

संपादकीय

उपलब्धि के बावजूद

हम देश की उस दोहरी उपलब्धि पर गर्व करें, जिसमें हमने लक्षित आबादी के आधे लोगों को एक वैकसीन लगा दी है और एक दिन में एक करोड़ लोगों को वैकसीन लगाने का लक्ष्य हासिल किया। देश ने नब्बे करोड़ वयस्क आबादी को कोविड-19 के खिलाफ सुरक्षा प्रदान करने हेतु टीकाकरण का लक्ष्य रखा है। पिछले दिनों हमने इसमें से आधी आबादी को टीका लगा दिया। हालांकि अभी पंद्रह फीसदी आबादी को ही दोनों टीके लगे हैं। बीते शुक्रवार को हमने एक करोड़ टीके लगाने का लक्ष्य हासिल किया। गत सोलह जनवरी को शुरू हुए टीकाकरण अभियान में यह सबसे बड़ी उपलब्धि है। टीकाकरण पर राष्ट्रीय विशेषज्ञ सलाहकार समूह ने उम्मीद जगाई है कि सवा करोड़ टीके एक दिन में लगाने का लक्ष्य हासिल किया जायेगा। इस उम्मीद का आधार यह है कि पहले दस करोड़ टीके जहां 85 दिन में लगे, वहीं पचास से साठ करोड़ टीके लगने में महज 19 दिन लगे। टीकाकरण का अनुभव व टीकों की उपलब्धता भी इसमें सहायक साबित होगी। निरसंदेह यह हमारे स्वास्थ्य तंत्र की बड़ी उपलब्धि है। दरअसल, 31 दिसंबर तक देश की वयस्क आबादी के टीकाकरण लक्ष्य को हासिल करने के लिये रोज एक करोड़ लोगों को टीका लगाने की जरूरत है। लेकिन अक्तूबर में तीसरी लहर की आशंकाओं के बीच टीकाकरण के उच्च लक्ष्य हासिल करना हमारी प्राथमिकता होनी चाहिए, जिसमें केंद्र के साथ ही राज्यों की भी उतनी ही जिम्मेदारी बनती है। यह अच्छी बात है कि अगस्त माह में टीकाकरण अभियान में हमने आशातीत सफलता हासिल की है, जिसमें उत्तर प्रदेश, मध्यप्रदेश व महाराष्ट्र सबसे आगे हैं। हिमाचल में भी 99 फीसदी लक्षित आबादी को एक टीका लग चुका है। राज्य ने तीस नवंबर तक पूर्ण टीकाकरण का लक्ष्य रखा है। देश में 63 करोड़ लोगों को अब तक एक टीका लग चुका है। हालांकि, यह चीन के बाद दुनिया में सबसे ज्यादा है, लेकिन पूरी आबादी को टीका लगाने का लक्ष्य अभी चुनौती है।

फिर भी हम न भूलें कि बीते रविवार को कोरोना संक्रमण का आंकड़ा पिछले दो माह में सर्वाधिक पैतलीस हजार से ऊपर पहुंचा है। इसी चिंता के चलते मोदी सरकार ने अंतर्राष्ट्रीय उड़ानों समेत कई कोरोना से जुड़े प्रतिबंधों का दायरा सितंबर तक बढ़ा दिया। स्वास्थ्य विशेषज्ञ लगातार तीसरी लहर को लेकर चेता रहे हैं। वैसे तो कोरोना संक्रमण के आंकड़ों में आया उछाल केरल में तेजी से बढ़ते आंकड़ों की वजह से है, लेकिन शेष देश को भी अतिरिक्त सतर्कता बरतनी चाहिए। केरल सरकार से पूछना चाहिए कि तुष्टीकरण के चलते एक धार्मिक आयोजन पर कोरोना कर्फ्यू में तीन दिन की छूट सुप्रीम कोर्ट के निर्देशों को नजरअंदाज करके क्यों दी गई थी? क्यों कोरोना महामारी से सफलता से जुड़ने वाली स्वास्थ्य मंत्री को हटाया गया, जिसके प्रयासों की विश्व स्वास्थ्य संगठन ने भी तारीफ की थी? साथ ही महाराष्ट्र, तमिलनाडु, पश्चिम बंगाल, असम आदि राज्यों में संक्रमण की बढ़ती दर चिंता की बात है। दरअसल, कोरोना संक्रमण में आई गिरावट को देखते हुए हमने मान लिया कि शायद कोरोना की विदाई हो गई। हमने बचाव के प्राथमिक उपायों, मसलन मास्क लगाना, सुरक्षित दूरी और साबुन से हाथ धोने की अनदेखी शुरू कर दी। चिंता की बात यह है कि देश में रक्षाबंधन व जन्माष्टमी के साथ ही त्योहारों की श्रृंखला शुरू हो गई है। जिस अवधि में तीसरी लहर की आशंका है, उसमें पितृपक्ष, नवरात्रों, दशहरा व दीपावली की पर्व श्रृंखला शुरू होती है। वहीं स्कूल-कालेज खोलने का विलसिला शुरू हो गया है। बच्चों के लिये देश में निर्मित वैकसीन वितरित करने में तो सफल रही है लेकिन टीका उपलब्ध होने में वक्त लगेगा, तब तक सावधानी ही विकल्प है। निश्चित रूप से त्योहारी माहौल में लापरवाही खतरनाक साबित हो सकती है। अमेरिका-यूरोपीय देशों में ऐसी लापरवाही के चलते कोरोना संकट एक बार फिर गंभीर हुआ है। जब तक हम लक्षित आबादी को दोनों डोज उपलब्ध नहीं करा देते, तब तक कोविड-19 से हमारी लड़ाई जारी रहनी चाहिए।

विवकी कौशल और सारा अली खान की फिल्म द इम्पोर्टल अश्वत्थामा में हुई देरी

विवकी कौशल और सारा अली खान फिल्म द इम्पोर्टल अश्वत्थामा को लेकर चर्चा में बने हुए हैं। उनकी इस फिल्म का दर्शक बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। इसकी शूटिंग काफी समय से चल रही है, लेकिन अब इसे कुछ समय के लिए टाल दिया गया है। इस खबर से बेशक विक्की और सारा के फैंस निराश हो जाएंगे, जो उनकी इस फिल्म की राह देख रहे हैं। आइए जानते हैं फिल्म की शूटिंग रोकने की वजह क्या है। रिपोर्ट के मुताबिक, निर्माताओं



ने इस फिल्म की शूटिंग को होल्ड पर रख दिया है। सूत्रों के मुताबिक निर्माता कोरोना महामारी खत्म होने का इंतजार कर रहे हैं। हालात पूरी तरह से ठीक होने के बाद बड़े पैमाने पर फिल्म की शूटिंग की जाएगी। निर्माता एक सुरक्षित माहौल में फिल्म शूट करना चाहते

अनुराग ठाकुर ने खेल और फिटनेस पर पहली बार आयोजित राष्ट्रीय स्तर की विज प्रतियोगिता का किया शुभारंभ

नई दिल्ली। केंद्रीय युवा मामलों एवं खेल मंत्री अनुराग सिंह ठाकुर तथा केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मदेव प्रधान ने आज नई दिल्ली में फिट इंडिया क्रिज का शुभारंभ किया, जो फिटनेस और खेल पर आधारित पहली क्रिज प्रतियोगिता है। युवा मामलों और खेल राज्य मंत्री निमित्त प्रमाणिक भी इस कार्यक्रम में शामिल हुए। टोक्यो ओलंपिक के पदक विजेता नीरज चोपड़ा और पी वी सिंधु ने वीडियो कांफ्रेंसिंग के माध्यम से इस आयोजन में हिस्सा लिया। कुछ स्कूली छात्रों ने भी इस पहल

को शुरू करने के लिए, पहले से बिना किसी तैयारी के एक क्रिज प्रतियोगिता में भाग लिया।

राष्ट्रीय स्तर की इस क्रिज प्रतियोगिता को आयोजित करने का उद्देश्य स्कूली बच्चों के बीच फिटनेस और खेल के बारे में जागरूकता पैदा करना, राष्ट्रीय मंच पर प्रतिस्पर्धा करने का मौका देना तथा अपने स्कूलों के लिए कुल तीन करोड़ रुपये से अधिक का नकद पुरस्कार जीतने का अवसर देना है। स्वतंत्रता के 75



साal पूरे होने के अवसर पर केंद्र सरकार की आजादी का अमृत महोत्सव पहल के हिस्से के रूप में इस फिट इंडिया क्रिज प्रतियोगिता का आयोजन किया जा रहा है। इसका आयोजन सभी राज्यों के छात्रों को न केवल एक मंच पर साथ लाने के लिए किया

गया है, बल्कि इसे स्कूली बच्चों के मानसिक कौशल और शारीरिक फिटनेस को ध्यान में रखते हुए तैयार किया गया है।

ठाकुर ने फिट इंडिया क्रिज को लेकर कहा, शारीरिक फिटनेस भी मानसिक फिटनेस के बराबर महत्वपूर्ण है। फिट इंडिया क्रिज बच्चों में बहुत कम उम्र में मानसिक चपलता पैदा करेगा और क्रिज साथ-साथ खेल ज्ञान को बढ़ाने का सबसे सही तरीका है। ओलंपिक में हमारी सफलता के साथ, भारत का खेल

इतिहास काफी बड़ा है, हम क्रिज में स्कूली छात्रों के जीतने के साथ, देश में एक खेल संस्कृति के निर्माण के लक्ष्य में गति भरेगे। प्रतिस्पर्धा की भावना भी टीम के चरित्र और टीम भावना का निर्माण करती है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने हमारे जीवन में समग्र शिक्षा और खेल के महत्व पर जोर दिया है। बच्चों के साथ उनकी बातचीत ने छात्रों के सीखने और विकास करने के लिए एक तनाव मुक्त वातावरण का भी निर्माण किया है, फिट इंडिया क्रिज इसी दिशा में काम

करता है।

इस अवसर पर धर्मदेव प्रधान ने अपने संबोधन में कहा कि फिटनेस और शिक्षा के बीच एक मजबूत संबंध है। नई शिक्षा नीति (एनईपी)-2020 में फिट इंडिया मूवमेंट में परिकल्पित फिटनेस को अपने जीवनपर्यंत हिस्से के रूप में अपनाने के उद्देश्य से खेल-एकीकृत शिक्षा पर विशेष ध्यान दिया गया है। श्री प्रधान ने कहा कि कोविड-19 महामारी सामान्य दिनचर्या को बाधित कर रही है और फिट इंडिया मूवमेंट का महत्व कई गुना बढ़ गया है।

पैरालंपिक (बैडमिंटन) : यथिराज और तरुण दिल्ली की शानदार शुरुआत

टोक्यो। भारत के पैरालंपिक खिलाड़ी सुहास जे यथिराज और तरुण दिल्ली ने यहां चल रहे टोक्यो पैरालंपिक के पुरुष एकल एसएल 4 वर्ग के अपने-अपने रूप मुकाबले जीत शानदार शुरुआत की। यथिराज ने जर्मनी के निकलास पोत को सीधे गेमों में 19 मिनट तक चले मुकाबले में 21-9, 21-3 से हराया। दिल्ली ने भी रूप ए मैच में 23 मिनट तक चले मुकाबले में थाईलैंड के सिरिपोग टिआमारो को 21-7, 21-13 से हराया। गौतम बुद्ध नगर के जिला प्रबंधक यथिराज ने शानदार



शुरुआत करते हुए पहला गेम 21 मिनट में 21-9 से जीता। दूसरे गेम में वह और आक्रमक रहे और उन्होंने इसे 21-3 से अपने नाम किया।

हालांकि, महिला युगल वर्ग में पलक कोहली और पारुल परमार की जोड़ी को चीन की चेंग हेफांग और मा हुईहुई की जोड़ी से रूप बी एसएल 4 वर्ग में 7-21, 5-21 से हार का सामना करना पड़ा।

अटल पेंशन योजना में कुल नामांकन 3.30 करोड़ के पार

नई दिल्ली। सरकार की गारंटेड पेंशन योजना और पीएफआरडीए द्वारा प्रबंधित अटल पेंशन योजना (एपीवाई) के अंतर्गत, वर्तमान वित्त वर्ष 2021-22 के दौरान 28 लाख से ज्यादा नए खाते खोले गए हैं। 25 अगस्त, 2021 तक एपीवाई के अंतर्गत पंजीकृत सदस्यों की संख्या 3.30 करोड़ से ज्यादा हो गई है।

एपीवाई के अंतर्गत कुल नामांकनों में से, लगभग 78 प्रतिशत सदस्यों ने 1,000 रुपये की पेंशन योजना ली है, वहीं लगभग 14 प्रतिशत ने 5,000 रुपये की पेंशन योजना ली है। इसके अलावा, लगभग 44 प्रतिशत महिला सदस्य हैं और

नामांकन करा रहे लगभग 44 प्रतिशत सदस्य काफी युवा हैं तथा 18-25 वर्ष आयु-समूह से संबंधित हैं।

हाल ही में, पीएफआरडीए ने एपीवाई मोबाइल ऐप और उमंग प्लेटफॉर्म पर इसकी उपलब्धता में नई खूबियां जोड़ने जैसी पहल की है, एपीवाई एफएनयू में सुधार, एपीवाई योजना की पहुंच बढ़ाने और एपीवाई के मौजूदा व संभावित सदस्यों के साथ ही एपीवाई सेवा प्रदाताओं के लाभ के लिए 13 क्षेत्रीय भाषाओं में एपीवाई सॉफ्टवेयर इन्फोमेशन ब्राउज़र और एपीवाई सिटीजन चार्टर जारी करने जैसी नई पहल



की गई हैं। शुरुआत के बाद से योजना के अंतर्गत नामांकनों की संख्या में बढ़ोतरी से उत्साहित, पीएफआरडीए एपीवाई कुल नामांकनों को 2021-22 में नई ऊंचाई पर ले जाने और भारत को एक पेंशनभोगी समाज बनाने की दिशा में अंशदान करने के लिए

राष्ट्रीय और राज्य स्तर पर विभिन्न एपीवाई अभियानों के आयोजन, राज्य स्तरीय बैंकर्स समिति (एसएलबीसी) और राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन (एनआरएलएम) के साथ समन्वय, प्रिंट, सोशल और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया आदि में विज्ञापनों के माध्यम से योजना के लोकप्रिय बनाने के प्रयास जारी रखेगा।

भारत के 18-40 वर्ष के बीच के आयु वर्ग के किसी भी नागरिक को बैंक या डाक पर शाखा के माध्यम से एपीवाई से जुड़ने का मौका मिलता है, जहां पर उस व्यक्ति का बैंक खाता होना चाहिए।

हवाई अड्डे से जुड़ी मेट्रो रेल परियोजना में 500 करोड़ का निवेश करेगा जीएमआर हैदराबाद

हैदराबाद। हैदराबाद में राजीव गांधी अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे (आरजीआईए) का संचालन करने वाले जीएमआर समूह ने कहा है कि वह 5,000 करोड़ रुपये की मेट्रो रेल परियोजना में 500 करोड़ रुपये से अधिक का निवेश करेगा। तेलंगाना सरकार शहर के विभिन्न हिस्सों को हवाई अड्डे से जोड़ने के लिए इस मेट्रो रेल



परियोजना का निर्माण कर रही है। जीएमआर हैदराबाद इंटरनेशनल एयरपोर्ट लिमिटेड द्वारा प्रस्तावित तीसरी नियंत्रण अखाड़ा (अप्रैल

2021 से मार्च 2026) के लिए टैरिफ संशोधन पर एक परामर्श पत्र के अनुसार समूह 2024 तक 519.52 रुपये का निवेश करेगा। परामर्श पत्र के अनुसार जीएमआर समूह कुल लागत का लगभग 10 प्रतिशत निवेशक करेगा, जो हवाई अड्डे के भीतर मेट्रो संपर्क की अनुमानित लागत के बराबर है।

महामारी ने मुझे खुद को फिर से खोजने का मौका दिया: रितुपर्णा

अभिनेत्री रितुपर्णा सेनगुप्ता ने खुलासा किया है कि कैसे कोविड-19 महामारी ने उन्हें खुद को फिर से खोजने में मदद की है। रितुपर्णा ने उसी के बारे में बात करते हुए बताया, यह मेरे लिए एक मिश्रित अनुभव रहा है। कुछ अच्छी चीजें हैं, जैसे कि मैं अपने परिवार, खासकर बच्चों के साथ अधिक समय बिता सकती हूँ और अपने लेखन के लिए अधिक समय समर्पित कर सकती हूँ। अभिनेत्री ने कहा, महामारी ने मुझे खुद को फिर से खोजने का



मौका दिया। इसने हमें अपने रिश्तों, माता-पिता, बच्चों और भावनाओं में बहुत अधिक निवेश किया है। हम इससे पहले बहुत तेजी से आगे बढ़ रहे थे, लगभग एक चक्रवात की तरह। जीवन बहुत यांत्रिक हो गया था।

रेलवे ने लोकल यात्रियों को दी बड़ी राहत, आज से एमएसटी पास से यात्रा की अनुमति

नई दिल्ली। रेलवे ने लोकल यात्रियों को बड़ी राहत दी है। कोविड की वजह से बंद मासिक पास सेवा (एमएसटी) को फिर से शुरू करने का निर्णय लिया है। 3 सितंबर से यात्री इस पास से यात्रा कर सकेंगे। उत्तर रेलवे ने इस सुविधा को शुरू करने के लिए सर्वकुलर जारी कर दिया है। रेलवे ने मासिक पास सेवा को शुरू करने जा रहा है। रेलवे की तरफ से चलाई जा रही ट्रेनों में कोविड की वजह से अमान्य कर दिया था जिसे अब फिर से शुरू किया जा रहा है। हालांकि लंबे समय से पास का रिन्यूअल नहीं होने की वजह से पुराना पास अमान्य हो गया है। लिहाजा यात्रियों को इस पास की सुविधा के लिए फिर से पास बनवाना होगा क्योंकि यह पास 3 महीने के लिए ही मान्य होता है। यात्री इस पास को ऑनलाइन भी बनवा सकते हैं। रेलवे के इस निर्णय से लोकल पैसेंजर खासकर कामकाजी लोगों को काफी सुविधा होगी। इस पास के माध्यम से दिल्ली आसपास के यात्रियों को बड़ी राहत मिलेगी। हालांकि उत्तर रेलवे ने जारी सर्वकुलर में कहा है



कि रेल यात्री चिन्हित ट्रेन में ही इस पास का इस्तेमाल कर सकेंगे। फिलहाल कौन सी चिन्हित ट्रेन होगी इसका खुलासा नहीं किया गया है, लेकिन यह माना जा रहा है कि डेयू, मेमू, मेल एक्सप्रेस, पैसेंजर ट्रेन में यात्रा की अनुमति होगी। कोविड की वजह से चलने वाली लंबी दूरी की स्पेशल ट्रेन में यात्रा की मंजूरी नहीं होगी। उल्लेखनीय है कि अभी जितनी ट्रेनें चलाई जा रही हैं, उनमें पहले से टिकट लेना जरूरी होता है। यानि पहले की तरह व्यवस्था नहीं है कि स्टेशन पहुंचे और लोकल टिकट लेकर यात्रा कर लिए। ऐसे में बहुत सारे लोगों को परेशानी हो रही है। बुकिंग और अन्य चार्ज के नाम पर यात्रा टिकट के अधिक पैसे भी लिए जा रहे हैं। क्योंकि कोविड की वजह से स्पेशल ट्रेन चल रही है। पैसेंजर की ट्रेन की जगह स्पेशल मेल/एक्सप्रेस ट्रेन चलाई जा रही है।

आज का राशिफल

बुध: आज विचारों को गतिशीलता से ढिंढा का अनुभव करोगे, जिससे कोई एक निर्णय पर नहीं आ सकेंगे।

बुध: आज आप का दुविधापूर्ण व्यवहार आप को मुश्किल में डाल सकता है। इस के कारण महत्व का समय गंवाना पड़ेगा।

शुक्र: तन मन की ताजगी के अनुभव के साथ आज की शुरुआत होगी। घर या कहीं बाहर दोस्तों तथा परिवार के लोगों के साथ आप मिल सकते हैं।

शुक्र: आज से ज्यादा खर्च का दिन है। परिवार का वातावरण भी ज्यादा अच्छा नहीं होगा। कुटुंब के लोगों के साथ मतभेद के प्रसंग खड़े होंगे।

शुक्र: किसी भी बात पर दृढ़ मन से निर्णय नहीं ले सकने के कारण आपको भिंते हुए मौके का फायदा नहीं उठा सकेंगे। विचारों में आपका मन अटकता हुआ रहेगा।

शुक्र: वर्तमान समय में नये कार्यों से संबंधित सफल आयोजन आप कर सकेंगे। व्यापारी वर्ग और नौकरियात वर्ग दोनों के लिए आज का दिन लाभदायी निकलेगा।

शुक्र: आज नौकरी की जगह में आप को उच्च वर्ग के अधिकारियों की नाराजगी सहन करनी पड़ेगी। व्यवसाय में परेशानी खड़ी होगी।

शुक्र: संतान के प्रति चिंता खड़ी होगी। **शुक्र:** गुस्से को काबू में रखें। अनैतिक कार्यों से दूर रहे, नए संबंध बनाने से पहले सोचें। धन खर्च ज्यादा होने से आर्थिक परेशानी का अनुभव करेंगे।

शुक्र: समाज में सम्मान मिलेगा। मित्रों के साथ मुलाकात होगी। उनके साथ घुमने फिरने या मनोरंजन स्थल की मुलाकात होगी।

शुक्र: आज आप के व्यापार धंधे में खूब सफलता मिलेगी, परंतु कानून न पढ़ें, उसका ध्यान रखें। व्यापार धंधे के लिए भावी योजना सफलतापूर्वक संपन्न होगा।

शुक्र: आज आप बौद्धिक शक्ति से लेखनकार्य और सृजन कार्य अच्छी तरह से पूरे कर सकेंगे। स्त्री वर्ग अपनी वाणी पर काबू रखें। यात्रा प्रवास हो सके, तो न करें। **शुक्र:** मकान, वाहन, वगैरह के दस्तावेजों को अत्यंत सभालकर रखना होगा। परिवार का माहौल बिगड़े नहीं इस के लिए वाद-विवाद टालें। माता का स्वास्थ्य बिगड़ेगा।

टिफिन के लिए बनाएं चीज़-आलू पराठा

स्कूल शुरू हो चुके हैं ऐसे में रोजाना बच्चों को टिफिन में क्या दें ये सोचने में वक्त जाना न करें। हफ्ते भर का मेन्यू तैयार करें और उसमें ये चीज़-आलू पराठा जरूर शामिल करें।



सामग्री:

आलू- 1, प्याज़ (कटा हुआ)- 1/4, अदरक का टुकड़ा (बारीक कटा हुआ)-1, थोड़ा-सा हरा धनिया (कटा हुआ), नमक स्वादानुसार, मोज़रेला चीज़ (कद्दकस किया हुआ)- 1/4 कप, कालीमिर्च पाउडर- 1 टीस्पून, चाट मसाला और अमचूर पाउडर- 1/4-1/4 टीस्पून **आटा गूंधने के लिए-** गेहूँ का आटा- आधा कप, तेल (मोयन के लिए)-1 टीस्पून, चुटकीभर नमक, पानी आवश्यकतानुसार, सेंकने के लिए घी

विधि:

आलू, प्याज़, अदरक, नमक, चीज़,

हरा धनिया, काली मिर्च, चाट मसाले को एक साथ मिलाकर स्टाफिंग तैयार करें। आटे में नमक, घी से मोयन देकर आवश्यकतानुसार पानी डालते हुए आटा गूथ लें। 5-10 मिनट सेट होने के लिए रख दें। अब आटे की लोई बनाएं उसमें चीज़ वाली स्टाफिंग भरें। हल्के हाथों से परांठे को बेलें और फिर तवे पर घी लगाते हुए अच्छी तरह से सेंक लें। अचार, चटनी या दही के साथ सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 189

वाएँ से दाएँ:
1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 2. उपहार, भेंट 3. खबर, संदेश।
4. शक्कर पानी आदि का मीठा घोल
5. सोते से उठाना, सावधान करना, प्रदीप्त करना
6. चरमसीमा, पानी, आंसू
7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला
8. पेड़ का धड़ा जहाँ से शाखाएँ निकलती हैं, 9. मिठाई, खाने की मीठी चीज़
10. शासन, गुप्तबात
11. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य
12. विपत्तिग्रस्त, दुखी, अभाग्य
13. प्रसिद्ध, नामवर
14. स्वप्न, ख्याव
15. कबीर, नचदीक, समीप
16. सुबह, प्रातः, सबेरा।

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

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 188 का हल

अ	भि	षे	क	प	स		
जा	त	थ	थ	पा	ना		
य	र	का	नी	भ	र	शि	म
ब	घा	र	क	ष्ट	प्र	द	
त	ना	त	नी	र्व	ब		
अ	मा	ज	मा	त	ल		
स	जा			क	ज	रा	
बा	बे	स	हा	रा	ग	म	
ब	गु	ला	रा	ज	दू	त	

सू-दोकू- 189

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

नियम
1. कुल 81 वर्ण हैं, जिसमें 9 वर्णों का एक खंड बनाता है।
2. हर खाली वर्ण में 1 से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते हैं।
3. वाएँ से दाएँ और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम, कतार और खंड में 1 से 9 अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते हैं।