दैनिक
न्याय साक्षी

संपादकीय-खेल-व्यापार-धर्म-सेहत-
फीचर-खाना खजाना- राशिफल

रायगढ़, गुरुवार 20 मई 2021

www.nyaysakshi.com

संपादकीय

विश्वास के चमत्कार का स्वर्णिम फल

इस समय देश में हर ओर महामारी का खौफ है। एक ही घर में महामारी ने पूरे परिवार को खत्म कर दिया है तो अंतिम संस्कार के लिए बारी का इंतजार करते परिजन शोक तक प्रकट करने में असमर्थ हैं। ऐसा क्यों हो रहा है? ऐसा इसलिए हो रहा है क्योंकि लोगों के अंदर से विश्वास धूमिल हो चला है। जबकि विश्वास एक ऐसा चमत्कार है जो वास्तव में आसमान में न केवल सुराख कर सकता है, बल्कि हर बाजी को पलट सकता है। अगर विश्वास ही लोगों के अंदर से समाप्त होने लगेगा तो आशा की किरणें कहां से उत्पन्न होंगी? विश्वास के कारण ही आशा जीवित रहती है और उसकी किरणें संपूर्ण वातावरण में फैले तिमिर को अपने उजास से दूर भगाती हैं।

इतिहास गवाह है कि जब भी विश्व में उथलपुथल मची है तो विश्वास की पताका ने ही पूरी धरती को एक बार फिर से नए सिरे से बसाया है। विश्वास जादू सरीखा है। अगर सही तरह से कर्म करते हुए विश्वास बना रहे तो हर बाधा हट जाती है। उचित परिस्थितियों में विश्वास बनाए रखना सरल है, परीक्षा तो तभी होती है जब सब कुछ विपरीत दिशा में चल रहा हो और उस समय व्यक्ति के अंदर विश्वास बना रहे। विन्स लॉम्बार्डी कहते हैं कि 'खुद में विश्वास और अनुशासन रखना तब आसान होता है, जब आप विजेता हों, जब आप नम्बर वन हों। विश्वास और अनुशासन तो तब मायने रखता है, जब आप अभी तक विजेता न बन पाए हों।'

लॉम्बार्डी ने अनेक असफलताओं एवं समस्याओं को झेला। लेकिन उन्होंने अपने विश्वास को कदापि कम नहीं होने दिया। उनका फोर्डहैम यूनिवर्सिटी में खिलाड़ी के रूप में बेहद सफल कॅरिअर रहा। वे आक्रमण पंक्ति में बतौर राइट गार्ड खेलते थे, जिसे 'सेवन ब्लॉक्स ऑफ ग्रेनाइट' कहा जाता था। वर्ष 1937 में जब उन्होंने अपनी पढ़ाई पूरी की तो अचानक ही महामंदी चरम पर पहुंच गई। ऐसे में किसी भी व्यक्ति के लिए रोजगार एवं व्यवसाय के अवसरों की संख्या नगण्य रह गई। लॉम्बार्डी इस दौरान अनेक नौकरियों के लिए संघर्ष करते रहे। उन्हें 1939 में एक हाई स्कूल की फुटबॉल टीम में असिस्टेंट कोच की नौकरी मिल गई।

उसके बाद की बातें और कोच के रूप में उनका रिकॉर्ड एक किंवदंती बन चुका है, पर उनके बारे में बेहद दिलचस्प बात यह है कि उन्होंने अपने कॅरिअर की एनएफएल वाली पारी 1954 तक यानी कि अपने कॅरिअर के लगभग 15 सालों तक प्रारंभ नहीं की थी। वे अपने खिलाड़ियों के साथ बेहद कठोर रुख अपनाया करते थे और उनके परिणाम हमेशा ऐसे रहते थे कि लोग दांतों तले अंगुली दबाते रह जाते थे। उनके अनिश्चित और अकल्पनीय परिणामों ने उन्हें हॉल ऑफ फेम में पहुंचा दिया था और उनका नाम सुपर बाउल ट्रॉफी पर आ गया था। उनके पूरे एनएफएल कॅरिअर में एक भी सीज़न ऐसा नहीं रहा, जब वे पराजित रहे हों। इसका कारण वे हमेशा अपने विश्वास को देते रहे। खुद में उनका विश्वास इतना ज्यादा था कि यह उनके इर्द-गिर्द रहने वाले हर व्यक्ति में गजब का विश्वास फूंक देता था।

गजब के विश्वास के कारण ही उन्होंने ग्रीन बे पेकर्स के एक बेहद कमजोर खिलाड़ी को विश्व के महान खिलाड़ी में परिवर्तित कर दिया था। एक बार ग्रीन बे पेकर्स के अभ्यास मैच के दौरान लॉम्बार्डी ने एक गार्ड को पुल आउट करने में असफल देखकर उसे निकाल दिया और बोले, 'तुम एक निहायत ही घटिया फुटबाल खिलाड़ी हो।' यह सुनकर खिलाड़ी की आंखों में आंसू आ गए। उसे उदास देखकर लॉम्बार्डी उसके पास पहुंचे और बोले, 'माना कि तुम अभी अच्छा नहीं खेलते हो, पर मुझे विश्वास है कि तुम एक महान खिलाड़ी बन सकते हो।' इसके बाद गार्ड का अभ्यास निरंतर चलता रहा और आज दुनिया उस गॉर्ड को महान फुटबॉल खिलाड़ी जैरी क्रैमर के रूप में जानती है।

हम लोग भी कोरोना महामारी से अभी जीते नहीं हैं। ऐसे में अनुशासन और विश्वास दोनों ही अनिवार्य हैं। अगर अनुशासन ढीला रहा, लोगों ने लापरवाही दिखाई तो विश्वास का टूटना भी लाजिमी है। विश्वास एक ऐसा चमत्कारी फल है जो सद्कर्म के साथ ही फलता-फूलता है। कर्म के बिना विश्वास पंख वाली उस चिड़िया की तरह है जो धरती पर चल सकती है, फुदक सकती है लेकिन आसमान में कभी उड़ नहीं सकती। आसमान की ऊंचाइयों को छूने के लिए अनुशासन, सद्कर्म, आत्मविश्वास, आशा और विश्वास बेहद जरूरी हैं।

- रेनू सैनी

हवाई यात्रियों की संख्या में भारी गिरावट, मंत्रालय ने बंद किया दैनिक आंकड़े देना

नई दिल्ली । कोविड-19 महामारी की दूसरी लहर के कारण हवाई यात्रियों की संख्या में भारी गिरावट आई है जिसके बाद नागरिक उड्डयन मंत्रालय ने अपनी वेबसाइट पर दैनिक आंकड़े जारी करना बंद कर दिया है। नागर विमानन महानिदेशालय (डीजीसीए) के जारी आंकड़ों के अनुसार, इस साल मार्च के मुकाबले अप्रैल में घरेलू मार्गों पर यात्रियों की संख्या 26.81 प्रतिशत घटकर 57.25 लाख रही गई। यह आंकड़ा अक्टूबर 2020 के बाद सबसे कम है। इस साल मार्च में 78.22 लाख लोगों ने हवाई यात्रा की थी।

मई में इस संख्या में और तेजी से आ रही गिरावट के बाद नागरिक उड्डयन मंत्रालय ने यात्रियों और उड़ानों के दैनिक आंकड़े जारी करना बंद कर दिया है। अंतिम आंकड़े 14 मई के उपलब्ध हैं जब एक दिन में 825 उड़ानों में 54,181 यात्री सवार हुये थे। यह अप्रैल के दैनिक औसत की तुलना में 72 फीसदी कम है।

आम तौर पर अप्रैल और मई में हवाई यात्रियों की संख्या बढ़ती है क्योंकि स्कूल-कॉलेजों में बच्चों की छुट्टियां होने की वजह से लोग परिवार के साथ घूमने जाते हैं। लेकिन कोविड-19 के कारण इस साल परंपरा के विपरीत इसमें गिरावट आई है।

पिछले साल 25 मार्च से दो महीने के लिए देश में नियमित यात्री उड़ानें पूरी तरह बंद रही थीं। उसके बाद 25 मई 2020 से घरेलू मार्गों पर नियमित उड़ानें दुबारा शुरू की गई थीं। फरवरी 2021 तक हर महीने यात्रियों की संख्या बढ़ती रही। फरवरी में यह आंकड़ा 78.27 लाख पर पहुंच गया। महामारी की दूसरी लहर की आहट से मार्च में मामूली गिरावट के साथ यह संख्या 78.22 लाख पर आ गई थी। अप्रैल में महामारी के विकराल रूप लेते ही इसमें 27 फीसदी की गिरावट दर्ज की गई।

स्पुतनिक वी की दूसरे देशों में आपूर्ति के लिए डॉ. रेड्डी कर रही है आरडीआईएफ के साथ बात

हैदराबाद। डॉ रेड्डीज लैबोरेटरीज भारत के अलावा दूसरे देशों में स्पुतनिक वी वैक्सीन को बेचने का अधिकार पाने के लिए आरडीआईएफ के साथ बातचीत कर रही है। डॉ रेड्डीज ने रूसी प्रत्यक्ष निवेश कोष (आरडीआईएफ) के साथ भारत में कोविड-19 की वैक्सीन स्पुतनिक की 12.5 करोड़ लोगों के लिए 25 करोड़ खुराक बेचने का समझौता किया है। डॉ रेड्डीज को हाल में आरडीआईएफ से वैक्सीन की दो लाख से अधिक खुराक मिली हैं और उनसे हाल में अपोलो हॉस्पिटल के साथ मिलकर वैक्सीन लगाने की शुरुआत की है। डॉ रेड्डीज के मुख्य कार्यकारी अधिकारी इरेज इजराइली ने कहा, ''हम उनके (आरडीआईएफ) साथ दूसरे देशों के लिए भी मात्रा और अधिकारों, संपत्ति परमिट के बारे में चर्चा कर रहे हैं।'' एक सवाल के जवाब में इजराइली ने कहा कि उन्हें उम्मीद है कि अगर सब कुछ ठीक रहा तो 12 महीनों के भीतर 12.5 करोड़ खुराक की आपूर्ति पूरी हो जाएगी।

रिजर्व बैंक ने लगाया महिला नगरी सहकारी बैंक पर जुर्माना, आम आदमी की बढ़ सकती है परेशानी!

मुंबई । रिजर्व बैंक ने बीड़ (महाराष्ट्र) के प्रियदर्शनी महिला नगरी सहकारी बैंक पर एक लाख रुपये का जुर्माना लगाया है। यह जुर्माना निरीक्षण संबंधी कार्रवाई व्यवस्था के तहत निर्देशों का उल्लंघन करने पर लगाया गया है। बैंक की 31 मार्च 2019 की वित्तीय स्थिति पर आधारित निरीक्षण रिपोर्ट में बैंक को आरबीआई द्वारा पर्यवेक्षण कार्रवाई व्यवस्था (एसएएफ) के तहत दिये गये विशिष्ट निर्देशों का उल्लंघन दिखाई देता है। इसके बाद बैंक को निर्देशों का अनुपालन नहीं करने पर कारण बताओ नोटिस दिया गया था। आरबीआई ने कहा कि बैंक के जवाब और व्यक्तिगत तौर पर दिये गये मौखिक जवाब पर विचार करने के बाद रिजर्व बैंक इस नतीजे पर पहुंचा कि उसके निर्देशों का पालन नहीं करने को लेकर लगाये गये आरोप सही साबित होते हैं और मौद्रिक जुर्माना लगाया जाना चाहिये।

आईटी मंत्रालय ने व्हाट्सऐप को दिया नई प्राइवेसी पॉलिसी वापस लेने का निर्देश

नई दिल्ली । इलेक्ट्रॉनिक्स और सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय ने व्हाट्सऐप को अपनी नई निजता नीति वापस लेने का निर्देश दिया है। आईटी मंत्रालय का मानना है कि व्हाट्सऐप निजता नीति में बदलाव गोपनीयता और डेटा सुरक्षा के मूल्यों को कमजोर करते हैं तथा भारतीय नागरिकों के अधिकारों को नुकसान पहुंचाते हैं। सरकार ने नोटिस का जवाब देने के लिए व्हाट्सऐप को सात दिन का समय दिया है और अगर कोई संतोषजनक उत्तर नहीं मिला तो कानून के अनुसार जरूरी कदम उठाए जाएंगे। उन्होंने कहा कि 18 मई को व्हाट्सऐप को भेजे गए एक नोटिस में मंत्रालय ने एक बार फिर मैसेजिंग ऐप से अपनी गोपनीयता नीति 2021 को वापस लेने के लिए कहा है।

किसी तरह व्हाट्सऐप की नई निजता नीति में मौजूदा भारतीय कानूनों और नियमों के कई प्रावधानों का उल्लंघन किया गया है। भारतीय नागरिकों के अधिकारों और हितों की रक्षा के लिए सरकार भारतीय कानूनों के तहत उपलब्ध विभिन्न विकल्पों पर विचार करेगी। मंत्रालय ने व्हाट्सऐप द्वारा यूरोप में उपयोगकर्ताओं की तुलना में भारतीय उपयोगकर्ताओं के साथ 'भेदभावपूर्ण व्यवहार' के मुद्दे को भी दृढ़ता से उठाया है। मंत्रालय ने दिल्ली उच्च न्यायालय में भी यही रुख अपनाया है, जहां यह मामला विचाराधीन है। गौरतलब है कि व्हाट्सऐप ने अपने उपयोगकर्ताओं के लिए निजता नीति में किए गए बदलाव लागू करने के लिए 15 मई की समयसीमा तय की थी, लेकिन बाद में यह समयसीमा रद्द कर दी गई। कंपनी ने यह भी कहा था कि नयी शर्तों को न मानने पर किसी भी उपयोगकर्ता का खाता बंद नहीं किया जाएगा।

अक्षय कुमार का सालों बाद फर्स्ट स्क्रीन लुक हुआ वायरल

अक्षय कुमार सालों से फैंस के दिलों पर राज कर रहे हैं. आज आलम ये है कि फैंस हर एक फिल्म में बस अच्छे को ही देखना चाहते हैं. अक्षय भी अब अक्सर सामाजिक मुद्दों की फिल्मों में काम करते ज्यादा नजर आते हैं. हर तरह की फिल्में बीते एक लंबे समय से फैंस को देने वाले अक्षय कुमार का एक सालों पुराना वीडियो वायरल हो रहा है.

ये कहना गलत नहीं होगा कि अक्षय कुमार ने अपनी पहली ही फिल्म के बाद कभी पीछे पटलकर नहीं देखा. खिलाड़ी कुमार जब इंडस्ट्री में आए तो वह मार्शल आर्ट में ट्रेंड थे और उनकी पहचान एक्शन हीरो के तौर पर बनी. अक्षय का अब स्क्रीन टेस्ट का वीडियो वायरल हो रहा है.

अक्षय कुमार ने साल 1991 में फिल्म 'सौगंध' से अपना डेब्यू किया था.ऐसे में अब खिलाड़ी कुमार का एक पुराना वीडियो वायरल हो रहा है. अचानक से एक्टर का एक वीडियो देखकर फैंस क्रेजी हो रहे हैं.

दरअसल अक्षय कुमार का जो वीडियो वायरल हो रहा है उसमें वह फारुख शेख के चैट शो 'जीना इसी का नाम है' में नजर आ रहे हैं. इस में एक्टर गेस्ट के रूप में पहुंचे थे. जहां अक्षय कुमार को उनके स्क्रीन टेस्ट का वीडियो दिखाया गया था.

अपनी डाइट में आज ही शामिल करें पत्ता गोभी, आपसे दूर रहेगी ये बीमारी

पत्ता गोभी विटामिंस और मिनरल से भरपूर होती है। इसमें आयरन, सल्फर और मिनरल्स का एक अच्छा खासा संतुलित बैलेंस पाया जाता है। पत्ता गोभी स्वास्थ्य के लिए स्किन के लिए हैल्दी फूड के तौर पर काम करती है। पत्ता गोभी में बॉड़ी को फिट रखने के लिए और शरीर को हर प्रकार के बड़े से बड़े कैंसर से बचाए रखने के गुण पाए जाते हैं।

- पत्ता गोभी खाने से शरीर का मेटाबोलिज्म फिट रहता है और यह शरीर को हर तरह के कैंसर चाहे प्रोस्टेट कैंसर हो, पेट का कैंसर हो, फेफड़ों का कैंसर हो सभी से बचा कर रखती है।
- अगर आप बालों की किसी प्रकार की समस्या से परेशान हैं तो पत्ता गोभी का जूस बहुत लाभकारी है इसमें मौजूद सल्फर बालों को मजबूत करता है और हेयरफॉल रोकता है।
- पत्ता गोभी खाने से स्किन से जुड़ी दिक्कतों पर भी रोक लगाई जा सकती। इसे खाने से त्वचा को प्राकृतिक सौंदर्य मिलता है।
- पत्ता गोभी में मौजूद एंटिऑक्सिडेंट्स चेहरे के दाग, धब्बे और पिंपल्स को हटाकर स्किन को नेचुरल निखार देते हैं और सुरक्षित रखते हैं।
- पत्ता गोभी खाने से पेट साफ रहता है और पेट की गैस, बदहजमी एवं अन्य प्रकार की पेट से जुड़ी समस्याओं से निजात मिलती है।
- पत्ता गोभी खाने से त्वचा में नमी बनी रहती है जिसके कारण बढ़ती उम्र के इफेक्ट को रोकने में सहायता मिलती है।
- पत्ता गोभी में विटामिन ए और ई होते हैं जो ब्लड सेल्स को ताकत पहुंचाते हैं और इसे खाने से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता भी मजबूत होती है।
- पत्ता गोभी खाने से वज़न कम करने में भी सहायता मिलती है। इसका जूस पीना लाभकारी रहता है जो पाचन शक्ति को भी बेहतर करता है।
- पत्ता गोभी खाने से शरीर में खून की कमी को पूरा करने में मदद मिलती है इससे शरीर में एनिमिया का लेवल मेंटेन किया जा सकता है।

आज का राशिफल

मेषः व्यवसाय ठीक चलेगा। पुराने मित्र व संबंधियों से मुलाकात होगी। व्यय होगा। प्रसन्नता रहेगी। व्यापार में नए अनुबंध लाभकारी रहेंगे।

वृषभः यात्रा, नौकरी व निवेश मनोनुकूल रहेंगे। रोजगार मिलेगा। अप्रत्याशित लाभ संभव है। जोखिम न लें। धर्म के कार्यों में रुचि आपके मनोबल को ऊंचा करेगी।

मिथुनः विवाद से क्लेश होगा। फालतू खर्च होगा। पुराना रोग परेशान कर सकता है। जोखिम न लें। जीवनसाथी से वैचारिक मतभेद हो सकते हैं।

कर्कः बकाया वसूली के प्रयास सफल रहेंगे। यात्रा, नौकरी व निवेश मनोनुकूल रहेंगे। जोखिम न उठाएं। आज का दिन आपके लिए शुभ रहने की संभावना है।

सिंहः मेहनत का फल मिलेगा। योजना फलीभूत होगी। धन प्राप्ति सुगम होगी। प्रतिष्ठा बढ़ेगी। कर्ज से दूर रहना चाहिए। खर्च में कमी होगी।

कन्याः चोट व रोग से बचें। कानूनी अड़चन दूर होगी। धर्म-कर्म में रुचि रहेगी। प्रसन्नता रहेगी। क्रय-विक्रय के कार्यों में लाभ होगा। योजनाएं बनेंगी।

तुलाः कुसंगति से हानि होगी। वाहन मशीनरी के प्रयोग में सावधानी रखें। वाणी पर नियंत्रण रखें, जोखिम न लें। परेशानियों का मुकाबला करके भी लक्ष्य को हासिल कर पाएंगे।

वृश्चिकः राजकीय सहयोग प्राप्त होगा। प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी। व्यवसाय ठीक चलेगा। प्रमाद न करें। जायदाद संबंधी समस्या सुलझने के आसार बनेंगे।

धनुः संपत्ति के कार्य लाभ देंगे। उन्नति के मार्ग प्रशस्त होंगे। प्रसन्नता रहेगी। प्रमाद न करें। धैर्य एवं शांति से वाद-विवादों से निपट सकेंगे।

मकरः किसी आनंदोत्सव में भाग लेने का मौका मिलेगा। बौद्धिक कार्य सफल रहेंगे। लाभ होगा। धन संचय की बात बनेगी। परिवार के कार्यों पर ध्यान देना जरूरी है। रुका कार्य होने से प्रसन्नाता होगी।

कुंभः बुरी खबर मिल सकती है। दौड़धूप अधिक होगी। वाणी पर नियंत्रण रखें। थकान रहेगी। व्यापार-व्यवसाय संतोषप्रद रहेगा। आपसी संबंधों को महत्व दें। अल्प परिश्रम से ही लाभ होने की संभावना है। खर्चों में कमी करने का प्रयास करें। अति व्यस्तता रहेगी।

मीनः मेहनत का फल कम मिलेगा। कार्य की प्रशंसा होगी। धन प्राप्ति सुगम होगी। प्रसन्नता रहेगी। संतान की शिक्षा की चिंता समाप्त होगी। व्यापार-व्यवसाय लाभप्रद रहेगा।

सिलेब्स के वैक्सीनेशन पोस्ट को आशा नेगी ने बताया ओवर एक्टिंग

देश भर में कोरोना वायरस से बचने के लिए बॉलिवुड और टीवी सिलेब्स वैक्सीन लगवा रहे हैं और सोशल मीडिया पर फोटो और वीडियो शेयर कर रहे हैं। इसी पर टीवी ऐक्ट्रेस आशा नेगी ने तंज कसा है। उन्होंने इंस्टाग्राम अकाउंट पर एक पोस्ट शेयर करते हुए लिखा, मैं सभी ऐक्टर्स से कहना चाहूंगी जो वैक्सीनेशन का वीडियो अपलोड कर रहे हैं, जागरुक करने के लिए ठीक लेकिन प्लीज इतनी ओवर ऐक्टिंग मत किया करो, बहुत दुख होता है।

आशा नेगी ने इस पोस्ट के साथ कैप्शन में लिखा, प्लीज यार! और हां लोग पूछ रहे हैं कि वीडियोग्रफर खुद ले जा रहे हो या अस्पताल से मिल रहा हैं। आशा नेगी की इस पोस्ट पर टीवी इंडस्ट्री में रवि दूबे, अनिता हसनंदानी, पूजा हेगड़े, अंकिता भार्गव, संजीदा शेख, राहुल शर्मा और निया शर्मा सहित तमाम उनके दोस्त ने कॉमेंट किया है। निया शर्मा ने लिखा, अभी तो पता नहीं क्या-क्या देखना पड़ेगा और किस-किस को। वहीं, आशा नेगी के फैंस भी जमकर कॉमेंट कर रहे हैं। बता दें कि हाल ही में ऐक्ट्रेस अंकिता लोखंडे ने भी अपना एक ऐसा ही वैक्सीनेशन वीडियो सोशल मीडिया पर शेयर किया था। इस वीडियो में अंकिता लोखंडे वैक्सीन लगाने से पहले डरती, मुंह छिपाती और हंसती हुई नजर आ रही थीं। वर्कफ्रंट की बात करें तो आशा नेगी अभिषेक बच्चन की फिल्म लूडो में नजर आ चुकी हैं। इसके अलावा आशा नेगी वेब सीरीज अभय 2 और बारिश सीजन 2 सहित तमाम प्रॉजेक्ट्स में काम कर चुकी हैं।

बस प्यार के इमोशन के प्रति ईमानदारःजरीन खान

जरीन खान ने हाल ही में रिलीज हुई फिल्म हम अकेले हैं तुम अकेले में एक समलैंगिक महिला की भूमिका निभाई है। निर्माताओं को शुरू में उन्हें इस भूमिका में लेने पर संदेह था, हालांकि अभिनेत्री का कहना है कि यह पहली बार नहीं है जब उन्होंने ऐसी स्थिति का सामना किया। जरीन ने बताया कि यह पहली बार नहीं है कि लोगों ने मुझ पर अपनी फिल्म में नॉन ग्लैमर रोल करने के लिए कास्ट करने में संदेह किया है पहले भी मेरा साथ ऐसा हो चुका है। उन्होंने कहा, लेकिन, हां, मुझे एक ऑडिशन के लिए कहा गया था और मैं ऑडिशन देने से ज्यादा खुश हुई क्योंकि लोगों को पता होना चाहिए कि मैं इस रोल को कर पाउंगी या नहीं। उन्हें ऑडिशन पसंद था और मैं इस फिल्म का हिस्सा बन गई। जरीन पहली बार स्क्रीन पर संमलैंगिंग किरदार निभा रही है। क्या किरदार निभाने में कोई दिक्कत हुई? जरीन बताती है कि यह वास्तव में मुश्किल नहीं था।

सुहावने मौसम में परोसें गरमा-गर्म पिनव्हील समोसा

सामग्री :

मैदा- 1.5 कप, कुकिंग ऑयल- 4 चम्मच, नमक- स्वादानुसार, नींबू का रस- 5 बूंद

स्टफिंग के लिए- आलू (उबले हुए)- 4, अदरक (कद्दूकस किया)- 1.5 टीस्पून, हरी धनिया (कटी हुई)- 3 टेबलस्पून, लाल मिर्च पाउडर- 2 टीस्पून, हल्दी पाउडर- 1/4 टीस्पून, अमचूर पाउडर- 1.5 टीस्पून, गरम मसाला पाउडर- 1/4 टीस्पून, ब्रेड क्रम्स- 1/2 कप, नमक- स्वादानुसार, कुकिंग ऑयल- 2 टीस्पून, जीरा- 1 चम्मच

विधि :

आलू को उबालकर, छीलकर उसे कद्दूकस कर लें। एक पैन में तेल गर्म करें इसमें जीरा डालकर तड़काएं। इसके साथ ही इसमें कद्दकस किया अदरक, हल्दी और आलू डालकर मीडियम आंच पर भूनें। अब इसमें सारे मसाले डालकर दो मिनट और पकाएं। एक बाउल में इस आलू के मिक्सचर को निकालें और ऊपर से हरी धनिया, ब्रेड क्रम्स डालकर ठंडा होने दें। अब दूसरे पैन में मैदा लेकर उसमें नमक, नींबू का रस, तेल डालकर अच्छे से मिक्स कर लें फिर इसमें धीरे-धीरे पानी डालते हुए सॉफ्ट आटा गूंथ लें। 10-15 मिनट के लिए सेट होने के लिए छोड़ दें। 15 मिनट बाद छोटी-छोटी लोई बनाएं और इन्हें रोटी की तरह बेल लें। इसपर आलू की स्टफिंग को फैलाएं और रोल करते हुए सिलेंडर का शेप दें। सारी मैदे के साथ यही प्रक्रिया दोहराना है। अब चाकू की मदद से इसे काट लें। और कटे हुए टुकड़ों को हथेली पर रखते हुए धीरे से प्रेस करें। कड़ाही में तेल गर्म करें और इसमें इन समोसों को गोल्डन ब्राउन होने तक फ्राई कर लें। पुदीने की चटनी या टमैटो सॉस के साथ सर्व करें।

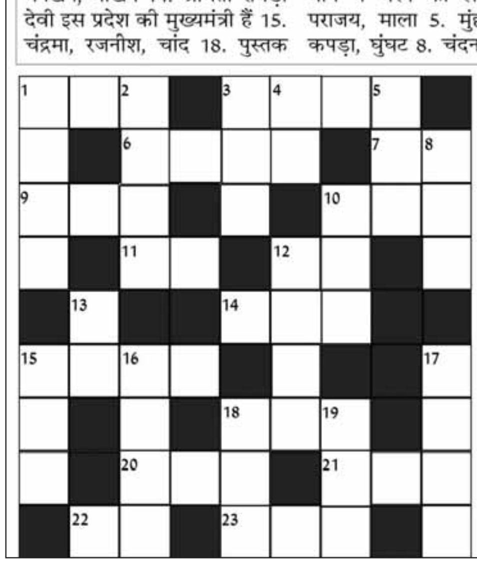
शब्द सामर्थ्य- 84

बाएं से दाएं

1. रूचिकर लगने वाली, रूचि के अनुकुल, चुनी हुई 3. राजाओं के बैठने का आसन 6. श्रमिक 7. कार्य, काज 9. वाद्ययंत्र आदि बजाने वाला 10. सहारा, सहायक वस्तु 11. शर्म, लाज, हया 12. मक्खन, माखन 14. श्रीमती राबड़ी देवी इस प्रदेश की मुख्यमंत्री हैं 15. चंद्रमा, रजनीश, चांद 18. पुस्तक 20. अवधि, समय 21. तर्क वितर्क और कहा-सुनी, जबानी झगड़ा 22. सूरत, आकार 23. झुका हुआ, नत।

ऊपर से नीचे

1. पंद्रह दिन का समय, शुक्ल या कृष्ण पक्ष 2. आग बुझाने की मशीन 3. हिंदु विवाहित स्त्री के मांग में भरने का लाल चूर्ण 4. पराजय, माला 5. मुंह ढकने का कपड़ा, घुंघट 8. चंदन, दक्षिण का एक पर्वत 10. व्यवस्थित करना, सजाना, स्वभाव आदि का परिष्कार, शुद्ध संबंधी कृत्य 12. विशालता, बड़प्पन, महान होने का भाव 13. अड़चन, रुकावट 15. जमीन के अंदर गहरा और लंबा रास्ता, अच्छे रंग का 16. बेवकूफ, मूर्ख, अहमक 17. औसत के हिसाब से 18. कृषक 19. अधिक, ज्यादा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 83 का हल

सू-दोकू- 84

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

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.83 का हल

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