दैनिक
न्याय साक्षी
संपादकीय-खेल-व्यापार-धर्म-सेहत-फीचर-खाना खजाना- राशिफल
रायगढ़, रविवार 12 जनवरी 2020
www.nyaysakshi.com

संपादकीय

बेनकाब मंसूबे

सिखों के पवित्र तीर्थ गुरुद्वारा ननकाना साहब पर हुए हमले की घटना से सिख समाज का आहत होना स्वाभाविक है। एक सिख युवती का अपहरण करके धर्म परिवर्तन कराने और सिख समाज द्वारा इसके विरोध पर हुई कार्रवाई के खिलाफ यह बवाल हुआ। गत शुक्रवार को चार घंटे तक गुरुद्वारे का घेराव और पथराव किया गया, जिस पर भारत समेत पूरी दुनिया के सिखों की प्रतिक्रिया होनी लाजिमी थी। दिल्ली में पाकिस्तान उच्चायोग पर सिख संगठनों व राजनीतिक दलों का विरोध एक स्वाभाविक प्रतिक्रिया कही जा सकती है। दुरभिसंधि पूर्ण मंसूबों को पूरा करने के लिये पाक करतारपुर गलियारे के नाम पर जो प्रपंच कर रहा था, उसकी हकीकत पूरे सिख समाज ने इस घटना के बाद महसूस की है। दरअसल, सेना व पाक सत्ताधीशों द्वारा सिख समाज को भारत के खिलाफ बरगलाने की जो कोशिशें की जा रही थीं, उसकी हककत सामने आई है। पाक सरकार सद्भावना के लाख दावे कर ले मगर आम पाकिस्तानी अवाम दुराग्रह की ग्रंथि से मुक्त नहीं है। भारत सरकार ने ननकाना साहब की घटना पर कड़ा एतराज जताया है और अल्पसंख्यकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने की मांग की है। हालांकि, पाक की तरफ से इसे मामूली घटना बताया जा रहा है। ननकाना साहब के लिये सिखों के अहसास बेहद गहरे हैं क्योंकि यहां सिख धर्म के संस्थापक गुरु नानक देव जी का जन्म हुआ था। फिर यह समय गुरु गोविंद सिंह की जयंती समारोह की शृंखला का था, जिसमें शामिल होने देश-विदेश के सिख श्रद्धालु आते हैं। बहरहाल, पूरी दुनिया के सिखों में यह स्पष्ट संदेश गया है कि पाकिस्तानी हुकमरान भले ही सिखों की धार्मिक आस्था के नाम पर कितने ही प्रपंच रच लें, हकीकत में वहां का माहौल ऐसा नहीं है कि अल्पसंख्यक सिख सम्मान से जी सकें। उन्मादी भीड़ का सामना उन्हें जब-तब करना ही पड़ता है। उनकी बेटियों को अगवा करके जब-तब धर्म परिवर्तन कराकर उनकी शादियां जबरन करा दी जाती हैं। पाक का नेतृत्व भले ही सतही तौर पर समरसता की डींगें हांकता रहे मगर अल्पसंख्यक विरोध व दमन की मानसिकता से आम पाकिस्तानी मुक्त नहीं हो पाता। यही वजह है कि पाक में अल्पसंख्यकों की संख्या में लगातार गिरावट का क्रम जारी है। उन्हें या तो दूसरे दर्जे के नागरिक के रूप में जीना पड़ता है या फिर धर्म परिवर्तन करने के लिये बाध्य होना पड़ता है। हाल ही में संयुक्त राष्ट्र द्वारा पाक के अल्पसंख्यकों की बदहाली पर जारी रिपोर्ट दूसरे धर्मों के लोगों की बदहाली की तस्वीर ही उकेरती है। निःसंदेह विश्व जनमत पाक की हकीकत से वाकिफ हो चुका है। पाक के घड़ियाली आंसू अल्पसंख्यकों के दुख-दर्द कम करने में विफल रहे हैं। पाक सरकार ठोस कार्रवाई करने के बजाय महज लीपापोती करने में ही जुटी है। ननकाना साहब गुरुद्वारे के बाहर जिस तरह पथराव हुआ और उत्तेजक नारेबाजी हुई, उसके बाद कोई ठोस कार्रवाई न होना पाक हुक्मरानों पर अल्पसंख्यक विरोधी ग्रंथि का दबाव होना ही दर्शाता है।

जीत से साल की शुरुआत करना सुखद : विराट

पुणे। श्रीलंका को तीसरे और अंतिम ट्वंटी-20 मैच में 78 रनों से हराकर सीरीज 2-0 से जीतने के बाद भारतीय कप्तान विराट कोहली ने कहा कि जीत से साल की शुरुआत करना बेहद सुखद है। भारतीय टीम ने शुक्रवार को श्रीलंका को तीसरे ट्वंटी-20 मुकाबले में 78 रन से हराकर तीन मैचों की सीरीज 2-0 से अपने नाम कर ली। दोनों टीमों के बीच पहला मैच बारिश के कारण रद्द हो गया था।

मैच के बाद कप्तान ने कहा, साल की शुरुआत जीत से करना काफी सुखद है। हम सही रास्ते पर है। हमने दूसरे मैच में जीत हासिल करने के बाद इस मुकाबले में भी बेहतरीन प्रदर्शन किया। मैं टीम के प्रदर्शन से काफी खुश हूं। 200 रन का लक्ष्य निर्धारित करने से टीम का आत्मविश्वास बढ़ा जिसने इस मुकाबले में हमारी मदद की। विराट ने कहा, पारी के मध्य में हमें थोड़ी कठिनाई का सामना करना पड़ा लेकिन मनीष पांडे और शार्दुल ठाकुर ने अंत में बेहतरीन खेल का प्रदर्शन किया। हमारे पास ऐसे खिलाड़ी हैं जो अपनी जिम्मेदारी समझ कर बल्लेबाजी करते हैं। विशेषकर उस समय जब टीम के सीनियर खिलाड़ी प्रदर्शन करने में नाकाम रहे। उन्होंने कहा, इस मुकाबले में एक समय हम 180 रन तक का स्कोर सोच रहे थे लेकिन हमने सफलतापूर्वक 200 रनों का आंकड़ा पार किया। ऐसे ही मुंबई में भी हमने 200 रन का स्कोर सोचा था लेकिन टीम 230 रन का स्कोर पार करने में सफल रही थी। विराट ने कहा, हम ऐसी टीम नहीं है जो सिर्फ पहले बल्लेबाजी करते समय बेहतर करें। हमें इस प्रदर्शन को लक्ष्य का पीछा करते समय भी बरकरार रखना है। रोहित शर्मा, शिखर धवन और लोकेश राहुल यह तीनों बल्लेबाज टीम के बेहतरीन खिलाड़ी हैं। रोहित लगातार शानदार प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों में से हैं। लोगों को एक दूसरे के खिलाफ कुछ भी बोलना बंद करना चाहिए। मैं ऐसी बातों पर विश्वास नहीं करता हूं।

महिला फुटबाल लीग 24 जनवरी से

नयी दिल्ली। अखिल भारतीय फुटबाल महासंघ (एआईएफएफ) ने कहा कि हीरो महिला लीग 2019-20 का अंतिम दौर 24 जनवरी से बेंगलुरू में शुरू होगा। टूर्नामेंट में इस बार देश भर की 12 टीमें भारतीय महिला क्लब फुटबाल के शीर्ष पुरस्कार के लिये जोर आजमाइश करेंगी। इससे पहले देश भर में क्षेत्रीय चालीफायर्स का आयोजन किया गया जिनमें से मणिपुर, गुजरात, महाराष्ट्र, गोवा, तमिलनाडु, ओडिशा, पश्चिम बंगाल, पंजाब, कर्नाटक और शेष भारत क्षेत्र की टीमें अंतिम दौर में पहुंची। सभी 12 टीमों को छह छह टीमों के दो ग्रुप में बांटा गया है। हर ग्रुप में टीमें एक दूसरे से खेलेंगी।

वर्ल्ड गेम्स ऐथलीट ऑफ द ईयर के लिए नामांकित हुईं रानी रामपाल

नई दिल्ली। विश्व हॉकी की संचालन संस्था इंटरनैशनल हॉकी फेडरेशन (एफआईएच) ने भारतीय विमिंस हॉकी टीम की कप्तान रानी रामपाल को वर्ल्ड गेम्स ऐथलीट ऑफ द ईयर के लिए नामांकित किया है।

हॉकी इंडिया ने अपने बयान में बताया कि 25 अलग-अलग अंतरराष्ट्रीय महासंघों ने इस पुरस्कार के लिए 25 खिलाड़ियों को नामांकित किया है। एफआईएच ने रानी के शानदार प्रदर्शन और उनकी अगुआई करने की काबिलियत को देखकर उनका नाम इस पुरस्कार के लिए भेजा है।

हॉकी इंडिया के अध्यक्ष मोहम्मद मुश्ताक अहमद ने कहा, हॉकी इंडिया रानी के वर्ल्ड गेम्स ऐथलीट ऑफ द ईयर 2019 के लिए नामांकित किए जाने की खबर से बहुत खुश है। वह प्रेरणास्रोत हैं। विजेता का फैसला ऑनलाइन वोटिंग द्वारा जाएगा जो 30 जनवरी को समाप्त होगी। रानी ने भारत के पहली बार लगातार ओलिंपिक्स चॉलिफाई करने में अहम भूमिका निभाई।

जीएसटीआर-1 रिटर्न भरने की अवधि 17 जनवरी तक बढ़ी

नईदिल्ली (आरएनएस)। सरकार ने बगैर विलंब शुल्क के जुलाई 2017 से नवंबर 2019 तक के जीएसटीआर 1 रिटर्न भरने की दी गई छूट को मिली सफलता के मद्देजनर इसको भरने की अवधि 17 जनवरी 2020 तक बढ़ा दी है। बगैर विलंब शुल्क के जीएसटीआर-1 भरने की आज अंतिम तारीख थी। गत 18 दिसंबर को जीएसटी परिषद की 38वीं बैठक में यह घोषणा की गयी थी। तब से लेकर 09 जनवरी तक 54 लाख जीएसटीआर-1 भरे गये हैं जबकि हर माह औसतन यह संख्या करीब 25 लाख रहती है। वित्त मंत्रालय के सूत्रों ने कहा कि जीएसटीआर-1 भरने को मिली सफलता को देखते हुये इसकी अवधि बढ़ाई गई है।

पर्याप्त मात्रा में हो रही कच्चे तेल की आपूर्ति

» वैश्विक कीमतें बढ़ने की कोई वजह नहीं

नईदिल्ली (आरएनएस)। अंतरराष्ट्रीय ऊर्जा एजेंसी का मानना है कि वैश्विक बाजार में कच्चे तेल की आपूर्ति पर्याप्त मात्रा में हो रही है ऐसे में दाम बढ़ने की कोई वजह नहीं दिखाई देती है। एजेंसी के कार्यकारी निदेशक फतेह बिरोल ने कहा कि अभी वैश्विक बाजार में कच्चे तेल की 10 लाख बैरल प्रतिदिन की अतिरिक्त आपूर्ति हो रही है। उन्होंने कहा कि भू-राजनीतिक तनाव की वजह से तात्कालिक तौर पर कच्चे तेल में तेजी आई लेकिन इसके बाद स्थिति सामान्य हो गई।

बिरोल ने यहां 'भारत 2020 ऊर्जा नीति समीक्षा' रिपोर्ट जारी करने के मौके पर कहा कि सऊदी अरब के तल संयंत्रों पर हमला होने, ईरान तेल के बाजार से बाहर होने और वेनेजुएला के धराशायी हो जाने के बाद भी 2019 में कच्चे तेल की कीमतें 60 डॉलर प्रति बैरल के आसपास बनी रही। उन्होंने कहा, 'अमेरिका, ब्राजील, कनाडा, नॉर्वे और गुयाना के कारण कच्चे तेल का वैश्विक उत्पादन पर्याप्त बना हुआ है और इसके कारण हमें लगता है कि इसकी कीमतों में कोई बड़ी तेजी नहीं आने वाली है। बाजार में पर्याप्त मात्रा में कच्चा तेल उपलब्ध है। बिरोल ने मीडिया से कहा, 'जब हम नए साल (2020) को देखते हैं, कच्चा तेल की मांग और आपूर्ति पर नजरें डालते हैं, हम पाते हैं बाजार में कच्चे तेल की पर्याप्त आपूर्ति हो रही है।

विदेशीमुद्रा भंडार 461.16 अरब डॉलर के रिकॉर्ड स्तर पर पहुंचा

मुंबई (आरएनएस)। देश का विदेशी मुद्रा भंडार तीन जनवरी को समाप्त सप्ताह में 3.689 अरब डॉलर बढ़कर 461.157 अरब डॉलर की रिकॉर्ड ऊंचाई पर पहुंच गया। आरबीआई के आंकड़ों में यह जानकारी दी गई है। इससे पिछले सप्ताह में विदेशी मुद्रा भंडार 2.52 अरब डॉलर बढ़कर 454.948 अरब डॉलर हो गया था।भारतीय रिजर्व बैंक के आंकड़ों के मुताबिक, समीक्षाधीन सप्ताह में विदेशी मुद्रा परिसंपत्ति में वृद्धि की वजह से विदेशी मुद्रा भंडार बढ़ा है। विदेशी मुद्रा परिसंपत्ति 3.013 अरब डॉलर बढ़कर 427.949 अरब डॉलर हो गयी। इस दौरान स्वर्ण भंडार भी 66.6 करोड़ डॉलर बढ़कर 28.058 अरब डॉलर हो गया। आलोच्य सप्ताह के दौरान अंतराष्ट्रीय मुद्रा कोष में विशेष आहरण अधिकार 70 लाख डॉलर की बढ़त के साथ 1.447 अरब डॉलर हो गया, जबकि आईएमएफ में आरक्षित निधि 30 लाख डॉलर बढ़कर 3.703 अरब डॉलर हो गयी।

सर्दी में जरूर खाएं च्यवनप्राश

सर्दी के दिनों में च्यवनप्राश का सेवन करना सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होता है, यह तो आाप जानते होंगे। लेकिन च्यवनप्राश खाने के यह 10 फायदे बेशक आप नहीं जानते होंगे। जरूर जानिए च्यवनप्राश के

1 सर्दी के दिनों में च्यवनप्राश का सेवन करना, शरीर में गर्माहट पैदा कर ठंड के दुष्प्रभावों से बचाता है। इसके अलावा च्यवनप्राश खाने से आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता में भी वृद्धि होती है और बीमारियां दूर रहती हैं।

2 सर्दी, खांसी, फ्लू और कफ हो जाने पर च्यवनप्राश खाना फायदेमंद होता है। सर्दी में प्रतिदिन सुबह और शाम के समय च्यवनप्राश खाने से सर्दी से पैदा होने वाली बीमारियां नहीं होती।

3 पाचन से जुड़ी परेशानियों में च्यवनप्राश बहुत फायदेमंद है, इसे रोजाना खाने से पाचन की सभी परेशानियां खत्म हो जाती हैं और पाचन तंत्र मजबूत होता है।

4 च्यवनप्राश में आंवला और अन्य जड़ी बूटियां होती है, जो आपके शरीर को विटामिन और मिनरल्स देता है और इससे आपकी क्रियाशीलता में वृद्धि होती है साथ ही सेक्स पावर में भी इजाफा होता है।

5 अगर आपके बाल सफेद हो रहे हैं, तो च्यवनप्राश खाना आपके लिए एक बेहतरीन उपाय है। रोजाना च्यवनप्राश खाना आपके सफेद होते बालों को भी काला करने की क्षमता रखता है। इससे नाखून भी मजबूत होते हैं।

6 सर्दी में खांसी होना आम बात है, लेकिन अगर आप पुरानी खांसी से भी परेशान हैं, तो च्यवनप्राश जरूर खाएं। इससे आपको खांसी से बिल्कुल निजात मिल जाएगी।

आज का राशिफल

मेषः काफी संघर्ष के बाद आज आपको परेशानियों से कुछ राहत मिलेगी। आपका भाग्य साथ देगा। बढ़ते हुए आर्थिक कष्ट से मुक्ति मिलेगी।

वृषभः आज आपके परिवार में किसी शुभ मांगलिक कार्य के आयोजन की चर्चा चलेगी। अपने जीवन स्तर को सुधारने के लिए फिलहाल आपको स्थाई प्रयोग में आने वाली वस्तुओं की ही खरीदारी करनी चाहिए।

मिथुनः आज आपका समय तेजी से आगे बढ़ने का है। आपकी अप्रत्याशित उन्नति को देखकर सभी हैरान होंगे।

कर्कः आज का दिन किसी बहन भाई की चिंता टहल सेवा में व्यतीत होगा, क्योंकि आप हमेशा ही अपने परिवार की सलामती के लिए कटिबद्ध रहते हैं।

सिंहः आज आपको कारोबार की चिंता विशेष रूप से परेशान करेगी क्योंकि पिछले काफी दिनों से व्यवसाय नियमिति नहीं है।

कन्याः आपकी राशि का स्वामी बुध धनु में आ चुका है, सूर्य के कारण अस्त है। विशेष प्रकार की भागदौड़ आपको करनी पड़ सकती है।

तुलाः आज आप अकारण ही चिन्तित और परेशान रहेंगे। शुक्र के कारण कुछ परेशानियां तो वास्तविक हैं ही कुछ आप अपने अदूरदर्शी स्वभाव के कारण स्वयं भी खड़ी कर लेते हैं।

वृश्चिकः आज अकस्मात मंगलमय समाचार मिलेगा। कार्य-व्यवसाय के क्षेत्र में आए तनाव अपने ऊपर हावी न होने दें।

धनुः आज आपको किसी नए संपर्क से लाभ मिलेगा। अतीत के संदर्भ में रिसर्च का फायदा भी मिल सकता है।

मकरः आज सामाजिक, धार्मिक कामों में भाग लेते रहने के कारण आपका सम्मान बढ़ेगा। ग्रह चाल भाग्य विकास में सहायक है।

कुंभः उच्चाधिकारियों की घनिष्टता से लाभ उठाने का सुअवसर आज दिनभर बना रहेगा।

मीनः उन्नति के क्षेत्र में कई मार्ग खोलेगा। अध्ययन व आध्यात्म में रूचि बढ़ना स्वाभाविक है।

धड़क से मैं कई लोगों का दिल नहीं जीत पाईः जाह्नवी

बॉलिवुड ऐक्ट्रेस जाह्नवी कपूर का कहना है कि वह जानती हैं कि वह अपनी पहली फिल्म 'धड़क से कई लोगों का दिल नहीं जीत पाई। जाह्नवी ने 2018 में 'सैराट के हिंदी रीमेक के साथ अपनी शुरुआत की थी। एक साल के अंतराल के बाद वह इस साल कई फिल्मों में दिखाई देंगी जिनमें जोया अख्तर की हॉरर शॉर्ट फिल्म घोस्ट स्टोरीज, बायोपिक गुंजन सक्सेनाः द कारगिल गर्ल और हॉरर-कॉमिडी फिल्म रूहीआफ्जा शामिल हैं।

जाह्नवी ने कहा, 'मैं आने वाली फिल्मों को लेकर बहुत उत्साहित हूं। मैंने अपना सबकुछ लगा दिया है क्योंकि मुझे लगता है कि कहीं न कहीं बहुत मेहनत करने के बाद भी मैं धड़क' से लोगों का दिल नहीं जीत पाई। मैं उससे निराश नहीं हूं और वास्तव में जितना मैंने सोचा था, इस फिल्म ने उससे अधिक दिया है। जाह्नवी इस साल करण जौहर की फिल्म तख्त भी शुरू करेंगी।

फिल्म तख्त में जाह्नवी के अलावा रणवीर सिंह, विक्की कौशल, करीना कपूर खान, अनिल कपूर, आलिया भट्ट, विक्की कौशल और भूमि पेडनेकर भी हैं। जाह्नवी कहती हैं कि आने वाली फिल्मों को लेकर वह बहुत उत्साहित हैं। उन्होंने कहा, यह फिल्म ऐसी पृष्ठभूमि में बुनी गई है जो मुझे बचपन से ही आकर्षित करती थी। मुझे पाकीजा, उमराव जान, मुगल-ए-आजम जैसी फिल्में हमेशा काफी पसंद रही हैं। मुझे मुगल इतिहास बहुत पसंद है। इस फिल्म का हिस्सा बनना एक सपने जैसा है।

शाहिद कपूर और मीरा के घर में घुसने के लिए ईशान खट्टर को फॉलो करना पड़ता है एक नियम

बॉलिवुड ऐक्टर ईशान खट्टर ने करण जौहर की फिल्म धड़क से बॉलिवुड में अपनी पहचान बनाई। फिल्म में जाह्नवी कपूर ने उनके साथ डेब्यू किया था। ईशान इस वक्त अनन्या पांडेय के साथ अपनी अगली फिल्म खाली पीली की शूटिंग कर रहे हैं और सोशल मीडिया पर वह इसकी झलक देते रहते हैं।

हाल ही में ईशान एक चैट शो पर पहुंचे थे और उन्होंने बताया था कि जो कि उनके भाई शाहिद कपूर से रिलेटेड था। ईशान ने बताया कि उन्हें शाहिद और मीरा के घर पर जाने के लिए प्रोटोकॉल फॉलो करना पड़ता है। वह बताते हैं कि मीरा का घर पर जूते रखने का एक नियम है, इसलिए उन्हें तय जगह पर जूते उतारने पड़ते हैं फिर वह चुपचाप घर के अंदर घुसते हैं। मीरा को जूतों से दिक्कत है और वह उन्हें एक कोने पर रखना पसंद करती हैं। उन्होंने चिज सेशन में भी हिस्सा लिया जिसमें उनसे पूछा गया कि वह क्रिसमस पर अपने करीबियों को क्या गिफ्ट देना पसंद करेंगे।

डिनर के लिए बेहतरीन है 'तंदूरी रोस्टेड ब्रोकली'

सामग्री

500 ग्राम ब्रॉक्ली के टुकड़े

मैरिनेट करने के लिए

1/2 कप पानी निकला हुआ दही,

1 टीस्पून हरी मिर्च का पेस्ट,

1/2 टीस्पून अदरक का पेस्ट,

1/2 टीस्पून सौंफ,

1/2 टीस्पून कलौंजी,

चुटकी भर गरम मसाला,

1 टेबलस्पून ऑलिव ऑयल,

1 टीस्पून नींबू का रस,

नमक- स्वादानुसार

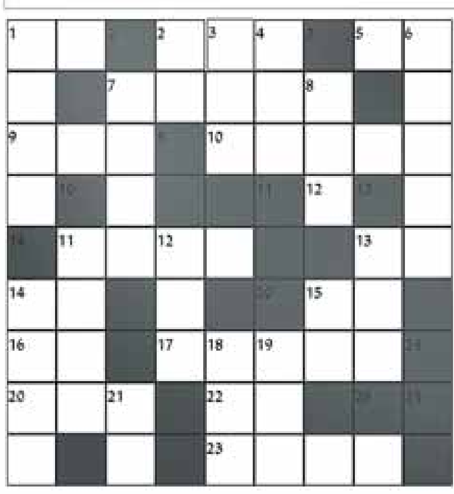
विधि

तंदूर को 180 डिग्री सेल्सियस पर प्रीहीट करें। ब्रॉक्ली के टुकड़ों को धोकर उबालें। मैरिनेट की सारी चीजों को मिलाकर उसमें ब्रॉक्ली डालें और 1 घंटे के लिए अलग रख दें। मैरिनेट ब्रॉक्ली के टुकड़ों को तंदूर में 10-15 मिनट पकाएं। अब ब्रॉक्ली के टुकड़ों को निकालकर उस पर ऑलिव ऑयल और नींबू का रस डालें। इसे पुदीने की चटनी, दही और नान के साथ सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 1

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 100 का हल

ग	ल	त				खा	म	खाँ
णे		ल		झ	प	की		
श	र	ब	त		रं			मि
	ज	गा	ना		प	रा	का	ष्ठा
	नी	र		वि	रा	ज	मा	न
ना	च			प			य	
म	र	णा	स	न्न		पा	नी	
ची			प		पा			भो
न	ज	रा	ना		स	मा	चा	र

सू-दोकू-1

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

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.100 का हल

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