POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2023-2025

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

उप संपादिका : .सौ. प्रीती दिपक नाईक   कार्यकारी संपादक : श्री. विनोद दशरथ मेढे

● वर्ष -०४ ● अंक-१९७ ● मुंबई, सोमवार, १७ फेब्रुवारी २०२५ ● पृष्ठ-४ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

लाडक्या बहिणींवरची माया आटली, अडीच लाखांपेक्षा जास्त उत्पन्न असलेल्यांना योजनेचा लाभ नाही

■ **मुंबई :** 'मुख्यमंत्री-माझी लाडकी बहीण योजने'च्या माध्यमातून गेल्या सात महिन्यांत सुमारे २५ हजार २५० कोटींची भाऊबीज वाटल्यानंतर योजनेच्या उधळपट्टीला लगाम घालण्याचा निर्णय राज्य सरकारने घेतला आहे. या योजनेचे सामाजिक परीक्षण करतानाच अन्य विविध योजनांच्या माध्यमातून लाभ घेणाऱ्या तसेच प्राप्तिकर विभागाकडे ज्या कुटुंबांचे अडीच लाखापेक्षा अधिक उत्पन्न आहे, अशा कुटुंबातील लाभार्थींना या योजनेतून वगळण्याचा निर्णय सरकारने घेतल्याची माहिती सूत्रांनी दिली. तसेच दरवर्षी जूनमध्ये लाभार्थींना सारी माहिती (ई-केवायसी) द्यावी लागणार आहे. या योजनेत तब्बल २ कोटी ६३ लाख लाडक्या बहिणींनी नोंदणी केली. त्यापैकी २ कोटी ४१ लाख महिला पात्र ठरल्या. तर अजूनही ११ लाख अर्जांची छाननी प्रलंबित असून ११ लाख अर्जांची आधारशी जोडणी प्रलंबित आहे. योजनेच्या निकषांचे उल्लंघन करीत गैरफायदा घेतलेल्या पाच लाख बहिणींना सरकारने गेल्याच आठवड्यात अपात्र ठरविले होते. या योजनेवरील उधळपट्टीला लगाम घालण्यासाठी योजनेत काही सुधारणा करण्याचा निर्णय नुकत्याच झालेल्या मंत्रिमंडळ बैठकीत घेण्यात आल्याची माहिती सूत्रांनी दिली. संजय गांधी निराधार योजना तसेच मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण या दोन्ही योजनांचा लाभ घेत असलेल्या २.३ लाख लाडक्या बहिणींना या योजनेतून वगळण्यात आल्यानंतर यापुढेही सरकारच्या विविध योजनांमधून १५०० किंवा त्यापेक्षा अधिक आर्थिक लाभ घेणाऱ्या महिलांना लाडकी बहीण योजनेतून वगळण्यात येणार आहे. तसेच सुमारे ६.५ लाख लाभार्थी नमो शेतकरी तसेच मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण या दोन्ही योजनांचा लाभ घेत असल्याचे आढळून आले असून नमो शेतकरी या योजनेचा लाभ प्रति महिना एक हजार रुपये असा आहे. त्यामुळे या लाभार्थ्यांना मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण या योजनेतंर्गत केवळ ५०० रुपये दर महिन्याला देण्यात येणार आहेत. तसेच यापुढे या योजनेचे पैसे प्रत्येक महिन्याच्या तिसऱ्या आठवड्यात देण्यात येणार आहेत.

❒ नव्याने पात्र झालेले तसेच नव्याने आधार जोडणी केलेल्या लाभार्थ्यांना आता आधीच्या महिन्यांचा म्हणजेच जुलैपासून लाभ न देता अर्ज मंजूर झाल्याच्या पुढील महिन्यापासून लाभ दिला जाणार आहे.

❒ दरवर्षी १ जून ते १ जुलै दरम्यान ई- केवायसी आणि लाभार्थी हयात आहे किंवा नाही याची तपासणी करूनच पुढील लाभ दिला जाणार.

❒ या योजनेचा लाभ घेण्यासाठी कुटुंबाचे उत्पन्न अडीच लाखापेक्षा कमी असावे ही अट असली तरी त्याचे उल्लंघन करून अनेकांनी योजनेचा लाभ घेतल्याचे समोर आले आहे. त्यामुळे प्राप्तिकर विभागाकडून आयकर दाता महिलांची माहिती प्राप्त करून घेण्यात येणार असून त्यातून अडीच लाखपेक्षा जास्त उत्पन्न असणाऱ्या लाभार्थी महिलांना यादीतून वगळण्यात येणार आहे.

❒ अन्य मार्गांनीही एखाद्या लाभार्थी महिलांच्या कुटुंबाचे उत्पन्न अडीच लाखापेक्षा जास्त असल्याचे आढळून आल्यास संबंधितांना अपात्र करण्यात येणार आहे. या योजनेतील सुमारे १६.५ लाख महिलांच्या खात्यावर थेट पैसे पाठविण्यात आल्यानंतर त्यांनी अर्जात दिलेली नावे आणि पैसे जमा झालेल्या बँक खात्यावरील नावे यात तफावत आढळून आली आहे.

❒ अशा लाभार्थ्यांची जिल्हास्तरावरून फेरतपासणी करण्यात येणार असून त्यात अपात्र आढळलेल्या लाकड्या बहिणींना अपात्र ठरविण्यात येणार आहे.

मुंबईत ११ मजली इमारतीला लागलेल्या आगीत दोन महिलांचा मृत्यू, दोन जण जखमी

■ **मुंबई :** मुंबईतील मस्जिद बंदर परिसरातील एका ११ मजली उंच इमारतीला आग लागल्याच्या घटनेत दोन महिलांचा मृत्यू झाला आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार या दुर्घटनेत इतर दोन जण जखमी झाल्याची माहिती समोर आली आहे. दरम्यान अग्निशमन दलाच्या अधिकाऱ्यांनी आग आटोक्यात आणली आणि जखमी महिलांना उपचारासाठी जवळच्या रुग्णालयात दाखल करण्यात आल्याचे मुंबई महापालिकेकडून सांगण्यात आले आहे. दक्षिण मुंबईतील मस्जिद बंदर परिसरातील पन्ना अली मॅन्शन या इमारतीत ही आग लागली. जखमींना तातडीने सरकारी जेजे रुग्णालयात दाखल करण्यात आले असून त्यांची प्रकृती स्थिर असल्याचे सांगण्यात येत आहे.या इमारतीच्या तळमजल्यावर असलेल्या कॉमन पॅसेजमध्ये बसवलेल्या मीटर बॉक्समध्ये इलेक्ट्रीक वायरिंगला ही आग लागली होती. सकाळी सहा वाजण्याच्या सुमारास ही आग लागली होत.

दोन महिलांचा मृत्यू, दोन जण जखमी

या आगीत इमारतीच्या पहिल्या मजल्यावरील कॉमन पॅसेजमधील दोन महिलांना हात आणि पायांना दुखापत झाली. तसेच आगीनंतर पसरलेल्या धुरामुळे त्यांना गुदमरण्याचा त्रासही झाला होता. साबीला खातून शेख (४२) आणि साजीया आलम शेख (३०) यांना तात्काळ रुग्णालयात घेऊन जाण्यात आले. मात्र तेथे त्यांना मृत घोषित करण्यात आल्याचे अधिका[illegible]यांनी सांगितले. तर इमारतीच्या सहाव्या मजल्यावर असलेला एक व्यक्ती आणि आठव्या मजल्यावरील एका महिलेला या घटनेत गुदमरल्याचा त्रासाला सामोरे जावे लागले. यानंतर करिम शेख (२०) आण शाहिन शेख (२२) यांना तात्काळ जेजे रुग्णालयात दाखल करण्यात आले, सध्या त्यांची प्रकृती स्थिर असल्याचे अधिकार्यांनी सांगितले. साडेसहाच्या सुमारास आग आटोक्यात आणण्यात प्रशासनाला यश आले.

नालासोपारामधील अनधिकृत ४१ इमारती जमीनदोस्त

■ **वसई :** नालासोपारा येथील अनधिकृत इमारतींवरील कारवाई शुक्रवारी संपली. जानेवारी महिन्यापासून पालिकेने २२ दिवस कारवाई करून सर्व ४१ इमारती जमीनदोस्त केल्या. नालासोपारा पूर्वेच्या अग्रवाल नगरी येथील कचरा भूमी आणि सांडपाण्याच्या आरक्षित जागांवर ४१ अधिकृत इमारती बांधण्यात आल्या होत्या. या ४१ इमारती पाडण्याचे निर्देश सर्वोच्च न्यायालयाने दिले होते. त्यानंतर पालिकेने पहिल्या टप्प्यात नोव्हेंबरमध्ये ७ दिवस कारवाई करून ७ धोकादायक इमारतींवर पाडण्यात आल्या. मध्यंतरी रहिवाशी उच्च न्यायालयात गेल्याने कारवाई थांबली होती. दुसऱ्या टप्प्यात २३ जानेवारी पासून कारवाई सुरू करण्यात आली. यासाठी कुठलाही अनुचित प्रकार होऊ नये यासाठी पोलिसांनी मनाई आदेश लागू करण्यात आला. पोलिसांनी तब्ब्ल ५०० पोलिसांचा बंदोबस्त ठेवला होता. सलग २२ दिवस कारवाई सुरू करण्यात आली. लोकांची समजूत काढण्यात आली. शुक्रवारी १४ फेब्रुवारी रोजी संध्याकाळी कारवाई संपली, अशी माहिती पालिकेचे उपायुक्त दिपक सावंत यांनी दिली. या इमारतीमंध्ये २ हजारांहून अधिक कुटुंबे बेघर झाली आहेत.

मुंबईच्या अंधेरी रेल्वे स्टेशनवर 'फिर हेरा फेरी'चा रियल सीन! बॅगभरुन खेळण्यातील नोटा देऊन 50 लाखांचा गंडा

■ **मुंबई :** बॉलीवुडचा 'फिर हेरा फेरी' हा कॉमेडी चित्रपट कितीही वेळा पाहिला तरी कंटाळा येत नाही. यातील एका सिनप्रमाणे खरोखरचा किस्सा मुंबईच्या अंधेरी रेल्वे स्टेशनवर घडला आहे. एका व्यक्तीला बॅगभरुन खेळण्यातील नोटा देऊन 50 लाखांचा गंडा घालण्यात आला आहे. नेहमी प्रवाशांची गर्दी असलेल्या अंधेरी रेल्वे स्थानकात हा फसवणुकीचा प्रकार घडल्याने आश्चर्य व्यक्त केले जात आहे. अंधेरी रेल्वे स्थानकात तीन आरोपींनी एका व्यक्तीची 50 लाख रुपयांची फसवणूक केली. 50 लाख रुपयांऐवजी खेळण्यातील नोटा संबंधित व्यक्तीला दिल्याचं समोर आलं. आरोपी पोलिसांच्या हाती लागले होते. मात्र, चौकशी दरम्याम आरोपींनी घटनास्थळावरुन पळ काढला. 4 फेब्रुवारी रोजी अंधेरी स्थानकात हा प्रकार घडला. आरोपी एका बॅगेतून 50 लाख रुपयांच्या खेळण्यातील नोटा घेऊन आले. या वेळी कर्तव्यावरील दोन रेल्वे पोलिसांनी आरोपीची बॅग उघडली असता, त्यात मोठ्या संख्येने 500 रुपयांच्या नोटा आढळल्या. नोटांच्या प्रत्येक बंडलच्या वर असली आणि आतमध्ये खेळण्यातील बनावट नोटा होत्या. या प्रकरणात अंधेरी रेल्वे पोलिसांनी त्यांचे कर्तव्य पार पाडताना निष्काळजीपणा आणि नियमांचे उल्लंघन केल्याचा दावा केला जात आहे.अंधेरी स्थानकात संबंधित व्यक्तीच्या बॅगेची रेल्वे पोलिसांनी तपासणी केली. या वेळी बॅगेत लाखो रुपये असल्याचे समजताच महिला आणि पुरुष कर्मचाऱ्यांनी संबंधिताकडे पैशाची मागणी केली. मात्र, तपासणीत खेळण्यातील नोटा असल्याचे समजताच त्यांनी तेथून काढता पाय घेतला. या प्रकरणातील मुख्य आरोपी मिळेपर्यंत गुन्ह्याची उकल होणार नाही. आरोपींशी संबंधित दोन व्यक्तींची चौकशी सुरू आहे. तसेच रेल्वे पोलिसांनी बॅगेची तपासणी करताना नियमांचे उल्लंघन केल्याचे प्राथमिक चौकशीत निदर्शनास आले.

न्यू इंडिया को-ऑपरेटिव्ह बँकेच्या गैरव्यवहार प्रकरण : आरोपी महाव्यवस्थापकाकडे गैरव्यवहारातील ७० कोटी पोहोचल्याचा संशय

■ **मुंबई :** न्यू इंडिया को-ऑपरेटिव्ह महाव्यवस्थापक व लेखा विभागाचा प्रमुख हितेश मेहता याच्यापर्यंत गैरव्यवहारातील ७० कोटी रुपये पोहीचल्याचा संशय आहे. तसेच या गैरव्यवहाराबाबत आरोपीने रिझर्व्ह रिझर्व्ह बँक ऑफ इंडियाच्या अधिकाऱ्यांकडे कबुली दिली आहे. त्यांच्याविरोधात दादर पोलिसांनी शनिवारी गुन्हा दाखल केला होता. बँकेच्या प्रभादेवी व गोरेगाव येथील कार्यालयातील तिजोरीत ठेवलेल्या १२२ कोटी रुपयांचा अपहार केल्याप्रकरणी गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. हे प्रकरण आर्थिक गुन्हे शाखाला वर्ग करण्यात आले असून याप्रकरणी ते पुढील तपास करणार आहेत. हितेश मेहता याच्यापर्यंत गैरव्यवहारतील ७० कोटी रुपये पोहोचल्याचा संशय आहे. गेल्या २०२४ मध्ये आरोपींना २ कोटी रुपये गेल्याची माहिती पोलिसांना मिळाली आहे त्याची पडताळणी सुरु आहे प्रभारी मुख्य कार्यकारी अधिकारी देवर्षी घोष यांनी केलेल्या तक्रारीवरून शनिवारी पहाटे दादर पोलिसांनी भारतीय न्याय संहिता कलम ३१६ (५), ६१ (२) अंतर्गत गुन्हा दाखल केला. हितेश मेहता विरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून आरोपीने व त्याच्या साथीदारांनी फौजदारी कट रचून त्याच्या ताब्यात देण्यात आलेल्या प्रभादेवी व गोरेगाव शाखेतील तिजोरीमधील १२२ कोटी रुपयांचा अपहार केल्याचा आरोप आहे. बँकेच्या महाव्यवस्थापकाविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून पुढील तपासासाठी प्रकरण आर्थिक गुन्हे शाखेकडे वर्ग करण्यात आल्याची माहिती उपायुक्त (परिमंडळ-५) गणेश गावडे यांनी दिली.

सुट्टी सिगारेट व बिडी विकायला महाराष्ट्रात आरोग्यविभागाची बंदी!

■ **मुंबई :** महाराष्ट्रात जेव्हा करोना वेगाने पसरत होता तेव्हा आरोग्य विभागाने राज्यातील कोणत्याही पान बिडी दुकानात सुट्टी सिगारेट व बिडी विकायला बंदी घातली होती. त्यानंतर राज्यात काही साथरोग आले. आता जीबीएसने धुमाखूळ घातला आहे मात्र आरोग्यविभागाच्या या आदेशाची असून पोलीस व महापालिका व खुद्द आरोग्य विभागाकडूनच कोणतीही अंमलबजावणी होताना दिसत नाही. महाराष्ट्रात शाळा व कॉलेजमधील तरुणाई मोठ्या प्रमाणात तंबाखूजन्य पदार्थ म्हणजे सिगारेट पासून गुटख्याच्या अहारी गेले आहे. वेळोवेळी राज्यातील अनेक सरकारांनी दारुबंदी, सिगारेट तसेच तंबाखूजन्य पदार्थांच्या प्रसारावर नियंत्रण आणण्यासाठी अनेकदा बैठका घेतल्या आहेत. आरोग्य विभागाने यापूर्वी सुट्टी सिगारेट व बिडीची विक्री होऊ नये यासाठी विधी व कायदा विभागासह सरकारकडे वेळोवेळी पाठपुरावा केला होता. मात्र विधी विभागाकडून पुरेसे पाठबळ न मिळाल्याने आरोग्य विभागाला याबाबत आदेश काढता आला नव्हता, असे आरोग्य विभागाच्या एका वरिष्ठ अधिकायार्ने सांगितले.दरम्यानच्या युती शासनाच्या काळात शाळी-महाविद्यालये तसेच रुग्णालये व धार्मिक स्थळांच्या शंभर मीटर परिसरात तंबाखूजन्य पदार्थांच्या विक्रीवर बंदी लागू करण्यात आली. मात्र त्याचीही ठोस अंमलबजावणी आजपर्यंत कोणताही संबंधित विभागाने केलेली नाही. यातील सर्वात महत्वाचे म्हणजे याबाबतच्या केंद्राच्या कायद्याचे पालन महाराष्ट्रात कायदा अस्तित्वात आल्यापासून कधीच करण्यात आले नाही. 'सिगारेट आणि अन्य तंबाखूजन्य उत्पादन कायदा २००३' (जाहिरात, प्रतिबंध आणि व्यापार, वाणिज्य, उत्पादन, पुरवठा आणि वितरण विनियमन) या अंतर्गत सिगारेट किंवा तंबाखूजन्य पदार्थांची विक्री करतेवेळी पाकिटाच्या ८५ टक्के भागावर सिगारेट वा बिडी आरोग्याला घातक असल्याचा संदेश स्पष्ट शब्दात छापणे बंधनकारक आहे. सिगारेट पाकिट अथवा बीडी बंडलाची विक्री केल्यास कायद्यात अपेक्षित असलेला उद्देश म्हणजे आरोग्याच्या धोक्याची कल्पनाह्व हा साध्य होतो.

मुंबईत उन्हाचा ताप कमी होणार

■ **मुंबई :** मुंबईत सतत तीन दिवस उन्हाने अंगाची काहिली झाली आहे. उकाडा आणि उन्हाचे चटके यांमुळे मुंबईकर हैराण झाले आहेत. दरम्यान, सोमवारपासून कमाल तापमानात काही अंशांनी घट होण्याचा अंदाज हवामान विभागाने व्यक्त केला आहे. त्यामुळे उन्हापासून काहीसा दिलासा मिळणार आहे. मागील काही दिवस मुंबईकरांना उन्हाचा प्रचंड त्रास झाला. सलग तीन दिवस मुंबईच्या तापमानाचा पारा ३६ अंशापार गेला होता. त्यात शनिवारी काहीशी घट झाली. परंतु सध्या दुपारच्या कडकडीत उन्हाच्या झळा जाणवत आहेत. ऋतुबदलाच्या या काळात सध्या पहाटे मात्र गारवा जाणवत आहे. हवामान विभागाच्या कुलाबा केंद्रात आज २१ अंश सेल्सिअस, तर सांताक्रूझ केंद्रात १७.४ अंश सेल्सिअस किमान तापमानाची नोंद झाली. दरम्यान, सोमवारपासून किमान तापमानात आणखी घट होऊन वातावरणात सकाळी गारवा निर्माण होऊ शकतो.

तसेच कमाल तापमानातही काही अंशांनी घट होण्याचा अंदाज हवामान विभागाने व्यक्त केला आहे. मागील काही दिवसांपासून मुंबईतील किमान तापमानात घट होत असली तरी कमाल तापमान मात्र चढेच आहे. विषम हवामानामुळे आरोग्याच्या तक्रारींना तोंड द्यावे लागत आहे. सध्या दुपारी पूर्वेकडून वारे येत असल्यामुळे तापमानाचा पारा चढा आहे.

'माझ्या आईच्या दवाखान्यात घुसून....,' रणवीर अलाहबादियाची इंस्टापोस्ट, म्हणतो 'मला ठार करुन...'

■ **मुंबई :** युट्यूबर रणवीर अलाहबादिया आपल्या वादग्रस्त विधानामुळे अडचणीत सापडला असताना, पोलीस त्याला चौकशीसाठी समन्स बजावत आहेत. दरम्यान मुंबई आणि आसाम पोलीस चौकशीसाठी त्याच्या मुंबईतील घरी पोहोचले असता घर बंद होतं. यादरम्यान आता रणवीरने इंस्टाग्रामला एक नवी पोस्ट शेअर केली आहे. या पोस्टमध्ये त्याने आपल्याला जीवे मारण्याच्या धमक्या मिळत असल्याचं सांगितलं आहे. मी घाबरलो आहे. पण मी पळून जात नाही आहे, असं त्याने इंस्टाग्राम पोस्टमध्ये लिहिलं आहे,

माझी टीम आणि मी पोलीस आणि इतर प्रशासनाला सहकार्य करत आहोत. मी सर्व प्रक्रिया पूर्ण करेन आणि यंत्रणांना उपलब्ध होईन. मी पालकांबद्दल केलेलं विधान असंवेदनशील आणि अनादर करणारं आहे. आता चांगलं करणं ही माझी नैतिक जबाबदारी आहे. मी मनापासून खेद व्यक्त कर आहे, असं रणवीरने सांगितलं आहे.

पुढे त्याने लिहिलं आहे की, मला जीवे मारण्याच्या धमक्या मिळत आहेत. लोक मला आणि माज्या कुटुंबाला इजा पोहोचवू असं धमकावत आहेत. काही लोकांनी पेशंट असल्याचं भासवत माज्या आईच्या दवाखान्यात घुसखोरी केली. मला भिती वाटत आहे आणि काय करावं हे समजत नाही आहे. पण मी पळून जात नाही आहे. माझा पोलीस आणि भारताच्या न्यायव्यवस्थेवर पूर्ण विश्वास आहे.

'BeerBiceps' चॅनेलमुळे युट्यूबवर प्रचंड लोकप्रियता मिळवणाऱ्या रणवीर अलाहबादियाने कॉमेडियन समय रैनाच्या 'इंडियाज गॉट लेटेंट' या शोमध्ये केलेल्या एका विधानावरुन मोठा वाद पेटला आहे. तुम्ही तुमच्या पालकांना आयुष्यभर दररोज सेक्स करताना पाहाल की एकदा सामील होऊन ते कायमचे थांबवाल?, असं अलाहबादियाने एका स्पर्धकाला विचारलं होतं. या विधानावरुन वाद निर्माण झाल्यानंतर रणवीर अलाहबादियाने माफीही मागितली. मुंबई आणि आसाम पोलिसांची टीम शुक्रवारी रणवीर अलाहबादियाच्या वसोर्वा येथील घरी दाखल झाली होती. मात्र त्याचा फ्लॅट बंद होता. एका पोलिस अधिकाऱ्याने पीटीआयला सांगितलं की, मुंबईच्या कायदा अंमलबजावणी अधिकाऱ्यांनी चौकशी सुरू केली आहे आणि त्यांची चौकशी करण्यासाठी शहरातील वसोर्वा परिसरातील अपार्टमेंटमध्ये गेले होते.

सिडकोच्या २६ हजार घरांची सोडत बुधवारी होणार

■ **नवी मुंबई :** सिडको महामंडळाने माझे पसंतीचे सिडकोचे घर या गृहनिर्माण योजनेची संगणकीय सोडत म्हणजेच छत्रपती शिवाजी महा-राज जयंतीच्या दिवशी दुपारी दोन ते चार या वेळेत करण्याचे निश्चित केले आहे. शनिवारी ही सोडत होणार असे सिडकोने जाहीर केले होते. सिडकोने २६ हजार घरांच्या सोडतीसाठी शनिवार (ता. १५) निवडला होता. या सोडतीचे संदेश प्रत्येक अर्जदाराला त्यांच्या मोबाईलवर पाठविले होते. मात्र शनिवारी मध्यरात्री सिडकोने सर्व अर्जदारांना ऑनलाईन मेसेज पाठवून सोडतीची तारीख पुढे ढकलल्याची माहिती दिली. दोन दिवसांपूर्वी ही सोडत यशस्वी करण्यासाठी रंगीत तालिम सुद्धा सिडकोचे सह व्यवस्थापकीय संचालक शान्तनू गोयल यांच्या उपस्थितीत तळोजा येथे घेण्यात आली. सोडतीची पूर्वतयारी झाली असताना सुद्धा अचानक सोडत पुढे ढकलल्यामुळे अर्जदार आश्चर्य व्यक्त करत होते. मागील वर्षी (१२ ऑक्टोबर) दस-याच्या मुहूर्तावर सिडकोने २६ हजार घरांसाठीची सोडत प्रक्रियेला सुरूवात केली. तब्बल १ लाख ६० हजार नागरीकांनी या योजनेसाठी अर्ज भरले.

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

दुर्बलांना वाऱ्यावर सोडणारा अर्थसंकल्प!

माणसाला भूक लागली की, त्याचे दहा गुण नाहीसे होतात, अशी तमिळमध्ये म्हण आहे. हे दहा गुण म्हणजे सन्मान, वंश, शिक्षण, दानशीलता, ज्ञान, परोपकार, तपश्चर्या, मेहनत, चिकाटी आणि इच्छा. आजच्या आधुनिक काळात, निवडणूक आली की त्या काळात या गुणांबरोबरच अन्य नैतिक मूल्येही हरवतात. नुकताच लोकसभेत मांडला गेलेला २०२५-२६ चा अर्थसंकल्प दिल्ली आणि बिहार निवडणुकांच्या पार्श्वभूमीवर सादर झाला, हे खरे आहे. पण सत्ताधारी सरकार आपण पुन्हा निवडून येऊ, या आशेने त्याच्याकडच्या संपूर्ण वर्षासाठी असलेल्या निधीपैकी जास्तीत जास्त हिस्सा केवळ काही मोजक्या लोकांनाच वाटते, असा अर्थसंकल्प मी क्वचितच पाहिला आहे. यावेळी अर्थमंत्र्यांनी हीच गोष्ट केली. अर्थमंत्र्यांनी मांडलेल्या गणितानुसार त्यांच्याकडे एक लाख कोटी रुपयांचा खजिना आहे (किंवा त्यांना सांगितले गेले होते की त्यांना अर्थव्यवस्थेतून एवढे पैसे शोधून काढावे लागतील) आणि त्यांना तो वाटून टाकायचा आहे. अर्थमंत्र्यांनी हा पैसा शोधला आणि तो सगळाच्या सगळा ३.२ कोटी लोकांना देण्याचा निर्णय त्यांनी घेतला. हे सगळे ३.२ कोटी लोक हे एकूण १४३ कोटी लोकसंख्येमधले प्राप्तिकर भरणारे होते. या ३.२ कोटी करदात्यांमध्ये मध्यमवर्गीय, श्रीमंत, अतिश्रीमंत आणि अतिअतिश्रीमंत यांचा समावेश होता, हा आणखी एक छोटासा तपशील. अर्थसंकल्पाच्या निर्मितीची प्रक्रिया सुरू झाली तेव्हा सुरुवातीला, अर्थमंत्र्यांवर महसूल कमी होत असल्याचा दबाव होता. वित्त मंत्रालयाच्या अंदाजानुसार, केंद्र सरकारचे एकूण उत्पन्न २०२४-२५ मध्ये अंदाज केला होता त्या उत्पन्नापेक्षा सुमारे ६० हजार कोटी रुपयांनी कमी राहील. त्याच वेळी, २०२४-२५ ची वित्तीय तूट थोडीफार सुधारायची असेल, तर सरकारला किमान ४३ हजार कोटी रुपये उभे करावे लागतील. एकुणात एक लाख कोटी रुपये आणावे लागतील. त्यात दिल्लीच्या निवडणुका तोंडावर होत्या आणि जर अशा सवलती द्यायचा विचार केला तर २०२५-२६ मध्ये त्यासाठी अतिरिक्त निधीची आवश्यकता असेल. प्राप्तिकरात सवलत देण्याचा निर्णय सरकारच्या सर्वोच्च पातळीवर घेण्यात आला असावा अशी शक्यता आहे. करदात्यांच्या कोणत्या वर्गाला याचा फायदा मिळावा? अरेरे (जसे ट्रम्प म्हणाले असते), प्रत्येक प्राप्तिकरदात्याला तो मिळू द्या! म्हणूनच, करपात्र उत्पन्नाची मर्यादा सात लाख रुपयांवरून १२ लाख रुपये करण्याचा निर्णय घेण्यात आला. अर्थमंत्र्यांनी सांगितले की त्यासाठी एक लाख कोटी रुपये खर्च येईल. एकदा हे निर्णय घेतल्यानंतर, २०२४-२५ मध्ये खर्च कमी करण्याशिवाय आणि २०२५-२६ मध्ये नागरिकांच्या इतर घटकांना कोणत्याही प्रकारची सवलत नाकारण्याशिवाय पर्याय नव्हता. मनरेगा कामगार (गरिबांमध्ये सर्वात गरीब), रोजंदारीवर काम करणारे, करपात्र नसलेले पगारदार कामगार, औद्योगिक कामगार, एमएसएमई, गृहिणी, पेन्शनधारक आणि बेरोजगार तरुण या सगळ्यांकडे दुर्लक्ष केले गेले. अर्थमंत्र्यांनी या आणि पुढील वर्षांसाठी परराष्ट्र व्यवहार ते शिक्षण, ग्रामीण विकास, समाज कल्याण ते शहरी विकास अशा खात्यांमध्ये भांडवली आणि महसूल खर्चात निर्दयीपणे कपात केली. शिवाय, एक लाख कोटी रुपयांचा स्वच्छेने त्याग करूनही, त्यांनी असे गृहीत धरले की केंद्र सरकारला मिळणारा निव्वळ कर महसूल २०२५-२६ मध्ये २०२४-२५ प्रमाणेच ११ टक्के दराने वाढेल. कामगार संख्येच्या नियमित सर्वेक्षणा (पीएलएफएस) नुसार, तरुणांमध्ये बेरोजगारीचे प्रमाण १०.२ टक्के आहे आणि पदवीधरांमध्ये बेरोजगारीचे प्रमाण १३ टक्के आहे. अर्थसंकल्पामध्ये रोजगार निर्मिती योजनांवर किती खर्च केला हे फक्त आठ ओळींमध्ये सांगितले आहे. त्यातही पाच ओळी बहुचर्चित उत्पादकता निगडित गुंतवणूक (पीएलआय) योजनांवर आहेत. २०२४-२५ साठी आठ ओळींसाठी अर्थसंकल्पात अंदाजित खर्च २८,३१८ कोटी रुपये होता, परंतु प्रत्यक्षातली तरतूद फक्त २०,०३५ कोटी रुपये आहे. त्यामुळे रोजगार निर्मिती कार्यक्रम हे या सरकारचे जबरदस्त अपयश आहे. कामगार संख्येच्या नियमित सर्वेक्षणा (पीएलएफएस) नुसार, गेल्या सात वर्षांत पगारदार पुरुष कामगाराचे मासिक वेतन १२,६६५ रुपयांवरून ११,८५८ रुपयांवर आणि स्वयंरोजगार करणाऱ्या पुरुष कामगाराचे ९,४५४ रुपयांवरून ८,५९१ रुपयांवर घसरले आहे. हीच परिस्थिती महिला कामगारांबाबतही आहे. घरगुती उपभोग सर्वेक्षणानुसार, सरासरी ग्रामीण भागात मासिक दरडोई खर्च ४,२२६ रुपये (ग्रामीण) होता आणि शहरी भागात ६,९९६ रुपये होता. ही आकडेवारी भारतातील संपूर्ण लोकसंख्येच्या उत्पन्नाची सरासरी दाखवते. लोकसंख्येतील तळच्या ५० टक्के लोकांचा मासिक दरडोई खर्च मोजला तर तो याहूनही कमी असेल आणि त्याही तळच्या २५ टक्के लोकांचा तो आणखी कमी असेल. चार जणांचे कुटुंब दरडोई मासिक उत्पन्न चार ते सात हजार रुपये (किंवा त्यापेक्षा कमी) वर कसे जगू शकते? अन्न, वीज, शिक्षण, आरोग्यसेवा, भाडे, वाहतूक, कर्ज फेडणे, मनोरंजन, सामाजिक जबाबदाऱ्या आणि आपत्कालीन परिस्थिती हे सगळे तेवढ्या उत्पन्नात कसे बसवता येईल?

दिल्ली निवडणूक निकालातून घ्यावेत असे धडे...

नुकत्याच झालेल्या दिल्ली विधानसभा निवडणुकांच्या निकालांतून दोन निष्कर्ष निघतात. पहिला- आपल्या इंडिया म्हणजेच भारताच्या राजकीय क्षेत्रात नरेंद्र मोदींचे प्रस्थ आजही कायम आहे. त्यांची मतदारांवरची पकड मजबूत आहे. दुसरा निष्कर्ष असा की, राहुल गांधी आणि मोदींची तुलनाच होऊ शकत नाही. त्यांनी इंडिया आघाडीच्या नेतृत्वाची स्वप्ने पाहणे बंद करावे. त्यांच्या पक्षाने आम आदमी पक्षाला पाठिंबा दिला असता, तर भाजपला असे निर्विवाद यश मिळाले नसते.

काँग्रेसने त्यांच्या नेतृत्वाचे लोकशाहीकरण करणे गरजेचे आहे. ते केवळ नेहरू आणि गांधींवर अवलंबून राहू शकत नाहीत. आजही देशात अनेकांना या कुटुंबाविषयी आदर आहे, मात्र मोदींच्या सततच्या आणि ठरवून केल्या जाणाऱ्या शाब्दिक प्रहारांमुळे हा आदर लक्षणीयरित्या घटत चालला आहे. राहुल गांधी यांचे व्यक्तिमत्त्व कोणालाही आवडेल, असेच आहे. पण ते चांगले राजकारणी नाहीत. ते वारंवार नको तिथे नको ते बोलतात. आणि भाजप आपल्या प्रोपगंडा तंत्राने त्यांना खेळवत राहते. निवडणूक काळात त्यांनी अधिकाधिक मतदारांना आपल्या पक्षाकडे वळविण्यासाठी बरीच मेहनत घेतली. मात्र खणखणीत भाषणांत ते मोदींच्या जवळपासही फिरकू शकत नाहीत. त्यांचा श्रोत्यांवर फारसा प्रभाव पडत नाही. अर्थात यासाठी मी त्यांना दोष देणार नाही. वक्तृत्व ही देवाची देणगी असते. मोदींकडे ती आहे, पण राहुल गांधींकडे नाही.

देशाच्या राजधानीत आता आपच्या जागी डबल इंजिन सरकार आले आहे. त्याचा लाभ दिल्लीकरांना मिळेल. पार्टी विथ डिफरन्सने आधीच आपचे सरकार पूर्णपणे निष्प्रभ केले होते. लेफ्टनंट गव्हर्नरची नेमणूक करण्यात आली होती आणि दिल्लीतील रहिवाशांचे जीवनमान सुधारण्याचे केजरीवाल आणि त्यांच्या सहकाऱ्यांनी केले कोणतेही प्रयत्न हाणून पाडणे हीच त्यांची प्राथमिक जबाबदारी होती. केजरीवाल यांच्या प्रतिमाभंजनात नायब राज्यपाल यशस्वी झाले.

देशातील प्रत्येक राज्यात डबल इंजिनचे सरकार स्थापन करणे हेच भाजपचे लक्ष्य आहे. हिंदुत्ववादी विचारसरणीला बळ देण्यासाठी त्यांना अशी व्यवस्था अपेक्षित आहे ज्यात राज्य सरकारे केंद्र सरकारच्या तालावर नाचतील. त्यांना एखाद्या राज्यात निवडणुका जिंकता आल्या नाहीत आणि सत्तास्थापनेसाठी थोडेच आमदार कमी पडत असतील, तर भाजप सर्वांत आधी विरोधी पक्षातील आमदारांना विकत घेण्याचा प्रयत्न करतो. त्यांनी गोव्यात दोनदा आणि कर्नाटकात एकदा असे प्रयोग केले आहेत. अशी फूट पाडणे जिथे शक्य नसते, तिथे राज्यपाल किंवा लेफ्टनंट गव्हर्नर नेमले जातात आणि त्यांच्या माध्यमातून सरकार निष्प्रभ केले जाते. सध्या तमिळनाडूत हा प्रयोग सुरू आहे. पश्चिम बंगालमध्येही ममता बॅनर्जींना अशाच प्रकारे हुसकावून लावण्याचे प्रयत्न केले जात आहेत. पण या दोन्ही राज्यांत भाजपला आपले मनसुबे साध्य करणे अधिकाधिक कठीण होऊ लागले आहे. पण या साऱ्यात प्रशासनाची पूर्णच वासलात लागली आहे आणि त्याचे परिणाम सामान्यांना सहन करावे लागत आहेत.

दिल्लीवासिय हे नक्कीच जाणून आहेत. डबल इंजिन असते, तर आपले आयुष्य अधिक आनंददायी झाले असते, हे त्यांनी ओळखले आहे. शिवाय भ्रष्टाचारमुक्तीच्या मुद्द्यावर निवडून आलेल्या केजरीवाल यांचा लोभ वाढत गेला. दिल्लीकरांना जेव्हा केजरीवालांच्या निवासस्थानी बसविण्यात आलेल्या जकुझीची माहिती पुरविण्यात आली, तेव्हा त्यांचा साधेपणाच्या बुरख्यामागे दडलेला विलासी चेहरा समोर आला.

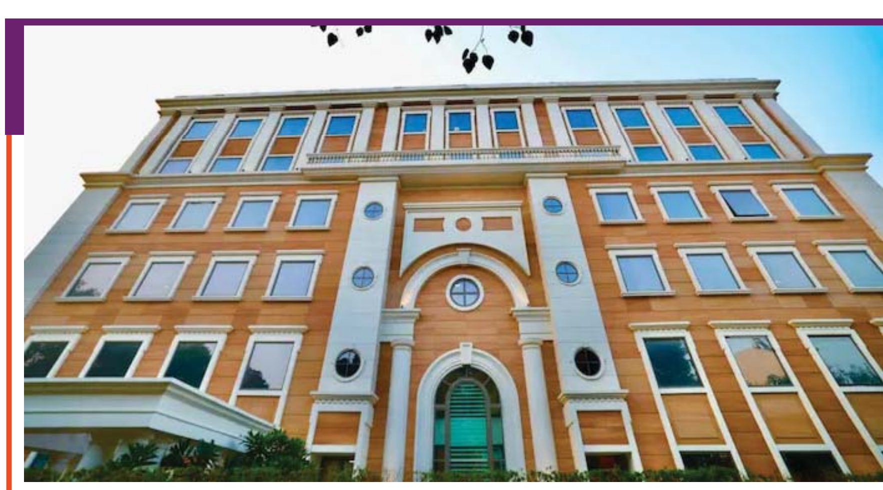
केवळ दिल्लीतील मतदारच नव्हेत, तर केजरीवाल यांचे जुने गुरू अण्णा हजारे यांनीही आपल्या या जुन्या आणि तत्त्वांपासून दूर गेलेल्या शिष्याच्या पराजयाविषयी आनंद व्यक्त केला. २०११ साली ज्या भ्रष्टाचारविरोधी मोहिमेतून केजरीवाल पुढे आले होते, त्या मोहिमेचे नेतृत्व हजारे यांनी केले होते. त्यावेळी ते देश-विदेशांत बातम्यांमध्ये झळकले होते. केजरीवाल यांनी आपल्याप्रमाणेच कायम कार्यकर्त्याच्या भूमिकेत राहावे आणि भ्रष्टाचारविरोधी मोहीम सुरू ठेवावी, अशी हजारे यांची अपेक्षा होती. पण केजरीवाल यांच्या योजना वेगळ्या होत्या. त्यांना भारताचे पंतप्रधान होण्याची स्वप्ने पडू लागली होती. त्यांनी एवढी घाई केली नसती, तर ते कदाचित तिथवर पोहोचूही शकले असते. मात्र इतर अनेकांप्रमाणेच त्यांचीही घसरण होत गेली. कदाचित त्यांच्यात तेवढी उत्तम राजकीय जाण नव्हती. राजकीय क्षेत्रात कशाचेही पक्के आडाखे बांधणे शक्य नसते. अरविंद केजरीवाल भविष्यात कदाचित पुन्हा पुढे येतील. आता ते स्वतःच्याच जखमांवर फुंकर घालत असतील. सध्या तरी त्यांनी स्वतःच्या चुकांविषयी आत्मपरीक्षण करणेच उत्तम. जेव्हा संयम आणि विनम्रतेची अधिक आवश्यकता होती, तेव्हा त्यांनी आपल्या महत्त्वाकांक्षा पूर्ण करण्याची घाई केली.

त्यांच्यावर झालेल्या एका आरोपाविषयी मात्र मी साशंक आहे. तो म्हणजे त्यांनी कथित मद्य घोटाळ्यातून संपत्ती मिळवली. घोटाळा झाला, याविषयी मला काहीच शंका नाही, पण मला आतून असे वाटते की आपला पक्ष चालविण्यासाठी पैशांची गरज होती. प्रत्येक राजकीय पक्षाची ती गरज असतेच. भाजपने जरी आपल्या पक्षाला पैशांची गरज नसल्याचे दाखविले, तरी त्यावर कोणीही विश्वास ठेवणार नाही. माझ्या छोट्याशा राज्यात- गोव्यात- भ्रष्टाचाराची समस्या कधीही नव्हती, पण आता तिथेही हे भूत भेडसावू लागले आहे. राज्याचे सुकाणू जेव्हा मनोहरी परीकर यांच्या हाती होते, तेव्हा त्यांनी अशा गैरव्यवहारांवर वचक ठेवला होता. आता नियंत्रण सुटलेले आहे. सर्वोच्च न्यायालयाने निवडणूक रोख्यांमधून गुप्तपणे निधी उभारण्यास मनाई केल्यामुळेही असेल कदाचित!

केजरीवाल सरकारच्या दिल्लीतील कारकिदीर्ची सुरुवात आशादायक होती. कोणत्याही निवडून आलेल्या सरकारने ज्या दोन क्षेत्रांकडे लक्ष दिले पाहिजे, त्या क्षेत्रांना प्राधान्य देण्यास सुरुवात झाली होती- ती दोन क्षेत्रे म्हणजे शिक्षण आणि आरोग्य. राज्यात असो वा केंद्रात काँग्रेसने कधीही या क्षेत्रांकडे तेवढे लक्ष दिले नाही, जेवढे बंगाल किंवा केरळमधील डाव्या पक्षांच्या सरकारांनी देण्याचा प्रयत्न केला.

दिल्लीत मात्र आपचे उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया आणि त्यांच्या साथीला असलेल्या अतिशी सिंग या नेत्यांनी सरकारी शाळांमध्ये क्रांतिकारक बदल घडवून आणले. आपने प्रत्येक विभागात दवाखाने सुरू करून आरोग्यसेवाही उपलब्ध करून दिली. त्यामुळे वंचितांना आणि सर्वसामान्यांना मोठा फायदा झाला.

आपला पक्ष हा देशभक्तांचा पक्ष आहे, असा भाजपचा दावा आहे. त्यांनी आपने बसवलेली आरोग्य आणि शिक्षण क्षेत्राची घडी विस्कटणार नाही, याची काळजी घेतली पाहिजे. ही व्यवस्था त्यांच्या विरोधकांच्या पुढाकारातून निर्माण झाली असली, तरीही ती लोकाभिमुख आहे आणि तिला संस्थात्मक स्वरूप देणे गरजेचे आहे. चीन आपल्या एक पाऊल पुढे आहे, कारण त्यांनी शिक्षणाला प्रथम प्राधान्य दिले. त्या देशातील कर्मचाऱ्यांची उत्पादकता वेगाने वाढली कारण, तेथील प्रत्येक स्त्री-पुरुष शिकलेले होते. आपल्याला अजूनही बराच लांबचा पल्ला गाठावा लागणार आहे.



काँग्रेसमध्ये "वर्क फ्रॉम होम"

काँग्रेसच्या एका ज्येष्ठ नेत्याच्या निवासस्थानी गेल्या आठवड्यामध्ये दुपारी स्नेहभोजनाचा कार्यक्रम आयोजित केला होता. हे काँग्रेसचे जुनेजाणते नेते असल्यामुळे त्यांचे जुने सहकारीही या कार्यक्रमात सहभागी झाले होते. जेवणानंतर अनौपचारिक गप्पांची मैफल रंगली. काँग्रेसच्या नव्या कार्यालयाचा विषय निघाला तेव्हा, ही चर्चा काँग्रेसच्या एआयसीसीच्या कारभारकडं वळली. मैफलीचं नेतृत्व करणाऱ्यांमध्ये माजी राष्ट्रीय महासचिव, माजी मंत्री, राज्यसभेतील माजी खासदार असे अनुभवी लोक होते. त्यांनी सोनिया गांधींच्या नेतृत्वाखालील काँग्रेसचा कारभार पाहिला होता. पूर्वी काँग्रेसमध्ये तीनस्तरीय रचना होती. पहिल्या स्तरात काँग्रेसच्या मुख्यालयातील पदाधिकारी असत. अकबर रोडवरील मुख्यालयात कोणी ना कोणी उपस्थित असे. मोतिलाल व्होरा, अंबिका सोनी, अहमद पटेल राज्या-राज्यांतील कार्यकर्त्यांना भेटत असत. महासचिवांपैकी कोणी तरी हजर असे. अहमद पटेलांची दारे सगळ्यांसाठी खुली असत. दुसऱ्या स्तरात १५-१६ नेते असत. त्यामध्ये मुख्यत्वे महासचिव-प्रभारी, इतर महत्त्वाचे नेते असत. पहिल्या स्तरातून तक्रारी, माहिती दुसऱ्या स्तरात जात असे. तिथे चाळणी लावून ती अखेरच्या तिसऱ्या स्तरात जात असे. हा स्तर निर्णयप्रक्रियेचा असे. इथे सोनिया गांधी, मनमोहन सिंग, प्रणव मुखर्जी, पी. चिदंबरम असे वरिष्ठ नेते असत. कुठलाही संघटनात्मक निर्णय सोनिया गांधींच्या वतुर्ळातील सदस्यांच्या स्तरावर होत असे. आताच्या काँग्रेसमध्ये हे तीन स्तर गायब झालेले आहेत. निर्णय कोण घेतो हेच कार्यकर्त्यांना कळत नाही. ते मुख्यालयात येतात पण, त्यांना कोणी भेटत नाही. कारण, मुख्यालयात कोणी असतच नाही. मुख्यालय रिकामे पडलेले असते. संपूर्ण एआयसीसीचे वर्क फ्रॉम होम चालले आहे. महासचिव, प्रभारी सगळेच घरात बसून काम करतात. मग, कार्यकर्त्यांनी भेटायचे तरी कोणाला? पूर्वी अशोक गहलोत वगैरे नेते संघटना महासचिव होते किंवा अहमद पटेल सोनिया गांधींचे राजकीय सल्लागार होते. हे नेते कधी काँग्रेसच्या केंद्रीय नेत्यांबरोबर कारमध्ये बसून फिरत नसत. ते संघटनेचं काम करत. आत्ताचे महासचिव राहुल गांधींच्या कारमधून फिरण्याशिवाय काहीच करत नाहीत, असं या ज्येष्ठ नेत्याचं म्हणणं होतं. हे महाशय म्हणजे के. सी. वेणुगोपाल. त्यांच्या कार्यपद्धतीबाबत गेले अनेक महिने चर्चा होत आहे. संघटनात्मक फेरबदलामध्ये त्यांचं काय होईल हे दिसेलच.

महाकुंभमधील बंडलबाजी

केंद्रीय अर्थमंत्री निर्मला सीतारामन यांनी लोकसभेत अर्थसंकल्पीय भाषणाची सुरुवात करण्याआधीच समाजवादी पक्षाचे प्रमुख अखिलेश यादव यांनी महाकुंभ मेळ्यामध्ये चेंगराचेंगरीमध्ये झालेल्या मृतांचा खरा आकडा जाहीर करण्याची मागणी केली होती. राज्यसभेत तर मल्लिकार्जुन खरगेंनी मृतांचा आकडा हजारोंमध्ये असल्याचा दावा केला होता. हा मुद्दा मांडण्याचं कारण असं की, उत्तर प्रदेशमधील योगी आदित्यनाथ यांचं सरकार मेळ्यात सहभागी झालेल्या भक्तांचा कोटी-कोटींचा आकडा देत आहे. खरोखरच कोटींच्या संख्येने प्रयागराजला एकावेळी भक्त हजर असतील तर चेंगराचेंगरीमधील मृतांच्या आकड्याबाबत सखोल चौकशी करण्याची गरज निर्माण होते. एकाच दिवशी एकाच वेळी कोट्यवधी भक्त गंगाकिनारी प्रयागराजला उपस्थित असणं अशक्य आहे. तरीही भक्तांच्या सहभागाबाबत योगी सरकार भलतेसलते आकडे का देत आहे हे समजू शकत नाही. मौनी अमावास्येला आठ कोटी, मकर संक्रांत व वसंत पंचमीला अनुक्रमे साडेतीन कोटी व अडीच कोटी भक्तांनी गंगेच्या पाण्यात डुबकी मारली असा दावा करण्यात आला आहे. पूर्ण महाकुंभ मेळ्याला एकूण ४५-५० कोटी भक्त भेट देतील असा योगी सरकारचा दावा आहे. महाकुंभ मेळा ४५ दिवसांचा आहे. योगी सरकारचा दावा खरा ठरला तर प्रतिदिन किमान एक कोटी भक्त प्रयागराजमध्ये असले पाहिजेत. इतक्या प्रचंड संख्येने भक्तांना सामावून घेण्याची प्रयागराजसारख्या छोट्या शहराची क्षमता तरी आहे का, हा प्रश्न योगी सरकारला का पडला नसावा हे आश्चर्यच आहे! केंद्रीय रेल्वे मंत्रालयाने जाहीर केलेल्या आकड्यानुसार मौनी अमावास्येच्या दिवशी प्रयागराज जिल्ह्यामध्ये ३६० रेल्वेगाड्या आल्या, त्यात १९० विशेष रेल्वेगाड्यांचाही समावेश होता. या रेल्वेगाड्यांतून १० लाख भक्त प्रयागराजमध्ये उतरले. मौनी अमावस्या हा विशेष दिवस होता. त्या दिवशी भक्तांची संख्या जास्तीत जास्त असेल असं मानता येईल. इतर दिवशी भक्तांची संख्या कदाचित कमी असू शकते. रेल्वेशिवाय, रस्तेमार्गाने व विमानानेही भक्त प्रयागराजमध्ये आले. १३ फेब्रुवारी रोजी प्रयागराज विमानतळावर सर्वाधिक ९६ विमानं उतरली, त्यामधून एकूण १६ हजार प्रवासी उतरले. म्हणजे विमानाने येणाऱ्या प्रवाशांची संख्या अत्यल्प आहे. समजा रस्त्याच्या मार्गाने रेल्वेप्रवाशांइतकेच प्रवासी प्रयागराजला आले असं गृहीत धरलं तरी प्रतिदिन प्रयागराजमध्ये येणाऱ्यांची संख्या जास्तीत जास्त २० लाख असू शकते. हा आकडा प्रतिदिन अपेक्षित एक कोटींपेक्षा किती तरी कमी आहे. महाकुंभला ३५ दिवस झाले आहेत. योगी सरकारचा दावा खरा मानला तर ३५ कोटी भक्त प्रयागराजला येऊन गेले. पण, रेल्वे, रस्ते, विमान अशा सर्व मार्गांनी प्रतिदिन प्रयागराजला येणाऱ्यांची संख्या २० लाखांपेक्षा जास्त असू शकत नाही. म्हणजे आत्तापर्यंत जास्तीत जास्त सात कोटी भक्त येऊन गेले असू शकतात. हा आकडा चुकीचा आहे असं कोणी म्हणत असेल तर ९० लाख भक्त रस्ते मार्गाने एकाच दिवशी आले का, हा प्रश्न निर्माण होतो. रस्त्यांची क्षमता, लांबलचक रांगा आणि गर्दी पाहता खरेतर १० लाख भक्तदेखील प्रतिदिन रस्तेमार्गाने येऊ शकत नाहीत. आता लक्षात घेता येईल की, योगी सरकारच्या दाव्यापेक्षा कमी भक्त प्रतिदिन प्रयागराजला आले होते, तरीही चेंगराचेंगरी झाली व काही भक्तांना प्राण गमवावे लागले. खरेखरच प्रतिदिन एक कोटी भक्त आले असते तर इथल्या यंत्रणेची काय अवस्था झाली असती याचा विचार करता येऊ शकतो. महाकुंभ मेळ्यात येणाऱ्या भक्तांबाबत आकडे फुगवून स्वतःची छाती फुगवण्याचा योगी सरकारचा प्रयत्न किती लाजिरवाणा असू शकतो, याचं प्रत्यंतर देशाने घेतलं आहे. योगी सरकारची ही बंडलबाजी केंद्र सरकारच्या आकड्यांतूनच स्पष्ट होते.

हलवा समारंभाचा फोटोच नाही?

दरवर्षी केंद्रीय अर्थसंकल्प सादर होण्यापूर्वी नॉर्थ ब्लॉकमधील अर्थ मंत्रालयामध्ये हलवा समारंभ होतो. त्याचं गेल्या वर्षीपर्यंत कौतुक होत असे. पण, गेल्या वर्षी राहुल गांधींनी या हलव्या समारंभावर हल्लाबोल केल्यामुळं यावर्षी हलवा समारंभाला केंद्र सरकारनं प्रसिद्धीच दिली नाही. या समारंभाची छायाचित्रं कुठं प्रसिद्ध झालेलीही दिसली नाहीत, असा उल्लेख लोकसभेत राहुल गांधींनी भाषणात केला. केंद्रीय प्रशासनामध्ये ओबीसी फारसे नाहीत. अर्थसंकल्पही उच्चवर्णीय तयार करतात. अर्थसंकल्प तयार करणारे अधिकारी अर्थमंत्र्यांबरोबर हलवा खातात. त्यांची छायाचित्रं प्रसिद्ध होतात. या छायाचित्रांमध्ये कोण ओबीसी अधिकारी आहे सांगा, असा प्रश्न राहुल गांधींनी केला होता. या प्रश्नाचा केंद्र सरकारने धसका घेतला की काय कोण जाणे. यावर्षी हलवा समारंभ गुचपूच आटोपून टाकला असं राहुल गांधींचं म्हणणं होतं. दरवर्षीप्रमाणं यावषीर्ही हलवा समारंभ झाला पण, त्याला फारशी प्रसिद्धी दिली गेली नसावी असं दिसतंय.

राहुल गांधींनी स्टाइल बदलली?

राष्ट्रपतींच्या अभिभाषणावरील चर्चेमध्ये राहुल गांधींच्या भाषणाने अनेक प्रभावित झालेले पाहायला मिळाले. गेल्या वेळी राहुल गांधींनी हिंदीतून भाषण केलं होतं. द्रोणाचार्य आणि एकलव्याची कथा सांगितली होती. राहुल गांधींच्या कथाकथनाची भाजपच्या सदस्यांनी टिंगल केली होती. राहुल गांधींची हिंदी प्रवाही नाही, त्यांच्याकडे पुरेसा शब्दसंचय नाही, त्यांना नीट भाषण देता येत नाही. त्यांच्याकडे लोकांना आकृष्ट करेल अशी ओघवती शैली नाही. चांगला वक्ता होण्याची कौशल्यं त्यांच्याकडं नाहीत, असे त्यांचे मुद्दे होते.

शंभर वर्षांचे शब्दयुद्ध...

'न्यू यॉर्कर' मासिकाचा शंभर वर्षांपूर्वी फेब्रुवारी महिन्यात पहिला अंक निघाला. या आठवड्यात १७ ते २५ फेब्रुवारी असा पंधरा दिवसांचा जोडअंक हा 'न्यू यॉर्कर'ने शताब्दी अंक काढला असून १७६ पानांचा हा विशेषांक दोन जॅकेट्ससह एका मुखपृष्ठाचा ऐवज देणारा आहे. याच साप्ताहिकात जिल लपोर या गेली दोन दशके अवार्चीन अमेरिकी इतिहासाचा धांडोळा घेणाऱ्या पत्रकार लेखिकेने 'न्यू यॉर्कर'च्या शैली-शताब्दीवर भरभरून संदर्भपट उभारलाय... तो उभारताना शंभर वर्षांपूर्वी संपादक हेरॉल्ड वॉलेस रॉस यांनी लिहिण्यासाठी घालून दिलेल्या नियमांना मोडत असल्याची तपशिलात नोंद करीत! हेरॉल्ड रॉस यांनी आपल्या लेखक आणि उपसंपादकांना सक्त ताकीद दिली होती की, लेखक ही सतत लेखनकामाठी करणाऱ्यांव्यतिरिक्तच्या जगासाठी कंटाळवाणी जमात असल्याने कुणीही लेखकांविषयी लिहू नका. जे लेखकांविषयी, तेच संपादकांबाबतही तंतोतंत खरे असल्याने त्याच्या नावाचाही उल्लेख कुठे येऊ देऊ नका. तर पुढचे काही तप चाललेल्या आणि त्यानुसार घडलेल्या या नियतकालिकाने फक्त अमेरिकेतील एका शहराशी संबंधित पत्रकारिता आणि साहित्यसेवा केली नाही; तर सरधोपटता वजा करणाऱ्या लिखाणाची चव काय असते याची दीक्षा जगाला दिली. या दशकांगणिक विस्तारत जाणाऱ्या शब्दयुद्धाचा आलेख जिल लपोर यांनी प्रत्येक दशकावर छाप पाडणाऱ्या या साप्ताहिकाचे संचितमासले उपलब्ध करून देत मांडलाय.

रॉस यांच्या नियमांना बगल देत फक्त न्यू यॉर्करमधील लेखकांना आणि त्यांच्या संपादकांच्या अ-कंटाळवाण्या कायार्चा सतत उल्लेख त्या करतात. ताज्या अंकात विद्यमान (पाचवे) संपादक डेव्हिड रेम्निक यांनीदेखील द टॉक ऑफ द टाऊन या साप्ताहिक स्तंभात आधीच्या हेरॉल्ड रॉस, विल्यम शॉन, रॉबर्ट गॉटलीब, टीना ब्राऊन आदींच्या संपादकीय कार्यकाळाची चर्चा केली आहे. २१ फेब्रुवारी १९२५ च्या २५ सेंट्सना उपलब्ध झालेल्या पहिल्या अंकाच्या प्रतीच विकल्या गेल्या नाहीत. रॉस आणि त्यांची पत्नी जेन ग्राण्ट यांच्या कल्पनेतून हे साप्ताहिक काढण्यात आले. तिरकस अंगाचा विनोद आणि शहराची माहिती पुरवणारे साप्ताहिक काढून ते लोकप्रिय करण्याचा त्यांचा इरादा पहिल्याच मासिकानंतर धुळीस मिळाला. पहिल्या काही वर्षांपासूनच पीटर अर्नो यांची मुखपृष्ठे आणि विनोदी, सामाजिक संशोधनयुक्त लेखन यांनी न्यू यॉर्करला वाचक मिळू लागला. १९२७ पासून ई. बी. व्हाइट यांचा संपादकीय विभागात समावेश झाला आणि पुढे त्यांच्या पत्नी बनलेल्या संपादिका कॅथरिन व्हाइट यांनी न्यू यॉर्करमध्ये नव्या लेखकांना, कवींना लिहिते केले.

त्या नवख्या लेखकांची नावे होती व्लादिमीर नोबोकोव्ह, जॉन ओहारा, मॅरी मेकार्थी, जॉन चीवर, जॉन अपडाईक... आणखीही भरपूर नाणावलेल्या लेखकांनी यात कथा लिहिल्या. पुढली काही दशके हे लेखक पुस्तकांद्वारे जगभर गाजत होते आणि त्यासह न्यू यॉर्करमधील लेख/ कथा। कवितांनीदेखील लोकप्रिय ठरत होते. न्यू यॉर्कर जन्मले त्याआधी अमेरिकेतील सर्वात जुने हार्पर्स (१८५०), लाइफ (१८८३), कॉस्मोपोलिटन (१८८६), व्होग (१८९२), द वाइड वर्ल्ड (१८९८), व्हॅनिटी फेअर (१९१३), एस्क्वायर (१९३३) ही समाजाची चावी पकडणारी मासिके होतीच. पण वाचकप्रिय अथवा खपाची मासिके म्हणून त्यांचा बोलबालाच नव्हता.

शेवगाच्या शेंगा एक अमृत... सर्व आजारांवर उपयोगी

शेवगाच्या शेंगांचे आपल्या आयुवेर्दात खूप महत्त्व आहे. शेवगाच्या शेगत 300 हून अधिक प्रकारांच्या आजाराचे औषध आहे. दक्षिण भारतात तर ह्याचा वापर दररोजच्या आहारात केला जातो. शेवग्याचा शेंगांमध्ये काबोर्हायड्रेट, पोटॅशियम, आयरन, मॅग्निशियम, व्हिटॅमिन ए, व्हिटॅमिन सी आणि व्हिटॅमिन बी कॉम्प्लेक्स भरपूर प्रमाणात आढळतात.

शेवगाच्या शेंगांची कोळी पानं आणि फळे भाजी म्हणून वापरतात. ह्याचा काड्या, हिरवे पानं त्याच बरोबर ह्याचे सुकलेले पान पण औषधीयुक्त असतात. ह्याचा पानाची भाजी खूप चवदार असते. जेवणात ह्याचे सेवन करावे. चला तर मग याचे गुणकारी लाभ जाणून घेऊ या..

* पोटाशी निगडित कुठल्याही समस्या अपचन असो किंवा बद्धकोष्ठता असल्यास शेवगाच्या शेंगांचे रस प्या किंवा ह्याची भाजी करून खाल्ल्याने पोटाच्या समस्या नाहीश्या होतात.

* नेत्र विकार असल्यास शेवग्याच्या शेंगा, पान, फुले जास्त प्रमाणात वापरावी. दृष्टी कमी झाल्यास लाभ मिळतो.

* सायटिका, संधिवात सारखे त्रास असल्यास याचा पानांचा आणि ह्याच्या झाडाच्या सालांचा काढा करून प्यायल्याने हे रोग नाहीसे होतात.

* यकृतास निरोगी ठेवण्यास ह्याची भाजी बनवून खाल्ल्यास हे प्रभावी असतात.

* शरीरातील कुठल्याही भागात लचक भरलेली असल्यास ह्याची पाने बारीक वाटून घ्यावी आणि त्याचा रस मोहरीच्या तेलात मिसळून लावल्याने वेदना आणि सूज कमी होते.

* कान दुखण्यावरही हे प्रभावी आहे. ह्याचा पानाचा रस काढून कानात थेंब टाकल्याने कानदुखीच्या वेदना पासून आराम मिळतो.

* मूत्रपिंडाच्या किंवा किडनीच्या स्टोन झाल्यास शेवगाच्या शेंगांची भाजी किंवा सूप करून प्यायलाने स्टोन निघून जातो

* रक्तदाब, ह्रदयरोगावर फायदेशीर आहे. शरीरातील रक्तदाब आणि कॉलेस्ट्राल कमी करते. वजन वाढल्यास वजन कमी करते. ह्यात कॅल्शियम भरपूर असतात त्यामुळे हाडं बळकट होतात.

* लहान मुलांना जंत होण्याची समस्या जास्त असते. असे झाल्यास ह्यांचा पानांचा रस द्यावा आराम होतो.

* अतिसार झाल्यास देखील पानांचा रस देणे लाभकारी असतं.

* शेवगाच्या शेंगा ब्लड प्युरिफायर म्हणून काम करते. ह्याचे सूप किंवा भाजी बनवून खाल्ल्यास कॅंसर सारख्या आजारामध्ये पण लाभकारी आहे.

बघा ह्या शेवगाच्या शेंगा किती गुणकारी आणि प्रभावी आहे. त्याचे पानं, फुल, झाडाची सालं सगळंच काही औषधी असतं मग आता आपण ह्याचा आपल्या आहारात समावेश करू या आणि शरीरास निरोगी ठेवू या.

काजू- बदाम, मनुके भिजवून खावेत की सुके?

दिवसभर उत्साही आणि ऍक्टिव्ह राहण्यासाठी आपल्या दिवसाची सुरुवात योग्य पद्धतीने करणे महत्त्वाचे आहे. अनेकदा आपण कामात असतो तेव्हा खाण्यापिण्याचे भानहे राहात नाही पण हेच जर आपण थोडं फ्री असू तर मात्र प्रत्येक तासाला काही ना काही खायची इच्छा होते. भूक असेलच असं नाही पण काहीतरी चघळत राहावंसं वाटतं. हे दोन्ही प्रकार आपल्या आरोग्यासाठी नुकसानदायक आहेत. छोटी भूक टाळूही नये आणि सतत खातही राहू नये. जर तुम्हालाही दिवसभरात अधून मधून अशी भूक जाणवत असेल तर अशावेळी सुका मेवा खाणे हे सर्वात उत्तम पर्याय ठरू शकते. विविध पोषक तत्वांचा साठा असलेल्या सुक्या मेव्यात तुमची स्मरणशक्ती वाढवण्यापासून ते ऊर्जा देण्यापर्यंतची क्षमता असते. पण हा सुका मेवा नेमका कसा खावा हे अनेकांना कळत नाही.

काजू, बदाम, मनुके, अक्रोड असे सुक्या मेव्यातील मुख्य नट्स हे भिजवून खाण्याचा सल्ला दिला जातो तर काही आहारतज्ज्ञ हे नट्स सालीसहित खायला हवेत असे सांगतात. पण यात नेमकं खरं काय आणि सालीसहित किंवा शिवाय नट्स खाण्याचा शरीरावर नेमका काय परिणाम होतो हे आपण जाणून घेऊयात.. आहारतज्ञ गरिमा गोयल सांगतात की, ह्लसुका मेवा हा पोषक तत्वांचा पॉवरहाऊस आहेत आणि त्यांचे नियमित सेवन केल्याने तुमचे आरोग्य सुधारण्यास मदत होईल,ह्व मात्र ते खाण्यापूर्वी सुका मेवा काही वेळ भिजवून ठेवणे गरजेचे आहे.

सुका मेवा भिजवून का खावा?

तज्ञांनी सांगितले की जेव्हा तुम्ही काजू भिजवता तेव्हा फायटिक ऍसिडचे प्रमाण कमी होते व हे आम्ल तुमच्या आतड्यांमधून शोषले जाण्याचे प्रमाण कमी होते. सुक्या मेव्यात मॅग्नेशियम, सेलेनियम आणि झिंक सारखी खनिजे असतात, जी भिजवल्यावर अधिक चांगल्या प्रकारे शरीरात शोषली जातात. शेंगदाणे भिजवल्याने अपचन होण्याची शक्यता कमी होते कारण फायटिक ऍसिड आणि टॅनिनसारखे घटक काढून टाकले जातात. दरम्यान. आहारतज्ज्ञ गरिमा सांगतात की, दररोज ६ ते १० नट्सचे सेवन करणे फायद्याचे ठरू शकते. तुम्ही यात काजू, बदाम, मॅकडामिया किंवा अक्रोड सारखा विविध प्रकारचा सुका मेवा खाऊ शकता.

हिवाळ्यात हाडांना मजबूत करायचंय? किवीचे सेवन करा

थंडीच्या दिवसांत प्रत्येकजण स्वतःची विशेष काळजी घेतो. थंडी टाळणे, गरम असलेले पदार्थ खाणे, हिवाळ्यात या सर्व गोष्टींची काळजी घेणे आवश्यक आहे. थंड वातावरणात तळलेले अन्न खाल्ल्याने शरीराला अपाय होतो. याबरोबरच बाहेरचे तेलकट पदार्थ खाल्ल्याने शरीरावर वाईट परिणाम होतो. चेहऱ्यावर पिंपल्स, डाग दिसू लागतात. म्हणूनच शरीराला निरोगी ठेवणाऱ्या गोष्टी प्रत्येक ऋतूत खाल्ल्या पाहिजेत, मग तो हिवाळा असो किंवा उन्हाळा. फळांबद्दल बोलायचे झाले तर, किवी खाल्ल्याने तुमची त्वचा तर सुधारतेच, याशिवाय किवी खाल्ल्याने हाडे देखील मजबूत होतात. या ठिकाणी आम्ही तुम्हाला हाडांसाठी किवी हे फळ किती चांगलं आहे हे सांगणार आहोत.

थंडीमध्ये हाडं खूप मजबूत राहतील

हिवाळ्यात आपल्या हाडांची काळजी घेणे आवश्यक आहे. यासाठी पोषक तत्वे घेणे आवश्यक आहे. किवीमध्ये सर्वाधिक फायटोकेमिकल्स आणि व्हिटॅमिन सी असते. त्वचेसाठी ते खूप फायदेशीर आहे. जेव्हा आपण आजारी असतो तेव्हा डॉक्टर देखील किवी खाण्याचा सल्ला देतात. किवी खाल्ल्याने लहान मुलांपासून वृद्धांपर्यंत सगळ्यांचीच हाडे मजबूत होतात. म्हणूनच हिवाळ्यात हे फळ तुम्हाला निरोगी ठेवण्यासाठी खूप गुणकारी मानले जाते. ज्या लोकांना उच्च रक्तदाबासारखी समस्या आहे त्यांनी दिवसातून दोन ते तीन वेळा किवी फळाचे सेवन करावे.

किवीमध्ये भरपूर जीवनसत्त्व असतात

हे फळ असे आहे की त्यात भरपूर जीवनसत्त्व असतात. म्हणूनच किवीला जीवनसत्त्व आणि पोषक तत्वांचा खजिना मानला जातो. हे खाल्ल्याने माणसाची रोगप्रतिकार शक्ती मजबूत होते. हे फळ थोडे महाग असल्याने अनेक लोक याची खरेदी करणे टाळतात. पण आम्ही तुम्हाला सांगतो की हे फळ तुम्हाला अनेक आजारांपासून दूर ठेवते. किवी हा रोगप्रतिकारशक्ती वाढवणारा चांगला पर्याय मानला जातो. तसेच हिवाळ्यात दुखापत झाल्यास किंवा इतर कोणत्याही जखमा लवकर भरून येत नसतील तर यासाठी किवी खाल्ल्यास जखम लवकर भरते. किवीमधील नैसर्गिक संयुगे आणि बॅक्टेरियाच्या वाढीस प्रतिबंध करणारे घटक जखमा लवकर बऱ्या करण्यासाठी उपयोगी ठरतात.

आरोग्यदायी पुदीन्याचे फायदे

बाजारात दंत मंजन, चुइंग गम्स, माऊथ फ्रेशनर, कॅंडीज आणि इनहेलरसारखअया अनेक उत्पादनांमध्ये पुदीन्याचा मुख्यतः वापर केला जातो. पण पुदीन्याचे अजूनही आहेत अनेक आरोग्यदायी फायदे.

पचन होते सुलभ – मेंथा पाचन प्रणाली ला शक्तीशाली बनवण्यात मदत करते. ज्यामुळे पचनाचे सर्व कार्य योग्य प्रकारे होते. कारण जर पचनशक्ती योग्य नसेल तर जेवण पचवण्यात अनेक समस्या येतात. ज्यामुळे अपचन आणि पोट खराब होण्यासारख्या समस्यांचा समावेश आहे. जेव्हा तुम्हाला वाटेल की पोट बिघडतंय तेव्हा एक कप पुदीन्याचा चहा प्यावा. लगेच आराम मिळेल. पुदीन्याच्या वासाने तुमच्या लाळ ग्रंथी सक्रिया होतात. तसंच लाढ ग्रंथीतून पचनासाठी योग्य एंजाईम स्त्रवण्यासाठी चालना मिळते. ज्यामुळे पचन सुलभ होते.

लिव्हरसाठी पुदीन्याचे फायदे – जेव्हा तुमचं लिव्हर हळूहळू अकार्यक्षम होतं तेव्हा तुमचा चेहराही कोमेजू लागतो. अशा परिस्थितीत मदत होते ती पुदीन्याची. त्यामुळे आपण पुदीन्यातील पोषक तत्त्वांचे आभार मानले पाहिजेत.

स्मरणशक्तीला चालना – एक ताजा रिसर्चनुसार पुदीना तुमच्यातील जागरूकता, धारण शक्ति आणि संज्ञानात्मक क्रियेचा प्रभाव वाढवताना आढळते. ज्या अनुसार एक्सपर्ट या निर्णयावर पोचले आहेत की, जी लोकं च्यूइंग गम खातात. ज्यामध्ये पुदीना मुख्यतः असतो. त्यांची स्मरणशक्ती इतरांच्या तुलनेत जास्त सतर्क असते. काही रिसर्चमध्ये हेही आढळलं आहे की, पेपरमिंट तेलाच्या सुवासाने तुमची स्मृती आणि सतर्कता वाढू शकते. पण याबाबत अजून अभ्यास होण्याची आवश्यकता आहे.

कॅन्सरचा धोका टाळण्यासाठी – कॅन्सरपासून बचावासाठी पुदीन्याची मदत होते कारण इतर औषधी वनस्पतींप्रमाणेच पुदीन्यातही कॅन्सरविरोधी अनेक गुण आढळतात. पुदीन्याच्या पानातील हा गुणधर्म यातील विभिन्न प्रकारच्या एंजाईममुळे आढळून येतो.

वेदनाशामक पुदीना – अनेक प्रकारच्या वेदनाशामक बाममध्ये पुदीन्याचा अर्क मुख्य घटकाच्या रूपात वापरला जातो. याचं कारण आहे की, ज्या भागात वेदना होते किंवा जखम होते त्या ठिकाणी पुदीनायुक्त बाम लावल्यास थंडावा मिळतो. यामुळे वेदना कमी होतात. तसंच पुदीन्यातून निघणायं बाष्प श्वासाद्वारे हुंगल्यासही फरक पडतो. यामुळे संपूर्ण शरीराला आराम मिळतो. हे अप्रत्यक्ष रूपाने वेदना आणि डोकेदुखीशी निगडीत सर्व समस्या दूर करते.

कफ आणि सर्दीवरही गुणकारी – मिंटमधील तीव्र गंध जो नाकाद्वारे शरीरात जाऊन श्वसन प्रक्रिया सुलभ करतं. हे कफ शरीराबाहेर टाकण्यास मदत करतं. जेव्हा तुम्हाला खोकल्याचा त्रास होतो. तेव्हा पुदीन्यातील एंटी बॅक्टेरियल आणि एंटी इन्फ्लामेंट्री गुणांमुळे श्वसन तंत्र सुलभ होण्यासोबतच घश्याची सूजही कमी होते. जर तुम्हाला खोकल्याचा त्रास होत असेल तर त्यावर पुदीन्याच्या पानांचा रस गरम पाण्यात घालून त्याची वाफ घ्या. ही वाफ घेतल्याने तुमच्या घश्याला आणि नाकाला खरोखर आराम मिळेल.

पाळीच्या दिवसातील वेदनांवरही गुणकारी – पुदीन्याची पान तुमचं रक्त शुद्ध करतात आणि आपल्या शरीरातील शांत मांसपेशींवर याचा अँटी-स्पास्मोडिक प्रभाव पडतो. त्यामुळे मासिक पाळीच्या दिवसांतील वेदना दूर करण्याचाही हा एक चांगला उपाय आहे. उपाय म्हणून तुम्ही पुदीन्याच्या चहाचा एक कप गरम काढा बनवून घ्या आणि तो दिवसभर घोट घोट पीत राहा. जो तुमच्या गर्भाशयाला शांत करेल.

गर्भवती महिलांसाठी फायदेशीर – पुदीन्याच्या पोटावर होणाऱ्या प्रभांवामुळे गर्भवती महिलांसाठीसुद्धा हे उत्तम आहे. हे पचन प्रक्रियेसाठी एंजाईम सक्रीय करून मॉर्निंग सिकनेसमुळे होणारी मळमळ दूर करण्यात मदत करतं. सकाळी उठल्यावर पुदीन्याची काही पानं चावून खाणं किंवा वाटलेल्या पुदीन्याच्या पानांचा वास घेणं ही योग्य पद्धत आहे. पण गर्भवती महिलांनी एक लक्षात ठेवावं की, याचा वापर बाळ झाल्यावर करू नये. कारण याचा प्रभाव तुमच्या स्तनपानावर होऊ शकतो.

डेली डाएटमधून इतक्या कॅलरी करा कमी...

जर तुम्ही हेल्दी असाल आणि तरी सुद्धा तुम्हाला वजन कमी करायचं असेल किंवा फिट रहायचं असेल तर डेली डाएटमधून दररोज काही कॅलरी कमी करून तुम्ही वजन कमी करू शकता. तसेच कॅलरी कमी केल्याने तुमचं आरोग्यही चांगलं राहील. याआधी झालेल्या अनेक रिसर्चमधून ही बाब समोर आली आहे की, लो-कॅलरी डाएटचं सेवन करून आरोग्याशी संबंधित अनेकप्रकारच्या समस्या दूर होतात. अशात तुमचं वय वाढलं तरी तुम्ही तरूण दिसाल.

डाएटमधून किती कॅलरी कमी कराव्या

नुकत्याच झालेल्या एका नव्या रिसर्चमधून समोर आले आहे की, डेली डाएटमध्ये दररोज केवळ ३०० कॅलरी कमी करून शरीरात कलेस्ट्रॉलचं प्रमाण, ब्लड प्रेशरचं प्रमाण आणि ब्लड शुगरचं प्रमाण चांगलं होतं. सोबतच अनेकप्रकारच्या मेटाबॉलिज्मशी संबंधित आजार तुमच्या जवळही भटकणार नाहीत. केवळ वेट लॉस नाही तर आरोग्यही चांगलं राहतं द लॅंसेट डायबिटीस अॅन्ड इंडोक्रिनोलॉजी नावाच्या जर्नलमध्ये प्रकाशित या रिसर्चमध्ये या गोष्टीचं समर्थन करण्यात आले आहे की, कमी कॅलरीचं सेवन केल्याने केवळ वजन कमी होतं असं नाही तर तुमचं आरोग्यही चांगलं राहतं आणि शरीरात कॉम्प्लेक्स मेटाबॉलिक बदलही होत नाहीत. रिसर्चमध्ये ही गोष्ट सिद्ध करण्यात आली आहे की, जर तुम्ही तुमच्या दररोजच्या कॅलरी इनटेकमध्ये कमतरता आणाल तर याने ना केवळ वजनच कमी होईल तर डायबिटीस आणि ह्रदयाशी संबंधित धोकाही कमी होतो.

२ वर्ष कॅलरी इनटेकमध्ये २५ टक्के घट

या रिसर्चमध्ये अभ्यासकांनी २१ ते ५० वयोगटातील २०० महिला आणि पुरूषांची निवड केली आणि त्यांना दोन वेगवेगळ्या ग्रुपमध्ये विभागण्यात आले. एका ग्रुपला सांगण्यात आलं की, त्यांना २ वर्षांपर्यंत कॅलरी रिस्ट्रिक्शनची प्रॅक्टिस करायची आहे. या लोकांना सांगण्यात आले की, ते त्यांना हवं ते खाऊ शकतात. पण एक अट आहे. ती म्हणजे त्यांना त्यांच्या रोजच्या कॅलरी इनटेकमध्ये २५ टक्के घट करायची होती. तेच दुसऱ्या ग्रुपला सामान्य रूपाने खाणं-पिणं करण्यास सांगण्यात आलं.

७१ टक्के लोकांचं वजन १० टक्के घटलं

ज्या ग्रुपमधील लोकांना कॅलरी कमी करण्यास सांगण्यात आले होते, त्यांच्यातील जास्तीत जास्त लोक २५ टक्के कॅलरी करण्याचं टार्गेट पूर्ण करू शकले नाहीत आणि २ वर्षात त्यांनी सरासरी कॅलरीमध्ये ११.९ टक्के घट केली होती. जी दररोजच्या ३०० कॅलरीच्या बरोबरीत आहे. अभ्यासकांना आढळलं की, केवळ १ वर्षातच या ग्रुपमधील लोकांच्या कोलेस्ट्रॉल आणि ब्लड प्रेशरमध्ये कमतरता आढळली. सोबतच साधारण ७१ टक्के लोक त्यांचं वजन १० टक्क्यांपर्यंत कमी करण्यात यशस्वी ठरले.

प्रोसेस्ड फूड करा अव्हॉइड

डाएटमध्ये हेल्दी करणे जसे की, फळ आणि भाज्यांचं जास्त सेवन करावं आणि प्रोसेस्ड फूड खाणं कमी करावं. हे दोन्ही प्रभावी उपाय आहेत. या माध्यमातून तुम्ही कॅलरी कमी करू शकता आणि हेल्दी राहू शकता.

तुम्ही सफरचंदासोबत बॅक्टेरिया खात आहात का?

सफरचंदामध्ये असतात मायक्रोब्स

सफरचंदावर असलेले मायक्रोब्स आरोग्याच्या दृष्टीने चांगले आहेत की वाईट हे सफरचंद कुठे उगवण्यात आलं आहे, त्यावर अवलंबून असतं. संशोधकांचं असं म्हणणं आहे की, सर्वाधिक मायक्रोब्स हे सफरचंदामध्ये असून ते किती प्रमाणात आहेत, हे तुम्ही सफरचंदाचा जो भाग खाणार त्यावर अवलंबून असते. रिसर्चमध्ये सांगितल्यानुसार, जर तुम्ही ऑर्गॅनिक पद्धतीने उगवण्यात आलेले सफरचंद खात असाल तर त्यांमद्ये विविध आणि असंतुलित बॅक्टेरिया असतात. जे त्यांना पारंपारिक सफरचंदाच्या तुलनेमध्ये जास्त आरोग्यदायी आणि चविष्ट बनवतात. ६५०५२५६७ मायक्रोब्सचा स्त्रोत असतात ही कच्ची फळं आणि भाज्या ऑस्ट्रियाच्या ग्रॅज यूनिवर्सिटी ऑफ टेक्नॉलजीचे प्रोफेसर गेब्रियल बर्ग यांनी सांगितले की, 'आपल्या आहारामध्ये असलेले बॅक्टेरिया, फंगस आणि व्हायरस आपल्या पोटामध्ये थोड्यावेळासाठी जमा होतात. पदार्थ शिवजताना यांपैकी अधिक बॅक्टेरिया नष्ट होतात. त्यामुळे कच्ची फळं आणि भाज्या या मायक्रोब्सचा महत्त्वपूर्ण स्त्रोत आहे.' हे संशोधन जर्नल फ्रंटियर्स इन मायक्रोबायोलॉजीमध्ये प्रकाशित करण्यात आले असून यामध्ये नॉर्मल सफरचंद आणि ऑर्गेनिक सफरचंदांमध्ये तुलना करण्यात आले आहे. ऑर्गेनिक आणि नॉर्मल सफरचंदामध्ये बॅक्टेरियांची संख्या समान संशोधनामध्ये, सफरचंदाच्या सर्व भागांचं वेगवेगळं विश्लेषण करण्यात आलं आहे. ज्यामध्ये असं आढळून आलं की, ऑर्गेनिक आणि नॉर्मल सफरचंदामध्ये बॅक्टेरियांची संख्या समान असते. बर्ग यांनी सांगितले की, दोन्ही प्रकारची सफरचंदांचं निरक्षण केल्यानंतर असं समजलं की, २४० ग्रॅम सफरचंदामध्ये जवळपास १० कोटी बॅक्टेरिया होते. सर्वाधिक बॅक्टेरिया सफरचंदाच्या बियांमध्ये आढळून आले. तसेच सफरचंदाच्या सालींमध्येही मोठ्या प्रमाणात बॅक्टेरिया आढळून आले.

सुरेश धस-धनंजय मुंडेंच्या भेटीवर मुख्यमंत्री फडणवीसांचं मोठं विधान

■**बीड :** बीड जिल्ह्यातील मस्साजोग गावचे सरपंच संतोष देशमुख यांची काही दिवसांपूर्वी हत्या करण्यात आल्याची धक्कादायक घटना घडली. या प्रकरणाचा भाजपाचे आमदार सुरेश धस यांच्यासह अजून काही नेत्यांनी आवाज उठवला. यानंतर या घटनेतील आरोपींना पोलिसांनी अटक केलं. तसेच या संपूर्ण प्रकरणाची चौकशी तीन यंत्रणांच्या माध्यमातून सुरु आहे. दरम्यान, खंडणी प्रकरणातील आरोपी वाल्मिक कराडचे आणि मंत्री धनंजय मुंडे यांचे जवळचे संबंध असल्याचा आरोप विरोधकांनी केला होता. यावरून भाजपाचे नेते सुरेश धस यांनीही अनेकदा टीका केली. पण काही दिवसांपूर्वी सुरेश धस यांनी धनंजय मुंडे यांची त्यांच्या निवासस्थानी जाऊन भेट घेतल्याची माहिती समोर आल्यामुळे चांगलंच

राजकारण तापलं आहे.

यावरून राजकीय वतुर्ळातून वेगवेगळ्या प्रतिक्रिया समोर आल्या आहेत. यानंतर स्वतः सुरेश धस यांनी या भेटीबद्दल स्पष्टीकरणही दिलं. सुरेश धस यांनी धनंजय मुंडे यांची भेट घेतल्याचे मान्य करत आपण त्यांच्या डोळ्याच्या शस्त्रक्रियेनंतर तब्येतीची विचारपूस करण्यासाठी भेटल्याचं सांगितलं. दरम्यान, सुरेश धस आणि धनंजय मुंडे यांच्या भेटीवर आता राज्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी देखील प्रतिक्रिया दिली आहे. कोण कोणाला भेटलं? यावर राजकारण होत असेल तर लोकशाहीमध्ये ते योग्य नाही, असं देवेंद्र फडणवीसांनी म्हटलं आहे.

देवेंद्र फडणवीस काय म्हणाले?

कोण कोणाला भेटलं यावर राजकारण होत असेल तर लोकशाहीमध्ये ते योग्य नाही. लोकशाहीमध्ये संवाद सुरु राहिला पाहिजे. तसेच सुरेश धस यांनी मस्साजोगच्या प्रकरणात खंबीर भूमिका घेतलेली आहे. त्यांची भूमिका सर्वांनी पाहिली आहे. अशा प्रकारे खंबीर भूमिका घेत असताना कोणाशी संवाद तोडून टाकायचा असं करण्याची आवश्यकता नाही. कारण धनंजय मुंडे हे देखील राज्याचे मंत्री आहेत. मग एखादा आमदार एखाद्या मंत्र्यांना भेटला तर कोणताही फरक पडत नाही. तसेच सुरेश धस यांनी देखील सांगितलं आहे की धनंजय मुंडेंची भेट घेतली असली तरी कोणत्याही परिस्थितीत संतोष देशमुख यांच्या मारेकऱ्यांना शिक्षा झाली पाहिजे हाच हेतू समोर ठेवून काम करत आहेत. पण काही लोकांना असं वाटतं की सुरेश धस पुढाकार का घेत आहेत? यावरून त्यांच्या पोटात दुखतंयह, असं देवेंद्र फडणवीस यांनी म्हटलं आहे.

योग्यवेळी पदार्फाश करणार : सुरेश धस

दोन गोष्टी एकत्र केल्या गेल्या. त्यामध्ये एक म्हणजे चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी आमच्या दोघांची लावलेली बैठक आणि मी धनंजय मुंडे यांच्या निवासस्थानी त्यांना भेटायला गेलो. या दोन्ही गोष्टी एकत्र झाल्या. चंद्रशेखर बावनकुळे यांची त्याबाबतीमधील प्रतिक्रिया झाली. त्यानंतर धनंजय मुंडेंना मी भेटल्याचंही टिव्हीवर आलं किंवा ते लीक करण्यात आलं. याबाबत माझं असं मत आहे की याबाबत कोणीतरी व्यवस्थित माझ्याविरोधात षडयंत्र रचतंय. हे षडयंत्र कोण रचतंय हे देखील मला माहिती आहे. ही गोष्ट मी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या कानावर घालणार आहे. तसेच हे जे कोण षडयंत्र रचतंय त्याचा पदार्फाश मी योग्यवेळी करणार आहे, असं सुरेश धस यांनी म्हटलं होतं.

सोन्याने मढवलेली तलवार, मुकुट अन्... जयललिता यांचे ६ पेट्यांमध्ये भरलेले २४ कोटींचे दागिने तमिळनाडू सरकारकडे सुपूर्द

■**तमिळनाडू :** तमिळनाडूच्या माजी मुख्यमंत्री जे. जयललिता यांची २४ कोटी रुपयांची जंगम मालमत्ता तमिळनाडू सरकारला सोपवण्यात आली आहे. जयललिता यांच्या यंपत्तीमध्ये त्यांच्या सोन्याच्या दागिन्यांचा देखील समावेश असून शनिवारी बेंगळुरूमधील एका विशेष न्यायालयाने ते तामिळनाडू सरकारकडे सुपूर्द केले आहेत.

न्यायालयाने जयललिता यांच्या जप्त केलेली मालमत्ता तमिळनाडू सरकारला सोपवण्याचे निर्देश दिल्यानंतर शुक्रवारी हस्तांतरणांची प्रक्रिया सुरू करण्यात आली. सहा बंद पेट्यांमधील हे दागिने व्यवस्थित

पोहोचवण्यासाठी सशस्त्र पोलिसांच्या तुकडीला जबाबदारी सोपवण्यात आली होती. माजी मुख्यमंत्री जयललिता यांच्या मृत्यूला आठ वर्षांपेक्षा जास्त कालावधी उलटून गेल्यानंतर हे दागिने सरकारला सोपवण्यात आले आहेत. एसपी दर्जाच्या अधिकाऱ्याच्या नेतृत्वाखालील या ताफ्यातील सहा वाहनांमध्ये ४० पोलीस कर्मचारी होते आणि सोने असलेला ट्रक मध्यभागी सुरक्षितपणे ठेवण्यात आला होता.

नेमके दागिने काय होते?

जयललिता यांच्या दागिन्यांमध्ये सोन्याचा मुलामा दिलेली तलवार, एक मुकुट, ताट, कंबर पट्टा आणि जयललिता यांच्यासारखी दिसणारी मूर्ती, तसेच सोन्याचे घड्याळे, पेन, बांगड्या आणि कानातले यांचा समावेश होता. तसेच काही दागिने हे हिऱ्यांनी मढवलेले होते. या वस्तू यासह चांदीच्या वस्तू आणि जमिनीची कागदपत्रे जयललिता यांच्या चेन्नईतील पोएस गार्डन येथील निवासस्थानातून जप्त करण्यात आल्या होत्या आणि २००४ मध्ये बेंगळुरूला आणण्यात आल्या होत्या. त्यानंतर जयललिता आणि त्यांचे सहकारी शशिकला नटराजन, व्हीएन सुधाकरन आणि जे इलावरससी यांच्या विरोधातील बेहिशेबी मालमत्ता जमवल्याच्या प्रकरणाच्या सुनावणीसाठी बेंगळुरूमध्ये विशेष न्यायालयाची स्थापना करण्यात आली होती.

विशेष न्यायाधीश जॉन मायकल डी'कुन्हा यांनी २००४ मध्ये सर्वच चार आरोपींना दोषी ठरवत त्यांना चार वर्षांच्या कारावासाची शिक्षा सुनावली होती. जयललिता यांना १०० कोटींचा दंड ठोठावण्यात आला होता तर इतरांना प्रत्येकी १० कोटींचा दंड सुनावण्यात आला होता.

पोलिसांचा डीजीपी की आर्मीचा जनरल कोण जास्त शक्तीशाली? कोणाचा किती पगार?

■**नाशिक :** चित्रपट आणि टीव्ही मालिकांमधून आर्मी जनरल आणि राज्याचे पोलीस महासंचालक (डीजीपी) अनेकांनी पाहिले आहेत. त्यांच्या वदीर्तील रुबाब, त्यांचे व्यक्तीमत्व त्याची भुरळ अनेकांना पडते. हे दोघे आपल्या क्षेत्रातील सर्वोच्च पदाधिकारी आहेत. या दोघांवर देशाच्या सुरक्षेची जबाबदारी असते. एक अंतर्गत सुरक्षा पाहत असतो तर दुसरा बाहेरील सुरक्षा पाहत असतो.आर्मी जनरल आणि राज्याचे पोलीस महासंचालक यांच्या दोघांची तुलना केल्यावर सर्वाधिक पॉवर कोणाकडे आहे, त्याची माहिती तुम्हाला करुन देणार आहोत.

कोणावर काय जबाबदारी

भारतीय लष्करातील जनरल आणि राज्याचे पोलीस महासंचालक दोघे आपल्या क्षेत्रातील सर्वोच्च अधिकारी आहे. दोघांना मिळालेले अधिकारी, जबाबदारी आणि प्रभाव वेगवेगळे आहेत. लष्कराचे जनरल राष्ट्रीय सुरक्षेसाठी जबाबदार असतात. ते थेट संरक्षण मंत्रालय आणि राष्ट्रपतींना आपला अहवाल देतात. युद्ध आणि सीमांच्या सुरक्षेमध्ये त्यांची शक्ती निर्णायक असते. तर डीजीपी हे राज्याची अंतर्गत कायदा व सुव्यवस्था राखण्यासाठी जबाबदार असतात. ते राज्य सरकारला आपला अहवाल देतात. अधिकारांचा विचार केला तर भारतीय लष्करातील जनरल यांना डीजीपीपेक्षा अधिक शक्ती आहे. कारण त्यांचे पद देशाचे सार्वभौमत्व आणि राष्ट्रीय संरक्षणाशी संबंधित आहे. डीजीपी हे कोणत्याही एका राज्यातील पोलिसांचे सर्वोच्च पद आहे. ते राज्याचे गृह सचिव आणि राज्याच्या मुख्यमंत्र्यांना अहवाल देतात.

कोणाचा किती पगार

लष्करातील जनरल आणि डीजीपीच्या पगाराचा विचार केल्यावर जनरल यांचा पगार जास्त आहे. भारतीय लष्कराच्या जनरलचा पगार दरमहा 2,50,000 रुपयांपर्यंत आहे. तसेच त्यांना इतर भत्ते देखील मिळत असतात. त्यांना सरकारी निवास, वाहने, सुरक्षा, वैद्यकीय, कॅन्टीनची सुविधा, उच्चस्तरीय पेन्शन मिळते. पोलिसांच्या डीजीपीचा पगार 2,25,000 रुपयांपर्यंत आहे. त्यांना सरकारी बंगला, वाहन, सुरक्षा, मेडिकल, डीए (महागाई भत्ता), पेन्शनही दिले जाते.

महिलांच्या पायाचे फोटो जमविण्याचा तरुणाचा छंद, पोलिसांनी अटक करताच समोर आले भयंकर कृत्य

■**उत्तर प्रदेश :** पोलिसांसमोर रोज नव्या प्रकारचे गुन्हे येत असतात. माथेफिरू आरोपींनी केलेल्या गुन्ह्यांची उकल करत असताना पोलिसांसह समाजाचेही डोके चक्रावून जाते. उत्तर प्रदेश पोलीस सध्या अशाच एका गुन्ह्याचा छडा लावत आहेत. पोलिसांनी एका २५ वर्षीय आरोपीला अटक केली आहे. या आरोपीला महिलांच्या पायाचे फोटो काढून ते जमविण्याचा छंद होता. कधी चोरून, कधी जवळीक साधून तर कधी कधी महिलांना पैसे देऊन आरोपी महिलांचे फोटो गोळा करत होता. हाथरस येथील एका महिलेने १ फेब्रुवारी

सायबर पोलिसांकडे तक्रार दाखल केल्यानंतर पोलिसांनी दीपक शर्मा नावाच्या आरोपीला ताब्यात घेतले. सोशल मीडियावरून ओळख करून या तरुणाने महिलेकडे पायाचा फोटो मागितला होता.

महिलेची तक्रार प्राप्त झाल्यानंतर पोलिसांनी तांत्रिक तपासाच्या आधारावर मुळचा अलीगड येथे राहणाऱ्या दीपक शर्मार्ला हाथरस येथून ताब्यात घेतले. चौकशीदरम्यान दीपक शर्मानें गुन्हा तर कबूल केलाच, त्याशिवाय त्याला पायांचे फोटो घेण्याचा छंद असल्याचे सांगितले. सोशल मीडियावरून महिलांशी मैत्री करून नंतर आरोपी महिलांच्या पायाचे फोटो मागायचा. जर एखाद्या महिलेने त्यास नकार दिला तर तो धमकीही द्यायचा, असे पोलिसांनी सांगितले आहे.

फोन तपासल्यानंतर धक्कादायक खुलासा

पोलिसांनी जेव्हा आरोपीचा फोन तपासला तेव्हा त्यात १००० हून अधिक पायाचे फोटो आढळून आले. तक्रारदार महिलेने पोलिसांना सांगितले होते की, आरोपीने स्नॅपचॅटवरून महिलेला ऑक्टोबर २०२४ मध्ये फ्रेंड रिक्वेस्ट पाठवली. हाथरसचे पोलीस अधीक्षक चिरंजीव नाथ सिन्हा यांनी टाइम्स ऑफ इंडियाला माहिती देताना सांगितले की, महिलेने आरोपीची फ्रेंड रिक्वेस्ट स्वीकारल्यानंतर सुरुवातीला तो अशाच गप्पा मारायला लागला. पण त्यानंतर त्याने हळूहळू रंग दाखविण्यास सुरुवात केली. काही काळाने तो तिच्या पायाचे फोटो मागू लागला. जेव्हा महिलेने यासाठी नकार दिला, तेव्हा आरोपीने तिला पैसे देण्याचे आमिष दाखवले. पण यासाठीही महिलेने नकार देताच, आरोपीने महिलेला जीवे मारण्याची धमकी दिली.

पोलिसांनी आरोपी दीपक शर्मावर आयटी कायद्याच्या कलम ६६ डी आणि भारतीय न्याय संहिता कायद्याच्या कलम ३५१ (४) अंतर्गत गुन्हा दाखल केला आहे. पोलीस अधीक्षक सिन्हा म्हणाले की, माझ्या कारकिर्दीत मी अशा प्रकारचा गुन्हा कधीही ऐकला किंवा पाहिला नव्हता. आरोपीला सध्या पोलीस कोठडी देण्यात आली आहे.

'पूजेने काही फरक पडला नाही', महिलेने मांत्रिकाविरोधात ग्राहक मंचाकडे केली तक्रार

■**नाशिक :** एखाद्या ग्राहकाला फसवलं, लुटलं की आपण ग्राहक मंचाकडे दाद मागतो. पण नाशकात ग्राहक मंचात एक वेगळीच तक्रार आली. मांत्रिकाने करणी बाधा उतरवतो असं सांगितलं, मात्र बाधा गेली नाही अशी तक्रार एका महिलेने केली आहे. विशेष म्हणजे या अंधश्रद्धेची ग्राहक मंचाने दखल घेत मांत्रिकाला दंड ठोठावला आहे. या प्रकाराने सगळेच अचंबित झाले आहेत.

नाशकातील एका प्रकाराने सगळ्यांनाच बुचकळ्यात टाकलं आहे. घरात सातत्याने आजारपण, परिस्थिती बिकट उपचार करूनही उपयोग होत नसल्याने नाशकातील

एका महिलेने कानपूरच्या एका मांत्रिकाला संपर्क साधला. एका दिवसाच्या पूजेने सर्वकाही समस्या दूर होतील असे आश्वासन दिले. यासाठी अडीच लाख रुपये खर्च सांगितला. या महिलेने या सर्व पूजा करूनही हवा तसा फरक पडला नाही म्हणून तिने थेट ग्राहक मंच गाठलं. फसवल्याचे पुरावे म्हणून या महिलेने मांत्रिकाचे युट्युबवरचे दावे, जाहिरात आणि पैसे घेतल्याची पावती सादर केली. त्यामुळे तिला ब्लॅक मॅजिक अेक्ट नुसार न्याय मिळाला. ग्राहक मंचाने मांत्रिकाला भरपाई म्हणून 50 हजाराचा दंड ठोठावला..

अशा पूजाविधी म्हणजे केवळ फसवाफसवीचे प्रकार आहेतय अशा मांत्रिकांवर कारवाईची गरज असल्याचं अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीनं म्हटलं आहे. हा सगळा प्रकार म्हणजे चोराने चोरी करून पोलिसांकडे काहीच मिळालं नाही अशी तक्रार करावी असाच आहे. खरतंर अशा मांत्रिकांवर बंदी असतानाही छुपा व्यवसाय केला जातो.

दोन पत्नींमध्ये वाटला गेला पती, एकीकडे तीन दिवस, दुसरीकडे तीन दिवस, एक दिवस वीकेंड सुट्टी

■**उत्तर प्रदेश :** पहिल्या पत्नीस न सांगता दुसरे लग्न करणे एका पतीला चांगलेच अडचणीत आणले. एका पतीला पहिल्या पत्नीपासून दोन मुले झाले होते. जेव्हा पहिल्या पत्नीला दुसऱ्या लग्नाची माहिती मिळाली, तिने थेट पोलीस ठाणे गाठले. त्यानंतर पोलिसांनी परिवाराशी चर्चा करुन अनोखे समेट घडवून आणले. पोलिसांनी पतीच्या सात दिवसांची विभागणी केली. पहिल्या पत्नीकडे तीन दिवस दिले तर दुसऱ्या पत्नीकडे तीन दिवस दिले. त्यानंतर एक दिवस साप्ताहिक सुट्टी दिली. पूर्णिमाचे पोलीस अधीक्षक कार्तिकेय शर्मा यांनी असा तोडगा या प्रकरणात काढला. एखाद्या बॉलीवूड चित्रपटाप्रमाणे हा प्रकार घडला आहे.

बिहारमधील पूर्णिया जिल्ह्यातील हा प्रकार आहे. पूर्णियामधील रुपौली पोलीस ठाण्यातील हा प्रकार आहे. या पोलीस ठाण्यातंर्गत एका व्यक्तीने सात वर्षांपूर्वी दुसरे लग्न केले होते. परंतु या लग्नाबाबत त्याने पहिल्या पत्नीला काहीच सांगितले नव्हते. त्याला पहिल्या पत्नीपासून दोन मुले आहेत. हा प्रकार पहिल्या पत्नीवर समजल्यावर तिने पूर्णिया जिल्ह्याचे पोलीस अधीक्षक कार्तिकेय शर्मा यांच्याकडे तक्रार केली. पोलिसांच्या परिवार सल्लागार केंद्राकडे हे प्रकरण दिले गेले. त्यावेळी पत्नीने आपली चूक कबूल केली. पतीने परिवार सल्लागार केंद्राच्या सदस्यांना सांगितले, मला पहिल्या पत्नीकडे आणि मुलांकडे जायचे आहे. परंतु दुसरी पत्नी जाऊ देत नाही. त्याला दुसऱ्या पत्नीपासूनही मुले झाली आहेत. पहिल्या पत्नीकडे गेल्यावर दुसरी पत्नी धमकी देते. दोन्ही पत्नींच्या भांडणामुळे आपण अडचणीत आलो आहोत, असे त्या पतीने सांगितले. परिवार सल्लागार केंद्राने या प्रकरणात अनोखा मार्ग काढला. पहिल्या पत्नीसोबत चार दिवस आणि दुसऱ्या पत्नीसोबत तीन दिवस पती राहणार असल्याचे सांगितले. त्यावर दुसऱ्या पत्नीने हरकत घेतली. दुसऱ्या पत्नीने या निर्णयास विरोध करत खूप गोंधळ घातला. अखेर दोन्ही पत्नीमध्ये आठवड्यातील तीन-तीन दिवस पतीची वाटणी करण्यात आली.

नवी दिल्ली स्टेशनवर प्रयागराजला जाण्यासाठी गर्दी उसळली, ट्रेन पकडताना चेंगराचेंगरीत १८ प्रवासी ठार

■**नवी दिल्ली :** प्रयागराज येथील महाकुंभाला जाणारी एक ट्रेन नवी दिल्लीच्या प्लॅटफॉर्म क्रमांक १३ वर येत असताना या ट्रेनला पकडण्यासाठी प्रमाणाच्या बाहेर गर्दी झाल्याने मोठ्या प्रमाणात चेंगराचेंगरी झाली. ही ट्रेन पकडण्यासाठी मोठ्या संख्येने भाविक आले होते. त्यामुळे प्लॅटफॉर्मवर गर्दी उसळली होती. त्यामुळे गुदमरल्यासारखे होऊन अनेक प्रवासी बेशुद्ध पडले. एकमेकांवर प्रवाशी पडल्याने महिला आणि मुलांना सर्वाधिक त्रास झाल्याने या दुर्घटनेत १८ जण ठार झाल्याचे म्हटले जात आहे. त्यामुळे घटनास्थळी एकच गोंधळ उडाला आहे. दिल्ली रेल्वे स्टेशनचे प्लॅटफॉर्म क्रमांक १३-१४ मोठी दुर्घटना घडली आहे. प्रयागराजला जाण्यासाठी ट्रेन पकडताना मोठी गर्दी झाल्याने चेंगराचेंगरी होऊन किमान १८ प्रवासी ठार झाले आहेत. यात नऊ महिला, चार मुले आणि पाच पुरुष प्रवासी ठार झाल्याचे म्हटले जात आहे. मात्र, दिल्ली जीआरपी पोलिसांनी

सुरुवातीला प्लॅटफॉर्मवर चेंगराचेंगरी झाल्याचे नाकारले होते. प्रवासी मोठ्या प्रमाणावर दगावल्याने रुग्णालयात अनेक जखमी प्रवाशांची प्रकृती नाजूक असल्याने हा आकडा आणखी वाढणार असल्याचे म्हटले जात आहे.

रेल्वेचे म्हणणे काय ?

दिल्लीच्या रेल्वे पोलिसांनी घाईघाईत अनेक महिला आणि मुले पुरुष प्रवाशांना रुग्णालयात नेले असे प्रत्यक्षदर्शीने सांगितले आहे. रुग्णालयात अफरातफराचेच चित्र असल्याचे सांगितले जात आहे. सुरुवातीला तर प्लॅटफॉर्मवर चेंगराचेंगरी झालीच नाही असा अजब दावा पोलिसांनी केला होता. नंतर रेल्वे प्रशासनाने खरी माहीती सांगितली. जास्त गदीर्मुळे ही परिस्थिती उद्भवली असून. अठरा जण ठार झाले असून अनेक जखमींना रुग्णालयात दाखल केल्याचे एएनआय वृत्तसंस्थेने म्हटले आहे. देशभरातून महाकुंभाला येणाऱ्या लोकांची दिल्ली स्थानकावर मोठी गर्दी उसळली होती. दिल्ली एनसीआरमध्येही अशीच परिस्थिती आहे. या आधीच लाखो भाविक महाकुंभाला पोहचले आहेत. परंतू तेथेही मौनी अमावस्येला मोठी चेंगराचेंगरी होऊन नुकतेच ३० जणांचा मृत्यू झाला होता.

संतापलेल्या आईने मुलाला ठार केलं आणि नंतर 5 तुकडे करुन....

■ **आंध्र प्रदेश :** आईनेच आपल्या पोटच्या मुलाची हत्या केल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. महिलेने फक्त आपल्या मुलाची हत्याच केली नाही, तर त्याच्या मृतदेहाचे पाच तुकडे केले. मृतदेहाचे तुकडे केल्यानंतर महिलेने त्याची विल्हेवाट लावण्याचा प्रयत्नही केला. या घटनेनंतर परिसराच एकच खळबळ उडाली आहे. हत्येनंतर महिला फरार आहे. पोलिसांनी गुन्हा दाखल केला असून, महिलेचा शोध घेतला जात आहे. आंध्र प्रदेशात ही घटना घडली आहे. प्रकाशम जिल्ह्यातील एका 57 वर्षीय महिलेने आपल्या मुलाच्या गैरवर्तनामुळे निराश होऊन नातेवाईकांच्या मदतीने त्याची हत्या केली आणि त्याच्या शरीराचे पाच तुकडे केले, असं पोलिसांनी शनिवारी सांगितलं.

प्रकाशमचे पोलिस अधीक्षक ए आर दामोदर यांनी दिलेल्या माहितीनुसरा, 57 वर्षीय के लक्ष्मी देवीने 13 फेब्रुवारीला आपला मुलगा 35 वर्षीय के श्याम प्रसाद याची हत्या केली. मुलगा सफाई कर्मचारी होता. लक्ष्मी देवीला हत्येमध्ये तिच्या नातेवाईकांनी मदत केल्याचंही पोलिसांनी सांगितलं आहे.

लग्नाच्या वरातीत घोड्यावरून कोसळून नवरदेवाचा मृत्यू

■**मध्य प्रदेश:** मध्य प्रदेशमधील श्योपूर जिल्ह्यात एक धक्कादायक घटना घडल्याची माहिती समोर आली आहे. एका लग्नाच्या वरातीत घोड्यावरून अचानक कोसळून वराचा मृत्यू झाला आहे. वराच्या मृत्यूनंतर लग्न सोहळ्यातील आनंदाचे रूपांतर शोकात झाले. मात्र, वराला हृदयविकाराचा झटका आल्याचा अंदाज व्यक्त करण्यात येत आहे. नातेवाईकांनी वराला जवळच्या रुग्णालयात दाखल केलं होतं. पण डॉक्टरांनी मृत घोषित केलं. श्योपूर शहरात शुक्रवारी रात्री ही घटना घडली. ही घटना सीसीटीव्हीत कैद झाली असून या घटनेचा एक व्हिडीओही सोशल मीडियावर व्हायरल झाला आहे. सोशल मीडियावर

व्हायरल झालेल्या व्हिडीओमध्येही नवरदेव घोड्यावर बसून डान्स करत असल्याचं दिसून येत आहे. लग्नाच्या मिरवणुकीतून लग्नासाठी मंडपाकडे जात असताना नवरदेवाचा मृत्यू झाला आहे. या घटनेमुळे हळहळ व्यक्त करण्यात येत आहे. तसेच नवरदेवाला हृदयविकाराचा झटका आल्याचा अंदाज अनेकांनी व्यक्त केला आहे. या संदभार्तील वृत्त इंडिया टुडेनी दिलं आहे. दरम्यान, श्योपूरमध्ये लग्न सोहळा सुरु होता. ठरल्याप्रमाणे लग्नासाठी वर घोड्यावर बसून आला. इकडे वधूही अलंकार घालून वराची वाट लग्न मंडपात पाहत होती. मात्र, दोघांची लग्नगाठ बांधण्यापूर्वीच वराचा अचानक मृत्यू झाला आणि वधू-वरांच्या कुटुंबीयांसमोर मोठी शोककळा पसरली. प्रत्यक्षदर्शींनी दिलेल्या माहितीनुसार, नवरदेव घोड्यावर बसून लग्नासाठी मंडपाकडे जात होता, पण यावेळी अचानक नवरदेव बेशुद्ध झाला. त्यानंतर आजूबाजूच्या कुटुंबीयांनी विचारपूस केली. पण नवरदेव काहीही बोलत नसल्याने तातडीने रुग्णालयात दाखल करण्यात आले. मात्र, डॉक्टरांनी वराला मृत घोषित केलं. दरम्यान, मृत्यूपूर्वी नवरदेव घोड्यावरून खाली उतरला आणि लग्नातील पाहुण्यांसोबत जोरदार नाचला होता असं आता सांगितलं जात आहे. पण त्यानंतर नवरदेव पुन्हा घोड्यावरून लग्नस्थळाकडे निघाला होता. यादरम्यान वराची तब्येत अचानक बिघडू लागली, लोकांना वाटले की तो नाचून थकला असेल. पण काही वेळातच वराचा श्वास थांबला. लग्नाआधीच वराचा मृत्यू झाल्याच्या घटनेने संपूर्ण श्योपूर शहरातील लोकांना धक्का बसला.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई 400063 (महाराष्ट्र), येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहील.) भ्रमणध्वनी - ७४०००१४७४. Email : marathiekikaran2021 @gmail.com

Printed , Published and Owned by **Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik**. Printed at **SOMANI PRINTING PRESS**, OFFICE - Gala No. 4, Near N.K. Industrial Estate, Near Pravasi IndustrialEstate, Gate No.2, Goregaon (E), Mumbai 400 063, Maharashtra, Published at Room No. 103, Kunal Kutir, B Building , Navghar Road, Near Hanuman Mandir, Bhayander (East) Dist - Thane, PinCode 401 105, Maharashtra. Editor : Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik, Mo.7400001474, Email Id : marathiekikaran2021@gmail.com