दैनिक
न्याय साक्षी

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

रायगढ़, बुधवार 22 फरवरी 2023
www.nyaysakshi.com

संपादकीय

उठी आवाजें महत्त्वपूर्ण हैं

वर्तमान भारत सरकार आलोचनाओं की चिंता नहीं करती। लेकिन अब उसकी प्रेस पर छापामारी जैसी कार्रवाइयां व्यापक प्रतिक्रिया उत्पन्न कर रही हैं, तो ऐसे विरोध से वह पूरी तरह अप्रभावित बनी रहेगी, यह मानने की कोई वजह नहीं है।

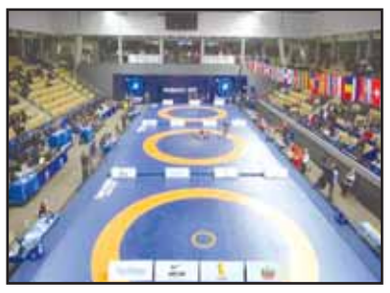
प्रेस फ्रीडम के बारे में जब अगली इंडेक्स रिपोर्ट आएगी, तब भारत सरकार उसे फिर चुनौती देगी, यह अनुमान लगाया जा सकता है। तब कहा जाएगा कि यह भारत की गलत समझ पर आधारित है। यह भी कहा जाएगा कि भारत एक लोकतंत्र है, जहां कानून का राज है। लेकिन किसी को यह छूट नहीं है कि वह भारतीय कानून का उल्लंघन करे। भले पश्चिमी सरकारें भारत में बनी स्थिति को नजरअंदाज किए रहे, लेकिन विश्व जनमत इस तर्क को पहले की तरह ही अस्वीकार करेगा, यह भी तय है। बीबीसी के दिल्ली और मुंबई स्थित दफ्तरों पर आयकर विभाग के कथित सर्वे की खबर ने वैश्विक मीडिया अधिकार और मानव अधिकार संगठनों को झकझोरा है। मसलन, इन प्रतिक्रियाओं पर गौर कीजिए। न्यूयॉर्क स्थित अंतरराष्ट्रीय संस्था कमेटी टू प्रोटेक्ट जर्नलिस्ट्स (सीपीजे) ने भारत सरकार से पत्रकारों को परेशान ना करने का आग्रह किया है। रिपोर्टर्स बिदाउट बॉर्डर्स (आरएसएफ) ने इस कार्यवाही को भारत सरकार की किसी भी आलोचना को चुप कराने का प्रयास बताते हुए छापे की निंदा की है।

एमनेस्टी इंटरनेशनल ने कहा है कि ये छापे अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का घोर अपमान हैं। एमनेस्टी ने ध्यान दिलाया है कि पिछले साल टैक्स अधिकारियों ने कई एनजीओ के दफ्तरों पर छापा मारा था, जिनमें ऑक्सफैम इंडिया सहित कई गैर सरकारी संगठन शामिल थें। एमनेस्टी के भारत स्थित दफ्तर को बंद कराया जा चुका है। वैसे भारत में भी इस कार्रवाई की कम आलोचना नहीं हुआ है। एडिटर्स गिल्ड ऑफ इंडिया ने आयकर विभाग के सर्वे पर चिंता जताई है, तो प्रेस क्लब ऑफ इंडिया, मुंबई पत्रकार संघ आदि जैसे संगठनों ने भी इसके खिलाफ आवाज उठाई है। कांग्रेस सहित कई विपक्षी दलों ने भी इसे सीधे तौर पर आलोचना को दबाने की कार्रवाई बताया है। जाहिर है, वर्तमान भारत सरकार ऐसी टिप्पणियों की चिंता नहीं करती। अभी वह अपनी सत्ता को इतनी सुरक्षित मानती है कि जो लोग उसके समर्थक नहीं है, उनके बीच अपनी छवि की चिंता उसे नहीं होती। लेकिन अब जबकि ऐसी कार्रवाइयां व्यापक प्रतिक्रिया उत्पन्न कर रही हैं, तो ऐसे विरोध से वह पूरी तरह अप्रभावित रहेगी, यह मानने की कोई वजह नहीं है।

डब्ल्यूएफआई ने दूसरी रैंकिंग सीरीज के लिए 27 पहलवानों को दी मंजूरी

नई दिल्ली। भारत के ग्रीको-रोमन पहलवान आशु ने इस महीने की शुरुआत में क्रोएशिया में आयोजित 2023 जाग्रेब ओपन में पुरुषों के 67 किग्रा वर्ग में कांस्य पदक जीता था। अब वह दूसरी रैंकिंग श्रृंखला 'इब्राहिम-मुस्तफा' टूर्नामेंट में भाग लेंगे तो उन्हें अधिक रैंकिंग अंक हासिल करने की उम्मीद होगी। आशु ग्रीको-रोमन पहलवान में भारत की शीर्ष उम्मीद है। उनको युवा मामलों और खेल मंत्रालय (एमवाईएएस) द्वारा गठित ओवरसाइट कमेटी द्वारा आगामी दूसरी रैंकिंग सीरीज 'इब्राहिम-मुस्तफा' टूर्नामेंट में भाग लेने के लिए टीम में शामिल किया गया।

समिति ने इस आयोजन के लिए 27 पहलवानों सहित 43 सदस्यीय भारतीय दल को मंजूरी दे दी है, जो 23 से 26 फरवरी तक मिस्र के अलेक्जेंड्रिया में होगा। सीनियर



एशियाई चैंपियनशिप 2023 और सीनियर विश्व चैंपियनशिप 2023 में बेहतर सीडिंग के लिए रैंकिंग अंक हासिल करना महत्वपूर्ण होगा।

आशु ने कुश्ती रैंकिंग श्रृंखला में भारत का दूसरा पदक जीता है, जिसमें पहला पदक अंडर-23 विश्व चैंपियन अमन सहरावत ने पुरुषों के 57 किग्रा फ्रीस्टाइल वर्ग में जीता है। कांस्य पदक के प्लेऑफ मैच में आशु ने लिथुआनियाई एडोमास ग्रिगलियुनस (5-0) को हराया।

भारतीय टीम में नौ फ्रीस्टाइल पहलवान, आठ महिला पहलवान और 10 ग्रीको-रोमन पहलवान के साथ 16 कोच और सहायक कर्मचारी शामिल हैं।

27 पहलवानों में तीन टारगेट ओलंपिक पोडियम स्कीम (टॉप्स) पहलवान भी शामिल होंगे। आशु (67 किग्रा जीआर), भटेरी (65 किग्रा डब्ल्यूडब्ल्यू) और सुजीत (65 किग्रा एफएस) शामिल हैं।

एशियाई चैंपियनशिप की कांस्य पदक विजेता सुषमा शौकीन को भी शामिल किया गया है, जबकि अन्य ग्रीको रोमन पहलवान मंजीत, अंकित गुलिया और नरिंदर चीमा को भी टीम में जगह मिली है।

भारतीय टीम की भागीदारी के बारे में बात करते हुए ओलंपिक पदक विजेता और ओवरसाइट कमेटी की चेयरपर्सन एमसी मैरी कॉम ने कहा, हम यह सुनिश्चित करना चाहते हैं कि खेल और एथलीटों को नुकसान न हो और अधिक से अधिक पहलवानों को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान मिले। साथ ही दुनिया में सर्वश्रेष्ठ के खिलाफ प्रतिस्पर्धा करने का अवसर प्राप्त हो।

अब तक नौ मौजूदा और पूर्व विश्व चैम्पियनशिप स्वर्ण पदक विजेताओं ने दूसरी रैंकिंग श्रृंखला के लिए रजिस्ट्रेशन कराया है।

महिलाओं और फ्रीस्टाइल कुश्ती में ओलंपिक और राष्ट्रमंडल खेलों की पदक विजेता साक्षी मलिक, विनेश फोगाट, रवि दहिया, दीपक पुनिया और बजरंग पुनिया जैसे कुछ शीर्ष नामों को इस आयोजन में शामिल नहीं किया गया है।

गूगल मीट यूजर्स को मोबाइल पर मिलेगा नया 360-डिग्री वीडियो बैकग्राउंड

सैन फ्रांसिस्को। गूगल ने आईओएस और एंड्रॉइड दोनों के लिए मोबाइल पर मीट यूजर्स के लिए कई नए 360-डिग्री वीडियो बैकग्राउंड लॉन्च किए हैं। गूगल ने वर्कस्पेस अपडेट्स ब्लॉगपोस्ट में कहा, मोबाइल पर मिलने वाले उपयोगकर्ता कई नए 360-डिग्री वीडियो पृष्ठभूमि का उपयोग कर सकते हैं। ये पृष्ठभूमि, जिसमें एक समुद्र तट और एक मंदिर शामिल है। एक गतिशील अनुभव बनाने के लिए आपके डिवाइस के जाइरोस्कोप का उपयोग करता है।

आगे बताया गया कि, सभी कार्यक्षेत्र उपयोगकर्ताओं और व्यक्तिगत गूगल खातों वाले उपयोगकर्ताओं के लिए एंड्रायड और आईओएस उपकरणों पर उपलब्ध है।

इसके अलावा, तकनीकी जायंट ने एक और अपडेट भी लॉन्च किया, जिसमें डेवलपर्स अब चैट संदेश स्ट्रीम में पोस्ट किए गए चैट ऐप कार्ड में चेकबॉक्स, रेडियो बटन और ड्रॉपडाउन जैसे इंटरैक्टिव विजेट शामिल कर सकते हैं।

इसके साथ, उपयोगकर्ता चैट ऐप्स से भेजी गई जानकारी को त्वरित रूप से संशोधित करने में सक्षम होंगे, जैसे टास्क कार्ड पर असाइनी को बदलना या टास्क कार्ड पर नियत तारीख को बदलना और कार्ड पर विकल्पों का चयन रद्द करना।

नई सुविधा मीटिंग प्रतिभागियों के लिए मीटिंग रिकॉर्डिंग को अधिक उपयोगी और सुलभ बनाने में मदद करेगी।

निदेशक अजय सिंघल ने किया बैंक ऑफ बड़ौदा के चंडीगढ़ अंचल का दौरा

चंडीगढ़। अजय सिंघल, निदेशक, बैंक ऑफ़ बड़ौदा ने सोमवार को बैंक के चंडीगढ़ अंचल का दौरा किया। दौरे के दौरान उन्होंने अंचल के स्टाफ सदस्यों से मुलाकात की। उन्होंने अंचल को बैंक के विजन और अपेक्षाओं से अवगत कराया। अजय सिंघल, निदेशक, बैंक ऑफ़ बड़ौदा ने अंचल व क्षेत्रों के स्टाफ सदस्यों को उत्कृष्ट कार्यनिष्पादन करने के लिए प्रोत्साहित एवं प्रेरित किया। उन्होंने श्रेष्ठ ग्राहकों सेवा प्रदान करने पर जोर दिया तथा अंचल की ग्राहक सेवा की प्रशंसा की। अजय सिंघल, निदेशक, बैंक ऑफ़ बड़ौदा, विमल कुमार नेगी, महाप्रबंधक एवं अंचल प्रमुख, घनश्याम सिंह, उप महाप्रबंधक, राजेय भास्कर, उप महाप्रबंधक द्वारा श्रेष्ठ कार्यनिष्पादन करने वाले स्टाफ सदस्यों को सम्मानित किया गया।

इस अवसर पर उन्होंने बैंक के दिसंबर'22 तिमाही के परिणामों के लिए सभी को बधाई दी तथा इसका श्रेय स्टाफ सदस्यों और ग्राहकों को दिया।

भारत के खिलाफ हार के बाद पैट कमिंस ने जताई निराशा

❑ **बोले : बल्लेबाजों ने खराब बल्लेबाजी की**

नई दिल्ली। अरुण जेटली स्टेडियम में खेले गए दूसरे टेस्ट में ऑस्ट्रेलिया की बल्लेबाजी खराब रही। सुबह स्टेडियम के रास्ते में कई प्रशंसक उम्मीद कर रहे थे कि दूसरे दिन के अंतिम सत्र में 12 ओवर में ऑस्ट्रेलिया ने जिस आक्रामक इरादे को दिखाया था, उसे आगे भी जारी रखेगा। लेकिन किसी को अंदाजा नहीं था कि ऑस्ट्रेलिया ताश के पत्तों की तरह बिखर जाएगा, रवींद्र जडेजा और रविचंद्रन अश्विन की शानदार गेंदबाजी के कारण, अत्यधिक स्वीप शॉट की वजह से 61/1 से ऑस्ट्रेलिया सुबह के सत्र में नौ विकेट खोकर अपनी दूसरी पारी में सिर्फ 113 रन बनाए।

इसके बाद, भारत ने 115 रनों का पीछा करते हुए छह विकेट शेष रहते हुए श्रृंखला में 2-0 की बढ़त बना ली। सीरीज में यह दूसरी बार है, जब ऑस्ट्रेलिया को बल्लेबाजी में झटका का सामना करना पड़ा। ऑस्ट्रेलिया के कप्तान पैट कमिंस ने स्वीकार किया कि टीम में कुछ बल्लेबाज ने खराब शॉट खेलकर आउट हुए, जिसने अब भारत में टेस्ट सीरीज जीतने की उनकी संभावनाओं को खत्म कर दिया है।

उन्होंने कहा, यह कारकों का एक संयोजन था। मुझे लगता कि उन्होंने वास्तव में अच्छी गेंदबाजी की, उनके खेल के शीर्ष पर उनके सर्वश्रेष्ठ स्पिनर के खिलाफ खेलना आसान नहीं था। लेकिन शायद कुछ खिलाड़ी अच्छी बल्लेबाजी नहीं कर सके। उन्होंने मैच के बाद प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा, प्रत्येक बल्लेबाज के पास इसके बारे में जाने का अपना तरीका होता है। मुझे नहीं लगता कि कोई एक आकार सभी नियमों के अनुकूल है। दुर्भाग्य से, हम में से कुछ क्रॉस-बैटेड शॉट्स के साथ आउट हो गए जो शायद हमारा पसंदीदा तरीका नहीं हो सकता है। अगर नागपुर में बचाव करने की कोशिश करते हुए ऑस्ट्रेलिया सिमट गया था, तो उन्होंने अति-आक्रामक होने पर नई दिल्ली में आत्मसमर्पण कर दिया। यदि पहली पारी में उस्मान ख्वाजा के 81 रनों में स्वीप एक स्टैंडआउट था, तो कम उछाल वाली पिच पर जोखिम भरा शॉट उनके आउट होने का कारण बना। इसके साथ ही स्टीव स्मिथ सहित छह बल्लेबाज स्वीप या रिवर्स स्वीप करने के साथ ही आउट हुए।

एलन बॉर्डर ने दूसरे टेस्ट में ऑस्ट्रेलिया की खराब बल्लेबाजी की आलोचना की

नई दिल्ली। महान ऑस्ट्रेलियाई कप्तान एलन बॉर्डर ने बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी के दूसरे टेस्ट में ऑस्ट्रेलिया की खराब बल्लेबाजी की आलोचना की। साथ ही कहा कि वह इस परिणाम से हैरान हैं। टेस्ट क्रिकेट की एक पारी (7/42) में रवींद्र जडेजा के सर्वश्रेष्ठ गेंदबाजी आंकड़ों और रविचंद्रन अश्विन की स्पिन मास्टरक्लास की मदद से भारत ने ऑस्ट्रेलिया को तीन दिनों के भीतर दूसरे टेस्ट में छह विकेट से हराकर चार मैचों की सीरीज में 2-0 की बढ़त बना ली।

बॉर्डर ने फॉक्स क्रिकेट को बताया, मैं निराश हूं, मैं हैरान हूं, जिस तरह से उन्होंने बल्लेबाजी की है। उससे मैं नाराज हूं। ऑस्ट्रेलिया दूसरे टेस्ट में काफी बेहतर था, पहली पारी में प्रतिस्पर्धी स्कोर बनाकर दूसरे दिन भारत को 139/7 होने से पहले। लेकिन अक्षर पटेल के 74 रन ने मैच का पासा बदल दिया, जिससे मेहमान को पहली पारी में सिर्फ एक रन की बढ़त मिली।

तीसरे दिन, ऑस्ट्रेलिया 1/65 से 113 पर ऑल आउट हो गया, स्टीव स्मिथ, मैथ्यू रेनशॉ और कप्तान पैट कमिंस के रूप में भारतीय स्पिनरों को स्वीप करने का प्रयास करना भारी पड़ा।

उन्होंने कहा, यह खराब बल्लेबाजी थी। किसी ने अच्छी बल्लेबाजी करने की कोशिश नहीं की। वे हर गेंद पर स्वीप शॉट, रिवर्स स्वीप खेलते हुए बस आउट हो रहे थे।

19 साल में पहली बार भारत में बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी हासिल करने की ऑस्ट्रेलिया की उम्मीदों को लगातार दूसरी टेस्ट हार के बाद बड़ा झटका लगा।

भारत ने चार मैचों की श्रृंखला में 2-0 की बढ़त बनाकर अरुण जेटली स्टेडियम में छह विकेट से जीत के साथ चौथी बार बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी को बरकरार रखा।

सीरीज का तीसरा टेस्ट एक से पांच मार्च के बीच इंदौर के होल्कर स्टेडियम में होगा।

अंडर-21 महिला हॉकी लीग

पहले दिन साई, प्रीतम सिवाच की टीमों ने दर्ज की जीत

नई दिल्ली। भारतीय खेल प्राधिकरण और प्रीतम सिवाच अकादमी की टीमों ने मेजर ध्यानचंद नेशनल स्टेडियम में दूसरे खेलो इंडिया अंडर 21 महिला हॉकी लीग के पहले दिन अपने-अपने मैच जीते। पहले दिन खेले गए दो मैचों में भारतीय खेल प्राधिकरण (साई) की टीम ने सैल्यूट हॉकी अकादमी को 13-0 से और प्रीतम सिवाच हॉकी अकादमी ने हिम हॉकी अकादमी को 11-0 से हराया।

इससे पहले, टूर्नामेंट में रविवार को हरबिंदर सिंह, अर्जुन अवार्डी और 1964 ओलंपिक (ट्रिपल ओलंपियन) के स्वर्ण पदक विजेता और अर्जुन अवार्डी और डबल ओलंपियन देवेश चौहान द्वारा ट्रॉफी के अनावरण के साथ किया गया था।

हरबिंदर सिंह ने तीन ओलंपिक में भारत का प्रतिनिधित्व किया है और हॉकी इंडिया की राष्ट्रीय चयन समिति के सदस्य भी हैं। दूसरे खेलो इंडिया महिला हॉकी लीग के उद्घाटन के अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे।

उन्होंने कहा कि भारत सरकार द्वारा महिला हॉकी लीग का आयोजन बहुत ही सराहनीय प्रयास है। उन्होंने कहा, इन खेलो इंडिया लीग से आने वाले समय में देश को ऐसे होनहार खिलाड़ी मिलेंगे जो भारत के लिए खेलेंगे और ओलंपिक में पदक भी जीतेंगे।

साई ने कहा, मैं खेलो इंडिया और भारतीय खेल प्राधिकरण (साई) को इस साल और पिछले साल अंडर-21 और अंडर-16 श्रेणियों में आयोजित पिछले दो महिला खेलो इंडिया लीग के सफलतापूर्वक आयोजन के लिए बधाई देता हूं। मैं सभी भाग लेने वाली टीमों और खिलाड़ियों को शुभकामनाएं देता हूं।

प्रियंका चोपड़ा की लव अगेन भारत में भी होगी रिलीज

प्रियंका चोपड़ा ने ना सिर्फ बॉलीवुड, बल्कि हॉलीवुड में भी अपनी सफलता का परचम लहराया है। जल्द ही वह कई बड़ी फिल्मों में अपनी मौजूदगी दर्ज कराएंगी। हॉलीवुड फिल्म लव अगेन उन्हीं में शुमार है। यह वही फिल्म है, जिसका नाम पहले टेक्स्ट फॉर यू रखा गया था। हाल ही में उनकी इस फिल्म का ट्रेलर रिलीज हुआ और अब खबर है कि यह फिल्म भारत में भी रिलीज होगी।

फिल्म समीक्षक तरण आदर्श ने ट्विटर पर लव अगेन का पोस्टर साझा कर यह ऐलान किया। उन्होंने लिखा, प्रियंका की अगली हॉलीवुड फिल्म लव अगेन भारत में रिलीज होने वाली है। यह इस साल 12 मई को सिनेमाघरों में दस्तक देगी। पोस्टर में प्रियंका के साथ फिल्म के हीरो सैम ह्यूगन दिख रहे हैं। फिल्म में कनाडाई गायिका सेलिन डियोन के अलावा प्रियंका के पति निक जोनस भी हैं।

इस रोमांटिक ड्रामा फिल्म के ट्रेलर की शुरुआत सैम के किरदार रॉब से होती है, जो ब्रेकअप के गम से निकलने के लिए एक महिला की मदद लेता है, वहीं प्रियंका उर्फ मीरा भी अपने बॉयफ्रेंड के निधन के बाद जिंदगी में आगे बढ़ने के लिए संघर्ष कर रही है। वह लगातार रॉब उर्फ सैम को यह सोचकर मैसेज करती है कि वो उसका पुराना नंबर है। रॉब, मीरा की ईमानदारी से प्रभावित होकर उसके प्यार में पड़ जाता है।

प्रियंका ने बीते दिन इंस्टाग्राम पर बताया कि लव अगेन का ट्रेलर आने वाला है, तभी से जिम स्ट्रॉस के निर्देशन में बनी उनकी इस फिल्म को लेकर प्रशंसक उतावले हो गए थे।

इन कार के पोस्टर में बंदूक की नोक पर ऋतिका सिंह

आगामी थ्रिलर फिल्म इन कार के निमार्ताओं ने गुरुवार को फिल्म के पहले पोस्टर का अनावरण किया। फिल्म, जिसमें राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता अभिनेत्री ऋ तिका सिंह हैं, सच्ची घटनाओं पर आधारित है और यह एक कॉलेज गर्ल की जीवन यात्रा को दिखाती है कि कैसे और किन परिस्थितियों में वो जिंदा रहने के लिए संघर्ष करती है।

दिलचस्प पोस्टर में ऋतिका सिंह, मनीष झांझोलिया, संदीप गोयत, सुनील सोनी और ज्ञान प्रकाश

हैं। ऋतिका को एक कार के अंदर बैठे दिखाया गया है जिसमें उसके चेहरे पर चोट के निशान हैं। उसे बंदूक की नोक पर पकड़ कर रखा गया है। 2013 में अपने अभिनय करियर की शुरूआत करने वाली ऋ तिका को निर्देशक सुधा कोंगारा प्रसाद ने सुपर फाइट लीग के एक विज्ञापन में देखा था।

आज का राशिफल

मेष : आज भी परिस्थिति आपके अनुकूल रहने से मन चाहा कार्य निर्विघ्न पूर्ण कर सकेंगे। कार्य क्षेत्र पर उधार के व्यवहार के कारण थोड़ी तना-तनी रह सकती है परंतु फिर भी धन लाभ के अवसर मिलते रहेंगे।

वृष : आज के दिन संकट के बादल छटने से मानसिक रूप से शांति अनुभव करेंगे। घर में कुछ परिवर्तन अथवा तोड़ फोड़ करवा सकते है। अधिकारी वर्ग के साथ भी महत्त्वपूर्ण विषयो पर चर्चा होगी।

मिथुन : आज दिन आपकी आशाओ के विपरीत फल देगा। प्रात: काल से ही शरीर में अकडन सुस्ती रहने से कार्यो के प्रति गंभीरता नहीं रखेंगे। मध्याह्न के समय सुधार आने पर भी आलस्य नही जाएगा। कार्य क्षेत्र पर बनी बनायी योजनाएं धन अथवा अन्य कारणों से रुकी रहेंगी।

कर्क : आज के दिन आपको पहले की अपेक्षा थोड़ी राहत मिलेगी। सेहत उत्तम रहने से कार्यो को गम्भीर होकर कर सकेंगे। आज आपका आचरण विरोधियो पर अपने आप ही अंकुश लगा देगा। पारिवारिक स्थिति भी पहले से बेहतर बनेगी।

सिंह : आज का दिन मिला जुला रहने से पल में हानि अगले ही पल लाभ वाली स्थिति रहेगी। बीच में कभी-कभी कई विकल्प मिलने से असमंजस की स्थिति भी बन सकती है परंतु थोड़े बौद्धिक परिश्रम से इनपर विजय पा लेंगे।

कन्या : आज का दिन बीते कल की अपेक्षा एकदम विपरीत रहेगा। आज आर्थिक विषय सर्वोपरि रहेंगे स्वभाव में भी स्वार्थ अधिक रहेगा इसके कारण घर एवं कार्य क्षेत्र पर तीखी बहस हो सकती है।

तुला : आपका आज का दिन भी प्रतिकूल रहने वाला है। सामाजिक अथवा पारिवारिक मामलो में आपकी गलत छवि बनेगी। आज आप अपने आपको बेबस अनुभव करंगे। ना चाहते हुए भी क्रोध आएगा जिससे आस पास के वातावरण में तनाव उत्पन्न होगा।

वृश्चिक : कल की अपेक्षा आज का दिन अच्छा बीतेगा। दिन के पहले भाग में थोड़ी परेशानियों के बाद स्थिति सामान्य बनने लगेगी। परन्तु आर्थिक दृष्टिकोण से आज मायूस होना पड़ सकता है।

धनु : आज का दिन मिला जुला रहेगा। थोड़ी बहुत पेट सम्बंधित समस्याओं एवं खासी जुकाम को छोड़ सेहत भी लगभग सामान्य ही रहेगी। परन्तु कार्य क्षेत्र पर उतार चढ़ाव रहने से धन संबंधीत कार्य आज अधूरे रह सकते है।

मकर : आज के दिन लाभ की स्थिति आपके हाथ से निकलती नजर आएगी। थोड़ी लापरवाही एवं थोड़ा गलत मार्गदर्शन मिलने से सहज बनने वाले भी कार्य बिगाड़ लेंगे। धन संपत्ति को लेकर परिवार में आंतरिक कलह रहेगी।

कुंभ : आपका आज का दिन थोड़ा परेशानी वाला रह सकता है। सोची हुई योजनाओं में विलम्ब अथवा असफलता मिलने से निराशा रहेगी। नौकरी पेशा जातक भी कार्यो में लापरवाही के कारण अधिकारियो के कोप भाजन बनेंगे।

मीन : आज का दिन लगभग हर क्षेत्र पर सम्मान एवं सफलता दिलाएगा परन्तु स्वास्थ्य में नरमी एवं आलस्य की वृति इसमें व्यवधान भी डाल सकती है। सामाजिक कार्यो में पूर्व में किये गए कार्यो से सम्मान मिलेगा।

शाम के नाश्ते में बनाएं क्रिस्पी बेबी कॉर्न के पकौड़े

शाम के समय अगर आपको अक्सर हल्की भूख सताने लगती है, तो आप ईवनिंग स्कैन्स में बेबी कॉर्न के पकौड़ तैयार कर सकते हैं। इसे बनाना बेहद आसान है और यह खाने में भी काफी टेस्टी होते हैं।

सामग्री :

250 ग्राम बेबी कॉर्न
एक चम्मच तेल
तीन चम्मच मैदा
तीनटा चम्मच नमक
एक चम्मच लाल मिर्च पाउडर
एक चम्मच हल्दी पाउडर
एक चम्मच धनिया पाउडर
एक चम्मच अदरक-लहसुन का पेस्ट
एक चम्मच जीरा पाउडर
एक चम्मच तेल
स्वादानुसार नमक

विधि :

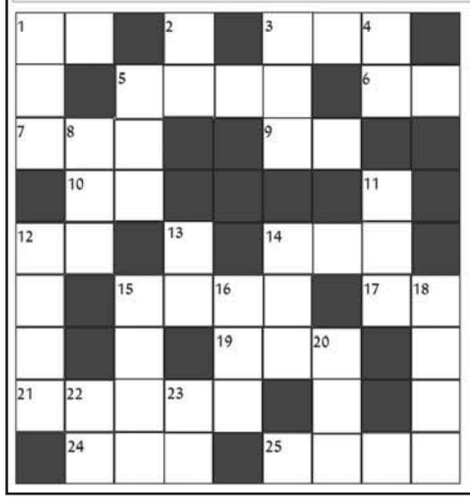
सबसे पहले एक पैन में पानी में थोड़ा नमक मिलाकर अच्छे से उबालें और फिर इसमें बेबी कॉर्न डालकर कुछ देर पकाएं।

अब एक बर्तन में मैदा, बेसन, नमक, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर और धनिया पाउडर डालें। इसके बाद इसमें पानी मिलाकर एक गाढ़ा पेस्ट बना करें और फिर इसे 15 मिनट के लिए फ्रिज में रख दें। दूसरे बर्तन में अदरक-लहसुन का पेस्ट, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर, जीरा पाउडर, धनिया पाउडर, नमक और थोड़ा-सा तेल मिलाएं। अब इस पेस्ट में बेबी कॉर्न डालकर अच्छे से मिलाएं और फिर इसे 10-15 मिनट के लिए रख दें। अब इस कॉर्न के तैयार पेस्ट को बेसन और मैदे वाले पेस्ट में अच्छे से मिला दें। इसके बाद कढ़ाई में तेल गर्म करें और कढ़ाही में तेल डालकर गर्म करें और बेबी कॉर्न डालकर सुनहरा होने तक फ्राइ करें। अंत में इसे टिशू पेपर पर निकाल लें और ऊपर से चाट मसाला डालकर गर्मागर्म सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 349

बाएं से दाएं
1. खूब कसा हुआ, फूर्तिला, जो शिथिल व आलसी न हो 3. सार्वजनिक स्थान, संस्था, अस्तित्व, समिति 4. पौरुष, पुरुषत्व, मर्द होने का भाव 6. अंधेरा, अंधकार 7. लिपाई करना 9. शरीर, काया, जिस्म 10. मां के पिता, विभिन्न 12. महीना, मास 14. प्रियतम, बलमा, सजना 15. पांडवों का सबसे छोटा भाई 17. नशा, घमंड, खाता 19. वनोपज, वन से प्राप्त सामाग्री 21. शक्तिशाली, बलवान 24. तीव्र इच्छा 25. हथेली।

ऊपर से नीचे
1. निंदा, बुराई 2. निर्जीव, निष्प्राण 3. ध्वनियों या स्वरों का विशिष्ट लय में प्रस्फुटन, धुन, म्युजिक 4. झुका हुआ, विनीत 5. रूठे हुए को प्रसन्न करना, राजी करना 8. आश्रय, शरण 11. जन्म, जिंदगी 12. इंसानियत, मनुष्यता 13. रास्ता, मार्ग 14. एक हिंदी महीना, श्रावण 15. सपाट, जो उबड़-खाबड़ न हो 16. पति का छोटा भाई 18. गहरा कीचड़, पंक 20. आत्मा, अंत:करण (उ.) 22. बीता हुआ या आने वाला दिन 23. बगुला।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 348 का हल

गु	मा	न			प	यो	द	
न		ह	क	दा	र		ल	य
ह	वा	ला	त		च		द	म
गा			रा	ज	म	ह	ल	
र	ई	स		ग		स		अ
	मा		प	त	वा	र		ल
ख	न	क	ना		ह	त		बे
स	दा		ह		वा		शो	ला
रा	र				ही	र	क	

सू-दोकू- 349

	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.348 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