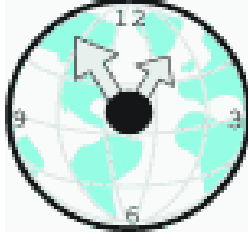


# समय माया



R.N.I. No.: MP/HIN/2006/20685

प्रधान संपादक- अजमेरा एस.पी. कुमार  
B.COM., M.A., LLB, CAIIB, DLLLW&PM

वर्ष 17

अंक 44

प्रति सोमवार इंदौर, 3 जून से 9 जून 2024

पृष्ठ 8

मूल्य 5/- रुपए

## अमेरिकी गुंडागर्दी क्या परमाणु युद्ध का आह्वान कर रही?

# यूक्रेन को अमेरिका नाटो हथियार दे भड़का रहे युद्ध

**अमेरिका नहीं चाहता  
की इजरायल गाजा  
युद्ध बंद हो पर  
बहुराष्ट्रीय कंपनियों  
के दबाव में युद्ध  
रोकने की नौटकी**

वर्तमान में अमेरिका प्रायोजित यूक्रेन रूस युद्ध में अमेरिकी हथियारों की बिक्री के साथ पुराने हथियारों की सफाई नई पीढ़ी के हथियारों का निर्माण परीक्षण और बिक्री से लाभ अमेरिका को हो रहा है इसलिए वह यूक्रेन को बर्बाद करवाने के साथ रूस को कमजोर करने के षडयंत्र पर लगातार काम करते हुए यूक्रेन को हथियार देकर न केवल अमेरिका बल्कि पड़ोस के जर्मनी फ्रांस ब्रिटेन व अन्य नाटो देश रूस की तबाही की कहानी लिखने पर आमादा है पर इसके विपरीत रूस ने खुले में अमेरिका और उसके नाटो की षडयंत्रकारी खेल के खिलाफ खुले



में परमाणु हमले की धमकी दे दी है जिसमें स्वाभाविक है रूस चीन और उत्तरी कोरिया साथ में होंगे। बेशक अमेरिकी और उसकी बहुराष्ट्रीय कंपनियों की ब्लू डकैती बीमारी फैलाना दूसरे देशों के प्राकृतिक एवं मानव निर्मित संसाधनों पर कब्जा करने के षडयंत्र करने की गुंडागर्दी के विरुद्ध अब विश्व में तृतीय महायुद्ध होना ही चाहिए

और अमेरिका-चीन जैसे देश का धरती से नामोनिशान मिट जाना चाहिए क्योंकि वर्तमान की पूरी दुनिया में चल रही गुंडागर्दी तबाही के पीछे चीन और अमेरिका ही है। बेशक सामने से भले ही वे एक दूसरे को गालियां बकते हो पर कुछ मायने में वह षडयंत्रकारी राष्ट्र दूसरे देशों पर अपना कब्जा जमाने के लिए एक जैसी नीति का

अनुसरण कर रहे हैं। इसलिए अब भीषण परमाणु विश्व की अतिरिक्त कोई चारा नहीं बचता और उसके बारे में रूस ने खुले में धमकी देकर कह दिया है कि इसे मजाक ना समझे और मजाक होनी भी नहीं चाहिये वास्तविक परमाणु युद्ध होना चाहिए। जिसका असर देश की राजधानी दिल्ली में चल रहे देश व देश की जनता को बर्बाद

करने के षडयंत्रों पर भी गहरा लंबा और तीखा होना ही चाहिए ताकि षडयंत्रकारी सत्ताधीशों को समझ आ सके की जनता के शोषण का खेल लंबे समय तक नहीं खेला जा सकता और उसके मस्तिष्क से निकलने वाली तरंगें षडयंत्रकारियों को सदा के लिए धरती से साफ कर सकती हैं। जहां तक इजरायल गाजा युद्ध का सवाल है तो अमेरिका भी नहीं चाहता कि इजरायल युद्ध रोके। परंतु मुस्लिम देशों और आबादी द्वारा अमेरिकी सरकार पर दबाव बनाने के साथ-साथ अमेरिकी बहुराष्ट्रीय कंपनियों के माल का उन मुस्लिम राष्ट्रों में बहिष्कार झेलना पड़ रहा है इसलिए अमेरिकी बहुराष्ट्रीय कंपनी कुछ दबाव में आकर अमेरिकी सरकार इजरायल को युद्ध रोकने का दबाव बनाती है जबकि उसकी इच्छा रोकने की नहीं। फिर जैसा कि पूर्व में लिखा गया की धरती पर कहीं भी युद्ध हो हथियार विमान मिसाइल माल

गोला बारूद व आई नीड तो सामग्री अमेरिका की ही बिकेगी। और यही कारण है कि यूक्रेन को रूस से युद्ध करते हुए 2 साल गुजर गए परंतु वह यूक्रेन को लगातार हथियार सप्लाई कर रूस को परमाणु हमले के लिए उकसाने पर तुला हुआ है। जिसका भयंकर परिणाम और तबाही अमेरिका को भी देखने को मिलेगी। पुतिन ने फिर चेतावनी दी कि अगर उसकी संप्रभुता को खतरा हुआ तो रूस परमाणु हथियारों का इस्तेमाल करने के लिए तैयार है। राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने बुधवार को कहा कि अगर रूस की संप्रभुता या स्वतंत्रता को खतरा होता है तो वह परमाणु हथियारों का उपयोग करने के लिए तैयार है, उन्होंने चुनाव से कुछ दिन पहले पश्चिम को एक और दो टूक चेतावनी जारी की, जिसमें उनका एक और छह साल का कार्यकाल सुरक्षित होना लगभग तय है।

(शेष पेज 7 पर)

पूरे देश के जिलों के कलेक्टरों ने इवीएम में फर्जी मतदान बढ़ाया

## इवीएम के षडयंत्रों से लोकतंत्र की हत्या

**विपक्ष नपुंसकता से  
विपक्ष में ही पुनः सत्ता  
छल कपट से भाजपा  
के पास, संविधान व  
अनेकों कानून बदलने,  
निजीकरण का षडयंत्र  
अब पूरा होगा**

भारत में तीसरी बार सत्ता इवीएम के छल कपट से पूरे देश की जनता के विरोध के बाद में भी हथियाने की तैयारी मतदान का प्रतिशत बढ़ा पूरी कर ली गई है। सारी संस्थाएं न्यायालयीन व्यवस्था से लेकर प्रशासनिक व प्रचार माध्यमों को डरा धमका और षडयंत्रों से सबको कब्जे में कर अब सबको कठपुतली की तरह निशा कर अपनी सत्ता को स्थायित्व दिया जा रहा है। यथार्थ में देश में अब लोकतंत्र नहीं लूट और



षडयंत्र चल रहा है।

पिछले 10 सालों में भी बहुराष्ट्रीय कंपनी और पूंजीपतियों के इशारे पर नाचकर देश के उद्योग धंधों, रोजगार, सरकारी प्रशासनिक व्यवस्था से लेकर शिक्षा स्वास्थ्य सड़कें विद्युत पानी सबका निजीकरण किया जा रहा है। स्वाभाविक है आम गरीब व मध्यमवर्गीय आदमी को दो वक्त की रोटी भी मुश्किल से ही नसीब

हो रही है और तीसरी बार सत्ता हाथ में आने का मतलब देश को पूरी तरह से बहुराष्ट्रीय कंपनियों का गुलाम बनाकर जनता को भिखारी बनाने का कार्य आर एस एस के 1930 के एजेंडा में जैसा की स्पष्ट किया गया है कि देश की सत्ता को कुछ जनता को गरीब भिखारी बेरोजगार बनाकर रखो (शेष पेज 6 पर)

मोदी सरकार ने पेगासस का कर्ज उतारने

27 टन विस्फोटक भेजा इजरायल

## भारत के 27 टन विस्फोटक ले जा रहे जहाज को स्पेन ने रोका

**समाचार पत्रों में दिए  
कारगिल युद्ध के समय  
इजरायल के गोला  
बारूद का कर्ज उतारा,  
पूरी तरह बकवास**

भारत सरकार ने इसराइल को गोला बारूद की कमी पूरा करने के लिए 27 टन गोला बारूद भरा जहाज लंबी समुद्री मार्ग से इसराइल को भेजा था जो स्पेन के बंदरगाह के सामने से गुजर रहा था उसे स्पेन नहीं युद्ध भड़काने वाला मानते हुए अपने बंदरगाह पर ही रोक दिया इसके बदले में भारत सरकार ने यह दलील दी कि इसराइल ने भारत-पाकिस्तान के कारगिल युद्ध में गोला बारूद दिया था इसलिए उसका एहसान उतारने उसकी कंपनी द्वारा निर्मित गोला बारूद को इसराइल भेजा जा रहा



थाजो की पूरी तरह झूठ है सच तो यह है कि भारत सरकार ने जो अपने ही नेताओं के साथ विपक्षी नेताओं पत्रकारों अधिकारियों के मोबाइल फोन की जासूसी करने के लिए पेगासस का जो सॉफ्टवेयर लिया था। जिससे भारत में तथ्य सामने आने के बाद जासूसी के आरोप में मोदी सरकार की जो भद्द पिटी थी और उसकी जांच करवाने की बात की थी उसमें

इसराइल ने कोई सहयोग इसलिए नहीं किया ताकि मोदी सरकार का सच जनता के सामने ना आए और इस सच को दबाये बनाए रखने के लिए मोदी ने 27 टन गोला बारूद इसराइल को भेजा था। जबकि भारत ईरान से पेट्रोल कूड लेता है व्यवसाय करता है और उसके बंदरगाह को रखरखाव संचालित करने के लिए लिया है

(शेष पेज 2 पर)

## संपादकीय

जनादेश के अपहरण के खिलाफ  
सड़क ही एकमात्र रास्ता

जिस बात की आशंका थी वही हुआ। एग्जिट पोल के बहाने गोदी मीडिया ने मोदी की सरकार बनवा दी। वह भी सामान्य नहीं बल्कि प्रचंड बहुमत से। वोटों का आंकड़ा ऐसा है कि जैसे देश में मोदी के पक्ष में आंधी चल रही थी। जबकि जमीनी सच्चाई इसके बिल्कुल उलट थी। चट्टी-चौराहों और पान-चाय की दुकानों तक में बीजेपी के कार्यकर्ताओं की बोलती बंद थी। सार्वजनिक बहस में कोई शामिल होने की हिम्मत नहीं जुटा पा रहा था। लोग बीजेपी के खिलाफ या विपक्ष के पक्ष में या फिर अपने रोजी-रोटी और रोजगार के सवाल को लेकर इतने बोकल और हमलावर थे कि सत्ता को डिफेंड करने की कोई हिम्मत ही नहीं जुटा पा रहा था।

और बहस का यह पूरा मोर्चा जनता ने संभाल रखा था। जमीन पर सत्ता के खिलाफ यह अपने तरह का एक लौह प्रतिरोध था जो 24x7 काम कर रहा था। वह बिहार हो या कि हिमाचल, असम हो या कि कर्नाटक हर जगह यह इसी तरह से दिख रहा था। ऐसे में गोदी मीडिया द्वारा दिए गए तो तिहाई बहुमत की असलियत समझी जा सकती है। जमीनी हकीकत और एग्जिट पोल के आंकड़ों के बीच कितना गैप है यह जमीन पर जाकर रिपोर्टिंग करने वाला हर पत्रकार समझ सकता है। लेकिन चूंकि सरकार बनानी है और वह किसी भी कीमत पर बनानी है तो उसके लिए पूरा माहौल और नरेटिव तैयार करना था। और उस लिहाज से यह प्राथमिक शर्त बन जाती है।

मैं उन लोगों में शामिल हूँ जो मानते हैं कि मोदी-शाह की जोड़ी

सत्ता को सहज और सामान्य तरीके से अगली सरकार को सौंपने वाली नहीं है। उसके पीछे कारण है। यह कोई सामान्य लोग नहीं हैं और अपने 20-25 सालों के शासन में इन्होंने जो गुनाह किये हैं वह अक्षम्य हैं। और उसके साथ ही सत्ता में रहते जो बदले की कार्रवाइयाँ की हैं वो सारी चीजें इनका पीछा कर रही हैं। इसलिए दूसरे प्रधानमंत्रियों की तरह रिटायर होने के बाद मोदी सामान्य जीवन जी सकें यह बहुत मुश्किल है। यह बात मोदी को भी पता है और राजनीति में रुचि रखने वाले दूसरे जानकारों को भी। इसलिए यह जितना जनता और लोकतंत्र में विश्वास करने वालों के लिए जीवन मरण की लड़ाई है उससे कम मोदी और शाह के लिए भी नहीं है।

यह कोई सामान्य इमरजेंसी जैसा मामला भी नहीं है। जिसमें इंदिरा गांधी ने संविधान के दायरे में रह कर सब कुछ किया था। और सामान्य और निष्पक्ष चुनाव में जब उनके खिलाफ नतीजे आए तो उन्होंने हार स्वीकार कर सत्ता से बाहर हो गयीं। और फिर उसी तरह से तीन साल बाद हुए चुनाव में फिर से सत्ता में आ गयीं। लेकिन मोदी-शाह ऐसे नहीं हैं। वो बगैर इमरजेंसी के ही इमरजेंसी से बड़ी तानाशाही लागू किए हुए हैं। ये न तो संविधान में विश्वास करते हैं और न ही किसी नियम और कानून में। इनके लिए न तो कोई नैतिक मानदंड है और न ही सिद्धांत का कोई मसला।

और जरूरत पड़ी तो सत्ता के लिए अपराध की कोई भी सीढ़ी पार करने के लिए ये तैयार रहते हैं। और ऊपर से इनके पास धर्मांधता में अंधी हुई एक पूरी सांप्रदायिक जमात है जो न तो भला देख पाती है और न

ही बुरा देखने की उसके भीतर सलाहियत है। उसने सोचने-समझने की क्षमता ही खो दिया है। एक विवेकहीन भीड़ जो हर कीमत पर इनके पीछे खड़ी है। इसके साथ ही आरएसएस जैसे एक संगठन की ताकत इसके पास है जो अपने एजेंडे को आगे बढ़ाने के लिए इनके साथ खड़ा है। इसलिए अगले तीन दिन बेहद अहम हैं।

दूर की ही सही इस बात की एक संभावना है कि नतीजे विपक्ष के पक्ष में आएँ और मोदी-शाह सामान्य तरीके से सत्ता सौंप दें। लेकिन यह अपवाद स्वरूप ही होगा। ज्यादा संभावना इस बात की है कि चुनाव आयोग और प्रशासन के बल पर ऐन-केन प्रकारेण ये बहुमत और संभव हुआ तो प्रचंड बहुमत के आंकड़े हासिल कर लें और फिर से सत्ता में बैठ जाएँ। लेकिन यह जनता के जनादेश के खिलाफ होगा। क्योंकि यह चुनाव जनता बनाम मोदी रहा है। और विपक्ष की भी अगुआई जनता ने ही की है।

जमीन पर उतरे हर शख्स को इस बात का आभास होगा कि जनता किस कदर इस सरकार से त्रस्त है। इस बात को शुरू में कोई नहीं समझ रहा था। याद करिए राम मंदिर के उद्घाटन के दौर को। यह सिर्फ मोदी और शाह को नहीं लग रहा था कि उद्घाटन के बाद पूरे देश में राम लहर आ जाएगी और मोदी उस पर सवार होकर सत्ता की वैतरणी पार कर लेंगे।

इस बात की आशंका विपक्ष और सत्ता के खिलाफ काम करने वाले लोगों के भीतर भी थी। लेकिन उद्घाटन के बावजूद कहीं उसका कोई असर नहीं दिखा। लोग उसके

प्रभाव में रहे ही नहीं। मोदी गारंटी पहले दो फेज में ही तिरोहित हो गयी। और नतीजतन मोदी को फिर से अपने उसी पुराने हिंदू-मुस्लिम एजेंडे पर आना पड़ा। जिसमें वह मंगलसूत्र से लेकर घुसपैठिया और न जाने क्या-क्या कहने लगे जो किसी एक प्रधानमंत्री पद पर बैठे शख्स के लिए वर्जित था। लेकिन उन्होंने न तो उसकी मर्यादा का कोई ख्याल रखा और न ही उसकी कोई चिंता की।

और सत्ता हासिल करने के मद में वह आखिरी दौर में न जाने क्या-क्या बोलने और बकने लगे थे यह उन्हें भी समझ में नहीं आ रहा था। इस कड़ी में वह रोजाना नया-नया मुद्दा फेंकते लेकिन अवाम में उसका कोई खरीदार नहीं मिलता। क्योंकि जनता ने अपने रोजी-रोटी और रोजगार के मुद्दों की एक ऐसी लौह दीवार खड़ी कर रखी थी जिससे इनके नफरत और घृणा के मुद्दे टकराकर वापस चले जाते थे।

लेकिन जो बात असली है अब उस पर बात कर लिया जाए। इस बात की एक बड़ी आशंका है कि मैनपुलेशन के जरिये वह एक बार फिर सत्ता में आ जाएँ। लेकिन चूंकि यह जनता द्वारा दिया गया जनादेश नहीं होगा इसलिए उसकी न तो कोई अहमियत होगी और न ही साखा। ऐसे में इसके बहुत दिन तक चलने की भी उम्मीद नहीं है। यहीं से विपक्ष और सिविल सोसाइटी की भूमिका शुरू हो जाती है। जनता के मूँडेट को अपहृत करने से बचाने के लिए उसे हर संभव प्रयास करना होगा।

इसमें सबसे पहले इन तीन दिनों के भीतर इस बात को सुनिश्चित करना होगा कि कैसे स्वतंत्र और

निष्पक्ष तरीके से मतों की गणना की गारंटी की जाए। और इस कड़ी में पार्टियों को अपने कैंडिडेटों को मतगणना केंद्रों पर इकट्ठा करना होगा। जिससे किसी भी तरह के मैनपुलेशन को रोकने के लिए नौकरशाहों पर दबाव बनाया जा सके। और यह दबाव इस तरह का हो कि कोई उस दिशा में सोचने की हिम्मत ही न करे। बावजूद इसके फिर भी नतीजा बीजेपी के पक्ष में आता है तो यह चुनाव आयोग और ईवीएम के जरिये ही संभव होगा। जिसकी कम से कम अभी तक विपक्ष के पास कोई काट नहीं है।

ऐसे समय में आयोग और कोर्ट को भले ही औपचारिक तरीके से शामिल किया जाए और उनसे जरूरी गुहार लगायी जाए लेकिन आखिरी रास्ता सड़क का ही होगा। तत्काल विपक्ष और सिविल सोसाइटी को जनादेश के इस अपहरण के खिलाफ शांतिपूर्ण आंदोलन का आह्वान करना होगा जिससे जनादेश को फिर से वापस हासिल किया जा सके। यह अपने किस्म की दूसरी आजादी की लड़ाई होगी। जिसमें दुश्मन कोई अंग्रेज नहीं बल्कि अपने ही बीच के लोग हैं। और लोकतंत्र तथा आजादी को हड़पने वाले ऐसे लोगों को निर्णायक शिकस्त देनी होगी। अच्छी बात यह है कि विपक्ष पूरी तरह से एकजुट है। और यह एकजुटता सड़क पर भी दिखानी होगी। जरूरत पड़ने पर यह लड़ाई लंबी भी चल सकती है। लिहाजा उसके लिए भी लोगों को मानसिक तौर पर तैयार रहना होगा।

## भारत के 27 टन विस्फोटक ले जा रहे जहाज को स्पेन ने रोका

## पेज 1 का शेष

सच सामने आ जाने के कारण ईरान से संबंध बिगड़ जाते। इसलिए मोदी सरकार ने सच छुपा कर अटल बिहारी वाजपेई के समय के 1998 के पाकिस्तान कारगिल युद्ध का एहसान सामने रखा जबकि ना तो वह युद्ध क लंबा चला न ही वहां पर किसी के गोला बारूद की आयत की कोई खबर सामने आई और ना ही कोई आयात किया गया। पर ईरान से संबंध ना बिगड़े और फर्जी गाजा में हो रहे सैनिकों की मृत्यु पर बहाये जा रहे घड़ियाली आंसुओं की सच्चाई सामने ना आ जाए इसलिए मोदी ने 1998 के कारगिल युद्ध का इजरायल की गोला बारूद आयात करने का हवाला दिया। जो आम भारतीय नागरिक से लेकर दुनिया के किसी भी देश को गले नहीं उतरा।

स्पेन ने इजरायल को भेजे जा रहे 27 टन विस्फोटक से भरे जहाज को अपने बंदरगाह पर रुकने से मना कर दिया है। स्पेन ने कहा है कि मध्य पूर्व शांति की जरूरत है न कि हथियारों की। इजरायल को इस समय गाजा युद्ध को देखते हुए हथियारों की सख्त जरूरत है।

भारत ने गाजा युद्ध में फंसे इजरायल को हथियार भेजे हैं। भारत ने यह कदम तब उठाया है जब इजरायल को अमेरिका ने हजारां बम की सप्लाई को रोक दिया है। पिछले 8 महीने से हमस के साथ जंग में इजरायल के हथियारों का जखीरा खाली हो गया है और उसने दोस्तप भारत से मदद मांगी थी। भारत ने इजरायल को हथियार भेजा भी है लेकिन अब इसे स्पेन ने अपने बंदरगाह पर रुकने की इजाजत देने से मना कर दिया है। बताया जा रहा है कि इस व्यापारिक जहाज पर 27 टन विस्फोटक लदा हुआ है और इसे भारत से भेजा गया था। स्पेन ने कहा है कि मध्य पूर्व को शांति की जरूरत है न कि और ज्यादा विस्फोटक की। द प्रिंट की रिपोर्ट के मुताबिक स्पेन के विदेश मंत्रालय



ने डेनमार्क के झंडे वाले इस जहाज को अपने बंदरगाह पर रुकने की इजाजत देने से इंकार कर दिया है। बताया जा रहा है कि इस जहाज पर भारत से भेजा गया 27 टन विस्फोटक लदा हुआ था। उसने कहा कि मध्य पूर्व को शांति की जरूरत है, न कि और ज्यादा हथियारों की। स्पेन के विदेश मंत्री जोसे मैनुएल अल्ब्रेस ने कहा, 'ऐसा पहली बार है जब हमने यह किया है क्योंकि ऐसा पहली बार हुआ है जब हमने पाया है कि एक जहाज हथियारों की खेप लेकर इजरायल जा रहा है और वह स्पेन के बंदरगाह पर रुकने की इजाजत चाह रहा है।'

इस जहाज का नाम मरिनेय डेनिका है और उसने कार्टेगेना में 21 मई को रुकने की इजाजत मांगी थी। दरअसल यह जहाज भारत से इजरायल की यात्रा कर रहा है और इतनी लंबी यात्रा के दौरान उसे जरूरी सामान फिर से भरना है। स्पेन के विदेश मंत्री ने कहा, 'हमने इस शिप की पहचान कर ली है और हमने उसे अपने यहां रुकने की अनुमति देने से इंकार कर दिया है। मैं आपको कह सकता हूँ कि यह

किसी भी ऐसे जहाज के लिए प्रति हमारी सतत नीति है जो इजरायल के लिए हथियार या उससे जुड़ा सामान लेकर जा रहा है और हमारे बंदरगाह पर रुकना चाहता है।'

एल पैस अखबार के मुताबिक डेनमार्क के झंडे वाला जहाज 27 टन विस्फोटक लेकर भारत के चेन्नई बंदरगाह से इजरायल के हाइफा बंदरगाह जा रहा था। बता दें कि चेन्नई भारत का वह प्रमुख बंदरगाह है जहां से भारत विस्फोटकों का निर्यात और आयात करता है। इस पूरे मामले में स्पेन ने विदेश मंत्री ने यह भी कहा, 'विदेश मंत्रालय सतत तरीके से इस तरह के पोर्ट कॉल को खारिज करेगा जिसकी एकमात्र वजह यह है कि मध्य पूर्व को और ज्यादा हथियारों की जरूरत नहीं है, उसे शांति की जरूरत है।' बता दें कि स्पेन ने इजरायल के गाजा में सैन्य अभियान की कड़ी आलोचना की है। वह फलस्तीनी देश को भी मान्यता देना चाहता है। स्पेन ने गाजा में युद्ध शुरू होने के बाद से ही इजरायल को हथियारों की आपूर्ति रोक दी थी।

भारत इजरायल का सबसे बड़ा हथियारों का खरीदार है। गाजा युद्ध के बीच इजरायल भारत से कई तरह के हथियारों के लिए जरूरी सामान मंगा रहा है। इजरायल की कई सरकारी कंपनियां भारत में निवेश किए हुए हैं। भारत में इजरायली कंपनियां विस्फोटक से लेकर किलर ड्रोन तक बना रही हैं। भारतीय कंपनियों ने हाल ही में विस्फोटक और ड्रोन की सप्लोई की है। इजरायल को संकट की घड़ी में ठीक उसी तरह से भारत मदद कर रहा है जैसे कारगिल युद्ध के समय इजरायल ने भारत की खुलकर मदद की थी और गाइडेड बम की सप्लोई की थी। इन बमों की मदद से भारतीय सेना ने पाकिस्तानी सैनिकों के ठिकानों को तबाह किया था। भारतीय रक्षा सूत्रों का कहना है कि इजरायल को विस्फोटक देकर भारत ने किसी भी अंतरराष्ट्रीय नियम का उल्लंघन नहीं किया है।



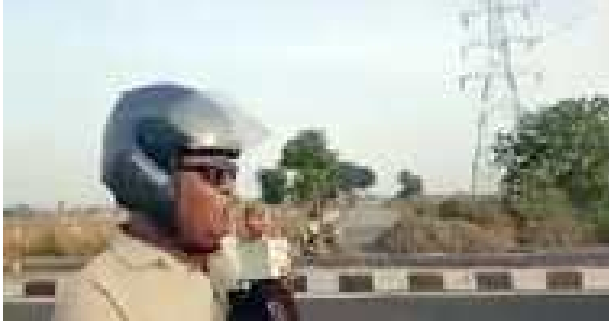
राष्ट्रीय राजमार्ग डकैती प्राधिकरण, बड़े राष्ट्रीय स्तर के डकैतों का अड्डा

# सड़के कैसी भी हों, गुंडागर्दी कई गुना लूट पूरी

सूचना के अधिकार में जानकारी की अपेक्षा जालसाज जानकारी छुपाने के षड्यंत्र के लिए साधनों का अभाव और अपील के लिए कहता है

5 से 15 किमी सड़कों पर वसूली के बाद भी 80 किमी से ज्यादा तेज गाड़ी चलाना संभव नहीं

भारत में भूतल परिवहन मंत्रालय के अंतर्गत वाहन चालकों से मोटी वसूली के लिए और राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण की स्थापना की गई पिछले 10 सालों से जिसका मंत्री नितिन गडकरी अपने आप को बहुत पाक साफ बताते हैं पर अधिकांश पिछले 10 सालों के लिए गए ठेके अपने ही मंत्रालय से जारी है। एसओआर से कई गुना ज्यादा के खर्च दिखाकर भारी भ्रम 3 से 5 गुना ज्यादा लागत के तैयार कर मोटे ठेके दिए गए। स्वाभाविक था छोटे ठेकेदार उसमें हाथ नहीं डाल सकते थे और बड़े ठेकेदार सभी मोटे कमीशन पर मोटे पूंजी पतियों को दिए गए। इसके बारे में लगातार छापने पर प्रधानमंत्री मोदी ने चार माह पूर्व भी भोपाल के राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण के कार्यालय में छापा भी डलवाया था। वर्तमान में पूरे देश में और राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण के अंतर्गत 144955 किलोमीटर सड़के हैं जिसमें मध्य प्रदेश में 9104 किलोमीटर सड़के हैं। इसके संबंध में जब क्षेत्रीय परियोजना प्रशासक सुरेश बांजिल को सूचना के अधिकार में पत्र दिया गया तो हर बार उस हरामखोर ने जानकारी देने की अपेक्षा और जानकारी न देने के बहाने किसान



पत्र का जवाब भेजा और लिख दिया की ज्यादा कुछ है तो आप क्षेत्रीय अधिकारी भारतीय राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण क्षेत्रीय कार्यालय इ-2, 67, अरेरा कॉलोनी, हबीबगंज स्टेशन के पास, भोपाल संपर्क करें।

वैसे भी यह हरामखोर फोन का जवाब सरकारी अधिकारियों का भी नहीं देता। किसी का फोन भी नहीं उठाता और कार्यालय में मिलने जाओ तो व्यस्त होने का नाटक कर मिलने से मना कर देता है। दूसरी तरफ इंदौर से धार मार्ग 50 किलोमीटर पर जो टोल लेबड़ पर लगाया गया है, उसको ठीक 500 मी. पूर्व एक सड़क गांव से होती हुई पीथमपुर की तरफ जाती है। उसे पर इन हरामखोर टोल नाके वालों ने मिट्टी का ढेर लगा दिया है ताकि कोई भी गाड़ी वहां से इंदौर की तरफ नहीं जा सके और जो इंदौर से आने वाली गाड़ियां हैं वह पीथमपुर की तरफ उस गांव के रास्ते से ना निकल सके। जहां तक सड़क का सवाल है तो वहां 50 किलोमीटर के 350 रूपए 16 जाता है और जहां तक इस घर बदतमीज परियोजना अधिकारी सुरेश बंजाल का सवाल है तो लगे हुए 10 साल से ज्यादा होने जा रहा है, परंतु दोनों तरफ के साथ बीच में अभी तक इन्होंने वृक्षारोपण नहीं किया और उसका सारा पैसा हजम कर लिया गया। यह हाल अधिकांश मध्य प्रदेश की और राष्ट्रीय राजमार्गों का है जहां पर 7

था जो उसे समय के हिसाब से चार गुना था पर जानबूझकर टोल कंपनी ने उसको पूरा नहीं किया और हर बार 200 करोड़ रूपए से ज्यादा का अतिरिक्त बजट स्वीकृत करवा कर बैंक से लोन लेता रहा और अब बनते बनते वह 12 सौ करोड़ रूपए तक पहुंच गया। जिसकी वसूली जनता से वर्तमान में साथ रूपए प्रति किलोमीटर अर्थात 50 किलोमीटर का भी धार जाने का 3:30 का टोल टैक्स लगता है यह पूछताछ करो तो बोलता है पूरे मार्ग का है। जब पूरा मार्ग बना ही नहीं तो टोल टैक्स पूरे मार्ग का क्यों लिया जा रहा है। पर इस पर कलेक्टर इंदौर धार झाबुआ नहीं ना तो कोई पूछताछ की और ना ही टोल्टक काम करवाने की व्यवस्था की गई और जनता पिछले 10 सालों से लगातार लुट रही है।

जिस पर मध्य प्रदेश शासन की भी कोई उंगली नहीं उठती। इन जालसाजों ने उज्जैन-देवास मार्ग पर भी लूट और डकैती के लिए नया षड्यंत्र किया जब रतलाम-उज्जैन-देवास का नया मार्ग बनाया ही जा रहा था। उज्जैन से देवास मार्ग जो एमपी आरडीसी के अंतर्गत था और उज्जैन के भरतपुरी से निकलकर सीधा देवास पहुंचता था।

उस पर डकैती डालने के लिए उसे नए रतलाम-उज्जैन मार्ग को जानबूझकर पुराने देवास मार्ग पर

घुमाकर जोड़कर लगभग 10 किलोमीटर की लंबाई बढ़ा उसमें जोड़ा गया ताकि भोपाल से देवास होकर उज्जैन जाने वालों से भी वसूली की जा सके और उज्जैन से देवास आने वालों से भी वसूली की जा सके अभी उसका काम चल ही रहा है यहां तक की इंदौर-उज्जैन मार्ग पर तपोभूमि के पास उसका अभी ओवर ब्रिज का काम चल रहा है इसके बाद में भी फर्जी तरीके से बीच में टोल वसूली का खेल शुरू कर दिया गया। जबकि तपोभूमि से देवास के 5 किलोमीटर

पहले इंदौर मार्ग पर जोड़ा गया तो वह सड़क सीधी बिना पुराने देवास मार्ग को छुये 10 किलोमीटर कम कर बनाई जा सकती थी। पर इन डकैतों ने उस रोड पर वसूली करने के लिए जानबूझकर उस सड़क को सीधे देवास की पुरानी सड़क से जोड़ उस 27 किलोमीटर मार्ग पर भी डकैती का नया अड्डा शुरू कर दिया। आखिर राष्ट्रीय राजमार्ग डकैती प्राधिकरण की शोक पर कोई भी गैर सरकारी संगठन ने या वकीलों के समूह ने अभी तक कोई जनहित याचिका क्यों नहीं लगाई।



Sl. No.	Name	Mobile No.	Address	Category	Rate
15	Bharat	98765 43210, 98765 43210, 98765 43210, 98765 43210		1	1,000.00
16	Lakshmi	98765 43210, 98765 43210, 98765 43210, 98765 43210		2	2,000.00
17	Madhavi Prasad	98765 43210, 98765 43210, 98765 43210, 98765 43210		3	3,000.00

## तेज गर्मी में सावधानी आवश्यक, लू लगना कारण व बचने के तरीके

वृक्षों की कटाई पर्यावरण से खिलवाड़, बहुराष्ट्रीय कंपनियों जिम्मेदार

लू लगने से मृत्यु क्यों होती है? दिल्ली से आंध्रप्रदेश तक... सैकड़ों लोग लू लगने से मर रहे हैं। हम सभी धूप में घूमते हैं फिर कुछ लोगो की ही धूप में जाने के कारण अचानक मृत्यु क्यों हो जाती है?

हमारे शरीर का तापमान हमेशा 37 डिग्री सेल्सियस होता है, इस तापमान पर ही हमारे शरीर के सभी अंग सही तरीके से काम कर पाते हैं।

पसीने के रूप में पानी बाहर निकालकर शरीर 37 डिग्री सेल्सियस टेम्परेचर में टेंन रखता

है, लगातार पसीना निकलते वक्त भी पानी पीते रहना अत्यंत जरूरी और आवश्यक है।

पानी शरीर में इसके अलावा भी बहुत कार्य करता है, जिससे शरीर में पानी की कमी होने पर शरीर पसीने के रूप में पानी बाहर निकालना टालता है। (बंद कर देता है)

जब बाहर का टेम्परेचर 45 डिग्री के पार हो जाता है और शरीर की कूलिंग व्यवस्था ठप्प हो जाती है, तब शरीर का तापमान 37 डिग्री से ऊपर पहुंचने लगता है।

शरीर का तापमान जब 42 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच जाता है तब रक्त गरम होने लगता है



और रक्त में उपस्थित प्रोटीन पकने लगता है (जैसे उबलते पानी में अंडा पकता है) स्नायु कड़क होने लगते हैं इस दौरान सांस लेने के लिए जरूरी स्नायु भी काम करना बंद कर देते हैं।

शरीर का पानी कम हो जाने से रक्त गाढ़ा होने लगता है,

ब्लडप्रेशर कम हो जाता है, महत्वपूर्ण अंग (विशेषतः ब्रेन) तक ब्लड सप्लाय रुक जाती है। व्यक्ति कोमा में चला जाता है और उसके शरीर के एक-एक अंग कुछ ही क्षणों में काम करना बंद कर देते हैं, और उसकी मृत्यु हो जाती है।

गर्मी के दिनों में ऐसे अनर्थ टालने के लिए लगातार थोड़ा थोड़ा पानी पीते रहना चाहिए, और हमारे शरीर का तापमान 37 सेन्टेन किस तरह रह पायेगा इस ओर ध्यान देना चाहिए। इक्विनॉक्स प्रभाव अगले 5-7 दिनों में एशिया के अधिकतर भूभाग को प्रभावित करेगा। कृपया 12 से 3 के बीच ज्यादा

से ज्यादा घर, कमरे या ऑफिस के अंदर रहने का प्रयास करें। तापमान 40 डिग्री के आस पास विचलन की अवस्था मे रहेगा। यह परिवर्तन शरीर में निर्जलीकरण और सूर्यातप की स्थिति उत्पन्न कर देगा।

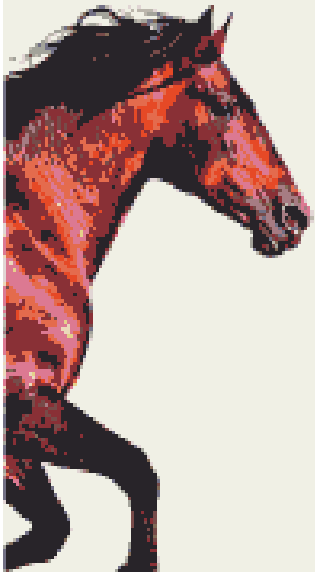
(ये प्रभाव भूमध्य रेखा के ठीक ऊपर सूर्य चमकने के कारण पैदा होता है।) कृपया स्वयं को और अपने जानने वालों को पानी की कमी से ग्रसित न होने दें। किसी भी अवस्था में कम से कम 3 ली. पानी जरूर पियें। किडनी की बीमारी वाले प्रति दिन कम से कम 6 से 8 ली. पानी जरूर लें।

जहां तक सम्भव हो ब्लड प्रेशर पर नजर रखें। किसी को भी हीट स्ट्रोक हो सकता है। ठंडे पानी से नहाएं। मांस का प्रयोग छोड़ें या कम से कम करें। फल और सब्जियों को भोजन में ज्यादा स्थान दें। हीट वेव कोई मजाक नही है। एक बिना प्रयोग की हुई मोमबत्ती को कमरे से बाहर या खुले में रखें, यदि मोमबत्ती पिघल जाती है तो ये गंभीर स्थिति है। शयन कक्ष और अन्य कमरों में 2 आधे पानी से भरे ऊपर से खुले पात्रों को रख कर कमरे की नमी बरकरार रखी जा सकती है। अपने होठों और आंखों को नम रखने का प्रयत्न करें।

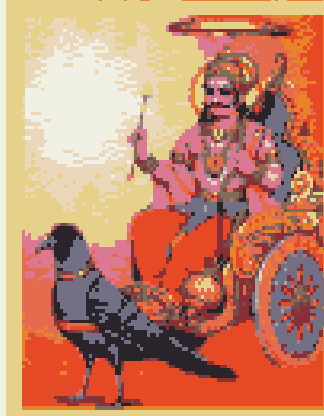
## प्रेरक प्रसंग

## ईश्वर के हाथ

गुरु और शिष्य संविस्तान से गुजर रहे थे। गुरु यज्ञ में इत्र क्षय शिष्य ने अस्थि जगुत करने के लिए हाथ दे रहे थे। अपने सम्स्त कर्मी को ईश्वर को अर्पित कर दो-गुरु ने कहा-इन सभी ईश्वर की संतान है और वह अपने बपुई को कभी नहीं त्यागते है। रात में उन्होंने संविस्तान में एक स्थान पर अपना डेरा जमाया। गुरु ने शिष्य से कहा कि वह घोड़े को निकट ही एक चट्टान से बांध दे। शिष्य घोड़े को लेकर चट्टान तक गया। उसी दिन में गुरु द्वारा दिया गया कोई उपदेश याद आ गया। उसने सोच-गुरु संभवतः मेरी परीक्षा ले रहे हैं। अस्थि कहती है कि ईश्वर इस घोड़े का ध्यान रखेंगे और उसने घोड़े को चट्टान से नहीं बांधा।



कुछ उसने देखा कि घोड़ा दूर-दूर तक कहीं नजर नहीं आ रहा था। उसने गुरु से जाकर कहा - 'आपको ईश्वर के बारे में कुछ नहीं पता। कल ही आपने बताया था कि हमें सब कुछ ईश्वर के हाथों सौंप देना चाहिए इसलिए हमें घोड़े की रक्षा का भर ईश्वर पर डाल दिया लेकिन घोड़ा भाग गया।' 'ईश्वर तो वाकई चाहता था कि घोड़ा हमारे पास सुरक्षित रहे' गुरु ने कहा- 'लेकिन जिस समय उसने तुम्हारे हाथों घोड़े को बांधना चाहा तब तुमने अपने हाथों को ईश्वर को नहीं सौंपा और घोड़े को खुला छोड़ दिया।'



## कष्टों को दूर करने वाले शनिदेव

महाराष्ट्र में ही शनिदेव के अनेक स्थान हैं, पर शनि शिंगणापुर का एक अलग ही महत्व है। यहां शनि देव हैं, लेकिन मंदिर नहीं है। घर है परंतु दरवाजा नहीं। वृक्ष हैं लेकिन छाया नहीं।

## मूर्ति

शनि भगवान की स्वयंभू मूर्ति काले रंग की है। 5 फुट 9 इंच ऊंची व 1 फुट 6 इंच चौड़ी यह मूर्ति संगमरमर के एक चबूतरों पर धूम में ही विराजमान है। यहां शनिदेव अष्ट प्रहर धूम हो, आंधी हो, तूफान हो या आड़ा हो, सभी ऋतुओं में बिना हथ धारण किए खड़े हैं। राजनेता व प्रभावशाली व्यक्तियों के लोग यहां निर्वाण रूप से एवं साधारण भक्त हजारों की संख्या में देव दर्शनार्थ प्रतिदिन आते हैं।

## महिमा

हिन्दू धर्म में कहते हैं कि कोबरा का काटा और शनि का मारा पानी नहीं मांगता। शुभ दृष्टि जब इसकी होती है, तो रोक भी रखा बन जाता है। देवता, असुर, मनुष्य, सिद्ध, विद्याधर और नाम में सब इसकी असुभ दृष्टि पड़ने पर सबूल नष्ट हो जाते हैं। परंतु यह स्मरण रखना

चाहिए कि यह ब्रह्म मूलतः आध्यात्मिक ब्रह्म है। महर्षि पाराशर ने कहा कि शनि जिस अवस्था में होगा, उसके अनुरूप फल प्रदान करेगा। जैसे प्रचंड अग्नि सोने को तपकर कुंदन बना देती है, वैसे ही शनि भी विभिन्न परिस्थितियों के ताप में तपकर मनुष्य को उन्नति पथ पर बढ़ने की साक्ष्य एवं लक्ष्य प्राप्ति के

साधन उपलब्ध करता है। नवग्रहों में शनि को सर्वश्रेष्ठ इसलिए कहा जाता है, क्योंकि वह एक राशि पर सबसे ज्यादा समय तक विराजमान रहता है। श्री शनि देवता अत्यंत जाग्रदव्यथान और जागृत देवता है। आजकल शनि देव को मनाने के लिए प्रत्येक वर्ग के लोग इनके दरबार में निरविरत हाजिरी दे रहे हैं।

## गांव

लगभग तीन हजार जनसंख्या के शनि शिंगणापुर गांव में किसी भी घर में दरवाजा नहीं है। कहीं भी कुंडो तथा कड़ी लगाकर ताला नहीं लगाया जाता। इतना ही नहीं, घर में लोग अलमारी, सूटकेस आदि नहीं रखते। ऐसा शनि भगवान की आज्ञा से किया जाता है। लोग घर की मूल्यवान वस्तुएं रखने, कपड़े, रुपए-पैसे आदि रखने के लिए बैली तथा डिब्बे वा तक का प्रयोग करते हैं। केवल पशुओं से रक्षा हो,

## शनिवार

शनिवार के दिन आने वाली अमावस को तथा प्रत्येक शनिवार को महाराष्ट्र के कोणे-कोणे से दर्शनार्थिन्नीय यहां आते हैं तथा शनि भगवान की पूजा, अभिषेक आदि करते हैं। प्रतिदिन प्रातः 4 बजे एवं सायंकाल 5 बजे यहां आरती होती है। शनि जयंती पर जाग्र-जगह से प्रसिद्ध ब्राह्मणों को बुलाकर 'लाघुदशभिषेक' कराया जाता है। यह कार्यक्रम प्रातः 7 से सायं 6 बजे तक चलता है।

## व्रत

## प्रदोष व्रत क्या है ?

प्रत्येक चन्द्र मास की त्रयोदशी तिथि के दिन प्रदोष व्रत रखने का विधान है। यह व्रत कृष्ण पक्ष और शुक्ल पक्ष दोनों को किया जाता है। सूर्यास्त के बाद के 2 घण्टे 24 मिनट का समय प्रदोष काल के नाम से जाना जाता है। प्रदोषों के अनुसार वह बदलता रहता है। सामान्यतः सूर्यास्त से लेकर रात्रि आरम्भ तक के मध्य की अवधि को प्रदोष काल में लिया जा सकता है। ऐसा माना जाता है कि प्रदोष काल में भगवान मोलेनाथ कैलाश पर्वत पर प्रसन्न मुद्रा में नृत्य करते हैं। जिन जनों को भगवान श्री मोलेनाथ पर अटूट ब्रह्म विश्वास हो, उन जनों को त्रयोदशी तिथि में बढ़ने वाले प्रदोष व्रत का नियम पूर्वक चलाना कर उपवास करना चाहिए।

यह व्रत उपवासक को धर्म, मोक्ष से जोड़ने वाला और अर्थ, काम के बांधवों से मुक्त करने वाला होता है। इस व्रत में भगवान शिव की पूजा किया जाता है। भगवान शिव कि जो आराधना करने वाले व्यक्तियों की नरीबी, मृत्यु, दुःख और कष्टों से मुक्ति मिलती है।

## प्रदोष व्रत की महिमा

शास्त्रों के अनुसार प्रदोष व्रत को रखने से दो बरों को दान देने के समान पुण्य फल प्राप्त होता है। प्रदोष व्रत को लेकर एक पौराणिक तथ्य सामने आता है कि " एक दिन जब चातु और अधर्म की स्थिति होती, अन्याय और अन्याय का एकाधिकार होता, मनुष्य में स्वार्थ भाव अधिक होती तथा व्यक्ति सत्कर्म करने के स्थान पर नीच कर्तव्यों को अधिक करेगा।

उस समय में जो व्यक्ति त्रयोदशी का व्रत रख, शिव आराधना करेगा, उस पर शिव कृपा होगी। इस व्रत को रखने वाला व्यक्ति जन्म- जन्मान्तर के फेरों से निकल कर मोक्ष मार्ग पर आगे बढ़ता है। उसे उत्तम लोक की प्राप्ति होती है।

## प्रदोष व्रत से मिलने वाले फल

अलग- अलग बरों के अनुसार प्रदोष व्रत के लाभ प्राप्त होते हैं। जैसे सोमवार के दिन त्रयोदशी पड़ने पर कृष्ण जन्मे वाला व्रत आरोग्य प्रदान करता है। सोमवार के दिन जब त्रयोदशी आने पर जब प्रदोष व्रत किया जाने पर, उपवास से संबंधित मनुष्य की पूर्ति होती है। जिस मास में मंगलवार के दिन त्रयोदशी का प्रदोष व्रत हो, उस दिन के व्रत को करने से रोगों से मुक्ति व स्वास्थ्य लाभ प्राप्त होता है। व बुधवार के दिन प्रदोष व्रत हो तो, उपवासक की सभी कामना की पूर्ति होने की संभावना बनती है। गुरु प्रदोष व्रत शत्रुओं के विनाश के लिये किया जाता है। शुक्रवार के दिन होने वाल प्रदोष व्रत सौभाग्य और सम्पन्न जीवन की सुख-सन्धि के लिये किया जाता है। अंत में जिन जनों को संतान प्राप्ति की कामना हो, उन्हें शनिवार के दिन पढ़ने वाला प्रदोष व्रत करना चाहिए। अपने उद्देश्यों को ध्यान में रखते हुए जब प्रदोष व्रत किये जाते हैं, तो व्रत से मिलने वाले फलों में बुद्धि होती है।

## जैन धर्म

पुराने समय में तप और मेहनत से ज्ञान प्राप्त करने वालों को ब्रह्म कहा जाता था। जैन धर्म प्राचीन भारतीय ब्रह्म परम्परा से ही निकला धर्म है। ऐसे विष्णु वा साधु, जो जैन धर्म के पांच महाव्रतों का चलन करते हो, को जिन कहा गया। हिंसा, झूठ, चोरी, ब्रह्मचर्य और सांसारिक चीजों से दूर रहना इन महाव्रतों में शामिल है। जैन धर्म के तीर्थंकरों ने अपने मन, आनी वाणी और कर्मा को जैत



लिया था। जिन के अनुयायियों को जैन कहा गया है। यह धर्म अनुयायियों को सिखाता है कि वे सत्य पर टिकें, प्रेम करें, हिंसा से दूर रहें, दया-करुणा का भाव रखें, परोपकारी बनें और भोग-वििलास से दूर रहकर हर काम पवित्र और सात्विक ढंग से करें। मान्यता है कि जैन पंथ का मूल उन पुरानी परम्पराओं में रहा होगा, जो इस देश में अर्यों के

आने से पहले प्रचलित थीं। महाभारत के समय इस पंथ के तीर्थंकर वेदीनाथ थे। इस पूर्व आठवीं सदी में 23वें तीर्थंकर चार्सननाथ हुए। जैन धर्म के अंतिम तीर्थंकर महावीर वर्धमान हुए। उन्होंने जैन धर्म को काफी मजबूत किया। इस वक्त जैन धर्म के दो दल हैं। एक श्वेतांबर मुनि (सफेद कपड़े धारण करने वाले) दो दूसरे दिगंबर (बिना कपड़े धारण किए रहने वाले) मुनि।

# स्वैहत के लिए जरूरी है सही वकत पर सही चीजें खाना



**म**हिलाओं के जोर में अक्सर कहा जाता है कि पच-पौचकर जो विटामिन/मिनरल के बीच वह अक्सर अपने खानपान पर पूरा ध्यान नहीं देती। इतना ही यह है कि उन्हें इस बात का पता ही नहीं होता कि उन्हें किस समय क्या खाना चाहिए। यदि आपकी यह सवाल पूछा जाए कि क्या आप सही समय पर सही चीज खाया खाती हैं तो आपका जवाब कुछ भी हो सकता है। इससे जुड़ा एक महत्वपूर्ण सवाल यह भी है कि आप खाने के पलों में किसका जल्दी हैं। महिलाएं अक्सर इस हकीकत से अनजान बनी रहती हैं कि सही आहार के साथ खाने को सही समय पर खाया जाए तो इस पर उनकी सेहत निर्भर होती है। किस समय पर क्या खाया जाने चाहिए इसके बारे में कुछ मूलभूत बातों को जानें।

**भूनें-** दिन की शुरुआत के लिए संकशान्त घनी सुबह का नश्ता सबसे फायदेमूलक होता है। नश्ते में ताजा फल, दूध, फूट नूट या इडली सांभर ले सकते हैं। नश्ते के प्रति सावधानी बरतना शरीर के लिए सबसे अधिक नुकसानदेह हो सकता है। पसला कौरी होने चाहिए, लेकिन गरिष्ठ नहीं होना चाहिए क्योंकि इससे एडिडिटी को उत्पन्न हो सकती है। यदि आप एक्सरसाइज या रनिंग के लिए सुबह जल्दी उठते हैं तो योग या एक्सरसाइज करने के बाद कुछ न कुछ जरूर खाएं।



**रात का भोजन जल्दी करें-** अगर आप दिन में ज्यादा कुछ नहीं खाती तो जरूरी है कि रात का खाना आप समय पर खाएं। शाम के समय ज्यादा भूख लगने के कारण ज्यादा खाने की गुंजाइश होती है। इसलिए अगर रात का खाना सही समय पर खा लिया जाये तो यह आसानी से पच जाता है और एडिडिटी की भी समस्या नहीं होती।

से न केवल शरीर को एनर्जी मिलती है बल्कि पेट खाली न रहने के कारण एडिडिटी का रीज को खारिज भी नहीं होती। **नाश्ता, लंच और डिनर में खाये पूरा खाना-** कुछ लोग गीने चक्का में सही खाना खाते हैं और बीच-बीच में लोड्डा थोड़ा कुछ खाने की जल्दबाजी नहीं पड़ती। यदि अलग एक खाना पूरा खाना नहीं खाती तो थोड़े-थोड़े अंतराल में कुछ न कुछ खा सकती हैं और पौष्टिकता का पूरा स्थान दे।



**शाम के समय में हल्के स्नैक्स-** लंच और डिनर के समय में अगर रीज ज्यादा हो जाए तो थोड़ा भी ज्यादा खाने है। ऐसे में कई लोग केक, पिस्सुर, मनीसा,

**L** सोने से पहले लें बेड टाइम स्नैक्स- यदि आपने रात का खाना जल्दी खा लिया है तो दो या तीन घंटे के बाद आपको हल्की-फुल्की भूख लग सकती है। रात में अच्छी नींद के लिए एक गिलास गर्म दूध या कॉर्टेज चीज या एक केला खा सकती हैं। इनमें अमीनो एसिड होता है जो अच्छी नींद लाने में सहायक साबित होता है।



## कहीं आप भी तो नहीं खा रहे इंजेक्शन वाला तरबूज ? इस तरह करें पहचान

**ग**र्मियों का मौसम है और लोग इस दौरान तरबूज बड़े प्यार से खाते हैं। तरबूज खाते में अच्छा होता है और साथ ही शरीर में पानी को जमा को भी पूरे करता है। लेकिन क्या आप जानते हैं जो तरबूज को खाने करने के लिए इसमें केमिकल मिलता है। ये केमिकल तरबूज को अंदर से खराब कर देता है। आसानी से इसकी पहचान भी नहीं हो पाती है। तरबूज को खाने करने के लिए जो केमिकल मिलाया जाता है उसको एग्जिडेंट्स कहते हैं। आपको बता दें कि एग्जिडेंट्स एक तरह का केमिकल कंपाउंड है। इसका पूरा केमिकल कुछ कॉन्टैक्ट और टिपिंग में ही किया जाना चाहिए। लेकिन भारत में तरबूज को खाने से पहले के लिए एग्जिडेंट्स को मिला दिया जाता है। एग्जिडेंट्स शरीर को कई तरीके से नुकसान कर सकता है। **जहर खाने में-** ऐल्ब एक्सपर्ट के मुताबिक, एग्जिडेंट्स एक केमिकल है जिसका रंग गुलाबी होता है और इसको कई तरीकों से पूरा किया जाता है। कुछ सिरप में रंग देने के लिए इसको इस्तेमाल में लाया जाता है। लेकिन देखा जाता है कि इसका पूरा तरबूज को खाने करने में भी होता है। इतना ही के जर्मि इसको तरबूज में खला जाता है। इससे अंदर से कण्डे तरबूज का रंग भी खला होने लगता है। **इन बीमारियों का खतरा** एग्जिडेंट्स अगर ज्यादा मात्रा में शरीर में जाता है तो इससे शरीर को नुकसान हो सकता है। चुट्टी पर हुई कुछ रिपोर्ट में ये भी पता चलता है कि एग्जिडेंट्स में कैंसरोजेनिक कॉम्पौंड होते हैं। पानी के केमिकल के बॉक्सीम को खराब करता है। हालांकि इसमें तो इसके केमिकल के प्रभाव को लेकर रिपोर्ट नहीं है। किता भी इससे खतरा को जल्दबाजी है। क्योंकि इस तरह की मिलाकर बनाया तरबूज पेट की खराबी और जल्दी जल का कारण बन सकता है। **जल्दी खाना हो जाने में मिलाने की तरबूज** केमिकल खाने तरबूज जल्दी खाना हो सकते हैं, जिससे खाने को पचाने का खतरा रहता है। लेकिन लोग के खपड़ पारो और इस तरह के तरबूज खाने में हैं। इससे फूटपौडॉरिज की समस्या हो सकती है। इस खतरा के जल्दी- जल्दी, खाने को समस्या और पेट में इन्फ्लेम हो हो सकता है। **ऐसे पता करें रंग मिला हुआ है** जब आप तरबूज खरीदने जाते हैं पहले उसकी एक फंक्शन करवा लें और उसके जवाब कॉन्टैक्ट को लवट लें। अगर कॉन्टैक्ट पर खला का गुलाबी रंग आ गया है तो इसका खतरा है कि उसमें केमिकल मिला हुआ है। लेकिन अगर रंग नहीं आया है तो तरबूज में फ्लोवेट नहीं है।

# महिलाओं के लिए फायदेमंद है शतावरी की चाय

**उ**स के अलावा-अलग पदार्थों का होने वाले हार्मोनल बदलावों का, महिलाओं के शरीर पर काफी असर होता है। शरीर में होने वाले हार्मोनल जग-यज्ञ के पालो, महिलाओं को मेंटल और फिजिकल हेल्थ प्रभावित होती है। इसलिए, उम्र के साथ-अलग पदार्थों पर सेहतमंद रहने के लिए, महिलाओं को डाइट और स्टीन में कुछ खास बदलाव करने चाहिए। कई हार्मोन भी महिलाओं को सेहत के लिए फायदेमंद होते हैं। 45 की उम्र के बाद सेहतमंद खाने और एग्जिडेंट को कम करने के लिए, कुछ खास



पौधे कातरा हैं। एक्सपर्ट को बताते हैं 2 हार्मोन को चाय, डाइट में जरूर शामिल करें। **महिलाओं के लिए शतावरी बहुत फायदेमंद है और इसमें महिलाओं की कई बीमारियों का इलाज किया है शतावरी उम्र, हार्मोन को बैलेंस करने का काम करता है। इसमें मेनोपॉज के लक्षण भी कम होते हैं। इसे फर्टिलिटी एज में भी डाइट में शामिल किया जा सकता है। यह महिलाओं को फर्टिलिटी सुधारने में कारगर है। इससे एंडोमेट्रियोसिस से जुड़ी दिक्कतों से भी राहत मिलती है। इस चाय से दिमाग और शरीर ठीक होना होता है**

और कमजोरी दूर होती है। **45 के बाद महिलाएं जरूर नियंत्रण की चाय** योनिंग एक सुपरफूड है। इसे पूं तो हर उम्र की महिलाओं को डाइट में शामिल करना चाहिए। लेकिन, खासकर, 40-45 की उम्र में इसे जरूर खाना चाहिए। इसका सेवन कई तरीकों से किया जा सकता है। इसकी चाय भी बेहत फायदेमंद होती है। इसमें आयरन, कैल्शियम और अन्य घट्ट जल्दी मिनारलस पाए जाते हैं। यह चाय मेटाबॉलिज्म को सुधारती है। साथ ही, स्टेम, एंजायमी और मूट निलिंग को भी काम करती है। यह एग्जिडेंट के खाने को भी काम करती है। **यह चाय, 45 की उम्र के बाद होने वाले जोड़ी के दर्द को कम करने के लिए भी बेहत फायदेमंद है। 45 से अधिक उम्र की महिलाएं, इन 2 चाय को डाइट में जरूर शामिल करें।**



## तेज तापमान, गर्मी की लहर का असर पड़ेगा खाद्य पदार्थों, पानी और खेती पर भी

### पेज 8 का शेष

मौसम इस पानी का उपयोग विभिन्न प्रयोजनों के लिए किया जाता है, जैसे लोगों के लिए पीने के साथ-साथ मवेशियों के लिए, चारा, खेती आदि। 'बागवानी के अलावा, जो मानसून से पहले भी प्रभावित हो सकता है, मवेशियों के लिए चारे की चुनौतियाँ होंगी। इस समय फसलों की बुआई कम होती है, इसलिए यहां थोड़ी राहत मिल सकती है। इनमें से कुछ क्षेत्रों में कुछ हद तक बाजरा और ज्वार जैसे मोटे अनाज उगाए जाते हैं। लेकिन सूखी ज़मीन के कारण किसानों के लिए जून में बुआई की योजना बनाना मुश्किल हो जाता है,' सबनवीस कहते हैं।

हालाँकि, आशा की किरण यह है कि वर्ष की शुरुआत से अल नीनो की स्थिति कमजोर हो गई है और वर्तमान में, भूमध्यरेखीय प्रशांत क्षेत्र में मध्यम स्थिति बनी हुई है। नवीनतम मानसून मिशन जलवायु पूर्वानुमान प्रणाली (एमएमसीएफएस) पूर्वानुमान से संकेत मिलता है कि आगामी सीजन के दौरान अल नीनो स्थिति की ताकत कमजोर होने और उसके बाद तटस्थ होने की संभावना है। मानसून सीजन के दौरान ला नीना की स्थिति विकसित होने के संकेत मिल रहे हैं।

अल नीनो पूर्व और मध्य भूमध्यरेखीय प्रशांत क्षेत्र में सतही महासागर के पानी के असामान्य रूप से गर्म होने के चरण को संदर्भित करता है, जिससे हवा के पैटर्न में बदलाव होता है जो दुनिया के कई हिस्सों में मौसम को प्रभावित करता है। यह आमतौर पर हर तीन से छह साल में होता है।

भारत में तापमान और मानसून महत्वपूर्ण बने हुए हैं, जो पहले से ही खाद्य-मूल्य आधारित मुद्रास्फीति से जूझ रहा है। चावल और गेहूँ, दो मुख्य खाद्य पदार्थ, जो मानसून और गर्मी पर निर्भर हैं, अनिश्चितता की स्थिति में हैं क्योंकि आईएमडी का पूर्वानुमान उत्साहवर्धक नहीं है। 'सामान्य से अधिक गर्म तापमान तत्काल अवधि में सब्जियों और फलों के लिए मुद्रास्फीति का जोखिम पैदा कर सकता है, जिससे गर्मियों की शुरुआत में कीमतों में सामान्य मौसमी वृद्धि बढ़ सकती है। इसके अलावा, सामान्य से अधिक गर्म तापमान जलाशय के स्तर को प्रभावित कर सकता है।

ए सामान्य और अच्छी तरह से वितरित मानसून फसल उत्पादन में सुधार और खाद्य मुद्रास्फीति में कमी की कुंजी होगी, जो क्रमशः ग्रामीण और शहरी मांग को बढ़ाने में मदद करेगी, 'आईसीआरए भारत की मुख्य अर्थशास्त्री, प्रमुख अनुसंधान और आउटरीच अदिति नायर कहती हैं चीन के बाद दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा गेहूँ उत्पादक और उपभोक्ता। गेहूँ, चावल के बाद भारत में बोया जाने वाला दूसरा सबसे बड़ा खाद्यान्न है, जिस अक्टूबर-नवंबर के दौरान बोया जाता है और फरवरी-मार्च में काटा जाता है। भारत का गेहूँ स्टॉक सात साल के निचले स्तर पर पहुंच गया है 31 दिसंबर, 2023 को, जब भारतीय खाद्य निगम (एफसीआई) ने सरकारी गोदामों में 16.35 मिलियन मीट्रिक टन गेहूँ दर्ज किया, जबकि पिछले वर्ष 17.17 मिलियन मीट्रिक टन था, घरेलू आपूर्ति में गिरावट के बाद भारत ने मई 2022 में निर्यात पर प्रतिबंध लगा दिया उत्पादन और एक महत्वाकांक्षी निर्यात लक्ष्य। विपणन वर्ष 2022-23 में, भारत ने लगभग 10 मिलियन टन गेहूँ निर्यात करने की योजना बनाई, लेकिन लगभग 5 मिलियन टन की शिपिंग हुई। एसएंडपी ग्लोबल के अनुसार, मेरे 2023-24 अप्रैल-मार्च में भारत की गेहूँ की फसल साल-दर-साल थोड़ी कम होने की संभावना है, 107 मिलियन-108 मिलियन टन, क्योंकि बाजार सहभागियों ने फसल के तहत स्थिर एकड़ के बावजूद पैदावार में मामूली गिरावट देखी है। 13 विश्लेषकों और व्यापारियों के कमांडिटी इनसाइट्स सर्वेक्षण में पाया गया। व्यापार अनुमान कृषि मंत्रालय के MY 2022-23 अनुमान 110.55 मिलियन टन से कम है। मेरे 2023-24 के लिए, मंत्रालय ने 114 मिलियन टन गेहूँ उत्पादन का लक्ष्य रखा है।

यदि ला नीना वास्तव में जून के बाद विकसित होता है, तो यह एशिया के लिए स्वागत योग्य समाचार होना चाहिए, क्योंकि यह आम तौर पर अधिक वर्षा लाता है और कृषि उत्पादन को बढ़ावा देता है, विशेष रूप से अनाज (चावल सहित) जैसी वर्षा पर निर्भर फसलों के लिए, नोमुरा के मुख्य अर्थशास्त्री सोनल वर्मा कहते हैं। वर्मा के अनुसार, निकट अवधि में, कम स्टॉक के बीच उच्च खाद्य मुद्रास्फीति की चुनौती बनी रहने की संभावना है; हालाँकि, वर्ष के अंत में बेहतर फसल की उम्मीद से 2024 की दूसरी छमाही में अनाज की कीमतों पर लाभकारी प्रभाव पड़ सकता है, खासकर अगर इसके परिणामस्वरूप भारत के चावल निर्यात प्रतिबंध भी हटा दिए जाते हैं।

## संचालक संयुक्त उप सहायक संचालकों की विक्रेताओं से वसूली कर लूट की छूट

### पेज 8 का शेष

इंदौर उज्जैन संभाग के उपसंचालक जिला कार्यालयों में बैठे अधिकांश उप संचालकों सहायक संचालकों कर्मचारियों को वर्षों से एक ही स्थान व पदों पर जमं हुए हैं। जिनकी वर्षों से रूकी हुई पदोन्नतियों को दिया जाना चाहिए। और तत्काल स्थानांतरण करने के साथ-साथ सभी कृषि कार्यालय में मध्य प्रदेश सरकार के सभी विभागों की तरह यहां भी कर्मचारियों अधिकारियों की भारी कमी है उनकी भी भर्ती किया जाना चाहिए ताकि एक ही पद पर वर्षों तक घोर धूर्त भ्रष्ट अधिकारी जमे रहकर किसानों का शोषण न कर सके। दूसरी तरफ सूचना अधिकार अधिनियम की धारा 4 के अंतर्गत सारी 25 बिंदुओं की जानकारी को तत्काल अपलोड करवा कर प्रदेश के किसानों को समुचित सूचनाओं उपलब्ध करवाई जानी चाहिए ताकि वे जानकारी के अभाव में परेशान ना हों।

## इवीएम के षडयंत्रों से लोकतंत्र की हत्या

### पेज 1 का शेष

ताकि वह गुलाम आपके हिसाब से नाच कर आपकी आज्ञा का पालन करते रहें। उस कार्य प्रणाली पर चलते हुए आरती के साथ पहली पंचवर्षीय में सफाई कैशलेस नोटबंदी जीएसटी तालाबंदी में 20 करोड़ से ज्यादा रोजगार धंधे बर्बाद कर 40 करोड़ लोगों को बेरोजगार कर दिया गया। जैसा की लोकतंत्र की हत्या कर एक देश एक चुनाव, करने का जो षडयंत्र किया गया है। उसमें विपक्ष को अब मुंह खोलने का मौका भी नहीं दिया जाएगा। क्योंकि यदि 400 पार का जो षडयंत्र किया है। उसमें लोकसभा में अब विपक्ष नाम का कोई भी सदस्य होगा ही नहीं, जो होंगे वह किसी न किसी बहाने जेल में डाल दिए जाएंगे पूरे देश में आने वाले 5 सालों में भ्रष्टाचार तबाही और बर्बादी की नई कहानी लिखी जाएगी।

जब तक देश से ईवीएम नहीं हटाई जाएगी। तब तक लोकतंत्र नाम की कोई व्यवस्था ही नहीं रहेगी। एक तरफ तानाशाही का शासन चलाया जाएगा। देश को नशे की गर्त में डुबोकर पूरी युवा पीढ़ी को बर्बाद किया जाएगा शिक्षा का निजीकरण चल ही रहा है जहां लूट का तांडव गरीबों मध्यम वर्ग की बच्चों को शिक्षा के संस्थानों तक न पहुंचने की दोस्त के नाम पर अब इतने सारे दस्तावेजों की आवश्यकता होती है की एक आम गरीब आदमी का बच्चा उन दस्तावेजों को बनाने में ही 10-20 हजार रूपए खर्च करने के लिए मजबूर हो जाता है जो उसकी मासिक कमाई से कहीं ज्यादा होता है।

आश्रय, अनुसूचित जाति जनजाति के बच्चों को छात्रवृत्ति आदि की व्यवस्थाएं खत्म कर दी जाएगी। अभी भी सरकारी शिक्षण संस्थानों में 40 से बच्चों को कहीं एक वर्ष से कहीं 2 वर्ष से छात्रवृत्तियां नहीं मिली है जो भविष्य में पूर्णतः समाप्त कर दी जाएगी।

परिणाम घोषित होने के बाद में यदि जनता ने सड़कों पर निकलकर इसके खिलाफ धरने प्रदर्शन नहीं किया तो सन 2029 तक देश की जनसंख्या 100 करोड़ होने के साथ-साथ 90 करोड़ लोग गरीबी रेखा का गेहूँ चावल खाकर जीवन यापन करते हुए दुनिया की गरीबों की श्रेणी में प्रथम स्थान पर होगा। औद्योगिक विकास की तो दूर चीनी माल से पूरे देश की सारी दुकान भरी पड़ी होगी। बेशक प्रशासनिक तंत्र तानाशाहों से ज्यादा भाजपा के नेताओं के इशारे पर नाचने वाला कठपुतली होगा। जिसके लिए देश का प्रशासनिक तंत्र ही जिम्मेदार होगा।

वर्तमान में लोकसभा चुनाव जीत के लिए जो गुजरात का तरीका अपनाया गया जिसमें मतदान प्रतिशत बढ़ाकर आखरी में गिनती के समय आसानी से अपनी जीत दर्ज करवाने के बाद में भी विपक्षी दलों के साथ जनता की कोई भी प्रतिक्रिया नहीं हुई और चुपचाप जालसाजी को स्वीकार कर लिया गया।

वही तरीका देश के पूरे लोकसभा चुनाव में भी अपनाया गया यहां पर भी जबकि पूरे देश में 50% से ज्यादा कहीं भी मतदान नहीं हुआ पर जानबूझकर उसको बढ़कर 60-70-80% तक ले जाया गया, जैसा कि इंदौर में ही देखने को भी मिला। अब प्रशासन पर प्रशासनिक अधिकारी भारतीय प्रताड़ना सेवा के अधिकारियों को नहीं भाजपा के नेताओं का चलता है। इसी षडयंत्रों को अंजाम देने के लिए जानबूझकर डेढ़ महीना लंबा तक चुनाव खींचे गए ताकि आसानी से मशीनों में मतदान की सभी प्रकार की मतदान बढ़ाने बदलने की हेरफेर की जा सके। जिसका परिणाम 4 जून को शाम तक आ जाएगा, जबकि सच यह है कि मतदान मशीन खोलने का नाटक किया जाएगा। गिनती तो पिछले 10 सालों में कभी भी ढंग से पूरी नहीं की गई। क्योंकि

हर कक्ष की मशीनें खोलने के बाद में उसकी वर्गीकृत सारणी बनाने और हर चक्र का हर कक्ष का योग, महायोग पूरा करने करने में दो से ढाई घंटे लगते हैं तो 15 से 18 चक्र का योग कुल योग महाकुल योग और सकल कुल महायोग पूरा करने में 18 से 24 घंटे लगना स्वाभाविक है। परंतु अधिकांश स्थानों पर जालसाज भारतीय प्रधान अधिकारी जालसाजी करते हुए ढाई तीन बजे ही परिणाम घोषित करना शुरू कर देते हैं। जो पूरी जालसाजी का हिस्सा है। और यदि सच में जब यह लोकतंत्र है तो हर मशीन की हर कक्ष की सभी मशीनों की, फिर सभी कक्षों की हर चक्र की फिर सभी चक्रों सभी वर्गीकृत सारणियों को हर लोकसभा के हिसाब से जिले के कलेक्टर को जिले की निर्वाचन की साइट पर अपलोड करना चाहिए ताकि जनता लोकतंत्र के इस महायज्ञ की सच्चाई और ईमानदारी का परिणाम देख सके परंतु ऐसा कभी होता नहीं और ना ही किया जाएगा।

उल्टे ही जब मतदान के बाद तत्काल हर मतदान अधिकारी को फार्म 17C की कॉपियां हस्ताक्षर करके सभी संतों को देनी चाहिए नहीं दी गई और जानबूझकर मतदान का प्रतिशत नहीं बताया गया उसके विरुद्ध जब सर्वोच्च न्यायालय की शरण ली गई तो उसने भी जल सचिव को हवा देने और मजबूत करने उसके विरुद्ध अपना निर्णय सुना दिया जो स्पष्ट करता है कि किस प्रकार से सत्ताधीशों के इशारे पर पूरी न्याय प्रणाली नतमस्तक होकर कानून के साथ जनहितों से खिलवाड़ कर लोकतंत्र की हत्या करने पर तुली है।

अब इस देश का भविष्य भगवान भरोसे ही चलेगा। क्योंकि सनातनी कौम को डरावनी धमकाने के साथ पूरी तरह से विकलांग बनाने का षडयंत्र 10 सालों में मजबूत कर आर्थिक मानसिक और सामाजिक रूप से ध्वस्त कर दिया गया है।

## मीडिया न करे अपराधियों का महिमा मंडन



इंदौर प्रदेश की आर्थिक राजधानी होने के साथ एक सांस्कृतिक और संस्कारी शहर है। सामाजिक समरसता, सेवा भावना इस शहर की मूल पहचान है। दुर्भाग्य की बात है कि शांति का टापू कहे जाने वाले इस शहर पर असामाजिक तत्व हावी होते जा रहे हैं। लगातार आपराधिक घटनाएं बढ़ रही हैं और इनके खिलाफ आवाज उठाने वाले पत्रकार भी शिकार होने लगे हैं। मौजूदा हालात न सिर्फ शहर के अमन पसंद लोगों की चिंता बढ़ा रहे हैं वहीं जनता भी हालातों से खौफजदा है। खुलेआम हो रही गुंडागर्दी देवी अहिल्या के नगर को बदनुमा दाग लगा रही है।

आखिर मीडिया कर्मियों पर यह आक्रमण

हमारी ही अपराधियों को शरण देने अपराधिक अधिकारी नेताओं को पालने प्रकाशित करने फर्जी हवा देने और अपने ही सिर पर बैठा जनता को भ्रमित करने की कमजोरी का परिणाम है।

शुरू से ही इनकी जालसाजियों अपराधों को जनता के सामने रखकर इनका सच प्रकाशित करते रहने पर यह आपसे दबे छुपे दूर रहेंगे। पर इनको अपने स्वार्थ के लिए उपयोग कर झूठी प्रशंसा करने का परिणाम इस तरह से हमें कमजोर समझ कर हमारे ही ऊपर आक्रमण करने का हौसला बुलंद तो हमने ही किया ना।

भविष्य में हर पत्रकार को चाहिए की अपराधिक जालसाज नेताओं अधिकारियों

का सच आवश्यकता के अनुकूल जनता के सामने लाते रहने पर यह अधिकारी नेता पुलिस आइएएस आपसे आंख मिलाकर बात करने की हिम्मत नहीं करेंगे आक्रमण की तो बहुत दूर इसको मेरे युवा पत्रकार साथियों से लेकर सभी आम्नाये के मीडियाकर्मी इसमें दैनिक साप्ताहिक समाचार पत्र कर्मियों से लेकर टीवी समाचार चैनल आदि आते हैं सभी को चाहिए कि उनके अपराधों जालसाजियों की जन्म कुंडली सूचना के अधिकार सेवा अन्य माध्यमों से एकत्रित करके अपने पास रखें और यथा योग्य आवश्यकता के अनुसार जनता के सामने व दृश्य श्रव्य माध्यम से प्रस्तुत करते रहे कभी भी झूठी प्रशंसा करके अधिक स्वार्थ सिध्दी का परिणाम आपके सामने है और अभी और राष्ट्रीय स्तर पर और भयंकर रूप से सामने आने वाला है।

आप देख रहे हैं किस प्रकार से ही समाचार पत्र प्रकाशकों संविधान में स्पष्ट व्याख्या के अंतर्गत वित्तीय सहायता देने की बात तो बहुत दूर, उल्टे ही सभी प्रकार के मीडिया कर्मियों को जो सरकार की सच्चाई बताएं खत्म करने का हर तरह का षडयंत्र किया जा रहा है। वह इसीलिये ही किया जा रहा है, कि हमारे ही साथी जनता को वास्तविकता से दूर फर्जी प्रशंसा दिखा गुब्बारे में हवा भर अपनी ही मौत का इंतजाम कर रहे हैं।



वाणिज्य कर मुख्यालय से वृत्तों तक भ्रष्ट जालसाजों का अड्डा

## सब बाप की जागीर, सूचना अधिकार में कैसी व क्यों जानकारी

सूचना के अधिकार में जानकारी न देने के लिए सारे हरामखोरों के अपने तक 19 वर्ष बाद भी 25 बिंदुओं की जानकारी साइट पर नहीं

मध्य प्रदेश के वाणिज्य कर के मुख्यालय इंदौर से लेकर पूरे प्रदेश में चल रहे 25 से ज्यादा संभागों और 80 से ज्यादा वृत्त कार्यालयों में जीएसटी लगाने के 7 साल बाद भी अभी तक सूचना अधिकार अधिनियम की धारा 4 के अंतर्गत 25 मिनट की जानकारी को अपलोड नहीं किया गया और जानकारी मांगने पर 6 एंटी इवेजन ब्यूरो से लेकर मुख्यालय में बैठे घोर मक्कार कामचोर अधिकारी समय पर जवाब देने की अपेक्षा पूर्व की तारीख में 30 दिन के समय अवधि के बाद जवाब देते हैं दूसरी तरफ जब जीएसटी में और मध्य प्रदेश सरकार पिछले 14 वर्षों से यह दावा कर रही है कि उसकी सारी जानकारी सारा काम कंप्यूटर पर होता है तो भी 14 साल के बाद में भी सूचना अधिकार अधिनियम की धारा 2 जे चार के अंतर्गत ना तो कद में दी जाती है और ना ही अपनी साइट पर अपना भ्रष्टाचार छुपाने अपलोड की जाती है। अच्छा इन डिजीटल ब्यूरो को पत्र देने पर वह अपने आप को



सैन्य व अर्धसैनिक बलों की श्रेणी में रखकर सूचना के अधिकार से ऊपर मानते हैं जबकि 6 के 6 एंटी विजन ब्यूरो में बैठे उपायुक्तों से लेकर सारे सहायक आयुक्त वाणिज्य कर अधिकारी सहायक वाणिज्य कर अधिकारी कर निरीक्षक तक सब मोटा पैसा खर्च कर वहां पदस्थ होते हैं वैसे भी वहां चुन चुन कर मोटा पैसा पूर्व के पदों पर कमाकर खर्च करने वाले ही

पदस्थ हो पाते हैं। फिर कुछ अधिकारी तो जोड़-जोड़ में इतने चालाक होते हैं कि वहन केवल मुख्यालय में बैठने के साथ और एंटी इवेजन ब्यूरो में भी वर्षों से कुंडली जमाये बैठे हैं। इस विभाग में अधिकांश अधिकारी जो मुख्यालय में बैठे हैं। घोर भ्रष्ट होने के साथ-साथ जालसाज होने के कारण ही उनको मैदानी पदस्थ की अपेक्षा मुख्यालय



में संलग्न कर दिया गया है। इसमें एक जबलपुर से आए नारायण मिश्रा जो पूर्व में इंदौर में रहकर काफी कर्मकांड कर चुके थे। पुणे मुख्यालय में बजट कर दिए गए हैं जिनके पास कर्मचारियों अधिकारियों के आवास आवंटन का कार्य भी है अपने ही विभाग के जिन कर्मचारियों अधिकारियों में 10 साल से आवास के आवंटन के लिए आवेदन दे रहा है उनका आवंटन न कर उनके आसपास के खास अधिकारी कर्मचारियों को ले दे कर तत्काल में ही आवंटन कर दिया जाता है।

जिसकी अनेकों शिकायतें प्राप्त हुई हैं।

सूचना के अधिकार अधिनियम की धारा 195 के अंतर्गत किया स्पष्ट है कि कोई भी सभागीय अधिकारी ही लोक सूचना अधिकारी हो सकता है और उसकी सहायक अधिकारी सहायक लोग सूचना अधिकारी होगा जिसकी विरुद्ध अपील उसका वरिष्ठ अधिकारी ही सुनेगा के विपरीत तीन हरामखोरों ने सभागीय उपायुक्त को अपने ही विरुद्ध आवेदन का अपील अधिकारी भी बना रखा

है। स्वाभाविक है भाई अपने हर कृत्य को कानूनी बताकर अपील को नस्ती बध्द कर देता है। यही हाल मुख्यालय के लोक सूचना अधिकारी का भी होता है आखिर फिर सूचनाओं जानकारीयां क्यों देंसब उनके बाप की जागीर है कानून उनकी रखैल और जनधन से मिलने वाला वेतन सुविधायें उनकी जागीरदारी का हिस्सा।

मुख्यालय में बैठकर पूरे प्रदेश के कार्यालयों के लिए सबसे मोटा आइटम कंप्यूटर प्रिंटर व अन्य सामग्री खरीदने में हर दो-तीन वर्ष में मोटे कमीशन पर किया जाता है। सरकारी गाड़ियों की लगभग इसलिए नहीं जा सकती क्योंकि भाई बहन के बाप की जागीर हैं जो जहां चाहेंगे जैसा चाहेंगे अपने व्यक्तिगत आने जाने घूमने फिरने परिवार को घुमाने मैं बिना लाख बुक में एंटी किये आयुक्त से लेकर नीचे तक सभी अधिकारी करते हैं इसलिए लगभग की कॉपी उनकी व्यक्तिगत बिपति है उसकी छायाप्रति नहीं दी जा सकती। यह बहुत छोटे-छोटे मामले हैं, सारे बड़े मामले रिफंड छापेमारी वाहन पकड़ने आदि में किये जाते हैं। जो प्रदेश की वाणिज्यिक यह माल व सेवा कर की वसूली में प्रदेश को भारी राजस्थानी पहुंचते हैं अब जो कि मुख्यालय से लेकर नीचे तकसभी कहीं ना कहीं किसी न किसी जालसाजियों में उलझे हैं। तो जानकारीयां कैसे दें।

## यूक्रेन को अमेरिका नाटो हथियार दे भड़का रहे युद्ध

पेज 1 का शेष

24 फरवरी, 2022 को यूक्रेन पर पूर्ण पैमाने पर आक्रमण शुरू करने के बाद से रूसी नेता ने बार-बार परमाणु हथियारों का उपयोग करने की अपनी तत्परता के बारे में बात की है। सबसे हालिया ऐसी धमकी पिछले महीने उनके राष्ट्र के संबोधन में आई थी, जब उन्होंने पश्चिम को चेतावनी दी कि यूक्रेन में लड़ाई में अपनी भागीदारी को गहरा करने से परमाणु युद्ध का खतरा होगा।

बुधवार तड़के जारी रूसी सरकारी टेलीविजन के साथ एक साक्षात्कार में जब पूछा गया कि क्या उन्होंने कभी यूक्रेन में युद्धक्षेत्र में परमाणु हथियारों का उपयोग करने पर विचार किया है, तो पुतिन ने जवाब दिया कि इसकी कोई आवश्यकता नहीं है। उन्होंने यह भी कहा कि उन्हें नहीं लगता कि दुनिया परमाणु युद्ध की ओर बढ़ रही है, उन्होंने अमेरिकी राष्ट्रपति जो बिडेन को एक अनुभवी राजनेता के रूप में वर्णित किया जो तनाव के संभावित खतरों को पूरी तरह से समझते हैं। जब पुतिन की टिप्पणियों पर संयुक्त राष्ट्र महासचिव एंटोनियो गुटेरेस की प्रतिक्रिया मांगी

गई, तो प्रवक्ता स्टीफन हुआरिफ ने कहा कि 'सभी बयानबाजी से गलत अनुमान लगाया जा सकता है या दुनिया के लिए स्पष्ट विनाशकारी परिणामों के साथ तनाव बढ़ सकता है।'

एक विस्तारित नाटो अपनी विविधता को ताकत के रूप में उपयोग करता है। सदस्य सैनिक जानते हैं कि रूस देख रहा है

पुतिन की टिप्पणियाँ पश्चिम के लिए एक संदेश प्रतीत होती हैं कि वह यूक्रेन में अपने लाभ की रक्षा के लिए सभी तरीकों का उपयोग करने के लिए तैयार हैं। उन्होंने कहा कि देश के सुरक्षा सिद्धांत के अनुरूप, मास्को 'रूसी राज्य के अस्तित्व, हमारी संप्रभुता और स्वतंत्रता' के लिए खतरे की स्थिति में परमाणु हथियारों का उपयोग करने के लिए तैयार है।

उन्होंने कहा, 'हमारी रणनीति में जो कुछ भी लिखा है, हमने उसे नहीं बदला है।' कीव का समर्थन करने वाले नाटो सहयोगियों के स्पष्ट संदर्भ में, उन्होंने यह भी घोषणा की कि 'जो राष्ट्र कहते हैं कि उनके पास रूस के संबंध में कोई लाल रेखा नहीं है, उन्हें यह समझना चाहिए कि रूस के पास

भी उनके संबंध में कोई लाल रेखा नहीं होगी।'

लिथुआनिया के विदेश मंत्री गैब्रियलियस लैंड्सबर्गिस ने हाल ही में इस बात पर अफसोस जताया कि पश्चिम भी अक्सर रूस के संबंध में स्वयं द्वारा थोपी गई 'लाल रेखाओं' से खुद को बांध लेता है। उन्होंने फ्रांस के राष्ट्रपति इमैनुएल मैक्रॉन की उस टिप्पणी का भी स्वागत किया जिसमें उन्होंने कहा था कि यूक्रेन में पश्चिमी सैनिकों को भेजे जाने की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता है।

पुतिन ने बिडेन और उनके प्रशासन के बयानों पर ध्यान दिया कि अमेरिका यूक्रेन में अपने सैनिक नहीं भेजने जा रहा है। उन्होंने आरोप लगाया कि यदि अमेरिका अन्यथा कार्य करता है, तो मास्को अमेरिकी सैनिकों को आक्रमणकारियों के रूप में देखेगा और तदनुसार कार्य करेगा। उन्होंने दावा किया कि भले ही कुछ नाटो सहयोगी यूक्रेन में सेना तैनात कर दें, लेकिन इससे युद्ध का रुख नहीं बदलेगा।

उन्होंने कहा, 'अगर यह आधिकारिक विदेशी सैन्य टुकड़ियों की बात आती है, तो मुझे यकीन है कि यह युद्ध के मैदान पर स्थिति

को नहीं बदलेगा... ठीक वैसे ही जैसे हथियारों की आपूर्ति में कुछ भी बदलाव नहीं आया है।'

हाल के युद्धक्षेत्र में बढ़त के मद्देनजर, पुतिन ने तर्क दिया कि यूक्रेन और उसके पश्चिमी सहयोगियों को अंततः रूसी शर्तों पर युद्ध समाप्त करने के लिए एक समझौते को स्वीकार करना होगा। उन्होंने कहा, 'यह दुश्मन के पीछे हटने का ब्रेक नहीं होना चाहिए, बल्कि रूसी संघ के लिए सुरक्षा की गारंटी से जुड़ी एक गंभीर बातचीत होनी चाहिए।'

पुतिन ने कहा कि रूस के अंदर यूक्रेनी ड्रोन हमलों में हाल ही में बढ़ोतरी देश के तीन दिवसीय राष्ट्रपति चुनाव को पटरी से उतारने के प्रयासों का हिस्सा है, जो शुक्रवार से शुरू हो रहा है और असहमति और सख्त नियंत्रण पर उनकी लगभग पूरी कार्रवाई को देखते हुए, वह भारी बहुमत से जीतने के लिए तैयार हैं। रूस की राजनीतिक व्यवस्था पर.

रूसी अधिकारियों ने बुधवार तड़के यूक्रेनी ड्रोन द्वारा एक और बड़े हमले की सूचना दी। रक्षा मंत्रालय ने कहा कि हवाई सुरक्षा ने छह क्षेत्रों में 58 ड्रोन गिराए।

ड्रोनों में से एक ने रियाज़ान क्षेत्र में एक तेल रिफाइनरी पर हमला किया, जिससे कम से कम दो लोग घायल हो गए और आग लग गई। एक अन्य को उस समय मार गिराया गया जब वह सेंट पीटर्सबर्ग के पास एक रिफाइनरी के पास पहुंच रहा था। रूसी क्षेत्र के अंदर सुविधाओं पर ड्रोन हमलों के साथ-साथ, यूक्रेनी बलों ने समुद्री ड्रोन और मिसाइलों के साथ काला सागर क्षेत्र में रूस की नौसैनिक और हवाई संपत्तियों पर सफल हमलों की एक श्रृंखला शुरू की है। हमलों ने मास्को की नौसैनिक क्षमता को पंगु बना दिया है और उसे काला सागर में अपने अभियानों को सीमित करने के लिए मजबूर किया है। इस सप्ताह की शुरुआत में, रूसी मीडिया ने बताया कि रूसी नौसेना प्रमुख, एडमिरल निकोलाई येवमेनोव को हटा दिया गया था और उनकी जगह उत्तरी बेड़े के कमांडर, अलेक्जेंडर मोइसेयेव को नियुक्त किया गया था। क्रेमलिन और रक्षा मंत्रालय ने अभी तक फेरबदल की पुष्टि नहीं की है, जिसे रूसी टिप्पणीकारों ने नवीनतम काला सागर बेड़े की दुर्घटनाओं से जोड़ा है। इस बीच, यूक्रेन ने बुधवार तड़के और अधिक

रूसी हमलों की सूचना दी।

गाँव वादिम फिलाशिकन के अनुसार, अग्रिम पंक्ति से लगभग 30 किलोमीटर (लगभग 20 मील) दूर, डोनेट्स्क के पूर्वी क्षेत्र के मायरनोराड शहर में एक रूसी हमले में दो लोगों की मौत हो गई और अन्य पांच घायल हो गए। स्थानीय बचावकर्मी एक 13 वर्षीय लड़की को एक अपार्टमेंट इमारत के मलबे से बाहर निकालने में कामयाब रहे। क्षेत्रीय प्रशासन के अनुसार, उत्तरी शहर सुमी में एक पांच मंजिला इमारत पर रात भर रूस से लॉन्च किए गए ड्रोन ने हमला किया, जिसमें दो लोगों की मौत हो गई और आठ घायल हो गए। गवर्नर सेरही लिसाक ने कहा कि यूक्रेन के राष्ट्रपति वलोडिमिर ज़ेलेन्स्की के गृहनगर में, पिछली रात रूसी मिसाइल हमले में मरने वालों की संख्या बढ़कर पाँच हो गई है। उन्होंने कहा कि क्रिवी रिह में 43 लोग घायल हुए हैं, जिनमें 12 बच्चे, सबसे छोटा 2 महीने का शिशु भी शामिल है। 'हर दिन हमारे शहरों और गांवों पर इसी तरह के हमले होते हैं। ज़ेलेन्स्की ने कहा, यूक्रेन हर दिन रूसी बुराई के कारण लोगों को खोता है।

## 2024 की गर्मी

तेज तापमान, गर्मी की लहर का असर पड़ेगा  
खाद्य पदार्थों, पानी और खेती पर भी

भारत में गर्मी और मानसून अभी भी गंभीर बने हुए हैं, और पहले से ही खाद्य-मूल्य आधारित मुद्रास्फीति से जूझ रहे हैं। चावल और गेहूँ, दो मुख्य खाद्य पदार्थ, अनिश्चितता का सामना कर रहे हैं क्योंकि आईएमडी का पूर्वानुमान उत्साहजनक नहीं है।

गर्मी की लहरों के दिनों की अधिक संख्या का चक्र अर्थव्यवस्था, विशेष रूप से कृषि आय, खाद्य मूल्य-आधारित मुद्रास्फीति और सार्वजनिक स्वास्थ्य स्थितियों के लिए एक महत्वपूर्ण खतरा पैदा करता है। पिछले साल अप्रैल, मई और जून में लू के कारण भारत में प्रतिदिन औसतन दो लोगों की जान चली गई। जून 2023 तक गर्मी से संबंधित समस्याओं के कारण कुल 252 मौतें हुईं, जो 2022 की समान अवधि में 33 मौतों से काफी अधिक है। वास्तव में, 2023, 122 वर्षों में सबसे गर्म

वर्षों में से एक था, अल नीनो की स्थिति ने इसे बदतर बना दिया था। क्या अल नीनो में कमी के बावजूद 2024 भीषण गर्मी में जलता रहेगा?

उत्तर हाँ प्रतीत होता है। भारतीय मौसम विज्ञान विभाग (आईएमडी) ने इस सत्र में भीषण गर्मी और सामान्य से अधिक लू वाले दिनों की चेतावनी दी है। आईएमडी का कहना है कि अप्रैल 2024 के दौरान, दक्षिणी प्रायद्वीप के कई हिस्सों, उत्तर-पश्चिम मध्य भारत से सटे, पूर्वी भारत के कुछ हिस्सों और उत्तर-पश्चिम भारत के मैदानी इलाकों में सामान्य से अधिक गर्मी वाले दिन होने की संभावना है।

अप्रैल-जून के दौरान मध्य और पश्चिमी प्रायद्वीपीय भागों को अत्यधिक गर्मी का सबसे बुरा प्रभाव झेलने की आशंका है। आईएमडी का पूर्वानुमान है कि गुजरात, मध्य महाराष्ट्र, उत्तरी कर्नाटक, इसके

बाद राजस्थान, मध्य प्रदेश, उत्तरी छत्तीसगढ़, ओडिशा और आंध्र प्रदेश सबसे अधिक गर्मी की लहर वाले क्षेत्र होंगे।

गर्मी की लहरों के दिनों की अधिक संख्या का चक्र अर्थव्यवस्था, विशेष रूप से कृषि आय, खाद्य मूल्य-आधारित मुद्रास्फीति और सार्वजनिक स्वास्थ्य स्थितियों के लिए एक महत्वपूर्ण खतरा पैदा करता है। लंबे समय तक अत्यधिक गर्मी से निपटने के लिए नीतिगत बदलावों की आवश्यकता होती है क्योंकि जलवायु परिवर्तन उस अर्थव्यवस्था में अन्य सह-मौजूदा संकटों के प्रभावों को बढ़ा देता है जो अभी भी ठीक हो रही है।

बैंक ऑफ बड़ौदा के मुख्य अर्थशास्त्री मदन सबनवीस कहते हैं, "चिंताएँ स्पष्ट हैं।" उनका कहना है कि गर्मी को लेकर चेतावनी अपेक्षित है क्योंकि जलाशयों का स्तर काफी नीचे चला गया है।

यह स्तर क्षमता का 36 प्रतिशत है, जो पिछले वर्ष की समान अवधि की तुलना में कम है, जब यह 43 प्रतिशत था।

'यह मुख्य रूप से वाष्पीकरण के उच्च स्तर के कारण है। यह और भी महत्वपूर्ण है कि मानसून समय पर आए अन्यथा पीने, फसलों (विशेषकर बागवानी), मवेशियों और निर्माण के लिए पानी की कमी हो सकती है,' सबनवीस बताते हैं।

ऐसे 150 जलाशय हैं जिनकी निगरानी साप्ताहिक आधार पर केंद्रीय जल आयोग द्वारा की जाती है। पूर्ण जलाशय स्तर (एफआरएल) पर कुल जीवित क्षमता लगभग 179 बिलियन क्यूबिक मीटर (बीसीएम) है।

भारत में आम चुनावों पर भी तेज़ गर्मी पड़ने की संभावना है, क्योंकि पहले चरण का मतदान 19 अप्रैल को है। सात चरणों का



मतदान 1 जून को समाप्त होगा।

'लोगों को चुनावी प्रक्रिया में भाग लेना होगा और अत्यधिक गर्मी का सामना करना होगा।' उसी समय। हमें चुनावी प्रक्रिया में बेहद सावधान रहना होगा,' केंद्रीय पृथ्वी विज्ञान मंत्री किरें रिज्जू को कथित तौर पर उद्धृत किया गया था।

जब देश में जलाशयों में जल स्तर बढ़ाने की बात आती है तो

बारिश महत्वपूर्ण होती है। चूंकि मानसून आम तौर पर जून-सितंबर की अवधि में प्राप्त होता है, सीमित राज्यों में उत्तर पूर्वी मानसून का असर होता है, जिसका कार्यकाल अक्टूबर और दिसंबर के बीच छोटा होता है, इसलिए यह महत्वपूर्ण है कि जलाशयों में जमा होने वाला पानी अगले तक स्वस्थ स्तर पर रहे। (शेष पेज 6 पर)

## बोवनी के समय किसानों को लूट रहे बीज विक्रेता

संचालक संयुक्त उप सहायक संचालकों  
की विक्रेताओं से वसूली कर लूट की छूट

भारत की ही नहीं वरन विश्व की कृषि में अधिकांश कृषक कर्ज में जन्म जिएगा और मरेगा

भारत में गर्मी की समाप्ति पर बरसात का आगमन होता है और बरसात के आगमन पर देश की कृषक पंजाब से केरल और मुंबई से मेघालय मणिपुर तक सब खरीफ की फसलें बोते हैं। मध्य प्रदेश की कृषि को पिछले 21-22 सालों में पूरी तरह से अमेरिकी बीटी जीएम और हाइब्रिड बीज उत्पादक कंपनियों के हवाले कर दिया गया है चाहे वह बीटी कपास हो या हाइब्रिड सोयाबीन। सबकी बिक्री करने वाले सारे गांवों से लेकर शहरों तक वे बड़े डीलर डिस्ट्रीब्यूटर विक्रेताओं जिनमें अधिकांश के प्रदेश में कार्यालय

इंदौर में है। पूरे प्रदेश की कृषि के लिए बीजों कीटनाशक वह अन्य सहायक सामग्री इंदौर में बैठे आप उसकी करता हूँ द्वारा ही प्रदेश में आपूर्ति की जाती है।

यही कारण है कि यहां पर बरसों से इंदौर-उज्जैन संभाग के 15 जिलों का संयुक्त संचालक बन कर बैठा घोर भ्रष्ट आलोक मीणा मोटी कमाई कर संचालक कृषि मंत्री एदल सिंह कंसाना तक को पहुंचना है और अभी अपने हाल ही में देखा खरगोन-खंडवा-धार आदि में जहां बीटी कपास बोया जाता है। जून का महीना शुरू हो चुका है और बुवाई सिर पर है, बीटी कपास के रु. 800 के पैकेट को 12 से 1500 में विक्रेताओं द्वारा बेंचा जा रहा है। जिसकी भी कोई पक्की गारंटी नहीं की असली है या नकली। और

बुवाई के बाद उसे इच्छित परिणाम प्राप्त होंगे। जिसके लिए लंबी लाइन सुबह 3:00 बजे से लगनी शुरू हो जाती थी। सूत्रों के अनुसार अधिकांश मामलों में उपसंचालक खरगोन एम एल चौहान, खंडवा में केसी वास्केल झाबुआ नवीन सिंह रावत ने मोटी कमाई की थी और विक्रेताओं को कृषकों को लूटने की खुली छूट दे दी थी। इंदौर संभाग के इंदौर, धार, झाबुआ खंडवा खरगोन बुरहानपुर अलीराजपुर बड़वानी उज्जैन संभाग के उज्जैन देवास शाजापुर मंदसौर नीमच रतलाम आगर मालवा में यही हाल सोयाबीन के बीजों के लिए भी हुआ। जो सोयाबीन मंडी में साढ़े चार हजार पांच हजार रुपए कुंटल बिका वही सोयाबीन बीज के लिए प्रमाणीकृत 10 से रु. 12000 क्विंटल बिक रहा है। पिछले कई सालों से इंदौर-उज्जैन संभाग का एक ही प्रभारी संयुक्त संचालक के रूप में आलोक मीणा पदस्थ हैं जो अपना निजी बीज आपूर्ति का व्यवसाय करते रहते हैं कई सप्ताहों तक न इंदौर कार्यालय में आते हैं ना उज्जैन के कार्यालय में आते हैं यही कारण है की महीनों से सूचना अधिकार के आवेदन अपीलों और शिकायतों क निराकरण का नहीं कर पाते हैं।

(शेष पेज 6 पर)

साप्ताहिक

समय माया  
samaymaya.com

करोड़ों किसानों मजदूरों छोटे व्यवसायियों उद्योगों, सरकारी कर्मचारियों अधिकारियों ठेका संविदा कर्मियों के हितों की रक्षा व देशी विदेशी बहुराष्ट्रीय कंपनियों के षड्यंत्रों के विरुद्ध पिछले 25 वर्षों से संघर्षरत

साप्ताहिक समयमाया समाचार पत्र व samaymaya.com की वेबसाइट पर समाचार, शिकायतें और विज्ञापन (प्रिंट एवं वीडियो) के लिए संपर्क करें

मप्र के समस्त जिलों में एजेंसी देना है एवं संवाददाता नियुक्त करना है

मो. 9425125569 / 9479535569

ईमेल: samaymaya@gmail.com  
samaymaya@rediff.com