

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण

बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

○संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

○उप संपादिका : .सौ. प्रीती दिपक नाईक ○कार्यकारी संपादक : श्री. विनोद दशरथ भेंडे

● वर्ष -०५ ● अंक-२१२ ● मुंबई, शुक्रवार, ०६ मार्च २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.



MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

इराण-इस्रायल युद्धाचा महाराष्ट्राला फटका



■ बातमी / लेख, प्रीती दिपक नाईक

सध्या इराण आणि इस्रायल यांच्यातील संघर्षाचा परिणाम आता महाराष्ट्रातील ग्रामीण अर्थव्यवस्थेवर दिसू लागला आहे. इराण आणि इस्रायल यांच्यातील वादल्या तणावामुळे आखाती देशाकडे जाणारी द्राक्ष निर्यात पूर्णपणे विस्कळीत झाली आहे. यामुळे सांगली जिल्ह्यातील द्राक्ष उत्पादक शेतकरी आणि व्यापारी मोठ्या आर्थिक संकटात सापडले आहेत. आखाती देशांमध्ये निर्माण झालेल्या युद्धजन्य परिस्थितीमुळे आंतरराष्ट्रीय व्यापारी मार्गावर अनिश्चिततेचे सावट पसरले आहे. सध्या निर्यातीचे हे चक्र थांबल्याने कोटयवधी रुपयांची उलाढाल टप्पू झाली आहे. आता द्राक्ष बागायतदारांसमोर कजाचे हसे कसे फेडायचे?

असा प्रश्न निर्माण झाला आहे. सांगली जिल्ह्याची ओळख द्राक्ष पंढरी म्हणून आहे. दरवर्षी येथून हजारो टन द्राक्षे आखाती देशात वअए, सौदी अरेबिया, कतार निर्यात होतात. मात्र, सद्यस्थितीत सांगलीतील कोल्ड स्टोअरमध्ये ३५० कंटेनर द्राक्षे साठवलेली आहेत. नवीन माल ठेवण्यासाठी आता जागा शिल्लक नाही. जवळपास ७०० कंटेनर होतील, इतकी द्राक्षे अद्याप वागतच आहेत. जर ही द्राक्षे वेळेत काढली नाहीत, तर ती खराब होण्याची भीती आहे. मुंबईच्या न्हावा शेवा बंदरात ३०० कंटेनर अडकले आहेत. जहाजांचे वेळापत्रक कोलमडल्याने आणि विमानांचे दर वाढल्याने व्यापाऱ्यांनी माल पाठवणे थांबवले आहे.

■ भाजीपाला आणि फळे आता परत नेण्याची वेळ

सध्या पुणे विमानतळावरही शुक्रशुक्राट पाहायला मिळत आहे. हवाई मार्ग होणारी निर्यातही पूर्णपणे टप्पू झाली आहे. दुबई आणि अरब धाबीची आंतरराष्ट्रीय विमानसेवा विस्कळीत झाल्याने गेल्या ५ दिवसांत पुणे विमानतळावरून होणारी ४ ते ५ टन मालवाहतूक थांबली आहे. पुण्यातील शेतकऱ्यांनी निर्यातीसाठी आणलेला भाजीपाला आणि फळे आता परत नेण्याची वेळ आली आहे. हवाई वाहतुकीमध्ये ७० टक्के वाटा ऑटो पादसंचा असला तरी, नाशवंत मालाचे नुकसान सवार्धिक होत आहे. त्यासोबतच द्राक्ष बागायतदारांसमोर आढाने पाहायला मिळत आहे. निर्यात थांबल्याने स्थानिक बाजारपेठेत द्राक्षांची आवक वाढेल, परिणामी दरामध्ये मोठी घसरण होण्याची शक्यता आहे. अनेक शेतकऱ्यांनी बँकाचे कर्ज काढून बागा फुलवल्या आहेत. माल विकला न गेल्यास कर्ज कसे फेडायचे, हा प्रश्न गंभीर आहे. कोल्ड स्टोअरमध्ये माल ठेवण्याचा दररोजचा खर्च व्यापाऱ्यांना परवडताना दिसत नाही.

मोबाईल ॲपद्वारे गर्भलिंग चाचणी

■ पुणे। प्रतिनिधी,

शिऊर तालुक्यातील ढोकसांगवी अंतर्गत पाचगेवस्ती येथील लाइफ केअर रुग्णालयामध्ये गर्भलिंग निदान चाचणी होत असल्याच्या पार्श्वभूमीवर आरोग्य विभाग व गुन्हे शाखेच्या संयुक्त पथकाने धडक कारवाई केली. दरम्यान, मोबाईल ॲपच्या सहाय्याने विविध रुग्णांची गर्भलिंग निदान तपासणी केल्याचे उघड झाले. कारवाईत बीएएमएस शिक्षण घेतलेले डॉ. आकाश मालगुंडे यांच्या रुग्णालयामध्ये पीसीपीएनडीटी कायद्याचे उल्लंघन झाल्याचे तपासात निष्पन्न झाले. वाघोली पोलीस ठाण्याच्या पोलीस शिपाई प्रतीक्षा पानसरे यांनी रुग्णासोबत जाऊन प्रत्यक्ष सापळा रचला. दलाल नरेंद्र ठाकरे यांच्यामार्फत मोबाईल ॲपच्या सहाय्याने रुग्णांची गर्भलिंग निदान तपासणी केल्याचे उघड झाले. तपासणीदरम्यान गर्भपातासाठी वापरण्यात येणाऱ्या गोळ्यांचा साठा जप्त करण्यात आला. दरम्यान, पीसीपीएनडीटी कायद्यानुसार गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे.



राज्यातील सर्व शासकीय रुग्णालयात 'महात्मा फुले जनआरोग्य योजना' मिशन मोडवर कार्यान्वित करावी- आरोग्य मंत्री प्रकाश आंबितकर

■ मुंबई। प्रतिनिधी,

राज्यातील प्राथमिक आरोग्य केंद्रे, उपजिल्हा रुग्णालये व जिल्हा रुग्णालयांनी महात्मा फुले जनआरोग्य योजनेत समाविष्ट असलेले उपचार मिशन मोडवर सुरू करावेत, अशा सूचना सार्वजनिक आरोग्य मंत्री प्रकाश आंबितकर यांनी दिल्या.

मुंबईतील हसुरुचीह्न शासकीय निवासस्थानात महात्मा फुले जन आरोग्य योजनेचे अधिकारी व आरोग्य विभागातील वरिष्ठ अधिकाऱ्यांची बैठक आयोजित केली होती. यावेळी आरोग्य मंत्री म्हणाले सरकारी दवाखान्याच्या माध्यमातून जनआरोग्य योजना राबवल्या गेल्या पाहिजेत. त्यामुळे शासनाचे पैसे सरकारी रुग्णालयाला मिळतील. या निधीच्या

माध्यमातून सरकारी रुग्णालयांचे सक्षमीकरण होण्याबरोबरच डॉक्टरांनाही अधिक चांगला प्रोत्साहन भत्ता मिळेल. यापूर्वी जनआरोग्य योजनेशी संलग्न झालेल्या रुग्णालयांचा गेल्या सहा महिन्यातील प्रगतीचा अहवाल सादर करण्याच्या सूचनाही आरोग्यमंत्र्यांनी यावेळी दिल्या.

न्यूरो, कॅन्सर आणि ऑर्थो (अस्थिरोग) यासारख्या गंभीर आजारांच्या उपचारांसाठी वाढीव पॅकेज देणे बाबत तसेच, ढवळ-रुल्ल सारख्या अत्याधुनिक सुविधांसाठी सामंजस्य करार (MOU) करण्याच्या सूचनाही यावेळी देण्यात आल्या आहे.

आरोग्य योजनांच्या निधीच्या माध्यमातून सरकारी रुग्णालयांचे सक्षमीकरण व्हावे



महात्मा फुले जन आरोग्य योजनेअंतर्गत कार्यरत असलेल्या जिल्हा समन्वयकांनी (District Coordinators) अधिक सक्रिय होऊन काम करावे. स्थानिक लोकप्रतिनिधी, आमदार, खासदार तसेच जिल्हा शल्य चिकित्सक, जिल्हा आरोग्य अधिकारी यांच्याशी सतत संपर्कात राहून योजनेची प्रभावी अंमलबजावणी करावी. महात्मा फुले जन आरोग्य योजनेच्या वरिष्ठ अधिकाऱ्यांनी क्षेत्रीय भेटी देऊन योग्य सनियंत्रण करावे. रुग्णालयांना मिळणाऱ्या कॉर्पस फंडचा विनियोग रुग्णालयातील पायाभूत सुविधा सुधारण्यासाठी, औषध खरेदीसाठी आणि डॉक्टरांच्या

प्रशिक्षणासाठी खर्च कराव्यात. त्यासाठी एक समिती स्थापन करून, एसओपी तयार करण्याच्या सूचना देण्यात आल्या. शासकीय रुग्णालयांनी स्वतःच्या पायावर उभे राहून दर्जेदार आरोग्य सेवा देणे अपेक्षित असल्याचे आरोग्यमंत्र्यांनी यावेळी सांगितले.

महात्मा फुले जन आरोग्य योजनेची व्यापक प्रसिद्धी करावी योजनेच्या माहिती देणाऱ्या टोल फ्री नंबर सर्वत्र प्रदर्शित करावेत, अशा सूचनाही बैठकीत देण्यात आल्या. बैठकीस महात्मा फुले जन आरोग्य योजनेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी डॉ. अण्णासाहेब चव्हाण, आरोग्य संचालक डॉ. नितीन अंबाडेकर, संचालक पुणे डॉ. विजय कंदेवाड यांचेसह प्रमुख अधिकारी उपस्थित होते.



आमदार अमीन पटेल यांनी विधान भवनात पत्रकारांच्या प्रश्नावर जोरदार आवाज उठवला आहे. जर्नलिस्ट असोसिएशनच्या राष्ट्रीय अध्यक्ष अॅड. स्मिता चिपळूणकर आणि सलीम शेख यांनी घेतलेल्या भेटीनंतर त्यांनी हा विषय गांभीर्याने घेत घेत विधान भवनात मांडला. या भेटीदरम्यान पत्रकार

तसेच प्रकाशन संस्थांना भेटसावणाऱ्या विविध अडचणींबाबत सविस्तर चर्चा करण्यात आली होती. त्याची दखल घेत आमदार अमीन पटेल यांनी पत्रकारांच्या समस्यांकडे सरकारचे लक्ष वेधत पत्रकारांच्या हक्कांसाठी ठाम भूमिका मांडली. यावेळी आमदार अमीन

अरबी समुद्रात वाऱ्यांनी बदलली दिशा... मार्च हीटचा चटका, पावसाबाबत काय अंदाज?

■ मुंबई। प्रतिनिधी,

महिन्याच्या सुरुवातीलाच महाराष्ट्रासह संपूर्ण देशात हवामानाने कूस बदलली आहे. उत्तर भारतात वेस्टर्न डिस्टरबन्स सक्रिय झाली असला तरी, त्याचा महाराष्ट्रावर फारसा परिणाम होणार नाही. उलट, राज्याच्या तापमानात मोठी वाढ होण्याचे संकेत मिळत असून मार्च हीटचा चटका आता अधिक तीव्र होऊ लागला आहे. पुढील काही दिवस महाराष्ट्रातील कमाल आणि किमान तापमानात मोठी तफावत जाणवणार असून नागरिकांना आरोग्याची काळजी घेण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे.

■ राज्यातील तापमानाची सद्यस्थिती

महाराष्ट्रातील बहुतेक जिल्ह्यांमध्ये आता कमाल तापमानाचा पारा ३७ डिग्रीच्या आसपास पोहोचला आहे.



विशेषतः विदर्भ आणि उत्तर महाराष्ट्रात उष्णतेची लाट सद्य परिस्थिती निर्माण होऊ लागली आहे. जळगाव, धुळे, नाशिक आणि छत्रपती संभाजीनगर यांसारख्या शहरांमध्ये सूयार्वा प्रखर ताप जाणवत आहे. मुंबई आणि कोकण किनारपट्टीवर देखील आर्द्रतेचे प्रमाण वाढत असून घामामुळे नागरिक हैराण होत आहेत.

■ पावसाची शक्यता कुठे?

महाराष्ट्रात संपूर्ण आठवडाभर कोरड्या हवामानाचा अंदाज असला तरी, दक्षिण भारतात केरळच्या काही भागात तिरुवनंतपुरम आणि कोल्म हलक्या स्वरूपाचा पाऊस येण्याची शक्यता आहे. महाराष्ट्रात मात्र ४ ते ८ मार्च दरम्यान कुठेही पावसाचा अंदाज वर्तवण्यात आला नाही. महाराष्ट्रात आता उन्हाळा खऱ्या अर्थाने सुरू झाला आहे. कोरड्या हवामानामुळे पाण्याची पातळी खालवण्याची शक्यता असून दुपारच्या वेळी विनाकारण घराबाहेर पडणे टाळले बरे. पुढील ४८ तासांत तापमानात आणखी १ ते २ अंशांची वाढ होण्याची दाट शक्यता आहे.

सध्याच्या हवामानाचे सर्वात मोठे वैशिष्ट्य म्हणजे दिवसाचे आणि रात्रीचे तापमान यातील प्रचंड तफावत. दिवसा पारा ३५ अंशांच्या वर जात असताना रात्री आणि पहाटे मात्र हवामानात गारवा जाणवत आहे. महाराष्ट्रातील अनेक भागांत किमान तापमान १६ अंश सेल्सियसच्या आसपास आहे. दिवसा आणि रात्रीच्या तापमानात सुमारे १५ ते १७ अंशांचा फरक असल्याने सर्दी, खोकला आणि तापासारख्या आजारांचे प्रमाण वाढण्याची भीती आहे. स्क्यामेटचे हवामान तज्ज्ञ महेश पलावत यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, मुंबई आणि कोकण विभागात मुंबई, ठाणे आणि पालघर परिसरात समुद्री वारे उशिरा येत असल्यामुळे दिवसा उष्णता जास्त राहील.

किनारपट्टीच्या भागात उकाडा वाढल्यामुळे उष्णतेचा त्रास अधिक जाणवेल. तापमान ३७ अंशांपर्यंत वाढण्याची शक्यता आहे. उत्तर महाराष्ट्रात जळगाव, नाशिक, धुळे या जिल्ह्यांमध्ये दक्षिण-पूर्व वाऱ्यांमुळे उष्णता अधिक राहील. दिवसा घराबाहेर पडताना उन्हाच्या झळा सोसाव्या लागतील.

■ विदर्भ मराठवाड्यात काय स्थिती?

विदर्भ आणि मराठवाड्यात विदर्भातील काही जिल्ह्यांमध्ये पारा ३७उपर जाण्याची शक्यता आहे. छत्रपती संभाजीनगर आणि अहिल्यादेवीनगरमध्ये हवामान पूर्णपणे कोरडे आणि गरम राहील. दक्षिण महाराष्ट्रात सांगली, सोलापूर आणि कोल्हापूर या भागातही तापमानाचा कल वाढता आहे. येथे पावसाची कोणतीही शक्यता सध्या वर्तवण्यात आलेली नाही.

कुदळीने खोदता खोदता खळखळ आवाज आला अन् मातीतून...

■ बीडमध्ये चांदीची २५० नाणी सापडली

बीडच्या आधी तालुक्यातील सांगवी पाटण येथे घराच्या बांधकामासाठी खोदकाम करण्यात येत होते. या खोदकामादरम्यान चांदीची २५० नाणी आढळून आली आहेत. पोलिसांनी पंचनामा करून तहसील प्रशासनाकडे ही नाणी जमा केली आहेत. मात्र यातील बरीच नाणी गायब असल्याचं नागरिकांकडून सांगितलं जात आहे. त्यामुळे आता ही नाणी नेमकी कुठे गेली याचा शोध घेण्याचं आढान प्रशासनासमोर असणार आहे.



■ मुंबई। प्रतिनिधी,

एखाद्या ठिकाणी खोदकाम करताना मोठा खजिना सापडल्याच्या बातम्या तुम्ही अनेकदा वाचल्या असतील. जुन्या काळातील लोक चोरांच्या भीतीने सोन-दागिने किंवा पैसे जमिनीत पुरून ठेवत असत. त्यामुळे आता काही कामासाठी खोदकाम करताना अनेकदा दागिने किंवा इतर महत्त्वाच्या वस्तू सापडतात. असाच एक खजिना बीड जिल्ह्यात सापडला आहे. घराच्या बांधकामासाठी खोदकाम सुरू असताना सापडलेला खजिना पोलिसांनी आणि महसूल प्रशासनाचे जप्त केला आहे. याबाबत सविस्तर माहिती जाणून घेऊयात.

समोर आलेल्या माहितीनुसार, आशी तालुक्यातील सांगवी पाटण येथील शशिकांत खुटाळे यांच्या घराच्या बांधकामासाठी सुरू असलेल्या खोदकामात मातीच्या ढिगाऱ्यात मुलांना चांदीची नाणी आढळून आली. याची चर्चा गावभर पसरली. याची माहिती पोलिसांना देण्यात आली. पोलीस आणि महसूल विभागांनी घटनास्थळी धाव घेत आढळून आलेली २५० चांदीची नाणी जप्त केली आहेत. या नाण्यांवर One Rupee India १९४१ असा उल्लेख असून ती शुद्ध चांदीची असल्याचे सांगण्यात येत आहे.

महसूल प्रशासनाचे ही नाणी ताब्यात घेतली असली तरी याची संख्या अधिक असल्याचे सांगितले जात आहे. यानंतर तहसील प्रशासनाचे पुरातत्व विभागाला याबाबत माहिती दिली आहे. खोदकामादरम्यान जवळपास चार ते पाच किलो नाण्यांचा साठा आढळून आल्याचा संशय आहे. तसेच या ठिकाणी अजूनही मोठा खजिना सापडण्याची शक्यता आहे. ही नाणी कुणी लपवली होती? तसेच सापडलेली इतर नाणी कुणाकडे आहेत? याची चौकशी पोलिसांसह महसूल प्रशासनाकडून सुरू आहे.

पुण्यातील नामांकित कॉलेजमधील संतापजनक घटना

■ पुणे। प्रतिनिधी,

पुण्यातील नामांकित एमआयटी एडीटी कॉलेज परिसरात एक संतापजनक घटना घडली. इथं एका विद्यार्थिनीच्या वडिलांनी एका विद्यार्थ्याला चोप दिला आहे.

संबंधित विद्यार्थी मागील १५ दिवसांपासून पीडित तरुणीचा ऑनलाईन छळ करत होता. मुलीसोबत घडणारा प्रकार समजल्यानंतर वडिलांनी कॉम्प्लेक्समध्ये गाठून तरणाट्याचा चोप दिला. या प्रकारामुळे परिसरात मोठी खटबळ उडाली असून या घटनेचा व्हिडीओ समाज माध्यमात व्हायरल झाला आहे.

■ नेमकं काय घडलं?

मिळालेल्या माहितीनुसार, पीडित तरुणी एमआयटी

लेकीची छेड काढणाऱ्याला वडिलांनी दिला चोप



■ कॉम्प्लेक्समध्ये मोठा राडा

हा प्रकार सुरू असताना लेकी बाजूंमध्ये मोठी झटापट झाली. कॉलेजच्या आवारातच हा प्रकार घडल्याने इतर विद्यार्थी आणि सुरक्षाकर्त्यांची मोठी गर्दी जमली होती. या सर्व गदीसमोरच तरुणीच्या वडिलांनी तरुणीच्या आंगावर बसून त्याला चोप दिला. या घटनेचा व्हिडीओ समोर आला असून सोशल मीडियात व्हायरल झाला आहे. पुण्यातील नामांकित शैक्षणिक संस्थांच्या परिसरात अशा प्रकारे बाहेरील विद्यार्थी येऊन तरुणींना त्रास देत असल्याने विद्यार्थ्यांच्या सुरक्षिततेचा प्रश्न पुन्हा एकदा ऐरणीवर आला आहे.

कॉलेजमध्ये शिक्षण घेते. ऑनलाईन माध्यमातून सातत्याने पुण्यातीलच डी. वाय. पाटील त्रास देत होता. तिचा पाठलाग कॉलेजचा एक विद्यार्थी गेल्या करत होता. वारंवार होणाऱ्या या १५ दिवसांपासून या तरुणीला मानसिक छळामुळे तरुणी अत्यंत

त्रस्त झाली होती. अखेर तिने ही गोष्ट धोराने आपल्या वडिलांना सांगितली.

मुलीसोबत घडणारा प्रकार ऐकून वडिलांना संताप अनावर झाला. त्यांनी आरोपी मुलाला धडा शिकवायचं ठरवलं. ते आपल्या मुलीसोबत कॉलेजला आले. यावेळी संबंधित हुल्लडबाज विद्यार्थी पुन्हा या कॉलेज परिसरात आला. मुलीची छेड काढताना वडिलांनी त्याला रंगेहाथ पकडलं. सुरवातीला वडिलांनी त्याला समजावण्याचा आणि जाव विचारण्याचा प्रयत्न केला, पण त्या विद्यार्थ्याने उदात्तपणा केल्याने वडिलांचा संयम सुटला. संतापलेल्या वडिलांनी त्या हुल्लडबाजाला कॉम्प्लेक्समध्येच लोळवले आणि चांगलाच चोप दिला.

बर्थडे पार्टीत सनमचा मृत्यू, शरीरात आढळलं पुरुषाचं हृदय... थरारक प्रकरण १३ वर्षानंतरही रहस्यच



■ पुणे। प्रतिनिधी,

भारतीय गुन्हेगारी इतिहासातील सर्वात रहस्यमय आणि अंगावर शहारे आणणारं प्रकरण म्हणून 'सनम हसन केस' ओळखली जाते. एका १९ वर्षाच्या तरुणीचा वाढदिवसाच्या रात्री मृत्यू होतो आणि त्यानंतर सुरू होतो असा एक तपास, जो पाहून सीबीआयचे अधिकारीही चक्रावून गेले. या प्रकरणातील सर्वात मोठा टिवट म्हणजे सनमच्या शरीरात चक्क एक 'पुरुषाचे हृदय' आढळले होते. मुंबईची असलेली सनम हसन पुण्यात फॅशन डिझाईनिंगचे शिक्षण घेत होती. ३ ऑक्टोबर २०१२ रोजी तिचा वाढदिवस होता. मित्रांनी आग्रह केला, वडिलांनी 'नाईट आऊट'ची

परवानगी दिली आणि पुण्याच्या एका आलिशान अपार्टमेंटमध्ये पार्टी सुरू झाली. मात्र, ४ ऑक्टोबरच्या पहाटे सनमच्या घरी फोन गेला की तिची तब्येत खराब आहे. पालकांनी पुण्यात धाव घेतली, तोपर्यंत त्यांच्या काळजाचा तुकडा या जगातून निघून गेला होता.

ससून रुग्णालयात सनमचे पोस्टमॉर्टम झाले आणि तिथूनच या प्रकरणाला वेगळे वळण मिळाले. रिपोर्टमध्ये नमूद होते की, सनमच्या शरीरात हे हृदय आहे ते एका पुरुषाचे असून ते ७० टक्के ब्लॉक होते. ही बाब सनमच्या पालकांना पचनी पडण्यासारखी नव्हती, कारण सनम एक फुटबॉल खेळवू होती आणि ती पूर्णपणे तंदुरुस्त होती. मग एका

तरुण मुलीच्या शरीरात मुलाचे हृदय आले कुठून? असा प्रश्न आजही अनुत्तरित आहे.

२०१४ मध्ये हे प्रकरण सीबीआयकडे सोपवण्यात आले. २०१६ मध्ये तिचा मृतदेह पुन्हा थडय्यातून बाहेर काढून तपासणी करण्यात आली. मात्र, वेळेत पुरावे गोळा न केल्याने आणि फॉरेंसिक पुराव्यांशी झालेल्या छेडछाडीमुळे सीबीआयलाही तोस काही सापडले नाही. आज १० वर्षांहून अधिक काळ लोटला असला तरी, सनम हसनचा मृत्यू एक नैसर्गिक 'हार्ट अटॅक' होता की सुनियोजित 'मर्डर मिस्ट्री', हे गुपित आजही कायम आहे. ही जर हत्या असेल तर आरोपी अजूनही पकडला गेला नाही.

■ बलात्कार की घातपात?

सनमच्या शरीरावर सीमेने नमुने आणि चार इंजेक्शन्स खुणा आढळल्या होत्या, ज्यामुळे तिच्यावर लैंगिक अत्याचार करून तिची हत्या केल्याचा दाट संशय निर्माण झाला. पार्टीत हजर असलेल्या १७ जणांची डीएनए चाचणी करण्यात आली, मात्र कोणचेही नमुने मॅच झाले नाहीत. तपासात पुढे असे सांगितले गेले की, रुग्णालयातील कर्मचाऱ्यांच्या निष्काळजीपणामुळे हृदयाची अदलाबदल झाली असावी. पण पुरावा म्हणून दिलेले ते हृदय नेमकं कोणाचे होते, हे अद्याप स्पष्ट झालेले नाही.



संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

‘आर्मगेडन’ या संकल्पनाचा भारताशी संबंध काय?



सध्या चालू असलेले युद्ध हे ‘पेट्रोडॉलर्स’भोवती फिरत असल्याचे अनेक तज्ञांचे म्हणणे आहे. त्यात तथ्य आहेच. मध्यपूर्वेत असलेला तेलसाठा आणि त्याच्या व्यापारातून छापण्यात येणारे डॉलर यांवर स्वतःचे नियंत्रण आणण्यासाठी हे युद्ध लढले जात आहे. थोडक्यात अर्थकारणासाठी शस्त्रास्त्रांचे युद्ध चालू आहे. तथापि यासंदर्भात एक वेगळ्या आणि अधिक मूलगामी विचाराच्या दिशेने नेणाऱ्या दृष्टीकोनाकडे बघूया सर्वसामान्य समाज पोचत नाही. तो म्हणजे हे धर्मयुद्ध होय. हिंदू समाजाला वाटेल, धर्मयुद्ध, म्हणजे पांडव विरुद्ध कौरव, धर्म विरुद्ध अधर्म; परंतु ही संकल्पना तशी नाही. यामध्ये ‘ख्रिस्ती विरुद्ध ख्रिस्तेर’ अथवा ‘मुसलमान विरुद्ध मुसलमानेतर’, असे अर्थ अभिप्रेत आहेत. ‘आर्मगेडन’ हा प्रकार केवळ ख्रिस्त्यांमध्येच नाही, तर इस्लाममध्येही आहे. नाव केवळ वेगळे. ख्रिस्त्यांच्या ‘न्यू टेस्टामेंट’ या येशू ख्रिस्ताच्या शिकवणीच्या संदर्भातील मूळ ग्रंथसंग्रहात या शब्दाचा उल्लेख सापडतो. इस्लाममध्ये कुराणनंतर सर्वांत महत्त्वपूर्ण धर्मग्रंथात, म्हणजेच ‘हदिय’मध्ये या शब्दाला ‘अल-महामा अल-कुब्रा, म्हणजेच सर्वांत मोठे युद्ध’, अशा प्रकारे संबोधण्यात आले आहे. या दोन्ही धर्मांचा उद्देश जगावर वर्चस्व प्रस्थापित करणे आहे. ‘जो माज्या धर्मावर श्रद्धा ठेवणार नाही, त्याच्यावर बलपूर्वक नियंत्रण मिळवण्याचा माझा धार्मिक अधिकार आहे’, ही मूलभूत संकल्पना या दोन्ही धर्मांमध्ये विद्यमान आहे. ही ‘एक्झ्युझिव्हिस्ट’, म्हणजेच बहिष्कारवादी विचारसरणी या युद्धाला कारण आहे, हे जगाने, विशेष करून भारतीय हिंदूंनी लक्षात घेणे आवश्यक आहे. दोन्ही धर्मांनुसार या धर्मयुद्धातून एकतर मानवी विश्वाचा शेवट होणार अथवा जगावर त्यांचे वर्चस्ववादी राजत्व प्रस्थापित होणार. भारतीय धर्मांमध्ये ही संकल्पना कदापि नसल्याने हिंदू, बौद्ध, जैन, शीख आदींच्या मनालाही हा अविचेकी आणि पैशाचिक विचार शिवत नाही. असो. एखादा म्हणेल की, ‘धर्मयुद्ध म्हणून इराणविरुद्ध इस्रायल आणि अमेरिका उभे ठाकले आहेत’, असे म्हणणे अतार्किक नि अव्यावहारिक विधान आहे; परंतु तसे नाही. अमेरिकन सैन्यातील संस्था ‘मिलिटरी रिलिजियस फ्रीडम फाऊंडेशन’चा दावा खरा मानल्यास हे तसेच आहे. या संस्थेकडे किमान २०० सैनिकांकडून तक्रारी आल्या आहेत. अमेरिकी सैन्यातील विविध देशांतील ४० शाखांमध्ये या तक्रारी प्राप्त झाल्याचे या संस्थेने म्हटले आहे. या तक्रारीत सैनिकांना त्यांचे सैन्याधिकारी इराणशी युद्ध करण्यासाठी प्रेरणा देतांना त्यास ‘आर्मगेडन’शी जोडत आहेत. हे अमेरिकी सैन्याच्या तत्त्वांच्या विरोधात आहे, हे विशेष! अमेरिकी पत्रकार जोन्सथन लार्सेन यांनी दावा केला की, पेंटागॉनचे संरक्षण सचिव पीट हेसेथ यांनी अमेरिकी सैन्याच्या वरिष्ठ पातळीवर ‘इव्हॅजेलिकल ख्रिस्ती धर्मा’ला स्थान दिले आहे. ते संपूर्ण पेंटागॉनमध्ये मासिक प्रार्थना सभा प्रस्थापित करतात. सभेचे नेतृत्व करणारे धर्मोपदेशक रॉल्फ झ्वॉलिंगर अमेरिकेच्या सैन्याधिकाऱ्यांकडून ‘देवाने अमेरिकेला इस्रायलला पाठिंबा देण्याची आज्ञा दिली आहे’, याचे धडे गिरवून घेत असतात. लार्सेन यांच्या दृष्ट्या वरिष्ठ विरवांस ठेवल्यास लक्षात येईल की, अमेरिकेच्या इस्रायलशी असलेल्या सलोख्याच्या संबंधांमध्ये ‘मध्यपूर्वेत, विशेषतः तेथील तेलसाठ्यांवर स्वतःचे वर्चस्व रहावे’, हे भूराजकीय नि अर्थकारणीय कारण अल्प, तर ह्याधार्मिक हितसंबंध हे महत्त्वाचे कारण आहे. इस्रायलची भूमि ही ख्रिस्त्यांसाठी ऐतिहासिक धार्मिक महत्त्वाची आहे. येथे येशू ख्रिस्ताचा जन्म झाला, तो वाढला, त्याने अनेक चमत्कार केले आणि येथेच त्याला सुळावर चढवण्यात आले. यामुळे ज्यूंच्या इस्रायलला ख्रिस्ती अमेरिकेचा विश्वाचा शेवटपर्यंत पाठिंबा राहिल. ही काळ्या दागड्यावरील पांढरी रेष आहेच आहे. आता गंमत पहा. ‘डॉनल्ड ट्रम्प यांना स्वतः येशू ख्रिस्ताने हे कार्य करण्यासाठी योजिले आहे. हे युद्ध ‘गॉड’च्या दैवी नियोजनाचा भाग आहे. या युद्धानंतर येशू ख्रिस्त पृथ्वीवर परत येणार. ‘न्यू टेस्टामेंट’च्या ‘बुक ऑफ रेविलेशन’मध्ये उल्लेखित संकल्पना आता प्रत्यक्षात उतरणार’, येथपर्यंत पेंटागॉनचे सैन्याधिकारी बोलत सुटले आहेत. एखादी तार्किक, विज्ञानाधारित व्यक्ती याला हास्यास्पद म्हणणार. कारण स्पष्ट आहे. ट्रम्पसारख्या माथेफिरू जागतिक नेत्याला भगवंत तरी कसा काय माध्यम बनवणार? पण आज याच अमेरिकी राष्ट्राध्यक्षाची दादागिरी नि चलती आहे. ते कोणत्याही देशाच्या विरोधात काहीही कृती करत आहेत आणि दुसरा कोणताही, कितीही बलवान देश त्या मानवविघातक कृत्यांच्या विरोधात चकार शब्दही काढायला सिद्ध नाही. अमेरिकेची ही ख्रिस्ती धर्मांधता काही नवीन नाही. १/११ च्या आक्रमणांनंतर तत्कालीन राष्ट्राध्यक्ष जॉर्ज बुश यांनी अल-कायदाचा नायनाट करण्याचा प्रयत्न केला. ते म्हणाले होते की, आतंकवादाच्या विरोधात आपण ‘क्रुसेड’ (धर्मयुद्ध) करू. अमेरिकी राजकारणी बांबी जिंदाल आणि निक्की हॅली यांना राजकारणात वर जाण्यासाठी ख्रिस्ती धर्म स्वीकारवा लागला. अमेरिकी राजकारणात वर असलेला हिंदु चेहरा, विस्कांनिनच्या पूर्णिमा नाथ यांना तर त्यांच्या रिपब्लिकन पक्षाचे त्या हिंदूवरील अन्यायाच्या विरोधात आणि अमेरिकेच्या ‘व्हाईट सुप्रिमिस्ट’ राजकारणावर बोट ठेवत आल्याने निष्कासित केले आहे. केवढी ही ख्रिस्ती अमेरिकेची धर्मांधता! भारतातील मुसलमानांचे सर्वस्व वहाणारी काँग्रेस ‘पंतप्रधान मोदी यांनी इराणच्या खामेनी यांच्या मृत्यूचा निषेध करण्यासाठी भूमिका घ्यावी’, असा अडहानस करत सुटली आहे. ख्रिस्त्यांच्या धर्मांधतेचेच खामेनी हे बळी. तसे तर इस्लामी धर्मांधते हे भारतीय नागरिकांपेक्षा आणखी कोण चांगले जाणू शकते? त्यामुळे काँग्रेस, पुरो(अधो)गामी उदरसुंभ यांच्या मागण्या किती बालीश आणि पोकळ विचारांच्या आहेत, ते या संपूर्ण पार्श्वभूमीतून लक्षात येईल. मुळात हिंदू धर्माने जगाला एक अत्यंत प्रभावशाली नि महान परंपरा दिली ती, म्हणजे ‘पूर्ववक्ष’ आणि ‘उत्तरवक्ष’ यांची। दुर्दैवाने मध्ययुगात हिंदूंनी ती कृतीत आणली नाही. त्यामुळे इस्लामी आणि ख्रिस्ती विचारसरणीपुढे आपल्याला हात टेकावे लागले. या पंथांशी खऱ्या अर्थाने दोन हात करण्याच्या या तार्किक नि आदरयुक्त परंपरेचे पुनरुज्जीवन होणे, ही काळाची आवश्यकता आहे. तसे झाले, तर या काँग्रेस आणि सर्व धर्मविरोधी घटकांची तोंडे आपोआप बंद पडतील. तसेच क्रिकेटपाटू युजवेंद्र चहल यांचे ‘ज्या देशात तुम्ही रहाता, त्या देशाला पाठिंबा द्या, अन्यथा ज्या देशाला पाठिंबा देता, तिथे जाऊन रहा’, हे विधान किती सार्थ आहे, हे जगाला नाही; परंतु हिंदूंना तरी समजेल आणि ‘आर्मगेडन’चा हिंदूशी दुराव्यानेही संबंध नाही, हे उमजेल !

राज्यसभा निवडणुकीतून ‘मविआ’चा फैसला

गुरुवारी राज्यसभेच्या द्वैवार्षिक निवडणुकीसाठी अर्ज दाखल करण्याची मुदत संपताना राज्याच्या राजकारणाची पुढील दिशा ठरले असे संकेत दिसत आहेत. काँग्रेस आणि शिवसेना-उद्धव बाळासाहेब ठाकरे हे दोन्ही पक्ष महाविकास आघाडीला (मविआ) मिळू शकणाऱ्या एकमेव जागेसाठी आग्रही असताना राष्ट्रवादी काँग्रेसचे सर्वेसर्वा शरद पवार यांच्यासाठी ते जो काही निर्णय घेतील त्यातून बरेच संकेत प्राप्त होतील.

पवार यांनी अलीकडेच संसदीय कारकिर्दीच्या ६० व्या वर्षात पदार्पण केले. आता जर ते पुन्हा राज्यसभेत गेले तर पुढील वर्षी साठ वर्षे पूर्ण होतील. त्यांच्या निकटवर्तीयांना हा विक्रम पवार यांच्या नोंदवला जावा अशी इच्छा असेल. तामीळनाडूचे दिवंगत मुख्यमंत्री करुणानिधी सलग १३ विधानसभा निवडणुका जिंकत ६० वर्षे विधानसभा सदस्य राहिले. दिवंगत पंतप्रधान अटलबिहारी वाजपेयी लोकसभा आणि राज्यसभा या दोन्ही सभागृहात ५० वर्षे कार्यरत होते. पण विधानसभा, विधान परिषद, लोकसभा आणि राज्यसभा या चारही सभागृहांचे सदस्यत्व ६० वर्षे भूषविणारे पवार एकमेव असतील.

पवार यांनी उमेदवारीबाबतचे इरादे स्वतः स्पष्ट केलेले नाहीत. पण मंगळवारी सायंकाळी त्यांच्या कन्या खासदार सुप्रिया सुळे व ज्येष्ठ नेते जयंत पाटील हे उध्व ठाकरे यांच्या भेटीसाठी ‘मातोश्री’वर जाऊन आले. तिथे पवार यांच्या उमेदवारीबाबत चर्चा झालीच असणार.

शरद पवार यांच्या स्वभावप्रमाणे स्वतःहून ते या विषयावर बोललेले नाहीत. त्यांच्या मनातले जाहीरपणे कोणी बोललेले नाही. मविआकडे एक उमेदवार आरामात निवडून आणण्याचे संख्याबळ असतानाही उमेदवारी अर्ज दाखल करण्यासाठी शेवटचा दिवस जवळ येतानाही उमेदवार उरत नाही. आणि तो उरत नाही म्हणून भारतीय जनता पार्टीच्या नेतृत्वाखालील महायुतीचे उमेदवार जाहीर करणे लांबवले गेले. राज्यसभेवर निवडून जाण्यासाठी ३६ मतांची गरज आहे. हे मतदान गोपनीय नसल्याने कोण कोणाला मत दिले हे लगेच कळते. महायुतीचे संख्याबळ पाहता त्यांचे सहा उमेदवार आरामात निवडून



मन मोठे करून राज्यसभेची जागा शरद पवारांच्या राष्ट्रवादीसाठी किंवा उद्धव ठाकरे यांच्या शिवसेनेसाठी सोडावी तर उद्या हे दोघे एकत्र राहतील पण आपण पुढे एकाकी पडलो तर काय, ही चिंता काँग्रेसला सतावत असावी.

येतात शिवाय त्यांच्याकडे २४-२५ मते शिल्लक राहतात. शरद पवार स्वतः उमेदवार नसले तर कदाचित महायुती सातवा उमेदवार देण्याची शक्यता यामुळेच नाकारता येत नाही.

दुसऱ्या बाजूला पवार स्वतः निवडणुकीसाठी उभे राहिले तर झालेली मूठ स्वचालाखाची असा काहीसा प्रकार मविआबाबत होणार आहे. पवार यांनी संसदीय कारकिर्दीच्या ६० व्या वर्षात अलीकडेच पदार्पण केले. तेव्हा उपमुख्यमंत्री सुनेत्रा पवार यांनी समाजमाध्यमात ‘एक्स’वर त्यांच्याबद्दल एक गौरवपर संदेश टाकला होता. याचा अर्थ शरद पवार पुन्हा एकदा निवडणुकीच्या रिंगणात उतरले तर राष्ट्रवादीकडे असलेली जास्तीची मते त्यांच्याकडे वळवितील जाण्याची शक्यता वाढते.

पवार यांना मते देण्यात त्यांच्यापासून दूर केलेल्या राष्ट्रवादीला गैर वाटण्याचे कारण नाही. एकतर त्यांचे वय, राजकारणातील त्यांचे स्थान आणि त्यांना असलेली सहानुभूती पाहता त्यांच्या विरोधात राजकीय पाऊल उचलणे कार्हीना वा गैर वाटेल. तिकडे काँग्रेसला मात्र मविआला मिळू शकणाऱ्या एका जागेची आस लागली आहे. सध्या त्यांना राज्यसभेतील विरोधी पक्षनेतेपद टिकावणे आवश्यक वाटते आहे. त्यासाठी किमान २५ म्हणजे एकूण सदस्यसंख्येच्या १० टक्के सदस्य अरपणे आवश्यक आहे.

हे पद आपल्याकडेच असावे यासाठी मविआ महाराष्ट्रातील राज्यसभेची एक जागा आवश्यक वाटत असावी. ती गरज मविआतील इतर दोन पक्षांना वाटतेय का हा फार महत्त्वाचा मुद्दा आहे. एकतर मविआ आज प्रत्यक्षात आहे की केवळ कागदावर अस्तित्वात आहे हे विशेष आहे.

नाकारणार नाही.

याचे प्रमुख कारण अजित पवार दोन्ही राष्ट्रवादीच्या विलिनीकरणबाबत उघड विधाने करू लागले होते. ते एकत्र येण्यामुळे पश्चिम महाराष्ट्र व मराठवाडा येथील राजकीय गणिते बदलणार हे निश्चित होते. ते पुढच्या राजकारणाची दिशा ठरवणारे ठरले असते. पण मध्येच अजित पवार यांचे अपघाती निधन झाले आणि या शक्यतांना ब्रेक लागला. दोन्ही राष्ट्रवादीच्या काही नेत्यांच्या स्वतंत्र विधानांमुळे विलिनीकरणच्या शक्यता दुरावत असल्याचे दिसत असले तरी काही आमदारांना, दुसऱ्या व तिसऱ्या फळीतील नेते व कार्यकर्त्यांना अजूनही आशा आहे.

त्यामुळेच की काय मविआच्या दोन मित्रपक्षांमध्ये वेगळीच भावना आहे. एकीकडे महायुतीतील भाजपाचे प्रमुख नेते व राष्ट्रवादी काँग्रेसचे पहिल्या फळीतील काही नेते विलिनीकरणची चर्चा आपल्याला माहिती नव्हती असे बोलून दाखवतात तर दुसऱ्या बाजूला काँग्रेस व शिवसेना उबाठाची अशीच भावना असली तरी ते बोलून दाखवत नाहीत. आपल्याला विलिनीकरणबाबत कल्पना दिली नाही तर पवार यांना राज्यसभेच्या उमेदवारीसाठी थेट पाठिंबा का द्या. त्यापेक्षा संख्याबळाच्या आधारावर या एका जागेवर दावा ठोका असा पवित्रा दोन्ही पक्षांनी स्वीकारला आहे. पण वस्तुस्थिती अशी की तिथे एकत्र आल्याशिवाय त्यांचा उमेदवार निवडून घेत नाही.

यापुढची राज्यसभेची निवडणूक २०२८ मध्ये आहे. त्यावेळची परिस्थिती काय असेल हे आज सांगता येत नाही म्हणून प्रत्येकजण आपापल्या परीने ही जागा आपल्या पदरात कशी पडेल यासाठी प्रयत्नशील आहे. पवार यांनी आता थांबायला हवे असे या दोन्ही पक्षातील प्रमुख नेत्यांना वाटू लागले आहे. २०२८ साली काय परिस्थिती असेल या विचाराने त्यांना ग्रासलेले दिसते. मन मोठे करून ही जागा शरद पवारांच्या राष्ट्रवादीसाठी किंवा उद्धव ठाकरे यांच्या शिवसेनेसाठी सोडावी तर उद्या हे दोघे एकत्र राहतील पण आपण पुढे आपण एकाकी पडलो तर काय, ही चिंता काँग्रेसला सतावत असावी. विरोधाकांच्या एकीचे काय होणार याचे उत्तर या निवडणुकीत मिळेल असे दिसते.



अर्थसंकल्प अर्थपूर्ण ठरावा एवढीच अपेक्षा...

अर्थसंकल्प हा केवळ आश्वासनांचा दस्तावेज न राहता आर्थिक शिस्त, सामाजिक न्याय आणि दीर्घकालीन विकासाचा संतुलित आराखडा ठरणे अत्यावश्यक आहे.

महाराष्ट्र विधानमंडळामध्ये ६ मार्च रोजी राज्याचा अर्थसंकल्प सादर होणार आहे. हा अर्थसंकल्प केवळ आकड्यांचा ताळेबंद नसून राज्याच्या आर्थिक दिशेचा, शासनाच्या प्राधान्यक्रमांचा आणि जनतेच्या भविष्याचा आराखडा ठरणार आहे. मागील काही वर्षात राज्याची आर्थिक परिस्थिती अनेक ताणतणावांतून गेली आहे. कोविडनंतरची पुनर्बांधणी, वाढती महागाई, बेरोजगारी, कृषी संकट, पायाभूत सुविधांवरील प्रचंड खर्च, तसेच लोकाभिमुख योजनांचा वाढता बोजा. त्यामुळे या अर्थसंकल्पाकडे राज्यातील सर्व घटक मोट्या अपेक्षेने पाहत आहेत.

खरा प्रश्न विकासाचा नसून टिकावाचा

या अर्थसंकल्पाकडे यंदा केवळ विकासाच्या घोषणांच्या दृष्टीने पाहणे धोकादायक ठरेल. कारण आज राज्याच्या अर्थकारणासमोरचा खरा प्रश्न विकासाचा नसून टिकावाचा आहे. वाढते कर्ज, मंदावलेली महसूल वाढ, वाढणारा व्याजबोजा आणि लोकाभिमुख योजनांचा आर्थिक ताण या चौकटीत हा अर्थसंकल्प तयार होत आहे. राज्य आर्थिकदृष्ट्या मजबूत असल्याचे राजकीय दावे होत असले तरी आकडे वेगळीच कथा सांगतात. महाराष्ट्राची अर्थव्यवस्था मोठी असली तरी तिच्या पायाखालील आर्थिक जमीन सैल होत चालल्याचे संकेत स्पष्ट दिसत आहेत. गेल्या दशकात महाराष्ट्राच्या कर्जात जवळपास दुपटीहून अधिक वाढ झाली. २०१४ च्या सुमारास राज्याचे एकूण कर्ज सुमारे रु.३.३ लाख कोटी होते. ते २०१९ पर्यंत रु.४.७ लाख कोटींवर गेले. कोविडनंतरची आर्थिक परिस्थिती, वाढते खर्च आणि मोठे प्रकल्प यांच्या पार्श्वभूमीवर हे कर्ज २०२२ मध्ये रु.६ लाख कोटींच्या पुढे गेले. यंद्याचा आर्थिक वर्षात ते रु.७.५ ते रु.८ लाख कोटींच्या आसपास पोहोचण्याचा अंदाज व्यक्त केला जातो. या वाढीचे समर्थन विकासाच्या नावाखाली केले जाते. पण प्रश्न असा आहे की, या कर्जातून राज्याचे उत्पन्न वाढले का? रोजगार निर्माण झाले का? कृषी आणि उद्योग क्षेत्रात शाश्वत वाढ झाली का? याचे उत्तर फारसे सकारात्मक दिसत नाही. कर्ज घेणे चुकीचे नसते, परंतु कर्जाचा उपयोग उत्पादनक्षम क्षेत्रात न झाल्यास ते आर्थिक अडोडे बनते. महाराष्ट्राची स्थिती हळूहळू तिकडे झुकते आहे.

व्याजाचा वाढता फास

राज्याच्या अर्थसंकल्पातील सर्वात वेगाने वाढणारा खर्च म्हणजे कर्जावरील व्याज. २०१५ मध्ये हा खर्च सुमारे रु.२५ हजार कोटींच्या आसपास होता. आज तो रु.५० हजार कोटींच्या पुढे गेला आहे. याचा अर्थ असा की राज्याचा प्रचंड निधी विकासात न जाता फक्त कर्जांफेडीत जात आहे. शिक्षण, आरोग्य किंवा शेतोपेक्षा व्याजासाठी जास्त निधी खर्च होऊ लागला तर ती आर्थिक संकटाची घंटा असते. ही स्थिती दीर्घकाळ टिकली तर राज्य विकासाच्या चक्रातून बाहेर पडून कर्जाच्या चक्रात अडकते आणि महाराष्ट्र त्या धोक्याच्या टप्प्यावर पोहोचत असल्याचे संकेत आहेत. राज्याचा महसूल वाढतो आहे, असा दावा केला जातो. प्रत्यक्षात महसूल वाढतो

आहे, पण खर्च त्यापेक्षा वेगाने वाढतो आहे. २०१८-१९ मध्ये राज्याचे महसुली उत्पन्न सुमारे रु.३.१ लाख कोटी होते. ते २०२४-२५ मध्ये रु.४.५ लाख कोटींच्या आसपास पोहोचले आहे. पण महसुली खर्च जवळपास रु.५ लाख कोटींच्या दिशेने गेला आहे. म्हणजे राज्य रोजचा खर्च भागवण्यासाठी कर्ज घेत आहे. घर चालवण्यासाठी कर्ज घेणारे कुटुंब काही काळ टिकते, पण कायम नाही. राज्याच्या अर्थकारणालाही हेच लागू होते.

लोकाभिमुख योजना की कर्जात भर

राज्यात महिलांसाठी रोख मदत देणाऱ्या योजना आणि इतर थेट अनुदान योजनांनी अर्थसंकल्पावर मोठा ताण आणला आहे. या योजनांचा वार्षिक खर्च दहा-दहा हजार कोटींच्या घरात आहे. काही अंदाजानुसार महिलांसाठीच्या रोख मदत योजनांवरच रु.४० हजार कोटींच्या आसपास खर्च होऊ शकतो. सामाजिक न्यायाच्या दृष्टीने या योजना महत्त्वाच्या असल्या तरी प्रश्न असा आहे की, त्यासाठी निधी कुठून येतो? महसूल वाढत नसताना हा पैसा कर्जातूनच येतो. म्हणजे आज दिल्ली जाणारी मदत उद्याच्या विकासावर गदा आणते. लोककल्याण आवश्यक आहे, पण आर्थिक शिस्त नसलेले लोककल्याण राज्याला आर्थिकदृष्ट्या मजकुकत करते.

मेट्रो, कामगार, औद्योगिक कॉरिडॉर, बंदरे, शहरी प्रकल्प या सर्वांवर मोठ्या प्रमाणात खर्च केला जात आहे. विकासासाठी गुंतवणूक आवश्यक असतेच. परंतु या प्रकल्पांतून महसूल किती निर्माण होणार, कर्ज परतफेडीचा आराखडा काय आणि खर्च नियंत्रणात आहे का, या प्रश्नांची उत्तरे अर्थसंकल्पात क्वचितच स्पष्ट दिसतात. राज्य प्रकल्प करत आहे की प्रकल्पांच्या नावाखाली कर्ज वाढवत आहे, हा प्रश्न आता विचारण्याची वेळ आली आहे.

घोषणांपेक्षा ठोस दिशा हवी

राज्याच्या कर्ज आणि तुटीवर लक्ष ठेवणाऱ्या संस्थांमध्ये भारतीय रिझर्व्ह बँक आणि वित्तीय जबाबदारीची चौकट महत्त्वाची भूमिका बजावतात. पण महाराष्ट्रात महसुली तूट सातत्याने दिसते, कर्ज वाढते आहे, व्याज वाढते आहे आणि खर्चाचे स्वरूप अधिकाधिक अनुत्पादक होत चालले आहे. ही चिन्हे वित्तीय शिस्त मजबूत असल्याची नसून आहे की, या कर्जातून राज्याचे उत्पन्न वाढले का? रोजगार निर्माण झाले का? कृषी आणि उद्योग क्षेत्रात शाश्वत वाढ झाली का? याचे उत्तर फारसे सकारात्मक दिसत नाही. कर्ज घेणे चुकीचे नसते, परंतु कर्जाचा उपयोग उत्पादनक्षम क्षेत्रात न झाल्यास ते आर्थिक अडोडे बनते. महाराष्ट्राची स्थिती हळूहळू तिकडे झुकते आहे.

व्याजाचा वाढता फास

राज्याच्या अर्थसंकल्पातील सर्वात वेगाने वाढणारा खर्च म्हणजे कर्जावरील व्याज. २०१५ मध्ये हा खर्च सुमारे रु.२५ हजार कोटींच्या आसपास होता. आज तो रु.५० हजार कोटींच्या पुढे गेला आहे. याचा अर्थ असा की राज्याचा प्रचंड निधी विकासात न जाता फक्त कर्जांफेडीत जात आहे. शिक्षण, आरोग्य किंवा शेतोपेक्षा व्याजासाठी जास्त निधी खर्च होऊ लागला तर ती आर्थिक संकटाची घंटा असते. ही स्थिती दीर्घकाळ टिकली तर राज्य विकासाच्या चक्रातून बाहेर पडून कर्जाच्या चक्रात अडकते आणि महाराष्ट्र त्या धोक्याच्या टप्प्यावर पोहोचत असल्याचे संकेत आहेत. राज्याचा महसूल वाढतो आहे, असा दावा केला जातो. प्रत्यक्षात महसूल वाढतो

इराण-इस्रायल आणि अमेरिका यांच्यातील युद्ध पश्चिम आशियाच्या प्रदेशात लढले जात असले, तरी त्याचा फटका साऱ्या जगाला बसणार हे स्पष्ट होते; इराणने होर्मुझची सामुद्रधुनी बंद केल्याने ही झळ आता इतरत्र पोहोचत आहे. सागरी मार्गाने होणाऱ्या एकूण तेलवाहतुकीपैकी २० टक्के वाहतूक जिथून होते, ती सामुद्रधुनी बंद झाल्याने जगाला आता तेलाच्या संकटाला सामोरे जावे लागेल. सर्वोच्च नेते अयातुल्लाह अली खामेनी यांच्या हत्येनंतर सूडभावनेने पेटलेला इराण अशा प्रकारची कारवाई करू शकतो, ही भीती अखेर खरी ठरली.

इराणच्या या कृतीमुळे भारताच्या तेलाच्या आयातीपैकी सुमारे ५० टक्के तेलाचा पुरवठा आटपण्याची भीती आहे. पूर्वी महायुद्धाच्या काळात जीवनावश्यक वस्तूंची टंचाई, साठेबाजी आणि महागाई यांच्या कहाण्या जुन्या पिढीकडून अनेकांनी ऐकल्या असल्या; त्यांची आवटण या निमित्ताने आल्यावाचून राहत नाही. भारताकडे दीड महिना पुरेत, एवढा तेलाचा साठा असल्याने सध्या तरी याबाबत देश ह्यास्थितीतहून असल्याचे सरकारने म्हटले आहे; मात्र युद्ध अंधेक काळ लांबल्यास हे संकट गहिरें होऊ शकते. त्यांवर ट्रम्प यांनी, हे युद्ध दीर्घ काळ चालेल, असे भाकीत वर्तवल्याने त्याचे परिणाम सर्वांनाच भोगावे लागणार, असे दिसते.

उलटपक्षी इराणकडून इस्रायलसह आखाती देशांवर क्षेपणास्त्रांचा भडिमार सुरू आहे. या हल्ल्यांच्या जोडीने होर्मुझची सामुद्रधुनीही इराणने बंद केली. येथून वाहतूक केल्यास जहाजांना आग लावण्याचाही इशाराही इराणी लष्कराकडून देण्यात आल्याने वाहतूकदारांचे धाबे दणालेले आहे. जगाच्या आर्थिक नाड्या आवळण्यासाठीच इराणने हे दबावतंत्र अवलंबले, हे उघड आहे. ओमानचा आखातामधून अरबी समुद्राला जोडणाऱ्या मार्गावरील होर्मुझच्या सामुद्रधुनीचा हा चिंचोळ्या पट्टा जागतिक व्यापाराच्या दृष्टीने अत्यंत संवेदनशील आहे. तो वाहतुकीसाठी बंद झाल्याने तेल पुरवठ्यादर आणि आयातदार अशा दोन्ही बाजूंची अडचण होईल.



सौदी अरेबिया, इराक, कुवेत, बहारीन, संयुक्त अरब अमिराती (यूएई) आणि खुद्द इराण या प्रमुख उत्पादकांकडून तेलनिर्यात रोखल्यास या देशांची कोंडी होणार आहे; त्यामुळेच कतारने द्रवरूप नैसर्गिक वायूचे उत्पादनही तूर्तास थांबवले आहे. त्याशिवाय या तेलावर अवलंबून असलेल्या भारत, चीन, जपान या देशांपुढे ऊर्जासंकट उभे राहिले आहे. १९८०नंतर हा मार्ग अत्याहत सुरू आहे. काही काळापूर्वी इराणच्या युद्धसरावाच्या निमित्ताने हा मार्ग अंशतः बंद राहिल्याने झालेल्या सहा टक्के दरवाढीमुळे या संकटाची चुणूक दिसून आली होती. होर्मुझच्या मागाला विलकटिष्ठ झाल्याने पर्याय पुरेसे नाहीत आणि व्यवहारांसुद्धा नाहीत. चीननेही हा मार्ग सुरू ठेवण्याचे आवाहन इराणला केले; तसेच ट्रम्प यांनीही तेलवाहतुकीच्या जहाजांना सुरक्षा पुरवण्याचे आश्वासन दिले असले, तरी येथील व्यापार मंदावणार, यात शंका नाही.

भारताच्या इंधनाच्या गरजेपैकी ८५ टक्के तेल आयात केले जाते आणि त्यापैकी ५० टक्के पुरवठा होर्मुझच्या मार्गाने होतो. युद्ध लांबले आणि हा ओघ आटला, तर कच्च्या तेलाचे प्रतिबंदलचे दर शंभर डॉलरपर्यंत वाढण्याची भीती आहे. त्यामुळे देशात पेट्रोल-डिझेलच्या दरांत वाढ होण्याची शक्यता आहे. इंधन खर्च वाढल्यास वाहतुकीचा खर्च वाढून ही

महागाईचा सांगावा

परिस्थिती जीवनावश्यक वस्तूंसह एकूण महागाईला निमित्त ठरते. त्यात साठेबाजी आणि कृत्रिम दरवाढीची भर पडण्याची भीती आहे. त्यामुळे परकीय चलनातून होणारा आयातखर्च वाढणार आणि विकासदरावरसुद्धा परिणाम होण्यासारखी संकटे क्रमाने संभवतात.

गेल्या काही काळात भारताने रशिया किंवा अमेरिकेसारखे पर्याय अवलंबून तेलखरेदीमध्ये वैविध्य साधण्याचे प्रयत्न केले असले, तरी अद्याप हे उद्दिष्ट दूर आहे आणि युद्धाने होणाऱ्या परिणामांपासून पूर्णतः दूर राहणे जागतिकीकरणच्या काळात शक्य नाही. पुरवठा साखळी विस्कटित झाल्याने खतांच्या पुरवठ्यावरही परिणाम होण्याची भीती आहे. दुसरीकडे आखाती देशांमध्ये जाणारी फळे, भाजीपाला; विशेषतः युद्ध लांबल्यास आंब्याची निर्यातही अडचणीचे येऊन शेतकऱ्यांना मोठा फटका बसू शकतो. रशिया-युक्रेन आणि गाझापट्टीतील युद्धापोटापाट सुरू झालेल्या या तिसऱ्या युद्धामध्ये हार-जोत कोणाचीही झाली, तरी जागतिक अर्थव्यवस्थेतील याचे अन्तर्गत स्पष्ट दिसत आहेत. मात्र, अगदी आतापर्यंत अनेक युद्धे थांबवल्याचे दावे करून शांततेचे ‘नेबेल’ मिळवण्याचे मार्ग खुटट्यावर आता संपूर्ण जगाला युद्धाच्या खाईत लोटणाऱ्या पुरवठ्याची शक्यता आहे. इंधन खर्च वाढल्यास वाहतुकीचा खर्च वाढून ही

शामूच्या वापरामुळे केसगळतीची समस्या वाढते का?

कधीकधी अचानक केस खूप गळत असल्याचे तुमच्या लक्षात येते. केस गळण्याचे कारण शोधताना मनात अनेक प्रश्न निर्माण होतात. सर्वसाधारणपणे आपण रोज केस स्वच्छ धुण्यासाठी शामूचा वापर करतो. त्यामुळे आपण वापरत असलेल्या शामूमुळे तर केस गळत नाहीत ना? किंवा कोणता शामू आपल्या केसांसाठी योग्य असू शकतो? हे प्रश्न आपल्याला पडू शकतात.

केस गळणे ही अनेकांना भेडसावणारी एक गंभीर समस्या आहे. मात्र केस गळण्याची कारणे प्रत्येक व्यक्तीमध्ये निरनिराळी असू शकतात. डॉ. अपूर्वा शाह यांनी त्यांच्या 'हॅव अ ग्रेट हेअर डे' या पुस्तकामध्ये शामू केल्यामुळे केस गळत नाहीत किंवा तेलांमुळे केसांच्या त्वचेतील मुळे बंद होत नाहीत, असे मत मांडले आहे. त्याचप्रमाणे हेअर एक्सपर्ट जावेद हबीब यांनी देखील त्यांच्या 'हेअर योगा' या पुस्तकामध्ये शामूच्या वापरामुळे केस गळत नाहीत, या सत्याचा उलगाड केला आहे.

अयोग्य शामू वापरल्यामुळे मात्र तुमच्या केसांची मुळे नक्कीच कमजोर होऊ शकतात. त्यामुळे बरेच दिवस तुमचे केस गळत राहतात व केसांचे खूप नुकसान होते. यासाठी तुमच्या केसांच्या प्रकारानुसार योग्य शामूचा वापर

योग्य शामू कसा निवडाल?

तुमच्या केसांचा प्रकार ओळखून योग्य शामूची निवड करा. बाजारात अनेक ब्रँडचे शामू उपलब्ध असले तरी त्यातून तुमच्यासाठी योग्य प्रकारचाच शामूची निवड करा. त्याचप्रमाणे दर ४ ते ५ आठवड्यांनी तुमच्या शामूचा ब्रँड बदला. सतत एकाच ब्रँडचा शामू वापरल्यामुळे तुमच्या केसांमधील त्वचेवर त्याचा दुष्परिणाम होतो व तुम्हाला हवा तसा योग्य बदल दिसून येत नाहीत.



करणे गरजेचे आहे.

योग्य शामूची निवड

करण्यासाठी आधी तुमच्या केसांचा प्रकार ओळखा -

■ **ऑईली हेअर** - काही दिवस केसांमधील त्वचा तेलकट असते, पण केसांची शेवटची टोके कोरडी असतात.

■ **ड्राय हेअर** - केस खरखरीत असतात, जे लवकर गुंततात व कुरळे किंवा फ्रिजी असतात.

■ **नॉर्मल हेअर** - केसांचा पोत अति कोरडा अथवा अति तेलकटही नसतो.

■ **डॅमेज्ड हेअर** - या केसांमध्ये कोंडा किंवा केस दुभंगण्याची (स्पीट एण्ड) समस्या असते.

■ **लीम्प हेअर** - केस सपाट असतात, ज्यांचा वॉल्युम जास्त नसतो किंवा केस फुललेले नसतात.

अॅल्युमिनियम फॉईलमध्ये पदार्थ का शिजवू नयेत?

जर तुम्ही दरोज जेवणासाठी अॅल्युमिनियम फॉईलचा वापर करत असाल तर ही बातमी तुमच्यासाठी महत्त्वाची आहे.

नुकत्याच करण्यात आलेल्या संशोधनातून असे समोर आले आहे की अॅल्युमिनियम फॉईलमध्ये शिजवलेले अथवा गुंडाळलेले पदार्थ खाल्ल्याने शरीरावर परिणाम होतो.

जेव्हा अॅल्युमिनियम फॉईलमध्ये अन्न शिजवले जाते, त्यावेळी मोठ्या प्रमाणात अॅल्युमिनियम अन्नात मिसळते आणि हे अन्न खाल्ल्याने ते शरीरात जाते. यामुळे हाडांचे आजार तसेच ब्रेन सेल्सची वाढ कमी होण्याची शक्यता असते.



आवळा सरबत प्या, हे १० आजार टाळा

आपले आरोग्य निरोगी ठेवण्यासाठी आवळा उत्तम आहे. आवळा सरबत घेतल्याने आपल्याला अनेक फायदे होतात. आपले आरोग्य चांगले राहते. आयुष्य वाढण्यास मदत होते. आयुर्वेदातही आवळ्याला अधिक महत्त्व देण्यात आले आहे. आवळा सरबतात मध मिसळले तर अधिक चांगले. तसेच आवळा ज्यूसमध्ये महिलांच्या पाळीची समस्या दूर होण्यास मदत होते.

आवळा ज्यूस आणि मध एकत्र करून प्यायल्याने दम्याचा प्रभाव कमी होतो. रक्त शुद्ध करण्यासाठी आवळा सरबत आणि मध खूप गुणकारी आहे.

आवळा सरबत नियमित घेतल्यास कोलेस्ट्रॉल कमी होते. त्यामुळे हृदयरोगाचा धोका टाळण्यास मदत होते.

आवळा खाण्यामुळे वजन कमी होण्यास मदत

होते. कारण मेटाबॉलिजम व्यवस्थित होऊन वजन कमी होते.

आवळा हा पाचक आहे. त्यामुळे पचन व्यवस्था व्यवस्थित राहते.

आवळा सरबत प्यायल्याने चेहऱ्याला ग्लो येतो. तसेच त्वचारेण दूर होण्यास मदत होते.

लघवीचा ज्यांना त्रास आहे, त्यांच्यासाठी आवळा सरबत चांगले. सरबत प्यायल्याने लघवीसंबंधीचे आजार दूर होतात.

ज्यांना किडनी स्टोनचा आजार आहे, त्यांच्यासाठी आवळा सरबत चांगले. मूतखड्याचा आजार दूर होण्यास मदत होते.

आवळ्यामुळे मधुमेह (Diabetes) नियंत्रणात राहण्यास मदत होते.

सतत तोंड येत असेल तर आवळा सरबत प्यायल्याने ही समस्या दूर होते. तसेच डोळ्यांची शक्ती वाढण्यास मदत होते.

स्पेशल पुदिना राईस

साहित्य : २ वाटी तांदूळ, २ वाटी पुदिन्याचे पाने निवडून व धुऊन, फोडणीसाठी तमालपत्र, जिरे, पाच ते सहा लसूण पाकळ्या, अंदाजे मीठ, लाल मिरची फोडणीसाठी.

कृती : पुदिना व लसूण पेस्ट बनवून घ्या. तांदळाचा मोकळ्या भात शिजवून थंड



होऊ घ्या. पुलाव मसाला लहान १ चमचा, गरम पॅनमध्ये तेल, जिरे, तमालपत्र व मिरची घालून फोडणी घ्या. त्यावर वाटलेला पुदिना घाला व परत पुलाव मसाला घाला. चांगले परतून शिजवलेला भात घाला. मीठ घाला, परतून वाफ येऊ घ्या. खोबऱ्याचा किस व पुदिना पाने लावून सजवा व खायला वाढा. यामध्ये मिक्स पालक थोडी वाफवून व वाटून आपण घालू शकता.

दुधाबरोबर मध घेण्याचे फायदे जाणून घेऊया

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

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

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

पचन सुधारण्यासाठी दुधात मध घालून पिण्याने बद्धकोष्ठतेचा त्रासापासून सुटका होते.

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

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

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

केसगळती रोखणारा 'वन मिनिट' उपाय!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

केस धुतल्यानंतर बोटांनी टाळूला मसाज करणे हा केसगळती रोखण्याचा एक सहज-सोपा घरगुती उपाय आहे. मग केसगळती रोखण्यासाठी जरूर टाळा या चुका!

तुम्ही काय कराल? तुमच्या सोयीनुसार पाण्याचे तापमान, शामूने केस धुवा. मात्र शेवटी ते कोमट किंवा साध्या पाण्याने धुवून निथळत ठेवा. यामुळे केस गुंतण्याची शक्यता कमी होते. केसांचे गुंतणे रोखण्यासाठी करून पहा हे उपाय. काही वेळांने केस टॉवेलने पुसा आणि कोरडे करा. त्यानंतर हाताच्या बोटांनी गोलाकार दिशेने मसाज करा.

खबरदारीचा उपाय मसाज करताना तो हळूवार आणि समान प्रमाणात असावा. खूप जोरजोरात केस घासणे, मसाज करताना नखांचा वापर करणे टाळा. यामुळे केसांचे नुकसान होऊ शकते.

सायीचा उपयोग रंग उजळण्यासाठी करावा

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

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

सायीत समुद्र फेसची बारीक पावडार मिळवून लावल्यास

चेहऱ्यावरची मुरमे बरी होतात.

मोसंबी किंवा संत्र्याची साल वाटून त्यात साय मिसळून त्याचा लेप लावल्यास त्वचा मुलायम व स्वच्छ होते.

एक चमचा साय व एक चमचा सफरचंदाचा रस एकत्र करून फेटून हलक्या हाताने चेहऱ्यावर मालीश केल्यास चेहऱ्याचा रंग उजळतो.

सायीचा उपयोग औषधासारखाही होतो.

दही कधी खावे?

संपूर्ण वर्षभरामध्ये ज्या ऋतूमध्ये दही अगदी निषिद्ध समजले पाहिजे, असा ऋतू म्हणजे वसंत. वसंत म्हणजे थंडीनंतर येणारा उन्हाळा, सध्या सुरू असलेले दिवस. वसंत ऋतूमधील कफ प्रकोपाचा विचार करता पाळवण्याचा नियम म्हणजे दही वर्ज्य करणे. शरीरामध्ये कफ वाढवणारे दही वसंत ऋतूमध्ये सेवन करण्याचा निषेध शास्त्राने केला हे स्वाभाविकच आहे. वसंत ऋतूमधील दहाचे काही विशिष्ट गुणदोष असतात. ते दही गोड व आंबट चवीचे असते. गोड व आंबट हे दोन्ही रस वसंतामध्ये टाळणे अपेक्षित आहे. ते शरीरामध्ये स्निग्धत्व वाढवणारे असते. वसंत ऋतूमध्ये स्निग्धत्व वाढवणारा आहार टाळण्याचा असतो. याशिवाय वसंतातल्या दहाचा अजून एक दोष म्हणजे ते वातल (वात वाढवणारे) असते. त्यामुळे वात प्रकृतीच्या व्यक्तींना, वातविकाराने त्रस्त लोकांना ते योग्य नाहीच.

याशिवाय दही हे अभिष्यन्दी आहे, म्हणजे स्त्राव वाढवणारे आहे, ज्या दोषामुळे शरीरामध्ये पाणी वाढते. वसंत ऋतूमध्ये पातळ झाल्यामुळे शरीरामध्ये स्त्राव, पाणी वाढलेले असताना दहाचा

शास्त्राने निषेध केलेला आहे. दही हे सूज सुद्धा वाढवते, अर्थात अतिप्रमाणात व अवेळी सेवन केले तर. दहाबाबत वसंत ऋतू ही अवेळ आहे. वसंतामध्ये कफाचा जोर असताना साधे हे कफाचे स्थान असल्याने सांख्यामधल्या श्लेष्मल त्वचेला सूज येण्याची व त्या श्लेष्मल त्वचेमधून स्त्राव वाढण्याची शक्यता बळवते. म्हणूनच सूज व स्त्राव वाढवणाऱ्या दहाचा त्याग या दिवसांमध्ये करायचा आहे.

अर्थात जिथे-जिथे स्त्राव स्रवतात, ते स्त्राव वाढवण्याचा, जिथे-जिथे सूज आहे तिथे सूज वाढवण्याचा धोका वसंतामध्ये दही खाल्ल्याने बळवतो.

या दिवसांमध्ये उन्हाळा सुरू झाला म्हणून दहाचे सेवन सुरू केल्यानंतर विविध कफविकार, उष्णतेचे विविध रोग आणि सूजसंबंधित विकृती झाल्याचे अनुभव दरवर्षी अनुभवायला मिळतात.

उपचाराला दही न खाण्याची जोड दिली तरच हे आजार बरे होतात. केवळ औषधोपचारांनंतर आजाराची लक्षणे कमी होतात; पण तात्पुरती; दही खाणे थांबवल्यानंतर मात्र या रुग्णांना आराम मिळालेला दिसतो.

उपचाराला दही न खाण्याची जोड दिली तरच हे आजार बरे होतात. केवळ औषधोपचारांनंतर आजाराची लक्षणे कमी होतात; पण तात्पुरती; दही खाणे थांबवल्यानंतर मात्र या रुग्णांना आराम मिळालेला दिसतो.

उपचाराला दही न खाण्याची जोड दिली तरच हे आजार बरे होतात. केवळ औषधोपचारांनंतर आजाराची लक्षणे कमी होतात; पण तात्पुरती; दही खाणे थांबवल्यानंतर मात्र या रुग्णांना आराम मिळालेला दिसतो.

उपचाराला दही न खाण्याची जोड दिली तरच हे आजार बरे होतात. केवळ औषधोपचारांनंतर आजाराची लक्षणे कमी होतात; पण तात्पुरती; दही खाणे थांबवल्यानंतर मात्र या रुग्णांना आराम मिळालेला दिसतो.

बर्फाच्या पाण्याचे सेवन करत असाल तर सावधान!

उन्हाळ्यात तहान भागवण्यासाठी आपण सगळेच थंड पाणी पितो अथवा बर्फ टाकून पाणी पितो, मात्र अधिक थंड पाणी प्यायल्यामुळे पचनास त्रास होतो.

यामुळे आरोग्याशी संबंधित अनेक समस्या निर्माण होतात.

थंड पाण्यामुळे नसा आखडतात. यामुळे पचनाची क्रिया संथ होते आणि बद्धकोष्ठता, गॅस यासारख्या समस्या निर्माण होतात.

उन्हाळ्यात बाहेरचे तापमान अधिक असते. यात थंड पाणी प्यायल्यास छातीत कफ जमा होऊ लागतो. थंड पाणी प्यायल्यानंतर शरीराचे तापमान मेटेन

करण्यासाठी शरीराला मोठ्या प्रमाणात एनर्जी खर्च करावी लागते. याचा परिणाम पचन संस्थेवर होतो.

थंड पाण्यामुळे नसा संकुचित होतात. यामुळे हृदयाला ब्लड पंप करण्यासाठी जास्त मेहनत करावी लागते. यामुळे हार्ट बीट संथगतीने होतात.

थंड पाणी प्यायल्याने प्रतिकारक क्षमता कमी होते. यामुळे अॅलर्जी तसेच आजारांची भीती वाटते.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

थंड पाणी प्यायल्याने शरीराचे तापमान अचानक बदलते. ज्याचा परिणाम डोकेदुखीसारख्या समस्या उद्भवतात.

फोनमध्ये खराब नेटवर्क असल्यास कॉल करताना खूप त्रास होतो.

महत्त्वाची कामं सुद्धा यामुळे रखडू शकतात. तुम्हालाही दररोज या समस्यांचा सामना करावा लागत असेल, तर वाय-फाय कॉलिंग तुमची मदत करेल. या ट्रिकच्या मदतीने तुम्ही खराब

