



संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

हीच नेतृत्वाची खरी कसोटी...

भाकरी फिरवली नाही तर करपते, हे शरद पवारंनी महाराष्ट्राच्या राजकीय शब्दकोषात घातलेले वाक्य गेल्या काही दिवसांपासून त्यांचाच पाठलाग करत होते. अखेर राष्ट्रवादी काँग्रेसचे सर्वेसर्वा शरद पवार यांनी भाकरी फिरवली, पक्षाच्या प्रदेशाध्यक्षपदाची धुरा सातारचे शशिकांत शिर्देच्या खांद्यावर दिली आहे. सात वर्षांहून अधिक काळ पक्षाचे प्रदेशाध्यक्ष राहिलेले जयंत पाटील यांना आता पक्ष कोणती जबाबदारी देणार हे अजून स्पष्ट झालेले नाही. मात्र गेल्या काही दिवसांपासून त्यांच्या भाजप प्रवेशाच्या उडणाऱ्या वावड्यांवर त्यांनी 'मी जातो आहे, पण सोडत नाही,' असे सांगत पक्षातच राहणार असल्याचे स्पष्ट केले. एप्रिल २०१८ मध्ये जयंत पाटील यांच्याकडे पक्षाचे प्रदेशाध्यक्षपद आले. ऑक्टोबर २०१९ मध्ये महाराष्ट्र विधानसभा निवडणूक झाली. शिवसेना (एकत्रित) आणि भाजपने युतीमध्ये निवडणूक लढवली. बहुमतही मिळवले. मात्र शिवसेनेने युतीतून बाहेर पडत काँग्रेस, राष्ट्रवादी काँग्रेससोबत महाविकास आघाडी स्थापन केली. आघाडीमध्ये उडव टाकरे मुख्यमंत्री झाले. राष्ट्रवादी काँग्रेस ५४ जागांसह दुसऱ्या क्रमांकाचा पक्ष होता. जयंत पाटील यांच्या नेतृत्वातील हे मोठे यश होते. उपमुख्यमंत्रीपद अर्जित पवारांना मिळाले. त्याआधी दीड दिवसांचा खेळ होऊन गेला. या सगळ्यामध्ये जयंत पाटील हे शरद पवारांसोबत कायम राहिले. हळुवारपणे बोलणारे. विरोधकांवर बोलतानाही कुठलीही आदळआपट, त्राग न करता, शांतपणे, चिमटे काढत, चेहऱ्यावर स्मित हास्य कायम ठेवून बोलणं. पोटातलं ओठांवर कधीही येऊ द्यायचं नाही. डोक्यावर बर्फ आणि जिभेवर साखर ही जयंतारावांची खासियत आहे. त्यामुळेच सात वर्षांहून अधिक काळ ते प्रदेशाध्यक्षपदावर कायम राहिले. जुलै २०२३ मधील राष्ट्रवादीत फूट पडंपर्यंत अजित पवारांसोबत त्यांनी पाच वर्षे काम केले. राज्याचे अर्थमंत्री म्हणूनही त्यांचा अनुभव दांडगा. त्यांच्या प्रदेशाध्यक्षपदाच्या काळात पक्ष फार काळ सत्तेत राहिला नाही. विरोधीपक्ष म्हणूनच त्यांनी अधिक काम केले. १९९९ पासून २०१४ पर्यंत राष्ट्रवादी कायम सत्तेत राहिला. २०१४ मधील सत्तारनंतर राष्ट्रवादीला गळती लागली. अनेक नेते पक्षाला सोडून जाऊ लागले. याकाळात शरद पवारांसोबत निष्ठेने काम करणाऱ्यांमध्ये जयंत पाटील आहेत. विरोधात असल्यानंतरच प्रदेशाध्यक्षांच्या कामाची खरी ओळख होते. कार्यकर्त्यांना बांधून ठेवणे. त्यांना कार्यक्रम देणे आणि सत्ताधाऱ्यांच्या जनविरोधी धोरणावर तुटून पडणे, हे विरोधी पक्षातील प्रमुखांचे काम. यामध्ये जयंत पाटील कुठेही मागे राहिले नाहीत, मात्र त्यांच्या एकंदर स्वाभावामुळे राष्ट्रवादीचा आक्रमक विरोध त्यांच्या माध्यमातून दिसत नव्हता. याची तक्रार पक्षातील तरुण नेते उघडपणे करायला लागले. नुकत्याच झालेल्या पक्षाच्या अधिवेशनात जयंत पाटलांनी प्रदेशाध्यक्षपदाच्या जबाबदारीतून मुक्त करण्याची जाहीर विनंती केली. अखेर पवारांनी निर्णय घेतला आणि सातारच्या शिर्देला जबाबदारी दिली. आगामी स्थानिक स्वराज्य संस्था निवडणुका हे शशिकांत शिर्देसमोरचे मोठे आव्हान असणार आहे. विरोधकांकडून साडेतीन जिल्ह्यांचा पक्ष म्हणून शरद पवारांच्या राष्ट्रवादीवर टीका होते. पक्षाध्यक्ष बारामती पुण्याचे. मावळते प्रदेशाध्यक्ष सांगली तर नवे सातारचे. त्यामुळे या त्रिकोणातून बाहेर पडून मुंबई, उत्तर महाराष्ट्र, मराठवाडा, विदर्भाकडे अधिक लक्ष द्यावे लागणार आहे. विधानसभा निवडणुकीत पक्षाला मराठवाडा आणि विदर्भातून यश मिळाले नाही. येथेच नव्या प्रदेशाध्यक्षांना सर्वाधिक काम करण्याची गरज असणारी आहे. मुंबईत पक्ष संघटन मजबूत नाही. मात्र माथाडी कामगारांचे ते नेते आहेत. त्यामुळे येथे त्यांना एक बेस आधीच तयार आहे. त्यावर अधिक काम करण्याची गरज आहे. प्रदेशाध्यक्षाची माळ गळ्यात पडल्यानंतर त्यांनीदेखील महाराष्ट्राचा दौरा करण्याचा निर्धार केला. समाजकारणाची आवड असलेले नवीन कार्यकर्ते पक्षासोबत जोडण्यासाठी पक्ष कसली आहे. विरोधी पक्षातील राष्ट्रवादीचा आणखी एक सहकारी-काँग्रेसने आधीच भाकरी फिरवली आहे. तर ठाकरेंची शिवसेना नव्या मित्राला साद घालत आहे. उडव टाकरेंनी राज ठाकरेंना थेटपणे राजकीय मंचावर एकत्र येण्याचे आवाहन केले आहे. मात्र राज ठाकरेंकडून अजून प्रतिसाद मिळाला नाही. उलट उडव टाकरेंच्या सूरत सूर मिसळणाऱ्या पादाधिकार्यांना शांत राहण्याचे स्पष्ट आदेश दिले गेले. मनसेचे इगतपुरीला शिबीर सुरू आहे. यामध्ये काही नेत्यांना निमंत्रण दिले नाही. पक्षाचे प्रवक्ते प्रकाश महाजन यांना बोलावण्यात आले नाही. त्यांनी मी देव बदलणार नाही, पण देवाने बोलावल्याशिवाय जाणारही नाही असा पवित्रा घेत प्रवक्तेपदाचा राजीनामा दिला. एकीकडे राजकारणातील ज्येष्ठ असलेले शरद पवार भाकरी फिरवत आहेत. नव्या जुन्यांचा मेळ घालत त्यांना संधी देत आहेत. मात्र राज ठाकरे पक्षात आहेत त्यांना नाराज करत आहेत. उडव यांनी दिलेल्या सव्वाला प्रतिसाद देत नाहीत. त्यामुळे एकही आमदार, खासदार नसलेल्या मनसेची भाकरी स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकांकर करणार नाही, याचीच काळजी आता राज ठाकरेंना घ्यावी लागणार आहे. पक्षामधील लहान मोठ्या नेत्यांना सोबत घेऊन नवे मित्र तयार करणे हीच नेतृत्वाची खरी कसोटी असते. पंचतारांकित डामडौल असलेल्या मनसेला धूळ आणि सत्ताधारी अंगावर घेण्याची सवय केव्हा लागेल हे राज ठाकरेच सांगू शकतात.

मेट्रो-१ मुळे मुंबईतील अंधेरी-घाटकोपर दरम्यान प्रवास सुकर झाला असला, तरी वाढती गर्दी ही मोठी समस्या आहे. चार डब्यांची मयार्दा, अपुरी पायाभूत सुविधा यामुळे प्रवाशांना हाल सहन करावे लागते. वेळीच उपाययोजना न केल्यास परिस्थिती अधिक विकट होऊ शकते.

लोकलमधील गर्दी नित्याची झाली असतानाच आता यामध्ये भरीस भर मेट्रोची पडली आहे. गर्दीमुळे लोकलमधून पडून अपघात होत असल्याने यावर उपाययोजना आखण्यात येत आहेत; मात्र मेट्रो-१मुळे उपनगरीय रेल्वे मार्गावरील अंधेरी आणि घाटकोपर स्थानकांमध्ये प्रचंड कोंडी होत आहे. यासोबत मेट्रोमध्येही प्रचंड गर्दी होत असल्याने प्रवाशांचा गरेगार प्रवासही दुःखकर झाला आहे. यावर वेळीच उपाययोजना न केल्यास प्रवाशांचा प्रवास अधिक खडतर होईल.

मुंबईकरांचा प्रवास सुखकर आणि गतिमान करण्यासाठी मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरणाने (एमएमआरडीए) मेट्रो स्थानकांचा बृहत आराखडा तयार केला आहे. या आराखड्यातील पहिला वर्सोवा-अंधेरी-घाटकोपर (मेट्रो १) प्रकल्प सार्वजनिक-खासगी भागीदारी (पीपीपी) तत्वावर उभारण्यात आला. या प्रकल्पाची अंमलबजावणी मुंबई मेट्रो वन प्रायव्हेट लिमिटेड ही कंपनी करत आहे.

मेट्रो १ मार्ग ८ जून २०१४ रोजी प्रवासी सेवेत दाखल झाला. यामुळे मध्य आणि पश्चिम रेल्वे मार्गावरील लाखो प्रवाशांना मोठा दिलासा मिळाला. उपनगरीय मार्गावरील प्रवाशांना दादर मार्गे प्रवास करावा लागत होता. यामुळे प्रवाशांना प्रवासासाठी अधिक वेळ खर्ची करावा लागत होता. या मार्गामुळे उपनगरीय लोकलचे प्रवासी मध्य रेल्वेच्या घाटकोपर आणि पश्चिम रेल्वेच्या अंधेरी मार्गावरून प्रवास करू लागले आहेत. प्रवाशांच्या वेळेची बचतही मेट्रो १ मुळे होत आहे.

मेट्रो मार्ग अस्तित्वात येण्यापूर्वी प्रवाशांना अंधेरी-कुर्ला, घाटकोपर या रस्तेमार्गांवर अवलंबून राहावे

आता मेट्रो गर्दीचे आव्हान



लागत होते. यामुळे या मार्गावर प्रचंड वाहतूककोंडी होत असे. यामध्ये प्रवाशांचा वेळ आणि वाहतूककोंडीमुळे प्रदूषण वाढले होते. या मार्गावरून प्रवास करणे प्रवाशांसाठी अग्नित्रिव्यासारखे असे. मात्र मेट्रो १ ने प्रवाशांचा प्रवास वेगवान आणि वाहतूककोंडीमुक्त केला. या मार्गावरून दररोज ५ लाखांहून अधिक प्रवासी प्रवास करत आहेत. वर्सोवा-अंधेरी-घाटकोपर हा मार्ग ११.४० किलोमीटर आहे. या प्रकल्पामुळे पूर्व व पश्चिम उपनगरांचा भाग पश्चिम आणि मध्य रेल्वेला जोडला गेला आहे. त्यामुळे लोकल प्रवाशांना अंधेरी व घाटकोपर स्थानकांवर अदलाबदल गाडी बदल करता येतो. यामुळे वर्सोवा ते घाटकोपर दरम्यान लागणार प्रवासाचा वेळ ७१ मिनिटांवरून २१ मिनिटांवर आला आहे.

एमआयडीसी, साकीनाका, मरोळ पार्क, पश्चिम द्रुतगती महामार्ग या फिरसरातील उद्योगांमध्ये काम करणाऱ्या नागरिकांना मोठा दिलासा मिळाला आहे. उपनगरीय लोकल स्थानकांशिवाय आता मेट्रो ३, मेट्रो ७, मेट्रो २ अ हे मार्ग जोडले गेले आहेत. यामुळे पश्चिम उपनगरातील प्रवाशांना प्रवासाचे विविध पर्याय उपलब्ध झाले आहेत. यामुळे मेट्रो १ मार्गावरील प्रवाशांच्या गर्दीत काही प्रमाणात वाढ झाली आहे. मेट्रो १ मार्गावर १२ स्थानके असून या मार्गावर सध्या ४ डब्यांच्या गाड्या चालविण्यात येत आहेत. यामुळे गर्दीच्या वेळेत या मार्गावर प्रवाशांची प्रचंड गर्दी होऊ लागली आहे.

लोकल स्थानकांशिवाय आता मेट्रो ३, मेट्रो ७, मेट्रो २ अ हे मार्ग जोडले गेले आहेत. यामुळे पश्चिम उपनगरातील प्रवाशांना प्रवासाचे विविध पर्याय उपलब्ध झाले आहेत. यामुळे मेट्रो १ मार्गावरील प्रवाशांच्या गर्दीत काही प्रमाणात वाढ झाली आहे.

मेट्रो स्थानकात लाखोंच्या संख्येने प्रवासी येत असताना त्यांच्या बॅग स्कॅनिंग, प्रवाशांचे चेकिंग करताना उपलब्ध कर्मचाऱ्यांची अडचण होत आहे. सध्या मुंबई मेट्रो १ च्या ताफ्यात १६ गाड्या आहेत. या गाड्यांच्या मदतीने ३ मिनिटे ३६ सेकंदांच्या वेळाने गाडी चालविण्यात येत आहे. यानंतरही या मार्गावरील

गर्दीवर नियंत्रण मिळविण्यात प्रशासनाला यश आलेले नाही. यासाठी गर्दीच्या वेळेत घाटकोपर आणि अंधेरीदरम्यान शॉर्ट-लूप सेवा सुरू करण्यात आल्या. मात्र इतर स्थानकांमधील प्रवाशांची गैरसोय होऊ लागली. यामुळे ही सेवाही मेट्रोला बंद करावी लागली. अखेर यावर उपाय म्हणून मेट्रो १ प्रशासनाने अतिरिक्त कोच खरेदीचा निर्णय घेतला आहे.

या मार्गावरील स्थानके सहा डबे क्षमतेची आहेत. त्यामुळे गाड्यांना डबे वाढविल्यास काही प्रमाणात प्रवाशांना दिलासा मिळेल. मात्र त्यानंतरही प्रशासनाला अंधेरी आणि घाटकोपर स्थानकात होणाऱ्या गर्दीवर उपाय काढावाच लागेल. अन्यथा गर्दीमुळे अनुचित प्रकार घडू शकतो. यामुळे रेल्वे आणि मेट्रो १ प्रशासनाने यावर उपाय शोधण्याची वेळ आली आहे.

सध्या चार डब्यांच्या गाडीमधून सुमारे ११७८ प्रवासी प्रवास करत आहेत. गाडीला सहा डबे जोडल्यास यामधून १७९२ प्रवासी प्रवास करू शकतील. प्रवाशांची गर्दी वाढत असतानाही प्रशासनानी याकडे वेळीच लक्ष दिले नाही. त्यामुळे प्रवासी गर्दीतून प्रवास करत आहेत. यामध्ये महिला प्रवाशांचे तर प्रचंड हाल होत आहेत. एकदा मेट्रोमध्ये प्रवेश केल्यास उतरण्यासाठी मोठी कसरत करावी लागते. आता तर लोकलप्रमाणे मेट्रोचे प्रवासी अगोदरच गाडीमध्ये बसून येऊ लागले आहेत. सायंकाळी साकीनाका, मरोळचे प्रवासी अंधेरीला जाण्यासाठी घाटकोपरकडे येणाऱ्या गाडीत बसून येतात. गाडीतून न उतरता ते थेट पुन्हा परतीचा प्रवास करत वर्सोवाकडे जात आहेत. यामुळे गाडीत आणखी गर्दी वाढू लागली आहे.

२०३१ पर्यंत मेट्रो १ मार्गावरून दररोज आठ लाख ८३ हजार प्रवासी प्रवास करतील, असा अंदाज एमएमआरडीएने वर्तविला होता. त्यामुळे मेट्रोच्या गर्दीच्या प्रश्नाकडे प्रशासन आणि सरकारने दुर्लक्ष केल्यास भविष्यात प्रवाशांचा प्रवास अधिक खडतर होईल. त्यामुळे प्रवासी सेवेसाठी वेळीच उपाययोजना करण्याची गरज निर्माण झाली आहे.

असतील, तर अशा प्रकारांना अडथळा निर्माण होतो. कोणताही व्हिडिओ, फोन कॉल किंवा मेसेज आला, की लगेच त्यावर विश्वास ठेवू नये. त्या माहितीची खात्री करणे गरजेचे आहे. समोरची व्यक्ती खरंच तीच आहे का, हे स्वतः तपासून पाहिलं पाहिजे. शक्य असेल तर त्या व्यक्तीशी थेट किंवा दुसऱ्या मार्गाने संपर्क साधावा. कोणी पैसे मागत असेल किंवा महत्त्वाची वैयक्तिक माहिती - जसे की बँक खाते क्रमांक, आधार क्रमांक, ओटीपी झ्व विचारत असेल, तर ती देण्याआधी काळजीपूर्वक विचार करावा. आताच्या काळात चेहरा किंवा आवाज केवळ ओळख पटवण्यासाठी सुरक्षित माध्यम राहिलेले नाहीत. हे दोन्ही एआयच्या मदतीने बनावट तयार करता येतात. त्यामुळे ओळख पटवण्यासाठी एकाच गोष्टीवर विसंबून न राहता, एकापेक्षा अधिक पद्धती वापरणं आवश्यक आहे. जसं की, पासवर्डसोबतच मोबाईलवर येणारी पुष्टी (ओटीपी), बोटचा ठसा, डोळ्याचा स्कॅन किंवा खास ठरलेला संकेत - अशा गोष्टींचा वापर करूनच खात्री करावी. हे उपाय सोपे असले, तरी खूप प्रभावी आहेत आणि फसवणुकीपासून वाचवू शकतात.

शाळा-महाविद्यालयांमध्ये नव्या पिढीला याबाबत जागरूक करण्यासाठी प्रशिक्षण द्यावे लागेल. माध्यमांचीही जबाबदारी वाढते. त्यांनी वेळेवेळी जनजागृती मोहिमा राबवून, बनावट व्हिडिओ आणि प्रचारांचे स्वरूप उघड करणे आवश्यक ठरते. एआय ही केवळ संगणकावर चालणारी प्रणाली नसून ती मानवाच्या नैतिकतेच्या परीक्षणाची संधीही आहे. आपण याचा उपयोग समाजहितासाठी करणार की विध्वंसासाठी हे आपणच ठरवले पाहिजे. कृत्रिम बुद्धिमत्ता हे तंत्रज्ञान आहे, दैवत नव्हे. त्यामुळे त्याच्या वापराबाबत निर्णयही माणसालाच घ्यावे लागतील. तंत्रज्ञान अटळ आहे, त्याचप्रमाणे त्याचा गैरवापर टाळण्याची जबाबदारीही आपलीच आहे. त्यामुळे प्रत्येक नागरिकाने सजग राहून, आपल्या भोवती ज्ञान आणि संवेदनशीलतेचं बळकटीकरण केलं पाहिजे. कारण आज समोर उभे असलेले हे धोके केवळ सायबर गुन्हापुरते मर्यादित नाहीत, तर ते समाजाच्या एकूण मूल्यव्यवस्थेला, विश्वासाला आणि स्थैर्याला हादरवू शकतात. त्यामुळे वेळीच सावध होणं गरजेचं आहे.

पडताळणीचे शिवधनुष्य



महाराष्ट्र पाठोपाठ बिहारमधील मतदारयादीच्या पडताळणीवरून वादाच्या भोवऱ्यात सापडलेल्या केंद्रीय निवडणूक आयोगाने देशभरातील मतदारयाद्यांच्या पडताळणीचे शिवधनुष्य उचलण्याचा विचार मांडला आहे. तो प्रत्यक्षात आल्यास देशातील निवडणूक सुधारणा आणि एकंदर लोकशाही बळकटीकरणासाठी उचललेले ते मोठे पाऊल ठरेल. मात्र, त्यातील तांत्रिक, कायदेशीर आणि व्यावहारिक अडचणी पाहता ते पूर्णत्वास जाण्याच्या मार्गात अडचणींचे डोंगर उभे आहेत. गेल्या काही काळातील नव्या खाब्यानुसार निवडणूक आयोगाने 'सूत्रांमार्फत' हा पडताळणीचा खडा टाकून पाहिल्याचे सध्या तरी दिसते; त्यामुळे अधिकृत घोषणा झाल्यावरच याविषयी स्पष्टता येईल. मात्र, राजकीय अभिनिवेशापासून दूर राहून आणि पारदर्शकपणे हा कार्यक्रम नेटाने राबवला, तर सध्या मतदारयाद्यांच्या जुन्या दुखण्यातून निवडणुकीची सुटका होईल. बिहारमधील यादी पडताळणी कार्यक्रमाविषयी घेण्यात आलेल्या आक्षेपांवरील खटल्याचा अंतिम निकाल लागलेला नसला, तरी अशी पडताळणी करण्याचा आयोगाला अधिकार आहे, हे न्यायालयाने स्पष्ट केल्यानंतर आयोगामधून देशभरातील मोहिमेची कल्पना पुढे आली असून, येत्या २८ जुलैपासून त्याला सुरुवात होण्याचे संकेतही देण्यात येत आहेत. मतदारयाद्या दिव्य करणे ही सत्तार चालणारी प्रक्रिया आहे. मात्र, शंभर कोटींच्या आसपास मतदार असलेल्या भारतात अचूक आणि अद्यावत मतदारादी तयार करण्यातील अडचणी अनंत आहेत. या कामासाठी निवडणूक आयोगाकडे स्वतःचे पूर्णवेळ मनुष्यबळ नाही आणि ते परवडणारेही नाही. निवडणुकीच्या कार्मासाठी शिक्षक व अन्य कर्मचारी वगळता विविध राज्यांतील महसूल विभागाचे कर्मचारी दैनंदिन कामे सांभाळून ही कामे करतात. आता लवकरच जनगणनेचेही काम सुरू होईल. त्यासोबतच मतदारयाद्यांची पडताळणी होणार, की त्यासाठी स्वतंत्र मनुष्यबळ वापरणार, हा प्रश्न आहे. खेड्यापाड्यांतील लाखो मतदारांकडे पूरक कागदपत्रे नसणे, मतदारयाद्यांतील दुबार नावे, मयत मतदारांची नावे वाळवली न जाणे अशा अनेक समस्या आहेत. १८ वर्षे पूर्ण केलेल्या अनेकांचा वारंवार अर्ज करूही यादीत समावेश होत नसल्याच्या असंख्य तक्रारी आहेत. अनेकांच्या नाव-पत्त्यांच्या तपशिलात चुका आहेत. अशा सगळ्या अडचणी वेळेवेळी दूर करणे, ही अवघड बाब आहे. यापूर्वी पश्चिम बंगाल, उत्तर प्रदेश, तसेच तमिळनाडू, केरळ व कर्नाटक येथे मतदारयादी पडताळणी मोहिमा हाती घेण्यात आल्या; मात्र त्यामध्येही अनेक वाद उद्भवले होते. बिहार निवडणुकीच्या तोंडावर हाती घेतलेली मोहीम प्रामुख्याने अत्यंत कमी वेळ देण्याने आणि कागदपत्रांबाबत आयोगाने घेतलेल्या आडमोठ्या भूमिकेमुळे वादात सापडली आहे. त्यामध्ये मतदारांकडे आधार किंवा रेशनकार्ड असले, तरी सन २००३ नंतरच्या मतदारांना जन्मनोंदणी प्रमाणपत्राची सक्ती अव्यवहार्य ठरली आहे. निवडणुकीच्या तोंडावर यातून मोठ्या संख्येने नावे वगळण्याचा हा डाव असल्याची टीका विरोधकांनी केली आहे. आता सर्वोच्च न्यायालयाने स्थापितला नकार दिल्यानंतर येत्या महिन्याअखेरीपर्यंत सुरू राहणारी ही मोहीम देशभरातील पडताळणीसाठी 'रंगीत दारोमी' ठरू शकते; मात्र प्रथमदाली त्यात अडचणींची मालिकाच दिसते.

काडेपेटीचा शोध चूल पेटवण्यासाठी लागला, पण याच काडेपेटीने जर कुणाचे घर जळाले तर? चाकूचा शोध गवत, भाजी कापण्यासाठी लागला, पण याच चाकूने कुणाची मान कापली तर? यात शोध लागण्याचा काय दोष? कुत्रिम बुद्धिमत्ता अर्थात आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स (एआय) तंत्रज्ञानाच्या बाबतीत सध्या असेच घडत आहे. या तंत्रज्ञानाला दोष देत आता काही मंडळी बोट मोडत आहे. खरं तर, काही दशकांपूर्वीपर्यंत केवळ विज्ञानकथांमध्ये उल्लेखले गेलेले हे तंत्रज्ञान आज आपल्या दैनंदिन जीवनाचा अविभाज्य भाग बनले आहे.

या तंत्रज्ञानाने मानवी निर्णयक्षमता, संवाद, शिकण्याची प्रक्रिया आणि भावनांचा अभ्यास करून त्याचे अनुकरण करणारी एक स्वतंत्र व्यवस्था निर्माण केली आहे. शिक्षण, वैद्यकीय उपचार, वाहतूक व्यवस्था, उद्योगक्षेत्र, शेती आणि अगदी अंतराळ संशोधनापर्यंत हे तंत्रज्ञानाचा अचूक आणि प्रभावी वापर होत आहे. काही सेकंदांत रुग्णाच्या आरोग्यविषयक अहवालाचे विश्लेषण करून निदान देणारे यंत्र, शाळांमध्ये व्यक्तिगत अध्ययन पद्धती उभारणारी प्रणाली, उत्पादन क्षेत्रात कार्यक्षमता वाढवणारे रोबोट, यातून या यंत्रमानवसमान बुद्धिमत्तेची ताकद अधोरेखित होते. मात्र, एखादे शस्त्र जेथे शस्त्रक्रिया करू शकते, तिथेच ते जीव घेऊ शकते याच न्यायाने, हे तंत्रज्ञानही गुन्हेगारीच्या मार्गावर वळते, तर त्याचे परिणाम किती भयावह असतील, हे पाहायला फारसा वेळ लागलेला नाही. सध्या आपण अशा टप्प्यावर आहोत, जिथे 'खरे' आणि 'खोटे' यामधील सीमाभ्रंश अगदी अस्पष्ट होऊ लागली आहे आणि हे घडवून आणत आहे, ते म्हणजे एआय तंत्रज्ञानातील एक नवसंशोधन 'डीपफेक'.

आजच्या घडीला सायबर गुन्हेगार या डीपफेकच्या माध्यमातून केवळ एखाद्याचा चेहरा हुबेहूब बनवत नाहीत, तर त्याचा आवाज, बोलण्याची शैली, हावभाव, संवादाची लय इतक्या बारकाईने नक्कल करतात, की सामान्य माणसाला ती व्यक्ती खरी आहे यावर पूर्ण विश्वास बसतो. याच विश्वासाचा गैरफायदा घेत, फसवणुकीचे अनेक भयंकर प्रकार समाजसमोर येत आहेत. महाराष्ट्रातील छत्रपती संभाजीनगर येथे नुकत्याच उघडकीस आलेल्या प्रकरणात याचे भीषण वास्तव अधोरेखित केले आहे.

खोटे चेहरे, खोटे आवाज.. एआयच्या माध्यमातून 'विश्वास'घात!



राज्यातील एक प्रतिष्ठित आणि कर्तव्यदक्ष अधिकारी, विश्वास नांगरे पाटील यांचा चेहरा आणि आवाज एआयच्या माध्यमातून हुबेहूब तयार करून एका सेवानिवृत्त सरकारी अधिकाऱ्याच्या दाम्पत्याची तब्बल ७८ लाख रुपयांनी फसवणूक करण्याचा प्रकार नुकताच उघडकीस आला. एआयच्या माध्यमातून होणाऱ्या 'विश्वासघाताचा' हा प्रकार सांगानाच खडबडून जाग करणारा आहे. आज केवळ चेहरा आणि आवाजाचाच वापर होत आहे. भविष्यात संपूर्ण आभासी माणूस उभा केला जाईल. त्यामुळे या तंत्रज्ञानाकडे आतापासूनच सजगपणे बघणे गरजेचे आहे.

समाजात तणावाचे वातावरण तयार होते.

केवळ व्हिडिओच नव्हे, तर खोट्या कॉल्सच्या माध्यमातूनही फसवणूक केली जाते. बँकेचा अधिकारी म्हणून बोलत असल्याचे भासवून, एआयच्या सहाय्याने हुबेहूब आवाजात संवाद साधला जातो आणि खात्याची माहिती, ओटीपी, आधार क्रमांक गोळा करून पैसे लंपास केले जातात. आजवर अनेक सायबर गुन्हेगारांनी बनावट नोकरीच्या जाहिराती, बनावट एचआर अधिकारी, 'खोट्या मुलाखती आणि त्यानंतर 'प्रोसेसिंग फी'च्या नावाखाली लुबाडणूक केली आहे. काही वेळा एआयच्या सहाय्याने एखादा आकर्षक चेहरा तयार करून, त्या आभासी व्यक्तीशी भावनिक नातं निर्माण करून फसवणूक घडवली जाते. समाजात या नव्या स्वरूपातील गुन्हांचे प्रमाण इतके वाढते आहे की, पारंपरिक फसवणूक प्रकार या तुलनेत फिके वाटावेत.

भविष्यात एआयची ही क्षमता इतकी अधिक बळकट होईल की, प्रत्यक्ष व्यक्तीची गरजच उरणार नाही. कोणताही सार्वजनिक चेहरा वापरून त्याच्याशी संबंधित नसलेल्या गोष्टी प्रसारित करणं सहज शक्य होईल. उदा. एखाद्या राजकारण्याच्या मुखातून चुकीचे विधान करून जनतेत संभ्रम निर्माण करणं, एखाद्या उद्योगिकाच्या आवाजात खोटे आदेश देऊन कोट्यवधींचा अपहार करणं, किंवा एखाद्या सामाजिक कार्यकर्त्यांच्या चेहऱ्याचा वापर करून चुकीचा संदेश देणं हे सर्व काही सहज शक्य होईल. हे प्रकार केवळ फसवणूक नाही, तर सामाजिक तणाव, गोंधळ, आर्थिक आणि राजकीय अस्थिरता यांना खतपाणी चालणारे ठरू शकतात. एआयवर सध्या जगभर संशोधन सुरू आहे आणि या संशोधनातून अधिक वास्तवदर्शी आभासी चेहरे, आत्मनिर्भर संवाद प्रणाली आणि शिकणारे यंत्रमानव तयार होत आहेत. हे यंत्रमानव केवळ संवादास साधत नाहीत, तर समोरच्या व्यक्तीच्या भावना, शब्दांचा लہजा,

त्वचेच्या संसर्गापासून मुक्ती मिळवण्यासाठी घरगुती उटणे



साहित्य :

एक वाटी मसूर डाळीचे पीठ, कच्चे तांदूळ एक चतुर्थांश कप, आठ बदाम, अर्धा कप गव्हाचा सांजा, चिमूटभर हळद, गुलाबपाणी
कृती व वापरण्याची पद्धत
 ■ मसूर डाळ, तांदूळ आणि बदाम बारीक वाटून त्याची पुड तयार करा. ■ या पावडरमध्ये गव्हाची भरड आणि हळद घाला. ■ या मिश्रणात पाणी किंवा गुलाबपाणी घालून पेस्ट बनवा. ■ ही पेस्ट चेहरा, मान आणि हातावर लावा.
 ■ वाळत्यावर पाण्याने धुऊन घ्या. ■ आठवड्यातून एकदा या उटण्याचा वापर करावा.

हे कसे कार्य करते?

त्वचेच्या सौंदर्यवर्धनासाठी प्राचीन काळापासून उटण्यांचा वापर केला जात आहे. हे त्वचेवरील घाण दूर करण्यास मदत करतं. हळदीत आढळणाऱ्या अँटिसेप्टिक गुणधर्मांमुळे त्वचेचं संसर्गापासून संरक्षण होतं. बदाम त्वचेचं पोषण करून रंग उजळण्यास मदत करतो.

अंधोळ केल्यानंतर मिळणारा फ्रेशनेस कशातच नाही. दिवसातून किमान एकदा तरी आपण अंधोळ करतो. अंधोळ केल्यानंतर अंग पुसण्यासाठी आपण टॉवेलचा उपयोग करतो. तुम्ही वापरत असलेला टॉवेल तुमचे शरीर पुसण्याचे काम करतो, पण याशिवाय तुमच्या शरीरावरील मळ काढण्यासही मदत करतो. पण जर तुम्ही तुमच्या टॉवेलची योग्य काळजी घेतली नाही तर मात्र हाच टॉवेल तुमच्या त्वचेचा शत्रू बनू शकतो. आज आम्ही तुम्हाला याबद्दल अधिक माहिती देणार आहोत. त्यामुळे तुम्हीही टॉवेल कसाही वापरत असाल तर हे नक्की वाचा.

...तर तुमचा टॉवेल बनू शकतो तुमच्या त्वचेचा शत्रू

टॉवेल वापरत असाल तरीदेखील तुम्ही हा टॉवेल सहा महिन्यांनी काढून टाकायला हवा. जास्तीत जास्त सहा महिने आणि कमीत कमी ३ महिने तुम्ही टॉवेल सतत वापरत राहिलात तर तुमच्या त्वचेवरही मळ साचत राहील. त्यामुळे तुम्हाला स्वच्छ करणाऱ्या टॉवेलची स्वच्छताही तितकीच महत्त्वाची आहे. आठवड्यातून किमान दोन वेळा तरी तुमचा टॉवेल धुणे अपेक्षित असते. जर तुमचा टॉवेल पातळ असेल तर तुम्ही तो रोज धुतला तर फारच उत्तम.

आता आली फेकून देण्याची वेळ

टॉवेल कितीही

चांगला वाटत

असला तरी त्याला

वापरण्याचीही

काहीतरी मर्यादा आहे.

तुम्ही वर्षानुवर्षे एकच

टॉवेल वापरू शकत

नाही. तुम्हाला

कालांतराने टॉवेल

फेकण्याचीही गरज

असते. तुम्ही

कॉटन किंवा

टर्किश

कोणताही

तुमची त्वचा ही फारच

नाजूक असते. कोणतेही

कॉस्मेटिक वापरताना तुम्ही

अगदी पारखून सगळ्या

गोष्टी तपासता. पण मग

टॉवेलबाबतीत का नाही ?

तुम्हाला लवकर वाळणारा

टॉवेल हवा असेल तर तुम्ही

पंचा किंवा पातळ

टॉवेलची निवड

करा. जर

तुम्हाला

मऊ

असा

टॉवेल

हवा

त्या टॉवेलवर काही

जंतू असतील

असेल तर तुम्ही टर्किश टॉवेलचा वापर करा. आता तुमच्या आवडीवर टॉवेलची निवड अवलंबून आहे.

सूर्यप्रकाश महत्त्वाचा

अनेकांना टॉवेल वाळत

घालण्याचा कंटाळा असतो.

पण तुमच्या टॉवेलसाठी

करत असाल

तर ते तुमच्या

त्वचेसाठी

फारच वाईट

आहे. कारण

दोन ते तीन

जणांनी

एकच टॉवेल

वापरला

तर तुम्हाला

संसर्ग होण्याची शक्यता

अधिक असते. त्यामुळे

तुम्ही कधीही एकच टॉवेल

दोन ते तीन जणांमध्ये

वापरू नका. तुम्हाला त्वचा

विकार जडण्याची शक्यता

यामध्ये अधिक असते.

आता तुम्हाला टॉवेल हा

अंधोळीपुरता वाटत असला

तरी त्याचे महत्त्व काय

ते नक्कीच कळलं

असेल, त्यामुळे यापुढे

याची अधिक खबरदारी

घ्या.

असतो. तसेच

शरीराच्या

आवश्यकतेपेक्षा

७.३ ग्रॅम जास्त मीठ

खात असाल, तर टाइप २

डायबेटिसचा धोका वाढून तो

७२ टक्क्यांवर पोहोचतो.

जास्त मीठ खाल्ल्याने होऊ शकतो मधुमेह

मधुमेहापासून स्वतःला दूर ठेवायचे असेल तर केवळ साखर खाणे सोडून चालणार नाही. कारण, नुकत्याच करण्यात आलेल्या एका नव्या संशोधनानुसार जास्त मीठ खणेली बन् शकते मधुमेहाचे

कारण. संशोधकांच्या मते जास्त मीठ म्हणजे सोडियम खाल्ल्याने उच्च रक्तदाबाची समस्या निर्माण होते. मात्र, आता नव्या संशोधनामुळे जास्त मीठ खाने हे कारण मधुमेह हा

आजार होण्यात महत्त्वाची भूमिका पार पाडते. लिस्बनमध्ये आयोजित युरोप असोसिएशन फॉर द स्टडी ऑफ डायबेटिसच्या वार्षिक बैठकीत यासंबंधी माहिती देण्यात आली.

जे लोक दिवसभरात २.५ ग्रॅमपेक्षाही जास्त मीठ खातात, त्यांना टाइप २ डायबेटिसचा धोका ४३ टक्क्यांहून अधिक



दुधाबरोबर मध घेण्याचे फायदे जाणून घेऊया

आपल्याला हे माहीतच आहे की, नियमित दूध पिणं आरोग्यासाठी फायदेशीर आहे; परंतु जर आपण दुधात मध घातले तर त्याचा फायदा दुपटीने होतो. असे केल्यास आरोग्यविषयक समस्यांपासून आपण मुक्त होऊ शकतो.

■ दररोज एक कप दुधात मध घालून प्यायल्याने शारीरिक आणि मानसिक आरोग्यासाठी फायदेशीर असते. हे दोन्ही प्रकारच्या क्षमता वाढवण्यास उपयुक्त आहे.

■ अनिद्रेची समस्या असल्यास रात्री कोमट दुधात मध टाकून घ्या, असे केल्यास अनिद्रेची समस्या नाहीशी होते आणि त्वरित आराम मिळतो.

■ पचन सुधारण्यासाठी दुधात मध घालून पिण्याने बद्धकोष्ठतेच्या त्रासापासून सुटका होते.

■ दुधात प्रथिने आणि कॅल्शियम भरपूर प्रमाणात असतात आणि मध रोग प्रतिकारक शक्ती वाढवण्यास सक्षम असतं. यांना एकत्र करून प्यायल्याने उत्तम आरोग्य पर्याय असल्याचे सिद्ध करतात.

■ ताणतणाव दूर करण्याचे हे एक उत्तम साधन आहे. कोमट दुधात मध घालून प्यायल्याने प्रजनन क्षमता आणि शुक्राणूंची संख्या वाढविण्यास मदत होते.



केसगळती ही काही प्रमाणात प्रत्येकामध्ये आढळून येते. केसगळतीचे प्रमाण दिवसाला १०० पेक्षा अधिक असल्यास ती समस्या गंभीर आहे. या समस्यांचे एक कारण म्हणजे टाळूला होणारा अपुरा रक्तप्रवाह! मग त्यावरचा एक उपाय म्हणजे टाळूला मसाज करा.

कसे आहे फायदेशीर ?

डॉ. एच. के. भाकरू यांच्या 'होम रेमेडीज फॉर कॉमन इलमेंट्स' या पुस्तकात लिहिल्यानुसार थंड पाण्याने केस धुतल्यानंतर टाळूवर हातांच्या बोटांनी मसाज करावा. यामुळे डोक्झावळील रक्तवाहिन्यांना चालना मिळाल्याने रक्तप्रवाह सुधारतो. परिणामी केसांची वाढदेखील सुधारते.

■ मुलतानी माती बारीक करून सायीत मिसळून चेहऱ्यावर तसेच कोपरावर लावल्यास रंग उजळतो.

■ तीन चार बदाम आणि दहा बारा

देशी गुलाबाच्या पाकळ्या वाटून त्यात एक चमचा साय मिसळून ते मिश्रण चेहऱ्यावर लावल्यास चेहऱ्यावरच्या सुरकुत्या आणि काळे डाग नाहीसे होतात.

■ सायीत समुद्र फेसची बारीक पावडर मिळवून लावल्यास

केसगळती रोखणारा 'वन मिनिट' उपाय!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी

टाळूला मसाज करणे हा

केसगळती रोखण्याचा एक

सहज-सोपा घरगुती उपाय

आहे. मग केसगळती

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका !

तुम्ही काय कराल ?

तुमच्या सोयीनुसार पाण्याचे

तापमान, शाम्युने केस धुवा. मात्र

शेवटी ते कोमट किंवा साध्या पाण्याने धुवून

ठेवा. यामुळे केस गुंठण्याची शक्यता कमी होते.

केसांचे गुंठणे रोखण्यासाठी करून पहा हे उपाय.

काही वेळाने केस टॉवेलने पुसा आणि कोरडे

करा. त्यानंतर हाताच्या बोटांनी गोलाकार दिशेने

मसाज करा.

खबरदारीचा उपाय

मसाज करताना तो हळूवार आणि समान

प्रमाणात असावा. खूप जोरजोरात केस घासणे,

मसाज करताना नखांचा वापर करणे

टाळ. यामुळे केसांचे नुकसान होऊ

शकते.

चेहऱ्यावरची मुरमे बरी होतात.

■ मोसंबी किंवा संत्र्याची सालं वाटून त्यात

साय मिसळून त्याचा लेप लावल्यास त्वचा

मुलायम व स्वच्छ होते.

■ एक चमचा साय व एक चमचा

सफरचंदचा रस एकत्र करून फेटून हलक्या

हाताताने चेहऱ्यावर मालीश केल्यास चेहऱ्याचा रंग

उजळतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

■ सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

दही कधी खावे?

संपूर्ण वर्षभरामध्ये ज्या ऋतूमध्ये दही अगदी निषिद्ध समजले पाहिजे, असा ऋतू म्हणजे वसंत. वसंत म्हणजे थंडीनंतर येणारा उन्हाळा, सध्या सुरू असलेले दिवस. वसंत ऋतूमधील कफ प्रकोपाचा विचार करता पाळावयाचा नियम म्हणजे दही वर्ज्य करणे. शरीरामध्ये कफ वाढवणारे दही वसंत ऋतूमध्ये सेवन करण्याचा निषेध शास्त्राने केला हे स्वाभाविकच आहे. वसंत ऋतूमधील दह्याचे काही विशिष्ट गुणदोष असतात. ते दही गोड व आंबट चवीचे असते. गोड व आंबट हे दोन्ही रस वसंतामध्ये टाळणे अपेक्षित आहे. ते शरीरामध्ये स्निग्धत्व वाढवणारे असते. वसंत ऋतूमध्ये स्निग्धत्व वाढवणारा आहार टाळायचा असतो. याशिवाय वसंतातल्या दह्याचा अजून

