

आजचे निर्णय पुढील हजार वर्षांच्या भविष्याला आकार देणारे - पंतप्रधान मोदी



नवी दिल्ली - ज्याप्रमाणे रथ एकाच चाकाने पुढे जाऊ शकत नाही, त्याचप्रमाणे केवळ नशिबावर अवलंबून राहून यश मिळवता येत नाही. विकसित भारताचे ध्येय साध्य करण्यासाठी सामूहिक प्रयत्न आणि दृढनिश्चयाचे महत्त्व अधोरेखित करून, सर्वांनी या सामायिक लक्ष्यासाठी दररोज आणि प्रत्येक क्षणी अथक परिश्रम करणे आवश्यक आहे. आज आपण ज्या धोरणांवर काम करत आहोत, जे निर्णय घेत आहोत, ते पुढील हजार वर्षांच्या भविष्याला आकार देणारे असल्याचे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी म्हणाले. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी आज १७ व्या नागरी सेवा दिनानिमित्त नवी दिल्लीत विज्ञान भवन येथे नागरी सेवाकांना संबोधित केले. यावेळी केंद्रीय राज्यमंत्री डॉ. जितेंद्र सिंह, प्रधान सचिव शक्तिकांत दास, कॅबिनेट सचिव टी. व्ही. सोमनाथन, सार्वजनिक तक्रार

विभागाचे सचिव व्ही. श्रीनिवास आदी उपस्थित होते. पंतप्रधानांनी लोक प्रशासनातील उत्कृष्टतेसाठीचे १६ नागरी सेवाकांना पंतप्रधान पुरस्कारदेखील प्रदान केले. यावेळी त्यांनी नागरी सेवा दिनानिमित्त सर्वांचे अभिनंदन करून संविधानाचे ७५ वे वर्ष आणि सरदार वल्लभभाई पटेल यांची १५० वी जयंती असल्याने या वर्षाच्या उत्सवाचे महत्त्व अधोरेखित केले. पंतप्रधान मोदी यांनी शिस्त, प्रामाणिकपणा आणि लोकशाही मूल्यांचे पालन करणारी आणि अत्यंत समर्पणाने देशाची सेवा करणारी सनदी सेवेच्या दृष्टिकोनावर भर दिला.

आपल्या भाषणामध्ये त्यांनी विविध गोष्टींचा उल्लेख केला. यामध्ये स्वच्छ ऊर्जा, क्रीडाक्षेत्रात प्रगती, अंतराळ क्षेत्रात उत्कृष्ट कामगिरी यांसारखी भारताची महत्वाकांक्षी उद्दिष्टे अधोरेखित केली. भारताला जगातील तिसरी सर्वात मोठी अर्थव्यवस्था बनवण्यासाठी नागरी सेवेतील अधिकाऱ्यांवर असलेली प्रचंड मोठी जबाबदारी अधोरेखित करून हे उद्दिष्ट साध्य करण्यासाठी कोणताही विलंब टाळण्याचा प्रयत्न करण्याचे आवाहन त्यांनी केले. संवेदनशील राहून वंचितांचा आवाज ऐकावा आतापर्यंत साधलेली यशस्वी उद्दिष्टे ही केवळ एक सुरुवात आहे आणि यापुढे त्यापेक्षा कित्येक पटीने जास्त प्रगती साधणे हे आपले ध्येय असले पाहिजे. त्यासाठी नव्या उंचीचे मानदंड निश्चित करणे गरजेचे आहे. तंत्रज्ञानाच्या जगातही मानवी निर्णयशक्तीचे महत्त्व

कमी होऊ नये. नागरी सेवाकांनी संवेदनशील राहून, वंचित आणि दुर्लक्षित नागरिकांचा आवाज ऐकावा, त्यांच्या अडचणी समजून घ्याव्यात आणि त्या सोडवण्याला प्राधान्य द्यावे, असे आवाहन पंतप्रधान नरेंद्र मोदींनी केले. नागरिक देवो भवः हे तत्त्व अतिथी देवो भवः या भारतीय संस्कृतीतील संकल्पनेच्या अनुषंगानेच आहे. नागरी सेवाकांनी स्वतःकडे केवळ प्रशासक म्हणून न पाहता, विकसित भारत घडवणारे शिल्पकार म्हणून पाहणे आवश्यक आहे. - पंतप्रधान नरेंद्र मोदी

सोनं १ लाखाच्या उंबरठ्यावर!

सोमवारी दिल्लीच्या सराफा बाजारात सोन्याच्या किमतीत प्रचंड उसळी दिसून आली. अवघ्या एका दिवसात सोनं १,६५० रुपयांनी वधारून ९९,८०० रुपये प्रति १० ग्रामवर पोहोचलं. प्रथमच सोन्याचा भाव १ लाख रुपये या स्तराच्या इतका जवळ आला आहे. सोन्याच्या या वेगाने गुंतवणूकदार आणि सर्वसामान्य ग्राहकांचं लक्ष वेधलं आहे. कमकुवत डॉलर, अमेरिका-चीन यांच्यातील व्यापारी युद्धाची चिंता आणि जागतिक पातळीवर गुंतवणूकदारांचा सोन्याकडे वाढता कल हे या तेजीमागील प्रमुख कारण सांगितली जात आहेत.



लातूर जिल्हा पत्रकार गृहनिर्माण संस्थेच्या

अध्यक्षपदी नरसिंह घोणे

सचिव पदी पंडित हनमंते तर कोषाध्यक्षपदी मुरली

चेंगटे बिनविरोध

लातूर : लातूर जिल्हा पत्रकार गृहनिर्माण सहकारी संस्थेच्या अध्यक्षपदी नरसिंह घोणे यांची तर सचिवपदी पंडित हनमंते यांची बिनविरोध निवड करण्यात आली. याचवेळी संस्थेच्या कोषाध्यक्षपदी मुरली चेंगटे यांची बिनविरोध निवड करण्यात आली. लातूर जिल्हा पत्रकार गृहनिर्माण सहकारी संस्थेची नोंदणी झाल्यानंतर पहिली सर्वसाधारण सभा सोमवारी (दि. २१) रोजी पार पडली. संस्थेच्या अध्यक्षस्थानी लातूरच्या सहाय्यक निबंधक कार्यालयातील सहकार अधिकारी श्रेणी २ डी.के. वाघमारे हे होते. सहाय्यक म्हणून गोविंद सोलंकर यांनी काम पाहिले. या सभेत संस्था नोंदणीपासूनचे मागील इतिवृत्त वाचून कायम करण्यात आले. त्यानंतर संस्था नोंदणीचे महत्त्व व संस्थेची उपविधी वाचून मान्य करण्यात आली. यावेळी संस्थेचा मुख्य भाग म्हणून संचालक मंडळातून संस्थेच्या अध्यक्षपदी नरसिंह घोणे यांची बिनविरोध निवड करण्यात आली. यावेळी सचिवपदी पंडित हनमंते तसेच कोषाध्यक्षपदी मुरली चेंगटे यांची बिनविरोध निवड करण्यात आली. या बैठकीस संचालक महादेव कुंभार, अभय मिरजकर, सुनील हावा, संगमेश्वर जनागवे, वामन पाठक, संजय स्वामी, संगम पटवारी, रतन कांबळे हे सर्व संचालक उपस्थित होते. निवडीनंतर अध्यक्ष नरसिंह घोणे, सचिव पंडित हनमंते, कोषाध्यक्ष मुरली चेंगटे यांचा निवडणूक अधिकारी वाघमारे व सहाय्यक सोलंकर यांनी सत्कार केला.

स्व.विश्वंभर कोकिळ जीवन विकास व्याख्यानमाला: पुष्प- १ ले यावर्षी व्याख्यानमालेचे २५ व्या वर्षात पदार्पण

प्रत्येक व्यक्तीने आपले ध्येय निश्चित केले पाहिजे- पद्मश्री डॉ. तात्याराव लहाने

केज प्रतिनिधी: दि. २१ एप्रिल- या स्पर्धेच्या युगामध्ये जीवन जगत असताना प्रत्येक व्यक्तीने ध्येयवादी बनले पाहिजे, तरच आपल्या संकल्पांची सहज प्राप्ती होईल. ज्यांनी आपल्या मनात आशा, विश्वास, प्रयत्न आणि डोळस श्रद्धा बाळगली असेल, अशी माणसं आपल्या जीवनध्येयाची उंच शिखरं सहज गाठू शकतात. जीवनामध्ये अनेक स्वप्न बघा पण वाटचाल करत असताना टप्प्याटप्प्याने त्याची पूर्तता करा. यासाठी आपण कठोर परिश्रम, दृढ विश्वास आणि प्रबळ इच्छाशक्ती मनात बाळगली पाहिजे. संकल्पाला आत्मविश्वासाचा आणि समर्पण वृत्तीचा सहवास लाभला तर तो सिद्धीस जातो. आपल्या जीवनाची खरी सार्थकता आशावादी दृष्टिकोन बाळगून जगण्यात आहे. खरं तर आशावादी माणसं प्रयत्नवादी असतात. प्रत्येकाची इच्छाशक्ती ही प्रबळ असली पाहिजे, इच्छाशक्ती कमी असणे हे अपयशाचे लक्षण आहे, यासाठी सर्वकश ज्ञान आत्मसात करणे गरजेचे आहे. कारण मिरीट चांगली असेल तर सन्मानही योग्य मिळतो. सध्या या तंत्रज्ञानाच्या युगामध्ये व्हाट्सअप, फेसबुक यांच्या वापर मर्यादित केला पाहिजे. अशी साधने आपल्या आरोग्यासाठी अत्यंत घातक ठरत आहेत. त्यामुळे केवळ डोळ्यांचेच नव्हे, तर इतरही आजार उद्भवत आहेत असे प्रतिपादन पद्मश्री डॉ. तात्याराव लहाने यांनी केले.



केज येथील स्वामी विवेकानंद विद्या मंदिर या शाळेमध्ये दि. २० एप्रिल वार रविवार पासून स्व. विश्वंभर कोकिळ जीवन विकास व्याख्यान मालेला नुकतीच सुरुवात झाली. यावर्षी या व्याख्यानमालेने २५ व्या वर्षात पदार्पण केले. तेंव्हा या व्याख्यानमालेचा शुभारंभ प्रमुख वक्ते पद्मश्री डॉ. तात्याराव लहाने, सेवानिवृत्त वरिष्ठ अधिष्ठाता जे. जे. रुग्णालय, मुंबई यांच्या शुभहस्ते दिपप्रज्वलनाने झाला. याप्रसंगी कार्यक्रमाचे अध्यक्ष म्हणून मा. लहू गळगुंडे, जिल्हा कोषागार अधिकारी बीड हे उपस्थित होते. इतर मान्यवर उपस्थितमध्ये सचिन देशपांडे, नायब तहसीलदार अंबेजोगाई, गोविंद अण्णा कद्रे, सामाजिक कार्यकर्ते बीड, नईमोदीन

गुणात्मक आलेख टिकून ठेवण्यासाठी प्रयत्नशील असतात. पहिले पुष्प गुफताना स्वप्न बघा स्वप्न जगा या विषयावर बोलताना डॉ. तात्याराव लहाने पुढे म्हणाले, जीवनामध्ये परिपक्व होण्यासाठी संस्कारक्षम शिक्षण घेतले पाहिजे. याप्रसंगी त्यांनी आपल्या जीवनातील काही आठवणींना उजाळा देण्याचा प्रयत्न केला ते म्हणाले, माझे शिक्षणही अत्यंत प्रतिकूल परिस्थितीमध्ये झाले. जीवनामध्ये आईचे काय महत्त्व असते, आई म्हणजे समर्पण असे का म्हटले जाते हे त्यांनी उपस्थित श्रोत्यांना आपल्या आईच्या त्यागाबद्दल अत्यंत भावनिक होऊन सांगितले. या क्षेत्रामध्ये कार्य

करत असताना बाबा आमटे यांच्याकडे जाऊन तेथील कुष्ठरोग्यावर उपचार केले, तसेच गडचिरोली, मेळघाट इथेही सेवा देण्याची संधी मिळाली. मागील जवळपास २६ वर्षात साडेचार लाख मोफत शस्त्रक्रिया केल्या. तसेच पन्नास लाख याचकांना दृष्टी देण्याचं अलौकिक कार्यही केले. सध्याच्या काळात विविध आजारांचा प्रादुर्भाव वाढत आहे, डायबिटीज विषयी सांगताना ते म्हणाले, जिभेवर नियंत्रण ठेवा, हृदयाला जपा व किमान तीन किलोमीटर नियमित चाला. कारण शरीर स्वास्थ्य हे निरोगी ठेवणं काळाची गरज आहे. अध्यक्षीय समारोपात लहू गळगुंडे म्हणाले, प्रबोधनासाठी अशी व्याख्याने आयोजित करणे अत्यावश्यक आहे. यातून जीवन जगण्याची योग्य दिशा मिळते. तसेच जीवनातील अनंत अडचणींना सामोरे जाण्याचे बळ ही मिळते. जीवन जगण्याच्या विविध पद्धती असतात, सुरुवातीच्या काळामध्ये शिक्षणासाठी गुरुकुल ही व्यवस्था होती, आता ही संकल्पना कुलगुरु पर्यंत आली. ध्येय म्हणजे जगणं होय. सध्याच्या काळामध्ये प्रचंड ज्ञानाचे भांडार उपलब्ध आहे. तेंव्हा प्रत्येकाला आपल्या आवडीनुसार करिअर घडविण्याची पूर्णपणे संधी आहे. तेंव्हा आपल्या ध्येयाला अनुसरून प्रत्येकाने वाटचाल करणे हे गरजेचे आहे. याप्रसंगी असंख्य श्रोत्यांनी उपस्थिती दर्शवली तसेच पत्रकार बंधूही मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सुजसंचलन सांस्कृतिक विभाग प्रमुख प्रबोधकांत समुद्रे यांनी केले तर आभार रघुनाथ चौरे यांनी मानले.

22 April

दैनिक महावृत्तचे संपादक (पत्रकार)

मा.अशोकराव हनवते साहेब

यांना वाढदिवसानिमित्त

हार्दिक शुभेच्छा!

22 April

महाराष्ट्र राज्य पत्रकार संघाचे लातूर जिल्हा सरचिटणीस

दैनिक महावृत्तचे संपादक (पत्रकार)

मा.अशोकराव हनवते साहेब

यांना वाढदिवसानिमित्त

हार्दिक शुभेच्छा!

संपादकीय

लोकशाहीच्या घटनात्मक

कसोटीवर दोन स्तंभ

भारतीय लोकशाहीत न्यायपालिका आणि कार्यपालिका हे दोन असे प्रमुख स्तंभ आहेत, ज्यांचे संतुलन आपल्या राज्यघटनेच्या रचनेचा कणा मानले जाते; मात्र हे संतुलन अनेकदा तणावाच्या रूपात समोर येत असते. राज्यघटनेत स्पष्टपणे निर्धारित केलेले अधिकार आणि मर्यादा या दोन्ही संस्थांमध्ये संघर्षाची पार्श्वभूमी जुनी असल्याचे पाहायला मिळत आहे.

सध्या न्यायपालिका आणि कार्यपालिका यांच्या संघर्षाची छाया पुन्हा एकदा दिसून येत आहे. विशेषतः, जेव्हा सर्वोच्च न्यायालयाने राज्यपालाच्या विधेयकांना ‘पॉकेट व्हेटो’ च्या (नकाराधिकार) माध्यमातून रोखून धरण्याबाबत कडक भूमिका घेतली. त्यावेळी हा वाद अधिक तीव्र झाला. कारण, सर्वोच्च न्यायालयावर टीका करणारे वक्तव्य देशाच्या उपराष्ट्रपतीसारख्या उच्च पदावरून करण्यात आले. उपराष्ट्रपती जगदीप धनकड यांनी सर्वोच्च न्यायालयावर जाहीररीत्या कठोर टीका केली, यामुळे कार्यपालिका आणि न्यायपालिका यांच्यातील संघर्ष लवकर मिटणारा नाही, हे स्पष्ट झाले. यापूर्वी अशी परंपरा होती की, न्यायालयाच्या एखाद्या निर्णयावर जर सरकार असमाधानी असेल, तर मंत्र्यांकडून अथवा राजकीय नेत्यांकडून प्रतिक्रिया येत असत. अनेकवेळा सरकारचे अध्यादेश अथवा नवीन कायदे करून न्यायालयाचे निर्णय अप्रभावी करण्याचा प्रयत्न केला. मात्र, उपराष्ट्रपतीसारख्या पदावरून थेट न्यायालयावर टीका होणे, हे विचार करायला लावणारे होते आणि घटनात्मक मर्यादांबाबत गंभीर प्रश्न उपस्थित करणारे आहे.

धनकड यांच्या वक्तव्याला सर्वोच्च न्यायालय आणि कोर्टाच्या बार असोसिएशनने प्रत्युत्तर दिले. बार असोसिएशनचे अध्यक्ष कपिल सिब्बल यांनी उपराष्ट्रपती धनकड यांना घटनात्मक मर्यादा आणि कायद्याच्या राज्याची आठवण करून दिली. या सगळ्या पार्श्वभूमीवर न्यायमूर्ती जे. बी. पारदीवाला आणि आर. महादेवन यांच्या खंडपीठाने राज्यपालांच्या अधिकारांबाबत दिलेल्या निर्णयांवरूनही समाजात दोन भिन्न मते असल्याचे दिसून आले. काही लोक हे निर्णय न्यायालयाकडून अधिकारांच्या अतिक्रमणाचे लक्षण मानतात, तर काहींना ही लोकशाही मूल्यांची रक्षा करणारी न्यायपालिकेची सक्रियता वाटते.

घटनेच्या कलम ३२ नुसार सर्वोच्च न्यायालयाला मूलभूत अधिकारांच्या अंमलबजावणीसाठी विशेष अधिकार आहेत. हेच कलम डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी संविधानाचा प्राण असल्याचे संबोधले होते. संविधानातील कलम ३२ महत्त्वाचे आहे. यानुसार, सर्वोच्च न्यायालयाला मूलभूत अधिकारांचे रक्षण करण्याचा अधिकार आहे. या कलमाविषयी डॉ. आंबेडकर यांनी सांगितले होते की, जर मला सांगावे लागले, तर राज्यघटनेतील सर्वात महत्त्वाचे कलम कोणते आहे?, तर मी कलम ३२ सांगेन, कारण हे राज्यघटनेचे हृदय आणि प्राण आहे. मात्र, हे अधिकार कार्यपालिका आणि न्यायपालिका यांच्यात तणाव निर्माण करू शकतात. कार्यपालिका अनेकदा न्यायपालिकेच्या निर्णयांना न्यायिक हस्तक्षेप म्हणून नाकारते, तर दुसरीकडे लोकांचा एक मोठा वर्ग न्यायपालिकेकडेच अंतिम आशा म्हणून पाहत असतो.

इतिहासात असे अनेक प्रसंग घडले आहेत. १९५१ मध्ये सर्वोच्च न्यायालयाने आरक्षण रद्द केल्यानंतर तत्कालीन सरकारने पहिले घटना दुरुस्ती विधेयक आले. १९७५ मध्ये तत्कालीन पंतप्रधान इंदिरा गांधी यांच्या निवडणुकीवरील निर्णयानंतर सरकारने घटनादुरुस्ती केली; पण ही दुरुस्ती नंतर सर्वोच्च न्यायालयाने असंवैधानिक ठरवली. शाह बानो प्रकरणातही असेच घडले. सर्वोच्च न्यायालयाकडे ‘सुओ मोटो’ अर्थात स्वतःहून खटला चालवण्याचा अधिकार आहे. हा अधिकारदेखील कार्यपालिकेला अडचणीत टाकत असतो. कारण, तो निर्णय घेण्याच्या प्रक्रियेवर परिणाम प्रभावित करू शकतो. पण, जेव्हा कार्यपालिका राजकीय दडपणाखाली काम करतात, तेव्हा नागरिकांच्या हक्कांचे रक्षण करणारी एकमेव संस्था म्हणून न्यायपालिका त्यांच्या पाठीशी उभी राहत असते. शेवटी, हा वाद केवळ अधिकारांचा नाही, तर लोकशाहीतील संस्थांची भूमिका काय असावी, याबाबतचा आहे. न्यायपालिका जर सरकारच्या निर्णयांवर प्रश्नचिन्ह उपस्थित करत असेल, तर ते कायदेशीर निरीक्षण आहे, की लोकशाही प्रक्रियेतील अडथळा असल्याचा प्रश्न सातत्याने उपस्थित होतो. न्यायपालिका ही धोरणनिर्मिती करत नाही, ती केवळ त्याची वैधता तपासत असते. हेसुद्धा न्यायपालिकेला लक्षात ठेवावे लागेल. तसेच कार्यपालिकेलाही हे समजून घ्यावे लागेल की, तिला जनतेचा कौल मिळाला असला, तरी ती संविधानाच्या अधीन आहे, त्याच्यावर कदापि नाही.

आजची परिस्थिती दर्शवते की, कार्यपालिका आणि विधिमंडळ न्यायपालिकेच्या भूमिकेवर सातत्याने प्रश्न उपस्थित करत आहेत. परंतु, जेव्हा न्यायपालिका सरकारच्या योजनांवर आक्षेप घेते, त्यावेळी लोकशाहीच्या आत्म्याचे रक्षण करणे महत्त्वाचे ठरत असते. निवडणूक बॉड, पाळत ठेवणार्या योजना, अथवा शेतकरी आंदोलनाच्या अधिकाराविषयी आक्षेप घेतला जातो, त्यावेळी न्यायपालिका लोकशाही रक्षणासाठी पुढाकार घेत असते. घटनाकारांनी न्यायपालिकेला एक स्वतंत्र आणि सशक्त स्तंभ म्हणून उभे केले, जी कार्यपालिका व विधिमंडळाच्या अनियंत्रित कार्यप्रणालीवर नियंत्रण ठेवते. कलम ३२, १३१, आणि २२६ हे त्याचे मुख्य आधारस्तंभ आहेत. पण, जेव्हा न्यायालयाचे निर्णय कार्यपालिकेत प्रवेश करतात, त्यावेळी वाद निर्माण होत असतो.

अलीकडेच न्यायालयाने पर्यावरण, महिला हक्क आणि कोरोना व्यवस्थापन यांसारख्या मुद्द्यांवर स्वतःहून लक्ष घातले आणि पुन्हा एकदा हा प्रश्न उपस्थित झाला की, न्यायालयांना लोकशाही जनादेशावर आक्षेप घेण्याचा अधिकार आहे काय? जोपर्यंत न्यायपालिका आणि कार्यपालिका आपापल्या घटनात्मक मर्यादा समजून घेत नाहीत आणि त्यांचा आदर करत नाहीत, तोपर्यंत ही संघर्षाची स्थिती नेहमीच राहील. न्यायालयाने हे लक्षात ठेवले पाहिजे की, ती धोरणनिर्मिती करत नाही, तर केवळ त्या घटनात्मक धोरणांची वैधता तपासत असते आणि कार्यपालिकेनेही आपले

सत्य कधीच लपत नाही, किंवा गाडल्या जात नाही आणि नष्ट ही केल्या जात नाही. काही झाले तरी त्याचा इतिहास लिहला जातो. आणि वेग वेगळ्या विचारधारेचे सत्य शोधक, संशोधन करून निर्भयपणे,निर्भीडपणे,निः पक्षपणे हा इतिहास पुरावे, संदर्भ गोळा करून इतिहास लिहत असतात.त्यावर विविध मध्यामा द्वारे चर्चासत्र, परीसंवाद,व्याख्यान आयोजित केली जातात. त्यातुन सत्य परिस्थिती समजून सांगितली जाते.काही वेळा सांस्कृतिक दहशत निर्माण करून सत्य परिस्थिती दाबल्या जाते. पण ती कालांतराने समोर येऊन उभी राहते. तेव्हा तिच्या विरोधात बंड करून जो उभा राहतो.क्रांतिकारी विचारांच्या चळवळीचा नायक ठरतो.समाजसेवक,महात्मा, महामानव ठरतो.

हिंदू हा धर्म नाही,तर ती एक बहुमजली इमारत आहे, तिच्या प्रत्येक मजल्यावर रूम आहेत, त्याला दरवाजे खिडक्या आहेत,पण शिडी,पायऱ्या नाहीत.खालच्या मजल्यावरिल वरच्या मजल्यावर जाऊ शकत नाही. आणि वरच्या मजल्यावरिल खालच्या मजल्यावर येऊ शकत नाही. जो जिथे जन्मला तो तिथेच मृत्यू होईल. त्याचा रूम किंवा मजला बदली होऊ शकत नाही. त्याची अलिखित आचार संहिता म्हणजेच मनुवादी विषमतावादी विचाराचा हिंदू धर्म असे सोप्या भाषेत स्पष्ट सांगता येईल.

हिंदू धर्मात किती जाती,पोट जाती आहेत,सहा हजार सहाशे जाती आहेत. त्यांना सांभाळण्यासाठी तेहतीस कोटी देवाची हातात शस्त्र घेऊन फौज उभी केली आहे. ते सर्व ब्राम्हणांच्या हातात व मंत्रात बंदिस्त आहेत. देव देवी पर्यंत पोचायचे असेल तर प्रथम ब्राम्हणांना दान दक्षिणा द्यावी लागते. तेव्हाच देव देवी प्रसन्न होतील त्यांनी तुमची समस्या सांगितली तरच देव,देवी येकून घेता. अशी ही हजारो वर्षांची परंपरा आहे, ती तोडण्याचे काम अनेकांनी केले. म्हणूनच ते महामानव,महात्मा,संत झाले.

भारतात हिंदू कोण आहेत तर मराठा पासून ते आदिवासी पर्यंत जेवढ्या जाती आहेत त्यांना ब्राह्मण सोडून शिक्षणाचा

नोकरीचा अधिकार नव्हता सर्व जातींना आपापल्या जातीची कामे करावी लागत होती.मराठा कुणब्यांना शेतीचं काम, कुंभाराला मडकी बनवणे, सुताराला लाकडी वस्तू ,न्हावी असेल तर केस कापणे, आगरी कोळ्याने मासे पकडणे, तेलीने तेल काढणे,धनगराने गवळीने शेळ्या मेंढ्या गुर ढोर सांभाळणे, दुधाचा व्यवसाय करणे म्हणजेच प्रत्येक जातीच्या माणसाने आपल्या जातीचं काम करणे हा मनु स्मूर्ती चं लिखित नियम होता. त्याचे संपूर्ण अधिकार फक्त ब्राम्हणांना होते.२६ जानेवारी १९५० नंतर भारतात भारतीय संविधान लागू झाले. संविधानानंतर ह्या सर्व मराठा,ओबीसी,एससी,एसटी महिलांना सर्व बहुजनांना शिक्षणाचा अधिकार मिळाला.त्यामुळे ते सर्व नोकरी करू शकले आणि त्यामुळे डॉक्टर,वकील,इंजिनियर, आमदार,खासदार,मंत्री बनू शकले.महिलांना घराच्या बाहेर पडून शिक्षण घेण्याचा अधिकार नव्हता.त्याच सर्व समाजाच्या महिला शिक्षण घेऊन देशाच्या सर्वोच्च पदी म्हणजे प्रधानमंत्री,राष्ट्रपती सह सर्वच पदावर त्यांना मान समान अधिकार आणि नोकरी मिळाली.संविधानाच्या अगोदर असं झालं नाही.संविधाना नंतर सर्वच क्षेत्रात समान अधिकार मिळू लागले ब्राह्मण हजारो वर्षांपासून शिक्षण, नोकरी,हक्क,अधिकार भोगत होते. आणि आज ही वर्चस्व गाजवत आहेत.म्हणून आज तो तीन टक्केवाला समाज सर्व क्षेत्रात वरती कब्जा करून आहे,त्याला प्रथम सुरुंग महात्मा जोतिबा फुले,सावित्री बाई फुले यांनी लावला होता,तो महात्मा फुले यांचे शैक्षणिक कार्य हे समाज सुधारणेसाठी एक महत्त्वपूर्ण योगदान होते. त्यांनी १८४८ मध्ये मुर्लींसाठी पहिली शाळा सुरू करून स्त्री शिक्षणाचा पाया घातला.तसेच,त्यांनी सर्व जाती-धर्माच्या मुला-मुर्लींना शिक्षण मिळावे यासाठी संघर्ष करून प्रयत्न केले. त्यांच्या कार्यावर आधारित फुले हा सिनेमा देशात प्रदर्शित होत होता. त्याला देशात मनुवादी विचारांच्या संघटना बहुसंख्य मराठा मागासवर्गीय समाजाच्या वैचारिक मानसिक गुलामीमुळे डोकेवर काढत

आहेत.पहिल्या त्या बॅनर लावण्यास घाबरत होत्या आता त्या उघड उघड धमक्या देऊ लागले. त्याचे उदाहरण सध्या फुले या बहुचर्चित चित्रपटाच्या प्रदर्शनावर मूठभर ब्राह्मण महासंघ बॅनर खाली महिलानी व हिंदू महासंघाने घेतलेल्या आक्षेपांमुळे चित्रपटाचे प्रदर्शन लांबणीवर टाकण्यात आले आहे. ही हजारो वर्षांची सांस्कृतिक दहशत आज ही कायम आहे त्यांना दाखवून द्याचे होते ते त्यांनी दाखवून दिले.हा निर्णय फक्त एका चित्रपटाबाबत नसून,तो सामाजिक परिवर्तनाच्या प्रवाहावर घाला घालणारा आहे. तरी बहुसंख्य राजकीय दुष्ट्या जागरूक असलेला बहुसंख्य मागासवर्गीय समाज पेटून उठला नाही.

फुले दांपत्यांनी शुद्धातिशुद्धाच्या शिक्षणासाठी आपले संपूर्ण आयुष्य वेचले,जे पती-पत्नी म्हणून सामाजिक क्रांतीचे अग्रदूत ठरले,त्या सावित्रीबाई व जोतिराव फुल्यांच्या जीवनावर आधारित असलेल्या कलाकृतीला विरोध का?.फुले दाम्पत्याने ब्राह्मणशाही, वर्णव्यवस्थेचा,अंधश्रद्धेचा आणि धर्मसत्तेचा ज्या ठामपणे पर्दाफाश केला.ते सत्य आजही काही उच्चवर्णीय ब्राह्मण व हिंदू संघटनांना झेपत नाही. त्यांच्या डोळ्यात खुपणारे सत्य समोर येऊ नये,म्हणून हे संघटनात्मक दबाव टाकले जात आहेत.ही केवळ अभिव्यक्ती स्वातंत्र्यावर गदा नाही,तर संपूर्ण बहुजन समाजाच्या विचारमूल्यांवर घाला आहे.चित्रपटात काय चुकीचं दाखवलं गेलं आहे?.एखाद्या तपशीलावर आक्षेप असल्यास,तो सेन्सॉर बोर्डासमोर मांडावा ना.मग संघटनांचा हस्तक्षेप कशासाठी?

ब्राह्मण समाजाच्या व हिंदू धर्माच्या नावाने अशा प्रकारे विरोध करणाऱ्या संघटना सर्व ब्राह्मणांचे प्रतिनिधित्व करतात का?.या प्रश्नांची उत्तरं शोधली तर एक गोष्ट स्पष्ट होते. ही लढाई कलाविषयक नसून,सामाजिक सांस्कृतिक वर्चस्वाच्या पुरस्कर्त्यांची आहे.फुले हे नाव उच्चारणही ज्यांना जड जातं,त्यांना त्यांच्या विचारांचा प्रसार होणं खटकणारच!

बहुसंख्य बहुजन मागासवर्गीय ओबीसी प्रथम हिंदू असतो तो आता झोपला आहे. तो जागा झाला,तर काय होईल हे ब्राह्मण महासंघ व हिंदू महासंघाने लक्षात ठेवावे. आता काळ बदलतोय. आजचा बहुजन तरुण विचार करतोय,अभ्यासतोय.सोशल मीडियावरून,पुस्तके व चित्रपटांमधून त्याला सत्य शोधायचं आहे.त्यामुळे अशा प्रकारचा विरोध जितका वाढेल, तितका ‘फुले’ अधिक लोकांपर्यंत पोहोचतील.म्हणून हे लक्षात ठेवा चित्रपट प्रदर्शित पुढे-मागे होईल,पण फुले दांपत्याच्या विचारांची क्रांती थांबणार नाही. कारण ही लढाई एका चित्रपटाची नाही ती समतावादी विचारांची समतेच्या स्वप्नांची आहे.यातून बहुसंख्य बहुजन म्हणजेच मागासवर्गीय समाजाने स्वताला हिंदू म्हणून घेताना त्यामागील इतिहास समजून घेतला पाहिजे.म्हणजेच तुम्ही हिंदू कधी असता आणि जातीचे कधी होता.म्हणूनच विचारतो हिंदू म्हणजे कोण?. आणि ब्राह्मण म्हणजे कोण?. आता तरी समजून घ्या.

सागर रामभाऊ तायडे
९९२०४०३८५९,भांडुप,मुंबई.



अनुसूचित जाती विशेष घटक योजना तरतुद व अंमल बजावणी

अनुसूचीत जातीच्या विकासासाठी प्रभावी माध्यम

अनुसूचित जातीच्या सामाजिक, सांस्कृतिक,आर्थिक विकासासाठी महाराष्ट्र सरकार द्वारा राबविल्या जाणारी ही महत्त्वपूर्ण योजना आहे. योजनेचे क्रियान्वयन सामाजिक न्याय व विशेष सहाय्य विभाग द्वारे राज्य व जिल्हा स्तरावर केले जाते. अनुसूचित जाती, दलित यांच्या आर्थिक, सामाजिक,शैक्षणिक विकासासाठी हे प्रभावी माध्यम आहे त्यासाठी योजनेचे वास्तविक व प्रभावी क्रियान्वयन होने गरजेचे आहे. राजनीतिक,सामाजिक संगठन/कार्यकर्ते, एनजीओ यांनी या योजनेकडे बारकाईने लक्ष्य देण्याची व योजना १००% वास्तविक स्वरूपात राज्य, जिल्हा पातळीवर राबवून घेण्याची आवश्यकता आहे.योजना राबवितांना लोकसंख्येचे प्रमाणावर लक्ष्य केंद्रित करणे जरूरी आहे.अनुसूचित जाती मधे ७०% जनसंख्या ही बौद्धांची आहे.समग्र सामाजिक उन्नती उद्देश ठेवून आंबेडकरी संगठन,विहारें,सामाजिक कार्यकर्ते यांनी या योजनेच्या सफलतेसाठी सक्रीय लक्ष्य पुरविणे गरजेचे आहे. अनुसूचित जाती विशेष घटक योजनेचे क्रियान्वयन सामाजिक न्याय व विशेष सहाय्य विभाग द्वारे राज्य व जिल्हा स्तरावर केले जाते. राज्य स्तरीय योजना व जिल्हा स्तरीय योजनेमधे वेगवेगळी तरतूद व अंमलबजावणी खर्च केला जातो.योजनेचे प्रमुख

घटक कृषी, ग्रामीण विकास, सामाजिक समुदाय सेवा आहेत. ऊर्जा,उद्ध्योग,खनिज, वाहतुक/दळणवळण,सामान्य सेवा,ईतर कार्यक्रम या घटकावर सुद्धा तरतूद व खर्च केला जातो.

प्रस्तुत तक्त्यात गेल्या ६ वर्षाचे आंकडे (राज्य व जिल्हा स्तरीय जोडून/समेकित करून) दिले आहेत. या अवधीमध्ये सर्वच प्रमुख राजकीय पक्षाचे (भाजपा, काँग्रेस, दोन्ही शिवसेना, राष्ट्रवादी) सरकार सत्तेत राहले/सहभागी होते. निरीक्षण केल्यावर लक्षात येते की ::==

१. तरतुद आणी प्रत्यक्ष खर्च या मधे तफावत ३३% दिसून येते. तरतूदी एवढा प्रत्यक्ष खर्च केल्या जात नाही. अनुसूचित जातीच्या सामाजिक, आर्थिक विकासासाठी राखीव केलेला निधी अन्यत्र वळविला जातो. कदाचित लाइळी बहिन योजना सारख्या लोकप्रिय योजनेकडे पण वळविला असेल. २. वर्ष २०२२-२३ च्या आंकड्याचे अध्ययन केल्यास लक्षात येते की एकुण तरतूद १२२२९ कोटी होती परंतु फेब्रुवारी २०२३ पर्यंत प्रत्यक्ष खर्च, ४५८० कोटी म्हणजे फक्त ३७% केला. आर्थिक वर्ष २०२२-२३ च्या ११ महिन्यात खर्च हा ३७% होता, जवळपास अशीच परिस्थिती दर वर्षी असते. म्हणजे शेवटच्या मार्च महिन्यात अधिकांश खर्च घाईघाईने केला जातो किंवा आंकड्याची फुगवाफुगवी केली जाते. विकास ही निरंतर व

नियमीत प्रक्रिया आहे, लक्ष्य ध्यानात ठेवून खर्च हा दर महिन्याला निरंतर करणे आवश्यक आहे. अंतिम समयी अधिकांश खर्च करणे किंवा दाखविणे यामुळे वास्तविक विकास होत नाही.

३. वर्ष २०१८-१९ ते २०२३-

२४ या ६ वर्षात तरतूद व खर्च

खालील प्रमाणे होता (आँकडे

कोटी मधे) :

तरतुद	खर्च	७
एकुण		६५५०७
४३७२२	६७%	
सामाजिक सेवा	५४७५०	
३६९८४	६७%	
कृषी		
४३४४	२२६९	५२%
ग्रामीण विकास	१७५५	
१२६७	७२%	

अनुसूचित जाती विशेष घटक योजनेत ६ वर्षात एकुण तरतूद ६५५०७ कोटी होती, परंतु खर्च ४३७२२ कोटी झाला. ३३% निधी २१७८५ कोटी अखर्चीत राहला व अन्य योजनामधे वळविला गेला ही अत्यंत गंभीर बाब आहे. या योजने अंतर्गत राखीव/तरतूद केलेला निधी विशेष करून अखर्चीत निधी अनुसूचित जातीच्या शैक्षणिक, आरोग्य, रोजगार,व्यावसायिक/कौशल्य प्रशिक्षण,वस्तिगृह निर्माण,उच्च शिक्षण छात्रवृत्ती, कृषी विकास,गृह निर्माण,ऋण/अनुदान,स्वच्छता सुविधा इत्यादी गरजा पूर्ण करण्यासाठी वापर केला

पाहिजे. योजनेच्या क्रियान्वयन मधे पारदर्शीता व जवाबदारी निश्चितता पाहिजे.महत्वपूर्ण म्हणजे खर्च हा लोकसंख्येच्या प्रमाणात व्हायला पाहीजे. योजनेच्या प्रभावी क्रियान्वयन साठी राजनीतिक,सामाजिक संगठन,कार्यकर्ते एनजीओ यांनी निरंतर लक्ष्य पुरविणे आवश्यक आहे.स्थानिक पातळीवर कलेक्टर कार्यालय, जिल्हा परिषद,सामाजिक न्याय विभाग,बीडीओ/तहसील/कृषी/ग्रामीण विकास कार्यालय यांच्याशी निरंतर सम्पर्क,समन्वय पाहिजे. सत्ताधारी/विरोधी पार्टी,आमदार, खासदार,मंत्री यांच्याशी पण निरंतर सम्पर्क,समन्वय पाहिजे. माहितीचा अधिकार नियम याचा वेळप्रसंगी प्रभावी उपयोग करायला पाहिजे.विशेष म्हणजे जनतेमधे आपल्या अधिकाराविषयी जागृती निर्माण करणे अत्यंत आवश्यक आहे.



लक्ष्मण बोरकर
मोबाईल : ७७०९३१८६०७,नागपूर.

उन्हाळ्यात तुमच्यासाठी चालण्याची योग्य वेळ कोणती? तज्ज्ञांनी स्पष्टच सांगितलं ‘या’ गोष्टी नेहमी लक्षात ठेवा!

अलीकडील धावपळीच्या जीवनशैलीमुळे कित्येक लोक फिरायला जाणं किंवा व्यायाम करणं टाळतात. आपल्या शरीरासाठी चालणं खूप फायदेशीर मानलं जातं. चालणे ही सुदृढ शरीराची गुरुकिल्ली आहे. चालण्यासारखा दुसरा उत्तम व्यायाम नाही, त्यामुळे इतर कुठला व्यायाम केला नाही तरी चालेल, पण दिवसातून काही वेळ तरी चालायला हवं हे प्रत्येकालाच माहीत असते. यामुळेच आरोग्यतज्ज्ञांनी चालण्यासाठी सर्वोत्तम वेळ कोणती याविषयी माहिती दिली असल्याचे वृत्त द इंडियन एक्सप्रेसने दिले आहे. त्याबाबत सविस्तर जाणून घेऊ

तज्ज्ञांच्या मते, अनवाणी चालणे खूप फायदेशीर असते. जेव्हा आपण जमिनीवर किंवा गवतावर अनवाणी चालतो, तेव्हा आपल्या हृदयाचे ठोके पूर्णपणे सामान्य असतात. हे आपल्या आरोग्यासाठी खूप महत्त्वाचे आहे. हृदयाचे ठोके हे हार्मोन्सपासून ते शरीराच्या तापमानापर्यंत अनेक गोष्टींचे नियमन करत असते, त्यामुळे त्याचे संतुलन अत्यंत महत्त्वाचे मानले जाते. अनवाणी चालण्याने तुमच्या पायांचे स्नायू आणि अस्थिबंध मजबूत होतात, ज्यामुळे पाठीच्या खालच्या भागाला चांगला आधार मिळतो. तसेच या सरावाने, चालताना तुमच्या पायांची स्थिती सुधारते. आरोग्यतज्ज्ञांच्या माहितीनुसार, जर आपण चालण्याची योग्य वेळ निवडली तर त्याचा आणखी फायदा



होऊ शकतो. कोलंबिया पॅसिफिक कम्युनिटीजचे तंदुरुस्ती आणि आरोग्यप्रमुख डॉ. कार्तियायिनी यांच्या मते, आपले शरीर सॅकेंडियन रिदमनुसार कार्य करते, दुपारी २.३० नंतर कोणत्याही हालचालींसाठी स्नायूंची अधिक ताकद आवश्यक असते, तेव्हा आपले शरीर सर्वोत्तम समन्वयात असते व उत्तम प्रतिसाद देते. तर संध्याकाळी ५ वाजेपर्यंत हृदय व रक्तवाहिन्यांसंबंधी कार्यक्षमता आणि स्नायूंची ताकद सर्वाधिक असते, त्यामुळे आपले शरीर संध्याकाळी चालण्यासाठी

टाळावे.

वृद्ध लोकांनी हवामान जास्त थंड नसतानाच बाहेर पडावे, म्हणूनच सकाळच्या सूर्यप्रकाशाचा फायदा घेण्यासाठी सकाळी ८ नंतर चालणे सुरू करणे चांगले आणि व्हिटॅमिन डीचा सर्वात फायदेशीर डोस मिळविण्यासाठी संध्याकाळी ४.०० ते ४.३० च्या सुमारास चालणे चांगले असल्याचे डॉ. कार्तियायिनी यांनी सांगितले.

१०० रुपयांमध्ये किती प्रोटीन मिळू शकते? तज्ज्ञांनी सांगितले किफायतशीर प्रोटीन्सचे पर्याय

न्यूट्रिशन, फिटनेस आणि वेलनेससाठी प्रोटीनचे सेवन फायदेशीर मानले जाते. स्नायूवाढवण्यासाठी किंवा वजन नियंत्रित ठेवण्यासाठी आहारात प्रोटीनचा समावेश करणे गरजेचे आहे. नवी मुंबई येथील कोकिलाबेन धीरुभाई अंबानी हॉस्पिटलच्या मुख्य आहारतज्ज्ञ प्रतीक्षा कदम सांगतात, प्रोटीन शरीराला अमिनो ॲसिड, हार्मोन्सच्या वाढीसाठी महत्त्वाचे घटक प्रदान करते. दूध, चिकन, अंडी आणि मासे यांमध्ये खूप जास्त प्रोटीन असते. मसूर, बीन्स, सोया पदार्थांमध्ये तसेच काजूमध्ये वनस्पती आधारित प्रोटीन असतात. शाकाहारी लोकांसाठी हे पदार्थ प्रोटीनचा चांगला स्रोत ठरू शकतात.

सामान्य माणसांसाठी पैसा हा एक महत्त्वाचा घटक आहे आणि प्रोटीन स्वस्त मिळत नाही. किराणा बजेट टिकवून महागड्या प्रोटीनयुक्त पदार्थांची खरेदी करणे हा कधी न संपणारा संघर्ष वाटू शकतो, पण टेश्वन घेऊ नका; कारण आज आपण फक्त १०० रुपयांमध्ये प्रोटीन कसे मिळवायचे, हे जाणून घेणार आहोत.

१०० रुपयांमध्ये प्रोटीन कसे मिळवू शकता? चेन्नईच्या प्रॉमॅटिक न्यूट्रिशन येथील मुख्य न्यूट्रिशनिस्ट मीनू बालाजी सांगतात की, लोकांना वाटतं की सलॅमिन्स हा प्रोटीन मिळवण्याचा एकमेव मार्ग आहे आणि त्यांना हे कळत नाही की ते खूप महाग आहेत आणि प्रत्येकाला त्याची आवश्यकता नाही. १०० रुपयांमध्ये तुम्ही विविध पदार्थांद्वारे प्रोटीन मिळवू शकता.

बालाजी पुढे सांगतात, जर तुम्ही बॉडीबिल्डिंगसाठी ट्रेनिंग घेत असाल तर तुम्हाला प्रोटीनची आवश्यकता जास्त भासेल.



तुम्ही चिकन, मासे आणि अंड्याचा पांढरा भाग यांसारख्या स्रोतांमधून प्रोटीन घेऊ शकता. या पदार्थांचे सेवन तुम्ही एका ठराविक प्रमाणात तुमच्या दैनंदिन जीवनात करू शकता.

त्या पुढे सांगतात की, व्हिटॅमिन डी मिळवणेसुद्धा तितकेच महत्त्वाचे आहे, कारण ते कॅल्शियम शोषून घेण्यास मदत करते, जे हाडांचे आरोग्य आणि विकासात महत्त्वपूर्ण भूमिका बजावते. धान्य, फॅट्स आणि तेल, फळे आणि भाज्यांकडे कधीही दुर्लक्ष करू नयेत, कारण ते शरीराला ऊर्जा प्रदान करतात तसेच व्हिटॅमिन्स आणि मिनरल्ससुद्धा एकूण चांगल्या आरोग्यास प्रोत्साहन देतात.

बालाजी यांनी आणखी काही किफायतशीर प्रोटीन स्रोतांविषयी सांगितले –

१. दही
२. सोयाबीनचे तुकडे
३. भाजलेले चणे
४. मूग डाळ
५. बेसन
६. बाजरी
७. सातू

आपल्या नियमित आहारात प्रोटीन हा एक महत्त्वाचा घटक आहे, तरीसुद्धा बालाजी यांनी न्यूट्रिशनसाठी सर्व पदार्थांचे सेवन स्वीकारण्याचे महत्त्व सांगितले आहे. विविध गटांतील अन्न पदार्थांचा समावेश आहारात केल्याने संतुलित आहार घेता येतो आणि एकूण आरोग्य सुधारण्यास मदत होते.

तुम्ही रोज नाशत्यामध्ये हे पाच पदार्थ खाता का? मग आताच थांबा, कारण ते हृदयाच्या आरोग्यासाठी आहेत धोकादायक

नाश्ता दिवसातील सर्वात महत्त्वाचे जेवण म्हणून मानतात, जे तुमच्या ऊर्जेच्या पातळी आणि चयापचयासाठी कसे होईल हे ठरवते. सर्व नाशत्याचे पर्याय सारखे नसतात. काही पदार्थ हृदयाच्या आरोग्यासाठी विशेषतः हानिकारक असू शकतात.

आपण रोज नाश्ता साठी खात असलेले अनेक लोकप्रिय पदार्थ सोयीस्कर किंवा आनंददायी वाटू शकतात, परंतु नियमितपणे सेवन केल्यास त्यांचे हृदय व रक्तवाहिन्यांसंबंधी आरोग्यावर गंभीर परिणाम होऊ शकतात. नवी दिल्लीतील इंद्रप्रस्थ अपोलो हॉस्पिटलमधील कार्डिओथोरेसिक आणि हार्ट अँड लंग ट्रान्स्प्लान्ट सर्जरीचे वरिष्ठ सल्लागार डॉ. मुकेश गोयल यांच्या मते, सकाळी नाश्यासाठी सामान्यतः खाल्ले जाणारे काही पदार्थ हृदयरोग, उच्च रक्तदाब आणि इतर हृदय व रक्तवाहिन्यांसंबंधी आजारांच्या विकासास हातभार लावू शकतात.

डॉ. गोयल यांच्या मते, हृदयाच्या आरोग्यासाठी सर्वात वाईट नाश्याचे पाच पर्याय खाली दिले आहेत:

१. जास्त साखरे असलेले तृणधान्ये हे तृणधान्ये सोयीस्कर असू शकतात, परंतु त्यामध्ये साखरेचे प्रमाण जास्त असते, ज्यामुळे रक्तातील ग्लुकोजच्या पातळीत जलद वाढ होते. यामुळे इन्सुलिन प्रतिरोध, जळजळ आणि लठ्ठपणा आणि टाइप २ मधुमेहाचा धोका वाढू शकतो – हे दोन्ही हृदयरोगासाठी महत्त्वपूर्ण जोखीम घटक आहेत.
२. प्रक्रिया केलेले मांस उत्पादने बेकन आणि सॉसेजसारख्या पदार्थांमध्ये सॅच्युरेटेड फॅट्स आणि सोडियमचे प्रमाण जास्त असते. डॉ. गोयल यांच्या मते, महामारी विज्ञानाच्या अभ्यासात प्रक्रिया केलेले मांस नियमित सेवनाचे कोरोनरी हृदयरोग आणि उच्च रक्तदाबाच्या वाढीव जोखमीशी संबंध दिसून आले आहेत. या उत्पादनांमधील नायट्रेट्स एंडोथेलियल डिसफंक्शनमध्येदेखील योगदान देऊ शकतात, ज्यामुळे हृदयरोगाचा धोका आणखी वाढतो.
३. पेस्ट्री आणि डोनट्स या लोकप्रिय नाश्याच्या पदार्थांमध्ये

ट्रान्स फॅट्स आणि रिफाईंड कार्बोहायड्रेट्सचे प्रमाण जास्त असते. ट्रान्स फॅट्स एलडीएल (वाईट) कोलेस्ट्रॉल वाढवतात आणि एचडीएल (चांगले) कोलेस्ट्रॉल कमी करतात, ज्यामुळे लिपिड प्रोफाइलवर नकारात्मक परिणाम होतो. या पदार्थांचे उच्च ग्लायसेमिक इंडेक्स इन्सुलिन प्रतिरोध आणि कालांतराने हृदय व रक्तवाहिन्यांसंबंधी समस्यांनादेखील कारणीभूत ठरू शकते.

४. फुल-फॅट क्रीम चीज : जरी ते चविष्ट असले तरी फुल-



फॅट क्रीम चीजमध्ये सॅच्युरेटेड फॅट्स भरपूर प्रमाणात असते, ज्यामुळे एलडीएल कोलेस्ट्रॉलची पातळी वाढू शकते, ज्यामुळे एथेरोस्क्लेरोसिसचा धोका वाढतो – हृदयरोगासाठी एक प्रमुख घटक. ५. आर्टिफिशियल फ्लेवर्ड डेअरी क्रीमर्स या क्रीमर्समध्ये बहुतेकदा अंशतः हायड्रोजनेटेड तेल असतात, जे ट्रान्स फॅट्सचा स्रोत असतात. नियमित सेवनाने लिपिड प्रोफाइल खराब होऊ शकतात आणि हृदयरोगाचा धोका वाढू शकतो. तुमच्या दिवसाची हृदय-निरोमी सुरुवात करण्यासाठी, कमी सॅच्युरेटेड फॅट्स, ट्रान्स फॅट्स आणि साखरेचे प्रमाण असलेले नाश्ता पर्याय निवडणे आवश्यक आहे, असे डॉ. गोयल म्हणाले.

राजकारणाच्या जात्यात शिक्षणाचा चुरा...

सध्या देशातील व राज्यातील राजकीय वातावरण बघितले तर खुप गलिच्छ झाले आहे. राज्यकर्ते व राजकीय लोकांनी सर्वसामान्य लोकांचा विकास, शिक्षण, आरोग्य, रोजगार व देश उभारणी साठी तरुणांच्या डोव्यात सुपिक विचाराची पेरणी करून लोकशाही ला बळकट करण्याचे काम करणे आवश्यक असताना आणि आणि बहुसंख्य राजकीय लोक अल्पशिक्षित असताना हे लोक मुख्य मुद्दा बाजूला सारून, धर्म, जातीय, इतिहास यावर चुकिच्या पद्धतीने बोलून देशातील सामाजिक वातावरण दुषित करण्याचा प्रयत्न सुरू आहे. ज्यांना शिक्षणाचा गंधच नाही त्यांनी इतिहास व धर्मावर बोलणे म्हणजे इतिहासाची तोडफोड व धर्माची विटंबना आहे पण हेच बहुतांश भक्तांना कळतच नाही. कधी मंदिर मशिदीच्या नावाखाली, तर कधी जाती धर्माच्या नावाखाली, तर कधी कबरीच्या नावाखाली माणसाला माणसापासून दुर करण्याचे काम सत्तेतील लोकांकडून होत असेल तर देश विकसित नाही तर उद्धस्त होत आहे असे दिसून येते. माणसाला माणसा पासून दुर करण्यासाठी राजकीय लोक नको तो मुद्दा उकरून काढतात आणि इलेक्ट्रॉनिक स्ट्रीम मिडिया त्या मुद्दाला उचलून धरून तोच सर्वात ज्वलंत मुद्दा आहे असे दाखवून आपली लाचारी व गुलामी सिद्ध करून देतात. म्हणून भारतीय मिडीयाचे स्थान जागतिक स्तरावर कुठे आहे हे सांगण्याची गरज आहे. सत्ताधारी असो या विरोधी असो कोणताही राजकीय नेता कधीच सर्वसामान्य मानसाच्या विकासाच्या, शिक्षणाच्या, रोजगाराच्या, आरोग्य सुविधा यावर बोलताना दिसत नाहीत आणि मिडिया ला तर या विषयावर चर्चा करायला वेळच नाही अशा प्रकारच्या गलिच्छ राजकारणात मात्र शिक्षणाचा चुरा होत आहे. तरुण वेगवेगळ्या दंगली मध्ये, आंदोलनामध्ये जेल मध्ये जात आहेत अधिकारी होण्याची क्षमता असलेले तरुण भिकारी होत आहे

तरीही राजकीय नेत्यांना तरुणांच्या भविष्याची काळजी नाही. कारण राजकीय नेत्याच्या घरात कोणतीही समस्या नाही. नेत्याची लेकरं विदेशात जाऊन शिक्षण घेतात त्यांना मराठी, हिंदी, इंग्रजी भाषेसह इतरही भाषा अवगत असतात परंतु सर्वसामान्य मानसाच्या शिक्षणाचा प्रश्न येतो तेव्हा भाषेवर प्रश्न चिन्ह उपस्थित करून शिक्षणाची थड्डा केली जाते. शिक्षण मराठीत असायला पाहिजे की इंग्रजी मध्ये पाहिजे, आता तर हिंदीचा ही वाद जाणीवपूर्वक पेटवून मुळ मुद्यावरून लक्ष विचलित करण्याचे काम केले जात आहे. हिंदी भाषेविषयी सध्या प्रचंड गदारोळ सुरू आहे. या गदारोळाचा, या चर्चेचा शिक्षणावर व शिक्षणाच्या गुणवत्तेवर तिळमात्र ही फरक पडणार नाही. याचे कारण आहे. इंग्रजी माध्यमांच्या शाळा सुरू होऊन अनेक दिवस होऊन गेले. इंग्रजी शाळेच्या फि हजारो लाखां रुपये प्रतिवर्ष आहे. इंग्रजी माध्यमाच्या विद्यार्थ्यांना अजून बरोबर इंग्रजी बोलता आली नाही आणि यांनी नवीन हिंदीचा मुद्दा उपस्थित करून शिक्षण क्षेत्रात स्वतः ला तज्ञ समजणारे लोक शिक्षणाची चिंधी करताना दिसत आहेत. खरं तर हिंदी भाषेचा मुद्दा चर्चेचा विषयच नाही. मुळ मुद्यावरून लक्ष हटविण्यासाठी सरकारने हिंदीचा चेंडू फेकला आणि बाकीचे विरोधक त्या भोवती खेळत आहेत. ज्याला जी भाषा समजले त्या भाषेतून, ज्या भाषेचा फायदा जागतिकीकरणात टिकण्यासाठी व रोजगार निर्मिती साठी आवश्यक असेल त्या भाषेत शिक्षण द्यायला काहीच हरकत नाही. पण कोणत्याही भाषेतून शिक्षण देताना शिक्षणामध्ये गुणवत्ता पाहिजे यावर मात्र कोणीच बोलत नाही. शिक्षणात विज्ञानवाद असावा, तर्कवाद असावा, शिक्षणात कौशल्य असावे, शिक्षणाच्या माध्यमातून रोजगार व नोकरी यावर मात्र सत्ताधारी वा विरोधक कोणीच बोलत नाही. यामुळे शिक्षणाची गुणवत्ता कमी झाली आहे. गुणवत्तेवर कोणाचेही

लक्ष राहीले नाही. विज्ञानाचा शिक्षण अज्ञाना सारखे वागत आहे. काही नेते तर नालीच्या पाण्यातून गॅस तयार करतात, एवढेच नव्हे तर गॅस च्या फुग्यात बिया टाकून वृक्षारोपण करतात, आईच्या पोटी जन्म घेऊन आपला जन्म जैविक नाही असे म्हणतात, काही लोक प्रत्येक आजारावर गोमूत्र एकमेव उपाय आहे म्हणून गोमूत्र व शेण खाण्यापिण्याचे सल्ले देतात आणि येथील सुशिक्षित समजणारा वर्ग ते चुपचाप एकूण घेत असेल तर देशात शैक्षणिक गुणवत्ता किती आहे याची जाणीव होते. कोणताही राजकीय नेता इंग्रजी माध्यमांच्या शाळेची फि एवढी महाग कशी यावर कोणीही बोलायला तयार नाही. बऱ्याच लोकांची वर्षाची कमाई नाही तेवढी एका वर्षाची शाळेची फि आहे. इतर खर्च वेगळाच. मग सर्वसामान्य लोकांनी आपल्या मुलांना कसे शिकवायचे? जशी आर्थिक विषमता निर्माण झाली आहे तशीच शैक्षणिक विषमता निर्माण झाली आहे. गोरगरीब लोकांची वेळी शाळा, श्रीमंत लोकांची वेगळी शाळा असे वातावरण निर्माण केले आहे. पण गोरगरीब दोघांची मुलं एकाच छताखाली आजही का शिकत नाहीत? यावर मात्र सर्वांची चुप्पी आहे. प्रत्येक राजकीय नेता फक्त स्वतः च्या फायद्याचे व जनतेची दिशाभूल करण्याचे राजकारण करत आहेत. परंतु यामध्ये सर्व सामान्य माणसाच्या लेकाच्या शिक्षणाचा चुरा होत आहे. यावर मात्र कोणी बोलत नाही, मिडिया चर्चा घडवून आणत नाही याचाच परिणाम राजकीय नेते स्वतः ची झोळी भरून जनतेला, जनतेच्या प्रश्नांना व जनतेच्या शिक्षणाला वाच्यार सोडत आहेत. ही खुप गंभीर बाब आहे. शिक्षण कोणत्या भाषेत द्यायला पाहिजे या अगोदर शिक्षणात कोणकोणत्या घटकांचा समावेश पाहिजे, सर्वाना कोणत्याही शाळेत प्रवेश घेता येईल अशी फि व्यवस्था, फि भरूनही विद्यार्थ्यांची गुणवत्ता वाढीस लागते कि नाही याची समीक्षा,

पैशाने विकत शिक्षण घेऊनही भविष्यातील नोकरीची हमी या बाबींवर चर्चा व समीक्षा होणे आवश्यक आहे. परंतु राजकीय नेते हे सर्व सामान्य जनतेच्या विकासाचे, कल्याणाचे राजकारण करत नाही म्हणून सर्वसामान्य लोकांचे भविष्य उद्ध्वस्त होऊन नको त्या विषयावर नको तेव्हा चर्चा करून चुकिची माहिती पेरण्याचे काम केले जाते. शिक्षण घेऊनही तरुण बेरोजगार म्हणून फिरत आहेत, दरवर्षी वेगवेगळ्या गुन्हात हजारो तरुण जेलमध्ये जाता आहेत, यावर मात्र चर्चा घडत नाही. चर्चा घडते ती जातीवर, धर्मावर, मंदिरावर, मशिदीवर परंतु झाडाला फाशी घेणाऱ्या शेतकऱ्यांवर किंवा आत्महत्या ग्रस्त शेतकऱ्यांच्या मुलांच्या शिक्षणाचे काय? भविष्यात शेतकरी आत्महत्या करणार नाहीत यावर उपाययोजना म्हणून चर्चा का होत नसेल? प्रत्येक क्षेत्रातील लोक आत्महत्या करत आहेत परंतु राजकीय क्षेत्रातील लोक आत्महत्या हत्या का करत नाहीत यावर मात्र स्ट्रीम मिडियाला चर्चा करायला वेळच कुठे आहे? याचाच परिणाम म्हणून देशातील सर्वसामान्य जनतेच्या समस्या अधिक जटिल होत आहेत. विद्यार्थी, सुशिक्षित तरुण यांच्या वर उपासमारीची वेळ येत आहे. मुळ समस्या बाजूला सारून सरकारचा प्रवक्ता म्हणून महत्त्वाची भुमिका बजावणारा मिडिया खरचं सर्वसामान्य जनतेची विद्यार्थ्यांची बाजू उचलून न्याय देईल हि अपेक्षा फोल आहे. म्हणून शिक्षण, रोजगार, कृषी प्रत्येक क्षेत्रात सर्वसामान्य लोकांचा चुरा आहे. आणि हिच लोकशाही मधील शोकांतिका आहे.

विनोद पंजाबराव सदावर्ते
समाज एकता अभियान
रा. आरोगांव ता. मेहकर

प्रत्येक व्यक्तीने आपले ध्येय निश्चित केले पाहिजे- पद्मश्री डॉ. तात्याराव लहाने

केज / प्रतिनिधी :- दि. २१ एप्रिल- या स्पर्धेच्या युगामध्ये जीवन जगत असताना प्रत्येक व्यक्तीने ध्येयवादी बनले पाहिजे, तरच आपल्या संकल्पांची सहज प्राप्ती होईल. ज्यांनी आपल्या मनात आशा, विश्वास, प्रयत्न आणि डोळस श्रद्धा बाळगली असेल, अशी माणसं आपल्या जीवनध्येयाची उंच शिखरं सहज गाठू शकतात. जीवनामध्ये अनेक स्वप्न बघा पण वाटचाल करत असताना टप्प्याटप्प्याने त्याची पूर्तता करा. यासाठी आपण कठोर परिश्रम, दृढ विश्वास आणि प्रबळ इच्छाशक्ती मनात बाळगली पाहिजे. संकल्पाला आत्मविश्वासाचा आणि समर्पण वृत्तीचा सहवास लाभला तर तो सिद्धीस जातो. आपल्या जीवनाची खरी सार्थकता आशावादी दृष्टिकोन बाळगून जगण्यात आहे. खरं तर आशावादी माणसं प्रयत्नवादी असतात. प्रत्येकाची इच्छाशक्ती ही प्रबळ असली पाहिजे, इच्छाशक्ती कमी असणे हे अपयशाचे लक्षण आहे, यासाठी सर्वकश ज्ञान आत्मसात करणे गरजेचे आहे. कारण मिरीट चांगली असेल तर सन्मानही योग्य मिळतो. सध्या या तंत्रज्ञानाच्या युगामध्ये व्हाट्सअप, फेसबुक यांच्या वापर मर्यादित केला पाहिजे. अशी साधने आपल्या आरोग्यासाठी अत्यंत घातक ठरत आहेत. त्यामुळे केवळ डोळ्यांचेच नव्हे, तर इतरही आजार उद्भवत आहेत असे प्रतिपादन पद्मश्री डॉ. तात्याराव लहाने यांनी केले.

केज येथील स्वामी विवेकानंद विद्या मंदिर या शाळेमध्ये दि. २० एप्रिल वार रविवार पासून स्व. विश्वंभर कोळिळ जीवन विकास व्याख्यान मालेला नुकतीच सुरुवात झाली. यावर्षी या व्याख्यानमालेने २५ व्या वर्षात पदार्पण केले. तेंव्हा या व्याख्यानमालेचा शुभारंभ प्रमुख वक्ते पद्मश्री डॉ. तात्याराव लहाने, सेवानिवृत्त वरिष्ठ अधिष्ठाता जे. जे.

रुग्णालय, मुंबई यांच्या शुभहस्ते दिपप्रज्वलनाने झाला. याप्रसंगी कार्यक्रमाचे अध्यक्ष म्हणून मा. लहू गळगुंडे, जिल्हा कोषागार अधिकारी बीड हे उपस्थित होते. इतर मान्यवर उपस्थितमध्ये सचिन देशपांडे, नायब तहसीलदार अंबेजोगाई, गोविंद अण्णा कद्रे, सामाजिक कार्यकर्ते बीड, नईमोद्दीन इनामदार, संस्थेचे माजी उपाध्यक्ष तसेच जीवन विकास शिक्षण मंडळ संस्थेचे अध्यक्ष अंकुशरावजी इंगळे, संस्थेचे सचिव जी. बी. गदळे, संस्थेचे संचालक नारायण अण्णा अंधारे, शाळेच्या मा. वि. च्या मुख्याध्यापिका शिवनंदा मुळे, प्रा. वि. चे मु. अ. वसंतराव शितोळे, प्राचार्य शंकर भैरट, तसेच संस्थेचे सहसचिव तथा स्वामी विवेकानंद इंग्लिश स्कूलचे मु. अ. गणेश कोळिळ आदींची प्रमुख उपस्थिती होती.

कार्यक्रमाचे प्रस्ताविक व पाहुण्यांचा परिचय संस्थेचे सचिव जी. बी. गदळे यांनी दिला. याप्रसंगी ते म्हणाले, ही संस्था दरवर्षी विविध उपक्रम राबवते तसेच शिक्षकवृंद ही शाळेचा गुणात्मक आलेख टिकून ठेवण्यासाठी प्रयत्नशील असतात. पहिले पुष्प गुंफताना स्वप्न बघा स्वप्न जगा या विषयावर बोलताना डॉ. तात्याराव लहाने पुढे म्हणाले, जीवनामध्ये परिपक्व होण्यासाठी संस्कारक्षम शिक्षण घेतले पाहिजे. याप्रसंगी त्यांनी आपल्या जीवनातील काही आठवणींना उजाळा देण्याचा प्रयत्न केला ते म्हणाले, माझे शिक्षणही अत्यंत प्रतिकूल परिस्थितीमध्ये झाले. जीवनामध्ये आईचे काय महत्त्व असते, आई म्हणजे समर्पण असे का म्हटले जाते हे त्यांनी उपस्थित श्रोत्यांना आपल्या आईच्या त्यागाबद्दल अत्यंत भावनिक होऊन सांगितले. या क्षेत्रामध्ये कार्य करत असताना बाबा आमटे यांच्याकडे जाऊन तेथील कुष्ठरोग्यावर उपचार केले, तसेच

गडचिरोली, मेळघाट इथेही सेवा देण्याची संधी मिळाली. मागील जवळपास २६ वर्षात साडेचार लाख मोफत शस्त्रक्रिया केल्या. तसेच पन्नास लाख याचकांना दृष्टी देण्याचं अलौकिक कार्यही केले. सध्याच्या काळात विविध आजारांचा प्रादुर्भाव वाढत आहे, डायबिटीज विषयी सांगताना ते म्हणाले, जिभेवर नियंत्रण ठेवा, हृदयाला जपा व किमान तीन किलोमीटर नियमित चाला. कारण शरीर स्वास्थ्य हे निरोगी ठेवणं काळाची गरज आहे.

अध्यक्षीय समारोपात लहू गळगुंडे म्हणाले, प्रबोधनासाठी अशी व्याख्याने आयोजित करणे अत्यावश्यक आहे. यातून जीवन जगण्याची योग्य दिशा मिळते. तसेच जीवनातील अनंत अडचणींना सामोरे जाण्याचे बळ ही मिळते. जीवन जगण्याच्या विविध पद्धती असतात, सुरुवातीच्या काळामध्ये शिक्षणासाठी गुरुकुल ही व्यवस्था होती, आता ही संकल्पना कुलगुरु पर्यंत आली. ध्येय म्हणजे जगणं होय. सध्याच्या काळामध्ये प्रचंड ज्ञानाचे भांडार उपलब्ध आहे. तेंव्हा प्रत्येकाला आपल्या आवडीनुसार करिअर घडविण्याची पूर्णपणे संधी आहे. तेंव्हा आपल्या ध्येयाला अनुसरून प्रत्येकाने वाटचाल करणे हे गरजेचे आहे.

याप्रसंगी असंख्य श्रोत्यांनी उपस्थिती दर्शवली तसेच पत्रकार बंधूही मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

कार्यक्रमाचे सुजसंचलन सांस्कृतिक विभाग प्रमुख प्रबोधकांत समुद्रे यांनी केले तर आभार रघुनाथ चौरे यांनी मानले.

गुंजोटी येथील श्रीकृष्ण विद्यालयाचा माजी विद्यार्थी व शिक्षक स्नेह मेळावा संपन्न.

रविवार असूनही शाळेची घंटा वाजली; विद्यार्थी आले अन् प्रार्थनाही भरली.



धाराशिव / प्रतिनिधी :- दि २१ एप्रिल रविवारी शाळेची घंटा वाजली! विद्यार्थी आले अन् प्रार्थनाही भरली. क्रीडा शिक्षकांनी परेड सावधान विश्राम केले आणि राष्ट्रीय गीत सुरु झाले. ही घटना आहे श्रीकृष्ण शिक्षण संस्थेच्या श्रीकृष्ण विद्यालयातील इयत्ता दहावी वर्गातील सन १९९९ च्या माजी विद्यार्थी व सेवानिवृत्त शिक्षकांची. २५ वर्षांनंतर एकत्रित आलेल्या विद्यार्थी-विद्यार्थिनी शिक्षक-शिक्षिका व शिक्षकेतर कर्मचारी त्यांचा काल रविवार दिनांक २० एप्रिल रोजी स्नेह मेळावा मोठ्या उत्साहात संपन्न झाला. मोठी झालेली पाखरे आकाशात उडून जावी तशी श्रीकृष्ण विद्यालयाचे विद्यार्थी आपले प्राथमिक, माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण पूर्ण करून निघून गेले ते पुन्हा २५ वर्षां नंतर काल दिनांक २० एप्रिल रोजी श्रीकृष्ण विद्यालय येथे गेट-दुगेदरच्या निमित्ताने भेटले. या विद्यार्थ्यांनी आपल्या शिक्षकांसमवेत पुन्हा शाळा भरवली उशिरा येणाऱ्यांना बाहेर थांबवले गेलं क्रीडा शिक्षकाच्या पहाडी आवाजात पुन्हा सावधान विश्राम झाला आणि राष्ट्रीयताला सुरुवात झाली हे क्षण पाहून प्रत्येकाचं मन भारावून गेलं होतं. शिक्षण पूर्ण करून निघून गेलेल्या माजी विद्यार्थ्यांना



पाहुण्यासाठी शिक्षकांनी आवर्जून हजेरी लावली होती. दहावीची १९९९ ची बॅच शाळेतील सर्वात हुशार बॅच होती. आज या बॅचमधील विद्यार्थी उच्चस्थ पदावर परदेशात नोकरी करतात. आर्मी मिलिटरी मध्ये सेवा देतात. शिक्षक, डॉक्टर, इंजिनीअर्स, पत्रकार, वकील, शैक्षणिक संस्था चालक, व्यावसायिक आणि यशस्वी शेतकरी आहेत. या स्नेह मेळाव्यात शाळेचे मुख्याध्यापक उपमुख्याध्यापक आजी-माजी शिक्षक व शिक्षकेतर कर्मचारी यांच्या समवेत सन १९९९ सालातील दहावीच्या बॅचमधील विद्यार्थी यांची उपस्थिती होती. दिवसभर चाललेल्या या स्नेह मेळाव्यात राष्ट्रीय गीत, प्रार्थना, परिचय, सत्कार भोजन, सांस्कृतिक कार्यक्रम अशा विविध उपक्रमाने स्नेह मेळावा साजरा

झाला तर श्रीकृष्ण शिक्षण संस्थेचे आधारवड प्रख्यात सर्जन डॉक्टर श्री दामोदर पतंगे यांचीही उपस्थिती होती. यावेळी संस्थेच्या अध्यक्षा श्रीमती विभावरी शाईवाले, उपाध्यक्ष प्रभाकर राव हिरवे, शाळेचे मुख्याध्यापक अजय गायकवाड, उपमुख्याध्यापक रविराज पाटील, प्राथमिक विद्यालयाचे मुख्याध्यापक श्री दत्ता गायकवाड पर्यवेक्षक श्री भालेराव संस्था समन्वयक श्री घोडके शिक्षक करपे, वाय. डी. जाधव, हडपद, भालेराव, आगाशे, जीवन चव्हाण, खडू शाईवाले, साखरे, शहाणे, सुधाकर यादव, पुरी मामा शिक्षका सगर, माडीकर, सुरेखा, हडपद व पुरी बाई तर विद्यार्थी प्रतिनिधी नेताजी जाधव व सायली शहा यांच्यासह संदीप खमितकर, अनिल चौधरी, शिवाजी चव्हाण, सुवर्णा जगताप, अनुपमा चव्हाण, अश्विन देशमुख, संगमेश्वर रेड्डी, अतुल शिवनेचारी, महेश देशमुख, विनोद घोडके, पवन मोहरीर, प्रवीण शिंदे, अश्विनी जाधव, शुभांगी खजुरे, बेबी बोळे, वर्षारणी पाटील, वैशाली शहाणे, उमा जाधव, शिवनंदा माने, दिपाली शिंदे, सुप्रिया झिंगाडे, कविता पुरी, मनोज इबते, संजय कांबळे, अंकुश निकम, वसंत पवार, अमोल पुरी, अनिल कुलकर्णी व जीवन दूधभाते यांची उपस्थिती होती. स्नेह मेळाव्याची प्रस्तावना श्रीकृष्ण विद्यालयाचे मुख्याध्यापक अजय गायकवाड यांनी तर सूत्र संचलन प्रसिद्ध व्याख्याते व प्रवचनकार सतीश हाणेगावे व आभार जिल्हा परिषद शिक्षिका सुवर्णा जगताप यांनी मांडले आहेत.



नवी मुंबई खारघर:- खारघर येथील सेक्टर ११ व १२ च्या डॉक्टर बाबासाहेब आंबेडकर चौकात सांस्कृतिक सामाजिक संस्थेच्या वतीने खारघर सेक्टर नंबर ११ व १२ अशी संयुक्त डॉक्टर बाबासाहेब आंबेडकर यांचे १३४ वी जयंती साजरी करण्यात आली सदर कार्यक्रमात प्रमुख पाहुणे म्हणून समाजभूषण उत्तमराव दासु तरकसे आसरडोहकर हे कार्यक्रमास हजर राहून त्यांनी आपले विचार मांडताना डॉक्टर बाबासाहेबांचे विचार जपण्यापेक्षा शिंपणे गरजेचे आहे तसेच शब्दकोडी सोडवताना बुद्धीची कसोटी

लागते तशी आयुष्याची कोडी सोडवताना सहनशक्तीची कसोटी लागते* असे मोलाचे विचार मांडत उपस्थितांचे प्रबोधन केले सदर कार्यक्रमाच्या दरम्यान विचार मंचावर श्री रवींद्र सूर्यवंशी, सुहास मधाडे, अनिल नावने . महादेव कदम. सतीश काकडे. आनंद भुतकर (गुरुजी) सुबोध सूर्यवंशी असे मान्यवर हजर होते कार्यक्रमाच्या शेवटी रवींद्र सूर्यवंशी यांनी उपस्थितांचे व प्रमुख पाहुण्यांचे आभार मानत कार्यक्रमाची सांगता करण्यात आली

22 April

दैनिक महावृत्तचे संपादक (पत्रकार)

मा.अशोकराव हनवते साहेब

यांना वाढदिवसानिमित्त

• HAPPY •
Wedding
• ANNIVERSARY •
24 APRIL

हार्दिक शुभेच्छा!



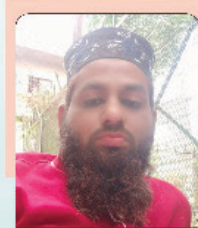
करीम लाला



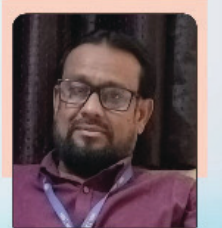
हमीदखां पटाण



खय्युम शेख



असलम शेख



नीम सय्यद