

**Bharat Chandak**  
**SATYA ELECTRICALS**  
 POLYCOR, E-RACKS, Legrand, MAVELLS, L&F SWITCHES, INDOSHIVA  
 Finolex, OKCOLOR, USHA, PHILIPS, GreatWhite, SIEMENS  
 Tapadia Market, Chain Sukh Road, Latur-413512  
 Ph : (O) 243678, 244458, 250776, (R) 242018  
 Email:satyaelectricals@rediffmail.com

लातूर वर्ष ३ रे अंक २६९ वा मंगळवार दि.०२ एप्रिल २०२४ पृष्ठे ४

स्वागत मूल्य २ रु.

## खा. सुधाकर शृंगारे आ. रमेशआप्पा कराड यांच्या मुरुड शहरात गाठीभेटी; सर्वत्र उत्सफूर्त प्रतिसाद

लातूर दि.०१- लातूर लोकसभा निवडणुकीतील भाजपा महायुतीचे उमेदवार खा. सुधाकर शृंगारे आणि भाजपा नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांनी मुरुड शहरात शनिवारी सायंकाळी विविध ठिकाणी बैठका घेऊन संवाद साधला, गाठीभेटी घेतल्या यावेळी ठिकठिकाणी अनेकांचा मोठा उत्सफूर्त प्रतिसाद मिळाला. लातूर तालुक्यात सर्वात मोठ्या असलेल्या मुरुड शहरातील छ. शिवाजी चौक येथील सरस्वती हॉल, रमाईनगर नालंदा बौद्ध विहार, भीमनगर, चव्हाणवाडी, पारुनगर यासह विविध ठिकाणी समाजातील सर्व क्षेत्रातील मान्यवरांसमवेत भाजपा महायुतीचे उमेदवार खा. सुधाकर शृंगारे आणि भाजपा नेते आ. रमेशआप्पा कराड यांनी संवाद साधला यावेळी त्यांच्या समवेत भाजपा किसान मोर्चाचे प्रदेश उपाध्यक्ष विक्रमकाका शिंदे, जिल्हा उपाध्यक्ष हनुमंतबापू नागटिळक, तालुकाध्यक्ष बन्सी भिसे, सांगायो समितीचे अध्यक्ष वैभव सापसोड, मुरुडच्या सरपंच अमृताताई नाडे, अनंत कणसे, लताताई भोसले, सुधाकर गवळी, महेश कणसे, प्रताप पाटील, अंगद सूर्यवंशी, भैरव पिसाळ, कर्णदादा पुदाले यांच्यासह भाजपाचे अनेक पदाधिकारी, लोकप्रतिनिधी होते. विविध ठिकाणी झालेल्या बैठकीस समाजातील सर्व क्षेत्रातील मान्यवर मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. उपस्थितांनी विचारलेल्या प्रश्नांना आ. कराड आणि खा. शृंगारे यांनी समाधानकारक उत्तरे दिली. यावेळी बोलताना आ. रमेशआप्पा कराड म्हणाले

की, स्वातंत्र्यानंतर गेल्या दहा वर्षात संपूर्ण देशात विकासात्मक मोठा बदल झालेला आपण सर्वजण पाहत आहोत, यशस्वी पंतप्रधान नरेंद्रजी मोदी साहेब यांनी श्रीराम मंदिरासह अनेक ऐतिहासिक निर्णय घेतले गोरगरीब सर्वसामान्यांना केंद्रबिंदू मानून अनेक योजना सुरु केल्या त्याचा लाभ मोठ्या प्रमाणात गरजू लाभाध्यांना मिळाला. गेल्या दहा वर्षात मोदीजींवर भ्रष्टाचाराचा एकही आरोप होऊ शकला नाही विरोधकाकडे सक्षम नेतृत्व नाही तेव्हा केलेल्या विकासा कामाच्या आधारावर आणि देशाच्या हितासाठी पुन्हा मोदीजींना पंतप्रधान करण्यासाठी आशीर्वाद द्यावेत. केंद्र आणि राज्य शासनाच्या माध्यमातून मुरुड शहराच्या सर्वांगीण विकासासाठी पाणीपुरवठा योजना, उपजिल्हा रुग्णालय यासह अंतर्गत रस्ते नाल्या व इतर विकास कामासाठी कोट्यावधी रुपयाचा निधी उपलब्ध करून दिला असल्याची माहिती देऊन ठिकठिकाणी बोलताना आ. रमेशआप्पा कराड म्हणाले की, काहीजणांनी खोडा घातला नसता तर मुरुड नगरपालिका झाली असती आणि मोठ्या प्रमाणात निधी विकास कामांना मिळाला असता. खा. सुधाकर शृंगारे यांनी जिल्ह्यातील अनेक विकास कामांना गती दिली दातूत्व असलेला साधा भोळा माणूस असून शृंगारे यांना मत म्हणजे मोदीजींना मत आहे याची जाणीव ठेवून प्रचंड मताधिक्याने खा. शृंगारे यांना विजयी करावे असे आवाहन केले. केंद्र शासनाने घेतलेल्या विविध निर्णयाची सविस्तर माहिती



देऊन खा. सुधाकर शृंगारे म्हणाले की, भाजपा जातीवादी नाही मोदीजींनी सुरु केलेल्या विविध योजनांचा थेट लाभ जात धर्म पंथ न पाहता सर्वांना मिळत आहे. काँग्रेसवाले दिशाभूल करून संपन्न निर्माण करण्याचा प्रयत्न करीत आहेत. विरोधकांच्या अपप्रचाराला बळी न पडता देश हित डोळ्यासमोर ठेवून गोरगरिबांचे दैवत नरेंद्रजी मोदी यांना साथ द्यावी, आशीर्वाद द्यावेत असे आवाहन केले. ठिकठिकाणी च्या बैठकीत भाजपाचे जिल्हा उपाध्यक्ष तथा उपसरपंच हनुमंतबापू नागटिळक यांनी आ. रमेशआप्पा

कराड यांच्या माध्यमातून झालेल्या सुरु असलेल्या आणि येणाऱ्या काळात होणाऱ्या विविध विकास कामाची माहिती दिली. विविध ठिकाणी झालेल्या बैठकीस डॉ. बी. बाहेती, माजी सैनिक विष्णू टेकाळे, डॉ. हनुमंतदास चांडक, नागराज बचाटे, राजकुमार नाडे, डॉ. हनुमंतदास मुंदडा, डॉ. खरबडे, काशिनाथ दगे, वैजनाथ हराळे, ललित कुमट, बबलू सुराणा, दिलीप हंबीरे, संजय माळी, श्रुती सवई, सपना सय्यद, अंजली शिंदे, पल्लवी घोडके, योगेश पुदाले, पुरुषोत्तम सोनवणे, अंकुश कुंभार, प्रवीण पाटील, रवी नाडे, बाबा नाडे, महेश सुरवसे, भैरव नाडे, रवी माकोडे, लहू सव्वाशे, अंकित नाडे, अक्षय भोसले, खंडू कुंभार, शिवा शिंदे, अजित कुंभार, अरुण इंगळे, प्रशांत सागवे, प्रमोद देशमाने, बाळासाहेब कदम, दत्ता पोटेभरे, पांडुरंग वाघमारे, सत्यम मस्के, पंकज टिळक, पंकज गायकवाड, सुमन आल्टे, राहुल लांडगे, महानंदा घोडके, रमेश सुरवसे, बाबा साळुंखे, गणेश चव्हाण, ज्ञानेश्वर नाडे, सुरज सूर्यवंशी, खंडू हजारे, कमलाकर कांबळे, अविनाश सवई, अनिल दोबळे, मेघराज अंधारे, संजय भालेराव, किशोर सूर्यवंशी, श्याम चव्हाण, लक्ष्मण चव्हाण, धनंजय मस्के यांच्यासह त्या त्या भागातील डॉक्टर, व्यापारी, उद्योजक, शिक्षक, प्राध्यापक व इतर विविध क्षेत्रातील मान्यवर नागरिक, महिला, पुरुष, तरुण मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

## देशात हॅन्डीकॅप लोकांसाठी कुस्तीचे वातावरण निर्माण करावे दूरदर्शनवरील सुरभी मालिकेचे सादरकर्ते सिध्दार्थ काक यांचे प्रतिपादन 'राज्यस्तरीय महाराष्ट्र कुस्ती महा-वीर स्पर्धेचे उद्घाटन

लातूर, दि.१ : कुस्ती खेळ परंपरेचा असून लोकांना जोडणारा आहे. प्रेम आणि सन्नेहाचा खेळ असल्याने जीवनाला भावी दिशा देणारा आहे. डॉ. कराड यांनी कुस्तीला जीवनदान दिले. सध्या या देशात हॅन्डीकॅप लोकांसाठी कुस्तीचे वातावरण निर्माण करावे. असे प्रतिपादन प्रसिद्ध अभिनेता व दूरदर्शनवरील सुरभी या प्रसिद्ध मालिकेचे सादरकर्ते सिध्दार्थ काक यांनी व्यक्त केले. विश्वशांती केंद्र (आळंदी), माईस एमआयटी, पुणे, भारत व महाराष्ट्र राज्य कुस्तीगीर परिषद, पुणे यांच्या संयुक्त विद्यमाने रामेश्वर (रुई), ता. जि. लातूर येथे संतश्रेष्ठ श्री एकनाथ महाराज षष्ठीचे औचित्य साधून आयोजित करण्यात आलेल्या राष्ट्रधर्म पूजक दादासाव कराड स्मृती-राज्यस्तरीय महाराष्ट्र कुस्ती महावीर स्पर्धा २०२४' च्या उद्घाटन प्रसंगी प्रमुख पाहुणे म्हणून ते बोलत होते. अध्यक्षस्थानी विश्वशांती केंद्र (आळंदी), माईस एमआयटी, पुणेचे संस्थापक अध्यक्ष प्रा. डॉ. विश्वनाथ दा. कराड हे होते. हिंदू केसरी पै. दिनानाथ सिंग, महाराष्ट्र केसरी पै. आप्पासाहेब कदम, त्रिभुवती केसरी कुस्ती सम्राट पै. अरुलम काझी हे विशेष सन्माननीय पाहुणे म्हणून उपस्थित होते. यावेळी आ. रमेशआप्पा कराड हे सन्माननीय पाहुणे म्हणून उपस्थित होते.



तसेच, रामेश्वरचे माजी सरपंच श्री. तुळशीराम दा. कराड, श्री. काशीराम दा. कराड, एमआयटी एडीटी विद्यापीठाचे कार्याध्यक्ष प्रा. डॉ. मंगेश तु. कराड, डॉ. हनुमंत कराड, महाराष्ट्र कुस्तीगीर परिषदेचे प्रा. विलास कथुरे, क्रीडा संचालक प्रा. डॉ. पी.जी. धनवे आणि श्री. राजेश कराड उपस्थित होते. सिध्दार्थ काक म्हणाले, कुस्ती असा खेळ आहे जो तंदुरुस्ती बरोबरच पैसा मिळवून देतो. तसेच यात कौशल्य आहे. गुंगा पहलवान या चित्रपटाला २०१५ मध्ये राष्ट्रीय स्तरावरील पुरस्कार मिळाला. डॉ. कराड यांच्या मार्गदर्शनाखाली ग्रामीण क्षेत्रातही अंगांसाठी कुस्तीचा प्रचार व प्रसार करून कुस्ती या खेळाची माहिती घरोघरी पोहोचवावी. त्यानंतर या देशात

मोठ्या प्रमाणात पैलवानांची परंपरा सुरु होईल. डॉ. कराड म्हणाले, महाराष्ट्रातल्या प्रत्येकाने छत्रपती शिवाजी महाराज, संत ज्ञानेश्वर महाराज व संत तुकाराम महाराज यांचा विसर कधीही पडू देऊ नये. सध्याचा काळ हा हिंदवी स्वराज्याची आठवण करून देणारा आहे. ही स्पर्धा गेल्या १६ वर्षांपासून सुरु आहे. तसेच येथे सर्वधर्मांचे मंदिर असल्याने हे गाव संपूर्ण जगभर मानवता तीर्थ म्हणून ओळखले जात आहे. दिनानाथ सिंग म्हणाले, शिक्षण आणि कुस्ती खेळाला आश्रय देणारे डॉ. विश्वनाथ कराड हे पुनम का चांद आहेत ते सदैव खेळाडूंना जगविण्याचा प्रयत्न करीत आहेत. राजर्षी शाहू महाराजां नंतर कुस्ती या खेळाला जगविण्याचे

कार्य डॉ. विश्वनाथ कराड करीत आहेत. ते आधुनिक काळातील शाहू महाराज आहेत. या मातीवर प्रेम करणारे आहेत. त्यासाठीच लाल मातीतील कुस्ती जगविण्यासाठी ते सतत प्रयत्न करीत आहेत. असलम काझी म्हणाले, डॉ. विश्वनाथ दा. कराड यांनी शिक्षण आणि कुस्तीचा संपूर्ण भारत भर प्रचार आणि प्रसार केला आहे. आज ही लाल मातीतील कुस्ती पैलवानांना प्रोत्साहन देऊन त्यांच्यासाठी कार्य करीत आहेत. विलास कथुरे यांनी प्रस्ताविकेत कुस्ती संदर्भातील संपूर्ण माहिती दिली. तसेच या वेळी संपूर्ण महाराष्ट्रातून पैलवान आले आहेत. यात एकूण २०० पैलवान लाल मातीत उतरणार आहेत. उद्घाटनाची कुस्ती लातूरचा रविराज लिपणकर आणि सोलापूरचा अभिजित यांच्यात झाली. या मध्ये सोलापूरचा अभिजित विजयी झाला. तसेच साताराचा लक्ष्मण सुळ आणि सोलापूरचा आशितोष गायकवाड यांमधील स्पर्धेत आशितोष गायकवाड विजयी झाले. प्रा. गोविंद जाधव यांनी सूत्रसंचालन केले. डॉ. पी.जी. धनवे यांनी आभार मानले.

जानकरांमुळे कट्टर कार्यकर्त्याबद्दल अजित पवारांचा कटू निर्णय; पण आता जाहीर सभेतून मोठं आश्वासन परभणी लोकसभा मतदारसंघातून आज रासपचे राष्ट्रीय अध्यक्ष महादेव जानकर यांनी महायुतीकडून आपला उमेदवारी अर्ज दाखल केला. महायुतीच्या जागावाटपात हा मतदारसंघ उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांच्या नेतृत्वाखालील राष्ट्रवादी काँग्रेसला सोडला जाईल आणि राजेश विटेकर यांना उमेदवारी मिळेल, अशी चर्चा अनेक महिन्यांपासून रंगत होती. मात्र ऐनवेळी महादेव जानकर यांचा महायुतीत समावेश करण्यात आला आणि त्यांना परभणीतून उमेदवारी जाहीर करण्यात आली. त्यामुळे राजेश विटेकर यांच्यावर अन्याय झाल्याची भावना त्यांच्या समर्थकांमध्ये निर्माण झाली आहे. या पार्श्वभूमीवर आज महादेव जानकर यांच्यासाठी घेण्यात आलेल्या महायुतीच्या सभेत अजित पवार यांनी विटेकर यांचे राजकीय पुनर्वसन करण्याचा शब्द दिला आहे. राजेश विटेकर यांना आश्वासन करताना अजित पवार म्हणाले की, मी राजेश विटेकर यांना लोकसभा निवडणुकीची तयारी करायला सांगितली होती. त्यानुसार मागील सहा महिन्यांपासून ते मतदारसंघात फिरत होते. मात्र आता महायुतीत ही जागा आपल्याला महादेव जानकर यांना सोडावी लागत आहे. असं असलं तरी मी परभणीकरांना शब्द देतो की, पुढील सहा महिन्यांत मी राजेश विटेकरांना विधिमंडळाचा सदस्य केल्याशिवाय राहणार नाही, असं आश्वासन अजित पवार यांनी दिलं आहे. दरम्यान, महायुतीच्या उमेदवाराला परभणी लोकसभा मतदारसंघात चांगला पाठिंबा मिळत असून महादेव जानकर हे विजयी होतील, असा विश्वास राजेश विटेकर यांनी व्यक्त केला आहे. राजेश विटेकर यांची राजकीय कारकीर्द गेल्या अनेक वर्षांपासून राष्ट्रवादीत असलेल्या राजेश विटेकर यांनी परभणी जिल्हा परिषदेचे अध्यक्ष म्हणून काम पाहिलं आहे.

## लोकांचा उत्साह हीच काँग्रेसच्या विजयाची नांदी आमदार धिरज देशमुख यांचा विश्वास; रेणापूर तालुक्यातील संवाद बैठकांना विविध गावांमधील कार्यकर्ते उत्सफूर्तपणे सहभागी-

लातूर : लातूरचे भूमिपुत्र असलेले डॉ. शिवाजी काळगे यांना काँग्रेस पक्षाने लातूर लोकसभेसाठी उमेदवारी दिली, त्या क्षणापासून लातूर जिल्ह्यातील नागरिकांमध्ये दिसून येणारा उत्साह, स्वागत, कौतुक हीच काँग्रेसच्या विजयाची नांदी आहे. आता लातूरचे खासदार हे काँग्रेसचेच असतील, असा विश्वास 'लातूर ग्रामीण'चे आमदार, महाराष्ट्र प्रदेश काँग्रेस कमिटीचे सरचिटणीस श्री. धिरज विलासराव देशमुख यांनी सोमवारी (ता. १) व्यक्त केला. लातूरग्रामीण विधानसभा मतदारसंघातील रेणापूर तालुक्यातील पळशी, कामखेडा, डिघोळ देशमुख, दर्जा बोरागाव येथे पंचायत समिती सकेलमधील विविध गावांतील महाविकास आघाडीच्या पदाधिकाऱ्यांची, कार्यकर्त्यांची काँग्रेसचे उमेदवार डॉ. शिवाजी काळगे यांच्या उपस्थितीत संवाद बैठक आयोजित करण्यात आली होती. यावेळी ते बोलत होते. आमदार धिरज देशमुख म्हणाले, आपला परिसर काँग्रेस पक्षाच्या विचारांनी चालणारा आहे. त्यामुळे आपल्या विचाराचा प्रतिनिधी

आपण संसदेत पाठवावा. मागील काळात भाजपच्या फसव्या घोषणांना अनेक मतदार बळी पडले. गेल्या १० वर्षांत त्यांनी नुसती आश्वासने दिली. अंमलबजावणी केली नाही. बोलणे आणि वागणे यात तफावत असणाऱ्या, जनतेची दिशाभूल करणाऱ्या भाजपला आपण हट्टपार करावे. आता त्यांच्या फसव्या घोषणांना भुलून न जाता काँग्रेसचा प्रतिनिधी आपण संसदेत पाठवावा. आपल्या प्रत्येकाचा आवाज बुलंद करण्यासाठी डॉ. काळगे हे बहुमताने विजयी झाले पाहिजेत. यासाठी उत्साह कायम टिकवून गावागावांत प्रचार यंत्रणा अधिक सक्षमपणे राबवावी. महाविकास आघाडीतील तीनही पक्षांतील पदाधिकारी, कार्यकर्त्यांनी एकमेकांना सोबत घेऊन पक्षाचे कार्य, पक्षाचा विचार, जाहिरनामा जनतेपर्यंत घेऊन जावे, असे आवाहनही आमदार धिरज देशमुख यांनी केले. डॉ. शिवाजी काळगे म्हणाले, माझ्यावर विश्वास दाखवून पक्षाने मला उमेदवारी दिली. मी शेतकऱ्याचा मुलगा आहे. शेतकऱ्यांचे प्रश्न मला माहीत आहेत. सर्वसामान्यांचे, विद्यार्थ्यांचे, महिलांचे, तरुणांचे,



उद्योजकांचे प्रश्न मला माहिती आहेत. ते सोडवत लातूरच्या परंपरेला

साजेशी कामगिरी प्रामाणिकपणे करीन, असा शब्द देतो. माजी आमदार त्र्यंबक भिसे, यशवंतराव पाटील, अनंतराव देशमुख, अनुप शेळके, किरण जाधव, राष्ट्रवादीचे रेणापूर तालुकाध्यक्ष रुपेश चक्रे, संभाजी रेड्डी, लालासाहेब चव्हाण, प्रमोद जाधव, शेषराव हाके, स्वाती सोमाणी, माणिक सोमवंशी, रमेश सूर्यवंशी, इम्रान सय्यद, बाळकृष्ण माने, संग्राम माटेकर, प्रकाश सूर्यवंशी, आशादुल्ला सय्यद, स्नेहल देशमुख, उद्धव चपट, हणमंत पवार, राजकुमार पाटील, दशरथ जाधव, रामदास स्वामी, गुणवंत भंडारे, दीपक जगदाळे, अजिंक्य कदम, विठ्ठलराव देशमुख, शिरीष यादव आदीसह पळशी, कामखेडा, डिघोळ देशमुख, दर्जा बोरागाव पंचायत समिती गणातील विविध गावांतील महाविकास आघाडीचे पदाधिकारी, कार्यकर्ते, ग्रामस्थ उपस्थित होते.

## संपादकीय....

## पंजाबात भाजपा स्वबळावर

पंजाबमध्ये शिरोमणी अकाली दलाशी युतीबाबत सुरु केलेली बोलणी थांबवून, आता अचानकपणे स्वबळावर लोकसभा निवडणुका लढण्याचा निर्णय भाजपने घेतला आहे. जनतेची तसेच कार्यकर्त्यांची मते आजमावल्यानंतर राज्यातील सर्वच्या सर्व म्हणजे १३ जागा भाजप कोणाशीही युती न करता लढवेल, अशी घोषणा प्रदेशाध्यक्ष सुनील जाखड यांनी केली. सुनील जाखड हे माजी लोकसभाध्यक्ष आणि काँग्रेसचे बडे नेते बलराम जाखड यांचे चिरंजीव. ते मध्यंतरी काँग्रेसमधून भाजपत आले. शिवसेनेप्रमाणेच पंजाबमध्ये अकाली दल हा भाजपचा अगदी जुना मित्रपक्ष; परंतु कृषी कायद्यांच्या मुद्द्यावर अकाली दलाने सप्टेंबर २०२० मध्ये भाजपची युती तोडली. त्यामुळे २४ वर्षांचे हे जुने नाते संपुष्टात आले.एकेकाळी वाजपेयी-अडवाणी आणि अकाली दलाचे धुरंधर नेते प्रकाशसिंग बादल यांच्यात कमालीची जवळीक होती; मात्र त्यावेळी भाजपची ताकद देशात मर्यादितच होती. २०१४ पासून भाजपची व्याप्ती वाढल्यानंतर या नात्यात साहजिकच बदल होऊ लागला. भाजपशी संबंध ठेवून केंद्रात सत्तेत सहभागी होण्याची संधी अकाली दलाला मिळत होती, तर पंजाबमध्ये अकाली दल सत्तेत असताना मित्रपक्ष म्हणून भाजपलाही सत्तेचा वाटा मिळत होता; परंतु कृषी कायद्यांच्या मुद्द्यांवरून पंजाबमधील शेतकरी रस्त्यावर आला. हा शेतकरीवर्ग शीख तसेच जाट समाजातील असून, उद्या भाजपाशी युती केल्यास या समाजांची मते गमावण्याची वेळ येईल, अशी भीती अकाली दलाला वाटत असावी. पंजाबमध्ये युती केल्यास भाजपला जास्तीत जास्त तीन जागा देण्याची अकाली दलाची तयारी होती. उलट किमान पाच जागा हव्यात, हा भाजपचा आग्रह होता.अन्य राज्यांत भाजपच्या एनडीए आघाडीत सामील होण्यासाठी अनेक छोटे पक्ष उत्सुक असताना, पंजाबात मात्र परिस्थिती वेगळी असल्याचे दिसून येते. मागील लोकसभा निवडणुकीत भाजप व अकाली दलाने प्रत्येकी दोन- दोन जागा जिंकल्या. २०२२ च्या पंजाब विधानसभेच्या निवडणुका या दोन्ही पक्षांनी स्वतंत्रपणे लढवल्या. त्या निवडणुकीत 'आप'ला ४२ टक्के मते मिळून ९२ जागा मिळाल्या, तर काँग्रेसला २२ टक्के मते आणि १८ जागा जिंकता आल्या. अकाली दलाने सुमारे १८ टक्के मते मिळवून तीन जागा जिंकल्या आणि भाजपने ६ टक्के मते मिळवून दोन जागा मिळवल्या. युती असताना विधानसभेत भाजप २३ च्या आसपास जागा लढवत होता, तर युती तुटल्यानंतर दोन वर्षांपूर्वीच्या विधानसभेत भाजपने ७३ जागांवर उमेदवार उभे केले आणि केवळ दोन जागांवर विजय मिळवला.भाजपच्या मतांच्या टक्केवारीत केवळ १ टक्क्याने वाढ झाली. एवढे असूनही, भाजपला आज आत्मविश्वास का वाटत आहे? संगरूर, भटिंडा, मनसा, फरीदकोट, मुक्तसर यासारख्या भागांत भाजपकडे गावपातळीवर अनेक ग्रामपंचायत सदस्य सामील झाले. शिवाय अनेक विकास प्रकल्प, त्याचबरोबर 'मोदी करिश्मा' कायम असल्याने, त्याचा फायदा होईल, असा आत्मविश्वास पक्षाला वाटतो. राज्यात भगवंत मान यांच्या नेतृत्वाखालील आम आदमी पक्षाचे सरकार असून, इतके दिवस अकाली दलाच्या टीकेचा रोख काँग्रेस व 'आप'च्या दिशेनेच होता; मात्र आता पुन्हा शेतकरी आंदोलनाच्या पवित्र्यात असताना भाजपशी आघाडी केल्यास त्याचा फटका बसेल, अशी भीती अकालींना वाटते. अकाली दल हा परंपरागत शीखधर्मीयांचा पक्ष असला तरी बहुसंख्य शिखांची मते स्वतःकडे ओढवून घेण्यात अकाली दलासही यश मिळालेले नाही.केंद्रातील भाजपशी आणि राज्यातील 'आप'शी लढण्यास काँग्रेस समर्थ नाही, ती ताकद आपल्यातच असल्याचा दावा अकाली दल करते. केंद्रात आणि १६ राज्यांत सत्ता, कार्यक्षम संघटना, सर्वप्रकारचे बळ असूनही, गेल्या दहा वर्षांत भाजपला पंजाबमध्ये ठसा उमटवता आलेला नाही. राज्यात मिळणार्या मतांची टक्केवारी कमी असून, त्याच्या पदरात पडणारे यशही कमीच आहे. पंतप्रधानांच्या करिश्म्याचा फायदा पंजाबातील भाजप नेतृत्व उठवू शकलेले नाही. स्थापना झाल्यानंतर दोनच वर्षांनी, म्हणजे २०१४ मध्ये झालेल्या निवडणुकांत 'आप'ने पंजाबातील लोकसभेच्या दोन जागा जिंकल्या.२०१७ च्या विधानसभा निवडणुकांत राज्यातील प्रमुख विरोधी पक्ष म्हणून या पक्षाचा उदय झाला आणि आज तर पंजाबात सत्ताही आहे. या नवख्या पक्षाला जे यश मिळाले, ते अनेक वर्षे अकाली दलाशी सोबत करूनही भाजपला का मिळाले नाही, याचे आत्मपरीक्षण पक्ष नेतृत्वाने नक्कीच केले असेल. या पार्श्वभूमीवर स्वबळावर लढण्याचा पक्षाचा निर्णय महत्त्वाचा ठरतो. अयोध्येत राम मंदिर झाल्यामुळे, उत्तर भारतात हिंदुत्वाचे वारे वेगाने वाहत असताना, पंजाबात मात्र त्याचे फारसे प्रतिबिंब उमटलेले नाही. पंजाबमध्ये हिंदूंचीही संख्या मोठी आहे. तसेच हिंदुत्वावादीस प्रतिक्रिया म्हणून पंजाबात शीख पुनरुज्जीवनवाद वादास लागल्याचेही दिसत नाही. शीख व हिंदू यांची वर्षानुवर्षे एकजूट असून, या गोष्टीचे स्वागतच केले पाहिजे. देशातील अन्य काही राज्यांत भाजपची ताकद वाढल्यामुळे प्रादेशिक पक्षांचा पाया खचला असल्याचे दिसते; मात्र भाजपचे संसदेतील वा विधानसभेतील संख्याबळ फारसे वाढलेले नसूनही, त्याचवेळी अकाली दलासारखा प्रादेशिक पक्षदेखील अधिकाधिक कमजोर बनत चालला आहे. काँग्रेसने मागासवर्गीयांना संधी देताना चरणजितसिंग चन्नी यांची मुख्यमंत्रिपदी नेमणूक करून, 'ऑटोइन्कम्बन्सी'ची लाट थोपवण्याचा केलेला प्रयत्न अयशस्वी ठरला. वास्तविक पंजाबमध्ये एक तृतीयांश लोकसंख्या दलितांची आहे. तरीही अन्य राज्यांप्रमाणे पंजाबात सोशल इंजिनिरिंग यशस्वी झालेले दिसत नाही. आता केजरीवाल तुरुंगात असल्यामुळे यावेळी पंजाबमधील प्रचारात ते कितपत सक्रिय राहू शकतील, हे जसे सांगता येणार नाही, तसे त्याचा निवडणुकीतील समीकरणेवर कसा आणि कोणता परिणाम होणार, हेसुद्धा सांगता येणार नाही. त्यामुळे भाजप, अकाली दल आणि काँग्रेससमोर आव्हान मोठे आहे. विशेषतः स्वबळाचा निर्णय घेतलेला भाजप त्यात कितपत यशस्वी ठरतो, हे बघायला हवे

निवडणुकीच्या पहिल्या टप्प्यात राज्यातील पाच मतदारसंघांत मतदान होणार असून, तेथील उमेदवारी अर्ज मागे घेण्याची मुदत शनिवारी संपली. या पाच मतदारसंघांत केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी तसेच राज्याचे सांस्कृतिक कार्यमंत्री सुधीर मुनगंटीवार यांच्यासह १७ उमेदवारांचे भवितव्य ठरणार आहे. पहिल्या टप्प्यातील निवडणुकीची प्रक्रिया अंतिम टप्प्यात आली तरी राज्यातील महायुती व महविकास आघाडीतील जागावाटप अंतिम झालेले नाही. किंबहुना कोंडी फुटण्याऐवजी मित्रपक्षातला तणाव वाढत चालला आहे. दुस-या टप्प्यात राज्यातील आणखी आठ लोकसभा मतदारसंघांची निवडणूक २६ एप्रिलला होणार असून तेथील उमेदवारी अर्ज भरण्याची प्रक्रिया सुरु झाली आहे. त्यामुळे येत्या काही दिवसांत जागावाटपाबाबत दोन्ही आघाड्यांना निर्णय घ्यावाच लागणार आहे.त्यामुळे ते होईलही. पण मित्रपक्षांमध्ये निर्माण झालेला तणाव, अविश्वास बघता यापुढचे राजकारण सोपे असणार नाही हे नक्की. भाजपाने चालवलेल्या दांडगाईमुळे मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांची शिवसेने व अजित पवारांच्या राष्ट्रवादीत अस्वस्थता आहे. तर दुसरीकडे शिवसेनेने सांगली आणि मुंबईतील पाच मतदारसंघांत परस्पर उमेदवार जाहीर केल्याने काँग्रेस पक्षात प्रचंड नाराजी आहे. मैत्रीपूर्ण लढतीचे पर्याय पुढे यायला लागले आहेत. उद्धव ठाकरे व शरद पवारांच्या हातून दोन तृतीयांश आमदार, खासदार, पक्षाचे नाव, चिन्ह गेले असले तरी आघाडीच्या जागावाटपात त्यांचाच वरचष्मा राहिला आहे. १४ आमदार असलेल्या उद्धव ठाकरेंच्या शिवसेनेने लोकसभेच्या २२ जागा लढणार असल्याचे स्वतःच जाहीर करून उमेदवारांचीही घोषणा केली आहे. यामुळे दोन्ही आघाड्यांवर अजूनही गांधळाचे वातावरण आहे. जागा खेचण्यासाठी एवढी निकरची लढाई करणारे हे पक्ष निवडणुकीत किती मनापासून एकदिलाने लढतील याबद्दल शंका व्यक्त होत आहे. लोकसभेत ही स्थिती असले तर विधानसभा निवडणुकीत काय होईल? असा प्रश्न आघाडी, युतीतले नेते करत आहेत. त्यामुळे लोकसभा निवडणुकीनंतर राज्यात पुन्हा मोठी राजकीय उलथापालथ झाली तर आश्चर्य वाटायला नको. लोकसभेच्या दुस-या टप्प्यातील उमेदवारी अर्ज भरण्याची मुदत शुक्रवारी संपणार आहे. पण जागावाटपाचे गु-हाळ काही संपत नाही. ठाणे, सातारा, नाशिक, उस्मानाबाद, रत्नागिरी-सिंधुदुर्ग आदी जागांवरून महायुतीत जोरदार रस्सीखेच सुरु आहे. तर सांगली, भिवंडी, दक्षिण मध्य मुंबई आदी मतदारसंघांवरून महाविकास आघाडीत बेबनाव झाला आहे. भाजपाने आत्तापर्यंत महाराष्ट्रातील २१ उमेदवार जाहीर केले आहेत. तर शिंदे गटाने ८ आणि अजित पवार गटाने दोन उमेदवार जाहीर केले आहेत. महायुतीचे तब्बल १७ उमेदवार अजूनही जाहीर होऊ शकलेले

## सुपारी फुटली, पण कोंडी फुटेना!

नाहीत. शिवसेनेत फूट पडल्यानंतर १८ खासदारांपैकी १३ खासदार शिंदे गटात सहभागी झाले होते. त्यांना याची बक्षिसी मिळणार असे गृहीत धरले जात होते. पण तसे होताना दिसत नाही. २०१९ ला नाशिक लोकसभा मतदारसंघातून शिवसेनेचे हेमंत गोडसे निवडून आले होते. शिवसेनेत फूट पडल्यानंतर ते शिंदे यांच्यासोबत महायुतीत आले. विद्यमान खासदारांच्या जागा त्या त्या पक्षाला देण्याचे संसदेत खासदारांनी वेगळा गट केला



तेव्हाच सांगण्यात आले होते. पण राजकारणात असल्या वचनांना काडीची किंमत नसते. आमच्या सर्वेक्षणानुसार तिथे गोडसे किंवा शिवसेनेचा उमेदवार निवडून येऊ शकणार नाही, त्यामुळे ती जागा आम्ही लढवणार अशी भूमिका आता भाजपाने घेतली आहे. आपल्यामुळे मुख्यमंत्री झालेले एकनाथ शिंदे आपण सांगू ते मान्य करतील असे भाजपाला वाटत असावे. पण त्यांचा हा अंदाज चुकला आहे. भाजपा व शिंदेसेनेत नाशिकवरून जुपलेली असताना राष्ट्रवादी काँग्रेसनेही नाशिकवर दावा सांगितला आहे. उस्मानाबाद लोकसभा मतदारसंघासाठीही अशीच तिन्ही पक्षांची रस्सीखेच सुरु आहे. उस्मानाबादची जागा शिवसेनेकडे आहे. खासदार ठाकरे गटात गेले असले तरी तानाजी सावंत यांनी या जागेसाठी आग्रह धरला आहे. साता-यातून लोकसभा निवडणूक लढवण्याचा हट्ट उदयनराजे भोसले यांनी धरला होता. दिल्लीत ठाण मांडून त्यांनी उमेदवारी मिळवली आहे. अजून त्यांच्या उमेदवारांची अधिकृत घोषणा झाली नसली तरी उदयन राजे कामाला लागले आहेत. २०१९ ला ही जागा राष्ट्रवादीने जिंकली होती. खासदार श्रीनिवास पाटील शरद पवार यांच्यासोबत असले तरी, अजित पवार गटाने या जागेवर दावा केला आहे. सातारा मिळणार नसेल तर नाशिक घावेच लागेल अशी भूमिका त्यांनी घेतली आहे. २०१९ ला रत्नागिरी-सिंधुदुर्गमधून शिवसेनेचे विनायक राऊत निवडून आले होते. ते उद्धव ठाकरे यांच्यासोबत आहेत. भाजपाने येथून केंद्रीय मंत्री नारायण राणे

यांना रिणगात उतरवण्याचे ठरवले होते. पण ते यासाठी फारसे उत्सुक नाहीत. तर दुसरीकडे शिंदे गटाचे उद्योगमंत्री उदय सामंत यांना आपल्या भावाला येथून उभे करायचे आहे. त्यामुळे हा तिढाही अजून सुटलेला नाही. भाजपच्या दांडगाईमुळे शिंदेंच्या शिवसेनेत अस्वस्थता आहे. नेत्यांची टोकाची वक्तव्ये येतायत. मागच्या लोकसभा निवडणुकीत आम्ही भाजपाला मदत केली तरी विधानसभेला भाजपाने आमच्यासमोर बंडखोर उमेदवार उभे केले होते, असा थेट आरोप पाणीपुरवठा मंत्री गुलाबराव पाटील यांनी केला आहे. त्याची पुनरावृत्ती करू नका, असे त्यांनी सुनावले. बारामती मतदारसंघातून अजित पवार यांच्या पत्नी सुनेत्रा पवार या सुप्रिया सुळे यांच्याविरोधात रिणगात उतरल्या आहेत. सध्या भाजपात असलेल्या हर्षवर्धन पाटील आणि शिंदेंसोबत असलेल्या विजय शिवतारे यांनी उघडपणे अजित पवार यांना विरोध केला होता. देवेंद्र फडणवीस यांना या दोघांची मनधरणी करून शांत करावे लागले. पण त्यामुळे लगेच सगळं आलबेल होईल, असे समजण्याचे कारण नाही. किंबहुना भविष्यात मोठी उलथापालथ होऊ शकते व त्याची नांदी आहे, असे म्हटले तर ते चुकीचे ठरणार नाही.महाविकास आघाडीत काँग्रेस अस्वस्थ ! एकीकडे महायुतीत जागावाटपावरून तणाव वाढत असताना दुसरीकडे महाविकास आघाडीतही फारशी वेगळी परिस्थिती नाही. उद्धव ठाकरे यांच्या शिवसेनेने काँग्रेसचा बालेकिल्ला असलेल्या सांगलीसह मुंबईतील सहापैकी पाच उमेदवार जाहीर केले आहेत. राष्ट्रवादीने भिवंडीवर दावा सांगितला आहे.

यामुळे काँग्रेस पक्षात अस्वस्थता आहे. भाजपाविरोधात लढण्यासाठी आघाडी उभारण्याची व ती टिकवण्याची जबाबदारी केवळ काँग्रेसवर आहे का? त्याची किंमत आम्हीच द्यायची का? असा सवाल केला जात आहे. सांगलीची जागा हिसकावून घेतल्यानंतर काँग्रेसला पंतप्रधानपद हवे आहे की सांगलीची एक जागा हवीय? असा गर्भित इशारा संजय राऊत यांनी दिला. काँग्रेसचे विशाल पाटील गेल्या दोन वर्षांपासून सांगलीतून तयारी करत होते. पण शिवसेनेने डबल हिंद केसरी चंद्रहार पाटील यांना पक्षात घेऊन त्यांची उमेदवारीही जाहीर केली. यामुळे नाराज झालेल्या काँग्रेस नेत्यांनी तेथे मैत्रीपूर्ण लढत देण्याची तयारी सुरु केली आहे. अर्थातच याचे परिणाम अन्य मतदारसंघात होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. मैत्रीपूर्ण लढत झाली नाही तरी दुखावलेले मित्रपक्ष एकमेकांच्या विजयासाठी किती कष्ट घेतील? याबाबत शंका व्यक्त होते आहे.राज ठाकरेंचे ठरेना! राज ठाकरे यांच्या महाराष्ट्र नवनिर्माण सेनेला महायुतीत सहभागी करून घेण्यासाठी दिल्लीत वरिष्ठ पातळीवर चर्चा झाली होती. पण त्याबाबतही अधिकृत घोषणा अजून झालेली नाही. राज ठाकरे यांनी दक्षिण मुंबई व नाशिक या दोन लोकसभा मतदारसंघांची मागणी केली असल्याची चर्चा होती. नाशिकसाठी आधीच तीन पक्षांत रस्सीखेच सुरु आहे. त्यामुळे नाशिक सोडायला कोणीच तयार नाही. या पार्श्वभूमीवर मनसेकडून अजूनही महायुतीत जायचे की नाही? याबाबत चाचपणीच सुरु आहे.

## आपण एवढे निगरगट्ट कसे?

सध्या देशात लोकसभा निवडणुकीचा ज्वर चढलेला आहे. अगदी गल्लीबोळातल्या राजकीय बातम्यांवर व घडामोडींवरही जोरदार व गरमागरम चर्चा घडतायत. 'विकते तेच पिकते' या बाजारपेठेच्या तत्त्वानुसार माध्यमांमध्ये राजकीय बातम्या व घडामोडींचा महापूर आहे. अभिव्यक्तीचे व्यासपीठ बनलेल्या समाज माध्यमांचाही त्याला अपवाद नाही हे विशेष! मात्र लडाखचे, तेथील पर्यावरणाचे रक्षण करण्यासाठी, स्थानिकांचे जिद्दाबळाचे प्रश्न सरकारच्या कानावर घालण्यासाठी सोनम वांगचूक यांनी गोठवणा-या थंडीत मीठ आणि पाणी घेऊन २१ दिवस उपोषण केले, त्यांच्या आंदोलनास स्थानिक जनतेने भरभरून प्रतिसाद दिला तरी इतरवेळी काश्मीर म्हटले की, लगेच कान टवकारणा-या आपल्या देशातील जनतेने, माध्यमांनी आणि स्वतःला पंडित म्हणवून घेणा-या समाजमाध्यमी वळवळ्यांनी कुठेच उपोषणाची दखल घेतली नाही! इलेक्शन मोडवर गेलेल्या सरकारकडून तर या काळात संवेदनशीलतेची अपेक्षाच फोल! मात्र, सरकारला येनकेन प्रकारे कोंडीत पकडण्यासाठी सतत मुद्यांच्या शोधात असणा-या विरोधी पक्षांनीही या उपोषणाची व मागण्यांची दखल घेतली नाही हे विशेष! यावरून या प्रदेशाबाबतची उर्वरित देशाच्या मनातील व वर्तनातील अस्पृश्यता जशी स्पष्ट होते तसेच समाज म्हणून आपण किती दांभिक व निगरगट्ट बनलो आहोत याचे प्रत्यक्ष दर्शन घडते! सोनम वांगचूक यांनी ज्या मागण्यांसाठी उपोषण केले त्या लडाखवासीयांच्या मागण्या असे वरवर वाटत असले तरी प्रत्यक्षात ते संपूर्ण देशाचे प्रश्न आहेत. त्यावर गांधीयांचे वेळीच उपाययोजना केली गेली नाही तर उद्या संपूर्ण देशच त्यामुळे संकटात सापडणार आहे. मात्र, छोट्या-छोट्या विषयांवर वितंडवाद घालणारे आपण समाज म्हणून मूळ प्रश्नांवर व संकटावर केवळ अज्ञानीच नव्हे तर निगरगट्ट कसे? असाच प्रश्न या घटनाक्रमाने उपस्थित केला आहे. लडाख हे अस्थिर हिमालयातील समुद्रसपाटीपासून १२ ते १८ हजार फूट उंचीवरचे शुष्क वाळवंट. इथल्या पाण्याचा मुख्य स्रोत हा हिमनद्या! अनेक दुर्मिळ प्रजातींचा हा अधिवास आहे. तसेच वैशिश्यपूर्ण संस्कृती असलेल्या अनेक जमातींचे हे वसतिस्थानही आहे. अशा लडाखच्या एकूण लोकसंख्येपैकी ९० टक्के रहिवासी अनुसूचित जमातींचे आहेत. त्यामुळे आता ३७० कलम रद्द झाल्यानंतर जम्मू-काश्मीरपासून वेगळे झालेल्या या प्रदेशाला घटनात्मक तरतूद असलेल्या सहाव्या परिशिष्टात समाविष्ट करावे व आदिवासींचे संरक्षण करावे, ही येथील रहिवाशांची मागणी आहे. सध्या लडाखचे प्रशासन 'लडाख अॅटोनाॅमस हिल डेव्हलपमेंट काउन्सिल' आणि कारगिल अॅटोनाॅमस हिल डेव्हलपमेंट काउन्सिलच्या अखत्यारित आहे.

या संस्थांना शिक्षण, आरोग्य यासारख्या क्षेत्रांप्रमाणेच जमिनीचे व्यवहार व कर आकारणीचेही अधिकार आहेत. लडाखच्या सहाव्या परिशिष्टात समावेश न झाल्यास हे सर्व हक्क केंद्र सरकारच्या हाती जातील आणि हिमालयातील अन्य राज्यांप्रमाणेच लडाखमध्येही विकासाचा नावावर मोठे औद्योगीकरण सुरु होईल, पर्यावरणास प्रचंड नुकसान पोहोचवले



जाईल, याची भीती स्थानिकांना आहे. आणि हे रोखण्यासाठीच स्थानिक जनता रस्त्यावर उतरते आहे. विशेष म्हणजे लडाखची स्थानिक जनता त्यांचे जे प्रश्न मांडते आहे ते केवळ लडाखपुरते मर्यादित नाहीत. तेथील पर्यावरणीय बदलांचा देशाच्या पर्यावरणावरही मोठा परिणाम होणार आहे. या भागातील हिमनद्या देशाच्या इतर भागाला समृद्ध करणा-या आहेत. त्यांना हानी पोहोचल्यास त्याचे दुष्परिणाम उत्तर भारताला भोगावे लागणार हे उघड आहे. शिवाय राजकीय व देशाच्या संरक्षणाच्या दृष्टीनेही लडाख हा भारतासाठी अत्यंत संवेदनशील प्रदेश आहे. चीनला खेटून असणा-या या प्रदेशातील असंतोष भारताला परबडणारा नाहीच. आजवर या भागात शांतता होती.प्रदीर्घ प्रतीक्षेनंतर मिळालेल्या केंद्रशासित प्रदेशाच्या दर्जाचे लडाखच्या जनतेने स्वागतच केले होते. मात्र, या दर्जामुळे विकासाच्या नावावर होणारे नागरीकरण, औद्योगीकरणाचे विस्फोट या प्रदेशाची पर्यावरणीय संरचना व समतोल उद्ध्वस्त करण्याची शंका व्यक्त होत होती. ती दूर करण्याचा मार्ग म्हणून लडाखचा परिशिष्ट-६ मध्ये समावेश करावा या मागणीने स्थानिकांमध्ये जोर धरला. केंद्रातील सत्ताधारी भाजपने ही मागणी मान्य करण्याचे आश्वासनही दिले. भाजपच्या जाहीरनाम्यातील हा एक प्रमुख मुद्दा होता. मात्र, पाच वर्षे उलटली तरी या आश्वासनाची सत्ताधा-यांनी पूर्तता केलेली नाही. त्यामुळे वांगचूक यांनी गोठवणा-या थंडीत २१ दिवस उपोषण करून लडाखवासीयांच्या प्रश्नाकडे देशातल्या व जगातल्या जनतेचे लक्ष वेधण्याचा प्रयत्न अत्यंत कळकळीने केला. ज्या वांगचूक यांच्या व्यक्तिमत्त्वावर आधारित 'थ्री इडियट' चित्रपटातील फुटसूक बांगडूच्या आमिर खानने

साकारलेल्या भूमिकेला देशातील जनता डोक्यावर घेऊन नाचते त्या प्रत्यक्षातील समाजनायकाच्या टाहोशी मात्र समाजाला काहीच देणेघेणे नसते ही बाब अत्यंत विषण्ण करणारीच आहे. लडाख व तेथील जनता भारतीय समाजाचा भाग आहे की नाही? असा प्रश्नच हे औदासीन्य निर्माण करते. लडाखला वेगळ्या राज्याचा दर्जा मिळावा, राज्यघटनेच्या सहाव्या सूचीत लडाखचा समावेश करावा, लेह व कारगिल जिल्हांसाठी स्वतंत्र लोकसभा मतदारसंघाची निर्मिती करावी, स्थानिकांना रोजगारात प्राधान्य मिळावे आणि लडाख लोकसेवा आयोगाची स्थापना करावी. अशा प्रमुख मागण्यांसाठी हा 'रिअल हिरो' उणे दहा ते अठरा अंश सेल्सिअस तापमानात सलग २१ दिवस मीठ व पाणी यावर उपोषण करतो आणि स्वतःला प्रगल्भ म्हणवून घेणारे आपण समाज म्हणून साधी या उपोषणाची दखलही घेत नाही, हे आपण असंवेदनशील व निगरगट्ट झाल्याचेच लक्षण नाही काय? लडाखमधील आंदोलन ना कुठल्या राजकीय पक्षाचे आहे, ना विशिष्ट वर्ग वा जातीचे आहे. त्यात सर्व समाजघटक लडाखवासीय म्हणून सहभागी झाले. मात्र प्रबुद्ध व संवेदनशील म्हणवून घेणा-या आपल्या समाजाला या आंदोलनाची दखल घेण्याची लडाखवासीयांच्या पाठीशी उभे राहण्याची गरज वाटत नाही, हा दांभिकपणाच नव्हे काय? वांगचूक यांनी उपस्थित केलेले प्रश्न आज समाज म्हणून आपण भलेही दुर्लक्षित केले असले तरी त्याची दीर्घकालीन किंमत समाज म्हणून आपल्यालाच चुकवावी लागणार आहे, हे वास्तव आपण लक्षात ठेवायला हवे, हे मात्र निश्चित!

# कमी वयात पौगंडावस्थेत येण्याची लक्षणे कोणती? त्यावर काही उपचार आहेत का? जाणून घ्या तज्ज्ञांचा सल्ला

तारुण्य म्हणजे गोंधळात टाकणारी; तर काहीसाठी कठीण, अशी स्थिती. तारुण्यात व्यक्तीच्या शरीराबरोबर त्याच्यात भावनिक बदलसुद्धा होत असतात आणि हे सगळं एकंदरीतच हार्मोन्समुळे होत असतं. मुलींमध्ये तारुण्य साधारणपणे आठ ते तेरा वर्षांदरम्यान आणि मुलांमध्ये नऊ ते चौदा वर्षांदरम्यान सुरू होते. पण, अलीकडील अभ्यासानुसार भारतातील मुले आता नेहमीपेक्षा खूप लवकर वयात येत आहेत. इंडियन कोन्सिल ऑफ मेडिकल रिसर्च च्या आकडेवारीनुसार, भारतात किमान १३ दशलक्ष मुले पौगंडावस्थेत येत आहेत. पण, लवकर वयात येताना स्वतःच्या भावनांशी जुळवून घेणे कठीण असले तरी याचा आणखी एक हानिकारक प्रभाव असू शकतो. जसे की, प्रौढांची कमी उंची, हाडे आतून पोकळ असणे, कमी आत्मसन्मान, चिंता आदी समस्या या मुलांमध्ये दिसून येतात.तर आज आपण या लेखातून कमी वयात पौगंडावस्थेत येण्याची लक्षणे, उपचार, पालकांची यावर कोणती भुमिका घ्यायची हे जाणून घेणार आहोत. दी फायनान्शियल एक्सप्रेसशी बोलताना सहयोगी संचालक, स्त्रीरोग, मॅक्स हॉस्पिटल, गुरुग्राम आणि आरा स्पेशलिटी क्लिनिक, गुरुग्रामचे संस्थापक डॉक्टर रितू सेठी, डायरेक्टर, युरोलॉजी, रोबोटिक सर्जरी व किडनी ट्रान्सप्लांट डॉक्टर विमल दासी तर मॅक्स सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटलच्या वैशाली गाझियाबाद यांनी याबाबत माहिती दिली आहे.गेल्या २० वर्षांत लवकर वयात येणाऱ्या मुलांमध्ये १५ पटींनी वाढ झाल्याचे संशोधनात दिसून आले आहे. डॉक्टर विमल दासी, डॉक्टर वैशाली गाझियाबाद म्हणतात की, या गोष्टीसाठी अनेक कारणे कारणीभूत ठरू शकतात. आजकाल मुले लवकर पौगंडावस्थेत येण्याचे मुख्य कारण म्हणजे मुलांमध्ये हार्मोनल अडथळे, लड्डुपणा, शारीरिक हालचालीचा अभाव आणि कॅलरीयुक्त अन्न न खाणे, मोबाईल बघणे, स्क्रिन टाइममध्ये वाढ झाल्यामुळे आजकाल बरीच मुले लड्डु होतात. या अनेक कारणांमुळे मुले लवकर पौगंडावस्थेत येतात.जीवनशैली हा एखाद्या व्यक्तीच्या आरोग्याचा एक महत्त्वाचा पैलू असला तरीही मूल लवकर वयात येणे यामागे इतर कारणेही असू शकतात. जसे की, मूत्रपिंडाच्या वरच्या भागात असणाऱ्या अधिवृक्क ग्रंथी, अंडकोष किंवा अंडाशयातील गाठी, आनुवंशिकता आणि इस्ट्रोजेन व प्रोजेस्टेरॉन

हे प्रामुख्याने स्त्री-शरीरामधील हार्मोन्स, तर पुरुषांच्या शरीरात अंडकोषांमध्ये असणाऱ्या टेस्टोस्टेरॉन हार्मोन्स आदी अनेक कारणे असू शकतात.डॉक्टर दासी यांच्या मते, मुलींमध्ये ही कारणे सहसा इडिओपॅथिकमुळे असतात. इडिओपॅथिक हा एक फुफ्फुसांचा रोग आहे. तर, मुलांमध्ये हे सहसा अंडरलायिंग पॅथॉलॉजिकल स्थितीमुळे होते.पौगंडावस्थेत येण्याची लक्षणे कोणती? लवकर पौगंडावस्थेत येण्याची लक्षणे आणि लवकर वयात येण्याची लक्षणे सारखीच असतात; फक्त वेळ वेगवेगळी असते. तज्ज्ञांच्या मते, मुलींमध्ये स्तनांचा विकास, मासिक पाळीची सुरुवात व काखेतील केसांची वाढ ही लक्षणे आढळतात. त्याचप्रमाणे मुलांमध्ये दिसणारी लक्षणे म्हणजे आवाज बदलणे, चेहऱ्यात बदल, काखेतील केसांची वाढ, पुरुषाचे जननेंद्रिय व अंडकोष वाढणे, स्नायूंचा विकास होणे ही लक्षणे दिसून येतात. मुले आणि मुलींमध्ये काही सामान्य लक्षणेसुद्धा असतात; ज्यामध्ये पुरुळ, शरीराचा वास यांचा समावेश होतो. त्यामुळे पालकांनी या लक्षणांकडे लक्ष दिले पाहिजे, असे डॉक्टर रितू सेठी स्पष्ट करतात.कधी कधी लवकर येणारी पौगंडावस्था हा एखाद्या गंभीर गोष्टीचा इशारादेखील असू शकतो. ब्रेन किंवा इतर ट्युमर, यांसारख्या गंभीर आजारांच्या लक्षणांपैकी एक असू शकते. एखादे मूल पौगंडावस्थेत आले की, त्याचे कारण शोधण्यासाठी त्याला कौटुंबिक इतिहास, तपासणी व मूल्यमापन करणे आवश्यक असते, असे डॉक्टर विमल दासी स्पष्ट करतात. आवडत असलेल्या गोष्टी करण्यास टाळाटाळ करणे, तणाव येणे आदी अनेक समस्या त्यांच्यामध्ये दिसून येऊ शकतात, असे डॉक्टरांनी सांगितले.मुलांमध्ये दीर्घकाळानंतर पौगंडावस्थेचा त्यांच्या पुनरुत्पादक आरोग्यावरही परिणाम होऊ शकतो. कारण-यामुळे पुरुषांमध्ये अंडकोषाचा कर्करोग आणि स्त्रियांमध्ये स्तनाचा कर्करोग होण्याचा धोका वाढतो, असे डॉक्टर विमल दासी म्हणतात. तसेच पौगंडावस्थेत येणे किंवा लवकर वयात येणाऱ्या मुलांचे लैंगिक शोषण होण्याची शक्यताही असते.यावर काही उपचार आहेत का? उपचार करण्यापूर्वी त्यामागील शरीरविज्ञान



समजून घेणे महत्त्वाचे आहे. पौगंडावस्था मुख्यतः दोन प्रकारची असते.१. सेंट्रल प्रीकोशियस प्युबर्टी (अकाली येणारे तारुण्य वा पौगंडावस्था) : यामध्ये पौगंडावस्था ग्रंथी हार्मोन्स तयार करण्यास सुरुवात करतात. म्हणजेच शरीरात वेळेच्या आधीच बदल होण्यास सुरुवात होते.२. परिधीय प्रीकोशियस प्युबर्टी : परिधीय प्रीकोशियस ही अशी पौगंडावस्था आहे; जिला टेस्टोस्टेरॉन आणि इस्ट्रोजेन हार्मोन्सद्वारे चालना मिळते. सामान्यतः ही अंडकोष, अंडाशय किंवा ग्रंथींची समस्या असते.बहुतेक प्रकरणांमध्ये पौगंडावस्था किंवा तारुण्य टाळणे अशक्य असले तरी अशावेळी इस्ट्रोजेन किंवा टेस्टोस्टेरॉन क्रीम, लोशन किंवा इतर औषधे यांचा उपयोग केला जाऊ शकतो ; असे डॉक्टर म्हणतात. निरोगी जीवनशैली राखणे ही एक गुरुकिल्ली आहे. त्यामुळे काही प्रकरणांमध्ये जर एखाद्याने निरोगी आहार, व्यायाम व मुलाचा बॉडी मास इडेक्स सामान्य श्रेणीत ठेवला, तर पौगंडावस्था टाळता येऊ शकते,

असे डॉक्टर रितू सेठी म्हणतात.पालकांची भूमिका - पौगंडावस्था मुलासाठी गोंधळात टाकणारी असू शकते. त्यामुळे पालकांनी योग्य ते पाऊल उचलणे आवश्यक आहे. नक्की काय घडत आहे याबद्दल तुमच्या मुलाला एक साथे, सत्य स्पष्टीकरण द्या. त्यांना समजावून सांगा की, हे बदल सामान्य आहेत आणि ते प्रत्येकामध्येच घडून येत असतात; फक्त तुझ्या शरीराचा विकास जरा लवकर होऊ लागला. तसेच इतर समस्यांकडे लक्ष देणेदेखील महत्त्वाचे आहे; ज्या तुमच्या मुलावर भावनिकरीत्या परिणाम करू शकतात. तसेच मुलांच्या दिसण्याची तुलना इतर कोणाशीही करू नका, असे डॉक्टर विमल दासी यांनी बजावून सांगितले आहे.लवकर असो किंवा उशिरा; मुलांना पौगंडावस्थेबद्दल शिकित करणे आवश्यक आहे. भारतासारख्या देशात, जिथे पुनरुत्पादक आणि लैंगिक आरोग्यावर फारशी चर्चा केली जात नाही. त्यामुळे मुले अविश्वसनीय सोतांकडून माहिती मिळविण्याचा प्रयत्न करू शकतात. त्यामुळे पौगंडावस्थेविषयी आणि त्या अवस्थेत होणाऱ्या बदलांबाबत शक्य तितक्या उघडपणे चर्चा करा. पालकांना या संवेदनशील विषयांवर चर्चा करताना लाज वाटू शकते. पण, त्यांनी मुलांना समजावून सांगावे, असे डॉक्टर रितू सेठी यांनी सांगितले. तुमच्या मुलाच्या मनातील प्रश्नांची उत्तरे देण्यापूर्वी, तुम्हाला त्या प्रश्नाची योग्य उत्तरे माहिती आहेत का याची खात्री करून घ्या. पौगंडावस्थेबद्दल बोलणे फारसे सोईचे नसल्यास, तुम्हाला काय म्हणायचे आहे याचा आधी सवाव करा, असे डॉक्टरांनी सांगितले आहे. तर आज आपण या लेखातून पौगंडावस्था, लवकर वयात येणाऱ्या मुले-मुली यांच्या लक्षणांबद्दल आणि त्यावर काय काय केले पाहिजेत व याबाबत त्यांच्याशी कसा संवाद साधला पाहिजे हे जाणून घेतले.

## परिक्षेला जाताना हातावर दही घावे का?



डॉ. अश्विन सावंत आपल्याकडे पूर्वी युद्धावर जाणार्या योद्ध्याला हातावर दही देऊन निरोप दिला जात असे. आपल्या माणसाने शौर्य गाजवून यशस्वी होऊन घरी परततावे, अशी अपेक्षा दही हातावर घालणारी गृहिणी मनात बाळगत असे. याच अपेक्षेने पुढे भारतामध्ये जेव्हापासून घरातला विद्यार्थी परिक्षेला जाऊ लागला, तेव्हा त्याने त्या परिक्षा नामक युद्धामध्येसुद्धा यश मिळवून यावे यासाठी आई किंवा बहीण त्याच्या हातावर दही देते. तशीही परिक्षेच्या आधी व दरम्यान युद्ध असल्यासारखीच परिस्थिती घरात व समाजामध्ये असते. इथे प्रश्न असा की, युद्धावर वा परिक्षेला जाणार्यांच्या हातावर दही देण्याचे कारण काय? युद्ध असो वा परिक्षा त्यात यशस्वी होण्यासाठी शरीराला गरज असते उर्जेची आणि उर्जा मिळते आहारामधून. पण मुबलक उर्जा देणारा आहार खाऊन युद्धावर वा परिक्षेला जाता येईल काय? मुबलक उर्जा देणारे जेवण भरपेट जेवून ना युद्ध लढता येईल, ना परिक्षा देता येईल. भरपेट जेवल्यानंतर शरीराचा रक्तपुरवठा पचनसंस्थेकडे जातो, इतर अवयवांचा रक्तपुरवठा गरजेपुरताच मर्यादित होतो. साहजिकच शरीराला आणि बुद्धीला मांडा येते, उत्साह कमी होतो आणि आळस वाढतो. अशा अवस्थेमध्ये युद्धात पराभूत व परिक्षेमध्ये अपयशी होण्याचीच शक्यता अधिक. एक मोठा न्हास जडून दूध ४८ उष्मांक देईल, मात्र त्याने पोट भरू होईल. मुबलक उर्जा देणारे एक वाटी श्रीखंड खाऊन तुम्ही परिक्षेला

गेलोत, तर काय होईल?परिक्षेच्या तीन तासांचा सत्तुपयोग झोपण्यासाठी होईल. बरं, पचायला हलके असलेले एक ग्लास ताक पिऊन परिक्षेला गेलो तर? एकतर तेवढ्या ताकामुळेही पोट टम्म होते, काही मिनिटे तरी हालचाल करणे कठीण होते. दुसरं म्हणजे १०० ग्रॅम ताक उर्जा देणार कित्ती? जेमतेम १५ उष्मांक.या पार्श्वभूमीवर मात्रेमध्ये कमी असुनही शरीराला आवश्यक तेवढे उष्मांक देणारा, मात्र पोटाला जड न करणारा असा पदार्थ कोणता? तो आहे, दही. १०० ग्रॅम दही शरीराला ६० उष्मांक पुरवते. त्याहीपेक्षा विशेष गुण दह्यामध्ये आहे; तो असा की, दही सावकाशीने पचते, खूप वेळ पोटाला आधार देते व शरीराला हळूहळू दीर्घकाळपर्यंत उर्जा पुरवत राहते. महत्त्वाचं म्हणजे त्या काळामध्ये पोट जड होत नाही. याचाच अर्थ शरीर व मस्तिष्काचा रक्तपुरवठा पचनसंस्थानाकडे वळवण्याची गरज भासत नाही, म्हणजेच शरीराला व बुद्धीला मांडा येण्याचा धोका तर राहत नाही, उलट तरतरी येते. मथितार्थ हाच की युद्धात शरीराला आणि परिक्षेमध्ये बुद्धीला दीर्घकाळ उर्जा पुरवून उत्साही ठेवण्यासाठीच दही दिले जाते.सूचना - दही वसंत ऋतूमध्ये निषिद्ध आहे हे ध्यानात ठेवून निदान सर्दी, कफ, ताप, खोकला, सायनसायटीस, दमा वगैरे श्वसनविकारांनी किंवा सांधेदुखी, सांध्यांना सूज, अंगाला सूज अशा समस्यांनी त्रस्त असलेल्यांनी दही वर्ज्य समजावे.

## तुम्हाला जंक फूड खाण्याचे व्यसन आहे का? तज्ज्ञांकडून जाणून घ्या कशी सोडावी ही वाईट सवय

जंक फूड खाणे आरोग्यासाठी वाईट आहे हे सर्वांनाच माहीत आहे. तरीही आपण सातत्याने अल्ट्रा-प्रोसेस्ड, पॅकबंद खाद्यपदार्थांचा वापर करीत असतो. लहान वयात मुलांच्या आहारात आरोग्यासाठी हानिकारक फॅट्स, प्रिझर्वेटिव्ह व अॅडिक्टिव्ह पदार्थांचा समावेश होतो. जंक फूड सेवनामुळे सतत काहीतरी खाण्याची लालसा वाढते आणि ही लालसा दीर्घकाळ राहू शकते. 'नॅशनल लायब्ररी ऑफ मेडिसिन' मध्ये प्रकाशित २०२४ च्या अभ्यासानुसार, जंक फूड, गोड व अल्कोहोलयुक्त पेये यांचा समावेश मेटाबॉलिक सिंड्रोमचा मोठा धोका

जातो.पर्यावरणाचे घटक जंक फूड परवडणाऱ्या किमतीमध्ये बाजारात सहजपणे उपलब्ध होते आणि आक्रमक मार्केटिंगमुळे जंक फूडचे सेवन सामान्य होऊ शकते. त्यामुळे व्यग्र जीवनशैलीतही तो एक सोईस्कर पर्याय बनतो.सामाजिक घटक मित्र-मैत्रिणींसह वेळ घालविताना निर्माण होणारा दबाव, सांस्कृतिक नियम आणि लग्न समारंभ अशा कार्यक्रमांमध्ये सहभागी होणे यामुळे बहुतेकदा जंक फूडचे सेवन वाढू शकते. यातूनच एखाद्याला सतत जंक फूड खाण्याची सवय लागू शकते.जंक फूड खाण्याची सवय सोडणे एखाद्यासाठी

बाबतीत आपण भावनिकरीत्या जोडलेले असतो. त्यामुळे निरोगी आहार पद्धतीचा अवलंब करणे मानसिकदृष्ट्या आव्हानात्मक ठरू शकते.सामाजिक दबाव जंक फूडच्या सेवनाला प्रोत्साहन देणारे किंवा ते सेवन सामान्य करणाऱ्या सामाजिक वातावरणामुळे जंक फूड खाण्याची सवय लागते. मग ती सवय सोडणे आणि आरोग्यदायी बाबींची निवड करणे कोणत्याही व्यक्तीसाठी अवघड होऊ शकते.जंक फूडची सवय सोडण्यासाठी काय करावे?जंक फूड खाण्याची सवय सोडण्यासाठी धडपडणाऱ्या व्यक्तींना मल्होत्रा यांनी सुचविलेल्या गोष्टी खालीलप्रमाणे : हळूहळू बदल करा आपल्या आहारात अधिक संपूर्ण आणि पौष्टिक घटकांनी समृद्ध अशा आहाराचा समावेश करा. जंक फूडचा वापर हळूहळू कमी करण्यास सुरुवात करा. जेवणाचे नियोजन करा आहारात आरोग्यदायी जेवण आणि स्नॅक्स असावे याची आधीच योजना आखा आणि त्याप्रमाणेच आहार घ्या. यामुळे तुमची स्वयंपाक करण्याची सवय विकसित होईल; जी दररोज जंक फूड खाणे टाळण्यास मदत करील.



अनेकदा कठीण का असते?कोणत्याही प्रकारच्या व्यसनावर पूर्णपणे मात करणे कठीण आहे. जंक फूडचे व्यसन हे त्यापैकीच एक आहे. अनेकांना आरोग्यास हानिकारक खाद्यपदार्थ खाणे थांबवायचे असते; पण ते स्वतःला रोखू शकत नाहीत. मल्होत्रा यांच्या मते, अनेक कारणांमुळे तुमची लालसा सोडणे आव्हानात्मक असू शकते.शारीरिक अवलंबित्व नियमितपणे जंक फूडचे सेवन केल्यास एखादी व्यक्ती शारीरिकदृष्ट्या अवलंबून राहू शकते. कारण- त्यातील काही घटक काहीतरी खाण्याची लालसा किंवा सतत बदलणारे मूड शांत करू शकतात.सवय जंक फूडचे दीर्घकाळ सेवन करण्यातून लागलेली सवय मोडणे पुढे कठीण होऊन बसते.मानसिक अवलंबित्व काही खाद्यपदार्थांच्या

मन लावून खाणे भुकेच्या संकेतांकडे लक्ष द्या. भूक लागल्यानंतर जेवण करा. प्रत्येक चवीचा आस्वाद घ्या. तुम्ही जर कोणत्याही भावनिक कारणामुळे जास्त खात असाल, तर त्याबद्दल जागरूक राहा.मदत घ्या जंक फूड व्यसनमुक्तीच्या गटामध्ये सामील व्हा. पात्र वैद्यकीय आहारतज्ज्ञांची मदत घ्या किंवा निरोगी खाण्याच्या सवयींच्या दिशेने करावयाच्या तुमच्या प्रवासात मित्र आणि कुटुंबीयांची मदत घ्या.निरोगी पर्याय शोधा तुमच्या आवडत्या जंक फूडसाठी आरोग्यदायी पर्याय कोणते आहेत ते ओळखा. घरगुती तयार केलेले स्नॅक्स किंवा हेल्दी स्नॅक्स पर्याय आज बाजारात मोठ्या प्रमाणावर उपलब्ध आहेत.

## आराम म्हणजे फक्त झोप घेणे का? विश्रांतीचे नेमके कित्ती आहेत प्रकार? डॉक्टरांकडून जाणून घ्या

घर सांभाळणे असो किंवा ऑफिसमध्ये काम करणं असो; प्रत्येक गोष्टीसाठी मेहनत ही लागतेच. घर सांभाळणारी प्रत्येक स्त्री सकाळी सगळ्यांच्या आधी उठते आणि सगळी कामे आवरून सगळ्यात शेवटी झोपते. दुसरीकडे ऑफिसला जाणारी मंडळी सकाळी लवकर घर सोडतात. ट्रेन, बसने प्रवास करून आठ-नऊ तास झडुटी करतात आणि मग रात्री घरी येतात. हे सर्व करता करता, अनेकदा खूप थकवा, तणाव व चिडचिड होणे आदी आरोग्याच्या समस्या उदभवतात आणि या सगळ्यावर उपाय म्हणून आपण फक्त थोडा वेळ झोपणे म्हणजेच विश्रांती घेणे पसंत करतो. विश्रांती ही आपल्या संपूर्ण आरोग्यासाठी खूप जास्त गरजेची आहे. पण, विश्रांती म्हणजे केवळ रात्रीची झोप का? तर नाही आपले भावनिक, शारीरिक व आध्यात्मिक संतुलन राखण्यासाठी झोपेव्यतिरिक्त सात प्रकारची विश्रांती घेणेही आपल्या प्रत्येकासाठी तितकेच महत्त्वाचे आहे. म्हणूनच आज आपण या लेखातून यासंबंधी अधिक जाणून घेणार आहोत. विश्रांतीचे प्रकार कित्ती व कोणते आणि स्वतःच्या दैनंदिन दिनचर्येत याचा कसा उपयोग करून घ्यायचा हेसुद्धा आपण जाणून घेऊ.सेक्रेड रेस्ट : रिकव्हर युअर लाइफ, रिन्यू युअर एनर्जी, रिस्टोअर युअर सॅनिटी या पुस्तकाचे लेखक डॉक्टर सौद्रा डाल्टन-स्मिथ यांच्या मते, विश्रांती हा केवळ एकच उपाय नाही. आपल्या शरीर आणि मनाला योग्यरीत्या

कार्यरत ठेवण्यासाठी विविध प्रकारच्या विश्रांतीची आवश्यकता असते. कारण- विश्रांतीचा प्रत्येक प्रकार तुमच्या शरीरातील उर्जा पातळी नियंत्रणात ठेवण्यास मदत करतो. त्यामुळे विश्रांतीचे हे सात प्रकार समजून घेणे आपल्या सगळ्यासाठीच फायदेशीर ठरणार आहे.विश्रांतीचे हे सात प्रकार म्हणजे शारीरिक, मानसिक, भावनिक, संवेदनात्मक , क्रिएटिव्ह, सामाजिक, व आध्यात्मिक. १. शारीरिक विश्रांती - शारीरिक विश्रांती म्हणजे आपण दिवसभर करीत असलेल्या हालचालींमधून थोडा वेळ आराम करणे होय. झोपेव्यतिरिक्त शारीरिक विश्रांती घेण्यासाठी तुम्ही पुढील काही गोष्टी करू शकता.जसे की, १. स्ट्रेचिंग, २. थोडा वेळ झोप घेणे, ३. मालिश करणे, ४. थोडा वेळ ब्रेक घेणे, ५. चालायला जाणे आदींचा यात समावेश असतो.जेव्हा आपण शारीरिकदृष्ट्या विश्रांती घेतो. तेव्हा आपण आपल्या स्नायूंना दुरुस्त करण्यासाठी आणि त्यांच्या पुनर्प्राप्तीसाठी वेळ देतो. त्यामुळे आपल्याला थोडा कमी थकवा जाणवतो .२. मानसिक विश्रांती - मानसिक विश्रांती म्हणजे आपल्या मनात दररोज येणाऱ्या मानसिक तणावापासून विश्रांती घेणे होय. आपण अशा जगात राहतो जिथे नेहमी काही ना काही घडत असते. त्यामुळे काही काळासाठी मॅन्चे आरोग्य उत्पन्न राखण्यासाठी त्याला ब्रेक देणे फायदेशीर ठरू शकते. मानसिक विश्रांती घेण्यासाठी तुम्ही पुढील काही गोष्टी करू शकता.जसे की,

१. तुमचा फोन बंद करून ठेवा. २. सोशल मीडियापासून स्वतःला लांब ठेवा. ३. ध्यान करा. ४. दररोज काही मिनिटे एका ठिकाणी शांत बसा आणि दीर्घ श्वास घ्या.जेव्हा आपण मानसिकरीत्या विश्रांती घेतो, तेव्हा आपण आपल्या मॅन्डूला रिचार्ज करण्यासाठी वेळ देतो. त्यामुळे आपल्याला लक्ष केंद्रित करणे, कार्यरत राहणे व सतर्क राहण्यास मदत होते.३. भावनिक विश्रांती - भावनिक विश्रांती म्हणजे दररोज सामोऱ्या जाव्या लागणाऱ्या संकटांपासून विश्रांती घेणे. भावनिक विश्रांती घेण्यासाठी तुम्ही पुढील काही गोष्टी जसे की, १. एकट्याने वेळ घालवणे, २. तणावपूर्ण परिस्थिती टाळणे, ३. विश्वासू मित्र-मैत्रिणींशी संवाद साधणे, ४. स्वतःची काळजी (सेल्फ केअर) घेणे, ५. जर्नलिंग करणे म्हणजेच रोज डायरी लिहिणे. ६. निसर्गाच्या सान्निध्यत राहणे इत्यादी गोष्टी करू शकता .या सर्व गोष्टी केल्यामुळे तुम्ही स्वतःसाठी वेळ काढू शकाल. भावनिक संतुलन राखू शकाल आणि यामुळे तुमची चिडचिडसुद्धा कमी होईल. भावनिक विश्रांती विशेषतः आव्हानात्मक ठरू शकते. कारण- स्वतःसाठी वेळ काढल्याबद्दल अनेकदा आपण स्वतःला दोषी ठरवतो. पण, ही बाब लक्षात ठेवणे महत्त्वाचे आहे की, स्वतःची काळजी घेण्यात, स्वतःसाठी वेळ काढण्यात कोणताही स्वार्थीपणा नाही. ४. संवेदनात्मक विश्रांती -आपण दररोज आवाज, प्रकाश (लाईट) आणि इतर उपकरणांच्या दिवस-रात्र संपर्कात असतो.

## देश पूर्णतः हुकूमशाही पद्धतीने चालवण्याचा मोदी सरकारचा निर्धार

मुंबई : प्रतिनिधी काँग्रेस नेते आणि विधानसभेचे विरोधी पक्षनेते विजय वडेजीवार यांनी पुन्हा एकदा मोदी सरकार आणि भाजपावर जोरदार हल्लाबोल केला आहे. आपल्या ट्विटर अकाउंटवर याबाबत ट्विट केलं आहे. रशियामध्ये जे पुतीनने केलं ते आता मोदी सरकार भारतात करण्याच्या मार्गावर आहे. देश पूर्णतः हुकूमशाही पद्धतीने चालवावा हा निर्धार मोदी सरकारनी केला आहे असं म्हणत वडेजीवार यांनी टीकास्त्र सोडले आहे.या देशात आता जरी निवडणूक प्रक्रिया असली तरी या देशात लोकशाही जिवंत ठेवायची नाही, विरोधक संपवून टाकायचे. रशियामध्ये जे पुतीन करत आहेत विरोधकच ठेवायचे नाही आणि दाखवायला लोकशाही ठेवायची. संविधानाचे वरचं पान बरोबर ठेवायचं आणि आतलं पूर्ण बदलायचं आणि संविधान शिल्लक आहे अशी अशी बॉब मारत राहायची असं म्हणत विजय वडेजीवार यांनी मोदी सरकारवर निशाणा साधला आहे.जनतेच्या मनात असलेल्या रोषाचा उद्रेक महाभयंकर होईल. आपल्या देशाचे स्वातंत्र्य, संविधान, लोकशाही ज्या घटनेने लोकांना दिला आहे ते आता शिल्लक राहणार की नाही अशा प्रकारची परिस्थिती निर्माण झाली आहे. या निवडणुकीत जनतेच्या मनात असलेल्या रोषाचा उद्रेक महाभयंकर होईल. महाराष्ट्रातून मोदी सरकारच्या समाप्तीला सुरुवात होईल. आम्हाला महाराष्ट्रातील जनतेची साथ मिळत आहे.



# चुरशीच्या लढतीत नाशिकचा हर्षवर्धन ठरला महाराष्ट्र कुस्ती महा-वीर किताबाचा मानकरी

# पहिल्या टप्प्यातील ५ मतदारसंघांत ८५ उमेदवार

लातूर :- नाशिक येथील हर्षवर्धन सद्गौर आणि सोलापूरचा जयदीप पाटील यांच्यातील चुरशीच्या लढतीत जयदीप पाटील याने टांग डाव मारायचा प्रयत्न केला परंतु हमे भरून हर्षवर्धन याने चितपट निकाली कुस्ती करून महाराष्ट्र कुस्ती महा-वीर हा खुल्या गटातील किताब मिळविला. एक लक्ष रुपये रोख, चांदीची गदा, सुवर्णपदक व प्रशस्तीपत्रक मान्यवरांच्या हस्ते देऊन त्याचा सत्कार करण्यात आला. विश्वशांती केंद्र (आळंदी), माईस एमआयटी, पुणे व महाराष्ट्र राज्य कुस्तीगीर परिषद यांच्या संयुक्त विद्यमाने राष्ट्रधर्म पूजक - दादाराव कराड स्मृती राज्यस्तरीय महाराष्ट्र कुस्ती महा-वीर स्पर्धा रामेश्वर (रुई), ता.जि. लातूर येथे आयोजित करण्यात आल्या होत्या. या स्पर्धा गेल्या १५ वर्षांपासून भरविण्यात येत आहेत. महाराष्ट्र कुस्ती महा-वीर कुस्ती स्पर्धेत सोलापूर येथील जयदीप पाटील यांनी उपविजेते पद मिळविले. त्यांना रौप्यपदक व रोख पंचाहत्तर हजार रुपयांचे पारितोषिक देण्यात आले. पुणे येथील प्रमोद सुळ याला तिस-या स्थानावर समाधान मानावे लागले. त्यास पन्नास हजार रुपये रोख व कांस्य पदक, देण्यात आले. चतुर्थ क्रमांकावर कुर्डुवाडी येथील सुहास गोडो याला पंचवीस हजार रुपये रोख व पदक देण्यात आले. या स्पर्धेमध्ये एकूण २०० पेक्षा अधिक मल्लांनी भाग घेतला होता. हिंदकेसरी दीनानाथ सिंग, विश्वशांती केंद्र (आळंदी), माईस एमआयटी, पुणेचे संस्थापक अध्यक्ष प्रा. डॉ. विश्वनाथ दा. कराड, रामेश्वरचे माजी सरपंच श्री.



तुळशीराम दा. कराड, श्री. काशीराम दा. कराड, आ. श्री. रमेशअप्पा कराड, एमआयटी एडीटी विद्यापीठाचे कार्याध्यक्ष प्रा. डॉ. मंगेश तु. कराड, डॉ. हनुमंत कराड, महाराष्ट्र कुस्तीगीर परिषदेचे विलास कथुरे, श्री. राजेश कराड, डॉ. पी.जी.धनवे व वस्ताद पै. निखिल वणवे यांच्या हस्ते विजेत्या मल्लांना पारितोषिके देण्यात आली. वजन गटातील विजेते (प्रथम क्रमांक - सुवर्णपदक, द्वितीय क्रमांक - रौप्य पदक, तृतीय क्रमांक - कांस्यपदक व रोख रक्कम) वजन गट प्रथम, द्वितीय, तृतीय व चतुर्थ क्रमांक पुढीलप्रमाणे - ८६ किलो (रवी चव्हाण-पुणे ४० हजार ), (कौतुक डाफळे- कोल्हापूर ३० हजार), (अविनाश गावडे-पुणे २५ हजार), (एकनाथ बेद्रे-सोलापूर २० हजार) ७४ किलो (अभिजीत भोसले-सोलापूर २५ हजार) (मशिद शेख- कुर्डुवाडी २० हजार), (विष्णू तातपूरे-लातूर १५ हजार ), (चौतन्य साबळे- पुणे १० हजार) ७० किलो (विकी कारे-पुणे १५ हजार), (महेश

तातपूरे -रामेश्वर १२ हजार), (अमर मळगे- सोलापूर १० हजार), (सुदेश बागल - कुर्डुवाडी ८ हजार) ६५ किलो (निखील पवार - लातूर १२ हजार ), (पवण जेणपर- नाशिक १० हजार), (सद्दम शेख - कोल्हापूर ८ हजार), ( सुशांत पाटील - कोल्हापूर ५ हजार ) ६१ किलो (विजय डोंगरे-सोलापूर १० हजार), ( अतुल चेचरे - सोलापूर ७ हजार), (अविष्कार गावडे - पुणे ५ हजार), ( अनिकेत पाटील- कोल्हापूर ३ हजार) ५७ किलो (आकाश गड्डे - रामेश्वर ७ हजार), (धवल चव्हाण- धाराशिव ५ हजार), (विशाल सुरवसे- सोलापूर ३ हजार), (लहू चौरे- सांगली २ हजार). ७५ पेक्षा अधिक वर्षे वय असलेले अनेक मल्ल सहभागी झाले होते. या पैकी कमलाकर मुळे हे विजेते ठरले तर शिवाजी मोरे हे उपविजेते ठरले. या पैलवानांचा योग महर्षी स्वातंत्र्यसेनानी वै. रामचंद्र गोपाळ शेलार उर्फ शेलार मामा स्मृती-सुवर्ण, रौप्य व कांस्य पदके देऊन विशेष सत्कार करण्यात आला. प्रा. डॉ. विश्वनाथ दा. कराड म्हणाले, रामेश्वरच्या मातीतून आज ना उद्या राष्ट्रीय व आंतरराष्ट्रीय कुस्तीपटू निर्माण होतील. भारताच्या कुस्तीक्षेत्रामध्ये आपले नाव उज्वल करतील. कुस्ती या क्रीडाप्रकारात आपले मन आणि मनागट मजबूत होते. आजच्या तरुणांनी कुस्तीकडे वळणे गरजेचे आहे. श्री. बाबा निम्हण यांनी स्पर्धेचे सूत्रसंचालन व धावते वर्णन केले. तर प्रा. डॉ. मंगेश तु. कराड यांनी आभार मानले.

नागपूर : प्रतिनिधी लोकसभा निवडणुकीच्या पहिल्या टप्प्यात महाराष्ट्रातील ५ जागांवर मतदान होणार आहे. या ५ जागांवर आता उमेदवार निश्चित झाले असून लढतीचे चित्र स्पष्ट झाले आहे. नागपूर लोकसभा मतदारसंघात सर्वाधिक २६ उमेदवार तर त्या खालोखाल चंद्रपूरमध्ये १५ उमेदवार रिंगात असून ५ मतदारसंघांत एकूण ८५ उमेदवारांमध्ये लढत होणार आहे. विदर्भातील बहुतांश जागांवर काँग्रेसविरुद्ध भाजप अशी थेट लढत होत आहे. सोबतच वंचित बहुजन आघाडी आणि बहुजन समाज पार्टीने दिलेल्या उमेदवारांमध्ये निवडणूक चुरशीची होण्याची चिन्हे आहेत. नागपूरमध्ये केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी आणि काँग्रेसचे विकास ठाकरे यांच्यात थेट लढत होणार आहे. नागपूरमध्ये काँग्रेस उमेदवाराला वंचित बहुजन आघाडीने पाठिंबा दिला आहे. ११ अपक्षसुद्धा रिंगात आहेत. त्यामुळे हे अपक्ष आता कोणासाठी डोकेंदुखी ठरणार, याचे उत्तर ४ जून रोजी मिळणार आहे. त्या खालोखाल चंद्रपूरची लढत सुद्धा लक्षवेधी होण्याची चिन्हे असून १५ उमेदवार रिंगात आहेत. भाजपकडून मंत्री सुधीर मुनगंटीवार यांना रिंगात उतरवण्यात आले आहे. त्यांच्या विरोधात प्रतिभा धानोरकर रिंगात आहेत. त्यामुळे या मतदारसंघाकडे राज्याचे लक्ष लागून राहिले आहे. ही एकमेव जागा काँग्रेसने २०१९ मध्ये जिंकली होती. त्यामुळे या जागेवर काँग्रेसला पुन्हा एकदा विजयाची आशा आहे. गडचिरोलीतही भाजपविरुद्ध काँग्रेस अशीच थेट लढत होत आहे. भाजपचे अशोक नेतेविरुद्ध काँग्रेसचे नामदेव किरसन रिंगात आहेत. या

मतदारसंघात एकूण १० उमेदवार रिंगात असून सर्व पुरुष उमेदवार आहेत. गडचिरोलीत ३ अपक्ष रिंगात आहेत. भंडाराच्या जागेवर काँग्रेसचे प्रशांत पडोलेविरुद्ध भाजपचे सुनील मेंडे आहेत. याठिकाणीही अपक्ष सर्वाधिक असल्याने हे अपक्ष कोणाची मते खातात, याकडे लक्ष असेल. भंडारामध्ये ११ उमेदवार अपक्ष आहेत. रामटेकची लढतही लक्षवेधी असणार आहे. काँग्रेस आमदार राजू पारवे यांनी शिवसेना शिंदे गटात प्रवेश करत लोकसभेची उमेदवारी मिळवली. शिंदे गटातील विद्यमान खासदार कृपाल तुमाने यांची उमेदवारी कट करून राजू पारवे यांना उमेदवारी देण्यात आली. काँग्रेसकडून श्यामकुमार बर्वे निर्णय रिंगात आहेत. रामटेकमध्ये बसला धक्का रामटेकच्या रिंगात अपक्ष उमेदवार कोणीही नाही. या मतदारसंघातून काँग्रेसकडून रश्मी बर्वे यांना उमेदवारी देण्यात आली होती. मात्र, त्यांचे जात प्रमाणपत्र रद्द झाल्याने उमेदवारी बाद झाली. त्यामुळे काँग्रेसची अडचण झाली होती परंतु तेथे त्यांचे पती श्यामकुमार बर्वे यांना उमेदवारी देण्यात आली. पहिल्या टप्प्यात १९ एप्रिलला मतदान पहिल्या टप्प्यात राज्यातील विशेषतः पूर्व विदर्भातील ५ लोकसभा मतदारसंघात १९ एप्रिल रोजी मतदान होणार आहे. या ५ मतदारसंघांमध्ये रामटेक, नागपूर, भंडारा- गोंदिया, गडचिरोली- चिमूर आणि चंद्रपूरचा समावेश आहे. एकूण ५ मतदारसंघात ८५ उमेदवार रिंगात आहेत. या मतदारसंघांत उमेदवारांची संख्या बरीच असली तरी थेट लढत काँग्रेस आणि भाजपमध्येच आहे. त्यामुळे चुरस वाढली आहे.

# नागरिकांनी पाण्याचा वापर काटकसरीने करावा-जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-घुगे

# अतुल देऊळगावकर संपादित 'गंधर्वाचे देणे- पं.कुमारजींशी संवाद' पुस्तकाचा मुंबईत प्रकाशन समारंभ

लातूर, दि. ०१ : जिल्हातील प्रकल्पांमधील उपलब्ध पाणीसाठा पिण्यासाठी आरक्षित करण्यात आला आहे. संभाव्य पाणी टंचाईचे संकट लक्षात घेवून नागरिकांनी आतापासूनच पाण्याचा काटकसरीने वापर करावा. अवैध पद्धतीने पाणी उपसा करणाऱ्यांवर कार्यवाही करण्यासाठी संयुक्त पथके स्थापन करण्यात आली असून याविषयीची मोहीम अधिक कडक स्वरूपात राबविण्यात येणार असल्याचे जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर-घुगे यांनी सांगितले. जिल्हाधिकारी कार्यालयांमध्ये पाणी टंचाईच्या अनुषंगाने करण्यात येणाऱ्या उपाययोजनांचा आढावा घेण्यासाठी आयोजित बैठकीत जिल्हाधिकारी श्रीमती ठाकूर-घुगे बोलत होत्या. लातूर शहर महानगरपालिकेचे आयुक्त बाबासाहेब मनोहरे, निवासी उपजिल्हाधिकारी

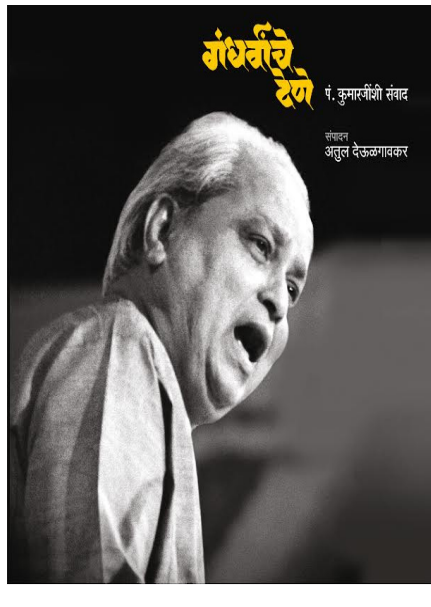


बांधकामासाठी पाणी वापरावर निर्बंध आणण्याच्या सूचना

अवैध पाणी उपसा रोखण्यासाठी कडक कार्यवाही करण्याच्या सूचना

इतर कारणांसाठी वापरला जाणार नाही, याची संबंधित विभागांनी दक्षता घ्यावी. लघुपाटबंधारे विभाग, महावितरण, महसूल विभागाच्या संयुक्त पथकाने दक्ष राहून अवैध पाणी उपसा रोखण्यासाठी आवश्यक कार्यवाही करावी, अशा सूचना जिल्हाधिकारी श्रीमती ठाकूर-घुगे यांनी यावेळी दिल्या. तसेच शहरामध्ये बांधकामासाठी पाणी वापरावर निर्बंध आणण्याच्या सूचना त्यांनी लातूर शहर महानगरपालिका आयुक्तांना दिल्या.

लातूर:- लातूरचे ज्येष्ठ पत्रकार अतुल देऊळगावकर संपादित 'गंधर्वाचे देणे- पं.कुमारजींशी संवाद' एका अभूतपूर्व मुलाखतमैफलीचे प्रकाशन मुंबईत येत्या दि. ४ एप्रिल २०२४ रोजी आयोजित करण्यात आला आहे. प्रज्ञावंत गायक पं.कुमार गंधर्व यांचा भाषा, साहित्य व संगीताचा गाढा अभ्यास होता. शिवाय नृत्य, चित्रकला, शिल्पकला व वास्तुकला ह्या कलाविषयी सखोल चिंतन होतं. विचारांचा विशाल कॅनव्हास असलेल्या कुमारजींना इतिहासाची जाण व वर्तमानाचे चोख भान होते. ते भविष्याचा वेधही घेऊ शकत होते. त्यामुळे सर्व क्षेत्रांतील लोक त्यांचे विचार ऐकण्यासाठी उत्सुक असत. हे जाणणाऱ्या 'ग्रंथाली'ने १९८५ साली त्यांची सलग सहा दिवस मुलाखतमैफल आयोजित केली होती. त्यात त्यांनी स्वर-लय-ताल, रागसंगीत व त्यातील प्रकार, लोकसंगीताचा पैस, त्यांनी ऐकलेले, पाहिलेले गाणे व त्यांचे गाणे यांवर सविस्तर मांडणी केली होती.



'गंधर्वाचे देणे- पं. कुमारजींशी संवाद' ह्या पुस्तकास प्रतिभावंत तबलावादक पं. सुरेश तळवलकर यांची प्रस्तावना लाभली आहे. दि. ४ एप्रिल २०२४ रोजी मुंबईच्या नरीमन पॉइंट येथील 'नॅशनल सेंटर ऑफ परफॉर्मिंग आर्ट्स' (एन.सी.पी.ए.)च्या टाटा सभागृहात सायंकाळी ५ वाजता या पुस्तकाचे प्रकाशन होणार आहे. या प्रसंगी लेखिका-चित्रकार-गायक माधुरी पुरंदरे व अभिनेते-गायक चंद्रकांत काळे हे या पुस्तकातील निवडक उताऱ्यांचे अभिवाचन करणार आहेत. संगीतज्ञ पं. सत्यशील देशपांडे हे गायनातून कुमारजींचे सांगीतिक विचार उलगडून दाखवणार आहेत. त्यानंतर भुवनेश कोमकली व डॉ. अश्विनी भिडे-देशपांडे यांचे गायन सादर होणार आहे. याप्रसंगी पं. सुरेश तळवलकर यांची विशेष उपस्थिती लाभणार आहे. पं.कुमार गंधर्व यांच्या जन्मशताब्दी वर्षाच्या ह्या सांगता सोहळ्यास रसिक श्रोत्यांनी उपस्थित राहावे असे आवाहन 'ग्रंथाली' प्रकाशन व 'एन.सी.पी.ए.'च्या वतीने करण्यात आले आहे.

# सुरक्षारक्षकाचा प्रामाणिकपणा ! महिलेस परत मिळाली जिल्हा रुग्णालयात हरवलेली सोन्याची पोत

नाशिक : - जिल्हा शासकीय रुग्णालयात नातलगासाठी भेटण्यासाठी आलेल्या महिलेची सोन्याची पोत रुग्णालयात गहाळ झाली होती. सुरक्षारक्षकास ती पोत आढळून आल्याने त्यांनी ती प्रामाणिकपणे रुग्णालयातील प्रशासनाकडे दिली. त्यानंतर महिलेने पोत ओळखून ताब्यात घेतली. हरवलेली पोत सुरक्षारक्षकांच्या प्रामाणिकतेमुळे परत मिळाल्याने महिलेच्या डोळ्यात आनंदाश्रु तराळले. दसक वाडी येथील अर्चना चव्हाण यांचे नातलग प्रसूतीसाठी जिल्हा रुग्णालयात दाखल आहेत. त्यांच्या भेटीसाठी चव्हाण रविवारी (दि.३१) जिल्हा रुग्णालयाच्या मुख्य इमारतीच्या पहिल्या मजक्यावरील प्रसूती कक्षात आल्या. येथे त्यांच्या गळ्यातील अडीच तोळे वजनाची पोत पडली. ही बाब त्यांना समजली नव्हती. दरम्यान, तेथे सेवा बजावणारे सुरक्षारक्षक वाल्मिक टिळेकर यांना ही सोन्याची पोत सापडली. त्यांनी सुपरवायझर रमेश गाडेकर व वैद्यकीय अधिकारी डॉ. आनंद पवार यांना ही



महिलेने रुग्णालयाशी संपर्क साधण्याचे आवाहन करण्यात आले. ही बाब अर्चना चव्हाण यांना समजली. त्यांनी तातडीने जिल्हा रुग्णालयात संपर्क साधून पोत ओळखली. डॉ. पवार यांच्यासह उपस्थित डॉक्टर व सुरक्षारक्षकांनी यांच्या हस्ते चव्हाण यांना पोत परत करण्यात आली. पोत परत मिळाल्याने चव्हाण यांच्यासह नातलगांनी जिल्हा रुग्णालयातील डॉक्टर व सुरक्षारक्षकांचे आभार मानले.

# भिक्षू पय्यानंद थेरो यांना धम्म प्रचारासाठी वाहन दान... समाजातील श्रद्धावंतानी एकत्रित येऊन दिली चारचाकी वाहनाची भेट.



(लातूर ) महाविहार धम्म संस्कार केंद्र सातकर्णी नगर चे सर्वेसर्वा धम्म गुरु पू. भिक्षू पय्यानंद थेरो यांना बौद्ध धम्माचा प्रचार आणि प्रसार करण्यासाठी बौद्ध समाजाच्या कडून चारचाकी वाहन दान देण्यात आले आहे. अखिल भारतीय भिक्षू संघांचे राष्ट्रीय कार्याध्यक्ष पू. भिक्षू डॉ. उपगुप्त महाथेरो यांच्या प्रमुख मार्गदर्शना खाली पू. भिक्षू पय्यानंद थेरो हे गेल्या अनेक वर्षा पासून लातूर शहर व जिल्ह्यात बौद्ध धम्माचा प्रभाविपने प्रचार व प्रसार करतात. ऐतहासिक भिक्षू संघ दान सोहळा, महाविहार सातकर्णी नगर धम्म केंद्र निर्मिती, भव्य स्थावर सातत्याने बौद्ध धम्म परिषदेचे आयोजन, सामूहिक महा बुद्ध वंदना कार्यक्रम, दर रविवार चलो बुद्ध विहार अभियान, सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक इत्यादी क्षेत्रात सातत्याने उल्लेखनीय कार्यक्रम भिक्षू पय्यानंद थेरो नेहमी राबवित असतात. त्यासाठी ते लातूर जिल्ह्यात परिभ्रमण करताना गैरसोय होत असल्यामुळे समाजातील निष्ठवंत, श्रद्धावंत बौद्ध

उपासक उपासिका यांच्या कडून डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्क लातूर येथे सर्व दानदात्या समक्ष चारचाकी वाहन भेट देण्यात आले आहे. यासाठी भंते बुध्दशील, डॉ. जि. के. डोंगरगावकर ( मुंबई ), ई.जि. संजय सावंत, परमेश्वर आदमाने, डॉ. संजय गर्वई, प्रा देवदत्त सावंत, विजय मस्के, प्रा. दुष्यंत कटारे, आत्माराम मोरे, अन्तेश्वर थोटे, आशा चिकटे, वैशाली गायकवाड, पांडुरंग अंबुलगेकर, प्रा.शास्त्रिक कुरे, बादल कांबळे, पंचशीला बनसोडे, ज्ञानेश्वरी बटवाड, मुकुंद वाघमारे, सुदाम बामणीकर, शकुंतला नेत्रगावकर, अनिता तेलगावकर, बेबी कांबळे, वसंत वाघमारे, सुधाकर कांबळे, के.एल. सिरसाट, भगवान नरवाडे, उदय सोनवणे, मोहन शृंगारे, राहुल शाक्यमुनी, भीमराव चौदंते, बाबुराव गायकवाड, एंड. सुनिल कांबळे, संतोष कसबे, ज्योती वानखेडे, संजय राजूत, अरुण गायकवाड, विठ्ठल आदमाने, डॉ वैशाली इंगोले, ज्योतीराम लामतुरे, गौतम जेवरीकर, अनुरथ वाघमारे, अक्षय गायकवाड, अरविंद शिंदे, बालिका कांबळे, संजय कांबळे, आदी लोकांनी एकत्रित येऊन

चारचाकी वाहना साठी आर्थिक मदत केली. संपूर्ण लातूर जिल्हा व परिसरात भ्रमण करण्यासाठी पू. भिक्षू पय्यानंद थेरो यांना वाहणामुळे मदत होणार आहे. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर पार्क लातूर येथे प्रारंभी डॉ बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या स्मारकास पुष्पहार अर्पण करून पू. भिक्षू डॉ. उपगुप्त महाथेरो यांच्या प्रमुख उपस्थिती मध्ये भिक्षू पय्यानंद थेरो यांच्याकडे चारचाकी वाहन स्वाधीन करण्यात आले. यावेळी एंड. बाबासाहेब गायकवाड, बसवंत उबाळे, प्रा. यु. डी. गायकवाड, डी. एस. नरसिंगे, डॉ. सुधाकर गुळवे, प्रा. शिवशरण हावळे, उत्तम कांबळे, राजू आर्वीकर, सूर्यकांत कालेकर, ज्ञानेश्वर सुरवसे, प्रा. कल्याण कांबळे, रमेश शृंगारे, विनायक बोरीकर, शोभा सोनकांबळे, श्यामल कांबळे, मीना कदम इत्यादी मोठया संख्येने नागरिक उपस्थित होते. कार्यक्रम यशस्वीते साठी पंडीत सूर्यवंशी बालाजी धायगुडे, मिलिंद धावारे, सतिश कांबळे, डॉ. अरुण कांबळे, विशाल वाहुळे, निलेश बनसोडे, अविनाश आदमाने यांनी परिभ्रम घेतले.