

# प्रभु देवा की फिल्म के लिए तमिल सीखने की ट्यूशन ले रही है अमायरा दस्तूर

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)



अमायरा दस्तूर निश्चित रूप से बॉलीवुड में चार फिल्मों और दो साउथ फिल्मों के बीच लगातार भाग दौड़ कर रही हैं। सभी इसी साल रिलीज होंगी। राजकुमार राव और कंगना रनौत की मेंटल है क्या जुलाई में रिलीज होने के साथ, अमायरा की तीन अन्य फिल्मों की भी कतार है, जिनमें मेड इन चाइना राजकुमार राव और बोमन ईरानी के साथ, प्रस्थानम संजय दत्त और अली फज़ल और टी-सीरीज की कोई जाना नहीं शामिल हैं। हालांकि उनकी प्लेट पर इतना कुछ है इसलिए अभिनेत्री और कड़ी मेहनत करने के साथ और अपने कला को

और बेहतर बनाने बनाने में जुटी हुई हैं। अपने किरदार और परफॉरमेंस में और अधिक सत्यता जोड़ने के लिए अमायरा ने तमिल सीखने का फैसला किया है। अपनी आने वाली फिल्मों के लिए डब करने में सक्षम होने के लिए, अमायरा तमिल सीखने के लिए ट्यूशन ले रही हैं। प्रभुदेवा के साथ अमायरा की ये फिल्म एक सायकोलॉजिकल थ्रिलर है। इस फिल्म में वे एक साथ बिल्कुल नए अवतार में दिखेंगे। अमायरा, आदिक रविचंद्रन के निर्देशन में अपनी भूमिका के लिए कड़ी मेहनत कर रही हैं, और उन्होंने यह भी बताया कि कैसे उन्हें किरदार में आने के लिए बहुत कुछ पढ़ना पड़ता है। इसलिए वे हर एक बात को सुनिश्चित करती हैं ताकि सब कुछ सही हो। तमिल फिल्म इंडस्ट्री में 2015 में धनुष की फिल्म एनेगन से डेब्यू के लिए काफी वाहवाही बटोरने के बाद अमायरा, अपनी दूसरी तमिल फिल्म के साथ दर्शकों और क्रिटिक्स को फिर से प्रभावित करना चाहती हैं। अमायरा कहती हैं कि मैं जिस किरदार को निभा रही हूँ, मैं वास्तव में इस किरदार के लिए डब भी करना चाहती हूँ क्योंकि मुझे लगता है कि यह मेरे प्रदर्शन को बढ़ाएगा, जिसे हासिल करने के लिए मैंने इतनी मेहनत की है। थ्रिलर फिल्म बनाते समय अतिरिक्त सावधानी और सही भावनाओं का होना जरूरी है क्योंकि उस फिल्म को देखने वाले दर्शकों को विश्वास करना आवश्यक है। उन्होंने कहा कि तमिल सीखने के फायदे यह होंगे कि मैं अपने प्रमोशन के दौरान इसका इस्तेमाल कर सकूंगी और वास्तव में समझ सकूंगी कि मेरे आसपास के लोगों से लगातार अनुवाद करने के लिए कहने के बजाय मुझे क्या कहा जा रहा है। यह मैं आसानी से समझ जाऊंगी। उन्होंने कहा कि एक्टर्स अपने प्रदर्शन को बढ़ाने के लिए बहुत कुछ करते हैं और मेरा यह प्रयास सक्सेस की दिशा में एक छोटा कदम है।

## मेकअप हटाए बिना सोएंगी तो हो सकता है बड़ा नुकसान

किसी पार्टी या फंक्शन से देर रात लौटकर अकसर आप थकान की वजह से बिना मेकअप हटाए ही सो जाती हैं। कई बार जब आप ज्यादा हेवी मेकअप नहीं करती हैं तब भी आप इसे हटाना जरूरी नहीं समझती हैं।

आपको बता दें कि ऐसा करके जाने-अनजाने आप अपनी स्किन को बहुत नुकसान पहुंचा रही हैं। मेकअप लगाकर सोना आपको भारी पड़ सकता है।

दिन में आपकी स्किन प्रोटेक्शन मोड

में रहती है। दिन में स्किन सेल्स प्रदूषण और खतरनाक यूवी किरणों से लड़ते हैं जबकि रात को जब आप आराम कर रहे होते हैं तब स्किन रिपेयर मोड में होता है। ऐसे में अगर आपके चेहरे पर मेकअप होगा तो स्किन को काफी नुकसान हो सकता है।

आप यह तो जानती ही होंगी कि हेल्दी स्किन के लिए उसे पोर्स का खुला रहना कितना जरूरी है। पोर्स में अगर धूल-मिट्टी जम जाती है तो उसे स्क्रब करके साफ

करती हैं। रात भर में मेकअप आपके स्किन पोर्स को ब्लॉक कर सकते हैं।

मेकअप आपकी स्किन से मॉइश्चर खींचता है और उसे ड्राई कर सकता है। मेकअप हटाने पर आपकी स्किन को ताजी हवा मिलेगी और स्किन रिफ्रेश्ड रहेगी।

सारे दिन का पलूशन आपकी स्किन पर आकर इकट्ठा हो जाता है। अगर आप इसे बिना हटाए सो जाएंगी तो चेन रिऐक्शन के साथ ही ये आपकी स्किन को काफी नुकसान पहुंचा सकते हैं।



## चेहरे पर बर्फ लगाने से खूबसूरती रहती है बरकरार

गर्मी के मौसम में चेहरे पर ताजगी बनाए रखना काफी मुश्किल होता है। क्योंकि पसीना और जल्दी होनेवाली थकान चेहरे की रंगत छीन लेती है। अगर आपको ज्यादा समय खुले में रहना पड़ता है, तब तो यह और भी अधिक दिक्कत भरा होता है। लेकिन परेशान न हों। आपको जानकर खुशी होगी कि एक छोटी-सी आइस क्यूब आपकी इस बड़ी समस्या का समाधान कर सकती है। आप कई तरीकों से आइस क्यूब के जरिए अपनी खूबसूरती कायम रख सकती हैं...

**चेहरे पर ग्लो:** रोज सुबह उठकर चेहरे पर बर्फ का एक

टुकड़ा हल्के-हल्के हाथों से रब करें।

इसे पूरे चेहरे पर सर्कुलर यानी घड़ी

की चलने की दिशा में घुमाएं। चेहरे पर ग्लो लाने का यह सबसे सर्वोत्तम तरीका है।

**ब्लड सर्कुलेशन:** चेहरे पर बर्फ लगाने से चेहरे का ब्लड सर्कुलेशन सही बना रहता है। इससे चेहरे की त्वचा से जुड़ी दिक्कतें नहीं होती और चेहरा दिनभर ताजगीभरा लगता है। फेस पर निखार बढ़ता जाता है।

**सप्ताह में इतनी बार:** अगर आप हर रोज सुबह ऐसा करने में समर्थ नहीं हैं तो सप्ताह में तीन से चार पर हर दिन सुबह एक आइस क्यूब से चेहरे की मसाज जरूर करें। इससे आपको लंबे समय तक ताजगी मिलेगी।

**झुर्रियां घटाने में:** बढ़ती

उम्र के साथ चेहरे पर झुर्रियां आना आम बात है। कई बार तनाव के लंबे दौर के कारण भी चेहरे पर लाइन्स उभर आती हैं। इनसे निजात पाने के लिए दिन में दो बार आइस क्यूब से चेहरे की मसाज करें। झुर्रियां दूर होंगी और स्किन में चमक आएगी।

**मेकअप करते समय:** गर्मी के मौसम में चेहरे पर मेकअप करने में काफी दिक्कत होती है। मेकअप करते समय ही चेहरे पर नमी आ जाती है या मेकअप ज्यादा देर नहीं टिक पाता है। इस परेशानी से बचने के लिए मेकअप करने से पहले चेहरे पर बर्फ का टुकड़ा रगड़ें। फिर मुलायम कपड़े से चेहरा साफ करें और फिर मेकअप करें। आपका मेकअप ज्यादा अच्छे तरीके से होगा और लंबा टिकेगा।

