

Bharat Chandak

SATYA ELECTRICALS

POLEPORE	DELTA	Legrand	NAVELLE	INDUSTRIAL
Finolux	OKALOS	USHA	PHILIPS	SIEMENS

Tapadia Market, Chain Sukh Road, Latur-413512
Ph : (O) 243678, 244458, 250776, (R) 242018
Email: satyaelectricals@rediffmail.com

लातूर वर्ष ४ थे अंक २२१ वा शनिवार दि. २२ फेब्रुवारी २०२५ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रु.

भक्ती, शक्ती आणि युक्ती हे मराठी भाषेचे सामर्थ्य : पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांचे गौरवोद्धार

मराठी भाषेमध्ये जशी शूरता आहे तशी विरताही आहे, संवेदनाही आहे आणि सहवेदनाही आहे म्हणूनच भक्ति शक्ती युक्ती हे मराठी सामर्थ्य आहे असे गौरवोद्धार पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी काढले. ज्ञानेश्वर तुकारामांचे स्मरण करून त्यांनी दिल्ली मराठी भाषेला अभिवादन करत असल्याचे म्हटले. अखिल भारतीय साहित्य संमेलन हे एका राज्यापुरते मर्यादित राहिले नसून ते आता देशपातळीवर गेले आहे. दिल्लीमध्ये हाणाच्या या संमेलनाला माझ्या हस्ते उद्घाटन झाले हे माझे भाग्य आहे.

पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या हस्ते दिपप्रज्वलनाने ९८ व्या अखिल भारतीय मराठी साहित्य संमेलनाचे उद्घाटन झाले. दिल्ली येथील छत्रपती शिवाजी महाराज साहित्यनगरी (तालकटोरा स्टेडियम) येथे संमेलनाचे आयोजन करण्यात आले आहे. सुरवातीला त्यांनी सर्व उपस्थितांचे आभार मानले. 'आज जागतिक मातृभाषा दिन आहे. अतिशय चांगला दिवस तुम्ही साहित्य संमेलनासाठी निवडला' असे अस्खलित मराठीत बोलून त्यांनी आपल्या भाषणाची सुरुवात केली.

उपस्थित राहण्याचे भाग्य मला लाभले आहे अशी भावनाही त्यांनी व्यक्त केली.

लाखो लोकांना राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाकडून देशप्रेमाची शिकवण शंभर वर्षांपूर्वी याच पवित्र महाराष्ट्राच्या भूमिती राष्ट्रिय स्वयंसेवक संघाचे बिजे रोवली होती. आज हा संघ वटवृक्षाच्या रूपात आज आपले शताब्दी वर्ष साजरा करत आहे. माझ्यासारख्या लाखो लोकांना देशप्रेमासाठी जगण्याची प्रेरणा संघाने दिली आहे. संघामुळे मराठी भाषा आणि मराठी परंपरेशी मला जुळता आले. मराठी भाषेला अभिजात भाषेचा दर्जा देण्याचे सौभाग्य लाभले जगभरात १२ कोटी मराठी भाषिक लोक आहेत. अभिजात भाषेचा दर्जा मिळावा यासाठी काही दशके मराठी लोक प्रयत्न करत होते. नुकताच मराठी भाषेला अभिजात भाषा म्हणून दर्जा मिळाला आहे. ते काम पूर्ण करण्याचे सौभाग्य मला लाभले आहे. असेही मोदी यांनी स्पष्ट केले. भाषा हे केवळ संवादाचे माध्यम नाही तर ते संस्कृतीचे संवाहक असते. भाषा समाजात निर्माण होते पण समाज घडवण्याचेही महत्वाचे काम भाषेच्या माध्यमातूनच होत असते. आपल्या मराठीने देशभरातील अनेक लोकांना अभिव्यक्त होण्याची

संधी देऊन संस्कृती समृद्ध केली आहे.

मराठा तितुका मेळवावा समर्थ रामदास यांच्या 'मराठा तितुका मेळवावा, महाराष्ट्र धर्म वाढवावा आहे तितुके जतन करावे, पुढे आणिक मेळवावे महाराष्ट्र राज्य करावे जिकडे तिकडे' या ओळींचा संदर्भ घेत त्यांनी सांगितले की मराठीत शूरताही आहे विरताही आहे, सौंदर्यही आहे संवेदनाही आहे, समानताही आहे समरसताही आहे, आध्यात्माचे स्वर आहेत तर आधुनिकतेची लहरही आहे, मराठीत भक्ती आहे शक्तीही आहे आणि युक्तीही आहे. जेव्हा भारताला आध्यात्माची गरज होती तेव्हा महाराष्ट्रातील संतांनी प्राचिन काळातील ऋषींच्या ज्ञानाला मराठी भाषेत आणले. संत ज्ञानेश्वर, संत तुकाराम, संत रामदास, संत बहिणाबाई, गोरा



कुंभार, तुकडोजी महाराज यासह असंख्य संतांनी संत परंपरेच्या माध्यमातून देशाला दिशा देण्याचे काम केले. असेही पंतप्रधान मोदी यांनी सांगितले.

मराठी भाषेचा इतिहासावर प्रभाव ग. दी. माडगूळकर, सुधीर फडके यांचेही कार्य आणि मराठी भाषेवरील प्रभाव आपण जाणतो. इतिहासात छत्रपती शिवाजी महाराज, संभाजी महाराज, पेशवा बाजीराव या वीरांनीही शत्रूंना सळो की पळो करून सोडले. यामध्येही भाषेची भूमिका महत्वाची होती. वासुदेव बळवंत फडके स्वातंत्र्यवीर सावरकर लोकमान्य टिळक यांना भाषेने मोठे प्रेम दिले. भाषेने सामाजिक मुक्तीचे द्वार उघडले. महात्मा फुले, सावित्रीबाई फुले, महर्षी कर्वे, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी मोठे काम केले. मराठी भाषेने दलित साहित्य दिले, विज्ञान कथांची रचना केली, तर्कशास्त्रात योगदान दिले.

उपमुख्यमंत्र्यांना धमकी देणा-या २ संशयितांना अटक



बुलढाणा : महाराष्ट्राचे उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांच्या गाडीला बॉम्बने उडविण्याची धमकी देणारे ई-मेल गोरेगाव पोलीस ठाण्यात प्राप्त झाले आहे. या प्रकरणी भारतीय दंड संहिते अंतर्गत गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. मुंबई पोलिसांनी दिलेल्या माहितीनुसार, मुंबई गुन्हे शाखा आणि बुलढाणा पोलिस यांच्या संयुक्त कारवाईत दोन संशयितांना अटक करण्यात आली आहे. मंगेश अच्युतराव वायल (३५) आणि अभय गजानन शिंगाणे (२२) अशी अटक करण्यात आलेल्या आरोपींची नावे असून ते दोघेही देवळगाव मही, जिल्हा बुलढाणा येथील रहिवासी आहेत. त्यांना देवळगाव, जिल्हा बुलढाणा येथून अटक करण्यात आली असून त्यांना चौकशीसाठी मुंबईत आणले जात आहे.

॥ जय भवानी ॥ ॥ जय शिवराय ॥ ॥ जय महाराष्ट्र ॥

मा.श्री. रमेश पाटील

माजी तालुका प्रमुख-लातूर
आपणास वाढदिवसाच्या शुभेच्छा!

22 फेब्रुवारी

शुभेच्छुक काळभैरवनाथ ट्रेडिंग कंपनी, लातूर

श्री.चंद्रकांत पाटील

उदगीरच्या विमानतळ संदर्भात एअरपोर्ट अॅथॉरिटी ऑफ इंडियाकडून सकारात्मक विचार माजी मंत्री आ.संजय बनसोडे यांच्या मागणीला लवकरच यश मिळणार



उदगीर : मतदार संघ हा आंध्रप्रदेश, तेलंगणा व कर्नाटक राज्यांच्या सिमेवर आहे. उदगीर नगरी ही ऐतिहासिक असून या ठिकाणी मोठी बाजारपेठ आहे तसेच जिल्हास्तरीय सर्व कार्यालये, जिल्हास्तरीय न्यायालये, प्रादेशिक परिवहन (आर.टी.ओ.) कार्यालयासह वेगवेगळ्या प्रकारची जिल्हास्तरीय कार्यालये आहेत. तसेच रेल्वेची कनेक्टिव्हिटी असल्याने दळणवळणासाठी लागणाऱ्या सर्व यंत्रणा उदगीर मतदार संघात उपलब्ध होत आहेत. तसेच नियोजित विमानतळासाठी मुबलक प्रमाणात जागाही उदगीर येथे उपलब्ध असून उदगीर येथे आपण विमानतळास मंजूरी द्यावी अशी मागणी उदगीरच्या विमानतळ संदर्भात एअरपोर्ट अॅथॉरिटी ऑफ इंडियाकडे

जानेवारी २०२५ मध्ये एका लेखी निवेदनाद्वारे माजी मंत्री आ.संजय बनसोडे यांनी केली होती. त्यांच्या या मागणीचा एअरपोर्ट अॅथॉरिटी ऑफ इंडिया यांनी सकारात्मक विचार करून उदगीर येथे विमानतळ करण्यासाठी लवकरच प्रक्रिया सुरु करणार असल्याचे एअरपोर्ट अॅथॉरिटी ऑफ इंडियाचे सदस्य अनिल गुप्ता यांनी कळवले आहे. यामुळे आ.संजय बनसोडे यांच्या मागणीला लवकरच यश मिळणार असून सदर विमानतळ उदगीरला झाले तर आंध्रप्रदेश, तेलंगणा व कर्नाटक राज्यातील व्यापा-यांना याचा फायदा होणार असून या भागातील नागरिकांना देश - विदेश व धार्मिक स्थळांना जाण्यासाठी याचा फायदा होणार आहे.

ट्रकची लागली धडक : एका बैलाचा मृत्यू बैलगाडीसह शेतकरी पुलावरून कोसळला

किनवट: शेख शौकत :-आप्पारापेटहून निर्मल गोंडजेवली नाक्याकडे जाणाऱ्या रोडवर भरधाव वेगाने येणाऱ्या ट्रकचा शेतकऱ्याच्या बैलगाडीला जोराचा धक्का लागल्याने बैलगाडी सह शेतकरी पुलावरून खाली पाण्यात कोसळला, एका बैलाचा जागीच मृत्यू झाला आहे, तर दुसरा बैल गंभीररित्या जखमी झाला असून नागना पोतना कोतुलगाव हा शेतकरी या अपघातातून बालंबाल बचावला आहे. ही घटना आप्पारापेटहून गोंडजेवली नाक्याकडे जाणाऱ्या रोडवरील श्रीधर रेड्डी यांच्या शेता जवळील अरुंद पुलावर २० फेब्रुवारी रोजी सकाळी ९ च्या सुमारास घडली. अशी माहिती येथील माजी जिल्हा परिषद सदस्य सूर्यकांत आरडंकर, माजी तंटामुक्ती अध्यक्ष विनायक देशमुख, सरपंच शेख अब्दुल रब्ब व



पोलीस पाटील धुमा रेड्डी लोकावर यांनी दिली आहे. किनवट तालुक्यातील आप्पारापेट येथील नागना पोतना कोतुलगाव वय ४८ वर्ष हा शेतकरी वैयक्तिक खाजगी कामासाठी बैलगाडीने छोटे गोटे शेताकडे नेत असताना भरधाव वेगाने येणाऱ्या ट्रकचा बैलगाडीला जोराचा धक्का लागला, त्यामुळे बैलगाडीसह नागना कोतुलगाव

हे पुलावरून खाली पाण्यात कोसळले. या घटनेत एका बैलाचा जागीच मृत्यू झाला असून नागना हे पुलाच्या पाण्यातून कसेबसे बाहेर निघाले. नागना कोतुलगाव यांनी आरडाओरडा केल्याने इतर शेतकऱ्यांनी धाव घेतली. कोयता विद्याने दोरखंड कापून गंभीररित्या जखमी झालेल्या बैलाला वाचवले आहे. या घटनेची माहिती येथील पोलीस पाटील भुमारेड्डी लोकावर यांनी संबंधित विभागाला दिली असून तलाठी निताली गाडकर या घटनास्थळाचा पंचनामा करणार असल्याचे पोलीस पाटील भुमारेड्डी यांनी सांगितले आहे. या घटनेची माहिती मिळताच येथील माजी सरपंच भोजा रेड्डी, प्रदीप सावते यांच्यासह गावातील नागरिकांनी घटनास्थळी मोठी गर्दी केली होती.

संपादकीय....

वस्त्रोद्योगाच्या
विकासासाठी...!

भारतात रोजगारनिर्मिती करण्याच्या क्षेत्रांमध्ये काही क्षेत्रांचा वाटा लक्षणीय आहे. भारतीय वस्त्र उद्योग हा देशातील सर्वात मोठ्या रोजगार प्रदात्यांपैकी एक आहे. कृषी क्षेत्रानंतर, हा उद्योग सर्वाधिक लोकांना रोजगार प्रदान करतो. अलीकडच्या काळात भारतासह अनेक देशांतील वस्त्रोद्योगाला बांगलादेश आणि फिलिपाईन्ससारख्या लहान देशांकडून आव्हान मिळत आहे.

राजधानी दिल्लीत भारत मंडपम् येथे 'भारत टेक्स'चे नुकतेच आयोजन करण्यात आले होते. या आयोजनाने भारतीय वस्त्रोद्योगाचे जागतिक पातळीवरचे स्थान, तंत्रज्ञान याबाबत जाणून घेण्यास मदत मिळाली. यात सुमारे १२० देश सहभागी झाले. भारत जगातील सहाव्या क्रमांकाचा वस्त्र आणि कच्चा माल निर्यातदार देश आहे. आपली कापड निर्यात तीन लाख कोटी रुपयांपर्यंत पोचली आहे. २०३० पर्यंत नऊ लाख कोटी रुपयांपर्यंत पोचण्याचे ध्येय आहे. भारताच्या उत्पादन क्षेत्रात वस्त्रोद्योग अकरा टक्के योगदान देत आहे. सरकारने २०१५ मध्ये वस्त्रोद्योगात उच्च तंत्रज्ञानाचा वापर करण्याच्या दृष्टीने सुधारित तंत्रज्ञान विकास निधी योजनेला मंजुरी दिली. सर्वकष टेक्सटाईल पार्क योजना ही सूतगिरणी स्थापन करताना त्यांना जागतिक पातळीवरच्या सुविधा उपलब्ध व्हाव्यात यासाठी अर्थसाह्य करण्याचे काम करते. सध्याची कापड उद्योगात असणारी कुशल कामगारांची टंचाई दूर करण्यासाठी समर्थ योजना सुरू करण्यात आली. शिवाय ईशान्य भारतात वस्त्र संवर्धन योजना सुरू करण्यात आली. यंत्रमाग उद्योगात नवीन संशोधन आणि विकास, बाजारपेठ, ब्रँडिंग, अंशदान आणि कामगारांना केंद्रस्थानी ठेवत 'पॉवर टेक्स इंडिया योजना' आणण्यात आली. रेशीम वस्त्र सर्वकष योजना आणि ज्युट आयकेअर योजना देखील अस्तित्वात आहे. वस्त्रोद्योगात तंत्रज्ञानाला प्रोत्साहन मिळावे या हेतूने राष्ट्रीय तंत्रज्ञान वस्त्र मिशनची सुरुवात करण्यात आली. अलीकडेच भारताने मेक इन इंडिया, ब्रँड इंडिया, खादी ब्रँड आदींसाठी पुढाकार घेतला.

२०२५-२६ च्या अर्थसंकल्पात लांब सूत करण्याच्या कापसाच्या वाणाची उत्पादकता वाढविण्यासाठी पाचशे कोटी रुपयांच्या निधीसह पाच वर्षांची कापूस मिशन योजना जाहीर केली. भारत आता उच्च गुणवत्ताप्राप्त कार्बन फायबरच्या निर्मितीच्या दिशेने वाटचाल करत आहे. यामध्येही भारताच्या वस्त्रोद्योग क्षेत्राला मदत मिळेल. एकूणात भारतातील वस्त्रोद्योगाला चालना देण्यासाठी आणि निधीचा अभाव राहू नये यासाठी सरकारकडून अनेक योजना आणल्या आणि त्या कार्यान्वितही केल्या. पण, अजूनही वस्त्रोद्योग सेक्टरला अनेक समस्यांचा सामना करावा लागत आहे.

भारतीय वस्त्रोद्योगात असंगठित क्षेत्र तसेच लहान आणि मध्यम उद्योगांचे प्रभुत्व पाहावयास मिळते. तंत्रज्ञानाच्या अपग्रेडेशनचा वेगदेखील खूपच कमी आहे. जीएसटीसारखी व्यवस्था ही भारतीय वस्त्रोद्योगाला आंतरराष्ट्रीय बाजारात महागडे करणारी आणि जागतिक स्पर्धेतून बाजूला करण्यासाठी कारणीभूत ठरत आहे. भारतात पेहराव, कपडे तयार करण्याच्या कंपन्यांचा आकार हा साधारणपणे शंभर मशिन क्षमतेचा आहे आणि तो बांगला देशच्या तुलनेत खूपच कमी आहे. तेथे प्रत्येक कारखान्यात किमान पाचशे मशिन्स आहेत. विशेष म्हणजे वस्त्रोद्योग हे रोजगारनिर्मिती करणारे मोठे सेक्टर असतानाही या क्षेत्राला कर्ज मिळवताना अनेक त्रासाला सामोरे जावे लागते. या आव्हानामुळे परकी गुंतवणूकदार भारतातील वस्त्रोद्योगात गुंतवणूक करण्यात धजावत नाहीत. परिणामी या क्षेत्रातील एफडीआयचे प्रमाण कमी राहते. शिवाय तंत्रज्ञानाच्या मदतीने कापडनिर्मितीत भारताचा क्रमांक पाचवा असला तरी आपण अजूनही खूप मागे आहोत. वाहन उद्योग, सिव्हिल इंजिनिअरिंग, बांधकाम, कृषी, आरोग्य औद्योगिक सुरक्षा, व्यक्तिगत सुरक्षा आदीसह विविध उद्योगात होत असलेले तंत्रज्ञानाचे प्रयोग वस्त्रोद्योगातही करणे गरजेचे आहे.

आस्तिक आणि नास्तिक, दोघेही 'वैज्ञानिक' असू शकतात

उत्क्रांतीच्या 'सांस्कृतिक राजकारणा'ची गरज, (लोकसत्ता-फेब्रुवारी १२) या लेखात अनेक महत्त्वाच्या प्रश्नांना स्पर्श केला आहे. त्या प्रत्येक प्रश्नावर स्वतंत्रपणे चर्चा होणे गरजेचे आहे. त्यापैकी वरचेवर उपस्थित होणारा एक प्रश्न आहे, ईश्वर आहे की नाही. त्यावरील चर्चेत विवेकवादी नेहमी, विज्ञानाला आपल्याबरोबर ओढतात. आणि विज्ञानवादीही विनाकारण, स्वतःला खोड्यात अडकवून घेतात. वस्तुतः ईश्वर असण्या-नसण्याशी विज्ञानाचा काहीही संबंध नाही. विज्ञान या प्रश्नावर पूर्णपणे उदासीन आहे. याबाबतीत लाप्लासचा किस्सा बोलका आहे.

लाप्लास हा प्रसिद्ध खगोलशास्त्रज्ञ आणि गणितज्ञ नेपोलियनचा वैज्ञानिक सल्लागार होता. त्याने ग्रहगोलांच्या गतीवर एक पुस्तक लिहिले आणि नेपोलियनला भेट दिले. नेपोलियनची ईश्वरवर दृढ श्रद्धा होती. त्याने आपल्या धर्मग्रंथात वाचले होते की, ईश्वराने सहा दिवसांत हे विश्व निर्माण केले. पुस्तक वाचून झाल्यावर त्याने लाप्लासला विचारले, तुझ्या पुस्तकात तू बाकी सगळे व्यवस्थित मांडलास. पण ग्रहगोलांचे सिद्धांत मांडताना परमेश्वराचा साधा उल्लेखही तू केला नाहीस. हे कसं काय? या प्रश्नाला जे लाप्लासने उत्तर दिले ते सर्व विज्ञानवाद्यांनी मनन करण्यासारखे आहे. लाप्लास म्हणाला, महाराज, माझे विचार मांडताना त्या गृहीतकाची मला गरज भासली नाही.

'गृहीतक' दोन्हीकडे आहेच कोणत्याही विषयाचे ज्ञान मिळविण्याची सुरुवात गृहीतकानेच होते. गृहीतक म्हणजे असे विधान की, जे कधीही, विधान कारणाच्याने, सिद्ध केलेले नसते आणि ज्यात वापरलेल्या शब्दांची धड व्याख्याही दिलेली नसते. हे ज्ञान प्राप्त करून घेणाऱ्याच्या निष्काळजीपणातून घडत नसून तर्कशास्त्रीय मर्यादेमुळे घडते. गृहीतक टाळता येत नाही. ती मानवी ज्ञानाची मर्यादा आहे. मग संबंधित ज्ञान अध्यात्मिक असो अथवा वैज्ञानिक. ते ज्ञान सांगणारा विवेकवादी असो अथवा धर्मगुरू. त्या गृहीतकावरून मिळवलेले ज्ञान सुसंगत आहे ना एवढेच पाहणे माणसाच्या हातात आहे. ते सुसंगत वाटले तर व्यक्ती त्याला सत्य मानते. सत्य त्रिकालाबाधित नसते. ते वस्तुनिष्ठही नसते. ज्याला आपण व्यवहारात वस्तुनिष्ठ सत्य म्हणतो, ते बहुमताने स्वीकारलेले व्यक्तिनिष्ठ सत्य असते. आणि बहुमत बदलू शकते. यासाठी वैज्ञानिक गृहीतकातून येणारे निष्कर्ष आणि प्रत्यक्षात येणारे अनुभव यात विसंगती नाही ना, हे वरचेवर तपासून पाहतात असतो. दोन्हीत विसंगती आढळली तर आपल्या गृहीतकात काही दोष नाहीत ना हे तो तपासतो, असतील तर आपल्या गृहीतकात जरूर त्या सुधारणा करतो आणि सुधारणा शक्य नसेल तर तो त्या गृहीतकाचा त्याग करतो. सश्रद्ध व्यक्तीला विसंगती सहसा आढळत नाहीत. तिला अपेक्षित फळ मिळाले तर तिचा आपल्या गृहीतकावरील विश्वास दृढ होतो. फळ मिळाले नाही तर आपली श्रद्धा कमी पडली असे तिला वाटते आणि ती अधिक दृढतेने आपल्या गृहीतकावर विश्वास ठेवते. त्यामुळे तिचे गृहीतक सुसंगत निष्कर्ष देवो अथवा न देवो तिची त्यावरील श्रद्धा दिवसेंदिवस अधिकाधिक दृढ होत जाते.

वैज्ञानिकांचे गृहीतक हे 'वर्किंग हायपोथेसिस' असते. धार्मिक माणसाचे गृहीतक ही श्रद्धा असते. श्रद्धेला आव्हान देता येत नाही. त्यामुळे, वैज्ञानिक ज्ञानात सुधारणा होत जाते, भर पडते. अध्यात्मिक ज्ञान आहे तेथेच थांबते.

परंतु वैज्ञानिकांनाही आपल्या ज्ञानातील विसंगती लगेच कळतातच असे नाही. टॉलेमीचा पृथ्वीकेंद्रित सिद्धांत हजारो वर्षे 'करेक्ट रिझल्ट' देत होता. त्यातील चुका लक्षात येण्यास सतरावे शतक उजाडवे लागले. जेव्हा दुर्बिणीचा शोध लागला तेव्हाच गॅलिलिओला शुक्राच्या कला दिसल्या. शुक्राच्या कलांचे स्पष्टीकरण टॉलेमीच्या सिद्धांतात मिळत नव्हते. दुर्बिणीचा शोध लागला नसता तर टॉलेमीला चुकीचे ठरवता आले नसते. कारण सूर्य पृथ्वीभोवती फिरतो हे प्रत्यक्ष डोळ्यांना दिसणारे, कुणीही ताडून पाहावे असे सत्य होते. न्यूटन 'टॉईम इज अबसोल्यूट' असे म्हणत होता. हा सिद्धांत चुकीचा आहे हे कळायला तीनशे वर्षे जावी लागली.

गृहीतकात विसंगती आहे हे, अशा प्रकारे कळायला, कधी कधी शेकडो वर्षेही लोटतात, तर गोडेल हा गणितज्ञ सिद्ध करतो की, गणिताच्या मर्यादित गृहीतकाच्या सिद्धांतात विसंगती नाही हे सिद्ध करता येत नाही. विसंगती दिसली की ती दूर करणे एवढेच माणसाच्या हातात आहे. विज्ञानातही असेच होते. त्यामुळे एखादे गृहीतक मानले आणि नंतर लक्षात आले की, याची काही आवश्यकता नाही किंवा त्याला जर त्यात सुधारणा करावीशी वाटली तर त्यांची ना नसते. ही एकवेळ होणारी घटना नसते. ही सतत चालणारी प्रक्रिया असते. याला वैचारिक डार्विनिझमही म्हणता येईल.

यासाठी सावधगिरीचा उपाय म्हणजे वैज्ञानिक कोणती गृहीतके कमीत कमी ठेवण्याचा प्रयत्न करत असतो. कारण गृहीतके जितकी कमी तितकी त्यांच्यात विसंगती आढळण्याची शक्यता कमी. याच दृष्टीने 'परमेश्वराचे गृहीतक आवश्यक नसेल तर मानायचे कशाला?' हा लाप्लासचा सवाल महत्त्वाचा ठरतो.

परंतु, परमेश्वराचे गृहीतक न मानणे आणि 'परमेश्वर नाही' असे मानणे या तार्किकदृष्ट्या दोन सर्वस्वी भिन्न गोष्टी आहेत, इकडे विवेकवाद्यांचे बऱ्याचदा दुर्लक्ष होते. 'परमेश्वर नाही' हे 'परमेश्वर आहे' अशा सारखेच एक गृहितक आहे. परमेश्वर आहे हे सिद्ध करता येत नाही, तसेच परमेश्वर नाही हेही सिद्ध करता येत नाही. पुराव्याचा अभाव हा अभावाचा पुरावा होऊ शकत नाही. त्यामुळे 'परमेश्वर आहे' या गृहीतकाप्रमाणे 'परमेश्वर नाही' हे गृहीतक मानण्याचेही वैज्ञानिकांना काहीच कारण नाही.

आणि परमेश्वर नाही हे सिद्ध करण्याची विज्ञानाला तशीही गरजही नाही. विज्ञानाचे कार्यक्षेत्र जसे वाढेल तसे देवाचे कार्यक्षेत्र कमी होत जाते. ४० हजार वर्षांपूर्वीपर्यंत सैपियनला त्याच्या विश्वात घडणाऱ्या घटनांच्या मागचा कार्यकारणभाव समजत नव्हता. आकलन-क्रांतीनंतर कोणतीही घटना

घडण्यासाठी काहीतरी कारण हवे असे त्याला वाटले आणि त्याने त्याला देव असे नाव दिले. देव त्याला पडणाऱ्या प्रश्नांची, त्याला पटतील अशी, उत्तरे देत होता. विज्ञान जेव्हा अधिक समर्पक उत्तरे देऊ लागले तेव्हा देवाचा प्रभाव कमी होत गेला. तेराव्या शतकात युरोपात प्लेग आला तेव्हा



देवाने आपले रक्षण करावे यासाठी लोक चर्चमध्ये जमत. आज कोविड १९ची साथ आल्यावर जगभरच्या धर्मस्थळाना कुलपे ठोकली गेली. पूर्वी 'स्मॉल पॉक्स' देवीच्या कोपाने होत होता. आज 'देवीचा रोगी कळवा आणि हजार रुपये मिळावा' असे जनतेला माणवाने आणि देवीला आव्हान केले जाते. पूर्वी साप चावलेल्याला देवळात नेत. आता सिव्हिल हॉस्पिटलमध्ये नेतात. चार हजार वर्षांपूर्वी हमुर्बळीला कायदे अनु आणि बेल या देवांनी दिले होते. आपली राज्यघटना आपणच आपल्याला अर्पण केली आहे. विज्ञान जेव्हा अधिक प्रभावी पर्याय उपलब्ध करून देते तेव्हा देवाचा प्रभाव कमी होत जातो. आज विज्ञान हे काम शांतपणे करत आहे.

प्रसिद्ध दिवंगत खगोल शास्त्रज्ञ स्टीफन हॉकिंग चांगल्या गृहीतकाची कसोटी सांगतो. तो म्हणतो, चांगले गृहीतक भूतकाळात घडलेल्या घटनांच्या कारणांचे स्पष्टीकरण देते आणि भविष्यात घडणाऱ्या घटनांची सूचना देते. विज्ञानाची गृहीतके ही दोन्ही कामे करतात. देवाचे गृहीतक भूतकाळातल्या घटनांचे स्पष्टीकरण देते. पण भविष्यकाळात काय घडणार हे सांगू शकत नाही. एखादी घटना घडून गेली की श्रद्धावंत म्हणतो देवाची इच्छा! पण त्याच्या परिणामस्वरूप भविष्यकाळात काय घडणार आहे हे देवाच्या गृहीतकातून निष्पन्न होत नाही. यासाठी हॉकिंग देवाच्या गृहीतकाला चांगले मानत नाही. 'हे देवाने केले' असे म्हटले काय अथवा 'याचे कारण ठाऊक नाही' असे म्हटले काय, दोन्हीचे अर्थ आणि परिणाम सारखेच होतात. त्यामुळे, आज वैज्ञानिक देवाच्या गृहीतकाचा उल्लेख करत नाहीत. त्यापेक्षा विज्ञानाला आज याचे उत्तर ठाऊक नाही, उद्या कदाचित ठाऊक होईलही अशी वैज्ञानिकांची भूमिका असते. विज्ञानाने परमेश्वराला 'बायपास' केले आहे.

पत्नीच्या निर्वाहनिधीच्या कायद्यात बदल हवा?

पुरुषप्रधान संस्कृती असल्यामुळे आपल्याकडे महिलांना दुर्यम स्थान होते व आजही आहे, हे मान्य करून स्त्रियांना विशेष अधिकारासह, विशेष संरक्षणाची गरज आहे हे अधोरेखित केले गेले. त्यानुसार संविधानामध्ये अनुच्छेद १५ (३) प्रमाणे कायदेमंडळाला महिला व बालकांसाठी विशेष कायदे करण्याचा अधिकार प्रदान करण्यात आला. या अधिकारान्वये संसदेने अनेक असे कायदे निर्माण केले जे महिलांच्या सुरक्षिततेसाठी, प्रगतीसाठी आवश्यक आहेत. या सर्व कायद्यांना फक्त संविधानाचाच नाही तर नैतिकतेचा व वस्तुस्थितीचा देखील आधार आहे. म्हणूनच स्त्रियांच्या बाजूने बनविलेल्या अशा कायद्यांना सर्वोच्च न्यायालयात आव्हान देण्यात आले त्या त्या वेळी सर्वोच्च न्यायालयाने अशा कायद्याची वैधता व गरज दोन्हीही मान्य केलेली आहे. भारतीय दंड संहितेच्या कलम ४९८ नुसार व्यभिचार या गुन्हासाठी फक्त पुरुषांना शिक्षेची तरतूद होती, स्त्रीला मात्र यात शिक्षा होत नसे. (२०१८ मध्ये व्यभिचार हा गुन्हा नसल्याचे सर्वोच्च न्यायालयाने म्हटले तसेच नवीन भारतीय न्याय संहितेमध्येही यास गुन्हा म्हटलेले नाही) परंतु या आधी सर्वोच्च न्यायालयाने स्त्रीला शिक्षा न करणाऱ्या कायद्यास योग्य म्हटले होते. घरगुती हिंसाचार कायदा हा संविधानानुसार, स्त्रियांना संरक्षण देण्यासाठीच आहे, असाही निष्कर्ष सर्वोच्च न्यायालयाने नोंदविलेला आहे. हुंडाविरोधी कायदा, हिंदू विवाह कायदा, नैसर्गिक पालकत्व, निर्वाहनिधीचा अधिकार असे अनेक कायदे स्त्रियांना संरक्षण (त्यांच्या पती आणि पतीच्या नातेवाईकांविरोधात) प्रदान करतात. आणि हे सगळे कायदे योग्यच आहे, यातही दुमत नाही. दुसरे असे की, वैवाहिक कायद्याचा उद्देशच मुळात स्त्रियांना संरक्षण देणे आहे. उदाहरणार्थ, स्त्रीला तिच्या सासरी परत जा अशी सक्ती करता येऊ शकत नाही, पण पण तिला यायचे असेल तर तिला सासरी घेण्याची सक्ती मात्र करता येऊ शकते. आता मुख्य मुद्द्याकडे येऊ. हा लेख फक्त निर्वाहनिधी संबंधित कायद्याची ओळख व त्यामध्ये काही सूचना देण्यापुरता मर्यादित आहे. निर्वाहनिधी म्हणजे निर्वाह करण्यासाठी आवश्यक असलेला निधी. एकमेकांशी विशेष असे नाते असलेल्या (पत्नी, मुले व आई-वडील) व्यक्तींवर ही जबाबदारी असते की त्यांने त्यांच्यावर अवलंबून असलेल्या व्यक्तीस हा निधी द्यावा. निर्वाहनिधीचा वाद विशेषतः पती-पत्नीत जास्त प्रमाणात बघायला मिळतो. मुलांकडून किंवा वृद्ध आई-वडिलांकडून अशा तऱ्हेची त्या तुलनेत कमी असतात. निर्वाहनिधी हा अनेक कायद्यांद्वारे प्राप्त करता येतो. हिंदू विवाह कायद्याच्या कलम २४ प्रमाणे, भारतीय नागरिक सुरक्षा संहितेच्या कलम १४६ प्रमाणे (अगोदर तो फौजदारी प्रक्रिया संहितेच्या कलम १२५ प्रमाणे असायचा), विशेष विवाह कायद्याचे कलम ३६ आणि घरगुती हिंसाचारापासून महिलांचे संरक्षण कायदा, २००५ च्या कलम २० प्रमाणे. याशिवाय हिंदू दत्तक व निर्वाह अधिनियम १९५६ हा कायदाही आहेच. हा कायदा मुस्लिम, ख्रिश्चन व पारसी सोडून इतरांना लागू होतो. या सगळ्या कायद्यांतर्गत दिल्या जाणाऱ्या निर्वाहनिधीचा उद्देश वेगवेगळा आहे, हे आपण समजून घेतले पाहिजे. कलम २४, ३६ व १४६ चा उद्देश हा पत्नीस जर इतर कोणताच आर्थिक स्रोत नसेल व पतीचे उत्पन्न व्यवस्थित असले तर त्या प्रमाणात पत्नीस जगता यावे यासाठी आवश्यक असलेली मासिक निधी देणे एवढाच आहे. घरगुती हिंसाचार कायद्याच्या कलम २० चा

उद्देश हा आर्थिक मदत देणे आहे आणि तीही फक्त त्या स्त्रीवर घरगुती हिंसाचार झाला असल्याचा प्राथमिक दृष्ट्या दिसत असेल तेव्हा. परंतु आज अशी परिस्थिती आहे की पती-पत्नीच्या प्रत्येक विवादात वरीलपैकी कुठले तरी न्यायिक प्रकरण दाखल होते व न्यायालये ९० टक्के प्रकरणांमध्ये पत्नीच्या बाजूने अंतरिम निर्वाहनिधीचा आदेश संमत करते. काही वर्षांपूर्वीपर्यंत फौजदारी प्रक्रिया संहितेअंतर्गत दिल्या जाणाऱ्या निर्वाहनिधीची एक मर्यादा ठरविण्यात आली होती, परंतु नंतरच्या काळात ती मर्यादा काढून टाकण्यात आली. यानंतर अनेक न्यायालयीन निवाड्यांनी निर्वाहनिधीचे वेगवेगळे अर्थबोधन करून त्यामध्ये क्लिष्टता आणली आहे. निर्वाहनिधी देण्यासाठी किंवा घेण्यासाठी काही अटीची पूर्तता करण्याचा कायदा आहे. निर्वाहनिधी मागणाऱ्या



व्यक्तीकडे स्वतःचे असे आर्थिक उत्पन्न नसावे व त्याच वेळेस ज्याच्याकडून निर्वाहनिधी मागत आहात त्याच्याकडे आर्थिक उत्पन्नाचे साधन असावे ही एक महत्त्वाची अट आहे. निर्वाहनिधी मागणारी व्यक्ती कारण नसताना घर सोडून जात असेल तर ती निर्वाहनिधीस कायदेशीर दृष्ट्या अपात्र होते. पती जर पत्नीस किंवा अज्ञान मुलांस आवश्यक असलेले आर्थिक सहाय्य देत नसेल तर निर्वाहनिधीचा आदेश देता येऊ शकतो. न्यायालयांनी यामध्ये 'लिक्विड स्टॅन्डर्ड' किंवा 'लाईफ स्टॉईल' ही संकल्पना आणली. तसेच पतीचा आर्थिक दर्जा हा देखील मुख्य मुद्दा बनविला. या दोन मुद्द्यांमुळे निर्वाहनिधीचा कायदा व त्याचा मुख्य उद्देशच बाजूला पडला. दुसरे असे की घरगुती हिंसाचार कायद्याप्रमाणे हिंसाचार झाला नसेल तर निर्वाहनिधी किंवा आर्थिक मदत मिळणार नाही असा निवाडा मुंबई उच्च न्यायालयाने दिला. या नवीन संकल्पनेमुळे एखादी स्त्री स्वतः चांगले पैसे कमावत असेल आणि तिच्या म्हणण्यानुसार ती कमावत असलेली रक्कम तिच्या जीवनशैलीनुसार जगायला पुरेशी नसेल, तर तिला निर्वाहनिधी देण्याचे आदेश न्यायालय देऊ शकते. याचमुळे लाखो रुपयांचे मासिक निर्वाहनिधीचे आदेश आपण बघितलेले आहे. अनेकदा पाच ते दहा लाख रुपये मासिक खर्च मिळावा असे अर्ज न्यायालयात दाखल होतात. याचे मुख्य कारण म्हणजे पतीचे आर्थिक उत्पन्न. सर्वोच्च न्यायालयाने म्हटले आहे की पतीच्या आर्थिक उत्पन्नातला २५% भाग पत्नीस देणे शक्य ठरवून देता येऊ शकेल. पती कमावत नसेल तरी

देखील कर्तव्य म्हणून त्याने पत्नीस निर्वाहनिधी दिलाच पाहिजे असे शिरे आपण न्यायालयाकडून ऐकले असतील. मुख्य म्हणजे पती जर कमावत नसेल तर तो मात्र हिंदू विवाह कायद्याचे कलम २४ व्यतिरिक्त इतर माध्यमातून निर्वाहनिधी (त्याच्या कमावत्या पत्नीकडून) मागू शकणार नाही. खर तर, निर्वाहनिधीची मूळ संकल्पना समजून घेणे फार महत्त्वाचे आहे. यामध्ये लाईफ स्टॉईल, लिक्विड स्टॅन्डर्ड' अशा संकल्पना आणायची गरज नाही. निर्वाहनिधी दिलाच पाहिजे परंतु कुणाला हा मुख्य मुद्दा आहे. त्याला फाटे न फोडता. कायद्याने एक विशिष्ट रक्कम ठरवावी, व स्पष्ट सांगावे की संबंधित स्त्री आर्थिकरित्या स्वतंत्र असेल, तिचा स्वतःचा व्यवसाय किंवा नोकरी असेल, ती दरमहा नियमित पैसे कमावत असेल, तर तिला निर्वाहनिधीचा अधिकार असता कामा नये. निर्वाह या शब्दाचा अर्थ तरी किमान समजून घ्यावा. पूर्णपणे पतीच्या आर्थिक मदतीवर अवलंबून असलेल्या किंवा पती व मुलांसाठी जिने कधी नोकरी केलीच नाही अशा स्त्रीला आर्थिक मदत देण्याची सक्ती करणे हे योग्य आणि नैतिकतेला धरून होईल. दुसरे असे की अंतरिम निर्वाहनिधी चा आदेश हा प्रत्येक वेळी काही अटी व शर्तीसह संमत केला गेला पाहिजे. वर सांगितल्याप्रमाणे, निर्वाहनिधीसाठी अर्जदाराला काही अटीची व स्थितीची पूर्तता करावी लागते. उदा. कारणांशिवाय घर सोडून न जाणे स्वतःचे आर्थिक उत्पन्न नसणे किंवा पती द्वारे दुर्लक्षित असणे वगैरे. या सर्व बाबी सिद्ध करण्यासाठी वेळ लागतो, पुरावे लागतात. यात साधारणपणे दोन-तीन वर्षे निघून जातात. तोपर्यंत त्या स्त्रीने काय करावे याचा विचार करणे अंतरिम निर्वाहनिधीचा आदेश न्यायालयाचे देत असतात. पण पत्नी कारण नसताना घर सोडून गेली होती किंवा तिचे स्वतःचे उत्पन्न तिच्या निर्वाहनिधीसाठी पुरेसे आहे, असे शेटवी सिध्द झाले तर मग अशा परिस्थितीत दिलेला निर्वाह निधी परत

घेण्याची अट अशा आदेशात का नसावी? याच प्रमाणे मुंबई उच्च न्यायालयाच्या म्हणण्याप्रमाणे घरगुती हिंसाचार कायद्यानुसार जर हिंसाचार झाला नसेल तर देखभाल खर्च किंवा आर्थिक मदत देता येणार नाही. पण न्यायालयाचे तर या बाबी सिध्द होण्यापूर्वीच निर्वाहनिधीचा आदेश देतात. अंतिम आदेशात हिंसाचार झाल्याचे सिध्द झाले नाही तर दिलेली सगळी रक्कम पत्नीने पतीला परत करावी अशी अट त्यात का असे नये? हा कायदेशीर मुद्दा आहे, न्यायालयांनी व वकिलांनी यात संशोधन करणे आवश्यक आहे. वरील सर्व कायदे हे घटस्फोटित पत्नीलाही लागू होतात. घटस्फोटानंतरही पतीने त्याच्या घटस्फोटीत पत्नीचा आर्थिक खर्च उचलावा असा कायदा आहे. आणि त्या पत्नीच्या पुर्नविवाहापर्यंत किंवा दोगांपैकी एकाच्या मृत्युपर्यंत हा देखभाल खर्च कायम असावा, असे नियम आहे. अनेकदा विवाह, एखाद-दुसऱ्या वर्षात मोडतात, दोघेही पती-पत्नीच्या नात्यातून मुक्त होतात. पण पती पत्नीच्या आर्थिक जबाबदारीतून मुक्त होत नाही, हे विशेष. सुनिता विरुध्द अनिल (फौजदारी अपील क्र.१६८०/२०१९) या प्रकरणांमध्ये सर्वोच्च न्यायालयाने, कलम १२ दिवसच पत्नी सासरी नांदली तरी देखील पतीला तिला निर्वाहनिधी द्यावाच लागेल असा निर्णय दिला होता.

पत्नीचा, मुलांचा संभाळ करावा, हे सामाजिकदृष्ट्या पतीचे कर्तव्यच आहे. कायद्यानेही त्यास दुजोरा दिला आहे. पण हे सामाजिक कर्तव्य व कायद्याचा वचक या कायद्याचा दुरुपयोगास कारणीभूत होणार नाही याची काळजी घेणे आवश्यक आहे.

दातांवरील पिवळा थर स्वच्छ करण्यासाठी 'या' पद्धतीने करा ५ रुपयांच्या लिंबाचा वापर, अंधारातही दिसतील पांढरेशुभ्र दात

दैनंदिन आहारात सतत तेलकट किंवा तिखट पदार्थांच्या अतिसेवनामुळे दातांवर पिवळा थर किंवा पांढरा थर साचून राहण्यास सुरुवात होते. कोणत्याही पदार्थांचे सेवन केल्यानंतर दात स्वच्छ न केल्यास दात खराब होतात. दातांवर साचून राहिलेल्या पिवळेपणामुळे अनेकदा चार लोकांमध्ये गेल्यानंतर लाजिरवाण्यासारखे वादू लागते. हसताना किंवा बोलताना क्षसनाची दुर्गंधी आल्यानंतर लाज वादू लागते. त्यामुळे दात स्वच्छ असणे आवश्यक आहे. दातांवर साचून राहिलेला पिवळा थर कमी करण्यासाठी लिंबाच्या रसाचा वापर करावा. लिंबाच्या रसात असलेले गुणधर्म दातांवरील पिवळा थर कमी करून दात स्वच्छ करण्यासाठी मदत करतात. लिंबाच्या सालीमध्ये सायट्रिक ऍसिड आढळून येते. याशिवाय तुम्ही आल्याचा सुद्धा वापर दात स्वच्छ करण्यासाठी करू शकता.

दात स्वच्छ करण्यासाठी लिंबाच्या सालीसोबत तुम्ही आल्याचा सुद्धा वापर करू शकता. आल्याचा वापर केल्यामुळे दातांवर साचून राहिलेले बॅक्टेरिया नष्ट होतात आणि दात स्वच्छ होतात. आल्यामध्ये असलेले अँटीऑक्सिडंट गुणधर्म दात स्वच्छ करून दातांवर लागलेली कीड किंवा इतर विषाणू नष्ट करतात. यासाठी वाटीमध्ये लिंबाचा रस घेऊन त्यात आल्याचा रस टाकून मिक्स करा. त्यानंतर तयार केलेले मिश्रण दातांवर लावून ब्रश किंवा हातांच्या बोटांनी दातांवर लावून घ्या. त्यानंतर हलक्या हाताने मसाज करा. हा उपाय नियमित केल्यास दातांवरील पिवळेपणा कमी होऊन दात स्वच्छ होतील. मात्र तयार केलेले मिश्रण दातांवर जास्त वेळ ठेवू नये.



लिंबाचा रस आणि बेकिंग सोडा:

दात स्वच्छ करण्यासाठी तुम्ही लिंबाच्या रसासोबत बेकिंग सोडाचा सुद्धा वापर करू शकता. यासाठी वाटीमध्ये बेकिंग सोडा घेऊन त्यात लिंबाचा रस टाकून मिक्स करा. त्यानंतर तयार केलेले मिश्रण ब्रशवर घेऊन दात स्वच्छ करा. यामुळे दातांवर साचलेली घाण निघून जाईल आणि तोंडातील दुर्गंधी कमी होईल. लिंबाच्या रसात नैसर्गिकरित्या आम्लयुक्त गुणधर्म आढळून येतात.

लिंबाच्या सालीचा वापर:

लिंबाच्या सालीचा वापर तुम्ही दात स्वच्छ करण्यासाठी करू शकता. यामुळे दातांवरील घाण कमी होईल आणि दात पांढरेशुभ्र दिसू लागतील. लिंबाच्या सालीचा वापर करताना सगळ्यात आधी त्यातील रस काढून घ्या. त्यानंतर साल दातांवर घासा आणि गुळण्या करून दात स्वच्छ करा. हा उपाय आठवडाभर नियमित केल्यास दात पांढरे होतील. लिंबाच्या सालीमध्ये नैसर्गिक ब्लीचिंग गुणधर्म आढळून येतात.

प्रत्येक वेळा मनात येत आहेत वाईट विचार, यांनी शांत राहण्यासाठी सांगितल्या ५ पद्धती

आजच्या काळात मन शांत ठेवणे हे एक मोठे आव्हान बनले आहे. मानसिक शांती केवळ आपल्या भावनांना स्थिर ठेवत नाही तर ती आपल्या आरोग्यासाठी देखील महत्त्वाची आहे. जेव्हा मन शांत असते तेव्हा माणूस चांगला आणि सर्जनशील विचार करू शकतो. उलटपक्षी, परिस्थिती अनेकदा माणसाला चुकीच्या गोष्टी करायला लावते. अशा परिस्थितीत, गुरुदेव श्री श्री रविशंकर सल्ला देतात की जर आपण थोडेसे कष्ट केले तर आपण मनाची शांती आपल्या जीवनशैलीचा एक भाग बनवू शकतो. यासाठी, त्यांनी झी सोबत काही सोप्या आणि प्रभावी पद्धती देखील शेअर केल्या आहेत, ज्या तुमच्या आयुष्यात सकारात्मक बदल आणू शकतात. निसर्गाशी मैत्री करा मन शांत ठेवण्यासाठी, सर्वप्रथम आपण आपल्या अस्तित्वाची जाणीव ठेवली पाहिजे. याच्याशी जोडल्याने आपण मानसिक शांती अनुभवू शकतो. अशा परिस्थितीत, निसर्गाशी जोडले जाण्याचा प्रयत्न करा, हलके अन्न खा, योगाभ्यास करा आणि सर्जनशील कार्यात सहभागी व्हा. हे तुमचे मन शांत करण्यास मदत करेल. ध्यानधारणा करा गुरुदेव स्पष्ट करतात की ध्यान हा मानसिक शांती मिळविण्याचा सर्वात प्रभावी मार्ग आहे. जेव्हा आपण ध्यान करतो तेव्हा आपले मन वर्तमानावर केंद्रित होते आणि आपण भूतकाळाच्या चिंता किंवा भविष्याच्या भीतीपासून मुक्त होते. म्हणून, दिवसातून कमीत कमी दोनदा २० मिनिटे ध्यान करा. यामुळे तुमचे मन शांत आणि स्थिर राहील आणि कोणत्याही प्रकारचे वाईट विचार मनात येणार नाहीत. दीर्घ श्वास घ्या. श्वास आणि मन यांचा खोलवर संबंध आहे. जेव्हा आपल्याला ताण येतो तेव्हा आपण उथळ श्वास घेतो, ज्यामुळे ताण आणखी वाढू शकतो. त्याच वेळी, खोल आणि दीर्घ श्वास घेतल्याने मनाला शांती मिळते. अशा परिस्थितीत प्राणायाम आणि सुदर्शन क्रिया करा. जेव्हा जेव्हा तुम्हाला ताण जाणवेल तेव्हा दीर्घ श्वास घ्या. जेणेकरून तुमचे मन त्वरीत शांत होण्यास मदत मिळेल. अन्नाची योग्य निवड अत्यंत आवश्यक आपल्या आहाराचा थेट परिणाम आपल्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यावर होतो. ताजी फळे, भाज्या आणि पौष्टिक आहार मानसिक शांती वाढवतो. अशा परिस्थितीत प्रक्रिया केलेल्या अन्नाऐवजी ताजे आणि पौष्टिक पदार्थ खा. हे तुम्हाला उत्साही ठेवेल आणि मानसिकदृष्ट्या शांत ठेवेल.

यंदाच्या वर्षी महाशिवरात्रीच्या उपवासात बनवा चविष्ट पौष्टिक वरीची इडली, पचनास आहे हलकी

उपवासाच्या दिवशी नाश्यात किंवा दुपारच्या वेळी खाण्यासाठी नेमकं काय बनवावं? हे सुचत नाही. उपवास म्हटल की सगळ्यात आधी साबुदाण्याची खिचडी किंवा बटाट्याची भाजी बनवली जाते. उपाशी पोटी साबुदाण्याची खिचडी खाल्यास पचनासंबंधित समस्या उद्भवण्याची शक्यता असते. त्यामुळे साबुदाण्याच्या खिचडीचे उपाशी पोटी सेवन करू नये. साबुदाणे खाताना त्यासोबत नेहमीच दहाचे सेवन करावे. मात्र नेहमी नेहमी तेच पदार्थ खाऊन कंटाळा आल्यानंतर काहीना काही नवीन खाण्याची इच्छा होते. अशावेळी तुम्ही सोप्या पद्धतीचे वरीची इडली बनवू शकता. वरीचा भात पचनास अतिशय हलका असतो. तसेच तुम्ही वरीच्या भातासोबत दही किंवा शेंगदाण्याची आमटी बनवून खाऊ शकता. चला तर जाणून घेऊया त्रिचिं इडली बनवण्याची सोपी रेसिपी. साहित्य: वरीचे तांदूळ साबुदाणे मीठ

दही खाण्याचा सोडा तेल

कृती: वरीची इडली बनवण्यासाठी सर्वप्रथम, वरीचे तांदूळ आणि साबुदाणे स्वच्छ साफ करून घ्या. त्यानंतर मिक्सरच्या भांड्यात टाकून दोन्ही पदार्थ



वेगवेगळे व्यवस्थित बारीक करा. पावडर तयार करा. मोठ्या बाऊलमध्ये तयार करून घेतलेली वरीची पावडर घेऊन त्यात दही टाकून मिक्स करून घ्या. मिक्स करून झाल्यानंतर त्यात आवश्यकतेनुसार पाणी घालून मिक्स करा. नंतर त्यात चवीनुसार मीठ आणि खाण्याचा सोडा टाकून बॅटर व्यवस्थित मिक्स करून घ्या. तयार करून घेतलेले मिश्रण १० मिनिटं तसेच ठेवा. इडलीच्या भांड्याला तेल लावून त्यात तयार करून घेतलेले इडलीचे बॅटर टाकून इडली वाफवण्यासाठी ठेवा. १० मिनिटं ठेवून इडली व्यवस्थित शिजल्यानंतर गॅस बंद करून इडली थंड होण्यासाठी ठेवा. तयार आहे सोप्या पद्धतीमध्ये बनवलेले वरीची इडली. हा पदार्थ तुम्ही शेंगदाण्याच्या चटणीसोबत खाऊ शकता.

झोपतेतून उठल्यानंतर चेहरा काळवंडलेला दिसतो? मग अंधोळीआधी चेहऱ्यावर लावा 'हे' जादुई पदार्थ

धावपळीच्या आयुष्यात काहीवेळा त्वचेच्या आरोग्याकडे महिला दुर्लक्ष करतात. यामुळे चेहऱ्यावर सुरकुत्या येणे, त्वचा काळवंडून जाणे, पिंपल्स फोड येणे इत्यादी अनेक समस्या उद्भवू लागतात. यामुळे त्वचेची गुणवत्ता खराब होऊन जाते. त्यामुळे त्वचेच्या आरोग्याकडे जास्त लक्ष देणे आवश्यक आहे. शरीरातील सगळ्यात नाजूक अवयव म्हणजे त्वचा. आहारात कोणत्याही तेलकट किंवा तिखट पदार्थांचे सेवन केल्यास लगेच त्वचेवर परिणाम दिसून येतात. चेहऱ्यावर पिंपल्स किंवा मुरुम येतात. त्वचेवर आलेले मुरुम किंवा पिंपल्स घालवण्यासाठी महिला सतत काहीना काही करत असतात. मात्र केमिकल ट्रीटमेंट करण्याऐवजी तुम्ही घरगुती उपाय करू शकता.

सुंदर आणि चमकदार त्वचा मिळवण्यासाठी महिला सतत काहीना काही उपाय करत असतात. मात्र तरीसुद्धा त्वचेवर हवा तसा ग्लो येत नाही. चेहऱ्यावर लावलेल्या क्रीम काहीकाळ त्वचेवर प्रभावी टिकवून ठेवतात. मात्र कालांतराने पुन्हा एकदा त्वचा होती तशीच होऊन जाते. अनेकदा झोपेतून उठल्यानंतर त्वचा काळवंडलेली आणि निस्तेज दिसू लागते. त्यामुळे आज आम्ही तुम्हाला अंधोळीआधी त्वचेवर कोणते पदार्थ लावावे, ज्यामुळे त्वचा अधिक सुंदर आणि उजळदार दिसेल, याबद्दल सविस्तर माहिती सांगणार आहोत. चला तर जाणून घेऊया.

अंधोळीआधी त्वचेवर लावा 'हे' घरगुती पदार्थ:

बेसन आणि दूध: अंधोळ कण्याआधी वाटीमध्ये बेसन घेऊन त्यात दूध मिक्स करा. तयार केलेल्या मिश्रणाची पेस्ट तयार करून संपूर्ण त्वचेवर लावा. १० मिनिटं ठेवून नंतर चेहरा पाण्याने स्वच्छ करा. यामुळे चेहरा उजळदार आणि सुंदर दिसेल. याशिवाय त्वचेवर आलेले डाग,



पिंपल्स कमी होण्यास मदत होईल. त्वचेवरील पिंपल्स घालवण्यासाठी बेसनाचा वापर करावा.

ओट्स आणि दही:

अंधोळीला जाण्याआधी ओट्स पावडर आणि दहाचे मिश्रण तयार करून चेहरा आणि मानेवर लावा. काहीवेळ ठेवून नंतर चेहरा पाण्याने स्वच्छ धुवा. या उपाय नियमित केल्यास त्वचेवर साचून राहिलेली घाण स्वच्छ होईल आणि त्वचा उजळदार दिसेल. दही कोरड्या त्वचेला मॉइश्चरायझ करण्यासाठी मदत करते.

टोमॅटो प्युरी: त्वचेवर आलेले पिंपल्स आणि मुरुमांचे डाग घालवण्यासाठी टोमॅटोचा वापर करावा. टोमॅटो वापरल्यामुळे त्वचेवर आलेले सर्व डाग निघून जातील आणि त्वचा स्वच्छ होईल. टोमॅटोमध्ये अँटी-ऑक्सिडंट्स आणि जीवनसत्त्व आढळून येतात, ज्यामुळे त्वचा हायड्रेट राहते. तेलकट त्वचा असलेल्या लोकांनी टोमॅटोचा वापर केल्यास त्वचेवरील अतिरिक्त तेल कमी होईल.

गुलाब पाणी: त्वचेची खराब झालेली गुणवत्ता सुधारण्यासाठी गुलाब पाण्याचा वापर केला जात आहे. गुलाब पाण्यात असलेले गुणधर्म त्वचा हायड्रेट ठेवून स्वच्छ ठेवतात, गुलाब पाणी ब्युटी प्रॉडक्ट बनवण्यासाठी वापरले जाते. महिला त्वचेसाठी योग्य स्किन केअर फॉलो करत नाहीत. अशावेळी अंधोळी जाण्याआधी चेहऱ्यावर गुलाब पाणी लावून ५ मिनिटांनी चेहरा पाण्याने स्वच्छ धुवून घ्या.

नारळाची चटणी खाऊन कंटाळा आलाय? मग यावेळी इडली-डोसासोबत बनवा शेंगदाण्याची चटणी

विकेंड म्हटला की अनेकांच्या घरी सकाळी इडली-डोसा अशा साऊथ इंडियन नाश्याचा बेत असतो. हे पदार्थ फार झटपट तयार होतात आणि चवीलाही अप्रतिम लागतात. आता तुम्ही इडली बनवा अथवा डोसा अथवा मेदुवडा यासह नारळाची चटणी ही लागतेच. पण तुम्हाला माहिती आहे का? तुम्ही हे पदार्थ नारळाच्या चटणीव्यतिरिक्त शेंगदाण्याची चटणीसह देखील खाऊ शकतात. होय तुम्ही खरे ऐकले, ही शेंगदाण्याची क्रिमी चटणी इडली-डोसाची चव द्विगुणित करते आणि हिला बनवायला फार वेळही लागत नाही.

अनेकदा असे होते आपल्या नारळाच्या चटणीसाठी आपल्याला आधीच घरी नारळ आणून ठेवावा लागतो अशात कधी हा नारळ आणायचे राहून गेल्यास आपली सकाळी फार दमछाक होते मात्र अशावेळी आता चिंता करण्याची गरज नाही कारण नारळाची ही कमी शेंगदाणे भरून काढून शकतात. तुम्हाला विश्वास बसणार नाही पण शेंगदाण्याची ही चटणी नारळाच्या चटणीपेक्षा चवीला छान लागते. शिवाय शेंगदाणे आरोग्यालाही फायदेशीर ठरतात. अनेक यात प्रथिने, फायबर, जीवनसत्त्वे, अँटीऑक्सिडंट्स, आणि खनिजे आढळले जातात. चला जाणून घेऊया शेंगदाण्याच्या चटणीसाठी लागणारे



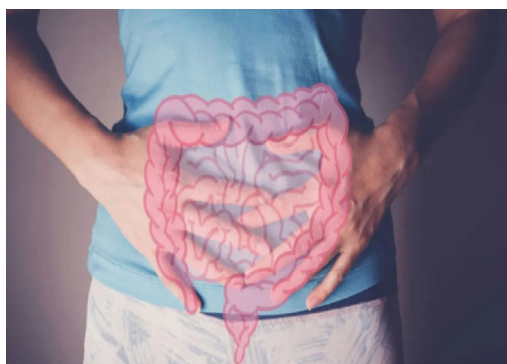
साहित्य आणि कृती. साहित्य १ कप शेंगदाणे १/२ कप किसलेले खोबरे २-३ हिरव्या मिरच्या १/२ इंच आले किसलेले १/४ कप पाणी चवीनुसार मीठ १ टीस्पून लिंबाचा रस १ टीस्पून तेल १/२ टीस्पून मोहरी १/४ टीस्पून जिरे १/४ टीस्पून हिंग ८-१० कडीपत्ता कृती शेंगदाण्याची चटणी बनवण्यासाठी सर्वप्रथम एक पॅनमध्ये शेंगदाणे मंद आचेवर ९-१० मिनिटे छान भाजून घ्या त्यानंतर त्यांना थंड होऊ घ्या आणि मग शेंगदाण्याची सालं वेगळी करा ब्लेंडरमध्ये

शेंगदाणे, खोबरे, हिरव्या मिरच्या, आले आणि पाणी घाला सर्व साहित्य गुळगुळीत होईपर्यंत बारीक करा एका भांड्यात चटणी काढा आणि त्यात लिंबाचा रस आणि मीठ घाला आता गॅसवर एक कढई ठेवा आणि तेल टाकून गरम करा मग त्यात मोहरी, जिरे, हिंग, कडीपत्ता घाला मोहरी तडतडायला लागली की तयार शेंगदाण्याची पेस्ट यात घाला आवश्यक असल्यास यात थोडे पाणी घाला आणि चटणी २-३ मिनिटे शिजू घ्या तयार गरमा गरम चटणी खाण्यासाठी सर्व्ह करा

पोटातून सतत गुरगुरण्याचा आवाज येतो? मग 'हे' घरगुती उपाय करून मिळवा आराम, पोटाला मिळेल आराम

दैनंदिन आहारात बदल झाल्यानंतर आरोग्यासंबंधित अनेक समस्या उद्भवू लागतात. आहारात होणारे बदल, जंक फूडचे अतिसेवन आणि अपुऱ्या झोपेचा परिणाम आरोग्यावर लगेच दिसून येतो. अनेकदा पोट स्वच्छ न झाल्यामुळे किंवा इतर कोणत्याही कारणांमुळे पोटाला सतत गुरगुरण्याचा आवाज येऊ लागतो. पोटाला येणारा गुरगुरण्याचा आवाज अनेक वेळा दैनंदिन आरोग्यावर परिणाम करतो. त्यामुळे शारीरिक आरोग्यासोबत मानसिक आरोग्यावरसुद्धा परिणाम होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे दैनंदिन आहारात चुकीच्या पदार्थांचे सेवन करण्याऐवजी शरीराला पचन होईल अशाच पदार्थांचे सेवन करावे. पोटात निर्माण झालेला गॅस कमी करण्यासाठी अनेक लोक मेडिकलमधून गोळ्या औषध घेतात.

मात्र, पोटासंबंधित समस्या उद्भवू लागल्यानंतर अधिककाळ दुर्लक्ष केल्यामुळे या समस्या आणखीन गंभीर होण्याची शक्यता असते. पोटातून गुरगुरण्याचा आवाज येऊ लागल्यानंतर अनेक लोक डॉक्टरांच्या सल्ल्याने उपचार करतात. मात्र तरीसुद्धा पोटातून गुरगुरण्याचा आवाज येत असल्यास घरगुती उपाय करावे. घरगुती उपाय केल्यामुळे पोटात साचून राहिलेली घाण स्वच्छ होते आणि पोटासंबंधित समस्या दूर होतात. गॅस, अँसिडिटी आणि अपचन यांसारख्या समस्या दूर करण्यासाठी घरगुती उपाय करावे.



दही: पोटातून गुरगुरण्याचा आवाज येऊ लागल्यानंतर किंवा पोट बिघडल्यानंतर पचनास जड पदार्थ खाण्याऐवजी हलक्या पदार्थांचे सेवन करावे. त्यामध्ये तुम्ही दहाचे सेवन करू शकता. दही खाल्यामुळे शरीराला थंडावा मिळतो. शरीरातील उष्णता कमी होते आणि पचनाच्या समस्या दूर होतात. बद्धकोष्ठता, अपचन इत्यादी अनेक समस्यांपासून आराम मिळतो. पचनक्रिया उदुधारण्यासाठी दहाचे सेवन करावे.

त्रिफळा: आयुर्वेदात त्रिफळा खाणे अतिशय फायदेशीर मानले जाते. त्रिफळा पावडरचे सेवन केल्यामुळे बिघडलेली

पचनक्रिया सुधारून शरीरात साचून राहिलेले विषारी घटक बाहेर पडून जातात. त्रिफळा पावडर बनवण्यासाठी आवळा, बहेडा आणि हिरडा इत्यादी पदार्थांचा वापर केला जातो. रात्री झोपण्याआधी कोमट पाण्यात त्रिफळा पावडर टाकून मिक्स करून घ्या. या पाण्याचे नियमित सेवन केल्यास शरीर डिटॉक्स होईल आणि पोट, आतड्यांमध्ये साचून राहिलेली घाण स्वच्छ होईल.

लिंबू पाणी: कोमट पाण्यात लिंबू मिक्स करून प्यायल्यामुळे अपचन, गुरगुरण्याचा आवाज कमी होईल. लिंबू पाण्यात असलेले घटक शरीरातील उष्णता कमी करून शरीरात थंडावा निर्माण होतो. लिंबू पाणी शरीरातील विषारी घटक बाहेर काढून टाकतात. ज्या व्यक्तींना पोटासंबंधित समस्या असतील अशांनी लिंबू पाण्याचे नियमित सेवन करावे. लिंबाचा रस आणि मध मिक्स करून प्यायल्यामुळे अनेक फायदे होतील.

आल्याचा रस: आल्यामध्ये असलेले दाहक विरोधी गुणधर्म शरीरासाठी अतिशय महत्त्वाचे आहेत. आल्याच्या पाण्याचे किंवा रसाचे सेवन केल्यास शरीरातील हानिकारक घटक बाहेर पडून जातील आणि पोट स्वच्छ होईल. पोटाला आराम देण्यासाठी आल्याचा रसाचे नियमित सेवन करावे. सकाळी उठल्यानंतर सगळ्यात आधी आल्याचा रस प्यावा.

नाश्यासाठी चवदार पदार्थ हवा असेल तर सोप्या पद्धतीमध्ये बनवा क्रिस्पी ब्रेड कबाब, वाचा सोपी रेसिपी

सकाळच्या नाश्यात सगळ्यांचे नेहमी चवदार पदार्थ खाण्याची इच्छा होते. कांदापोहे, उपमा, शिरा इत्यादी पदार्थ खाऊन कंटाळा आल्यानंतर अनेक घरांमध्ये बाहेरून विकत आणलेले पदार्थ खाल्ले जातात. पण सतत बाहेरच्या पदार्थांचे सेवन केल्यामुळे आरोग्याला हानी पोहचण्याची शक्यता असते. त्यामुळे बाहेरच्या पदार्थांचे जास्त सेवन करू नये. आज आम्ही तुम्हाला सोप्या पद्धतीमध्ये क्रिस्पी ब्रेड कबाब बनवण्याची सोपी रेसिपी सांगणार आहोत. हा पदार्थ तुम्ही लहान मुलांना डब्यात सुद्धा देऊ शकता. तसेच सकाळच्या वेळी पोटभर नाश्ता केल्यामुळे शरीराला ऊर्जा मिळते आणि पोट दीर्घकाळ भरलेले राहते. पोट भरलेले असल्यामुळे लवकर भूक लागत नाही. तुम्ही बनवलेले ब्रेड कबाब लहान मुलांपासून ते मोठ्यांपर्यंत अगदी सगळ्यांचे नक्की आवडतील. चला तर जाणून घेऊया सोप्या पद्धतीमध्ये ब्रेड कबाब बनवण्याची सोपी रेसिपी. साहित्य: ब्रेड उडीद डाळ आल्याचा तुकडा लाल तिखट हळद मीठ तेल कोथिंबीर हिरवी मिरची हिंग कृती: ब्रेड कबाब बनवण्यासाठी सर्वप्रथम, उडीद डाळ स्वच्छ करून पाण्यात भिजत ठेवा. त्यानंतर मिक्सरच्या भांड्यात भिजवलेली डाळ, हिरवी मिरची, आल्याचा तुकडा टाकून बारीक पेस्ट वाटून घ्या. त्यानंतर चारही ब्रेडचे कडे कापून घ्या. डाळीचे वाटून घेतलेले



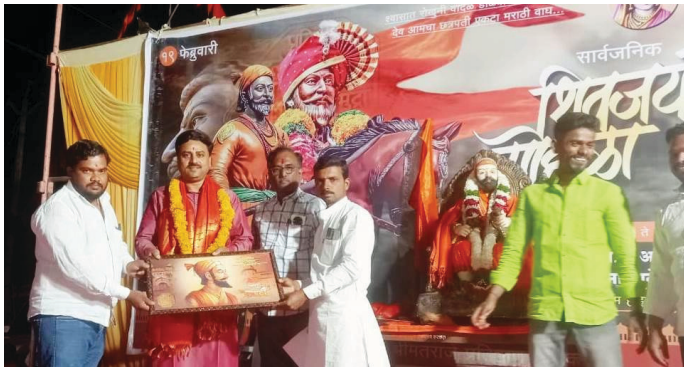
मिश्रण बाऊलमध्ये काढून त्यात चवीनुसार मीठ, लाल तिखट, बारीक चिरून घेतलेली कोथिंबीर, चवीनुसार मीठ, हिंग इत्यादी पदार्थ टाकून मिक्स करा. त्यानंतर कबाब बनवण्यासाठी ब्रेड पाण्यात भिजवून त्यात तयार केलेले डाळीचे मिश्रण भरून गोलाकार कबाब बनवून घ्या. कढईमधील गरम तेलात कबाब टाकून दोन्ही बाजूने व्यवस्थित भाजून घ्या. लाल रंगाचे होईपर्यंत कबाब भाजून घ्या. तयार आहेत सोप्या पद्धतीमध्ये बनवलेले ब्रेड कबाब.

छत्रपती शिवाजी महाराजांचे स्वराज्य ही आमच्या जगण्याची प्रेरणा - डॉ. राजशेखर सोलापुरे

करकट्टा (ता. जि. लातूर): छत्रपती शिवाजी महाराजांचे स्वराज्य हे केवळ स्वराज्य नव्हे, तर ते रयतेचे राज्य होते. स्वराज्य हा एक विचार होता, स्वराज्य एक प्रेरणा होती, म्हणून छत्रपती शिवाजी महाराज आणि त्यांनी उभे केलेले स्वराज्य ही आमच्या जगण्याची प्रेरणा आहे, ही प्रेरणा घेऊनच आम्ही जगले पाहिजे असे प्रतिपादन प्रसिद्ध वक्ते डॉ. राजशेखर सोलापुरे यांनी केले.

छत्रपती शिवाजी महाराज जयंतीनिमित्त श्रीमंत छत्रपती राजे प्रतिष्ठान, करकट्टा यांच्या वतीने बुधवार, १९ फेब्रुवारी २०२५ रोजी शिवजयंती निमित्त प्रा. डॉ. श्री. राजशेखर सोलापुरे यांचे 'छत्रपती शिवाजी महाराज समजून घेताना' या विषयावर व्याख्यान आयोजित करण्यात आले होते, यावेळी ते बोलत होते.

यावेळी बोलताना प्रा. डॉ. सोलापुरे म्हणाले की, महाराष्ट्राला पराक्रमी, शौर्यवान राजाची, समाजसुधारक, प्रबोधन आणि संताची परंपरा लाभली आहे. यामुळे महाराष्ट्राला घडविण्यात संत व समाजसुधारकांची प्रेरणा घेऊनच महाराष्ट्र वाटचाल करीत आहे. राजमाता जिजाऊ यांनी छत्रपती शिवाजी महाराजांना घडविण्याचं काम अतिशय कठीण काळात केले. राजमाता जिजाऊ यांनी जे कार्य केले, ते इतिहास कधीही विसरणार नाही. छत्रपती शिवाजी महाराजांनी स्वराज्याची उभारणी करीत असताना जो विचार मावळ्यांच्या मनात पेरला आणि त्यातूनच निघावन मावळे त्यांना



मिळाले. स्वराज्य उभारणीतून धर्मनिरपेक्ष आणि कायद्याचे राज्य निर्माण करण्याची किमया छत्रपती शिवाजी महाराजांनी साधली होती. विश्व निर्माण करून शून्य झाल्यावरही शिवरायांनी नवीन विश्व निर्माण केले, हा इतिहास आजच्या पिढीने शिकला पाहिजे, असे मत त्यांनी मांडले.

या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक श्री. राहुल पाटील यांनी केले, सूत्रसंचालन श्री. नंदकुमार देशपांडे यांनी केले, तर आभार श्री. गजानन मुरुमकर यांनी मानले. शिवजयंती उत्सव यशस्वी करण्यासाठी बालाजी बिलें, आश्राम्पा मुरुमकर, आश्राम्पा शिंदे, दीपक शिंदे, बालाजी गोरे यांनी परिश्रम घेतले. कार्यक्रमास करकट्टा येथील ग्रामस्थांसह परिसरातील विविध गावांचे शिवप्रेमी उपस्थित होते.

साहित्यरत्न लोकशाहीर अण्णा भाऊ साठे विकास महामंडळाच्या थेट कर्ज योजनेसाठी प्रस्ताव आमंत्रित

लातूर दि. १३: साहित्यरत्न लोकशाहीर अण्णाभाऊ साठे विकास महामंडळामार्फत सन २०२४-२५ करिता थेट कर्ज योजनेसाठी प्रस्ताव मागविण्यात आले आहेत. मातंग समाज व १२ पोटजातीतील इच्छुक अर्जदारांनी १७ फेब्रुवारी ते ५ मार्च, २०२५ या कालावधीत प्रस्ताव सादर करण्याचे आवाहन करण्यात आले आहे. या योजनेतून १ लाख रुपयेपर्यंत कर्ज मर्यादा असून जिल्ह्याला ६० प्रकरणांचे उद्दिष्ट आहे. जिल्हातील मांग, मातंग व तत्सम १२ समाजातील वय १८ ते ५० वर्षे वयोगटातील उमेदवार या योजनेसाठी पात्र आहेत. शहरी व ग्रामीण भागातील अर्जदारांच्या कुटुंबाचे वार्षिक उत्पन्न मर्यादा ३ लाख रुपयेपेक्षा जास्त नसावे तसेच अर्जदारांना यापूर्वी महामंडळाच्या कुठल्याही योजनेचा लाभ घेतलेला नसावा.

नियमाप्रमाणे आवश्यक त्या कागदपत्राची पूर्तता करून या योजनेत समाविष्ट लघु व्यवसाय जसे: शेळीपालन, म्हैसपालन, दुग्धव्यवसाय, कुक्कुटपालन, पंचर दूकान, वाशिंग सेंटर, फळभाजी विक्री, हॉटेल व्यवसाय, फीरते साडी सेंटर, झाडू टोपले बनविणे, शिआई मशिन, टेलरींग, ब्युटी पार्लर, मसाला उद्योग, पापड उद्योग, फीरते कापड व्यवसाय, बेकरी, द्रोण पत्रवाळी, बांगडी व्यवसाय, गिफ्ट सेंटर, इत्यादी व्यवसायांसाठी कर्ज प्रस्ताव दोन प्रतीत स्वतः अर्जदारांनी मूळ कागदपत्रांसह उपस्थित राहून दाखल करावेत. त्रयस्थ मध्यस्थामार्फत कर्ज प्रकरणे स्विकारण्यात येणार नाही. आवश्यक कागदपत्रे जातीचा दाखला झेरॉक्स प्रत, जातीचा दाखला (महिला करिता दोन्ही नावाचे एकच असल्याचे नोटीरी सह शपथपत्र देणे), उत्पन्नाचा दाखला झेरॉक्स प्रत, रेशन कार्ड झेरॉक्स प्रत, आधार

कार्ड झेरॉक्स प्रत, पॅन कार्ड झेरॉक्स प्रत, दोन पासपोर्ट फोटो, व्यवसायाचे दरपत्रक (कोटेशन), जागेचा पुरावा (नमुना ८ अ, लाईट बिल, कर पावती, सातबारा), व्यवसायाचे घेतलेले प्रशिक्षण प्रमाणपत्र किंवा अनुभव प्रमाणपत्र, शाळा सोडलेला दाखला (टी. सी), यापूर्वी कोणत्याही शासकीय योजने अंतर्गत व महामंडळाकडून लाभ न घेतलेले स्वयंघोषणा पत्र.

कर्ज प्रकरणाच्या सर्व कागदपत्रांच्या झेरॉक्स प्रतित्वर लाभार्थीने स्वतः स्वाक्षरीने सांभाळित करून घ्याव्यात.

कर्ज मागणी अर्ज साहित्यरत्न लोकशाहीर अण्णाभाऊ साठे विकास महामंडळ (मर्या.) जिल्हा कार्यालय, लातूर येथे ५ मार्च २०२५ पर्यंत कार्यालयात दाखल करावेत. अर्जाचा नमुना या कार्यालयात विनामुल्य उपलब्ध आहे. ५ मार्च, २०२५ नंतर प्राप्त अर्ज स्विकारले जाणार नाही, असे साहित्यरत्न लोकशाहीर अण्णाभाऊ साठे विकास महामंडळाचे (मर्या) जिल्हा व्यवस्थापक यांनी कळविले आहे. अधिक माहितीसाठी महामंडळाच्या भारततरन डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर सामाजिक न्याय भवन, तळमजला शिवनेरी गेट, १ समोर डाल्डा फॅक्टरी कपाऊंड, लातूर येथील कार्यालयात संपर्क साधावा. थेट कर्ज योजनेअंतर्गत कार्यालयाकडे यापूर्वी दाखल केलेले रूपे या लाखांचे थेट कर्जाचे अर्ज रद्द समजण्यात यावे. उद्दिष्ट प्रस्थापनाच्या प्रकरणे प्राप्त झाल्यास शासन निर्णयानुसार महामंडळे १४ मे २०१२ नुसार लाभार्थीचे कर्ज प्रकरण लॉटरी पध्दतीने निवड केली जाणार आहे.

लातूर फुटबॉल विजेता क्लब ठरला ३१ हजार रुपयाच्या प्रथम पारितोषिकाचा मानकरी शिवजयंती निमित्त फुटबॉल स्पर्धा : बारा टीमचा सहभाग, नांदेड फुटबॉल क्लब विजेता ठरला उपविजेता

लातूर दि. २१-०२-२०२५ शिवजयंतीनिमित्त १५ व १६ फेब्रुवारी रोजी सेवन स्टाॅर फुटबॉल स्पर्धा (सिजन २) यांच्यावतीने घेण्यात आलेल्या फुटबॉल स्पर्धेमध्ये १२ टीमने सहभाग घेतला असून या दोन दिवस झालेल्या फुटबॉल स्पर्धेमध्ये लातूर फुटबॉल विजेता क्लबने पहिला क्रमांक मिळविला या टीमला ३१ हजार रुपये रोख ट्रॉफी व गोल्ड मेडल देऊन युवा नेते तथा भाजपा युवा मोर्चाचे प्रदेश उपाध्यक्ष अजित पाटील कव्हेकर यांच्याहस्ते तर नांदेड विजेता फुटबॉल क्लबला तुलसी हॉटेलकडून आकाश बजाज यांच्याहस्ते ११ हजार रुपये रोख, ट्रॉफी व सिल्वर मेडल देऊन टीमला सन्मानित करण्यात आले.

यावेळी सेवन स्टाॅर फुटबॉल स्पर्धेचे आयोजन युवराज जाधव, अजितसिंह चव्हाण, दीपक घोडके, मोजेस आखाडे, प्रवण



झंवर, विश्वजीत देशमुख, कृष्णा धूत आदींनी केले होते. यावेळी या स्पर्धेमधून उत्कृष्ट खेळाडू म्हणून कृष्णा धूत याला ट्रॉफी व मेडल देऊन सन्मानित करण्यात आले तर उत्कृष्ट गोल किपर म्हणून दर्शन उपलवार व उकृष्ट रक्षक म्हणून नवी शेख या फुटबॉल खेळाडूंना ट्रॉफी व मेडल देऊन सन्मानित करण्यात आले.

शहरातील किक ऑक्सफर्ट तुलसी हॉटेलच्या मागे जुना औसा रोड, लातूर येथे घेण्यात आलेल्या दोन दिवशीय फुटबॉल स्पर्धेला खेळाडूतून उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला. या स्पर्धा यशस्वी करण्यासाठी युवराज जाधव, अजितसिंह चव्हाण, दीपक घोडके, मोजेस आखाडे, प्रवण झंवर, विश्वजीत देशमुख, कृष्णा धूत यांच्यासह खेळाडूंनी परिश्रम घेतले.

बेकायदेशीर नियुक्त्या रद्द करण्याचे जिल्हाधिकारी यांना निवेदन



चाकूर :- जिल्हा ग्राहक संरक्षण परिषदेच्या निकषाप्रमाणे न केलेल्या जिल्हातील नियुक्त्या तात्काळ रद्द करण्यात यावेत अशी मागणी लोककल्याण ग्राहक संरक्षण संस्थेच्या वतीने एका निवेदनाद्वारे जिल्हाधिकारी यांना केली आहे. लोककल्याण ग्राहक संरक्षण संस्थेच्या वतीने जिल्हाधिकारी यांना दिलेल्या निवेदनात पुढे या निवडी शासकीय व पत्रकानुसार केलेल्या नाहीत, यातील निकष ज्या संस्थानी व सदस्यांनी पूर्ण केलेले नाहीत, अशाच अशासकीय सदस्यपद रद्द करून योग्य तो न्याय द्यावा. तसेच ज्यांनी या निकषाची तपासणी केली असेल त्यांनी चुकीची माहिती अध्यक्ष व निवड समितीला दिलेली आहे अशा संबंधितांवर कारवाई करून त्यांना निलंबित करण्यात यावे, असे म्हटले आहे. जिल्हाधिकारी यांनी जिल्हा ग्राहक संरक्षण परिषदेच्या निकषाप्रमाणे न केलेल्या बेकायदेशीर नियुक्त्या तात्काळ रद्द कराव्यात, अशी मागणी करून सोबत महाराष्ट्र शासनाकडून प्राप्त झालेल्या पत्राची प्रतही माहितीसाठी जोडल्याचे निवेदनात नमूद केले आहे. या निवेदनावर लोककल्याण ग्राहक संरक्षण संस्थेचे जिल्हाध्यक्ष संग्राम वाघमारे, महिला प्रदेशाध्यक्ष कांचन मारुती वाघमारे, चाकूर तालुकाध्यक्ष पांडुरंग साळुंके, लातूर तालुकाध्यक्ष विशाल कणसे यांच्या स्वाक्ष्या आहेत.

प्रभुराज प्रतिष्ठाण, लातूरच्या वतीने अभिनव उपक्रम....

तणावमुक्त, कॉफीमुक्त आणि बिनधास्त परीक्षा देण्यासाठी विद्यार्थ्यांना पुष्पगुच्छ देऊन दिल्या शुभेच्छा.....

दि. २१.२.२०२५ रोजी प्रभुराज प्रतिष्ठाण, लातूर च्या वतीने तणावमुक्त वातावरणात परीक्षा देण्यासाठी परीक्षार्थी विद्यार्थ्यांना पुष्पगुच्छ देऊन स्वागत करत शुभेच्छा दिल्या. शहरातील बांधकाम भवन परिसरात लालबहादूर शास्त्री



विद्यालयात परीक्षार्थीचे स्वागत करण्यात आले. दहावी परीक्षेचा पहिला दिवस या वर्गात असलेले विद्यार्थी अनेक महिन्यांपासून अभ्यासाच्या तयारीत होते. अखेर या सर्व तणावात असलेले विद्यार्थ्यांना तणावमुक्त आणि बिनधास्तपणे परीक्षा द्यावे आणि कसलेही तणावात न राहता परीक्षा सोडवावी कांही अडचण असेल तर आपल्या मित्रांशी, पालकांशी, शिक्षकांशी चर्चा करून समजून घ्या आणि अडचण दूर करा तसेच खेळीमिळीच्या

वातावरणात परीक्षा देण्याकरिता विद्यार्थ्यांना धीर देण्याचा प्रयत्न केला. सर्व विद्यार्थ्यांना पुष्पगुच्छ देऊन देण्यात आले. यावेळी प्रतिष्ठानचे अॅड. अजय कलशेड्डी, पोलिस निरीक्षक एस.एस. चौंडीकर, दीपक सगर, मुख्याद्यापक बालाजी साळुंके, अॅड. सुरेश सलंगरे, राजेश्वर हारनाळे, शिल्पा होनराव, रामभाऊ लोखंडे, इंजिनियर राजू साबणे, गोपाळ खंडागळे, आंतेश्वर पाटील, दगडू देशमाने, आदी उपस्थित होते.

केज तालुक्यातील आनंदगाव येथे शिवजन्मोत्सवानिमित्त बाळराजे आवारे पाटील यांचा भव्य सत्कार

के ज / प्रतिनिधी केज तालुक्यातील आ न ं द ग ा व येथे छत्रपती शिवरायांचे भव्य स्मारक उभारण्यात आले. शिवजयंती निमित्त कार्यक्रम घेण्यात आला. जय जिजाऊ जय शिवराय चा जयघोष सर्वत्र घुमला. कार्यक्रम मध्याध्यक्षा सरपंच अंजना गोविंद गायकवाड, प्रमुख पाहुणे चळवळीत अग्नेसर असणारे, धर्मवीर छत्रपती संभाजी राजे शौर्य प्रतिष्ठान महाराष्ट्र राज्य संघटनेचे बाळराजे आवारे पाटील, सामाजिक कार्यकर्ते हनुमंत भोसले यांचा गावकऱ्यांच्या वतीने त्यांचा भव्य नागरी सत्कार करण्यात आला. यावेळी बोलताना बाळराजे आवारे पाटील म्हणाले छत्रपती शिवरायांचा विचार महाराष्ट्रभर घेऊन जाण्यासाठी



आपल्या सर्वांचे सहकार्य आवश्यक आहे. गजानन गुरुकुलचे विद्यार्थी यांनी विविध देखावे सादर करून उपस्थितांचे लक्ष वेधले. बाळराजे आवारे पाटील यांच्या हस्ते पुतळ्यास अनावरण करून पूजन करण्यात आले. कार्यक्रमास गावातील नागरिक महिला, विद्यार्थी, शिवप्रेमी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डॉ. हनुमंत सौदागर यांनी केले तर आभार नामदेव गायकवाड यांनी मानले.

अबॅकसच्या माध्यमातून सोमनाथ गिते सरांनी विद्यार्थ्यांच्या मनातील गणिताची भीती दूर केली - केंद्रप्रमुख संभाजी सोनवणे

शिवजन्मोत्सव दिनी गिते सरांच्या जी चॅम्प अबॅकसच्या मुलांचा गुणगौरव संपन्न

बीड/प्रतिनिधी ज्या प्रमाणे छत्रपती शिवाजी महाराजांनी स्वराज्य निर्माण करून मराठी माणसाच्या मनात अस्मिता जागृत केली. त्याचप्रमाणे आदर्श शिक्षक सोमनाथ गिते सरांनी अबॅकसच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांच्या मनात असणारी गणिताची भीती दूर केली. त्याच बरोबर खऱ्या अर्थाने त्यांनी या सर्व विद्यार्थ्यांचा भावी जीवनाचा पाया भरण्याचे काम केले असल्याचे मत खालापूर केंद्राचे केंद्रप्रमुख श्री. संभाजी सोनवणे यांनी गिते सरांच्या अबॅकस क्लासेसमध्ये आयोजित करण्यात आलेल्या छत्रपती शिवाजी महाराज जयंती आणि अबॅकस परीक्षेतील गुणवंत विद्यार्थ्यांच्या गुणगौरव सोहळा कार्यक्रमाला प्रसंगी अध्यक्षीय स्थानावरून बोलताना व्यक्त केले. यावेळी प्रमुख पाहुणे म्हणून जेड पत्रकार श्री आत्माराम वाढळकर सर, यशवंत विद्यालयाचे आदर्श शिक्षक श्री कृष्णाचंद्र गाडेकर, आरोग्य संघटनेचे अध्यक्ष श्री भारत नामराजे साहेब तर पालक प्रतिनिधी म्हणून आदर्श शिक्षक श्री. प्रशांत मिसाल, विद्यानिकेतन अकॅडेमीचे संचालक श्री. वैजिनाथ धेंडुळे आणि जी चॅम्प अबॅकसचे बरेन डेव्हलॉपमेंट मास्टर श्री. सोमनाथ गिते सर आदी उपस्थित होते.

बीड शहरातील धानोरा रड परिसरात गेली पाच वर्षांपासून यशस्वीपणे सुरू असलेल्या गिते सरांच्या जी चॅम्प अबॅकस क्लासेसमध्ये बुधवार दि. होते १९ फेब्रुवारी रोजी छत्रपती शिवाजी महाराज यांची जयंती आणि छत्रपती संभाजीनगर येथे घेण्यात आलेल्या अबॅकस नॅशनल लेव्हलच्या कॉम्पिटिशनमध्ये उज्वल यश संपादन करणाऱ्या गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार सोहळा आयोजित करण्यात आला होता. या सोहळ्याच्या सुवर्णातीला छत्रपती श्री शिवाजी महाराज यांच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले. त्यानंतर अबॅकस जी चॅम्पियन या परीक्षेत यशस्वी झालेल्या गुणवंत विद्यार्थ्यांचा स्मृतिचिन्ह, मेडल देऊन सत्कार करण्यात आला. या वर्षाचा जी चॅम्प मराठवाडा विभागाचा बेस्ट अबॅकस टीचर अवाई

श्री सोमनाथ गिते सरांना मिळाला. त्या बद्दल त्यांचा विशेष सत्कार करण्यात आला. या सत्कार समारंभानंतर चि. शिवतेज गिरे, चि. सत्यमेव बोरपते, कु. भक्ती चोरे, कु. श्रुती वाढळकर, कु. श्रद्धा कागदे, चि. समर्थ मिसाल या विद्यार्थ्यांनी छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या जीवनावर भाषण केले. त्यानंतर श्री. गाडेकर सर, श्री. वाढळकर सर आणि श्री. धेंडुळे सर यांनी छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या जीवनावर विचार व्यक्त केले तसेच या वेळी त्यांनी गुणवंत विद्यार्थ्यांचे तोंडभरून कौतुक केले. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानावरून बोलताना केंद्रप्रमुख श्री. संभाजी सोनवणे सर यांनी विद्यार्थ्यांना छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या विषयी माहिती देताना छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या जीवनातील घडामोडी गोष्टी रूपाने विद्यार्थ्यां समोर मांडल्या. यावेळी पुढे बोलताना श्री सोनवणे सर म्हणाले की, ज्या प्रमाणे छत्रपती शिवाजी महाराजांनी स्वराज्य निर्माण करून मराठी माणसाच्या मनात अस्मिता जागृत केली. त्याचप्रमाणे आज आदर्श शिक्षक श्री सोमनाथ गिते सरांनी विद्यार्थ्यांच्या मनात गणिता विषयी असणारी भीती अबॅकसच्या माध्यमातून दूर केली. आज विद्यार्थ्यांना गणिता विषयी प्रचंड आवड निर्माण झाली आहे. त्यामुळे हे सर्व विद्यार्थी सध्या अगदी हसत-खेळत आणि आवडीने गणिताच्या



सोमनाथ गिते यांनी तर आभार श्री मिसाल सर यांनी मानले. या कार्यक्रमासाठी पालक आणि माता पालक आणि विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

चांगल्या; पण निधी मिळना योजनेला बजेट मिळना विकास कामाला ब्रेक;

योजनेला बजेट मिळना किनवट नगरपालिकेच्या हद्दीत वैशिश्यापूर्ण ठोक तरतूद, दलितेतर, महात्मा गांधी सुवर्ण जिल्हास्तर, महात्मा गांधी सुवर्ण जयंती राज्यस्तर या योजनेला बजेट नसल्याने सीसी रस्ता व इतर शहरातील विकासाच्या कामाला ब्रेक बसला आहे. शासनाच्या अनेक विभागाच्या वतीने सुरू असलेल्या कामांसाठी गेल्या काही महिन्यांपासून निधी उपलब्ध करून दिला नसल्याने शासनाच्या योजना कागदावर? असा अनुभव येत आहे.

किनवट: शेख शौकत :- वेगवेगळ्या विभागामार्फत शासनाकडून विकासाच्या व वैयक्तिक लाभाच्या योजना राबविण्यात येत आहेत. पण प्रशासकीय मान्यता असलेल्या अनेक योजनेला निधी उपलब्ध नसल्याने योजनाच ठप्प झाल्या आहेत. कृषी विभागाच्या वतीने शेतकऱ्यांच्या कृषी विकासासाठी प्रधानमंत्री कृषी सिंचन योजना, कृषी यांत्रिकीकरण योजना, फलोत्पादन अभियानांतर्गत योजना, कृषी सिंचन योजना यासारख्या योजनेद्वारे ट्रॅक्टर व इतर साहित्य ५० टक्के ७० टक्के अनुदानावर देण्यात येते. या योजनेला गेल्या वर्षभरपासून निधीच उपलब्ध नसल्याने शासनाच्या सर्व कल्याणकारी व विकासाच्या योजना कोलमडल्या आहेत. जिल्हा परिषदेच्या अंतर्गत येणाऱ्या पंचायत समितीच्या माध्यमातून अनेक ग्रामीण विकासाच्या योजना राबविण्यात येतात. २४.२५ या हेडखाती दलित वस्ती, जल सुविधा यासारख्या अनेक योजना राबविण्यात येत आहेत. या योजनेच्या कामाला प्रशासकीय मान्यता आहे; पण निधीअभावी कामे रेंगाळली आहेत. मजुरांच्या हाताला काम उपलब्ध करून देण्यासाठी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार हमी योजना कार्यान्वित असून कुशल व अकुशल कामे करूनही मातोश्री पापांद रस्ता, सिमेंट कौंक्रीट रस्ता, रोपवाटिका, अभिसरण योजने अंतर्गत रोपवन, शेततळे, सिंचन विहीर, पेव्हर ब्लॉक यासह अनेक कामांचे गेल्या सहा महिन्यांपासून पॅमेंट थांबले आहेत. जिल्हा परिषदेच्या ग्रामीण पाणीपुरवठा विभागाच्या वतीने जलजीवन मिशन हर घर जल योजने अंतर्गत ११४ कामे मंजूर असून बहुतांश कामे सुरू करून निधीअभावी बंद पडली आहे. गत आठ महिन्यांपासून या योजनेला निधी उपलब्ध नसल्याने ही योजना किनवट तालुक्यात नापास झाली आहे. किनवट हा आदिवासी तालुका असून अनुसूचित क्षेत्रात मोडणारा तालुका असल्याने शासनाने मंजूर व प्रशासकीय मान्यता मिळालेल्या कामांना निधी उपलब्ध करून देण्याची मागणी होत आहे.