

ਜਾਰਖਾਇ ਦੇਖੋ

ਖਬਰੋਂ, ਕਹਾਨੀ, ਲੋਗ ਔਰ ਬਹੁਤ ਕੁਛ



Digital Edition

www.jharkhanddekhocom

वर्ष 03 • अंक 231 • पृष्ठ 8 • दुमका, मंगलवार 22 अगस्त 2023 • मूल्य 2 रुपये Email - Jharkhanddekhocom | epaper - Jharkhanddekhocom

कौन खा गया बच्चों का पैसा, अल्पसंख्यक मंत्रालय की स्कॉलरशिप में कटोडों के घोटाले का पर्दफारी

अब तक की जांच में पिछले 5 वर्षों में 144.83 करोड़ रुपये का घोटाला, स्मृति ईरानी ने सीबीआई को सौंपी जांच

नई दिल्ली/एजेंसी।

कथित तौर पर धेर
गतिविधियों में शामि-
गए। बता दें कि महाराष्ट्र
अधिकतर मुस्लिम
ही पढ़ते हैं, ऐसे में
संचालकों ने अपने
समुदाय के बच्चों
पर डाका डाला है।

34 राज्यों, केंद्रशासित
शों में से 21 से प्राथा,
शेष राज्यों व केंद्र
प्रदेशों के संस्थानों व
भी जांच चल रही है
को नष्ट होने से बचा
लिए, अधिकारियों ने
में कठघरे में मौजूद इन
संस्थानों से जुड़े सभी
को फीज कर दिया है।



इसरो के पूर्व चीफ के सिवन ने
जताया भरोसा, इसबार भारत घांड
पर लैंड करने ने होगा सफल

नई दिली। भारत अपने चंद्रयान-3 मिशन की सफलता में कोई कोर-कसर बाकी नहीं छोड़ रहा है। भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधन संगठन के पूर्व चीफ रहे के सिवन ने भी इसबार भरोसा जाताया है कि भारत चांद पर लैंड करने में सफल रहेगा। उन्होंने कहा कि चंद्रयान-2 से इसरो ने काफी सीख ली है और इसबार हमें सफलता मिलेगी। सिवन ने कहा कि चंद्रयान-2 के लैंडिंग की प्रक्रिया के दौरान मिले डेटा का हमने विश्लेषण किया है। इस डेटा के बाद हमने कई तकनीक में कई बदलाव किए हैं और अपडेट किया है। उन्होंने कहा कि केवल अपडेट ही नहीं किया है बल्कि उससे ज्यादा ही सुधार किया है। जहां कभी भी मार्जिन कम था वहां हमने मार्जिन बढ़ाया है। इसके अलावा जहां सेंसर काम नहीं कर रहा था उसमें भी बड़ा सुधार किया है। पिछली बार के मिशन से हमने यहीं सीख ली है। इसबार सिस्टम चंद्रयान-2 से मिली सीख के बाद हम ज्यादा अपडेट हैं। इसलिए सिस्टम ज्यादा अपग्रेड है और हमें उम्मीद है कि इसबार हमें सफलता मिलेगी। ज्ञात हो कि 2019 में जब चंद्रयान-2 मिशन बस चांद की सतह को छूने ही वाला था कि उसका लैंडर विक्रम की क्रैश लैंडिंग हो गई। उस दौरान इसरो के चीफ के सिवन थे। इस मिशन को देखने के लिए खुद पीएम नरेंद्र मोदी भी पहुंचे थे। मिशन के असफल हो जाने के बाद के सिवन रो पड़े थे। तब पीएम मोदी ने उन्हें द्वाढस बढ़ाया था।

संक्षिप्त समाचार

**मणिपुर हिंसा मामले नें
जटिल गीता नित्तल कनेटी
ने सुप्रीम कोर्ट नें सौंपी
रिपोर्ट, सुप्रीम कोर्ट ने सदकार
से नांगा सहयोग**

नई दिल्ली। मणिपुर हिंसा मामले में जस्टिस (रिटायर्ड) गीता मित्तल कमेटी ने अपनी रिपोर्ट सुप्रीम कोर्ट को संदी है। सुप्रीम कोर्ट ने बताया कि मणिपुर हिंसा को लेकर जस्टिस गीता मित्तल की कमेटी ने तीन रिपोर्ट सौंपी। कोर्ट ने अब सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता को रिपोर्ट देखने और इस मामले में सहयोग देने को कहा है। जाना हो कि मणिपुर हिंसा को लेकर सुप्रीम कोर्ट में याचिकाएँ दायर की गई थीं। इन याचिकाओं पर सुनवाई करते हुए सुप्रीम कोर्ट ने हाईकोर्ट की तीन पूर्व महिला जजों की प्रक्रिया कमेटी बनाई थी। इस कमेटी को मणिपुर में हिंसा प्रभावित लोगों के लिए चलाए जा रहे राहत और पुनर्वास कार्यक्रम की देखरेख करने और रिपोर्ट सौंपने की जिम्मेदारी दी थी। कमेटी का अध्यक्ष जम्मू कश्मीर हाईकोर्ट की प्रमुख न्यायाधीश गीता मित्तल को बनाया गया था।

**सुप्रीम कोर्ट से मनता बनर्जी को बड़ा झटका
भतीजे अभिषेक को नहीं मिली राहत, जारी
रहेगी सीबीआई-ईडी की पछताछ**

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ

कलकत्ता उच्च न्यायालय द्वारा 8 जुलाई
में सीबीआई व ईडी पूछताले के खिलाफ
भिषण बनर्जी को अंतरिम राहत देने से
नकार करने के बाद पश्चिम बंगाल सरकार ने
सुप्रीम कोर्ट में याचिका दायर की थी।
सुप्रीम कोर्ट ने आज सोमवार को पश्चिम बंगाल
सरकार द्वारा कलकत्ता उच्च न्यायालय के
उदास आदेश को चुनौती देने वाली याचिका
पर विचार करने से इनकार कर दिया, जिसमें
वर्ती अनियमितता मामले में सीबीआई और
ईडी पूछताले के खिलाफ तृणमूल कांग्रेस
बनर्जी को अंतरिम राहत
देने से इनकार कर दिया गया था। जरिस्टस
विवार्ड और चंद्रचूड़ और जरिस्टस सूर्यकांत की
पीठ ने कहा कि वह इस स्तर पर याचिका

पर विचार करने के इच्छुक नहीं हैं। पीठ ने
कहा कि पश्चिम बंगाल सरकार उचित राहत के
लिए कलकत्ता उच्च न्यायालय का दरवाजा
खटखटा सकती है।
उल्लेखनीय है कि कलकत्ता उच्च न्यायालय
द्वारा विगत 8 जुलाई को सीबीआई और ईडी
पूछताले के खिलाफ बनर्जी को अंतरिम राहत
देने से इनकार के बाद पश्चिम बंगाल सरकार
ने सुप्रीम कोर्ट में याचिका दायर की थी।
उच्च न्यायालय ने कहा था कि बनर्जी किसी
अंतरिम राहत के हकदार नहीं हैं क्योंकि उनके
खिलाफ आगे गंभीर प्रक्रिया के हैं।

होनहारों की सफलता में अब पैसे की कमी नहीं आएगी आड़े: सुदेश महतो

छिंगारी

बीएसई सेंसेक्स

65,953.48+232.23 (0.35%)

निपटी

19,597.30+80.30 (0.41%)

The advertisement features a blue header with the Ashoka Life Care logo and the text "ASHOKA LIFE CARE YOUR WAY TO BETTER HEALTH". To the right is the Nucare Hospital logo with the text "Nucare Hospital". Below the header, a large blue banner highlights "1st Private Setup in Samihai Paragona" and "Modular OT Oxygen Plant". The main visual consists of several circular images: one showing a modern operating room, another showing a group of people in a consultation room, and others showing individual medical professionals like Dr. Tushar Jitoti and Dr. Kumhar Para. The bottom section contains a grid of images showing various medical services and facilities, such as orthopedics, physiotherapy, and laboratory work. A large red number "5" at the bottom left is associated with the text "लाखा रा. ताक गटीब परिवारो का मुफ्त स्थानक्या बीमा". The contact number "7480942213" is prominently displayed at the bottom.

अंतिम व्यक्ति तक पहुंचता लाभ, योजनाओं के सफल कार्यान्वयन से निर्बल समूहों ने भी उत्पन्न हुई आकांक्षा

अंतिम व्यक्ति तक पहुंचता लाभ, योजनाओं के सफल कार्यान्वयन से निर्बल समूहों में भी उत्पन्न हुई आकांक्षा।

इन जौ वर्षों में देश में सार्वजनिक वितरण प्रणाली भी खाद्य सुरक्षा की एक जरूरी एवं सफल योजना के रूप में समाप्त आई है। तलानीके इस्तेमाल ने इस प्रक्रिया में होने वाले प्रश्नाचार एवं लोकेज यानी रिसाव को न्यूनतम स्तर पर पाला ही दिया है लाभार्थियों को इसका लाभ लेने की प्रक्रिया में होने वाली परेशानी की भी खत्म कर दिया है।

भारत में विकास परियोजनाएं लगातार चलती रहती हैं। इनके सामाजिक प्रभाव भी पड़ते रहे हैं, मगर इन योजनाओं के सामाजिक प्रभावों का समग्र मूल्यांकन उच्च कीटों की अकादमिक संस्थाओं द्वारा कम ही किया जाता है। हालांकि अब यह स्थिति कुछ बदल रही है। पिछले साल केंद्रीय विश्वविद्यालय, आईआईटी, आरआईएम एवं अन्य शोध संस्थानों जैसी उत्कृष्ट संस्थानों ने गत नौ वर्षों में भारत सकर द्वारा संचालित एवं लागू की गई विकास योजनाओं का अध्ययन किया। इसमें प्रधानमंत्री आवास योजना, उज्ज्वला योजना, दीनदार उपायाधी ग्राम ज्योति योजना, पीपीएस, स्वच्छ भारत मिशन, जल जीवन मिशन, वन नेशन-वन कार्ड आदि योजनाओं को शमिल किया गया है। यह अध्ययन अब पुस्तक के रूप में भी प्रकाशित हो रहा है। इसमें पिछले करीब एक दशक के दौरान भारत में हुए विकास एवं सामाजिक परिवर्तन का लेखांखा देखा जाए।

चीन की डंपिंग से घरेलू कंपनियां परेशान

इसी साल अप्रैल में देश के स्टैटिसीएसी (सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्योग) के प्रतिनिधियों ने

उक्ती की आजीविका को नष्ट होने से बचा लिया जाता। चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में हो रहा है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने में होता है।

सेंटर फॉर डिजिटल इकोनॉमी पॉलिसी रिसर्च (सी-डेप.आर्ग) की ओर से हो रहे आयत पर भारी लेवी दिखाती है कि 1991 से 2020 के

अन्तर्यामी ट्रेड प्रैविट्स यह अपील कई वजहों से महत्वपूर्ण है।

-इस सेक्टर में करीब चार लाख लोगों को रोजगार मिला हुआ है। -चीन से हो रहा आयत 40 फीसदी तक कम की कोमांडों के चरतो घरेलू बाजार में देसी उत्पाद को कॉम्पाइंशन से बाहर कर देता है। यह आयत कुल मार्केट के एक चौथाई तक पहुंच चुका है।

-अगर चीनी आयत ऐसे ही जारी रहा तो पता यूनिटें देसी बर्नन निर्माणों को आपना उत्पाद बेचने वाली और धीरे-धीरे उन्हें अपनी दुकानें बंद करनी पड़े। वैसे भी यह इंडस्ट्री बेहद कम मार्जिन (करीब 500-2000 रुपये प्रति टन) का लिए बढ़ती महांगी को कार्रा बताता रहा।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे आयत ऐसे ही जारी रहा तो पता यूनिटें देसी बर्नन निर्माणों को आपना उत्पाद बेचने वाली और धीरे-धीरे उन्हें अपनी दुकानें बंद करनी पड़े। वैसे भी यह इंडस्ट्री बेहद कम मार्जिन (करीब 500-2000 रुपये प्रति टन) का लिए बढ़ती महांगी को कार्रा बताता रहा।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।

चीन से हो रहे सर्वतो आयत की वजह से यह लगातार खतरे में है। इस सेक्टर में 'कोलॉर रोल्ड पता' बनाने वाली 500 रोलिंग मिलें आती हैं। कोलॉर रोल्ड पतों का इस्तेमाल रसोई के बर्नन वैश्वर बनाने होता है। प्रतिनिधियों की अपील थी कि

चीन से हो रहे आयत पर भारी लेवी लगाई जाए।



ओवर नाइट मास्क से रात भर में बने खूबसूरत

ओवर नाइट फेस मास्क लगाकर आप रातभर में सोते-सोते ही अपनी वही खूबसूरती वापस पा सकती हैं। दिनभर की भागदौड़ में आपके साथ-साथ आपकी त्वचा को भी हाँड़ वर्क करना पड़ता है। मौसम का सर्वाधिक प्रभाव आपको चेहरे पर ही पड़ता है। जिससे आपका चेहरा बरबंग हो जाता है। इसलिये दिन में फेस पैक लगाने से ही आपकी त्वचा कोमल बनी रहे ये काफी नहीं है। अगर आप अपनी वही खूबसूरती फिर से पाना चाहती हैं तो ओवर नाइट मास्क से आप एक रात में ही सोते-सोते खूबसूरत बन जाएंगी, जो हाँ ओवर नाइट फेस मास्क रात को सोते समय लगाये और सुबह इसे हटा दें। आइये आपको बताते हैं क्या है इसके फायदे।

हाइड्रेशन के लिए ओवर नाइट फेसमास्क आपकी त्वचा को नमी देता है और हाइड्रेट रखता है। इन फेसमास्क के प्रयोग से त्वचा लचाती बनती है जिससे मेकअप करने में भी आसानी होती है। इससे यूथफुलेस बनी रहती है और मेकअप भी अधिक देर तक टिका रहता है।

फिल्टर टोन इस फेसमास्क के नियमित प्रयोग से स्किन इवन टोन व ग्लोडिंग बनती है। इसके अलावा त्वचा के एजिंग साइन्स जैसे फाइन लाइस्ट, डार्क स्पॉट्स रिंकल्स इत्यादि से भी राहत मिलती है। यह स्वीट ग्लैड के सेक्रियेशन को भी बढ़ाने में सहायक है, इससे त्वचा से डर्ट इत्यादि पर्सीन के रूप में निकल जाती है। यह त्वचा में ऑक्सीजन की मात्रा को भी बढ़ाता है।

रिलेक्स, रिजुविनेट, रिफाइन सोते समय आपकी त्वचा कार्य कर रही होती है दिन भर डेमेज होने के बाद आपका त्वचा वह पुनः रिपेयर होने लगती है। ऐसी स्थिति में यदि आप ओवर नाइट मेसमास्क का प्रयोग करते हैं तो त्वचा रिजुविनेट होने के साथ ही रिफाइन भी होती है। यह पोर्स का रिफाइन कर, त्वचा की गहराई से सफाई करती है। इससे सोते समय त्वचा को बहुत आराम मिलता है। इससे आपकी त्वचा हेल्पी होती है जिससे आप पहले से जबान नजर आती हैं।

रिलेक्स, रिजुविनेट, रिफाइन सोते समय आपकी त्वचा कार्य कर रही होती है दिन भर डेमेज होने के बाद आपका त्वचा वह पुनः रिपेयर होने लगती है। ऐसी स्थिति में यदि आप ओवर नाइट मेसमास्क का प्रयोग करते हैं तो त्वचा रिजुविनेट होने के साथ ही रिफाइन भी होती है। यह पोर्स का रिफाइन कर, त्वचा की गहराई से सफाई करती है। इससे सोते समय त्वचा को बहुत आराम मिलता है। इससे आपकी त्वचा हेल्पी होती है जिससे आप पहले से जबान नजर आती हैं।

फेशियल के यह 5 नुकसान

चेहरे की खूबसूरती को बढ़ाने और त्वचा की समस्याओं से बचने के लिए अगर आप भी फेशियल करवाते हैं, तो जरा संभल जाएं... क्योंकि यह जल्दी नहीं कि फेशियल आपको सिर्फ दमकती हुई त्वचा ही दे यह आपको कुछ समस्याएं भी दे सकता है... जानें फेशियल के यह 5 नुकसान

1 खुजली

फेशियल में अक्सर केमिकल

युक्त क्रीम और कॉमैटिक उत्पादों

का प्रयोग किया जाता है, जो सभी

को सूट करें यह जरूरी नहीं है।

इनके साइड इफेक्ट के तौर पर

आपको त्वचा पर खुजली भी हो सकती है। इन्हाँ त्वचा के लिए हानिकारक भी हो सकता है।

2 लालिमा आना

सही प्रक्रिया न होने के चलते या फिर अत्यधिक

स्कारिंग और गलत मसाज से चेहरे की त्वचा लाल

भी पड़ सकती है, जो आगे जाकर त्वचा की अन्य

समस्याओं को जन्म दे सकती है।

3 मुहांसे

कई लोगों को यह शिकायत होती है कि फेशियल

के बाद चेहरे पर मुहांसे हो जाते हैं। इसका मुख्य

कारण आपके रोमछिंद्रों का खुलना है। रोमछिंद्र खुलने पर सीधे मसाज का निर्माण एवं स्त्राव होता है जिसके कारण

त्वचा तैलीय होती है और महांसे होने लगते हैं।

4 एलर्जी

चेहरे की खूबसूरती के लिए कई प्रकार के

फेशियल किए जाते हैं जिनमें प्रयोग किए जाने वाले

उत्पाद भी अलग-अलग होते हैं। त्वचा के लिए उसके

टाइप के अनुरूप उत्पादों का चयन करना बेहद जरूरी

होता है। ऐसा नहीं होने पर त्वचा पर एलर्जी भी हो सकती है।

5 पीएच बैलेंस

यदि आप नियमित रूप से चेहरे पर फेशियल

करते हैं तो आपकी त्वचा अपनी कुदरती नमी खो

सकती है जिसके कारण त्वचा का पीएच बैलेंस भी

बिगड़ सकता है।

सजाने के लिये

पनीर के लड्डू

पनीर को कटूकस कर लें। एक कड़ाही में शकर,

पनीर और नारियल को दूध में डालें गैस पर रखें और

धीमी आंच करके मिश्रण को धीरे-धीरे एक बड़ी चम्च

से चलाते रहें। मिश्रण गाढ़ा होने लगे तो उसमें किशमिश,

बादाम, पिस्ता और अखरोट डालकर मिलाएं। अब

हरी इलाइची को भी मिश्रण में मिलाकर कुछ देर तक

चलाते रहें। इसके बाद गैस बंद कर दें और मिश्रण को

थोड़ा ठंडा करके अपने हाथों से गोल-गोल पनीर के

लड्डू तैयार कर लें। बारीक कटी सूखी मेवा से सजायें।

आयुर्वेद के 12 चमत्कारिक तेल और उनके लाभ

10 पद्धतिंदु तेल :

इस तेल के प्रयोग से गले के ऊपर के रोग जैसे

सिर दर्द, सर्दी-जुकाम, नजला, पीनस आदि में लाभ

होता है। दिन में दो-तीन बार 5-6 बूंद नाक में डालकर

इसे सूंधना चाहिए।

2 चम्पन अखरोट की गिरी :

200 ग्राम पनीर, 100 ग्राम नारियल (कसा हुआ),

2 चम्पन अखरोट की गिरी, 2 टेस्पन पिस्ते के टुकड़े,

2 टेस्पन बादाम, 8-10 किशमिश, 8 पिस्तो हरी

इलाइची, 100 ग्राम दूध, 500 ग्राम शक्कर।

सजाने के लिये

3 महाविषगर्भ तेल :

यह सभी प्रकार के बात रोगों की प्रसिद्ध औषधि।

जोड़ों की सूजन समस्त शरीर में दर्द, गठिया, हाथ-

पांव का रह जाना, लकवा, कंपन, आधा सीसी, शरीर

शून्य हो जाना, नजला, कण्ठानद, गांडमला आदि

रोगों में सुबह व रात्रि में इस तेल से मालिश करें।

4 महामरिचादि तेल :

इसके प्रयोग से खाजा, खुजली, कुश्योग, मुँह के

दाग व झाई, दाद, बिवाई आदि चर्म रोगों और रक्त के

रोगों में लाभ होता है। एवं इस तेल से त्वचा के काले

वनीले दाग नष्ट होते हैं व त्वचा स्वच्छ होती है।

5 महाविषगर्भ तेल :

यह सभी प्रकार के बात रोगों की प्रसिद्ध औषधि।

जोड़ों की सूजन समस्त शरीर में दर्द, गठिया, हाथ-

पांव का रह जाना, लकवा, कंपन, आधा सीसी, शरीर

शून्य हो जाना, नजला, कण्ठानद, गांडमला आदि

रोगों में सुबह व रात्रि में इस तेल से मालिश करें।

6 जात्यादि तेल :

यह सभी प्रकार के बात रोगों की प्रसिद्ध औषधि।

जोड़ों की सूजन समस्त शरीर में दर्द, गठिया, हाथ-

पांव का रह जाना, लकवा, कंपन, आधा सीसी, शरीर

शून्य हो जाना, नजला, कण्ठानद, गांडमला आदि

रोगों में सुबह व रात्रि में इस तेल से मालिश करें।