

Bharat Chandak
SATYA ELECTRICALS
 POLYPORE, Legrand, NAVELLE, INDOLENE
 Finolux, GELCOES, USHA, PHILIPS, GreatWhite, SIEMENS
 Tapadia Market, Chain Sukh Road, Latur-413512
 Ph : (O) 243678, 244458, 250776, (R) 242018
 Email:satyaelectricals@rediffmail.com

लातूर वर्ष ४ थे अंक २३९ वा रविवार दि. १६ मार्च २०२५ पृष्ठे ४ स्वागत मूल्य २ रु.

लाडक्या बहिणींची परतफेड दलित - आदिवासींनी कराला करायची ?

पाटणा, बिहार येथे दि ऑल इंडिया नाग असोसिएशन च्या पहिल्या वर्धापनदिनाचे आयोजन.

मुंबई :- लाडक्या बहिणींशी मतांचा सोदा करून सत्ता महायुती उपभोगणार आणि त्याची परतफेड दलित - आदिवासी हे दोन्ही समाज ' सामाजिक न्याय ' आणि आदिवासी विकास खात्यातून करणार हा कुठला न्याय झाला, असा सवाल करतानाच त्या खात्याच्या निधीतील कपात त्वरित रद्द करण्यात यावी, अशी मागणी शरद पवार - राष्ट्रवादी काँग्रेसचे नेते, डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर स्मारक दक्षता समितीचे सदस्य उत्तमराव गायकवाड यांनी एका पत्रकाद्वारे आज केली आहे. लाडकी बहिण योजनेला तारण्यासाठी अनुसूचित जाती, अनुसूचित जमाती यांच्या विकासाच्या योजनांची चूड पेटविण्यात येत आहे. त्या विरोधातील दलित - आदिवासींचा आवाजच सामाजिक न्याय मंत्री संजय शिरसाट यांनी बुलंद केला आहे,असे सांगून त्यांच्या कणखर भूमिकेचे त्यांनी स्वागत केले आहे. लाडकी बहिण योजना कायम राखण्यासाठी निधीचा पर्यायी मार्ग शोधावा, असे शिरसाट यांनी राज्य सरकारला बाणेदारपणे ठणकावले आहे. शिवसेनेचे मुख्य नेते, उप मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे यांनी संजय शिरसाट यांना पाठबळ देवून दलित आणि आदिवासींच्या विकासासाठीच्या निधीचे रक्षण करावे, असे आवाहन गायकवाड यांनी केले आहे. डॉ. आंबेडकर स्मारक लांबणार बार्टीलाही मूठमाती ? लाडकी बहिण योजनेसाठी सामाजिक न्याय आणि

आदिवासी विकास या दोन्ही खात्यांच्या निधीत अर्थसंकल्पातून मोठी कपात करण्यात आली आली आहे. या निर्णयामुळे सामाजिक न्याय खात्याच्या निधीतून उभ्या राहणारे इंदू मिल येथील डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर आंतरराष्ट्रीय स्मारक अनिश्चित काळ लांबणीवर पडेल. तसेच बार्टीलाही कदाचित मूठमाती द्यावी लागेल, अशी भीती उत्तमराव गायकवाड यांनी व्यक्त केली आहे. मुळात डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचा पुतळा, स्मारकांची उभारणी दलितांच्या विकास निधीतूनच करायची, हे राज्य सरकारचे धोरणच ' जातीयवादी ' अंतरंग उघडे पाडणारे आहे, असेही ते म्हणाले. सामाजिक मंत्राला अंधारत ठेवले * लाडक्या बहिणीसाठी ४ हजार कोटी पळवून एवढ्यावरच सरकार थांबले नाही तर पंतप्रधान आवास योजनेसाठी १६०० कोटी रुपये उर्जा विभागासाठी १४०० कोटी रुपये पळविले यांचा धांग पताही सामाजिक न्याय मंत्री संजय शिरसाट यांना लागू दिला नाही एवढी गोपनीयता ठेवली गेली वास्तविक घटनेने दिलेल्या अधिकारार गदा आणनारी गंबीर बाब आहे एखाद्या विभागाचा निधी दुसऱ्या विभागात वळवायचा असेल तर त्या खात्याच्या कॅबिनेट मंत्री यांची मान्यता घेतली जाते परंतु तसे झाले नाही ७ हजार कोटी मंत्र्यांनी पळवू दिले नसते एवढे ते खबीर आहेत या गंबीर बाबीची स्वता ना शिरसाट यांनी पत्रकारा समोर कबूली आहे व खंतही व्यक्त केली आहे मागासवर्गीयांच्या

विकासाला खिळ बसावी जातीय भावनेतूनच सरकारने निर्णय घेतलेला दिसतो सरकारने घेतलेला निर्णय मागे घ्यावा अन्यथा मागासवर्गीयांच्या उद्रेकाला सामोरी जाण्याची वेळ येवू देवू नये असाही ईशारा समाजभूण उत्तमराव गायकवाड यांनी दिला आहे सरकारच्या निर्णया विरोधात जाहिर खंत व्यक्त करण्या मंत्र्याचे मागासवर्गीयांच्या सर्व स्तरावरून स्वागत होत आहे एक खंबीर सामाजिक न्याय मंत्री ना संजय शिरसाट यांच्या रूपाने सामाजिक न्याय विभागाला मिळाले आहेत माजी आमदार - खासदारांची पेन्शन ताबडतोब बंद करा ! लाडकी बहिण योजना वाचवण्यासाठी सामाजिक न्याय आणि आदिवासी विकास या खात्यांचा निधी पळवू नका.सामाजिक न्याय विभाग व आदिवासी वामागातून अनुक्रमे ३ हजार कोटी व ४ हजार कोटीचा डझा मारल्याची बाब समोर आली आहे चालू अर्थसंकल्पिय अधिवेशनात ३६ हजार कोटीची तरतुद केली असताना या वचित गटकाच्या विकासावर गदा आणण्याची गरज काय आहे याचा त्रि शब्दात निषेध आहे असेही उत्तमराव गायकवाड म्हणाले तयाऐवजी माजी आमदार - खासदारांना तहहयत दिली जाणारी ' पेन्शन ' बंद करण्याचा निर्णय घेण्यात यावा, अशी मागणीही आपल्या पत्रकात त्यांनी केली आहे.

छत्रपती संभाजी नगर (प्रतिनिधी) :- आपणास या निवेदनाद्वारे कळविण्यात येत आहे की, स्वतंत्रता सेनानी हॉल, दरोगा राय पथ, पटना बिहार येथे १६ व १७ मार्च २०२५ ला दि ऑल इंडिया नाग असोसिएशन (आईना) च्या पहिल्या वर्धापनदिनाचे आयोजन करण्यात आले आहे. तरी सजग नागरिक या नात्याने आपली उपस्थिती अनिवार्य आहे. दि ऑल इंडिया नाग असोसिएशन (आईना) हे अखिल भारतीय स्तरावरील सामाजिक व सांस्कृतिक संघटन आहे. ज्या मार्फत सिंधू घाटी सभ्यता अर्थात मोहेंजोदडो व हडप्पा सभ्यता जतन करून समाजात पुनर्स्थापित करण्याचे महान कार्य सुरु केले आहे. भारताचे संविधानानुसार समाजात अपेक्षित समता स्थापित करण्यासाठी भारतात अस्तित्वात असलेल्या जातीव्यवस्थेचे समूळ उच्चाटन करणे आवश्यक आहे. याचे स्पष्ट प्रतिपादन डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांनी ऐतिहासिक पार्श्वभूमी लक्षात घेऊन (-पळहळश्रीरंछेप ष उरींश) यात पहायला मिळते. तसेच क्रांती व प्रतिक्रांती या पुस्तकात भारतातील द्रविड व नाग लोक एकच असून ते बुद्ध धम्मामुळे अनुयायी आहेत, म्हणून डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांनी ऐतिहासिक पार्श्वभूमी लक्षात घेऊन नाग नदीच्या काठावर वसलेल्या नागपूर शहरात १४ ऑक्टोबर १९५६ ला धम्म दीक्षा दिली आहे. करिता नाग सभ्यता स्थापित करण्याच्या उद्देशाने जागृतीचा एक भाग म्हणून दि ऑल इंडिया नाग असोसिएशन (आईना) च्या पहिल्या वर्धापनदिनाचे आयोजन करण्यात आले आहे.

या समारंभाचे उद्घाटन परम् पुज्य भंते सिंहलद्वीप हे करणार असून आंतरराष्ट्रीय भाषा वैज्ञानिक व इतिहास तज्ञ प्रोफेसर राजेंद्र प्रसाद सिंह हे प्रमुख पाहुणे आणि समाज चिंतक राजीव पटेल, जनरल सेक्रेटरी मयंकराज सिंह, दिल्ली प्रदेश अध्यक्ष मुन्नी सिंह, राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष हरिराज सिंह, संशोधन शाखा उपाध्यक्ष धनिराम आर्या यांच्या उपस्थितीत चेअरमन डॉ. राजीव कुमार यांच्या अध्यक्षतेखाली उद्घाटन सत्र संपन्न होईल. संजीव कुमार यांच्या अध्यक्षतेखाली नाग सभ्यता पुनर्स्थापित करण्यासाठी आवश्यक मानक यावर प्रतिनिधी सत्र आयोजित केले आहे. प्रसिद्धी प्रमुख अर्जुन राम यांच्या अध्यक्षतेखाली सांस्कृतिक सत्राचे आयोजन आहे. दुसऱ्या दिवशी पहिल्या सत्रात केंडर्स बेस कार्यकर्ते निर्माण करण्यासाठी प्रशिक्षण सत्राचे आयोजन केले असून त्याला उपेंद्र साफी, रविंद्र कुमार, डॉ. राजीव कुमार हे मार्गदर्शन करणार आहेत. ज्यात प्रशिक्षण सत्राचा समावेश असेल जेणेकरून प्रतिनिधीच्या शंकांचे समाधान होईल. परिणामी ते संघाची भूमिका समाज जीवनात मांडून आईनाच्या वाढ व विकासासाठी कार्यरत राहू शकतील. शेवटी समापन सत्रात कार्यालय सचिव राजेश्वर, सदस्य बी. बी. मेश्राम, बिरेन्द्र प्रसाद, इश्रादूल हक, डॉ. वी. पी. ललिन, डॉ. एल. जे. कान्हेकर, ऑडिटर आर. के. सिंह हे मार्गदर्शन करणार असून याची अध्यक्षता उपाध्यक्ष जग नारायण सिंह हे करणार आहेत. अनुराग आभार प्रदर्शनाने समापन होईल.

ग्रामीण भागातील खेळाडुंनी देशपातळीवर आपला नावलौकिक वाढवावा - माजी क्रिडा मंत्री आ.संजय बनसोडे

उदगीर : गेल्या दिड वर्षाच्या कार्यकाळात क्रीडा विभागाचा मंत्री म्हणून काम करत असताना राज्यातील खेळाडुंच्या हितासाठी अनेक हिताचे निर्णय घेवून खेळाडुंना प्रोत्साहित केले. आपल्या ग्रामीण भागातील खेळाडुंना देशपातळीवर खेळण्याची संधी प्राप्त व्हावी म्हणून उदगीरला स्व.खाशाबा जाधव राज्यस्तरीय कुस्ती स्पर्धा, फुटबॉलचे डे - नाईट सामने मिनीस्टर ट्रॉफी सह विविध स्पर्धा घेवून खेळाडुंना प्रोत्साहन दिले. त्यामुळे ग्रामीण भागातील खेळाडुंनी जिद्द व चिकाटीने खेळून देशपातळीवर आपला नावलौकिक वाढवावा असे मत माजी क्रिडा मंत्री आ.संजय बनसोडे यांनी सांगितले. ते उदगीर तालुक्यातील दावणगाव येथे आयोजित छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या ३९६ व्या जयंती निमित्त भव्य खुल्या टेनिस बॉल क्रिकेट स्पर्धा मा.आ.श्री. संजय बनसोडे आमदार चषक २०२५ च्या समारोप समारंभाप्रसंगी बोलत होते. यावेळी प्रा. श्याम डावळे, धानाजी मुळे, राजकुमार बिरादार, यशवंतराव ढगे, योगेश फुले, यादवराव केंद्रे, रमेश भंडे, लक्ष्मण कुंडगिर, विश्वनाथ भंडे, युसुफ घाडीवाले, आदी उपस्थित होते.



पुढे बोलताना आ.संजय बनसोडे, मी सदैव खेळाडुंच्या हितासाठी प्रयत्नशील असून मागील काळात विविध राज्यस्तरीय स्पर्धा घेतल्या आहेत. दावणगावकरांनी आमदार चषक स्पर्धा घेतली आहे. या स्पर्धे साठी जिल्हाघातील सर्व संघ या स्पर्धेत सहभागी झाले होते. आज या आमदार चषक स्पर्धेचा अंतिम सामना हा दावणगाव व शेकापुर यांच्यात होत असून दोन्ही संघांच्या खेळाडुंनी जीव ओतून खेळून आपल्या भागाचे नाव करावे. सदर सामने हे १०

(षटकाचे) ओवर चे असल्याने चुरस अधिक असेल आपल्या भागात टी - टेन सामने खेळवण्याची कदाचित ही पहिलीच वेळ असून ग्रामीण भागातील खेळाडुंना भविष्यात अडचण होवू नये म्हणून उदगीरमध्ये क्रीडा संकुल उभारत असून त्याचेही काम लवकरच सुरु होणार असल्याचे आ.संजय बनसोडे यांनी सांगितले. यावेळी सहभागी संघाचे खेळाडु व क्रिकेट प्रेमी नागरीक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

बुद्धगया महाबोधी महाविहार टेम्पल, भिकू संघाच्या उपोषणाला पाठिंबा



किनवट: शेख शौकत :-महाबोधी टेम्पल मॅनेजमेंट कायदा १९४९ च्या दुरुस्ती करून बिहार येथील बुद्धगया महाबोधी महाविहार बौद्धांच्या ताब्यात देण्यात यावे या करिता सुरु असलेल्या भिकू संघाच्या उपोषणाला पाठिंबा देणारे निवेदन राष्ट्रपती यांना उपविभागीय जिल्हाधिकारी तथा सहाय्यक जिल्हाधिकारी कार्यालय किनवट मार्फत बहुजन समाज पार्टीच्या वतीने देण्यात आले. यावेळी भीमराव पाटील किनवट विधानसभा अध्यक्ष, अशोक पाटील विधानसभा उपाध्यक्ष किनवट, मिलिंद धावारे जिल्हा सचिव, विजय वाघमारे सचिव, सुखदेव कांबळे सहसचिव, संजय ठोके शहराध्यक्ष, साहेबराव वाढवे शहर उपाध्यक्ष, किशन परेकर, गंगाधर कदम, अंकित गायकवाड, आशिष फुलझले, शंकर गायकवाड, सुमनबाई, अनुसयाबाई उमरे, सुमनबाई परेकार, सुमेध गायकवाड अन्य कार्यकर्ते उपस्थित होते.

माजी मंत्री आमदार अमित देशमुख यांची लातूर शहरातील त्रिमूर्ती हॉस्पिटलला सदृच्छा भेट

लातूर/ प्रतिनिधी :-लातूर आरोग्यसेवेचे केंद्र झाले आहे. येथे परराज्यातूनही रुग्ण आरोग्यसेवा घेण्यासाठी येतात. या आरोग्य सेवा क्षेत्रात रुग्णसेवा हीच ईश्वर सेवा म्हणून त्रिमूर्ती हॉस्पिटल काम करत आहे, असे सांगून माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी त्यांना आरोग्यसेवेसाठी शुभेच्छा दिल्या राज्याचे माजी



समद पटेल, लातूर जिल्हा परिषदेचे माजी अध्यक्ष संतोष देशमुख, अजय ठक्कर, डॉ. विश्रान्त भारती, डॉ. गिरीश पाटील, डॉ. राहुल सूल, डॉ. अशोक पोतदार, राजकुमार जाधव, बालाजी मुस्कावाड, व्यंकटेश पुरी, मोहन सुरवसे, युनुस शेख, आदीसह काँग्रेस पक्षाचे विविध पदाधिकारी तुपडीकर व कुकाले कुटुंबीय मित्रपरिवार उपस्थित होते. प्रारंभी माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी त्रिमूर्ती हॉस्पिटलच्या शस्त्रक्रियामुह संकुल, शस्त्रक्रिया गृह संकुल अस्थीरोग, अतिदक्षता विभाग, स्पेशल रूम, फिजीओथेरेपी विभाग आदी विभागांची पाहणी केली.

महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालय राष्ट्रीय पारितोषिक प्राप्त कृष्णा धरणे यांचा सत्कार

लातूर :- श्री महात्मा बसवेश्वर शिक्षण संस्था, लातूर द्वारा संचलित महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालयातील विद्यार्थी राष्ट्रीय सेवा योजनेतील स्वयंसेवक विद्यार्थी कृष्णा धरणे यांनी स्टेट एनएसएस सेल, बेन्हाणपूर युनिव्हर्सिटी, ओडिसा, आणि उच्च शिक्षण विभाग, ओडिसा सरकार यांच्या संयुक्त विद्यमाने दि. ०३ ते ०९ मार्च २०२५ या कालावधीमध्ये बेन्हाणपूर युनिव्हर्सिटी, ओडिसा येथे संपन्न झालेल्या राष्ट्रीय एकात्मता शिबिर २०२५ मध्ये दुसऱ्या क्रमांकाचे बक्षीस प्राप्त केले. महात्मा बसवेश्वर महाविद्यालयात एका विशेष समारंभात त्याचा सत्कार दरंग (बिहार) येथील प्रसिद्ध उद्योजक राहुल मिश्रा यांच्या हस्ते करण्यात आला. यावेळी श्री



महात्मा बसवेश्वर शिक्षण संस्थेचे सचिव माधवराव पाटील टाकळीकर, प्राचार्य प्रोफेसर डॉ. संजय गवई, मुख्य समन्वयक डॉ. भास्कररेड्डी नल्ला, समन्वयक डॉ. बाळासाहेब गोडबोले आणि प्रमुख मार्गदर्शक म्हणून प्रा. भाऊसाहेब पुरी यांची उपस्थिती होती. कृष्णा धरणे यांनी मिळविलेल्या राष्ट्रीय पातळीवरील या पारितोषिक बदल संस्थेचे अध्यक्ष आदिनाथ सांगवे, उपाध्यक्ष माधवराव पाटील तपसेचिंचोलीकर,

सहसचिव सुनील मिटकरी, कोषाध्यक्ष विजयकुमार रेवडकर, कार्यकारी संचालक प्रदीपकुमार दिंडेगावे आणि इतर सर्व सन्माननीय संस्था पदाधिकारी, राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रमाधिकारी डॉ. रत्नाकर बेडगे, डॉ. शिवप्रसाद डोंगरे, डॉ. मनोहर चपळे, प्रा. किसनाथ कुडके यांच्यासह, उपप्राचार्य, विभाग प्रमुख, शाखा समन्वयक, शिक्षक-शिक्षकेतर कर्मचारी आणि विद्यार्थ्यांनी अभिनंदन करून पुढील कार्यासाठी हार्दिक शुभेच्छा दिल्या आहेत.

संपादकीय....

ग्राहकांचे हक्क आणि संरक्षण

जागतिक ग्राहक हक्क दिन दरवर्षी १५ मार्च रोजी साजरा केला जातो. ग्राहकांच्या हक्कांविषयी जागरूकता निर्माण करणे आणि त्यांच्या हिताचे रक्षण करणे हा या दिनाचा मुख्य उद्देश आहे. ग्राहकांना गुणवत्तापूर्ण सेवा मिळाव्यात, फसवणूक होऊ नये आणि त्यांच्या गरजा पूर्ण व्हाव्यात, यासाठी हा दिन महत्त्वाचा मानला जातो.

अमेरिकेचे तत्कालीन राष्ट्राध्यक्ष जॉन एफ. केनेडी यांनी १९६२ मध्ये प्रथमच ग्राहक हक्कांची संकल्पना मांडली. त्यांनी ग्राहकांसाठी चार मूलभूत हक्कांचा उल्लेख केला. यामध्ये सुरक्षिततेचा हक्क, माहितीचा हक्क, निवडीचा हक्क आणि तक्रार ऐकून घेण्याचा हक्क यांचा समावेश होता. याच संकल्पनेचा विस्तार करत १९८३ पासून ग्राहक हक्क दिन जागतिक स्तरावर साजरा केला जाऊ लागला. संयुक्त राष्ट्र संघाने १९८५ मध्ये ग्राहक संरक्षणासाठी मार्गदर्शक तत्त्वे निश्चित केली. वस्तुतः ग्राहक संरक्षण ही संकल्पना प्राचीन काळापासून अस्तित्वात आहे. प्राचीन संस्कृतींमध्ये व्यापारी आणि ग्राहकांतील व्यवहारांसाठी काही नियम होते. कौटिल्याच्या अर्थशास्त्रात व्यापार्यांसाठी काही नियम सांगितले होते. व्यापार्यांनी वस्तूंचे योग्य मोल ठरवावे आणि फसवणूक करू नये, असे यात नमूद होते. रोमन कायद्यांमध्ये विक्रीच्या अटी, करार आणि भेसळयुक्त वस्तूविरोधातील नियम स्पष्ट होते. एखादी वस्तू निकृष्ट असेल किंवा चुकीची माहिती देऊन विकली गेली, तर ग्राहकांना संरक्षण मिळत असे. युरोपमध्ये व्यापारी आणि कारागीरांसाठी गिल्डस् (व्यवसाय संघटना) होत्या. या गिल्डस् उत्पादनाची गुणवत्ता आणि किंमत नियंत्रित करत. भारतातही काही ठिकाणी व्यापार्यांसाठी नियम ठरवलेले होते, जे राजा आणि स्थानिक प्रशासनाद्वारे लागू केले जात. औद्योगिक क्रांतीनंतर मोठ्या प्रमाणावर उत्पादन सुरु झाले आणि त्यामुळे ग्राहकांची फसवणूक वाढली. त्यामुळे ग्राहक हक्कांसाठी विविध कायदे आणि चळवळी निर्माण झाल्या. १९ व्या शतकातील सुरुवात भेसळयुक्त अन्न, बनावट औषधे आणि चुकीची जाहिरात रोखण्यासाठी कायदे केले गेले. २० व्या शतकात तिची अधिक स्पष्ट व प्रभावी मांडणी झाली. ग्राहकांचे हक्क सुरक्षित करण्यासाठी विविध कायदे, चळवळी आणि आंतरराष्ट्रीय धोरणे अस्तित्वात आली.

बदलत्या काळात वाढत्या बाजारपेठेमध्ये ग्राहकांच्या हक्कांचे संरक्षण होणे अत्यंत आवश्यक आहे. अनेकदा कंपन्या फसवणूक, चुकीची माहिती, निकृष्ट उत्पादने किंवा अवाजवी किंमती यामुळे ग्राहकांची दिशाभूल करतात. या पार्श्वभूमीवर ग्राहक संरक्षण कायदे आणि हक्क यांचे महत्त्व अधोरेखित होते. भारतात ग्राहक संरक्षणासाठी ग्राहक संरक्षण अधिनियम, २०१९ लागू केला आहे. या कायद्यांतर्गत महत्त्वाच्या तरतुदी करण्यात आल्या आहेत. ग्राहक तक्रारींचे निवारण करण्यासाठी जिल्हा, राज्य आणि राष्ट्रीय स्तरावर न्यायालये स्थापन करण्यात आली आहेत. भ्रामक किंवा दिशाभूल करणार्या जाहिरातींवर दंड आणि कारवाई करण्याची तरतूद आहे. ऑनलाईन खरेदीदरम्यान ग्राहकहिताचे संरक्षण व्हावे, यासाठी ई-कॉमर्स कंपन्यांवर जबाबदारी निश्चित केली आहे.

काहीजण मा. कांशीरामजी यांनी बौद्ध धर्म का स्विकारला नाही? असे प्रश्न उपस्थित करतात. त्यासंदर्भात हा छोटासा लेख...

मी १९८९ पासून बामसेफचे काम करित आलो. त्यापूर्वी बामसेफच्या कार्याचा अभ्यास आणि अवलोकन करित होतो. माझे काम यवतमाळपासून सुरु झाले होते. त्यानंतर कोकण भाग, नाशिक, भुसावळ, पारस इत्यादी ठिकाणी अगदी या चळवळीत झोकून काम केले. माझे अखेरीस या चळवळीत खर्ची पडले, असंही मला अभिमानाने सांगता येईल. दिड महिना मी दिल्लीच्या ऑफिसात काम केले. त्यामुळे मा.कांशीरामजी यांचे कार्य मी अगदी जवळून पाहिले. त्यांच्या चळवळीची सुरुवात ही निरनिराळ्या जातीत तुटलेल्या जातीला जोडून बहुजन समाज बनविणे व त्या माध्यमातून सत्ता हस्तगत करणे हे होते. पण त्यांचा खरा कल हा बौद्ध धर्माकडेच होता. त्यांनी बाबासाहेबांची संपूर्ण चळवळ आत्मसात केली होती. त्यांनी चळवळीची शास्त्रीयदृष्ट्या मांडणी केली होती. म्हणूनच बहुजन समाजातील बुद्धिवादी वर्ग या चळवळीकडे आकर्षित झाला होता. केंडर कॅम्पमध्ये भगवान बुद्धांचा धम्म समाजातून सांगितल्याशिवाय तो केंडर कॅम्प पार पडत नव्हता. मी यवतमाळला असताना तीन दिवस महाराष्ट्रातील चळवळीतील प्रमुख ३३ कार्यकर्त्यांची मीटिंग नागपूर येथे महाराष्ट्राचे संयोजक श्रीकृष्ण उबाळे ह्यांनी बोलाविली होती. या मीटिंगचे निमंत्रण मलाही देण्यात आल्याने मी सहभाग घेतला होता. ही मीटिंग म्हणजे चळवळीच्यादृष्टीने अत्यंत महत्त्वपूर्ण होती. त्यामुळेच चळवळीतील नेमक्या कार्यकर्त्यांना पाचारण केले होते. मा. कांशीरामजी यांनी बामसेफमध्ये 'बुद्धिस्ट रिचर्स सेंटर' नावाची विंग तयार केली होती. त्याच अनुषंगाने नागपूरच्या मीटिंगमध्ये 'रिसर्च अँड डेव्हलपमेंट (बामसेफ) विंग' अंतर्गत 'डॉ. आंबेडकर रिसर्च इंस्टिट्यूट ऑफ सोशल सायन्स' स्थापन करण्यात आले होते. या विंगचे प्रमुख म्हणून डॉ. डी.एस.पिंपळकर होते. यात आजिवन सदस्य म्हणून मला घेण्यात आले होते. यांच्या ज्या मीटिंग होत, त्यात माझा सहभाग असायचा. याच मीटिंगमध्ये बहुजन एम्प्लॉईज फेडरेशन नावाची संघटना स्थापन झाली होती. मला सहसचिव म्हणून केंद्रीय कार्यकारिणीत घेतले होते. माझी बदली १९९८ मध्ये कोकणातून नाशिकला झाली होती. त्यावेळी रजिस्टर्ड बामसेफमुळे बामसेफचे काम करायला अडथळे येत होते. म्हणून पे बँक टू दी सोसायटी प्रोग्रॅम ही संघटना मा.कांशीरामजी यांनी सुचविल्याप्रमाणे स्थापन करण्यात आली होती. मी एकलहरे नाशिकचे काम सांभाळत होतो. मी त्यावेळी 'पे बँक टू द सोसायटी प्रोग्रॅम'च्या माध्यमातून केंडर कॅम्प घेण्याचा सपाटा सुरु केला होता. तसेच या प्रोग्रॅमच्या माध्यमातून बुद्धजयंती ते

कबीरजयंती पर्यंतच्या दि.७.५.२००१ ते २०.५.२००१ कालावधीत नाशिक जिल्हाभर धम्मप्रवचनाचे कार्यक्रम आयोजित करण्यात आले होते. या वेळी मी पण या विषयावर प्रवचन दिले होते. त्या दरम्यान डॉ. बिस्वास हे केंद्र सरकारच्या सचिवालयमध्ये उच्चपदावर काम करित होते. त्यावेळी नाशिक येथे मा.कांशीरामजी यांच्या बहुजन चळवळीवर अभ्यासपूर्ण व्याख्यान त्यांनी दिले होते. त्यावेळी रामराज्याच्या कार्यकर्त्यांनी मा.कांशीरामजी बौद्ध धर्म का घेत नाही, असा थेट प्रश्न विचारला होता. त्यावर त्यांनी उत्तर दिले होते की, बहुजन समाज तयार करणे हे पहिले काम आहे. त्यानंतर धम्माचा स्विकार करणे ही नंतरची स्टेप आहे. बाबासाहेबांनी आयुष्याच्या अखेरीस सर्व धर्मांचा अभ्यास करून बौद्ध धर्म स्वीकारला होता. या व्याख्यानानंतर मा. कांशीरामजी यांनी बौद्ध धर्म स्विकारण्याबाबतची घोषणा केल्याचे जाहीर झाले होते. मी मुद्दामच विकीपीडियाचा संदर्भ देतो. त्यांनी खालील मजकूर लिहिला आहे. बौद्ध धर्म ग्रहण करणे की मंशा संपादित स्रोत 'सन २००२ मं, कांशीराम जी ने १४ अक्टूबर २००६ को डॉक्टर आम्बेडकर के धर्म परिवर्तन की ५० वीं वर्षगांठ के मौके पर बौद्ध धर्म ग्रहण करने की अपनी मंशा की घोषणा की थी. कांशीराम जी की मंशा थी कि उनके साथ उनके ५ करोड़ समर्थक भी इसी समय धर्म परिवर्तन करें. उनकी धर्म परिवर्तन की इस योजना का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा यह थी कि उनके समर्थकों को केवल अछूत ही शामिल नहीं थे बल्कि विभिन्न जातियों के लोग भी शामिल थे, जो भारत में बौद्ध धर्म के समर्थन को व्यापक रूप से बढ़ा सकते थे. हालांकि, ९ अक्टूबर २००६ को उनका निधन हो गया और उनकी बौद्ध धर्म ग्रहण करने की मंशा अधूरी रह गयी. १९ मायावती ने कहा कि उन्होंने और कांशीराम साहब ने तय किया था कि हम बौद्ध धर्म तभी ग्रहण करेंगे जब केंद्र में 'पूर्ण बहुमत' की सरकार बनायेंगे. हम ऐसा इसलिए करना चाहते थे क्योंकि हम धर्म बदलकर देश में धार्मिक बदलाव तभी ला सकते थे जब जब हमारे हाथ में सत्ता हो और हमारे साथ करोड़ों लोग एक साथ धर्म बदले. यदि हम बिना सत्ता पर कब्जा किये धर्म बदल लेंगे तो हमारे साथ कोई नहीं खड़ा होगा और केवल 'हम दोनो' का ही धर्म बदलेगा हमारे लोगों का नहीं, इससे समाज में किसी तरह के धार्मिक क्रांति की लहर नहीं उठेगी.२०'



बहुजन नाटक मान्य, कांशीराम साहब
१५ मार्च १९३४ - ९ अक्टूबर २००६

एवढेच नव्हे तर जागतिक किर्तीचे बौद्ध भिक्खू यांनी जेव्हा जपानला बौद्ध धम्माचे जागतिक संमेलन झाले होते. त्या संमेलनाला भन्ते सुरई ससाई यांनी मा.कांशीरामजी यांचे नाव पाठविल्याचे ऐकले होते. मा.कांशीरामजी हे प्रत्यक्ष बौद्ध अनुयायाचे जीवन जगत असल्याचे यावरून दिसून येते. त्यामुळेच बौद्ध भिक्खूंच्या उपस्थितीत त्यांच्या मरणानंतरचे क्रियाकर्म बौद्ध पद्धतीनेच पार पडले होते. मी दि. १४.६.२००० रोजी इगतपुरीला १० दिवसाचे विषयना शिबीर केले. त्यावेळी योगयोग असा की या केंद्राचे संचालक सत्यनारायणजी गोंयका यांनी प्रत्यक्ष एक दिवस शिबिरात येऊन आम्हाला प्रवचन दिले होते. हे शिबिर झाल्यावर मला जाणवलं की, गोंयकाजी आणि मा. कांशीरामजी या दोघांकडे जरी धर्माने बौद्ध असल्याचे प्रमाणपत्र नसले तरी ते आपल्या आचरणाने खऱ्या अर्थाने बौद्ध असल्याचे सिद्ध केले होते. गोंयकाजी बुद्धांची शिकवण सांगत असत तर मा. कांशीरामजी 'चरक भिक्खे चारिकर्म'ची शिकवण घेऊन पूर्ण भारतभर फिरत होते. बौद्ध धम्माची दीक्षा घेण्याचे स्वप्न त्यांचे अधुरे राहिले. पण त्यांचे संपूर्ण जिवन, शिकवण आणि कार्य हे बौद्धमय होते, यात वाद नाही. उत्तरप्रदेश, बिहार, मध्यप्रदेश, छत्तीसगड इत्यादी हिंदी भाषिक प्रदेशातून व देशाच्या इतरही कानाकोपऱ्यातून ६ डिसेंबरला मुंबईच्या 'चैत्यमुमी व विजयादशमीला नागपूरच्या दीक्षाभूमीला भेट देणाऱ्यांची संख्या दरवर्षी वाढत जात आहे. हा जमाव हातात पंचशीलचे झेंडे घेऊन, छातीवर बिल्ले लाऊन जेव्हा चैत्यमुमी आणि दिक्षाभूमीला जयभीमच्या घोषणा देत जातात दिसतात, तेव्हा खरोखरच उर भरून येतो. बौद्ध धम्माचा शंखनाद महाराष्ट्रानंतर देशात इतरही प्रदेशातून होत आहे, ह्याचे खरे श्रेय मा. कांशीरामजींनाच जाते. दुःख मात्र ह्याच गोष्टींचे वाटचल च्या, आज जर कांशीरामजी हयात असते तर आरएसएस प्रणित मोदी किंवा बीजेपी सत्तेवर नसती तर हा बहुजन वर्गच सत्तासीन झालेला पाहता आला असता. मा. कांशीरामजी यांच्या आजच्या जयंतीदिनी त्यांना विनम्र अभिवादन

आर.के.जुमले
दि. १५ मार्च २०२५

मॉरिशसशी संबंध भारतालाही वाढवावेच लागतील

भारत आणि मॉरिशसचे संबंध 'जिव्हाव्याचे'च आहेत. मॉरिशसइतके भारताशी जवळीक असणारे देश फार कमी आहेत. हिंदी महासागरातल्या या बेटवजा देशाचे आणि त्याच्या 'पोर्ट लुई' या राजधानीचे नाव भले भारतीय वळणाचे नसेल, पण या देशाच्या १.३ दशलक्ष लोकसंख्येपैकी जवळपास ७० टक्के लोकसंख्या मुळात भारतीय वंशाची आहे. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी हे मार्च २०१५ मध्ये झालेल्या शेवटच्या भेटीनंतर सुमारे दशकभराने मॉरिशसच्या दौऱ्यास सध्या गेले असून, ही भेट उभय देशांच्या विशेष द्विपक्षीय संबंधांना अधिक सखोल धोरणात्मक महत्त्व देण्यासाठी महत्त्वाची आहे. २०१५ मध्ये मॉरिशस आणि सेशेल्स येथे मोदी गेले होते, तेव्हाच हिंदी महासागरातील पश्चिमकडल्या बेटांचे भूराजकीय महत्त्व नव्याने वाढले आहे हे दिसू लागले होते. भारताच्या 'सागर' ('सिक्विरिटी पंड ग्रोथ फॉर ऑल' चे लघुरूप) या महत्त्वाकांक्षेचे आराखडे मांडणाऱ्या मोदींच्या भाषणातून त्या वेळी, भारताच्या राजनैतिक अजेंड्यामध्ये हिंदी महासागराला सर्वोच्च स्थान देण्याची निकड अधोरेखित झाली होती. परंतु गेल्या दशकात या प्रदेशाच्या भूराजकीय धोरणापुढली आव्हाने कधी नव्हे इतकी वाढली आहेत. युरोप, रशिया, चीन, आखाती देश आणि तुर्कीसह अधिकाधिक शक्तींना या प्रदेशात अधिक प्रभावासाठी संघर्ष करायचा असल्याने, मॉरिशस आणि पश्चिम हिंद महासागरातील बेटांमध्ये आपलेही अस्तित्व वाढवणे हे आता भारताचे काम ठरले आहे. वांशिक नातेसंबंधांचे मजबूत बंधन असूनही मॉरिशस हा भारताचा विस्तार नाही-मॉरिशसची स्वतःची भूराजकीय ओळख आहे आणि ती टिकवण्यासाठीचे निर्णय त्यांचे त्यांनाच घ्यायचे आहेत- हे स्पष्टपणे मान्य करण्यापासून भारत-मॉरिशस संबंधांच्या नव्या पर्वाची सुरुवात होऊ शकते.

विद्यमान आंतरराष्ट्रीय राजकारणाच्या गुंतागुंतीच्या उत्क्रांतीचे उत्तम उदाहरण म्हणून मॉरिशसच्या इतिहासाकडे पाहता येईल. या बेटांच्या वासाहतिक इतिहासाचा विचार केल्यास पोर्तुगीज, डच, फ्रेंच आणि ब्रिटिशांसह सर्व युरोपीयांना इथे बस्तान बसवायचे होते. अखेर ब्रिटनपासून मॉरिशसला स्वातंत्र्य मिळाले, पण तेवढ्याने तिथला वसाहतवाद-विरोधी लढा संपला नाही. मॉरिशसमधील वसाहतवादाच्या शेवटच्या अवशेषांपैकी एक म्हणजे चागोस द्वीपसमूह. १९६८ मध्ये जेव्हा ब्रिटनने मॉरिशसला स्वातंत्र्य दिले तेव्हा त्यांनी चागोस द्वीपसमूहाचा काही भाग 'ब्रिटिश हिंदी महासागर प्रदेश' म्हणून वेगळा काढला आणि या बेटांपैकी दिणो गार्सिया हे बेट अमेरिकेला भाडेतत्त्वावर दिले. अमेरिकेने या दिणो गार्सिया बेटावर मोठा लष्करी तळ उभारला. गेल्या काही दशकांमध्ये, मॉरिशसने चागोसवरील आपले सार्वभौमत्व परत मिळवण्यासाठी सबुरीनेच, पण जोरकस जागतिक मोहीम राबवली.

अखेर अलीकडेच (ऑक्टोबर २०२४), ब्रिटन आणि मॉरिशस यांच्यात 'चागोस करार' झाला. या कराराचे कायदेशीर, भू-राजकीय आणि मानवतावादी महत्त्व खूप मोठे आहे. कायदेशीर

दृष्टिकोनातून, हा करार चागोसवरील मॉरिशसच्या सार्वभौमत्वाला दुजोरा देतो. आंतरराष्ट्रीय न्यायालयानेही (आयसीजे) २०१९ मध्ये या द्वीपसमूहावरील मॉरिशसचा दावा मान्य केला होता. मग नोव्हेंबर २०२२ पासून मॉरिशसने ब्रिटनशी वाटाघाटीचा जोर वाढवला. त्या अर्थाने, हे पाऊल आंतरराष्ट्रीय कायदा मजबूत करणारे आहेच. पण हा करार वसाहतवादी काळात विस्थापित झालेल्या लोकांकडे मानवतावादी दृष्टिकोनातून पाहण्याचे मान्य करतो आणि दीर्घकालीन पर्यावरणीय सहकार्याचे आश्वासनही देतो.

भूराजकीय दृष्टिकोनातून, मॉरिशसने दिणो गार्सियावरील भाडेपट्टा ९९ वर्षांसाठी वाढवण्यास ब्रिटनशी झालेल्या करारातच अनुमती दिलेली आहे, म्हणजे तिथला अमेरिकन लष्करी तळ कायमच राहाणार आहे. या करारालाही नाके मुरडणाऱ्यात

राहाते. असे महत्त्वाचे स्थान हिंदी महासागराच्या पश्चिम भागात मॉरिशसकडेच आहे. त्यामुळेच तर मॉरिशसला 'हिंदी महासागराची किळी' म्हटले जाते. एकेकाळी- १९ व्या शतकाच्या मध्यापर्यंत- युरोपीय जहाजांसाठी मॉरिशस हा भारतीय उपखंड आणि आफ्रिका यांच्या मधला महत्त्वाचा थांबा होता. सुएझ कालव्यामुळे हे महत्त्व ओसरले, पण दोन्ही महायुद्धांत आणि पुढल्या 'शीतयुद्धा'च्या काळात मॉरिशसचे भूराजकीय महत्त्व पुन्हा मान्य झाले.

आजघडीला चीन या भागातील आसपासच्या किनाऱ्यांवर डोळा ठेवून आहे. आफ्रिकेत तसेच मध्यपूर्वेतील अनेक देशांमध्ये चीनने हातपाय पसरलेले आहेतच. चीनच्या 'पीपल्स लिबरेशन आर्मी'ला हिंदी महासागरात जागोजागी तळ उभारून या व्यापारी आणि लष्करी टापूवर वर्चस्व हवे आहे, हे लपून राहिलेले नाही. त्यासाठी मॉरिशसशी मैत्री वाढवण्याची पावले गेल्या काही वर्षांत चीनने



ब्रिटनमधील विरोधी पक्षीय आणि अमेरिकेतील काही रिपब्लिकन आहेत, त्यांचे म्हणणे असे की, या करारामुळे हिंदी महासागरात चीनच्या वर्चस्वाचा मार्ग मोकळा होईल! पण मॉरिशसच्या संमतीने अमेरिकन तळ कायम ठेवला गेल्यामुळे, उलटपक्षी या भागातील चिनी उचापतींना थोडाफार चाप लावण्यास मदत होईल. गेल्या महिन्यात ब्रिटिश पंतप्रधान कीअर स्टार्मर यांच्या वॉशिंग्टन भेटीदरम्यान, डोनाल्ड ट्रम्प यांनी या कराराला अमेरिकेतर्फे मान्यता दिली.

या कराराचा आग्रह धरणाऱ्या मॉरिशसच्या पाठीशी भारत उभा राहिला होता. त्यामुळे, यंदाची मॉरिशस-भेट हा पंतप्रधान नरेंद्र मोदींसाठी राजनैतिक समाधानाचा क्षण आहे. हिंदी महासागरात चिनी नौदलाचे घुटमळणे वाढले असताना, भारताच्या प्रादेशिक सुरक्षेच्या चिंताही ब्रिटन-मॉरिशस करारामुळे कमी होऊ शकतात, असा व्यावहारिक विचारही भारताने केलेला होता.

भारताने मॉरिशसचाच भाग असलेल्या अगालेगा बेटावर पायाभूत सुविधांची उभारणी केल्यामुळे या भागाच्या सुरक्षेत दिल्लीचा वाढता सागरी सहभाग दिसून आलेला आहे. जागतिक राजकारणात अनेक गोष्टी बदलतात, परंतु भौगोलिक स्थानाचे महत्त्व कायम

पद्धतशीरपणे उचलली आहेत. मॉरिशसच्या आसपास, हिंदी महासागरात असलेल्या अन्य बेट-राष्ट्रांनाही चीन खुणावतो आहेच. गेल्या तीन वर्षांत 'चायना-इंडियन ओशन फोरम' या नावाखाली चीनने तीन परिषदा भरवल्या आणि या महासागरालगतच्या लहान वा मध्यम आकाराच्या देशांना आर्थिक आणि व्यापारी भरभराटीचे मधाचे बोट लावले.

भारताला फक्त या चिनी कार्यक्रमांची दखल घेऊन थांबता येणार नाही. दुसरीकडे युरोपीय देशसुद्धा मॉरिशस व आसपासच्या देशांमध्ये पुन्हा व्यापारी बस्तान बसवण्याचा प्रयत्न करताहेत, आखाती देशांमधला पैसा या बेट-देशांपर्यंत पोहोचू लागलेला आहे आणि अगदी रशिया, इराण आणि तुर्कीसुद्धा इथे आपला सहभाग वाढवत आहेत.

अशावेळी साहजिकच, निव्वळ आम्हीतुम्ही मूळचे एकाच वंशाचे एवढ्यावरच भारत-मॉरिशस संबंधांचा भर ठेवण्यापेक्षा निराळे काहीतरी देशांमधला पैसा या बेट-देशांपर्यंत पोहोचू लागलेला आहे आणि अगदी रशिया, इराण आणि तुर्कीसुद्धा इथे आपला सहभाग वाढवत आहेत. अशावेळी साहजिकच, निव्वळ आम्हीतुम्ही मूळचे एकाच वंशाचे एवढ्यावरच भारत-मॉरिशस संबंधांचा भर ठेवण्यापेक्षा निराळे काहीतरी देशांमधला पैसा या बेट-देशांपर्यंत पोहोचू लागलेला आहे आणि अगदी रशिया, इराण आणि तुर्कीसुद्धा इथे आपला सहभाग वाढवत आहेत.

‘या’ लक्षणांना दुर्लक्षित करू नका; असू शकतो कमकुवत इम्युनिटीचा धोका

आपले इम्यून सिस्टम म्हणजे शरीराचे सुरक्षाकवच, जे गंभीर आणि धोकादायक आजारांपासून बचाव करते. जर आपल्या शरीराची इम्युनिटी मजबूत असेल, तर आजार जवळपास येत नाहीत, परंतु सध्याच्या चुकीच्या सवयी आणि जीवनशैलीमुळे इम्यून सिस्टम कमकुवत होत आहे. जेव्हा शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती कमी होते, तेव्हा शरीर काही विशिष्ट लक्षणे दाखवते, ज्याकडे वेळेत लक्ष दिल्यास आपण इम्युनिटी सुधारू शकतो.

वारंवार सर्दी-खोकला किंवा ताप येणे हे कमजोर इम्युनिटीचे प्रमुख लक्षण असू शकते. ऋतू बदलताना सर्दी होणे हे सामान्य असले तरी, सामान्यतः ७ ते १० दिवसांत ही समस्या बरी होते. कारण रोगप्रतिकारशक्तीला अंतीबांडी तयार करण्यासाठी काही दिवस लागतात. मात्र, जर कोणाला वारंवार सर्दी-खोकला होत असेल आणि ती लवकर बरी होत नसेल, तर याचा अर्थ शरीराच्या संरक्षण यंत्रणेत कमतरता आहे. तसेच, वारंवार पोट बिघडणे किंवा पचनत्रांशी संबंधित समस्या असणे हे देखील एक महत्वाचे लक्षण आहे. नेशनल इन्स्टिट्यूट ऑफ हेल्थच्या मते, आपल्या इम्युनिटीपैकी ७०% भाग हा पचनत्रांवर अवलंबून असतो. कारण तिथे असलेले चांगले बॅक्टेरिया शरीराला संसर्गापासून वाचवण्याचे काम करतात. जर सतत पोटदुखी, डायरिया किंवा बद्धकोष्ठतेची समस्या असेल, तर हे इम्यून सिस्टम कमकुवत असल्याचे संकेत



असू शकतात. तसेच, वारंवार कानात संसर्ग होणे किंवा न्यूमोनिया होणे हे देखील एक गंभीर लक्षण आहे. अमेरिकन अकॅडमी ऑफ अलर्जी, रीहॉर आणि इम्यूनोलॉजीच्या मते, जर वर्षभरात ४ पेक्षा जास्त वेळा कानाला संसर्ग होत असेल किंवा दोनदा न्यूमोनियाची लागण झाली असेल, तर ही इम्यून सिस्टम कमकुवत असल्याची खूप असू शकते.

याशिवाय, जखमा उशिराने भरून येणे हे देखील एक मोठे लक्षण आहे. शरीरावर कुठेही कट, जखम किंवा भाजल्यास त्वचा लगेच नवीन पेशी तयार करण्यास सुरुवात करते, परंतु जर जखम भरण्याला जास्त वेळ लागत असेल, तर याचा अर्थ शरीराची पुनरुत्पादन क्षमता आणि रोगप्रतिकारशक्ती कमी आहे. शेवटी, दीर्घकाळ तणावात राहणे देखील इम्यून सिस्टमवर परिणाम करू शकते. अमेरिकन सायकोलॉजिकल असोसिएशनच्या मते, जास्त तणाव असल्यास लिम्फोसाइट्स (थंडू) कमी होतात, जे संसर्गाशी लढण्यास मदत करतात. त्यामुळे दीर्घकाळ तणाव राहणे म्हणजे कमकुवत रोगप्रतिकारशक्तीचे लक्षण असू शकते. अशा संकेतांकडे वेळीच लक्ष दिल्यास इम्युनिटी सुधारता येईल आणि आजारांपासून बचाव करता येईल.

फ्रीजमध्ये ठेवताच विषाचे रूप घेतात ‘या’ भाज्या; कधीही ही चूक करू नका, वेळीच व्हा सावध

आजकालच्या व्यस्त जीवनात अनेकजण गोष्टी झटपट करून वेळेची बचत करू पाहतात. खासकरून नोकरदार वर्ग आपल्या वेळ वाचवण्याच्या नवनवीन ट्रिक्स शोधत असतात. या कारणास्तव, लोक बरेचदा भाज्या आगाऊ कापतात आणि त्या रेफ्रिजरेटरमध्ये ठेवतात, जेणेकरून वेळ वाचवता येईल आणि जेवण लवकर बनवता येईल.

पण तुम्हाला माहित आहे का की काही भाज्या कापून त्या फ्रीजमध्ये ठेवणं तुमच्या आरोग्यासाठी हानिकारक ठरू शकतं. या भाज्या फ्रीजमध्ये ठेवल्याने त्यातील पोषक घटक नष्ट होतात आणि त्या लवकर खराबही होतात. आज आम्ही तुम्हाला या लेखात अशा काही भाज्या सांगणार आहोत ज्या फ्रीजमध्ये ठेवणं तुम्हाला महागात पडू शकतं.

बटाटे बटाटे ही एक अशी भाजी आहे जी सर्वांनाच खायला फार आवडते आणि त्यामुळे ती अधिकतर घरात बनवलीही जाते. बऱ्याचदा असे होते की भाजीसाठी अधिक बटाटे कापले जातात. अशात अतिरिक्त कापलेले हे बटाटे आपण फ्रीजमध्ये ठेवू पाहतात आणि नंतर त्यांचा वापर करतात. बटाटे साठवण्यासाठी



अनेकजण रेफ्रिजरेटरचा वापर करतात. मात्र असे करणे तुमच्या आरोग्यासाठी घातक ठरू शकते. बटाट्यामध्ये असलेले स्टार्च थंड तापमानामुळे विषारी बनू शकते. रेफ्रिजरेटरमध्ये ठेवलेले बटाटे खाल्ल्याने डोकेदुखी किंवा मळमळ होऊ शकते. कांदा कांदा रेफ्रिजरेटरमध्ये ठेवण्याची चूक कधीही करू नका. कांदा फ्रीजमध्ये ठेवल्याने त्यातील ओलावा वाढतो, ज्यामुळे कांदाला बुरशी येऊ शकते. तसेच, चिरलेला कांदा साठवल्याने दुर्गंधी येते, जी इतर खाद्यपदार्थांमध्येही पसरते. त्यामुळे कांदा नेहमी कोरड्या आणि हवेशीर टिकाणी ठेवावा.

गाजर अधिकतर लोक गाजर हे नेहमी फ्रीजमध्येच साठवून ठेवतात. मात्र तुमची ही सवय तुम्हाला चांगलीच महागात पडू शकते. फ्रीजमधील थंड तापमानामुळे गाजर हळूहळू त्यांचा गोडवा गमावतात. यामुळे

गाजरातील पोषक घटक कमी होतात.

काकडी काकडीत पाण्याचे प्रमाण खूप जास्त असते, त्यामुळे ती रेफ्रिजरेटरमध्ये ठेवणे टाळावे. थंड तापमानामुळे काकडी लवकर कुजण्यास सुरुवात होते आणि त्यातील पोषक घटकही कमी होतात. काकडी ही नेहमी सामान्य खोलीच्या तापमानावर साठवल्यास ती चांगली आणि फ्रेश राहील. लसूण, अद्रक तुमच्या माहितीसाठी आम्ही तुम्हाला सांगतो की लसूण रेफ्रिजरेटरमध्ये ठेवल्याने तुम्हाला आरोग्याशी संबंधित अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागू शकते. शिवाय यामुळे लसणाचा उग्र वास सर्वत्र पसरू लागतो. तज्ज्ञांच्या मते, आले रेफ्रिजरेटरमध्ये ठेवू नये, अन्यथा आले विषारी होऊ शकते. टोमॅटो टोमॅटोमध्ये आधीपासूनच पाण्याचे प्रमाण अधिक असते ज्यामुळे त्याला फ्रीजमध्ये ठेवणे चुकीचे ठरते. टोमॅटो रेफ्रिजरेटरमध्ये ठेवल्याने त्यांची चव आणि पोत बदलतो. थंडीमुळे टोमॅटो आतून मऊ होतात, त्यामुळे ते लवकर खराब होतात. टोमॅटो नेहमी खोलीच्या तापमानावर ठेवा, जेणेकरून ते जास्त काळ ताजे राहतील.

मुलाने मुलगी पटवली! तिला सून बनवायचा विचार सुरू आहे? आधी ‘हे’ प्रश्न विचारा

प्रत्येक मुलीचे लग्नाबद्दल वेगवेगळे विचार असतात - काही पारंपरिक विचारसरणी ठेवतात, तर काही आधुनिक दृष्टिकोन स्वीकारतात. त्यामुळे तिच्या विचारसरणीचा आपल्या कुटुंबासोबत मेळ बसतो का, हे जाणून घेणे महत्वाचे ठरते. लग्न आणि वैवाहिक



जीवनाविषयी तिचे मत जाणून घेणे महत्वाचे असते. लग्न केवळ दोन व्यक्तींचा नव्हे, तर दोन कुटुंबांचा संगम असतो. त्यामुळे भविष्यात अडचणी टाळण्यासाठी दोघांचे विचार जुळतात का, हे आधी समजून घ्यावे लागते. अशा वेळी तिला असा प्रश्न करा की, मुली, तू लग्न आणि वैवाहिक जीवनाकडे कसे पाहतेस? एका चांगल्या कुटुंबाबद्दल तुझे मत काय?

करिअर आणि नोकरीबाबत तिची भूमिका जाणून घ्या. आजच्या काळात मुली त्यांच्या करिअरबाबत जागरूक आणि महत्त्वाकांक्षी असतात. त्यामुळे लग्नानंतरही त्या नोकरी करत राहणार का, याविषयी स्पष्ट चर्चा करणे आवश्यक आहे. याचबरोबर, कुटुंबानेही विचार करावा की त्यांना नोकरी करणारी सून हवी आहे की गृहिणी. तिला विचारा की, तू लग्नानंतरही करिअर सुरू ठेवू इच्छिता का? घर आणि नोकरी यामध्ये समतोल राखण्यासाठी तुझी काय योजना आहे?

परंपरा आणि कौटुंबिक रीतिरिवाज याबाबत तिची विचारसरणी जाणून घ्या. प्रत्येक कुटुंबाची

काही विशिष्ट परंपरा असते. काही कुटुंबे अत्यंत पारंपरिक असतात, तर काही आधुनिक विचारांचे असतात. त्यामुळे भावी सुनेला त्या कुटुंबातील रीतिरिवाजांशी जुळवून घेता येईल का, हे जाणून घेणे महत्वाचे आहे. तिला प्रश्न करा की, कौटुंबिक

रीतिरिवाज आणि परंपरा स्वीकारण्यास कितपत तयार आहात?

घरातील जबाबदाऱ्यांविषयी तिची भूमिका जाणून घ्या. लग्नानंतर घरातील जबाबदाऱ्या उचलण्याची मानसिकता महत्वाची ठरते. त्यामुळे तिला घरकामात रस आहे का, याबाबत चर्चा करणे गरजेचे आहे. तिला विचारा की, तू घरातील जबाबदाऱ्यांकडे कसे पाहतेस? स्वयंपाक आणि घरगुती कामांमध्ये तुला रस आहे का? लग्नानंतर मुलं कधी आणि किती असावीत, याबद्दल दोघांचे विचार एकसारखे असणे महत्वाचे आहे. याविषयी आधीच संवाद साधल्यास भविष्यात गैरसमज आणि मतभेद टाळता येतात. विचारा की, मुलांबद्दल तुझी काय भूमिका आहे? तुम्ही लवकर कुटुंब वाढवण्याच्या बाजूने आहात का, की काही काळ प्रतीक्षा करणार आहात? या प्रश्नांवर आधीच स्पष्ट चर्चा केल्यास भविष्यात होणाऱ्या अडचणी आणि गैरसमज टाळता येऊ शकतात. त्यामुळे मुलगी पटवली म्हणजे लगेच लग्नाचा विचार न करता, आधी या महत्त्वाच्या गोष्टी जाणून घ्या!

सकाळच्या नाशत्यात हेल्दी पदार्थ हवा आहे? मग सोप्या पद्धतीमध्ये स्वादिष्ट अनु पौष्टिक बीट सॅंडविच

सकाळच्या नाशत्यासाठी सगळ्याच काहींना काही हेल्दी किंवा टेस्टी पदार्थ खाण्याची इच्छा होते. अनेकदा बाहेरचे तेलकट आणि तिखट पदार्थ खाण्याचा कंटाळा आल्यानंतर घरी बनवलेले पौष्टिक पदार्थ खाण्याची इच्छा होते. अशावेळी तुम्ही बीट सॅंडविच बनवू शकता. बीट आरोग्याच्या दृष्टीने अतिशय गुणकारी आहे. दैनंदिन आहारात बीटचे सेवन केल्यामुळे शरीरात निर्माण झालेली रक्ताची कमतरता दूर होते. यामध्ये लोह, विटामिन सी आणि इतर पौष्टिक घटक देखील आढळून येतात.

बीटरूटमध्ये अँटीऑक्सिडंट्स, आयर्न आणि फोलेट इत्यादी अनेक घटक आढळून येतात. याशिवाय शरीरात निर्माण झालेली रक्ताची कमतरता भरून काढण्यासाठी बीटचे सेवन करावे. म्हणूनच आज आम्ही तुम्हाला सकाळच्या नाशत्यात बीट सॅंडविच बनवण्याची सोपी रेसिपी सांगणार आहोत. या पद्धतीने बीट सॅंडविच बनवण्यास चवीला अतिशय सुंदर लागेल. साहित्य: बीट कढीपत्ता ब्रेड हिस्वी मिरची चिली फ्लेक्स मीठ तेल दही कोथिंबीर कृती: बीट सॅंडविच बनवण्यासाठी, वाटीमध्ये दही घेऊन बारीक किसून घेतलेले बीट टाकून मिक्स करा. त्यानंतर त्यात चवीनुसार मीठ, चिली फ्लेक्स त्यातून मिक्स करून घ्या. फोडणीच्या वाटीमध्ये तेल गरम करून त्यात मोहरी, बारीक चिरून घेतलेल्या हिस्व्या मिरच्या आणि कढीपत्ता घालून मिक्स करा. तयार केलेली फोडणी दहाच्या मिश्रणात टाकून मिक्स करा. ब्रेडचे स्लाइस घेऊन त्यावर बीटाचे मिश्रण लावून पसरवून घ्या. तवा गरम करून त्यावर ब्रेड खरपूस भाजून घ्या. तयार आहे सोप्या पद्धतीमध्ये बीट सॅंडविच. तुम्ही बनवलेले सॅंडविच लहान मुलांपासून ते अगदी मोठ्यांपर्यंत सगळ्यांचे खूप जास्त आवडेल.



शारीरिक आणि मानसिक आरोग्यासाठी फायदेशीर ठरते कलर वॉक, तज्ज्ञांनी सांगितली योग्य पद्धत

थोड्याच दिवसात आपल्या सर्वांचा आवडता सण होळी येणार आहे. होळी हा खरं तर रंगांचा सण.. रंग केवळ आपल्या भावनांवरच परिणाम करत नाहीत तर आपले मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य देखील सुधारू शकतात याचा तुम्ही कधी विचार केला आहे का? कलर वॉक ही एक अनोखी पद्धत आहे. यामध्ये, एखादी व्यक्ती एक रंग निवडते आणि त्याच्या सभोवतालच्या वातावरणात राहणे पसंत करते. त्याच रंगाच्या वातावरणाच्या शोधात आपल्याला चालावे लागते. आता तुम्हाला प्रश्न पडला असेल म्हणजे नक्की काय? फोटिस हॉस्पिटलमधील मानसिक आरोग्य डॉ. आस्तिक जोशी यांच्या मते, कलर वॉकमुळे केवळ लक्ष केंद्रित करण्याची क्षमता वाढतेच असे नाही तर आपला मानसिक ताणही कमी होतो. कलर वॉकची कल्पना कलाराक आणि सर्जनशील लोकांकडून करण्यात आली. पण आता ते शारीरिक आणि मानसिक आरोग्य सुधारण्यासाठी एक लोकप्रिय तंत्र बनले आहे. कलर वॉक म्हणजे काय? कलर वॉक कसा करावा? जेव्हा तुम्ही एखाद्या विशिष्ट रंगवार लक्ष केंद्रित करून चालता तेव्हा तुमचे मन सक्रिय राहते आणि तुम्हाला निसर्गाशी अधिक जोडलेले वाटते. यामुळे आपले लक्ष केंद्रित करणे आणि सजगता वाढतेच शिवाय आपले शरीर सक्रिय राहते. नियमितपणे कलर वॉक केल्याने ताण कमी होण्यास आणि मानसिक स्पष्टता येण्यास मदत होते. हे वॉक कसे करावे आणि त्याचे फायदे काय आहेत ते जाणून घेऊया. तणावापासून सुटका कलर वॉकचा सर्वात मोठा फायदा म्हणजे तो ताण कमी करण्यात प्रभावी आहे. जेव्हा आपण एक रंग निवडतो आणि आपले पूर्ण

लक्ष त्यावर केंद्रित करतो तेव्हा आपले मन फक्त वर्तमान क्षणातच राहते. ज्यामुळे चिंता आणि तणावाची समस्या कमी होते. आपण भूतकाळाचा विचार करत नाही आणि भविष्याचाही विचार करत नाही. ही जागरूकतेची एक उत्तम पद्धत आहे; यामुळे आपले मानसिक आरोग्य सुधारते. एकाग्रता वाढविण्यास उत्तम जर तुम्ही लेखन, चित्रकला किंवा डिझायनिंग सारख्या कोणत्याही सर्जनशील क्षेत्रात असाल तर तुम्ही कलर वॉक करून तुमची सर्जनशीलता वाढवू शकता. जेव्हा तुम्ही एखाद्या विशिष्ट रंगवार लक्ष केंद्रित करता तेव्हा तुमच्या मनात नवीन नमुने आणि डिझाईन्स येऊ लागतात. यामुळे तुमची विचार करण्याची क्षमता आणि लक्ष केंद्रित करण्याची क्षमता सुधारते. रंगांसोबतचा तुमचा अनुभव तुम्ही डायरीत लिहून किंवा चित्र काढून जपू शकता. जर तुम्हाला कोणत्याही कामात कंटाळा येत असेल तर तुम्ही लगेच कलर वॉकसाठी जाऊ शकता. शारीरिक आरोग्य सुधारण्यासाठी चालण्याचे फायदे आपल्या सर्वांना माहित आहेत. चालणे हा एक उत्तम व्यायाम आहे आणि जेव्हा तुम्ही तो कलर वॉकसोबत जोडता तेव्हा तो आणखी प्रभावी होतो. या चालण्यामुळे आपले शरीर केवळ सक्रिय राहत नाही तर रक्ताभिसरण, तग धरण्याची क्षमता आणि हृदयाचे आरोग्य देखील सुधारते. चालताना तुमचा वेग वेगवान ठेवा, त्यामुळे तुमचे हृदय गती वाढेल. आठवड्यातून किमान तीन ते चार दिवस कलर वॉक नक्की करा असे तज्ज्ञांनी सांगितले आहे. संवाद चांगला राखण्यासाठी तुम्ही इतर मित्रांसोबतदेखील कलर वॉक करू शकता. यामुळे तुमचे चालणे अधिक मजेदार बनू शकते.

ग्लास स्किन मिळवण्यासाठी करेल तुमची मदत; फक्त ‘या’ पद्धतीचा अवलंब करा

आजकाल प्रत्येकजण आपले सौंदर्य टिकवून ठेवण्यासाठी किंवा ते वाढवण्यासाठी अनेक नवनवीन पद्धतींचा वापर करतात. त्वचेवरील तेज वाढवण्याची आणि त्वचेच्या अनेक समस्या दूर करण्यासाठी तुम्ही व्हिटॅमिन कॅप्सूलचा वापर करू शकता. हे कॅप्सूल बाजारात तुम्हाला सहज उपलब्ध होईल. याच्या मदतीने तुम्ही तुमचे सौंदर्य वाढवून आणखीन बहारदार बनवू शकता. सध्या ग्लास स्किनचा ट्रेंड फार वाढत आहे, अशात या काचेसारख्या त्वचेसाठीही व्हिटॅमिन डी कॅप्सूलचा वापर करता येईल.

व्हिटॅमिन ईला टोकोफेरॉल देखील म्हणतात. हे पेशींचे नुकसान होण्यापासून संरक्षण करते, रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत करते, निरोगी त्वचेला प्रोत्साहन देते. हे रिप्रोडक्टिव्ह हेल्थला देखील समर्थन देते. व्हिटॅमिन ई हे एक फॅट सॉल्युबल व्हिटॅमिन आहे, जे शरीरात स्टोर देखील केले जाते. व्हिटॅमिन ई अँटी-ऑक्सिडंट म्हणून काम करते, ज्यामुळे त्वचेचे आरोग्य सुधारण्यास मदत होते. हे काळे डाग कमी करते आणि पिगमेंटेशन देखील कमी करते. त्यामुळे, तुमच्या स्किनकेअर रूटीनमध्ये व्हिटॅमिन ईचा समावेश केल्याने त्वचा हायड्रेट राहते आणि सुरकुत्या आणि बारीक रेषा दूर होतात. आज आपण या लेखात व्हिटॅमिन डी कॅप्सूलचा चेहऱ्यावर कसा वापर करता



येईल ते जाणून घेणार आहोत.

भारतात क्रीपीशिव झरझरलीची ची क्रेझ वाढत आहे, या झपाटलेल्या ठिकाणांना मिळाली लोकांची पहिली पसंती

अशाप्रकारे त्वचेवर करा' व्हिटॅमिन डी'चा वापर यासाठी प्रथम ३ चमचे एलोवेरा जेल, ३ व्हिटॅमिन-ई कॅप्सूल आणि ट टीस्पून गुलाबजल मिसळा आणि पेस्ट तयार करा तयार पेस्ट चेहऱ्यावर लावा आणि १५ मिनिटे तशीच राहू द्या. नंतर स्वच्छ पाण्याने धुवा. यामुळे त्वचा चमकते आणि त्वचा हायड्रेट राहते व्हिटॅमिन डी कॅप्सूल फोडा. त्यात बीटरूटचा रस घाला.

हे गुलाबी रंग देईल, ज्याचा वापर ओठांना मऊ आणि गुलाबी ठेवण्यासाठी केला जाऊ शकतो

मॉड्युलरमध्ये व्हिटॅमिन-ई कॅप्सूल मिसळल्याने ते हायड्रेटिंग नाईट क्रीम म्हणून काम करते व्हिटॅमिन ईची कॅप्सूल फोडून त्यात बदाम मिसळून डोळ्यांखाली लावल्याने काळी वर्तुळे दूर होतात

मुलतांनी माती असो किंवा बेसनाचा फेस पॅक, तुमच्या फेस पॅकमध्ये व्हिटॅमिन-ई कॅप्सूल फोडून, मिक्स करा आणि चेहऱ्यावर लावा. तथापि, तेलकट त्वचा असलेल्या लोकांनी व्हिटॅमिन डी कॅप्सूलचा जास्त वापर टाळावा कारण यामुळे त्वचा तेलकट होते तुमच्या आहारात सूर्यफुलाच्या बिया, बदाम, हेझलनट्स, पालक, एवोकॅडो, शेंगदाणे, किवी, टोफू, एक्ट्रा व्हर्जिन ऑलिव्ह ऑईल, लाल शिमला मिरची इत्यादी व्हिटॅमिन-ई समृद्ध पदार्थांचा समावेश करा टीप - आम्ही देत असलेली माहिती ही तज्ज्ञांशी बोलून आणि रिसर्च करून देत आहोत. हा लेख केवळ तुमच्या माहितीसाठी लिहिल्यात आला आहे. प्रत्येकाची त्वचा वेगळी असते, त्यामुळे कोणत्याही प्रकारचा उपाय करण्यापूर्वी पॅच टेस्ट करायला विसरू नका.

उन्हाळ्यात हार्ट अटॅक, कोलेस्ट्रॉलचा धोका वाढू नये म्हणून आहारात करा ‘या’ पदार्थांचे सेवन, रक्तप्रवाह राहिल सुरळीत

उन्हाळा ऋतू सुरू झाल्यानंतर आरोग्याची जास्त काळजी घ्यावी. कारण या दिवसांमध्ये शरीरातील पाण्याची पातळी कमी होते आणि डिहायड्रेशनची समस्या वाढू लागते. याशिवाय या दिवसांमध्ये हार्ट अटॅक, कोलेस्ट्रॉल आणि हृदयासंबंधित समस्या वाढू लागतात. त्यामुळे उन्हात बाहेर गेल्यानंतर शरीराची काळजी घ्यावी. उन्हाळ्यात सतत येणाऱ्या घामामुळे शरीरातील पाणी आणि आवश्यक खनिजे निघून जातात. तसेच रक्तदाब असंतुलित होऊन जातो. रक्तदाब कमी झाल्यानंतर किंवा वाढल्यानंतर शरीराचे कार्य पूर्णपणे बिघडते. त्यामुळे रोजच्या आहारात शरीराचे कार्य निरोगी राहिल अशाच पौष्टिक पदार्थांचे सेवन करावे. शरीराचा वाढलेला कोलेस्ट्रॉल हार्ट अटॅक येण्याचे

प्रमुख कारण आहे. त्यामुळे आज आम्ही तुम्हाला वाढत्या उन्हाळ्यात हार्ट अटॅक आणि इतर गंभीर समस्यांपासून शरीराचा बचाव पदार्थांचे सेवन करावे, याबद्दल सविस्तर माहिती सांगणार आहोत. या पदार्थांच्या सेवनामुळे शरीरात थंडावा राहतो. कलिंगड: उन्हाळ्याच्या दिवसांमध्ये कलिंगड खाण्यास जास्त प्राधान्य दिले जाते. कलिंगड खाल्यामुळे शरीरातील उष्णता कमी होते आणि आरोग्याला अनेक फायदे होतात. या फळामध्ये ९० टक्के पाणी असते. ज्यामुळे शरीराचा रक्तप्रवाह सुधारतो आणि शरीर हायड्रेट राहते. कलिंगडमध्ये लायकोपीन नावाचे अँटीऑक्सिडंट हृदयविकाराचा धोका कमी होतो. याशिवाय यामध्ये पोटॅशियम आणि अमिनो ऍसिड शरीराचा रक्तदाब नियंत्रणात

आणू शकतो. त्यामुळे उन्हाळ्यात कलिंगडचे नियमित सेवन करावे. बदाम: लहान मुलांपासून ते



उन्हाळ्यात कलिंगडचे नियमित सेवन करावे. बदाम: लहान मुलांपासून ते

अगदी मोठ्यांपर्यंत सगळ्यांचे बदाम खाण्याचा सल्ला दिला जातो. बदाम खाल्यामुळे मेंदूचे कार्य सुधारते. याशिवाय शरीरात वाढलेले कोलेस्ट्रॉल नियंत्रणात राहते. बदामामध्ये मोनोसॅच्युरेटेड फॅट्स, फायबर आणि प्रथिने भरपूर प्रमाणात आढळून येतात. तसेच बदामामध्ये असलेले मिश्रण आणि अँटीऑक्सिडंट्स रक्तवाहिन्यां मजबूत करतात. उन्हाळ्याच्या दिवसांमध्ये रात्रभर भिजवून ठेवलेले बदाम खावेत. अळशीच्या बिया: अळशीच्या बियांचा वापर अनेक कारणांसाठी केला जातो. या बियांमध्ये ओमेगा-३ फॅटी ऍसिड आणि फायबर भरपूर प्रमाणात आढळून येते, ज्यामुळे शरीराचे वाढलेले कोलेस्ट्रॉल नियंत्रणात राहते आणि रक्तवाहिन्या स्वच्छ होतात.

बनाळी ते कोकरेवस्ती हा रस्ता वर्षभरात पूर्ण करणार! आमदार गोपीचंद पडळकर.

जत :- बनाळी तालुका जत येथील कोकरेवस्तीला जाणारा रस्ता हा गेल्या अनेक वर्षांपासून खडतर बनला असून त्याची मागणी कायम आश्वासनापूर्ती राहिली होती. गेल्या २५ वर्षांत अनेक तत्कालीन आमदाराने हा रस्ता पूर्ण करण्याचे आश्वासन दिले होते, मात्र ते हवेतच विरले होते. आता पुन्हा एकदा आमदाराने दिलेले आश्वासन पूर्ण होणार की मागच्याप्रमाणे हवेतच विरणार याकडे कोकरेवस्ती, वाघदरे वडा, माळीवस्ती आदी नागरिकांचे लक्ष लागून राहिले आहे. कोकरेवस्तीवर आयोजित धुळदेव यात्रा २०२५ च्या कार्यक्रमात अध्यक्षपदावरून बोलताना तालुक्याचे विद्यमान आमदार गोपीचंद पडळकर यांनी हे आश्वासन दिले व धुळदेव मंदिराच्या जीर्णोद्धारसाठी सुद्धा मदत करण्याचे मान्य केले. यात्रेचे सांस्कृतिक स्वरूप साजरे करणारे हे सोळावे वर्ष होते. यावर्षी सांगोल्याचे सुपुत्र कवी ज्ञानेश डोंगरे यांनी प्रमुख वक्ते म्हणून प्रबोधन आणि कविता सादर केल्या. त्यांच्या या कवितांना अधिकची रंगत दिली मुलाखतीच्या रूपाने श्रीयोग कोकरे या वस्तीवरील तरुणाने. ग्रामीण भागातील जगण



आणि वागणं आपल्या कवितातून मांडून त्याचे सुरेल आवाजात

सादरीकरण करण्याची कला ज्ञानेश डोंगरे यांनी जोपासली असून अशा प्रज्ञावंतांची गरज महाराष्ट्राला अधिक उंचीवर नेणारी ठरेल असे गौरवोद्गार कार्यक्रमाचे अध्यक्ष गोपीचंद पडळकर यांनी काढले. यावेळी स्वागत व प्रस्ताविक करताना डॉ. श्रीकांत कोकरे यांनी धुळदेव यात्रेचा सांस्कृतिक इतिहास सांगताना रसिकांची अभिरुची बदलण्याचे काम साहित्यिकांनी केल्याचे सांगितले. माणदेश महाविद्यालय जुनोनी येथील प्रा. मुकुंद वलेकर यांनीही आपले मनोगत व्यक्त केले. या कार्यक्रमात वस्तीवरील नूतन उद्योजक संतोष कोकरे व अंकले तालुका जत येथील माजी उपसरपंच शरद सरगार यांचा गोपीचंद पडळकर यांच्या हस्ते सत्कार करण्यात आला. या कार्यक्रमास यात्रा समितीचे अध्यक्ष धुळाप्या कोकरे, सुनील जाधव, संजय कोकरे, जितेंद्र सावंत, मल्हारी कोकरे, डॉ. बाळासाहेब कोकरे, डॉ. चंद्रकांत कोकरे, सोपान सावंत यांच्यासह वाघदरेवडा, माळीवस्ती व परिसर येथील अनेक भाविक उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन अविनाश कोकरे यांनी केले तर आभार भानुदास कोकरे यांनी मानले.

शास्त्रोक्त पध्दतीने तपास करत १४ तासाचे आत खुनातील दोन्ही आरोपींना अटक, पोलीस ठाणे एमआयडीसी ची कामगिरी.

लातूर :- शास्त्रोक्त पध्दतीने तपास करत १४ तासाचे आत खुनातील दोन्ही आरोपींना अटक, पोलीस ठाणे एमआयडीसी ची कामगिरी. या बाबत माहिती अशी कि, दिनांक १४ मार्च रोजी मनिष रुपसिंग पाल वय २० वर्षे रा. धिलोर ता. नंदीगाव वि. जालोन राज्य उत्तर प्रदेश सध्या राहणार हरंगुळ रेल्वे स्टेशन समोर, समर्थ नगर, हरंगुळ (बु) यास हरंगुळ रेल्वे स्टेशन समोरील पाण्याच्या टाकी जवळ पाणीपुरी विक्री व्यवसाय करत असताना दोन अज्ञात व्यक्तीने चाकुने पोटात व डावे हातावर मारून गंभीर जखमी करून त्याचे जवळील मोबाईल व पैसे काढून घेवून खून केल्याची घडली होती. १४ मार्च रोजी रात्री पाणीपुरी विक्रेता, मयताचा भाऊने फिर्दाद दिल्यावरून पोलीस ठाणे एमआयडीसी लातूर येथे गुन१८२/२०२५ कलम १०३(१), ३१९, ३ (५) भारतीय न्याय संहिता प्रमाणे दिनांक १४/०३/२०२५ रोजी अज्ञात आरोपी विरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला. गुन्हा दाखल होताच वरिष्ठांचे मार्गदर्शनात उपविभागीय पोलीस अधिकारी

(लातूर शहर) रणजीत सावंत, स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोलीस निरीक्षक संजीवन मिरकले, पोलीस ठाणे एमआयडीसीचे पोलीस निरीक्षक सुधाकर देडे हे पथकासह घटनास्थळी भेट देऊन तपासाची दिशा ठरवून गोपनीय बातमीदार नेमून शास्त्रोक्त पध्दतीने तपासाला सुरुवात केली. पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे, अपर पोलीस अधीक्षक डॉ. अजय देवरे, उपविभागीय पोलीस अधिकारी (लातूर शहर) रणजीत सावंत यांचे मार्गदर्शनात पोलीस निरीक्षक सुधाकर देडे यांचे नेतृत्वात पोलीस स्टेशन एमआयडीसी लातूर येथील चार पथक तयार करून त्यांना सखोल मार्गदर्शन व सुचना करून तात्काळ रवाना करण्यात आले होते. दरम्यान सदर पोलीस पथकांनी गोपनीय बातमीदारा कडून मिळालेल्या माहितीचे विश्लेषण करून तपासाची दिशा निश्चित करून आटोकाट प्रयत्न करत नमुद मनिष रुपसिंग पाल याचे मारेकर्याचा शोध घेतला. वरीष्ठांचे मार्गदर्शनात सदर पथकांनी यातील नमुद मनिष रुपसिंग पाल यांचे मारेकरी

दत्ता संजय ढोरमारे, वय २० वर्षे, राहणार पटेल नगर लातूर, आयान अब्दुल शेख, वय २० वर्षे, राहणार कपील नगर लातूर. यांना त्यांचे राहते ठिकाणाहून २४ तासाचे आत ताब्यात घेवून गुन्ह्याबाबत चौकशी केली असता त्यांनी गुन्हा केल्याचे कबूल केले आहे. गुन्ह्याचा तपास पोलीस निरीक्षक सुधाकर देडे करीत आहेत. सदरची कामगिरी पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे, अपर पोलीस अधीक्षक डॉ. अजय देवरे, उपविभागीय पोलीस अधिकारी (लातूर शहर) रणजीत सावंत यांचे मार्गदर्शनात पोलीस ठाणे एमआयडीसी चे पोलीस निरीक्षक सुधाकर देडे, सपोनि. द्रोनाचार्य, नेटके, पोउपनि मोरे, राजपुत, सफौ बेळाळे, जगताप पोलीस अंमलदार दामोदर मुळे, कांबळे, भोसले, प्रशांत ओगले, राजू मस्के, साखरे, माने, सोनकांबळे, वायगावकर, बुजारे, वाहुळे, जाधव, महिला पोलीस अमलदार चव्हाण यांनी केलेली आहे.

पोहरेगाव बॅरेजची तातडीने दुरुस्ती; शेतकऱ्यांनी मानले माजी मंत्री आमदार अमित देशमुख यांचे आभार

लातूर / प्रतिनिधी :- पोहरेगाव बॅरेजच्या गेटला तांत्रिक अडचणीमुळे पाण्याची गळती होत होती. ही गळती थांबवण्यासाठी शेतकऱ्यांनी जलसंपदा विभागाकडे वारंवार मागणी केली, परंतु त्याची दखल घेण्यात आली नाही. अखेर रामेश्वर येथील शेतकरी शरद रामकृष्ण पाटील यांनी माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांच्याकडे या समस्येबाबत तक्रार केली. आमदार अमित देशमुख यांनी तात्काळ जलसंपदा विभागाला दुरुस्ती करण्याचे निर्देश दिले. तसेच, या कामावर लक्ष ठेवण्यासाठी आपले प्रतिनिधी पाठवले. त्यांच्या सूचनेनुसार, जलसंपदा विभागाचे अधिकारी आणि कर्मचारी पोहरेगाव बॅरेज येथे पोहोचले आणि त्यांनी तातडीने दुरुस्तीचे काम पूर्ण केले. शरद रामकृष्ण पाटील पोहरेगाव बॅरेजला तांत्रिक अडचणी आल्याने पाण्याची गळती होणार होती. ही पाणी गळती थांबविण्यासाठी पोहरेगाव बॅरेजची दुरुस्ती आवश्यक होती. ही दुरुस्ती झाली नाही तर पाणी आल्यानंतर पाणी गळती होईल यासाठी शेतकऱ्यांनी संबंधित अधिकारी यांच्याकडे मागणी केली होती. पण दखल न घेतल्याने रामेश्वर येथील शेतकरी श्री शरद रामकृष्ण पाटील यांनी राज्याचे माजी वैद्यकीय शिक्षण सांस्कृतिक कार्यमंत्री



व लातूर जिल्ह्याचे माजी पालकमंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांना पोहरेगाव बॅरेजच्या गेटला तांत्रिक कारणाने होत असलेली गळती पाणी येण्यापूर्वी थांबवण्याची विनंती केली. यावर माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी जलसंपदा विभागाला तात्काळ दुरुस्तीसाठी सुचना केल्या, हे काम वेळेवर पूर्ण होण्यासाठी विलास कारखान्याचे व्हा. चेअरमन रविंद्र काळे, संचालक कैलास पाटील पदाकारी यांचे शिष्टमंडळ जागेवर पाहणी करण्यास पाठविले. माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांच्या सुचनेची तातडीने दखल घेऊन जलसंपदा विभागाचे कार्यकारी अभियंता श्री अमर पाटील, विभागाचे कनिष्ठ अभियंता अमर गिरी व सहाय्यक गणेश सोनटके यांनी पोहरेगाव बॅरेज येथे जाऊन गेट दुरुस्ती करून होणारी गळती थांबविण्यासाठी आवश्यक कामे केली. या झालेल्या कामाबाबत शेतकरी शरद पाटील, ज्ञानेश्वर चव्हाण, दशरथ केसरे, अभिजीत केसरे, विशाल मोरे, राजाभाऊ मोरे आणि नाना देशमुख यांना समाधान व्यक्त केले तसेच माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख आणि जलसंपदा विभागाचे आभार मानले.

किरकोळ कारणावरून खून करणाऱ्या भिकाऱ्याला काही तासातच स्थानिक गुन्हे शाखेकडून अटक.

लातूर :- किरकोळ कारणावरून खून करणाऱ्या भिकाऱ्याला काही तासातच स्थानिक गुन्हे शाखेकडून अटक. * याबाबत थोडक्यात हाकिमत अशी की, दिनांक १३ ते १४ मार्च रोजी मध्यरात्री एका अज्ञात आरोपीने चहाटपरी समोर फुटपाथवर झोपलेल्या एका अनोळखी इसमाच्या डोक्यात दगड मारून खून केल्याची घटना घडली होती. त्यावरून पोलीस ठाणे शिवाजीनगर येथे अज्ञात आरोपी विरुद्ध खुनाचा गुन्हा दाखल करण्यात आला होता सदर खुनाचा तपास शिवाजीनगर पोलीस स्टेशन कडून करण्यात येत होता. पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे, अपर पोलीस अधीक्षक डॉ. अजय देवरे यांचे मार्गदर्शनात स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोलीस निरीक्षक संजीवन मिरकले यांचे नेतृत्वात स्थानिक गुन्हे शाखेचे पथक तयार करून त्यांना सूचना व मार्गदर्शन करून तात्काळ तपासाची सूत्रे हलविण्यात आली. स्थानिक गुन्हे शाखेचे पथकाने काही तासातच अनोळखी मयताची ओळख पटवून तसेच गोपनीय व तांत्रिक माहितीच्याआधारे चहाच्या टपरी समोर फुटपाथवर झोपलेल्या अज्ञात इसमाच्या डोक्यात दगड मारून खून केलेल्या आरोपीला क्रीडासंकुलच्या गेट



समोरून १४ मार्च रोजी सायंकाळी पाच वाजण्याच्या सुमारास जेरबंद केले असून नमूद आरोपीचे नाव देविदास शेषराव सोनकांबळे, वय ५४ वर्ष, राहणार खाडगाव रोड, प्रकाश नगर, चंद्रोदय कॉलनी, रोड क्रमांक ५, लातूर. असे असून सांगून तो दिवसभर भिक्षा मागून खातो. दुपारी तंबाखू घेण्या देण्याच्या कारणावरून झालेल्या किरकोळ वादाचा मनात राग धरून नमूद मध्यरात्री चहाच्या टपरी समोर फुटपाथवर झोपलेला इसम नामे

सहाय्यक पोलीस निरीक्षक चव्हाण हे करीत आहेत. सदरची कारवाई वरिष्ठांचे मार्गदर्शनात स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोलीस निरीक्षक संजीवन मिरकले, यांच्या नेतृत्वातील पथकामधील पोलीस उपनिरीक्षक संजय भोसले, पोलीस अमलदार सिद्धेश्वर जाधव, सुधीर कोळसुरे, राजेश कंचे, मोहन सुरवसे, सूर्यकांत कलमे, प्रदीप स्वामी, विनोद चलावाड, सचिन मुंडे यांनी केली आहे.

साँ मील धारकांवर धडक कार्यवाही



लातूर/प्रतिनिधी :लातूर शहर महानगरपालिका मार्फत मनपा मालकीच्या साँ-मील येथे आयुक्त, बाबासाहेब मनोहरे यांच्या आदेशान्वये उपायुक्त, डॉ. पंजाब खानसोळे यांच्या मार्गदर्शनाखाली आज दि. १५/०३/२०२५ रोजी मालमता व्यसवस्थापक शुभम बावणे व अतिक्रमण विभाग प्रमुख रवी कांबळे यांच्या उपस्थितीत साँ-मीलमध्ये धडक वसुली मोहिम राबविण्यात आली होती. सदर

साँमीलमध्ये आज रोजी चेक व्हा रे रकम रु ५,४६,९७८/- व नगदी २,५०,०००/- असे एकूण ७,९६,९७८/- रु आज रोजी वसुली करण्यात आलेली आहे. तसेच सदर साँ-मीलधारकांपैकी ३ साँ-मील मधील ६ आरा मशीन थकबाकी रकम रु ३४,५८,५१२/- साठी सिल करण्यात आल्या आहेत. तसेच याद्वारे सिल करण्यात आलेल्या साँ-मीलधारकांना सूचित करण्यात येते की आपल्याकडील थकबाकी भरणा करून घेण्यात यावी. अन्यथा सदर साँ-मील जागांचा ई-लिलाव करण्यात येईल. व ज्या साँ मीलधारकांकडे थकबाकी आहे असे साँ मीलच्या जागा मनपा मार्फत सिल करून सदर जागांचा ई-लिलाव ची होणारी कटू कार्यवाही टाळावी असे आवाहन उपायुक्त, डॉ.पंजाब खानसोळे यांनी केले आहे.

कर्नाटकात मुस्लिम कंत्राटदारांना आरक्षण

बंगळूरु : कर्नाटक मंत्रिमंडळाने कर्नाटक सार्वजनिक खरेदीमध्ये पारदर्शकता कायद्यात सुधारणांना मान्यता दिली आहे. या कायद्यात सुधारणा करून, मुस्लिम कंत्राटदारांना कंत्राटमध्ये चार टक्के आरक्षण दिले जाईल. मुख्यमंत्री सिद्धरामय्या यांच्या अध्यक्षतेखाली शुक्रवारी झालेल्या बैठकीत या निर्णयाला मान्यता देण्यात आली आहे. हे दुरुस्ती विधेयक चालू विधानसभा अधिवेशनातच मांडता येईल. यापूर्वी ७ मार्च रोजी सिद्धरामय्या यांनीही सरकारी कंत्राटापैकी ४ टक्के जागा मुस्लिमांसाठी राखीव ठेवल्या जातील असे म्हटले होते. मुख्यमंत्री सिद्धरामय्या मंत्रिमंडळाच्या या निर्णयावर भाजपने टीका केली. भाजपने कर्नाटक सरकारचा अर्थसंकल्प औरंगजेबापासून प्रेरित असल्याचे म्हटले. मंत्रिमंडळाने हेबल येथील कृषी विभागाची ४.२४ एकर जमीन आंतरराष्ट्रीय फ्लॉवर ऑक्शन बंगळूरुला

दोन वर्षांसाठी भाडेमुक्त तत्वावर देण्याच्या प्रस्तावावरही चर्चा केली. जानेवारीमध्ये झालेल्या आगीच्या घटनेनंतर बंगळूरु बायोइन्डोव्हेशन सेंटरमध्ये पुनर्बांधणी आणि उपकरणे बदलण्यासाठी ९६.७७ कोटी रुपयांच्या आर्थिक मदतीला मंजुरी देण्याबाबतही चर्चा झाली. कर्नाटक लोकसेवा आयोगमध्ये सुधारणा करण्याच्या उपाययोजनांवर मंत्रिमंडळाने चर्चा केल्याचे सांगण्यात आले. ते म्हणाले की, केपीएससीमध्ये सुधारणा करण्यासाठी उपाययोजना सुचवण्यासाठी एक तज्ज्ञ समिती स्थापन करण्याचा आणि केपीएससी सदस्यांच्या नियुक्तीसाठी एक शोध समिती स्थापन करण्याचा निर्णय घेण्यात आला. कर्नाटकातील अर्थसंकल्पानंतर भाजपने टीका केली होती. हे तुष्टीकरणाचे उदाहरण आहे. वक्तव्य मालमतांच्या दुरुस्तीसाठी, पायाभूत सुविधांसाठी आणि मुस्लिम



कंत्रस्तानांच्या जतनासाठी १५० कोटी रुपये देण्याच्या काँग्रेसच्या प्रस्तावावर भाजप नेत्याने हल्लाबोल केला. केंद्र सरकार वक्तव्य कायद्यात सुधारणा करण्यासाठी संसदेत विधेयक मांडणार असताना कर्नाटक सरकारने हा प्रस्ताव आणला आहे असा आरोप भाजपाने केला. भाजपने केले सवाल कर्नाटक सरकारने अशा वेळी या शीर्षकाखाली निधी वाटपाचा प्रस्ताव ठेवला आहे. जेव्हा एकूण एक लाख एकर जमिनीपैकी सुमारे ८५,००० एकर जमिनीवर अतिक्रमणाच्या आरोपांमुळे वाद आहे. इतके तुष्टीकरण कशासाठी? कर्नाटकातील अल्पसंख्याक समुदाय म्हणजे फक्त मुस्लिम? असा सवालही भाजपने केला.