POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2026-2028

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-२४० ● मुंबई, शुक्रवार, ०३ एप्रिल २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

राज्यात अवकाळी जोर'धार'

कोल्हापूर ते सोलापूर, विदर्भ ते मराठवाडा... पुण्यातही सरी, शेतकऱ्यांचं मोठं नुकसान

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

राज्यातील अनेक जिल्ह्यात विजांचा कडकडाट आणि वादळी वाऱ्यासह अवकाळी पावसाने हजेरी लावली असून कोकण, विदर्भ, पश्चिम महाराष्ट्रासह मराठवाड्यातही पावसाने दमदार आगमन केले. कडक उन्हाळ्याने नागरिक त्रस्त झाले असतानाच त्यांना पावसाच्या हलक्या सरींनी गारवा अनुभवायला मिळाला. मात्र, अवकाळी आलेल्या या पावसाने शेतकऱ्यांच्या फळबागांचे नुकसान झाले असून शेतकरी चिंतेत असल्याचं दिसून आलं. कोल्हापूर, सांगली, सातारा जिल्ह्यातही झालेल्या अवकाळी पावसामुळे शेतीचे नुकसान झालं आहे. फळभाज्या, पालेभाज्यासह कलिंगडाचे खूप मोठ्या प्रमाणात नुकसान झालं.

भंडाऱ्यात विजांच्या कडकडाटासह अवकाळी पावसाची हजेरी झाली. उन्हाळी भात पिकाला याचा फायदा होणार असला तरी, कापणीला आलेलं पीक आणि पालेभाज्यांना याचा काही प्रमाणात फटका बसणार आहे. मराठवाड्यात मागील दोन दिवसांत झालेल्या गारपीट अवकाळी पावसामुळे 122 गावांतील 5 हजार 409 शेतकऱ्यांना फटका बसला असून, 3 हजार 261 हेक्टरवरील शेतीपिकांचे नुकसान झाले आहे. त्यात सर्वाधिक 2 हजार 665 हेक्टरवरील नुकसान छत्रपती संभाजीनगर जिल्ह्यातील आहे.

बीडमध्येही अवकाळी आणि गारपिटीचा फळबागांना फटका, फळ गळतीने बागांचे नुकसान झाले आहे. तसेच, धाराशिव जिल्ह्यात देखील अवकाळीचा पुन्हा तडाखा बसला, वादळवाऱ्याने आणि गारपिटीने आंब्याला मोठा फटका बसला असून बळीराजाचं नुकसान झालंय. लातूरमध्ये अवकाळी पावसाने टोमॅटो उत्पादकांचे कंबरडे मोडले असून खराब झालेले टमाटे उकिरड्यावर फेकण्याची वेळ आलीय. उत्तर महाराष्ट्रातील जळगाव जिल्ह्यात सलग तिसऱ्या दिवशी अवकाळी पावसाचा तडाखा बसला, ज्यामध्ये हजारो हेक्टरवरील पिके जमीनदोस्त झाली आहेत. वाशिम जिल्ह्यातही वादळी वारा आणि पावसामुळे बिजवाई कांद्याचे नुकसान झाले. नागपूर जिल्ह्याला मध्यरात्री अवकाळी पावसाने चांगले झोडपले, सतत दोन तास झालेल्या या पावसाने विशेष करुन पालेभाज्यांचे मोठे नुकसान झाले आहे.

धुळे जिल्ह्यातील शिंदखेडा आणि साक्री तालुक्याला पुन्हा एकदा अवकाळी पाऊस आणि गारपिटीचा फटका बसला. तर, नागपूरातील कळमना एपीएमसी मार्केटमध्ये अवकाळी पावसात शेकडो पोती धान्य भिजलं. धाराशिवमध्ये पुन्हा वादळी वाऱ्यासह अवकाळीचा तडाखा बसला. टॉमेटो शेती जमीनदोस्त झाली असून शेतकऱ्यांच मोठ आर्थिक नुकसान झालं आहे. कळंब तालुक्यातील बहुला शिवारातील शेतकऱ्यांच्या टोमॅटो पिकाचेही मोठं नुकसान झालं आहे.

१ लाख २२ हजार हेक्टरहून अधिक क्षेत्रावर नुकसान

‶राज्यात वादळी वारा व गारांच्या पावसामुळे (अवकाळी) १ लाख २२ हजार हेक्टरहून (३ लाख ५ हजार एकर) अधिक क्षेत्रावरील शेती पिकांचे नुकसान झाले आहे. राज्यभरातील नुकसानीची माहिती संबंधित अधिकाऱ्यांकडून घेऊन तातडीने पंचनामे पूर्ण करुन बाधित शेतक-यांना लवकरात लवकर मदत दिली जाईल‶ अशी माहिती राज्याचे कृषी मंत्री दत्तात्रय भरणे यांनी दिली.

पंचनामे करण्याच्या सूचना

उत्तर महाराष्ट्र, मराठवाडा आणि विदर्भात अवकाळी पाऊस झाला असून पिकांचे नुकसान झाले आहे. या नुकसानीचे पंचनामे करण्याच्या सूचना प्रशासनाला दिल्या असून नुकसानभरपाई देण्यात येणार असल्याचे महसूल मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी सांगितले.

अंबादास दानवेंचा सवाल

मंत्रिमंडळाची काल बैठक झाली, त्यामध्ये तात्काळ मुख्यमंत्र्यांनी अवकाळी पावसाच्या अनुषंगाने पंचनामे करण्याचे आदेश दिलेले आहेत. दरवर्षी हवामानामध्ये बदल मोठ्या प्रमाणात होत आहेत, पाऊस गारपीट यामुळे शेतीचे नुकसान होत आहे. केंद्र सरकारच्या निकषाप्रमाणे शेतकऱ्यांना मदत देण्याचे काम सरकारने केले आहे, अशी माहिती मंत्री हसन मुश्रीफ यांनी दिली. तर, आधीचे ऐतिहासिक पॅकेज म्हटलेलं अजूनही शेतकऱ्यांना मिळालेलं नाही, एक एक थेंब त्यातील देत आहे. निसगार्ने झोडपले आणि आता राजाही तसाच आहे, शेतकरी कुणाकडे जाणार? असा सवाल अंबादास दानवे यांनी उपस्थित केलाय.

पुढील 24 तासांत वारा, गारपीट, पाऊस अन् वादळ... उरलं काय?

एप्रिलपासून पावसाळ्याची सुरुवात

मार्च महिन्याच्या मध्यापासूनच महाराष्ट्रासह देशाच्या बहुतांश भागांमध्ये पावसानं जोरदार हजेरी लावली. तर काही जिल्ह्यांमध्ये गारपीटही झाली. बरं हा पाऊस इतक्यात मुक्काम आवरता घेण्याच्या तयारीत नाही, ज्यामुळं मार्च- एप्रिल महिन्यापासूनच राज्यात पावसाळा सुरू झाला की काय? असाच प्रश्न उपस्थित केला जात आहे. दरम्यान, 2 एप्रिल गुरुवारीही राज्यातील अनेक भागांना हवामान विभागाकडून पावसाचा इशारा देण्यात आला आहे. हे पावसाळी वातावरण कायम असलं तरीही पुढच्या 48 तासांमध्ये दिवसात राज्यातील अंतर्गत जिल्ह्यांमध्ये कमाल तापमानात 2-3 अंशांची वाढ अपेक्षित आहे. तापमानातील वाढ आणि आद्रतेमुळं राज्यातील उकाडा एप्रिलच्या मध्यापासून वाढण्याची चिन्ह आहेत.

■पुणे। प्रतिनिधी,

बिहारच्या पूर्वेपासून उत्तर मध्य महाराष्ट्रापर्यंत कमी दाबाचा पट्टा सक्रिय झाला आहे. ज्यामुळं मध्य महाराष्ट्रासह मराठवाड्यात पावसासाठी पूरक वातावरणनिर्मिती होताना दिसत आहे. विदर्भसुद्धा यास अपवाद नाही, कारण गुरुवारी सकाळपासूनच नागपुरात मुसळधार पावसानं हजेरी लावली. सोसाट्याचा वारा आणि विज्यांच्या कडकडाटासह जोरदार पाऊस आल्यानं नागरिकांचा गोंधळच उडाला.

दिवसा उन्हामुळे घामाच्या धारा आणि रात्री पाऊस हे चित्र राज्याच्या बहुतांश जिल्ह्यांमध्ये सध्या पाहायला मिळत आहे. अवकाळीच्या या माऱ्यामुळं शेतपिकं आणि फळबागांचं प्रचंड नुकसान झालं आहे तर काही शहरांमध्ये रात्रीला बत्ती गुलसुद्धा होत आहे. पुढच्या 24 तासांमध्ये नागपुरात हे चित्र कायम असल्यामुळं इथं यलो अलर्ट जारी करण्यात आला आहे. तर, मध्य महाराष्ट्र आणि मराठवाड्याला अवकाळीसह गारपिटीचा ऑरेंज अलर्ट देण्यात आला आहे. पश्चिम महाराष्ट्रातील पुणे, सातारा, सांगली, कोल्हापूर, सोलापूर इथंही पावसाचा इशारा देत यलो अलर्ट जारी करण्यात आला आहे.

कोल्हापूर आणि पुण्यात बुधवारी वादळी वाऱ्यांसह पावसाची हजेरी पाहायला मिळाली. ज्यामुळं कोकण पट्ट्यातील काही भाग, विदर्भ, मराठवाड्यातील काही भागांना 'यलो अलर्ट' देण्यात आला आहे. पुढील दोन दिवस राज्यात पावसाळी हवामानाचं वर्चस्व तुलनेनं अधिक असेल.

हवामानातील सातत्यपूर्ण बदलांमागचं कारण काय?

गोल्या बाऱ्याचा दिवसांपासून राज्यातील काही भागात पश्चिमी झंझावात म्हणजेच वेस्टर्न डिस्टर्बन्समुळं पाऊस, सोसाट्याचा वारा, विजांचा कडकडाट अशी एकंदर स्थिती पाहायला मिळत आहे. परिणामी शेतकऱ्यांच्या समस्यांमध्ये प्रचंड वाढ झाली आहे.

मुंबईत सकाळी काही काळ शहरात आणि उपनगरात ढगाळ हवामान आणि गार वारे अशी स्थिती असेल, ज्यामुळं आर्द्रतेचं प्रमाण अधिक असल्यानं शहरासह उपनगरांमध्ये उष्मा अधिक जाणवेल असा प्राथमिक अंदाज आहे.

- **ऑरेंज अलर्ट** : धुळे, नंदुरबार, जळगाव, नाशिक घाट विभाग, अहिल्यानगर, पुणे, छत्रपती संभाजीनगर, जालना, बीड इथं ऑरेंज अलर्ट देण्यात आला आहे.
- **येलो अलर्ट** : ठाणे, रायगड,रत्नागिरी, पुणे घाट विभाग, सातारा, सातारा घाट विभाग, सांगली, सोलापूर, परभणी, हिंगोली, नांदेड, लातूर, धाराशिव, अकोला, अमरावती भंडारा, बुलढाणा, चंद्रपूर, गडचिरोली, गोंदिया, नागपूर, वर्धा, वाशिम इथं यलो अलर्ट जारी करण्यात आला आहे.

पुणे शहराला पावसाचा ऑरेंज अलर्ट जारी

पुणे शहराला पावसाचा ऑरेंज अलर्ट जारी करण्यात आला आहे. पुण्यात अवकाळी पावसाने दमदार हजेरी लावली आहे. पुण्यात सलग तीन दिवस मुसळधार पाऊस पडत आहे. वादळी वाऱ्यासह पावसाने हजेरी लावली आहे. पुण्यातील रस्त्यावर पाणी साचलं आहे. नागरिकांना सतर्कतेचा इशारा देण्यात आला आहे. पुणे जिल्ह्यातील अनेक भागात अवकाळी पाऊस पडत आहे. पुण्यातील पावसाचे अनेक व्हडिओ व्हायरल होत आहेत. या व्हिडिओत रस्त्याच्या मधोमध एक इटह कार पाण्यात बुडाल्याचे दिसत आहे. अनेक लहान मोठी वाहने, रिक्षा, बाईक साचलेल्या पाण्यात बुडाली आहेत. तर 31 मार्च रोजी हिंजवडी क्ळ पार्कमध्ये काश्मिर सारखा नजारा पहायला मिळाला. मुसळधार पावासासह गारपीट झाली. यामुळे हिंजवडी क्ळ पार्क परिसरात सर्वत्र बफार्चा पांढला थर साचला होता. तुफान पाऊस, जोरदार वारा, गारपीट यामुळे येथे काश्मिर सारखा फिल आला.

त्याला मामा म्हणायचे, पण... अशोक खरातच्या अटकेनंतर आता पुण्यातील भोंदू बाबा रडारवर

■बीड। प्रतिनिधी,

सध्या राज्यात आध्यात्मिक गुरुच्या नावाखाली सर्वसामान्य भाविकांची फसवणूक करणाऱ्या अशोक खरात या भोंदू बाबाची सातत्याने चर्चा सुरु आहे. त्यातच आता पुण्यातील खेड तालुक्यातून माणुसकीला काळिमा फासणारी एक घटना समोर आली आहे. चांडोली येथील शिवदत्त आश्रमात अध्यात्माचा बुरखा पांघरून महिलांचे शोषण करणाऱ्या एका भोंदू बाबावर गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. नवनाथ पंढरीनाथ गवळी असे या भोंदू बाबाचे नाव असून त्याच्या विरोधात राजगुरुनगर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. मात्र, गुन्हा दाखल होऊनही आरोपी अद्याप मोकाट असल्याने नागरिकांमधून संताप व्यक्त केला जात आहे.

नेमके प्रकरण काय?

पुण्यातील चांडोली परिसरात नवनाथ गवळी हा स्वतःला महाराज म्हणवून घेत शिवदत्त आश्रम चालवतो. परिसरात त्याला मामा या नावाने संबोधले जाते. पीडित महिलेने दिलेल्या तक्रारीनुसार, या आश्रमात दोष निवारण करण्याच्या बहाण्याने महिलांना बोलावले जाते. मी जेव्हा आश्रमात गेली, तेव्हा आरोपी गवळीने तिच्यासोबत अश्लील चाळे करून विनयभंग केला. इतकेच नव्हे तर, अध्यात्माच्या नावाखाली शारीरिक संबंधांची मागणी करून मानसिक व शारीरिक छळ केल्याचा आरोपही पीडितेने केला आहे.

पतीने दिला आधार, मग फुटलं वाचा

सुरुवातीला आरोपीच्या भीतीपोटी पीडितेने हा प्रकार कोणालाही सांगितला नाही. मात्र, आरोपीचा त्रास वाढल्याने तिने धाडस करून आपल्या पतीला सर्व हकीकत सांगितली. पतीने तिला पूर्ण पाठिंबा देत पोलीस तक्रार करण्यास प्रवृत्त केले. पीडितेच्या तक्रारीनंतर राजगुरुनगर पोलिसांनी तातडीने विनयभंगाचा गुन्हा दाखल केला आहे. ज्या पद्धतीने माझ्यासोबत अश्लील प्रकार करण्याचा प्रयत्न झाला, तसा तो इतर कोणत्याही महिलेसोबत होऊ नये. या भोंदू बाबावर कडक न्यायालयीन कारवाई झालीच पाहिजे. गुन्हा दाखल होऊनही तो अजून बाहेर कसा?, असा सवाल पीडित महिलेने उपस्थित केला आहे.

पोलीस तपासावर प्रश्नचिन्ह

दरम्यान एकीकडे भोंदू बाबांविरोधात कडक कायदे असताना दुसरीकडे राजगुरुनगर पोलीस ठाण्यात गुन्हा नोंद होऊनही आरोपी अद्याप फरार आहे. आरोपीला अटक करण्यास विलंब होत असल्याने पोलिसांच्या कार्यक्षमतेवर स्थानिक प्रश्नचिन्ह उपस्थित करत आहेत. या प्रकरणाचा अधिक तपास पोलीस करत असून, आरोपीचा शोध घेण्यासाठी पथके रवाना करण्यात आली आहेत.

नांदेडमधील 'तलवार बाबा'ला पोलिसांनी उचललं

महिला अन् लहान मुलांना कसं गंडवायचा? कारनामे उघड

■नांदेड। प्रतिनिधी,

महाराष्ट्रातील नांदेड जिल्ह्यातील बिलोली तालुक्यातील बडूर गावात अंधश्रद्धेच्या नावाखाली सुरू असलेल्या एका मोठ्या गैरप्रकाराचा पोलिसांनी पर्दाफाश केला आहे. स्वतःला 'तलवार बाबा' म्हणवून घेणाऱ्या ज्ञानेश्वर कर्डे याच्या तथाकथित दरबारावर पोलिसांनी छापा टाकून त्याला बेड्या ठोकल्या आहेत. गेल्या 4 वर्षांपासून हा आरोपी दैवी शक्तीच्या नावाखाली लोकांची दिशाभूल करत होता. आपल्या शरीरात दैवी शक्ती येते आणि आपण सर्व आजार बरे करू शकतो, तसेच कौटुंबिक समस्या सोडवून वाईट शक्तींपासून मुक्ती मिळवून देऊ शकतो, असे खोटे दावे करून तो भोळ्याभाबड्या नागरिकांना आपल्या जाळ्यात ओढत असे. या दरबारादरम्यान तो हातामध्ये तलवार घेऊन विशेषतः महिला आणि लहान मुलांच्या मनात भीती निर्माण करत असे, जेणेकरून कोणीही त्याच्या शब्दाबाहेर जाणार नाही.

लिंबू आणि जादूटोण्याच्या नावाखाली पैशांची लूट

आरोपी ज्ञानेश्वर कर्डे हा लिंबू आणि इतर विविध प्रकारच्या गोष्टींचा वापर करून लोकांना आपल्या जाळ्यात अडकवत असे. संकटातून मुक्ती मिळवून देण्याच्या नावाखाली तो लोकांकडून मोठ्या प्रमाणात रोख रक्कम आणि मौल्यवान वस्तू उकळत असल्याचे समोर आले आहे. स्थानिक नागरिकांकडून या छळवणुकीबाबत वारंवार तक्रारी प्राप्त झाल्यानंतर पोलीस दलाने या प्रकरणाची गांभीयार्ने दखल घेतली. उपविभागीय पोलीस अधिकारी श्याम पानेगावकर आणि पोलीस निरीक्षक अतुल भोसले यांच्या नेतृत्वाखालील पथकाने अत्यंत गुप्तपणे सापळा रचून ही मोठी कारवाई केली. छाप्यादरम्यान पोलिसांना घटनास्थळावरून अंधश्रद्धेशी संबंधित अनेक संशयास्पद वस्तू आणि साहित्य सापडले असून ते सर्व जप्त करण्यात आले आहे.

पोलिसांच्या या कारवाईदरम्यान आरोपीच्या काही समर्थकांनी आणि अनुयायांनी सरकारी कामात अडथळा आणण्याचा प्रयत्न केला. पोलिसांशी हुज्जत घालून कारवाई थांबवण्याचा प्रयत्न करणाऱ्या शिवकांत मेलारे आणि नबाजी वाघेकर यांच्यासह इतर काही जणांविरुद्धही पोलिसांनी कडक पावले उचलली आहेत. या सर्वांवर महाराष्ट्र जादूटोना विरोधी कायद्यांतर्गत आणि सरकारी कामात अडथळा आणल्याप्रकरणी गुन्हे नोंदवून त्यांना ताब्यात घेण्यात आले आहे. भोंदू बाबांच्या वाढत्या प्रस्थामुळे आणि त्यांच्याकडून होणाऱ्या शोषणाचे प्रकार वाढल्यामुळे प्रशासन आता अधिक सतर्क झाले आहे. बडूर गावातील या कारवाईमुळे परिसरात एकच खळबळ उडाली असून पोलिसांनी अशा ढोंगी बाबांच्या नादी न लागण्याचे आवाहन नागरिकांना केले आहे.

अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीकडून कारवाईचे स्वागत

'तलवार बाबा'च्या अटकेनंतर महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीने (अनीस) पोलीस प्रशासनाच्या या धडक कारवाईचे स्वागत केले आहे. समितीचे सदस्य कमलाकर जामदाडे यांनी प्रतिक्रिया देताना सांगितले की, लोकांमध्ये भीती पसरवून त्यांचे आर्थिक आणि मानसिक शोषण करणाऱ्या अशा ढोंगी बाबांविरुद्ध कडक कायदेशीर कारवाई होणे अत्यंत गरजेचे आहे. पोलीस निरीक्षक अतुल भोसले यांनी देखील नागरिकांना सतर्क राहण्याचा इशारा दिला आहे. जर कोणालाही आपल्या आसपास अशा प्रकारे फसवणूक होत असल्याचे आढळल्यास, त्यांनी त्वरित पोलिसांशी संपर्क साधावा असे त्यांनी म्हटले आहे. अंधश्रद्धा हा समाजाला लागलेला एक मोठा कलंक असून तो नष्ट करण्यासाठी पोलीस आणि नागरिक यांनी एकत्रितपणे काम करणे आवश्यक असल्याचे मत त्यांनी यावेळी व्यक्त केले.

आईने मुलाचा जीव वाचवण्यासाठी मुलीचा घेतला बळी

जादूटोणा आणि अंधश्रद्धेचा धक्कादायक प्रकार उघडकीस

■मुंबई। प्रतिनिधी,

झारखंडच्या हजारीबागच्या विष्णूगड परिसरात 12 वर्षीय एका मुलीची हत्या करण्यात आली. मुलाचा जीव वाचवण्याच्या नादात हे कृत्य घडलं. कुटुंबिय अंधश्रद्धेला बळी पडल्याने हा धक्कादायक प्रकार उघडकीस आल्याची माहिती आहे. जादुटोणा आणि अंधश्रद्धेच्या प्रभावाखाली, आरोपी आईने आपल्या मुलाच्या आरोग्यासाठी मुलीचा बळी दिल्याची माहिती आहे.

अंधश्रद्धेला बळी पडून 12 वर्षीय मुलीची हत्या

हजारीबाग जिल्ह्यातील विष्णूगड परिसरातून हा धक्कादायक प्रकार उघडकीस आला. पोलिसांच्या माहितीनुसार, 12 वर्षीय मुलीची हत्या एक सामान्य घटना नसून, अंधश्रद्धा आणि नरबळीशी संबंधित एक भयानक सत्य आहे. सर्वात धक्कादायक बाब म्हणजे, या हत्येमागे मुलीच्या आईचा मोठा सहभाग होता.

आईनेच मुलासाठी लेकीचा घेतला बळी

पोलिसांच्या मते, जादूटोणा आणि अंधश्रद्धेच्या जाळ्यात अडकलेल्या आरोपी आईने, आपल्या मुलाला वाचवण्याच्या आशेने आपल्या मुलीचा बळी दिला. ज्या आईने आपल्या मुलाचे प्राण वाचवण्यासाठी मुलीचा बळी घेतला. या घटनेनं अंधश्रद्धेला खतपाणी घालणारा मोठा प्रकार उघडकीस आला आहे.

संबंधित प्रकरणातून असे उघडकीस आले की, महिलेचे एका पुरुषाशी अनैतिक संबंध सुरु होते. त्याच्याच प्रभावाखाली हा कट रचण्यात आला होता. अंधश्रद्धा आणि वाईट संगतीने मिळून निष्पाप मुलाचा जीव घेतला. पोलिसांनी या प्रकरणातील सर्व आरोपींना अटक केली, पुढील तपास सुरु केला आहे.

अवघ्या आठवड्यात दुसरी घटना

ही घटना येथील जनतेमध्ये तीव्र संताप आणि भीतीचे वातावरण निर्माण करणारी आहे. अवघ्या आठवड्यापूर्वीच डोंगर पिंपळा येथे 15 वर्षीय एका मुलाने आपल्याच नात्यातील चिमुरडीवर लैंगिक अत्याचार केल्याची घटना समोर आली होती. दोन्ही घटनांमुळे अंबाजोगाई तालुका आणि संपूर्ण बीड जिल्हा हादरला आहे. स्थानिक नागरिकांनी बालकांच्या सुरक्षिततेवर गंभीर प्रश्न उपस्थित केले आहेत.

पोलिसांचे आश्वासन

बदार्पूर पोलीस ठाण्याचे अधिकारी म्हणाले, ह्लदोन्ही प्रकरणांमध्ये अल्पवयीन आरोपी असल्याने कायद्यानुसार योग्य ती कायदेशीर प्रक्रिया राबवली जात आहे. बालकांच्या सुरक्षिततेसाठी गावपातळीवर जागरूकता मोहीम राबवण्यात येईल.ह्व पोलिसांनी पालकांना मुलांच्या हालचालींकडे लक्ष ठेवण्याचे आवाहन केले आहे.

13 वर्षाच्या मुलाचा मुलीवर बलात्कार

■बीड। प्रतिनिधी,

बीड जिल्ह्यातील अंबाजोगाई तालुक्यातील एका गावात अवघ्या अडीच वर्षांच्या बालिकेवर लैंगिक अत्याचार झाल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. मंगळवार, 31 मार्च 2026 रोजी सायंकाळी साडेपाचच्या सुमारास सवार्नाच चक्रावून टाकणारी ही घटना घडली. याप्रकरणी बदार्पूर पोलिसांनी गावातीलच 13 वर्षीय शाळकरी मुलावर भारतीय न्याय संहितेच्या कलम 64(1), 65(2) तसेच POCSO कायद्याच्या कलम 4,8 आणि 12 अंतर्गत गुन्हा दाखल केला आहे.

प्राप्त माहितीनुसार, पीडित बालिका आपल्या घरामागील मोकळ्या मैदानात खेळत असताना आरोपी अल्पवयीन मुलाने तिच्यावर लैंगिक अत्याचार केला. या घटनेत चिमुरडीला गंभीर दुखापत झाली असून, तिच्यावर तातडीने वैद्यकीय उपचार सुरू आहेत. पीडितेच्या आईने बुधवारी (1 एप्रिल) सकाळी बदार्पूर पोलीस ठाण्यात धाव घेऊन तक्रार दाखल केली. तक्रारीनंतर पोलिसांनी तातडीने गुन्हा नोंदवला.

सहाय्यक पोलीस निरीक्षक डी. एस. कांबळे यांच्या मार्गदर्शनाखाली या प्रकरणाचा तपास वेगाने सुरू असल्याचे पोलिसांनी सांगितले. पोलिसांनी घटनेचे गांभीर्य लक्षात घेऊन आरोपीला ताब्यात घेण्याची प्रक्रिया सुरू केली असून, पुरावे गोळा करण्याचे कामही जोरात आहे.

तरुणाने तरुणीचे केले लैंगिक शोषण

ब्लॅकमेल करत केला विवाह आणि गोमांस खाण्यास दबाव...

■नागपूर। प्रतिनिधी,

आधी तरुणीशी मैत्री केली, मग अत्याचार करत व्हिडिओ बनवले, त्यानंतर तिला ब्लॅकमेल करत मुस्लिम रितीरिवाजानुसार तिच्याशी निकाह केला. इतकंच नाही तर तिच्यावर जबरदस्ती करत गोमांसही खाऊ घातल्याचा आरोप आहे. राज्यात वारंवार लव्ह जिहादचा मुद्दा तापत असताना नागपुरात ही धक्कादायक घटना घडलीय. पीडित महिलेने 'लव्ह जिहाद' प्रकरणात पाच जणांविरुद्ध एफआरआय दाखल केलीय.

घडलं असं की, 21 वर्षीय तरुणीला 5 नोव्हेंबर 2025 रोजी तिचा शालेय मित्र मुस्ताक शकील अन्सारी याने एका मंदिराजवळ बोलावलं. त्यानंतर तो तिला त्याच्या एका नातेवाईकाच्या घरी घेऊन गेला आणि तिच्यावर जबरदस्तीने लैंगिक अत्याचार केला. या घटनेदरम्यान, आरोपी राजा शेख आणि त्याच्या दोन साथीदारांनी या कृत्याचा व्हिडिओ रेकॉर्ड केल्याचा पीडितेचा आरोप आहे.

व्हिडिओद्वारे पीडितेला ब्लॅकमेल केलं

त्यानंतर त्याच व्हिडिओद्वारे तिला ब्लॅकमेल करत तिला लग्नासाठी भाग पाडलं. इतकच नाही, तर आरोपींनी अंधश्रद्धेचा आधार घेऊन पीडितेवर जादूटोणाही केला. याप्रकरणी पोलिसांनी मुख्य आरोपीला अटक केलीय. यासंदर्भात नागपूरच्या कपिल नगर पोलीस स्टेशनचे पोलीस निरीक्षक सतीश आडे यांनी अधिक माहिती दिलीय.

संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

नक्षलवाद खरंच संपला का?

जल, जंगल, जमिनीसाठी लढणारा आदिवासी कधी नक्षलवादी होतो हे त्याचे त्यालाही कळत नाही. भारताला स्वातंत्र्य मिळून 20 वर्षे झाली तरी आदिवासींपर्यंत विकास पोहोचला नव्हता. विकासापासून ते शेकडो मैल दूर होते. देश स्वतंत्र झाला होता, मात्र स्वातंत्र्याचा लाभ काही मूठभर लोकांनाच मिळत होता. जमीनदारी प्रथा संपलेली नव्हती. परिणामी गरीबांचे, आदिवासींचे शोषण थांबलेले नव्हते. स्वातंत्र्यानंतरही ग्रामीणभागात जमीनदारी प्रथा कायम होती. मूठभर लोकांकडे हजारो एकर जमीन होती, आणि त्या जमिनीवर राबणारा भूमिहीन होता. निर्धन होता. जमीनदारांकडून मजुरांचे प्रचंड आर्थिक, शारीरिक शोषण होत होते. राबणाऱ्या हातांना त्याच्या घामाचा दाम मिळेनासा झाला. या शोषण-अत्याचारी व्यवस्थेचा कडेलोट झाला. गरीब-आदिवासी शेतकऱ्यांनी पोलिसांकडेही दाद मागितली. तिथेही नकारघंटा. प्रशासनाचे दुर्लक्ष. या अन्यायाला उत्तर आता राजकीय सत्तेतूनच मिळू शकते हे माओवादी विचारसरणीच्या प्रभावामुळे चारू मुजुमदार यांना वाटत होते. राजकीय सत्ता ही बंदुकीच्या नळीतून येते, या तत्त्वावर त्यांचा विश्वास. लोकशाहीपेक्षा सशस्त्र क्रांतीला त्यांनी प्राधान्य दिले. कसणाऱ्याची जमीन हे आंदोलन त्यांनी पश्चिम बंगालच्या नक्षलबारी गावातून सुरू केले. त्यांच्या आंदोलनाला चळवळीचे स्वरुप येऊ लागले. नक्षलबारीतून सुरू झालेली चळवळ आंध्र प्रदेश, ओडिसा, छत्तीसगड आणि महाराष्ट्रातपर्यंत पोहोचले. 25 मे 1967 साली नक्षलवादाची अधिकृत सुरुवात झाल्याचे मानले जाते. हा सर्व इतिहास सांगण्याचे कारण म्हणजे केंद्रीय गृहमंत्री अमित शहा यांनी 31 मार्च 2026 रोजी भारत नक्षलवाद मुक्त झाला असल्याचा दावा केला आहे. संसदेत, सभांमध्ये घोषणा करुन खरंच नक्षलवाद संपणार आहे का? सामाजिक आर्थिक विषमेतविरोधात सुरू झालेली आदिवासींची ही खरी लढाई होती आणि आहे. गेल्या 12 वर्षांमध्ये किती नक्षलवादी मारले, कितींनी आत्मसमर्पण केले आणि कितींना अटक झाली, या आकड्यांतून नक्षलवाद संपणारा नाही, हे शासन आणि प्रशासनाने लक्षात घेण्याची गरज आहे. अमित शहांनी सोमवारी लोकसभेत एक गोष्ट योग्यपणे सांगितली, 12 कोटी लोक गरिबीत जगत होते, याची कोणालाच पर्वा नव्हती. निरपराधांना जमिनादारांकडून मारले जात होते, दुसरीकडे शेतकरी, आदिवासींना नक्षली चळवळीकडूनही लक्ष केले जात होते. ना त्यांच्यापर्यंत विकासाची गंगा पोहोचली ना न्याय. अशा परिस्थितीत आजही हजारो आदिवासी आणि शेतकरी आहेत. त्यामुळे जमिनीवरील नक्षलवादी संपवले तरी, मनामनात धुमसत असलेली असमानतेची ज्वाला कशी विझवली जाणार आहे. त्यासाठी न्याय, समता, बंधुतेची पेरणी या भागात करावी लागणार आहे. कारखाने उभे करुन आदिवासींना जल, जंगल, जमिनीवरुन विस्थापित केले जात आहे. दुसरीकडे नक्षलवाद संपवल्याबद्दल पाठ थोपटून घेतली जात आहे. नक्षलवाद संपलाच पाहिजे, यात कोणालाही दुमत असण्याचे कारण नाही. पण जल, जंगल, जमिनीवर पहिला अधिकार कोणाचा हेही सरकारने स्पष्ट केले पाहिजे. स्वातंत्र्याच्या 75 वर्षानंतरही आदिवासींपर्यंत शाळा, रुग्णालय, रोजगाराची संधी उपलब्ध होत नसेल तर हे नक्कीच सरकारचे अपयश आहे. यासाठी कोणत्याही एका सरकारला दोष देऊन चालणार नाही, तर तत्कालीन विरोधी पक्षही तेवढाच जबाबदार आहे. त्यांनी आदिवासींच्या मूलभूत प्रश्नांचा अभ्यास न करता, फक्त नक्षली चळवळींच्या चष्म्यातूनच त्यांच्याकडे पाहिले. आजही मुंबईपासून हाकेच्या अंतरावर असलेल्या पालघर या आदिवासीबहुल जिल्ह्यात रस्ते पोहोचलेले नाही. वृद्ध रुग्ण, गर्भवती महिलांना झोळीतून घेऊन जाण्याची प्रकरणे समोर येतात. सरकार जर आदिवासींपर्यंत पोहोचत नसेल तर त्यांनी काय करावे. पटसंख्या कमी झाली म्हणून शाळा बंद करणारं कोण असतं? असे अनेक मूलभूत प्रश्न उपस्थित होऊ शकतात. महात्मा गांधींनी खेड्याकडे चला म्हटले होते. रामराज्याची कल्पना मांडली होती. मात्र आज सर्व विकास हा शहरकेंद्रित झाला आहे. खेड्यातील नैसर्गिक साधनसंपत्तीवर मूठभरांचे वर्चस्व अबाधित ठेवून शहरे सूज आल्यासारखी वाढत आहेत. हा विषम विकासच विद्रोहाला जन्म देतो हे राज्यकर्त्यांनी लक्षात घेतले पाहिजे. जसे सत्ता बंदुकीच्या नळीतून येऊ शकते, असे नक्षलवाद्यांना वाटत होते, तसेच गोळ्यांनी नक्षलवाद संपेल हेदेखील दिवास्वप्न ठरु नये. कारण आज मोठ्या प्रमाणात नैसर्गिक साधन संपत्ती उद्योगपतींना दिली जात आहे. यामध्ये स्थानिकांचा वाटा काय असतो? ज्या शेतकऱ्यांची जमीन गेली त्यांना एकरकमी पैसा दिला जातो. मात्र, त्या शेतीवर अवलंबून असणाऱ्या शेतमजुरांचे काय? त्यांच्या कुटुंबाचे काय? शेतीवर अवलंबून असलेल्या इतर उद्योग आणि जोडधंदे यांचे जे नुकसान होणार असते त्याची भरपाई सरकार कशी करणार? असे अनेक प्रश्न अजूनही अनुत्तरीत आहेत. त्यामुळे नक्षलवाद संपवल्यानंतर तिथे विकासाच्या नावाने विस्थापित होणाऱ्यांचे पुनर्वसन त्याच ठिकाणी सोयी-सुविधांसह जोपर्यंत होणार नाही, तोपर्यंत कल्याणकारी राज्याची संकल्पना सत्यात उतरणार नाही, हेही राज्यकर्त्यांनी ध्यानात घेण्याची गरज आहे. नक्षलवाद हा संपायलाच हवा, कारण नक्षलवाद्यांकडे विकासाचे कुठलेही मॉडेल नाही. नक्षलग्रस्त भागात विकासाची अडवणूकच झालेली दिसते. पूर्वीच्या डाकूंची जागा नक्षलवाद्यांनी घेतली. आता नक्षलवाद खरोखर संपला असेल तर त्याची जागा अन्य कुणी घेऊ नये, त्याचसोबत सरकारनेही गाफिल राहू नये.

ई-20 पेट्रोलची स्वस्ताई ग्राहकांपर्यंत कधी?

अमेरिकन डॉलरच्या तुलनेत रुपयाची घसरगुंडी सुरुच आहे. त्यामुळं कच्चं तेल व नैसर्गिक वायू विकत घेताना भारताचा खिसा आणखी कापला जातोय. या सर्व घडामोडींमध्ये देशभरात 1 एप्रिल 2026 पासून ई-20 पेट्रोलची विक्री अनिवार्य करण्यात आलीय. ई-20 पेट्रोलमुळं भारताची इंधन खर्चात घसघशीत बचत होत असल्याची आकडेवारी पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी नुकतीच दिलीय. आता या बचतीचा लाभ ग्राहकांपर्यंत नक्की कधी पोहोचेल, याकडं लक्ष लागलेलं आहे.

महिना उलटून गेला, तरी इस्रायल-अमेरिका आणि इराणमध्ये सुरू असलेलं युद्ध संपण्याची चिन्हं नाहीत. उलट अमेरिका इराणच्या धर्तीवर सैन्य उतरवण्याच्या तयारीत असल्यानं हे युद्ध आणखीनच चिघळण्याची शक्यता आहे. इराणनं काही दिवसांपूर्वीपर्यंत पूर्णपणे रोखून धरलेली होर्मूझची सामुद्रधुनी भारतासह रशिया, चीन, मलेशिया, इराक आणि पाकिस्तान या सहा मित्रराष्ट्रांसाठी खुली केलीय. जगाच्या एकूण इंधन पुरवठ्यापैकी 20 ते 25 टक्के आणि भारताच्या एकूण इंधन पुरवठ्यापैकी 40-45 टक्के इंधन पुरवठा या सामुद्रधुनीतून होत असल्यानं भारतासाठी हा त्यातल्या त्यात मोठाच दिलासा म्हणावा लागेल.

या संघर्षामुळें जगातला एकूणच इंधन पुरवठा विस्कळीत झाल्यानं सर्वच देश सध्या इंधन टंचाईचा सामना करताहेत. भारतातही काही वेगळी परिस्थिती नाही. केंद्र वा राज्यातल्या सत्ताधार्यांनी भारतात इंधन टंचाई नसल्याचा कितीही छातीठोकपणे बाता मारल्या, विरोधकांवर अफवा पसरवण्याचं खापर फोडलं, तरी एलपीजी पुरवठा करणाऱ्या गॅस एजन्सीबाहेर लोकांच्या लागलेल्या लांबलचक रांगा देशातलं भयानक वास्तव दाखवून देत आहेत. अकोल्यातील एका माजी सरपंचाचा सिलिंडरच्या रांगेत तळपत्या उन्हात उभं असताना मृत्यू झाला. सिलिंडरच्या रांगेनं आणखी काही राज्यांमध्ये असेच जीव घेतलेत. परंतु, या निष्पाप बळींची सरकारी पातळीवरुन कुणी गांभीर्यानं दखल घेतल्याचं अद्याप आढळून आलेलं नाही. एलपीजीच्या कमतरतेमुळं असंख्य उद्योगधंदे, हॉटेल-रेस्टॉरंट्सना शटर डाऊन करावं लागलं. अनेकांच्या रोजगारावर संक्रांत आली.

अशा सर्व परिस्थितीत होर्मुझची संघर्षमय सामुद्रधुनी पार करुन जेव्हा एखादा ऑइल किंवा एलपीजी टँकर भारताच्या किनाऱ्यावर येऊन नांगर टाकतो. तेव्हा अक्षरशः विजयोत्सव साजरा केला जातो. याला खरोखरच विजय मानावा की भारताच्या असहायतेचे दर्शन हे ज्याचं त्यानं ठरववावं. याआधी भारत 27 देशांकडून इंधन खरेदी करत होता. आता भारत 42 देशांकडून इंधन खरेदी करतोय, तरीही आपली ही अवस्था. आजूबाजूच्या देशांच्या तुलनेत ही अवस्था बरीच म्हणावी लागेल. एलपीजीवरील ताण कमी करण्यासाठी आता देशात युद्धपातळीवर निर्णय घेतले जात आहेत. त्यापैकीच एक म्हणजे पीएनजी कनेक्शन वाढवण्याचा निर्णय. ज्यांच्याकडं पीएनजी आणि एलपीजी अशी दोन्ही कनेक्शन असतील, त्यांना आपलं एलपीजी कनेक्शन सोडावं लागेल. ज्या ज्या शहरांमध्ये पीएनजीची सुविधा आहे, त्यांना प्राधान्यानं पीएनजी कनेक्शन घ्यावं लागेल, असे फर्मान सरकारकडून सोडले जात आहे.

इंधन पुरवठ्यावरुन भविष्यात आणखी बरेच कठोर निर्णय अपेक्षित असताना देशभरात 1 एप्रिल 2026 पासून ई-२० पेट्रोलची विक्री अनिवार्य करण्यात आलीय. पेट्रोलियम मंत्रालयानं काही महिन्यांपूर्वी या संदर्भात एक अधिसूचना जारी केली होती. त्यानुसार तेल विपणन कंपन्यांना आता सर्व राज्ये आणि केंद्रशासित प्रदेशांमध्ये केवळ २० टक्के इथेनॉल मिश्रित पेट्रोल विकणं बंधनकारक असेल. तसं बघायला गेल्यास भारतात एप्रिल 2023 पासूनच 20 टक्के इथेनॉल मिश्रित पेट्रोल विकायला सुरुवात झाली होती. फक्त आता त्याची अधिकृत अंमलबजावणी होईल इतकंच.

ई-20 पेट्रोल म्हणजे (20 टक्के इथेनॉल-८० टक्के पेट्रोल) 1 लिटर पेट्रोलमध्ये 200 मिली लिटर इथेनॉल आणि ८०० मिली लिटर पेट्रोलचं मिश्रण असतं. देशात दीड दशकापूर्वी 2-5 टक्क्यांपासून सुरू झालेला हा प्रयोग आता 20 टक्क्यांपर्यंत येऊन पोहोचलाय. इथेनॉल मिश्रित पेट्रोलमुळं पर्यावरण हानी कमी करण्यासोबतच इंधन खर्चात मोठी बचत होत असल्याचा उल्लेख पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी नुकताच आपल्या भाषणात केला. मागच्या काही वर्षांमध्ये इथेनॉल मिश्रित पेट्रोलच्या विक्रीमुळं 4.5 कोटी बॅरल किंवा 700 कोटी लिटर कच्च्या तेलाची आयात कमी झाली. त्यातून भारताच्या 1.5 लाख कोटी रुपयांच्या परकीय चलनाची बचत झाल्याचा दावा पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी केला. इथेनॉल उत्पादनातून शेतकऱ्यांना २१ हजार कोटी रुपयांचा फायदा झाल्याचंही म्हटलं जातं.

इस्रायल-अमेरिका आणि इराणमधील युद्धात इस्रायल-अमेरिकेनं इराणच्या तेल विहिरींना लक्ष्य केलं तसंच इराणनंही सौदी, कतार, कुवेत, ओमान आदी देशांच्या तेल विहिरींवर निशाणा साधला. याआधीच्या 90, 70 सालातल्या आखाती युद्धातही हेच बघायला मिळालं होतं. जगात जेव्हा केव्हा अस्थिरता निर्माण होते तेव्हा त्याचा पहिला परिणाम हा इंधनाच्या किमतीवर होतो. आंतरराष्ट्रीय बाजारात इंधन खरेदी-विक्रीचे व्यवहार हे प्रामुख्यानं अमेरिकेन डॉलरमध्ये होत असल्यानं इंधन खरेदीसाठी मोठ्या प्रमाणात परकीय चलनसाठा खर्च करावा लागतो. भारतानं गेल्या आर्थिक वर्षात (2025) 137 बिलियन डॉलर्सचं कच्चं तेल आयात केलं होतं. आपल्या एकूण गरजेच्या 89 टक्के हे तेल होतं.

सध्या बाजारात कच्च्या तेलाचे दर 120 डॉलर प्रति बॅरलच्या आसपास आहेत. या किमती वाढल्या की त्यासाठी भारताला जास्त पैसे मोजावे लागतात, तेही डॉलरमध्ये. त्यातच मागच्या दशकभरात भारतीय रुपया प्रति डॉलर 66 रुपयांवरुन प्रति डॉलर 94 वर जाऊन पोहोचलाय. 'भारतीय रुपया बिलकुल ठिक चल रहा है' असं देशाच्या अर्थमंत्री निर्मला सीतारामन यांना कितीही वाटत असलं तरी, प्रत्यक्षात डॉलरच्या तुलनेत रुपयाचं होणारं अवमूल्यन भारतीय अर्थव्यवस्थेला दणका देणारं आहे.

भारतानं कोविड महामारीनंतर अमेरिका व युरोपीयन देशांचा दबाव झुगारुन रशियाकडून मोठ्या प्रमाणात स्वस्त दरात कच्चं तेल विकत घेतलं होतं. हे कच्च तेल भारतात आणून त्यावर रिफायनरींमध्ये प्रक्रिया करुन ते युरोपात विकलं. त्यातून भारतीय सार्वजनिक व प्रामुख्यानं खासगी क्षेत्रातील तेल कंपन्यांना वर्षाला 1 लाख कोटी रुपयांचा नफा झाल्याचं म्हटलं जातं. हा नफा कुठल्याही प्रकारे भारतीय ग्राहकांपर्यंत पोहोचवण्यात आला नाही. ना पेट्रोल-डिझेल स्वस्त झालं ना एलपीजीवरील सबसिडी वाढली. परंतु अवघ्या महिनाभराच्या इंधन तुटवड्यानं कच्च्या तेलाचे दर वाढताच तेल कंपन्यांना होणारा तोटा भरुन काढण्यासाठी केंद्र सरकारनं पेट्रोल-डिझेलवरील उत्पादन शुल्क प्रति लिटर थेट 10 रुपयांनी कमी केलं. यातून पेट्रोल-डिझेलचे दर न वाढता स्थिर राहतील, सर्वसामान्यांचं भलं होईल, असा आव आणण्यात आला असला, तरी प्रत्यक्षात हे भलं तेल कंपन्यांचंच झालं.

काही वर्षांपूर्वी पेट्रोलमध्ये अमूक-तमूक लिटर इथेनॉल मिसळलं की पेट्रोल इतके लिटर स्वस्त होईल, असे दावे केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी करायचे. मागच्या तीन वर्षांमध्ये पेट्रोलमध्ये 20 टक्के इथेनॉल मिसळून सरकारचे 1.5 लाख कोटी वाचल्याचे पंतप्रधान स्वतः सांगत असले, तरी पेट्रोल 1 रुपयानंही स्वस्त झालं नाही. मागच्या तीन वर्षांमध्ये ई-20 ला अनुकूल वाहनांचं देशात मोठ्या प्रमाणात उत्पादन झालं. तितक्याच प्रमाणात इथेनॉल मिश्रित इंधनामुळं जुन्या वाहनांचे पाट्र्स खराब होणे, मायलेज घटणे अशा अनेक समस्यांना वाहनधारकांना सामोरं जावं लागलं.

अर्थात वाहनधारकांच्या समस्यांना सरकारनं कधीच गांभीयार्नं घेतलं नाही. भारतात प्रामुख्यानं ऊस, मका, ज्वारी, बटाटे, रताळे यापासून इथेनॉल बनवलं जातं. मागच्या काही वर्षात केंद्र सरकारनं दिलेल्या प्रोत्साहनामुळे देशात वर्षाला सुमारे 2 हजार कोटी लिटर इथेनॉलचं उत्पादन होतं. त्यापैकी केवळ 1 हजार कोटी लिटर इथेनॉल पेट्रोलमध्ये मिसळण्यासाठी वापरलं जातं. पंतप्रधान मोदींच्या भाषणानंतर आता ऑल इंडिया डिस्टिलर्स असोसिएशननं केंद्रीय रस्ते आणि महामार्ग मंत्री नितीन गडकरी यांना पत्र लिहून पेट्रोलमधील इथेनॉलची मात्रा 30 टक्क्यांपर्यंत वाढवण्याची मागणी केली आहे. इथेनॉल उत्पादनाकडं पाहता ही मागणी रास्तच दिसते. युद्धामुळं कच्च्या तेलाच्या किमतीत कधीही उसळी येऊ शकते. त्याचा थेट परिणाम भारतासारख्या आयात प्रधान देशावर पडू शकतो.

अशा परिस्थितीत इथेनॉलसारख्या देशांतर्गत आणि पर्यावरणपूरक इंधन पयार्यावर जास्त लक्ष केंद्रित करणं गरजेचं आहे. इथेनॉल हे देशाच्या अर्थव्यवस्थेसाठी एका सुरक्षा कवचासारखं काम करू शकतं. सध्या जगभरात इथेनॉलचं प्रमाण वाढवून इंधन खर्चाच्या बचतीवर भर दिला जातोय. अमेरिका, ब्राझिल, युरोपीयन देशांत सर्वाधिक इथेनॉलचा वापर होतो. अमेरिकेत ई-10, ई-15, ई-85 पेट्रोल मिळतं. ब्राझिलमध्ये ई-27 आणि ई-100, तर युरोपीयन देशांमध्ये ई-10 पेट्रोल मिळतं. भारतातही पेट्रोलमध्ये इथेनॉलची मात्रा वाढवायची असल्यास आधी जुन्या वाहनांना त्यांच्या सोयीचं पेट्रोल उपलब्ध करुन द्यावं. इथेनॉल कंपेटिबल वाहने रस्त्यावर आणावीत आणि सर्वात महत्त्वाचं पेट्रोल आयातीत होणाऱ्या बचतीचा फायदा सर्वसामान्यापर्यंत पोहोचवण्यासाठी इथेनॉलमिश्रित पेट्रोल इथेनॉलच्या टक्केवारीनुसार स्वस्त करावं. इंधन स्वस्ताईच्या पोकळ बाता ऐकण्याऐवजी पेट्रोल खरोखरच स्वस्त झाल्यास जनता मनापासून सरकारचे आभार मानेल.

भारताच्या परराष्ट्र धोरणाचा बोजवारा!

इराणला आपल्या अटींवर नमवण्यात पुरते अपयशी ठरलेले अमेरिकेचे राष्ट्राध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प सध्या प्रचंड अस्वस्थ आहेत. त्यातूनच महिनाभरापूर्वी इराणला धडा शिकवण्याची भाषा करणारे ट्रम्प आता ट्रेड डील आणि शांतीवार्तेवर घसरले आहेत. अमेरिकेने इराणसोबत वाटाघाटीची बोलणी सुरू केल्याचे म्हणत ट्रम्प यांनी जाहीर केलेला 5 दिवसांचा युद्धविराम शुक्रवारी संपला. हा युद्धविराम संपत असतानाच इराणने अमेरिकेची शांतीवार्ता देखील धुडकावून लावली आहे. अमेरिकेने आमच्या जमिनीवर पाऊल ठेवून दाखवावे, मागच्या 20 वर्षांपासून आम्ही याच क्षणाची वाट बघतोय. अशी चिथावणी देत इराणच्या लष्कराने 10 लाख सैन्याची जमवाजमव सुरू केल्याचे समजते. अशा स्थितीतही डोनाल्ड ट्रम्प चिडून इराणवर पुन्हा तेवढ्याच तीव्रतेने बॉम्ब हल्ले करण्याची शक्यता कमी आहे. या सर्व वाटाघाटींच्या बोलणीत तुर्की आणि चक्क पाकिस्तान या दोन देशांचा प्रामुख्याने उल्लेख होतोय. हा उल्लेख होत असताना भारत आखाती संघर्षाच्या नेमक्या कुठल्या ढगाआड लपला गेलाय, असा प्रश्न विश्वगुरूंच्या पाठीराख्यांना नक्कीच पडला असेल. भारत ज्या देशाला दहशतवादाचा केंद्रबिंदू म्हणून जागतिक पटलावर हिणवतो तोच देश आज दोन देशांमधील युद्ध थांबवण्यात शांतीदूताची भूमिका बजावतोय. हे पाहूनच कदाचित परवा भारताचे परराष्ट्रमंत्री एस. जयशंकर यांना राग अनावर झाला असेल. नवी दिल्लीतील सर्वपक्षीय बैठकीत जयशंकर यांनी पाकिस्तानला दलाल देश असे संबोधले. जयशंकर यांच्या वक्तव्याला प्रत्युत्तर देताना तिळपापड झालेल्या पाकिस्तानने भारतावर 'असभ्यतेचा' आरोप केला. आजघडीला भारत आणि पाकिस्तानमधील राजनैतिक संबंध अशा टोकावर पोहोचले आहेत, जिथे शब्दांचे वारही गोळ्यांपेक्षा जास्त बोचतात. खरे तर पाकिस्तानवर इतक्या टोकाची टीका करण्याऐवजी भारताने आपली शांतता प्रस्थापित करण्याची ताकद दाखवून द्यायला हवी. परंतु सद्यस्थितीत डोनाल्ड ट्रम्पच्या इशाऱ्यावर नाचणारा भारत मागच्या काही वर्षांत आपली जुनी प्रतिमा गमावून बसल्याचे दिसत आहे. ऑपरेशन सिंदूरच्या वेळी भारताने अचूक हल्ले करत पाकिस्तानातील दहशतवादी अड्डे नष्ट केले. पाकच्या सैन्याचे हल्ले यशस्वीरित्या परतवून लावले, त्यांच्या घरात घुसून अनेक लढाऊ विमाने, एअर डिफेन्स सिस्टिम, अत्याधुनिक यंत्रणा, विमानतळ, रन वे उद्ध्वस्त केले. मात्र, या लढाईत भारताची अमूक तमूक विमाने पाडून आपलाच विजय झाल्याचे नॅरेटिव्ह सेट करण्यात पाकिस्तान कमालीचा यशस्वी ठरला होता. भारताने सादर केलेले पुरावेही या नॅरेटिव्हपुढे फिके पडले. भरीस भर ट्रम्पतात्यानेही हा संघर्ष आपणच ट्रेड डिलच्या जोरावर थांबवल्याच्या गमजा जागतिक व्यासपीठावर सतराशे साठ वेळा मारल्या. या संघर्षात अनेक विमाने पाडली गेली, अणुयुद्धाचीही वेळ आली होती, ट्रम्प अशा बाता मारत असताना भारताचे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी, परराष्ट्र मंत्री एस. जयशंकर वा संरक्षणमंत्री राजनाथ सिंह यापैकी एकालाही ट्रम्प यांची वक्तव्ये निव्वळ थापा आहेत हे म्हणण्याचे धाडस दाखवता आले नाही. ना संसदेत ना बाहेर. भारत-पाकिस्तानच्या संघर्षात चीनने पाकिस्तानला छुपी मदत केली होती. तर, तुर्की आणि अझरबैझानने जाहीर पाठिंबा दिला होता. परंतु, भारताने जगभरात शिष्टमंडळे पाठवूनही इस्रायल वगळता एकही देश या संघर्षात भारताच्या बाजूने उभा राहिला नाही. ना कुठल्या देशाने पाकिस्तानी दहशतवादाचा जाहीर निषेध केला. एवढे कमी की काय भारताच्या जाहीर विरोधानंतरही वर्ल्ड बँकेने मंजूर केलेला निधी हसत हसत पाकिस्तानच्या झोळीत टाकला. भारताच्या परराष्ट्र धोरणाला बसलेला हा मोठा धक्का होता. पाक लष्करप्रमुख आसिफ मुनरला डिनरला बोलावून मांडीवर बसवणे, पाकिस्तानी पंतप्रधान शहाबाज शरीफला कडेवर उचलून घेणे हा ट्रम्पनीतीचा भाग असला, तरी भारताची कमकुवत भूमिकाही त्यासाठी तितकी कारणीभूत होती. आखाती देशात सौदी अरेबिया, इराण आणि इस्रायल हे तीन ध्रुव मानले जातात. कित्येक दशके भारताने कुणाचीही बाजू न घेता सर्वांशी समान राजकीय संबंध ठेवले होते. परंतु मोदींनी उघडपणे या भूमिकेला छेद देत आपल्या पायावर धोंडा पाडून घेतला. इराण कधीकाळी भारताला रुपयामध्ये स्वस्त दरात कच्चे तेल विकायचा. भारत-पाक संघर्षावेळी उघडपणे भारताची बाजू घ्यायचा. परंतु, अमेरिकेच्या दबावाने भारताने इराणशी असलेले कैक दशकांचे जुने व्यापारी आणि सांस्कृतिक संबंध तोडले. इराणमधील गुंतवणुकीवरही पाणी सोडले. इस्रायल, अमेरिकेच्या हल्ल्यात इराणचे सर्वोच्च नेते अयातुल्ला खामेनेई यांच्या मृत्यूनंतर भारताने निषेधाचा एक चकार शब्दही उच्चारला नाही. उलट सौदी, कुवेतमधील हल्ल्यानंतर तेलसाठे आणि मानवतेवरील हल्ले चुकीचे आहेत म्हणत अमेरिका आणि इस्रायलची तळी उचलून धरली. याचा काय व्हायचा तोच परिणाम झाला. याच काळात पाकिस्तानने त्यांच्या संसदेत खामेनेई यांना श्रद्धांजली वाहिली. पाठोपाठ ईदच्या शुभेच्छाही दिल्या. या संघर्षात इराण अमेरिकेवर भारी पडत असल्याचे दिसून आल्यानंतर आणि देशासमोर तेल संकट उभे राहिल्यानंतर भारताला इराणशी संपर्क साधण्याचे सुचले. सुदैवाने इराणने त्याला सकारात्मक प्रतिसाद दिल्यामुळे भारतावरील तेल संकट टळलेले आहे. आपल्या तंबूतील पाकला पुढे करून इराणला वाटाघाटीत नामोहरम करण्याची ट्रम्प यांची योजना आहे. या योजनेला इराण भीक घालण्याची शक्यता नाही. परंतु, ट्रम्पनीतीमुळे आंतरराष्ट्रीय पातळीवर पाकिस्तानचा प्रभाव वाढत आहे, तर भारतीय परराष्ट्र धोरणाच्या बैलाला ढोल, एवढेच म्हणावे लागेल.

याचे परिणाम जगाला भोगावे लागत आहे...

माकडाच्या हाती कोलीत, अशी मराठीत एक म्हण आहे, याचा अर्थ माकड हा प्राणी मुळात अतिशय अस्वस्थ असतो. तो सतत काही ना काही चाळे करत असतो. त्यामुळे इतरांना त्याचा उपद्रव होत असतो. या उपद्रवामुळे इतरांना त्रास होतो, पण त्या माकडाला मात्र त्याचे काही वाटत नाही, उलट, इतरांना होत असलेला त्रास पाहून त्याला मजा वाटते, त्यामुळे तो अधिक चाळे करू लागतो. त्याला इतरांनी कितीही रोखण्याचा प्रयत्न केला तरी ते काही थांबत नाही. अशा माकडाच्या हातात एखादे कोलीत म्हणजे जळणारे लाकूड सापडले तर ते माकड जिकडे तिकडे आग लावत सुटते. आग लागल्यामुळे मोठे नुकसान होत आहे, याचे त्याला भान नसते. इतर लोक होरपळत आहेत, याची त्याला गंमत वाटत असते. इतकेच काय पण त्या आगीत इतरांसोबत आपणही होरपळले जाणार आहोत, इतके समजण्याइतकी त्याला बुद्धीही नसते. त्यामुळे त्याला कसे आवरावे असा प्रश्न लोकांना पडतो. या माकडाची भूमिका सध्या अमेरिकेचे राष्ट्राध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प हे पार पाडत आहेत. इस्त्रायल आणि आखातातील काही देशांमध्ये जे युद्ध सुरू आहे, त्यात ट्रम्प यांनी अमेरिकेला इस्त्रायलच्या बाजूने उतरवले. आखातात इराण हा इस्त्रायलविरोधात लढणारा प्रबळ देश आहे. इराणने अणूबॉम्ब विकसित केला आहे, अशी माहिती आहे. त्यामुळे उद्या युद्धाची तीव्रता वाढली तर आपल्यावर त्याचा वापर केला जाऊ शकतो, त्यामुळे इस्त्रायलला त्याची भीती वाटते.

इराणचे सर्वेसर्वा अयातुल्ला अली खामेनी यांना ठार केल्यावर इराण शरण येईल, असे डोनाल्ड ट्रम्प आणि इस्त्रायलचे पंतप्रधान नेतान्याहू यांना वाटत होते, पण तसे काही होताना दिसत नाही. आता या युद्धाला महिना झाला आहे. युद्ध सुरू असल्यामुळे केवळ भारतातच नव्हे तर जगातील विविध देशांमध्ये इंधनाचा मोठा तुटवडा निर्माण झाला आहे. इंधन नसल्यामुळे त्याचा परिणाम फक्त रस्त्यावर धावणाऱ्या गाड्यांवर नव्हे तर अन्न शिजवण्यास लागणारा गॅसही मिळणे अवघड झाले आहे. त्याचे कारण इराणला लागून असलेल्या होर्मुझ सामुद्रधुनीतून होर्णाया इंधन वाहतुकीवर इराणने बंदी घातली आहे. अशा प्रकारे त्यांनी जगभरातील विविध देशांमध्ये जाणारा इंधन पुरवठा बंद केला आहे. भारताला त्याचा जास्त फटका बसत आहे, कारण भारत हा इंधनासाठी बहुतांशी आखाती देशांवर अवलंबून आहे. याचसोबत इस्त्रायलला अमेरिकेचा पाठिंबा असल्यामुळे आखाती देशांमध्ये होणारे हल्ले ते थांबवायला तयार नाहीत.

उलट, इस्त्रायलचे पंतप्रधान नेत्यान्याहू जगातील देशांना आपल्याला साथ देऊन इराणला नेस्तनाबूत करण्याचे आवाहन करत आहेत, पण त्यांना कुणी प्रतिसाद देत नाही. इराणच्या विरोधात अमेरिका आपल्या मित्रराष्ट्रांना खेचण्याचा आटोकाट प्रयत्न करत आहे, पण त्याला कुणी प्रतिसाद देत नाही. कारण या युद्धात जगभरातील अनेक देशांची इंधनकोंडी तर झालेली आहेच, पण या युद्धामुळे आखाती देशांमध्ये आणि इस्त्रायलमध्ये मोठ्या प्रमाणात माणसे मारली जात आहेत, मालमत्तेचे मोठे नुकसान होत आहे. घरे, इमारती उद्ध्वस्त होत आहेत, पायाभूत सुविधा नष्ट होत आहेत. त्यामुळे प्रचंड नरसंहार करणारे हे युद्ध थांबावे, असे जगभरातील अनेक देशांसोबत अमेरिकी लोकांनाही वाटत आहे. कारण आता जगभरातील लोक अमेरिकी नागरिकांनाही दोष लावू लागले आहेत. कारण तुमचा अध्यक्ष जगावर युद्ध लादून अनेकांचे जगणे मुश्किल करत आहे, असे आरोप समाजमाध्यमांवर होत आहेत.

ट्रम्प यांनी युद्ध थांबवावे, हल्ले करू नयेत, यासाठी अमेरिकेच्या विविध राज्यांसह युरोपमधील काही देशांमधील लाखो लोक शनिवारी रस्त्यावर आले होते. 'नो किंग्ज' निदर्शनामध्ये ते सहभागी झाले होते. ट्रम्प यांच्याविरोधात घोषणाबाजी करण्यात आली. अमेरिकेतील मिनीसोटा, न्यूयॉर्क, वॉशिंग्टन डीसी, डल्लास, फिलाडेल्फिया, लॉसएंजेलिस, सिएटल तसेच लंडन, पॅरिस आणि रोम इथेही लोक मोठ्या संख्येने रस्त्यावर उतरले होते. जगभरातून ट्रम्प यांच्या युद्धखोर धोरणामुळे लोकांचा रोष वाढत आहे. या अगोदर यांनी व्हिनिझुएलाच्या अध्यक्षांना उचलून आणले. आता इराणवर हल्ले सुरू आहेत. यानंतर क्युबाचा नंबर आहे, असे ते सांगत आहेत.

ट्रम्प यांची ही मनमानी लोकांना आता नकोशी वाटू लागली आहे. त्यामुळे जगभरातील लोकांचा ट्रम्प यांच्यासोबतच अमेरिकेतील नागरिकांविरोधात रोष वाढत आहे. कारण अमेरिका ही अटलांटिक महासागराच्या पलीकडे सुरक्षित आहे, तर दुसऱ्या बाजूला असलेल्या जगातील देशांना या आखाती युद्धाच्या प्रचंड झळा बसत आहेत. भारतातील सुमारे १ कोटी लोक आखातातील विविध देशांमध्ये काम करत आहेत. ट्रम्प यांनी वाढीव आयात कराच्या माध्यमातून तसेच भारतीय नागरिकांना भारतात परत पाठविण्याचा पवित्रा घेतल्यामुळे भारताचे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी ट्रम्प यांच्याविरोधात फार आक्रमक भाषेचा अवलंब करू शकत नाहीत. ट्रम्प यांनी इस्त्रायला मदत देणे थांबवले तर युद्धांची तीव्रता कमी होईल. ट्रम्प यांना आवरण्यासाठी केवळ अमेरिका आणि युरोप नव्हे तर संपूर्ण जगाने रस्त्यावर उतरण्याची गरज आहे. कारण या युद्धात जे तेलसाठे उद्ध्वस्त होत आहेत, त्यामुळे अख्या जगाचे वांदे होणार आहेत. अमेरिकी नागरिकांनी ट्रम्प यांना निवडून देण्याची एकदा नव्हे तर दोनदा चूक केली आहे, त्याचे परिणाम जगाला भोगावे लागत आहेत.

सर्व काही आरोग्यासाठी

स्त्रीचे आरोग्य म्हणजे फक्त गर्भारपण व बाळंतपणाच्या वेळचे आरोग्य नव्हे. खरे म्हणजे त्या वेळचे आरोग्य जर सर्व दृष्टीने सुदृढ राखावयाचे असेल तर त्याची काळजी तिच्या जन्मापासूनच घेतली पाहिजे. सुदृढ स्त्रीच सुदृढ आणि कार्यक्षम माता होऊ शकते. म्हणूनच स्त्रीच्या आरोग्याची काळजी व त्यासाठी लागणाऱ्या सुविधा तिला जन्मापासून मिळाल्या पाहिजेत. आयुष्याच्या सर्व टप्प्यांत सुदृढ असलेली स्त्री स्वतः तर स्वावलंबी बनेलच, पण समाजविकासाच्या कार्यालाही हातभार लावील. म्हणून सर्वांनी एकत्र येऊन स्त्रियांना स्वतंत्र, सुदृढ व संपूर्ण जीवन जगण्यास शिकवले पाहिजे. केवळ होणाऱ्या अन्यायासाठी एकत्र न येता आपले आरोग्य उत्तम राहण्यासाठीसुद्धा स्त्रियांनी एकत्र यायला हवे.

ॲक्ने, ब्लॅकहेडचा त्रास दूर करण्यासाठी कसा कराल मुलतानी मातीचा वापर

त्वचेच्या समस्या कमी करण्यासाठी पूर्वीपासून मुलतानी मातीचा वापर केला जातो. या आयुर्वेदिक उपायामुळे ॲक्ने, कळवंडलेली त्वचा, सनटॅन कमी करण्यास मदत होते. मात्र आजकाल कॉस्मेटिक क्रीम्स आणि उपाचारांचा वापर अधिक केला जातो. मात्र त्याचा काही दुष्परिणाम त्वचेवर होऊ शकतो. म्हणूनच हा धोका टाळण्यासाठी मुलतानी माती हा सुरक्षित आणि नैसर्गिक उपाय वापरणे अधिक फायदेशीर आहे.

कशी ठरते मुलतानी माती फायदेशीर?

▮ मुलतानी मातीमध्ये मॅग्नेशियम क्लोराईडचे प्रमाण आढळते. यामुळे ॲक्नेचा त्रास कमी होण्यास मदत होते.

▮ तेलकट त्वचेवर मुलतानी मातीचा वापर केल्यास अतिरिक्त तेल आणि त्वचेचा तेलकटपणा कमी होतो. तसेच पुन्हा पिंपल येण्याचे प्रमाण कमी होते.

▮ चेहऱ्यावर मुलतानी मातीचा फेसपॅक लावल्याने त्वचेवरील मळ कमी होतो. तसेच तेल आणि मृतपेशींचा थर कमी होतो.

▮ मुलतानी मातीमुळे त्वचेवर थंडावा निर्माण होतो. त्यामुळे डाग, लालसरपणा कमी होतो.

▮ उन्हात फिरल्याने होणारे सनटॅन, पिंगमेंटेशनचा त्रास कमी होण्यास मदत होते.

▮ व्हाईटहेड्स, ब्लॅकहेड्सचा त्रास कमी होण्यासाठी मुलतानी माती फायदेशीर ठरते.

▮ चांगल्या आयुर्वेदिक भंडार / दुकानामधून घेतलेल्या मुलतानी मातीचा त्वचेवर मुळीच दुष्परिणाम होत नाही.

त्वचेच्या प्रकार ओळखून त्यानुसार कसे कराल मुलतानी मातीचे फेसपॅक

तेलकट त्वचेसाठी

तुमची त्वचा तेलकट असल्यास योग्य फेसवॉशची निवड करून चेहरा नियमित धुवा. तसेच मुलतानी मातीचा फेसपॅक बनवताना त्यामध्ये गुलाबपाणी आणि चिमूटभर हळद मिसळा. हा पॅक चेहऱ्यावर आणि मानेवर पातळ थराच्या उंचीचा लावा. हा नैसर्गिकरीत्या सुकू द्या. त्यानंतर पाण्याने स्वच्छ धुवा. हा पॅक लावल्यानंतर चेहऱ्याची फार हालचाल करू नका. बोलू नका.

सामान्य त्वचेसाठी

■ सामान्य त्वचेवर मुलतानी मातीचा वापर करताना मुलतानी मातीची पेस्ट गुलाबपाण्याऐवजी दुधात बनवावी.

■ ॲक्नेचा त्रास कमी करण्यासाठी मुलतानी मातीचा वापर करत असल्यास मुलतानी मातीसोबत कडुलिंब, कापूर आणि गुलाबपाण्याचा वापर करा. हा पॅक चेहऱ्यावर आठवड्यातून एकदा लावावा.

■ पिंपल्सचे डाग, खुणा कमी करण्यासाठी मुलतानी माती वापरत असल्यास त्यामध्ये टोमॅटोचा रस मिसळा. सोबतच चंदन, हळदीचा या फेसपॅकमध्ये समावेश करू शकता.

■ चेहऱ्यावर काळे डाग असल्यास मुलतानी मातीमध्ये दही, पुदिन्याची पानं याची पेस्ट मिसळून तयार पॅक चेहऱ्यावर डाग असलेल्या जागी लावावा. अर्धा तासानंतर हा पॅक कोमट पाण्याने स्वच्छ धुवावा.

■ चेहऱ्यावरील त्वचेच्या समस्या कमी करण्यासाठी तुम्ही मुलतानी मातीसोबत काही इसेन्शिअल ऑईल मिसळू शकता.

सकाळी रिकाम्या पोटी स्प्राउटेड चणे खा आणि रोग टाळा

सकाळी : सकाळी रिकाम्या पोटी स्प्राउटेड चणे खाणे खूप फायदेशीर आहे, यामुळे शरीर स्वस्थ राहते आणि रोग जवळपास देखील येत नाही. स्प्राउटेड चणे संपूर्ण किंवा वाटून साखर आणि पाण्यासोबत खाल्ल्याने शरीरातील प्रोटीनचे प्रमाण कायम राहते. तसेच स्नायू देखील मजबूत होतात. कोणत्याही स्वरूपात स्प्राउटेड चणे वापरणे फायदेशीर आहे. हे सलाड म्हणून देखील वापरले जातात. यामध्ये प्रोटीन, विटामिन आणि फायबरचे असलेले प्रमाण तणाव दूर करण्यास मदत करते.

स्प्राउटेड चणे वापरण्याचे ८ फायदे

▮ चण्यामध्ये फायबरची मात्रा जास्त राहते. भिजवून खाल्ल्याने पोट किंवा कब्जा संबंधी समस्या टाळता येते.

▮ मूत्र समस्या असल्यास किंवा पुन्हा पुन्हा मूत्र येत असेल तर चणा अत्यंत फायदेशीर आहे.

▮ रिकाम्या पोटी चणे खाण्याने शरीरात अतिरिक्त प्रमाणात ग्लुकोज बनत नाही. मधुमेह देखील नियंत्रणात राहतो.

▮ मानसिक तणाव असलेल्या लोकांसाठी चणा खूप फायदेशीर आहे.

▮ सकाळी वाटलेल्या चण्यासोबत साखर किंवा पाणी मिसळून प्यायल्याने मानसिक तणाव दूर होतो.

▮ कावीळ असलेल्या रुग्णांनी नियमितपणे चणे खावे. हे बरेच फायदेशीर असतात.

▮ स्प्राउटेड चणे हिरव्या मुगासोबत खाल्ल्याने खाण्याने प्रोटिनची मात्रा वाढते.

▮ याच्या नियमित सेवनाने थकवा दूर होण्यास मदत मिळते.

नाचता नाचता व्यायाम !

झुंबा या प्रकारात एकामागोमाग एक गाणी लावून त्यावर ठरावीक पद्धतीने बसवलेल्या नृत्यासारख्या स्टेप्स केल्या जातात. एरोबिक्स, बॉलीवूड डान्स आणि झुंबा.. सध्या हे व्यायाम प्रकार प्रचंड लोकप्रिय आहेत. ३१ डिसेंबरला आणि नववर्षात छान 'फिट' दिसायचे 'लक्ष्य' ठेवून तरुणांबरोबर मध्यमवयीन वर्गही 'जिम'कडे वळतो आहे. मुळात नाचता नाचता व्यायाम होऊन जाणार ही संकल्पनाच आकर्षक आणि मजेशीर वाटावी अशी आहे. या व्यायाम प्रकारांनी शरीराला नेमका कसा व्यायाम होतो ते जाणून घेऊया एरोबिक्स ट्रेनर डॉ. पलक कुलकर्णी यांच्याकडून..

एरोबिक्स : सत्तरच्या दशकातच परदेशात एरोबिक्स लोकप्रिय होऊ लागले होते. त्यानंतर लोकांनी त्यांच्या व्यायामाच्या गरजेनुसार इतर प्रकार शोधून काढायला सुरुवात केली. 'झुंबा'ची सांगितली जाणारी जन्मकथाही मजेशीर आहे. ज्या व्यक्तीने हा झुंबा शोधला तेही एरोबिक्स ट्रेनर होते. एका दिवशी त्यांची एरोबिक्सची सीडी विसरली आणि लॅटिन प्रकारच्या डान्स सीडीवरून व्यायाम प्रकार घेतले गेले आणि त्यातून झुंबा आला असं म्हटलं जातं. पण झुंबा असो की बॉलीवूड डान्स. सगळ्याचा पाया एरोबिक्स हाच! एरोबिक्स म्हटलं म्हणजे तालबद्ध कवायत डोळ्यासमोर येते. पण उगीचंच कशाही उड्या मारणे किंवा इकडे-तिकडे वळून व्यायाम करणे म्हणजे एरोबिक्स नव्हे. हा प्रकार खूप व्यवस्थित आणि विचारपूर्वक ठरवलेल्या 'स्टेप्स'वर करायचा असतो. रोज तेच तेच करायचा कंटाळा येऊ नये म्हणून सतत वेगवेगळ्या 'कॉम्बिनेशन्स'मध्ये हालचाली केल्या जातात. त्यामुळे आज एरोबिक्समध्ये नवीन काय करणार याची उत्सुकता टिकून राहते. एरोबिक्समध्ये 'फ्लोअर एरोबिक्स' व 'बेंच एरोबिक्स' असे दोन प्रकार आहेत. फ्लोअर एरोबिक्समध्ये सुरुवातीला 'वॉर्मअप' व्यायाम करावे लागतात. यातही नुसते कसेही हात-पाय हलवून चालत नाही. वॉर्मअपच्याही ठरलेल्या स्टेप्स असतात. त्यालाच जोडून ३० ते ४० मिनिटे पोटावरील स्नायूंना (ॲब्ज) तसेच कमरेखालच्या व वरच्या शरीराला व्यायाम दिला जातो. एरोबिक्समध्येसुद्धा बॉलीवूड डान्सच्या काही स्टेप्स करता येतात. ते करताना लोकांना मजा येते. व्यायामाची क्षमता म्हणजे 'स्टॅमिना' कमी असणाऱ्यांना या प्रकाराने सुरुवात करता येईल. जे लोक खूप वर्षांपासून एरोबिक्स करत आहेत त्यांना मात्र बेंच एरोबिक्स हा प्रकार अधिक आवडतो असं दिसून येतं. यातही वॉर्मअप असतोच. पण प्रत्यक्ष व्यायाम 'बेंच'वर म्हणजे ठरावीक उंचीच्या मोड्यांवर साधारण ३० मिनिटांसाठी असतो. कमरेखालचे आणि वरचे शरीर व हृदय यांच्यासाठी हा चांगला व्यायाम आहे. यात बेंचच्या स्टेप्स चढणे व उतरण्यात पायांचाही खूप वापर होतो.

झुंबा आणि बॉलीवूड डान्स

झुंबा या प्रकारात एकामागोमाग एक गाणी लावून त्यावर ठरावीक पद्धतीने बसवलेल्या नृत्यासारख्या स्टेप्स केल्या जातात. यातली संगीत व गाणी ठरलेली असतात. संगीत हेच झुंबाच्या आकर्षणाचे केंद्र आहे. संगीताच्या तालावर पाय आपसूक थिरकायला लागतात आणि नाचायचा हुरूप येतो. ७-८ वर्षांपूर्वीपासून झुंबा आपल्याकडे आला आणि हळूहळू लोकप्रियही होऊ लागला. बॉलीवूड डान्समध्येही वॉर्मअप चुकत नाही. पुढची ३० ते ४० मिनिटे व्यायाम करायचा असल्याने तो गरजेचा असतो. यात रोज हिंदी चित्रपटातील वेगळे गाणे घेऊन त्यावर शरीराला व्यायाम होईल, अशा प्रकारे नाचाच्या स्टेप्स बसवल्या जातात. यातला कोणताही नाच शिकणे व करणे अवघड नसते हे महत्त्वाचे.

गटाने करायच्या व्यायामात अनेकांना नवे मित्र भेटतात हे देखील व्यायाम लोकप्रिय होण्यामागचे कारण असू शकेल. एकट्यानेच चालायला किंवा पळायला जाणे किंवा एकट्यानेच जिममध्ये जाऊन व्यायाम करणे अनेकांना कंटाळवाणे वाटते आणि थोड्या दिवसांनी 'जिम'चा उत्साहसुद्धा कमी कमी होत जातो. याउलट संगीताच्या तालावर नाचण्याचा कंटाळा येत नाही, शिवाय बरोबरीच्या गटातले सगळेच नाचत असतात. त्यामुळे नव्याने आलेल्या व्यक्तीचा उत्साह टिकतो.

तरुण दिसायचे आहे, मग तुमच्यासाठी खास टिप्स...

सर्वच तरुणींना आपली त्वचा सुंदर असावी, आपण छान दिसावे असे वाटत असते. मात्र सर्वांनाच ते जमत नाही, कारण आपण जो फेस पॅकचा वापर करतो तो तितकीच त्वचा गोरी करतो. तुमच्या शरीराचा प्रत्येक भाग छान दिसण्यासाठी आम्ही तुम्हाला देत आहोत काही खास टिप्स, त्या पुढीलप्रमाणे :

■ ज्या लोकांना कोणतीही ॲलर्जी असते अशा लोकांनी मध व दुधात स्नान करणे फायदेशीर असते. या स्नानामुळे त्वचेला अंतर्गत पोषण मिळते. ■ त्वच्या कोमल होण्यासाठी दूध आणि मध एकत्र मिक्स करून स्नान केल्यास त्वच्या कोमल राहते. दुधामधील प्रोटीन आणि फॅटचे प्रमाण त्वचेला आतून एक्सफोलिएट करण्याचे काम करते. याव्यतिरिक्त दुधातील लॅक्टिक ॲसिड मृत पेशींना दूर करण्याचे काम करते. त्यामुळे त्वचेवरील ड्रायनेस कमी होतो. ■ तसेच या स्नानामुळे तुम्ही लवकर वृद्ध होणार नाही त्यामुळे तुमची त्वचा तरुण दिसते. ■ मध आणि दूध एकत्रित घेतल्यास थेट नर्व्हस सिस्टमवर प्रभाव पडतो. दूध त्वचेला कोमल बनवते तर मध त्वचेला नवजीवन प्रदान करते. ■ अरोमासाठी सी सॉल्ट आणि लेव्हेंडर ऑइल वापरले जाते. तणाव दूर करण्यासाठी सुद्धा या मिश्रणाने स्नान केले जाते.

धणे-हळदीच्या मिश्रणाने दूर करा पिंपल, ब्लॅकहेड्सची समस्या!

चेर्हयावरचे डाग, ॲक्ने, ब्लॅकहेड्सच्या समस्येपासून सुटका मिळवण्यासाठी तुम्ही ब्युटीपार्लरमध्ये काही ट्रीटमेंट्स घेतल्या असतील. पण काही घरगुती उपायांनी अगदी सुरक्षितरित्या तुम्ही या समस्येपासून सुटका मिळवू शकता. असाच एक उपाय म्हणजे 'धणे'!

फायदेशीर उपाय - धण्याचं (कोथिंबीरीच्या बिया) पाणी आणि हळद एकत्र करून चेर्हयाला लावावे. यामधील ॲन्टीबॅक्टेरियल गुणधर्म त्वचेवर पिंपल्सची निर्मिती करणाया बॅक्टेरियांचा नाश करतात. कोथिंबीरमध्ये 86.3% मॉईश्चर असते. यामुळे त्वचा रिहायड्रेट होण्यास मदत होते. यामुळे चेर्हयावरील डाग कमी होण्यास मदत होते. हळद आणि कोथिंबीर या दोन्हींमध्ये ॲन्टीऑक्सिडंट्स आणि व्हिटामिन्सचा मुबलक साठा असल्याने त्वचेचा पोत सुधारण्यासाठी मदत होते.

साहित्य-

▮ दोन चमचे धणे ▮ चमचाभर हळद ▮ ग्लासभर पाणी

कसे बनवाल मिश्रण

▮ ग्लासभर पाण्यात धण्याचे दाणे टाकून पाणी उकळा. पाण्याचा रंग बदलल्यानंतर गॅस बंद करा. मिश्रण थंड झाल्यानंतर पाणी गाळून घ्या. ▮ या पाण्यात थोडी हळद मिसळून पेस्ट बनवा. मात्र अतिप्रमाणात हळद वापरू नका, अन्यथा चेहरा पिवळा होईल. ▮ रात्री हे मिश्रण चेहऱ्याला लावा आणि सकाळी चेहरा स्वच्छ धुवा. ▮ सतत तीन-चार रात्री हा प्रयोग केल्यास तुमच्या चेहऱ्यावरील डाग, ॲक्ने कमी होण्यास मदत होईल.

म्हातारपणात सर्वात जास्त होतात हे ३ आजार, ५० वर्षांचे झाले असाल तर सावध व्हा

म्हातारपणात मनुष्याला काही आजारपण जास्त त्रास देतात. हे आजार म्हातारपणाचे दुखणे अधिक वाढवतात. एक्सपर्टचे म्हणणे आहे की, वाढत्या वयात मनुष्याच्या शरीराची प्रतिरोधक क्षमता कमी होऊ लागते आणि त्याला बरेच आजार होऊ लागतात. पण काही असे आजार आहे जे ५० वर्षांहून जास्त वयाच्या महिला आणि पुरुषांना सर्वात जास्त होतात. तर जाणून घेऊ कोणते गंभीर आजार आहेत जे ५० वर्षांनंतर जास्त होतात.

हृदयरोग

सेंटर्स ऑफ डिसिज कंट्रोल अँड प्रीव्हेंशनचे म्हणणे आहे की, अमेरिकेत हृदयरोग पहिल्या क्रमांकावर आहे, जो म्हाताऱ्यांमध्ये जास्त दिसून येतो. ५० वर्षे पूर्ण केल्यानंतर हा आजार वाढू लागतो. भारतीय म्हाताऱ्यांमध्ये हा आजार जास्त प्रमाणात आढळून आला आहे.

कर्करोग

सेंटर फॉर डिसिज कंट्रोलचे म्हणणे आहे की, हार्ट ॲटॅकनंतर दुसऱ्या क्रमांकावर म्हाताऱ्यांमध्ये होणारे आजार म्हणजे कर्करोग. अमेरिकेत हार्ट ॲटॅकनंतर दुसऱ्या क्रमांकावर सर्वात जास्त मृत्यू कर्करोगामुळे होते. ५० वर्षांनंतर पुरुषांमध्ये लंग कर्करोगाचा धोका वाढू लागतो. तसेच महिलांमध्ये या वयात सर्वात जास्त स्तन कर्करोगाची लक्षणे दिसू लागतात. फुफ्फुस आणि स्तन कर्करोगानंतर पोटाचा आणि प्रोटेस्टेट कर्करोगाचा धोका वाढू लागतो.

स्ट्रोक

स्ट्रोक मस्तिष्क संबंधी आजारांमध्ये सर्वात सामान्य आजार आहेत. अमेरिकेत हार्ट ॲटॅक आणि कर्करोगानंतर सर्वात जास्त रुग्णांचा मृत्यू या आजारामुळे होतो. हे आजार सर्वात जास्त म्हाताऱ्या लोकांना प्रभावित करतात.

साहित्य : ताजी द्राक्षे काळी किंवा हरवी- २ वाटी, साखर- १ चमचा, चाट मसाला किंवा काळे मीठ (चवीनुसार), थोडा पुदिना, बर्फाचे तुकडे

कृती: सर्वात आधी द्राक्षे स्वच्छ पाण्याने धुवून घ्या. त्यानंतर मिक्सरच्या भांड्यात द्राक्षे, साखर, काळे मीठ आणि पुदिना एकत्र करून बारीक वाटून घ्या. तयार झालेले मिश्रण एका गाळणीने गाळून घ्या (भरगोस फायबरसाठी न गाळताही पिऊ शकता). आता ग्लासमध्ये बर्फाचे तुकडे टाकून थंडगार ज्यूस सर्व्ह करा.

असे बनवा लोणचे, तर वाढेल चव आणि रंगत...

कैरीचे लोणचे, लिंबाचे लोणचे, मिरचीचे लोणचे, व्हेज लोणचे, अनेक प्रकाराचे लोणचे घरी अगदी आरामात तयार केले जातात. पण हेच लोणचे अधिक चविष्ट बनवण्यासाठी काही सोप्या टिप्स. याने लोणचाच्या रंगही आकर्षक दिसेल.

▮ रंग आणि चव हे दोन्ही वाढवण्यासाठी लोणच्याचा तेलात गरम न करता मोहरीचे तेल घालायला हवं ▮ गोड आंब्याच्या लोणच्यात साखर मिसळून गॅसवर शिजवावे. ▮ चविष्ट लोणचे बनवण्यासाठी कुटलेली नव्हे तर अख्खी मोहरी वापरायला हवी.

टेम्पर्ड ग्लास असूनही का खराब होते मोबाइल स्क्रीन

फोनच्या स्क्रीनला संरक्षण देण्यासाठी तुम्ही देखील टेम्पर्ड ग्लास वापरत असाल. बऱ्याच प्रसंगी हे टेम्पर्ड ग्लासेस फक्त फोन स्क्रॅचपासून वाचवू शकतात. पण, गार्ड डिस्प्ले क्रॅक होण्यापासून वाचवू शकत नाहीत.

स्मार्टफोनला कोणत्याही प्रकारचे नुकसान पोहचू नये आणि संरक्षणाचा अतिरिक्त स्तर देण्यासाठी युजर्स स्क्रीन गार्ड वापरतात. बाजारात अनेक प्रकारचे स्क्रीन गार्ड उपलब्ध आहेत. काही लोक त्यांना टेम्पर्ड ग्लास असेही म्हणतात. तुम्ही रस्त्याच्या कडेला असलेल्या विक्रेत्याकडून स्क्रीन गार्ड विकत घेतल्यास ते जवळपास १०० रुपयांमध्ये सुद्धा मिळेल. काहींना तर, तर ५० रुपयांतही मिळू शकतात. स्मार्टफोनच्या मॉडेलनुसार त्याची किंमत अनेक वेळा वाढते. दुसरीकडे, जर तुम्ही ऑनलाइन गेलात, तर तुम्हाला हे स्क्रीन गार्ड १०० रुपयांपासून ते १००० रुपयांपर्यंतच्या किमतीत मिळतात. स्क्रीन गार्डसाठी इतक्या किमती का? असा प्रश्न तुम्हालाही पडत असेल.

स्क्रीन का तुटते ?

तुम्हाला फोनची स्क्रीन स्क्रॅचपासून वाचवायची असेल, तर हे स्वस्त गार्ड हे काम अगदी सहज करू शकतात. परंतु, काही वेळा ते स्क्रीन तुटण्याचे कारणही बनते. डिस्प्लेवर जाड स्क्रीन गार्ड लावल्यानंतर स्क्रीन आणि कव्हरमधील अंतर संपते. यामुळे, तुमचा फोन पडताच, त्याचा परिणाम डिस्प्लेवर पडतो, जो स्क्रीन गार्ड नसेल तर, कमी होऊ शकते.

टेम्पर्ड ग्लास ऑनलाइन शोधल्यास तुम्हाला १०० रुपयांपासून ते २००० रुपयांपेक्षा अधिक किमतीचे गार्ड उपलब्ध असल्याचे दिसून येईल. महत्त्वाचे म्हणजे या टेम्पर्ड ग्लासची किंमत बाजाराच्या तुलनेत खूपच कमी आहे.

महागड्या स्क्रीन गार्डमध्ये काय खास आहे?

बाजारात उपलब्ध असलेले स्वस्त टेम्पर्ड ग्लास किंवा स्क्रीन प्रोटेक्टर तुमच्या फोनच्या स्क्रीनला स्क्रॅचपासून वाचवू शकतात. पण तुमचा फोन पडला तर हे गार्ड त्यांना सुरक्षित करू शकत नाहीत. स्मार्टफोनची स्क्रीन तुटली नाही तर नशीबच. दुसरीकडे २००० रुपये खर्चून येणारे स्क्रीन प्रोटेक्टर तुमच्या स्क्रीनचे संरक्षण करू शकतात. हे गार्ड तयार करताना उत्तम तंत्रज्ञानाचा वापर केला जातो. त्यांना अशा पद्धतीने बनवण्यात येते की, पडदा पडल्यावर स्क्रीनवर थेट दाब येत नाही. त्याचबरोबर यामध्ये वापरण्यात आलेली काच देखील सामान्यपेक्षा खूपच वेगळी असते आणि हेच त्यांची किंमत जास्त असण्याचे कारण असते.

आता 'मार्कशीट' आणि 'पासिंग सर्टिफिकेट' मिळणार... बोर्डाचा नवीन निर्णय काय?

कागदपत्रांचा गोंधळ संपणार!

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळाने १० वीच्या विद्यार्थ्यांसाठी एक महत्त्वपूर्ण आणि प्रशासकीय सुधारणा करणारा निर्णय घेतला आहे. फेब्रुवारी-मार्च २०२६ पासून होणाऱ्या बोर्डाच्या परीक्षांना बसणाऱ्या विद्यार्थ्यांना आता गुणपत्रिका आणि उत्तीर्ण प्रमाणपत्र यांसाठी दोन वेगळे कागदपत्रे सांभाळावी लागणार नाहीत. मंडळाने हे दोन्ही दस्तऐवज एकत्रित करण्याचा ऐतिहासिक निर्णय घेतला असून, आता विद्यार्थ्यांना एकच 'कॉम्बो' दस्तऐवज दिले जाणार आहे. या निर्णयामुळे विद्यार्थ्यांची कागदपत्रांची जुळवाजुळव करण्याची धावपळ थांबणार असून, पुढील प्रवेश प्रक्रियेतही मोठी सुलभता येणार आहे. शैक्षणिक कागदपत्रांचे ओझे कमी करण्याच्या दिशेने बोर्डाने उचललेले हे एक स्वागतार्ह पाऊल मानले जात आहे.

बोर्डाचा मोठा बदल

बोर्डाचे सचिव दीपक माळी यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, आता गुणपत्रिका आणि प्रमाणपत्रावर नावाचा क्रम बदलण्यात आला आहे. गेल्या अनेक वर्षांपासून चालत आलेली 'आडनाव प्रथम' ही पद्धत आता बंद होणार आहे. नवीन नियमानुसार, विद्यार्थ्यांच्या नावाचे स्वरूप विद्यार्थ्याचे स्वतःचे नाव, वडिलांचे नाव आणि आडनाव असं असणार आहे. हा बदल अधिक सुसंगत, स्पष्ट आणि आधुनिक असल्याचे बोर्डाने म्हटले आहे. विद्यार्थ्यांची ओळख पटवणे अधिक सोपे व्हावे आणि नावाचा गोंधळ टाळावा, या उद्देशाने हा ऐतिहासिक निर्णय घेण्यात आला आहे. २०२६ च्या परीक्षेपासून विद्यार्थ्यांना ही बदललेली नावे आपल्या प्रमाणपत्रावर पाहायला मिळणार आहेत.

फोटो आता बदलता येणार!

दहावी-बारावीच्या विद्यार्थ्यांच्या ओळखपत्रात कोणतीही चूक राहू नये, यासाठी राज्य शिक्षण मंडळाने कडक पावले उचलली आहेत. बोर्डाच्या रेकॉर्डवर किंवा हॉल तिकीटावर विद्यार्थ्याचा फोटो अस्पष्ट असल्यास, तो त्वरित बदलण्याची मुभा देण्यात आली आहे. मुख्याध्यापकांना त्यांच्या स्तरावर हे फोटो बदलून ते साक्षांकित करण्याचे अधिकार देण्यात आले आहेत. विद्यार्थ्यांचे नाव आणि फोटोंची पडताळणी करण्याचे काम सध्या 'मिशन मोड' वर सुरू असून, मुख्याध्यापकांनी ही प्रक्रिया तातडीने पूर्ण करावी, असे निर्देश बोर्डाने दिले आहेत. परीक्षेच्या वेळी विद्यार्थ्यांची ओळख पटवताना कोणताही अडथळा येऊ नये, हा यामागचा मुख्य उद्देश आहे.

बोर्ड सचिवांचे विद्यार्थ्यांना महत्त्वाचे आवाहन

दहावी-बारावीच्या परीक्षेला बसणाऱ्या विद्यार्थ्यांनी आपले हॉल तिकीट (प्रवेशपत्र) अत्यंत बारकाईने तपासावे, असे आवाहन राज्य मंडळाचे सचिव दीपक माळी यांनी केले आहे. अंतिम प्रमाणपत्रावर कोणत्याही चुका येऊ नयेत, यासाठी विद्यार्थ्यांनी आत्ताच सतर्क राहणे गरजेचे असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले. हॉल तिकीटावरील नावाचे स्पेलिंग, स्वतःचे नाव, वडिलांचे नाव किंवा फोटो यामध्ये काहीही त्रुटी आढळल्यास, विद्यार्थ्यांनी घाबरून न जाता तातडीने आपल्या शाळेच्या मुख्याध्यापकांशी संपर्क साधावा. मुख्याध्यापकांच्या माध्यमातून या चुका वेळेत दुरुस्त करून घेता येतील. एकदा का निकाल जाहीर झाला की दुरुस्तीची प्रक्रिया कठीण होते, त्यामुळे विद्यार्थ्यांनी ही पडताळणी 'लास्ट मिनिट' पर्यंत न थांबवता आत्ताच पूर्ण करावी, असे निर्देश देण्यात आले आहेत.

प्रवेश आणि नोकरीची प्रक्रिया होणार जलद

बोर्डाच्या गुणपत्रिका आणि उत्तीर्ण प्रमाणपत्र एकत्र करण्याच्या निर्णयामुळे केवळ विद्यार्थ्यांचा ताण कमी झाला नसून, भविष्यातील प्रशासकीय प्रक्रियेला मोठी गती मिळणार आहे. दोन स्वतंत्र कागदपत्रे सांभाळण्याऐवजी आता एकाच दस्तऐवजात सर्व माहिती उपलब्ध होणार असल्याने पडताळणीची प्रक्रिया अधिक सोपी होणार आहे. उच्च शिक्षणासाठी प्रवेश घेताना किंवा नोकरीच्या अजार्वेळी अनेकदा दोन वेगवेगळ्या प्रमाणपत्रांची तपासणी करावी लागत असे. मात्र, आता 'सिंगल डॉक्युमेंट' धोरणामुळे ही पडताळणी अत्यंत वेगाने पूर्ण होईल. यामुळे विद्यार्थ्यांचा वेळ वाचणार असून कागदपत्रे गहाळ होण्याची भीतीही उरणार नाही. डिजीटल युगाशी सुसंगत असा हा बदल शिक्षण क्षेत्रासाठी अत्यंत फायदेशीर ठरणार आहे.

आर्थिक वर्षाच्या अखेरीस मंत्रालयात 'जीआर'चा पाऊस

■मुंबई। प्रतिनिधी,

आर्थिक वर्षाच्या अखेरीस मंत्रालयात 'जीआर'चा पाऊस पडताना दिसला. गेल्या चार दिवसांत मंत्रालयातील विविध विभागांनी तब्बल ९५१ शासन निर्णय (जीआर) निर्गमित करून एक नवा विक्रम प्रस्थापित केला. विशेष म्हणजे, शनिवार-रविवार आणि महावीर जयंतीची सार्वजनिक सुट्टी असतानाही प्रशासन पूर्णवेळ कार्यरत होते.

३१ मार्च रोजी संपणाऱ्या २०२४-२५ या आर्थिक वर्षाचा निधी व्यपगत (लॅप्स) होऊ नये, यासाठी प्रस्तावांवर मान्यतेची मोहोर उठवण्याचा सपाटा मंत्रालयात पाहायला मिळाला. सुट्टीच्या दिवशी, मंगळवारी एका दिवसात २६७ जीआर प्रसिद्ध करण्यात आले. या काळात मंत्री, त्यांचे खासगी सचिव, विविध विभागांचे सचिव आणि कर्मचारी मंत्रालयात तळ ठोकून होते. १ एप्रिलपासून सुरू होणाऱ्या नवीन आर्थिक वर्षापूर्वी प्रलंबित कामे मार्गी लावण्यासाठी ही प्रशासकीय तत्परता दाखवण्यात आली.

मार्चच्या शेवटच्या आठवड्यात शनिवार, रविवार आणि मंगळवार अशा तीन सुट्ट्या आल्या होत्या. केवळ सोमवार हा कामकाजाचा दिवस होता. मात्र, 'मार्च एंड'चे उद्दिष्ट डोळ्यासमोर ठेवून सर्वच विभागात कर्मचारी हजर होते. अनेक विभागांमध्ये रात्री उशिरापर्यंत शासन निर्णय पोर्टलवर अपलोड करण्याचे काम सुरू होते.

कोणी किती जीआर काढले?

- पर्यटन व सांस्कृतिक कार्य विभाग - १२२
- दिव्यांग कल्याण विभाग - १००
- शालेय शिक्षण विभाग - ८५
- मृद व जलसंधारण विभाग - ६५
- महसूल व वन विभाग - ६४
- उद्योग, ऊर्जा व कामगार विभाग - ६१
- सहकार व वस्त्रोद्योग विभाग - ५३
- गृह विभाग - ४१
- कृषी विभाग - ३५
- सार्वजनिक आरोग्य विभाग - ३५
- अल्पसंख्याक विकास विभाग - १४

सरकारी नियमांनुसार, मंजूर झालेला निधी ३१ मार्चच्या रात्री १२ वाजेपर्यंत खर्च न झाल्यास तो पुन्हा सरकारी तिजोरीत जमा होतो. अनेक विकासकामे, योजनांचे अनुदान आणि कंत्राटदारांची देयके अदा करण्यासाठी शासन निर्णय काढणे अनिवार्य असते. हा निधी वाचवण्यासाठी आणि नवीन वर्षात कामांना गती देण्यासाठी ही कार्यवाही करण्यात आली.

ई-केवायसी पूर्ण न केल्यास पगार रखडणार

■मुंबई। प्रतिनिधी,

राज्य सरकारने घेतलेल्या महत्त्वाच्या निर्णयामुळे सर्व राज्य सरकारी कर्मचाऱ्यांना आता पगार मिळवण्यासाठी ईकेवायसी बंधनकारक करण्यात आली आहे. एप्रिलपासून पुढील पगार आता ईकेवायसी केल्यानंतरच कर्मचाऱ्यांना मिळणार आहे. लाडकी बहीण योजनेनंतर आता राज्य सरकारने सरकारी अधिकारी आणि कर्मचाऱ्यांसाठी 'ई-केवायसी' अनिवार्य करण्याचा मोठा निर्णय घेतला आहे. पारदर्शकता आणण्यासाठी आणि वेतनातील गैरप्रकार रोखण्यासाठी प्रशासनाने हे पाऊल उचलले आहे. ज्या कर्मचाऱ्यांची ई-केवायसी प्रक्रिया पूर्ण होणार नाही, त्यांच्या पुढच्या महिन्याच्या पगारावर टांगती तलवार असणार आहे. वित्त विभागाने यासंदर्भात अधिकृत परिपत्रक जारी करून सर्व विभागांना सूचना दिल्या आहेत.

राज्यात सध्या अंदाजे १८ लाख सरकारी कर्मचारी कार्यरत आहेत. या कर्मचाऱ्यांच्या पगारासाठी 'सेवार्थ' प्रणालीचा वापर केला जातो. तपासणी दरम्यान सेवार्थ प्रणालीमध्ये काही कर्मचाऱ्यांची माहिती दोन

वेळा आढळून आली आहे. त्यामुळे एकाच व्यक्तीला दोनदा पगार किंवा चुकीच्या पद्धतीने वेतन दिले जाऊ नये, यासाठी सरकारने आधार आधारित ई-केवायसी सक्तीची केली आहे. कर्मचाऱ्याचा आधार क्रमांक, पॅन कार्ड आणि बँक खाते यांची अचूक पडताळणी व्हावी हा यामागील मुख्य उद्देश आहे.

राज्य सरकारच्या नवीन नियमानुसार, कर्मचाऱ्यांना एप्रिल आणि मे महिन्याचे वेतन मिळवण्यासाठी ई-केवायसी करणे बंधनकारक आहे. कर्मचाऱ्यांनी आपली ई-केवायसी प्रक्रिया पूर्ण करून त्याचे प्रमाणपत्र संबंधित विभाग प्रमुखांकडे जमा करणे आवश्यक आहे. सेवार्थ प्रणालीतील बँक खाते आणि ई-केवायसी मधील बँक खाते यांची पडताळणी झाल्यानंतरच पगार खात्यात जमा होईल.

▸ ई-केवायसी करण्यापूर्वी या गोष्टी तपासा : प्रक्रिया सुरळीत पार पडण्यासाठी कर्मचाऱ्यांनी काही महत्त्वाच्या बाबींची खात्री करून घेणे आवश्यक आहे. तुमचे बँक खाते आधार कार्डशी लिंक असणे अनिवार्य आहे. जर लिंक नसेल, तर त्वरित बँकेत जाऊन हे काम पूर्ण करा. आधार कार्डवरील नाव आणि सेवार्थ प्रणालीतील नाव यामध्ये तफावत नसावी. तसेच ई-केवायसी यशस्वी झाल्याचे डिजिटल प्रमाणपत्र आपल्या कार्यालयात वेळेत सादर करणे देखील बंधनकारक करण्यात आले आहे.

▸ सेवार्थ प्रणालीत होणार बदल : या निर्णयामुळे आता प्रत्येक कर्मचाऱ्याची माहिती नव्याने अपडेट केली जाणार आहे. यामुळे प्रशासकीय कामात सुसूत्रता येईल आणि सरकारी तिजोरीवर होणारा अनावश्यक बोजा कमी होण्यास मदत होईल. जे कर्मचारी ही प्रक्रिया पूर्ण करणार नाहीत, त्यांना एप्रिल महिन्यापासून पगारासाठी प्रतीक्षा करावी लागू शकते.

बदलापुरात बॅरेज रोड ते होप इंडियादरम्यान नवा उड्डाणपूल... एमएमआरडीएकडून डीपीआरसाठी निविदा

वाहतूककोंडीपासून दिलासा

सध्या रमेशवाडी, बदलापूर गाव आणि आसपासच्या ग्रामीण भागातील नागरिकांना पूर्व भागात जाण्यासाठी रेल्वे स्थानकाजवळील गर्दीच्या उड्डाणपुलावरूनच प्रवास करावा लागतो. नव्या उड्डाणपुलामुळे हा प्रवास काही मिनिटांत पूर्ण होणार असून स्थानक परिसरातील कोंडी कमी होण्यास मदत होईल. तसेच विद्यमान उड्डाणपुलावरील ताणही घटेल.

सहा महिन्यांत डीपीआर अपेक्षित

या प्रकल्पांतर्गत व्यवहार्यता अभ्यास, सविस्तर आराखडा, वाहतूक सर्वेक्षण, पुढील ४० वर्षांची वाहतूक गरज, अतिरिक्त मार्गिका, तसेच भूसंपादन, पुनर्वसन आणि प्रकल्पग्रस्तांशी समन्वय अशा बाबींचा सखोल अभ्यास केला जाणार आहे. निविदा प्रक्रियेनंतर सहा महिन्यांत डीपीआर सादर करणे अपेक्षित आहे. या उड्डाणपुलामुळे बदलापूरच्या वाहतूक व्यवस्थेत मोठा बदल होण्याची अपेक्षा व्यक्त केली जात आहे.

■बदलापूर। प्रतिनिधी,

बदलापूर शहरातील वाढत्या वाहतूककोंडीवर तोडगा काढण्यासाठी बॅरेज रोड ते होप इंडिया परिसरादरम्यान नवा उड्डाणपूल उभारण्याचा महत्त्वाचा निर्णय पुढे सरकत आहे. या बहुप्रतीक्षित प्रकल्पासाठी सविस्तर प्रकल्प अहवाल (डीपीआर) तयार करण्यासाठी मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरण (एमएमआरडीए) कडून निविदा मागवण्यात आल्या आहेत.

बदलापूर पश्चिमेतील बॅरेज रोड परिसरातून रेल्वे रूळ ओलांडून पूर्वेकडील होप इंडिया परिसरात उतरणारा हा उड्डाणपूल शहरातील पूर्व-

पश्चिम दळणवळण सुलभ करणार आहे. सध्या शहरात पूर्व आणि पश्चिम भाग जोडण्यासाठी केवळ एकच उड्डाणपूल उपलब्ध असल्याने दररोज मोठ्या प्रमाणात वाहनांची गर्दी होते. विशेषतः पावसाळ्यात खड्डयांमुळे वाहतूक मंदावून लांबच लांब रांगा लागतात. दरम्यान, शहरातून JNPT to Vadodara Expressway तसेच बदलापूर ते नवी मुंबई प्रवेश नियंत्रित महामार्ग जात असला तरी अंतर्गत वाहतुकीची समस्या कायम आहे. त्यामुळे पयार्यी उड्डाणपुलांची मागणी गेल्या काही वर्षांत तीव्र झाली होती.

याआधी बेलवली येथील शिवमंदिर तलाव ते कार्मेल शाळा दरम्यान उड्डाणपूल उभारणीची प्रक्रिया पूर्ण झाली असून, त्याचा काही प्रमाणात दिलासा मिळणार आहे. मात्र खरवई, बॅरेज रोड आणि स्थानक परिसरातील कोंडी कायम राहण्याची शक्यता असल्याने बॅरेज रोड ते होप इंडिया उड्डाणपूल अत्यंत महत्त्वाचा मानला जात आहे.

शीर कापलेल्या मृतदेहाचं गुढ उकललं, आरोपी गजाआड

■विरार। प्रतिनिधी,

पेल्हार परिसरात शीर नसलेल्या अनोळखी पुरुषाचा मृतदेह आढळून आल्याने खळबळ उडाली होती. या प्रकरणाचा अवघ्या आठ तासांत छडा लावत पेल्हार पोलीस ठाण्याच्या गुन्हे प्रकटीकरण पथकाने दोन आरोपींना अटक केली आहे.

पेल्हार पोलिसांच्या हद्दीतील सोपारा फाटा परिसरात एका आंब्याच्या वाडीत झाडाझुडपात प्लास्टिकच्या गोणीत भरलेला शीर नसलेला पुरुषाचा मृतदेह ३० मार्च रोजी मंगळवारी सकाळी सुमारे ९ वाजण्याच्या सुमारास आढळून आला होता. मृतदेहावर धारदार शस्त्राने अनेक वार करण्यात आल्याचे

स्पष्ट दिसून येत होते. याप्रकरणी पेल्हार पोलीस ठाण्यात अज्ञात व्यक्तीविरुद्ध खुनाचा गुन्हा दाखल करण्यात आला.

घटनास्थळी वरिष्ठ अधिकार्यांनी परिसरातील २०० ते ३०० सीसीटीव्ही कॅमेर्यांची तपासणी करून संशयित वाहनांचा मागोवा घेत तपास करत असताना दिनेशकुमार प्रजापती (२७) याला ताब्यात घेण्यात आले. चौकशीत त्याने साथीदार संदीप तिवारी (३५) याच्यासह हा खून केल्याची कबुली दिली आहे. मृत व्यक्तीची ओळख अशोक सिंग राजपूत (३२, रा. राजस्थान) अशी पटली असून तो आरोपींचा मित्र होता. किराणा व्यवसायातील आर्थिक वादातून आरोपींनी त्याचा धारदार शस्त्राने खून करून ओळख पटू नये म्हणून शीर वेगळे केले होते. मृतदेह पेल्हारमधील आंब्याच्या वाडीत फेकून शीर तानसा नदीत टाकण्यात आले होते. पोलिसांनी ड्रोनच्या साहाय्याने शोध घेऊन नदीकिनारी झाडाझुडपात गुंडाळलेल्या अवस्थेत शीर व मोबाईल जप्त केला आहे. दोन्ही आरोपींना १० एप्रिलपर्यंत पोलीस कोठडी सुनावण्यात आली असून पुढील तपास वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक सचिन कांबळे यांच्या मार्गदर्शनाखाली सुरू आहे.

लडकी का चक्कर बाबू भैया... मुलीसाठी ट्रॅकवरच भिडले! अचानक ट्रेन आली अन्...

काय आहे व्हिडीओमध्ये?

मध्य रेल्वेच्या रुळांवर झालेली ही फ्री स्टाईल हाणामारी मुलुंड स्थानकातील असल्याचं सांगितलं जात आहे. व्हिडीओत अगदी रुळांवर एकमेकांच्या उरावर चढून हाणामारी करणारे हे दोघे एका मुलीवरुन भांडत असल्याची माहिती समोर येत आहे. दोघेही एकमेकांना मारहाण करताना आधी इतर प्रवासी प्लॅटफॉर्मवरुन पाहत असतात. तितक्यात एक जण या दोघांचा वाद सोडवण्यासाठी खाली उतरतो आणि ट्रेनचा हॉर्न वाजतो. ट्रेनचा हॉर्न ऐकूनच अनेकांनी या दोघांना ट्रेन येत असल्याचं सांगत ट्रॅकवरुन बाजूला होण्यास सांगितलं. मात्र ट्रेन येत असल्याचं सांगितल्यानंतरही दोघे हाणामारी करत राहिली. त्यावेळी तिसऱ्या व्यक्तीने ट्रेन येण्याआधी या दोघांना ट्रॅकवरुन बाजूला केलं. आधी या प्रवाशाने ट्रेन आल्यावर दोन्ही तरुणांना त्या ट्रॅकवरुन बाजूला करून एकमेकांपासून दूर करण्याचा प्रयत्न केला. मात्र त्यानंतरही ते ऐकत नसल्याने एकाला उचलून थेट प्लॅटफॉर्मवर फेकून दिलं.

■मुंबई। प्रतिनिधी,

प्रेमात आणि युद्धात सारं काही माफ असतं असं म्हणतात. सध्या तरी जागतिक स्तरावर सुरु असलेल्या इराण आणि इस्रायल युद्धामध्ये अडकलेल्या अमेरिकेला स्वतःला पाय या युद्धातून काढून घेण्याची घाई लागली असल्याचं चित्र दिसत आहे.

जागतिक स्तरावर हा गोंधळ सुरु असतानाच मुंबईत 'प्रेमात आणि युद्धात सारं काही माफ असतं' मधील प्रेम हा विषय एवढ्या गांभीर्याने घेण्यात आलाय की दोन तरुण अगदी रेल्वे ट्रॅकवर एकमेकांना भिडल्याचं दिसून आलं आहे. या दोघांचा व्हिडीओ सोशल मीडियावर चांगलाच व्हायरल

होतोय. विशेष म्हणजे ही प्रेमासाठीची हाणामारी लव्ह ट्रँगलमधून म्हणजेच एकाच मुलीसाठी दोघे एकमेकांना भिडल्याने झाली आहे. नेमकं घडलं काय पाहूयात...

एका मुलीसाठी दोघांमध्ये हाणामारी

खरं तर जगातील सर्वाधिक प्रवासी वाहून नेणारी उपनगरीय रेल्वे वाहतूक म्हणून जगभरात ओळख असलेल्या मुंबई उपनगरीय रेल्वे मार्गावर एवढ्या गोष्टी घडत असतात की त्याचे व्हिडीओ वेळोवेळी व्हायरल होत असतात. कधी सीसीटीव्ही फुटेज तर कधी रेल्वेच्या डब्ब्यातील हाणामारी चर्चेत असते. मात्र आता व्हायरल झालेला व्हिडीओ हा प्रेमासाठी जीव धोक्यात घालून एकमेकांची धुलाई करणाऱ्या दोन तरुणांचा असून हे दोघे अगदी रेल्वेच्या रुळांवर गाड्यांची ये-जा सुरु असताना एका मुलीसाठी लढताना दिसत आहेत. व्हायरल व्हिडीओ हा प्लॅटफॉर्मवरील प्रवाशांनी काढलेला असून तो सध्या चांगलाच चर्चेत आहे.

पोलीस कुठे?

मात्र हा सारा प्रकार घडत असताना एकही रेल्वे पोलीस कर्मचारी घटनास्थळी आला नाही. यावरुनच प्रवाशांच्या सुरक्षेसंदर्भात प्रश्नचिन्ह उपस्थित केलं जात आहे. या व्हायरल व्हिडिओची दखल घेऊन रेल्वे पोलीस तपास करून काय कारवाई करतात हे पाहणं महत्त्वाचं ठरणार आहे.

उपचारासाठी दाखल करण्यात आलेल्या मतिमंद महिलेवर बलात्कार, 14 जण दोषी

■नवी मुंबई। प्रतिनिधी,

उपचारासाठी दाखल करण्यात आलेल्या एका मतिमंद महिलेवर बलात्कार करण्यात आल्याची घटना समोर आली आहे. उत्तर प्रदेशातील आयुर्विज्ञान विश्वविद्यालयातील मानसिक रोग विभागात ही घटना घडली. याप्रकरणी चौकशीसाठी एक समिती गठित करण्यात आली होती. या समितीच्या चौकशीत मानसिक रोग विभागाच्या प्रमुखासह स्टाफमधील 14 जण दोषी आढळले आहेत.

पीडिता पाच महिन्यांची गर्भवती

38 वर्षीय पीडितेला 14 जून 2025 रोजी या विश्वविद्यालयात उपचारासाठी भरती करण्यात आले होते. यानंतर 17 मार्च 2026 रोजी तपासणी दरम्यान पीडिता पाच महिन्यांची गर्भवती असल्याचे आढळले होते. यानंतर चांगलीच खळबळ माजली होती. दोषींना लवकरात लवकर शोधून त्यांच्यावर कारवाई व्हावी अशी मागणी करण्यात येत होती. यानंतर पोलिसांनी तत्परता दाखवत एका सफाई कर्मचाऱ्याला अटक केली होती.

आरोपी आणि पीडितेची डीएनए चाचणी

पीडिता गर्भवती आढळल्यानंतर सुरुवातील रविंद्र कुमार वाल्मिकी या सफाई कर्मचाऱ्याला पोलिसांनी अटक करण्यात आली होती. यानंतर पोलिसांनी पीडिता आणि आरोपीची डीएनए चाचणी केली. तसेच पीडितेची साक्षदेखील नोंदवली गेली. यानंतर विश्वविद्यालयाच्या प्रशासनाने या प्रकरणाच्या चौकशीसाठी समिती गठित केली होती.

समितीच्या चौकशीत 14 जण दोषी

शनिवारी समितीच्या कार्यपरिषदेचे आयोजन करण्यात आले होते. यावेळी समितीने विभागप्रमुख प्रोफेसर ए.के.मिश्रा आणि स्टाफमधील 14 जण दोषी असल्याचे सांगितले. यासोबतच विश्वविद्यालयात सफाई काम करणाऱ्या सन फॅसिलीटी सर्व्हिसेस लिमिटेड कंपनीच्या निष्काळजीपणावरही समितीने ताशेरे ओढले आहेत. सर्व दोषींविरोधात कारवाई सुरु करण्याचे आदेश समितीने दिले आहेत.

घराच्या अंगणातच अल्पवयीन मुलीवर 19 वर्षीय तरुण करत होता अत्याचार

■वाशिम। प्रतिनिधी,

वाशिम जिल्ह्यातील कारंजा तालुक्यातील खानापूर गावात एका 14 वर्षीय अल्पवयीन मुलीवर 19 वर्षीय तरुणाने अत्याचार केल्याची संतापजनक घटना उघडकीस आली आहे. या प्रकरणी पीडित मुलीच्या वडिलांनी कारंजा ग्रामीण पोलीस ठाण्यात तक्रार दाखल केली असून, पोलिसांनी तात्काळ पावले उचलत आरोपीला बेड्या ठोकल्या आहेत. या घटनेमुळे परिसरात तीव्र संताप व्यक्त केला जात आहे.

अंगणातच मुलीसोबत..

मिळालेल्या माहितीनुसार, 28 मार्चच्या रात्री पीडित मुलगी आपल्या कुटुंबासह जेवण करून झोपण्याच्या तयारीत होती. रात्री 11 वाजेच्या सुमारास मुलीच्या भावाच्या लक्षात आले की त्याची बहीण खोलीत नाही. त्यानंतर वडिलांनी मुलासह मुलीचा शोध सुरू केला असता, घराच्या अंगणातच त्यांना मुलगी जमिनीवर पडलेली दिसली आणि तिच्यासोबत एक तरुण संशयास्पद अवस्थेत आढळून आला.

शेजारच्या गावातील तरुण

मुलीच्या वडिलांनी आरडाओरडा करताच तो तरुण तिथून पळून जाण्यात यशस्वी झाला. वडिलांनी जेव्हा आपल्या मुलीकडे चौकशी केली, तेव्हा तिने सांगितले की तो तरुण शेजारच्या गावातील ओळखीचा असून तिला भेटायला आला होता, मात्र त्याने तिच्यासोबत जबरदस्ती केली. या धक्कादायक माहितीनंतर वडिलांनी थेट पोलीस ठाणे गाठून घडलेला प्रकार सांगितला.

पोलिसांची त्वरित कारवाई

कारंजा ग्रामीण पोलिसांनी घटनेचे गांभीर्य ओळखून तातडीने तपास चक्रे फिरवली आणि आरोपी तरुणाला त्याच्या गावातून ताब्यात घेतले. पोलीस अधिकारी संतोष इंगळे यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, आरोपीवर बलात्कार आणि पोक्सो कायद्यांतर्गत विविध कलमान्वये गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. आरोपीला आज न्यायालयात हजर करण्यात येणार असून पोलीस पुढील तपास करत आहेत.

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 - ७४०००११४७४. 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