संपादकीय

संभल नहीं रहा संकट

एक बात साफ है कि जिस तरीके से पश्चिम के नीति निर्माता बैंकिंग संकट को संभालने की कोशिश कर रहे हैं, वह काम नहीं कर रहा है। बल्कि उस तरीके ने विश्वास के संकट को और बढ़ा दिया है।

अमेरिका में सिलिकॉन वैली बैंक (एसवीबी) के फेल होने से शुरू हुआ बैंकिंग संकट का दायरा फैलता ही जा रहा है। अब तक एक बात साफ हो चुकी है कि जिस तरीके से पश्चिम के नीति निर्माता इस संकट को संभालने की कोशिश कर रहे हैं, वह काम नहीं कर रहा है। बल्कि उस तरीके ने विश्वास के संकट को और बढ़ा दिया है। अमेरिका में सेंट्रल बैंक फेडरल रिजर्व ने संकटग्रस्त बैंकों को वित्त मुहैया कराई, लेकिन यह कहते हुए कि यह बेलआउट नहीं है। इसी तरह स्विट्जरलैंड में क्रेडिट सुइस बैंक का यूएसबी बैंक ने अधिग्रहण यूएसबी बैंक ने किया, जिसके लिए धन वहां के सेंट्रल बैंक ने उपलब्ध कराया। लेकिन फिर यही कहा गया कि यह बेलआउट नहीं है। लेकिन शेयरहोल्डरों से लेकर जमाकर्ताओं तक को इस बहानेबाजी से बहलाया नहीं जा सका। नतीजा यह हुआ कि सोमवार को बाजारों में बैंकिंग शेयरों में भारी गिरावट आई। उससे बैंकों का अपना मूल्य और घट गया है। अमेरिका में पहले ही बैंक अपने मूल्य का एक चौथाई हिस्सा गंवा चुके हैं।

इस तरह यह संकट अधिक गंभीर हो गया है। यह गौरतलब है कि स्विट्जरलैंड में रविवार को आम तौर पर कोई प्रेस कॉन्फ्रेंस नहीं होती है, लेकिन इस बार ऐसा हुआ। इसलिए कि यह कोई सामान्य वक्त नहीं है। रविवार को बर्न में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस कर स्विस नेशनल बैक ने एलान किया कि क्रेडिट सुइस को यूबीएस खरीदेगा। डील 3 अरब स्विस फ्रैंक (3.23 अरब डॉलर) में होगी। स्विट्जरलैंड के राष्ट्रपति एलना बेरसेट ने कहा कि यह सौदा वित्तीय केंद्र के तौर पर स्विट्जरलैंड में भरोसा बरकरार रखने का "सबसे अच्छा उपाय" है। लेकिन सोमवार को यह जाहिर हुआ कि शुरुआती तौर पर उनकी यह उम्मीद पूरी नहीं हुई है। क्रेडिट सुइस 5.4 अरब डॉल के घाटे में था। यूबीएस की ओर से कहा गया कि यूबीएस क्रेडिट सुइस के जोखिम को संभाल लेगा। जबकि इस सौदे के एलान से पहले क्रेडिट सुइस और यूबीएस प्रतिद्वंद्वी बैंक थे। उनका मेल निवेशकों को पसंद नहीं आया, यह शेयर बाजार की प्रतिक्रिया से साफ है। देखने की बात होगी कि अब नीति निर्माता क्या रास्ता अपनाते हैं।

कॉमनवेल्थ गेम्स 2022 चैम्पियन नीतू, निकहत, लवलीना और स्वीटी फाइनल में

नई दिल्ली। कॉमनवेल्थ गेम्स 2022 चैम्पियन नीतू घनघस, मौजूदा विश्व चैम्पियन निकहत जऱीन, टोक्यो ओलम्पिक की कांस्य पदक विजेता लवलीना बोरगोहेन और तीन बार की एशियाई पदक विजेता स्वीटी बूरा महिंद्रा आईबीए विमेंस वर्ल्ड बॉक्सिंग चैम्पियनशिप के फाइनल में भारत की चुनौती पेश करेंगी। भारत और चीन की मुक्केबाज अपने शानदार अभियान के दम पर स्वर्ण पदक के प्रबल दावेदार होंगी। इन दोनों देशों की चार-चार मुक्केबाजों की निगाहें शनिवार और रविवार को यहां इंदिरा गांधी खेल परिसर में खेली जाने वाली फाइनल बाउट जीतकर गोल्ड मेडल पर टिकी होंगी।

दूसरी ओर, चीन की चार मुक्केबाज वू यू (52 किग्रा), यांग चेंगयु (63 किग्रा), यांग लियू (66 किग्रा) और वांग लीना (81 किग्रा) फाइनल में पहुंची हैं, जिनका लक्ष्य स्वर्ण पदक जीतने का होगा।

भारत के स्वर्ण पदक के अभियान की शुरुआत दो बार की यूथ वर्ल्ड चैम्पियन नीतू (48 किग्रा) के मुकाबले से होगी, जो शनिवार को फाइनल बाउट में दो बार की एशियाई चैम्पियनशिप में कांस्य पदक विजेता मंगोलिया की लुत्सेखान अल्तांसेटसेग से भिड़ेंगी। 22 वर्षीया नीतू अपनी दूसरी वर्ल्ड चैम्पियनशिप में प्रतिस्पर्धा कर रही हैं। उनका अब तक का अभियान शानदार रहा है। इस दौरान उन्होंने रेफरी स्टॉप कॉन्टेस्ट (आरएससी) फैसलों के जरिये तीन बाउट जीती है और फाइनल में भी वह इसी लय को बरकरार रखने की कोशिश करेंगी।

नीतू ने कहा, पिछली बार (वर्ल्ड चैम्पियनशिप चर्टर फाइनल में) हारने के बाद से कजाखस्तान के खिलाफ जीतना मेरे लिए सबसे अधिक दबाव वाला था और जीतने के बाद मैं खुद में आत्मविश्वास महसूस कर रही हूं। मैं अपने खेल में बहुत सुधार देख सकती हूं क्योंकि पहले मैं सिर्फ एक ही तरह का खेल खेलती थी लेकिन अब मुझे पता है कि अपने अलग-अलग प्रतिद्वंद्वियों के खिलाफ अपनी तकनीक को कैसे बदलनी है, और मुझे यकीन है कि मैं इसी तरह का प्रदर्शन आगे भी जारी रखूंगी। मैंने फाइनल के लिए अपने प्रतिद्वंद्वी के मुकाबले नहीं देखे हैं, लेकिन मैं उसके मुकाबले देखूंगी और उसी के अनुसार तैयारी करूंगी। जहां तक आक्रामकता का सवाल है तो वो मुकाबले पर निर्भर करेगा।

निकहत (50 किग्रा) अपने खिताब का बचाव करके लगातार वर्ल्ड चैम्पियनशिप में स्वर्ण पदक जीतने के लिए प्रतिबद्ध हैं। वह रविवार को फाइनल में दो बार की एशियाई चैम्पियन और 2018 एशियाई खेलों में कांस्य पदक विजेता वियतनाम की गुयेन थी टैम से भिड़ेंगी। तेलंगाना की स्टार मुक्केबाज इस बार लाइट फ्लाईवेट कैटेगरी में उतरी हैं, लेकिन इसके बावजूद वह अब तक अपनी सभी प्रतिद्वंद्वियों पर हावी रही हैं, जिसमें अल्जीरिया की अफ्रीकी चैम्पियन रौमेसा बौआलम, दो बार की वर्ल्ड ब्रॉन्ज मेडलिस्ट थाईलैंड की चुथमत रक्सत और रियो ओलम्पिक की कांस्य पदक विजेता कोलंबिया का इंग्रिट वालेंसिया शामिल हैं।

ऊषा, मुंबई इंडियंस की साझेदारी दसवें वर्ष में पहुंची

नई दिल्ली। भारत के प्रमुख कंज्यूमर ड्यूरेबल्स ब्राण्ड ऊषा इंटरनेशनल ने पांच बार की आईपीएल चैंपियन मुंबई इंडियंस के साथ लगातार 10वें वर्ष के लिये अपनी आधिकारिक साझेदारी जारी रखने की घोषणा की है।

इस साझेदारी पर ऊषा इंटरनेशनल में स्पोर्ट्स इनीशिएटिव्स एण्ड एसोसिएशंस की प्रमुख कोमल मेहरा ने कहा, मुंबई इंडियंस के साथ एक दशक की साझेदारी हम दोनों ब्राण्ड्स के बीच परस्पर आदर और जुड़ाव दिखाने वाली उपलब्धि है। यह रणनीतिक साझेदारियों द्वारा खेलों को बढ़ावा देने और एक खेल परितंत्र विकसित करने के लिये हमारे समर्पण को दोहराती है। मुंबई इंडियंस फ्रेंचाइजी सच्ची खेल भावना का प्रदर्शन करती है और इसके खिलाड़ी युवाओं के लिये आदर्श हैं और उन्हें सक्रिय तथा स्वस्थ जीवन जीने के लिये प्रेरित करते हैं। हम सभी खिलाडिय़ों को शुभकामनाएं देते हैं और हमें इस सीजन में बड़े ही रोमांचक मैचों की उम्मीद है!''

मुंबई इंडियंस के प्रवक्ता ने कहा, हमें ऊषा इंटरनेशनल के साथ लंबे समय की अपनी साझेदारी को जारी रखने की खुशी है। इस मजबूत और महत्वपूर्ण रिश्ते ने हमारी यात्रा में उन्हें हमारा अटूट भागीदार बनाया है। मुंबई इंडियंस को ऐसा प्लेटफॉर्म बनने की प्रसन्नता है, जो कि उपलब्ध कई अवसरों का फायदा उठाने और उन्हें बढ़ाने में अपने भागीदारों की सहायता करता है और प्रशंसकों की एक बड़ी संख्या तक पहुँचने में उनकी मदद करता है।

बहुप्रतीक्षित आईपीएल की शुरुआत 31 मार्च को चेन्नई सुपर किंग्स और गुजरात टाइटंस के बीच मुकाबले से होगी। मुंबई इंडियंस का पहला मैच दो अप्रैल को रॉयल चैलेंजर्स बैंगलोर से होगा।

आरबीआई के केंद्रीय बोर्ड की बैठक संपन्न

मुंबई। रिजर्व बैंक (आरबीआई) के केंद्रीय निदेशक मंडल की 601वीं बैठक आज हैदराबाद में गवर्नर शक्तिकांत दास की अध्यक्षता में संपन्न हुई। बोर्ड ने अपनी बैठक में वैश्विक और घरेलू आर्थिक स्थिति और वर्तमान वैश्विक भू-राजनीतिक विकास के प्रभाव सहित संबंधित चुनौतियों की समीक्षा की। इसके अलावा, बोर्ड ने चालू लेखा वर्ष 2022-23 के दौरान रिजर्व बैंक की गतिविधियों पर चर्चा की। बोर्ड ने लेखा वर्ष 2023-24 के बजट को भी मंजूरी दी।

उप गवर्नर महेश कुमार जैन, डॉ. माइकल देवव्रत पात्र, एम. राजेश्वर राव, टी. रबी शंकर और केंद्रीय बोर्ड के अन्य निदेशक सतीश के. मराठे, प्रो. सचिन चतुर्वेदी, पंकज रमनभाई पटेल और डॉ. रवींद्र एच. ढोलकिया ने बैठक में भाग लिया। बैठक में आर्थिक मामलों के विभाग के सचिव अजय सेठ और वित्तीय सेवा विभाग के सचिव डॉ. विवेक जोशी भी शामिल हुए।

विश्व कप की मेज़बान के लिये हॉकी इंडिया को मिला सर्वश्रेष्ठ आयोजक का पुरस्कार

नई दिल्ली। हॉकी इंडिया को एफआईएच ओडिशा हॉकी पुरुष विश्व कप 2023 भुवनेश्वर-राउरकेला की शानदार मेजबानी के लिये एशियाई हॉकी महासंघ (एएचएफ) द्वारा सर्वश्रेष्ठ आयोजक पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

यह पुरस्कार हॉकी इंडिया के महासचिव भोला नाथ सिंह ने कोरिया के मुंगयोंग में आयोजित एएचएफ सम्मेलन के दौरान स्वीकार किया।

सिंह ने पुरस्कार लेने के बाद कहा, यह हमारे लिये बहुत गर्व का क्षण है। एफआईएच ओडिशा हॉकी पुरुष विश्व कप 2023 की सफलता भुवनेश्वर-राउरकेला इस बात का प्रमाण है कि जब हम जुनून और सटीकता के साथ काम करते हैं तो क्या हासिल किया जा सकता है। यह पुरस्कार हॉकी इंडिया के कर्मचारियों की कड़ी मेहनत का प्रमाण है जिन्होंने टूर्नामेंट की सफलता के लिये चौबीसों घंटे काम किया। मैं इस प्रयास की सराहना के लिये एएचएफ का आभार व्यक्त करता हूं।

हॉकी इंडिया के अध्यक्ष पद्म श्री डॉ दिलीप टिर्की ने कहा, हम एशियाई हॉकी महासंघ द्वारा इस अविश्वसनीय मान्यता के लिये बहुत विनम्र और आभारी हैं। घर पर एक विश्व कप हमेशा विशेष होता है। हॉकी इंडिया की सर्वोच्च प्राथमिकता यह थी कि इसे सबके लिये एक यादगार अनुभव बनाया जाये, चाहे वह भाग लेने वाली टीमें हों, अधिकारी हों या दर्शक।

डॉ टिर्की ने कहा, हमारा प्रयास माननीय मुख्यमंत्री नवीन पटनायक, सभी हितधारकों और इस कार्यक्रम को एक बड़ी सफलता बनाने के लिये एक साथ काम करने वाले कई लोगों के निरंतर समर्थन और दृष्टि के बिना संभव नहीं था।

गौरतलब है कि पुरुष हॉकी विश्व कप का आयोजन ओडिशा के भुवनेश्वर और राउरकेला में किया गया जहां दुनियाभर की 16 टीमों ने विश्व चैंपियन बनने के लिये अपनी दावेदारी पेश की। भुवनेश्वर के कलिंगा हॉकी स्टेडियम ने पहले पुरुष विश्व कप 2018 की मेजबानी की थी, हालांकि राउरकेला में नवनिर्मित बिरसा मुंडा हॉकी स्टेडियम में पहली बार प्रतियोगिता का आयोजन हुआ।

मेजबान बंगलादेश की चुनौती के लिये तैयार भारत

ढाका। सैफ अंडर-17 महिला चैंपियनशिप 2023 में लगातार दूसरी जीत की तलाश में भारत ढाका के बीएसएस मुस्तफा कमाल स्टेडियम में मेजबान बंगलादेश का सामना करेगा।

भारतीय लड़कियों ने सोमवार को नेपाल पर 4-1 की ठोस जीत के साथ अपने अभियान की शुरुआत की, जिसमें शिलजी शाजी ने हैट्रिक जमायी और पूजा ने एक गोल किया।

भारत की मुख्य कोच प्रिया पीवी ने कहा, हम पहला मैच जीतकर खुश हैं क्योंकि यह पहली बार है जब हमारे खिलाड़ी इस तरह की बड़ी प्रतियोगिता में भाग ले रहे हैं। हम यहां एक कृत्रिम पिच पर खेल रहे हैं जो उस मैदान से अलग है जिस पर हम अभ्यास करते हैं। लड़कियों ने अच्छा प्रदर्शन किया, इसलिए मैं इससे बहुत खुश हूं।

प्रिया ने कहा कि मिडफ़ील्ड में सुधार की बहुत गुंजाइश है। उन्होंने कहा, हम मानते हैं कि अगर हम मिडफ़ील्ड में थोड़ा और ध्यान केंद्रित करते हैं और बेहतर समन्वय करते हैं, तो हम आगे जाकर अच्छा प्रदर्शन कर पायेंगे।

दूसरी ओर, मेज़बान टीम ने टूर्नामेंट में अब तक एक जीत और एक हार दर्ज की है। सोमवार को भूटान को 8-1 से मात देने के बाद बंगलादेश ने बुधवार को रूस के हाथों 0-3 की हार का सामना किया था।

प्रिय ने कहा, बंगलादेश एक बहुत अच्छी टीम है। उन्होंने अपने पहले मैच में आठ गोल किये और रूस के खिलाफ भी उनका प्रदर्शन अच्छा था। बंगलादेश का सामना करने के बाद भारतीय लड़कियां भूटान (26 मार्च) और रूस (28 मार्च) से भिड़ेंगी। राउंड-रॉबिन चरण के अंत में अंक तालिका के शीर्ष पर रहने वाली टीम को चैंपियन का ताज पहनाया जायेगा।

भारत और बंगलादेश के बीच मुकाबला भारतीय समयानुसार शाम छह बजकर 45 मिनट पर शुरू होगा।

डब्लूपीएल : यूपी को रौंद कर मुबंई फाइनल में

मुबंई। नेट साइवर-ब्रंट (72 नाबाद) की तूफानी अर्धशतकीय पारी के बाद इजी वोंग (15 रन पर चार विकेट) की कातिलाना गेंदबाजी की मदद से मुबंई इंडियन ने वुमेन प्रीमियर लीग (डब्लूपीएल) के एलिमिनेटर मुकाबले में यूपी वारियर्स को 72 रनों से रौंद कर दिल्ली कैपिटल्स के साथ फाइनल खेलने का टिकट हासिल किया।

डीवाई पाटिल स्टेडियम में मुबंई इंडियन ने पहले बल्लेबाजी करते हुये निर्धारित 20 ओवर में चार विकेट खोकर 182 रन बनाये थे और यूपी वारियर्स को जीत के लिये 183 रनो का चुनौतीपूर्ण लक्ष्य दिया था मगर यूपी की टीम 17.4 ओवर के खेल में मात्र 110 रन ही बना सकी।

यूपी वारियर्स की ओर से किरण नवगिरे (43) ही मुबंई की गेंदबाजों का मुकाबला कर सकी। उन्होने 27 गेंदों में चार चौके और तीन छक्के जमाकर यूपी की उम्मीदों को कुछ हद तक जिंदा रखा मगर दूसरे छोर पर आये बल्लेबाजों ने उनका साथ नहीं दिया। यूपी की छह खिलाड़ी तो दहाई के अंक तक भी अपने स्कोर को पहुंचाने में असफल रहीं।

इससे पहले मुबंई इंडियन की हरफनमौला ब्रंट ने एक छोर पर टिक कर यूपी की लड़कियों के छक्के छुड़ाते हुये मैदान के चारों ओर आकर्षक शाट खेले। उन्होने पहले हेली मैथ्यूज (26), कप्तान हरमनप्रीत कौर (14) और फिर अमेलिया केर (29) के साथ जोड़ी बनाकर स्कोरबोर्ड की रफ्तार को बनाये रखा। पूरी लय में बल्लेबाजी कर रही ब्रंट ने 189 के स्ट्राइक रेट से खेली गयी पारी में नौ चौके और दो छक्के उड़ाये।

टास जीतकर पहले क्षेत्ररक्षण का फैसला करने उतरी वारियर्स के गेंदबाजों के सामने ब्रंट का आज फिलहाल कोई तोड़ नही था। सोफी एक्लेस्टोन ने 39 रन देकर दो विकेट झटके जबकि पार्शवी चोपड़ा और अंजलि सारवानी को एक एक विकेट हासिल हुआ।

आज का राशिफल

मेष : आपका आज का दिन ठीक-ठाक रहेगा। इस राशि की महिलाओं के लिए आज का दिन राहतपूर्ण रहेगा। परिवार व स्वयं के लिए पर्याप्त समय मिलेगा। नौकरी की तलाश कर रहे लोगों को आज किसी बढिया कम्पनी में साक्षात्कार के लिए बुलावा आयेगा।

वृष : आज आपका चंचल स्वाभाव कुछ लोगो को पसंद आयेगा। आज आप अपने व्यवसाय की गति बढ़ाने के लिए नया प्लान तैयार करेंगे। अगर आप वाहन खरीदने का योजना बना रहें तो थोड़ा रुक जायें।

मिथुन : आज राजनीति से जुड़े लोगों के लिए दिन अच्छा रहने वाला है। आज अपने उच्चाधिकारी के सामने बात रखने पर सकारात्मक परिणाम मिलेगा। महिलाएं अपने जीवनसाथी को आज कुछ मीठा बना कर खिला सकती हैं, दोनों के बीच रिश्तों में मधुरता बढ़ेगी।

कर्क : आज आप परिवारवालों के साथ समय बितायेंगे। घर में खुशी का महौल बना रहेगा। इस राशि के व्यापारी वर्ग को आज अचानक कोई बड़ा फायदा होने के योग बन रहे है। टेन्ट हाउस का व्यवसाय करने वाले लोगो के लिए आज का दिन बहुत अच्छा है।

सिंह : आज का दिन आपके लिए महत्वपूर्ण रहेगा। आज आपके सारे पूराने काम आसानी से हो जाएंगे। आपका आर्थिक पक्ष मजबूत रहेगा। साइंस से जुड़े बच्चों को अच्छी जॉब का अवसर मिल सकता है।

कन्या : आपका आज का दिन बेहतर रहेगा। परिवार के सभी सदस्यों को आनन्द की प्राप्ति होगी। इस राशि के व्यापारी वर्ग को आज अचानक कोई बड़ा फायदा होगा। आपके व्यापार में दिन दूनी रात चौगुनी वृद्धि होगी।

तुला : आज आपका दिन सामान्य रहेगा। बिजनेसमैन के लिए आज का दिन फायदा दिलाने वाला होगा। इस राशि की महिलाएं आज कोई उद्योग शुरू कर सकती है, जिसमे जीवनसाथी का सहयोग मिलेगा।

वृश्चिक : आज के दिन भाग्य आपका पूरा साथ देगा। अगर आप नयी जमीन लेने की योजना बना रहे हैं, तो घर के बड़ों की राय जरूर लें। इस राशि के विद्यार्थियों के लिए आज का दिन बेहतर परिणाम देने वाला रहेगा।

धनु : आज आपको मेहनत का फल जरूर मिलेगा। कई दिनों से चल रही कड़ी मेहनत आज रंग लाएगी। कार्यालय में आज आपको कोई बड़ी जिम्मेदारी मिलेगी, जिसे आप बखूबी निभायेंगे। आज किसी कार्य को पूरा करने के लिए आस-पास के लोग का सहयोग मिलेगा।

मकर : आपका आज का दिन सामान्य रहेगा। इस राशि के इंजीनियर्स के लिए आज का दिन फायदा देने वाला है। आज आपको अपने गुरू की मदद से आपके करियर को नयी दिशा मिलेगी। आप आप अपने कार्यालय का काम समय से पूरा करने में सफल होंगे।

कुंभ : आपका आज का दिन बेहतरीन रहने वाला है। आज आपके सभी कार्य आसानी से पूरे होंगे। आज आपको किसी सामाजिक समारोह में सम्मलित होने का मौका मिलेगा। आज आपकी बातों से लोग प्रभावित होंगे। छात्रों को आज बेहतर परिणाम हासिल होंगे।

नंदमूरि बालाकृष्ण की अगली फिल्म एनबीके 108 के लिए काजल अग्रवाल हुई सक्रिय

हिन्दी और दक्षिण भारतीय फिल्मों की सफलतम अभिनेत्रियों में शुमार रही काजल अग्रवाल एक बार फिर से फिल्म दुनिया में कदम रखने जा रही हैं। शादी और माँ बनने के बाद अब वे पूरी तरह से फिल्मों में लौट रही हैं। उनकी वापसी दक्षिण के कामयाब अभिनेता नंदमूरि बालाकृष्ण के साथ होने जा रही है। इस वर्ष की पहली तिमाही में बॉक्स ऑफिस पर कामयाब फिल्म वीरा सिम्हा रेड्डी देने वाले नंदमूरि बालाकृष्ण अपनी अगली फिल्म की तैयारियों में लग गए हैं।

नंदमूरि बालाकृष्ण ने वीरा सिम्हा रेड्डी के साथ एक बड़ी हिट फिल्म उद्योग को दी। अब उनकी अगली फिल्म की चर्चाएँ हो रही हैं जिसके निर्देशन की जिम्मेदारी अनिल रविपुदी को सौंपी गई है। अभी तक इस फिल्म का कोई नाम तय नहीं किया गया है, इसके चलते इसे एनबीके 108 के नाम से जाना जाएगा। जब हर कोई सोच रहा था कि इस परियोजना में मुख्य भूमिका कौन निभाएगा, तो काजल अग्रवाल के नाम की घोषणा की गई। इससे पहले, रिपोर्ट्स में कहा गया था कि उन्हें एनबीके 108 के लिए संपर्क किया गया था।

नंदमूरि बालाकृष्ण वर्तमान में एनबीके 108 की शूटिंग कर रहे हैं। इसकी घोषणा अगस्त 2022 में की गई थी।

अजय देवगन और तब्बू की फिल्म भोला का दूसरा गाना दिल है भोला रिलीज

अजय देवगन की फिल्म भोला बॉक्स ऑफिस पर तहलका मचाने के लिए तैयार है। इसमें अजय अभिनेत्री तब्बू के साथ नजर आएंगे। फिल्म का ट्रेलर रिलीज हो चुका, जिसे दर्शकों की ओर से जबरदस्त प्रतिक्रिया मिल रही है। एक्शन से भरपूर इस फिल्म का दर्शक ब्रेसबी से इंतजार कर रहे हैं। अब निर्माताओं ने शुक्रवार को फिल्म भोला का नया गाना दिल है भोला रिलीज कर दिया, जिसे सुनने के बाद अजय के प्रशंसक काफी उत्साहित हो गए हैं।

इससे पहले अजय की भोला का पहला गाना नजर लग जाएगी भी रिलीज हो चुका है। कैथी की हिंदी रीमेक भोला को उत्तर प्रदेश की पृष्ठभूमि में बनाया गया है। अजय ने भोला में अभिनय के साथ-साथ इसके निर्देशन की कमान भी संभाली है और यह फिल्म अजय देवगन फिल्म्स के बैनर तले बनी है।

खीरा खाने से पहले जान लीजिए इसे खाने का सही तरीका

गर्मियों का आगमन हो चुका है। वही ऐसे में खीरा खाना आपके लिए बेहद फायदेमंद होगा, वजन घटाने और शरीर को स्लिम-ट्रिम रखने में भी इसका सेवन महत्वपूर्ण किरदार निभाता है। इसके बाद भी अधिकतर लोगों को इसे खाने का सही तरीका नहीं पता है। वे इस बात को लेकर असमंजस रहते हैं कि इसे छीलकर खाना चाहिए या बिना छीला हुआ। आइये आज दूर करते है आपका असमंजस...

खीरा खाने के फायदे:-

*** चेहरे की झुर्रियों को करता है कम:-** खीरा खाने से स्किन एजिंग यानी त्वचा पर झुर्रियां पडऩे की दर धीमी हो जाती है। इसके चलते चेहरे पर हमेशा रौनक खिली रहती है तथा व्यक्ति जवां-जवां नजर आता है।

*** वजऩ कम करने में मिलती है मदद:-** खीरे में फाइबर प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। जिससे पेट का पाचन तंत्र बढिय़ा से काम करता है। इससे कब्ज एवं गैस-एसिडिटी की दिक्कत दूर हो जाती है। इसके सेवन से पेट भरा-भरा रहता है।

*** शरीर में करता है पानी की आपूर्ति:-** खीरे के भीतर भरपूर मात्रा में पानी पाया जाता है, जिसके चलते उसे खाने से बॉडी हमेशा हाइड्रेट रहती है। यदि आप प्रतिदिन खीरे का सेवन करते हैं तो शरीर में कभी भी पानी की कमी नहीं हो पाती।

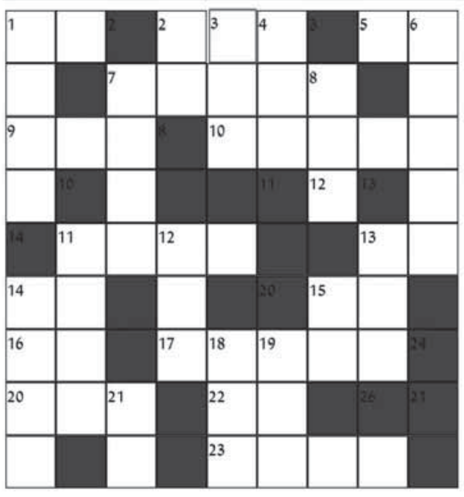
खीरे को खाने का सही तरीका:-

अब बात करते हैं कि खीरे को खाने का सही तरीका क्या है। क्या उसे छीलकर खाना चाहिए या बिना छीला हुआ। आयुर्वेदाचार्यों की मानें तो खीरे को छीलकर नहीं बल्कि बिना छीले खाना चाहिए। वास्तव में उसके छिलके के भीतर ही उसके आधे गुण छिपे होते हैं, जिसे हम छीलकर दूर कर देते हैं। हालांकि खाने से पहले उसकी कड़वाहट निकाल देनी चाहिए। साथ ही साफ पानी से धो भी लेना चाहिए।

शब्द सामर्थ्य- 14

बाएं से दाएं :
1. लज्जत, जायका 2. मुकाबला, भेंट, होड़ 5. बंदी, कैद की सजा पाने वाला व्यक्ति 7. खल-पात्र, नाटक फिल्म आदि का बुरा पात्र 9. कामी, व्याभिचारी 10. इज्जत जाना, बेइज्जती होना (उपमा)11. ऊटपटांग, विचित्र, कठिन 13. वैभव, ठाट-बाट 14. साथ, सहित 15. कामदेव की पत्नी, प्रेम 16. मैं का बहुवचन 17. दरवाजे-दरवाजे 20. एक राशि, मगर 22. नमी, सीड़, मुहर, ठप्पा 23. औषधालय, चिकित्सालय।

ऊपर से नीचे
1. आत्मनिर्भर, स्वालंबन भावना से युक्त, स्वाश्रित 2. वर्ष, बरस 3. राजी करना, रूठे हुए को खुश करना, प्रसन्न करना 4. नाटक फिल्म आदि का मुख्यपात्र 6. दीवानगी, पागलपन, 7. दो वस्तुओं के टकराने से उत्पन्न ध्वनि, बैर-विरोध, अनबन 8. खीरे की प्रजाति का एक फल 11. बेवकूफ, मूर्ख 12. बादल, मेघ 13. बहुत चालाक, होशियार 14. जिसका मत दूसरे से मिलता हो, 15. दांत, दंत 18. प्राप्ति, वस्तु आदि मिलने का प्रमाण पत्र 19. दंगा-फसाद, उपद्रव विप्लव 21. बचाव, सुरक्षा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 013 का हल

सू-दोकू- 14

	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.013 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