संपादकीय

आबादी में असंतुलन

संयुक्त राष्ट्र की वैश्विक आबादी रिपोर्ट-2019 में ऐसे कई ट्रेंड्स रेखांकित किए गए हैं जो हम सबसे सजग होने की मांग करते हैं। विश्व जनसंख्या में बढ़त-घटत के ये रुझान न केवल हमारी जीवन शैली से जुड़ी सामाजिक सांस्कृतिक मान्यताओं में बदलाव की जमीन तैयार कर रहे हैं बल्कि दुनिया की सभी सरकारों में इस मसले पर सहयोग और समन्वय की जरूरत भी बता रहे हैं। इस रिपोर्ट के मुताबिक 2050 तक विश्व की जनसंख्या मौजूदा 770 करोड़ से बढ़ कर 970 करोड़ हो जाएगी। हालांकि जनसंख्या वृद्धि दर में लगभग हर जगह गिरावट दर्ज की जा रही है। वैश्विक स्तर पर प्रति महिला औसत जन्म दर 1990 में 3.2 थी जो 2019 में घटकर 2.5 रह गई। 2050 तक इसके और कम होकर 2.2 हो जाने का अनुमान है। किसी देश की आबादी घटने न लग जाए इसके लिए प्रति महिला औसत जन्म दर 2.1 होना जरूरी बताया जाता है।

बहरहाल, वैश्विक स्तर पर हम भले ही जनसंख्या बढ़ते जाने की चुनौती झेल रहे हैं, पर दुनिया के 55 देश ऐसे हैं जहां आबादी घट रही है। 2050 तक इन देशों की आबादी में एक फीसदी या उससे अधिक गिरावट के आसार हैं। यह कमी सिर्फ जन्म दर में गिरावट के कारण नहीं आ रही है। कुछ देशों में इसके लिए लोगों का पलायन भी जिम्मेदार है। अराजकता और अशांति के शिकार कुछ इलाकों से लोग जान बचाने के लिए भाग रहे हैं। कुछ देश ऐसे भी हैं जहां कानून-व्यवस्था की समस्या नहीं है, लेकिन रोजगार के अच्छे अवसरों की नामौजूदगी उन्हें बेहतर ठिकानों की ओर जाने के लिए मजबूर कर रही है। बहरहाल, वैश्विक आबादी के इस बिगड़ते संतुलन को ध्यान में रखें तो आने वाले वर्षों में विभिन्न देश अकेले अपने स्तर पर इस समस्या का कोई हल नहीं निकाल पाएंगे। बेहतर होगा कि वैश्विक स्तर पर नीतियों, योजनाओं और कानूनों में समन्वय लाने के प्रयास अभी से किए जाएं ताकि जो बदलाव मांग और पूर्ति की कष्टप्रद प्रक्रिया के तहत आ रहे हैं, उन्हें ज्यादा सहज तरीके से संभव बनाया जा सके।

जनसंख्या में जारी उथल-पुथल का ही दूसरा पहलू है आबादी के अलग-अलग आयु वर्गों का बदलता अनुपात। स्वास्थ्य सुविधाएं बढ़ने के साथ ही पूरी दुनिया में बुजुर्ग आबादी का हिस्सा बढ़ता जा रहा है। संयुक्त राष्ट्र की यह रिपोर्ट बताती है कि दुनिया में 65 साल से ऊपर के बुजुर्गों की संख्या अभी पांच साल से कम उम्र के बच्चों से ज्यादा हो चुकी है और 2050 तक आबादी में उनका हिस्सा छोटे बच्चों का दोगुना (भारत के मामले में तीन गुना) हो चुका होगा। आबादी का ऐसा टेढ़ा अनुपात जल्द ही हमारे सामने बुजुर्गों की देखरेख और उनकी ऊर्जा के रचनात्मक उपयोग की चुनौती पेश करेगा, साथ ही हमें अपने कुछ स्थापित जीवन मूल्यों पर पुनर्विचार के लिए भी बाध्य करेगा।

अमेरिका ने सुपरकंप्यूटिंग क्षेत्र में काम करने वाले 5 चीनी समूहों को काली सूची में डाला

वाशिंगटन (आरएनएस)। अमेरिका ने राष्ट्रीय सुरक्षा का हवाला देते हुए सुपर कंप्यूटिंग क्षेत्र में काम करने वाले पांच चीनी कंपनी समूहों को काली सूची में डाल दिया। अमेरिका के वाणिज्य विभाग ने शुक्रवार को इस कार्रवाई को अंजाम दिया। अमेरिका के वाणिज्य विभाग के इस कदम से अगले सप्ताह राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप और उनके चीनी समकक्ष शी चिनफिंग के बीच होने वाली बातचीत को मुश्किल खड़ी हो सकती है।

अमेरिका और चीन दुनिया की दो सबसे बड़ी अर्थव्यवस्थाएं व्यापार संबंधी विवादों से गुजर रही हैं। विवाद को सुलझाने के लिए ही दोनों देशों के प्रमुखों की बैठक हो रही है। इन पांच कंपनियों में सुपर कंप्यूटर बनाने वाली सुगोन भी शामिल है। यह मुख्य तौर पर अमेरिका की इंटेल, एनवीडिया और एडवांस माइक्रो डिवाइसेस जैसी कंपनियों के उपकरणों की आपूर्ति पर निर्भर करती है।

साथ में सुगोन की तीन अनुषंगी कंपनियों को भी काली सूची में डाला गया है। इसके अलावा, वुक्सी जियांगनन इंस्टीट्यूट ऑफ कंप्यूटिंग टेक्नॉलजी को भी इस सूची में डाला गया है। वाणिज्य विभाग का कहना है कि इन समूहों की गतिविधियां अमेरिका की विदेशी नीति के हितों और राष्ट्रीय सुरक्षा के खिलाफ हैं।

अमेरिका के मुताबिक, सुगोन और वुक्सी पर चीन के सैन्य शोध संस्थान का मालिकाना हक है। यह चीन की सेना के आधुनिकीकरण में मदद करने वाले अगली पीढ़ी के बेहतर क्षमता वाले कंप्यूटिंग के विकास में संलग्न हैं।

एनसीएलएटी ने रोक की अवधि में सीमाशुल्क विभाग की कंपनी के सामान की नीलामी की अपील खारिज की

नईदिल्ली (आरएनएस)। राष्ट्रीय कंपनी विधि अपीलीय न्यायाधिकरण (एनसीएलएटी) ने कारपोरेट दिवाला प्रक्रिया का सामना कर रही एक कंपनी के जब्त सामान को रोक की अवधि के दौरान नीलाम करने की सीमाशुल्क विभाग की अपील को खारिज कर दिया है। राष्ट्रीय कंपनी विधि न्यायाधिकरण (एनसीएलटी) की कोलकाता पीठ के फैसले को बरकरार रखते हुए एनसीएलएटी ने कहा कि जब एनसीएलटी ने रोक की अवधि का आदेश दे दिया है, तब सीमा शुल्क विभाग कंपनी के सामान की नीलामी का आदेश नहीं दे सकता, भले ही उनका कहना हो कि कंपनी का माल कई वर्षों से उनके अधिकार में पड़ा है। एनसीएलएटी के चेयरमैन न्यायमूर्ति एस. जे. मुखोपाध्याय की अध्यक्षता वाली दो सदस्यीय पीठ ने कहा कि दिवाला एवं ऋण शोधन अक्षमता संहिता में रोक की अवधि का प्रस्ताव है। ऐसे में किसी कंपनी की परिसंपत्तियों को अलग-थलग नहीं किया जा सकता, न हस्तांतरित किया जा सकता है और न ही किसी तीसरे पक्ष को बेचा जा सकता है। सीमाशुल्क विभाग ने कोलकाता एनसीएलटी के इस संबंध में दिए गए आदेश को एनसीएलएटी में चुनौती दी थी। इसके बाद एनसीएलएटी ने उसकी याचिका खारिज करते हुए यह आदेश दिया।

अमेजन ने भारत की भुगतान इकाई में किया 450 करोड़ रुपये का निवेश

नईदिल्ली (आरएनएस)। अमेरिका की खुदरा क्षेत्र की दिग्गज कंपनी अमेजन ने भारत में अपनी भुगतान इकाई अमेजन पे में 450 करोड़ रुपये का निवेश किया है। कॉरपोरेट मामलों के मंत्रालय के पास जमा कराए गए दस्तावेजों के अनुसार अमेजन पे (इंडिया) ने 10 रुपये मूल्य के 45 करोड़ शेयर अमेजन कॉरपोरेट होल्डिंग्स और अमेजन.कॉम.आईएनसीएस लि.को आवंटित किए हैं। बिजनेस इंटेलिजेंस प्लेटफार्म टॉफलर से प्राप्त दस्तावेजों के अनुसार आवंटन की तारीख छह जून, 2019 है। अमेजन कॉरपोरेट होल्डिंग्स ने 449.95 करोड़ रुपये डाले हैं जबकि शेष राशि अमेजन.कॉम.आईएनसीएस लि. से हासिल हुई है।

कच्चे तेल में तेजी आने से बढ़े पेट्रोल, डीजल के दाम

नईदिल्ली (आरएनएस)। अंतर्राष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल के दाम में तेजी आने से तकरीबन एक महीने बाद रविवार को भारतीय तेल विपणन कंपनियों ने पेट्रोल और डीजल के दाम में वृद्धि की। दिल्ली, कोलकाता, मुंबई और चेन्नई में पेट्रोल का भाव पांच पैसे जबकि डीजल का भाव छह पैसे प्रति लीटर बढ़ गया है। इससे पहले 27 मई को तेल विपणन कंपनियों ने पेट्रोल और डीजल के दाम में वृद्धि की थी। इसके बाद 30 मई से पेट्रोल और डीजल के दाम में गिरावट का सिलसिला शुरू होने के साथ देश की राजधानी दिल्ली में पेट्रोल 1.93 रुपये लीटर सस्ता हो गया और डीजल के दाम भी 2.91 रुपये प्रति लीटर घट गए थे।

मगर अब पेट्रोल फिर छह पैसे प्रति लीटर महंगा हो गया है जबकि डीजल के दाम छह पैसे प्रति लीटर बढ़ गए हैं। इंडियन ऑयल की बेवसाइट के अनुसार, दिल्ली, कोलकता, मुंबई और चेन्नई में पेट्रोल के दाम रविवार को बढ़कर क्रमशः 69.98 रुपये, 72.24 रुपये, 75.68 रुपये और 72.69 रुपये प्रति लीटर हो गए हैं। चारों महानगरों में डीजल के दाम बढ़कर क्रमशः 63.84 रुपये, 65.76 रुपये, 66.93 रुपये और 67.52 रुपये प्रति लीटर हो गए।

अंतर्राष्ट्रीय बाजार में मई के आखिर में कच्चे तेल के दाम में नरमी का जो सिलसिला शुरू हुआ वह जून के पहले पखवाड़े में भी जारी रहा, मगर पिछले एक सप्ताह से कच्चे तेल के भाव में फिर तेजी का रुख बना हुआ है और पिछले एक सप्ताह में अंतर्राष्ट्रीय बाजार में बेंचमार्क कच्चा तेल ब्रेंट क्रूड के भाव में करीब पांच डॉलर प्रति बैरल का इजाफा हुआ है।

अफगानिस्तान पर जीत से हमारे चरित्र का पता चला : कोहली

साउथम्पटन (आरएनएस)। भारतीय क्रिकेट टीम के कप्तान विराट कोहली ने स्वीकार किया है कि अफगानिस्तान की टीम ने विश्व कप मुकाबले में उनकी टीम से काफी मेहनत कराया लेकिन इससे उनकी टीम का चरित्र का पता चला। भारत ने अपने पांचवें मैच में अफगान टीम को 11 रनों से हराते हुए कुल 9 अंक हासिल कर लिए हैं। भारत ने पहले खेलते हुए 224 रनों का स्कोर खड़ा किया। जवाब में अफगान टीम 213 रन बनाकर आउट हो गई। भारत के लिए जसप्रीत बुमराह ने दो विकेट हासिल किए जबकि मोहम्मद समी ने हैट्रिक सहित कुल चार विकेट अपने नाम किए।

कोहली ने मैच के बाद कहा, ईमानदारी से कहूं तो यह मैच हमारे लिए काफी अहम रहा क्योंकि हमारे लिए चीजें तय रणनीति के हिसाब से नहीं चल पाईं। लेकिन जब चीजें आपके मुताबिक नहीं चल रही होती हैं तो आपको अपना चरित्र दिखाना होता है और हमने इस मैच में अपना चरित्र दिखाते हुए इसे अपने नाम किया। हमें इस मैच से काफी आत्मबल मिला है और इसकी मदद से हम अपना विजय क्रम जारी रखने की कोशिश करेंगे।

कोहली ने हैट्रिक लेने वाले समी की तारीफ की और कहा, हमारी गेंदबाजी अच्छी रही। हर किसी ने मौके का इंतजार किया और मैं समझता हूं कि समी ने आज बेहतरीन गेंदबाजी की। हर कोई अपने देश का प्रतिनिधित्व कर रहा है और यह बात हर किसी को अच्छा खेलने के लिए प्रेरित कर रही है। यह अच्छी बात है। भारत को अपना अपना अगला मैच 27 जून को वेस्टइंडीज के साथ खेलना है।

विदेशी मुद्रा भंडार 1.35 अरब डॉलर घटा

मुंबई (आरएनएस)। देश का विदेशी मुद्रा भंडार 14 जून को समाप्त सप्ताह में 1.35 अरब डॉलर घटकर 422.20 अरब डॉलर रह गया। इससे पहले 07 जून को समाप्त सप्ताह में यह 1.69 अरब डॉलर बढ़कर 13 महीने से ज्यादा के उच्चतम स्तर 423.55 अरब डॉलर पर रहा था। रिजर्व बैंक के आँकड़ों के अनुसार, 14 जून को समाप्त सप्ताह के दौरान विदेशी मुद्रा भंडार के सबसे बड़ी घटक विदेशी मुद्रा परिसंपत्ति में 1.35 अरब डॉलर की गिरावट दर्ज की गयी और सप्ताहांत पर यह 394.45 अरब डॉलर रह गया। स्वर्ण भंडार 22.97 अरब डॉलर पर स्थिर रहा। आलोच्य सप्ताह में अंतर्राष्ट्रीय मुद्रा कोष के पास आरक्षित निधि दो लाख डॉलर घटकर 3.35 अरब डॉलर और विशेष आहरण अधिकार एक लाख डॉलर घटकर 1.45 अरब डॉलर रह गया।

ईरानी हवाई क्षेत्र से बचकर गुजरेंगी भारतीय एयरलाइंस, उड़ान मार्ग पुनः निर्धारित करेंगेः डीजीसीए

नईदिल्ली (आरएनएस)। अमेरिका और ईरान के बीच बढ़ते राजनीतिक तनाव के बीच, भारत के विमानन नियामक डीजीसीए ने शनिवार को कहा कि भारतीय एयरलाइनों ने ''ईरानी हवाई क्षेत्र के प्रभावित हिस्से'' से बचने और उड़ान मार्ग को उपयुक्त ढंग से पुनःनिर्धारित करने का फैसला किया है। डीजीसीए ने ट्विटर पर कहा, ''डीजीसीए के परामर्श से सभी भारतीय एयरलाइन संचालकों ने यात्रियों के लिए सुरक्षित यात्रा सुनिश्चित करने के लिए ईरानी हवाई क्षेत्र के प्रभावित हिस्से से बचने का फैसला किया है।'' अमेरिकी विमानन नियामक, संघीय विमानन प्रशासन (एफएए) ने शुक्रवार को एयरमैन को एक नोटिस (नोटम) जारी किया, जिसमें अग्रिम सूचना मिलने तक अमेरिका में पंजीकृत विमानों के ईरान के हवाई क्षेत्र से होकर जाने पर रोक लगा दी गई।

पुरी ने किया हवाई यातायात प्रबंधन के केंद्रीय कमान परिसर का उद्घाटन

नईदिल्ली (आरएनएस)। हवाई यातायात प्रबंधन (एटीएफएम) के केंद्रीय कमान केंद्र का यहां नागर विमानन मंत्री हरदीप सिंह पुरी ने शनिवार को उद्घाटन किया। उन्होंने इसे हवाई यातायात सुरक्षा के उच्च मानक सुनिश्चित करने की 'अनिवार्य आवश्यकता' करार दिया। भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण (एएआई) ने एक बयान में कहा कि अधिकतर हवाईअड्डे क्षमता की कमी का सामना कर रहे हैं। ऐसे में केंद्रीय हवाई यातायात प्रबंधन प्रणाली का मुख्य काम हवाईअड्डों, हवाईक्षेत्र और विमानों की क्षमता का मांग के अनुसार युक्तिसंगत उपयोग सुनिश्चित करना है। उद्घाटन के बाद पुरी ने कहा, ''यह एक विश्वस्तरीय प्रणाली है जहां एक बड़े स्क्रीन पर आप देशभर के नागर विमानन ढांचे को देख सकते हैं। कौन से विमान हवा में हैं, कौन से जमीन पर हैं, और किन विमानों के आप संपर्क में हैं... सब कुछ इसी प्रणाली पर है जो सभी तरह के हवाई यातायात नियंत्रण से जुड़ी है।'' पुरी ने कहा कि यह एक अनिवार्य आवश्यकता है। वह खुश हैं कि यह अत्याधुनिक सुविधा अब परिचालन में है। लेकिन इससे भी अधिक यह सुरक्षा के उच्च मानक सुनिश्चित करने में मदद करेगी। मंत्री ने कहा कि सुरक्षा बल भी इस सुविधा का उपयोग कर सकते हैं। पंख वाले विमान हों या रोटर मोटर वाले, हवा में मौजूद सभी तरह के विमान इत्यादि इस सुरक्षा और एकीकृत हवाई यातायात प्रबंधन से जुड़े हैं। केंद्रीय कमान, हवाई यातायात से जुड़े सभी तरह के आंकड़े जुटाएगी जिसमें विभिन्न हवाई यातायात केंद्र स्वचालन प्रणाली जैसी कई उप प्रणालियों से विमानों से जुड़े आंकड़े, विमानों की जानकारी को अद्यतन करना और संदेश शामिल हैं।

आज का राशिफल

मेषः- कार्यक्षेत्र में परिवर्तन और बदलाव आने से आप कभी भी घबराते नहीं हैं लेकिन आज सरकार अथवा व्यवस्था की तरफ से कुछ ऐसे बदलाव आ रहे हैं जिसमें आपकी हिम्मत जवाब दे सकती है।

वृषभः- अपने स्वभाव के अनुसार आप अपने कार्यों के लिए दूसरों पर निर्भर रहते हैं। किसी दूसरे की चेष्टा पर स्वयं लाभ उठा लेना बहुत दिनों तक जारी नहीं रहेगा।

मिथुनः- आपके काम में आज कुछ लोग बाधा डाल सकते हैं या यह भी हो सकता है कि किसी अटकलबाजी के कारण आप अपने लक्ष्य से पीछे हट जाएं।

कर्कः- समाजसेवा एक ऐसा क्षेत्र है जहां आपकी राशि को दिन दूनी और रात चौगुनी उन्नति मिलती है। यदि आप किसी ठोस संगठन से जुड़े हैं तो बहुत अच्छी बात है।

सिंहः- आपके प्रयास अब रंग ला रहे हैं। आज के दिन आपकी आर्थिक स्थिति में सुधार होगा, अपने अधीनस्थ सहयोगियों के प्रति आपका व्यवहार उदारतापूर्ण होगा।

कन्याः- अपने काम को छोड़कर भी आप दूसरों के साथ उनके फालतू समय में शरीक होकर अपना कीमती वक्त बरबाद कर लेते हैं। आज के दिन भी आपको अपने बारे में ज्यादा सोचना है।

तुलाः- आपको अपने कार्यक्षेत्र में हमेशा ही दूसरों के भरोसे नहीं रहना चाहिए। कभी-कभी अपनी शर्तों पर काम करने की कोशिश करनी चाहिए।

वृश्चिकः- आज कुछ भावनात्मक और दिल से जुड़े हुए प्रसंग सामने आएंगे। आपकी करुणा और उदारता कहीं कहीं पर आपके लिए ही भारी पड़ जाती है।

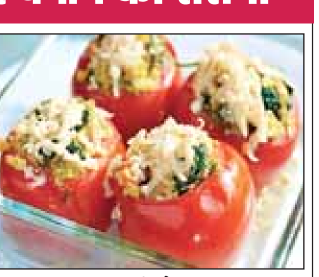
धनुः- काफी समय के बाद आज कुछ अच्छी खबर आपको मिलेगी। कोई जरूरी काम बन जाने से हर्ष होगा। लाभदायक अवसरों की प्राप्ति होगी।

मकरः- एक ओर प्रेमी या प्रियजन के लिए कोई वस्तु या उपहार खरीदने की जल्दीबाजी रहेगी। दूसरी ओर आपके कार्यक्षेत्र में भी काम का प्रेशर ज्यादा रहेगा।

कुंभः- अपनी मंजिल पर पहुंचकर भी आप अपने आपको बहुत पीछे महसूस करते हैं। पूरा फासला तय करने में अभी एक सांस की दौड़ और लगानी है।

मीनः- काफी अर्से से आप किसी सन्त महात्मा या दार्शनिक विचारों पर बहुत अच्छी तरह गौर कर रहे हैं।

भरवां पनीर टमाटर बनाने की रेसिपी



आज हम आपको भरवां पनीर टमाटर बनाने की विधि बताते है। ये डिश 7 लोगों के लिए के लिए है। तो आइये जानते है...

सामग्री – 8-10 लाल सख्त टमाटर, 200 ग्राम छोटे चौकोर टुकड़ों में कटा हुआ पनीर, 4 टी स्पून तेल, 2 बारीक कटे हुए प्याज, 2 बारीक कटी हरी मिर्च, नमक स्वादानुसार, 1 टी स्पून गरम मसाला पाउडर, आधा टी स्पून हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर स्वादानुसार, 2 टे.स्पून बारीक कटी हरी धनिया, 1 टी स्पून जीरा, टूथपिक्स आवश्यकतानुसार।

विधि – टमाटर धोकर ऊपर से स्लाइस काट लें व स्कूपर से खोखला कर लें। टमाटर के अंदर की तरफ नमक लगाकर उल्टा रख दें। एक पैन में 2 चम्मच तेल गर्म करें और जीरा भूनें। फिर प्याज तथा हरी मिर्च डालकर भूनें। हल्दी डालें। पनीर डालकर सावधानी से मिलाएं।

अब नमक, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला पाउडर तथा हरी धनिया मिलाएं। आंच से उतार लें। तैयार भरावन को खोखले टमाटर में भरकर स्लाइस से ढककर टूथपिक्स से जोड़ दें। पैन में बचे तेल को गर्म करके टमाटर रखें। टमाटर एक के ऊपर एक ही हो। पैन को हलकी आग पर रख दें। थोड़े से तेल को पैन से लेकर टमाटर पर डाल दें। हलकी आंच पर ढककर टमाटर गलने तक पकाएं। बारीक कटे हरे धनिये व गरममसाले से सजाकर नान या परांठे के साथ सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 4

बाएं से दाएं
1. याद, स्मरण 3. अग्नि, आग, पवित्र करने वाला 6. गौ जाति का नर 8. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 10. मुस्कुराहट, तबस्सुम 11. खारा, नमक के स्वाद जैसा 14. मुख्यभाग, निचोड़ 16. पिंडली व एड़ी के बीच की दोनों ओर उभरी हड्डी, गुल्फ 18. अद्भुत, विचित्र 21. सम्राट, बादशाह, नरेश 22. कृति, निर्माण करना, बनाना 23. बड़ी थाली 24. समूह, दल 26. एहसानमंद, कृतज्ञ 27. ध्वनि, सदा 28. श्रीकृष्ण के बड़े भाई, हलधर।

ऊपर से नीचे
2. अपमान, अनादर, अवज्ञा 3. जल, नीर, अम्बु 4. वाणी, वादा, कथन 4. कर्म शब्द का अपभ्रंश, भाग्य 7. लकड़ी का घूमने वाला एक गोल खिलौना, बिजली का बल्ब 9. लोग, प्रजा 10. यात्री, राही, पथिक 12. कीड़ा 13. चोचला, अदा 15. दंड 17. अवैध, अनुचित 18. जो आधिकारिक न हो, जो अधिकार प्राप्त न हो 19. जैसा होना चाहिए ठीक वैसा, सत्यपरक, वाजिब 20. ताकत, शक्ति 24. प्रश्न, समस्या 25. घटना, घटना का वर्णन 26. एक प्रसिद्ध पक्षी जो रात में विचरण करता है, लक्ष्मीजी की सवारी 27. पानी, चमक।

1	2	■	3	4	5	■	6	7
■	8	9				■	■	
10			■	11		12	13	■
14		■	15	■	■	16		17
	■	18		19	20	■	21	
22			■	23		■	■	
■	■		■		■	24	25	
26				■	27			■
	■		■	■	28			

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 03 का हल

टे	ढ़ा	मे	ढ़ा	■	म	हा	र	त
क	■	ह	■	■	■	■	ज	न
■	जा	न	की	■	क	म	नी	य
■	■	त	म	क	ना	■	■	■
म	■	■	त	ह	त	■	दा	ब
सी	मा	■	■	ला	■	स	न	द
हा	थ	म	ल	ना	■	वा	■	च
■	■	द	■	■	घा	ल	मे	ल
■	ब	द	ह	वा	स	■	■	न

सू-दोकू- 4

	2			6			1	
3			4			2		
							6	
6					4			
	9		5			6		1
4		3			9			2
	8		2				7	
1		2		4		9		6

नियम
1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.03 का हल

8	7	6	9	5	1	2	3	4
1	3	9	2	8	4	5	6	7
4	5	2	3	7	6	9	1	8
2	8	5	4	6	7	1	9	3
3	1	7	8	9	2	4	5	6
6	9	4	1	3	5	7	8	2
9	4	1	6	2	8	3	7	5
7	2	8	5	1	3	6	4	9
5	6	3	7	4	9	8	2	1