

जन्मदिवसाचा आनंद न साजरा करता, जम्मू काश्मीरमध्ये दहशतवादी हल्ल्यात मृत पावलेल्या महाराष्ट्रातील नागरिकांच्या कुटुंबियांना मदत

मुंबई / के. रवी (दादा):- आपला वाढदिवस कोणत्याही वैयक्तिक उत्साहासह किंवा कार्यकर्त्यांच्या उपस्थितीत न साजरा करता, खऱ्या अर्थाने मुख्यमंत्र्यांचे लाडके प्रसिध्द आमदार प्रसाद मिनेश लाड यांनी एक अत्यंत प्रेरणादायी आणि अनोख्या पद्धतीने वाढदिवस साजरा करण्याचा निर्णय घेतला. जम्मू काश्मीरमधील पहलगाम येथे पर्यटकांवर झालेल्या भ्याड दहशतवादी हल्ल्यात महाराष्ट्रातील ६ नागरिकांनी प्राण गमावले. या दुर्दैवी घटनेमुळे व्यथित झालेल्या प्रसाद लाड यांनी आपल्या वाढदिवसानिमित्त 'मुख्यमंत्री सहाय्यता निधी'स १५ लाख रुपयांचा धनादेश मुख्यमंत्र्यांकडे सुपूर्द केला आहे. महाराष्ट्र चे मुख्यमंत्री मा. देवेंद्र फडणवीस यांना पत्र पाठवून त्यांनी विनंती केली आहे की, शहीद (त्यांनी या मृत नागरिकांना 'शहीद' असेच संबोधले आहे) झालेल्या ६ नागरिकांच्या कुटुंबियांना या निधीतून प्रत्येकी २.५० लाख रुपयांची मदत दिली जावी. आमदार प्रसाद लाड यांनी मदतीचा हा धनादेश



सह्याद्री अतिथीगृह येथे मुख्यमंत्र्यांकडे सुपूर्द केला. या शहीदांच्या त्यागाला वंदन करीत त्यांच्या कुटुंबियांच्या दुः

खात सहभागी होण्याचा हा माझा नम्र प्रयत्न आहे, अशी भावना आमदार प्रसाद लाड यांनी आपल्या पत्रात व्यक्त केली आहे.

त्याचप्रमाणे आज पीडितांच्या कुटुंबियांच्या डोळ्यांतून वाहणाऱ्या अश्रूंना दिलासा मिळावा, ही इच्छा देखील त्यांनी यावेळी व्यक्त केली आहे.

आमदार प्रसाद लाड यांनी दाखवलेली ही सामाजिक बांधिलकी आणि संवेदनशीलता समस्त महाराष्ट्रासाठी प्रेरणादायी आहे. त्यांच्या या कृतीमुळे वाढदिवसाचे खरे मोल आणि सामाजिक उत्तरदायित्वाचे अनोखे उदाहरण समोर आले आहे.

याप्रसंगी राज्याचे उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे, कॅबिनेट मंत्री दादाजी भुसे, मंत्री संजय राठोड, मुख्य सचिव सुजाता सौनिक, मुख्यमंत्र्यांचे सचिव श्रीकर परदेशी यांच्यासह अन्य मान्यवर उपस्थित होते.

सदर कार्य हे खरोखर लक्षणीय असून आमदार प्रसाद लाड सारखांचा बोध राज्यतिलच नवे तर देशातील प्रत्येक खासदार, आमदार, उद्योगपती सहित प्रत्येक गर्भ श्रीमंत माणसांनी क्षणाचा विलंब न लावता घ्यावा.

हातभट्टी दारू तयार करण्यासाठी साठवून ठेवलेल्या कच्च्या मालाच्या अड्ड्यावर, स्थानिक गुन्हे शाखेची छापेमारी.

८० बॅग निष्कृष्ट गूळ व ०७ किलो नवसागरच्या गोळ्या असा एकूण ७४,०००/- रुपये चा मुद्देमाल जप्त.



लातूर :- लातूर जिल्ह्यातील अवैध धंद्यावर प्रभावी कारवाई करण्यासाठी विशेष मोहीम राबवून अवैध धंद्यावर कार्यवाही करण्याचे आदेश पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे यांनी दिले आहेत. लातूर पोलीस कडून मोठ्या प्रमाणात मासरेड चे आयोजन करून जिल्ह्यातील लपून-छपून हातभट्टी दारू तयार करणाऱ्या ठिकाणावर जोरदार कारवाई करत हातभट्टी दारू तयार करणारे, देशी-विदेशी दारूची अवैध विक्री व्यवसाय करणाऱ्या लोकांवर गुन्हे दाखल करून लाखो रुपयाचा मुद्देमाल जप्त व हातभट्टीच्या मुद्देमाल नष्ट करण्यात येत आहे.

दिनांक ०६ मे २०२५ रोजी स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाला मिळालेल्या माहितीच्या आधारे लातूर ते रेणापूर जाणाऱ्या रोडवरील महापूर गावाच्या शिवारामध्ये एक व्यक्ती त्याच्या शेतातील पत्राच्या शेडमध्ये हातभट्टी दारू तयार करण्यासाठी लागणारा कच्चा माल नवसागर (-०पोळी उहोळव) च्या गोळ्या, निष्कृष्ट दर्जाचे गुळाची साठवणूक केली आहे अशी माहिती मिळाली. त्यावरून स्थानिक गुन्हे शाखेच्या पथकाने महापूर गावाच्या शिवारातील पत्राच्या शेडवर छापा मारला. तेथे ०७ किलो नवसागर (-०पोळी उहोळव) च्या गोळ्या व ८० बॅग निष्कृष्ट दर्जाचे गुळ असा एकूण ७४ हजार ३४० रुपयाचा मुद्देमाल मिळून आला त्यावरून इसम नामे बाबुराव ज्ञानोबा ढमाले, राहणार महापूर

जिल्हा लातूर (फरार) याचे विरुद्ध पोलीस ठाणे रेणापूर येथे गुन्हा दाखल करण्यात आला असून सदर आरोपी फरार असून त्याचा शोध सुरू आहे अवैध धंद्याचे समूह उच्चाटन करण्यासाठी पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे,अपर पोलीस अधीक्षक डॉ.अजय देवरे यांचे सूचना व मार्गदर्शनात लातूर पोलिसा कडून अवैध धंद्याविरुद्ध जोरदार कारवाई करण्यात येत असून सदरची कारवाई यापुढेही सुरूच राहणार आहे. सदरची कारवाई वरिष्ठांचे मार्गदर्शनात स्थानिक गुन्हे शाखेचे पोलीस निरीक्षक संजीवन मिरकले यांच्या नेतृत्वातील पथकामधील पोलीस अंमलदार साहेबराव हाके, रियाज सौदागर, संजय कांबळे, राहुल कांबळे यांनी केली आहे.



लातूर: लातूर शहरातील श्रावस्ती बुद्ध विहार ट्रस्ट संचालित श्रावस्ती बुद्ध विहार येथे आज सकाळी ठीक ११:००वाजता पूजनीय भिक्खू संघाचे आगमन श्रावस्तीनगरात झाले.बोधी चौकातून भिक्खू संघाचे पुष्पवृष्टी करत सबका मंगल, सबका मंगल होय रे.. च्या जयघोषात श्रावस्ती बुद्ध विहारात आणले.यावेळी विलास घासगावकरांनी याचना केली.भिक्खू संघाने त्रिशरण पंचशील दिले आणि भोजनाला बसले.नगरातील सर्व उपासकांच्या वेगवेगळ्या २२प्रकारच्या व्यंजनाने भोजन दिले. सर्वानी मौन पाळत शांतता नि शिस्तीत व भोजनदन केले.ते भिक्खू संघाने आनंदाने स्वीकारले. नंतर श्रावस्ती बुद्ध विहाराच्या सुशोभीकरणासाठी १०लाखाच्या कामाचा शुभारंभ पूज्य भिक्खू पायनंद थेरो,भंते बुद्धशील,भंते बोधिराज,नगरसेविका रागिणी यादव,विहाराचे अध्यक्ष देवीदासबाबा आचार्य,उपाध्यक्ष हिराचंद धायगुडे,सहसचिव सुधीर

साबळे,महिला मंडळ अध्यक्षा कुसुम बानाटे,दीक्षा खटके,यांच्या हस्ते टिकाव मारत शुभारंभ केला. मग नगरसेविका रागिणी यादव,आशा चिकटे,जिल्हाध्यक्षा भारतीय बौद्ध महासभा,लातूर,सुशील चिकटे,अध्यक्ष,१३४वी सार्वजनिक भीमजयंती यांचा शाल,फुलहार साडीचोळी,पंचशील स्कार्फ देऊन सत्कार केला.यानंतर भंते पायनंद थेरो यांनी मंगलकारी धम्म देसना दिली.यावेळी भंते म्हणाले काळ भयानक आहे.धम्म जगा.मंगल मैत्री करत बुद्ध घरात दाखवू नका तर बुद्ध मनातून दिसूद्या. धम्म विचारानेच जीवनात समृद्धी येईल.यावेळी सर्व उपासकांनी साधुकार देत धम्मदेशना श्रवण केली यानंतर रागिणी यादव, आशा चिकटे,सुशीलकुमार चिकटे यांनीही भाषणे करत धम्मसंस्कार घरात पेरणी करा.शीलसदाराचा आनंद लुटा.बुद्ध जयंती थाटात नि शांततेत करू,सर्वानी सहभागी व्हा असे आवाहन केले.भिक्खू संघाने आशीर्वाद देऊन

निरप घेतला.यावेळी मोठ्या प्रमाणावर लहान थोर नागरीक हजर होते.सर्वानी आनंदाने भोजन घेऊन शेवटी ज्योती घासगावकराने धम्म पालन गाथेनी सांगता केली. कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी नितीन कांबळे,पुष्पा शिंदे, विजयमाला सरवदे,संजीवनी गाडेराव,कांताबाई कांबळे,वत्सला जाधव,संजीवनी गुंजुरगे,उज्वल घासगावकर,लालूबाई सुरवसे,पुष्पा गायकवाड,शीतल कांबळे,कविता शृंगारे,प्रतिमा कांबळे,अर्चना माने,छाया ओहळ,सुशीला डोनेराव,शांतिप्रिया सूर्यवंशी,सुकुमार गोरे,सुकुमार कांबळे,वैशाली गायकवाड,मीनाक्षी वाघमारे,क्रांती माने,देवकन्या सरवदे,बळीराम सूर्यवंशी,विष्णू क्षीरसागर,शहाजी कांबळे,तड पंथर्सचे पायाळ उपस्थित होते.कार्यक्रमाचे प्रारंभिक आणि संचालन बुद्ध विहार सचिव विलास घासगावकर यांनी केले.

विद्यार्थ्यांचे जात वैधता प्रमाणपत्राचे प्रस्ताव तातडीने निकाली काढा - महाराष्ट्र राज्य मागासवर्ग आयोगाच्या सदस्यांच्या सूचना

लातूर :- उच्च शिक्षणाच्या प्रवेश प्रक्रियेसाठी विविध प्रवर्गातील विद्यार्थ्यांनी सादर केलेले जात वैधता प्रमाणपत्राचे प्रस्ताव तातडीने निकाली काढले जावेत. या प्रस्तावांना प्राधान्य दिले जावे, अशा सूचना महाराष्ट्र राज्य मागासवर्ग आयोगाचे सदस्य डॉ. गोविंद हरिबा काळे, प्रा. मच्छिंद्रनाथ तांबे व डॉ. मारुती शिकारे यांनी आज येथे दिल्या. लातूर जिल्ह्यात १ एप्रिल २०२४ ते ३१ मार्च २०२५ या कालावधीत इतर मागासवर्ग, विशेष मागास प्रवर्ग, विमुक्त जाती व भटक्या जमाती या संवर्गास वितरीत केलेल्या जात प्रमाणपत्रे व जात वैधता प्रमाणपत्रांचा आढावा घेण्यासाठी जिल्हाधिकारी कार्यालयात बैठकीचे आयोजन करण्यात आले होते. निवासी उपजिल्हाधिकारी केशव नेटके, उपविभागीय अधिकारी रोहिणी नन्हे-विरोळे, अविनाश कोरडे,



शरद झाडके, सुशांत शिंदे, तहसीलदार सौदागर तांदळे, जिल्हा जात प्रमाणपत्र पडताळणी समितीचे उपायुक्त श्री. माळवदकर, शिक्षण उपसंचालक गणपत मोरे, शिक्षणाधिकारी वंदना फुटाणे, उपशिक्षणाधिकारी श्री. पवार यांच्यासह संबंधित विभागांचे अधिकारी यावेळी उपस्थित होते. पवित्र पोर्टलवरील शिक्षक

भरतीचाही त्यांनी आढावा घेतला. शालेय प्रवेशासाठी विद्यार्थ्यांकडून जात वैधता प्रमाणपत्रांची मागणी विहित कालावधीत पूर्ण होणे आवश्यक आहे. विद्यार्थ्यांना विविध शिक्षणसंस्थांमध्ये प्रवेश घेताना या प्रमाणपत्रांची आवश्यकता भासते. त्यामुळे यावर त्यांचे भविष्य अवलंबून असते. अशा परिस्थितीत अधिकाऱ्यांनी संवेदनशीलपणे काम करून याविषयीच्या कामकाजाला प्राधान्य द्यावे, असे डॉ. काळे यावेळी म्हणाले. कोणत्याही जात वैधता प्रमाणपत्रांचे अर्ज जास्त दिवस प्रलंबित राहू नयेत, यासाठी दक्षता घ्यावी असे त्यांनी सांगितले. महाराष्ट्र राज्यात आणि राज्याबाहेरील, तसेच केंद्रीय शिक्षण संस्थांमध्ये प्रवेश घेण्यासाठी आवश्यक जात वैधता प्रमाणपत्रांचे विहित नमुने वेगवेगळे आहेत. त्यामुळे विद्यार्थ्यांनी मागणी

केल्यानुसार केंद्रीय अथवा राज्यातील शिक्षण संस्थेच्या योग्य नमुन्यात प्रमाणपत्र दिले जावे, जेणेकरून विद्यार्थ्यांची ऐनवेळी धावपळ होणार नाही, असे प्रा. तांबे म्हणाले. पवित्र पोर्टलवरून शिक्षक भरती होत असताना बिंदूनामावलीनुसार सर्व घटकांना प्रतिनिधित्व मिळेल, यासाठी शिक्षण विभाग आणि मावक सहायक आयुक्त यांनी आवश्यक कार्यवाही करावी. छोट्या-छोट्या प्रवर्गांलाही नियमानुसार त्यांचे प्रतिनिधित्व मिळत असल्याची खात्री शिक्षण विभागाने करावी, असे महाराष्ट्र राज्य मागासवर्ग आयोगाच्या सदस्यांनी यावेळी सांगितले. इतर मागासवर्ग, विशेष मागास प्रवर्ग, विमुक्त जाती व भटक्या जमाती, सामाजिक आर्थिक मागास प्रवर्ग, आर्थिकदृष्ट्या दुर्बल घटक या संवर्गाकरिता वितरीत करण्यात आलेली जात प्रमाणपत्रे, जात वैधता प्रमाणपत्र आणि शिक्षक भरती आदी बाबींचा त्यांनी सविस्तर आढावा घेतला.

संपादकीय

बदलत्या भारताचा ‘अचूक’ तडाखा

‘ऑपरेशन सिंदूर’अंतर्गत करण्यात आलेले एअरस्ट्राईक हे बालाकोटमार्गेच भारताच्या या बदललेल्या धोरणाचे दर्शन घडवणारे आहेत. हा प्रिएम्प्टिव्ह अ‍ॅटॅक असून त्याला आंतरराष्ट्रीय कायद्यांची मान्यता आहे. त्यामुळे अत्यंत नियोजनबद्ध, अचूकतेने, अत्यंत कमी कालावधीत, आधुनिक लष्करी तंत्रज्ञानाचा वापर करत आणि कायद्याच्या चौकटीत राहून भारताने पहलगाममधील हल्ल्याचा प्रतिशोध घेतला आहे.

पहलगाममध्ये झालेल्या दहशतवादी हल्ल्यानंतर भारत-पाकिस्तान संबंधांमध्ये प्रचंड तणाव निर्माण झाला होता. विशेषतः भारताने सिंधू नदी पाणी रोखण्याचा निर्णय जाहीर केल्यानंतर पाकिस्तानकडून युद्धाची भाषा सुरू झाली होती. सीमेवर शस्त्रसंधीचे उल्लंघन करण्यात येत होते. त्यामुळे भारताने १९७१ नंतर प्रथमच देशातील २४४ जिल्ह्यांमध्ये मॉक ड्रील होणार असल्याची घोषणा केली. या दृष्टीने तयारी सुरू असतानाच ६ मे रोजी मध्यरात्री दीडच्या सुमारास भारताने पाकिस्तानमधील दहशतवादी अड्ड्यांवर जबरदस्त एअरस्ट्राईक करून ‘ऑपरेशन सिंदूर’ यशस्वीरीत्या पार पाडले आणि संपूर्ण देशाला दिलासा दिला.

‘ऑपरेशन सिंदूर’ केवळ २५ मिनिटांच्या कालावधीत पार पडले. या काळात ७ शहरांतील ९ दहशतवादी अड्डे उद्ध्वस्त करण्यात आले आणि १०० हून अधिक दहशतवादी ठार झाले. हे यश ‘भारतीय लष्कराच्या नियोजन, समन्वय आणि अचूकतेचा स्पष्ट पुरावा आहे. हा केवळ सैनिकी विजय नाही, तर भारताच्या धोरणात्मक, कूटनीतिक आणि तांत्रिक क्षमतेचे प्रतीक ठरणार आहे.

‘ऑपरेशन सिंदूर’ असे नाव देऊन करण्यात आलेला हा एअरस्ट्राईक भारतीय लष्कराचे ‘इंटिग्रेटेड ऑपरेशन’ होता. वायुदल आणि भूदल यांनी एकत्रितरीत्या चीफ ऑफ डिफेन्स स्टाफ यांच्या नेतृत्वाखाली हे ऑपरेशन पार पाडले. या हल्ल्यामध्ये भारतीय लष्कराने कुठेही सामान्य पाकिस्तानी नागरिकांना लक्ष्य केलेले नाही. तसेच पाकिस्तानच्या लष्करी अड्ड्यांवरही हल्ला झालेला नाही. त्यामुळे भारताने आंतरराष्ट्रीय कायद्यांच्या चौकटीत राहून दहशतवाद्यांना उद्देशून केलेली ही कारवाई आहे. भारताने कोणत्याही सार्वभौम राष्ट्रावर हल्ला केला नसून, दहशतवाद्यांना लक्ष्य केले आहे.

मागील काळात झालेल्या उरी किंवा बालाकोटमधील हल्ल्यानंतर पाकिस्तानने अशा प्रकारची कारवाई झालीच नाही असा कांगावा केला होता. यावेळी मात्र पाकिस्तानने स्वतः अधिकृतरीत्या झालेल्या नुकसानीची माहिती सादर केली आहे. यामुळे भारताच्या आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील विश्वासाहतेत भर पडली आहे. ‘ऑपरेशन सिंदूर’ हे केवळ पहलगाममधील हल्ल्याचे प्रत्युत्तर नाही, तर दहशतवादाचा पाया हादरवणारे पाऊल आहे.

पाकिस्ताननेच ओसामा बिन लादेनसह अनेक दहशतवाद्यांना आश्रय दिला, हे जगाला माहीत आहे. त्यामुळे या कारवाईने केवळ भारतातील नव्हे, तर दहशतवादाने त्रस्त असलेल्या सर्व देशांना संदेश मिळाला आहे. तसेच भारतात हिंसाचार माजवण्याचा प्रयत्न करणारे दहशतवादी पीओकेमध्ये लपलेले असोत वा पाकिस्तानात, भारतीय सैन्य तुम्हाला शोधून काढेल आणि निष्पाप नागरिकांच्या मृत्यूला कारणीभूत असणार्यांना शिक्षा नक्की मिळेल, हा संदेश या कारवाईने दहशतवाद्यांना व त्यांच्या म्होरक्यांना दिला गेला आहे.

यावेळी भारताने थेट पाकिस्तानच्या अंतर्गत भागांतील दहशतवादी तळांवर हल्ले केले. पंजाबमधील बहावलपूर आणि एलओसीपासून ३० कि.मी. आत असलेल्या मुरीदका येथील दहशतवादी तळ नष्ट केले. बहावलपूरमध्ये लष्करे तैयबाच्या सर्वात मोठ्या मदरशांना आणि दहशतवादी प्रशिक्षण केंद्रांना लक्ष्य करण्यात आले. याच ठिकाणी आयसिस, अल कायदा, तालिबान यासारख्या संघटनांसाठीही दहशतवाद्यांची भरती केली जात होती. तथापि, ही कारवाई करताना भारतीय लढाऊ विमाने एलओसी पार न करता शत्रूवर अचूक मारा करण्यात यशस्वी ठरली. यावरून भारताची क्षेपणास्त्र क्षमता, तोफगोळ्यांची अचूकता, वायुदलाची सज्जता आणि लष्करी तंत्रज्ञान किती अत्याधुनिक आणि भेदक आहे, हे स्पष्ट झाले.

‘ऑपरेशन सिंदूर’अंतर्गत झालेला हा हल्ला ‘प्रिएम्प्टिव्ह अ‍ॅटॅक’ आहे. त्याला संयुक्त राष्ट्रसंघ देखील मान्यता देतो. एखाद्या शत्रूकडून धोका असल्याचे ठोस पुरावे असतील, तर त्याच्या कारवाईपूर्वीच उपाययोजना करणे हे आंतरराष्ट्रीय कायद्यांतर्गत मान्य आहे. अमेरिका, इस्रायल यासारख्या देशांनीही अशा हल्ल्यांचा आधार घेतला आहे. भारताने ही पद्धती बालाकोटमध्ये पहिल्यांदाच वापरली होती. बालाकोटतील दहशतवादी अड्ड्यांमध्ये २५० प्रशिक्षित दहशतवादी होते. त्यांनी भविष्यात भारतात येऊन हिंसाचार घडवून आणलाच असता. त्यापूर्वीच आपण त्यांना कंठस्नान घातले. आताच्या कारवाईमध्येही भारताने पाकिस्तानच्या लष्करावर किंवा नागरिकांवर हल्ला केलेला नाही. केवळ भारताविरुद्ध कारवाई करण्याच्या तयारीत असणार्या दहशतवाद्यांना टिपले आहे. आता जर पाकिस्तानने भारतावर कोणतीही कारवाई केली, तर ती आंतरराष्ट्रीय कायद्याचा भंग ठरेल.

१९९८ मध्ये भारत आणि पाकिस्तान दोघांचे अण्वस्त्रीकरण झाले. यानंतर पाकिस्तानने सातत्याने या अणुस्त्रांचा बागुलबुवा केला. दहशतवादी हिंसाचाराला प्रत्युत्तरदाखल भारताकडून पाकिस्तानवर एखादा जरी हल्ला झाला, तरी आम्ही त्याविरोधात अण्वस्त्रांचा वापर करू शकतो अशा धमक्या पाकिस्तान गेली २०-२५ वर्षे सातत्याने देत आला आहे. या धमक्यांमुळेच आपण आजवर असंख्य हल्ले सहन करत राहिलो; पण त्यातून पाकिस्तानची तशी मानसिकताच बनत गेली. आपण हल्ले करत राहू आणि भारत सहन करत राहील असा पाकिस्तानचा समज बनत गेला. उरी आणि बालाकोटमधील हल्ल्यांनी या मानसिकतेला भारताने छेद दिला होता.

आता भारत थेट पाकिस्तानात घुसून दहशतवाद्यांचे तळ उद्ध्वस्त करू शकतो, हा संदेश ताज्या कारवाईने दिला आहे. अशा पलटवारांमुळे दहशतवादी कारवाया थांबतील असे नाही; पण आपण भारताविरोधात कुरघोडी केल्यास भारत गप्प बसणार नाही, हा संदेश पाकिस्तान लष्कराला आणि आयाएसआयला गेला आहे. तसेच जैश-ए-मोहम्मद, जमात उद दवा, हिज्जुल मुजाहिदीन आदी दहशतवादी संघटनांनाही यातून योग्य तो इशारा भारताने दिलेला आहे.

मेवाडचे महाराणा प्रतापसिंह हे नाव जगप्रसिद्ध आहे. मेवाडच्या सिंहाने अकबरासारख्या बलाढ्य बादशहाशी,मेवाड आणि राजपुताना यांच्या स्वातंत्र्यासाठी २५ वर्षे तहान-भूक विसरून लढा दिला.मेवाडचे स्वतंत्र टिकवण्यासाठी त्यांनी केलेल्या संघर्षाला इतिहासात कुठेही तोड नाही. प्रतापसिंहाच्या तेजाने केवळ राजपुतानाच नव्हे तर संपूर्ण भारत प्रभावित झाला होता.त्यामुळेच प्रतापसिंहांना संपूर्ण भारतात पूज्य मानल्या जाते.भारतीय इतिहासात महाराणा प्रतापसिंह यांना आजही मोलाचे स्थान आहे. कारण महाराणा प्रताप यांच्या नावानेच त्याकाळी मुगल घाबरत असे.त्यामुळेच भारत भुमिला महाराणा प्रतापसिंहांचा मोठा अभिमान आहे.महाराणा प्रताप यांचा जन्म ९ मे १५४० साली उत्तर दक्षिण भारतातील मेवाड येथे झाला. त्याच्या वडिलांचे नाव राणा उदयसिंह,मेवाड, बुंदेलखंड आणि सिरोंही वंशातील काही राजे आपला स्वाभिमान,धर्म आणि स्वतंत्रता टिकवून ठेवण्यासाठी अकबराशी प्राणपणाने लढले.पुढे उदयसिंह मेवाडचे राजा झाले. चित्तोडच्या युद्धानंतर चार वर्षांनी दिनांक ३ मार्च १५७२ ला उदयसिंहांचे निधन झाले.यानंतर मेवाडचे संपूर्ण सुत्रे महाराणा प्रतापसिंह यांच्याकडे आले व त्यांचा राज्याभिषेक झाला.ज्यांचे नाव घेतल्याने सर्वांनाच स्फुर्ती येते असे महान तेजस्वी योध्दा म्हणजे महाराणा प्रताप.महाराणा प्रतापांनी प्रतिकुल परिस्थितीतही स्वतःच्या जीवाची पर्वा न करता मेवाडचे रक्षण केले.जयपूरचा राजा मानसिंग याने अकबरापासुन आपल्या राज्याला धोका पोहोचू नये म्हणून आपली बहीण अकबराला देऊन सोयरिक केली. अकबराने मेवाडला आपल्या अधिपत्याखाली आणण्यासाठी मानसिंहाला मेवाडला जाण्यास सांगितले.त्या निमित्ताने मानसिंग दिल्लीला जात असताना वाटेत मुद्दाम आपल्या वैभवाचे प्रदर्शन करण्याकरिता कुंभगडावर असलेल्या महाराणा प्रतापसिंह यांच्या भेटीस गेला.महाराणा प्रताप यांनी त्यांचा आदरसत्कार केला.परंतु मानसिंगच्या पंक्तीत बसून जेवण्यास नकार दिला. मानसिंहाने याचे कारण विचारले.यावर महाराणा प्रताप म्हणाले स्वतःच्या समशेरच्या बळावर आपल्या राज्याचे रक्षण करण्याऐवजी जे राजपूत आपल्या मुली-बहिणी मोगलांना देऊन त्यांच्यापासून राज्य रक्षण करतात,अशा अस्वाभिमानी राजपुतांच्या पंक्तीला मी बसत नाही.मी जर आपणासोबत जेवण केले तर बाप्पा रावळ,राणा सांगा, ह्या सारख्या धोर वंशाला काळीमा फासण्यासारखे होईल.हे ऐकून मानसिंहाच्या मनात खटकले आणि महाराणा प्रतापसिंह यांना धमकी देत म्हणाला महाराणा प्रतापसिंहजी आज आपण माझा अपमान केला ह्याचा बदला रणांगणात अवश्य घेईल व मानसिंह काय आहे हे दाखवून देईल.असे म्हणून तेथुन निघुन गेला आणि मानसिंह व महाराणा प्रतापसिंह यांच्यात कट्टर वैरत्व निर्माण झाले.ही घटना अती शिगेला पोहोचली व युध्दात रूपांतर झाली.राणाजींचे वक्तव्य नेहमीच मानसिंहाच्या मनाला खटकत होते.ही संपूर्ण



घटना मानसिंहाने अकबराला सांगितली. पहिलेच मानसिंह तिलमिला झालेला होता आणि अकबराला मेवाड पाहिजे होते.याकरीता अकबर सर्वत्र जहर घोळण्याचे काम करीत होता.अशा परिस्थितीत अकबराने मानसिंहाच्या नेतृत्वाखाली दोन लाख प्रचंड सैन्य आणि अकबराचा मुलगा सलीम याला घेऊन हल्दीघाटीच्या दिशेने महाराणा प्रताप यांच्याशी युद्ध करायला निघाला.ही बातमी महाराणा प्रतापसिंह यांना कळताच त्यांनी आपले बावीस हजार सैन्य घेऊन अरवली पर्वताच्या कुंभलगड वाटेने जाणाऱ्या मानसिंहाच्या सैन्यावर बाणांनी छुपे हल्ले करून बरेचसे सैनिक धाराशाही केले.दोन लाख सैन्याशी बावीस हजार सैन्य लढा देत होते.महाराणा प्रतापसिंह यांच्या तलवारीचा वार अकबराचा मुलगा सलीमवर बसणार तितक्यात सलिमचा हत्ती हालला आणि तो तलवारीचा वार हत्तीवर बसला आणि सलिम वाचला.महाराणा प्रतापसिंहांच्या भितीने मानसिंह आपल्या सैन्यासह पिछाडीवर रहाला.हे घनघोर युद्ध अनेक दिवस चालले.राणाजी आपल्या तलवारीने वेढा कापत सामोरं जाण्याचा प्रयत्न करू लागले.महाराणा प्रतापसिंह जखमी झालेले पाहून मानसिंह अत्यंत दुःखी झाला.आपण कुठेतरी

सामाजिक न्याय प्रस्थापित होणार का ?

मोदी सरकारने जातनिहाय जनगणनेचा निर्णय घेतला आहे. सगळ्यांना समान न्याय मिळावा ही आदर्श राज्याची संकल्पना आहे. त्यानुसार वंचित घटकांना संधी मिळाल्या पाहिजेत यासाठी कोणाची ना नाही. पण भारतात आजपर्यंत तसे झालेले नाही. केवळ राजकीय लाभासाठीच समाज विभागणीची शस्त्रे परजली जातात आणि त्यावर मूठभरांची नेतागिरी चालते. आताच्या जातगणनेने सामाजिक न्याय कसा प्रस्थापित केला जाणार आहे याबाबत अगोदरच स्पष्टता केली जाणे गरजेचे आहे.

भारतीय जनता पार्टी आणि काँग्रेस हे देशातील दोन प्रमुख आणि राष्ट्रीय पक्ष आहेत. जातगणनेच्या संदर्भात त्यांची भूमिका बदलत गेली आहे. केंद्रात सत्तेत असताना एक आणि सत्तेबाहेर असताना दुसरी भूमिका असा प्रकार राहीला आहे. २०११ मध्ये डॉ. मनमोहन सिंग यांच्या म्हणजे काँग्रेसच्या नेतृत्वाखालील संयुक्त पुरोगामी आघाडीचे सरकार होते. त्या सरकारने आर्थिक- सामाजिक सर्वेक्षण केले होते. तथापि, त्याची जातनिहाय आकडेवारी जाहीर केली नव्हती. तत्कालीन गृहमंत्री पी. चिदंबरम यांनी जातनिहाय जनगणना न करण्याच्या समर्थनार्थ अनेक युक्तीवाद केले होते. केंद्र आणि राज्य सरकारांची वेगवेगळी इतर मागासवर्गियांची अर्थात ओबर्सीची यादी असणे, काही राज्यांमध्ये ओबीसींची यादीच नसणे, काही जातींचा अनुसूचित जाती आणि ओबीसी या दोन्ही गटांत समावेश असणे या बाबी तेंव्हा चिदंबरम यांनी निदर्शनास आणल्या होत्या. स्वातंत्र्य प्राप्तीपासून काँग्रेसची जातगणनेला फारशी अनुकूल अशी भूमिका राहीलेली नाही. त्या त्यावेळी त्याची कारणेही दिली गेली आणि ती स्वीकारली गेली. राहुल गांधी यांच्याकडे पक्षाची धुरा आल्यापासून व विशेषतः सलग तीन लोकसभा आणि डझनभर राज्यांमध्ये सतत पराभवाचा सामना करावा लागल्यानंतर काँग्रेसने आणि खासकरून राहुल गांधी यांनी हा जातगणनेचा मुद्दा लावून धरला आहे. संविधानानुसार जनगणनेचा अधिकार संसद अर्थात केंद्राला प्राप्त आहे. असे असूनही बिहार, कर्नाटक आणि अलिकडे तेलंगणा आदी राज्यांनी जातीचे सर्वेक्षण केले.

यातील दोन राज्यांत काँग्रेसचे सरकार आहे आणि बिहारमध्ये काँग्रेस पक्ष जेव्हा सत्तेत सहभागी होता तेव्हा तो निर्णय घेतला गेला होता. तेथे पुढे काय झाले याकडे पाहावे लागेल. नेमका कोणाला आणि कसा लाभ देणार तेही त्यांनी सांगितले नाही. वास्तविक आता जातगणना केल्याने जे खरेच दुर्बल आणि वंचित घटक आहेत त्या दलित आणि आदिवासी समुदायाला विशेष लाभ होण्याची शक्यता नाही. त्याचे कारण या वर्गांची गणना नियमित होत असते. फरक पडणार आहे तो ओबीसींच्या संदर्भात. गणनेचा आपल्याला लाभ होईल अशी ओबीसींची भावना आहे. हा लाभ कसा होणार याची कल्पना त्यांना नाही आणि कोणालाच नाही आणि त्यासंदर्भात स्पष्टताही नाही. स्वातंत्र्य मिळण्याच्या जेमेतमे पाच ते सात वर्षे अगोदर जातगणना झाली होती. ही प्रक्रिया खूप वेळखाऊ आणि खर्चिक असल्याचे तत्कालीन राजवटीनेही म्हटले होते.

शिवाय ही प्रक्रिया एकूणच सामाजिक विद्वेष निर्माण करणारी आणि डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या कल्पनेतील जात विहीन समाज रचनेच्या मार्गात अडसर निर्माण करणारी असल्याचेही तेंव्हा म्हटले गेले. त्यानंतर आता जवळपास एक शतकानंतर आपण पुन्हा तिकडेच जात आहोत.

जातगणनेमुळे प्रत्येक समाजाला न्याय देण्याच्या दिशेने पाउल उचलले जात असल्याचा लोकप्रिय युक्तीवाद केला जातो. तो खरेच खरा आहे

चुकत आहोत हे त्यांच्या लक्षात आले व मेवाडच्या रक्षणासाठी आपण येथुन निघून जाण्यास विनंती केली व प्रतापसिंहांनी ती मान्य केली.प्रतापांचे छत्र आणि मुकुट मानसिंहाने स्वतः डोक्यात घातले.मानसिंहाला महाराणा प्रतापसिंह समजून मोगलांनी आक्रमण केले.अनेक मोगलांना त्यांनी ठार मारले व शेवटी विरगतीरला प्राप्त झाले.तेवढ्यातच शत्रू सैनिकांनी राणाजींचा घोडा चेतक याच्या पायावर तीर सोडून वार केला.त्याचा पाय निकामी झाला.अशाही परिस्थितीत स्वामिनिष्ठ घोड्याने वेढ्याचा भेद करून व संपूर्ण वेढा चिरत दूर निघून गेला.वाटेत एक ओढा लागला चेतकने उडी घेऊन तो ओढा पार केला आणि काही दूर जाऊन चेतकने प्राण सोडला. आपला पाठलाग कोण करीत आहे हे पहाण्यासाठी राणाप्रतापांनी मागे फिरून पहिले,तर अकबराला जाऊन मिळालेला आपला धाकटा भाऊ शक्तीसिंह व त्यांच्या बरोबर चार-पाच मोगल सैनिकांना जिवे मारीत होता.राणाजी हे दृश्य पाहून अचंबित झाले.यानंतर शक्तीसिंह राणाजींजवळ आले आणि त्यांना आलिंगन देऊन म्हणाला दादा तुझ्या सारखे शौर्य आणि कणखर मन यांच्या अभावामुळे मी जरी मोगलांची सरदारकी करीत असलो तरी तूच माझा आदर्श आहे.या हल्दीघाटीच्या युद्धानंतर अकबराने महाराणा प्रतापसिंह यांच्यावर अनेक आक्रमणे केली.मात्र अकबर महाराणा प्रतापसिंह यांना पराभूत करू शकला नाही. हल्दीघाटी हे इतिहासातील सर्वात मोठे युद्ध मानल्या जाते.प्रतापांना हरविण्यासाठी शेवटचा उपाय म्हणून अकबराने पराक्रमी योद्धा जगन्नाथला मोठ्या सेनेसह १५८४ मध्ये मेवाडवर आक्रमक करण्यास पाठविले.परंतु २ वर्षे अथक प्रयत्न करूनही तो महाराणा प्रतापसिंह यांना पकडू शकला नाही किंवा हरवू शकला नाही.अशाप्रकारे

प्रबळ महत्त्वाकांक्षी, दृढनिश्चयी, धैर्यशील, उज्वल कीर्तीवंत आणि साहसी अशा महाराणा प्रतापसिंहाला शमविण्याचा प्रयत्न अकबराने केला पण सर्व प्रयत्न निष्फळ ठरले.२१ जून १५७६ रोजी चेतकने (घोड्याने) महाराणा प्रतापसिंहांना निरोप दिला. आजही हल्दीघाटी येथील राजसमंद येथे चेतकची समाधी आहे.त्याकडे पहणारे सर्वच प्रतापांच्या मूर्तीप्रमाणेच श्रध्देने पाहतात.१९ जानेवारी १५९७ रोजी महाराणा प्रतापसिंह यांची प्राणज्योत मावळली.भारतीय इतिहासात महाराणा प्रतापसिंहाचे नाव राष्ट्र, धर्म, संस्कृती, स्वाभिमान यासाठी आजही मानाने घेतले जाते.जोपर्यंत सूर्य-चंद्र, आकाश-पाताळ आहे तोपर्यंत प्रतापांचे नाव अमर राहील.परमप्रतापी महाराणा प्रतापसिंहांना जयंती निमित्त कोटी-कोटी प्रणाम! जय हिंद!

लेखक

रमेश कृष्णराव लांजेवार

(स्वतंत्र पत्रकार)

मो.नं.९९२१६९०७७९, नागपूर.

वंचितांसाठी काही धोरणे आखली व राबवली, मग सात दशकांत संपूर्ण वर्गाचा विकास का झाला नाही? उलट त्यांच्यातही उपजाती आणि अनेक फाटे फोडत त्यातून नेतृत्व प्रस्थापित होत गेले आणि त्यांनी त्यांच्या एका विशिष्ट वर्गासाठीच सगळे लाभ अथवा फायदे कसे मिळवता येतील हे पाहण्यातच धन्यता मानली. नेतृत्वाच्या पातळीवर एक समाज म्हणून कधी सर्वेकष विचार केल्याचे पाहायला मिळाले नाही. आजही स्थिती फारशी



का? जर जातीच्या गणनेने न्याय मिळत असता किंवा मिळणार असेल तर अनुसूचित जाती आणि जमातीतील दुर्बल घटकांना आजवर किती आणि कोणता न्याय मिळाला याचे उत्तरही आपल्याला देता आले पाहिजे. दलितांमधील एक-दोन जातींची अल्पशी प्रगती झाली आहे हे खरे आहे, मात्र सगळ्यांचीच उन्नती झालेली नाही. तीच गोष्ट आदिवासींचीही आहे. जातगणना झाल्यावर सर्व प्रश्न सुटतील असे भासवण्याचा प्रयत्न चुकीचा आहे. गणनेनंतर सरकारकडे आकडेवारी आल्यावर सरकार नक्की काय करणार आहे? आपली आगामी धोरणे ते जाती आणि त्यांची संख्या बघून ठरवणार आहेत का? किंवा प्रत्येक जात आणि प्रत्येक वर्गासाठी वेगळे धोरण असणार आहे? आणि समजा तसे केलेही तर त्यातून सामाजिक न्याय प्रस्थापित होण्याची शाश्वती कशी दिली जाणार? अगोदरही आपण

वेगळी नाही. पुन्हा तेच होणार असेल तर घटनाकारांना अपेक्षित सामाजिक न्याय असलेला भारत कसा निर्माण होणार? भारतात जवळपास ४६ लाख जाती आणि पोटजाती असल्याचे २०११ ची आकडेवारी सांगते. एवढ्या सगळ्या जातींना आणि त्यातील लोकांना एका सूत्रात बांधण्याचे आणि सर्वांच्याच भल्याचे आणि सगळ्यांनाच एकसमान पध्दतीने लागू होऊ शकेल असे धोरण तयार करण्याची तयारी झाली आहे अथवा तसा अभ्यास झाला आहे का याचे उत्तरही दिले जायला हवे. जातींची माहिती आणि संख्या तेवढी मिळवून त्यावर नेतागिरीचाच खेळ पुढे चालू ठेवला जाणार असेल तर परिवर्तनाची सूतराम शक्यता नाही. एक सर्वसमावेशक, सशक्त आणि समृध्द समाज असावा हाच सर्व पक्षांचा अर्जेडा असला पाहिजे.

तीन वर्षांच्या मुलीच्या श्वासनलिकेत १० दिवसांपासून अडकलेला शेंगदाणा! मुलांना गिळताना त्रास का होतो? डॉक्टरांचा खुलासा.

लहान मुलांना सांभाळताना खूप काळजी घ्यावी लागते. मुलं कधी काय करतील ते सांगता येत नाही. मुलांना अन्न खाण्यापासून झोपण्यापर्यंत प्रत्येक गोष्टीसाठी पालकांची मदत लागते. पालकांना फक्त मुलं काय खात आहेत याकडेच नाही तर ती कसे खात आहेत याकडेही लक्ष द्यावे लागते. अनेकदा मुलांना खेळत खेळत, उड्या मारत जेवण्याची सवय असते; पण हे अत्यंत धोकादायक ठरू शकते. त्यामुळे मुलांच्या श्वासनलिकेत अन्न अडकू शकते. दिल्लीतील एका तीन वर्षांच्या चिमुकलीबरोबर असेच काहीसे घडले.

दिल्लीतील शालीमार बाग येथील मॅक्स हॉस्पिटलच्या आपत्कालीन कक्षात जेव्हा तीन वर्षांच्या मुलीला आणले तेव्हा तिला तीव्र ताप, खोकला, उलट्या व श्वसनाचा त्रास होत होता. तिच्या पालकांना वाटले, तिला काहीतरी गंभीर संसर्ग झाला आहे; परंतु तेथील बालरोगतज्ज्ञ डॉ. दीपक कुमार यांना संशय आला की, तिच्या श्वासनलिकेमध्ये काहीतरी अडकले आहे आणि चाचण्यांमध्ये तो पदार्थ म्हणजे १० दिवसांपूर्वी खाल्लेला शेंगदाणा असल्याचे स्पष्ट झाले.

डॉ. कुमार यांनी स्टेथॉस्कोपद्वारे चिमुकलीची तपासणी केली आणि तिच्या छातीच्या उजव्या बाजूला खराब वायुप्रवाह आणि घरघर आवाज आढळला. छातीच्या एक्स-रेमुळे तिच्या श्वासनलिकेमध्ये बाह्य घटक असल्याचे निश्चित झाले. त्यांनी कॅमेरा-माउंट केलेल्या वायरचा वापर करून उजव्या मुख्य श्वासनलिकेमध्ये अडकलेला शेंगदाणा शोधून काढण्यासाठी तातडीने ब्रॉन्कोस्कोपी केली. चार तास चाललेल्या या



शस्त्रक्रियेमुळे चिमुकलीचा श्वासोच्छ्वास सामान्य झाला आणि जीवाला धोका निर्माण करणारी स्थिती टाळता आली. शरीराच्या दाहक प्रतिसादामुळे शेंगदाण्याभोवती काही ऊती तयार झाल्या होत्या. इनहेलेशनसाठी स्टिरॉइड्स घेतल्याने ती पूर्णपणे बरी झाली, असे डॉ. कुमार यांनी सांगितले.

मुलांच्या श्वासनलिकेमध्ये बाह्य घटक अडकल्याच्या अशा अनेक घटना पाहिल्या असे सांगताना बालरोगशास्त्र, संचालक, असलेल्या डॉ. सोनिया मित्तल म्हणतात की,पालकांनी त्यांच्या मुलांच्या आहारातील कठीण घन पदार्थांकडे लक्ष दिले पाहिजे. शेंगदाणे, सुकामेवा, कँडी, लहान खेळणी, मणी आणि संगमरवरी दागड बहुतेकदा मुले गिळतात. शेंगदाण्यांसारखे

सेंद्रिय पदार्थ जर त्वरित काढून टाकले नाहीत तर ते श्वसनमार्गात लक्षणीय दाहकता निर्माण करू शकतात. लवकर निदान न केल्यास यामुळे गंभीर गुंतागुंत होऊ शकते. शेंगदाणे किमान १० दिवस अडकले होते, पण या प्रकरणात, वेळेवर निदान आणि हस्तक्षेपामुळे मुलीची जीव वाचवणे शक्य झाले.

मुलांच्या श्वासनलिकेत अन्न वारंवार का जाते? अन्न गिळताना ते लहान मुलांच्या श्वासनलिकेत जाऊ शकते. त्याला अँस्पिरेशन म्हणतात. तीन वर्षांखालील मुले अयोग्यरीत्या कसे खायचे ते शिकत असतात. शरीरात श्वासनलिका आणि अन्ननलिका अशा दोन मुख्य नलिका असतात. जेव्हा आपण अन्न गिळतो तेव्हा एपिग्लॉटिस नावाचा एक फ्लॅप (दरवाजा) अन्न आत जाण्यापासून रोखण्यासाठी श्वासनलिकेला अंशतः झाकतो, ज्यामुळे आपण सुरक्षितपणे श्वास घेऊ शकतो. पण, लहान मुले जेवताना अनेकदा खेळतात किंवा धावतात आणि जर यांनी घन पदार्थांसारखे घटक खाल्ले असतील, तर ते अन्ननलिकेतून खाली जाण्याऐवजी चुकून श्वासनलिकेत जाण्याची शक्यता असते. हा आजार नसून, ही सामान्यतः एक अपघाती घटना आहे, असे डॉ. कुमार म्हणतात.

बाळाला गिळण्यास त्रास होण्याची वैद्यकीय स्थिती म्हणजे फाटलेला टाळू किंवा अन्ननलिकेतील समस्या (.मज्जातंतू रोग , सेरेब्रल पाल्सी किंवा गॅन्ग्लिओस्फेजियल रिपलक्स डिसीज यांसारखे विकारांसात्मक विकार हे आहेत

आहार देण्याची पद्धत कशी असावी? तीन वर्षांपेक्षा कमी वयाच्या मुलांमध्ये गुदमरण्याचा धोका कमी करण्यासाठी पालकांनी काजू आणि इतर घन पदार्थ देताना ते व्यवस्थित कुस्करून वा त्यांची पावडर करून द्यावेत.

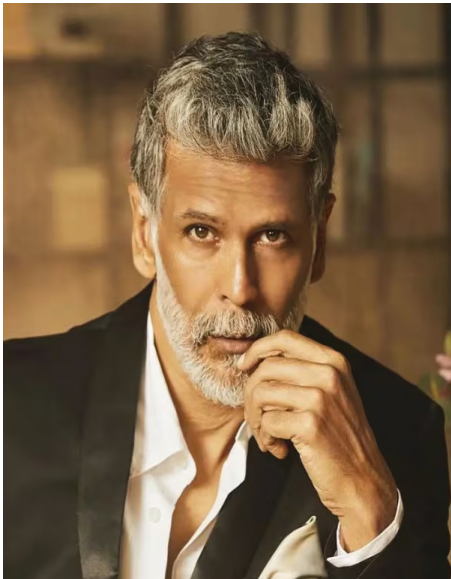
मॉडेल्स दिवसातून १५ ते २० कप चहा आणि कॉफी पितात, मिलिंद सोमणने केला खुलासा; असे केल्यास आरोग्यावर कोणते परिणाम दिसून येतात?

मिलिंद सोमणने मॉडेल म्हणून करिअरची सुरुवात केली. आज त्याला अतिशय फिट आणि उत्कृष्ट अभिनेता म्हणून ओळखले जाते. मिलिंद सोमणने त्याच्या आयुष्यात अशा सवयी अंगीकारल्या आहेत की, त्या सवयी त्याच्या क्षेत्रातील लोकांना अतिरेक वाटतात. एका जुन्या मुलाखतीत तो सांगतो, मी चहा किंवा कॉफी पित नाही. पहिली गोष्ट म्हणजे मी फळांचा रस घेतो.

लहानपणापासूनच मला चहा किंवा कॉफी पिण्याची सवय नाही. मला आठवते की मी माझ्या बालपणात कुठेतरी वाचले होते की हे आरोग्यासाठी वाईट आहे. सहसा मॉडेल्स खूप चहा आणि कॉफी पितात, कदाचित दिवसातून १५ ते २० कप चहा आणि कॉफी पितात, ते सिगारेट ओढतात आणि दारू पितात. तणावामुळे काही लोक या सवयींमध्ये अडकतात, असे मिलिंद सोमण सांगतो.

ग्रीन ज्यूस आणि बायोहॅकिंगच्या युगात सोमणची कॅफिन-मुक्त जीवनशैली अनेक चांगल्या गोष्टी दर्शवते: किती लोक – विशेषतः जास्त दबावाखाली काम करणारे लोक दीर्घकाळाचा विचार न करता चहा कॉफीचे अतिसेवन करतात. दिल्लीतील सीके बिर्ला हॉस्पिटल येथील इंटरनल मेडिसिनचे प्रमुख सल्लागार डॉ. नरंदर सिंगला द इंडियन एक्सप्रेसशी बोलताना सांगतात की, कॅफिन रोजच्या जीवनाचा भाग बनते तेव्हा शरीराबरोबर नेमके काय घडते? आज आपण त्या विषयी सविस्तर जाणून घेणार आहोत.

दिवसातून १५-२० कप चहा किंवा कॉफी प्यायल्याने काय होते? डॉ. सिंगला यांच्या मते, कॅफिनचा शरीरावर खूप खोलवर परिणाम होऊ



शकतो. कालांतराने तुम्हाला अस्वस्थता, चिंता, निद्रानाश, पोट खराब होणे किंवा मळमळ आणि उलट्यासुद्धा होऊ शकतात. तुमच्या हृदयाचे ठोके वाढतात आणि रक्तदाबसुद्धा वाढतो, असे डॉ. सिंगला सांगतात. कॅफिन हा लोह शोषून घेण्यास व्यत्यय आणू शकतो, ज्यामुळे अशक्तपणा आणि शरीरातील इतर पोषक घटक कमी होतात.

कालांतराने आरोग्याशी संबंधित आणखी धोके वाढतात. हृदय गती आणि रक्तदाब सतत वाढल्यामुळे हृदय व रक्तवाहिन्यांसंबंधित ताण, झोप नीट न होणे, मूड बदलणे, रोगप्रतिकारक शक्ती कमी होणे आणि दीर्घकालीन मानसिक आरोग्यावर परिणाम होतो. कॅफिनमुळे डोकेदुखी, चिडचिड आणि

थकवा इत्यादी लक्षणे दिसून येतात.

जेव्हा तुम्ही १५-२० कप चहा किंवा कॉफी सेवनाबरोबर धूम्रपान आणि मद्यपान करता, तेव्हा काय होते?

बरेच लोक विशेषतः जे लोक तणावाखाली असतात, ते चहा किंवा कॉफी सेवनाबरोबर धूम्रपान आणि मद्यपान करतात, पण हे कॉकटेल खूप जास्त आरोग्यासाठी हानिकारक ठरू शकते.

धूम्रपान आणि मद्य हे दोन्ही कर्करोगजन्य आहेत. जास्त कॅफिनच्या सेवनाने तुमचे हृदय, यकृत आणि मज्जासंस्थेवर ताण वाढतो, असे डॉ. सिंगला सांगतात. कॅफिनच्या सेवनाने शरीर डिहायड्रेट होते, अपुरी झोप आणि चयापचय क्रिया सुरळीत पार पडावी म्हणून यकृतावर ताण पडतो डॉ. डॉ. सिंगला पुढे सांगतात. तसेच एकूण ताण वाढतो आणि मूड बदलतात. विशेषतः ज्यांचे आधीपासूनच मानसिक आरोग्य खराब असेल किंवा हृदयरोगाशी संबंधित समस्या असेल त्यांना हा त्रास जास्त तीव्रतेने जाणवतो.

कोणाला सर्वात जास्त धोका असतो?

या वाईट सवयीचे परिणाम सर्वांवर समान दिसत नाही, असे डॉ. सिंगला सांगतात. काही लोकांना याचा जास्त त्रास जाणवू शकतो.

गर्भवती आणि स्तनपान देणाऱ्या महिला : जास्त कॅफिन गर्भाच्या विकासावर आणि दुधाच्या उत्पादनावर परिणाम करू शकतात.

मुले आणि किशोरवयीन मुले : तणाव, झोपेच्या समस्या आणि त्यांच्या वागणुकीत बदल होण्याची शक्यता जास्त असते.

हृदयरोग, तणाव किंवा यकृताचे विकार असलेले लोक : या लोकांना या सवयीचा जास्त धोका असतो.

मॉडेलिंगसारख्या क्षेत्रात दिसण्यावर अधिक दबाव टाकला जातो, अशा क्षेत्रात वावरताना मिलिंद सोमणने या पदार्थापेक्षा फळाच्या रसाला आणि बाहेर पाट्यांना जाण्यापेक्षा व्यायामाला जास्त प्राधान्य दिले, ज्याचे फळ फक्त त्याच्या फिटनेसमधूनच नाही तर शांत व स्पष्ट स्वभावातून दिसून येते.

उन्हाळ्यातील धोकादायक आजारांपासून

सुटका मिळवण्यासाठी आहारात करा ‘या’

चविष्ट कांजीचे सेवन, शरीर राहील हायड्रेट

निरोगी आरोग्यासाठी प्रत्येक व्यक्ती सतत काहींना काही करत असते. कधी आहारात पौष्टिक पदार्थांचे सेवन केले जाते तर कधी नियमित व्यायाम, ध्यान करून आरोग्य सुधारले जाते. मात्र वातावरणात सतत होणारे बदल आणि चुकीची जीवनशैली अनेक आजारांचे कारण बनते. उन्हाळ्याच्या दिवसांमध्ये सतत येणाऱ्या घामामुळे शरीरातील पाणी कमी होऊन जाते. संपूर्ण शरीर डिहायड्रेट झाल्यामुळे आरोग्याला हानी पोहचण्याची शक्यता असते. डिहायड्रेशनची समस्या उद्भवू लागल्यानंतर सतत डोळे दुखणे, उलट्या,चक्कर, थकवा अशक्तपणा जाणवणे इत्यादी अनेक समस्या उद्भवू लागतात. या सर्व समस्यांपासून आराम मिळवण्यासाठी उन्हाळ्यात आहारामध्ये थंड पेयांचे सेवन करावे. रोजच्या आहारात थंड पेयांचे सेवन केल्यामुळे शरीरात पाण्याची कमतरता निर्माण होत नाही. याशिवाय शरीराला पुरेसे पाणी मिळते. उन्हाळ्यामध्ये आहारात कांजीचे सेवन करावे. कांजीचे सेवन केल्यामुळे शरीर कायम निरोगी राहते.

त्यामुळे आज आम्ही तुम्हाला उन्हाळ्यात कोणत्या कांजी पेयांचे आहारात नियमित सेवन करावे, याबद्दल सविस्तर माहिती सांगणार आहोत. चला तर जाणून घेऊया.

काकडीची कांजी: उन्हाळ्याच्या दिवसांमध्ये रोजच्या आहारात नेहमीच काकडीचे सेवन करावे. काकडीमध्ये भरपूर पाणी असते. ९० टक्के पाणी काकडीमध्ये असल्यामुळे उन्हाळ्यात डॉक्टरसुद्धा काकडी खाण्याचा सल्ला देतात. काकडी खाल्यामुळे शरीरात साचून राहिलेले विषारी घटक बाहेर पडून जातात आणि शरीर स्वच्छ होते. याशिवाय शरीरात वाढलेली जळजळ आणि पिंपल्याच्या समस्यांपासून आराम मिळवण्यासाठी नियमित काकडी खावी. काकडी कांजी बनवण्यासाठी सर्वप्रथम, मोठ्या काचेच्या बाटलीमध्ये पाणी घेऊन त्यात काकडीचे गोलाकार कापून घेतलेले तुकडे घाला. नंतर त्यात हिरवी मिरची, लाल तिखट, चिमूटभर काळीमिरी पावडर आणि जिऱ्याची पावडर मिस्र करा. त्यानंतर काचेची बरणी कौंटनच्या कपड्याने बांधून ठेवा. कडक उन्हात किंवा रात्रभर ठेवून सकाळी उठल्यानंतर कांजीचे सेवन करावे. या कांजीचे नियमित सेवन केल्यास शरीरात अनेक सकारात्मक बदल दिसून येतील. भाताची कांजी: भाताची कांजी आरोग्यासाठी अतिशय पौष्टिक आहे.



उन्हाळ्यात दररोज काकडी खाण्याचे जबरदस्त फायदे, एकदा वाचाच!

काकडीचे सेवन करणे हे शरीरासाठी फायदेशीर मानले जाते. शरीरातील पाण्याची कमतरता दूर करण्यापासून ते अनेक पोषक तत्वांची प्राप्तता होण्यासाठी काकडी खाणे लाभदायक ठरते. काकडीमध्ये असलेल्या कमी कॅलरीज आणि भरपूर न्यूट्रिशनमुळे काकडी आपल्या आरोग्यासाठी फायदेशीर असते. काकडीचे सेवन केल्यामुळे तुमच्या आरोग्याला अनेक फायदे होतात. काकडी खाण्याचे तुमच्या आरोग्याला कोणते फायदे होतात, याविषयीची माहिती दिल्याचे वृत्त द इंडियन एक्सप्रेसने दिले आहे. त्यासंबंधी सविस्तर माहिती जाणून घेऊ.

उन्हाळ्यात डि हायड्रेशनची समस्या खूप सामान्य आहे. उष्णतेपासून वाचण्यासाठी पिण्याचे पाण्याबरोबरच पाण्याचे प्रमाण अधिक असलेली अशी फळे लोकांना जास्त

खायला आवडतात, जी पाण्यानी भरलेली आहेत. काकडीत भरपूर पाणी असते. काकडीमध्ये सुमारे ९५% पाणी असते, ज्यामुळे काकडी खाल्ल्याने आपल्या शरीरास पुरेसे पाणी मिळते. याशिवाय काकडीमध्येही जीवनसत्त्वे आढळतात. काकडीमध्ये भरपूर कॅलरी असतात. काकडी खाल्ल्याने शरीरामध्ये चर्बी निर्माण होत नाही. दिवसातून एकदा तरी आपण काकडी खाल्ली पाहिजे. कॅलरीज कमी, पोषण जास्त काकडीत अत्यंत कमी कॅलरीज असतात. मध्यम आकाराच्या काकडीत साधारणपणे फक्त ३०-४० कॅलरीज असतात, यामुळे पोषणाशी तडजोड न करता वजन राखायचे किंवा कमी करायचे असलेल्यांसाठी ते एक उत्तम पर्याय बनते. कमी कॅलरीज असूनही काकडी महत्त्वाची जीवनसत्त्वे आणि खनिजे प्रदान करते. त्यात व्हिटॅमिन सी असते, जे रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत करणारे एक शक्तिशाली ॲंटीऑक्सिडंट आहे, स्नायूंच्या कार्यासाठी आणि हृदय व रक्तवाहिन्यांसंबंधी आरोग्यासाठी आवश्यक

असलेले मॅग्नेशियम आणि पोटॅशियम आणि चयापचय आणि ॲंटीऑक्सिडंट संरक्षणासाठी महत्त्वाचे असलेले मँगनीज असते. काकडीमधील व्हिटॅमिन के शरीराला कॅल्शियम चांगल्या प्रकारे शोषण्यास मदत करते, हाडे मजबूत करते;

ज्येष्ठ अभिनेत्री अलका कुबल यांनी वजन कसे कमी केले? म्हणाल्या, मी भरपूर

मला त्यांच्याबद्दल ट्वेष, स्मिता पाटील-राज बबबरबाबत प्रतीकचं स्पष्ट वक्तव्य; म्हणाला, मला त्यांचा मुलगा पहलगाम हल्ल्यानंतर सरकारवर टीका करणाऱ्या गाथिकेचा

‘ऑपरेशन सिंदूर’नंतर यू-टर्न, म्हणाली, भारताच्या शत्रूंनी त्यात पोर्टेशियमचे प्रमाण जास्त असते, जे शरीरातील सोडियम पातळी संतुलित करते, जे रक्तदाब नियंत्रित करण्यासाठी आवश्यक आहे. काकडीमधील स्टेरॉल खराब कोलेस्ट्रॉल किंवा कमी घनता लिपोप्रोटीन पातळी कमी करण्यास मदत करतात.

आतड्यांच्या आरोग्यासाठी लाभदायी काकडी सालासह खाल्ल्यास, त्यात मौल्यवान प्रमाणात आहारातील फायबर असते. हे केवळ निरोगी पचन आणि नियमित आतड्यांच्या हालचालींना प्रोत्साहन देत नाही तर भूक नियंत्रित करण्यास मदत करते.

त्वचा निरोगी आणि चमकदार काकडीमध्ये असलेले ॲंटीऑक्सिडंट्स त्वचा निरोगी आणि चमकदार बनवतात. कारण त्यात पाणी, जीवनसत्त्वे आणि फायबर असतात, जे त्वचेला हायड्रेट ठेवतात, विषारी पदार्थ बाहेर टाकतात आणि चमक वाढवतात.

रक्तदाब कमी करण्यासाठी प्रभावी काकडीमध्ये तंतुमय घटक, पोटॅशियम आणि मॅग्नेशियम चांगल्या प्रकारे आढळते. हे पोषक घटक रक्तदाब कमी करण्यासाठी प्रभावी आहेत. पोटॅशियम आणि पाण्याचे प्रमाण जास्त असल्यामुळे लघवीचे प्रमाण वाढविणारे गुणधर्मेदखील रक्तदाब नियंत्रित करण्यास मदत करतात.



आपल्यापैकी बहुतेक जण खोकला झाल्यानंतर बेनाड्रिल कफ सिरप, चेस्टन कफ सिरप, हनीट्स कफ सिरप, ॲंस्कोरिल कफ सिरप अशा वेगवेगळ्या सिरपचं सेवन करतात. यावेळी एकदा-दोनदा सिरप घेतल्यानंतर ते पुन्हा तसेच ठेवून, पुढच्या वेळी आजारी पडल्यावर त्याचेच सेवन करतात. तुम्हीही असंच करीत असाल, तर थांबा! कारण- याचे गंभीर परिणाम होऊ शकतात. बालरोगतज्ज्ञ डॉ. सौरभ कपूर यांनी अलीकडेच एका महिन्यापेक्षा जास्त काळ उघडलेले कफ सिरप पुन्हा वापरण्याविरुद्ध इशारा दिला आहे. एकदा उघडल्यानंतर, कोणतेही कफ सिरप एका महिन्यापेक्षा जास्त काळ ठेवू नका. एका महिन्यानंतर ते टाकून द्यावे लागते. कारण- त्याची क्षमता कमी झालेली असते. या प्रकरणात एकदा उघडल्यानंतर एक्सपायरी डेटवर जाऊ नका, असे त्यांनी हरमन हार्डी यांच्या पोंडकास्टवर सांगितले आणि हा सल्ला मुलांना आणि प्रौढांनाही लागू होतो.

पन्नाशी ओलांडलेल्या लोकांना पोटाशी संबंधित ‘या’ तीन समस्यांपासून वाचण्यासाठी तज्ज्ञांनी सांगितला उपाय

वाढत्या वयासह पचनसंस्थेतही अनेक बदल होतात ज्याचा शरीर अन्न कसे प्रक्रिया करते आणि पोषक तत्त्वे कसे शोषते यावर परिणाम करू होतो. ५० वर्षांनंतरच्या अनेक व्यक्तींना बद्धकोष्ठता, अतिसार व ॲसिड यांसारख्या आतड्यांसंबंधीच्या सामान्य समस्यांचा त्रास होऊ लागतो.

योग्य आहार आणि जीवनशैलीत योग्य ते बदल करून, ही लक्षणे अनेकदा प्रभावीपणे व्यवस्थापित केली जाऊ शकतात, ज्यामुळे एकूण आरोग्य सुधारते. फायबरचे सेवन समायोजित करण्यापासून ते खाण्याच्या सवयी लक्षात ठेवून सल्लागार, आहारतज्ज्ञ व मधुमेह शिक्षक कनिष्ठा महोदया यांच्या सल्ल्याने तुम्ही आतड्यांसंबंधीच्या समस्यांचे व्यवस्थापन कसे करू शकता, ते जाणून घ्या.

१. बद्धकोष्ठता आतड्यांच्या हालचाली मंदावणे आणि पचनसंस्थेतील स्नायूंची ताकद कमी होणे यामुळे अनेकांना बद्धकोष्ठता या समस्यांचा वारंवार त्रास होत असतो.

उच्च फायबरयुक्त पदार्थ : भरपूर फळे, भाज्या, संपूर्ण धान्य आणि शेंगा यांचा समावेश करा. हे सर्व पदार्थ आतड्यांच्या नियमित हालचालींना चालना देतात.

हायड्रेशन : दिवसभर पुरेसे पाणी प्यायल्याने बद्धकोष्ठता टाळण्यास मदत होते.

प्रो-बायोटिक्स : दही व केफिर यांसारखे प्रो-बायोटिक्सने समृद्ध असलेले अन्न आतड्यांतील जीवाणू संतुलित करते आणि त्यायोगे आतड्यांच्या अरोप्य सुधारण्यास हातभार लागतो.

व्यवस्थित शिजवलेले खात : व्यवस्थित शिजवलेले अन्न पचयिला सोपे असते, ज्यामुळे जठरांत्रांच्या अस्वस्थतेचा धोका कमी होतो.

२. अतिसार अतिसाराचा त्रास असलेल्यांना खालील आहारविषयक धोरणे त्यांच्या त्रासाची लक्षणे व्यवस्थापित



बनकरंजा येथील बनकरंजा उच्च माध्यमिक विद्यालयाचा इ. बारावी सायन्सचा निकाल १०० टक्के तर आर्ट्सचा निकाल ९३.१८ टक्के

केज/ प्रतिनिधी राज्यातील बारावीचा निकाल महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक एचएससी २०२५ परीक्षेचा निकाल ५ मे रोजी दुपारी १ वाजता जाहीर झाला .तरी बनकरंजा येथील बनकरंजा उच्च माध्यमिक विद्यालय बनकरंजा येथील विद्यालयांमध्ये सायन्स चा निकाल १०० टक्के तर आर्ट्स चा निकाल ९३.१८ टक्के लागलेला आहे. सायन्स मधून प्रथम क्र.- चाटे प्रेरणा रत्नाकर ८७.६७ टक्के, द्वितीय क्र.- चव्हाण ऋषीकेश विजयकुमार ८४ टक्के तृतीय क्र.-लांब वैष्णवी दत्तात्रय ८३ टक्के व तसेच आर्ट्स मधुन प्रथम क्र.- देवकर तनुजा लक्ष्मण ८०.६७ टक्के,द्वितीय क्र.- सुरवसे निकिता बंडू ७९.३३ टक्के, तृतीय क्र.- घोंगडे युवराज निखिल ७८.८३ टक्के या विद्यार्थ्यांनी विद्यालयामध्ये घवघवीत यश प्राप्त केले आहे. त्याकरिता त्यांचे सर्व स्तरातून अभिनंदन आणि कौतुक होत आहे. तसेच संस्थेचे



सचिव सखाहारी (तात्या) गदळे संस्थचे अध्यक्ष राहुल (भैय्या) गदळे तसेच शाळेचे मुख्याध्यापक तथा प्राचार्य चटप आर .यु.आणि सर्व प्राध्यापक, शिक्षक व शिक्षकेत्तर कर्मचारी यांनी विद्यालयातील उत्तीर्ण होणाऱ्या सर्व विद्यार्थी आणि विद्यार्थिनींचे अभिनंदन करून पुढील कार्यासाठी शुभेच्छा दिल्या.

सिध्देश्वर मंदिरात सोमवारी नाथदिक्षा व शिष्यवृत्ती वितरण सोहळा

लातूर :- अखिल भारतीय नाथपंथी समाज महासंघ व गोरक्षनाथ चॅरिटेबल ट्रस्ट, लातूर यांच्यावतीने सामुहिक पवित्र नाथदिक्षा (कानचिरा) आणि समाजातील विद्यार्थ्यांसाठी शिष्यवृत्ती वाटप कार्यक्रमाचे आयोजन लातूर येथील श्री सिध्देश्वर व रत्नेश्वर देवस्थान येथे सोमवार, दि.१२ मे रोजी सकाळी ७ पासून करण्यात आले आहे. सकाळी ७ ते ९ या वेळेत विधिवत पूजा. स. ९ ते १० पवित्र नाथदिक्षा (कानचिरा) सोहळा. १० ते १२ या वेळेत अखिल भारतीय नाथपंथी समाज महासंघ, मुंबई यांच्या वतीने महाराष्ट्रातील नाथपंथी समाजातील विद्यार्थ्यांसाठी शिष्यवृत्ती वाटप कार्यक्रम. मान्यवरांच्या हस्ते प्रमाणपत्र व नाथदिक्षा घेतलेल्यांना नवनाथाचा फोटो वितरण. दुपारी १२ ते ४ या वेळेत भाविकांसाठी महाप्रसाद. समाजातील सर्व बंधू-भगिनींनी या सोहळ्याचा लाभ घेण्याचे आवाहन अखिल भारतीय नाथपंथी समाज महासंघाचे डॉ.जयाजी नाथ, योगेश बर्वे, माधव क्षीरसागर, दत्तात्रय सुर्यवंशी, रविंद्र जाधव जिल्हाध्यक्ष गुरुनाथ मधुरकर, जगन्नाथ कदम, परमेश्वर गायकवाड, धर्मनाथ रिद्धीवाडे, गोरख जोगी, सदानंद योगी, प्रेमनाथ चव्हाण, शंकर चव्हाण, गोपीनाथ मधुरकर, अमोल चव्हाण, रवी पवार, राजेंद्र गायकवाड, संतोष रोकडे, विवेकानंद योगी, ज्ञानेश्वर सूर्यवंशी यांनी केले आहे.

संत विचारच मानवाला लोभ मुक्त करतील

ह.भ.प. नारायण महाराज उत्तरेश्वर पिंप्रीकर यांचे विचार: लहेझरीं मानवतातीर्थ रामेश्वर (रुई) येथे संत श्री गोपाळबुवा महाराज अखंड हरिनाम सप्ताह संपन्न

लातूर :- लोभापासून दूर राहणे हे मनुष्याच्या जीवनात खूप महत्वाचे आहे. लोभामुळे व्यक्ती दुःखी होतो त्याच्या विचारात नकारात्मकता येते आणि तो चांगल्या कामापासून दूर राहतो. अशावेळी संत विचारच मानवाला लोभ मुक्त करतात. यासाठी संतांनी दाखविलेल्या मार्गाचे सर्वांनी अनुकरण करावे. असे अनमोल विचार ह.भ.प. नारायण महाराज उत्तरेश्वर पिंप्रीकर यांनी व्यक्त केले.

विश्वशांती केंद्र (आळंदी), माईर्स एमआयटी, पुणे व समस्त गावकरी मंडळ, रामेश्वर यांच्या संयुक्त विद्यमाने संत श्री गोपाळबुवा महाराज अखंड हरिनाम सप्ताह व श्री संत तुकोबारायांचे जीवन चरित्र कथेचे आयोजन विश्वधर्मी मानवतातीर्थ रामेश्वर (रुई) येथे करण्यात आले होते. या प्रसंगी ते बोलत होते. तसेच त्यांनी काल्याचे किर्तन ही केले. यावेळी जगविख्यात संगणक शास्त्रज्ञ व नालंदा विद्यापीठाचे माजी कुलपती पद्मभूषण डॉ. विजय भटकर हे सन्माननीय पाहुणे म्हणून उपस्थित होते. अध्यक्षस्थानी एमआयटी वर्ल्ड पीस युनिव्हर्सिटीचे



संस्थापक अध्यक्ष विश्वधर्मी प्रा. डॉ. विश्वनाथ दा. कराड होते. तसेच माईर्स एमआयटीचे कार्यकारी अध्यक्ष व व्यवस्थापकीय विश्वस्त आणि एमआयटी डब्ल्यूपीयूचे कार्यकारी अध्यक्ष डॉ. राहुल वि. कराड, माईर्स एमआयटीचे अध्यक्ष डॉ. मंगेश तु. कराड, रामेश्वरचे माजी सरपंच तुळशीराम दा. कराड, प्रगतीशील शेतकरी काशीराम दा. कराड, कमल राजेखॉं, सौ. उषा विश्वनाथ कराड, डॉ. सुचित्रा कराड नागरे व राजेश कराड हे उपस्थित होते. त्याचप्रमाणे नागपूर विद्यापीठाचे माजी कुलगुरू डॉ. एस. एम. पठाण, प्रसिद्ध कवी डॉ. संजय उपाध्ये, गिरीश दाते व

रामेश्वरच्या पंचक्रोशितील भाविक उपस्थित होते. ह.भ.प. नारायण महाराज उत्तरेश्वर पिंप्रीकर म्हणाले, लोभ हा मानवाचा सर्वात मोठा शत्रू असल्याने यापासून शक्य तितके दूर रहावे. लोभामुळेच जगामध्ये अशांततता पसरलेली आहे. अशावेळेस विश्वशांतीसाठी प्रा. डॉ. विश्वनाथ कराड यांनी विश्वशांती ज्ञान ज्योती पेटविली आहे. ही ज्ञान ज्योत विश्व मानवता आणि बंधुत्वाचा विचार संयुक्त राष्ट्र संघापर्यंत पोहचवून संपूर्ण जगाला सांगणार आहे. प्रा. डॉ. विश्वनाथ दा. कराड म्हणाले, रामेश्वर (रुई) चे नाव

संपूर्ण जगभरात मानवतेचा व विश्वशांतीचा संदेश देणारे गाव म्हणून ओळखले जात आहे. त्याग आणि समर्पणाचे प्रतिक म्हणून याकडे पाहिले पाहिजे. सर्व धर्म ग्रंथ हे खरे जीवनग्रंथ आहेत. कसे जगावे आणि कसे जगू नये याची शिकवण आपल्याला देत आहेत. डॉ. संजय उपाध्ये यांनी आनंदात जीवन जगण्याचा मंत्र दिला. रामेश्वर येथे संत श्री गोपाळबुवा महाराज अखंड हरिनाम सप्ताह व श्री संत तुकोबारायांचे जीवन चरित्र कथा सोहळ्याचे आयोजन करण्यात आले होते. या वेळी रामेश्वरच्या पंचक्रोशितील भाविक भक्त आणि माता भगिनी मोठ्या संख्येने सहभागी झाल्या होत्या. सात दिवस चाललेल्या सप्ताहाची सांगता गावात सकाळी दिंडी काढून मोठ्या उत्साहात करण्यात आली. संपूर्ण सप्ताहात हभप बाबा महाराज बोराडे, हभप भगवान महाराज कराड, हभप महादेव महाराज बोराडे, हभप उद्धव महाराज, हभप आप्पा महाराज चोरे, हभप प्रभाकसनाना महाराज व हभप बालयोगी हरिहर महाराज दिवेगावकर यांनी श्री संत तुकोबारायांचे जीवन चरित्रावर विचार मांडले. हरिनाम सप्ताह यशस्वीतेसाठी राजेश कराड व त्यांच्या सहकार्यांनी परिश्रम घेतले.

विलासराव देशमुख फाउंडेशनचे बाभळगावात १३८ महिलांना शिलाई प्रशिक्षणाचे प्रमाणपत्र प्रदान

लातूर / प्रतिनिधी:- विलासराव देशमुख फाउंडेशनच्या वतीने लातूर तालुक्यातील बाभळगाव येथे चालवलेल्या मोफत शिलाई प्रशिक्षण केंद्राचा यशस्वी समारोप नुकताच झाला. या कार्यक्रमात तब्बल १३८ महिलांनी आपले ३ महिन्यांचे प्रशिक्षण यशस्वीरित्या पूर्ण केले, ज्याबद्दल त्यांना प्रमाणपत्र देऊन गौरविण्यात आले.महिला सक्षमीकरणाच्या दिशेने दृढ पाऊल टुंटीवन ग्री लीच्या संचालिका सौ. अदिती अमित देशमुख यांच्या मार्गदर्शनाखाली विलासराव देशमुख फाउंडेशनने हे प्रशिक्षण केंद्र चालवले. या केंद्रात महिलांना ३ महिन्यांचे व्यावसायिक शिलाईचे प्रशिक्षण देण्यात आले. शिलाईच्या विविध पद्धती, डिझाईनिंग आणि कटिंग यांसारख्या कौशल्यांचे सखोल ज्ञान महिलांना या प्रशिक्षणातून प्राप्त झाले. बाभळगावमधील महिलांना आत्मनिर्भर बनवण्यासाठी फाउंडेशनने हा महत्त्वपूर्ण



उपक्रम राबवला.प्रशिक्षणार्थी महिलांचा मोठा प्रतिसाद: विलासराव देशमुख फाउंडेशनच्या या मोफत शिलाई मशीन प्रशिक्षण केंद्रामध्ये बाभळगावातील १३८ महिलांनी उत्साहाने सहभाग घेतला. या महिलांना सेजल सूर्यवंशी आणि क्रांती उफाडे या कुशल प्रशिक्षकांनी मार्गदर्शन केले. ३ महिन्यांच्या कालावधीत या महिलांना शिलाई कामातील सर्व कला आणि विविध प्रकारच्या शिलाईचे प्रशिक्षण देण्यात

आले. प्रशिक्षण पूर्ण केलेल्या या महिलांचा प्रमाणपत्र वितरण सोहळा मोठ्या उत्साहात पार पडला.या समारंभाला विलासराव देशमुख फाउंडेशनच्या समन्वयक संगीता मोळवणे, बाभळगावचे उपसरपंच गोविंद देशमुख, अविनाश देशमुख, सदस्य गोपाळ थडकर, प्रशिक्षक सेजल सूर्यवंशी आणि क्रांती उफाडे, गजानन बोयणे आणि सर्व प्रशिक्षणार्थी महिला मोठ्या संख्येने उपस्थित होत्या.



काळेगाव येथील काळेगाव उच्च माध्यमिक विद्यालय काळेगाव येथे बारावी सायन्सचा निकाल १०० टक्के,तर आर्ट्स चा निकाल ९२.५९ टक्के

केज/प्रतिनिधी राज्यातील बारावीचा निकाल महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक एचएससी निकाल २०२५ परीक्षेचा निकाल दिनांक ५ मे रोजी दुपारी १-०० वाजता जाहीर झाला .तरी काळेगाव येथील काळेगाव उच्च माध्यमिक विद्यालय काळेगाव येथील विद्यालयांमध्ये सायन्स चा निकाल १०० टक्के तर आर्ट्स चा निकाल ९२.५९ टक्के लागलेला आहे. सायन्स मधून प्रथम क्र.- सुतार सायली राजू ८१.५० टक्के, द्वितीय क्र.-वटाणे ओमकार सुमंत ८०.६७ टक्के तृतीय क्र.- बिकड मुक्ताबाई महादेव ८०.१७ टक्के व सुरवसे ओम अशोक ८०.१७ टक्के तसेच आर्ट्स मधुन प्रथम क्र.- सानप सुनील कानिफनाथ ७५.८३ टक्के,द्वितीय क्र.- साळवे शिल्पा ज्ञानेश्वर ७५.३३ टक्के, तृतीय क्र.- काळे अजयकुमार नवनाथ ७४.६७ टक्के या विद्यार्थ्यांनी विद्यालयामध्ये घवघवीत यश प्राप्त केले आहे. त्याकरिता त्यांचे सर्व स्तरातून अभिनंदन आणि कौतुक होत आहे. तसेच संस्थेचे संस्थापक अध्यक्ष सखाहारी (तात्या) गदळे संस्थचे सचिव जयदत्त गदळे व संस्थेचे अध्यक्ष तसेच शाळेचे मुख्याध्यापक तथा प्राचार्य राहुल गदळे आणि सर्व प्राध्यापक, शिक्षक व शिक्षकेत्तर कर्मचारी यांनी विद्यालयातील उत्तीर्ण होणाऱ्या सर्व विद्यार्थी आणि विद्यार्थिनींचे अभिनंदन करून पुढील कार्यासाठी शुभेच्छा दिल्या.

गावगुंडांचा बंदोबस्त करण्यासाठी सामुहिक आत्मदहन करण्याचा इशारा.

केज/प्रतिनिधी –केज नगरपंचायतीच्या हाद्दीतील केज बीड रोड लगत रमाईनगर येथील बौद्ध वस्तीतील रहिवाशी असलेल्या बौद्ध समाजाच्या नागरिकांना काही गावगुंडा कडून जाणिव पुर्वक धमक्या येण्यात येत आहे असा आरोप या भागातील रहिवासी असलेल्या नागरिकाकडून करण्यात आला आहे. तर जाणीवपूर्वक या भागातील बौद्ध समाजाचे रहिवासी असलेल्या नागरिकांना प्रवृत्तीच्या लोकांकडून नोटीसा देण्याचे सत्र चालू असुन या गावगुंडांकडुन जिवितास धोका निर्माण झाला आहे .या नाहक त्रासाचा बंदोबस्त करण्यासाठी सामुहिक आत्मदहन करण्याचा इशारा निवेदनाद्वारे प्रशासनाला देण्यात आला आहे. या बाबत सविस्तर माहिती आशी कि,केज नगरपंचायत हाद्दीतील गायरान जमिन सर्व्हे नंबर ३०/१व ३०/२ च्या बोगस रजिस्ट्रया दाखवून काहि गुंडांनी उच्छाद मांडला आहे ,व बौद्ध समाजावर जाणिव पुर्वक अन्याय होत आहे,तरी या गुंडांचा तात्काळ बंदोबस्त करावा यांच्या कडुन जिवितास धोका निर्माण झाला आहे त्यामुळे बुद्ध समाजातील रमाई नगर येथे रहिवाशी असलेल्या व दलित चळवळी कार्यकर्त्यांनी सामूहिक आत्मदहन करणार असल्याचे निवेदनात म्हटले आहे. काही समाजकंटक व गुंड प्रवृत्तीचे लोक स्वतःच्या फायद्यासाठी प्रशासनातील अधिकाऱ्यांना हाताशी धरून खोटी रजिस्ट्री करून रमाई नगर येथे गेले २५ ते ३० वर्षापासून रहिवाशी असलेल्या बौद्ध समाजाच्या नागरिकांना जाणीवपूर्वक वेटीस धरत आहेत व समाजकंटक आणि गुंड प्रवृत्तीची लोक शासनातील अधिकाऱ्याच्या संगणमताने बौद्ध समाजांच्या लोकांचे संसार उधड्यावर आणण्याचा प्रयत्न करत आहेत व दहशत माजवत असल्याचा आरोप माध्यमांशी



बोलताना दलित चळवळीतील कार्यकर्त्यांनी केला आहे पुढे बोलताना म्हटले आहे की, आम्ही रमाई नगर येथील नागरिकावर अन्याय होऊ देणार नाही जोपर्यंत त्यांना न्याय मिळत नाही तोपर्यंत आम्ही स्वस्त बसणार नाहीत यापुढे येथील रहिवासी बांधवांवर काही अन्याय झाला तर शासन जबाबदार राहील त्यामुळे प्रशासनाने या प्रकरणाकडे गांभीर्य घ्यावे असे प्रशासनाला आवाहन करण्यात आले आहे. जर प्रशासनाने सदर प्रकरणाची गांभीर्यपूर्वक दळल न घेतल्यास दलित चळवळीतील कार्यकर्ते आणि रमाई नगर येथील रहिवासी सामूहिक आत्मदहन करणार असल्याचे निवेदनाच्या माध्यमातून प्रशासनास इशारा दिला आहे. या लेखी निवेदनावर लखन हजारे,अशोक गायकवाड, योगेश गायकवाड,रोहित कसबे प्रवीण मस्के,धीरज मस्के सुशाला धीमधीमे, लक्ष्मीकांता इनकर, सुनिता गायकवाड यांच्यासह रमाई नगर येथील नागरिकांच्या स्वाक्ष्या आहेत. सदर निवेदन हे केस तहसीलचे प्रभारी तहसीलदार अशोक भंडारे यांनी स्वीकारले आहे, या निवेदनाच्या प्रती जिल्हाधिकारी बीड, पोलीस अधीक्षक बीड, तहसीलदार केज, दुय्यम निबंधक केज यांना दिल्या आहेत.

अखेर युद्ध पेटलं..!

पाकिस्तानचा जम्मूवर ड्रोन हल्ला

पहलगाम दहशतवादी हल्ल्यानंतर, भारताच्या ‘ऑपरेशन सिंदूर’मुळे पाकिस्तान हादरला आहे. दहशतवाद्यांवर झालेल्या हल्ल्यानंतर, पाकिस्तानने काल रात्री भारतावर हल्ला करण्याचा अयशस्वी प्रयत्न केला. यानंतर भारताने प्रत्युत्तर देत पाकिस्तानची हवाई संरक्षण प्रणाली नष्ट केली. आता पुन्हा एकदा पाकिस्तानने ड्रोन आणि क्षेपणास्त्रांनी जम्मूवर हल्ला करण्याचा प्रयत्न केला, भारताने ८ क्षेपणास्त्रे पाडली आहेत.

ज्या शहरांना लक्ष्य करण्याचा प्रयत्न करण्यात आला त्यात अवंतीपुरा, श्रीनगर, जम्मू, पठाणकोट, अमृतसर, कपूरथळा, जालंधर, लुधियाना, आदमपूर, भटिंडा, चंदीगड आणि भूज यांचा समावेश आहे. तथापि, भारताच्या एकात्मिक काउंटर-यूएसएस ग्रिड आणि मजबूत हवाई संरक्षण प्रणालींनी हे हल्ले पूर्णपणे हाणून पाडले.



राजस्थानमध्येही ब्लॅकआऊट : जम्मूनंतर राजस्थानच्या सीमावर्ती भागातही ब्लॅकआऊट करण्यात आल्याची माहिती समोर येत आहे. या सर्व सीमावर्ती भागात भारतीय लष्कर सक्रिय झालं आहे. भारताचे प्रत्युत्तर सुरू : पाकिस्तानच्या आगळीकतेला भारताने आता प्रत्युत्तर द्यायला सुरुवात केली असून पाकिस्तानवर हल्ला सुरू केला आहे. पाकिस्तानच्या भागात त्यामुळे गोंधळाची परिस्थिती निर्माण झाल्याचं चित्र आहे.

भारताचे पाकिस्तानला चोख प्रत्युत्तर; लाहोरमध्ये केला ड्रोन हल्ला

भारत-पाकिस्तानमध्ये सध्या तणावपूर्ण वातावरण पाहायला मिळत आहे. भारताच्या जम्मू, जैसलमेर आणि अमृतसरमध्ये पाकिस्तानकडून ड्रोन हल्ला करण्यात आला. या हल्ल्याचे प्रयत्न भारताने हाणून पाडले आहेत. यानंतर भारताकडून पाकिस्तानला चोख प्रत्युत्तर म्हणून भारताने पाकिस्तानातील लाहोरमध्ये ड्रोन हल्ला केला आहे.पाकिस्तानाकडून रात्री ९ च्या आसपास जम्मू आणि आसपासच्या भागात ड्रोनने हल्ला करण्याचा प्रयत्न करण्यात आला. पाकिस्तानने जम्मूच्या आरएसपुरा आणि अरनिया सेक्टमध्ये घुसखोरी करून हल्ला करण्याचा प्रयत्न केला. मात्र भारतीय जवानांनी तो त्वरित उधळून लावला. त्यानंतर राजौरी आणि पुंछमध्येही पाकिस्तानने हल्ल्याचा प्रयत्न केला, पण भारतीय जवानांनी त्यांना चोख उत्तर दिले.