

संपादकीय

सख्ती जायज

ऐसे वक्त में जब कोरोना का नया वैरिएंट देखते ही देखते एक दर्जन से अधिक राज्यों में ढाई सौ से अधिक का आंकड़ा पार कर गया है, कुछ राज्य सरकारों की सख्ती तार्किक नजर आती है। हरियाणा सरकार की पहल स्वागत योग्य है, जिसमें नये साल से बस अड्डों, रेलवे स्टेशनों, एयरपोर्ट, होटलों, रेस्टोरेन्ट्स, शॉपिंग मॉल्स एवं बैंक में बिना कोरोना टीका लगाये लोगों को प्रवेश न करने देने की बात कही गई है। इतना ही नहीं, उनके विरुद्ध कार्रवाई भी होगी और चालान भी किये जायेंगे। उधर पंजाब सरकार ने बिना टीकाकरण प्रमाण-पत्र के सरकारी कर्मियों को वेतन देने से इनकार किया है। यह विडंबना ही है कि पंजाब में 35 लाख लोगों ने दूसरे टीके की तिथि निकल जाने के बाद भी टीका नहीं लगाया। वहीं दिल्ली में भी सख्ती दिखायी जा रही है, जहां हाल ही में कोरोना संक्रमण में खासी तेजी आई है। दिल्ली आपदा प्रबंधन प्राधिकरण ने दिल्ली में क्रिसमस और नवंबर पर भीड़ न जुटने देने का निर्देश दिया है। अजीब विडंबना है कि देश में स्वदेशी टीका तैयार होने और स्वदेश निर्मित टीका सहज-सरलता व मुफ्त उपलब्ध होने के बावजूद लाखों लोग टीका लगाने से परहेज कर रहे हैं। यह जानते हुए भी कि कोविड-19 का वायरस नित नये रूप में सामने आ रहा है। नवंबर के मध्य में दक्षिण अफ्रीका में वैज्ञानिकों को मिले ओमीक्रोन वायरस में इतने अधिक परिवर्तन देखने को मिले कि दुनिया हैरत में पड़ गई। इस वायरस के स्पाइक प्रोटीन में ऐसे म्यूटेशंस देखने को मिले, जो पहले नहीं देखे गये थे। इस वायरस का तीन हफ्ते में ही सत्र से अधिक देशों में फैलना इसकी तीव्र संक्रमण दर को ही दर्शाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने बी-1.1.529 वैरिएंट को चिंता का विषय बताया है, जो डेल्टा वैरिएंट से अधिक संक्रामक है। हालांकि, इसकी घातकता के बारे में अभी ठीक-ठीक कहना जल्दबाजी होगी। ऐसे में कोविड संक्रमण से बचाव के लिये हमारा सतर्क व्यवहार ही एकमात्र दवा है। कहना कठिन है कि लगायी गई वैकसीन किस हद तक इस नये वैरिएंट से इम्युनिटी प्रदान करती है।

इस नये वैरिएंट की तीव्र संक्रमण गति को देखते हुए केंद्र सरकार ने बृहत्पतिवार को बुलाई गई आपातकालीन बैठक में इस चुनौती से मुकाबले के लिये राज्यों व केंद्रशासित प्रदेशों को नये दिशा-निर्देश दिये, जिसमें भीड़-भाड़ वाले आयोजनों पर रोक लगाने और स्थानीय स्तर पर नाइट कर्फ्यू लगाने की सलाह दी गई है। केंद्र महसूस कर रहा है कि संपूर्ण लोकडॉउन अर्थव्यवस्था के लिये घातक साबित हो सकता है। यही वजह है कि पर्व व त्योहारों के मद्देनजर ज्यादा तर्कवत्ता बरतने को कहा गया है। कोरोना संक्रमण के मामलों में तेजी आने पर कंटेनमेंट और बफर जोन तय करने, टेस्टिंग व सर्विलांस पर ध्यान केंद्रित करने, आईसीएमआर तथा स्वास्थ्य मंत्रालय के दिशा-निर्देशों का पालन करने को कहा गया है, जिसके अंतर्गत टेस्टिंग बढ़ाने और घर-घर संक्रमितों के संपर्क मामलों की तलाश करने को कहा गया है। साथ ही आरटीपीसीआर टेस्ट बढ़ाने, अस्पतालों में बेड, एंबुलेंस तथा स्वास्थ्य उपकरणों की पर्याप्त संख्या सुनिश्चित करने को कहा गया है। दूसरी लहर के दौरान ऑक्सिजन व दवाओं के संकट से सबक लेते हुए ऑक्सिजन का बफर स्टॉक बनाने को कहा है। साथ ही तीस दिन की दवाओं का स्टॉक जमा करने के निर्देश दिये गये हैं। इसके अलावा राज्य प्रशासन से सौ फीसदी टीकाकरण के लक्ष्य को सुनिश्चित करने पर बल दिया गया है। दरअसल, कुछ राज्यों में अगले साल होने वाले विधानसभा चुनाव के मद्देनजर टीकाकरण तेजी से पूरा करने को कहा गया है। इसके अलावा जिन जनपदों में कम टीकाकरण हुआ है, वहां ओमीक्रोन वैरिएंट के खतरे को देखते हुए टीकाकरण में सख्ती बरतने को कहा गया है। निरसंदेह, तीसरी लहर की आशंकाओं के मद्देनजर सरकार और नागरिकों के स्तर पर सजग व जिम्मेदार व्यवहार अपेक्षित है। हमें पहली-दूसरी संक्रमण की लहर की त्रासदी से सबक लेकर तैयारी करनी चाहिए। कोशिश हो कि जनव्र की हानि को टाला जाये। तभी हम जल्दी सामान्य जीवन की ओर अग्रसर हो सकेंगे।

तापसी पन्नू की फिल्म लूप लपेटा नेटफिलक्स पर होगी रिलीज

तापसी पन्नू बॉलीवुड की बोल्लड हिरोइन मानी जाती हैं। फिल्मों में ही नहीं, बल्कि असल जिंदगी में भी वह निर्भीक और साहसी हैं। यही वजह है कि दर्शक उन्हें खूब प्यार देते हैं। पिछले कुछ समय से वह अपनी फिल्म लूप लपेटा को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैं। हाल में ऐसी खबरें आई थीं कि यह फिल्म ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज होगी। अब जानकारी सामने आई है कि लूप लपेटा स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म नेटफिलक्स पर आएगी।



मीडिया हैंडल पर इस संबंध में जानकारी दी है। नेटफिलक्स ने टीजर वीडियो जारी करते हुए फिल्म की डिजिटल रिलीज के बारे में दर्शकों को अवगत कराया है। नेटफिलक्स ने अपने टिवटर पोस्ट में लिखा, हम मुश्किल से अपने उत्साह को रोक पा रहे हैं। हम यह कहने जा रहे हैं कि तापसी

कोविड का उच्च आय वर्ग की वित्तीय सेहत पर न के बराबर पड़ा असर

नई दिल्ली । व्यक्तिगत आयकर वसूली के आंकड़ों के अनुसार कोविड-19 महामारी का देश के अमीर लोगों के वित्तीय स्वास्थ्य पर बहुत कम असर रहा। सरकारी आंकड़ों के अनुसार वित्त वर्ष 2020-21 में व्यक्तिगत आयकर वसूली 4.69 लाख करोड़ रुपये रही जो वित्त वर्ष 2019-20 की 4.80 लाख करोड़ रुपये की तुलना में केवल 2.3 प्रतिशत रही। वर्ष 2018-19 में व्यक्तिगत आयकर की वसूली 4.61 लाख करोड़ रुपये थी। इन्हें ब्याज, वेतनेतर आय और आय तथा व्यय पर कर भी शामिल है।



गौरतलब है कि भारत में कोरोना वायरस संक्रमण की महामारी फैलने पर सरकार ने मार्च 2020 के उत्तरार्ध में लोगों की आवाजाही पर सख्त पाबंदियां लगा दी थीं। वित्त वर्ष 2020-21 में कोरोना का पूरी अर्थव्यवस्था पर गंभीर

प्रभाव पड़ा था और देश का सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) एक साल पहले की तुलना में 7.3 प्रतिशत गिर गया था। ग्रांट थॉर्टन एडवाइजरी प्रा लि के रियाज ठिगना ने कहा, इस दौरान उच्च आय वर्ग की अपेक्षा निम्न आय वर्ग के लोगों की नौकरियां ज्यादा गयीं। दूसरे, कोविड के दौरान दूरसंचार, सूचना प्रौद्योगिकी और औषधि क्षेत्र ने न केवल होटल/पर्यटन क्षेत्र में हुए नुकसान की भरपायी की बल्कि और भी अच्छा प्रदर्शन किया था। इस दौरान सरकार ने प्रत्यक्ष कर राजस्व को बचाने के लिए कई कद

उठाए। वसूली सुधरने और स्वैच्छिक तरीके से अनुपालन बढ़ाने, करापवंचन को रोकने तथा डिजिटल लेन-देन बढ़ाने तथा कराधार में विस्तार के उपायों से कर वसूली में सुधार हुआ। अनुपालन बढ़ाने के लिए करदाताओं को पहले से भरे आयकर विवरण फार्म भेजे जा रहे हैं। देश की 130 करोड़ से अधिक की आबादी में अभी केवल करीब 1.5 करोड़ लोग ही आयकर चुकाते हैं। इस समय वार्षिक 2.5 लाख रुपये तक की आय को कर से छूट मिली है। कोविड के दौरान जिन लोगों की नौकरियां गयीं, उनमें ज्यादातर इसी आय वर्ग के थे।

भारत ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी का फैसला किया

संचुरियन । भारतीय कप्तान विराट कोहली ने तीन मैचों की श्रृंखला के पहले टेस्ट में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ रविवार को यहां टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी का फैसला किया। भारत पांच गेंदबाजों के साथ उतरा है। जसप्रीत बुमराह, मोहम्मद शमी और मोहम्मद सिराज के अलावा आलराउंडर के रूप में शार्दूल ठाकुर टीम में लिये गये हैं। रविचंद्रन अश्विन स्पिन विभागा की जिम्मेदारी संभालेंगे। श्रेयस अय्यर की फॉर्म पर



अजिंक्य रहाणे के अनुभव को प्राथमिकता दी गयी है। रहाणे और तेज गेंदबाजी आलराउंडर ठाकुर की टीम में वापसी हुई है। दक्षिण अफ्रीका ने बायें हाथ के तेज गेंदबाज मार्को जेनसन को पदार्पण का मौका दिया है।

439 बुनियादी ढांचा परियोजनाओं की लागत 4.38 लाख करोड़ रुपये बढ़ी

नईदिल्ली । सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय की एक रिपोर्ट के मुताबिक 150 करोड़ रुपये या उससे अधिक निवेश वाली कम से कम 439 बुनियादी ढांचा परियोजनाओं की लागत में कुल 4.38 लाख करोड़ रुपये से अधिक की वृद्धि हुई है। सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय 150 करोड़ रुपये और उससे अधिक की बुनियादी ढांचा परियोजनाओं की निगरानी करता है। ऐसी 1,679 परियोजनाओं में से 439 परियोजनाओं ने लागत में वृद्धि



की सूचना दी और 541 परियोजनाओं में देरी हुई। मंत्रालय की नवंबर 2021 के लिए ताजा रिपोर्ट में कहा गया, '1,679 परियोजनाओं के कार्यान्वयन की कुल मूल लागत 22,29,544.27 करोड़ रुपये थी और अब उनके पूरा होने की अनुमानित लागत 26,67,593.85 करोड़ रुपये है, जो 4,38,049.58 करोड़ रुपये (मूल लागत का



आरबीएल बैंक के एमडी, सीईओ विश्ववीर आहूजा ने पद छोड़ा

नईदिल्ली । आरबीएल बैंक के प्रबंध निदेशक (एमडी) एवं मुख्य कार्यकारी अधिकारी (सीईओ) विश्ववीर आहूजा ने अपना पद छोड़ दिया है। इसके अलावा भारतीय रिजर्व बैंक ने अपने मुख्य महाप्रबंधक योगेश के दयाल को आरबीएल बैंक के बोर्ड में अतिरिक्त निदेशक के रूप में नियुक्त किया है। आरबीएल बैंक ने शेयर बाजार को बताया कि बैंक के बोर्ड ने 'विश्ववीर आहूजा के तत्काल प्रभाव से पद छोड़ने के अनुरोध' को स्वीकार कर लिया है।

वित्त वर्ष 21 में व्यक्तिगत आयकर संग्रह में 2.3 प्रतिशत की आई कमी

नई दिल्ली। वित्त वर्ष 21 में व्यक्तिगत आयकर संग्रह 4.69 लाख करोड़ रुपये रहा है जो इससे पिछले वित्त वर्ष के 4.80 लाख करोड़ रुपये की तुलना में 2.3 प्रतिशत कम है। सरकारी आंकड़ों के अनुसार वित्त वर्ष 19 में व्यक्तिगत आयकर संग्रह 4.61 लाख करोड़ रुपये, वित्त वर्ष 20 में 4.80 लाख करोड़ रुपये और वित्त वर्ष 21 में यह 4.69 लाख करोड़ रुपये रहा है। आयकर संग्रह में ब्याज कर, फिंज लाभ कर,

आय और व्यय कर शामिल है। सरकार ने प्रत्यक्ष कर राजस्व को लेकर कई कदम उठाये हैं ताकि कर संग्रह में बढोत्तरी होने के साथ ही करदाता आधार भी बढे और स्वैच्छिक तौर पर अनुपालनों को बढ़ावा मिल सके। इसके अतिरिक्त डिजिटल लेनदेन को भी बढ़ावा देने के साथ ही कर चोरी पर भी लगाव लगाने की कोशिश की है। वित्त मंत्रालय ने लोगों को रिटर्न दाखिल करने को सुमम बनाने के उद्देश्य से नया रिटर्न पोर्टल शुरू

किया है जिसमें पहले से भरा हुआ फार्म है और संबंधित व्यक्ति के सारे वित्तीय आंकड़े में उसमें होते हैं। सरकारी आंकड़ों के अनुसार चालू वित्त वर्ष में गत सात दिसंबर में 3.61 लाख करोड़ रुपये के व्यक्तिगत आयकर राजस्व मिला है। सरकार की बुहत कोशिशों और कर चोरी रोकने के उपायों के बावजूद करीब 140 करोड़ की आबादी वाले इस देश में मात्र 1.5 करोड़ लोग ही आयकर दे रहे हैं।

स्वास्थ्य के लिए मुसीबत बन सकता है अंगूर का अधिक सेवन, हो सकती है ये समस्याएं

स्वास्थ्य के लिए अंगूर का सेवन काफी लाभदायक माना जाता है क्योंकि ये एंटी-ऑक्सिडेंट गुणों के साथ-साथ कई जरूरी पोषक तत्वों समृद्ध होते हैं। हालांकि, अंगूर का अधिक सेवन स्वास्थ्य को प्रभावित करने का कारण बन सकता है, इसलिए सीमित मात्रा में ही इनका सेवन करना उचित है। दरअसल, अंगूर का अधिक सेवन कई समस्याओं का कारण बन सकता है। आइए जानते हैं कि अंगूर के अधिक सेवन से कौन-कौन सी समस्याएं हो सकती हैं।



गर्भावस्था में पहुंचा सकते हैं नुकसान- गर्भावस्था के दौरान महिलाओं के लिए भी अंगूर का अधिक सेवन नुकसानदायक है। इसका मुख्य कारण है कि अंगूर में फिनोलिक यौगिक मौजूद होते हैं, जिनकी अधिक मात्रा से गर्भवती महिला और होने वाले शिशु के स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती है।

त्वचा पर हो सकती है एलर्जी- जैसे तो अंगूर के सेवन से शरीर के साथ-साथ त्वचा को कई तरह के लाभ मिल सकते हैं, लेकिन अगर आप इनका अधिक सेवन करते हैं तो इससे त्वचा को फायदे की बजाय नुकसान पहुंच सकता है। दरअसल, अंगूर के अधिक सेवन से त्वचा पर सूजन, खुजली और रैशज आदि समस्याएं हो सकती हैं। इसलिए अंगूर का सेवन हमेशा सीमित मात्रा में ही करें। बता दें कि रोजाना एक कटोरी अंगूर का सेवन करना सुरक्षित है।

बढ़ सकता है वजन- अंगूर का अधिक सेवन बढ़ते वजन का कारण बन सकता है और इसकी मुख्य वजह इसमें मौजूद कैलोरी है। इस समस्या को सामान्य न समझें क्योंकि यह शरीर को कई अन्य बीमारियों का घर बना सकती है। इसलिए रोजाना सीमित मात्रा में ही अंगूर का सेवन करें। जैसे कभी-कभी कुछ शारीरिक समस्याओं के कारण भी लोगों का वजन बढ़ने लगता है, इसलिए बढ़ते वजन की समस्या की अबतक वजह जानने के लिए डॉक्टर से संपर्क करें।

विजय देवरकोंडा के साथ काम करना चाहती हैं सारा अली खान

सारा अली खान आनंद एल राय की फिल्म अतरंगी रे को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैं। फिलहाल वह अपनी इस फिल्म के प्रमोशन में व्यस्त हैं। फिल्म में उनके साथ अश्वय कुमार और साउथ सुपरस्टार धनुष नजर आएंगे। इस फिल्म में वह पहली बार किसी साउथ स्टार के अपोजिट भूमिका निभा रही हैं। अब उन्होंने एक इंटरव्यू में बताया है कि वह साउथ के एक और दिग्गज अभिनेता विजय देवरकोंडा के साथ काम करना चाहती हैं। सारा ने बताया कि वह दक्षिण



भारतीय अभिनेता विजय के साथ काम करना चाहती हैं। जब उनसे पूछा गया कि क्या वह धनुष के बाद किसी अन्य साउथ अभिनेता के साथ काम करना चाहेंगी। इसका जवाब देते हुए अभिनेत्री सारा ने कहा, मैं विजय के साथ काम करना चाहूंगी। वह एक महान और कूल इंसान हैं।

बनाएं मजेदार चना दाल वड़ा करी

सामग्री :
वड़ा बनाने के लिए- चना दाल- 1 कप, साबूत लाल मिर्च- 4, सौंफ- 1 टीस्पून, नमक- 1 टीस्पून करी तैयार करने के लिए- तेल- 2 टेबलस्पून, करी पत्ता- 6-8, दालचीनी- 1 टुकड़ा, इलायची- 1 छोटी, लींग- 4, तेजपत्ता- 1, जीरा- 1 टीस्पून, प्याज बारीक कटे हुए- 2, टमाटर बारीक कटे हुए- 3, अदरक-लहसुन का पेस्ट- 1 टीस्पून, लाल मिर्च पाउडर- 1 1/2 टीस्पून, धनिया पाउडर- 1 टीस्पून, हल्दी पाउडर- 1/2 टीस्पून, पुदीने की पत्तियां बारीक कटी हुई- 1/2 मुट्ठी, धनिया की पत्तियां, बारीक कटी हुई- 1 मुट्ठी, नमक, स्वादानुसार



हैं या नहीं, इसकी जांच आप उसमें चाकू घुसाकर कर सकते हैं। चाकू की नोक साफ-सुथरी है इसका मतलब वड़े तैयार हैं और अगर नोक पर पेस्ट लगा हुआ है तो थोड़ी देर और टुकड़े कर लें। करी बनाने के लिए एक पैन में तेल गरम करें। उसमें जीरा, हींग, लींग, इलायची, दालचीनी, करी पत्ता और तेजपत्ता डालकर तड़का लगाएं। बारीक कटा हुआ प्याज डालकर सुनहरा होने तक भूनें। अदरक-लहसुन का पेस्ट डाल इसे भी खुशबू आने तक भून लें। अब बारी है टमाटर, लाल मिर्च, धनिया पाउडर और हल्दी पाउडर डालने की। जिसे आपको टमाटर के गलने तक पकाना है। नमक और आवश्यकतानुसार पानी डालें और ढक्कर 5 मिनट तक पकाएं। तैयार वड़ों को अब इसमें डालें और 10 मिनट तक धीमी आंच पर पकाएं। करी हल्की गाढ़ी हो जाए तो इसका मतलब करी तैयार है। धनिया डालकर रोटी या चावल जिस किसी के भी साथ एंजॉय करें।

शब्द सामर्थ्य- 301

बाएं से दाएं

- घुमाव-फिराव वाला, आड़ा-तिरछा, जो कठिन हो
- कुशलता, दक्षता, विशेषज्ञता
- लोग, प्रजा
- सीता, जनकनंदनी
- सुंदर, कामना करने योग्य
- क्रोधपूर्वक बोलने को उद्यत होना, जोश में आना, क्रोधातिरेक
- चेहरे का लाल होना
- परिश्रम
- गलत, गलत, गलत
- पुत्र, बेटा
- दवाव, भार, वजन
- हद, मर्यादा
- प्रमाण-पत्र, प्रमाणिक कथन या बात
- पछताना (मुहा.)
- अनुचित मिश्रण, मिलावट
- दु. विफल, बेहोश, बौखलाया हुआ

ऊपर से नीचे

- सहारा, आश्रय, प्रतिज्ञा, संकल्प
- परिश्रम
- गलत, गलत, गलत
- पुत्र, बेटा
- दाम
- कपड़े
- का मोटा परदा
- संदेश भेजना, उच्चारण कराना, कहलवाना
- मृतकों को जीवित और रोगियों को स्वस्थ कर देने वाला व्यक्ति, प्रेमपात्र की संज्ञा
- दने की क्रिया, खैरात
- कुमार्गी, दुराचारी
- मस्तक, माथा, ललाट
- प्रश्न, समस्या
- सहायता, सहाय
- पशुओं को खिलाने वाली हरी पत्तियां, तृण, तिनका

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 300 का हल

| | | | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|------|---|----|----|
| ज | द | दो | जे | ह | द | स | पू | त |
| ल | ब | ल | वा | न | | | | द |
| म | ह | क | खा | म | खा | | | बी |
| न | त | ल | ना | स | फ | र | | |
| म | रा | | | ना | टा | | | |
| हि | स | | | | फ | न | | |
| ला | ज | वा | ब | म | ट | र | | |
| मां | ग | सं | त | ति | भ | | | |
| मा | त | ह | त | प | क्षी | | | |

सू-दोकू- 301

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

नियम

- कुल 81 खंड हैं, जिसमें प्रश्नों का एक खंड बनाता है।
- हर खाली वर्ग में 1 से 9 के बीच का कोई एक अंक रखा जा सकता है।
- बाएं से दाएं और ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम, कतार और खंड में 1 से 9 तक के अंक एक बार ही कर सकते हैं।

सू-दोकू क्र.300का 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 |