संपादकीय

लोकप्रिय है अग्निपथ योजना?

2022 के बैच के लिए रिकॉर्ड 7,49,899 आवेदन उसे मिले हैं। सरकारी पक्ष ने इसे इस योजना की लोकप्रियता का सबूत माना है। लेकिन क्या यह सच है?

अग्निपथ योजना के तहत भर्ती के लिए भारतीय वायु सेना ने अग्निवीरों की आर्जियां आमात्रित कीं। 2022 के बैच के लिए रिकॉर्ड 7,49,899 आवेदन उसे मिले हैं। सरकारी पक्ष ने इसे इस योजना की लोकप्रियता का सबूत माना है। लेकिन क्या यह सच है? हाल के वर्षों में ऐसी खबरें आईं, जिनमें बताया गया कि कहीं चपरासी तो कहीं सफाई कर्मी के पद के लिए लाखों अर्जियां आ गईं? तो क्या यह माना जाएगा कि उन पदों की लोकप्रियता बढ़ती जा रही है? अथवा, यह देश में बढ़ती जा रही बेरोजगारी का सबूत है, जिसमें नौजवान कोई भी काम किसी भी शर्त पर करने को बेताब हैं? भारतीय वायु सेना के लिए आवेदन की प्रक्रिया पांच जुलाई को पूरी हुई। वायु सेना ने अपने ट्वीट में बताया है कि उसे अग्निवीर योजना में कुल 7,49,899 आवेदन मिले, जो कि इससे पहले तक किसी भी भर्ती चक्र में अधिकतम आवेदन 6,31,528 की तुलना में कहीं अधिक है। वायुसेना में नौकरी के लिए आवेदन करने वाले अब सभी आवेदकों को चयन परीक्षा में बैठने के लिए बुलाया जाएगा।

वायुसेना अग्निवीर-वायु कैलेंडर के मुताबिक परीक्षा 25 जुलाई से आयोजित होने वाली है। चुने गए गए उम्मीदवारों को एक दिसंबर को पीएसएल राउंड के लिए बुलाया जाएगा। उम्मीदवारों के चयन की घोषणा 11 दिसंबर को होगा। वायु सेना 2022 के लिए 3,500 अग्निवीरवायु की भर्ती करेगी। अग्निपथ योजना के तहत सेना में भर्ती होने वाले अग्निवीरों को सिर्फ चार साल के लिए भर्ती किया जाएगा। 75 फीसदी अग्निवीरों को सेवा मुक्त कर दिया जाएगा और अधिकतम 25 फीसदी अग्निवीरों को सेना में भर्ती किया जाएगा। इस बीच थल सेना ने भी अग्निवीर भर्ती रैली की अधिसूचना जारी कर दी है। नौसेना में भी इस योजना के तहत अग्निवीरों की भर्ती के लिए आवेदन जारी है। अनुमान लगाया जा सकता है कि वहां भी रिकॉर्ड संख्या में अर्जियां आएंगी। अब यह अपनी-अपनी समझ पर है कि लोग उसे योजना की लोकप्रियता मानें, अथवा उसका संबंध देश में रोजगार की गंभीर हो रही स्थिति से जोड़ कर देखें। यह अवश्य याद रखना चाहिए अग्निपथ योजना का एलान होते ही नौजवानों ने उसका जबरदस्त विरोध किया था।

131वें डूरंड कप के ट्रॉफी टूर को कोलकाता से दिखाई गई हरी झंडी

कोलकाता । 131वें डूरंड कप फुटबॉल टूर्नामेंट की शुरुआत के लिए चार शहरों की ट्रॉफी यात्रा को मंगलवार, 19 जुलाई को कोलकाता से हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया। भारतीय सेना की पूर्वी कमान के मुख्यालय फोर्ट विलियम में 'फ्लैगिंग ऑफ़' समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम में पश्चिम बंगाल सरकार के बिजली मंत्रालय के प्रभारी एवं यूथ सर्विसेज और खेल मंत्रालय के अरूप बिस्वास, पूर्वी कमान के जनरल ऑफिसर कमांडिंग-इन-चीफ, लेफ्टिनेंट जनरल आरपी कलिता और पूर्वी कमान मुख्यालय के चीफ ऑफ स्टाफ एवं डूरंड समिति के अध्यक्ष, लेफ्टिनेंट जनरल के.के. रेप्सवाल मौजूद थे।

टूर्नामेंट के विजेताओं को दी जाने वाली तीन ट्राफियां, डूरंड कप का मूल पुरस्कार, राष्ट्रपति कप और शिमला ट्रॉफी पहले 21 जुलाई को असम के गुवाहाटी पहुंचेंगी, फिर 24 जुलाई को मणिपुर की राजधानी इंफाल में जाएंगी और वहां से 02 अगस्त 2022 को कोलकाता वापस जाने से पहले 27 जुलाई को राजस्थान की राजधानी जयपुर पहुँचेगी। कोलकाता में ट्रॉफियां का पुराने जमाने के महान फुटबॉलर गोस्थ पाल की प्रतिमा के सामने स्वागत किया जाएगा।

ट्रॉफी टूर के लिए गंतव्यों को ध्यान में रखते हुए चुना गया है। गुवाहाटी और इंफाल पहली बार मेजबान होंगे, जबकि राजस्थान राज्य से चालीस साल के अंतराल के बाद इस प्रतिष्ठित टूर्नामेंट में एक टीम दोबारा खेलने उतरेगी। इस अवसर पर सम्बोधन देते हुए पश्चिम बंगाल सरकार के खेल एवं युवा मामले के मंत्री अरूप बिस्वास ने कहा, मैं ट्रॉफी टूर के इस शानदार विचार के लिए आयोजकों की सराहना करता हूं। यह टूर्नामेंट की लोकप्रियता को और अधिक फैलाने में मदद करेगा और देश के नए कोनों से नए प्रशंसकों को लाने में भी सहायता करेगा। पश्चिम बंगाल की माननीय मुख्यमंत्री एवं खेल प्रेमी ममता बनर्जी की ओर से डूरंड कप को शुभकामनाएं देता हूं। हम 131वें संस्करण को पिछले वर्षों की तुलना में बड़ा और बेहतर बनाने में हर प्रकार का समर्थन देने का वादा करते हैं।

रॉयल रेंजर्स ने तरुण संघा को 6-0 से रौंदा

नई दिल्ली। भारतीय वायुसेना और रॉयल रेंजर्स ने अपने अपने मैच जीत कर दिल्ली प्रीमियर लीग में पूरे अंक अर्जित किए। यहां अंबेडकर स्टेडियम पर खेले गए रोमांचक मुकाबले में वायु सेना ने प्रभजोत और मोहम्मद आकिब के गोलों से हिंदुस्तान क्लब को 2-1 से परास्त किया। पराजित टीम का गोल परवेज ने किया।

दिन के दूसरे मुकाबले में रॉयल रेंजर्स ने तरुण संघा को 6-0 से रौंद डाला। विजेता के लिए विदित शर्मा ने तिकड़ी सहित चार गोल बनाए। मुज्तबा और अनुपम ने एक एक गोल किए। लगातार दूसरा मैच हारने वाले तरुण संघा ने खेल के हर क्षेत्र में कमजोर प्रदर्शन किया। विजेता टीम की अग्रिम पँक्ति ने आधा दर्जन आसान मौके गंवा कर तरुण संघा की हार का अंतर बड़ा नहीं होने दिया। फुटबाल प्रेमियों को पराजित टीम का आत्मसमर्पण समझ नहीं आया।

बुधवार 20 जुलाई को खेले जाने वाले मैचों में सुदेवा को फ्रेंड्स यूनाइटेड से और गढ़वाल को रेंजर्स से खेलना है।

ज़िम्बाब्वे में तीन वनडे मैच खेलेगी टीम इंडिया

हरारे । आने वाले दिनों में ज़िम्बाब्वे क्रिकेट टीम काफ़ी व्यस्त रहेगी। बांग्लादेश और भारत की टीम जुलाई से अगस्त तक ज़िम्बाब्वे में रहेगी। ज़िम्बाब्वे इस बार के टी20 विश्व कप में चलीफ़ाई कर चुकी है। साथ ही वह 28 से 3 सितंबर तक ऑस्ट्रेलिया के दौरे पर रहेगी।

इस सीरीज़ से उन्हें टी20 विश्व कप से पहले ऑस्ट्रेलियाई वातावरण में अनुकुलित होने का बढ़िया समय मिल जाएगा। इस दौरान वह तीन वनडे मैचों की सीरीज़ खेलेंगे। 18 सालों में यह पहली बार हो रहा है, जब ज़िम्बाब्वे की टीम ऑस्ट्रेलियाई दौरे पर जाएगी। इससे पहले दोनों टीमों ने एक-दूसरे के ख़िलाफ़ 2014 में एक वनडे मैच खेला था। बांग्लादेशी टीम हरारे में 30 जुलाई से 2 अगस्त के बीच तीन टी20 मैच खेलेगी। इससे पहले दोनों टीमों के बीच वनडे सीरीज़ भी होनी है। इसके बाद 18 से 22 अगस्त के बीच भारत और ज़िम्बाब्वे के बीच तीन वनडे मैचों की एक श्रृंखला होगी।

भारत के ख़िलाफ़ जो तीन वनडे है, वह आईसीसी वनडे सुपर लीग का हिस्सा है। अगले साल भारत में वनडे विश्व कप का आयोजन होने वाला है।

सितम्बर-अक्टूबर 2023 से हांगझोऊ में होंगे 19वें एशियाई खेल

हांगझोऊ । चीन के हांगझोऊ में होने वाले 19वें एशियाई खेल स्थगित हो गये थे और अब इनका आयोजन 23 सितंबर से आठ अक्टूबर 2023 के बीच किया जाएगा। एशियाई ओलंपिक काउंसिल (ओसीए) ने यह जानकारी दी।

19वें एशियाई खेलों को मूल रूप से 10 से 25 सितंबर 2022 तक हांगझोऊ में आयोजित करने की योजना थी, हालांकि ओसीए कार्यकारी बोर्ड ने छह मई 2022 को कोविड-19 वैश्विक महामारी के कारण खेलों को स्थगित कर दिया गया था और एक 'टास्क फोर्स' (ईबी) को खेलों की नई तारीखों को अंतिम रूप देने के लिए बनाया गया था।

ओसीए ने यहां जारी एक प्रेस विज्ञप्ति में बताया कि टास्क फोर्स ने पिछले दो महीनों में चीनी ओलंपिक समिति, हांगझोऊ एशियाई खेलों की आयोजन समिति (एचएजीओसी) और अन्य हितधारकों के साथ खेलों की तिथियां निर्धारित करने के लिए विचार-विमर्श किया, जो अन्य प्रमुख अंतरराष्ट्रीय खेल आयोजनों के साथ न टकराये। टास्क फोर्स द्वारा प्रस्तावित तिथियों को ओसीए कार्यकारी बोर्ड द्वारा मंजूरी दी गयी थी। अब 19वें एशियाई खेलों का आयोजन 23 सितंबर 2023 से होगा।

ओसीए ने यहां जारी प्रेस विज्ञप्ति में कहा, ओसीए एचएजीओसी, चीनी ओलंपिक समिति और सभी स्तरों पर सरकारों को महामारी के दौरान खेलों की तैयारी में कड़ी मेहनत के लिए धन्यवाद देता है और यह सुनिश्चित करता है कि वे अगले साल हो सकें।

ओसीए ने राष्ट्रीय ओलंपिक समितियों और अंतरराष्ट्रीय महासंघों/एशियाई महासंघों सहित अन्य हितधारकों को धन्यवाद दिया।

पेट्रोल निर्यात पर अतिरिक्त टैक्स खत्म, केंद्र ने क्रूड प्रोडक्शन और फ्यूल एक्सपोर्ट पर भी दी राहत

नई दिल्ली । ग्लोबल मार्केट में क्रूड ऑयल की कीमतों में नरमी को देखते हुए केंद्र सरकार ने तीन सप्ताह पहले निर्यात पर लगाए भारी-भरकम टैक्स को वापस ले लिया है। सरकार ने डीजल और हवाई ईंधन पर लगाए टैक्स में कटौती की है, जबकि पेट्रोल पर लगे पूरे टैक्स को ही खत्म कर दिया गया है।

दरअसल, यह टैक्स ग्लोबल मार्केट में कच्चे तेल की बेतहाशा बढ़ती कीमतों के कारण घरेलू बाजार में पेट्रोल-डीजल के खुदरा मूल्य को बढने से रोकने के लिए लगाया गया था। इसका मकसद था कि कंपनियां यहां रिफाइन किए गए ईंधन को निर्यात करने के बजाए घरेलू बाजार में ही खपत कराएं, ताकि आपूर्ति बेहतर हो और कीमतों पर दबाव कम किया जा सके। हालांकि, यह अतिरिक्त टैक्स लागू होने के बाद से ही तेल कंपनियां इसका विरोध कर रहीं थी।

सरकार की ओर से जारी नोटिफिकेशन के अनुसार, डीजल और हवाई ईंधन पर लगाए गए 13 रुपये प्रति लीटर के अतिरिक्त टैक्स में से 2 रुपये की कटौती कर दी गई है। यानी अब कंपनियों को डीजल और हवाई ईंधन के निर्यात के लिए 11 रुपये का अतिरिक्त टैक्स चुकाना होगा। वहीं, पेट्रोल के निर्यात पर लगे 6 रुपये प्रति लीटर के टैक्स को पूरी तरह खत्म कर दिया गया है।

भारत में उत्पादन किए गए कच्चे तेल के निर्यात पर भी सरकार ने भारी-भरकम टैक्स लगाया था, जिसमें अब बड़ी कटौती की गई है। सरकार ने घरेलू क्रूड के निर्यात पर टैक्स को 27 फीसदी घटाकर 17 हजार रुपये प्रति टन कर दिया है। यह टैक्स घरेलू क्रूड को निर्यात से रोके जाने के लिए लगाया गया था, ताकि भारतीय बाजार में ईंधन की आपूर्ति को बेहतर किया जा सके, जब ग्लोबल मार्केट में इसके दाम तेजी से बढ़ रहे थे।

बिना पैकिंग बेचने पर आटा, दाल-चावल समेत इन चीजों पर नहीं लगेगा जीएसटी

नई दिल्ली। बीते दिन से देश में कई चीजों के दाम बढ़ गए हैं। इसे बीच केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने एक लिस्ट शेयर करते हुए कहा कि लिस्ट में मौजूद 14 चीजों को यदि खुला बेचा जाएगा, अर्थात बिना पैकिंग के बेचा जाएगा तो उन पर जीएसटी की कोई भी दर लागू नहीं होगी। इस लिस्ट में दाल, गेहूं, बाजरा, चावल, सूजी और दही/लस्सी जैसी रोजमर्रा में इस्तेमाल होने वाली महत्वपूर्ण चीजें शामिल हैं अनाज, चावल, आटा और दही जैसी चीजों पर 5 फीसदी त्रस्ज्ज के सरकार के फैसले का बचाव करते हुए वित्त मंत्री ने कहा कि यह जीएसटी केवल उन्हीं उत्पादों पर लागू है जो प्री-पैक्ड और लेबल्ड हैं। बता दें कि पिछले महीने जीएसटी परिषद की 47वीं चंडीगढ़ में हुई बैठक में ये फैसले लिए गए थे।

जीएसटी को लेकर फैली ये गलतफहमियां

निर्मला सीतारमण ने आगे बताया कि, 'हाल ही में, जीएसटी परिषद ने अपनी 47 वीं बैठक में दाल, अनाज, आटा जैसे विशिष्ट खाद्य पदार्थों पर जीएसटी लगाने के फैसले पर पुनर्विचार करने की सिफारिश की है। हालांकि काफी गलतफहमियां फैली है, यहां तथ्यों को सामने लाने की कोशिश है।' क्या यह पहली बार है जब इस तरह के खाद्य पदार्थों पर कर लगाया जा रहा है? नहीं, राज्य सरकारें जीएसटी से पहले की व्यवस्था में खाद्यान्न से काफी राजस्व एकत्र कर रहे थे। अकेले पंजाब ने पर्चेज टैक्स के रूप में खाद्यान्न पर 2,000 करोड़ रुपये से अधिक का संग्रह किया। यूपी ने ?700 करोड़ जुटाए।

रोमांटिक कॉमेडी फिल्म हरियाणा का ट्रेलर लॉन्च

आगामी हिंदी फिल्म हरियाणा का ट्रेलर मुंबई में लॉन्च किया गया है। लॉन्च के मौके पर अभिनेता से निर्देशक बने संदीप बसवाना व फ़िल्म के मुख्य कलाकार यश टोंक, अश्लेषा सावंत, रोबी मेढ़, मोनिका शर्मा और आकर्षण सिंह मौजूद थे। हिंदी फिल्म हरियाणा 3 भाइयों की कहानी है। महेंद्र सबसे बड़ा भाई है, दूसरा भाई जयबीर हिसार में पढ़ता है। जुगनू सबसे छोटा है जो एक सामान्य 20 साल के बच्चे की तरह प्यार और आराम में बड़ा हुआ है।

तीनों भाइयों को एक ही समय प्यार हो जाता है और यही वह नींव है जिसके माध्यम से कहानी सामने आती है। जुगनू एक फिल्म शौकीन है। यही उसका जुनून और केवल प्यार है। वह अपने 3 सबसे अच्छे दोस्तों के साथ गाँव में खुश रहता है और जब तक उसे हिंदी फिल्में देखने को मिलती है, वह जीवन भर मस्ती करता रहता है। ऐसे ही एक दिन जब वह पहली बार आलिया भट्ट की फिल्म देखता है, तो उसका मासूम दिल आलिया भट्ट के प्यार में पड़ जाता है।

उसके बाद से, कहानी में ट्विस्ट और टर्न आते हैं और कैसे महेंद्र अपने भाई की भावनाओं की रक्षा करने और उन्हें अत्यधिक महत्व देने के लिए सब कुछ करता है। ट्रेलर लॉन्च पर निर्देशक संदीप बसवाना ने कहा कि हरियाणा एक रोमांटिक कॉमेडी है, साथ ही यह भाइयों के बीच भाईचारे की बॉन्डिंग और प्यार को भी दर्शाती है।

शमशेरा की कहानी से प्रभावित थीं वाणी कपूर

बॉलीवुड अभिनेत्री वाणी कपूर शमशेरा के रूप में एक और वाईआरएफ फिल्म के साथ वापस आ गई हैं, जहां उन्हें रणबीर कपूर के साथ जोड़ा गया है, जो मुख्य भूमिका में हैं। जबकि रणबीर के लिए, स्क्रिप्ट के लिए हां कहना एक नो-ब्रेनर था, वाणी विशेष रूप से फिल्म के निर्देशक करण मल्होत्रा से सुनाए गए कथन से प्रभावित थीं।

शमशेरा ऋतिक रोशन-स्टारर अग्निपथ (2012) और 2015 की रिलीज ब्रदर्स के बाद करण की तीसरी फिल्म है, जो हॉलीवुड फिल्म वॉरियर की आधिकारिक रीमेक थी। जब नैरेशन की बात आती है तो निर्देशक में उतनी ही तीव्रता और जुनून होता है और यह उनके रचनात्मक इनपुट में परिलक्षित होता है जो वर्णन के दौरान सामने आता है, जैसा कि वाणी ने बताया था। वाणी ने कहा, करण एक ऐसे निर्देशक हैं जो वर्णन की प्रक्रिया में पूरी लगन से शामिल हैं।

आज का राशिफल

मेष : आज का दिन आपके लिये सफलता दायक रहेगा। नौकरी अथवा व्यवसाय में आशा के अनुकूल कार्य होने से अन्य लोगों से बेहतर प्रदर्शन करेंगे। धन लाभ भी अवश्य होता रहेगा जिससे भविष्य की योजनाएं बलवती होंगी।

वृष : आज का दिन उतार चढ़ाव वाला रहेगा। स्वभाव में थोड़ा क्रोध रह सकता है फिर भी दैनिक कार्यों में इसका असर नहीं पड़ेगा। आज आप यथार्थ पर कम अमल करेंगे काल्पनिक बाते ज्यादा प्रभावित करेंगी।

मिथुन : स्वास्थ्य सम्बंधित विषयों को छोड़ आज का दिन सामान्य रहेगा। शारीरिक रूप से शिथिल रहने के कारण कार्य व्यवसाय में मन कम ही लगेगा फिर भी मध्यान के आस-पास आकस्मिक धन आगम होने से ख़ुशी मिलेगी।

कर्क : आज का दिन कार्य व्यवसाय के लिए उत्तम रहेगा फिर भी उधारी के व्यवहार यथा संभव ना ही करे अन्यथा धन निश्चित रूप से फंसेगा। नौकरी पेशा जातक भी बेहतर कार्य के लिए सम्मानित होंगे। अधिकारी वर्ग आप पर अधिक भरोसा दिखाएंगे।

सिंह : आज परिस्थितियां बदलने से दिनचर्या में भाग-दौड़ लगी रहेगी। पूर्वनियोजित कार्यक्रमो में भी बदलाव करना पड़ सकता है। अधिक क्रोध एवं व्यवहार का तीखापन बनते कार्य बिगाड़ सकता है सतर्क रहें।

कन्या : आज के दिन आपके मस्तिष्क में विचारों की भरमार रहेगी स्वभाव में भी पल पल में परिवर्तन आएगा जिस कारण अन्य व्यक्ति आपके बारे में गलत धारणा रख सकते है। प्रतिस्पर्धी से सावधान रहें।

तुला : आपका आज का दिन सामान्य रहेगा। प्रात: काल के समय किसी प्रियजन से विवाद होने के कारण दिन भर की क्रियाएं अस्त-व्यस्त रह सकती हैं। मानसिक रूप से भी अशान्त रहेंगे। मन की दुविधा कार्यो में बाधा डालेगी।

वृश्चिक : आज का दिन बीते कुछ समय से बेहतर रहेगा। स्वास्थ्य अनुकूल बने रहने से कार्यो के प्रति अधिक गंभीर रहेंगे। प्रात: काल से ही अधूरे पड़े कार्यो को पूर्ण करने में जुट जाएंगे। आर्थिक रूप से भी आज का दिन सहायक रहेगा।

धनु : आज के दिन आप धैर्य धारण करेंगे। संतोषी वृति रहने के कारण भाग-दौड़ से दूर रहेंगे। आपके विचार उच्च कोटि के रहेंगे परन्तु स्वयं के ऊपर इन्हें लागू करने में असमर्थ होंगे। कार्य क्षेत्र पर आपके सामने सभी प्रशंसा करेंगे परन्तु पीछे से आलोचना होगी।

मकर : आपका आज का दिन भी शुभफलदायक रहेगा। सेहत उत्तम बनी रहेगी। कार्यो को पूर्ण निष्ठा से करेंगे थोडी बहुत लापरवाही भी कर सकते है फिर भी लाभ के अवसर हाथ से नहीं निकलने देंगे।

कुंभ : आज के दिन आपके साथ किसी अन्य के भरोसे रहने के कारण धोखा हो सकता है। आवश्यक कार्यों में लापरवाही न करें। घर एवं बाहर का वातावरण सामान्य रहेगा। जिनसे काम निकालना होगा वही लोग रूखा व्यवहार करेंगे।

मीन : रोजगार के लिए उत्तम समय है। घर एवं कार्य क्षेत्र के अंदरूनी मामलो को लेकर दुविधा में फंस सकते है। भागीदारी अथवा कमीशन के कार्यों में अचानक रूकावट आने से धन लाभ कम होगा।

हेल्दी और टेस्टी नाश्ता 'ग्रीन मसाला पोहा'

पोहा बहुत ही हेल्दी ब्रेकफास्ट होता है खासतौर से वजन कम करने वालों के लिए। तो इसे और ज्यादा हेल्दी और टेस्टी बनाने के लिए ये रेसिपी करें ट्राय।

सामग्री :

पोहा- 2 कप, पानी- 1 कप, चीनी- 1 टीस्पून, नमक- 1/2 टीस्पून

ग्रीन मसाला बनाने के लिए- धनिया पत्ती- 1 कप, कटे हुए पुदीने के पत्ते- 2 टेबलस्पून, करी पत्ता- 7-8, अदरक कटा हुआ- 1 इंच, हरी मिर्च कटी हुई- 2-3 , कद्दूकस किया नारियल- 1/2 कप, जीरा- 1/2 टीस्पून, नींबू का रस- स्वादानुसार

तड़के के लिए- सरसों के बीज- 1/2 टीस्पून, प्याज कटा हुआ- 1 , काजू दो टुकड़े किए हुए- 2 टेबलस्पून, मूंगफली छिलका निकली हुई- 1 टेबलस्पून, घी या तेल- 1 टेबलस्पून

विधि :

- एक बड़े बाउल में नमक और चीनी मिलाकर इन्हें अच्छी तरह से घुल जाने दें। अब इसमें पोहा डालेंगे। पोहा पूरी तरह से भीग जाए इस पानी में, इसका ध्यान रखें। इसके बाद पोहे का पानी से निकाल लें।
- इसके बाद मिक्सी में ग्रीन मसाले वाली सारी सामग्री को पीस लें।
- अब कड़ाही में तेल गर्म करें। इसमें काजू और मूंगफली को हल्का फ्राई कर लें और किसी प्लेट में निकालकर अलग कर लें।
- इसी पैन में थोड़ा और तेल डालेंगे। इसमें सरसों, करी पत्ते का तड़का लगाएं फिर प्याज डालकर सुनहरा होने तक फ्राई कर लें।
- इसके बाद इसमें हरे मसाले वाला पेस्ट डालेंगे और लो मीडियम आंच पर एक मिनट तक भूनेंगे। इसके बाद बारी है इस मसाले में पोहा मिक्स करने की। ऊपर से नींबू और नमक मिक्स कर लें।
- ऊपर से मूंगफली और भूने हुए काजू डालकर सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 139

बाएं से दाएं
1. रूचिकर लगने वाली, रूचि के अनुकुल, चुनी हुई 3. राजाओं के बैठने का आसन 6. श्रमिक 7. कार्य, काज 9. वाद्ययंत्र आदि बजाने वाला 10. सहारा, सहायक वस्तु 11. शर्म, लाज, हया 12. मक्खन, माखन 14. श्रीमती राबड़ी देवी इस प्रदेश की मुख्यमंत्री हैं 15. चंद्रमा, रजनीश, चांद 18. पुस्तक 20. अवधि, समय 21. तर्क वितर्क और कहा-सुनी, जबानी झगड़ा 22. सूरत, आकार 23. झुका हुआ, नत।

ऊपर से नीचे
1. पंद्रह दिन का समय, शुक्ल या कृष्ण पक्ष 2. आग बुझाने की मशीन 3. हिंदु विवाहित स्त्री के मांग में भरने का लाल चूर्ण 4. पराजय, माला 5. मुंह ढकने का कपड़ा, घुंघट 8. चंदन, दक्षिण का एक पर्वत 10. व्यवस्थित करना, सजाना, स्वभाव आदि का परिष्कार, शुद्ध संबंधी कृत्य 12. विशालता, बड़प्पन, महान होने का भाव 13. अड़चन, रुकावट 15. जमीन के अंदर गहरा और लंबा रास्ता, अच्छे रंग का 16. बेवकूफ, मूर्ख, अहमक 17. औसत के हिसाब से 18. कृषक 19. अधिक, ज्यादा।

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 138 का हल

ज	ल	■	आ	वा	जा	ही	■	■
मा	■	खू	ब	■	दू	र	स्थ	■
ना	दा	न	■	सा	ग	■	ल	क्ष्य
■	न	ख	■	त	र	ल	■	■
■	वी	रा	न	■	■	च	ट	क
■	र	ब	■	आ	ज	क	ल	■
■	■	■	आ	ग	■	दा	ना	■
■	अ	ग	र	म	ग	र	■	क्रो
भा	भी	■	ती	न	■	■	व	ध

सू-दोकू- 139

	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 बना है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र[illegible] 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.138 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