

संपादकीय

रेल की यात्रा डरावनी

एक बार फिर रेल हादसे ने देशभर में यात्रियों के लिए चिंता पैदा की है। उत्तर प्रदेश के गांडा में चंडीगढ़-डिब्रूगढ़ एक्सप्रेस की 15 बोगियां बेपत्ता हो जाने की घटना में वैसे तो 3 यात्रियों की जान गई, मगर इसने रेलवे की व्यवस्था में व्याप्त कमियां और लापरवाहियों को जरूर जिंदा कर दिया है।

हालाकि, हादसा मानवीय भूल की वजह से हुआ है या इसके पीछे कोई साजिश है-जैसा कि इंजन के ब्रेकबंद न कहे कि हादसे के पहले जोर का विस्फोट हुआ था-यह तो जांच के बाद ही मालूम चल पाएगी, किंतु हाल के वर्षों में रेल की यात्रा थोड़ी डरावनी जरूर हो गई है।

इससे पहले पश्चिम बंगाल के दार्जिलिंग में कंचनजंगा एक्सप्रेस दुर्घटनाग्रस्त हो गई थी जिसमें 9 यात्रियों को अपनी जान से हाथ धोना पड़ा था और 40 से ज्यादा लोग जख्मी हो गए थे। देश में पहले भी रेल हादसे हुए हैं और कड़वों की जान गई है, मगर हाल के वर्षों में दुर्घटना का स्वरूप बदल गया है।

निःसंदेह मोदी सरकार के 10 वर्षों के दौरान रेलवे ने तरक्की की नई इबारत लिखी है, किंतु कई मामलों में अब भी रेल महकमे में सुधार की जरूरत है। खासकर संरक्षा और सुरक्षा के मामले पर सरकार को ज्यादा गंभीर और सवेदनशील होना पड़ेगा। स्वचालित सिगनलिंग प्रणाली भी सवालों के घेरे में है। इसके अलावा पायलट और लोको पायलटों को मिलने वाली सुविधा यात्रियों की जान जाने के अलावा रेलवे की संपत्ति को हुए नुकसान से भी जोड़कर देखने की जरूरत है।

इसी तरह संचालन प्रबंधन में कई तरह की खामियां और कमी के अलावा महत्वपूर्ण सुरक्षा उपकरणों की कमी और कवच प्रणाली को लागू नहीं करने के फैसले से मुंह नहीं चुराया जा सकता है। वैसे भी जब ऐसे हादसे होते हैं तो इसका खामियाजा यात्रियों की जान जाने के अलावा रेलवे की संपत्ति को हुए नुकसान से भी जोड़कर देखने की जरूरत है।

सूचना के अधिकार के तहत मिली जानकारी के मुताबिक भारतीय रेल में संरक्षा श्रेणी के स्वीकृत कुल करीब 10 लाख पदों में से डेढ़ लाख से अधिक पद खाली हैं। हालांकि रेलवे ने पिछले 10 वर्षों में इस मामले में महत्वपूर्ण निवेश करने के साथ कई संरचनात्मक और प्रणालीगत सुधार भी किए हैं, जिनका सुरक्षित परिचालन पर सरकारात्मक प्रभाव पड़ा है। इसके बावजूद अभी बहुत कुछ किया जाना शेष है। फिलहाल तो जांच कमिटी की रिपोर्ट आने का इंतजार किया जाना चाहिए।

पेरिस ओलंपिक : भारतीय हॉकी टीम का पहला लक्ष्य होगा क्वार्टर फाइनल में पहुंचना

पेरिस भारत ने टोक्यो में पुरुष हॉकी में ओलंपिक पदक के लिए 41 साल पुराना सूखा खत्म किया था। अब उसके सामने लगातार दूसरे ओलंपिक में पदक जीतने की चुनौती है। भारतीय हॉकी टीम ने आखिरी बार 1968 और 1972 में लगातार दो ओलंपिक गेम्स में पदक जीते थे, जिसमें मैक्सिको और म्यूनिख में कांस्य पदक शामिल हैं।



1980 में भी उसने गोल्ड जीता था। 1960 के रोम ओलंपिक में भारत के हाथ रजत पदक आया था। वर्ष 1968 और 1972 में टीम ने कांस्य पदक जीता था वह भारतीय हॉकी का स्वर्णिम दौर था। टोक्यो ओलंपिक में 41 साल बाद टीम ने

कांस्य पदक जीतकर पदकों का सूखा जरूर समाप्त किया, लेकिन इस बीच इस खेल की शैली, मैदान, नियम और तैयारी के तरीकों में बहुत कुछ बदल गया और लगातार दो पदक जीतना अब इतना आसान नहीं है। भारतीय पुरुष टीम को इस बार पूल 'बी' में मौजूदा चैंपियन बेलजियम, पूर्व विजेता ऑस्ट्रेलिया, अर्जेंटीना, आयरलैंड और न्यूजीलैंड के साथ रखा गया है। पूल 'ए' में नीदरलैंड, जर्मनी, ब्रिटेन, स्पेन, मेजबान फ्रांस और अफ्रीकी चैंपियन दक्षिण अफ्रीका शामिल हैं।

भारत इनमें से अधिकांश मैच हार गया, जिसके परिणामस्वरूप टीम प्रो लीग में नौ टीमों में सातवें स्थान पर रही। लगातार हार झेलने के कारण भारत की रैंकिंग एफआईएफ रैंकिंग में शीर्ष पांच से गिरकर दुनिया में सातवें स्थान पर आ गई है।

नाग अश्विन ने प्रिंस और नरेश अगस्त्य की काली का टीजर जारी

युवा नायक प्रिंस और नरेश अगस्त्य अभिनीत फिल्म काली का टीजर ब्लॉकबस्टर निर्देशक नाग अश्विन द्वारा जारी किया गया है। प्रिंसिद कहानीकार के. राघवेंद्र रेड्डी के मार्गदर्शन में रुद्र क्रियान द्वारा निर्मित और शिवा सेशु द्वारा निर्देशित काली एक मनोवैज्ञानिक थ्रिलर है जिसकी शूटिंग पूरी हो चुकी है। फिल्म वर्तमान में पोस्ट-प्रोडक्शन के दौर से गुजर रही है और जल्द ही एक भव्य नाट्य रिलीज के लिए तैयार है। नाग अश्विन ने टीजर की प्रशंसा करते हुए इसे दिलचस्प और प्रभावशाली बताया और निर्देशक



शिवा सेशु द्वारा तेलुगु दर्शकों के लिए एक नई अवधारणा पेश करने पर प्रकाश डाला। उन्होंने काली की पूरी टीम को अपनी शुभकामनाएं दीं। फिल्म के प्रस्तुतकर्ता के. राघवेंद्र रेड्डी ने टीजर रिलीज करने पर अपनी खुशी जाहिर की और इस

सूर्या की फिल्म कंगुवा के पहले एकल फायर सॉन्ग की झलक आई सामने, 23 जुलाई को रिलीज होगा गाना

सूर्या इन दिनों अपनी बहुप्रतीक्षित फिल्म कंगुवा को लेकर सुर्खियों में बने हुए हैं। फिल्म में सूर्या के साथ बॉबी देओल और दिशा पाटनी मुख्य भूमिकाओं में हैं। निर्माताओं ने हाल ही में फिल्म का टीजर जारी किया, जिसे देखकर प्रशंसकों का उत्साह चरम पर पहुंच गया। वहीं, अब इसके पहले गाने फायर सॉन्ग की रिलीज पर बड़ा अपडेट सामने आया है। निर्माता ने इसे बेहद खास दिन पर रिलीज करने की अपनी योजना का खुलासा कर दिया है। निर्माताओं ने अपने सोशल मीडिया हैंडल पर यह घोषणा

महिला एशिया कप : जीत की लय बरकरार रखना चाहेगा भारत

दांडुला प्रदर्शन कर रही हैं। यूएई के बल्लेबाजी क्रम की सबसे मजबूत कड़ी उनकी कप्तान ईशा ओझा हैं। ऐसे में वक्कर और ओझा की टक्कर भी देखने लायक होगी। पाकिस्तान के खिलाफ दीपि शर्मा और रेणुका सिंह भी गेंद से लय में नजर आईं। उम्मीद यही है कि गेंदबाजों को यह तिकड़ी यूएई के खिलाफ दमदार प्रदर्शन करे। इस मैच का लाइव प्रसारण स्टार स्पोर्ट्स नेटवर्क पर देखा जा सकता है जबकि इसकी लाइव स्ट्रीमिंग डिज्नी प्लस हॉटस्टार के ऐप और वेबसाइट पर होगी।

टीमें भारत : हरमनप्रीत कौर (कप्तान), स्मृति मंधाना (उपकप्तान), अंरंधीत रेड्डी, शोभना आशा, ऋचा घोष, उमा खेत्री, जेमिमा रॉड्रिग्स, दीपि शर्मा, राधा यादव, रेणुका सिंह, पूजा वक्कर, शोफाली वर्मा, श्रेयांका पाटिल, संजीवन सक्लाना, दयालन हेमलता। यूएई : ईशा ओझा (कप्तान), मेहक ठाकुर, एमिली थॉमस, ऋणीता रज्जि, ऋतिका रज्जि, ऋषिता रज्जि, कविशा एगोडो, लावण्या केनी, सुरक्षा कोट्टे, खुशी शर्मा, तीर्थी सतीश, समायरा धरन्धीधरका, इंदुजा अनंजुमार, वैष्णवी महेश, हीना होतचंदानी।

इन फलों के खाने के बाद ना पीएं पानी, उठाना पड़ सकता है बड़ा नुकसान

आपने यह तो जरूर सुना होगा कि जल ही जीवन है। जी हां, पानी के बिना जीवन संभव नहीं है। इसी तरह फलों का सेवन भी इसान के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होता है। हालांकि, क्या आपको पता है कि इन दोंनों को लेकर एक छोटी सी गलती आपको नुकसान पहुंचा सकती है।

की अंदरूनी परत को भी नुकसान पहुंच सकता है, जिससे आपको मतली और बेचैनी महसूस हो सकती है। अमरूद- अमरूद खाने के तुरंत बाद तो बिल्कुल भी पानी नहीं पीना चाहिए और यह बात हमें घर पर बताई भी जाती है। अमरूद, अमरूद खाने के बाद पानी पीने से पाचन तंत्र का पीएच स्तर बिगड़ जाता है और एसिड बढ़ जाता है। इससे एसिडिटी की समस्या हो जाती है। अगर आप इससे बचना चाहते हैं तो अमरूद के सेवन के 35 से 40 मिनट बाद ही पानी पीएं। तरबूज- तरबूज खाने के बाद भी पानी नहीं पीना चाहिए। तरबूज में पहले से ही पानी की भरपूर मात्रा होती है, ऐसे में आप इसके बाद पानी पीते हैं तो पेट में सूजन या भारीपन हो सकता है। इसके अलावा तरबूज में शर्करा और फाइबर भी होते हैं और इसके सेवन के बाद आप पानी पीते हैं तो बैक्टीरिया सीधे पेट में पहुंच जाते हैं, जिसके कारण पाचन संबंधित समस्याएं हो सकती हैं। खरबूज- तरबूज की तरह खरबूज खाने के बाद भी पानी नहीं पीना चाहिए। अगर आप खरबूज खाने के बाद पानी पीते हैं तो इससे पाचन खराब हो सकता है और आपको दस्त आदि की समस्या हो सकती है। ऐसा करने पर पेट

शब्द सामर्थ्य- 125

बाएं से दायें

- संचय, दौड़धूप (उर्दू), सुपुत्र, लायक पुत्र, ताकतवर, बलशाली, 9. खुशबू, सुरभि, सुरांग, 10. आकारण, व्यर्थ, बेवजह, 12. गर्म तेल आदि में खाल बस्तु तरफदार।
- वैमिसाल 23. गोल हरे दानों वाला एक प्रसिद्ध पौधा, या इस पौधे की फली 24. माता, जन्मी 25. संतान, अलाद 26. अधीन, अधीनस्थ, 27. चिड़िया, खा
- उपर से नीचे
1. पानी में डूबा हुआ, जल प्लावित वामन, बीना 18. सांप का रिर, समाधान, खेत जोतने का यंत्र 4.

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 124 का हल

1	2	3	4	5	6
	7		8		
9			10	11	
	12			13	14
	15			16	
		17			18
	20	21		22	23
24			25		
	26				27

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 124 का हल

पौ	चि	दं	ब	र	म	स
ट	भ	ला	ई	अ	स	म
ना	म		स	मा	धि	झ
ज	वे	न	का	र	ना	
बा	वू	आ	य	क	र	ना
र	की	व				प्र
ज		रू	प	क	ज	न
हा	पा	ना	म	ची	न	
ज	हां	प	ना	ह	ता	न

सू-दोक्- 125

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

नियम

- कुल 81 वर्ग हैं, जिसमें 9वर्ग का एक खंड बनता है।
- हर खाली वर्ग में 1 से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते हैं।
- बाएं से दायें 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 124 का हल

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

आज का राशिफल

मेघ: आज आपका दिन खुशियों से भरा होगा। आप आप नये वाहन की खरीदारी करेंगे। परिवार का साथ मिलेगा। किसी नयी जगह पर आज घूमने जायेंगे, जिससे नये जीवन का एक नया पाठ सीखेंगे।

वृष: आज आपका दिन अनुकूल रहेगा। आपकी आय के साधनों में वृद्धि होगी। आपके रूके हुए कार्यों में प्रगति आएगी। सोची हुई योजनाओं में सफलता मिलने के संकेत हैं। आप अपने भाई बहनों के साथ किसी दर्शनिय स्थल की यात्रा पर जा सकते हैं।

मिथुन: आज आपका दिन उत्तम रहेगा। आज आपके व्यापार में लाभ के योग हैं। साथ में कोई साइड बिजनेस कर सकते हैं। जिससे लाभ होने की संभावना बनेगी। नौकरी कर रहे लोगों के लिए नए अवसर मिलने की संभावना है।

कर्क: आज का दिन आपके लिए नयी खुशियां लायेगा। आज आपका स्वास्थ्य पहले से अच्छा रहे वाला है। आपकी आँखों की समस्या के लिए आज किसी अच्छे डॉक्टर को दिखाएँ जिससे आपको कुछ अच्छा फील होगा।

सिंह: आज का दिन आपके लिए फेब्रुवल रहे वाला है। आज आप कार्य क्षेत्र में चल रही पेशानियों का समाधान निकालने में सफल होंगे। छात्रों के लिए आज का दिन अच्छा रहे वाला है।

कन्या: आज आपका दिन लाभदायक रहेगा। कार्यक्षेत्र में सफलता मिलेगी। आज आपकी पैतृक संपत्ति का लाभ मिलेगा। नए लोगों से मिल-जोल बढ़ेगा। जिससे आपके करियर में लाभ होने के योग हैं।

तुला: आज आपको अच्छी सफलता मिलने वाली है। नौकरी में बढाव के संकेत हैं। उच्च शिक्षा प्राप्त कर रहे छात्रों को मनचहे परिणाम मिलने की उम्मीद है। वैवाहिक जीवन में खुशियां आएंगी। जीवनसाथी के साथ आप कहीं दिनर पर जाएंगे।

वृश्चिक: आज आपका दिन बहुत अधिक खुशियां लायेगा। आप घर पर लोगों के साथ अपना मत रखेंगे और अच्छी सफलता मिलेगी। संतान के स्वास्थ्य पर विशेष रूप से ध्यान देना होगा। पेट की समस्या के लिए किसी अच्छे डॉक्टर से आप मिलेंगे।

धनु: आज का दिन आपके लिए उमंग से भरा रहे वाला है। आज घर-परिवार में सुखद माहौल बना रहने से आपका मन अच्छा रहेगा। आपका कोई काम किसी व्यक्ति की सहायता से पूरा होगा आपको अच्छा महसूस होगा।

मकर: आज का दिन आपके लिए लाभदायक रहे वाला है। आज आपके अंदर काम करने की क्षमता बढ़ी रहेगी। आप कई दिनों के रूके काम को भी पूरा कर लेंगे। आज अचानक धनलाभ होने से मन प्रसन्न रहेगा।

कुंभ: आज आपका दिन बेहतर रहेगा। सरकारी सेवा से जुड़े लोगों को प्रमोशन के चांस हैं। अच्छे पद पर कहीं ट्रांसफर के योग हैं। मेंडिकल की पढ़ाई कर रहे जातक किसी प्रोजेक्ट पर काम करेंगे।

मीन: आज आपका दिन भाग्यशाली रहेगा। कार्यक्षेत्र में आने वाली समस्याओं का समाधान मिलेगा। आज आप जीव चंच करने की सोचेंगे। नौकरी में कहीं ट्रांसफर हो सकता है।