दैनिक
न्याय साक्षी

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

रायगढ़, बुधवार 04 सितंबर 2024
www.nyaysakshi.com

संपादकीय

हिंसा का पुराना इतिहास

बलूचिस्तान पाकिस्तान का पुराना नासूर है। इलाकाई लिहाज से यह पाकिस्तान का सबसे बड़ा प्रांत है, जबकि आबादी के लिहाज से सबसे छोटा प्रांत है। खनिज पदार्थों एवं प्राकृतिक संसाधनों से समृद्ध इस प्रांत के बाशिंदों की अनेक शिकायतें रही हैं।

पाकिस्तान के बलूचिस्तान प्रांत में हिंसा का पुराना इतिहास है, लेकिन विद्रोही गुटों ने जिस बड़े पैमाने पर सोमवार को हमले किए, वह अभूतपूर्व है। बागियों ने कम-से-कम तीन ठिकानों पर बड़ा धावा बोला। 14 सुरक्षाकर्मियों समेत दर्जनों लोगों के मारे जाने की खबर है। सुरक्षा बलों ने अपनी जवाबी कार्रवाई में 21 "उग्रवादियों" को मार गिराया। इन घटनाओं के साथ बलूचिस्तान मसले पर फिर से दुनिया का ध्यान गया है। बलूचिस्तान पाकिस्तान का बहुत पुराना नासूर है। इलाकाई लिहाज से यह पाकिस्तान का सबसे बड़ा प्रांत है, जबकि आबादी के लिहाज से सबसे छोटा प्रांत है। खनिज पदार्थों एवं प्राकृतिक संसाधनों से समृद्ध इस प्रांत के बाशिंदों की अनेक शिकायतें रही हैं। इनकी जड़ें 1947 में भारत के बंटवारे के समय ही पड़ गई थीं। यह इतिहास के पन्नों में दर्ज है कि मुस्लिम बहुल बलूचिस्तान का उदारवादी जनमत मजहबी एजेंडे को लेकर बन रहे पाकिस्तान के साथ जाने को तैयार नहीं था। मगर भौगोलिक निरंतरता और मजहबी पहचान का तर्क देते हुए वहां के लोगों को इस्लामी पाकिस्तान में जाने के लिए मजबूर किया गया।

चूकि पाकिस्तान में कभी लोकतंत्र जड़ें नहीं जमा सका, इसलिए असंतुष्ट समुदायों की भावनाओं का ख्याल करते हुए उन्हें राष्ट्र की मुख्यधारा से जोडऩे के प्रयास भी नहीं हुए। सोच हमेशा ताकत से फैसला करने की रही। हालिया दौर में बलूचिस्तान को चीन की इन्फ्रास्ट्रक्चर परियोजनाओं का प्रमुख स्थल बनाने से भी स्थानीय आबादी में नाराजगी फैली है। यह आम शिकायत है कि इन परियोजनाओं के तहत स्थानीय संसाधनों का दोहन हो रहा है। इस वजह से स्थानीय पर्यावरण भी बिगड़ा है। मगर इन परियोजनाओं से वहां के लोग लाभान्वित नहीं हुए हैं। इसीलिए अक्सर चीनी परियोजना से जुड़े ठिकाने और तैनात चीनी नागरिक भी हमलों का शिकार बने हैं। चूकि पाकिस्तान की राज्य-व्यवस्था ने संवाद और भरोसे का माहौल बना कर बलूच आवाम को संतुष्ट करने का कोई सार्थक प्रयास नहीं किया है, इसलिए विद्रोह की भावना वहां लगातार मौजूद रही है। पहले इसका विस्फोट इक्का-दुक्का स्तरों पर होता रहा। सोमवार को समन्वित ढंग से विद्रोहियों ने बड़े हमले किए। पाकिस्तान सरकार को इनसे उचित सबक लेना चाहिए।

कैबिनेट ने मुंबई, इंदौर को रेल मार्ग से जोड़ने के लिए 18,036 करोड़ रुपए की परियोजना को दी हरी झंडी

नई दिल्ली

कैबिनेट ने सोमवार को मुंबई और इंदौर के वाणिज्यिक केंद्रों को सबसे छोटे रेल मार्ग से जोडऩे के लिए 18,036 करोड़ रुपये की 309 किलोमीटर लंबी नई रेलवे लाइन परियोजना को मंजूरी दे दी।

2028-29 तक पूरी होने वाली यह परियोजना महाराष्ट्र के दो जिलों और मध्य प्रदेश के चार जिलों के बीच की दूरी को भी पाट देगी।

आर्थिक मामलों की कैबिनेट समिति (सीसीईए) के अनुसार, परियोजना निर्माण के दौरान बड़ी संख्या में प्रत्यक्ष रोजगार भी पैदा होगा।

इस परियोजना के साथ 30 नए स्टेशनों का निर्माण किया जाएगा, जिससे मध्य प्रदेश के बड़वानी के 'आकांक्षी जिले' को कनेक्टिविटी मिलेगी।

इंदौर और मनमाड के बीच नई लाइन लगभग 1,000 गांवों और लगभग 30 लाख आबादी को कनेक्टिविटी प्रदान करेगी।

रेलवे लाइन परियोजना जेएनपीए के गेटवे बंदरगाह और अन्य राज्य बंदरगाहों से पीथमपुर ऑटो क्लस्टर (90 बड़ी इकाइयां और 700 छोटे और मध्यम उद्योग) को सीधी कनेक्टिविटी प्रदान करेगी।

सरकार ने कहा कि यह मध्य प्रदेश के बाजरा उत्पादक जिलों और महाराष्ट्र के प्याज उत्पादक जिलों को सीधी कनेक्टिविटी प्रदान करेगा, जिससे देश के उत्तरी और दक्षिणी हिस्सों में इसके वितरण में सुविधा होगी।

स्वीकृत परियोजना प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नए भारत के दृष्टिकोण के अनुरूप है जो क्षेत्र में व्यापक विकास के माध्यम से क्षेत्र के लोगों को आत्मनिर्भर बनाएगी जिससे उनके रोजगार और स्वरोजगार के अवसर बढ़ेंगे।

यह मध्य भारत के साथ देश के पश्चिमी/दक्षिण-पश्चिमी भाग के बीच छोटा मार्ग प्रदान करके क्षेत्र में पर्यटन को भी बढ़ावा देगा।

सरकार ने कहा कि इस नई लाइन से श्री महाकालेश्वर ज्योतिर्लिंग मंदिर सहित उज्जैन-इंदौर क्षेत्र के विभिन्न धार्मिक स्थानों पर पर्यटकों की संख्या बढ़ेगी।

यह कृषि उत्पादों, उर्वरक, कंटेनर, लौह अयस्क, स्टील और सीमेंट आदि जैसी वस्तुओं के परिवहन के लिए एक आवश्यक मार्ग है। इस मार्गे के जरिए लगभग 26 एमटीपीए (मिलियन टन प्रति वर्ष) की अतिरिक्त माल ढुलाई होगी।

सुचारू यातायात के लिए करीब 100 टोल प्लाजा पर नजर रखेगा जीआईएस सॉफ्टवेयर

नई दिल्ली

भारतीय राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण (एनएचएआई) अब राष्ट्रीय राजमार्गों पर बिना किसी रुकावट या समस्या के यातायात की आवाजाही के लिए जीआईएस-आधारित सॉफ्टवेयर के साथ लगभग 100 टोल प्लाजा पर नजर बनाए रखेगा। इससे देश भर के टोल प्लाजा पर राष्ट्रीय राजमार्ग उपयोगकर्ताओं के लिए परेशानी मुक्त टोलिंग अनुभव सुनिश्चित करने में मदद मिलेगी और यातायात भी बाधित नहीं होगा। राष्ट्रीय राजमार्ग हेल्पलाइन नंबर 1033 पर लोगों ने बहुत ज्यादा जाम की शिकायत की थी। इस आधार पर कुछ टोल प्लाजा को चिन्हित किया गया है। यह जानकारी सडक़ परिवहन और राजमार्ग मंत्रालय ने दी है।

भारतीय राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण (एनएचएआई) ने कहा कि लाइव मॉनिटरिंग और ट्रैकिंग सिस्टम टोल प्लाजा पर वाहनों की कतार अधिक होने पर भीड़भाड़ संबंधी अलर्ट और खाली लेन के बारे में जानकारी देगा। जीआईएस-आधारित यह सॉफ्टवेयर एनएचएआई द्वारा प्रवर्तित कंपनी भारतीय राजमार्ग प्रबंधन कंपनी लिमिटेड (आईएचएमसीएल) ने विकसित किया गया है। इसकी शुरुआत के लिए एनएचएआई ने वेब-आधारित सॉफ्टवेयर पर लाइव मॉनिटरिंग के लिए लगभग 100 टोल प्लाजा की पहचान की है। मॉनिटरिंग सेवा पर चरणबद्ध तरीके से आगे बढ़ते इसे और अधिक टोल प्लाजा तक बढ़ाया जाएगा।

टोल प्लाजा का नाम और स्थान बताने के अलावा, यह सॉफ्टवेयर टोल प्लाजा पर कतार की लंबाई (मीटर में), कुल प्रतीक्षा समय और वाहन की गति की लाइव स्थिति से संबंधित जानकारी प्रदान करेगा।

एनएचएआई ने बताया कि यह सिस्टम टोल प्लाजा पर वाहनों की भीड़ की स्थिति की जानकारी देने के साथ वाहनों की कतार लगने के बाद कौन सी लेन खाली है, वहां से आपको गुजरने की सलाह देगा। यह सॉफ्टवेयर एनएचएआई के अधिकारियों को यातायात कतार और भीड़भाड़ के लिए यातायात की स्थिति का विश्लेषण करने में मदद करेगा, जिससे उन्हें ट्रैफिक की भीड़ और कतार के बारे में घंटेवार, दैनिक, साप्ताहिक और मासिक आधार पर जानकारी मिलेगी।

बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी में कड़ी प्रतिस्पर्धा है, हमेशा मुकाबला 50-50 रहा: कमिंस

नई दिल्ली। भारत और ऑस्ट्रेलिया की टीमें बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी में आमने-सामने होंगी। इस सीरीज में अभी करीब दो महीने से ज्यादा का समय बाकी है, लेकिन क्रिकेट जगत के गलियारों में इसकी चर्चा तेज हो गई है।

सक्रिय क्रिकेटर से लेकर पूर्व क्रिकेटर तक दोनों टीमों की क्षमता पर बयान दे रहे हैं, और अब इस कड़ी में ऑस्ट्रेलियाई टेस्ट कप्तान पैट कमिंस का नाम जुड़ गया है।

कमिंस ने कहा, बॉर्डर गावस्कर ट्रॉफी में ऑस्ट्रेलिया और भारत के बीच कड़ी प्रतिस्पर्धा है और हमेशा मुकाबला 50-50 का रहा है।

2024/25 बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी में भारत और ऑस्ट्रेलिया क्रमश: पर्थ, एडिलेड, ब्रिस्बेन, मेलबर्न और सिडनी में महत्वपूर्ण पांच मैचों की श्रृंखला में आमने-सामने होंगे।

भारत ने 2018/19 और 2020/21 में ऑस्ट्रेलिया में आयोजित बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी के पिछले दो संस्करण जीते हैं।

कमिंस ने हाल के वर्षों में भारत के खिलाफ ऑस्ट्रेलिया के सामने आई चुनौतियों को स्वीकार किया।

भारत का कोयला उत्पादन अप्रैल से अगस्त के बीच 6.48 प्रतिशत बढ़कर पहुंचा 384 मिलियन टन

नई दिल्ली

भारत में कोयला उत्पादन चालू वित्त वर्ष के अप्रैल-अगस्त के बीच सालाना आधार पर 6.48 प्रतिशत बढक़र 384.08 मिलियन टन (एमटी) हो गया है। वित्त वर्ष 2023-24 की समान अवधि में यह 360.71 मिलियन टन था। कोयला मंत्रालय की ओर से दी गई जानकारी के मुताबिक, कोल इंडिया लिमिटेड (सीआईएल) की ओर से वित्त वर्ष 2024-25 में अप्रैल से अगस्त के बीच 290.39 एमटी कोयले का उत्पादन किया गया है। इसमें सालाना आधार पर 3.17 प्रतिशत की वृद्धि देखी गई है।

पिछले वित्त वर्ष में समान अवधि में कोयला उत्पादन 281.46 एमटी था। कैप्टिव और अन्य संस्थाओं से भी कोयला उत्पादन में तेज ग्रोथ देखने को मिली है। अप्रैल से अगस्त के बीच इनका कोयला उत्पादन 68.99 एमटी रहा है। इसमें सालाना आधार पर 30.56 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। पिछले साल यह आंकड़ा 52.84 मिलियन टन था।

आधिकारिक आंकड़ों की मानें तो, देश में कोयला उत्पादन के क्षेत्र में पिछले चार वर्षों से लगातार बढ़ोतरी देखी जा रही है। 2019-20 में यह आंकड़ा 730.9 मिलियन टन था। वित्त वर्ष 2024-25 की शुरुआत से अगस्त तक कुल 412.07 एमटी (प्रोविजनल) कोयला पावर प्लांट तक पहुंचाया गया है, जो कि पिछले वित्त वर्ष 2023-24 की समान अवधि में 391.93 एमटी में था। इसमें सालाना आधार पर 5.14 प्रतिशत की बढ़त देखने को मिली है।

सीआईएल की ओर से समीक्षा अवधि में 309.98 एमटी कोयला पावर प्लांट तक पहुंचाया गया है। इसमें सालाना आधार पर 1.51 प्रतिशत की बढ़त देखने को मिली है। पिछले साल यह आंकड़ा 305.37 एमटी था। कैप्टिव और अन्य संस्थाओं द्वारा पावर प्लांट को 76.95 एमटी कोयला भेजा गया है। इसमें सालाना आधार पर 31.48 प्रतिशत की वृद्धि देखी गई है, पिछले साल यह आंकड़ा 58.53 एमटी था।

सुमित ने लगातार दूसरी बार जीता गोल्ड मेडल, पैरा ओलंपिक खेलों में अपने नाम दर्ज किया बड़ा रिकॉर्ड

नईदिल्ली

भारत के प्रमुख पैरा एथलीट सुमित अंतिल ने पेरिस पैरालंपिक में शानदार प्रदर्शन करते हुए पुरुष भाला फेंक एफ64 वर्ग में स्वर्ण पदक जीता। सुमित ने अपने दूसरे प्रयास में 70.59 मीटर का थ्रो किया, जो उनका सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन रहा और साथ ही यह पैरालंपिक का एक नया रिकॉर्ड भी बन गया। इस तरह, सुमित ने टोक्यो पैरालंपिक की अपनी स्वर्णिम सफलता को दोहराते हुए लगातार दूसरी बार स्वर्ण पदक जीता और अपने खिताब का सफलतापूर्वक बचाव किया।

सुमित ने शुरुआत 69.11 मीटर के थ्रो से की, लेकिन दूसरे प्रयास में उन्होंने अपना सर्वश्रेष्ठ थ्रो किया। तीसरे प्रयास में उन्होंने 66.66 मीटर, चौथे में फाउल, पांचवें में 69.04 मीटर और अंतिम प्रयास में 66.57 मीटर का थ्रो किया। वहीं, भारत के एक अन्य एथलीट संदीप ने एफ44 वर्ग में 62.80 मीटर का सर्वश्रेष्ठ थ्रो किया और चौथे स्थान पर रहे, जबकि संदीप संजय ने इसी वर्ग में 58.03 मीटर का सर्वश्रेष्ठ थ्रो करते हुए सातवां स्थान हासिल किया।

राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने सुमित की स्वर्णिम सफलता पर उन्हें बधाई दी। उन्होंने कहा कि पेरिस पैरालंपिक में स्वर्ण पदक जीतकर सुमित ने देश का मान बढ़ाया है, और उनकी इस उपलब्धि पर पूरे देश को गर्व है। उन्होंने यह भी कहा कि लगातार दो स्वर्ण पदक जीतकर सुमित एक विशिष्ट खिलाडिय़ों के क्लब में शामिल हो गए हैं, जो युवाओं के लिए प्रेरणादायक है।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी सुमित अंतिल की इस स्वर्णिम सफलता पर उन्हें बधाई दी। पीएम मोदी ने पेरिस पैरालंपिक में सुमित के प्रदर्शन को असाधारण बताते हुए कहा कि उन्होंने पुरुषों की जेवलिन एफ 64 स्पर्धा में शानदार निरंतरता और उत्कृष्टता दिखाई है। प्रधानमंत्री ने आगामी प्रतियोगिताओं के लिए भी सुमित को शुभकामनाएं दीं।

क्वार्टर फाइनल में पहुंचे सिनर, मेदवेदेव से होगी भिड़ंत

न्यूयॉर्क

विश्व नंबर-1 एक इटली के जानिक सिनर ने मंगलवार को चौथे दौर के मैच में घरेलू पसंदीदा टॉमी पाउलिन को हराकर अमेरिकी ओपन के क्वार्टर फाइनल में प्रवेश किया।

पाउलिन ने अमेरिकी दर्शकों के बीच अपना हुनर साबित किया और शीर्ष वरीय सिनर को पहले दो सेट में कड़ी टक्कर दी, लेकिन इतालवी खिलाड़ी ने कमबैक करते हुए 7-6(3), 7-6(5), 6-1 से जीत हासिल की।

सिनर अब इस साल के एकमात्र ऐसे खिलाड़ी हैं जो चारों ग्रैंड स्लैम के क्वार्टर फाइनल में पहुंचे हैं। 23 वर्षीय सिनर ने रौलां गैरो सेमीफाइनल और विंबलडन क्वार्टर फाइनल में पहुंचने से पहले ऑस्ट्रेलियन ओपन में अपना पहला प्रमुख खिताब जीता था।

इटली का यह खिलाड़ी साल 2000 के बाद से एक ही सीजन में सभी चार प्रमुख क्वार्टर फाइनल तक पहुंचने वाले आठवें पुरुष खिलाड़ी है।

वह नोवाक जोकोविच (8 बार), रोजर फेडरर (8), राफेल नडाल (5), एंडी मरे (4), डेविड फेरर (2), स्टेन वावरिंका (1) और आंद्रे अगासी (1) जैसी प्रतिष्ठित नामों की सूची में शामिल हो गए हैं।

अब वह ड्रॉ में बचे हुए दो प्रमुख चैंपियनों के बीच होने वाले मुकाबले में दानिल मेदवेदेव से भिड़ेंगे। दोनों के बीच हाल ही में विंबलडन क्वार्टर फाइनल में मुकाबला हुआ था, जहां मेदवेदेव ने पांच सेटों में जीत हासिल कर विश्व नंबर 1 के खिलाफ पांच मैचों की हार का सिलसिला तोड़ दिया था और अपनी प्रतिद्वंद्विता में 7-5 की बढ़त हासिल कर ली थी। सिनर ने मेदवेदेव को हराकर इस साल का ऑस्ट्रेलियन ओपन जीता था।

पाउलिन ने दमदार शुरुआत की, दो बार ब्रेक लेकर 4-1 की बढ़त बनाई, लेकिन सिनर ने लगातार चार गेम जीतकर बढ़त हासिल कर ली। पहले सेट के टाईब्रेक में सिनर ने दबदबा बनाया और 3-3 से सीधे चार सीधे अंक जीते।

दूसरे सेट के टाईब्रेक में 18 शॉट की चुनौतीपूर्ण टक्कर के दौरान तीव्रता चरम पर पहुंच गई, जहां सिनर ने कड़ी प्रतिस्पर्धा के बाद शक्तिशाली बैकहैंड पासिंग शॉट के साथ स्कोर 4-4 से बराबर कर दिया।

विस्फोट से सामने आई रितेश देशमुख और फरदीन खान की पहली झलक

❑ रिलीज तारीख भी जारी

काफी समय से फिल्म विस्फोट चर्चा में है। कांटे जैसी कई सफल फिल्में बना चुके निर्देशक संजय गुप्ता ने इस फिल्म को टी-सीरीज के साथ मिलकर बनाया है। फिल्म इसलिए भी चर्चा में है, क्योंकि इसमें अभिनेता फरदीन खान और रितेश देशमुख साथ दिखने वाले हैं।खबरें थीं कि विस्फोट सीधे ओटीटी पर रिलीज होगी, लेकिन यह कब और किस प्लेटफॉर्म पर आगएी, इसकी जानकारी नहीं मिली थी।अब खुद फिल्म के कलाकारों ने रिलीज का ऐलान कर दिया है।

बता दें कि यह एक क्राइम थ्रिलर फिल्म है, जिससे फरदीन और रितेश दोनों की पहली झलक सामने आ गई है। पोस्टर देख लग रहा है कि दोनों फिल्म में एक-दूसरे के आमने सामने होंगे।उनका धांसू लुक लोगों का ध्यान खींच रहा है।रितेश ने पोस्टर साझा कर लिखा, विस्फोट 6 सितंबर को जियो सिनेमा पर रिलीज हो रही है। उधर फरदीन लिखते हैं, 6 सितंबर को अपनी स्क्रीन पर सबसे बड़े विस्फोट के लिए तैयार हो जाइए। इस फिल्म में टीवी अभिनेत्री क्रिस्टल डिसूजा भी अहम भूमिका में हैं, जिन्होंने अमिताभ बच्चन के साथ फिल्म चेहरे से बॉलीवुड में अपने एक्टिंग करियर की शुरुआत की थी।बता दें कि फरदीन इस फिल्म से पर्दे पर अपनी वापसी करने वाले थे, लेकिन किसी न किसी वजह से रिलीज आगे टलती गई और संजय लीला भंसाली की हीरामंडी: द डायमंड बाजार उनकी कमबैक सीरीज बनी।

फिल्म द बकिंघम मर्डर्स से करीना कपूर ने दिखाई अपनी नई झलक

करीना कपूर पिछले काफी समय से फिल्म द बकिंघम मर्डर्स को लेकर सुर्खियां बटोर रही हैं। फिल्म से उनके कई पोस्टर सामने आ चुके हैं, जिसके बाद उनकी इस फिल्म की रिलीज को लेकर लोगों की उत्सकुता बढ़ गई है।हाल ही में फिर करीना ने फिल्म से अपनी झलक सोशल मीडिया पर प्रशंसकों को दिखाई। इसी के साथ अभिनेत्री ने यह भी बताया कि उनकी इस फिल्म का ट्रेलर कब रिलीज हो रहा है।

करीना ने जो नया पोस्टर फिल्म से साझा किया है, इसमें उनका लुक एकदम अलग है। उनका गंभीर अवतार देखने को मिल रहा है। वह किसी को संदिग्ध नजरों से देख रही हैं।पोस्टर साझा कर करीना ने लिखा, ट्रेलर 3 सितंबर आएगा, मिलते हैं।

आज का राशिफल

मेष: आज आपका दिन अच्छा रहेगा। आज किसी दोस्त से बात-बात में ही आपको कोई अच्छा काम मिल सकता है। इससे आपकी आमदनी में बढ़ोतरी होगी। आपके व्यवहार से लोग प्रभावित हो सकते हैं। जीवनसाथी के साथ कहीं घूमने का प्लान बना सकते हैं।

वृष: आज का दिन फेबरेबल रहेगा। आपके जीवन में नयी-नयी खुशियां आयेंगी। जो बच्चे घर से दूर रहकर किसी कॉम्पिटिशन की तैयारी कर रहे हैं, उनका दिन बेहतर गुजेरगा। आपको शिक्षकों का पूरा-पूरा सहयोग मिलेगा।

मिथुन: आज आपका दिन शुभ रहेगा। मित्रों के साथ रिश्ते पहले से बेहतर बनेंगे। घर में किसी धार्मिक कार्यक्रम का आयोजन करवा सकते हैं। संतान को करियर में कोई बड़ी सफलता मिल सकती है।

कर्क: आज आपका दिन ठीक-ठाक रहेगा। आपको उचित समय की पहचान करनी होगी। सही समय पर किया कार्य आपको सफलता दिला सकता है। परिवार में स्थिति ठीक बनी रहेगी। सीनियर से बात करते समय अपनी भाषा में मधुरता रखें।

सिंह: आज आपका दिन मिला-जुला रहेगा। आपको अपने हर काम को तय समय में बांटकर करने की जरूरत है। समय सीमा को ध्यान में रखकर काम करने से चीजें अच्छे से पूरी होगी और आप खुद पर भी ध्यान दे पायेंगे।

कन्या: आज आपका दिन बहुत ही उत्तम रहेगा। आज आपकी विदेश यात्रा के योग बन रहे हैं। आपको किसी बड़ी कंपनी से जॉब का बुलावा आ सकता है। आप सबको अपनी बातों से इम्प्रेस करने में सफल रहेंगे।

तुला: आज आपका दिन पहले से थोड़ा बेहतर हो सकता है। कार्यक्षेत्र में नई संभावनाओं को तलाश करने की कोशिश करेंगे। किसी काम के लिए कई दिनों से की जा रही मेहनत का फल आपको मिल सकता है।

वृश्चिक: आज आपका दिन उत्तम रहेगा। जीवनसाथी के सहयोग से आपको जीवन में आगे बढऩे का रास्ता मिल सकता है। आप खुद को तरोताजा महसूस करेंगे। किसी काम की नये सिरे से शुरुआत कर सकते हैं।

धनु: आज आपका दिन शानदार रहेगा। कोई पुरानी बिजनेस डील आपको अचानक लाभ दिलवा सकती है। आपका मन काफी प्रसन्न रहेगा। आपको समाज के कुछ अच्छे लोगों से जुडऩे का मौका मिलेगा।

मकर: आज आपका दिन उत्तम बना रहेगा। अगर आप कोई बड़ी बिजनेस डील करने जा रहे हैं, तो आपको बहुत ही सोच-समझकर फैसले करने की जरूरत है। आपको किसी अनुभवी व्यक्ति की मदद जरूर लेनी चाहिए।

कुंभ: आज आपका दिन बहुत ही अच्छा रहने वाला है। आज के दिन आप जो भी काम शुरु करेंगे, उसमें सफल जरूर रहेंगे। दोस्तों के साथ आज कहीं घूमने जाने का अवसर आपको मिलेगा।

मीन: आज आपको जीवन में कुछ खास मौके मिल सकते हैं। आपको किसी ऐसे व्यक्ति से मिलने का मौका मिल सकता है, जो आपके काम की नई शुरुआत में आपकी मदद करेगा। आर्थिक स्तर पर आप मजबूत बने रहेंगे।

क्या हार्ट अटैक आने पर जोर-जोर से खांसने से बच सकती है जान ?

हार्ट अटैक अक्सर जानलेवा साबित होता है. हार्ट अटैक आने पर डॉक्टर मरीज को फर्स्ट एड देने के साथ साथ तुरंत अस्पताल ले जाने की सलाह देते हैं. देखा जाए तो सीपीआर और फर्स्ट एड के जरिए मौके पर मरीज को थोड़ी राहत मिल सकती है लेकिन उसे अस्पताल ले जाना जरूरी हो जाता है. पिछले कुछ दिनों से सोशल मीडिया पर एक पोस्ट वायरल हो रही है जिसमें कहा जा रहा है कि हार्ट अटैक आने पर मरीज जोर जोर से खांस कर अपनी जान बचा सकता है.

इस प्रोसेस को कफ सीपीआर का नाम भी दिया गया है. लेकिन क्या वाकई ऐसा है. अगर ये सच है तो इस संबंध में डॉक्टर क्या कहते हैं. चलिए जानते हैं सोशल मीडिया पर हार्ट अटैक को लेकर किए जा रहे इस दावे की सच्चाई क्या है.

क्या जोर जोर से खांसकर हार्ट अटैक में बच सकती है जान?

बिल्कुल नहीं. ये एक गलत और भ्रामक दावा है. डॉक्टर कहते हैं कि कफ सीपीआर जैसी कोई चीज नहीं है. हार्ट अटैक के दौरान जोर जोर से खांस कर मरीज की जान नहीं बचाई जा सकती है. ना ही तेजी से सांस लेने से कोई फायदा हो सकता है. डॉक्टर कहते हैं कि कफ सीपीआर जैसी कोई मेडिकल टर्म नहीं है जिसके जरिए मरीज की जान बचाई जा सकती है.

आपको बता दें कि उक्त वायरल पोस्ट में कहा गया था कि अगर सीने में दर्द हो,जबड़े में दर्द फील हो रहा हो तो ये हार्ट अटैक हो सकता है. इस दौरान कोई मदद के लिए मौजूद नहीं है तो व्यक्ति को जोर जोर से खांसना चाहिए और लंबी लंबी सांस लेनी चाहिए. ऐसा करने से फेफड़ों को ऑक्सीजन मिलेगी और जान बच सकेगी.

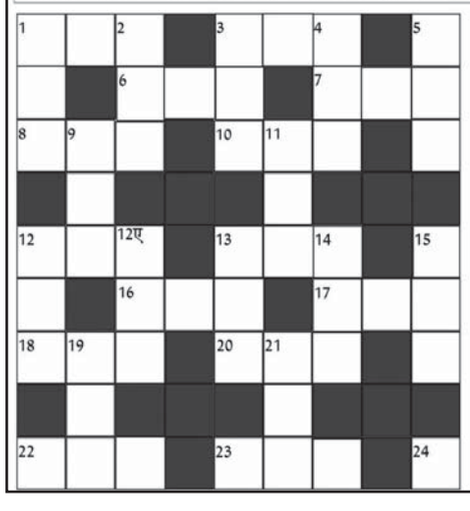
हार्ट अटैक आने पर क्या करना चाहिए

आपको बता दें कि इससे पहले सोशल मीडिया पर ही एक और वायरल पोस्ट चली थी जिसमें कहा गया था कि हार्ट अटैक आने पर अदरक खाने से जान बच सकती है. डॉक्टरों की सलाह है कि ऐसे किसी भी दावे पर आंख मूंदकर भरोसा नहीं करना चाहिए. हार्ट अटैक गंभीर स्थिति होती है. इस दौरान सुनी सुनाई बातों पर विश्वास और अमल करने से पहले मरीज को प्रशिक्षित व्यक्ति के जरिए सीपीआर देनी चाहिए और संभव है तो तुरंत अस्पताल ले जाना चाहिए.

शब्द सामर्थ्य- 167

बाएं से दाएं
1. बात, घटना, माजरा, मुकदमा (उर्दू) 3. अलावा, अतिरिक्त 6. प्रेम, इच्छा 7. मां का बच्चे के प्रति प्रेम 8. गलती, जुर्म, गुनाह, दोष 10. मग्न, लीन, खुश, प्रसन्न 12. धनुष, समादेश, फौजी टुकड़ी 13. एक कल्पित पत्थर जो लोहे को छूकर सोना बना देता है 16. हिम्मत, साहस, सामर्थ्य 17. बनावटी, अनुकृति, असली का विलोम 18. अबोध, नासमझ 20. ब्रह्मापुत्र एक प्रसिद्ध हरिभक्त देवर्षि 22. गहरा नीला, काला 23. व्याकुल, बेसब्र 24. मन, चित्त, आदरसूचक तथा सहमति सूचक एक शब्द।

ऊपर से नीचे
1. स्वामी, नाथ 2. बेबस, मजबूर, विवश 3. अन्याय, अत्याचार, जुल्म 4. मध्य एशिया का एक देश 5. पुस्तक 9. बहादुर, वीर 11. सैनिक विद्रोह 12. नीच, अधम 12 ए. प्रणाम, झुकना 13. भरण-पोषण करना, परवरिश करना, छोटा झूला, हिंडोला 14. प्रमाण, प्रमाणिक कथन 15. स्वाभाविक ढंक, योग्यता, लियाकत, सभ्यता और शिष्टता, शऊर (उ.) 19. बिजली, तड़ित 21. रात में दिखाई न पड़ने का नेत्र संबंधी रोग।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 166 का हल

प	सं	द	■	सिं	हा	स	न	■	
ख	■	म	ज	दू	र	■	का	म	
वा	द	क	■	र	■	सं	ब	ल	
ड़	■	ल	ज्जा	■	म	स्का	■	य	
■	बा	■	■	बि	हा	र	■	■	
सु	धा	क	र	■	न	■	■	औ	
रं	■	म	■	कि	ता	ब	■	स	
ग	■	अ	र	सा	■	हु	ज्ज	त	
■	श	क्ल	■	न	मि	त	■	न	

सू-दोकू- 167

	9			2				1
		5	1				3	
7				9		8		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 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 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.166 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	6	1	8
2	6	3	1	9	7	5	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