

आखिर जवान की वापसी

22 अप्रैल का पहलगाम हत्याकांड, उसके बाद पाकिस्तान के भारत के तीन राज्यों पर ड्रॉन और चाइना मेंड मिसाइलों से हमले थाएँ। इन हमलों का भारत की ओर से टिर्प गए जवाब व इसके बाद सीजफायर के बीच भारत के लिए एक और राहत भरी खबर आई है। पाकिस्तान ने बीसेसएफ के जवान पूर्णिम कमार को रिहा कर दिया है। इस की पुष्टि बीसेसएफ ने भी की है। उत्तरांक शार्क पाकिस्तान का एक रेंजर अभी भारत के कंजो में है। उल्लेखनीय है कि जब 22 अप्रैल को पाकिस्तान समर्थित आतंकियों ने जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में 28 पर्टटकों को मौत के घाट उतार दिया था, वह भी उनसे उनका धर्म पूछकर। इसके अगले ही दिन यानि 23 अप्रैल को बीसेसएफ का जवान पूर्णिम कमार गलती से पाकिस्तान बॉर्डर की

तरक चला गया था, तब से वह पाकिस्तानी सेना के कब्जे में था, जिसे आज अटारी-बाधा वार्डर पर भारतीय बीएसएफ को सौंपा गया। इस तरह की अदला-बदली सेना के माध्यम से अपने-अपने देश को मोहब्बत का पैगाम देती है। क्योंकि यदि पाकिस्तान चाहता है तो कुलभूषण की तरह ही उसे भी नहीं छोड़ता, लेकिन जिस प्रकार से अधोधित युद्ध के बीच बीएसएफ के जवान को भारत को सौंपा है, उससे साफ़ है कि पाकिस्तान की सेना कोई भी ऐसा काम नहीं करना चाहती, जिससे उसके देश में अपन चैन को बाधा पहुँचे। अब सवाल यह उठ रहा है कि क्या पूर्णम कुमार को फैसल इयूटी पर वापस ले लिया जाएगा। इसका उत्तर है नहीं, क्योंकि सेना के कुछ नियम होते हैं, जिन्हें फालो करना होता है। जैसा कि विंग कमांडर अधिनंदन के मामले में हुआ था। दरअसल, बालोकोट एयरस्ट्राइक के दौरान पाकिस्तान के एफ-16 फाइटर जेट को मारकर जब मिग-21 भारत लौट रहा था, तब उस समय विंग कमांडर जिस मिग-21 को उड़ा रहे थे, वह रास्ते में क्रैश हो गया और यह भारतीय फाइटर जेट पाकिस्तानी सरहद से कीरबी 10-12 किलोमीटर अंदर जा गिरा था। तब पाकिस्तानी रेंजर्स ने विंग कमांडर अधिनंदन को बढ़ी बना लिया था। हालांकि, बाद में विंग कमांडर अधिनंदन को पाकिस्तान ने पूरे समान के साथ भारत को सौंप दिया था, लेकिन उन्हें अपने बतन वापस आने के बाद फैसल बाद फिर से डियूटी की

जिम्मेदारी नहीं सौंपी गई थी। इससे पहले उन्हें कुछ प्रोटोकॉल्स से युजर्नल हाते हुए थे। कुछ समय के लिए उस जवान को ग्राउंडेड कर दिया जाता है। प्रोटोकॉल के मुताबिक, सामान्य तौर पर जब एक पायलट विमान से बाहर की तरफ कूदता है तो सुरक्षा प्रोटोकॉल के मद्देनजर कुछ समय के लिए उनको ग्राउंडेड कर दिया जाता है। इस तरीके की घटना के बाद पाकिस्तान से लाईटे किसी भी जवान की नौकरी भी नहीं छिनी जानी जाती है। हालांकि, कुछ दिनों के लिए उनको किसी भी ऑपरेशन में बाकी जवानों के साथ नहीं रखा जाता है। ऐसा उनकी सुरक्षा और मैटल हेल्थ के लिहाज से किया जाता है। खैर अब पाकिस्तान समझ गया है कि भारत से उलझना एक टेढ़ी खीर है। इसलिए उसकी सेना ने ऐसा कदम उठाया है, जिसकी भारत में तारीफ हो रही है। भारत और पास्तान के बीच तनाव का मामला नया नहीं है।

A portrait of a man with a shaved head, wearing an orange shirt. He has a small red mark on his forehead. The image is framed by a black border.

चीन और पाकिस्तान के बीच फंसता नेपाल

प हलगाम आतकी हमले का दंश नेपाल को भी झेलना पड़ा है। बुटल वे एक नागरिक सुदूरप्रदेशोंपाने को उस हमले में अपनी जान गंवानी पड़ी थी। वे अपनी माँ और बहन बहनोई के साथ कमीरी घूमने गएथे। नेपाली लोग अम्भमन किसी अन्य हिल स्टेशन पर नहीं जाते क्योंकि नेपाल एक हिमालय पर्वत देश है जहाँ जाते विद्यार्थी और पढ़ाइ कश्मीर समीखे ही हैं। लेकिन इधर कश्मीर नियमें आंक मुक्त था इसलिए वहाँ पर्यटकों की आवाजाही में इजाफा होने लगा था। उरिस्ट व्यवसाय से जुड़ा हर कश्मीरी खुशाहाल हो रहा था। पहलाना हमले से कश्मीरी का टरिस्ट उद्योग बर कर फिर छिन्न-भिन्न हुआ है। कश्मीर में जो शास्त्री का माहात्मा हो उसका भारत ही रहने के दिशाओं के पर्यटक भी प्रभावित हो रहे थे। सुदूरप्रदेशोंपाने और उनका परिवार भी उसमें से एक था। लेकिन इस परिवार को जो जछा मिला, वह शायद ही फिर कभी इन्हें

कश्मीर की ओर आकर्षित करने में कामयाब हो। कश्मीर से सूर्योदय न्योतों से नेपाल में भी गम का महारथ था। ओली के नेतृत्व वाली हुक्मनाम तभी इस पर गर्व रहा दुख लोक करते हुए आतंकीयों की खूब मजम्मत की। आतंक के खिलाफ भारत के हर कदम पर छड़ा रहने का भरोसा भी दिया। लोकन यह कंसा भरोसा था कि जब वर्तायगम का बदला लेने के लिए भारत पाकिस्तान को मुंह-टूट जवाब दे रहा था तब पाकिस्तान के घरार हैं अफसर नेपाल में प्रशिक्षण के लिए पूर्वांच गए। माना कि पाकिस्तान से नेपाल के रिश्ते भारत जैसे कड़ नहीं हैं लोकन ओली सरकार का अपने नागरिक को हत्या पर पाकिस्तान से जरा भी स्वस्त्रा नहीं हुई। वे कहते हैं कि नेपाल सरकार को अपनी धरती का दिवाली भारत विदेशी गतिविधियों के लिए एक प्रशिक्षण नहीं करने देंगी तो क्या नेपाल में प्रशिक्षित पाकिस्तान के सैनिक भारत पर फूल बरसाते। भारत के लिए यह घटना चाकावाली हो सकती है कि पाकिस्तान सशस्त्र बलों में से सूची प्रशिक्षण प्राप्त कर चुके नेपाली सेना के पूर्व सैनिकों का एक सम्मेलन काठमाडू दिश्त पाकिस्तान दूतावास में आयोजित किया गया। इसके पहले पाकिस्तानी नेपाल में 15 मई त अनुसार पाकिस्तानी कालेज के ये 11 पर एयर कमोडोर साथ थे। वे सामार्टेन वार फॉर्मला काठमाडू दिश्त पाकिस्तान सम्मेलन में ये सभी कार्यक्रम के मुख्य गौम शमशराम पारा पूर्व सूना प्रधान राजे पाकिस्तान दूतावास अली अल्ली ने नेपाली बीच संबंधों और कहा कि 'पाकिस्तान के क्षमता निर्माण में भी इतना ही नहीं नेपाल कहा कि पाकिस्तान



इसके पहले पाकिस्तान के 11 सदस्यीय सैन्य अफसर नेपाल में 15 मई तक प्रशिक्षण पर हैं। नेपाली सेना के अनुसार पाकिस्तान के नेशनल सिक्योरिटी एंड वार कालेज के ये 11 पाकिस्तानी सैन्य अफसर 4 मई को एयर कोमटोर साद मसरूं अंसारी के नेतृत्व में ब्रिटिश एयरफोर्स 15 मई तक नेपाली सेना माउटेन वार फेरव कालेज में प्रशिक्षण प्राप्त करेंगे। काउन्ड्रॉस्ट्रिक्शन पाक दूतावास पर आयोजित इस सम्मेलन में ये सभी पाकिस्तानी सैन्य अफसर मौजूद थे। कार्कांस्क के मुत्तमिय नेपाली सेना के पूर्व प्रभुत्व गोरख शमशेर राणा थे, जबकि विशेष अधिकारी के रूप में पूर्व सेना प्रमुख राजेन्द्र क्षेत्री भी उपस्थित थे। सम्मेलन में पाकिस्तान दूतावास के सैन्य सलाहकार कर्नल मुहम्मद अली अल्वा ने नेपाल और पाकिस्तान के सैनिकों के बीच संबंधों और प्रशिक्षण प्रक्रिया डाला। उन्होंने कहा कि 'पाकिस्तानी सपाधन बल नेपाली सेना की क्षमता निर्माण में भविष्य में भी सहयोग करता रहेगा'। इतना ही नहीं नेपाल के पूर्व सेना प्रमुख राणा ने यह तक कहा कि पाकिस्तानी सश्त्रानों के माध्यम से नेपाली सेना

क्षमता वृद्धि जैसे कार्यक्रम संस्था और इसमें भाग वाले दोनों देशों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। नेपाल आक्रिस्तान का राजदूत अबरार एच. राहमी ने कहा कि उन और पाकिस्तान के बीच संबंध अपारी निश्वास ही हैं तभी पर आधिकारिक विश्वास व्यक्त किया दोनों देशों के बीच वर्तमान सैन्य संबंध भवित्व में अजग्रह हो गए और नई ऊँचाइयों तक पहुँचेंगे। यह भी गौरतलब है कि ओली भारत के विरोध में हो रहे हैं, नेपाल की जनता भी ही, ऐसा नहीं है और यह सर सेपक्षी दल भी ओली के सुर में मलिलाएं, भी नहीं है। नेपाल में पाकिस्तानी सेन्य अफरियां को दुर्दणी की निंदा काठमाडौं में खबर हड्डी। तमाम विरोधी ओं के नेताओं ने ओली के इस कदम को गैरवाचिकरण किया। नेपाल प्रतिनिधि समूह का पूर्व संसद्य अधिभेदक प्रशांत कहा है कि नेपाल सरकार को ऐसे किसी आयोजन से बचाना चाहिए जो पाकिस्तान राष्ट्र की बनाओं को आहत करता है। यह बताने की जरूरत है कि नेपाल चीन की गोद में बैठने को बेताब है और तापाक के बीच युद्ध जैसे हालात के दस्तावान चीन की

टीआयपी की खातिर 'जमूरा' कुछ भी करेगा



निर्मल दान

‘से ‘नवाज़’ जाने लगा है वह कहाँ सुधरने वाला। पूरी दुनिया के सोशल मीडिया और टी बी चैनल्स में इस बात का मजाक़ उड़ाया जा रहा है कि इसी दलाल मीडिया ने करकी बंदरगाह पर हमल करा रहा था, आखिर क्या आधार पर इसी मीडिया ने लाहोर पर कब्ज़ा करा दिया, इस्लामाबाद पर भारतीय सेना का कब्ज़ा करा दिया और तो और पाकिस्तान के प्रधानमंत्री निवास तक उड़ा दिया। बेशक पाकिस्तानी मीडिया बड़ा भी स्तरी तरह की कई वेसियं पैर की बातें की गई। जैसे ‘पटाना व बंगलाराही’ के बंदरगाहों पर पाकिस्तान का हमला’ जबकि इन दोनों जाह न तो समझ दूँ है न ही बंदरगाह। परन्तु हमें पाकिस्तान के मीडिया से तुलना करने की ज़रूरत ही क्या ? हम तो ‘विश्वरूप भारत’ के मीडिया की विश्वसनीयता की बात नहीं कर सकते हैं। यह तस वर्षों से इसी मीडिया पर हिस्सा और नफरत फैलाने के अरापें लगते रहे हैं। आज देश में सामाजिक विभाजन की जो रेखाएं गहरी हुई हैं उसमें इसी मीडिया की अहम भूमिका है। उस दिनांक मीडिया के बेलगाम हाने पर सरकार को खामों, शीरी भी बाबा बाबा सवाल उठे। परन्तु साता ने स्वयं को लाधिकृत हाथे देख उस समय परवान को लगाम नहीं कसी न ही नियंत्रित रहने के निरूपण जारी किए। जबकि देश की अदालतों ने एक नहीं अनेक बार मीडिया को उसकी इन्हीं गैरि जिम्मेदाराना प्रतिरक्षणों के चलते आइना की दिखाया, निर्देश भी दिए परन्तु इनकी बेशम जस की तरीका क्याम ही। और जिम्मेदारी का एंडेंस बल पर अपनी टीआरपी बढ़ती देख मीडिया उसी दर्दे पर चलता रहा। और इसी बेलगामी का परिणाम यह रहा कि भारतीय मीडिया भारत-पाक तनाव के दौरान आपके सामाचार, नियन्त्रित खेज करके, गलत सूचना आदि प्रसारित करता रहा। और मीडिया के इसी गैरि जिम्मेदाराना स्वयं ने इसी की विश्वसनीयता पर विश्व स्तर पर सवाल उठाए। कुछ आउटलेट्स ने संतुलन बनाए रखने की कांशिश की, लेकिन समग्र रूप से मीडिया की भूमिका विवादास्पद रही। इतनी बदनामी व अपमान सहने के बाद आज भी मीडिया अपने ढर्प पर कायम है। गाया की नज़रों में यही मीडिया एक प्रकारिता है। (ये लेखक के निजी विचार हैं)

(धर्मखक का निजाविचार ह)

उन्नत रक्षा तकनीक और रिसर्च के नए रास्ते..

भारतीय सेनाओं ने भारत-पाक संघर्ष में अपनी युद्धकला का जिस तरह से मुजाहिरा किया है वह पूरे विश्व के हित्रयां बाजार के स्थलपक के बदल रख रहा। दुनियां की सबसे प्रोफेशनल और पारमित व युद्ध की अनेक निम्न जबरनुस्ख प्रैरवाजी से मालित भागती हैं। सेनाओं ने भारत ने 2022 में 15920 करोड़ रुपये के देखा उपकरण निर्यात किए थे, भारत-पाकिस्तान का जारी संघर्ष धीन व अग्रेटिकी लड़ाकू विमानों के बाजार का भविष्य तय कर रहा है, हथियार बाजार चीनी लड़ाकू विमान जे-10सी और अग्रेटिकी लड़ाकू विमान एफ-16 का बाजार भाव तय कर रहा है।

निक जरवरदस्त परवरणाओं में मारा-भारतीय सनातनों अपने शानदार संमिति व संस्कृतिल मीडिया ब्राइफिंग के जरिए बहुत कुछ नई मानवदस्त स्थापित किए हैं। दुनियां की सभी सैन्य निर्माता कर्पनियों इस सैन्य संघर्ष का बहुत ही बारीकों से अवश्य कर रही हैं। दो-दो ग्राहों द्वारा पाक की 'बैक डोर' हथियार मदर' का बाबजूद जिस तरह से 'भारतीय सनातनों ने अपनी सीमा में बैठे-बैठे पाक ट्रॉप इस्मानों किए जा रहे 'उधार के हथियारों' की बैंड बजाई है, वह वैश्विक स्तर पर युद्ध विज्ञान, अनुसंधान और निर्माण की दिशा-दशा को नए आयाम देगी। निकट भावित्य में भारत में सैन्य तकनीक और विकास का एक नया दौर तेजी से बहुत सारे अवसर खोले जाएंगे। इसके बायोकों के नियन्त्रित और सरकारी दोनों ही क्षेत्रों में जरवरदस्त कार्य के अवसर खुलेंगे। रक्षा शोध और विकास संगठन (**Defence Research and Development Organisation DRDO**) भारत ने घटले ही इस दिशा में अपने कदम बढ़ा दिए हैं। द्विआरोडी और निजी क्षेत्र को भवित्य की सैन्य तकनीक विकसित करने में मदद के लिए नई नीतियां बनाई हैं और उस पर अपल भी शुरू कर दिया है।

सभी सैन्य प्रयोगशालाओं को इस तरह से डेवलप किया है कि रक्षा प्रौद्योगिकियों और उत्पादों को इस तरह से डिजाइन किया जाए कि वह भवित्य में होने वाले युद्धों का पास पलट सके। रक्षा मंत्रालय अपनी टीडीएफ योजना के तहत इस बात पर जार दरहा है कि सैन्य उपकरणों/हथियारों की उत्पादन लागत भी कम हो और वह तेज व अचक्ष भी। भारत-पाकिस्तान के इस टकराव ने बता दिया है कि स्पीड-और एक्युरेसी का तालमेल बाजी पलट सकता है। रक्षा मंत्रालय ने दिसंबर, 2024 तक टीडीएफ योजना के अंतर्गत यात्रा 335 करोड़ लागत की 80 परियोजनाओं को मंजूरी दी है। जो जानकारी सूची में मिलती है उसके अनुसार रक्षा क्षेत्र में जो भारतीय उद्योग सक्रिय हैं उन्होंने 18 सैन्य तकनीकों पर बहरतीन कार्य को अजाम दिया है। मिलों जानकारी के अनुसार अमेरिका में डिफेंस एवं वार्सल रिसर्च प्रोजेक्ट्स एंड सेसी (DARPA) और आरआरडीओ ने हाथ मिला दिया है और रक्षा क्षेत्र में भारतीय रक्षा वैज्ञानिकों के साथ मिल कर कुछ बड़े अनुसंधानों पर कार्य आरंभ हो चुके हैं। रक्षा उत्पादन और रिसर्च के लिए **MSME** और लिए इस बाजार में बुझ चुका है। वर्तमान में अमेरिका के बाद फ्रांस व रूस हथियारों के बड़े सौदागर हैं। जबकि भारत दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा हथियार खरीदारी करने वाला देश है। भारत के बाद युक्ति व सजड़ी अंतर्वर्ती अन्य बड़े हथियार खरीदार हैं। भारत अब विदेशीरक्षा की निर्भता करने की दिशा में काम कर रहा है और वह निर्वातकों की सूची में शामिल हो चुका है। हथियारों के वैश्विक बाजार का आकार वर्ष, 2022 में 162.5 बिलियन अमेरिकी डॉलर था और अब यह अनुमान लगाया जा रहा है कि 2030 तक यह 96.63 बिलियन अमेरिकी डॉलर की भी पार कर जायेगा। भारत ने क्षेत्र वैश्विक हथियार बाजार में एक छोटा कर्मसूली ही सही लेकिन बाहर हथियार नियांतक देश, एक कदम आगे बढ़ाया है। भारत ने 2022 में 15920 करोड़ रुपये के रक्षा उपकरण नियांतक किए थे।

भारत-पाकिस्तान का जारी संघर्ष चीन और अमेरिकी लड़ाकू विमानों के बाजार का भवित्य तय कर रहा है। हथियार बाजार चीनी लड़ाकू विमान जे-10 परी 10-परी और अमेरिकी लड़ाकू विमान एफ-16 का बाजार भारत तय कर रहा है।

TART-UP के तहत करीब 930 करोड़ रुपये की राशि की 264 परियोजनाओं को मंजूरी दी गई है। वैश्विक रक्षा बाजार बहुत तीव्र गति से बढ़ रहा है।

त्रालय इस बड़ी चुनौती से कैसे निपटा है, यह समय तो आएगा। फिलहाल बहुत तेजी से निजी क्षेत्र की भारतीय पंथियों ने सैरे उपकरणों, हथियारों के विकास की ओर कदम बढ़ाए हैं। टाटा स्पेन की कंपनी के साथ सैन्य विमान की निर्माण की ओर कदम बढ़ा चुका है। टाटा की स औद्योगिक इकाई में सी 295 विमान बनाए जाएंगे और स्पेनिश कंपनी CASA ने डिजिनर किया है और यह मध्यम सामरिक परिवहन विमान है। भारत की एक नई क्षेत्र की कंपनी सोलर इंडस्ट्रीज इंडिया लिमिटेड ने शेयर अचानक असामन चढ़ाव दे रखा है। यह कंपनी भारतीय विमानों का लिए हैंड ग्रेनेड, डोन, रोकेट लॉन्चर आदि लेकर डफेंस सेक्टर का बाज़ार ही है। इस कंपनी ने वर्ष 2011 में डफेंस सेक्टर में कदम रखा था और यह ब्रह्मास मिसाल ला का बूस्टर विमान बनाने वाली पहली निजी क्षेत्र की कंपनी है। इसके अलावा टाटा इडवास सिस्टम, एलएसटी डफेंस, परास डिफेंस, महेंद्र जैसी कई कंपनियां रक्षण विमान में सामने आई हैं। यह कंपनी युवाओं के कल्पणाओं रक्षण विमान और असरकार खुल रहे हैं वहाँ रक्षण विमानों पर विद् धि निर्भरता कम होगी। यानी आधुनिक तकनीक, नवायुधान और निर्माण की विश्वा पर बहुत तेजी से कार्य रुपरे की रफ्तार निर्माण है। पढ़ेंगा इंडिया रिसर्च करेंगा इंडिया और लेगेंगा इंडिया।

ਚੋਹਰੇ ਕੀ ਖੂਬ ਸੂਰਤੀ ਬਰਕਰਾਰ ਰਖਨੇ
ਸੇਂਧਿਆਟੇ ਸੰਟ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਪਿੰਡ ਕੁੰਝੀ

ਨ ਪਾਇਆਨ੍ਹ ਹਾ ਸਕਿਆ ਫਾਈਟਕਰਾ

ਧਰੋ ਹੋ ਕੀ ਖੁਬਸੂਰੀ ਕੋ ਬਕਰਾਰ
ਰਖਨ ਕੇ ਲਿਏ ਮਹਿਲਾਏ ਕੰਡ
ਤਰਹ ਕੇ ਪ੍ਰੋਡਕਸ ਕਾ
ਇਸ਼ਮਾਲ ਕਰਤੀ ਹੈਂ ਲੇਕਿਨ
ਗਰੰਥਿਆਂ ਮੋਂ ਸਿਕਨ ਕਾ ਧਿਆਨ ਰਖਨਾ
ਬੇਵਦ ਜ਼ਖੀ ਹਾਂਨਾ ਹੈ। ਕਿਂਧੀਂ ਗਰੰਥ
ਹਵਾਓਂ ਕੀ ਵਜ਼ਹ ਸੇ ਫੇਸ ਪਰ
ਅਲਗ-ਅਲਗ ਤਰਹ ਕੀ ਪੰਥਸਾਨਿਆਂ
ਹੋ ਸਕਤੀ ਹੈਂ। ਜਿਸਸੇ ਮਹਿਲਾਏ
ਪੰਥਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਤੀ ਹੈਂ। ਵਹਿੰਦੀ ਅਗਰ
ਆਪਕੇ ਗਰੰਥ ਕੇ ਸਿਕਨ ਮੌਜੂਦ
ਪ੍ਰੋਲੱਸ਼ਸ਼ ਕਾ ਸਾਮਨਾ ਕਰਨਾ ਪੱਧਰ ਰਹਾ
ਹੈ, ਤਾਂ ਯਹ ਆਰਟਿਕਲ ਆਪਕੇ ਲਿਏ
ਹੈ। ਦਰਅਸਲ, ਆਪ ਘਰ ਪਰ ਹੋ ਅਪਨੀ
ਸਿਕਨ ਕੇ ਹੱਦੀਆਂ ਆਂ ਗਲੀਂਝੰਗ ਬਾਨਾ
ਸਕਤੀ ਹੈਂ। ਅਤੇ ਕੀ ਖੁਬਸੂਰੀ ਕੋ
ਬਕਰਾਰ ਰਖਨੇ ਕੇ ਲਿਏ ਮਹਿਲਾਏ
ਕੰਡ ਪ੍ਰਯਾਸ ਕਰਤੀ ਹੈਂ। ਗਰੰਥ ਮੋਂ
ਛਾਟੀ-ਮਾਟੀ ਪੰਥਸਾਨਿਆਂ ਚੇਹਰੇ ਕੀ
ਖੁਬਸੂਰੀ ਕੋ ਕਮ ਕਰ ਸਕਤੀ ਹੈਂ।
ਆਪ ਇਨ ਸਮਾਜਿਕ ਓਂਸ ਦੇ ਬਚਨੇ ਕੇ
ਲਿਏ ਫਿਕਰੀਆਂ ਕੀ ਇਸ਼ਮਾਲ ਕਰ
ਸਕਤੀ ਹੈਂ। ਵਹਿੰਦੀ ਫਿਕਰੀ ਭੀ ਫੇਸ
ਕੇ ਲਿਏ ਫਾਧੇਂਮੰਦ ਹੋ ਸਕਤੀ ਹੈ।

ਕਰੋ। ਇਸਕੋ ਫੇਸ ਪਰ ਸ਼ੇ ਕਰਨੇ ਕੇ
ਬਾਅਦ ਹਲਕੇ ਹਾਥੋਂ ਸੇ ਮਸਾਜ ਕਰੋ।

ਪੇਂਡੇ ਬਾਣਾਏ ਫੇਸ ਪੈਕ

फिटकरी से बनाएं टोनर

ब्यूटी एक्सपर्ट की मानें, तो आप फिटकरी से टोनर भी बना सकती हैं। इसके लिए फिटकरी को एक कट्टर में डाल दें। अब इसमें थोड़ा सा पानी डालकर कुछ दर के लिए रख दें। अब इस पानी को स्प्रे बॉटल में छानकर भर लें। फिर इस पानी से फेस पर स्प्रे करके इस्तेमाल हो सकती है।

इन बातों का रखें ध्यान

इसको फेस पर अप्लाई करके 20 मिनट के लिए छोड़ दें। इससे आपकी त्वचा लालोग हो सकती है और डाक्स स्पार्ट्स ही हल्के हो सकते हैं। फेस पर इसको अप्लाई करने से पहले चेहरे को अच्छे से धोकर सुखा लें। चेहरा धोने के बाद ही फिटकरी का इस्तेमाल करें।

