संपादकीय

तमाम शोर के बावजूद

ऐसे आंकड़े सामने आए हैं, जो सवाल उठाते हैं कि जिस तीव्रतम गति से आगे बढ़ रही अर्थव्यवस्था का शोर है, उसका संबंध भारतीय आबादी के किस और कितने बड़े हिस्से से है? और जो बाकी आबादी है, उसका इस अर्थव्यवस्था में कितना दांव है?

शोर यह है कि भारत विश्व अर्थव्यवस्था का अगला हॉट स्पॉट है। चीन के गिरने और भारत के उठने की कहानियों से मीडिया पटा हुआ है। जबकि उसी समय हर कुछ दिन पर ऐसी सच्चाइयां सामने आती हैं, तो हमारा सामना सिक्के के दूसरे पहलू से करा जाती हैं। ऐसे आंकड़े सामने आते हैं, जो सवाल उठाते हैं कि जिस तीव्रतम गति से आगे बढ़ रही अर्थव्यवस्था का शोर है, उसका संबंध भारतीय आबादी के किस और कितने बड़े हिस्से से है? और जो बाकी आबादी है, उसका इस अर्थव्यवस्था में कितना दांव है? ऐसे ताजा आंकड़े ऐसे ही आंकड़े विश्व खाद्य सुरक्षा एवं पोषण रिपोर्ट-2023 ने पेश किए हैं। यह रिपोर्ट संयुक्त राष्ट्र की संस्था खाद्य एवं कृषि संगठन अन्य संयुक्त राष्ट्र एजेंसियों से मिल कर तैयार करती है। जाहिर है, इस रिपोर्ट में आधिकारिक आंकड़ों का इस्तेमाल किया जाता है। ताजा रिपोर्ट 2021 के आंकड़ों पर आधारित है।

इसमें बताया गया है कि भारत की 74 प्रतिशत आबादी स्वस्थ आहार जुटा पाने में अक्षम है। खाद्य की बढ़ती महंगाई के कारण लोगों के लिए गुजरे पांच वर्षों में स्वस्थ आहार ले पाना अधिक कठिन हो गया। 2017-18 की तुलना में 2019-21 में एशिया में ऐसे आहार की महंगाई 9.1 प्रतिशत बढ़ी। नतीजा यह है कि एशिया और उसके बीच भी दक्षिण एशिया में ऐसे लोग सर्वाधिक संख्या में हो गए हैं, जो स्वस्थ आहार से वंचित हो गए हैं। दुनिया के स्तर पर देखें, तो इस सिलसिले में भारत से ज्यादा खराब स्थिति सिर्फ नेपाल, पाकिस्तान या इथियोपिया जैसे देशों की है। प्रश्न यह है कि जिस देश की तीन चौथाई आबादी को स्वस्थ आहार ना मिलता हो, वह किस तरह के मानव विकास और स्वस्थ श्रमशक्ति की अपेक्षा रख सकता है? यह हकीकत इस बात पर रोशनी डालती है कि आर्थिक विकास और धन निर्माण होने के साथ ट्रिकल डाउन सिद्धांत के तहत समृद्धि सब तक पहुंचने का जो वादा किया गया था, वह झूठा साबित हुआ है। नतीजतन, अर्थव्यवस्था के चमकते आंकड़ों और आम जन की जिंदगी में आज शायद ही को संबंध रह गया है।

निवेशकों के लिए खुल गया है रत्नवीर लि. का आईपीओ, 93 से 98 रुपए है प्राइस बैंड

नई दिल्ली । शेयर बाजार में आज रत्नवीर लिमिटेड का आईपीओ खुल गया है। कंपनी का आईपीओ 6 सितंबर तक सब्सक्रिप्शन के लिए खुला रहेगा। आपको बता दें कि रत्नवीर कंपनी एक इंजीनियरिंग कंपनी है। कंपनी ने आईपीओ का प्राइस बैंड 93 रुपये से 98 रुपये तय किया है। कंपनी इस आईपीओ के जरिये 165.03 करोड़ रुपये जुटाना चाहते हैं।

कंपनी ने अपने शेयर को बीएसई और एनएसई पर लिस्ट करने के लिए प्रस्ताव दिया है।

कंपनी का आईपीओ

कंपनी ने अपने शेयर का लॉच साइज में 150 शेयर शामिल किया है। इसका मतलब है कि कोई भी निवेशक को कम से कम 150 शेयर खरीदना होगा। रत्नवीर का शेयर 11 सितंबर 2023 को आवंटन होगा। इसके अलावा रत्नावीर के शेयर 12 सितंबर 2023 को रिफंड के लिए शुरू होगी। कंपनी के शेयर 14 सितंबर 2023 को लिस्टिंग होने की उम्मीद है।

कंपनी ने 35 फीसदी शेयरों को रिटेल निवेशकों के लिए रिजर्व रखा है। वहीं, 50 फीसदी क्यूआईबी निवेशकों के लिए और 15 फीसदी नॉन-इंस्टीट्यूशनल निवेशको के लिए आरक्षित किया है।

इसके अलावा लिंक इनटाइम इंडिया प्राइवेट लिमिटेड इस आईपीओ के रजिस्ट्रार होगा। कंपनी ने जानकारी दी है कि उन्होंने एंकर निवेशकों से 49.5 करोड़ रुपये जुटाए हैं। कंपनी के आईपीओ की फेस वैल्यू 10 रुपये है। कंपनी इस आईपी के जरिये 1.38 करोड़ के फ्रेश शेयर जारी करेगी। इसमें से 30.40 लाख शेयरों ऑफर फॉर सेल के तहत बिक्री होगी।

कंपनी के बारे में

रत्नवीर प्रिसिजन इंजीनियरिंग लिमिटेड स्टैनलैस स्टील से कई प्रोडक्ट्स बनाती है। कंपनी के पास 4 मैन्यूफैकचरिंग यूनिट है। पिछले वित्त वर्ष 2023 में 479.74 करोड़ रुपये का प्रॉफिट दर्ज किया है। इसके अलावा वित्त वर्ष के दौरान कंपनी का प्रॉफिट 25 करोड़ दर्ज किया गया है।

बोपन्ना - एबडेन की जोड़ी अमेरिकी ओपन क्वार्टर फाइनल में

न्यूयॉर्क। भारत के रोहन बोपन्ना और आस्ट्रेलिया के मैथ्यू एबडेन की जोड़ी ने जूलियन कैश और हेनरी पाटेन की जोड़ी को कड़े मुकाबले में तीन सेटों में हराकर अमेरिकी ओपन पुरूष युगल क्वार्टर फाइनल में प्रवेश कर लिया।

छठी वरीयता प्राप्त बोपन्ना और एबडेन की जोड़ी ने ब्रिटिश जोड़ी के खिलाफ 6 . 4, 6 . 7, 7 . 6 से जीत दर्ज की। यह मुकाबला करीब दो घंटे 22 मिनट तक चला।

इस साल विम्बलडन सेमीफाइनल तक पहुंचने वाले बोपन्ना और एबडेन ने 13 ऐस लगाये। अब उनका सामना शीर्ष वरीयता प्राप्त नीदरलैंड के वेसली कूलहोफ और ब्रिटेन के नील स्कूपस्की तथा अमेरिका के नाथनियल लामोंस और जैकसन विथ्रो के बीच होने वाले मैच के विजेता से होगा।

एकल वर्ग के पहले दौर में युकी भांबरी और साकेत माइनेनी के बाहर होने के बाद 43 वर्ष के बोपन्ना टूर्नामेंट मे अकेले भारतीय बचे हैं।

वह मिश्रित युगल में इंडोनेशिया की अल्डिला एस के साथ दूसरे दौर में ही अमेरिका के बेन शेल्टन और टेलर टाउनसेंड से 2 . 6 , 5 . 7 से हारकर बाहर हो गए।

हफ्ते के पहले दिन डॉलर के मुकाबले रुपया हुआ कमजोर, 15 पैसे की हुई गिरावट

नई दिल्ली। सोमवार को शुरुआती कारोबार में अमेरिकी डॉलर के मुकाबले रुपया 15 पैसे गिरकर 82.77 पर आ गया। इसकी वजह कच्चे तेल की कीमतों बढ़त को माना जा रहा है। आज शेयर बाजार के दोनों सूचकांक हरे निशान पर कारोबार कर रहे हैं।

रुपया का कारोबार

आज इंटरबैंक विदेशी मुद्रा पर रुपया 82.71 पर खुली, फिर 82.77 पर पहुंच गई, जो पिछले बंद के मुकाबले 15 पैसे की गिरावट दर्ज करती है। वहीं, पिछले हफ्ते शुक्रवार को डॉलर के मुकाबले रुपया 82.62 पर बंद हुआ था।

डॉलर इंडेक्स जो 6 करेंसी की मजबूती को दर्शाता है उसके अनुसार डॉलर 0.06 फीसदी की मामूली गिरावट के साथ 104.17 पर आ गया।

अगर कच्चे तेल की कीमत की बात करें तो वैश्विक तेल बेंचमार्क ब्रेंट क्रूड वायदा 0.01 प्रतिशत बढक़र 88.56 अमेरिकी डॉलर प्रति बैरल हो गया।

यूट्यूब के लॉन्ग-फॉर्म वीडियो बिजनेस को खत्म कर सकता है शॉर्ट्स

सैन फ्रांसिस्को । यूट्यूब का टिकटॉक प्रतिस्पर्धी शॉर्ट्स गूगल के स्वामित्व वाले वीडियो स्ट्रीमिंग प्लेटफॉर्म के मुख्य लॉन्ग-फॉर्म वीडियो बिजनेस को खत्म कर सकता है।

एक अनुभवी यूट्यूब स्टाफ ने कहा, शॉर्ट-वीडियो प्लेटफॉर्म शॉर्ट्स ने अपने ही मुख्य बिजनेस को खत्म कर सकता है।

गूगल ने हाल ही में घोषणा की थी कि शॉर्ट्स में अब 2 बिलियन से अधिक लॉग-इन मंथली यूजर्स हैं, जिससे इसे टिकटॉक और इंस्टाग्राम रील्स जैसे कंपीटीटर्स पर बढ़त मिल गई है। देर रात रिपोर्ट में कहा गया, हाल की यूट्यूब स्ट्रेटजी मीटिंग्स में इस जोखिम पर चर्चा हुई है कि लॉन्ग फॉर्म वीडियो, जो कंपनी के लिए अधिक राजस्व उत्पन्न करते हैं, एक फॉर्मेट के रूप में खत्म हो रहे हैं।

यूट्यूब स्टाफ का मानना है कि कंज्यूमर रुचि की कमी और प्रोडक्ट प्लेसमेंट के लिए शॉर्ट-फॉर्म कंटेंट को प्राथमिकता देने वाले ब्रांडों से कमीशन के चलते कंटेंट क्रिएटर्स कम लॉन्ग फॉर्म वीडियो बना रहे हैं।

यूट्यूब का कहना है कि शॉर्ट्स को ऑडियो और लाइवस्ट्रीम जैसे अन्य सभी प्रारूपों के क्रिएटर्स के साथ प्रतिस्पर्धा करने के लिए नहीं बल्कि पूरक बनाने के लिए डिजाइन किया गया था।

हालांकि, यूट्यूब के विज्ञापन राजस्व में सुधार हुआ है, लेकिन लगातार तीन तिमाहियों से इसमें साल-दर-साल गिरावट आ रही है।

कंपनी अभी भी यह पता लगा रही है कि शॉर्ट्स से ज्यादा विज्ञापन पैसा कैसे कमाया जाए।

पिछले साल घोषित यूट्यूब शॉर्ट्स के लिए लेटेस्ट यूट्यूब शॉर्ट्स का इस्तेमाल 1.5 बिलियन मंथली लॉग-इन यूजर्स से अधिक है।

2023 की दूसरी तिमाही के अपने परिणामों में, गूगल ने बताया कि यूट्यूब ने विज्ञापन राजस्व में 7.67 बिलियन डॉलर लाया। यह पिछले वर्ष की समान अवधि की तुलना में 4 प्रतिशत अधिक है।

भारतीय पुरूष टेबल टेनिस टीम का एशियाई चैम्पियनशिप में पदक पक्का

प्योंगयांग (दक्षिण कोरिया)। भारतीय पुरूष टेबल टेनिस टीम ने एशियाई चैम्पियनशिप के क्वार्टर फाइनल में सिंगापुर को 3 . 0 से हराकर कम से कम कांस्य पदक पक्का कर लिया। अनुभवी शरत कमल और इजाक क्वेक के बीच पहला एकल रोमांचक रहा जिसमें शरत ने 11 . 1, 10 . 12, 11 . 8, 11 . 13, 14 . 12 से जीत दर्ज की।

शरत ने जीत के बाद कहा, चौथे गेम में इजाक ने अच्छी वापसी की लेकिन तब तक मैं पकड़ बना चुका था। पांचवें में वह आगे था लेकिन अच्छी बात यह है कि मैं जीत गया।

जी साथियान ने इसके बाद यू एन कियोन पांग को 11 . 6, 11 . 8, 12 . 10 से हराकर भारत को 2 . 0 की बढत दिलाई।

भारत के सर्वोच्च 61वीं रैंकिंग वाले खिलाड़ी हरमीत देसाई ने झे यू क्लोरेंस च्यू को 11 . 9, 11 . 4, 11 . 6 से हराया।

साथियान ने कहा , शरत ने हमें लय दी और मैने तथा हरमीत ने उसे आगे बढाया। हम अच्छा खेल रहे हैं लेकिन कांस्य से ही संतोष नहीं करेंगे। हम सेमीफाइनल में ताइपै को हराने की पूरी कोशिश करेंगे।

तीसरी वरीयता प्राप्त भारत का सामना अब ईरान या चीनी ताइपै से होगा। पुरूष टीम ने दो साल पहले दोहा में कांस्य पदक जीता था।

लंबे समय बाद शरत और साथियान ने एकल रैंकिंग में शीर्ष सौ में जगह बनाई है। उनका लक्ष्य इसमें और सुधार करने का होगा।

महिला क्वार्टर फाइनल में पांचवीं वरीयता प्राप्त भारत को जापान ने 3 . 0 से हराया।

दुनिया की आठवें नंबर की खिलाड़ी मिमा इतो ने अहिका मुखर्जी को पहले एकल में 11 . 7,15 . 13, 11 . 8 से हराया। वहीं दुनिया की 36वें नंबर की खिलाड़ी मनिका बत्रा को हिना हयाता के हाथों 7 . 11, 9 . 11, 11 . 9, 3 . 11 से पराजय झेलनी पड़ी। सुतीर्था मुखर्जी को 14वीं रैंकिंग वाली मियू हिरानो ने 7 . 11, 11 . 4, 11 . 6, 11 . 5 से मात दी।

अब भारतीय टीम पांचवें से आठवें स्थान का क्लासीफिकेशन मुकाबला खेलेगी।

एक्स पर वीडियो दर्शकों की संख्या पिछले साल के मुकाबले लगभग दोगुनी : मस्क

नई दिल्ली । एलन मस्क ने सोमवार को घोषणा की कि एक्स कॉर्प (औपचारिक रूप से ट्विटर) पर वीडियो दर्शकों की संख्या पिछले साल से लगभग दोगुनी हो गई है। मस्क ने पिछले साल अक्टूबर में 44 बिलियन डॉलर में सोशल मीडिया नेटवर्क का अधिग्रहण किया था।

एक्स के सीईओ लिंडा याकारिनो ने यह भी कहा कि पिछले साल की तुलना में वीडियो स्ट्रीमिंग में काफी वृद्धि हुई है।

मस्क ने कहा, एक्स पर वीडियो दर्शकों की संख्या पिछले साल से लगभग दोगुनी हो गई है।

एफ1 रेसर मैक्स वेरस्टैपेन द्वारा रविवार को इटालियन ग्रां प्री में नया फॉर्मूला एक रिकॉर्ड स्थापित करने के बाद एकेरिनो ने प्रतिक्रिया व्यक्त की।

उन्होंने पोस्ट किया, चारों ओर रिकॉर्ड: वेरस्टैपेन। एफ1। पिछले साल की तुलना में एक्स वीडियो व्यूज में 90 प्रतिशत की वृद्धि हुई है।

पिछले महीने, मस्क के स्वामित्व वाली एक्स ने घोषणा की थी कि प्रीमियम ग्राहक अब प्लेटफ़ॉर्म पर लंबे वीडियो पोस्ट कर सकते हैं। 1080पी गुणवत्ता के दो घंटे तक या 720पी गुणवत्ता की तीन घंटे की सामग्री।

इसके अलावा, भुगतान करने वाले उपयोगकर्ताओं के पास अब अपनी टाइमलाइन से अपने कैमरा रोल तक वीडियो डाउनलोड करने की क्षमता है और अब वे पोस्ट किए गए वीडियो के लिए डाउनलोड विकल्प को सक्षम/अक्षम कर सकते हैं।

कंपनी जल्द ही वीडियो और ऑडियो कॉल फीचर जोड़ेगी, जो आईओस, एंड्राइड, मैक और पीसी पर सपोर्ट करेगा। मस्क ने कहा कि कॉल करने के लिए किसी फोन नंबर की जरूरत नहीं होगी।

कंगना रनौत की फिल्म चंद्रमुखी 2 का ट्रेलर रिलीज

इन दिनों कंगना रनौत अपनी फिल्म चंद्रमुखी 2 के लिए चर्चा में हैं। जब-से इस तमिल फिल्म से कंगना का पहला लुक सामने आया था, उनके प्रशंसक फिल्म के ट्रेलर का इंतजार कर रहे थे। फिल्म 15 सितंबर को रिलीज होने वाली है और अब ट्रेलर के लिए भी दर्शकों का इंतजार खत्म हुआ।रविवार को आखिरकार फिल्म का ट्रेलर जारी कर दिया गया है, जिसमें कंगना का नया अवतार नजर आ रहा है।

ट्रेलर से चंद्रमुखी 2 एक दिलचस्प हॉरर कॉमेडी फिल्म लगती है। यह एक नर्तकी के बदले की कहानी है।कहानी तब शुरू होती है, जब एक राजपरिवार अपने पुराने महल में वापस रहने के लिए आता है। यहां एक नर्तकी चंद्रमुखी की आत्मा मौजूद है, जो अपना बदला पूरा करने का इंतजार कर रही है। चंद्रमुखी के किरदार में कंगना काफी खूबसूरत और प्रभावशाली नजर आ रही हैं। फिल्म का संगीत ऑस्कर विजेता एमएम कीरवानी ने तैयार किया है।

चंद्रमुखी 2 15 सितंबर को तेलुगु, तमिल, मलयालम, कन्नड और हिंदी में रिलीज होगी। फिल्म का निर्देशन पी वासु ने किया है।इस हॉरर-कॉमेडी फिल्म में कंगना के साथ राघव लॉरेंस और सत्यराज मुख्य भूमिका में नजर आएंगे।इनके अलावा वडिवेलु, राधिका सरथकुमार, लक्ष्मी मेनन, महिमा नांबियार, सृष्टि डांगे, सुभिक्षा कृष्णन, रवि मारिया, कार्तिक श्रीनिवासन जैसे कलाकार अहम भूमिकाओं में हैं।चंद्रमुखी 2 का निर्माण लाइका फिल्म्स के बैनर तले किया जाएगा।

ड्रीम गर्ल 2 की कमाई में उछाल, 500 करोड़ के करीब पहुंची गदर 2

सिनेमाघरों में इस हफ्ते किसी बॉलीवुड फिल्म ने दस्तक नहीं दी, जिसका भरपूर फायदा बीते हफ्ते आई फिल्मों को मिल रहा है।एक ओर ड्रीम गर्ल 2 की कमाई में बढ़त देखने को मिली है तो गदर-2 500 करोड़ रुपये के करीब पहुंचने जा रही है।हालांकि, इस सबके बीच विजय देवरकोंडा और सामंथा रुथ प्रभु की फिल्म कुशी 1 सितंबर को रिलीज हुई, जिसे अच्छी प्रतिक्रिया मिल रही हैं।आइए जानते हैं किस फिल्म ने कितनी कमाई की।

विजय और सामंथा की फिल्म कुशीने लंबे इंतजार के बाद सिनेमाघरों का दरवाजा खटखटाया है।फिल्म ने पहले दिन बॉक्स ऑफिस पर अच्छी शुरुआत की थी और अब दूसरे दिन इसकी कमाई में गिरावट दिखने को मिली है।

आज का राशिफल

मेष: आज का दिन आपके लिए खास होने वाला है। ऑफिस के काम में आज आपके सामने कई चुनौतियां भी आएगी लेकिन आप उसे अपनी बुद्धिमत्ता से हल कर लेंगे। समाज में आपके अच्छे काम से आपकी लोकप्रियता बढ़ेगी।

वृष: आज का दिन आपके लिए अच्छा रहने वाला है। प्रॉपर्टी खरीदने का विचार बना रहे लोग आज किसी प्रॉपर्टी डीलर्स से बातचीत करेंगे। आपको बिजनेस के सिलसिले से राज्य से बाहर जाना पड़ सकता है।

मिथुन: आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहने वाला है। आपके सामने लाभ के कुछ नए अवसर आएंगे,जिन्हें आपको चूकना नहीं है। परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। आपके कठिन परिश्रम का लाभ मिलने से मन में ख़ुशी का भाव बना रहेगा।

कर्क: आज का दिन फेवरेबल रहने वाला है। आपके घर में कोई मेहमान आ सकते हैं, जिससे घर में खुशियां ही खुशियां होगी। समाज के लोग आपके अच्छे व्यवहार से खुश होंगे, आपकी तारीफ भी करेंगे।

सिंह: आज का दिन आपके लिए सुनहरा रहने वाला है। परिवार में चल रही अनबन आज सुलझ जाएगी। तालमेल अच्छा बना रहेगा। समाज में आपकी पहचान नए लोगों से होगी जो भविष्य में आपके किसी काम आएंगे।

कन्या: आज का दिन आपके लिए ठीक रहने वाला है। छात्रों का मन पढ़ाई में लगा रहेगा। आप जिस काम में काफी दिनों से व्यस्त थे वो काम आज पूरा हो जाएगा, आप काम करने के नए टारगेट बनाएंगे।

तुला: आज का दिन आपके लिए नई उमंग से भरा रहने वाला है। किसी काम के लिए आपकी कोशिश सफल होंगी। संतान पक्ष से आपको कोई खुशखबरी सुनने को मिलेगी।

वृश्चिक: आज का दिन आपके अनुकूल रहने वाला है। काम को लेकर किसी तरह का डर मन में न रखें। ऑफिस में किसी से बेवजह उलझने से बचें। कोई आपकी बैक बाईटिंग कर सकता है।

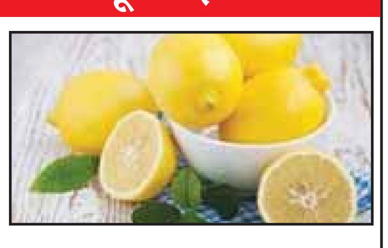
धनु: आज का दिन आपके लिए उत्तम रहने वाला है। इस राशि के लोग आज किसी बड़ी योजना को शुरू कर सकते हैं, जिसका फायदा उन्हें आगे चलकर जरूर मिलेगा। किसी करीबी रिश्तेदार से अचानक मुलाकात हो सकती है।

मकर: आज का दिन आपके लिए बहुत ही बढ़िया रहने वाला है। आप जो भी चाहेंगे वो सारे काम आपके मन-मुताबिक पूरे होंगे। नौकरीपेशा लोगों के लिए आज का दिन अच्छा रहेगा।

कुंभ: आज का दिन आपके लिए बेहतर रहने वाला है। राजनीति के क्षेत्र में आपकी छवि मजबूत बनेगी,ज्यादा लोगों से आप जुड़ेंगे। सहयोगियों से हर संभव मदद मिलती रहेगी। लवमेट्स के दिन खास रहेगा, आज मनपसंद उपहार मिलेगा।

मीन: आज का दिन आपके लिए खुशियां भरा रहने वाला है। ट्रांसपोर्ट के व्यापारी आज किसी बुकिंग से अच्छा लाभ कमाएंगे। आपके आसपास कोई धार्मिक कार्यक्रम होगा, जिसमें आपका परिवार शामिल होगा। परिवारजन आपसी सामजस्य द्वारा घर की किसी समस्या का समाधान निकालने में सफल होंगे।

भूख बढ़ाने के लिए ऐसे करें नींबू का इस्तेमाल



भूख न लगना एक गंभीर समस्या जरूर है क्योंकि इसी कारण कई दूसरी और खतरनाक बीमारी होने के चांसेस बढ़ जाते हैं. भूख नहीं लगने की वजह से कई दूसरी बीमारी भी आपके शरीर को अपना शिकार बना सकती है. भूख नहीं लगेगी शरीर को सही ढंग से पोषण नहीं मिलेगा. भूख न लगने के पीछे का कारण तनाव और डिप्रेशन भी हो सकता है. कई बार भूख न लगने की स्थिति में लोग तरह-तरह के फूड सप्लीमेंट भी लेते हैं. जिसका सीधा असर हमारी हेल्थ पर पड़ता है. ऐसे में आज हम आपके लिए लाए हैं खास उपाय. भूख न लगने की स्थिति में आप नींबू का इस्तेमाल कर सकते हैं. इससे आपके भूख लगने में मदद कर सकता है.

भूख बढ़ाने के घरेलू नुस्खे

नींबू के रस को चूना के पानी में मिलाकर पिएं- अगर आपको भूख नहीं लगती है तो 3 द्वयनींबू के रस में 100 द्वय चूने का पानी और शहद मिला लें. इस बूंद को 20-20 बूंद 2-3 बार जरूर लें.

गुनगुने पानी में नींबू का रस मिलाकर पिएं- एक ग्लास गुनगुने पानी में नींबू का रस मिलाकर पिएं. ऐसा करने से भूख बढऩे के साथ-साथ पाचन क्रिया भी अच्छी होगी.

नींबू के शरबत में नमक भी पीला सकते हैं- नींबू का शरबत भी भूख बढ़ाने के काम आता है. अगर आप 2 गिलास पानी 2 नींबू का रस में लौंग और काली मिर्च पाउडर मिलाकर पिएंगे. इससे आपकी भूख भी बढ़ सकती है. इन सब के अलावा आप अपने स्वादनुसार उसमें नमक भी मिला सकते हैं.

नींबू पर काला नमक लगाकर खाएं- नींबू पर काला नमक लगाकर चाटने से भी भूख बढ़ती है.इससे आपका हाजमा भी दुरुस्त होगा और पाचन तंत्र मजबूत होगा.

अदरक के टुकड़ों में नींबू का रस और काला नमक मिलाकर खाएं. इसे खाने से भूख बढऩे के साथ-साथ हाजमा भी अच्छा होता है. आप इसे काफी वक्त तक फ्रिज में स्टोर करके भी रख सकते हैं.

शब्द सामर्थ्य- 175

बाएं से दाएं

1. अभिमान, घमंड, अनुमान 4. बादल, मेघ, जलद (सं) 6. अधिकार वाला, अधिकारी 8. गति, सामंजस्य, समा जाना 10. कारावास, जेल 11. जोर, शक्ति, जान, सांस 12. राजाओं के रहने का भवन 15. मालामाल, अमीर, धनवान 18. नाव खेने का यंत्र 20. 'खन' ध्वनि उत्पन्न होना, पायल आदि का शब्द करना 21. मार डाला हुआ, घायल किया हुआ 22. हमेशा, आवाज 23. आग की लपट, ज्वाला 24. झगड़ा, तकरार 25. हीरा।

ऊपर से नीचे

1. दोषी, अपराधी 3. ताश में नौ अंक वाला पत्ता 4. झंडा, पताका 5. गहरा कीचड़, पंक 7. बूंद, अंश 9. मृत्यु के देवता 13. संसार, दुनिया, जग 14. हुजूर, जनाब, सम्मान सूचक एक शब्द (उ.) 16. सच्चा, धर्मनिष्ठ, ईमानवाला 17. अनूठा, बांका, अनुपम, छैला 18. आश्रय, शरण 19. साधुवाद, प्रशंसा 20. पटवारी की ऐसी बही जिसमें खेत संबंधी अनेक बातें लिखी जाती है, एक प्रकार का दानेदार संक्रामक रोग 23. गम, मातम, दुख।

1		3	■	■	4		5	■
	■	6	7			■	8	9
10				■		■	11	
	■	■	12	13		14		■
15	16		■		■		■	17
■		■	18		19		■	
20				■	21		■	
22		■		■		■	23	
24		■	■	■	25			■

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 174 का हल

स्मृ	ति	■	पा	व	क	■	बे	ल
■	र	ज	नी	च	र	■	■	टट्टू
मु	स्का	न	■	न	म	की	न	■
सा	र	■	स	■	■	ट	ख	ना
फि	■	अ	जा	य	ब	■	रा	जा
र	च	ना	■	था	ल	■	■	य
■	■	धि	■	र्थ	■	स	मा	ज
उ	प	कृ	त	■	आ	वा	ज	■
ल्लू	■	त	■	■	ब	ल	रा	म

सू-दोकू- 175

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो 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 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.174 का हल

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