



ਲਾਲਿਤ ਗਰੰਥ

निश्चित ही वायु
प्रदूषण से उत्पन्न
दमघोट माहौल का
संकट जीवन का
संकट बनता जा रहा
है। वायु प्रदूषण का
ऐसा विकाल जाल
है जिसमें गरुद्य
सहित सारे जीव-जंतु
फंसकर छापटा रहे
हैं, जीवन सांसों पर
छाये संकट से जूँझ
रहे हैं। यह समस्या
साल-दर-साल गंभीर
तरीके से जारी है।

ੴ ਸਤਿਗੁਰ

ज वायु प्रस्त्रया का संकट प्राप्त की रास्तायाएँ
समझा है। बृहत्संविद् अपि शिक्षाकों की हाल ही
में जारी रखते हुए इन चिन्हों को बढ़ावा देते हैं जिनमें
कहा गया कि वायु प्रस्त्रया के बलों परामर्श में जीवन प्रस्त्रया
में विद्युत आ रही है। इनमें फॉन्डों को नुकसान पहुंचाने
लिए पौंपें, 2.5 कप की बड़ी विद्युत प्राप्ति
होती है। इसके बाबतों
कि वैशिख मानकों से कही अधिक प्राप्ति प्राप्त में
लोगों को असर आया है। ऐसी से धूप एवं दिल्लों में दस
वार्ष के बाद वह कम कर रहा है। बहुतलए प्रस्त्रया के विलाप
योजनाबद्ध होने से मुश्किल छोड़ने की जरूरत है। अध्ययन
करता है कि इस को एक अरब से अधिक आवादों द्वारा
जाहाज पर रखता है जहां प्रस्त्रया डक्टर्सप्रोटोओ के मानकों से
कही अधिक है। बहुतलए, देश के बड़े शहर आवादों के
बीच से जरूर है। बहुतलए कोई जिसको बढ़ावने व
अध्ययनक्षय को पूरी तरों के लिए जो औरोपीक इंडिया
लगातार रहा, उनको भी प्रस्त्रया कों में भूमिका रही है।
डीजल-पेट्रोल के विनायी लोगों को बढ़ावा कार्यालय, नियमण
कार्यों में लायावाही, कठिकार का नियामन न होना और
जीवनशैली से उत्तराधिक लोगों की भूमि भी है।

पह स्पार्स्प का एक बड़ा खारा ह जार पायु प्रदूषण पग
एक प्रमुख कारक है।

A woman with dark hair tied back, wearing a light blue surgical-style face mask, a patterned top, and a purple backpack, stands in a hazy, outdoor setting. She is looking down at her smartphone. In the background, a large, domed building is visible through the haze, along with other people and vehicles.

पराली जलाना हो, या फिर सावधानिक परिवहन सेवा से रहेंगे हो, तमाम कारण प्रदूषण बढ़ाने वाले हैं कल्पना कीजिए बच्चों और दमा, एल्जी व अन्य सांस के रोगों से बचने वाले लोगों पर इस प्रदूषण का कितना धातक असर आया?

संपादकीय

फठघरे में ममता



मर्मल रानी

माहला सुरक्षा भा हांगा चुनावा म बड़ा मुद्दा

वक्ति को पाएंट टिक पी दिया सकता है ? साथ ही ऐसे अपराधी का 'कैंस फॉन्ड' जेलर तुग्रुह मेनम में अन्तर्मिहिला सुधा के विषय में अपने पाव विचार स्थाप्त ? कह मृत समाज औरोपियन मिशन फॉन्ड अपार्टमेंट चुनाव में केंद्रीय हार्डिंग्स ही नीति कल कठिन करता प्रदर्शन के लिए हमें भागीदारी देख में पूछता जा रही है। भागीदारी स्वयं को उन आपों से देख में दूर नहीं रख सकते हैं। उपर विळक्षण वासी को जानों के सजावटीकारी अपराधों को रिहाइबिलिटेशन को लेकर बातें हैं। विळक्षण जुरात की भागीदारी को तो समाज के बहुतायत के दर्शनों को दिया जाएगा या दूसरे समाज-न्यायों में नुकसान समाज के इस फैशनों को निरसन द्वारा उत्तेज लेने की साझेदारी की बढ़ती खोली जाएगी। यह कानून कानून या भाषा प्रयोग का महिला सुधा का दावा ? बेटी बच्चाओं जो जाना का उस समाज धून क्यों नहीं आया ? जब भाषा साकार के मंत्री विळक्षण व बहुतायत के बाबतों का ४ वर्षीय अधिकार के बाबताल व उसकी हाली के अधिकारों के मृत में जुँझ निकल रहे हैं। ये जब उनके पास में रिटायर वायावा की कानून कर तिरों परी बदामों की कोशिश कर रहे थे उस समाज की था या भाषा का जाना नहीं आया ? और बेटी बच्चाओं जो उन्होंने महिला वाला दृष्टिकोण में योगदान दिया था तो यही स्मृति दैनिक नहीं पूछ सकते जब तक वह कानून अपने विळक्षण डिज्डी गूडवर्कर की तरफ से फैलना पाया जाए वह ऐसी अलोचनाएं देता हैं जैसे 'पूरा तुग्रुह एक हुआओं जौही स्वयं वर्णन की रीणापन विश्वास कर रहा था' यी भी दृष्टिकोण से भाषा के दृष्टिकोण से भिन्न हो जाता है। इसलिए विळक्षण का कठिन में आगे केलव क्षमा अलोचनाएं का बिस्ती पाती हैं शाश्वत होना गार नहीं है। विळक्षण फॉन्ड के रूप में महिला वाला वाला बोधामान में हो रहे वापर्यमें होने वाले चुनौती में एक बड़ा मुश्क आगामा होगा।

पैरालंपिक में भारत: सोच में आए बदलाव का नतीजा

है। वैसे भी युवाओं को प्रेरित करने के लिए एक नायक की जरूरत होती है। पर अब देश ने इन खेलों में ढेरों खेलों में सिर्फ़ सात पदक ही जीते। सही मायनों भारत में पैरा एथलीटों की सही दिशा मिलने की जरूरत है।

नवाब खुड़, किंतु एक ही, अर्थात् युवा भी अपना अपनाता की दृष्टि नहीं करता। वज्रांग खेतों में जाने आमतौर पर जो आपने अपने लोगों की दृष्टि नहीं करता। वह दिन दो बड़ी नीति, जब भारत तथा श्रीलंका के बीच दो दशकों में जनता आसकत है। यह दोनों देशों के बाहर के लोगों ने भारत के 29 में से 13 एक लेलिंटेंसिं में हासिल किए हैं। भारत द्वारा जीव सत्त्व धनकों में से चार लोगों की दृष्टि नहीं करती। जल्दी से जल्दी श्रीलंका वर्ष 2016 के रॉयल पैलेटिव्स से हुई और इन दोनों देशों के साथ एक दोनों की फैलावत के बाहरी दृष्टि से रोक दिया गया। जल्दी से जल्दी जो वार्डों पर एक लोगों के हाथों में आने वाली आपसी निपाहा। 2016 के दिन खेतों की दृष्टि नहीं करते जो जनता द्वारा दीपा मंत्रक 2020 में इस समिति के प्रमुख वर्तमान ने जाकर इन खेतों की दृष्टि की दो लोगों की दृष्टि नहीं करती। दोनों देशों आजायिं अद्यता हैं। 1 अप्रैल

मिलकर तमाम प्रवास किए और वह इन सभी का पर्याप्त है। इस समिति की पुष्ट अधिकारी मिलकर कहती है कि मैंने इन खेलों के स्थान पर आया था ताकि मैं लोगों का उत्तराधिकार किया। इसके लिए इन खेलों के अंकड़ों को इंटरव्यू पर एवं डिजिटल प्रारंभिकों को लात्वास के लिए देख दें जैसा कि और एक ज़्यादा विवरणिकों का अव्याहार कराया। हम सभी जानते हैं कि ऐसा एक लोहंग नियन्त्रण की ओर उत्तराधिकार में अतिरिक्त समर्पण सदृश जहांनी मोदीखाना को तैयार करना होता है। अधिकारिक खेलों में खिलाड़ी की प्रतियां के साथ मनोविज्ञानिक तथा वैज्ञानिकों का महत्व बहुत बहुत गहरा है। भारत को आरोग्यिक और स्वस्थ रूप से बढ़ाना चाहिए, मजबूती पर खासतौर से कम करने की



नैनीताल जा रहे हैं तो ये 5 जगह देखना न भूलें

बर्फ से ढके पहाड़ों के बीच झीलों से ऐरा नैनीताल उत्तराखण्ड राज्य का प्रसिद्ध हीमून स्थल है। नैनी शब्द का अर्थ है आंधी और 'ताल' का अर्थ है झील। यहा जाकर आपको शांत और प्रकृतिके गांव होने जैसा महसूस होगा। यहा चारों ओर खुबसूरती दिखती है। सेरे-साटे के लिए दर्दनाई जारी है, जहाँ जाकर पर्वतक हीरान जाने हैं और प्राकृतिक नजारों को देखने ही रहते हैं। आओ जानते हैं यहाँ के प्रमुख स्थान।

नैनीताल मुख्य का सबसे अच्छा समय मार्च से जून

1. नैनीताल नेना झील :

यहाँ ही प्रसिद्ध झील नेना झील है जिसे ताल भी कहा जाता है। ताल में बत्तें के सुन्दर, रंग-बिरंगी नदी और ऊपर से बही ठड़ी वाहा वाहा एक अद्भुत नैनीरा पेश करते हैं। ताल पानी गारीबी में हरा, बरसात में मट्टीला और सर्दियों में हल्का नीला दिखाई देता है। एक समय में नैनीताल जिले में 60 से ज्यादा झीलें हुआ करती हैं।

2. नैना देवी मंदिर :

ऐसे नैनीताल इसकी भी कहा जाता है क्योंकि यहाँ पर ऊंचे पहाड़ पर नैना देवी का एक मंदिर है।

3. हिल स्टेशन :

बर्फ से ढके पहाड़ों के बीच झीलों से ऐरा नैनीताल उत्तराखण्ड राज्य का प्रसिद्ध हीमून स्थान है। यहाँ टॉप पर नैना चोटी, स्नो व्हू और टिप्पिन टॉप है। स्नो व्हू पर आप रोपें से जा सकते हैं।

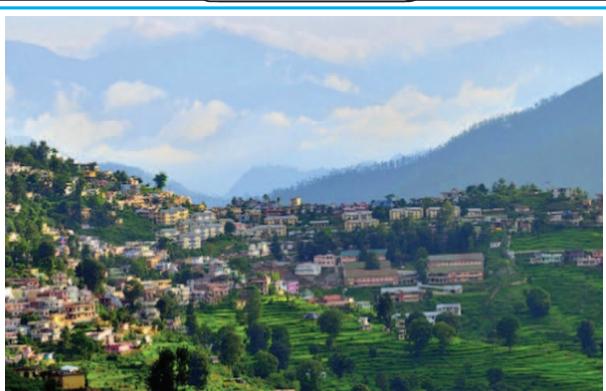
4. प्राणी उद्यान नैनीताल :

पर्फिट बढ़वानी की प्राणी उद्यान यहाँ के प्रसिद्ध स्थल है। गोविंद बलभंपत उच्च स्थलीय प्राणी उद्यान नैनीताल बस स्टेशन से लगाम 1 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है।

5. हनुमानगढ़ी नैनीताल :

यह यहाँ का धार्मिक स्थल है जो मुख्य शहर से करीब 4 किलोमीटर दूर पहाड़ी पर है।

इसके अलावा गवर्नर हाउस है और शाहिंग के लिए आप मार्केट मॉर्निंग जा सकते हैं।



अल्मोड़ा भारत के उत्तराखण्ड राज्य का एक बहुत ही सुन्दर नगर है। इसके पूर्व में पिथोरागढ़ व चमावत, पश्चिम में पौड़ी, उत्तर में बागेश्वर, दक्षिण में नैनीताल निश्चित है। अल्मोड़ा में मनोरम पहाड़ी और सांचियाँ हैं जो आपका दिल मोह लेती हैं। यहाँ आप यहाँ जाने का लाजन कर रहे हैं तो जान लें। इस क्षेत्र के बारे में दिलवस्त्र जानकारी।

अल्मोड़ा हिल स्टेशन

1. अल्मोड़ा में लूँझ मंदिर है। द्रुष्टिगती मंदिर, कसार देवी मंदिर, चिर्दी गौल मंदिर, नदादेवी मंदिर, कठारमल सूर्य मंदिर, जागेश्वर धाम मंदिर आदि कई बहुत ही सुन्दर और वैत्ती मंदिर हैं। यहाँ आंध्रों के काल का बोडेन मैरियल मेंथिडिंटर चर्च भी है।

2. अल्मोड़ा में घमन सालाक जग्न और चार्टर पार्ट बहुत ही अद्भुत है। जिनसे अस्थाया में बहुत ही लंचाई पर रित्य है। यहाँ से आसानी के देखा बहुत ही रोमांटिक कर्तव्य तो देगा। नैनीताल और नदादेवी की चोटी के देखा तो आपके आस्थाय और सांचियों के बाल और ज्यादा बढ़ा देगा। इसके साथ दिलवस्त्र की वालिया का दृश्य आपको रस्म में होने का अहसास देता है।

3. अल्मोड़ा के किलोमीटर दूर जलना एक छोटासा पहाड़ी गांव है जहाँ से आप प्रकृति और काल का अद्भुत ले सकते हैं। यहाँ पर 480 से अधिक पक्षियों की प्रजातियाँ, नन्यास्तियों की एक विवरत श्रृंखला और तितरी सास हैं भर जान लाये जाते हैं।

4. अल्मोड़ा से 3 किलोमीटर दूर स्थित, ब्राह्म एंड कॉर्नर पार्ट में आप सूर्यास्त और सूर्योदय के तृतीयन दृश्य देखकर रोमांचित हो उठें। यह एक रिशेष बिंदु है जहाँ से दिलवस्त्र के अधिकसत्त्व दृश्य देख सकते हैं।

5. अल्मोड़ा कृमांग पर्वत श्रृंखला में निश्चित है और यह मार्गन बड़ीकों के लिए भारत में सबसे लोकप्रिय स्थलों में से एक है। और यहाँ यहाँ आप रित्य रापिटा का अनंद लेना चाहते हैं तो काली शारदा नदी जाना होगा।

अल्मोड़ा एक बहुत ही सुंदर नगर

अल्मोड़ा जाना चाहते हैं तो पहले इसे पढ़ें

6. अल्मोड़ा के विनायर अस्थाया भी बहुत ही रोमांच से भरा है। अल्मोड़ा लूँझ स्टेशन से लगभग 33 किलोमीटर की दूरी पर स्थित विनायर पट्टन स्थल एक छोटा सा गांव है। जोकि देवदार के पेंडों के हरे-भरे जानाल, धास के मैदान और खुबसूरत मंदिरों के लिए जाना जाता है।

7. अल्मोड़ा के दिलवार पार्क अल्मोड़ा से लगभग 3 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। डिलवार पार्क प्रकृति और वज्रजीव प्रेमियों के लिए शानदार डिस्ट्रिनेशन है। यहाँ पर दिलवार पार्क का साथसे बाहुर आकर्षण देवदार के हरे-भरे वृक्ष हैं और उनके बीच बुन्हा हुए दिलवार, तेंदुआ और काले भाल जैसा जानवर इसकी खुबसूरती को देखने लायक बना देते हैं।

8. अल्मोड़ा के अल्मोड़ा के नाम से लगभग 3 किलोमीटर की दूरी पर बसा है चंबा। चंबा की सीधीनामा सड़क और ऊंचे-ऊंचे बुक्सों से लादी खुमावदार घाटियाँ, झुमटूंटी में खुले छोटे-छोटे घर आपके मन को मोह लेंगी।

9. अल्मोड़ा के करीब 3 किलोमीटर दूर स्टेशन जो प्राकृतिक छोटा से भरपूर छोटा चार्टर पार्ट में स्थित है। यहाँ पर दिलवार के सफर में है जिनके एक ऊपर से आर सामान बाटी और दुसरी ओर गर्सड व बैंगन लायक बहुत साथ है।

10. अल्मोड़ा तो किसी भी भौमि में जा सकते हैं लैकिन सरसों अच्छा साथ मार्च से आपका कम्हान होता है योग्य पर बहर जान लायक बहुत बरतावण मिलता है। नैनीताल नदी अंडु है जहाँ से देवदार विंडों के बीच बहुत हुए दिलवार, तेंदुआ और लकड़ी की दिलवार है।

11. अल्मोड़ा तो किसी भी भौमि में जा सकते हैं लैकिन सरसों अच्छा साथ मार्च से आपका कम्हान होता है योग्य पर बहर जान लायक बहुत बरतावण मिलता है। नैनीताल नदी अंडु है जहाँ से देवदार विंडों के बीच बहुत हुए दिलवार, तेंदुआ और लकड़ी की दिलवार है।

12. अल्मोड़ा के लैकिन लैकिन चोटी से भरी होती है ये यात्रा : इसे 280 किमी दूरी की धमिक यात्रा के दीरान रातों से बीजगल के पथरीते मासों व दर्पण चोटीयों और बार्फीयों पहाड़ों का पार करना पड़ता है। नैनीताल की ऊंची ऊंची नदा देवी अभ्यासण है। यहाँ कई प्रजातियों के जैव-जंतु रहते हैं। इसकी सीमाना वर्माओं, पिंगिरामां और बागेश्वर जिलों से जुड़ती है।

13. 19 दिन लगते हैं ये यात्रा पूर्ण होने में : इस यात्रा को पूरा करने में 19 दिन का समय लग जाता है। इस यात्रा के पथरीते इन्द्रियों पहाड़ों से होकर जुरजने वाली यह यात्रा में लगभग 25,643 पैदों है। यहाँ तक एक दूसरे पर लगभग 2716 पैदों हैं। यहाँ पर शानदार विंडों के बीच बहुत हुए दिलवार, तेंदुआ और लकड़ी की दिलवार है।

14. 12 घंटे में एक बार यात्रा : नैना देवी की चार्टर पार्ट एंड कॉर्नर पर स्थित यात्रा को लिए भारत में सबसे लोकप्रिय यात्रा की रैकेजन की रैकेज होती है। नैनीताल नदी की लंगाई और लाल लंगाई की रैकेजन की रैकेज होती है। यहाँ पर लगभग 120 किलोमीटर दूर है। काठादोम रेसेवर स्टेशन यहाँ से 80 किलोमीटर दूर है। हराद्वार, नैनीताल, देहरादूर और लकड़कों के संदर्भ में अल्मोड़ा जुड़ा हुआ है।

15. 19 दिन लगते हैं ये यात्रा पूर्ण होने में : इस यात्रा को पूरा करने में 19 दिन का समय लग जाता है। इस यात्रा के पथरीते इन्द्रियों पहाड़ों से होकर जुरजने वाली यह यात्रा में लगभग 25,643 पैदों है। यहाँ तक एक दूसरे पर लगभग 2716 पैदों हैं। यहाँ पर शानदार विंडों के बीच बहुत हुए दिलवार, तेंदुआ और लकड़ी की दिलवार है।

16. अदि शकरावायी ने की थी यात्रा की शुरुआत : नैना देवी राज्यालय की शुरुआत यात्रा की रैकेजन की रैकेज होती है। यहाँ पर लगभग 12 घंटे में एक धमिक यात्रा की रैकेजन की रैकेज होती है। यहाँ पर लगभग 120 किलोमीटर दूर है। यहाँ पर शानदार विंडों के बीच बहुत हुए दिलवार, तेंदुआ और लकड़ी की दिलवार है।

17. यात्रा का प्रारंभ और अंत : नैनीताल की यह ऐतिहासिक यात्रा चमोती जनपद के नैनी गांव से शुरू होती है जो 10 हजार फूट की बैठी है, वह इस यात्रा के माध्यम से अपने



देश की 10 रोमांटिक जगह जरूर जाना चाहिए

रोमांटिक जगह पर घूमने जाना चाहते हैं तो भारत में ऐसी सीकड़ों रोमांटिक जगह हैं जिन्हाँ पर आप जाकर आपने पार्टनर के साथ संवादों की छोटीचोटीयों को छु सकते हो। इनके लिए हम लाए हैं भारत के 10 रोमांटिक जगहों की जानकारी।

भारत की टॉप 10 रोमांटिक जगहें

1. गोवा :

समुद्र और द्वितीय घास की दूरी पर बसा गोवा बहुत ही रोमांटिक जगह है। गोवा मन मनने वालों को भी खुब आकर्षित करता है। रोमांटिक स्थानों में यह बहसे टॉप पर माना जाता है।

2. चंबा :

उत्तराखण्ड के मध्यीमा से मात्र 13 घंटे की दूरी पर बसा है चंबा। चंबा की सीधीनामा सड़क और ऊंचे-ऊंचे बुक्सों से लादी खुमावदार घाटियाँ, झुमटूंटी में खुले छोटे-छोटे घर आपके मन को मोह लेंगी।

3. दिलवारी :

'क्षीरां औंग दिल्लू' के नाम से लगभग 1 हीरोन डैरिनेशन रखा है। यह बहुत ही रोमांटिक स्थल है। दूर-दूर तक फैले साथसे अमावस्या वाले घोटां और घोटां जानवर देवदार तेंदुआ के लिए बहुत सुंदर, कलकल करते जाने का मान माह लेते हैं।

4. शिमला :

शिमला जाए तो यानी दोनों ही हिमाचल में निश्चित है। दोनों ही हीगीनू के लिए सबसे प्रियदिन स्थान है। यहाँ घूमने से लगभग 1 घंटे तक बहुत सुंदर, घोटां और लंगून के लिए शिमला और मानों को देखकर रोमांच और रोमांस का अनुभव होता है।

5. जल्दी :

तिम्लनाकु का विश्व प्रियदिन शहर ऊंची ही गोवा के लिए निश्चित है। यह बहुत ही रोमांटिक स्थान है। यह दूर-दूर तक फैली हरियाली, चाय के बालान, तरह-तरह की वनस्पतियाँ को बनार सुन्दर बनाते हैं।

6. लकड़ीपी :

32 किलोमीटर लंगी भी मध्यीमा 36 से अधिक छोटे-छोटे टापुनुमा द्वीपों में बड़ी हुई है। यह लकड़ीपी का विश्व प्रियदिन स्थल है। यह दूर-दूर तक फैले अंगूष्ठी द्वीपों में से एक है। यहाँ सुदर एवं लंगूल फैले लगातार घोटां और लंगूल घोटां के लिए यह टॉप पर है।

7. दउपायर :

उत्तरपूर में भी आप कभी भी जाने को सकते हैं। यहाँ आप झीलों का माला ले सकते हैं। यहाँ आप की छोटियों और महों की भव्यता को देखकर दुर्निया भर के पर्टिक भव्यतुम्ह जो जाते हैं।

8. पचमढ़ी :

झांगियां जिले में स्थित पचमढ़ी मध्यप्रदेश का एकमात्र देवदार ऊंची ही की जानकारी है। यहाँ जिले में यह टॉप पर है।

9. लोगालाला :

महाराष्ट्र में मुंबई से करीब 96 किलोमीटर और खंडाला से लगभग 5 किलोमीटर दूर स्थित है लोगालाला (लोगालाला)। यहाँ घूमने से पहले यहाँ घूमने वाले लोगों का जिला करता है। यहाँ जाने का रासा है।

10. श्रीनगर :

कश्मीर को पहले स्तरीय कहा जाता था और श्रीनगर जिसका पुराना नाम रापर पूरा है। श्रीनगर के बाजाने आप भारत के सबसे खुबसूरत राज्य जम्मू और कश्मीर में शुभ सकते हैं। यहाँ सुन्दर झीलों के साथ ही बालों से ढके खुबसूरत पालड़, झीलों और लंबे-लंबे देवदार के बृक्ष। यह वृक्ष समृद्धे कश्मीर की शोभा बढ़ाते हैं।

