



दिल्लीची भाजपप्रणित भाग्यरेखा!

सर्वसाधारणपणे पुरुषांचीच मक्तेदारी असलेल्या राजकीय क्षेत्रात जेव्हा मुख्यमंत्रीपदी एखाद्या महिलेची निवड होते, तेव्हा आपसुकच अनेकांच्या भुवया उंचावल्या जातात. दिल्लीतही सध्या असेच बघायला मिळत आहे. पाच वर्षांपूर्वी भाजपची पिसे काढणाऱ्या अरविंद केजरीवाल यांना यंदाच्या विधानसभा निवडणुकीत पराभूत करणारे प्रवेश वर्मा यांचे नाव मुख्यमंत्रीपदाच्या शर्यतीत सर्वात पुढे होते. माजी मुख्यमंत्री साहिब सिंग वर्मा यांचे ते पुत्र असल्याने त्यांचे नाव आघाडीवर होतंच. शिवाय कोट्यवधींच्या मालमत्तेचेही ते मालक आहेत. त्यामुळे पैशापुढे सत्ता झुकेल असे बोलले जात होते. याव्यतिरिक्त विजेंद्र गुप्ता, आशिष सूद, सतीश उपाध्याय अशा भल्याभल्यांनी मुख्यमंत्रीपदासाठी मोर्चेबांधणी केली होती. या सगळ्यांमधून भाजप श्रेष्ठींनी रेखा गुप्ता यांची निवड करून दिल्लीच्या राजकीय पटावर एक नवा अध्याय सुरू केला आहे. काँग्रेसच्या शीला दीक्षित, भाजपच्या सुषमा स्वराज, आम आदमी पार्टीच्या आतिशी मालेनॉं यांच्यानंतर रेखा गुप्ता या दिल्लीतील चौथ्या महिला मुख्यमंत्री ठरल्या आहेत. सध्या देशात एनडीएचे १८ मुख्यमंत्री आहेत. परंतु त्यात एकही महिला मुख्यमंत्री नसल्याने भाजपवर टीका होत होती. ही टीका गुप्ता यांच्या निवडीने कमी होईलच, शिवाय महिला मतदारांमध्येही सकारात्मक संदेश जाईल, अशी भाजप श्रेष्ठींना अपेक्षा आहे. दिल्लीत मुख्यमंत्री म्हणून महिलेची निवड करण्यामागेही आणखी एक विशेष कारण आहे. दिल्ली महिलांसाठी सुरक्षित नाही, महिला असुरक्षित आहेत, हे दर्शविणाऱ्या अनेक घटना येथे नित्येनेमाने घडत असतात. निर्भया प्रकरणांनंतरही परिस्थितीत फारसा बदल झालेला नाही. मोर्चे निघतात, घोषणा दिल्या जातात, कडक कायद्यांची आशवासने दिली जातात, पण रात्री एखादी महिला एकटीच रस्त्यावरून निघाली, तरी मनात एक धडकी भरलेलीच असते. त्यामुळे यंदाच्या निवडणुकीत प्रचाराच्या प्रमुख मुद्यांपैकी महिलांची असुरक्षितता हा मुद्दा होता. महिलांना सुरक्षितता प्रदान करण्यात पुरुष अयशस्वी ठरत असल्याचे लक्षात आल्यानंतर आता या सुरक्षिततेची धुरा भाजपने महिलेच्याच खांद्यावर देण्याची रणनीती आखलेली दिसते. त्याचाच भाग म्हणून रेखा गुप्ता यांना मुख्यमंत्रीपद देण्यात आले असावे. अर्थात केवळ हेच कारण रेखा गुप्तांना मुख्यमंत्रीपदापर्यंत घेऊन गेले असेही नाही. भाजपच्या या निर्णयामागे अनेक राजकीय, सामाजिक आणि सांस्कृतिक घटकांचा समावेश आहे. यात प्रामुख्याने गुप्ता यांचा प्रदीर्घ राजकीय अनुभव महत्त्वपूर्ण ठरतो. त्यांचा राजकीय प्रवास १९९२ साली दिल्ली विद्यापीठातील दौलत राम कॉलेजमध्ये अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषदेत सहभागी होण्यापासून सुरू झाला. २००७ साली उत्तरी पीतमपुरा येथून नगरसेविका म्हणून निवडून आल्यावर रेखा गुप्ता यांनी सार्वजनिक सुविधांच्या विकासासाठी विशेष प्रयत्न केले. २०१२ मध्ये पुन्हा निवडून आल्यावर, दक्षिण दिल्ली महापालिकेच्या महापौरपदाची जबाबदारी त्यांनी यशस्वीपणे पार पाडली, ज्यामुळे त्यांच्या प्रशासनिक कौशल्यांमध्ये अधिक वृद्धी झाली. विधानसभा निवडणुकीत त्या यापूर्वी दोनदा पराभूत झाल्या असल्या तरी यंदा २९ हजारारहुन अधिक मतांनी त्या निवडून आल्या. भाजप महिला मोर्चाच्या राष्ट्रीय उपाध्यक्षपदापासून दिल्ली प्रदेशाच्या महासचिवपदापर्यंत रेखा गुप्ता यांनी पक्षाच्या विविध पदांवर कार्य केले आहे. महाराष्ट्रात लाडकी बहीण योजनेमुळे पुन्हा एकदा सत्तेत आलेल्या भाजपने हा प्रयोग दिल्लीतही केला. विधानसभा निवडणुकीत त्यांनी महिला समृद्धी योजना आणली आणि प्रत्येक महिलेच्या खाल्यात प्रत्येक महिन्याला अडीच हजार रुपये टाकण्याचे आश्वासन दिले. त्याला भुरळून महिलांनी भाजपला भरभरून मतदान केले. या महिलांना कायमस्वरूपी भाजपसोबत जोडून ठेवण्यासाठी रेखा गुप्ता यांना मुख्यमंत्रीपद देण्यात आले. अर्थात दिल्लीतील मुख्यमंत्री महिलाच असावी असा प्रस्ताव राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाने दिला होता. त्यामुळे मुख्यमंत्रीपदाच्या निवडीत संघाची भूमिका महत्त्वपूर्ण ठरली. रेखा गुप्ता यांचा संघ परिवाराशी दीर्घकालीन संबंध आहे. आरएसएस आणि अभाविपमधील त्यांच्या सक्रिय सहभागामुळे त्यांनी संघाच्या विचारसरणीशी निष्ठा राखली आहे. त्यांच्या निवडीमुळे भाजपच्या कोअर मतदारांमध्ये एक सकारात्मक संदेश जातो. रेखा गुप्तांची निवड करण्यात जातीय समीकरणेही बळपण्यात आलीत. रेखा गुप्ता या वैश्य समाजाचे प्रतिनिधित्व करतात. दिल्लीत या समाजाची संख्या सुमारे ८ टक्के आहे. हा समाज भाजपचा कोअर वोटर मानला जातो. हे मतदार भाजपकडे ठेवण्यासाठी रेखा गुप्ता यांची निवड करण्यात आली. रेखा गुप्ता यांचे कुटुंब मूळचे हरियाणाचे आहे. दोन्ही राज्य लागून असल्याने दिल्लीच्या राजकारणावर बऱ्याचदा हरियाणाचा प्रभाव पहायला मिळतो. हरियाणातून दिल्लीत स्थायिक झालेल्या रेखा गुप्ता यांच्याविषयी येथील बहुसंख्य मतदारांची आस्था आहे. हीच आस्था ‘कॅश’ करण्यासाठी भाजपने रेखा गुप्ता यांची निवड केलेली दिसते. राजकीय दृष्टिकोनातून पाहता रेखा गुप्ता यांची निवड ही भाजपच्या दीर्घकालीन रणनीतीचा भाग आहे. रेखा गुप्ता यांच्या रूपाने पक्षाला एक स्थानिक, अनुभवी, लोकप्रिय स्वच्छ चेहरा मिळाला आहे, जो दिल्लीच्या जनतेशी थेट संवाद साधू शकतो.

निवडणूक आयुक्त कायद्याच्या अलीकडे आणि पलीकडे

देशाचे मुख्य निवडणूक आयुक्त म्हणून दोन दिवसांपूर्वी केंद्र सरकारने ज्ञानेश कुमार यांची नियुक्ती केली. या नियुक्तीवरून आणि संसदेने २०२३ मध्ये यासंदर्भात तयार केलेल्या कायद्यातील तरतुदीवरून बराच गदारोळ सुरू आहे. सर्वोच्च न्यायालयात यासंदर्भात एक याचिकाही दाखल आहे. त्यावर होणारी सुनावणी बुधवारी १९ मार्चपर्यंत पुढे गेली. यासंदर्भात जो वाद आहे तो प्रामुख्याने मुख्य निवडणूक आयुक्त व निवडणूक आयुक्त (नियुक्ती, सेवा नियम आणि सेवा कालावधी) कायदा, २०२३ मधील दोन कलमांसंदर्भात.

निवडणूक आयुक्त कायद्याच्या कलम ७ मध्ये मुख्य निवडणूक आयुक्त आणि निवडणूक आयुक्त यांच्या निवडीसाठी समितीची रचना कशी असेल याची सविस्तर माहिती आहे. या निवड समितीमध्ये देशाचे पंतप्रधान, लोकसभेतील विरोधी पक्षनेता आणि केंद्रीय मंत्रिमंडळातील एक मंत्री यांचा समावेश आहे.

त्यातही लोकसभेत जर विरोधी पक्ष नेताच नसेल, जसे २०१४ आणि २०१९ मध्ये झाले होते, अशा स्थितीमध्ये लोकसभेतील विरोधी बाकांरील सर्वात मोठ्या पक्षाच्या नेत्याचा समावेश या समितीत असेल, तसेच केंद्रीय मंत्री म्हणून कोणाचा समावेश करायचा हे ठरविण्याचा अधिकार हा पंतप्रधानाकडे आहे.

याच कायद्यातील कलम ८ मध्ये असे म्हंटले आहे की, केंद्रीय मुख्य निवडणूक आयुक्त आणि निवडणूक आयुक्त यांची निवड करताना निवड समिती पारदर्शकपणे स्वतःची कार्यपद्धती निश्चित करेल. अजून एक म्हणजे याच कायद्यातील कलम ६ मध्ये जी शोध समिती निश्चित करण्यात आली आहे, त्या शोध समितीने सुचविलेल्या पाच नावांपैकीकडे जाऊन एखाद्या वेगळ्या नावाचाही केंद्रीय मुख्य निवडणूक आयुक्त किंवा निवडणूक आयुक्त म्हणून नियुक्ती करण्यासाठी निवड समिती विचार करू शकते.

आता थोडे राज्यघटनेमध्ये यासंदर्भात काय तरतूद आहे हे बघूया. राज्यघटनेतील अनुच्छेद ३२४ (२) मध्ये केंद्रीय

आपल्याकडे पहिली निवडणूक झाली ऑक्टोबर १९५१ मध्ये. त्यानंतर मुख्य निवडणूक आयुक्त आणि निवडणूक आयुक्त यांच्या नियुक्तीचा कायदा तयार होण्यासाठी २०२३ वर्ष उजाडावे लागले. म्हणजे काय तर यासंदर्भात १९५१ ते २०२३ पर्यंत कोणताही कायदाच नव्हता. कायदा नव्हता म्हणजे काय होत होते हे सुज्ञास सांगण्याची गरज नाही. याच मुद्यावरून मग २०१५ साली एक याचिका (रिट पिटिशन) सर्वोच्च न्यायालयात दाखल झाली. अनुप बरनवाल वि. केंद्र सरकार अशी ती याचिका होती.

निवडणूक आयोगामध्ये एक मुख्य निवडणूक आयुक्त असेल आणि अन्य निवडणूक आयुक्त असतील, असे म्हंटले आहे. त्याच अनुच्छेदमध्ये संसदेला यासंदर्भात कायदा करण्याचा अधिकार असल्याचेही लिहिले आहे. आपल्याकडे पहिली निवडणूक झाली ऑक्टोबर १९५१ मध्ये. त्यानंतर मुख्य निवडणूक आयुक्त आणि निवडणूक आयुक्त यांची नियुक्ती होण्यासाठी कायदा तयार होण्यासाठी २०२३ वर्ष उजाडावे लागले.

म्हणजे काय तर यासंदर्भात १९५१ ते २०२३ पर्यंत कोणताही कायदाच नव्हता. कायदा नव्हता म्हणजे काय होत होते हे सुज्ञास सांगण्याची गरज नाही. त्यामुळे उगाचच निवडणूक आयुक्तांच्या आताच्या निवडीवर आगपाखड करण्यात काहीच अर्थ नाही. जरा इतिहासासाठी डोकावून बघितले पाहिजे. त्यातही १९९३ पर्यंत तर केवळ मुख्य निवडणूक आयुक्त ही एकच व्यक्ती आयोगाचा प्रमुख म्हणून काम पाहत होती. आतासारखे त्याच्या मदतीला आणखी दोन निवडणूक आयुक्तीही नव्हते. एक निवडणूक आयुक्त ठरवेल तीच दिशा असे होते.

टी. एन. शेपन हे निवडणूक आयुक्त म्हणून आले आणि त्यांनी आदर्श आचारसंहिता नक्की काय असते, हे त्यावेळी दाखवून दिले. त्यानंतर त्यांचेच पंख छाटण्यासाठी तत्कालीन सरकारने १ ऑक्टोबर १९९३ रोजी पहिल्यांदा अन्य दोन निवडणूक आयुक्तांची नियुक्ती केली. ते होते एम. एस. गिल आणि जी. व्ही. जी. कृष्णमूर्ती.

त्यावेळी या नियुक्तीविरोधात



शेपन हे सर्वोच्च न्यायालयातही गेले होते, पण न्यायालयाने या नियुक्तीा वैध ठरविल्या आणि शेपन यांना अन्य दोन आयुक्तांना सोबत घेऊनच पुढे कामकाज करावे लागले. तेव्हापासूनच मुख्य निवडणूक आयुक्त आणि दोन निवडणूक आयुक्त अशा पद्धतीने केंद्रीय निवडणूक आयोगाचा कारभार पुढे सुरू झाला.

हे सगळे घडत असले तरी केंद्रीय मुख्य निवडणूक आयुक्त आणि अन्य निवडणूक आयुक्त यांची नेमणूक कशा पद्धतीने व्हावी यासाठी कोणताही कायदा नव्हताच मुळी. होती ती फक्त राज्यघटनेतील अनुच्छेद ३२४ मधील तरतूद. याच मुद्यावरून मग २०१५ साली एक याचिका (रिट पिटिशन) सर्वोच्च न्यायालयात दाखल झाली. अनुप बरनवाल वि. केंद्र सरकार अशी ती याचिका होती. याच याचिकेवर दीर्घकाळ सुनावणी झाल्यानंतर २ मार्च २०२३ रोजी सर्वोच्च न्यायालयाच्या पाच न्यायाधीशांच्या घटनापीठाेने निकाल दिला.

या घटनापीठामध्ये त्यावेळी न्या. के. एम. जोसेफ, न्या. अजय रस्तोगी, न्या. अनिरुद्ध बोस, न्या. हृषिकेश राय आणि न्या. सी. टी. रविकुमार यांचा समावेश होता. या घटनापीठाने तो निकाल देताना काही निर्देश दिले. तेसुद्धा नीटपणे समजून घेतले पाहिजेत. या निर्देशांमध्ये असे म्हंटले आहे की जोपर्यंत राज्यघटनेतील अनुच्छेद ३२४ (२) मधील तरतुदींना पूरक असा कायदा संसद करीत नाही, तोपर्यंत केंद्रीय मुख्य निवडणूक आयुक्त आणि निवडणूक आयुक्त यांची नियुक्ती करण्यासाठी तीन

सदस्यांची समिती असेल. या समितीमध्ये देशाचे पंतप्रधान, लोकसभेतील विरोधी पक्षनेते आणि सरन्यायाधीश यांचा समावेश असेल.

सर्वोच्च न्यायालयाच्या या निकालानंतर त्याच वर्षात लगेचच संसदेने मुख्य निवडणूक आयुक्त व निवडणूक आयुक्त (नियुक्ती, सेवा नियम आणि सेवा कालावधी) कायदा, २०२३ मंजूर केला, पण हा कायदा करताना संसदेने मंजूर केलेल्या कायद्यामध्ये निवड समितीमधून देशाच्या सरन्यायाधीशांना वगळले. त्यांच्याऐवजी पंतप्रधानांनी नामनिर्देशित केलेले केंद्रीय मंत्री यांचा समितीत समावेश करण्यात आला. आता सरन्यायाधीशांना या समितीतून वगळण्याबद्दल विरोधकांकडून केंद्र सरकारवर आरोप करण्यात येत आहेत.

मुळात सर्वोच्च न्यायालयाने अनुप बरनवाल वि. केंद्र सरकार या प्रकरणाचा निकाल देताना जे निर्देश दिले होते, त्याचा सुरुवातीला हे स्पष्टपणे म्हटले होते की संसद यासंदर्भात कायदा करीत नाही तोपर्यंतहू, म्हणजे काय तर संसदेला यासंदर्भात कायदा करण्याचा पूर्ण अधिकार आहे. कारण राज्यघटनेच्या कलम ३२४ (२) मध्ये तशी तरतूदच आहे.

झाले इतकेच होते की आतापर्यंत कोणत्याच सरकारला कायदा करावा असे वाटले नाही. जेव्हा सर्वोच्च न्यायालयाने निवडणूक आयात्ताच्या नियुक्तीसाठी निवड समिती जाहीर केली, त्यानंतर जागे झालेल्या केंद्र सरकारने यासंदर्भातील विधेयक संसदेत आणले आणि २०२३ मध्ये कायदा अस्तित्वात

आला, वास्तवात जो खूप आर्थीच अस्तित्वात यायला हवा होता.

केंद्रीय निवडणूक आयोगाप्रमाणे एकूण सात स्वायत्त संस्था देशात आहेत, ज्यांचा कारभार चालविण्यासाठी अध्यक्ष किंवा आयुक्त किंवा संचालक यांची नियुक्ती केंद्र किंवा राज्य सरकारला करावी लागते. यामध्ये मग राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग, राज्य मानवाधिकार आयोग, केंद्रीय अन्वेषण विभाग (सीबीआय), केंद्रीय मुख्य माहिती आयुक्त, केंद्रीय दक्षता आयोग, लोकपाल आणि प्रैस कौन्सिल ऑफ इंडिया यापैकी फक्त सीबीआयचे संचालक आणि लोकपाल निवडण्याच्या समितीमध्ये सर्वोच्च न्यायालयाच्या सरन्यायाधीशांचा किंवा त्यांनी नामनिर्देशित केलेल्या सर्वोच्च न्यायालयातील अन्य न्यायाधीशांचा समावेश आहे. अन्य कुठेही सरन्यायाधीशांचा समावेश नाही.

आता सर्वोच्च न्यायालयाने २०२३ मधील कायदाच घटनाविरोधी असल्याचे जाहीर करावे, अशी मागणी करणारी याचिका दाखल आहे. त्यावर काय होईल हे बघावे लागेल. संसदेला यासंदर्भात कायदा करण्याचा पूर्ण अधिकार आहे. राज्यघटनेमध्येच ते लिहिले आहे. आता कायदा करताना निवड समिती कशी ठेवायची हे संसद ठरवू शकते. कारण कायदा करणे हे संसदेचेच प्रमुख काम आहे. देशाच्या लोकशाही प्रक्रियेमध्ये निवडणुकांना अनन्यसाधारण महत्त्व आहे.

त्याचे पावित्र्य राखले जाण्यासाठी अधिक पारदर्शकपणा हवा. त्यासाठीच या निवड समितीतील तिसरी व्यक्ती तटस्थ असायला हवी असे कोणालाही वाटू शकते. याकडे सर्वोच्च न्यायालय कसे बघते आणि राज्यघटनेने दिलेल्या न्यायिक पुनरावलोकनाचा वापर निवडणूक आयुक्त कायद्यासाठी करते का, हे येत्या काही महिन्यांतच स्पष्ट होईल. तोपर्यंत नव्या मुख्य निवडणूक आयुक्तांना त्यांचे काम करू द्यायला हवे. नीट माहिती न घेता उगाच या विषयावर आरडाओरडा करून काहीच उपयोग नाही.

जगभर चाललेले संशोधन प्रबंध/लेख कोणाही वाचकाला मुक्तपणे वाचायला मिळावेत या जागतिक चळवळीतून बाजूला होऊन आपण आपले जे वेगळेच घोडे दमटले आहे, ते या चळवळीच्या उद्देशाला हरताळ फासणारे आहे.

कार्यसुलभता आणण्यासाठी केलेले प्रयत्न हे केव्हाही चांगलेच. पण भारतात या विचारातून गेल्या दशकात एकाच छाप्याचा नव्या नव्या घोषवाक्यांना जन्म देण्याची चढाओढ मात्र दिसून येत आहे. ‘एक राष्ट्र एक निवडणूक’, ‘एक राष्ट्र एक रेखात कार्ड’, ‘...एक बाजारपेठ’, ‘...एक विधानमंडळ’ ही काही उदाहरणे. घोषवाक्ये चटपटीत असली तरी त्यातून किती प्रमाणात कार्यसुलभता आलेली आहे हा वाढायचा आणि अभ्यासाचा मुद्दा होऊ शकतो. याच छाप्याचा घोषवाक्यात आणखी एकाची भर नव्या वर्षापासून पडली आहे. ते घोषवाक्य म्हणजे ‘एक राष्ट्र एक वर्गणी’. या घोषणेच्या जन्माचे मूळ कारण तसे २०१८ सालचेच. गेल्या शतकाच्या शेवटाला विकसित देशांमध्ये एक चळवळ उभी राहिली. जगभर चाललेले संशोधन प्रबंध/लेख कोणाही वाचकाला मुक्तपणे वाचायला मिळावेत ही चळवळीची संकल्पना. यांचे कारण असे की संशोधन नियतकालिकांचे प्रकाशन करणारे काही खासगी क्षेत्रांतले भोजकक प्रकाशक असून त्यांच्या नियतकालिकांची भरमसाठ वर्गणी विकसित देशांच्या ग्रंथालयांनाही देणे अवघड व्हावे. पण उत्तम संशोधन करायचे असेल तर पूर्वी त्या क्षेत्रात काय झाले हे कळण्यासाठी या नियतकालिकांतील लेखांचे वाचन, अभ्यास आवश्यक ठरतो. गेल्या शतकाच्या शेवटाला इंटरनेटचा वापरही जगभर वाढला. याचा उपयोग करून घेत संशोधकांनी असे ठरवले की त्यांनीच एकत्र येऊन, इंटरनेटवर नवी मुक्तद्वार नियतकालिके निर्माण करून त्यात त्यांचे संशोधन प्रकाशित करावे. काही प्रमाणात हा विचार गेल्या तीन दशकात यशस्वी झालाही. पण तरी त्यामुळे खासगी क्षेत्रातील प्रकाशकांची मक्तेदारी मात्र अद्यापही कमी झाली नाही. कारण संशोधकांची त्यांच्या लेखांना खासगी प्रकाशकांच्या दजेदर नियतकालिकात प्रसिद्धी मिळवी ही सुप्त इच्छा. मग २०१८ साली काही युरोपीय देशांनी पुढाकार घेऊन या प्रकाशकांसमोर नवा प्रस्ताव मांडून बदल घडवून आणवा असा विचार केला. त्यांनी प्रकाशकांना सुचवले की तुम्ही फक्त ‘प्रकाशना’चे काम करा आणि त्यासाठी प्रत्येक लेखाच्या प्रकाशनामागे ठरावीक रक्कम दिली जाईल. मात्र सगळे संशोधनलेख वाचकाला मुक्तपणे वाचायला मिळाले पाहिजेत. या प्रस्तावाला त्यांनी ‘प्लॅन एस’ (एस = शॉक, धक्का) असे गोंडस नावही दिले. इतर देशांनी या प्रस्तावाला पाठळळ द्यावे असे आवाहनही केले. सुरुवातीला या आवाहनाचे भारतानेही समर्थन केले.

एक राष्ट्र एक वर्गणी नव्हे, एक राष्ट्र, एक उधळपट्टी

तोवर भारत संशोधन लेखन प्रकाशित करण्यात अमेरिका आणि चीननंतर, इतर विकसित देशांना मागे टाकत तिसऱ्या क्रमांकावर पोहोचला होता! त्यामुळे लगेचच भारत सरकारच्या लक्षात आले की असे केले तर, संशोधन प्रकाशित करायला प्रचंड मोठ्या प्रमाणात वित्तपुरवठा करावा लागेल, जो त्याच्या आवाक्याबाहेरचा असेल आणि दुसरे म्हणजे, भारतीय नियतकालिकांमध्ये कोणीही प्रकाशन करणार नाही. या भीतीपोटी भारताने या चळवळीतून आपले अंग काढून घेऊन याबाबत वेगळे धोरण असेल असे जाहीर केले. ते धोरण असे की भारत त्याच्या संशोधकांना मुक्तद्वार नियतकालिकांमध्ये प्रकाशन करायला उद्युक्त करेलच पण जी नियतकालिके वर्गणी देऊन घ्यावी लागताहेत त्यांच्यासाठी देशपातळीवर एकच वर्गणी भरली जाईल. त्यातून ‘एक राष्ट्र एक वर्गणी’ या संकल्पनेचा जन्म झाला. गेली अनेक वर्षे यावर विचार होऊन अखेरीस २०२५ च्या १ जानेवारीपासून तीन वर्षांसाठीचा पहिला टप्पा सुरू झाला आहे.

सुरुवात तर झाली. मला वाटले, चला, या निमित्ताने का होईना आता माझ्यासारख्या निवृत्त संशोधकाला हवा तो लेख वाचता येईल. पण या योजनेबाबतची माहिती वाचायला मिळाली तेव्हा भ्रमनिरास झाला. कारण हा ठेवा पहिल्या टप्प्यात तरी भारतातल्या फक्त ६,३८० संस्थांनाच उपलब्ध होणार आहे म्हणे! यात १५९ संशोधन संस्थांव्यतिरिक्त, केवळ ५५५ विद्यापीठे (विश्वविद्यालय अनुदान आयोगाच्या संकेतस्थळावर एकूण १,१९१ विद्यापीठांची यादी दिली आहे), ४,८६४ महाविद्यालये (आयोगाच्या संकेतस्थळावर हजारो स्वायत्त महाविद्यालयांखेरीज १४,४२२ अनुदानित महाविद्यालयांची यादी, तर उच्च शिक्षण विभागाच्या एआयएसएचई नुसार एकूण ४५,४७३) या शिक्षण संस्थांनाच सहभागी करून घेण्यात आल्याचे कळते. म्हणजे म्हणायचे ‘एक राष्ट्र (भारत)’ पण गरज भागवायची ‘निवडक भारताची’! मोठी घोषवाक्ये वापरायची आणि निवडक हितसंबंधीयांचाच त्याखाली सोय करायची असा हा अजब कारभार!

संस्थांची निवड आणि निकष

या संस्थांमध्ये कोणाचा सहभाग आहे याबद्दल काही पारदर्शकता नाहीये. असे कळते की या टप्प्यात फक्त शासकीय संस्थांनाच सहभागी करून घेतले आहे. पण संकेतस्थळावरील सहभागी संस्थांची यादी चाळल्यावर हेही खरे नसल्याचे दिसून येते. तुरळकरित्या काही खाजगी संस्थांची नावेही दिसतात. वस्तुतः जर निवडक संस्थांनाच पहिल्या टप्प्यात सहभागी करून घ्यायचे धोरण होते तर निदान काही चांगले निकष तरी वापरायला हवे होते. फक्त शासकीय शिक्षण संस्थांनाच



यात सहभागी करून घेणे म्हणजे ‘घरजावयाला तेवढे आमंत्रण’ असे झाले. भारतात ‘नॅक’ या आद्याक्षरी शब्दाने ओळख असलेले उच्च शिक्षण संस्थांचे मानांकन ठरवायचे प्रशासकीय मंडळ आहे. त्याच्यातर्फे उच्चतम स्तर असलेल्या संस्थांना ‘ए++’ (ए प्लस प्लस) हा दर्जा दिला जातो. त्या खालोखाल ‘ए+’ (ए प्लस), ‘ए+’ (ए प्लस) अशी ‘सी’ पर्यंत उतरंड लागते. हा दर्जा ठरवताना त्या शिक्षण संस्थेच्या संशोधन योतदानालाही भरवी प्रमाणात महत्त्व दिले जाते. म्हणजे असे की जी संस्था उच्चतम दर्जा मिळवते ती संस्था संशोधनातही अव्वल आहे. पण वरील निकषानुसार या संस्थांना नियतकालिके उपलब्ध न करता केवळ ‘शासकीय संस्था’च असा निकष लावला गेला आहे. हे कितपत योग्य ते आपण महाराष्ट्रातील उच्च शिक्षण संचालनालयाने त्यांच्या संकेतस्थळावरील या संबंधी जाहीर केलेली २०२४ ची आकडेवारी पाहून ठरवू या. महाराष्ट्रात एकूण कला, वाणिज्य, विज्ञान आणि शिक्षण शाखांच्या अभ्यासासाठी शासकीय महाविद्यालये २८. यापैकी फक्त १२ महाविद्यालयांचे मानांकन सक्रिय अवस्थेत आहे. विशिष्ट कालावधीनंतर करायला लागणाऱ्या पुनर्मानांकनासाठी १४ महाविद्यालयांनी कार्यवाहीच केलेली नाही. तर दोन महाविद्यालयांनी कधी मानांकनासाठी अर्जच केलेला नाही! आता १४ महाविद्यालयांपैकी केवळ दोनच शासकीय महाविद्यालये ‘ए+’ (ए प्लस) या दर्जाची आहेत. वरील निकषानुसार या अशा सगळ्या महाविद्यालयांना ही महागडी नियतकालिके उपलब्ध करून देण्याचे धोरण आहे. या यादीमध्ये अनुदानित (खाजगी) महाविद्यालयांपैकी एकूण चार ‘ए++’ (ए प्लस प्लस) आणि ३४ ‘ए+’ (ए प्लस) दर्जा मिळवणारी आहेत. या खासगी महाविद्यालयांचे तुदैव असे की त्यांनी चांगले काम करूनही त्यांचा नियतकालिकांच्या उपलब्धतेपासून वंचित ठेवण्यात आले आहे. आणखी पुढे पाहू या. ही नियतकालिके १ जानेवारी २०२५ पासून एका वर्षासाठी वर्गणी भरून उपलब्ध करून घ्यायचे धोरण होते तर निदान काही चांगले निकष तरी वापरायला हवे होते. फक्त शासकीय शिक्षण संस्थांनाच

नियतकालिकांच्या उपलब्धतेसाठी नोंदणी केल्याचे दिसते (देशपातळीवरील ६,३८० शासकीय संस्थांपैकी केवळ २,०४१ संस्थांनी). म्हणजे या शासकीय संस्थांना यात किती रस आहे पहा!! खरं म्हणजे सगळ्या ‘ए+’ (ए प्लस) दर्जा मिळवणाऱ्या महाविद्यालयांना ‘प्रथम वेणुच्यास प्रथम प्राधान्य’ या तत्त्वावर ही सोय उपलब्ध करून द्यायला हवी होती.

नियतकालिकांची उपलब्धता

ही योजना कारवणारी शिखर संस्था आंतरविद्याशाखीय संशोधनाला प्रोत्साहन देण्याच्या हेतूने ह्यासगळ्या वाचकांसाठी समजीव नियतकालिकेहू उपलब्ध करून देत असल्याचा डांगोरा पिटते. म्हणजे असे की सामाजिक शास्त्राच्या संशोधकाला विज्ञान शाखेतील नियतकालिकेही उपलब्ध आहेत आणि कारण काय तर म्हणे त्याने आंतरविद्याशाखीय संशोधन करावे! समाजोपयोगी, आंतरविद्याशाखीय संशोधन व्हावे ही बाब तर खरीच. पण आपण आज तज्ञांच्या जगात राहिलो. वेगवेगळ्या विशिष्ट विषयातले तज्ञ एकत्र येऊन जेव्हा एखाद्या प्रश्नाची उकल करतात त्याला आंतरविद्याशाखीय संशोधन म्हणतात. असे कधीच होत नाही की एका विषयातला तज्ज्ञ दुसऱ्या विषयावरही अधिकाराने भाष्य करू शकतो. एखाद्या विषयातला तज्ज्ञ केवळ त्याच्या विषयाचीच नियतकालिके वाचतो. त्यामुळे सगळीच नियतकालिके सगळ्यांनाच उपलब्ध करून देणे हे धोरण हे मर्यादित निधीचा अपव्यय आहे. यात प्रकाशकांनी भरपूर पैसा केला असणार कारण संभाव्य वाचकागणिक ऑनलाइन नियतकालिकाच्या वर्गणीची किंमत वाढते. हे धोरण करदाल्यांवर अनावश्यक बोजा घालणारे आहे. एवढ्याच रकमेत विशिष्ट विषयातील नियतकालिके त्या विषयाच्या तज्ज्ञालाच उपलब्ध करून दिली असती तर ही सोय आणखी वापरकर्त्यांपर्यंत पोहोचली असती आणि परताव्यात वाढ झालेली दिसली असती.

प्रकाशकांशी याबाबत वाटाघाटी होतात त्या वेळी वाचकाच्या दृष्टीने काय-काय पदरात पाडून घेता येते हे पहिले जाते. १ जानेवारी २०२५ पासून नियतकालिके उपलब्ध केली गेली आहेत हे ठीक. पण नियतकालिकांच्या गत वर्षाच्या अधिकाधिक खंडांनाही याच वर्गणीचा भाग म्हणून वाटाघाटी दरम्यान पदरात पाडून घ्यावे लागते. कारण संशोधकाला गेल्या अनेक वर्षांचे झालेले संशोधन लेख उपलब्ध असणे गरजेचे असते. या योजनेच्या संकेतस्थळावर याबाबतचा कुठेही उल्लेख नाहीये. त्यामुळे याद्वारे केवळ २०२५ या साली प्रसिद्ध होणारे संशोधन लेखच उपलब्ध होणार की काय असा दाट संशय येतो. असे असले तर ह्यकोहळ्या देऊन आसंवा घेतलाहू असे प्रचलित

म्हणीतील शब्द फिरवून म्हाणावे लागेल.

दिशाभूल

योजनेच्या संकेतस्थळांवर प्रवेश पानावरच दिशाभूल करणारी आकडेवारी आपल्याला वाचायला मिळते. या योजनेची सभासद संख्या, उपलब्ध नियतकालिके, २०२४ साली संशोधकांनी किती लेख वाचले ही माहिती दिली आहे. वस्तुतः एका बाजूला पत्रकारांच्या संमेलनात ६,३८० संस्था भाग घेतील असे सांगितलेले असताना संकेतस्थळावर ६५०० + आकडा लिहिणे चुकीचे आहे. नियतकालिकांचे प्रकाशक वाढीव आकड्यावरून योजनेला आणखी किंमत मोजायला लावतील! शिवाय ही योजनाच मुळात १ जानेवारी २०२५ पासून अंमलात आली आहे तर २०२४ साली किती लेख वाचले गेले, वगैरे माहिती हाथ्यास्पद आणि खोटीच माहिती लागेल. अशा प्रकारच्या महितीला हार्डशोर्बोर्ड म्हणतात. यावर १ जानेवारी २०२५ पासून किती सभासद नोंदणी झाली आहे, त्यांनी किती लेखांचे वाचन केले अशी दर दिवशी वाढ (असल्यास) होत असलेली माहिती प्रसृत करायला हवी.

गुंतवणूक परताव्यासाठी प्रयत्नांची शिकस्त आतशयक

गेल्या वर्षापावेतो संशोधनात रस असलेल्या २,३६० संस्थांनी एकूण १० संघ (कॅसॉर्टियम) बनवून स्वतंत्रपणे याच प्रकाशकांशी त्यांच्या वाचकांना आवश्यक ठरणाऱ्या नियतकालिकांसाठी वाटाघाटी करून उत्तम आणि आवश्यक ते पदरात पाडून घेण्याचा प्रघात होता. त्याकरता सुमारे १५०० कोटी रुपये यासाठी खर्च होत. डॅशबोर्डवर म्हटल्याप्रमाणे त्याचा बऱ्यापैकी वापरही होत असे. पण या रुजलेल्या सोयीला नख लावून आता ह्याएक भारत एक वर्गणीहू योजनेत तीन वर्षांसाठी सुमारे ६,३८० संस्थांसाठी सहा हजार कोटी रुपयांची तरतूद केजरी गेली असल्याचे म्हटले आहे. म्हणजे सुमारे दोन हजार कोटी दरवर्षाला. वर नमूद केल्याप्रमाणे जानेवारी महिना सरला तरी अद्याप केवळ २,०४१ संस्थांनीच यावर नोंदणी केली आहे. दिनदर्शिकेची पाने झपाट्याने उलटली जातील. अपेक्षित संस्थांनी नोंदणी केली नाही, आणि उपलब्ध नियतकालिके वापरली नाहीत तर सगळी गुंतवणूक वाया जाणार आहे. अशा नव्या सोयी दिल्या जातात त्या वेळी मोठ्या प्रमाणात जागरूकता कार्यक्रम राबवावा लागतो. याचा विचार झालेला दिसत नाहीये. म्हणूनच केवळ एक तृतीयांश संस्थांचीच नोंदणी झाली आहे. आता तरी जागरूकता वाढवण्याचे काम युद्ध-पातळीवर करणे आवश्यक आहे. पण यासाठी योजनाकारांना जाग येईल तोवर कदाचित वर्ष संपलेले असेल! पण हीच आम्हा भारतीयोंची मानसिकता आहे. काय करणार?

पनीर कटलेट

साहित्य : २०० ग्रॅम पनीर कुस्करून, २ मध्यम आकाराचे कादि चिरून, १ गाजर किसून, १ वाटी बारीक चिरलेला कोबी, २ बटाटे उकडून कुस्करून, १ चमचा आले-लसूण पेस्ट, १ चमचा मिरची-कोथिंबीर पेस्ट, २ मोठे चमचे कॉर्नफ्लॉवर, गरजेनुसार मिठ, पाव ते अर्धा वाटी तेल, चाट मसाला.

कृती : भांड्यात तेल गरम करून त्यावर चिरलेला कांदा घाला. कांदा गुलाबी रंग येईपर्यंत शिजला की त्यावर

आले-लसूण पेस्ट व मिरची-कोथिंबीर पेस्ट घालून ढवळा. वरील मिश्रणावर कोबी, गाजर घालून २-३ मिनिटेच परतवत शिजवा. चायनीज पदार्थांसारखेच जास्त शिजू देऊ नका. आता कुस्करलेले बटाटे, मिठ घालून पुन्हा चांगले ढवळून लगेच सॅस बंद करा. हे मिश्रण एका ताटात पसरवा व जरा थंड होऊ द्या. मिश्रण थंड झाले की त्यात पनीर व कॉर्नफ्लॉवर टाकून मिश्रण एकजीव करा. आता तुम्हाला हव्या त्या आकाराचे कटलेट करा. व नॉनस्टिक पॅनवर जरासेच तेल घालून शॅलो फ्राय करून घ्या. दोन्ही बाजू मध्यम आचेवर साधारण ५-६ मिनिटे शिजवा. कटलेट तयार झाले की गरम असतानाच त्यावर चाट मसाला टाका. नुसते किंवा सॉस किंवा पुदिना चटणीबरोबर याचा आस्वाद घ्या.

अधिक टिप :

- या कटलेटमध्ये इतर कोणतेही मसाले न वापरल्याने पनीर व भाज्यांचा अस्सल स्वाद येतो.
- लहान मुलांना तर खूपच आवडतात. शिवाय कोबीसारखी भाजी खाल्ली जाते.
- यात अजून कांदाची पात, किंवा आपल्या आवडीच्या भाज्या थोड्या प्रमाणावर घालू शकता.

न्यूड मेकअप लूकसाठी काही टिप्स

न्यूड मेकअप लूकचा सध्या खूपच वापर केला जातो. यासाठी ब्लॅक मस्कराचा वापर करा. आपल्याला त्वचेला सूट होईल असा नैसर्गिक रंग आणि गुलाबी रंगाच्या लिप कलरचा वापर करा. आकर्षक दिसण्यासाठी न्यूड मेकअप लूकसाठी कोणत्या टिप्सचा वापर केला पाहिजे, ते जाणून घ्या.

- आपल्या डोळ्यांना नॅचरल लूक देण्यासाठी पापण्यांना ब्लॅक मस्करा लावा आणि केस कुरळे करा.
- डोळ्यावरच्या आतील कोपऱ्यापर्यंत काजळ लावा. त्यामुळे पापण्या सुंदर आणि आकर्षक दिसतील.
- गालावर नॅचरल चमक येण्यासाठी चीकबोन्सला हायलाइट करा. सध्या न्यूड मेकअप लूकसाठी आपल्या त्वचेला सूट होईल अशा नॅचरल शेडची निवड करा.
- यासाठी हलक्या रंगाचा वापर करा. चेहरा चमकण्यासाठी ओठांना हलक्या गुलाबी रंगाची पिंग शेडची लिपस्टिक लावून त्यावर शाईन येण्यासाठी लिप ग्लॉसचा वापर करा. त्यामुळे अजूनच आकर्षक लूक येईल.
- न्यूड मेकअप लूकसाठी एकाच रंगाच्या वेगवेगळ्या शेड्सचा वापर करा.
- न्यूड शेड्स लावण्याआधी लाईट बेस लावा आणि आवश्यक असल्यास हलक्या हातांनी लूज पावडर किंवा कॉम्पॅक्ट पावडर लावा.

बहुतेक लोक आपल्या दिवसाची सुरुवात चहा किंवा कॉफीच्या गरमगारम कपाने करत असतात. काही लोकांना तर सकाळी उठल्या उठल्या चहा किंवा कॉफी मिळाली नाही, तर त्यांचा अख्खा दिवस वाईट जातो, इतकी त्यांना चहा किंवा कॉफीची सवय झालेली असते. पण या सवयीमुळे कालांतराने बद्धकोष्ठ, पोटादुखी, ॲसिडिटी, पिपल्स अशा तक्रारी सुरू होतात. असे म्हटले जाते की त्वचा, केस आणि एकंदर शरीराचे आरोग्य सांभाळण्यासाठी भरपूर पाणी पिणे आवश्यक आहे. त्याचबरोबर सकाळी उठल्या उठल्या एक ग्लास गरम पाणी पिण्याची सवयही तुमच्या शरीरातील अनेक विकार मुळपासून दूर करू शकते.

सकाळी उठून नियमितपणे एक ग्लास गरम पाणी प्यायल्याने पचन शक्ती चांगली राहते. तसेच गरम पाणी प्यायल्याने शरीरातील रक्ताभिसरणही चांगले राहते. आपल्या खाण्या-पिण्याच्या अयोग्य सवयींमुळे आपल्या शरीरामध्ये साठत असलेले घातक पदार्थ गरम पाण्याच्या सेवनामुळे बाहेर टाकण्यास मदत होते. तसेच गरम पाण्याच्या नियमित सेवनामुळे शरीरातील अतिरिक्त

गरम पाणी पिण्याचे फायदे

चरबी घटण्यास मदत होऊन वजन कमी होण्यास मदत होते. योगशास्त्राच्या नियमानुसार तीन महिने गरम पाण्याच्या सेवनाने वजन कमी होऊ शकते. याकरिता इतर कोणतीही विशेष पथ्ये पाळण्याची गरज नाही.

काही लोकांना बद्धकोष्ठता त्रास होतो. अशा वेळी सकाळी रिकाम्यापोटी गरम पाणी पिणे फायदेशीर ठरू शकते. पुष्कळ महिलांना मासिक धर्माच्या दिवसांमध्ये डोकेदुखी सतावते. त्यावेळी नियमित गरम पाण्याचे सेवन केल्याने डोकेदुखीपासून आराम मिळतो.

तसेच या

दिवसांमध्ये होणारी पोटादुखी ही गरम पाण्याच्या सेवनामुळे कमी होते.

दररोज सकाळी एक ग्लास गरम पाण्यामध्ये थोडासा लिंबाचा रस घालून प्यायल्याने शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती वाढते. ज्यांना सतत बारीकसारीक तब्येतीच्या तक्रारी जाणवत असतील त्यांनी गरम पाणी आणि लिंबाच्या रसाचे दररोज सेवन करणे उत्तम. यामुळे त्वचेचे आरोग्य देखील चांगले राहून, त्वचेवर पिंपल्स येणे कमी होते. तसेच गरम पाण्याच्या सेवनाने ॲसिडिटीचा त्रासही कमी होतो. पुष्कळ लोकांच्या खाण्या-पिण्याचे वेळापत्रक किंवा झोपेच्या वेळा अतिशय अनियमित असतात. शिवाय ज्या लोकांना काही ना काही कारणाने सतत प्रवास करावा लागतो. त्यांनाही बाहेरच्या जेवणावरच काम चालवून घ्यावे लागते. परिणामी ॲसिडिटीसारखे विकार पाठीमागे लागतात. अशा वेळी दररोज सकाळी गरम पाणी पिण्याच्या सवयीने ॲसिडिटीचे प्रमाण कमी होते.

मासिक पाळी पुढे ढकलताय ?

सण, समारंभ, पर्यटन किंवा धार्मिक कार्याच्या आड येणारी मासिक पाळी पुढे ढकलण्याचा निर्णय अनेक महिला घेतात. मात्र अशा प्रकारे निसर्गचक्रात हस्तक्षेप करण चुकीचं आहे. बरच प्रबोधन होऊनही मासिक पाळीबाबतचे गैरसमज कमी झालेले नाहीत. म्हणूनच महिलांना कृत्रिम पद्धतीने पाळी पुढे ढकलवी लागते. मासिक पाळी पुढे ढकलण्यासाठी गोळ्या घेतल्या जातात. पण या गोळ्यांचे शरीरावर दीर्घकालीन परिणाम होतात.

- मासिक पाळी पुढे ढकलणाऱ्या गोळ्यांच्या सततच्या सेवनामुळे यासंदर्भातल्या नैसर्गिक चक्रावर परिणाम होऊ शकतो. शिवाय महिलांच्या प्रजननक्षमतेवरही याचे घातक परिणाम दिसून येतात.
- या गोळ्यांचं सेवन केल्यानंतर पुढचा काही काळ मासिक पाळीदरम्यान मोठ्या प्रमाणावर रक्तस्राव होण्याची शक्यता वाढते. जवळपास २० टक्के महिलांना हा अनुभव येतो. पुढचे काही महिने मासिक पाळीतून अधिक प्रमाणात रक्त जाऊ शकतं.
- या गोळ्या बऱ्याच काळपर्यंत घेत राहिल्यास आरोग्यावर अत्यंत घातक असे परिणाम दिसून येतात. नसांमध्ये रक्ताची गुठळी होण्यासारख्या समस्या जाणवू शकतात. या गोळ्यांमुळे इतर औषधांच्या शरीरावरचा प्रभावाने विपरित परिणाम होऊ शकतो.
- या गोळ्या घेतल्यानंतर इतर काही दुष्परिणाम होऊ शकतात. जुलाब, हातापायांमध्ये गोळे येणं, अवेळी रक्तस्राव होणं हे दुष्परिणाम दिसून येऊ शकतात.

टिकलीचाही महिलांच्या १६ शृंगारमध्ये समावेश असून सौभाग्यवती महिला काही वर्षांपूर्वी कुंकवाचा वापर करत असत. पण कुंकवाचा वापर न करता टिकलीचा वापर सध्या महिलांमार्फ मोठ्या प्रमाणात करताना पाहायला मिळतात. महिला चेहऱ्यावर लावण्यात आलेल्या टिकलीमुळे केवळ सुंदरच दिसत नाहीत तर त्याचे अनेक आरोग्यदायी फायदेही आहेत. टिकलीचा वापर सामान्यतः महिला ट्रेडिशनल लूकसाठी करतात. पण एका अभ्यासानुसार आरोग्यालाही टिकलीमुळे अनेक फायदे होतात. यामुळेच टिकलीचा वापर अनेक महिला करत आहेत. एवढेच नाही तर वेस्टर्न कपडे परिधान करणाऱ्या महिलाही आपल्या ड्रेसनुसार कलरफुल टिकली वापरण्यास सुरुवात करत आहेत. चेहऱ्यावरील टिकलीमुळे महिला खुबच सुंदर दिसतात आणि त्यामुळे अनेक आरोग्यदायी फायदेही होतात. कपाळावर टिकली लावल्याने अनेक फायदे होतात.

कपाळावर टिकली लावल्यामुळे डोके दुखणे बंद होते. ॲक्यूप्रेशर शास्त्रानुसार कपाळावर ज्या ठिकाणी टिकली लावण्यात येते, त्या जागेवर मसाज केल्यास डोकेदुखी तत्काळ बंद होते. टिकली लावलेल्या जागेवर मसाज केल्यास नाकाच्या आसपास ब्लड सर्क्युलेशन चांगल्या पद्धतीने होण्यास सुरुवात होते, ज्यामुळे तुम्हाला खूपच आराम मिळतो.

टिकली दोन्ही भुवयांच्या मध्यभागी ज्या ठिकाणी लावली जाते, शरीरातील सर्व नसा त्याच केंद्रावर एकत्र येतात. टिकली लावण्यात येणाऱ्या या जागेला अग्निचक्र या नावाने सुद्धा ओळखले जाते. म्हणूनच टिकली लावल्याने एकाग्रताही वाढते आणि

कोरफडीचे ५ गुणकारी फायदे

- सतत कॉम्प्युटरसमोर बसल्याने डोळ्यांवर ताण येतो. डोळ्यांचे आरोग्य चांगले राहण्यासाठी दोन चमचे कोरफडीचा गर एक कप पाण्यात मिसळून त्याने डोळे धुवा. यामुळे डोळ्यांना आराम मिळेल.
- चेहऱ्यावर पुटकुळ्या आल्यास

कोरफडीचा गर चेहऱ्यावर लावा. थोड्या वेळाने चेहरा साध्या पाण्याने धुवा. यामुळे पुटकुळ्या कमी होतील.

- शरीरावर कापल्यामुळे जखम झाली असल्यास त्यावर कोरफडीचा गर लावा.

जाणून घ्या टिकली लावल्याने होणारे फायदे

मन शांत राहते. तसेच, टिकली लावल्याने ताणातणावही कमी होतो.

तुम्हाला पूर्ण झोप मिळत नाही आणि त्यामुळे तुम्ही त्रस्त आहात तर टिकली लावणे तुमच्यासाठी खूपच फायदेशीर होऊ शकते. टिकली शरीराच्या वरच्या भागाला शांत ठेवण्यासाठी खूपच फायदेशीर ठरते. कपाळावर टिकली लावल्याने चांगली झोप येते.

टिकली डोळ्यांच्या नसा मजबूत करण्यास खूपच मदत करते. टिकली कपाळच्या मध्यभागी ज्या ठिकाणी लावली जाते, त्या ठिकाणाच्या नसा आणि डोळ्यांमधील नसा यांच्यात एक कनेक्शन असते. टिकली डोळ्यांच्या नसांना मजबूत करण्यास मदत करते ज्यामुळे तुम्हाला एकदम स्पष्ट आणि साफ दिसण्यास मदत होते. एवढेच नाही तर टिकली लावल्याने आसपासचे मसल्स मजबूत आणि हेल्दी होतात.

तुमच्या चेहऱ्यावर जर सुरकुत्या पडण्यास सुरुवात होत आहे तर टिकली लावण्यास तुम्ही सुरुवात करा. कारण, टिकली लावल्याने चेहऱ्यावर येणाऱ्या सुरकुत्यांपासून सुटका मिळण्यास मदत होते.



वजन घटवण्यासाठी ‘पीनट बटर’ उपयुक्त

सॅंडविचमध्ये लावण्यासाठी एक अतिशय पौष्टिक ‘स्प्रेड’ म्हणून ‘पीनट बटर’ म्हणजेच शेंगदाण्यांपासून तयार केले गेलेले बटर अतिशय लोकप्रिय होऊ लागले आहे. अतिशय पौष्टिक तत्वांनी परिपूर्ण असे पीनट बटर वजन घटवण्यासाठीही उपयुक्त असल्याचे आहारतज्ज्ञ म्हणतात. पीनट बटरमध्ये असणारी प्रथिने, जीवनसत्त्वे आणि क्षार वजन घटवण्यास सहाय्यक आहेत. पीनट बटरच्या सेवनाने बूट लवकर शमत असून, त्यामुळे अन्नाचे सेवन आपोआपच कमी होते. याच्या सेवनाने शरीराची चयापचय शक्ती वाढत असून, त्यामुळेही वजन घटण्यास मदत होते. पीनट बटर पोळीबरोबर, भाकरीबरोबर किंवा गव्हापासून तयार केलेल्या ब्रेडसोबत खाता येऊ शकते. फळे किंवा कच्चा भाज्यांच्या कार्पांच्या सोबतही हे बटर खाता येते. सकाळच्या नाशत्यामध्ये ओटमिल घेत असल्यास किंवा दह्यामध्ये मिसळूनही पीनट बटरचे सेवन करता येते. मात्र वजन घटवताना पीनट बटर आहारामध्ये समाविष्ट करताना त्यामध्ये इतर ‘ॲंटीटिन्ह’ असणार नाहीत याची काळजी घेणे आवश्यक आहे. पीनट बटर बाजारातून आणण्यापेक्षा घरी तयार करणे अधिक चांगले. हे बटर बनवण्यासाठी शेंगदाणे भाजून घ्यावेत आणि त्यांची साले काढून घ्यावीत. त्यानंतर शेंगदाणे मिक्सरमध्ये घालून थोडेसे शेंगदाण्याचे तेल घालावे, त्यानंतर मिक्सर सुरू करून शेंगदाणे तीन ते चार मिनिटे मिक्सरवर वाटावेत. तयार झालेल्या शेंगदाण्याच्या पेस्टला पीनट बटर म्हटले जाते. यामध्ये चवीला थोडेसे मीठ घालावे. तसेच आवडत असल्यास किंचित मध आणि दालचिनीची पूडही यामध्ये घालता येऊ शकते.

सुंदर, नितळ, गोरी त्वचा कोणाला नको असते. यासाठी लोक चेहऱ्यावर विविध प्रयोग करत असतात. मात्र कांदा आणि लसूणचा फेसपॅक तुम्ही कधी ट्राय केलाय का ?

त्वचेसाठी वरदान आहे कांदा : कांद्यामध्ये अनेक व्हिटॅमिन असतात. याशिवाय ॲंटीऑक्सिडंट्सही असतात. कांद्याच्या रसात ॲंटी सेप्टिक, ॲंटी-बॅक्टेरियल यासारखे गुण असतात. ज्यामुळे त्वचेवरील मुरुमे निघून जातात.

चेहरा उजळण्यासाठी कांदा आणि लसणाचा फेसपॅक

त्वचा उजळण्यासाठी लसूण फायदेशीर : लसूणमध्ये व्हिटॅमिन सी, व्हिटॅमिन बी६, सेलेनियम, झिंक असते. त्वचेवरील मुरुमे हटवण्यासाठी लसूण फायदेशीर आहे. लसणाच्या पेस्टमध्ये मध मिसळून हा पॅक लावल्यास चेहऱ्यास फायदा होता. पिंपल्सच्या जागी लसूणचा रस लावा, पिंपल्स लवकर बरे होतील आणि डाग राहणार नाहीत.

घरगुती लिपस्टिक तयार करणे इतके सोपे

बाजारात मिळणारे कॉस्मेटिक महाग तर असतातच पण आपल्या स्कीनवर विपरित परिणाम करणारे असतात. त्यातून ओठ हे तर सर्वात नाजूक असतात, यावर रोज बाजारातील लिपस्टिक लावली तर ओठ काळे पडू लागतात. म्हणून येथे आम्ही सोपी पद्धत सांगत आहोत ज्याने आपण घरी लिपस्टिक तयार करू शकता.

साहित्य : एक बीट, १/२ कोकोनट ऑईल, १/२ चमचा मधमाश्यांचे मेण, १/२ चमचा कोको बटर

कृती : बीटाचे पातळ काप करून वाळू द्या.

‘ब्लॅक टी’चे असेही फायदे

ब्लॅक टीमुळे शरीरातील टॉक्सिंस, विषारी घटक बाहेर निघण्यास मदत होते. भारतात सर्वाधिक प्यावले जाणारे पेय म्हणून चहाचा पहिला क्रमांक लागतो. चहा, कॉफी म्हटले की अनेक जण दुधाचा चहा, कॉफीला परसती देतात. दुधाच्या चहाच्या तुलनेत खूप कमी लोकांना ब्लॅक टी आवडते. तुलनेने ब्लॅक टी चवीला चांगली लागत नसली तरी तिचे अनेक फायदे आहेत. बाजारात अनेक प्रकारच्या ब्लॅक टी उपलब्ध आहेत. घरात बनवली जाणारी ब्लॅक टी लिंबू रस टाकून घेता येते. बाजारात इंग्लिश ब्रेकफास्ट टी, अर्ल ग्रे टी, आसाम टी, दार्जिलिंग टी, निलगिरी टी असे चहाचे अनेक प्रकार उपलब्ध आहेत.

काही दिवसांपूर्वी अमेरिकेतील कॅलिफोर्निया युनिव्हर्सिटीत एक संशोधन करण्यात आले होते. या संशोधनाचा अहवाल युरोपियन जर्नल ऑफ न्यूट्रिशनमध्ये पब्लिश करण्यात आला होता. या अभ्यासानुसार ब्लॅक टीमध्ये विविध प्रकारचे विशेष तत्त्व असल्याचे सिद्ध झाले आहे. ब्लॅक टीमधील चहाचे विशेष तत्त्व पोटात जाऊन मोठा

प्रभाव पाडतात. ब्लॅक टीमुळे वजन घटवण्यास मदत होते. तसंच शरीरातील टॉक्सिंस, विषारी घटक बाहेर निघण्यास मदत होते. विषारी द्रव्ये शरीरातून बाहेर निघाल्यामुळे कोणताही आजार बळावण्याची शक्यता कमी होते.

टॉक्सिंस शरीरातून बाहेर पडल्यामुळे आरोग्यही उत्तम राहण्यास मदत होते.

चहात ॲंटी ऑक्सिडेंट सर्वाधिक असतात. अनेक संशोधनांतून संशोधकांनी ब्लॅक टी आणि ग्रीन टीमध्ये प्रोबायोटिक्स तत्त्व आढळून येत असल्याचे सांगितले आहे. प्रोबायोटिक्स तत्त्व शरीरात प्रतिरोधक सूक्ष्मजीवांच्या वाढीसाठी मदत करतात. ब्लॅक टी वजन नियंत्रणात ठेवून अनेक आजारांपासून बचावही करते.

ब्लॅक टीमध्ये दूध आणि साखर नसल्याने शरीरात फॅट जमा होत नाही. चहातील ॲंटीऑक्सिडेंट शरीरातील अतिरिक्त चरबी न वाढू देण्याचे काम करते. एका संशोधनातून दिवसांतून तीन वेळा ब्लॅक टी पिण्यामुळे रक्तदाब नियंत्रणात राहत असल्याचे समोर आले आहे. डोकेदुखी होत असल्यास ब्लॅक टीमध्ये लिंबू टाकून प्यायल्याने डोकेदुखीत आराम मिळतो.

दररोज पुढे जाण्याच्या शर्यतीत प्रत्येक व्यक्ती धकाधकीच आयुष्य जगत आहे. लवकर पुढे जात लवकर यश मिळवण्याच्या नादात अनेक जण आपल्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष करतात. सोपं, लवकर आणि जिथेच्या चवी पुरवण्यासाठी अनेक जण फास्ट फूडच्या आहारी गेले आहेत. या फास्ट फूडमुळेच अनेक जण लठ्ठपणाचे शिकार होत आहेत. अशाप्रकारे आलेला लठ्ठपणा कमी करणं तितकंसं सोपं नाही. लठ्ठपणामुळेच शरीरात अनेक प्रकारचे विकार बळावतात. अनेक आजारांचे कारण लठ्ठपणा असून शरीरातील लठ्ठपणामुळेच अनेक आजारांना निमंत्रण दिले जाते.

अनेक आजारांचे कारण लठ्ठपणा; असे ठेवा नियंत्रण

लठ्ठपणाचे निदान व्यक्तीच्या शारीरिक तपासणी आणि त्याच्या इतिहासावर अवलंबून आहे. लठ्ठपणामुळे आलेल्या रोगांची शक्यता तपासण्यासाठी व्यक्तीच्या ‘बीएमआय’ बॉडी मास इंडेक्सचे मापन केले जाते. आई-वडिलांपैकी एकाला लठ्ठपणा असल्यास मुलांमध्येही लठ्ठपणा होण्याची शक्यता असते. कॅलॅरीयुक्त आहार, जंक, फास्ट फूड, पेय पदार्थांचे अधिक सेवन यामुळे लठ्ठपणाची समस्या निर्माण होण्यास सुरुवात होते. फळ, भाज्या यांच्या कमी सेवनानेही व्यक्ती लठ्ठपणाचा शिकार होऊ शकतात. लठ्ठपणामुळे स्ट्रोक, कॅन्सर, प्रजनन क्षमता कमी होणे, ऑस्टियोआर्थराइटिस, टायप २ डायबिटीज, पित्ताशयाचे आजार, उच्च रक्तदाब, लिवरला सूज येणे, श्वास घेण्यास अडथळा, नर्व डिसऑर्डर यासारखे गंभीर आजार होण्याची शक्यता असते. यासारखे आजार बळावू नये यासाठी नियमित व्यायामाने वजन नियंत्रणात ठेवू शकता. जोरात चालणे, पोहणे, सायकल चालवणे यासारखे व्यायाम करू शकता. दिवसांतून तीन वेळा नियमित आहार घ्या. काही लोक भूक लागण्यावर

कच्च्या केळ्याचे सेवन अनेक विकारांवर उपयुक्त

पिकलेली केळी आपल्या आहारामध्ये नेहमीच समाविष्ट असून, या फळाचे आपल्या पचिऱ्याचे आहेत. पोर्टीशियम आणि क्षार मुबलक असणारे हे फळ पचण्यास हलके आहे. याच्या सेवनाने शरीरामध्ये त्वरित ऊर्जा उत्पन्न होत असते. म्हणूनच व्यायामापूर्वी एखादे केळे खाण्याचा सल्ला आहारतज्ज्ञ देत असतात. पिकलेल्या केळ्यांप्रमाणेच कच्चे केळे देखील भाजी, भजी, कोफ्ते इत्यादी पदार्थ बनवण्याकरिता वापरले जात असते. पिकलेल्या केळ्यांप्रमाणेच कच्च्या केळ्याचे सेवनही आरोग्याच्या दृष्टीने अतिशय फायदेशीर म्हटले जाते. कच्च्या केळ्यांमध्ये फायबर आणि हेल्दी स्टार्च असून, ही तत्त्वे आतड्यांमध्ये कोणत्याही

प्रकारचे ‘ब्लॉकिज’ उत्पन्न होऊ देत नाहीत. त्याचमुळे ज्यांना बद्धकोष्ठता त्रास आहे, त्यांनी कच्च्या केळ्यांचा समावेश आहारामध्ये अवश्य करावा. ज्यांना मधुमेह आहे, किंवा ज्यांना मधुमेह असल्याचे नुकतेच निदान झाले आहे, त्यांच्यासाठी कच्च्या केळ्याचे सेवन फायदेशीर आहे. याच्या सेवनाने शरीरातील ब्लड-शुगरची पातळी नियंत्रणात राहते. कच्च्या केळ्यामध्ये फायबरची मात्रा मुबलक असून, याच्या सेवनाने पोटात अधिक काळ भरलेले राहते व त्यामुळे वारंवार भूक लागण्याची भावना होत नाही. याच्या सेवनाने पचनक्रियाही उत्तम राहते. त्यामुळे ज्यांना वारंवार अपचनाचा त्रास होतो, त्यांनी आपल्या आहारामध्ये कच्च्या केळ्याचा समावेश अवश्य करावा.

अनधिकृत बांधकामे हटविण्यात साहाय्यक आयुक्तांनी हयगय करु नये ठाणे महापालिकेचे आयुक्त सौरभ राव यांचे अधिकाऱ्यांना निर्देश

■**ठाणे** : ठाणे महापालिका हद्दीत कळवा, मुंब्रा, दिवा, आगासन तसेच घोडबंदर भागात मोठ्या संख्येने उभ्या राहत असलेल्या बेकायदा बांधकामाविषयी सातत्याने तक्रारी पुढे असताना बऱ्याची भूमिका घेणाऱ्या महापालिका प्रशासनाने उशिरा का होईना ही बांधकामे थांबवीत यासाठी प्रयत्न सुरु केले आहेत. ठाणे शहरात महापालिका प्रभाग समितीच्या बीट डायरीत नोंदविण्यात आलेली सर्व अनधिकृत बांधकामे तोडण्यात साहाय्यक आयुक्तांनी कोणतीही हयगय करू नये. सर्व यंत्रणा आणि मनुष्यबळ वापरून ही बांधकामे पूर्णपणे तोडण्यात यावीत. कर्तव्यात कसूर केल्यास संबंधितांवर कारवाई करण्यात येईल असे स्पष्ट निर्देश ठाणे महापालिका आयुक्त सौरभ



राव यांनी शुक्रवारी दिले. अनधिकृत बांधकामाच्या निष्कासनासाठी सर्वस्वी नवीन पद्धती स्वीकारावी लागेल, असेही त्यांनी स्पष्ट केले.

अनधिकृत बांधकामावर कारवाई

ठाणे महापालिका क्षेत्रातील कळवा, मुंब्रा, दिवा, घोडबंदर भागात नव्याने बेकायदा बांधकामे उभी राहत आहेत. या बेकायदा बांधकामावर महापालिकेकडून कारवाई होत नसल्याच्या अनेक तक्रारी प्राप्त झाल्या आहेत. अनधिकृत बांधकामांवरील कारवाईचा आढावा घेण्यासाठी शुक्रवारी सायंकाळी ठाणे महापालिकेचे आयुक्त सौरभ राव यांच्या दालनात वरिष्ठ अधिकाऱ्यांची बैठक झाली. यावेळी महापालिकेचे सर्व प्रमुख अधिकारी उपस्थित होते. ठाणे महापालिका क्षेत्रात सर्व प्रभाग समिती क्षेत्रात मिळून ७६९ अनधिकृत बांधकामे आहेत. त्यापैकी ६६३ अनधिकृत बांधकामांची नोंद प्रभाग समितीच्या बीट निरीक्षकांनी बीट डायरीत केलेली आहे. ही सर्व बांधकामे, पक्की, अर्धी पक्की, कच्ची कोणत्याही स्वरूपाची असली तरी ती तत्काळ तोडून टाकावीत, असे महापालिका आयुक्त सौरभ राव यांनी स्पष्ट केले. हे तोडकाम करताना पोलीस बंदोबस्त मिळाला नाही, स्थानिकांचा विरोध होता, दबाव आला अशा प्रकारची कोणतीही कारणे न सांगता अनधिकृत बांधकामांचे निष्कासन झाले पाहिजे. त्याची संपूर्ण जबाबदारी साहाय्यक आयुक्तांची राहिल. त्यांना त्यासाठी आवश्यक ते सर्व मनुष्यबळ, यंत्रणा उपलब्ध करून दिली जाईल. त्यासाठी इतर आवश्यक सहकार्य परिमंडळाचे उपायुक्त करतील. मात्र, या कामात कोणतीही हयगय होऊ नये असे आयुक्त राव यांनी स्पष्ट केले.

करण्यात आपण कसूर करीत आहोत असे चित्र निर्माण होणे आपल्याला भूषणावह नाही. आपल्या पदांनिर्देशित कर्तव्याचे पालन आपल्याला करावे लागेल. न्यायालयांनी त्यासंदर्भात

दिलेल्या आदेशांचे विनाविलंब पालन केले जावे. त्याची कायदेशीर प्रक्रिया वेळेत पूर्ण केली जावी, असेही निर्देश आयुक्त राव यांनी दिले.

अनधिकृत बांधकामाची बीट

डायरीत नोंद झाली की साहाय्यक आयुक्तांनी तेथे स्थळ पाहणी केली पाहिजे. तसेच तोडकाम करताना स्वतः उपस्थित राहिले पाहिजे. अनधिकृत बांधकामात टप्प्याटप्प्याने वास्तव्य सुरू झाले की त्याचे निष्कासन आणखी अवघड होते असेही आयुक्त म्हणाले. या बैठकीत, साहाय्यक आयुक्तांनी त्यांच्या कर्तव्यात कसूर केल्यास त्यांच्यावर कारवाई करण्यात येईल. या पदावर काम करायचे असेल तर सर्व दबाव दूर सारून काम करावे लागेल. अनधिकृत बांधकामाविषयी न्यायालयाने अतिशय कठोर भूमिका घेतली असून कामाच्या पद्धतीवरही टिपणी केलेली आहे. सबब सांगण्याच्या प्रकारावरही न्यायालयाने आक्षेप घेतला असल्याची माहितीही या बैठकीत देण्यात आली.

रिक्षा चोरणाऱ्याला मानखुर्दमधून अटक

■**मुंबई** : रस्त्यालगत उभी केलेली रिक्षा चोरून विक्री करणाऱ्या एका सराईत आरोपीला मानखुर्द पोलिसांनी अटक केली. या आरोपीच्या ताब्यातून पोलिसांनी तीन रिक्षा हरस्तगत केल्या असून याप्रकरणी पोलीस अधिक तपास करीत आहेत.

मानखुर्दच्या पीएमजीपी कॉलनी परिसरात राहणारे रिक्षाचालक प्रदीप माने (२५) यांनी आपली रिक्षा घराजवळ उभी केली होती. मात्र अज्ञात चोराने रात्री रिक्षा चोरली. याप्रकरणी माने यांनी मानखुर्द पोलीस ठाण्यात तक्रार दाखल केल्यानंतर पोलिसांनी रिक्षाचा शोध सुरू केला. परिसरातील सीसी टीव्ही कॅमेऱ्यांतील चित्रण तपासल्यानंतर पोलिसांना

शिवाजी नगर परिसरात एका रिक्षाचा अपघात झाल्याचे निदर्शनास आले. त्यानुसार पोलिसांनी घटनास्थळी जाऊन पाहणी केली असता ती माने यांची चोरीला गेलेली रिक्षा असल्याचे उघडकीस आले. पोलिसांनी रिक्षाची कसून तपासणी केली. पोलिसांना रिक्षामध्ये एक मोबाइल सापडला. या मोबाइलच्या आधारे तपास करून पोलिसांनी आरोपी करीम काजी (३२) याला अटक केली. चौकशीत त्याने गुन्हाची कबुली दिली. मानखुर्द परिसरातून दोन तर ट्रॉम्बे परिसरातून एक अशा एकूण तीन रिक्षा त्याने चोरल्याची कबुली दिली. याप्रकरणी पोलिसांनी काजीला अटक केली असून याप्रकरणी पोलीस अधिक तपास करीत आहेत.

■कल्याण

: कल्याण पूर्वेतील एका अल्पवयीन बालिकेवर लैंगिक अत्याचार करून नंतर तिची हत्या करणारा चक्रीनाका येथील रहिवासी मारेकरी विशाल अभिमान गवळी आणि त्याला या प्रकरणात साथ देणाऱ्या पत्नी साक्षी गवळी यांच्यावर कोळसेवाडी पोलीस ठाण्याने पोलीस उपायुक्त अतुल झेंडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली १४८ पानांचे दोषारोपपत्र शुक्रवारी कल्याण जिल्हा व सत्र न्यायालयात दाखल केले.

मागील दोन महिने मारेकरी विशाल गवळी याला फाशी देण्याच्या मागणीवरून नागरिकांनी मोर्चे काढले होते. शासनस्तरावर या मागणीसाठी दाद मागितली होती. या प्रकरणातील आरोपी विशाल गवळीसह त्याच्या पत्नीला कठोरात कठोर शिक्षा

कल्याण बालिकेचा मारेकरी विशाल गवळीवर १४८ पानांचे दोषारोपपत्र न्यायालयात दाखल



विशाल गवळीने बालिकेची गेल्या वर्षी डिसेंबरमध्ये कल्याण पूर्वेतील चक्रीनाका येथील राहत्या घरात लैंगिक अत्याचार करून हत्या केली होती. नंतर तिच्या मृतदेहाची गांधारे-पडद्या रस्त्यावरील बापायग हद्दीत विल्हेवाट लावली होती. पुरावा नष्ट करण्याचा प्रयत्न केला होता. या घटनेने राज्यात खळबळ उडाली होती. बालिकेच्या हत्येप्रकरणी कोळसेवाडी पोलीस ठाण्यात बाल लैंगिक अत्याचार प्रतिबंधक कायदासह इतर अनेक कलमाने पोलिसांनी मृत मुलीच्या पालकांच्या तक्रारीवरून विशाल विरुद्ध गुन्हा दाखल केला होता.

होईल. या गुन्हातील तपासात कोणत्याही त्रुटी राहू नयेत म्हणून अप्पर पोलीस आयुक्त संजय जाधव, पोलीस उपायुक्त अतुल झेंडे, साहाय्यक पोलीस आयुक्त कल्याणजी घेते यांच्या मार्गदर्शनाखाली कोळसेवाडी पोलीस ठाण्याचे वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक गणेश न्हायदे आणि

पथकाने तपास केला.

बालिकेच्या हत्येनंतर विशाल गवळी शेगाव परिसरात आपल्या सासुरवाडीला पळून गेला होता. तेथे वेपारात करून पळून जाण्याच्या प्रयत्नात असताना कल्याण, ठाणे गुन्हे शाखा, कोळसेवाडी, शेगाव पोलिसांच्या पथकाने त्याला

अटक केली होती. याप्रकरणात तातडीने आरोपपत्र न्यायालयात दाखल केले जाईल असे पोलिसांकडून सांगण्यात आले होते. परंतु, या गुन्हातील तपासात कोणत्याही त्रुटी राहू नयेत, आरोपीला कठोरात कठोर शिक्षा होईल या बाजूने पोलिसांनी तपास केला.

७ बांगलादेशींना अटक, बांधकाम व्यावसायिकावर कारवाई होणार का

■**अलिबाग** : उरणसह द्रोणागिरी परिसरात बेकायदेशीर राहणाऱ्या बांगलादेशी बुलढाणांचे प्रमाण खूप वाढले आहे. अनेक बांगलादेशी घुसखोर बनावट कागदपत्रांच्या आधारे भारतीय असल्याचे पुरावे तयार करून वर्षानुवर्षे नवी मुंबई परिसरात वास्तव्यास आहेत. तसेच या घुसखोरांकडून सरकारी योजनांचा लाभ घेण्यात येत असल्याचे पोलिसांनी केलेल्या कारवाईत उघड होत आहे. आता या घुसखोर बांगलादेशी नागरिकांवर राज्यव्यापी कारवाई सुरू झाल्याने नवी मुंबईतून आतापर्यंत अनेक बांगलादेशींना ताब्यात घेण्यात आले आहे. त्यातच उरणमधील एका बांधकाम साईटवरून सात बांगलादेशींना मंगळवारी नवी मुंबई पोलिसांनी अटक केली आहे. उरणमधील द्रोणागिरी नोड येथे गामी गुप या विकासकाचे बांधकाम सुरू आहे. या साईटवरील लेबर कंत्राटदाराकडे हे बांगलादेशी कामगार होते. तशी माहिती पोलिसांना खबऱ्यांनी दिल्यानंतर



उरण पोलिसांनी मंगळवारी सापळा रचून गामी गुपच्या बांधकाम साईटवर काम करणाऱ्या कामगारांची चौकशी केली. त्यात सात पुरुष मजूर बांगलादेशी असल्याचे स्पष्ट झाले. त्यांच्याकडून आधारकार्ड, पॅनकार्ड इत्यादी कागदपत्रे जप्त करण्यात आली आहेत. उरणसह उलवे, पनवेल, नवी मुंबईत मोठ्या प्रमाणात गृहनिर्माण, पुर्नविकासाची कामे जोरात सुरू आहेत. त्यामुळे इथे कामगारांना मोठी मागणी आहे. गेल्या वर्षीदेखील नवी मुंबई पोलिसांनी केलेल्या शोध मोहिमेत अनेक बांगलादेशी नागरिकांना अटक करण्यात आली

होती, अशी माहिती पोलिसांकडून देण्यात आली. फेरीवाला, मजूर काम, गृहसंविका, लेडिज सर्व्हिस बार अशा वेगवेगळ्या ठिकाणी बांगलादेशी घुसखोर नाव बदलून तसेच भारतीयत्वाचे बनावट कागदपत्रे बनवून राहात असल्याचे पोलिसांना आढळले आहे. उरण परिसरात बेकायदा राहणाऱ्या बांगलादेशी नागरिकांमुळे स्थानिकांच्या रोजगारावर गदा येते. कमी पैशात काम करत असल्याने स्थानिकार्विजी घुसखोरी केलेल्यांना कामाची संधी मिळते. आता ज्या बांधकाम व्यावसायिकाकडे बांगलादेशी कामगार होते

■ठाणे

: ताऱ्या मुलांसह रेल्वेप्रवास करणाऱ्या मातांसाठी उपयुक्त असलेल्या ममता कक्षांची दुरुवस्था झाली आहे. ठाणे स्थानकात दिवसभरात दोन ते तीनदा स्वच्छता केली जात असूनही मध्य रेल्वेच्या दुर्लक्षामुळे कक्षाची धूळधाण उडाली आहे.

ठाणे स्थानकातून दररोज सुमारे पाच ते सहा लाख प्रवासी ये-जा करतात. कल्याण, डोंबिवली आणि अंबरनाथ, बदलापूर टिटावाळा कसाऱ्याकडील स्तनदा मातांची रेल्वे स्थानकात मध्य रेल्वे प्रशासनाने ममता कक्ष भाराला आहे. या कक्षात स्तनदा मातांसाठी एक आसन आणि पंख्याची सोय केली आहे.

स्थानक परिसराची दिवसभरात तीनदा स्वच्छता केली जाते, मात्र त्यातून ममता कक्ष का वगळला जात आहे, असा सवाल प्रवाशांनी केला आहे. कक्षात धूळ आहे. शिवाय प्लास्टिकचा कचराही पसरला आहे. अस्वच्छतेमुळे स्तनदा माता कक्षात जात नाहीत. दोन क्रमांकाच्या फलाटावर

ठाणे स्थानकातील ममता कक्षाविषयी मध्य रेल्वे निष्ठुर



सद्यस्थिती काय?
ठाणे रेल्वे स्थानकात दिवसातून दोन ते तीन वेळ स्वच्छता केली जाते. मात्र याच परिसरात स्थानकातील फलाट दोन रोजारी हे ममता कक्ष आहे. या ममता कक्षात प्लॅस्टिक तसेच इतर कचरा असल्याचे दिसून येते. तसेच कक्षात मोठ्या प्रमाणावर धूळ असल्याचे दिसून येते.

अडगळीच्या ठिकाणी हा कक्ष उभारण्यात आल्याने तो प्रवाशांच्या निदर्शनास येत नसल्याच्या तक्रारी काही प्रवाशांनी केल्या आहेत.

ताऱ्या मुलासह काही महिला प्रवास करतात. स्तनदा मातांसाठी मध्य रेल्वे प्रशासनाने ममता कक्ष उभारले आहेत, मात्र ठाणे स्थानकातील ममता कक्षाच्या दुर्दशेमुळे तेथे बसण्यास कुणी तयार नसते. याशिवाय महिला सुरक्षिततेचा मुद्दाही महत्त्वाचा असून कक्षाविषयी माहिती देणारा फलक लावण्याची सूचना उपनगरीय रेल्वे महिला प्रवासी महासंघाच्या अध्यक्ष लता अरगडे यांनी केली

आहे. स्थानकात दिवसातून तीनदा स्वच्छता होत असल्याचे प्रशासनाने स्पष्ट केले. मात्र यात ममता कक्षाच्या धूळधाणीकडे दुर्लक्ष होत असल्याच्या तक्रारी आहेत.

ममता कक्षात स्तनदा मातांना बसण्याची व्यवस्था आहे. त्याचप्रमाणे विद्युत दिवा तसेच पंख्यांची देखील व्यवस्था आहे.

ममता कक्ष अस्वच्छतेबाबत निरीक्षण करून आवश्यकता असल्यास देखभाल तसेच स्वच्छता राखण्याचे निर्देश देण्यात आलेले आहेत.

—पी. डी. पाटील, जनसंपर्क अधिकारी, मध्य रेल्वे

पनवेलमधून चोरी बुलढाण्यात विक्री, तब्बल १८ रिक्षा जप्त

■**पनवेल** : एक, दोन, तीन, चार नाही तर तब्बल १८ ऑटो रिक्षा पनवेल आणि परिसरातून वर्षभरात चोरील्या गेल्या होत्या. या चोरीचा केवळ संशयावरून अत्यंत कौशल्याने पनवेल शहर पोलिसांनी तपास केला. आणि तब्बल १७ रिक्षा चोरीचे गुन्हे उघड केले. महत्त्वाची बाब म्हणजे या रिक्षा पनवेल परिसरातून चोरून त्यांची बुलढाणा जिल्ह्यात विक्री केली जात होती. या प्रकरणी आरोपी निसार सत्तार खान (३६) याला अटक केली आहे. या रिक्षांची किंमत १२ लाख ४५ हजार रुपये आहे.

पनवेल शहर पोलीस ठाण्याच्या गुन्हे प्रकटीकरण पथकाचे नितीन वाघमारे, महेंद्र वायकर, चंद्रशेखर चौधरी १० फेब्रुवारी रोजी रात्री गस्तीवर होते. त्यावेळी एकाची हालचाल संशयास्पद वाटली. त्यांनी त्याचा चक्क चार किलोमीटर पाठलाग करून ताब्यात घेऊन चौकशी केली. त्यानंतर त्याचे नाव निसार खान असल्याचे त्याने सांगितले. तसेच तो पनवेलमधील कच्ची



मोहल्ल्यात राहात असून मूळचा मेहकर, बुलढाण्यातील असल्याचे सांगितले. त्यानंतर पोलिसांनी खोदून खोदून चौकशी केल्यानंतर त्याने पनवेल परिसरातील रिक्षा चोरल्याची कबुली दिली.

विशेष म्हणजे निसारने पनवेल शहर पोलीस ठाणे हद्दीतून १०, कळंबोली पोलिसांच्या हद्दीतून ४ आणि कामोटी पोलीस ठाण्याच्या क्षेत्रातून ३ रिक्षा चोरल्याची कबुली दिली. एवढेच नाही या रिक्षा त्याने बुलढाणा तालुक्यातील मेहकर तालुक्यात विकल्याची कबुली दिली. त्यानंतर पोलिसांनी त्याला अटक करून मेहकरला पथक पाठवले आणि १८ रिक्षा पनवेलमध्ये आणल्या. यातील एका रिक्षेवरील ईजिन नंबर तसेच चासिस नंबर

खोडल्याने या रिक्षाची चोरी कुठून झाली हे कळू शकलेले नाही, अशी माहिती पोलिस उपायुक्त प्रशांत मोहिते यांनी पत्रकार परिषदेत दिली.

अशी करायचा चोरी

पनवेल परिसरास उभ्या असलेल्या रिक्षा निसार खान चोरायचा. त्या स्वतः चालवत बुलढाण्याला घेऊन जायचा. तिथे या रिक्षा ५० हजार रुपयांपर्यंत विकत असे. निसारने कर्ज घेतले होते. शिवाय त्याला जुगाराचाही नाद होता. त्यामुळे कर्ज फेडण्यासाठी तो रिक्षांची चोरी करायचा. याबाबत पोलिसांचा तपास सुरू होता, सीसीटीव्ही फुटेज तपासले जायचे. त्यामुळेच १० फेब्रुवारीला गस्तीवरील पोलिसांनी संशयावरून निसारचा पाठलाग केला होता.

■ खोपोली

: चोरीला गेलेले तसेच हरवलेले १७ मोबाईल परत मिळवण्यास खोपोली पोलिसांना यश आले आहे. या मोबाईलची किंमत २ लाख ६३ हजार असून एका छोटेशांणी कार्यक्रमात मोबाईल मालकांना ते परत करण्यात आले. याबद्दल फिर्दादींनी खोपोली पोलिसांचे आभार मानले आहेत.

खोपोली पोलीस ठाण्याच्या हद्दीतून मोबाईल चोरीच्या अनेक तक्रारी आल्या होत्या. या तक्रारींचा नव्याने आढावा घेऊन त्यांचा शोध घेण्याचे आदेश रायगडचे पोलीस अधीक्षक सोमनाथ घार्गे, अपर पोलीस अधीक्षक अभिजीत शिवथरे यांनी दिले होते. त्यानंतर उपविभागीय पोलीस अधिकाारी विक्रम कदम यांच्या सूचनेप्रमाणे खोपोली पोलीस ठाण्याचे वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक शील राऊत यांच्या मार्गदर्शनाखाली गुन्हे प्रगटीकरण पथकाचे

■ उल्हासनगर

: पाण्याचा फुगा मारल्याच्या रागात एका दुकानात घुसून ७ ते ८ जणांच्या टोळीने दोघांना बेदम मारहाण केल्याचा प्रकार उल्हासनगर शहरात समोर आला आहे. उल्हासनगरच्या कॅम्प पाचच्या दुकानात हा घटना झाला असून ही सर्व घटना सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यात कैद झाली आहे.

उल्हासनगरच्या कॅम्प ५ मधील गणेश नगरमध्ये अंगावर फुगा मारल्याच्या रागातून तुफान राडा झाला. यात ७ ते ८

होळीपूर्वीच फुग्यावरून उल्हासनगरात राडा दुकानात घुसून दोघांना बेदम मारहाण, घटना सीसीटीव्हीत कैद



जणांच्या टोळीने थेट दुकानात घुसून दोन जणांना बेदम मारहाण केली. ही संपूर्ण घटना सीसीटीव्ही कॅमेऱ्यात कैद झाली आहे. या हल्ल्यात इशाद अली आणि अब्दुल हकीम हे गंभीर जखमी झाले असून त्यांच्यावर खासगी रुग्णालयात उपचार



सुरू आहेत. इशाद अली याचा गणेश नगरमध्ये जीन्स कारखाना असून याठिकाणी रस्त्यावर काही अल्पवयीन मुले फुगे

मारत होते.

या वादातून या दोघांचा त्यांच्याशी वाद झाला. त्यानंतर या टोळक्याने थेट दुकानात घुसून इशाद आणि अब्दुल हकीमवर हल्ला चढवत त्यांना बेदम मारहाण केली. याप्रकरणी सध्या हिललाईन पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्याची प्रक्रिया सुरू असून पोलीस अधिक तपास करत आहेत. मात्र होळीपूर्वीच झालेल्या या प्रकारामुळे अशा फुगे मारणाऱ्यांवर कारवाईची मागणी होते आहे.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटिंग 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. १03, कुणाल कुटीर बी विल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मंदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी पंक्षी राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जबाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी यांच्यावर राहिल.) भ्रमणध्वनी - ७४००००१४७४. 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