस्टर जारी कर दिया गया है। संजय की इस फिल्म का नाम होगा द गुड महाराजा, फिल्म के जारी पहले लुक में संजय दत्त रॉयल लुक में नजर आ रहे हैं। वह एक राजा की भेष-भूषा में हैं। संजय महाराजा के इस लुक में खूब जंच रहे हैं। सर पर राजाओं वाला मुकुट है। गले में मोतियों की दर्जन भर मालाएं हैं। सीने में कई तमगे लगे हैं। यह फिल्म एक हिस्टोरिकल फिल्म होगी। फिल्म में ब्रिटिश शासन के वक्त की कहानी है। नवानगर के राजा को लेकर फिल्म का ताना-बाना बुना गया है। फिल्म में दिखाया जाएगा कैसे एक राजा ने दूसरे विश्व युद्ध के दौरान कई बच्चों को अपनी छत्रछाया में सुरक्षा और सहारा दिया था।फिल्म में संजय दत्त के रॉयल लुक के बारे में निर्देशक ओमंग कुमार ने कहा, संजय दत्त के इस लुक के रेफरेंस के लिए हमारे पास महाराजा की सिर्फ एक तस्वीर थी, इसी तस्वीर के सहारे हमने संजय का यह लुक तैयार किया है। फिल्म के प्रड्यूसर संदीप सिंह ने कहा, जारी पोस्टर में संजय दत्त का एक अलग और निखर कर सामने आ रहा है। हम इस लुक को टेस्ट करने के दौरान ही काफी उत्साहित थे। वहीं बाबा (संजय दत्त) भी इस फिल्म को लेकर काफी उत्साहित हैं। इन दिनों संजय दत्त अपनी रिलीज़ के लिए तैयार फिल्म भूमि के प्रमोशन और अपनी अगली फिल्म साहब बीवी गैंगस्टर 3 के शूटिंग से पहले के काम में बिजी हैं। भूमि 22 सितंबर को सिनेमाघरों में रिलीज़ होगी। भूमि का निर्देशन भी ओमंग कुमार ने किया है। फिल्म में अदिति राव हैदरी संजय दत्त की बेटी का किरदार निभाती हुई नजर आएंगी। भूमि और द गुड महाराजा के अलावा संजय दत्त और ओमंग कुमार की जोड़ी एक और फिल्म में भी काम करेगी, इस तीसरी फिल्म का नाम मलंग है।

प्रभास और श्रद्धा की साहो में सितारों की भीड़

श्रद्धा कपूर अब बाहुबली प्रभास के साथ साहो फिल्म में काम करने जा रही हैं। जब से यह पता चला है कि प्रभास की हीरोइन श्रद्धा होंगी तब से ही फिल्म के दूसरे चेहरों के बारे में जानने की उत्सुकता बढ़ गई है। तीन भाषाओं में बनने वाली इस फिल्म में नील नितिन मुकेश भी हैं। इसके अलावा अब जिन नामों के बारे में पता चला है, वे एक दम चौंकाने वाले हैं। इस फिल्म में अब जैकी श्रॉफ, चंकी पांडे, महेश मांजरेकर और टीनू आनंद जैसे बड़े नाम भी शामिल हो गए हैं। इसके अलावा इस फिल्म में फिल्मनिर्माता विजयकुमार के बेटे और प्लेबैक सिंगर अरुण विजय भी काम करेंगे। साउथ की फिल्मों के जाने-माने नाम अरुण बाहुबली प्रभास के साथ स्क्रीन शेयर करेंगे। फिल्म में मलयालम फिल्म अभिनेता मिस्टर लाल भी काम करेंगे। लाल मलयालम के अलावा तमिल और तेलुगु फिल्मों में भी काम कर चुके हैं। इतनी बड़ी स्टार कास्ट साथ होने के बाद इन पर जिम्मेदारी बढ़ जाती है कि वे दर्शकों का खूब मनोरंजन कर सकें। प्रभास की फिल्म साहो की शूटिंग शुरू हो चुकी है। यह फिल्म हाई टेक ऐक्शन ड्रामा पर आधारित है। यह फिल्म तीन भाषाओं हिंदी, तमिल और तेलुगु में बनाई जा रही है। फिल्म का टीजर बाहुबली- द कनक्लूजन के साथ ही रिलीज कर दिया गया था। इस फिल्म के हाई टेक ऐक्शन सीन्स के लिए विश्वस्तरीय ऐक्शन डायरेक्टर्स की मदद ली जा रही है। इस फिल्म को सुजीत ने लिखा है और वही डायरेक्ट भी कर रहे हैं। इसके अगले साल तक रिलीज होने की उम्मीद है।

अजय देवगन से पूछकर ही सनी देओल बनेंगे सिंघम?



कुछ समय पहले ही खबर आई थी कि अजय देवगन सिंघम-3 में काम नहीं करने वाले हैं। अब खबरें आ रही हैं कि इस फिल्म में अजय देवगन की बजाय सनी देओल होंगे। इस फिल्म की कहानी भी एक पुलिस ऑफिसर पर ही आधारित होगी। हमेशा से रोहित शेट्टी और अजय देवगन की जोड़ी को देखने वाले दर्शकों के लिए यह अब एक नया एक्पीरिएंस होगा। सूत्रों के मुताबिक, इस फिल्म की शूटिंग इसी साल के अंत तक शुरू हो जाएगी। इस फिल्म को जयंतीलाल प्रड्यूस कर रहे हैं। यह भी कहा जा रहा है कि यह फिल्म साइन करने से पहले सनी देओल ने अपने अच्छे दोस्त अजय देवगन से बात की और उनको इस बारे में बता दिया है। सनी ने अजय को यह भी कहा है कि वह सिंघम नाम कहीं भी इस्तेमाल नहीं करेंगे। इससे अजय को भी कोई परेशानी नहीं है। बता दें कि सनी देओल एक नई फिल्म पोस्टर बॉयज में भी नजर आने वाले हैं। इस फिल्म में सनी देओल के भाई बॉबी देओल और श्रेयस तलपड़े भी काम कर रहे हैं। इस फिल्म के जरिए श्रेयस तलपड़े डायरेक्शन में डेब्यू करने जा रहे हैं।

अब मूवी से पहले दिखेगा बाल यौन शोषण पर एक संदेश

आज से सिर्फ महीना ही नहीं बदल रहा है बल्कि महिला और बाल विकास मंत्रालय आपके सोचने के तरीके को बदलने की कोशिश कर रहा है। सिनेमा हॉल में मूवी देखने से पहले आपको बाल यौन शोषण पर एक संदेश मिलेगा, जिसे महिला और बाल विकास मंत्री मेनका गांधी देंगी। सिर्फ सिनेमा हॉल ही नहीं एयरपोर्ट से लेकर फ्लाइट तक में जागरूक करने की कोशिश की जाएगी। कपूर के मुताबिक सितंबर के पहले हफ्ते से देश के करीब 90 पर्सेंट सिनेमा हॉल में हर मूवी से पहले मेनका गांधी का संदेश दिखाया जाएगा। इसके जरिए यह बताया जाएगा कि बाल यौन शोषण की शिकायत पॉक्सो-ईबॉक्स में की जा सकती है साथ ही 9868235077 नंबर पर कॉल कर जानकारी दी जा सकती है। मूवी से पहले एक शॉर्ट फिल्म भी चलाई जाएगी। जिसमें बताया जाएगा कि यौन शोषण पर चुप्पी तोड़ो। सिनेमा हॉल में यह छह महीने तक चलेगा। सूत्रों के मुताबिक सिविल ऐविएशन मिनिस्ट्री ने भी एयरपोर्ट अथॉरिटी से भी बाल यौन शोषण को लेकर एनसीपीसीआर के साथ कैंपेन चलाने का कहा है। 15 सितंबर से देश के 75 एयरपोर्ट में मैगजीन, स्टैंडी, ऑडियो-विजुअल डिस्प्ले में यह संदेश दिए जाएंगे।

एक एयरलाइंस से शुरू

नैशनल कमिशन फॉर प्रोटेक्शन ऑफ चाइल्ड राइट्स (एनसीपीसीआर) ने बाल यौन शोषण के प्रति जागरूकता फैलाने और प्रोटेक्शन ऑफ चिल्ड्रन फ्रॉम सेक्शुअल ऑफेंसेस ऐक्ट (पॉक्सो) और पॉक्सो-ईबॉक्स के बारे में लोगों को बताने के लिए इंडिगो एयरलाइंस के साथ हाथ मिलाए हैं। एनसीपीसीआर मेंबर रूपा कपूर ने बताया कि एयरलाइंस एक महीने तक पॉक्सो को लेकर जागरूकता फैलाएगा। उनके ई-टिकट में इस संबंध में संदेश होगा, एयरपोर्ट में उनके काउंटर के पास भी संदेश होगा, फ्लाइट तक पहुंचाने वाली बस में महिला और बाल विकास मंत्री मेनका गांधी का ऑडियो मैसेज सुनाई देगा, बस हैंडल में पॉक्सो ई बॉक्स की जानकारी होगी साथ ही एयरलाइंस की मैगजीन हलो-60 में भी एक महीने के लिए एक पेज में मंत्री का संदेश होगा। कपूर के मुताबिक फेस्टिव सीजन में लोग ज्याद ट्रैवल करते हैं और बाल यौनशोषण हर सोसाइटी में हो रहा है। पहली बार फ्लाइट में इस तरह अवेयरनेस कैंपेन चलाया जा रहा है, जिससे लोगों को भी पता चले और बच्चों को भी, ताकि अगर उनका शोषण हो रहा है तो वह शिकायत कर सकें। उन्होंने बताया कि दूसरी एयरलाइंस से भी इस संबंध में बात चल रही है।

जब आयुष्मान खुराना ने भूमि पेडनेकर को कराई 'कॉन्डम राइड

बॉलिवुड ऐक्टर आयुष्मान खुराना और भूमि पेडनेकर की फिल्म शुभ मंगल सावधान आज यानी 1 सितंबर को रिलीज होने जा रही है। हाल ही में ये दोनों कलाकार एक अलग ही अंदाज में फिल्म का प्रमोशन करते दिखाई दिए। भूमि और आयुष्मान फिल्म शुभ मंगल सावधान के प्रमोशन के लिए एक अनोखी कॉन्डम राइड करते नजर आए। आयुष्मान ने इंस्टाग्राम पर एक तस्वीर शेयर की, जिसमें दोनों कॉन्डम से मिलती-जुलती एक बाइक की सवारी करते नजर आ रहे हैं। साथ ही उन्होंने इस तस्वीर के साथ कैप्शन लिखा है, सावधान रहिए। कंडोम का इस्तेमाल कीजिए। फिल्म में आयुष्मान मुदित और भूमि सुगंधा की भूमिका निभा रही हैं। बता दें कि आयुष्मान और भूमि की यह फिल्म शीघ्रपतन जैसे संवेदनशील मुद्दे को छूती है।

मैं शादी से पहले सेक्स को सही मानता हूं : आयुष्मान खुराना

बरेली की बर्फी के बाद बॉलिवुड ऐक्टर आयुष्मान खुराना की आने वाली फिल्म शुभ मंगल सावधान कल यानी 1 सितंबर को रिलीज होने जा रही है। इस फिल्म में आयुष्मान के साथ फिल्म दम लगा के हईशा की उनकी जोड़ीदार भूमि पेडनेकर भी नजर आएंगी। हाल ही में इस फिल्म के प्रमोशन के दौरान हुई बातचीत में आयुष्मान ने शादी से पहले सेक्स पर खुलकर बात की। आयुष्मान ने कहा, मैं शादी से पहले सेक्स की वकालत करता हूं। हमारे समाज में अब अरेंज्ड मैरेज को बढ़ावा देते हैं। शादी किसी की जिंदगी का बेहद अहम पहलू होता है। पानी में कूदने से पहले उसे जांच लेना जरूरी होता है।आयुष्मान का ऐसा मानना है कि शादी से पहले अपने पार्टनर के बारे में सबकुछ जान लेना बेहद जरूरी है। उन्होंने कहा, कपल क्या करेगा अगर उसे समस्या के बारे में शादी के बाद पता चले। हमारी फिल्म में मुख्य कलाकार एक-दूसरे से प्यार करते हैं इसलिए एक-दूसरे का साथ देते हैं। लेकिन, हर बार ऐसा मामला नहीं होता है।बता दें कि आयुष्मान और भूमि की यह फिल्म शीघ्रपतन जैसे संवेदनशील मुद्दे को छूती है। कुछ समय पहले ही इस फिल्म का मजेदार ट्रेलर रिलीज हुआ था जिसे काफी अच्छा रिस्पॉन्स मिला।

सोनम और करीना वीरे दी वेडिंग की शूटिंग के लिए दिल्ली पहुंचीं

बॉलिवुड ऐक्ट्रेस सोनम कपूर और करीना कपूर खान फिल्म वीरे दी वेडिंग की शूटिंग के लिए राजधानी पहुंच गई हैं। सोनम की बहन व फिल्म की सह-निर्माता रिया कपूर का कहना है कि फिल्म की टीम दिल्ली में शूटिंग शुरू करने को लेकर उत्साहित हैं। रिया ने एक बयान में कहा, दिल्ली एक महत्वपूर्ण जगह है। खान-पान, फैशन और लाइफस्टाइल के हर मामले में यह वीरे दी वेडिंग की शूटिंग करने के लिए उपयुक्त जगह है। फिल्म में स्वरा भास्कर और शिखा तलसानिया भी हैं। फिल्म का पहला भाग यहां फिल्माया जाएगा यहां इसकी एक महीने से ज्यादा समय तक शूटिंग होगी। फिल्म की स्क्रिप्ट मेहुल सुरी और निधी मेहरा ने लिखी है। शशांक घोष के निर्देशन में बन रही वीरे दी वेडिंग 2018 में रिलीज होने की उम्मीद है।

सबसे ज्यादा कमाई करने वालों में दीपिका और प्रियंका शामिल, किंग खान टॉप पर

फोर्ब्स मैगजीन की 2017 में सबसे अधिक कमाई करने वाले शीर्ष 10 बॉलिवुड कलाकारों की सूची में केवल दो अभिनेत्रियां दीपिका पादुकोण और प्रियंका चोपड़ा जगह बना सकी हैं। सूची में पहले स्थान पर ईस शाहरुख खान हैं। दीपिका 1.10 करोड़ डॉलर की कमाई के साथ छठे स्थान पर हैं जबकि प्रियंका चोपड़ा और रणवीर सिंह 1 करोड़ डॉलर की कमाई के साथ संयुक्त रूप से सातवें स्थान पर हैं। दोनों अभिनेत्रियों ने हॉलीवुड में भी अपनी शुरुआत की है। फोर्ब्स डॉट कॉम की रिपोर्ट के मुताबिक, शाहरुख ने अपने समकालीन अभिनेताओं सलमान खान, अक्षय कुमार और आमिर खान को पीछे छोड़ दिया है, हालांकि उनकी पिछली कुछ फिल्मों जैसे फैन, दिलवाले और जब हैरी मेट सेजल ने कुछ खास कमाई नहीं की थी। शाहरुख ने विज्ञापनों और उनके अपने रेड चिलीज एंटरटेनमेंट के सफल प्रोजेक्ट की मदद से 1 जून, 2016 और 1 जून, 2017 के बीच 3.8 करोड़ डॉलर की कमाई की है। सलमान उनसे ज्यादा पीछे नहीं हैं, वह इस सूची में 3.7 करोड़ डॉलर की कमाई के साथ दूसरे स्थान पर हैं। सलमान ने विज्ञापनों के साथ-साथ फिल्म सुल्तान की सफलता से लाभ कमाया है। खान के बाद इस सूची में राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता अक्षय कुमार हैं। खिलाड़ी स्टार 3.55 करोड़ डॉलर की कमाई के साथ तीसरे स्थान पर हैं। उनकी कई फिल्में हिट रही हैं, जिनमें जॉली एलएलबी 2, नाम शबाना और टॉइलेट एक प्रेम कथा शामिल है। फिल्म दंगल की अभूतपूर्व सफलता के बाद आमिर 1.25 करोड़ डॉलर की कमाई के साथ सूची में चौथे स्थान पर हैं। अभिनेता रितिक रोशन 1.15 करोड़ डॉलर कमाई के साथ शीर्ष पांच में शामिल हैं। रितिक की 2016 में आई फिल्म मोहनजोदारो बॉक्स ऑफिस पर असफल रही थी। अभिनेता ने 2017 में फिल्म काबिल से वापसी की। फोर्ब्स के अनुसार, मेगास्टार अमिताभ बच्चन 90 लाख डॉलर और रणबीर कपूर 85 लाख डॉलर की कमाई के साथ नौवें और 10वें स्थान पर हैं।