संपादकीय

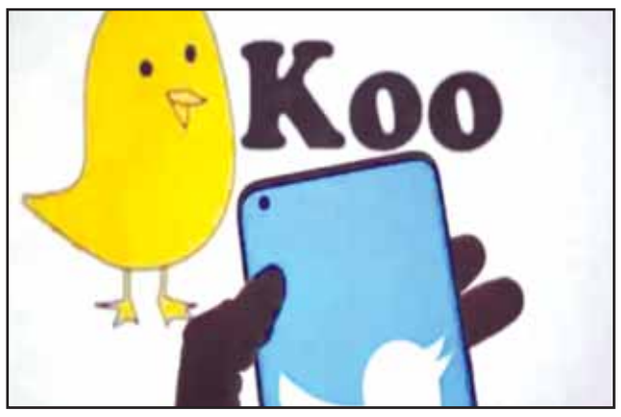
न्याय और नजरिया

क्या सियासी तकाजों से यह तय होगा कि किस अपराध को अधिक गंभीर और किसे भुला दिया जाने लायक माना जाएगा? अफसोसजनक है कि ऐसी धारणा बनाने में सुप्रीम कोर्ट की इस मामले में सामने आई राय ने भी भूमिका निभाई है।

पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी के हत्यारों को सजा की बीच अवधि में रिहा करने का फैसला सिरे से आपत्तिजनक है। इससे लोगों ने यह संदेश ग्रहण किया है कि भारत में अब सजा और इंसाफ के पैमाने ठोस साक्ष्य और अपराध की गंभीरता नहीं रह गए हैं। बल्कि सियासी तकाजों से यह तय होने लगा है कि किस अपराध को अधिक गंभीर और किसे भुला दिया जाने लायक माना जाएगा। अफसोसनाक यह है कि यह धारणा बनाने में सुप्रीम कोर्ट की इस मामले में सामने आई राय ने भी भूमिका निभाई है। जिस देश में आज भी मृत्यु दंड का प्रावधान हो और आम जनमत इस सजा को कानून की किताब में बनाए रखने का समर्थन करता हो- और साथ ही जहां अनगिनत लोग बिना जुर्म साबित हुए मुकदमे की कार्यवाही लटके रहने की वजह से जेल में बंद हों, वहां एक जघन्यतम अपराध में शामिल मुजरिमों के प्रति दया या उदारता भाव दिखाना कतई तार्किक नहीं हो सकता।

अगर सर्वोच्च न्यायालय सचमुच मानता है कि एक अवधि तक की सजा काटने के बाद किसी को जेल में नहीं रहना चाहिए, तो उसे फिर उसे ये पैमाना सब पर लागू करना चाहिए। पंजाब और कश्मीर में आतंकवाद के आरोप में जेल में रखे गए लोग हों या उत्तर-पूर्व की चरमपंथी गतिविधियों और नक्सली हिंसा में शामिल रहे लोग- क्या उनके जुर्म एक पूर्व प्रधानमंत्री की हत्या से ज्यादा संगीन हैं? अगर ऐसे तमाम मामलों के लिए न्याय और सजा पर समान नजरिया सामने नहीं आता है, तो यही माना जाएगा कि राजनीतिक माहौल के हिसाब से कुछ मामलों को चुन कर उनमें राहत देने का नजरिया हावी हो गया है। यह इस देश के भविष्य के लिए अच्छी बात नहीं होगी, अगर लोगों में न्यायिक फैसलों से ऐसी राय घर बनाने लगेगी। भारतीय न्यायपालिका ने खुद अपने फैसलों से भारतीय सविधान के मूल ढांचे की रक्षा की जिम्मेदारी अपने ऊपर ली थी। मूल ढांच के साथ-साथ सविधान की मूल भावना भी अंतर्निहित है। यह भावना कानून के राज और सबसे समान बर्ताव का भरोसा जगाती है। क्या राजीव गांधी के हत्यारों को छोड़ने से यह भरोसा मजबूत हुआ है?

कू का ऐलान, ट्विटर में एलन मस्क का 'शिकार' बने कर्मियों को देगा नौकरी



नई दिल्ली। एलन मस्क के ट्विटर खरीदने के बाद वहां बड़ी संख्या में कर्मचारियों को नौकरी से निकाला गया है। मस्क के आने से ट्विटर में जो 'तूफान' आया, उसकी चपेट में कंपनी के भारतीय कर्मचारी भी आए। अब ऐसा लगता है कि इसकी भरपाई भारतीय माइक्रो-ब्लॉगिंग प्लेटफॉर्म, कू करने वाला है।

कू के को-फाउंडर मयंक बिदावतका ने कहा है कि वह उन ट्विटर कर्मचारियों को लेने के लिए तैयार हैं जिन्हें या तो हटा दिया गया है या जिन्होंने मस्क के फरमानों के चलते ट्विटर को गुडबाय कहा है। हाल ही में कई लोगों ने अपने ट्विट में रिपिट राईट लिखा, जो ट्रेंड में भी रहा है। हम कुछ ट्विटर पूर्व कर्मचारियों को काम पर रखेंगे क्योंकि हम विस्तार करते रहेंगे और अपने बड़े अगले दौर की तरफ जाएंगे। उन्होंने पूर्व ट्विटर कर्मचारियों के लिए लिखा कि वो वहां काम करना डिजर्व करते हैं, जहां उनकी प्रतिभा को महत्व दिया जाता है।

कू ने हाल ही में बताया है कि ट्विटर को स्ट्रांग टक्कर देने के लिए वह दूसरे देशों में भी अपने प्लेटफॉर्म को लॉन्च करेगा। इसमें बांग्लादेश, फिलिपींस, मिडिल ईस्ट और अफ्रीका जैसे देशों के नाम शामिल होंगे।

कू एक देसी माइक्रोब्लॉगिंग प्लेटफॉर्म है और इसे सिर्फ महज 3 साल पहले लॉन्च किया गया था। द्यशश ने हाल ही में जानकारी शेयर की थी कि उनके ऐप को 5 करोड़ डाउनलोड को पार किया जा चुका है। देश में जब कोविड महामारी अपने चरम पर थी, तब कू ने शुरुआत की थी। क्षेत्रीय भाषाओं में अपनी मौजूदगी दर्ज कराकर बहुत जल्द यह प्लेटफॉर्म लोकप्रिय हो गया है और उसके बाद केंद्र सरकार व उसके मंत्रियों ने भी बड़ी संख्या में इस प्लेटफॉर्म को जॉइन किया है।

बात करें ट्विटर की, तो एलन मस्क द्वारा ट्विटर का अधिग्रहण करने के बाद कंपनी में धड़ाधड़ छंटनी की है। टॉप लेवल से लेकर एक आम कर्मचारी पर तक छंटनी की गाज गिरी। भारत में भी बड़े पैमाने पर ट्विटर कर्मचारियों को नौकरी गंवानी पड़ी है। करीब 3700 लोगों को ई-मेल भेजकर यह बताया गया कि उन्हें निकाला गया है। हाल में ट्विटर के स्टाफ को मस्क ने एक मैसेज दिया। उन्होंने वर्कर्स से यह बताने को कहा कि वे कंपनी में अधिक घंटों तक काम करना चाहते हैं या तीन महीने की सेवरेंस पे लेकर इस्तीफा देंगे।

कृषि, ग्रामीण मजदूरों संबंधी महंगाई दर अक्टूबर में हल्की नरम

नई दिल्ली। कृषि और ग्रामीण श्रमिकों के लिए अखिल भारतीय उपभोक्ता मूल्य सूचकांक (आधार वर्ष 1986-87=100) पर आधारित मुद्रास्फीति अक्टूबर 2022 में एक माह पहले की तुलना में नरम होकर क्रमश: 7.22 प्रतिशत और 7.34 प्रतिशत थी।

यह जानकारी श्रम एवं रोजगार मंत्रालय की शुक्रवार को जारी एक विज्ञप्ति में दी गयी। कृषि श्रमिकों और ग्रामीण श्रमिकों से संबंधित खुदरा मुद्रास्फीति सितंबर 2022 में क्रमश: 7.69 प्रतिशत और 7.90 प्रतिशत थी। पिछले वर्ष की तुलना में मुद्रास्फीति का स्तर अब भी काफी ऊंचा है। पिछले वर्ष अक्टूबर महीने के दौरान कृषि श्रमिकों और ग्रामीण श्रमिकों के लिए खुदरा मुद्रास्फीति क्रमश: 2.76 प्रतिशत और 3.12 प्रतिशत थी।

कृषि श्रमिकों और ग्रामीण श्रमिकों के लिए खाद्य मुद्रास्फीति अक्टूबर, 2022 में क्रमश: 7.05 प्रतिशत और 7.00 प्रतिशत रही जबकि सितंबर में यह क्रमश: 7.47 प्रतिशत और 7.52 प्रतिशत तथा और पिछले वर्ष के इसी महीने के दौरान क्रमश: 0.39 प्रतिशत और 0.59 प्रतिशत थी।

पिछले वर्ष की तुलना में मुख्य रूप से चावल, गेहूं-आटा, ज्वार, रागी, दाल, दूध, घी की कीमतों में वृद्धि के कारण कृषि मजदूरों और ग्रामीण मजदूरों के सामान्य मूल्य सूचकांक में वृद्धि हुई है।

राजीव चंद्रशेखर ने व्यापार में नागालैंड पवेलियन का किया भ्रमण

नई दिल्ली। इलेक्ट्रॉनिक्स और सूचना प्रौद्योगिकी, कौशल विकास एवं उद्यमिता राज्य मंत्री राजीव चंद्रशेखर ने प्रगति मैदान में आयोजित होने वाले भारत अंतरराष्ट्रीय व्यापार मेले में नागालैंड पवेलियन का दौरा किया।

इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय की एक विज्ञप्ति के अनुसार उन्होंने राज्य के विभिन्न विभागों, गैर-सरकारी संगठनों और राज्य के कारीगरों द्वारा लगाए गए विभिन्न स्टालों का दौरा किया।

श्री चंद्रशेखर ने नागालैंड के निहुनुओ सोरही से मुलाकात की- राष्ट्रीय हथकरघा पुरस्कार (दो बार) और संत कबीर पुरस्कार प्राप्त किया और हथकरघा विरासत को जीवित रखने में बहुमूल्य योगदान देने के लिए उनकी सराहना की।

उन्होंनेने ड्रीम ड्रैगन फ्रूट फार्म के स्टाल का भी दौरा किया-और युवा नागा महिला उद्यमी लुसी न्गुल्ली से मुलाकात की, जो फार्म की मालिक हैं और जैविक ड्रैगन फ्रूट वाइन के उत्पादन में प्रवेश कर चुकी हैं।

फीफा विश्व कप : बार्का ने स्पेन की टीम में चोटिल जोस लुइस गया की जगह बाल्डे को किया शामिल

दोहा। एफसी बार्सिलोना के 19 वर्षीय लेफ्ट बैक अलेजांद्रो बाल्डे को विश्व कप के लिए स्पेन की टीम में जोस लुइस गया की जगह शामिल किया गया है। स्पेनिश फुटबॉल महासंघ ने इसकी पुष्टि की है।

गया पैर की चोट के कारण विश्व कप खेलने से चूक गए थे, बाल्डे ने सीजन की शानदार शुरूआत के बाद अंडर-21 टीम से कदम रखा था, जिसने उसे बारका के लिए बाएं और दाएं दोनों तरफ से खेलते हुए देखा है। रिपोर्ट के अनुसार, उन्होंने अपने करियर में टीम में प्रदर्शन किया और केवल सितंबर में अंडर-21 से डेब्यू किया। स्पेन के कोच लुइस एनरिक ने स्वीकार किया कि यह गया को यह बताने के लिए सबसे बुरा दिन रहा है कि उन्हें एक चोट के कारण टीम छोडनी पड़ी। शिमोन, पेरा अर्जेंटीना के लिए विश्व कप स्टैंडबाय पर रखे गए। अर्जेंटीना फुटबॉल एसोसिएशन (एएफए) ने शुक्रवार को कहा कि नेपोली फॉरवर्ड जिओ शिमोन और उडीनीज हमलावर मिडफील्डर रॉबटरे परेरा को फीफा विश्व कप के लिए अर्जेंटीना के रिजर्व की सूची में जोड़ा गया है।

यह घोषणा वालेंसिया के मिडफील्डर निको गोंजालेज और इंटर मिलान के फारवर्ड जोकिन कोरीया को मांसपेशियों की चोटों के कारण एल्बिसेलेस्टे की 26 सदस्यीय टीम से हटा दिए जाने के एक दिन बाद आई। एटलेटिको मैड्रिड के एंजेल कोरिया और अटलांटा यूनाइटेड के थियागो अल्माडा को घायल जोड़ी के लिए सीधे प्रतिस्थापन के रूप में नामित किया गया था और शुक्रवार को अर्जेंटीना की टीम में शामिल हो गए। खबर है कि परेरा और शिमोन को स्टैंडबाय पर रखा गया था, प्रबंधक लियोनेल स्कालोनी के उद्देश्य के अनुरूप है कि प्रत्येक स्थिति में कम से कम एक बैकअप खिलाड़ी उनके निपटान में हो। दो बार की चैम्पियन अर्जेंटीना 22 नवंबर को सऊदी अरब के खिलाफ अपने विश्व कप अभियान की शुरूआत करेगी और ग्रुप सी में मैक्सिको और पोलैंड से भी भिड़ेगी।

बीसीसीआई ने सीनियर टीम के लिए चयनकर्ताओं की नियुक्ति के लिए मांगे आवेदन

मुंबई। भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) ने सीनियर पुरुष टीम के लिए चयन समिति के पुनर्गठन की प्रक्रिया शुरू कर दी है और पांच चयनकर्ताओं की नियुक्ति के लिए आवेदन मांगे हैं।

चेतन शर्मा (अध्यक्ष), देवाशीष मोहंती, हरविंदर सिंह और सुनील जोशी की मौजूदा समिति का कार्यकाल समाप्त हो रहा है और बीसीसीआई ने इस प्रकार उनकी जगहों को भरने के लिए आवेदन मागें हैं।

पांच पदों को भरने के लिए आवेदन 28 नवंबर, 2022 को 18:00 बजे तक जमा करवाने है।

बीसीसीआई के मानद सचिव जय शाह ने एक विज्ञप्ति में कहा, भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) राष्ट्रीय चयनकर्ताओं (सीनियर पुरुष टीम) के पद के लिए आवेदन मांगे हैं।

विज्ञप्ति में कहा गया है कि जो उम्मीदवार उक्त पदों के लिए आवेदन करना चाहते हैं, उन्हें अपने आवेदन पर विचार करने के लिए कुछ मानदंडों को पूरा करना होगा।

आवेदकों को कम से कम सात टेस्ट मैच या 40 प्रथम श्रेणी मैच या 10 वनडे और 20 प्रथम श्रेणी मैच खेले होने चाहिए।

आवेदक कम से कम पांच साल पहले खेल से संन्यास ले चुका हो। विज्ञप्ति में कहा गया है, कोई भी व्यक्ति, जो कुल 5 वर्षों के लिए किसी भी क्रिकेट समिति (बीसीसीआई के नियमों के अनुसार) का सदस्य रहा है, पुरुषों की चयन समिति का सदस्य बनने के लिए पात्र नहीं होगा।

वरिष्ठ चयन समिति का वर्तमान में दो साल का कार्यकाल है, जिसे 2006 में 1 वर्ष से बढ़ा दिया गया था, जिसमें प्रदर्शन के आधार पर एक अतिरिक्त वर्ष का प्रावधान है।

फीफा विश्व कप: स्पेन के एम्बेसडर बोले, हमारी जीतने की काफी उम्मीदें, लेकिन किसी भी टीम को हल्के में नहीं लेंगे

दोहा। कतर में स्पेन के एम्बेसडर जेवियर कार्बाजोसा सांचेज ने कहा कि उनके देश के विश्व कप जीतने की संभावना बहुत अधिक है, लेकिन यह कहते हुए कि 2022 का फुटबॉल मेगा इवेंट आश्चर्य से भरा होगा, अन्य टीमों को हल्के में नहीं लेंगे।

अधिकारी ने कहा कि बुधवार को कतर में उतरी टीम तकनीकी रूप से बहुत अच्छी है और इसमें बहुत सारे अच्छे खिलाड़ी हैं।

सांचेज ने कहा, स्पेन के पास एक अच्छी टीम है और हमने 2010 (दक्षिण अफ्रीका) में पहले ही साबित कर दिया था कि हम विश्व कप जीत सकते हैं। हमारी उम्मीदें अधिक हैं, लेकिन हम किसी भी टीम को कम नहीं आंक सकते हैं। वहां कई टीम हैं जो तकनीकी रूप से बहुत अच्छी हैं।

स्पेन का लक्ष्य कतर में 18 दिसंबर को लुसैल स्टेडियम में फाइनल जीतकर अपना दूसरा फीफा विश्व कप खिताब जीतने का है। यह उन हजारों प्रशंसकों के दिमाग में है जो 29-दिवसीय आयोजन के लिए कतर जा रहे हैं, जो 20 नवंबर को मेजबान कतर और इक्वाडोर के बीच मैच के साथ शुरू होगा।

स्पेन के प्रशंसकों द्वारा 40,000 से अधिक विश्व कप टिकटों के साथ, कतर में स्पेनिश दूतावास फुटबॉल मेगा इवेंट के मैच के दौरान अपने नागरिकों के लिए बेहतर अनुभव को यादगार बनाने के लिए काम कर रहा है। सांचेज ने कहा, हम हर मैच में 4,000 और 6,000 प्रशंसकों के बीच आने की उम्मीद कर रहे हैं। हालांकि, स्पेनिश राष्ट्रीय टीम के साथ फुटबॉल मैचों में भाग लेने के लिए बेचे गए टिकटों की संख्या 40,000 से अधिक थी। स्पेन के एम्बेसडर अपने नागरिकों के कतर में होने के बाद उन्हें समय-समय पर मार्गदर्शन प्रदान करने के लिए मेजबान देश के साथ निकट समन्वय बनाने पर भी काम कर रहा है।

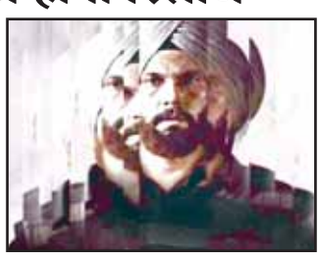
सिंघम 4 के लिए तैयार सूर्या, कहानी पर चल रहा काम

जब भी साउथ के बड़े सितारों का जिक्र होता है तो सूर्या का नाम लिस्ट में जरूर आता है, क्योंकि उन्होंने कई सुपरहिट फिल्में देकर दर्शकों को अपना मुरीद बनाया है। अब सूर्या फिर सुर्खियों में हैं और इस बार भी वह जिस वजह से चर्चा में आए हैं, उसे सुनकर कोई खुश हो ना हो, उनके प्रशंसकों के चेहरे जरूर खिल उठेंगे। दरअसल, अब वह अपनी सुपरहिट फ्रैंचाइजी सिंघम का चौथा पार्ट ला रहे हैं।

फिल्म से जुड़े एक सूत्र ने बताया, निर्देशक हरि गोपालकृष्णन फिलहाल अपने एक दूसरे प्रोजेक्ट में व्यस्त हैं, लेकिन वह साथ ही साथ सिंघम 4 पर भी काम कर रहे हैं। अभी इस बारे में कुछ कहना जल्दबाजी होगी। फाइनल ड्राफ्ट तैयार होने में थोड़ा समय लगेगा। सूत्र ने कहा, कहानी फाइनल होते ही यह सूर्या को सुनाई जाएगी। वह जानते हैं कि फिल्म पर काम चल रहा है। सूर्या चौथे भाग को लेकर बेहद उत्साहित हैं।

सिंघम 2010 में दर्शकों के बीच आई थी। इसमें सूर्या के साथ अनुष्का शेट्टी और प्रकाश राज नजर आए थे। फिल्म को बॉक्स ऑफिस पर काफी अच्छा रिस्पॉन्स मिला था। फिल्म की लोकप्रियता देख इसका सिंघम 2 नाम से इसका सीक्वल दर्शकों के लिए लाया गया। यह 2013 में आया। इसके बाद बारी आई सिंघम 3 की, जो 2017 में रिलीज हुई और इसे भी दर्शकों का भरपूर प्यार मिला।

रणदीप हुड्डा की क्राइम ड्रामा कैट 9 दिसंबर को होगी रिलीज



बॉलीवुड एक्टर रणदीप हुड्डा की आगामी क्राइम ड्रामा सीरीज कैट शीर्षक से 9 दिसंबर को विशाल नेटफिक्स स्ट्रीमिंग पर प्रीमियर के लिए तैयार है।

सीरीज, जो निर्माता और श्रोता बलविंदर सिंह जंजुआ से आती है, एक्सट्रैक्शन के बाद रणदीप के नेटफिक्स के साथ दूसरे सहयोग को चिह्नन्ति करती है, जो 2020 में रिलीज हुई थी। रणदीप और नेटफ्लिक्स ने घोषणा करने के लिए अपने-अपने सोशल मीडिया हैंडल का सहारा लिया। कैट गुरनाम सिंह की कहानी है, जो अपने भाई की जान बचाने की कोशिश में अपने काले अतीत का सामना करने के लिए मजबूर होता है।

आज का राशिफल

मेष : आपका दिन सामान्य रहेगा। सुबह के समय हल्का तनाव महसूस कर सकते हो। बिजनेस में रुका हुआ पैसा आपको मिल सकता है। आपको किसी विशेष काम में दूसरे लोगों की मदद मिल सकती है।

वृष : आपका दिन अच्छा रहेगा। आपके अच्छे व्यवहार से आसपास के लोग खुश रहेंगे। साथ ही आपकी अच्छी छवि निखर कर लोगों के सामने आयेगी। समाज में आपको उचित आदर-सम्मान मिलेगा।

मिथुन : आपका दिन बढ़िया रहेगा। परिवार वालों के साथ धार्मिक स्थल पर दर्शन के लिए जायेंगे। आपके मित्रों की संख्या में बढ़ोतरी हो सकती है। आर्थिक रूप से आपको लाभ की प्राप्ति होगी। आपके काम में नयापन आयेगा।

कर्क : आपका दिन पहले की अपेक्षा बेहतर रहेगा। थोड़ी-सी मेहनत से ही आपको बड़ा मुनाफा मिल सकता है। आप जीवनसाथी के साथ डिनर का प्लान बना सकते हैं। आप दोनों के बीच नजदीकियां बढ़ेंगी। बच्चे दोस्तों के साथ कोई गेम खेल सकते है।

सिंह : आपका दिन मनोनुकूल रहेगा। आप खुद को ऊर्जावान महसूस करेंगे। साथ ही आपके परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। आपको आनंद की अनुभूति होगी। आपकी किसी खास व्यक्ति से मुलाकात हो सकती है।

कन्या : आपका दिन ठीक-ठाक रहेगा। आप सामाजिक कार्यों में हिस्सा ले सकते हैं। ऑफिस में आपको कोई नया काम मिल सकता है, जिसमें आप अपनी मेहनत से सफल भी हो सकते हैं। परिवार से जुड़े किसी काम के लिए थोड़ी भागदौड़ हो सकती है।

तुला : आज आपका दिन बेहतर रहेगा। आर्थिक स्थिति में प्रगति हो सकती है। जीवन में तरक्की के नये रास्ते भी खुलेंगे। ऑफिस में आपकी ड्रेस की तारीफ हो सकती है। अपने कुछ खास काम निपटाने के लिए आपको अपने रूटीन में बदलाव करना पड़ सकता है।

वृश्चिक : आपका दिन उत्तम रहेगा। आपको बिजनेस के क्षेत्र में कुछ लोगों से मदद मिलेगी। आपसी समझ और प्यार आपके दाम्पत्य संबंधों को और भी बेहतर बनायेंगे। सामाजिक जीवन भी आज हर तरह से बेहतर बना रहेगा।

धनु : जीवनसाथी के साथ आपको बातचीत में थोड़ी नरमी बरतनी चाहिए। धैर्य रखने पर आपके रिश्ते मधुर होंगे। नियमित योग करने से आपका स्वास्थ्य भी बेहतर बना रहेगा। कुछ कामों में आपको अधिक समय लग सकता है।

मकर : आपका दिन मिला-जुला रहेगा। नौकरी कर रहे लोगों को नया प्रोजेक्ट मिल सकता है। आगे चलकर ये प्रोजेक्ट आपको फायदा दिलायेगा। इस राशि के विद्यार्थियों के लिए दिन सामान्य रहने वाला है।

कुंभ : आपको तरक्की के कुछ नये साधन मिल सकते हैं। कुछ अच्छे लोगों से आपकी मुलाकात दिन को और बेहतर बना सकती है। आपका मूड काफी अच्छा रहेगा। बिजनेस में तरक्की सामान्य रूप से बनी रहेगी।

मीन : आपका दिन शानदार रहेगा। कोई दोस्त आपसे घर पर मिलने आ सकता है। साथ में कोई मूवी देखने का प्लान बना सकते हैं। आपके अधूरे काम पूरे हो जायेंगे। बिजनेस में नए एग्रीमेंट हो सकते हैं।

झटपट तैयार करें पालक-कॉर्न सैंडविच

ब्रेकफास्ट में कुछ टेस्टी और झटपट बनाना हो, तो आप पालक-कॉर्न सैंडविच बना सकते हैं। ये बनाने में काफी आसान है और समय भी कम लगेगा। ये हेल्दी ब्रेकफास्ट भी है। आइए जानते हैं बनाने की विधि।

सामग्री :

15-20 पालक के पत्ते, 8 ब्रेड स्लाइस, 1 कप मैश किया हुआ पनीर, 1 प्याज और 2 हरी मिर्च, आधा चम्मच काली मिर्च पाउडर, 2 चम्मच लहसुन का पेस्ट, तलने के लिए घी, स्वादानुसार नमक

विधि :

-सबसे पहले कॉर्न को उबाल कर रख लें।

- पालक के पत्ते को गर्म पानी में उबाल लें।

- जब ये ठंडा हो जाए, तो हरी मिर्च बारीक काट कर इसमें मिला दें।

- प्याज लहसुन को छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें और इसे भून लें।

- उबले हुए कॉर्न में नमक और काली मिर्च पाउडर मिला लें।

- अब एक साथ पालक, मैश किए हुए पनीर, लहसुन-प्याज और स्वादानुसार नमक मिला लें।

- ब्रेड की स्लाइस पर घी लगा लें, अब इस पर तैयार किया हुआ मिश्रण फैला कर लगाएं।

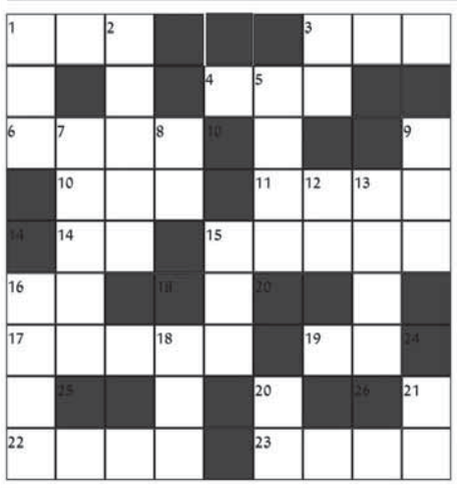
- अब दूसरी ब्रेड की स्लाइस से सैंडविच को ढककर रख दें, तवे पर इसे सेंक लें।

- सेंकने के बाद इसे त्रिकोण आकार में काट लें, इसे सॉस के साथ सर्व कर सकते हैं।

शब्द सामर्थ्य- 256

बाएं से दाएं :
1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 3. बेवजह, बिनाकारण, व्यर्थ 4. हल्कीनींद, चकमा, धोखा 6. शक्कर पानी आदि का मीठा घोल 10. सोते से उठाना, सावधान करना, प्रदीप्त करना 11. चरमसीमा, सीमांत 14. पानी, आंसू 15. बैठा हुआ, विराजित 16. नृत्य 17. मृतप्राय, मृत्यु के करीब 19. जल, अम्बु 22. उपहार, भेंट 23. खबर, संदेश।

ऊपर से नीचे
1. गणपतिजी, 2. मांगनेवाला, पाने की इच्छा करने वाला 3. मिट्टी के रंग का, मटमैला 5. चला आता हुआ क्रम प्रथा, प्रणाली, रीति-रीवाज, 7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 8. पेड़ का धड़ा जहां से शाखाएं निकलती हैं, 9. मिठाई, खाने की मीठी चीज 12. शासन, गुप्तबात 13. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य 15. विपत्तिग्रस्त, दुखी, अभागा 16. प्रसिद्ध, नामवर 18. स्वप्न, ख्वाब 20. करीब, नजदीक, समीप 21. सुबह, प्रातः, सबेरा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 255 का हल

अ	भि	षे	क	■	प	स	■	■
जा	त	■	थ	प	थ	पा	ना	■
य	र	का	नी	■	भ्र	■	र	श्मि
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- 256

	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 र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर 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.255 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