संपादकीय

भारत से प्रतिभा पलायन

अजय दीक्षित-

भारत के लिये यह दुर्भाग्यपूर्ण एवं चिन्ता का विषय है कि भारत के लोग भारत की नागरिकता छोड़ रहे हैं। पिछले तीन साल से औसतन ३५८ लोग प्रतिदिन और प्रतिवर्ष लगभग 1 लाख 63 हजार लोग भारत की नागरिकता त्यागकर विदेशों में बस गये हैं। भारत से पलायन कर विदेशों में बसने के क्या कारण है? ऐसा क्यों हो रहा है? क्या आम नागरिकों को जिस तरह का सहज एवं शातिपूर्ण जीवन अपेक्षित होता है, उसका अभाव पलायन का कारण है? क्या रोजगार एवं जीवन निर्वाह की मूलभूत सुविधाएं सुलभ कराने में सरकार नाकाम हो रही है? जो भी कारण हो, नागरिकों का भारत से पलायन एक गंभीर समस्या है, इसके कारणों का पता लगाकर उस पर नियंत्रण किया जाना नितान्त अपेक्षित है। हालाकि, भारत दुनिया में तेजी से आर्थिक महाशक्ति बनने की ओर अग्रसर होता राष्ट्र है। देश में विकास की फिजां बन रही है, शाति का हिंसामुक्त वातावरण बन रहा है। रोजगार एवं व्यापार की अनेक संभावनाएं उजागर हो रही हैं। तभी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पूर्व में नागरिकों से अपील की थी कि उनका उद्देश्य अपने देश की सेवा एवं विकास होना चाहिए, फिर भी न जाने क्यों, इतनी बड़ी संख्या में भारतीय पलायन कर रहे हैं? उनको समझना चाहिए कि यदि इसी गति से प्रतिभाओं एवं नागरिकों का पलायन होता रहेगा, तो राष्ट्र विरोधी तत्व अधिक मजबूत होंगे। संभवत: देश की शिक्षा नीति में ही कोई कमी रही होगी कि पिछले अनेक वर्षों से हमारा देश पैसा बनाने की मशीनें तैयार करता रहा है। जिम्मेदार और जागरूक नागरिक अब भी कम दिखाई पड़ते हैं। ये लोग इतने स्वार्थी हैं कि केवल पैसा कमाने के चक्कर में जननी जन्मभूमि का ही त्याग कर रहे हैं। ऐश्वर्य एवं भौतिकता के पीछे, 7 भागते लोगों को आत्मचिन्तन करते हुए राष्ट्र के प्रति अपनी जिम्मेदारियों का अहसास जगाना चाहिए। रोजगार की दृष्टि से ही नहीं, शिक्षा की दृष्टि से भी विदेशों का आकर्षण बढ़-चढक़र सामने आ रहा है। 'ओपन डोर' संस्था की ताजा रिपोर्ट के अनुसार 2015-16 में अमेरिकी कॉलेजों में दाखिला लेने वाले भारतीय छात्रों में पच्चीस फीसद वृद्धि हुई है। अमेरिकी अर्थव्यवस्था में उन्होंने पांच अरब रुपए का योगदान दिया है। सिर्फ अमेरिका ही नहीं बल्कि पिछले कुछ साल में यूरोप और अरि वाले छात्रों में भी नाटकीय ढंग से वृद्धि हुई है। जबकि इसी दौर में भारत में बड़ी संख्या में उच्च शिक्षण संस्थान और विश्वविद्यालय खुले हैं। आखिर ये छात्र देश के उच्च शिक्षण संस्थानों में क्यों नहीं पढ़ना चाहते ? विदेश वे ही छात्र जा पाते हैं जिनके पास पैसे की कमी नहीं है चाहे वह कालेधन के रूप में ही क्यों न हो ? एक ओर भारत में उच्च शिक्षा के स्तर को लेकर सवाल उठते रहे हैं तो दूसरी ओर पढ़ने के लिए छात्र बड़ी संख्या में विदेशों का रख कर रहे हैं । जिसका दुष्प्रभाव हमारी अर्थव्यवस्था पर पड़ रहा है। यह स्थिति भारत के विकास की एक बड़ी बाधा है। बिना प्रतिभाओं के कैसा विकास ? भारत में विभिन्न क्षेत्रों के प्रवीण, प्रतिभा सम्पन्न एवं विलक्षण क्षमता वाले व्यक्तियों की बड़ी तादाद हैं, जिनमें वैज्ञानिक, प्रौद्योगिकी विशेषज्ञ, साहित्य या कलाओं के विद्वान, चित्रकार, कलाकार, प्रशासनिक अधिकार, डॉक्टर, सी.ए. आदि। असाधारण प्रतिभा संपन्न ऐसे लोगों का अपने देश की प्रगति और समृद्धि में योगदान होना चाहिए, जबकि ये विदेशों में रहकर अपनी प्रतिभा का उन देशों को लाभ पहुंचा रहे हैं। हो सकता है ऐसे योग्य व्यक्तियों में से कुछ लोगों को अपने ही देश में कोई संतोषजनक काम नहीं मिल पाता या किसी न किसी कारण से वे अपने वातावरण से तालमेल नहीं बिठा पाते। ऐसी परिस्थितियों में ये लोग बेहतर काम की खोज के लिए या अधिक भौतिक सुविधाओं के लिए दूसरे देशों में चले जाते हैं। क्या ऐसे लोगों का देश के प्रति कोई दायित्व नहीं है, निश्चित ही लोगों को अपने गिरेबान में झांकना चाहिए। कोई व्यक्ति विदेश तब जाता है जब उसके सामने कोई मजबूरी। होती है जिसके कारण बाहर जाने में ही वह अपना भला समझता है। इन कारणों में देश में प्रशासनिक स्तर पर व्याप्त भ्रष्टाचार, कोटा सिस्टम, जटिल कानून एवं प्रशासनिक व्यवस्थाएं, योग्यता के स्थान पर आरक्षण को मान्यता और राजनीतिक स्तर पर भाई भतीजावाद प्रमुख हैं । कुछ समय पहले तो यह बताया जा रहा था कि देश का गौरव इतना बढ़ रहा है कि विदेश से लोग भारत की नागरिकता और पासपोर्ट लेकर सम्मान महसूस करने लगे हैं, फिर अचानक ऐसा कैसे हो गया कि इतनी भारी तादाद में लोग देश छोडक़र जा रहे हैं? भारत से पलायन कर अमेरिका जाने वाले ५५ प्रतिशत भारतीय बाद में वहां की नागरिकता हासिल कर वहीं बस जाते हैं। कनाडा और आस्ट्रेलिया जाने वाले 33 प्रतिशत भारतीय भी ऐसा ही करते हैं। ब्रिटेन, सऊदी अरब, कुवैत, संयुक्त अरब अमीरात, कतर और सिंगापुर आदि देशों में भी बड़ी संख्या में भारतीय बसे हैं।

गृह मंत्रालय के अनुसार 1.25 करोड़ भारतीय नागरिक विदेश में रह रहे हैं, जिनमें 37 लाख लोग ओसीआइ यानी ओवरसीज सिटीजनशिप ऑफ इंडिया कार्डधारक हैं। हालाकि इन्हें भी वोट देने देश में चुनाव लड़ने कृषि संपत्ति खरीदने या सरकारी कार्यालयों में काम करने का अधिकार नहीं होता है। पढ़ाई, बेहतर कॅरियर, आर्थिक संपन्नता और भविष्य को देखते हुए भारत से बड़ी संख्या में लोग विदेश का रुख करते हैं। पढ़ाई के लिए विदेश जाने वाले लोगों में से करीब ४० प्रतिशत लोग वापस भारत नहीं लौटते हैं। भारत जब सशक्त बन रहा है, दुनिया की महाशक्ति बनने की ओर अग्रसर हो रहा है, नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व एवं नीतियों की दुनिया में सराहना हो रही है, विकास की अनंत संभावनाएं उजागर हो रही हैं, इन सकारात्मक स्थितियों के बीच ऐसे क्या कारण हैं कि नागरिक एवं प्रतिभा पलायन जारी है। मानव संसाधन विकास मंत्रालय और एसोचैम जैसे संस्थानों को इस बात पर ध्यान देने कि जरूरत है कि इसे कैसे रोका जाए। प्रतिभा पलायन अब निश्चित रूप से घाटे का सौदा बनता जा रहा है ।

मुक्केबाजी में निकहत, पंघाल और नीतू को स्वर्ण, सागर को रजत पदक

बर्मिंघम

मुक्केबाजी रिंग में भारत के लिये राष्ट्रमंडल खेलों में रविवार का दिन स्वर्णिम रहा जिसमें मौजूदा विश्व चैम्पियन निकहत जरीन , स्टार मुक्केबाज अमित पंघाल और नीतू गंघास ने पीले तमगे अपने नाम किये जबकि सागर को रजत पदक मिला ।

शानदार फॉर्म में चल रही 26 साल की निकहत ने लाइट फ्लाईवेट (48-50 किग्रा) स्पर्धा में उत्तरी आयरलैंड की कार्ले मैकनॉल पर एकतरफा फाइनल में 5-0 से जीत दर्ज की।

पंघाल ने पिछले राष्ट्रमंडल खेलों के फाइनल में मिली हार का बदला चुकता करते हुए पुरूष फ्लाईवेट वर्ग में जबकि नीतू गंघास ने पदार्पण में ही दबदबा बनाते हुए स्वर्ण पदक अपनी झोली में डाले। वहीं सुपर हैवीवेट (92 प्लस) वर्ग में सागर अंकों के आधार पर इंग्लैंड के ओरी डेलिशियस से 0 . 5 से हार गए और उन्हें रजत पदक से संतोष करना पड़ा ।

पंघाल (48-51 किग्रा) को चार साल पहले गोल्ड कोस्ट में इंग्लैंड के ही एक प्रतिद्वंद्वी से इसी चरण में हार मिली थी लेकिन इस बार 26 साल के मुक्केबाज ने अपनी आक्रामकता के बूते घरेलू प्रबल दावेदार मैकडोनल्ड कियारान को 5-0 से हराकर स्वर्ण पदक जीता।

पंघाल काफी तेजी से मुक्के जड़ रहे थे जिससे इस दौरान मैकडोनल्ड के आंख के ऊपर एक कट भी लग गया जिसके लिये उन्हें टांके लगवाने पड़े और खेल रोकना पड़ा।अपनी लंबाई का इस्तेमाल करते हुए मैकडोनल्ड ने तीसरे राउंड में वापसी की कोशिश की लेकिन एशियाई खेलों के चैम्पियन ने उनके सभी प्रयास नाकाम कर दिये।

पंघाल ने सेमीफाइनल में जाम्बिया के तोक्यो ओलंपियन पैट्रिक चिनयेम्बा के खिलाफ वापसी करते हुए जीत दर्ज की थी जो उनके लिये 'टर्निंग प्वाइंट' रही।

उन्होंने कहा, यह सबसे कठिन मुकाबला रहा और 'टर्निंग प्वाइंट' भी। मैंने पहला राउंड गंवा दिया था लेकिन अपना सबकुछ लगाकर वापसी कर जीत हासिल की।

ब्रिटिश प्रतिद्वंद्वी के खिलाफ रणनीति के बारे में उन्होंने कहा, वह मुझसे काफी लंबा था और मुझे काफी आक्रामक होना पड़ा ताकि मुक्का मारने के लिये उसकी हाथों के अंदर जा सकूं। यह रणनीति कारगर रही। मेरे कोच ने बढिय़ा काम किया क्योंकि हमने रणनीति बनायी और मैंने वैसा ही रिंग में किया।

विश्व चैम्पियनशिप के रजत पदक विजेता पंघाल ने कहा, मैंने पहले दो राउंड जीतने के लिये अच्छा किया। मुझे लगा कि वह अंतिम राउंड जीत गया लेकिन मैं तब तक उससे काफी आगे जा चुका था। पर वह काफी अच्छा प्रतिद्वंद्वी था। उन्होंने कहा, इससे मेरा आस्ट्रेलिया (गोल्ड कोस्ट राष्ट्रमंडल खेल) में फाइनल में हारने का बदला चुकता हो गया। मैं जानता था कि यह काफी चुनौतीपूर्ण होगा क्योंकि मैं इंग्लैंड में उसके ही मुक्केबाज से लड़ रहा था। लेकिन जज निष्पक्ष और सटीक रहे।

वहीं सबसे पहले रिंग में उतरी नीतू ने महिलाओं के मिनिममवेट (45-48 किग्रा) वर्ग के फाइनल में विश्व चैम्पियनशिप 2019 की कांस्य पदक विजेता रेस्जटान डेमी जेड को सर्वसम्मत फैसले में 5-0 से पराजित किया।राष्ट्रमंडल खेलों में पदार्पण में ही नीतू ने गजब का आत्मविश्वास दिखाया और फाइनल में भी वह इसी अंदाज में खेली जैसे पिछले मुकाबलों में खेली थीं।

मेजबान देश की प्रबल दावेदार के खिलाफ मुकाबले का माहौल 21 साल की भारतीय मुक्केबाज को भयभीत कर सकता था लेकिन वह इससे परेशान नहीं हुई।नीतू अपनी प्रतिद्वंद्वी से थोड़ी लंबी थीं जिसका उन्हें फायदा मिला, उन्होंने विपक्षी के मुक्कों से बचने के लिये पैरों का अच्छा इस्तेमाल किया।

उन्होंने पूरे नौ मिनट तक मुकाबले के तीनों राउंड में नियंत्रण बनाये रखा और विपक्षी मुक्केबाज के मुंह पर दमदार मुक्के जडऩा जारी रखते हुए उसे कहीं भी कोई मौका नहीं दिया।नीतू ने तेज तर्रार, 'लंबी रेंज' के सटीक मुक्कों से प्रतिद्वंद्वी को चारों खाने चित्त कर दिया। उन्होंने कहा, मैं बहुत खुश हूं। मुझे सांस भी नहीं आ रहा।

उनके पिता हरियाणा विधानसभा में कर्मचारी हैं। भारत के मुक्केबाजी में 'मिनी क्यूबा' कहलाये जाने वाले भिवानी की नीतू ने कहा, मेरे माता-पिता मेरी प्रेरणा रहे हैं और मेरा स्वर्ण पदक उनके लिये ही है।

मुकेश अंबानी ने लगातार दूसरे साल कोई वेतन नहीं लिया

नई दिल्ली

अरबपति कारोबारी मुकेश अंबानी ने लगातार दूसरे साल अपनी प्रमुख कंपनी रिलायंस इंडस्ट्रीज से कोई वेतन नहीं लिया। अंबानी ने कोरोना वायरस महामारी के चलते व्यापार और अर्थव्यवस्था प्रभावित होने के कारण स्वेच्छा से अपना पारिश्रमिक छोड़ दिया था।आरआईएल ने अपनी ताजा वार्षिक रिपोर्ट में कहा कि वित्त वर्ष 2020-21 के लिए अंबानी का पारिश्रमिक शून्य था। रिलायंस इंडस्ट्रीज के अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक मुकेश अंबानी ने जून 2020 में स्वेच्छा से 2020-21 के लिए अपने वेतन को छोडऩे का फैसला किया। उन्होंने कोरोना वायरस महामारी के चलते यह फैसला किया, जिसने देश के आर्थिक और औद्योगिक स्वास्थ्य पर बुरा असर डाला।अंबानी ने 2021-22 में भी अपना वेतन नहीं लिया। उन्होंने इन दोनों वर्षों में अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक के रूप में अपनी भूमिका के लिए रिलायंस से किसी भी भत्ते, अनुलाभ, सेवानिवृत्ति लाभ, कमीशन या स्टॉक विकल्प का लाभ नहीं उठाया।इससे पहले उन्होंने एक व्यक्तिगत उदाहरण पेश करते हुए अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक के वेतन को 2008-09 से 15 करोड़ रुपये तक सीमित कर दिया था।

एल्डोस पॉल ने राष्ट्रमंडल खेलों में त्रिकूद में भारत को पहला स्वर्ण दिलाया, अबूबाकर को रजत

बर्मिंघम

एल्डोस पॉल की अगुआई में भारत ने रविवार को यहां राष्ट्रमंडल खेलों की पुरुष त्रिकूद स्पर्धा स्पर्धा में पहले दो स्थान पर कब्जा जमाकर इतिहास रच दिया और एथलेटिक्स में चार पदकों के साथ रविवार का दिन भारत के लिये यादगार हो गया ।

पॉल के स्वर्ण पदक के अलावा केरल के उनके साथी एथलीट अब्दुल्ला अबूबाकर ने भी इस स्पर्धा का रजत पदक जीता। भारत ने आधे घंटे के भीतर चार पदक जीते जिससे एथलेटिक्स में इस बार भारत के एक स्वर्ण, चार रजत और तीन कांस्य पदक हो गए हैं जो अब तक का देश के बाहर इन खेलों में भारत का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन है ।पॉल राष्ट्रमंडल खेलों में स्वर्ण जीतने वाले छठे भारतीय एथलीट हो गए । मिल्खा सिंह ने 1958 में 440 गज में यह कारनामा किया था ।

पॉल ने अपने तीसरे प्रयास में 17.03 मीटर की सर्वश्रेष्ठ दूरी तय की। अबूबाकर 17.02 मीटर के प्रयास के साथ दूसरे स्थान पर रहे। अबूबाकर ने अपने पांचवें प्रयास में यह दूरी तय की। भारत के ही प्रवीण चित्रावल 16 . 89 मीटर के साथ चौथे स्थान पर रहे ।बरमूडा के जाह-एनहाल पेरिनचीफ ने 16.92 मीटर के सर्वश्रेष्ठ प्रयास के साथ कांस्य पदक जीता।

भारत ने राष्ट्रमंडल खेलों में त्रिकूद में चार पदक जीते हैं लेकिन यह पहला मौका है जब देश के दो एथलीट ने एक साथ पोडियम पर जगह बनाई है।मोहिंदर सिंह गिल ने 1970 और 1974 में क्रमश: कांस्य और रजत पदक जीता जबकि रंजीत महेश्वरी और अरपिंदर सिंह 2010 और 2014 में तीसरे स्थान पर रहे।

भारत की अनु रानी ने भाला फेंक स्पर्धा में कांस्य पदक जीतकर इतिहास रच दिया । वह यह उपलब्धि हासिल करने वाली देश ही पहली महिला भाला फेंक खिलाड़ी बन गयीं।रानी ने अपने तीसरे प्रयास में 60 मीटर दूर भाला फेंककर तीसरा स्थान हासिल किया।

विश्व चैम्पियन आस्ट्रेलिया की केलसे ली बार्बर ने 64.43 मीटर के थ्रो से स्वर्ण पदक जीता जबकि उनकी हमवतन मैकेंजी लिटिल 64.27 मीटर के थ्रो से दूसरे स्थान पर रहीं।रानी से पहले राष्ट्रमंडल खेलों में काशीनाथ नायक और ओलंपिक चैम्पियन नीरज चोपड़ा पुरूषों की भाला फेंक स्पर्धा में क्रमश: कांस्य और स्वर्ण पदक जीत चुके हैं।

निखत जरीन ने मारा गोल्डन पंच; भारत का 17वां स्वर्ण पदक

बर्मिंघम

बॉक्सिंग में भारत को एक और कामयाबी मिली है. देश की महिला मुक्केबाज और विश्व चैंपियन निखत जरीन ने रविवार को राष्ट्रमंडल खेलों में स्वर्ण पदक अपने नाम किया है. निकहत ने 51 किग्रा वर्ग के फाइनल में उत्तरी आयरलैंड के केरी मैकनॉल को 5-0 से हराकर स्वर्ण पदक जीता। यह राष्ट्रमंडल 2022 में भारत का 48वां स्वर्ण पदक और मुक्केबाजी में तीसरा स्वर्ण पदक है। निखत ने पहली बार कॉमनवेल्थ गेम्स में भारत के लिए मेडल जीता है. पहले दौर में निखत का दबदबा था। उसने सभी 5 जजों में से 10 में से 10 अंक हासिल किए। दूसरे दौर में नतीजा निखत के पक्ष में रहा। तीसरे दौर में, उसने निरंतरता बनाए रखी और स्वर्ण पदक पर अपनी पकड़ मजबूत की। निकहत ने अपने से 7 साल सीनियर खिलाड़ी को थका दिया। मैरी कॉम एक समय 51 किग्रा वर्ग में दबदबा रखती थीं। कॉमनवेल्थ गेम्स 2022 का आज 10वां दिन है। आज नीतू, अमित के बाद निकत ने भी बॉक्सिंग में गोल्ड मेडल अपने नाम किया है. भारत के प्रदर्शन को देखते हुए उसने 17 स्वर्ण, 12 रजत और 19 कांस्य समेत कुल 48 पदक जीते हैं.

हम फाइनल में लगातार गलतियां दोहरा रहे हैं : हरमनप्रीत

बर्मिंघम

भारतीय महिला क्रिकेट टीम की कप्तान हरमनप्रीत कौर ने खिताबी मुकाबले में फिर से बल्लेबाजी पतन पर निराशा व्यक्त की और स्वीकार किया कि उनकी टीम को फाइनल में लगातार एक जैसी गलतियां दोहराने से बचना होगा।

महिला क्रिकेट को पहली बार राष्ट्रमंडल खेलों में शामिल किया गया जिसमें भारतीय टीम के पास स्वर्ण पदक जीतने का सुनहरा मौका था। भारत हालांकि फाइनल में फिर से अच्छा प्रदर्शन नहीं कर पाया और ऑस्ट्रेलिया से नौ रन से हार गया।

इस मैच में भी भारतीय बल्लेबाजी उसी तरह से लडख़ड़ा गई जैसे कि 2020 में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ टी-20 विश्वकप और 2017 में इंग्लैंड के खिलाफ वनडे विश्व कप के दौरान देखने को मिला था।

हरमनप्रीत ने मैच के बाद कहा, हर बार बड़े फाइनल्स में हम (बल्लेबाजी में) लगातार एक जैसी गलतियां दोहरा रहे हैं। यह ऐसी चीज है जिसमें हमें सुधार करना होगा। उन्होंने कहा, हम लीग चरण या द्विपक्षीय श्रृंखलाओं में इस तरह की गलतियां नहीं करते हैं। यह कहीं ना कहीं हमारे दिमाग में घर कर गई है।

भारत को अंतिम छह ओवर में 50 रन की दरकार थी और उसके पास आठ विकेट बचे हुए थे। भारत को तब आसानी से जीत दर्ज करनी चाहिए थी लेकिन उसने बल्लेबाजों के खराब शॉट चयन के कारण 13 रन के अंदर पांच विकेट गंवा दिए।

हरमनप्रीत और जेमिमा रोड्रिगेज ने 96 रन की साझेदारी की लेकिन इन दोनों ने खराब शॉट खेलकर अपने विकेट गंवाए।हरमनप्रीत ने कहा,मैं हमेशा एक अतिरिक्त बल्लेबाज की तलाश में रहती हूं। अभी हम इस पर काम कर रहे हैं। एक बार हम इसे हासिल कर लेंगे तो फिर बल्लेबाजी पतन से उबर जाएंगे।

उन्होंने कहा, दो विकेट गंवाने के बाद जेमिमा और मैंने जिस तरह से बल्लेबाजी की वह उस समय की जरूरत थी।

मुझे गुम है किसी के प्यार में में मेरी भूमिका के लिए याद किया जाएगा: मिताली नाग

अभिनेत्री मिताली नाग का कहना है कि वह एक गायिका बनने के लिए मुंबई आई थीं, लेकिन नियति की उनके लिए अलग योजना थी और वह अभिनेत्री बन गईं। उनके लिए अफसर बिटिया चीजें बदलने वाला शो है। अब तक के सफर और अपने चल रहे शो गुम है किसी के प्यार में के बारे में बात करते हुए उन्होंने कहा, मेरा जन्म और पालन-पोषण नागपुर में हुआ था।

मैं गायिका बनने के लिए मुंबई आई थी। मैंने कुछ संगीत रियलिटी शो में भाग लिया और जीता। हालांकि, मेरे लिए नियति की कुछ और ही योजना थी और मुझे एक टीवी शो में नायिका की भूमिका निभाने के लिए चुना गया। अभिनय तब से मेरा पेशा बन गया है।वह मनोरंजन उद्योग में अपनी सफलता का श्रेय दिसंबर 2011 से 2012 तक प्रसारित होने वाले शो अफसर बिटिया में अपनी भूमिका को देती हैं। मिताली अब गुम है किसी के प्यार में में एक मानसिक रूप से बीमार लडक़ी देवयानी चव्हाण की भूमिका निभा रही हैं और उन्हें लगता है कि लोग उन्हें इस भूमिका के लिए भी हमेशा याद रखेंगे। एक अभिनेता को अपने किरदार में आने के लिए किसी भी संघर्ष का सामना नहीं करना पड़ता, वह कहती है, मैं अपने बेटे रुद्रांश को देखती रहती हूं और देवयानी की भूमिका निभाते हुए उसके बहुत सारे तौर-तरीकों का उपयोग करती हूं।

आज का राशिफल

मेष : आज इच्छित कार्य पूर्ण होंगे। आप व्यस्त रहने से थकान महसूस करेंगे। अपनी दिनचर्या को संतुलित तथा व्यवस्थित बनाकर रखें, जिससे अधिकतर घरेलू काम समय पर पूरे होते जाएंगे। विद्यार्थियों तथा युवाओं को इंटरव्यू व करियर संबंधी परीक्षा में सफलता की पूरी संभावना है।

वृष : आज मनोवांछित फल प्राप्त होगा।समय की कोई कमी नहीं रहेगी।व्यवसायिक तौर पर ग्रह स्थितियां आपके पक्ष में हैं। कार्यप्रणाली में कुछ बदलाव संबंधी योजनाएं बन सकती है।

मिथुन : आज भाग्य आपके मनोनुकूल रहेगा। समय पर कार्य सम्पन्न होंगे। कुछ समय खुद के लिए भी बीताएं। इससे आपको शारीरिक और मानसिक ताजगी के साथ ऊर्जा भी मिलेगी।

कर्क : आज आपका सामाजिक दायरा और पारिवारिक सम्बंध यश को बढाएंगे।कार्यक्षेत्र में अपने प्रतिद्वंद्वियो के सामने आपकी ही यशोगाथा रहेगी। आपका कोई कर्मचारी साथी आपकी योजना को लीक कर सकता है।

सिंह : आपकी ऊर्जा आज आपका भरपूर साथ देंगी। पारिवारिक जिम्मेदारियों का आप बखूबी निर्वाह करेंगे। आपका उदारवादी व सहायक दृष्टिकोण सामाजिक कार्यों में एक बेहतरीन मिसाल के रूप में सामने आएगा।

कन्या : आज आपका मनोबल बढेगा। शत्रु पक्ष परास्त होंगे। लेकिन सावधानी फिर भी रखनी पडेगी। कोई भी व्यापारिक नया काम आज न शुरू करें तो सही है। आज स्थिति अधिक आपका साथ देगी है।

तुला : आज आध्यात्मिक कार्यों में रूचि और बढेगी। आप अधिकतर समय धार्मिक तथा सामाजिक संबंधी सहयोगात्मक कार्य में व्यतीत होगा। गुप्त विद्याओं के प्रति भी आपका विशेष रुझान हो रहा है।

वृश्चिक : आज आप अधिकतर समय व्यस्त रहने में व्यतीत होगा। अपने कुछ नजदीकी और विश्वसनीय मित्रों के साथ अपने कामकाज संबंधी विचार-विमर्श अवश्य करें। आपको बेहतरीन मार्गदर्शन प्राप्त होगा।

धनु : आज किस्मत आपके साथ है। व्यवसायिक विकास के लिए किसी प्रभावशाली व्यक्ति का साथ तथा आपके राजनीतिक संपर्क बहुत अधिक लाभदायक साबित होने वाले हैं।

मकर : आज मन की सुने और खुश रहें। अपने कार्यों से संबंधित नीतियों पर दोबारा विचार करके उनमें और अधिक सुधार लाने की कोशिश करें सफलता आपका इंतजार कर रही है। आपको सकारात्मक परिणाम अवश्य हासिल होंगे।

कुंभ : आप आपकी सकारात्मक सोच आपको ऊँचाइयों तक ले जाएगी।अपना पूर्ण ध्यान अपने कार्यस्थल पर केंद्रित रखें तथा दूसरों की सलाह की अपेक्षा अपने विचारों को ही प्राथमिकता दें क्योंकि ऐसा करने से वहाँ भी सफल आप ही होंगे।

मीन : आज आप शान्तिपूर्ण तरिके से समय बिता पाएंगे। कोई भी काम करने से पहले उसके सभी पहलुओं पर अच्छी तरह सोच-विचार अवश्य करें। इससे परिस्थितियां पूर्णता आपके पक्ष में हो जाएगी। काफी समय से चल रही किसी काम में रुकावट भी आज दूर होगी।

स्वाद में लाजवाब है 'टमाटर की कचौड़ी'

प्याज, पनीर, आलू, मटर जैसी और भी कई चीज़ों की कचौड़ी तो स्योर आपने बहुत बार खाई होगी लेकिन क्या टमाटर की कचौड़ी का स्वाद चखा है कभी? अगर नहीं तो यहां जानें इसकी रेसिपी और करें ट्राय।

सामग्री :

आटे के लिए- 1 1/2 कप आटा, 1/4 कप सूजी, 1/4 कप बेसन, 3/4 टीस्पून नमक, तेल

मसाले के लिए- 100 ग्राम टमाटर कटे हुए, 1 तेज पत्ता, 2 लौंग, 6 काली मिर्च, 2 टेबलस्पून प्याज, 4 कली लहसुन, 1 छोटा टुकड़ा अदरक, 1/2 टीस्पून नमक

भरावन के लिए- 1/2 कप मटर, 1/4-1/4 कप पत्तागोभी और गाजर बारीक कटी, 2 हरी मिर्च बारीक कटी, 1 टीस्पून लाल मिर्च पाउडर, 1 टीस्पून धनिया पाउडर, 1/4 टीस्पून गरम मसाला, 1 चुटकी टाटरी, 1 चुटकी जीरा, 1 टेबलस्पून बेसन, स्वादानुसार सफेद-काला नमक

विधि :

- कुकर में टमाटर और मसाले की सारी सामग्री डालकर एक सीटी दें। ठंडा होने पर कुकर खोलकर तेज पत्ता निकालें और बाकी मिश्रण पीसकर छान लें।

- आटे की सारी सामग्री मिलाकर छने हुए रस से आटा गूंधे और चिकनाई लगाकर 15-20 मिनट के लिए ढककर रख दें।

- पैन में एक टेबलस्पून तेल गरम करके जीरा तड़काने के बाद लाल मिर्च, धनिया, मटर और दोनों तरह के नमक डालें।

- मटर हल्की नरम होने पर पत्तागोभी, गाजर मिलाएं और दो-तीन मिट बाद हरी मिर्च, गरम मसाला, टाटरी मिलाकर बेसन मिला दें। अब बराबर-बराबर संख्या में आटे और भरावन की लोइयां बनाएं।

- आटे की लोई बेलकर उसमें भरावन की एक लोई रखें और सावधानी से बंद करके हाथ से कचौरी का आकार दें।

- गर्म तेल में मीडियम आंच पर तलें और गर्मागर्म सर्व करें।

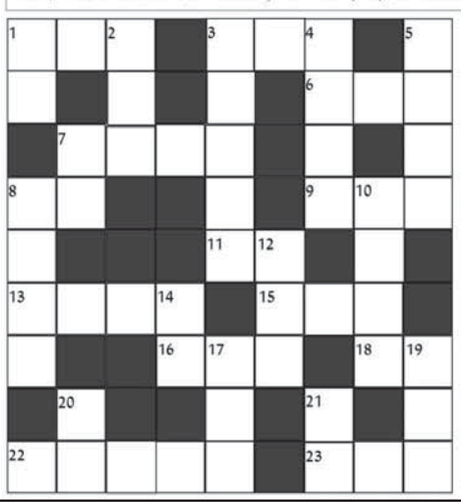
शब्द सामर्थ्य- 158

बाएं से दाएं

1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।

ऊपर से नीचे

1. हृदर, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंतत:, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. घोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. बबार्दी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रीय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 157 का हल

चु	स्त	■	मु	■	सं	स्था	न	■
ग	■	म	र्दा	न	गी	■	त	म
ली	प	ना	■	■	त	न	■	■
■	ना	ना	■	■	■	■	ज	■
मा	ह	■	रा	■	सा	ज	न	■
न	■	स	ह	दे	व	■	म	द
व	■	म	■	व	न	ज	■	ल
ता	क	त	व	र	■	मी	■	द
■	ल	ल	क	■	क	र	त	ल

सू-दोकू- 158

	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.157 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