

स्वास्थ्य और समृद्धि का सशक्त माध्यम

Dr Bipul MULlick
CMD Ezykart

ईजीकार्ट: Direct Selling का नया युग

मेरे प्यारे साथियों, Ezykart परिवार के सदस्यों,

आज मैं आप सभी को संबोधित करते हुए बेहद उत्साहित हूँ। हम सब जानते हैं कि Ezykart सिर्फ एक कंपनी नहीं है, बल्कि यह एक सपना है, एक आंदोलन है, और एक परिवार है। एक ऐसा परिवार जो स्वास्थ्य और समृद्धि के बीज बो रहा है।

Ezykart नाम में ही हमारे मिशन और विजन की झलक मिलती है। आइए, हम मिलकर इस नाम के हर अक्षर का अर्थ समझें और देखें कि यह हम सभी को कैसे प्रेरित करता है:

E - Energy: हर एक Ezykartian में असीमित ऊर्जा होती है। यह ऊर्जा हमें हर चुनौती का सामना करने और सफलता की नई ऊंचाइयों को छूने की शक्ति देती है।

Z - Zeal: हम सभी अपने काम के प्रति जुनूनी हैं। यह जुनून ही हमें सफलता की ओर ले जाता है।

Y - Youthful: हम हमेशा युवा रहते हैं। हम नए विचारों को अपनाने और नए अवसरों की तलाश में रहते हैं।

K - Knowledge: हम लगातार सीखते रहते हैं। आयुर्वेद का विशाल ज्ञान हमारे लिए एक अनंत खजाना है।

A - Achievement: हम सभी बड़ी उपलब्धियां हासिल करना चाहते हैं। आयुर्वेद को लोकप्रिय बनाना ही हमारी सबसे बड़ी उपलब्धि है।

R - Results: हम परिणाम-उन्मुख हैं। हमारे उत्पादों ने लाखों लोगों के जीवन में सकारात्मक बदलाव लाए हैं।

T - Team: हम एक टीम के रूप में काम करते हैं। नेटवर्क मार्केटिंग का यह मॉडल हमें एकजुटता से काम करने का अवसर देता है।

साथियों,

आज हर्बल उद्योग तेजी से बढ़ रहा है और आयुर्वेद को लेकर लोगों में जागरूकता बढ़ रही है। लोग अब रासायनिक दवाओं के बजाय प्राकृतिक उपचारों की ओर रुख कर रहे हैं। और Ezykart इसी जरूरत को पूरा कर रहा है। हमारी कंपनी ने आयुर्वेदिक उत्पादों की एक विस्तृत रेंज विकसित की है जो विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं के लिए फायदेमंद हैं।

नेटवर्क मार्केटिंग इस उद्योग में एक शक्तिशाली माध्यम बन गया है। यह न केवल हमें उत्पाद बेचने का अवसर देता है बल्कि हमें दूसरों को भी सशक्त बनाने का मौका भी देता है। हमारी कंपनी के माध्यम से आप न केवल अपनी आय बढ़ा सकते हैं बल्कि आप दूसरों के जीवन में भी सकारात्मक बदलाव ला सकते हैं।

आप सभी जानते हैं कि आयुर्वेद सिर्फ बीमारियों का इलाज करने के बारे में नहीं है। यह एक जीवन जीने का तरीका है। आयुर्वेद हमें स्वस्थ रहने, तनाव मुक्त रहने और एक संतुलित जीवन जीने का तरीका सिखाता है। हमारी कंपनी के माध्यम से हम आयुर्वेद के इस ज्ञान को लोगों तक पहुंचा रहे हैं।

आने वाले समय में हम और भी बड़ी उपलब्धियां हासिल करेंगे। हमें अपनी दृढ़ इच्छाशक्ति को कभी कम नहीं होने देना चाहिए। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि हम एक परिवार हैं और हम एक साथ मिलकर सफलता की नई ऊंचाइयों को छू सकते हैं।

हमारी कंपनी ने न केवल भारत में बल्कि विदेशों में भी अपनी पहचान बनाई है। हमारा लक्ष्य है कि हम आयुर्वेद को विश्व स्तर पर लोकप्रिय बनाएं।

आप सभी को बहुत-बहुत धन्यवाद!

महत्वपूर्ण बात आपके लिए:-

क्या आपको एक अच्छी कंपनी की तलाश है ?

□ प्रोडक्ट यूनिक हो रिजल्ट हो ।

□ प्राइस हम भारतीयों की समझ में आ जाए।

□ प्लान ऐसा हो कि बॉटम को अपना घर संभालने में आसानी मिले।

□ Perday 2k se 1 lakh earnings भी हो।

□ सिंगल आईडी पर करोड़ों की इनकम कमा सकते हो।

□ कंपनी बाद में आए हुए लोगों को हेलीकॉप्टर एंटी ना दे।

□ रातों-रात 2 साल से काम करने वाली टीम का स्ट्रक्चर दूसरी टीम में ना कर दिया जाए।

□ कंपनी का ट्रेनिंग सिस्टम जबरदस्त हो।

□ Product की अवेलेबिलिटी रहे।

□ लीडर द्वारा मीटिंग और ट्रेनिंग का सपोर्ट मिले।

फिर देर किस बात की स्वागत है आपका Ezykart में |

आज Google meet के मीटिंग में जरूर कनेक्ट हो और समझे किस प्रकार Ezykart इतनी सारी क्वालिटी वाला प्लेटफॉर्म बन सकता है आपके लिए | Google Meet link:
<https://meet.google.com/ykb-iyom-btv>



www.easycartbooster.com

अतिरिक्त टिप्स:

1. "अगर एक साधारण इंसान ने भी अपने संकल्प से सफल लोगों की आदतें खुद के अंदर विकसित कर ली तो उसे सफल होने से कोई नहीं रोक सकता. याद रखिएगा आप अक्सर अपनी मनचाही सफलता से सिर्फ एक या दो आदतें दूर होते हैं."

2. जीवन को सरल रखें और एक स्पष्ट लक्ष्य रखें। हर दिन इस पर कायम रहें और आप यह देखकर आश्चर्यचकित रह जाएंगे कि आप कितना कुछ हासिल कर सकते हैं। विकास का तात्पर्य छोटे, स्थिर कदम उठाने से है। आइये मिलकर प्रगति करें!

3. "तुम्हें अपनी कहानी खुद लिखनी होती है. वैसे कहानी मत लिखना जिसमें हीरो हार जाए; तुम ऐसी कहानी लिखना जिसे पढ़ कर हर हारता हुआ हीरो फिर से जीत की तैयारी शुरू कर दे."

www.easycartbooster.com

11. थायरोडिन सिरप

साइज़: 200 मिलीलीटर

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:-

ब्राह्मी, गोखरू, मुंडी, पुनर्नवा, वरुणछाल, मेथी, दाना, कालोजी, अजवाइन, एलोवेरा, लहसुन, धनिया, हल्दी, कासनी, जटामांसी, मुलेठी, गिलोय, अश्वगंधा, त्रिफला

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

1. थायरॉयड फंक्शन में सुधार:
 - अश्वगंधा और गिलोय थायरॉयड हार्मोन के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं।
 - ब्राह्मी थायरॉयड ग्रंथि के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकती है।
2. मेटाबॉलिज्म का नियमन:
 - गोखरू और मेथी दाना मेटाबॉलिक दर को बढ़ाने में सहायक हो सकते हैं।
 - कालोजी इंसुलिन संवेदनशीलता में सुधार कर सकती है।
3. प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
 - गिलोय, हल्दी और त्रिफला प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने में मदद कर सकते हैं।
4. विषहरण और शुद्धिकरण:
 - पुनर्नवा और कासनी शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में सहायक हो सकते हैं।
5. सूजन को कम करना:
 - हल्दी और गिलोय में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो सूजन को कम कर सकते हैं।
6. पाचन में सुधार:
 - अजवाइन, धनिया और त्रिफला पाचन क्रिया को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।
7. ऊर्जा स्तर में वृद्धि:
 - अश्वगंधा और जटामांसी थकान को कम करने और ऊर्जा स्तर को बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।
8. मानसिक स्वास्थ्य में सुधार:
 - ब्राह्मी और जटामांसी तनाव और चिंता को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
9. त्वचा स्वास्थ्य:
 - एलोवेरा और त्रिफला त्वचा के स्वास्थ्य को बढ़ावा दे सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

1. सामान्य मात्रा: 10-15 मिली (2-3 चम्मच) दिन में दो बार, या जैसा चिकित्सक द्वारा निर्देशित किया गया हो।
2. उपयोग विधि:
 - भोजन के 30 मिनट पहले या बाद में लें।
 - सिरप को पानी या जूस में मिलाकर लिया जा सकता है।
3. उपचार की अवधि:
 - लक्षणों की गंभीरता के आधार पर 3-6 महीने तक नियमित रूप से लें।
 - बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से और लंबे समय तक उपयोग करें।

सावधानियां:

1. किसी भी पूरक का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप थायरॉयड की दवाएं ले रहे हैं।
2. गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को उपयोग से पहले चिकित्सक से सलाह लेनी चाहिए।
3. यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
4. यह उत्पाद थायरॉयड की गंभीर समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
5. मधुमेह या रक्तशर्करा की समस्या वाले व्यक्तियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि कुछ घटक रक्तशर्करा के स्तर को प्रभावित कर सकते हैं।
6. बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

अतिरिक्त सुझाव:

- स्वस्थ और संतुलित आहार लें जो आयोडीन, सेलेनियम, और जिंक जैसे पोषक तत्वों से भरपूर हो।
- नियमित व्यायाम करें, जो थायरॉयड फंक्शन को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है।
- तनाव को कम करने के लिए योग या ध्यान का अभ्यास करें।

12. प्रोडक्ट का नाम: BRAIN CARE SYRUP

साइज: 200 ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स: अश्वगंधा (Ashwagandha), जटामांसी (Jatamansi), ब्राह्मी (Brahmi), मुलेठी (Mulethi), वाउच (Vauch - संभवतः वच), पुनर्नवा (Punernava), रास्ना (Rasna), पतार (Patar - संभवतः पत्थरचट्टा), गुलाब (Rose flower), अर्जुन (Arjun), शाल (Shaal), आंवला (Amla), सौंफ (Saunf), वावडिंग (Vaviding - संभवतः बावची), शंखपुष्पी (Shankhpushpi), खुरासानी अजवाइन (Khurasani ajwain).

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- मानसिक स्वास्थ्य में सुधार:
 - अश्वगंधा, ब्राह्मी और शंखपुष्पी तनाव और चिंता को कम करने में मदद कर सकते हैं।
 - जटामांसी मानसिक शांति और बेहतर नींद में सहायक हो सकता है।
- स्मृति और संज्ञानात्मक कार्य में वृद्धि:
 - ब्राह्मी और शंखपुष्पी स्मृति और एकाग्रता में सुधार कर सकते हैं।
 - अश्वगंधा मस्तिष्क कोशिकाओं की रक्षा कर सकता है।
- तंत्रिका स्वास्थ्य:
 - जटामांसी और वच तंत्रिका तंत्र को शांत कर सकते हैं।
 - रास्ना तंत्रिका दर्द में राहत दे सकता है।
- रक्त परिसंचरण में सुधार:
 - अर्जुन हृदय स्वास्थ्य और रक्त परिसंचरण में सुधार कर सकता है।
 - पुनर्नवा रक्त शुद्धि में मदद कर सकता है।
- प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करना:
 - आंवला विटामिन C का एक समृद्ध स्रोत है जो प्रतिरक्षा को बढ़ावा देता है।
 - अश्वगंधा और मुलेठी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत कर सकते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट गुण:
 - आंवला, गुलाब, और अर्जुन में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो मस्तिष्क को स्वस्थ रखने में मदद कर सकते हैं।
- पाचन में सुधार:
 - सौंफ और मुलेठी पाचन में सुधार कर सकते हैं, जो मस्तिष्क स्वास्थ्य से जुड़ा हुआ है।
- शरीर के सामान्य स्वास्थ्य में सुधार:
 - पुनर्नवा विषाक्त पदार्थों के निष्कासन में मदद कर सकता है।
 - शाल त्वचा स्वास्थ्य में सुधार कर सकता है।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः वयस्कों के लिए 10-20 मिली (2-4 चम्मच) दिन में दो बार। बच्चों के लिए 5-10 मिली (1-2 चम्मच) दिन में दो बार। सटीक मात्रा के लिए बोटल पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: लगातार 2-3 महीने तक लें या जैसा चिकित्सक द्वारा निर्देशित किया गया हो।
- कैसे लें: भोजन के बाद या जैसा निर्देशित किया गया हो।
- पानी के साथ: सिरप लेने के बाद थोड़ा पानी पिएं।
- नियमितता: बेहतर परिणामों के लिए नियमित रूप से लें।

सावधानियां:

- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई एलर्जी प्रतिक्रिया या दुष्प्रभाव हो तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यदि आप कोई दवा ले रहे हैं, तो इस सिरप के साथ उसके संभावित इंटरैक्शन के बारे में अपने डॉक्टर से पूछें।
- मधुमेह रोगियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि सिरप में शक्कर हो सकती है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
 - शराब के साथ न लें।
 - बच्चों की पहुंच से दूर रखें।
 - ठंडे और सूखे स्थान पर संग्रहित करें।
 - बोटल को अच्छी तरह से हिलाकर उपयोग करें।

13. कफ केयर सिरप

साइज़: 100ML

मुख्य इंग्रेडिएंट्स:- वासका (Adhatoda vasica), मुलेठी (Glycyrrhiza glabra), कंठकारी (Solanum xanthocarpum), तुलसी (Ocimum sanctum), ककड़सिंघी (Pistacia integerrima), भृंगमोल (Eclipta alba), आंवला (Emblica officinalis).

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- खांसी से राहत:
 - वासका और कंठकारी खांसी को कम करने में मदद करते हैं।
 - मुलेठी गले की खराश को शांत करता है और खांसी को कम करता है।
- श्वसन मार्ग की सफाई:
 - वासका और ककड़सिंघी श्वसन मार्ग को साफ करने में मदद करते हैं।
 - कंठकारी कफ को पतला करने में सहायक होता है।
- सूजन कम करना:
 - तुलसी और मुलेठी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं जो गले की सूजन को कम करते हैं।
- इम्यूनिटी बूस्टर:
 - आंवला और तुलसी इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।
- ब्रोंकाइटिस में राहत:
 - वासका और कंठकारी ब्रोंकाइटिस के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकते हैं।
- एंटी-बैक्टीरियल प्रभाव:
 - तुलसी और ककड़सिंघी में एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं जो संक्रमण से लड़ने में मदद करते हैं।
- गले की खराश में राहत:
 - मुलेठी और तुलसी गले की खराश को शांत करने में मदद करते हैं।
- एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव:
 - आंवला और भृंगमोल में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो सेल क्षति से बचाते हैं।
- दमा में राहत:
 - वासका और कंठकारी दमे के लक्षणों को कम करने में सहायक हो सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- मात्रा: सामान्यतः वयस्कों के लिए 10-15 ml (2-3 चम्मच) दिन में 2-3 बार। बच्चों के लिए 5-10 ml (1-2 चम्मच) दिन में 2-3 बार। हालांकि, सटीक मात्रा के लिए पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।
- समयावधि: लक्षणों में सुधार होने तक या डॉक्टर के निर्देशानुसार लें। सामान्यतः 5-7 दिनों तक।
- भोजन के साथ या बिना: आमतौर पर भोजन के बाद लेना बेहतर होता है।
- शेक करें: उपयोग से पहले बोतल को अच्छी तरह हिलाएं।
- पानी के साथ: यदि स्वाद बहुत तीखा लगे तो थोड़े पानी के साथ मिलाकर ले सकते हैं।

सावधानियां:

- किसी भी दवा या सिरप का सेवन शुरू करने से पहले अपने चिकित्सक या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श करें, विशेष रूप से यदि आप पहले से ही कोई दवा ले रहे हैं।
- गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इस उत्पाद का उपयोग करने से पहले अपने डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- यदि कोई दुष्प्रभाव हो या लक्षण बिगड़ते हैं तो तुरंत उपयोग बंद कर दें और चिकित्सकीय सलाह लें।
- यह उत्पाद गंभीर श्वसन समस्याओं या अन्य गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं के लिए चिकित्सकीय उपचार का विकल्प नहीं है।
- अतिरिक्त सावधानियां:
 - यदि खांसी 7 दिनों से अधिक समय तक रहती है या बुखार के साथ होती है, तो डॉक्टर से संपर्क करें।
 - मधुमेह रोगियों को सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि सिरप में शुगर हो सकती है।
 - यदि आपको हाई ब्लड प्रेशर है, तो मुलेठी के कारण सावधानी बरतें।
- यदि आप रक्त पतला करने वाली दवाएं या अन्य दवाएं ले रहे हैं, तो विशेष सावधानी बरतें और डॉक्टर से परामर्श करें।
- अल्कोहल के साथ न लें, क्योंकि यह नींद लाने वाले प्रभाव को बढ़ा सकता है।
- ड्राइविंग या मशीनरी संचालन से पहले सावधान रहें, क्योंकि यह सिरप थोड़ी तंद्रा पैदा कर सकता है।
- बच्चों की पहुंच से दूर रखें और निर्देशित मात्रा से अधिक न लें।

14. शुद्ध मुल्तानी मिट्टी पाउडर

साइज़: 100 ग्राम

मुख्य इंग्रेडिएंट:- शुद्ध मुल्तानी मिट्टी (100% प्राकृतिक)

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- त्वचा की सफाई और शुद्धिकरण:
 - मुल्तानी मिट्टी में प्राकृतिक अवशोषक गुण होते हैं जो त्वचा से अतिरिक्त तेल और गंदगी को हटाते हैं।
 - यह छिद्रों को साफ करने में मदद करता है, जिससे मुँहासे और ब्लैकहेड्स कम हो सकते हैं।
- त्वचा का टोनिंग और कसाव:
 - नियमित उपयोग से त्वचा का टोन सुधर सकता है और इसमें कसाव आ सकता है।
 - यह त्वचा को ताज़गी प्रदान करता है और उसे चमकदार बनाता है।
- एक्ज़ीमा और त्वचा की जलन में राहत:
 - मुल्तानी मिट्टी के शीतलक गुण त्वचा की जलन और खुजली को कम कर सकते हैं।
 - यह एक्ज़ीमा जैसी त्वचा की समस्याओं में राहत दे सकता है।
- प्राकृतिक एक्सफोलिएंट:
 - यह मृत त्वचा कोशिकाओं को हटाने में मदद करता है, जिससे त्वचा मुलायम और चमकदार हो सकती है।
- तैलीय त्वचा का नियंत्रण:
 - यह अतिरिक्त तेल को अवशोषित करके तैलीय त्वचा को नियंत्रित करने में मदद करता है।
- सूरज की क्षति से राहत:
 - इसके शीतलक गुण सूरज की क्षति से त्वचा को राहत दे सकते हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- फेस पैक के रूप में:
 - 2-3 चम्मच मुल्तानी मिट्टी में पानी या गुलाब जल मिलाकर पेस्ट बनाएं।
 - इसे चेहरे और गर्दन पर लगाएं।
 - 15-20 मिनट के लिए छोड़ दें या जब तक यह सूख न जाए।
 - गुनगुने पानी से धो लें।
 - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- स्क्रब के रूप में:
 - 1 चम्मच मुल्तानी मिट्टी में थोड़ा सा पानी मिलाकर पेस्ट बनाएं।
 - इसे गीले चेहरे पर हल्के हाथों से मसाज करें।
 - 2-3 मिनट के बाद पानी से धो लें।
 - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- हेयर मास्क के रूप में:
 - मुल्तानी मिट्टी में दही या अंडे का सफेद भाग मिलाकर पेस्ट बनाएं।
 - इसे बालों और स्कैल्प पर लगाएं।
 - 30 मिनट के लिए छोड़ दें।
 - शैम्पू से धो लें।
 - यह बालों को मजबूत और चमकदार बना सकता है।

सावधानियां:

- पहली बार उपयोग करने से पहले एलर्जी टेस्ट करें। थोड़ी सी मात्रा को कलाई के अंदरूनी हिस्से पर लगाएं और 24 घंटे तक प्रतिक्रिया देखें।
- बहुत सूखी या संवेदनशील त्वचा वाले लोगों को सावधानी से उपयोग करना चाहिए।
- आंखों में जाने से बचें। यदि ऐसा होता है, तो तुरंत ठंडे पानी से धो लें।
- यदि त्वचा में जलन, लालिमा या खुजली हो, तो उपयोग बंद कर दें और डॉक्टर से परामर्श करें।
- बच्चों की पहुंच से दूर रखें।

अतिरिक्त सुझाव:

- मुल्तानी मिट्टी में अन्य प्राकृतिक सामग्री जैसे शहद, नींबू का रस, या एलोवेरा जेल मिलाकर इसके लाभों को बढ़ाया जा सकता है।

15. उबटन पाउडर

साइज़: 100 ग्राम

मुख्य इंग्रेडिएंट्स- मुल्तानी मिट्टी, नीम पत्ता, नागेश्वर (नाजुफल), लोध, सुपारी टुकड़ा, हरड़ छिलका.

इस प्रोडक्ट के संभावित लाभ और उपयोग:

- त्वचा की गहरी सफाई और शुद्धिकरण:
 - मुल्तानी मिट्टी त्वचा से अतिरिक्त तेल और गंदगी को हटाती है।
 - नीम के एंटीबैक्टीरियल गुण त्वचा को कीटाणुओं से मुक्त रखते हैं।
- मुँहासे और दाग-धब्बों का उपचार:
 - नीम और नागेश्वर के एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण मुँहासों को कम करने में मदद करते हैं।
 - लोध त्वचा के दाग-धब्बों को हल्का करने में सहायक हो सकता है।
- त्वचा का टोन सुधारना:
 - हरड़ त्वचा के रंग को निखारने में मदद करता है।
 - सुपारी त्वचा को कसने और टोन करने में सहायक होती है।
- एंटी-एजिंग प्रभाव:
 - नागेश्वर और लोध में एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं जो समय से पहले बुढ़ापे के लक्षणों को कम कर सकते हैं।
- त्वचा की जलन और खुजली में राहत:
 - नीम और मुल्तानी मिट्टी के शीतलक गुण त्वचा की जलन और खुजली को कम करते हैं।
- प्राकृतिक मॉइस्चराइजर:
 - मुल्तानी मिट्टी त्वचा को नमी प्रदान करती है, जबकि अन्य सामग्री इसे संतुलित रखती हैं।

उपयोग का तरीका और मात्रा:

- फेस पैक के रूप में:
 - 2-3 चम्मच उबटन पाउडर में गुलाब जल या दही मिलाकर पेस्ट बनाएं।
 - इसे चेहरे और गर्दन पर लगाएं।
 - 15-20 मिनट के लिए छोड़ दें।
 - गुनगुने पानी से धो लें।
 - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- स्क्रब के रूप में:
 - 1 चम्मच उबटन में थोड़ा सा पानी मिलाकर गाढ़ा पेस्ट बनाएं।
 - इसे गीले चेहरे पर हल्के हाथों से गोलाकार में मसाज करें।
 - 2-3 मिनट के बाद पानी से धो लें।
 - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।
- बाँडी उबटन के रूप में:
 - स्नान से पहले पूरे शरीर पर उबटन पेस्ट लगाएं।
 - 10-15 मिनट के लिए छोड़ दें।
 - हल्के हाथों से मसाज करते हुए धो लें।
 - सप्ताह में 1-2 बार उपयोग करें।

सावधानियां:

- पहली बार उपयोग करने से पहले एलर्जी टेस्ट करें। थोड़ी सी मात्रा को कलाई के अंदरूनी हिस्से पर लगाएं और 24 घंटे तक प्रतिक्रिया देखें।
- आंखों में जाने से बचें। यदि ऐसा होता है, तो तुरंत ठंडे पानी से धो लें।
- ठंडे और सूखे स्थान पर हवाबंद डिब्बे में संग्रहित करें।

अतिरिक्त सुझाव:

- उबटन में ताजा दूध, गुलाब जल, या एलोवेरा जेल मिलाकर इसके लाभों को बढ़ाया जा सकता है।
- त्वचा के प्रकार के अनुसार उपयोग की आवृत्ति को समायोजित करें। तैलीय त्वचा वाले लोग इसे अधिक बार उपयोग कर सकते हैं, जबकि सूखी त्वचा वाले लोगों को कम बार उपयोग करना चाहिए।
- उबटन के नियमित उपयोग से त्वचा का प्राकृतिक चमक बढ़ सकता है।