



संपादकीय...

संपादक

दिपक मोरेश्वर नाईक

‘दुखऱ्या नसे’वर पाय

पाकिस्तानबरोबरील चार युद्धानंतरही गेल्या सहा दशकांहून अधिक काळ टिकून राहिलेला सिंधू जलवाटप करार स्थगित करून त्या देशाला कोंडीत पकडण्यासाठीचे पाऊल भारताने टाकले आहे. पहलगाममध्ये पर्यटकांना क्रूरपणे लक्ष्य करणाऱ्या दहशतवादी हल्ल्यानंतर, हे कारस्थान रचणाऱ्या पाकिस्तानला प्रत्युत्तर देण्याची भावना देशभर व्यक्त होत असताना भारताने सुरुवातीच्या टप्प्यात घेतलेले निर्णय इस्लामाबादला रोखठोक संदेश देणारे आहेत. पाकिस्तानचे लष्करप्रमुख जनरल आसिम मुनीर यांनी गेल्या आठवड्यात भारताच्या विरोधात गरळ ओकताना काश्मीरचा ‘दुखरी नस’ असा उल्लेख केला होता. मेंदू आणि हृदय यांच्यातील रक्तपुरवठा करणाऱ्या शरीराला ‘जग्युलर व्हेन’ म्हणतात. काश्मीर ही पाकिस्तानसाठी अशाच प्रकारची शीर आहे, असा मुद्दा महंमद अली जिना यांच्या काळापासून मांडला जातो. काश्मीरमधून पाकिस्तानात वाहणाऱ्या नद्यांचा संदर्भही याला आहे. सिंधू, झेलम, चिनाब या नद्या भारतातून पाकिस्तानात जातात आणि त्यामुळे पाकिस्तानातील नद्यांमधील प्रवाहाचे नियंत्रण एक प्रकारे भारताकडे आहे. पाकिस्तानला काश्मीर हवा आहे, तो याही कारणामुळे. पहलगाम दहशतवादी हल्ल्यानंतर पाकिस्तानच्या विरोधातील पहिल्या कारवाईत भारताने या ‘दुखऱ्या नसे’वर पाय ठेवून योग्य इशारा दिला आहे. सिंधू नदीचे आपल्या वाट्याचे पाणी रोखण्याचे कोणतेही कृत्य म्हणजे युद्धच असल्याची पाकिस्तानने त्यानंतर दिलेली धमकीवजा प्रतिक्रिया भारताच्या कारवाईतील तीव्रता अधोरेखित करणारी आहे. १९६०मधील हा करार पाकिस्तानला झुकते माप देणारा असून, यापूर्वीच भारताने अशा प्रकारचे पाऊल उचलाल्या हवे होते; परंतु उशिराने का होईना हा निर्णय घेतला ते योग्यच झाले. सिंधू जलवाटप करार स्थगित केल्याने लगेचच पाकिस्तानची जलकोंडी होईल असे नाही. मात्र, या कराराला भारत आता बांधील नसेल आणि या करारातील नद्यांवर भारतात असलेल्या प्रकल्पांवर पाकिस्तान देखरेख करू शकणार नाही. या करारानुसार, रावी, बियास आणि सतलज या नद्यांचे पाणी भारताला, तर सिंधू, झेलम आणि चिनाब या नद्यांचे ८० टक्के पाणी पाकिस्तानला मिळते; शिवाय या नद्यांचे पाणी भारत अडवू शकत नाही. जलविद्युत प्रकल्प मात्र राबवू शकतो. करारातील या अटींमुळे या नद्यांचे पाणी अडविण्यासाठीचे प्रकल्प राबविले गेले नाहीत. ते आता भारत करू शकेल. या तिन्ही नद्या पाकिस्तानसाठी मुख्य वाहिन्याच आहेत. तेथील ६५ टक्के शेतजमिनीचे सिंचन या नद्यांमुळे झालेले आहे. त्यामुळे हे पाणी रोखल्यास तिथे संकट येऊ शकते. भारतविरोध आणि इस्लाम यांतच आपले अस्तित्व शोधणाऱ्या पाकिस्तानला धडा शिकविण्यासाठी त्याची कोंडी करण्याची नीतीच उपयुक्त ठरे. गेल्या काही वर्षांपासून पाकिस्तानला सर्व आंतरराष्ट्रीय व्यासपीठांवर एकटे पाडण्याचे धोरण भारताने अवलंबले असून, त्याला काही प्रमाणात यशही आले आहे. हे धोरणही जोरकसपणे पुढे राबवावे लागेल. सिंधू करार रद्द करण्याबरोबरच व्हिसा न देण्यापासून उच्चायुक्तालयातील संरक्षण सल्लागारांना देश सोडून जाण्यास सांगण्यापर्यंतची पावले उचलली गेली आहेत. भारताच्या या कारवाईनंतर पाकिस्तानने सिमला कराराला स्थगिती देण्याचे पाऊल उचलले आहे. त्याचबरोबर व्यापार थांबविण्याबरोबर वाघा सीमा बंद करण्याचा निर्णयही घेतला आहे. या निर्णयांमुळे भारताला प्रत्युत्तर दिल्याचे खोटे समाधान पाकिस्तानला मिळेलही; परंतु याचा फटका त्यालाच अधिक बसणार आहे. पाकिस्तान एका मोठ्या संकटाचा सामना सध्या करीत आहे. बलुचिस्तान, खैबर पख्तूनख्वा आणि सिंध या तिन्ही प्रांतांत फुटीरतावाद्यांनी तेथील सुरक्षा व्यवस्थेला मोठे आव्हान दिले आहे. पाकिस्तानी लष्कर आणि पोलिस यांनाच ते प्राधान्याने लक्ष्य करीत आहेत. अफगाणिस्तानातील तालिबानीही पाकिस्तानच्या विरोधात आहेत. दुसरीकडे पाकिस्तानातील आर्थिक संकट मोठे आहे. आंतरराष्ट्रीय नाणेनिधीकडे अनेकदा खेटे घातल्यानंतर मदत मिळाल्यानेच तो दिवाळखोरीच्या उंबरठ्यावर येऊन तग धरू शकला आहे. मात्र, ती वेळ कधीही येऊ शकते. अफगाणिस्तानातून अमेरिकेने माघार घेतल्यानंतर पाकिस्तानचे सामरिक महत्त्वही कमी झाले आहे. अशा स्थितीत देशांतर्गत जनतेचे लक्ष विचलित करण्यासाठी भारतविरोधी कारवायाचा हातखंडा खेळ पाकिस्तानने पुन्हा आरंभलेला दिसतो. पाकिस्तानचा सुंभ जळाला तरी पीळ कायम असल्याचे यातून दिसते; परंतु योग्य टिकाणी त्याची नस दाबण्याची आवश्यकता आहे. पहलगाम हल्ल्यातील दहशतवाद्यांना शोधून टिपणार आणि बळींना न्याय देणार असल्याचे पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी म्हटले आहे. दहशतवाद्यांना टिपतानाच पाकिस्तानच्या कोंडीचे आणि त्याला एकटे पाडण्याचे धोरण पुढे नेणे गरजेचेच आहे.

जिसकी जितनी संख्या भारी, उसकी उतनी भागीदारी अशी घोषणा देऊन बहुजन समाज पार्टीचे संस्थापक कांशीराम यांनी उत्तर प्रदेशचे राजकारण बदलले. याच घोषणेचा आधार घेत काँग्रेसने देशामध्ये जातीय जगणणेचा आग्रह धरला. त्यांची ही मागणी केंद्रातील नरेंद्र मोदी सरकारने बुधवारी एक प्रकारे मान्य केली आहे. आगामी जनगणनेवेळी देशभरात जातीनिहाय जनगणना करण्याची घोषणा पंतप्रधान नरेंद्र मोदींच्या अध्यक्षतेतील राजकीय विषयांच्या कॅबिनेट कमिटीने केली आहे. महिला आरक्षणाप्रमाणेच हा निर्णय ठरणार नाही, याची दक्षता आता केंद्र सरकारलाच घ्यावी लागणार आहे.

काश्मीरमधील पहलगाममध्ये झालेल्या दहशतवादी हल्ल्यानंतर पंतप्रधान नरेंद्र मोदी सातत्याने उच्चस्तरीय बैठका घेत आहेत. त्यातच बुधवारी नरेंद्र मोदी यांच्या अध्यक्षतेतील राजकीय विषयांच्या कॅबिनेट बैठकीची माहिती समोर आली आणि आता केंद्र सरकार दहशतवादविरोधात काहीतरी मोठा निर्णय घेणार, काही मोठी घोषणा करणार असे वाटत होते.

मात्र मोदी सरकारच्या राजकीय विषयक कॅबिनेटने बुधवारी अचानक जातीनिहाय जनगणना करण्याचा निर्णय घेतला. कालपर्यंत भारतीय जनता पक्ष ज्या विषयाला हात लावण्यासही तयार नव्हता. जातीनिहाय जनगणना हा देशातील जातीजातींमध्ये फूट पाडण्याचा प्रकार असल्याची संभावना भाजप नेते आणि त्यांच्या आयटी सेलकडून होत होती.

काँग्रेस आणि इंडिया आघाडीच्या जातीनिहाय जनगणनेच्या मागणीवर टीका करण्यासाठी भाजपकडून सर्वच राजकीय शस्त्रास्त्र बाहेर काढली जात होती, आता त्याच भाजपप्रणित एनडीए सरकारच्या मंत्रिमंडळाने जातीनिहाय जनगणनेचा निर्णय घेतला आहे. हा भाजपच्या सामान्य कार्यकर्त्यांसह देशातील सर्वांसोबत एक मोठा धक्का आहे.

कारण महाराष्ट्र विधानसभा निवडणुकीतील पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांची भाषणे आठवून पाहिली तर लक्षात येईल की, काँग्रेस आणि महाविकास आघाडीच्या जातीनिहाय जनगणनेच्या मागणीला प्रत्युत्तर देताना पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी कधी नव्हे ते उत्तर प्रदेशचे मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ यांच्या घोषणेचा आधार घेतला. आदित्यनाथांनी बटोरे तो कटोरे अशी घोषणा दिली.

पंतप्रधान मोदींनी याच घोषणेची सुधारीत आवृत्ती आणली, एक है तो सेफ है. महाराष्ट्र विधानसभेवेळी पंतप्रधान नरेंद्र मोदी ही घोषणा देण्यापूर्वी काँग्रेस नेते आणि लोकसभेतील विरोधी पक्षनेते राहुल गांधी यांच्या जातनिहाय जनगणनेवर टीका करत. मोदींनी म्हटले होते की, मी फक्त चारच जाती मानतो, गरीब, शेतकरी, महिला आणि युवक, याच चार जाती देशात आहेत. जातीनिहाय जनगणनेला त्यांनी तेव्हा गरीब-श्रीमंत असे उत्तर दिले होते.

२०२४ लोकसभेच्या पहिल्या अधिवेशनात लोकसभेचे विरोधी पक्षनेते राहुल गांधी यांनी जातीनिहाय जनगणनेची मागणी केली होती. याच सभागृहात जातीनिहाय जनगणनेचा निर्णय मान्य होईल आणि जातीनिहाय जनगणना झाल्याशिवाय राहणार नाही, असा निश्वास त्यांनी अवघ्या दहा-अकरा महिन्यांपूर्वी व्यक्त केला होता.

तेव्हा सत्ताधारी बाकांवरून त्यांना प्रचंड विरोध झाला. भाजप खासदार आणि माजी केंद्रीय मंत्री अनुराग ठाकूर यांनी तर त्यांच्यावर वैयक्तिक हल्लाबोल केला. मात्र तरीही राहुल गांधी यांनी त्यांची मागणी सोडली नाही.

अखेर केंद्र सरकारला जातीनिहाय जनगणनेचा निर्णय घ्यावा लागला आहे. त्यांच्या या निर्णयाचे राहुल गांधींसह विरोधी पक्षातील सर्वांनी स्वागत केले आहे.

केंद्र सरकारने आताच हा निर्णय का घेतला, याचे उत्तर मात्र सध्यातरी कोणाकडेच नाही. पहलगाममधील हल्ल्यानंतर दोनच दिवसांनी अर्थात २४ एप्रिल रोजी पंतप्रधान मोदी बिहारमध्ये जातात, राजकीय सभेला, एकाअर्थाने निवडणूक सभेला संबोधित करतात. त्यानंतर सहा दिवसांनी, ३० एप्रिल रोजी जातीनिहाय जनगणनेची केंद्रीय मंत्रिमंडळाकडून घोषणा होते. यामुळे या निर्णयाला याच वर्षी होणाऱ्या बिहार विधानसभा निवडणुकीची पार्श्वभूमी कारणीभूत मानली जात आहे.

विरोधी पक्षनेते राहुल गांधी यांनी केंद्र सरकारच्या जातनिहाय जनगणनेच्या निर्णयाचे स्वागत केले आहे. अखेर आमचा मुद्दा केंद्र सरकारला मान्य करावा लागला, असे त्यांनी म्हटले आहे.

केंद्र सरकारच्या बुधवारच्या घोषणेआधी काँग्रेसने कर्नाटक आणि तेलंगणात जातनिहाय जनगणना केली आहे.

बिहार मध्ये नितीशकुमार आणि भाजप एकत्र असतानाच जातनिहाय जनगणनेचा निर्णय २०२२ मध्ये झाला होता. या निर्णयाची अंमलबजावणी आणि आकडेवारी मात्र नितीशबाबूंनी भाजपला सोडचिठ्ठी देऊन काँग्रेस आणि लालू यादवांच्या राष्ट्रीय जनता दलासोबत घरोबा केल्यानंतर महागठबंधन सरकारने २०२३ मध्ये जाहीर केली होती. या आकडेवारीनुसार महागठबंधन सरकारने आरक्षणाची ५० टक्क्यांची मर्यादाही ओलांडत ६५ टक्के आरक्षणाचा निर्णय घेतला होता.

जातनिहाय जनगणनेचे महिला आरक्षण होऊ नये!

या निर्णयाला पाटणा उच्च न्यायालयाने स्थगिती दिली, सर्वोच्च न्यायालयानेही ही स्थगिती हटवलेली नाही. तेव्हापासूनच जातनिहाय जनगणनेची मागणी अधिक जोरकसपणे पुढे आली. २०२४ लोकसभा आणि त्यानंतर महाराष्ट्र विधानसभेत या मागणीला अधिक धार मिळाली.

२०२४ च्या लोकसभा निवडणुकीनंतर विरोधी पक्षनेते राहुल गांधी यांनी संसदेत म्हटले होते की, तुम्ही कोणाकोणाचा अंगठा कापला आहे. ते या जनगणनेच्या माध्यमातून समजून येईल. राहुल गांधींनी फक्त जातनिहाय जनगणनेची मागणी केलेली नाही. त्यांना फक्त ओबीसींचा आकडा नको आहे, तर त्यांनी सरकारी योजना, नोकरी, संपत्ती यामध्ये मागासवर्गीय, आदिवासी आणि ओबीसी आणि खुल्या प्रवर्गातील लोकांची किती भागिदारी आहे याचेही आकडे पाहिजे.

कोणाकडे किती संपत्ती आहे आणि कोण वर्षानुवर्षे हक्क, अधिकार, समतेचा तत्वापासून कंगाल राहिले आहे. ते कोणत्या जात समूहातील आहेत. अधिकार आणि संपत्तीचे केंद्रीकरण कोणत्या जातींमध्ये झाले आहे, त्याचाही डेटा तयार झाला पाहिजे. तरच खऱ्या वंचितांना लाभ पोहचवता येईल, अशी त्यांची भूमिका आहे. हा समाजाचा एक्स-रे आहे. त्यासाठी जातनिहाय जनगणनेची मागणी होत आहे.

यासाठी राहुल गांधींनी अर्थसंकल्प सादर करण्यापूर्वी

होण्याचा हलवा सेरेमनीचा फोटो संसदेत दाखवला होता. अर्थमंत्री निर्मला सीतारामन यांच्यासोबतच्या फोटोमध्ये एकही दलित, आदिवासी एवढंच काय ओबीसी सचिवदेखील नाही, हे त्यांनी दाखवून दिले होते. जर देणायामध्ये या समुदायातील एकही व्यक्ती नसेल तर त्यांच्या समाजाच्या वाट्याला अर्थसंकल्पातून काय मिळणार, असा रोकडा सवाल त्यांनी केला होता. त्यानंतर हलवा सेरेमनीचे फोटो येणेच बंद झाले.

वास्तविक जातनिहाय जनगणनेवर याच सरकारने २०२१ मध्ये सर्वोच्च न्यायालयात शपथपत्रावर सांगितले होते की, २०११ मध्ये करण्यात आलेल्या सामाजिक, आर्थिक आणि जातनिहाय जनगणनेतील आकडेवारी ही चुकीची आहे. त्यामध्ये अनेक चुका झाल्या होत्या. त्यासाठी त्यांनी महाराष्ट्राचे उदाहरण दिले होते.

१९३१ मध्ये करण्यात आलेल्या जनगणनेत महाराष्ट्रात अंधिकृत अनुसूचित जाती, जमाती आणि ओबीसीमध्ये येणाऱ्या जातींची संख्या ४९४ सांगितली गेली होती. मात्र २०११ मधील जनगणनेत महाराष्ट्रातील या जातींची संख्या ४,२८,६७७ आढळून आली आहे. त्यामुळे जातीय जनगणना करणे कठीण असल्याचे याच सरकारने सर्वोच्च न्यायालयात सांगितले होते. आता तेच सरकार जातनिहाय जनगणनेचे शिवधनुष्य कसे पेलणार, हाही प्रश्नच आहे.

आता राहिला मुद्दा जनगणना के व्ह ा होणार? खरं तर जनगणना २०२१ मध्येच व्हायला पाहिजे होती. मात्र तेव्हा कोरोनाचे कारण पुढे करत जनगणना करण्यास केंद्र सरकारने नकार दिला. कोरोना संपल्यानंतर जनगणना

होण्यात कोणतीही अडचण नव्हती. मात्र तरीही गेल्या पाच वर्षात जनगणनेकडे मोदी सरकारने ढुंकूनही पाहिले नाही. २०२४ मध्ये सांगितले गेले की, यावर्षी निवडणूक आहे, त्यामुळे जनगणना झाली नाही.

पुढील वर्षीही जनगणना होण्याची शक्यता नाही. कारण या वर्षाच्या अर्थसंकल्पात त्यासाठीची आर्थिक तरतुदच नाही. जनगणनेसाठी फक्त ५७४ कोटींची घोषणा केली आहे. मागील अर्थसंकल्पीय तरतुदीच्या तुलनेत (१३४१ कोटी) हा आकडा अर्धा देखील नाही. त्यामुळे २०२५ या वर्षात जनगणना होणे शक्य दिसत नाही. जनगणना केव्हा होणार हे आधी सरकारने स्पष्ट करण्याची गरज आहे. त्यानंतरच जातीनिहाय जनगणनेची त्यांची मनिषा किती प्रामाणिक आहे, हे स्पष्ट होणार आहे.

अन्यथा ज्याप्रमाणे महिला आरक्षणाची घोषणा लोकसभा निवडणुकीपूर्वी झाली, मात्र ते आरक्षण लागू केव्हा होणार हे अजूनही निश्चित नाही. तसेच काही जातनिहाय जनगणनेबाबत होणार नाही, याची काय शाश्वती. जनगणना होईलदेखील, मात्र आरक्षणाचे ५० टक्के मर्यादेचे त्यानंतर काय करणार हेही अजून केंद्र सरकारने स्पष्ट केलेले नाही. त्यामुळे आताही घोषणा झाली आहे, चचेलां सुरुवात झाली आहे. तेव्हा यातून सकारात्मक काय बाहेर येते याची अजूनतरी वाटच पाहावी लागणार आहे.

पाकिस्तान आहे, तोपर्यंत भारताला लढावे लागेल

पहलगाम येथे दहशतवाद्यांनी केलेला हल्ला काही भारताच्या भूमीवरील पाकिस्तान पुरस्कृत दहशतवाद्यांनी केलेला पहिला हल्ला नाही, या अणोदर पाकिस्तानच्या कुरापतींमुळे त्या देशाशी भारताची चार वेळा मोठी युद्धे झाली आहेत. त्यात त्यांना माघार घ्यावी लागलेली आहे. पण तरीही भारतावर जाहीर आणि छुपे हल्ले करणे पाकिस्तानने थांबवलेले नाही. पहलगाम येथे ज्याप्रकारे धमार्थारित हल्ला झाला तो पाहून देशवासीय घेदून उठले आहेत, त्यामुळे दहशतवाद्यांची मातृभूमी असलेल्या पाकिस्तानचा बंदोबस्त करण्यासाठी भारत सरकारने कंबर कसली आहे. पण जोपर्यंत पाकिस्तान आहे, तोपर्यंत त्याच्याशी लढत रहावे लागणार आहे, हे मात्र निश्चित.

होत होता, पण ते ज्या जातीसमुदायातून येत होते, त्या लोहना जातीसमुदायाला त्यांचा हा व्यवसाय आवडला नाही. म्हणून जेव्हा प्रेमजीभाईंनी माशांचा व्यवसाय सुरू केला आणि त्यांनी त्यातून पैसे कमवायला सुरुवात केली, तेव्हा त्यांच्या जातीतील लोकांनी त्याला विरोध केला. त्यांना सांगण्यात आले की, जर तुम्ही माशांचा व्यवसाय बंद केला नाही, तर तुम्हाला जातीतून बहिष्कृत केले जाईल. प्रेमजींनी व्यवसाय चालू ठेवत जातिल परत येण्याचा प्रयत्न केला पण ते यशस्वी झाले नाहीत. लोकांचा बहिष्कार चालूच राहिला. अकबर एस अहमद यांच्या ‘जिन्ना, पाकिस्तान अँड इस्लामिक आयडेंटिटी’ या पुस्तकात याबद्दलची अधिक माहिती दिली आहे.

या बहिष्कारानंतरही प्रेमजी हिंदूच राहिले, पण त्यांचा मुलगा पुंजालाल ठक्कर यांना त्याच्या वडिलांचा आणि कुटुंबाचा बहिष्कार इतका अपमानास्पद वाटला की, त्यांनी रागाच्या भरात पब 'सिह' त्यांच्या चार मुलांचाही धर्म बदलून ते मुसलमान झाले. मात्र, प्रेमजींची बाकी मुले हिंदू धर्मातच राहिली. यानंतर जिनांचे वडील पुंजालाल हे कुटुंबापासून तुटले गेले आणि ते काठियावाडहून कराचीला आले. कराचीला जिन्नांच्या वडिलांचा व्यवसाय भरभराटीला आला. तो इतका समृद्ध झाला की, त्यांच्या कंपनीचे कायलिय त्यांनी थेट लंडनमध्ये उघडले. असे म्हटले जाते की, जिनांचे



बरेच नातेवाईक अजूनही हिंदू आहेत आणि गुजरातमध्ये राहतात. भारतीय उपखंडातील बहुसंख्य मुस्लिमांचे मूळ हे हिंदू आहे, हे लक्षात घ्यावे लागेल. गुलाम नबी आझाद हे तर आम्ही पाचशे वर्षांपूर्वी हिंदू होते, असे सांगतात. काहीजण खुलेपणाने तर काहीजण खासगीत आम्ही पूर्वाश्रमीचे हिंदू आहोत, असे सांगतात. त्यामुळे भारत आणि पाकिस्तान यांच्यामधील जो गुंता आहे तो भावबंदकीच्या स्वरूपाचा आहे. महाभारतात कौरव पांडव ही एकमेकांची चुलत भावंडे होती.

पांडव कौरवांना सांगत होते की, आपण राज्य वाटून घेऊ आणि सुखासमाधानाने राहू. पण कौरवांना ते पटत नव्हते. जेव्हा कृष्ण शिष्टाईला गेले तेव्हा दुर्योधनाने त्यांना सांगितले की, सुईच्या टोकावर मावेल इतकी जमीनही मी पांडवांना देणार नाही. हा जो दुर्योधनी अट्टहास आहे, त्यातून त्याने युद्ध ओढवून घेतले आणि त्यात सगळ्या कौरवांचा नाश झाला. भारताला स्वातंत्र्य मिळणार असे दिसू लागल्या मोहम्मद अली जिना यांनी वेगळ्या पाकिस्तानाची मागणी केली. ती ऐकून काँग्रेसच्या नेत्यांनी त्यांना विरोध केला, पण जिना इरेला पेटले.

शेवटी जिनांनी बंगालमध्ये डायरेक्ट अँक्शन जारी करून हजारो हिंदूंच्या कत्तली उडवल्या. त्यातूनच हे लोण वाढत गेले, मग काँग्रेस नेत्यांनी जिनाचे

भारतापासून धर्माच्या आधारवर वेगळे झालेले आहेत. आपल्याच धर्माच्या लोकांवर बंगाली भाषेच्या आग्रहामुळे प्रचंड अत्याचार पाकिस्तानी लष्कराने केले. त्यांच्या तावडीतून त्यांना भारताने सोडवले. पण तरीही त्या उपकाराची जाणीव बांगलादेशच्या राज्यकर्त्यांना नाही.

पहलगाम येथील पर्यटकांवरील हल्ल्यानंतर भारत सरकारने अतिशय कठोर पावले उचलली असून भारतात दहशतवादी पाठवून हल्ले करणाऱ्या पाकिस्तानला धडा शिकवण्याचा निर्धार केला आहे. त्यासाठी सर्व पाठव्यांवरून तयारी सुरू आहे. यापूर्वी पाकिस्तानने चार वेळा हल्ले केले, त्यानंतर भारताने त्यांना चोख उत्तर देऊन माघार घ्यायला लावली. सर्जिकल स्ट्राईक केले, पण तरीही त्याचा काही फारसा उपयोग झालेला नाही, त्यामुळे आता अतिरेक्यांचा मूळ स्रोत असलेल्या पाकिस्तानचा बंदोबस्त करण्यासाठी तयारी करण्यात येत आहे.

त्यासाठी घुलथुलथाल पाकिस्तानवर पाच निर्बंध घालण्यात आले आहेत. त्यातही जे पाकिस्तानी नागरिक भारतात आले आहेत, त्यांचे व्हिजा तात्काळ रद्द करून त्यांना भारत सोडायला सांगितले. ते पाकिस्तानी नागरिकांसाठी मोठा धक्का होता, कारण बांगलादेशातील मोठ्या संख्येने लोक भारतात धर्माची ढाल करून खरे तर ते आपल्याच बांधवांशी लढावे आहेत, हे त्यांच्या लक्षात येत नसावे किंवा बरीच वर्षे ते मुस्लीम धर्माच्या प्रभावात वाढल्यामुळे ते लक्षात घेण्याची इच्छा नसावी. बाबरी मशीद पडण्यापूर्वी काही भाजप नेत्यांची त्याजवळ भाषणे झाली, त्यावेळी मुरली मनोहर जोशी यांनी आपल्या भाषणात म्हटले होते, ‘बाबरी मशिदीच्या बाजूने लढणाऱ्या शहाबुद्दीन यांनी लक्षात घेतले पाहिजे की, माझे आणि तुमचे पूर्वज हे एक आहेत. बाबर हा तुमचा पूर्वज नाही’. भारत, पाकिस्तान आणि बांगलादेश असे या मूळ देशाचे तीन भाग झालेले आहेत. या तिन्ही भागातील लोकांची भाषा, संस्कृती, खाणपानासारखे आहे. पाकिस्तान आणि बांगलादेश हे



स्वातंत्र्यवीर

यांच्याबाबत अवमानकारक टिप्पणी केल्याबद्दल लोकसभेतील विरोधी पक्षनेते राहुल गांधी यांना सर्वोच्च न्यायालयाने फटकारल्यानंतर तरी गांधी हे त्यातून काही बोध घेतिल, अशी अपेक्षा आहे. लखनऊ न्यायालयात याबाबत सुरू असलेल्या खटल्याबाबत त्यांना दिलासा देतानाच पुन्हा अशी वक्तव्ये करू नयेत, अन्यथा आपण कठोर कारवाई करू, असा सज्जड इशाराही सर्वोच्च न्यायालयाने दिला आहे.

खरे तर राहुल गांधी आणि बदनामीचे खटले, ही आता नवी बाब राहिलेली नाही. त्यांच्यावर वेगवेगळ्या न्यायालयांमध्ये खटले सुरू असून, त्यापैकी बहुतांश खटले हे अवमानकारक वक्तव्यांमुळे त्यांनी ओढवून येतात, हे दिसून आलेले आहे, पण पाकिस्तानातील लोक भारतात येतात, याची फारशी कल्पना नव्हती. आता परत जाताना ते नाराजीने जात आहेत, कारण पाकिस्तानातील परिस्थिती त्यांना माहीत आहे. पाकिस्तानी राज्यकर्त्यांनी सुरुवातीपासून भारताशी जुळवून घेतले असते तर त्या देशाचाही विकास झाला असता, पण तसे न करता यांनी भारताविरोधात धार्मिक सुडबुद्धीचा वापर चालू ठेवला. त्यामुळे भारताने अनेक प्रयत्न करूनही दोन्ही देशांमधील संबंध सुधारले नाहीत. पुढे पाकिस्तानचे काय होणार, हा एक गहन प्रश्न आहे. पण जोपर्यंत पाकिस्तान अस्तित्वात आहे, तोपर्यंत भारताला त्याच्याशी लढत रहावे लागणार आहे, एवढे मात्र निश्चित.

स्वातंत्र्ययोद्ध्यां बाबत बोलताना जबाबदारीने बोलावे; किमान त्यांचा अनादर-अवमान होणार नाही, याची काळजी घेतली पाहिजे. स्वा. सावरकर

पनीर माखनी

साहित्य : जिरं १ टिस्पून, तमालपत्र १,२, टोमॅटो प्युरे १ मध्यम कॅन, ८,१० काजू पाण्यात भिजवून मग पेस्ट करून, लाल तिखट-चवीप्रमाणे, हळद १ टीस्पून, कसुरी मेथी १,२ टेबलस्पून, फ्रेश/हेवी क्रिम साधारण १ कप, पनीर साधारण पाव किलो किंवा १५,२० तुकडे, (जशी ग्रेवी हवी असेल त्याप्रमाणे प्रमाण कमी जास्त करावं), मीठ चवीप्रमाणे

पाककृती : एका पातेलीत तेल गरम करून त्यात जिरं, तमालपत्र घालून फोडणी करावी. त्यावर टोमॅटो प्युरे घालून



झाकण घालून थोडा वेळ उकळी काढावी. मग त्यात हळद, लाल तिखट घालून नीट मिक्स करून काजू पेस्ट घालून पुन्हा उकळी काढावी. नंतर त्यावर कसुरी मेथी हाताने चुरून आणि फ्रेश क्रिम घालून पुन्हा शिजू द्यावे. चवीप्रमाणे मीठ घालून सर्वात शेवटी पनीरचे तुकडे घालावेत व पुन्हा झाकण घालून शिजवावे.

अधिक टीप : लागणारे जिन्नस हे अंदाजे आहेत. आपल्या आवडीप्रमाणे प्रमाण कमी जास्त करावं. तोच अमेरिकेत इंडियन ग्रासरीमध्ये किंवा अमेरिकन ग्रासरीमध्ये हेवी क्रीम मिळतं ते वापरावं.

नितळ त्वचेकरिता दालचिनीचा वापर



दालचिनीची पूड आणि मध

दालचिनीची पूड मधात मिसळून चेहऱ्याला लावल्यास मुरुमे पुटकुळ्या कमी होण्यास मदत होते. त्याचबरोबर त्वचा सतत कोरडी पडत असल्यास एक केळे कुस्करावे, व त्यामध्ये एक लहान चमचा दालचिनीची पूड मिसळवावी. ह्या पेस्टमध्ये काही थेंब मधही घालावा. हा फेस मास्क चेहऱ्यावर दहा मिनिटे लावून ठेवावा आणि त्यानंतर कोमट पाण्याने चेहरा धुवून टाकावा. या मास्कमुळे चेहऱ्याला आर्द्रता मिळून त्वचेचा कोरडेपणा दूर होतो.

आपल्या एस्प्रेसो कॉफीचा

खाद वाढवणे किंवा पुलाव, राजमा, इत्यादी पदार्थांचा खाद वाढविणारा मसाल्याचा सुवासिक पदार्थ म्हणजे दालचिनी. पण केवळ अन्नपदार्थांचा खाद वाढविणे एवढाच दालचिनीचा गुणधर्म नसून, ही दालचिनी आपल्या त्वचेच्या निगेसाठीही अत्यंत गुणकारी आहे.

दालचिनीचे औषधी गुणधर्म तर गेल्या कित्येक शतकांपासून मनुष्याला ज्ञात आहेत. दालचिनीचा उपयोग आपली त्वचा नितळ आणि सुंदर बनविण्यासाठीही केला जाऊ शकतो.



दालचिनीची पूड आणि ऑलिव्ह ऑईल

कित्येकदा प्रदूषण, मानसिक तणाव इत्यादी कारणांमुळे चेहऱ्यावर सुरुकुल्या पडून अकाली वृद्धत्व आल्याप्रमाणे चेहरा दिसू लागतो. या सुरुकुल्या घालविण्यासाठी दोन मोठे चमचे ऑलिव्ह ऑईलमध्ये अर्धा

लहान चमचा दालचिनीची पूड मिसळवावी. ही पेस्ट चेहऱ्यावर साधारण आठ ते दहा मिनिटे लावून ठेवावी. या पेस्टमधील ऑलिव्ह ऑईल त्वचेमध्ये जिरून त्वचा आर्द्र होते आणि दालचिनीमुळे त्वचेवरील मुरुमे नष्ट होतात. दहा मिनिटे उलटून गेल्यानंतर स्वच्छ ओलसर टॉवेलने चेहरा पुसून काढावा.

दालचिनीची पूड आणि दही

त्वचेवरील मृत पेशी काढून टाकून त्वचा मुलायम, चमकदार बनवण्यासाठी दोन मोठे चमचे दालचिनीची थोडी जाडसर पूड घ्यावी. ही पूड फार भरड नेसेल याची काळजी घ्यावी. त्यामध्ये दोन मोठे चमचे मध घालावा आणि ताजे दही घालावे. या पेस्टच्या मदतीने चेहरा स्क्रब करावा. त्यामुळे त्वचेवरील सर्व मृत पेशी निघून जाऊन चेहरा नव्याने उजळेल. त्याचप्रमाणे त्वचेवरील काळे डाग घालवण्यासाठीही दालचिनीची पूड व मधाचा वापर करता येतो.

स्ट्रेच मार्क्स हे एक प्रकारचे वण असून, त्वचा ताणली जाऊन मग एकदम सैल पडल्याने ते उद्भवतात. स्ट्रेच मार्क्स शरीरावर जास्त करून कंबर, पोटा, मांड्या, दंड, पाठ, इत्यादी भागांमध्ये उद्भवतात. स्त्रियांच्या बाबतीत विशेषतः बाळंतपणानंतर स्ट्रेच मार्क्स दिसून येतात. वजन कमी झाल्याने पण त्वचा सैल पडून त्यावर स्ट्रेच मार्क्स येऊ शकतात.



बटाट्याच्या

रसामध्ये त्वचेवरील पेशींना पोषक अशी तत्व असतात. तसेच नवीन पेशी तयार होण्यासाठीही बटाट्याचा रस उपयुक्त आहे. एका बटाट्याच्या गोल चकत्या कापून घेऊन त्या चकत्या स्ट्रेच मार्क्स आलेल्या ठिकाणी चोळ्यावा. त्या चकत्यांचा रस पाच ते

दहा मिनिटे स्ट्रेच मार्क्स वर तसाच राहू देऊन नंतर कोमट पाण्याने पुसून घ्यावा. स्ट्रेच मार्क्स घालविण्यासाठी अनेक मलमे, तेले उपलब्ध आहेत. पण या रासायनिक क्रीम्स किंवा तेलांचा वापर करण्यापेक्षा घरच्याघरी काही सोप्या उपायांचा अवलंब करून स्ट्रेच मार्क्स घालविता येऊ शकतात.

ह्या सर्व उपायांमध्ये वापरले जाणारे सगळे पदार्थ संपूर्णपणे प्राकृतिक असल्याने त्यांच्यापासून त्वचेला कुठल्याही प्रकारचा अपाय होण्याची शक्यता अगदी कमी असते. थोडीशी

स्ट्रेच मार्क्स घालवायचे आहेत? मग इकडे लक्ष द्या

साखर, ऑलिव्ह ऑईल, आणि एका लिंबाचा रस मिसळून स्क्रब तयार करावा. हा स्क्रब स्ट्रेच मार्क्स वर लाऊन दहा मिनिटांपर्यंत चोळ्यावा. त्यानंतर कोमट पाण्याने पुसून घेऊन स्क्रब काढून टाकावा.

बटाट्याच्या रसामध्ये त्वचेवरील पेशींना पोषक अशी तत्व असतात. तसेच नवीन पेशी तयार होण्यासाठीही बटाट्याचा रस उपयुक्त आहे. एका बटाट्याच्या गोल चकत्या कापून घेऊन त्या चकत्या स्ट्रेच मार्क्स आलेल्या ठिकाणी चोळ्यावा. त्या चकत्यांचा रस पाच ते

दहा मिनिटे स्ट्रेच मार्क्स वर तसाच राहू देऊन नंतर कोमट पाण्याने पुसून घ्यावा. स्ट्रेच मार्क्स घालविण्यासाठी अनेक मलमे, तेले उपलब्ध आहेत. पण या रासायनिक क्रीम्स किंवा तेलांचा वापर करण्यापेक्षा घरच्याघरी काही सोप्या उपायांचा अवलंब करून स्ट्रेच मार्क्स घालविता येऊ शकतात. ह्या सर्व उपायांमध्ये वापरले जाणारे सगळे पदार्थ संपूर्णपणे प्राकृतिक असल्याने त्यांच्यापासून त्वचेला कुठल्याही प्रकारचा अपाय होण्याची शक्यता अगदी कमी असते. थोडीशी

जितके वेळा करता येणे शक्य असेल तितक्या वेळेला करावा. त्यामुळे साधारण महिन्याभरात स्ट्रेच मार्क्स नाहीसे होताना दिसू लागतात.

तसेच अॅलो व्हेरा किंवा कोरफड ही स्ट्रेच मार्क्स घालविण्याकरिता उत्तम समजली जाते. पण बाजारातील तयार अॅलो व्हेरा जेल वापरण्यापेक्षा कोरफडीचा ताजा गर वापरणे जास्त चांगले.

कोरफडीमधील गर काढून घेऊन स्ट्रेच मार्क्स वर लावावा. हा गर स्ट्रेच मार्क्स वर दोन ते तीन तास लावून ठेवावा आणि त्यानंतर कोमट पाण्याने पुसून टाकावा. जदाळूची पेस्ट बनवून ती स्ट्रेच मार्क्स ला लावल्याने ही स्ट्रेच मार्क्स नाहीसे होण्यास मदत मिळते. दोन ते तीन जदाळूच्या बिऱ्या काढून टाकून ते जदाळू बारीक वाटून घेऊन त्याची पेस्ट तयार करावी. हे पेस्ट स्ट्रेच मार्क्सवर लावून वीस मिनिटे राहू द्यावी. त्यानंतर कोमट पाण्याने पुसून टाकावी. या घरगुती उपायांचा अवलंब केल्याने स्ट्रेच मार्क्स निघून जाऊन त्वचा नितळ आणि चमकदार बनेल.

तुमचं इंस्टाग्राम प्रोफाइल किती लोकांनी पाहिलं हे जाणून घेण्याचे काही मार्ग आहेत. त्यांची माहिती आपण आज घेणार आहोत. तुमच्या अनावश्यक लोकांपासून दूर राहण्याचा उपाय देखील सांगणार आहोत.

सध्या इंस्टाग्राम हे सर्वाधिक वापरलं जाणारं सोशल मीडिया ॲप बनलं आहे. बऱ्याचदा लोक लाइक्स आणि फॉलोवर्स मिळवण्यासाठी फोटो आणि व्हिडीओ शेअर करतात. परंतु काही वेळा लोक आपल्या प्रोफाइलवर हवे तेव्हा येतात आणि फॉलो न करता जातात. तुम्हाला जर अशा लोकांना रंगेहात पकडायचं असेल तर तुम्ही काही ट्रिक्स वापरू शकता. चला जाणून घेऊया कशाप्रकारे तुम्ही तुमच्या इंस्टाग्राम प्रोफाइलवर पाळत ठेवणाऱ्या युजर्सना शोधू शकता.

किती लोकांनी पाहिलं तुमचं इंस्टाग्राम प्रोफाइल ? असं करा चेक



इंस्टाग्राम प्रोफाइल कोणी पाहिलं हे कसं बघायचं
वर सांगितल्याप्रमाणे अनेक मार्गांनी इंस्टाग्राम प्रोफाइल कोणी पाहिलं हे बघता येतं. लक्षात असू द्या हे मार्ग पूर्ण माहिती देत नाहीत. ह्यात स्टोरी व्युज, हायलाइट व्युज आणि थर्ड पार्टी ॲप्सचा समावेश आहे.

इंस्टाग्राम स्टोरी कोणी पाहिली हे कसं बघायचं
■ स्टोरी पोस्ट केल्यावर तुमच्या प्रोफाइल आयकॉनवर होम किंवा प्रोफाइल टॅबमधून टॅप करा.
■ प्रोफाइल पिक्रवर टॅप करून स्टोरीज ओपन करा.
■ त्यानंतर स्वाइप अप करून कोणी स्टोरीज पाहिल्या हे चेक करा.
नोट : स्टोरी अपलोड केल्यावर २४ तासांमधील व्युज इथे दिसतील.

असं पाहा इंस्टाग्राम स्टोरीज हायलाइट्स कोणी पाहिल्या
■ खालच्या बाजूला उजवीकडे असलेल्या प्रोफाइल आयकॉनवर टॅप करा.
■ प्रोफाइल सेक्शनमध्ये स्टोरीज हायलाइट्सवर टॅप करा.
■ कोणत्याही हायलाइटमधील स्टोरी ओपन करा.
■ त्यानंतर स्टोरी हायलाइट स्वाइप अप करा.
■ तुम्हाला तुमच्या स्टोरीज आणि हायलाइट कोणी पाहिल्या ते दिसेल.
नोट : इथे फक्त ४८ तासांचे व्युज दिसतात.

प्रोफाइल व्युज बघण्यासाठी बिजनेस प्रोफाइलचा वापर
इंस्टाग्राम बिजनेस प्रोफाइल युजर्सना इंटरॅक्शन आणि रिचची माहिती देतं. त्यामुळे युजर्सना त्यांच्या प्रोफाइलला भेट देणाऱ्यांची संख्या कळते. तसेच त्यांच्या फोटोवरील व्युज आणि रिचची डेमोग्राफिक माहिती मिळते. इंस्टाग्रामवरील बिजनेस प्रोफाइल व्हिजिटर्सवर लक्ष देवण्यासाठी चांगलं माध्यम आहे. लक्षात असू द्या बिजनेस प्रोफाइल इनसाइट्सच्या मदतीनं तुम्ही फक्त व्हिजिटर्सची संख्या जाणू शकता, नावे नाही.

इंस्टाग्रामवर बिजनेस प्रोफाइल कसं बनवायचं
■ उजवीकडे खालच्या बाजूला असलेल्या तुमच्या प्रोफाइल आयकॉनवर टॅप करा.
■ वरच्या बाजूला उजव्या कोपऱ्यात असलेल्या मेन्यू आयकॉनवर टॅप करून सेटिंग आणि प्रायव्सी मेनूमध्ये जा. ● खाली स्क्रीन करा आणि “Account Type and Tools” वर क्लिक करा.

● अकाऊंट टाइप आणि टूल मध्ये ‘Switch to Professional Account’ वर क्लिक करा.
● कंन्ट्रिब्युटर टॅप करून प्रोसेस पूर्ण करा.
● बिजनेस प्रोफाइलचे इनसाइट्स कसे बघायचे
● बिजनेस अकाऊंट म्हणून कॅरेफिकेशन केल्यावर
● तुमच्या प्रोफाइलवर जा
● बायोच्या खाली असलेल्या इनसाइट्स ऑप्शनवर टॅप करा.

अनोळखी लोकांना इंस्टाग्राम प्रोफाइलपासून कसं दूर ठेवायचं ?

अनोळखी लोकांना आपल्या प्रोफाइलपासून दूर ठेवणं सोपं आहे. तुम्ही तुमचं अकाऊंट प्रायव्हेट करू शकता. अकाऊंट प्रायव्हेट केल्यावर तुम्ही तुम्हाला कोण फॉलो करू शकतं आणि कोण प्रोफाइल पाहू शकतं हे ठरवू शकता.

इंस्टाग्राम अकाऊंट

प्रायव्हेट करण्याची पद्धत

■ तुमच्या प्रोफाइलमध्ये जा ■ सेटिंग्स मेनूवर टॅप करा ■ खाली स्क्रीन करून अकाऊंट प्रायव्हीटीवर टॅप करा ■ प्रायव्हेट अकाऊंटसमोरील टॉगल ऑन करा. तुमचं अकाऊंट प्रायव्हेट केल्यावर तुम्ही तुम्हाला कोण फॉलो करणार हे ठरवू शकता. तसेच ह्याच स्टप्स फॉलो करून तुम्ही अकाऊंट पुन्हा पब्लिक करू शकता.

साध्या पद्धतीने चेहरा स्वच्छ ठेवण्याच्या काही टिप्स

घरच्या घरी सहज साध्या पद्धतीने चेहरा स्वच्छ ठेवण्याच्या काही टिप्स आहेत. त्यामुळे दिवसाच्या थकव्यानंतर त्वचेला स्वच्छ करणे तसेच पुनरुज्जीवित करणे आवश्यक असते. त्यासाठी घरच्या घरी सहज साध्या पद्धतीने चेहरा स्वच्छ ठेवण्याच्या काही टिप्स ही काळजी घ्या आणि सतेज कांती मिळवा

■ चेहरा धुण्यासाठी तुमच्या त्वचेनुसार योग्य ते फेस वॉश अथवा विलिजिंग वापरा.
■ चेहऱ्यावरील छिद्र बुजवण्यासाठी विलिजिंग मिल्कच्या सहाय्याने चेहरा साफ करा.
■ चेहऱ्याच्या त्वचेला सोसवेल इक्की ग्रिम वाफ घ्या.
■ चेहरा थंड करण्यासाठी बर्फाने मसाज करा.
■ त्यानंतर फेस स्क्रबरने ८-१० मिनिटे चेहरा साफ करा.
■ चेहरा सुकल्यानंतर चेहऱ्याला मध लावा जेणेकरून त्वचा उजळ होण्यास मदत होईल
■ चेहरा स्वच्छ धुवून आवडीनुसार फेस पॅक लावा.
■ हळूहळू चेहरा सुकू द्या.



चेहऱ्यावरील केस हटवण्याकरिता अवलंबा हे उपाय

केसांची वाढ असेल, त्याच्या विरुद्ध दिशेने चेहरा हळूवार गोलाकार चोळण्यास सुरुवात करावी. हा फेस पॅक चेहऱ्यावरून पूर्णपणे काढून टाकल्यानंतर कोमट पाण्याने चेहरा स्वच्छ धुवून टाकावा. आठवड्यातून दोन वेळेला या फेस पॅकचा वापर करावा. एका बाऊलमध्ये एक मोठा चमचा पपईचा गर, अर्धा लहान चमचा हळद आणि चार मोठे चमचे अॅलो व्हेरा जेल वापरून पेस्ट तयार करावी. आपल्या चेहऱ्यावर नकोशा केसांची वाढ जिथे आहे, त्या भागावर ही पेस्ट लावून, सुमारे वीस मिनिटे राहू द्यावी. त्यानंतर केसांच्या वाढीच्या विरुद्ध दिशेने चोळत पेस्ट चेहऱ्यावरून उतरवून टाकावी व नंतर कोमट पाण्याने चेहरा धुवून टाकावा. एका मोठ्या लिंबाच्या रसामध्ये एक मोठा चमचा मध मिसळवा. हे मिश्रण वीस ते पंचवीस मिनिटे चेहऱ्याला लावून ठेवावे. या फेस मास्कमुळे चेहऱ्यावरील केसांची वाढ हलकी होत जाते आणि कालांतराने संपूर्णपणे थांबून जाते.



चेहऱ्यावरील केस काढून टाकण्याकरिता एक उत्तम फेस पॅक घरच्या घरी तयार करता येतो. एका भांड्यामध्ये अर्धा कप बेसन, एक लहान चमचा हळद, एक लहान चमचा दुधावरची साय आणि अर्धा कप दूध हे सर्व एकत्र करून त्याची दाट पेस्ट बनवावी. ही पेस्ट चेहऱ्यावर व्यवस्थित लावून घ्यावी. सुमारे अर्धा तास ही पेस्ट चेहऱ्यावर तशीच राहू द्यावी. त्यानंतर ज्या दिशेने

कापूर : छोट्या-मोठ्या आजारत प्रभावी औषध

कापूर हा विशिष्ट झाडांपासून बनवला जाणारा सुगंधी पदार्थ घरात, मंदिरात पूजा करताना आवर्जून वापरला जातो. देवाची कापूर आरती करण्याची प्रथा भारतात सर्वत्र आहे. हा कापूर आयुर्वेदात एक घरगुती औषधी म्हणून महत्त्वाचा मानला गेला असून त्याचे अनेक उपयोग आहेत. इतकेच नव्हे तर त्वचा, केस, स्नायू यांचे अनेक विकार त्याने दूर करता येतात. कापूर आणि त्याचे तेल यांचा वापर अनेक औषधे बनवताना केला जातो. त्यापासून अनेक कडधान्ये तयार करता येतात. पोटादुखी असेल तर एक ग्लास पाण्यात १ चमचा ओवा घालून ते पाणी उकळवून अर्धे झाले की त्यात थोडा कापूर घालून प्यायल्याने कापूर तेल

लावल्यास जळजळ थांबते आणि संसर्ग होत नाही. इतकेच नव्हे तर घरात कापूर जाळला तरी घरातील जंतू नष्ट होतात. तोंडावर मुरमे, पुटकुळ्या येत असतील तर खोबरेल तेल आणि कापूर यांचे मिश्रण त्वचेवर चोळल्यास डाग राहत नाहीत. कोमट पाण्यात कापूर आणि थोडे मीठ घालून पाय बुडवून बसले तर टाचेच्या भेगा कमी होतात. ऑलिव्ह तेलात कापूर घालून त्याने डोक्याला मसाज केल्यास स्ट्रेस, डोकेदुखी थांबते. दातदुखी असेल तर कापूर पावडर दातात धरली तर दात दुखायचा थांबतो. सर्दी खोकला झाल्यास खोबरेल तेल आणि कापूर यांचे मिश्रण छाती, डोक्यावर चोळ्यावे. आराम पडतो. जुलाब होत असतील तर ओवा, कापूर आणि पेपरमिंट समप्रमाणात घेऊन काचेच्या बरणीत उन्हात ठेवावे. ६-८ तासांनंतर मिश्रणाचे ४-५ थेंब टाकून सरबत घ्यावे. रात्री झोपण्यापूर्वी कच्चे दूध आणि कापूर पावडर कापसास चेहऱ्यावर लावावी आणि १५ मिनिटांनंतर धुवावे. त्वचा चमकदार आणि हेलदी होते. कापले किंवा कोणत्याही कारणाने जखम झाली तर कापूरमिश्रित पाणी लावावे. तोंड आल्यास शुद्ध तुपात कापूर घालून सेवन केल्यास उतार पडतो. पर्यटन अथवा ट्रेकिंगसाठी अधिक उंचीच्या ठिकाणी गेल्यास अनेकदा श्वास घ्यायला त्रास होतो, चक्कर येते अशावेळी कापूर नुसता हुंगला तरी आराम पडतो.



डोके दुखतेय? हे करून पहा

आपल्या शरीराचा महत्वाचा भाग म्हणजे डोके. डोक्याच्या कवटीत आपला मेंदू असतो व हा मेंदूच साऱ्या शरीराचे नियंत्रण करत असतो. डोकेदुखीचा त्रास झाला नाही असा माणूस शोधूनही सापडणे अवघड. डोके दुखायला लागले की काही सुचनास होते. अशा वेळी चटकन एखादी वेदनाशामक गोळी घेण्याकडे आपला सहजच कल असतो. पण डोके नक्की कोणत्या कारणाने दुखते हे कळले तर त्यावर अगदी सहज सोपे उपाय करूनही ही डोकेदुखी थांबवता येते. त्यासाठी ही माहिती जरूर घ्या.

■ डोके दुखत असेल तर अमसुले पाण्यात भिजत घालून, कुस्करून साखर मीठ घातलेले सरबत अथवा कोकम सरबत घ्यावे.
■ बरेच वेळा रात्री काही कारणाने झोपायला उशीर होतो व जागरण होते. जागरणाने डोके दुखत असेल तर १५ मिनिटे झोप अथवा विश्रांती हा चांगला उपाय आहे. डोक्यातील कलकलही या विश्रांतीमुळे कमी होते.
■ वेळी-अवेळी खाणे. सततचे उपवास अथवा बराच काळ उपाशी राहणे याने पित्त वाढते व बरेच वेळा त्यामुळे डोकेदुखी होते. पित्ताने डोके दुखत असल्यास गार दूध घ्यावे.
■ अर्धशिशीचा त्रास होत असेल तर - सुंद अधिक जायफळ यांचा लेप भुवईच्या वर लावावा. शिक काढण्याच्या कोणत्याही उपायाने शिक काढल्यासही अर्धशिशी कमी होते अथवा सकाळी उठल्याबरोबर पेढा खाल्ल्याने ती कमी होते. अर्धशिशी पित्त व सर्दीमुळे होते. पेढ्याने पित्त कमी होते व शिक काढण्याने सर्दी मोकळी होते. अर्धशिशी म्हणजे डोक्याचा अर्धा भाग दुखणे. हे दुखणे त्रासदायक असते व सूर्योदयापासून ते सुरु होते ते सूर्यास्तानंतर कमी होते.
■ सर्दी अथवा बारीक ताप किंवा अंग मोडून येणे यासारख्या आजारातही डोके दुखते. गरम पाण्याच्या पिशवीने डोके शेकून काढल्यास ही डोकेदुखी थांबते. अथवा अमृतोजन किंवा तत्सम बाम डोक्यास चोळल्यासही आराम पडतो.

■ बरेच वेळा जादा वाचन, टीव्ही पाहणे अथवा डोक्यावर ताण आणणारी कामे झाल्यासही डोके दुखते. अशा वेळी डोक्यांना चप्पा आला नाही ना, याची खात्री करून घ्यावी. डोक्याला नंबर आल्यानेही डोकेदुखी होते व योग्य नंबरचा चप्पा वापरायला सुरुवात केली की ती बंद होते.

वजन घटवण्यास सहाय्यक ‘सुपर फूड्स’

वजन घटवण्याच्या एकंदर कवायतीत ‘सुपर फूड्स’ वापरणे उपयुक्त ठरू लागलेले आहे. सुपर फूड्स अशा अन्नपदार्थांना म्हटले गेले आहे, ज्यांच्या सेवनाने वजन घटवण्यास मदत तर मिळतेच, शिवाय आपल्या शरीराला आवश्यक असे सर्व प्रकारचे पोषणही मिळते.

बदाम : बदाम हा अन्नपदार्थ आपल्या शरीरास अनेक प्रकारे उपयुक्त आहे. बदामाच्या सेवनाने बुद्धिमत्ता तीक्ष्ण होते हे ज्ञान फार पूर्वीपासूनचे आहे. तसेच बदामाच्या सेवनाने वजन घटवण्यासाठी मदत मिळते. बदामामध्ये असलेले एल अर्जेनाईन हे अमिनो ॲसिड व्यायामाच्या वेळी शरीरातील फॅट्स वेगाने वापरले जाण्यास मदत करते. याचमुळे बदामाला नैसर्गिक ‘वेट लॉस पिल’ असेही म्हटले गेले



आहे. या सुपर फूडचा पुरेपूर फायदा घेण्यासाठी बदाम आपल्या दैनंदिन आहारात जरूर समाविष्ट करावा. रोज रात्री बदाम पाण्यामध्ये भिजत घालून दुसऱ्या दिवशी सकाळी खावेत. साधारण पाच ते सात बदामांचे सेवन आपल्या दररोजच्या आहारामध्ये असावे.

ओटमील : वजन एकदा कमी

झाले की ते तसेच टिकवून ठेवणे हेही मोठेच काम असते. त्या कामी ओटमील आपली मदत करू शकते. ओटमीलमध्ये बीटा ग्लूकोन नावाचे फायबर असते, ज्यामुळे ओटमील खाल्ल्यानंतर पुष्कळ वेळपर्यंत पोटात भरलेले राहून

लवकर भूक लागत नाही. तसेच ओटमीलमध्ये कॅलरीजची मात्रा अतिशय कमी असून अन्य ‘रेडी टू ईट’ नारत्यांच्या पदार्थांच्या मानाने फायबरही मुबलक प्रमाणात असते. साधारण दीड कप ओटमीलमध्ये १५० कॅलरीज असतात. **सत्रे :** वजन घटवण्यास सहाय्यक अशा सुपर फूड्समध्ये अगदी सहज उपलब्ध असते ते म्हणजे सत्रे. ॲंटी ऑक्सिडंट्स भरपूर मात्रेमध्ये असणारे हे फळ शरीरातील कोलेस्टेरॉल कमी करण्यास उपयुक्त आहे. संत्याच्या नियमित सेवनाने शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती वाढते व त्वचाही नितळ, सुंदर दिसू लागते. एका पूर्ण संत्यामध्ये केवळ ५९ कॅलरीज असतात. संत्यामध्ये फायबरही मुबलक असून त्याच्या सेवनाने भूक लवकर शमते.

कडधान्ये : मसूर, राजमा यांसारखी कडधान्ये फायबर आणि प्रथिनांनी परिपूर्ण असतात. यामध्ये स्टार्च ही असतो. कडधान्यांच्या सेवनाने वजन घटवत असताना देखील शरीरातील ताकद चांगली टिकून राहते व अश्वतथपणा जाणवत नाही. कडधान्यांप्रमाणेच जवस ही वजन घटवण्यासाठी अतिशय उपयुक्त आहेत. यामध्येही फायबरचे प्रमाण खूप जास्त आहे. तसेच जवसामध्ये ओमेगा ३ फॅटी ॲसिडसही आहेत. आजवर केल्या गेलेल्या अनेक शास्त्रीय अभ्यासांमध्ये हे निदान केले गेले आहे की ओमेगा ३ फॅटी ॲसिड्स वजन घटवण्यास सहाय्यक असून हृदयाच्या आरोग्याकरिताही अतिशय गुणकारी आहेत. जवस भाजून त्याची पूड करून घेऊन ही पूड आपले ज्यूस, स्मूदी, दही व ताकामध्ये मिसळून सेवन करावी.



बेस्टच्या दुप्पट दरवाढीला वाढता विरोध बस भाडेवाढ मागे घेण्याची सर्वपक्षीय नेत्यांची मागणी

■**मुंबई** : बेस्ट बसच्या तिकीट दरात वाढ करण्याचा निर्णय बेस्ट उपक्रमाने घेतला आहे. मात्र बेस्टच्या तिकीट दर वाढीला शिवसेना उद्धव बाळासाहेब ठाकरे, शरद पवार यांची राष्ट्रवादी, समाजवादी व जनता दलाने विरोध केला आहे. इलेक्ट्रिक बसेसची संख्या वाढवा, बेस्टचा दर्जा सुधारा आणि मुंबईकरांना चांगली सेवा द्या. बेस्ट वाचवा, अशी पोस्ट युवा सेनाप्रमुख आदित्य ठाकरे यांनी एकसवर केली आहे. तर बेस्टच्या तिकीट दरात वाढ ही मुंबईकरांच्या खिशावर डल्ला असून फक्त कंत्राटदारांचे खिसे भरण्यासाठी ही दरवाढ आहे, असा आरोप राष्ट्रवादी काँग्रेस शरद पवार पक्षाचे मुंबई अध्यक्ष अमोल मातेले यांनी केला आहे. मुंबईतील सामान्य माणसाची जीवनवाहिनी असलेल्या बेस्ट बस सेवेकडे सत्ताधाऱ्यांकडून गेल्या २-३ वर्षांत दुर्लक्ष केले जात आहे. आता तर बेस्टची दुप्पट दरवाढ म्हणजे सामान्य मुंबईकरांचे रोजचे जगणं कठीण व्हावे असाच सत्ताधऱ्यांचा विचार दिसतोय. जगातील सर्वात स्वस्त शहरी

बससेवा अशी ओळख असलेल्या आणि लाखो मुंबईकरांना सेवा देणाऱ्या बेस्टचे हे अधःपतन आम्ही सहन करू शकत नाही, असे आदित्य ठाकरे यांनी एकसवर म्हटले आहे. बेस्ट दुप्पट दरवाढीला आमचा विरोध आहे. बेस्ट बसेसची संख्या आधीच रोडावली असून महत्त्वाचे मार्ग बंद केले आहेत. आता जर दरवाढ केली तर बेस्ट वर त्याचा विपरीत परिणाम होईल. बेस्टला जगवण्यासाठी इलेक्ट्रिक बसेसची संख्या वाढवा, बेस्टचा दर्जा सुधारा आणि मुंबईकरांना चांगली सेवा द्या! बेस्ट वाचवा, असे आदित्य ठाकरे यांनी एकसवर पोस्ट केले आहे. मुंबईची शान आणि सर्वसामान्य माणसाची जीवनवाहिनी असलेली बेस्ट गंडांतराच्या उंबरठ्यावर उभी आहे. पालिकेच्या प्रशासनाने घेतलेल्या तुघलकी निर्णयांमुळे बेस्टच्या भाड्यात थेट दुप्पट वाढ करण्यात आली आहे, आणि तीही केवळ काही मोजक्या कंत्राटदारांच्या तुंबड्या भरण्यासाठी, असा आरोप शरद पवार पक्षाचे मुंबई अध्यक्ष अॅड. अमोल मातेले यांनी केला आहे.

बेस्ट प्रशासनाने बेस्ट बसच्या किमान भाड्यात दुपटीने वाढ केली आहे. याची परिणती बसचे प्रवासी रिक्षा - टॅक्सीकडे वळतील, असा इशारा देतानाच ही भाडेवाढ मागे घेण्याची मागणी जनता दल सेक्युलर मुंबई पक्षाने केली आहे. मुळात प्रवाचकांची घटनांची संख्या रोखण्यासाठी बस भाड्यात कपात करण्यात आली होती. वास्तवात मुंबईची लोकसंख्या लक्षात घेता शहरासाठी आठ ते नऊ हजार बसची गरज आहे, असे मुंबई जनता दलाचे अध्यक्ष प्रभाकर नारकर, प्रदेश सचिव संजय परब, कार्याध्यक्ष सलीम भाटी, सरचिटणीस प्रशांत गायकवाड, जिल्हाध्यक्ष संजीवकुमार सदानंद यांनी म्हटले आहे.



शेतकऱ्यांना मोठा धक्का बहुचर्चित योजना फडणवीस सरकारनं गुंडाळली



असणाऱ्या योजनेला पूर्णविराम मागील दोन वर्षांपासून एक रुपयात पीक विमा देण्याची योजना आता गुंडाळण्यात आली आहे. दोन वर्षांच्या कालावधीत या योजनेत कोट्यवधी रुपयांचा

■**ठाणे** : महाराष्ट्र शासनानं आतापर्यंत समाजातील अनेक केंद्रस्थानी ठेवत काही अशा योजना राबवल्या ज्यामुळं कित्येकांनाच याचा फायदा झाला. आता मात्र गैरप्रकार आणि बोगस नावनोंदणी यामुळं राज्य शासनानं अतिशय महत्वाच्या निर्णय घेत महाराष्ट्र सरकारनं शेतकऱ्यांच्या फायद्याची एक योजना रद्द करण्याचा निर्णय घेतला आहे.

वादाच्या भोवऱ्यात अडकलेली एक रुपयातील पीक विमा योजना राज्य सरकारने गुंडाळली आहे. राज्य मंत्रिमंडळाच्या मंगळवारी झालेल्या बैठकीत हा निर्णय घेण्यात आला. ज्यानंतर आता शेतकऱ्यांना केंद्रस्थानी ठेवत शेतकऱ्यांनी विमा हप्ता भरायचा आणि त्यात राज्य सरकार आपला आर्थिक सहभाग देऊन विमा कंपन्यांना रक्कम दिली जाईल, ही पूर्वी असलेली पद्धत राज्यात पुन्हा एकदा लागू करण्यात येईल असेही या बैठकीत ठरवण्यात आलं.

दोन वर्षांपासून सुरू

घोटाळा झाल्याचे गंभीर आरोप राज्यातील बऱ्याच जिल्ह्यांमधून करण्यात आले होते. किंबहुना हे घोटाळे कसे झाले याचे पुरावेही वेळोवेळी सादर करण्यात आले होते. योजनेवर सर्व स्तरांतून उठणारी टीकेची झोड आणि शेतकरी वर्गातही त्याबाबतची काहीशी नाराजी पाहता थेट ही योजनाच रद्द करण्याचा निर्णय घेण्यात आला आहे. पीक विम्यापोटी आता संरक्षित विमा रकमेच्या (खरिप पिकांसाठी) दोन टक्के, (रब्बी पिकांसाठी) दीड टक्के आणि नगदी पिकांसाठी पाच टक्के असा हप्ता शेतकऱ्यांना भरावा लागणार आहे. या योजनेसाठी विमा कंपन्यांची नावे निविदेद्वारे निश्चित करण्यात येणार आहे. दरम्यान, पंतप्रधान पीक विमा योजनेतगत राबवण्यात येणारी पुनर्रचित हवामान आधारित फळपीक विमा योजना मात्र आहे त्या स्वरूपातच सुरू ठेवली जाईल, असेही मंत्रिमंडळ बैठकीत स्पष्ट करण्यात आलं.

शेतकऱ्यांच्या नावाखाली ९ कोटींचा घोटाळा... विखे-पाटलांनी नेमकं केलं तरी काय?

■**मुंबई** : राज्यातील सत्ताधारी भारतीय जनता पार्टीचें आमदार तसेच राज्याचे जलसंपदा मंत्री राधाकृष्ण विखे-पाटल हे ९ कोटी रुपयांच्या एका घोटाळ्याप्रकरणी अडचणीत सापडले आहेत. या प्रकरणांमध्ये राधाकृष्ण विखे-पाटलांविरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. राधाकृष्ण विखे-पाटलांच्या सहकारी साखर कारखान्यांमध्ये हा एवढा मोठा घोटाळा झाल्याचा आरोप करण्यात आला असून या प्रकरणात राधाकृष्ण विखे-पाटलांबरोबरच 54 जणांविरुधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. लोणी पोलीस स्टेशनमध्ये गुन्हा दाखल



करण्यात आला आहे. नेमका हा घोटाळा आहे तरी काय आणि यासंदर्भात विरोधकांनी काय म्हटलंय जाणून घेऊयात... **नेमका काय घोटाळा केला?** सन 2004-2005 आणि सन 2007 साली बेसल डोसचे पैसे वाटप करावयाचे कारण

देत राष्ट्रीयकृत बँकेतून प्रवासाखर कारखान्याने जवळपास ९ कोटी रुपयांचे कर्ज घेतले. मात्र ते पैसे शेतकऱ्यांना न देता त्याचा गैरवापर केला आणि कर्जमाफीत हे कर्ज माफ करून घेत फसवणूक केल्याचं तक्रारीमध्ये म्हटलं आहे. या

विरोधकांकडून विखे-पाटलांच्या राजीनाम्याची मागणी शरद पवारांच्या राष्ट्रवादी काँग्रेसचे अहिल्यानगरचे खासदार निलेश लंके यांनी या प्रकरणावर बोलताना विखे-पाटलांच्या राजीनाम्याची मागणी केली आहे. राज्य सरकारने राधाकृष्ण विखे पाटील यांचा मंत्रिपदाचा राजीनामा घ्यायला हवा. रक्षकच भक्षक झाले तर सर्वात दुर्दैवी घटना आहे, असे निलेश लंके म्हणले आहेत. तर ठाकरेंच्या पक्षाच्या नेत्या सुभा. अंधारेंनी, “सर्वसामान्य शेतकऱ्यांच्या तोंड्या घास पळवणाऱ्या धनिक आणि संस्थानिक असणाऱ्या राधाकृष्ण विखे पाटील यांनी तात्काळ आपल्या मंत्रीपदाचा राजीनामा द्यावा,” अशी मागणी केली आहे.

प्रकरणी मंत्री राधाकृष्ण विखे पाटील, माजी मंत्री अण्णासाहेब म्हस्के यांच्यासह प्रवासा सहकारी साखर कारखान्याचे तत्कालीन संचालक, साखरा आयुक्त, बँकांचे अधिकारी अशा ५४ जणांविरुद्ध लोणी पोलिस ठाण्यात गुन्हा दाखल झाला आहे. **या प्रकरणात न्यायालयाने**

कारखान्याचे सभासद बाळासाहेब केरुनाथ विखे यांनी या प्रकरणी सर्वोच्च न्यायालयात धाव घेतली होती. सुप्रीम कोर्टाच्या आदेशानंतर लोणी पोलिस ठाण्यात फसवणुकीचा गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. तपास अधिकाऱ्यांनी आठ आठवड्यात चौकशी करून

रिपोर्ट सादर करण्याचा आदेश सर्वोच्च न्यायालयाने दिला आहे. मात्र आरोपीविरुद्ध लगेचच कोणतीही सक्तीची कारवाई करू नये असे निर्देशही न्यायालयाने दिलेले आहेत. त्यामुळे मंत्री विखे-पाटलांसहच इतरांना अटकपासून संरक्षण मिळालं आहे.

अर्जदाराने मुख्यमंत्र्याकडे केली ही मागणी दरम्यान, या प्रकरणाची चौकशी निःपक्ष व्हावी यासाठी मुख्यमंत्र्यांनी राधाकृष्ण विखे पाटील यांचा मंत्रिपदाचा राजीनामा घ्यावा अशी मागणी फिर्यादी बाळासाहेब केरुनाथ विखे यांनी केली आहे.

पोलिसांच्या हिसका देत चक्क ठोकली धूम... सिनेस्टाईल पाठलागानंतर कसारा घाटातील जंगलातून घेतले ताब्यात

■**मुंबई** : नाशिकच्या भद्रकाली पोलीस ठाण्यामध्ये प्राण घातक हल्ल्याच्या गुन्ह्यात संशयित असलेला आरोपी क्रिश शिंदे याला भद्रकाली पोलिसांनी अटक केली होती. दरम्यान कोर्टात हजर केल्यानंतर क्रिश शिंदे याला चार दिवसांची पोलीस कोठडी सुनावण्यात आली होती. मात्र त्यानंतर पोलीस ठाण्यात संशयित आरोपीला आणताना पोलिसांच्या हत्ताला हिस्का देऊन त्यानं चक्क धूम ठोकल्याची घटना घडली आहे. क्रिश शिंदे हा पळून गेल्याची घटना मंगळवार (दि. २९ एप्रिल) रात्री घडली असून संशयित आरोपी पळून जातानाचा सीसीटीव्ही व्हिडिओ समोर आला आहे. आरोपीला मदत करणारा दुचाकी चालक देखील

सीसीटीव्हीमध्ये पाहायला मिळत आहे. या संदर्भात भद्रकाली पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. मात्र पोलीस ठाण्याच्या आवारातून आरोपी पळाल्यानंतर भद्रकाली पोलिसांची चांगलीच भंबेरी उडाली आहे. दरम्यान, भद्रकाली पोलिसांकडून रात्री उशिरापर्यंत शोध सुरू होता. मात्र क्रिश शिंदेचा कुठेही पत्ता लागला



नाही. त्यामुळे त्याला तात्काळ अटक करण्यासाठीचे पोलिसांसमोरचे आव्हान उभे झाले होते. मात्र भद्रकाली

उधार चहा, सिगारेट दिली नाही हॉटेल चालकाचा बेदम मारहाणीत खून उधार चहा व सिगारेट न दिल्याच्या रागातून दोन जणांनी हॉटेल चालकाला बेदम मारहाण केली. या मारहाणीमध्ये हॉटेल चालकाचा मृत्यू झाला असून या प्रकरणात तीन जणांवर गुन्हा दाखल करण्यात आलाय. परभणीच्या गंगाखेड शहरातील गोदाकाटावरील या घटनेने शहरात एकच खळबळ उडाली आहे. पुढे आलेल्या माहितीनुसार, गंगाखेडमधील गोदाघाटावर मारोटी साळवे यांचे बाबा सेलानी नावाचे चहाचे हॉटेल आहे. या हॉटेलवर आज आवेज खान गफार खान, जुनेद खान जरावर खान हे दोघे जण आले. त्यांनी किशोर भालेराव यांच्या सांगण्यावरून चहा सिगारेट मागितली. मात्र हे दोघे नेहमी वस्तू घेवून पैसे देत नसल्याने साळवे यांनी त्यांना चहा सिगारेट दिली नाही. मग रागात येवून या दोघांनी धावं तुला दाखवतो तुला खून माग आलाय असे म्हणत तिथून निघाले यावेळी मारोटी साळवे व अरविचे साळवे यांनी या दोघांच्या पाठलाग केला व त्यांना तुम्ही आमहाला वारंवार का त्रास देत आहात अशी विचारणा केली अशा दोघांकडून ही मारोटी साळवे यांना बेदम मारहाण करण्यात आली. यावेळी त्यांना रुग्णालयात दाखल करण्यात आले असता त्यांना डॉक्टरांनी मृत घोषित केले.

पोलिसांच्या तावडीतून पळून गेलेल्या आरोपीचा सतत तपास केला असता, अखेर बारा तासांच्या सिनेस्टाईल पद्धतीच्या पाठलागानंतर त्याला कसारा घाटातील जंगलातून ताब्यात घेतले आहे. भद्रकाली गुन्हे शोध पथकाने ही कारवाई केली आहे. **तिन्ही गुन्हेगारांना ठोकल्या बेड्या** या प्रकरणात अरविंद साळवे

यांच्या फिर्यादीवरून अवेज खान गफार खान पठाण, रा. नेहरू चौक गंगाखेड, जुनेद जरवार खान रा. वजीर कॉलनी गंगाखेड,किशोर मंचक भालेराव रा. नवा मोंढा गंगाखेड, यांच्या विरोधात भारतीय न्याय सहिता २०२३ नुसार १०३(१), ११५(२), ३५२, ३५९(१), ३(५), अनुसूचित जाती आणि अनुसूचित जमाती (अत्याचार प्रतिबंध) १९८९नुसार. ३(२)(वीए), ३(१)(१), ३(१)(२) नुसार पोलीस ठाणे गंगाखेड येथे गुन्हा दाखल करण्यात आला असून, गुन्हा होण्या आधीच गंगाखेड पोलीस आणि स्थानिक गुन्हे सायबरच्या पाथकाने गुन्हातील तिन्ही गुन्हेगारांना ताब्यात घेत अटक केली आहे.

कांदळवन झाडांवर विषबाधा!



मनाई केलेली असताना, मौजे नवघर सर्व्हे क्रं. २० नवीन (जुना २१२) मध्ये व मौजे नवघर सर्व्हे क्रं. २२ नवीन (जुना २२९) मध्ये २५ ते ३० वर्ष जुनी व मोठी मोठी अस्तित्वात असलेली झाडे असतानाही तसेच ती जागा १००० चौ. मी. हुन अधिक २५०० चौ.मी. असतानाही याठिकाणी कांदळवन प्रजातीच्या तिवरांच्या (मॅमोह) झाडांची कत्तल केल्याची तक-ार गो ग्रीन फाउंडेशन ट्रस्टचे अध्यक्ष इरबा कोनापुरे, पर्यावरण प्रेमी धिरज परब, फॉर् प्युचर इंडियाचे हर्षद ढगे यांनी दाखल शासनाकडे केली होती. त्यानुसार कांदळवन उपसमितीच्या मार्फत

जागेची तीन वेळा पाहणी करण्यात आली होती. त्यानुसार अपर तहसीलदार यांनी सुनावणी घेतली होती. परंतु गुन्हा दाखल करण्याचे प्रलंबित होते. त्यानुसार तिवरांची झाडे कटर मशिनच्या साहाय्याने कापलेली असल्याने उच्च न्यायालयाने दिलेल्या आदेशाचे उल्लंघन केले आहे. त्यामुळे संबंधितांवर पर्यावरण (संरक्षण) अधिनियम १९८६ चे कलम १५ व १९ अन्वये अपर तहसिलदार निलेश गौड यांच्या आदेशानुसार तक्रारीवरून कांदळवन झाडांची नक्की वेळुमार कत्तल कफट कोणी तोड कोणी केली हे स्पष्ट होत नसल्याने तलाठी तुषार खेडकर यांनी दिलेल्या तक्रारीवरून दोन अज्ञात व्यक्तींच्या विरोधात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. या गुन्हाच्या अधिक तपास वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक धिरज कोळी यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोलीस उपनिरीक्षक किरण धमवडे हे करत आहेत.



अत्याचार करणाऱ्या आरोपीला अटक

■**भाईदर** : १३ वर्षांच्या अल्पवयीन मुलीला फूस लावून तिच्यावर लैंगिक अत्याचार करणाऱ्या आरोपीला मिरा रोड पोलीस ठाण्याने अवघ्या ३६ तासांत गज्राआड केले आहे. कुठलाही दुवा नसताना निळ्या रंगाच्या दुचाकीचा माग काढत ही कारवाई करण्यात आली आहे. आरोपी हा फूड डिलिव्हरी करण्याचे काम करतो. पीडित मुलगी १३ वर्षाची असून मिरा रोड येथे राहते. ती घरा बाहेर असताना एका तरुणाने तिची विचारपूस केली आणि तिला पत्ता विचारण्याच्या बहाण्याने आपल्या दुचाकीवर बसवले. त्यानंतर तिला मिरा -रोडच्या अली हजरत मैदानजवळ बांधकाम सुरू असलेल्या एका इमारतीत नेले. तेथे त्याने तिच्यावर लैंगिक अत्याचार केले. पीडित मुलीला घराजवळ सोडून तो फरार झाला. त्या मुलीने घराच्यांना प्रकार सांगितल्यानंतर मिरा रोड पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला होता. मुलीला आरपीबद्दल काही माहिती देता येत नव्हती. याप्रकरणांमुळे पालकगर्भात घबराट पसरली होती.मिरा रोड पोलीस ठाण्याच्या गुन्हे प्रकटीकरण शाखेने या प्रकरणाचा तपास सुरू केला. घटनास्थळाच्या आसपासचे सीसीटीव्ही चित्रण तपासले. त्यात आरोपी दुचाकीवरून जाताना दिसला. मात्र त्या दुचाकीचा क्रमांक अस्पष्ट होता. ही दुचाकी निळ्या रंगाची होती. त्यानुसार पोलिसांनी आसपासच्या सीसीटीव्हीच्या आधारे माग काढण्यास सुरुवात केली. एका इमारतीत ही दुचाकी जाताना दिसली. त्यानंतर पोलिसांनी पुढील तपास करून आरोपीला अटक केली. अजय गुप्ता (२३) असे या आरोपीचे नाव आहे. तो फूड डिलिव्हरी बाँचचे काम करतो. तो मूळचा उत्तरप्रदेशचा आहे. गुन्हा दाखल झाल्याच्या ३६ तासातच पोलिसांनी त्याला शोधून बेड्या ठोकल्या.



वारंवार सांगून किंवा निर्देश देऊन सुद्धा कोणत्याही प्रकारे नियमांचे उल्लंघन झाल्यास संबंधित विकासक आणि प्लांट चालकांवर कठोर दंडात्मक कारवाई किंवा गुन्हे दाखल करण्याचे निर्देश आयुक्तांनी दिले.

उपाययोजना करणेकरिता महाराष्ट्र प्रदुषण नियंत्रण मंडळाने निर्देश दिले आहेत. धूळ थांबवण्यासाठी ही संरक्षक भिंत अत्यावश्यक आहे. बांधकाम किंवा पाडकाम करत असलेल्या इमारतींना हिरव्या जाळी, तागाच्या कपडयाने किंवा ताडपत्रेने पूर्णतः झाकणे बंधनकारक आहे. यामुळे धूळ हवेत न पसरता परिसरात

बंधनकारक करण्यात आले आहे. मोठ्या बांधकाम प्रकल्पांपासून निर्माण होणारी धूळ थांबवण्यासाठी ही संरक्षक भिंत अत्यावश्यक आहे. बांधकाम किंवा पाडकाम करत असलेल्या इमारतींना हिरव्या जाळी, तागाच्या कपडयाने किंवा ताडपत्रेने पूर्णतः झाकणे बंधनकारक आहे. यामुळे धूळ हवेत न पसरता परिसरात

अडवली जाते. बांधकाम स्थळी नियमित पाणी फवारणी करणे आवश्यक आहे. रेंती, सिमेंट, माती, मलबा इत्यादी धूळ निर्माण करणाऱ्या साहित्याची वाहतूक करताना पाण्याची फवारणी आवश्यक आहे. बांधकाम साहित्य वाहून नेणारी वाहने पूर्णतः झाकलेली असावीत. उघडी वाहने हवेतील धूळ पसरवतात, त्यामुळे बंदिस्त वाहनेच वापरण्याचे निर्देश दिले आहेत. साहित्य उतरवल्यानंतर वाहने स्वच्छ धुतली गेली पाहिजेत. तसेच पालिकेच्या प्रभागनिहाय सहाय्यक आयुक्तांना त्यांच्या कार्यक्षेत्रातीलआरएमसी प्लांट्सची माहिती संकलित करून त्याची पाहणी करण्याचे आदेश देण्यात आले आहेत.

रायगडमधील ३ अट्टल घरफोड्यांना कोल्हापूरमध्ये बेड्या, यांच्या कारनाम्यांनी व्हाल थक्क

■**पनवेल** : रायगड जिल्ह्यातील तीन चोरांना कोल्हापूर पोलिसांनी बेड्या ठोकल्या आहेत. त्यांच्याकडून सोन्याचांदीचा अंदाजे ७० लाखांचा ऐवज पोलिसांनी हस्तगत केला आहे. कोल्हापूर पोलिसांच्या स्थानिक गुन्हे शाखेने ही कारवाई केली आहे. विशेष म्हणजे तीन वर्षांच्या काळातील कोल्हापूर पोलिसांची ही सर्वात मोठी आणि यशस्वी कारवाई असल्याचे सांगण्यात येते. या कोल्हापूर पोलिसांच्या या धडाकेबाज कामगिरीबद्दल कोल्हापूर परिक्षेत्राचे विशेष पोलीस महानिरीक्षक सुनील फुलारी पोलीस पथकाच्या पाठीवर शाब्बासकीची थाप मारली आहे. सलीम शेख (३७), जावेद महम्मद शेख (३०) आणि तौफिक शेख (३०) अशी या चोरांची नावे असून ते महाडमधील गांधारपाले



साहिल नगरमध्ये राहतात. यातील तौफिक शेख हा कर्नाटकचा रहिवाशी आहे. या तिघांनी कोल्हापूरमध्ये अनेक घरफोड्या केल्या आहेत. या चोरांना कोल्हापूर पोलिसांनी अटक केल्यावर त्यांच्याकडून तब्बल ६१ तोळे ८ ग्रॅम सोने आणि ४ किलो ७८७ ग्रॅम चांदीच्या दागिने हस्तगत करण्यात आले. सोने-चांदीचा आजचा भाव लक्षात घेतला तर हा ऐवज अंदाजे ७० लाखांचा आहे. एवढेच नाही तर या चोरांकडून

इचलकरंजीतील एका मोटरसायकलची चोरी तसेच कोल्हापूर जिल्ह्यातील तब्बल ३३ घरफोडीचे गुन्हे उघडकीस आले आहेत. कुख्यात सलीम शेख, जावेद महम्मद शेख आणि तौफिक शेख या तिन्ही चोरांना घरफोडीमध्ये हातखंडा असून कोकण आणि कोल्हापूर भागात त्यांनी अनेक चोऱ्या, घरफोड्या केल्या असल्याची माहिती मिळत आहे. यातील एकजण वाहनचोरीदेखील करतो. या सर्व पार्श्वभूमीवर कोल्हापूर परिक्षेत्राचे विशेष पोलीस महानिरीक्षक सुनील फुलारी यांनी लवकरच सर्व मुद्देमाल संबंधितांना परत केला जाईल, असे सांगितले आहे. चौकशीतून या तिघांनी कोकणात किती चोऱ्या केल्या आहेत, तसेच त्यांच्यावर कोणकोणते गुन्हे दाखल आहेत, याची लवकरच माहिती मिळेल.