POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2023-2025

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

○संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

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

● वर्ष -०५ ● अंक-११ ● मुंबई, सोमवार, ११ ऑगस्ट २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

ज्यांना कबूतरे पाळायची आहेत त्यांनी...; जैन मुनींच्या टीकेवर काय म्हणाल्या मनीषा कायंदे?

■मुंबई । प्रतिनिधी,

उच्च न्यायालयाने कबुतरखान्याच्या आसपास कबुतरांना खाद्य टाकण्यावर घातलेली बंदी कायम ठेवल्यानंतर जैन समाज अधिक आक्रमक झाला आहे. धर्माच्या विरोधात गेलात तर आंदोलन करु असा इशारा देत जैन मुनी निलेशचंद्र विजय यांनी थेट सरकारलाच आव्हान दिले आहे. तसेच यावेळी त्यांनी आमदार चित्रा वाघ आणि शिंदेंच्या शिवसेनेच्या आमदार मनिषा कायंदे यांचा एकेरी उल्लेख करत टीका केली. त्यावर आता आमदार मनीषा कायंदे यांनी पलटवार केला आहे. ज्यांना कबुतरे आवडतात त्यांनी ते घरी पाळवेत, सार्वजनिक ठिकाणी त्याचा त्रास नको, असे म्हणत त्यांनी टीका केली आहे. आमदार मनीषा कायंदे म्हणाल्या की, 4 दिवसाआधी मंगल प्रभात लोढा यांनी म्हटलं होते की, या प्रकरणात जैन गुरु नव्हते. पण आता तेच धर्मगुरू या प्रकरणी आंदोलन करणार असल्याचे म्हणतात. दादरमधील कबुतरखाना हा माझा वैयक्तिक प्रश्न नाही, तर मुंबईत दोन कोटी लोक राहतात, त्यांचा हा विषय आहे. असे म्हणत हल्लाबोल केला. मगुरू मार्गदर्शक असतात, ते आमचा एकेरी उल्लेख करतात. आम्ही विधान परिषदेवर आहोत, आम्ही कायदे मंडळामध्ये आहोत. आमच्यावर असे बोलणे बरोबर नाही. ज्यांना कबुतरे आवडतात त्यांनी घरी पाळवे. सार्वजनिक ठिकाणी याचा त्रास नको.... असे म्हणत त्यांनी टीका केली. कबूतरखान्यावर येताना चाकू सुरे आणले जातात, हत्यारे काढतात. देशात पोलीस आणि न्यायव्यवस्था आहे का नाही? असा सवाल आमदार मनीषा कायंदे यांनी विचारला. आपल्या देशामध्ये न्यायव्यवस्था आहे. नागपंचमीला नागांना दूध पाजण्याची परंपरा होती, ती बंद केली. आता मशिदीवरचे अनधिकृत भोंगे बंद केले जात आहेत. त्यामुळे न्यायालयाच्या निदेर्शानुसार कारवाई व्हायला हवी, असे मत त्यांनी व्यक्त केले. दरम्यान, जैन मुनी निलेशचंद्र विजय यांनी थेट सरकारलाच आव्हान दिले.

मुंबई-अहमदाबाद मार्गावरील वाहतूक कोंडीने घेतला जीव! रुग्णवाहिकेतच महिलेचा तडफडून मृत्यू

■मुंबई । प्रतिनिधी,

अहमदाबाद मार्गावरील वाहतूक कोंडीने घेतला जीव! रुग्णवाहिकेतच महिलेचा तडफडून मृत्यू

पालघरः गेल्या काही दिवसांपासून मुंबई-अहमदाबाद मार्गावर कमालीची वाहतूक कोंडी होत असल्याचे दिसून यात आहे. मात्र यावर अद्याप काही तोडगा निघालेला नाही. आता तर परिस्थिती इतकी बिकट झाली आहे कि, याच वाहतूक कोंडीमुळे पालघर जिल्ह्यात राहणाऱ्या एका ४९ वर्षीय महिलेचा रुग्णवाहिका वेळेवर रुग्णालयात न पोहोचल्यामुळे मृत्यू झाल्याची दुदैवी घटना घडली आहे. छाया पूरव असे या मृत महिलेचे नाव आहे. छाया पुरव आपल्या घराजवळ असताना त्यांच्या डोक्यावर झाडाची फांदी पडली. ३१ जुलै रोजी घडलेल्या या दुर्घटनेत छाया यांच्या डोक्याला, खांद्याला आणि मणक्याला जबर दुखापत झाली. त्यांना तातडीने उपचारांची गरज होती. मात्र पालघर जिल्ह्यात ट्रॉमा सेंटर नसल्यामुळे स्थानिक रुग्णालयाने त्यांना हिंदुजा रुग्णालयात जाण्याचा सल्ला दिला. यादरम्यान स्थानिक रुग्णालय ते मुंबईतील हिंदुजा रुग्णालय असा १०० किमीचा प्रवास अडीच तासात होणे अपेक्षित आहे. पण दुर्दैवाने तसे होऊ शकले नाही. २ ऑगस्ट रोजी दुपारी ३ वाजण्याच्या सुमारास छाया पुरव यांना भूल देण्यात आली आणि त्यांचा रुग्णवाहिकेतून प्रवास सुरू झाला. त्यांच्याबरोबर त्यांचे पतीही रुग्णवाहिकेत होते. त्यानंतर रुग्णवाहिका एनच-४८ वरील महामार्गावर आली. मात्र सायंकाळी ६ वाजता रुग्णवाहिकेने अर्धेच अंतर पार केले होते.

लाडक्या बहिण योजनेचा लाभ घेणाऱ्या आणि आता अपात्र जाहीर झालेल्या २६ लाख जणींची चौकशी होणार

■मुंबई । प्रतिनिधी,

महाराष्ट्र शासनाच्या मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजनेच्या अंतर्गत वर्षभरापासून एक कोटी पेक्षा जास्त महिलांना दरमहा पंधराशे रुपयांची आर्थिक मदत दिली जात आहे. पण विधानसभा निवडणुकीनंतर लाभार्थ्यांची कठोर छाननी सुरू झाली आहे. या छाननीत अपात्र ठरलेल्या २६ लाख महिलांना चौकशीला सामोरे जावे लागणार आहे. सरकारी अधिकारी घरोघरी जाऊन चौकश करणार आहेत. रक्षाबंधनाच्या मुहूर्तावर लाडक्या बहिणींच्या बँक खात्यात जुलै २०२५ चा १५०० रुपयांचा हप्ता जमा झाला आहे. हा हप्ता जमा केल्यानंतर राज्य शासनाने अपात्र ठरलेल्यांच्या चौकशीचे संकेत दिले आहेत. चौकशी करण्यासाठी महिला बालकल्याण विभागाकडून जिल्हा प्रशासनाला आदेश देण्यात आला आहे. याबाबत जिल्हा प्रशासनाला आदेशाचं पत्र देण्यात आलं आहे. जिल्हा पातळीवरील महिला आणि बालकल्याण विभागाच्या अंगणवाडी सेविकांच्या माध्यमातून ही अपात्र लाभार्थी महिला शोधण्याची मोहीम आता सुरु करण्यात आली आहे. लाडकी बहीण योजनेत एकाच घरातील दोन पेक्षा जास्त महिलांना या योजनेचा लाभ घेता येणार नाही. मात्र दोन पेक्षा जास्त आणि 21 ते 65 वर्षे वयोगटात न बसणाऱ्या तब्बल 26 लाख महिलांना या योजनेचा लाभ घेतल्याची माहिती समोर आली होती. या महिलांची यादी महिला आणि बालकल्याण विभागाने तयार केली आहे. लाडकी बहीण योजना पुढील पाच वर्ष सुरुच राहणार, मुख्यमंत्र्यांची घोषणा मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजना पाच वर्षे सुरूच राहणार असल्याची ग्वाही मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी दिली आहे. लाडक्या बहिणींना मिळत असलेल्या १,५०० रुपयांच्या हप्त्यात लवकरच आणखी वाढ करण्यात येणार असल्याची घोषणाही मुख्यमंत्र्यांनी केली. मोदी सरकारच्या लखपती दीदी योजनेचाही राज्यातील महिलांना लाभ होत आहे. महाराष्ट्रात २५ लाख लखपती दीदी झाल्या आहेत. लवकरच ही संख्या एक कोटींवर नेणार आहोत, असे मुख्यमंत्री फडणवीस म्हणाले.

कोल्हापूरच्या अंबाबाईचे दर्शन दोन दिवस बंद

■कोल्हापूर। प्रतिनिधी,

कोल्हापुरच्या देवी अंबाबाईचे दर्शन दोन दिवस बंद राहणार आहे. सोमवार आणि मंगळवार हे दोन दिवस मूर्तीवर संवर्धन प्रक्रिया करण्यात येणार असल्याने भाविकांसाठी दर्शन बंद राहणार आहे. दोन दिवसाच्या कालावधीत भाविकांना देवीच्या उत्सवमूर्ती व श्रीकलशाचे दर्शन घेता येईल. यानंतर म्हणजेच बुधवार १३ ऑगस्ट २०२५ पासून कोल्हापुरच्या देवी अंबाबाईचे दर्शन पुन्हा सुरू होणार आहे.

देवी अंबाबाईच्या मूर्तीवर संवर्धन प्रक्रिया केली जाणार आहे. या प्रक्रियेसाठी सोमवार ११ आणि मंगळवार १२ ऑगस्ट रोजी कोल्हापुरच्या देवी अंबाबाईचे दर्शन बंद असेल. या कालावधीत भाविकांनी पितळी उंबऱ्याच्या बाहेरून श्रीकलश व श्रींच्या उत्सवमूर्तीचे दर्शन घेऊन, देवस्थान व्यवस्थापन समितीला सहकार्य करावे, असे आवाहन करण्यात आले आहे. कोल्हापुरच्या देवी अंबाबाईचे दर्शन बुधवार १३ ऑगस्ट २०२५ पासून पुन्हा सुरू होणार आहे.

भारतीय पुरातत्त्व सर्वेक्षण विभागाकडून परवानगी घेतल्यानंतरच देवी अंबाबाईच्या मूर्तीवर संवर्धन प्रक्रिया करण्याचा निर्णय झाला आहे. मूर्ती दीर्घकाळ सुस्थितीत ठेवण्याच्या उद्देशानेच संवर्धन प्रक्रिया केली जाणार आहे.मूर्ती संवर्धनासाठी गाभाऱ्यामध्ये फक्त तज्ज्ञांनाच प्रवेश दिला जाईल. श्रावणी सोमवार आणि मंगळवार या दोन्ही दिवशी भाविकांनी पितळी उंबऱ्याच्या बाहेरून श्रीकलश व श्रींच्या उत्सवमूर्तीचे दर्शन घेऊन देवस्थान व्यवस्थापन समितीला सहकार्य करावे, असे आवाहन करण्यात आले आहे.

मुंबईतील सण उत्सवांसाठी मुंबई पोलीस सज्ज : सणासुदीत कडेकोट बंदोबस्त

■मुंबई । प्रतिनिधी,

मुंबईमध्ये सण, उत्सवांचा हंगाम सुरु झाला आहे . या पार्श्वभूमीवर मुंबईतील पोलीस यंत्रणा बंदोबस्तासाठी आणि गर्दीवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी तसेच कोणतेही अनुचित प्रकार घडू नये यासाठी सज्ज झाली आहे . देशाची आर्थिक राजधानी असलेल्या मुंबईत सण, उत्सवांना सुरुवात झाली आहे . गणेशोत्सव, नवरात्र, दसरा आणि दिवाळीसारखे प्रमुख सण लवकरच सुरु होत आहे . १७ ऑगस्ट रोजी मुंबईत तब्बल ६० पेक्षा अधिक मोठ्या आणि महत्वाच्या मंडळांच्या गणपतींचे आगमन होणार आहे . २७ ऑगस्टपासून गणेशोत्सव सुरू होणार आहे हा उत्सव १० दिवस चालणारा मुंबईतील सर्वांत मोठा आणि भव्य उत्सव आहे.या काळात मुंबईत लालबागसह अनेक परिसरात भाविक लाखोंच्या संख्येने गणपती पाहण्यासाठी येत असतात . तसेच विसर्जन काळात देखील मुंबईच्या चौपाट्यांवर मोठी गर्दी असते . या गर्दीवर नियंत्रण ठेवण्यासाठी तसेच कुठलाही अनुचित प्रकार घडू नये आणि उत्सव शांततेत पार पडावा . या पार्श्वभूमीवर मुंबईच्या पोलिस आयुक्त देवेन भारती यांच्या अध्यक्षतेखाली उच्चस्तरीय बैठक झाली. यावेळी अनेक वरिष्ठ अधिकारी सहभागी झाले होते. या बैठकीला डॉ. आरती सिंह, सत्यनारायण चौधरी, धनंजय कुलकर्णी उपस्थित होते. आयुक्तांनी स्पष्ट सूचना दिल्या की, उत्सवादरम्यान संपूर्ण शहरात पोलिसांची उपस्थिती स्पष्टपणे दिसून यावी. त्यांनी अधिकाऱ्यांना जनतेशी कडक पण सभ्य वृत्ती बाळगण्याचे आणि नागरिकांच्या तक्रारींकडे त्वरित लक्ष देण्याचे आदेश दिले. तसेच, उत्सवाच्या दरम्यान कार्यक्रमांना वेळेची मयार्दा आणि नियमांचे उल्लंघन केल्यास कठोर कारवाई करण्याचे निर्देश देण्यात आले. मुंबईत पुढील आठवड्यापासून १५ ऑगस्ट रोजी स्वातंत्र्यदिन आणि १६ ऑगस्टला दहीहंडी उत्सवाने उत्सवांचा हंगाम सुरू होईल. त्यानंतर गणेशोत्सव, नवरात्र, दसरा आणि दिवाळीसारखे प्रमुख सण येतील. या गर्दीवर नियंत्रण ठेवणे स्थानिक मंडळांना कठीण पडते आणि प्रसंगी अनुचित प्रकारांना त्यांना सामोरे जावे लागते . हे प्रकार घडू नये यासाठी मुंबई पोलीस प्रशासन सज्ज झाले आहे . सार्वजनिक ठिकाणी, महत्त्वाच्या इमारतींमध्ये आणि गर्दीच्या ठिकाणी पोलिसांचा बंदोबस्त वाढवण्यात येईल. संशयास्पद हालचालींवर लक्ष ठेवण्यासाठी गुप्तचर यंत्रणा अधिक सक्रिय करण्यात आली आहे. महत्वाच्या आणि मनाच्या दहीहंडी ज्याठिकाणी असतील त्याठिकाणी बंदोबस्त मोठा असेल . गर्दीवर पोलिसांचे बारीक लक्ष असेल . ठिकठिकाणी नाकाबंदी सह चोख बंदोबस्त करण्याचे आदेश प्रशासनाकडून मुंबई पोलिसांना देण्यात आले आहेत . मुंबईकरांनी सुरक्षित आणि उत्साही वातावरणात सणांचा आनंद घ्यावा हा आमचा उद्देश आहे. यासाठी पोलिस सर्वतोपरी प्रयत्न करत आहेत. कोणत्याही संशयास्पद हालचालीची तात्काळ जवळच्या पोलिस ठाण्यात तक्रार करा. असे निर्देश मुंबई पोलिस आयुक्त देवेन भारती यांनी दिले आहेत .

महाविद्यालयाने अधिक शुल्क घेतल्यास कारवाई होणार

■मुंबई । प्रतिनिधी,

विद्यार्थ्यांकडून एकापेक्षा अधिक वर्षांचे शुल्क घेऊ नये, असे शुल्क वसूल केल्याची तक्रार आल्यास संबंधित महाविद्यालयावर कठोर कारवाईचा इशारा शुल्क नियामक प्राधिकरणाने राज्यातील सर्व वैद्यकीय, उच्च व तंत्र शिक्षण, विधि आणि कृषी अभ्यासक्रमाच्या खासगी विनाअनुदानित महाविद्यालयांना दिला आहे. जर संस्थांनी एका वषार्पेक्षा जादा शुल्क घेतले तर त्याबाबतची तक्रार पुराव्यासह प्राधिकरणाच्या fra.govmh@gmail.com या ई-मेलवर करावी, असे आवाहन प्राधिकरणाने विद्यार्थी व पालक यांना केले आहे. महाराष्ट्र विनाअनुदानित खाजगी व्यावसायिक शैक्षणिक संस्था अधिनियमानुसार प्रथम वर्षाच्या विद्यार्थ्यांकडून किती शुल्क घ्यावे, किती वर्षांचे घ्यावे याचा उल्लेख करण्यात आला आहे. प्राधिकरणाच्या अधिपत्याखाली, तसेच प्राधिकरणाच्या कक्षेत येणाऱ्या विनाअनुदानित खाजगी व्यावसायिक शैक्षणिक संस्थांनी घ्यावयाचे शुल्क निश्चित केलेले असते. तरीही, अधिक शुल्क वसूल करण्यात येत आहे अशा तक्रारी शुल्क नियामक प्राधिकरणाकडे येत आहेत. अशा महाविद्यालयांवर कडक कारवाई करण्याचा निर्णय प्राधिकरणाने घेतला आहे. शैक्षणिक वर्षात एका वषार्पेक्षा अधिक वसूल केलेले शुल्क हे कॅपीटेशन फी असल्याचे समजले जाईल आणि अशा संस्थेविरोधात कठोर कारवाई करण्यात येईल, असा इशारा प्राधिकरणाने दिला आहे. वर्ष २०२५-२६ साठी प्रवेश निश्चिती झाल्यास प्राधिकरणाने ठरवलेल्या नियमानुसारच विद्यार्थ्यांकडून अनामत रक्कम घेण्यात यावी.

विद्यार्थ्यांनी लिहिली पोलीस आणि जवानांना 'आभार पत्रं'! घरोघरी तिरंगा अभियानांतर्गत महापालिका क्षेत्रातील शाळांचा अभिनव उपक्रम!

■कल्याण। प्रतिनिधी,

शासनाच्या निदेर्शानुसार घरोघरी तिरंगा या अभियानांतर्गत महापालिकेमार्फत, महापालिकेच्या शाळांच्या माध्यमातून अनेक नवीनतम उपक्रम हाती घेण्यात आले आहेत. याच अनुषंगाने महापालिका परिक्षेत्रातील शाळांमधील विद्यार्थ्यांनी, जवानांना 'आभार पत्रं' लिहिली आहेत. आपल्या देशातील पोलीस बांधव आणि जवान समाजाला, आपल्या नागरिकांना सुरक्षित ठेवण्यासाठी अहोरात्र डोळ्यात तेल घालून आपले काम करतात.

सीमेवरचे जवान तर आपल्या देशासाठी प्रसंगी आपल्या प्राणांचे बलिदान देऊन शहीद होतात,हौतात्म्य पत्करतात. अशा आपल्या पोलीस बांधव आणि जवानांच्या आपल्या देशाप्रती ,नागरिकांप्रती असलेल्या समर्पणाच्या भावनेसाठी, त्यांच्या शौर्य आणि सेवावृत्तीसाठी महापालिका क्षेत्रातील शाळांमधील शालेय विद्यार्थ्यांनी या पोलिसांना, जवानांना धन्यवाद देत भावनेने ओथंबलेली 'आभार पत्रं' लिहून आपल्या राष्ट्रभक्तीची ,राष्ट्र प्रेमाची प्रचिती दिली आहे .

टोल भरण्याची झंझट संपणार, FASTag वार्षिक पास 15 ऑगस्टपासून मिळणार

■मुंबई । प्रतिनिधी,

तुम्ही दररोज महामार्गावरून प्रवास करत असाल तर तुमच्यासाठी एक आनंदाची बातमी आहे. केंद्र सरकारने १५ ऑगस्ट २०२५ पासून ऋअडढरॅ वार्षिक पास सुरू करण्याची घोषणा केली आहे. याअंतर्गत, फक्त ३,००० रुपयांमध्ये एक वर्ष किंवा २०० फेऱ्यांसाठी टोल फ्री प्रवास सुविधा उपलब्ध असेल. या पासमुळे वारंवार येणाऱ्या प्रवाशांना प्रत्येक वेळी टोल भरण्यापासून मुक्ती देईल. आता एकाच वेळी वर्षभर पैसे देऊन वेळ आणि पैसा दोन्ही वाचवता येईल.

हा पास कोणाला मिळणार?

- फक्त खाजगी कार, जीप किंवा व्हॅन असलेल्या वाहन मालकांना
- व्यावसायिक वाहनांना ही सुविधा मिळणार नाही
- चुकीची माहिती दिल्यास किंवा गैरवापर केल्यास ऋअडढरॅ तात्काळ बंद केला जाईल.

ही सेवा संपूर्ण राष्ट्रीय महामार्ग आणि राष्ट्रीय द्रुतगती मार्ग नेटवर्कवर उपलब्ध असेल.

वार्षिक पास कुठे मिळवायचा?

- हायवे यात्रा मोबाईल ॲपद्वारे किंवा
-एनएचएआय वेबसाइटला भेट देऊन
-ऑनलाइन ३,००० रुपये शुल्क भरा
-पडताळणीनंतर २ तासांत पास सक्रिय होईल.

केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी म्हणाले की, या पासमुळे सलग टोल प्लाझामुळे होणारे त्रास दूर होतील आणि दैनंदिन प्रवाशांना आणि शहरांतर्गत प्रवाशांना मोठा फायदा होईल. तुम्ही दररोज महामार्गावरून प्रवास करत असाल तर हा FASTag वार्षिक पास तुमच्यासाठी खूप फायदेशीर आहे.

मनी लॉँड्रिंग प्रकरणात रॉबर्ट वाड्राच्या अडचणी वाढल्या

जमीन घोटाळ्यातही अडचणी वाढल्या

दुसरीकडे, गुरुग्राममधील शिकोहपूर येथील २००८ च्या जमीन व्यवहाराशी संबंधित मनी लॉँड्रिंग प्रकरणात रॉबर्ट वड्रा यांच्या अडचणीही वाढल्या आहेत. राऊस अव्हेन्यू कोटार्चे विशेष ईडी न्यायाधीश सुशांत चगोत्रा यांनी आरोपपत्राची दखल घेण्यापूर्वी वड्रा यांना नोटीस बजावली आहे. न्यायालयाने त्यांना २८ ऑगस्ट रोजी हजर राहून त्यांची बाजू मांडण्यासाठी आणि ईडीच्या युक्तिवादांवर चर्चा करण्यासाठी समन्स बजावले आहे.

■नवी दिल्ली । प्रतिनिधी,

मनी लॉँड्रिंग प्रकरणात ईडीने रॉबर्ट वाड्रा यांच्याविरुद्ध मोठा आरोप केला आहे. एजन्सीचे म्हणणे आहे की वड्रा यांनी दोन कंपन्यांद्वारे ५८ कोटी रुपयांचे बेकायदेशीर उत्पन्न मिळवले आणि ते मालमत्ता खरेदी करण्यासाठी तसेच त्यांचे व्यावसायिक कर्ज फेडण्यासाठी वापरले. ईडीच्या आरोपपत्रानुसार, रॉबर्ट वड्रा यांना दोन कंपन्यांकडून ५८ कोटी रुपयांचे बेकायदेशीर उत्पन्न मिळाले, जे कथित गुन्हेगारी कारवायांशी संबंधित होते. त्यांनी ही रक्कम रिअल इस्टेट खरेदी करण्यासाठी, गुंतवणूक करण्यासाठी, निधी देण्यासाठी आणि कर्ज देण्यासाठी तसेच त्यांच्या विविध गट कंपन्यांच्या देणी फेडण्यासाठी वापरली असल्याचा आरोप आहे.

दोन कंपन्यांद्वारे आढळलेले बेकायदेशीर उत्पन्न

ईडीच्या आरोपपत्रात असे म्हटले आहे की तपासादरम्यान, कथित गुन्हेगारी कारवायांमधून मिळालेल्या उत्पन्नाचे अचूकपणे मूल्यांकन करण्यात आले आहे. त्यानुसार रॉबर्ट वड्रा यांच्याकडे एकूण ५८ कोटी रुपये होते, जे दोन मार्गांनी आले होते. यापैकी ५ कोटी रुपये ब्लू ब्रीझ ट्रेडिंग प्रायव्हेट लिमिटेडद्वारे (इइळढछ) हस्तांतरित केले गेले आणि स्काय लाईट हॉस्पिटॅलिटी प्रायव्हेट लिमिटेड द्वारे ५३ कोटी रुपये घेण्यात आले.

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

संस्कृत भाषा भारतीय ज्ञान परंपरेचा मेरुदंड

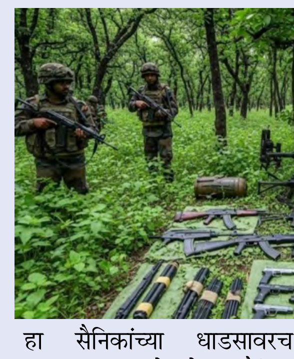
संस्कृतने ज्ञानाचे संरक्षण मौखिक परंपरेतून केले, जिथे गुरुकुलांमध्ये पिढ्यानपिढ्या शिष्यांनी अचूक उच्चारण व स्मरणशक्तीने ग्रंथांचे संवर्धन केले. विविध शास्त्रांचे (आयुर्वेद, धनुर्वेद, वास्तु, न्याय, मीमांसा, व्याकरण) आधारभूत ग्रंथ संस्कृतमध्ये रचले गेल्यामुळे ती ज्ञानाचे सर्वात विश्वासार्ह भांडार ठरली. अशा प्रकारे, संस्कृत ही केवळ भूतकाळातील भाषा नाही ती आहे ज्ञानाच्या अखंड प्रवाहाची मूळ वाहिनी, जिच्या आधारावर भारतीय संस्कृतीची उभारणी झाली आणि जी आजही तिच्या बौद्धिक मेरुदंडासारखी भक्कम उभी आहे. आज ९ ऑगस्ट या जागतिक संस्कृत दिनी या भाषेच्या महत्त्वाचा घेतलेला आढावा. श्रावण पौर्णिमा या दिवशी रक्षाबंधन हा आपणा सर्वांचा आवडता सण. भारत सरकारने केंद्र आणि राज्य पातळीवर आजचा दिवस संस्कृत दिन म्हणून साजरा करण्याचे निर्देश 1969 ला दिले होते. तेव्हापासून संस्कृत दिन साजरा केला जातो. नवीन शैक्षणिक धोरण 2020 नुसार भारतीय ज्ञान परंपरेचा समावेश आपल्या अभ्यासक्रमात करण्यात आला. ही भारतीय ज्ञान परंपरा जाणून घेण्यासाठी मुळात संस्कृत भाषेला जाणून घेणे आवश्यक आहे. कारण संस्कृत ही केवळ एक प्राचीन भाषा नव्हे, तर भारतीय ज्ञानपरंपरेचा श्वास, हृदय आणि मेरुदंड आहे. वेदांच्या मंत्रोच्चारांतून प्रकटलेले अमृततत्त्व, उपनिषदांच्या गूढ तत्त्वचिंतनातून साकारलेले अध्यात्म, रामायण-महाभारतांच्या कथामाधुर्यातून उलगडलेली मूल्यव्यवस्था, तसेच आयुर्वेद, ज्योतिष, गणित, व्याकरण, नाट्यशास्त्र यांसारख्या शास्त्रांचे सुव्यवस्थित तत्त्वज्ञान-या सर्वांचा प्राणवायू संस्कृत आहे. ही भाषा विचारांची वाहिनी, संस्कृतीची अभिव्यक्ती आणि शतकानुशतके ज्ञानाचा प्रसार करणारे अखंड माध्यम असल्याचे या भाषेतील साहित्यावरून प्रमाणित होते. भारतीय समाजाच्या प्रत्येक श्वासात, प्रत्येक मूल्यव्यवस्थेत, प्रत्येक सांस्कृतिक अभिव्यक्तीत संस्कृतचे अस्तित्व आजही प्रतिबिंबित होते. म्हणूनच संस्कृतला भारतीय ज्ञानपरंपरेचा मेरुदंड म्हणणे ही केवळ उपमा नाही, तर एक ऐतिहासिक आणि सांस्कृतिक सत्य आहे. याची कारणमीमांसा आपणास खालील काही मुद्द्यांवरून अधिक स्पष्ट होईल. संस्कृत-ज्ञानसंवर्धनाची अखंड परंपरा :-संस्कृत ही केवळ एक प्राचीन भाषा नसून, भारतीय ज्ञानपरंपरेची वाहिनी आहे. मानवजातीच्या सर्वात प्राचीन वाङ्मयाचे रत्न असलेले वेद-ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद आणि अथर्ववेद-हे सर्व संस्कृतमधूनच उदयास आले. वेदांतील ऋचा या केवळ धार्मिक विधींचे सूत्र नव्हते, ते होते निसर्ग, विश्वरचना, समाजरचना, आरोग्य, कृषी आणि जीवनमूल्यांचे सूक्ष्म तत्त्वज्ञान. त्यानंतर उपनिषदांनी ज्ञानाला अधिक तत्त्वचिंतनाचा गाभा दिला, तर पुराणे व स्मृतीग्रंथांनी ते लोकजीवनात रुजवले. संस्कृतने ज्ञानाचे संरक्षण मौखिक परंपरेतून केले, जिथे गुरुकुलांमध्ये पिढ्यानपिढ्या शिष्यांनी अचूक उच्चारण व स्मरणशक्तीने ग्रंथांचे संवर्धन केले. पुढे, लिपी विकसित झाल्यानंतर हे मौल्यवान ज्ञान लिखित स्वरूपात आले, ज्यामुळे ते आजही अबाधित आहे. विविध शास्त्रांचे (आयुर्वेद, धनुर्वेद, वास्तु, न्याय, मीमांसा, व्याकरण) आधारभूत ग्रंथ संस्कृतमध्ये रचले गेल्यामुळे ती ज्ञानाचे सर्वात विश्वासार्ह भांडार ठरली. अशा प्रकारे, संस्कृत ही केवळ भूतकाळातील भाषा नाही ती आहे ज्ञानाच्या अखंड प्रवाहाची मूळ वाहिनी, जिच्या आधारावर भारतीय संस्कृतीची उभारणी झाली आणि जी आजही तिच्या बौद्धिक मेरुदंडासारखी भक्कम उभी आहे. वैज्ञानिक व तांत्रिक ज्ञानाची भाषा :-संस्कृत ही केवळ आध्यात्मिक किंवा साहित्यिक अभिव्यक्तीपुरती मर्यादित नसून ती प्राचीन भारतातील वैज्ञानिक आणि तांत्रिक विचारांची मूळ भाषा होती. गणित, खगोलशास्त्र, वैद्यक, वास्तुशास्त्र, अभियांत्रिकी, भाषाशास्त्र-या सर्व शाखांतील मूलभूत संशोधन आणि सिद्धांत संस्कृतमध्ये मांडले गेले. गणितात पिंगलाचार्यांचा छंदःशास्त्र हा ग्रंथ केवळ काव्यछंदांचा अभ्यास नव्हता, त्यात द्विमान पद्धतीचे तत्त्वज्ञान अंतर्भूत आहे, जे आजच्या संगणकशास्त्राचे आधार ठरले. आर्यभट यांनी आपल्या आर्यभटीय ग्रंथात ग्रहगती, दिवस-रात्र मापन, पायचे अचूक मूल्य, तसेच त्रिकोणमितीचे सूत्र मांडले. भास्कराचार्य यांच्या लीलावती व बीजगणित ग्रंथांत गणितीय समस्यांचे सुंदर व काव्यात्मक निरूपण आढळते. वैद्यकशास्त्रात चरकसंहिता व सुश्रुतसंहिता या ग्रंथांनी जगाला औषधनिर्मिती, रोगनिदान, शल्यक्रिया, हाडांची बांधणी आणि प्रतिबंधात्मक आरोग्य यांच्या सुसंगत प्रणाली दिल्या. वास्तुशास्त्र आणि शिल्पशास्त्रात मंदिररचना, नगररचना, जलव्यवस्था यांचे सूक्ष्म व तर्कसंगत नियम संस्कृत सूत्रांद्वारे पिढ्यानपिढ्या पोहोचले. संस्कृतची वाक्यरचना अचूक, तर्कशुद्ध आणि बहुअर्थी विचार मांडण्यास सक्षम असल्यामुळे, वैज्ञानिक संकल्पनांचे वर्णन गोंधळाशिवाय, स्पष्ट आणि सर्वमान्य पद्धतीने करणे शक्य झाले. म्हणूनच प्राचीन भारतातील विज्ञान व तंत्रज्ञानाची संपूर्ण शब्दसंपदा संस्कृतमधूनच विकसित झाली आणि आजही ती जागतिक पातळीवर संशोधकांच्या अभ्यासाचा केंद्रबिंदू आहे. तत्त्वज्ञान व मूल्यव्यवस्थेचा पाया :- संस्कृत ही केवळ ज्ञानसंग्रहाची भाषा नव्हती, तर ती जीवनदृष्टी देणारी आणि समाजाच्या मूल्यव्यवस्थेला आकार देणारी शक्ती होती. तिच्या माध्यमातून भारतीय विचारसरणीने मनुष्याच्या अस्तित्वाकडे केवळ भौतिक यशाच्या चौकटीतून नाही, तर आध्यात्मिक उन्नतीच्या मार्गातून पाहिले. वेदांतील ऋत ही संकल्पना-विश्वातील नैसर्गिक नियम आणि नैतिक सुव्यवस्था-संस्कृत वाङ्मयातून मानवाच्या कर्तव्यबुद्धीशी जोडली गेली. उपनिषदांत आत्मा व ब्रह्म यांचे अद्वैत, तसेच सर्व जीवांतील अंतःसंबंध ही तत्त्वे मांडली गेली, ज्यामुळे वसुधैव कुटुंबकम ही सार्वत्रिक भावनाच समाजाच्या मनोभूमिकेत रुजली. धर्मशास्त्रांनी व्यक्तीचे चार पुरुषार्थ-धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष-यांचे संतुलन साधण्याची चौकट दिली. येथे धर्म म्हणजे केवळ धार्मिक विधी नव्हते, तर नीतिनियम, कर्तव्यभावना आणि सामाजिक न्यायाची चौकट होती. या चौकटीत अर्थसंपादनालाही नैतिकतेची मयार्दा आणि उद्दिष्ट्य दिले गेले. संस्कृत साहित्याने या मूल्यांचा प्रसार फक्त शास्त्रग्रंथांतच नाही, तर कथांमधून, नाटकांमधून आणि सुभाषितांमधून लोकजीवनात केला. त्यामुळे ज्ञान फक्त विद्वानांच्या ग्रंथालयात राहिले नाही, तर लोकांच्या हृदयात आणि वर्तनात रुजले. अशा प्रकारे, संस्कृत ही भारतीय तत्त्वज्ञानाची संवाहक वाहिनी बनून, समाजाला स्थिरता, नैतिक दिशा आणि आध्यात्मिक गाभा देणारा पाया ठरली. सांस्कृतिक व कलात्मक अभिव्यक्तीचे माध्यम :- संस्कृत ही भारतीय कलात्मक अभिव्यक्तीची सर्वसमावेशक भाषा होती, जिच्या माध्यमातून साहित्य, नाट्य, संगीत, नृत्य आणि शिल्पकला या सर्व कलांमध्ये एकात्मता निर्माण झाली. तिचे ध्वनीमाधुर्य, लयबद्धता आणि शब्दांची सूक्ष्म निवड ही कलांना भावनिक खोली आणि सौंदर्यदर्शनाचा गाभा देणारी ठरली. नाट्यशास्त्राच्या परंपरेतले संस्कृत नाट्य हे केवळ मनोरंजन नव्हते. ते होते रस, भाव, अभिनय यांच्या माध्यमातून जीवनाचे तत्त्वज्ञान पोचवणारे सामाजिक व्यासपीठ. कालिदासाच्या काव्यातील मेघदूतमधील निसर्गचित्रण, भवभूतीच्या नाटकांतील भावनिक तीव्रता किंवा भासाच्या रंगमंचीय रचनांतील गतिमानता-ही सर्व उदाहरणे संस्कृतच्या अभिव्यक्तीक्षमतेचे साक्षीदार आहेत. संगीतशास्त्रातील संस्कृत ग्रंथांनी स्वर, ताल, राग यांच्या सिद्धांतांना पद्धतशीर मांडणी दिली, तर नृत्यशास्त्रात अंगविक्षेप, हस्तमुद्रा, भावभंगिमा यांचे तांत्रिक वर्गीकरण केले गेले. शिल्पकलेतील मूर्तिस्थापना आणि चित्रकलेतील प्रतिमा-लक्षण यांसारख्या सूक्ष्म तत्त्वांचे वर्णन संस्कृत सूत्रांमधूनच झाले. या भाषेमुळे कला आणि संस्कृतीला एकाच चौकटीत बांधणारा सांस्कृतिक सातत्याचा धागा तयार झाला. त्यामुळे भारतीय कला केवळ प्रादेशिक किंवा लोकपरंपरेत अडकून न राहता, संपूर्ण उपखंडाला आणि पुढे जगाला एकसंध सांस्कृतिक ओळख देऊ शकली. आधुनिक काळातील पुनरुज्जीवन व महत्त्व :-संस्कृतला अनेकदा केवळ भूतकाळातील भाषा म्हणून पाहिले जाते, परंतु प्रत्यक्षात ती नवनिर्मितीला सक्षम आणि भविष्याभिमुख आहे. आजच्या युगात, ज्ञान आणि संस्कृतीच्या जागतिक संवादात संस्कृतचे पुनरुज्जीवन केवळ भावनिक नाही, तर बौद्धिक गरज ठरले आहे. भारतामध्ये शालेय अभ्यासक्रमापासून ते विद्यापीठीय संशोधनपर्यंत संस्कृतचे शैक्षणिक पुनरुज्जीवन होत आहे. अनेक राज्यांमध्ये संस्कृत संभाषण शिबिरे, नाट्यमहोत्सव आणि साहित्य संमेलनांमुळे ही भाषा जिवंत बोलीच्या रूपात नव्याने फुलत आहे. तसेच, डिजिटल माध्यमांनी संस्कृतला जागतिक व्यासपीठ दिले आहे. ऑनलाईन कोर्सेस, ई-ग्रंथालये आणि -एआय-आधारित भाषा-प्रक्रिया साधने आज संस्कृत ग्रंथांना जगभर पोहोचवत आहेत. संस्कृतचे पुनरुज्जीवन फक्त शैक्षणिक किंवा सांस्कृतिक मर्यादेत नाही, तर वैज्ञानिक आणि तांत्रिक क्षेत्रातही होत आहे. संगणकीय भाषाविज्ञानात संस्कृतच्या अचूक व्याकरणरचनेचा वापर कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि मशीन ट्रान्सलेशनसाठी केला जात आहे. त्यामुळे ही भाषा भविष्यातील तंत्रज्ञान विकासातही आपला ठसा उमटवत आहे. संस्कृत ही केवळ एका काळाची भाषा नाही, ती भारतीय संस्कृतीचा प्राण, विचारांचा मेरुदंड आणि ज्ञानाचा अखंड प्रवाह आहे. तिने समाजाला तत्त्वज्ञान, विज्ञान, कला, साहित्य आणि नैतिक मूल्ये यांचा संगम दिला, तसेच वैदिक काळापासून आजच्या डिजिटल युगापर्यंत प्रत्येक युगाशी स्वतःला जुळवून घेतले. आजच्या वेगवान, तंत्रज्ञानप्रधान जगातही संस्कृत आपल्याला स्मरण करून देते की ज्ञान फक्त माहितीपुरते नसते ते व्यक्तिमत्व घडवते, मूल्ये रुजवते आणि जीवनाला दिशा देते. आधुनिक संशोधन, जागतिक संवाद आणि डिजिटल क्रांती यांच्या माध्यमातून ही भाषा पुन्हा नवजीवन प्राप्त करत आहे. भारतीय ज्ञानपरंपरेच्या पाया मजबूत ठेवण्यासाठी आणि जगाला भारताच्या सांस्कृतिक संपन्नतेची खरी ओळख करून देण्यासाठी संस्कृतचे संवर्धन आणि प्रसार ही केवळ सांस्कृतिक जबाबदारी नाही, तर भविष्यातील ज्ञानविश्वासाठीची अनिवार्यता आहे. जगभरात 'योग', 'आयुर्वेद', 'ध्यान' यांसारख्या भारतीय ज्ञानपरंपरेच्या संकल्पना लोकप्रिय होत असताना, त्यांची मूळ तत्त्वे समजून घेण्यासाठी संस्कृतचे ज्ञान आवश्यक ठरत आहे. अशा प्रकारे, संस्कृतचे आधुनिक महत्त्व केवळ परंपरेच्या गौरवापुरते मर्यादित नसून ती भविष्यातील ज्ञानसंवादाची किल्ली ठरू शकते.

ऑपरेशन महादेवः एक धाडसी युद्धमोहीम!

पहलगाममधील भ्याड हल्ल्याने प्रत्येक भारतीयांच्या मुठी त्वेषाने बंद झाल्या होत्या. 'ऑपरेशन सिंदूर'ने काही अंशी मनातील अंगार शांत केला असला, तरीही पहलगाममध्ये नृशंस कृत्य करणार्यांचा बळी हीच प्रत्येक भारतीयाची इच्छा आणि मागणी भारतीय सैन्याकडे होती. भारतीय सैन्यानेही दरवेळीप्रमाणेच भारतीयांची ही मागणीदेखील पूर्ण केली, महादेवाच्या डोंगरात हर हर महादेवच्या गर्जनेत. 'ऑपरेशन महादेव'मधील अनेक लहान तपशीलांचा घेतलेला आढावा...

'ऑपरेशन महादेव' यशस्वी झाले, कारण ४ 'पॅरा स्पेशल फोर्सेस'चे शौर्य, धैर्य आणि नेतृत्व.

भारतीय लष्कराचे राष्ट्रीय सन्मान आणि शौर्य यांचे सर्वांत प्रखर उदाहरण म्हणजे स्पेशल फोर्सेस आणि त्यातही विशेषतः ४ पॅरा स्पेशल फोर्सेस. 'ऑपरेशन महादेव' ही कारवाई केवळ तंत्रज्ञानावर आधारित नव्हती, तर ती भारतीय सैन्याच्या अद्वितीय शौर्याचे, अपार धैर्याचे आणि थेट लढाईतील धाडसी नेतृत्वाचे एक ज्वलंत उदाहरण ठरली आहे.



धैर्याची कसोटी, शौर्याचा सर्वोच्च विचार :

ज्याप्रकारे ४ पॅरा स्पेशल फोर्सेसच्या तुकडीने थेट दहशतवाद्यांच्या गडावर झेप घेतली, ते शौर्य कल्पनेपलीकडे आहे. दहशतवाद्यांचे ठिकाण ओळखणे आणि त्यांच्यावर थेट हल्ला करणे, यामध्ये जीवाचीही पर्वा न करता जे काम हे करतात, ते फक्त खर्या वीरांनाच शय आहे. त्यांनी दाखवलेले शौर्य हे राष्ट्रासाठी सर्वोच्च बलिदान देण्याची तयारी दर्शवणारे आहे.

कठोर हवामान, कठीण भूप्रदेश आणि सतत मृत्यूची छाया असतानादेखील हे कमांडो निर्भय राहतात. 'ऑपरेशन महादेव'मध्ये त्यांनी अनेक दिवस दहशतवाद्यांचा पाठलाग केला. त्यात त्यांनी शांतपणे परिस्थितीचा आढावा घेत अचूक निर्णय घेतले. हे धैर्य सहजसाध्य नाही; ते आत्मिक मनोधैर्य, कठोर प्रशिक्षण आणि देशभक्तीमुळेच शय होते. धैर्य ही स्पेशल फोर्सेसची ओळख आहे.

नेतृत्वाची ताकद, धाडस आणि जवळून मारा :

दहशतवाद्यांविरुद्ध लढताना ड्रोन, आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स यासारखी तंत्रज्ञानाची मदत घेतली जाते खरी; पण अंतिम विजय हा सैनिकांच्या धाडसावरच अवलंबून असतो. जेव्हा सैनिक थेट दहशतवाद्यांच्या तळांमध्ये घुसतात, तेव्हा संशय, धोका, मृत्यू हे सगळं झुगारूनच ते केवळ विजय आणि देशभक्तीचाच विचार करतात. हे धाडस सामान्य नाही; ते स्पेशल फोर्सेसच्या वीरांचा पराक्रम आहे. संघटनेचे यश हे फक्त शौर्य आणि ताकदीमुळेच शय होत नाही, तर त्यामागे असतं चतुर नेतृत्व. 'ऑपरेशन महादेव' मध्ये एका अनुभवी अधिकार्याने त्याच्या जवानांना योग्य दिशेने मार्गदर्शन केले, टप्प्याटप्प्याने योजना राबवल्या. कोणत्याही परिस्थितीत निर्णयानं गोंधळून न जाता, थंड डोयाने निर्णय घेणं ही स्पेशल फोर्सेसच्या नेतृत्वाची खरी ओळख आहे.

'ऑपरेशन महादेव'मध्ये पहलगाम हल्ल्यातील तीन दहशतवाद्यांना मारल्यानंतर गेल्या सात दिवसांमध्ये काश्मीरमध्ये सात दहशतवाद्यांना तीन वेगवेगळ्या ठिकाणी भारतीय सैन्याने यमसदनी धाडले आहे. याची किंमत भारतीय सैन्याचे तीन सैनिक गंभीररित्या जखमी झाले आहेत. याशिवाय दि. ३० जुलै रोजी दोन दहशतवादीही पुंछमध्ये घुसखोरी करताना मारले गेले.

नेमके कसे ऑपरेशन झाले?

पहलगाममधील दहशतवाद्यांचा शोध चालूच होता. परंतु, ते सारखे आपल्या जागांमध्ये बदल करत होते. ते कुठल्याही रेडिओ कम्युनिकेशनचा वापर करत नव्हते. याशिवाय त्यांनी जवळपास राहणार्या स्थानिकांशी असलेला संबंधही तोडला होता आणि त्यांना केवळ पाकिस्तानमध्ये परत जायचे होते.

भारतीय सैन्य काश्मीरमध्ये दोन प्रकारच्या कारवाया करत आहे. एक 'अ‍ॅण्टी इनफिल्ट्रेशन ऑपरेशन,' जी 'एलओसी'वर केली जाते. यामध्ये पाकिस्तानमधून येणार्या दहशतवाद्यांना किंवा भारताच्या बाजूने पाकिस्तानात परत जाणार्या दहशतवाद्यांना 'एलओसी'वरच मारले जाते.

दुसर्या प्रकारच्या ऑपरेशनमध्ये दहशतवाद्यांना काश्मीरच्या आत शोध मोहीम राबवून मारले जाते. शोध मोहिमेमध्ये काश्मीर पोलीस, सीआरपीएफ आणि भारतीय सैन्य भाग घेते. मात्र, दहशतवाद्यांचे स्थान मिळाल्यानंतर शेवटची लढण्याची कारवाई ही, केवळ भारतीय सैन्यच करते. यामध्ये काही वेळा स्पेशल फॉर्सेसला बोलवले जाते.

महादेवच्या सावल्या

पहलगाममधील रक्तरंजित घटनेनंतर भारताच्या सुरक्षा दलांनी व देशाने बदला घेण्याची प्रतिज्ञा केली, तीही घाईगडबडीत नव्हे, तर अचूकतेने. महादेव शिखराखालील गूढ आणि निस्तब्ध जंगल, डाचिगामच्या रम्य दरीवर डोंगरागत पसरलेले एका काळ्या रहस्याला लपवून होते. समुद्रसपाटीपासून १२ हजार फूट उंचीवर, टेहळणी पथकांनी चिनी लष्करी दजार्चे एनक्रिप्टेड सिग्नल पकडले. हे सिग्नल कोडबद्ध आणि घातक होते. संकेत स्पष्ट होते. थध-डचड २०१६ साली 'लष्कर-ए-तोयबा'ने वापरलेली कुख्यात प्रणाली पुन्हा सक्रिय झाली होती. मूळ स्थान? मुलनार, हरवान, महादेवच्या पायथ्याशी. शोध सुरू झाला होता. शेवटचे ऑपरेशन १५ दिवस चालले.

दिवस ३ - जंगलातील गुहेत लपलेले दहशतवादी मिळालेली माहिती थक्क करणारी होती. पहलगाम हल्ल्याचा सूत्रधार याठिकाणी लपलेला होता. त्याचे नाव सुलेमान शाह उर्फ हाशिम मूसा! एक रक्तरंजित भूतकाळ असलेला पाकिस्तान 'एसएसजी' कमांडोचा माजी सैनिक. जंगल युद्ध, टिकाव आणि बंडखोरी तंत्रात तो पारंगत होता. तो पाकिस्तानकरिता एक अत्यंत महत्त्वाचा दहशतवादी होता. उपग्रह छायाचित्रे, भौगोलिक निरीक्षण आणि दिशादर्शक रडारच्या साहाय्याने भारतीय लष्कर व गुप्तचर संस्थांनी त्या संकेतांचे स्थान निश्चित केले. लक्ष्य होते मुलनारच्या खोल जंगलात लपलेली ऑपरेशनल तळे.

दिवस ५ - जाळे घट्ट होते

४ पॅरा स्पेशल फोर्सचे जवान लपत जंगलात घुसले. तेही लहान १२ सैनिकांच्या तुकड्यांमध्ये; निःशब्द, अदृश्यपणे. जंगलात पळवाटी, स्फोटके, सेन्सर्स लावले होते. प्रत्येक हालचाल विचारपूर्वक करावी लागणार होती. जवळचे हिमनदीचे प्रवाह इतके थंड व वेगवान होते की, प्रत्येक पाऊल झाकले जात होते. या ऑपरेशनला नाव देण्यात आले 'ऑपरेशन महादेव.'फक्त पवित्र शिखरावरून नव्हे, तर भारतीय पौराणिक महादेव यांच्यावरील श्रद्धेने. त्यामुळे वाईटाचा अंत आता अटळ होता.

दिवस ९ -सूचक संदेश

सकाळी ४ वाजता सैन्याच्या सिग्नल इंटेलिजन्स पथकाने एक संदेश पकडला, 'पूर्ण चंद्र होण्याआधी हालचाल करा.' याचा अर्थ होता, श्रीनगरमध्ये अमरनाथ यात्रेदरम्यान मोठ्या हल्ल्याची तयारी सुरू होती. ऑपरेशनला विलंब परवडणारा नव्हता. पुढची ४८ तास म्हणजे वेळेशी चाललेली शर्यत होती.

दिवस ११ - अंतिम लक्ष्य साधले

ड्रोनच्या उष्णताशोधक कॅमेर्यांद्वारे एका बकरवालाच्या रिकाम्या झोपड्याजवळ हालचाल दिसून आली. तळाशी झाडीत धातूची चमक दिसली. खात्री केली गेली. शाह, अफगाण आणि गिब्रान सर्व प्रकारात प्रमुख असे लक्ष्य होते. 'कार्बाइन', 'एके ४७' आणि ग्रेनेड लॉन्चर्ससह सज्जता दहशतवाद्यांकडे होती. लष्कराने सर्व पळवाटांवर आपल्या तुकड्यांना बसवले. पथके गुप्तपणे टेकड्यांवर तैनात झाली, आजूबाजूचा भाग आता एका बंद प्रेशर कुकरसारखा होता, कधी पण एकदम मोठा स्फोट होईल असेच सारे वातावरण होते.

दिवस १३ - अंतिम टप्पा सुरू

१०० तासांच्या थकवणार्या शोधानंतर, एक मिनिटांची शत्रूशी लढाई झाली. झडप घालण्याआधी लहानसे नॅनो ड्रोन उडाले. 'एआय' व थर्मल इमेजिंगच्या साहाय्याने, ते जंगलात स्थायिक तंबूपाशी स्थिर झाले. आतमध्ये तिघे दहशत्वादी झोपलेले. त्यांची शस्त्रे त्यांच्याजवळच होती. ४ पॅरा मेजरच्या हातातील कमांड टॅब्लेटवर प्रत्यक्ष दृश्ये प्रसारित झाली. त्याने पुढचे आदेश दिले. त्यासरशी ४ पॅरा हल्लापथक सावधतेने लक्ष्याजवळ सरकले. अंतर फक्त ४० मीटर उरले होते. तीव्र उतार असल्याने गोळी मारण्यास योग्य अंतरावर सैन्य उभे होते.

पहाटे ०३.४६ मिनिटांनी पहिली गोळी झाडली गेली आणि पहिला दहशतवादी मारला गेला. दुसरा हल्ला, दुसरी गोळी झाडली व दुसराही ठार झाला. तिसरा हालण्याआधीच ४ पॅरा मेजरने गोळी झाडली छातीमध्ये थेट, तिसराही संपला. एकूण वेळः ५८ सेकंद, गोळ्याः ६. भारतीय बाजूचे नुकसान शून्य, हे ४ पॅराने केलेले हे लिनिकल टर्मिनेशन होते. मिळालेल्या मोबाईल्स, रेडिओंवरून मुजफ्फराबादशी संपकार्ची पुरावे मिळाले. 'जीपीएस' वरून घुसखोरीचे मार्ग निश्चित झाले.

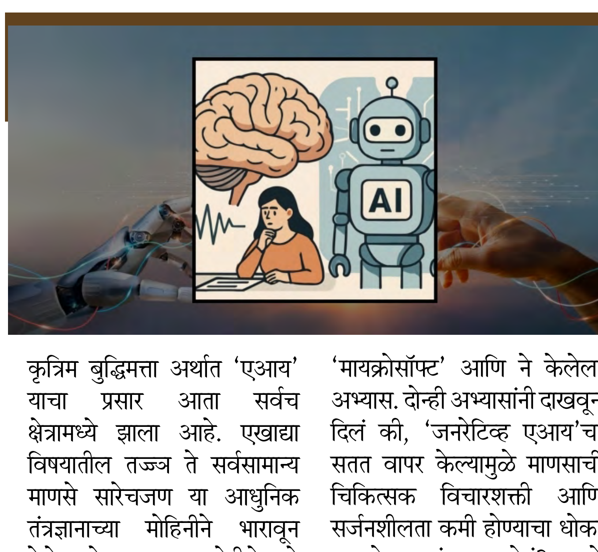
मिळालेल्या साहित्यामध्ये तीन 'एके४७', '१७ रायफल ग्रेनेड्स', चिनी बनावटीचे 'एनक्रिप्टेड रेडिओ', 'नाईट व्हिजन स्कोप्स', पाकिस्तानी उष्मांकयुक्त युद्ध भोजन मिळाले. ही केवळ दहशतवादी टोळी नव्हती, तर ती एक फिरती नियंत्रण यंत्रणाच होती आणि त्याचे मस्तक छाटण्यात आले होते. प्रत्येक वस्तू ओरडून सांगत होती, मी पाकिस्तानातून आले आहे.

अखेर न्याय मिळाला

पहलगाममध्ये वाहणाऱ्या अश्रूंना आता शांती लाभली आहे. अत्यंत अचूक न्याय झाला होता. 'ऑपरेशन महादेव' म्हणजे केवळ यशस्वी कारवाई नव्हे, तर एक संदेश होता. ज्यांना वाटते ते लपून राहू शकतात, त्यांना भारत शोधून काढेल, घेरून मारेल. 'ऑपरेशन महादेव' ही केवळ एक शोध मोहीम नव्हती, ती भारताच्या वाढत्या तांत्रिक आणि सामरिक क्षमतेचे प्रतीक होती.

आजच्या काळात तंत्रज्ञान महत्त्वाचं असलं, तरी जमिनीवरचा अंतिम विजय हे फक्त आणि फक्त जवानांच्या शौर्यावर, धैर्यावर, धाडसावर आणि नेतृत्वावर अवलंबून असतो. ४ पॅरा स्पेशल फोर्सेसने 'ऑपरेशन महादेव'मध्ये हे सिद्ध केलं की, आपले वीर सुंदर काश्मीर वाचवण्यासाठी कोणत्याही टोकाला जाण्यास तयार आहेत. 'ऑपरेशन महादेव'मध्ये ४ पॅरा स्पेशल फॉर्सेसचे योगदान सर्वांत महत्त्वाचे होते. हे वीर आपल्या देशाचे खरे रक्षक आहेत.

कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि बौद्धिक क्षमतेचा ऱ्हास



कृत्रिम बुद्धिमत्ता अर्थात 'एआय' याचा प्रसार आता सर्वच क्षेत्रामध्ये झाला आहे. एखाद्या विषयातील तज्ज्ञ ते सर्वसामान्य माणसे सारेचजण या आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या मोहिनीने भारावून गेले आहेत. पण, एका गोष्टीचे जसे चांगले परिणाम असतात, तसेच वाईटही असतात. 'एआय'च्या दुष्परिणामांची चर्चा आता जगभर होऊ लागली आहे. याच दुष्परिणाम आणि त्यावरचा सुवर्णमध्य यांचा घेतलेला आढावा...

दित्य, एक विचारू का? जयंतरावांनी सुरुवात केली, हे सगळं 'एआय', 'चॅटजीपीटी' छान वाटतं. पण, हल्ली कॉलेजातली मुलं स्वतः विचारच करत नाहीत. असं वाटतंय की, त्यांच्या डोक्याचा वापर कमी होतो आहे. मी कालच 'चॅटजीपीटी' वापरून आमच्या मंडळात सादरीकरणासाठी एक छानसे भाषण लिहिले. सुरुवातीला मला खूप मस्त वाटले. पण, त्यातून मला काहीच समाधान न मिळाल्याचे जाणवले. माज्या एका मित्राने मला माझ्या भाषणातील मुद्द्यावर एक प्रश्न विचारला, ज्याचे उत्तर देणेही मला अवघड गेले.

आदित्य हसला. तुमचं निरीक्षण अगदी बरोबर आहे आणि याच विषयावर नुकताच एक मोठा आंतरराष्ट्रीय अभ्यासही प्रकाशित झाला आहे , हा अमेरिकेतील 'एमआयटी'ने प्रकाशित केलेला अभ्यास आणि दुसरा 'मायक्रोसॉफ्ट' आणि ने केलेला अभ्यास. दोन्ही अभ्यासांनी दाखवून दिलं की, 'जनरेटिव्ह एआय'चा सतत वापर केल्यामुळे माणसाची चिकित्सक विचारशक्ती आणि सर्जनशीलता कमी होण्याचा धोका असतो. असं का होतं? असे मंगलकाकूंनी विचारले.

जेव्हा आपण विचार करणं थांबवतो...

पहिलं लक्षात घ्यायला हवं की, 'क्रिटिकल थिंकिग' म्हणजे चिकित्सक विचार करण्याची प्रक्रिया. ज्यामध्ये आपण माहिती गोळा करतो, तिचं विश्लेषण करतो, प्रश्न उपस्थित करतो आणि स्वतःचे निष्कर्षही काढतो. हा मेंदूचा व्यायाम असतो. पण, जर हे सगळं काम 'एआय' करू लागला, तर आपला मेंदू 'शॉर्टकट' घेऊ लागतो, असे आदित्यने स्पष्ट केले.

आता आपण 'एमआयटी'ने केलेल्या संशोधनाबद्दल बोलू. या अभ्यासात त्यांनी ५४ लोकांना तीन गटांत विभागले. हे सर्व लोक उच्च शिक्षित होते. त्यातील निम्म्याहून अधिक लोक 'पीएच.डी' किंवा पदव्युत्तर शिक्षण घेतलेले होते. 'एआय'च्या वापराचा तार्किक विचार करण्याच्या क्षमतेवर काय परिणाम होतो, याचा अभ्यास करणे हाच या प्रयोगाचा हेतू होता. त्यासाठी अमेरिकेत घेतल्या जाणार्या 'सॅट'या परीक्षेत विचारले जाणारे निबंध या लोकांना लिहायला दिले गेले. या तीन गटांमधील एका गटाला फक्त स्वतःची विचारक्षमता वापरून निबंध लिहायला सांगितलं, दुसर्या गटाला 'गूगल सर्च इंजिन' वापरायला दिलं, तर तिसर्या गटाने 'चॅटजीपीटी' वापरलं. अशा प्रकारे थोड्या थोड्या कालावधीनंतर या लोकांना तीन निबंध लिहायला सांगितले गेले. काही कालावधीनंतर ज्या लोकांनी स्वतःच्या मनाने निबंध लिहिले होते, त्यांना 'चॅटजीपीटी' वापरून आणि ज्या लोकांनी चॅटजीपीटी वापरले होते, त्यांना स्वतःच्या मनाने चौथा निबंध लिहायला सांगण्यात आले. ही प्रक्रिया चालू असताना, 'ईईजी' मशीनने त्यांच्या मेंदूची क्रियाशीलता मोजली आणि त्यांचे सर्व निबंध तज्ज्ञ लोकांनी तपासले. या सर्व प्रयोगाचे अनुमान डोळे उघडणारे होते. ज्यांनी स्वतः निबंध लिहिला, त्यांचा मेंदू सर्वाधिक सक्रिय होता. या गटातील लोकांच्या मेंदूमधील विविध भागांमधील प्रवाह सर्वाधिक होते. यातून मेंदूची सक्रियता दिसून आली. पण, जे लोक 'चॅटजीपीटी' वापरत होते, त्यांचा मेंदू तब्बल ५५ टक्के कमी सक्रिय होता, तर गूगल वापरून निबंध लिहिणार्यांचा मेंदू ३०-३५ टक्के कमी सक्रिय होता. परीक्षकांना 'चॅटजीपीटी' वापरून लिहिलेल्या निबंधांमध्ये वैविध्याचा अभाव आढळून आला. या निबंधांमध्ये वाक्यातील शब्दांची संख्या, शब्दांची पुनरावृत्ती, लेखनशैली यामुळे तोचतोचपणा आढळला. 'चॅटजीपीटी' वापरून ज्यांनी निबंध लिहिले, त्या लोकांना आपल्या निबंधांमधील उदाहरणे आणि वाक्ये नंतर सांगता आली नाहीत. आता सगळ्यात महत्त्वाची गोष्ट. ज्या लोकांनी पहिल्या तीन प्रयोगांमध्ये स्वतःच्या मनाने निबंध लिहिला आणि चौथ्या प्रयोगात 'चॅटजीपीटी' वापरून निबंध लिहिला, त्या लोकांचा मेंदू 'चॅटजीपीटी' वापरतानासुद्धा अधिक सक्रिय होता. आता यातून काय सिद्ध होत? पाहिलं म्हणजे स्वतःची बुद्धी वापरून काम करण्यापेक्षा कृत्रिम बुद्धिमत्तेचा वापर करून कामे करत असताना मेंदू कमी सक्रिय राहतो. दुसरं म्हणजे कृत्रिम बुद्धिमत्ता वापरल्याने केलेल्या कामात सर्जनशीलतेचा अभाव असू शकतो. तिसरा मुद्दा असा की, आधीच्या टप्प्यात स्वतःची बुद्धी वापरून मग कृत्रिम बुद्धिमत्ता वापरली, तर मेंदूच्या कार्यक्षमतेवर जास्त परिणाम होत नाही. आपण वाचलेले गुंतागुंतीचे संशोधन आदित्यने सोप्या भाषेत आजी आजोबांना समजावून सांगितले.

माहिती मिळवण्यापेक्षा माहितीचं विश्लेषण महत्त्वाचं...

सामान्य कामांमध्ये जसं की एखाद्या गोष्टीबद्दल माहिती मिळवण्यासाठी 'एआय' फार उपयोगी ठरतो. पण, यामुळे माणूस माहिती मिळवण्याच्या बरोबरच माहिती पडताळण्याचा भागच विसरतो. म्हणजे? गणपतरावांनी विचारलं. म्हणजे तुम्ही काहीतरी विचारलंत आणि 'चॅटजीपीटी'ने उत्तर दिलं. जर तुम्ही ते तसंच स्वीकारलंत, तपासलच नाहीत, तर विचार करण्याची क्रिया झालीच नाही. अभ्यासात हेही दिसून आलं की, जेव्हा वापरकर्त्यांना 'एआय'वर खूप विश्वास वाटतो, तेव्हा ते कमी विचार करतात. पण, जेव्हा स्वतःच्या कौशल्यावर विश्वास असतो, तेव्हा माणूस समोर आलेली माहिती तपासतो, विश्लेषण करतो आणि मगच उत्तर स्वीकारतो.

स्मरणशक्ती आणि आत्मविश्वासाचा ऱ्हास

या अभ्यासात आणखी एक धक्कादायक गोष्ट लक्षात आली की, ज्या लोकांनी 'चॅटजीपीटी' वापरून निबंध लिहिला, त्यांना नंतर स्वतःच्या निबंधातील वाक्य आठवत नव्हती. म्हणजेच, 'एआय'ने तयार केलेल्या मजकुरामध्ये स्वतःची मानसिक गुंतवणूक न झाल्यामुळे दीर्घकालीन स्मरणशक्ती विकसित होत नव्हती. हे तर फारच गंभीर आहे! जयंतराव उद्गारले.

विचारांची जबाबदारी कोणाची?

जरा विचार करा आदित्य म्हणाला, पूर्वी आपण स्वतः एखाद्या गोष्टीवर विचार करत होतो, ज्ञान शोधत होतो, तुलना करत होतो, निर्णय घेत होतो. कृत्रिम बुद्धिमत्तेचा वापर करून कामे करताना, आपण प्रश्न विचारतो आणि उत्तर मिळवतो. हे जसं सोयीचं आहे, तसंच ते धोकादायकही आहे. कारण विचार करणं ही सवय असते, ती रोज वापरली तरच ती टिकते. 'एआय'च्या अतिवापराने आपण ही सवयच हरवून बसतो. पुढे जाऊन आपल्याला जेव्हा खरोखर गंभीर निर्णय घ्यावे लागतील, जिथे 'एआय' अपुरा पडेल आणि तिथेच आपण गोंधळलेले असू शकतो. सुवर्णमध्य गेले कित्येक आठवडे आपण 'एआय'च्या फायद्यांबद्दल आणि उपयोगांबद्दल बोललो. 'एआय' मानवतेसाठी एक वरदान नक्कीच आहे. शिक्षण, कृषी, संरक्षण, बँकिंग आणि इतर क्षेत्रात 'एआय'चे प्रचंड फायदे आहेत. परंतु, 'एआय'चा वापर करताना काही पथ्य पाळावी लागतील. आपण आता चर्चा केली तो प्रयोग म्हणजे, अशी पथ्य पाळण्याची आठवण करण्याबद्दल काढलेला एक चिमटच आहे.

ब्रोकोली 'या' लोकांसाठी ठरू शकते हानिकारक, आरोग्याला फायदा होण्याऐवजी होतील गंभीर परिणाम

आजच्या बदलत्या जीवनशैलीत प्रत्येकजण तंदुरस्त राहण्यासाठी आरोग्याची काळजी घेत असतात. आरोग्याची काळजी घेत असताना योग्य आहार घेणे देखील महत्वाचे आहे. अशातच योग्य आहार घेताना अनेकजण ब्रोकोलीचे सेवन करत असतात. कारण ब्रोकोलीत असलेले पोषक तत्व, जीवनसत्त्वे आणि खनिजे आपल्या सर्वांच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर आहे. कर्करोगाशी लढण्यासाठी, वजन कमी करण्यासाठी आणि शरीराला आतून बळकट करण्यासाठी ब्रोकोलीला ह्यसुपरफूडह्न मानले जाते. परंतु तुम्ही कधी विचार केला आहे का की ज्या भाजीला तुम्ही इतके फायदेशीर मानता ती काही लोकांच्या आरोग्यासाठी हानिकारक देखील असू शकते. चला मग आजच्या लेखात जाणून घेऊयात की कोणत्या लोकांनी ब्रोकोलीचे सेवन करणे टाळावे.

थायरॉईडच्या समस्येने ग्रस्त असलेले लोक

जर तुम्हाला थायरॉईडची समस्या असेल तर ब्रोकोली तुमच्यासाठी समस्या निर्माण करू शकते. ब्रोकोलीमध्ये ह्यगॉइट्रोजनह्न नावाचा घटक असतो जो थायरॉईड संप्रेरकाचे उत्पादन थांबवू शकतो. जर तुम्हाला हायपोथायरॉईडीझमचा त्रास असेल तर ब्रोकोलीचे जास्त सेवन केल्याने तुमची समस्या आणखी गंभीर होऊ शकते. त्यामुळे थायरॉईडच्या रुग्णांनी ब्रोकोली खाणे टाळावे किंवा डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

ज्या लोकांना गॅस आणि पोटफुगीची समस्या आहे

ब्रोकोलीमध्ये भरपूर प्रमाणात फायबर असते, जे पचनासाठी खूप चांगले असते, परंतु ज्या लोकांची पचनसंस्था कमकुवत असते किंवा ज्यांना अनेकदा गॅस आणि पोटफुगीची तक्रार असते त्यांच्यासाठी ब्रोकोलीचे सेवन हानिकारक ठरू शकते. ब्रोकोलीमध्ये असलेले फायबर आणि विशेष प्रकारचे काबोर्हायड्रेट्स पोटात गॅस निर्माण करू शकतात, ज्यामुळे तुम्हाला अस्वस्थता वाटू शकते.

रक्त पातळ करणारी औषधे घेणारे रुग्ण

ब्रोकोलीमध्ये व्हिटॅमिन के भरपूर प्रमाणात असते. व्हिटॅमिन के रक्त गोठण्यास मदत करते. जर तुम्ही रक्त पातळ करणारी औषधे घेत असाल तर ब्रोकोली खाल्ल्याने या औषधांचा परिणाम कमी होऊ शकतो. यामुळे रक्त गोठण्याचा धोका वाढू शकतो. अशा परिस्थितीत या रुग्णांनी ब्रोकोली खाण्यापूर्वी नक्कीच डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

किडनी स्टोनचे रुग्ण

किडनी स्टोनच्या रुग्णांनीही ब्रोकोलीचे सेवन कमी करावे. ब्रोकोलीमध्ये पोटॅशियम असते, ज्यामुळे काही प्रकारचे किडनी स्टोन तयार होऊ शकतात. याशिवाय ब्रोकोलीमध्ये ऑक्सलेट देखील असते, जे शरीरात कॅल्शियमशी एकत्रित होते आणि स्टोन तयार होण्यास मदत करते. जर तुम्हाला किडनीशी संबंधित काही समस्या असतील तर तुमच्या आहारात ब्रोकोलीचा समावेश करण्यापूर्वी डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

गर्भवती महिला

गर्भधारणेदरम्यान ब्रोकोली फायदेशीर मानली जाते, परंतु ती जास्त प्रमाणात खाणे हानिकारक असू शकते. कच्ची किंवा जास्त प्रमाणात ब्रोकोली खाल्ल्याने पोटात गॅस आणि अपचन होऊ शकते, जे गर्भवती महिलांसाठी अस्वस्थ करू शकते. म्हणून गर्भधारणेदरम्यान ब्रोकोली मर्यादित प्रमाणात आणि चांगली शिजवल्यानंतरच खावी. तसेच आहारात ब्रोकोलीचा समावेश करण्यापूर्वी डॉक्टरांचा सल्ला घ्या.

निरोगी आरोग्यासाठी जवसाच्या बिया ठरतील फायदेशीर...

संतुलित आहारात फक्त भाज्या आणि फळेच नसतात, तर आहारात काजू आणि बियांचाही समावेश केला पाहिजे. चिया बियाणे, जवस बियाणे, भोपळ्याच्या बिया, तीळ, सूर्यफूल बियाणे आणि सब्जा बियाणे इत्यादी अनेक प्रकारचे बिया असतात. आज आपण जवस बियांबद्दल बोलत आहोत. जवस बिया आरोग्यासाठी अनेक प्रकारे फायदेशीर आहेत. या बिया शरीराला प्रथिने, फायबर आणि जीवनसत्त्वे तसेच ओमेगा-३ फॅटी ॲसिड प्रदान करतात. लोक त्यांच्या आहारात जवस बियांचा समावेश करतात परंतु या बिया खाण्याची योग्य वेळ त्यांना माहिती नसते. अशा परिस्थितीत, जवसाच्या बिया नेमकं कोणत्या वेळी खाव्यात आणि त्यांचे सेवन करण्याची योग्य पद्धत जाणून घेऊयात.

तज्ज्ञांच्या मते, जवसाच्या बिया खाण्याची सर्वोत्तम वेळ सकाळची आहे. जवसाच्या बिया सकाळी खाव्यात कारण त्यामुळे आतड्यांचा दाह कमी होतो. परंतु, या बिया जसेच्या तसे खाण्याऐवजी, त्यांना बारीक करून खाणे अधिक फायदेशीर आहे. जवस खाल्ल्यामुळे तुमचं शरीर निरोगी राहाते. आजकाल व्यस्त जीवनशैलीमुळे तुमच्या आरोग्याकडे विशेष लक्ष देता येत नाही. आरोग्याकडे दुर्लक्ष झाल्यामुळे अनेक गंभीर आजार होण्याची शक्यता असते.

जवस खाण्याचे आरोग्यदायी फायदे...

जवसाच्या बिया खाल्ल्याने पचनक्रियेसाठी विशेष फायदा होतो. या बिया बद्धकोष्ठतेच्या समस्येपासून मुक्तता मिळवतात. ज्यांना बद्धकोष्ठतेचा त्रास आहे त्यांनी विशेषतः फायबरने समृद्ध असलेल्या या जवसाच्या बियांचे सेवन करावे.

या बियाण्यांमुळे हृदयाच्या आरोग्यालाही फायदा होतो. जवसाच्या बिया वाईट कोलेस्ट्रॉल कमी करतात, ज्यामुळे हृदयाच्या समस्या दूर राहतात.अळशीच्या बिया हार्मोनल बॅलन्समध्ये उपयुक्त ठरतात. या बिया खाल्ल्याने मूड स्विंग कमी होतात. महिलांना या बिया खाल्ल्याने विशेषतः फायदा होतो.

जवसाच्या बिया हाडांच्या आरोग्यासाठी देखील फायदेशीर आहेत. मॅंगनीज आणि मॅग्नेशियम समृद्ध असलेल्या या बिया खाल्ल्याने हाडे मजबूत होण्यास मदत होते. वजन कमी करण्यासाठी जवसाचे बियाणे देखील खाल्ले जाऊ शकते. या बिया वजन व्यवस्थापनात मदत करतात. त्या खाल्ल्याने वारंवार भूक लागत नाही, ज्यामुळे जास्त अन्न सेवन कमी होते.

जवसाच्या बियांमुळे त्वचेलाही फायदा होतो. या बिया त्वचेला पोषण देतात, ज्यामुळे त्वचा चमकदार आणि डागरहित दिसू लागते.

या गोष्टी लक्षात ठेवा...

जास्त जवस खाल्ल्यास पोटदुखी, गॅस, आणि अतिसार होऊ शकतो., जवसामध्ये फायबरचे प्रमाण जास्त असल्याने, ते जास्त प्रमाणात खाल्ल्यास काही लोकांना बद्धकोष्ठतेचा त्रास होऊ शकतो., कधीकधी, जवसामुळे मळमळ आणि उलट्या देखील होऊ शकतात., काही लोकांना जवसाची ॲलर्जी असू शकते., ॲलजीर्ची लक्षणे त्वचेवर पुरळ उठणे, खाज सुटणे, श्वास घेण्यास त्रास होणे आणि ॲनाफिलेक्सिस यांचा समावेश असू शकतो.

काहीही खाल्लं तरी इंचभरही वाढणार नाही वजन, फक्त फॉलो करा जॉर्डन फॉर्म्युला

आजच्या धावपळीच्या जीवनशैलीत आपण जेवताना मोबाईल, टीव्ही किंवा कामाच्या विचारात इतके गुंततो की अन्नाचा खरा आनंद घेणं विसरतो. यालाच ह्यमाइंडलेस ईटिंगह्न म्हटलं जातं. यामुळे आपण किती खातोय, खरंच भूक लागली आहे का याची जाणीव राहत नाही.

जॉर्डन फॉर्म्युला म्हणजे काय?

या फॉर्म्युलानुसार आपण किती खावं याचा निर्णय टप्प्याटप्प्याने घ्यायचा असतो. उदाहरणार्थ, प्लेटमध्ये एक साबुदाणा वडा घेऊन खाल्ल्यानंतर दुसरा घ्यायचा का याचा विचार करायचा. पण दुसरा खाण्यापूर्वी स्वतःला विचारायचं की, मी तिसराही खाऊ शकेन का? जर तिसरा खाणं शक्य नाही असं वाटलं, तर दुसरा खाऊ नये. पण जर तिसराही खाऊ शकतो असं वाटत असेल, तर दुसरा आणि तिसराही खाऊ शकतो. हाच नियम पुढच्या सर्व घासांसाठी लागू होतो.

माइंडफुल इटिंग मागचं विज्ञान

प्रत्येक घासाचा आनंद घेत, हळूहळू खाणं आणि शरीराला खरंच भूक लागली आहे का याचं निरीक्षण करणं हे माइंडफुल इटिंगचं वैशिष्ट्य आहे. यामुळे अति खाणं टाळलं जातं, पचन सुधारतं आणि अन्नाशी निरोगी नातं तयार होतं. करिना कपूर खानसारख्या अनेक कलाकारांसाठी हा दृष्टिकोन त्यांच्या फिटनेसचा महत्त्वाचा भाग बनला आहे.

योग्य वापर केल्यास मिळणारे फायदे

हा फॉर्म्युला सुरुवातीला खाण्यावर लक्ष केंद्रित करण्यासाठी उपयुक्त ठरतो. मात्र केवळ संख्यात्मक नियम पाळण्यावर भर दिल्यास आपण शरीराच्या खऱ्या संकेतांकडे दुर्लक्ष करू शकतो. त्यामुळे हा फॉर्म्युला वापरताना ‘मला अजून भूक आहे का?’ हा प्रश्न स्वतःला विचारणं महत्त्वाचं आहे.

निरोगी खाण्याचा खरा मार्ग

सततच्या डाएट्स किंवा कठोर मयार्दांपेक्षा आपल्या शरीराच्या भुकेच्या संकेतांकडे लक्ष देणं, संतुलित आहार घेणं आणि प्रत्येक घासाचा आनंद घेणं हा आरोग्यदायी जीवनशैलीचा खरा मार्ग आहे. करिना कपूर खानसारख्या सेलिब्रिटींनी हा दृष्टिकोन अवलंबून फिटनेस आणि तेजस्वी त्वचा टिकवली आहे, जी सामान्य लोकांसाठीही प्रेरणादायी ठरू शकते.

पोटातील गॅस नैसर्गिकरित्या कमी करण्यासाठी घरगुती उपाय

आजच्या बदलत्या जीवनशैलीत आणि अयोग्य आहारपद्धतीमुळे पोटात गॅस होणे ही एक अतिशय सामान्य समस्या बनली आहे. वारंवार गरम केले जाणारे अन्न, अनियमित वेळेवर खाणे, झोपेची कमतरता आणि तणाव या कारणांमुळे पचनतंत्रावर ताण येतो आणि गॅस तयार होतो. सुरुवातीला ही समस्या किरकोळ वाटते, पण वेळेवर उपाय न केल्यास ती वाढून पोटदुखी, सूज आणि अस्वस्थता निर्माण करते.

अनेकजण घरगुती उपाय करून बघतात, पण योग्य पद्धतीने न केल्यास त्रास कायम राहतो. नियमित आणि योग्य उपाय अवलंबल्यास ही समस्या सहज कमी करता येते. गॅसची समस्या जास्त करून रात्रीच होत असल्यामुळे हे खालील उपाय केल्यास लगेच आराम पडतो.

ओवा आणि काळे मीठ उपयुक्त

ओवामध्ये पचन सुधारण्याचे गुणधर्म असतात, तर काळे मीठ पोटातील वायू कमी करण्यास मदत करते. एक चमचा ओवा आणि चिमूटभर काळे मीठ कोमट पाण्यासोबत घेतल्यास त्वरित आराम मिळतो. हा उपाय सूज आणि पोटदुखी कमी करण्यासाठीही उपयुक्त आहे.

हींगाचे पाणी फायदेशीर

हींग पचनसंस्थेसाठी अत्यंत उपयुक्त मानली जाते. अँटी-इंफ्लेमेटरी गुणधमार्मुळे ती गॅस बाहेर काढण्यास मदत करते. कोमट पाण्यात चिमूटभर हिंग मिसळून हळूहळू प्यावे. यामुळे पोटातील गॅस किंवा गच्चपणा कमी होतो आणि दुखणेही कमी होते.

आल्याचा रस आणि मध

आल्यामध्ये पचन सुधारण्याचे आणि गॅस कमी करण्याचे गुण असतात. एक चमचा आल्याचा रस काढून त्यात थोडासा मध मिसळून प्यावे. हा उपाय पोटदुखी आणि आकडी कमी करण्यात विशेष प्रभावी आहे.

बडीशेपचे पाणी

बडीशेप पचन सुधारण्यासाठी आणि गॅस बाहेर काढण्यासाठी उपयुक्त आहे. एका कप कोमट पाण्यात एक चमचा बडीशेप टाकून दहा मिनिटे झाकून ठेवावे. हे पाणी हळूहळू प्यावे. यामुळे पचन सुधारते आणि गॅसची समस्या कमी होते.

दालचिनी आणि कडीपत्त्याची पाने

दालचिनी वेटलॉससोबतच पोटात साचलेला किंवा निर्माण होणारा गॅस कमी करण्यास मदत करते. शिवाय कडीपत्त्याची पाने चावून खाल्ल्यानेही खूप फायदा होतो. यामुळे पचनक्रिया सुधारते आणि गॅस निघून जातो.

योग्य जीवनशैलीचे महत्त्व

गॅसची समस्या वारंवार होत असल्यास आहार आणि सवयींमध्ये बदल करणे आवश्यक आहे. हलके आणि पचायला सोपे अन्न खावे, पुरेसे पाणी प्यावे आणि नियमित चालणे किंवा हलका व्यायाम करावा. पवनमुक्तासन, भुजंगासन यांसारखे योगासन पोटातील गॅस बाहेर काढण्यास मदत करतात. नियमित आणि योग्य पद्धतीने हे उपाय केल्यास गॅसच्या समस्येतून सहज आराम मिळू शकतो. मात्र त्रास सतत होत असल्यास, पोटदुखी, मळमळ किंवा इतर लक्षणे दिसत असल्यास डॉक्टरांचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.

रोज एक महिना रिकाम्यापोटी लवंग चघळण्याने मिळतील हे चमत्कारिक फायदे

लवंग खाल्ल्याने चिभेची चव वाढते.अलिकडे फिटनेस आणि हेल्थच्या प्रति लोक जागरुक होत आहेत. काही घरगुती टीप्स आणि हेल्थ ट्रीक्स खूप फायदा देतात. त्यातील एक लवंग चघळणे एक आहे. जर तुम्ही रोज एक महिना उपाशीपोटी लवंग चघळला तर यातून मिळणारे आरोग्याचे लाभ चमत्कारापेक्षा कमी नाहीत. ही छोटीसी वस्तू तुमच्या शरीराचा कायाकल्प करेल. चला तर याचे चमत्कारीक फायदे आणि आपल्या रुटीनमध्ये याचा समावेश करण्याची पद्धत पाहा काय ?

लवंगाचे औषधी गुण

लवंगात एण्टी -बॅक्टीरिएल, एंटी-इंफ्लेमेटरी आणि एंटी ऑक्सीडेंट गुण असतात. यात युजेनॉल नामक तत्व आढळते. जे यास औषधी रुपाने प्रभावी बनवते. याच्या नियमित सेवनाने शरीरातील अनेक समस्यांपासून सुटका होऊ शकते.

रोज रिकाम्या पोटी लवंग खाण्याचे फायदे

1. पचन यंत्रणा सुधारते

लवंगाच्या सेवनाने पचनतंत्र मजबूत होते. याने गॅस, एसिडीटी आणि अपचन सारख्या समस्या दूर होतात. रिकाम्या पोटी लवंग चघळल्याने पोटातील हानिकारक बॅक्टेरिया नष्ट होतात.

2. इम्यूनिटीत वाढ होते

लवंगातील एंटीऑक्सीडेंट तत्व रोग प्रतिकारक क्षमता मजबूत करतो.आणि शरीराला संक्रमण आणि आजारापासून वाचण्यात मदत करतो

3. तोंडाचे आरोग्य सुधारते

लवंग सेवनाने हिरड्या आणि दातांची समस्या दूर होते. आणि याचा एंटी-बॅक्टीरियल प्रभाव तोंडाची दुर्गंधी आणि कॅव्हीटी रोखण्यास मदत करतो.

4. सांधेदुखीपासून सुटका

लवंगातील एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण सांध्यातील सूज आणि दुखणे कमी करण्यास मदत करते. लवंग नियमितरुपाने चघळल्यास संधीवातासारख्या समस्येत आराम मिळतो.

5. त्वचा उजळते

लवंग शरीरातील टॉक्सिन्सना बाहेर काढते, त्यामुळे त्वचा स्वच्छ आणि चमकदार बनते. याच्या एंटीऑक्सीडेंट गुणामुळे वय वाढण्याच्या लक्षणांना कमी करते.

6. ब्लड शुगर कंट्रोल

लवंग सेवनाने ब्लड शुगरला कंट्रोल करण्यात मदत मिळते. हा उपाय डायबिटीज रुग्णांसाठी खूपच फायदेमंद मानला जातो.

लवंग चावण्याची योग्य पद्धत

सकाळी रिकाम्या पोटी एक ते दोन लवंग चघळा, यास चांगल्या प्रकारे चावल्यानंतर एक ग्लास गरम पाणी प्या. आणि असे एक महिना नियमितपणे करा आणि याचा परिणाम पाहा

ही काळजी देखील घ्या

जास्त प्रमाणात लवंग चघळू नये, कारण याने शरीरातील उष्णता वाढते

जर तुम्हाला कोणत्याही प्रकारची एलर्जी आहे, तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्या

गर्भवती महिलांनी डॉक्टरच्या सल्ल्यानुसार लवंग खाव्यात

न्यायालयाच्या तंबीनंतर आता तरी ईडी बदलेल का?

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

ईडीचे म्हणजे अंमलबजावणी संचालनालय हे नाव उच्चारले तरी सत्ताधारी असो वा विरोधक, नोकरशहा असो किंवा धनदांडगे उद्योजक सर्वांच्याच काळजात धस्स होते. करचोरी, लाचखोर, काळ्या पैशाचा पांढरा करणार्यांना पोलीस, प्राप्तिकर विभाग, लाचलुचपत विभागाची कधी वाटली नव्हती, एवढी दहशत ईडीने मागच्या दशकभरात निर्माण केली आहे. हेराफेरी करणार्यांना कायद्याचा धाक नक्कीच वाटावा. दोषींवर कठोरात कठोर कारवाई व्हावी, अशी अपेक्षा सर्वसामान्यांकडून केली जाते. परंतु ईडीचा आतापर्यंतचा ट्रॅक रेकॉर्ड पाहिला असता, ईडीने वेगवेगळ्या प्रकरणांत आतापर्यंत ज्या ज्या लोकांवर कारवाई केली आहे, ज्यांना ज्यांना गजाआड टाकले आहे, ते दोषी सिद्ध होऊन त्यांना शिक्षा होण्याचे प्रमाण अत्यंत नगण्य आहे. परवा एका खटल्याची सुनावणी करताना सर्वोच्च न्यायालयाने याच मुद्द्यावर बोट ठेवत ईडीला कडक शब्दांत फटकारले आहे. ईडीने कायद्याच्या कक्षेत राहून काम करावे, गुंडगिरी थांबवावी, असे म्हणत सर्वोच्च न्यायालयाचे न्यायाधीश उज्ज्वल भुईया यांनी ईडीच्या प्रकरणांमध्ये शिक्षा होण्याच्या कमी दराबद्दल चिंता व्यक्त केली. आम्ही जनतेचे स्वातंत्र्य आणि ईडीची प्रतिमा या दोन्हींबद्दल चिंतित आहे, असेही न्यायाधीशांनी नमूद केले. विजय मदनलाल चौधरी खटल्याच्या 2022 निकालाविरुद्ध सर्वोच्च न्यायालयात पुनर्विचार याचिका दाखल करण्यात आली आहे. या याचिकेवरील सुनावणीदरम्यान ईडीच्या बदमाशीचा मुद्दा उपस्थित झाला. ही याचिका न्यायमूर्ती सूर्यकांत, न्यायमूर्ती उज्ज्वल भुईया आणि न्यायमूर्ती एन. के.सिंह यांच्या खंडपीठासमोर सुरू होती. या सुनावणीदरम्यान, ईडीची बाजू मांडणारे अतिरिक्त सॉलिसिटर जनरल एस.व्ही. राजू यांनी आरोपींना ईसीआयआर (एन्फोर्समेंट केस इन्फॉर्मेशन रिपोर्ट) ची प्रत देणे आवश्यक नाही, असा युक्तिवाद खंडपीठापुढे केला. ईसीआयआर हा एक प्रकारचा एफआयआर असतो, जो ईडी नोंदवते. एस.व्ही. राजू यांच्या या मुद्द्याची फोड केली असता, त्यातून हाच अर्थ निघतो की एखाद्या आरोपीविरुद्ध संबंधित तपास यंत्रणेने ज्या ज्या कारणांखाली गुन्हा (एफआयआर) नोंदवला आहे, त्या एफआयआरची प्रतच त्याला द्यायची नाही. म्हणजे आरोपीला त्याच्यावर नेमके काय आरोप लावण्यात आलेत, हेच माहीत नसेल, तर तो कशाच्या आधारे त्याची बाजू मांडेल किंवा स्वतःला निर्दोष सिद्ध करू शकेल, हा प्रश्न इथे स्वाभाविकपणे उपस्थित होतो. सत्ताधारी पक्षातील कुठल्या तरी लहान-मोठ्या नेत्याने विरोधातील नेत्याच्या आर्थिक व्यवहारासंबंधी प्रश्न उपस्थित करायचे. त्याच्याविरोधात पोलिसांच्या आर्थिक गुन्हे शाखेकडे तक्रार नोंदवायची, ईओडब्ल्यूने या तक्रारीच्या आधारे संबंधिताला चौकशीला बोलवायचे, मग ईडीने स्वतःहून अशा प्रकरणांत ईसीआयआर नोंदवून घ्यायची, संबंधिताच्या घरी-कार्यालयात छापेमारी करायची किंवा त्याच्या मागे चौकशीचा ससेमिरा लावून एकेदिवशी त्याला गजाआड करायचे, असे प्रकार मागच्या 10 वर्षांत केवळ महाराष्ट्रासह देशभरात आपण वेगवेगळ्या प्रकरणात पाहिले आहेत. एकदा ईडीच्या तावडीत सापडला की पुढचे सहा महिने-वर्षभर तुरुंगात अडकलात म्हणून समजा.

कुत्र्याच्या तोंडात दिसला मानवी हात, संपूर्ण शहरात सापडले शरीराचे 5 तुकडे.. पोलिसही हादरले

■कर्नाट। प्रतिनिधीः

संपूर्ण देशात निर्घृण हत्येंची संख्या दिवसेंदिवस वाढत चालली आहे. कोणी प्रियकरासाठी पतीची हत्या करते तर कोणी घडलेल्या गोष्टींचा सूड उगवण्यासाठी हत्या करतो. असाचे एक अमानुष कृत्य कर्नाटकातील तुमकुरू येथे घडले आहे. येथील एका कुत्र्याच्या तोंडात मानवी हात दिसल्याने खळबळ उडाली. आसपासच्या परिसरातून शरीराचे पाच तुकडे सापडले आहेत. आता ही हत्या नेमकी का झाली? याचा शोध पोलिस लावताना दिसत आहेत. चला जाणून घेऊया या प्रकरणाविषयी...

कर्नाटकातील तुमकुरू जिल्ह्यात गुरुवारी सकाळी अशी काही घटना घडली, जी तिथून जाणारे लोक कदाचित कधीच विसरू शकणार नाहीत. एक व्यक्ती सकाळी रस्त्याच्या कडेने चालला होता. सर्व काही सामान्य होते, पण तेवढ्यात त्याचे लक्ष एका विचित्र आणि भयावह दृश्याकडे गेले. त्याने पाहिले की झुडपांमधून एक भटका कुत्रा बाहेर आला आणि त्याच्या तोंडात मानवी हात होता.

घाबरलेल्या व्यक्तीने पोलिसांना माहिती दिली

त्या व्यक्तीने शरीराचा कापलेला भाग पाहिला आणि तात्काळ पोलिसांना फोन केला. त्या व्यक्तीने सांगितले की, त्याने एका कुत्राला मानवी हात घेऊन जाताना पाहिले आहे. हा प्रकार इतका गंभीर होता की पोलिस तातडीने घटनास्थळी पोहोचले. ज्या ठिकाणाहून कुत्रा बाहेर आला, तो तुमकुरू जिल्ह्यातील चिम्पगनहल्ली गावाजवळ आहे. हे गाव गृहमंत्री जी. परमेश्वर यांच्या विधानसभा क्षेत्रात येतो. यामुळे पोलिसांनी याला आणखी गंभीरतेने घेतले.

पोलिसांना आणखी तुकडे सापडले

जेव्हा पोलिस घटनास्थळी पोहोचले आणि परिसराची नीट तपासणी केली, तेव्हा जे समोर आले ते आणखी धक्कादायक होते. पोलिसांना तिथे मानवी शरीराचे आणखी तुकडे सापडले. हे तुकडे वेगवेगळ्या ठिकाणी विखुरलेले होते. तब्बल 3 किलोमीटरच्या परिसरात. एकूणच पोलिसांना दोन हात, दोन हाताचे तळहात, मांसाचा एक मोठा तुकडा आणि आतड्यांचे काही भाग सापडले.

आजोबांना ऑनलाईन मैत्री करण्याची हौस, 4 महिलांचे भयंकर कांड!

■मुंबई। प्रतिनिधीः

भारतात रोज वेगवेगळ्या पद्धतीचे अचंबित करणारे सायबर क्राईमचे गुन्हे समोर येतात. अनेकदा महिला समोरच्या व्यक्तीला ब्लॅकमेल करून पैसे उकळतात. तर कधी-कधी आपण बँकेचे अधिकारी असल्याचे दाखवून नागरिकांना लाखो रुपयांना लुटले जाते. सध्या मात्र एक अजब प्रकार समोर आला आहे. मुंबईतील एका 80 वर्षीय आजोबांची चक्क 8.7 कोटी रुपयांना लूट करण्यात आली आहे. विशेष म्हणजे एक-दोन नव्हे तर तब्बल चार महिलांनी वेगवेगळ्या पद्धतीने या आजोबांना ब्लॅकमेल करून त्यांच्याकडून हे पैसे उकळले आहेत.

नेमकं काय घडलं?

मिळालेल्या माहितीनुसार एकूण चार वेगवेगळ्या महिलांनी मुंबईतील एका 80 वर्षीय वृद्ध आजोबांना तब्बल 8.7 कोटींना लुटले आहे. या ब्लॅकमेलिंगला एप्रिल 2023 मध्ये सुरूवात झाली. सुरुवातीला या आजोबांनी शार्वी नावाच्या एका महिलेला फ्रेंड रिक्वेस्ट पाठवली होती. अगोदर या महिलेने आजोबांची फ्रेंड रिक्वेस्ट नाकारली होती. नंतर मात्र तिने स्वतःच फ्रेंड रिक्वेस्ट पाठवून आजोबांसोबत मैत्री केली. नंतर आजोबा आणि शार्वी नावाची महिला यांच्यातील मैत्री जास्तच घट्ट होत गेली. दोघेही व्हॉट्सॲपवर बोलू लागले. दोघांमध्येही मैत्री वाढल्यानंतर शार्वीने मी खूप अडचणीत आहे. माझा घटस्फोट झालेला आहे. मला दोन मुलं आहेत, असं ती आजोबांना सांगायची. आर्थिक परिस्थिती बिकट असल्याने ती आजोबांकडे वेळोवेळी पैसे मागायची. आजोबाही तिच्या जाळ्यात फसले. ते तिला सतत पैसे पाठवत राहिले. नंतर या आजोबांच्या संपर्कात कविता नावाची एक महिला आली. अगोदर या महिलेने आजोबांना अश्लील मेसेज पाठवले. त्यानंतर ती आजोबांना ब्लॅकमेल करून माझ्या मुलांच्या उपचारासाठी पैसे पाठवा, असे सांगायला लागली. आजोबांनी कविता नावाच्या या महिलेलाही पैसे पाठवले. त्यानंतर या आजोबांच्या संपर्कात दीनाज नावाची आणखी एक महिला आली. मी कविताची शावीर्ची बहीण असून तिचा मृत्यू झाला आहे. तिच्यावरील उपचाराची फी भरायची आहे, असे सांगून यादेखील महिलेने 80 वर्षांच्या आजोबांकडू पैसे उकळले. हे पैसे आजोबांनी परत मागितल्यावर त्या महिलेले त्यांना आत्महत्येची धमकी दिली. त्यानंतर जॅस्मीन नावाच्या महिलेनेही मी दीनाजची मैत्रिण असल्याचे सांगितले आणि आजोबांकडून पैसे उकळले.

रस्त्याच्या कडेला दोन भल्या मोठ्या काळ्या पिशव्या, लोकांना संशय आला आणि थेट... काय होतं त्या प्लास्टिकच्या पिशव्यांमध्ये?

■कर्नाटक। प्रतिनिधीः

देशभरात अनेक ठिकाणी क्राईमच्या घटना घडल्याचे दिसत आहे. प्रियकरासाठी किंवा बदला घेण्यासाठी अनेकजण माणूसकी विसरुन जातात. निर्घृण हत्येची प्रकरणे दिवसेंदिवस वाढत चालली आहेत. असाच एक प्रकार कर्नाटकातील तुमकुरू जिल्ह्यातून समोर आला आहे. येथे एका रस्त्याच्या शेजारी दोन भल्या मोठ्या काळ्या पिशव्या ठेवल्या होत्या. त्या पिशव्या पाहून गावकऱ्यांना संशय येऊ लागला. त्यांनी तातडीने पोलिसांना बोलावले. त्यानंतर जे उघड झालं ते पाहून सर्वांनाच धक्का बसला.

कर्नाटकमधील कोरतगेरे येथील कोलाला गावात एका महिलेची हत्या करण्यात आली. त्यानंतर तिचा मृतदेह तुकड्यांमध्ये सापडल्याने खळबळ उडाली आहे. पोलिसांनी सांगितले की, मृतदेहाचे भाग अनेक प्लास्टिक पिशव्यांमध्ये भरून रस्त्याच्या कडेला फेकण्यात आले होते. प्रकरणाची माहिती मिळताच स्थानिक पोलिस घटनास्थळी पोहोचले. प्लास्टिकची पिशवी उघडताच जवानांचे होश उडाले. आता या प्रकरणाची चौकशी सुरू करण्यात आली आहे.

माहितीनुसार, ७ ऑगस्ट रोजी रस्त्याने जाणाऱ्यांनी रस्त्याच्या कडेला ठेवलेल्या सात प्लास्टिक पिशव्यांमध्ये महिलेच्या शरीराचे अवयव पाहिले आणि याची माहिती पोलिसांना दिली. त्यानंतर कोरतगेरे पोलिसांनी परिसरात शोधमोहीम राबवली आणि ८ ऑगस्ट रोजी आणखी सात पिशव्या जप्त केल्या, ज्यात उर्वरित अवयव आणि महिलेचे डोके सापडले. चौकशी टीममधील एका अधिकाऱ्याने सांगितले की, महिलेची ओळख डोक्याच्या आधारे जवळपास निश्चित करण्यात आली आहे, परंतु अधिकृत पुष्टी अद्याप बाकी आहे. तुमकुरूचे पोलिस अधीक्षक अशोक केवी यांनी शुक्रवारी विशेष पथक गठीत करून कोलाला गाव आणि आसपासच्या भागात शोध घेण्याचे निर्देश दिले. अधिकाऱ्यांच्या म्हणण्यानुसार, कदाचित महिलेच्या हत्येच्या आरोपींनी कारने मृतदेहाचे तुकडे आणून फेकले असावेत आणि अशी शंका आहे की, पिशव्या चिम्पुगनहल्ली आणि वेंकटपुरा गावांना जोडणाऱ्या रस्त्याच्या कडेला ठिकठिकाणी विखुरलेल्या असू शकतात. पोलिसांचा विश्वास आहे की, महिलेची हत्या दुसऱ्या ठिकाणी करण्यात आली आणि नंतर मृतदेह तुकड्यांमध्ये कापून येथे फेकण्यात आला. शनिवारी मुसळधार पावसामुळे उर्वरित भागांच्या शोधात अडचणी आल्या.

इगतपुरीत सीबीआयची धाड; पैशांचं अक्षरशः घबाड, आलिशान गाड्या अन् बरंच काही

■नाशिक। प्रतिनिधीः

सीबीआयने नाशिकमध्ये बोगस कॉल सेंटरचा पदार्फाश केला आहे. सीबीआयने या अवैध कॉल सेंटरवर धाड टाकली, यामध्ये अधिकाऱ्यांनी १ कोटी २ लाख रोख रकमेसह, सोने, लॅपटॉप, मोबाईल जप्त केले आहेत. एवढेच नाहीतर ७ आलिशान कार सुद्धा ताब्यात घेतल्या आहेत.

नाशिकच्या इगतपुरीमध्ये ऑनलाईन फसवणुकीच्या आरोपाखाली या कॉल सेंटरवर कारवाई करण्यात आली आहे, ज्यामध्ये ६ जणांना बेड्या ठोकण्यात आल्या आहेत. लोकांना मोठ्या परताव्याचे आमिष दाखवून त्यांच्या बँक अकाऊंट मधील पैसे उकळल्याचे उघडकीस आले आहे.

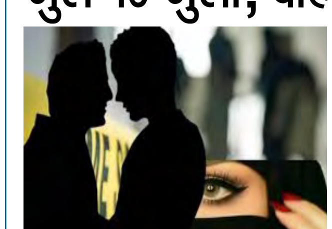
सीबीआय या कारवाईसंदभार्तील प्रेस रिलीज जारी केली आहे. यामध्ये त्यांनी सांगितले की, ८ ऑगस्टला सायबर फसवणुकीविपरोधात मोठी कारवाई करण्यात आली. ज्यामध्ये ६ आरोपींसह काही अज्ञात व्यक्ती आणि बँकेच्या अधिकाऱ्यांविरोधात गुन्हा दाखल केला आहे. याविरोधात एफआयआर नमूद करण्यात आली होती. ज्यामध्ये आरोप करण्यात आला आहे की, आरोपींनी काही अज्ञात व्यक्तींच्या संगनमताने लोकांची फसवणूक करण्याचा कट

रचला. यासाठी त्यांनी अमेजन सपोर्ट सर्विसेस नावाने एक बोग कॉल सेंटर बनवला. यामार्फत त्यांनी फिशिंग कॉल आणि दिशाभूल करणारे कॉल करून लोकांची मोठी आर्थिक फसवणूक केली .

या बोगस कॉल सेंटर मार्फत अमेरिका, कॅनडा आणि अन्य देशांतील लोकांची मोठा गंडा घालण्यात आला. आरोपींनी त्यांच्याकडून गिफ्ट कार्ड्स एवढेच नाहीतर क्रिप्टोकरेंसी नावाखाली अवैध पैसे देखील उकळले. हे संपूर्ण रॅकेट चालवण्यासाठी त्यांनी ६० ऑपरेटर्संना कंपनीत भरती केले होते. ज्यामध्ये डायलर, व्हेरिफायर आणि क्लोजर अशा कर्मचाऱ्यांचा समावेश होता. सीबीआयने या कॉल सेंटरवर धाड टाकली.

यामध्ये अधिकाऱ्यांनी छाप्यात ४४ लॅपटॉप , ७१ मोबाईल फोन, १.२० कोटी रुपये रोख, ५०० ग्रॅम सोने आणि १ कोटी रुपये किमतीच्या ७ लक्झरी कार जप्त करण्यात आल्या आहेत. एवढेच नाही तर ५ हजार वरऊळ क्रिप्टोकरन्सी (५ लाख रुपये) आणि २००० कॅनेडियन डॉलर गिफ्ट व्हाउचर (१.२६ लाख रुपये) चे अवैध व्यवहार आढळून आले आहेत. हे संपूर्ण घबाड हाती लागल्याने मोठे सायबर फसवणुकीचे रॅकेट सर्वांसमोर आले आहे.

फार्म हाऊसमध्ये चालला होता विचित्र खेळ! आत 18 मुलं-10 मुली, बाहेर उभ्या होत्या महागड्या गाड्या...



■मुंबई। प्रतिनिधीः

सध्याची तरुणपीढी ही कधी काय करेल याचा नेम नाही. देशभरात व्यसनाधीन तरुणांची संख्या वाढत चालली आहे. अनेक विचित्र घटना सतत समोर येत असतात. उदयपूरमध्ये असाच विचित्र प्रकार घडला आहे. पोलिसांनी 18 मुलं आणि 10 मुलींना अटक केली आहे. हे सर्व गोगुंदा परिसरातील दोन फार्म हाऊसमध्ये बंद होते. या दोन्ही फार्म हाऊसबाहेर लक्झरी कार पार्क केल्या होत्या. आजूबाजूला डीजेचा आवाज येत होता. आत अनेकजण असल्याचे बाहेरुन दिसत होते. आता नेमकं चालू तरी काय आहे? असा प्रश्न आजूबाजूच्या लोकांना पडला होता. सूत्रांकडून पोलिसांना माहिती मिळताच ते फार्महाऊटवर पोहोचले. त्यानंतर जे समोर आले ते पाहून सर्वांना धक्का बसला.

नेमकं काय घडलं?

उदयपूरमधील गोगुंदा येथी एका फार्म हाऊसमध्ये रेव्ह पार्टी चालू होती, तर दुसऱ्यामध्ये वेश्यावृत्तीचा धंदा सुरू होता. गुप्तचराकडून मिळालेल्या माहितीवरून पोलिसांनी रविवारी मध्यरात्री तिथे छापा टाकला तेव्हा एकच खळबळ उडाली. अटक करण्यात आलेल्या मुली राजस्थानच्या नाहीत, त्यांना बाहेरून बोलावलं गेलं होतं.

काय म्हणाले पोलिस?

पोलिसांच्या म्हणण्यानुसार, वेश्यावृत्तीच्या काळ्या धंद्याबाबत बऱ्याच तक्रारी येत होत्या. यावर पोलिसांनी त्यांच्या गुप्तचरांना सक्रिय केलं. रविवारी पोलिसांना परिसरातील दोन फार्म हाऊसवर रेव्ह पार्टी आणि इतर गैरकृत्य होत असल्याची माहिती मिळाली. यानंतर पोलिसांनी पूर्ण तयारीनिशी रात्री तिथे धडक दिली. पोलिसांनी दोन्ही फार्म हाऊसवर एकाच वेळी छापा टाकला. पोलिस आत पोहोचले तेव्हा तिथल्या परिस्थितीने त्यांचेही होश उडाले. पोलिसांनी दोन्ही ठिकाणांहून 18 मुलं आणि 10 मुलींना अटक केली आहे.

पोलिसांविरोधात १११२ तक्रारी प्राप्त; ६९७ प्रकरणांचा निपटारा

■नाशिक। प्रतिनिधीः

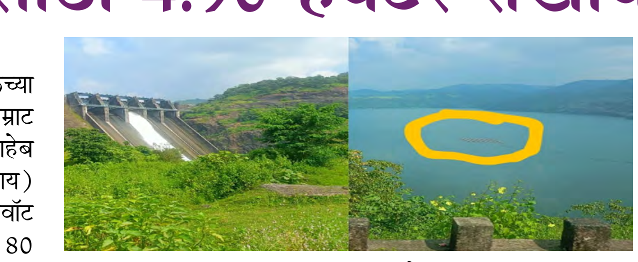
महाराष्ट्र विभागस्तरीय पोलीस तक्रार प्राधिकरणाकडे २०१८ पासून ते ३१ जुलै, २०२५ पर्यंत एकूण १११२ प्रकरणे दाखल झाली असून त्यापैकी ६९७ प्रकरणाचा निपटारा करण्यात

आला आहे. प्राधिकरणाने प्रलंबित प्रकरणे जलद गतीने निकाली काढण्याबाबत निर्धार व्यक्त केला आहे, अशी माहिती संदीप मिटके विभागस्तरीय पोलीस तक्रार प्राधिकरण, नाशिकचे सदस्य सचिव यांनी दिली. महाराष्ट्र पोलीस अधिनियम १९५१ त्यामध्ये महाराष्ट्र पोलीस (सुधारणा व पुढे चालू ठेवणे) अधिनियम २०१४ मधील कलम २२ (स) च्या पोटकलम २ अन्वये महाराष्ट्र विभागस्तरीय पोलीस तक्रार प्राधिकरण, नाशिक विभाग, नाशिक प्राधिकरणाची स्थापना २०१८ पासून करण्यात आली आहे. प्राधिकरणाच्या गठीत समितीमध्ये अध्यक्ष व सदस्यांची नेमणुक करण्यात आली आहे. विभागीय पोलीस तक्रार प्राधिकरण, नाशिक विभागाच्या कार्यकक्षेत नाशिक, अहिल्यानगर, जळगांव, धुळे आणि नंदूरबार या पाच जिल्ह्यांचा समावेश आहे. प्राधिकरणाचे अधिकारक्षेत्र कलम ३(३) अन्वये विभागीय पोलीस तक्रार प्राधिकरणामध्ये पोलिसांच्या विरुध्द पोलीस शिपाई ते वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक या दर्जापर्यंतच्या अधिका[illegible]यांविरुध्द तक्रार दाखल करता येत आहेत.

धरणात होणार 100 मेगावॅट वीजनिर्मिती; प्रकल्पासाठी 4.90 हेक्टर राखीव वनजमीन

■मुंबई। प्रतिनिधीः

मुंबई महापालिकेच्या मध्य वैतरणा (हिंदुहृदयसम्राट शिवसेनाप्रमुख बाळासाहेब ठाकरे मध्य वैतरणा जलाशय) धरणाच्या ठिकाणी 20 मेगावॅट क्षमतेचा जलविद्युत, तर 80 मेगावॅट क्षमतेचा तरंगता सौरऊर्जा असा एकूण 100 मेगावॅट क्षमतेचा संकरित वीजनिर्मिती प्रकल्प विकसित करण्यासाठी महाराष्ट्र शासनाने 4.90 हेक्टर राखीव वनजमीन पुनर्वळतीकरणास परवानगी दिली आहे. यामुळे आता संकरित वीजनिर्मिती प्रकल्पाच्या प्रत्यक्ष बांधकामास सुरूवात केली जाणार आहे. त्यामुळे संकरित ऊर्जानिर्मिती क्षेत्रात पाऊल टाकणारी मुंबई महापालिका ही देशातील पहिलीच महापालिका ठरली आहे. महापालिका आयुक्त



तथा प्रशासक भूषण गगराणी यांच्या मार्गदर्शनाखाली पाठपुरावा करून महापालिका प्रशासनाने ही परवानगी प्राप्त केली आहे. यामुळे महापालिकेची वार्षिक 9 कोटी रूपयांची बचत होणार आहे. या प्रकल्पातून दरवर्षी सुमारे 208 दशलक्ष युनिट ऊर्जानिर्मिती होणार आहे. हा प्रकल्प केवळ मुंबईसाठी नव्हे तर संपूर्ण देशासाठी हरित ऊर्जेच्या दिशेने एक प्रेरणादायी पाऊल आहे. मुंबई महापालिकेने पालघर जिल्ह्यात मोखाडा तालुक्यातील कोचाळे गावात 102.4 मीटर उंचीचे आणि 565 मीटर लांबीचे मध्य वैतरणा धरण बांधून सन 2014 मध्ये पूर्ण केले. या धरणाचे हिंदुहृदयसम्राट शिवसेनाप्रमुख बाळासाहेब ठाकरे मध्य वैतरणा जलाशय असे नामकरण करण्यात आले आहे. तसेच या धरणाच्या निर्मितीवेळीच जलविद्युत प्रकल्प उभारण्याच्या दृष्टीने पाणीपुरवठा तसेच जलविद्युत निर्मितीसाठी संयुक्तिक बहिगार्मी जलवाहिनीही अंथरण्यात आली होती. या प्रकल्पाबरोबरच भविष्यात महापालिकेच्या अन्य जलाशयांवर सौरऊर्जा प्रकल्प विकसित करणे शक्य होईल. त्या दिशेने प्रयत्न सुरू आहेत. मुंबई शहराची वाढती पाण्याची मागणी आणि तहान भागविण्यासाठी मुंबई महापालिकेने गेल्या अनेक वर्षांसापासून मध्य वैतरणा धरणाच्या उभारणीचा संकल्प सोडला होता. मात्र प्रत्यक्षात धरणासाठी राज्य शासनाच्या आणि केंद्र सरकारच्या विविध खात्यांच्या परवानग्या मिळविण्यासाठी तब्बल 11 वर्षे लागली. तर धरण प्रत्यक्षात उभारून त्याद्वारे पाणी उपलब्ध होण्यासाठी आणखीन तीन वर्षांचा म्हणजेच एकूण 14 वर्षांचा कालावधी लागला. थोडक्यात मध्य वैतरणा तलावाला मुंबईकरांची वाढती तहान भागविण्यासाठी 14 वर्षांचा वनवास भोगावा लागला.

सीबीआयची मोठी कामगिरी, नाशिकमधील बेकायदेशीर कॉल सेंटर रॅकेट उद्ध्वस्त, 5 जणांना अटक

■नाशिक। प्रतिनिधीः

केंद्रीय अन्वेषण विभागाने (सीबीआय) नाशिक जिल्ह्यातील इगतपुरी (रेनफॉरेस्ट रिसॉर्ट) येथे भाड्याने घेतलेल्या जागेत काही खाजगी व्यक्तींकडून चालवल्या जाणाऱ्या बेकायदेशीर कॉल सेंटर रॅकेटचा पदार्फाश केला आहे. सीबीआयने 8 ऑगस्ट रोजी मुंबईतील रहिवासी असलेल्या 6 आरोपींविरोधात तसेच अज्ञात खाजगी व्यक्ती

आणि बँक अधिकाऱ्यांविरुद्ध सायबर फसवणुकीचा गुन्हा दाखल केला आहे. याबाबत सविस्तर माहिती जाणून घेऊयात. सीबीआयच्या या कारवाईत 44 लॅपटॉप, 71 मोबाईल फोन, सोने, लक्झरी कार आणि मोठ्या प्रमाणात रोख रक्कम जप्त करण्यात आली आहे. एफआयआरमध्ये असा आरोप करण्यात आला आहे की, या आरोपींनी अज्ञात व्यक्तींसोबत गुन्हेगारी कट रचला आहे आणि अमेझॉन सपोर्ट सर्व्हिसेस कॉल सेंटर असल्याचे भासवून बेकायदेशीर कॉल सेंटरमधून तोतयागिरी करून आणि फिशिंग कॉल/फसवे कॉल करून आर्थिक फसवणूक केली आहे. सीबीआयने आपल्या कारवाईत 44 लॅपटॉप आणि 71 मोबाईल फोनसह 1.20 कोटी रुपयांची बेहिशेबी रोकड, 500 ग्रॅम सोने आणि 1 कोटी रुपयांच्या 7 लक्झरी कार जप्त केल्या आहेत. तसेच अंदाजे 5000 वरऊळ क्रिप्टोकरन्सी (5 लाख रुपये) आणि 2000 कॅनेडियन डॉलर किमतीचे गिफ्ट व्हाउचर (1.26 लाख रुपये) जप्त केले आहेत.

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहील.) भ्रमणध्वनी - ७४०००१४७४. Email : marathiekikaran2021 @gmail.com

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