संपादकीय

अमेरिकी वापसी के बाद अफगान चुनौतियां

अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन ने बुधवार, 14 फरवरी को घोषणा की थी कि इस साल 11 सितम्बर से पहले सभी अमेरिकी सैनिक अफगानिस्तान से हटा लिए जाएंगे। ऐसा होने पर अमेरिकी इतिहास की सबसे लंबी लड़ाई का पटाक्षेप हो जाएगा, जिसकी जड़ में दो दशक पहले हुआ आतंकी हमला था। अफगानिस्तान में तालिबान राज के समय आतंकवादी संगठन अल-कायदा के सरगना ओसामा बिन लादेन द्वारा बनाई सुनियोजित योजना के तहत 11 सितंबर, 2001 के दिन कई अमेरिकी शहरों पर एक साथ कई आतंकी हमले किए गए थे। इनमें 2977 अमेरिकी नागरिक मारे गए थे। इन हमलों के प्रतिकर्म ने अमेरिका द्वारा चलाए गए सबसे लंबे सैन्य अभियान को जन्म दिया था। बाद में एबटाबाद छावनी क्षेत्र से सटी बस्ती में छिपे लादेन को अमेरिकी कंमाडो दस्ते ने मार गिराया था। बिन लादेन पाकिस्तान की सबसे नामी मिलिट्री अकादमी से चंद फर्लांग की दूरी पर बने घर में रह रहा था। पूरे समय अमेरिकी कूटनीति इतनी दिग्भ्रमित और बेजान रही कि तालिबान और अल-कायदा की मदद करने के तमाम सबूतों के बावजूद पाकिस्तान को लताड़ने और प्रतिबंध लगाने की बजाय एक के बाद एक आए अमेरिकी राष्ट्रपति पाकिस्तानी सेना के आगे गिड़गिड़ाते नजर आए।

एक हालिया अमेरिकी अध्ययन से पता चलता है कि अफगानिस्तान में चली लड़ाई से अमेरिकी खजाने पर चकरा देने वाला 22.6 खरब डॉलर का बोझ पड़ा है। इस दौरान लगभग 2,41,000 जानें गई हैं। इस खित्ते में चहुंओर व्याप्त पाकिस्तानी खुफिया एजेंसी आईएसआई ने अफगान युद्ध के दौरान तालिबान और अफगानिस्तान में छिपे भारत विरोधी आतंकी गुटों के बीच निकट रिश्ते बनवाए रखे। इन संगठनों में जैश-ए-मोहम्मद और लश्कर-ए-तैयबा का नाम शामिल है। जाहिर है आगे भी यह संबंध बने रहेंगे। क्यों न हो, वह तालिबान ही थे, जिन्होंने इंडियन एयरलाइंस की उड़ान आईसी-814 के अपहरणकर्ताओं को नायक की तरह लिया था, जब भारत को यात्रियों को छुड़वाने की एवज में मौलाना मसूद अज़हर, उमर सईद शेख और मुश्ताक ज़रगर जैसे आतंकवादी सौंपने पड़े थे।

अफगानिस्तान में किसी एक पंथ-विशेष का पूरे मुल्क पर जोर नहीं है। बल्कि वहां 14 विभिन्न जातीय एवं भाषाई घटक हैं, इसमें पश्तून, ताजिक, किर्गिज़, बलोच, तुर्कमान और उजबेक मुख्य हैं। पश्तून, जो कुल आबादी का 40.9 फीसदी हैं, ज्यादातर दक्षिण अफगानिस्तान में फैले हुए हैं। कुल जनसंख्या का 37 से 39 प्रतिशत ताजिक हैं, वे अधिकतर उत्तरी अफगानिस्तान में रहते हैं, जिसकी सीमाएं मध्य एशियाई देशों से लगती हैं। ब्रितानी राज में मनमर्जी से उलीकी गई ड्यूरंड लाइन नामक अंतर्राष्ट्रीय सीमा रेखा को अफगान पश्तूनों ने कभी मान्यता नहीं दी। उनका मानना है कि अफगानिस्तान की वास्तविक सीमा रेखा पाकिस्तान के अट्टक इलाके में बहती सिंधु नदी के तट तक है। आज पूछा जाने वाला सबसे बड़ा सवाल यह है कि आखिर अफगानिस्तान को लेकर चीन, अमेरिका, रूस, यूरोपियन यूनियन, पाकिस्तान के बीच प्रतिद्वंद्विता भरी होड़ क्यों लगी हुई है।

इन बाहरी ताकतों द्वारा खास दिलचस्पी दिखाने के पीछे मुख्य कारण यह है कि दुर्लभ खनिज पदार्थों के लिहाज से अफगानिस्तान सोने की खान है। यहां पाए जाने वाले उच्च कोटि के पन्ने, पुखराज, माणिक, फिरोज़ा, लाजवर्त जैसे मूल्यवान रत्नों के प्रति देश-विदेश में दीवानगी है। अमेरिका के संयुक्त राज्य भूगर्भ सर्वेक्षण के अध्ययन अनुसार अफगानिस्तान में लगभग 6 करोड़ मीट्रिक टन तांबा, 2.2 खरब टन लौह अयस्क, 140 लाख टन दुर्लभ भू-पदार्थ जैसे कि लैंथानम, सीरियम, नियोडाइमियम के अलावा एल्यूमीनियम, सोना, चांदी, जिंक, पारा और लिथियम आदि के भंडार मौजूद हैं। अफगानिस्तान से अमेरिकी फौज की वापसी के बाद विभिन्न देशों के बीच वहां मौजूद प्राकृतिक स्रोतों को लेकर होड़ मचना तय है, इनमें चीन सबसे सक्रिय प्रतिभागी है।

- जी. पार्थसारथी

स्टेट बैंक ऑफ इंडिया ने होम लोन पर इंट्रेस्ट रेट घटाया

नईदिल्ली । स्टेट बैंक ऑफ इंडिया ने एकबार फिर से होम लोन पर इंट्रेस्ट रेट घटाने का फैसला किया है. एसबीआई ने होम लोन पर इंट्रेस्ट रेट घटाकर 6.70 फीसदी कर दिया है. 1 अप्रैल को एसबीआई ने होम लोन पर इंट्रेस्ट रेट को 6.70 फीसदी से बढ़ाकर 6.95 फीसदी किया था. इस तरह इंट्रेस्ट रेट में 25 बेसिस प्वाइंट्स की कटौती की गई है.

एसबीआई अपने ग्राहकों को 30 लाख तक का होम लोन 6.70 फीसदी इंट्रेस्ट रेट पर ऑफर कर रहा है. 30 लाख से 75 लाख तक के होम लोन पर इंट्रेस्ट रेट 6.95 फीसदी होगा. 75 लाख से ज्यादा के होम लोन पर इंट्रेस्ट रेट महज 7.05 फीसदी होगा. अगर कोई महिला अपने नाम पर होम लोन लेती है तो उसे 5 बेसिस प्वॉइंट्स की विशेष छूट मिलेगी. अगर कस्टर एसबीआई योनो एप की मदद से होम लोन के लिए अप्लाई करता है तो उसे 5 बेसिस प्वॉइंट्स का डिजिटल इंसेंटिव मिलेगा. मतलब, योनो ऐप से अप्लाई करने पर इंट्रेस्ट रेट 5 बेसिस प्वॉइंट्स और कम हो जाएगा.

होम लोन की बात करें तो अभी तक एसबीआई होम लोन पर मिनिमम इंट्रेस्ट रेट 6.95 फीसदी, एचडीएफसी का मिनिमम इंट्रेस्ट रेट 6.95 फीसदी, आईसीआईसीआई बैंक का 6.70 फीसदी, एक्सिस बैंक का 6.70 फीसदी, पीएनबी हाउसिंग का 7.35 फीसदी, एलआईसी हाउसिंग फाइनेंस का 6.90 फीसदी, सिटीबैंक का 6.65 फीसदी और पीएनबी का 7.15 फीसदी है.

अगर आप घर खरीदने का प्लान बना रहे हैं तो यह सही समय है. दरअसल हाई लिक्विडिटी के बीच जनरल क्रेडिट डिमांड वांछित स्तर से नीचे रहने के बीच देश के प्रमुख बैंकों ने अपनी होम लोन दरों को घटाकर एक दशक के निचले स्तर पर ला दिया है. इनमें भारतीय स्टेट बैंक, एचडीएफसी लिमिटेड, आईसीआईसीआई बैंक और कोटक महिंद्रा बैंक शामिल हैं.

इसके अलावा भारतीय रिजर्व बैंक भी बैंकों से ब्याज दरों में नीतिगत दरों में आई कमी के अनुरूप कटौती के लिए दबाव बना रहा है. मार्च, 2020 से रिजर्व बैंक ने रेपो रेट को 2 फीसदी घटाकर 4 फीसदी कर दिया है. हालांकि, इसके बावजूद लोन की मांग 6 फीसदी से कम है. पिछले महीने एसबीआई ने इंट्रेस्ट रेट बढ़ाया फिर से इसे घटाया है.

एसबीआई ग्राहक अपना केवाईसी विवरण डाक या ईमेल से भेज सकते हैं

भारतीय स्टेट बैंक ने कोरोना महामारी के बीच अपने ग्राहकों को राहत देते हुए कहा है कि वे अब अपने केवाईसी को अद्यतन कराने के लिए उसका विवरण डाक या ई-मेल से भेज सकते है। इसके लिए उन्हें बैंक जाने की आवश्यकता नहीं है । बैंक ने टवीट में कहा है कि कई राज्यों में कोविड के बढते मामलों और लॉकडाउन को देखते हुए यह फैसला किया गया है । बैंक ने यह भी कहा है कि केवाईसी का नवीनीकरण न कराने पर इस महीने की 31 तारीख तक ग्राहकों की आइडेंटिफिकेशन फाइल की आंशिक फ्रीजिंग नहीं की जाएगी।

जीएसटी राजस्व अप्रैल में सर्वकालिक ऊंचाई 1.41 लाख करोड़ रुपये पर

नईदिल्ली । वित्त मंत्रालय ने शनिवार को कहा कि जीएसटी संग्रह अप्रैल में 1.41 लाख करोड़ रुपये के सर्वकालिक उच्च स्तर पर पहुंच गया, जिससे अर्थव्यवस्थाा की स्थिति में लगातार सुधार का संकेत मिलता है। अप्रैल 2021 में राजस्व मार्च के 1.23 लाख करोड़ रुपये के मुकाबले 14 प्रतिशत अधिक है। समीक्षाधीन महीने के दौरान घरेलू लेनदेन पर जीएसटी से राजस्व (सेवाओं के आयात सहित) पिछले महीने की तुलना में 21 प्रतिशत अधिक है। मंत्रालय ने कहा, 'जीएसटी राजस्व ने लगातार पिछले 7 महीनों के दौरान न सिर्फ एक लाख करोड़ रुपये के स्तर को सफलतापूर्वक पार किया है, बल्कि इसमें लगातार वृद्धि भी दर्ज की है। यह इस दौरान लगातार आर्थिक स्थिति में सुधार का स्पष्ट संकेत है। नकली-बिलिंग की जांच के साथ ही जीएसटी, आयकर और सीमा शुल्क आईटी प्रणालियों जैसे विभिन्न स्रोतों से मिले आंकड़ों के सघन डेटा एनालिटिक्स का उपयोग और प्रभावी कर प्रशासन ने लगातार कर राजस्व बढ़ाने में योगदान दिया है। अप्रैल 2021 में सकल जीएसटी राजस्व 1,41,384 करोड़ रुपये के रिकॉर्ड उच्च स्तर पर रहा।

भारत के हर 10वें शख्स को मुफ्त में ऑक्सीजन दे रही रिलायंस

» मुकेश अंबानी खुद कर रहे हैं मिशन की निगरानी

नईदिल्ली । रिलायंस इंडस्ट्रीज लिमिटेड अपनी जामनगर तेल रिफाइनरी में प्रतिदिन 1000 टन से अधिक मेडिकल-ग्रेड ऑक्सीजन का उत्पादन कर रहा है. यह ऑक्सीजन कोविड-19 से बुरी तरह प्रभावित राज्यों को मुफ्त में दी जा रही है. रिलायंस आज भारत की करीब 11 फीसदी मेडिकल ग्रेड ऑक्सीजन का उत्पादन कर रहा है और हर दस में से करीब 1 रोगी को ऑक्सीजन दी जा रही है.

मुकेश अंबानी, रिलायंस के मिशन ऑक्सीजन की निगरानी खुद कर रहे हैं. उनके नेतृत्व में रिलायंस दोहरी रणनीति पर काम कर रहा है. पहला रिलायंस की जामनगर स्थित रिफाइनरी के बहुत से प्रोसेस में बदलाव कर ज्यादा से ज्यादा जीवनदायी ऑक्सीजन का निर्माण करना और दूसरा लोडिंग और परिवहन क्षमताओं को बढ़ाना ताकि इसे जरूरतमंद राज्यों तक ऑक्सीजन को सुरक्षित पहुंचाया जा सके. रिलायंस की जामनगर रिफाइनरी में कच्चे तेल से डीजल, पेट्रोल, और जेट ईंधन जैसे उत्पाद बनाए जाते हैं, यहां मेडिकल-ग्रेड ऑक्सीजन का उत्पाद नहीं किया जाता था. लेकिन कोरोन वायरस के मामलों में जिस तेजी से वृद्धि हुई है और ऑक्सीजन की मांग बढ़ी है, उसको देखते हुए रिलायंस ने ऐसी मशीनरी लगाई है जिससे मेडिकल-ग्रेड ऑक्सीजन का उत्पादन संभव हो पाया है.

बहुत ही कम वक्त में रिलायंस ने मेडिकल ग्रेड ऑक्सीजन का उत्पादन शून्य से 1000 एमटी तक बढ़ा दिया है. इतनी ऑक्सीजन से हर दिन औसतन 1 लाख रोगी सांस ले सकेंगे. अप्रैल माह में रिलायंस 15,000 एमटी और महामारी की शुरूआत से अब तक 55,000 एमटी मेडिकल ग्रेड ऑक्सीजन की फ्री सप्लाई कर चुका है.

देश में ऑक्सीजन की लोडिंग और सप्लाई एक बड़ी बाधा बनकर उभरी है. रिलायंस के इंजिनियर्स ने इसका हल नाइट्रोजन टैंकर्स को ऑक्सीजन टैंकर्स में बदल कर खोज निकाला. इसके अलावा रिलायंस ने ऑक्सीजन की सप्लाई चेन को पुख्ता करने के लिए सऊदी अरब, जर्मनी, बेल्जियम, नीदरलैंड और थाईलैंड से 24 ऑक्सीजन टैंकर्स एयरलिफ्ट किए.

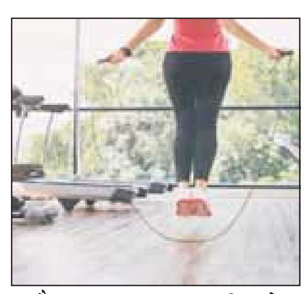
45.5 रुपए सस्ता हुआ 19 किलो वाला गैस सिलिंडर, 14 किलो वाले के नहीं घटे दाम

नईदिल्ली । ऑयल मार्केटिंग कंपनियों ने 19 किलोग्राम वाले कमर्शियल गैस सिलिंडर की कीमत में कटौती का फैसला किया है. इसकी कीमत में 45.50 रुपए की कटौती की गई है. हालांकी घरेलू गैस सिलिंडर यानी 14.2 किलोग्राम वाले गैस सिलिंडर की कीमत में किसी तरह का कोई बदलाव नहीं किया गया है. सरकारी तेल कंपनियां हर महीने की पहली तारीख को गैस सिलेंडर के रेट को रिवाइज करती हैं. तेल कंपनियों की ओर से आज एलपीजी सिलिंडर के नए रेट जारी किए गए हैं.

राजधानी दिल्ली में 19 किलोग्राम वाले गैस सिलिंडर की नई कीमत (भरा हुआ सिलिंडर)1595.50 रुपए है. इसी तरह मुंबई में नई कीमत 1545 रुपए, कोलकाता में 1667.50 रुपए और चेन्नई में 1726 रुपए है. 30 अप्रैल तक यह कीमत दिल्ली में 1641 रुपए, कोलकाता में 1713 रुपए, मुंबई में 1590.50 रुपए और चेन्नई में 1771.50 रुपए थी.

बात अगर 14.2 किलोग्राम वाले नॉन-सब्सिडायज्ड घरेलू गैस सिलिंडर की करें तो इसकी कीमत में कोई बदलाव नहीं आया है. दिल्ली में यह कीमत 809 रुपए, कोलकाता में 835.50 रुपए, मुंबई में 809 रुपए और चेन्नई में 825 रुपए हैं. घरेलू गैस की कीमत में अप्रैल में 10 रुपए की गिरावट आई थी. इससे पहले 1 मार्च को कीमत में 25 रुपए की तेजी आई थी. 2021 में घरेलू गैस की कीमत में अच्छी-खासी तेजी देखी गई है.

इस अभ्यास को कोरोना के दौरान करें, कई बीमारियां दूर भाग जाएंगी



आपके लगातार चलने का आपके स्वास्थ्य पर हानिकारक प्रभाव पड़ सकता है। कहा जाता है कि फिट रहने के लिए शरीर को व्यायाम की जरूरत होती है। व्यायाम आपको अपने स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखने की अनुमति देता है। अकेले व्यायाम आपके शरीर को स्वस्थ रख सकता है। क्या खास है कि व्यायाम करने से हम बड़ी बीमारियों से बच सकते हैं। व्यायाम आपके स्वस्थ जीवन के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। हालाँकि, वर्तमान कोरोना युग में आप व्यायाम करने के लिए बाहर नहीं जा सकते। देश के कई राज्य वर्तमान में तालाबंदी का सामना कर रहे हैं। परिणामस्वरूप, कई लोगों ने व्यायाम करना बंद कर दिया है। हालांकि, यह इस कोरोना अवधि के दौरान है कि आपको अधिक व्यायाम करने की आवश्यकता है। ऐसा इसलिए है क्योंकि इस दौरान स्वस्थ रहना और प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देना महत्वपूर्ण है।

वास्तव में घर पर क्या करना है, यह कई लोगों के लिए एक सवाल है। आज हम आपको कुछ खास एक्सरसाइज बताने जा रहे हैं। ऐसा करने से आप स्वस्थ रहेंगे और आपका वजन नहीं बढ़ेगा और आप घर पर ही यह व्यायाम कर पाएंगे। रस्सी पर कूदना ज्यादातर लोग सोचते हैं कि रस्सी कूदना केवल छोटे बच्चों के लिए है। लेकिन सभी उम्र के लोगों को रस्सियों पर कूदना चाहिए।

रस्सी कूदना एक सरल व्यायाम है जो हृदय गति में सुधार करता है। यह हृदय रोग और स्ट्रोक के जोखिम को भी कम करता है। हममें से कई लोग वजन कम करने के लिए कई तरह के प्रयास करते हैं। हालांकि, कोई वजन कम नहीं है। वजन कम करने के लिए रस्सी कूदना बहुत फायदेमंद होता है। इससे आपको तुरंत वजन कम करने में मदद मिलती है। रस्सी कूदते समय आपको कम से कम तीन से चार घंटे तक कुछ नहीं खाना चाहिए। या फिर आपको पेट में दर्द हो सकता है।

आज का राशिफल

मेष: वाणी पर नियंत्रण रखें। क्लेश से बचें। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। विवेक से कार्य करें। शेयर मार्केट व म्युचुअल फंड से लाभ होगा।

वृषभ: पार्टी व पिकनिक का कार्यक्रम बनेगा। मनोरंजन का समय मिलेगा। रचनात्मक कार्य सफल रहेंगे। मनपसंद भोजन का आनंद मिलेगा।

मिथुन: बुरी खबर प्राप्त हो सकती है। दौड़धूप अधिक होगी। क्लेश रहेगा, वाणी में हल्के शब्दों के प्रयोग से बचें। कीमती वस्तुएं संभालकर रखें।

कर्क: थकान व कमजोरी रह सकती है। खान-पान पर ध्यान दें। घर-परिवार की चिंता बनी रहेगी। उन्नति के मार्ग प्रशस्त होंगे।

सिंह: विवाद को बढ़ावा न दें। हल्की हंसी-मजाक करने से बचें। उत्साहवर्धक सूचना प्राप्त होगी। आत्मसम्मान बनेगा। भूले-बिसरे साथियों से मुलाकात होगी।

कन्या: उन्नति के मार्ग प्रशस्त होंगे। यात्रा मनोरंजक रहेगी। नवीन वस्त्राभूषण की प्राप्ति पर व्यय होगा। व्यापार लाभदायक रहेगा।

तुला: स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। विवाद को बढ़ावा न दें। बनते काम बिगड़ सकते हैं। तनाव रहेगा। व्यापार ठीक चलेगा। यात्रा में विशेष सावधानी रखें।

वृश्चिक: दूर से अच्छे समाचार प्राप्त होंगे। जीवनसाथी से सहयोग मिलेगा। डूबी हुई रकम प्राप्त हो सकती है, प्रयास करें। यात्रा मनोरंजक रहेगी।

धनु: लेन-देन में जल्दबाजी न करें। समय अनुकूल है। कोई आवश्यक वस्तु समय पर नहीं मिलने से खिन्नता रहेगी। योजना फलीभूत होगी।

मकर: वाणी में हल्के शब्दों के प्रयोग से बचें। कानूनी अड़चन दूर होगी। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। यात्रा मनोरंजक रहेगी। मनोरंजन के साधन प्राप्त होंगे। तीर्थदर्शन की योजना बनेगी। धर्म-कर्म में रुचि रहेगी।

कुंभ: चोट व दुर्घटना से हानि संभव है। जल्दबाजी व लापरवाही भारी पड़ सकती है। स्वास्थ्य कमजोर रहेगा। हल्की हंसी-मजाक न करें। विवाद हो सकता है।

मीन: बुद्धि का प्रयोग किसी भी समस्या का निवारण कर सकता है, यह याद रखें। किसी प्रभावशाली व्यक्ति का मार्गदर्शन व सहयोग प्राप्त होगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। मित्रों का सहयोग व साथ मिलेगा। भाइयों से मतभेद दूर होंगे।

सोशल मीडिया की वजह से कई प्रतिभा सामने आई है: सुनील ग्रोवर

सुनील ग्रोवर सालों से टेलीविजन पर लोगों को हंसाते रहे हैं। उन्होंने वेब सीरीज तांडव, या अक्षय कुमार स्टारर फिल्म गब्बर इज बैक जैसी विषम गंभीर फिल्मों में भी अपनी भूमिका से लोगों को प्रभावित किया है। हाल के वर्षों में नए युग की प्रतिभाओं के लिए सोशल मीडिया का आगमन एक वरदान रहा है और सुनील को भी इस मंच से लाभ हुआ है।

उन्होंने कहा, आपको इतना देखना होगा कि सोशल मीडिया की वजह से बहुत प्रतिभाएं सामने आई हैं। सभी को खुद को व्यक्त करने के लिए एक मंच मिला है और जो चाहें उन्हें देख सकता हैं

सुनील ने कहा कि अगर सोशल मीडिया और ओटीटी के आगमन की कहानी की बात करें तो यह बदलाव कुछ वर्षों में ही हुआ है। थिएटर से लेकर फिल्मों तक, सोशल मीडिया से लेकर ओटीटी तक दर्शकों ने अब साबित कर दिया है कि वे आसानी से सब कुछ अपना सकते हैं। उन्होंने कहा, परिवर्तन अपरिहार्य है। जब फिल्में आने लगीं, तो लोगों को लगा कि नाटकों के दर्शक प्रभावित हो सकते हैं, लेकिन थिएटर जारी है। आखिरकार, सोशल मीडिया आ गया और अब हमारे पास ओटीटी है। समय के साथ, लोग विकास के अनुकूल हो जाते हैं

उनके लिए, एक कलाकार के रूप में, विभिन्न प्रकार के प्लेटफार्मों का मतलब प्रयोग करने का एक बेहतर मौका है, जो बदले में नई चुनौतियों का सामना करता है।

सत्यमेव जयते 2 की रिलीज टली

जॉन अब्राहम-स्टारर सत्यमेव जयते 2 की रिलीज की तारीख कोविड के प्रकोप के कारण स्थगित कर दी गई है। फिल्म निर्देशक मिलाप जावेरी ने इंस्टाग्राम पर मंगलवार सुबह इसकी घोषणा की। यह फिल्म 13 मई को ईद पर रिलीज होनी थी, जो बॉक्स ऑफिस पर सलमान खान की राधे- योर मोस्ट वांटेड भाई को टक्कर देने के लिए तैयार थी। झवेरी ने लिखा, इस संकट के समय, जनता की सुरक्षा और स्वास्थ की परवाह करते हुए हम अपनी आने वाली फिल्म सत्यमेव जयते 2 की तारीख निर्धारित समय से आगे बढ़ा रहे हैं। फिल्म से सम्बंधित आगे की जानकारी हम आपको देते रहेंगे। तब तक दो गज की दूरी तथा मास्क लगाए रखिये, अपना और अपनों का ध्यान रखें, जय हिन्द !

उन्होंने बयान को कैप्शन देते हुए कहा, भारत सुरक्षित रहे। मजबूत रहे। उन लोगों की मदद करें जिसकी आप कर सकते हैं। ये भी बीत जाएगा।

बनाएं हलवा, बर्फी से अलग बादाम बिरयानी

बादाम हलवा, फिरनी, बर्फी का स्वाद तो शायद ही किसी ने न चखा हो लेकिन बिरयानी के मामले में ऐसा कह पाना शायद मुमकिन नहीं। तो आइए इस मौके पर बनाएं इसे।

सामग्री :

बादाम कटे हुए- 1/2 कप, बासमती चावल- 3 कप, बारीक कटा हुआ प्याज- 1/2 कप, उबले हुए हरे मटर- 1/2 कप, बारीक कटा लहसुन- 1 टीस्पून, कटी हुई हरी मिर्च- 1 टीस्पून, नींबू का रस- 1 टीस्पून, तेजपत्ता- 1, लौंग- 2, इलायची- 2, दालचीनी का टुकड़ा- 2, बिरयानी मसाला- 1 टेबलस्पून, घी- 2 टेबलस्पून

गार्निशिंग के लिए- फ्राइड प्याज- 1/4 कप, फ्राइड बादाम- 1 टेबलस्पून

विधि :

पैन में तेल गरम करें। इसमें बादाम और फिर प्याज भूनकर अलग रख लें। इसके बाद घी, मक्खन या तेल जिसमें भी आप बनाना चाहती हैं उसे पैन में डालें। इसमें सारे साबुत मसाले इलायची, तेजपत्ता, लौंग, दालचीनी डालकर उसे भी कुछ सेकेंड के लिए भून लें। हल्की खुशबू आने का मतलब है वो पूरी तरह से भून चुका है। इसके बाद बारी है लहसुन की। फिर मटर, हरी मिर्च और भी कोई मनपसंद सब्जी डाल सकते हैं। बीच-बीच में इसे चलाते रहें जिससे सब्जी जले नहीं। इसके बाद इसमें बिरयानी मसाला मिक्स कर दें। 4-5 मिनट बाद इसमें बासमती चावल और बादाम मिला दें। दो मिनट और पकाएंगे। सबसे बाद में नींबू का रस मिक्स करें। तैयार है बादाम बिरयानी। सर्व करने से पहले ऊपर से तले हुए प्याज और बादाम डालना न भूलें।

शब्द सामर्थ्य- 66

बाएं से दाएं

1. राजद प्रमुख 6. रखवाला, रक्षा करने वाला 7. दयालु, रहम करने वाला (उ.) 10. युग्म, जोड़ा, एक राशि, एक फिल्म अभिनेता 13. कैदखाना, जेल, हिरासत 15. जानकी, जनकनंदनी 17. व्यर्थ की बात, बकबक 18. नारी, स्त्री, महिला 21. विक्रय करना 22. वाणी, कथन, वादा 24. ताश में दस अंकों वाला पत्ता 25. नगर का, नागरिक, चतुर।

ऊपर से नीचे

1. बेफ्रिक, निश्चिंत, जिसे कोई परवाह न हो 2. मूर्ति 3. दोस्त, प्रेमी 4. कुशल, विशेषज्ञ 5. बगुला 8. झुका हुआ, झुकाया गया, नत 9. इधर-उधर, पास पड़ोस 11. किस्मत, तकदीर, भाग्य 14. बंदर, मर्कट, कपि 16. शक्तिशाली, बलवान 18. संतान, संतति 19. अस्तबल, घुड़साल 20. राजी करना, रूठे हुए को प्रसन्न करना 23. सरिता, नदिया, नद।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 65 का हल

मा	म	ला	■	सि	वा	य	■	कि
लि	■	चा	ह	त	■	म	म	ता
क	सू	र	■	म	ग	न	■	ब
■	र	■	■	■	द	■	■	■
क	मा	न	■	पा	र	स	■	स
मी	■	म	जा	ल	■	न	क	ली
ना	दा	न	■	ना	र	द	■	का
■	मि	■	■	■	तौं	■	■	■
सु	नी	ल	■	अ	धी	र	■	जी

सू-दोकू- 66

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

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 भर 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.65 का हल

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