संपादकीय

आखिर मजबूर क्यों हो गये मजदूर

अमेरिका के छब्बीसवें राष्ट्रपति थियोडोर रूजवेल्ट ने 1903 में मजदूर दिवस के अपने बहुचर्चित सम्बोधन में मजदूरों के लिहाज से एक बड़ी ही महत्वपूर्ण बात कही थी। यह कि मनुष्य के जीवन में अगर कोई सबसे बड़ा पुरस्कार है, तो वह है काम करने का मौका। या कि ऐसा काम जिससे उसकी जीविका चले और महत्ता बढ़े। उनकी यह बात आज, उनके उक्त सम्बोधन के एक सौ अठारह साल बाद भी, इस अर्थ में बहुत महत्वपूर्ण है कि आज की दुनिया में भी बड़ी संख्या में मजदूर जीवन के इस सबसे बड़े पुरस्कार से वंचित हैं और उसकी अंतहीन तलाश में सिर खपाने को मजबूर हैं।

अलबत्ता, इस बीच विकसित अर्थव्यवस्था वाले देशों में मजदूरों की एक छोटी-सी संख्या खुद को इस अहसास के नजदीक पहुंचाने में सफल रही है कि उसने अच्छे पद, प्रतिष्ठा, वेतन, घर और लग्जरी गाड़ियां समेत विलासिता के प्रायः सारे साधन जुटाकर अपने सारे सपने पूरे कर लिये हैं। इन देशों की मजदूरविरोधी व्यवस्थाएं इस संख्या को मजदूरों की एकता खंडित करने और 'मजदूरों की ही मार्फत मजदूरों के शोषण' के उपकरण के तौर पर इस्तेमाल करने से भी नहीं चूकतीं। दरअसल, वक्त के बदलाव के साथ मजदूरों के काम के पुराने प्रायः सारे कौशल बेकार करार दिये गये हैं और उनके जिस छोटे से हिस्से ने जरूरी बताये जा रहे कुछ नये कौशल अर्जित कर लिये हैं, उसकी मार्फत कुशलता और अकुशलता की कथित लड़ाई को तेज कर दिया गया है। इस लड़ाई के माध्यम से कुशल और अकुशल मजदूरों के बीच बड़ी खाई पैदा कर इस हकीकत को झुठलाने की कोशिशें की जा रही हैं कि आम मजदूर अभी भी बेरोजगार रहने, बेहद कम मजदूरी पर काम करने और अपने काम से संतुष्टि या महत्ता न पाने को अभिशप्त हैं। स्वाभाविक ही इससे पूरी दुनिया में न सिर्फ आय की असमानता बल्कि उसके चलते बढ़ रहे सामाजिक तनाव और असंतोष का भी बोलबाला है।

यकीनन, इस दौरान रोजगार और मजदूरी की संरचना में काफी बदलाव आये हैं और मशीनों व उपकरणों के कारण कई कठिन समझे जाने वाले परम्परागत काम आसान हो गये हैं, लेकिन अविकसित या विकासशील देशों को छोड़ भी दें तो धनी देशों में भी बेरोजगारी की ऊंची दरें हालात के दूसरे पहलू को बेपर्दा करके रख देती हैं, जिससे साफ होता है कि नई विश्वव्यवस्था और उसके नीति-निर्माता दुनिया में कहीं भी उस गरीब और कमजोर तबके के हितों का ध्यान नहीं रख रहे हैं।

नोबेल पुरस्कार विजेता माइकल स्पेंस का कहना है कि इसमें कोई दो राय नहीं कि रोजगार नई तकनीकों की वजह से भी कम हो रहे हैं, लेकिन भूमंडलीकरण का वर्चस्व और कल्याणकारी नीतियों का अभाव ही इसका सबसे बड़ा कारण है। यकीनन, वह भूमंडलीकरण ही है, जो उन ढांचागत सुधारों के आड़े आता है, जिनकी मदद से रोजगार के अवसर बढ़ाये जा सकते हैं और शक्ति यों व संसाधनों का मजदूर विरोधी संकेन्द्रण रोका जा सकता है। निस्संदेह, इन सुधारों की अनुपस्थिति में ही शिक्षा में उपयुक्त बदलाव के जरिये ऐसे प्रशिक्षण नहीं उपलब्ध कराये जा पा रहे, जिनकी बिना पर मजदूरों की नई पीढ़ियां पुराने कौशलों के बेकार हो जाने से उत्पन्न हुई चुनौतियों का सामना कर सकें। अकुशल और कुशल मजदूरों के बीच की खाई पाटनी है तो उसका पहला उपाय अकुशल मजदूरों की दक्षता विकास ही होगा। खास अपने देश के संदर्भ में बात करें तो पहला यह कि मजदूर आपस में मजदूरों की विभिन्न श्रेणियों के आधार पर विभाजित हो गये हैं और हर श्रेणी 'आप आप ही चरे' की तर्ज पर सिर्फ अपनी उपलब्धियों के लिए चिंतित रहने लगी है। इस कारण सामाजिक या आर्थिक परिवर्तन के हिरावल दस्ते के रूप में उनकी कोई भूमिका ही नहीं रह गई है। दूसरा यह कि उनकी मजदूर वाली पहचान पर कई दूसरी संकीर्ण पहचानें हावी हो गई हैं, जिन्होंने उनको, यहां तक कि उनके संगठनों को भी, धार्मिक व साम्प्रदायिक सोच के शिकंजे में जकड़ कर रख दिया है।

-कृष्ण प्रताप सिंह

सरकार ने जीएसटी के तहत करदाताओं के लिए विभिन्न राहत उपायों की घोषणा की

नईदिल्ली । कोविड-19 महामारी की दूसरी लहर के बढ़ते प्रकोप के कारण वस्तु एवं सेवा कर (जीएसटी) कानून के तहत विभिन्न वैधानिक और नियामकीय अनुपालनों को पूरा करने में करदाताओं के समक्ष आ रही चुनौतियों के मद्देनजर सरकार ने कई अधिसूचनाएं जारी की हैं।

5 करोड़ रुपये से अधिक के कुल कारोबार वाले पंजीकृत व्यक्तियों के लिए मार्च 2021 और अप्रैल 2021 की कर अवधियों हेतु देय कर, जो क्रमशः अप्रैल 2021 और मई 2021 में देय हैं, के लिए कर भुगतान की अंतिम तिथि से

लेकर पहले 15 दिनों के लिए 9 प्रतिशत की रियायती ब्याज दर और उसके बाद 18 फीसदी ब्याज दर को अधिसूचित किया गया है।

वहीं 5 करोड़ रुपये तक के कुल कारोबार वाले पंजीकृत व्यक्तियों के लिए मार्च 2021 और अप्रैल 2021 की कर अवधियों हेतु देय कर, जो क्रमशः अप्रैल 2021 और मई 2021 में देय हैं, के लिए सामान्य करदाताओं और क्यूआरएमपी योजना के तहत आने वाले करदाताओं दोनों ही के लिए कर भुगतान की अंतिम तिथि से लेकर पहले 15 दिनों के लिए शून्य ब्याज दर अगले 15 दिनों के लिए 9 प्रतिशत ब्याज दर और उसके बाद 18 प्रतिशत ब्याज दर को अधिसूचित किया गया है। कंपोजिशन स्कीम के तहत कर भुगतान करने का विकल्प चुनने वाले पंजीकृत व्यक्तियों के लिए 31 मार्च, 2021 को समाप्त तिमाही के लिए देय कर, जो अप्रैल 2021 में देय था, के लिए कर भुगतान की अंतिम तिथि से लेकर पहले 15 दिनों के लिए शून्य ब्याज दर, अगले 15 दिनों के लिए 9 प्रतिशत ब्याज दर और उसके बाद 18 प्रतिशत ब्याज दर को अधिसूचित किया गया है।

विलंब शुल्क माफ किए जाने की दिशा में 5 करोड़ रुपये से अधिक के कुल कारोबार वाले पंजीकृत व्यक्तियों के लिए मार्च 2021 और अप्रैल 2021 की कर अवधियों, जो क्रमशः अप्रैल 2021 और मई 2021 में देय हैं, के लिए अंतिम तिथि के बाद फॉर्म जीएसटीआर-3बी में जमा किए गए रिटर्न के संबंध में विलंब शुल्क को 15 दिनों के लिए माफ कर दिया गया है। 5 करोड़ रुपये तक के कुल कारोबार वाले पंजीकृत व्यक्तियों के लिए मार्च 2021 और अप्रैल 2021 की कर अवधियों (मासिक रिटर्न दाखिल करने वाले करदाताओं के लिए), जो क्रमशः अप्रैल 2021 और मई 2021 में देय हैं, के लिए और जनवरी-मार्च 2021 की अवधि (क्यूआरएमपी योजना के तहत त्रैमासिक रिटर्न दाखिल करने वाले करदाताओं के लिए), जो अप्रैल 2021 में देय है, के लिए अंतिम तिथि के बाद फॉर्म जीएसटीआर-3बी में जमा किए गए रिटर्न के संबंध में विलंब शुल्क को 30 दिनों के लिए माफ कर दिया गया है।

कोविड-19 की महामारी में इस सप्ताह की कमी के साथ निर्देशित किया गया शेयर मार्केट

नईदिल्ली। विश्लेषकों ने कहा कि इस हफ्ते बाजार की चाल कोविड-19 मोर्चे पर अपडेट, व्यापक आर्थिक घोषणा, त्रैमासिक आय और वैश्विक रुझानों से प्रभावित होगी। उन्होंने यह भी कहा कि राज्य के चुनाव परिणामों का बाजारों पर कोई बड़ा प्रभाव होने की संभावना नहीं है और प्रमुख निर्धारण कारक बढ़ते हुए कोविद-19मामले होंगे और सरकारें (केंद्र और राज्य दोनों) इस स्वास्थ्य संकट को कैसे दूर करने वाली हैं।

विधानसभा चुनावों के नवीनतम रुझानों के अनुसार, सत्तारूढ़ तृणमूल कांग्रेस पश्चिम बंगाल में उत्सुकता से भाजपा से आगे थी, जबकि भगवा पार्टी की अगुवाई वाली एनडीए असम और तमिलनाडु में द्रमुक के नेतृत्व में थी। केरल में, सत्तारूढ़ एलडीएफ 140 विधानसभा क्षेत्रों में से 88 में अग्रणी है, जबकि विपक्षी कांग्रेस की अगुवाई वाला यूडीएफ 50 क्षेत्रों में आगे था।जियोजित फाइनेंशियल सर्विसेज के मुख्य निवेश रणनीतिकार वी। के। समाचार मूल्य कुछ घंटों से अधिक नहीं रहेगा।

प्रमुख निर्धारण कारक बढ़ते कोविद-19 मामले होंगे और कैसे सरकारें (केंद्रीय और राज्य दोनों) इस दुखद स्वास्थ्य संकट को संबोधित करने वाली हैं।

आरबीएस ने बैंकों को एनबीएफसी के जोखिम-से सम्बंधित मामलों के जोखिम मे मजबूती लाने के निर्देश दिए

नईदिल्ली। रिजर्व बैंक ने वित्तीय क्षेत्र के खिलाड़ियों को उभरती चुनौतियों का सामना करने में सक्षम बनाने के उद्देश्य से बैंकिंग क्षेत्र के जोखिम आधारित पर्यवेक्षण (आरबीएस) की समीक्षा करने और उसे मजबूत करने का निर्णय लिया है। आरबीआई बैंकों, शहरी सहकारी बैंकों, गैर-बैंकिंग वित्तीय कंपनियों और अखिल भारतीय वित्तीय संस्थानों की देखरेख के लिए गुणात्मक और मात्रात्मक दोनों तत्वों सहित आरबीएस मॉडल का उपयोग करता है। आरबीआई ने तकनीकी विशेषज्ञों / सलाहकारों से बोली लगाने के लिए आमंत्रित

करते हुए कहा कि अब आरबीएस मॉडल को मौजूदा आरबीएस मॉडल को और अधिक मजबूत बनाने और विसंगतियों को दूर करते हुए उभरती चुनौतियों को दूर करने में सक्षम बनाने के लिए पर्यवेक्षी प्रक्रियाओं और तंत्र की समीक्षा करने का इरादा है। बैंकों के लिए प्रक्रिया आगे। यूसीबी और एनबीएफसी के मामले में, 'सुपरवाइजरी मॉडल की समीक्षा के लिए सलाहकार' के लिए ब्याज की अभिव्यक्ति (ईओआई) ने कहा कि वाणिज्यिक बैंकों से संबंधित पर्यवेक्षी कार्य, यूसीबी और एनबीएफसी अब एकीकृत हैं, जो पर्यवेक्षी दृष्टिकोण के आधार पर सामंजस्य स्थापित करने के उद्देश्य से हैं। गतिविधियों / पर्यवेक्षण संस्थाओं का आकार (एसई)।

यह इरादा है कि आगे की तलाश में बेहतर जोखिम पर कब्जा करने और सभी एसई में पर्यवेक्षी दृष्टिकोण के सामंजस्य के लिए कैमल्स दृष्टिकोण के तहत मौजूदा पर्यवेक्षी रेटिंग मॉडल की समीक्षा करने का इरादा है, यह कहा।यूसीबी और एनबीएफसी का वार्षिक वित्तीय निरीक्षण काफी हद तक कैमल्स मॉडल (कैपिटल एडिसेसी, एसेट चालिटी, मैनेजमेंट, अर्निंग, लिचिडिटी और सिस्टम एंड कंट्रोल) पर आधारित है।आरबीआई अपनी वित्तीय सुदृढ़ता, सॉल्वेंसी, एसेट चालिटी, गवर्नेंस फ्रेमवर्क, लिचिडिटी और ऑपरेशनल वायबिलिटी के आकलन के उद्देश्य से एसई की देखरेख करता है, ताकि जमाकर्ताओं के हितों और वित्तीय स्थिरता की रक्षा हो सके।

क्यू1 में ग्लोबल टेबलेट शिपमेंट 40 मिलियन यूनिटस तक पहुंची

» एप्पल नंबर वन पर रही

नईदिल्ली । इंटरनेशनल डेटा कॉरपोरेशन के प्रारंभिक आंकड़ों के अनुसार, 55.2 प्रतिशत की वृद्धि और कुल 39.9 मिलियन यूनिट वाले शिपमेंट के साथ टैबलेट्स 2021 के क्यू 1 में नंबर वन रहा। एप्पल ने टैबलेट सेगमेंट को 31.7 प्रतिशत शेयर के साथ लीड किया, वहीं सैमसंग ने 20 प्रतिशत और लेनोवो ने 9.4 प्रतिशत शेयर

का नेतृत्व किया। क्रोमबुक शिपमेंट की कुल संख्या 13 मिलियन यूनिट थी जो 2020 की पहली तिमाही में 2.8 मिलियन थी। आईडीसी की मोबिलिटी और कंज्यूमर डिवाइस ट्रैकर्स के साथ रिसर्च एनालिस्ट अनुरूप नटराज ने कहा कि, वैक्सीन रोलआउट और व्यवसाय को ऑफिस में लौटने में वक्त लगेगा, वर्क फ्राम होम ट्रेंड में हैं, हम अभी भी 'सामान्य' काम करने की स्थिति में लौटने से दूर हैं और इसलिए टैबलेट, विशेष रूप से डिटेचबल की मांग थोड़ी देर के लिए जारी रहने की उम्मीद है। आईडीसी ने कहा कि 2013 की तीसरी तिमाही से इस में वृद्धि नहीं देखी गई थी। अब टैबलेट बाजार में 56.9 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। नटराज आगे कहा, हालांकि, जैसा कि खरीदार तेजी से प्रतिस्पर्धी उत्पादों की ओर रुख करते हैं, जैसे कि काम के लिए पतली और हल्की नोटबुक और शिक्षा के लिए क्रोमबुक।

मेरा संघर्ष किसी भी अन्य अभिनेता से अलग नहीं: वर्धन पुरी

दिवंगत अभिनेता अमरीश पुरी के पोते अभिनेता वर्धन पुरी ने कहा है कि उनका संघर्ष किसी भी अन्य अभिनेता से अलग नहीं रहा है क्योंकि उनके दादा तब उनके पास नहीं थे जब उन्होंने सिनेमा में कदम रखा था।

उन्होंने बताया, इंडस्ट्री में अपनी पहचान बनाना बहुत मुश्किल है। लोग इस बात पर यकीन नहीं करेंगे लेकिन यह आसान नहीं था मेरे दादाजी का निधन तब हो गया था जब मैं बहुत छोटा था और वह मेरे लिए कॉल करने या फिल्म निर्माताओं के कार्यालयों में ले जाने के लिए मौजूद नहीं थे।

2019 में फिल्म ये साली आशिकी से अपनी शुरूआत करने वाले अभिनेता ने अपने दादा के साथ अपनी शानदार यादों को याद किया। उन्होंने कहा हर कोई यह जानने के लिए बहुत उत्सुक है कि दादू क्या थे। मेरे पास सबसे अच्छी यादें हैं, जब हम एक साथ फिल्में देखा करते थे। मैं लंबे समय से उस समय को वापस जीना चाहता हूं। मुझे चैप्लिन की फिल्में देखना याद आता है, उस वक्त हम साथ बैठकर नाश्ता करते और ब्रेक के दौरान परिवार से

बातचीत करते थे। वर्धन आज एक साल और बड़े हो गए और उन्होंने याद किया कि उनके दादाजी उनके जन्मदिन समारोह का एक बड़ा हिस्सा हुआ करते थे।

उन्होंने कहा, कि बचपन में, मेरा परिवार, दोस्त और मैं चाचा के खेत मड आइलैंड जाते थे और पूरे दिन खेलों में भाग लेते थे। मेरे दादा-दादी उसने जज हुआ करते थे और पुरस्कार देते थे। यह सबसे अच्छा था। अभिनेता की योजना इस साल कोविड से प्रभावित लोगों की मदद करने की है। उन्होंने कहा, यह जन्मदिन मैं कोविड से पीड़ित रोगियों को चिकित्सा सेवा देने के लिए एक एनजीओ के साथ हूं। इसके अलावा, रात के खाने के बाद मैं अपने माता-पिता, मेरी बहन साची, उनके पति निशांत और मेरे साथ रहने वाले मेरे सहायकों के साथ समय बिताने की योजना बना रहा हूं।

आज का राशिफल

मेषः कोर्ट व कचहरी के काम से छुटकारा मिल सकता है। कारोबार मनोनुकूल लाभ देगा। जीवनसाथी से सहयोग मिलेगा। नौकरी में कार्य की प्रशंसा होगी। स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

वृषभः स्थायी संपत्ति की खरीद-फरोख्त हो सकती है। लंबे समय से रुके कार्य पूर्ण होने के योग हैं। बड़ा लाभ हो सकता है। बेरोजगारी दूर करने के प्रयास सफल रहेंगे।

मिथुनः विद्यार्थी वर्ग सफलता हासिल करेगा। पार्टी व पिकनिक का आनंद प्राप्त होगा। नौकरी में कोई नया काम कर पाएंगे। स्वादिष्ट व्यंजनों का आनंद प्राप्त हो सकता है।

कर्कः कोई बड़ी परेशानी आ सकती है। भागदौड़ अधिक होगी। शोक समाचार प्राप्त हो सकता है। वाणी पर नियंत्रण रखें। अपेक्षित कार्यों में विलंब होगा। आय होगी।

सिंहः मित्रों तथा रिश्तेदारों का सहयोग कर पाएंगे। मान-सम्मान मिलेगा। कोई बड़ा काम करने का मन बनेगा। वरिष्ठ व्यक्ति यों का मार्गदर्शन लाभ में वृद्धि करेगा। कारोबार में वृद्धि होगी।

कन्या : उत्साहवर्धक सूचना प्राप्त होगी। भूले-बिसरे साथियों से मुलाकात होगी। व्यय होगा। विवाद को बढ़ावा न दें। आत्मसम्मान बना रहेगा। कोई बड़ा काम तथा बाहर जाने का मन बनेगा।

तुला : भेंट व उपहार की प्राप्ति हो सकती है। बेरोजगारी दूर करने के प्रयास सफल रहेंगे। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। कोई बड़ा काम हो सकता है।

वृश्चिकः व्ययवृद्धि होगी। विवाद को बढ़ावा न दें। दुष्टजनों से सावधानी आवश्यक है। पुराना रोग उभर सकता है। जोखिम व जमानत के कार्य टालें।

धनुः रुका हुआ पैसा मिलने के योग हैं। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। राजकीय सहयोग मिलेगा। कारोबार में वृद्धि होगी। भाग्य का साथ मिलेगा। नौकरी में सहकर्मी साथ देंगे।

मकर : आर्थिक उन्नति के लिए नई नीति बनेगी। कार्यप्रणाली में सुधार होगा। लंबे समय से रुके कार्य पूर्ण होने के योग हैं, प्रयास करते रहें।

कुंभः पूजा-पाठ में मन लगेगा। किसी साधु-संत की सेवा करने का अवसर प्राप्त होगा। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। व्यापार-व्यवसाय लाभदायक रहेगा।

मीनः चोट व दुर्घटना से हानि हो सकती है। भ्रम की स्थिति बन सकती है। किसी व्यक्ति के व्यवहार से मन को ठेस पहुंच सकती है। जल्दबाजी न करें।

बच्चे को गोद में लिए नजर आ रहे रणबीर कपूर

रणबीर कपूर बॉलीवुड के उन अभिनेताओं की लिस्ट में आते हैं जो अपने गुड लुक की वजह से सुर्खियों में रहते हैं। अभिनेता रणबीर कपूर के लुक्स की लोग अक्सर तारीफ करते हैं। ये कहा जा सकता है कि वो बॉलीवुड इंडस्ट्री के सबसे स्टाइलिश, गुड लुकिंग और हैंडसम अभिनेताओं की लिस्ट में आते हैं। अब इसी बीच अभिनेता रणबीर कपूर की एक पुरानी तस्वीर सोशल मीडिया पर वायरल हो रही है। जिसमें वो एक बच्चे को अपनी गोद में लिए हुए दिखाई दे रहे हैं।

रणबीर कपूर की इस तस्वीर

को खुद उनकी बहन रिधिमा कपूर ने अपने आधिकारिक इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर किया है। जिसमें अभिनेता रणबीर कपूर न्यू बोर्न बेबी को गोद में लिए हुए नजर आ रहे।

इस दौरान अभिनेता रणबीर बेबी को गौर से देखते हुए दिखाई दे रहे हैं। इस तस्वीर को शेयर करते हुए रिधिमा कपूर ने कैप्शन में लिखा कि, दोनों क्यूट है। साथ ही दो हार्ट वाली इमोजी भी शेयर की है। हालांकि इस तस्वीर को देखकर ऐसा लग रहा है कि रणबीर कपूर अपनी भांजी को गोद में लिए हुए नजर आ रहे हैं।

बता दें कि अभिनेता रणबीर कपूर को बीते दिन अपने पिता ऋषि कपूर की पहली पुण्यतिथि पर अपनी मां नीतू कपूर के घर पर आलिया भट्ट के साथ गए थे। इस दौरान की तस्वीरें सामने आई थी जिसमें दोनों कलाकारों को एक

'अनफेयर एंड लवली' मनोरंजन से भरपूर और मजेदार कहानी है:इलियाना डिक्रुज

बॉलीवुड अभिनेत्री इलियाना डिक्रुज का कहना है कि उनकी आने वाली फिल्म 'अनफेयर एंड लवली' मनोरंजन से भरपूर मजेदार कहानी है जो बेहद संवेदनशील विषय को छूती है। इलियाना डिक्रुज जल्द ही फिल्म 'अनफेयर एंड लवली' में नजर आने वाली हैं।

इस फिल्म में उनके साथ एक्टर रणदीप हुड्डा लीड रोल में हैं। इलियाना डिक्रुज ने बताया कि उनकी फिल्म की कहानी काफी मजेदार है। इलियाना ने कहा, फिल्म की कहानी खूबसूरती से लिखी गई है।

यह एक मनोरंजक मजेदार कहानी है जो बहुत संवेदनशील विषय को छूती है। यह आपको सबसे अधिक मानवीय दृष्टिकोण देती है। लोग इससे रिलेट कर पाएंगे और इससे उन लोगों का दिमाग भी खुल जाएगा कि इस देश में रंग की बात आए तो संकीर्ण नहीं होना चाहिए।

शाम की चाय के साथ मजा लें स्नैक्स न्यूट्री वेफल का

शाम की चाय का टाइम हो, जाहिर है, ऐसे में असली मजा तो तभी आता है जब कुछ गरमा-गरम, लजीज, चटपटा, क्रंची-मंची सा खाने को मिल जाए। तो ट्राय करें ये रेसिपी।

सामग्री :

मूंगदाल- 1/2 कप (छिलके वाली), पनीर- 3/4 कप (कटा), हरी मिर्च- 1/2 टेबलस्पून (बारीक कटी), मेथी की पत्तियां- 2 टेबलस्पून (बारीक कटी), पालक- 1/2 कप (बारीक कटी), बेसन- 2 टीस्पून, हींग- 1 चुटकी, खाने वाला सोडा- 1/4 टीस्पून, चीनी- 2 चुटकी, तेल- 2 टीस्पून, नमक- स्वाादानुसार, तेल- 1/2 टीस्पून, पुदीने की चटनी- गार्निशिंग के लिए

विधि :

मूंगदाल को धोकर पानी में 3 से 4 घंटे तक भिगो दें। फिर मूंगदाल, पनीर और हरी मिर्च को ब्लेंडर में डालकर बारीक पीस लें। अब पेस्ट को एक बाउल में निकालकर उसमें मेथी, पालक, बेसन, हींग, सोडा, चीनी, तेल, नमक और थोड़ा पानी डालकर गाढ़ा मिक्सचर तैयार कर लें।

मीडियम टेंप्रेचर पर वॉफल आयरन को प्रीहीट कर लें

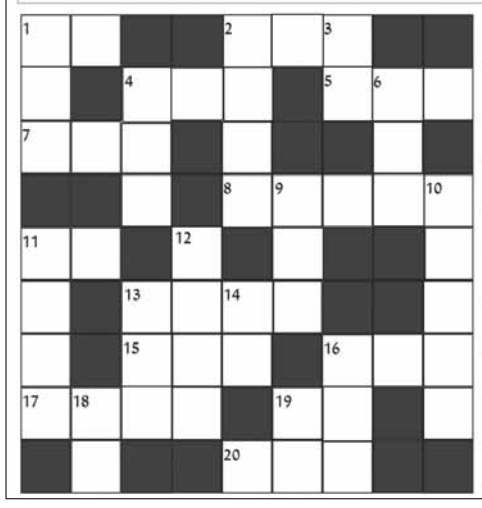
वेफल मेकर में थोड़ा सा तेल लगाकर चिकना कर लें और मीडियम टेंप्रेचर पर प्रीहीट कर लें। फिर मिक्सचर को प्रीहिट वॉफल मेकर में डालें और दो से तीन मिनट या कुरकुरा होने तक बेक कर लें। फिर इससे सर्विंग प्लेट में निकालें और पुदीने की चटनी से गार्निशिंग करके गरमा-गरम सर्व करें।

नोट: आप इस रेसिपी में मूंगदाल की जगह हरी मटर का भी इस्तेमाल कर सकते हैं।

शब्द सामर्थ्य- 68

बाएं से दाएं
1. संबंध, लगाव, नाता, काम 2. सिसकने की आवाज, सीत्कार 4. आग की ज्वाला, दहक 5. दियासलाई 7. प्रतिकार, प्रतिशोध 8. बाबुल की दुआएं लेती जा... गीतवाली बलराज साहनी, मनोजकुमार, राजकुमार, वहीदा की फिल्म 11. करतल ध्वनि 13. आपसी व्यवहार का संबंध, वास्ता 15. वचन, जीभ 16. रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला 17. एक सुंदर फूलदार वृक्ष 19. पत्नी, बीवी 20. मसालेदार सुगंधित सुरती।

ऊपर से नीचे
1. उचित, उपयुक्त, जायज 2. किवाड़ को अंदर से बंद करने लगा छड़, चटखनी 3. मांस के अत्यंत छोटे टुकड़े 4. माथा, मस्तक 6. कटोरी के आकार का नलीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं 9. रेखा 10. खून से लथपथ 11. छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर ताकने की क्रिया 12. व्यापार, धंधा 13. शृंगार करना, साजन 14. श्रवणइंद्रीय 16. सीमा, हद 18. चमड़ा, चाम 19. बोझ, दबाव।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 67 का हल

मै	दा	न	■	स	र	ग	म	■
त्री	■	सी	■	■	क्षा	■	धु	र्रा
■	सा	ह	स	■	■	■	र	■
स्वा	ग	त	■	स	म	झौ	ता	■
व	र	■	■	र	■	■	■	म
लं	■	वि	ला	स	■	■	दा	म
बी	न	■	ज	■	सा	मा	न	ता
■	ज	■	वा	हि	या	त	■	■
त	र	की	ब	■	ना	■	खा	ली

सू-दोकू- 68

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

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 रख 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.67 का हल

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