संपादकीय

जलवायु आपातकाल

वैश्विक जलवायु में आसन्न खतरों की भयावहता इंगित करती इंटरगवर्नमेंटल पैनल ऑन क्लाइमेट चेंज यानी आईपीसीसी की छठी आकलन रिपोर्ट आंखें खोलने वाली है, जो बताती है कि यदि वैश्विक तापमान में बढ़ोतरी को रोकने के लिये गंभीर पहल अभी नहीं की गई तो मानवता को इसकी बड़ी कीमत चुकानी पड़ेगी। चिंता जतायी जा रही है कि भारत में चालीस करोड़ ऐसे लोगों की जीविका और जीवन संकट में पड़ सकता है, जिनका रोजगार पर्यावरण से जुड़े संसाधनों पर निर्भर करता है। जलवायु परिवर्तन से धरती पर आसन्न खतरों को इंगित करती संयुक्त राष्ट्र की नई रिपोर्ट उन आशंकाओं पर मोहर लगाती है जो आने वाले दशकों को लेकर चिंतित करती थी। निस्संदेह इस संकट के मूल में मानवीय हस्तक्षेप की बड़ी भूमिका है। दरअसल, यह संकट सिर्फ पर्यावरण का मसला ही नहीं है, यह करोड़ों लोगों के रोजगार से भी जुड़ा है, जिसके चलते जलवायु परिवर्तन प्रभावों पर नियंत्रण के लिये अलग मंत्रालय बनाने व सख्त नीतियों को लागू करने की जरूरत है। दरअसल, भारतीय भूभाग का आधा हिस्सा शुष्क जलवायु में आने के कारण गर्म हवाओं की जद में आ सकता है। रिपोर्ट बताती है कि वैश्विक तापमान में वृद्धि का जो आकलन पांचवें दशक के बाद किया गया था, उसका खतरा 2030 तक सामने आने की स्थिति बन गई है। जिसके 1.5 डिग्री से अधिक होने की आशंका है। निस्संदेह, तापमान वृद्धि के मूल में कार्बन डाइऑक्साइड व मीथेन जैसी गैसों की बड़ी भूमिका है, जो जीवाश्म ईंधनों के जलाये जाने से उत्पन्न होती है। इस मायने में तापमान वृद्धि में प्राकृतिक कारणों की भूमिका कम ही है। ऐसे में वर्ष 2015 के पेरिस जलवायु समझौते के अंतर्गत औद्योगिक काल के पूर्व की तुलना में सदी के अंत तक 1.5 डिग्री तक तापमान वृद्धि नियंत्रित करने का लक्ष्य पूरा होता नजर नहीं आ रहा है। रिपोर्ट पूर्व में निर्धारित लक्ष्य के विपरीत दुनिया का तापमान 2030 तक 1.5 डिग्री सेल्सियस का अनुमान पार करने का संकेत देती है।

दरअसल, दुनिया के 234 पर्यावरण वैज्ञानिकों द्वारा तैयार की गई आईपीसीसी की छठी आकलन रिपोर्ट बताती है कि वैश्विक तापमान बढ़ने से जहां दुनिया में ग्लेशियर पिघलेंगे, वहीं समुद्र का जलस्तर बढ़ेगा। सदियों से जमी बर्फ का क्षेत्र संकुचित होगा। इसके साथ ही भयावह लू, बाढ़, सूखा व चक्रवर्ती तूफानों की आवृत्ति में इजाफा होगा। तूफान ज्यादा घातक व तेज बारिश करने वाले होंगे। तीन हजार पेज की रिपोर्ट बताती है कि वातावरण में मौजूद ग्रीन हाउस गैसों को कम करना तथा इसके घातक प्रभावों पर नियंत्रण भी आसान नहीं होगा। आईपीसीसी के स्वतंत्र वैज्ञानिक चेता रहे हैं कि मौसम के मिजाज में जो तल्खी यूरोप व अमेरिका आदि के देशों में नजर आ रही है, वह दुनिया में बढ़ते तापमान का ही नतीजा है। इससे जीवन के साथ ही जीविका पर भी बड़ा संकट पैदा होगा। भारत में साढ़े सात हजार किलोमीटर समुद्र तट के किनारे रहने वाली आबादी के सामने मछली पालन व पर्यटन जैसे रोजगारों पर खतरे के बादल मंडराएंगे। वैज्ञानिक कह रहे हैं कि जलवायु परिवर्तन संकट का मुकाबला सिर्फ पर्यावरण व वन मंत्रालय के जरिये ही नहीं किया जा सकता, इसके लिये अलग मंत्रालय की स्थापना करके संकट से निपटने के लिये सख्त कदम उठाये जाने चाहिए। साथ ही दुनिया में उपलब्ध आधुनिक तकनीकों का हस्तांतरण और वित्तीय संसाधनों की भी व्यवस्था की जानी चाहिए। वैश्विक सौर सहयोग की तर्ज पर ही अंतर्राष्ट्रीय सहयोग लिया जाना चाहिए। तभी हम जलवायु परिवर्तन के रौद्र को किसी हद तक कम कर पाने में सफल हो पायेंगे। अन्यथा देश के मैदानी क्षेत्रों में आग बरसाती गर्मी का सामना लोगों को करना पड़ सकता है। साथ ही बारिश के औसत के साथ ही इसकी तीव्रता में भी वृद्धि होगी, जो बाढ़ की वजह बनेगी। यह बारिश तटीय इलाकों में अधिक देखी जायेगी। रिपोर्ट में प्रदूषण को भी तापमान वृद्धि के कारक के रूप में देखा गया है।

वर्ष 2020-21 में नये कारोबार के पंजीयन में 11.6 प्रतिशत की बढ़ोतरी

नईदिल्ली । माल एवं सेवा कर (जीएसटी) से अर्थव्यवस्था के औपचारिकरण और उद्यमशिलता की भावना बढ़ने से कोरोना महामारी के बावजूद वर्ष 2020-21 में नये कारोबार के पंजीयन में दहाई अंकों की बढोतरी दर्ज की गयी है और इस अवधि में कुल 195880 नये कारोबार पंजीकृत हुये।

नये कारोबार के पंजीयन में कृषि और विनिर्माण क्षेत्र की हिस्सेदारी कुल मिलाकर सबसे अधिक रही है। एक अध्ययन के अनुसार कोरोना महामारी और इसको लेकर लगाये गये कठोर लॉकडाउन के बावजूद वर्ष 2020-21 में नये कारोबार के पंजीयन में 11.6 प्रतिशत की बढोतरी दर्ज की गयी है जबकि वर्ष 2015-16 में यह 7.8 प्रतिशत और वर्ष 2019-20 में यह 10.2 प्रतिशत रहा था।

कृषि क्षेत्र से जुड़े कारोबार के पंजीयन में वर्ष 2020-21 में 103 फीसदी की बढोतरीहुयी है। इस क्षेत्र में कुल 12368 नये कारोबार पंजीकृत हुये जबकि इससे पिछले वित्त वर्ष में यह संख्या 6107 रही थी। विनिर्माण क्षेत्र में नये कारोबार के पंजीयन में 50 फीसदी की बढोतरी हुयी है।

कंपनी के वैश्विक मुख्य अर्थशास्त्री अरूण सिंह के अनुसार कारोबार के प्रमुख स्थल मुंबई , दिल्ली, बेंगलुरू और चेन्नई जैसे शहरों के वजाय दूसरे शहरों में नये कारोबार के पंजीयन में बढोतरी हो रही है। उन्होंने कहा कि वर्ष 2020-21 में देश के 10 प्रमुख शहरों में मात्र 45 प्रतिशत नये कारोबार ही पंजीकृत हुये जबकि वर्ष 2016-17 में यह 55 प्रतिशत रहा था।

रिपोर्ट के अनुसार वर्ष 2020-21 में पंजीकृत 96 प्रतिशत नये कारोबार की चूकता पूंजी 10 लाख रुपये तक है।

चेल्सी ने यूएफा सुपर कप खिताब जीता

बेलफास्ट। स्थानापन्न खिलाड़ी के रूप में उतरे गोलकीपर केपा अरिजाबालागा ने दो पेनल्टी किक बचाई जिससे चेल्सी ने बुधवार को यहां विलारीयाल को पेनल्टी शूट आउट में 6-5 से हराकर यूएएफा सुपर कप फुटबॉल टूर्नामेंट जीत लिया।

चेल्सी के मैनेजर थॉमस टचेल ने अतिरिक्त समय का खेल खत्म होने से कुछ सेकेंड पहले केपा को मैदान पर उतारने का फैसला किया जो बिलकुल सही साबित हुआ।

टीम के सहयोगी स्टाफ ने टचेल को बताया कि पेनल्टी रोकने में केपा का रिकॉर्ड टीम के पहली पसंद गोलकीपर एडवर्ड मेंडी से बेहतर है इसलिए 119वें मिनट में उन्हें मैदान पर उतारने का फैसला किया गया। अतिरिक्त समय के बाद स्कोर 1-1 से बराबर था।

केपा ने इसके बाद पेनल्टी शूट आउट में एइसा मेंडी और राउल अलबियोल की पेनल्टी किक रोककर चेल्सी की जीत सुनिश्चित की।

इससे पहले चेल्सी को 27वें मिनट में हाकिम जियेच ने बढ़त दिलाई लेकिन गेराई मोरेनो ने 73वें मिनट में स्कोर 1-1 करके विलारीयाल को बराबरी दिला दी।

एटीएम में रुपये नहीं रहने पर बैंकों पर होगा जुर्माना

नईदिल्ली। एटीएम में एक महीने में 10 घंटे से अधिक समय तक नकदी नहीं रहने पर अब अक्टूबर से संबंधित बैंकों पर प्रति एटीएम 10 हजार रुपये का जुर्माना लगेगा।

रिजर्व बैंक ने इस संबंध में आज सभी बैंकों के अध्यक्ष, प्रबंध निदेशक और मुख्य कार्यकारी अधिकारी को जारी एक अधिसूचना में यह जानकारी दी है। केन्द्रीय बैंक ने कहा कि एटीएम में नकदी की पर्याप्त उपलब्धता बनाये रखने के उद्देश्य से यह व्यवस्था की गयी है।

उसने कहा कि एक अक्टूबर 2021 से यह व्यवस्था लागू होगी और जो बैंक या व्हाइट लेबल एटीएम में नकदी का प्रबंधन करने वाले बैंक इसमें असफल रहेंगे उन पर प्रति एटीएम 10 हजार रुपये का जुर्माना लगेगा। उसने कहा कि कोई भी एटीएम यदि एक महीने में 10 घंटे से अधिक समय तक नकदी विहीन रहेगा उस पर यह जुर्माना लगेगा।

इंग्लैंड ने पहले सत्र में चार विकेट निकालकर वापसी की

लंदन। इंग्लैंड ने शतकवीर केएल राहुल और कुछ आकर्षक शॉट लगाने वाले ऋषभ पंत सहित चार खिलाड़ियों को शुक्रवार सुबह के सत्र में पवेलियन भेजकर भारत के दूसरे टेस्ट क्रिकेट मैच की पहली पारी में विशाल स्कोर बनाने के इरादों पर अंकुश लगाये।

भारत ने दूसरे दिन लंच तक सात विकेट पर 346 रन बनाये हैं। उसके पास बल्लेबाज के नाम पर अब रविंद्र जडेजा बचे हुए हैं जो 86 गेंदों का सामना करके 31 रन बनाकर खेल रहे हैं। इससे भारत का बल्लेबाजी के लिये अनुकूल दिख रही पिच पर 450 रन के मजबूत स्कोर तक पहुंचने की संभावना कम हो गयी है।

भारत ने तीन विकेट पर 276 रन से आगे खेलना शुरू किया तथा पहले सत्र में 70 रन जोड़े और चार विकेट गंवाये। भारत की दिन की शुरुआत निराशाजनक रही और उसने पहली सात गेंदों पर कल के दोनों अविजित बल्लेबाज गंवा दिये। इसके बाद जडेजा और पंत (58 गेंदों पर 57) ने छठे विकेट के लिये 49 रन जोड़े लेकिन यह साझेदारी टूटते ही भारत के विशुद्ध गेंदबाजों को क्रीज पर उतरना पड़ा।

शतकवीर केएल राहुल (250 गेंदों पर 129) अपने कल के स्कोर में दो रन जोड़कर ओली रॉबिन्सन (63 रन देकर दो) की दिन की दूसरी गेंद पर कवर पर आसान कैच दे बैठे जबकि जेम्स एंडरसन (58 रन देकर तीन) ने अगले ओवर में पहली गेंद पर अजिंक्य रहाणे (एक) को स्लिप में कैच कराया।

पंत और जडेजा ने इसके बाद बखूबी जिम्मा संभाला। पंत अपने नैसर्गिक अंदाज में बल्लेबाजी करते रहे जबकि जडेजा ने उनका सहयोगी बनकर पारी आगे बढ़ाने का जिम्मा संभाला।

पंत ने रॉबिन्सन और एंडरसन दोनों पर चौके लगाकर उनका हौव्वा कम करने की कोशिश की लेकिन मार्क वुड पर मिडऑफ और कवर के बीच से लगाया गया उनका चौका उनकी ताकत और बेफिक्र अंदाज का अच्छा नमूना था।

लेकिन यही बेपरवाही पंत को भारी पड़ी और वुड की गेंद पर बेहद ढीला शॉट खेलकर उन्होंने विकेटकीपर जोस बटलर को कैच का अभ्यास कराया। पंत ने अपनी पारी में पांच चौके लगाये। उनके आउट होने से अब भारत के विशुद्ध गेंदबाज क्रीज पर उतरे जिनमें से मोहम्मद शमी को मोईन अली ने आते ही पवेलियन भेज दिया।

टोक्यो पैरालंपिक खेलों में रियो 2016 के स्वर्ण पदक विजेता मरियप्पन थंगावेलू होंगे भारत के ध्वजवाहक

नई दिल्ली । जापान की राजधानी टोक्यो में आगामी 24 अगस्त से शुरू हो रहे पैरालंपिक खेलों में रियो 2016 के स्वर्ण पदक विजेता मरियप्पन थंगावेलु भारतीय पैरालंपिक समिति (पीसीआई) के महासचिव गुरशरण सिंह के साथ भारत के ध्वजवाहक होंगे।

ओलंपिक एथलीटों की तरह पैरालंपिक एथलीटों में भी उत्साह भरने और उन्हें शुभकामनाएं देने के लिए भारतीय पैरालंपिक समिति ने गुरुवार को विदाई समारोह का आयोजन किया। दिल्ली के अशोका होटल में आयोजित इस समारोह में पैरालंपिक समिति के महासचिव गुरशरण सिंह, अध्यक्ष दीपा मलिक और अन्य पदाधिकारियों के साथ-साथ केंद्रीय पर्यटन एवं संस्कृति मंत्री जी किशन रेड्डी और विदेश एवं संस्कृति राज्य मंत्री मीनाक्षी लेखी भी मौजूद रहे। पैरालंपिक खेलों में भाग लेने वाले एथलीट सख्त बायो-बबल में होने के कारण वर्चुअल रूप से समारोह में शामिल हुए। इस मौके पर पीसीआई पदाधिकारियों और मंत्रियों ने एथलीटों की हौसलाफजाई की और उन्हें शुभकमनाएं दीं। गुरशरण सिंह ने कहा, यह पहली बार होगा कि पैरा खेलों का दो स्पोर्ट्स चैनलों पर लाइव प्रसारण होगा और हम यूरास्पोर्ट्स और डीडी स्पोर्ट्स के यह अधिकार प्राप्त होने से खुश हैं।

वंदे मातरमः देशभक्ति, एक्शन और रोमांच से भर देगा टाइगर श्रॉफ का गाना

वंदे मातरम भारत का राष्ट्रीय गीत है। वंदे मातरम को गाकर हम देश के प्रति अपनी भावनाएं जाहिर करते हैं। हाल में स्वतंत्रता दिवस की थीम पर बॉलीवुड अभिनेता टाइगर श्रॉफ अपना गाना वंदे मातरम लेकर आए हैं। यह म्यूजिक वीडियो स्वतंत्रता दिवस से कुछ दिन पहले 10 अगस्त को रिलीज हुआ है। इसमें टाइगर देश के प्रति अपनी देशभक्ति को उजागर करते हुए दिखे हैं। टाइगर ने वंदे मातरम को अपनी आवाज दी है।

टाइगर ने पहली बार किसी गाने को अपनी आवाज दी है। उनकी मधुर आवाज के साथ-साथ उनके डांस स्टेप दर्शकों को प्रभावित कर रहे हैं। उनका यह म्यूजिक वीडियो भारतीय रक्षा बलों को सच्ची श्रद्धांजलि देता है। पुराने दृश्यों के साथ कुछ नए दृश्यों को मिलाकर यह म्यूजिक वीडियो तैयार किया गया है। इसमें वायु सेना, नौसेना, स्वतंत्रता दिवस परेड और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा अमर जवान ज्योति को सलामी देने वाले पुराने फुटेज शामिल हैं।

इस गाने में जितनी टाइगर की गायिकी की तारीफ नहीं हो रही है,

उसे कहीं अधिक उनके डांस मूव्स और स्टंट की वाहवाही हो रही है। उन्होंने अपने गजब के करतब के साथ गाने में जान फूंक दी है। इस गाने के साथ टाइगर ने लोगों में देशभक्ति की भावनाएं भरने की कोशिश की है। इसमें वह एक पेशेवर गायक की तरह गाते दिखे हैं। वह गाने के टोन को जरूरत के अनुसार ऊपर-नीचे करते पाए गए हैं।

कौशल किशोर के खूबसूरत लीरिक्स ने इस म्यूजिक वीडियो को खास बना दिया है। विशाल मिश्रा ने इसके म्यूजिक को कंपोज किया है। इसका म्यूजिक भी दर्शकों को आकर्षित कर रहा है। सोशल मीडिया पर भी गाने को अच्छी प्रतिक्रिया मिल रही है। प्रशंसकों के अलावा प्रसिद्ध गायिका आशा भोसले ने गाने में टाइगर की आवाज की प्रशंसा की है। उन्होंने कहा, मैंने टाइगर का वंदे मातरम सुना।

आज का राशिफल

मेष :- आज का दिन सामान्य रहेगा। कार्यक्षेत्र में परेशानियां आएंगी और कार्यभार की अधिकता रहेगी। क्रोध पर नियंत्रण रखें और स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखें।

वृषभ :- आज का दिन अच्छा रहेगा। कारोबार अच्छा चलेगा और धनलाभ की स्थिति रहेगी। ग्रहों की स्थिति आपके अनुकूल रहने से आय में वृद्धि के योग रहेंगे।

मिथुन :- आज का दिन शुभ फलदायी रहेगा। कार्यक्षेत्र में सफलता मिलेगी और कारोबार विस्तार की योजना बनाएंगे।

कर्क :- आज का दिन मिला-जुला रहेगा। कारोबार मध्यम रहेगा। धार्मिक कार्यों के प्रति रुझान बढ़ेगा। परिवार में कलह होने की संभावना रहेगी।

सिंह :- आज का दिन अच्छा रहेगा। व्यापार-धंधा अच्छा चलेगा और धन लाभ की संभावना रहेगी। कार्यभार की अधिकता रहेगी और दिन भागदौड़ में बीतेगा।

कन्या :- आज का दिन सामान्य रहेगा। व्यावसायिक गतिविधियां अच्छी चलेंगी और कार्यों में भी सफलता मिलेगी, लेकिन कार्यक्षेत्र में काम की अधिकता रहेगी और कड़ी मेहनत करनी पड़ेगी।

तुला :- आज का दिन अच्छा रहेगा। कार्यक्षेत्र में आपके अनुकूल वातावरण रहेगा। हालांकि, कार्यभार की अधिकता रहेगी, लेकिन कार्यों में सफलता मिलने से धनलाभ की स्थिति रहेगी।

वृश्चिक :- आज का दिन मिला-जुला रहेगा। व्यावसायिक गतिविधियां मध्यम रहेंगी और छोटी-छोटी परेशानियां आएंगी, लेकिन कठिन परिश्रम से कार्य सफल होंगे।

धनु :- आज का दिन सामान्य रहेगा। कार्यक्षेत्र में काम की अधिकता रहेगी और कठिन परिश्रम करना पड़ेगा।

मकर :- आज का दिन शुभ फलदायी रहेगी। कारोबार अच्छा चलेगा और कार्यों में सफलता मिलने से धनलाभ की स्थिति रहेगी।

कुम्भ :- आज का दिन अच्छा रहेगा। व्यावसायिक क्षेत्र में धनलाभ की स्थिति रहेगी। कार्य आसानी से सफल होंगे। कारोबार विस्तार की योजनाएं बना सकते हैं।

मीन :- आज का दिन मिला-जुला रहेगा। व्यावसायिक क्षेत्र में छोटी-छोटी परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है।

अर्जुन रामपाल-इलियाना डीक्रूज बनेंगे ऑनस्क्रीन कपल

हाल ही खबर आई थी कि इलिप्सिस एंटरटेनमेंट के साथ विद्या बालन अनटाइटल्ड फिल्म में काम करने जा रही हैं और उनके साथ एक्टर प्रतीक गांधी स्क्रीन शेयर करेंगे. इस फिल्म में जोड़ों की कहानी को दर्शाया जाएगा जिसमें एक विद्या और प्रतीक को फाइनल कर लिया गया है.

सूत्रों के मुताबिक इसमें एक नया अपडेट ये आया है कि इस फिल्म के दूसरे कपल के लिए एक्टर अर्जुन रामपाल और एक्ट्रेस इलियाना डीक्रूज का नाम पर मुहर लगी है हालांकि अभी इस फिल्म के मेकर्स या किसी टीम

मेंबर की तरफ से कोई आधिकारिक घोषणा नहीं हुई है लेकिन कहा जा रहा इस फिल्म के दूसरे जोड़े के रूप में अर्जुन और इलियाना नजर आएंगे.

स्कैम 1992 के स्टार को इस रोमांटिक कॉमेडी में विद्या के साथ रोमांटिक रूप से जोड़ा जाएगा. माना जाता है कि प्रोजेक्ट की कहानी दो कपल्स के इर्द-गिर्द घूमती है, ऐसे में पहले जोड़े के रूप में विद्या और प्रतीक नजर आने वाले हैं. फिल्म में विद्या इमोशनल अंडरटोन के साथ एक मजबूत किरदार निभाएंगी. स्वाति अय्यर चावला द्वारा सह-निर्मित इस फिल्म की शूटिंग मुंबई और दक्षिण भारत में किए जाने की बात सामने आई है.

वर्क फ्रंट की बात करें तो अर्जुन रामपाल फिल्म 'नेल पॉलिश' में नजर आए थे. वहीं अब वह जल्द ही कंगना रनौत की फिल्म 'धाकड़' में नजर आएंगे.

सूरज पंचोली के डांस आइडल हैं ऋतिक रोशन

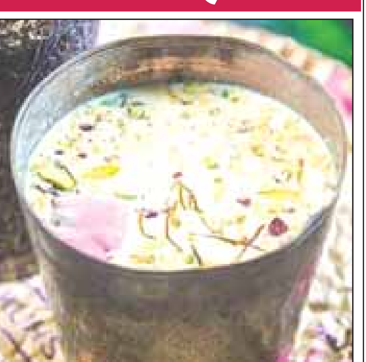
सूरज पंचोली ने कैटरीना कैफ की बहन इसाबेल कैफ के साथ टाइम टू डांस के साथ वापसी की। फिल्म का निर्देशन स्टेनली डी कोस्टा ने किया है और कोरियोग्राफर और निर्देशक रेमो डिसूजा की पत्नी लिजेल डिसूजा द्वारा निर्मित है। टाइम टू डांस इस हफ्ते टेलीविजन पर प्रीमियर कर रहा है। फिल्म ने भारतीय दर्शकों के लिए पहली बार बॉलरूम और लैटिन नृत्य की शुरूआत की।

हीरो और सैटेलाइट शंकर के बाद बतौर अभिनेता सूरज की यह तीसरी फिल्म है।

नृत्य में अपनी प्रेरणा के बारे में

बात करते हुए, सूरज ने कहा, जब बॉलीवुड नृत्य की बात आती है, तो ऋतिक रोशन मेरे आदर्श हैं। मुझे नृत्य करना बहुत पसंद है, लेकिन लैटिन मेरे लिए नया था। मैंने कभी नहीं सोचा था कि मुझे किसी दिन लैटिन बॉलीवुड फिल्म में करने को मिलेगा। इस फिल्म के साथ मुझे बहुत सारे नए नृत्य रूप सीखने और दुनिया के कुछ वास्तव में प्रतिभाशाली डांसर के साथ काम करने को मिला है।

कुछ अलग है ये ठंडाई



नारियल पानी तो ट्राय किया होगा आपने कभी न कभी लेकिन कभी नारियल ठंडाई चखा है। अगर नहीं तो इसकी रेसिपी पढ़ें और एक बार बनाकर देखें। जो है बेहद टेस्टी।

सामग्री :

6 कप नारियल का दूध, 1/2 टीस्पून खसखस, 1 टीस्पून गुलाब की पंखुड़ियां (सूखी हुई), 10-12 काली मिर्च, 2 टीस्पून काजू (कटे हुए), 1 टेबलस्पून खरबूजे की गरी, 4 टीस्पून बादाम (कटे हुए), 1 टीस्पून चिरौंजी, 1 टीस्पून इलायची पाउडर, 1 टीस्पून सौंफ, स्वादानुसार पिसी हुई चीनी

सजाने के लिए- आवश्यकतानुसार ताजी गुलाब की पंखुड़ियां, नारियल (कद्दूकस किया हुआ) बादाम, पिस्ता

विधि :

सबसे पहले ठंडाई मसाला बनाएं।

इसके लिए ग्राइंडर में सूखी हुई गुलाब की पंखुड़ियां, बादाम, काजू, चिरौंजी, काली मिर्च, खरबूजे की गरी, सौंफ, खसखस, इलायची पाउडर सभी को पीस लें। अब इस मसाले और नारियल दूध को मिक्सी में चलाकर छलनी से छान लें।

यह प्रक्रिया दो-तीन बार दोहराने के बाद छने हुए दूध में चीनी मिलाएं और एक बार फिर मिक्सी में चलाएं। अब ग्लास में पहले कुटी हुई बर्फ, फिर ठंडाई डालें।

ठंडाई को बादाम, पिस्ता, ताजे गुलाब की पंखुड़ियों और कद्दूकस किए हुए नारियल से सजाकर सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 170

बाएं से दाएं

1. राजद प्रमुख 6. रखवाला, रक्षा करने वाला 7. दयालु, रहम करने वाला (उ.) 10. युग्म, जोड़ा, एक राशि, एक फिल्म अभिनेता 13. कैदखाना, जेल, हिरासत 15. जानकी, जनकनंदनी 17. व्यर्थ की बात, बकबक 18. नारी, स्त्री, महिला 21. विक्रय करना 22. वाणी, कथन, वादा 24. ताश में दस अंकों वाला पत्ता 25. नगर का, नागरिक, चतुर।

ऊपर से नीचे

1. बेफ्रिक, निश्चिंत, जिसे कोई परवाह न हो 2. मूर्ति 3. दोस्त, प्रेमी 4. कुशल, विशेषज्ञ 5. बगुला 8. झुका हुआ, झुकाया गया, नत 9. इधर-उधर, पास पड़ोस 11. किस्मत, तकदीर, भाग्य 14. बंदर, मर्कट, कपि 16. शक्तिशाली, बलवान 18. संतान, संतति 19. अस्तबल, घुड़साल 20. राजी करना, रूठे हुए को प्रसन्न करना 23. सरिता, नदिया, नद।

1		2			3	4	5	■
	■		■	■	6			■
7			8	■	■	■	■	9
	■	■	10		11	■	12	
13	14			■	15	16	■	
■		■	■	■	17			
18		19	■	20	■		■	■
	■	21			■	22		23
24			■	25			■	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक169का हल

मा	म	ला	■	सि	वा	य	■	कि
लि	■	चा	ह	त	■	म	म	ता
क	सू	र	■	म	ग	न	■	ब
■	र	■	■	■	द	■	■	■
क	मा	न	■	पा	र	स	■	स
मी	■	म	जा	ल	■	न	क	ली
ना	दा	न	■	ना	र	द	■	का
■	मि	■	■	■	तौं	■	■	■
सु	नी	ल	■	अ	धी	र	■	जी

सू-दोकू- 170

	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 र[ख] 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.169 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