

संपादकीय

## इस्तीफे की कड़वी दवा गले उतारी

मणिपुर के मुख्यमंत्री एन बीरेन सिंह ने गृहमंत्री अमित शाह से भेंट करने के बाद अपने पद से इस्तीफा दे दिया। सिंह 2017 में पहली दफा मणिपुर के मुख्यमंत्री बने थे।

उनके नेतृत्व वाली भाजपा सरकार का राज्य में यह दूसरा कार्यकाल था, परंतु राज्य में हो रही हिंसा पर नियंत्रण रखने में नाकामयाब रहने के आरोप लगा रहे थे। इसी दरम्यान सुप्रीम कोर्ट द्वारा जारी हिंसा में सिंह की भूमिका को लेकर आरोप लगाने वाली लीक हुई ऑडियो क्लिप की प्रमाणिकता को लेकर सील बंद फॉरेंसिक रिपोर्ट मांगने के बाद ताजा विवाद शुरू हो गया। इतना ही नहीं, विपक्षी दल कांग्रेस विधानसभा सत्र के दौरान सिंह के नेतृत्व वाली सरकार के खिलाफ अविश्वास प्रस्ताव लाने को तैयार थी।

बीते दो वर्षों से राज्य में मैटैडि समुदाय व कुकी जनजातियों के बीच चल रहे खूनी संघर्ष से निपटने में सिंह असफल ही नहीं रहे। बल्कि उन पर मैटैडि विद्रोहियों के समर्थन का भी आरोप है। उनके दल के ही कुछ विधायकों के मुख्यमंत्री से ख़ासा नाराज होने और विपक्ष के संपर्क में होने की चर्चा भी जोरों से है। स्थिति की गंभीरता को भांपते हुए भाजपा शीर्ष नेतृत्व को आनन-फानन यह निर्णय लेने को मजबूर होना पड़ा।

नाराज धड़ा यदि टूटकर विपक्ष के पाले में जा मिलता तो सरकार पर संकट आना लाजमी था। जो मोदी सरकार की फजीहत करने वाला साबित होता। इधर दिल्ली सरकार में पताका फहराने का जोश मन्दा भी नहीं पड़ा था कि हिंसा से झुलस रहे मणिपुर की सत्ता पर संकट गहराता भांपते ही स्थिर पर काबू करने के लिहाज से इस्तीफे की कड़वी दवा गले उतारी गई। मणिपुर के अकेले चर्चित फुटबॉल खिलाड़ी रहे बीरेन पत्रकारिता में भी हाथ अजमा चुके हैं।

खिलाड़ी और संपादक रहने के नाते उन्हें दांवपंच का महारथी माना जाता रहा है। कुछ ही दिन पहले उनका कथित इस्तीफा भी सोशल मीडिया में वायरल हुआ था। जिसे फटा हुआ बताकर शरारत साबित करने की कोशिशें की गई थीं। सबसे लंबे समय तक वहां के मुख्यमंत्री रहे ओकराम इबोबी के सबसे करीबी रहने और उनसे राजनीतिक दांव-पंच खींचने वाले सिंह ने न सिर्फ उनसे बगावत की बल्कि पलटवार करते हुए सत्ता भी हासिल की।

आशंका की जा सकती है कि सिंह अपने तेवर फिर दिखाने से चूकेंगे नहीं और सियासी घमासान में पुराना पैतरा आजमाने से हिचक नहीं सकते। राज्य में शांति बहाली की प्राथमिकता को स्वीकारते हुए केंद्र को भीतरघात के प्रति चौकन्ना रहने के प्रति खास तबज्जो देनी होगी।

## भारत की जीडीपी वृद्धि 2024-25 की तीसरी तिमाही में 6.6 प्रतिशत तक पहुंचने की उम्मीद

नई दिल्ली



बैंक ऑफ बड़ौदा की मंगलवार को जारी रिपोर्ट के अनुसार, भारत की जीडीपी 2024-25 की अक्टूबर-दिसंबर अवधि में 6.6 प्रतिशत की दर से बढ़ने की उम्मीद है, जो 2023-24 की इसी तिमाही के 8.6 प्रतिशत आंकड़े से धीमी है। हालांकि, जीडीपी कृषि, सरकारी खर्च और सेवाओं के समर्थन से मजबूत बनी हुई है।

रिपोर्ट में बताया गया है कि आर्थिक स्थिरता का एक प्रमुख चालक सरकार के पूंजीगत व्यय (कैपेक्स) में वृद्धि है, जबकि वित्तीय क्षेत्र और ग्रामीण मांग में लचीलापन बना हुआ है।

इसमें कहा गया है कि सरकार का पूंजीगत व्यय वित्त वर्ष 2025 प्रतिशत हो गया है ( वित्त वर्ष 2024 की तीसरी तिमाही के 24.4

प्रतिशत से ऊपर) जिसके कारण राजमार्गों, बंदरगाहों और रेलवे जैसे क्षेत्रों में निर्माण गतिविधि में वृद्धि हुई है। इसके परिणामस्वरूप अर्थव्यवस्था में अधिक नौकरियां और आय पैदा हो रही हैं।

रिपोर्ट में बताया गया है कि वित्तीय क्षेत्र उच्च ऋण और जमा वृद्धि के साथ सकारात्मक बना हुआ है, जबकि ग्रामीण मांग में सुधार हो रहा है, जो ट्रेक्टर और दांपहिया वाहनों की बढ़ती बिक्री से प्रदर्शित होता है।

तीसरी तिमाही के दौरान कृषि विकास दर बढ़कर 4.5 प्रतिशत होने की उम्मीद है, जो वित्त वर्ष

2024 की तीसरी तिमाही में 0.4 प्रतिशत थी। रिपोर्ट के अनुसार, यह सुधार बेहतर खाद्यान्न उत्पादन और मजबूत रबी रकबे के कारण है।

रिपोर्ट में चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही के लिए सेवा क्षेत्र में समग्र वृद्धि 6.9 प्रतिशत रहने का अनुमान लगाया गया है, जो कि वित्त वर्ष 2024 की तीसरी तिमाही में 7.1 प्रतिशत से थोड़ा ही कम है। व्यापार और आतिथ्य क्षेत्र में 6.9 प्रतिशत की वृद्धि होने की उम्मीद है, जिसे अनुभव अर्थव्यवस्था का समर्थन प्राप्त है, जबकि वित्तीय क्षेत्र में 6.5 प्रतिशत की वृद्धि होने की उम्मीद है।

रिपोर्ट में यह भी बताया गया है कि मैन्युफैक्चरिंग और औद्योगिक विकास में नरमी आ रही है, जिसका कारण उच्च आधार प्रभाव है। इसमें औद्योगिक विकास में

नरमी आने की उम्मीद है, जो कि वित्त वर्ष 2024 की तीसरी तिमाही में 10.2 प्रतिशत से कम होकर 5.9 प्रतिशत हो जाएगा।

रिपोर्ट में कहा गया है कि चालू वित्त वर्ष की तीसरी तिमाही में विनिर्माण क्षेत्र की वृद्धि दर पिछले वर्ष की समान अवधि के 11.5 प्रतिशत से धीमी होकर 6 प्रतिशत रहने की उम्मीद है, जो कि उच्च आधार प्रभाव और कम कॉर्पोरेट आय (विशेष रूप से कच्चे तेल, इस्पात और ऑटो क्षेत्रों में) से प्रभावित है।

खनन क्षेत्र की वृद्धि दर भी एक साल पहले की अवधि के 7.5 प्रतिशत से घटकर 3 प्रतिशत रहने की उम्मीद है।

रिपोर्ट में भू-राजनीतिक तनाव और व्यापार युद्ध के कारण वैश्विक अर्थव्यवस्था में अनिश्चितता से होने वाले नकारात्मक जोखिम पर भी प्रकाश डाला गया है।

## खुशी कपूर और इब्राहिम अली खान की नानानियां का नया गाना गलतफहमी जारी

अभिनेता इब्राहिम अली खान और खुशी कपूर की फिल्म 'नानानियां' के निर्माताओं ने इसका दूसरा ट्रैक 'गलतफहमी' रिलीज कर दिया है। फिल्म का नया गाना प्यार के बीच आने वाली मुश्किलों को दिखाता है। इंस्टाग्राम हैंडल पर गाना शेयर करते हुए निर्माताओं ने लिखा, उन लोगों के लिए जिन्होंने प्यार किया, खोया और कभी समझा नहीं पाया। 'गलतफहमी' गाना रिलीज हो चुका है।

सचिन-जिगर ने कंपोज किया है और गीतकार अमिताभ भट्टाचार्य ने गाने के बोल लिखे हैं। ट्रैक को आवाज तुषार जोशी और मधुवंती बागची ने दी है। इब्राहिम ने कहा, 'गलतफहमी' में कुछ ऐसा है जिससे आप जुड़ सकेंगे। यह वास्तविक है और दिल टूटने के दर्द को दिखाता है। मैं यह देखने के लिए उत्साहित हूँ कि दर्शक इससे कैसे जुड़ते हैं। यह प्यार और नुकसान का एक ऐसा पहलू है जो भरोसेमंद है।

## इनकम टैक्स ऐसी संपत्ति और आय छिपाने पर लगाएगा 10 लाख का जुर्माना

नई दिल्ली

इनकम टैक्स डिपार्टमेंट ने चेतावनी दी है कि इनकम टैक्स रिटर्न में विदेश में स्थित संपत्ति या विदेश में अर्जित आय का खुलासा न करने पर 10 लाख रुपये का जुर्माना लगाया जा सकता है। एंटी ब्लैक मनी लॉ के तहत 10 लाख रुपये का जुर्माना लगाया जा सकता है। आयकर विभाग ने अनुपालन-सह-जागरूकता अभियान के तहत करदाताओं के लिए सार्वजनिक परिामर्श प्रत्र जारी किया है। इसमें इस बात पर जोर दिया गया है कि करदाता इस साल आकलन वर्ष

2024-25 के लिए अपने आयकर रिटर्न (आईटीआर) में ऐसी जानकारी दर्ज करें और किसी भी तरह की जानकारी न छिपाएं।

कंसल्टेंसी लेटर में स्पष्ट किया गया है कि भारत के कर निवासी के लिए पिछले साल कुछ महत्वपूर्ण बातों को ध्यान में रखना जरूरी है। इसके तहत अगर वे टैक्स से जुड़ी किसी गतिविधि में शामिल रहे हैं तो भारत में उन पर टैक्स देवदारी बनेगी और इसे आईटीआर में शामिल करना जरूरी है। विदेशी परिसंपत्तियों में बैंक खाता, नकद मूल्य बीमा अनुबंध या वार्षिक अनुबंध, किसी इकाई या व्यवसाय में

## एसबीआई की जननिवेश एसआईपी में करिए सिर्फ 250 रुपये से निवेश, होगा बंपर लाभ

नई दिल्ली



एसबीआई एमएफ ने एसबीआई जननिवेश एसआईपी नामक एक नई वेल्थ क्रिएशन प्लान शुरू की। भारतीय स्टेट बैंक के सहयोग से एसबीआई म्यूचुअल फंड ने सेबी प्रमुख माधवी पुरी बुच और भारतीय स्टेट बैंक के अध्यक्ष चल्ला श्रीनिवासुलु शेठी की उपस्थिति में एसबीआई जननिवेश एसआईपी शुरू किया।

एसबीआई और एसबीआई म्यूचुअल फंड ने संयुक्त बयान में कहा कि एसआईपी योजना का उद्देश्य म्यूचुअल फंड को व्यापक लोगों तक पहुंचाना है।

सेबी प्रमुख माधवी पुरी बुच ने कहा कि यह देखना अद्भुत है कि पूरा इकोसिस्टम एक साथ आ गया है। बुच ने कहा कि इस तरह के काम लागत वाले निवेशों से लाखों भारतीय परिवारों की संपत्ति में उल्लेखनीय वृद्धि होने की संभावना है।

एसबीआई जननिवेश एसआईपी पर टिप्पणी करते हुए बुच ने कहा यह प्रति माह 3 डॉलर के निवेश जैसा है।

जननिवेश एसआईपी मात्र 250 रुपये से शुरू होने वाले लचीले एसआईपी विकल्प देता है, जिसमें दैनिक, साप्ताहिक और मासिक निवेश योजनाएं शामिल हैं। यह कम प्रवेश सीमा व्यक्तियों के लिए अपनी निवेश यात्रा शुरू करना आसान बनाती है।

यह सुविधा एसबीआई योने प्लेटफॉर्म और पीटीएम, गो और जीरोधा जैसे अन्य फिनेटेक प्लेटफॉर्म पर उपलब्ध होगी। इससे यह सुनिश्चित होगा कि निवेशक परिचित डिजिटल इंटरफेस के माध्यम से अपने निवेश तक आसानी से पहुंचें और प्रबंधन कर सकें।

जननिवेश एसआईपी को लागत प्रभावी बनाने, टिकाऊ विकास सुनिश्चित करने और सभी हितधारकों को लाभ पहुंचाने के लिए डिजाइन किया गया है।

## स्टेसी-एन ने स्मृति मंधाना की शानदार पारी को सराहा

वडोदरा

वेस्टइंडीज की पूर्व क्रिकेटर स्टेसी-एन किंग ने डब्ल्यूपीएल 2025 के मैच में दिल्ली कैपिटल्स के खिलाफ रॉयल चैलेंजर्स बंगलुरु की कप्तान स्मृति मंधाना के शानदार प्रदर्शन की प्रशंसा की और कहा कि बाएं हाथ की इस खिलाड़ी ने एक सच्चे कप्तान की तरह आगे बढ़कर नेतृत्व किया।

स्मृति ने 47 गेंदों पर 81 रनों की पारी खेली, जो डब्ल्यूपीएल में उनका सर्वोच्च स्कोर है, जिसकी बंदीवाल रॉयल चैलेंजर्स बंगलुरु ने



सोमवार को दिल्ली कैपिटल्स को आठ विकेट से हराकर मौजूदा सत्र में अपना अजेय क्रम जारी रखा।

स्मृति ने बेहतरीन स्ट्रोकप्ले का प्रदर्शन किया, जिसमें उन्होंने शानदार टाइमिंग के साथ-साथ शॉट्स को बेहतरीन तरीके से लगाया और 172.34 की स्ट्राइक रेट से अपनी पारी में दस चौके और तीन छक्के लगाए।

स्टेसी-एन जियोहॉटस्टार ने कहा, आज रात वह बेहतरीन थी। जिस तरह से उसने अपने शॉट्स को संभाला और निष्पादित किया वह असाधारण था। हमने लेग साइड पर कई शॉट देखे, लेकिन ऑफ साइड में उसका शानदार प्रदर्शन वाकई उल्लेखनीय था। उसने

सटीकता के साथ फील्ड में जगह बनाई, जब जरूरत पड़ी तो ऊपर और ऊपर गई। पिछले मैच में चूकने के बाद, उसने आज अपनी गलती सुधारी और एक सच्चे कप्तान की तरह आगे बढ़कर नेतृत्व किया। तेज गेंदबाज रेणुका सिंह ठाकुर और लेग स्पिनर जॉर्जिया वेयरहम ने आरसीबी की ओर से शानदार गेंदबाजी करते हुए तीन-तीन विकेट चटकाए और डीसी को 141 रन पर आउट कर दिया, उसके बाद स्मृति और डैनी व्हाइट-हॉज ने पहले विकेट के लिए 107 रन की साझेदारी की।

## भारत को बुमराह की कमी बहुत खलेगी : शिखर धवन

नई दिल्ली

भारत के पूर्व सलामी बल्लेबाज शिखर धवन का मानना है कि रोहित शर्मा की अगुआई वाली टीम को आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी में तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह की कमी बहुत खलेगी।

बुमराह पीठ के निचले हिस्से में चोट के कारण आठ टीमों के इस टूर्नामेंट से बाहर हो गए थे। उनकी जगह हर्षित राणा को भारतीय टीम में शामिल किया गया।

आईसीसी ने धवन के हवाले से कहा, आईसीसी पुरुष चैंपियंस ट्रॉफी की वापसी होना बहुत अच्छा अहसास है। मुझे याद है कि जब मैंने 2013 में पहली बार इसमें खेला था, तो मुझे यह बहुत पसंद आया था और इस टूर्नामेंट को लेकर पहले से ही काफी चर्चा है। बहुत सारी अटकलें और बहुत सारी भविष्यवाणियां हैं, जो मजेदार हैं, और मैं भारत से आगे नहीं देख सकता। मुझे उन पर पूरा भरोसा है, उनके पास एक ठोस टीम है और उन्होंने हाल ही में इंग्लैंड के खिलाफ वनडे सीरीज में बहुत अच्छा खेला।

उन्होंने कहा, मेरी चिंता यह है कि उन्हें जसप्रीत बुमराह की कमी खलेगी, इसमें कोई संदेह नहीं है कि

उनकी कमी खलेगी और मुझे लगता है कि वे इसे बहुत दृढ़ता से महसूस करेंगे।

बाएं हाथ के इस बल्लेबाज ने कहा कि बुमराह अपने अनूठी गेंदबाजी एक्शन और सटीकता के कारण प्रमुख आईसीसी आयोजनों में किसी भी टीम के लिए एक महत्वपूर्ण संपत्ति हैं।

मेरे लिए, वह दुनिया के सर्वश्रेष्ठ गेंदबाज हैं, और उनकी सटीकता को दोहराना मुश्किल है। वह बहुत शांत स्वभाव का है और इस तरह के बड़े आईसीसी इवेंट में यह बहुत महत्वपूर्ण है। हालांकि, धवन ने हाल ही में समाप्त हुई सीरीज में इंग्लैंड के खिलाफ व्हाइट-बॉल डेब्यू करने के बाद दुबई में हर्षित के शानदार प्रदर्शन पर भरोसा जताया। उन्होंने तीन वनडे सहित चार मैचों में नौ विकेट लिए।

धवन ने कहा, उसी समय, हर्षित राणा टीम में आ गया है और मुझे लगता है कि यह वास्तव में रोमांचक है - उस पर नजर रखें, मुझे लगता है कि वह शानदार प्रदर्शन कर सकता है। मुझे उसका रवैया पसंद है, वह एक मंनती खिलाड़ी है और उसे किसी भी चीज से डर नहीं लगता। वह चुनौतियों को स्वीकार करता है और हमें इंग्लैंड सीरीज में देखा है कि वह फॉर्म में है।

## आज का राशिफल

**मेघ**- आज आपको लोगों का पूरा-पूरा साथ मिलेगा। आय के नए स्रोत बनेंगे। ऑफिस का काम रोज की तुलना में बेहतर तरीके से होगा। आज जीवनसाथी आपकी बहुत तारीफ करेंगे। शाम को मेडमार्गों के आने से घर का माहौल खुशनुमा बना रहेगा।

**वृष**- आज का दिन आपके अनुकूल रहेगा। आज आपकी इच्छाओं की पूर्ति होगी। बिजनेस के सिलसिले में आपको विदेश यात्रा करनी पड़ सकती है, जो आपके लिए काफी लाभदायक रहेगी। आपकी खुशियों में इजाफा होगा।

**मिथुन**- आज का दिन आपके लिए बेहतरीन रहेगा। आज अपने काम करने के तरीकों में बदलाव करेंगे। आज आप संतान के कारिरार की समझना को किसी अनुभवी और जानकार की मदद से सुलझा लेंगे।

**कर्क**- आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहेगा। आज बिजनेस में बहुत संजीवनी और गंभीरता से काम करने की जरूरत है। बिजनेस बढ़ाने की योजनाओं पर एक बार फिर से विचार करें।

**सिंह**- आज का दिन आपके लिए फेब्रेबल रहेगा। आपकी कार्यक्षेत्र में कर्मचारियों के साथ दोस्ताना व्यवहार रखने से उनकी काम करने की क्षमता बेहतर होगी, आज आपका काम समय से पहले पूरा हो सकता है।

**कन्या**- आज का दिन आपके लिए खुशहाल रहेगा। आज आप प्रैक्टिकल सोच रखेंगे तो आपके संतुलित रवैया से फायदा मिलेगा। आज थोड़ा समय एकता में या किसी धार्मिक स्थान पर बिताएंगे। आज शाम माता जी से आप भविष्य को लेकर विचार-विमर्श करेंगे।

**तुला**- आज आपका दिन आपके परिवार के लिए नई खुशियों लाया है। आप दोस्तों के साथ बाहर घूमने का प्लान बनायेंगे। आपके विचारों को सम्मान मिलेगा। घर में सुख-शांति बनी रहेगी। बच्चे आपसे, अपने ज़रूरत का सामान मांग सकते हैं।

## रोजाना खाली पेट करें वर्कआउट, मिल सकते हैं कई फायदे

खाली पेट वर्कआउट करना एक ऐसा विषय है, जिस पर अक्सर चर्चा होती है। कुछ लोग इसे सेहत के लिए फायदेमंद मानते हैं, जबकि कुछ इसे नुकसानदायक समझते हैं। इस लेख में हम आपको बताएंगे कि खाली पेट वर्कआउट करने के क्या फायदे हो सकते हैं और यह कैसे आपके फिटनेस लक्ष्यों को पूरा करने में मदद कर सकता है। यह जानकारी उन लोगों के लिए उपयोगी हो सकती है, जो अपने स्वास्थ्य और फिटनेस को लेकर गंभीर हैं।

**वजन घटाने में है मददगार**  
खाली पेट वर्कआउट करने का सबसे बड़ा फायदा यह है कि यह वजन घटाने में मदद करता है। जब आप बिना खाए एक्सरसाइज करते हैं तो शरीर ऊर्जा के लिए जमा चर्बी का उपयोग करता है। इससे कैलोरी बर्न होती है और वजन कम होता है। हालांकि, ध्यान रखें कि अगर आप बहुत ज्यादा थका महसूस करते हैं तो तुरंत कुछ हल्का खा लें ताकि आपकी ऊर्जा बनी रहे।

**मेटाबॉलिज्म को बढ़ावा मिलता है।**  
जब आप सुबह बिना खाए एक्सरसाइज करते हैं तो आपका शरीर जमा चर्बी का उपयोग कर अधिक कैलोरी बर्न करता है। इससे न केवल मेटाबॉलिज्म तेज होता है, बल्कि ऊर्जा का स्तर भी उंचा रहता है। इस कारण से आप दिनभर सक्रिय और तरोताजा महसूस करते हैं, जिससे आपकी दैनिक गतिविधियों में सुधार होता है और फिटनेस लक्ष्यों को तेजी से पाने में मदद मिलती है।

**इंसुलिन संवेदनशीलता में हो सकता है सुधार**  
खाली पेट एक्सरसाइज करने से इंसुलिन संवेदनशीलता में सुधार होता है, जिससे शरीर शर्करा को बेहतर तरीके से प्रोसेस कर पाता है और ब्लड शुगर लेवल संतुलित रहता है। यह मधुमेह के मरीजों के लिए फायदेमंद हो सकता है क्योंकि यह ब्लड शुगर को नियंत्रित रखने में मदद करता है। इसके अलावा यह ऊर्जा स्तर को भी उंचा बनाए रखता है, जिससे आप दिनभर तरोताजा महसूस करते हैं और आपकी सेहत पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

## शब्द सामर्थ्य- 331

ब्यां से दार् 1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, शक्ति (उ.) 18. एक रंग, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, प्रसन्न करना, शिक्षा लेना 7. विवश, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी 12. लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. आदि की मूर्ति बनाना। आच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर ऊपर से नीचे गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र 1. हृदय, उर 2. शिष्टता, भद्रता, 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।

**शब्द सामर्थ्य क्रमांक 330 का हल**

चु	स्त	मु	सं	स्था	न
ग	म	दां	गी	त	म
ली	प	ना	त	न	
ना	ना			ज	
मा	ह	रा	सा	ज	न
न	स	ह	दे	व	म
व	म	व	न	ज	ल
ता	क	त	व	र	मी
ल	ल	क	क	र	त

## सू-दोक्- 331

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

**नियम**  
1. कुल 81 वर्ग हैं, जिसमें 9क्यों का एक खंड बनता है।  
2. हर खाली वर्ग में 1 से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते हैं।  
3. ब्यां से दार् और उपर 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 हैं।

**सू-दोक् क्र. 330 का हल**

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