दैनिक

महावृत्त

E-Mail:dainikmhavratt@gmail.com

संपादक-अशोक हनवते.मो-9421094991,7264079990

लातूर वर्ष ३ रे अंक २०४ वा रविवार दि.१४ जानेवारी २०२४ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रू.

मल्लिकार्जुन खर्गे इंडिया आघाडीचे नवे अध्यक्ष!

नवी दिल्ली : काँग्रेसचे अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खर्गे यांची विरोधी पक्षांच्या इंडिया आघाडीचे अध्यक्ष म्हणून नियुक्ती करण्यात आली आहे. इंडिया आघाडीच्या व्हर्चुअल बैठकीत काँग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खर्गे यांच्या नावावर एकमत झाले. अशा स्थितीत आता इंडिया आघाडीचे नेतृत्व खर्गे यांच्याकडे राहणार असल्याचे निश्चित झाले आहे.

विरोधी पक्षांच्या बैठकीत जागावाटपापूर्वी अध्यक्षांच्या नावावर एकमत झाले आहे. यापूर्वी बिहारचे मुख्यमंत्री नितीशकुमार यांना समन्वयक बनवण्याची चर्चा होती. मात्र, नितीशकुमार यांनी समन्वयकपद स्वीकारण्यास नकार दिला. मला कोणत्याही पदाची इच्छा नाही असे नितीशकुमार यांनी स्पष्ट केले आहे. मीडिया रिपोर्टनुसार, बराच काळ चर्चा झाल्यानंतर काँग्रेस अध्यक्षांची इंडिया आघाडीचे अध्यक्ष म्हणून नियुक्ती करण्यात आली आहे. विरोधी पक्षांच्या आघाडीत २०२४ च्या लोकसभा निवडणूकीसाठीच्या जागावाटपाचा फॉर्मुला अद्याप निश्चीत झालेला नाहीये. बिहारचे मुख्यमंत्री नितीश कुमार हे या पदासाठी उमेदवार होते. मात्र बैठकीत खुद्द नितीश कुमार यांनी मात्र काँग्रेसच्या नेत्याने हे पद सांभाळले पाहिजे असे सांगितले.खर्गेंची जबाबदारी वाढली इंडिया आघाडीच्या अध्यक्षपदी निवड झाल्यानंतर काँग्रेसच्या राष्ट्रीय अध्यक्ष असलेल्या खर्गेंच्या खांद्यावर महत्त्वाची जबाबदारी येणार आहे. त्यामुळे खरगे आता विरोधी गटाचा चेहरा म्हणून एनडीए विरोधात उभे राहणार आहेत. अशा परिस्थितीत खर्गे यांना प्रादेशिक पक्षांसोबत जागावाटपाचे सूत्र ठरवण्याचे महत्त्वाचे आव्हान पेलावे लागणार आहे. राजकीय विश्लेषकांच्या मते खर्गे यांची जबाबदारी आता दुहेरी होणार आहे. एकप्रकारे काँग्रेसचे अध्यक्ष असल्याने पक्षहिताबरोबरच आघाडी एकसंध ठेवण्याची जबाबदारीही त्यांना पार पाडावी लागणार आहे. कोणत्याही पदामध्ये स्वारस्य नाही : नितीश कुमार भारत आघाडीच्या बैठकीत संयोजक पदावरही चर्चा झाल्याची माहिती समोर आली आहे. मीडिया रिपोर्ट्सनुसार, नितीश कुमार यांच्या नावाचा काँग्रेसने संयोजकपदासाठी प्रस्ताव ठेवला होता. मात्र, नितीशकुमार यांनी संयोजक पद स्वीकारण्यास नकार दिला. मला कोणत्याही पदामध्ये स्वारस्य नसल्याचे बिहारचे मुख्यमंत्री नितीश कुमार म्हणाले. या आघाडी तळागाळात विस्तार करणे आवश्यक आहे. महायुतीत सामील असलेल्या पक्षांमध्ये एकजूट असणे गरजेचे असल्याचे गेखील नितीश कुमार म हणाले.

अयोध्येचे आमंत्रण नाही, मात्र मी नक्की जाणार

पुणे : इंडिया आघाडीच्या बैठकीला ऑनलाईन उपस्थित राहिल्यानंतर राष्ट्रवादी काँग्रेसचे अध्यक्ष शरद पवार) यांनी पुण्यात जुन्नरमधील शेतकरी मेळाव्याला हजेरी लावली. त्यावेळी त्यांनी साखर कारखाने आणि शेतक-यांना मिळालेला नफा, या मुद्द्यांवरही भाष्य केलं. तसेच, पंतप्रधान मोदींनी नाशिक दौ-यावेळी राजकारणातील घराणेशाहीवर केलेल्या टीकेलाही शरद पवारांनी प्रत्युत्तर दिलं आहे. एवढंच नाहीतर अयोध्येत २२ जानेवारीला होणा-या रामलल्लाच्या प्रतिष्ठापना सोहळ्याचं आमंत्रण मिळालेलं नसल्याचंही शरद पवारांनी स्पष्ट केलं आहे. मला अयोध्येचं आमंत्रण नाही, मात्र मी नक्की जाणार, पण २२ जानेवारीला नाहीतर, नंतर नक्की जाणार असल्याचं शरद पवारांनी सांगितलं.पुण्यातील जुन्नरमध्ये राष्ट्रवादी काँग्रेसचे अध्यक्ष शरद पवार शेतकरी मेळाव्यासाठी उपस्थित होते. त्यांच्या उपस्थितीत शेतकरी मेळावा पार पडला. तत्पूर्वी विघ्नहर साखर कारखान्यात आसवनी आणि इथेनॉल प्रकल्पाच्या विस्तारीकरणाचं लोकार्पणही शरद पवारांच्या हस्ते झालं.पंतप्रधान मोदी काल नाशिक दौ-यवर आले होते.त्यावेळी त्यांनी बोलताना राजकारणातील घराणेशाहीवर टीका केली होती. यावरही शरद पवारांनी भाष्य केले आहे. ते म्हणाले की, घराणेशाही आलीये, ती मोडीत काढायला हवी.डॉक्टरचा मुलगा डॉक्टर, व्यापा-यांचा मुलगा व्यापारी आणि शेतक-यांचा मुलगा शेतकरी होतो, मग राजकारण्यांचा मुलगा राजकारणात आला तर ही कशी काय घराणेशाही झाली? त्यामुळे पंतप्रधानांनी घराणेशाहीबाबत बोलणं योग्य नाही. त्यांनी मूलभूत प्रश्नांवर बोलायला हवं.ह्व, असं शरद पवार म्हणाले.

संपादकीय....

व्यापारतूट रोखण्यास इच्छाशक्तीचे इंधन

सध्या देशाची वाढणारी व्यापारतूट भविष्यातील संकटांची पूर्वकल्पना देत आहे. व्यापारतुटीमुळे अनेक अनर्थ ओढवतात. त्यामुळे वेळीच सावध होऊन धोरणात्मक पावले उचलली पाहिजेत. निर्यातवाढीवर लक्ष केंद्रित केले पाहिजे. त्यासाठी व्यापक उपाययोजनांची गरज आहे.भारताची आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील घोडदौड सध्या जोरात चालू आहे, भारताचे परराष्ट्रमंत्री एस. जयशंकर सातत्याने परदेश दौरे करून आंतरराष्ट्रीय संबंध वाढण्यावर, ते अधिक बळकट करण्यावर भर देत आहेत. काही दिवसांपूर्वी त्यांनी म्यानमार आणि नेपाळचा दौरा केला. नेपाळमध्ये तर त्यांनी भारतीय अनुदानावर तेथील ऊर्जानिर्मितीच्या प्रकल्पाला मोठे सहाय्यसुद्धा जाहीर केले; तर दुसरीकडे भारताचे वाणिज्य मंत्री पीयुष गोयल वेगवेगळ्या देशांशी व्यापार करार करण्यासाठी शिकस्त करत आहेत. नुकतेच भारत-ऑस्ट्रेलिया व्यापार करार स्वीकारल्याच्या घटनेला एक वर्ष पूर्ण झाले. काही दिवसांपूर्वीच भारताचे इतर देशांबद्दलच्या व्यापार तुटीचा अहवाल एका वृत्तवाहिनीने जाहीर केला. त्या अहवालानुसार दहा प्रमुख देशांपैकी नऊ देशांबरोबर भारताची व्यापार तूट मोठी असल्याचे निदर्शनास आले आहे. व्यापार तूट म्हणजे, भारतात येणाऱ्या आयात वस्तू आणि त्याची किंमत ही भारतातून निर्यात होणाऱ्या वस्तूंच्या किमतीपेक्षा अधिक असणे असा आहे.थोडक्यात आयात अधिक आणि निर्यात कमी अशी परिस्थिती जेव्हा निर्माण होते तेव्हा व्यापारतूट निर्माण झाली असे म्हटले जाते. सध्या भारताची व्यापार तूट फार मोठ्या प्रमाणात निर्माण झाली आहे, असे हा अहवाल सांगतो. केवळ अमेरिकेबरोबरच भारताची व्यापार तूट नसल्याचे सदर अहवालात म्हटले आहे. व्यापार तुटीबाबत सोप्या भाषेत बोलायचे झाल्यास जेव्हा एखादा देश निर्यातीपेक्षा जास्त वस्तू आणि सेवा आयात करतो, तेव्हा व्यापारतूट निर्माण होते. दुसऱ्या शब्दांत, हे त्या रकमेचे प्रतिनिधित्व करते ज्याद्वारे देशाच्या आयातीचे मूल्य एका विशिष्ट कालावधीत, विशेषतः एका वर्षात त्याच्या निर्यातीच्या मूल्यापेक्षा जास्त असते.यामुळे अशी परिस्थिती निर्माण होऊ शकते की, एखादा देश त्याच्या निर्यातीतून मिळणाऱ्या उत्पन्नापेक्षा परदेशी वस्तू आणि सेवांवर जास्त खर्च करत आहे, ज्याचे विविध आर्थिक परिणाम होऊ शकतात. खासकरून व्यापारतूट देशाच्या अर्थव्यवस्थेवर अनेक प्रकारे परिणाम करू शकते. त्यामध्ये चलन घसरण ही प्रामुख्याने घडणारी घटना होय.सततच्या व्यापार तुटींमुळे देशाच्या चलनाच्या मूल्यावर घसरणीचा दबाव येऊ शकतो. याचे कारण आयातीसाठी परदेशी चलनांची मागणी वाढलेली असते. त्यामुळे मागणी-पुरवठा धोरणानुसार चलन पुरवठा कमी पडल्याने त्याच्या मूल्यावर परिणाम होतो आणि परिणामतः देशाच्या गंगाजळीवर परिणाम होतो. व्यापारतूट याचा दुसरा महत्त्वाचा परिणाम नोकरी आणि उद्योगांवर होतो.सततच्या व्यापार तुटीमुळे मुख्यतः स्वस्त आयातीमुळे वाढलेल्या स्पर्धेला तोंड देणाऱ्या क्षेत्रांमध्ये नोकऱ्या गमावल्या जाऊ शकतात. जसे की आपण आयात केलेल्या एका वहीची किंमत दहा रुपये असेल आणि आपल्याकडील वहीची किंमत बारा रुपये असेल तर स्पर्धेत टिकण्यासाठी आपल्या वही उत्पादकाला किंमत कमी करावी लागेल. त्यासाठी त्याला खर्चासह कामगारकपातही करावी लागेल. परिणामतः बेरोजगारीसारख्या समस्या देशपातळीवर निर्माण होऊ शकतात.जागतिक स्पर्धात्मकता महत्त्वाची आहे. त्याचबरोबर त्याचा देशांतर्गत उत्पादन क्षेत्रासारख्या उद्योगांवर परिणाम होऊ शकतो. व्यापारतूट एखाद्या देशाला तिसऱ्या परिणामाकडे घेऊन जाऊ शकते. ते म्हणजे कर्ज घेणे. व्यापारतूट भरून काढण्यासाठी एखाद्या देशाला परदेशी संस्थांकडून कर्ज घ्यावे लागू शकते, जसे की जागतिक बँक किंवा आंतरराष्ट्रीय नाणेनिधी (आयएमएफ). पण त्या उपायामुळे देशाचे परकी कर्ज वाढते आणि परिणामतः देशाची आर्थिक स्थिती विशेष करून आंतरराष्ट्रीय स्तरावर कमकुवत होते.व्यापार तुटीचा अप्रत्यक्ष संदर्भ देशाच्या स्पर्धात्मकतेवर जोडला जातो. असे मानले जाते की, देशांतर्गत उद्योग जागतिक स्तरावर स्पर्धात्मक नाहीत. म्हणजे भारतीय उत्पादने जगाच्या मागणीनुसार पुरवठा करण्याच्या गुणवत्तेची नसल्याने सदर उत्पादनांचा विचार केला जात नाही किंवा तत्सम आंतरराष्ट्रीय उत्पादनाच्या स्पर्धेमध्ये भारतीय उत्पादकांची पीछेहाट होते. यात विशेष करून किंमत आणि गुणवत्ता या घटकांचा विचार केला जातो, हे सततची व्यापारतूट सूचित करू शकते.

कालांतराने, यामुळे देशाचा औद्योगिक पाया आणि व्यापाराच्या नवकल्पना नष्ट होऊ शकतात. परिणामतः देशाचे व्यापारधोरण अडचणीत येऊ शकते. व्यापार तुटीचा देशातील जनतेवर प्रत्यक्ष होणारा परिणाम म्हणजे व्याजदरातील वाढ असू शकतो. एखाद्या देशाला व्यापारतूट भरून काढण्यासाठी परदेशी गुंतवणूकदारांकडून कर्ज घ्यावे लागू शकते.परदेशी गुंतवणूकदारांनी त्यांच्या गुंतवणुकीवर जर जास्त परतावा मागितला तर व्याजदरात वाढ होऊ शकते; परिणामतः गृहकर्ज, वाहनकर्ज वा वैयक्तिक कर्जांवर अधिक व्याज द्यावे लागेल. व्यावसायिकदृष्ट्याही मोठ्या व्यापार तुटीमुळे परकी भांडवल आकर्षित करण्यासाठी उच्च व्याजदरांची आवश्यकता भासू शकते; ज्यामुळे व्यवसायांसाठी कर्ज घेणे अधिक महाग होते.एकंदरीत व्यापारतूट चिंतेची बाब आहे आणि भारताने वेळेतच त्याच्यावर तोडगा काढणे आवश्यक आहे. दुर्दैवाने वाणिज्य मंत्रालयाचे काही निर्णय मागील काळामध्ये चुकीचे ठरले आहेत. कधी त्यांनी बिगर बासमती तांदळाची निर्यात बंद केली; तर कधी मोठ्या प्रमाणात डाळ आयात केली.

पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या 'लोकल टू ग्लोबल' या घोषणेला धरून धोरणे नसल्याचे दिसून येते. सुदैवाने जी-२०च्या आयोजनानंतर भारताची आंतरराष्ट्रीय पत खूप सुधारली आहे. अशा वेळेला त्या ख्यातीचा फायदा घेत व्यापारतूट कमी करणे हे भारतासाठी सहज शक्य आहे. पण त्यासाठी प्रयत्न नेमके हवेत.व्यापार मंत्र्यांनी द्विपक्षीय व्यापारकरार करताना व्यापार तुटीचा नक्की विचार केला पाहिजे. त्यानुसार करारांची आणि मसुद्याची आखणी केली, तरच आपल्या देशावरील संभाव्य आर्थिक आणि सामाजिक अडथळे वेळीच दूर होतील. व्यापारतूट दूर करण्यासाठी भारताच्या वाणिज्य मंत्रालयाने तातडीने निर्यातवाढ धोरणाची आखणी व अंमलबजावणी करणे गरजेचे आहे.त्यात विशेष करून प्रत्येक राज्य स्तरावर निर्यातकक्ष स्थापन करून त्यांना प्रोत्साहन देणे अधिक उपयोगी ठरेल. बऱ्याच राज्यांमध्ये निर्यातकक्ष आहेत; पण ते केवळ नावालाच अशी स्थिती आहे. त्यांचे भरीव योगदान दिसत नाही.

संक्रांतीचे खगोलीय गुपित

'मकरसंक्रांती' या शब्दात दोन महत्त्वाचे शब्द आहेत. एक म्हणजे मकर, जो एक तारकासमूह आहे आणि संक्रांत किंवा संक्रमण म्हणजे स्थित्यंतर. मकर ही रास म्हणून आपण ओळखतो. यासाठी आपल्याला वेध लागतात १४ जानेवारीचे. पण यावेळीप्रमाणे कधी कधी मात्र ही तारीख १५ जानेवारी असते आणि कदाचित वाचून आश्चर्य वाटेल की हीच संक्रांती इ.स. १००० मध्ये ३१ डिसेंबरला साजरी होत होती, तर ९००० वर्षांनी आपण हीच संक्रांती जूनमध्ये साजरी करू. काय आहे हे खगोलीय गुपित ?मकरसंक्रांती! नव्या वर्षाचा पहिला सण! तिळाच्या खमंग वड्या आणि पोळ्या खात, एकमेकांशी गोड बोलण्याचे संकल्प करीत आणि वचने देत हा सण आपण साजरा करतो. भारतामधील भौगोलिक विविधतेमुळे हा सण ठिकठिकाणी वेगवेगळ्या पद्धतीने आणि नावाने साजरा होतो. या काळात हंगाम बदलत असल्यामुळे या बदलाला खूप महत्त्व आहे. ब-याच प्रदेशांमध्ये संक्रांती या नावानेच हा सण साजरा होतो, तर राजस्थान आणि गुजरातमध्ये उत्तरायण नावाने साजरा होतो. हरियाणा, हिमाचल प्रदेश आणि पंजाबमध्ये माधी, तामिळनाडूमध्ये पोंगल, आसाममध्ये माघ बिहू किंवा भोंगली विह नावाने साजरा होतो. काश्मीरमध्ये शिशूर सेन्क्रात, केरळमध्ये मकरा विलाकू या नावाने साजरा होतो. भारताबरोबर नेपाळ, थायलंड, लाओस, कंबोडिया, म्यानमार या देशांमध्येदेखील संक्रांती साजरी केली जाते. सगळ्यांचा उद्देश मात्र एकच असतो, थंडीमध्ये शरीराचे संरक्षण करणे, नवीन निघालेल्या पिकांची पूजा करणे, याला सामाजिक, सांस्कृतिक आयाम तर आहेतच पण खगोलशास्त्रीय दृष्टीने खूपच महत्त्व आहे.

पृथ्वीचा अक्ष झुकलेला आहे. याला आयनांश असेही म्हणतात. पृथ्वीवर अनेक वले काम करीत असतात आणि त्यामुळे पृथ्वीला वेगवेगळ्या गती आहेत. जसे स्वत:भोवती ती फिरते, तशीच ती सूर्याभोवती फिरते. पृथ्वीला परांचन गतीदेखील आहे. ही झुकलेल्या अक्षामुळे आहे. यामध्ये पृथ्वी एखाद्या झुकला भोव-यासारखीदेखील फिरते. यामुळे त्याचा एक परांचन कक्ष तयार होतो. यावर अनेक तारे आहेत. जेव्हा पृथ्वीचा उत्तर अक्ष परांचन कक्षेवरील ज्या ता-याकडे रोखलेला असतो तो त्यावेळी पृथ्वीचा ध्रुव तारा असतो. ही परांचन कक्षा पृथ्वी २६००० वर्षांमध्ये पूर्ण करते. साधारण ५००० वर्षांपूर्वी आपला ध्रुव हा ठुबान तारा होता. पुढे १२००० वर्षांनी आपला ध्रुव अभिजित तारा असेल. पृथ्वी आणि सूर्य यांच्या अशा अनेक गतींमुळे आपल्याला विविध ऋतू अनुभवता येतात. मकरसंक्रांती या शब्दामध्ये दोन महत्त्वाचे शब्द आहेत. एक म्हणजे मकर, जो एक तारकासमूह आहे आणि संक्रांत किंवा संक्रमण म्हणजे स्थित्यंतर. मकर ही रास म्हणून आपण ओळखतो. यासाठी आपल्याला वेध लागतात १४ जानेवारीचे. पण कधी कधी मात्र ही तारीख १५ जानेवारी असते आणि कदाचित वाचून आश्चर्य वाटेल की हीच संक्रांती इ.स. १००० मध्ये ३१ डिसेंबरला साजरी होत होती, तर ९००० वर्षांनी आपण हीच संक्रांती जूनमध्ये साजरी करू. नावावरून आपल्याला या सणाचे संदर्भ लक्षात येतात. आपले सण हे आकाशातील बदलांशी आणि पर्यायाने ऋतूंशी जोडलेले आहेत. त्याचप्रमाणे मकरसंक्रांत म्हणजे सूर्याचा मकर राशीत प्रवेश. प्रवेश करतो म्हणजे काय? तर सूर्याच्या पार्श्वभूमीवर मकर रास आपल्याला दिसते आणि महिनाभर ती या राशीमध्ये असते.आपल्या राशीचक्रामध्ये मकर ही दहावी रास आहे. सुरुवातीपासून अंश मोजले तर ती बरोबर २७० अंशावर आहे. सूर्य जेव्हा या बिंदूवर येतो तेव्हा आपण असे म्हणतो की सूर्यान मकर राशीत प्रवेश केला. आपले बहुतेक सर्व सण हे हिंदू कॅलेंडरप्रमाणे आहेत. यात चंद्राची स्थिती ही प्रमाण स्थिती मानली जाते. त्यामुळे बहुतेक सर्व सणांच्या तारखा आपल्याला बदललेल्या दिसतात. हा एकमेव सण असा आहे की तो अनेक वर्षे एकाच तारखेला येतो. कारण तो सौर कॅलेंडरला अनुसरून आहे. संक्रांत ही सर्वसाधारणपणे १४ जानेवारी किंवा यावेळीप्रमाणे १५ जानेवारीला येते. पण ही स्थिती सध्याची आहे. कायम राहणारी नाही किंवा पूर्वीदेखील नव्हती. लिप वर्षामध्ये ही १५ जानेवारीला येते आणि एरवी १४ जानेवारीला, म्हणजे १४, १४, १४, १५ जानेवारी हे चक्र चालू राहते. गेली ४० वर्षे आपण याच पद्धतीने संक्रांत आलेली पाहत आहोत. परंतु २००९-२०१२ या चक्रामध्ये बदल दिसून आला. २००९ आणि २०१० मध्ये १४ जानेवारी आणि २०११ व २०१२ मध्ये १५ जानेवारी अशा तारखांना संक्रांत होती. हे चक्र पुढेही चालू राहील.२०४९ ते २०५२ या चक्रामध्ये संक्रांत क्रमाने १४-१५-१५-१५ जानेवारीला अशी असेल. पुन्हा ४० वर्षांनी २०८९-२०९२ मध्ये १५-१५-१५-१५-१५ जानेवारी अशी संक्रांत असेल. २१०० मध्ये अजून वेगळेच काहीतरी घडणार आहे. जरी २१०० या आकड्याला ४ ने पूर्ण भागाकार होत असला तरी हे लिप वर्ष नसेल. ग्रेगोरियन कॅलेंडरप्रमाणे जर एखाद्या वर्षाला १०० ने भाग जात असेल आणि जर ४०० ने पूर्ण भागता येत असेल तरच ते लिप वर्ष असू शकते. याचा अर्थ असा की, २१००, २२००, २३०० आणि १९०० ही लिप वर्षे नाहीत, पण २०००, २००४ मात्र आहेत. ज्या अर्थी २१०० हे वर्ष लिप वर्ष नाही. यात जास्तीचे दिवस मोजले जाणार नाहीत आणि यामुळे संक्रांत ही एक दिवसाने पुढे जाणार आहे. २१०१ ते २११४ या वर्षांमध्ये संक्रांती १६-१६-१६-१६ जानेवारी अशी येईल. हा असाच बदल १०० वर्षांनी होईल; पण केव्हा? जेव्हा वर्षाला १०० ने भाग जातो पण ४०० ने नाही आणि हे १०० वर्षांचे चक्र आणि ४० वर्षांचे चक्र एकाच वेळेस चालू राहते आणि या दोन्हींचा परिणाम होऊन संक्रांतीच्या म्हणजेच सूर्य संक्रमणाच्या तारखा बदलत जातील. या तारखा पुढे जाण्याचे मुख्य कारण म्हणजे आपण सूर्याभोवती एक फेरी पूर्ण झाली की एक वर्ष मानतो. वर्षामध्ये आपण ३६५ दिवस मानत असलो तरी पृथ्वीची एक प्रदक्षिणा पूर्ण होण्यास जो वेळ लागतो तो आहे ३६५ दिवस ५६ तास आणि ९ मिनिटे. यामुळे सूर्य मकर राशीमध्ये दरवर्षी ६ तास ९ मिनिटे उशिरा जातो. ही वरची ९ मिनिटे

खूप महत्त्वाची आहेत. कारण ४ वर्षांत संक्रांत २४ तास ३६ मिनिटांनी पुढे जाते. पण लिप वर्ष तिला फक्त २४ तासांनीच मागे खेचते. (लिप वर्षात जास्तीचा दिवस घेतल्यामुळे संक्रांत पुन्हा आधीच्या दिवशी येते.) ही साचलेली ३६ मिनिटे संक्रांतीला थोडे थोडे पुढे ढकलत राहतात. समजा यात सूर्य १ किंवा २ मिनिटे जरी उशिरा आला तरी हे चक्र ४४ वर्षांचे होते! आणि समजा तो १-२ मिनिटे लवकर आला तर हे चक्र ३६ वर्षांचे होते. या बदलाची गती पाहिली तर ७२ वर्षांनी एक दिवस संक्रांत पुढे जाते.

सूर्याला गवसणी

विश्वात अनंत ता-यांमध्ये सूर्य हा सर्वांत जवळचा तारा. यावर अनेक उलथापालथी होत असतात. त्यातल्या काहींमध्ये वारंवारता दिसून येते. सूर्य समजला की विश्वातील तारे व त्यांचा अभ्यास करणे सुलभ होते. या उद्देशाने 'इस्रो'ने हाती घेतलेल्या 'आदित्य एल१' मिशनला अलीकडेच मोठे यश लाभले. 'चांद्रयान-३'च्या यशानंतर २ सप्टेंबर रोजी आंध्र प्रदेशातील श्रीहरिकोटा येथून सुरू झालेला सूर्याच्या दिशेने १५ लाख किलोमीटरचा प्रवास निर्धारित स्थानावर पोहोचला आहे. भारतीय अवकाश संशोधनाच्या क्षेत्रात कार्यरत असणा-या शास्त्रज्ञांच्या कर्तृत्वाची साक्ष नव्याने यानिमित्ताने जगाला पटली आहे.नव्या वर्षाच्या सुरुवातीलाच 'एक्स्पोसॅट'चे यशस्वी प्रक्षेपण करून नवा इतिहास रचणा-या भारतीय अंतराळ संशोधन संस्थेला (इस्रो) आणखी एक मोठे यश आले आहे. देशाच्या पहिल्या सौर मोहिमेतील 'आदित्य एल १' उपग्रहाने सूर्य आणि पृथ्वी यांच्यातील गुरुत्वाकर्षण समतोल बिंदूंपैकी एक बिंदू- 'लँग्रेज पॉईंट -१' (एल १) वर यशस्वीरीत्या पोहोचण्याचा विक्रम केला आहे. पृथ्वीपासून सुमारे १५ लाख किलोमीटर अंतरावर सूर्याच्या दिशेने हे यान ११० दिवसांनी पोहोचले आहे. 'आदित्य-एल १' ही सौर वेधशाळा असून, ती सूर्याच्या बा वातावरणाचा अभ्यास करणार आहे. चांद्रयान-३ च्या यशानंतर २ सप्टेंबर रोजी आंध्र प्रदेशातील श्रीहरिकोटा येथून सुरू झालेला सूर्याच्या दिशेने १५ लाख किलोमीटरचा प्रवास निर्धारित स्थानावर पोहोचला आहे. भारतीय अवकाश संशोधनाच्या क्षेत्रात कार्यरत असणा-या शास्त्रज्ञांच्या कर्तृत्वाची साक्ष नव्याने यानिमित्ताने जगाला पटली आहे. अत्यंत क्लिष्ट आणि वेधक अंतराळ मोहिमा साकारण्याचे उद्दिष्ट समोर ठेवणे आणि अथक समर्पणभावाने त्या यशस्वी करणे ही इस्रोच्या संशोधकांची ओळख झाली आहे.विश्वात अनंत ता-यांमध्ये सूर्य हा सर्वांत जवळचा तारा. यावर अनेक उलथापालथी होत असतात. त्यातल्या काहींमध्ये वारंवारता दिसून येते. सूर्य समजला की विश्वातील तारे व त्यांचा अभ्यास करणे सुलभ होते. सूर्यावर सौरडागांची संख्या व त्यामधील वारंवारतेचा गेल्या तीन शतकांपासून दररोज अभ्यास केला जात आहे. प्राचीन साहित्यामध्ये तेज:पुंज म्हणून उल्लेखला गेलेला सूर्य हा महाकाय ऊर्जेचा स्रोत आहे. सूर्याच्या तापमानाचा विचार केल्यास दहा हजार फॅरनहिट (५५०० अंश सेल्सिअस) आहे. या ठिकाणी उर्त्सजित होणा-या न्यूक्लिअर रिॲक्शन्समुळे सूर्यमंडळाचे तापमान ७ दशलक्ष फॅरनहिट किंवा १५ दशलक्ष सेल्सिअसपर्यंत पोचते. नासाच्या मते, शंभर अब्ज टन डायनामाईटच्या स्फोटानंतर निर्माण होणारी उष्णता ही सूर्याच्या तापमानाएवढी आहे. सूर्यामधून प्रचंड प्रमाणात ऊर्जा बाहेर पडत असते. त्याचबरोबर सौरज्वालाही बाहेर पडत असतात. त्या ज्वालांची दिशा पृथ्वीकडे वळली तर अंतराळ यान, उपग्रह आणि संपर्क यंत्रणा खराब होऊ शकते. आदित्य एल १ अशा सोलर इव्हेंट्सची वेळेवर माहिती देईल, जेणेकरून नुकसान कमी करता येईल.

प्रत्येक ग्रहाजवळ असे काही पॉईंट असतात, जेथे त्या ग्रहाची गुरुत्वाकर्षण शक्ती, अवकाशयानाची कक्षीय गती आणि सूर्याची गुरुत्वाकर्षण शक्ती यांचे संतुलन साधले जाते. त्या ठिकाणी अवकाशयान स्थिर करून सूर्याची तेथून निरीक्षणे नोंदवणे, अभ्यास करणे शक्य असते. पृथ्वी आणि सूर्य यांच्या दरम्यान असे पाच पॉईंट निश्चित करण्यात आले आहेत. त्यांना लँग्रेज पॉईंट १ ते ५ अशी नावे देण्यात आली आहेत. त्यापैकी एल १ या पॉईंटपर्यंत आदित्य यान जाणार आहे. तेथून ते निरीक्षणे नोंदवेल. लँग्रेज पॉईंट हे नाव इटालियन संशोधक जोसेफ लुई लँग्रेज यांच्या स्मरणार्थ देण्यात आले आहे.

'आदित्य'ने हा एल १ पॉईंट गाठला आहे. आता हॅलो ऑर्बिटपर्यंत पोहोचणे गरजेचे आहे. ही एल-१ ची अशी एक कक्षा आहे जिथे उपग्रह आणि अवकाशयान स्थिर राहून कार्य करू शकतात. जर हे वाहन या कक्षेत पोहोचले नाही तर ते सूर्याकडे प्रवास करत राहील आणि नंतर त्यात विलीन होईल. हॅलो ऑर्बिटमधून 'आदित्य' वेगवेगळ्या कोनातून सूर्याचा अभ्यास करू शकणार आहे. सर्वांत महत्त्वाचे म्हणजे येथे ग्रहणाचा अडथळा येणार नाही. कारण पृथ्वी ज्याप्रमाणे सूर्याभोवती फिरते त्याचप्रमाणे ही कक्षा एल-१ बिंदूभोवती फिरते.

आत्तापर्यंत इस्रो जमिनीवर आधारित दुर्बिणीद्वारे सूर्याचा अभ्यास करत असे; परंतु यामुळे सूर्याचे वातावरण सखोलपणे दिसून येण्यास मर्यादा येत होत्या. विशेषत:, सूर्याचा बाहेरचा थर, कोरोनाइतका धगधगता का आहे आणि त्याचे तापमान नेमके किती आहे हे माहीत नाही. पण आदित्यसोबत गेलेली उपकरणे यावर प्रकाश टाकणार आहेत. यापैकी व्हीईएलसी ही एक दुर्बिण आहे, जी २४ तास सूर्याच्या कोरोनावर लक्ष ठेवेल आणि दररोज १,४४० छायाचित्रे पाठवेल. सोलर अल्ट्राव्हायोलेट इमेजिंग टेलिस्कोप सूर्याच्या फोटोस्फियर आणि क्रोमोस्फियरच्या प्रतिमा घेईल. सोलेक्स आणि हिलियस ही उपकरणे सूर्याच्या क्ष-किरणांचा अभ्यास करतील. आस्पेक्स आणि प्लाझ्मा विश्लेषक सौर वादळांचा अभ्यास करून त्यांची ऊर्जा किती आहे हे समजावून सांगतील. मॅग्नेटोमीटरद्वारे एल-१ बिंदूभोवतीच्या चुंबकीय क्षेत्राची गणना केली जाईल. आदित्य-एल१ वरून सूर्याची पहिली प्रतिमा फेब्रुवारी किंवा मार्चमध्ये मिळण्याची शक्यता आहे.पहिल्याच सौरमोहिमेत भारताने सूर्याचे निरीक्षण करण्यासाठी वेधशाळा स्थापन केली आहे. पृथ्वीपासून सुमारे पंधरा लाख किलोमीटर अंतरावर 'आदित्य'ने आपले ध्येय यशस्वीपणे गाठणे ही प्रत्येक भारतीयासाठी अभिमानाची बाब आहे. सूर्याच्या कक्षेत गेलेल्या या यानाचे एकूण वजन हे १४७५ किलोग्रॅम एवढे आहे. यावर जी सात उपकरणे बसवली आहेत त्यांचे वजन हे २४४ किलोग्रॅम एवढे आहे. आदित्य एल-१ मध्ये विशेष यंत्रणा तयार करण्यात आली आहे, ज्यामुळे कोणत्याही परिस्थितीत यान सूर्याच्या कक्षेत टिकू शकेल. सूर्य हा एक तारा आहे. त्यामुळे सूर्यावर सतत उद्रेक होत असतात. कोणत्याही स्फोटाचे कोणतेही परिणाम या यानावर होणार नाहीत. या मोहिमेचा खर्च हा जवळपास ३७८ कोटींपर्यंत असणार आहे. भारतीय शास्त्रज्ञांचे विशेष कौतुक होण्याचे महत्त्वाचे कारण म्हणजे अत्यंत कमी खर्चात ही मोहीम पार पडणार आहे. भारत विज्ञानाच्या सीमा विस्तारत असून त्यांचा लाभ येणा-या काळात सबंध जगाला होणार आहे. या अत्यंत आव्हानात्मक मिशनचे सर्व घटक सुरळीतपणे कार्यरत असल्याचे प्रारंभिक संकेत दर्शवताहेत. आदित्य पुढील पाच वर्षे संशोधन आणि संशोधनाच्या माध्यमातून मानवतेच्या कल्याणासाठी नवीन माहिती गोळा करणार आहे. या मोहिमेच्या यशामुळे भविष्यात इतर ग्रहांवर संशोधनाचा मार्ग मोकळा होऊ शकतो.

इतिहासात डोकावल्यास आतापर्यंत हेलिओज-१ हे यान सूर्यापासून २९ दशलक्ष मैल म्हणजेच ४७ दशलक्ष किलोमीटर अंतरावर पोहोचले होते. हे यान डिसेंबर १९७४ मध्ये पाठविण्यात आले होते. हेलिओज-२ हे दुसरे यान एप्रिल १९७६ मध्ये प्रक्षेपित करण्यात आले होते आणि सूर्यापासून १.८ दशलक्ष मैल म्हणजेच ३ दशलक्ष किलोमीटर अंतरापर्यंत पोहोचण्यात या यानाला यश आले होते. ऑगस्ट २००४ मध्ये मेसेंजर हे यान

बुध ग्रहाच्या दिशेने पाठविण्यात आले होते. सूर्यापासून हा ग्रह ३६ दशलक्ष मैल म्हणजे ५८ दशलक्ष किलोमीटर अंतरावर आहे. नासाच्या पार्कर सोलर प्रोब या यानाने सूर्याच्या वातावरणात प्रवेश केला होता. हे यश आणि त्यासंदर्भातील प्रारंभिक निरीक्षणांची घोषणा १४ डिसेंबर रोजी अमेरिकेतील न्यू ऑर्लिन्स येथे करण्यात आली. नासाची ही मोहीम २०१८ मध्ये सुरू झाली होती.

हिवाळ्यात व्यायाम करताना 'या' गोष्टी लक्षात ठेवा, अन्यथा

थंडीच्या दिवसात योगासने करणे खूप गरजेचे आहे. योगासन करणे तुम्हाला तंदुरुस्त ठेवण्यास उपयुक्त ठरू शकते. मात्र त्याचा पुरेपूर फायदा घेण्यासाठी थंडीत योगासने करताना काही गोष्टींची विशेष काळजी घ्यावी. हिवाळ्यात आहारात देखील बदल केला पाहिजे. पण हिवाळ्यात व्यायाम करताना किंवा धावायला जात असाल तर त्यावेळी काळजी घेण्याची गरज असते.थंड हवामान आरोग्याच्या दृष्टिकोनातून अतिशय संवेदनशील असते. या ऋतूत थोडा निष्काळजीपणाही तुमच्या आरोग्यावर विपरीत परिणाम करू शकतो. विशेषत: थंड वातावरणात योगासने करताना काही खबरदारी न घेतल्यास त्याचे गंभीर परिणाम होऊ शकतात.तापमान थंडीच्या वातावरणात योगासने करताना तुमच्या शरीराची तसेच आसपासच्या तापमानाचीही काळजी घेतली पाहिजे. म्हणून, सर्वप्रथम, योगासन करण्यासाठी योग्य जागा निवडा, जिथे खूप थंड नाही. कारण योगासन करताना शरीरात ऊर्जा निर्माण होते आणि त्यामुळे शरीराचे तापमान वाढते, मात्र बाहेरचे तापमान कमी राहिल्यास त्याचा आरोग्यावर विपरीत परिणाम होतो.योगासाठी योग्य कपडे निवडा थंडीत योगा करण्यासाठी योग्य कपडे निवडणे गरजेचे आहे. या दिवसांमध्ये योगासने करताना उबदार कपडे घालावेत तसेच योगाभ्यासासाठी उबदार गालिचा किंवा योगा मॅटचा वापर करावा. जेणेकरून

योगासन करताना शरीरात निर्माण होणारी ऊर्जा लवकर शरीराबाहेर जाऊ नये.योगा करण्यापूर्वी वॉर्म अप करा योगा करण्यापूर्वी वॉर्म अप करा. जेणेकरून शरीरातील रक्ताभिसरण सुधारून योगासनासाठी शरीर तयार करता येईल. विशेषत: थंडीच्या दिवसात, कोणत्याही प्रकारचा योगा सुरू करण्यापूर्वी सूक्ष्म व्यायाम करावा, ज्यामुळे सांध्यातील जडपणा दूर होईल. सूर्यनमस्कारामुळे शरीराला ऊर्जा मिळते सूर्यनमस्कार हे थंडीच्या दिवसांसाठी सर्वोत्तम योगासन आहे. याच्या सरावाने शरीराला ऊर्जा मिळते.

ओमकाराच्या उच्चाराचे परिणाम..!

ओमकाराच्या उच्चाराचे परिणाम शरीर-मनावर कसे होतात, ते आज पाहूया. आपलं शरीर तीनशे ट्रिलियन पेशींनी बनलेलं आहे. त्या सतत स्पंद पावत असतात.

ओमकाराच्या उच्चाराचे परिणाम शरीर-मनावर कसे होतात, ते आज पाहूया. आपलं शरीर तीनशे ट्रिलियन पेशींनी बनलेलं आहे. त्या सतत स्पंद पावत असतात. बाह्यजगातल्या स्पंदनांना प्रतिसाद देताना पेशींच्या स्पंदनांची कंपनसंख्या, लाटांची उंची यातही बदल होतात. हेच त्यांच्या संवादाचं माध्यम असतं.शरीरातल्या प्रथिनांचंही स्पंदन होत असतं. जीवाणू, विषाणू शरीरावर आक्रमण करतात, तेव्हा पेशी या प्रथिनांच्या स्पंदनांच्या माध्यमातून एकमेकींशी संवाद साधतात, हल्ल्याला तोंड देतात. शास्त्रशुद्ध पद्धतीने म्हटलेल्या ओमकाराच्या उच्चारणातून संपूर्ण शरीरभर वैशिष्ट्यपूर्ण नादतरंग उमटतात. या तरंगाची कंपनं व्याधीग्रस्त पेशींचा नाश करण्याएवढ्या तीव्र स्वरूपाची असतात.मंदिरातील गाभाऱ्याची विशिष्ट रचना, आणि आपल्या मस्तकातील पोकळीची (या पोकळीला चिदाकाश, गगनाकाश, मूर्ध्नीआकाश असं म्हणतात) रचना ही साधारण सारखीच असते. या विशिष्ट रचनेमुळे, नाद-ध्वनी-प्रतिध्वनी यांचं सातत्यपूर्ण तालचक्र तयार होतं. शरीरातील प्रचंड संख्येने असलेल्या पेशींमधील स्पंदनं परिशुद्ध करण्याची क्षमता या नादचक्रामध्ये असते. मुळात पेशी सूक्ष्म असतात. पेशींच्याही आत अतिसूक्ष्म जनुकं (जीन्स) असतात. त्यांच्यातही उत्कष्ट ताळमेळ

असतो. विविध कारणांमुळे हा सुसंवाद बिघडतो. हा विसंवाद, बिघडलेला ताळमेळ सुधारण्यासाठी ओमकाराची स्पंदनं उपयुक्त ठरतात.ओमकार म्हणताना जाणीव जितकी सूक्ष्म होईल, तितका तो मनात, भावनांमध्ये, विचारांमध्ये प्रतिबिंबित होतो. शरीर आणि मन एकाग्र होईल, तितकी ॐची संवेदना अणूरेणूंपर्यंत पोचल्याची सुंदर अनुभूती 'याची देही याची डोळा' घेता येते.वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून ओमकारावर भरपूर संशोधन झालंय. डॉ. लेझर लाझारिओ यांनी २५ वर्षे केलेल्या संशोधनातून त्यांना ओंकाराचे अनेक फायदे आढळून आले. पेशींना मसाज केल्याची जाणीव होते, अंतःस्रावी ग्रंथींचं कार्य सुधारतं, श्वसनात सुधारणा, फुफ्फुसांना व्यायाम, स्मरणशक्तीत वाढ, उच्च रक्तदाब, निद्रादोष व वाणीदोष नाहिसे होण्यास मदत होते, असे ओमकाराचे उपयोग संशोधनात मांडले आहेत.तपस्वी आणि ध्यान करणारे ध्यानाच्या सखोल अवस्थेत जातात तेव्हा ॐचा ध्वनी ऐकू येतो. तो ध्यानात ऐकू आल्यावर मन आणि आत्माही शांती अनुभवू लागतात. हेच एका श्लोकात सांगितलंय ॐकारं बिन्दुसंयुक्तं। नित्यं ध्यायन्ति योगिन: ।। कामदं मोक्षदं चैव। ॐकाराय नमो नम : ।। माण्डुक्य उपनिषदातही ओमकाराबद्दल विस्तत वर्णन आहे. अशा या मंगल, दिव्य ॐची प्रभावी ध्यानपद्धत बघूया. ओमकार प्रतिमा ध्यान ॐकाराची प्रतिमा समोर ठेवून अधिक प्रभावी 'प्रणव ध्यान' करता येतं.ॐ म्हणताना शांतपणे बसून म्हणावा. त्याचा प्रतिध्वनी ऐकावा.

मनातले विचार थांबून ते नादब्रह्म ऐकायचंय, अशा भावनेनने ओमकार म्हटला, तर विश्र्वातल्या चिरंतन नादब्रह्माचं, शब्दब्रह्माचं जणू दर्शनच होतं. मन अतीव आनंदमय, शांत होतं.आठ-दहा मिनिटं बसता येईल अशा आसनात बसावं. आपल्यासमोर ॐचं चित्र किंवा प्रतिमा ठेवावी. सुरुवातीला डोळे उघडे ठेवून, ॐकडे एकाग्रतेने पाहात दोनतीन मिनिटं ॐ म्हणावे. त्यानंतर शांतपणे डोळे मिटून परत दोन-तीन मिनिटं ॐचं उच्चारण करावं. नंतर ॐ म्हणण्याचं थांबवावं. ॐ म्हणजे निर्गुण निराकार परमेश्वराचं प्रत्यक्ष सगुण साकार रुपच! तो ॐच मी होऊन राहिलो आहे, या भावनेने शरीरभर आनंदाच्या लहरी अनुभवत दोन-तीन मिनिटं निर्विचार अवस्था अनुभवावी. ही विचाररहित स्थिती म्हणजेच ध्यान!

आजारा... आल्या पावली परत जा...

योग्य उपचारपद्धती कशी निवडावी? अशा सर्व बाबतीत शास्त्रशुद्ध माहिती मिळून तुम्हाला जुनाट आजारांवर मुळापासून विजय मिळवायला मदत होणार आहे!आपल्याला कोणताही जुनाट आजार झाला, की पहिला प्रश्न मनात येतो, आयुष्यभर गोळ्या घ्याव्याच लागतील का किंवा शस्त्रक्रिया करावीच लागेल का? हे टाळण्यासाठी आपण आहारात बदल करू पाहतो. मित्राच्या सल्ल्याने होमिओपॅथी, आयुर्वेदिक डॉक्टरांकडे जातो. निसर्गोपचाराचे नियम पाळतो. कधी कधी अक्युपंक्चर करून घेतो, योग सुरू करतो, परंतु यातील काय, कसं आणि कोणत्या प्रमाणात खरंच फायद्याचं आहे?योग्य उपचारपद्धती कशी निवडावी? अशा सर्व बाबतीत शास्त्रशुद्ध माहिती मिळून तुम्हाला जुनाट आजारांवर मुळापासून विजय मिळवायला मदत होणार आहे! किती बरं झालं असतं, आपल्याला आजारांना आल्या पाऊली परत पाठवता आलं असतं. आपण खरंच झालेला आजार शरीराच्या आणि मनाच्या बाहेर काढून टाकू शकतो का? याचं उत्तर लेखमालेत आपण मिळून शोधूया!आरोग्य-आजार-लक्षणाचे त्रिकूट आरोग्याची सुस्थिती प्राप्त करण्यासाठी हे त्रिकुट समजून घेणे महत्त्वाचे आहे. आरोग्यपूर्ण स्थिती ढासळली की होतो तो रोग आणि त्याचा परिणाम म्हणून शरीरात होणारे (बहुतांश वेळी) त्रासदायक बदल म्हणजे लक्षणं!

१) स्वास्थ्य/आरोग्य - आरोग्य म्हणजे फक्त रोगाचा, दुखण्याचा अभाव नसून शारीरिक, मानसिक व भावनिक कल्याणाची व संतुलनाची स्थिती आहे. यात शारीरिक क्षमता, मानसिक व भावनिक स्थिरता महत्त्वाची आहे. शारीरिक स्तरावर शरीराची रचना, शारीरिक क्रिया व जीवरासायनिक प्रक्रिया हे सामान्य व संतुलित असणे म्हणजे आरोग्य. मानसिक व भावनिक आरोग्य हे बाह्य परिस्थितीबरोबर सुसंगतपणे जुळवून घेऊन योग्य प्रतिक्रिया व्यक्त करण्याची क्षमता, जीवनातील नेहमीच्या व काही वेळा कसोटीच्या प्रसंगांना योग्य प्रकारे तोंड देण्याची क्षमता, चांगली उल्हासपूर्ण अवस्था अनुभवणे, सुदृढ नातेसंबंध बनवून ते टिकवू

शकण्याची क्षमता असणे, नवे स्किल अंगीकारून कामामध्ये मन लावून योग्य योगदान देणे आदी अनेक गोष्टी समाविष्ट आहेत.

२) रोग/आजार - बाहेरील किंवा अंतर्गत कारणांच्या अनिष्ट प्रभावामुळे शरीराची असामान्य स्थिती निर्माण होते. ती शरीराची रचना, क्रिया व रासायनिक प्रक्रिया यामध्ये बिघाड निर्माण करते त्याला रोग म्हणतात. (उदा : मधुमेह)

३) लक्षणे - लक्षणे किंवा चिन्ह म्हणजे रोगाव्यवस्थेत शरीरांतर्गत रचनेत किंवा क्रियांमध्ये उद्भवणारे बदल. (उदा : मधुमेहात सतत तहान लागणे, सतत लघवी, अति प्रमाणात खा-खा होणे, थकवा येणे)

सोपा प्रश्न - माझ्या सगळ्या तपासण्या नॉर्मल आहेत. डॉक्टरांनी कोणत्याही आजाराचे निदान केलेलं नाही, परंतु माझे सतत वाद होतात, चिडचिड होते, सकाळी जाग आल्यावर उल्हासपूर्ण वाटत नाही, खाण्यावर ताबा नाही, तर माझे आरोग्य सुस्थितीमध्ये आहे का? याचे उत्तर आपण पुढच्या लेखामध्ये पाहूया...

घरीच बनवता येतील 'हे' नॅचरल एनर्जी ड्रिंक्स थकवा पळेल अन् पैसेही वाचतील! होईल डबल फायदा

घरीच बनवता येतील 'हे' नॅचरल एनर्जी ड्रिंक्स, थकवा पळेल अन् पैसेही वाचतील! होईल डबल फायदा आजच्या व्यस्त जीवनशैलीचा आपल्या जीवनावर वाईट परिणाम झाला आहे. यामुळेच दिवसभर घर आणि ऑफिसमध्ये काम केल्यानंतर संध्याकाळी थकवा आणि अशक्तपणा जाणवतो. अशा वेळी शरीराला थोडी ऊर्जा हवी असते. ऊर्जा मिळविण्यासाठी लोक प्रथिने पावडर, सप्लिमेंट्स इत्यादींचा वापर करतात. पण तुम्ही घरी बनवलेल्या काही खास पेयांनीही तुमची एनर्जी वाढवू शकता. अशक्तपणा दूर करण्यासाठी हे पेय प्या ळदीचे पाणी अशक्तपणा दूर करण्यासाठी तुम्ही हळदीच्या पाण्याचे सेवन करू शकता. त्यात बायो-ॲक्टिव्ह कंपाऊंड कर्क्यूमिन आढळते, जे सकारात्मक ऊर्जा देते. त्याच वेळी, त्यात असलेले अँटिऑक्सिडंट तुम्हाला डिटॉक्सिफाय करते आणि चयापचय वेगवान करण्यास मदत करते, ज्यामुळे मूड सुधारतो. .तयार करण्याची पद्धतहे पेय बनवण्यासाठी कच्ची हळद किसून घ्यावी.आता एक ग्लास पाणी गरम करा.त्यात चिमूटभर हळद घाला. पाणी चांगले मिसळा आणि रिकाम्या पोटी सेवन करा.स्ट्रॉबेरी ड्रिंक तुम्ही स्ट्रॉबेरी ड्रिंक देखील घेऊ शकता. त्यात व्हिटॅमिन सी आणि अँटीऑक्सिडंट्स आढळतात जे मेंटल हेल्थला बूस्ट करते आणि हॅप्पी हार्मोन्स देखील वाढते. रोगप्रतिकारशक्ती वाढवण्यासाठीही हे गुणकारी आहे.तयार करण्याची पद्धत एक कप स्ट्रॉबेरी नीट धुवून स्वच्छ करा.आता ते ब्लेंडरमध्ये टाकून ब्लेंड ... तुमच्यासाठी फायदेशीर ठरू शकतो. त्यात व्हिटॅमिन सी, अँटीऑक्सिडंट्स, मिनरल्स, मॅग्नेशियम असतात, जे तणाव कमी करतात आणि मूड सुधारतात. संत्र्याचा रस तयार करण्यासाठी संत्र्याची साल सोलून ...

कल्याण(प्रतिनिधि)दि.श्री.सावता माळी मंडळ अध्यक्ष श्रीमती मदताई तांम्हाणे महिला मंडळ कल्याण ...

सावित्रीबाई फुले यांची १९३वी जयंती कल्याण(प) यांच्या हस्ते पुष्पहार अर्पण करून व सावता माळी महिरवाडी येथे उत्साहात साजरी करण्यात आली. मंडळ अध्यक्ष अनिल(अण्णा)यांच्या हस्ते दिप सावित्रीबाई फुले यांच्या प्रतिमेस नवनिर्वाचित प्रज्वलन करून कार्यक्रमास सुरवात करण्यात

'फ्रोझन एलिफंट ट्रंक'मुळे वाचले महिलेचे प्राण! जाणून घ्या या दुर्मीळ शस्त्रक्रियेविषयी

रुग्णाच्या छातीत आणि पाठीत अचानक वेदना सुरू झाल्या. त्यावेळी त्याची महाधमनी विस्तारल्याचे समोर आले.पुणे : रुग्णाच्या छातीत आणि पाठीत अचानक वेदना सुरू झाल्या. त्यावेळी त्याची महाधमनी विस्तारल्याचे समोर आले. रुग्णाचा जीव वाचविण्यासाठी त्याच्यावर तातडीने 'फ्रोझन एलिफंट ट्रंक' ही अतिशय गुंतागुंतीची आणि दुर्मीळ शस्त्रक्रिया करण्यात आली. यामुळे त्या रुग्णाचा जीव वाचू शकला. सह्याद्री रुग्णालयात ५५ वर्षे वयाच्या महिलेवर ही शस्त्रक्रिया करण्यात आली. या महिलेच्या महाधमनीचा विस्तार झाल्याचे निदर्शनास आले होते. सर्वसामान्यतः महाधमनी २५ ते ३० मिलीमीटर व्यासाची असते तर या महिलेची ती दुप्पट म्हणजे ६० मिलीमीटर व्यासाची झाली होती. याची तीव्रता लक्षात घेता सह्याद्री हॉस्पिटलमधील डॉ. स्वप्नील कर्णे आणि डॉ. शंतनू शास्त्री यांच्या नेतृत्वाखालील वैद्यकीय पथकाने विस्तारलेली महाधमनी बदलण्यासाठी 'फ्रोझन एलिफंट ट्रंक' शस्त्रक्रिया करण्याचे ठरवले. त्यांनी रुग्णावर गुंतागुंतीची शस्त्रक्रिया यशस्वीपणे केली. ही दुर्मीळ प्रक्रिया हॉस्पिटलमध्ये पहिल्यांदा करण्यात आली आहे.महाधमनीचा जास्त विस्तार होण्याची प्रक्रिया अतिशय कमी रुग्णांमध्ये आढळते. रुग्णाला त्याची जाणीव नसते. परंतु, अचानक छातीत आणि पाठीत वेदना सुरू होतात. त्यावेळी तातडीने निदान आणि शस्त्रक्रिया करणे गरजेचे असते. कारण महाधमनीतून शरीराला होणारा रक्तपुरवठा थांबल्यास रुग्ण दगावण्याची शक्यता असते. त्यामुळे 'फ्रोझन एलिफंट ट्रंक' ही गुंतागुंतीच्या प्रक्रिया तातडीने करावी लागते. त्यात रुग्णाच्या शरीराला होणारा रक्तपुरवठा थांबवावा लागतो. त्याचवेळी त्याच्या मेंदूला मात्र रक्तपुरवठा सुरू ठेवला जातो. ही प्रक्रिया अतिशय गुंतागुंतीची असून, ती यशस्वी होण्याचे प्रमाणही

कमी आहे. परंतु, रुग्ण दगावण्यापेक्षा त्याचा जीव वाचविण्यासाठी ही प्रक्रिया करणे योग्य ठरते, असे उपचार करणाऱ्या डॉक्टरांनी सांगितले. शरीराचा रक्तपुरवठा २० मिनिटे बंद 'फ्रोझन एलिफंट ट्रंक' प्रक्रियेमध्ये रुग्ण महिलेची विस्तार पावत असलेली संपूर्ण महाधमनी बदलण्यात आली. त्याजागी 'स्पेशल ग्राफ्ट' बसविण्यात आला. यामध्ये महिलेची संपूर्ण रक्ताभिसरण संस्था तात्पुरती २० मिनिटे थांबवण्यात आली होती. त्या वेळेत महाधमनी बदलण्याची प्रक्रिया पूर्ण करण्यात आली. या दरम्यान रुग्णाच्या मेंदूला सातत्याने रक्तपुरवठा होत राहावा यासाठी 'अँटीग्रेड सेरेब्रल पर्फ्यूजन' तंत्र वापरण्यात आले. शस्त्रक्रियेनंतर रुग्णाला मेंदूशी निगडित कोणत्याही समस्या उद्भवल्या नाहीत. त्यामुळे पाच ते सहा दिवसांत या रुग्ण महिलेची प्रकृती स्थिर झाली, अशी माहिती उपचार करणाऱ्या डॉक्टरांनी दिली.

४ वर्षाच्या लेकाचा खून करण्याचं धाडस सूचनाने का केलं? पालकांना मुलांचा इतका राग का येऊ शकतो, पाहा लक्षणे व उपाय

मानसोपचारतज्ज्ञ डॉ. शौनक अजिंक्य, यांनी इंडियन एक्सप्रेसच्या लेखात पालकांच्या हिंसक वागणुकीमागील संभाव्य कारणे, भावनिक त्रास सहन करणाऱ्या मुलांमधील लक्षणे व चिन्हे व त्यावरील उपाय याविषयी माहिती दिली आहे.बंगळुरू स्थित आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (-ख) स्टार्टअपच्या सीईओ सूचना सेठ यांच्यावर स्वतःच्या चार वर्षांच्या मुलाची हत्या केल्याचा आरोप आहे. शवविच्छेदन अहवालानुसार, चार वर्षांच्या मुलाच्या तोंडावर उशी किंवा जाड कापड ठेवून मारण्यात आले ज्यात त्याचा श्वास कोंडून गुदमरून मृत्यू झाला असे कारण समोर आले होते. सूचनाने आपण हत्या केल्याचे आरोप फेटाळून लावले असले तरी यापूर्वीच्या एका पोलीस अहवालात तिने पतीसह बिघडलेल्या नात्याविषयी भाष्य केले होते. माध्यमांच्या अहवालानुसार सूचना हिने कुटुंबाला असे सांगितले होते की तिला तिच्या मुलाचा चेहरा पाहिला की नवऱ्यासह बिघडलेल्या नात्याची आठवण येते त्यामुळे तिने हत्या केलेली असू शकते. तर मानसोपचार तज्ज्ञांच्या दृष्टिकोनातून बहुधा तिला तिच्या पतीमुळे मुलाचे नुकसान होईल अशी भीती वाटत होती म्हणून तिने हत्या केलेली असू शकते. असे असल्यास परिणामी हे पालकांद्वारे मुलांच्या हत्येच्या इतर प्रकरणांसारखेच आहे, ज्याला 'फिलिसाइड' म्हणून ओळखले जाते.

मुलांचे मन:स्वास्थ्य- वाढ आणि विकास- भाग २

'अगं, कित्ती गोड हसते गं ही!' किंवा 'भराभर पावले उचायला लागला की हा!' असे लहान बाळांच्या बाबतीत कौतुकोद्गार अनेक वेळा आपण ऐकतो. आपल्या घरात किंवा आजूबाजूला एखादे लहान बाळ असले की बाळाची प्रगती कशी होते आहे, वेळेवर होते आहे की नाही, अशी सगळ्यांना उत्सुकता असते आणि थोडीशी काळजीही वाटते.बाळ आईचे दूध व्यवस्थित पिऊ शकते आहे की नाही इथपासून ते त्याला नीट ऐकू येते आहे की नाही, बाळ पालथे कधी पडू लागले, बसू कधी लागले, चालू कधी लागले, बोलू कधी लागले या सगळ्याकडे घरातल्यांचे बारीक लक्ष असते.बाळ हळूहळू मोठे होत असते. त्याच्या शरीरातील स्नायू, त्याच्या हालचाली, त्याच्या प्रतिक्षिप्त क्रिया विकसित होतात. चोखणे, गिळणे, श्वासोच्छवास करणे, हृदयाची क्रिया या जन्मतःच क्रियान्वित होतात. इंद्रियांचा विकास होऊ लागतो. अगदी एक दिवसाच्या बाळाला आईच्या दुधाचा वास समजतो आणि तीन दिवसातच आईचा आवाज ओळखू येतो! भाषा, बौद्धिक क्षमता, भावना, सामाजिक क्षमता यांचा विकास होताना जवळच्या व्यक्तीचा स्पर्श, जवळ घेणे, बाळाशी बोलणे, गप्पा मारणे अशा सर्व वातावरणातील गोष्टींचा भरपूर परिणाम होतो.चौथ्या महिन्यापर्यंत बाळ सगळ्यांकडे पाहून, एखाद्या गोष्टीला प्रतिसाद म्हणून हसू लागते. वातावरण अपरिचित असेल तर त्याची त्याला जाणीव होते. दहा महिन्याच्या बाळाला आई आपल्याला सोडून कुठेतरी गेली आहे याची जाणीव होते, आईपासून दूर होताना भीती निर्माण होते.(ो़शिरीरींळेप रपुळशीं). याच सुमाराला बाळासोबत लपालपीचा 'कू कू,' म्हणत चेहरा लपवण्यासारखा, तालात टाळ्या वाजवण्याचा असे काही खेळ खेळता येतात. बाळ वर्षाचे होताना त्याच्या मनातली उत्सुकता, नाविन्याची ओढ वाढीला लागते. ते नवीन नवीन गोष्टी करून पाहायला लागते.दीड वर्षाचे बाळ हात धरून जिना चढते, न पडता स्वतंत्रपणे चालायला लागते. ठोकळ्यांचा मनोरा बनवायला शिकते आणि कागदावर स्वतःच रेघोट्या ओढू लागते. दोन वर्षाचे बाळ एकटे धावते, मोठ्ठा बॉल लाथेने उडवते, एकटेच जिना चढते आणि उतरते. हातापायांच्या बोटांच्या हालचालीत सफाई येते. त्यामुळेच उभ्या आडव्या रेषा काढू शकते.दीड वर्षापासूनच बाळ सांडत सांडत का होईना स्वतःचे स्वतः खायला शिकते. आपण दाखवू तशी नक्कल करते. 'सोनू गाते कशी?' असे म्हटल्यावर गाण्याची क्शन करून दाखवते. दोन वर्षाचे 'सोनू' स्वतःचे नाव सांगू शकते, ती आईला 'नाही' म्हणायला लागते! इतर मुलांशेजारी बसून आपलेआपले खेळते (पण अजून इतर मुलांबरोबर खेळत नाही) आणि आईपासून दूर होण्याची भीती हळूहळू नाहीशी होते.भाषेमध्येही वेगाने प्रगती होते. अगदी लहानपणी भूक लागली की, काही दुखले की, झोप आली की प्रत्येक वेळचे रडणे वेगवेगळे असते. सात आठ महिन्याचे मूळ विविध आवाज करत संवाद साधू लागते. हाक मारली की आवाजाने प्रतिसाद देते. आपली आपली निरर्थक बडबड करायला लागते आणि घरात सगळ्यांना अतिशय आनंद होतो! बाळाने पहिला शब्द काय उच्चारला हे ठरवण्याची जणू स्पर्धाच लागते.त्याचे बोबडे बोल ऐकून हसू फुटते आणि कौतुक वाटत राहते. बाळाशी जितक्या गप्पा माराव्या, नवीन नवीन गोष्टी सांगाव्यात, गाणी म्हणावीत तितकी त्याची भाषा उत्तम प्रकारे विकसित होते. पहिला शब्द साधारणतः ११ महिन्याचे झाले की बाळ उच्चारते आणि दीड वर्षापर्यंत वीस शब्द तरी बाळाला बोलता येतात. आपल्या बाहुलीशी, खेळण्यांशी निरर्थक पण भरपूर गप्पा मारणारे बाळ साधारण दीड वर्षांचे असते. दोन वर्षांपर्यंत मुलाला दोन शब्दांचे वाक्य तयार करता येते. आपल्या गरजा दोन शब्दांत व्यक्त करता येतात. स्वतःचे नाव उच्चारता येते आणि सर्वनामांशी ओळख होते.

संभाजी महाविद्यालयात बॉडी मास्क इंडेक्स शिबीराचे आयोजन

मुरुड/महेंद्र आल्टे: येथील संभाजी महाविद्यालयात दि.१३/०१/२०२४ रोजी बॉडी मास्क इंडेक्स शिबिराचे आयोजन अंतर्गत गुणवत्ता हमी कक्षांतर्गत सावित्रीबाई फुले युवती मंचच्या वतीने करण्यात आले होते. आजच्या दैनंदिन जीवनात आरोग्य हा सर्वात महत्त्वाचा विषय झालेला आहे. चांगले आरोग्य रहावे यासाठी प्रत्येक व्यक्ती प्रयत्न करताना दिसून येते. याचाच एक भाग म्हणून या शिबिराच्या माध्यमातून महाविद्यालयातील सर्व प्राध्यापक व शिक्षकेत्तर कर्मचारी यांची आरोग्य तपासणी संगणकीकृत मशीनद्वारे करण्यात आली व निरोगी

आरोग्य संपन्नतेसाठी योग्य सल्ला देण्यात आला. महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य प्रा.डॉ.पी.बी.देशमुख यांच्या मार्गदर्शनाखाली सदर शिबिर संपन्न झाले. सदरील शिबीर यशस्वी करण्यासाठी सावित्रीबाई फुले युवती मंचच्या प्रमुख तसेच इंग्रजी विभाग प्रमुख प्रा.सौ.मीना कदम, अंतर्गत गुणवत्ता हमी कक्षाचे समन्वयक प्रा.एम.बी. गायकवाड, प्रा डॉ. बी.एम. गोरे तसेच प्रा.ऐश्वर्या दीक्षित, प्रा. रूपाली धाबेकर, प्रा. ऐश्वर्या गरड, प्रा.कोमल सवासे आदींनी परिश्रम घेतले.

लॉर्ड श्री कृष्ण इंग्लिश स्कूल (हरंगुळ बीके) येथे राष्ट्रीय युवा दिन साजरा

लातूर (प्रतिनिधी) 'राष्ट्रीय युवा दिन' हा भारतातील महान आध्यात्मिक आणि सामाजिक नेत्यांपैकी एक, स्वामी विवेकानंद यांच्या जन्मदिनाच्या सन्मानार्थ १२ जाने. रोजी साजरा केला जातो. हा दिवस तरुण मनांना प्रेरणा देण्यासाठी, शिक्षणाला प्रोत्साहन देण्यासाठी आणि समुदाय सेवेला प्रोत्साहन देण्यासाठी समर्पित आहे. 'ईंधन संरक्षण की दिशा में छोटे छोटे कदम बड़ा परिवर्तन ला सकते हैं' या विषयावरती केदार खमितकर यांनी मार्गदर्शन केले. कार्यक्रमात मुख्याध्यापिका रुपाली कुलकर्णी ह्या प्रमुख उपस्थिती होत्या. इंधन संवर्धनावर प्रश्नमंजुषा आयोजित केली आणि विद्यार्थी - विद्यार्थीनीना मान्यवरांच्या हस्ते पारितोषिक देऊन सन्मानित करण्यात आले. पेट्रोलियम

उत्पादनांची बचत आणि स्वच्छ इंधनाच्या वापराला प्रोत्साहन देण्याच्या उद्देशाने पेट्रोलियम आणि नैसर्गिक गैस मंत्रालय द्वारे सक्षम - २०२४ (संवर्धन कार्यक्षमता महोत्सव) राष्ट्रीय पातळीवर आयोजित करण्यात येत आहे. इंधन वाचवा, पर्यावरण वाचवा अशी प्रतिज्ञा घेऊन युवा कार्यक्रमाची सांगता झाली.

२० महिन्या पासून बेपत्ता असलेल्या आणखीन एक मुलींला शोधण्यात यश

लातूर :- २० महिन्या पासून बेपत्ता असलेल्या आणखीन एक मुलींला शोधण्यात यश. -क्ढण ची कारवाई. याबाबत थोडक्यात हकीकत अशी की, सन २०२२ मध्ये पोलीस ठाणे मुरुड येथे अल्पवयीन मुलींचा अपहरण झाल्याच्या तक्रारीवरून भादवि कलम ३६३ प्रमाणे अपहरणाचा गुन्हा दाखल करण्यात आले होता. गुन्हा दाखल झाल्यापासून संबंधित पोलीस स्टेशनचे पोलीस नमूद मुलींचा शोध घेत होते परंतु ती मिळून येत नव्हती.

पोलीस अधीक्षक श्री. सोमय मुंडे यांनी बऱ्याच कालावधीपासून तपासावर असलेले, आतापर्यंत मिळून न आलेल्या मुला-मुलींचा शोध घेण्यासाठी पोलीस अधीक्षक कार्यालयातील अनैतिक मानवी वाहतूक प्रतिबंधक पथकाला (-क्ढण) आदेशित करून सूचना व मार्गदर्शन करण्यात आले होते.

त्या अनुषंगाने पोलीस अधीक्षक श्री. सोमय मुंडे, अपर पोलीस अधीक्षक डॉ.अजय देवरे, उपविभागीय पोलीस

अधिकारी सुनील गोसावी यांचे मार्गदर्शनात अनैतिक मानवी वाहतूक प्रतिबंध कक्षाचे पोलीस निरीक्षक करण सोनकवडे ,महिला पोलीस उपनिरीक्षक शामल देशमुख व पोलीस उपनिरीक्षक सुभाष सूर्यवंशी हे त्यांच्या पथकामार्फत वरील गुन्ह्याचा समांतर तपास करीत होते.

सदर गुन्ह्याचा तपास करीत असताना अपहरण झालेल्या मुलीचा महाराष्ट्रातील विविध जिल्ह्यात जाऊन शोध घेतला तसेच सायबर सेलच्या मदतीने मिळालेल्या माहितीचे विश्लेषण करून मिळालेल्या माहितीवरून विविध ठिकाणी सदर मुलींचा शोध घेऊन ती मुरुड आरणी येथे त्यांच्यासोबत असलेल्या इसमासह मिळून आल्याने त्यांना पोलिस ठाणे मुरुड, येथे हजर करण्यात आले आहे. पुढील तपास संबंधित पोलीस ठाण्याचे पोलीस करीत आहेत.

सदरची कारवाई पोलीस अधीक्षक श्री. सोमय मुंडे, अपर पोलीस अधीक्षक डॉ. अजय देवरे यांचे मार्गदर्शनात अनैतिक मानवी वाहतूक प्रतिबंधक कक्षाचे पोलीस निरीक्षक करण सोनकवडे, महिला पोलीस उपनिरीक्षक शामल देशमुख, पोलीस उपनिरीक्षक सुभाष सूर्यवंशी, पोलीस अमलदार प्रवीण जाधव, योगी, मापोना गिरी,चालक बुढे तसेच सायबर सेल यांनी विशेष परिश्रम घेतले आहे.

सुभेदार अशोक (आप्पा) विचारे यांना मातृशोक

रायगड :- शिवसेना रायगड जिल्ह्याचे माजी जिल्हाप्रमुख, जेष्ठ नेते फळसप गावचे सुपुत्र आयु. अशोक आप्पा विचारे यांच्या मातोश्री दि. हिराबाई वसंत विचारे यांचे वयाच्या ९० वर्षी वृद्धपकाळाने फळसप मुक्कामी त्यांच्या सुभेदरवाड्यात निधन झाले, या माऊलीने मुलांना चांगले शिक्षण देऊन देशसेवा करण्यासाठी सैन्यात दाखल केले, माऊलीच्या आशीर्वादाने अशोक आप्पा विचारे सामाजिक राजकीय क्षेत्रात आपली ओळख निर्माण केली आहे, समाजभूषण पुरस्कार अन्य पुरस्कार मिळाल्याचे समाधान माऊलीली मिळाले आहे,

फळसप गावात सामाजिक सलोखा रहावा या साठी अशोक आप्पा झटत असतात. मातोश्री हिराबाई यांच्या अंत्ययात्रेत फसळप गावचे आधारस्तंभ भास्कर दाजी विचारे, सरपंच सुधीर साळवी, उपसरपंच श्रीकांत विचारे अनेक नेते कार्यकर्ते उपस्थितीत होते, त्यांची शोकसभा आणि कार्य शुक्रवार दि. १९ जाने २०२४ रोजी सकाळी १० वा. सुभेदार वाडा फळसप त्यांच्या निवासस्थानी आयोजित करण्यात आला आहे अशी माहिती रिपब्लिकन सेना जिल्हा अध्यक्ष भगवान साळवी व सिध्दार्थ साळवी यांनी दिली.

माखजन इंग्लिश स्कूलच्या माजी विद्यार्थ्यांचा गेट टुगेदर पुणे येथे संपन्न

पुणे : रत्नागिरीतील संगमेश्वर तालुक्यातील माखजन इंग्लिश स्कूल, माखजन (सरंद) शाळेतील १०वी अ आणि ब वर्गातील माजी विद्यार्थ्यांचा गेट टुगेदर नुकताच पुणे येथे संपन्न झाला. यानिमित्ताने पुन्हा एकदा जुन्या आठवणींना उजाळा देत सध्या कोण काय करतोय यावर शालेय सवंगड्यांनी गप्पाटप्पा मारल्या.

माखजन इंग्लिश स्कूलने आजवर त्यांच्या विद्यार्थ्यांना उत्तम ज्ञान देऊन व सर्वगुणसंपन्न शिक्षण व संस्कार दिल्याने आज या शाळेतील विद्यार्थी मोठमोठ्या पदावर काम करत आहेत. काहीजण कामानिमित्त पुण्या-मुंबई सारख्या ठिकाणी शहरात जाऊन अर्थार्जन करत आहेत. तर काहीजण गावाकडेच राहून उदरनिर्वाह करत आहेत. अशा वेगवेगळ्या ठिकाणी विखुरलेल्या बालपणाच्या सवंगड्यांना एकत्र आणून पुन्हा एकदा बालपणीच्या आठवणी ताज्या करण्यासाठी उदय सावंत , विनायक विचारे,अमित पाटणकर आणि काही ठराविक मित्रांनी पुढाकार घेतला आणि तो प्रत्यक्षात आणत १९९४-१९९५ सालातील १० वी बॅचच्या विद्यार्थ्यांचा गेट टूगेदर पुणे येथे घडवून आणला. हा गेटटुगेदर दि. ६ व ७ जानेवारी रोजी एकांत फार्म हाऊस, पुणे येथे संपन्न झाला.

सदर १९९४-१९९५ सालातील १० वी बॅचच्या विद्यार्थ्यांनी मिळून एक सामाजिक ग्रुप तयार केला आहे. या ग्रुप मार्फत सामाजिक उपक्रम राबविले जातात. दरवर्षी इयता १० वीच्या हुशार व गरजू विद्यार्थ्यांना आर्थिक मदत केली जाते. तसेच या ग्रुपमध्ये काही

आपत्कालीन समस्या निर्माण झाली तर त्यासाठी फंडाची व्यवस्था करण्यात आली आहे.

या गेट टूगेदर कार्यक्रमास रिध टिळक, स्वाती दिंडे, सुरेखा साळवी, वैशाली भायजे, ज्योती गुरव, ईरफाना पटेल, उदय सावंत, किशोर सावंत, संदिप कारकर (वापी), सुनिल धुलप, विलास लाड, हेमा चव्हाण, विजय जड्यार, दिनेश मोरे, सुनिल कदम, दिपक पवार, स्मिता कांबळे, दिपक कातकर, सुनिल कातकर, सुनिल किंजळकर, सुभाष किंजळकर, विनायक विचारे, रुपेश सुर्वे, राहुल नेहेते, संजय गुरव -(बेळगाव), मनिषा पेडणेकर, अमित पाटणकर, मिनल पाटणकर, शैलेश धामणस्कर, सचिन बाष्टे, निलेश लाड, रविंद्र जाधव, दीपक शिगवण, प्रमोद पाटील, अतुल डिंगणकर, तब्बसूम मोडक इ. माजी विद्यार्थी उपस्थित होते.

माजी आ.शिवाजीराव पाटील कव्हेकरांकडून कदम पाटील बोरीकर परिवाराचे सांत्वन

लातूर दि.१३/०१/२०२४ लातूर तालुक्यातील बोरी येथील रहिवासी वामनराव कदम पाटील बोरीकर (वय ८५ वर्ष) यांचे नुकतेच हृदयविकाराच्या धक्क्याने निधन झाले. त्यांच्या पश्चात पत्नी, मुले,सुना-नातवंडे असा परिवार आहे. या घटनेची माहिती मिळताच भाजपा नेते तथा किसान मोर्चा गोवा राज्याचे प्रभारी माजी आ.शिवाजीराव पाटील कव्हेकर यांनी त्यांच्या बोरी येथील निवासस्थानी भेट देऊन कदम पाटील बोरीकर परिवाराचे सांत्वन केले.यावेळी कदम पाटील परिवारातील त्यांच्या पत्नी चंपाबाई वामनराव पाटील, मुलगा बाबासाहेब कदम पाटील, काकासाहेब कदम, मुलगी मंगलबाई गंगाधरराव पाटील तळेगावकर, बोरी येथील सरपंच शंकरराव पाटील, नानासाहेब पाटील, शरद पाटील, दत्तात्रय पाटील, यांच्यासह कदम पाटील परिवारातील सदस्य उपस्थित होते.यावेळी माजी आ.शिवाजीराव पाटील कव्हेकर यांच्या समवेत भाजपाचे जिल्हा उपाध्यक्ष सूर्यकांतराव शेळके, जननायक संघटनेचे लातूर तालुका उपाध्यक्ष राजपाल पाटील आदी उपस्थित होते.

ऐन संक्रात्री दिवशी औशात शेतकरी व निराधारांच्या प्रश्नावर रविकांत तुपकरांची तोफ धडाडणार राजेंद्र मोरे व राजीव कसबे यांची संयुक्त माहिती

औसा :राज्यात शेतकरी शेतमजूर आणि निराधार प्रचंड अडचणीत असल्याने सरकारला जाग यावी आणि राज्यकर्त्यांना सुबुद्धी सुचावी व बळीराजासाठी अच्छे दिन यावेत म्हणून नूतन वर्षाच्या पहिल्या दिवशी उजनी येथून श्री गणेशनाथाचे दर्शन घेऊन आज लातूर येथील सिद्धेश्वराच्या चरणी पायीदिंडी काढून लातूर औसा निलंगा तालुक्यातील १०० गावातून १५० किमी प्रवास करीत सांगता करण्यात आली.गावगाड्यातील सामान्य शेतकरी शेतमजूर आणि निराधारांचे प्रश्न ऐरणीवर आणण्यासाठी ऐन संक्रात दिनी औशात शेतकर्यांचा संघर्ष योद्धा रविकांत तुपकर यांची तोफ धडाडणार असल्याची माहिती महाआक्रोश मोर्चाचे आयोजक राजेंद्र मोरे आणि राजीव कसबे यांनी दिली.देशात शेतकरी विरोधी धोरणे घेऊन शेतकरी शेतमजूराला उध्वस्त केले जात आहे. कांदा निर्यात बंदी आहे, सोयाबीनचा भाव साडे चार हजार रुपयेच्या आत आलेला आहे,पीकविमा कंपनी कडून आमची अक्षरशः थट्टा उडवली जात आहे, अद्याप अनेक शेतकर्यांना ५० हजार प्रोत्साहन अनुदान दिले गेले नाही, दुष्काळ जाहीर केला गेला नाही, गावगाड्यात राहणारी सामान्य माणसं पूर्ण पणे होरपाळून निघाली आहेत. सरकारला याच्याशी काहीही देणं घेणं राहिलेले नाही. दिवसा ढवळ्या लोकशाहीची हत्या केली जात आहे. लोक बोलायला तयार नाहीत, प्रचंड दहशत माजली आहे, विरोधी पक्ष बिळात लपून बसलाय अशा वेळी आता सामान्य

चळवळीतील कार्यकर्त्यांनी पुढे यायची गरज निर्माण झालेली आहे अन्यथा देशात यापुढे चळवळी उभ्या राहणार नाहीत किंबहुना देश अराजकतेच्या खायीत जाईल यात कसलीही शंका नाही २०२४ चा पहिला संपूर्ण पंधरवाडा लोकजागर, लोकप्रबोधन करीत लोकांशी संवाद करताना लोकांची कितीतरी प्रश्न प्रत्यक्ष समजली यात प्रामुख्याने निराधार बांधवाचे हलाखीचे जीवन, महिलांच्या अनेक अडचणी, शेतमजूर कंगाल झालेला आहे युवक प्रचंड उदासीन असून राज्यकर्त्यांच्या नाकरतेपणामुळे त्याचे भविष्य सुद्धा दिशाहीन झालेले आहे.शेतकर्याची मुलं केवळ नोकरीं नसल्यामुळे त्यांना लग्नासाठी मुली मिळत नाहीत त्याचे कारण फक्त त्याच्या शेतीतील उत्पादीत मालाला भाव नसणे हेच आहे म्हणून सरकारचे धोरणच शेतकर्याचे मरण ठरत आहे स्वर्गीय यशवंतराव चव्हाण साहेबांच्या लोक कल्याणकारी राज्याच्या संकल्पनेचा पुरस्कार करणारा महाराष्ट्र आजच्या राज्यकर्त्यांनी कुठे नेऊन ठेवलाय अशी टीका सुद्धा पायीदिंडी करीत असताना लोकांनी केलेली आहेसामान्य माणसासाठी भविष्यात अधिक तीव्रतेने लढणार असून औसा येथे १५ जानेवारी रोजी केंद्र आणि राज्य सरकारला महाआक्रोश मोर्चाच्या माध्यमातून गावगाड्यातील माणूस आता जागा झालेला आहे याची प्रचिती हजारोंच्या संख्येने लोक रस्त्यावर येऊन शेतकरी शेतमजूर आणि निराधार आपला आक्रोश आणि असंतोष प्रकट करतील

PRINTED BY MAHESH MOTIRAM RATHOD, OWNED, PUBLISHED & EDITED BY ASHOK NAMDEVRAO HANWATE, PRINTED AT MAYUR PRINTERS, PLOT No. B-28, MIDC, NEAR BUS STAND 03, LATUR, Tq. & DIST. LATUR - 413512 (M.S.) PULISHED AT : KHADAK HANUMAN, MILIND NAGAR, LATUR TQ. & DIST. LATUR - 413512 (M.S.) EDITOR : ASHOK NAMDEVRAO HANWATE