मेरी पत्नी को लगता है कि वह मेरी प्रायॉरिटी नहीं है-शाहिद कपूर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

प्रफेशनली देखा जाए तो शाहिद कपूर के लिए साल 2019 काफी अच्छा रहा। इस साल वह कबीर सिंह के साथ सबसे सफल स्टार्स की लिस्ट में शामिल हो चुके हैं। वहीं पर्सनली भी देखा जाए तो यह साल उनके लिए अच्छा रहा। उन्होंने हाल ही में नया घर खरीदा है, जिसमें वह अपनी वाइफ मीरा कपूर बच्चों को साथ शिफ्ट होना चाहते हैं। वह साल भर के अंदर इसमें शिफ्ट हो जाएंगे। फिल्मफेयर के साथ बातचीत के दौरान शाहिद ने अपनी वाइफ से रिलेशनशिप पर खुलकर बात की।

उन्होंने बताया, किसी को भी इस गलतफहमी में नहीं रहना चाहिए कि सबकुछ सेट है। जैसे ही आपको लगता है कि सबकुछ ठीक चल रहा है वहीं से गड़बड़ शुरू हो जाती है। चाहे वह शादी हो, पैरंटिंग हो, करियर हो या आपके पैरंट्स के साथ आपका रिलेशन। मैं इन सबमें स्ट्रगल कर चुका हूं। मैंने अपनी दोस्ती तक बनाए रखने के लिए संघर्ष किया है। मैं लॉन्ग डिस्टेंस रिलेशनशिप मेनटेन करने में बहुत बुरा हूं। मैं बीवी, बच्चों और काम में टाइम डिवाइड करने में भी स्ट्रगल करता हूं। मेरी पत्नी को लगता है कि वह मेरी प्रायॉरिटी नहीं है। मुझे खुद को भी वक्त न दे पाने का अपराधबोध होता है। कभी-कभी मुझे अपने परिवार से कहना पड़ता है कि मुझे काम भी कर लेने दो। उन्होंने यह भी बताया कि मीरा ने सबकुछ कैसे मैनेज किया क्योंकि जब वह उनकी लाइफ में आईं तो काफी यंग थीं। शाहिद का कहना है, शादी किताब की तरह है, मीरा मेरे जीवन की सबसे बड़ी हकीकत है क्योंकि हम साथ में जिंदगी शेयर कर रहे हैं। शाहिद ने बताया कि मीरा उनके स्ट्रगल में उनके साथ रहीं, उनकी शादी जल्दी हुई, दो बच्चे हैं, वह बचपने से बस बाहर ही आई थीं, उनके कुछ सपने, इच्छाएं रहे होंगे जिनको उन्होंने किनारे रख दिया। हम दोनों की उम्र में 13 साल का अंतर है। हमें यह भी समझना पड़ा कि साथ में मिलकर बच्चों को कैसे पाला जाए। हम लोग कभी एक-दूसरे के बेस्ट फ्रेंड्स बन जाते हैं और कभी एक-दूसरे को समझ ही नहीं पाते। यह सब एक साथ चल रहा है। इस पर क्या कह सकते हैं, यह हर कपल के साथ होता है।

साड़ी है हमेशा ट्रेंडी, जानें पहनने के नए स्मार्ट तरीके

साड़ी हमेशा से इंडियन वॉरड्रोब का हिस्सा रही है। महिलाएं सबसे पुराने वक्त से साड़ी पहनती आई हैं। माना जाता है करीब 5000 साल पहले इसकी खोज हुई।

भारत की महिलाओं का यह सबसे पसंदीदा परिधान है। और अगर हम साड़ी पहनने की बात करें तो इसे पहनने के 50 तरीके हैं।

बीते कुछ सालों में साड़ी कुछ ज्यादा ही फैशन ट्रेंड्स में है। नई स्टाइल्स, बॉलिवुड का असर और फैशनशोज में भी इसे जगह मिली है। साड़ी पहनने में काफी कंफर्टेबल है और इससे पहनना भी काफी आसान है, इसे देखते हुए महिलाएं इसमें तरह-तरह के एक्सपेरिमेंट्स कर रही हैं।

अगर आप वर्किंग वुमन है जिसे फॉर्मल तरीके से साड़ी पहननी है, तो आपके लिए यहां हैं कुछ बेहतरीन स्टाइल्स।

गर्मी हो या सर्दी आप हर सीजन में साड़ी पहन सकती हैं। साड़ी पहनने का सबसे अच्छा तरीका है इसे बेल्ट के साथ पहनें। ऐसा करने से आपका पल्लू पूरे दिन एक ही जगह पर रहेगा।

जिन लोगों को प्लीट्स बनाने में दिक्कत आती है वे स्टिच्ड साड़ी पहन सकते हैं। इस तरह से आपको साड़ी की फिक्र की जरूरत नहीं पड़ेगी।

साड़ी को और फॉर्मल लुक देने के लिए आप इस पर रेग्युलर ब्लैजर पहन सकते हैं। इसके साथ कॉन्ट्रास्टिंग शेड चुनें। आप पल्लू ब्लैजर के ऊपर या अंदर पहन सकते हैं, आपको जैसा भी पसंद हो।

स्प्रे कर कॉफी पीने का मजा लें

शोधकर्ताओं ने कैफीन स्प्रे विकसित किया है त्वचा पर यह स्प्रे करने के बाद कॉफी का मजा आता है. उम्मीद यह जताई जा रही है कि कभी लोग कॉफी पीने की जगह स्प्रे करके इसे पेय पदार्थ से प्राप्त होने वाली ताजगी प्राप्त कर सकेंगे. अमेरिका की हार्वर्ड

यूनिवर्सिटी के बायोकैमिस्ट बैन यू ने कैफीन का स्प्रे कर कॉफी की ताजगी प्राप्त करने वाली तकनीक विकसित की है. यह स्प्रे पानी, कैफीन और अमीनो एसिड से बनाया गया है. यह स्प्रे गले के पास किया जाता है. शरीर में कुछ जगह की ही त्वचा ऐसी है जिसकी सोखने की क्षमता अधिक होती है. लिहाजा शरीर के कुछ हिस्सों पर ही स्प्रे का उपयोग किया जा सकता है. शोधकर्ताओं के अनुसार रोजाना चार से पांच स्प्रे लिया जा सकता है लेकिन एक दिन में 20 से अधिक स्प्रे नहीं लिए जाने चाहिए. शोधकर्ताओं ने उम्मीद जताई कि कभी यह कैफीन स्प्रे कॉफी के कप का विकल्प भी बन सकता है लेकिन कॉफी को चुसकियों के साथ पीने का अपना ही अलग मजा है.

गर्भनिरोधक गोली लेने वाली किशोरियों में डिप्रेशन का अधिक खतरा

एक नई स्टडी में सामने आया है कि गर्भनिरोधक गोली लेने वाली किशोरियों में अवसाद से जुड़े लक्षणों का खतरा अधिक रहता है। बता दें कि जब से 1962 में ब्रिटेन में यह गोली उपलब्ध हुई है, तब से शोधकर्ता ओरल बर्थ कंट्रोल और मूड के बीच संबंध समझने की कोशिश कर रहे हैं। यह स्टडी ब्रिघम और महिला अस्पताल, यूनिवर्सिटी मेडिकल सेंटर ग्रोनिंगन और लीडेन यूनिवर्सिटी मेडिकल सेंटर द्वारा की गई। इससे पहले इन संस्थानों द्वारा ब्रेस्ट कैंसर, ब्लड क्लॉट्स, वेट गेन को लेकर शोध हो चुके हैं। जेएएमए मनोरोग मैग्जीन में पब्लिश स्टडी के अनुसार, शोधकर्ताओं ने स्टडी में 16 से 25 साल के बीच की उम्र लड़कियों का शामिल किया। इसके बाद शोधकर्ताओं का कहना था कि गर्भनिरोधक गोली लेने वाली किशोरियों में अन्य की तुलना में अधिक अवसाद से जुड़े लक्षणों का पता चला। शोध में यह भी पता चला कि 16 साल की लड़कियों में अवसाद के लक्षण अधिक पाए गए। अवसाद के लक्षणों को लेकर किए गए सर्वे में अधिक रोने, सोने, खाने, आत्महत्या करने, उदासी आदि की समस्या सामने आई।