दैनिक
न्याय साक्षी

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

रायगढ़, रविवार, 06 फरवरी 2022
www.nyaysakshi.com

संपादकीय

गुणवान अनाज

यूं तो केंद्र सरकार के आगामी वित्तीय वर्ष के बजट में किसानों के लिये कई बड़ी घोषणाएं की गयी हैं जिनमें एमएसपी के लिये एकमुश्त रकम तय करने, 1208 मीट्रिक टन गेहूं-धान खरीदने, प्राकृतिक खेती विकसित करने के लिये राज्यों व एमएसएमई की भागीदारी बढ़ाने, ड्रोन का उपयोग बढ़ाने, केन-बेतवा लिंक योजना से सिंचाई का दायरा बढ़ाने, रेलवे की मदद से लॉजिस्टिक विकसित करने जैसी घोषणाएं शामिल हैं। लेकिन एक घोषणा ने देश का ध्यान खींचा, वह है इस साल को मोटा अनाज वर्ष के रूप में मनाया जाना। दरअसल, सदियों से भारत में मोटे अनाज का उत्पादन होता रहा है। इसकी वजह यह कि इसकी उत्पादन लागत कम होती है। अधिक तापमान में खेती संभव है। इसमें सिंचाई के लिये पानी की कम खपत होती है। साथ ही कम उपजाऊ भूमि में इसका उत्पादन हो सकता है। इसके अलावा कीटनाशकों की कम जरूरत होती है और किसान रासायनिक खादों से परहेज करते हुए कंपोस्ट खाद से भी इसका उत्पादन कर सकते हैं। दरअसल, केंद्र सरकार ने वर्ष 2018 में इस दिशा में पहल की थी जिसके उपरांत मोटे अनाज का उत्पादन जो वर्ष 2017-18 में 164 लाख टन था, वह वर्ष 2020-21 जून-जुलाई में बढ़कर 176 लाख टन हो गया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का इस मुद्दे पर विशेष ध्यान रहा और उन्होंने वैश्विक स्तर पर भी प्रयास किये। यह भारत के प्रयासों की बड़ी कामयाबी है कि संयुक्त राष्ट्र महासभा ने भारत के प्रस्ताव को सर्वसम्मति से स्वीकार करते हुए वर्ष 2023 को मोटे अनाज का अंतर्राष्ट्रीय वर्ष घोषित किया है। दरअसल,मोटे अनाज में बाजरा, ज्वार, जौ, कोदो आदि फसलें आती हैं। इस प्रस्ताव को दुनिया के 70 देशों का समर्थन मिला है। निस्संदेह यह इन फसलों के पारिस्थितिकीय लाभ को प्रोत्साहित करने की ओर सार्थक कदम है। इस पहल से न केवल खाद्य सुरक्षा व किसानों के कल्याण को प्रोत्साहन मिलेगा बल्कि यह कृषि वैज्ञानिकों और स्टार्ट-अप समूहों के लिये शोध व नवोन्मेष के रास्ते खोलता है। निस्संदेह, वर्ष 2023 को अंतर्राष्ट्रीय मोटा अनाज वर्ष घोषित करने से अंतर्राष्ट्रीय बाजार में भारतीय किसानों के लिये नये अवसर विकसित होते हैं। देश के संदर्भ में यह इसलिए भी महत्वपूर्ण है कि इनकी पौष्टिकता की संभावनाओं से लोगों के स्वास्थ्य की भी रक्षा होती है। जाहिरा तौर पर परंपरागत फसलों से अधिक कीमत होने के कारण बाजार में ज्वार-बाजरा जैसे मोटे अनाज की मांग बढ़ेगी। इन फसलों के उत्पादन में पानी, रासायनिक खाद व कीटनाशकों की खपत कम होने से किसान की लागत घटेगी। कम उपजाऊ मिट्टी में इन फसलों की खेती की जा सकती है। इतना ही नहीं, ग्लोबल वार्मिंग संकट के चलते मौजूदा फसलों पर जो खतरा मंडरा रहा है, उसे भी कम किया जा सकेगा। बशर्ते अनाज विपणन, भंडारण और आपूर्ति श्रृंखला की विसंगितियों को दूर किया जाए। देश के कृषि व खाद्य प्रसंस्करण उद्योग को भी इस दिशा में पहल करनी चाहिए। दरअसल, हरित क्रांति के बाद खेती-किसानी के तौर-तरीके बदले और कृषि गेहूं-धान पर केंद्रित हो गई। इसका एक कारण इन फसलों को मिलने वाले न्यूनतम समर्थन का भरोसा भी रहा। देश में संपन्नता आने से लोगों की खानपान की आदतों में भी बदलाव आया जिससे परंपरागत फसलें हाशिये पर चली गईं। दरअसल, आज देश में लोगों को मोटे अनाज से होने वाले स्वास्थ्य लाभ के बारे में जागरूक करने की जरूरत भी है। देश के संभ्रांत वर्ग व विदेशों में मोटे अनाज को 'स्मार्ट फूड' के तौर पर देखा जा रहा है। ये किसान व खाने वाले की सेहत के लिये फायदेमंद हैं। विशेषज्ञ बता रहे हैं कि इनमें पौष्टिक तत्व अधिक होते हैं। अध्ययनों के मुताबिक, कोदो व बाजरा मधुमेह को नियंत्रित करने में मददगार होते हैं और कोलेस्ट्रॉल स्तर सुधारते हैं।

अमेज़ॉन ने हासिल किया 1 दिन का सबसे बड़ा उछाल, 190 बिलियन डॉलर के पार पहुंची कंपनी

नईदिल्ली । फेसबुक के मालिक मेटा प्लेटफॉर्म्स को एक अमेरिकी कंपनी के इतिहास में शेयर बाजार मूल्य का सबसे गहरा नुकसान झेलने के एक दिन बाद, अमेज़ॉन ने मूल्य में अब तक की सबसे बड़ी एक दिवसीय वृद्धि दर्ज की। ऑनलाइन रिटेल और क्लाउड कंप्यूटिंग की दिग्गज कंपनी के शेयरों में 13.5 प्रतिशत की वृद्धि हुई, इसकी त्रैमासिक रिपोर्ट के बाद, व्यापार के अंत तक इसके बाजार पूंजीकरण में लगभग 190 बिलियन डॉलर (लगभग 14,18,200 करोड़ रुपये) का विस्तार हुआ।

रिफाइनिटिव डेटा के अनुसार, आईफ़ोन निर्माता की अपनी ब्लॉकबस्टर तिमाही रिपोर्ट के बाद 28 जनवरी को शेयर बाजार मूल्य में एप्पल के रिकॉर्ड $ 181 बिलियन (लगभग 13,51,000 करोड़ रुपये) के रिकॉर्ड को पीछे छोड़ दिया।

अमेजन का मूल्य अब लगभग 1.6 ट्रिलियन डॉलर (लगभग 1,41,82060 करोड़ रुपये) है। मेटा प्लेटफॉर्म्स के शेयर में 0.3 फीसदी की गिरावट के साथ इसका मूल्य करीब 660 अरब डॉलर (करीब 49,26,400 करोड़ रुपये) था।

कंपनी द्वारा गुरुवार की देर रात उम्मीद से बेहतर मुनाफे की रिपोर्ट के बाद अमेज़ॉन के शेयरों में उछाल आया और कहा कि वह अपने वार्षिक यूएस प्राइम सब्सक्रिप्शन की कीमत में 17 प्रतिशत की बढ़ोतरी कर रही है।

अमेज़ॉन का उछाल एक दिन बाद आता है जब मेटा प्लेटफ़ॉर्म के शेयर बाजार मूल्य में 200 बिलियन डॉलर (लगभग 14,92,800 करोड़ रुपये) से अधिक की गिरावट आई है, जो सोशल मीडिया दिग्गज द्वारा निराशाजनक पूर्वानुमान जारी करने के बाद एक अमेरिकी कंपनी के लिए एक दिन का सबसे बड़ा नुकसान है।

2021 में पोस्ट-लॉकडाउन ब्लूज़ से लडने के बाद, हमारा मानना है कि अमेज़ॉन की किस्मत में सुधार की क्षमता है क्योंकि 2022 सामने आता है, मॉन्नेस क्रेस्पी हार्ड्ट के विश्लेषक ब्रायन व्हाइट ने एक शोध नोट में लिखा है। अमेज़ॉन इस संकट से बाहर निकलने के लिए विशिष्ट रूप से त्वरित डिजिटल परिवर्तन के सबसे बड़े लाभार्थियों में से एक के रूप में स्थित है।

खुदरा निवेशक मुनाफा लेने के लिए अमेजन की रैली का इस्तेमाल करते दिखाई दिए। फिडेलिटी की वेबसाइट के आंकड़ों से पता चला है कि शुक्रवार को अमेज़ॉन अपने ग्राहकों के बीच सबसे अधिक कारोबार वाला स्टॉक था, जिसमें बिक्री के आदेश दो से एक से अधिक खरीद ऑर्डर से अधिक थे।

अमेज़ॉन के मूल्य में वृद्धि के आकार ने एटी एंड टी, मॉर्गन स्टेनली और नेटफ्लिक्स सहित कंपनियों के बाजार पूंजीकरण को ग्रहण किया।

अमेजन के शेयर की कीमत जुलाई में अपने रिकॉर्ड उच्च $ 3,731.41 (लगभग 2,78,500 रुपये) से लगभग 15 प्रतिशत नीचे है।

एसबीआई का तीसरी तिमाही में शुद्ध लाभ 62 प्रतिशत बढक़र 8,432 करोड़ रहा

नईदिल्ली। देश के सबसे बड़े कर्जदाता भारतीय स्टेट बैंक (एसबीआई) का चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही में एकल आधार पर शुद्ध लाभ 62 प्रतिशत बढक़र 8,432 करोड़ रुपये रहा। एसबीआई ने शनिवार को शेयर बाजार को दी गई एक नियामकीय सूचना में कहा कि अक्टूबर-दिसंबर 2021 तिमाही का शुद्ध लाभ उसका अब तक का सर्वाधिक तिमाही लाभ है। एक साल पहले की समान तिमाही में उसका शुद्ध लाभ 5,196 करोड़ रुपये रहा था। इस तरह सालाना आधार पर उसका शुद्ध लाभ तीसरी तिमाही में 62.27 प्रतिशत बढ़ गया।

बैंक ने कहा कि 31 दिसंबर 2021 को समाप्त तिमाही में उसकी कुल आय भी बढक़र 78,352 करोड़ रुपये हो गई। अक्टूबर-दिसंबर 2020 की तिमाही में यह 75,981 करोड़ रुपये रही थी।

समेकित आधार पर एसबीआई समूह का शुद्ध लाभ दिसंबर 2021 तिमाही में 51 प्रतिशत बढक़र 9,692 करोड़ रुपये हो गया जबकि एक साल पहले की समान अवधि में यह 6,402 करोड़ रुपये रहा था।

चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही में एसबीआई की परिसंपत्ति गुणवत्ता भी बेहतर हुई है। सकल गैर-निष्पादित परिसंपत्तियां (एनपीए) घटकर 4.5 प्रतिशत रह गईं जबकि एक साल पहले की समान अवधि में यह 4.77 प्रतिशत थी।

हालांकि शुद्ध एनपीए में थोड़ी बढ़ोतरी दर्ज की गई है। वर्ष 2020-21 की तीसरी तिमाही में यह 1.23 प्रतिशत था जो चालू वित्त वर्ष की समान तिमाही में बढक़र 1.34 प्रतिशत हो गया।

कर एवं आकस्मिक व्यय को छोडक़र अन्य प्रावधान भी इस तिमाही में घटकर 6,974 करोड़ रुपये हो गया। एक साल पहले की समान अवधि में यह 10,342 करोड़ रुपये था। बैंक का प्रावधान कवरेज अनुपात (पीसीआर) 88.32 प्रतिशत रहा।

पेटीएम का दिसंबर तिमाही में घाटा बढक़र 778 करोड़ रुपये हुआ

नईदिल्ली। डिजिटल भुगतान एवं वित्त सेवा कंपनी पेटीएम की मूल कंपनी वन97 कम्युनिकेशंस का एकीकृत घाटा चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही में बढक़र 778.5 करोड़ रुपये हो गया।

पेटीएम ने शुक्रवार रात शेयर बाजार को दी जानकारी में कहा कि इससे पिछले वित्त वर्ष की अक्टूबर-दिसंबर तिमाही में उसका शुद्ध घाटा 535.5 करोड़ रुपये रहा था।

वही अक्टूबर-दिसंबर 2021 तिमाही के दौरान कंपनी का एकीकृत परिचालन राजस्व करीब 88 प्रतिशत बढक़र 1,456 करोड़ रुपये हो गया। एक साल पहले की समान अवधि में यह 772 करोड़ रुपये रहा था। पेटीएम ने कहा, चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही में सालाना आधार पर कंपनी का एकीकृत परिचालन राजस्व 89 प्रतिशत बढ़ गया और दूसरी तिमाही की तुलना में यह 34 प्रतिशत बढक़र 1,456 करोड़ रुपये हो गई। मर्चेंट भुगतान में दर्ज की गई वृद्धि से परिचालन राजस्व बढ़ा।

एलआईसी ने व्यपगत पॉलिसी को दोबारा चालू कराने का दिया मौका

मुंबई । सार्वजानिक क्षेत्र की बीमा कंपनी भारतीय जीवन बीमा निगम (एलआईसी) ने व्यपगत (लैप्स) हो चुकी व्यक्तिगत बीमा पॉलिसी को फिर से सक्रिय करने के लिए एक अभियान शुरू किया है।

एलआईसी ने शनिवार को एक विज्ञप्ति में कहा कि प्रीमियम भुगतान अवधि के दौरान व्यपगत हो चुकी जिन पॉलिसी की परिपक्वता अवधि पूरी नहीं हुई है, उन्हें इस अभियान में फिर से चालू कराया जा सकता है। यह अभियान सात फरवरी को शुरू होकर 25 मार्च, 2022 तक चलेगा।

बीमा कंपनी ने कहा, कोविड-19 महामारी ने बीमा सुरक्षा की आवश्यकता पर जोर दिया है और यह अभियान एलआईसी के पॉलिसीधारकों के लिए अपनी पॉलिसी को फिर से सक्रिय करने का एक अच्छा अवसर है।

एलआईसी ने कहा कि व्यपगत हो चुकी पॉलिसी को फिर से सक्रिय करने पर लगने वाले शुल्क में छूट भी दी जा रही है। हालांकि टर्म प्लान एवं उच्च जोखिम वाली बीमा योजनाओं पर यह छूट नहीं मिलेगी।

इसके अलावा पॉलिसी को फिर से सक्रिय करने के लिए जरूरी चिकित्सकीय रिपोर्ट में कोई राहत नहीं दी जाएगी। लेकिन स्वास्थ्य एवं सूक्ष्म बीमा योजनाओं में देरी से प्रीमियम चुकाने पर लगने वाले शुल्क में छूट मिलेगी।

इस अभियान के तहत पांच साल से प्रीमियम भुगतान नहीं की गई पॉलिसी को भी सक्रिय किया जा सकता है।

वृद्धि को गति देने के लिए कंपनी जगत निवेश बढ़ाए: सीतारमण

नईदिल्ली। वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने शनिवार को भारतीय कंपनी जगत से अर्थव्यवस्था में निवेश का अनुरोध करते हुए कहा कि निवेश से वृद्धि का गुणवत्तापूर्ण चक्र शुरू होगा।

सीतारमण ने भारतीय उद्योग परिसंघ (सीआईआई) के एक कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा कि कॉरपोरेट टैक्स में कटौती के फैसले का जिक्र करते हुए कहा कि इसने नाभिकीय ऊर्जा एवं अंतरिक्ष समेत कई क्षेत्रों में निवेश के दरवाजे खोलने का काम किया है।

सरकार ने सितंबर 2019 में कोई कर रियायत नहीं लेने वाली कंपनियों के लिए कॉरपोरेट टैक्स की दर को कम कर 22 प्रतिशत कर दिया था। इसके साथ नई विनिर्माण कंपनियों के लिए यह दर और भी कम 15 प्रतिशत कर दी गई थी।

वित्त मंत्री ने गत मंगलवार को वित्त वर्ष 2022-23 का बजट पेश करते समय नई विनिर्माण कंपनियों के लिए कॉरपोरेट टैक्स की 15 प्रतिशत की ही दर एक साल के लिए और बढ़ाने की घोषणा की।

उन्होंने सीआईआई के कार्यक्रम में कहा कि उद्योग जगत को भी निवेश प्रोत्साहन में सरकार के साथ खड़े होना चाहिए ताकि गुणवत्तापूर्ण दौर आगे बढ़े और वृद्धि को मजबूती मिले।

भारतीय पुरूष हॉकी टीम एफआईएच प्रो लीग के लिये दक्षिण अफ्रीका रवाना

बेंगलुरू। भारतीय पुरूष हॉकी टीम एफआईएच प्रो लीग में दक्षिण अफ्रीका और फ्रांस के खिलाफ आठ से 13 फरवरी तक होने वाले मुकाबलों के लिये जोहानिसबर्ग रवाना हो गई जबकि 'बीमारी' के कारण ऐन मौके पर सीनियर फॉरवर्ड ललित उपाध्याय और मिडफील्डर जसकरण सिंह नहीं जा सके ।

मनप्रीत सिंह की कप्तानी वाली टीम दोहा के रास्ते जोहानिसबर्ग पहुंचेगी । उसे फ्रांस से आठ फरवरी को पहला मैच खेलना है और अगले दिन दक्षिण अफ्रीका से सामना होगा । फ्रांस से फिर 12 फरवरी को मैच होगा और अगले दिन मेजबान से खेलना है ।

टीम आत्मविश्वास से ओतप्रोत है और सकारात्मक शुरूआत को लालायित भी हालांकि दो सीनियर खिलाडिय़ों से यूं बाहर होने से हलका झटका लगा है । मुख्य कोच ग्राहम रीड ने हॉकी इंडिया द्वारा जारी बयान में कहा , भारत के फॉरवर्ड ललित कुमार उपाध्याय और जसकरण सिंह दक्षिण अफ्रीका नहीं जा रहे हैं । स्टैंडबाय सुमित मिडफील्ड में जसकरण की जगह लेंगे जबकि ललित की जगह गुरसाहिबजीत सिंह ने ली है ।

उन्होंने कहा , यह हमारे लिये हलका झटका है लेकिन हम इस तरह की स्थिति के लिये तैयार थे और हमारे पास पांच स्टैंडबाय थे ।

फिर टली फिल्म रॉकी और रानी की प्रेम कहानी की शूटिंग

कोरोना वायरस के कारण जहां कई फिल्मों की रिलीज टल चुकी है, वहीं कुछ फिल्मों की शूटिंग रुक गई है। कोरोना महामारी के चलते अब निर्माता-निर्देशक करण जौहर की फिल्म रॉकी और रानी की प्रेम कहानी का शूट फिर टाल दिया गया है। दरअसल, फिल्म की एक और एक्ट्रेस जया बच्चन कोरोना से संक्रमित पाई गई हैं। इसके चलते एक बार फिर फिल्म की शूटिंग प्रभावित हुई है।

रिपोर्ट के मुताबिक, शबाना आजमी के बाद जया बच्चन का कोरोना टेस्ट पॉजिटिव आया है। एक सूत्र ने पोर्टल को बताया है, रॉकी और रानी की प्रेम कहानी का शूटिंग शेड्यूल 2 फरवरी से शुरू होकर 14 फरवरी तक चलने वाला था। पहले शबाना आजमी और अब जया बच्चन के कोरोना पॉजिटिव होने से करण जौहर ने शेड्यूल को फिर टाल दिया है। करण किसी तरह का रिस्क नहीं लेना चाहते। लिहाजा उन्होंने शूटिंग रोकने का फैसला किया है।

जया से पहले 2020 में उनके परिवार में उनके पति अमिताभ, बेटे अभिषेक, बहू ऐश्वर्या राय और पोती आराध्या को भी कोरोना हो गया था। इसके बाद सभी को अस्पताल में भर्ती कराया गया था। हालांकि, फिर सभी की कोरोना रिपोर्ट नेगेटिव आई थी। इस फिल्म में आलिया भट्ट और रणवीर सिंह मुख्य भूमिका में होंगे। फिल्म में जया की भी अहम भूमिका है।

ये काली काली आंखें सीजन 2 की शूटिंग जल्द होगी शुरु

ताहिर राज भसीन, आंचल सिंह, श्वेता त्रिपाठी, सौरभ शुक्ला और अनंतविजय जोशी अभिनीत वेब सीरीज ये काली काली आंखें के दूसरे सीजन की घोषणा की गई।

रोमांस थ्रिलर के रूप में तैयार की गई श्रृंखला, एक साधारण लडक़े की प्रेम कहानी बताती है। शो जल्द ही फ्लोर पर जाएगा।

सीजन 1 की सफलता पर टिप्पणी करते हुए, निर्माता, निर्देशक और लेखक, सिद्धार्थ सेनगुप्ता ने कहा कि ये काली काली आँखें एक ऐसा प्रोजेक्ट है जो मेरे दिल के बेहद करीब है और इसे दुनिया भर के दर्शकों द्वारा भी पसंद किया जा रहा है।

यह यात्रा उन सभी के बिना संभव नहीं होती, जिन्होंने इस परियोजना पर इतनी मेहनत की है।

आज का राशिफल

मेष : जीविका क्षेत्र में नये आयाम उत्साहित करेंगे। ग्रहों की अनुकूलता प्रगति के अच्छे अवसर प्रदान करेगी। योजनाओं के फलीभूत होने से मन प्रसन्न होगा। आवेश में लिये गये निर्णय से पश्चाताप संभव।

बृषभ : कल्पनाओं में जीना छोड़ भौतिक जगत के अनुकूल चलने का प्रयत्न करें। असीम प्रतिभाओं के बावजूद भी हीन मन प्रतिभाओं के लाभ से वंचित करेगा। शिक्षा-प्रतियोगिता में परिश्रम तीव्र होगा।

मिथुन : आवेश में लिये गये निर्णय से पश्चाताप संभव। किसी सहकर्मी के खराब व्यवहार से कष्ट संभव। कल्पनाएं व आकांक्षाएं अपनी सार्थकता हेतु उद्वेलित करेंगी। राजनीतिज्ञों की सक्रियता बढ़ेगी।

कर्क : नैतिक-अनैतिक के बारे में सोचने वाला मन भौतिक परिवेश के साथ तालमेल बिठाने में असमर्थ होगा। दूसरों की सफलता से अपने अन्दर हीन भावना न आने दें। रोजगार की समस्याओं को लेकर मन चिंतित होगा।

सिंह : आपकी सारी समस्याएं खुद ब खुद सुलझ जाएंगी, थोड़ धैर्य पूर्वक वक्त का इंतजार करें। बीती बातों को भूल वर्तमान में जीने की चेष्टा करें। कुछ नई सफलताएं सुखों का आगाज करेंगी।

कन्या : किसी बड़ी यात्रा के प्रति मन उत्साहित होगा। कोई महत्वपूर्ण निर्णय लेने में मन दुविधाग्रस्त होगा। अपनी क्षमताओं व गुणवत्ता पर भरोसा रखें क्योंकि आगे बहुत सारी सफलताएं मिलेंगी। घर में मधुरता बनाये रखें।

तुला : निर्थक दूसरों की पीठ पीछे आलोचना न करें। मित्रवत संबंधों का लाभ प्राप्त होगा। विरोधियों की प्रबलता से कार्यक्षेत्र में कठिनाइयां संभव। कोई महत्वपूर्ण निर्णय लेने में मन दुविधाग्रस्त होगा।

वृश्चिक : नौकरी का वातावरण अरुचिकर होगा तथा स्थान परिवर्तन का भी योग है। कोई महत्वपूर्ण आकांक्षा अपनी सार्थकता हेतु आपको उद्वेलित करेंगी। कार्यक्षेत्र में क्षमताओं का भरपूर लाभ उठाने का समय आ गया है।

धनु : रोजगार में कुछ आकस्मिक सफलता मिलेगी। पारिवारिक दायित्वों की पूर्ति में व्यय संभव। दूसरों की बात इधर से उधर न करें तथा निर्थक दूसरों की आलोचना भी न करें, अन्यथा अपयश की आशंका है।

मकर : प्रयासरत कोई महत्वपूर्ण कार्य हल होने से मन प्रसन्न होगा। रोजगार क्षेत्र में नये अवसर उत्साह का संचार करेंगे। आवेश में लिये गये निर्णय से पश्चात संभव। कुछ नये उत्साह व कार्य क्षमता की अनुभूति करेंगे।

कुंभ : किसी विपरीतलिंगी संबंध के प्रति आकर्षण बढ़ेगा। रोजगार में समस्याओं से हतोत्साहित न हों। कुछ आर्थिक प्रगति के लिए मन में नई-नई युक्तियां उत्पन्न होंगी। किसी पुराने संबंधी से आकस्मिक भेंट संभव।

मीन : किसी नयी दिशा में सकारात्मक सोच अवश्य रंग लायेगी। नये कार्यों के क्रियान्वयन हेतु प्रयत्न तीव्र होगा। नाजुक संबंधों में तालमेल बिठाने का प्रयत्न करें। अच्छी भावनात्मक अभिव्यक्ति से संबंध मधुर बनेंगे।

हल्के-फुल्के नाश्ते के लिए बेस्ट है बनाना ब्रेड का ऑप्शन

बनाना ब्रेड को आप हल्के-फुल्के स्नैक्स के रूप में सर्व कर सकते हैं। इससे घर में भी बनाया जा सकता है। आइए जानते हैं इसकी क्विक और सिंपल रेसिपी।

सामग्री :

1.5 कप मैदा, 1 टीस्पून बेकिंग सोडा, 1/2 टीस्पून दालचीनी पाउडर, 1/2 टीस्पून नमक, 1/2 टीस्पून वेजिटेबल ऑयल, 1/2 कप मैपल सीरप, 1/2 कप दही, 1 टीस्पून वनिला एक्स्ट्रैक्ट, 2 अंडे, 1.5 कप मैश किया हुआ केला, 3/4 कप बारीक कटे नट्स

विधि :

- अवन को 160 डिग्री सेल्सियस पर प्रीहीट करें। एक छोटी साइज के लोफ पैन को ग्रीस कर लें।

- एक बड़े बोल में मैदा, बेकिंग सोडा, दालचीनी पाउडर और नमक डालकर अच्छी तरह मिलाएं।

- अब इसमें तेल, मैपल सीरप, दही, वैनिला एक्स्ट्रैक्ट और अंडे डालकर मिलाएं। इसके बाद इसमें केला और अखरोट डालकर मिलाएं।

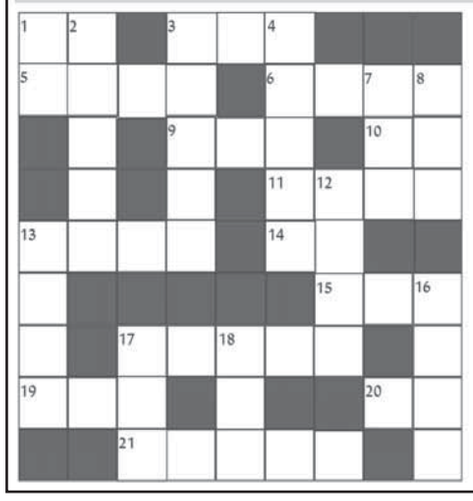
- इस बैटर को लोफ पैन में डालें। ऊपर से नट्स और डालकर फैलाएं।

- इस लोफ पैन को 1 घंटे के लिए बेक करने रखें। ठंडा होने के बाद इसकी स्लाइसेज़ करें और सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 341

बाएं से दाएं
1. समाप्ति, खात्मा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहराई 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, 'लेवल' 15. बिजली, तड़ित 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. लगातार, तड़-तड़ करते हुए।

ऊपर से नीचे
1. शरीर का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल 3. वोट देने का हक 4. जो अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज़, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 340 का हल

वा	स्ता			सि	स	की		
जि		ल	प	ट		मा	चि	स
ब	द	ला		क			ल	
		ट		नी	ल	क	म	ल
ता	ली		का		की			हू
क		स	रो	का	र			लु
झां		ज	बा	न		म	सी	हा
क	च	ना	र		भा	र्या		न
	र्म			ज	र	दा		

सू-दोकू- 341

		3					7	
9				6		3		8
	7		9		5		6	
						1		9
3		8		7			5	
	1		3		9			7
		2		8		7		
	8				2		4	3
			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.340 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