दैनिक
न्याय साक्षी

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

संपादकीय

चेतावनी में दम है

जब कुछ तबकों को छोड़ कर बाकी लोगों की वास्तविक आय घटेगी, तो जाहिर है वे उपभोग में कटौती करेंगे। सरकार ने अर्थव्यवस्था के इस पक्ष में सुधार लाने की तनिक भी जरूरत नहीं समझी है।

भारतीय रिजर्व बैंक के पूर्व गवर्नर रघुराम राजन ने आगाह किया है कि भारत के फिर से 'हिंदू रेट और ग्रोथ' में फंस जाने का अंदेशा है। हिंदू रेट ऑफ ग्रोथ शब्द 1960-70 के दशकों में बहुत प्रचलित था, जब भारतीय अर्थव्यवस्था की वृद्धि दर आम तौर पर चार प्रतिशत के आसपास रहती थी। अब एक बार फिर से वह कहानी लौटने का अंदेशा पैदा हुआ है, तो जाहिर है, यह गहरी चिंता की बात है। राजन ने अपनी आशंका के कारण भी बताए हैं। उनमें पहला यह है कि देश में निजी निवेश की दर लगातार कम बनी हुई है। इस तथ्य की ओर पहली बार ध्यान नहीं खींचा गया है। कुछ समय पहले खुद वित्त मंत्री निर्मला सीतारमन उद्योगपतियों की बैठक में निवेश ना करने के लिए उन्हें फटकार लगा चुकी हैं। समझा यह जाता है कि आर्थिक मुश्किलों के समय में अगर सरकार अपना निवेश बढ़ाती है, तो उससे बनी परिस्थितियों में निजी क्षेत्र निवेश करने के लिए उत्साहित होता है। लेकिन फिलहाल ऐसा नहीं हुआ है।

निजी क्षेत्र की दलील रही है कि देश में उपभोग घट जाने के कारण मांग नहीं है, ऐसे में वह अपनी पहले से निर्मित क्षमता के मुताबिक ही उत्पादन नहीं कर रहा है। तो ऐसे में नए निवेश की गुंजाइश कहां है? रघुराम राजन ने कहा है कि इसके अलावा ब्याज दर के लगातार ऊंचा होते जाने और अंतरराष्ट्रीय बाजार में मंदी जैसे हालात के कारण भी भारत में निवेश की स्थितियां सुधरने की संभावना फिलहाल नहीं है। दरअसल, उपभोग घटने का एक कारण रोजगार और कारोबार में गिरावट है, तो दूसरी वजह महंगाई और ऊंची ब्याज दर है। जब कुछ तबकों को छोड़ कर बाकी लोगों की वास्तविक आय घटेगी, तो जाहिर है वे उपभोग में कटौती करेंगे। सरकार ने अर्थव्यवस्था के इस पक्ष में सुधार लाने की तनिक भी जरूरत नहीं समझी है। नतीजा है कि धीरे-धीरे सकल भारतीय अर्थव्यवस्था एक दुश्चक्र में फंसती चली जा रही है। बहरहाल, चूंकि सत्ता पक्ष ने रघुराम राजन की छवि कांग्रेस समर्थक की बना रखी है, इसलिए उनकी बात पर सरकार ध्यान देगी, इसकी उम्मीद कम ही है।

केंद्र ने भारत कोकिंग कोल लिमिटेड में 25 फीसदी इक्विटी हिस्सेदारी के विनिवेश को दी मंजूरी

नई दिल्ली। सरकार ने भारत कोकिंग कोल लिमिटेड (बीसीसीएल) में अपनी 25 प्रतिशत इक्विटी हिस्सेदारी के विनिवेश को मंजूरी दे दी है और प्रक्रिया शुरू करने के लिए आवश्यक औपचारिकताएं चल रही हैं।

बीसीसीएल देश की सबसे बड़ी शुष्क ईंधन उत्पादक कंपनी कोल इंडिया लिमिटेड (सीआईएल) की सहायक कंपनी है। उच्च पदस्थ सूत्रों ने बताया कि वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण के नेतृत्व वाली तीन सदस्यीय अधिकार प्राप्त मंत्रिस्तरीय समिति, जिसमें कोयला मंत्री प्रह्लाद जोशी और सडक़ परिवहन एवं राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी शामिल हैं, ने बीसीसीएल की 25 प्रतिशत हिस्सेदारी बेचने के प्रस्ताव को मंजूरी दे दी है। सूत्रों ने कहा कि मंत्रिस्तरीय समिति के पास बीसीसीएल में 25 फीसदी हिस्सेदारी बेचने के प्रस्ताव को मंजूरी देने का अधिकार है। उन्होंने कहा कि समिति ने प्रस्ताव को मंजूरी देने के बाद इसे कोल इंडिया लिमिटेड (सीआईएल) के बोर्ड को भेज दिया था, जिसने भी इसे मंजूरी दे दी है। हालांकि यह देखा जाना बाकी है कि बीसीसीएल के शेयरों का विनिवेश रणनीतिक बिक्री के जरिए किया जाएगा या आरंभिक सार्वजनिक पेशकश (आईपीओ) के जरिए।

सीआईएल के पुनर्गठन की अपनी योजना के तहत सरकार ने पिछले साल बीसीसीएल के 25 फीसदी शेयरों की शुरूआती लिस्टिंग का फैसला किया था। सीआईएल ने मई 2022 में कहा था कि वह अपनी असूचीबद्ध शाखा बीसीसीएल में 25 प्रतिशत हिस्सेदारी बेचने की योजना बना रही है और आगे की मंजूरी प्राप्त करने के बाद स्टॉक एक्सचेंजों में सहायक कंपनी की बाद की लिस्टिंग के लिए जाएगी।

मार्च 2022 में इस मामले पर चर्चा करने के लिए सीआईएल के बोर्ड की एक बैठक आयोजित की गई थी, कोयला बेहेमोथ ने नियामक फाइलिंग में इसकी जानकारी दी थी। यह सूचित करते हुए कि कंपनी के बोर्ड ने प्रस्ताव को केवल सैद्धांतिक रूप से मंजूरी दी थी, उस समय सीआईएल ने कहा था कि सरकार से मंजूरी मिलने के बाद ही आगे की कार्रवाई शुरू की जाएगी।

बीसीसीएल को झरिया और रानीगंज कोलफील्ड्स में संचालित कोकिंग कोल खदानों को संचालित करने के लिए जनवरी 1972 में शामिल किया गया था। इसे 16 अक्टूबर, 1971 को सरकार द्वारा अधिग्रहित कर लिया गया था।

5वें दौर की नीलामी के तहत 11.88 एलएमटी बिका गेहूं

नई दिल्ली । गुरुवार को हुई पांचवें दौर की नीलामी में कुल 11.88 लाख मीट्रिक टन गेहूं की बिक्री हुई है। ई-नीलामी के पांचवें दौर के बाद, खुले बाजार में गेहूं की संचयी बिक्री 45 एलएमटी के कुल आवंटन के मुकाबले 28.86 एलएमटी तक पहुंच गई है।

बिक्री ने पूरे देश में गेहूं और आटे की कीमतों को कम किया है। अगली ई-नीलामी 15 मार्च को होगी और एक अप्रैल से गेहूं खरीद की अवधि शुरू होने को देखते हुए सरकार ने 31 मार्च तक उठाव कार्य पूरा करने की अनुमति दी है।

गेहूं की बढ़ती कीमतों के बीच सरकार ने कीमतें कम करने के लिए इसे खुले बाजार में बेचने का फैसला किया था।

सब्सिडी का बोझ कम करने के लिए बांग्लादेश ने बिजली की कीमत बढ़ाई

ढाका। बिजली, ऊर्जा और खनिज संसाधन मंत्रालय के अनुसार, बांग्लादेश सरकार ने एक बार फिर खुदरा स्तर पर बिजली की कीमत बढ़ा दी है। इस साल जनवरी से तीसरी बार बिजली के खुदरा मूल्य में 5 फीसदी की बढ़ोतरी की जाएगी और नई दर बुधवार से लागू हो जाएगी। बिजली का औसत खुदरा मूल्य 7.82 टका किलो वॉट से बढक़र 8.21 टका प्रति किलोवाट होगा। पहली बार 12 जनवरी और फिर दूसरी बार 31 जनवरी को कीमत बढ़ाई गई थी। बिजली, ऊर्जा और खनिज संसाधन राज्य मंत्री नसरूल हामिद ने पहले कहा था कि गैस आयात में वित्तीय घाटे के बैकलॉग को दूर किया जा सकता है अगर बिजली का मूल्य मासिक आधार पर बढ़ाया जाता है।

कल से महंगा होगा होम लोन, ब्याज दरों में बढ़ोतरी

नई दिल्ली। केनरा बैंक के होम लोन समेत अन्य लोन कल से महंगे होने जा रहे हैं। बैंक ने रेपो लिंक्ड लेंडिंग रेट और एमसीएलआर दोनों में संशोधन किया है, जो 13 मार्च यानी सोमवार से प्रभावी हो जाएंगी। इससे बैंक के तमाम तरह के लोन की ईएमआई फिर बढ़ जाएगी और आम लोगों की जेब पर बोझ बढ़ेगा।

भारतीय रिजर्व बैंक के लगातार रेपो दरों में वृद्धि के चलते अधिकतर बैंकों के लोन महंगे हुए हैं। महंगाई को कंट्रोल करने के लिए आरबीआई पिछले साल मई से लगातार रेपो दर को बढ़ाता जा रहा है। बैंक लोन की दरों को रेपो दरों में बदलाव के साथ बदलते रहते हैं।

केनरा बैंक ने एमसीएलआर में 0.45 प्रतिशत तक की बढ़ोतरी की है। इससे बैंक के अलग-अलग अवधि के लोन की ब्याज दरें बदल गई हैं।

एक जुलाई से विदेशी धन पर लगेगा अधिक कर, शिक्षा क्षेत्र होगा प्रभावित

नई दिल्ली। एक जुलाई से, चाहे वह विदेश यात्रा पर खर्च करना हो या विदेश में निवेश करना हो, खर्च अधिक होने वाला है, क्योंकि विदेशी धन प्रेषण पर स्रोत पर एकत्रित कर (टीसीएस) लागू हो जाएगा। 2023-24 के केंद्रीय बजट में, वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने घोषणा की थी कि चिकित्सा और शिक्षा उद्देश्यों को छोडक़र किसी भी बाहरी प्रेषण पर पूरे मूल्य पर 20 प्रतिशत का टीसीएस लगेगा। उदारीकृत प्रेषण योजना (एलएआरएस) के तहत टीसीएस दर में वृद्धि मूल रूप से उच्च मूल्य विवेकाधीन खर्च के उद्देश्य से है।

इनमें विदेशी दौरों, विदेशी मुद्रा की खरीदारी, दोस्तों या रिश्तेदारों को विदेश में उपहार भेजना और विदेशी स्टॉक खरीदना आदि शामिल हैं।

विदेश में पढऩे वाले छात्रों के लिए शिक्षा संबंधी खर्च के मामले में, यदि माता-पिता यह स्थापित करने में सक्षम हैं कि राशि शिक्षा के उद्देश्य के लिए है, तो कुल राशि 7 लाख रुपये से अधिक होने पर टीसीएस 5 प्रतिशत होगा।

यदि राशि ट्यूशन फीस या छात्रावास के खर्च के लिए है, तो शिक्षा लिंक स्थापित करना आसान है, लेकिन यदि छात्र विदेश में पढ़ाई के दौरान कैंपस से दूर किराए के आवास में रह रहा है तो नहीं।

यदि शिक्षा लिंक स्थापित नहीं किया जा सकता है, तो बिना किसी सीमा के 20 प्रतिशत का टीसीएस देना होगा।

प्रस्ताव पर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए, अंतरराष्ट्रीय शिक्षा कंपनी एम स्चयर मीडिया (एमएसएम) के सीईओ और संस्थापक संजय लॉल ने कहा, कर भारतीय छात्रों के लिए विदेश में अध्ययन की लागत में वृद्धि करेगा। इसका जाने वाले छात्रों की संख्या पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। उच्च शिक्षा के लिए विदेश में, और हम उन देशों में छात्रों की वरीयता में बदलाव देख सकते हैं, जहां शिक्षा की लागत तुलनात्मक रूप से कम है।

उन्होंने कहा कि यह देखा जाना बाकी है कि ये उपाय भारत में विदेशी निवेश के प्रवाह और विदेशों में उच्च शिक्षा के अवसरों की तलाश करने वाले भारतीय छात्रों की प्राथमिकताओं को कैसे प्रभावित करेंगे।

भारत के मिड-मार्केट में 36 प्रतिशत वरिष्ठ पदों पर महिलाएं : रिपोर्ट

नई दिल्ली। भारत के मध्य-बाजार व्यवसायों में वरिष्ठ प्रबंधन पदों पर 36 प्रतिशत महिलाओं का कब्जा है। एक रिपोर्ट में यह बात सामने आई है। नेतृत्व की भूमिका में 36 प्रतिशत महिलाओं के साथ भारत ब्रिक्स (34 प्रतिशत) और जी7 (30 प्रतिशत) के औसत से आगे है। ग्रांट थॉर्नटन की इंटरनेशनल बिजनेस रिपोर्ट के मुताबिक, अफसोस की बात है कि भारत में 5 फीसदी मिड-मार्केट बिजनेस में अभी भी वरिष्ठ नेतृत्व वाली भूमिकाओं में कोई महिला नहीं है। वैश्विक स्तर पर, मध्य-बाजार व्यवसायों में 32 प्रतिशत वरिष्ठ प्रबंधन पद महिलाओं के पास हैं।

ऐसे 9 प्रतिशत व्यवसायों में अभी भी वैश्विक स्तर पर वरिष्ठ नेतृत्व की भूमिकाओं में कोई महिला नहीं है।

ग्रांट थॉर्नटन की भारत की पार्टनर पल्लवी बाखरू ने कहा, बेहतर समानता के लिए जोर देने के लिए, व्यवसायों को एक मिश्रित या लचीला दृष्टिकोण अपनाना चाहिए, एक सहायक और समझदार संस्कृति का निर्माण करना चाहिए, और कर्मचारियों की भलाई और महिलाओं का समर्थन करने वाले परामर्श कार्यक्रमों पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए।

विविधता में सुधार की दिशा में काम करना, विशेष रूप से वरिष्ठ स्तर पर, न केवल जिम्मेदार काम है, बल्कि व्यावसायिक रूप से भी सही काम है।

सभी क्षेत्रों (अफ्रीका, एपीएसी, आसियान, लैटिन अमेरिका, उत्तरी अमेरिका, यूरोपीय संघ) ने पहली बार वरिष्ठ प्रबंधन में महिलाओं के लिए 30 प्रतिशत का आंकड़ा पार किया।

आसियान क्षेत्र में यह आंकड़ा 37 प्रतिशत से बढक़र 40 प्रतिशत तक पहुंच गया।

वैश्विक स्तर पर, 36 प्रतिशत मिड-मार्केट व्यवसाय अब विशुद्ध रूप से कार्यालय-आधारित काम कर रहे हैं, और 53 प्रतिशत का हाइब्रिड दृष्टिकोण है।

भारत में, ऐसे 62 प्रतिशत व्यवसाय हाइब्रिड मॉडल को अपना रहे हैं, 27 प्रतिशत अभी भी मुख्य रूप से कार्यालय आधारित हैं। 5 प्रतिशत कर्मचारी स्थायी रूप से घर-आधारित हैं और 5 प्रतिशत के पास पूरी तरह से लचीला कार्यक्रम है और यह चुनने का विकल्प है कि कहां काम करना है।

शुभमन गिल ने फिर किया कमाल, ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ अहमदाबाद टेस्ट में जड़ा शतक

अहमदाबाद। भारतीय टीम के युवा सलामी बल्लेबाज शुभमन गिल का बेहतरीन फॉर्म जारी है। उन्होंने ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ अहमदाबाद टेस्ट के तीसरे दिन शतक जड़ दिया है। बॉर्डर गावस्कर सीरीज के पहले दो मैचों में बाहर बैठे के बाद इंदौर टेस्ट में केएल राहुल की जगह गिल को प्लेइंग इलेवन में जगह मिली थी। उस मुकाबले में वह कुछ खास नहीं कर पाए। लेकिन आईपीएल के अपने घरेलू मैदान नरेंद्र मोदी स्टेडियम पर शतकीय पारी खेल दी है।

कप्तान रोहित शर्मा के साथ पारी की शुरुआत करने उतरे शुभमन गिल ने 194 गेंदों पर अपना दूसरा टेस्ट शतक पूरा किया। 2020/21 ऑस्ट्रेलिया दौरे पर टेस्ट डेब्यू करने वाले गिल ने पिछले साल दिसंबर में बांग्लादेश के खिलाफ अपना पहला शतक लगाया था। इसके बाद भी कप्तान रोहित की वापसी के बाद उन्हें प्लेइंग इलेवन से बाहर होना पड़ा। लेकिन केएल राहुल के लगातार खराब फॉर्म की वजह से उन्हें खेलने का मौका मिल गया। गिल ने 10 चौके और एक छक्का लगाकर अपना शतक पूरा किया। वह इस टेस्ट सीरीज में रोहित शर्मा के बाद शतक लगाने वाले दूसरे भारतीय बल्लेबाज हैं।

आज का राशिफल

मेष : आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहेगा। किसी भी काम में जल्दबाजी करने से आपको बचना चाहिए। आज धैर्य और सयंम से काम लेना चाहिए। आज कार्यों के वजह से भागदौड़ की अधिकता ज्यादा रहेगी।

वृष : आज आपका दिन शानदार रहेगा। आज आपका दिन दूसरों की सेवा-सत्कार में बीतेगा। आज लोग आपसे काफी प्रभावित होंगे। इस राशि के बिजनेसमैन को मन मुताबिक फायदा होने के योग हैं।

मिथुन : आज आपका दिन उत्तम रहेगा। रिश्तेदारों का घर पर आना-जाना लगा रहेगा। आज आपकी आर्थिक स्थिति में सुधार आएगा। आप सेहतमंद बने रहेंगे। दाम्पत्य जीवन में मिठास बनी रहेगी। किसी से संपर्क करने के लिए दिन अच्छा है।

कर्क : आज व्यापार सामान्य लाभ देगा। आज आपके पारिवारिक सुख में वृद्धि होगी। करियर को लेकर उतार-चढ़ाव की स्थितियां देखने को मिल सकती है। आज अधिकारी वर्ग आपसे प्रसन्न रहेंगे।

सिंह : आज उच्च अधिकारी से अच्छे रिश्ते बनाये रखने का प्रयास फलदायक होगा। आज आपको किसी मित्र से सहयोग मिलेगा। करियर में तरक्की के योग बने हुए है। ऑफिस में माहौल आपके अनुकूल बना रहेगा।

कन्या : आज कार्यक्षेत्र में नये विचारों का समावेश होगा। आज जिस काम से यात्रा करेंगे, उसमें कामयाबी हासिल होगी। कार्यों में जीवनसाथी से सहयोग प्राप्त होगा। राजनीति के क्षेत्र में सफलता मिलेगी।

तुला : आज आपका दिन अच्छा रहेगा। आपको किसी काम में अपने जीवनसाथी की मदद मिल सकती है। दाम्पत्य जीवन मधुरता से भरपूर रहेगा। ऑफिस में सहकर्मियों का सहयोग मिलेगा।

वृश्चिक : आज आपका दिन बेहतरीन रहेगा। छात्रों के लिये आज का दिन करियर में नया बदलाव लायेगा। अगर आप किसी नये बिजनेस की शुरुआत करने की सोच रहे हैं, तो आपको उसमें सफलता मिलेगी।

धनु : आज आपका दिन पहले की अपेक्षा अच्छा रहेगा। किसी विशेष काम में परिवार वालों का सहयोग मिलेगा। नौकरी में पदोन्नति होने के चांस बन रहे हैं। इस राशि के स्टूडेंट्स को किसी प्रोजेक्ट में सफलता मिल सकती है।

मकर : आज आपका दिन ठीक-ठाक रहेगा। आज मित्रों से मेल-जोल बढ़ेगा। संतान आपकी बातों से प्रभावित होंगे, साथ ही अपनी जिम्मेदारियों को समझेंगे। आज आपका संपर्क किसी उच्च अधिकारी से होगा।

कुंभ : आज आपका दिन बेहतरीन रहने वाला है। जीवनसाथी के साथ मीठी नोक-झोक होगी, जिससे रिश्ते और मजबूत होंगे। कोई भी नये कार्य की शुरुआत किसी अनुभवी व्यक्ति से लेकर करेंगे तो उसमे सफलता मिलनी तय है।

मीन : आज आपका दिन बहुत ही शानदार रहेगा। भाग्य का पूरा-पूरा साथ मिलेगा। अगर आपका कार्य शिक्षण संस्थान से जुड़ा है, तो आज लाभ होगा। व्यावसायिक प्रगति के लिए दिन अनुकूल है।

त्वचा के लिए फायदेमंद है विटामिन और पोषक तत्वों से भरपूर टमाटर

जब त्वचा की देखभाल की बात आती है, तो आपको स्वस्थ और चमकदार त्वचा देने वाली सामग्री की तलाश में दूर-दूर जाने की ज़रूरत नहीं है। लगभग हर रसोई में आसानी से उपलब्ध और सभी को पसंद आने वाला टमाटर त्वचा के लिए बहुत फायदेमंद होता है। इसमें कई त्वचा-लाभदायक विटामिन और पोषक तत्व होते हैं जो आपको अपने सपनों की त्वचा दे सकते हैं। लाइकोपीन से भरपूर, टमाटर में पाया जाने वाला एक एंटीऑक्सीडेंट, यह क्षतिग्रस्त त्वचा की मरम्मत कर सकता है और इसकी प्राकृतिक, स्वस्थ चमक को बहाल कर सकता है। इसके अम्लीय और कसैले गुण इसे तैलीय और मुहांसे वाली त्वचा वाली महिलाओं के लिए एक उत्कृष्ट सामग्री बनाते हैं।

तेल कम करें

टमाटर त्वचा को कई तरह से लाभ पहुंचाता है, यह सबसे लोकप्रिय है। तैलीय और मुहांसे वाली त्वचा वालों में अत्यधिक तेल उत्पादन एक आम चिंता है। यह समग्र रूप में बाधा डाल सकता है और साथ ही आपके मेकअप को जगह पर रखना मुश्किल बना सकता है। अगर आप अपने चेहरे से तेल सोख कर थक चुके हैं तो इस प्राकृतिक तरीके को आजमाएं जिसमें टमाटर का इस्तेमाल शामिल है।

कैसे करें उपयोग

एक टमाटर को आधा काटें और इसे पूरे चेहरे पर मलें। इसे 10-15 मिनट के लिए लगा रहने दें और फिर चिकनी, मुलायम और मैट जैसी दिखने वाली त्वचा पाने के लिए धो लें। नियमित उपयोग के साथ, यह अत्यधिक तैलीय त्वचा की समस्या का समाधान करेगा और आपकी त्वचा के प्राकृतिक पीएच स्तर को संतुलित करेगा।

मृत त्वचा को हटाता है

हमारी त्वचा पर्यावरण से गंदगी, तेल, प्रदूषण और अन्य हानिकारक चीजों को आकर्षित करती है और इससे आपकी त्वचा समय के साथ सुस्त और असमान दिखने लगती है। इस गंदगी से छुटकारा पाने के लिए नियमित सफाई ही काफी नहीं है क्योंकि यह त्वचा के रोमछिद्रों में फंस जाती है। टमाटर में मौजूद एंजाइम मृत त्वचा कोशिकाओं की ऊपरी परत को हटाकर हल्के से त्वचा को एक्सफोलिएट करते हैं।

कैसे करें उपयोग

आपने टमाटर के गूदे में चीनी मिलाकर अपनी त्वचा पर लगाने के बारे में सुना होगा, हमारा सुझाव है कि आप इसे केवल बॉडी स्क्रब के रूप में उपयोग करें। आपके चेहरे की त्वचा संवेदनशील होती है और चीनी के दानों से आसानी से चिढ़ सकती है। चेहरे की त्वचा के लिए टमाटर के फायदे पाने के लिए आप इसके गूदे को वैसे ही लगा सकते हैं।

मुँहासे रोकता है

मुँहासे किशोरों और वयस्कों के बीच एक आम चिंता का विषय है, जबकि समस्या की जड़ तक पहुँचना महत्वपूर्ण है, कभी-कभी इससे छुटकारा पाने के लिए टमाटर के फायदों को भी इस्तेमाल किया जा सकता है। टमाटर में डीप क्लींजिंग एजेंट होते हैं और जैसा कि ऊपर बताया गया है, यह त्वचा के पीएच स्तर को भी ठीक करता है, इसलिए यह ब्रेकआउट को बहुत अच्छी तरह से रोक सकता है और मुंहासों को कम कर सकता है।

कैसे करें उपयोग

एक टमाटर से गूदा निकाल लें और उसमें टी ट्री एसेंशियल ऑयल की कुछ बूंदें मिलाएं और पूरे चेहरे पर लगाएं और 10-15 मिनट के लिए छोड़ दें फिर धो लें। अपनी मुहांसे वाली त्वचा का इलाज करने के लिए सप्ताह में दो से तीन बार दोहराएं।

अल्लू अर्जुन ने पुष्पा 2 के लिए मांगे 150 करोड़ रुपए

अल्लू अर्जुन के लिए फिल्म पुष्पा मील का पत्थर साबित हुई है। इस पैन इंडिया फिल्म में काम कर वह देशभर में मशहूर हो गए। हालांकि, लोकप्रिय तो अल्लू पहले भी थे, लेकिन पुष्पा ने उनकी लोकप्रियता को सातवें आसमान पर पहुंचा दिया है। यही वजह है कि अब इसके दूसरे भाग यानी पुष्पा: द रूल के लिए अल्लू निर्माताओं से मोटी रकम ले रहे हैं।

पुष्पा की सफलता के बाद अल्लू पैन इंडिया स्टार बन गए हैं और पैन इंडिया फिल्मों की बढ़ती लोकप्रियता के चलते अल्लू ने अपनी फीस में इजाफा कर लिया है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, पुष्पा: द रूल के लिए अल्लू 125 करोड़ रुपये ले रहे हैं। हालांकि, उन्होंने फिल्म के लिए 150 करोड़ रुपये की मांग की थी। अल्लू को पूरा यकीन है कि उनकी यह फिल्म बॉक्स ऑफिस पर बाहुबली 2 और केजीएफ: 2 के रिकॉर्ड तोड़ देगी।

पुष्पा ने बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचाया था। इसके गानों से लेकर कलाकारों का अभिनय तक दर्शकों को पसंद आया था। फिल्म के जरिए पहली बार अल्लू-और रश्मिका मंदाना की जोड़ी दिखाई दी थी। सामंथा रुथ प्रभु ने इसमें आइटम नंबर किया था। फिल्म की कहानी चंदन लकड़ियों की तस्करी पर आधारित है।

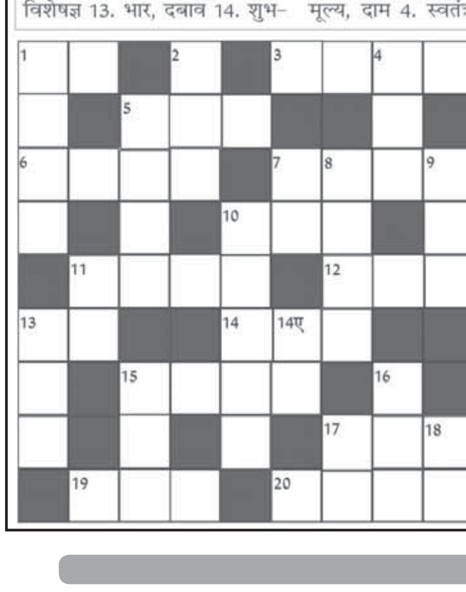
शब्द सामर्थ्य- 01

बाएं से दाएं

1. ठुड्डी पर के बाल, ठुड्डी, ठोढ़ी 3. विशेष और सामान्य (आदमी), आम और खास लोग (उ.) 5. इच्छा, हसरत, अभिलाषा 6. शारीरिक कोमलता, सुकुमारता (उ.) 7. सविनय, विनती पूर्वक 10. बिलख-बिलख कर रोना 11. कहानी, उपन्यास 12. कुशल, दक्ष, विशेषज्ञ 13. भार, दबाव 14. शुभ-अशुभ की पूर्व सूचना, शुभ अवसर पर होने वाला मंगल कार्य संबंधी गीत 15. एहसान, भलाई, हित 17. सूत काटने, लपेटने में काम आने वाली चर्खे से लगी सलाई 19. एक हिन्दी महीना, श्रावण 20. सप्ताह का एक दिन, बृहस्पतिवार।

ऊपर से नीचे

1. जंगल में लगी आग, दावाग्नि 2. मूल्य, दाम 4. स्वतंत्र, स्वाधीन 5. संकट, कष्ट, दर्द 7. लकड़ी, कन्या, कानों में पहनने का छल्ला, श्रेष्ठ 8. बेइज्जती, अनादार 9. शोभा, सुंदरता, बसंत ऋतु 10. तबाह करने वाला, विनाशक 11. इस समय 13. असुर, राक्षस, दैत्य 14 ए. गुरुमंत्र, बहुत अच्छी युक्ति 15. पर्व, त्यौहार 16. शिकायत, उलाहना, ग्लानि 17. वृक्ष, पेड़ 18. मुंह से निकलने वाला थूक जैसा पदार्थ।



सू-दोकू- 01

	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 9 वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1 से 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 1 से 9 अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।