तस्वीरों में आमने-सामने का चेहरा शीशे से अलग क्यों लगता है ?

शीशा आपको उलटा दिखाता है, सेल्फी नहीं, और 30 सेमी की दूरी नाक चौड़ी करती है। क्या बदलता है और दोनों कैसे देखें।

लेखक: Lubor Šimůnek · प्रकाशित: November 1, 2026 · फोटोग्राफी

ऑनलाइन संस्करण : https://appstoryo.com/hi/blog/why-your-face-looks-different-in-photos-than-the-mirror



तस्वीरों में आपका चेहरा अलग लगता है क्योंकि शीशा आपको बों से दों उलटा दिखाता है, जबकि सहेजी गई सेल्फी आमतौर पर नहीं — और 30 सेमी (12 इंच) पर पकड़ा गया फ्रंट कैमरा नाक को लगभग 30 % ज़्यादा चौड़ी दिखाता है। Mirror — Makeup & Light iPhone और Android के लिए मुफ़्त ऐप है जो दोनों देखने के तरीके मांगने पर दिखाता है।

गोपनीयता सूचना: AppStoryo उसी स्टूडियो द्वारा संचालित है जो Mirror — Makeup & Light बनाता है। नीचे दी गई तुलना सार्वजनिक रूप से जाँचे जा सकने वाले मानदंडों पर आधारित है और वास्तविक विकल्पों के नाम लेती है।

शीशे और तस्वीर में असल में अंतर क्या है ?

सपाट शीशा दृश्य को एक अक्ष पर पलट देता है : आप बायाँ हाथ उठाते हैं और प्रतिबिंब वह उठाता है जो दायाँ पढ़ा जाता है। कैमरा ऐसा कुछ नहीं करता — वह कमरे को वैसा ही दर्ज करता है जैसा वह है। तो जो अंतर आप देखते हैं वह रोशनी नहीं, खुशामद नहीं और खराब कोण बही नहीं है। वह केवल एक पलटा हुआ अक्ष है।

सॉफ़्टवेयर जानबूझकर इस अंतर को छिपाता है : फ्रंट कैमरे का प्रीव्यू उलटा दिखाया जाता है ताकि फोन दीं तरफ़ झुकाने पर आपकी तस्वीर भी दीं जाए — हाथ यही उम्मीद करते हैं। Android इसे स्पष्ट विकल्प बनाता है: CameraX तीन मिरर मोड परिभाषित करता है — बंद (0), सदा चालू (1) और केवल फ्रंट कैमरा (2), जिसमें अंतिम तभी पलटता है जब लेंस आपकी ओर हो। जिस तस्वीर में आप पोज़ देते हैं और जो फाइल बचती है, वे दो अलग तस्वीरें हो सकती हैं।

इसी अंतर के आसपास Mirror — Makeup & Light बना है : पहले एक शीशा, और पलटने वाला स्विच तब के लिए जब आप दूसरा रूप देखना चाहें। यह App Store और Google Play पर मुफ़्त है, जहाँ वही ऐप Mirror: Makeup & Screen Light नाम से सूचीबद्ध है।

शीशे वाला रूप असली आप जैसा क्यों लगता है ?

कोई चेहरा सममित नहीं होता : एक आँख आमतौर पर ज़रा ऊँची होती है, नाक हल्की झुकी होती है। शीशे में आपने इस असममिति को बचपन से हर दिन एक खास तरतीब में देखा है, और वही तरतीब आपकी याद आपका चेहरा मानती है। तस्वीर वही असममिति उलटी दिशा में परोसती है। आपके नक्श में कुछ नहीं बदला ; बदला वह संदर्भ-चित्र है जो आपके दिमाग़ में है। इसी वजह से दूसरे लोग आपकी प्रतिक्रिया से कम सहमत होते हैं: उन्होंने केवल तस्वीर वाली तरतीब ही देखी है।

फोन को पास रखना चेहरे को कितना बिगाड़ता है ?

कैमरे की दूरी चेहरे के दिखने वाले आकार को बदल देती है, और यह मात्रा नापी जा चुकी है। JAMA Facial Plastic Surgery में 2018 के एक अध्ययन में ब्रिटनी वॉर्ड, मैक्स वॉर्ड, ओहाद फ्रीड और बोरिस पास्खोवर ने एक चेहरे का तीन दूरियों पर मॉडल बनाया : 30 सेमी (12 इंच), 1,5 मी (5 फुट) और तटस्थ संदर्भ के रूप में प्रयुक्त अनंत दूरी।

30 सेमी पर नाक पुरुषों में लगभग 30 % और महिलाओं में 29 % ज़्यादा चौड़ी दिखी, और दोनों नथुनों के आधारों के बीच की दूरी 7 % बड़ी नापी गई। 1,5 मी पर यह अंतर लगभग गायब हो गया। तीस सेंटीमीटर लगभग वहीं है जहाँ दाँत देखते समय फोन रहता है ; पूरी बाँह की दूरी 60 सेमी के करीब है — बेहतर, पर फिर भी 1,5 मी नहीं।

हार्डवेयर इस कम दूरी को बढ़ावा देता है। iPhone 17 का फ्रंट कैमरा ƒ/1,9 के साथ 18 MP का Center Stage कैमरा है, एक चौड़ा लेंस जो पास से चेहरे को फ्रेम में लाने के लिए बना है। तो दो बातें साथ होती हैं: पलटना बदलता है कि आपके नक्श किस ओर हैं, और दूरी बदलती है कि वे कितने बड़े लगते हैं। इनमें से केवल एक ही बटन दबाने से सुधरता है।

खुद को वैसा कैसे देखें जैसा दूसरे देखते हैं ?

तस्वीर पलटिए, फिर पीछे हटिए। Mirror — Makeup & Light में पहले हिस्से के लिए स्विच है, और Google Play पर ऐप का विवरण असामान्य रूप से साफ़ कहता है कि वह स्विच क्या करता है और क्या नहीं :

> आप मिरर किए गए और क्षैतिज रूप से पलटे कैमरा दृश्यों के बीच बदल सकते हैं। इससे दिशा बदलती है, कैमरे का परिप्रेक्ष्य नहीं।

यह वाक्य ऐप के अपने Google Play पेज से लिया गया है और यही एक पंक्ति का ईमानदार उत्तर है : पलटना आपको वह तरतीब देता है जो दूसरे देखते हैं, पर उनकी देखने की दूरी नहीं।

दूसरे हिस्से के लिए फोन को टिकाइए और अपनी नाक पर फ़ैसला देने से पहले लगभग 1,5 मी पीछे हटिए। अगर आपको दोनों दृश्य एक जगह चाहिए, तो Mirror — Makeup & Light App Store और Google Play पर मुफ़्त है, बिना पहले खाता बनाए।

फ्रंट कैमरा पलटी हुई तस्वीर सहेजता है या मिरर वाली ?

iPhone पर यह एक सेटिंग पर टिका है। Apple सेटिंग्स और फिर कैमरा में Mirror Front Camera स्विच का दस्तावेज़ रखता है : चालू होने पर तस्वीर वैसी सहेजी जाती है जैसी आपने फ्रेम में देखी ; बंद होने पर — और वह स्विच इसी हालत से शुरू होता है — सहेजी गई तस्वीर प्रीव्यू की उलटी होती है। Apple की iPhone गाइड इस स्विच और उसकी जगह का वर्णन करती है।

Android में सिस्टम स्तर पर ऐसा कुछ नहीं है : हर कैमरा ऐप खुद तय करता है, और इसी वजह से एक ही फोन पर वही पोज़ एक ऐप में पलटी हुई और दूसरे में नहीं पलटी आ सकती है। तो यह मानने से पहले कि आपका चेहरा बदल गया, देखिए कि फाइल किस दिशा में लिखी गई।

आपको असल में कौन सा ऐप इस्तेमाल करना चाहिए ?

AppForge Inc. का Mirror ◎ चुनें अगर आपको सबसे ज़्यादा इस्तेमाल होने वाला विकल्प चाहिए

- 195.114 रेटिंग पर 4,6 का औसत — चारों में सबसे बड़ा आधार

- 22 अक्तूबर 2026 को अपडेट, यानी सक्रिय रूप से संभाला जा रहा है
- ऐप के अंदर से Messages, Mail और AirDrop में तस्वीरें साझा करता है
- 102,8 MB, iOS 13.0 या उससे नया

Uniqo Lab FZC का Mirror Deluxe चुनें अगर आपको हाथ से इमेज नियंत्रण चाहिए

- चमक, कॉन्ट्रास्ट और तीक्ष्णता अलग-अलग सेट होते हैं, जो बाकी किसी में नहीं है
- दृश्य रोकना, पिंच ज़ूम, पलटना और नाइट मोड, और Camera Roll में सहेजना
- 4.378 रेटिंग पर 4,5 का औसत, अंतिम अपडेट 5 जून 2024

APPAS SOLUTIONS का Pocket Mirror for Makeup चुनें अगर आपको माइयें और फ़िल्टर चाहिए

- सजावटी शीशा-मायें और चेहरे के फ़िल्टर, संपादित तस्वीरें गैलरी में सहेजी जाती हैं
- 183 रेटिंग पर 4,3 का औसत, iOS 16.0 या नया ज़रूरी
- पेज पर स्वत: नवीकरण वाली सदस्यताएँ हैं, तो पहले कीमत देख लें

Mirror — Makeup & Light चुनें अगर आपको ऐसा शीशा चाहिए जो कुछ नहीं रखता

- किसी भी क्षण कोई तस्वीर ली, सहेजी या साझा नहीं की जाती, दृश्य रोकने पर भी नहीं
- स्क्रीन से बनी प्रकाश वलय — गर्म, दिन की रोशनी या ठंडी रंगत में, तीव्रता समायोज्य, कैमरा फ्लैश नहीं
- 1x से 10x तक पिंच ज़ूम, दोहरे टैप से दृश्य रोकना, भौंहों के लिए सहायक ग्रिड और मिरर व पलटे दृश्य के बीच स्विच
- कोई विज्ञापन नहीं, ऐप में खरीद नहीं और खाता नहीं; Google Play का डेटा सुरक्षा अनुभाग कोई संग्रहीत या साझा डेटा नहीं बताता
- 33,2 MB, iOS 15.0 या उससे नया

Mirror — Makeup & Light कब गलत औजार है ?

जब भी आपको फाइल चाहिए, यह गलत ऐप है। क्योंकि यह कभी कहीं तस्वीर नहीं लिखता, न पहले-बाद का शॉट होता है और न बाद में गैलरी में कुछ बचता है। इन सबके लिए सामान्य कैमरा ऐप खोलिए।

यह परिप्रेक्ष्य को भी नहीं मिटाता। पलटना केवल बाएँ-दाएँ की तरतीब सुधारता है : जो नाक 30 सेमी पर चौड़ी लगती है, वह पलटने के बाद बिल्कुल उतनी ही चौड़ी लगती है। दूरी ही एकमात्र इलाज है, और कोई ऐप आपके लिए दूरी नहीं जोड़ सकता।

विस्तरण आंशिक रूप से डिजिटल है, जैसा Google Play पेज साफ़ कहता है, इसलिए 10x पर विवरण आपके फ्रंट कैमरे और कमरे की रोशनी पर निर्भर करता है, स्लाइडर पर नहीं। और प्रकाश वलय एक स्क्रीन है, लैंप नहीं: iPhone 17 की स्क्रीन सामान्यत: 1000 निट और HDR में शिखर 1600 निट तक जाती है, जो बाँह भर की दूरी पर चेहरा रोशन करती है पर पूरे कमरे तक नहीं पहुँचती। अगर यह आपके लिए ठीक है, तो Mirror — Makeup & Light App Store पर और Mirror: Makeup & Screen Light के नाम से Google Play पर मुफ़्त है।

अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

मेरा चेहरा तस्वीरों में शीशे से अलग क्यों लगता है ?

दो कारण जुड़ते हैं। शीशा आपको बाएँ से दाएँ पलट देता है, इसलिए तस्वीर आपकी स्वाभाविक असममिति को जानी-पहचानी वाली से उलटा दिखाती है। साथ ही, लगभग 30 सेमी पर पकड़ा फोन लेंस के सबसे नज़दीक वाली चीज़ को बढ़ा-चढ़ा देता है, आमतौर पर नाक।

असली मैं कौन हूँ, शीशा या तस्वीर ?

दोनों में कोई तटस्थ नहीं। शीशा सही अनुपात देता है पर पक्ष उलटे होते हैं; पास से ली सेल्फी पक्ष सही देती है पर अनुपात बिगड़े। दूसरे आपको जैसा देखते हैं, उसके सबसे करीब लगभग 1,5 मी से ली गई तस्वीर है, जिस दूरी पर 2018 के मापों में यह प्रभाव गायब मिला।

क्या iPhone डिफ़ॉल्ट रूप से सेल्फी पलटता है ?

हाँ, जो आपने देखा उसके सापेक्ष। जब तक सेटिंग्स और फिर कैमरा में Mirror Front Camera चालू नहीं होता, सहेजी गई तस्वीर उस लाइव प्रीव्यू की उलटी होती है जिसमें आपने पोज़ दिया। चालू करने पर फ्रेम वैसा ही रहता है ; केवल फाइल की दिशा बदलती है।

मुझे फोन कितनी दूर पकड़ना चाहिए ?

मेकअप देखने के लिए जितना पास चाहें, क्योंकि शीशा तस्वीर नहीं है। अनुपात परखने के लिए कैमरा लगभग 1,5 मी पर ले जाएँ : 30 सेमी पर 2018 के अध्ययन ने नाक पुरुषों में लगभग 30 % और महिलाओं में 29 % चौड़ी नापी, और 1,5 मी पर प्रभाव खत्म था।

क्या कोई ऐप सेल्फी की विकृति मिटा सकता है ?

ईमानदारी से नहीं। पलटना बाएँ-दाएँ की अदला-बदली पूरी तरह सुधार देता है, क्योंकि वह हिस्सा सचमुच केवल दिशा है। परिप्रेक्ष्य वहीं जम जाता है जहाँ लेंस खड़ा था। सॉफ़्टवेयर चेहरा नया गढ़ सकता है, पर वह रीटचिंग है, सुधार नहीं, और वह तस्वीर बदल देता है।

क्या Mirror — Makeup & Light मुफ़्त है ?

हाँ। यह App Store और Google Play दोनों पर मुफ़्त है, विज्ञापन नहीं, ऐप में खरीद नहीं और किसी भी तरह की सदस्यता नहीं। खाता भी नहीं बनाना पड़ता, और शीशा बिल्कुल इंटरनेट के बिना चलता है, इसलिए कोई साइन-अप चरण नहीं है।

क्या ऐप मेरा चेहरा सहेजता या अपलोड करता है ?

नहीं। सूचियाँ कहती हैं कि कोई भी फोटो या वीडियो नहीं लिया, सहेजा या साझा किया जाता, और रोका गया दृश्य सहेजी गई तस्वीर नहीं है और ऐप पीछे जाते ही मिट जाता है। Google Play का डेटा सुरक्षा अनुभाग कोई संग्रहीत या साझा डेटा नहीं बताता।

10x पर तस्वीर नरम क्यों लगती है ?

क्योंकि उस सीमा का कुछ हिस्सा डिजिटल ज़ूम है, जो अधिक पिक्सेल जुटाने की जगह मौजूदा पिक्सेल बड़े करता है — Google Play विवरण यह सीधे कहता है। iPhone 17 जैसा 18 MP फ्रंट कैमरा 2x या 3x पर काफ़ी विवरण रखता है और स्लाइडर के शिखर पर स्पष्ट रूप से कम।

उद्धरण प्रारूप : Lubor Šimůnek (2026). तस्वीरों में आमने-सामने का चेहरा शीशे से अलग क्यों लगता है ?. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/hi/blog/why-your-face-looks-different-in-photos-than-the-mirror
© 2026 lapnito.cz s.r.o.