



संपादकीय...

हे तर भूमाफियांचे प्रशासन म्हणावे



दोन दिवसांपूर्वी उघडकीस आलेल्या पुणे येथील बहुचर्चित कोरेगाव पार्कमधील मोट्या भूमी घोटाळ्याविषयी प्रत्येक काही घंट्यांनी नवीन खुलासे बाहेर पडत आहेत. पुणे येथील कोरेगाव येथे मोक्याच्या ठिकाणी ही भूमी आहे. तेथे साध्या घरांच्या किमतीही सर्वसामान्यांना न परवडणाऱ्या आहेत. व्यावसायिक जागांचे भाव गगनाला भिडले आहेत. तिथे ज्या ४० एकर भूमीचा घोटाळा झाला आहे, त्या भूमीचे सध्याच्या बाजारभावानुसार मूल्य १ सहस्र ८०० कोटी रुपये होते. ही भूमी मूळ ‘महार वतन भूमी’ म्हणजे ब्रिटिशांच्या काळात सरकारची सेवा करणाऱ्या महार समाजाला वेतनाऐवजी वंशपरंपरेने कसण्यासाठी दिली गेलेली भूमी होय! वर्ष १९५८ मध्ये ही व्यवस्था रहित करण्यात आली आणि ही भूमी सरकारची झाली. त्यामुळे काही ‘महार वतन भूमी’ आज पुणे परिसरातील सरकारी भूमी आहेत. या भूमीपैकीच ही भूमी होती. मुख्य म्हणजे ३०० कोटी रुपये एवढ्या अल्प मूल्यात ही भूमी खरेदी करतांना केवळ ५०० रुपयांचे मुद्रांक शुल्क भरले गेले असून यातून गुन्हेगार किती निर्डावले आहेत ? ते लक्षात येते. हा व्यवहार आता रहित करण्याची घोषणा झाली, तरी त्याचे ४३ कोटी रुपयांचे मुद्रांक शुल्क भरल्यानंतर तो प्रत्यक्षात रहित होणार आहे. ही भूमी ज्या मूळ मालकांची होती, ते मूळ वतनदार मालक आता सक्रीय झाले असून त्यांनी त्यांची भूमी पुन्हा मागितली आहे. या षड्यंत्राला वर्ष २००६ पासून प्रारंभ झाला. शीतल तेजवानी यांच्या आस्थापनाने या भूखंडाच्या मूळ वतनदार मालकांना शोधून त्यांच्याकडून ‘पॉवर ऑफ अ‍ॅटर्नी’ लिहून घेतांना भूमी राज्य आणि केंद्र सरकारांच्या कव्हातून सोडवण्याचे अन् त्या भूमीच्या विक्रीचे अधिकार दिले होते. मूळ मालकांना काय मोबदला द्यायचा किंवा किती द्यायचा? याचा उल्लेख कागदपत्रांमध्ये कुठेही नव्हता. अशी भूमी विकत घेण्यासाठी व्यवहार कुणी केला, तर केवळ १ लाख रुपये भांडवल असलेल्या पार्थ अजित पवार यांच्या ‘अमेडिया’ या आस्थापनाने! हे आस्थापन नेमका व्यवसाय कुठला करत आहे, तर वाहन दुरुस्ती, मोटरसायकल दुरुस्ती, घरगुती वापराच्या साहित्याची विक्री आणि व्यवहार कुठला केला, तर १ सहस्र ८०० कोटी रुपयांच्या भूमी विक्रीचा! भारतात भ्रष्टाचार अगदी कसाही करता येऊ शकतो. केवळ प्रशासन, पोलीस आणि काही राजकारणी यांचा तुम्हाला पाठिंबा पाहिजे! या सर्वांची युती असल्यास घोटाळे दीर्घकाळ करता येतात, ते दाबता येतात आणि उघडकीस आल्यास मिटवताही येतात, हेच खरे! मुख्य म्हणजे वर्ष २००६ पासून अयोग्य प्रकारे पॉवर ऑफ अ‍ॅटर्नी करण्यात येत होती, हे भूमीशी संबंधित प्रशासनातील संबंधित विभागातील अधिकारी, कर्मचारी यांना लक्षात आले नसणार कशावरून? शासनाने तहसीलदार आणि दुय्यम निबंधक यांचे केलेले निलंबन योग्यच आहे. या प्रकरणात गुन्हे नोंद झालेल्यांमध्ये शीतल तेजवानी, यांच्यासह ‘अमेडिया’ आस्थापनातील भागधारक दिग्विजय पाटील यांचेही नाव आहे; मात्र सर्वात मोठा समभाग (शेअर) असलेले उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांचे पुत्र पार्थ पवार यांचे त्यात नाव नाही. म्हणजे पार्थ पवार यांना या गुन्हातूनच सवलत दिली का? सरकारवर विरोधक, प्रसामाध्यमे, सामाजिक माध्यमे यांच्याकडून खरमरीत टीका आणि प्रश्नांची सरबत्ती होऊ लागल्यावर विविध समित्या नेमून चौकशी करण्याची नेहमीची कार्यपद्धत राबवण्यात आली आहे. आता या समित्या नेमल्या, म्हणजे प्रशासनाला त्याचे उत्तरदायित्व झटकल्याप्रमाणे वाटते. काही दिवस जातात आणि प्रकरणच थंड होऊन जाते, जणू काही झालेच नाही. एक सूत्र पुढे आले आहे की, या व्यवहारात केवळ कागदपत्रे सिद्ध झाली आहेत, पैशांची देवाण-घेवाण नाही. चोरी करतांना कुणी चोर पकडला गेला, तर त्यांच्याकडील चोरीचे साहित्य, पैसे पोलीस जमा करून घेतात आणि नंतर त्याला सोडून देतात का? चोरी केलेली असल्याने चोराला शिक्षा मिळणे आवश्यक असते आणि त्याप्रमाणे शिक्षाही होते. त्यामुळे पैशांची प्रत्यक्षात देवाण-घेवाण झालेली नाही, हा युक्तीवाद हास्यास्पद आणि चीड आणणारा आहे. मुख्य म्हणजे महाराष्ट्रातील सत्तेत असणारा राजकारणी ‘या व्यवहाराची माहिती होती’, असा पहिल्या दिवशी उल्लेख करतो आणि २ दिवसांनी ‘या प्रकरणाशी संबंध नाही’, असे म्हणत हात झटकतो. ‘म्हणजे घोटाळा करतांना घोटाळ्याची माहिती आहे; मात्र तो उघडकीस आल्यावर त्याच्याशी संबंध नाही’ म्हणायचे, ही राजकारण्यांची जुनी खोड आहे. त्यामुळे असे अनेक घोटाळे उघडकीस येऊन दाबले गेले आणि घोटाळे उघड करणाऱ्यांना धमक्या, आक्रमणे यांना सामोरे जावे लागले. एका प्रसिद्ध वृत्तवाहिनीने कागदपत्रे मिळाल्यावर या व्यवहारात लक्ष घातले. अनेक तज्ञांकडून आकड्यांची, कागदपत्रांची निश्चिती केली आणि पक्की निश्चिती झाल्यावरच घोटाळ्याची बातमी प्रसिद्ध करून राज्यातील शासन-प्रशासन यांना धक्का दिला. पार्थ पवार यांच्या आस्थापनाच्या या घोटाळ्यानंतर राज्याचे माजी मंत्री एकनाथ खडसे यांनी पुण्यातील बोपोडी येथील अत्यंत महत्त्वाच्या ठिकाणाच्या १० एकरांहून अधिक भूमीचा १ सहस्र ५०० कोटी रुपयांचा घोटाळा माध्यमांसमोर आणला आहे. यातही कुलमुखत्यारपत्र करणारी एजंट महिला शीतल तेजवानी याच आहेत आणि आस्थापन ‘अमेडिया’ हे पार्थ पवार यांचेच आहे. या प्रकरणातही तहसीलदारांनी साहाय्य केल्याचे लक्षात आल्यामुळे त्यांच्यावर गुन्हा नोंद करण्यात आला आहे. पुण्यासारख्या शहरात आणि मोक्याच्या जागी असलेल्या सरकारी भूमींच्या संदर्भात असे धडधडीत गैरव्यवहार केले जातात, तर अन्य ठिकाणी काय परिस्थिती असेल, याची कल्पना करता येत नाही. हे उघड झालेले काही घोटाळे आहेत, तर असे उघड न झालेले घोटाळे किती असतील? जणू ‘एखादे शहर, जिल्हा यांवर स्वतःचेच राज्य आहे’, या थाटात ही मंडळी वावरत आहेत. अनेक भूमी घोटाळ्यांमध्ये सहभागी असलेल्या शीतल तेजवानी यांनी असे किती गैरव्यवहार केले आहेत? त्यांची माहिती घेऊन चौकशी करायला हवी, तर त्याही परदेशात पसार झाल्याचे समजते. उजळ माथ्याने फिरणाऱ्या अशा भूमाफियांचे मोठे जाळेच कार्यरत असण्याची शक्यता आहे. हे जाळे कुणाच्या तरी पाठिंब्याने चालू झाले आहे आणि कार्यरत आहे, त्याचाही शोध घेऊन ती नावेही समोर येणे आवश्यक आहे. सरकारी अधिकारी, कर्मचारी यांच्यावर गुन्हे नोंद झाले, तरी मोट्या धंडांचे काय? जनता जोपर्यंत राजकारणी, प्रशासन यांना जाब विचारत नाही, तोपर्यंत ‘कानून के हाथ लंबे होते है’, या म्हणीचा काही उपयोग नाही.

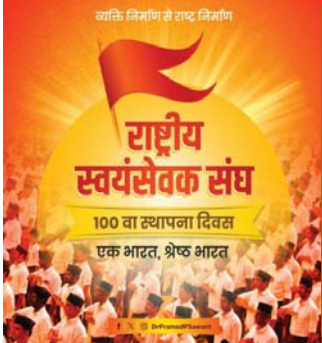
आता प्रत्येकाने सैनिक होऊन सावध राहावे!



देशाची राजधानी दिल्ली स्फोटांनी हादरली. लाल किल्ल्यासमोर लाल रक्ताचा सडा पडला. १२ जणांचा आतापर्यंत जीव गेला, दोन इझन लोक जखमी आहेत. हा दहशतवादी हल्ला आहे की दुसरा काही, हे घटनेच्या २० तासापर्यंत समोर आले नाही. त्यानंतर केंद्रीय गृहमंत्रालयाने तपास एनआयएकडे सोपवला. देशाच्या राजधानीत, लाल किल्ल्यासमोर दहशतवादी हल्ला होतो हे सुरक्षा यंत्रणांचे घोर अपयश आहे. भारताला स्वातंत्र्य मिळाल्यानंतर देशाचे पहिले पंतप्रधान पंडित जवाहरलाल नेहरू यांनी लाल किल्ल्यावरून ब्रिटिशांचा युनियन जॅक उतरवला आणि भारताचा राष्ट्रध्वज तिरंगा फडकवला. स्वातंत्र्यदिनी याच लाल किल्ल्यावर तिरंगा फडकवला जातो. त्याच्या समोरच मंदिर, मशिद, चर्च, गुरुद्वारा आहे. या भागात झालेला स्फोट हा या देशाच्या एकात्मतेला तडा देण्याचा प्रयत्न होता का याचाही शोध आता तपास यंत्रणांनी घ्यायचा आहे. पण अशा एखाद्या स्फोटाने भारताची एकता भंग होणार नाही. लाल किल्ला, चांदणी चौक या परिसरात भारताचे दर्शन होते. हेच पाहण्यासाठी जगभरातील प्रवासी येथे पर्यटनासाठी येत असतात. या सगळ्यांना दहशतीत ठेवण्यासाठी हा हल्ला होता का? गेल्या चोवीस तासात समोर आलेल्या माहितीनुसार, दिल्लीला लागून असलेल्या हरियाणातील फरीदाबादमध्ये दहशतवाद्यांचे एक मॉड्यूल काम करत होते, त्याचा छडा जम्मू-काश्मीर पोलिसांनी लावला. तीन डॉक्टर तरुणांना फिरीदाबादमधून ताब्यात घेण्यात आलं. तर दुसरीकडे गुजरातमधील अहमदाबादमध्ये गुजरात एटीएसने छापेमारी करून दहशतवादासाठी विषाचा वापर करू इच्छिणाऱ्या डॉक्टरला अटक केली. दोन्ही छापेमारी, अटकेच्या कारवाईत एक समान धागा आहे. दोन्ही ठिकाणी डॉक्टर तरुण आहेत. अहमदाबादमध्ये पकडलेला डॉक्टर चीनमधून शिक्षण घेऊन आलेला आहे. डॉ. अहमद मोहियुद्दीन सय्यद थाच्यासह आझाद सुलेमान शेख आणि सुहेल मोहम्मद सलिम या तिघांना गुजरात एटीएसने अटक केली. त्यांच्याकडून एरंडीचे तेल, पिस्तूल आणि इतर साहित्य जप्त करण्यात आले. एरंडीच्या तेलाचा विष तयार करण्यासाठी तो वापर करणार होता. दिल्ली स्फोटात समोर आलेल्या माहितीनुसार स्फोट घडलेल्या ठिकाणी छर्ने, खिळे काहीही सापडलेले नाही. शक्तिशाली स्फोट होऊन १२ लोक ठार झाले पण स्फोट कशाचा होता हे अजून कळू शकलेले नाही. फरीदाबादमधील छात्यात जम्मू-काश्मीर पोलिसांनी डॉ. आदिल अहमदला अटक केली.

त्याच्या माहितीवरून डॉक्टर मुजाहिल शकील याला काश्मिरमधील पुलवामा येथून अटक झाली. ज्याच्या कारमध्ये स्फोट झाला तो देखील डॉक्टर होता असा दावा केला जात आहे. डॉ. मोहम्मद उमर हाच कार घेऊन लाल किल्ला परिसरात आला असल्याचे पुरावे समोर येत आहेत. त्याने आत्मघातकी हल्ला केल्याचा आरोप आहे. त्याच्या आई, वडील, भाऊ, मित्रांना ताब्यात घेण्यात आले. डॉ. उमर हा अल-फलाह विद्यापीठात फॅकल्टी होता. एकंदर सर्व उच्चशिक्षित या प्रकरणात अटक झालेले आहेत. डॉ. शाहिना ही महिलादेखील पोलिसांच्या ताब्यात आहे. त्यांचे एकमेकांसोबत लागेबांधे उघड होत आहेत. त्यांनी खरंच हे केलं असेल तर त्यांचा ब्रेन वॉश कोणी केला हे शोधण्याची खरी गरज आहे. त्यांच्या मनात स्वतःच्याच देशाविषयी, देशबांधवांविषयी विष कोणी पेरलं की ते विषाचं इंजेक्शन घेऊन फिरत होते? हल्ल्यानंतर पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी हल्ल्यातील दोषींना सोडणार नसल्याचे म्हटले आहे. मात्र त्यांनी भूतानाचा दौरा रद्द करून त्यांच्या देशाच्या राजधानीत राहूनच हे म्हटलं असतं तर अधिक बरं झालं असतं. मनावर मोटं ओझं घेऊन मी आलो, असं ते म्हणत असले तरी अशी अनेक ओझी आता त्यांच्या मन आणि डोक्यावर झाली आहेत. २०१५ मध्ये उधमपूर येथे बीएसएफच्या ताफ्यावर हल्ला झाला होता. पठाणकोट एअरबेसला लक्ष्य करण्यात आले होते. त्याचवर्षी २०१६ मध्ये उरी येथे लष्कराच्या छावणीवर हल्ला झाला, त्यात १९ जवान शहीद झाले. २०१९ मधील पुलवामाचा हल्ला देशाला हदरवणारा होता. ४० सीआरपीएफ जवान शहीद झाले होते. या हल्ल्यानंतर भारताने बालाकोट एअर स्ट्राईक केले होते, हेही विसरता येणार नाही. मात्र रानंतरही हल्ले थांबले नाहीत. २२ एप्रिल २०२५ रोजी पहलगाममध्ये लष्कराच्या गणवेशात आलेल्या दहशतवाद्यांनी २६ पर्यटकांना मारले. हे ओझंही पंतप्रधान मोदी आणि गृहमंत्री अमित शहांच्या मन आणि डोक्यावर आहे. भारतावर होणारे हे घाव का थांबत नाहीत. याचा शोध कोणती यंत्रणा घेणार? दिल्लीतील हल्ल्यात देशातील फक्त काश्मीरचे तरुण नाहीत तर देशभरातील विविध भागातील उच्चशिक्षित पुरुष आणि महिला असल्याचे समोर येत आहे. दहशतवादाचा हा भस्मासुर कसा संपवता येईल. दिल्लीसारख्या ठिकाणी लोक सुरक्षित नाहीत तर कुठे सुरक्षित आहेत, हे सरकारने सांगावे. आता देशभर सर्व ऑपरेशन सुरू करण्यात आले आहे. प्रत्येकांच्या बॅगा तपासल्या जात आहेत. यामुळे संपूर्ण देशच आता दहशतीच्या सावटाखाली आहे. ही दहशत संपण्यासाठी अजून खूप काही करण्याची गरज आहे. त्यासाठी आता भारतातील प्रत्येक नागरिकाला सैनिक होऊन आपण जिथे आहोत तिथून देशाच्या सुरक्षेच्या कामात सहभागी व्हावे लागेल. कारण शत्रूने आपले हात आणि हस्तक आपल्या आजूबाजूला पसरवले आहेत.

शंभरी साजरी करताना संधाला फेरविचाराची गरज!



राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ आपली शंभरी साजरी करत असताना ज्यांनी हिंदू धर्मात मिळणाऱ्या हीन वागणुकीमुळे बौद्ध धर्माचा स्वीकार केला, त्या डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचा पणतू सुजात आंबेडकर यांनी संधाला मूलभूत प्रश्न विचारला आहे. त्यांनी विचारले, संधाची नोंदणी केलेली आहे का? मूळचे हिंदू असलेल्या गुजरातमधील महमदअली जिनांच्या आजोबांना हीन वागणुकीमुळे मुस्लीम धर्म स्वीकारावा लागला. पुढे महमदअली जिना यांनी भारताची फाळणी मागून पाकिस्तान या वेगळ्या देशाची निर्मिती केली. त्याचा त्रास आज आपण भोगत आहोत. हिंदू धर्मातील जातीयवाद हा या सगळ्याच्या मूळाशी आहे. शंभरी साजरी करताना संधाला याचा फेरविचार करावा लागेल.

देखील संधाला नोंदणी करणे अनिवार्य केलेले नव्हते. अजूनही बंधनकारक नाही, पण संघ संविधानाच्या चौकटीत राहून कार्य करतो. आयकर विभाग आणि न्यायालयांनीही संधाला व्यक्तींची संख्या या श्रेणीत मान्यता देऊन वगीकृत केले आहे. भागवत यांनी दिलेले हे उत्तर फारसे समाधानकारक वाटत नसले तरी त्यामुळे संधाच्या अस्तित्वावर त्याचा काही परिणाम होईल, असेही नाही. सार्वजनिक ठिकाणी संधाच्या ज्या शाखा चालतात, ती विशेषतः खेळाची मैदाने असतात, त्या ठिकाणी शाखा भरवण्यावर परवानगी कुणी दिली, असाही प्रश्न काहींनी उपस्थित केला होता. पण त्याचाही काही परिणाम झाला नाही. संधाचे शाखा भरवण्याचे काम सुरू आहे. गेल्या शंभर वर्षात संधाच्या शाखांची जशी संख्या वाढली आहे, तसा त्यांचा समाजाच्या विविध क्षेत्रांमध्ये विस्तारीही झालेला आहे. संघ केवळ शाखा भरवण्यापर्यंत मर्यादित राहिला नाही. संधाच्या सोबत बंधाच अन्य संघटनांचीही सुरुवात झाली, पण त्यांची संधासारखी वाढ झाली नाही. त्यांचा प्रभाव ओसरला, काही नाममात्र उरल्या आहेत. पण संघ वाढतच जात आहे. संधावर आज अनेकांनी विविध प्रकारचे आक्षेप घेतले, पण संघ त्याकडे फारसे लक्ष न देता पुढील वाटचाल करत राहिला. त्याचेच फलित सध्या संधाने आपली शंभरी गाठून पुढची दमदार वाटचाल सुरू ठेवली आहे.

काळानुसार संधात बदल करण्यात आले. अगदी हाफ पॅन्ट हे पूर्वी सेवेचे द्योतक म्हणून ओळखले जात होते. म्हणजे आपला जन्मच समाजाची सेवा करण्यासाठी आहे, त्यामुळे

समाजसेवेचे कुठलेही काम करताना आपल्याला संकोच वाटता कामा नये, हाच त्यामागचा हेतू होता. त्यामुळे हॉफ पॅन्ट घालतानाही आपल्याला संकोच वाटता कामा नये. पण जसा काळ बदलला तसा संधाने त्यांच्या पोशाखात तसेल केला. हाफ पॅन्टची फूल पॅन्ट करण्यात आली. त्याचसोबत त्यांनी आपल्या कार्यपद्धतीत अधिक लवचिकता आणली, अधिक व्यापकता आणली. कुठल्याही संघटनेत किंवा संस्थेमध्ये प्रमुखपद किंवा विविध पदे मिळवण्यासाठी स्पर्धा होते, त्यातून तिथले इच्छुक लोक आपापली लॉबी बनवतात. एखाद्या गृहनिर्माण सोसायटीच्या निवडणुकीत सेक्रेटरी, अध्यक्ष आणि खजिनदार निवडताना कशी चढाओढ लागते, ते आपण पाहतो. इत्केच काय साहित्य संमेलनांच्या अध्यक्षपदासाठी कशी चुरस लागते, तेही आपण पाहतो. राजकारणात तर पदे मिळवण्यासाठी कशी स्पर्धा लागते, त्याबद्दल न बोललेले बरे. पण संधात असे होत नाही. विद्यमान सरसंघचालक पुढील सरसंघचालकाचे नाव निश्चित करतात. त्यांच्या मार्गदर्शनाखाली नव्या पदाधिकाऱ्यांची नियुक्ती केली जाते, त्यामुळे तिथे पदांवरून कुठलाही संघर्ष होत नाही. त्यामुळे संधांमध्ये फूट पडली, असे कधी झाले नाही. इतर संघटनांमध्ये किंवा पक्षांमध्ये फूट पडलेली दिसले, पण संधाच्या बाबतीत तसे दिसत नाही.

संधाने विविध क्षेत्रात आपल्या शाखा निर्माण केल्या. पण मूळ संघ यापासून वेगळा ठेवण्यात आला. भारतीय जनता पक्ष ही संधाची राजकीय शाखा आहे. भाजपमधील बहुसंख्य लोक हे संधाच्या शाखेत गेलेले असतात.

व्यक्तिमत्त्व विकास

व्यक्तिमत्त्व विकासाच्या टप्प्यात साहित्याच्या योगदानाचा विषय महत्त्वाचा ठरतो. भाषा चळवळीद्वारे वैचारिक प्रगल्भतेतून समृद्धी स्त्रोताचा उगम होत असता, दुसरीकडे व्यक्तिमत्त्व विकासाच्या पायथड्या वाट पाहत असतात, ज्याच्या प्रभावाने आपल्या जीवनाचा ऊर्ध्वकाल चिरायू होतो. जगभरात कुठल्याही भाषेचा प्रचार, प्रसार आणि संचार होण्याची मूळ कारण म्हणजे विकसित आणि वैकल्पिक तंत्रज्ञान होय. साहित्य क्षेत्रात आपल्या मराठी भाषेला सर्वोत्तम दर्जा प्राप्त झाला आहे. नामांकनाने तिच्या अस्तित्वाची जगमाच्या मोहोर उडली आहे, ज्यात भाषेवरील शोध प्रबंध, त्याला लाभलेले रत्नजडित अलंकार, प्रतिमा, प्रतीक आणि विशेषणांचे बहुमोल संस्कार आहेत. यास्तव त्यावरील जतन, संवर्धनातून अति महत्त्वाच्या गोष्टी आपल्या प्रतीक्षेत आहेत. साहित्याची धुरा सांभाळणारा समाजातील मोठा घटक अर्थात पंडित, साहित्यिक, वैचारिक बैठकीतले दिग्गज जे भाषेला तिच्या साहित्याला पुढे नेण्याचं काम करतील. त्यातून कविता, कथा, कादंबऱ्या, ललित, व्यक्तीचारित्र्य विशेष संपादित साहित्य, पत्रलेखन, ऐतिहासिक, सामाजिक आणि न्यायविषयक साहित्याची या न त्या कारणाने झालेली ओळख साथ करेल. साहित्य हे जीवनाचे दर्शन घडवणारे असल्याने ते माणसाच्या रंजनाचे, उद्बोधनाचे, मार्गदर्शनाचे प्रमुख साधन आहे. व्यक्तिमत्त्व विकासाच्या जडणघडणीत भाषेतल्या विविध साहित्याचा फार मोठा वाटा आहे. साहित्य हे कलेसाठी कला नसून जीवनासाठी मानणारे वि. स. खांडेकर म्हणतात की, पाणबुड्यांना उत्कृष्ट मोत्यांसाठी समुद्राचा तळ गाठावा लागतो, पण चांगल्या वाडू,मयातले मोती नेहमी पृष्ठभागावर तरंगत असतात. साहित्य विषयावर होणारी जाणकारांची व्याख्याने, संवाद, भाषणे आपलं मनोर्धैर्य वाढवतात. विचारधारेचं समर्थन करण्याची ताकद निश्चि साहित्यात असल्याने कुठल्याही व्यक्तिमत्त्वावर ती छाप पाडतात जी उत्तम दिशादर्शकांचे काम करतात. साहित्याची उंची छेटी अथवा मोठी नसते. ती प्रत्यक्ष जीवनरूपी आरशाचं काम करते. जीवनात साक्षात्कार घडविण्याचे मत्त्वपूर्ण काम करताना मानवी हृदयावर सौंदर्याचे संस्कार कोरीत साहित्यातून कला जोपासली जाते. यालाच कलेतल्या साहित्याचा उगम असे म्हटले जाते. एखाद्या व्यक्तीवर आसपास घडणाऱ्या गोष्टींचा प्रभाव असतो. तो दिसतोही. म्हणजे बघा स्वतःचे वा समोरील व्यक्तीचे अंतर्मन जाणण्यासाठी त्याचं कौशल्यपूर्ण बोलणं अतिशय तारक ठरतं, जे गोष्टी विकसित करण्यासाठी प्रत्यक्ष जीवनात साहित्यिक योगदान फळला येतं. मानव जन्माला येताना शारीरिक वाढीसह मानसिक उन्नयन त्यायोगे व्यक्ती आणि व्यक्तिमत्त्व विकासाची वाढ होते. व्यक्तीच्या जीवनातील पहिले ग्रंथालय म्हणजे त्याचे घर आणि जीवनातील पहिले वहिले साहित्यिक म्हणजे त्याचे आई आणि वडील होत. इथून पुढे प्रत्यक्ष जीवन प्रवासात साहित्यविषयक योगदानाचा प्रभावपडायला लागतो. भारतात असलेली ज्येष्ठ मंडळी, आई, वडील आणि आनंद निर्मितीसाठी पूरक-पोषक असलेले वातावरण, याचा विचार हा पुढील बाजू भक्कम करतो. चारुभिती, खिडक्या, दारासह कुटुंबातील सदस्यांना पुढे नेणाऱ्या परंपरा, त्याला सुसंस्कृत आणि सुसंतत ठरणारे आचार, विचार, संस्कार या सगळ्या गोष्टींनी सुरु होतो प्रापंचिक साहित्य प्रवास. पुढे शालेय जीवनात विद्यार्थी रूपात गुरुशिक्षाच्या नात्यामध्ये जडलेला व्यासंग. ज्ञानार्जनासाठीचे अध्ययन. पुस्तकांशी मैत्री होण्याच्या काळात मनावर कोरलेले संस्कार कायम रूजतात, जे मानवी मनात आनंद वृत्ती निर्माण करणारे ज्ञान, साहित्य, विद्या, विचार आत्मसात करताना दिसतात. मनन, वास्तव, संस्कृतीत ज्ञान प्राप्त करण्याची सगळी दालनं खुली होतात. दरवेळी ‘अभ्यासोनी प्रगटावे’ चा जीवन मंत्र लक्षात घेता, आपणच आपल्या जीवनाचे शिल्पकार ठरू हे निश्चित होय. थोडसं धाडस दाखवून, कष्टाने, मेहनतीने मशागत होऊ लागली की कस्तुरीचा दरवळ आपसूक येऊ लागतो. व्यक्तिमत्त्व विकासात पहिली पायरी अवघड नसली तरी विचारांचे कुंपण मजबूत असावे लागेल.

कारण जातीच्या आधारे ज्यांना हीन वागणूक देण्यात आली, त्या आंबेडकरी समाजाने डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली हिंदू धर्माचा त्याग करून बौद्ध धर्माचा स्वीकार केला. ज्या नागपूरमध्ये जातीविरहित संघटित हिंदू समाजाची निर्मिती करण्यासाठी राष्ट्रीय स्वयंसेवक समाजाची स्थापना करण्यात आली, त्याच नागपुरात ३१ वर्षांनंतर हिंदू धर्मातील जातीय पिळवणूक आणि छळवणुकीला कंटाळून हिंदू धर्मातील एक समाज घडविला हिंदू धर्माचा त्याग करून बौद्ध धर्माचा स्वीकार करावा लागला. या धर्मातरित बौद्ध धर्मियांपैकीच काम करतो त्याला पाठिंबा देतो. काँग्रेसने अयोध्येत राम मंदिर उभारण्याचा विषय हाती घेतला असता तर आम्ही त्यांना पाठिंबा दिला असता. भागवत असे म्हणत असले तरी निवडणूक काळात संधाचे स्वयंसेवक घरोघरी जाऊन भाजपचा कसा प्रचार करतात हे अनेकांनी पाहिले असेल. विविध युक्त्या लढवून भाजप सत्तेत येईल, असा संधाचा प्रयत्न असतो. विद्यमान पंतप्रधान हे भाजपचे असले तरी ते संधाचे स्वयंसेवक आहेत, हे सगळ्यांना माहित आहे. त्यांचे स्वयंसेवकाच्या गणवेशातील फोटोही आहेत. अगदी नितीन गडकरी आणि देवेंद्र फडणवीस हेदेखील संधाच्या गणवेशात संधाच्या कार्यक्रमांना हजेरी लावतात. त्यामुळे भागवत काहीही म्हणाले तरी संधाचा ओढा हा भाजपकडे आहे, हे काही लपून राहिलेले नाही. काही वेळा भाजप आणि संधात ओढाढातून झाली तरी ती समोपचारांने मिटविली जाते. भाजप केंद्रात सत्तेत आल्यानंतर संधाच्या शाखांची संख्याही वाढली आणि शाखांवरील उपस्थितीही वाढली. त्यामुळे संधाला भाजपच्या सत्तेचा फायदा होत असतो. त्याच वेळी काँग्रेसचे खासदार राहुल गांधी हे संधावर महात्मा गांधी यांच्या हत्येचा आरोप केल्यामुळे न्यायालयाचे खेटे मारत आहेत.

जातीपातीविरहित संघटित हिंदू समाजाची निर्मिती करणे हे संधाचे उद्दिष्ट आहे, असे त्यांची प्रमुख नेते मंडळी सांगत असतात. अर्थात, हे संधासमोरील मोठे आव्हान असणार आहे. जातीपातीविरहित संघटित हिंदू समाजाची निर्मिती करणे हे संधाचे उद्दिष्ट आहे, असे त्यांची प्रमुख नेते मंडळी सांगत असतात. अर्थात, हे संधासमोरील मोठे आव्हान असणार आहे. जातीपातीविरहित संघटित हिंदू समाजाची निर्मिती करणे हे संधाचे उद्दिष्ट आहे, असे त्यांची प्रमुख नेते मंडळी सांगत असतात. अर्थात, हे संधासमोरील मोठे आव्हान असणार आहे.

चटपटीत मसाला पाव

साहित्य- अमूल बटर अर्धी वाटी, दोन मध्यम कांदे बारीक चिरून, दोन मध्यम टोमॅटो बारीक चिरून, दोन टेबलस्पून बारीक चिरलेली हिरवी मिरची, एक टेबलस्पून आल-लसूण पेस्ट, पाव वाटी बारीक चिरलेली कोथिंबीर, दोन चमचे पाव भाजीक मसाला, पावभाजीचे पाव, एक चमचा लाल मिरचीचे तिखट, एक चमचा लिंबाचा रस, चवीनुसार मीठ.

कृती- तव्यावर अमूल बटर घालून गरम करून घ्या व त्यात बारीक चिरलेला कांदा घालून तो मऊ होईपर्यंत परता. मग त्यात आल-लसणाची पेस्ट घालून दोन मिनिटे परतून घ्या. नंतर पाव भाजीचा मसाला घालून पुन्हा दोन मिनिटे परता. आता त्यात बारीक चिरलेले टोमॅटो व लाल मिरचीचे तिखट घालून टोमॅटो मऊ होईपर्यंत परता. मग हिरव्या मिरच्यांचे बारीक चिरलेले तुकडे घालून ते कुरकुरीत होईपर्यंत परता आता पावाच्या दोन्ही बाजूला (बाहेरून आणि आतून) बटर लावून दोन्ही बाजू भाजून घ्या.

नंतर आतील बाजूला आपण तयार केलेला मसाला सगळीकडे पसरून लावा. मसाला लावलेला पाव तव्यावर ठेवून डावाने साखळा दाबत राहून हलका भाजून घ्या. याच पद्धतीने सगळे पाव मसाल्याचे तयार करून घ्या. गरम मसाला पाव पुढित्याच्या चटणी सोबत सर्व्हे करा.

चेहरा आरोग्याचा आरसा

आपली त्वचा हा आपल्या आरोग्याचा आरसा असतो. त्यातल्या त्यात चेहऱ्याची त्वचा आपले आरोग्य कसे आहे हे दर्शवीत असते. जुन्या काळातील आयुर्वेदासारख्या सगळ्या जुन्या उपचार पद्धतींनी ही गोष्ट मान्य केलेली आहे. चीनमध्ये लोकप्रिय असलेल्या ऍक्युपंक्चर किंवा ऍक्युप्युशर अशा जुन्या उपचार पद्धतीत सुध्दा चेहरा बघून आरोग्याचे निदान केले जाते.

आयुर्वेदामध्ये जशी नाडी परीक्षा आहे. तेवढी ही चेहऱ्याची परीक्षा शास्त्रशुध्द आणि नेमकी नाही. परंतु आरोग्याच्या काही तक्रारींचा अंदाज चेहऱ्याच्या त्वचेवरून येतो असे अनेक अनुभवी डॉक्टर आणि वैद्यांचे म्हणणे आहे. आपल्या शरीरातल्या अवयवांमध्ये जे काही घडते त्याची प्रतिक्रिया चेहऱ्यावर उमटते आणि चेहऱ्यावरून जे दिसते त्याचाच विस्तार शरीरातल्या अवयवांमध्ये झालेला असतो असे चिनी लोक मानतात. आधुनिक काळातले त्वचारोग तज्ञ देखील त्वचेवरच्या विविध डागांवरून रुग्णाच्या कोणत्या अवयवात काय बदल झालेले आहेत हे

हेरता येते असे मान्य करत आहेत. काही डॉक्टरांनी तर चेहऱ्यावरचा कोणता बदल शरीरातल्या कोणत्या दोषाचा द्योतक आहे याचे काही ठोकताळे बसवलेले आहेत. तोंडामध्ये होणारे बदल किंवा दिसणारे दोष हे पोटातल्या विकाराचे द्योतक असतात. अपचन झालेल्या रुग्णाच्या तोंडाला दुर्गंध येतो. पोटातल्या काही विकारांचे प्रतिबिंब तोंड येण्यात उमटत असते. मूत्रपिंड आणि मूत्राशय यात काही दोष असतील तर ते दोष हनुवटीवर उमटतात. त्याच बरोबर लिंक्मध्ये काही दोष असेल तर

पापण्यामध्ये बदल होतात. काही लोकांना या गोष्टी मान्य नाहीत परंतु शेवटी हे ठोकताळे आहेत.



काही लोकांच्या चेहऱ्यावर मानेच्या मागे त्वचा चिकट पडायला लागते तेव्हा काही विशिष्ट आजार बळावत असतात. काही लोकांच्या चेहऱ्यावरच्या काही बदलांतून अनेक डॉक्टरांना तो मधुमेहाला बळी पडण्याची शक्यता लक्षात येते. चेहऱ्यातले काही बदल विशेषतः कानाच्या मागेचे बदल हे रुग्ण ज्यादा अन्न प्राशन करत असल्याचे द्योतक असते असे काही डॉक्टरांच्या लक्षात आले आहे. सतत पैशाच्या मागे लागणारे लोक, दारू पिणारे लोक, रक्तदाब वाढलेले लोक चेहऱ्यावरून सरळ सरळ ओळखू येतात मात्र त्यासाठी अनुभवी नजर लागते.



चवीला गोड, शरीराला पोषक आणि त्वचेचे आरोग्य सुधारणारे फळ म्हणजे पपई ! पपई शरीराला गरम असल्याने वातावरणात गरवा असताना खाणे हितकारी आहे. तसेच पपई खाण्याचे आणखी दहा फायदेदेखील आहेत....

पपई खाण्याचे १० आरोग्यदायी फायदे!

■ **शरीरातील कोलेस्टेरॉल कमी करते**- पपईमध्ये व्हिटामिन सी व फायबरचे प्रमाण अधिक असल्याने रक्तवाहिन्यांमध्ये कोलेस्टेरॉल साचून राहण्यापासून बचाव होतो. रक्तवाहिन्यांमध्ये कोलेस्टेरॉल साचून राहिल्याने हृदयविकाराचा धोका संभवतो.

■ **वजन घटवण्यास मदत होते**- एका मध्यम आकाराच्या पपईमध्ये १२० कॅलॅरीज असतात. त्यामुळे जर तुम्ही वजन घटवण्याच्या विचारात असाल तर पपईचा आहारात नियमित समावेश करा. पपईतील डायटरी फायबरसमुळे वेळी-अवेळी लागणाऱ्या भूकेवर नियंत्रण मिळवणे शक्य होते.

■ **रोगप्रतिकारशक्ती वाढते**- आजारांशी सक्षमतेने सामना करण्यासाठी तुमची रोगप्रतिकारशक्ती मजबूत असणे फार गरजेचे आहे. तसेच शरीरातील व्हिटामिन सीच्या गरजेपेक्षा २००% अधिक व्हिटामिन सी केवळ पपईमुळे मिळू शकते.

■ **मधुमेहासाठी गुणकारी**- पपई चवीला गोड असली तरीही त्यामुळे रक्तातील साखर वाढत नाही. कपभर पपईच्या तुकड्यांमधून केवळ ८.३ ग्रॅम साखर असते.

यामुळे मधुमेहींनी पपई खाणे हितकारी आहे. तसेच पपई खाल्ल्याने मधुमेह जडण्यापासून बचाव होतो. ■ **डोळ्यांचे आरोग्य सुधारते**- पपईमध्ये व्हिटामिन ए मुबलक प्रमाणात आढळते. डोळ्यांचे आरोग्य राखण्यासाठी व्हिटामिन ए अत्यंत गरजेचे आहे. वाढत्या वयानुसार दृष्टी कमी होण्याची शक्यता असते. या समस्यांपासून बचावण्यासाठी पपईचा आहारात समावेश करावा.

■ **सांधेदुखीपासून आराम मिळतो**- पपईमध्ये व्हिटामिन सी प्रमाणेच वेदनाशामक गुणधर्म असल्याने सांधेदुखीच्या रुग्णांना पपईचे सेवन फारच हितकारी आहे. पपईतील व्हिटामिन सी घटक सांध्यांना मजबूती देण्यास तसेच सूज कमी करण्यास मदत करतात.

■ **पचन सुधारते**- आजकालच्या व्यस्त जीवनशैलीमुळे जंक फूड किंवा बाहेरचे जेवण टाळणे हे काहीसे कठीण आहे. त्यामुळे अशा खाण्याने पचनशक्ती

बिघडण्याची शक्यता असते. अशावेळी पपई खाल्ल्याने अरबट-चरबट खाल्ल्याने होणारे दुष्परिणाम टाळण्यास मदत होते. पपईतील पॅपेन नामक एंजाईम पचन कार्य सुधारते.

■ **मासिक पाळीचा त्रास कमी होतो**- अनियमित मासिक पाळी तसेच मासिक पाळीच्या काळातील त्रास अशा समस्या दूर करण्यासाठी पपई फारच उपयुक्त आहे.

■ **कर्करोगापासून बचाव होतो**- पपईमधील एंन्टीऑक्सिडंट घटक शरीरातील फ्री रॅडीकल्सपासून तुमचा बचाव करते. तसेच पपईतील बीटा कॅरोटीन आतड्यांच्या कर्करोगापासून बचाव करते.

■ **ताण-तणाव कमी होतो** -

दिवसभरच्या धावपळीनंतर

वाटीभर पपईचे काप खाल्ल्यास थकवा कमी होण्यास मदत होते. तसेच व्हिटामिन सी शरीरातील हार्मोन्सचे प्रमाण संतुलित राखते.



आता डेस्कटॉपवरून करा व्हॉट्सएप व्हिडिओ आणि ऑडियो कॉल

व्हॉट्सएप कंपनी आपल्या यूजर्ससाठी नेहमीच नवीन फीचर्स आणते. आता कंपनी नवीन फीचर्स वर काम करीत आहे. व्हॉट्सएप यूजर्सला आता डेस्कटॉपवरून सुद्धा कॉल करता येणार आहेत. या कॉलमध्ये ऑडियो आणि व्हिडिओचा समावेश असेल.



व्हॉट्सएप ने डेस्कटॉपसाठी अनेक फीचर्स आणले आहेत. परंतु, दोन फीचर्सची कमतरता अजूनही जाणवत आहे. पहिले आहे डेस्कटॉप वर व्हॉट्सएप कॉल करणे आणि दुसरे डेस्कटॉपवर व्हिडिओ किंवा ऑडियो करणे. यातील एका फीचरची कमतरता आता जाणवणार नाही. खर म्हणजे व्हॉट्सएप ने विंडोजसाठी एक नवीन ऍप

आणला आहे. हा ऍप वेगाने लोड होते. तसेच सहज इंटरफेस सोबत येते. याच्या मदतीने व्हॉट्सएप आपल्या यूजर्सला जास्तीत जास्त ८ लोकांसोबत ग्रुप व्हिडिओ कॉल आणि ३२ लोकांसोबत ऑडियो कॉल करण्याची सुविधा देते.

मैक ओएस ला ही सुविधा मिळणार समोर आलेल्या माहितीनुसार, फक्त विंडोजचा यात समावेश करण्यात आला आहे. परंतु, हे फीचर मॅकबॅकच्या यूजर्ससाठी उपलब्ध केले जाणार आहे. कारण, सध्या मॅक डेस्कटॉप व्हर्जन बीटा टेस्टिंग मध्ये आहे. नुकत्याच एका ब्लॉग पोस्टमध्ये मेटाने म्हटले की, विंडोजच्या इंस्टंट मेसेजिंग ऍप व्हॉट्सएपला नवीन फीचर्स सोबत एक नवीन लूक मिळाले आहे. मेटाने म्हटले की, आम्ही विंडोजसाठी एक नवीन व्हॉट्सएप ऍप आणले जात आहे. जे वेगाने लोड होईल. या ऍप सोबत मोबाइल व्हर्जनच्या सारखे इंटरफेस सोबत येईल.

डेस्कटॉपवर व्हॉट्सएप कॉल कसा कराल ? डेस्कटॉपवर व्हॉट्सएप ऍप माध्यमातून व्हिडिओ किंवा ऑडियो कॉल करण्याची सुविधा अपडेट सोबत उपलब्ध आहे. या सुविधेचा लाभ घेण्यासाठी तुम्हाला डेस्कटॉप व्हॉट्सएप ऍपला अपडेट करावे लागणार आहे. अपडेट करण्यात आल्यानंतर तुम्हाला मोबाइल इंटरफेस प्रमाणे व्हिडिओ कॉल आणि ऑडियो कॉलचे आयकॉन दिसले.



हेल्दी राहण्यासाठी शरीरास सकस आहाराची फार गरज असते. आताच्या काळात सर्वांना फास्ट फूड जास्त आवडतात, त्यामुळे रोजच्या आहाराकडे दुर्लक्ष होते. फास्ट फूड आणि तेलकट पदार्थ आरोग्यास घातक असतात. कित्येक लोक पोळ्या बनवण्यासाठी तेल किंवा डालड्याचा उपयोग करतात. तर पोळ्या बनवण्यासाठी तूपचा वापर शरीरास अधिक लाभदायक आहे. तूपामध्ये अनेक प्रकारचे पोषक तत्वे असतात. तुम्हाला

पोळीला तूप लावून खाणे आरोग्यास लाभदायक

वाटत असेल, तूप खाल्याने वजन वाढतं तर हा एक गैरसमज आहे.

■ वजन कमी करण्यासाठी तूपाची मदत होते.

■ तूप आपल्या शरीरातील मेटाबॉलिज्म वाढवण्यास मदत करतो. त्यामुळे वजन कमी करण्यास मदत होते.

त्वचेसाठी लाभदायक तूप तूपामध्ये एन्टीऑक्सिडंट घटक असतात ते त्वचेसाठी फार फायदेशीर असतात. त्याचप्रमाणे त्वचेमध्ये असलेले डेड सेल्स तूप्याच्या नियमित सेवनाने नष्ट होतात.

उच्च रक्तदाब नियंत्रणासाठी सोप्या टीप्स



संशोधनात असे आढळून आले आहे की, दहामधून सात तरुणांना ब्लडप्रेसर जास्त असल्यामुळे हार्ट अ‍ॅटॅक किंवा स्ट्रोक येण्याची शक्यता जास्त असते. झोप कमी होणे, स्ट्रेस, डिप्रेसन, जास्त मीठ असलेले फास्ट फूड आणि डेस्क जॉब ही याची मुख्य कारणे आहेत. म्हणून...

■ आठवड्यातून ३-४ दिवस कमीत कमी २० मिनिटे जॉगिंग करावी. जॉगिंग केल्याने ऑक्सिजन घेण्याच्या प्रक्रियेत सुधारणा होते आणि ब्लडप्रेसर नियंत्रित राहतो. ■ रोज कमीत कमी ३० मिनिटांचे ब्रिस्क वॉक करावे. ■ एरोबिक केल्याने हाय ब्लडप्रेसर कमी होतो. ■ तणावरहित राहण्यासाठी प्राणायाम, कपालभाती करावे.

चमकदार त्वचेसाठी हे स्क्रब वापरून बघा



साखर आणि लिंबू - एक चमचा साखर घेऊन त्यामध्ये अर्धा चमचा लिंबाचा रस मिसळा. आता हळुवार हाताने याला आपल्या चेहऱ्यावर लावा आणि काही वेळ स्क्रब करून आपला चेहरा स्वच्छ धुवा.

संत्र्याच्या सालीचे स्क्रब - संत्र्याची साल आपल्या त्वचेला तजेल्पणा आणण्यासाठी उपयुक्त आहे. यासाठी आपल्याला संत्र्याच्या सालीला वाळवून वाटून भुकटी करायची आहे. या भुकटीमध्ये थोडेसे कच्चे दूध मिसळून आपण चेहऱ्यावर लावू शकता. संत्र्याच्या सालाची भुकटी किंवा पावडर चांगले स्क्रब म्हणून काम करतं.

आपल्या चेहऱ्यावरील चमक हळूहळू कमी होत आहे, तर काळजी करू नका. आम्ही आपल्याला काही घरगुती स्क्रबबद्दल सांगत आहोत ज्यांना वापरून आपण आपल्या चेहऱ्यावरील चमक परत मिळवू शकता. चला तर मग वेळ न गमावता जाणून घेऊया की, आपण घरगुती स्क्रब कसा तयार करू शकता...

तांदळाच्या पिठाचे स्क्रब - तान्दळाचे पीठ आणि दही सम प्रमाणात मिसळून घ्या. आता हे चेहऱ्यावर लावून हळुवार हाताने मालिश करा आणि काही वेळ तसेच ठेवून

बेकिंग सोडा स्क्रब - घरच्या घरी आपला चेहरा उजळवायचा असल्यास २ मोठे चमचे बेकिंग सोडा, १ लहान चमचा दालचिनी पूड, अर्धा लिंबाचा रस आणि मध मिसळा. या पेस्टला आपल्या त्वचेवर ५ मिनिटे लावा. लक्षात ठेवा की या पेस्टचा वापर आठवड्यातून दोन वेळापेक्षा जास्त करू नये.



पेरूची पानेदेखील उपयुक्त असतात, नक्की वाचा याचे फायदे

पेरू औषधी गुणधर्माने समृद्ध आहे. याच्या सेवनाने

बरेच आरोग्यदायी फायदे मिळतात. उलट्या रोखण्यासाठी पेरू फायदेशीर आहेत तसेच हृदयरोगापासूनदेखील बचाव होतो. तसे तर हे भारतात मिळणारे एक साधे फळ आहे, ज्याचे प्राचीन संस्कृत नाव अमृत किंवा अमृत फळ आहे. वाराणसीमध्ये याला लोक अमृत नावानेच संबोधित करतात. पेरूप्रमाणेच त्याची पानेदेखील खूप उपयुक्त असतात. यामध्ये अँटी ऑक्सिडन्ट, अँटी बॅक्टेरियल आणि अँटी इन्फ्लेमेटरी गुणधर्म असतात, जे आपले अनेक आजारांपासून संरक्षण करतात. चला जाणून घेऊया पेरूच्या पानाचे फायदे.

पोटदुखी आणि उलट्यामध्ये आराम देतो : पेरूच्या पानात अँटी बॅक्टेरियल गुणधर्म असतात, याच्या पानाच्या पाण्याचे सेवन केल्याने आपल्या पोटाचे दुखणे दूर होऊ शकते. तसेच उलट्यापासून देखील आराम

मिळतो. यासाठी पेरूच्या ५-६ पानांना १० मिनिटे उकळवून घ्या आणि नंतर गाळून त्याचे पाणी घ्या. सांधेदुखीचा त्रास दूर होतो : सांधेदुखीमध्येदेखील पेरूची पाने फायदेशीर आहेत. यासाठी आपण पेरूची पाने वाटून त्याचा लेप बनवा आणि त्या लेपाला सांध्यावर लावा, यामुळे आपल्याला वेदनेपासून आराम मिळेल. मधुमेहातदेखील फायदेशीर : पेरूची पाने पाण्यात टाकून प्यायल्याने हे मधुमेहासाठी फायदेशीर मानले जाते. वास्तविक हे रक्तातील साखरेचे प्रमाण नियंत्रित करतं. याशिवाय हे शरीरातील जटिल स्टार्च साखरेमध्ये बदलण्यापासून रोखते, ज्यामुळे वजन कमी करण्यास मदत होते.

दातदुखी, हिरड्यांची सूज कमी करते : पेरूच्या पानाचे पाणी दात दुखणे, हिरड्यांची सूज आणि तोंड येण्यापासून आराम देण्याचे काम करते. यासाठी पाने उकळवून त्या पाण्याने गुळण्या करा. असे केल्यास आपल्याला आराम मिळेल.

बद्धकोष्ठता आणि गॅसच्या त्रासापासून मुक्ती मिळवण्यासाठी लसूण एक चमत्कारी औषध ठरेल. आयुर्वेदात लसूण हे चमत्कारिक गुणधर्म असलेले औषध म्हणून वर्णिले आहे, याचे बरेच फायदे आहेत. हे फक्त जेवण्याची चवच वाढवत नाही, तर शरीरास निरोगी ठेवण्यासदेखील मदत करते. याच कारणामुळे बऱ्याच घरगुती उपचारांमध्ये लसणाचा वापर केला जातो.

उपाशीपोटी लसूण खाण्याचे फायदे

वास्तविक लसणामध्ये अनेक प्रकारच्या पोषक घटकांचा समावेश आहे. यामध्ये कॅल्शियम ते तांबे, पोटॅशियम, फॉस्फरस, आयर्न आणि व्हिटॅमिन ई ३ इत्यादींचा समावेश आहे.

आपण लसणाचा वापर कोणत्याही प्रकारे करू शकतो. ते फायदेशीर आहेच; पण उपाशीपोटी खाल्ल्याने हे खूप फायदेशीर आहे. चला उपाशीपोटी याच्या सेवनाचे फायदे जाणून घेऊया.

रोगप्रतिकारशक्ती मजबूत करतं - लसणाला प्रतिकारकशक्ती बळकट करण्यासाठी प्रभावी मानले आहे.

अभ्यासात आढळून आले आहे की जे लोक दररोज लसणाचे सेवन करतात, त्यांना इतर लोकांपेक्षा सर्दी-पडसे कमी होत. सकाळी उपाशीपोटी त्याचे सेवन करणं जास्त फायदेशीर आहे.

उच्च रक्तदाब असल्यास फायदेशीर -

ज्या लोकांना उच्च रक्तदाबाची



समस्या आहे, त्यांनी दररोज उपाशीपोटी लसणाचे सेवन करावे, कारण यामध्ये रक्तदाब नियंत्रित करण्याचे गुणधर्म आढळतात. लसूण चावून खाल्ल्याने उच्च रक्तदाबात आराम मिळतो.

हृदयाचा धोका कमी होतो - लसूण हृदयरोगाच्या धोक्याला कमी करतं. जर हृदयाच्या रोगापासून वाचायचे असल्यास दररोज सकाळी लसणाचे सेवन करावे. मध्यासहदेखील लसणाचा सेवन करू शकतो. यामुळे रक्ताभिसरण योग्य राहते.

पोटाशी निगडित त्रासापासून सुटका - दररोज उपाशीपोटी लसणाचे सेवन केल्यास पोटाशी निगडित त्रास जसे की बद्धकोष्ठता आणि गॅसपासून आराम मिळू शकतो. यामुळे पाचक प्रणालीदेखील चांगली राहील. जे लोक अँसिडिटीच्या त्रासामुळे त्रस्त झाले आहेत, त्यांना भाजके लसूण खाण्याचा सल्ला दिला जातो.

किचन स्वच्छ ठेवण्यासाठी काही टीप्स

दररोज नोकरी किंवा व्यवसायामुळे आपल्याला आपल्या कामामधून वेळ मिळत नाही. अशा वेळी आपल्याला दररोज किचन साफ करणे जमत नाही. त्यामुळे ज्या गृहिणी कामामध्ये व्यस्त असतात, अशा गृहिणींसाठी काही खास टीप्स...

■ **डायनिंग**

टेबल : डायनिंग टेबल हे दररोजच्या जेवणामुळे घाण झालेले असते. त्यामुळे डायनिंग टेबलला स्वच्छ करण्यासाठी नीलगिरीच्या तेलाचा वापर करू शकता. टेबलमधून दुर्गंधी येत असल्यास एखाद्या कापडावर नीलगिरी तेलाचे काही थेंब टाकून त्याने पुसून घ्या. ■ **फ्रीज**: फ्रीजचे दार उकडलेल्या बटाट्याच्या सालींनी

स्वच्छ केले जाऊ शकते. ■ **नळ** : किचनमधील नळ चकचकीत करण्यासाठी त्यावर थोडीशी टूथपेस्ट लावा आणि गरम पाण्याने धुऊन ट-।का. ■ **कचऱ्याचा डबा** : किचनमध्ये जिथे कचऱ्याचा डबा ठेवतो, ती जागा नियमितपणे फिनेल टाकून स्वच्छ करावी. कारण सर्वात जास्त घाण त्या जागेवर जमते. त्यामुळे बॅक्टेरिया पसरतात. किचनमध्ये नेहमी झाकण असलेले कचऱ्याचे डबे वापरा. ■

मिक्सर : मिक्सर वापरताना तो वापरून झाल्यावर त्यावरील घाण साफ करून त्याला कव्हर घालून ठेवा. त्यामुळे त्यावर धूळ जमा होत नाही. ■ **स्टोव्ह** : स्टोव्ह स्वच्छ करण्यासाठी संत्र्याचे साल वापरा. त्याने स्टोव्हला रॉकेलचा जास्त वास येत नाही.



वजन कमी करण्यासाठी दिवसाला किती पोळ्या खाव्यात?

जेणेकरून वजन वाढणार नाही. चला तर मग



दिवसात किती पोळ्या किंवा भाकऱ्या खाव्या? काबोहायड्रेट, प्रथिन आणि फॅट किंवा चरबीला मायक्रोन्यूट्रिएंट म्हणतात. शरीरातील विविध कार्ये करण्यासाठी आपल्या शरीरास यांची गरज पडते. सर्वप्रथम आपल्याला हे ठरवावे लागणार की आपल्याला दररोज किती प्रमाणात काबोहायड्रेट घ्यायचे आहे. त्यानुसारच आपण दिवसाचा पोळीचा किंवा भाकरीचा आहार ठरवावा. ६ इंचाच्या लहान पोळीमध्ये ७१ कॅलरी आढळते.

आपण दुपारच्या जेवणात ३०० कॅलरी घेतो, तर आपण दोन पोळ्या खाऊ शकतो. यापासून आपल्याला १४० कॅलरीज मिळतात आणि बाकीच्या कॅलरी आपल्याला सॅलड आणि भाज्यांपासून मिळते. लक्षात ठेवा की पोळीशिवाय आपण ज्या भाज्या आणि फळ घेत आहात त्यांच्यामध्ये देखील काबोहायड्रेट आढळते. म्हणून आपल्या कॅलरीच्या सेवन करण्यावरच हे अवलंबून आहे की आपल्याला दिवसात किती पोळ्या खाव्या हव्या. दिवसातून चार पोळ्या खाणे वजन कमी करण्यासाठी चांगले मानले जाते.

पोळीचे इतर पर्याय : जर आपण वजन कमी करण्यासाठी प्रयत्नरत

आहात, तर आपण गव्हाच्या पोळीव्यतिरिक्त ज्वारीची किंवा बाजरीची भाकरी देखील खाऊ शकता. या भाकऱ्या गव्हाच्या पोळीपेक्षा आरोग्यवर्धक असतात आणि यामध्ये काबोहायड्रेट कमी तर इतर पोषक घटक मुबलक प्रमाणात असतात.

हे लक्षात घ्या :

आहारात फक्त

काबोहायड्रेटचे प्रमाण कमी

केल्याने वजन कमी होत नाही.

यासाठी आपल्याला इतर गोष्टी

ज्ञापी जीवनशैली,

पोषणाची पद्धत आणि

नियमितपणे व्यायामाची दिनचर्या

या गोष्टी देखील आवश्यक

आहेत. निरोगी आणि संतुलित

आहारासह या गोष्टीकडे लक्ष

घ्यायला हवं.

भारतातील आहाराबद्दल बोलायचे झाल्यास पोळी आणि भात हे काबोहायड्रेटचे चांगले स्रोत आहेत. जवळजवळ प्रत्येक घरात भात आणि पोळ्या नियमितपणे लोक खातात. परंतु जेव्हा वेळ येते वजन कमी करण्याची, तेव्हा लोकांना हे जाणून घ्यायचे असते की, दररोज किती पोळ्या खाव्या.

जाणून घ्या - **गव्हामध्ये पौष्टिक घटक आढळतात** : पोळ्यांमध्ये फक्त काबोहायड्रेटचं नव्हे तर इतर आवश्यक पोषक घटक देखील आढळतात. गहू हा प्रथिने, फॅट, फॉस्फरस, मॅग्नेशियम, फॉलेट आणि लोहाचा सर्वात चांगला

गव्हामध्ये पौष्टिक घटक आढळतात : पोळ्यांमध्ये फक्त काबोहायड्रेटचं नव्हे तर इतर आवश्यक पोषक घटक देखील आढळतात. गहू हा प्रथिने, फॅट, फॉस्फरस, मॅग्नेशियम, फॉलेट आणि लोहाचा सर्वात चांगला

आतापर्यंत इमारती कोसळण्यासाठी निकुष्ट बांधकाम आणि बेकायदेशीर बदल जबाबदार मानले जात होते, परंतु अलीकडेच प्रकाशित झालेल्या आंतरराष्ट्रीय वैज्ञानिक अहवालात धक्कादायक तथ्य उघड झाले आहे. जमीन खचत असल्याने इमारती कोसळत असल्याचे कारण आंतरराष्ट्रीय वैज्ञानिकांनी अहवालात म्हटले आहे.

शहरीकरणाचा अनियंत्रितनामुळे मुंबईची जमीन खचतेय... शास्त्रज्ञांकडून सावधगिरीची इशारा

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

देशातील प्रमुख शहरांमध्ये दिल्ली, मुंबई, चेन्नई, कोलकाता आणि बंगळूरूमध्ये सतत जमीन खचण्याची समस्या अधिक गंभीर होत चालली आहे. आतापर्यंत इमारती कोसळण्यासाठी निकुष्ट बांधकाम आणि बेकायदेशीर बदल जबाबदार मानले जात होते, परंतु अलीकडेच प्रकाशित झालेल्या आंतरराष्ट्रीय वैज्ञानिक अहवालात धक्कादायक तथ्य उघड झाले आहे. जमीन खचत असल्याने इमारती कोसळत असल्याचे कारण आंतरराष्ट्रीय वैज्ञानिकांनी अहवालात म्हटले आहे. २०१५ ते २०२३ दरम्यान युरोपियन उपग्रह सॅटिनेल-१ ने मिळवलेल्या रडार डेटावर आधारित नेचर सस्टेनेबिलिटी या आंतरराष्ट्रीय विज्ञान जर्नलमध्ये प्रकाशित झालेल्या अहवालानुसार, पाच महानगरीय भागातील अंदाजे ८७८ चौरस किलोमीटर जमीन



**सावधान !
मुंबई खचतेय**

सतत खचत आहे. यामुळे इमारती, रस्ते आणि पाणीपुरवठा पाइपलाइनसाठी गंभीर धोका निर्माण झाला आहे. अभ्यासात असे आढळून आले की, दिल्लीमध्ये वेगाने जमीन खचत आहे. दिल्लीमधील जमीन सरासरी वार्षिक ५१ मिमी खचत आहे.

त्यानंतर चेन्नईमध्ये ३१.७ मिमी, मुंबई २६.१ मिमी, कोलकाता १६.४ मिमी आणि बंगळूरु ६.७ मिमी जमीन खचत आहे. अहवालांनुसार, या शहरांमधील अंदाजे १९ लाख लोक अशा भागात राहतात, जिथे दरवर्षी ४ मिमी पेक्षा जास्त दराने

मुंबई खचण्याचे कारण काय?

मुंबई हा बेटांचा प्रदेश आहे. कधीकधी ७ बेट एकर जोडून तयार केलेलं शहर म्हणजे मुंबई, अशी मुंबईची ऐतिहासिक ओळख सांगितली जात होती. विशेष म्हणजे ७ बेटांवर दोन्ही बाजूंनी खाड्या, समुद्र आणि बरोबर मध्यभागी २२ टेकड्या होत्या. पण गेल्या काही वर्षात अनेक ठिकाणी भराव टाकून झोपडपट्ट्या आणि मोटमोठ्या इमारतींचं अतिक्रमण वाढलं आहे. तसेच सुमारे ७० टक्के खारफुटीची जंगलं देखील कापण्यात आली आहे. वांद्रे रिकलेमेशनला साधारण १९५० मध्ये सुरुवात झाली. त्यानंतर नरिमन पॉइंट येथे १९६० मध्ये समुद्रात भराव टाकून विकसित करण्यात आले. तसेच माजी मुख्यमंत्री वसंतराव नाईक यांच्या सरकारने नवी मुंबई हा भाग १९७० मध्ये मुंबईची नवीन नागरी वसाहत म्हणून प्रस्तावित केला होता. नवी मुंबईसाठी ३४४ चौरस किलोमीटर जमीन संपादित करण्याचा त्यांनी निर्णय घेतला. सध्या नवी मुंबई ठाणे आणि रायगड या दोन जिल्ह्यांमध्ये वसलेली आहे. त्यानंतर नवी मुंबई विमानतळ देखील दोन दशकांपूर्वी खाडीवर उभारण्यास सुरुवात झाली. त्यामुळे मुंबई खचण्याचे हेच प्रमुख कारण आहे, असे म्हणता येईल.

जमीन खचत आहे. शास्त्रज्ञांनी स्पष्ट केले आहे की, जमीन खचण्यामागील प्रमुख कारण म्हणजे भूजलाचा अमर्याद उपसा. जेव्हा जमिनीतून जास्त प्रमाणात पाणी काढले जाते, तेव्हा मातीच्या थरामध्ये कोरडेपणा निर्माण होतो आणि हा थर हळूहळू

आकुंचन पावतो. २००२ ते २०२३ दरम्यानच्या उपग्रह डेटानुसार सर्व महानगरांमध्ये भूजलाच्या पातळीत चिंताजनक घट नोंदवली गेली आहे.

शहरीकरणाचा अनियंत्रित वेग रोखण्याची गरज

दिल्ली-एनसीआरमधील बिजवासन, फरीदाबाद आणि गाझियाबाद हे सर्वात जास्त प्रभावित क्षेत्र आहेत, दरवर्षी ३८ ते ५१ मिमीपर्यंत जमीन खचत आहे. चेन्नईच्या अड्यार आणि तोंडियारपेट भागात आणि कोलकात्याच्या हावडा, टॉलीगंज आणि बिधाननगर भागातही परिस्थिती गंभीर आहे. तज्ज्ञांचे म्हणणे आहे की, जर भूजलाचा अतिवापर आणि शहरीकरणाचा अनियंत्रित वेग रोखला गेला नाही, तर येत्या काही वर्षात या शहरांमध्ये इमारती कोसळण्याचे आणि पायाभूत सुविधांचे नुकसान होण्याचे प्रमाण झपाट्याने वाढू शकते.

मीटर रिक्षांच्या अंमलबजावणीसाठी विलंब होण्याची शक्यता



परिवहन विभागाने ठरवून दिलेले दर

विरार पूर्वच्या भागात विरार स्थानक पूर्व रेल्वे पुलापासून मनवेलपाडा, कारगिल नगर, फुलपाडा, सहकार नगर, जीवदानी पाथ्या, नारंगी फाटा या ठिकाणी प्रत्येकी ९ रुपये, विरार स्थानक पूर्व रेल्वेपुल ते साईनाथ नगर १० रुपये, चंदनसार नाका १४ रुपये, कातकरी पाडा १५ रुपये, घाणीचा तलाव १९ रुपये, भाटपाडा २१ रुपये, गडगापाडा २४ रुपये, कुंभारपाडा २९ रुपये, कण्हेर फाटा ३८ रुपये, विरार फाटा ४१ रुपये, शिरसाड फाटा ४५, तसेच विरार स्थानक पूर्व रेल्वे पुल ते शिरगाव काया साईनाथ नगर आणि चंदनसार २१ रुपये असे विरार पूर्वच्या भागातील दर निश्चित करण्यात आले होते. या दिलेल्या दरानुसारच भाडेआकारणी करण्यात यावी असे आदेश रिक्षाचालकांना देण्यात आले होते. परंतु दोन वर्षे उलटून गेली तरी रिक्षाचालकांनी परिवहन विभागाचे हे दर पाळलेले नाहीत.

■वसई। प्रतिनिधी, वसई-विरार शहरातील प्रवाशांच्या तक्रारींना अखेर न्याय मिळण्याची शक्यता निर्माण झाली आहे. शहरात प्रवाशांकडून मनमानी भाडे आकारून लुटमार करण्याचा रिक्षाचालकांवर अंकुश बसवण्यासाठी येत्या १५ नोव्हेंबरपासून मीटर रिक्षा सेवा सुरू करण्याचे आदेश परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक यांनी दिले आहेत. मात्र, रिक्षाचालकांना भेडसावण्याचा विविध अडचणींमुळे या निर्णयाच्या अंमलबजावणीत थोडा विलंब होण्याची शक्यता आहे. वसई-विरार परिसरात गेल्या काही वर्षात लोकसंख्या झपाट्याने वाढल्याने रिक्षांची

मागणी मोठ्या प्रमाणात वाढली आहे. तथापि, प्रवाशांकडून टराविक अंतरासाठी अधिक भाडे आकारणे, पाच प्रवाशांना एका रिक्षात कोंबणे, भाडे नाकारणे, तसेच गैरवर्तनाच्या तक्रारी वाढल्या आहेत. कोरोनाकाळात वाढवलेले भाडे अद्याप कायम ठेवण्यात आले असून, प्रवाशांच्या मते जवळच्या अंतरासाठीही २० ते २५ रुपये आकारले जात आहेत. या पार्श्वभूमीवर वसई उपप्रादेशिक परिवहन विभागाने आधीच रिक्षाभाड्याचे दर अंतरानुसार निश्चित केले होते. उदाहरणार्थ, विरार स्टेशन ते मनवेलपाडा या मागासाठी ९ रुपये, तर विरार फाटा मागासाठी ४१ रुपये असे

दर निश्चित आहेत. हे दर रिक्षा स्टँडवर फलकाच्या स्वरूपात प्रदर्शित करण्याचे आदेशही देण्यात आले होते. मात्र, प्रत्यक्षात हे नियम पाळले जात नसल्याने प्रवाशांची आर्थिक लूट सुरूच आहे. या स्थितीवर तोडगा काढण्यासाठी सोमवारी वसई-विरार महानगरपालिकेच्या सभागृहात आमदार स्नेहा दुबे पंडित यांच्या अध्यक्षतेखाली महत्त्वपूर्ण बैठक पार पडली. या बैठकीस महापालिकेचे अतिरिक्त आयुक्त दिपक सावंत, सहायक परिवहन अधिकारी दिपक उगळे, सहायक पोलीस आयुक्त (वाहतूक) शंकर इंदलकर, तसेच विविध रिक्षाचालक-

मालक संघटनांचे पदाधिकारी उपस्थित होते.रिक्षाचालकांनी या वेळी मीटरसंबंधित अनेक समस्या मांडल्या. त्यात रस्त्यांची दुरवस्था, पालिकावारा रिक्षा, अपुरे सीएनजी पंप, मीटर रिकॉलब्रेशनच्या अडचणी, तसेच प्रवासी आणि चालक यांच्यातील जनजागृतीचा अभाव या मुद्द्यांचा समावेश होता. या समस्या समजून घेत, तात्काळ जुनी व्यवस्था बंद करून नवी लागू करण्याऐवजी सर्व संबंधित पक्षांचा सहभाग असलेली १० ते १५ सदस्यीय समिती गठीत करण्याच्या सूचना आमदार स्नेहा दुबे पंडित यांनी दिल्या. या समितीत परिवहन अधिकारी, महापालिका प्रतिनिधी, रिक्षा

संघटनांचे सदस्य आणि ज्येष्ठ चालकांचा समावेश असेल. समिती रिक्षाचालकांच्या समस्यांचा सखोल आढावा घेऊन अंमलबजावणीसाठी मार्गदर्शक तत्त्वे निश्चित करणार आहे. यावेळी उपस्थित अधिकारी व संघटनांनीही प्रवाशांच्या सोयी आणि चालकांच्या हिताचा समतोल साधून सकारात्मक निर्णय घेतला जाईल, असे आश्वासन दिले. १५ नोव्हेंबरपासून मीटर रिक्षा सेवा लागू करण्याचा निर्णय कायम असून, लवकरच वसई-विरार शहरात रिक्षा भाड्यामध्ये पारदर्शकता येईल, अशी अपेक्षा व्यक्त केली जात आहे.

कारचे दरवाजे झाले लॉक, ६ महिन्यांच्या गर्भवतीचा होरपळून मृत्यू

■जळगाव।प्रतिनिधी, कामध्ये बसून आरामात प्रवास करणे प्रत्येकालाच आवडते. विशेष म्हणजे आजारी व्यक्ती, वृद्ध महिला किंवा पुरुष यासह गर्भवती महिलांसाठी कारमधील प्रवास हा सोईचा आणि सुखकर मानला जातो. हाच कारचा प्रवास मात्र एका सहा महिन्यांच्या गर्भवतीच्या जीवावर बेतला आहे. जळगाव जिल्ह्यात एक काराने दुभाजकाला धडक दिली. त्यानंतर आग लागली. याच आगीत सहा महिन्यांच्या गर्भवती महिलेचा होरपळून मृत्यू झाला आहे. या घटनेनंतर सर्वत्र हळहळ



व्यक्त केली जात आहे. गाडीचे सगळेच दरवाजे लॉक झाल्याने हा दुदैवी प्रसंग घडला आहे. गाडीने पेट घेतल्यानंतर महामार्गाच्या बाजूला असलेल्या काही लोकानी तसेच पोलीसांनी घटनास्थळी धाव घेतली. त्यांनी गाडीचा काच फोडून संग्राम यांना बाहेर काढले. परंतु गाडीमध्ये खूप धुर झाला. बाहेरच्या

नेमकं काय घडलं?

मिळालेल्या माहितीनुसार जळगाव जिल्ह्याच्या जामनेर येथे गाडी जळून एका गर्भवती महिलेचा मृत्यू झाला आहे. महाराष्ट्र पत्रताना या महिलेवर काळाने घाला घातला आहे. विशेष म्हणजे पतीच्या समोरच पत्नी जान्हवी मोरे हिचा होरपळून मृत्यू झाला आहे. आरटीओ कारवाईच्या भीतीने हा अपघात झाल्याचे प्रत्यक्षदर्शींनी सांगितले आहे. महामार्गावर गाड्यांची तपासणी केली जात होती. याच पोलीसांना बघून चालक संग्राम मोरे धावरले. त्यांच्याकडे कार चालवण्याचा परवाना नव्हता. त्यामुळे पोलीसांना चुकवण्याच्या नादात त्यांनी गाडी महामार्गावरील दुभाजकाला धडकली. या अपघातानंतर इजिन्मधून धुर थायला सुरुवात झाली.

कोल्हापुरातल्या नागरिकांचा संताप उफाळला ! असं म्हणत निवडणुकीवरच बहिष्काराचा निर्धार, नेमकं काय कारण

■कोल्हापूर। प्रतिनिधी,

निवडणुकांची चाहूल लागल्याने सर्वत्र राजकीय वातावरण तापू लागले आहे. मात्र कोल्हापुरातील काही भागात नागरिकांचा असंतोष शिगेला पोहोचला आहे. गेल्या अनेक वर्षांपासून प्रलंबित असलेल्या मूलभूत सुविधांच्या प्रश्नांकडे सातत्याने दुर्लक्ष होत असल्याने कोल्हापूर महानगरपालिकेच्या प्रभाग क्रमांक ८ लक्ष्मीर्थ वसाहतीच्या पश्चिम बाजूकडील नागरिकांनी थेट आगामी निवडणुकीच्या मतदानावरच सामूहिक बहिष्कार घालण्याचा निर्णय घेतला आहे.

लक्ष्मीर्थ वसाहतीच्या पश्चिम बाजूला चिंतामणी कॉलनी, शिक्षक कॉलनी, एस.टी. कॉलनी आणि शिवशंभो कॉलनी अशा

काही कॉलनी आहेत. या ठिकाणी सुमारे ४०० ते ५०० नागरिकांनी आपल्या परिसरातील रस्ते, नाले, आणि गटारीच्या कामाकरिता वेळोवेळी निवेदने आणि तक्रारी दिले होते. मात्र प्रशासन किंवा लोकप्रतिनिधींकडून फक्त आश्वासनांपलीकडे काहीच झाले नाही. त्यामुळे नागरिकांचा संयमाचा अंत झाला असून त्यांनी “विकास नाही, रस्ते नाही, तर मतदानही नाही” अशा शब्दांत निषेध व्यक्त केला आहे. ठिकठिकाणी याच आशयाचे बॅनर लावण्यात आले आहेत.

मतदानावर बहिष्काराचा ठाम इशारा

याबाबतच्या परिसरातील नागरिकांनी सामूहिक सद्दा गोळा करून कोल्हापूर जिल्हा निवडणूक निर्णय अधिकाऱ्यांना



यासंदर्भात निवेदन दिले आहे. परिसरात विकासकामाचा गतीने पाठपुरावा न झाल्यास भविष्यातील सर्वच निवडणुकांवर बहिष्कार कायम ठेवण्यात येईल, असे यामध्ये नागरिकांनी स्पष्ट केले आहे.

या भागातील रहिवासी सांगतात, सध्या राजगोल पाणंद हा ये-जा करण्यासाठीचा एकमेव सरकारी मार्ग असल्याने

नागरिकांना दररोज चिखल, माती आणि दुर्गंधीचा सामना करावा लागतो. पावसाळ्यात तर पायी चालणेही कठीण बनते. रस्ते आणि जलनिस्सारणाच्या सुविधा वषावुनर्व प्रलंबित असल्याने परिसरातील दैनंदिन जीवन अक्षरशः विस्कळीत झाले आहे.

माजी नगरसेवकांचा आश्वासनांचा शब्द

प्रशासनासमोर नागरिकांचा निर्णायक इशारा

दरम्यान कोल्हापुरातील या नागरिकांचा निषेध फक्त स्थानिक पातळीपुरता मर्यादित न राहता प्रशासनाला दिलेला व्यापक इशारा ठरत आहे. वेळेत दोस उपाययोजना न झाल्यास हे आंदोलन अधिक तीव्र होण्याची शक्यता आहे. त्यामुळे नागरिकांचा रोष कमी करण्यासाठी आणि विश्वास पुनर्स्थापित करण्यासाठी तातडीने प्रत्यक्ष काम सुरू करण्याची आवश्यकता निर्माण झाली आहे.

या प्रकरणाची माहिती मिळताच माजी नगरसेवक राहुल माने यांनी नागरिकांची भेट घेऊन समस्या सोडवण्यासाठी प्रशासनाशी सातत्याने पाठपुरावा सुरू असल्याचे सांगितले. तसेच पुढील प्राधान्याने या कामांकडे लक्ष देऊन तोडगा काढण्याचे आश्वासन दिले. मात्र नागरिकांनी “आता शब्द नको, कृती हवी” असा ठाम पवित्रा घेतला आहे.

अकोल्यात शिक्षकाकडून विद्यार्थिनीचा विनयभंग, संतस ग्रामस्थानांनी नराधमाला चोप चोप चोपलं

■अकोला। प्रतिनिधी,

राज्यातील मुली आणि महिला खरंच सुरक्षित आहेत का? असा प्रश्न आता उपस्थित होत आहे. विशेष म्हणजे मुली आता शाळेत देखील सुरक्षित नाहीत. कारण अकोल्यात एका शाळेत चक्क शिक्षकाकडून विद्यार्थिनीचा विनयभंग करण्यात आल्याचा प्रकार समोर आला आहे. संबंधित प्रकार समोर आल्यानंतर गावकऱ्यांनी नराधम शिक्षकाला चांगलाच चोप दिला. गावकऱ्यांकडून आरोपी शिक्षकाला मारहाण करतानाचा व्हिडीओ देखील सोशल मीडियावर कायरल होत आहे.

खरंतर आई-वडिलांनंतर दुसरा गुरू शिक्षकाला मानलं जातं. मात्र सध्याच्या काळात शिक्षकी पेशाला ग्रहण लागल्याचं वास्तव अनेक घटनांमधून समोर येत आहे. शिक्षकी पेशाला काळीमा फासणारी घटना अकोल्यात समोर आली आहे. एका शिक्षकाने विद्यार्थिनींचा विनयभंग केला आहे. सुधाकर पांडे असं नराधम शिक्षकाचे नाव आहे. गावकऱ्यांना घटना माहीत होताच गावकऱ्यांनी शिक्षकाला चांगलाच चोप दिल्याची माहिती



सूत्रांकडून मिळाली आहे. संबंधित शिक्षकाला पोलीसांनी ताब्यात घेतले आहे.

अकोल्याच्या पातूर तालुक्यातील एका गावात जिल्हा परिषद शाळेत एक शिक्षकाने विद्यार्थिनींचा विनयभंग केल्याचा धक्कादायक प्रकार उघड झाला आहे. गावकऱ्यांनी घटनेची माहिती मिळताच शिक्षकाला चांगलाच चोप दिला, आणि पोलीसांच्या हवाली केलं. सध्या हा नराधम शिक्षक पोलीसांच्या ताब्यात आहे.

पोलीसांनी विविध कलमान्वये नराधमावर गुन्हे दाखल केले आहेत.

आपलं बाळ शाळेत जाईल, शिकून खूप मोठं होईल, असे स्वप्न प्रत्येक पालकांचे असते. हल्ली ग्रामीण भागात शिक्षणाची पुरेशी सुविधा नसतानाही पालकांच्या डोळ्यात मुलांबद्दल स्वप्न असताने. आणि शिक्षक आई-वडिलांनंतर महत्त्वाचा गुरू असतो, असं म्हटलं जातं. म्हणून पालक डोळे झाकून विश्वास ठेवतात आणि मोल मजुरीला जातात. मात्र शाळेतच अशा प्रकारे लाजिरवाने कृत्य घडत असतील तर शहरी भागासह ग्रामीण भागातील पालकांनी कुणावर विश्वास ठेवून मुलांना शाळेत पाठवावे? असा प्रश्न यावेळी निर्माण होत आहे.

अशा विकृत मानसिकता असलेला हा पहिलाच शिक्षक नाही, तर राज्यासह अकोल्यात याआधी अशा अनेक घटना घडल्या आहेत. घटना घडल्यावर पोलीसात तक्रार होते, आणि पुन्हा अशा घटना उघडकीस येतात. मात्र यावर प्रशासनाकडून अंकुश ठेवणे अत्यंत गरजेचे आहे, जेणेकरून अश्या घटना पुन्हा घडणार नाहीत.

इंदापूरमध्ये आढळला पुरुषाच्या पायाचा तोडलेल्या अवस्थेतील भाग...

■पुणे। प्रतिनिधी,

पुण्याच्या इंदापूर तालुक्यातील कळंब निमसाखर मार्गावर कळंब गावच्या हद्दीत ही घटना घडली आहे. एका हॉटेलपासून ५०० ते ७०० मीटर अंतरावर माणसाच्या डाव्या पायाचा अर्धा भाग आढळून आलाय.आज सकाळच्या सुमाराची घटना उघडकीस आली आणि यानंतर एकच खळबळ उडाली आहे. याची माहिती वालचंदनगर पोलीस ठाण्याला मिळताच पोलीस ठाण्याचे प्रभारी पोलीस निरीक्षक राजकुमार डुणगे हे घटनास्थळी दाखल झाले असून या प्रकरणाचा अधिक तपास केला जात आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार हा पायाचा भाग पुरुष जातीचा असून तो डाव्या बाजूच्या पायाचा आहे

डाव्या बाजूच्या पायाचा गुडघ्यापासून खालील हा भाग असून तो वाहतुकीच्या रस्त्यावर पडलेला होता. त्यामुळे एकच खळबळ उडाली आहे. वालचंदनगर पोलीस ठाण्याचे प्रभारी पोलीस



निरीक्षक राजकुमार डुणगे घटनास्थळी दाखल झाले असून या प्रकारचा आता पोलीस सखोल तपास करत आहेत. पोलीसांनी पाय तोडलेल्या आणि सॉक्स घातलेल्या पायावरून ओळख पटवण्यासाठी सर्वत्र शोधमोहीम सुरू केली आहे. जर कोणाला या वर्णनानुसार काही माहिती मिळाली, तर त्यांनी वालचंदनगर पोलीस स्टेशनशी संपर्क साधावा, असं आवाहन पोलीसांकडून करण्यात आलं आहे. बारामती विभागाची फॉरेंसिक लॅबचे कर्मचारीही घटनास्थळी दाखल झाले होते. इंदापूरचे पोलीस निरीक्षक विलास नाळे यांनीही घटनास्थळी भेट देऊन माहिती घेतली.

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 बाजूला, गेट नं. २, गोरेगाव (पूर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पूर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची राहिल, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जबाबदारी संबंधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी यांच्यावर राहिल.) भ्रमणध्वनी - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021@gmail.com

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