संपादकीय

जब घर कमजोर हो

घरेलू मजबूरी के कारण दो महत्त्वपूर्ण कार्यक्रमों को रद्द करना बाइडेन प्रशासन की कूटनीति लिए एक करारा झटका है। आशंका है कि इससे अमेरिकी प्राथमिकता को लेकर भरोसे का संकट बढ़ सकता है।

जो बाइडेन के सामने एशिया-प्रशांत यात्रा में कटौती की मजबूरी उसके घरेलू संकट की वजह आई है। अमेरिका का कर्ज सीमा संकट नाजुक मोड़ पर पहुंचता हुआ नजर आ रहा है। अमेरिकी अधिकारियों ने कहा है कि अगर इसी महीने कांग्रेस कर्ज सीमा बढ़ाने पर राजी नहीं हुई, तो अमेरिका के लिए ऋण डिफॉल्ट करने तक की नौबत आ सकती है। अमेरिका के ऋण सीमा संकट ने राष्ट्रपति जो बाइडेन की एक बड़ी कूटनीतिक पहल की बलि ले ली है। इस कारण उन्हें न्यू पापुआ गिनी में आयोजित प्रशांत महासागर में स्थित द्वीप देशों के नेताओं की बैठक को रद्द करना पड़ा है। साथ ही ऑस्ट्रेलिया में होने वाली क्वाड्रैंगुलर सिक्युरिटी डायलॉग (क्वैड) की शिखर बैठक को रद्द करना पड़ा है। बाइडेन के अचानक अपनी एशिया-प्रशांत क्षेत्र की यात्रा के कार्यक्रम में कटौती करने को फैसले को अमेरिकी कूटनीति के लिए एक जोरदार झटका समझा जा रहा है। अमेरिका में कर्ज सीमा को लेकर चल रहे विवाद के कारण राष्ट्रपति को यह कदम उठाना पड़ा। बाइडेन ने पापुआ न्यू गिनी में प्रशांत महासागर में स्थित द्वीप देशों के शिखर सम्मेलन को संबोधित करने की योजना बनाई थी। यह किसी भी अमेरिकी राष्ट्रपति की पापुआ न्यू गिनी की पहली यात्रा होगी।

इस क्षेत्र में हाल के वर्षों में चीन का प्रभाव तेजी से बढ़ा है। बाइडेन का मकसद उन द्वीपों की तरफ दोस्ती और सहायता का हाथ बढ़ा कर चीन के प्रभाव को नियंत्रित करना था। अमेरिका ने बाइडेन की इस यात्रा को हाई प्रोफाइल बनाने के लिए जी-7 शिखर बैठक और पापुआ न्यू गिनी में उनके कार्यक्रमों में शामिल होने के लिए भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी सहित अपने सहयोगी कई देशों के नेताओं को आमंत्रित किया था। लेकिन अब घरेलू तकाजे के कारण उन्होंने अचानक इन देशों के नेताओं से मिलने का कार्यक्रम रद्द कर दिया है। विश्लेषकों के मुताबिक जिस समय अमेरिका की सामरिक नीति में एशिया-प्रशांत केंद्रीय स्थान दिया गया है, घरेलू मजबूरी के कारण दो महत्त्वपूर्ण कार्यक्रमों को रद्द करना बाइडेन प्रशासन की कूटनीति लिए एक करारा झटका है। आशंका है कि इससे अमेरिकी प्राथमिकता को लेकर भरोसे का संकट बढ़ सकता है।

एडब्ल्यूएस, माइक्रोसॉफ्ट और गूगल ने क्लाउड सर्विस मार्केट में हासिल की 64 प्रतिशत हिस्सेदारी

नई दिल्ली । टॉप तीन क्लाउड सर्विस प्रोवाइडर्स अमेजॉन वेब सर्विसेज (एडब्ल्यूएस), माइक्रोसॉफ्ट एज्योर और गूगल क्लाउड ने पहली तिमाही में सामूहिक रूप से 22 प्रतिशत की वृद्धि की और ग्राहक खर्च में 64 प्रतिशत की हिस्सेदारी हासिल की। मार्केट रिसर्च फर्म कैनालिस के अनुसार, अमेजॉन वेब सर्विसेज (एडब्ल्यूएस) पहली तिमाही में लीडिंग क्लाउड सर्विस प्रोवाइडर था, जो साल-दर-साल 16 प्रतिशत बढने के बाद कुल खर्च का 32 प्रतिशत दर्ज किया गया।

माइक्रोसॉफ्ट एज्योर 23 प्रतिशत बाजार हिस्सेदारी के साथ दूसरा सबसे बड़ा क्लाउड सर्विस प्रोवाइडर बना रहा, जबकि इसमें साल-दर-साल 27 प्रतिशत की वृद्धि हुई। मार्च तिमाही में गूगल क्लाउड 30 प्रतिशत बढ़ा और बाजार में 9 प्रतिशत हिस्सेदारी रही।

2023 की पहली तिमाही में दुनिया भर में क्लाउड इंफ्रास्ट्रक्चर सर्विस पर खर्च 19 फीसदी बढक़र 66.4 अरब डॉलर हो गया।

जबकि क्लाउड आईटी मार्किट के सबसे तेजी से बढ़ते क्षेत्रों में से एक है, पहली बार 20 प्रतिशत से नीचे की वृद्धि के साथ लगातार मैक्रोइकॉनॉमिक अनिश्चितताओं के कारण ग्राहक निवेश धीमा हो रहा है।

सभी क्लाउड हाइपरस्केलर्स प्रतिकूल रूप से प्रभावित हुए थे, उनकी वृद्धि पिछली तिमाही से चार प्रतिशत अंक गिर गई थी।

धीमी वृद्धि के जवाब में, उन्होंने अपने क्लाउड डिवीजनों में कर्मचारियों की छंटनी और अन्य आंतरिक लागत में कटौती की घोषणा की।

क्षेत्रीय रूप से, एपीएसी ने सबसे कमजोर परफॉर्मेंस देखा क्योंकि मुख्यभूमि चीन में ग्राहक खर्च कम हो गया, जिससे कई चीनी हाइपरस्केलर प्रभावित हुए।

कैनालिस को उम्मीद है कि 2023 की दूसरी छमाही तक वैश्विक क्लाउड सेवाओं का खर्च धीमा रहेगा। कैनालिस के वीपी एलेक्स स्मिथ ने कहा, हाइब्रिड क्लाउड मॉडल से उद्यम लाभान्वित हो रहे हैं, लेकिन ऑन-प्रिमाइसेस और क्लाउड प्लेटफॉर्म के बीच काम का बोझ बढ़ाना उनके लिए महंगा हो सकता है।

जून तक ट्विटर जैसा ऐप लॉन्च कर सकता है इंस्टाग्राम

नई दिल्ली । मेटा-स्वामित्व वाला इंस्टाग्राम इसी तरह के माइक्रो-ब्लॉगिंग टेक्स्ट प्लेटफॉर्म के साथ एलन मस्क द्वारा संचालित ट्विटर को टक्कर देने के लिए तैयार है, जिसे जून के अंत तक लॉन्च किए जाने की संभावना है। लिया हैबरमैन के अनुसार, जिन्होंने अपने आईसीवाईएमआई सबस्टैक न्यूजलेटर में न्यूज शेयर की, ट्विटर जैसा प्लेटफॉर्म, बातचीत के लिए इंस्टाग्राम का नया टेक्स्ट बेस्ड ऐप जाहिर तौर पर कोडनेम पी92 या बार्सिलोना है।

नए ऐप डिस्क्रिप्शन के अनुसार, बातचीत के लिए इंस्टाग्राम के नए टेक्स्ट-बेस्ड ऐप के साथ अधिक कहें। अपने दर्शकों और साथियों से सीधे बात करें।

इसमें लिखा है, टेक्स्ट के साथ लिंक, फोटो और वीडियो शेयर करें। दोस्तों, फैंस और अन्य क्रिएटर्स के साथ संबंधों को गहरा करने के लिए लाइक और रिप्लाई से जुड़ें। अपने प्रशंसकों को अपने साथ लाएं।

ऐप इंस्टाग्राम और ट्विटर के मिश्रण जैसा दिखता है।

डिस्क्रिप्शन के मुताबिक, जिन अकाउंट्स को आपने ब्लॉक किया है, उन्हें इंस्टाग्राम से कैरी ओवर किया जा रहा है, और हम सभी को सुरक्षित और प्रामाणिक रूप से इंटरैक्ट करने में मदद करने के लिए समान कम्युनिटी गाइडलाइंस लागू कर रहे हैं।

अगर आपका पब्लिक या पर्सनल प्रोफाइल हैं और उन्हें फॉलोअर्स के रूप में स्वीकृत करते हैं, तो इन अन्य ऐप्स पर यूजर्स आपकी प्रोफाइल और कंटेंट को सर्च करने, उसको फॉलो करने और उसके साथ सहभागिता करने में सक्षम होंगे।

इंस्टाग्राम का नया टेक्स्ट-बेस्ड ऐप आपको टाइमलाइन पर ट्विटर जैसी पोस्ट बनाने की सुविधा दे सकता है।

लखनऊ ने कोलकाता को एक रन से हराया, प्लेऑफ में पहुंचने वाली तीसरी टीम बनी

कोलकाता । लखनऊ सुपर जायंट्स ने कोलकाता नाइट राइडर्स को आईपीएल 2023 के 68वें मुकाबले में एक रन से हरा दिया है। इस जीत के साथ लखनऊ की टीम प्लेऑफ में क्वालीफाई करने वाली तीसरी टीम बन गई है। इससे पहले गुजरात टाइटंस और चेन्नई सुपर किंग्स क्वालीफाई कर चुके हैं।

लखनऊ सुपर जायंट्स ने पहले बल्लेबाजी करते हुए निकोलस पूरन के अर्धशतक की बदौलत 20 ओवर में 8 विकेट खोकर 176 रन बनाए हैं। लखनऊ के लिए निकोलस पूरन ने 58 रन की पारी खेली। कोलकाता के लिए वैभव, सुनील और शार्दुल ठाकुर ने 2-2 विकेट लिए।

पहले बल्लेबाजी करने उतरी लखनऊ सुपर जायंट्स की शुरुआत अच्छी नहीं रही। तीसरे ओवर में करण शर्मा तीन रन बनाकर पवेलियन लौट गए। इसके बाद डिकॉक और मांकड़ के बीच अच्छी साझेदारी हुई। लेकिन मांकड़ 26 के निजी स्कोर पर आउट हो गए। इसके बाद लगातार अंतराल पर लखनऊ ने विकेट गंवाए। मार्कस स्टॉयनिस बिना खाता खोले आउट हो गए।

2000 रुपए के नोट एक्सजेंच कराने के लिए भरना होगा फॉर्म, ऑरिजनल आईडी भी लगेगी

नई दिल्ली । 2000 रुपए के नोट को लेकर अब भी लोगों के मन में कई सवाल हैं। आप 23 मई से बैंक ब्रांचों में जाकर इन 2 हजार रुपए के नोटों को बदलवा सकते हैं। जिनके पास कोई बैंक खाता नहीं है, वे भी बैंकों में जाकर इन नोटों को बदलवा सकते हैं। आप नोट बदलवाना नहीं चाहें, तो इन नोटों को अपने अकाउंट में जमा भी करा सकते हैं। 30 सितंबर तक इन नोटों को बदलवाया जा सकता है। हालांकि, ये नोट अभी भी लीगल टेंडर बने हुए हैं। इसका मतलब है कि इनका इस्तेमाल खरीद-फरोख्त में किया जा सकता है।

आप 23 मई 2023 से बैंकों में जाकर इन नोटों को बदलवा सकते हैं। आप एक बार में 2,000 रुपये के 20 नोट यानी कुल 20,000 रुपये ही बदलवा सकते हैं। इसके लिए आपको बैंक में जाकर एक फॉर्म भरना होगा। यह फॉर्म आपको बैंक में मिल जाएगा। या फिर आप इसे घर से भी भरकर ले जा सकते हैं।

बैंक में 2 हजार रुपये के नोट बदलवाने के लिए आपको अपनी ऑरिजनल आईडी दिखानी होगी। यह आईडी आधार कार्ड, ड्राइविंग लाइसेंस, वोटर आईडी कार्ड, पासपोर्ट, नरेगा कार्ड और पॉपुलेशन रजिस्टर में से कोई एक हो सकती है।

इस फॉर्म में सबसे ऊपर आपको उस बैंक ब्रांच का नाम लिखना होगा, जहां नोट बदलवा रहे हैं। इसके बाद अगर आपके पास बैंक खाता है, तो उसका नंबर दर्ज करें। इसके बाद अपना नाम लिखना होगा। कोई एक आईडी कार्ड की फोटोकॉपी लगानी होगी। आईडी कार्ड के नंबर लिखने होंगे। इसके बाद फॉर्म में 2000 के नोटों की संख्या और वैल्यू दर्ज करनी होगी। फॉर्म पर अपने साइन करने होंगे। इसके बाद तारीख और जगह लिखनी होगी।

आईआईएस के छह एथलीटों ने 2023 एशियाई एथलेटिक्स चैंपियनशिप के लिए किया क्वालीफाई

नई दिल्ली । रांची में 18 मई को 26वीं नेशनल फेडरेशन कप सीनियर एथलेटिक्स चैंपियनशिप के समापन के साथ इंस्पायर इंस्टीट्यूट ऑफ स्पोर्ट (आईआईएस) के छह एथलीटों ने प्रतिष्ठित एशियाई एथलेटिक्स चैंपियनशिप के लिए क्वालीफाई किया। एशियाई चैंपियनशिप बैंकाक में 12 से 16 जुलाई, 2023 तक होगी।

प्रिया मोहन 53.40 सेकंड के समय के साथ स्वर्ण पर प्रहार करते हुए 400 मीटर की स्पर्धा में कट बनाने वाली पहली महिला थीं जबकि 20 वर्षीय 2021 सीनियर नेशनल चैंपियनशिप से अपनी खुद की टाइमिंग को पार नहीं कर सकीं लेकिन टाइमिंग यह सुनिश्चित करने के लिए पर्याप्त था कि वह योग्यता मानकों को पूरा करें।

मोहन के साथ, आईआईएस जम्पर्स ने भी प्रतियोगिता में महत्वपूर्ण छाप छोड़ी। रुबीना यादव ने 1.80 मीटर की ऊंची कूद के साथ एशियाई चैंपियनशिप के लिए चलिफिकेशन मार्क को तोड़ दिया, ऊंची कूद स्पर्धा में स्वर्ण पदक जीता, जबकि अभिनय शेट्टी ने 1.76 मीटर की छलांग के साथ कांस्य पदक जीता। पुरुष वर्ग में जेसी संदेश ने 2.18 मीटर की छलांग लगाकर रजत पदक जीता।

दूसरी ओर, एंसी सोजान ने पहले ही मार्च में भारतीय ग्रांप्री -1 में अपनी छाप छोड़ दी थी, जहां उन्होंने 6.49 मीटर की छलांग लगाई थी। उन्होंने 6.56 मीटर की छलांग लगाकर अपने पिछले व्यक्तिगत सर्वश्रेष्ठ 6.55 मीटर को पीछे छोड़ दिया, महिलाओं की लंबी कूद स्पर्धा में एक नया व्यक्तिगत सर्वश्रेष्ठ और स्वर्ण पदक जीता।

अंत में, कूदने वालों में राष्ट्रमंडल खेलों के रजत पदक विजेता अब्दुल्ला अबूबकर थे जिन्होंने 16.76 मीटर की छलांग लगाकर स्वर्ण पदक जीता और ट्रिपल जंप में एशियाई चैंपियनशिप के लिए क्वालीफाई किया। इसी स्पर्धा में कार्तिक उन्नीकृष्णन ने 16.44 मीटर की सर्वश्रेष्ठ छलांग लगाकर रजत पदक जीता।

बटलर ने दर्ज किया चौंकाने वाला आईपीएल रिकॉर्ड

नई दिल्ली । राजस्थान रॉयल्स के स्टार ओपनर जोस बटलर ने आईपीएल के 2023 सीजन की जोरदार शुरूआत की थी। लेकिन जैसे-जैसे सीजन आगे बढ़ा, उन्हें अपने प्रदर्शन में असंगति का सामना करना पड़ा।

बटलर ने एक अवांछित आईपीएल उपलब्धि दर्ज की है। बीती रात पंजाब किंग्स के खिलाफ टीम के आखिरी लीग मैच में 0 पर आउट होने के बाद, उन्होंने एक सीजन में सबसे ज्यादा डक (5) का रिकॉर्ड दर्ज किया।

हर्शल गिब्स (डेक्कन चार्जर्स, 2009), मिथुन मन्हास (पुणे वारियर्स इंडिया, 2011), मनीष पांडे (सनराइजर्स हैदराबाद, 2012), शिखर धवन (दिल्ली कैपिटल्स, 2020), निकोलस पूरन (सनराइजर्स हैदराबाद, 2021) और इयोन मोर्गन (कोलकाता नाइट राइडर्स, 2021) सभी के नाम एक सीजन में चार आईपीएल डक थे।

इंग्लिश व्हाइट-बॉल कप्तान अब नेटिजन्स की आलोचना का सामना कर रहा है।

ट्विटर पर एक ने लिखा, आईपीएल 2022 में ऑरेंज कैप और आईपीएल 2023 में 5 डक. मैं जोस बटलर के लिए आईपीएल 2023 में 5 डक दोहराता हूं। आपकी माफी उतनी ही जोर से होनी चाहिए जितनी आपकी बेइज्जती थी!

एक अन्य ने लिखा: जोस बटलर के लिए भयानक मौसम। आरआर को उसे सीएसके के साथ व्यापार करना चाहिए और बेन स्टोक्स को लेना चाहिए। बहुत हो चुका।

आज का राशिफल

मेष- यह सुख, समृद्धि और प्रचुरता में वृद्धि का समय है। आपके परिवार के भीतर सद्भाव बढ़ेगा और आप अपने सभी रिश्तेदारों के प्रति सहयोग की भावना बनाए रखेंगे। कल्याण की भावना रहेगी। परिवार के सदस्यों का सहयोग और सहयोग आपको प्राप्त होगा।

वृष- आपके पास नई गतिविधियों और कार्यक्रमों में शामिल होने के अवसर होंगे। अपने रचनात्मक प्रयासों को बढ़ाएं और लालित्य की भावना बनाए रखने का प्रयास करें। आप अपनी वाणी और व्यवहार से दूसरों का दिल जीत लेंगे और खुशियां बांटेंगे।

मिथुन- आप रिश्तों और लंबी दूरी के संबंधों में मजबूती का अनुभव करेंगे। निवेश संबंधी गतिविधियों पर आपका ध्यान रहेगा। आप बाहरी मामलों में रुचि दिखाएंगे। आप अपने प्रियजनों की भलाई के लिए प्रयास करेंगे। आर्थिक मामलों में सतर्कता बनाए रखें।

कर्क- अपने काम के विस्तार के अवसर मिलेंगे और लाभ के अवसरों में भी वृद्धि होगी। लाभ का प्रतिशत बढ़ेगा और आप विभिन्न योजनाओं को आगे बढ़ाएंगे। धन और प्रचुरता में वृद्धि होगी और आपके नेतृत्व कौशल में सुधार होगा।

सिंह- आवश्यक कार्यों में आप तेजी से आगे बढ़ेंगे और आपके जीवन स्तर में सुधार होगा। आपके करियर और व्यवसाय में प्रभाव पड़ेगा और पेशेवर गतिविधियों में आप आगे रहेंगे।

कन्या- व्यावसायिक प्रयासों में वृद्धि होगी और आप नए लक्ष्यों को प्राप्त करेंगे। महत्वपूर्ण निर्णय लेना स्वाभाविक रूप से आपके अंदर आएगा और आप सभी क्षेत्रों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करेंगे।

तुला- निजी चर्चाओं में आपकी प्रभावशाली उपस्थिति रहेगी। शारीरिक संकेतों को नज़रअंदाज़ न करें। अत्यधिक बोझ उठाने से बचें। महत्वपूर्ण कार्यों में धैर्य बनाए रखें। जिम्मेदार व्यवहार बनाए रखें। संगठन पर ध्यान दें।

वृश्चिक- आप महत्वपूर्ण कार्यों को पूरा करने का प्रयास करेंगे। आप अपनी योजनाओं को गति देंगे। साझेदारी से सफलता मिलेगी। प्रबंधन के कार्य सफल रहेंगे। निजी मामले आपके पक्ष में रहेंगे।

धनु- यह कड़ी मेहनत के साथ आगे बढऩे का समय है। काम में आलस्य और लापरवाही से बचें। स्मार्ट वर्किंग बढ़ाएं। करियर पेशेवर बेहतर प्रदर्शन करेंगे। उपलब्धियां दोहराई जाएंगी।

मकर- बौद्धिक सक्रियता बढ़ेगी। सहयोग और समर्पण से सभी प्रभावित होंगे। आप प्रतिस्पर्धी बने रहेंगे। तथ्यों पर ध्यान दें। निरंतरता और मेहनत बढ़ाएं। परिवार में सुख और सहजता बढ़ेगी। समय सकारात्मक रहेगा।

कुंभ- आप संसाधनों में रुचि विकसित करेंगे और आप बुनियादी ढांचे और वाहन मामलों में उत्साह दिखाएंगे। आप विनम्रता और सूझबूझ से काम लेंगे और अफवाहों पर भरोसा करने से बचें।

मीन- महत्वपूर्ण उपलब्धियां प्राप्त हो सकती हैं और आप नए व्यक्तियों के साथ संबंध बढ़ाएंगे। समाज में मनचाही जगह बनेगी और आप साहसी पहल करना जारी रखेंगे। साहसिक कार्यक्रमों की स्थापना होगी और आप स्वाभाविक रूप से लोगों से जुड़ेंगे।

पुष्पा 3 की योजना बना रहे निर्माता, आएगा जबरदस्त ट्विस्ट- रिपोर्ट

अल्लू अर्जुन की फिल्म पुष्पा की जबरदस्त दीवानगी देखने को मिली थी। अब प्रशंसक बेसब्री से फिल्म के सीच्ल का इंतजार कर रहे हैं। कुछ दिन पहले ही पुष्पा 2 से अल्लू अर्जुन का लुक भी जारी किया गया था। फिल्म का टीजर देखकर प्रशंसक उत्साहित हो गए थे। अब प्रशंसकों को खुश करने वाली एक और खबर सामने आई है। चर्चा है कि फिल्म निर्माता फिल्म का तीसरा भाग भी लाने की तैयारी में हैं।

रिपोर्ट्स के अनुसार, निर्माता फिल्म के तीसरे भाग की योजना बना रहे हैं और इसका नाम पुष्पा: द रूल बिगिन्स होगा। खबरों की मानें तो तीसरे भाग में फिल्म में जबरदस्त ट्विस्ट आएगा और इसमें अंतरराष्ट्रीय ऐंगल भी शामिल हो जाएगा। तीसरे भाग में पुष्पा एक खूंखार डॉन बन चुका होगा। पिछले साल फहद फासिल ने भी फिल्म की तीसरी किश्त की ओर इशारा किया था। उन्होंने कहा था कि निर्देशक सुकुमार के पास पर्याप्त कंटेंट है।

हाल ही में जारी हुआ पुष्पा 2 का टीजर

फिलहाल दर्शक पुष्पा 2 का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। कुछ दिन पहले जारी हुए टीजर में देखा गया था कि पुष्पा तिरुपति जेल से फरार हो जाता है, जिसके बाद पुलिस से लेकर मीडिया तक, हर कहीं बस एक ही सवाल है कि आखिर पुष्पा है कहां? इसी बीच एक पल के लिए सबकुछ थम जाता है, जब अचानक पुष्पा को जंगल में देखा जाता है और उसकी एंट्री से चीता भी भाग खड़ा होता है।

द केरला स्टोरी के निर्माता ने दान किए 51 लाख रुपए

ब्रिटेन में द केरला स्टोरी की रिलीज के बाद फिल्म की टीम ने फिल्म की सफलता का जश्न मनाने के लिए मीडिया को संबोधित किया। इसके निर्माताओं के अनुसार, फिल्म आज भारत में 190 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार कर सकती है। द केरला स्टोरी को कुछ राजनीतिक दलों और समूहों का विरोध भी करना पड़ रहा है, जिन्होंने दावा किया है कि फिल्म तथ्यों पर आधारित नहीं है और मुस्लिम समुदाय के खिलाफ नफरत फैलाती है। शाह ने इस अवसर आर्ष विद्या समाज आश्रम को 51 लाख रुपये का दान करने की घोषणा की, जो धर्म परिवर्तन से बचे लोगों की देखभाल करता है। निर्माताओं ने फिल्म के कलाकारों के साथ मीडिया से बातचीत करने के लिए आश्रम की 26 लड़कियों को भी आमंत्रित किया। गौरतलब है कि द केरल स्टोरी राज्य की महिलाओं के एक समूह की कहानी है, जो इस्लाम में परिवर्तित हो जाती हैं और जिहादी समूह आईएसआईएस में शामिल हो जाती हैं।

ज्वार-प्याज़ की रोटी पेट रखेगी दुरुस्त

गर्मी के मौसम में ज्वार-प्याज की रोटी सेहत के लिए बेहद फायदेमंद हो सकती है. ज्वार-प्याज की रोटी को सुबह के नाश्ते में शामिल कर पूरे दिन को एनर्जेटिक बनाया जा सकता है. फाइबर से भरपूर ज्वार खाने से डाइजेशन को बेहतर बनाने में मदद मिलती है. प्याज की तासीर ठंडी होती है जो पेट की गर्मी को शांत करने में हेल्पफुल है.

सामग्री

ज्वार का आटा – 1 कप, प्याज बारीक कटा (हरा और सफेद) – 1/2 कप, हरी मिर्च का पेस्ट – 1/4 टी स्पून, तेल – जरूरत के मुताबिक, नमक – स्वादानुसार

विधि

ज्वार-प्याज़ की रोटी बनाने के लिए सबसे पहले सबसे पहले हरा और सफेद प्याज लेकर उसके बारीक टुकड़े काट लें. इसके बाद हरी मिर्च का पेस्ट तैयार करें. अब एक गहरे तले वाला बर्तन लें और उसमें ज्वार का आटा और बारीक कटी प्याज डालकर अच्छी तरह से मिक्स करें. इसके बाद मिश्रण में हरी प्याज का पेस्ट, 1 चम्मच तेल और स्वादानुसार नमक डालकर मिलाएं. इसके बाद थोड़ा-थोड़ा कर पानी डालते हुए सॉफ्ट आटा गूंथ लें.

अब आटे की समान अनुपात में लोइयां बनाकर रख लें. एक लोई लेकर उसे गोल-गोल बेल लें. इस बीच एक नॉनस्टिक पैन/तवे को मीडियम आंच पर गर्म करने के लिए रख दें. जब तवा गर्म हो जाए तो बेली हुई रोटी तवे पर डालें. कुछ देर तक सेंकने के बाद रोटी पलट दें और दूसरी तरफ सेक लें. जब रोटी दोनों ओर से हल्की सुनहरी हो जाए तो उसे गैस की सीधी आंच पर डालकर पलटते हुए सेक लें.

इसके बाद रोटी को एक प्लेट में अलग रख दें. इसी तरह सारी लोइयों से एक-एक करते हुए रोटी बना लें. आप चाहें तो रोटियों पर थोड़ा-थोड़ा तेल भी लगा सकते हैं. ब्रेकफास्ट के लिए ज्वार-प्याज़ की रोटी तैयार हो चुकी है. इसे सब्जी के साथ गर्मागर्म सर्व करें.

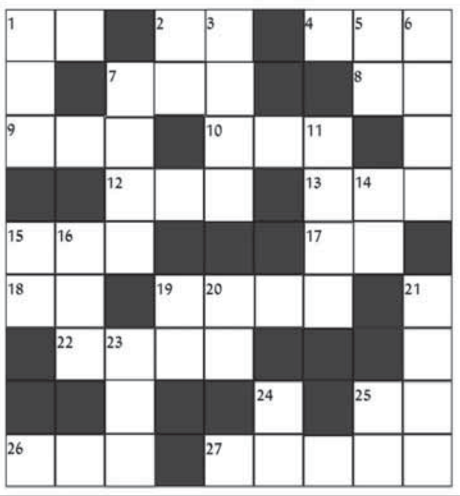
शब्द सामर्थ्य- 71

बाएं से दाएं

1. कतार, क्रम, पांत 2. लज्जत, जायका 4. कारण, वजह 7. सुंदर प्रतीत होना, सुखद होना 8. घोड़े आदि का मल 9. अक्सर, ज्यादातर 10. चक्की में पीसना, मसलना, कुचलना 12. धनुष, फौजी टुकड़ी 13. आभूषण, जेवर 15. लहरों का चक्कर, जलावर्त, भ्रमर 17. बायां, विरुद्ध 18. गाना, नगमा 19. लाचार, विवश 22. नमन, प्रणाम 25. चौकी, थाना 26. इकरार, समझौता, ठेका 27. अधिकार होना, सामर्थ्य होना (मुहा.)।

ऊपर से नीचे

1. एक प्रदेश जिसकी राजधानी चंडीगढ़ है 2. हविर्दान के समय उच्चारित एक शब्द, भष्म 3. दन-दन करते हुए 5. बलशाली, बलवाला 6. परिवर्तित करना, पहले से भिन्न हो जाना 7. चांद, चंद्रमा, रजनीश 11. अप्रिय, अरुचिकर 14. मैं का बहुवचन 15. भंगेड़ी, भंग करने वाला, झाड़ु लगाने तथा मैला साफ करने वाला 16. मातृभूमि, स्वदेश 19. मक्खन, माखन 20. बुढ़ापा, धन, ज्वर 21. टालना, हटाना, बहाना करके हटाना 23. सीमा, हद 24. सौ का पाचंवा हिस्सा 25. घोड़े के पैरों में लगाने का लोहे का टुकड़ा, पौधे आदि का डंठल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 70 का हल

वि	ज	य		ब	नि	या		दे
वा		ती	त	र		रा	जी	व
ह	मा	म		स	प	ना		ता
	न				टा			
दा	व	त		वि	ना	श		अ
य		ह	त्या			ह	र्जा	ना
रा	ह	त		न	ज	र		व
	वा				मी		ना	श्य
दु	ला	रा		जा	न	की		क

सू-दोकू- 71

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

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 भर 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.70का हल

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