POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2026-2028

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

○संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

○उप संपादिका : .सौ. प्रीती दिपक नाईक ○कार्यकरी संपादक : श्री. विनोद दशरथ मेढे

● वर्ष-०५ ● अंक-२९८ ● मुंबई, रविवार, ३१ मे २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

पुण्यातील विषारी दारु प्रकरणात महाराष्ट्रातील वादग्रस्त आयएएस अधिकाऱ्याची एन्ट्री!

पुण्यापासून 155 कि.मी. अंतरावर असलेल्या शहरात मोठी धडक कारवाई

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

पुणे आणि पिंपरी-चिंचवडमध्ये गावठी दारू पिल्याने तब्बल 18 जणांचा मृत्यू झाला आहे. पुण्यातील विषारी दारू प्रकरणाचा तपास आता आयएएसकडे गेला असला तरी दापोडी पोलिसांनी या प्रकरणाचा तपास केला. तर, दुसरीकडे पुणे विषारी दारू प्रकरणात महाराष्ट्रातील वादग्रस्त कअर अधिकारी तुकाराम मुंढेंची एन्ट्री झाली आहे. पुण्यातील घटनेचे भिवंडी कनेक्शन उघड करत तुकाराम मुंडे यांनी मोठी कारवाई केली आहे. पुण्यात विषारी दारू बनवण्यासाठी मिथेनॉल पुरवणाऱ्यावर धडक कारवाई करण्यात आली आहे. याप्रकरणी पोलिसांनी आरोपी योगेश वानखेडेला आणि कर्नलसिंग विरखाला अटक केली आहे. यातील आरोपी योगेश वानखेडे यानेच दारुमध्ये मिथेनॉल मिसळल्यानं ही घटना घडली अशी माहिती समोर आली. योगेश वानखेडे हा दारू वितरीत करण्याचं काम करत होता. तर कर्नलसिंग विरखा दारु गुत्त्याचा मालक आहे. प्रकरणाचा मुख्य आरोपी असलेल्या योगेश वानखेडे याने 800 रुपयांच्या फायद्यासाठी दारूमध्ये मिथेनॉल मिक्स केल्याचं समोर आलंय. हे मिथेनॉल त्याने ऑनलाईन खरेदी केल्याचंही समोर आले आहे.



तुकाराम मुंढेंची मोठी कारवाई

पुणे आणि पिंपरी-चिंचवडमध्ये गावठी दारू पिल्याने तब्बल 18 जणांचा मृत्यू झाला. अवघ्या 30 रुपयांत मिळणाऱ्या या दारूच्या सेवनामुळे अनेकांची प्रकृती गंभीर आहे. दारूत 'मिथेनॉल' हे विषारी रसायन मिसळल्यामुळे हे मृत्यू तांडव घडल्याचे समोर येताच अन्न व औषध प्रशासन विभागाचे (एफडीए) आयुक्त श्री तुकाराम मुंढे यांनी 'मिथेनॉल'चा अवैध साठा करणाऱ्यावर कारवाईचे आदेश दिले. त्यानुसार, भिवंडी परिसरातील रेक्स इंटरनॅशनल कंपनीवर धाड टाकून 'मिथेनॉल' या विषारी रसायनाचा मोठा साठा जप्त करण्यात आला. विशेष म्हणजे, याच कंपनीकडून पुण्याच्या विक्रेत्याने दारूत 'मिथेनॉल' मिसळले होते.

विषारी दारूमुळे प्राण गमावणाऱ्यांनी कर्नालसिंग विरका याचे फुगेवाडी येथील घरी हातभट्टीची दारु पिली. विरका याने योगेश वानखेडे नावाच्या इसमाकडून दारू मिळवली होती. योगेश हा उरळी कांचन येथील राजू प्रजापती याच्याकडून दारू आणून इतरांना पुरवठा करत होता. पुण्यातील घटनेत दारूत वापरण्यात आलेले 'मिथेनॉल' हे मे. रेक्स इंटरनॅशनल यांच्याकडून प्राप्त झाल्याचे पोलीस तपासात स्पष्ट झाले आहे.

वषारी दारूमुळे मृत्यू झालेल्या व्यक्तींनी कर्नालसिंग विरका याच्या फुगेवाडी येथील घरी हातभट्टीची दारू सेवन केली होती. विरका याने योगेश वानखेडे याच्याकडून दारू मिळवली होती. योगेश हा उरळी कांचन येथील राजू प्रजापती याच्याकडून दारू आणून इतरांना पुरवठा करत होता. पुण्यातील घटनेत दारूमध्ये वापरण्यात आलेले 'मिथेनॉल' हे मे. रेक्स इंटरनॅशनल यांच्याकडून प्राप्त झाल्याचे पोलीस तपासात स्पष्ट झाले आहे. या कंपनीचे कार्यालय वाशी येथे असून गोदाम भिवंडीतील अनंत अँड कंपनी, गाळा क्रमांक ५४४/ए, म्हात्रे कंपाउंड, अंजुर रोड, वळगाव येथे आहे. माहिती मिळताच एफडीए अधिकाऱ्यांनी धाड टाकली. त्यावेळी संस्थेचे मालक अरुणकुमार चौबे व सक्षम व्यक्ती अभिषेक अरुणकुमार चौबे उपस्थित नव्हते. चौकशीदरम्यान त्यांना राज्य उत्पादन शुल्क विभागाने ताब्यात घेतल्याचे समोर आले.

या कारवाईत संबधीत कंपनीत 5,929 किलोग्रॅम 'मिथेनॉल'चा साठा आढळून आला. विशेष म्हणजे, या विषारी द्रव्याची कोणतीही नोंद उपलब्ध नव्हती. साठा नोंदवहीदेखील आढळली नाही. विषारीद्रव्य कायद्यातील नियमांनुसार संस्थेकडे सदर द्रव्यांच्या खरेदी-विक्रीचा कोणताही तपशील उपलब्ध नव्हता. त्यामुळे या विषारी द्रव्याचा गैरवापर होऊ नये म्हणून संपूर्ण साठा जप्त करण्यात आला आहे.

राज्यात भोंदूगिरीचे पेव

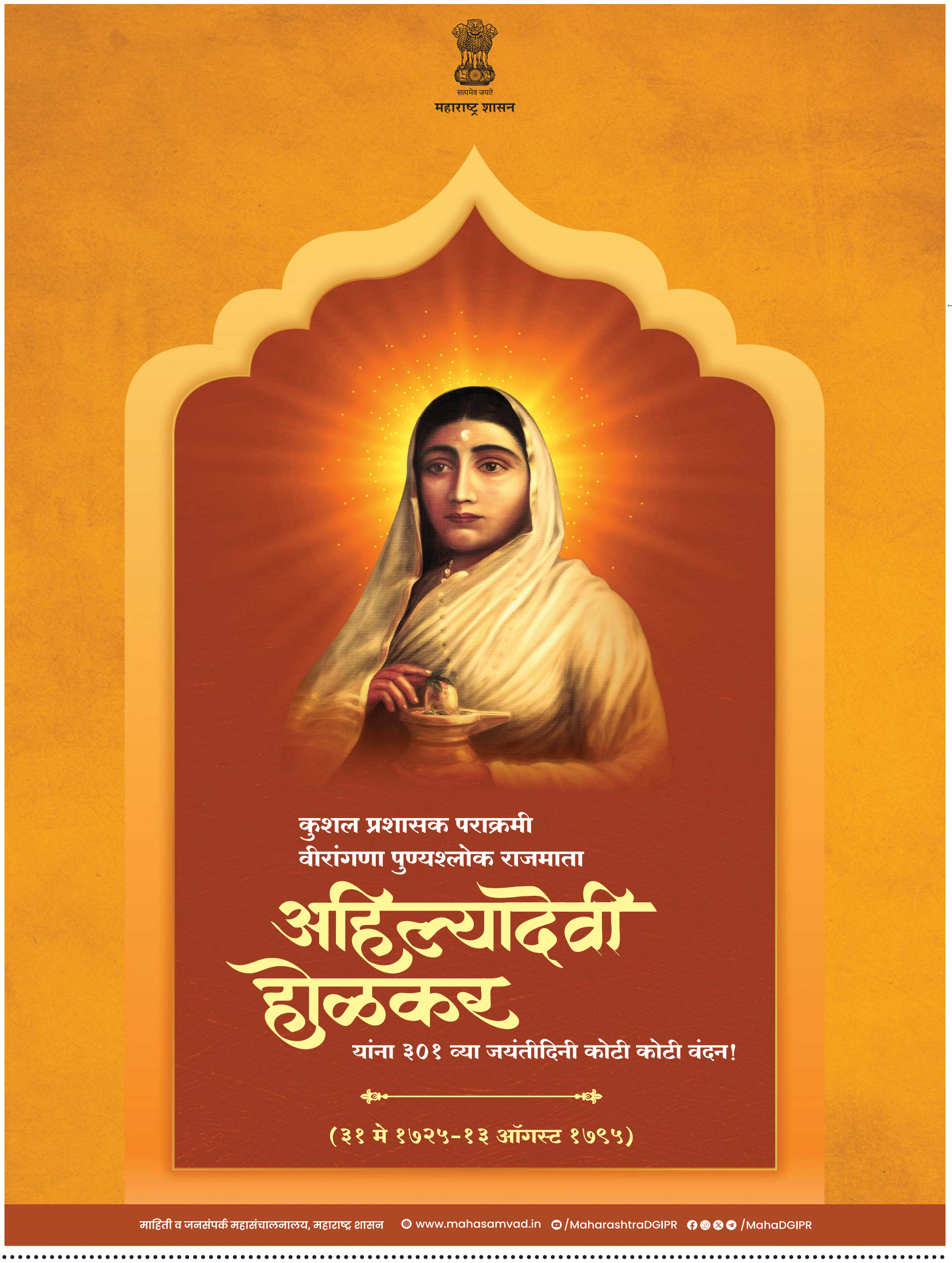
आतापर्यंत 50 भोंदूबाबांना अटक... सर्वात जास्त गुन्हे कुठे?

■मुंबई । प्रतिनिधी,

राज्यात खळबळ उडवून देणाऱ्या भोंदू अशोक खरात प्रकरणानंतर सव्वा दोन महिन्यात पोलिसांनी राज्यात 50 भोंदू बाबांचा दरबार उधळून लावला आहे. सर्वात जास्त नाशिक जिल्ह्यात 5 गुन्हे दाखल झाले असल्याची माहिती महाराष्ट्र अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीचे राज्य कार्याध्यक्ष संजय बनसोडे, बुवाबाजी संघर्ष विभागाच्या कार्यवाह एडवोकेट रंजना गवांदे व सहकार्यवाह विष्णुदास लोणारे यांनी दिली आहे. राज्यकार्यवाह कृष्णा चांदगुडे यांनी ही गुन्ह्यांची यादी संकलित केली आहे. राज्यातील 50 प्रकरणांपैकी बहुतांश प्रकरणात महिलांचे लैंगिक शोषण झाल्याचे समोर आले आहे. पुरोगामी महाराष्ट्रात भोंदूंचे पेव किती फुटले आहे, याची राज्यभर चर्चा चालू आहे. नाशिक येथे घडलेल्या भोंदू अशोक खरातच्या प्रकरणानंतर सव्वा दोन महिन्यात राज्यात एकून 50 गुन्हे दाखल झाले आहे. पुरोगामी महाराष्ट्राला चिंतेत टाकणारी व विचार करायला लावणारी ही घटना आहे. काही ठिकाणी उत्स्फूर्त तर काही ठिकाणी अंनिसच्या प्रयत्नाने हे गुन्हे दाखल झाले आहे. या यादीवरून असे लक्षात येते की, बहुतांश सर्वच धर्मातील भोंदू बाबा विरोधात गुन्हे दाखल झाले आहे. त्यामुळे अंधश्रद्धा निर्मूलनाचे काम केवळ हिंदू धर्मातच केले जाते, या सनातनी आरोपाला पुन्हा एकदा सणसणीत उत्तर मिळाले आहे. भोंदू बाबांनी ग्रामीण भागासह व शहरी भागातील महिला व पुरुष यांची फसवणूक केल्याचे या घटनांवरून उघड झाले आहे.विशेषता यात महिलांवरील शारिरिक शोषणासह आर्थिक लुटीचे प्रमाण अधिक आहे. भितीपोटी व सामाजिक प्रतिष्टेपोटी अनेक पीडित समोर येण्यास घाबरत आहे. खरात प्रकरणानंतर पीडित महिलांना लढण्याची हिंमत निर्माण झाली आहे. त्यांना न्यायाची अपेक्षा पण निर्माण झाली आहे.

50 भोंदूंवर गुनहे दाखल

- अशोक कुमार खरात - नाशिक
- गडगेबाबा राजेंद्र गडगे - संगमनेर , अहिल्यानगर
- चेतन सुनील माळी - मूर्तिजापूर, अकोला
- पंकज देवराम घोलप - येडगांव, पुणे
- मोहन मामा भोसले - कुडुर्वाडी, सोलापूर
- नाना बर्डे - आळे फाटा , पुणे
- ऋषिकेश वैद्य - वसई, मुंबई
- अल्ताफ रईस खान - मालाड, मुंबई
- रिधम पांचाळ - मालाड, मुंबई
- गणेश शिंदे - श्रीरामपुर, अहिल्यानगर
- अर्जुन चव्हाण उर्फ टनटन बाबा - नवी मुंबई
- विठोबा वाल्मीक जाट - सातपूर, नाशिक
- किसन तळपे मंदोशी - खेड
- महेशगिरी उर्फ महेश काकडे - लासलगाव, नाशिक
- अब्दुल रशीद शेख - खालापूर, रायगड
- इरफान नियाज अहमद - कांदिवली, मुंबई
- अनिल सोलोमन सिंग - पादरी, पुणे
- शिवराम पराश सावर - पालघर
- अल्ताफ हसन मदारी - जळगाव
- नाना महाराज उर्फ गुरु माऊली वीरकर - टेंभुर्णी, सोलापूर
- पिंटू धुमाळ - बारामती, पुणे
- हेमदास किसन बावणे - अड्याळ, भंडारा
- चंद्रकांत राजेंद्र माळी - इगतपुरी, नाशिक
- अशोक मधुकर आढाव - श्रीरामपूर, अहिल्यानगर
- औदुंबर गडदे - स्वारगेट, पुणे
- नवनाथ गवळी - खेड, पुणे
- शाहिद शेख - खडकपाडा, कल्याण
- शिव भाऊ सोनवणे - सजेर्पुरा, अहिल्यानगर
- ज्ञानेश्वर नागोराव कोरडे - बिलोली, नांदेड
- रमेश गुप्ता - मालाड, मुंबई
- हरिगिरी दत्तगिरी महाराज - भाग्यनगर, नांदेड
- मंजुनाथ शेट्टी उर्फ दीक्षित - ठाणे
- कृष्णा उर्फ भगत सुभाष चित्ते - पश्चिम देवपूर, धुळे
- यशवंत एकनाथ थोरात - पारनेर, अहिल्यानगर
- श्याम महाराज राठोड - दिघी, पुणे
- सुधाकर गाडगे - बाळापूर, अकोला
- परमेश्वर उर्फ प्रमोद बाळू गायकवाड - उत्तमनगर, पुणे
- शितल सालके व पोर्णिमा - सारस्वत भारती विद्यापीठ, पुणे
- योगेश उर्फ भैय्या बापू खैरनार - निजामपूर, साक्री, धुळे
- विठ्ठल पवार - महागाव, यवतमाळ
- ताहीर रशीद बेग - सक्करदरा, नागपूर
- सुधाकर रमेश काळे - अंजनगाव सुर्जी, अमरावती
- अशोक रामधन राठोड - वडगाव (जंगल), यवतमाळ
- महेश मोहन बाबर - विटा, सांगली
- कमलेश महाराज अधिकारी - इंदिरानगर, नाशिक
- परवेज अब्दुल अजीज मेमन - कोंढवा, पुणे
- गंगाधर बुरांडे - सावली, चंद्रपूर
- भीमराव पुंजाराम बिहाडे - संभाजीनगर
- मुक्तानंदगिरी महाराज उर्फ बापू महाराज - कन्नड, संभाजीनगर
- राजू बन्सी दिवटे - पारनेर, अहिल्यानगर





संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

मतदारयादीचं पावित्र्य



लोकशाही व्यवस्थेत निष्पक्ष निवडणुका महत्त्वाच्या आहेत, तितकीच निर्दोष मतदारयादी असणे हे त्या निवडणुकांचे पावित्र्य टिकवण्यासाठी अनिवार्य असते. मात्र, राजकीय प्रभाव आणि प्रशासकीय त्रुटींमुळे मतदारयाद्यांवर प्रश्नचिन्ह उपस्थित केले जाते. याच पार्श्वभूमीवर, मतदारयाद्यांच्या पुनर्निरीक्षणाबाबत सर्वोच्च न्यायालयाने नुकताच महत्त्वपूर्ण निकाल दिला आहे.

काही गोष्टी सूर्यप्रकाशाइतक्या स्वच्छ असतात; पण तरीही अनेकांना त्यासाठी प्रमाणपत्र हवं असतं. 'सोनारानेच कान टोचलेले बरे' अशी मराठीत एक जुनी म्हण आहे. त्या म्हणीची आठवण अशावेळी आल्याशिवाय राहत नाही. मतदारयाद्यांच्या सखोल पुनर्निरीक्षणासंबंधी सर्वोच्च न्यायालयाने बुधवारी जो निकाल दिला, तो याच प्रकारचा आहे. मतदारयाद्या तयार करण्याचं, त्याची वेळोवेळी छाननी करण्याचं, त्यानुसार त्या दुरुस्त्या करण्याचं काम निवडणूक आयोगाचं आहे. या अवाढव्य कामासाठी आयोगाकडे स्वतंत्र यंत्रणा नाही. त्यामुळे, राज्य सरकारच्या कर्मचाऱ्यांची मदत घेऊन निवडणूक आयोग आपलं हे कर्तव्य पार पाडत असतं. त्यात काही चुका होतात. काही त्रुटी राहून जातात. राज्याचे निवडणूक अधिकारी त्याची दखल घेतात आणि आवश्यकतेनुसार त्यात सुधारणा करतात. तरीही मतदारयाद्यांवर अनेक स्थानिक प्रभाव पडतात आणि घोळ होतात. या स्थानिक प्रभावाला आणि घोळाला सर्व राजकीय पक्षांइतकीच प्रशासकीय यंत्रणेची अगतिकता जबाबदार असते. राज्यात सरकार ज्या पक्षाचं असतं, त्या पक्षाच्या प्रभावाखाली प्रशासन यंत्रणा असते, हा सर्वसाधारण अनुभव आहे. त्यामुळे, सत्ताधाऱ्यांच्या प्रभावाखालील मतदार याद्यांतूनही अनेकदा सत्ताधाऱ्यांना अनपेक्षित निकाल लागतात. नवे सत्ताधारी मग जुन्या सत्ताधाऱ्यांचा प्रभाव पुसून टाकण्यासाठी आपल्या परीने प्रयत्न करतात. ज्याच्याकडे तळापर्यंत संघटना आहे, अशा पक्षांना या सगळ्या प्रक्रियेत सर्वसाधारणतः यश मिळतं. हा यशापयशाचा भाग निरीक्षण म्हणून ठीक असला, तरी तत्त्वतः यामुळे निवडणूक प्रक्रियेतील न्यायमूल्यावर मोठा आघात होतो. निवडणुकीच्या शुद्धतेवर प्रश्नचिन्ह उभं राहातं. हा तर्क पुढे लोकशाहीच्या मूलभूत उद्दिष्टांना हरताळ फासला जाण्यापर्यंत जातो. त्यामुळे, लोकशाही राज्यव्यवस्थेत निष्पक्ष निवडणूक यंत्रणेला; म्हणजेच निवडणुकांना जेवढं महत्त्व आहे, त्यापेक्षाही अधिक पावित्र्य निर्दोष मतदारयादीला आहे. मतदारयाद्यांच्या या निर्दोषत्वासाठीच केंद्र सरकारने मतदारयाद्यांचं सखोल पुनर्निरीक्षण करण्याचं ठरवलं असून आतापर्यंत १३ राज्यांत ही प्रक्रिया पूर्ण झाली आहे. अन्य राज्यांतही हे नियोजित आहे. महाराष्ट्रात सध्या या सखोल पुनर्निरीक्षणाची पूर्वतयारी सुरू आहे. पुनर्निरीक्षणाची प्रक्रिया १३ राज्यांत पूर्ण झाली असली, तरी या मोहिमेला सर्वात जास्त विरोध झाला, तो बिहार आणि पश्चिम बंगालमध्ये. बिहारमध्ये विरोधी पक्षाने आणि पश्चिम बंगालमध्ये राज्यातील तेव्हांच्या सत्ताधारी तृणमूल काँग्रेसनेच या प्रक्रियेला विरोध केला होता. मतदारयादीच्या सखोल पुनर्निरीक्षणाच्या नावाखाली आमच्या मतदारांनाच मतदान प्रक्रियेतून वगळलं जात आहे. केंद्रातले सत्ताधारी याद्वारे सर्वत्र आपला विजय सुकर करत आहेत, असा प्रक्रियेला विरोध करणाऱ्यांचा मुख्य आक्षेप होता. या आक्षेपातूनच बिहारमधून काही याचिका दाखल झाल्या होत्या. या याचिकांवर जानेवारीतच सविस्तर युक्तिवाद झाले होते. सर्वोच्च न्यायालयाने त्यावेळी राखून ठेवलेला त्यावरचा निर्णय बुधवारी दिला. १२४ पृष्ठांच्या आपल्या विस्तृत निकालपत्रात मुख्य न्यायमूर्ती सूर्य कांत आणि न्यायमूर्ती जोयमाल्या बागची यांनी काही जगावेगळा निकाल दिला नाही. काही धक्कादायक विधानंही केली नाहीत. देशाच्या निवडणूक याद्या तयार करण्याचा आणि त्या निर्दोष राखण्याचा निवडणूक आयोगाचा अधिकार त्यांनी मान्य केलाच, पण त्यासाठी कोणती कागदपत्रं ग्राह्य धरावीत हे प्राधान्यक्रमाने ठरवण्याचा अधिकारही त्यांचाच असल्याचं स्पष्ट केलं आहे. आधार कार्ड किंवा रेशन कार्ड यांच्या मतदार पात्रतेसाठीच्या वैधतीवरही त्यांनी सविस्तर भाष्य केलं आहे. निवडणूक आयोगाला नागरिकत्वाच्या वैधतेबाबतचा निर्णय घेण्याचा अधिकार नाही आणि निवडणुकीत मतदानासाठी अपात्र ठरणं किंवा मतदारयादीत नाव नसणं म्हणजे ती व्यक्ती भारताची नागरिक नाही, असा अर्थ काढला जाऊ शकत नाही, हेही निकालपत्रात स्पष्टपणे नमूद करण्यात आलं आहे. न्यायालयांचे निकाल बहुधा तांत्रिक असतात. त्यांच्यासमोर मांडल्या गेलेल्या मुद्द्यांबाबतचं स्पष्टीकरण तेवढं त्यात असतं. अनेकदा वेगवेगळ्या याचिकांत असलेल्या वेगवेगळ्या मुद्द्यांवर स्पष्टीकरण देताना न्यायालयाची मतं वेगवेगळी वाटतात. त्या सर्व मुद्द्यांचा एकत्रित अर्थ लावण्याचं काम नंतर करावं लागतं. या निकालपत्रातल्या काही स्पष्टीकरणांबाबत तेच करावं लागणार आहे. '२००३ च्या मतदारयादीत ज्यांची नांवं होती, पण त्यांच्या वैधतेबाबत निवडणूक आयोगाला शंका आली असेल, तर अशी सर्व नांवं येत्या एक महिन्याच्या आत नागरिकता अधिनियमांनुसार सक्षम अधिकाऱ्यांकडे पाठवली जावी आणि बिहारमधील येत्या कोणत्याही सार्वत्रिक निवडणुकीपूर्वी त्याबाबतचा निर्णय केला जावा', हे या निकालातलं मार्गदर्शन महत्त्वाचं आहे. 'मतदारयादीचं सखोल पुनर्निरीक्षण' आणि 'राष्ट्रीय नागरिक नोंदणी' या दोन स्वतंत्र बाबी आहेत. त्या एकसारख्या नाहीत. कोणाच्याही नागरिकत्वाच्या वैधतेबाबतचा निर्णय केंद्र सरकारचा सक्षम अधिकारीच घेऊ शकेल. मतदारयादीतून नाव वगळण्याचा निवडणूक आयोगाचा निर्णय अंतिम नसेल. त्यासंदर्भात दाद मागता येईल. त्याची सुनावणी होईल. पूर्ण न्यायिक प्रक्रियेने त्याबाबतचा निर्णय अंतिम होईल. बिहारमध्ये मतदारयादीतून नांव गळालेल्या ६८ लाख ६६ हजार व्यक्तींना या निर्णयाने त्यांच्या मनातील प्रश्नांची उत्तरं मिळाली असतील. नुकत्याच झालेल्या विधानसभा निवडणुकीत त्यांना मतदान करता आलं नाही; त्याबाबत मात्र वेगळा दिलासा नाही, हेही निकालपत्रातून दिसतं आहे. प्रत्यक्षात ते व्यावहारिक नाही, हेही सगळे जाणतातच. जो न्याय बिहारमधल्या वगळलेल्या नावांना, तोच न्याय अन्य राज्यातल्या अशा नावांनाही आहे, हे संबंधितांना समजावून घ्यावं लागेल, हाच याचा अर्थ.

सक्षम नेत्या, हुशार प्रशासक



अहिल्याबाई होळकर एक सक्षम नेत्या म्हणून उदयास आल्या. त्यांनी दूरदृष्टीने अनेक सामाजिक कामे केली. एक हुशार प्रशासक म्हणून त्यांची ओळख निर्माण झाली. जलसंधारण, रस्त्यांच्या कडेची झाडे, स्थापत्यकलेतील अनेक कामे त्यांच्या दरदृष्टीची प्रतीके आहेत. ३१ मे रोजी पार पडणाऱ्या त्यांच्या जयंतीनिमित्त घेतलेला वेध.

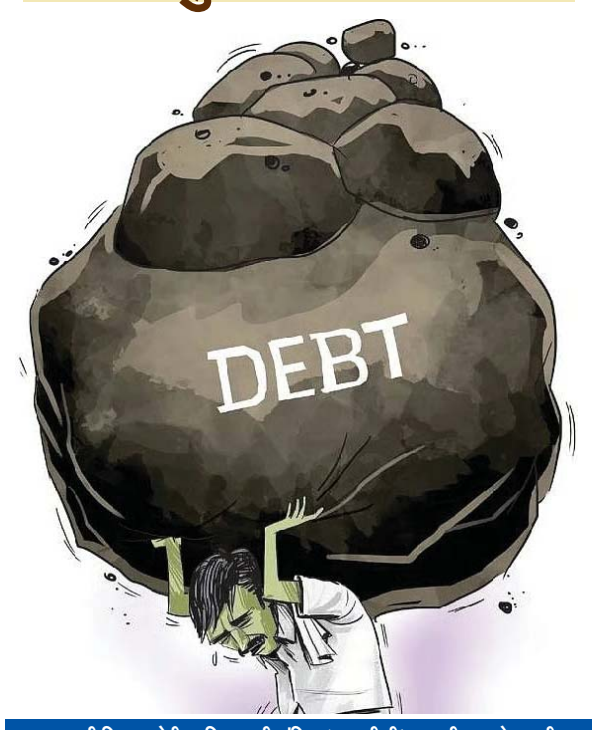
अहिल्याबाई होळकर या भारतीय इतिहासातील एक उत्तुंग व्यक्तिमत्त्व आहेत. केवळ स्थापत्य चमत्कारांसाठीच नव्हे, तर प्रगतिशील प्रशासनासाठी आणि केलेल्या दूरगामी सामाजिक सुधारणांसाठीही त्या प्रसिद्ध आहेत. १७६७ ते १७९५ पर्यंत राज्य करताना अहिल्याबाईंच्या कारकिर्दीत कल्याण, सामाजिक न्याय, मानवी समानता आणि शाश्वत विकासासाठी अढळ वचनबद्धता होती. त्यांनी उपेक्षित समुदायांना उन्नत करणारी धोरणे आखली. प्रगत शिक्षण दिले. आरोग्यसेवा सुधारली आणि आर्थिक वाढ साधत पायाभूत सुविधांची निर्मिती केली. अठरावे शतक हा भारतातील अशांततेचा काळ होता. त्यात राजकीय विखंडन, आर्थिक आव्हाने आणि सामाजिक अशांतता होती. या वातावरणात अनेक इतिहासकारांनी अहिल्याबाईंच्या बुद्धिमत्तेचे आणि नेतृत्वगुणांचे कौतुक केले. त्यांचे 'शासन आणि व्यक्तिमत्त्व' हे ज्ञान, करुणा आणि न्यायाचे मिश्रण होते. ब्रिटिश इतिहासकार कर्नल जेम्स ग्रँट डफ यांनी त्यांचे वर्णन 'एक अतिशय बुद्धिमान महिला' म्हणून केले आहे. त्यांच्याकडे विवेक आणि निष्पक्षतेने काम करण्याची वृत्ती होती. केवळ प्रादेशिक विस्तारापेक्षा सामाजिक कल्याणाला प्राधान्य देणाऱ्या शासक म्हणून त्यांची अद्वितीय भूमिका अनेक इतिहासकार अधोरेखित करतात. अहिल्याबाईंच्या वारशातील सर्वात महत्त्वाचा पैलू म्हणजे शिक्षणक्षेत्रातील अग्रणी कार्य. सामाजिक सक्षमीकरणासाठी शिक्षण अत्यंत महत्त्वाचे आहे, हे माहीत असल्याने, त्यांनी त्यांच्या राज्यात असंख्य शाळा आणि शिक्षण संस्था स्थापन केल्या.

महिला शिक्षणाचे महत्त्व अधोरेखित करून अहिल्याबाईंनी सामाजिक रूढी मोडल्या. समाजाच्या प्रगतीसाठी महिला सक्षमीकरण आवश्यक आहे हे समजून घेतले. 'माझ्या आजीसाठी, मुलीचे शिक्षण हे गरिबीतून बाहेर पडण्याचे तिकीट होते' हा त्यांचा विश्वास लिंग समानतेबद्दलच्या आधुनिक चर्चेत अजूनही प्रतिध्वनित होत आहे. आज, अनेक संघटना आणि चळवळी मुलींसाठी दजेदार शिक्षणाची उपलब्धता वाढवण्यावर लक्ष केंद्रित करतात. शैक्षणिक सुधारणांचा पाया रचून त्यांनी अनेकांचे जीवन बदलले आणि राज्याच्या प्रगतीत महत्त्वपूर्ण योगदान दिले. आरोग्यसेवेतही अहिल्याबाईचे योगदान उल्लेखनीय होते. त्यांनी सुलभ, स्वच्छ आणि समुदायाभिमुख आरोग्यसेवेची सुरुवात केली. त्या काळात सार्वजनिक आरोग्य ही संकल्पना फारशी प्रचलित नव्हती, तरीही त्यांनी रुग्णालये आणि दवाखाने स्थापन करून लोकांना वैद्यकीय सेवा उपलब्ध करून दिल्या. स्वच्छतेचा प्रचार करून त्यांनी त्या काळात एक क्रांतिकारी पाऊल उचलले. आरोग्य सुविधांमध्ये सुधारणा करून त्यांनी लोकांच्या गरजा पूर्ण केल्या आणि पुढील सार्वजनिक आरोग्य उपक्रमांसाठी मार्ग मोकळा केला. त्यांची दूरदृष्टी आजच्या ग्रामीण आणि वंचित घटकांवर लक्ष केंद्रित करणाऱ्या सार्वजनिक आरोग्य धोरणांमध्येही दिसून येते.

अहिल्याबाई होळकरांच्या कारकिर्दीत रस्ते, पूल आणि सार्वजनिक इमारतींसारख्या पायाभूत सुविधांचा मोठा विकास झाला. यामुळे व्यापार, आर्थिक वाढ आणि सामाजिक संपर्क सुलभ झाला तसेच दुर्गम भाग जोडले गेले. त्यांच्या या गुंतवणुकीमुळे राज्याची समृद्धी वाढली आणि अधिक परस्पर जोडलेला समाज निर्माण झाला. तसेच त्यांनी उपेक्षित समुदायांच्या उन्नतीसाठी विविध कल्याणकारी योजना राबवल्या आर्थिक मदत, निवारा आणि व्यावसायिक प्रशिक्षणावर त्यांचा भर होता. त्यांची धोरणे विशेषतः विधवा, अनाथ आणि आर्थिक अडचणींना तोंड देणाऱ्यांसाठी फायदेशीर होती. त्यामुळे असुरक्षित लोकसंख्येला संसाधने आणि संधी उपलब्ध होतील याची खात्री झाली. सामाजिक कल्याणाप्रती अहिल्याबाईंचा दृष्टिकोन समग्र होता. त्यांना माहीत होते, की खऱ्या सक्षमीकरणासाठी आर्थिक पाठबळ आवश्यक आहे; परंतु कौशल्यांचा विकास आणि चांगले सामाजिक एकीकरणदेखील आवश्यक आहे. अहिल्याबाईंनी स्वयंपूर्णता, प्रतिष्ठा आणि समावेशकतेला प्राधान्य देत वंचित घटकांना समाजाच्या मुख्य प्रवाहात आणण्याचे कार्य केले. पर्यावरणपूरक विकास, शेतीतील चांगल्या पद्धती आणि संसाधन व्यवस्थापन यांद्वारे त्यांनी शाश्वततेचे महत्त्व अधोरेखित केले. भिल्ल समाजाच्या उन्नतीसाठी त्यांनी शाळा, हस्तकला आणि व्यावसायिक प्रशिक्षणाची सुविधा उपलब्ध करून शिक्षण व आर्थिक विकासाला चालना दिली. त्यामुळे दुर्लक्षित घटकांना सक्षम बनवून राज्याच्या सामाजिक-आर्थिक विकासात त्यांचा सहभाग वाढवला.

अहिल्याबाई होळकरांचा प्रभाव आजही माहेश्वरी साडी आणि पारंपरिक कलांच्या जतनात दिसून येतो. त्यांच्या पाठिंब्यामुळे माहेश्वरी साडी भारताच्या सांस्कृतिक वारशाचे प्रतीक बनली. आजचे उपक्रम पारंपरिक कला आणि आधुनिक बाजारपेठ यांची सांगड घालून कारागिरांना योग्य वेतन व शाश्वत उपजीविका देण्याचा प्रयत्न करतात. शाश्वत कापूस लागवड, सेंद्रिय शेती आणि पारंपरिक कलांना प्रोत्साहन देणारे कार्यक्रम अहिल्याबाईंच्या आर्थिक सक्षमीकरणाच्या विचारांचे प्रतिबिंब आहेत. हे उपक्रम शेतकऱ्यांना प्रशिक्षण, सुधारित बियाणे आणि आधुनिक तंत्रज्ञानाची मदत देतात. अहिल्याबाई कला आणि स्थापत्यकलेच्या मोठ्या संरक्षक होत्या. त्यांनी अनेक मंदिरे, किल्ले आणि सार्वजनिक स्मारके उभारली. महेश्वर किल्ला आणि मंदिर संकुलाची पुनर्बांधणी हे त्यांचे महत्त्वाचे कार्य मानले जाते. त्यांच्या आश्रयामुळे संगीत, नृत्य आणि इतर कलांचाही विकास झाला व सांस्कृतिक वातावरण समृद्ध झाले. अहिल्याबाई होळकर यांच्या जीवनाचा आणि कारकिर्दीचा विचार करताना, त्यांचे शासन मॉडेल समकालीन समाजासाठी महत्त्वाचे धडे देते. अहिल्याबाईंचा वारसा सामाजिक न्याय आणि समानता वाढवण्यात दूरदर्शी नेतृत्वाच्या प्रभावाचा पुरावा आहे. उपेक्षित समुदायांचे उत्थान, शिक्षणाला प्रोत्साहन आणि आर्थिक संधींना प्रोत्साहन देण्याची त्यांची वचनबद्धता आजच्या प्राधान्यांशी सुसंगत आहे. राजमाता अहिल्याबाई होळकर यांचे चारित्र्य आणि प्रशासन कल्याण, शिक्षण आणि चांगल्या सार्वजनिक पायाभूत सुविधा प्रदान करण्यावर केंद्रित नेतृत्वशैलीचे उदाहरण आहे. सामाजिक कल्याण आणि समावेशकतेच्या तत्त्वांवर आधारित अहिल्याबाईंच्या दूरदर्शी धोरणांनी संयुक्त राष्ट्रांच्या शाश्वत विकास ध्येयांची पूर्वछाया दाखवली. खरे नेतृत्व केवळ सत्ता धारण करण्याबद्दल नाही, तर सर्वात असुरक्षित लोकांचे संरक्षण आणि उत्थान करण्याबद्दल आहे, याची चुणूक त्यांचे जीवन आपल्याला दाखवते.

कर्ज बुडवेगिरीला चाप



२०२६ ची दिवाळखोरी आणि नादारी संहिता (आयबीसी) दुरुस्ती म्हणजे भारतीय बँकिंग क्षेत्राची महाशस्त्रक्रिया आणि कर्जवसुलीचे नवे क्षितिज आहे.

भारतीय अर्थव्यवस्थेच्या प्रगतीमध्ये बँकिंग क्षेत्राचे महत्त्व हे शरीरातील रक्ताभिसरण संस्थेसारखे आहे. परंतु, गेल्या काही दशकांपासून बुडीत कर्जांच्या म्हणजेच ह्यएनपीएह्णच्या साठलेल्या थरांनी या यंत्रणेला ग्रासले होते. भारतात २०१० नंतर हा प्रश्न अधिक गंभीर बनला; मोठ्या उद्योगसमूहांनी घेतलेली कर्जे परतफेडीअभावी अडकल्याने बँकांच्या ताळेबंदावर मोठा ताण निर्माण झाला. यावर जालीम उपाय म्हणून २०१६ मध्ये 'दिवाळखोरी आणि नादारी संहिता' अर्थात 'आयबीसी' कायदा अस्तित्वात आला. कर्ज बुडवून चैन करणाऱ्या प्रवृत्तींना या कायद्याने चाप लावला असला, तरी गेल्या दहा वर्षांच्या प्रवासात या प्रक्रियेला गंज चढू लागला होता.

राष्ट्रीय कंपनी कायदा न्यायाधिकरण म्हणजेच 'एनसीएलटी'मध्ये रेंगाळणारी हजारो प्रकरणे, मालमत्तेच्या मूल्यामध्ये होणारी मोठी घट आणि कायदेशीर पळवाटांचा आधार घेऊन वेळेचा अपव्यय करणारे प्रवर्तक यामुळे बँकांचे कोट्यवधी रुपये अडकून पडले होते. हीच कोंडी फोडण्यासाठी केंद्र सरकारने 'आयबीसी'मध्ये आमूलाग्र बदल सुचवणारी २०२६ ची दुरुस्ती आणली असून, ६ एप्रिल २०२६ रोजी राष्ट्रपतींची मोहोर उमटल्यानंतर आता भारतीय कर्जवसुली प्रक्रियेने एका नव्या युगात प्रवेश केला आहे. सध्याच्या 'आयबीसी' प्रक्रियेचा विचार केला तर ती प्रामुख्याने एखाद्या विशिष्ट कंपनीपुरती मर्यादित होती. जेव्हा एखादी कंपनी हसे थकवते, तेव्हा तिला नादारी प्रक्रियेत ओढले जाते आणि तिथे एक पुनर्रचना व्यावसायिक म्हणजेच 'रिझोल्युशन प्रोफेशनल' नियुक्त केला जातो.

कायद्यानुसार ही प्रक्रिया १८० ते २७० दिवसांत पूर्ण होणे अपेक्षित होते; परंतु, अनेक मोठी प्रकरणे पाच-पाच वर्षे न्यायालयात अडकली होती; उदाहरणार्थ एस्सार स्टीलची प्रक्रिया ८०० दिवसांहून अधिक काळ चालली. यामुळे ज्या मालमत्तेची किंमत सुरुवातीला शंभर रुपये होती, ती कायदेशीर लढाई संपेपर्यंत दहा रुपयांवर येत होती. बँकांना मोठ्या प्रमाणात वसुलीच्या रकमेत कपात सोसावी लागत होती. या पार्श्वभूमीवर २०२६ ची दुरुस्ती ही केवळ नियमांची दुरुस्ती नसून तो संपूर्ण व्यवस्थेचा कायापालट (ओव्हरहॉलिंग) करणारी प्रक्रिया ठरणार आहे.

गेल्या दहा वर्षांतील आकडेवारीवर नजर टाकली तर 'आयबीसी'च्या प्रभावाची व्याप्ती लक्षात येते. २०१६ पासून आत्तापर्यंत अंदाजे ७,५०० पेक्षा जास्त कंपन्या या प्रक्रियेतून गेल्या असून त्या माध्यमातून बँकांनी आतापर्यंत ३.५ लाख कोटी रुपयांहून अधिक रकमेची वसुली केली आहे. ही आकडेवारी मोठी वाटत असली, तरी आजही १० ते १२ लाख कोटी रुपयांची थकबाकी विविध प्रक्रियांमध्ये अडकलेली आहे. अनेक प्रकरणांमध्ये बँकांना त्यांच्या एकूण थकबाकीच्या केवळ ३० ते ३५ टक्के रक्कमच पदरात पाडून घेता आली, तर व्हिडिओकॉनसारख्या प्रकरणांत बँकांना ९० टक्क्यांहून अधिक तोटा सोसावा लागला. या अपुऱ्या वसुलीमुळे अर्थव्यवस्थेत आलेली मरगळ दूर करण्यासाठीच २०२६च्या दुरुस्तीचा उपाय योजण्यात आला आहे.

'या दुरुस्तीमागे 'इन्सोल्व्हन्सी लॉ कमिटी' आणि विशेषतः के. व्ही. कामत यांच्या नेतृत्वाखालील तज्ञ गटाच्या शिफारसींचा भक्कम आधार आहे. या समितीने जागतिक स्तरावरील 'युनिट्रल' मॉडेलचा सखोल अभ्यास करून भारतीय परिप्रेक्ष्यात त्याचे अनुकूलन केले आहे. या अहवालातील मुख्य शिफारशींचा स्वीकार करूनच २०२६ च्या कायद्यातह्य 'क्रॉस-बॉर्डर इन्सॉल्व्हन्सी' आणि 'ग्रुप इन्सॉल्व्हन्सी' या दोन क्रांतिकारी संकल्पनांचा अंतर्भाव करण्यात आला आहे.

'क्रॉस-बॉर्डर' तरतुदीमुळे आता भारतीय विघटकांचे (लिक्विडेटर्स) हात परदेशापर्यंत पोहोचणार आहेत. जर एखाद्या कर्जदाराने भारतात स्वतःला दिवाळखोर घोषित केले असेल आणि त्याची मोठी मालमत्ता लंडन किंवा दुबईत असेल, तर भारतीय यंत्रणा आता परदेशी न्यायालयांच्या मदतीने ती जप्त करू शकेल. यामुळे 'देशाचा पैसा बुडवून परदेशात आश्रय' घेण्याच्या प्रवृत्तीला कायमचा चाप बसणार आहे.

दुसरीकडे, 'ग्रुप इन्सॉल्व्हन्सी' ही संकल्पना 'कॉर्पोरेट' जगातील गुंतागुंत सोडवणारी ठरेल. आज अनेक मोठ्या उद्योगसमूहांच्या डझनभर उपकंपन्या एकमेकांत गुंतलेल्या असतात. जुन्या कायद्यात प्रत्येक कंपनीसाठी स्वतंत्र लढा द्यावा लागत असे, ज्यामुळे प्रक्रियेचा वेळ आणि खर्च दोन्ही वाढत होते. आता मात्र, संपूर्ण उद्योगसमूहाची एकात्मिक पद्धतीने विल्हेवाट लावणे किंवा पुनरुज्जीवन करणे शक्य होणार आहे. यामुळे एखादा मोठा खरेदीदार संपूर्ण समूहासाठी बोली लावू शकेल, ज्यातून बँकांना अधिक चांगली किंमत मिळणे सुलभ होईल.

प्रक्रियेतील विलंब टाळण्यासाठी 'एनसीएलटी'ला देणी देण्यातील ऋणकोच्या असमर्थतेचा पुरावा मिळाल्यावर १४ दिवसांच्या आत निर्णय घेणे बंधनकारक असेल. जर न्यायाधीशांनी या काळात निर्णय दिला नाही, तर त्यांना लेखी कारण द्यावे लागेल. याशिवाय नवीन कायद्यात 'कर्जदार-प्रेरित जलद प्रक्रिया' (सीआयआयआरपी) आणली आहे, जी विशेषतः पूर्णपणे न कोसळलेल्या पण तात्कालिक अडचणीत असलेल्या कंपन्यांना वाचवण्यासाठी उपयुक्त ठरेल. पूर्वीच्या पद्धतीत कागदपत्रांवर वाद व्हायचा आणि वेळेचा अपव्यय व्हायचा. नवीन पद्धतीत डिजिटल नोंदींवर आधारित त्वरित निर्णय होईल.

लिलाव प्रक्रियेतही सुधारणा करण्यात आली असून, आता डिजिटल पोर्टलच्या माध्यमातून अधिक पारदर्शकता येणार आहे. मालमत्तेची तुकड्या-तुकड्यांत विक्री करण्याची मुभा दिल्याने, ज्या गुंतवणूकदारांना संपूर्ण कंपनी नको आहे, ते केवळ विशिष्ट प्रकल्पांसाठी बोली लावू शकतील. यामुळे बँकांना स्पर्धात्मक किंमत मिळणे शक्य होईल.

तसेच, लघु आणि मध्यम उद्योगांसाठीही दुरुस्ती दिलासादायक ठरणार आहे. या क्षेत्रातील उद्योजकांना प्रक्रियेतून बाहेर पडणे किंवा नवीन गुंतवणूकदार कमी वेळात शोधणे शक्य होईल. पारदर्शकतेसाठी पुनर्रचना व्यावसायिक म्हणजेच 'रिझोल्युशन प्रोफेशनल' आणि विघटक (लिक्विडेटर) म्हणून काम करणाऱ्या व्यक्ती आता वेगळ्या असतील, ज्यामुळे हितसंबंधांचा संघर्ष टळेल. महत्त्वाचे म्हणजे, वैयक्तिक हमीदारांवर कडक नियंत्रण आणले आहे. जर एखाद्या उद्योगपतीने कंपनीच्या कजार्साठी स्वतःची हमी दिली असेल, तर आता त्याला जबाबदारीतून मुक्त होणे कठीण जाईल.

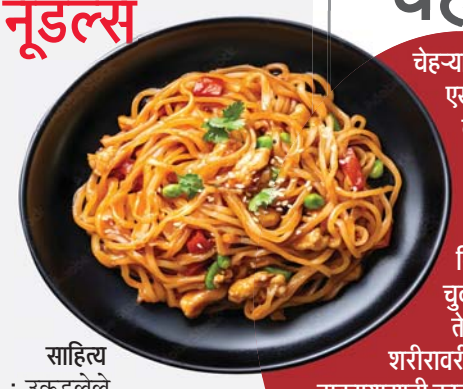
या दुरुस्तीतील सर्वात दिलासादायक बाब म्हणजे 'वसुलीचा प्राधान्यक्रम'. २०२६ च्या दुरुस्तीने हे स्पष्ट केले आहे की, सरकारी देण्यांपेक्षा बँकांच्या वसुलीला प्राधान्य दिले जाईल. बँकांमधील पैसा हा जनतेच्या ठेवींचा असतो, त्यामुळे बँकांचे आर्थिक स्थैर्य जपणे हे अर्थव्यवस्थेसाठी अधिक महत्त्वाचे आहे, हे तत्त्व यामागे आहे.

शेवटी, २०२६ ची ही दुरुस्ती म्हणजे 'आयबीसी' २०१६ या पायावर उभारलेली एक मजबूत रचना आहे. यामुळे बँकांचे 'एनपीए' कमी होतील, उद्योगांचे पुनरुज्जीवन होईल आणि 'व्यवसाय सुलभता' निर्देशांकात भारताचे स्थान सुधारेल. जर आपण ही प्रक्रिया वेळेत आणि पारदर्शकपणे राबवू शकलो, तर भारताचे पाच ट्रिलियन डॉलर्सच्या अर्थव्यवस्थेचे स्वप्न लवकरच वास्तवात येईल. ही दुरुस्ती केवळ थकलेल्या कर्जाची वसुली करणारी यंत्रणा नसून ती भारतीय कॉर्पोरेट जगाला अधिक स्वच्छ, शिस्तबद्ध आणि उत्तरदायी बनवणारी एक ऐतिहासिक पायरी आहे. वेगाने निर्णय घेणे आणि तंत्रज्ञानाचा पुरेपूर वापर करणे हीच आता काळाची गरज आहे.



महाराष्ट्रातील कांदा उत्पादक शेतकऱ्यांच्या प्रश्नावर सरकारची भूमिका पाहता, शासनाला समस्या कायमस्वरूपी सोडवण्यात रस नसून त्या समस्येवर तात्पुरत्या मलमपट्टीचे राजकारण करण्यात अधिक रस असल्याचे दिसते. शेतकरी अडचणीत सापडतो, बाजार कोसळतो, आंदोलन उभे राहते, रस्ते रोखले जातात, संताप उसळतो आणि मग सरकार अचानक जागे झाल्यासारखे बैठका घेते, घोषणा करते, खरेदीचे आश्वासन देते आणि शेतकऱ्यांना दिलासा दिल्याचे चित्र निर्माण करते. पण प्रत्यक्षात प्रश्न तिथेच राहतो. पुढच्या हंगामात पुन्हा तीच परिस्थिती, पुन्हा तोच संघर्ष आणि पुन्हा तेच सरकारी आश्वासन. कांद्याचा प्रश्न हा शासनाच्या अपयशी धोरणांचा आणि ग्रामीण अर्थव्यवस्थेतील असमतोलाचा जिवंत पुरावा बनला आहे. दिल्लीतील बैठकीनंतर केंद्र सरकारने दहा लाख टन कांदा खरेदीचा प्रस्ताव मांडला, नाफेड आणि इतर संस्थांमार्फत थेट खरेदीचे संकेत दिले, कांदा बियाणे निर्यातीवर अतिरिक्त कराचा विचार सुरू असल्याचे सांगितले आणि शेतकऱ्यांना मोठा दिलासा दिल्याचे वातावरण तयार झाले. पण हे चित्र वरवर आकर्षक असले तरी वास्तवात अनेक गंभीर प्रश्न उपस्थित होतात. अशा घोषणा यापूर्वीही अनेक वेळा झाल्या आहेत. शेतकऱ्यांनी त्या ऐकल्या आहेत, त्यावर विश्वास ठेवला आहे आणि शेवटी फसवणूक झाल्याची भावना अनुभवली आहे. केंद्र आणि राज्य सरकार जेव्हा कांदा खरेदीची भाषा करतात, तेव्हा त्याचा खरा उद्देश काय असतो याचाही विचार करण्याची वेळ आली आहे. सरकार ज्या प्रकारे बाजार हस्तक्षेप योजना राबवते, त्यामागे शेतकऱ्यांचे हित कमी आणि ग्राहकांना महागाईपासून वाचवण्याची धडपड अधिक दिसते. कांद्याचे भाव वाढले की सरकारला अचानक ग्राहकांची आठवण येते. निर्यातबंदी लागू होते, निर्यातीवर कर बसतो, साठेबाजीविरोधात कारवाईची भाषा सुरू होते, बाजारात सरकारी कांदा आणला जातो. पण जेव्हा शेतकऱ्यांना दोन रुपये किलो दराने कांदा विकावा लागतो, तेव्हा त्याच सरकारला बाजाराच्या स्वातंत्र्याची आठवण होते. ही दुहेरी भूमिका शेतकऱ्यांच्या जखमेवर मीठ चोळणारी आहे. यंदा अवकाळी पाऊस, गारपीट आणि अतिवृष्टीमुळे कांद्याच्या उत्पादनात मोठी घट झाली. अनेक शेतकऱ्यांचे पीक सडले. राज्य कृषी मूल्य आयोगाने उत्पादन खर्च साधारण अठराशे रुपये प्रतिक्विंटल मान्य केला आहे. अशा स्थितीत जर सरकार बाराशे-तेराशे रुपयांत कांदा खरेदी करत असेल, तर त्याला मदत म्हणायचे की शोषण? उत्पादन खर्चापेक्षा कमी दर देऊन सरकार शेतकऱ्यांना दिलासा देत असल्याचा आव आणते, पण प्रत्यक्षात शेतकऱ्यांचे आर्थिक नुकसान अधिक वाढते. कांद्याच्या खरेदीत होणारे गैरव्यवहार हा देखील अत्यंत गंभीर मुद्दा आहे. यापूर्वी नाफेड आणि इतर संस्थांच्या माध्यमातून झालेल्या खरेदी प्रक्रियेत मोठ्या प्रमाणावर भ्रष्टाचार झाल्याचे आरोप झाले. नाशिक आणि नगर जिल्ह्यात शेकडो कोटी रुपयांचे गैरव्यवहार उघड झाले. जगातील अनेक देशांमध्ये भारतीय कांद्याला मोठी मागणी आहे. पण भारतातील अस्थिर निर्यात धोरणामुळे परदेशी बाजारपेठांमध्ये भारतीय व्यापारावर विश्वास राहिलेला नाही. कधी निर्यातबंदी, कधी निर्यात शुल्क, कधी अचानक निर्बंध, या सगळ्यामुळे परदेशी खरेदीदार इतर देशांकडे वळतात. परिणामी, भारतीय शेतकरी जागतिक बाजारपेठेतील मोठ्या संधीपासून वंचित राहतो. सरकारने जर खरोखरच कांदा उत्पादक शेतकऱ्यांना न्याय द्यायचा असेल, तर सर्वप्रथम दीर्घकालीन निर्यात धोरण जाहीर करणे आवश्यक आहे. कांद्याची निर्यात ही सातत्यपूर्ण आणि स्थिर असावी. सरकारने आधुनिक साठवणूक केंद्रे उभारण्याबाबत अनेक घोषणा केल्या; पण प्रत्यक्षात त्याचा वेग अत्यंत संथ आहे. प्रक्रिया उद्योगांनाही पुरेशी चालना मिळालेली नाही. कांद्यापासून पावडर, पेस्ट, वाळवलेला कांदा यांसारखी उत्पादने मोठ्या प्रमाणावर तयार होऊ शकतात. पण या क्षेत्रात नियोजनाचा अभाव स्पष्टपणे दिसतो. बाजार समित्यांमधील परिस्थितीदेखील तितकीच चिंताजनक आहे. लिलाव प्रक्रियेत पारदर्शकतेचा अभाव, व्यापाऱ्यांचे वर्चस्व, दलालांचे नियंत्रण आणि प्रशासनाची निष्क्रियता यामुळे शेतकऱ्यांना योग्य दर मिळत नाहीत. अनेक वेळा बाजार समित्यांमध्ये कृत्रिमरीत्या दर पाडले जातात. शेतकरी कर्जबाजारी असल्याने आणि माल जास्त काळ साठवून ठेवण्याची क्षमता नसल्याने तो कमी दरात माल विकण्यास भाग पडतो. सरकारने जर खरेदी करायचीच असेल, तर ती खुल्या लिलाव प्रक्रियेत, पूर्ण पारदर्शकतेने आणि प्रशासनाच्या देखरेखीखाली करणे आवश्यक आहे. पण तशी इच्छाशक्ती दिसत नाही. सरकारने आता कांदा उत्पादक शेतकर

रेस्टॉरंट स्टाईल नूडल्स



साहित्य : उकडलेले नूडल्स, सोया सॉस - 1 चमचा, टोमॅटो सॉस - 1 चमचा, बटर - 1 चमचा, चिरलेला कांदा - 1, गाजर - 1/2, सिमला मिरची - 1/2, काळी मिरी - चिमूटभर, मीठ - आवश्यकतेनुसार, कांदा पात - सजावटीसाठी.

पाककृती : एका पॅनमध्ये बटर किंवा तेल गरम करून त्यात कांदा, गाजर, सिमला मिरची मोठ्या आचेवर फक्त 1 मिनिट परतून घ्याव्यात. आता त्यात सोया सॉस, टोमॅटो सॉस एकत्र करून मिक्स करा. आता उकडलेले नूडल्स पॅनमध्ये टाका. यानंतर त्यात चवीनुसार मीठ आणि चिमूटभर काळी मिरी पूड घालून सर्व साहित्य मोठ्या आचेवर 2 मिनिटे चांगले टॉस करा. शेवटी वरून कांदा पात टाकून गॅस बंद करा. अशा प्रकारे तयार झाले आहे जपानी नूडल्स.

चेहऱ्यावरील तीळ हटवण्याचे आठ घरगुती उपाय

चेहऱ्यावरचा एखादा तीळ ब्यूटीमार्क असू शकतो. परंतु, चेहऱ्यावर अधिक तीळ असल्यास किंवा त्यांची जागा चुकीची असल्यास ते खटकतात. शरीरावरील तीळ काढून टाकण्यासाठी काही डर्मेटोलॉजिक ट्रीटमेंट आहेत, परंतु घरगुती उपायांनीदेखील तीळ हटवले जाऊ शकतात, हे तुम्हाला ठाऊक आहे का?



■ कोथिंबीरच्या काही पानांची पेस्ट करा. ही पेस्ट काही दिवस तुम्हांला नको असलेल्या तिळावर नियमित लावा.

■ एरंडेल तेलाच्या मॉलिशमुळेदेखील तिळापासून सुटका मिळू शकते. हळूहळू तीळ कमी होण्यास सुरूवात होईल.

■ मध आणि सूर्यफूलाच्या बीयांच्या तेलाचे मिश्रण करा. या मिश्रणाचा तीळावर पाच मिनिटं मसाज करा. यामुळे त्वचा तजेलदार होईल सोबतच तिळ कमी होण्यास मदत होईल.

■ कपभर अननसाचा रस आणि पाव कप सैंधव मीठ एकत्र करा. या मिश्रणाने स्क्रब केल्यास चेहऱ्यावरील तीळ कमी होण्यास मदत होईल.

■ लसणाची पेस्ट रात्री झोपण्यापूर्वी तिळावर लावा. त्यावर बॅण्डेज लावा. सकाळी उठल्यावर त्वचा कोमट पाण्याने स्वच्छ धुवा. हा प्रयोग नियमित केल्यास तिळाचा त्रास कमी होण्यास मदत होईल.

■ काही आल्याचे तुकडे ठेचून तिळाच्या जागी लावा. त्यावर कपडा बांधून झोपा. या उपायानेही तीळ कमी होण्यास मदत होते.

■ व्हिटॅमिन सीची एक गोळी बारीक कुटा. रात्री ही पेस्ट तिळावर लावून, त्यावर बॅण्डेज लावून झोपा.

■ व्हिनेगरचा वापर करूनदेखील तीळ हटवला जाऊ शकतो. सुरुवातीला चेहरा गरम पाण्याने धुवा. कापसाच्या बोळ्याने व्हिनेगर तिळावर लावा. १० मिनिटांनंतर चेहरा गरम पाण्याने स्वच्छ धुवावा.

मधुमेह आणि फळे

मधुमेह हा आजार असलेल्या व्यक्तींनी आहाराबाबत सजग राहणे आवश्यक असते. फळांचे सेवन करताना काळजी घेतली पाहिजे , अन्यथा या फळांच्या सेवनाने रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढू शकते. बऱ्याच जणांचा असा गैरसमज असतो की फळांमध्ये नैसर्गिक साखर असल्याने रक्तातील साखर वाढत नाही. फळे सेवन केलेली चालतात, असे मानून मधुमेहाचे रुग्ण फळांचे सेवन करतात. पण फळांमध्ये असलेली नैसर्गिक साखर हानीकारक ठरू शकते.

चेरी : चेरीमध्ये खूप जास्त साखर असते, त्यामुळेच आईस्क्रीम आदी गोष्टी तयार करण्यासाठी चेरीचा वापर केला जातो. एका चेरीमध्ये सुमारे ८ ग्रॅम साखर असते, त्यामुळे चेरीचे सेवन करताना काळजी घेतली पाहिजे आणि विशिष्ट प्रमाणातच चेरीचे सेवन केले पाहिजे. चेरीच्या सेवनाने रक्तातील शर्करेची पातळी वाढू शकते.

आंबा : आंबा हा वर्षातून एकदाच मिळणाऱ्या फळांपैकी एक आहे आणि बहुतेकांना आंबा खूप आवडतो. परंतु त्यातही नैसर्गिक साखरेचे प्रमाण अधिक असते. त्यामुळे मधुमेहाच्या रुग्णांनी आंब्याचे सेवन करणे शक्यतो टाळले पाहिजे. सर्वसाधारणपणे एका आंब्यामध्ये ४५ ग्रॅम इतकी नैसर्गिक साखर असते.

द्राक्षे : रक्तातील साखरेची पातळी योग्य राखायची असेल, तर द्राक्षांचे सेवन करणे टाळावे. कारण द्राक्षही गोड असतात. एक कप द्राक्षांतून शरीरात २३ ग्रॅम साखर जाऊ शकते.

लिची : हे फळही जास्त साखरेचे प्रमाण असलेल्या फळांपैकी एक आहे. त्यामुळे रक्तातील साखर वाढू शकते. एक कप लिची फळांमध्ये २९ ग्रॅम एवढी नैसर्गिक साखर असते.

डाळिंब : डाळिंब रक्तातील ऑक्सिजनचे प्रमाण वाढवते, परंतु त्यातही साखरेचे प्रमाण अधिक असल्याने त्याचे सेवन केल्यास मधुमेही रुग्णांमध्ये रक्तातील साखरेचे प्रमाण वाढू शकते. एका साधारण आकाराच्या डाळिंबामध्ये ३९ ग्रॅमपर्यंत साखर असते. मधुमेही रुग्णांनी डाळिंबाचे सेवन टाळले पाहिजे.

मधुमेही रुग्णांनी वरील फळे टाळावी तसेच कोणतेही इतर फळ सेवन करताना विशिष्ट प्रमाणातच सेवन करावे, जेणेकरून रक्तशर्करेचे प्रमाण योग्य राहील. मधुमेही रुग्णांना रक्तातील साखर कमी होऊ द्यायची नसते, तशीच ती वाढूनही उपयोग नाही, त्यामुळे ठरावीक वेळेला आहार सेवन करतानाही तो योग्य प्रमाणात सेवन केला पाहिजे.

व्यायामानंतर खाज येत असल्यास...

खाज येण्याच्या समस्येला प्रुराईटस देखील म्हटले जाते. व्यायामादरम्यान खाज आल्याने त्वचेच्या पेशींना त्रास होतो किंवा इरिटेशन होते. सर्वसाधारणपणे अचानक तापमानात झालेले बदल, संसर्ग किंवा सौंदर्यप्रसाधनांची प्रतिक्रिया यामुळे हे होते. काही व्यक्तींमध्ये प्रतिकारशक्ती कमजोर असल्यास ही लक्षणे दिसतात. अशाच प्रकारे जेव्हा आपण वेगात चालतो तेव्हा किंवा थंड जागेवरून गरम जागी जातो आणि थोडे श्रम करतो, तेव्हा खाज येऊ शकते. शरीरातील नसांमध्ये प्रुरिसेप्टर्स असतात. जेव्हा वातावरणात अचानक बदल होतो किंवा त्वचेवर कोणतीही रासायनिक प्रतिक्रिया दिसते, तेव्हा हे प्रुरिसेप्टर्स कार्यान्वित होतात आणि मेंदू आणि मणका यांना संकेत पाठवतात. त्या संकेतांऐवजी मेंदू शरीरात अशा प्रकारच्या रसायनांची निर्मिती सुरू करतो जी या शारीरिक अवस्थेशी निपटण्यासाठी आवश्यक असते. शरीराची ही प्रतिक्रिया समजण्यासाठीच खाज येण्याची समस्या सुरू होते. शरीरांतर्गत रसायनांमुळेही पित्ताची समस्या निर्माण होते.

खाज कशी दूर करावी?

■ व्यायामादरम्यान किंवा वेगाने चालताना किंवा अतिश्रम केल्यास शरीराला खाज येत असल्यास व्यायाम आणि श्रमाचे काम ताबडतोब थांबवा. एखाद्या उष्ण जागी असाल तर थंड जागी जाऊन थांबा. अशा परिस्थितीत हिवाळ्यापासून बचाव करण्यासाठी उबदार कपडे घातले असतील तर तेही काढून टाका आणि शरीराचे तापमान सर्वसामान्य कसे करता येईल यासाठी प्रयत्न करा. सतत खाज येत असेल तर वैद्यकीय सल्ला अवश्य घ्यावा.

■ थंडीमुळे होणाऱ्या पित्ताने वैतागला असाल तर थंड पाण्याचा शेक घ्या. त्यामुळे रक्तवाहिन्या संकुचित होतात आणि हिस्टामिन या रसायनांचे अतिरिक्त वहन थांबवण्यास मदत करते. त्याचबरोबर पित्तामध्ये खाज येत असेल तर त्यावर उपाय म्हणून अर्धा कप दलिया पाण्याच्या टबात टाकून त्याने स्नान करावे.

■ याखेरीज एका वाटीत २ चमचे बेकिंग सोडा घ्यावा आणि त्यात पुरेसे पाणी मिसळावे. ही पेस्ट करून खाज येणाऱ्या जागी लावावी तसेच जिथे पित्त उठले आहे त्यावरही लावावे.



व्हॉट्सॲप स्टेट्समध्ये शेअर करा एचडी फोटो आणि व्हिडीओ! आलं नवीन फीचर

व्हॉट्सॲपने एचडी फोटो आणि व्हिडीओ शेअरिंगचा अपडेट दिला आहे. आता व्हॉट्सॲप फोटो आणि व्हिडीओ स्टेट्समध्ये देखील क्वालिटी न बिघडवता शेअर करता येईल. हे फीचर अँड्रॉइड बीटा व्हर्जन २.२३.२६.३ मध्ये उपलब्ध आहे.

व्हॉट्सॲपने अलीकडेच हाय डेफिनिशन म्हणजे एचडी क्वालिटीमध्ये फोटो आणि व्हिडीओ शेअरिंगचा अपडेट दिला होता. त्यानंतर आता व्हॉट्सॲप एक नवीन अपडेटमधून एचडी फोटो व्हिडीओ स्टेट्स अपडेट करण्याचा ऑप्शन देत आहे. म्हणजे तुम्ही एचडी फॉर्मेटमध्ये फोटो आणि व्हिडीओ आपल्या व्हॉट्सॲप स्टेट्सवर शेअर करू शकाल. सध्या स्टेट्समध्ये फोटो आणि व्हिडीओ शेअर केल्यावर त्याची क्वालिटी



खराब होते. परंतु आता व्हॉट्सॲप फोटो व्हिडीओ शेअर केल्यावर त्यांची क्वालिटी खराब होणार नाही.

बीटा टेस्टरसाठी लाइव्ह झालं फीचर

नवीन एचडी फोटो आणि व्हिडीओ शेअरिंग फीचर अँड्रॉइड बीटा व्हर्जन २.२३.२६.३ साठी सादर करण्यात आलं आहे. यात जेव्हा तुम्ही व्हॉट्सॲप स्टेट्स शेअर कराल, तेव्हा तुम्हाला एचडी आयकॉन दिसेल, ज्याच्या मदतीने एचडी फोटो आणि व्हिडीओ स्टेट्स शेअर करता येतील. व्हॉट्सॲपच्या एचडी स्टेट्सची सुविधा बीटा व्हर्जनमध्ये उपलब्ध आहे. सध्या याचा वापर बीटा टेस्टर करू शकतात. परंतु लवकरच हे फीचर सामान्य युजर्ससाठी उपलब्ध होईल, अशी अपेक्षा आहे.

कसं वापरायचं एचडी फोटो-व्हिडीओ शेअरिंग फीचर

■ सर्वप्रथम तुम्हाला व्हॉट्सॲपचं बीटा व्हर्जन डाऊनलोड करावं लागेल. गुगल प्ले स्टोअरवरून व्हॉट्सॲपचं बीटा व्हर्जन डाऊनलोड करता येतं.

■ यासाठी प्ले स्टोअरवर व्हॉट्सॲप पेज स्क्रोल डाऊन करा. त्यानंतर बीटा टेस्टर सेक्शनमध्ये जा.

■ पुढे जॉईन ऑप्शनवर क्लिक करा.

■ बीटा टेस्टरनंतर अपडेट आणि त्याची उपलब्धता चेक करा.

■ त्यानंतर व्हॉट्सॲप अपडेट करून ओपन करा.

■ अपडेट झाल्यावर नेहमीप्रमाणे तुमचे फोटोज किंवा व्हिडीओ स्टेट्सला शेअर करा आणि शेअर करताना 'एचडी' ऑप्शन निवडा.

नोट - जर तुम्ही बीटा टेस्टर नसाल तर सध्या तुम्हाला एचडी फोटो आणि व्हिडीओ स्टेटस शेअरिंग ऑप्शनसाठी थोडी वाट पाहावी लागेल. जेव्हा हे फीचर लाइव्ह होईल, तेव्हा तुमच्या व्हॉट्सॲपमध्ये उपलब्ध होईल. यासाठी सिम्पल व्हॉट्सॲप अपडेट करावं लागेल, म्हणजे तेव्हा बीटा टेस्टर बनण्याची गरज नसेल.

अळशीचे सात आरोग्यदायी फायदे

पूर्वीपासूनच आहारात अळशीचा समावेश करण्याची आपली परंपरा आहे. अळशीत व्हिटॅमिन बी १, प्रोटीन, मॅग्नेशियम, ओमेगा-३ फॅटी ॲसिड ही पोषकतत्त्वे मुबलक प्रमाणात असतात. त्यामुळे आरोग्यास काय फायदा होतो जाणून घेऊया...



■ अळशीमध्ये ओमेगा फॅटी ॲसिड आणि फायबर्स भरपूर प्रमाणात असतात. त्यामुळे मधुमेह, कॅन्सर आणि हृदयविकाराचा धोका कमी होतो.

■ अळशीच्या सेवनाने ब्रेस्ट कॅन्सर आणि कोलोरेक्टल कॅन्सर होण्याची संभावना कमी होते. अळशीत ओमेगा-३ फॅटी ॲसिड मुबलक प्रमाणात असल्याने ट्युमर होण्यापासून आणि वाढण्यापासून संरक्षण होते.

■ अळशीच्या सेवनाने कोलेस्ट्रॉल नियंत्रित राहते. लावा स्टेट युनिव्हर्सिटीच्या न्यूट्रीशन डिपार्टमेंट रिसर्चनुसार असे सिद्ध झाले आहे की, शरीरातील कोलेस्ट्रॉलची मात्रा कमी करण्यासाठी अळशी उपयुक्त ठरते.

■ मासिक पाळीत होणाऱ्या त्रासावर अळशी फायदेशीर ठरते.

■ अळशीमुळे ब्लड शुगर नियंत्रित राहते.

■ अळशीमुळे वजन नियंत्रित राहण्यास मदत होते.

■ अळशीमुळे बद्धकोष्ठतेची समस्या दूर होते.

या घरगुती उपचारांनी केस बनवा चमकदार

वर्षातील प्रत्येक बदलत्या ऋतूमध्ये केसांची देखभाल करण्याची पद्धत देखील बदलावी लागते. उन्हाळा असो किंवा पावसाळा, प्रत्येक ऋतूमध्ये आपल्या केसांची निगा घ्यायला हवी. त्याकरिता आपण सर्वच जण आपापल्या परीने प्रयत्न करत असतो. कधी महागडे शाम्पू वापरून, तर कधी ब्यूटी पार्लरमधील महागड्या हेअर स्पा ट्रीटमेंट घेऊन, तर कधी परंपरेने चालत आलेले उपाय अमलात आणून, आपण आपल्या केसांची योग्य निगा राखण्याचा प्रयत्न करत असतो. पण आजकाल बदलते हवामान, प्रदूषण, केसांसाठी वापरली जाणारी रसायनयुक्त प्रसाधने वापरल्याने केस अकाली पांढरे होणे, गळणे इत्यादी तक्रारी उद्भवतात. या तक्रारी दूर करण्यासाठी आणि केस नेहमी सुंदर आणि चमकदार दिसण्यासाठी काही घरगुती उपाय करून बघता येतील.



कांद्याचा रस : कांद्याच्या रसामध्ये सल्फर मोठ्या प्रमणात असते. सल्फरमुळे कोलाजेन वाढून केसांची वाढ चांगली होण्यास मदत मिळते. हा उपाय करण्याकरता एक कांदा किसून तो पिळून घ्यावा. हा रस दहा मिनिटे केसांच्या मुळांशी लावून ठेवावा. त्यानंतर केस कोमट पाण्याने आणि शाम्पूने स्वच्छ धुवावेत. कांद्याच्या रसाचा वास केसांमधून निघाला नाही, असे वाटत असल्यास पुन्हा एकदा हलका शाम्पू वापरावा. कांद्याच्या रसाप्रमाणेच बटाट्याचा रसही केसांसाठी चांगला आहे. बटाटा किसून घेऊन पिळून घ्यावा आणि तो रस केसांना लावावा. दहा मिनिटांनी केस धुऊन टाकावेत.

नारळाचे दूध : नारळाच्या दुधामध्ये लोह, पोटॅशियम आणि फॅट्सची मात्र असते. या तीनही गोष्टी केसांसाठी अतिशय उत्तम आहेत. मात्र केसांना लावण्यासाठी ताजा नारळ खवून त्याचे दूध काढून घ्यावे. बाजारातून आणलेले तयार नारळाचे दूध शक्यतो वापरू नये. नारळाच्या दुधामध्ये अर्ध्या लिंबाचा रस घालावा आणि तीन-चार थेंब लॅव्हेंडरचे तेल घालावे. हे मिश्रण चार ते पाच तासांसाठी केसांना लावून ठेवावे. त्यानंतर कोमट पाण्याने आणि शाम्पूने केस धुवावेत.

आवळा : आवळा केसांकरिता अतिशय आरोग्याकरिता अतिशय लाभकारी आहे. केसांना लावण्याकरिता आवळ्याचे तुकडे करून ते वाळवावेत, आणि त्याची पूड करावी. आवळ्याची तयार पूड बाजारातही उपलब्ध आहे, तिचाही वापर करता येईल. दोन लहान चमचे आवळ्याची पूड घेऊन त्यामध्ये दोन चमचे लिंबाचा रस घालावा. हे मिश्रण केसांना लावावे, व ते वाळेपर्यंत केसांवर राहू द्यावे. त्यानंतर शाम्पू आणि कोमट पाणी वापरून केस धुवावेत.



ॲपल सायडर व्हिनेगर : ॲपल सायडर व्हिनेगरमुळे केसांचा PH स्तर नियंत्रित राहतो. जर केस लांब असतील, तर एक लिटर पाण्यामध्ये ७५ मिलीलिटर ॲपल सायडर व्हिनेगर घालावे आणि केस लहान असतील, तर एक कप कोमट पाण्यामध्ये १५ मिलीलिटर सायडर व्हिनेगर घालावे. शाम्पूने केस धुतल्यानंतर सगळ्यात शेवटी या पाण्याने केस धुवावेत. यामुळे केस चमकदार होतीलच, शिवाय केसांची लांबी वाढण्यासही मदत होईल.

अंड्यातील पांढरा भाग : अंड्यातील पांढरा भाग केसांसाठी लाभकारी असतो. यामध्ये प्रथिने, सल्फर, लोह, झिंक, सेलेनियम, आयोडीन आणि फॉस्फरस असल्याने केसांच्या वाढीकरिता याचा चांगला उपयोग होतो. अंड्यातील पांढरा भाग एका भांड्यामध्ये काढून चांगला फेटून घ्यावा. यामध्ये एक लहान चमचा ऑलिव्ह ऑईल घालावे. ऑलिव्ह ऑईलऐवजी ग्रेपसीड ऑईल किंवा लॅव्हेंडर ऑईलही वापरता येईल. या मिश्रणामध्ये एक लहान चमचा मध घालून हे मिश्रण चांगले फेटून घ्यावे आणि आपल्या केसांना वीस मिनिटे लावून ठेवावे. त्यानंतर थंड पाण्याने व शाम्पूने केस धुवावेत. अंड्यातील पांढरा भाग केसांसाठीच नाही, तर त्वचेसाठी देखील अतिशय चांगला आहे.

मेथी : मेथीचे दाणे किंवा मेथ्या केसांचा नैसर्गिक रंग टिकवून ठेवण्यास मदत करतात. यामध्ये असलेली प्रथिने आणि निकोटिनिक ॲसिड केसांकरिता अतिशय फायदेशीर आहेत. मेथी दाणे केसांकरिता वापरण्यासाठी मेथी दाणे काही तास थोड्याशा पाण्यामध्ये भिजवून ठेवावेत. पाण्यामध्ये ठेवल्याने मेथी दाणे फुगतात. त्यानंतर हे मेथी दाणे मिक्सरवर वाटू घेऊन त्याची पेस्ट बनवून घ्यावी. या पेस्टमध्ये थोडेसे खोबरेल तेल मिसळावे आणि हे मिश्रण केसांना अर्धा तास लावून ठेवावे. त्यानंतर केस शाम्पूने धुऊन टाकावेत. मेथी दाण्यांमुळे केसांचे आरोग्य आणि नैसर्गिक रंग टिकून राहण्यास मदत मिळते.

ग्रीन टी : आपले आरोग्य सांभाळण्याकरिता आपण ग्रीन टीचा वापर करत असतो. हा ग्रीन टी आपल्या एकंदर आरोग्याकरताच नव्हे, तर केसांकरताही चांगला आहे. ग्रीन टीमध्ये अँटी ऑक्सिडंट्स मुबलक मात्रेमध्ये असतात. यामुळे केस चमकदार तर होतीलच, शिवाय केसांच्य मुळांना पोषण मिळून केस गळण्याचे प्रमाणही कमी होते. ग्रीन टी केसांकरता वापरण्यासाठी ग्रीन टी कोमट करून केसांना तासभर लावून ठेवावे. त्यानंतर थंड पाण्याने केस धुऊन टाकावेत.

बागेतले औषध गवती चहा

आले आणि गवती चहा घालून केलेला चहा अनेक छोट्या-मोठ्या तक्रारींवरचा रामबाण उपाय आहे. सर्दी, डोकेदुखी, अंगातली बारीक कणकण घालवण्यासाठी हा सर्वोत्तम उपाय म्हणावा लागेल. गवती चहाला पातीचा चहा असेदेखील म्हणतात. याला एक विशिष्ट सुगंध असतो. घाम येऊन तापाचा निचरा होण्यासाठी गवती चहा विशेष गुणकारी आहे. गवती चहा, सुंठ, मिरे आणि दालचिनी यांचा अष्टमांश काढा घेतल्याने सर्दी-पडसे, थंडी वाजून ताप येणे आदी विकार नाहीसे होतात. तापात घाम येण्यासाठी गवती चहाचा वाफारा दिला जातो. हा वाफारा घेतल्यास ताप झटक्यात कमी होतो आणि अंगदुखी थांबते. गवती चहापासून तेलही काढतात. हे तेल संधिवात आणि वाताने अंग दुखण्यावर अत्यंत गुणकारी आहे. हे दुखणे असणाऱ्या व्यक्तींनी सकाळ-संध्याकाळ गवती चहाच्या तेलाने मालीश केल्यास संधिवात बरा होतो, अंगदुखी थांबते. गवती चहा कॉलराचा प्रतिबंध करण्यासाठीदेखील वापरला जातो.



प्रसन्न राहण्यासाठी करा 'हे' उपाय

अनेक जण दैनंदिन कामांमुळे थकून जातात. या थकव्यावर नेमका काय उपाय करावा हे न कळल्याने मग हा त्रास अंगावर काढला जातो. पण रोजची कामे करताना प्रसन्न राहणे शक्य आहे. त्यासाठी काही गोष्टींत नियमितता ठेवल्यास हे नक्कीच साध्य होऊ शकते. वजन कमी करणे, ताकद वाढवणे, शरीराची लवचिकता वाढवणे, त्वचा टवटवीत ठेवणे, त्याचबरोबर मन प्रसन्न ठेवणे व आरोग्याची काळजी घेणे ही काळाची गरज आहे. दिवसातील सर्वाधिक काळ घराबाहेर असल्याने आपण ताजेतवाने राहण्यासाठी योग, प्राणायाम आणि ध्यान यांची नक्कीच मदत घेऊ शकतो. योग या गोष्टीकडे आजही फक्त व्यायाम प्रकार म्हणून पाहिले जाते. पण प्रत्यक्षात त्याही पलीकडे जात योग हा यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधी या आठ गोष्टींनी मिळून बनलेला आहे.

योगाभ्यासात 'जीवनशैली कशी असावी' हे समजावले आहे. यामुळे व्यक्तीचा सर्वांगीण विकास होण्यास मदत होते. यामुळे मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य निरोगी राहण्यास मदत होते. योगाचे विविध प्रकार, प्राणायाम, सात्त्विक आहार, ध्यान याने जीवन सुखकर होते. योगासनांमुळे जीवनाकडे पाहण्याचा सकारात्मक दृष्टिकोन तयार होतो. मन स्थिर होण्यास मदत होते. मनाची चंचलता, नकारात्मकता कमी होते. त्यामुळे २१व्या शतकातील ताणतणावांना आणि स्पर्धेला सामोरे जाण्यासाठी याचा चांगला उपयोग होतो.

योग : योगासने योगाचा एक अष्टमांश भाग आहे. योग म्हणजे चित्त वृत्तीचा निरोध करणे. वृत्ती म्हणजे काय? त्यावर नियंत्रण ठेवायचे म्हणजे याचा अभ्यास करणे आवश्यक आहे.



प्राणायाम (श्वसनाचा व्यायाम) : प्राण म्हणजे जीवन शक्ती, आयाम म्हणजे तिला नियंत्रित करणे, श्वासाची गती जर कमी केली तर आयुष्य तेवढे जास्त. ही श्वासाची गती जर कमी करायची असेल तर प्राणायाम करणे गरजेचे आहे. श्वास कसा घ्यावा, संथ श्वसन, दीर्घ श्वसन कसे करावे, कोणी व कधी करावे याला महत्त्व आहे. प्रत्येक व्यक्तीसाठी प्राणायाम वेगवेगळे असतात. आपले शरीर अन्न, पाणी याशिवाय काही काळ राहू शकते, पण प्राणवायूशिवाय नाही. जसे व्यायामाने शरीरावर सकारात्मक बदल घडतात तसेच प्राणायामामुळे शरीर, मन आत्मा यामध्ये सकारात्मक बदल घडून ते बळकट होतात.

आहार : आपण काय खातो, कसे व केव्हा खातो, याला जीवनशैलीमध्ये महत्त्व असायला हवे. कारण खाण्याचा शरीरावर तसेच मन व विचारांवर परिणाम होतो. जसे अन्न घेऊ तसे विचार घडत जातात. यामुळे आहारालासुद्धा तितकेच महत्त्व असायला हवे. आपण कुठल्या प्रदेशात राहतो, राज्य कोणते, तिथले हवामान कसे आहे, यावरून आपला आहार ठरतो. विज्ञानाची प्रगती माणसाला सुखी करण्यासाठी होत आहे. पण त्याच्या अयोग्य वापरामुळे मानव अधिक तणावपूर्वक आयुष्य जगत आहे. जग जास्त जवळ आले, माणसातील संवाद वाढले, लोक एकमेकांशी जोडले गेले. जवळची माणसे लांब व लांबचे लोक जवळ आले. माणसांचे त्रास वाढले, कष्ट कमी झाले, पण माणूस असमाधानी होत गेला. मनावरील ताण वाढला व त्याचा परिणाम शरीरावर, वाढते वजन, गुडघेदुखी, डोकेदुखी, पाठदुखी अशा छोट्या त्रासापासून मधुमेह, उच्च रक्तदाब, कॅन्सर, त्वचेचे रोग, अल्सर, ॲसिडिटी असे अनेक विकार जडत जातात. म्हणजेच प्रत्येक व्याधीला 'मन' कारणीभूत असल्याचे दिसते. या सर्व त्रासासाठी आहार, विहार, व्यायाम, विचार यात बदल करणे आवश्यक असून योगाभ्यास हा या सगळ्यावरील उत्तम उपाय ठरू शकतो.

विज्ञान आणि अध्यात्माच्या संगमातून कर्करोगावर मात करण्याचा संकल्प : राज्यपाल जिष्णू देव वर्मा

खारघर येथील इस्कॉन मंदिरात 'होलिस्टिक कॅन्सर हीलिंग रिट्रीट'चा शुभारंभ













■नवी मुंबई । प्रतिनिधी,

विज्ञान मानवी शरीराला बरे करण्याचे कार्य करते, तर अध्यात्म मन, आत्मा आणि जगण्याची इच्छाशक्ती बळकट करण्याचे सामर्थ्य प्रदान करते. विज्ञान आणि अध्यात्म यांचा समन्वय साधला गेल्यास जीवनाकडे पाहण्याचा अधिक समग्र (होलिस्टिक) दृष्टिकोन विकसित होतो, असे प्रतिपादन महाराष्ट्राचे राज्यपाल जिष्णू देव वर्मा यांनी केले.

खारघर येथील इस्कॉन (ISKCON) मंदिरात आयोजित 'होलिस्टिक कॅन्सर हीलिंग रिट्रीट' (HCHR) या उपक्रमाच्या उद्घाटनप्रसंगी ते बोलत होते.

यावेळी इस्कॉन नवी मुंबईचे मंदिराध्यक्ष डॉ. सूर दास, माजी खासदार रामशेठ ठाकूर, माजी खासदार डॉ. सुनील गायकवाड, भक्तिवेदांत कॉलेजचे संचालक डॉ. व्ही. सेवक दास, कॅल्विन सेडंगवॉन यी, रायगड जिल्हाधिकारी किशन जावळे, पनवेल महानगरपालिकेचे आयुक्त मंगेश चितळे, डॉ. विक्रम गोटा, डॉ. अमित जोशी, डॉ. रजनीश कामत, डॉ. अविनाश टिप्पणी यांच्यासह वैद्यकीय क्षेत्रातील संशोधक, तज्ज्ञ डॉक्टर, कर्करोग रुग्ण आणि त्यांचे नातेवाईक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

राज्यपाल श्री. वर्मा म्हणाले की, खारघर येथील इस्कॉन मंदिर हे केवळ दगड, सिमेंट आणि वाळूने उभारलेले बांधकाम नसून ते श्रद्धा, भक्ती आणि लाखो लोकांच्या प्रार्थनांचे प्रतीक आहे. भारताचे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांच्या उपस्थितीत या मंदिराचा लोकार्पण सोहळा पार पडला होता. स्वामी विवेकानंदांप्रमाणेच 'भगवद्गीते'चा वैश्विक संदेश जगभर पोहोचविणाऱ्या इस्कॉनचे संस्थापक-आचार्य परमपूज्य ए.सी. भक्तिवेदांत स्वामी प्रभुपाद यांच्या कार्याचा त्यांनी गौरवपूर्ण उल्लेख केला.

भगवद्गीतेतील 'आत्मा अमर आह' हा संदेश दुःख, संकट आणि निराशेच्या काळात मानवाला धैर्य, आशा आणि मानसिक बळ प्रदान करतो, असे सांगून राज्यपालांनी अध्यात्माच्या महत्त्वावर प्रकाश टाकला.

कर्करोग हे आज मानवजातीसमोरील एक गंभीर आरोग्य आव्हान असून जगभरात दरवर्षी सुमारे २ कोटी, तर भारतात १४ लाखांहून अधिक नवीन कर्करोग रुग्णांची नोंद होत असल्याचे त्यांनी सांगितले. आधुनिक वैद्यकशास्त्रामुळे उपचारपद्धतीत मोठी प्रगती झाली असली, तरी कर्करोगाचा परिणाम रुग्णांच्या मानसिक, भावनिक आणि कौटुंबिक आयुष्यावरही होत असतो. 'होलिस्टिक कॅन्सर हीलिंग रिट्रीट' हा उपक्रम या सर्व पैलूंचा विचार करून रुग्णांना सर्वांगीण आधार देणारा ठरणार असल्याचे त्यांनी नमूद केले.

हा उपक्रम भारताच्या समृद्ध 'आयुष' परंपरेवर आधारित असून त्यामध्ये आयुर्वेद, योग, ध्यान आणि वैदिक तत्त्वज्ञानाचा समावेश आहे. टाटा मेमोरियल सेंटरच्या 'ऑक्टरेक' (ACTREC) येथील आयुष केंद्राच्या सहकार्याने विकसित करण्यात आलेला हा कार्यक्रम कर्करोग रुग्ण, कर्करोगमुक्त झालेले रुग्ण (सर्व्हायव्हर्स) तसेच त्यांच्या नातेवाईकांसाठी उपयुक्त ठरेल, असा विश्वास राज्यपालांनी व्यक्त केला.

देशभरातून मोठ्या संख्येने कर्करोग रुग्ण उपचारासाठी मुंबई आणि नवी मुंबई येथे येतात. अशा रुग्णांसाठी आणि त्यांच्या नातेवाईकांसाठी कर्करोग रुग्णालयांच्या परिसरात सुसज्ज व परवडणाऱ्या निवास सुविधांची निर्मिती करणे आवश्यक असल्याचे सांगून, यासाठी कॉर्पोरेट क्षेत्राने तसेच इस्कॉनसारख्या सामाजिक व आध्यात्मिक संस्थांनी पुढाकार घेऊन सहकार्य करावे, असे आवाहनही राज्यपालांनी यावेळी केले.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक इस्कॉन नवी मुंबईचे मंदिर अध्यक्ष डॉ. सूर दास यांनी केले.

मुंबईत मलेरिया, डेंग्यूचा धोका... ४२ हजार ठिकाणी सापडल्या मलेरिया, डेंग्यूच्या अळ्या... ३२ लाख ५१ हजार ६२३ घरांची तपासणी

■मुंबई । प्रतिनिधी,

पावसाळ्यात उद्भवणाऱ्या साथीच्या आजारांनी आतापासूनच मुंबईत पाय पसरण्यास सुरुवात केली आहे. जानेवारी ते २७ मे या ५ महिन्यांत पालिकेच्या सर्व २६ प्रशासकीय विभागांमध्ये मिळून एकूण २२ हजार ८० परिसर भेटी देण्यात आल्या असून, ३२ लाख ५१ हजार ६२३ घरांची तपासणी करण्यात आली. त्यापैकी ३० लाख १७ हजार २२० घरांच्या परिसरात धूम्रफवारणी करण्यात आली आहे. या मोहिमेदरम्यान ३७ हजार ८०० ठिकाणी डेंग्यू प्रसारास कारणीभूत ठरणाऱ्या 'एडिस एजिप्ती' डासांच्या अळ्या; तर ४ हजार ५२९ ठिकाणी हिवताप (मलेरिया) वाहक 'ॲनॉफिलीस स्टिफेन्सी' डासांच्या अळ्या सापडल्या. दरम्यान, डासांची उत्पत्तीस्थाने तत्काळ नष्ट करण्यात आल्याचे पालिका प्रशासनाकडून सांगण्यात आले.

डेंग्यू, हिवताप यांसारख्या कीटकजन्य रोगांना आळा बसावा आणि त्यांच्या प्रसारास प्रतिबंध व्हावा, यासाठी डासांची उत्पत्तीस्थाने शोधण्याच्या दृष्टीने घरांची आणि घरांच्या जवळपासच्या परिसराची तपासणी पालिकेच्या कीटकनाशक खात्याद्वारे करण्यात येत आहे. पालिका आयुक्त अश्विनी भिडे यांच्या मार्गदर्शनानुसार कीटकनाशक खात्यातील कामगार -कर्मचारी, अधिकारी हे तपासणीचे लक्ष्य निर्धारित करुन सातत्यपूर्ण पद्धतीने नियमितपणे तपासणी करत आहेत.

अश्विनी भिडे या शहर व उपनगरातील विविध ठिकाणच्या पाहणी दौऱ्यात कीटकनाशक चौक्यांना विशेष भेटी देत कामकाजाचा आढावा घेत आहेत. कामगार-कर्मचारी, अधिकारी यांच्याशी संवाद साधून कार्यस्थळावरील परिस्थिती, अडचणी आणि उपाययोजनांची माहिती जाणून घेत आहेत.



कीटकनाशक खात्यातील साधारणपणे १ हजाराहून अधिक कामगार-कर्मचारी, अधिकारी हे अव्याहतपणे कार्यरत असून त्यांच्याद्वारे मुंबईच्या कानाकोपऱ्यातील विविध भागांचे आणि इमारतींच्या परिसरांचे सर्वेक्षण आणि तपासणी नियमितपणे करण्यात येत आहे.

या तपासणीदरम्यान इमारत परिसरातील पाण्याच्या टाक्या, झोपडपट्ट्यांमधील पाण्याचे पिंप, प्लास्टिक किंवा ताडपत्रीमध्ये साचलेले पाणी, परिसरात पडून असले टायर आणि त्या टायरमध्ये साचलेले पाणी, झाडांच्या कुंड्यांखालील ताटल्या, शोभिवंत झाडांच्या कुंड्या, पाणी असणाऱ्या शोभेच्या वस्तू, नारळाच्या करवंट्या आणि त्यात साचलेले पाणी, फेकून दिलेल्या पाण्याच्या बाटल्यांमधील किंवा बाटल्यांच्या झाकणांमधील पाणी इत्यादींची तपासणी करण्यात आली आहे.

डासांची संभाव्य उत्पत्ती स्थळे केली नष्ट

डासांची संभाव्य उत्पत्ती स्थळे ठरू शकणारे ५४० टायर्स आणि १ लाख १६ हजार २५१ अडगळीतील वस्तूंचे निष्कासन करण्यात आले आहे. तसेच महानगरपालिका क्षेत्रात सुरू असणाऱ्या चार हजार इमारत पुनर्विकास प्रकल्पाच्या ठिकाणी सुरक्षा अधिकारी यांना डास प्रतिबंधात्मक उपाययोजना प्रभावीपणे राबवण्याचे प्रशिक्षण देण्यात आले आहे.

महापालिकेचे विविध विभाग सक्रिय

महापालिका क्षेत्रात विविध रोगांवर नियंत्रण असावे आणि रोगांच्या प्रसाराला प्रतिबंध व्हावा म्हणून सार्वजनिक आरोग्य खाते, कीटकनाशक खाते यासारखे महापालिकेचे विविध विभाग अविरतपणे कार्यरत आहेत. औषध फवारणी, धूम्र फवारणी, डासांची उत्पत्ती स्थाने शोधून ती नष्ट करणे, यासारख्या विविध उपाययोजना देखील महापालिकेद्वारे नियमितपणे करण्यात येत आहेत, असे भिडे यांनी नमूद केले आहे.

१५० क्विंटल कांदा उकिरड्यावर

उष्णतेमुळे साठवणुकीतील कांदा धोक्यात



■येवला । प्रतिनिधी,

हवामानातील बदल आणि निसर्गाच्या लहरीपणाचा फटका बसल्याने तालुक्यातील कांदा उत्पादक शेतकरी पुन्हा एकदा मोठ्या संकटात सापडला आहे. येवला तालुक्यातील पारेगाव येथे कांदा चाळीत साठवून ठेवलेला उन्हाळी कांदा मोठ्या प्रमाणात सडल्याची घटना समोर आली आहे. बाजारात योग्य भाव मिळत नसल्यामुळे शेतकऱ्यांनी पुढे चार पैसे जास्तीचे मिळतील या आशेने कांदा साठवला होता, मात्र आता तोच कांदा कुजल्याने शेतकऱ्यांचे अतोनात आर्थिक नुकसान झाले आहे.

अतिउष्णतेने कांदा शिजला; लागली बुरशी

पारेगाव येथील शरद रामभाऊ खिल्लारे या शेतकऱ्याचा अंदाजे १२५ ते १५० क्विंटल (एकूण पाच ट्रॉली) कांदा अतिउष्णतेमुळे पूर्णपणे सडला आहे. मे महिन्यातील तीव्र उष्णतेचा फटका चाळीतील साठवणुकीला बसला. कमालीच्या तापमानामुळे कांदा चाळीतच शिजून गेल्यासारखा झाला असून, त्यावर मोठ्या प्रमाणात बुरशी तयार झाली आहे. हा सडलेला कांदा आता बाजारात विक्रीयोग्य राहिला नसल्यामुळे, अत्यंत जड अंतःकरणाने शेतकऱ्यांवर हा कांदा उकिरड्यावर फेकून देण्याची दुर्दैवी वेळ आली आहे.

कांद्याचे कोलमडलेले अर्थकारण

शेतकरी उन्हाळी म्हणजेच रब्बी कांदा मोठ्या आशेने चाळीमध्ये साठवून ठेवतात. पावसाळ्यात जसे भाव सापडतील, त्याप्रमाणे टप्प्याटप्प्याने हा कांदा बाजारात विकला जातो. यातून मिळणाऱ्या भांडवलावरच शेतकऱ्यांचे पुढील पिकांचे आणि कुटुंबाचे आर्थिक नियोजन अवलंबून असते. मात्र, यावर्षी साठवणूक केल्यानंतर अवघ्या महिना-दीड महिन्यातच बदललेल्या हवामानाचा आणि वाढत्या पाऱ्याचा तीव्र फटका साठवणुकीतील कांद्याला बसला आहे. त्यामुळे पुढील पिकांच्या भांडवलाचा प्रश्न आता शेतकऱ्यांसमोर उभा ठाकला आहे.

शासकीय अनुदानाची वाढती मागणी

कांद्याला योग्य भाव मिळावा आणि निर्यातबंदी उठवावी या प्रमुख मागण्यांसाठी नुकतेच नाशिक जिल्ह्यात महाविकास आघाडीच्या वतीने मोठे आंदोलन करण्यात आले होते. कांद्याचा प्रश्न आधीच पेटलेला असताना, आता चाळीत साठवलेल्या कांद्याच्या झालेल्या प्रचंड नुकसानीमुळे शेतकरी पुरता खचला आहे. या नैसर्गिक आपत्तीचा विचार करून शासनाने तातडीने पारेगाव व परिसरातील चाळींचे पंचनामे करावेत आणि साठवलेल्या कांद्याच्या नुकसानीसाठी थेट आर्थिक अनुदान द्यावे, अशी तीव्र मागणी आता कांदा उत्पादक शेतकऱ्यांमधून केली जात आहे.

शिवानीचा मर्डर केला म्हणून तिचे वडील अन् भाऊ तुरुंगात

■मुंबई। प्रतिनिधी,

काही दिवसांपूर्वी बुलढाणा पोलिसांनी एका शिवानी नावाच्या तरुणीला मृत घोषित केलं होतं. पोलिसांनी तिचा मर्डर झाल्याचं सांगितलं आणि हत्येप्रकरणी शिवानीच्या वडिलांना आणि भावाला अटक झाली. त्यानंतर त्यांची रवानगी तुरुंगात करण्यात आली. मात्र, आता तीच शिवानी नावाची तरुणी आता जिवंत अवस्थेत पोलीस स्टेशनमध्ये हजर झाली आहे. नेमकं काय घडलंय? सविस्तर जाणून घेऊयात...

जळगाव जामोद तालुक्यात सापडलेल्या अर्धवट जळालेल्या मृतदेहाचा तपास करताना पोलिसांनी डीएनए रिपोर्ट येण्याआधीच हत्या प्रकरणाचा छडा लावल्याचा दावा केला होता व आपली पाठ थोपटून घेतली होती. हा मृतदेह शिवानीचा असल्याचं पोलिसांनी सांगितलं होतं. मात्र आता संपूर्ण प्रकरणाने धक्कादायक वळण घेतलं आहे. गेल्या महिन्यात 27 एप्रिल रोजी जळगाव जामोद तालुक्यातील राजुरा धरण परिसरात एका महिलेचा अर्धवट जळालेला मृतदेह आढळून आला होता. मृतदेहापासून काही फुटांवर महिलेचे शीरही सापडले होते. घटनेची माहिती मिळताच जळगाव जामोद पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेत तपास सुरू केला होता. तपासादरम्यान पोलिसांनी मध्यप्रदेशातील खगणार पोलिसात शिवानी बापूराव कळमेकर ही तरुणी बेपत्ता असल्याचं जळगाव जामोद पोलिसांना कळलं आणि सापडलेला मृतदेह तिचाच असल्याचा व ओळख पटल्याचा दावा बुलढाणा पोलिसांनी केला.

शिवानीची प्रेमसंबंधातून हत्या झाल्याचं पोलिसांनी सांगितलं होतं

शिवानी बापुराम कळमेकर ही तरुणी मध्यप्रदेशातील बुऱ्हाणपूर जिल्ह्यातील खडकनार येथील रहिवासी आहे. शिवानी प्रियकरासोबत निघून गेली होती. त्यानंतर ती या प्रकरणी तिच्या कुटुंबियांनी पोलिसांत फिर्याद दिली होती. दरम्यान, शिवानीचे कथित प्रेमसंबंध आणि कौटुंबिक वादातून तिच्या वडिलांनी आणि भावानेच हत्या केल्याचा आरोप करत बुलढाणा पोलिसांनी मध्यप्रदेशातून या दोघांनाही अटक केली. त्यानंतर दोघांना बुलढाणा कारागृहात पाठवण्यात आले आहे. मात्र, आता या प्रकरणाला धक्कादायक कलाटणी मिळाली आहे, कारण मृत घोषित करण्यात आलेली शिवानी कळमेकर ही जिवंत असून ती तिच्या प्रियकरासोबत थेट खकणार



पोलीस स्टेशनमध्ये हजर झाली आहे. "मी जिवंत आहे आणि माझ्या हत्या प्रकरणात माझ्या वडील व भावाला चुकीच्या पद्धतीने जेलमध्ये टाकण्यात आलं," असा जबाब शिवानीने दिल्याचं समोर आलं आहे.

मग अर्धवट जळालेला मृतदेह कोणाचा आहे?

या घटनेनंतर बुलढाणा आणि जळगाव जामोद पोलिसांच्या तपास पद्धतीवर गंभीर प्रश्नचिन्ह उपस्थित होत आहे. विशेष म्हणजे, मृतदेहाची डीएनए तपासणी पूर्ण होण्याआधीच पोलिसांनी हत्या प्रकरण उघडकीस आल्याचा दावा केला होता. आता सर्वात मोठा प्रश्न म्हणजे राजुरा धरण परिसरात सापडलेला मृतदेह नेमका कोणाचा? आणि निष्काळजीपणे केलेल्या तपासामुळे निर्दोष व्यक्तींना जेलमध्ये जावं लागलं का? जर ते निर्दोष असतील तर त्यांची सुटका कधी होणार ? या प्रश्नांची उत्तरं शोधण्याचं मोठं आव्हान आता पोलिसांसमोर आहे. जळगाव जामोद पोलिस स्टेशनचे पोलीस निरीक्षक नितीन पाटील म्हणाले की, अनोळखी महिलेचा मृतदेह असल्याने डीएनए सॅम्पल एफएसएलला पाठवण्यात आले आहेत. उपलब्ध माहितीनुसार कायदेशीर कारवाई करण्यात आली. संबंधित महिला जिवंत असल्याची माहिती आज मिळाली असून तिचा जबाब नोंदवला जात आहे. पोलिसांनी शिवानीच्या वडिलांना आणि भावाला जबरदस्ती गुन्हा कबुल करायला भाग पाडले, असा आरोप शिवानीच्या नातेवाईकांनी केला आहे.

11 वर्षीय मुलगी भावाला उठवायला गेली अन्... लाईट गेल्यावर घरात काय घडलं?

एका 11 वर्षीय चिमुरडीवर तिच्याच सख्ख्या चुलत्याने अत्याचार केल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. आरोपीने पीडितेच्या तोंडात रुमाल कोंबून आणि हात-पाय बांधून तिच्यावर बलात्कार केला. ही संतापजनक घटना 13 मेच्या रात्री घडली. पीडिता सहावीत शिकत असून, ती लहानपणापासून तिच्या आजोळी राहते. आपल्या लहान भावाच्या वाढदिवसाच्या कार्यक्रमासाठी ती दोन दिवसांपूर्वीच आपल्या मूळ घरी आली होती. मध्य प्रदेशातील ग्वाल्हेर जिल्ह्यातील ही घटना आहे.

घरात गेली पण...

मिळालेल्या माहितीनुसार, घटनेच्या दिवशी म्हणजेच रात्री 8 च्या सुमारास परिसरात वीज पुरवठा खंडित झाला होता. यामुळे घरातील फॅन बंद झाल्याने सर्वांना गरम होत होते. या उकाड्यामुळे कुटुंबातील सर्व सदस्य घराबाहेर बसले होते. यावेळी आईने मुलीला घरामध्ये झोपलेल्या लहान भावाला उठवून बाहेर आणण्यासाठी पाठवले. मुलगा बाहेर आला, मात्र मुलगी बऱ्याच वेळपर्यंत बाहेर न आल्याने संशय बळावला. घरात अंधाराचा फायदा घेऊन चुलत्याने मुलीला वाटेतच पकडले, तोंडात रुमाल कोंबला आणि दोरीने तिचे हात-पाय बांधून तिच्यावर अत्याचार केला. कोणाला काही सांगितल्यास जिवंत मारण्याची धमकीही त्याने दिली.

प्रकरण दाबण्याचा प्रयत्न

या भयंकर प्रसंगानंतर घाबरलेल्या चिमुरडीने रडत रडत बाहेर येऊन आईला सर्व हकीकत सांगितली. मात्र, समाजात होणारी बदनामी आणि कुटुंबातील मंडळींकडून आलेल्या दबावामुळे पीडितेच्या कुटुंबाने तब्बल 12 दिवस ही बाब दडवून ठेवली. या दरम्यान पीडितेला तातडीने परत तिच्या आजोळी पाठवून देण्यात आले. घटनेनंतर पीडित मुलगी अत्यंत मानसिक धक्क्यात होती, तसेच तिच्यावर झालेल्या अत्याचारामुळे तिला दुखापत झाली होती.

पोटात तीव्र वेदना अन्...

सोमवारी (24 मे) अचानक पीडितेच्या पोटात तीव्र वेदना सुरू झाल्याने कुटुंबाने तिला डॉक्टरांकडे नेले. तपासणीदरम्यान डॉक्टरांनी अंतर्गत दुखापतीची शंका व्यक्त करताच, आईने हिंमत दाखवून झाशी रोड पोलीस ठाणे गाठले आणि आपल्या दिराविरुद्ध गुन्हा दाखल केला. पोलिसांनी तत्परतेने कारवाई करत पीडितेची वैद्यकीय तपासणी केली आणि आरोपीविरुद्ध बलात्कार, पॉक्सो व जीवे मारण्याची धमकी दिल्याप्रकरणी गुन्हा नोंदवला. ठाणे प्रमुखांनी तात्काळ विशेष पथक तयार करून आरोपी चुलत्याला अटक केली असून, पोलीस त्याची कसून चौकश करत आहेत.



पुरलेला मृतदेह एक महिन्यानंतर काढला बाहेर

14 वर्षीय मुलीसोबत काय घडलं होतं?

■मुंबई। प्रतिनिधी,

बिहारच्या सीतामढी जिल्ह्यातून एक अत्यंत धक्कादायक आणि मन सुन्न करणारी घटना समोर आली आहे. येथे एका 14 वर्षीय अल्पवयीन मुलीचा मृतदेह थडग्यातून बाहेर काढण्यात आला आहे. पीडित मुलीच्या कुटुंबीयांनी तिच्यावर बलात्कार करून तिची हत्या करण्यात आल्याचा गंभीर आरोप केला असून, या आरोपांची सत्यता तपासण्यासाठी मृतदेह फॉरेन्सिक तपासणीसाठी पाठवण्यात आला आहे. अधिकाऱ्यांनी सोमवारी यासंदर्भात माहिती दिली. ही कथित घटना 3 एप्रिल रोजी घडली होती, मात्र धक्कादायक बाब म्हणजे या घटनेची एफआयआर घटनेच्या एक महिन्यापेक्षा जास्त कालावधीनंतर, म्हणजेच 7 मे रोजी दाखल करण्यात आला.

महिनाभरानंतर दाखल झाला एफआयआर

बेलसंड पोलिस ठाण्याचे पोलिस अधिकारी रविशंकर प्रसाद यांनी सांगितले की, सात मे रोजी एफआयआर नोंदवल्यानंतर कायदेशीर प्रक्रियेचा भाग म्हणून रविवारी मृतदेह थडग्यातून बाहेर काढण्यात आला. ते म्हणाले, "जरी हा कथित बलात्कार आणि हत्या तीन एप्रिल रोजी झाली असली, तरी पोलिसांना या घटनेची माहिती महिनाभरानंतर मिळाली. हे प्रकरण जुने असल्याने आणि मृतदेह आधीच दफन करण्यात आल्यामुळे, तो बाहेर काढण्यासाठी आम्हाला न्यायालयाच्या आदेशाची प्रतीक्षा करावी लागली. न्यायालयाची परवानगी मिळताच ही कारवाई करण्यात आली आहे."

आई शेतातून घरी परतली अन्...

या प्रकरणात नोंदवण्यात आलेल्या एफआयआरमध्ये एकूण पाच जणांची नावे आरोपी म्हणून नोंदवण्यात आली आहेत. मात्र, अद्याप याप्रकरणी कोणालाही अटक किंवा ताब्यात घेण्यात आलेले नाही. पीडितेच्या कुटुंबीयांनी दिलेल्या माहितीनुसार, घटनेच्या दिवशी रात्री साडेदहाच्या सुमारास जेव्हा मुलीची आई शेतातून घरी परतली, तेव्हा तिला आपली मुलगी लाकडी पलंगावर गुडघ्यावर बसलेल्या अवस्थेत आढळली. तिच्या गळ्याला ओढणी बांधलेली होती आणि त्या ओढणीचे दुसरे टोक छताच्या बांबूच्या खांबाला अडकवलेले होते. कुटुंबीयांचा आरोप आहे की, दुसऱ्या दिवशी सकाळी साडेआठच्या सुमारास आरोपींनी मुलीच्या आईच्या संमतीशिवाय आणि मुंबईत मजूर म्हणून काम करणारे तिचे वडील घरी परतण्यापूर्वीच मृतदेह गावातील दफन केला.

पोलिसांनी काय सांगितले ?

मृतक मुलीच्या मामाच्या एका नातेवाईकाने आरोप केला आहे की, आरोपींपैकी एकाला पीडित मुलीशी लग्न करायचे होते आणि तो तिला सतत त्रास देत होता. या छळातूनच हा सर्व प्रकार घडल्याचा संशय व्यक्त होत आहे. बेलसंड पोलिस ठाण्याच्या अधिकाऱ्यांनी सांगितले की, "आम्ही सध्या फॉरेन्सिक रिपोर्टची वाट पाहत आहोत. मृतदेहाच्या शवविच्छेदनाचा आणि फॉरेन्सिकचा अहवाल हाती येताच आम्ही या प्रकरणाचा सखोल तपास करू आणि दोषींवर कडक कारवाई करून हे प्रकरण लवकरात लवकर निकाली काढण्याचा प्रयत्न करू."

हे दैनिक मालक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक यांनी सोमाणी प्रिंटींग प्रेस, कार्यालय - गाला नं. ४, एन. के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेटच्या बाजुला, गेट नं. २, गोरेगाव (पुर्व) मुंबई ४०००६३ (महाराष्ट्र) , येथे छापून रुम नं. १०३, कुणाल कुटीर बी बिल्डींग, नवघर रोड, हनुमान मदिराजवळ, भाईंदर (पुर्व), जि. ठाणे ४०११०५ (महाराष्ट्र) येथे प्रसिद्ध केले. संपादक - डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक, पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जवाबदारी यांची राहील, सर्व वाद आणि दावे ठाणे न्यायालयीन कक्षेच्या आधील राहतील. (या वर्तमानपत्रात प्रसिद्ध होणाऱ्या बातम्या /लेख / जाहिराती यांची जवाबदारी संबधीत वार्ताहर, लेखक, आणि जाहिरात प्रतिनिधी याच्यावर राहील.) भ्रमणध्वनी - ७४००००१४७४. Email : marathiekikaran2021 @gmail.com

Printed , Published and Owned by **Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik**. Printed at **SOMANI PRINTING PRESS**, OFFICE - Gala No. 4, Near N.K. Industrial Estate, Near Pravasi IndustrialEstate, Gate No.2, Goregaon (E), Mumbai 400 063, Maharashtra, Published at Room No. 103, Kunal Kutir, B Building , Navghar Road, Near Hanuman Mandir, Bhayander (East) Dist - Thane, PinCode 401 105, Maharashtra. Editor : Dr. Mr. Deepak Moreshwar Naik, Mo.7400001474, Email Id : marathiekikaran2021@gmail.com