

# क्रांति समय

सुखत गुजरात से प्रकाशित, मुंबई, उत्तरप्रदेश, बिहार, राजस्थान, मध्यप्रदेश, उत्तराञ्चल, उत्तराखण्ड, दिल्ली, हरियाणा में प्रसारीत

सुखत-गुजरात, संस्करण मंगलवार 08 दिसंबर 2020 वर्ष-3, अंक-309 पृष्ठ-08, मुल्य-01 रुपये

Web site : [www.krantisamay.com](http://www.krantisamay.com) & .in , [epaper.krantisamay.com](http://epaper.krantisamay.com) [www.facebook.com/krantisamay1](http://www.facebook.com/krantisamay1) [www.twitter.com/krantisamay1](http://www.twitter.com/krantisamay1)दिल्ली में चार फीसदी  
से भी कम हुई कोरोना  
संक्रमण की दर

नई दिल्ली। दिल्ली में कोरोना से संक्रमण की दर तेज़ी से सुधर रही है। लंबे समय के बाद रविवार को दिल्ली में 4 फीसदी से भी कम कोरोना संक्रमित पाए गए। शनिवार को दिल्ली में 73,536 टेस्ट किए गए थे जिसमें 3.68 फीसदी मरीज़ कोरोना संक्रमित पाए गए थे।

दिल्ली के स्वास्थ्य विभाग के अनुसार रविवार को आए 2706 नए मारीज़ों के साथ दिल्ली में कोरोना संक्रमितों का कुल आंकड़ा 5,92,250 हो गए है। इनमें से रविवार को 4622 मरीज़ों को छुट्टी दी गई, जबकि 69 मरीज़ों ने कोरोना के कारण दम तोड़ दिया। दिल्ली में अपील तक 557914 मरीज़ कोरोना से टीक हो चुके हैं, जबकि 9643 मरीज़ों को छुट्टी हो चुकी है। दिल्ली में कोरोना से मृत्युदर 1.63 फीसदी है।

विभाग के अनुसार दिल्ली में कोरोना के एकटर कस 24,693 हैं। इनमें से दिल्ली के विभिन्न अस्पतालों में 6145 मरीज भर्ती हैं। वहीं कोविड केंद्र सेंटर में 429 और कोविड मैडिकल सेंटर में 137 मरीज हैं। हाँम आइसोलेशन में 15,276 मरीज हैं। वहीं वेंटिलेशन परिषद में दिवार के आवारण के लिए भर्तीय महानिंग्रेटर (डीसीजीआर) के अपार्क अधिकारी को वार्ता करने के समाध-साथ उनके लिए धन की

## आगरा को मेट्रो की सौगत दे बोले पीएम मोदी- मेट्रो नेटवर्क के मामले में भी आत्मनिर्भर हो रहा भारत

आगरा। प्रधानमंत्री नरेंद्र

मोदी सोमवार को वीडियो कॉफ्रेंसिंग के जरिए आगरा मेट्रो रेल परियोजना के निर्माण कार्यों का शिलान्यास किया। पीएम के बटन दबाते ही टीवी और माल के सम्मेलन लगी मशीन ने खुदाई शुरू कर दी। इस दौरान नवजाग्रंथी योगी आदित्यनाथ और केंद्रीय आवासन एवं सहारी कार्य राज्यमंत्री (स्वतंत्र प्रभार) हरदीप सिंह पुरी मेट्रो रेल परियोजना के शिलान्यास कार्यक्रम में भाग लेने के लिए आगरा के कार्यक्रम स्थल पर पौजू रहे। वहीं, भोपाल से प्रदेश की राज्यपाल अनंदीबेन पटेल ने वर्चुअली कार्यक्रम में हिस्सा लिया।

कार्यक्रम के मुख्य बाबत-

- भारत की बहानों, बैटियों, किसिनों, मजदूरों और व्यापारियों के विश्वास को हाल के दिनों में हर चुनाव के परिणामों में देखा गया था। हैदराबाद चुनावों में गरीब और मध्यम वर्ग ने सरकार के प्रयासों को अशीर्वाद दिया। आपका समर्थन मेरी भैरों है =

पीएम नरेंद्र मोदी

- पीएम मोदी ने कहा कि देश

व्यवस्था करने पर ध्यान केंद्रित किया।



संबोधित करते हुए पीएम मोदी बोले- 8000 करोड़ रुपये से अधिक मूल्य की यह मेट्रो परियोजना, आगरा में स्मार्ट सुविधाओं की स्थापना से संबंधित मिशन को मजबूत करेगी।

- पीएम नरेंद्र मोदी ने वीडियो कॉफ्रेंसिंग के जरिए आगरा मेट्रो परियोजना के निर्माण कार्य का उद्घाटन किया। इस दौरान यूपी की राज्यपाल अनंदीबेन पटेल और मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ भी इस कार्यक्रम में शामिल रहे।

- कार्यक्रम के दौरान सीएम योगी ने कहा कि आगरा में पर्लिक ट्रांसपोर्ट का एक नया वाहन परियोजना की देख रखे थे।

- आगरा में स्मार्ट सुविधाएं विकसित करने के लिए पहली ही लेनदेन धन की व्यवस्था पर ज्यादा ध्यान नहीं दिया गया था। पिछले साल जिस कमांड एंड कार्गो सेंटर का शिलान्यास करने का मुख्य मौका मिला था, वो भी अब बनकर तैयार है

वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग

- यूपी की राज्यपाल को जानूर के खिलाफ किसानों के लिए धन की देश

- यूपी रेल कार्यपाल की देख रखे थे। यह अपना अंतर्राष्ट्रीय रेल नेटवर्क के लिए आगरा मेट्रो रेल की देख रखे थे।

- कार्यक्रम के दौरान सीएम योगी ने कहा कि आगरा में पर्लिक ट्रांसपोर्ट का एक नया वाहन परियोजना की देख रखे थे।

- आगरा में स्मार्ट सुविधाएं विकसित करने के लिए पहली ही लेनदेन धन की देख रखे थे। यह अपना अंतर्राष्ट्रीय रेल नेटवर्क के लिए आगरा मेट्रो रेल की देख रखे थे।

'भारत बंद' का समर्थन कर रही कांग्रेस पर BJP का वार  
रविशंकर प्रसाद बोले-  
अस्तित्व बचाने को आंदोलन में होती है शामिल

नई दिल्ली। केंद्र सरकार के तीनों कृषि कानून के खिलाफ किसानों के हो रहे अंदोलन को लेकर वीजेपी ने सोमवार को कांग्रेस समेत विपक्षी दलों पर वार किया। केंद्रीय कानून मंत्री रविशंकर प्रसाद ने कहा कि कांग्रेस अपना अस्तित्व बचाने के लिए अंदोलन में शामिल होती है। मालूम हो कि किसानों ने 8 दिसंबर को 'भारत बंद' का एलान किया है, जिसका कांग्रेस, आम आदमी पार्टी समेत लगभग सभी विपक्षी दलों ने समर्थन किया है। कांग्रेस पर निशाना साधने हुए केंद्रीय कानून मंत्री रविशंकर प्रसाद ने कहा, आज जब कांग्रेस का गजनीतिक विवृत चुनाव हो रहा है, फिर चाहे लोकसभा हो, विधानसभा हो या नार नियम चुनाव हों। यह अपना अंतर्राष्ट्रीय रेल बचाने के लिए किसी भी विरोधी अंदोलन में शामिल हो जाती है। उन्होंने कहा कि किसानों से संबोधित सुधारों को लेकर जो कानून बने हैं, उसके लिए कुछ किसान संघों ने जो शंका उठाई है, उसके लिए चर्चा हो रही है। लेकिन अचानक तमाम विपक्षीय या गैर-भाजपाई दल कूद गए हैं। रविशंकर प्रसाद ने कहा कि किसान अंदोलन के नेताओं ने साफ-साफ कहा है कि राजनीतिक लाग हमारे मध्य पर नहीं आएं। उनकी भावनाओं का समान करते हैं। लेकिन ये सभी कूद रहे हैं, क्योंकि इन्हें भाजपा और नरेंद्र मोदी का विरोध करने का एक और मौका मिल रहा है। आज जब कांग्रेस का राजनीतिक वजूद खम्ह हो रहा है, ये बार-बार चुनाव में हारते हैं चाहे वो लोकसभा हो, विधानसभा हो या नार नियम चुनाव हो।

'कांग्रेस ने चुनावी घोषणा पत्र में किया था वादा'

कांग्रेस पर हालात करते हुए कानून मंत्री ने अगे कहा कि कांग्रेस पार्टी ने 2019 के चुनाव में चुनावी घोषणा पत्र में साफ-साफ कहा है कि एकीकल्चर प्रोइड्यूस मार्केट एक्ट को समाप्त करेगा। उसके लिए आगरा मेट्रो रेल की देख रखे थे। ताज ईस्टर गेट से स्किंदरा लगभग 14 किमी होगा और 13 मेट्रो स्टेशन होंगे। दूसरा कर्डिंगर आगरा कैट से कलिंदी विहार तक होगा और इसकी लंबाई 15.4 किमी होगा और 13 मेट्रो स्टेशन होंगे। असर पड़ेगा।

## फाइजर के बाद अब सीरम इंस्टीट्यूट ने वैक्सीन 'कोविशील्ड'

के आपात उपयोग की मंजूरी मार्गी

### बनी पहली भारतीय कंपनी

दिल्ली के बाहर सैरम वैक्सीन के लिए आपात उपयोग की मंजूरी मार्गी

उसके कोविड-19 टीकों को ब्रिटेन और बहरीन में ऐपी एसआईआई ने भारतीय आर्युदिजन अनुसंधान परिषद

(एसआईआईआई) के द्वारा जारी की गई थी। इसमें वैक्सीन के लिए आपात उपयोग की मंजूरी और व्यापक स्तर पर जनत के हित का व्यापक उपयोग की अपीचारिक मंजूरी प्राप्त की गई। आपात उपयोग की मंजूरी वैक्सीन के लिए आपात उपयोग की मंजूरी और व्यापक स्तर पर जनत के हित का व्यापक उपयोग की अपीचारिक मंजूरी प्राप्त की गई।

विभाग के अनुसार दिल्ली में

शनिवार को आटोटैक्सी एसोसिएशन ने किया भारत बंद

का समर्थन, यात्रियों को हो सकती है दिक्षित

नई दिल्ली। किसानों के वायरस वैक्सीन के लिए

देशवायपी रूप देने की तैयारी है। किसान संगठनों ने 8 दिसंबर (मंगलवार) को भारत बंद बुलाया है।

विभाग के अनुसार दिल्ली में

शनिवार को आटोटैक्सी एसोसिएशन ने किया भारत बंद

का समर्थन, यात्रियों को हो सकती है दिक्षित

नई दिल्ली। किसानों के वायरस वैक्सीन के लिए

देशवायपी रूप देने की तैयारी है। किसान संगठनों ने 8 दिसंबर (मंगलवार) को भारत बंद बुलाया है।

विभाग के अनुसार दिल्ली में

शनिवार को आटोटैक्सी एसोसिएशन ने किया भारत बंद

का समर्थन, यात्रियों को हो सकती है दिक्षित

नई दिल्ली। किसानों के वायरस वैक्सीन के लिए

देशवायपी रूप देने की तैयारी है। किसान संगठनों ने 8 दिसंबर (मंगलवार) को भारत बंद बुलाया है।

## संपादकीय

## बढ़ता आंदोलन

देश जब एक आंदोलन की ओर बढ़ता दिख रहा है, तब न केवल चिंता, बल्कि विचार-विमर्श की जरूरत है। विरोध के लिए विरोध के बजाय सकारात्मक विमर्श की जरूरत है, ताकि समाधान की राह जल्दी निकल सके। पांचवें दौर की विफल वार्ता से यह तय हो गया था कि सरकार अभी किसानों को समझा नहीं पा रही है और किसान भी अब पहले की तुलना में अपनी मार्गों को लेकर ज्यादा ढूढ़ दिखने लगे हैं। सरकार ने बार-बार कहा है, एमएसपी की व्यवस्था यथावत जारी रहेगी, लेकिन किसान इससे आश्रित नहीं है। वे नए कानूनों में एमएसपी का प्रावधान चाहते हैं, ताकि निजी कंपनियां भी एमएसपी से नीचे कोई खरीदी न करें। कृषि के हर कानून में एमएसपी को अनिवार्य करने से जो व्यावहारिक समस्या आएगी, सरकार उसे किसानों को समझा नहीं पा रही है। बहुत सारी फसलें हैं, जिनके लिए एमएसपी नहीं है, लेकिन तब भी किसान उन फसलों को उगते ही हैं, क्योंकि उन्हें लाभ होता है। देश में कुछ ऐसे क्षेत्र या राज्य भी हैं, जहाँ एमएसपी की व्यवस्था काम नहीं करती, लेकिन तब भी वह किसान खेती करते ही हैं। समझता में किसानों के हिंड में सोचने की जरूरत है और यह भी सोच लेना चाहिए कि व्या ज्ञान अपनी कंपनियों का लाभ नहीं लिया है? लेकिन जब कोई आंदोलन 'हां या ना' के चरण में चला गया हो, तब सरकार पर ही ज्यादा जिम्मेदारी है कि आंदोलन को फैसे शांत किया जाए। क्या तीन कृषि कानूनों को कुछ समय के लिए टाला या कुछ समय के लिए वापस लिया जा सकता है? क्या इन तीनों कानूनों को लागू करने के लिए जमीनी आधार तैयार किया जा सकता है? सरकार को किसानों को सहमत करने के लिए किसान समय चाहिए? क्या इन कानूनों को तत्काल लागू करना जरूरी हो गया है? इन स्वाक्षरों के ज्यादा हमें और सरकार को खोजने चाहिए। बहरहाल, पांचवें दौर की वार्ता नाकाम होने के बाद अब सबकी निगाह ८ दिसंबर को आयोजित भारत बंद और फिर ९ दिसंबर को प्रस्तावित किसान-सरकार वार्ता पर केंद्रित हो गई है। प्रमुख विपक्षी का ग्रोप्रेस के अलावा एक-एक कर सभी सियासी दल किसानों की मांग के समर्थन में छड़े होने लगे हैं और ८ दिसंबर को प्रस्तावित भारत बंद को समर्थन देने वालों की तादाद बढ़ती चली जा रही है। राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र की सीमाओं और यह रहने वालों के बारे में भी जरूर सोच लेना चाहिए। यह अचरच की बात नहीं, यह किसानों का देश है और कोई भी किसानों के खिलाफ दिखाना नहीं चाहेगा। जो लोग तीन कृषि कानूनों के विरोध में नहीं थे, वे भी किसानों के साथ खड़े होने लगे हैं, तो भारत की हफ्तिकृत समझना कर्तव्य नहीं है। क्या किसान-सरकार वार्ता भारत बंद से पहले संभव नहीं थी? भारत बंद से व्या अर्थव्यवस्था को लाभ होगा? ऐसे आंदोलन के जल से जल्द समाप्त का यह आज समय और देश की मांग है। काश, हमारे देश में कृषि पर पर्याप्त विचार-विमर्श के बाद फैसले लिये जाते, तो यह नौबत नहीं आती, लेकिन हमें समझना चाहिए कि विचार-विमर्श की जरूरत कभी खस्त नहीं होती। इसी से राह भी निकलेगी। कोई इस आंदोलन के पक्ष में हो गया विपक्ष में, पर दुनिया देख रही है कि सत्य, अहिंसा आधारित लोकतांत्रिक भारत अपने फैसले के सेंत होते हैं।



## आज के ट्वीट

## वापस

गैं तो कहता हूं सरकार यह कानून वापस ले ले और हर साल के ₹६००० भी बंद कर दे जैसे चल रहा था वैसे चलने दो पाता नहीं मोटी जी तयों सम्पन्न किसानों को तबाह करना चाहते हैं? -- पुष्टेंद्र कुलश्रेष्ठ

## ज्ञान गंगा

## श्रीम शर्मा आचार्य

सेवा का कार्य है जो लगता तो सामान्य, छोटा और कुछ लगानी की दृष्टि से आज भी पर वस्तुतः सही मानने में व्यक्तियों के व्यक्तित्व को सुगढ़ बनाने, परिमार्जित करने और तप तितिक्षा के लिए तैयार करने में आधार का काम करता है। संत विनोबा, गांधी जी, मदर टेरेसा आदि पुण्यता सेवा कार्य को आजीवन करते रहे। वे समझते थे सेवा की महत्वा को। सेवा कार्य आत्मा की आवश्यकता का पोषण है। उसको मिस्रित और निवाध गति से करते रहना इसलिए आवश्यक है कि हम जीवित रहें, हमारी आत्मा और उसकी सुरुचि जीवित रहे। किसी पर एहसान करने के लिए, दूसरों के सहायक और उपकारी बनने के लिए,

## सेवा कार्य

अपनी श्रेष्ठता सिद्ध करने के लिए भी नहीं। सेवा का प्रयोग आत्मा की गरिमा को अझुटा रखने और उसका जीवन साधन जुटाए रखने के लिए है। इसलिए इसे कियाकलप वाली को गरिमा को समझी ही नहीं, ख्याली भी कर चुकी है। भ्रम का आशय और कहाँ है? पराग से विमुख होकर यह और व्या खोजे? तितली को अपने सौंदर्य के समतुल्य पृष्ठ के अतिरिक्त और कुछ दीखता ही नहीं। आखिर, वह जाए भी कहाँ?

बैठे भी कहा? करे भी तो क्या? जिनका दृष्टिकोण उत्कृष्टता का अभ्यर्त हो गया, उन्हें कैसा रस है, इसे मधुमक्खी जानती है और वह जन्म से लेकर मरण पर्याप्त अनवरत रूप से उसी मधुरिमा में निमग्न रहती है। न थकती है, न ऊबती है, और कभी यह नहीं सोचती

कि इतना लंबा समय मधु संचय के प्रयोजन में लग गया, अब कोई धंधा ढूँढ़ेगे, विश्राम करेंगे। वह ऐसा इसलिए नहीं सोच सकती कि उसकी अंतरामा उत्तर कियाकलप की गरिमा को समझी ही नहीं, ख्याली भी कर चुकी है। भ्रम का आशय और कहाँ है? पराग से विमुख होकर यह और व्या खोजे? तितली को अपने सौंदर्य के समतुल्य पृष्ठ के अतिरिक्त और कुछ दीखता ही नहीं। आखिर, वह जाए भी कहाँ?

बैठे भी कहा? करे भी तो क्या? जिनका दृष्टिकोण उत्कृष्टता का अभ्यर्त हो गया, उन्हें कैसा रस है, इसे मधुमक्खी जानती है और वह जन्म से लेकर अन्यरत आत्मा की गरिमा के अतिरिक्त और कोई कार्य ही नहीं।





Web site : [www.krantisamay.com](http://www.krantisamay.com) & .in , [epaper.krantisamay.com](http://epaper.krantisamay.com) [www.facebook.com/krantisamay1](https://www.facebook.com/krantisamay1) [www.twitter.com/krantisamay1](https://twitter.com/krantisamay1)

# सदियां बनाएं रोमांटिक

**स**दियों के मौसम को प्यार का मौसम माना जाता है। भारत में गर्मियों के मुकाबले सर्दियों में लगभग 17 प्रतिशत शादियां ज्यादा होती हैं और एक बेब साइट के सर्वे की माने तो इसकी भी इन्हीं दिनों सबसे ज्यादा परचम चढ़ता है। इस मौसम में अपने पति के साथ कुछ खास पल बिताइए और ही जाइए तरोताज।

**सुबह की चाय-** सर्दियों के मौसम में सुबह जब पत्नी घर का काम करने के लिए उठे, तो पति को उसका साथ देना चाहिए। खुली बालकनी या हल्की रोशनी में बैठ कर सुबह चाय या कपी साथ पिएं। अपने घर की खिड़की से कोहरे की चादर को सिमटे देखें।

**धूमने का बक्त निकालें-** शनिवार या रविवार, किसी एक दिन, सूरज उत्तर समय दोनों साथ में बॉकिंग के लिए जाएं। आप बच्चों की साइकिल लेकर पार्क में एकाध राडेट लगा सकते हैं। फिर घर लौटने के बाद मिल कर कुछ अच्छा सा नाश्ता बनाएं। साथ बैठ कर खाएं। एक अध्ययन के अनुसार पति-पत्नी जितना वक्त साथ बिताएंगे, साथ काम करेंगे, एक-दूसरे को समझने की समझ बढ़ेगी। छोटी-मोटी बातें बड़ी नहीं

**सर्दियों में बातें पर झगड़ा करने की नौबत भी नहीं आएगी।**

**सरग्राइज दे-** अगर आपको पत्नी को सर्दियों में कुल्पित खाना पसंद है, तो उनकी यह हसरत जख पूरी करें। सर्दियों का बहाना बना कर बाहर जाने से ना बचें। अगर पति पुराने दिनों की याद तजा करते हुए आपको साइकिल पर बिठा कर चाट खिलाने ले जाना चाहते हैं, तो हस कर टालें नहीं।

**स्वस्थ रहें साथ रहें-** लगभग दुनिया के हर कोने में इन दिनों ठंड पड़ती है। अमरीकी दंपत्ति नए साल की छुट्टियों का जशन लगभग पूरे महीने ही मनाते हैं। कनाडा में पति-पत्नी एक-दूसरे को तोहफे देते हैं। पिछले कुछ सालों से तोहफे में हेल्थ से संबंधित खाने-पीने की चीजों को देने का चलन बढ़ गया है। साथ रहने और खुश रहने के लिए स्वस्थ रहना जरूरी है और सर्दियों व्यायाम, स्पा और हेल्थ ट्रीटमेंट के मुफीद है। चाहे आप जो करें, एक-दूसरे के साथ करें, इससे आप एक-दूसरे के नजदीक आएंगे।

## अकेलापन और दोस्तों की जरूरत



**आ**ज के इस आधुनिक परिवेश में लोग नौकरी के पीछे भाग रहे हैं। ताकि

उनका परिवार खुशी-खुशी गुजर-बसर कर सके। इस बीच वह अपने खास पति-पत्नी के रिश्ते को भी काफी दूर छोड़ देते हैं। जबकि समाज में पति-पत्नी हमेशा एक साथ ही रहते हैं। पति के दूर जाने के कई कारण हो सकते हैं। लेकिन कारण कई भी हो, उम्र का कोई भी पड़वा हो, पत्नी को अकेलेपन का कहर सहना पड़ता है। ऐसे में उसे दूसरों की जरूरत महसूस होती है। ऐसे में क्या करें जो कुछ समय का यह दुःख सुख में तबदील हो जाए...।

**दूसरों पर निर्भर न रहें**

अभी आपको अकेले जीवनायापन करने का अवसर मिल रहा है। आप अपनी तथा बच्चों की सुखों खुद करें। समय पर घर के दरवाजे बन दर्कर। रात को किसी गैर जाहिर न होने दें। खबरें जरूर न हों। किसी को यह जाहिर न होने दें कि घर में आपके पति नहीं हैं। बच्चों को दूर लगे तो खुद अपना डर जाहिर न होने दें ताकि वे घबराए नहीं।

**पति के साथ निरंतर संपर्क रखें**

पति के साथ लगातार संपर्क में रहें। उन्हें फोन करें, खत भेजें, एस.एम.एस. करें, चैटिंग करें इत्यादि। उन्हें यह महसूस न होने दें कि वह घर से दूर हैं या आप उनके करीब नहीं। वह आपको सही रास्ता बता सकते हैं कि आप मुश्किल समय में क्या करें और किसकी मदद लें।

**बच्चों के साथ समय बिताएं**

आपको चाहिए कि आप बच्चों को पिता की कमी न खलने दें। उनकी सरी जखरतें पूरी करें। उन्हें मां तथा बाप दोनों बन कर दिखाएं। उन्हें पढ़ाएं और उनको भी व्यस्त रखें।

**खुद को व्यस्त कर लें**

खुद को व्यस्त करने के लिए अपने अन्दर के गुणों को जगाएं। अगर आपको गाने का शौक है तो पति के आने से पहले खुब से गाने याद करके रखें, अचार-चटनियां बनाएं, पिटांग करें, कविता लिखें आदि।

**पड़ोसियों से मेल-जोल बढ़ाएं**

पड़ोसियों तथा रिस्तेदारों से अच्छे संबंध बना कर रखें। कब किसी की जखरत पड़ जाए, क्या मालूम। छोटी-छोटी बात के लिए ईंगों न रिखाएं। आपके पति की गैर-मौजूदी में यही लोग आपके काम आएंगे। आप एक बहादुर, समझदार तथा जिम्मेदार महिला बनकर दिखाएं। इससे आप अपने पति की नजरों में ही नहीं बल्कि बच्चों की नजरों में भी उठेंगी।

**डायरी लिखें**

रोज अपने अनुभवों को डायरी में लिखें। हो सकता है आपकी बहुत सी मुश्किलों का हल आपको अपने अन्दर से मिलने लगे।

**साड़ी है बेहतर**

देखिएगा भी चलन में है। ए-लाइन लहोंगे हमेशा फैशन में

रहते हैं और हर किसार को कॉलीमैट करते हैं। यदि आपका पिनार आकर्षक है तो फिर कट या स्ट्रेट कट लहोंगे पहनें। ये आपको ट्रैडीशनल के साथ-साथ मॉडन लुक भी देंगे। ब्लैकेड, जॉर्जेट, रॉ-सिल्क और क्रेप सभी में डिजाइनर लहोंगे बाजार में उपलब्ध हैं।

**साड़ी**

सुनने में भले साडियां आऊटडेटिड और बहुत इंडियन डेस लगती हों परंतु इसे सही ढंग से पहना जाए तो यह बेहद मॉडन और सैक्सी लुक देती है। इन दिनों नैट साड़ी और लहोंगा साड़ी भी चलन में हैं। यदि साड़ी बांधी नहीं आती और नया स्ट्राइल भी चाहिए तो स्ट्रिंग साड़ी एक अच्छा विकल्प है।

**सदाबहार रेशमी साड़ी :** त्योहार एवं शादियों पर

पहनी गई रेशमी साडियां एलीगेंट लुक देती हैं। इस अवसर पर हवाई सिल्क, पैच वर्क, लहोंगा साड़ी, कोलकाता वर्क एवं कांजीवरम सिल्क की साडियां बाइबैट शेड्स में पहनें।

**नैट की साड़ी :** यह एक नया ट्रैंड बन चुकी है।

ये प्लेन की अपेक्षा बॉर्डर अथवा इम्ब्रायडरी वर्क में अच्छी लगती हैं तथा इनके साथ आप वैस्टर्स स्टाइल ब्लाऊज भी पहन सकती हैं। ये छहरी युवतियों पर तो जंचती ही हैं, भारी शरीर की महिलाओं को भी स्लिम लुक देती हैं। इन्हें आप इस तरह लहोंगे में भी पहन सकती हैं जिसके पल्लू की टॉप पर किया गया पैच वर्क न केवल इन्हें सैट रखता है बल्कि एक बड़े ब्रॉच की लुक भी देता है। इन्हें सामान्य स्टाइल में ही पहन रही हैं तो पल्लू को लहराता हुआ छोड़ सकती हैं तथा पिनअप भी कर सकती हैं।

लहोंगा

इन दिनों अम्बेला कट घाघरा व चोली बिल्कुल चलन में नहीं हैं उनकी जगह ले ली है स्लिम लांग स्कर्टर्स ने तथा

# होम रेमेडीज से दूर करें ब्लैक हैड्स

आजकल युवाओं में दूसरों से बेहतर दिखने की होड लगी रहती है। जिसके लिए वह कई तरह है सौंदर्य प्रसादन का उपयोग करते हैं। जा न सिरके चेहरे को खारब कर देता है बल्कि कई प्रकार के दाग धब्बे भी दे देता है। जिसमें सबसे खास है ब्लैक हैड्स। ब्लैकहैड्स की समस्या आम है पर इस समस्या को नजरअंदाज भी नहीं किया जा सकता। अगर हम केयलैस बने रहेंगे तो यह समस्या बढ़ जाएगी, पर उस पर काबू पाना मुश्किल होगा। अगर आप भी पेशान हैं ब्लैकहैड्स की समस्या से तो ध्यान दें कुछ धरेलू उपचारों पर-

**ट्रूथपेस्ट का इस्तेमाल करें**

थोड़ा ट्रूथपेस्ट ट्रूथपेस्ट पर लेकर ब्लैकहैड्स पर लगाएं। कुछ मिनटों के बाद ट्रूथपेस्ट लगे स्थान को हल्के हाथों से रगड़ें। ध्यान रखें ट्रूथपेस्ट आंखों में जलन हो सकती है। जो भी ट्रूथपेस्ट प्रयोग में लाएं, उसे पहले गर्म पानी से साफ कर लें फिर ट्रूथपेस्ट लगाएं।

**नींबू का रस मिलाकर लगाएं**

नींबू के रस में बादाम तेल और गिलसरो की बगबर माला मिलाकर मिक्स कर लें। इस लोशन को चेहरे पर लगाएं पर ब्लैकहैड्स पर लोशन को ज्यादा लगाएं। इस लोशन के प्रयोग से ब्लैकहैड्स भी दूर होंगे और त्वचा के अन्य दाग-धब्बे भी साफ होंगे।

भारतीय संस्कृती में महिलाओं के साज-सज्जा के लिए साड़ी का खास महत्व माना जाता है। कोई भी त्योहार हो शादी-शुदा महिलाएं आकर्षक साड़ियां पहनती हैं और जब महिला का ओट से अपने 'चांद' का दीदार किया जाता है तो वह ग्लैमरस ही नहीं बल्कि रोमांटिक भी हो जाता है। ऐसे में बाजार में आज लहंगा-चोली, लेटेस्ट डिजाइन के इम्ब्रायडरी वाले सूट या साड़ी उपलब्ध हैं। जो अपनी चोली या हैवी आंचल के



**फैट्रिक**

लहोंगों के फैट्रिक की बात करें तो उसमें भी विकल्प केवल मिलकर सीमित नहीं रहे बल्कि नैट, वैल्केट भी महिलाओं की पसंदीदा सूची में शामिल हैं। ब्लॉक प्रिंट,





