POSTAL REGISTRATION : PLG/255/2026-2028

RNI NO:- MAHMAR/2021/81614

मराठी दैनिक

मराठी एकीकरण बातमीपत्र

मराठी मायबोलीचा अभिमान जोपासणारे एकमेव पत्र

○संपादक : डॉ. श्री. दिपक मोरेश्वर नाईक

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

MARATHI EKIKARAN BATMIPATRA

● वर्ष-०५ ● अंक-३२४ ● मुंबई, शुक्रवार, २६ जून २०२६ ● पृष्ठ-८ ● मूल्य-५ रु.

नसरापूर प्रकरणात सुनावणी झाली

महाभयंकर कृत्य, सरकारी वकिलांनी सांगितली एक एक गोष्ट, म्हणाले, युक्तिवाद नाही...

■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक,



नसरापूर प्रकरणात आज अंतिम सुनावणी झाली. या प्रकरणात न्यायाधीश एस आर साळुखे यांनी आरोपीस दोषी ठरवले. मात्र अंतिम निकाल 29 जून रोजी सांगणार आहे. जवळपास 1 तास ही सुनावणी सुरु होती. पुणे कोर्टात 11 वाजता ही सुनावणी सुरु झाली. यावेळी कोर्टात पीडित मुलीचे आई-वडिल आणि दोन्ही आजी होत्या. 1 मे रोजी चिमुरडीवर झालेल्या अत्याचार आणि हत्या प्रकरणावर आज अंतिम सुनावणी होती. रेअरेस्ट ऑफ रेयरेस्ट खटल्याचा निकाल जाहीर करण्यात आला आहे. या 1 तासांत नेमकं काय घडलं पाहा?

आरोपीची पार्श्वभूमी

आरोपीला 7 मुली आहेत तरीही त्याने हा गुन्हा केला आहे. यापूर्वीही त्याने असेच दोन गुन्हे केले आहेत. तो ऑफिंडर आहे. जनावराच्या बाबतीतही आरोपीने हेच केलं. त्याला माफी नकोच त्याला मृत्यु दंडच द्या. तो दयेच्या अजिबात पात्र नाही, असं देखील न्यायालयात म्हटलं आहे. त्याने मुलीला वासरू दाखवतो म्हणून उचलून नेलं पोक्सो कायद्यांतर्गत हा निकाल 55 दिवसांत आला. तसेच गुन्हा केल्यावर ही त्याच्या चेहऱ्यावर कोणताच पश्चाताच नव्हता. धक्कादायक बाब म्हणजे शेवटचा बचाव नोंदवत असताना कोणताही पश्चाताप नव्हता. बलात्कार करतेवेळी आरोपीची लैंगिक क्षमता होती ते सिद्ध झालंय त्याने सर्व प्रकारचे सेक्स केलेत पीडितेसोबत मृत्यु नंतर ही या चिमुरडीवर त्याने अत्याचार केलेत. त्यामुळे याला जगण्याचा अजिबात हक्क नाही. गुन्हा घडल्यानंतरही तो तिकडेच काहीच झालं नाही अशा अर्विभावात फिरत होता त्याला कुठेही गिल्ट नाही. आरोपीला मृत्युदंड ही एकच शिक्षा द्या अशी वकिलांकडून मागणी केली जात आहे.

फायनल युक्तीवाद

हा वासनांध आरोपी हे त्याने यापूवीर्ही असेच रेपचे गुन्हे केलेत. बच्चन सिंह व्हर्सेस स्टेट ऑफ पंजाब आणि मदन व्हर्सेस स्टेट ऑफ उत्तर प्रदेश आणि अन्य खटल्यांवर युक्तीवाद झाला सर्वोच्च न्यायालयाने देखील फाशीची शिक्षा कायम ठेवली होती. रेअरेस्ट ऑफ ते रेअर म्हणून या निकालाकडे पाहीले जात आहे. विशेष न्यायाधीश एस आर साळूंखे यांनी गत सुनावणीत ग्राह्य धरण्यात आले आहेत. केवळ आणि केवळ वासनेसाठीच त्याने चिमुरडीवर अन्वनीत अत्याचार करून तिला अतिशय निर्दयीपणे मारून टाकलं आहे. त्यामुळे त्याला मृत्युदंड ही एवढी एकच शिक्षा द्या दुसरी कोणतीच नाही. आणि आज जर या आरोपीला मृत्युदंडाची शिक्षा मिळाली नाहीतर लोकांचा न्याय व्यवस्था वरचा विश्वास उडून जाईलअसं देखील वकिल यावेळी म्हणाले.



नसरापूर प्रकरणाचा 16 दिवसांत तपास पूर्ण करणाऱ्या महिला पोलीस अधिकाऱ्याची डोळ्यात पाणी आणणारी प्रतिक्रिया

पुणे जिल्ह्यातील नसरापूर येथील साडेतीन वर्षांच्या लहान बालिकेवर अत्याचार करून तिची हत्या करणाऱ्या नराधम भीमराव कांबळे याला गुरुवारी, दि. 25 जून पुणे सत्र न्यायालयाने दोषी ठरवले आहे. या संपूर्ण प्रकरणात अत्यंत महत्त्वाची भूमिका बजावणाऱ्या आणि अवघ्या 16 दिवसांत या गुन्ह्याचा संपूर्ण तपास पूर्ण करणाऱ्या तपास अधिकारी तथा पोलीस निरीक्षक विजयमाला पवार यांनी कोर्टाच्या निकालानंतर आपली अत्यंत भावुक आणि तितकीच कडक प्रतिक्रिया दिली आहे.

- **जरी मी वर्दीत असले तरी मी देखील एक आई :** न्यायालयाने भीमराव कांबळेला दोषी ठरवल्यानंतर प्रसारमाध्यमांशी बोलताना पोलीस निरीक्षक विजयमाला पवार म्हणाल्या, "मी जरी वर्दीत असले तरी मी देखील एक आई आहे. मी आज जे काही बोलतेय ते एक आई म्हणून बोलतेय. त्या तीन वर्षांच्या लहान बाळाला काहीही कळत नव्हतं. त्या मुलीला फुस लावून नेले आणि तिच्यावरअत्याचार केला. त्यामुळे आज कुठेतरी त्या चिमुरडीला न्याय देण्याचा आम्ही प्रयत्न केला आहे," असे त्यांनी म्हटले.
- **पोलीस खातं आणि गृह खातं सक्षम :** आरोपीच्या देहबोलीवर भाष्य करताना पीआय विजयमाला पवार म्हणाल्या की, या प्रकरणाचा तपास महात्वाचा होता. गुन्हा सिद्ध करणं हे आमच्यासमोर आव्हान होतं. या भीमराव कांबळेला कोणताही पश्चाताप झाल्याचे दिसून आले नाही. ती एक विकृती आहे, असे त्यांनी म्हटले. तसेच, समाजात संदेश जाणं खरजेच आहे की पोलीस खातं आणि गृह खातं सक्षम आहे, असे देखील त्या म्हणाल्या.

ही दुर्मिळातील दुर्मिळ केस

हा 'अल्पवयीन' मुलीवरील अत्याचार असल्याने आरोपीस कोणतीही दया नको. म्हणून आरोपीस फक्त आणि फक्त फाशीची शिक्षा द्या, वकिलांनी अखेरचा युक्तिवाद केला आहे. आता कुटुंबाचे वकिलही तोच युक्तीवाद करत आहेत. आरोपीला वाचवण्यासाठी त्याच कुटुंब देखील पुढं आलं नाही कारण त्याच्या कुटुंबाने दोनवेळा सुधारण्याची संधी देऊनही तो सुधारला नाही. या गुन्हेगाराचे वय पाहता तो सुधरु शकत नाही. त्याच्या देह बोलीवरुन आजतागायत कोणताही पश्चाताप झाल्याच आढळून आलेल नाही, शिक्षा सुनावल्यानंतर त्याच्या चेहऱ्यावरील रेष देखील हललेली नाही. सरकारी पक्षाच्या बचावानुसार हा अतिशय निर्दयी गुन्हा आहे.हे ते पटवून देण्यात यशस्वी झालेत. आरोपीच्या दाव्यावर आम्ही विश्वास ठेऊ शकत नाही. कोटार्चे महत्वाचे निरिक्षण आरोपीच्या फँमिलीने पण त्याला वाळीत टाकलंय त्यांची ही कृतीच आरोपीची वासनांध मानसिकता निर्देशित करते. एवढंच नाहीतर आरोपी ने ज्या पद्धतीने या चिमुरडीचा निघृण केलाय त्यावरून त्याला दया दाखवली जाऊ शकत नाही. एवढंच काय त्याचे कुटूंबिय देखील त्याला वाचवण्यासाठी समोर आलेले नाहीत. गावानेही आरोपीविरोधात आक्रोश व्यक्त केला आहे. आरोपीला त्याची बाजू मांडण्यासाठी पुरेसा वेळ दिला गेला आहे. जेव्हा आम्ही त्यांना थेट प्रश्न विचारला तेव्हा तो निरुत्तर होता अशा पद्धतीने कोटार्ने निरीक्षण केलं आहे. ही घटना एक क्रूरतेचा कळस आहे. त्याने कृत्य करताना पण काही जखमा केल्या. त्याच्या कृत्यावरून दिसून येत त्याला कोणताही मनात गिल्ट दिसत नाही तसेच त्याने दोन गुन्ह्यात पण गैरवर्तन केल होते. त्याने वयोवृद्ध महिला आणि तरुणीवर पण गैरवर्तन करण्याचा प्रयत्न केला. त्याला त्याचा गुन्ह्याचा कोणताही पश्चाताप नाही न्यायाधीश - आरोपीला सात मुली आहेत, पत्नी आहे मात्र कोणीही त्याची बाजू घ्यायला पुढं आलेले नाही. समाजाने या आरोपीचे अस्तित्व नाकारले आहे. न्यायालयाने या आरोपीला विचार करायला वेळ दिला होता. त्यानंतर न्यायालयाने त्याला काही प्रश्न विचारले मात्र त्यावर तो निरुत्तर झाला. आरोपीला सुनावणी दरम्यान गप्प राहण्याचा मात्र तो पॅसिव्ह राहू शकत नाही.

कोकणात भूकंप, महाराष्ट्रात ढगफुटी!

अनेक जिल्ह्यात पावासाचे तांडव... निसर्गाचा रौद्र अवतार

महाराष्ट्रात पावासाने थैमान घातले आहे. महाराष्ट्रातील अनेक जिल्ह्यांमध्ये ढगफुटी सदृश्य पाऊस पडला आहे. तर, दुसरीकडे कोकणात भूकंपसदृश धक्के जाणवल्याची माहिती समोर येत आहे.

■मुंबई। प्रतिनिधी,

महाराष्ट्रात पाऊस दाखल झाला आहे. दोनच दिवसात पावसाने थैमान घातले आहे. छत्रपती संभाजीनगर, जालना सह विविध जिल्ह्यांमध्ये ढगफुटी सदृश्य पाऊस पडला आहे. निसगार्चा रौद्र अवतार सर्वांनाच धडकी भरली. या पावसामुळे अनेक गावांचा संपर्क तुटला असून जनजीवन विस्कळीत झाले आहे. तर, दुसरीकडे कोकणात भूकंपाचे धक्के जाणवले आहेत.

छत्रपती संभाजीनगरमध्ये निसगार्चा रौद्र अवतार

छत्रपती संभाजीनगर जिल्ह्यातील सोयगाव तालुक्यात निसगार्चा रौद्र अवतार पाहायला मिळाला. जरंडी परिसरात तब्बल दीड तास ढगफुटी सदृश्य पाऊस झाल्याने नदी-नाले दुथडी भरून वाहू लागले. सोयगाव-बनोटी मार्गावरील जरंडीजवळील तात्पुरता मातीचा पूल वाहून गेल्याने वाहतूक पूर्णपणे ठप्प झाली. दरम्यान, पुराच्या पाण्यात एक मोटारसायकल वाहून गेली असून ग्रामस्थांच्या प्रसंगावधानामुळे मोटारसायकलस्वाराचे प्राण वाचले. तर ग्रामपंचायतीची घंटागाडीही पुराच्या पाण्यात अडकली होती. या मुसळधार पावसामुळे परिसरातील जनजीवन विस्कळीत झाले आहे.

जळगावात ढगफुटीस सदृश्य पाऊस

तर, जळगावात मुक्ताईनगर तालुक्यातील अंतुर्ली, कर्की, अनेक भागात ढगफुटीस सदृश्य पाऊस पडला आहे. कर्की येथे साखरपुड्यासाठी आलेल्या वऱ्हाडाची एक खाजगी बस नाल्यावरून पाणी आल्याने अडकली. चालकाने तत्परता दाखवल्याने मोठा अनर्थ टळला. अनेकांच्या घरात पाणी घुसून संसार उपयोगी वस्तूचे नुकसान झाले. तर काही दुकानात घुसले पाणी मोठे नुकसान पंचनामे करून मदतीची मागणी.



लातूरमध्ये ढगफुटी

लातूर जिल्ह्यातील जळकोट तालुक्यात अखेर पावसाने दमदार हजेरी लावली आहे. जळकोट शहरासह वांजरवाडा, घोणसी, कोळनूर, माळहिपरगा, रावणकोळा आणि पाटोदा खुर्द परिसरात ढगफुटीसारखा पाऊस झालाय. जळकोटमधील 45 ते 65 मिमीपर्यंत पावसाची नोंद झाली आहे. अनेक ठिकाणी बांध फुटणे, माती वाहून जाणे आणि वादळी वाऱ्यामुळे झाडे उन्मळून पडण्याच्या घटनाही घडल्या आहेत. दरम्यान, कृषी विभागाने 100 मिमीपर्यंत समाधानकारक पाऊस होईपर्यंत पेरण्या न करण्याचे आवाहन शेतकऱ्यांना केले आहे.

कणकवली तालुक्यात भूकंपसदृश धक्के

कणकवली तालुक्यातील फोंडाघाट येथील विद्यानगर-बेलदारवाडी परिसरात रात्री उशिरा भूकंपसदृश धक्के जाणवल्याची घटना समोर आली आहे. या धक्क्यांमुळे परिसरातील चार घरांचे नुकसान झाले असून घरांच्या भिंतींसह अंगणाच्या जमिनींनाही तडे गेले आहेत. घटनेची माहिती मिळताच ग्रामपंचायत प्रशासनाने तातडीने घटनास्थळी धाव घेत पाहणी केली आहे. नेमके हे धक्के कशामुळे जाणवले याबाबत अद्याप स्पष्टता नसली तरी महसूल व संबंधित यंत्रणांना माहिती देण्यात आली असून नुकसानीचे पंचनामे करून मदत देण्याची प्रक्रिया सुरू करण्यात येणार आहे. यासंदर्भात फोंडाघाटच्या सरपंच संजना आग्रे यांनी माहिती दिली.

मुंबईत गंभीर गुन्हेगारीत वाढ

गेल्या वर्षीच्या तुलनेत यंदा खुनाच्या गुन्ह्यांमध्येही मोठी वाढ

■मुंबई। प्रतिनिधी,



मुंबईत गेल्या तीन वर्षांत खुनाच्या घटनांमध्ये झालेली घट २०२५ मध्ये उलटली असून, हत्यांच्या प्रकरणांमध्ये पुन्हा एकदा वाढ झाली आहे. नॅशनल क्राइम रेकॉर्ड्स ब्युरो म्हणजेच एनसीआरबी आणि मुंबई पोलिसांनी जाहीर केलेल्या अधिकृत आकडेवारीनुसार, शहरात २०२२ मध्ये १३५ आणि २०२३ मध्ये १२४ खुनाचे गुन्हे नोंदवले गेले होते.

२०२४ मध्ये हा आकडा १०७ पर्यंत खाली आला होता, परंतु २०२५ मध्ये यात अचानक वाढ होऊन तब्बल १२६ खुनाचे गुन्हे दाखल झाले आहेत. वैयक्तिक वैमनस्य, कौटुंबिक वाद आणि क्षुल्लक कारणांवरून होणारे हिंसक हल्ले या वाढीमागे मुख्य कारण असल्याचे समोर आले असून यामुळे शहरात चिंतेचे वातावरण आहे.

या गुन्हेगारीत महिला बळींचे प्रमाण लक्षणीय असून २०२४ मधील १०७ हत्यांपैकी २५ पीडित महिला होत्या. अपयशी प्रेमसंबंध, अनैतिक संबंध, कौटुंबिक भांडणे आणि आर्थिक विवंचनेतून या हत्या झाल्याचे तपासात उघड झाले आहे. चालू वर्षातही ३१ मार्चपर्यंत मुंबईत दोन महिलांसह ३९ खुनाचे गुन्हे नोंदवले गेले आहेत, जे गेल्या वर्षाच्या याच काळातील ३४ गुन्ह्यांपेक्षा पाचने जास्त आहेत. २०२४ च्या आकडेवारीनुसार कौटुंबिक आणि किरकोळ वादामुळे सर्वाधिक प्रत्येकी २३ हत्या झाल्या. पैशांच्या वादातून ७, तर अनैतिक संबंधातून ६ गुन्हे घडले. बळी पडलेल्यांमध्ये १८ ते ४० वर्षे वयोगटातील तरुण आणि काही बालकांचाही समावेश आहे.

मुंबई शहरात केवळ खूनच नव्हे, तर खुनाचा प्रयत्न करण्याच्या घटनांमध्येही सातत्याने वाढ होत असल्याचे आकडेवारीवरून स्पष्ट होते. मुंबईत २०२२ मध्ये खुनाचा प्रयत्न केल्याची २४४ प्रकरणे समोर आली होती, जी २०२३ मध्ये २९२ आणि २०२४ मध्ये ३०३ पर्यंत वाढली. २०२५ मध्ये हा आकडा ३२४ वर पोहोचला. यंदाच्या वर्षात ३१ मार्चपर्यंतच पोलिसांनी तब्बल १०० गुन्हे नोंदवले असून, गेल्या वर्षाच्या पहिल्या तिमाहीतील ६९ गुन्ह्यांच्या तुलनेत ही संख्या खूपच मोठी आहे. पोलिसांकडून या सर्व प्रकरणांचा कसून तपास सुरू आहे.

आर्थिक विवंचनेतूनही गुन्ह्यांमध्ये वाढ

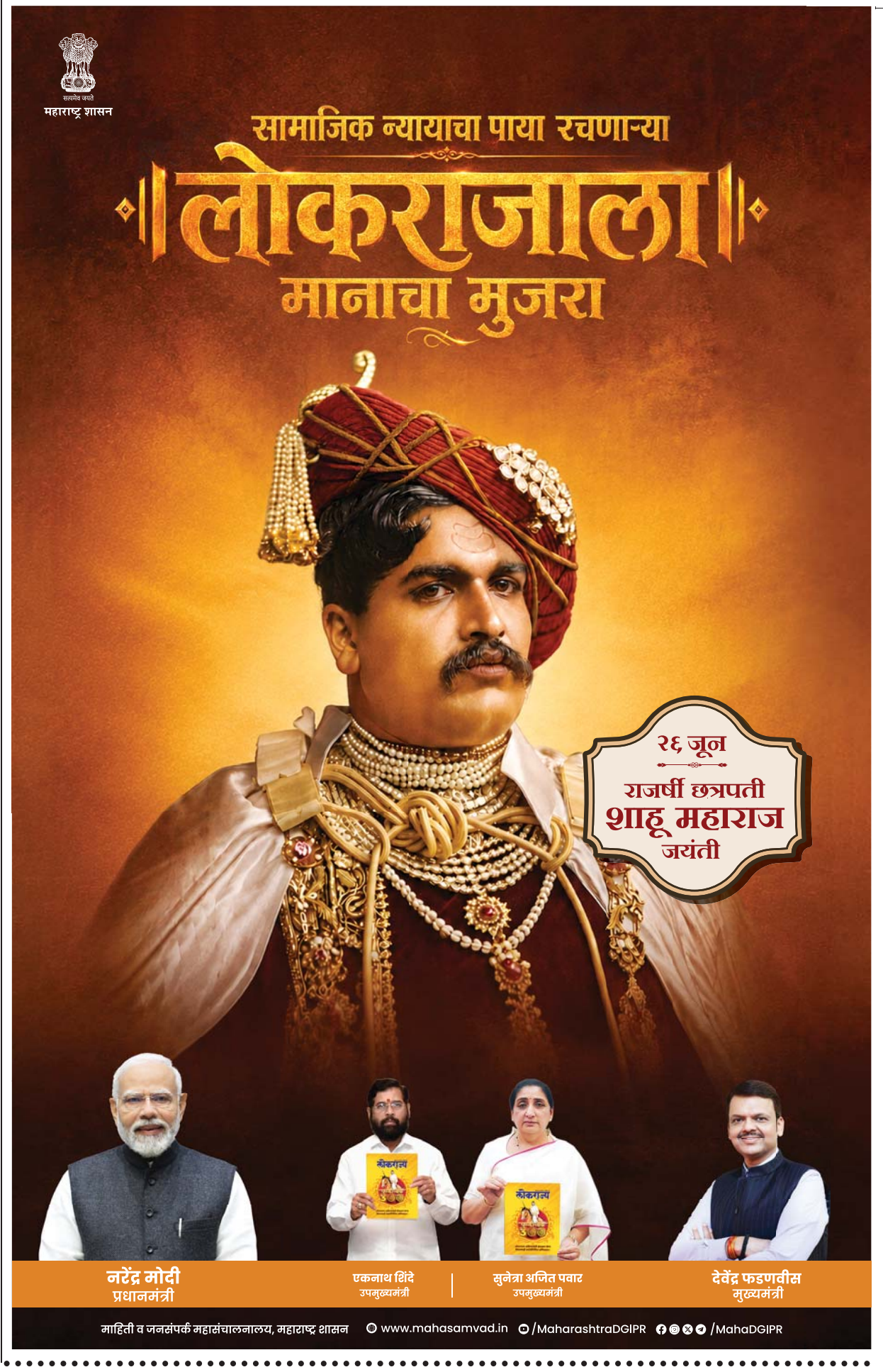
मुंबई शहरात वैयक्तिक वाद, संशय आणि आर्थिक विवंचनेतून होणाऱ्या हिंसक गुन्ह्यांच्या तीव्रतेत मोठी वाढ झाली आहे. माहीम येथे मद्यधुंद अवस्थेत असल्यावरून झालेल्या वादातून २० वर्षीय साहिल जावेद खान या तरुणाला ६ जणांच्या टोळीने बेदम मारहाण करून ठार केले, तर दुसऱ्या एका घटनेत डॉकयार्ड रोड परिसरात आर्थिक वादातून अंडरवर्ल्ड डॉन छोटा शकीलच्या कथित माजी साथीदाराच्या समीर आसिफ शेख या मुलावर अज्ञातांनी गोळीबार केला. या हल्ल्यात शेख गंभीर जखमी झाला आहे.

प्रेमसंबंधातूनही हत्येच्या घटना

कौटुंबिक आणि प्रेमसंबंधांतील संशयातूनही हत्येच्या घटना समोर आल्या आहेत. मुलुंडमध्ये पत्नीसोबत अवैध संबंध असल्याच्या संशयावरून ४२ वर्षीय व्यक्तीने एकाची भोसकून हत्या केली, तर वडाळा येथे मूळ गावातील प्रेमसंबंधांच्या वादातून सुरक्षा रक्षकाने सहकाऱ्यावर लोखंडी गतीने हल्ला करून त्याला संपवले. शहरात किरकोळ कारणांवरून आणि तत्कालिक रागातून हत्या करण्याचे प्रमाणही वाढले आहे. मोबाईल चोरीच्या संशयावरून माहीममध्ये एका ३९ वर्षीय व्यक्तीला बांबूने मारहाण करून ठार मारण्यात आले, तर कुर्ला येथे रिक्षात बसण्याच्या जागेवरून झालेल्या वादात १७ वर्षांच्या मुलाने रिक्षाचालकाची भोसकून हत्या केली.

कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न गंभीर

भांडुपमध्ये तीन अल्पवयीन शाळकरी मुलांनी आपल्याच १४ वर्षीय वर्गमित्राची हत्या करून त्याचा मृतदेह विहार तलावात फेकून दिल्याची धक्कादायक घटना उघडकीस आली आहे. याच परिसरात २५ जानेवारी २०२६ रोजी शंकरप्रसाद यादव ऊर्फ कल्ली या तरुणावर गजबजलेल्या रस्त्यावर अज्ञातांनी धारदार शस्त्राने २९ वार करून त्याची निर्घृण हत्या केली. या सर्व घटनांमुळे शहरातील कायदा व सुव्यवस्थेचा प्रश्न गंभीर बनला असून पोलीस तपास करत आहेत.



राज्यभरात महिलांवरील अत्याचाराच्या ४७ हजार ९५४ घटनांची नोंद झाली असून, हे प्रमाण देशात दुसऱ्या क्रमांकावर असल्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी मंगळवारी विधानसभेत लेखी उत्तरात सांगितले.

देशात महिलांवरील अत्याचारात महाराष्ट्र दुसऱ्या क्रमांकावर

२०२४मध्ये महिला अत्याचाराच्या ४७,९५४ नोंदी

मुंबई : राज्यभरात महिलांवरील अत्याचाराच्या ४७ हजार ९५४ घटनांची नोंद झाली असून, हे प्रमाण देशात दुसऱ्या क्रमांकावर असल्याचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी मंगळवारी विधानसभेत लेखी उत्तरात सांगितले.

राष्ट्रीय गुन्हे नोंदणी ब्युरोच्या आकडेवारीनुसार, सन २०२५ मध्ये राज्यात ८ हजार ६४३ बलात्काराच्या घटनांची नोंद झाली असून, त्या आधीच्या वर्षाच्या तुलनेत यात ७०३ नी वाढ झाली आहे, तर बालकांवरील अत्याचाराच्या घटनांमध्ये ४८२ ची भर पडली आहे. ही आकडेवारी आर्थिक पाहणी अहवाल २०२५-२६ आणि महिला व बाल गुन्हे प्रतिबंधक विभागाच्या अहवालावर आधारित असल्याचे मुख्यमंत्र्यांनी स्पष्ट केले.

या गंभीर गुन्ह्यांना आळा घालण्यासाठी सरकारने विशेष गुन्हे प्रतिबंधक विभाग स्थापन करुन अतिरिक्त पोलीस महासंचालक दर्जाच्या अधिकाऱ्याची नियुक्ती केली आहे. पीडितांना मदतीसाठी राज्यभरात ५१ 'भरोसा सेल' कार्यान्वित करण्यात आले असून, पोलीस आयुक्तालय आणि जिल्हा स्तरावर महिला दक्षता समित्या गठित केल्या आहेत. निर्भया, दामिनी, पोलीस काका, पोलीस दीदी आणि बडी कपसारख्या उपक्रमांच्या माध्यमातून महिला व मुलींच्या सुरक्षेसाठी सरकार प्रयत्नशील आहे. पीडितांना १०३, १०९१, १०९८ आणि ११२ या हेल्पलाइन क्रमांकांवर चोवीस तास मदत उपलब्ध असून, मनोधैर्य योजनेद्वारे पीडित महिलांना आर्थिक व कायदेशीर सहाय्य पुरवले जात असल्याचे फडणवीस यांनी नमूद केले. पुण्यातील भोर तालुक्यातील अल्पवयीन मुलीवरील अत्याचार व हत्या प्रकरणाचा उल्लेख करत मुख्यमंत्र्यांनी सांगितले, आरोपीला त्याच दिवशी अटक करण्यात आली असून सध्या हे प्रकरण जलदगती न्यायालयात सुरू आहे. पीडित कुटुंबाला १० लाखांची आर्थिक मदतही देऊ केली आहे.





संपादकीय

संपादक
दिपक मोरेश्वर नाईक

पारदर्शकतेची कसोटी



परीक्षा केवळ सुरक्षेच्या चौकटीत बंदिस्त न होता, विश्वासाचा नवा अध्याय लिहिणे गरजेचे आहे, तंत्रज्ञानाच्या प्रगत हातांनी, विद्यार्थ्यांच्या स्वप्नांना सावरून घेणे गरजेचे आहे. संवेदनेची जोड आणि उत्तरदायित्वाचे भान जेव्हा व्यवस्थेत उतरेल खऱ्या अर्थाने, तेव्हाच शैक्षणिक क्रांतीचा सूर्योदय होईल.

भारतात वैद्यकीय प्रवेशासाठी घेतली जाणारी 'नीट-यूजी'परीक्षा ही केवळ एक प्रवेश परीक्षा नसून, ती कोट्यवधी विद्यार्थ्यांच्या स्वप्नांची किल्ली आहे. ३ मे रोजीच्या मूळ परीक्षेत तांत्रिक अनियमितता समोर आल्या आणि त्यानंतर निर्माण झालेली परिस्थिती नक्कीच दुर्दैवी होती. मात्र, अशा आव्हानात्मक परिस्थितीत डगमगून न जाता, २१ जून रोजी कडक सुरक्षेच्या सावटाखाली यशस्वीपणे पुनर्परीक्षा पार पाडणे, हे सरकार आणि राष्ट्रीय परीक्षा संस्थेच्या तत्परतेचे प्रतीक आहे. शांततेत पार पडलेली ही प्रक्रिया केवळ एक परीक्षा नव्हती, तर शिक्षण व्यवस्थेच्या विश्वासार्हतेचे पुनर्स्थापन करण्यासाठी सरकारने टाकलेले एक महत्त्वाचे आणि आश्वासक पाऊल होते. कोणत्याही मोठ्या व्यवस्थेत बदल घडताना सुरुवातीला अडथळे येणे स्वाभाविक असले, तरी २१ जूनच्या परीक्षेचा बंदोबस्त एखाद्या युद्धजन्य परिस्थितीसारखा होता, हे नाकारता येणार नाही. सीआरपीएफ, सायबर कमांडो, १.४ लाख सीसीटीव्ही आणि ५१ हजारांहून अधिक सिग्नल जॅमर्स अशा अभूतपूर्व यंत्रणा तीन तासांच्या परीक्षेसाठी तैनात कराव्या लागल्या. १७ ते २० वयोगटातील लाखो विद्यार्थ्यांना ज्या कठोर बायोमेट्रिक आणि शारीरिक तपासणीला सामोरे जावे लागले, ते कोणत्याही सुजाण व्यवस्थेला शोभा देणारे नाही. केवळ एका परीक्षेसाठी सरकारी यंत्रणेची ही पूर्ण शक्ती पणाला लावणे हे दीर्घकालीन धोरण म्हणून निश्चितच टिकाऊ नाही. या सुरक्षेवर झालेला अवाढव्य खर्च महत्त्वाचा नसून, प्रशासकीय ढिसाळपणामुळे विद्यार्थी आणि त्यांच्या पालकांना ज्या मानसिक आणि भावनिक वेदना सहन कराव्या लागल्या, त्याचे मोजमाप कोणाकडेच नाही. परीक्षा रद्द झाल्याच्या कालावधीत विद्यार्थ्यांची झालेली हताश मनस्थिती, ही आपल्या शिक्षण व्यवस्थेसाठी निश्चितच एक मोठी शोकांतिका आहे. शिक्षण क्षेत्रात सुधारणा करणे ही एक निरंतर प्रक्रिया आहे. केंद्रीय पद्धतीने परीक्षा घेतल्यामुळे संपूर्ण देशात समान निकष आणि संधी उपलब्ध होतात, हा या पद्धतीचा मोठा फायदा आहे. भविष्यात परीक्षा संगणक आधारित करण्याचा निर्णय घेऊन 'एनटीए'ने आधुनिकतेची कास धरली आहे. यामुळे मानवी हस्तक्षेप कमी होऊन पारदर्शकता वाढेल, यात शंका नाही. तांत्रिक आव्हाने असली तरी, त्यातून धडा घेत सरकारने प्रगत सायबर सुरक्षा प्रणाली सज्ज केली आहे. तंत्रज्ञानाचा आजार तंत्रज्ञानानेच बरा करणे, ही काळाची गरज आहे आणि सरकार त्या दिशेने वेगाने पावले टाकत आहे. तंत्रज्ञानाच्या या युगात, आपण जुन्या पद्धतींना चिटकून न राहता अधिक सक्षम आणि डिजिटल सुरक्षितता असलेल्या प्रणालीकडे वळणे ही काळाची गरज आहे.चीनमधील 'गाओकाओ' परीक्षेच्या धर्तीवर भारताने आपल्या व्यवस्थेत आमूलाग्र बदल करण्याची गरज आहे. तिथे यंत्रणेचा काटेकोरपणा आणि प्रश्नपत्रिका काढणाऱ्यांचे गुप्त ठेवले जाणारे स्थान भारतासाठी नक्कीच विचार करायला लावणारी गोष्ट आहे. आपण त्या दिशेनेच वाटचाल करत आहोत. आजची तरुण पिढी तंत्रज्ञानाच्या माध्यमातून जागरूक झाली आहे, हे लोकशाहीच्या दृष्टीने स्वागतार्ह आहे; मात्र, 'कॉक्रोच जनता पार्टी' यांसारख्या उपरोधिक संज्ञांचा वापर करून जो आक्रोश व्यक्त केला जात आहे, त्याकडे केवळ 'लोकशाही अभिव्यक्ती' म्हणून पाहणे ही मोठी चूक ठरेल. हा आक्रोश खऱ्या अर्थाने व्यवस्थेतील सुधारणांसाठी आहे की गोंधळ आणि अस्थिरतेचा फायदा घेऊन आपला स्वार्थ साधण्याचा प्रयत्न, याचाही विचार होणे आवश्यक आहे. ही टीका काही अंशी संधीसाधूपणाची असली तरी, त्यामागे विद्यार्थ्यांचा खदखदणारा असंतोष आहे, हे सरकारला नाकारता येणार नाही. सोशल मीडियाचा वापर हा संवादासाठी असावा, विरोधासाठी नसावा, याची जाणीव तरुण पिढीला असणेही तितकेच गरजेचे आहे. सरकार आता व्यवस्था अधिक विकेंद्रित आणि पारदर्शक करण्यासाठी एक सर्वंकष आराखडा तयार करत आहे. 'एनटीए'ला अधिक सक्षम बनवणे, विद्यार्थ्यांच्या हिताचे रक्षण करणे आणि परीक्षा प्रक्रियेत लवचिकता आणण्यासाठी शासन प्रयत्नशील आहे. परंतु, सुधारणा केवळ सुरक्षेच्या भिंती कडक करण्यात नाही, तर पारदर्शक, लवचिक आणि उत्तरदायी रचनेच्या निर्मितीत आहे, हे सरकारनेही गांभीर्याने ओळखले पाहिजे. केवळ कडक बंदोबस्त करणे म्हणजे मूळ समस्येवर सुधारणा नव्हे. व्यवस्थेतील त्रुटींचे निराकरण करण्यासाठी धोरणात्मक बदलांची गरज आहे. 'एनटीए'च्या कामात अधिक वैधानिक स्पष्टता आणणे आणि विद्यार्थ्यांच्या आर्थिक नुकसानभरपाईची हमी देणारा कडक कायदा करणे ही काळाची गरज आहे. ही यंत्रणा केवळ सरकारी आदेशावर चालणारी नसावी, तर ती विद्यार्थ्याप्रती उत्तरदायी असावी. संस्थात्मक अपयश झाल्यास विद्यार्थ्यांना दिलासा देणारी एखादी ठोस तरतूद असणे, हे त्यांच्या हक्कांच्या रक्षणासाठी गरजेचे आहे. परीक्षा शुल्क परत करण्यापलीकडे जाऊन, विद्यार्थ्यांच्या वेळेची आणि श्रमाची किंमत सरकारने समजून घेतली पाहिजे. प्रामाणिक विद्यार्थ्यांच्या मेहनतीला योग्य न्याय मिळावा, यासाठी सरकार सर्वंकष प्रयत्नांची पराकाष्ठा करत आहे. विद्यार्थ्यांचे भविष्य सुरक्षित करणे ही केवळ त्यांची जबाबदारी नसून, ती संपूर्ण व्यवस्थेची सामूहिक बांधिलकी आहे. ही व्यवस्था येत्या काळात अधिक सक्षम आणि आदर्श ठरेल, यात शंका नाही; परंतु त्यासाठी प्रशासकीय उत्तरदायित्व आणि विद्यार्थ्यांशी असलेला संवाद अधिक पारदर्शक असणे अत्यंत अनिवार्य आहे. आपण एका अशा वळणावर उभे आहोत, जिथे केवळ तंत्रज्ञान चालणार नाही, तर मानवी संवेदनशीलताही तितकीच महत्त्वाची ठरणार आहे. शेवटी, विद्यार्थ्यांनी संयम ठेवावा आणि सरकारने संवेदनशीलतेची कास धरावी, तरच या परीक्षेचा गदारोळ थांबून यशाचा मार्ग प्रशस्त होईल.

हिंदूंवरील अत्याचार



हिंदूंचा नरसंहार, तसेच अनन्वित अत्याचार होणाऱ्या बांगलादेशात नुकत्याच झालेल्या हिंदूंच्या विशाल 'मशाल मोर्चा'मुळे आशेचा किरण दिसत आहे. बांगलादेश येथील गाईबांधाच्या पोलाश बाडी येथे श्रीरामाच्या ८१ फूट उंच मूर्तीसह मंदिराचे बांधकाम चालू होते; मात्र या विरोधात 'जमात-ए-इस्लामी'च्या नेतृत्वाखाली कट्टरतावादी मुसलमानांनी मोहीम चालू केली, जमावाने मंदिराबाहेर घोषणा दिल्या आणि श्रीरामाच्या मूर्तीवर बूट फेकले. श्रीरामाच्या या घोर अवमानाच्या विरोधात हिंदूंनी पोलिसांत तक्रार प्रविष्ट करण्यास, ठिकठिकाणी मोर्चे काढून निषेध नोंदवण्यास प्रारंभ केला आहे. बांगलादेशात निघालेला मशाल मोर्चा हा त्याच निषेधाचा भाग आहे. या मशाल मोर्चात श्रीरामाच्या अवमानामुळे संतप्त झालेल्या हिंदूंचे चेहरे उजळून निघाले होते. हिंदूंच्या श्रद्धास्थानांवर, हिंदूंवर वारंवार आघात करणाऱ्यांच्या विरोधात हिंदूंच्या झालेल्या या एकजुटीमुळे अन्य हिंदूंना बळ मिळेल.

बांगलादेशातील हिंदूंसाठी काम करणाऱ्या तुरळक संघटना या त्यांच्या सामाजिक माध्यमांच्या खात्यांद्वारे बांगलादेशातील हिंदूंवर होणाऱ्या अत्याचारांना वाचा फोडण्याचे काम करतात. त्यामुळेच बांगलादेशातील हिंदूंवरील अत्याचारांची माहिती जगाला होते. अन्यथा हे अत्याचार जगाला कळलेही नसते. बांगलादेशात धर्मांध मुसलमानांची संख्या अधिक आहे. शेख हसीना यांचे सरकार उलथवून टाकण्याचे दिवस भारतियांनी पाहिले आहेत. काही कळायच्या आत बांगलादेशातील सरकार पत्त्यासारखे कोसळले. हा शेख हसीना यांच्या सरकारविरुद्धचा उठाव असतांना प्रत्यक्षात हिंदूंची मंदिरे, श्रद्धास्थाने यांना लक्ष्य करण्यात आले. हिंदूंच्या घरांची हानी करण्यासह हिंदूंच्या हत्या आणि हिंदु महिला-मुली यांच्यावर सामूहिक बलात्कार करण्यात आले. त्यामुळे 'हा सरकारविरुद्ध उठाव आहे कि हिंदूंविरुद्ध?' एवढी भीषण परिस्थिती होती. बाबरी ढाचा पाडल्यानंतरही मोठ्या प्रमाणात उसळलेल्या दंगलीत बांगलादेशातील हिंदूंना ठार करण्यात आले होते. ३-४ वर्षांपूर्वी बांगलादेशात एका धर्मांधानेच कुराण भूमीवर ठेवले होते आणि त्याची निंदा केल्याचा आळ हिंदूंवर घातला. तेव्हाही हिंदूंविरुद्ध दंगली घडवण्यात आल्या. यामध्ये दुर्गापूजेचे मंडप पाडणे, जाळणे, श्री दुर्गादेवीच्या मूर्तीची तोडफोड करणे, इइस्कॉन' संस्थेचे आश्रम आणि कार्यालये यांवर आक्रमणे करणे, अशा विविध प्रकारे हिंदूंना लक्ष्य करण्यात आले होते. बांगलादेशातील हिंदु महिला आणि मुली यांना तर नरकयातना भोगाव्या लागत आहेत. त्यांना वस्त्रहीन करून त्यांचे व्हिडिओ सामाजिक माध्यमांवर प्रसारित करणे, महिलांचा विनयभंग करणे, महिला आणि मुली यांचे बळजोरीने धर्मांतर करणे हे प्रकार प्रतिदिन घडत असतात. संयुक्त राष्ट्रसंघाच्या मानवाधिकार समितीपुढे बांगलादेशातील हिंदूंवरील अत्याचारांचे, मंदिरे पाडण्याचे संबंधित अहवालांचे आकडे भयावह आहेत. याविषयी विदेशातील एखादा लोकप्रतिनिधी त्यांच्या सभागृहात बांगलादेशातील स्थितीकडे लक्ष देण्याची आणि हिंदूंवरील अत्याचार रोखण्याची मागणी करतो, बस! यापुढे काही होत नाही.

हिंदूबहुल देश भारत तर बांगलादेशाच्या शेजारीच आहे; मात्र 'तेथील हिंदूंचा, म्हणजेच अल्पसंख्यांकांचा आपल्याशी काही संबंधच नाही', अशा आविर्भावात सरकारी यंत्रणा आहेत कि काय ?, असे वाटते. बांगलादेशातील हिंदूंवरील अत्याचारांची प्रकरणे उघड होत असतांना शासनकर्ते काही करत नाहीत. जोपर्यंत हे अत्याचार व्यापक आणि भयावह रूप धारण करत नाहीत, तोपर्यंत भारत सरकार काही करत नाही. हे अत्याचार वाढल्यावर केवळ एक पोकळ शाब्दिक निषेध केला जातो. अशाने बांगलादेशातील अल्पसंख्यांकांचे रक्षण होणार आहे का? बांगलादेशात हिंदूंची सुरक्षा 'रामभरोस' आहे, असे म्हटल्यास वावगे ठरणार नाही. 'बांगलादेश मायनॉरिटी वॉच' ही संस्था आणि अन्य १-२ संस्था या हिंदूंना त्यांच्या परीने कायदेशीर, वैद्यकीय साहाय्य करतात. पू. अधिवक्ता रवींद्र घोष हे वयोवृद्ध असूनही एखाद्या तरुणाला लाजवेल या गतीने आणि तळमळीने बांगलादेशातील हिंदूंसाठी प्रयत्नशील असतात. या व्यतिरिक्त बांगलादेशातील 'श्री दुर्गापूजा समिती'सारखी मंडळे अल्प प्रमाणात स्थानिक हिंदूंसाठी कार्य करून किमान सण-उत्सव तरी साजरे होतील, हे पहात आहेत; मात्र जिहादी, धर्मांध हे विकृत मनोवृत्तीचे असल्याने कधी श्री दुर्गापूजा मंडपांवर आक्रमणे करून ते तोडतील, उद्ध्वस्त करतील, याचा नेम नाही.

बांगलादेशात अशी भीषण परिस्थिती असतांनाही गत २ वर्षांमध्ये मुसलमानांकडून जे उठाव झाले, तेव्हा इस्कॉनचे माजी नेते चिन्मय कृष्ण दास प्रभु यांना अटक झाली होती. तेव्हा हिंदूंनी चिन्मय कृष्ण दास प्रभु यांना त्यांचा नेता मानले आणि त्यांच्या अटकेच्या निषेधार्थ अनेक ठिकाणी निदर्शने करून सरकारवर दबाव निर्माण केला. या वेळी हिंदूंचा मुसलमानांच्या समवेत काही ठिकाणी संघर्षही झाला, तरी हिंदू मागे हटले नाहीत. मोठ्या संख्येने हिंदु समाज रस्त्यावर निषेध करण्यासाठी उतरला होता. त्यांच्या या अभूतपूर्व एकीमुळे धर्मांध आणि कट्टरतावादी सरकारलाही नमावे लागले होते. भारत सरकारने हिंदूंवरील अत्याचारांचा निषेध केला. या आंदोलनाची नोंद आंतरराष्ट्रीय स्तरावर घेण्यात आली होती. बांगलादेशासारख्या अतिशय जहाल, क्रूर, वासनांध आणि हिंदुविरोधी देशात हिंदूंचे संघटन होऊ शकते, यावर कुणाचा विश्वास बसत नव्हता. जणू तेथे हिंदूंचा निर्वंश झाला, अशी परिस्थिती असतांना, सर्वच स्तरांतील हिंदूंचे प्रभावी संघटन पहाण्यास मिळाले. श्रीरामाच्या अवमानाचा निषेध करण्यासाठी पुन्हा एकदा अशाच अभूतपूर्व संख्येत हिंदू एकत्र आले आहेत. सध्या एकाच जिल्ह्यात उभारण्यात येणाऱ्या श्रीराममूर्तीच्या अवमानामुळे हिंदूंनी बांगलादेशातील ६४ जिल्ह्यांमध्ये श्रीराममूर्तीची स्थापना करण्याचा निश्चय केला आहे. बांगलादेशातील हिंदूंनी त्यांना अन्य कुणी साहाय्य करील, या भ्रमात राहू नये. हिंदूंना हिंदु म्हणून साहाय्य मिळण्याचे दिवस अजून आलेले नाहीत. तसे कोणतेही सरकार अथवा नेता सध्या जगाच्या पाठीवर नाही. उलट पाश्चात्त्य देशांमधील काही लोकप्रतिनिधी स्वतःच्या स्तरावर हिंदूंसाठी आवाज उठवत आहेत. हिंदूंना कुणी नेता अथवा सरकार साहाय्याला नसले, तरी हिंदूंनी घाबरण्याचे कारण नाही. हिंदूंना संघटित होऊन मशाल मोर्चा काढण्याची बुद्धी श्रीरामानेच दिली. श्रीराम हा रामराज्याच्या केंद्रबिंदू आहे. रामराज्य श्रीरामच आणू शकतो किंवा श्रीरामाची भक्ती करून रामभक्तच रामराज्य आणू शकतात. रामराज्यापूर्वी भयानक संघर्ष, युद्ध होणे हे ओघाने आलेच, त्याविना रामराज्याची फळे चाखायला मिळणार नाहीत. बांगलादेशात सध्या हिंदूंवर अत्याचार करणारी रावणाची राजवटच हिंदू अनुभवत आहेत. ही राजवट दूर होऊन हिंदूंसाठी सुरक्षित आणि रहाण्यायोग्य वातावरण निर्माण होण्यासाठी हिंदूंनी संघटित होण्यासह रामभक्ती करण्याला पर्याय नाही.



नियोजनाशी काडीमोड

सत्ताधारी असोत की विरोधक; बहुतेकांना विधिमंडळाच्या आवारात फोटोसेशन किंवा परस्परांना गालिप्रदान करण्यातच जादा रस असल्यामुळे सभागृहांमध्ये यंदाही बहुधा त्या निमूटपणे मान्य होणार, असेच चित्र दिसते.

अर्थसंकल्पात लोकप्रिय योजनांचा पसारा मांडून झाल्यानंतर तीन महिन्यांतच त्यावर पुरवणी मागण्यांचे पांघरूण घालण्याच्या क्लृप्त्यांमधील 'सातत्य' राज्य सरकारने यंदाही कायम ठेवले. वर्षाच्या सुरुवातीला साडेसात लाख कोटी रुपयांचा अर्थसंकल्प सादर केल्यावर आता अर्थखात्याने मांडलेल्या तब्बल ९८ हजार कोटी रुपयांच्या पुरवणी मागण्या, हे अर्थसंकल्प अर्थहीन होऊ लागल्याचेच लक्षण म्हणावे लागेल. गेल्या काही वर्षांत या पुरवणी मागण्या आपलेच विक्रम मोडत आहेत. बहुमताच्या जोरावर त्या मान्य होणार, हे स्पष्ट आहे. मात्र, या सगळ्या सव्यापसव्यामध्ये 'नियोजन'नामक बाब कोठेही आढळत नाही. त्यामुळेच अर्थखात्याची जबाबदारी सांभाळणारे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी नियोजन खात्याच्या कारभारात गांभीर्याने लक्ष देण्याची वेळ आली आहे. अर्थसंकल्प हे राज्याच्या आर्थिक नियोजनाचे 'बायबल' मानले जाते; साहजिकच त्यात दाखवलेल्या दिशेनेच जमा-खर्चाची वाटचाल अपेक्षित आहे. मात्र, हल्ली अर्थसंकल्पाचे पावित्र्य हरवून गेले असून, काही महिन्यांतच त्याचे खरे दात पुरवणी मागण्यांच्या रूपाने समोर येत आहेत. खरे तर अनपेक्षित खर्च किंवा आपत्तीसारख्या प्रसंगांमध्ये पुरवणी मागण्या सादर करणे अपेक्षित आहे. परंतु मागण्यांच्या तपशीलात डोकावले, तर अपवाद वगळता त्यातील एकही खर्च 'अचानक' उद्भवल्याचे दिसत नाही. 'पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर शेतकरी कर्जमुक्ती योजने'साठी २० हजार कोटी रुपयांच्या मागण्यांचा मुद्दा बाजूला ठेवला, तरी उरलेल्या ७८ हजार कोटी रुपयांचे काय, हा प्रश्न उरतोच. त्यामध्ये अनिवार्य खर्च सुमारे १४ हजार कोटी रुपये, कार्यक्रमाअंतर्गत खचासांठी ६६ हजार कोटी रुपये, केंद्रीय योजनांमधील खर्चाचा वाटा म्हणून १७ हजार कोटी रुपये, 'महावितरण'च्या कर्जफेडीसाठी आठ हजार कोटी रुपये आणि मुंबई मेट्रो, भुयारी मार्ग व पुणे रिंगरोड अशा मागण्यांचा समावेश आहे. अशा योजनांवर खर्च होणार; केंद्राच्या योजनांसाठी 'मॅचिंग ग्रांट' द्यावीच लागणार, हे अर्थसंकल्प मांडताना नियोजन विभागाला ठाऊक नव्हते का? विशेषतः नाशिकमधील सिंहस्थ कुंभमेळ्यायची पर्वणी ही 'अचानक' उद्भवलेली नसून, त्या खर्चासाठी अचानक तोंडमिळवणी करण्याची वेळ का यावी आणि 'अनिवार्य' म्हणवल्या जाणाऱ्या खर्चांचा नियोजन विभागाला अवचित साक्षात्कार कसा व्हावा, अशा प्रश्नांची उत्तरे जनतेला मिळालीच पाहिजेत. काही विकासकामांमध्ये भूसंपादनासारख्या अडचणी येतात, किंवा क्वचित खर्चातही वाढ होते, असे पूर्वानुभव आहेत. त्यामुळे त्याच्या तरतुदींमध्ये आधीच पैसे अडकवून ठेवणे अव्यवहार्य ठरते, हे मान्य; परंतु ही रक्कम एक लाख कोटी रुपयांपर्यंत जावी, हे समर्थनीय नाही. एखाद्या गरीब कुटुंबातल्या गृहिणीची महिन्याअखेरीला हातातोंडाशी गाठ यावी, तशी वेळ तज्ज्ञांची फौज हाताशी असलेल्या संपन्न महाराष्ट्रापुढे का येते, ही विचार करण्याजोगी बाब नक्कीच. 'आर्थिक शिस्त' हा प्रगतीचा पाया आहे, याचे विस्मरण होऊन चालणार नाही. आपत्तीमध्ये पूर्वीचे नियोजन बाजूला ठेवून तिजोरी खुली करावीच लागते; परंतु विकास साधण्यासाठी दीर्घकालीन नियोजनाला सोडचिठ्ठी देणे, हे आपल्याच पायावर कुऱ्हाड मारून घेतल्यासारखे होईल. पुरवणी मागण्यांचे प्रमाण अर्थसंकल्पाच्या पाच टक्क्यांच्या आत असावे, असे जाणकार सांगतात, पण हल्ली त्या मर्यादेचे उल्लंघन, ही नित्याची बाब ठरली आहे. त्यामुळेच हा अतिरेक म्हणजे नियोजन कोलमडून पडण्याचे निदर्शक आहे, की त्यामागेही काही ह्यनियोजनह्ण आहे, अशी शंका आल्यावाचून राहत नाही. गेल्या काही दशकांमध्ये राजकीय फायद्यासाठी लोकानुनय, हे सर्वच सरकारांचे व्यवच्छेदक लक्षण बनले असून, अर्थसंकल्प आणि निवडणुकीच्या जाहीरनाम्यांमधील सीमारेषा पुसट झाल्या आहेत. अर्थसंकल्पात लोकानुनयी उधळपट्टीच्या योजनांचा पाऊस पाडला जातो आणि दोन महिन्यांनी चोरपावलांनी मागण्यांच्या पुरवण्या सादर होतात; 'आता हे सगळे खर्च करण्याविना पर्याय नाही,' असा दबाव आणून ते मान्य करवून घेतले जातात. मग लोकप्रिय घोषणांसाठी एक आणि अनिवार्य खर्चासाठी दुसरा, असे सरळसरळ दोन अर्थसंकल्प मांडण्याचा 'क्रांतिकारी' पायंडा सुरू करण्यास काय हरकत आहे? तशीही अन्य राज्यांना 'दिशा' देण्याची आपली परंपरा आहेच की!

दीर्घकालीन नियोजनामुळे चीनची भारतापुढे आघाडी!

चीन भारताच्या इतका पुढे कसा गेला? याचे पहिले कारण म्हणजे दीर्घकालीन नियोजन. चीनमध्ये प्रत्येक पाच वर्षांनी राष्ट्रीय विकास योजना तयार केली जाते. ऊर्जा उत्पादन, वितरण, संशोधन आणि गुंतवणुकीसाठी स्पष्ट उद्दिष्टे ठरवली जातात. भारतातही नियोजन आयोग आणि नंतर नीती आयोगाच्या माध्यमातून नियोजन केले जाते, पण राजकीय बदल, राज्य सरकारांचे वेगवेगळे प्राधान्यक्रम आणि प्रशासकीय प्रक्रियांमुळे सातत्य राखणे अनेकदा कठीण ठरते. त्यामुळे विकासाची गती रोडावते. चीनमध्ये एकाधिकारशाही आणि भारतात लोकशाही, हेही एक प्रमुख कारण आहे.



अमेरिका-इराण यांच्यात उभय पक्षीय शांतता करार झाल्यानंतर आखातात सुरू असलेले युद्ध थांबले आहे, तरी या युद्धांच्या कालावधीत ऊर्जा समस्या किती गंभीर स्वरूप धारण करू शकते याचा अनुभव भारतासारख्या देशाला आलेला आहे. तेव्हा जागतिक ऊर्जा बाजारात अस्थिरता निर्माण झाली. कच्च्या तेलाच्या किमती वाढल्या, पुरवठा साखळीवर परिणाम झाला आणि अनेक देशांच्या ऊर्जा सुरक्षेबाबत चिंता व्यक्त करण्यात आली. भारतासारख्या विशाल लोकसंख्या आणि वेगाने वाढणारी अर्थव्यवस्था असलेल्या देशासाठी अशा प्रकारचे संकट मोठे आव्हान ठरू शकते. मात्र अशा संकटांमधूनच भविष्यातील दिशा निश्चित होत असते. या संघषामुळे भारतासमोर एक महत्त्वाचा प्रश्न पुन्हा उभा राहिला आहे. देशाने पारंपरिक ऊर्जा स्रोतांवरील अवलंबित्व कमी करून नवीकरणीय आणि स्वदेशी ऊर्जा स्रोतांकडे अधिक वेगाने वाटचाल करायला हवी का? या प्रश्नाचे उत्तर शोधताना चीनचे उदाहरण महत्त्वाचे ठरते.

भारत आणि चीन हे जगातील सर्वाधिक लोकसंख्या असलेले दोन देश आहेत. दोघांची अर्थव्यवस्था झपाट्याने वाढत आहे आणि दोघांनाही प्रचंड प्रमाणात ऊजेर्ची गरज आहे. मात्र ऊर्जा क्षेत्रातील प्रगतीचा वेग पाहिला तर चीन भारताच्या खूप पुढे गेल्याचे दिसते. भारताला 1947 मध्ये स्वातंत्र्य मिळाले, तर चीनमध्ये १९४९ मध्ये कम्युनिस्ट क्रांती झाली. दोन्ही देशांची आर्थिक परिस्थिती त्या काळात जवळपास सारखीच होती. गरिबी, कमी औद्योगिकीकरण आणि मर्यादित ऊर्जा उत्पादन ही दोघांचीही वास्तवता होती. मात्र पुढील सात दशकांत चीनने ऊर्जा क्षेत्रात प्रचंड झेप घेतली, तर भारताची प्रगती तुलनेने संथ राहिली. स्वातंत्र्यानंतर भारताने कोळसा, जलविद्युत आणि तेल या तीन प्रमुख स्रोतांवर भर दिला. देशातील औद्योगिक विकासासाठी कोळसा हा मुख्य आधार बनला. कोळसा खाणींचे राष्ट्रीयीकरण करण्यात आले आणि 1975 मध्ये उङ्ख' कल्ल्रि ची स्थापना करण्यात आली. आजही भारतातील सुमारे ७० टक्के वीज कोळशापासून तयार होते. त्यामुळे कोळसा हा भारताच्या ऊर्जा सुरक्षेचा कणा मानला जातो. याच काळात मोठ्या धरणांच्या उभारणीवर भर देण्यात आला. भाक्रा-नांगल, हिराकूड आणि दामोदर व्हॅलीसारखे प्रकल्प हे केवळ सिंचनासाठी नव्हे तर जलविद्युत निर्मितीसाठीही महत्त्वाचे ठरले. पंडित जवाहरलाल नेहरू यांनी या धरणांना आधुनिक भारताची मंदिरे असे संबोधले होते.

तेल आणि नैसर्गिक वायू क्षेत्रातही भारताने प्रयत्न केले. ओएनजीसीची स्थापना झाली आणि मुंबई हाय तेलक्षेत्राचा शोध लागला. तरीदेखील भारत आज आपल्या तेलाच्या गरजेपैकी 85 टक्क्यांहून अधिक तेल आयात करतो. त्यामुळे ऊर्जा सुरक्षेचा प्रश्न कायम राहिला आहे. दुसरीकडे चीनने 1949 नंतर पूर्णपणे वेगळा मार्ग स्वीकारला. कम्युनिस्ट सरकारने ऊर्जा क्षेत्राला राष्ट्रीय विकासाचे मुख्य साधन मानले. चीनकडे मोठ्या प्रमाणात कोळसा साठे होते आणि त्यांचा आक्रमक वापर करण्यात आला. हजारो कोळसा खाणी विकसित करण्यात आल्या. आज जगातील जवळपास निम्मा कोळसा चीन वापरतो. 1980 च्या दशकात डेंग शियाओपिंग यांनी आर्थिक सुधारणा सुरू केल्या आणि चीनने जगाची उत्पादन राजधानी बनण्याचा निर्धार केला. कारखाने, औद्योगिक क्षेत्रे आणि निर्यात केंद्रे उभारण्यासाठी प्रचंड प्रमाणात विजेची गरज होती. त्यामुळे कोळसा-आधारित ऊर्जा प्रकल्पांची मोठ्या प्रमाणावर उभारणी करण्यात आली. याच काळात चीनने ऊर्जा क्षेत्रात भारतापेक्षा मोठी आघाडी घेतली. जलविद्युत क्षेत्रातही चीनने विक्रमी गुंतवणूक केली. यांगत्से नदीवरील थ्री गॉर्जेस धरण हे जगातील सर्वात मोठ्या जलविद्युत प्रकल्पांपैकी एक आहे. या एकाच प्रकल्पाची ऊर्जा क्षमता अनेक देशांच्या एकूण क्षमतेपेक्षा जास्त आहे. अणुऊर्जेच्या क्षेत्रात चीनने गेल्या दोन दशकांत मोठी झेप घेतली. आज चीनमध्ये 50 पेक्षा जास्त अणुभट्ट्या कार्यरत आहेत आणि अनेक नवीन प्रकल्प बांधकामाधीन आहेत. भारतात मात्र अणुऊजेर्चा वाटा अजूनही सुमारे 3 टक्क्यांच्या आसपास आहे. सध्या भारताच्या ऊर्जा मिश्रणात कोळसा सुमारे 70 टक्के, जलविद्युत 10 टक्के, सौर आणि पवन ऊर्जा 15 टक्क्यांच्या आसपास, अणुऊर्जा 3 टक्के आणि नैसर्गिक वायू सुमारे 4 टक्के आहे. चीनमध्ये कोळशाचा वाटा कमी होत असला तरी तो अजूनही 55 ते 60 टक्क्यांच्या आसपास आहे. मात्र जलविद्युत, सौर, पवन आणि अणुऊजेर्चा वाटा भारतापेक्षा लक्षणीय जास्त आहे. विशेष म्हणजे नवीकरणीय ऊर्जेच्या क्षेत्रात चीनने जगावर जवळपास वर्चस्व निर्माण केले आहे.

जगातील सुमारे 80 टक्के सौर पॅनेल चीनमध्ये तयार होतात. इलेक्ट्रिक वाहनांच्या उत्पादनात आणि बॅटरी तंत्रज्ञानातही चीन आघाडीवर आहे. जगातील सर्वात मोठ्या एश कंपन्या आणि बॅटरी उत्पादक कंपन्या चीनमध्ये आहेत. ऊर्जा क्षेत्रातील सर्वात मोठा बदल सध्या इलेक्ट्रिक वाहनांमुळे होत आहे. पेट्रोल आणि डिझेलवरील अवलंबित्व कमी करण्यासाठी अनेक देश एश कडे वळत आहेत. या क्षेत्रात चीन भारताच्या खूप पुढे आहे. चीनमध्ये 2025-26 दरम्यान नव्याने विकल्या जाणाऱ्या वाहनांपैकी 50 टक्क्यांपेक्षा जास्त वाहनं एश किंवा प्लग-इन हायब्रिड आहेत. चीनमध्ये इ ऊ ठक्ड, ढील्लें आणि ङ्मी'८ सारख्या कंपन्यांनी जागतिक बाजारपेठेत मोठी आघाडी घेतली आहे. चीनमध्ये रस्त्यावर धावणाऱ्या एश वाहनांची संख्या कोट्यवधींमध्ये आहे. चार्जिंग स्टेशनचे जाळे देशभर पसरलेले आहे. सरकारकडून अनुदान, स्वस्त बॅटरी आणि मजबूत उत्पादन व्यवस्था यामुळे एश क्रांती शक्य झाली.

भारतामध्येही एश क्षेत्र झपाट्याने वाढत आहे. ळंइं टङ्घइङ्घ१२, ट्रॅल्लिं, ड' ए१३१, अङ्मी१ आणि ळश्र सारख्या कंपन्या बाजारात सक्रिय आहेत. मात्र एकूण वाहन विक्रीमध्ये एश चा वाटा अजूनही तुलनेने कमी आहे. भारतातील एश बाजार मुख्यतः दुचाकी आणि तीनचाकी वाहनांमध्ये वाढत आहे. चार्जिंग पायाभूत सुविधा, बॅटरी उत्पादन आणि कच्चा माल यामध्ये अजूनही मोठी गुंतवणूक आवश्यक आहे. मग चीन भारताच्या इतका पुढे कसा गेला? याचे पहिले कारण म्हणजे दीर्घकालीन नियोजन. चीनमध्ये प्रत्येक पाच वर्षांनी राष्ट्रीय विकास योजना तयार केली जाते. ऊर्जा उत्पादन, वितरण, संशोधन आणि गुंतवणुकीसाठी स्पष्ट उद्दिष्टे ठरवली जातात. भारतातही नियोजन आयोग आणि नंतर नीती आयोगाच्या माध्यमातून नियोजन केले जाते, पण राजकीय बदल, राज्य सरकारांचे वेगवेगळे प्राधान्यक्रम आणि प्रशासकीय प्रक्रियांमुळे सातत्य राखणे अनेकदा कठीण ठरते. दुसरे कारण म्हणजे निर्णय घेण्याचा वेग. चीनमध्ये कम्युनिस्ट सरकार असल्यामुळे एखादा ऊर्जा प्रकल्प मंजूर झाला की जमीन अधिग्रहण, पर्यावरणीय मंजुरी आणि बांधकामाची प्रक्रिया तुलनेने जलद होते. भारतात मात्र लोकशाही व्यवस्थेमुळे नागरिक, न्यायालये, पर्यावरणीय संस्था आणि स्थानिक समुदाय यांचा सहभाग असतो. त्यामुळे प्रकल्प अधिक पारदर्शक होतात, पण त्यांना वेळही अधिक लागतो. याचे परिणाम आकडेवारीत स्पष्ट दिसतात. भारताची एकूण वीज निर्मिती क्षमता सुमारे 480 गिगावॅटच्या आसपास आहे, तर चीनची क्षमता 3500 गिगावॅटपेक्षा अधिक आहे. म्हणजेच चीनची ऊर्जा निर्मिती क्षमता भारतापेक्षा अनेक पटींनी मोठी आहे. तथापि चीनचे मॉडेल पू

रंगाला अनुसरून करा मेकअप



गोऱ्या रंगासाठी :
आपला रंग गोरा असेल तर ती निसर्गाकडून मिळालेली उत्तम देणगी आहे. पण जर गोरा असूनही आपला रंग काहीसा दबल्यासारखा वाटत असेल तर त्यावरही उपाय आहे. त्यात चमक आणण्यासाठी पीच वा शियर ब्रांझ ब्लशर लावायला हवा. तो नैसर्गिक रंगात राखू इच्छित असाल तर पेल पिंक रंगाची शेडही सोबत लावा. डोळ्यांना नेव्ही ब्ल्यू, सिल्व्हर ग्रे, सॉफ्ट पेस्टल, लायलॅक, स्काय ब्ल्यू, वा टेराकोटा रंग खूप शोभेल. तसेच न्यूड, बेबी पिंक, रोझी ब्राऊन व शिअर रोड लिपस्टिक वापरायला हवी.

गडद रंगाच्या त्वचेसाठी :
ब्लशरमध्ये डीफ प्लम, डार्क रोझ वा करेंट लावावे. डोळ्यांच्या सौंदर्यासाठी ब्राऊन मॅट, गोल्ड ब्रांझ वा सिल्व्हरची शिमरी शेड लावावी. लिपस्टिकसाठी ब्लॅक बेरी, पिच, डीफ रेड, पर्पल, करॅमल यापैकी कोणताही रंग निवडू शकता.

पिवळ्या रंगाची त्वचा :
या त्वचेवर लाल वा नारंगी रंगाचा वापर करू नये. ब्राऊनिश रोझ वा कोको ब्राऊन, डीफ पर्पल वा मिडलाईट ब्ल्यऊआयशॅडो वापरावा. ओठ सुंदर दिसण्यासाठी रोझी बेझ, डीफ रेड वा शियर ब्राऊन यापैकी काहीही लावू शकतात.

गव्हाळ त्वचेसाठी :
या रंगाची रंगत वाढवण्यासाठी रोझ शेड वा म्युटेड टाऊनी ब्लशर वापरावा. ऑरेंज बेस कधीही लावू नये. डोळ्यांसाठी अर्थ टेन शेड म्हणजेच डार्क ग्रे, बेझ, मशरुम शेड वापरू शकता. ओठ नॅचरल दिसण्यासाठी शियर वा बेरी टिंटेड ग्लास लावावेत.

डेंग्यू तापामुळे निर्माण होतात ह्या समस्या

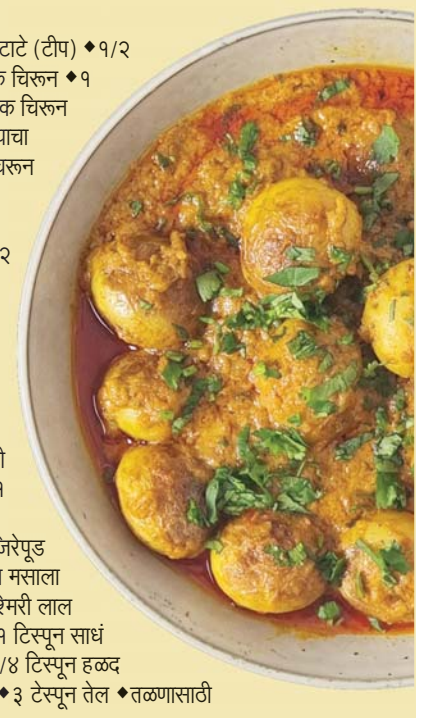
डेंग्यूचा ताप हा एक व्हायरल एडीस इजिप्ती डासांनी पसरणारे संक्रमण आहे. असा ताप आला असता लगेच उपचार न केल्याने रुग्णाची परिस्थिती गंभीर होऊ शकते. यासाठी डेंग्यूचा उपचार वेळेवर करणे गरजेचे आहे. डेंग्यूच्या तापाने शरीरावर रक्ताचे डाग आणि डेंग्यू आघात सिंड्रोम सारखी लक्षणे निर्माण होऊ शकतात. यामुळे फुफ्फुस, यकृत आणि हृदयाला धोका निर्माण होतो.

काय आहेत डेंग्यूच्या तापाची लक्षणे –
- पोटात दुखणे
- नाक, तोंड आणि हिरड्यातून रक्तस्राव होणे
- रक्ताची किंवा सुकी उलटी होणे
- भूक कमी होणे
- थकवा येणे
- सांधे किंवा मांसपेशी दुखणे

डेंग्यू आघाताचे सिंड्रोम–
डेंग्यू आघात सिंड्रोममुळे त्वचेवर रक्ताचे छोटे डाग दिसतात आणि त्वचेच्या खाली रक्ताचे मोठे डाग दिसू शकतात.
- ब्लड प्रेशर कमी होते
- श्वास घेताना त्रास होतो
- थंड आणि चिकट त्वचा
- तोंड कोरडे पडते
- अस्वस्थता जाणवते



काश्मिरी दम आलू



साहीत्य :
◆१५ ते १८ लहान बटाटे (टीप) ◆१/२ कप कांदा, बारीक चिरून ◆१ कप टोमॅटो, बारीक चिरून ◆१/२ इंच आल्याचा तुकडा, बारीक चिरून ◆४ ते ६ मोठ्या लसूण पाकळ्या, बारीक चिरून ◆२ टेस्पून काजूची पूड ◆४ टेस्पून दही, फेटून ◆१/२ टिस्पून सुंठ पावडर, १ टिस्पून बडीशेप पावडर, २ चिमटी लवंग पावडर ◆१ टिस्पून धणेपूड ◆१/२ टिस्पून जिरेपूड ◆१ टिस्पून गरम मसाला ◆२ टिस्पून काश्मिरी लाल तिखट (टीप) ◆१ टिस्पून साधं लाल तिखट ◆१/४ टिस्पून हळद ◆चवीपुरते मिठ ◆३ टेस्पून तेल ◆तळणासाठी तेल

कृती :
◆बटाटे धुवून घ्यावेत. पातेल्यात मिठाचे पाणी उकळवावे. त्यात हे बटाटे सोडून १० मिनीटे झाकण ठेवून किंचीत शिजू द्यावे, जेणेकरून वरचे साल काढता येईल. १० मिनीटांनी पातेल्यातील गरम पाणी काढून गार पाणी सोडावे. आणि बटाट्याचे साल काढून घ्यावे. ◆कढईत तेल गरम करून त्यात बटाटे मिडीयम हाय आचेवर गोल्डन ब्राऊन तळून घ्यावे. खुप भरभर तळून काढू नये. नाहीतर बटाटे बाहेरून ब्राऊन होतात आणि आतून शिजत नाहीत. तळलेले बटाटे टिपकागदावर काढून घ्यावेत. काट्याने किंचीत टोचून घ्यावे, म्हणजे ग्रेव्हीमध्ये घातल्यावर आतपर्यंत ग्रेव्ही मुरेल. ◆कढईत २ चमचे तेल गरम करून त्यात आले लसूण परतावे. कांदा घालून लालसर होईस्तोवर परतावे. साधं लाल तिखट, काजूची पूड आणि टोमॅटो घालावा.मिठ घालून टोमॅटो अगदी नरम होईस्तोवर परतावे. हा मसाला थोडा गार होवू द्यावा. नंतर थोडे पाणी घालून मिक्सरमध्ये एकदम बारीक वाटून घ्यावे. ◆त्याच कढईत १ चमचा तेल घालून हळद आणि काश्मिरी लाल तिखट घालावे. त्यावर कांदा-टोमॅटोची प्युरी घालावी. प्युरी उकळायला लागली कि त्यात सुंठ पावडर, बडीशेप पावडर, लवंग पावडर, धणेपूड, जिरेपूड, गरम मसाला घालून मिक्स करावे. ◆दही घालण्यापूर्वी ५ मिनीटे आच एकदम कमी करावी. नंतर दही घालून भराभर मिक्स करावे म्हणजे दही फुटणार नाही. एग बिटरने मिक्स करावे म्हणजे दही व्यवस्थित मिक्स होईल. ◆दही निट मिक्स झाले कि तळलेले बटाटे घालावेत आणि झाकण ठेवून १५ मिनीटे ग्रेव्ही आटू द्यावी. मधेमधे झाकण काढून ढवळावे म्हणजे ग्रेव्ही तळाला चिकटणार नाही.

टीपा :
◆जर लहान बटाटे नसतील बटाट्याचे मोठे तुकडे करून वरीलप्रमाणेच वापरता येतील.
◆काश्मिरी तिखट रंग येण्याकरता घातले आहे. या मिरची पावडरला तिखटपणा नसतो म्हणून नेहमीच्या वापरातील लाल तिखटही घालावे.

१० पदार्थ तुम्हाला तरुण ठेवतील



जगात असे अनेक पदार्थ आहेत जे खाल्ल्याने चेहऱ्यावर कधीही सुरकुत्या पडत नाहीत. यामुळे तुम्ही कायम तरुण राहाल. संशोधन देखील असे आढळून आले आहे की प्राचीन लोक ओमेगा ३ आणि जिनसेंग असलेले पदार्थ खात असत. हे खाल्ल्याने ते दीर्घकाळ मजबूत राहत असत.

१. पपई : पपई आपली डेड स्किन हटवण्यात मदत करतं. ज्याने त्वचा चमकदार होते आणि ग्लो करते. यात पपाइन नावाचे एंजाइम आपल्याला दीघार्यु बनवण्यात मदत करतात.

२. डाळिंब : डाळिंबात व्हिटॅमिन सी आणि अँटी-ऑक्सिडंट्स भरपूर प्रमाणात असतात. डाळिंब रक्त शुद्ध करण्यासोबतच शरीरातील रक्ताचे प्रमाणही वाढवते. हे औषधी गुणधर्मांनी परिपूर्ण फळ आहे.

३. ब्रोकली : यात व्हिटॅमिन सी, फोलेट, फायबर आणि कॅल्शियम आढळतं ज्याने पोट साफ राहतं आणि त्वचा निरोगी राहण्यास मदत होते.

४. मासे: माशांमध्ये ओमेगा ३ फॅटी ॲसिड असते, त्यामुळे योग्य प्रमाणात खाल्ल्यास त्वचा तरुण राहते.

५. टोमॅटो: हे देखील एंटी एजिंग फूड आहे. त्यात लाइकोपीन असते. याशिवाय त्वचेला तरुण ठेवणारे सर्व अँटिऑक्सिडंट्स यामध्ये असतात.

६. ब्लूबेरी: त्यात भरपूर जीवनसत्त्वे अ आणि क असतात आणि त्यात अँथोसायनिन नावाचे अँटिऑक्सिडेंट देखील असते. त्वचेचे वय कमी करण्यासाठी हे उपयुक्त आहे. हे कायम तरुण ठेवण्यास सक्षम आहे.

७. पालक : यात आयरनसोबत फॉलिक ॲसिड आढळतं ज्याने डीएनए रिपेयर करण्यास मदत होते, त्यामुळे वृद्धत्वाची प्रक्रियाही मंदावते. हे डोळ्यांसाठीही हे खूप फायदेशीर आहे.

८. ड्राय फूड : ड्राय फूडमध्ये बदाम, मनुका, शेंगदाणे, खुबानी, खजूर आणि अक्रोड हे असे ड्राय फ्रूट्स आहेत जे रोगप्रतिकारक शक्तीसाठी तसेच तरुण राहण्यास मदत करतात.

९. दही : दह्याला देखील एंटी एजिंग फूडमध्ये सामील केलं जातं. याचे नियमाने सेवन केल्याने एजिंग प्रोसेस अचानक मंद होऊ लागते. त्वचेसाठी हे खूप फायदेशीर आहे.

१०. जिनसेंग : जिनसेंग हे सर्वात जास्त वापरल्या जार्णाया औषधी वनस्पतींपैकी एक आहे. त्याची मुळे आशिया आणि उत्तर अमेरिकेतील अनेक रोगांवर उपचार करण्यासाठी वापरली जातात. रोगप्रतिकार शक्ती मजबूत करण्यासाठी आणि थकवा दूर करण्यासाठी हे खूप फायदेशीर मानले जाते. हे बाजारात थेट मिळत नसून टॅब्लेट किंवा टॉनिकमध्ये उपलब्ध असते.

अस्वीकरण : औषध, आरोग्य टिप्स, योग, धर्म, ज्योतिष इत्यादी विषयांवर वेब जगतात प्रकाशित/प्रसारण केलेले व्हिडिओ, लेख आणि बातम्या फक्त तुमच्या माहितीसाठी आहेत. या संबंधी कोणताही प्रयोग करण्यापूर्वी तज्ञांचा सल्ला घ्या.

खेळानंतर स्नॅक्सचे सेवन मुलांसाठी घातक

अनेक मुले खेळून आल्यानंतर जास्त स्नॅक्स सेवन करतात, त्यांच्यात त्यामुळे अनावश्यक उष्मांक वाढतात. परिणामी त्यांना आवश्यक असलेला आरोग्यावरील परिणाम साध्य होताना दिसत नाही, त्यानंतर मग आहारात बदल करण्याची वेळ येते, असे एका संशोधनात दिसून आले आहे. 'अमेरिकन जर्नल ऑफ हेल्थ बिहॅवियर' या नियतकालिकात म्हटले आहे की, मुलांमध्ये खेळत असताना प्रत्येक खेळातून १७० उष्मांक जाळले जातात. हे खरे असले तरी खेळानंतर मुले अंदाजे २१३ उष्मांक घेतात. शाळेत खेळानंतर मुले दमतात व त्या नादात ते जास्त स्नॅक्स सेवन करतात. तरुणांच्या क्रीडा स्पर्धा, वाढदिवस यात स्नॅक्स सेवन करण्याची संस्कृतीच अमेरिकेत रूढ आहे, असे ब्रिगहॅम यंग विद्यापीठाच्या प्रमुख संशोधक लोरी स्ट्रुअन्स यांचे म्हणणे आहे. खेळून आल्यानंतर मुलांनी गोड पदार्थ सेवन केल्याने त्यांच्यात उष्मांक वाढतात. या संशोधनानुसार तिसरी-चौथीतील मुले फुटबॉल, फ्लॅग फुटबॉल, बेसबॉल, सॉफ्टबॉल खेळतात. त्यांचे हे खेळ शारीरिक व्यायाम देणारे असले तरी नंतर ते उष्मांक वाढवणारे स्नॅक सेवन करतात त्यामुळे हवा तो परिणाम साध्य होत नाही. आईवडीलच या मुलांना ८० टक्के वेळा स्नॅक्स घेऊन देतात. ९० टक्के वेळा गोड शीतपेयेही घेऊन देतात, त्यामुळे त्यांच्या आरोग्यावर वाईट परिणाम होतो. संशोधकांच्या मते खेळानंतरच्या स्नॅक्समधून २६ ग्रॅम साखर पोटात जाते. यात साखरयुक्त शीतपेये व इतर पेये मोठी घातक ठरतात. मुलांनी वयाच्या पाचव्या वर्षांपासून साठ मिनिटे तरी खेळले पाहिजे. त्याबरोबर जर उष्मांक अतिरिक्त वाढत असतील तर ते घातक आहे त्यामुळे मुलांना स्नॅक्स देताना ते विचारपूर्वक दिले पाहिजेत.



केळी खाण्याचे ५ फायदे



महाराष्ट्रासह देशातील सर्वात लोकप्रिय फळांपैकी केळी एक आहे. याचे अनेक प्रकार आहेत. केळ्यांमध्ये भरपूर पोषक असतात. शरीराला ऊर्जा देणारे कर्बोदके आणि हृदय मजबूत ठेवणारे पोटॅशियम असतं. गोड, पिवळ्या रंगाची केळी जास्त मिळतात. हिरवी केळीही आपल्याकडे उपलब्ध आहेत. हिरवी केळी बहुतेक भाजी म्हणून वापरली जातात.

केळ्यांमध्ये ८० ग्रॅम पोषक घटक आढळतात
ऊर्जा: ६५ kcal
प्रथिने: १ ग्रॅम
चरबी: ०.१ टक्के
कर्बोदकं: १६.२ ग्रॅम
फायबर: १.१ ग्रॅम
पोटॅशियम: २६४ मिलीग्रॅम

केळ्यांचे फायदे

पचन प्रक्रियेला मदत – केळ्यांमध्ये पेक्टीन भरपूर प्रमाणात असतं त्यामुळे आतड्यांचं काम सुधारतं. अन्न पचन प्रक्रियेला मदत होते. फायबर शरीरातलं कोलेस्टेरॉल कमी करतं. केळ्यांमध्ये फायबर असल्याने खाल्ल्यावर पोट भरल्यासारखं वाटतं. ज्या गोष्टी पचायला कठीण असतात त्या केळ्यांमधल्या कर्बोदकांमुळे पचन प्रक्रियेला मदत करतात. केळ्यांमुळे जीवाणूंच्या वाढीला प्रोत्साहन देतं. असिड निर्मितीत योगदान देतं.

हृदय सुरक्षित – केळ्यांमध्ये पोटॅशियम असतं. शरीरातल्या सगळ्यात महत्त्वाच्या इलेक्ट्रोलाइट्सपैकी एक आहे. यामुळे हृदयाचं काम सुधारतं. शरीरातील द्रवपदार्थांचं संतुलन राहतं. रक्तदाब नियंत्रणात राहतो. रक्तदाब कमी करण्यासाठी आणि हृदयविकाराचा झटका टाळण्यासाठी पोटॅशियम उपयुक्त असल्याचं सिद्ध झालं आहे. साहजिकच केळी खाणं शरीराला फायदेशीर असतं.

छातीतली जळजळ – केळी पोटातल्या असिडचं संतुलन राखतं. ल्युकोसायनिडिन आतड्याचे पातळ आवरण घट्ट होण्यास मदत करते. पिकलेली केळी छातीत जळजळीपासून आराम देते.

ऊर्जा – केळी शरीराला उच्च उष्मांक ऊर्जा प्रदान करते. इतर फळांच्या तुलनेत केळीमध्ये साखरेचे प्रमाण जास्त असते. फायबरसह सुक्रोज, फ्रक्टोज, ग्लुकोज शरीराला आवश्यक ऊर्जा पुरवतात. पोटॅशियम स्नायूंच्या हालचालींना मदत करते आणि पेटके कमी करते.

तणाव कमी करतं – केळीमध्ये आढळणारे ट्रिप्टोफॅन हे अमिनो ॲसिड शरीराद्वारे सेरोटोनिनमध्ये रूपांतरित होते, जे मेंदूला शांत करण्यास मदत करते. हे सेरोटोनिन मेंदूला आराम करण्यास मदत करते. हे तणाव दूर करते आणि उत्साही करते.

केळी कोण खाऊ शकतं?
हो, प्रत्येकजण केळी खाऊ शकतो. काहींना केळ्याचा त्रास होऊ शकतो. जसं काहींना मायग्रेनचा त्रास होतो. काहींना अलर्जी असू शकते. तुम्हाला अलर्जी असेल तर केळं खाल्ल्यावर काही मिनिटात त्रास होऊ लागतो. अशा प्रकारच्या ऍलर्जीना ॲनाफिलेक्सिस म्हणतात. असे झाल्यास, त्वरित वैद्यकीय मदत घ्या. मधुमेह असलेल्या व्यक्तींनी फार केळं खाऊ नये. काही औषधं रक्तातली पोटॅशियमची पातळी वाढवू शकतात. अशी औषधे वापरत असल्यास, केळीसारखे पोटॅशियम जास्त असलेले पदार्थ खाण्यापूर्वी काळजी घ्या.

काय दूध व्हेगन फूड आहे?



दुधाला शाकाहारी मानण्याआधी हे समजून घ्यावे लागेल की शाकाहारी म्हणजे काय? व्हेगनमध्ये सर्व शाकाहारी आहारांचा समावेश होतो जो थेट निसर्गाकडून मिळतो. यामध्ये असे अनेक आहार सोडले जातात ज्यात प्राणी किंवा मांसाहारी असण्याची किंचितशी देखील शक्यता असते. व्हेगनमध्ये सीफूड देखील वगळले जाते. त्याचप्रमाणे जर आपण दुधाबद्दल बोललो तर ते निसर्गाकडून मिळते का? दुधाचे रक्त पांढरे आहे का? दुधाला अनेकजण पांढरे रक्त मानतात. जगात असे कोणतेही अन्न नाही जे शाकाहारी आहारात ठेवता येईल. अशा परिस्थितीत दूध पांढऱ्या रक्ताच्या श्रेणीत ठेवणारे लोकही सापडतील. प्राचीन काळापासून आजतागायत दूध हे शाकाहारी की मांसाहारी याबाबत वाद होत आला आहे. या विषयावर अनेक संशोधन होऊनही दूध कोणत्या श्रेणीत ठेवावे हे अद्याप सिद्ध झालेले नाही. तथापि प्रोटेस्टंट खिश्चनांनी 17 व्या शतकापासूनच दूध आणि त्यापासून बनवलेल्या इतर पदार्थांवर बंदी घालण्यास सुरुवात केली होती. दूध हा मांसाहार आहे, अशी या शाखेची समजूत होती.

दूध हे शाकाहारी पेय नाही: प्राण्यांच्या उत्पत्तीचे प्रत्येक अन्न शाकाहारी आहारात समाविष्ट केले जात नाही. शाकाहारी आहारात केवळ मांसच नाही तर दुग्धजन्य पदार्थ, अंडी आणि मध देखील वगळले जातात. याव्यतिरिक्त शाकाहारी खाद्यपदार्थांमध्ये पशू कृषीचे कोणतेही उप-उत्पादने नसतात, जसे की चरबी, मठ्ठा किंवा जिलेटिन.

ओशोंच्या दृष्टीने दूध: गायी जेव्हा दूध देतात तेव्हा त्या माणसाच्या मुलासाठी दूध देत नाहीत. आणि जेव्हा एखाद्या माणसाचे मूल ते दूध पिऊन त्याच्यामध्ये बैलासारखी वासना निर्माण होते, तेव्हा त्यात आश्चर्य वाटण्यासारखे काहीच नाही. ते मानवी अन्न नाही. बालपणाच्या काही काळानंतर मनुष्य सोडून कोणताही प्राणी दूध पीत नाही. दूध हा मांसाहाराचा एक भाग आहे. दूध हे मांसाहारी आहे, कारण ते आईच्या रक्त आणि मांसापासून बनते. हा सर्वात शुद्ध मांसाहार आहे.

आरोग्यासाठी लिंबाचे फायदे

लिंबू हे फळ आरोग्याच्या दृष्टीने अत्यंत उपयोगी आहेच, पण त्याशिवाय त्वचेच्या सौंदर्यासाठी देखील याचा वापर करण्याची पद्धत फार प्राचीन काळापासून अस्तित्वात आहे. लिंबाचा सुवास हा मन प्रफुल्लित करणारा आहे. किंबहुना मन उदास असताना लिंबाचा सुवास मनाला प्रसन्नता देणारा असल्याचे तज्ज्ञ म्हणतात. लिंबामध्ये जीवाणू प्रतिरोधक तत्त्वे आहेत. लिंबाचा रस हा केवळ त्वचेसाठी नाही, तर केसांच्या उत्तम आरोग्यासाठीही उपयुक्त आहे. लिंबाचा रस त्वचेवर लावल्याने त्यामुळे चेहऱ्यावरील काळे डाग, मुरुमे, पुटकुळ्या आणि इतर समस्या कमी होण्यास मदत होते. लिंबाच्या फोडी गुडघ्यांवर किंवा कोपरांवर चोळल्यास तेथील काळसरपणा आणि कोरडेपणा दूर होऊन तेथील त्वचा मुलायम होण्यास मदत होते. नखांवर आलेला पिवळेपणा हटवण्यासाठीही लिंबाचा रस उपयुक्त आहे. लिंबाचा रस संधिवात आणि पचनाशी निगडित समस्या दूर करण्याच्या उद्देशाने उपयुक्त आहे. तसेच ज्यांना किडनीशी निगडित विकार असतील, त्यांच्यासाठी



लिंबाच्या रसाचे पाण्यामध्ये मिसळून केले गेलेले सेवन उपयुक्त ठरते. या रसाच्या नियमित सेवनाने मलेरिया आणि कॉलरासारख्या रोगांची प्रतिकारशक्ती शरीरामध्ये निर्माण होत असते. लिंबामध्ये 'क' जीवनसत्त्व मोठ्या प्रमाणावर असून, यामध्ये 'इ' आणि 'अ' जीवनसत्त्वे, तांबे, क्रोमियम आणि भरपूर प्रमाणात अँटी ऑक्सिडंट्स असतात. लिंबाच्या फोडी रात्री झोपताना झोपण्याच्या खोलीमध्ये ठेवल्याने खोलीतील हवा जंतुमुक्त होते, तसेच खोलीमध्ये लिंबाचा मन प्रसन्न करणारा सुवासही दरवळत राहतो. रात्री झोपण्यापूर्वी लिंबाच्या फोडी झोपण्याच्या खोलीमध्ये ठेवल्या गेल्यास सर्दी-पडसे किंवा एखादी ॲलर्जी लवकर बरी होण्यास मदत होते.

अनेक गुणांचा खजिना : काकडी

जगामध्ये सर्वप्रथम ज्या भाज्या पेरल्या आणि उगवल्या गेल्या त्यामध्ये काकडी या फळभाजीचा समावेश आहे. काकडीची पैदास भारतामध्ये सर्वात आधी उत्तर भारतामध्ये सुरू झाली. वर्तमान काळामध्ये संपूर्ण जगामध्ये मोठ्या प्रमाणावर उगवल्या जाणाऱ्या भाज्यांमध्ये टोमॅटो, कांदे आणि फुलकोबी पाठोपाठ काकडीची पैदास सर्वात जास्त होत असते. अनेक जीवनसत्त्वे आणि क्षार यांनी परिपूर्ण असलेली ही फळभाजी आजकालच्या काळामध्ये 'सुपर फूड'च्या श्रेणीपर्यंत येऊन ठेपली आहे.



काकडी
हा एक लो कॅलरी अन्नपदार्थ असून, शंभर ग्रॅम काकडीमध्ये केवळ पंधरा कॅलरीज आहेत. वजन कमी करण्याची इच्छा असणाऱ्यांनी काकडीचा समावेश आपल्या आहारामध्ये अवश्य करायला हवा. यामध्ये अ, बी१, बी६, क ही जीवनसत्त्वे असून, काकडी पोटॅशियमचीदेखील उत्तम स्त्रोत आहे. शंभर ग्रॅम काकडीमध्ये सुमारे १४७ ग्रॅम पोटॅशियम असते, त्यामुळे याच्या सेवनाने रक्तदाब नियंत्रित होण्यास मदत मिळते. हृदयाच्या स्वास्थ्यासाठी देखील काकडीचे सेवन करणे चांगले.

काकडीमध्ये ९५ टक्के पाणी असल्याने याच्या सेवनाने शरीरामध्ये पाण्याची कमतरता होत नाही. तसेच यामुळे शरीराचे तापमान देखील नियंत्रित राहण्यास मदत होते. काकडीमध्ये अनेक रोगोपचारक गुण आहेत. यामध्ये असलेले पॉलीफेनोल्स अनेक तऱ्हेच्या कर्करोगांपासून शरीराचा बचाव करण्यास सक्षम आहेत. काकडीमध्ये पाणी आणि फायबर मोठ्या प्रमाणावर असल्यामुळे याच्या सेवनाने शरीरातील घातक पदार्थ बाहेर टाकले जाऊन शरीराची पचनक्रिया सुरळीत राहते. काकडीचा रस दररोज घेतल्याने गॅसेस, ॲसिडिटी, छातीत जळजळ अशा अपचनाशी निगडित तक्रारींना आळा बसतो. काकडी सिलीकाचे उत्तम स्त्रोत आहे. सिलीकामुळे शरीरातील कनेक्टिव्ह टिश्यू बळकट होतात. मधुमेहाच्या रुग्णांसाठी काकडीच्या रसाचे सेवन विशेष फायद्याचे आहे. काकडीमध्ये अँटी ऑक्सिडंट्स मोठ्या प्रमाणावर असून काकडी त्वचेकरिता देखील चांगली आहे. काकडीमधील ॲस्कॉर्बिक ॲसिड आणि 'क' जीवनसत्त्वामुळे शरीरामध्ये कोलाजेनचे निर्माण होऊन त्यामुळे त्वचा सुंदर 'ब' नितळ दिसू लागते. तसेच याच्या नियमित सेवनाने केसांचे आरोग्यदेखील चांगले राहते. काकडी विकत घेताना नेहमी गडद हिरव्या रंगाची काकडी निवडावी. सालांवर डाग असलेली, हाताला नरम लागणारी आणि जाडसर दिसणारी काकडी घेऊ नये. काकडी फ्रीजमध्ये स्टोअर करावी, मात्र कोणत्याही प्रकारची फळे काकडीजवळ ठेवू नयेत, अन्यथा काकड्या लवकर पिवळ्या पडतील व त्यांची गुणवत्तादेखील कमी होईल.

आयएएस तुकाराम मुंढे यांची बदली?

राज्य सरकारकडून चंद्रकांत पुलकुंडवार यांची नियुक्ती

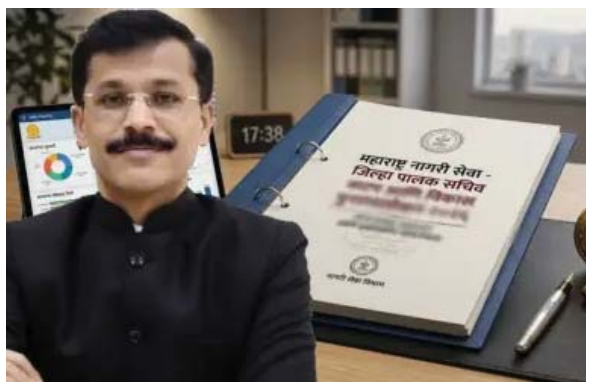
अन्न व औषध प्रशासनाचे आयुक्त तुकाराम मुंढे मागील काही दिवसांपासून राज्यभरात भेसळीविरोधात धडक कारवाई करत आहेत. यादरम्यान एक महत्त्वाची माहिती समोर आली आहे.

अन्न व औषध प्रशासनाची राज्यभर धडक कारवाई

राज्यभरातील 21 आस्थापनांवर अन्न व औषध प्रशासनाच्या धाडी

- प्रतिबंधित गुटखा, पानमसाला साठ्यावर मोठी कारवाई
- 7 लाख 43 हजार 117 रुपयांचा प्रतिबंधित माल जप्त
- विक्री, वितरण आणि वाहतुकीप्रकरणी 17 जणांना अटक
- कारवाईदरम्यान 3 वाहनेही जप्त
- राज्यभरात 12 एफआयआर दाखल
- 7 आस्थापना सील करण्यात आल्या
- बृहन्मुंबई विभागात सर्वाधिक 13 आस्थापनांची तपासणी
- बृहन्मुंबईत 8 जणांना अटक, 1 लाख रुपयांहून अधिक माल जप्त
- नागपूर, नाशिक आणि छत्रपती संभाजीनगरमध्ये वाहने जप्त
- आयुक्त तुकाराम मुंढे यांच्या निदेशांनुसार कारवाई
- प्रतिबंधित अन्नपदार्थांविरोधात मोहीम आणखी तीव्र करण्याचा इशारा





■ बातमी /लेख, प्रीती दिपक नाईक

प्रशासकीय अधिकारी तुकाराम मुंढे पुन्हा एकदा आपल्या धडक कारवायांमुळे राज्यभरात चर्चेचा विषय ठरत आहेत. अन्न व औषध प्रशासनाचे आयुक्त म्हणून नियुक्ती झाल्यापासून त्यांनी राज्यभरात भेसळीविरोधात कडक कारवाई सुरु केली असून, यामुळे अनेकांचे धाबे दणाणले आहेत. भेसळ करणाऱ्यांनी कारवाईचा धसका घेतला असून, खराब झालेला माल भीतीपोटी रस्त्यावर फेकून देत आहेत. यारम्यान तुकाराम मुंढे यांची एका पदावरुन उचलबांगडी करण्यात आली आहे.

तुकाराम मुंढे यांची उचलबांगडी ?

धडक कारवायांमुळे चर्चेत असणाऱ्या तुकाराम मुंढे यांची एका महत्त्वाच्या पदावरुन उचलबांगडी करण्यात आल्याची चर्चा आहे. राज्य सरकारने तुकाराम मुंढे यांच्या जागी या पदासाठी चंद्रकांत पुलकुंडवार यांची नियुक्ती करण्यात आली आहे. तुकाराम मुंढे मंत्रालयात सचिव असताना त्यांच्यावरती परभणीचे पालक सचिव म्हणून जबाबदारी देण्यात आली होती. मात्र आता तुकाराम मुंढे सचिव नाहीत. त्यांच्या जागी चंद्रकांत पुलकुंडवार यांना पालक सचिव म्हणून जबाबदारी देण्यात आली आहे. चंद्रकांत पुलकुंडवार हे ग्रामविकास विभागाचे सचिव आहेत.

पालक सचिवाचं काम काय?

राज्य सरकारने प्रत्येक जिल्ह्यात पालक सचिवाची नियुक्ती केली आहे. प्रशासकीय सोयीसाठी ही नियुक्ती करण्यात आली आहे. हे पालक सचिव राज्य सरकारचे प्रतिनिधी म्हणून काम पाहतात, तसंच पालकमंत्र्यांना मदत करतात. जिल्ह्यातील प्रश्न शासन दरबारी सोडवण्याची जबाबदारी यांच्यावर आहे. यानुसारच तुकाराम मुंढे यांची परभणीचे पालक सचिव म्हणून नियुक्ती करण्यात आली होती. त्यावेळी तुकाराम मुंढे दिव्यांग कल्याण विभागाचे सचिव होते. दिव्यांग विभागातून बदली झाल्यानंतर आता या पदावरुनही त्यांना हटवण्यात आलं आहे.

मुंबई
- 13 आस्थापनांची तपासणी
- 8 ठिकाणी प्रतिबंधित पदार्थ आढळले
- ₹.1,00,417 चा माल जप्त
- 8 जणांना अटक
- 5 आस्थापना सील

कोकण
- 1 आस्थापनेवर कारवाई
- ₹.1,32,970 चा माल जप्त
- 1 जण अटक

पुणे
- 1 आस्थापनेवर कारवाई
- ₹.2,565 चा माल जप्त
- 1 जण अटक
- 1 आस्थापना सील

नाशिक
- ₹.1,64,434 चा माल जप्त
- 1 जण अटक
- 1 वाहन जप्त

छत्रपती संभाजीनगर
- 2 आस्थापनांवर कारवाई
- ₹.1,24,080 चा माल जप्त
- 3 जण अटक
- 1 आस्थापना सील
- 1 वाहन जप्त

नागपूर
- ₹.1,91,445 चा माल जप्त
- 1 जण अटक
- 1 वाहन जप्त

अमरावती
- 2 आस्थापनांवर कारवाई
- ₹.27,206 चा माल जप्त
- 2 जण अटक

एकूण कारवाई
- 21 आस्थापनांची तपासणी
- 16 ठिकाणी प्रतिबंधित पदार्थ आढळले
- ₹.7,43,117 चा माल जप्त
- 17 जणांना अटक
- 12 एफआयआर दाखल
- 7 आस्थापना सील
- 3 वाहने जप्त

आंतरराज्य टोळीचा पर्दाफाश

सायबर गुन्हेगारांच्या सर्व्हरवरून 1.24 कोटींच्या एसएमएसचे रेकॉर्ड जप्त

■मुंबई। प्रतिनिधी,

मुंबई पोलिसांच्या सायबर गुन्हे शाखेने बनावट ॲपीके (ॲप्लिकेशन पॅकेज किट) फाइल्सचा वापर करून मोबाइल फोन हॅक करण्याद्वारे ऑनलाइन आर्थिक फसवणूक करणाऱ्या एका मोठ्या केला आहे. या कारवाईदरम्यान सर्वात धक्कादायक बाब म्हणजे आरोपींच्या सर्व्हरवरून 1.24 कोटी एसएमएसचे रेकॉर्ड सापडले आहेत. पोलिसांनी झारखंड, बिहार आणि दिल्ली यांसारख्या विविध ठिकाणांहून सहा जणांना अटक केली आहे. यामध्ये बनावट ॲप्स तयार करणारे, लिंक्सद्वारे त्यांचे वितरण करणारे आणि पीडितांना जाळ्यात ओढणाऱ्यांचा समावेश आहे. अटक करण्यात आलेल्यांची नावे आरिफ अस्तुन अन्सारी, शेख बिलाल नौशाद, महबूब नौशाद आलम, साजिद मन्सूर अली, मोहन कुशल महतो आणि सुनील कुमार दशरथ सोरेन अशी आहेत.

डीसीपी बजरंग बनसोडे यांनी सांगितले की, एका पीडिताच्या तक्रारीनंतर पोलिसांनी ही कारवाई सुरू केली. पीडिताला 'महानगर गॅस लिमिटेड'च्या नावाने एक बनावट संदेश आला होता आणि त्यांना त्यांच्या मोबाइलवर एक बनावट फाइल इन्स्टॉल करण्यास भाग पाडले गेले. या बनावट ॲपचा वापर करून हॅकर्सनी पीडिताच्या फोनमधील गोपनीय बँकिंग माहिती चोरली आणि त्यांची 2.35 लाख रुपयांची फसवणूक केली होती. याप्रकरणी सायबर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला आणि तांत्रिक तपासामुळे पोलीस आरोपींपर्यंत पोहोचले.

तपासात असे निष्पन्न झाले की, पीडिताने हे बनावट ॲप्स इन्स्टॉल करताच त्यांचा संपूर्ण मोबाइल फोन हॅकर्सच्या ताब्यात गेला. पीडिताला येणारे सर्व संदेश, विशेषतः बँकेचे ओटीपी थेट सायबर गुन्हेगारांकडे जात होते. या तांत्रिक घुसखोरीमुळे पोलिसांना टोळीच्या मुख्य सर्व्हरवरून 1.24 कोटी एसएमएसचे रेकॉर्ड हस्तगत करता आले, ज्यामुळे



त्यांच्या गुन्हेगारी कारवायांची प्रचंड व्याप्ती समोर आली. पोलिसांनी अटक केलेल्या आरोपींकडून 11 मोबाइल फोन आणि एक लॅपटॉप जप्त केला आहे, ज्यामध्ये विविध बँका, आरटीओ आणि महानगर गॅसच्या सेवा असल्याचे भासवणाऱ्या 111 बनावट ॲप फाइल्स होत्या. सर्व्हरवर सापडलेल्या लाखो एसएमएस रेकॉर्डव्यतिरिक्त, पोलिसांनी 8,609 पीडितांचे मोबाइल क्रमांक आणि गोपनीय बँकिंग तपशील (जसे की बँक खाते क्रमांक, एटीएम क्रमांक, पिन आणि यूपीआय आयडी) देखील हस्तगत केले.

पोलीस उपायुक्त बनसोडे यांच्या माहितीनुसार, या माहितीची 'नॅशनल सायबर क्राईम रिपोर्टिंग पोर्टल'वरील तक्रारींशी पडताळणी केली असता असे आढळून आले की, या टोळीने देशभरात सुमारे 3,206 घटनांद्वारे 43 कोटी रुपयांहून अधिक रकमेची फसवणूक केली आहे. यापैकी 517 प्रकरणे महाराष्ट्रातील असून, त्यातील 93 प्रकरणे केवळ मुंबईतील आहेत. या महत्त्वपूर्ण प्रगतीनंतर, संबंधित राज्यांचे पोलीस दल आणि 'इंडियन सायबर क्राईम कोऑर्डिनेशन सेंटर' यांना याबाबत सूचित करण्यात आले आहे. तसेच, पोलिसांनी नागरिकांना आवाहन केले आहे की, अनोळखी क्रमांकांवरून आलेल्या संदेशांमधील लिंक्सवर क्लिक करू नये, अनोळखी ॲपीके फाइल्स डाउनलोड करणे टाळावे आणि फसवणूक झाल्यास त्वरित 1930 या हेल्पलाइन क्रमांकावर संपर्क साधावा.

लोकलमधील हत्येप्रकरणी मोठी कारवाई, आरोपी ताब्यात

■मुंबई। प्रतिनिधी,



लोकल ट्रेन ही मुंबईकरांची लाईफलाइन आहे, दररोज लाखो लोक लोकलने प्रवास करतात. याच लोकलमध्ये मंगळवारी, 23 जूनच्या रात्री रक्तरंजित प्रकार घडला, ज्याने सगळेच हादरले आहेत. पश्चिम रेल्वे मार्गावर धावत्या लोकलमध्ये किरकोळ वादातून एका तरूणाची चाकूने भोकसून हत्या करण्यात आली आहे. चर्चगेट ते नालासोपारा फास्ट लोकलमध्ये बोरीवलीच्या आसपास ही अंगावर काटा आणणारी घटना घडली आहे. अशातच आता या प्रकरणी जीआरपीने मोठी कारवाई केली आहे. याबाबत सविस्तर माहिती जाणून घेऊयात.

आरोपीला घेतले ताब्यात

मुंबईतील बोरिवली लोकल ट्रेन हत्या प्रकरणात मोठी अपडेट समोर आली आहे. या प्रकरणातील आरोपीला जीआरपीने ताब्यात घेतले आहे. आरोपीचे नाव रोशन सुवर्णा आहे. हत्या केल्यानंतर तो फरार झाला होता. सध्या रेल्वे पोलिसांनी आरोपी रोशन सुवर्णार्ला ताब्यात घेतले असून त्याला बोरिवली जीआरपी ठाण्यात आणले जात आहे. आरोपीच्या अटकेनंतर बोरिवली जीआरपी या प्रकरणी पत्रकार परिषद देखील घेणार आहे.

23 जूनच्या रात्री घडली घटना

समोर आलेल्या माहितीनुसार किरकोळ वादातून 22 वर्षीय मयंक लोहार या तरुणाची चाकूने भोकसून हत्या करण्यात आली. मुसळधार पावसादरम्यान लोकल ट्रेनच्या डब्याचा दरवाजा बंद करण्यावरून आरोपी आणि मृत तरुणामध्ये वाद झाला होता. वाद इतका वाढला की आरोपीने बॅगमधून चाकू काढून तरुणाच्या पोटात वार केला. ही घटना 23 जूनच्या रात्री चर्चगेट ते नालासोपारा फास्ट लोकल ट्रेनमध्ये अंधेरी ते बोरिवली दरम्यान घडली. या घटनेनंतर बोरिवली जीआरपीने गुन्हा दाखल करून आरोपीचा शोध सुरू केला होता, आता या प्रकरणातील आरोपीला ताब्यात घेण्यात यश आले आहे.

आरोपीला फाशीची शिक्षा देण्याची मागणी

मयत मयंक लोहार हा विरार पूर्व येखील सुरम पार्क मधील अमरनाथ बिल्डिंग मधील तिसऱ्या मजल्यावर कुटुंबासह राहत होता. अंधेरीच्या वेस्टसाईडमध्ये तो सेल्समन म्हणून काम करायचा. मयंकच्या हत्येने त्याच्या कुटुंबियांवर दुःखाचा डोंगर कोसळला आहे. मयंकला न्याय मिळावा आणि आरोपीला फाशी व्हावी अशी मागणी कुटुंबियांनी केली आहे.

बदलापुरमध्ये धक्कादायक घटना घडली आहे. पतीने पत्नीची हत्या केली आहे. पोस्टमॉर्टम रिपोर्टच्या आधारे पती आणि सासूला पोलिसांनी अटक केली आहे.

बदलापुरमध्ये पतीचे पत्नीसोबत भयानक कृत्य!

पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट पाहून पोलिस हादरले

■मुंबई। प्रतिनिधी,

बदलापुरात पत्नीची नाक-तोंड दाबून हत्या करत हार्ट अटॅकने मृत्यू झाल्याचा बनाव पतीनं केला. पण शेवटी पोस्टमॉर्टम रिपोर्टने बिंग फुटलं. पोलिसांनी हत्येचा गुन्हा दाखल करत पती आणि सासूला बेड्या ठोकल्या. पतीचे एका अन्य महिलेसोबत प्रेमसंबंध होते, आणि तो पत्नीवर घटस्फोटासाठी दबाव टाकत होता. मात्र पत्नीने घटस्फोटाला नकार दिल्यानं पतीनं तिचा काटा काढल्याचं पोलीस तपासात निष्पन्न झाले आहे. हे संपूर्ण प्रकरण खूपच धक्कादायक आहे.

प्राजक्ता मेहेर असं मृत पत्नीचं नाव होतं. तिचं 2010 साली बदलापूरच्या एरंजाड गावात राहणाऱ्या योगेश मेहेर सोबत



लग्न झालं. त्यांना 15 आणि 11 वर्षांची दोन मुलंही आहेत. मात्र काही काळापासून योगेशचे गावातच राहणाऱ्या पूजा मेहेर नावाच्या महिलेसोबत प्रेमसंबंध जुळले. यातूनच योगेशने पत्नी प्राजक्ताला घटस्फोटासाठी त्रास द्यायला सुरुवात केली.

14 मार्च 2026 रोही प्राजक्ताच्या माहेरच्यांना बोलावून हवे तितके पैसे घ्या, आणि मुलीला घेऊन जा, अशी ऑफर योगेशने दिल्याचा आरोप प्राजक्ताच्या वडिलांनी केला. यानंतर 8 एप्रिल रोजी योगेश आणि प्राजक्तामध्ये पुन्हा भांडण झालं. 9 एप्रिल रोजी योगेशने प्राजक्ताच्या माहेरच्यांना तिचा हार्ट अटॅकने मृत्यू झाल्याची माहिती दिली. त्यानुसार पोलिसांनी अकस्मात मृत्यूची नोंदही केली. मात्र प्राजक्ताच्या माहेरच्यांनी संशय व्यक्त केल्यानं मुंबईच्या जेजे हॉस्पिटलमध्ये तिचं पोस्टमॉर्टम करण्यात आलं आणि व्हिसेरा सांभाळून ठेवण्यात आला.

याचाच रिपोर्ट २३ जून रोजी आला, ज्यात प्राजक्ताचा मृत्यू हार्ट अटॅकने झालेला नसून नाक तोंड दाबून खून करण्यात आल्याचं निष्पन्न झालं. त्यानुसार बदलापूर पश्चिम पोलिसांनी खुनाचा गुन्हा दाखल केला. याप्रकरणी पती योगेश मेहेर आणि सासू अरुणा मेहेर यांना अटक केली आहे. तर या प्रकरणात योगेशची प्रेयसी पूजा मेहेर, तसंच नणंद हर्षदा कोंडीलकर, कुसुम बोराडे यांनाही आरोपी करण्याची प्राजक्ताच्या कुटुंबियांची मागणी आहे. त्यानुसार तपास सुरू असून पुरावे गोळा करण्याचं काम सुरू असल्याची माहिती सहाय्यक पोलीस आयुक्त शैलेश काळे यांनी दिली आहे.

गंजाड ग्रामपंचायतीत आर्थिक गोंधळ, ग्रामसेविकेवर निलंबनाची कारवाई

डहाणू : जिल्ह्यातील डहाणू तालुक्यातील गंजाड ग्रामपंचायतीअंतर्गत महालपाडा पेसा ग्रामकोष समितीच्या आर्थिक व्यवहारात झालेल्या गंभीर अनियमिततेप्रकरणी ग्रामपंचायत अधिकारी (ग्रामसेवक) रूपल राजेंद्र संखे यांचे निलंबन करण्यात आले आहे. पेसा ग्रामकोष समितीचे अध्यक्ष लक्ष्मण सखाराम राबड यांनी केलेल्या तक्रारीनंतर झालेल्या चौकशीत धनादेशातील कथित फेरफार, आर्थिक व्यवहारातील विसंगती आणि शासकीय नोंदींमधील तफावत उघडकीस आल्याने प्रशासनाने ही कारवाई केली आहे. मिळालेल्या माहितीनुसार, पेसा ग्रामकोष समितीच्या खात्यातून पथदिवे देखभाल व दुरुस्तीच्या कामासाठी 46 हजार 325 रुपयांचा धनादेश देण्यात येणार होता. मात्र धनादेशावर दिनांक नमूद करण्यात आला नव्हता. तसेच रक्कम लिहिताना सुरुवातीला रिकामी जागा ठेवण्यात आली होती. नंतर त्या जागेत "चार लाख" असा मजकूर नमूद करून धनादेशाची रक्कम 4 लाख 46 हजार 325 रुपये करण्यात आल्याचा आरोप तक्रारीत करण्यात आला होता. या गंभीर आरोपांची दखल घेत गट विकास अधिकार्यांनी चौकशीचे आदेश दिले. चौकशीदरम्यान पथदिवे देखभाल व दुरुस्ती कामासाठी केवळ 46 हजार 325 रुपये अदा करणे अपेक्षित असताना प्रत्यक्षात 4 लाख 46 हजार 325 रुपये अदा करण्यात आल्याचे निष्पन्न झाले. चौकशी अहवालात आणखी एक धक्कादायक बाब समोर आली. संबंधित खर्चाची नोंद नमुना क्रमांक 5 अर्थात रोकडवहीमध्ये "पथदिवे देखभाल दुरुस्ती" या कारणासाठी करण्यात आली होती. मात्र बँकेच्या Positive Pay System फॉर्ममध्ये रक्कम अदा करण्याचे कारण "पाणीपुरवठा योजना" असे नमूद करण्यात आले होते. त्यामुळे शासकीय नोंदी आणि बँकिंग प्रक्रियेतील माहितीमध्ये स्पष्ट विसंगती आढळून आली. दरम्यान, 5 जून 2026 रोजी संबंधित ठेकेदाराला अदा करण्यात आलेली अतिरिक्त 4 लाख रुपयांची रक्कम नंतर पेसा ग्रामकोष समितीच्या खात्यात परत जमा करण्यात आल्याची नोंद चौकशी अहवालात करण्यात आली आहे. मात्र निधी वितरणाच्या प्रक्रियेत झालेल्या त्रुटी, धनादेशातील कथित फेरफार आणि नोंदींमधील तफावत यामुळे संपूर्ण प्रकरण गंभीर मानले गेले.चौकशी अधिकाऱ्यांनी सादर केलेल्या अंतिम अहवालानुसार, रूपल राजेंद्र संखे यांनी आपल्या कर्तव्यात आवश्यक दक्षता न बाळगता कसूर केली असून महाराष्ट्र जिल्हा परिषद जिल्हा सेवा (वर्तणूक) नियम 1967 मधील नियम 3 चे उल्लंघन केल्याचे नमूद करण्यात आले आहे. या निष्कर्षांच्या आधारे त्यांच्यावर निलंबनाची कारवाई करण्यात आली आहे.

19 वर्षीय मुलीने आंतरजातीय विवाह केला, आईने गोड बोलून घरी नेलं अन्...

सहा जणांनी केली हत्या

पोलीस चौकशीत अभिषेकने आपला गुन्हा कबूल केला. सुजाताने आपल्या मजीर्ने दुस ्या जातीच्या गौरीशंकरशी लग्न केले होते आणि ती पुन्हा तिच्या पतीकडे निघून जाईल अशी भीती कुटुंबाला होती. याच कारणास्तव 8 मे रोजी तिची गळा दाबून हत्या करण्यात आली आणि मृतदेह नदीच्या किना ्यावर नेऊन जाळण्यात आला. आरोपीने दाखवलेल्या जागेवरून फॉरेन्सिक टीमने नमुने गोळा केले आहेत. डीएसपी पूर्व अलय वत्स यांनी सांगितले की, सोशल मीडियाच्या माध्यमातून हे प्रकरण समोर आले होते आणि गौरीशंकरच्या तक्रारीवरून गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे. या हत्येमध्ये कुटुंबातील अन्य लोकांसह पाचहून अधिक जणांचा सहभाग असल्याचे समोर आले असून, पोलीस इतर आरोपींच्या अटकेसाठी छापेमारी करत आहेत.



■नाशिक। प्रतिनिधी,

ऑनर किलिंगची एक धक्कादायक घटना उघडकीस आली आहे. प्रेमविवाहाला विरोध करत मुलीच्या कुटुंबीयांनी तिची गळा दाबून हत्या केल्याचा आरोप आहे. एवढेच नव्हे तर तिची ओळख पटू नये म्हणून तिचा मृतदेह नदीच्या किनाऱ्यावर नेऊन जाळून टाकला. 19 वर्षीय सुजाता कुमारी असे मृत मुलीचे नाव आहे. सुजाताने याच वर्षी जानेवारी महिन्यात तिचा प्रियकर गौरीशंकरसोबत घरातून पळून जाऊन लग्न केले होते. दोघेही वेगवेगळ्या जातीचे असल्यामुळे मुलीच्या कुटुंबाचा या लग्नाला तीव्र विरोध होता. बिहारच्या मुझफ्फरपूरमधील ही घटना आहे.

सहा वर्षांपासून प्रेमसंबंध

गौरीशंकर कुमार आणि सुजाता यांच्यात 2020 पासून प्रेमसंबंध होते. सुजाताचे आजोळ गौरीशंकरच्या गावातच होते आणि दोघे एकाच शाळेत शिकत होते. सहा वर्षांच्या प्रेमसंबंधानंतर 18 जानेवारी 2026 रोजी दोघांनी घरातून पळ काढला आणि समस्तीपूर येथे लग्न केले. लग्नानंतर ते हरियाणाला गेले आणि तिथे पती-पत्नी म्हणून राहू लागले. दरम्यान, मुलीच्या कुटुंबीयांनी पोलिसांत तिच्या अपहरणाची तक्रार नोंदवली होती. पोलिसांनी हरियाणात छापा टाकून 11 फेब्रुवारी रोजी दोघांना ताब्यात घेतले. दोघांना न्यायालयात सादर केले असता सुजाताने आपण सज्ञान असून स्वतःच्या मजीर्ने गौरीशंकरशी लग्न केल्याचे व त्याच्यासोबतच राहू इच्छित असल्याचे सांगितले. यानंतर गौरीशंकरची रवानगी तुरुंगात झाली, तर सुजाता तिच्या एका नातेवाईकाकडे राहू लागली. पुढे होळीच्या सणादरम्यान तिची आई तिला स्वतःच्या घरी घेऊन आली.

व्हिडिओ करुन आत्महत्येची धमकी

गौरीशंकरच्या आरोपानुसार, 31 मार्च रोजी त्याचे सुजाताशी शेवटचे बोलणे झाले होते आणि त्यानंतर तिचा काहीच पत्ता लागला नाही. संशय आल्याने त्याने सोशल मीडियावर एक व्हिडिओ जारी करून पत्नीच्या हत्येची शंका व्यक्त केली आणि दोषींना अटक न झाल्यास आत्महत्येची धमकी दिली. त्यानंतर त्याने व्हॉट्सॲपद्वारे पोलिसांना अर्ज पाठवून पत्नीची हत्या करून मृतदेह गायब केल्याचा आरोप केला. या प्रकरणाचे गांभीर्य ओळखून पोलिसांचे एक तपास पथक स्थापन करण्यात आले. तपासादरम्यान पोलिसांनी या प्रकरणातील प्रमुख आरोपी असलेल्या सुजाताचा भावाला म्हणजेच अभिषेक कुमार याला अटक केली.



नर्तकीला बघताच तरुणांची नियत बिघडली, स्टेजवरून ओढत निर्जनस्थळी नेलं

एका विवाह सोहळ्यात भीषण घटना घडली आहे, उत्साहाच्या वातावरणाला गालबोट लागलं. वऱ्हाडी मंडळींच्या मनोरंजनासाठी आयोजित केलेल्या नृत्याच्या कार्यक्रमादरम्यान, काही तरुणांनी नर्तकीला जबरदस्तीने रंगमाचवरून खाली ओढलं अन् नंतर पुढे भयंकर घडलं.

बिहारच्या गोपालगंजमध्ये एका विवाह सोहळ्यात भीषण घटना घडली आहे, उत्साहाच्या वातावरणाला गालबोट लागलं. व ्हाडी मंडळींच्या मनोरंजनासाठी आयोजित केलेल्या नृत्याच्या कार्यक्रमादरम्यान, काही तरुणांनी नर्तकीला जबरदस्तीने रंगमाचवरून खाली ओढलं, नंतर तिने प्रतिकार केल्यानंतर तिच्या पोटात गोळी झाडली. रुग्णालयात नेताना तिचा दुदैर्वी मृत्यू झाला. ही घटना बिहारच्या गोपालगंजच्या कटेया ठाणे परिसरातील पटोहवा गावात घडली होती. जिथे महेंद्र नावाच्या एका व्यक्तीच्या मुलीचा विवाह होता. उत्तर प्रदेशातून व ्हाड आले होते. व ्हाडी मंडळींसाठी नृत्य आणि पाटीर्चे आयोजन करण्यात आले होते. या कार्यक्रमात 32 वर्षीय सोनू गोंड नावाचा नर्तक नाचत होता. सोनू उत्तर प्रदेशच्या देवरिया जिल्ह्यातील महुआ पाटन गावतील रहिवासी होता. कार्यक्रम सुरू होता, लोक नृत्याचा आनंद घेऊ लागले होते. याचदरम्यान, काही तरुणांनी नर्तकाला स्टेजवरून खेचून त्याला एका निर्जनस्थळी नेले. अशातच साथीदार असलेले काही कलाकार, रामायण यादवने सांगितलं की, आम्ही लग्नात डान्स कार्यक्रमासाठी आलो होतो. इतक्यात काही तरुणांची नियत बिघडली आणि नर्तकाच्या पोटावर गोळीबार केला. गोळीबार झाल्यानंतर परिसरात एकच खळबळ उडाली. लग्नातील काही लोक घटनास्थळावरून इकडून तिकडे पळू लागले होते. जखमी सोनूला एका रुग्णालयात नेत असताना त्यांचा रस्त्यात मृत्यू झाला. घटनेची माहिती मिळताच कटेया पोलिसांनी घटनास्थळी धाव घेतली आणि प्रकरणाचा तपास करण्यास सुरुवात केली. पोलिसांनी मृतदेह ताब्यात घेतला, नंतर शवविच्छेदनासाठी नेला. पोलीस या प्रकरणाचा पुढील तपास करत आहेत.

मुलीशी इंस्टाग्रामवर मैत्री, अन्

आक्षेपार्ह व्हिडिओ मित्रांच्या ग्रुपवर व्हायरल

अल्पवयीन मुलीशी इंस्टाग्रामवर मैत्री करून तिचे आक्षेपार्ह व्हिडिओ व्हायरल केले, या प्रकरणात सायबर पथकाने संबंधित आरोपीला ताब्यात घेत तक्रार दाखल केली. तसेच अल्पवयीन मुलाला बाल न्यायालयात हजर केले आणि बाल संरक्षण गृहात देखील पाठवण्यात आले होते.



■पुणे। प्रतिनिधी,

छत्तीसगडच्या रायगड जिल्ह्यातील अल्पवयीन मुलीशी इंस्टाग्रामवर मैत्री करून तिचे आक्षेपार्ह व्हिडिओ व्हायरल केले, या प्रकरणात सायबर पथकाने संबंधित आरोपीला ताब्यात घेत तक्रार दाखल केली. तसेच अल्पवयीन मुलाला बाल न्यायालयात हजर केले आणि बाल संरक्षण गृहात देखील पाठवण्यात आले होते.

मुलीचे आक्षेपार्ह फोटो आणि व्हिडिओ सोशल मीडियावर व्हायरल

घडलेल्या घटनेनुसार, 19 मे रोजी चक्रधर नगर परिसरात एका व्यक्तीने सायबर पोलीस ठाण्यात तक्रार दाखल केली. संबंधित तक्रारीत नमूद केले की, एक मुलगा अल्पवयीन मुलीचे आक्षेपार्ह फोटो आणि व्हिडिओ सोशल मीडियावर व्हायरल करत आहे. प्रकरणाचे गांभीर्य लक्षात घेता,. डीएसपी सायबर उन्नती ठाकूर यांनी अज्ञात व्यक्तीविरुद्ध बीएनएस 67-बी आयटी कायदा आणि पॉक्सो कायद्यांन्वये गुन्हा दाखल केला.

व्हिडिओ व्हायरल केल्याचा कबुलीनामा

तपासादरम्यान, इंस्टाग्राम आयडीची ओळख तपासण्यात आली आणि इंस्टाग्राम चालवणाऱ्या व्यक्तीशी संपर्क साधण्यात आला होता. अल्पवयीन मुलाला ताब्यात घेणाऱ्या सायबर पोलिस ठाणे पथकाने चौकशी केली असता, त्याने मुलीशी मैत्री करून मुलीचे आक्षेपार्ह व्हिडिओ आणि फोटो विविध ग्रुपमध्ये शेअर केल्याचा कबुलीनामा दिला.

संबंधित घटनेत वापरण्यात आलेला फोन अल्पवयीन मुलाकडून जप्त करण्यात आला. दरम्यान अल्पवयीन मुलाला न्यायालयात हजर राहण्यास सांगितलं, जिथून त्याला बाल संरक्षणगृहात पाठवण्यात आले.

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