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-२७३ ● मुंबई, बुधवार, ०६ मे २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

नराधम कांबळेच्या अडचणीत वाढ

स्वतःच्याच कुटुंबाने फिरवली पाठ, आरोपीच्या पत्नीची 'ही' मागणी

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

पुण्यातील नसरापूरमध्ये घडलेल्या साडेतीन वर्षांच्या चिमुरडीवरील अमानुष अत्याचार आणि निर्घृण हत्येच्या घटनेने संपूर्ण महाराष्ट्र केवळ हादरलाच नाही, तर संताप व्यक्त करत रस्त्यावर उतरला आहे. माणुसकीला काळिमा फासणाऱ्या या कृत्यामुळे जनमानसात तीव्र संतापाची लाट असतानाच, या खटल्याला आता एक अत्यंत वेगळे आणि महत्त्वाचे वळण मिळाले आहे. या प्रकरणातील मुख्य आरोपी, ६५ वर्षीय भीमराव कांबळे याच्या विरोधात आता खुद्द त्याचे रक्ताचे नातेवाईकच ढाल बनून उभे राहिले आहेत. आरोपीच्या पत्नीने आणि मुलाने त्याच्या कृत्याचा जाहीर निषेध करत त्याच्याशी असलेले सर्व संबंध तोडून टाकले आहेत. स्वतःच्याच कुटुंबीयांनी आरोपीच्या विरोधात घेतलेली ही आक्रमक आणि न्याय्य भूमिका या संपूर्ण कायदेशीर लढाईत 'मैलाचा दगड' ठरणार असून, नराधमाला फासापर्यंत नेण्यासाठी हा सर्वात मोठा पुरावा मानला जात आहे.

'त्याला जिवंत ठेवू नका'; पत्नी आणि मुलाचा संताप

आरोपी भीमराव कांबळे याने केलेल्या घृणास्पद कृत्यानंतर त्याच्या कुटुंबाने त्याच्याशी असलेले सर्व नाते नाकारले आहे. "ज्या नराधमाने एका निष्पाप जिवाचा असा छळ केला, त्याला समाजात जगण्याचा कोणताही अधिकार नाही. त्याला दगडाने ठेचून मारले पाहिजे किंवा फासावर लटकवले पाहिजे," अशी संतप्त भावना त्याच्या पत्नीने व्यक्त केली आहे. आरोपीच्या मुलानेही आपल्या वडिलांच्या कृत्याचा निषेध करत, त्यांना कठोरात कठोर शासन व्हावे, अशी मागणी प्रशासनाकडे केली आहे.

कौटुंबिक साक्ष ठरणार 'भक्कम पुरावा'

या प्रकरणाचा तपास करत असताना पुणे ग्रामीण पोलिसांनी एक महत्त्वपूर्ण निर्णय घेतला आहे. आरोपीच्या कुटुंबीयांनी माध्यमांसमोर दिलेली प्रतिक्रिया आणि त्यांची आक्रमक भूमिका आता पोलीस न्यायालयात पुरावा म्हणून सादर करणार आहेत. जेव्हा रक्ताची नातीच

आरोपीच्या विरोधात साक्ष देतात, तेव्हा गुन्ह्याचे गांभीर्य अधिक स्पष्ट होते. कौटुंबिक स्तरावर असलेला हा तीव्र विरोध आरोपीला शिक्षा मिळवून देण्यासाठी कायदेशीरदृष्ट्या पोलिसांची बाजू भक्कम करणार आहे. "त्या चिमुरडीच्या आत्म्याला काय यातना झाल्या असतील? तिच्या आईच्या दुःखाची कल्पनाही करवत नाही. माझ्या पतीला त्याच गोठ्यात शिक्षा द्या जिथे त्याने हे कृत्य केले." आरोपीची पत्नी

दहा वर्षांपासून तुटलेले संबंध

आरोपीच्या मुलाने दिलेल्या माहितीनुसार, भीमराव कांबळे हा विकृत मानसिकतेचा असून १० वर्षांपूर्वी त्याने स्वतःच्या पुतणीवरही अत्याचार केला होता. त्या घटनेनंतर कुटुंबाने त्याच्याशी असलेले सर्व संबंध तोडून टाकले होते आणि ते वेगळे राहत होते. "अशा व्यक्तीला आमचा बाप म्हणवून घेताना आम्हाला लाज वाटते," अशा शब्दांत मुलाने आपल्या भावना व्यक्त केल्या असून पीडित बालिकेला लवकरात लवकर न्याय मिळण्याची अपेक्षा व्यक्त केली आहे.

न्यायालयीन प्रक्रियेत काय होणार?

पुणे पोलीस आता या प्रकरणाचा तपास जलदगतीने पूर्ण करत असून, कुटुंबीयांचे जबाब आणि त्यांनी व्यक्त केलेला निषेध 'डाईंग डिक्लेरेशन' किंवा 'परिस्थितीजन्य पुराव्यांच्या' धर्तीवर न्यायालयात मांडले जाण्याची शक्यता आहे. यामुळे आरोपीला कोणत्याही परिस्थितीत सवलत मिळणार नाही, याची खात्री पोलीस प्रशासन करत आहे.

नसरापूर प्रकरणात संतापजनक खुलासा! शवविच्छेदन अहवालातून समोर आले धक्कादायक तपशील

पुणे : पुण्यातील नसरापूर येथे घडलेल्या साडेतीन वर्षांच्या चिमुरडीवरील अत्याचार आणि निर्घृण हत्येच्या घटनेने संपूर्ण महाराष्ट्र हादरला आहे. या प्रकरणातील नवीन माहिती समोर आल्यानंतर जनतेत संतापाची लाट अधिक तीव्र झाली आहे.

शवविच्छेदन अहवालातून अत्यंत धक्कादायक बाबी उघड झाल्या आहेत. आरोपीने अत्याचारानंतर मुलीच्या तोंडात पायमोजा कोंबल्याचे आणि तिच्या छातीवर वळ उमटल्याचे स्पष्ट झाले आहे. हे निरीक्षण शवविच्छेदनावेळी नोंदवण्यात आले असून, पीडितेवर किती क्रूरता करण्यात आली होती याची कल्पना यावरून येते. कॅनडाच्या प्रमुख गुप्तचर संस्थेने खलिस्तानी अतिरेक्यांविरोधात गंभीर इशारा देत त्यांना देशाच्या राष्ट्रीय सुरक्षेसाठी धोका असल्याचे स्पष्ट केले ... हा प्राथमिक अहवाल ससून सर्वोपचार रुग्णालय प्रशासनाने पोलिसांकडे सादर केला आहे. दरम्यान, आरोपीचीही वैद्यकीय तपासणी करण्यात आली असून, पोलिसांकडून सर्व पुरावे गोळा करण्याचे काम वेगाने सुरू आहे. लवकरच आरोपपत्र दाखल करून प्रकरण फास्ट ट्रॅक न्यायालयात चालवले जाण्याची शक्यता आहे.

मुंबई साखळी बॉम्बस्फोटांच्या कटात पाकिस्तानी लष्कराचा हात

12 दोषींना कारावासाची शिक्षा

■नवी दिल्ली। प्रतिनिधी,

जामनगर येथील 'टाडा' न्यायालयाने एका अत्यंत गंभीर कटाशी संबंधित खटल्यात ऐतिहासिक निकाल दिला आहे. पाकिस्तानमधून शस्त्रास्त्रांची एक मोठी खेप गुजरातच्या किनारपट्टीवर उतरवून, त्याद्वारे 1993 च्या मुंबई साखळी बॉम्बस्फोटांसह देशभरात जातीय हिंसाचार भडकवण्याचा कट रचण्यात आला होता. या घटनेप्रकरणी न्यायालयाने तीन दशकांनी 12 आरोपींना दोषी ठरवून त्यांना कारावासाची शिक्षा सुनावली आहे. आपल्या निकालात विशेष 'टाडा' न्यायाधीश रॉबिन पी. मोगेरा यांनी हे स्पष्टपणे अधोरेखित केले की, भारताच्या विरोधातील या मोठ्या कारवायांमध्ये पाकिस्तानी नौदल आणि त्या देशाचे लष्करी अधिकारी थेट सहभागी होते. हे संपूर्ण नेटवर्क फरार असलेला 'अंडरवर्ल्ड डॉन' दाऊद इब्राहिम आणि टायगर मेमन यांच्या इशाऱ्यावर कार्यरत होते. जुलै 1993 मध्ये दाखल करण्यात आलेल्या या खटल्यात प्रदीर्घ कायदेशीर प्रक्रिया पूर्ण झाल्यानंतर न्यायालयाने 12 जणांना शिक्षा सुनावली आहे, तर त्याचवेळी, पुराव्यांच्या अभावामुळे अन्य 17 जणांची निर्दोष मुक्तता करण्याचे आदेश दिले आहेत.

न्यायालयाने दोषी ठरवलेल्या गुन्हेगारांपैकी सलीम कुत्ता आणि मामुमिया पंजुमिया या प्रत्येकाला सात वर्षांच्या कारावासाची शिक्षा सुनावली आहे. तर या दोघांव्यतिरिक्त, उस्मान उमर कोरेजा, मोहम्मद अली, हारून आदम, अहमद इस्माईल ओलिया, आरिफ लखानी, इफ्तेखार अन्सारी, मोहम्मद अयुब अन्सारी, लखमन अहिर, इस्तियाक अहमद आणि कादिर अहमद शेख या 10 जणांना पाच वर्षांच्या कारावासाची शिक्षा सुनावण्यात आली आहे. विशेष सरकारी वकील गोखानी यांच्या माहितीनुसार, शिक्षा सुनावताच सर्व दोषींना तत्काळ ताब्यात घेण्यात आले आणि त्यांची रवानगी कारागृहात करण्यात आली आहे. याच खटल्यात, न्यायालयाने दाऊद इब्राहिम, अनीस इब्राहिम, छोटा शकील आणि टायगर मेमन यांच्यासह 15 प्रमुख आरोपींना 'फरार गुन्हेगार' म्हणून घोषित केले आहे. हे आरोपी सध्या पाकिस्तान आणि संयुक्त अरब अमिराती मध्ये लपून बसल्याचे मानले जाते.

भारताला अस्थिर करण्याचा हा 'पूर्वनियोजित कट' दुबई येथील दाऊद इब्राहिमच्या निवासस्थानी रचण्यात आला होता, हे सिद्ध करण्यात सरकारी पक्षाला न्यायालयात यश मिळाले आहे. या कटाचा उद्देश बाबरी मशिदीच्या विध्वंसानंतर देशांतर्गत जातीय तणाव भडकवण्याच्या हेतूने समुद्री मार्गे भारतात आरडीएक्स, रायफल्स आणि ग्रेनेड्ससारखी प्राणघातक शस्त्रे तस्करी करून आणणे हा होता. या तपासादरम्यान ही बाबही उघडकीस आली की, पाकिस्तानच्या 'मरीन सिक्युरिटी एजन्सी'ने या शस्त्रांच्या वाहतुकीसाठी सक्रियपणे मदत केली होती. निवृत्त आयपीएस अधिकारी पी.के. झा आणि सतीश वर्मा, तसेच सध्याचे सीबीआय विशेष संचालक मनोज शशीधर यांनी या अत्यंत संवेदनशील प्रकरणाच्या तपासात महत्त्वाची भूमिका बजावली. त्यांनी गोळा केलेले पुरावे आणि साक्षीदारांच्या जबानीमुळे या गुन्हेगारांना कायद्याच्या कचाट्यात आणणे शक्य झाले आहे.

तपास अहवालानुसार, या आंतरराष्ट्रीय पुरवठा साखळीतील 'अंतिम दुवा' म्हणून जामनगर आणि कच्छ येथील काही स्थानिक व्यक्तींचा वापर करण्यात आला होता. मुस्तफा दोसा याची 'सदा-अल-बहार' ही नौका कराचीजवळच्या खोल समुद्रात पाठवण्यात आली होती. तिथे पाकिस्तानच्या मरीन सिक्युरिटीच्या एका जहाजावरून स्फोटकांचा प्रचंड साठा आणि सुमारे 150 अत्याधुनिक शस्त्रे या नौकेवर चढवण्यात आली. कराचीहून निघालेल्या या साठ्याचे त्यानंतर दोन भागात विभाजन करण्यात आले. एक भाग महाराष्ट्राकडे पाठवण्यात आला, तर दुसरा भाग गुजरातच्या पोरबंदर-वेरावळ किनारपट्टीवर उतरवण्यात आला. गोसाबारा पुलाजवळ उतरवण्यात आलेली ही शस्त्रे त्यानंतर ट्रक्सद्वारे सुरत, वलसाड आणि अगदी उत्तर प्रदेशपर्यंत पोहोचवण्यात आली. 1993 ते 2018 या प्रदीर्घ कालावधीत चाललेल्या तपासानंतर 2019 मध्ये या प्रकरणाचे अंतिम दोषारोपपत्र दाखल करण्यात आले आणि या संपूर्ण प्रक्रियेचा परिपाक म्हणून आता या प्रकरणावर न्यायाची मोहोर उमटली आहे.

वसई-विरार महापालिकेच्या समिती निवडणुकांसाठी मुहूर्त सापडला

८ मे रोजी आरोग्य व महिला-बालकल्याण समिती सभापतींची निवडणूक

■वसई। प्रतिनिधी,

वसई-विरार शहर महानगरपालिका मधील रखडलेल्या समिती निवडणुकांना अखेर मुहूर्त मिळाला असून, आरोग्य समिती तसेच महिला व बालकल्याण समिती सभापती व उपसभापतीपदाच्या निवडणुका येत्या ८ मे रोजी होणार असल्याची घोषणा प्रशासनाने केली आहे.

महापालिकेतील नऊ प्रभाग समित्यांच्या सभापतींसह विविध समित्यांच्या निवडणुका दीर्घकाळ प्रलंबित होत्या. प्रभाग समित्यांच्या फेररचनेवरून सत्ताधारी बहुजन विकास आघाडी आणि भाजप यांच्यात आरोप-प्रत्यारोप सुरू होते. भाजपने फेररचनेत सत्ताधाऱ्यांनी मनमानी केल्याचा आरोप केला होता, तर बहुजन विकास आघाडीने राज्यातील सत्ताधाऱ्यांकडून निवडणुका मुद्दाम लांबवल्या जात

असल्याचा दावा केला होता.

जानेवारी २०२६ मध्ये झालेल्या महापालिका निवडणुकीनंतर महापौर, उपमहापौर, सभागृह नेते, विरोधी पक्षनेते आणि स्थायी समिती सभापती यांसारख्या पदांच्या निवडणुका पार पडल्या होत्या. मात्र, आरोग्य, महिला व बालकल्याण, परिवहन तसेच प्रभाग समित्यांच्या सभापतींच्या निवडणुका प्रलंबितच राहिल्या होत्या. दरम्यान, महापौर अजीव पाटील यांनी भाजप आमदारांच्या हस्तक्षेपामुळे निवडणुका रखडल्याचा आरोप केला होता. बहुजन विकास आघाडीला रोखण्यासाठी राजकीय डावपेच रचले जात असल्याचेही त्यांनी म्हटले होते.

अखेर आरोग्य आणि महिला व बालकल्याण समितीच्या निवडणुका जाहीर झाल्याने इच्छुकांची प्रतीक्षा संपली असून, महापालिकेत पुन्हा एकदा राजकीय हालचालींना वेग आला आहे.या निवडणुकांसाठी पालघर जिल्हाधिकारी डॉ. इंदु राणी जाखड या पीठासीन अधिकारी म्हणून काम पाहणार आहेत.

नाशिकच्या डॉ. देविका पाटील यांच्याकडून 'एक्स्ट्रीम ट्रायथलॉन' पूर्ण

ऐतिहासिक कामगिरीची नोंद... पहिल्या भारतीय महिला ठरल्याचा बहुमान

पुढील लक्ष्य पूर्ण अंतराची स्पर्धा

हिमालयन एक्स्ट्री सोलो पॉइंट फाइव्ह ही मुख्य हिमालयन एक्स्ट्रीम ट्रायथलॉन स्पर्धेची अर्धी आवृत्ती मानली जाते. पूर्ण स्पर्धेत रात्री पोहणे, ५,३०० मीटरपेक्षा अधिक उंचीचा सायकलिंग प्रवास आणि अन्नपूर्णा परिसरातील अधिक कठीण ट्रेल रनचा समावेश असतो. पुढील वर्षी पूर्ण अंतराची स्पर्धा पूर्ण करण्याचे माझे लक्ष्य आहे, असेही त्यांनी स्पष्ट केले.

■नाशिक। प्रतिनिधी,

हिमालयातील गोठवणाऱ्या थंड पाण्यात पोहणे, ढगांना स्पर्श करणाऱ्या पर्वतीय मार्गांवर सायकलिंग आणि खडतर ट्रेल रन करत नाशिकच्या डॉ. देविका पाटील यांनी इतिहास रचला आहे. त्यांनी हिमालयन एक्स्ट्री सोलो पॉइंट फाइव्ह ही जगातील अत्यंत कठीण मानली जाणारी एक्स्ट्रीम ट्रायथलॉन स्पर्धा पूर्ण करून पहिल्या भारतीय महिला तसेच केवळ दुसऱ्या भारतीय म्हणून मानाचा बहुमान मिळवला आहे. ही स्पर्धा नेपाळमधील अन्नपूर्णा पर्वतरांगांच्या सान्निध्यात पार पडली.

विशेष म्हणजे, डॉ. देविका पाटील या व्यावसायिक खेळाडू नसून नाशिक येथील 'स्वास्थ्य मेंटल हेल्थ क्लिनिक' मध्ये मनोचिकित्सक म्हणून कार्यरत आहेत. रुग्णसेवा, क्लिनिकची जबाबदारी आणि दैनंदिन व्यस्त वेळापत्रक सांभाळत त्यांनी या जागतिक दर्जाच्या कठीण स्पर्धेसाठी तयारी केली. त्यामुळे त्यांचे हे यश केवळ क्रीडा क्षेत्रापुरते मर्यादित न राहता जिद्द, शिस्तबद्ध वेळ व्यवस्थापन आणि मानसिक ताकदीचे प्रतीक ठरले आहे.

या स्पर्धेत सलग तीन टप्पे पूर्ण करावे लागतात. यात १.९ किलोमीटर खुल्या पाण्यात पोहणे, त्यानंतर ९० किलोमीटर सायकलिंग आणि शेवटी २१ किलोमीटर ट्रेल रनचा समावेश असतो. सायकलिंगदरम्यान सुमारे २,४०० मीटर उंचीचा चढ, तर धावण्यामध्ये आणखी १,७४० मीटर उंचीचा चढ पार करावा लागतो. एकूण ४,१४० मीटर उंचीचा हा प्रवास अत्यंत आव्हानात्मक मानला जातो. ही स्पर्धा सामान्य ट्रायथलॉनपेक्षा पूर्णपणे वेगळी आहे. सपाट रस्ते किंवा नियंत्रित वातावरणाऐवजी स्पर्धकांना नेपाळच्या खडकाळ व डोंगराळ भागातून मार्गक्रमण करावे लागते. विरळ हवा, सततचे चढ-उतार आणि कठीण हवामानामुळे ही स्पर्धा अधिक कठीण ठरते. विशेष म्हणजे, स्पर्धकांना कोणतीही बाह्य मदत मिळत नाही आणि संपूर्ण शर्यत स्वतःच्या क्षमतेवर पूर्ण करावी लागते.

ही स्पर्धा 'एक्स्ट्री वर्ल्ड टूर'चा भाग असून नॉर्वे, स्कॉटलंडसह विविध देशांमध्ये अशा एक्स्ट्रीम ट्रायथलॉन स्पर्धा आयोजित केल्या जातात. नेपाळमधील ही शर्यत पोखरा येथील फेवा तलाव परिसरात पार पडली. स्पर्धा पूर्ण करणाऱ्या खेळाडूंना 'एक्स-पॉइंट्स' मिळतात, ज्याच्या आधारे 'नॉर्समन' आणि 'सेल्टमन' सारख्या प्रतिष्ठित आंतरराष्ट्रीय स्पर्धांमध्ये प्रवेशाची संधी मिळते.

चार महिन्यांची कठोर तयारी

डॉ. पाटील यांनी या स्पर्धेसाठी चार महिने कठोर सराव केला. क्लिनिकच्या वेळांपूर्वी पहाटे सराव, सुट्टीच्या दिवशी घाटरस्त्यांवर सायकलिंग आणि रात्री पोहण्याचे सत्र असा त्यांचा दिनक्रम होता. हिमालयातील चढ-उतारांसाठी तयारी करण्यासाठी त्यांनी महाराष्ट्रातील अंबोली घाट आणि कसारा घाट येथे सातत्याने सायकलिंगचा सराव केला. त्यासोबत नियमित पोहणे आणि ट्रेल रनिंगचाही सराव त्यांनी केला. घाटांवरील प्रत्येक चढ हा शर्यतीसाठीची गुंतवणूक होती. या तयारीने मला मानसिक आणि शारीरिक दोन्ही पातळ्यांवर सक्षम केले, असे डॉ. देविका पाटील यांनी सांगितले.

सरकारी जमिनीवर पुन्हा अतिक्रमण

कारवाई अर्धवट राहिल्याचा परिणाम

सप्टेंबर २०२५ मध्ये महानगरपालिकेने काही झोपड्यांवर कारवाई केली होती, मात्र ती अर्धवट राहिल्याने पुन्हा अतिक्रमण वाढू लागले आहे. या प्रकल्पासाठी सुमारे २० हजार झाडे तोडण्याची योजना होती, ज्याला पर्यावरणप्रेमींनी तीव्र विरोध दर्शवला होता. निवडणुकांपूर्वी मेट्रो कारशेड रद्द करण्याची घोषणा करण्यात आली होती, मात्र त्याबाबत अद्याप अधिकृत अधिसूचना जारी झालेली नाही.

भाईंदरच्या डोंगरी येथे भू-माफिया सक्रिय, पालिका व महसूल विभागाचे दुर्लक्ष

■भाईंदर। प्रतिनिधी,

भाईंदर पश्चिमेतील उत्तन परिसरातील डोंगरी भागात प्रस्तावित मेट्रो कारशेडसाठी राखीव असलेल्या सरकारी जमिनीवर पुन्हा एकदा मोठ्या प्रमाणात अतिक्रमण सुरू झाल्याचे समोर आले आहे. प्रकल्प सध्या रखडल्याचा फायदा घेत भू-माफियांनी सुमारे ५९ हेक्टर (७९ एकर) जागेवर बेकायदा झोपड्या उभारण्यास सुरुवात केली आहे. या प्रकाराकडे मुंबई महानगर प्रदेश विकास प्राधिकरण (एमएमआरडीए), स्थानिक पालिका आणि महसूल विभाग यांचे दुर्लक्ष होत असल्याचा आरोप स्थानिकांकडून केला जात आहे.

अंधेरी-दहिसर ते भाईंदर या मेट्रो विस्तार प्रकल्पासाठी डोंगरी येथील सर्व्हे क्रमांक १९ मधील जमीन महसूल विभागाकडून एमएमआरडीएला हस्तांतरित करण्यात आली होती. टेंडर प्रक्रिया पूर्ण होऊन कंत्राटदाराची नियुक्तीही झाली होती. मात्र, प्रत्यक्ष काम सुरू होण्यापूर्वीच भू-माफियांनी या जागेवर कब्जा मिळवत बेकायदा बांधकामांना सुरुवात केली.

विशेष म्हणजे, उभारण्यात येणाऱ्या झोपड्यांना क्रमांक देण्यात येत असून, आणखी बांधकामासाठी आवश्यक साहित्य पोहोचवण्यासाठी रस्त्यांचीही उभारणी करण्यात आल्याचे दिसून आले आहे. या भागात अतिक्रमणाचे जाळे विस्तारत असून, सर्व्हे पावतीसाठी सुमारे २ लाख रुपये, तर बेकायदा वीज जोडणीसाठी १ लाख रुपयांपर्यंत वसुली केली जात असल्याची माहिती समोर आली आहे. तयार झोपड्या ८ ते १० लाख रुपयांना विकल्या जात असल्याचेही सांगितले जाते.

दरम्यान, कारशेडला विरोध करणारे स्थानिक ग्रामस्थ व गाव पंच मंडळ यांच्याकडून अतिक्रमणाकडे दुर्लक्ष होत असल्याचा आरोप होत आहे. सरकारी जमिनीवर उघडपणे अतिक्रमण सुरू असताना प्रशासन गप्प का, कारवाईनंतरही माफिया पुन्हा कसे सक्रिय होतात, आणि त्यांना कोणाचे राजकीय संरक्षण आहे का, असे प्रश्न नागरिकांकडून उपस्थित केले जात आहेत.

'म्हाडा' जमीन फसवणूक घोटाळ्यात नाशिकचा नायब तहसीलदार अटकेत

इतर अधिकारी-कर्मचारीदेखील संशयाच्या भोवऱ्यात

■नाशिक। प्रतिनिधी,

नाशिकमधील सध्या विविध प्रकरणे संपूर्ण राज्यात चर्चेचा विषय ठरत आहे. भोंदू अशोक खरात प्रकरण , टीसीएस धर्मांतर प्रकरण आणि त्यासोबतच आणखी चर्चेत असलेले प्रकरण म्हणजे म्हाडा जमीन घोटाळा. याच म्हाडा जमीन फसवणूक प्रकरणात नाशिकच्या नायब तहसीलदारास अटक करण्यात आली आहे. संशयित नायब तहसीलदार नितीन पाटील याला गुन्हे शाखा युनिट एकने अटक केली. न्यायालयाने त्याला ६ मेपर्यंत पोलिस कोठडी सुनावली.

नाशिकमधील म्हाडाच्या जमिनींवरील आरक्षणात झालेल्या बनावटगिरीबाबत नाशिक पोलीस आयुक्तालयाचे विशेष तपास

नेमकं प्रकरण काय?

चार हजार चौरसमीटरपेक्षा जास्त क्षेत्राच्या जमिनीवर गृहप्रकल्प विकसित करताना २० टक्के जागा म्हाडाला परवडणाऱ्या घरांसाठी उपलब्ध करून देणे बंधनकारक होते. मात्र, नाशिकमधील अनेक विकासक आणि जमीन मालकांनी ही तरतूद टाळण्यासाठी जमिनीचे तुकडे करून ते चार हजार चौरसमीटरपेक्षा कमी असल्याचे भासवले. दरम्यान, नायब तहसीलदार नितीन पाटील हा सन २०२२ पासून नाशिकमध्ये नियुक्त आहे. त्याने तलाठी व इतरांवर दबाव आणत संशयित बिल्डर, विकासकांकडे असलेले जमिनीचे बनावट नकाशे मंजूर करण्यास भाग पाडले. त्याने ३१ प्रकरणांना या स्वरूपात मंजुरी दिल्याचे तपासात समोर आले आहे. त्याच्या कार्यालयातील इतर कागदपत्रांसह सर्व प्रकरणांची पडताळणी पोलिस करीत आहेत.

पथक (एसआयटी) गेल्या दोन महिन्यांपासून तपास करीत आहे. सहायक पोलिस आयुक्त संदीप मिटके आणि वरिष्ठ पोलिस निरीक्षक डॉ. अंचल मुदगल यांच्या पथकाने शनिवारी (दि. २) रात्री उशिरा नायब तहसीलदार नितीन पाटील याला ताब्यात घेतले. रविवारी (दि. ३) नाशिक जिल्हा न्यायालयात हजर करण्यात आले. यावेळी न्यायालयाने पाटील याला चार दिवसांची पोलिस कोठडी सुनावलीय.

महत्त्वाचे म्हणजे या गुन्ह्यात अटक झालेला पाटील हा पहिला प्रशासकीय अधिकारी आहे. यामुळे तलाठी, तहसीलदार, भूमी अभिलेख या कार्यालयांमधील इतर अधिकारी-कर्मचारीदेखील संशयाच्या भोवऱ्यात असून, पोलिस त्या दिशेने देखील तपास करत आहे. या गुन्ह्यात गंगापूर शिवारातील सर्व्हे क्रमांक ७०/१/१ ते ५ या जमिनीच्या प्रकरणात १६ मार्च रोजी दिनेश कन्हैय्यालाल उर्फ सोनू मनवानीला अटक झाली होती. न्यायालयीन कोठडीनंतर सशर्त जामिनावर मनवानी काही दिवसांपूर्वीच कारागृहाबाहेर आला, तर २३ एप्रिल रोजी म्हसरूळ शिवारातील सर्व्हे क्रमांक २८७/१ ते ३ या जमिनीच्या प्रकरणात बांधकाम व्यावसायिक दीपक भगवानदास करमचंदानी याला अटक झाली होती. त्यानंतर आता ३ मे रोजी पाटील याला अटक झाली असून, अजूनही बरेच संशयित अटकपूर्व जामिनासाठी धावधाव करीत आहेत.

संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

कठोर शिक्षेनेच थांबतील अत्याचार!

पुणे येथील नसरापूर परिसरातून भयावह घटना उघडकीस आली. एका मुलीवर बलात्कार केलेल्या गुन्ह्यातून जामिनावर सुटलेल्या ६५ वर्षांच्या आरोपीने भयंकर कांड केले. त्याने एका ४ वर्षांच्या मुलीवर बलात्कार करून दगडाने ठेचून तिची हत्या केली. या घटनेमुळे महाराष्ट्र हादरला होताच, तोच चाकण परिसरात एका ३ वर्षांच्या बालकावर अनैसर्गिक अत्याचार करून गळा चिरून अन्य एका आरोपीने त्याची हत्या केल्याची घटनाही उघडकीस आली. परिणामी लोकांचा संताप अनावर झाला आहे. नसरापूर येथील घटनेनंतर महत्त्वाचे, म्हणजे संतप्त लोकांनी तात्काळ स्वयंस्फूर्तीने आंदोलन केले, रस्ताबंद, गावबंद, निषेध मोर्चा असा शक्य त्या मार्गांनी निषेध केला. यापूर्वी अशा दुर्मिळातील दुर्मिळ घटना व्हायच्या, तेव्हा लोकांचे व्यक्त होण्याचे प्रमाण अल्प होते. आता मात्र सामाजिक माध्यमांचा प्रभाव म्हणा किंवा या विषयांवरील जनतेची संवेदनशीलता वाढली म्हणा, लोकांचे जमेल त्या मार्गाने निषेध करणे आणि व्यक्त होणे यांचे प्रमाण वाढले आहे, हासुद्धा समाजातील एक आशावादी पालट आहे. या घटनांचे वाढते प्रमाण राज्यासह देशाला चिंता करण्यास लावणारे आहे. या घटनेच्या मुळाशी गेल्यावर काय लक्षात येते? तर आरोपी हा सराईत बलात्कारीच आहे. स्वतःच्या भावाच्या अल्पवयीन मुलीवर त्याने बलात्कार केला होता, अन्य गुन्हा त्याच्यावर नोंद होता. यांतून तो जामिनावर बाहेर काय आला आणि आधी केलेल्या गुन्ह्यांहून भयंकर गुन्हा केला. त्याला दिलेल्या शिक्षेचा खरोखर काही उपयोग झाला का? गुन्हेगाराला शिक्षा देण्याचा उद्देश 'हा त्याला केलेल्या गुन्ह्याचा पश्चात्ताप व्हावा, पुन्हा असा गुन्हा त्याने करू नये आणि कायद्याचा धाक त्याच्यासह इतरांनाही बसावा', हा होता; मात्र हे साध्य झाले का? ज्या गुन्हेगारामध्ये काही पालटच नाही, त्याला जामीन कसा मिळतो? कारागृहात एखाद्या गुन्हेगाराच्या मानसिकतेत काही पालट झाला का, हे पडताळण्याची काही व्यवस्था नाही का? असे असेल, तर ती करूनच त्याच्या जामिनासाठी विचार झाला पाहिजे. आता पुन्हा सरकारकडून 'हे प्रकरण जलद गती न्यायालयात चालवू, गुन्हेगाराला अधिकाधिक कठोर शिक्षा देण्यासाठी प्रयत्न करू', अशी आश्वासने दिली जात आहेत. याचाच अर्थ संबंधित गुन्हेगाराला लवकर शिक्षा होण्याची शक्यता नाही. पुन्हा त्याच चौकशा, वर्षानुवर्षे खटले, पुन्हा त्याला जामीन मिळाला आणि तो बाहेर आला की, पुन्हा नवीन गुन्हा करील किंवा तोपर्यंत अन्य मोठे गुन्हे इतरांकडून होतील. पुन्हा जनतेच्या संतापाचा उद्रेक आणि पुन्हा काही दिवसांनी सर्व काही शांत होईल, म्हणजे पोलीस, व्यवस्था आणि न्यायालयीन प्रक्रिया सध्याचे गुन्हे रोखण्यास अपुरी पडत आहे, अपयशी ठरत आहे, असे दिसते. मुली-स्त्रियांवरील अत्याचारांच्या घटना थांबण्याची धूसरही शक्यता नजीकच्या भविष्यात दिसत नसून ती आणखी वाढेल, असे वाटते. सध्या कायद्याचा धाक कुणालाच नाही. आपण एक कल्पना करू शकतो की, अशीच घटना छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या कार्यकाळात घडली असतांना त्यांनी काय केले होते? रांझ्या पाटीलने परस्त्रीवर अत्याचार केले म्हणून केवळ त्याचा चौरंगा (दोन हात आणि दोन पाय कापणे) करण्याची शिक्षाच दिली नाही, तर भर चौकात त्याला त्या स्थितीत ठेवण्यास सांगितले की, जेणेकरून स्त्रियांवर अत्याचार केल्यास अशा प्रकारची कठोर शिक्षा दिली जाईल, हा धाक जनमानसावर बसेल! छत्रपती शिवरायांच्या राज्यात कठोर कायदा व्यवस्था असल्याचा संदेश त्यांनी याद्वारे सर्वांना दिला होता. त्यामुळे स्त्रियांवरील अत्याचारांच्या घटना मोठ्या प्रमाणात घडल्याचे इतिहासात नाही. छत्रपती शिवाजी महाराज यांचे राज्यच मुळी जलद न्यायदान, गुन्हेगारांच्या मनात धडकी भरवणारी शिक्षा आणि शिक्षेची तात्काळ कार्यवाही यांवर आधारित होते. त्यामुळे खऱ्या अर्थाने रामराज्य नांदत होते आणि कायदा-सुव्यवस्था राखली जात होती. आता तशी स्थिती आहे का? छत्रपती शिवरायांप्रमाणे प्रखर राष्ट्र आणि धर्म प्रेमी शासनकर्ते आहेत का? प्रशासन दूरचित्रवाहिन्या आणि भ्रमणभाष यांद्वारे जनतेच्या मनात ओतली जाणारी अश्लीलता रोखू शकत नाही. अभिव्यक्तीस्वातंत्र्य, कलाकृतीचे स्वातंत्र्य या नावाखाली व्हिडिओ, 'रिल्स', विज्ञापने, चित्रपट यांमध्ये अश्लील आणि बलात्कार यांच्या दृश्यांचा भडिमार केला जातो. अश्लील व्हिडिओ आता थेट भ्रमणभाषमध्येच सामाजिक माध्यमांवर उपलब्ध असतात आणि त्यांना अधिक 'लाईक्स' मिळतात. स्वतःच्या सामाजिक माध्यमाच्या खात्यावर अनुयायांची संख्या वाढवण्यासाठी अशा अश्लील व्हिडिओंचा अधिक उपयोग केला जातो. असे होत असतांना प्रशासन आणि पोलीस 'समाजातील महिलांवरील अत्याचार अल्प झाले म्हणतात', हा विनोद नाही का? ते असे अश्लील व्हिडिओ आणि त्यांचा प्रसार कसा रोखणार? 'ॲडल्ट' चित्रपटांच्या नावाखाली, 'ओटीटी'द्वारे होणारी कामुकता आणि नग्न दृश्ये यांचा भडिमार केव्हा रोखणार? प्रशासन गुन्हा झाल्यावर आरोपींना त्वरित कारवाई आणि शिक्षाही करणार नाही, तर असे गुन्हे प्रशासन केवळ नागरिकांना शांत रहाण्याचे आवाहन करून रोखणार का? जनतेचा या दोन्ही प्रकरणांतील आक्रोश पहाता ह्यगुन्हेगाराला तात्काळ चकमकीत ठार करा (एन्काऊंटर करा)!', अशीच मागणी सामाजिक माध्यमांसह, रस्ता अडवणारे आंदोलक आणि न्यायालयाबाहेर आरोपीवर धावून जार्णाया महिला करत आहेत. 'गुन्हेगाराला कायदेशीर मार्गाने नव्हे, तर लोकांच्या कह्यात द्या, लोकच योग्य ती शिक्षा करतील', अशीही मागणी वारंवार होत आहे. 'उत्तरप्रदेशात मुली आणि महिला यांची छेड काढल्यास पुढील चौकात यमदूत उभे असतील', अशी चेतावणी तेथील मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ केवळ देऊन थांबले नाहीत, तर त्यांनी 'हाफ एन्काऊंटर' (पायात गोळी मारणे) करण्यास प्रारंभही केला. स्त्रिया आणि मुली यांच्यावर बलात्कार करणारा तर न्यायालयापर्यंत पोचतही नाही! म्हणजे योगी आदित्यनाथ छत्रपती शिवरायांची कठोर शिक्षा देण्याची शिकवण प्रत्यक्ष आचरणात आणत आहेत, तर जेथे छत्रपती शिवरायांचा जन्म झाला, त्या पुण्यात मुली-महिला आणि लहान मुले यांची बलात्कार करून हत्या होत आहे, तेथे पोलीस तात्काळ कठोर शिक्षा होण्यासाठी पावले का उचलत नाहीत? जनता न्यायासाठी वर्षानुवर्षांच्या प्रतीक्षेला कंटाळली आहे, हताश झाली आहे आणि तिला आता जलद, प्रभावी, कृतीशील न्याय अपेक्षित आहे. यामुळेच जनतेकडून आरोपीला कह्यात देण्याची मागणी होत आहे. एकूणच या अत्याचारांच्या प्रत्येक प्रकरणात सरकार, प्रशासन अन पोलीस यांनी संवेदनशीलता आणि गांभीर्य न दाखवल्यास जनतेच्या भावनांचा कडेलोट वा उद्रेक केव्हाही आणि कसाही होऊ शकतो, हे त्यांनी लक्षात घ्यावे!

वाढत चालला अंधाराचा नशायुक्त अंमल

मुंबईतील कार्यक्रमात अमली पदार्थांच्या सेवनाने दोन मुलांचा मृत्यू झाला ही तर केवळ एक घटना. हे तर केवळ एक उदाहरण. मुंबईपासून पुण्यापर्यंत... नागपूरपासून तुळजापूरपर्यंत... छत्रपती संभाजीनगरपर्यंत या अंधाराचा नशायुक्त अंमल वाढत चालला आहे. या अंमलाखाली मोठ्या प्रमाणात येत आहे ती तरुणाई. कोवळी आयुष्ये उद्ध्वस्त करणाऱ्या या अंधाराशी लढायलाच हवे...

मुंबईच्या वेशींवर तस्करांचा वावर

गोरेगावच्या नेस्को सेंटरमध्ये आयोजित संगीत कार्यक्रमात एमबीएच्या दोन विद्यार्थ्यांचा अमली पदार्थ सेवनामुळे मृत्यू झाला. या प्रकरणाच्या तपासात पोलिसांनी १२ जणांना अटक केली. तपासामध्ये या प्रकरणातील उल्हासनगर, कल्याण आणि मिरा भाईंदर कनेक्शन उघड झाले. मुंबई पोलिसांच्या अमली पदार्थ विरोधी पथकाने टिटवाळा येथून एका महिलेला अटक केली. पाच हजार एक्स्टसी गोळ्यांचा साठा तिच्याकडे सापडला. मुंबई तसेच आजूबाजूच्या शहरात तिने आपल्या साथीदारासह तब्बल २० हजारांपेक्षा अधिक ड्रग्ज गोळ्यांची विक्री केल्याचे तपासातून पुढे आले. नार्कोटिक्स कंट्रोल ब्युरोने नवी मुंबई येथे कारवाई करून नुकताच १८०० कोटी रुपयांचा कोकेनचा साठा जप्त केला. याआधी करण्यात आलेल्या अनेक कारवायांमध्ये मुंबईला लागून असलेल्या ठाणे, नवी मुंबई, कल्याण, डोंबिवली, मिरा भाईंदर, वसई विरार या शहरांना ड्रग्ज तस्कर पसंती देत असल्याने वारंवार दिसून आले आहे. या शहरांमध्ये ड्रग्जचा मोठा साठा करण्यात येतो आणि वेगवेगळ्या माध्यमांतून किरकोळ स्वरूपात तो मुंबईत आणला जातो. यामध्ये पुरवठादारांपासून सेवन करण्यापर्यंतची मोठी साखळी कार्यरत असते. इतर शहरांच्या तुलनेत मुंबईत पोलिसांची कारवाई प्रभावी असल्याने या शहरात अमली पदार्थांचा मोठा साठा करून ठेवला जात नसल्याचे एका अधिकाऱ्याने सांगितले. मुंबई पोलिस, अमली पदार्थ विरोधी पथक, एटीएस व अन्य यंत्रणांनी गेल्या काही वर्षांत अमली पदाथार्चे विशेषतः एमडी ड्रग्जचे अनेक कारखाने उद्ध्वस्त केले. मुंबईला लागून असलेल्या अनेक शहरांमध्ये ओद्योगिक भाग असून यातील अनेक कारखान्यांचा गैरवापर केला जातो. अमली पदार्थांचे उत्पादन करण्याबरोबरच साठवणूक करण्यासाठी हे कारखाने सोयीचे ठरतात; त्यामुळे प्रत्येक कारखान्याची नियमित तपासणी अत्यावश्यक असल्याचे पोलिसांचे म्हणणे आहे.

डार्कनेटचे जाळे

गल्लीबोळातील खरेदी-विक्रीबरोबरच उच्चभ्रू घरांतील शिक्षित तरुण आता इंटरनेटवरील 'डार्कनेट'चा देवाण-घेवाण करण्यासाठी वापर करतात. या ठिकाणी सुरुवातीला पैसे भरून सदस्य व्हावे लागते. पैसे भरूनही जोपर्यंत विश्वास बसत नाही तोपर्यंत कोणीही यात सामील करून घेत नाही. अशी रॅकेट उघड करणे हे पोलिसांपुढील मोठे आव्हान आहे. विश्वास बसून सदस्य झाल्यावर आपल्याला हव्या त्या अमली पदाथार्ची मागणी करता येते. त्याचा दर आणि डिलिव्हरी चार्जेस आणि डिपॉझिट रक्कम भरल्यावर अमली पदार्थ पाहिजे त्या ठिकाणी पाठविले जातात.

नशेच्या चोरट्या वाटा

महामुंबईतील शहरांमध्ये विविध माध्यमांतून गांजा, चरस, कोकेन, एमडीसह अन्य प्रकारच्या अमली पदार्थांची मोठ्या प्रमाणावर तस्करी होते. त्यांच्या विक्रीतून बक्कळ पैसा मिळतो. त्यामुळे शहराकडे आजही अमली पदार्थांचा ओघ कायम असून या तस्करीसाठी अवलंबण्यात येणाऱ्या छुप्या मार्गाचा माग काढताना पोलिसांची कसोटी लागते. रस्ते, रेल्वेमार्गे शहरापर्यंत सहजरीत्या अमली पदार्थ पोहोचवले जात आहेत. रेल्वेत प्रवाशांची खूप गर्दी असते. अशा गर्दीत प्रत्येक प्रवाशांची तपासणी होत नाही. या गोष्टीचा तस्कर फायदा घेतात. स्थानकात उतरल्यानंतर तस्कर सर्वसामान्य प्रवाशांबाहेर स्थानकातून बाहेर पडतात. नंतर ते अमली पदार्थ शहरातील त्यांच्या 'पेडलर'च्या हातात पडते. पेडलर त्याची विक्री करतात. एखादा पेडलर पकडला गेला तरी मुख्य सूत्रधाराला पकडण्यात पोलिस अपयशी ठरतात. त्यामुळे ही तस्करी नियंत्रणात आलेली नाही. ऑनलाइनच्या माध्यमातूनही अमली पदार्थ विक्री होत आहे. त्यासाठी समाजमाध्यमांचा वापर करण्यात येतो. समाजमाध्यमांद्वारे ऑर्डर आल्यानंतर कुरिअरद्वारे संबंधितांपर्यंत पुरवठा केला जातो. दोन वर्षांपूर्वी ठाणे पोलिसांनी अशा प्रकाराची तस्करी पकडली होती. 'कोडवर्ड'द्वारे चालणाऱ्या अमली पदार्थ तस्करीमध्ये परदेशी नागरिकांचा सहभाग आढळून येतो. त्याशिवाय, अमली पदार्थ निर्मितीचे, विशेषकरून एमडी बनवण्याचे कारखाने थाटले जात आहेत. एमडी तयार करण्यासाठी लागणाऱ्या साहित्यापासून कारखान्याचा सेटअप उभारण्यापर्यंतचे सर्व काम संघटितपणे केले जात असून यामध्ये उच्चशिक्षितांचा सहभाग आढळतो. कारखान्यात तयार होणाऱ्या एमडीचा पुरवठा महाराष्ट्रात तेही मुंबई महानगर प्रदेशातील शहरात करण्यात येत असल्याचे कारवाईत समोर आले आहे. महाराष्ट्रात एमआयडीसी परिसरात एमडी बनवण्याचा कारखाना थाटण्याचा प्रयत्न झाला होता; मात्र, तस्करांचा तो डाव उधळला गेला. गांजाची तस्करी मोठ्या प्रमाणावर होत असून भारतातील काही माओवादग्रस्त भागातून रेल्वे किंवा अन्य मागार्चा वापर करून गांजा महाराष्ट्रात आणला जात आहे. अमली पदार्थ तस्करीमध्ये आंतरराज्यीय टोळ्या सक्रिय असल्या तरी आंतरराष्ट्रीय पातळीवरचे तस्करीचे कनेक्शन समोर आलेले आहे. ठाणे पोलिसांनी २०१६ मध्ये २२०० कोटींच्या, 'इफेड्रीन' या अमली पदाथार्चे आंतरराष्ट्रीय तस्करीचे रॅकेट उघड केले होते. आफ्रिकन देशातून अमली पदार्थ आणून मुंबई, ठाणे परिसरात त्यांची विक्री केली जात असल्याचे सांगितले जाते. आपल्याकडील विविध बंदरांतून तस्करी होत असल्याची शक्यता नाकारता येणार नाही. त्यामुळे बंदरांत येणाऱ्या जहाजांची कसून तपासणी करणे गरजेचे आहे. २०२२ मध्ये नवी मुंबई आणि पंजाब पोलिसांनी केलेल्या संयुक्त कारवाईत दुबईमधून कंटेरमध्ये चोरून आणलेले ३६२ कोटींचे हेरॉइन जप्त केले होते, याचे इथे स्मरण करून द्यायला हवे.

पुण्याला अंमली पदार्थांचा 'ताप'

श्रीमंतांचे व्यसन म्हणून पूर्वी अंमली पदार्थांची (मॅफेड्रोन, एमडी) ओळख होती. मात्र, आता तरुणांपासून ते सर्व वर्गातील व्यक्तींना एमडी आणि गांजा सहज मिळत असल्याची स्थिती आहे. पुण्यात वाढत असलेली खासगी विद्यापीठे आणि 'पब कल्चर' यामुळे एमडीसह अंमली पदार्थांचे सेवन करण्याचे प्रमाण वाढत आहे. खासगी विद्यापीठांमुळे देशभरातील विद्यार्थी शिक्षणासाठी पुण्यात येत आहेत. त्यामुळे पुणे आता अमंली पदार्थ पुरवठादारांसाठी आकर्षण ठरत असल्याचे पोलिस कारवाईतून स्पष्ट झाले आहे. यामुळेच पुण्याला अंमली पदार्थांचा 'ताप' झाला असे म्हण्याची वेळ आली आहे. मोबाइल नंबरशिवाय ॲपच्या माध्यमातून ड्रग्ज व्यवहार होत असल्याचे काही दिवसांपूर्वी पोलिस कारवाईतून उघकीस आले आहे. पोलिसांनी कारवाई करत १९ आरोपींना अटक केली. या कारवाईत २८९.१९ ग्रॅम मेफेड्रोन, ४२२ ग्रॅम गांजा जप्त करत सुमारे ५८ लाख १८ हजार रुपयांचा मुद्देमाल हस्तगत करण्यात आला. तसेच लोहगाव परिसरात काही दिवसांपूर्वीच गांजा विक्री प्रकरणी करवाई करण्यात आली. या प्रकरणातील आरोपी तरुण हा मूळचा गुजरातमधील आहे. त्याने लोहगाव परिसरात भाड्याने घर घेतली होती. या घरात त्याने ४१ गांजाची झाडे लावली होती. हा तरुण कॉलेजमधील तरुणांना गांजा विक्री करीत असल्याचेही तपासत समोर आले आहे. या घटना प्रतिनिधीक असल्या तरी शहराच्या सर्वच भागांत आता अंमली पदार्थांची विक्री होत असल्याचे यावरून स्पष्ट होते. शहरातील खासगी विद्यापीठांच्या आजूबाजूला सर्वाधिक कारवाई होत असल्याचे समोर आले आहे. एमडीबरोबरच गेल्या काही वर्षांपासून गांजाची नशा करण्याचे प्रमाण वाढत आहे. पुणे पोलिसांनी शहरात जानेवारी ते मार्च अखेरीस गांजा विक्रीस घेऊन आलेल्या २१ जणांना अटक केली. आरोपींकडून १६६ किलो गांजा जप्त करण्यात आला असून याची किंमत किंमत ८६ लाख ५१ हजार रुपये आहे. ओडिशा, छत्तीसगड, आंध्र प्रदेश या तीन राज्यांतून शहरात गांजा विक्रीस पाठविला जात असल्याचे तपासातून उघडकीस आले आहे. या राज्यांमधून महाराष्ट्रात विशेषतः मुंबई, पुणे या शहरात गांजा विक्रीस पाठविला जातो. शहरातील विविध भागांमध्ये गांजा पाकिटात किंवा छोट्या पिशवीत भरून विक्री केली जाते. काही जण पाहिजे त्या ठिकाणी गांजा आणून देतात, असेही दिसून आले आहे. पुण्यातील ताराचंद रामनाथ सेवा ट्रस्ट आणि ज्ञानप्रबोधिनीच्या प्रज्ञा मानस संशोधिका विभागातर्फे 'संयम' हा अहवाल नुकताच प्रसिद्ध करण्यात आला आहे. या अहवालानुसार पुण्यात मद्यपान, तंबाखू, अमली पदार्थ, ऊर्जावर्धक पेये आणि डिजिटल माध्यमांचा वाढता वापरामुळे व्यसनाधीनता तीव्र होत असल्याचे या अहवालातून समोर आले आहे. या अहवालानुसार ८० टक्क्यांपेक्षा अधिक तरुणांमध्ये मद्य, तंबाखू, ऊर्जावर्धक पेये, अमली पदार्थ यांची व्यवस्थित माहिती, जाणीव असून, ती उपलब्ध होणाऱ्या ठिकाणांचीही माहिती असल्याचे समोर आले आहे.

पानातून ह्यएमडीह्णची विक्री ?

पुणे आणि पिंपरी-चिंचवड परिसरात दिवसगणिक 'पब'ची संख्या वाढत आहे. या 'पब कल्चर'ने व्यसनांचा विळखा अधिक घट्ट होत आहे. 'पब'मध्ये कमी वयाच्या मुलांना पैशात प्रवेश दिला जातो. तसेच काही ठिकाणी 'पब'मध्ये गर्दी दिसावी म्हणून कमी पैशात प्रवेश दिला जातो. यामुळे तरुणांना व्यसनांची सवय लागते. पूर्वी 'एमडी' ग्रॅमच्या दरात घ्यावा लागत होता. परंतु आता शहरातील काही भागांमध्ये सहज पानटपऱ्यांवर एमडी मिळतो. 'एमडी'ची विक्री सुरू आहे, असा संशय कोणाला येऊ नये, यासाठी पानामध्ये घालून एमडी दिला जातो. पानामधून एमडी घालून दिल्याने त्याची किंमत कमी असते. या कारणांमुळे व्यसनांचे प्रमाण वाढत असल्याचे दिसून येते. सोशल मिडीयाच्या माध्यमातून वेगवेगळी नावे देऊन सध्या शहरात एमडी आणि गांजा विक्री होत आहे.

आयुष्यावरची काजळी हटवण्यासाठी...

तो कॉलेजजवळ यायचा. 'एक कश मार रे, पैसे देऊ नको. परीक्षा जवळ आलीय ना, तुला झोप येणार नाही. सगळा अभ्यास लक्षात राहील. पैसे कुठून आणायचे, कसे आणायचे याचा ताण घेऊ नको',असं सांगायचा. ड्रग्जची तलफ विद्यार्थ्यांना लावणारा तो मध्यस्थ, दलाल होता हे खूप उशिरा लक्षात आलं.... आधी मित्रांसोबत 'चील' करायचं म्हणून अमली पदार्थ घ्यायला सुरुवात केली. नंतर त्याची सवयच लागली. हे व्यसन सोडण्याचा विचार दोन-तीनदा केला तर मित्रांनी हिणवलं... 'आत्ता मजा नाही करणार तर कधी'. यात दोन अडीच वर्षं निघून गेली. आयुष्यातली सोन्यासारखी वर्षं पाऱ्यासारखी हातून निसटून गेली; त्याचा पश्चाताप होतोय... नशेच्या, अमली पदार्थांच्या आहारी गेलेल्या दोन मध्यमवर्गीय घरांतल्या विद्यार्थ्यांनी व्यसनमुक्तीकेंद्रामधील समुपदेशकांना सांगितलेली ही कथा. नशेच्या विळख्यात अडकलेल्या अशा तरुण मुलांचे अनुभव कमीअधिक फरकानं असेच असतात. पूर्वी चरस, गांजा, दारू, सिगारेट, तंबाखू-गुटखा यासारख्या व्यसनांमध्ये अडकलेली प्रौढ व्यक्ती व्यसन सोडायचं आहे, या उद्देशाने यायची वा आणली जायची. आता डॉक्टरांची, समुपदेशकांची मदत घेण्यासाठी येणाऱ्यांमध्ये चौदा-पंधरा वषार्ची कोवळी मुलंही आहेत. तरुण मुलांमुलीमध्ये विविध प्रकारच्या व्यसनांचं, तसंच अमली पदार्थांच सेवन करण्याचं प्रमाण वाढतंय. त्यामागे विविध कारणं असल्याचं समुपदेशक सांगतात. सहज मिळणारे अमली पदार्थ, पॉकेटमनी, पैसे खर्च करण्यावर नसलेले निर्बंध, वाढते पार्टी कल्चर अशी अनेक कारणं त्यामागे दिसतात. अमली पदार्थांच्या मागार्ला लागलेल्या मुलांच्या वागण्यातला बदल लक्षात येतो तेव्हा धास्तावलेले पालक कधी बाबापुता करून, कधी प्रेमाने, कधी धाकाने मुलांना व्यसनमुक्तीकेंद्रामध्ये वा मानसोपचारतज्ञांकडे घेऊन जातात. मात्र तिथेही पूर्ण उपचार घेणाऱ्यांची संख्या कमी आहे. मध्येच उपचार सोडून देणारेच अधिक. ह्यकोणत्याही प्रकारच्या अमली पदार्थांचे सेवन हा मानसिक आजारच असतोह्ण, असे मानसोपचारतज्ज्ञ डॉ. आदित्य अणवेकर सांगतात. अमली पदार्थ घेण्याची सुरुवात मजामस्ती म्हणून होते. त्यासाठी पैशाची उपलब्धता हा मुद्दा नसतो. एकदा सवय लागून त्याचं व्यसनात रूपांतर झालं की मग पुरवठादार पैशाची मागणी वाढवत नेतो. या दुष्टचक्रातून बाहेर पडण्यासाठी त्या व्यक्तीची स्वतःची तयारी किती आहे, यावर त्या विळख्यातून बाहेर पडण्याच्या शक्यता ठरतात. सिगारेट, दारू, गुटखा, तंबाखू या व्यसनांपासून सुरू झालेला प्रवास आता एमडी, कोकेन, हिरॉइन, शिरेवाटे घेण्यात येणारे ड्रग्ज, कॅथिनोन, ब्लॅकटार आदीपर्यंत येऊन पोहोचला आहे. त्यांची उपलब्धता पूर्वीपेक्षा अतिशय सहज होते. शहर आणि उपनगरांमध्ये कुठल्या ठिकाणी अमली पदार्थ मिळतात याची माहिती एखाद्या मध्यस्थाच्या मदतीने कॉलेजच्या परिसरामध्ये दिली जाते. सुरुवातीला पैसे न घेता आणि व्यसनाची तलफ लागल्यानंतर दामदुप्पट पैशाची मागणी करून या मुलांना नशेच्या चक्रात ओढलं जातं. या व्यसनांची सवय सुटू नये याची व्यवस्था नवनव्या प्रकारच्या नशेच्या पदार्थांची चटक लावून हे दलाल करत राहतात, असंही व्यसनमुक्तीच्या प्रवासातली मुलं सांगतात. तलफ, गुंगी, धुंदावस्था, तणावमुक्ती, प्रेमभंग, नात्यातील अपयश, नैराश्यावर मात, यश मिळण्यासाठी, दिवसरात्र कार्यरत राहण्यासाठी या ड्रग्जची किक गरजेची वाटू लागते. आता दिवसरात्र कार्यरत राहण्याच्या नावाखाली, स्पर्धेमध्ये टिकून राहण्याच्या नावाखाली, थकवा, झोप येऊ नये यासाठीही या अमली पदार्थांची चटक मुलांना लावली जाते. या विळख्यातून बाहेर पडायचं तर त्यासाठी संबंधित व्यक्तीची इच्छाशक्ती लागतेच, शिवाय त्याच्या कुटुंबाची, आप्तांची भक्कम साथ महत्त्वाची असते. नशेच्या धुरात आयुष्यावर काजळी धरते हे या मुलांना कळत्या वयात विश्वासाने, समजावून सांगायला हवं. कधीही वाट चुकली, परतीचे दोर कापले गेले आहेत, असं कुणीही सांगितलं तरी ह्यआम्ही आहोतह्ण या विश्वासाचं बीजंही त्यांच्या मनात पेरायला हवं. तरच आयुष्यावरची काजळी हटू शकेल...

मराठवाड्यापुढे आव्हान

राज्यात अमली पदार्थ रॅकेटचा विळखा घट्ट होत असताना मराठवाडाही त्यास अपवाद नाही. तीर्थक्षेत्र तुळजापूर शहर याच अमली पदार्थांच्या रॅकेटमुळे राज्यात चर्चेत आले. १५ फेब्रुवारी २०२५ रोजी तुळजापूर परिसरातील तामलवाडी भागातून अडीच लाख रुपये किमतीचे एमडी ड्रग्ज जप्त करण्यात आले. तुळजाभवानी देवीचे अधिष्ठान असलेल्या गावात हा प्रकार घडल्यामुळे एकच खळबळ उडाली. पोलिसांनी या प्रकरणात एकूण ३६ आरोपींच्या विरोधात गुन्हे दाखल करीत १४ जणांना बेड्या ठोकल्या. या अमली पदार्थ विक्रीतून कोट्यवधी रुपयांचे व्यवहार झाल्याची माहितीही उघड झाली. तुळजापूर भागात तीन हजार रुपए प्रतिग्रॅम दराने अमली पदार्थांची विक्री सुरू होती. त्यांचा पुरवठा मुंबईहून सुरू होता. पोलिसांनी तपासाची चक्रे फिरविल्यानंतर मुंबईहून काही विक्रेत्यांनाही ताब्यात घेण्यात आले. या प्रकरणात दहा हजार पानांचे आरोपपत्र न्यायालयात दाखल करण्यात आले. तरुणाईला व्यसनाधीन करणाऱ्या यंत्रणेची पाळेमुळे खणून काढा आणि कडक कारवाई करा, अशी स्थानिकांची मागणी आहे. दुसरीकडे लातूर जिल्ह्यात शेतात एका पत्र्याच्या शेडमध्ये अमली पदार्थ निर्मितीचा कारखाना सुरू होता. विशेष म्हणजे हा प्रकार पोलिसांच्या सहभागाने सुरू असल्याचे निष्पन्न झाले. या प्रकरणात एका पोलिस कर्मचाऱ्यासह चौघांना अटक करण्यात आली. लातूर आणि छत्रपती संभाजीनगर शहरांत स्वस्तात सहज मिळणाऱ्या अमली पदार्थांनी कहर केला आहे. छत्रपती संभाजीनगरात अमली पदार्थांची तस्करी रोखण्याचे मोठे आव्हान पोलिसांपुढे आहे. शहर पोलिसांनी तस्करांवर कारवाई केली आहे. २०२३ मध्ये १२५ आरोपींवर कारवाई करून ५३ लाख १८ हजारांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला. २०२४ मध्ये २३६ आरोपींच्या ताब्यातून दोन कोटी २९ लाखांचा मुद्देमाल आणि २०२५ मध्ये ३७४ जणांना ताब्यात घेऊन दोन कोटी ८२ लाखांचा मुद्देमाल जप्त करण्यात आला. यावर्षी मार्चपर्यंत गुन्हे शाखेने ५० जणांना ताब्यात घेऊन एक कोटी ७८ लाखांचा मुद्देमाल जप्त केला आहे. नशेच्या गोळ्या, एमडी ड्रग्ज, चरस अशा अंमली पदार्थांचा त्यात समावेश आहे. पोलिसांनी शहरात अमली पदार्थांची विक्री करणाऱ्यांवर कारवाई करतानाच या मालाचा पुरवठा करणाऱ्यांना लातूर, धुळे, इंदूर, देवाससह हिमाचल प्रदेश आणि गुजरात भागातून ताब्यात घेतले आहे. त्यामुळे छत्रपती संभाजीनगरपर्यंत माल पोहोच करणारी साखळी तूर्तास खंडीत करण्यात यश आले आहे. अर्थात, शहरात अमली पदार्थांचा पुरवठा पूर्णतः थांबलेला नाही. केंद्रीय विभागाने पैठण रोड परिसरातील औद्योगिक वसाहतीत रसायने वापरून एमडी ड्रग्ज तयार करणारी टोळी पकडली होती. एमडी ड्रग्जसाठीचा मुद्देमाल गुजरातमधून आणल्याची चर्चा होती. सध्या संबंधित प्रकरण न्यायप्रविष्ट आहे. विक्रेत्यांवर झालेल्या कारवाईनंतर एमडी किंवा कोडीनयुक्त सिरप किंवा नायट्रोसनच्या गोळ्यांची आवक थांबली, असे म्हणता येणार नाही. खासगी गाड्यांतून कुरिअरच्या माध्यमातून मालाचा पुरवठा होत असल्याचे प्रकार समोर आले आहेत. महाविद्यालय परिसर, वसतिगृह असलेल्या परिसरातून अमली पदाथार्ची विक्री होत असल्याची शक्यता नाकारता येत नाही.

उपराजधानीतही चिंता

राज्याची उपराजधानी नागपूर अमली पदार्थांच्या विळख्यात सापडली आहे. अमली पदार्थ तस्करीची पाळेमुळे हुडकून काढून ती कायमचे नष्ट करण्यासाठी पोलिसांनी 'ऑपरेशन थंडर'ही मोहीम राबविण्यास सुरुवात केली असली तरी अद्यापही अमली पदार्थ तस्करांचे जाळे पूर्णतः उद्ध्वस्त करण्यात पोलिस अपयशी ठरले आहेत. नागपुरातूनच विदर्भातील विविध शहरांमध्ये एमडी व गांजाचा पुरवठा होत असल्याचे धक्कादायक वास्तव आहे. अमली पदार्थ तस्करीत कमी काळात जास्त नफा मिळत असल्याने शहरातील कुख्यात गुन्हेगारांच्या टोळ्या सक्रिय झाल्या आहेत. अल्पवयीन मुलांच्या मदतीने ते हा व्यापार करतात. उपराजधानीत अलीस हा यातील कुख्यात विक्रेता. महेंद्रनगरमधून त्याचे नेटवर्क चालते. मुंबईहून अमरावतीमार्गे नागपुरात तो एमडी खेप बोलावतो. तो विदर्भासह मध्य भारतातील मोठा ड्रग्जडिलर आहे. कपिलनगरमध्ये समीर, गणेशपेठेतून इर्शाद, मानकापुरात साजिद, कुख्यात ईप्पा ऊर्फ इरफान खान मोहम्मद पीर खान याच्यासह त्याच्या टोळीतील दहा जण तहसील व मध्य नागपुरात विक्री करतात. पाचपावलीतील गुंड अनिस , पिंकी, हुडकेश्वरमधील अमन, फिरोज, धीरजची महिला साथीदार, सुमित, मिहीर, कय्यूम, मोहसीन आदींचाही एमडी तस्करी व विक्रीत मोठा हात आहे. मुंबईनंतर, राजस्थानमधून नागपुरात सर्वाधिक एमडीचा पुरवठा होतो. राजस्थानमधील झालावाड येथून एमडीची मोठ्या प्रमाणात मध्य भारतात तस्करी करण्यात येते. झालावाडमधून एमडी जोधपूरच्या जिलानी याच्याकडे पोहोचते. जिलानी हा इंदूर व उज्जैन येथील तस्करांना ती पुरवतो. तेथून मग ती नागपूरसह विदर्भातील विविध शहरांमध्ये तस्करांमार्फत पोहोचविली जाते. गांजा हा ओडिशातूनच नागपुरात मोठ्या प्रमाणात येतो. बदलती जीवनशैली, झटपट पैसा कमविण्याच्या नादात युवक अमली पदार्थांकडे वळल्याचेही दिसून येते.

समाजमाध्यमांचा वापर

उपराजधानीत तस्कर व विक्रेत्यांकडून एमडी किंवा अन्य अमली पदार्थांची खेप बोलाविण्याकरिता डार्क वेबचा वापर करण्यात आल्याचे अद्याप उघडकीस आलेली नसले तरी, समाजमाध्यमांचा वापर त्यासाठी मोठा प्रमाणात करण्यात येतो. समाजमाध्यमांवरूनच अमली पदार्थ विकेते ग्राहकांशी संपर्क साधतात. त्याद्वारे निश्चित ठिकाणी अथवा खरेदीदाराला एखाद्या गर्दीच्या ठिकाणी बोलावून अमली पदार्थ देण्यात येतात. हे असे व्यवहार बहुतांश मध्यरात्रीनंतर ते पहाटेच्या सुमारास झाल्याचे अलीकडच्या पोलिस कारवाईवरून समोर आले आहे. हुडकेश्वर पोलिस ठाण्याच्या हद्दीत मलिक नावाचा ड्रग्स डिलर हा फ्लॅटमध्ये असलेला वायफाय वापरून व्हॉट्सॲपद्वारे व्यवहार करीत असल्याचे आढळून आले होते.

पहिल्यांदाच एलएसडी हाती

नागपुरात अनेकदा एमडी, गांजा, कोकेन, चरस, डोडा, ब्राऊन शुगर हे अमली पदार्थ पकडले जातात. परंतु अलीकडच्या काळात प्रथमच गुन्हेशाखा पोलिसांनी एक लाख ७० हजार रुपये किमतीचे एलएसडी नावाचे ड्रग्ज पकडले. याप्रकरणात पोलिसांनी कुणाल गिरी सुरेश गिरीधनार्थी (२२) व दीपेश देविदास बोहरे (२२) या गोंदियात राहणाऱ्या अभियांत्रिकीच्या विद्यार्थ्यांना अटक केली. एलएसडीचा वापर मुंबई व पुण्यात होतो. पुण्यातून या दोघांना एलएसडी मागविल्याचे सांगण्यात येते.

पुण्यात फोफावते ह्यपब कल्चरह्ण

श्रीमंतांचे व्यसन म्हणून पूर्वी अमली पदार्थांची ओळख होती. मात्र, आता तरुणांपासून ते सर्व वर्गातील व्यक्तींना एमडी आणि गांजा सहज मिळतो. पुण्यात वाढत असलेली खासगी विद्यापीठे आणि 'पब कल्चर' यामुळे एमडीसह अमली पदार्थांच्या सेवनाचे प्रमाण वाढत आहे. मोबाइल नंबरशिवाय ॲपच्या माध्यमातून अमली पदार्थांचे व्यवहार होत असल्याचे काही दिवसांपूर्वी पोलिस कारवाईतून उघड झाले. पोलिसांनी कारवाई करत १९ आरोपींना अटक केली. या कारवाईत २८९.१९ ग्रॅम मेफेड्रोन, ४२२ ग्रॅम गांजा जप्त करत सुमारे ५८ लाख १८ हजार रुपयांचा मुद्देमाल हस्तगत करण्यात आला. तसेच लोहगाव परिसरात काही दिवसांपूर्वीच गांजा विक्री प्रकरणी करवाई करण्यात आली. या प्रकरणातील आरोपी तरुण हा मूळचा गुजरातमधील आहे. त्याने घरातच गांजाची झाडे लावली होती. हा तरुण कॉलेजमधील तरुणांना गांजा विकत असे. या घटना प्रतिनिधीक असल्या तरी शहराच्या सर्वच भागांत आता अमली पदार्थांची विक्री होत असल्याचे यावरून स्पष्ट होते. एमडीबरोबरच गेल्या काही वर्षांपासून गांजाची नशा करण्याचे प्रमाण वाढत आहे. पुणे पोलिसांनी शहरात जानेवारी ते मार्च अखेरीस गांजा विक्रीस घेऊन आलेल्या २१ जणांना अटक केली. आरोपींकडून १६६ किलो गांजा जप्त करण्यात आला असून याची किंमत किंमत ८६ लाख ५१ हजार रुपये आहे. ओडिशा, छत्तीसगड, आंध्र प्रदेश या तीन राज्यांतून शहरात गांजा विक्रीस पाठविला जात असल्याचे तपासातून उघडकीस आले आहे. या राज्यांमधून महाराष्ट्रात विशेषतः मुंबई, पुणे या शहरात गांजा विक्रीस पाठविला जातो. काही जण पाहिजे त्या ठिकाणी गांजा आणून देतात, असेही दिसून आले आहे. पुण्यातील ताराचंद रामनाथ सेवा ट्रस्ट आणि ज्ञानप्रबोधिनीच्या प्रज्ञा मानस संशोधिका विभागातर्फे 'संयम' हा अहवाल नुकताच प्रसिद्ध करण्यात आला आहे. या अहवालानुसार पुण्यात मद्यपान, तंबाखू, अमली पदार्थ, ऊर्जावर्धक पेये आणि डिजिटल माध्यमांचा वाढता वापरामुळे व्यसनाधीनता तीव्र होत असल्याचे दिसून आले. या अहवालानुसार ८० टक्क्यांपेक्षा अधिक तरुणांमध्ये मद्य, तंबाखू, ऊर्जावर्धक पेये, अमली पदार्थ यांची व्यवस्थित माहिती, जाणीव असून, ती उपलब्ध होणाऱ्या ठिकाणांचीही त्यांना माहिती आहे.

पानातून 'एमडी'ची विक्री?

पुणे आणि पिंपरी-चिंचवड परिसरात दिवसगणिक 'पब'ची संख्या वाढत आहे. या 'पब कल्चर'ने व्यसनांचा विळखा अधिक घट्ट होत आहे. 'पब'मध्ये कमी वयाच्या मुलांना पैशात प्रवेश दिला जातो. तसेच काही ठिकाणी 'पब'मध्ये गर्दी दिसावी म्हणून कमी पैशात प्रवेश दिला जातो. यामुळे तरुणांना व्यसनांची सवय लागते. पूर्वी 'एमडी' ग्रॅमच्या दरात घ्यावा लागत होता. परंतु आता शहरातील काही भागांमध्ये सहज पानटपऱ्यांवर एमडी मिळतो. 'एमडी'ची विक्री सुरू आहे, असा संशय कोणाला येऊ नये, यासाठी पानामध्ये घालून एमडी दिला जातो. सोशल मिडीयाच्या माध्यमातून वेगवेगळी नावे देऊन सध्या शहरात एमडी आणि गांजा विक्री होत आहे.

रिकाम्या पोटी लसूण खाण्याचे फायदे

सर्वसाधारणपणे लसणीचा उपयोग भाजीला फोडणी देण्यासाठी, एखाद्या भाजीची ग्रेव्ही तयार करण्यासाठी, किंवा चटण्या बनविण्यासाठी केला जातो. एखादी बेचव भाजी केवळ लसूण त्यामध्ये घातल्याने किती चविष्ट बनते ! पण केवळ खाद्यपदार्थांची चव वाढविण्याखेरीज ही लसूण अजून किती तरी प्रकारे उपयोगाला येते. लसणीमध्ये अशी अनेक गुणकारी तत्वे आहेत, ज्यामुळे आपला अनेक विकारांपासून बचाव होऊ शकतो. आयुवेर्दामध्ये लसणीला ह्य वंडर फूड ह्य म्हटले गेले असून, लसणीचा उपयोग औषधी म्हणून केला गेला आहे. त्यामुळे आपण आपल्या आहारात लसणीचा समावेश करणे अगत्याचे आहे. पण या औषधीचा सर्वात जास्त उपयोग सकाळी उठल्यानंतर रिकाम्या पोटी खाल्ल्याने होतो.

त्यामुळे दररोज सकाळी उठल्यानंतर एक लसणीची पाकळी चावून खावी व त्यानंतर एक ग्लास कोमट पाणी प्यावे. जर लसूण चावून खाणे शक्य नसेल, तर लसणीची पाकळी गरम पाण्याबरोबर गिळून टाकावी. लसूण हृदयरोगाशी संबंधित तक्रारी दूर करण्यास मदत करते. लसूण खाल्ल्याने रक्ताच्या गाठी बनत नाहीत. तसेच हृदयविकाराचा झटका येण्याची शक्यता ही कमी होते. लसूण आणि मध मिसळून खाल्ल्यास हृदयाच्या धमन्यांमध्ये असलेले ब्लॉकेज दूर होते, त्यामुळे हृदयाचा रक्तप्रवाह सुरळीत सुरु राहतो. लसूण खाल्ल्याने उच्चरक्तदाब असल्यास तो नियंत्रित ठेवणे शक्य होते. लसणीच्या सेवनाने शरीरातील रक्ताभिसरण चांगले राहते. डायरिया किंवा बद्धकोष्ठ या पोटाच्या दोन्ही विकारांमध्ये लसूण उपयोगी आहे. यासाठी थोडे पाणी उकळायला ठेऊन त्यामध्ये पाच-सहा लसणीच्या पाकळ्या घालाव्यात. पाणी साधारण सात-आठ मिनिटे उकळून घ्यावे. त्यांनतर हे पाणी थोडे निवले, की मग हे पाणी प्यावे. या लसणीच्या पाण्यामुळे जुलाब आणि बद्धकोष्ठ या दोन्ही विकारांमध्ये आराम मिळतो.

तसेच शरीरामधील घातक पदार्थ देखील लसणीच्या पाण्याच्या सेवनाने बाहेर टाकले जातात. तसेच लसणीच्या सेवनाने पाचनशक्ती देखील चांगली राहते. ज्यांना अपचनाचा त्रास होत असेल, किंवा ज्यांना काही कारणाने भूक कमी लागत असेल, त्यांनी सकाळी रिकम्या पोटी लसूण चावून खावी. लसणीचा सेवनाने ॲसिडीटीपासून ही आराम मिळतो.लसणीमध्ये ॲंटी बॅक्टेरियल व वेदना कमी करणारी तत्वे आहेत. त्यामुळे इन्फेक्शन झाल्याने जर दातदुखी सतावत असेल, तर लसणीची एक पाकळी ठेचून जो दात दुखत असेल, तिथे ठेवावी. या उपायाने दात दुखी कमी होण्यास मदत होते. श्वसनाशी संबंधित विकारांमध्ये ही लसणीच्या सेवनाने फायदा होतो. सर्दी-पडसे, खोकला, अस्थमा, निमोनिया, ब्रॉन्कायटीस, इत्यादी विकारांमध्ये लसणीचे सेवन फायदेशीर ठरते.

दररोज 2 चमचे कांद्याचा रस घ्या

१. डोकेदुखी : जर तुम्हाला डोकेदुखीची समस्या असेल तर तुम्ही दररोज दोन चमचे कांद्याचा रस आणि एक चमचा साखर अर्धा कप पाण्यात मिसळून घेतल्याने तुमची डोकेदुखी थांबते.

२. पुरुषातील कमजोरी : जर पुरुषांना कमजोरी असेल किंवा त्यांना काम क्रीडा करताना अशक्तपणा जाणवत असेल तर त्यावर कांदा हा रामबाण उपाय आहे. दररोज दोन चमचे कांद्याचा रस 3 चमचे मध रोज सकाळ-संध्याकाळ त्याने पुरुषाची कमजोरी दूर होते.

३. महिलांचा मासिक पाळीचा त्रास : जर महिला आणि तरुणींना मासिक पाळीचा त्रास होत असेल तर दररोज दोन चमचे कांद्याचा रसासोबत घेतल्याने मासिक पाळीचा त्रास कमी होऊन स्त्रियांची कमजोरी कमी होऊ शकते.

४. लघवीची समस्या : जर स्त्री आणि पुरुषांना लघवीची खूप मोठी समस्या असेल तर दररोज दोन चमचे कांद्याचा रस 3 या सोबत घेतल्याने युरिनच्या समस्येवर फायदा होऊ शकतो. असा प्रयोग दररोज करावा.

५.कोंडा : तरुणी किंवा पुरुषांना केसांमध्ये कोंड्याची समस्या असेल तर दररोज दोन चमचे कांद्याचा रस अर्धा वाटी दह्यामध्ये मिसळून केसांवर लावल्याने कोंडा मोठ्या प्रमाणात दूर होतो.

६. मुतखडा: जर तुम्हाला मुतखड्या संबंधित समस्या असेल तर दररोज दोन चमचे कांद्याच्या रसात एक चमचा साखर मिसळून घेतल्याने तुम्हाला तातडीने मुतखड्या पासून मुक्तता मिळू शकते.

७. टकले पणा: आज-काल तरुणांमध्ये खूप मोठ्या प्रमाणात टकलेपणाची समस्या निर्माण झाली आहे. ही समस्या दूर करण्यासाठी दररोज दोन चमचे कांद्याचा रस दोन चमचे मध मिसळून मसाज केल्याने केस गळती कमी होते. पयार्याने केस गळती थांबते.

८. अपचन: आजकाल बाहेरचे खाल्ल्याने खूप मोठ्या प्रमाणात अपचनाची समस्या निर्माण झालेली आहे. त्यासाठी अपचन दूर करण्यासाठी दररोज दोन चमचे कांद्याचा रस, हिंग आणि काळे मीठ मिसळून घेतल्यास पोटातील गॅस ची समस्याही कमी होते.

९. खाज: जर तुम्हाला खाजी संबंधी काही समस्या असेल तर दररोज दोन चमचे कांद्याच्या रसामध्ये हळद मिसळून लावल्याने त्वचा संबंधी आजारात फायदा होतो.

बुद्धिमत्ता वाढवण्यासाठी बाळाला अशा पद्धतीने खाऊ घाला बदाम!

आता तुम्ही म्हणाल हे कसं शक्य आहे? - ६ महिन्यांच्या बाळाला कसे काय बदाम भरवायचे? तो कसे काय बदाम खाईल? तर मंडळी हे शक्य आहे आणि त्याचे उत्तर आज आम्ही तुम्हाला देणार आहोत. या लेखात आपण जाणून घेणार आहोत की लहान बाळाला कसे बदाम खाऊ घालावेत? त्याची पद्धत काय? आणि बदाम खाल्ल्याने नक्की काय काय फायदे होतात?

बदमातील पोषक तत्वे - बदामात खूप पोषक तत्वे असतात. जणू बदाम हा पोषणाची खाण असतो असेच म्हणा ना. म्हणूनच त्याचा सकारात्मक परिणाम शरीरावर दिसून येतो. १०० ग्रॅम बदाम खाल्ल्याने बाळाला ३.३८५ मिलीग्रॅम नियासिन, १.०१४ मिलीग्रॅम राइबोफ्लेविन, २६ मिलीग्रॅम विटामिन ई, २६४ मिलीग्रॅम कॅल्शियम, ३.७२ मिलीग्रॅम आयरन, २६८ मिलीग्रॅम मॅग्नीशियम, ४८४ मिलीग्रॅम फास्फोरस, ३.०८ मिलीग्रॅम झिंक, ७०५ मिलीग्रॅम पोटॅशियम, ०.९९६ मिलीग्रॅम कॉपर, २.२८५ मिलीग्रॅम मॅंगनीज मिळते. तर मंडळी ही सगळी अत्यावश्यक पोषक तत्वे आपल्या मुलाला मिळावीत असे वाटत असेल तर आवर्जून त्याला बदाम खाऊ घाला.

बाळाला बदाम खाऊ घातल्याने होणारे फायदे - बाळाच्या मेंदूच्या विकासासाठी बदाम खूप महत्त्वाचे असतात. यात असणारे राइबोफ्लेविन आणि एल-कारनिटिन सारखे तत्व मेंदूच्या क्रियांना उत्तेजीत करतात. बदाम मेंदूला चालना देतात आणि अल्जाइमर रोगाला दूर ठेवतात. बदामामध्ये उच्च मात्रामध्ये फायबर असते जे बाळाला बद्धकोष्ठता होण्यापासून रोखते आणि बाळाच्या पचन तंत्राला मजबूत करते. या सुक्या मेव्यात पर्याप्त मात्रामध्ये फोस्फरस असते ज्यामुळे बाळाची हाडे आणि दात अतिशय मजबूत होतात. बदाम ॲंटीऑक्सीडेंटने युक्त असतात आणि त्यांचे एल्केलाइन गुणधर्म शरीरारील विषारी घटक दूर करतात आणि यामुळे बाळांची रोगप्रतिकार शक्ती वाढते.

बाळाला बदाम कसे खाऊ घालावे? - ६ महिने झाल्यावर तुम्ही बाळाला बदाम खाऊ घालू शकता. परंतु बाळ कच्चे बदाम असे थेट तोंडात चघळून खाऊ शकत नाही. त्यामुळे बाळाला या वयात बदाम भरवण्यासाठी तुम्ही पुढील पद्धत वापरू शकता. रात्रभर बदाम पाण्यात भिजवत ठेवावे आणि सकाळी बदामाच्या साली काढून त्यांना कुटून त्यांची पावडर किंवा पेस्ट तयार करावी. हि पावडर तुम्ही दुधात मिसळून बाळाला भरवू शकता. सफरचंद किसून त्यात सुद्धा बदाम पेस्ट टाकून तुम्ही बाळाला भरावू शकता.

बदाम खाल्ल्याने दुष्परिणाम होतात का? - जर तुम्ही बाळाला मर्यादित प्रमाणात थोड थोडे बदाम खाऊ घातलेत तर काही समस्या नाही. कोणतीही गोष्ट योग्य प्रमाणात खाल्ली गेली, त्याचा अतिरेक झाला नाही तर ती सुरक्षित असते. त्यामुळे अगदी २-३ बदामच बाळाला दर दिवशी खाऊन घालावेत. काही बाळांना बदामाची ॲलर्जी असते. बाळाला ॲलर्जी असल्यास त्याला अजिबात बदाम खायला देऊ नयेत. यासाठी डॉक्टरांचा सल्लाही आवर्जून घ्यावा. अशावेळी बदामा ऐवजी तुम्ही अक्रोड, पिस्त, शेंगदाणे किंवा काजू त्यालाखायला देऊ शकता.

बाळाला लहानपणापासून बदाम का खाऊ घालावेत? - बाळाला लहानपणापासूनच बदाम खाऊ घातल्याने त्याची बुद्धी तल्लख होईल. बाळ कोणतीही गोष्ट लगेच शिकू शकेल. त्याला मेंदुशी संबंधित आजार होण्याची शक्यता कमी होईल. मुल मोठे झाल्यावर त्याची बुद्धी कमी असल्यास आई वडील निराश होतात. यामुळे त्या मुलाचे भवितव्य देखील धोक्यात येते. म्हणून आई वडिलांनी लहानपणापासूनच या गोष्टीची काळजी घेतली आणि वयाच्या ६ महिन्यांपासून सांगितलेल्या पद्धतीप्रमाणे त्याला बदाम खाऊ घातले तर बाळ नक्कीच हुशार होईल.

रोजच्या जीवनात कापूराचा असा वापर ठरेल फायदेशीर

घरी पूजा असली की हमखास धूप आणि कापूर आणले जाते. या कापूराचा सुगंध अनेकांना आवडतो. या कापूराचा उपयोग तुम्ही वेगवेगळ्या कारणांसाठी नक्कीच करुन पाहिला असेल पण कापूराचा उपयोग तुम्हाला अन्य काही गोष्टींसाठीदेखील नक्की करता येईल. आज कापूराचे वैज्ञानिक महत्व आणि धार्मिक महत्व जाणून घेऊया आणि कापूराचा वापर अन्य कसा करता येतील ते देखील पाहूया.

कापूराचे धार्मिक महत्व - घरी पूजा करताना नेहमी धूपासोबत कापूरही लावला जातो. कापराची डबी उघडल्यानंतर त्यातून येणारा सुंगध कापूर जाळल्यानंतर त्यामधून येणारा मंद सुगंध हा घरात प्रसन्न वातावरण निर्माण करतो. त्यामुळे घरात जर सकारात्मक उर्जा हवी असेल तर देवासमोर नक्कीच कापूर लावा. याशिवाय कापराच्या मंद सुगंधाने वातावरण प्रसन्न झाल्यामुळे देवही प्रसन्न होतात असा समज आहे.

पिंपल्स करते कमी - कापूर हे ॲंटीबायोटीक असल्यामुळे तुम्हाला त्याचा पिंपल्स कमी करण्यासाठीही करता येऊ शकतो. जर तुम्हाला पिंपल्स असतील आणि पिंपल्सचे डाग असतील तर ते कमी करण्यासाठी तुम्ही कापूराचा उपयोग करु शकता. बाजारात कापूराचे तेल मिळते. ते तुम्ही तुमच्या पिंपल्स आणि त्यांच्या डागांवर लावा. तुम्हाला तुमचे डाग कमी झालेले दिसेल. (कोणत्याही त्वचेसाठी कापराचे तेल चालू शकते. पण तुमची त्वचा फारच नाजूक असेल तर त्याचा वापर करण्यापूर्वी सल्ला घ्या.)

जखम भरण्यास मदत - जखम भरण्यासाठीही कापूराचा उपयोग करु शकता. कापूराची गोळी चुरगळून तुम्हाला ती जखमेवर लावायची आहे. कापूरामुळे तुमच्या जखमेचे निर्जंतुकीकरण होते. तुमची जखम जलद गतीने सुकण्यास मदत होते. जखमेवर कापूर कुस्करुन लावा. तुम्हाला आराम मिळेल. त्यामुळे तुम्ही जखम सुकण्यासाठी कापूराचा उपयोग नक्की करा.

केसांच्या वाढीसाठी कापूर चांगला - केसांच्या वाढीसाठी कापूराचा उपयोग केला जातो. म्हणजे तुम्हाला उवा किंवा लिखांचा त्रास कमी करण्याचा उपयोग माहीत असेल तर त्यापलीकडे जाऊनही कापूराचा उपयोग केसांसाठी करु शकता. खोबरेल तेल गरम करुन त्यात कापराची गोळ्या टाका आणि हे तेल लावा. तुम्हाला केसांसंदर्भात असलेल्या तक्रारी कमी होतील. केसातील कोंडा कमी होऊन तुमच्या केसांची वाढ होण्यास मदत होते.

सर्दीवर गुणकारी - अनेकांना सर्दी झाल्यानंतर नाक चोंदण्याचा त्रास असतो. नाक चोंदलेले असेल तर मग दिवस कसातरी जातो. अशावेळी तुम्हाला या त्रासापासून क्विक आराम हवा असेल तर तुम्ही गरम पाण्यात कापूर टाका आणि त्या पाण्याची वाफ घ्या तुमचे चोंदलेले नाक लगेच मोकळे होईल.

झोप लागते शांत - हल्ली मोबाईलच्या वेडापायी आपण झोपण्याची टाळाटाळ करतो. एकदा का झोपेची वेळ निघून गेली की, मग झोप येता येत नाही. अशावेळी कापूराचा छोटासा तुकडा घेऊन तो तुमच्या उशीजवळ चोळा. कापूराच्या मंद सुगंधाने तुम्हाला छान झोप लागते.

विवाहित महिलांमध्ये रक्तप्रवाह नियंत्रित ठेवतात जोडवे, शृंगाराचे वैज्ञानिक महत्त्व

लग्नानंतर महिला सोळा शृंगार करतात. हिंदू धर्म परंपरांमागे विज्ञानही दडलेले आहे. महिलांनी शृंगार केलेल्या दागिन्यांचेसिद्ध वैज्ञानिक महत्त्व आहे. या सोळा शृंगारांमध्ये १५ वा क्रमांक हा पायाच्या बोटांमध्ये घातल्या जाणाऱ्या जोडव्यांचा येतो. सामान्यतः जोडवे हे चांदीचे असतात. जोडव्यांमध्ये पारंपरिक गुण असण्यासोबतच काही वैज्ञानिक फायदेही आहेत.

ज्योतिष व्यतिरिक्त मॉडर्न सायन्सही जोडवे घातल्यामुळे होणाऱ्या फायद्याविषयी सांगते. महिलांच्या पायातील दुसऱ्या बोटातील तंत्रिकेचा थेट संबंध गर्भाशयाशी असतो, जी हृदयापासून जाते आणि याच कारणामुळे उजव्या तसेच डाव्या पायाच्या दुसऱ्या बोटात जोडवे घालण्याचा सल्ला दिला जातो. यामुळे गर्भाशय स्वस्थ आणि ब्लडप्रेशर नॉर्मल राहते. शरीरामध्ये ऊर्जा प्रवाह वाढवण्यासाठी पायात चांदीचे जोडवे घालणे उत्तम राहते. चांदी शरीरासाठी थंड मानली जाते. चांदीचे जोडवे घालून जमिनीवर चालल्यास शरीराला सकारात्मक ऊर्जा मिळते. जोडवे धारण केल्यास मेंदू शांत राहतो आणि तणावही कमी होतो.

सायटीक नर्व्हच्या एका नसेवर जोडव्यांचा दबाव पडतो आणि यामुळे जवळपासच्या इतर नसांमधील रक्तप्रवाह वाढतो आणि यूट्रस, ब्लॅडर आणि आतड्यांपर्यंत रक्तप्रवाह व्यवस्थित होतो. गर्भाशयापर्यंत योग्यप्रकारे रक्त पोहोचते. शरीरात रक्तप्रवाह व्यवस्थित असल्यास आरोग्य चांगले राहते.

आरोग्यासाठी नुकसानदायी ठरु शकतात तुमची लांब नखे

लांब नखे वाढवायला सर्वांनाच खूप आवडते, परंतु सत्यता ही आहे की, वाढलेल्या लांब नखांमुळे तुमच्या आरोग्याला धोका होऊ शकतो.

कॅरोटिनपासून बनतात नखे - नखे शरीरात असणाऱ्या कॅरोटिन नावाच्या घटकापासून बनलेले असतात. ज्या वेळी शरीरात य घटकाची कमतरता असते तेव्हा नखांच्या पृष्ठभागावर याचा परिणाम होण्यास सुरुवात होते. यामुळे नखांचा रंग बदलतो, जो कधी कधी गंभीर आजाराचादेखील संकेत देतो.

होऊ शकतो संसर्ग - जर तुमची नखे लांब असतील आणि तुम्ही दिवसभरात बरेचदा स्वच्छ करत असाल तरीही संसर्ग होण्याची शक्यता असतेच. लांब नखांमध्ये पिनवर्म्स जमा होऊ शकतात. शिवाय त्यात जास्त घाण आणि बॅक्टेरिया असतात. त्यामुळे संसर्ग निर्माण होऊ शकतो.

उलट्या आणि अतिसार - नखांमध्ये आढळणारे बॅक्टेरिया अन्नाद्वारे पोटात जातात, ज्यामुळे उलट्या आणि अतिसार होऊ शकतो. जर तुम्हाला नखे कुरतडण्याची सवय असेल तर त्यामागील कारणे ओळखा. कित्येकदा असे कॅल्शियमच्या कमतरतेमुळे होऊ शकते.

गरोदरपणात लक्ष द्या - गरोदरपणात नखे खूप वेगाने वाढतात, परंतु यादरम्यान नखे पातळ आणि नाजूक होतात. जे कोणत्याही वस्तूंमध्ये अडकू शकतात. नखे जास्त लांब ठेवू नका नाहीतर आई आणि गर्भात वाढणाऱ्या बाळालाही नुकसान होऊ शकते.

बदामाचे तेल नियमित वापरा, त्वचा, केसांचे आरोग्य वाढवा

हेल्दी स्कीनसाठी : बदामाच्या तेलाचे अगणित फायदे आहेत. चेहऱ्याचा रंग उजळण्यासाठी आणि ग्लोसाठी बदाम हे फारच उपयुक्त आहे. हे त्वचेला पोषण देते, त्यामुळे त्वचा जास्त मुलायम होते. हे मॉइश्चरला त्वचेमध्ये लॉक करते आणि पोर्सही ब्लॉक होऊ देत नाही.

त्वचा उजळण्यासाठी : बदाम रोगनमध्ये असलेल्या ॲंटिऑक्सिडंट्समुळे त्वचेला फारच उपयुक्त आहे. त्वचा काळवंडली असेल आणि त्वचेवर ग्लो आणायचा असेल तर रोज चेहऱ्यावर बदाम रोगन तेलने मालीश करा. यामुळे चेहऱ्यावरील ग्लो वाढेल.

डार्क सर्कल कमी करण्यासाठी : रात्री झोपण्याआधी डोळ्यांच्या खाली या तेलाने हलकी मालीश केल्यास खूप फायदा होतो. रोज या तेलाचा वापर केल्याने डार्क सर्कल्स निश्चितच कमी होतात.

अँटी- एजिंग : या तेलातील ॲंटी एजिंग इफेक्टचा फायदा सर्वात जास्त आहे. या तेलाचा वापर रोज केल्यास त्वचा फ्रेश आणि तारुण्यमय राहते. यात असलेल्या व्हिटॅमिन आणि फॅटी ॲसिड्समध्ये एजिंग रिव्हर्स करण्याची आणि स्कीन सेल्सला नावीन्य देण्यासाठी सहायक आहे.

टॅनिंग रिमूव्ह करण्यासाठी : बदाम तेलाचे फायदे अनेक आहेत पण सगळ्यात चांगला गुण असा की, हे तेल नॅचरल सनस्क्रीन म्हणूनही काम करतं. हे त्वचेला टॅनिंग आणि सनबर्नपासूनही वाचवतं. तसंच सूर्याच्या किरणांचा वाईट परिणामही दूर करतं.

डाग-विरहित त्वचेसाठी : बदाम तेलाचा वापर करण्याने तारुण्यपिटिकांची समस्या दूर होते आणि तुम्हाला मिळते डागविरहित त्वचा. हा एक वापरलेला आणि अनुभवलेला फॉर्म्युला आहे. हे त्वचेला खाजेपासूनही सुटका देतं आणि स्कीनला रिलॅक्स करतं.

कोरडेपणा दूर करण्यासाठी : जर त्वचा कोरडी, निर्जीव आणि खरखरीत झाली असेल तर बदाम रोगनने चेहऱ्यावर चांगला मसाज करा. हे स्कीनचे ड्रायनेस घालवते आणि त्वचेला मुलायम बनवते. खासकरून थंडीच्या दिवसांमध्ये बदाम रोगन त्वचेसाठी अगदी औषधांप्रमाणे काम करते.

मेकअप रिमूव्हर म्हणून वापरा बदाम रोगन तेल : चेहऱ्यावरील मेकअप काढण्यासाठी सर्वात चांगला पर्याय म्हणजे हे तेल, कारण हे फारच हलके आणि कमी चिकट असते. हे पोर्स चांगल्या रीतीने उघडते आणि मेकअपच्या सगळ्या खुणा दूर करते. बदाम तेल हे प्रत्येक प्रकारच्या त्वचेसाठी उपयुक्त आहे.

बीपीचा त्रासासाठी सैंधव मीठ आणि गरम पाणी फायदेशीर

हृदयविकाराचे रुग्णांमध्ये सर्वात कठीण समस्या म्हणजे रक्तदाब असते. हिवाळ्यात, रक्त आणि श्वसनमार्गाची नळी लहान होते. अशामध्ये रक्तदाब आणि श्वास नियंत्रित करणे फार महत्त्वाचे आहे. रक्तदाबच्या रुग्णांना आहारात सैंधव मीठ दिले गेले पाहिजे, हे रक्तदाब नियंत्रित करेल. तसेच श्वसनग्रस्त रुग्णांनी कफ होऊ नये यासाठी तांदूळ, दही, उडीद डाळ, साखर वापरणे टाळावे. हृदयासंबंधी आजार असणाऱ्यांनी गरम पाण्याने अंघोळ करून वाफ घेतली पाहिजे. यामुळे रक्तवाहिन्या वाहू लागतात, ज्यामुळे हृदयात रक्तपुरवठा नियमितपणे चालू राहतो.

सुंठ, काळे मिरे, तुळशीचे मिश्रण फायदेशीर

तीन ते चार लिटर पाण्यात सुंठ, काळे मिरे आणि तुळशीची पाने शिजवा. नंतर ते फिल्टर करून दिवसभर प्या. याने कफ तयार होत नाही. याने श्वास आणि हृदय समस्या टाळता येतात. पूर्ण हिवाळ्यात असे केल्याने कधीच समस्या उद्भवणार नाही.

ह ी

सावधगिरी बाळगा :

- दमा औषध आणि नियंत्रक इनहेलर्स वेळेवर आणि योग्य प्रकारे घ्या. - सिगारेट, सिगारच्या धुरापासून वाचावे.
- फुफ्फुसांना मजबूत करण्यासाठी श्वास घेण्याचे व्यायाम करा. - थंडीपासून स्वतःला जपावे.

इनहेलर घेण्यास घाबरू नका

दम्याचे रुग्ण इनहेलर्स योग्य प्रकारे घेत नाहीत. केवळ २२ ते २५ टक्के लोक इनहेलरचा वापर करतात. म्हणून हे योग्य प्रकारे वापरावे. दिवाळीनंतरच्या प्रदूषणानंतर हा त्रास वाढतो. त्यामुळे इनहेलर वापरा.

सकाळी आणि संध्याकाळी फिरू नये

दिवाळीनंतर प्रदूषण आणि हिवाळी लक्षणे वाढतात. अशा परिस्थितीत श्वास आणि हृदयरुग्णांनी याची काळजी घेतली पाहिजे. सकाळी आणि संध्याकाळी फिरणे टाळावे. त्याऐवजी दुपारी सूर्यप्रकाशात फिरावे.

हे करणे टाळा :

- घरात धूळ होता कामा नये, स्वच्छता राखावी. - थंड पेय, आइस्क्रीम आणि फास्टफूडचे सेवन करणे टाळावे.

तल्लख मेंदूसाठी हे ५ खाद्य पदार्थ जादू करतील

हल्ली जंक फूड कडे सर्वाचा कळ बघता शरीराला पोषक तत्त्वांची कमी भासू लागते. या कारणामुळेच शारीरिक आणि मानसिक विकासावर प्रभाव पडतो. लठ्ठपणा, आजार अशा अनेक समस्या दिसू लागतात. अशात वयस्कर असो वा मुलं सगळ्यांना अशा आहाराची गरज आहे ज्याने मेंदूचं आरोग्य सुधारेल. मेमरी वाढवण्यासाठी आज आम्ही आपल्याला असे ५ खाद्य पदार्थ सांगत आहो ज्यामुळे मेंदू तंदुरुस्त राहील.

अंडी : प्रोटीनने भरपूर अंडी केवळ आरोग्यासाठीच नव्हे तर मेंदूच्या विकासासाठी एक समृद्ध स्त्रोत आहे. अंडीत कोलीन नाम पोषक तत्त्व भरपूर प्रमाणात आढळतं. ज्याने मेंदूचा विकास होतो. वेगवेगळ्या रेसिपीद्वारे अंड्याचं सेवन करता येऊ शकतं. बॉईल एग, दुधात कच्चं अंडं, सलॅड, ऑम्लेट, हाफ-फ्राय किंवा सॅंडविचमध्ये अंड्याची स्लाइस घालून देखील याचे सेवन करणे उत्तम ठरेल.

हळद : ॲंटीऑक्सीडेंट आणि ॲंटीइंफ्लेमेटरी गुणांनी भरपूर हळद मुलांच्या मानसिक शक्तीत सुधारासाठी उपयुक्त खाद्य पदार्थांपैकी एक आहे. हळदीच आढळणारे करक्यूमिन नामक तत्त्व मस्तिष्कातील तांत्रिकांमध्ये होणाऱ्या सुजांविरुद्ध लढा देतात आणि अल्झाइमर सारख्या आजारांना लढा देण्यासाठी मजबूत करतं, ज्यामुळे मेंदूचा विकास जलद गतीने होत आणि बुद्धी शार्प होते.

हिरव्या भाज्या : भाज्या म्हटलं की लहान काय मोठे देखील तोंडं मुरगळू लागतात. परंतू हिरव्या पाले-भाज्या व्हिटॅमिन्सने भरपूर असतात. मेंदूच्या विकासासाठी भाज्या अत्यंत आवश्यक असल्याचे आढळतं. म्हणून आहारात अधिक प्रमाणात भाज्यांचा समावेश केला पाहिजे. तसेच हिरव्या भाज्या मेंदू व्यतिरिक्त शरीरातील इतर अवयवांसाठी देखील फायदेशीर ठरतात.

दूध : दूध संपूर्ण आहार असल्याचं म्हटलं जातं. दुधात कॅल्शियम भरपूर प्रमाणात आढळतं जे शारीरिक आणि मानसिक विकासासाठी फायदेशीर आहे. दूध पिण्याने मुलांची हाडे मजबूत होतात आणि मेंदूचा विकास देखील होतो. म्हणून दररोज एक ग्लास दुधाचे सेवन अवश्य करावे.

दही : दूध न आवणाऱ्यांसाठी दही देखील एक उत्तम पर्याय आहे. दह्यात दुधापेक्षा अधिक कॅल्शियम आढळतं आणि पचन देखील सुरळीत होतं. दही व्हिटॅमिन बी आणि प्रोटिनाचं एक योग्य स्त्रोत आहे. याने मेंदू क्रियाकलाप जलद आणि विकासात सुधार शक्य आहे.

ऑन द स्पॉट सापडाल! 'ड्रग्स'च्या नशेत वाहने चालविणाऱ्या चालकांवर पोलिसांचा हंटर

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

ब्रेथॲनालायझरच्या माध्यमातून मद्यपान केलेली लोक लगेच पोलिसांच्या हाती लागायची मात्र, अंमली पदार्थांचं सेवन केलेल्यांना ओळखण्यासाठी पोलिसांना चांगलीच कसरत करावी लागत होती, मात्र आता पोलिसांना त्याची गरज भासणार नाही, अंमली पदार्थांचं सेवन केलं आहे का नाही? याची ऑन द स्पॉट माहिती पोलिसांना मिळणार आहे. कारण नागपूर पोलिसांकडे आता अत्याधुनिक ड्रग्ज टेस्टिंग किट प्राप्त झाल्या आहेत.

नागपूर पोलिसांकडे आता ड्रग्ज टेस्टिंग किट प्राप्त झाल्या आहेत. त्यामुळे ऑन द स्पॉट अगदी पाच मिनिटात संबंधित व्यक्तीने अमली पदार्थांचे सेवन केले आहे की नाही? याची माहिती मिळणार आहे. तसंच कोणतं ड्रग्ज सेवन केलंय, याची देखील माहिती या नव्या ड्रग्ज टेस्टिंग किटमुळे मिळणार आहे. ड्रग टेस्टिंग किट्समुळे अवघ्या पाच मिनिटांत संबंधित व्यक्तीनं कोणत्या अंमली पदाथार्चं सेवन केलंय याची माहिती मिळणार आहे.एखाद्या आरोपीला पकडल्यानंतर त्यानं ड्रग्ज सेवन केलंय का? हे तपासण्यासाठी संबंधित व्यक्तीला वैद्यकीय तपासणीसाठी नेलं जायचं, यानंतर तपासणीला उशिर व्हायचा किंवा अहवालही उशिरा प्राप्त व्हायचा, मात्र या किटमुळे कोणी अंमली पदार्थांचं सेवन केलंय कोणी नाही? हे जागेवरच कळणार आहे. अंमली पदार्थ सेवनाच्या प्रकरणात याआधी कायदेशीर प्रक्रिया पूर्ण करण्यासाठी पोलिसांना वेळ लागत होता, मात्र या ड्रग्ज किटमुळे पोलिसांच्या वेळेतही बचत होणार आहे. तसंच अंमली पदार्थांचं सेवन करणा-यांवर चाप बसू शकतो.

नागपुरात दारूसोबतच अंमली पदार्थांचा नशा करून वाहन चालवत असल्याचे तपासात अनेक वेळा समोर आलं आहे. पण दारू प्यायली आहे की नाही, हे ऑन द स्पॉट पोलिसांना कळतं. पण अंमली पदाथार्चे सेवन केलं का हे पोलिसांना समजत नव्हतं. त्यांना तपासणी करता फक्त अंदाज येत होता. आता अशा नशेखोरांविरोधात पोलिसांकडून ऑन द स्पॉट कारवाई करण्यात येणार आहे. वाहतूक पोलिसांना अत्याधुनिक 'ड्रग टेस्टिंग किट्स' दिली गेली आहे. यामुळे वाहनधारकांची नाक्यावर पोलीस अंमली पदार्थांचे सेवन केलं आहे की नाही हे समजणार आहे. महाराष्ट्रदिनापासून याच्या माध्यमातून वाहनचालकांची तपासणी सुरू करण्यात आली आहे.

नशेत गाडी चालवणारे चालकांवर नियंत्रण आणि अशा नशेबाजांना चाप बसावा म्हणून ही कारवाई करण्यात येणार आहे. अशा व्यक्तींना पकडण्यासाठी शहर पोलिसांनी एक विशेष मोहीम हाती घेतली आहे. या मोहिमेसाठी शहर पोलिसांना ड्रग टेस्टिंग किट्स मिळाल्यामुळे त्यांना मोठी मदत मिळणार आहे. पोलीस आयुक्त डॉ. रवींद्रकुमार सिंगल यांनी या किट्सचे उद्घाटन करुन ते वाहतूक पोलिसांना दिली आहे. दारू पिऊन गाडी चालवणाऱ्यांची तपासणी करण्यासाठी पोलीस ब्रेथ ॲनालायझरचा वापर करतात. पण अनेक तरुण एमडी, गांजा, अफू, ब्राऊन शुगर आणि एलएसडी यांसारख्या विविध अमली पदार्थांचं सेवनही करतात. पण ते नाक्यावरील चेकींग दरम्यान सापडत नाहीत. पण आता ड्रग टेस्टिंग किटमुळे पोलिसांचे काम सोपे होणार आहे.

'त्या' कर्मचाऱ्यांना वार्षिक वेतनवाढ द्या!

शिक्षण विभागातील १०० निवृत्त कर्मचाऱ्यांना दिलासा

■मुंबई। प्रतिनिधी,

निवृत्तीच्या शेवटच्या काळात सलग काम करूनही वेतनवाढीपासून राहिल्याने हायकोर्टाचा दरवाजा ठोठवणाऱ्या शिक्षण विभागातील सुमारे १०० निवृत्त कर्मचाऱ्यांना मोठा दिलासा मिळाला. न्यायमूर्ती रवींद्र घुगे व न्यायमूर्ती हितेन वेणेगावकर यांच्या खंडपीठाने निवृत्तीच्या शेवटच्या वर्षात किमान सहा महिने सेवा पूर्ण करणाऱ्या शासकीय कर्मचाऱ्यांना वार्षिक वेतनवाढ नाकारणे योग्य नाही, असे स्पष्ट करत सेवानिवृत्त कर्मचाऱ्यांना वार्षिक वेतनवाढ देण्याचे आदेश दिले.

शिक्षण विभागात काम करणाऱ्या कर्मचाऱ्यांना वेतनवाढ नाकारण्यात आल्याने शिक्षण विभागातील सुमारे १०० निवृत्त कर्मचाऱ्यांनी हायकोर्टात धाव घेत ॲड. मंदार बागकर यांच्यामार्फत याचिका दाखल केली. या याचिकेवर न्यायमूर्ती रवींद्र घुगे व न्यायमूर्ती हितेन वेणेगावकर यांच्या खंडपीठासमोर सुनावणी झाली. यावेळी याचिकाकर्त्यांच्या वतीने युक्तिवाद करताना या कर्मचाऱ्यांना वार्षिक वेतनवाढ १ जुलैला लागू होणार होती. मात्र, ते कर्मचारी ३० जूनला किंवा त्याआधी निवृत्त झाल्यामुळे प्रशासनाने त्यांना ही वेतनवाढ देण्यास नकार दिला.

'ते' वेतनवाढ मिळण्यास पात्र

वर्षभरातील सहा महिन्यांपेक्षा जास्त काळ याचिकाकर्त्यांनी सेवा पूर्ण केली असल्याने ते ही वेतनवाढ मिळण्यास पात्र ठरतात. याकडे न्यायालयाचे लक्ष वेधले. मात्र, राज्य सरकारने याला आक्षेप घेतला. दोन्ही बाजूकडील युक्तिवाद ऐकून घेत न्यायालयाने याचिकाकर्त्यांना दिलासा दिला व त्यांना वेतनाची वाढीव रक्कम देण्याचे आदेश दिले.

केंद्रीय शाळांसाठी मोफत सरकारी जागा... राज्य सरकारचा निर्णय

■मुंबई। प्रतिनिधी,

महाराष्ट्रातील ज्या जिल्ह्यांत केंद्रीय विद्यालय उभारण्यासाठी केंद्रीय विद्यालय संघटनकडून जागा मागितली असल्यास रीतसर मान्यता मिळालेल्या केंद्रीय विद्यालयांसाठी निःशुल्क जागा देण्याचा निर्णय देवेंद्र फडणवीस सरकारने आज घेतला. विशेष म्हणजे रत्नागिरी जिल्ह्यातील नाचणे येथे केंद्रीय विद्यालयासाठी याच निर्णयाने जागा देण्यात आली आहे. या निर्णयामुळे आता राज्यात केंद्रीय विद्यालये उभारण्याला गती मिळणार आहे. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या मंत्रिमंडळ बैठकीत आज हा निर्णय घेण्यात आला.

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या सूचनेवरून महसूलमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी प्रस्ताव दिला. त्यावरून शासकीय भोगाधिकार मूल्यरहित व महसूल मुक्त किमतीने कब्जेहक्काने व भोगवटादार वर्ग दोन या धारणाधिकाराने हस्तांतरित करण्यास मान्यता देण्याचा निर्णय झाला आहे. रत्नागिरी जिल्ह्यातील मौजे नाचणे येथील स. नंबर ९३ मधील १० हेक्टर ३० गुंठे क्षेत्रापैकी २ हेक्टर ५० गुंठे जमीन केंद्रीय शाळेसाठी निश्चित करण्यात आली आहे. ही जागा केंद्रीय विद्यालय संघटन, नवी दिल्ली यांना धारणाधिकाराने देण्यात येणार आहे.

राज्यासाठी धोरणात्मक निर्णय

केंद्रीय विद्यालय संघटन, नवी दिल्ली यांनी ज्या-ज्या जिल्ह्यांमध्ये नवीन विद्यालये सुरू करण्यासाठी रितसर मान्यता दिली आहे किंवा भविष्यात देणार आहेत, अशा सर्व प्रस्तावांना आता गती मिळणार आहे. अशा प्रस्तावांमध्ये शासकीय जमीन 'भोगवटादार वर्ग-२' या धारणाधिकाराने आणि विनामूल्य तत्त्वावर हस्तांतरित करण्यास मंत्रिमंडळाने तत्वतः मान्यता देण्यात आली आहे. यामुळे भविष्यात केंद्रीय विद्यालयांसाठी जमिनीचे प्रस्ताव शासन स्तरावर आल्यास त्याला तातडीने मंजुरी मिळणे सोपे होणार आहे.

१२ वर्षांपूर्वीच्या अपहरण-खून प्रकरणाचा उलगडा

मुरबाड: मुरबाड शहरात 'दृश्यम' चित्रपटाची आठवण करून देणारा थरारक प्रकार उघडकीस आला असून, तब्बल १२ वर्षांपूर्वी घडलेल्या अपहरण आणि खून प्रकरणाचा कल्याण गुन्हे शाखेने पदार्फाश केला आहे. या प्रकरणी मुख्य आरोपी सुरेंद्र पांडुरंग पाटील याच्यासह चंद्रकांत गायकर आणि सुरेश देगावत उर्फ छोटू या तिघांना अटक करण्यात आली आहे. घटनास्थळी असलेल्या शासकीय रुग्णालयाजवळील शवविच्छेदन गृहाच्या भिंतीलगत मोठ्या प्रमाणावर उत्खनन सुरू असल्याचे समोर आले. फॉरेन्सिक पथक आणि पोलिसांच्या कडेकोट बंदोबस्तात हे काम सुरू होते. उत्खननादरम्यान सांगाडा सापडल्याची चर्चा पसरताच परिसरात खळबळ उडाली आणि 'दृश्यम' चित्रपटासारखा काही प्रकार तर नाही ना, अशी चर्चा रंगली. तपासात उघड झाले की, दावडी येथील करण बागुल या तरुणाचे ४ ऑक्टोबर २०१४ रोजी सात एकर जमिनीच्या व्यवहारातून उद्भवलेल्या पैशांच्या वादातून अपहरण करण्यात आले होते. त्यानंतर आरोपींनी त्याला दावडीतील कार्यालयात नेऊन लोखंडी रॉडने डोक्यावर व चेहऱ्यावर वार करत निघृण हत्या केली. हत्यानंतर मृतदेह कारमधून मुरबाड येथील बारवी धरणाजवळील जंगल परिसरात नेऊन पुरावे नष्ट करण्याच्या उद्देशाने विल्हेवाट लावण्यात आली होती. त्या काळात मुरबाड पोलिसांना सापडलेल्या अनोळखी मृतदेहाची नोंद आणि नव्या तपासातील धागेदोरे यांची सांगड घालत गुन्हे शाखेने या प्रकरणाचा उलगडा केला. गुप्त माहितीच्या आधारे गुन्हे शाखा घटक-०३च्या पथकाने एका संशयिताला ताब्यात घेतले. वरिष्ठ पोलीस निरीक्षक अजित शिंदे यांच्या पथकाने सहाय्यक पोलीस आयुक्त शेखर बागडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली केलेल्या सखोल चौकशीत आरोपींनी गुन्ह्याची कबुली दिली. या प्रकरणात अपहरण, खून आणि पुरावे नष्ट करण्याच्या गंभीर कलमांखाली गुन्हा दाखल करण्यात आला असून न्यायालयाने तिन्ही आरोपींना पोलीस कोठडी सुनावली आहे.

कोल्हापुरात 'शून्य सावली दिवस'ची अनोखी अनुभूती

६ मे रोजी ५२ सेकंद सावली अदृश्य

■कोल्हापूर। प्रतिनिधी,

माणसाची सावली नेहमी सोबत असते, मात्र ६ मे रोजी ती काही क्षणांसाठी अदृश्य होणार आहे. दुपारी १२ वाजून २९ मिनिटांनी सुमारे ५२ सेकंदांसाठी 'शून्य सावली दिवस'चा अनुभव कोल्हापूरकरांना घेता येणार असल्याची माहिती मेन राजाराम प्रशालेचे डॉ. संतोष माने यांनी दिली.

सूर्य नेमका डोक्यावर आल्यानंतर वस्तूची सावली थेट तिच्या पायाखाली पडते आणि काही क्षणांसाठी ती दिसेनाशी होते. या घटनेला 'शून्य सावली दिवस' असे म्हटले जाते. पृथ्वीचा अक्ष २३.५ अंशांनी झुकलेला असल्यामुळे सूर्य उत्तरायण आणि दक्षिणायन मागार्ने भ्रमण करताना वषार्तून दोन वेळा अशा घटना घडतात. ही घटना कर्कवृत्त आणि

मकरवृत्त दरम्यानच्या प्रदेशातच अनुभवता येते. रोज दुपारी १२ वाजता सावली नाहीशी होते हा सर्वसामान्य समज चुकीचा असून, ही घटना ठराविक दिवसांमध्येच घडते.

कोल्हापूर जिल्ह्यात ४ मे ते ७ मे दरम्यान वेगवेगळ्या ठिकाणी हा अनुभव घेता येणार आहे. आजरा व चंदगड येथे ४ मे, गडहिंग्लज व राधानगरी येथे ५ मे, तर ६ मे रोजी कोल्हापूर शहरासह करवीर, कागल, गगनबावडा, भुदरगड, शिरोळ, हातकणंगले येथे हा अनुभव मिळणार आहे. पन्हाळा व शाहूवाडी येथे ७ मे रोजी ही घटना पाहता येईल. दुपारी साधारण १२.२७ ते १२.३१ या वेळेत सूर्य डोक्यावर येताच सावली पायाखाली येते.

"ह्यशून्य सावली दिवसह्व ही खगोलीय घटना असून विज्ञान समजून घेण्यासाठी ती अत्यंत उपयुक्त ठरते. भारतीय खगोल अभ्यासकांकडून याबाबत जनजागृती केली जात असून नागरिकांनी मैदाने, क्रीडांगणे किंवा घरांच्या छतावर उभे राहून हा अनुभव घ्यावा, असे आवाहन करण्यात आले आहे. उन्हाळ्याच्या सुट्टीत विद्यार्थ्यांसाठी ही एक अनोखी आणि रोमांचक वैज्ञानिक पर्वणी ठरणार असून कोल्हापूर जिल्ह्यातील नागरिकांनी या घटनेचा प्रत्यक्ष अनुभव घ्यावा."

- डॉ. संतोष माने

वाढत्या उष्णतेचा जनावरांनाही फटका...

फॉगर बसवून तापमान नियंत्रणाचा प्रयोग

■लासलगाव। प्रतिनिधी,

नाशिक जिल्ह्यासह राज्यभरात वाढलेल्या उष्णतेच्या लाटेमुळे जनजीवनासह जनावरांनाही मोठा फटका बसत आहे. निफाड तालुक्यात यंदा तापमानाने ४० अंश सेल्सिअसचा टप्पा सातत्याने ओलांडला असून, सोमवारी ते तब्बल ४३ अंशांपर्यंत पोहोचले. बुधवारीही तापमान ४१ अंश सेल्सिअसवर कायम राहिल्याने दुग्ध व्यवसायावर परिणाम होत असल्याचे दिसून आले. या पार्श्वभूमीवर लासलगाव येथील शेतकरी प्रमोद पाटील आणि महेंद्र पाटील यांच्या गोठ्यातील गाई उष्णतेमुळे अस्वस्थ होत होत्या. वाढत्या तापमानामुळे त्यांच्या तब्येतीवर परिणाम होऊन दुध उत्पादनात घट झाली होती. गोठ्यातील उष्णता कमी करण्यासाठी त्यांनी अनोखा उपाय अवलंबला. प्रमोद पाटील यांनी सुमारे सात हजार रुपये खर्च करून गोठ्यात १६ फॉगर (स्प्रे) बसवले. या फॉगरद्वारे सूक्ष्म पाण्याची फवारणी होत असल्याने गोठ्यातील तापमान नियंत्रित राहू लागले.

परिणामी गोठ्यात गारवा निर्माण होऊन गाईंच्या तब्येतीत सुधारणा झाल्याचे त्यांनी सांगितले. फॉगर प्रणाली सुरू झाल्यानंतर गाईंचा ताण कमी झाला, आहारात सुधारणा झाली आणि दुध उत्पादनातही वाढ झाल्याचे महेंद्र पाटील यांनी नमूद केले. बदलत्या हवामानाशी जुळवून घेत दुग्ध व्यवसाय टिकवण्यासाठी हा कमी खचार्तील उपाय प्रभावी ठरत असून, परिसरातील इतर पशुपालकांसाठीही हा प्रयोग मार्गदर्शक ठरत आहे.

सोलापूरात संपत्तीच्या लोभातून सोलापूर हादरले

सख्ख्या काकानेच केला कुटुंबातील तिघांचा खून

■सोलापूर। प्रतिनिधी,

सोलापूर जिल्ह्यातील दक्षिण सोलापूर तालुक्यातील एका अत्यंत धक्कादायक आणि थरारक घटनेने संपूर्ण परिसर हादरून गेला आहे. संपत्तीच्या वादातून सख्ख्या काकानेच आपल्या भावाच्या कुटुंबावर रक्तरंजित हल्ला करत तिघांची निर्घृण हत्या केल्याची संतापजनक घटना गुरुवारी मध्यरात्री घडली. या अमानुष घटनेत गायत्री सुधाकर मस्के, त्यांची मुलगी प्रिया मस्के आणि मुलगा शिवराज मस्के या तिघांचा मृत्यू झाला असून एकाच कुटुंबातील तीन सदस्यांचा अंत झाल्याने गावात भीती आणि संतापाचे वातावरण निर्माण झाले आहे. नात्याला काळिमा फासणाऱ्या या प्रकारामुळे संपूर्ण सोलापूर जिल्ह्यात खळबळ उडाली असून नागरिकांमधून या घटनेचा तीव्र निषेध व्यक्त केला जात आहे.

25 लाखांचा तगादा आणि शेतीची वाटणी; वादाचे रूपांतर रक्तरंजित संघर्षात

मिळालेल्या माहितीनुसार, मयत गायत्री मस्के आणि मुख्य आरोपी शंकर उर्फ पप्पू मस्के यांच्यात मागील दोन ते तीन महिन्यांपासून शेतीच्या वाटणीवरून सातत्याने वाद सुरू होता. या संपत्तीच्या वादाव्यतिरिक्त गायत्री मस्के यांनी आरोपी शंकरला हातउसने दिलेले 25 लाख रुपये परत मिळवण्यासाठी त्याच्याकडे तगादा लावला होता. याच कारणांवरून आरोपीच्या मनात राग होता आणि गुरुवारी मध्यरात्री या वादाचे रूपांतर भीषण हत्याकांडात झाले. रागाच्या भरात असलेल्या आरोपीने धारदार तलवारीने गायत्री, प्रिया आणि शिवराज यांच्यावर सपासप वार केले, ज्यामध्ये या तिघांचाही जागीच जीव गेला.

सहा जणांवर गुन्हा दाखल; मुख्य आरोपी शंकर मस्के अद्याप फरार

या तिहेरी हत्याकांड प्रकरणी मुख्य आरोपी शंकर उर्फ पप्पू मस्के याच्यासह एकूण सहा जणांविरोधात सोलापूर तालुका पोलीस ठाण्यात रीतसर गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. घटनेची माहिती मिळताच पोलिसांनी तातडीने घटनास्थळी धाव घेत पंचनामा केला, मात्र मुख्य आरोपी शंकर मस्के हा गुन्हा केल्यापासून अद्याप फरार आहे. पोलिसांनी या प्रकरणातील इतर संशयितांची चौकशी सुरू केली असून गुन्ह्यात वापरलेली शस्त्रे आणि इतर पुरावे गोळा करण्याचे काम युद्धपातळीवर सुरू आहे. आरोपीने ज्या क्रूरतेने हे हत्याकांड घडवून आणले आहे, ते पाहून खुद्द पोलीस प्रशासनही चक्रावून गेले आहे.

पोलीस पथके रवाना; आरोपीला लवकरच बेड्या ठोकण्याचे आश्वासन

फरार मुख्य आरोपीचा शोध घेण्यासाठी सोलापूर तालुका पोलीस स्टेशनची तीन पथके आणि स्थानिक गुन्हे शाखेची विशेष टीम विविध दिशांना रवाना करण्यात आली आहे. पोलीस निरीक्षक राहुल देशपांडे यांनी दिलेल्या माहितीनुसार, आरोपीच्या संभाव्य ठिकाणांवर छापेमारी सुरू असून त्याला लवकरच अटक करण्यात येईल असा विश्वास व्यक्त केला जात आहे. संपत्तीच्या लोभापायी रक्ताची नाती विसरून हैवान झालेल्या या आरोपीला कठोर शिक्षा व्हावी, अशी मागणी ग्रामस्थांकडून केली जात आहे. सध्या परिसरात मोठा पोलीस बंदोबस्त तैनात करण्यात आला असून पोलीस या प्रकरणाचा सर्व बाजूंनी अधिक तपास करत आहेत.

लोकलच्या छतावर जीवघेणा स्टंट... कल्याण रेल्वे स्थानकावर गोंधळ

■कल्याण। प्रतिनिधी,

ऐन गर्दीच्या वेळी कामावर जाण्याची वेळ आणि कल्याण ते विठ्ठलवाडी दरम्यानची रेल्वे वाहतूक खोळंबली, कारण एकतरुण एसी लोकलच्या छतावर बसला होता. ही एसी लोकल बदलपूरहून कल्याणच्या दिशेने येत होती. बदलापूरहून येणारी लोकल कल्याण रेल्वे स्थानकात थांबली अन प्रवासी चढत असताना त्यांचे लक्ष टपावर गेले अन् टपावर बसलेल्या व्यक्तीकडे गेले.

बदलापूरहून दादरकडे जाणाऱ्या एसी लोकलच्या टपावर मनोरुग्ण तरुण चढल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. विठ्ठलवाडी ते कल्याण दरम्यान दुपारी सुमारे २:०३ वाजण्याच्या सुमारास एसी लोकल ट्रेनच्या छतावर एक तरुण चढल्याने प्रवाशांमध्ये मोठी घबराट निर्माण झाली. विठ्ठलवाडी स्थानकावर पोलिसांनी संबंधित तरुणाला खाली उतरवण्याचा प्रयत्न केला. तो काही वेळ खाली उतरला; मात्र काही वेळाने पुन्हा लोकलच्या टपावर चढला, अशी माहिती रेल्वे पोलिसांनी दिली.

यानंतर ट्रेन पुढे कल्याण स्थानकाकडे रवाना करण्यात आली. कल्याण स्थानकावर ट्रेन पोहोचल्यानंतर हमाल, रेल्वे पोलीस आणि रेल्वे कर्मचाऱ्यांनी संयुक्त प्रयत्न करत सुमारे २:५० वाजता त्या तरुणाला खाली उतरवण्यात यश मिळवले.

यानंतर त्याला तात्काळ रेल्वे पोलिसांच्या ताब्यात देण्यात आले. या संपूर्ण प्रकारामुळे सुमारे अर्धा ते पाऊण तास प्रवाशांचा मोठा खोळंबा झाला.

'तुमच्या गाडीचा नंबर पाहिलाय, तुम्हाला...'

कोकणात फिरायला गेलेल्या मुंबईतील व्यापारी कुटुंबाला मारहाण, कार अडवून जीवघेणा हल्ला

■रत्नागिरी। प्रतिनिधी,

कोकणातील रत्नागिरी शहराजवळ फिरण्यासाठी आलेल्या एका कुटुंबावर काही अज्ञातांनी हल्ला केल्यानं मोठी खळबळ उडाली आहे. रत्नागिरी शहराजवळ आरे-वारे परिसरात हा सगळा संतापजनक प्रकार घडला आहे. मुंबई येथील पर्यटनासाठी आलेल्या एका कुटुंबासोबत हा सगळा प्रकार शनिवारी 2 मे रोजी सायंकाळच्या सुमारास घडला आहे. प्रविण हरीश्चंद्र कोरे (वय 48, रा. दहिसर पश्चिम, मुंबई) हे आपल्या कुटुंबासह रत्नागिरी येथे पर्यटनासाठी आले होते. या सगळ्या गंभीर प्रकाराची नोंद रत्नागिरी ग्रामीण पोलीस ठाण्यात करण्यात आली आहे.

नेमकी घटना काय?

मुंबई येथील एक व्यावसायिक कुटुंब रत्नागिरी परिसरात पर्यटनासाठी गेलेलं होतं. कुटुंबातील सदस्य रत्नागिरी शहराजवळील आरे-वारे परिसरात फिरण्यासाठी गेले होते. याच दरम्यान चार अनोळखी अज्ञातांनी त्यांच्यावर हल्ला केल्याची धक्कादायक घटना शनिवारी 2 मे रोजी सायंकाळी घडली. प्रविण हरीश्चंद्र कोरे हे आपल्या

कुटुंबासह रत्नागिरी येथे पर्यटनासाठी आले होते. आरे-वारे येथे असताना चार अनोळखी इसमांनी त्यांच्या वाहनासमोर गाडी चालवत अडथळा निर्माण केला. त्यानंतर त्यांनी कोरे यांच्या कुटुंबीयांना शिवीगाळ करण्यास सुरुवात केली. याबाबत जाब विचारल्यानंतर संतप्त झालेल्या आरोपींनी प्रविण कोरे यांना मारहाण करत त्यांच्या डोक्याला, कानाला व हाताला दुखापत केली. तसेच त्यांच्या पत्नी स्नेहल यांना धक्काबुक्की करण्यात आली. याचवेळी एका आरोपीने धारदार शस्त्र काढून मारण्यासाठी धाव घेतल्याचंही फियार्दीत नमूद करण्यात आलं आहे. या झटापटीत कोरे यांचे भाऊ गिरीष यांच्या हाताला दुखापत झाली असून पुतण्या सार्थक यालाही मार लागला आहे.

'तुमच्या गाडीचा नंबर आम्ही बघितला आहे'

या झटापटीत पर्यटक यांच्या गळ्यातील सहा ग्रॅम वजनाची सोन्याची चैन व त्यामध्ये असलेली नऊ ग्रॅम वजनाची चांदीची अंगठी कुठेतरी पडून नुकसान झालेलं आहे. त्यानंतर काहीवेळ त्या अनोळखी इसमांनी फियार्दी यांच्या गाडीचा पाठलाग केला. त्यानंतर ते तिथून निघून जाताना 'तुमच्या गाडीचा नंबर आम्ही बघितला आहे. तुम्हाला शोधून आम्ही ठार मारतो' अशी धमकीही दिली असल्याचं फियार्दीत म्हटलं आहे.

दरम्यान, मारहाण करणाऱ्या संशयीत आरोपींचे गाडी क्रमांक पोलिसांना मिळाले असून त्यादृष्टीने अधिक तपास सुरू असून परिसरातील सीसीटीव्ही फुटेज तपासले जात आहेत. या घटनेनंतर कोरे कुटुंब भीतीच्या सावटाखाली आहे. जखमींवर रुग्णालयात उपचार सुरु आहेत. तर पोलीस या धक्कादायख घटनेचा सखोल 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 - ७४०००१४७४. 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