दैनिक
न्याय साक्षी

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

रायगढ़, शनिवार 25 दिसंबर 2021

www.nyaysakshi.com

संपादकीय

अक्षम्य प्रवृत्ति

हाल ही के दिनों में पंजाब में दो अप्रिय घटनाक्रम सुर्खियों में रहे, जिसमें भीड़ ने अलग-अलग स्थानों में दो व्यक्ति यों को पीट-पीटकर मार डाला। दोनों घटनाक्रम कथित बेअदबी के प्रयासों से संबंधित रहे हैं। इसमें दो राय नहीं कि किसी धर्म विशेष की धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने के इरादे से किये गए किसी भी कुत्सित कार्य की सख्त शब्दों में निंदा की जानी चाहिए। लेकिन वहीं दूसरी ओर दो लोगों की निर्मम हत्या कानून की घोर अवहेलना को ही तो दर्शाती है। निस्संदेह किसी सभ्य-सुसंस्कृत समाज में आवेशित भीड़ द्वारा किसी की जान लेने की प्रवृत्ति का कोई स्थान नहीं हो सकता। बेहतर होता कि कानूनी कार्रवाई के लिये आरोपी को पुलिस को सौंप दिया जाता ताकि इसके मूल में यदि कोई बड़ी साजिश होती तो उसकी जड़ तक पहुंचा जा सकता था। नियामक व प्रबंधन से जुड़ी धार्मिक संस्था को समझदारी व जिम्मेदारी से समय रहते स्थिति को संभालना चाहिए था। किसी भी स्थिति के नियंत्रण से बाहर होने से पूर्व ही हालात को संभाल लिया जाना आवश्यक हो जाता है। वहीं कपूरथला जिले में भी ऐसे घटनाक्रम की पुनरावृत्ति हुई। हालांकि, शुरुआती दौर में पुलिस द्वारा कहा गया कि ऐसा कोई सबूत सामने नहीं आया है जो स्थापित करे कि आस्था के प्रतीकों का अनादर किया गया। बहुत संभव है कि संदेह के आधार पर व्यक्ति सामूहिक आक्रोश का शिकार बना हो। लेकिन ऐसी प्रवृत्तियों से बचा जाना चाहिए। जुलाई में भी गुरदासपुर-पठानकोट मार्ग पर एक धार्मिक स्थल में चोरी के कथित आरोप में सीमा सड़क संगठन के एक कर्मचारी को पीट-पीटकर मार डाला गया था। वहीं अक्तूबर में किसान आंदोलन के दौरान सिंघु बॉर्डर पर एक श्रमिक पर बेअदबी के आरोप में धारदार हथियारों से जानलेवा हमला किया गया था। पंजाब में बेअदबी एक बेहद संवेदनशील और भावनात्मक मुद्दा रहा है। वर्ष 2015 में भी इस तरह की एक श्रृंखला ने पंजाब को उद्वेलित किया था, जिसको लेकर राजनीतिक दलों द्वारा आरोप-प्रत्यारोपों का सिलसिला लगातार चलता रहा है। निस्संदेह, पंजाब बेहद संवेदनशील दौर से गुजर रहा है। राज्य में अगले साल के प्रारंभ में विधानसभा चुनाव होने हैं। ऐसे में निहित स्वार्थी तत्वों द्वारा राज्य में सांप्रदायिक सद्भाव बाधित करने के कुत्सित प्रयास हो सकते हैं, जिसके चलते राजनीतिक दलों को जिम्मेदाराना व्यवहार करने तथा पुलिस-प्रशासन द्वारा चौकस रहने की आवश्यकता है। इन तमाम हालात को देखते हुए पंजाब सरकार की भी जिम्मेदारी बनती है कि कानून-व्यवस्था बनाये रखने को लेकर सतर्क रहे और असामाजिक तत्वों से सख्ती से निपटे। ऐसे संवेदनशील समय में सत्तापक्ष के साथ ही विपक्षी दलों की भी जवाबदेही बनती है कि वे ज्वलनशील मुद्दों को हवा देने से बचें। राज्य में सांप्रदायिक सौहार्द बनाये रखना प्राथमिकता होनी चाहिए। भीड़ द्वारा हिंसा की घटना पर राजनीतिक दलों का प्रतिक्रिया से परहेज हिंसा की अनदेखी करने के समान ही है। इसमें दो राय नहीं कि देश के विभिन्न राज्यों में भीड़ की हिंसा को रोकने के लिये राजनीतिक इच्छाशक्ति में कमी लगातार सामने आती रही है। विडंबना देखिये कि राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो विभिन्न राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों में भीड़ द्वारा की गई हिंसा में मारे गये लोगों और घायलों का विवरण अलग-अलग संकलित नहीं करता। ऐसी उदासीनता को दूर करने की जरूरत है। जाहिर बात है कि राजनीतिक इच्छाशक्ति की कमी व तंत्र की उदासीनता के चलते लोकतंत्र की कीमत पर भीड़तंत्र को बढ़ावा दिया जा रहा है। राजनेताओं को अहसास होना चाहिए कि यदि वे भीड़ के निरंकुश व्यवहार व कानून को हाथ में लेने की प्रवृत्ति की अनदेखी करेंगे तो जहां लोकतांत्रिक मूल्यों का हनन होगा, वहीं मानव अधिकारों का भी उल्लंघन होगा। इस मुद्दे को दल की राजनीतिक सोच व चुनावी लाभ-हानि के दायरे से ऊपर उठकर देखा जाना चाहिए। यह नजरिया देश के हर राज्य के संदर्भ में होना चाहिए। मानवता की भी यही दरकार है कि किसी व्यक्ति को किसी कृत्य के लिये सजा देने का काम न्यायिक व्यवस्था का है, भीड़ को कानून हाथ में लेने व दंडित करने का अधिकार नहीं है।

अविष्का फर्नांडो ने फिर खेली धुआंधार पारी, जाफना किंग्स लगातार दूसरी बार बनी चैंपियन

नई दिल्ली। अविष्का फर्नांडो (41 गेंदों पर 63 रन) की एक और धुआंधार पारी के बाद अपने गेंदबाजों के शानदार प्रदर्शन की बदौलत जाफना किंग्स ने हाई स्कोरिंग फाइनल में गॉल ग्लैडिएटर्स को 23 रन से हराकर लगातार दूसरी बार लंका प्रीमियर लीग (एलपीएल) का खिताब जीत लिया। जाफना किंग्स ने 2020 में भी लीग के पहले सीजन में गॉल ग्लैडिएटर्स को 53 रन से मात देकर खिताब जीता था। जाफना किंग्स ने बीती रात महेंद्रा राजपक्षे इंटरनेशनल स्टेडियम में खेले गए खिताबी मुकाबले में पहले बल्लेबाजी करते हुए 3 विकेट पर 201 रन का विशाल स्कोर बनाया और फिर गॉल की टीम को 9 विकेट पर 178 रन पर रोक दिया।

अविष्का फर्नांडो और कोएलर ने खेली धुआंधार पारी - जाफना किंग्स के लिए इस सीजन में शतक जड़ने वाले सलामी बल्लेबाज अविष्का फर्नांडो ने 41 गेंदों पर आठ चौके और दो छक्के की मदद से 63 तथा टॉम कोएलर ने 41 गेंदों पर दो चौके और तीन छक्के की मदद से 57 रन की नाबाद पारी खेली। उनके अलावा गुरबाज ने 35, शोएब मलिक ने 23 और कप्तान थिसारा परेरा ने नौ गेंदों पर नाबाद 17 रन बनाए।

ग्लैडिएटर्स खिताब जीतने से 23 रन दूर रह गई– जीत के लिए 202 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी गॉल ग्लैडिएटर्स ने भी जोरदार शुरुआत की। गॉल ग्लैडिएटर्स के लिए सबसे ज्यादा रन उसके दोनों ओपनर ने ही बनाए। गुनाथिलका ने 21 गेंदों पर 54 रन और कुसल मेंडिस ने 28 गेंदों पर 39 रनों की पारी खेली। लेकिन टीम 178 रन ही बना सकी और 23 रन से मुकाबला हार गई। जाफना किंग्स की ओर से हसारंगा और चतुरंगा ने 2-2 विकेट चटकाए।

अविष्का बने प्लेयर ऑफ द मैच और सीरीज - फाइनल मुकाबले में 41 गेंदों पर 63 रन की पारी खेलने वाल अविष्का को प्लेयर ऑफ द मैच चुना गया। साथ ही उन्हें प्लेयर ऑफ द सीरीज का अवॉर्ड भी दिया गया। अविष्का ने टूर्नामेंट में 10 मैचों में 1 शतक, 2 अर्धशतक के साथ 312 रन बनाए और वो दूसरे सबसे सफल बल्लेबाज रहे। टूर्नामेंट में एकमात्र शतक अविष्का फर्नांडो ने ही बनाया।

भारत के खिलाफ टेस्ट सीरीज खेलना रोमांचक होगा : ओलिवियर

जोहानसबर्ग। दक्षिण अफ्रीका के तेज गेंदबाज डुआने ओलिवियर ने कहा कि भारत के खिलाफ आगामी तीन मैचों की टेस्ट सीरीज खेलना रोमांचक होगा। दाएं हाथ के सीमर ने कहा कि वह भारतीय बल्लेबाजी क्रम को चुनौती देने के लिए तैयार हैं, खासकर कप्तान विराट कोहली को। भारत और दक्षिण अफ्रीका के बीच तीन मैचों की टेस्ट सीरीज 26 दिसंबर से सेंचुरियन में खेली जाएगी। ओलिवियर ने क्रिकेट दक्षिण अफ्रीका (सीएसए) को बताया, मेरे लिए यह शायद सबसे बड़ी सीरीज होगी, जो मैं खेलूंगा। हमें पता है कि हम विश्वस्तरीय खिलाड़ियों के खिलाफ खेल रहे हैं। इसलिए, यह एक रोमांचक चुनौती होने वाली है। ओलिवियर का मानना है कि वह उछाल के साथ गेंदबाजी करना चाहेंगे। हम यहां विरोधी टीम के खिलाफ प्रतिस्पर्धा करने के लिए हैं। इसलिए मैं अच्छी गेंदबाजी करने पर जोर दूंगा।

टोकन सिस्टम को लागू करने की अवधि छह महीने बढ़ी

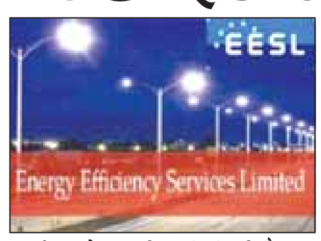
नई दिल्ली । भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) क्रेडिट और डेबिट कार्ड से ऑनलाइन पेमेंट ट्रांजेक्शन को ज्यादा सुरक्षित बनाने के लिए टोकन सिस्टम लागू किए जाने की डेडलाइन बढ़ा कर 30 जून, 2022 कर दी है। पहले यह सिस्टम एक जनवरी 2022 से लागू होना था।

टोकेनाइजेशन सिस्टम के तहत क्रेडिट और डेबिट कार्ड से ऑनलाइन भुगतान के दौरान थर्ड पार्टी ऐप से पूरी डिटेल साझा नहीं करनी पड़ेगी। आप अपने डेबिट या क्रेडिट कार्ड का ब्योरा साझा किए बिना ही दिए जाने वाले टोकन नंबर की मदद से अपना ऑनलाइन पेमेंट ट्रांजेक्शन कर सकेंगे।

आरबीआई ने कार्ड के आंकड़ों की सुरक्षा बढ़ाने के की कोशिश के तहत अपनी टोकन व्यवस्था (टोकनाइजेशन सिस्टम) का दायरा बढ़ा दिया है। इसके तहत अब कार्ड जारी करने वालों को ही टोकन सर्विस देने वालों के तौर पर काम करने की अनुमति दी गई है। इससे पेमेंट के दौरान कार्ड जारी करने वाले बैंक या कार्ड नेटवर्क के अलावा कोई एग्रीगेटर इसका ओरिजिनल डेटा जमा नहीं कर सकेगा।

ईईएसएल का 2024 तक बिजली बचाने वाले 1.6 करोड़ स्मार्ट एलईडी स्ट्रीटलैंप लगाने का लक्ष्य

नई दिल्ली। केंद्रीय विद्युत मंत्रालय का संयुक्त उद्यम एनर्जी एफीसिएसंसी सर्विसेज लि. (ईईएसएल) ने 2024 तक देश भर में बिजली कम खर्च करने वाले 1.6 करोड़ स्मार्ट एलईडी स्ट्रीटलैंप लगाने का लक्ष्य रखा है। कंपनी ने सूक्षम लघु एवं मझोले उद्यम मंत्रालय (एमएसएमई) के साथ हाथ मिलाया है।



ईईएसएल के अनुसार उसका 'स्ट्रीटलाइट नेशनल प्रोग्राम (एसएलएनपी) मुख्य रूप से पहले नगरपालिकाओं / नगरीय स्थानीय निकाय क्षेत्रों में शुरू किया गया था। हाल के वर्षों में इस कार्यक्रम में अच्छी प्रगति दिखी है। यह कार्यक्रम नगरीय स्थानीय निकायों, विनिर्माताओं, वित्तीय संस्थाओं, सेवा एजेंसियों आदि के बीच सहयोग की पहचान बन गया है।'

ईईएसएल ने यह कार्यक्रम 2014 में विजग (आंध्र प्रदेश) से शुरू किया था। तब से अब तक 1.2 करोड़ एलईडी स्टीटलैंप लगाए जा चुके हैं और इससे हर वर्ष 7.8 अरब यूनिट बिजली की बचत तथा कार्बनडाई आक्साइड उत्सर्जन में 53 लाख टन की कमी आयी है।

एलईडी स्ट्रीटलाइट कार्यक्रम को भविष्य की दृष्टि से तैयार करने के विषय पर आयोजित एक कार्यशाला में

ईईएसएल के मुख्य अधिशासी अधिकारी (सीईओ) अरुण कुमार मिश्रा ने कहा कि एसएलएनपी कार्यक्रम देश में बड़े पैमाने पर सामाजिक-आर्थिक एवं पारिस्थितकीय परिवर्तन का उत्प्रेरक सिद्ध हुआ है। उन्होंने कहा कि अभी इस कार्यक्रम के तहत बहुत कुछ किए जाने की जरूरत है।

ईईएसएल के कारोबार प्रमुख (लाइटिंग) एसपी गरनायक ने कहा , 'ईईएसल अब इस कार्यक्रम का तेजी से विस्तार करेगी। इसके अच्छे से अच्छे संभव प्रौद्योगिकी मानकों का प्रयोग किया जाएगा। हमने अगले तीन वर्ष में 1.6 करोड़ एलईडी/ ऊर्जा दक्ष लैंप लगाने का लक्ष्य रखा है। बिजली की बचत होने पर बिजली उत्पादन क्षमता बढ़ाने की आवश्यकता में कमी आएगी।'

भुगतान प्रणाली चलाने वाली दो कंपनियों पर आरबीआई ने लगायी एक-एक करोड़ रुपये की पेनाल्टी

नई दिल्ली । भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) ने भुगतान प्रणाली का परिचालन करने वाली निजी क्षेत्र की कंपनियों मोबिक्विक सिस्टम्स प्रा.लि़ और स्पाइस मनी लि. पर कानून का उल्लंघन करने के आरोप में एक-एक करोड़ रुपये का जुर्माना लगाया है। इन कंपनियों के खिलाफ यह कार्रवाई (नेट-वर्थ) न्यूनतम निवल परिसम्पत्ति संबंधी नियम और निर्देशों का अनुपालन न करने के मामले में की गयी है।

आरबीआई के अनुसार इन कंपनियों पर सात दिसंबर के अलग-अलग आदेशों के तहत जुर्माने लगाए गए हैं। इन कंपनियों ने भुगतान एवं निपटान प्रणाली अधिनियम 2007 की धारा 26(6) के प्रावधानों के तहत कानून का उल्लंघन किया है। रिजर्व बैंक ने इस अधिनियम की घारा 30 के तहत इन कंपनियों पर यह जुर्माना लगाया। विज्ञप्ति के अनुसार इन कर्पनियों ने भारत बिल भुगतान परिचालन इकाइयों (बीबीपीओयू) के लिए न्यूनतम निवल-सम्पत्ति संबंधी आरबीआई के निर्देशों का पालन नहीं किया था।

पूर्व कोच रवि शास्त्री को उम्मीद, विराट कोहली की कप्तानी में दक्षिण अफ्रीका में इतिहास रचेगी टीम इंडिया

नई दिल्ली । भारतीय क्रिकेट टीम के पूर्व कोच रवि शास्त्री को उम्मीद है विराट कोहली की कप्तानी वाली टीम इंडिया इस बार दक्षिण अफ्रीका में इतिहास रचेगी। उन्होंने कहा कि दक्षिण अफ्रीका को उसकी धरती पर हराना कभी आसान नहीं रहा, लेकिन कोहली की अगुवाई वाली भारतीय टीम रविवार से शुरू हो रही तीन टेस्ट मैचों की सीरीज में जीत दर्ज करने का माद्दा रखती है। भारतीय टीम दक्षिण अफ्रीका में अबतक एक बार भी टेस्ट सीरीज नहीं जीत पाई और पूर्व कोच का मानना है कि कोहली एंड कंपनी के पास इतिहास रचने के लिए इससे बेहतर और कोई मौका नहीं हो सकता।

रवि शास्त्री ने स्टार स्पोर्ट्स से कहा, भारतीय टीम के पास अपनी काबिलियत साबित करने का इससे बेहतर समय और कोई नहीं हो सकता। विराट (कोहली) बेहतरीन कप्तान हैं और उनके पास एक प्रतिभाशाली टीम है। दक्षिण अफ्रीका में हम अभी तक सीरीज नहीं जीत पाए हैं। यह याद रखना जरूरी है कि दक्षिण अफ्रीका को उसकी धरती पर हराना कभी आसान नहीं रहा है। लेकिन हमारे पास पर्याप्त संसाधन हैं। हमेशा की तरह भारतीय टीम को मेरा पूरा सपोर्ट रहेगा।

भारत और दक्षिण अफ्रीका के बीच पहला टेस्ट सेंचुरियन के सुपरस्पोर्ट पार्क में खेला जाएगा। इसके बाद दूसरा और तीसरा टेस्ट क्रमशः जोहान्सबर्ग और केपटाउन में खेले जाएंगे। भारतीय टीम इसके बाद 19 जनवरी से तीन मैचों की वनडे सीरीज भी खेलेगी। भारत ने 1992 में डरबन में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ अपना पहला टेस्ट मैच खेला था जबकि हाल में शास्त्री की जगह मुख्य कोच का पद संभालने वाले राहुल द्रविड़ की कप्तानी में टीम ने 2006 में वहां अपना पहला टेस्ट जीता था।

आज का राशिफल

मेषः किसी सज्जन पुरुष की दैवीय बातें आपको संतोष और ढांढस बंधाएंगी। आज घर में किसी बात को लेकर कलह होने की संभावना है।

वृषः अपने काम के लिए दूसरों पर दबाव न डालें। दूसरे लोगों की इच्छाओं और दिलचस्पियों पर भी गौर करें। आज बिना किसी की मदद के ही आप धन कमा पाने में सक्षम होंगे।

मिथुनः थोड़ा विश्राम करें और काम के बीच-बीच में जितना हो सके, उतना आराम करते रहें। अचानक आई जिम्मेदारी आपकी दिन की योजनाओं में बाधा डाल सकती है।

कर्कः अगर आपकी योजना बाहर घूमने-फिरने की है, तो आपका वक्त हंसी-खुशी और सुकून भरा रहेगा। खाली वक्त का सही इस्तेमाल करना आपको सीखना ही होगा।

सिंहः ऊर्जा और उत्साह का अतिरेक आपको घेर लेगा। आज आपको अपनी संतान की वजह से आर्थिक लाभ होने की संभावना नजर आ रही है।

कन्याः प्यार, उम्मीद, सहानुभूति, आशावादिता और निष्ठा जैसी सकारात्मक भावनाओं को अपनाने के लिए खुद को प्रोत्साहित करें।

तुलाः आपका तल्ख बर्ताव जीवनसाथी के साथ आपके संबंधों में तनाव डाल सकता है। आपके भाई-बहनों में से कोई आज आपसे पैसे उधार मांग सकता है।

वृश्चिकः अच्छी सेहत के लिए दूर तक पैदल घूमें। आर्थिक जीवन की स्थिति आज अच्छी नहीं कही जा सकती।

धनुः शारीरिक और मानसिक लाभ के लिए ध्यान व योग करना उपयोगी रहेगा। कार्यक्षेत्र में किसी काम के अटकने की वजह से आपका शाम का वक्त खराब हो सकता है।

मकरः आज आपकी सेहत पूरी तरह अच्छी रहेगी। नया रूप-रंग, नए कपड़े, नए यार-दोस्त आज का दिन ख़ास बनाएंगे।

कुंभः गर्भवती महिलाओं को चलते-फिरते समय ख़ास ख़याल रखने की जरूरत है। परिवार के सदस्यों की ज़रूरतों को तरजीह दें।

मीनः आपमें से कुछ लोगों को आज महत्वपूर्ण फैसला लेने के लिए बाध्य होना पड़ सकता है। आज प्यार की कमी महसूस हो सकती है।

सारा के साथ अतरंगी रे के लिए पहली पसंद थे सलमान, दूसरी ऋतिक रोशन

सारा अली खान आनंद एल राय की फिल्म अतरंगी रे को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैं। फिल्म में उनके साथ अक्षय कुमार और साउथ स्टार धनुष नजर आएंगे। फिल्म आज 24 दिसंबर को डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर रिलीज होगी। अब इस फिल्म से जुड़ी एक रोचक जानकारी सामने आई है। ऐसी चर्चा है कि फिल्म के लिए सारा के साथ सलमान खान पहली पसंद थे। दूसरी पसंद के तौर पर ऋ तिक रोशन को प्राथमिकता में रखा गया था।

रिपोर्ट के मुताबिक, अक्षय की जगह अतरंगी रे के लिए सलमान

पहली पसंद थे। एक सूत्र ने कहा, इस फिल्म में एक जादूगर और सारा के प्रेमी की भूमिका निभाने के लिए आनंद के दिमाग में आने वाले पहले अभिनेता सलमान थे। सुपरस्टार को यह कॉन्सेप्ट पसंद आया, लेकिन किन्हीं वजहों से बात आगे नहीं बढ़ पाई। अगर ऐसा होता तो सलमान सारा के साथ रोमांस करते हुए नजर आते।

सूत्र ने बताया कि जीरो के बाद यह दूसरी बार था, जब सलमान को किसी फिल्म के लिए आनंद ने अप्रोच किया था। जीरो 2018 में आई थी, जिसका निर्देशन आनंद ने किया था। इसमें सलमान के साथ शाहरुख खान दिखे थे।

सलमान के बाद अतरंगी रे के लिए दूसरी पसंद थे ऋतिक। सूत्र ने कहा, सलमान की तरह ऋतिक भी हिन्दी सिनेमा के दिग्गज अभिनेताओं में शामिल हैं। उनका भी महिलाओं के बीच अच्छा क्रेज है। आनंद और ऋतिक के बीच कई मुलाकातें हुईं।

बिपाशा बसु के इंस्टाग्राम पर हुएं 10 मिलियन फॉलोवर्स

बॉलीवुड एक्ट्रेस बिपाशा बसु सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती है और अपने एक से एक बेहतरीन लुक से अपने फैंस को रूबरू करवाती रहती है। भले ही एक्ट्रेस ऑनस्क्रीन कम दिखाई देती है, लेकिन सोशल मीडिया पर वे लगातार अपने हुस्न का जलवा बिखेरती रहती है। बिपाशा के इंस्टाग्राम पर 10 मिलियन फॉलोवर्स हो गएं है जिसके लिए उन्होंने अपने फैंस और फॉलोवर्स का धन्यवाद किया है। 10 मिलियन की इंस्टाग्राम फैमिली होने पर बिपाशा ने इसके सेलिब्रेशन की कुछ तस्वीरें शेयर

की है। इन तस्वीरों के साथ उन्होंने लिखा, मुझे प्यार करने के लिए और लगातार मेरे पास अच्छी वाइब भेजने के लिए आप सभी का बहुत-बहुत धन्यवाद। साथ में अब हम 10 मिलियन हो गएं है। आप सभी को बहुत सारा प्यार। इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं कि बिपाशा 10 नंबर का बलून पकड़े कई पोज देते नजर आ रहीं हैं।

मल्टीग्रेन नानखटाई

नानखटाई वैसे तो मैदे की बनती है लेकिन स्वाद के साथ हेल्थ का भी ध्यान रखते हुए एक बार मल्टीग्रेन नानखटाई बनाकर और खाकर देखें।

सामग्री :

मल्टीग्रेन आटा- 1 कप, बेसन- 1/4 कप, सूजी- 1/4 कप, बेकिंग सोडा- 1/4 टीस्पून, बेकिंग पाउडर- 1/4 टीस्पून, पिसी हुई शक्कर- 1 कप, पिघला हुआ घी- 1 कप, नमक- एक चुटकी, इलायची पाउडर- 1 टीस्पून

विधि :

अवन को 100 डिग्री से. पर प्रीहीट कर लें।

एक गहरे, बड़े बर्तन में घी और शक्कर को अच्छी तरह फेंट लें।

एक दूसरे बाउल में बची हुई सारी सामग्री को छानकर मिक्स कर लें।

इसमें घी और शक्कर वाला डालकर आटे की तरह गूंध लें।

15 मिनट तक ढंककर अलग रख दें।

छोटे-छोटे गोले बनाकर चिकनाई लगी बेकिंग ट्रे में रखें।

प्रीहीट अवन में 180 डिग्री से. पर 15 मिनट तक बेक कर लें।

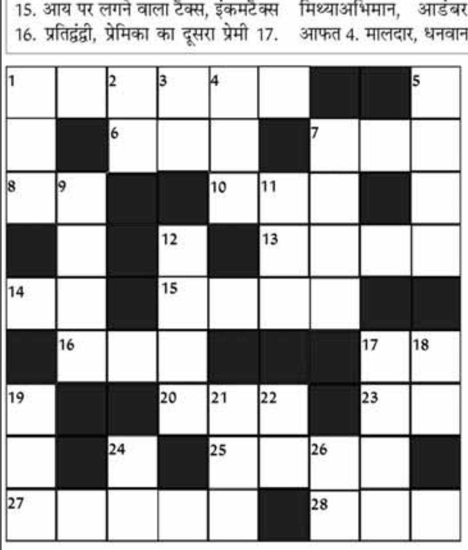
शब्द सामर्थ्य- 299

बाएं से दाएं

1. भारत के वर्तमान वित्तमंत्री 6. हित, उपकार 7. असमान, पूर्वोत्तर का एक राज्य 8. किसी वस्तु व्यक्ति आदि के पहचान सूचक संबोधन का शब्द, संज्ञा 10. शवस्थल पर बनाया गया मकान, योग का अंतिम अंग, तपस्या 13. इंकार करना, ना कहना 14. पिता, क्लर्क, सम्मानीय व्यक्ति 15. आय पर लगने वाला टैक्स, इंकमटैक्स 16. प्रतिद्वंद्वी, प्रेमिका का दूसरा प्रेमी 17. परंपरा, रीति, रिवाज 20. रुप से युक्त, चिह्न, लक्षण, नाटक, एक साहित्यिक अलंकार 23. लोग, प्रजा 25. नामी, नामवर, प्रसिद्ध 27. संसार का स्वामी, बादशाह, सम्राट, ईश्वर 28. फैलाना, खिंचाव पैदा करना।

ऊपर से नीचे

1. मारना, प्रहार करना, आघात करना 2. मिथ्याअभिमान, आडंबर 3. विपत्ति, आफत 4. मालदार, धनवान, अमीर 5. ज्ञान प्राप्त करना, अनुमान लगाना, कल्पना करना 7. हक 9. विवश, लाचार 11. मानकंद, नापने का पैमाना 12. अपमानित और तिरस्कृत 17. संतान उत्पन्न करने की क्रिया, जन्म देने की क्रिया 18. लंबे कपड़े का गट्ठा, पशुओं को रखने की जगह 19. जलयान, वायुयान, जलपोत 21. आश्रय, सहारा 22. थोड़ा, जरा, तनिक 24. जुर्म, गुनाह 26. बाघ की तरह का धारीदार हिंसक एवं विशाल पशु।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 298 का हल

सू-दोकू- 299

	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.298 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