

## संपादकीय

### निवेश का न्यौता

विश्व आर्थिक मंच की दावोस में आयोजित बैठक में दुनिया के संपन्न देशों के निवेशकों को भारतीय अर्थव्यवस्था की मजबूती की झलक दिखाते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने उन्हें निवेश के लिये आमंत्रित किया है। उन्होंने दुनिया को भरोसा दिलाया कि देश कोरोना संकट से उबरकर तेज गति वाली आर्थिक व्यवस्था में कदम रख रहा है। उन्होंने कहा कि भारत ने आर्थिक सुधारों के जरिये वैश्विक कारोबार का संरचनात्मक ढांचा मजबूत बनाया है। साथ ही स्वीकारा कि कोरोना संक्रमण जरूर बढ़ा है लेकिन देश का मिजाज सकारात्मक है, जो सही मायनों में निवेश का बेहतर समय है। प्रधानमंत्री ने बताया कि सरकार व्यापार व उद्योग के अनुकूल माहौल बनाने की दिशा में काफी आगे बढ़ी है जिसमें औद्योगिक विवादों को खत्म करके कानूनों को कारोबार के अनुकूल बनाया गया है। कॉरपोरेट कर में कमी की गई है। ये स्थितियां भारत में विश्व आपूर्ति श्रृंखला का विकल्प सुझाया करती हैं। दरअसल, राजग सरकार की कोशिश है कि वैश्विक संकट व चीन से कूटनीतिक व कारोबारी टकराव से उत्पन्न हालात में जो कंपनियां चीन छोड़कर जा रही हैं, उन्हें भारत आमंत्रित किया जाये। भारत का लोकात्मिक स्वरूप व सस्ता श्रम इसके लिये आकर्षण का काम कर सकता है। इसके अलावा भारतीय मेधा दुनिया के तमाम देशों में अपनी प्रतिभा के झंडे गाड़ रही है। दरअसल, विगत में सरकार कई विकसित देशों की कंपनियों के साथ समझौते करके इलेक्ट्रॉनिक उत्पाद मसलन सेमीकंडक्टर आदि क्षेत्रों में निवेश को प्रोत्साहित करती रही है, जिससे कोरोना संकट के चलते बाधित वैश्विक आपूर्ति श्रृंखला को मजबूती दी जा सके। सरकार आगामी दशकों के लिये दूरगामी रणनीति बना रही है जिसके लिये वह आर्थिक सुधारों को भी गति देने की गंभीर रखती है। निस्संदेह, विदेशी निवेश हासिल करने के लिये यह अनिवार्य शर्त भी है। राजनीतिक इच्छाशक्ति के साथ जरूरी है कि देश में कारोबार के लिये अनुकूल परिस्थितियां बनें। नौकरशाही का दखल कम हो तथा नये उद्योगों को लगाने में लालफीतशाही आड़े न आये।

निस्संदेह, कोरोना संकट के बाद अर्थव्यवस्था में तेजी लाने के लिये नया निवेश व रोजगार के अवसर बढ़ाने की जरूरत है। लेकिन उससे बड़ी चुनौती देश में बढ़ती आर्थिक असमानता है। यूं तो यह वैश्विक प्रवृत्ति है लेकिन भारत का संकट बड़ा है। विश्व आर्थिक मंच में ऑक्सफैम की एक रिपोर्ट बताती है कि देश में 2020 में कोरोना महामारी के बाद से बीते साल नवंबर तक देश के साढ़े चार करोड़ लोग गरीबी की दलदल में धंस गये। लेकिन विडंबना यह है कि देश में अमीर और अमीर हुए हैं। इस दौरान देश में अरबपतियों की संख्या में चालीस का इजाफा हुआ। अब भारत पूरी दुनिया में अरबपतियों की संख्या की दृष्टि से तीसरे नंबर पर है। यही नहीं, उनकी कुल संपत्ति दुनिया की ज्यादा हो गई। विदेशों में अरबपति अधिक हैं लेकिन वहां गरीबी की दलदल इतनी गहरी नहीं है। विषमता का स्तर इतना अधिक नहीं है। यह आर्थिक असमानता कालांतर सामाजिक अस्थिर के चलते कानून-व्यवस्था का संकट भी पैदा कर सकती है। यह चिंताजनक ही है कि देश की आधी से अधिक राष्ट्रीय आय सिर्फ दस फीसदी लोगों के हाथों में है। विसंगति यह कि शेष पचास फीसदी आबादी के हिस्से में सिर्फ तेरह फीसदी राष्ट्रीय आय है। विडंबना यह है कि देश के मध्यम व किन्न मध्यम वर्ग की आय का भी संकुचन हुआ है। वहीं रोज कमाकर खाने वाले वर्ग की स्थितियां तो और विकट हुई हैं। तमाम छोटे उद्योग-धंधे बंद हुए हैं। करोड़ों की संख्या में लोगों की नौकरियां कोरोना संकट में गई हैं और बड़ी संख्या में लोगों के वेतन में कटौती की गई है। पहली बात तो यह कि देश की आर्थिक स्थिति को कोरोना से पहले वाली स्थिति में लाये जाने की चुनौती है। ताकि देश में व्याप्त आर्थिक विषमता को दूर किया जा सके। कहा जा सकता है कि देश में आर्थिक सुधारों का ढांचा समतामूलक समाज की स्थापना में सहायक नहीं है जिस पर गंभीरता से विचार किया जाना चाहिए।

# दूसरा वनडे सात विकेट से जीतकर दक्षिण अफ्रीका का सीरीज पर कब्जा

पार्ल । सलामी बल्लेबाजों यानेनन मलान (91) और विकेटकीपर फ्रिंटन डी कांक (78) के शानदार अर्धशतकों तथा उनके बीच 132 रन की ओपनिंग साझेदारी के दम पर दक्षिण अफ्रीका ने भारत को दूसरे वनडे में शुकवार को सात विकेट से हराकर तीन मैचों की सीरीज में 2-0 की अपराजेय बढ़त बना ली।



रन का चुनौतीपूर्ण स्कोर बनाया जबकि मेजबान दक्षिण अफ्रीका ने 48.1 ओवर में तीन विकेट पर 288 रन बनाकर टेस्ट सीरीज के बाद वनडे सीरीज भी जीत ली। सीरीज का तीसरा और अंतिम मैच 23 जनवरी को केंप टाउन में खेला जाएगा जहां भारत क्लिन स्वीप से बचने की कोशिश

करेगा। दक्षिण अफ्रीका ने पहला वनडे लक्ष्य का पीछा करते हुए जीता था जबकि दूसरे वनडे में आज उसने लक्ष्य को सफलतापूर्वक हासिल कर लिया। पहले वनडे की तरह दूसरे वनडे में भी भारतीय गेंदबाजों ने निराश किया। जसप्रीत बुमराह, शार्दूल ठाकुर और युजवेंद्र चहल ने एक-एक विकेट हासिल किया। प्लेयर ऑफ द मैच बने डी कांक ने मात्र 66 गेंदों में 78 रन की आक्रामक पारी में सात चौके और तीन छक्के लगाए। मलान ने पहले विकेट के लिए 132 रन

की साझेदारी करने के बाद कप्तान तेम्बा बावुमा के साथ दूसरे विकेट के लिए 80 रन जोड़कर दक्षिण अफ्रीका को जीत की राह पर डाल दिया। बुमराह ने मलान को बोल्ट किया जबकि बावुमा ने चहल को वापस कैच थमा दिया। एडन मार्कम और रैसी वान डेर डुसने ने 37-37 रन बनाकर टीम को आसान जीत दिला दी। इससे पहले भारतीय कप्तान लोकेश राहुल ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करने का फैसला किया। भारत ने 63 रन की टोस शुरूआत की लेकिन फिर एक रन के अंतराल में शिखर और विराट कोहली के कीमती विकेट गंवा

दिए। शिखर को पार्ट टाइम ऑफ स्पिनर एडन मार्कम ने सिसंडा मगाला के हाथों कैच कराया जबकि विराट को मगाला ने कप्तान तेम्बा बावुमा के हाथों कैच करा दिया। शिखर ने 38 गेंदों में पांच चौकों की मदद से 29 रन बनाये जबकि विराट पांच गेंदें खेलकर अपना खाता नहीं खोल सके। कप्तान राहुल को उस समय बड़ा जीवनदान मिल गया जब टीम का स्कोर 70 और उनका खुद का स्कोर 27 रन था। लेफ्ट आर्म स्पिनर लोकेश राहुल की गेंद को पंत ने मिडिल स्टंप से फ्लिक किया था मिडविकेट फील्डर के

बायीं तरफ, राहुल रन लेने के लिए दौड़ पड़े थे। पंत ने वापस भेजने का प्रयास किया, फील्डर ने तेजी से गेंद को लपका और नॉन स्ट्राइकर छोर पर थोड़ा लीकन महाराज उसे पकड़ नहीं पाए अगर पकड़कर गिल्लियां बिखेर देते तो राहुल दूर दूर तक कहीं भी नहीं थे, बैक अप कर रहे फील्डर भी गेंद को सही से लपक नहीं पाए और राहुल को सुरक्षित वापस आने का मौका दे दिया। राहुल रन आउट होने से बच गए। इस जीवनदान का फायदा उठाकर राहुल ने पंत के साथ तीसरे विकेट के लिए 115 रन की महत्वपूर्ण साझेदारी की।

### वॉलमार्ट का भारतीय विक्रेताओं को विदेश में विस्तार का आमंत्रण

बंगलुरु । वॉलमार्ट ने भारत के चुनौतीपूर्ण विक्रेताओं को वॉलमार्ट मार्केटप्लेस से जुड़ने का निमंत्रण दिया है जो कि ब्यूरोटेड विक्रेताओं का मंच है जिसके जरिए हर महीने अमेरिका के करीब 12 करोड़ ग्राहकों को सेवाएं मिलती हैं। इस पहल में चुनौतीपूर्ण विक्रेताओं को वॉलमार्ट फुलफिलमेंट सर्विसेज का लाभ मिलेगा, जो उन्हें अमेरिका में वॉलमार्ट के वेयरहाउसिंग तथा डिलीवरी इंफ्रास्ट्रक्चर की सुविधा प्रदान करने के साथ-साथ अपने परिचालनों को सुगम बनाते हुए प्रमोशंस एवं फीडबैक का समुचित रूप से प्रबंधन करने में मददगार होगा।

बयान में कहा कि अब वॉलमार्ट अंतरराष्ट्रीय विक्रेताओं को आकर्षित करने के अपने वैश्विक अभियान के तहत भारत के नए विक्रेताओं से जुड़कर अपने मार्केटप्लेस पर उपलब्ध उत्पादों में विस्तार करने के लिए प्रयासरत है। इस पहल में चुनौतीपूर्ण विक्रेताओं को वॉलमार्ट फुलफिलमेंट सर्विसेज का लाभ मिलेगा, जो उन्हें अमेरिका में वॉलमार्ट के वेयरहाउसिंग तथा डिलीवरी इंफ्रास्ट्रक्चर की सुविधा प्रदान करने के साथ-साथ अपने परिचालनों को सुगम बनाते हुए प्रमोशंस एवं फीडबैक का समुचित रूप से प्रबंधन करने में मददगार होगा।

### यूपी योद्धा ने लगायी जीत की हैट्रिक, बंगाल वारियर्स को 40-36 से हराया

बंगलुरु । यूपी योद्धा ने आज बंगाल वारियर्स को 40-36 से हराकर लगातार तीसरा मैच जीता। इस सीजन में लीग में योद्धा की 5वीं जीत का मुख्य आकर्षण टीम का संपूर्ण प्रदर्शन था। प्रदीप नरवाल और सुरेंद्र गिल ने जहां रेंडिंग डिपार्टमेंट का शानदार तरीके से नेतृत्व किया वहीं उन्हें डिफेंस विभाग का ठोस समर्थन मिला जिसकी वजह से योद्धाओं ने आसानी से मैच अपने कब्जे में कर लिया। इसी के साथ यूपी योद्धा अब 38 अंकों के साथ अंक तालिका में चौथे स्थान पर है। यूपी योद्धा के प्रदीप नरवाल और सुरेंद्र गिल ने टीम के लिए महत्वपूर्ण 9-9 अंक अर्जित किए, जबकि

बंगलुरु । यूपी योद्धा ने आज बंगाल वारियर्स को 40-36 से हराकर लगातार तीसरा मैच जीता। इस सीजन में लीग में योद्धा की 5वीं जीत का मुख्य आकर्षण टीम का संपूर्ण प्रदर्शन था। प्रदीप नरवाल और सुरेंद्र गिल ने जहां रेंडिंग डिपार्टमेंट का शानदार तरीके से नेतृत्व किया वहीं उन्हें डिफेंस विभाग का ठोस समर्थन मिला जिसकी वजह से योद्धाओं ने आसानी से मैच अपने कब्जे में कर लिया। इसी के साथ यूपी योद्धा अब 38 अंकों के साथ अंक तालिका में चौथे स्थान पर है। यूपी योद्धा के प्रदीप नरवाल और सुरेंद्र गिल ने टीम के लिए महत्वपूर्ण 9-9 अंक अर्जित किए, जबकि

बढ़ते हुए 17वें मिनट में वॉरियर्स को ऑल-आउट करने के बाद फिर से बढ़त बनाते हुए स्कोर बोर्ड को 16-15 के साथ अपने पक्ष में कर लिया। योद्धाओं ने अपने मजबूत डिफेंस के साथ एक अंक की बढ़त बनाए रखते हुए अंक बढ़ाते और पहले हार्लफ हाफ का अंत 19-18 के स्कोर के साथ अपने पक्ष में किया। योद्धाओं ने दूसरे हाफ की शुरुआत में ही अपनी बढ़त खो दी, लेकिन नितेश कुमार की वीरता ने योद्धा की बढ़त वापस हासिल करी क्योंकि उन्होंने 27वें मिनट में नबी बख्त को पिन करते हुए स्कोर बोर्ड को टीम के पक्ष 22-21 में ला दिया।

बढ़ते हुए 17वें मिनट में वॉरियर्स को ऑल-आउट करने के बाद फिर से बढ़त बनाते हुए स्कोर बोर्ड को 16-15 के साथ अपने पक्ष में कर लिया। योद्धाओं ने अपने मजबूत डिफेंस के साथ एक अंक की बढ़त बनाए रखते हुए अंक बढ़ाते और पहले हार्लफ हाफ का अंत 19-18 के स्कोर के साथ अपने पक्ष में किया। योद्धाओं ने दूसरे हाफ की शुरुआत में ही अपनी बढ़त खो दी, लेकिन नितेश कुमार की वीरता ने योद्धा की बढ़त वापस हासिल करी क्योंकि उन्होंने 27वें मिनट में नबी बख्त को पिन करते हुए स्कोर बोर्ड को टीम के पक्ष 22-21 में ला दिया।

### रिलायंस का सकल लाभ 20,539 करोड़ पर पहुंचा

मुंबई । पेट्रोलियम, दूरसंचार और रिटेल सहित विभिन्न क्षेत्रों में कारोबार करने वाली अरबपति मुकेश अंबानी की देश की सबसे बड़ी निजी कंपनी रिलायंस इंडस्ट्रीज लिमिटेड ने चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही में 20539 करोड़ रुपये का सकल लाभ कमाया है जो पिछले वित्त वर्ष की इसी तिमाही में अर्जित लाभ 14894 करोड़ रुपये की तुलना में 37.9 प्रतिशत अधिक है। कंपनी की निदेशक मंडल की

बैठक के बाद जारी वित्तीय लेखा जोखा के अनुसार चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही में रिलायंस इंडस्ट्रीज का राजस्व भी उच्चतम स्तर पर जा पहुंच गया। यह 52.2 फीसदी बढ़कर 2,09,823 करोड़ रूपए हो गया जो पिछले वित्त वर्ष की समान अवधि में 137829 करोड़ रुपये रह था। कंपनी के तेल से रसायन और ई एंड पी बिजनेस में मजबूत वृद्धि देखने को मिली तो उधर जियो और रिटेल बिजनेस ने भी बेहतर तिमाही नतीज पेश

### इंडिया ओपन में मिली हार का बदला लेकर खुश हं: सिंधु

लखनऊ । साल के पहले खिताब से मात्र दो कदम की दूरी पर खड़ी भारत की स्टार शटलर पीवी सिंधु सैयद मोदी इंडिया इंटरनेशनल बैडमिंटन चैंपियनशिप एचएसबीसी वर्ल्ड टूर सुपर 300 के क्वार्टर फाइनल में शुकवार को छठी वरीय थाईलैंड की सुपानिदा कातेथोंग को हरा कर बेहद संतुष्ट है। सिंधु ने मैराथन मुकाबले में कतेथोंग को मैराथन मुकाबले में 11-21, 21-12, 21-17 से हरा कर इंडिया ओपन में मिली हार का बदला पूरा करने के साथ सेमीफाइनल में जाहद बना ली। ओलंपिक पदक विजेता ने मैच के बाद अपनी खुशी का इजहार करते हुये कहा कतेथोंग एक बेहतरीन खिलाड़ी है। इसी लड़की के साथ मै इंडिया ओपन का सेमीफाइनल हार गयी थी। आज भी पहला गेम हारने के बाद मैंने संयम नहीं खोया था। आमतौर पर पहला गेम खोने के बाद आप आत्मविश्वास खो देते हो लेकिन मैं अपने खेल को लेकर आक्षेप नहीं करता। दूसरा गेम जीतने के बाद मैं तीसरे गेम में भी 0-4 से पिछड़ रही थी लेकिन मैं जानती थी

कि हर अंक मेरे लिये महत्वपूर्ण है और आखिरकार मुझे जीत मिली। उन्होंने कहा निस्संदेह यह जीत यादगार रहेगी। यह एक मीठा बदला था। इंडिया ओपन में हार कर मिली यह जीत निश्चित ही मेरे मनोबल में इजाफा करेगी। कतेथोंग अच्छी खिलाड़ी है। हम एक दूसरे के खिलाफ पहले भी खेल चुके हैं और एक दूसरे के खेल को अच्छी तरह जानते हैं। वास्तव में आज का मैच जीतकर मैं बहुत खुश हूं और अब आराम कर कल के मैच के लिये खुद को तैयार करना है। गौरतलब है कि सेमीफाइनल में सिंधु की टकरा पांचवी सीड रूस की एव्गेनिया कोसत्सकाया से होगी जिन्होंने एक अन्य मैच में चेक गणराज्य की टेजा सावाबिकोवा को 21-8, 21-14 से मात दी।



### आज का राशिफल

**मेष :** अगर मुमकिन हो, तो लंबे सफर पर जाने से बचें, क्योंकि लंबी यात्राओं के लिए अभी आप कमजोर हैं और उनसे आपकी कमजोरी और बढ़ेगी।  
**वृष :** आपकी इच्छाओं और महत्वकांक्षाओं पर डर का साया पड़ सकता है। इसका सामना करने के लिए आपको उपयुक्त सलाह की जरूरत है।  
**मिथुन :** खुद अपना इलाज करने से बचें, क्योंकि दवाई पर आपकी निर्भरता बढ़ने की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता है।  
**कर्क :** पैसे का लगातार पानी की तरह बहते जाना आपकी योजनाओं में रुकावट पैदा कर सकता है। अचानक मिला कोई सुखद संदेश नींद में आपको मीठे सपने देगा।  
**सिंह :** कोई दोस्त आपकी सहायता और समझ की परीक्षा ले सकता है। अपने मूल्यों को दृढ़िकार करने से बचें और हर फ्रैसला तार्किक तरीके से लें।  
**कन्या :** अगर आपकी योजना बाहर घूमने फिरने की है तो आपका ध्यान हंसी-खुशी और सुकून भरा रहेगा। ऐसे कामों में सहभागिता करने के लिए अच्छा समय है, जिसमें युवा लोग जुड़े हों।  
**तुला :** प्रभावशाली लोगों का सहयोग आपके उदास को दौगुना कर देगा। आज आप अपने दोस्त की महक उसकी अनुपस्थिति में महसूस करेंगे।  
**वृश्चिक :** आज आप खेलकूद में हिस्सा ले सकते हैं और आपको तंदुरुस्त बनाए रखेगा। जिन लोगों ने अपना पैसा सट्टेबाजी में लगा रखा था आज उन्हें नुकसान होने की संभावना है।  
**धनु :** अगर आपने अपने घर के किसी सदस्य से उधार लिया था, तो उसे आज लौटा दें नहीं तो वो आपके खिलाफ कानूनी कार्यवाही कर सकता है।  
**मकर :** आज का दिन मौज-मस्ती और आनंद से भरा रहेगा, क्योंकि आप ज़िंदगी को पूरी तरह जिएंगे। कार्यक्षेत्र में आज आप अपने काम में प्रगति देखेंगे।  
**कुम्भ :** खुद को सेहतमंद और दुरुस्त रखने के लिए वसायुक्त और तली-शुनी चीजों से दूर रहें। रुका हुआ धन मिलेगा और आर्थिक हालात में सुधार आएगा।  
**मीन :** आपका बच्चा जैसा भोला स्वभाव फिर सतह पर आ जाएगा और आप शरारती मनोदशा में होंगे।

### केजीएफ चैप्टर 2 में इंदिरा गांधी का किरदार नहीं निभा रही रवीना

जब से रवीना टंडन का नाम फिल्म केजीएफ चैप्टर 2 से जुड़ा है, खबर थी कि वह इसमें भारत की पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी का किरदार निभाने वाली हैं। उनके इस किरदार को लेकर फैंस भी सोशल मीडिया पर खूब कयास लगा रहे थे। अब आखिरकार रवीना ने इस फिल्म में अपनी भूमिका पर चुप्पी तोड़ दी है। उन्होंने साफ कर दिया है कि वह इसमें इंदिरा गांधी नहीं बनी हैं। रवीना ने कहा, इस फिल्म में इंदिरा गांधी जी के बारे में कुछ भी नहीं है। ना तो मेरा लुक उनके जैसा है और ना ही मेरा किरदार



उससे प्रेरित है। ना ही हमने ऐसा कोई संदर्भ लिया है। उन्होंने कहा, यह फिल्म 80 के दशक पर आधारित है। मैं फिल्म में एक प्रधानमंत्री की भूमिका निभा रही हूँ, इसलिए अटकलें लगाईं जाने लगी कि मैं फिल्म में इंदिरा गांधी जी की भूमिका निभा रही हूँ।

रवीना ने कहा, मैं फिल्म की रिलीज का ब्रेसब्री से इंतजार कर रही हूँ। हम एक अनिश्चित माहौल में रह रहे हैं। सिनेमाघर फिर खुल गए थे। दर्शक भी फिल्म में देखने जा रहे थे, लेकिन नई लहर ने चीजों को फिर से धीमा कर दिया है। उन्होंने कहा, मैं केजीएफ चैप्टर 2 के लिए भी बहुत उत्साहित हूँ। निर्देशक प्रशांत नील के साथ काम करने का अनुभव बहुत अच्छा रहा, वहीं फिल्म के हीरो यश बहुत विनम्र और जेटलमैन हैं। इस फिल्म में ना सिर्फ रवीना, बल्कि संजय दत्त भी नजर आएंगे।

### आयुष्मान ने शुरु की एन एक्शन हीरो की शूटिंग

बॉलीवुड स्टार आयुष्मान खुराना अपनी अगली फिल्म एन एक्शन हीरो की शूटिंग ब्रिटेन में करने के लिए उत्साहित हैं। इससे उन्हें देश की सुंदरता, इसकी कला और विरासत का पता लगाने में मदद मिलेगी। नवोदित अनिरुद्ध अय्यर द्वारा निर्देशित फिल्म में आयुष्मान एक एक्शन स्टार की भूमिका निभाते हुए दिखाई देंगे। अभिनेता ने खुलासा किया कि एक एक्शन हीरो जैसी फिल्म को एक निश्चित पैमाने के कैनवास की आवश्यकता होती है। इसलिए लंदन में शूटिंग जरूरी थी।



वे कहते हैं कि यह पहली बार है जब मैं लंदन में शूटिंग करूंगा। मैं देश की सुंदरता को करीब से देखने के लिए काफी उत्साहित हूँ। एन एक्शन हीरो को ऐसे पैमाने पर रखा गया है जो बड़े स्थानों पर शूट करने योग्य है। इसलिए, हम भारत के कुछ खूबसूरत स्थानों के साथ, यूनाइटेड किंगडम में भी शूटिंग करेंगे।

### मूली के पत्ते की भुर्जी

मूली को हम सैलेड में तो इस्तेमाल कर देते हैं लेकिन इसकी पत्तियां फेंक देते हैं। तो आज हम मूली के पत्तियों की सब्जी बनाना सीखेंगे। जो है सेहत के लिए बेहद फायदेमंद।



**सामग्री :** मूली की कटी हुई पत्तियां, कटी हुई मूली, 2 हरी मिर्च, 1 टीस्पून सरसों का तेल, 1/2 छोटा चम्मच जीरा, 1/4 छोटा चम्मच अजवाइन, 1/8 छोटा चम्मच होंग, 1/4 छोटा चम्मच हल्दी पाउडर, 3/4 छोटा चम्मच लाल मिर्च पाउडर, 1 टीस्पून धनिया पाउडर, 1/2 छोटा चम्मच अमरू पाउडर, स्वादानुसार नमक

**विधि :** कटी हुई मूली के पत्ते और कटी हुई मूली को आधा कप पानी के साथ प्रेशर कुक करें, एक सीटी आने तक पका लें। छलनी में मूली के पत्तों को निकाल दें, उंडा होने के बाद मूली के पत्तों और मूली

से कसकर पानी निचोड़ लें। एक कढ़ाही में सरसों का तेल गरम करें, उसमें जीरा और अजवाइन डालें। इसे तब तक भूनें जब तक कि रंग न बदल जाए, आंच कम कर दें। अब हरी मिर्च और हींग डालकर कुछ सेकंड के लिए भूनें। फिर मूली और उसके पत्ते डालें। इसके साथ ही हल्दी, लाल मिर्च पाउडर, धनिया पाउडर, आमचूर और नमक डालें। अच्छी तरह मिलाकर 4 से 5 मिनट और पकाएं। तैयार है मूली के पत्तों की भुर्जी। रोटी या चावल-दाल किसी के साथ भी परोसें।

### शब्द सामर्थ्य- 328

**बाएं से दाएं**

- खुब कसा हुआ, फूर्तिला, जो शिथिल व आलसी न हो
- सांख्यिकीय स्थान, संस्था, शक्तिशाली, बलवान
- अस्तित्व, समिति
- पौरुष, पुरुषत्व, मर्द होने का भाव
- अंधेरा, अंधकार
- विपाद
- शरीर, काया, जिस्म
- मां
- क पिता, विभिन्न
- महोना, मास
- प्रीयतम, बलमा, सजना
- पांडवों का सबसे छोटा भाई
- नशा, घमंड, खाता
- वनोपज, वन से प्राप्त सामग्री
- शक्तिशाली, बलवान
- तीव्र
- इच्छा
- हथेली

**ऊपर से नीचे**

- निंदा, बुराई
- निर्जीव, निष्प्राण
- ध्वनियों या स्वरो के विशिष्ट लय में प्रस्फुटन, धुन, म्युजिक
- शुका हुआ, विनीत
- रूठे हुए को प्रसन्न करना, राजी करना
- आश्रय, शरण
- जन्म, जिनंदगी
- इंसानियत, मनुष्यता
- रास्ता, मार्ग
- एक हिंदी महोना, श्रावण
- सपाट, जो उबड़-खाबड़ न हो
- पति का छोटा भाई
- गहरा कीचड़, पंक
- आत्मा, अंतःकरण (उ.)
- बीता हुआ मास
- बगुला

**शब्द सामर्थ्य क्रमांक 327 का हल**

ग	म	न	प	य	द
न	ह	क	दा	र	ल
ह	वा	ला	त	च	द
गा	रा	ज	म	ह	ल
र	ई	स	ग	स	अ
मा	प	त	वा	र	ल
ख	न	क	ना	ह	त
स	दा	ह	वा	श	ला
रा	र	ह्री	र	क	

### सू-दोक्- 328

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

**नियम**

- कुल 81 वर्ग हैं, जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनाता है।
- हर खाली वर्ग में 1 से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते हैं।
- बाएं से दाएं और ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम, कतार और खंड में 1 से 9 अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते हैं।

**सू-दोक् क्र 327 का हल**

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