POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2023-2025

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

○संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

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

● वर्ष -०५ ● अंक-१५६ ● मुंबई, बुधवार, ०७ जानेवारी २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

बिनविरोधात निवडून आलेल्या उमेदवारांचे भविष्य ठरणार

बिनविरोध निवडणुकीची तरतूद कायद्यातच असून निवडणुकीत एकच उमेदवार असल्यास त्यापुढे ह्यनोटाह्न हा पर्याय देऊन निवडणुका घेण्याची तरतूद कायद्यात नसल्याचे राज्य निवडणूक आयोगातील सूत्रांनी सांगितले. नोटाचा पर्याय हा उमेदवार नसून, निवडणूक झाल्यास निवडणुकीच्या रिंगणातील उमेदवारांना नाकारण्याचा पर्याय असल्याचेही सूत्रांनी स्पष्ट केले.

निवडणूक आयोगाच्या भूमिकेकडे राज्याच्या नजरा

सध्या राज्यभर महापालिका निवडणुकांमध्ये बिनविरोध निवडून आलेल्या नगरसेवकांचीच चर्चा आहे. त्यावरून राज्य निवडणूक आयोगाला टार्गेट करण्यात येत आहे. आयोगाकडून या प्रक्रियेत हस्तक्षेप करावा, अशीही मागणी करण्यात येत आहे. याविषयी राजकीय पक्षांकडून न्यायालयात याचिका दाखल करत नोटाचा पर्याय देऊन बिनविरोध प्रभागांत निवडणूक घ्यावी अशी मागणी केली जात आहे.

कायद्यात नेमकी काय तरतूद जाणून घ्या

ठाणे, कल्याण-डोंबिवलीसह अनेक महापालिकांच्या निवडणुकांमधील प्रतिस्पर्धी उमेदवारांना धमकावून आणि त्यांच्यावर दबाव आणून उमेदवारी अर्ज मागे घेण्यास भाग पाडण्यात आले आहे, असा आरोप मनसेने केला आहे. तसेच, सत्ताधारी पक्षांच्या उमेदवारांची बिनविरोध निवड घोषित झाल्याच्या विरोधात मनसेचे अविनाश जाधव यांनी मुंबई उच्च न्यायालयात धाव घेतली आहे.

बिनविरोध निवडणूक नाहीच?

'बिनविरोध' नगरसेवकांबाबत निवडणूक आयोगाचं मोठं स्पष्टीकरण

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

राज्यातील २९ महापालिकेच्या निवडणुकीसाठी १५ जानेवारी २०२६ रोजी मतदान प्रक्रिया होईल. मात्र, त्यापूर्वी मोठा वाद निर्माण झाला असून प्रकरण थेट कोर्टात पोहोचलंय. कल्याण डोबिंवली महापालिकेत महायुतीचे तब्बल २० उमेदवार बिनविरोधात निवडून आले. फक्त कल्याण डोबिंवलीच नाही तर राज्यातील इतरही पालिकेत बिनविरोधात निवडणूक होण्याचे प्रमाण वाढले. धमक्या देऊन महायुतीकडून बिनविरोधात निवडणुका लढवल्या जात असल्याचा गंभीर आरोप केला जातोय. बिनविरोध निवडणुकीच्या मुद्दयात निवडणूक आयोगाने हस्तक्षेप करावा, अशी मागणी केली जातंय. मनसे बिनविरोध निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर थेट कोर्टात गेली. आता याबद्दल अत्यंत मोठी अपडेट पुढे येताना दिसतंय. यावरून बिनविरोधात निवडून आलेल्या उमेदवारांचे भविष्य ठरणार आहे.

वांद्रे स्कायवॉकला आचारसंहितेचा खोडा ?

स्कायवॉकचे काम पूर्णत्वास, मात्र महापालिका निवडणुकीमुळे पुलाचे लोकार्पण लांबणीवर, नागरिकांना पुलाच्या वापरासाठी आता पाहावी लागणार वाट, निवडणूक निकालनंतरच उद्घाटनला मुहूर्त मिळण्याची शक्यता आहे. मात्र, आता राज्यात बिनविरोध निवडणुका हा अत्यंत मोठा मुद्दा नक्कीच बनला आहे.

मुंबईत सुमारे अडीच कोटींची रक्कम सापडली, भरारी पथकाची मोठी कारवाई

राज्यातील महानगर पालिकांच्या निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर सध्या आचारसंहिता सुरू आहे. त्यामुळे राज्यातील परिस्थितीवर बारकाईने लक्ष ठेवण्यासाठी निवडणूक भरारी पथके नेमण्यात आलेली आहेत. अशाच एका भरारी पथकाने मुंबईच्या देवनार परिसरातून २ व्हॅनमधून २२ कोटी ३३ लाखांची रोकड ताब्यात घेतली आहे. त्यामुळे मुंबईत खळबळ उडाली आहे. ही रक्कम कशासाठी आणि कुठून आली याबाबत वेगवेगळे प्रश्न उपस्थित होत आहेत. याबाबत सविस्तर माहिती जाणून घेऊयात.

निवडणूक भरारी पथकाने मुंबईच्या देवनार परिसरातून २ व्हॅनमधून २ कोटी ३३ लाखांची रोकड ताब्यात घेतली आहे. ही रोकड एटीएम मध्ये भरण्यासाठी नेली जात असल्याचा दावा करण्यात आला आहे. मात्र या रकमेबाबत संशय असल्यामुळे या पैशांची माहिती आयकर विभागाला देण्यात आली असून पुढील तपास आयकर विभागाकजे सोपवण्यात आला आहे. सध्या ही रोकड देवनार पोलिसांकडे कस्टडी म्हणून ठेवण्यात आली असून ही रोकड कुठून कुठे नेली जात होती याची माहिती घेतली जात आहे.

समोर आलेल्या माहितीनुसार, पोलिसांना या रकमेबाबत संशय आहे. सध्या निवडणूक असल्यामुळे पैशांचा मोठ्या प्रमाणात वापर होण्याची शक्यता आहे. यावर बारीक नजर ठेवली जात आहे. संशयित वाहनांची कसून चौकशी केली जात आहे. अशाच एका कारवाईत ही रक्कम आढळली आहे. या पैशांची पुढील चौकशी आयकर विभाग करत आहे. देवनार पोलिसांनी या घटनेची नोंद स्टेशन डायरीत केली असून पुढील तपास सुरू करण्यात आला आहे.

भावपूर्ण श्रद्धांजली

मृत्यू
मंगळवार दिनांक
३०/१२/२०२५
रोजी

दशक्रिया विधी

दिनांक ०८/०१/२०२६, गुरुवार, सकाळी ०७.३० वाजता जेसेल पार्क चौपाटी, भाईंदर भाईंदर मीरारोड

तेरावे (श्राद्ध) विधी

दिनांक ११/०१/२०२६, रविवार राहत्या घरी करण्यात येईल. पत्ताः गुरुप्रसाद बंगला, जुना गोल्डन नेस्ट, फेज ३, कवीन मेरी शाळेजवळ, वेदकेअर हॉस्पिटलच्या बाजूला, भाईंदर (पूर्व) ४०१ १०७

संपर्क :

गुरुप्रसाद नाईक ९५९४४१८१८१, ८६९२०३३३३०

(येतांना कोणीही दुखवटा सोबत आणू नये.)

अल्पशा आजाराने दुःखद निधन झाले, तरी त्यांच्या आत्म्यास चिरःशांती लाभों हिच ईश्वरचरणी प्रार्थना!!!

कै. डॉ. दिपक मोरेश्वर नाईक

शोकाकुल :
समस्त नाईक परिवार

वाड्यात हिंदू विद्यार्थिनीकडून जबरदस्ती नमाज पठण

■वाडा। प्रतिनिधी,

तालुक्यातील पोशेरी येथे असलेल्या आयडियल फाऊंडेशन कॉलेजमध्ये फिजिओथेरपी अभ्यासक्रमासाठी नुकताच प्रवेश घेतलेल्या एका हिंदू विद्यार्थिनीला जबरदस्तीने नमाज पठण करण्यास भाग पाडल्याचा गंभीर प्रकार उघडकीस आला. या प्रकरणी वाडा पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला. या प्रकाराची माहिती मिळताच घडलेल्या प्रकाराबाबत संतप्त विविध हिंदू संघटनांच्या पदाधिकाऱ्यांनी आयडियल कॉलेजवर गर्दी केली होती. त्यामुळे तणावाचे वातावरण निर्माण झाले होते. पोलीस सुत्रांनी दिलेल्या माहितीनुसार, तालुक्यातील पोशेरी येथील आयडियल फाऊंडेशनच्या उच्च व तंत्र शिक्षणातील विविध विद्या शाखांना मोठ्या संख्येने विद्यार्थी प्रवेश घेत आहेत. चार दिवसांपूर्वी अहिल्यानगर जिल्ह्यातील अश्विनी बिल्लर सदगीर या विद्यार्थिनीने फिजिओथेरपी अभ्यासक्रमासाठी प्रवेश घेतला होता. कॉलेजच्याच वसतिगृहात

अन्य विद्यार्थिनींसह ती राहत होती. रविवार,(दि. ४)रात्री सुमारे ११ वाजताच्या दरम्यान वसतीगृहाच्या अधिक्षिका व अन्य दोन मुस्लिम विद्यार्थिनींनी अश्विनी तिला जबरदस्तीने नमाज पठण करायला सांगितले. या प्रकाराने घाबरलेल्या अश्विनीने घडलेला प्रकाराची माहिती पती व वडिलांना दिली. त्यानंतर संबंधित कॉलेज प्रशासनाकडे या संदर्भात तक्रार करूनही समाधानकारक उत्तर न मिळाल्याने तिने पोलीस ठाण्यात फिर्याद दिली. घटनेचे गांभीर्य लक्षात घेता पालघरचे पोलीस अधीक्षक यतिश देशमुख यांनी घटनास्थळी भेट देऊन चौकशी केली व संबंधितांवर गुन्हा दाखल करण्याचे आदेश दिले. हा प्रकार रॅगिंगशी संबंधित असल्याचे स्पष्ट करण्यात आले असून पुढील तपास वाडा पोलीस करीत आहेत.

मेगाब्लॉकचे कारण काय?

कांदिवली आणि बोरिवली स्थानकांदरम्यान सहाव्या मार्गिकेचे काम आता अंतिम टप्प्यात पोहोचले आहे. ही नवीन मार्गिका अस्तित्वात असलेल्या जलद मागार्ला जोडण्यासाठी आणि तांत्रिक यांत्रिक कामे पूर्ण करण्यासाठी हा ब्लॉक घेण्यात येत आहे. यामुळे अप आणि डाऊन अशा दोन्ही जलद मार्गांवर तसेच पाचव्या मार्गिकेवरही वाहतूक बंद राहणार आहे. कांदिवली ते बोरिवली दरम्यान सुरू असलेल्या सहाव्या मार्गिकेच्या कामाला वेग देण्यासाठी रेल्वे प्रशासनाने विशेष तांत्रिक ब्लॉकची घोषणा केली आहे. या मेगाब्लॉकमुळे मंगळवार आणि बुधवार अशा दोन दिवसांत एकूण २१५ लोकल फेऱ्या रद्द करण्यात येणार आहेत. हा ब्लॉक प्रामुख्याने मध्यरात्रीच्या वेळी असला, तरी त्याचा थेट परिणाम पहाटेच्या आणि सकाळच्या सत्रातील लोकल फेऱ्यांवर होणार आहे. मुंबईतील अप जलद मार्गावर मंगळवारी मध्यरात्री १२:०० ते बुधवारी पहाटे ५:३० पर्यंत मेगाब्लॉक असणार आहे. तर डाऊन जलद मार्गावर मंगळवारी मध्यरात्री १:०० ते पहाटे ४:३० पर्यंत मेगाब्लॉक असणार आहे. या कालावधीत मंगळवारी ९३ फेऱ्या रद्द करण्यात येणार आहेत. तर बुधवारी १२२ फेऱ्या रद्द केल्या जाणार आहेत. त्यामुळे पुढील दोन दिवसात २१५ फेऱ्या रद्द केल्या जाणार आहेत.

मुंबईत दोन दिवसांचा मेगाब्लॉक, तब्बल २१५ लोकल रद्द होणार

पाहा कोणत्या लोकल धावणार आणि कोणत्या रद्द?

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबईकरांची लाईफलाईन असलेल्या मुंबई लोकलच्या प्रवाशांसाठी एक महत्त्वाची बातमी समोर आली आहे. पश्चिम रेल्वेवर दोन दिवसांचा मेगाब्लॉक घेण्यात आला आहे. त्यामुळे आज लोकलच्या वेळापत्रकात मोठे बदल पाहायला मिळणार आहे. या काळात अनेक लोकल फेऱ्या रद्द करण्यात येणार आहेत. तसेच काही लोकल या उशिराने धावतील. प्रवाशांनी या वेळेत प्रवास टाळावा किंवा पर्यायी मार्गाचा वापर करावा, असे आवाहन रेल्वे प्रशासनाने केले आहे. यामुळे पश्चिम रेल्वेने प्रवास करणाऱ्या मुंबईकरांसाठी आठवड्याचे पहिले दोन दिवस कष्टाचे ठरणार आहेत. विशेष म्हणजे, रद्द करण्यात आलेल्या फेऱ्यांमध्ये प्रवाशांच्या पसंतीच्या एसी लोकल आणि १५ डब्यांच्या जलद गाड्यांचाही समावेश आहे. या काळात पाचव्या मार्गिकेवरील वाहतूकही पूर्णपणे बंद राहील, ज्यामुळे नियमित वेळापत्रकावर मोठा परिणाम होऊन गाड्या

विलंबाने धावण्याची शक्यता आहे. याचा फटका लोकल प्रवाशांना बसणार आहे. लोकल प्रवाशांना त्रासाला सामोरे जावे लागत असताना दुसरीकडे लांब पल्ल्याच्या प्रवाशांसाठी मात्र रेल्वेने आनंदाची बातमी दिली आहे. नवीन वर्षातील प्रवाशांची वाढती गर्दी आणि वेटिंग लिस्ट लक्षात घेता ३१ जानेवारी २०२६ पर्यंत महत्त्वाच्या गाड्यांना अतिरिक्त डबे जोडले जाणार आहेत. मुंबई सेंट्रल ते नवी दिल्ली दरम्यान धावणाऱ्या तेजस राजधानी (१२९५१/५२) गाडीला एक जादा ३एसी डबा जोडला आहे, आता ही ट्रेन २२ डब्यांसह धावेल. तसेच साबरमती ते नवी दिल्ली दरम्यानच्या स्वर्ण जयंती राजधानी (१२९५७/५८) या गाडीला एक अतिरिक्त 3अउ डबा जोडून ती २३ डब्यांची करण्यात आली आहे.

बहिणीवर गोळीबार करून फरार झालेल्या आरोपीला अटक

■वसई। प्रतिनिधी,

वसईतील वाघरा पाडा भागात राहर्णाया पुष्पा अशोक विश्वकर्मा (४२) या बहिणीवर गोळीबार करून मुंब्र्यातील एका घरात दडून बसलेल्या शिवदयाळ विश्वकर्मा (४५) या आरोपीला अटक केल्याची माहिती वालीव पोलिसांनी शनिवारी दिली. धक्कादायक बाब म्हणजे त्याच्या घरात जिवंत हॅण्ड ग्रेनेड आणि गावठी रिव्हॉल्व्हरही पोलिसांनी हस्तगत केले आहे. मुंबईच्या पंतनगरमध्ये असताना शिवदयाळ याने त्याच्या पत्नीचा २०१८ मध्ये खून केला होता. याच खून प्रकरणात तो कारागृहात होता. कारागृहात असताना त्याने बहीण पुष्पा हिला न्यायालयाच्या तारखेदरम्यानच्या भेटीत जामिनावर सोडण्याची विनंती केली होती. त्यासाठी त्याने वकिलाचा दीड ते दोन लाखांचा खर्चही तिला करण्यास सांगितला. सुटून आल्यानंतर पैशांची परतफेड करेन, असेही त्याने सांगितले. याच विश्वासाने पुष्पाने त्याच्या जामिनासाठी खर्च करून त्याला सोडवले. जामिनावर त्याची सुटका झाल्यानंतर तिने त्याच्याकडे खर्च केलेल्या पैशांची मागणी केली. हे पैसे देण्याऐवजी तो ३ जानेवारी २०२६ (शनिवारी) पहाटे अडीचच्या सुमारास वाघरा पाड्यातील तिच्या घरी गेला. घराच्या खिडकीतूनच तिच्याशी तो वाद घालत असताना तिच्यावर रिव्हॉल्व्हर रोखले. सुदैवाने, त्याने गोळी झाडण्याच्या वेळीच तिने खिडकी बंद केली. ही गोळी काचेतून घरातील संगणकाला लागली. याप्रकरणी तिने वालीव पोलिस ठाण्यात भावाविरुद्ध खुनाचा प्रयत्न केल्याची तक्रार दिली. वरिष्ठ पोलिस निरीक्षक दिलीप घुगे यांच्या मार्गदर्शनाखाली निरीक्षक गोरखनाथ जैध आणि सहायक पोलीस निरीक्षक विश्वासराव बाबर यांच्या पथकाने मुंब्र्याजवळील दिवा (जि. ठाणे) परिसरातील एका घरात शनिवारी सायंकाळी चारच्या सुमारास त्याचे लोकेशन ट्रेस केले. तो ज्या घरात मिळाला त्याच घरातून पोलिसांनी हॅण्ड ग्रेनेड आणि गावठी कट्टाही हस्तगत केला.

राज्यातील काही विभागात पहाटे पसरणार धुक्याची चादर, तर 'या' ठिकाणी तापमानात होणार घट

■मुंबई। प्रतिनिधी,

राज्यात थंड वाऱ्याचे प्रवाह थांबल्याने हवामानात काही प्रमाणात बदल जाणवत आहे. गेल्या काही दिवसांपासून राज्यात आता ढगाळ वातावरणाची शक्यता आहे.

तर त्याचा परिणाम हा तापमानावर होताना दिसतो. यामुळे काही भागांमध्ये थंडीचा कडाका कायम राहण्याचे वृत्त आहे. अशातच ढगाळ वातावरणाने राज्यातील विविध भागांमध्ये पहाटचे धुके आणि दव पडण्याची स्थिती निर्माण झाल्याचं सांगण्यात ये आहे. पाहुयात, ६ जानेवारी रोजी राज्यातील हवामानाची स्थिती कशी राहील.

▸ **कोकण** : कोकण विभागात वातावरण कायम राहण्याची शक्यता आहे. मुंबईत कमाल तापमानात सुमारे ३० अंश सेल्सिअस, किमान तापमान हे १८ अंश सेल्सिअस इतकं राहील असा हवामान विभागाचा अंदाज आहे. तसेचत दिवसभर अंशतः ढगाळ वातावरण राहील. सकाळच्या सुमारास धुके जाणवू शकतात.

▸ **पश्चिम महाराष्ट्र** : पश्चिम महाराष्ट्रात हवामान विभागाने थंडीचा जोर कमी झाल्याचं चित्र आहे असं सांगितलं. याच विभागातील पुणे शहरात पहाटे धुक्याची स्थिती असून नागरिकांनी काळजी घेणे गरजेचं असल्याचं सांगितलं. तसेच पश्चिम महाराष्ट्रातील इतर काही जिल्ह्यांमध्ये अशीच परिस्थिती कायम राहील असा अंदाज वर्तवला.

▸ **मराठवाडा** : मराठवाडा विभागात हवामान हे प्रामुख्याने निरभ्र राहण्याची शक्यता आहे. तसेच छत्रपती संभाजीनगरात किमान तापमानात वाढ झाल्याचा हवामान विभागाचा अंदाज आहे. तसेच थंडीचा प्रभाव कमी असेल असा हवामान विभागाने अलर्ट जारी केला आहे.

▸ **विदर्भ** : विदर्भ विभागात सकाळच्या वेळेत धुक्याची चादर पसरणार असल्याचा हवामान विभागाने अंदाज वर्तवला आहे. याच विभागातील नागपुरात कमाल तापमान २७ अंश सेल्सिअस, तर किमान तापमान १३ अंश सेल्सिअस इतकं राहील.

गर्दीमुळे निवडणूक अधिकारी कार्यालयच ठरले धोकादायक

■वसई। प्रतिनिधी,

ऐन निवडणुकीच्या काळात उमेदवार, मतदारांच्या वाढत्या गदीर्मुळे आणि वावरामुळे चक्क निवडणूक अधिकारी कार्यालयच अतिधोकादायक ठरल्याचा प्रकार वसई-विरार शहरात समोर आला आहे. त्यामुळे आयत्यावेळी महापालिका प्रशासनालाही कार्यालय स्थलांतरित करावे लागले.नालासोपारा आचोळे येथील प्रभाग समिति डीचे कार्यालय नालासोपारा पूर्वेतील तुळींज येथील सहाय्यक पोलीस आयुक्त कार्यालयाजवळच्या वेदांत टॉवर या इमारतीत हलविण्यात आले आहे. वसई-विरार शहरात सध्या निवडणुकीची धामधूम सुरू आहे. निवडणुकीचे कामकाज

योग्यरित्या पार पडावे म्हणून वसई- विरार महापालिका क्षेत्रातील प्रभाग समिती कार्यालयांमध्ये ९ निवडणूक कार्यालये उभारण्यात आली आहेत. जसजसा मतदानाचा दिवस जवळ येत आहे. तसतशी निवडणूक कार्यालयातील गदीर्ही मोठ्या प्रमाणावर वाढत आहे. उमेदवारांची, त्यांच्यासह येर्णाया कार्यकर्त्यांची गर्दी निवडणूक कार्यालयात जमू लागली आहे. तर या वाढलेल्या गदीर्मुळे नालासोर्पायातील निवडणूक कार्यालयाची इमारत अतिधोकादायक ठरल्याचा दावा पालिका प्रशासनाकडून करण्यात आला आहे. नालासोपारा पूवेर्तील आचोळे येथे डी प्रभाग समितीचे कार्यालय आहे. या प्रभाग समितीतील निवडणूक कार्यालयातून १५, १७ आणि २२ या प्रभागांचे कामकाज पाहिले जात होते. निवडणुकीपूर्वी प्रभाग समितीची ही इमारत सी टू ए प्रवर्गात होती. पण, निवडणूक प्रक्रियेदरम्यान लोकांची वर्दळ मोठ्या प्रमाणात वाढल्याने इमारत आता सीवन या अतिधोकादायक प्रवर्गात समाविष्ट झाल्याचे आढळून आले आहे. त्यामुळे ऐन निवडणुकीच्या काळात निवडणूक कार्यालय स्थलांतरित करण्याची वेळ प्रशासनावर ओढवली आहे.

मंडप डेकोरेटरवर जीवघेणा हल्ला करणाऱ्या आरोपीला उत्तर प्रदेशातून अटक

■भाईंदर। प्रतिनिधी,

इव्हेंटचे काम देण्याच्या वादातून आपल्याच मालकावर धारदार चाकूने जीवघेणा हल्ला करून फरार झालेल्या आरोपीला गुन्हे प्रकटीकरण शाखेच्या कक्ष-१ पथकाने उत्तर प्रदेशातून मुसक्या आवळल्या आहेत. तुषार संतोष दुबे (२३) असे अटक करण्यात आलेल्या आरोपीचे नाव असून, त्याने भाईंदर पूर्व येथील एका मंडप डेकोरेटर्स व्यावसायिकावर हल्ला केला होता. त्याला उत्तरप्रदेशच्या जौनपूर येथून गुन्हे शाखा एक यांनी अटक केली आहे.

भाईंदर पूर्व येथील रामदेव पार्क परिसरात दशरथ मांगीलाल शर्मा (२७) हे मंडप डेकोरेटर्सचा

व्यवसाय करतात. त्यांच्याकडे तुषार संतोष दुबे हा कामाला होता. ११ डिसेंबर २०२५ रोजी दुपारी २ वाजेच्या सुमारास इव्हेंटचे काम देण्याच्या कारणावरून दोघांमध्ये तीव्र वाद झाला. या वादाचे रूपांतर हाणामारीत झाले आणि रागाच्या भरात तुषारने त्याच्याकडील धारदार चाकूने दशरथ शर्मा यांच्या पोटावर, पाठीवर आणि कंबरेवर गंभीर वार केले. शर्मा यांना जीवे हा हल्ला करून आरोपी घटनास्थळावरून फरार झाला होता. या प्रकरणी नवघर पोलीस ठाण्यात विविध कलमा अंतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला होता. गुन्हा दाखल झाल्यापासून आरोपी तुषार दुबे हा पोलिसांना चकवा देण्यासाठी उत्तर प्रदेशात वारंवार आपली ठिकाणे बदलत होता. गुन्हे प्रकटीकरण शाखा, कक्ष १ चे पथक त्याचा सतत मागोवा घेत होते. तपासादरम्यान, आरोपी उत्तर प्रदेशातील जौनपूर येथे लपून बसल्याची खात्रीशीर माहिती पथकाला मिळाली. माहिती मिळताच पोलिसांचे एक पथक तातडीने जौनपूरला रवाना झाले. सापळा रचून आरोपी तुषार दुबे याला ताब्यात घेण्यात आले. जौनपूरच्या मुख्य न्यायदंडाधिकाऱ्यांकडून त्याचा 'ट्रान्झिट रिमांड' मिळवून त्याला भाईंदरमध्ये आणण्यात आले असून पुढील कारवाईसाठी नवघर पोलिसांच्या ताब्यात देण्यात आले आहे.

संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

निर्दयी व्यवस्थेचे बळी

भारतातील शहरात कोणतीही व्यवस्था नाही. इंदूर जे सलग आठ वर्षे स्वच्छ शहर म्हणून जगभरात परिचित होते, त्या शहरात गंभीर जनआरोग्य संकट निर्माण व्हावे आणि त्यात १५ जणांचा बळी जावा ही निश्चितच गौरवास्पद बाब नाही. उलट इंदूर स्वच्छ शहराच्या नावलौकिकाला काळिमा फासणार आहे. स्वच्छ पेयजलाची समस्या खरेतर सन २०२६ मध्ये कुणालाही लांच्छनास्पद वाटावी. त्यातही इंदूरसारख्या स्वच्छ म्हणून गणल्या गेलेल्या शहरात तर ती जास्तच क्लेशदायक आहे. पण भारतात हे घडले आणि १५ नागरिकांचा बळी गेला. त्यामुळे जलसंकटाचे रूपांतर एका राष्ट्रीय आक्रोशात झाले. दूषित पेयजलाचा प्रकार घडला तो इंदूरच्या दाट आणि कमी उत्पन्न असलेल्या वस्तीत. १५ लोकांच्या मृत्यूने संपूर्ण देश हादरला. त्यापेक्षाही शासन व्यवस्थेवर अनेक प्रश्न उपस्थित झाले. नेहमीप्रमाणे प्रशासन मृतांची आकडेवारी लपवण्यात मग्न आहे. नेमके किती लोकांना यात आपले प्राण गमवावे लागले याची माहिती कुणीही अधिकृत देत नाही. पण शहरी स्वच्छता आणि कचरा व्यवस्थापनाबाबतीत आदर्श म्हणून सादर करण्यात येणारे मध्य प्रदेशातील इंदूर शहर हे सध्या भयावह जलसंकटाचे प्रतीक बनले. आंतरराष्ट्रीय स्तरावर या घटनेचे तीव्र पडसाद उमटणे साहजिक आहे. कारण ज्या शहराला त्याच्या स्वच्छतेबाबत नेहमीच वाखाणले जाते आणि ज्या शहराची उदाहरणे दिली जातात त्याच्या नगरपालिकेकडून अशी अक्षम्य चूक कशी होऊ शकते असा प्रश्न विचारला जात आहे. इंदूरची समस्या स्थानिक लोकांसाठी चिंतेचा विषय तर आहेच पण जागतिक स्तरावर निर्भत्सनेचा विषय बनला आहे. येथील लोकांनी अनेकदा तक्रारी करूनही प्रशासनाने लोकांच्या तक्रारींकडे लक्षच दिले नाही. ही बाब त्यातल्या त्यात जास्त चिंताजनक आहे. अनेक महिने लोक दुर्गंधीयुक्त पाण्याबाबत तक्रारी करत होते पण त्यांच्या तक्रारी आणि आवाज फायलींमध्ये दबलेले राहिले. नोकरशाहीच्या किचकट प्रक्रिया आणि प्रशासनाची उदासीनता यामुळे यासंदर्भात काहीच कारवाई झाली नाही. प्राथमिक चौकशीत असे समोर आले आहे, की पेयजल जलवाहिनीच्या वर एक शौचालय बांधलेले होते आणि त्यातून एक स्युएज पाण्याचा प्रवाह जलपूर्तीच्या प्रवाहात मिसळला गेला आणि त्यातही गंभीर बाब अशी की हे शौचालय कोणत्याही सेप्टिक टँकविनाच बांधले गेले होते. यामुळे अनेक गंभीर प्रश्न निर्माण होतात. नगर नियोजन आणि देखभाल आणि जबाबदारी निश्चित करण्याबाबत अनेक गंभीर सवाल उपस्थित झालेत. या पाण्याच्या नमुन्यात काही बॅक्टेरिया आढळले आहेत, जे हानिकारक आहेत. आता राजकारण यावर सुरू झाले नसते तरच नवल. कारण राहुल गांधी यांनी भाजपशासित राज्य सरकारवर अत्यंत बेपर्वाईचा आरोप केला आणि त्यांनी म्हटले आहे, की हे पाणी नाही तर विष होते. पण राहुल यांच्या काँग्रेसच्या काळात कितीतरी घटनांत सरकारी बेपर्वाईमुळे लोकांचे जीव गेले. विरोधी नेता म्हणून राहुल यांना आपले मत व्यक्त करण्याचा अधिकार आहे आणि ते आपले विचार मांडण्यास मोकळे आहेत. पण त्यांच्या टीकेला राजकीय वास येतो. मुख्यमंत्री यादव यांनी सांगितले की जल सुरक्षा योजना बनवली जाईल आणि नव्याने नियम बनवले जातील. विषारी वायू जितका घातक असतो तितकेच दूषित पेयजलही जीवघेणे असते हा या घटनेवरून मिळालेला धडा आहे. हा प्रश्न एकट्या इंदूरपुरता मर्यादित नाही, तर कोणत्याही लोकसंख्येच्या शहरासाठी तो तितकाच तीव्र आहे आणि विचार करायला लवणारा आहे. झपाट्याने वाढणारी लोकसंख्या, अनियमित पाण्याचे परीक्षण, भ्रष्टाचार आणि बुनियादी रचनांजवळ अनियंत्रिक बांधकामे यांना वेळीच रोखले पाहिजे. अन्यथा भविष्यात अशीच संकटे येत राहणार आणि ती इंदूरमध्येच नाही तर कुठेही येतील.पुरस्कार आणि रँकिंग्जना तोपर्यंत अर्थ नाही जोपर्यंत सामान्य माणसाला जीवनाची हमी नाही. त्यासाठी हवी आहे ती मजबूत निगराणी, जबाबदारीची प्रशासनाला जाणीव ही जोपर्यंत स्थानिक स्वराज्य संस्थांमध्ये नाही तोपर्यंत कोणतेही शहर आज सुरक्षित नाही. इंदूरची घटना कशी घडली त्यापेक्षाही महत्त्वाचे हे आहे, की भविष्यात अशी घटना कुठेही घडू नये. इंदूरचे कौतुक एकेकाळी पंतप्रधान नरेंद्र मोदी करत होते आणि ते योग्यही होते. पण त्याच इंदूरमध्ये अशी घटना घडावी हे वाईटच नव्हे, तर विकसित भारताच्या वाटचालीत अशोभनीय आहे. २०४७ मध्ये भारताला विकसित राष्ट्र बनवण्याची योजना मोदी यांची आहे. त्याला इंदूरच्या घटनेने सुरुंग लावला आहे असे म्हणावे लागेल. कचरा व्यवस्थापन याबाबतीत आदर्श म्हणून सादर केले जाणाऱ्या इंदूर शहरात अशी दूषित पाण्याची घटना घडावी आणि त्यात १५ लोक बळी जावेत ही दुर्दैवाची परिसीमा आहे. आज भारत विकसित देश म्हणून २०४७ मध्ये जाण्याची तयारी करत असताना त्याच्या वाटचालीत या घटना खीळ घालणाऱ्या तर आहेतच पण आपल्याला अजूनही काही काम बाकी आहे हे दर्शवणाऱ्या आहेत. आता राज्य सरकारने महापालिका आयुक्तांना कारणे दाखवा नोटीस जारी केली आहे. पण ही कारवाई पुरेशी नाही. इंदूरचे प्रशासन या गंभीर घटनेपासून काही धडा घेण्याऐवजी केवळ रंगसफेदी करण्यातच धन्यता मानत आहे हे त्यातून स्पष्ट झाले आहे. ज्या भागीरथपुरा या भागात ही दूषित पाण्याची घटना घडली त्यावरून या भागात नागरी सुविधांची वानवा आहे हे सिद्ध झाले आहे. आता हा साराच प्रकार उघडकीला येऊन दोषी व्यक्तींना शिक्षा होईल. पण २०४७ मध्ये विकसित देशांच्या रांगेत जाऊन बसण्याचे जे ध्येय भारताने ठरवले आहे त्यात अशा घटनांनी बाधा येते याकडे संबंधितांनी दुर्लक्ष करू नये. सरकारनी आता ठिकठिकाणी जल जीवनसारखे अभियान सुरू केले आहे. त्यानुसार ८१ टक्के ग्रामीण घरांमध्ये टॅप वॉटर पोहोचवण्याचा सरकारचा दावा आहे. पण यात सुधारणा खूप बाकी आहे आणि आकडेवारीपेक्षा वस्तुस्थिती जास्त बोलकी आहे.

जिल्हा परिषद निवडणुकीचे वारे

पंचायत समितीपेक्षा अधिक उमेदवारीसाठी रस्सीखेच जिल्हा परिषद निवडणुकीसाठी होऊ शकेल. पंचायत समिती सदस्यासाठी स्वतंत्र निधी किंवा फार काही अधिकार नसल्याने पंचायत सदस्यत्वासाठी फार कोणी इच्छुक नसले तरी दुधावरची तहान ताकावर भागवण्याचा प्रकार होतो. कोकणचे राजकारण काहीसे वेगळ आहे. कोकणातील चारही जिल्हा परिषद आणि पंचायत समितीच्या निवडणुकीत नेमकी काय स्थिती असेल याचा खरं तर अंदाज नगरपालिका निवडणुकीतून आला. अर्थात नगरपालिका निवडणुकीतील शहरी मतदार होते आता जि.प., पं.स. निवडणुकीतील, ग्रामीण मतदार आपलं मत नोंदवणार आहेत.

महाराष्ट्रातील स्थानिक स्वराज्य संस्थाच्या निवडणुकांचा पहिला टप्पा नगरपालिका, नगरपंचायत निवडणुका पार पडल्या. आता महानगरपालिकांच्या निवडणुका होत आहेत. आणखी आठवडाभरात जिल्हा परिषद, पंचायत समित्यांच्या निवडणुकाही जाहीर होतील. भारतीय जनता पक्ष, शिवसेना आणि राष्ट्रवादी काँग्रेस अजित पवार गट महायुती आणि राष्ट्रीय काँग्रेस, राष्ट्रवादी काँग्रेस (शरद पवार गट) उबाठा सेना या महाविकास आघाडीतील घटक पक्षांची आघाडी असली तरीही नगरपालिका निवडणुकीत किंवा आता होत असलेल्या महानगरपालिका निवडणुकीत महायुती आणि महाविकास आघाडीत सगळंच काही ठीक आहे अशातला भाग नाही. सर्वच राजकीय पक्षांमध्ये इच्छुकांची भाऊगर्दी आहे. एकेका जागेसाठी अनेकजण इच्छुक आहेत. खरंतर आणखी काही दिवसांनी होत असलेल्या जिल्हा परिषद, पंचायत समिती निवडणुकीत कोकणातही सर्वच राजकीय पक्षांमध्ये इच्छुकांची संख्या मोठी असण्याची शक्यता अधिक आहे. जिल्हा परिषद, पंचायत समित्यांची मुदत संपून मधला बराच कालावधी गेला. त्यामुळे साहजिकच गावो-गावी गेल्या ८ ते १० वर्षात काम करणाऱ्या कार्यकर्त्यांची संख्याही वाढली. महिला आरक्षण, अशा अनेक कारणांनी यावेळी जिल्हा परिषद, पंचायत समित्यांच्या निवडणुकांमध्ये निश्चितच रंगत येईल. कोकणातील रायगड, रत्नागिरी, सिंधुदुर्ग, पालघर या चारही जिल्ह्यांमध्ये नुकत्याच पार पडलेल्या नगरपालिका, नगरपंचायत निवडणुकीत शिवसेना, उबाठा आणि राष्ट्रीय काँग्रेस, राष्ट्रवादी काँग्रेस कुठे दिसलेच नाही. त्या निवडणूक काळातही कोकणात महाविकास आघाडी अस्तित्व शोधत असताना दिसली. महाविकास आघाडीचे एकसंधत्व कधीचेच बाजूला गेले. त्यामुळे पार पडलेल्या निवडणुकीत महाविकास आघाडीचा प्रभाव तर कुठे दिसलाच नाही. त्यामुळे नेत्यांमध्ये विश्वास नाही. ते कार्यकर्त्यांना विश्वास काय देणार अशी स्थिती कोकणातील चारही जिल्ह्यांमध्ये आहे. स्थानिक स्वराज्य संस्थाच्या निवडणुका या कार्यकर्त्यांच्या निवडणुका असतात. कार्यकर्त्यांच्या अस्तित्वाच्या या निवडणुकांमध्ये प्रभाव दिसतो. प्रत्येक कार्यकत्यार्ला या निवडणुकीत स्वतःला सिद्ध करायचे असते. कार्यकर्त्यांना स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकीतच संधी असते. त्यामुळे आगामी जिल्हा परिषद, पंचायत समिती निवडणुकीचे कोकणात वारे वेगाने वाहू लागले आहेत.

महायुती की महाविकास आघाडी होईल हे येणारा काळ ठरवणारा आहे. कोणत्याही निवडणुका, कुठल्याही पक्षाकडून लढवायच्या झाल्या तरी त्या किती कठीण असतात हे अलीकडच्या काळात कार्यकर्त्यांनी आणि जनतेनेही अनुभवले आहे. यामुळे साहजिकच सर्वसामान्यजण कोणीही निवडणुकीपासून चार हात दूर राहणेच पसंत करेल. मात्र राजकीय कार्यकर्ते जिल्हा परिषद, पंचायत समितीच्या निवडणूक लढविण्यास इच्छुक असणार आहेत. पंचायत समितीपेक्षा अधिक उमेदवारीसाठी रस्सीखेच जिल्हा परिषद निवडणुकीसाठी होऊ शकेल. पंचायत समिती सदस्यासाठी स्वतंत्र निधी किंवा फार काही अधिकार नसल्याने पंचायत सदस्यत्वासाठी फार कोणी इच्छुक आणि उत्सुक नसले तरी दुधावरची तहान ताकावर भागवण्याचा प्रकार होतो आणि दुसरी बाब म्हणजे जिल्हा परिषद मतदारसंघ राखीव झालेला असेल तर किमान पंचायत समितीची तरी निवडणूक लढवून नशीब अजमावण्याचा प्रकार आहे. पंचायत समिती सदस्य होण्यापेक्षा गावचा सरपंच झालं तर अधिक बरं असं वाटणाऱ्यांची संख्याही फार मोठी आहे. त्यामुळेच अलीकडे गावच्या सरपंचपदासाठी स्पर्धा वाढलेली दिसते. गावचं सरपंचपद चालवणं सोपं नसतं. अख्या गावाला सर्वांना सोबत घ्यावं लागतं. मनमानी करून चालत नाही. सतत समाजात वावर ठेवावा लागतो. जोडलेलं राहावं लागतं. उलट जिल्हा परिषद, पंचायत समिती निवडणुकीनंतर कोणी फारसा पाच-दहा गावांच्या संपर्कात नसतो. याला काही जिल्हा परिषद सदस्य व पंचायत समिती सदस्य अपवादही असतात. ते सतत लोकांच्या त्यांच्या-त्यांच्या प्रभागात संपर्कात असतात. हे आपण आजवर पाहत आलो आहोत.

रायगड जिल्ह्यात राष्ट्रवादी काँग्रस आणि शिवसेना यांच फार जमण्याची शक्यता कमी आहे. अगदी काल-परवापर्यंत रायगड जिल्ह्यात महायुतीतील राष्ट्रवादी काँग्रेस व शिवसेना यांच्यातला संघर्ष हा अधिकच वाढत गेला आहे. त्यामुळे रायगड जिल्ह्यात राष्ट्रवादी काँग्रेस (अजित पवार गट) शिवसेना (शिंदेसेना गट) यांची जिल्हा परिषद, पंचायत समिती निवडणुकीत रायगडमध्ये महायुती होणं अवघड आहे. रत्नागिरी, सिंधुदुर्ग जिल्ह्यात महायुतीतील सर्व घटकपक्ष एकत्रित निवडणुकीला सामोरे जाऊ शकतात. अर्थात विद्यमान महाराष्ट्रातील आणि कोकणातीलही राजकारणात काय होईल हे सांगण अवघड असेल असं वाटतं. अर्थात महाराष्ट्रातील बदलत्या राजकीय स्थितीत कोणाचेही कधीही आणि कितीही बिनसले असले तरीही 'विकासाच्या' मुद्द्यावर आम्ही एकत्रच आहोत असं सांगायला कोणताही राजकीय पक्ष, नेते कधीही मागे नसतात. राजकारणात जे महाराष्ट्रात घडतेय. तेच कोकणच्या राजकारणात घडल तर कोणीही त्यात नवल वाटून घेण्याची कोणतीही आवश्यकता नाही. कोकणच राजकारण काहीस वेगळं आहे; परंतु तरीही सर्वच राजकीय पक्षांकडे इच्छुकांची संख्या किती असेल त्यावरच सारं अवलंबून असणार आहे. कोकणातील चारही जिल्हा परिषद आणि पंचायत समितीच्या निवडणुकीत नेमकी काय स्थिती असेल याचा खरंतर अंदाज नगरपालिका निवडणुकीतून आला आहे. अर्थात नगरपालिका निवडणुकीतील शहरी मतदार आता जि.प., पं.स. निवडणुकीतील, ग्रामीण मतदार आपलं मत नोंदवणार आहे. यामुळेच कोकणात सध्या वरवर शांतता असली तरी आतल्या आत निवडणुकांचे वारं धुमसत आहे.

सोमनाथ स्वाभिमान पर्व - एक हजार वर्षांची अढळ श्रद्धा

सोमनाथ हा शब्द उच्चारताच आपल्या मनात आणि हृदयात अभिमानाची भावना जागृत होते. हे भारताच्या आत्म्याचे शाश्वत प्रकटीकरण आहे. हे भव्य मंदिर भारताच्या पश्चिम किनारपट्टीवर गुजरात राज्यातील 'प्रभास पाटण' येथे स्थित आहे. 'द्वादश ज्योतिर्लिंगस्तोत्रा'मध्ये भारतातील १२ ज्योतिर्लिंगांचा उल्लेख आहे. या स्तोत्राची सुरुवातच 'सौराष्ट्रे सोमनाथं'ने होते, जे पहिल्या ज्योतिर्लिंगाच्या रूपात सोमनाथचे सांस्कृतिक आणि आध्यात्मिक महत्त्व अधोरेखित करते.

असेही म्हटले जाते कीः सोमलिङ्गं नरो दृष्ट्वा सर्वपापैः प्रमुच्यते। लभते फलं मनोवाञ्छितं मृतः स्वर्गं समाश्रयेत्॥

याचा अर्थ हा आहे, की केवळ सोमनाथ शिवलिंगाच्या दर्शनाने मनुष्य सर्व पापांतून मुक्त होतो, त्याला मनोवांछित फळ प्राप्त होते आणि मृत्यूनंतर तो स्वर्गात स्थान मिळवतो. दुर्दैवाने, ज्या सोमनाथावर कोट्यवधी लोकांची श्रद्धा होती आणि ज्याची ते प्रार्थना करत असत, त्याच मंदिरावर परकीय आक्रमकांनी हल्ले केले; ज्यांचा हेतू भक्ती नसून विध्वंस हाच होता. सोमनाथ मंदिरासाठी २०२६ हे वर्ष अत्यंत महत्त्वाचे आहे. या महान तीर्थक्षेत्रावर झालेल्या पहिल्या हल्ल्याला आता १,००० वर्षे पूर्ण होत आहेत. जानेवारी १०२६ मध्येच महमूद गझनवीने या मंदिरावर हल्ला केला होता. एका हिंसक आणि रानटी आक्रमणाद्वारे श्रद्धा आणि नागरी संस्कृतीचे हे महान प्रतीक नष्ट करण्याचा त्याचा प्रयत्न होता. तरीही, एक हजार वर्षांनंतरही हे मंदिर आजही तितक्याच वैभवात उभे आहे, कारण सोमनाथच्या वैभवाचे पुनरुज्जीवन करण्यासाठी असंख्य प्रयत्न केले गेले. अशाच एका महत्त्वपूर्ण टप्प्याला २०२६ मध्ये ७५ वर्षे पूर्ण होत आहेत. ११ मे १९५१ रोजी या जीर्णोद्धार झालेल्या मंदिराचे दरवाजे भारताचे तत्कालीन राष्ट्रपती डॉ. राजेंद्रप्रसाद यांच्या उपस्थितीत एका सोहळ्याद्वारे भक्तांसाठी उघडण्यात आले होत.

एक हजार वर्षांपूर्वी १०२६ मध्ये सोमनाथवर झालेले पहिले आक्रमण, त्यावेळच्या नगरवासीयांवर ओढवलेल्या क्रौयार्चे आणि मंदिराची झालेली प्रचंड नासधूस याचे वर्णन विविध ऐतिहासिक कागदपत्रांमध्ये सविस्तरपणे आले आहे. जेव्हा आपण ते वाचतो, तेव्हा हृदय हेलावून जाते. प्रत्येक ओळ दुःख, क्रौर्य आणि काळाच्या ओघातही न पुसल्या जाणाऱ्या वेदनांनी भरलेली आहे. याचा भारतावर आणि लोकांच्या मनोबलावर काय परिणाम झाला असेल, याची कल्पना करा. शेवटी, सोमनाथला मोठे आध्यात्मिक महत्त्व होते. हे मंदिर समुद्रकिनाऱ्यावर असल्याने आर्थिकदृष्ट्या प्रबळ असलेल्या समाजाला ते बळ देत असे, ज्यांचे समुद्रमार्गाने व्यापार करणारे व्यापारी आणि दर्यावर्दी या मंदिराच्या वैभवाच्या गाथा दूरदूरपर्यंत कथन करत असत. तरीही, मी आज पूर्ण अभिमानाने आणि निःसंदिग्धपणे हे सांगू इच्छितो की, सोमनाथवर पहिल्यांदा झालेल्या आक्रमणाला एक हजार वर्षे उलटून गेल्यानंतरही आजचा इतिहास त्या विनाशासाठी ओळखला जात नाही, तर हा इतिहास भारतमातेच्या कोट्यवधी पुत्रांच्या अभेद्य साहसासाठी आणि धैयार्सासाठी ओळखला जातो.

सुमारे एक हजार वर्षांपूर्वी, १०२६ मध्ये मध्ययुगीन काळात पाशवी वृत्तीचा उदय झाल्यापासून, त्यांनी इतरांना सोमनाथवर वारंवार आक्रमणे 'प्रेरित' केले होते. एका अथार्ने ती आपल्या संस्कृतीला आणि लोकांना गुलाम बनवण्याच्या प्रयत्नांची सुरुवातच होती. मात्र, ज्या ज्या वेळी या मंदिरावर हल्ले झाले, त्या त्या वेळी त्याचे रक्षण करण्यासाठी महान स्त्री-पुरुष उभे ठाकले आणि प्रसंगी त्यांनी आपल्या प्राणांचे सर्वोच्च बलिदानही दिले.

पिढ्यानपिढ्या आपल्या महान संस्कृतीतील लोकांनी स्वतःला सावरले आणि प्रत्येकवेळी या मंदिराची पुनर्बांधणी करून त्याचा जीर्णोद्धारही केला. ज्या भूमीने पुण्यश्लोक अहिल्याबाई होळकर यांच्यासारख्या थोर व्यक्तिमत्त्वांना घडवले, त्याच भूमीत जन्म घेण्याचे भाग्य आपल्याला लाभले आहे. भाविकांना सोमनाथमध्ये पुन्हा प्रार्थना करता यावी, यासाठी अहिल्याबाई यांनीच अतिशय उदात्त भावनेने प्रयत्न केले होते. १८९० च्या दशकात स्वामी विवेकानंद यांनी सोमनाथला भेट दिली होती, या भेटीतील अनुभवाने त्यांना अंतर्मुख केले होते. १८९७ मध्ये ते जेव्हा चेन्नईत एका व्याख्यानासाठी गेले होते, त्यावेळी त्यांनी या भेटीबद्दलच्या आपल्या भावना व्यक्त केल्या होत्या. दक्षिण भारतातील काही प्राचीन मंदिरे आणि गुजरातचे सोमनाथ मंदिर आपल्याला शहाणपणाची अगाध शिकवण देतील. कोणत्याही पुस्तकांपेक्षा ही मंदिरे आपल्याला आपल्या इतिहासाची अधिक सखोलपणे जाणीव करून देतील. या मंदिरांवर झालेल्या शेकडो आक्रमणांच्या खुणा आणि त्यानंतर झालेले शेकडो पुनरुज्जीवन काळजीपूर्वक अनुभवा. ही मंदिरे सातत्याने उद्ध्वस्त केली गेली, तरीही प्रत्येक वेळी आपल्या अवशेषांमधून ती फिनिक्स पक्षाप्रमाणे ताकदीने पुन्हा उभी राहिली! हीच आपली राष्ट्रीय मानसिकता आहे, हाच आपला राष्ट्रीय जीवनप्रवाह आहे. याचे अनुकरण करा, हाच मार्ग तुम्हाला वैभवाकडे नेईल. जर तुम्ही हा मार्ग सोडलात तर तुमचा विनाश निश्चित आहे, ज्या क्षणी तुम्ही या जीवनप्रवाहातून बाहेर पडाल, त्या क्षणी तुमच्या पदरी केवळ मृत्यू आणि सर्वनाशच असेल, या शब्दांत त्यांनी आपल्या भावना मांडल्या होत्या. स्वातंत्र्यानंतर सोमनाथ मंदिराच्या पुनर्बांधणीचे पवित्र कार्य सरदार वल्लभभाई पटेल यांच्यासारख्या सक्षम व्यक्तिमत्त्वाच्या हाती आले. १९४७ मध्ये दिवाळी सणाच्या काळात सरदार वल्लभभाई पटेल यांनी सोमनाथला भेट दिली होती, त्यावेळी ते तेथील परस्थिती पाहून इतके हेलावले की, त्यांनी तिथल्या तिथेच मंदिराच्या पुनर्बांधणीची घोषणा केली. अखेर, ११ मे १९५१ रोजी सोमनाथमधील भव्य मंदिराचे दरवाजे भाविकांसाठी उघडले गेले आणि त्या ऐतिहासिक प्रसंगी डॉ. राजेंद्र प्रसाद स्वतः उपस्थितही होते. दुर्दैवाने हा ऐतिहासिक दिवस पाहण्यासाठी महान सरदार वल्लभभाई पटेल साहेब हयात नव्हते, परंतु त्यांचे स्वप्न पूर्ण झाले आणि आज ते एका भव्य मंदिराच्या रूपात खंबीरपणे संपूर्ण देशासमोर आहे. तत्कालीन पंतप्रधान पंडित जवाहरलाल नेहरू यांना या घडामोडीबद्दल फारशी आस्था नव्हती. माननीय राष्ट्रपती किंवा कोणत्याही मंत्र्यांनी या विशेष समारंभात सहभागी होऊ नये असे त्यांना वाटत होते. या समारंभामुळे भारताबद्दलचे मत वाईट होते आहे असे ते म्हणाले. परंतु डॉ. राजेंद्र प्रसाद आपल्या मतावर ठाम राहिले आणि पुढे जे झाले तो इतिहास सर्वज्ञात आहे. सरदार पटेलांना भरघोस पाठिंबा देणाऱ्या कन्हेय्यालाल मुन्शी यांचा उल्लेख केल्याशिवाय सोमनाथ मंदिराचा इतिहास पूर्ण होऊ शकत नाही. त्यांनी सोमनाथ मंदिराबद्दल लिहिलेले पुस्तक सोमनाथ - द श्राइन इटर्नल' हे अतिशय माहितीपूर्ण लेखन आहे.

मुंशीजींच्या पुस्तकाचे शीर्षक अत्यंत समर्पक आहे. आपल्या संस्कृतीत आत्म्याचे आणि चिरंतन विचारांचे अमरत्व मान्य केले आहे. जे चिरंतन आहे, त्याचा नाश होऊ शकत नाही अशी आपली ठाम मान्यता आहे. गीतेत म्हटलेच आहे, 'नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि' सोमनाथ मंदिर काळाशी व अनेक संकटांशी झुंज देऊन आज तेजस्वीपणे तळपत उभे आहे. आपल्या संस्कृतीच्या अविनाशी आत्म्याचे, चैतन्याचे सोमनाथ मंदिराहून समर्पक दुसरे कोणते उदाहरण असू शकते? आपला देश शतकानुशतकांच्या आक्रमणांवर, वसाहतवादी लुटालुटीमधून आलेल्या दैन्यावर मात करून आज जगभरात प्रगतीचे प्रतीक मानला जात आहे आणि त्याच्या मुळाशी हेच चैतन्य आहे. आपली जीवनमूल्ये आणि जनतेचा दृढनिश्चय यामुळेच भारत आज सर्व जगाच्या आकर्षणाचे केंद्र बनला आहे. सर्व जग भारताकडे आशा आणि आकांक्षेने पाहत आहे. आपल्या नवोन्मेषशाली तरुणाईमध्ये त्यांना उद्याची आशा दिसते आहे. आपली कला, संस्कृती, संगीत व वैविध्यपूर्ण सण जगभरात लोकप्रिय होत आहेत. निरोगी जीवनासाठी आवश्यक असलेल्या योग आणि आयुर्वेदाचा प्रभाव सर्व जगात वाढत आहे. जगाला भेडसावणाऱ्या अनेक समस्यांचे उपाय भारताकडून मिळत आहेत. अनादिकाळापासून सोमनाथाने विविध क्षेत्रांतील लोकांना एकत्र आणले आहे. शतकांपूर्वी, आदरणीय जैन भिक्षू कलिकाल सर्वज्ञ हेमचंद्राचार्य हे सोमनाथ येथे आले होते. असे सांगितले जाते की तेथे प्रार्थना केल्यानंतर त्यांनी पुढील श्लोकाचे पठण केले 'भवबीजाङ्कुरजनना रागाद्याः क्षयमुपगता यस्य' याचा अर्थ असा की परमात्म्याला नमस्कार, ज्याच्यामध्ये सांसारिक अस्तित्वाची बीजे लोप पावली आहेत, ज्याच्यामध्ये वासना आणि सर्व दुःखाचे मूळ नष्ट झाले आहे. आजही, सोमनाथला मन आणि आत्मा यांच्या आत गहन जागृती करण्याची क्षमता आहे. १०२६ मधील पहिल्या आक्रमणानंतर हजारो वर्षांनंतरही, सोमनाथच्या समुद्राची गाज आजही तशीच आहे, जशी ती तेव्हा होती. आजही सोमनाथच्या किनाऱ्याला धडकणाऱ्या लाटा एक कथा सांगतात. काहीही होवो, त्या लाटांप्रमाणे पुन्हा पुन्हा त्याचे तरंग उठतात.

विनाश या शब्दांना समानार्थी असणारे गतकाळातील आक्रमणकर्ते आता हवेत विरून गेले आहेत. इतिहासाच्या पानांवरील तळटीपांप्रमाणे ते उरले आहेत, दुसरीकडे सोमनाथ तळपत क्षितिजापार आपले तेज पसरवत, आपल्याला १०२६ मध्ये झालेल्या आक्रमणानेही क्षीण न झालेल्या शाश्वत आत्म्याचे स्मरण करून देतो आहे. सोमनाथ एक आशेचे गाणे आहे, जे आपल्याला सांगते की एका क्षणासाठी विनाश करण्याचे सामर्थ्य द्वेष आणि कट्टरतेमध्ये असेल मात्र चांगुलपणावरील श्रद्धा आणि दृढ विश्वास यांच्या सामर्थ्यामध्ये अनंतकाळासाठी निर्मिती क्षमता आहे. हजारो वर्षांपूर्वी सोमनाथ मंदिरावर आक्रमण झाले आणि सातत्याने हल्ले होऊनही सोमनाथ मंदिर पुन्हा उभे राहू शकत असेल तर आपणही आपल्या महान राष्ट्राला आक्रमणांपूर्वी असलेल्या हजारो वर्षांपूर्वीच्या वैभवापर्यंत निश्चतच पुन्हा पोहोचवू शकतो. श्री सोमनाथ महादेवांच्या आशीवार्दाने, एक विकसित भारत घडवण्याच्या नव्या संकल्पाच्या दिशेने मार्गक्रमण करत आहोत, जिथे आपले सांस्कृतिक शहाणीव संपूर्ण जगाच्या कल्याण्यासाठी कार्य करण्याचे मार्गदर्शन मिळेल.

विवाह पद्धतीतील वळणे

विवाहाचा प्रकार कोणताही असो, यशस्वी वैवाहिक जीवन केवळ परस्पर आदर, विश्वास, संवाद आणि एकमेकांना समजून घेण्यावर अवलंबून असते. काळानुसार विवाह पद्धतीत बदल झाले असले तरी, दोन व्यक्तींनी एकत्र येऊन कुटुंब व्यवस्था पुढे चालवण्याचा मूळ उद्देश आजही कायम आहे. प्रेम विवाह (पळून जाऊन/नोंदणी पद्धत)चे फायदे लक्षात घेतल्यास यात पूर्ण स्वातंत्र्य मिळते, स्वतःच्या पसंतीचा जोडीदार निवडता येतो आणि वैयक्तिक आनंदाला प्राधान्य मिळते. अनेक वर्षांपासून प्रेमसंबंध असल्यास एकमेकांना पूर्ण ओळखलेले असते, एकमेकांना खूप वेळ समजून घ्यायला मिळालेला असतो. स्वभाव, गुण, दोष पूर्ण माहिती असते त्यामुळे वैवाहिक आयुष्य यशस्वी व्हायला मदत होते. तरीही आजमितीला आपण बघतोय की प्रेम विवाह पण तुटण्याचे प्रमाण मोठे आहे. प्रेम विवाहबद्दल तोटे सांगायचे झाल्यास कुटुंबाचा/समाजाचा तीव्र विरोध असतो, भावनिक आधार गमावणे तसेच काही कायदेशीर अडचणी येणे तसेच सामाजिक एकाकीपणा येऊ शकतो. अशा विवाहात कोणतीही समस्या आल्यास त्यावर उत्तर शोधायला जबाबदार व्यक्ती उपलब्ध नसते, हे विवाह अयशस्वी झाल्यास दुःख, नैराश्य, पच्छाताप पदरात पडतो, माघारी परतण्याचे रस्ते पण बंद झालेले असतात. लव्ह-कम-अरेंज मॅरेजचे फायदे पहिल्यास लक्षात येते की, प्रेम आणि कौटुंबिक आशीवार्दाचा समन्वय साधला जातो, कुटुंबाचा पाठिंबा मिळतो आणि सामाजिक स्वीकृती मिळते. मुलाला अथवा मुलीला कलंक लागत नाही, जोखीम कमी होते तसेच आयुष्यभरासाठी कुटुंबाची, इतर नात्यांची ताटातूट होत नाही. या लग्नाचे तोटे बघितल्यास यात कुटुंबाला मनवण्यासाठी वेळ आणि प्रयत्न खूप करावे लागतात तसेच दोन्ही कुटुंबांच्या अपेक्षा पूर्ण करण्याचा ताण येतो. दोन्ही मधील एका जरी कुटुंबाने परवानगी नाकारली तरी, अथवा खूप विरोध केला तर प्रेमाचा त्याग करायची तयारी ठेवावी लागते. नोंदणी करून लपवणे ही विवाह पद्धत त्वरित कायदेशीर मान्यता लग्नाला मिळवून देते. कोणाला सांगणं, विचारणं, चर्चा, विरोध, टीका अथवा संघषार्चा ताण कमी होतो. यातील तोटे पण मोठ्या प्रमाणात जाणवतात. लग्न लपवण्याचा ताण सतत असतो. लग्नासारखी गोष्ट जास्त काळ लपून राहत नाही. छोटा कार्यक्रम करू तेव्हा सांगू असा निर्णय घेतला तरी त्या वेळी नातेवाईक किती दुखावलेले असतील, ते कार्यक्रमात सहभागी होतील का? नातेवाईक कायमचे तुटतील का? याचा तणाव सातत्याने मनावर राहतो. लग्न होऊन ते जाहीर होईपर्यंत अनेकांना ते कुठून न कुठून कळते त्यामुळे नात्यात अविश्वास वाढतो. या सर्व लग्न पद्धतीचे पती-पत्नी आणि कुटुंबावर होणारे परिणाम जाणून घेणे आवश्यक आहे. पारंपरिक ठरवून केलेले लग्न असल्यास पती-पत्नीवर सुरुवातीला जुळवून घेण्याचा ताण असतो, पण कालांतराने नात्यात स्थिरता आणि सुरक्षितता येते. अशा लग्नाचा कुटुंबावर सकारात्मक परिणाम होतो. कुटुंबाचे मोठे जाळे तयार होते, मुलांचे भविष्य सुरक्षित होते आणि दोन्ही कुटुंबांचे संबंध दृढ होतात. दोन्हींकडील मंडळींची एकमेकांना सातत्याने मदत, आधार, सहकार्य होऊ शकते. जन्माला आलेल्या नवीन आपत्याला दोन्हींकडील प्रेम, सहवास लाभतो. प्रेमविवाह (पळून जाऊन/नोंदणी पद्धत) याचा पती-पत्नीवर परिणाम वेगवेगळ्या पद्धतीने होतो. एकमेकांवर अधिक अवलंबून राहणे, तिसरं कोणीही काहीच सांगायला, समजवायला नसणे त्यामुळे या जोड्या असुरक्षित वातावरण असल्याने त्यांच्यात मानसिक ताण आणि भावनिक चढ-उतार सतत होत राहतात. जोडीदाराशी बिनसलं तर खूप एकाकी पनाची भावना निर्माण होते. या लग्नाचे कुटुंबावर होणारे परिणाम लक्षात घेणे आवश्यक आहे.

शेवगाच्या शेंगा एक अमृत... सर्व आजारांवर उपयोगी

शेवगाच्या शेंगांचे आपल्या आयुर्वेदात खूप महत्त्व आहे. शेवगाच्या शेंगत 300 हून अधिक प्रकारांच्या आजाराचे औषध आहे. दक्षिण भारतात तर ह्याचा वापर दररोजच्या आहारात केला जातो. शेवग्याचा शेंगांमध्ये काबोर्हायड्रेट, पोटॅशियम, आयरन, मॅग्निशियम, व्हिटॅमिन ए, व्हिटॅमिन सी आणि व्हिटॅमिन बी कॉम्प्लेक्स भरपूर प्रमाणात आढळतात.

शेवगाच्या शेंगांची कोळी पानं आणि फळे भाजी म्हणून वापरतात. ह्याचा काड्या, हिरवे पानं त्याच बरोबर ह्याचे सुकलेले पान पण औषधीयुक्त असतात. ह्याचा पानाची भाजी खूप चवदार असते. जेवणात ह्याचे सेवन करावे. चला तर मग याचे गुणकारी लाभ जाणून घेऊ या..

* पोटाशी निगडित कुठल्याही समस्या अपचन असो किंवा बद्धकोष्ठता असल्यास शेवगाच्या शेंगांचे रस प्या किंवा ह्याची भाजी करून खाल्ल्याने पोटाच्या समस्या नाहीश्या होतात.

* नेत्र विकार असल्यास शेवग्याच्या शेंगा, पान, फुले जास्त प्रमाणात वापरावी. दृष्टी कमी झाल्यास लाभ मिळतो.

* सायटिका, संधिवात सारखे त्रास असल्यास याचा पानांचा आणि ह्याच्या झाडाच्या सालांचा काढा करून प्यायल्याने हे रोग नाहीसे होतात.

* यकृतास निरोगी ठेवण्यास ह्याची भाजी बनवून खाल्ल्यास हे प्रभावी असतात.

* शरीरातील कुठल्याही भागात लचक भरलेली असल्यास ह्याची पाने बारीक वाटून घ्यावी आणि त्याचा रस मोहरीच्या तेलात मिसळून लावल्याने वेदना आणि सूज कमी होते.

* कान दुखण्यावरही हे प्रभावी आहे. ह्याचा पानाचा रस काढून कानात थेंब टाकल्याने कानदुखीच्या वेदना पासून आराम मिळतो.

* मूत्रपिंडाच्या किंवा किडनीच्या स्टोन झाल्यास शेवगाच्या शेंगांची भाजी किंवा सूप करून प्यायलाने स्टोन निघून जातो

* रक्तदाब, हृदयरोगावर फायदेशीर आहे. शरीरातील रक्तदाब आणि कॉलेस्ट्राल कमी करते. वजन वाढल्यास वजन कमी करते. ह्यात कॅल्शियम भरपूर असतात त्यामुळे हाडं बळकट होतात.

* लहान मुलांना जंत होण्याची समस्या जास्त असते. असे झाल्यास ह्यांचा पानांचा रस द्यावा आराम होतो.

* अतिसार झाल्यास देखील पानांचा रस देणे लाभकारी असतं.

* शेवगाच्या शेंगा ब्लड प्युरिफायर म्हणून काम करते. ह्याचे सूप किंवा भाजी बनवून खाल्ल्यास कँसर सारख्या आजारामध्ये पण लाभकारी आहे.

बघा ह्या शेवगाच्या शेंगा किती गुणकारी आणि प्रभावी आहे. त्याचे पानं, फुल, झाडाची सालं सगळंच काही औषधी असतं मग आता आपण ह्याचा आपल्या आहारात समावेश करू या आणि शरीरास निरोगी ठेवू या.

क्रॅनबेरी आजपासूनच आपल्या आहार मध्ये सामील करा, हृदयविकाराचा झटका आणि पोटाच्या कर्करोगाचा धोका कमी होईल

निरोगी आहार आपल्या शरीरासाठी खूप महत्वाचा आहे आणि योग्य पोषण आपले जीवन अधिक निरोगी बनवतं. जर तुम्ही तुमच्या आहारात फळे आणि भाज्या जास्त ठेवल्या तर तुम्ही अनेक आजार टाळू शकता. असेच एक फळ म्हणजे क्रॅनबेरी जे बहुतेक उत्तर अमेरिकेत आढळतं. क्रॅनबेरी, ब्लूबेरी सारखेचएक फळ आहे जे आंबट चवीमुळे कच्चे खाऊ शकत नाही. क्रॅनबेरी बहुतेक रस, चटणी, वाळलेल्या क्रॅनबेरी किंवा पावडरच्या स्वरूपात वापरली जातात. क्रॅनबेरीमध्ये अनेक पोषक घटक आढळतात आणि त्याच्या सेवनाने मूत्रमार्गाच्या संसगार्पासून आराम मिळतो. क्रॅनबेरीमध्ये कार्बन, फायबर, व्हिटॅमिन सी, मॅंगनीज, व्हिटॅमिन ई, व्हिटॅमिन के1 आणि तांबे यांसारखे पोषक घटक आढळतात. चला तर मग जाणून घेऊया क्रॅनबेरीचे कोणते फायदे आहेत. क्रॅनबेरीचे फायदे काय आहेत?

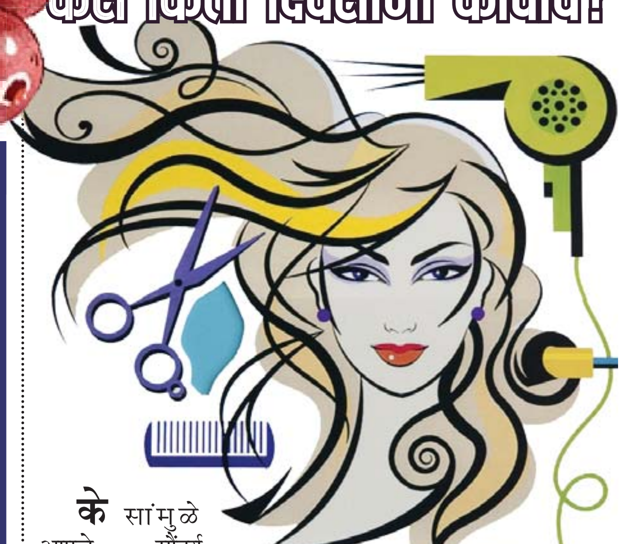
- मूत्रमार्गाच्या संसगार्पासून आराम :- अनेक महिलांना वळक ची समस्या असते जे बॅक्टेरियल इन्फेक्शन आहे. क्रॅनबेरी ज्यूस किंवा सप्लिमेंटचे सेवन केल्याने लहान मुले आणि प्रौढांमधील यूटीआयच्या समस्येपासून आराम मिळतो.
- पोटातील अल्सर आणि कर्करोग प्रतिबंध :- बॅक्टेरियाच्या संसगार्मुळे पोटाचा कॅन्सर किंवा फोडांची समस्या उद्भवते. एका अभ्यासानुसार जर तुम्ही दररोज 2 ग्लास क्रॅनबेरी ज्यूस प्यायले तर तुम्हाला कोलन कॅन्सरचा धोका बर्याच प्रमाणात कमी होऊ शकतो.
- हृदयासाठी आरोग्यदायी :- क्रॅनबेरी तुमच्या हृदयाच्या आरोग्यासाठी खूप फायदेशीर आहे. क्रॅनबेरी खाल्ल्याने तुमच्या शरीरातील चांगले कोलेस्ट्रॉल वाढते आणि वाईट कोलेस्ट्रॉलचा प्रभाव कमी होतो. यासोबतच क्रॅनबेरी खाल्ल्याने तुमची रक्तवाहिनी आकुंचन पावत नाही आणि रक्तदाबही कमी राहतो, त्यामुळे हृदयविकाराचा धोका बर्याच प्रमाणात कमी होतो.
- अँटिऑक्सिडंटने समृद्ध : क्रॅनबेरीमध्ये व्हिटॅमिन सी सोबत अँटीऑक्सिडंट्स भरपूर असतात जे तुमच्या त्वचेसाठी उत्तम आहे. क्रॅनबेरीचे सेवन केल्याने तुमची त्वचा डागरहित आणि चमकदार बनते.

हे हिरवं फळ पांढऱ्या केसांना एका वॉशमध्ये करेल काळेभोर, कोंड्याच्या समस्येपासूनही सुटका मिळेल

भारतात प्राचीन काळापासून लोक केसांसाठी आवळ्याचे फायदे सांगण्यात आले आहेत. आवळ्यामध्ये व्हिटॅमिन सी, झिंक आणि असे अनेक अँटीऑक्सिडंट असतात जे केसांना निरोगी ठेवण्यास मदत करतात. तसेच, त्यातील व्हिटॅमिन सी लहान वयात केस पांढरे होण्यापासून रोखण्यास मदत करतात. वातावरणातील हानिकारक घटकांचा केसांवर परिणाम होतो त्यामुळे लहान वयातच पांढरे होऊ लागतात त्याचप्रमाणे आयुष्यात असलेला ताण, टेन्शनमुळे देखील केस पांढरे होऊ लागतात. आवळ्यामध्ये अँटीबैक्टीरियल, अँटी-इंफ्लेमेटरी आणि अँटीफंगल गुणधर्म देखील असतात, जे स्कॅल्प इन्फेक्शनला प्रतिबंध करतात आणि कोंड्याच्या समस्येपासून देखील आराम देतात.

- **आवळ्याचा ज्यूस प्या** - जर तुमचे केस वेळेपूर्वी पांढरे होत असतील तर तुम्ही दररोज एक ग्लास आवळ्याचा रस प्यावा. या सरबतामुळे तुमच्या शरीराला थेट जीवनसत्त्वे आणि अँटिऑक्सिडंट्स मिळतील जे तुमच्या केसांना पर्यावरणामुळे होणाऱ्या नुकसानापासून वाचवतील. तसेच केसांचा रंग टिकवून ठेवण्यास मदत होईल.
- **आवळ्याच्या पाण्याने केस धुवा** - आवळ्याच्या पाणी केसांना लावा. हे तुमचे केस लवकर काळे होण्यास मदत करेल. तसेच, याच्या वापराची खास गोष्ट म्हणजे ते टाळूवर रक्त परिसंचरण वाढवते आणि केसांमध्ये कोलेजन वाढवते. यामुळे केस काळे राहतात. याशिवाय, त्याचे अँटीबॅक्टेरियल आणि अँटीफंगल गुणधर्म टाळूच्या संसर्ग आणि कोंड्याच्या समस्येवर देखील प्रभावी आहेत.
- **आवळा पावडर आणि व्हिटॅमिन ई यांनी बनवलेले हेअर पॅक** - आवळा पावडर घ्या आणि त्यात व्हिटॅमिन ईच्या दोन गोळ्या घाला. आता त्यात थोडा कोरफड घाला आणि चांगले मिसळा आणि केसांना लावा. हे हेअर पॅक केसांमधील कोलेजन वाढवेल आणि राखाडी केस काळे होण्यास मदत करेल. यासोबतच केसांची वाढ होण्यासही हे उपयुक्त आहे.
- **तुरटीचे पाणी आणि आवळ्याचा वापर** - तुरटीचा वापर देखील केसांसाठी केला जाऊ शकतो. यासाठी आवळा घेऊन बारीक करून घ्या. तुम्हाला हवे असल्यास तुम्ही आवळ्याची पावडरही घेऊ शकता. आता तुरटी घेऊन त्याची पावडर करून पाण्यात मिसळा. आता हा पॅक केसांना लावा. याचा नियमित वापर केल्यास केस काळे होण्यास मदत होईल.
- **आवळा बारीक करून केसांना लावा** - आवळा बारीक करून केसांना लावल्याने कोंड्याची समस्या मुळापासून दूर होण्यास मदत होते . याशिवाय, केसांमध्ये कोलेजनचे उत्पादन वाढवते आणि ते काळे होण्यास मदत होते. याशिवाय केसांची वाढ आणि मुळापासून मजबूत होण्यासही ते मदत करते. त्यामुळे केस काळे करण्यासाठी तुम्ही आवळा वापरू शकता.

केस किती दिवसांनी कापावे?



केसांमुळे आपले सौंदर्य अधिक खुलून दिसते. यासाठीच केसांची योग्य निगा राखणं महत्वाचं आहे. पण अनेकवेळा धावपळीमुळे अनेकांना केसांची योग्य काळजी घ्यायला जमत नाही. ज्यामुळे केस गळणे, केसात कोंडा, केस पातळ होणे, केसांना फाटे फुटणे या समस्या निर्माण होतात. बऱ्याचदा आपण केसांवर विविध प्रयोग करून पाहतो. ज्यामुळे केसांचे आणखी नुकसान होते. असे म्हणतात केस ट्रिम केल्याने त्यांची योग्य वाढ होते. पण काही लोकं केस लांब दिसावे म्हणून ट्रिम करत नाही. यासाठीच हेअर स्टायलिस्ट जावेद हबीब यांनी इन्स्टाग्रामवर हेअरकट आणि ट्रिमिंगशी संबंधित माहिती शेअर केली आहे.

- जावेद हबीब यांच्या मते, "केस गळती किंवा केस तुटत असतील तर, दर १० आठवड्यांनी म्हणजेच. म्हणजेच दोन महिन्यातून एकदा केस कापणे गरजेचे असते यामुळे केसांची वाढ होते.
- केस ट्रिम केल्याने फाटे फुटलेले केस, गळणारे केस, निघून जातात. व केसांची योग्य वाढ होते. केसांना वेळोवेळी ट्रिम केल्याने केसांना नवीन पद्धतीने वाढण्याची संधी मिळते. केसांना खूप पोषण मिळते.
- केस ट्रिम केल्याने आपल्याला एक नवीन लूक मिळतो. आपण लहान केसांचे विविध हेअर स्टाईल करू शकता. ट्रिम केलेल्या केसांचे अनेक फायदे आहेत. मुख्य म्हणजे उन्हाळ्याच्या दिवसात केसांमुळे जास्त त्रास होतो. काहींच्या स्काल्पवर कोंडा, केस चिपचिपित होणे अशा समस्या निर्माण होतात. त्यामुळे तुम्हाला लांब केस हवे असतील तर दर दोन महिन्यांनी केस ट्रिम करत राहा.

खसखसचे १० मौल्यवान फायदे जाणून घ्या

- खसखस ही वेदना कमी करण्यासाठी म्हणून वापरले जाते. त्यात आढळणारे ओपियम अल्कलॉइड्स सर्व प्रकारच्या वेदना दूर करण्यात महत्वाची भूमिका निभावतात.विशेषतः,हे स्नायूंच्या वेदनांमध्ये वापरले जाते. बाजारात खसखशीचे तेल देखील उपलब्ध आहे, जे वेदना असलेल्या जागे वर वापरले जाते.
- श्वसनाच्या समस्येमध्ये देखील खसखशीचा वापर करणे फायदेशीर आहे.हे खोकला कमी करून श्वसन समस्येमध्ये दीर्घकालीन आराम देण्यास देखील मदत करते.
- आपण झोपेच्या समस्येमुळे त्रासलेले आहात तर झोपण्याच्या पूर्वी खसखशीचे गरम दूध पिणे आपल्यासाठी फायदेशीर ठरू शकते. हे निद्रानाशची समस्या दूर करते. हे आपल्याला झोपेसाठी प्रेरित करेल.
- खसखस फायबरचा उत्कृष्ट स्रोत आहे, याचे सेवन केल्याने बद्धकोष्ठता होत नाही. या व्यतिरिक्त हे पचनक्रिया चांगली होण्यास मदत करते आणि शरीराला ऊर्जा देण्यासाठी देखील खूप फायदेशीर आहे.
- किडनीच्या स्टोन मध्ये देखील हे उपचार म्हणून वापरतात.या मध्ये आढळणारे ऑक्सिलेट शरीरातील अतिरिक्त कॅल्शियम शोषून किडनीमध्ये स्टोन होण्यापासून प्रतिबंधित करते.
- खसखस मानसिक तणाव दूर करण्यात तसेच त्वचेवरील सुरकुत्या कमी करण्यास मदत करतात. यामध्ये भरपूर प्रमाणात अँटीऑक्सिडेंट्स आढळतात. जे आपल्याला आपले तारुण्य राखण्यास मदत करतात.
- खसखस त्वचेला ओलावा देण्यासाठी देखील उपयुक्त आहे. यामुळे त्वचेची जळजळ आणि खाज कमी होते.तसेच एक्झिमा सारख्या समस्यांशी लढण्यात मदत होते.
- ओमेगा -6 फॅटी ऍसिड्स, प्रोटीन, फायबरने खसखस समृद्ध असण्यासह या मध्ये फायटोकेमिकल्स, व्हिटॅमिन बी, थायमिन, कॅल्शियम आणि मॅंगनीज देखील आढळते. जे पौष्टिकदृष्ट्या फायदेशीर असतात.
- त्वचा सुंदर करण्यासाठी, खसखस एक फेसपॅक म्हणून वापरला जातो हे दुधामध्ये वाटून वापरले जाते. हे त्वचेला ओलावा प्रदान करते तसेच चेहऱ्यावर एक नैसर्गिक चमक आणतो आणि चेहरा उजाळतो.
- या व्यतिरिक्त अति आवश्यक लहान लहान समस्या जस की जास्त तहान लागणे, ताप येणे, सूज येणे, पोटातील जळजळ पासून मुक्ती मिळविण्यासाठी खसखस वापरतात. हे पोटातील उष्णता शांत करण्यासाठी देखील उपयुक्त आहे.

काळ्या द्राक्षाचे आश्चर्यकारक फायदे, खराब कोलेस्ट्रॉल दूर करेल

द्राक्ष हे उन्हाळ्यात खूप आवडते फळ आहे, हिरव्या द्राक्षांव्यतिरिक्त काळी द्राक्षे देखील खूप चवदार असतात. शरीरातील खराब कोलेस्टेरॉल काढून टाकण्यास देखील हे उपयुक्त आहे. आत्तापर्यंत तुम्ही काळी द्राक्षे कधीच विकत घेतली नसतील तर त्याचे आरोग्य फायदे जाणून घेतल्यानंतर तुम्ही लगेचच ती विकत घेऊन खायला सुरुवात कराल.

काळ्या द्राक्षांच्या फायद्यांबद्दल जाणून घेऊया -

- काळी द्राक्षे अल्झायमरच्या रुग्णांसाठी फायदेशीर आहेत. यामध्ये असलेले रेझवेराट्रोल नावाचे तत्व अल्झायमरशी लढण्यासाठी खूप प्रभावी आहे, तसेच ते न्यूरोडीजेनेरेटिव्ह रोगांवर देखील खूप फायदेशीर आहे.
- काळी द्राक्षे कॅन्सरपासून बचाव करण्यासाठी फायदेशीर आहेत. विशेषतः त्याचे सेवन त्वचेचा कर्करोग टाळण्याचा एक अतिशय प्रभावी उपाय आहे.
- जर तुम्ही वजन वाढण्याच्या समस्येने त्रस्त असाल तर काळ्या द्राक्षांचे सेवन केल्याने तुमची समस्या दूर होऊ शकते. हे रक्तातील कोलेस्टेरॉल तयार होण्यास प्रतिबंध करते आणि लठ्ठपणा आणि इतर आरोग्य समस्यांपासून बचाव करते.
- शरीरात यूरिक ॲसिडची पातळी जास्त असल्यास काळ्या द्राक्षांचे सेवन फायदेशीर ठरेल. यामुळे शरीरातील यूरिक ॲसिडची वाढलेली पातळी कमी होते, ज्यामुळे किडनीवरील भार वाढत नाही आणि किडनीही निरोगी राहते.
- काळ्या द्राक्षांमध्ये फ्लेव्होनॉइड व्यतिरिक्त, असे अनेक घटक आहेत जे हृदयरोगांशी लढण्यासाठी उपयुक्त ठरतात. याशिवाय यामध्ये असलेले अँटिऑक्सिडंट हृदयविकाराचा झटका, रक्त गोठणे आणि उच्च कोलेस्ट्रॉल यांसारख्या समस्यांशी लढण्यासाठी सक्रिय भूमिका बजावतात.
- लठ्ठपणा कमी करण्यासाठी काळ्या द्राक्षांचे सेवन करणे हा एक चांगला पर्याय आहे. यामध्ये भरपूर प्रमाणात अँटिऑक्सिडंट्स आणि आहारातील फायबर असतात, जे तुमचे वजन कमी करण्यास मदत करतात.

विकारांवर उपचार करणारी खडीसाखर

खडीसाखर औषधी गुणाची आणि उपयोगी आहे. खडीसाखर आणि लवंग चघळत राहिल्याने खोकला कमी होतो. उसाच्या रसावर अग्निसंस्कार करून खडीसाखर बनवली जाते. ती खाल्ल्यावर लगेच पचते, रक्तामध्ये खडीसाखर शोषली जाऊन तिचा साठा यकृतात केला जातो आणि गरजेनुसार ती शरीरात वापरली जाते. खडीसाखर गोड, वीर्यवर्धक, थंड, पौष्टिक, डोळ्यांना हितकारक, जुलाबावर गुणकारी, हलकी, बलकारक आणि उलटीवर उपयुक्त आहे.

- खडीसाखर तहान भागवणारी, पुष्टीकारक, बलकारक, वीर्यवर्धक आणि वरचेवर होणारी उलटी थांबवणारी आहे. - खडीसाखर पाण्यात मिसळून घेतली असता तहान भागते.
- खडीसाखर आणि तूप मिसळलेले दूध प्याले असता दाह, मूत्ररोग आदि विकार बरे होतात.
- खडीसाखर १ भाग आणि धने ३ भाग एकत्र करून ते उकळत्या पाण्यात तासभर तसेच ठेवावे त्यानंतर कापडाने गाळून बाटलीत भरून ठेवावे. त्याचे २/२ थेंब सकाळ/संध्याकाळ डोळ्यात टाकल्यास डोळे दुखायचे थांबतात. डोळ्यांच्या तक्रारी कमी होण्यास मदत होते.
- सर्दी-पडसे यावरील आयुर्वेदीय औषध सीतोपलादी चूर्ण हे खडीसाखरेपासून बनवतात. खडीसाखरेलाच 'सीतोपला' म्हणतात. त्या चूर्णात खडीसाखर अधिक असल्याने चूणार्ला सीतोपलादी चूर्ण म्हणतात.
- सीतोपलादी चूर्ण अर्धा चमचा मधासह चाटवल्याने सर्दी, पडसे, अंगदुखी, ताप कमी होतो.

केस गळत असतील हे उपाय करा

केस गळणे ही जगभरातील एक सामान्य समस्या आहे, जरी प्रत्येक व्यक्तीला केस गळणे वेगवेगळ्या प्रकारे अनुभवते. केसांची योग्य काळजी न घेणे हे केस गळण्याचे पहिले कारण आहे. पण इतर काही कारणे आहेत ज्यामुळे ही समस्या आणखी वाढते. चुकीच्या केसांची स्टाइलिंग देखील त्यापैकी एक आहे. चला जाणून घेऊया केस गळण्याची कारणे आणि त्यांचे उपाय :

- **प्रथिनांची कमतरता** : तुमच्या आहारातील प्रथिनांचे प्रमाण तुमच्या केसांच्या वाढीच्या दरावर परिणाम करू शकते. विशेषतः जर तुम्ही शाकाहारी किंवा शाकाहारी असाल तर तुम्ही तुमच्या प्रथिनांच्या सेवनावर लक्ष ठेवले पाहिजे. आपल्याला दररोज शरीराच्या वजनाच्या प्रति किलोग्रॅम 1 ते 1.6 ग्रॅम प्रथिने आवश्यक आहेत. तुमच्या दैनंदिन प्रथिनांच्या गरजा पूर्ण करण्याचे काही मार्ग म्हणजे बीन्स, शेंगा, अंडी आणि इतर प्रथिनेयुक्त पदार्थ खाणे. तुम्ही प्रोटीन शेक देखील पिऊ शकता.
- **तणाव आणि मानसिक थकवा** : बाह्य घटकांव्यतिरिक्त, शारीरिक आणि मानसिक घटकांसह अनेक अंतर्गत घटक केस गळण्यास कारणीभूत ठरू शकतात. निरोगी जीवनशैलीचा अवलंब करून, ज्यामध्ये संतुलित आहार घेणे, नियमित व्यायाम करणे आणि तणावाची पातळी नियंत्रित करणे समाविष्ट आहे, आपण आपले शरीर निरोगी ठेवू शकता. तुमचा ताण कमी करण्यासाठी तुम्ही ध्यान देखील करू शकता.
- **खराब केशरचना:** नवीन केशरचनांचा अवलंब करणे हा सध्या ट्रेंड बनला आहे. नवीन केशरचना करून तुम्हाला नवीन लुक देखील मिळतो. पण काही वेळा नवीन हेअरस्टाइलमुळे तुमचे केस खराबही होऊ शकतात. तुम्ही तुमच्या लूकची जितकी काळजी घेत आहात तितकीच तुम्हाला तुमच्या केसांच्या आरोग्याची काळजी घ्यावी लागेल.
- **केसांना तेल न लावणे** : डोक्यात नियमित रक्ताभिसरण वाढवण्यासाठी हेड मसाज करावा. ज्यामुळे केस गळण्यास मदत होऊ शकते. यामुळे केस वाढण्यासोबतच ते निरोगी राहतात आणि तणावही कमी होतो.

मासिक पाळीदरम्यान स्वच्छतेकडे दुर्लक्षं करणं पडू शकतं महागात

मेंस्ट्रुअल सायकल, मासिक पाळी किंवा पिरियड्स.... काहीही म्हणा पण अर्थ एकच. मुलगी वयात आल्यानंतर तिच्यामध्ये सुरू होणारी एक नैसर्गिक क्रिया. पण अजुनही अनेक लोकांच्या मनात या गोष्टीबाबत अनेक समज-गैरसमज आहेत. अनेक NGO याबाबत जनजागृती करत असून यासाठी डॉक्युमेंट्री आणि चित्रपटांचाही आधार घेण्यात येत आहे. त्याचप्रमाणे दरवर्षी २८ मे रोजी मेंस्ट्रुअल हायजीन डे साजरा करण्यात येतो.

अजूनही अनेक गावांमध्ये किंवा खेडोपाड्यांमध्ये मासिक पाळीबाबत अनेक अंधश्रद्धा आहेत. एवढचं नाही तर या दिवसांमध्ये कोणती काळजी घ्यावी याबाबतही अनेक महिलांना काहीच माहीत नाही. मासिक पाळीच्या दिवसांमध्येमहिलांना पर्सनल हायजिनची काळजी घेणं अत्यंत आवश्यक असतं. या दरम्यान जर साफ-सफाई आणि स्वच्छतेकडे दुर्लक्षं केलं तर यामुळे शरीराच्या अनेक समस्यांचा सामना करावा लागू शकतो. एवढचं नाही तर यामुळे अनेक गंभीर आजार होण्याचाही धोका असतो.

डर्मेटॅटिस

मेंस्ट्रुअल दरम्यान जर हायजिनबाबत लक्ष नाही ठेवलं तर स्किन इरिटेशन होऊ शकतं. ज्यामुळे dermatitis होऊ शकतं.

हा एक असा आजार आहे, ज्यामध्ये स्किनला इन्फेक्शन होऊन सूजही येते. त्वचा लाल होते आणि अनेकदा पिंपल्ससारख्या समस्यांचा सामना करावा लागतो.

यूटीआई (UTI) चा धोका

जर यूरेथ्रा मध्ये बॅक्टेरियाचा प्रवेश झाला तर यूरिनरी ट्रॅक्ट इन्फेक्शन म्हणजेच यूटीआयचा धोका वाढतो. हा एक अत्यंत गंभीर आजार आहे कारण जर यूटीआयवर वेळीच उपचार केले नाही तर यामुळे किडनीही डॅमेज होऊ शकते.

वजायनाला नुकसान

हानिकारक बॅक्टेरिया वेगाने वाढू लागला तर यामुळेही जेनिटल ट्रॅक्टच्या भागामध्ये इन्फेक्शनचा धोका वाढतो आणि यामुळेही वजायनाला नुकसान होऊ शकतं.

सर्वाइकल कॅन्सरचा धोका

यूटीआय आणि रिप्रॉडक्टिव ट्रॅक्ट इन्फेक्शनच्या कारणामुळे सर्वाइकल कॅन्सरचा धोका अनेक पटिंनी वाढतो. हा यूट्रसमध्ये असणाऱ्या सर्विक्सचा कॅन्सर असतो. जो एचपीवी वायरसमुळे होतो.

वंध्यत्वाचा धोका

मासिक पाळीदरम्यान स्वच्छतेकडे दुर्लक्षं केलं तर महिलांमध्ये वंधत्वाचा धोका वाढतो.

धावत्या बसने अचानक घेतला पेट...

चालकाच्या प्रसंगावधानामुळे थोडक्यात वाचले ३५ प्रवासी

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

समृद्धी महामार्गावर गेल्या काही वर्षांत घडलेल्या अपघातांमुळे प्रवासी सुरक्षेबाबत प्रश्न निर्माण झाले आहेत. २०२३ मध्ये खासगी ट्रॅव्हल्स बसला आग लागून २६ प्रवाशांचा मृत्यू झाल्याची दुर्घटना अजूनही लोकांच्या मनात ताजी असतानाच, बुलढाण्याजवळ पुन्हा एकदा असाच थरार अनुभवायला मिळाला. नागपूरहून मुंबईच्या दिशेने येणाऱ्या खुराणा ट्रॅव्हल्सच्या खासगी बसला अचानक लागलेल्या आगीमुळे काही मिनिटांतच मृत्यू समोर उभा ठाकला होता. मात्र, नशीब आणि चालकाच्या प्रसंगावधानामुळे मोठा अनर्थ टळला.

प्राथमिक माहितीनुसार, सोमवारची मध्यरात्र उलटून गेल्यावर मेहकर तालुक्यातील शिवणी पिसा गावाजवळ, सिंदखेड राजा परिसरात ही घटना घडली. लक्झरी बसच्या इंजिनमधून अचानक धूर यायला लागला. सुदैवाने चालकाच्या हे लक्षात आले आणि त्याने क्षणाचाही विलंब न करता बस रस्त्याच्या बाजूला उभी केली. आरडाओरड करून प्रवाशांना खाली उतरण्यास सांगितले. उतरताना गोंधळात काही प्रवासी खरचटल्यामुळे किरकोळ जखमी झाले. सर्व प्रवासी उतरून रस्त्याच्या बाजूला आले आणि पुढच्या काही क्षणांतच संपूर्ण बस जळून खाक झाली. चालकाने वेळीच सर्व प्रवाशांना सतर्क केल्याने आणि वेळेत बाहेर काढल्याने मोठी जीवितहानी टळली. ‘काळ आला होता, पण वेळ आली नव्हती’ अशी भावना व्यक्त करत प्रवाशांनी सुटकेचा निश्वास सोडला, मात्र हा थरार त्यांच्या आयुष्यभर लक्षात राहणारा ठरला.

अचानक का लागली आग?

घटनेची माहिती मिळताच महामार्ग पोलीस, स्थानिक पोलीस आणि अग्निशमन दल तात्काळ घटनास्थळी दाखल झाले. आगीवर नियंत्रण मिळवण्यात आले आणि काही काळ विस्कळीत झालेली वाहतूक पुन्हा सुरळीत करण्यात आली. आग लागण्याचे नेमके कारण अद्याप स्पष्ट झालेले नसले तरी शॉर्टसर्किट किंवा तांत्रिक बिघाडामुळे आग लागली असावी असा प्राथमिक अंदाज व्यक्त केला जात आहे.

'त्या' काळरात्रीची पुन्हा आठवण

२०२३ मध्ये याच समृद्धी महामार्गावर ट्रॅव्हल्स बस पेटून २६ जणांचा मृत्यू झाला होता. त्या घटनेच्या कटू आठवणी या दुर्घटनेमुळे पुन्हा ताज्या झाल्या असून, समृद्धी महामार्गावरील प्रवासी सुरक्षेचा प्रश्न पुन्हा ऐरणीवर आला आहे.

ठाण्यात बिबट्यांची दहशत

■ठाणे। प्रतिनिधी,

संजय गांधी राष्ट्रीय उद्यानालगतच्या आदिवासी पाड्यांमध्ये बिबट्यांचे दर्शन वाढले असून, शुक्रवारी (ता. २) रात्री दोन वेगवेगळ्या घटनांमध्ये बिबट्यांनी दोन श्वानांवर हल्ला करून त्यांची शिकार केल्याने येऊर आणि वागळे इस्टेट परिसरात भीतीचे वातावरण पसरले आहे. शुक्रवारी रात्री येऊर परिसरातील वस्तीमध्ये बिबट्याने शिरकाव करून एका पाळीव श्वानाला उचलून नेले. याच रात्री येऊरच्या प्रवेशद्वाराजवळही बिबट्याचे दर्शन झाले असून, त्यानेही एका श्वानाला आपले भक्ष्य बनवले. या दोन्ही घटनांचे सीसीटीव्ही फुटेज सोशल मीडियावर व्हायरल झाले असून, गृहनिर्माण सोसायट्या आणि पाड्यांमधील नागरिकांमध्ये दहशत निर्माण झाली आहे. या आठवड्यातील बिबट्या दिसण्याची ही दुसरी घटना आहे.

वनविभागाच्या माहितीनुसार, संजय गांधी राष्ट्रीय उद्यानात ६० हून अधिक बिबटे आहेत. जंगलात नैसर्गिक शिकार मिळण्याऐवजी मानवी वसाहतींमध्ये सहज उपलब्ध होणारे श्वान, मांजरे, कोंबड्या व बकऱ्या यांसारखे प्राणी बिबट्यांना आकर्षित करत आहेत.

त्यामुळे संरक्षक भिंती असूनही बिबट्या रात्रीच्या वेळी पाड्यांमध्ये शिरकाव करीत असल्याचे निदर्शनास आले आहे. काही दिवसांपूर्वी कॉसमॉस सोसायटी परिसरात बिबट्याचा शोध घेण्यासाठी वनविभागाने ड्रोनचा वापरही केला होता. ताज्या घटनांच्या पार्श्वभूमीवर येऊर परिक्षेत्रातील वनकर्मचाऱ्यांना रात्रीच्या वेळी गस्त वाढवण्याचे आदेश देण्यात आले आहेत. नागरिकांनी रात्री एकट्याने घराबाहेर पडू नये, तसेच लहान मुलांकडे विशेष लक्ष द्यावे, असे आवाहन वनविभागाने केले आहे.

ह्लबिबट्यांचा हा परिसर त्यांच्या नेहमीच्या वावरण्याचा मार्ग आहे. जरी आतापर्यंत मानवावर हल्ल्याच्या घटना घडल्या नसल्या, तरी खबरदारी म्हणून पाड्यांच्या परिसरात गस्त वाढवली आहे,ह्व अशी माहिती येऊरचे वनपरिक्षेत्र अधिकारी मयूर सुरवसे यांनी दिली.

दीड तासांचा प्रवास केवळ १५ मिनिटांत पूर्ण होणार

सध्या, कल्याण-डोंबिवली ते नवी मुंबईत रस्ते मार्गाने पोहोचण्यासाठी किमान दीड तास वेळ लागतो. तसेच, ठाण्याहून प्रवास करताना वाहतूक कोंडीची मोठी समस्या उद्भवते. खरं तर, ट्रान्स हार्बर लोकल हा एकमेव जलद पर्याय आहे, परंतु वाढत्या प्रवासी वाहतुकीमुळे त्यावरही ताण वाढत असल्याचं पाहायला मिळतं. अशातच, ऐरोली-कटाई नाका एलिव्हेटेड रोड प्रवाशांसाठी खुला केला जाणार असून या माध्यमातून हा प्रवास केवळ १५ मिनिटांत पूर्ण होणार आहे.

आता दीड तासांचा प्रवास केवळ १५ मिनिटांत! कल्याण-डोंबिवलीहून थेट नवी मुंबईत

■कल्याण। प्रतिनिधी,

कल्याण, डोंबिवली, ठाणे आणि नवी मुंबईतील प्रवाशांसाठी आनंदाची बातमी समोर आली आहे. मुंबई मेट्रोपॉलिटन रीजनमधील वाढती वाहतूक कोंडी कमी करण्यासाठी मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरण कडून ऐरोली-कटाई एलिव्हेटेड रोड बांधला जात असून त्याचं काम आता अंतिम टप्प्यात आहे. या प्रोजेक्टचं काम जवळपास ८० टक्के पूर्ण झाल्याची माहिती समोर आली आहे.

एमएमआरडीएने ऐरोली-मुंब्रा प्रोजेक्टच्या विस्तारासाठी मुंब्रा-कटाई नाका एलिव्हेटेड रोड बनवण्याचा निर्णय घेतला आहे. हा मार्ग देसाई खाडीवरून जाणार असून थेट कनेक्टीव्हिटीसाठी पारसिक डोंगरातून भुयारी मार्ग काढण्यात आला आहे. २०१८ मध्ये या मागार्च भूमीपूजन करण्यात आलं

होतं. या प्रोजेक्टच्या पहिल्या टप्प्यात ठाणे-बेलापूर रोड ते नॅशनल हायवे नंबर ४ पर्यंत ३.४८ किमी लंबी उन्नत मार्ग बांधला जात आहे.

दुसऱ्या टप्प्यात ठाणे-बेलापूर मार्गिकेवर ऐरोली ब्रिजपासून एक कनेक्टिंग रोड बांधला जाणार आहे. ६.७१ किमीचा मार्ग देसाई खाडीदेखील पार करणार आहे.

या प्रकल्पातील बोगदा हा चार पदरी आहे आणि त्यामुळे ऐरोली ते डोंबिवलीजवळील कटाई नाका हा प्रवास सुलभ होईल. हा मार्ग खुला झाल्यानंतर, ऐरोली परिसरात जड वाहनांची वाहतूक कमी होईल. मुंबई ते कल्याण आणि कल्याण ते मुंबईला जाणाऱ्या गाड्या या एलिव्हेटेड रोडचा वापर करू शकणार आहेत. यामुळे मुंबई, ठाणे, नवी मुंबई आणि कल्याण-डोंबिवली परिसरात ट्रॅफिक बऱ्याच प्रमाणात कमी होईल. तसेच, प्रवाशांचा वेळ आणि इंधनाची बचत होईल. आता, टपफ्ळ्ळ चा हा प्रोजेक्ट मुंबई मेट्रोपॉलिटन विभागात वाहतूक सेवेत मोठा बदल आणणार असल्याची आशा व्यक्त केली जात आहे.

दहिसर-काशीगाव ‘मेट्रो ९’ टप्पा लवकरच सुरू होणार

■मुंबई। प्रतिनिधी,

'दहिसर -भाईदर मेट्रो ९' मार्गिकेतील दहिसरझ्र काशीगाव टप्प्यातील सुरक्षा तपासणीला मेट्रो आयुक्त, मेट्रो रेल्वे सुरक्षा (सीएमआरएस) दिल्ली यांनी सुरुवात केली आहे. सुरक्षा प्रमाणपत्र प्राप्त करून मेट्रो संचलनाचा मार्ग मोकळा करण्यातील ही शेवटची आणि महत्त्वाची प्रक्रिया असून प्रक्रियेला सुरुवात झाल्याने आता लवकरच या टप्प्याला सुरक्षा प्रमाणपत्र प्राप्त होईल. तर सुरक्षा प्रमाणपत्र प्राप्त झाल्यानंतर हा टप्पा वाहतूक सेवेत दाखल केला जाणार आहे. महानगरपालिकांच्या निवडणुकीची आचारसंहिता लागू असून आचारसंहिता संपल्यानंतर जानेवारी अखेरीस किंवा फेब्रुवारीच्या सुरुवातीला दहिसर झ्र काशीगाव मेट्रो धावण्याची शक्यता आहे.

दहिसर ते मिरारोड अंतर कमी करून या परिसरातील वाहतूक कोंडी दूर करण्यासाठी १३.५ किमी लांबीच्या 'मेट्रो ९' मार्गिकेचे काम मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरणाने (एमएमआरडीए) हाती घेतले आहे. ही मार्गिका दहिसर - अंधेरी पश्चिम मेट्रो २ अ आणि दहिसर - गुंदवली मेट्रो ७ मार्गिकेचा विस्तार आहे. मेट्रो ७ मार्गिकेच्या विस्तारामुळे मुंबईतील पश्चिम उपनगरे थेट मीरा-भाईदर शहराशी जोडली जाणार आहेत.

या मार्गिकेत १० स्थानकांचा समावेश असून या मार्गिकेच्या बांधकामासाठी ६६०० कोटी रुपये खर्च अपेक्षित आहे. पूर्णत उन्नत मेट्रो मार्गिका असलेल्या या मार्गिकेची कारशेड उत्तन येथील डोंगरी परिसरात असणार आहे. तर या मार्गिकेचे काम दोन टप्प्यांत केले जात आहे.

दहिसर झ्र काशीगाव आणि काशीगाव झ्र डोंगरी असे हे दोन टप्पे असून सध्या पहिल्या टप्प्याचे काम अंतिम टप्प्यात आहे. तर डिसेंबरअखेरीस हा टप्पा वाहतूक सेवेत दाखल करण्याच्या अनुषंगाने एमएमआरडीएने काही महिन्यांपूर्वी सीएमआरएस चाचण्यांना सुरुवात केली. मात्र सीएमआरएस चाचण्यांची प्रक्रिया पूर्ण करून सुरक्षा प्रमाणपत्र प्राप्त न झाल्याने डिसेंबरचा मुहूर्त चुकला. पण आता मात्र नव्या वर्षात दहिसर झ्र काशीगाव मेट्रो धावणार आहे.

मोनो रेल तोट्यात, १७ स्थानकांत सप्टेंबरपासून बंदच... तरीही ४.९४ कोटी रुपये खर्च

■मुंबई। प्रतिनिधी,

अपघात आणि त्यानंतरच्या चाचण्यांसाठी सध्या बंद असलेल्या तोट्यातील मोनो रेलचे ३ कोटी ६० लाख रुपये वाचण्याची शक्यता आहे. मोनो रेलच्या देखभालीसाठी काढलेल्या निविदेत सर्वात कमी बोली ही मासिक ६ लाख रुपये खचार्ची आहे. त्यातून ही बचत होण्याची शक्यता आहे.

मोनो रेल ही मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरणाच्या (एमएमआरडीए) महामुंबई मेट्रो ऑपरेशन कंपनी लिमिटेडकडून (एमथ्रीओसीडब्ल्यू) चालवली जाते. दुहेरी अपघातासह अन्य कारणांनी संकटात आल्यानंतर मोनो रेल मागील वर्षी बंद करण्यात आली. हा निर्णय होण्याआधी एमएमआरडीएने या रेलच्या देखभाल व दुरुस्तीसाठी २९७ कोटी रुपयांची निविदा

सध्या बंद असलेली मोनो रेल देखभालीसाठी आता होणारा खर्च कमी येण्याची शक्यता आहे. तोट्यात असलेल्या मोनोसाठी सर्वात कमी खचार्ची बोली असून यामुळे बचत होण्याची शक्यता आहे.

काढली होती. ही निविदा पाच वर्षांसाठी होती. त्याचा वार्षिक खर्च ५९ कोटी ४० लाख रुपये होता. आता त्याहून कमी रकमेची बोली एमएमआरडीएला प्राप्त झाली आहे.

'तांत्रिक निविदेत चार कंपन्या स्पर्धेत होत्या. मात्र वित्तीय निविदा अलीकडेच उघडल्यानंतर दोनच कंपन्यांनी बोली लावल्याचे समोर आले. त्यामध्ये अदानी इन्फ्रास्ट्रक्चर मॅनेजमेंट सर्व्हिसेस लिमिटेड (३०८.४० कोटी रुपये) व पॉवर मेक प्रोजेक्ट्स लिमिटेड (२९६.४० कोटी रुपये) यांच्या बोलींचा समावेश आहे. यापैकी पॉवर मेक प्रोजेक्ट्स लिमिटेडच्या बोलीचा विचार केल्यास, निविदेतील अंदाजित खर्चाच्या तुलनेत एमथ्रीओसीडब्ल्यूचे पाच वर्षांत ३ कोटी ६० लाख रुपये वाचणार आहेत. यामुळे वार्षिक ७२ लाख रुपयांची बचत होणे शक्य आहे', असे सूत्रांचे म्हणणे आहे.

मोनोच्या देखभालीसाठी खर्च

ही बोली निश्चित केल्यास मोनो रेलच्या देखभालीसाठी २९७ कोटी ४० लाख रुपयांनुसार मासिक ४.९४ कोटी रुपये खर्च येणार आहे. मात्र ही मार्गिका बंद होण्याआधी मोनो रेलचा वार्षिक महसूलच जेमतेम १५ कोटी रुपये होता. या स्थितीत हा खर्चदेखील अधिक असेल.

चाचणीच्या वेळीही अपघात

मोनो रेलमध्ये चेंबूर ते संत गाडगे महाराज चौक (जेकब सर्कल किंवा सात रस्ता) अशी १७ स्थानके आहेत. कुठल्याही मुख्य उपनगरीय रेल्वेला ही मार्गिका संलग्न नसल्याने मार्गिकची प्रवासीसंख्या मर्यादित आहे. त्यामुळेच ही मार्गिका फेब्रुवारी २०१४ पासून सातत्याने तोट्यात आहे. मागील वर्षांपासूनचा वार्षिक तोटा सरासरी ४५० कोटी रुपये आहे. कमी प्रवासी संख्येमुळे वार्षिक महसुलाचा आकडा जेमतेम १५ कोटी व मासिक सव्वा कोटी रुपयांच्या घरात आहे.

मागील वर्षी गाडी बंद पडल्याने काचा फोडून प्रवाशांना बाहेर काढावे लागले होते. यानंतरही विविध घोळांमुळे ही मार्गिका सप्टेंबर २०२५ पासून पुढील सूचनेपर्यंत बंद करण्यात आली. त्यानंतर नवीन गाडीलादेखील मागील महिन्यातच चाचणीवेळी मोठा अपघात झाला होता.

मोखाड्यातील प्राथमिक आरोग्य यंत्रणा ठरतेय तोकडी

तालुक्यातील अतिशय संवेदनशील मानल्या जाणाऱ्या खोडाळा पंचक्रोशीतील तब्बल ६०पेक्षा अधिक गावपाड्यांना आरोग्य सेवेसाठी खोडाळा प्राथमिक आरोग्य केंद्रावर अवलंबून रहावे लागते. मात्र,येथे वैद्यकीय अधिकारीच नाहीत दोन्ही पदे रिक्त आहेत.येथे वेळेत उपचार न मिळाल्याने माता मृत्यू बालमृत्यू या घटनांनी हे आरोग्य केंद्र नेहमीच चर्चेत राहिले आहे.तसेच आसे वाशाळा येथील गट (अ)मधील वैद्यकीय अधिकारी पद रिक्त आहे.आरोग्य सेवक २२मंजूर पदापैकी खोडाळा -१ आसे -२ मोंहांडा -१ वाशाळा -१अशी ५पदे रिक्त आहेत. आरोग्य सेविका एकूण २४ पदे मंजूर असून खोडाळा -३ आसे -३ मोंहांडा -१ वाशाळा -१ अशी आठ पदे रिक्त आहेत.परिचर १६पदे मंजूर असून खोडाळा झ्र ४, आसे -३ , मोंहांडा -३ ,वाशाळा -३ अशी एकूण १३पदे रिक्त आहेत. वाहनचालकांची चार पदे मंजूर सर्वच रिक्त आहेत. अशा १०२ मंजूर पदापैकी ३८पदे रिक्त आहेत.

“बहुतांश रिक्त पदे ही कंत्राटी पद्धतीने भरण्यात आली आहेत.”
-भाऊसाहेब चत्तर, तालुका वैद्यकीय अधिकारी

■मोखाडा। प्रतिनिधी,

आदिवासीबहुल मोखाडा तालुक्याचा परिसर डोंगर दऱ्याखोऱ्यात विखुरलेला असल्याने, अनेक गावपाड्यांतील आदिवासींना आरोग्य सेवेसाठी प्राथमिक आरोग्य केंद्र, उपकेंद्र यांचा आधार घ्यावा लागतो; मात्र येथेही प्राथमिक स्वरूपाच्या आजारावरील उपचार सोडले तर इतर उपचारासाठी नाशिक, मुंबई, ठाणे गाठावे लागत आहे. त्यामुळे तालुक्यातील प्राथमिक आरोग्य केंद्रातील आरोग्य सेवा कुचकामी ठरत असल्याचे चित्र पहावयास मिळत आहे.

मोखाडा तालुक्यात आसे, मोंहांडा वाशाळा, खोडाळा ही चार प्राथमिक आरोग्य केंद्रे असून या केंद्रातील वैद्यकीय अधिकारी, नर्स, आरोग्यसेवक या कर्मचाऱ्यांच्या भरवशावर आरोग्याच्या सुविधा पुरवल्या जातात. परंतु हि यंत्रणाच कमकुवत ठरत असेल तर आदिवासी बांधवांना पुरेपूर आरोग्य सुविधा कधी मिळणार हा खरा प्रश्न आहे. मागील काही वर्षांपासून कुपोषण, बालमृत्यू यांचे प्रमाण कमी झालेले असले तरी कुपोषण, बालमृत्यू पूर्णतः थांबलेले नाहीत. माता मृत्यू बालमृत्यूच्या ह्या घटना आजही वारंवार घडतायेत. यामुळे तालुक्यातील आरोग्य यंत्रणेने सक्षम व जागृत राहणे तितकेच महत्त्वाचे आहे.

मोखाडा तालुक्यातील बहुतांश भाग दरी-खोंयात विखुरलेला आहे. या भागातील नागरिकांना तालुक्याला वारंवार येणे शक्य नसल्याने या ग्रामीण भागातील नागरिकांच्या आरोग्याची काळजी घेणाऱ्या आसे, मोन्हाडा, वाशाळा, खोडाळा या चार प्राथमिक आरोग्य केंद्रांतील आसे या प्राथमिक आरोग्य केंद्रांतर्गत चास, भोवाडी, हिरवे, ओसरविहरा व आसे ही पाच उपकेंद्रे तर मोऱ्हांडा प्राथमिक आरोग्य केंद्रामध्ये गोंदे, पोशेरा, मोखाडा १ व २ ही चार उपकेंद्रे आहेत.

तसेच वाशाळा प्राथमिक आरोग्य केंद्रांतर्गत सातुर्ली, वाशाळा, पळसुंडा, डोल्हारा, साखरी ही पाच उपकेंद्रे येतात. परंतु येथे रुग्णांना मुबलक प्रमानात आरोग्याच्या सेवा मिळत नाहीत त्यातच रिक्त पदे यामुळे लाखोंचा खर्च करून आरोग्य सेवा पुरवणारे तालुक्यातील प्राथमिक आरोग्य केंद्र ही ‘‘रेफरकेंद्र’’ बनली असल्याचे चित्र पहायला मिळते आहे.

६० वर्षीय नराधमाकडून ८ वर्षाच्या चिमुकलीचा विनयभंग

लाज आणणारा प्रकार उघडकीस नांदेड जिल्ह्यात खळबळ

■अमरावती। प्रतिनिधी,

नांदेड जिल्ह्यातील नायगाव तालुक्यात एक धक्कादायक प्रकार उघडकीस आला आहे. तालुक्यातील लालवंडी येथे माणुसकीला काळिमा फासण्यात येणारी धक्कादायक घटना घडली आहे. एका 60 वर्षीय नराधमाने अवघ्या 8 वर्षाच्या चिमुकलीचा विनयभंग केल्याचा धक्कादायक प्रकार उघडकीस आला आहे. या घटनेनं परिसरात एकच खळबळ उडाली आहे.

आरोपीच्या आवळल्या मुसक्या

भयभीत झालेल्या अवस्थेत मुलीने घरी जाऊन रडत रडत घडलेला सर्व प्रकार हा आपल्या आईला सांगितला होता. या घटनेची माहिती पोलिसांना मिळताच कुटुंबियांनी पोलीस ठाण्यात धाव घेतल्याचं वृत्त आहे. या प्रकरणाची पोलीस ठाण्यात तक्रार करून पोलिसांनी चक्र फिरवली आणि आरोपी तुळशीराम इंगळे याच्या लालवंडी येथून मुसक्या आवळल्या. आरोपीवर संबंधित कलमान्वये गुन्हा दाखल करण्यात आल्याचं वृत्त आहे. दरम्यान, या प्रकरणात पोलिसांनी पुढील तपास केला आहे.

या घटनेमुळे आता लहान मुलींच्या सुरक्षेचा प्रश्न आता ऐरणीवर आला आहे. दरम्यान, आरोपीला कठोरात कठोर शिक्षा व्हावी, अशी मागणी ग्रामस्थांकडून होताना दिसत आहे.

नेमकं प्रकरण काय?

घडलेल्या घटनेनुसार, लालवंडी येथील 8 वर्षांची पीडित मुलगी घराबाहेर खेळत होती, तेव्हाच तुळशीराम विठ्ठल इंगळे (वय 60) याने तिला फसवून तिच्याच आजोबांच्या बंद सघरात नेले. नंतर त्या चिमुकलीवर हैवानी कृत्य केलं. चिमुकली पूर्णपणे घाबरून गेली होती, तिने कसातरी नराधमाच्या तावडीतून पळ काढल्याचं चित्र आहे आणि घटनास्थळावरून तिने सूटका करून घेतली होती.

पोलिसांचा तपास

घटनेनंतर, पोलिसांनी अल्पवयीन आरोपीला गदीर्तून सुरक्षितरित्या बाहेर काढलं आणि आपल्या ताब्यात घेतलं. त्यानंतर, पोलिसांनी आरोपी तरुण तसेच आणखी एका संशयिताला चौकशीसाठी ताब्यात घेतलं आहे. दोघांनी मिळून संबंधित घटनेची योजना आखली होती का? याचा पोलीस शोध घेण्यासाठी तपास करत आहेत. सध्या, दुसऱ्या संशयिताची भूमिका अद्याप स्पष्ट झाली नसून प्रकरणाचा सर्व बाजूंनी तपास केला जात आहे. पीडित महिलांच्या तक्रारीच्या आधारे, पोलिसांनी आरोपीला ताब्यात घेऊन त्याच्या मोबाईल फोनचा देखील तपास केला जात आहे. तसेच, त्या मोबाईलमध्ये असलेल्या डेटाची फॉरेन्सिक तपासणी देखील केली जाणार असल्याची माहिती आहे.

थिएटरच्या वॉशरूममध्ये महिलांचे आक्षेपार्ह व्हिडीओ शूट

■मुंबई। प्रतिनिधी,

बंगळुरूच्या एका चित्रपटगृहात धक्कादायक घटना घडल्याची बातमी समोर आली आहे. एक अल्पवयीन तरुण थिएटरच्या महिला स्वच्छतागृहात लपून तरुणी आणि महिलांचे आक्षेपार्ह व्हिडीओ शूट करत होता. ही गोष्ट कळताच, पीडित महिलांनी चित्रपटगृहात गोंधळ घातला. त्यानंतर, कोणीतरी संबंधित घटनेची माहिती पोलिसांना दिली आणि माहिती मिळताच, पोलीस घटनास्थळी पोहोचली.

थिएटरच्या वॉशरूममध्ये महिलांचे व्हिडीओ शूटिंग...

पीडित महिलांनी पोलिसांकडे तक्रार केली की, संध्या सिनेमा थिएटरच्या महिलांच्या वॉशरूममध्ये एक अल्पवयीन मुलगा व्हिडिओ रेकॉर्ड करत होता. ही बाब लक्षात येताच सिनेमागृहात उपस्थित महिला प्रेक्षकांनी आरोपीला घेरलं आणि मोठा गोंधळ घातला. पीडितांच्या आरोपानुसार, आरोपी तरुणाच्या या घृणास्पद कृत्यामुळे महिलांच्या गोपनीयतेवर आणि प्रतिष्ठेवर प्रश्न उपस्थित राहिले आहेत. घटनेनंतर, थिएटरच्या परिसरात महिलांचं संतप्त वातावरण पाहायला मिळालं. या प्रकरणी, पीडित महिलांनी आरोपीविरुद्ध कठोर कारवाईची मागणी केली आहे.

अल्पवयीन मुलीवर शाळकरी मुलांचा बलात्कार

■मुंबई। प्रतिनिधी,

कर्नाटकातील हुबळी येथे धक्कादायक घटना समोर आली आहे. एका १२ वर्षीय मुलीवर अवघ्या १३-१४ वर्षांच्या तीन मुलांनी सामूहिक बलात्कार केला. या प्रकरणातील तिन्ही आरोपी हे पीडित मुलीच्या घराजवळ राहतात. पोलिसांनी घटनास्थळी तातडीने धडक देत त्यांना अटक केली आहे.

पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, मुलीचे आई-वडील घराबाहेर असताना आरोपींनी पीडितेला एका निर्जन ठिकाणी नेले आणि तिच्यावर सामूहिक बलात्कार केला. या घटनेचा व्हिडिओ त्यांनी रेकॉर्डही केला, आणि तो व्हायरल करण्याची धमकीही दिली, असे पालकांनी तक्रारीत नमूद केले आहे.

तपासादरम्यान उघड झाले की, आरोपींपैकी दोघेजण शाळेत शिकत आहेत, तर तिसऱ्याने शाळा सोडली आहे. पोलिसांनी आरोपींचे मोबाईल जप्त करून सखोल तपास सुरू केला आहे. आरोपींविरुद्ध लैंगिक गुन्ह्यांपासून मुलांचे संरक्षण कायदा अंतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.

उत्तरप्रदेशातही अल्पवयीन मुलीची बलात्कार करून हत्या

याच आठवड्यात उत्तरप्रदेशातील बुलंदशहरमध्येही अशीच एक घटना समोर आली. एका ६ वर्षीय अल्पवयीन मुलीवर सामूहिक अत्याचार करून तिची हत्या करण्यात आल्याचा धक्कादायक प्रकार उघड झाला. ही घटना २ जानेवारीच्या रात्री उशिरा घडली. पोलिसांनी सांगितले की, आरोपींनी आपली ओळख लपवण्यासाठी मुलीला छतावरून फेकले. तिला तातडीने सिकंदराबाद येथील सामुदायिक आरोग्य केंद्रात नेले असता डॉक्टरांनी तिला मृत घोषित केले. या घटनेमुळे देशभरात बालसुरक्षा आणि अल्पवयीन मुलींवरील लैंगिक अत्याचारांविषयी चिंता वाढली आहे. पोलिस तपासात या प्रकरणाचा संदर्भ घेऊन आरोपींच्या मानसिक व सामाजिक पार्श्वभूमीचा सखोल अभ्यास करून कायदेशीर कारवाई केली जात आहे.

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 - ७४०००0१४७४. 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