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 -०४ ● अंक-३६० ● मुंबई, गुरुवार, ३१ जूले २०२५ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

इस्त्रो-नासाच्या निसार पृथ्वी निरीक्षण उपग्रहाचे श्रीहरिकोटा येथून यशस्वी प्रक्षेपण

■श्रीहरिकोटा । प्रतिनिधी,

भारताच्या इस्त्रो आणि अमेरिकेच्या नासा या अंतराळ संशोधन संस्थांनी संयुक्तपणे विकसित केलेला निसार अर्थात नासा इस्त्रो सिंथेटिक ॲपर्चर रडार उपग्रह श्रीहरिकोटा येथून प्रक्षेपित करण्यात आला आहे. हा २३९३ किलो वजनाचा उपग्रह आहे. श्रीहरिकोटा स्पेसपोर्टवरील दुसऱ्या लाँच पॅडवरून ५१.७ मीटर उंच, तीन-स्टेज GSLV-F16 रॉकेट वापरून उपग्रहाचे यशस्वी प्रक्षेपण करण्यात आले. भारतीय वेळेनुसार निसार या उपग्रहाचे संध्याकाळी ५. ४० वाजता प्रक्षेपण झाले. नवी कौशल्यांचे आणि दोन्ही अंतराळ संस्थांमधील सॉफ्टवेअर आणि हार्डवेअरच्या दशकभराच्या देवाणघेवाणीचे संयोजन असलेला निसार उपग्रह निश्चित केलेल्या कक्षेतून पृथ्वीचा अभ्यास करणार आहे.

इस्त्रोने यापूर्वी पृथ्वीचा अभ्यास करण्यासाठी अनेक मोहिमा (रिसोर्ससॅट, आरआयएसएटी) पाठवल्या आहेत, परंतु त्या भारतीय भूभागावर कार्यात्मकदृष्ट्या केंद्रित होत्या.

निसार मोहीम जागतिक स्तरावर पृथ्वीचा अभ्यास करण्यासाठी डिझाइन केलेली आहे आणि आंतरराष्ट्रीय वैज्ञानिक समुदायाला माहिती प्रदान करेल, असे इस्त्रोने सांगितले. हा उपग्रह हिमालय, अंटार्क्टिका आणि उत्तर आणि दक्षिण ध्रुवांवरील जंगलातील गतिशीलता, पर्वतांचे बदल आणि हिमनदीच्या हालचालींमधील हंगामी बदलांचा अभ्यास करण्यास सक्षम असेल. या मोहिमेद्वारे अमेरिका आणि भारतीय विज्ञान समुदायांच्या समान हिताच्या जमीन आणि बर्फाचा अभ्यास केला जाईल. तसेच जमीन परिसंस्था आणि महासागरीय प्रदेशांचा अभ्यास केला जाईल. या मोहिमेसाठी जटिल पेलोड्स आणि मेनफ्रेम सिस्टीमची रचना, विकास आणि अंमलबजावणी ८ ते १० वर्षांच्या कालावधीत करण्यात आली. दोन्ही अवकाश संस्थांमधील शास्त्रज्ञांनी व्यापक सहकार्यात सहभाग घेतला. NISअफउपग्रहात सिंथेटिक ॲपर्चर रडार सा-ठी दुहेरी वारंवारता - नासाने प्रदान केलेले दोन L-बँड आणि ISRO ने प्रदान केलेले S-बँड - आहेत, ज्यामुळे मोठ्या प्रमाणात डेटा संग्रहित करणे शक्य आहे. एस-बँड एसएआर आणि एल-बँड एसएआर हे अनुक्रमे इस्त्रो आणि जेट प्रोपल्शन लॅबोरेटरी, नासा, युनायटेड स्टेट्स येथे स्वतंत्रपणे विकसित, एकत्रित आणि चाचणी करण्यात आले आहेत.

मोदींना भाजपची गरज नाही! खासदार निशिकांत दुबेंचं स्फोटक विधान

■नवी दिल्ली । प्रतिनिधी,

भाजपचे खासदार निशिकांत दुबे यांनी दिलेल्या एका मुलाखतीत केलेल्या वक्तव्यामुळे राजकीय वर्तुळात चर्चेला उधाण आलं. भाजपला आता नरेंद्र मोदींची गरज नाही, उलट मोदींना आज भारतीय जनता पक्षाची गरज आहे, असं वक्तव्य करत त्यांनी सध्याच्या राजकीय समीकरणांवर प्रकाश टाकला. एनआयला दिलेल्या मुलाखतीत दुबे म्हणाले की, जनतेचा आणि भाजप कार्यकर्त्यांचा पंतप्रधान नरेंद्र मोदींवर प्रचंड विश्वास आहे. अबकी बार ४०० पार हे स्वप्न साकार होऊ शकलं असतं. जनता आमच्या सोबत होती. मात्र, काही ठिकाणी कार्यकर्त्यांनी अपेक्षित कामगिरी केली नाही. त्यामुळेच आम्ही

दिल्लीतील विजय 'टर्निंग पॉइंट'

दुबे यांनी सांगितलं की, त्या काळात हरियाणातील निवडणूक आमच्यासाठी अत्यंत महत्त्वाची होती. त्यासाठी संघटनेत सातत्य आवश्यक होतं. नंतर पाकिस्तानच्या संदर्भात एक वेगळंच वातावरण निर्माण झालं होतं. दिल्लीमध्येही भाजपला २७ वर्षांनंतर सत्ता मिळाली. अरविंद केजरीवाल यांना हरवणं अत्यंत कठीण होतं, पण ते आम्ही शक्य केलं. दुबे यांनी राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाबद्दलही स्पष्ट भूमिका मांडली. RSS नाराज नाही. त्यांनी जो काही अजेंडा ठरवला होता, तो मोदींनी पूर्ण केला. ३७० कलम हटवलं, राम मंदिर उभारलं. मग ते नाराज कसे असतील?

मोठं राजकीय पाऊल

मोहन भागवत यांच्या ७५ वर्षांनंतर निवृत्ती घ्यावी या विधानावर भाष्य करत दुबे म्हणाले की, २००९ पासून मोहन भागवत यांनी पक्षाच्या विस्तारात मोलाचं योगदान दिलं आहे. त्याच वेळी त्यांनी नितीन गडकरी यांना पक्षाध्यक्ष केलं, जे दिल्लीत कधी राहिले नव्हते. संघाने जे झाड लावलं, त्याला फळं यायला लागली आहेत. मोदींच्या पंतप्रधानपदासाठी उमेदवारीच्या काळात झालेला अंतर्गत विरोधही दुबे यांनी स्पष्ट केला. मोदींची निवड सोपी नव्हती. पण संघानं, विशेषतः मोहन भागवत यांनी त्या वेळी धाडस दाखवत मोदींना पंतप्रधानपदाचा उमेदवार बनवलं. हे मोठं राजकीय पाऊल होतं.

भाजप-आरएसएस संबंधांवर चर्चा तापली

दुबे यांच्या या विधानांमुळे भाजप आणि आरएसएसमधील सध्याच्या नात्यांवर चर्चा पुन्हा सुरू झाली आहे. काही राजकीय विश्लेषकांच्या मते, दुबे यांनी मांडलेला मुद्दा म्हणजे संघटनेतील अंतर्गत असंतोषावर पडदा घालण्याचा प्रयत्न असू शकतो, तर काहींच्या मते हा मोदींच्या नेतृत्वावर विश्वास दर्शवण्याचा प्रयत्न आहे.

मुंबईत चेस चॅम्पियन दिव्या देशमुखचे भव्य स्वागत

■मुंबई । प्रतिनिधी,

मुंबई आंतरराष्ट्रीय विमानतळावर दिव्या देशमुखचे ऐतिहासिक विजय, फिडे महिला विश्वचषक २०२५ जिंकल्याबद्दल बुधवारी भव्य स्वागत करण्यात आले. अवघ्या १९ वर्षांच्या दिव्याने हा प्रतिष्ठित खिताब जिंकणारी पहिली भारतीय महिला बनून इतिहास रचला आहे. तिच्या आगमनाचे विमानतळ अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांनी मोठ्या अभिमानाने आणि उत्साहात स्वागत केले.विश्वचषक जिंकण्याव्यतिरिक्त, दिव्याला प्रतिष्ठित ग्रँडमास्टर पदवी देखील मिळाली आहे.

यामुळे ती भारताची ८८ वी ग्रँडमास्टर आणि ही उच्च पदवी मिळवणारी केवळ चौथी भारतीय महिला ठरली आहे. तिचा दुहेरी विजय केवळ भारतीय बुद्धिबळासाठीच नव्हे, तर देशभरातील महिला खेळांसाठी एक महत्त्वाचा टप्पा आहे. दिव्याचे यश आंतरराष्ट्रीय बुद्धिबळात भारताची वाढती प्रमुखता दर्शवते आणि देशातील खेळाडूंसाठी एक शक्तिशाली प्रेरणा म्हणून कार्य करते.

साईबाबांनी दिलेली ती नऊ नाणी नेमकी कोणाकडे? शिर्डीत वातावरण तापलं, साईभक्त आक्रमक

■ शिर्डी । प्रतिनिधी,

साईबाबांनी लक्ष्मीबाई शिंदे यांना दिलेली नऊ नाणी नेमकी कोणाकडे आहेत? हा वाद आता विकोपाला जाण्याची शक्यता आहे. शिर्डीमध्ये वातावरण चांगलंच तापलं आहे. साईबाबांनी लक्ष्मीबाई शिंदे यांना दिलेली नऊ नाणी नेमकी कोणाकडे आहेत? हा वाद आता विकोपाला जाण्याची शक्यता आहे. अरुण गायकवाड यांच्या बाजूने धमार्दाय आयुक्तांनी निकाल दिलाय, मात्र पत्रकार परिषदेत केलेल्या वादग्रस्त विधानामुळे अरुण गायकवाड यांच्या विरोधात शिडीर्चे ग्रामस्थ आक्रमक झाले आहेत, सकाळपासून निषेध आंदोलन करत ग्रामंस्थांनी जोरदार घोषणाबाजी केली, तसेच घरावर आणि गायकवाड यांच्या कार्यालयावर मोर्चा काढण्यात आला. मात्र पोलिसांनी ग्रामस्थांना वेळीच रोखल्याने मोठा अनर्थ टळला आहे, सध्या शिर्डीत तणावाचे वातावरण दिसून येत आहे. धमार्दाय आयुक्तांच्या चौकशी अहवालात देणगीचा तपशील आणि विनीयोग तसेच नऊ नाणे हे अरुण गायकवाड अध्यक्ष असलेल्या ट्रस्टकडे असल्याचं म्हटलं आहे. मात्र त्यानंतर घेतलेल्या पत्रकार परिषदेत अरुण गायकवाड यांनी आपल्याकडची नाणी खरी असल्याचा दावा करत, शिंदे कुटूंबाकडे असलेली नाणी खोटी असल्याचं म्हटलं आहे, यावेळी बोलताना त्यांनी साईबाबांचा डीएनए करा म्हणजे खरं खोटं समोर येईल, असं वादग्रस्त वक्तव केल्यानं वाद निर्माण झाला होता, त्यानंतर चूक लक्षात आल्यानंतर अरुण गायकवाड यांनी जाहीर माफी देखील मागितली आहे.

मात्र या वक्तव्या विरोधात ग्रामस्थ चांगलेच आक्रमक झाले असून, अरुण गायकवाड यांचा निषेध केला जात आहे. आंदोलकांनी घोषणाबाजी करत अरुण गायकवाड यांचे घर आणि दुकान तोडण्याचा निर्धार करत मोर्चा काढला, मात्र पोलीसांनी हस्तक्षेप करत कायदा हातात घेऊ नये अशी विनंती ग्रामस्थांना केली, यावेळी आंदोलकांनी अरुण गायकवाड यांच्या फोटोला पायाखाली तुडवत आणि शाई ओतत निषेध केला, त्यानंतर अरुण गायकवाड यांनी साई भक्तांची माफी देखील मागितली आहे.

समुद्राचे पाणी पिण्यायोग्य होणार; मुंबई महानगरपालिकेने हाती घेतला महत्त्वाचा प्रकल्प!

■मुंबई । प्रतिनिधी,

समुद्राचे पाणी गोड करण्यासाठी मुंबई महानगरपालिका वर्सोव्यात प्लांट उभारणार आहे. या प्रकल्पाच्या माध्यमातून मुंबईला दररोज ४०० एमएलडी पिण्याचे पाणी मिळेल, असा दावा मुंबई महानगरपालिकेच्या अधिकाऱ्याने केला आहे. या प्रकल्पासाठी खाजगी गुंतवणूक आणि तज्ज्ञांची मदत घेतली जाईल, अशी माहिती आहे. एका अधिकाऱ्याने दिलेल्या माहितीनुसार, समुद्रातील पाणी गोड करण्यासाठी वसोर्वा हे भौगोलिकदृष्या मनोरीपेक्षा चांगले आहे. हा प्रकल्पाचा प्रारंभिक टप्पा आहे. लवकरच परिस्थिती स्पष्ट होईल. मालाडमधील मनोरी येथे समुद्राचे पाणी गोड करण्यासाठी आंतरराष्ट्रीय स्तरावर निविदा काढल्या जातील. परंतु, काही तांत्रिक त्रुटींमुळे गेल्या १८ महिन्यांपासून हा प्रकल्प रखडला आहे. दरम्यान, निविदा प्रक्रिया रद्द करावी लागली, ज्यामुळे हा प्रकल्प पुढे जाऊ शकला नाही. प्रकल्पावर ३ हजार ५२० कोटी खर्च करणारमनोरी प्रकल्पातून मुंबईला दोन टप्प्यात दररोज ४०० एमएलडी पाणी मिळण्याची अपेक्षा आहे. या प्रकल्पावर बीएमसी ३ हजार ५२० कोटी रुपये खर्च करणार आहे. समुद्राचे पाणी पियण्यायोग्य बनवण्यासाठी १ हजार ६०० कोटी रुपये खर्च केले जातील. याशिवाय, पुढील २० वर्षांसाठी त्याच्या देखभाल आणि दुरुस्तीसाठी १९२० कोटी रुपये खर्च केले जातील. अशाप्रकारे, समुद्राचे पाणी गोड पाणी बनवण्यासाठी या प्रकल्पावर एकूण ३ हजार ५२० कोटी रुपये खर्च केले जातील.

शुटिंग साहित्य चोरणाऱ्यांची 'शूट' संपली - गुन्हे शाखा कक्ष-३चे प्रभावी ऑपरेशन.

■विरार । प्रतिनिधी,

शुटिंग साहित्याचा (कॅमेरे) अप्रामाणिकपणे अपहार करणाऱ्या गुन्हेगारांना जेरबंद करण्यास गुन्हे शाखा कक्ष- ३ विरार यांना यश. अधिक माहितीनुसार दिनांक २२/०७/२०२५ रोजी ११.२० वाजता अनोळखी आरोपी यांनी स्वतःची खरी ओळख लपवुन फियार्दी यांना संपर्क करुन फियार्दी यांचा विश्वास संपादन करुन फियार्दीकडील शुटींगचे साहित्य (कॅमेरे) एक दिवसासाठी भाडयाने बुक केले. फियार्दी हे त्यांचे शुटींगचे साहित्यासह आरोपी यांच्या सोबत त्यांच्या गाडीतुन जात असतांना आरोपी यांनी नाश्ता करण्याचे बहाण्याने त्यांची कार विरारफाटा जवळील जार हॉटेल येथे थांबवल्याने फियार्दी हे हॉटेल मध्ये नाश्ता करण्यासाठी गेले असता आरोपी यांनी फियार्दी यांचे एकूण ११,१६,९००/- रुपये किंमतीचे शुटींगचे साहीत्य अपहार करुन घेवुन गेले म्हणुन या बाबत दिनांक २२/०७/२०२५ रोजी मांडवी पोलीस ठाणे गुन्हा नोंद करण्यात आला.

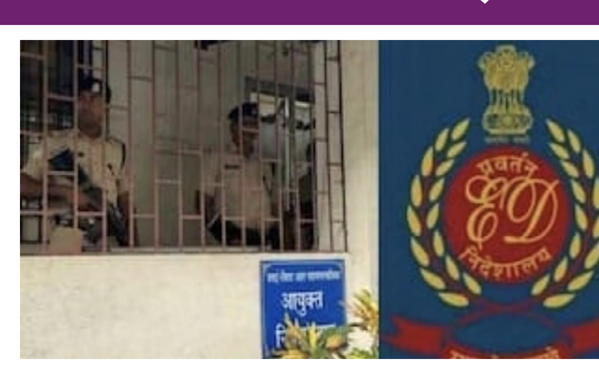
मा. वरिष्ठांनी सदर गुन्ह्यांची गांभियार्ने दखल घेवुन नमुद गुन्ह्यातील आरोपींचा लवकरात लवकर शोध घेवून सदरचा गुन्हा उघडकीस आणण्याबाबत सुचना केलेली होती. तरी मा. पोलीस उप आयुक्त गुन्हे, मा. सहाय्यक पोलीस आयुक्त गुन्हे यांनी दिलेल्या सुचना व आदेशान्वये सदर गुन्हयाचा समांतर तपास करीत असतांना असे आढळुन आले की, आरोपी यांनी गुह्यात वापरलेल्या वॅगनार कारची मुळ नंबरप्लेट ही गुन्हा करते वेळी बदलुन बनावट नंबरप्लेटचा वापर केल्याचे लक्षात आले. त्यामुळे भिवंडी, ठाणे व नवी मुंबई परिसरातील सुमारे १०० पेक्षा अधिक सी.सी.टी.व्ही. फुटेज तपासुन गुन्ह्याचे तांत्रिक विश्लेषन करुन इसम १) रुद्र श्रीकांत कोळी वय २० वर्षे, रा. रुम नं.४०६, चौथा माळा, डी विंग, वसंत विहार बिल्डींग, सुकापूर, पनवेल. २) विवेक ऋषीकेश सिंग वय २४ वर्षे, रा.रुम नं.९९२, सेक्टर ३६, सी वुड, नवी मुंबई यांना दिनांक २८/०७/२०२५ रोजी नेरुळ, नवी मुंबई येथुन ताब्यात घेतले. यांच्याकडे गुन्ह्यांच्या अनषंगाने चौकशी केली असता त्यांचा नमुद गुन्ह्यातील सहभाग निष्पन्न झाला आहे. तसेच नमुद आरोपींना सदरचा गुन्हा करण्यासाठी वापरलेली वॅगनार कार ही देखील हस्तगत करण्यात आली असुन नमुद आरोपी व गुन्ह्यातील वाहन पुढील कारवाई करीता मांडवी पोलीस ठाणे येथे हजर करण्यात आले आहे.

सदरची कामगिरी श्री. निकेत कौशिक, पोलीस आयुक्त सो., श्री. दत्तात्रय शिंदे, अप्पर पोलीस आयुक्त सो.. श्री. संदिप डोईफोडे, पोलीस उप आयुक्त सो. (गुन्हे), श्री. मदन बल्लाळ, सहा. पोलीस आयुक्त सो (गुन्हे) मि.भा. वि.व पोलीस आयुक्तालय यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोलीस निरीक्षक / शाहुराज रणवरे, स.पो.नि./सुहास कांबळे, पो.हवा./ मुकेश तटकरे, सागर बारवकर, प्रशांत पाटील, राकेश पवार, सुनिल पाटील, युवराज वाघमोडे, सुमित जाधव, पो.अं. / आतिश पवार, तुषार दळवी, मनोहर तारडे, म.सु.ब/ प्रविण वानखेडे, गणेश यादव, सागर सोनवणे सर्व नेमणुक गुन्हे शाखा कक्ष ३ व सायबर पोलीस ठाणेचे स. फौ. संतोष चव्हाण यांनी उकृष्टरित्या पार पाडली आहे.

वसई विरार महापालिकेच्या माजी आयुक्ताची तब्बल १८ तासानंतर ईडीकडून चौकशी पूर्ण

■वसई । प्रतिनिधी,

वसई-विरार महापालिकेतील माजी आयुक्त अनिलकुमार पवार यांच्या घरावर ईडीने (ED Raid) केलेली कारवाई आता पूर्ण झाली आहे. मंगळवारी (२९ जुलै) सकाळी ७.३० वाजता सुरु झालेली हि कारवाई अखेर तब्बल १८ तासानंतर पूर्ण झाली आहे. या कारवाईत ईडी ने कुणालाही ताब्यात घेतले नसून, काही कागदपत्र, हार्ड डिस्कमध्ये मोठा डाटा जमा करून घेतला असल्याची माहिती समोर आली आहे. रात्री दीड वाजता अधिकारी आयुक्त निवास्थानातून बाहेर पडले. त्यावेळी त्यांनी माध्यमांशी कोणतीही प्रतिक्रिया दिली नाही. त्यामुळे या सर्व चौकशीत काय मिळाले? याची अधिकृत माहिती मिळालेली नाही. या चौकशीत नेमके काय सापडले, कुणाचे धागेदोरे ईडी अधिकारी यांच्या हाताला लागले, हे मात्र ईडीच्या अधिकृत माहिती नंतर समोर येणार आहे. वसई-विरार महापालिकेतील माजी आयुक्त अनिलकुमार पवार यांच्या घरावर ईडीने (ED Raid) केलेली कारवाई आता पूर्ण झाली आहे. मंगळवारी (२९ जुलै) सकाळी ७ .३०वाजता सुरु झालेली हि कारवाई अखेर तब्बल १८ तासानंतर पूर्ण झाली आहे.



छाप्यात ८.६ कोटींची रोख रक्कम आणि २३.२५ कोटींचे दागिने व सोनं जप्त

मे महिन्यात एऊने मुंबई व हैदराबाद येथील १३ ठिकाणी धाड टाकली होती, त्यात ९.४ कोटींची रोख रक्कम, २३.२५ कोटींचे हिरे जडित दागिने व सोनं तसेच अनेक महत्त्वाचे कागदपत्रे जप्त केली होती. तपासात समोर आलं की, हे बेकायदेशीर बांधकाम श्श्टउ च्या अधिकाऱ्यांच्या संगनमताने झाले. मुख्य आरोपी म्हणून सिताराम गुप्ता, अरुण गुप्ता यांची नावे समोर आली आहेत. तसेच, श्श्टउ चे तत्कालीन उपनगररचना संचालक वाय. एस. रेड्डी यांच्या घरी टाकलेल्या छाप्यात ८.६ कोटींची रोख रक्कम आणि २३.२५ कोटींचे दागिने व सोनं जप्त करण्यात आले. या सर्व प्रकरणात श्श्टउ मधील अनेक अधिकारी, बिल्डर, आर्किटेक्ट तसेच बांधकाम माफियांच्या संगनमताने कार्यरत असल्याचे स्पष्ट झाले आहे. त्यामुळे या कारवाईचा फटका अजूनही अनेकांना बसण्याची शक्यता आहे.

या कारवाईत ईडी ने कुणालाही ताब्यात घेतले नसून, काही कागदपत्र, हार्ड डिस्कमध्ये मोठा डाटा जमा करून घेतला असल्याची माहिती समोर आली आहे. रात्री दीड वाजता अधिकारी आयुक्त निवास्थानातून बाहेर पडले. त्यावेळी त्यांनी माध्यमांशी कोणतीही प्रतिक्रिया दिली नाही. त्यामुळे या सर्व चौकशीत काय मिळाले? याची अधिकृत माहिती मिळालेली नाही.

या चौकशीत नेमके काय सापडले, कुणाचे धागेदोरे ईडी अधिकारी यांच्या हाताला लागले, हे मात्र ईडीच्या अधिकृत माहिती नंतर समोर येणार आहे. वसई विरार शहर महानगरपालिकेचे माजी आयुक्त अनिलकुमार पवार यांच्या शासकीय बंगल्यावर मंगळवारी (२९ जुलै) सकाळी ७. ३० वाजता सक्तवसुली संचालनालय (ED) च्या अधिकाऱ्यांनी छापा टाकला. ही कारवाई वसई विरार परिसरातील डम्पिंग ग्राऊंड येथे बांधण्यात आलेल्या बेकायदेशीर इमारतींच्या बांधकामाशी संबंधित मोठ्या आर्थिक गैरव्यवहाराच्या संदर्भात सुरू होती.

नातेवाईकांच्या घरीही ईडीची छापेमारी

मिळालेल्या माहितीनुसार, पवार यांची बदली होऊन अवघा एक दिवस उलटत नाही तोच एऊने ही धडक कारवाई केली आहे. २८ जुलैला निरोप समारंभ झाल्यानंतर पवार यांनी पालिकेतून सर्व कागदपत्रे घरी आणली आहेत. त्यामुळे आजची वेळ ईडी ने साधली असल्याच समजत आहे. या प्रकरणात एऊकडून पवार यांच्याशी संबंधित एकूण १२ ठिकाणी छापे टाकले जात असल्याची माहिती सूत्रांनी दिली. काल सायंकाळी पवार यांच्या या निवासस्थानी काही बांधकाम व्यावसायिक आणि कॉन्ट्रेकर यांची ही उपस्थिती होती. या धाडीत पवार यांच्या नातेवाईकांच्या घरी ही ईडी ची छापेमारी होत असल्याची खबर मिळत आहे.

२००९ पासून वसई विरार क्षेत्रात मोठ्या प्रमाणावर बेकायदेशीर इमारती

आतापर्यंतच्या एऊच्या तपासात समोर आलं आहे की २००९ पासून वसई विरार क्षेत्रात मोठ्या प्रमाणावर बेकायदेशीर निवासी आणि व्यावसायिक इमारती बांधण्यात आल्या. नालासोपारा पूर्वेकडील अधिकृत विकास आराखड्यात मलनिस्सारण प्रकल्प व कचरा डेपो यासाठी आरक्षित जमिनीवर एकूण ४१ बेकायदेशीर इमारती बांधण्यात आल्या होत्या. या इमारतींमध्ये खोटे मंजुरीपत्र तयार करून घरे विकण्यात आली. यामुळे सामान्य नागरिकांची मोठी फसवणूक झाली होती. त्याचीच चौकशी ईडी करत होती. बॉम्बे उच्च न्यायालयाने ८ जुलै २०२४ रोजी या सर्व ४१ बेकायदेशीर इमारती पाडण्याचे आदेश दिले होते. त्यानंतर रहिवाशांनी सर्वोच्च न्यायालयात याचिका दाखल केली होती. मात्र ती फेटाळण्यात आली. अखेर २० फेब्रुवारी २०२५ रोजी श्श्टउ कडून सर्व ४१ इमारती पाडण्यात आल्या होत्या.

संपादकीय...

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

डोईजड झाली 'बहीण'

राज्य सरकारच्या 'लाडकी बहीण' योजनेच्या भवितव्याविषयी ठराविक कालावधीनंतर नियमितपणे अनेक शंका व्यक्त होत असतात. ही योजना राबवणे सरकारच्या आवाक्याच्या बाहेर गेले असल्याचे सातत्याने नमूद होत आहे. त्यामुळे ही योजना बंद करण्याच्या मार्गावर सरकार जात आहे का, अशीही शंका व्यक्त केली जात असते. सरकार उसने अवसान आणून ही योजना बंद होणार नाही असे सांगत असले, तरी ही योजना सरकारला झेपेनाशी झाली आहे हे सातत्याने स्पष्ट होऊ लागले आहे. त्यासाठी आता वेगवेगळे निकष अवलंबत लाभार्थींची संख्या कमी करण्याचा प्रयत्न सुरू आहे. या योजनेचा लाभ काही हजार पुरुषांनी घेतल्याचीही बातमी मध्यंतरी आली होती. महिलांसाठीच्या योजनेचा लाभ खोटे नाव धारण करून पुरुषांनी घेणे हे चूकच आहे, त्यामुळे त्यांच्यावर सरकारने कारवाई करणे अपेक्षित आहे, पण त्याच वेळेला अन्यही कारणे दाखवून हा लाभ नाकारला जात असल्याच्याही तक्रारी येत आहेत. काही महिलांना सुरुवातीचे हप्ते आले पण त्यानंतर एकही हप्ता मिळाला नसल्याच्याही असंख्य तक्रारी आहेत. लाभार्थ्यांच्या यादीतून आपले नाव काढले गेले आहे किंवा कसे हेही त्यांना न कळवता त्यांचे हप्ते बंद झाले, त्यामुळे तिकडेही आरोडाओरड सुरूच आहे. या योजनेचे हप्ते देण्यासाठी विविध मंत्रालयाकडील निधी वर्ग केला जात असल्याने त्या त्या खात्याचे मंत्री नाराजी व्यक्त करीत असल्याच्या बातम्याही अधूनमधून येत असतात. मग सरकार त्यात मखलाशी करून त्या खात्यामार्फत ज्या योजना चालवल्या जातात त्या योजनेअंतर्गतच लाडकी बहीण योजनेचे पैसे देण्याची व्यवस्था केली जाते, त्यावरूनही आगपाखड सुरू असते. अशातच राज्यातील सरकारी कामे करणाया कंत्राटदारांची तब्बल ८६ हजार कोटी रुपयांची बिले थकल्याच्याही बातम्या झळकतात. लाडकी बहीण योजनेमुळे सरकारी कंत्राटदारांची बिले देण्यास अडचण निर्माण होत असल्याचे कारण पुढे केले जाते. सरकारी कंत्राटदारांची बिले थकल्याने सरकारी कामही अर्धवटच राहते आणि त्याचा त्रासही पुन्हा जनतेलाच सहन करावा लागतो. आज अनेक ठिकाणी रस्त्यांची कामे अर्धवट अवस्थेत पडून आहेत. पावसाळ्यामुळे अशा अर्धवट रस्त्यावर नागरिकांच्या हलाखीत आणखीनच भर पडते. मध्यंतरी 'जलजीवन मिशन'च्या एका कंत्राटदाराने सरकारी बिल न मिळाल्याने आत्महत्या केली. त्या मिशनच्या कंत्राटदार संघटनेने दिलेल्या माहितीनुसार सरकारने 'जलजीवन मिशन'चेच तब्बल ३५ हजार कोटी रुपये थकवले असल्याचे सांगितले गेले. यालाही 'लाडकी बहीण' योजनेवर होणारा अवाढव्य खर्च हेच कारण असल्याचे काही अधिकारी खासगीत सांगतात. एकूण काय तर सरकारला ही योजना आता डोईजड झाली आहे. वास्तविक भारतीय जनता पक्षाने हे आश्वासन देताना ती योजना सरकारच्या तिजोरीला परवडणारी आहे की नाही याचा आधी विचार करायला हवा होता; परंतु केवळ निवडणूक जिंकण्याच्या हव्यासापोटी महिलांना दरमहा पंधराशे नव्हे तर २१०० रुपये देण्याचे गाजर दाखवले गेले आणि आज परिस्थिती अशी आहे की २१०० रुपये तर सोडाच; पण महिलांना आता त्यांचे पंधराशे रुपये देणेही सरकारला अवघड झाले आहे. तथापि, असे असले तरी सरकारला ही योजना बंद करणे परवडणारे नाही. कारण त्यातून जो मोठा असंतोष निर्माण होईल तो सरकारला परवडणारा नसेल. महिलांची फसवणूक करून या सरकारने सत्ता मिळवली, असा प्रचार सरकारच्या विरोधात केला जाईल. त्यामुळे उर्वरित साडेचार वर्षे रडतखडत का होईना ही योजना चालू ठेवण्याखेरीज सरकारला पर्याय नाही. खरं पाहता शेजारील कर्नाटक आणि तेलंगणा सारख्या राज्यांत महिलांना आर्थिक मदत देणाया योजना व्यवस्थितपणे सुरू आहेत. तेथील सरकारने त्यासाठी काटेकोर नियोजन केले असून एकाही महिन्याचा हप्ता सरकारने थकवलेला नाही किंवा पुढे मागे केलेला नाही. त्यामुळे महाराष्ट्र सरकारच्या अधिकार्यांनीही या दोन राज्यांच्या योजना अंमलबजावणीचा आढावा घेऊन महाराष्ट्रातील 'लाडकी बहीण' योजना सुरू ठेवली पाहिजे. त्यातूनही जर सरकारला ही योजना बंदच करायची असेल तर सरकारने बहिणींची माफी मागून राज्यात नव्याने निवडणुका घेण्याचा मार्ग पत्करणे कधीही चांगले. केवळ लाडकी बहिणी योजनाच नव्हे तर भारतीय जनता पक्षाने निवडणुकीच्या काळात दिलेल्या अनेक योजनांबाबत या सरकारची फसगत झालेली पाहायला मिळते. निवडणुकीआधी दिलेल्या भरमसाठ आश्वासनांचा सरकारला आता अनेक बाबतीत रीतसर विसर पडल्याचेही दिसते आहे. विशेषतः शेतर्कयांच्या कर्जमाफीच्या घोषणाही भाजपने आपल्या निवडणूक जाहीरनाम्यात केल्या आहेत. या कर्जमाफीच्या दिशेने सरकारला आता काहीच हालचाल करता येईनाशी झाली आहे. त्यावर उत्तर देणेही सरकारला अवघड होऊन बसले आहे. राज्याची आर्थिक परिस्थिती सुधारली की कर्जमाफी देऊ, आम्ही कर्जमाफीच्या आश्वासनावरून पळ काढलेला नाही वगैरे थातूरमातूर उत्तरे देऊन सरकारला वेळ काढावा लागतो आहे. निवडणुकीपूर्वी अनेक जाती-जमातींसाठी वेगवेगळी विकास महामंडळे जाहीर केली गेली. त्या विकास महामंडळाची स्थापना आणि त्या निधीबाबतही बोंबच आहे. राज्याची आर्थिक शिस्त बिघडली असल्याचेही वारंवार नजरेला येत आहे. असे सगळे होत असताना अक्षरशःअब्जावधी रुपये खर्चाच्या शक्तिपीठ महामागार्चा घाटही या सरकारने घातला असून त्यासाठी सरकार आक्रमकपणे पाठपुरावा करताना दिसते आहे. आता या वेगळ्या खर्चिक प्रकल्पासाठी सरकार कुठून पैसे आणणार हा आणखीन एक प्रश्न निर्माण होताना दिसत आहे.

दुसरं लग्न करताय? सावध राहा!!

आपल्या समाजरचनेत दिवसेंदिवस जे चुकीचे बदल घडत आहेत, विवाहबाह्य संबंध, त्यातून गुन्हेगारीचा उदय होणे, आत्महत्याचे प्रमाण वाढणे हे सर्व जर आवाक्यात आणायचे असेल तर आपल्याला कायद्याची माहिती असणे खूप आवश्यक आहे. पहिले आपण जाणून घेऊ दोन विवाह करण्याचा गुन्हा (Bigamy- कलम ४९४, भारतीय दंड संहिता) भारतात (मुस्लीम पर्सनल लॉ वगळता, जिथे पुरुषाला काही अटींवर चार विवाह करण्याची परवानगी आहे), पहिल्या पत्नीशी घटस्फोट न घेता दुसरे लग्न करणे हा दुसऱ्या विवाहाचा गुन्हा आहे. हिंदू विवाह कायदा, १९५५ नुसार, हिंदू व्यक्तीसाठी पहिल्या पत्नीशी कायदेशीर घटस्फोट घेतल्याशिवाय दुसरे लग्न करणे पूर्णपणे बेकायदेशीर आहे.

शिक्षेची तरतूद भारतीय दंड संहितेच्या कलम ४९४ नुसार, जो कोणी पती किंवा पत्नी हयात असताना दुसरे लग्न करतो, तर त्याला ७ वर्षांपर्यंत कारावास आणि/किंवा दंड होऊ शकतो. जर पुरुषाने पहिल्या लग्नाची माहिती लपवून दुसरे लग्न केले असेल, तर कलम ४९५ अंतर्गत १० वर्षांपर्यंत कारावास आणि/किंवा दंड होऊ शकतो. दुसऱ्या लग्नाची वैधता असे दुसरे लग्न कायद्याच्यादृष्टीने रद्द मानले जाते, म्हणजे त्याला कोणतीही कायदेशीर वैधता नसते.

पहिल्या पत्नीला करता येणाऱ्या कायदेशीर आणि पोलीस कारवाईबद्दल माहिती असणे गरजेचे आहे. पहिल्या कायदेशीर पत्नीला अशा परिस्थितीत अनेक पावले उचलता येतात. पोलीस तक्रार : पत्नी थेट पोलिसांकडे जाऊन पतीविरुद्ध कलम ४९४ आणि/किंवा ४९५ अंतर्गत द्विविवाहाची तक्रार नोंदवू शकते (एफआयआर) हे एक अजामीनपात्र आणि (कलम ४९४ अंतर्गत न्यायालयाच्या परवानगीने समेटक) गुन्हा असल्याने पोलीस तपास सुरू करतील. घरेलू हिंसाचार कायदा : २००५ हा अत्यंत उपयुक्त कायदा विवाहित महिलांसाठी आहे. पहिल्या पत्नीला पती आणि त्याच्या कुटुंबाविरुद्ध घरेलू हिंसाचार कायद्यांतर्गत तक्रार दाखल करता येते. यामध्ये तिला काही बाबींची मागणी करता येते. संरक्षण आदेश पतीला दुसरी स्त्री घरी आणण्यापासून किंवा तिच्यासोबत राहण्यापासून रोखण्यासाठी पत्नी याचा वापर करू शकते. प्रत्येक लग्नाच्या पत्नीला तिच्या मुलांना आर्थिक मदत पोटगी आणि इतर आर्थिक गरजांसाठी खावटी म्हणजेच पतीच्या ऐकून उत्पन्नाच्या काही प्रमाणात भाग मागता येतो. न्यायालयीन प्रक्रियेमध्ये पतीची आर्थिक परिस्थिती लक्षात घेऊन त्यानुसार आदेश दिले जातात. निवास आदेश घरातून बेदखल न करण्यासाठी किंवा पर्यायी निवासाची व्यवस्था करण्यासाठी भरपाई, मानसिक आणि भावनिक छळासाठी पोटगी सुद्धा मागता येते. फौजदारी प्रक्रिया संहिता कलम १२५ पहिल्या पत्नीला पतीकडून स्वतःच्या आणि मुलांच्या पोटगीसाठी अर्ज करता येतो. दुसरे लग्न केले असले तरी पहिल्या पत्नीचा पोटगीचा अधिकार कायम राहतो.

हिंदू विवाह कायदा : १९५५ (कलम २४ आणि २५) घटस्फोटाचा खटला दाखल केल्यास, पत्नी अंतरिम आणि कायमस्वरूपी पोटगीची मागणी करू शकते. घटस्फोट पतीने दुसरे लग्न करणे हे पहिल्या पत्नीसाठी घटस्फोट मागण्याचे एक वैध कारण आहे. ती क्रूरता किंवा द्विविवाह या कारणास्तव घटस्फोटासाठी अर्ज करू शकते. पतीच्या दुसऱ्या लग्नाला रद्द घोषित करणे. पहिल्या पत्नी न्यायालयात अर्ज करून पतीच्या दुसऱ्या लग्नाला कायदेशीररीत्या रद्द घोषित करण्याची मागणी करू शकते. पतीकडील नातेवाइकांवरील कारवाई देखील या कायद्यामध्ये समाविष्ट आहे. जर पतीच्या घरातील नातेवाइकांनी किंवा इतर कोणत्याही व्यक्तीने पतीला दुसरे लग्न करण्यास मदत केली असेल, त्याला प्रोत्साहन दिले असेल किंवा या गुन्ह्यात सामील असतील, तर त्यांच्यावरही कायदेशीर कारवाई होऊ शकते. पतीला गुन्ह्यात मदत करणे : भारतीय दंड संहितेच्या कलम १०९ नुसार, जर कोणी व्यक्ती एखाद्या गुन्ह्यासाठी मदत करते, तर त्याला त्या गुन्ह्यासाठी ठरवलेल्या शिक्षेइतकीच शिक्षा होऊ शकते. म्हणजे, जर पतीच्या नातेवाइकांनी त्याला दुसरे लग्न करण्यास सक्रियपणे मदत केली असेल किंवा दुसऱ्या स्त्रीला 'पत्नी' म्हणून स्वीकारण्यास प्रोत्साहन दिले असेल, तर त्यांच्यावरही कलम ४९४ किंवा ४९५ सोबत कलम १०९ अंतर्गत कारवाई होऊ शकते. फक्त दुसऱ्या लग्नाला उपस्थित राहणे म्हणजे मदत करणे नाही, तर सक्रियपणे त्यात भाग घेणे किंवा प्रोत्साहन देणे आवश्यक आहे. दुसऱ्या स्त्रीचे कायदेशीर स्थान समजून घेणे आवश्यक आहे. ज्या स्त्रीसोबत दुसरे लग्न केले आहे, तिला कायद्याच्यादृष्टीने 'पत्नी'चा दर्जा मिळत नाही, कारण पहिले लग्न कायदेशीररीत्या संपुष्टात आलेले नसते. तिला पतीच्या मालमत्तेवर किंवा वारसा हक्कावर सहसा अधिकार मिळत नाही. मात्र, काही विशिष्ट परिस्थितीत, जर तिला पतीच्या पहिल्या लग्नाबद्दल माहिती नसेल, तर ती स्वतःला फसवणूक झाल्याचे सांगून (कलम ४१५ IPC) तक्रार दाखल करू शकते आणि काही मर्यादित अधिकार (उदा. त्याच्यापासून झालेल्या मुलांसाठी पोटगी) मिळू शकते.

भारतामध्ये, एखाद्या पुरुषासोबत लग्न न करता त्याच्यासोबत राहणाऱ्या महिलेने किंवा तिच्या मुलांनी त्या पुरुषाचे नाव किंवा आडनाव वापरल्यास काही कायदेशीर अडचणी येऊ शकतात. विशेषतः जर त्या पुरुषाचे आधीच लग्न झाले असेल. या संदर्भात कोणत्या कायदेशीर कारवाईला सामोरे जावे लागू शकते यावर माहिती घेऊयात. विवाहाशिवाय आडनाव वापरण्याचे कायदेशीर परिणाम खूप गंभीर आहेत. फसवणूक किंवा खोटी ओळख निर्माण करणे जर ती महिला त्या पुरुषाची पत्नी असल्याचा दावा करत असेल किंवा लोकांना, समाजात तसा गैरसमज निर्माण करत असेल, तर तिच्यावर फसवणुकीचा किंवा खोटी ओळख निर्माण केल्याचा आरोप होऊ शकतो. विशेषतः जर यामुळे कोणत्याही व्यक्तीचे आर्थिक किंवा इतर प्रकारचे नुकसान झाले, तर तो गंभीर गुन्हा ठरू शकतो. सरकारी कागदपत्रांमध्ये चुकीची माहिती देणे अत्यंत चुकीचे आहे. जर तिने किंवा मुलांनी आधार कार्ड, पॅन कार्ड, शाळेचे दाखले, पासपोर्ट किंवा इतर कोणत्याही सरकारी दस्तऐवजांमध्ये त्या पुरुषाचे आडनाव वापरले असेल आणि ते लग्न झाल्याचे किंवा संबंध कायदेशीर असल्याचे दर्शवत असेल, तर ही खोटी माहिती देण्यासारखे आहे. अशा परिस्थितीत, सरकारी कागदपत्रांमध्ये खोटी माहिती दिल्याबद्दल कायदेशीर कारवाई होऊ शकते. पुरुष आणि त्याच्या कुटुंबावर याचे काय परिणाम होतात? जर पुरुषाचे आधीच लग्न झाले असेल, तर त्याच्या कायदेशीर पत्नीला आणि कुटुंबाला यामुळे त्रास होऊ शकतो. कायदेशीर पत्नी या आधारावर मानसिक छळाचा दावा करू शकते आणि घटस्फोटाची मागणी करू शकते. जर त्या पुरुषाने दुसऱ्या महिलेसोबत लग्न केले असेल (जे हिंदू विवाह कायद्यानुसार वैध नाही), तर ते द्विभार्या प्रतिबंधक कायद्याचे उल्लंघन मानले जाईल आणि त्याच्यावर फौजदारी गुन्हा दाखल होऊ शकतो. मुलांच्या आडनावाचा आणि हक्कांचा प्रश्न विचारात घेतल्यास, मुलांचे आडनाव मुलांना वडिलांचे आडनाव वापरण्याचा अधिकार असतो, जरी त्यांचे पालक कायदेशीररीत्या विवाहित नसले तरी. सर्वोच्च न्यायालयाने अनेक निकालांमध्ये हे स्पष्ट केले आहे की, केवळ पालकांच्या विवाहामुळे मुलांना वडिलांचे आडनाव वापरण्यापासून वंचित ठेवता येणार नाही. तथापि, मुलांनी ते आडनाव वापरताना त्यांना त्याचे कायदेशीररीत्या वडील म्हणून सिद्ध करणे आवश्यक असू शकते. वडिलांच्या मालमत्तेतील हक्क कायदेशीर विवाह नसताना जन्मलेल्या मुलांना (अवैध मुले) त्यांच्या वडिलांच्या स्वकष्टार्जित मालमत्तेत हक्क असतो, परंतु वडिलोपार्जित मालमत्तेत त्यांना हक्क मिळत नाही, जोपर्यंत ते कायदेशीररीत्या वारस म्हणून सिद्ध होत नाहीत. देखभालीचा हक्क म्हणजे काय तर विवाहबाह्य संबंधातून जन्मलेल्या मुलांना त्यांच्या वडिलांकडून पोटगी मिळण्याचा अधिकार आहे.

कायदेशीर कारवाई कोण करू शकते? : पुरुषाची कायदेशीर पत्नी जर पुरुषाचे आधीच लग्न झाले असेल, तर त्याची कायदेशीर पत्नी त्या महिलेवर किंवा पुरुषावर कायदेशीर कारवाई करू शकते. पुरुष स्वतः जर महिलेने किंवा मुलांनी त्याची परवानगी नसताना त्याचे नाव किंवा आडनाव वापरले असेल आणि त्यामुळे त्याला काही अडचणी येत असतील, तर तो स्वतः कायदेशीर कारवाई करू शकतो. इतर बाधित पक्ष जर या नावाच्या वापरामुळे इतर कोणत्याही व्यक्तीचे नुकसान होत असेल, तर ती व्यक्ती देखील योग्य कायदेशीर पाऊल उचलू शकते. अनैतिक संबंध : सर्वोच्च न्यायालयाने व्यभिचाराला आता फौजदारी गुन्हा मानले नाही (कलम ४९७ रद्द केले आहे), परंतु तरीही ते घटस्फोटासाठी एक वैध कारण आहे. लिव्ह-इन रिलेशनशिपः कायद्याने लिव्ह-इन रिलेशनशिपला मान्यता दिली आहे, परंतु विवाहित व्यक्ती जर लिव्ह-इन रिलेशनशिपमध्ये असेल तर त्याला कायदेशीर विवाहित पत्नीचे हक्क मिळत नाहीत. या प्रकरणात, नेमकी कायदेशीर कारवाई काय होईल हे परिस्थितीवर आणि संबंधांच्या स्वरूपानुसार अवलंबून असते. अशा परिस्थितीत कायदेशीर सल्लागाराचा (वकील) सल्ला घेणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. प्रत्येक प्रकरणात अनेक बारकावे असतात त्यामुळे कोणताही निर्णय घेण्याअगोदर त्याचा सर्वांगीण अभ्यास करून योग्य ते मार्गदर्शक अथवा तज्ज्ञ यांचे सल्ले घेणे महत्त्वाचे आहे.

आजी विद्यार्थ्यांना प्रोत्साहन द्या!

सध्याच्या परिस्थितीमध्ये काही ठिकाणी आजी विद्यार्थ्यांपेक्षा माजी विद्यार्थ्यांचे फार लाड केले जातात. माजी विद्यार्थ्यांना संकुलनामध्ये स्वतंत्रपणे खोली देऊन त्यांच्या विश्रांतीची सोय केली जाते. मात्र काही ठिकाणी आजी विद्यार्थ्यांना स्वतंत्रपणे अभ्यासकक्ष दिला जात नाही. तेव्हा हे चित्र बदलणे आवश्यक आहे. त्यासाठी अध्यापकांनी सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवायला हवा. आजी विद्यार्थ्यांचा अभ्यासातील आत्मविश्वास वाढण्यासाठी प्रोत्साहन दिले पाहिजे. त्यांच्या चुका सुधारण्यासाठी त्यांना संधी दिली गेली पाहिजे. त्यांचे ध्येय साध्य करण्यासाठी अचूक मार्गदर्शन केले पाहिजे. तुला काही येत नाही किंवा तुज्या भावाला काहीही विषय समजत नाही. तो प्रश्नांची उत्तरे काहीही लिहितो. वर्गात बोलत नाही तो शिक्षण घेऊन काय करणार असे अनेक प्रश्न उपस्थित करत बसण्यापेक्षा अध्यापकांनी आपण उत्तम प्रकारे अध्यापन कसे करू शकतो याचा विचार करावा. तेव्हा विद्यार्थ्यांना प्रश्न विचारण्यापेक्षा मी ज्या विषयाचे अध्यापन करीत आहे त्या विषयाचे अध्यापन करण्याला आपण पात्र आहोत काय? याचे उत्तर अध्यापकांना शोधावे लागेल. तसेच महत्त्वाची बाब म्हणजे माजी विद्यार्थ्यांपेक्षा आजी विद्यार्थ्यांचा आत्मविश्वास वाढविला पाहिजे. विद्यार्थ्यांचा वर्ग एक जरी असला तरी वेगवेगळ्या ठिकाणांहून आलेले विद्यार्थी असतात. ते एकमेकांचे ओळखीचे सुद्धा नसतात. काहीना तर राहायची सुद्धा सोय नसते. त्यात घरची आर्थिक परिस्थिती साथ देत नाही अशा अनेक समस्या विद्यार्थ्यांसमोर असतात. त्यात आर्थिकदृष्ट्या गरीब विद्यार्थ्यांना शिक्षणासाठी आर्थिक लाभ कसा देता येईल त्या दृष्टीने प्रयत्न करावा. म्हणजे त्यांचे ध्येय गाठण्यासाठी त्यांच्या चुका कमी करून योग्य संधी द्यायला हवी. अध्यापकांनी नेहमी सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवायला हवा. विद्यार्थी आहेत म्हणून आपण आहोत याची जाणीव निर्माण व्हायला हवी. असेच अध्यापक चांगले विद्यार्थी घडवू शकतात. काही ठिकाणी आजही असे वातावरण पाहायला मिळत नाही. महत्त्वाची बाब म्हणजे, अध्यापकांना विद्यार्थ्यांच्या चुका लक्षात आल्यावर तो विद्यार्थी अशा चुका का करतो? याविषयी त्याच्याशी प्रत्यक्ष चर्चा करा. चर्चा करताना तो नाराज होणार नाही याची काळजी घ्या. त्याने एखादे चांगले काम केल्यास त्याचे तोंडभरून कौतुक करा. नक्कीच त्यांचा आत्मविश्वास वाढेल. तो चुका करीत असेल तर तुला चहा की कॉफी देऊ असे विचारण्यापेक्षा तो वारंवार का चुका करतो याचे उत्तर स्वतः शोधून अचूक मार्गदर्शन करावे लागेल. मात्र त्यांच्या मनात भीती निर्माण होणार नाही याची काळजी घ्या. अध्यापकांनी अध्यापन करीत असताना संदभार्साठी कोणकोणत्या पुस्तकांचे वाचन केले त्या लेखकांनी कोणकोणती उदाहरणे सांगितली आहेत ते संदर्भासहित विद्यार्थ्यांना सांगावे. योग्य ठिकाणी उदाहरणे द्यावीत. जेणेकरून संकल्पना समजण्यात अधिक मदत होऊ शकते. एकदा का संकल्पना समजली की पुढील अध्यापन समजायला सोपे जाते. अशावेळी विद्यार्थ्यांकडून काही सूचना येतात काय याचीही अप्रत्यक्षपणे वाट पाहावी. यासाठी अध्यापकांना वर्गात अध्यापनाच्या दृष्टिकोनातून पोषक वातावरण निर्माण करावे लागेल. 'ध' चा 'म' न करता चुका समजून त्या दुरुस्त करून आदर्श विद्यार्थी कसे घडविता येतील त्या दृष्टीने प्रयत्न करावा. बऱ्याचवेळा विद्यार्थ्यांच्या समोर अनेक समस्या निर्माण होत असतात तेव्हा अशावेळी विद्यार्थ्यांनी खचून न जाता त्यावर मात करून पुढे कसे जाता येईल त्यादृष्टीने मार्ग काढावा. त्यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये जिद्द निर्माण होत असते. काहीवेळा विद्यार्थ्यांचे ध्येय समजून घेऊन त्यात तो कसा यशवंत होईल त्याप्रकारे त्याला मदत करावी. अध्यापकांनी आपले अध्ययन चालू केल्यानंतर मागील दोन परीक्षांमध्ये विद्यार्थ्यांना आपल्या विषयात किती गुण मिळाले याचा आढावा घ्यावा. अ, ब, क आणि ड श्रेणीत किती विद्यार्थी आहेत याची वर्गवारी तयार केल्यानंतर विद्यार्थ्यांची प्रगती समजते. अशा वेळी ज्या विद्यार्थ्यांना कमी गुण मिळाले असतील त्यांना विश्वासात घेऊन त्यांच्या प्रगतीचा आलेख कसा उंचावता येईल तसा प्रयत्न करावा. म्हणजे त्यांचाही प्रगतीचा आलेख उंचावेल. यातूनच शिक्षणाची आवड निर्माण होऊन शिक्षणातील विद्यार्थ्यांचा आनंदी प्रवास सुरू होतो. महत्त्वाची बाब म्हणजे, विद्यार्थ्यांबरोबर पालकांना सुद्धा शिक्षणाची आवड निर्माण होण्यासाठी अधूनमधून चर्चा करावी. जेणेकरून पालकसुद्धा आपल्या मुलांना शिक्षणासाठी प्रोत्साहित करू शकतात. त्यामुळे विद्यार्थी अधिक उत्साहाने शिक्षण घेण्यास प्रेरित होतील. असे असले तरी शैक्षणिक संकुलनामध्ये आजी मुलींना व मुलांसाठी स्वतंत्र अभ्यास कक्ष असणे गरजेचे आहे.

निर्जिवांचीही भाषा असते!

भाषा... ही कशी बरं तयार झाली, होते? ध्वनी, शब्द, वाक्य, अर्थ यांच्या संगमाने भाषा तयार होते. ही भाषा मौखिक, लिखित, संकेतात्मक याद्वारे व्यक्त केली जाते. मानव सोडून इतर सर्व घटक त्यांचे संवाद साधण्यासाठी हावभावांचा, शारीरिक हालचालींचा, विशिष्ट ध्वनींचा, रंग बदलण्याचा, शारीरिक गंधांचा उपयोग करतात. एक वैयक्तिक अनुभव आहे की, जेव्हा तुम्ही निसगार्तील कुठल्याही घटकांशी म्हणजे झाड, पान, फुलं, खोडं, दगड, सूक्ष्मजीव कशाशीही बोलला तरीही मनातल्या संवेदना, हृदयाची भाषा त्यांना समजते. थोडक्यात काय तर सजीव आणि निर्जीव घटक दोघेही भाषा समजतात. निसगार्ने प्रत्येकाला स्वतःचा असा एक ध्वनी दिला आहे, अगदी निर्जीव वस्तूला सुद्धा. आपल्याला निर्जीव वाटणारी वस्तू का बरं सजीव असते? कारण आपली ऊर्जा. सजीव सृष्टीतील काही घटक हे त्यांच्या भावना शब्दातून तर काही हावभावातून व्यक्त करतात जे प्रत्येक जण समजू शकतात. नैसर्गिक शब्द हे प्रत्येक प्रजातीप्रमाणे वेगळे असतात. मानव काही पशू-पक्षीच पाळतो. सगळे पाळत नाही आणि त्यांच्याबरोबर आपला सुसंवाद नेहमी होत असतो. जसजसे आपण एकमेकांच्या सान्निध्यात राहतो तसतसे आपले बोलणे त्यांना समजते आणि जेव्हा आपण त्यांच्यासोबत राहतो तेव्हा आपल्याला सुद्धा त्यांची भाषा समजायला लागते. मग ही भाषा शब्दांमध्ये होते का? शब्द आपण वापरतो आणि ते त्यांचा ध्वनी. तरीही आपण एकमेकांशी किती छान सुसंवाद करतो. मी लहानपणापासून पक्ष्यांशी, प्राण्यांशी, झाडांशी, कीटकांशी सर्वांशीच बोलत आले आहे. त्यांचे अध्ययन करताना खूप म्हणजे खूप गोष्टी लक्षात आल्या. अगदी झाडांच्या पानांनी प्रेमाने केलेला स्पर्श बराचसा संवाद साधून जातो. जर त्यांना काही वचन दिले तर खरंच ते वाट बघताना सुद्धा मी पाहिले आहेत. निःस्वार्थी, प्रेमळ, कोणाशीही उगाच शत्रुत्व नसणारे, निसर्ग नियमानुसार चालणारे असे हे सजीव सृष्टीतील परमेश्वर निर्मित गुणवंत घटक. जेव्हा पक्ष्यांची भाषा शिकण्याचा प्रयत्न केला तेव्हा त्यांची भाषा शिकताना खूप गोष्टी समजल्या. एवढेच काय तर गिनीपीग उंदराशी सुद्धा संवाद साधल्यावर उत्तर मिळाले आहे. गंमत म्हणजे, आपली भाषा ते लगेच समजतात. कशी? याचा जेव्हा विचार केला, अनुभव घेतला, अध्ययन केले तेव्हा एक गोष्ट लक्षात आली की, आपल्या चेहऱ्याचे हावभाव, आपल्या ओठांची हालचाल आणि आपल्या आवाजाची लय यातून आपण या जगातील कुठल्याही सजीव घटकांशी सुसंवाद साधू शकतो. तसं तर फुलांपासून ते प्राण्यांपर्यंत सर्वच घटकांशी बोलत आले आहे आणि या सर्वांना त्यांच्या वेगवेगळ्या प्रकारच्या प्रतिक्रियेमधून त्यांच्या भावना प्रकट करताना चांगले-वाईट, सुख-दुःख, रडणं-हसणं अनुभव घेतले आहेत. मी नाशिकला अधूनमधून जात असते आणि गेस्ट हाऊसला राहते. त्या गेस्ट हाऊसच्या जवळ एक जांभळाचे झाड आहे. कुणास ठाऊक पण मी गेल्यावर बाल्कनीत उभे राहून त्या झाडाशी कायम बोलते. सकाळी उठल्यावर गुड मॉर्निंग करून फांद्यांपुढे हात केल्यावर खरंच त्या फांद्या हाताला येऊन स्पर्श करीत. गंमत म्हणजे जेव्हा जेव्हा त्या गेस्ट हाऊसला उतरले तेव्हा तोच रूम मिळाला आणि प्रत्येक वेळेला त्या झाडाची फांदी हाताला स्वतःहून स्पर्श करीत असल्याचे जाणवले. जणू काय ते झाड मी येण्याची वाटचं पाहातंय. आमचा सुसंवाद हा कायमचं सुख आणि आनंद देऊन गेलाय. एकदा सीताफळाची झाडं दोन वेगळ्या कुंड्यांमध्ये आली होती. त्यातील एक झाड माझ्याकडून फांदी दुसरीकडे लावण्याच्या गडबडीत तुटली गेली. दुसऱ्या दिवशी असे पाहण्यात आले की, तुटलेली फांदी दुसऱ्या कुंडीतील झाडाच्या फांदीवर वाकून पडली होती. दुःखाने रडत असल्याची ती जाणवली. खरंच डोळ्यांत अश्रू आले आणि त्या झाडाची माफी मागितली. काही दिवसांनी ते झाड गेले. माझ्यासाठी ही घटना खूप हृदयद्रावक आणि वेदनामय होती. जगभरात प्राण्यांची भाषा समजण्यासाठी वैज्ञानिक अनेक प्रयोग करीत आहेत. त्यांचा विकास आपल्यासारखा झाला नाही असे सुद्धा वैज्ञानिकांचे मत आहे; परंतु मी या वैज्ञानिकांपेक्षा भारतीय सृष्टी संशोधक म्हणून यापुढे जाऊन एवढे ठामपणे सांगू शकते की, परमेश्वराने प्रत्येक घटक निसर्गाच्या आणि सृष्टीच्या गरजेप्रमाणे आणि फक्त निसर्ग नियमाप्रमाणेच बनवला आहे. त्यांत मानवाने ढवळाढवळ करू नये. आपण इतर जीवसृष्टी विषयी पहिले, आता मानवाबद्दल पाहूया. जागतिक वैज्ञानिकांनी एक प्रयोग केला होता. सर्वधर्मीय बाळांना एकत्र केले. त्यांच्यासमोर कोणताही संवाद साधला गेला नाही. तरीही सर्व बाळांच्या तोंडून येणारा प्रथम ध्वनी ह्यअह्नच होता. याचा अर्थ भारतीय वैज्ञानिक म्हणजे आपले ऋषीमुनी यांनी किती विचारपूर्वक शब्दांना महत्त्व देऊन आपले शब्द भांडार वाढवले आहे. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे संस्कृत भाषेला विशेष महत्त्व आहे. विचार केला तर भारतीयांची संस्कृत भाषा ही मूळ भाषा आहे. ती पूर्णपणे शास्त्रोक्त पद्धतीने केली गेली आहे. जेव्हा मानवाबद्दल अध्ययन केले तेव्हा लक्षात आले की, अ म द हे मूळ शब्द आहेत. त्यातून त्यांच्या त्यांच्या भाषेप्रमाणे शब्द निर्मिती होत जाते. उदाहरणार्थ भारतात अ-आ वरून आई तर इतर देशांमध्ये म वरून ममा - मम्मी, द वरून दादा - डॅडी. कोणत्याही जाती धर्मामध्ये असू दे, ही तीन मुळाक्षरे या बाळांच्या तोंडी असतातच. म्हणूनच हे शब्द घरातील पालकांच्या नावाने गेले आहेत. तेथे धर्म, जातपात काहीही नाही. तर आफ्रिकेतील काही आदिवासी हे शब्द न वापरता फक्त ध्वनी निर्मिती करतात. उदाहरणार्थ शिट्या वाजवणे, जिभेने टॉक-टॉक करणे. कारण ते गर्द जंगलामध्ये राहतात आणि त्यांच्या आसपास पक्षी आणि प्राणी यांचाच ध्वनी असतो. शिवाय जगातील इतर मानवाशी त्यांचा कोणताही संपर्क नसतो. याचा अर्थ की प्रत्येक जीवाच्या भाषेचा संबंध हा त्याच्या आसपासच्या वातावरणावर अवलंबून असतो. काही उच्चार ध्वनी असे आहेत की, त्याला तुम्ही शब्द देऊ शकतच नाही. या विश्वातील प्रत्येक जीव हा येणाऱ्या पिढीला त्यांची भाषा शिकवत असतो. म्हणून तर पिढ्यानपिढ्या या भाषा चालत आल्या आहेत. जर निसगार्चा तोल सुटला तर काय होईल? आपण आता निसगार्ला त्याचे रौद्ररूप दाखवण्यास भाग पाडत आहोत. जिथे आपल्याला सुखासुखी जगण्याची शाश्वती नाही तिथे या वादविवादाने काय उपयोग होणार आहे? त्यापेक्षा प्रत्येकाने अध्यात्मिक होऊन विचारांची दिशा सकारात्मक केली तर? खरंच असं होईल का? फक्त मानवामध्येच भाषांचे वैविध्य असल्यामुळे आपल्याला भाषेच्या अडचणी येतात किंबहुना एकमेकांना समजून घेण्याच्या. तरीही आपण अनेक वर्षांपासून एखाद्या भाषेच्या सान्निध्यात राहिलो तर आपल्याला ती भाषा नक्कीच येते. आपण ती चांगल्या प्रकारे समजू आणि बोलू शकतो मग ती कोणतीही भाषा असो. भाषेचा आदर करणे आवश्यक आहे.

केसात उवा कशामुळे होतात?

केसांची स्वच्छता नियमित ठेवली नाही तर केसांत उवा होण्याच्या समस्या वाढतात. केसांत उवा होण्याचे एकमेव महत्त्वाचे कारण म्हणजे इतरांच्या केसांतून त्या आपल्या केसांत येणे. उवा केसांत अंडी घालून प्रजनन करतात. मानवी रक्त हे त्यांचे अन्न असते. मेडिकल सायन्सनुसार उवांचे तीन प्रकार असतात. काही उवा या केवळ केसांत आढळतात ज्या शरीरावर आणि मानेवर फिरतात. तर दुसऱ्या या संपूर्ण शरीरावर फिरतात. तर तिसऱ्या या भुवयात आणि डोळ्यांच्या पापण्यावर फिरतात. लवकरात लवकर यावर उपाय केला गेला नाही तर याची संख्या वाढून मोठ्या प्रमाणात याचा त्रास तुम्हाला होऊ शकतो.

अस्वच्छतेमुळे होतात उवा

केस घाणेरडे असल्यास केसांत लगेच उवा होतात. तसेच ज्या व्यक्तिच्या केसांत उवा आहेत त्यांच्या संपर्कात आल्यासही उवा होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे केसांची नियमित स्वच्छता ठेवणे अत्यंत गरजेचे आहे. केस आठवड्यातून किमान दोनदा धुणे गरजेचे आहे. जे लोक केस धुवत नाहीत त्या लोकांना या समस्यांना सामोरे जावे लागते. तसेच केसांत मोठ्या प्रमाणावर तेल तयार होत असेल तरीही उवा होतात. यामुळे शाळेत जाणाऱ्या मुलींमध्ये उवांचे प्रमाण जास्त पाहायला मिळते.

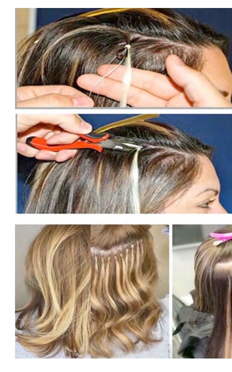
उवांपासून केसांचे रक्षण कसे करावे?

केस नियमित धुणे खूप गरजेचे आहे. केसांत उवा झाल्यास अनेक घरगुती उपाय तुम्ही करु शकता. ओव्याचा वापर करुन तुम्ही उवा घालवू शकतात. सोबतच दही आणि लिंबू याचाही वापर तुम्ही करु शकता. तसेच आले, कापूर, लसूण याच्या वापरानेही उवा कमी होतात. अनेक उपाय करुनही केसातील उवा कमी होत नसतील तर डॉक्टरांचा सल्ला घ्या. बाजारात अनेक प्रकारचे शॅम्पू उपलब्ध आहेत डॉक्टरांच्या सल्ल्याने हे शॅम्पू नियमित वापरा.

बारीक दातांचा कंगवा वापरा

केसांतील उवा कमी करण्यासाठी बारीक दातांचा कंगवा वापरा. केस विंचरताना केसांच्या मुळांपर्यंत कंगवा जाईल याची काळजी घ्या. नियमित दोन ते तीन दिवस असे केल्यास परिणामी उवा कमी होण्यास मदत होईल.

हेयर एक्स्टेन्शन काय आहे, कसे वापरतात जाणून घ्या



हेयर एक्स्टेन्शन म्हणजे केसांची अशी एक्सेसरी आहे, ज्यामुळे आपण आपल्या लहान असलेल्या केसांना सोप्या पद्धतीने कोणतेही विग न वापरता अधीक लांब आणि दाट दाखवू शकता. केसांना लांब दाखविण्यासाठी पातळ एक्स्टेंशनला मानेच्या जवळ केसांमध्ये जोडलं जातं, ज्यामुळे केस खालून लांब आणि दाट दिसतात. हेयर एक्स्टेन्शन दोन रूपात असतात. नैसर्गिक आणि कृत्रिम दोन्हीमध्ये आढळू शकतं. कृत्रिम किंवा सिंथेटिक एक्स्टेन्शन ही क्लिपऑन असतात, हे लावायला सोपे असतात. हे बऱ्याच शेड्स मध्ये आढळतात. जसे की लाल, निळे, पिवळे, तपकिरी, गुलाबी इत्यादी. तसेच नैसर्गिक हेयर एक्स्टेन्शन हे वास्तविक केसांवर प्रक्रिया करून तयार केले जाते.

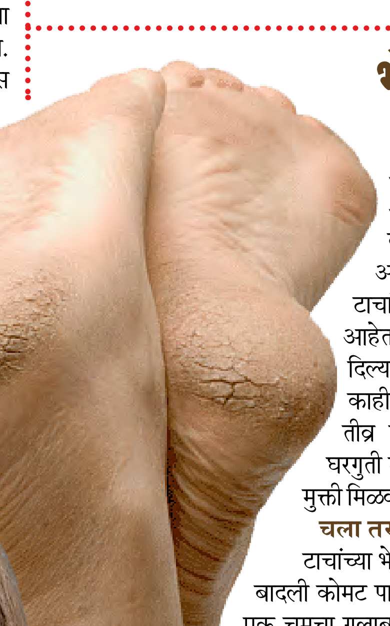
हेयर एक्स्टेंशन कसे असतात –

- क्लिपऑन एक्स्टेंशन - हे तात्पुरते एक्स्टेंशन असतात, जे एखाद्या खास पार्टीसाठी आपण वापरू शकता. क्लिपऑन एक्सटेन्शनला एका क्लिपच्या साहाय्याने केसांना जोडतात. पार्टी संपल्यावर आपण याला सहजपणे काढू शकता हे सर्वात सोपे असे एक्स्टेन्शन आहेत ज्याला आपण सहजपणे काढू किंवा घालू शकता.
- लाँग टर्म एक्स्टेन्शन - हे ४ ते ६ महिने चालतात. हे लावण्यासाठी केरॉटिन बॉण्ड वापरण्यात येत. बनावटी केसांच्या टिपाला केरॉटिन लावतात, ज्याला गरम रॉडने वितळवून खऱ्या केसांना जोडतात.
- टेम्परری ग्लूऑन एक्स्टेन्शन - हे एक आठवड्यासाठी टिकून राहतात. टाळूला लिक्विड ग्लू लावून एक्स्टेन्शन चिटकवून देतात. याना काढण्यासाठी तेलबेस सॉल्व्हन्ट वापरले जातात.

काही खबरदाऱ्या घ्यावयाचा असतात–

- नैसर्गिक हेयर एक्स्टेन्शनची काळजी तशीच घ्यावी ज्याप्रमाणे आपण आपल्या नैसर्गिक केसांची घेता.
- आपले नैसर्गिक केस किमान ४ इंच लांब असायला हवे, तेव्हाच त्यामध्ये एक्स्टेन्शन लावता येऊ शकत.
- एकाच वेळी कमीतकमी २ एक्स्टेन्शन आणि जास्तीत जास्त १० ते १५ एक्स्टेन्शन लावता येऊ शकतं.
- हेयर एक्स्टेन्शन धुताना डोकं स्थिर ठेवावं आणि सल्फेट नसलेला मॉइश्चराइजिंग शॅम्पू वापरावं.
- केसांना लहानलहान भागात विभागून चांगल्या प्रकारे कोरडे करावे.

भेगा पडलेल्या टाच मऊ करण्यासाठी हे घरगुती उपाय अवलंबवा



टाचांना भेगा पडण्याची समस्या असते.हे केवळ हवामानावर अवलंबून नाही, तर पौष्टिकतेची कमतरता, सोरायसिस, थायरॉईड आणि संधिवात यांसारखे आजारही टाचांच्या भेगा पडण्यास कारणीभूत आहेत. त्याचबरोबर त्यांच्याकडे लक्ष न दिल्याने तो गंभीर स्वरूप धारण करतो. काहीवेळा टाचांना भेगा जास्त पडल्याने तीव्र वेदनेसह रक्त बाहेर येते. काही घरगुती उपाय केल्याने टाचांच्या भेगापासून मुक्ती मिळवू शकता.

चला तर मग जाणून घेऊ या.

टाचांच्या भेगा दूर करण्यासाठी सर्वप्रथम अर्धी बादली कोमट पाणी घ्या. या पाण्यात लिंबाचा रस, एक चमचा गुलाबजल आणि एक चमचा ग्लिसरीन मिसळा. त्यानंतर साधारण १५-२० मिनिटे या पाण्यात पाय ठेवून बसा. यानंतर स्क्रबरच्या मदतीने घोट्या स्वच्छ करा. असे केल्याने तुमची टाच बऱ्याच प्रमाणात दुरुस्त होईल. एक चमचा ग्लिसरीन, एक चमचा गुलाबजल आणि एक चमचा लिंबाचा रस एकत्र करून रात्री टाचांवर लावा आणि वाळल्यावर मोजे घाला. रात्रभर असेच ठेवल्यानंतर सकाळी पाय धुवा. हा उपाय काही दिवस सतत केल्याने तुमची टाच पूर्वीसारखी मऊ होईल.

मध

अनेक सौंदर्य उत्पादने म्हणून मधाचा वापर केला जातो. भेगा पडलेल्या टाचांपासून सुटका मिळवण्यासाठी एक बादली पाण्यात एक कप मध मिसळा. आता त्या पाण्यात १५-२० मिनिटे पाय ठेवून बसा. त्यानंतर टाचांना घासून कोमट पाण्याने पाय धुवा. टाच मऊ होईपर्यंत असे दररोज करा. लवकरच तुम्हाला चांगला परिणाम मिळेल.

खोबरेल तेल

खोबरेल तेल केवळ केस आणि त्वचेसाठीच नाही तर भेगा पडलेल्या टाचांसाठीही फायदेशीर आहे. प्रथम घोट्याला खोबरेल तेलाने मसाज करा आणि मग मोजे घाला. रात्रभर ठेवल्यानंतर सकाळी स्क्रबरच्या मदतीने पाय स्वच्छ करा. या उपायाने तुमच्या टाच लवकरच मऊ होतील.

कोरफड

कोरफड त्वचेसाठी खूप फायदेशीर आहे. यासाठी प्रथम बादलीत कोमट पाणी घ्या आणि त्यात पाय ठेवून ५-१० मिनिटे बसा. पाय व्यवस्थित सुकल्यानंतर घोट्यांवर कोरफडीचे जेल लावा आणि वर मोजे घाला. रात्रभर असेच राहिल्यानंतर सकाळी सामान्य पाण्याने पाय धुवा. हा उपाय सतत केल्याने तुम्हाला लवकरच फायदे दिसून येतील.

१० पदार्थ तुम्हाला तरुण ठेवतील

जगात असे अनेक पदार्थ आहेत जे खाल्ल्याने चेहऱ्यावर कधीही सुरकुत्या पडत नाहीत. यामुळे तुम्ही कायम तरुण राहाल. संशोधन देखील असे आढळून आले आहे की प्राचीन लोक ओमेगा ३ आणि जिनसेंग असलेले पदार्थ खात असत. हे खाल्ल्याने ते दीर्घकाळ मजबूत राहत असत.

१. पपई : पपई आपली डेड स्किन हटवण्यात मदत करतं. ज्याने त्वचा चमकदार होते आणि ग्लो करते. यात पपाइन नावाचे एंजाइम आपल्याला दीर्घायु बनवण्यात मदत करतात.

२. डाळिंब : डाळिंबात व्हिटॅमिन सी आणि अँटी-ऑक्सिडंट्स भरपूर प्रमाणात असतात. डाळिंब रक्त शुद्ध करण्यासोबतच शरीरातील रक्ताचे प्रमाणही वाढवते. हे औषधी गुणधर्मांनी परिपूर्ण फळ आहे.

३. ब्रोकली : यात व्हिटॅमिन सी, फोलेट, फायबर आणि कॅल्शियम आढळतं ज्याने पोट साफ राहतं आणि त्वचा निरोगी राहण्यास मदत होते.

४. मासे: माशांमध्ये ओमेगा ३ फॅटी ॲसिड असते, त्यामुळे योग्य प्रमाणात खाल्ल्यास त्वचा तरुण राहते.

५. टोमॅटो: हे देखील एंटी एजिंग फूड आहे. त्यात लाइकोपीन असते. याशिवाय त्वचेला तरुण ठेवणारे सर्व अँटिऑक्सिडंट्स यामध्ये असतात.

६. ब्लूबेरी: त्यात भरपूर जीवनसत्त्वे अ आणि क असतात आणि त्यात अँथोसायनिन नावाचे अँटिऑक्सिडेंट देखील असते. त्वचेचे वय कमी करण्यासाठी हे उपयुक्त आहे. हे कायम तरुण ठेवण्यास सक्षम आहे.

७. पालक : यात आयरनसोबत फॉलिक ॲसिड आढळतं ज्याने डीएनए रिपेयर करण्यास मदत होते, त्यामुळे वृद्धत्वाची प्रक्रियाही मंदावते. हे डोळ्यांसाठीही हे खूप फायदेशीर आहे.

८. ड्राय फूड : ड्राय फूडमध्ये बदाम, मनुका, शेंगदाणे, खुबानी, खजूर आणि अक्रोड हे असे ड्राय फ्रूट्स आहेत जे रोगप्रतिकारक शक्तीसाठी तसेच तरुण राहण्यास मदत करतात.

९. दही : दह्याला देखील एंटी एजिंग फूडमध्ये सामील केलं जातं. याचे नियमाने सेवन केल्याने एजिंग प्रोसेस अचानक मंद होऊ लागते. त्वचेसाठी हे खूप फायदेशीर आहे.

१०. जिनसेंग : जिनसेंग हे सर्वात जास्त वापरल्या जाणाऱ्या औषधी वनस्पतींपैकी एक आहे. त्याची मुळे आशिया आणि उत्तर अमेरिकेतील अनेक रोगांवर उपचार करण्यासाठी वापरली जातात. रोगप्रतिकार शक्ती मजबूत करण्यासाठी आणि थकवा दूर करण्यासाठी हे खूप फायदेशीर मानले जाते. हे बाजारात थेट मिळत नसून टॅब्लेट किंवा टॉनिकमध्ये उपलब्ध असते.

अस्वीकरण : औषध, आरोग्य टिप्स, योग, धर्म, ज्योतिष इत्यादी विषयांवर वेब जगतात प्रकाशित/प्रसारण केलेले व्हिडिओ, लेख आणि बातम्या फक्त तुमच्या माहितीसाठी आहेत. या संबंधी कोणताही प्रयोग करण्यापूर्वी तज्ञांचा सल्ला घ्या.

बल्ड शुगर कंट्रोल करतील हे गावटी रोपं, अगदी फुल, पानं आणि खोड सगळंच गुणकारी

मधुमेहावर नियंत्रण कसे ठेवायचे? मधुमेहामध्ये स्वादुपिंड इन्सुलिन हार्मोन योग्य प्रकारे तयार करू शकत नाही. रक्तातील साखर नियंत्रित करणे आवश्यक आहे. असे न झाल्यास साखरेची पातळी अनियंत्रितपणे वाढू लागते. त्यावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी कमी ग्लायसेमिक इंडेक्स असलेले पदार्थ खाणे आणि व्यायाम करणे आवश्यक आहे.

मधुमेह नियंत्रण करणारी वनस्पती

जर तुम्ही मधुमेहावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी स्वस्त आणि प्रभावी उपचार शोधत असाल तर आजपासून तुमच्या बागेत दोन रोपे लावा. या दोन वनस्पती म्हणजे पनीरचे फूल आणि इन्सुलिन वनस्पती. या दोन्ही वनस्पती तुमच्या बागेचे सौंदर्य वाढवू शकतात तसेच तुमच्या रक्तातील साखर नियंत्रणात ठेवू शकतात. इन्सुलिन वनस्पतीला कॉस्टस इग्नियस म्हणतात. भारतात याला इन्सुलिन प्लांट म्हणून ओळखले जाते. ही वनस्पती कॉस्टेसी कुटुंबातील आहे. असे मानले जाते की त्याच्या पानांच्या सेवनाने रक्तातील साखरेची पातळी कमी होते. त्याची पाने हलकी रुंद व हिरव्या रंगाची असून त्यावर लहान लाल फुले येतात. हे रोप तुम्हाला कोणत्याही रोपवाटिकेत २५ रुपयांपर्यंत सहज मिळेल. एनसीबीआयमध्ये प्रकाशित झालेल्या अभ्यासानुसार असे मानले जाते की, इन्युलिन हिरव्या पानांचे सेवन रक्तातील साखरेची पातळी कमी करण्यास मदत करते. त्याचा परिणाम जाणून घेण्यासाठी शास्त्रज्ञांनी काही उंदरांना त्याच्या कोरड्या पानांपासून पाण्यात विरघळलेली पावडर दिली. शास्त्रज्ञांना १० दिवसांनंतर आढळले की त्यांच्या रक्तातील साखरेची पातळी लक्षणीयरीत्या कमी झाली आहे. शास्त्रज्ञांनी इन्सुलिनची पाने सुकवून पावडर बनवून वापरली. त्यांच्या अभ्यासात त्यांनी ही पावडर पाण्यात विरघळवून उंदरांना दिली. याचा अर्थ त्याच्या पानांची पावडर तुमच्यासाठी उपयुक्त ठरू शकते. ते घेण्यासाठी तुम्ही डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

पनीरचे फूल म्हणजे काय?

पनीरचे फूल ही एक भारतीय औषधी वनस्पती आहे. ज्याचे असंख्य आरोग्य फायदे आहेत. ही वनस्पती Solanaceae कुटुंबातील आहे. ही वनस्पती अश्वगंधा म्हणून ओळखली जाते. ही एक छोटी वनस्पती आहे ज्यावर रास्पबेरीसारखी छोटी फुले येतात. नेचरमध्ये प्रकाशित केलेल्या अभ्यासानुसार, संशोधकांना असे आढळून आले आहे की, या वनस्पतीच्या फुलातून काढलेल्या रसाच्या वापरामुळे मधुमेही उंदरांमध्ये रक्तातील साखरेचे प्रमाण कमी होते. ज्या डायबिटिस उंदरांना हा रस पाच दिवस देण्यात आला त्यांच्या रक्तातील साखरेमध्ये सुरुवातीच्या पातळीच्या तुलनेत ६० टक्के

जमिनीवर बसून जेवण्याचे वेट लोस सह अनेक जबरदस्त फायदे आहेत

आजकाल आधुनिक लाईफस्टाईलमुळे आपल्या शरीरात अनेक आजारही निर्माण होताना दिसून येत आहेत. गादीवर वा खुर्चीवर बसून जेवणं हे शरीराला घातक ठरतंय असंच दिसून येत आहे. डायनिंग टेबलवर बसून आरामात जेवणं हे शरीराला अधिक नुकसानदायी ठरत आहे. कदाचित जमिनीवर बसून जेवायला अनेकांना लाज वाटत असेल अथवा आपल्या स्टेटसला साजेसे नाही असं वाटत असेल पण जमिनीवर बसून मांडी घालून जेवायला बसण्याचे शरीराला अनेक आरोग्यदायी फायदे मिळतात.

वजन कमी करण्यासाठी फायदेशीर – उठणे आणि बसण्यामध्ये शरीराची गती ही जलद होते. जमिनीवर बसून जेवल्याने पोट लवकर भरल्यासारखे वाटते आणि प्रमाणपेक्षा जास्त खाल्ले जात नाही. तुम्हाला वजन कमी करायचे असेल तर तुम्ही ही पद्धतच स्वीकारावी. मांडी घालून बसण्याने पोटावर ताण येतो आणि पोटाची हालचाल चालू राहाते. तसंच थकवा आणि शरीरातील कमतरता कमी करण्यासाठीही याचा फायदा होतो.

शरीराच्या पोस्चरमध्ये येते सुधारणा – अन्य योगासनांप्रमाणेच सुखासनात बसल्याने मांसपेशी आणि सांधेदुखीपासून तुम्हाला आराम मिळतो. तसंच शरीराला लवचिकपणा मिळवून देण्यास याची मदत मिळते. तुमची पाठ सरळ राहून पायांना ताकद देण्याचे काम मांडी घालून बसल्यामुळे होते. काही अभ्यासानुसार, जेवताना मांडी घालून बसणे हे शरीरासाठी योग्य पोस्चर मानले जाते.

पचनक्रिया होते उत्तम – जमिनीवर पाय क्रॉस करून बसल्याने पचनक्रिया अधिक चांगली होण्यास मदत मिळते आणि जमिनीवर ताट ठेऊन खाल्ल्याने शरीर पुढे मागे होत व्यवस्थित व्यायाम होते. यामुळे अन्न त्वरीत पचण्यास मदत मिळते. मांसपेशी सक्रिय होऊन पोटातील ॲसिडचा स्त्राव वाढतो आणि अन्नपचन होते.

शरीराचे स्ट्रेचिंग होते योग्य – जेव्हा आपण डायनिंग टेबलजवळील खुर्चीवर बसून खातो तेव्हा हिप्सचा भाग अधिक टाईट आणि स्ट्राँग होते तर जमिनीवर बसून खाल्ल्याने हिप्सचे फ्लेक्सर्स अगदी सहजपणाने स्ट्रेच करता येतात. तसंच शरीरात अधिक लवचिकता निर्माण होते.

रक्तप्रवाह होतो जलद – जमिनीवर मांडी घालून बसून जेवल्यानंतर आपल्या शरीरातील रक्तप्रवाह जलद होतो कारण यामुळे नसा शांत होतात आणि तणाव दूर होतो. जेव्हा आपण बसतो तेव्हा हृदय निरोगी राहाते आणि आपल्या शरीरावर आणि हृदयावर कमी दबाव येतो. मांडी घालून बसल्याने रक्तप्रवाह संपूर्ण शरीराला समान स्वरूपात मिळतो. यामुळेच हृदयरोगी व्यक्तींना जमिनीवर बसून जेवण्याचा सल्ला देण्यात येतो.

कुटुंबाशी जोडून ठेवण्यासाठी महत्त्वाचा दुवा

बसल्याने केवळ शरीरालाच नाही तर मानसिक आणि भावनिक आनंदही मिळतो आणि लाभ होते. कुटुंबासह एकत्र बसून जेवल्याचा आनंद आणि एकमेकांशी गोष्टी शेअर केल्याचा एक वेगळाचा आभास असतो. तसंच मोबाईल आणि टीव्हीपासून दूर

कथा/ बोधकथा

श्रीमंत व्यापारी

एका मोठ्या शहरात एक श्रीमंत व्यक्ती राहत होता. त्यांच्याकडे भरपूर पैसा होता आणि नुकतेच त्याने शहरात एक मोठे घर घेतले होते. त्याच्याकडे धनसंपत्ती तर भरपूर होती. परंतु शरीराने तो अतिशय दुबळा व अस्वस्थ होता. तो दिवस-रात्र मेहनत करून पैसे कमावित असे. परंतु आपल्या शरीराकडे लक्ष द्यायला त्याच्याकडे वेळ नव्हता. हळू हळू तो खूप श्रीमंत झाला परंतु त्याला आहेत रोगांनी विळखा घातला. तो व्यक्ती स्वार्थी नव्हता, परंतु त्याच्याकडे आपला पैसा खर्च करण्यासाठी वेळ नव्हता त्याला जणू पैसे कमावण्याची सवयच लागली होती. त्याला डॉक्टराकडे जाण्याची वेळच मिळत नसे. शरीराकडे लक्ष न दिल्याने हळूहळू त्याचे शरीर कमजोर व्हायला लागले. एक दिवस कामावरून थकून तो घरी आला. आज त्याचे डोके खूप दुखत होते, म्हणून तो सरळ आपल्या रूम मध्ये जावून झोपून गेला. जेव्हा त्याच्या नौकराने त्याला जेवायला विचारले तेव्हा भूक नाही म्हणून, त्याने जेवायला नाही म्हटले. अर्ध्या रात्री त्याचे डोक्यात अतिशय वेदना व्हायाला लागल्या. त्याला काहीही लक्षात येत नव्हते. अचानक त्याच्या समोर त्याच्याच आकाराएवढी एक आकृती उभी राहिली. ती आकृती म्हणाली, ‘‘मी तुझी आत्मा आहे आणि आज मी तुझे शरीर सोडून जाणार आहे.’’ तेव्हा तो माणूस भित भित म्हणाला, ‘‘तू माझ्या शरीराला का सोडत आहे? माझ्याकडे भरपूर पैसा आहे व मी माझे संपूर्ण आयुष्य मेहनत केली आहे. मी एवढ्या विशाल घरात राहतो, की या घरात राहण्याची आणि अनेक जण फक्त स्वप्नेच पाहतात.’’ आत्मा म्हणाली, ‘‘माझी गोष्ट ऐक, तुझे हे मोठे घर माज्या काहीही कामाचे नाही. माझे घर तर तुझे शरीर आहे. जे दिवसेंदिवस कमजोर होऊन, अनेक रोगांनी ग्रसित झाले आहे.’’ ‘‘तू कल्पना कर अनेक वर्षे तुटलेल्या झोपडीत राहण्याची. बस त्याच पद्धतीने तू माझी हालत केली आहे. आणि आता मी या घरात अधिक काळ राहू शकत नाही.’’ एवढे बोलून आत्मा त्या शरीराला सोडून निघून गेली.

रेसिपी

ड्राय गोभी मंचुरियन

‘ड्राय गोभी मंचुरियन’साठी लागणारा साहीत्य:

- दिड कप कॉलिफ्लॉवर (छोटे फ्लोरेट्स)
- १/२ टिस्पून मिठ
- २ चिमूट हळद
- तळताना आवरणासाठी : १/४ ते १/२ कप कॉर्न स्टार्च, १ टेस्पून मैदा (ऐच्छिक), १/२ टिस्पून लाल तिखट, १/४ टिस्पून मिरपूड, मिठ चवीनुसार, तळण्यासाठी तेल
- सॉससाठी : १ टेस्पून तेल, १ टेस्पून आलेपेस्ट, १ टेस्पून लसूणपेस्ट, २ टेस्पून सोयासॉस, १/२ टिस्पून साखर, १/२ कप कांदा, एकदम बारीक चिरून, २ हिरव्या मिरच्या, बारीक चिरून, १/२ टिस्पून चिली फ्लेक्स, १ टेस्पून विनेगर, १ टिस्पून कॉर्न स्टार्च, साधारण १/२ कप किंवा गरजेनुसार पाणी, चवीनुसार मिठ
- गार्निशिंगसाठी : २ टेस्पून पातीकांदा बारीक चिरून, १/४ कप कोबी पातळ चिरून (ऑप्शनल)

‘ड्राय गोभी मंचुरियन’साठी लागणारा कृती:

- आधी सॉस बनवून घ्यावा. त्यासाठी मोठ्या आचेवर नॉनस्टिक पॅन गरम करावा, तेल गरम करावे. आलेलसूण पेस्ट परतून घ्यावी. मिरच्या घालाव्यात. नंतर साखर आणि सोयासॉस घालून काही सेकंद परतावे.
- लगेच कांदा घालावा. कांदा निट शिजू द्यावा. कांदा निट परतला गेला कि १ टिस्पून कॉर्न स्टार्च, १/४ कप पाण्यात मिक्स करून हे मिश्रण परतलेल्या कांद्यात घालावे. चिली फ्लेक्स, विनेगर आणि मिठ घालावे. गरजेनुसार पाणी वाढवून साधारण १-२ मिनीटे कॉर्न स्टार्च शिजू द्यावा. हा सॉस दाटसरच असतो त्यामुळे बेताचेच पाणी वाढवावे.
- आता कॉलिफ्लॉवरचे मंचुरीयन नगेट्स बनवावेत. एका मध्यम पातेल्यात पाणी गरम करावे त्यात थोडे मिठ आणि किंचीत हळद घालून उकळू द्यावे. उकळत्या पाण्यात कॉलिफ्लॉवरचे छोटे फ्लोरेट्स घालावेत आणि अगदी अर्धवट शिजवून घ्यावेत (साधारण ३ मिनीटे). शिजवताना झाकण ठेवू नये.
- हे उकळवलेले फ्लोरेट्स पेपर टॉवेलवर थोडावेळ काढून ठेवावेत. तोवर तळणाची तयारी करावी. कॉर्न स्टार्च व मैदा एकत्र करून त्यात पाणी घालून मध्यम दाटसर पिठ भिजवून घ्यावे. लाल तिखट, मिरपूड आणि चवीपुरते मिठ घालून मिक्स करावे.
- तेल तापत ठेवावे. तेल तापले कि आच मध्यम करावी. कॉलिफ्लॉवरचे फ्लोरेट्स भिजवलेल्या पिठात बुडवून लाईट ब्राऊन रंगावर तळून घ्यावेत.
- या तळलेल्या फ्लोरेट्सवर थोडे लाल तिखट भुरभुरावे. तयार केलेला सॉस गरम करून त्यात पातीकांदा व कोबी घालून मिक्स करावे. त्यात तळलेले फ्लोरेट्स घोळवून गरमागरम सर्व्ह करावेत.

मुंबईतील शिवाजी पार्काचा चेहरामोहरा बदलणार, महापालिकेकडून महत्त्वाचे आदेश

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

दादरच्या छत्रपती शिवाजी महाराज पार्कमधील दीर्घकालीन धूळीची समस्या आता मुंबई महानगरपालिकेने गवताची लागवड करून सोडवली आहे. ही लागवड आयआयटी मुंबईच्या तज्ज्ञांच्या मदतीने केली जात आहे. यामुळे परिसरातील नागरिकांना दिलासा मिळाला आहे.

मुंबईतील दादर परिसरात असलेल्या छत्रपती शिवाजी महाराज पार्क मैदानात गेल्या अनेक वर्षांपासून धुळीची समस्या भेडसावत आहे. या समस्येवर तोडगा काढावा अशी मागणी नागरिकांकडून केली जात आहे. आता छत्रपती शिवाजी महाराज पार्क मैदानात गेल्या अनेक वर्षांपासून भेडसावणाऱ्या धुळीच्या समस्येवर अखेर मुंबई महानगरपालिकेने तोडगा काढला आहे. या मैदानावर आता गवत लागवड केली जाणार आहे. यामुळे स्थानिक रहिवाशांना दिलासा मिळाला आहे.

छत्रपती शिवाजी महाराज पार्क हे मुंबईतील एक महत्त्वाचे मैदान आहे. दरवर्षी हिवाळा सुरु होताच येथील लाल माती हवेत उडून परिसरातील नागरिकांना आणि रहिवाशांना मोठा त्रास सहन करावा लागत होता. या धुळीमुळे श्वसनाचे आजार आणि इतर आरोग्य समस्यांची वाढ होत आहे. या पार्श्वभूमीवर स्थानिक रहिवाशांकडून महापालिकेकडे सातत्याने तक्रारी केल्या जात होत्या. या तक्रारींची दखल घेत आयुक्त भूषण गगराणी यांनी मंगळवारी या कामाची पाहणी केली.

मुंबई महापालिकेने तातडीने कार्यवाहीला सुरुवात केली आहे. या धुळीवर नियंत्रण मिळवण्यासाठी आणि मैदानात हिरवळ वाढवण्यासाठी

आणि मैदानात हिरवळ वाढवण्यासाठी तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने गवत लागवडीचा निर्णय घेण्यात आला आहे. आयुक्तांनी यावेळी मैदान परिसरातील सुधारणा, नियमित देखभाल-दुरुस्ती आणि स्वच्छतेचे आदेशही दिले. या नव्या उपायामुळे शिवाजी पार्कमधील धुळीची समस्या कायमस्वरूपी सुटण्यास मदत होईल. तसेच या परिसरातील नागरिकांना स्वच्छ व आरोग्यदायी वातावरण मिळेल अशी अपेक्षा आहे.

शिवाजी महाराज मैदानाभोवतीच्या कट्ट्याची दुरवस्था झाली आहे. या नागरिकांकडून त्याची तातडीने दुरुस्ती करण्याची मागणी होत आहे. काही वर्षांपूर्वी हा कट्टा सुशोभित करण्यात आला होता. मात्र आता त्यावरील विविध रंगांच्या चौकोनी आकाराचे मार्बलचे तुकडे निखळले आहेत. या समस्येची दखल घेत, मुंबई महापालिकेचे आयुक्त भूषण गगराणी यांनी काल (मंगळवारी) संपूर्ण कट्ट्याची पाहणी केली. त्यानंतर अधिकाऱ्यांना लवकरच तो पूर्वीसारखा तयार करण्याच्या सूचना दिल्या आहेत.

शिवाजी पार्क मैदान हे केवळ क्रीडांगण नसून ते परिसरातील नागरिकांसाठी एक महत्त्वाचे ठिकाण आहे. मैदानाभोवतीचा कट्टा हा बसण्यासाठी, चालण्यासाठी आणि विसावा घेण्यासाठी वापरला जातो. त्यामुळे, त्याची दुरवस्था झाल्याने नागरिकांना गैरसोयीचा सामना करावा लागत होता. आयुक्तांनी स्वतः या कट्ट्याची पाहणी केल्याने आणि तातडीने दुरुस्तीचे आदेश दिल्याने नागरिकांनी समाधान व्यक्त केले आहे. यामुळे लवकरच हा कट्टा पूर्ववत होईल आणि नागरिकांना त्याचा पुन्हा योग्य वापर करता येईल अशी अपेक्षा आहे.

मुंबईतील शिवाजी पाकार्चा चेहरामोहरा बदलणार, महापालिकेकडून महत्त्वाचे आदेश, नेमका बदल काय?

दादरच्या छत्रपती शिवाजी महाराज पार्कमधील दीर्घकालीन धूळीची समस्या आता मुंबई महानगरपालिकेने गवताची लागवड करून सोडवली आहे. ही लागवड आयआयटी मुंबईच्या तज्ज्ञांच्या मदतीने केली जात आहे. यामुळे परिसरातील नागरिकांना दिलासा मिळाला आहे.

मुंबईतील शिवाजी पार्काचा चेहरामोहरा बदलणार, महापालिकेकडून महत्त्वाचे आदेश, नेमका बदल काय?

मुंबईतील दादर परिसरात असलेल्या छत्रपती शिवाजी महाराज पार्क मैदानात गेल्या अनेक वर्षांपासून धुळीची समस्या भेडसावत आहे. या समस्येवर तोडगा काढावा अशी मागणी नागरिकांकडून केली जात आहे. आता छत्रपती शिवाजी महाराज पार्क मैदानात गेल्या अनेक वर्षांपासून भेडसावणाऱ्या धुळीच्या समस्येवर अखेर मुंबई महानगरपालिकेने तोडगा काढला आहे. या मैदानावर आता गवत लागवड केली जाणार आहे. यामुळे स्थानिक रहिवाशांना दिलासा मिळाला आहे.

तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने गवत लागवडीचा निर्णय घेण्यात आला आहे. आयुक्तांनी यावेळी मैदान परिसरातील सुधारणा, नियमित देखभाल-दुरुस्ती आणि स्वच्छतेचे आदेशही दिले. या नव्या उपायामुळे शिवाजी पार्कमधील धुळीची समस्या कायमस्वरूपी सुटण्यास मदत होईल. तसेच या परिसरातील नागरिकांना स्वच्छ व आरोग्यदायी वातावरण मिळेल अशी अपेक्षा आहे.

छत्रपती शिवाजी महाराज पार्क हे मुंबईतील एक महत्त्वाचे मैदान आहे. दरवर्षी हिवाळा सुरु होताच येथील लाल माती हवेत उडून परिसरातील नागरिकांना आणि रहिवाशांना मोठा त्रास सहन करावा लागत होता. या धुळीमुळे श्वसनाचे आजार आणि इतर आरोग्य समस्यांची वाढ होत आहे. या पार्श्वभूमीवर स्थानिक रहिवाशांकडून महापालिकेकडे सातत्याने तक्रारी केल्या जात होत्या. या तक्रारींची दखल घेत आयुक्त भूषण गगराणी यांनी मंगळवारी या कामाची पाहणी केली.

मुंबई महापालिकेने तातडीने कार्यवाहीला सुरुवात केली आहे. या धुळीवर नियंत्रण मिळवण्यासाठी

सध्या गवत लागवडीचे काम हाती घेण्यात आले असून, यासाठी आयआयटी मुंबईतील तज्ज्ञांची मदत घेण्यात आली आहे. आयुक्त भूषण गगराणी यांनी या कामाची पाहणी केली असून यामुळे स्थानिक रहिवाशांना दिलासा मिळाला आहे.

तर दुसरीकडे दादरमधील छत्रपती

पाणी प्रश्नावर कल्याण पूर्वेत भाजपाचा रास्ता रोको

■कल्याण। प्रतिनिधी,

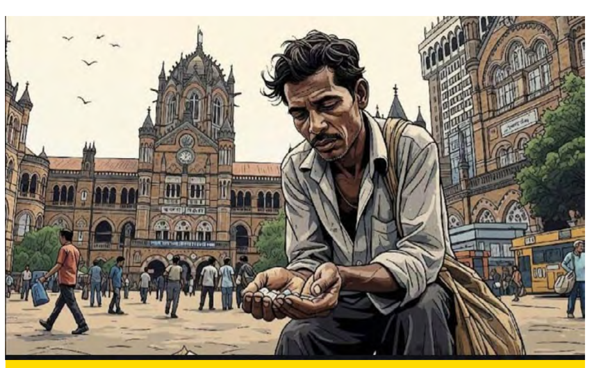
कल्याण पूर्वेत गेल्या अनेक दिवसांपासून पाणी समस्या भेडसावत असून याबाबत वारंवार केडीएमसी प्रशासनाला लेखी निवेदन देऊन देखील याकडे पालिका प्रशासन दुर्लक्ष करत असल्यानें कल्याण पूर्वेतील नागरिक व भाजप पदाधिकारी कार्यकर्त्यांनी ह्यड्ढ प्रभाग कार्यालयासमोर धरणे आंदोलन करत रास्ता रोको केला. अनेक वर्षांपासून दूषित, अपुरा व कमी दाबाने होणाऱ्या पाणीपुरवठ्यामुळे नागरिक त्रस्त आहेत. पाण्याच्या तक्रारींवर प्रशासन वॉलमन दुर्लक्ष करत असल्याने ड प्रभात क्षेत्रात नागरिकांनी आणि भाजप कार्यकर्त्यांनी तीव्र संताप व्यक्त करत रास्ता रोको आंदोलन सुरू केले. केडीएमसी हाय हाय, ह्लगेंड्याच्या कातडीचे अधिकारी हटवाह्वअश्या आशयाचे पोस्टर हातात घेऊन जोरदार घोषणाबाजी करण्यात आले. नेतिवली प्लांटमधून मंजूर 5 एमएलडी पाणी त्वरीत द्यावे, नादुरुस्त फ्लो मीटर त्वरित बदलावेत, जीर्ण व फुटलेल्या जलवाहिन्या तातडीने बदलाव्यात अशा विविध मागण्या करत आंदोलन करण्यात येत आहे. या आंदोलकांनी रास्तारोको केल्याने कल्याण पूर्वेतील पुना लिंक रोड-वर वाहनांच्या लांबच लांब रांगा लागल्या होत्या. या आंदोलनात कल्याण पूर्वच्या भाजपा आमदार सुलभा गायकवाड, भाजपा जिल्हाध्यक्ष नंदू परब, माजी जिल्हाध्यक्ष नरेंद्र सूर्यवंशी, शशिकांत कांबळे, माजी नगरसेवक अभिमन्यू गायकवाड, विक्रम तरे, हेमलता पावशे, माजी परिवहन सभापती सुभाष म्हस्के, माजी परिवहन सदस्य संजय मोरे आदींसह इतर अनेक पदाधिकारी, कार्यकर्ते आणि नागरिक या आंदोलनात सहभागी झाले होते. केडीएमसी आयुक्तांनी आंदोलन स्थळी येऊन लेखी आश्वासन देण्याच्या मागणीवर आंदोलनकर्ते ठाम होते. आमदार सुलभा गायकवाड यांना शहर अभियंता अनिता परदेशी यांनी आयुक्तांशी फोनवर बोलणं करून देत सर्व समस्या सोडविण्याचे लेखी शवसन देण्यात आले. यानंतर पाण्यासाठी सुरू असलेले भाजपाचे रास्ता रोको आंदोलन अखेर मागे घेण्यात आले.

भिकाऱ्याकडे साडेसात कोटींची संपत्ती!

मुंबईत दोन मोठे फ्लॅट, ठाण्यात दुकानांसह बरंच काही... भरत जैन कसा बनला श्रीमंत भिकारी

■मुंबई । प्रतिनिधी,

मुंबई शहरात देशातील सर्वात श्रीमंत लोक राहतात. मात्र, याच शहरात देशातला श्रीमंत भिकारी देखील राहतो. भरत जैन असं या श्रीमंत भिकाऱ्याचं नाव असून दक्षिण मुंबईतील छत्रपती शिवाजी महाराज टर्मिनस, आझाद मैदान व आसपासच्या भागात तो भीक मागतो. येथील रस्त्यांवरून ये-जा करणाऱ्या लोकांकडे तो भीक मागतो. भीक मागून तो दिवसाला दोन ते अडीच हजार रुपये मिळवतो. यातून तो महिन्याला सरासरी ७५ हजार रुपये जमवतो. मुंबई व आसपासच्या शहरांमधील अनेक मोठ्या कंपन्यांमध्ये काम करणाऱ्या मुंबईकरांना दिवसाचे १२-१२ तास (आठ ते नऊ तास ऑफिस व दोन ते तीन तास प्रवास) कष्ट करूनही इतका पगार मिळत नाही. भरत जैन हा भीक मागून मिळवलेले पैसे वाट्टेल तसे खर्च करत नाही किंवा त्याची उधळपट्टी करत नाही. खूप विचार व अभ्यास करून गुंतवणूक करतो. सध्या मुंबईत त्याच्या मालकीचे १.४ कोटी रुपयांचे दोन फ्लॅट्स आहेत. ठाण्यात त्याच्या



भरत जैन हा भीक मागून मिळवलेले पैसे वाट्टेल तसे खर्च करत नाही किंवा त्याची उधळपट्टी करत नाही. खूप विचार व अभ्यास करून गुंतवणूक करतो.

मालकीचं एक मोठं दुकान आहे.

तो या दुकानाचं दर महिन्याला ३० हजार रुपये इतकं भाडं घेतो. त्याच्या मालकीचं अजून एक दुकान असून त्याचं कुटुंब त्या दुकानातून स्टेशनरीचा व्यवसाय करत आहे. त्याची मुलं एका मोठ्या खासगी शाळेत शिकतात. इतकी मोठी संपत्ती मिळवल्यानंतरही भरत जैनने भीक मागणं बंद केलेलं नाही. तो दररोज भीक मागण्याचं काम करतो.

दानधर्माचा फायदा

भरत जैनची गोष्ट आपल्याला भारतातील दानधर्माकडे व्यावसायिक दृष्टीकोनातून पाहायला भाग पाडते. बऱ्याच जणांना वाटतं की काही जण जगण्यासाठी, दोन वेळेला जेवायला मिळावं यासाठी भीक मागतात.

परंतु, ही बाब सर्व भिकाऱ्यांच्या बाबतीत खरी नाहीये. मुंबईसह अनेक मोठ्या शहरांमध्ये भिकाऱ्यांनी भीक मागून मोठी माया जमवल्याच्या बातम्या अधून मधून वाचायला मिळतात. पाकिस्तानमधील शेकडो लोक दरवर्षी भीक मागण्यासाठी सौदी अरबला जातात. तिथल्या मक्का व मदिना या पवित्र धार्मिक स्थळांच्या आसपास भीक मागून कोट्यवधी रुपयांची संपत्ती जमवतात.

भरत जैन कसा बनला श्रीमंत भिकारी?

भरत जैन हा काही जगण्यासाठी, दोन वेळच्या जेवणाची व्यवस्था व्हावी यासाठी भीक मागत नाही. तो भीक मागण्याकडे पैसे जमवण्याचा स्त्रोत म्हणून पाहतो. तसेच भीक मागून जमवलेले पैसे योग्य ठिकाणी गुंतवतो. अनेकजण त्यांच्या त्यांच्या वैयक्तिक कारणांमुळे, पाप-पुण्याचा विचार करून भीक देतात. त्याचा भरत जैनसारख्या लोकांना फायदा होतो. तसेच ही माया जमवत अताना भरत जैनने कुठलाही कायदा मोडलेला नाही. त्याने फक्त व्यवस्था कशी काम करते ते समजून घेतलं आणि भीक मागण्याला व्यवसाय बनवलं, लोकांच्या सहानुभूतीला पैसै जमवण्याचं साधन बनवलं. या व्यवसायातून जमलेले पैसे त्याने गुंतवले आणि त्यातून तो कोट्यधीश झाला.

महाराष्ट्र काँग्रेसची नवीन कार्यकारिणी जाहीर, हर्षवर्धन सपकाळ यांच्या टीममध्ये कोण कोण?

■मुंबई । प्रतिनिधी,

महाराष्ट्र काँग्रेसने आपली नवीन प्रदेश कार्यकारिणी अखेर जाहीर केली आहे. पक्षाचे नवनियुक्त प्रदेशाध्यक्ष हर्षवर्धन सपकाळ यांच्या नेतृत्वाखालील या नवीन टीमवर राजधानी दिल्लीत शिक्कामोर्तब करण्यात आले आहे. या कार्यकारिणीत अनुभवी आणि नव्या दमाच्या अशा दोन्ही प्रकारच्या नेत्यांना स्थान देण्यात आले आहे, ज्यामुळे पक्षाला नवा उत्साह मिळेल अशी अपेक्षा आहे.

नवीन टीममध्ये कोणाचा समावेश?

नव्या कार्यकारिणीत काँग्रेसच्या अनेक ज्येष्ठ आणि तरुण नेत्यांना महत्त्वाचे स्थान मिळाले आहे. ही टीम महाराष्ट्रातील राजकीय समीकरणे आणि आगामी निवडणुका लक्षात घेऊन तयार करण्यात आली आहे.

हर्षवर्धन सपकाळ यांच्या टीममध्ये कोण कोण?

1. रमेश चेन्नीथला - इन-चार्ज, चेअरमन,2. हर्षवर्धन सपकाळ,3. विजय वडेट्टीवार,4. सतेज अ बंटी पाटील,5. मुकुल वासनिक,6. अविनाश पांडे,7. बाळासाहेब थोरात,8. सुशीलकुमार शिंदे,9. पृथ्वीराज चव्हाण,10. रजनी पाटील,11. मानिकराव ठाकरे,12. नाना पटोले,13. वषार्ताई गायकवाड,14. इमरान प्रतापगिरी,15. सुनील केदार,16. डॉ. नितीन राऊत,17. अमित देशमुख,18. यशोमती ठाकुर,19. शिवाजी मोघे,20. चंद्रकांत हंडोरे,21. अरिफ नसीम खान,22. प्रणिती शिंदे,23. मुजफ्फर हुसैन,24. के. सी. पडवी,25. अस्लम शेख,26. विश्वजित कदम,27. कल्याण काळे,28. प्रा. वसंत पुरके,29. अमिन पटेल,30. अध्यक्ष, महिला काँग्रेस,31. अध्यक्ष, युवा काँग्रेस,32. चीफ को-ऑर्डिनेटर, सेवा दल,33. अध्यक्ष, ठरवक,34. अध्यक्ष, क्ब्ळवउ,35. अध्यक्ष, रउ विभाग,36. ॲड. गणेश पाटील-संयोजक

जिल्हास्तरीय रेड रन मॅरेथॉन स्पर्धा उत्साहात सपन्न

■पालघर। प्रतिनिधी,

नॅको व महाराष्ट्र राज्य एड्स नियंत्रण सोसायटी अंतर्गत जिल्हा एड्स प्रतिबंध व नियंत्रण विभाग, जिल्हा सामान्य रुग्णालय पालघर यांचे वतीने सोनोपंत दांडेकर महाविद्यालय पालघर येथे जिल्हा स्तरीय रेड रन मॅरेथॉन स्पर्धा संपन्न झाल्यात. सदर रेड रन मॅरेथॉन स्पर्धेत पालघर जिल्ह्यातील एकूण-१० महाविद्यालयांनी सहभाग नोंदवाला. या स्पधेर्चे उद्घाटन जिल्हा क्रिडा अधिकारी सुहास वनमाने, आंतरराष्ट्रीय कबड्डी पट्टू व क्रीडा अधिकारी गिरीश एर्नाक, दांडेकर महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ किरण सावे, निवासी वैद्यकीय अधिकारी डॉ. योगेश सुरळकर व रतन गाढवे (जिल्हा कार्यक्रम अधिकारी)यांच्या हस्ते हिरवा झेंडा दाखवून करण्यात आले.

या स्पर्धेमध्ये १० महाविद्यालयांतील ५० हून अधिक विद्यार्थ्यांनी सहभाग घेतला. मुला आणि मुलींसाठी स्वतंत्र गटांमध्ये स्पर्धा घेण्यात आली. विद्यार्थ्यांनी आरोग्य, शिस्त, आणि सामाजिक जागरुकतेचा सुंदर संगम घडवून आणला.

विजेत्यांची नावे पुढीलप्रमाणेः

मुलांचा गटः

1. सुनील राम सहाणे – G.G. कॉलेज वसई

2. विकास हरिश्चंद्र रावते – SDSM कॉलेज पालघर 3. विकी विष्णु धोडी – CGSP कॉलेज तलासरी

मुलींचा गटः

1 रविना आण्णा खाचे – SDSM कॉलेज पालघर

2. प्रियंका विलास वरखंडे – CGSP कॉलेज तलासरी

3. अदिती नितेश बरफ – SDSM कॉलेज पालघर

सर्व मान्यवरांच्या हस्ते सर्व विजेत्यांना मेडल्स, सर्टिफिकेट व रोख रक्कम देऊन गौरविण्यात आले.

या कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी जिल्हा शल्य चिकित्सक डॉ रामदास मराड यांचे मार्गदर्शनाखाली व जिल्हा पर्यवेक्षक श्रीम प्रफुल्लता पाटील यांचेसह महाविद्यालय प्रशासन, प्राध्यापकवर्ग, एनएसएस अधिकारी व स्वयंसेवक तसेच जिल्हा एड्स नियंत्रण विभाग, ठाणे यांचे मोलाचे योगदान लाभले.

कार्यक्रमाचा उद्देश केवळ स्पर्धा नव्हे, तर HIV/AIDS विषयी जनजागृती, आरोग्य विषयक साक्षरता आणि युवकांमध्ये सकारात्मक विचारांची बीजे पेरणे हा होता.

कृषी क्षेत्रात 'डेटा ॲनालिटिक्स'चा फायदा

■नवी दिल्ली। प्रतिनिधी,

पतंजली संशोधन संस्थेच्या अहवालानुसार, भारतात डिजिटल शेतीला महत्त्वाचे स्थान मिळत असून, ती हरित क्रांती नंतरची एक महत्त्वाची डिजिटल क्रांती ठरत आहे. संशोधनात नमूद करण्यात आले आहे की, डेटा ॲनालिटिक्स, आर्टिफिशियल इंटेलिजन्स, मशीन लर्निंग , स्मार्ट सेन्सर, रिमोट सेन्सिंग अशा आधुनिक साधनांचा वापर केल्यास उत्पादनात वाढ, संसाधनांचा कार्यक्षम वापर आणि शेतीतील आर्थिक निर्णय अधिक अचूक करता येऊ शकतात. AI व IoT तंत्रज्ञान वापरून तयार करण्यात आलेल्या उपकरणांमुळे शेतकरी प्रत्यक्ष शेतीमध्ये योग्य वेळी योग्य प्रमाणात इनपुट देऊ शकतात, ज्यामुळे उत्पन्न वाढते आणि खर्च कमी होतो. डिजिटल शेतीचा सर्वात मोठा फायदा म्हणजे पिकांची उत्पादकता वाढते, त्यामुळे शेतकऱ्यांचे उत्पन्नही वाढण्यास मदत होते. याशिवाय, पाण्याचे व्यवस्थापन, खतांचा अचूक वापर, हवामान अंदाज, कीड व्यवस्थापन यामध्येही हे तंत्रज्ञान उपयुक्त ठरते. निर्णयक्षमता वाढवण्यासही डिजिटल पद्धती मदत करते.भारतातील डिजिटल शेती अजूनही प्रारंभिक टप्प्यात आहे. ग्रामीण भागात तांत्रिक ज्ञानाचा अभाव, इंटरनेट कनेक्टिव्हिटी, आणि आवश्यक पायाभूत सुविधा यांची कमतरता असल्यामुळे

मुरबे बंदराबाबत जनसुनावणी होणार; जिल्हाधिकारी डॉ. इंदु राणी जाखड यांचे प्रतिपादन

मुरबे येथे प्रस्तावित असलेले बहुउद्देशीय बंदर समुद्रात होणार असून शासकीय जागेचा करार शासनाबरोबर झाला आहे.

■पालघर। प्रतिनिधी,

पालघर : मुरबे येथे प्रस्तावित असलेले बहुउद्देशीय बंदर समुद्रात होणार असून शासकीय जागेचा करार शासनाबरोबर झाला आहे. जिल्हा प्रशासनाकडे सव्हेर्चा प्रस्ताव आल्यानंतर संबंधित ग्रामपंचायतींना माहिती दिली जाईल आणि या विषयावर जनसुनावणी घेतली जाईल, ज्यात सर्वांना आपले मत मांडण्याचा अधिकार असेल असे जिल्हाधिकारी डॉ. इंदु राणी जाखड यांनी स्पष्ट केले. पालघर जिल्ह्यातील प्रलंबित प्रश्नांना घेऊन शिवसेना जिल्हाप्रमुख कुंदन संखे यांच्या नेतृत्वाखालील शिष्टमंडळाने जिल्हाधिकारी डॉ. इंदु राणी जाखड यांची भेट घेतली. यावेळी झालेल्या चर्चेत मुरबे येथील प्रस्तावित असलेल्या बहुउद्देशीय बंदराबाबत निर्माण झालेल्या संभ्रमाचे वातावरण दूर करण्याची मागणी शिवसेनेने केली. त्यावर जिल्हाधिकाऱ्यांनी माहिती दिली.

शिवसेनेच्या शिष्टमंडळाने वाढवण बंदरामुळे बाधित होणाऱ्या मच्छीमार गावांच्या यादीत दांडी, उच्छेळी, नवापूर आणि झाई या गावांचा समावेश करण्याची मागणी केली. या गावातील मच्छीमार क्षेत्र बाधित परिसरात येत असल्याने त्यांनाही नुकसान भरपाई मिळायला हवी, अशी भूमिका शिवसेनेने यावेळी मांडली. गेल्या अनेक वर्षांपासून पावसाळ्यात, विशेषतः भरतीच्या वेळी बंदरपट्टी भागातील घरांमध्ये पाणी शिरून मोठ्या प्रमाणात नुकसान होते. या सर्व भागाचा पूर्णतः सर्व्हे करून कायमस्वरूपी उपाययोजना करण्याची गरज शिवसेनेने व्यक्त केली पालघर जिल्ह्यातील ग्राहकांना विश्वासात न घेता स्मार्ट मीटर बसवण्यात येत असल्याबाबत शिवसेनेने तीव्र नाराजी व्यक्त केली. यामुळे जनतेमध्ये असंतोष असल्याचे निदर्शनास आणून देत स्मार्ट मीटर बसवण्याची सक्ती थांबवावी अन्यथा शिवसेना याविरोधात रस्त्यावर उतरेल, असा इशारा जिल्हाधिकाऱ्यांना देण्यात आला.

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 - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021 @gmail.com

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