

ठोठावली.

राष्ट्रीय क्रीडा दिन ध्यानचंदचं अढळ स्थान !

राष्ट्रीय क्रीडा दिन हा विविध देशांमध्ये राष्ट्रीय क्रीडा संघ आणि त्या देशांच्या क्रीडा परंपरांचा सन्मान करण्यासाठी साजरा केला जाणारा सार्वजनिक सुट्टीचा दिवस आहे. या दिवशी विविध क्रीडांसाठी लोक खेळांमध्ये भाग घेतात. दरवर्षी २९ ऑगस्ट रोजी भारतात हॉकीपटू मेजर ध्यानचंद यांच्या स्मरणार्थ जयंती दिवशी राष्ट्रीय क्रीडा दिन साजरा केला जातो. ध्यानचंद या दिवशी जन्मलेल्या सर्वकालीन महान हॉकी खेळाडूंपैकी एक. हा दिवस भारतासाठी ऑलिम्पिकमध्ये तीनदा सुवर्णपदक जिंकणारे हॉकीपटू मेजर ध्यानचंद सिंग यांचा वाढदिवस आहे. त्यांच्या आत्मचरित्र गोल्स नुसार त्यांनी त्यांच्या कारकिर्दीत १९२६ ते १९४९ मध्ये ९०० गोल केले. त्यांनी त्यांच्या घरच्या आणि आंतरराष्ट्रीय कारकिर्दीत १८५ सामन्यांमध्ये ५७० गोल केले. १९५६ मध्ये भारत सरकारने त्यांना पद्मभूषण, भारतातील तिसरा-सर्वोच्च नागरी पुरस्कार प्रदान केला, त्याच वर्षी ते मेजर पदासह सैन्यातून निवृत्त झाले.

मेजर ध्यानचंद खेतरत्न पुरस्कार हा भारतातील खेळ जगतातला सर्वात उच्च पुरस्कार आहे. ध्यानचंद पुरस्कार अधिकृतपणे क्रीडा व खेळांमधील ध्यानचंद जीवन गौरव पुरस्कार हा खेळ जगतातील आजीवन कर्तृत्वासाठीचा भारतीय सरकार तर्फे देण्यात येणारा पुरस्कार आहे. १९२६ ते १९४८ या काळातील २० वर्षांपेक्षा जास्त कारकिर्दीत १००० पेक्षा अधिक गोल नोंदविणाऱ्या भारतीय हॉकीपटू ध्यानचंद यांच्या नावावर हा पुरस्कार देण्यात आला आहे. हा पुरस्कार दरवर्षी क्रीडा व युवा मंत्रालयाद्वारे

सादर केला जातो. पहिला पुरस्कार हा २००२ साली देण्यात आला होता. ह्या पहिल्या पुरस्काराचे मानकरी होते शाहूराज बिराजदार (मुष्टियुद्ध), अशोक दिवाण (हॉकी) आणि अपर्णा घोष (बास्केटबॉल). दरवर्षी हा पुरस्कार ३ ते ५ खेळाडूंना देण्यात आला आहे.

राष्ट्रीय क्रीडा दिनानिमित्त आम्ही भारतीय खेळाडूंच्या कर्तृत्वाचा गौरव करतो आणि आपल्या संस्कृतीतील खेळांच्या मूल्याबद्दल जागरूकता निर्माण करतो. याशिवाय मेजर ध्यानचंद यांच्या वारशाचा आणि भारतीय खेळांसाठीच्या त्यांच्या बांधिलकीचा सन्मान करण्याचा हा दिवस आहे. राष्ट्रीय क्रीडा दिनानिमित्त देशभरात अनेक क्रीडा उपक्रम होतात. वय, लिंग किंवा क्षमता पातळी विचारात न घेता, कोणीही या इव्हेंटमध्ये सहभागी होऊ शकतो. लोकांना खेळांमध्ये सहभागी होण्यासाठी आणि निरोगी आणि सक्रिय जीवनशैलीला प्रोत्साहन देणे हे ध्येय आहे. राष्ट्रीय क्रीडा दिनी प्रमुख ध्यानचंद खेलरत्न पुरस्कार भारताच्या राष्ट्रपतींच्या हस्ते प्रदान केला जातो. ज्या खेळाडूंनी क्रीडा क्षेत्रात अपवादात्मक कामगिरी केली आहे ते ही पारितोषिके मिळविण्यास पात्र आहेत, जे भारतीय क्रीडा क्षेत्रातील सर्वात मोठे सन्मान आहेत.

राष्ट्रीय क्रीडा हॉकीमध्ये मेजर ध्यानचंद हे दिग्गज होते. १९२८, १९३२ आणि १९३६ च्या उन्हाळी ऑलिम्पिकमध्ये सुवर्णपदक जिंकून भारताच्या पहिल्या ऑलिम्पिक हॅट्रिकमध्ये त्याने महत्वाची भूमिका बजावली. ध्यानचंद चांद म्हणून ओळखले



जात असे कारण तो दिवसभराच्या नियमित कामानंतर रात्री हॉकीचा सराव करत असे. त्याच्या कलेबद्दलचे समर्पण दाखवून खेळाडूंचे आश्चर्यकारक पराक्रम आणि त्यांचा समाजावर खोल प्रभाव, त्यांच्या वचनबद्धतेची आणि अपवादात्मक कामगिरीची आठवण करून देणारा हा महत्वाचा दिवस आहे. क्रीडा जगतात अमिट छाप सोडणाऱ्या खेळाडूंनाही हा



प्रविण बागडे, नागपूर
मो.नं. ९९२३६२०९९९
ई-मेल
pravinbagde@gmail.com

दिवस श्रद्धांजली अर्पण करतो. राष्ट्रीय क्रीडा दिन हा अॅथलेटिसिझम, सांघिक कार्य आणि खिलाडूवृत्तीचा देशव्यापी उत्सव असल्याचे वचन देतो. दिवंगत भारतीय हॉकीपटू मेजर ध्यानचंद यांना सन्मानित करणाऱ्या या वार्षिक सोहळ्यात, सक्रिय आणि निरोगी जीवनशैलीला चालना देण्यासाठी खेळाचे महत्त्व मान्य करण्यासाठी देशभरातील

समुदाय एकत्र येतील. यावर्षी राष्ट्रीय क्रीडा दिन तीन दिवसीय फिटनेस चळवळ म्हणून साजरा केला जाईल, ज्याचे नेतृत्व फिट इंडिया मिशन करेल. विद्यार्थ्यांच्या जीवनात खेळ आणि शारीरिक तंदुरुस्तीच्या मूल्यावर भर देण्यासाठी या वर्षीच्या उत्सवाचा भाग म्हणून अनेक रोमांचकारी कार्यक्रम आणि उपक्रम आयोजित केले जातील. राष्ट्रीय क्रीडा दिन हा खेळाडूंच्या भावनेचा आणि शारीरिक तंदुरुस्तीच्या महत्त्वाचा उत्सव आहे. संघटित होण्याची, आमच्या खेळाडूंना पाठिंबा देण्याची आणि क्रीडा नायकांच्या आगामी पिढीला प्रेरित करण्याची ही वेळ आहे. त्यांचा वाढदिवस साजरा करण्यासाठी, भारताने २०१२ मध्ये राष्ट्रीय क्रीडा दिनाची स्थापना केली. क्रीडा नायकाला श्रद्धांजली अर्पण करणे आणि शारीरिक तंदुरुस्ती आणि आरोग्यावर भर देऊन, दैनंदिन जीवनातील खेळांच्या मूल्याबद्दल जनजागृती करणे हे या उत्सवाचे उद्दिष्ट आहेत. या दिवशी, प्रमुख क्रीडा तारे भारताच्या राष्ट्रपतींकडून खेलरत्न, अर्जुन, द्रोणाचार्य आणि ध्यानचंद पुरस्कार यासारखे महत्त्वाचे पुरस्कार प्राप्त करतात.

मेजर ध्यानचंद मैदानी हॉकीपटू हे आतापर्यंतचे सर्वोत्कृष्ट खेळाडू असल्याचे अनेकांचे मत आहे. ध्यानचंद यांचा जन्म २९ ऑगस्ट १९०५ रोजी अलाहाबाद येथे कुशवाहा राजपूत कुटुंबात झाला. ते रामेश्वर सिंह आणि शारदा यांचे पुत्र होते. मूल सिंग आणि रूप सिंग हे ध्यानचंद यांचे दोन भाऊ. नंतरचे एक हॉकीपटू तसेच, फील्ड हॉकीमध्ये भारतासाठी स्पर्धा केली आणि १९३२ आणि १९३६

ऑलिम्पिकमध्ये सुवर्ण पदके जिंकली. चंदच्या वडिलांनी ब्रिटिश भारतीय सैन्यात सेवा दिली, जिथे ते हॉकी संघाचे सदस्य होते. चंद त्याच्या अपवादात्मक चेंडू हाताळणी आणि गोल करण्याच्या कौशल्यासाठी प्रसिद्ध होते. या विजयांच्या पत्तीकडे, त्याचा प्रभाव १९२८ ते १९६४ दरम्यान झालेल्या आठ ऑलिम्पिकमध्ये दिसून येतो, जिथे भारताने सात वेळा फील्ड हॉकी स्पर्धा जिंकली.

राष्ट्रीय क्रीडा दिन विविध स्पर्धा, क्रीडा कार्यक्रम आणि शाळा, महाविद्यालये आणि क्रीडा संघटनांमध्ये उपक्रमांसह साजरा केला जातो. इव्हेंटमध्ये वारंवार मॅरथॉन, शाळांमधील फिटनेस स्पर्धा, थलीट श्रद्धांजली समारंभ आणि फिटनेस आव्हाने यांचा समावेश होतो. यावर्षी राष्ट्रीय क्रीडा दिनाची अधिकृत थीम अद्याप घोषित झालेली नाही, परंतु शांतापूर्ण आणि सर्वसमावेशक समाजांना प्रोत्साहन देण्यासाठी खेळ आणि एक तास, खेळाच्या मैदानावर या सारख्या थीमचा उल्लेख वेगवेगळ्या खोतामध्ये केला जात आहे. ही थीम थलेटिक्स सामाजिक बंधने कशी मजबूत करू शकतात, व्यक्तींना एकत्र आणू शकतात आणि सर्वसमावेशकता आणि शांता वाढवण्यासाठी समुदायांना आवश्यक असलेली साधने कशी देऊ शकतात यावर प्रकाश टाकते. आज त्यांच्या १२० व्या जयंती निमित्त सर्वाना राष्ट्रीय क्रीडा दिनाच्या हार्दिक शुभेच्छा ! जीवनाच्या या पथावर, थांबला तो संपला ! राहिला चालत निरंतर, तोच येथे जिंकला !

पाकिस्तानचा उद्दामपणा !

पाकिस्तानचे परराष्ट्रमंत्री इशाक दार यांनी नुकतीच बांगलादेशला भेट दिली. २०१२ साली पाकिस्तानच्या तत्कालीन परराष्ट्रमंत्री हिना रब्बानी खान यांनी बांगलादेशला भेट दिली होती. त्यानंतर १३ वर्षांनी पाकिस्तानचे परराष्ट्रमंत्री बांगलादेशच्या दौऱ्यावर गेले. शेख हसीना वाजेद या जेव्हा बांगलादेशच्या पंतप्रधान होत्या, तेव्हा त्यांनी पाकिस्तानला खडग्यासारखे बाजूला ठेवले होते, परंतु २०२४ मध्ये झालेल्या विद्यार्थ्यांच्या हिंसक आंदोलनानंतर, शेख हसीना यांना बांगलादेश मधून पळ काढावा लागला आणि त्यांच्या जागी आलेल्या मोहंमद युनुस यांच्या सरकारने पाकिस्तान बरोबर जवळीक साधायला सुरुवात केली.

मध्यंतरी दोन वेळा बांगलादेशचे मुख्य सल्लागार मोहंमद युनुस हे काही कार्यक्रमांच्या निमित्ताने पाकिस्तानचे पंतप्रधान शहाबाज शरिफ यांना भेटले. या पार्श्वभूमीवर इशाक दार यांचा बांगलादेश दौरा महत्त्वाचा मानावा लागेल. इशाक दार हे बांगलादेशचे परराष्ट्र सल्लागार तौहिद हुसेन यांना भेटले. बांगलादेश बरोबरचे राजनैतिक संबंध सुधारण्याबरोबरच व्यापार, सांस्कृतिक संबंध वृद्धिंगत करण्याबाबत दोन देशांमध्ये करारमदार झाले. मात्र बांगलादेशने आपल्या पुर्वीच्या काही मागण्या इशाक दार यांच्या समोर जोरदारपणे मांडल्या. सर्वात महत्त्वाची मागणी म्हणजे बांगलादेश स्वातंत्र्य संग्रामात पाकिस्तानी लष्कराने, पूर्व पाकिस्तानातील जनतेवर जे अनन्वित अत्याचार केले, जे नरसंहार केला त्याबद्दल पाकिस्तानने, बांगलादेशची अधिकृत माफी मागितली पाहिजे. बांगलादेश स्वतंत्र झाल्याला आता ५४ वर्षे उलटून गेल्यानंतरही,

पाकिस्तानने अद्याप बांगलादेशची अधिकृत माफी मागितलेली नाही. इशाक दार यांनीही माफी मागितली नाहीच. हा विषय १९७४ साली आणि नंतर २००२ साली जेव्हा परवेझ मुशर्रफ हे पाकिस्तानचे अध्यक्ष होते तेव्हा सोडविण्यात आला आहे, असे गुळमुळीत उत्तर, इशाक दार यांनी दिले. बांगलादेशची दुसरी मागणी अशी होती की १९७१ साली जेव्हा बांगलादेश स्वतंत्र झाला तेव्हा पुर्वीच्या पश्चिम पाकिस्तान आणि पूर्व पाकिस्तान यांच्या ज्या संयुक्त मालमत्ता होत्या, त्यांची वाटणी झालीच नाही. त्याकरता बांगलादेशचा हिस्सा म्हणून पाकिस्तानने बांगलादेशला ४.५२ बिलियन डॉलर्स इतकी रक्कम द्यावी, अशी मागणी बांगलादेशकडून यापूर्वी वारंवार करण्यात आली आहे. मात्र पुर्वीच्या पाकिस्तानी राज्यकर्त्यांप्रमाणे, इशाक दार यांनीही बांगलादेशच्या या मागणीला वाटाण्याच्या अक्षता लावल्या.

बांगलादेशची आणखी एक महत्त्वाची मागणी म्हणजे, बांगलादेश स्वातंत्र्य संग्रामाला, बांगलादेशस्थित, ज्या पाकिस्तान्यांनी तेव्हा विरोध केला, त्यांना पाकिस्तानने परत घ्यायला हवे. या पाकिस्तान्यांनी, ज्यांमध्ये जमाते इस्लामी पक्षाच्या कार्यकर्त्यांचा मोठ्या प्रमाणात समावेश होता, त्यांनी पाकिस्तानी लष्कराला सर्वप्रकारची मदत केली होती. पाकिस्तानी

लष्कराने, बांगलादेशी जनतेवर जे अत्याचार केले त्यांमध्ये या कार्यकर्त्यांनी पाकिस्तानी लष्कराला मदत तर केलीच शिवाय ते अत्याचार करण्यात सहभागीही झाले होते. बांगलादेश स्वतंत्र झाल्यानंतर अवामी लीगच्या कार्यकर्त्यांनी, त्यांचा सूड घेतला, त्यामुळे भयभीत झालेल्या, बांगलादेशस्थित पाकिस्तानी नागरिकांनी अशी मागणी केली की पाकिस्तानने त्यांना परत घ्यावे, परंतु तत्कालीन पाकिस्तानी राज्यकर्त्यांनी त्यांना परत घेण्यास नकार दिला कारण पाकिस्तानच्या लेखी त्यांची गरज आता संपली होती. मात्र बांगलादेशने गेली अनेक वर्षे ही मागणी लावून धरली असून, पाकिस्तानने त्या मागणीला वारंवार नकार दिला आहे.

इशाक दार यांनी बांगलादेशचे मुख्य सल्लागार मोहंमद युनुस यांची भेट घेतली. युनुस यांनी पदभार स्वीकारल्यानंतर पाकिस्तानबरोबरील संबंध वृद्धिंगत करण्याविषय भर दिला आहे. बांगलादेश नॅशनलिस्ट पार्टीच्या प्रमुख खलेदा झिया यांनी नेहमीच पाकिस्तानला अनुकूल अशी भूमिका घेतली आहे. तसेच जमाते इस्लामी हा पक्ष तर उघडपणे पाकिस्तानवादी आहे. शिवाय सरकारी नोकऱ्यांमधील आरक्षणाला प्रखर विरोध करून, त्याविरोधात हिंसक आंदोलन करणाऱ्या विद्यार्थ्यांनी नेत्यांनी मध्यंतरी नॅशनल सिटिझन्स पार्टी या पक्षाची स्थापना केली असून हा पक्षही

पाकिस्तानशी जवळीक साधून आहे. या सर्वांची इशाक दार यांनी भेट घेतली. या सर्वांमध्ये एक गोष्ट कॉमन आहे, ती म्हणजे ते कट्टर भारत विरोधी आहेत. शेख हसीना या बांगलादेशच्या पंतप्रधान असताना त्यांनी, भारताबरोबर नेहमीच जिव्हाड्याचे संबंध राखले होते. बांगलादेश स्वातंत्र्य संग्रामाला ज्यांनी विरोध केला आणि देशाशी गद्दारी केली त्यांच्या विरोधात, शेख हसीना यांनी खटले दाखल केले आणि त्यांना शिक्षा देवली. परंतु जुलै २०२४ मध्ये आरक्षणविरोधात विद्यार्थ्यांनी जे आंदोलन केले ते आंदोलन, शेख हसीना यांना व्यवस्थितपणे हाताळता आले नाही. त्यांनी पारशी बळचा वापर करून ते आंदोलन चिरडण्याचा प्रयत्न केला. त्यामुळे आंदोलन चिघळले आणि परिस्थिती हाताबाहेर जात असल्याचे, त्यांच्या लक्षात आल्यानंतर त्यांनी बांगलादेश मधून पलायन करण्याचा निर्णय घेतला. शेख हसीना यांचे पलायन पाकिस्तानच्या पठ्यावर पडले असून, बदलत्या परिस्थितीत, बांगलादेशला आपल्या बाजूला बळवण्यासाठी पाकिस्तानचे जोरदार प्रयत्न सुरू आहेत. बांगलादेश स्वातंत्र्य संग्रामात पाकिस्तानच्या लष्कराने पूर्व पाकिस्तानातील जनतेवर जे अनन्वित अत्याचार केले, त्याबद्दल पाकिस्तानने बांगलादेशची अधिकृत माफी मागवी अशी मागणी बांगलादेशकडून पुन्हा एकदा करण्यात आली असली तरी, पाकिस्तानचे परराष्ट्रमंत्री इशाक दार यांनी तिला वाटाण्याच्या अक्षता लावल्याने, पाकिस्तानचा खरा चेहरा पुन्हा एकदा बांगलादेशच्या जनतेसमोर आला आहे.

आद्य गणेश..आरंभ गणेश..! हॉकीचे जादूगर मेजर ध्यानचंद



लवकरच श्री गणेशाचे मोठ्या प्रेमाने, हर्षाने, भक्तिभावाने आगमन होईल. शास्त्रीक पद्धतीने भाद्रपद शुक्ल श्रीगणेश चतुर्थी पासून ते अनंत चतुर्दशी पर्यंत बाप्पा आपल्या सर्वाना तन-मन-धनाने सेवा समर्पित करण्याची संधी देणार आहे. महाराष्ट्रात गणेशोत्सवाला अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. धार्मिक परंपरा भक्तिभावानी अतुल्य जोड आहे. कुठल्याही शुभ कार्याची सुरुवात श्रीगणेश स्तवनाने तद्गत पाद स्पर्शानेच होत असते. श्री गणेश ही आरंभ देवता आहे. ती वेदांचीही आद्य देवता आहे. ती वेदांनीही प्रतीपादली आहे. आत्मस्वरूपाचे रमलेली बुद्धी ही श्रीगणेश आहे. कैवल्य साम्राज्यमूर्ती माऊली महावैष्णव संत ज्ञानेश्वर महाराज ज्ञानेश्वरी च्या पहिल्या

ओवीत म्हणतात. ओम नमो जी आद्या वेद प्रतिपाद्या जय जयाजी स्वसंवेद्या आत्मरूपा देवा तूंचि गणेशु सकलमति प्रकाशु म्हणे निवृत्तीदासु अवधारी जो जी माऊलींनी श्री गणेशाचे फार सुंदर वर्णन ज्ञानेश्वरीत केलेले आहे. ज्याप्रमाणे माऊलींनी ओमकार हाच परमात्मा आहे, असे कल्पून ज्ञानेश्वरीस प्रारंभ केला. अगदी तसाच शांतीब्रह्म संत एकनाथानी सुद्धा गजवंदन करून भावार्थ रामायण लेखनास प्रारंभ केला. वेदवेदांतवेद्या वंद्दही परमवंद्या स्वसंवेद्या श्रीगणेशा तुझे निधिरिंतारुप कल्पिता अमुप तव कल्पनेचा लोप स्वरूपी तुझ्या या लागी जैसा अससी तैसियासी नमन साकार निराकारासी

तवं अंगत्व मुकले अंगत्वासी भज्य भजले भजकासी अव्येत अशा शब्दात संत एकनाथानी भावार्थ रामायणातून गणेश वंदना केली आहे. अनादी अशा वेद वेदांनाही परम वंदनीय असलेल्या आणि जो केवळ स्वतःला जाणू शकतो. अशा अंगत्वासी संत एकनाथ भावार्थ रामायणातून वंदन करतात. 'तू' म्हणजे अरुपाचे रूप आहेस. तुझे अवयव कल्पना न करावी एवढी आहेत. शेवटी कल्पनेचा लोप होतो. त्यामुळे तू जसा असशील साकार वा निराकार रूपात असशील; तसे तुला नमन असो. तुझ्या भक्तीने भक्त आणि तुझ्यातून व्दैतत्त्व संपून जातं. श्री गणेशाचे स्तवन हा ग्रंथकाराचा अथवा संत बांडूभयाचा महत्त्वाचा भाग राहिलेला आहे. संत तुकारामाने रचलेल्या गाथेतील पुढील अभंगातून श्री गणेशाच्या ओमकार रूपाचे वर्णन वेदवाणीच्या प्रमाणाने दिले आहे.

ओमकार प्रधान रूप गणेशाचे हे तिन्ही देवांचे जन्मस्थान अकार तो ब्रह्म उकार तो विष्णू मकार महेश्वर जाणियेला ऐसे तिन्ही देव जेथोनि उत्पन्न तो हा गजानन मायबाप तुका म्हणे ऐसी आहे वेदवाणी पहावी पुराणी व्यासांचिया सृष्टीच्या उत्पत्तीच्या वेळी जो नादब्रम्ह झाला तो ओमकार आहे. अकार, उकार, मकार या तिन्ही मात्रांनी ओमकार सिद्ध होतो. यातील अकार विश्वनिर्मितीचे अधिकारी ब्रह्मदेव. उकार श्रीहरी विष्णू

सृष्टीचे पालनकर्ते. तर श्रीशंकर म्हणजे मकार होय. ब्रम्हा, विष्णू, महेश हे तिन्ही देव मूळ गणेश तत्त्वापासून निर्माण झाले आहे. तुकाराम महाराज म्हणतात... हे जर खोटे वाटत असेल तर व्यासांच्या पुराणांना विचारवे. श्री गणेश आद्य व आरंभदेवता कशी आहे हे संत साहित्यातून उगमते. समर्थ रामदास स्वामींनी सुद्धा दासबोध ग्रंथाच्या पहिल्या दशकाच्या दुसऱ्या समासात श्री गणेशाचे स्तवन केलेले आहे. ओम नमो जी गणनायका सर्व सिद्धी फलदायका अज्ञान भ्रांती छेदता बोधरूपा असे वर्णन केलेले आहे. अशा एकंदरीत श्री गणेश स्तवनाच्या तीस ओव्या आहेत. संत आणि सत्पुरुषांनी केलेल्या व्याख्यानावरून आणि वर्णनावरून श्री गणेशाचे आद्यत्व, निराकत्व, निर्गुणातत्व, आणि त्या मागचा आध्यात्मिक अर्थ स्पष्ट होतो. श्री समर्थानी रचलेलेल्या गणेशाच्या आरतीतील भाव फार सुंदर आहे. दास रामाचा वाट पाहे सदा संकटी पावावे निर्वाणी रक्षावे सुरवर वंदना जय देव जय देव जय मंगलमूर्ती दर्शन हेळामात्रे कामनापुर्ती इथे त्यातला भाव असा आहे की, तू आमच्या घरी येऊन कधी स्थापन होशील. तुझी स्थापना करून मागणे मागायचे आहे. तुझी उपासना केल्यानंतर तू आम्हाला संकटातून सोडवशील. काच तू आदी, अंत, मध्य, तूच तू आहे. कारण पालनकर्ता, तारणहार, बुद्धीदाता, विघ्ननाशाय साधकांचा चिंतामणी आहेस. तुला वारंवार नमन. जय गणेश.. जय गणेश..!

आज २९ ऑगस्ट, राष्ट्रीय क्रीडा दिन. हॉकीचे महान खेळाडू मेजर ध्यानचंद या महान खेळाडूचा गौरव म्हणून हा दिवस राष्ट्रीय क्रीडा दिन म्हणून देशभर साजरा केला जातो. या दिवशी राष्ट्रपतींच्या हस्ते खेळाडूंना खेलरत्न पुरस्कार, अर्जुन पुरस्कार आणि द्रोणाचार्य पुरस्काराचे वितरण केले जाते. शिवाय खेळातील सर्वोच्च जीवनगौरव पुरस्कार म्हणून २००२ पासून मेजर ध्यानचंद पुरस्कार देण्यात येतो. आपल्या कारकिर्दीत खेळात असामान्य कर्तृत्व दाखवणाऱ्या आणि निवृत्तीनंतरही त्या खेळासाठी जीवन वेचणाऱ्या क्रीडापटूला मेजर ध्यानचंद जीवन गौरव पुरस्कार सन्मानित करण्यात येते. भारताचे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी खेलरत्न पुरस्काराला देखील मेजर ध्यानचंद यांचे नाव देऊन मेजर ध्यानचंद यांच्या कार्याचा ज्योतिषात असा गौरव केला आहे. ज्या खेळाडूंनी वर्षभर सर्वोत्तम कामगिरी करून जागतिक पातळीवर देशाचे नाव उज्ज्वल केले आहे अशा खेळाडूंना हा पुरस्कार दिला जातो. हा पुरस्कार क्रीडा क्षेत्रातील सर्वोच्च पुरस्कार समजला जातो. २९ ऑगस्ट १९०५ रोजी उत्तरप्रदेश मधील अलाहाबाद येथे मेजर ध्यानचंद यांचा जन्म झाला. त्यांचे वडील रामेश्वर दत्त हे आर्यभट्ट असल्याने त्यांच्या वारंवार बदलत्या होत. वडिलांच्या निवृत्तीनंतर १९२२ मध्ये वयाच्या दहाव्या वर्षी ते स्वतः आर्यभट्ट दाखल झाले. त्यावेळी ते आपल्या सहकाऱ्यांना अचूक पास द्यायचे. हॉकीतील त्यांच्या या कौशल्यामुळे त्यांना हॉकीचे जादूगर असे म्हटले जाते. मेजर ध्यानचंद यांनी आपल्या जादूई खेळाने देशाला १९२८ (एमस्टर्डॅम) १९३१ (लॉस अँजेलीस) १९३६ (बर्लिन) अशा

काळावधीत त्यांनी रेजिमेंटच्या विविध स्पर्धांमध्ये आपले कौशल्य दाखवले. हॉकीतील त्यांच्या कर्तृत्वामुळे न्यूझीलंड दौऱ्यावर जाणाऱ्या इंडियन आर्मी संघात त्यांची निवड झाली. हा दौरा त्यांनी गाजवला. या दौऱ्यात त्यांनी आपल्या साक्षात १८ विजय मिळवून दिले. दोन लढती बरोबरीत सुटल्या तर केवळ एका लढतीत पराभव स्वीकारला. हा दौरा त्यांच्यासाठी टर्निंग पॉइंट ठरला. या दौऱ्याने त्यांना जगभर नाव मिळवून दिले. या दौऱ्यानंतर त्यांना लान्स नायक म्हणून बढती मिळाली. केवळ भारतातीलच नाही तर जगभरातील प्रेमाग खेळाडू त्यांच्या खेळाच्या दिग्गज पडले. मेजर ध्यानचंद यांचे हॉकी खेळण्याचे कौशल्य अफलातून होते. चेंडूवरचे नियंत्रण ही त्यांची खासियत होती. चेंडू त्यांच्या ताब्यात असताना, मैदानात कोणी खेळत नाही असेच वाटायचे. चेंडू त्यांच्या स्टीक जवळून हलतच नसे म्हणून त्यांच्या स्टिकमध्ये चुंबक बसवला आहे अशी अफवा तेव्हा पसरली होती. हॉकी हा सांघिक खेळ आहे तो संघ भावनेने खेळला पाहिजे असे त्यांचे मत होते म्हणूनच चेंडूवर अफलातून नियंत्रण असूनही ते आपल्या सहकाऱ्यांना अचूक पास द्यायचे. हॉकीतील त्यांच्या या कौशल्यामुळे त्यांना हॉकीचे जादूगर असे म्हटले जाते. मेजर ध्यानचंद यांनी आपल्या जादूई खेळाने देशाला १९२८ (एमस्टर्डॅम) १९३१ (लॉस अँजेलीस) १९३६ (बर्लिन) अशा

सलग तीन ऑलिम्पिक स्पर्धांमध्ये सुवर्णपदक जिंकून दिले होते. १९३६ मधील भारत जर्मनी यांच्यात झालेल्या ऑलिम्पिकच्या अंतिम लढतीत ध्यानचंद यांनी एकहाती विजय मिळवून दिला होता. ही लढत पाहायला जर्मनीचे हुकूमशहा एडॉल्फ हिटलर उपस्थित होते. ध्यानचंद यांचे खेळाने ते चांगलेच प्रभावित झाले. ध्यानचंद यांच्या हॉकीतील कौशल्याने जर्मनीचा हुकूमशहा एडॉल्फ हिटलर यांनाही वेड लावले होते. त्यांच्या असामान्य कौशल्याने भारावलेल्या हिटलर यांनी त्यांना जर्मन नागरिकत्व देण्याची तसेच इंग्लिश इंडियन आर्मीत मेजरपद व कॅप्टन पदापर्यंत बढती देण्याचीही ऑफर दिली होती; पण देशप्रेमी आणि स्वाभिमानाी ध्यानचंद यांनी ती नम्रपणे नाकारली होती. लॉस अँजेलीस मध्ये खेळलेल्या भारतीय संघाचे वर्णन एका अमेरिकन पत्रकाराने पूर्वेकडील वाळू असे केले होते. ध्यानचंद १९५६ मध्ये निवृत्त झाले. त्याचवर्षी भारत सरकारने त्यांना पद्मभूषण देऊन गौरवले. निवृत्तीनंतर पटियाला येथील क्रीडा संस्थेत मुख्य प्रशिक्षक म्हणून त्यांनी तरुण खेळाडूंना प्रशिक्षण दिले. ३ डिसेंबर १९७९ रोजी या महान खेळाडूचे निधन झाले. भारताला

होती. चेंडू त्यांच्या ताब्यात असताना, मैदानात कोणी खेळत नाही असेच वाटायचे. चेंडू त्यांच्या स्टीक जवळून हलतच नसे म्हणून त्यांच्या स्टिकमध्ये चुंबक बसवला आहे अशी अफवा तेव्हा पसरली होती. हॉकी हा सांघिक खेळ आहे तो संघ भावनेने खेळला पाहिजे असे त्यांचे मत होते म्हणूनच चेंडूवर अफलातून नियंत्रण असूनही ते आपल्या सहकाऱ्यांना अचूक पास द्यायचे. हॉकीतील त्यांच्या या कौशल्यामुळे त्यांना हॉकीचे जादूगर असे म्हटले जाते. मेजर ध्यानचंद यांनी आपल्या जादूई खेळाने देशाला १९२८ (एमस्टर्डॅम) १९३१ (लॉस अँजेलीस) १९३६ (बर्लिन) अशा

सुवर्णयुगाची अनुभूती देणाऱ्या या महान हॉकीच्या जादूगराला मरणोत्तर भारतरत्न पुरस्काराने गौरवावे अशीच तमाम भारतीय क्रीडा रसिकांची इच्छा आहे. हॉकीचे जादूगर मेजर ध्यानचंद यांना जयंतीदिनी विम्वर अभिवादन !



ही प्राण ठरला. १९२२ ते १९२६ या काळावधीत त्यांनी रेजिमेंटच्या विविध स्पर्धांमध्ये आपले कौशल्य दाखवले. हॉकीतील त्यांच्या कर्तृत्वामुळे न्यूझीलंड दौऱ्यावर जाणाऱ्या इंडियन आर्मी संघात त्यांची निवड झाली. हा दौरा त्यांनी गाजवला. या दौऱ्यात त्यांनी आपल्या साक्षात १८ विजय मिळवून दिले. दोन लढती बरोबरीत सुटल्या तर केवळ एका लढतीत पराभव स्वीकारला. हा दौरा त्यांच्यासाठी टर्निंग पॉइंट ठरला. या दौऱ्याने त्यांना जगभर नाव मिळवून दिले. या दौऱ्यानंतर त्यांना लान्स नायक म्हणून बढती मिळाली. केवळ भारतातीलच नाही तर जगभरातील प्रेमाग खेळाडू त्यांच्या खेळाच्या दिग्गज पडले. मेजर ध्यानचंद यांचे हॉकी खेळण्याचे कौशल्य अफलातून होते. चेंडूवरचे नियंत्रण ही त्यांची खासियत होती. चेंडू त्यांच्या ताब्यात असताना, मैदानात कोणी खेळत नाही असेच वाटायचे. चेंडू त्यांच्या स्टीक जवळून हलतच नसे म्हणून त्यांच्या स्टिकमध्ये चुंबक बसवला आहे अशी अफवा तेव्हा पसरली होती. हॉकी हा सांघिक खेळ आहे तो संघ भावनेने खेळला पाहिजे असे त्यांचे मत होते म्हणूनच चेंडूवर अफलातून नियंत्रण असूनही ते आपल्या सहकाऱ्यांना अचूक पास द्यायचे. हॉकीतील त्यांच्या या कौशल्यामुळे त्यांना हॉकीचे जादूगर असे म्हटले जाते. मेजर ध्यानचंद यांनी आपल्या जादूई खेळाने देशाला १९२८ (एमस्टर्डॅम) १९३१ (लॉस अँजेलीस) १९३६ (बर्लिन) अशा

होती. चेंडू त्यांच्या ताब्यात असताना, मैदानात कोणी खेळत नाही असेच वाटायचे. चेंडू त्यांच्या स्टीक जवळून हलतच नसे म्हणून त्यांच्या स्टिकमध्ये चुंबक बसवला आहे अशी अफवा तेव्हा पसरली होती. हॉकी हा सांघिक खेळ आहे तो संघ भावनेने खेळला पाहिजे असे त्यांचे मत होते म्हणूनच चेंडूवर अफलातून नियंत्रण असूनही ते आपल्या सहकाऱ्यांना अचूक पास द्यायचे. हॉकीतील त्यांच्या या कौशल्यामुळे त्यांना हॉकीचे जादूगर असे म्हटले जाते. मेजर ध्यानचंद यांनी आपल्या जादूई खेळाने देशाला १९२८ (एमस्टर्डॅम) १९३१ (लॉस अँजेलीस) १९३६ (बर्लिन) अशा

सुवर्णयुगाची अनुभूती देणाऱ्या या महान हॉकीच्या जादूगराला मरणोत्तर भारतरत्न पुरस्काराने गौरवावे अशीच तमाम भारतीय क्रीडा रसिकांची इच्छा आहे. हॉकीचे जादूगर मेजर ध्यानचंद यांना जयंतीदिनी विम्वर अभिवादन !

होती. चेंडू त्यांच्या ताब्यात असताना, मैदानात कोणी खेळत नाही असेच वाटायचे. चेंडू त्यांच्या स्टीक जवळून हलतच नसे म्हणून त्यांच्या स्टिकमध्ये चुंबक बसवला आहे अशी अफवा तेव्हा पसरली होती. हॉकी हा सांघिक खेळ आहे तो संघ भावनेने खेळला पाहिजे असे त्यांचे मत होते म्हणूनच चेंडूवर अफलातून नियंत्रण असूनही ते आपल्या सहकाऱ्यांना अचूक पास द्यायचे. हॉकीतील त्यांच्या या कौशल्यामुळे त्यांना हॉकीचे जादूगर असे म्हटले जाते. मेजर ध्यानचंद यांनी आपल्या जादूई खेळाने देशाला १९२८ (एमस्टर्डॅम) १९३१ (लॉस अँजेलीस) १९३६ (बर्लिन) अशा

सुवर्णयुगाची अनुभूती देणाऱ्या या महान हॉकीच्या जादूगराला मरणोत्तर भारतरत्न पुरस्काराने गौरवावे अशीच तमाम भारतीय क्रीडा रसिकांची इच्छा आहे. हॉकीचे जादूगर मेजर ध्यानचंद यांना जयंतीदिनी विम्वर अभिवादन !

अशोकायन..

वन्दे - मातरम्

हॅलो हॅलो काय म्हणता ? 'वन्दे मातरम्' म्हणू या ... !

स्वतंत्र भारताचे आपण नागरीक देशाची स्वतंत्र ओळख निर्माण करू या !!



प्रा. अशोक सारडा मेहकर (१४२२३४३३९)

टॉप १% श्रीमंत लोक या ग्रूमिंग रितीरिवाजांचे पालन करतात



नागपूर, २८ ऑगस्ट : तुम्ही कधी विचार केला आहे का की काही लोक खोलीत प्रवेश करताच सर्वांचे लक्ष का आकर्षित करतात? त्यांच्याकडे सर्वात महागडे कपडे किंवा सर्वात आलिशान कार असणे आवश्यक नाही. तरीही त्यांची उपस्थिती इतकी मजबूत आहे की लोक आपोआप त्यांना नेते मानतात. तर रहस्य काय आहे? त्यांच्या दैनंदिन ग्रूमिंग सवयींमध्ये रहस्य आहे - ते दररोज पाळणारे ते छोटे छोटे विधी आणि ज्यामुळे ते गर्दीतून वेगळे दिसतात. जगातील टॉप १% श्रीमंत आणि यशस्वी लोकांनी या सवयींना त्यांच्या जीवनशैलीचा एक महत्त्वाचा भाग बनवले आहे. आणि सर्वात चांगली गोष्ट म्हणजे? हे विधी इतके सोपे आहेत की तुम्हीही आजपासून त्यांचा अवलंब करू शकता. डेव्हर हा भारतातील यातत्वज्ञानाचे नेतृत्व करणाऱ्या ब्रॅंडपैकी एक आहे - एक ग्रूमिंग ब्रॅंड जो महत्त्वाकांक्षी, परिष्कृत आणि शाहरूखानसारख्या प्रतिष्ठित सैलिटिब्रिडिंशी संबंधित आहे. तर, चला ५ ग्रूमिंग रितीरिवाजांवर एक नजर टाकूया ज्यामुळे टॉप १% लोकांना शक्तिशाली आणि आत्मविश्वासू दिसतात - आणि माझ्यावर विश्वास ठेवा, शेवटचा मुद्दा असा आहे ज्याचा तुम्ही कधीही विचार केला नसेल.

वी मुव्हीज अँड टीव्हीमुळे घरबसल्या स्क्रीनवर गणेशोत्सवाचा आनंद घ्या

मुंबई २८ ऑगस्ट : देशातील आघाडीची टेलिकॉम कंपनी वी ने आपले कनेट आणि ओटीटी प्लॅटफॉर्म वी मुव्हीज अँड टीव्ही ऍपमार्फत युजर्सना घरबसल्या गणेशोत्सवाचा आनंद घेणे सोपे केले आहे. वी मुव्हीज अँड टीव्ही ऍपने शेमारूच्या सहयोगाने नामांकित गणपती मंडपाचे लाईव्ह दर्शन घेण्याची सुविधा दिली आहे. यामध्ये सुप्रसिद्ध लालबागचा राजा आणि राज्यभरातील अष्टविनायक मंदिरांचा देखील समावेश असेल. अष्टविनायक मंदिरांचे दर्शन गणेशोत्सव संपल्यानंतर संपूर्ण वर्षभर घेता येईल. २७ ऑगस्टपासून लाईव्ह दर्शनाला सुरुवात होईल. गणपती मंडळांचे थेट प्रक्षेपण ६ सप्टेंबरपर्यंत सुरू राहील. मुंबईभर काही निवडक वी स्टोर्समध्ये देखील कंपनीने लाईव्ह दर्शनाची सुविधा दिली आहे. या निवडक स्टोर्समध्ये एलईडी स्क्रीन्स लावलेल्या असतील, वी ऍपसोबत सिक्क करून या स्क्रीनवर दिवसभर लालबागचा राजाचे दर्शन घेता येईल. वी ५जी कनेक्शन घेण्यासाठी जात असाल किंवा तुमच्या काही समस्यांचे निवारण करण्यासाठी, जरा काही मिनिटे गणपती बाप्पाच्या दर्शनाचा आनंद घेण्याची संधी वी ने उपलब्ध करून दिली आहे. स्टोरमधील हा अनुभव मुंबईकरांना धकाधकीच्या जीवनामध्ये थोडावेळ थांबून शांत, आध्यात्मिक वातावरणात रमण्याची व बाप्पाप्रती आदर व्यक्त करण्याची संधी देईल.

बाजारातील अस्थिरतेत नागपूर गुंतवणूकदारांचा

टाटा फ्लेक्सी कॅप आणि मल्टी असेट फंडांकडे कल

नागपूर, २८ ऑगस्ट : गेल्या काही महिन्यांत परदेशी फंड आउटफ्लो, कच्च्या तेलातील चढउतार, भूराजकीय तणाव आणि असमान कॉर्पोरेट उत्पन्न यामुळे बाजारात मोठी अस्थिरता दिसून आली आहे. अशा काळात गुंतवणूकदारांना वाढ आणि स्थैर्य यामध्ये संतुलन साधणाऱ्या घोरणांची गरज असते. फ्लेक्सी कॅप फंड्स आणि मल्टी असेट अलोकेशन फंड्स त्यांच्या विविधीकरणांमुळे आणि अंगिकार, अनुकूलतेमुळे लोकप्रिय होत असून गुंतवणूकदारांना अनिश्चिततेतून मार्ग काढण्यास मदत करत आहेत.

आजची बाजारातील अस्थिरता बदलती जागतिक परिस्थिती आणि क्षेत्रीय मूल्यमापनातील अंतरांमुळे निर्माण झाली आहे. अशावेळी लवचिकता आणि वैविध्य यांना एकत्र करणाऱ्या गुंतवणूक घोरणांची आवश्यकता आहे. ही गोष्ट फ्लेक्सी कॅप फंड्स मोठे, मध्यम आणि लहान कंपन्यांचे डायव्हर्सिफिकेड अलोकेशनद्वारे साध्य करतात तर मल्टी असेट अलोकेशन फंड्स इंडिजिटल, फिक्स्ड इन्कम, सोन आणि कर्माफंडीजमध्ये गुंतवणूक करून लवचिकता वाढवतात, असे टाटा असेट मॅनेजमेंटचे सीनियर फंड मॅनेजर चंद्रप्रकाश पडियार म्हणाले.

फ्लेक्सी कॅप आणि मल्टी असेट फंड्स गुंतवणूकदारांना स्मार्ट असेट अलोकेशन फ्रेमवर्क देतात. त्यामुळे पोर्टफोलिओ लावत कायदा राहते, संधी मिळतात आणि बाजारातील धक्के सहन करता येतात. डेव्हराइजमधील गुंतवणूकदारांचा उत्साहवर्धक सहभाग अशा वैविध्यपूर्ण ट्रिप्लिकोनावरील त्यांचा वाढता विश्वास दर्शवतो, असे पडियार म्हणाले.

फ्लेक्सी कॅप फंड्स व्यवस्थापकांना अनिश्चित काळात स्थैर्यासाठी लार्ज कॅपकडे गुंतवणूकी आणि जास्त परताव्याच्या संधींनी जोखीम ओलांडल्यास मिड आणि स्मॉल-कॅपकडे वळण्याची मुभा देतात. मल्टी असेट अलोकेशन फंड्स वेगवेगळ्या असेट क्लासेसमध्ये संतुलन साधून पोर्टफोलिओला तीव्र काळोखासामोसूर संक्षिप्त करतात. रिटेल गुंतवणूकदारांसाठी विशेषतः शिस्तबद्ध एसआयपी गुंतवणूकीसोबत हे दोन्ही फंड्स दीर्घकालीन संपत्ती निर्मिती घोरणाचा सक्षम आणि मजबूत पाया ठरू शकतात.

सणासुदीच्या हंगामानिमित्त अमेझॉनने ४० नवीन आश्रय सेंटर्स सुरू करण्यासाठी एचपीसीएलसोबत सहयोग केला

मुंबई, २८ ऑगस्ट : अमेझॉन इंडियाने आज हिंदुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड (एचपीसीएल) सोबत सहयोग करून देशभरात ४० नवीन आश्रय सेंटर्स सुरू करण्यासाठी प्रोजेक्ट आश्रयचा विस्तार करण्याची घोषणा केली. दिल्लीच्या वायव्य मतदारसंघातील माननीय खासदार योगेंद्र चंडेलिया यांनी नवी दिल्लीच्या रोहिणी परिसरात या नवीन सेंटर्स उद्घाटन केले. उद्घाटनाला एचपीसीएलचे नॉन-फ्यूल बिझनेसचे कार्यकारी संचालक मुलीकृष्ण व्ही. वांद्रे, अमेझॉन ऑपरेशनन्सचे भारतातील संचालक सलिम मेमन आणि अमेझॉन ग्रुप ट्रान्सपोर्टेशन, सस्टेनेबिलिटी व कूपर पब्लिक पॉलिसीचे उपाध्यक्ष अंशेल डे ला टोरे उपस्थित होते. यासह अमेझॉनची आता १३१ शहरांमध्ये ६५ आश्रय सेंटर्स आहेत, ज्यासह कंपनी २०२५ च्या अखेरपर्यंत अशी १०० सेंटर्स स्थापन करण्याच्या उद्दिष्टाच्या जवळ पोहोचली आहे. अमेझॉन आता दिल्ली एनसीआरमध्ये एकूण २४ आश्रय सेंटर्स चालवते. "प्रोजेक्ट आश्रय भारतात झपाट्याने विस्तारणाऱ्या गिग अर्थव्यवस्थेसाठी आवश्यक आहे आणि मी अमेझॉनच्या दूरदृष्टीचे कौतुक करतो," असे दिल्ली वायव्य मतदारसंघाचे माननीय खासदार श्री. योगेंद्र चंडेलिया म्हणाले. "आपला देश डिजिटल व्यापार पायाभूत सुविधा मजबूत करत असताना

पुन्हा चालायला लागल्या ७८ वर्षीय ज्येष्ठ महिला : शालिनीताई मेघे हॉस्पिटलने दिली शस्त्रक्रियेविना वेदनातून मुक्ती

नागपूर, २८ ऑगस्ट : वाडी येथील ७८ वर्षीय महिला दीर्घकाळापासून कंबरदुखी आणि तीव्र मज्जातंतूच्या वेदनांनी (रॅडिक्युलोपॅथी) त्रस्त होत्या. त्यांच्यावर अलीकडेच १०२० बेड्सच्या शालिनीताई मेघे हॉस्पिटल अँड रिसर्च सेंटर, वानाडोंगरी, नागपूर येथे यशस्वी उपचार करण्यात आले. सुरुवातीला रुग्णाला ऑर्थोपेडिक्स विभागात दाखल करण्यात आले. तिला इतक्या तीव्र वेदना होत होत्या की न उभे राहता येत होते, न झोपता येत होते. अगदी थोडेसे पाय हलवले तरी तिला सहन न होणाऱ्या वेदना होत होत्या. स्ट्रोट लेज रेजिटेस्ट मध्ये त्यांचा पाय १० अंशांपेक्षाही कमी उचलला गेला, जे नसवंशील दाब आणि सूज याचे स्पष्ट लक्षण होते. तपासणीदरम्यान त्या अतिशय वेदनेत होत्या आणि वेदनांमुळे खट होत्या.

सविस्तर तपासण्या, इमेजिंग आणि न्यूरोलॉजिकल तपासणीनंतर रुग्णाला डिजेनेरेटिव्ह डिस्क डिसीज आणि लंबर कॅनल स्टेनोसिस (एल५ व एल५ स्तरावर) असल्याचे निदान झाले. आजाराची तीव्रता पाहता डॉक्टरांनी ऑपरेशन (सर्जिकल डिस्कप्रेशन) करण्याचा सल्ला दिला. मात्र, रुग्णाचे वय जास्त असल्याने आणि



शस्त्रक्रियेची जोखीम लक्षात घेऊन रुग्ण आणि तिचे कुटुंब शस्त्रक्रियेला तयार झाले नाहीत. अ‍ॅनेस्थेशिया विभागाच्या प्रमुख डॉ. अंजली बोरकर यांनी सांगितले की रुग्णाच्या संमतीने आणि पूर्ण लक्ष ठेवून नर्व रूट ब्लॉक हा उपचार करण्यात आला. केवळ एका आठवड्यात रुग्ण पुन्हा चालत-फिरत ओपीडीमध्ये आल्या आणि पूर्वी त्रासदायक ठरलेल्या वेदनांपासून मोठा आराम मिळाल्याचे आनंदाने सांगत होत्या. हा उपचार विशेषतः वृद्ध रुग्णांसाठी किंवा शस्त्रक्रियेसाठी अयोग्य असलेल्या रुग्णांसाठी खूपच उपयुक्त ठरतो, कारण यात शस्त्रक्रियेविना वेदना कमी करण्याचा पर्याय उपलब्ध आहेत.

निवा बुपा रिअॅश्र्युअर ३.० च्या माध्यमातून सर्व मर्यादा ओलांडते

गुणग्राम, २८ ऑगस्ट : निवा बुपा हेल्थ इन्शुरन्सने त्यांच्या नवीनतम, सर्वात महत्त्वाकांक्षी उत्पादनाची घोषणा केली आहे, ज्याचे नाव आहे रिअॅश्र्युअर ३.०. हे एक क्रांतिकारी पाऊल आहे, जे आजपर्यंत आरोग्य विमा उत्पादनांची संकल्पना आणि रचना ज्या प्रकारे केली जात होती, ती पूर्णपणे बदलून टाकेल. 'अमर्याद मूळ विमा रकम' सादर केल्यामुळे, रिअॅश्र्युअर ३.० अशा युगाचा अंत करेल जिथे आरोग्य विमा उत्पादनांमध्ये नवनवीन गोष्टी मुख्यतः वाढत्या आरोग्य खर्चाना तोंड देण्यासाठी 'नो क्लेम बोनस', 'फॅमिली फ्लोटर प्लॅन', 'मूळ विमा रकमेची पुनर्स्थापना', 'न वापरलेल्या मूळ विमा रकमेचे पुढे हस्तांतरण' आणि 'यूक टॉप-अप प्लॅन' यांसारख्या पर्यायांच्या माध्यमातून वाढीव विमा रकम देण्यापुरत्याच मर्यादित होत्या आणि त्यामुळे या सर्व गोष्टी कालबाह्य होतील. त्याचे व्ही, हे उत्पादन अशा नवीन युगाची सुरुवात करेल जिथे आरोग्य विमा



उत्पादने संरक्षणासोबतच त्यांच्या 'निरोगी राहण्यासाठीच्या' योजनांसाठीही ओळखली जातील. या उत्पादनाच्या उद्घाटनावर बोलताना, निवा बुपाचे संचालक आणि मुख्य कार्यकारी अधिकारी, डॉ. भाबतोष मिश्रा म्हणाले, निवा बुपा येथे, आम्ही नेहमीच मर्यादांना आव्हान देण्याचा आणि आरोग्य विमा क्षेत्रात

ग्राहकांना प्रथम प्राधान्य देणाऱ्या नवनवीन कल्पना आणण्याचा प्रयत्न केला आहे. रिअॅश्र्युअर ३.० सह, विमा रकमेवर अंतिम उपाय देण्यासाठी आम्हाला अभिमान वाटतो आता अमर्याद संरक्षण मिळेल, ज्यावर कोणतीही मर्यादा नाही. पूर्वीग स्थितींसाठी पहिल्या दिवसापासून मिळणारे संरक्षण आणि वेळोवेळी स्टॅमपा द्वारे मिळणाऱ्या ओपीडी च्या मदतीसह, हे उत्पादन भारतातील सर्वात व्यापक आरोग्य कवच म्हणून तयार करण्यात आले आहे. आम्हाला विश्वास आहे की, विमा रकमेच्या दृष्टीने हे शेवटचे आणि अंतिम स्वरूपाचे नाविक आहे, जे आरोग्य सेवा पूर्णपणे चिंतामुक्त करण्यासाठी एक महत्त्वाचे पाऊल आहे. रिअॅश्र्युअर ३.० सह, निवा बुपा आरोग्य विम्यात एक नवीन बेंचमार्क (नवीन मापदंड) स्थापित करत आहे, ज्यामुळे ग्राहकांना त्यांच्या विमा संरक्षणाच्या मर्यादांबाबत पुन्हा कधीही चिंता करण्याची गरज भासणार नाही.

एचसीएलटेक ने नागपुरात आणला फ्लॅगशिप टेकबी प्रोग्राम, तंत्रज्ञान क्षेत्रातील करिअरसाठी उच्च माध्यमिक उत्तीर्णांना मिळणार संधी

नागपूर, २८ ऑगस्ट : एचसीएलटेक, ही आघाडीची जागतिक तंत्रज्ञान कंपनी, नागपुरातील उच्च माध्यमिक उत्तीर्ण विद्यार्थ्यांसाठी टेकबी अर्ली करिअर प्रोग्राम सुरू करण्याची योजना आखत आहे आणि त्यांना तंत्रज्ञान उद्योगात करिअर घडवण्याची संधी देणार आहे. टेकबी ही उच्च माध्यमिक उत्तीर्ण विद्यार्थ्यांसाठी तयार केलेली एक परिवर्तनशील पुढाकार आहे. यात कमवा आणि शिका असलेला मॉडेल आहे, ज्यामध्ये प्रत्यक्ष तंत्रज्ञान प्रशिक्षणासोबत उच्च शिक्षणाची संधी दिली जाते. हा कार्यक्रम विद्यार्थ्यांना उद्योगसंबंधित कौशल्यांनी सक्षम करतो आणि त्यांना शैक्षणिक प्रगती पुढाकार नसून तंत्रज्ञान क्षेत्रात अर्थपूर्ण करिअर घडवू शकण्याची संधी देतो. हा कार्यक्रम जर्नेटिव्ह एंशय आणि सायबरसुरक्षा या

विशेष डॉकसह सुरू करण्यात येणार असून, ते अग्रगण्य शैक्षणिक संस्थांच्या सहकार्याने विकसित केले आहेत. या उपक्रमाचा उद्देश भारतभर उच्च दर्जाच्या तंत्रज्ञान क्षेत्रातील करिअर संधींमध्ये प्रवेश वाढवणे हा आहे. टेकबीचे विद्यार्थी आधीच एआय आणि क्लाउड कम्युटिंगसारख्या प्रगत क्षेत्रांमध्ये प्रभावी योगदान देत असून एचसीएलटेकच्या फॉर्च्यून ५०० ग्राहकांना सेवा पुरवत आहेत. प्रशिक्षणाच्या सुरुवातीच्या टप्प्यातच विद्यार्थ्यांना मानधन मिळाल्याने ते काही महिन्यांतच आपल्या कुटुंबाला आर्थिक मदत करू शकतात. एचसीएलटेकचे वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुब्बारायम बी म्हणाले, टेकबी ही केवळ कौशल्यविकासासाठी पुढाकार नसून तंत्रज्ञान क्षेत्रात अर्थपूर्ण करिअर घडवू शकण्याची संधी देतो. हा कार्यक्रम राज्य सरकारच्या उपक्रमांशी जवळून संलग्न असून भारताच्या राष्ट्रीय शिक्षण धोरण (एनपीई) २०२० च्या दृष्टीकोनाला पाठिंबा देतो. एचसीएलटेकच्या टेकबी कार्यक्रमाबद्दल अधिक माहितीसाठी कृपया भेट द्या: hcltechbee.com

विद्यापीठ, एमिटी युनिव्हर्सिटी ऑनलाइन, आयआयआयटी कोट्टायम आणि आयआयएम सिम्लार यांसारख्या संस्थांशी झालेल्या धोरणात्मक भागीदारीमुळे प्रशिक्षणाधीन स्थानिक पातळीवर उच्च शिक्षण घेता येते, ज्यामुळे स्थलांतर खर्च कमी होतो आणि आर्थिक स्वावलंबनाला प्रोत्साहन मिळते. टेकबी समावेशकतेसाठी एक मजबूत उत्प्रेरक म्हणून कार्य करत आहे. यात उद्योगाच्या मापदंडांपेक्षा अधिक प्रमाणात पहिल्या पिढीतील विद्यार्थी आणि महिलांसह विविध गटातील सहभागी आकर्षित होत आहेत. हा कार्यक्रम राज्य सरकारच्या उपक्रमांशी जवळून संलग्न असून भारताच्या राष्ट्रीय शिक्षण धोरण (एनपीई) २०२० च्या दृष्टीकोनाला पाठिंबा देतो. एचसीएलटेकच्या टेकबी कार्यक्रमाबद्दल अधिक माहितीसाठी कृपया भेट द्या: hcltechbee.com



एण्ड टीव्ही कलाकारांनी आनंदात व उत्सवी जल्लोषात बाप्पाचे आगमन केले!

मुंबई, २८ ऑगस्ट : दरवर्षीप्रमाणे यंदाही एण्ड टीव्हीवरील तुमचे लाडके कलाकार भक्तीभाव व जल्लोषासह गणेशोत्सव साजरा करत आहेत. त्यांनी प्रेम, प्रार्थना व आकर्षक सजावटीसह त्यांच्या घरांमध्ये बाप्पाचे आगमन केले आहे. घरांमध्ये पर्यावरणपूरक बाप्पाची मूर्ती आणण्यापासून अद्वितीय सजावटीच्या थीमसह घरांना सुशोभित करण्यापर्यंत आणि स्वादिष्ट मोदक व मिष्टान्ने तयार करण्यापर्यंत प्रत्येक कलाकाराने साजरीकरणामध्ये सर्जनशीलता, आनंद व भक्तीची भर केली. हे कलाकार आहेत पारस अरोरा (जीवू, 'घरवाली पेडवाली'), सपना सिकरवार (बिमलेश, 'हप्पू की उलटन पलटन') आणि रोहिताश्व गौड (मनमोहन तिवारी, 'माबीकी घर घर है'). आगामी मालिका 'घरवाली पेडवाली' मधील पारस अरोरा ऊर्फ जीवू म्हणाले, "आम्ही दीड दिवसांसाठी घरांमध्ये बाप्पाचे आगमन केले आहे आणि माझ्या कुटुंबामध्ये असलेला उत्साह शब्दांमध्ये सांगता येऊ शकत नाही. दरवर्षी, मी घरी पर्यावरणपूरक गणपती बाप्पाची मूर्ती आणतो आणि बालपणापासून मी कामांमध्ये कितीही व्यस्त असलो तरी स्वतः सर्व सजावटीची जबाबदारी घेतो. यंदाची सजावट आकर्षक व खास आहे, ज्यामधून परंपरा आणि सर्जनशीलता दिसून येते. नेहमीप्रमाणे माझ्या आईने घरांमध्ये प्रेमाने बाप्पासाठी उकडीचे मोदक, लाडू आणि इतर उत्सवी स्नॅक्स बनवले. घरांमध्ये सर्वत्र सकारात्मक व आनंदीचे वातावरण आहे शेजारी, मित्र व नातेवाईक बाप्पाच्या दर्शनासाठी येत आहेत, ज्यामुळे उत्सवी आनंदामध्ये उत्साह, भक्ती व आशीर्वादाची भर झाली आहे. माझ्यासाठी गणेशोत्सव फक्त प्रथा नाही तर कुटुंब व मित्रांसोबत नाते दृढ करण्याबाबत आहे, तसेच ते बाप्पाचा आशीर्वाद देखील घेतात. घरांमध्ये प्रेम, सकारात्मक व एकतेचे वातावरण आहे, ज्यामुळे साजरीकरण अत्यंत संस्मरणीय झाले आहे. गणपती बाप्पा मोरया!"



इत्ती सी खुशी मध्ये प्रेमत्रिकोण अन्विता आणि विराट जवळ येत आहेत

मुंबई, २८ ऑगस्ट : सोनी सबवर नुकत्याच सुरू झालेल्या इत्ती सी खुशी मालिकेचे हृदयस्पर्शी कथानक आणि त्यातील वास्तववादी नाट्य यामुळे प्रेक्षकांना ही मालिका आपलीशी वाटते आहे. या मालिकेत अन्विता (सुबुल तौकीर खान) या तरुणीचा प्रवास दाखवला आहे, जिचे जीवन आपल्या कुटुंबाचा सांभाळ करण्यात गुंतले आहे. तिच्या वयाच्या इतर मुली आपल्या आकांक्षा पूर्ण करण्यासाठी घडपड करत असताना अन्विताचे ध्येय केवळ आपल्या प्रियजनांना सुरक्षित आणि एकत्रित ठेवण्याचे आहे. घरखर्च कसाबसा सांभाळण्यासाठी ते छोटी छोटी कामे करणे आणि आपल्या पाच धाकट्या भावंडांचा सांभाळ अशी तारेवरची कसरत करणारी अन्विता म्हणजे लवचिकता आणि निःस्वार्थ प्रेमाचे मूर्तिमंत रूप आहे. तिच्या या संघर्षासाठी जबाबदार तिचे वडील सुहास (वरुण बडोला) आहेत. जे दारूच्या व्यसनाने ग्रासले आहेत, त्यामुळे घराची जबाबदारी त्यांनी केव्हाच झटकली आहे. अन्विता मात्र आपल्या लहान भावंडांना मार्गदर्शन करण्यापासून ते वडिलांचे अचानक नाहीसे होणे पचवण्यापर्यंत या संघर्षांना हिंमतीने तोंड देत आहे. गेल्या काही भागांमध्ये, प्रेक्षकांनी विराट (रजत वर्मा)ची नाट्यात्मक एंस्ट्री पाहिली. विराटने अन्विताविषयीचा भावना उघड केल्यामुळे अन्विताची कुचबणा होत आहे, कारण संजय (ऋषी सक्सेना)चे मूकपणे तिच्या पाठीशी असणे ती नाकारू शकत नाही. आगामी भागांमध्ये, अन्विताचा भावनिक संघर्ष वाढणार आहे. संजयने आपल्या भावना अन्विताकडे व्यक्त करण्याचे धाडस मिळवले आहे, अण अन्विताला आता विराटबद्दल ओढ वाटू लागली आहे, कारण तो अन्विताला जगाकडे बघण्याची वेगळी दृष्टी देतो. हा प्रेमत्रिकोण तीव्र रूप घेतो, जेव्हा विराटच्या मनातील भावना उघड होते, त्यामुळे तो थेट संजयचा प्रतिस्पर्धी होतो. संजय एक पोलीस अधिकारी आहे. संजय आणि विराट या दोघांच्या मध्ये निवड करणे अन्वितासाठी कठीण आहे, कारण संजयने तिच्या कुटुंबाला नेहमी आजार दिला आहे तर विराट तिच्या आयुष्यात नवी आयुष्य घेऊन आला आहे. मात्र या सगळ्या भावनिक संघर्षात देखील आपल्या भावंडांची जबाबदारी तिच्यासाठी अग्रस्थानी आहे. ती एका टर्मिंग पॉइंटवर उभी आहे, तिने घेतलेल्या निर्णयांमुळे तिचे आयुष्य बदलणार आहे!

शब्दकोडे क्रमांक २२०४

१	२	३	४	५	६	७	८	९	
१०				११	१२		१३		
		१४	१५	१६			१८		१९
२०		२१		२२			२३	२४	
		२५		२६		२७	२८		
२९	३०	३१		३२			३३		
३७	३८	३९		४०		४१		४२	
	४३	४४		४५	४६		४७		
४८	४९			५०		५१			
५२			५३		५४		५५	५६	
	५७	५८	५९	६०		६१		६२	६३
६४		६५		६६	६७		६८		
६९	७०			७१			७२		७३
७४			७५	७६	७७				

आडवे शब्द :-

- पायापर्यंत लोंबणारा अनेक पदरी हार
- तोंड वासून मोठ्या आवाजात खणे
- धनी
- सोने
- वाळीस शेरचे वजन
- वाहणारी हवा
- दरवाजा
- जिव्हामूलावर लोंबणारा एक व्हांसपिंड
- चावी
- रंग
- कौशल्या, पटुत्व

- तमाशातील एक लोकप्रिय गीतप्रकार
- पदार्थाचा सूक्ष्मकण
- बांबू
- शैशीमासारखा एक प्रकारचा मऊ कापूस
- आश्चर्य
- भाळाचा झोपाळा
- होडी
- निरर्थक भटकंती
- कुंतीचे पांच पुत्र
- आदी सारखे
- गरीब, साधानीतिमान
- वालुकामय जमीन
- सेवक

- नंतर
- मोठे माकड
- मदतनीस
- रामपुढिकासार
- श्रीमंत
- अल्प, थोडे
- किंमत
- टूट्टीभेट
- समशेर
- दिनांक
- गवताचे पान
- मीठ
- दारू, मद्य
- मुख चेहरा
- मुईपाडळ नावाची वेल

मागील शब्दकोडाचे उत्तर

वि	ष	व	स	द	रा	क	ख	गी	ज	झ	ष	त
डा	व	खो	च	ज	ना	ल	न	र	ग	री	त	
ट	न	ड	फ	ली	चा	व	न	ज	व	र		
रे	न	र	सा	जा	रा	चा	ली	न	वा	ना		
स	पा	ख	च	ल	न	व	ल	न	ग		वा	
त	रे	सा	न	क	जा	स	ख	व	र	ज	न	
म	क	व	रा	वा	प	र	घ	से	ना	प	ती	
द	डा	श	च	ळ	प	चा	सा	व	त			
न	स	बा	घ	त	पो	व	न	क	ल	प		
म	जा	सं	प	ट	क्ष	त	हा	जा				
पा	थं	सा	र	दी	ळ	का	त्र	वा	न	व	सा	
स	म	जा	स	त	त	ग	मो	की	न	व	प्या	
वा	व	प	न	प	ड	दा		पा	ळ	त		
र	ड	ड	ल	घु	को	न	र	म	जा	न	सा	

शासनाच्या योजना तळागाळापर्यंत पोहोचवा

प्रतिनिधी
गडचिरोली दि. २८ :
सनाच्या वतीने गोर गरीब वकरी व अन्य नागरीकांसाठी वेध योजना राबविल्या जातात. पण, आजही अनेक नागरीक नानाबाबत माहिती नसल्याने सनाच्या विविध योजनांपासून वंचित आहे. त्यामुळे एकही नागरीक शासनाद्वारे राबविण्यात आल्या योजनांपासून वंचित राहू न व प्रत्येक योजनांची माहिती माथ्यापर्यंत पोहोचवून त्याचा भली मिळाला पाहिजे, यासाठी सूल विभागाच्या अधिकारी व नागरिकांच्या सहकार्य करावे, असे वाहन अतिरिक्त जिल्हाधिकारी यांचे आसवेले यांनी केले.

अहेरी तालुक्यातील

अतिरिक्त जिल्हाधिकारी आसवले यांचे आवाहन: महागाव बु. येथे जनसंवाद कार्यक्रम



ग्रामपंचायत महागाव (बुज) येथे तहसील कार्यालय अहेरीच्या वतीने जनसंवाद कार्यक्रमाले आयोजन करण्यात आले होते. याप्रसंगी ते मार्गदर्शन करताना बोलत होते. कार्यक्रमाचे अध्यक्षस्थानी अहेरीचे	तहसीलदार बालाजी सोमवंशी तर प्रमुख अतिथी महागावच्या सरपंच वंदना दुर्गे, उपसरपंच संजय अलोणे, नायब तहसीलदार कल्पना सुरापाम, अन्न पुरवठा निरीक्षण अधिकारी व्ही. जी. वैरागडे, मंडळ	अधिकारी कोंडीबा चांदे, ग्रामपंचायत सदस्य राजेश दुर्गे आदी उपस्थित होते. यावेळी तहसीलदार बालाजी सोमवंशी यांनी शासनाद्वारे राबविण्यात येणाऱ्या योजनांचा
--	---	---

लाभ प्रत्येक तळागळालील नागरिकांपर्यंत पोहोचला पाहिजे, सदर योजनेचा लाभ घेताना लाभार्थ्यांना कसल्याही प्रकारची अडचणी येऊ नये, याकरीता तहसील कार्यालय अहेरीच्या वतीने जनसंवाद कार्यक्रमाचे आयोजन करून थेट नागरिकांशी संवाद साधून नागरिकांना होणारी अडचण दूर करता येतील, यासाठी सदर कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले असल्याचे सांगितले.

नायब तहसीलदार कल्पना सुरपाम यांनी श्रावणबाळ सेवा निवृत्ती योजना, संजय गांधी निराधार योजना, आर्थिक दुर्बल घटकांसाठी अनुदान योजना, राष्ट्रीय अर्थसाहाय्य कुटुंब योजना, इंदिरा गांधी राष्ट्रीय विधवा निवृत्ती योजना, इंदिरा गांधी राष्ट्रीय माहिती निवृत्ती वेतन योजनांची माहिती दिली.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक व संघ. जालन महागाव (बुज) ग्रामपंचायतचे ग्रामसेवक ए. एस. बंडावार तर आमार महागाव (बुज) चे तलाठी अतुल गौतम यांनी मानले. यशस्वीतेसाठी तलाठी पुजा तलांडे, राकेश पिपरे, नागेश तिप्पा, पंकज उरेते, यांच्यासह महसूल सेवक ठरता महागाव ग्रामपंचायतच्या कर्मचाऱ्यांनी सहकार्य केले.

संप काळातही आरोग्य कर्मचाऱ्यांचे
डेंग्यू, मलेरियाची जनजागृती



तालुका प्रतिनिधी
अहेरी दि. २८ : राष्ट्रीय
आरोग्य अभियानांतर्गत कार्यरत
अधिकारी व कर्मचारी यांचे
समायोजन बाबत १९ ऑगस्ट
पासून तालुका आरोग्य अधिकारी
कार्यालय समोर वेमुदत काम बंद
आंदोलन सुरू केले आहे. तालुका
आरोग्य अधिकारी येथील कार्यरत
समुदाय आरोग्य अधिकारी,
आरोग्य सेविका, आरोग्य
सहायिका व इतर अधिकारी
करण्याकरिता २६ ऑगस्ट रोजी
बाईक रॅलीचे आयोजन करण्यात
आले. सदर बाईक रॅली अहेरी व
आलापल्ली येथे फिरून लोकांमध्ये
डेंगू व मलेरिया बाबत जनजागृती
करणाय आली. सदर कंत्राटी
अधिकारी व कर्मचारी यांच्या
रॅलीला लोकांकडून उत्सुक प्रतिसाद
तामला आहे. अशा अभियानात
उपक्रमांमुळे लोकांना याचा
निश्चितच फायदा होईल अशी
शक्यता आहे.

कर्मचारी यानी सं
काळात सुद्धा
मानवतेच्या
दृष्टिकोनातून
लोकांच्या मनात
डेंगू व मलेरिया
बाबत जनजागृती
२६ ऑगस्ट रोजी
आयोजन करण्यात
वाईक रॅली अहम
येथे फिरून लोकांमध्
या बाबत जनजागृती
ली. सदर कंत्राटी
कर्मचारी यांच्या
कडून उसुक प्रतिसा
ड. अशा अभिन
लोकांना याचा
जायदा होईल अशी

ग्रामबाल समिती सदस्यांचे क्षमताबांधणी प्रशिक्षण धानोरा तालुक्यातील २६ शाळांचा व्यसनमुक्तीसाठी निर्धार

प्रतिनिधी
गडचिरोली दि. २८ :
लह्या महिला व बाल विकास
येथारी कार्यालय गडचिरोली
गंगत जिल्हा बाल संरक्षण कक्ष
चिरोलीतर्फे १८ ऑगस्ट रोजी
गायत समिती सभागृह
चिरोली येथे ग्राम बाल
क्षपण समितीमधील सदस्यांचे
ताबांणी आयोजित करण्यात
ली होती.

पाटील, एकात्मिक बाल विकास सेवा योजने प्रकल्प कार्यालयाच्या विस्तार अधिकारी आशा वरधे, पर्यवेक्षिका ए. झरकर, शालीना पेंढार उपस्थित होते. महिला व बाल विकास विभाग शासन निर्णय १० जून २०१४ नुसार ग्राम बाल संरक्षण समितीची रचना व कार्य, भूमिका देण्यात आलेल्या आहेत. तसेच बाल न्याय मुलांची काळजी व संरक्षण अधिनियम २०१५, बालकांचे लैंगिक अत्याचारापासून संरक्षण अधिनियम २०१२ सुधारित अधिनियम २०१९ (पोक्सो कायदा), बालविवाह प्रतिबंधक अधिनियम २००६ सारख्या कायद्याची अंमलबजावणीकरिता ग्राम बाल संरक्षण समितीची महत्वाची भूमिका आहे. त्याकरिता तेथील सदस्य सचिव अंगणवाडी सेविका, सदस्य पो. लिस पाटील, शाळेचे मुख्याध्यापक किंवा शिक्षक यांना क्षमतावाढणी प्रशिक्षण देऊन समित्यांची भूमिका कार्यक्षेत्रे बळकट होईल. या अधिशाळेत बालकांचे लैंगिक अत्याचारापासून संरक्षण अधिनियम २०१२ सुधारित अधिनियम २०१९ (पोक्सो कायदा), या विषयावर मास्टर ट्रेनर जन्यत जथादे व ग्राम बाल संरक्षण समितीची भूमिका व जबाबदाऱ्या या विषयावर जिल्हा परिवर्तन समिती जिल्हा समन्वयक रवी आडे, बालविवाह प्रतिबंध व दत्तक प्रक्रिया, प्रायोजकत्व व प्रशिक्षणालात बाबत बाल संरक्षण अधिकारी प्रियंका आसुटकर, महिला व बालविकास विभागाचे योजना याविषय कवेन्वर लेनगुरे यांनी मार्गदर्शन केले. शेवटचे बालविवाह प्रतिबंधक कायदे व उपाययोजना आणि बाल न्याय मुलांची काळजी व संरक्षण अधि. नियम या विषयावर जिल्हा बाल संरक्षण अधिकारी अविनाश गुरनुले यांनी मार्गदर्शन केले. दोन्ही दिवस २६६ प्रशिक्षणार्थीची होती उपस्थिती होती.

प्रतिनिधी
गडचिरोली दि. २८ :
धानोरा तालुक्यातील विविध रद्द
शाळांमध्ये मुक्तिपथ तर्फे तंबाखू
मुक्त शाळा कार्यक्रमाचे आयोजन
करण्यात आले होते. या
माध्यमातून हसत-खेळत पद्धतीचा
वापर करून विद्यार्थ्यांमध्ये जागृती
करण्यात आली. या उपक्रमात
उपस्थित सर्व विद्यार्थ्यांनी सहभाग
घेत व्यसनमुक्त राहण्याचा निर्धार
केला.

गाणे म्हणजे, सामुहिक खेळ,
तंबाखूचे व दासूचे दुष्परिणाम,
तंबाखूमुक्तिचे सैनिक, तंबाखू
देणाऱ्या मित्राला नाही कसे
म्हणनार, सहकारी मित्राला तंबाखू



किंवा खर्चा खाण्याच्या सवयी
पासून दूर करण्यासाठी प्रयत्न
कसे करायचे, तंबाखू मुक्तीची
होळी इत्यादी विविध कृतींची माहिती
हती यावेळी विद्यार्थ्यांना व
शाळेतील उपस्थित शिक्षकांना
देण्यात आली. या सौबतच विविध
व्यसनमुक्तीपर गीत, विद्यार्थ्यांना

शिक्षकांनी व्यसनापासून दूर राहण्याचे आवाहन करण्यात आले. यावेळी विद्यार्थ्यांनी तंबाखूमुक्त जीवन जगण्याचा संकल्प केला.

या उपक्रमात जिप शाळ
धानोरा, चव्हेला, चिचोली, हेटी
मालंडा, पवनी, तुकुम, सालेभडी
दुधमाला, लेखा, राजोली, दुर्गापुर
मुसुमाडी, इरुपुतेला, खांडा
मुसुमा, सुसुंडी, सावरावरा, कोसर्मा
१, मोहली, कुलभडी, मुरुमागाव
पल्लेमरा, रांगी, येरकड व पेरसा
पेन विद्यालय यावेजता अशा २६
शाळांमध्ये मालोनिंद तंबाबुधुस
शाळा कार्यक्रमामध्ये हजारां
विद्यार्थ्यांनी सहभाग घेतला.

कधर स्वामी महाराष्ट्रातील पहिले
ज्ञात समाजसुधारक: नितनवरे

प्रतिनिधी
गडचिरोली दि. २८ :
अनुभाव धर्मीयांच्या
देनुसार त्यांना ईश्वरांच्या
विवतारपिकी भगवान श्री
विवतार स्वामी यांना पाचवा
विवतार मानले जाते. लीळाचरित्र
मराठीतील पहिल्या चरित्रग्रंथाचे
नायक म्हणून इतिहासात त्यांना
त्याचे स्थान आहे. वैदिक परंप.
या नाकारून सर्वाना मोक्षाचा
प्राप्तान अधिकार देणारे चक्रधर
मी हे महाराष्ट्रातील पहिले ज्ञात
वासुधधारक होतं, असे
प्राधान्य शासकीय तंत्रनिकेतनचे
याच विशाल नितनवरे यांनी
दत्त.



मोक्षाचा समान अधिकार देणाऱ्या सर्वज्ञ श्री चक्रधर स्वामी यांनी महानभाव पंथाची स्थापना केली. आजही आपण समाजात त्रिपांथाच्या समानतेसाठी आणि जातीय भेदभावविरुद्ध लढत आहोत. अशावेळी, स्वामींनी शेकडो वर्षांपूर्वी दिलेला हा संदेश पाहून खूप आश्चर्य वाटते. त्यांची दूरदृष्टी समजून येते. आजच्या काळात आपण जेव्हा सामाजिक न्याय आणि समानतेबद्दल बोलतो, तेव्हा चक्रधर स्वामींचे कार्य एक मैलाचा दगड ठरते. त्यांनी समाजातील सर्व स्तरांतील लोकांसाठी आपले दरवा. ये उघडले आणि त्यांना आत्मिक उन्नतीचा मार्ग दाखविला. त्यांच्या कार्यामुळे महाराष्ट्रात एक सामा. जिक समरसतेची भावना रुळली, असेही प्राचार्य नितनवरे म्हणाले. कार्यक्रमाला संस्थेतील सर्व आध्यात्मिकाऱ्या व विद्यार्थी उपस्थित होते.

अपघातात दुर्दैवी निधन झाले. त्याअनुगंगाने विद्यापीठाच्या संस्कृतिक सभागृहात (नविन सभागृह) त्यांना श्रध्दांजली वाहण्याच्या कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते.

अध्यस्थानी प्र-कुलगुरु डॉ. श्रीराम कावळे होते. तर प्रमुख अतिथी म्हणून कुलगुरुसचिव डॉ. अनिल हिरेंखण, वित्त व लेखा अधिकारी भास्कर पठारे उपस्थित होते. प्र- कुलगुरु कावळे म्हणाले, कविकुलगुरु कालिदास संस्कृत विद्यापीठाचे कुलगुरु आचार्य

हरेराम त्रिपाठी आणि त्यांच्या अर्धांगिनी बदामी त्रिपाठी यांचे अपघाती निधन झाले. हे वृत्त ऐकून विलक्षण धक्का बसला. अलिकडेच राष्ट्रीय उच्च शिक्षण पात्रता रूपरेषा या कार्यशाळेसाठी ५ ऑगस्टला गोंडवाना विद्यापीठात ते आले होते. त्यांचा संस्कृतचा व्यासंग विलक्षण होता. तसेच ते न्यायशास्त्राचे प्रख्यात विद्वानसुद्धा होते. उत्कृष्ट अध्यापन शैलीमुळे ते विद्यार्थीप्रिय

गडचिरोली: कृषी महाविद्यालय सोलापूर गडचिरोली येथे माहिती केंद्राचे आयोजन करून शेतकऱ्यांना शेत नव्या तंत्रज्ञानाची, पिकावरील रोग नियंत्रणाची व शा. निर्मिती करण्यात आली. या माहिती केंद्राच्या माध्य. त्यावरील योग्य उपाययोजना, कीटकनाशके व बुरकी नुसार योग्य बियाण्यांची निवड, बियाण्यांवरील टॅस व मळामे, श्वेत सहारे, तेजस्विनी सहारे, सानिका ठाकरे अधिष्ठाता डॉ.माया राजूत, कार्यक्रम समन्वयक डॉ.पं.



हरेराम त्रिपाठी आणि त्यांच्या अर्धांगिनी बदामी त्रिपाठी यांचे अपघाती निधन झाले. हे वृत्त ऐकून विलक्षण धक्का बसला. अलिकडेच राष्ट्रीय उच्च शिक्षण पात्रता रूपरेषा या कार्यशाळेसाठी ५ ऑगस्टला गोंडवाना विद्यापीठात ते आले होते. त्यांचा संस्कृतचा व्यासंग विलक्षण होता. तद्वच ते न्यायशास्त्राचे प्रख्यात विद्वानसुद्धा होते. उत्कृष्ट अध्यापन शैलीमुळे ते विद्यार्थीप्रिय होते. त्यांच्या निधनाने शिक्षण क्षेत्राबरोबरच संस्कृत भाषेचेही अपरिमित नुकसान झाल्याचे ते म्हणाले. याप्रसंगी २ मिनिट मौन पाळून त्यांना श्रद्धांजली वाहण्यासाठी काही कार्यक्रमां विद्यापीठातील सर्व सांविधानिक अधिकारी, शिक्षक, शिक्षकतेर अधिकारी व कर्मचारी तसेच विद्यार्थी व विद्यार्थिनी उपस्थित होत्या. संघ. लाल सहा. प्रा. प्रशांत ठाकरे यांनी केले.

विनायक विद्यालयात शिक्षक-पालक सभा

प्रतिनिधी
गव्हिरोली दि. २८ : विनायक
धूमिक तथा उच्च माध्यमिक
द्यालय विसोरा ता. देसाईजंज येथे
सु. शैक्षणिक सत्राची शिक्षक-पालक
या उत्साहात पार पडली. या
समध्ये विद्यार्थी, शिक्षक, शाळा,
शिक्षण यावर सकारात्मक चर्चा घडून
गेली. विसोरा येथे इयत्ता पाचवी ते
दहावीपर्यंतचे शिक्षण देणारे विनायक
धूमिक तथा उच्च माध्यमिक
द्यालय स्थित आहे. या
द्यालयामध्ये यंदाच्या शैक्षणिक
सत्राची शिक्षक-पालक सभा नुकतीच
योजित करण्यात आली होती.

या शिक्षक पालक सभेच्या
ध्यक्षस्थानी सुनील नाकाडे होते,
प्रमुख अतिथी म्हणून संस्थेचे
दस्य प्रा. चेतन नाकाडे, विसोराचे
ससरपंच संजय करांकर, किसन
के, रामभाऊ भागडकर, प्रशांत



उसगावकर, दीपाली नाकाडे, सरिता बुद्धे, मनोज अवसरे, एम. बी. आकरे, व्ही. टी. लोधी, पी. डी. नागपुरे उपस्थित होते. सभेचे प्रास्ताविक प्राचार्य आर. डी. नाकाडे यांनी केले. त्यानंतर पालक आणि शिक्षक यांनी विद्यार्थी, शिक्षण, अभ्यास, शालेय स्कॉलरशिप योजना अशा अनेक विषयांवर आल्या समस्या, प्रश्न मांडले. त्या सर्व प्रश्न आणि समस्यांना प्राचार्य, शिक्षकांनी समाधानकारक, सर्पक अशी उतरे दिली. यावेळी विद्यार्थ्यांच्या मोबाइल वापराबाबतसुद्धा मंथन झाले. शिक्षक पालक सभा अतिथीय सकरात्मक पद्धतीने यशस्वी झाली. सभेत शाळेकडून राबविल्या जाणाऱ्या वेगवेगळ्या उपक्रमांबद्दल तसेच विविध सर्पमाध्यमे यशस्वी झालेल्या विद्यार्थ्यांची माहितीसुद्धा पालकांना विस्तारपणे सांगण्यात आली. सभेला शाळेमध्ये शिक्षणासाठी येणाऱ्या एकपूर, विसोरा, शंकरपूर, कलसारी आणि तुळशी या गावातील पालक, माता मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. शाळेचे शिक्षककर्तृक समिती आणि विद्यार्थ्यांनी यशस्वीतेसाठी सहकार्य केले.

अडपल्ली
येथे माहिती
केंद्राचे
आयोजन

गडचिरोली: कृषी महाविद्यालय सलाहपूर गडचिरोली येथे सुरु असलेल्या ग्रामीण कृषी कार्यानुभव अंतर्गत विद्यार्थ्यांनी अडपल्ली माहिती केंद्राचे आयोजन करून शेतकऱ्यांना शेती विषय महत्वाची माहिती उपलब्ध करून दिली. या उपक्रमातून शेतकऱ्यांना ता तंत्रज्ञानाची, पिकावरील रोग नियंत्रणाची व शासकीय योजनांची माहिती एका ठिकाणी मिळावी या उद्देशाने माहिती केंद्राची स्थापना करण्यात आली. या माहिती केंद्राच्या माध्यमातून शेतकऱ्यांना विविध किट व रोग अवचूक ओळख करून देण्यात आली. वरील योग्य उपाययोजना, कीटकनाशके व बुरुकी बुरशीनाशके याचा वापर तसेच आधुनिक शेतीसाठी लागणारी उपक्रम, पिकावरील योग्य विषयांंची निवड, विषयांवरील टॅप्स व विषयां प्रेरित्या यांची माहिती देण्यात आली. हा उपक्रम भिनल वाकडे, प्राप्ती, सहाय्य, श्वेता साह्याने, तेजस्विनी सहाये, सानिका ठाकरे यांनी आयोजित केला. हा उपक्रम राववण्यासाठी कृषी महाविद्यालयाची सहयोगीगिरी घेण्यात आली.माया राजूत, कार्यक्रम समन्वयक डॉ.पी.व्ही महाले, डॉ. रवींद्र करंगामी यांचे मार्गदर्शन लाभले.

शाहूनगरात संत सेना
महाराजांना अभिवादन

गडचिरोली: श्री नगाजी
भारजा मंदिर शाहुनगर
गडचिरोलीतर्फे संतसेना महाराज
च्या पुण्यतिथीनिमित्त 'सामुदायिक
अर्थ' व विचार प्रकटन कार्यक्रम
योजित करण्यात आला होता.
प्रथम गजानन डोंगरे यांनी सना
महाराज यांच्या प्रतिमेला
महार अर्पण करून अभिवादन
ले. त्यानंतर सामुदायिक प्रार्थना
क्यात आली. मान्यवरांनी सेना
भारजा यांच्या जीवनकार्यवर
काश टाकला. याप्रसंगी नगाजी
महाराज मंदिराचे खुरांगर शेंडे,
मा नराते, पांडुरंग पुराते, देवराव
पुराते, दीपक जाधव, वन्हाडे,
जय गिरसावळे, मधुकर विधाते,
रुण अमलकृष्ण हलधर,
शिनाथ देवलकर, दिनकर
क्षेने, नामदेवराव ईजनकर, काल.
सा वाळके आदी उपस्थित होते.

अडपल्ली येथे आंबा कलम तयार करण्याचे प्रात्यक्षिक



प्रतिनिधी
गडचिरोली दि. २८ : कृषी महाविद्यालय सोनापूर गडचिरोली येथील येथील विद्यार्थ्यांनी ग्रामीण कुपोषण कार्यानुभव कार्यक्रमाला सहभाग घेतला. यावेळी ग्रामीण कुपोषण कार्यक्रमाबाबतचे माहिती देण्यात आली. यावेळी ग्रामीण कुपोषण कार्यक्रमाबाबतचे माहिती देण्यात आली. यावेळी ग्रामीण कुपोषण कार्यक्रमाबाबतचे माहिती देण्यात आली.

वेद्यार्थ्यांनी मोठे स्वप्न बघून यशाचा पाटलाग करावा

प्रतिनिधी
गडचिरोली दि. २८ : माठे न बघून यशाचा पाठलाग करून गडचिरोली: विद्यार्थ्यांनी नेहमी स्वी स्वरूपे बघावी. त्या स्वप्नांचा गत्यावर परिस्थितीत पाठलाग यश तुमचेच आहे. तुमच्या नांना पाठबळ देण्याचे काम सकीय यंत्रणेचे आहे. फास्ट फूड ताल प्रशिक्षण पूर्ण केलेल्या शासनाध्यर्धी तूर पंचतारांकित हॉल उभे करण्याचे स्वप्न बघावे, ते आवाहन जिह्वा ग्रामीण शास यंत्रणेचे नवनियुक्त प्रकर पातक दादासाहेब वानखेडे यांनी



आरसेटी गडचिरोली येथे १२	जिल्हा अग्रणी प्रबंधक प्रशांत
प्रशिक्षणार्थी व फास्ट फूड स्टॉल	दोंगळे, आरसेटी गडचिरोलीचे संघ.
उद्यमी आणि अंगारबत्ती तयार	लक नागेश कार्यक्रम समन्वयक
करणे या दोन्ही प्रशिक्षण	हेमंत मैश्राम, पुरुषोत्तम
कार्यक्रमाच्या समारोपीय कार्यक्रमांत	कुनधाडकर, मुल्यमानाकरिता
प्रमुख अतिथी म्हणून ते बोलत	उपस्थित आरसेटी श्रेष्ठता केंद्राचे
होते. याप्रसंगी महाराष्ट्र राज्य	प्रतिनिधी पुंडलिक काटकर,
ग्रामीण जीवनोन्नती अभियानाचे	सोमेश्वर मिटकर, संदीप जाधव,
जिल्हा व्यवस्थापक प्रफुल्ल भोपये,	इंदिरा देशमुख, अंगारबत्ती

मनोगतातून प्रशिक्षणाचा आढावा

गुजन सहारे आणि प्रियंका धात्रक यांनी आपल्या मनोगतातून प्रशिक्षणाचा आढावा घेतला. जिल्हा अग्रणी प्रबंधक प्रशांत ढोंगे यांनी प्रशिक्षणार्थ्यांना बेंकेच्या योजनांमध्ये समावेश करून घेण्याचे आश्वासन दिले. आरसेटी गडचिरोली यांनी मागील २०१५ पासून आजतगायत ग्रेडिंग आबधित राखल्यामुळे आरसेटी प्रमाण या संस्थेतर्फे आरसेटी गडचिरोली टीमचा पुणेगुच्छ देऊन सत्कार ग्रामीण विकास मंत्रालय भारत सरकारद्वारा करण्यात आला. संचालन आणि आभार प्रदर्शन प्रायोजित आणि बँक ऑफ इंडियाद्वारा समन्वयक हेमंत मैश्रम यांनी करले. कार्यक्रमस संचालित ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण अगरवती तयार करणे या प्रशिक्षणाचे ३५ प्रशिक्षार्थी व फास्ट फुड स्टॉल उद्यमी या प्रशिक्षणाचे २६ प्रशिक्षणाधीन उपस्थित होते.

प्रशिक्षणाचे तज्ज्ञ मार्गदर्शक नरेश हिरापूर आणि दोन्ही प्रशिक्षणाचे प्रशिक्षणार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. प्रकल्प संचालक म्हणून जिल्हा ग्रामीण विकास यंत्रणा गडचिरोली येथे रुख्मा झाल्यानंतर दादासाहेब वानखेडडे यांची ही	आरसेटी गडचिरोलीला पहिलीच भेट असल्यामुळे त्यांनी आरसेटीच्या विविध प्रशिक्षण कार्यक्रमाचा आढावा घेतला. त्यात प्रशिक्षणोत्तर कार्यात बॅकेचा सहभाग वाढविण्यासाठी उपाययोजना करण्यास सचना दिल्या.
--	--

गिराज मांदराच खुशेरंग शेंड, मा नराते, पांडुरंग पराते, देवरावावाते, दीपक जाधव, वऱ्हाड, जय गिरसावळे, मधुकर विधाते, रुण अमलकृष्ण हलधर, शिनाथ दैवलकर, दिनकरर, ळेने, नामदेवराव ईजनकर, काल. सस वाळके आदी उपस्थित होते.

कोणाला वजन वाढ्याचे आहे?

सणासुदीच्या या काळात वाढत्या वजनावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी काय करावे, हे अनेकजण सांगतात. मात्र काही महिलाना कमी वजनाची समस्या असते. काहीही आणि कितीही खाळे तरी वजनच वाढत नाही, ही त्यांची तक्रार असते. खूप कमी वजनाचे तोटे त्यांना सहन करावे लागतात. अशा वेळी वजन वाढण्यासाठी काय करावे, हे आज पाहू या.

निरोगी राहण्यासाठी आणि वजन वाढण्यासाठी लोक सहसा काजू, बदाम आणि अक्रोड खातात. परंतु खजूर हा यासाठीचा उत्तम सुकामेवा असून त्याच्या सेवनाने आरोग्याला प्रचंड फायदे होतात खेरीज सकाळी दुधासोबत घेतल्यास वजनवाढीच्या दृष्टीनेही अनेक लाभ बघायला मिळतात. खजूर अनेक पोषक तत्वांनी परिपूर्ण आहे. आयुर्वेदातही खजूराचा उल्लेख आहे. खजूर शरीर मजबूत बनवण्याचे काम करतो असे हे शास्त्र सांगते. म्हणूनच दूध आणि खजूर आहारात समाविष्ट केले तर चांगले परिणाम दिसतात.

तुम्ही वजन वाढवण्याचा विचार करत असाल तर दुधात भिजवलेले खजूर खाल्ल्याने चांगले परिणाम मिळतील. दररोज सकाळी रिकाम्या पोटी खजूर खाणे खूप फायदेशीर मानले जाते. दूध आणि खजूर या दोन्हीमध्ये प्रथिने आढळतात, जे वजन वाढवण्यास मदत करतात. तुम्हाला १५ दिवस ते एक महिन्याच्या आत परिणाम दिसतो. म्हणूनच हा उपाय अवश्य करून घ्या.



स्टे फिट

* दूध आणि खजूर एकत्र खाल्ले तर हाडे मजबूत होतील. यासोबतच स्नायूंचे दुखणेही कमी होईल. थोडक्यात हाडांशी संबंधित आजारांचा धोका कमी होईल. तुम्ही दररोज रात्री दुधात खजूर भिजवून सकाळी ते खाऊ शकता. आवडत असल्यास सकाळी दुधामध्ये खजूर उकळून घ्या आणि थंड झाल्यावर खा.

* रोज सकाळी रिकाम्या पोटी दुधात भिजवलेले खजूर खाल्ल्याने कामाचा उत्साह वाढतो. अमिनो ॲसिडने समृद्ध असल्याने हे परिणाम बघायला मिळतात. स्वाभाविकच तुमचे शरीर तंदुरुस्त राहते.

* दूध आणि खजूर हे दोन्ही घटक पचनसंस्था मजबूत करण्याचे काम करतात. म्हणूनच ते रोजच्या आहारात समाविष्ट केले तर बद्धकोष्ठता, आम्लता आणि गॅसची समस्या दूर होतात.

* खजूर हा लोहचा चांगला स्रोत आहे. हिमोग्लोबिन वाढवण्यासोबतच याच्या सेवनाने शरीरातील अस्वास्थ्य देखील दूर होते. म्हणूनच तुम्हाला अशक्तपणा असेल तर आहारात खजूराचा समावेश करायला हवा. दररोज सकाळी रिकाम्या पोटी खजूर खाल्ले तर तुम्हाला दिवसभर ऊर्जावान वाटते आणि वजन वाढण्यासही मदत होईल.

* खजूर हा व्हिटॅमिन डी आणि व्हिटॅमिन सीचा चांगला स्रोत आहे. याच्या सेवनाने त्वचा निरोगी राहते. सुरकुत्या आणि बारीक रेषा दूर होतात.

जेवल्यानंतर काय टाळावं?

येतात. चहामध्ये आम्ल असतं. या आम्लामुळे पचनसंस्थेत अडथळे निर्माण होतात. जेवणातल्या प्रथिनांमुळे आम्ल कठीण होतं. यामुळे पचनात अडथळे निर्माण होतात. तसंच चहामुळे शरीर अन्नातलं लोह शोषून घेऊ शकत नाही. त्यामुळे जेवल्यानंतर लगेच चहा-कॉफी पिऊ नये.

► बरेचजण जेवल्यानंतर चालायला जातात. यामुळे अन्नपचन अधिक चांगल्या प्रकारे होतं, असा अनेकांचा समज असतो. पण प्रत्यक्षात जेवणानंतर कोणतीही शारीरिक हालचाल करू नये. यामुळे अन्नपचनात अडचणी येतात तसंच ॲसिड रिफ्लक्सची समस्या निर्माण होते.

► जेवल्यानंतर थंड पाणी पिणं टाळावं. जेवल्यानंतर थंड पाणी प्यायल्यामुळे पचनात अडचणी निर्माण होतात. थंड पाण्यामुळे शरीर पोषक कण शोषून घेऊ शकत नाही. यामुळे शरीराला बराच त्रास होतो.

मी

३३ वर्षांची महिला आहे. मला खोटं बोलायची सवय आहे. वैयक्तिक तसंच व्यावसायिक आयुष्यातही मी खोट्याचा आधार घेते. माझं खोटं अनेकदा पकडलं गेलं आहे. मी स्वतःला वाचवण्यासाठीच प्रत्येक वेळी खोटं बोलते असं नाही तर काही वेळा अजाणतेपणीही माझ्या तोंडून खोटं बाहेर पडतं. खोटं बोलण्याच्या सवयीमुळे माझ्या आयुष्यात बऱ्याच समस्या निर्माण होतात. सहकारी, मित्रमैत्रिणी, नातेवाईक माझ्यापासून चार हात लांब रहातात. मला ही सवय सोडायची आहे. मी काय करू ?

– मैत्रिणी, खोटं बोलण्याची सवय वाईट आहे, यात शंका नाही. ही सवय सोडण्यासाठी खूप प्रयत्न करणं गरजेचं आहे. सर्वात आधी खोटं बोलण्याच्या कारणांचा शोध घे. तू कोणत्या प्रसंगांमध्ये खोटं बोलतेस हे जाणून घे. खोटं बोलण्याची ही सवय चुकीची असल्याची जाणीव तुला झाली आहे ही मोठी बाब आहे. खोटं बोलण्याची सवय सोडण्यात समुपदेशकांचीही मदत होऊ शकते. खोटं बोलण्याची सवय सोडवण्यासाठी टप्प्याटप्प्याने पुढे जा. ही सवय हळूहळू सोड. जवळच्या माणसाशी खोटं बोलणं कमी कर. कामाच्या ठिकाणी खोटं बोलणं टाळ. एखाद्या जवळच्या व्यक्तीला विश्वासात घे. या परिस्थितीतून बाहेर पडताना त्यांची मदत होऊशकेल.

खोटं बोलणं कसं सोडू?

रसगंधा

छान दिसण्यासाठी प्रत्येक वेळी मेक अप करायलाच पाहिजे असं नाही. ‘नो मेक अप लूक’मध्येही छान दिसू शकता. पण तुम्हाला हा लूक नीट कॅरी करता येणं गरजेचं आहे. अगदी सौम्य आणि मोजका मेक अप करूनही तुम्ही छान दिसू शकता. मध्यंतरी करिना कपूरचा नो मेक अप लूक चांगलाच गाजला होता. यामध्ये मेक अप तर असतो. पण तो अगदी सौम्य प्रमाणात... तो कसा कॅरी करायचा याबद्दल काही टिप्स...

► त्वचा चमकदार दिसण्यासाठी नियमितपणे मॉईश्चरायझर लावा. न लावल्यास त्वचा कोरडी दिसू शकते. यामुळे चेहऱ्यावरचा मेक अप कोरडा दिसू शकतो. त्वचा खूपच कोरडी असेल तर हेवी मॉईश्चरायझरचा वापर करा. हे मॉईश्चरायझर नाक, गाल अशा अधिक कोरड्या पडणाऱ्या भागावर लावा. त्वचा तेलकट असल्यास जेल बेस्ड क्रीमचा वापर करता येईल.

► मॉईश्चरायझर लावल्यानंतर प्रायमर लावा. यामुळे मेक अप चेहऱ्यावर नीट बसतो. बऱ्याच काळपर्यंत राहतो. नीट ब्लेंडही होतो.

यामी फ्रेंच हॉट चॉकलेट



साहित्य: अर्धा कप गरम पाणी, तीन कप दूध, डार्क चॉकलेट, कॅडबरी, साखर, व्हिड क्रीम आणि मार्शमॅलो

ब्युटी टॉक

मिळवा नो मेक अप लूक

► नैसर्गिक लूक हवा असल्यास कंसीलर लावणं गरजेचं आहे. स्कीन टोन समान करायचा असेल तर येलो टोन्ड कंसीलरचा वापर करावा. डोळ्यांच्या खाली तसंच ओठांलागत, नाकाजवळ कंसीलर लावता येईल. चेहऱ्याच्या इतर भागावरही कंसीलर लावा.

► कंसीलरनंतर फाउंडेशन लावा. त्वचेच्या रंगाशी मिळतंजुळतं फाउंडेशन निवडा. फाउंडेशन ब्लेंड करण्यासाठी ब्युटी ब्लेंडर वापरा. मानेवरही फाउंडेशन लावा.

► त्वचा ताजी, ट्वटवीत दिसण्यासाठी गालांवर ब्लश लावा. ब्लशचा रंग त्वचेशी मिळताजुळता हवा. नाक, हनुवटी आणि कपाळावरही ब्लश लावल्यामुळे गालांना छान उभारी येते.

► डोळ्यांचं सौंदर्य खुलवण्यासाठी न्यूड आयलायनरचा वापर करा. कृत्रिम पापण्याही लावता येतील.

ब्युटी टॉक

थंडीत गरमागरम पेयं प्यावीशी वाटतात. सूप, चहा, कॉफी यांचं सेवन केलं जातं. मात्र काही तरी वेगळं ट्राय करायचं असेल तर फ्रेंच हॉट चॉकलेट करून घ्या. रात्री जेवण झाल्यावर किंवा संध्याकाळी चहाऐवजी या हॉट चॉकलेटचा आनंद लुटता येईल. लहान मुलांसोबतच मोठ्यांनाही हॉट चॉकलेट खूप आवडेल.

कृती: डार्क आणि कॅडबरी चॉकलेटचे तुकडे करून घ्या. हे चॉकलेट वितळवून घ्यायचं आहे. यासाठी एका पातेल्यात पाणी गरम करा. पाणी उकळल्यावर पातेल्यावर झाकण ठेवा. त्यावर चॉकलेटचे तुकडे असणारं भांडं ठेवा. यात थोडं गरम पाणी घाला आणि चॉकलेट वितळपर्यंत थांबा. काही वेळात चॉकलेट वितळून जाईल. आता या वितळलेल्या चॉकलेटमध्ये दूध आणि साखर घाला. नीट हलवून घ्या. हॉट चॉकलेट तयार आहे. हे हॉट चॉकलेट एका कपमध्ये ओता. त्यात व्हिड क्रीम किंवा मार्शमॅलो घाला. मस्तपैकी प्या. गप्पा मारता मारता हॉट चॉकलेटचा आनंद घेणं हा खूप छान अनुभव ठरू शकतो.

अस्मिता

वैभवीची वैभवगाथा

‘थिंडोरा बाजे रे’ साठी सर्वोत्कृष्ट कोरिओग्राफरचा राष्ट्रीय पुरस्कार प्रदान करण्यात आला. हे गाणे युट्यूबवर ३५ दशलक्षाहून अधिक वेळा पाहिले गेले आहे. तेव्हा आज या मानिनीविषयी जाणून घेऊ या.

वैभवी मर्चंटने सहाय्यक नृत्य दिग्दर्शक म्हणून कारकिर्दीला सुरुवात केली. १९९९ मध्ये आलेल्या ‘हम दिल दे चुके सनम’ने तिला बॉलिवूडमध्ये ओळख मिळवून दिली. या चित्रपटातील आधी उल्लेख केलेल्या गाण्यासाठी कोरिओग्राफर म्हणून तिला पहिला राष्ट्रीय पुरस्कार मिळाला. त्यावेळी ती फक्त २१ वर्षांची होती. त्या अजाण वयात आपल्याला या पुरस्काराचे खरे महत्त्व समजले नव्हते... असे आज ती स्वतः स्पष्ट करते.

या पहिल्या राष्ट्रीय पुरस्कारानंतर अलिकडेच तिला पुन्हा एकदा हा सन्मान मिळाला. ‘थिंडोरा बाजे रे’ हे सुपरहिट गाणे, त्याची कोरिओग्राफी प्रेक्षकांना भलतीच आवडली. यूट्यूबवर हे गाणे खूप लोकप्रिय झाले. त्यानेच वैभवलीला ‘बॉलिवूडमधील सर्वात प्रतिष्ठित कोरिओग्राफरपैकी एक’ अशी नवी ओळख मिळवून दिली. आजपावेतो तिने ‘लगान’, ‘देवदास’, ‘धूम’, ‘वीरझावा’, ‘स्वदेश’, ‘बंटी और बबली’, ‘रंग दे बसंती’, ‘क्रिश’, ‘रब ने बना दी जोडी’, ‘दिल्ली ६’, ‘डॉन २’,

‘जब तक है जान’, ‘बॅंड बाजा बारात’, ‘दबंग ३’, ‘टायगर जिंदा है’, ‘टायगर ३’ आणि ‘जवान’ यासारख्या सुपरहिट चित्रपटांचे नृत्यदिग्दर्शन केले आहे. तेव्हा तिच्या कामाचे कौतुक करावे तितके कमी पडेल.

वैभवी मर्चंट ही चेन्नईची रहिवासी असून ती नृत्यदिग्दर्शनातील महान व्यक्तित्व असणाऱ्या बी. हिरालाल यांची नात आहे. तिची बहीण श्रुती मर्चंट देखील प्रसिद्ध नृत्यदिग्दर्शक आहे. थोडक्यात तिचे कुटुंबच नृत्यदिग्दर्शन आणि चित्रपट जगातशी संबंधित आहे. त्यामुळे वैभवलीची कारकीर्दही येथे घडली, यात नवल वाटण्याजोगे काही नाही. वैभवलीने प्रचंड मेहनतीतून, कलेतून स्वतःला सिद्ध केले आहे. आज ती आपल्या क्षेत्रात धडाडीने पुढे येत आहे. अशा या गुणी महिलेला, तिच्या प्रतिभेला राष्ट्रीय पुरस्कारासारखी मोठी मान्यता मिळणे हा योग्य सन्मान म्हणायला हवा.



स्टायलिश कुर्ता विथ साडी

फॅशनबल कपडे म्हटले की पाश्चिमात्य, ट्रेंडी भारतीय पेहरावांचा विचार मनात येतो. पण साडी खूप फॅन्सी आहे. ही साडी तुम्ही वेगवेगळ्या पद्धतींनी कॅरी करू शकता. त्यावरचे आकर्षक ब्लाउज खूप सुंदर दिसतात. वेगवेगळ्या नेक स्टाईलचे ब्लाउज कॅरी करता येतात. साडीवर जॅकेट घालता येतं, बेल्टही लावता येतो. इतकंच नाही, तर कुर्ताही साडीसोबत पेअर करता येतो. सध्या कुर्ता विथ साडी ही संकल्पना लोकप्रिय उरत आहे. अनेक बॉलिवूड सेलेब्स साडीसोबत कुर्ता कॅरी करत आहेत.

कुर्ता, साडी हे कॉम्बिनेशन कसं करायचं जाणून घेऊ

- १ तुमच्याकडची एखादी शॉर्ट कुर्ता साडीसोबत घालता येईल. कुर्ता आणि साडीचा रंग पूरक हवा. स्टॅंडिंग कॉलरवाली साडी असेल तर कुर्तासोबत छान दिसेल. साडीसोबत हा कुर्ता कॅरी करा.
- २ नी लॅथ कुर्ताही साडीसोबत घालता येईल. कुर्ता आणि साडी एकमेकांना साजेसी असायला हवी. कुर्ता आणि साडी मिक्स मॅचही करता येईल.
- ३ अंगरखा स्टाईल कुर्ता आणि साडी हे कॉम्बिनेशनही हिट आहे. कॉट्टास्ट मॅचिंगचा फंडा वापरता येईल. फ्लोर लॅथ अंगरखा स्टाईल कुर्ता आणि साडी सुंदर दिसेल. तुमच्याकडचे कुर्ते फक्त लेगिंग्ज, चुडीदार, इतर बॉटम्सवर घालायची गरज नाही. साडीसोबत त्यांची जोडी जमवता येईल.



हेअर केअर

लसणाने घालवा कोंडा

केसांमध्ये कोंडा होणं ही सर्वसामान्य समस्या बनली आहे. या कोंड्यामुळे केस गळतात, डोकं खाजू लागतं. कोंडा घालवण्याची अनेक उपायाने बाजारात उपलब्ध आहेत. विविध प्रकारचे शॅंपू, तेलं कोंड्यावर प्रभावी उपाय ठरत असल्याचे दावे केले जातात. हे शॅंपू, तेलं वापरण्यासोबतच काही घरगुती, नैसर्गिक उपायांमुळेही कोंड्याची समस्या दूर होऊ शकते. लसणाचा पॅक बनवून तुम्ही केसांमधला कोंडा घालवू शकता. यासाठी सहा ते सात लसूण पाकळ्या घ्या. एक चमचा दूध घ्या. लसूण किसून रस काढून घ्या. त्यात चमचाभर मध घाला. ही पेस्ट स्काल्पवर लावा. साधारण २० मिनिटांनी केस शॅंपूने धुवून टाका. हा उपाय आठवड्यातून दोन वेळा करा.



स्किन केअर



तंत्र डायमंड फेशियलचं

चेहरा चमकदार दिसण्यासाठी बरेच प्रयत्न केले जातात. डायमंड फेशियलमुळे चेहरा उजळ आणि

चमकदार दिसतो. मात्र यासाठी डायमंड फेशियलचं तंत्र आत्मसात करणं गरजेचं आहे. तुम्ही घरच्या घरी डायमंड फेशियल करू शकता. त्यात विविध वस्तू असतात. डायमंड क्लॉज्स्मुळे चेहरा स्वच्छ होतो. चेहरा स्वच्छ केल्यानंतर स्क्रबचा वापर करायचा असतो. डायमंड मसाज जेलने चेहऱ्याचा मसाज करायचा असतो. यानंतर डायमंड मसाज क्रीमने मसाज करावा. सर्वात शेवटी डायमंड फेस पॅक लावावा. वाळल्यावर धुवून टाकावा. यामुळे चेहरा चमकदार दिसेल.

स्मार्ट शॉपिंग

खरेदी हिऱ्याच्या दागिन्यांची

लभप्रसंगी हिऱ्याचे दागिने घेतले जातात. मात्र हे दागिने घेताना नीट लक्ष घायला हवं. अन्यथा, फसवणूक होण्याची शक्यता असते. हिऱ्याचे दागिने सेलमध्ये घेऊनका. सवलतीत मिळणाऱ्या दागिन्यांमधले हिरे बनावटही असू शकतात तसंच कमी दर्जाचे हिरे दिले जाऊ शकतात. हिऱ्याची खरेदी करण्याआधी बजेट ठरवा. अन्यथा, हिऱ्यांची खरेदी महग पडू शकते. हिऱ्याच्या दागिन्यांचा विमा करून घ्या. हिऱ्याच्या आकारानुसार त्याची किंमत ठरते. त्यामुळे याबाबत माहिती करून घ्या. लहान आकाराच्या हिऱ्याची किंमत मोठ्या हिऱ्याच्या तुलनेत कमी असते. हिऱ्याचा आकार सारखा असला तरी त्याचं वजन कमी-जास्त असू शकतं. या सगळ्या बाबींचा विचार करून मगच हिऱ्याच्या दागिन्यांची खरेदी करा.



किचन टिप्स

अशी स्वच्छ करा किचन चिमणी

आजकाल स्वयंपाक करताना निर्माण होणाऱ्या धुराचा त्रास होऊ नये, म्हणून चिमण्या बसवल्या जातात. मात्र या चिमण्यांची नीट काळजी घेतली नाही, स्वच्छता राखली नाही तर आग लागू शकते. त्यामुळे घरात चिमणी बसवली असेल तर तिची खास देखभाल करायला हवी. बॅफल फिल्टरवाल्या चिमण्या दर दोन ते तीन महिन्यांनी बदला तसंच स्वच्छही करा. किचन चिमण्या सर्फ आणि पाण्याने स्वच्छ होतीलच असं नाही. त्यामुळे कॉस्टीक सोडा किंवा सोडियम हायड्रॉक्साइडचा वापर करा.



देवेन्द्र फडणवीस मराठा नाहीत ही चूक आहे का?

मराठा आरक्षणासाठी सर्वाधिक काम त्यांनीच केले : चंद्रशेखर बावनकुळेंचा काँग्रेसवर हल्लाबोल

■ महासागर प्रतिनिधी
कोराडी, दि. २८ :

मराठा समाजाला आरक्षण मिळाले पाहिजे. मराठा समाजाला वेगळे आरक्षण दिले पाहिजे ही आमची भूमिका आहे, आमचे मुख्यमंत्री याच भूमिकेचे आहेत. ५० वर्षे शरद पवार आणि काँग्रेसचे मराठा नेते मुख्यमंत्रीपदावर होते पण कधीही त्यांनी मराठा समाजासाठी निर्णय घेतला नाही. देवेन्द्र फडणवीस यांनी सरकार आल्यानंतर मराठा समाजासाठी आरक्षणाचा निर्णय घेतला. यानंतर हायकोर्ट, सुप्रीम कोर्टात हे आरक्षण टिकले हे सर्व फडणवीसांच्या सरकारमध्ये झाले, असे भाजपचे मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी म्हटले आहे. चंद्रशेखर बावनकुळे म्हणाले की, यानंतर एकनाथ शिंदेंनी यासाठी



पुढाकार घेतला आणि आता पुन्हा देवेन्द्र फडणवीस हे पुढाकार घेत आहे. त्यांनी मराठा आरक्षणासाठी पुढाकार घेऊन आणि वेगवेगळ्या माध्यमातून मागण्या मान्य करत असतानाही बाकी नेत्यांना सोडून केवळ देवेन्द्र फडणवीस यांना टाग्रेट करणे त्यांच्याबद्दल ऐंकीरी बोललं जात आहे. देवेन्द्र फडणवीस मराठा

नाही ही चूक आहे का?, खऱ्या अर्थाने ही चूक आहे का? त्यांना टाग्रेट करणे सुरू आहे ते योग्य नाही. तुम्ही मागण्या करा पण मराठा समाजाच्या माध्यमातून तुम्ही एका नेत्याला टाग्रेट करणं योग्य नाही.

मराठा समाजाला आरक्षण मिळाले पाहिजे याच भूमिकेतून आम्ही काम

केले आहे. पण काँग्रेस पक्षाचे नेमके मत काय याची स्पष्टता ली पाहिजे. मनोज जरांगे पाटील यांच्या आंदोलनाला पाठिंबा देण्यावरून दुमत नाहीच पण काँग्रेस पक्षाने स्पष्ट केले पाहिजे की मागासवर्गीय समाजाचे आरक्षण काढून मराठा समाजाला आरक्षण देण्याचा आपला निर्णय आहे का? किंवा मराठा समाजाला वेगळं आरक्षण देण्यात यावे या विषयी आपली भूमिका स्पष्ट केली पाहिजे, असे मंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांनी म्हटले आहे.

चंद्रशेखर बावनकुळे म्हणाले की, मागास ३५३ जातीचा आणि १८ पगड जातीचा ओबीसी समाज यांचे आरक्षण काढून आपण इतर समाजाला द्यायचे का? हा जो संवैधानिक प्रश्न आहे, यावर काँग्रेसचे मत काय? त्यांनी जरा खुले समर्थन दिले असेल तर ते ओबीसी

विरोधात आहे. ओबीसीच्या समर्थनार्थ राहुल गांधी एकीकडे बोलत असतात, जातीय जन-गणनेची मागणी करतात आणि दुसरीकडे असे नोंदकी करणे यामुळे त्यांनी भूमिका स्पष्ट करण्याची गरज आहे.

चंद्रशेखर बावनकुळे म्हणाले की, मनोज जरांगे यांची भेट सरकारने घेतलीच पाहिजे. आंदोलनकर्त्यांचे मत आपण समजून घेतले पाहिजे पण कोणताही निर्णय घेत असताना एका समाजाचे आरक्षण काढून दुसऱ्या समाजाला देणं यावर शासन योग्य निर्णय घेईल. काँग्रेसच्या भूमिकेवर स्पष्टता आली पाहिजे. कोणत्याही समाजाचे आरक्षण कमी होता कामा नये. मराठा समाजाला आरक्षण मिळाले पाहिजे. मराठा समाजाला वेगळे आरक्षण दिले पाहिजे ही आमची भूमिका आहे.

बुलढाणा विधानसभा निकालावर प्रश्नचिन्ह ठाकरे गटाच्या जयश्री शेळकेची हायकोर्टात धाव

■ महासागर प्रतिनिधी, नागपूर, दि. २८ :

शिवसेना ठाकरे गटाच्या पराभूत उमेदवार जयश्री शेळके यांनी बुलढाणा विधानसभा मतदारसंघातील निवडणूक निकालाबाबत मुंबई उच्च न्यायालयाच्या नागपूर खंडपीठात धाव घेतली आहे. जयश्री शेळके यांनी आपल्या अर्जात या मतदारसंघातील मतमोजणीवर आक्षेप घेत निवडणूक याचिका दाखल केली असून, फेरमोजणीची मागणी केली आहे. शिंदे गटाचे आमदार संजय गायकवाड यांनी ही याचिका फेटाळण्यासाठी न्यायालयात अर्ज दाखल केला आहे. शेळके यांनी गायकवाड यांचा अर्ज निराधार असल्याचे सांगत आपल्या याचिकेवर गुणवत्तेच्या आधारावर निर्णय घेण्याची विनंती केली आहे.

गेल्या वर्षी झालेल्या विधानसभा निवडणुकीत बुलढाणा मतदारसंघातून शिवसेना शिंदे गटाचे उमेदवार संजय गायकवाड हे अवघ्या ८४१ मतांनी निवडून आले आहेत. केवळ ८०० मतांच्या फरकामुळे ठाकरे गटाच्या पराभूत उमेदवार जयश्री शेळके यांनी मतमोजणीवर आक्षेप घेत, मतमोजणी प्रक्रियेत अनेक अनियमितता झाल्याचा दावा केला आहे. याशिवाय शेळके यांनी मतदारसंघाची संपूर्ण



जयश्री शेळकेंनी याचिकेत काय म्हटले?
जयश्री शेळके यांच्या मते, मतदार यादीमध्ये ३ हजार ५६१ बोगस नावे होती. अनेक मतदारांची नावे दोन किंवा अधिक ठिकाणी होती आणि काही ठिकाणी मृत व्यक्तींच्या नावावरही मतदान झाले त्यामुळे, सर्व ईन्झीएम न्यायालयात आणून न्यायालयासमक्ष पुन्हा मोजणी केली जावी, अशी त्यांची मागणी आहे.

मतदारयादी, मतदान केंद्रवरील सीसीटीव्ही फुटेज, गायकवाड यांचे विजयाचे प्रमाणपत्र तसेच इतर संबंधित कागदपत्र न्यायालयात सादर करण्याचे आदेश द्यावेत, अशी स्वतंत्र मागणीही केली आहे.

शेतीच्या वादातून एकाचा खून

■ महासागर प्रतिनिधी,
नागपूर, दि. २८ :

राज्याचे नेतृत्व करणारे मुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस आणि पालकमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे यांच्या गृहजिल्ह्यात ग्रामीण भागातील गुन्हेगारीवरही पोलीस यंत्रणांचा अंकुर राहिलेला नाही. शहरापाठोपाठ आता ग्रामीण पोलीस हद्दीमध्येही गुन्हेगारी कृत्य करणाऱ्यांची हिंमत वाढत असल्याने सामान्यांना जीव मुठीत धरून रहावे लागत आहे.

शेतीत पाण्याचा निचरा करण्यासाठी तयार केलेली नाली बुजवल्याने झालेल्या वादातून पारशिवनी तालुक्यातील सरोडी टोळी येथे एकाला काराची धडक देऊन सख्या पुतण्याने जीवानिशी ठार मारले. पोलिसांनी अटक केली आहे. गणेशोत्सवाच्या पूर्वसंध्येला मंगळवारी हे खूनी थरारनाट्य घडल्याने गावात खळबळ आहे.

त्यामुळे शेतीच्या वादातला जीवघेणा संघर्ष पुन्हा एकदा चव्हाट्यावर आला आहे. लालू एकनाथ असे पुतण्याकडून खून झालेल्या व्यक्तीचे नाव आहे. मृतक लालू एकनाथ याचा लालू भोयर याच्याशी शेतीशी निगडित वाद सुरू होता. पोळ्या निमित्त लालू भोयर बाहेरगावी गेला असता एकनाथने त्याच्या शेतातल्या धुन्याला लागून असलेली नाली बूजवली. त्यामुळे संतापलेल्या लालू यादवने आधी एकनाथच्या दुचाकीला पाठीमागून धडक दिली.

जखमी एकनाथला पारशिवनी ग्रामीण रुग्णालयात नेण्यात आले. तिथेही लालू भोयरने तलवारीने एकनाथवर हल्ला केला. आधीच जखमी लालू एकनाथ यांचा अखेर उपचारादरम्यान रात्री मृत्यू झाला. पोलिसांनी लालू यादव विरोधात गुन्हा दाखल करत त्याला अटक केली.

ओबीसी नेत्यांचा मराठा आरक्षणाला विरोध

■ महासागर प्रतिनिधी, नागपूर, दि. २८ :

मनोज जरांगे पाटील यांनी मराठा आरक्षणाच्या मुद्यावरून राज्यात रान पेचवले आहे. त्यात आता ओबीसी नेत्यांनीही उद्यापासून राज्यभरात जनजागृती अभियान राबवून १५ दिवसांत मुंबईच्या दिशेने कूच करण्याचा इशारा दिला आहे. यामुळे मराठा विरुद्ध ओबीसी वादाची ठिणगी पडून वातावरण चांगलेच तापण्याची शक्यता निर्माण झाली आहे.

मनोज जरांगे पाटील उद्यापासून मराठा आरक्षणासाठी मुंबईच्या आझाद मैदानावर बेमुदत उपोषण करणार आहेत. त्याला ओबीसी नेत्यांनी कडाडून विरोध केला आहे. राष्ट्रीय ओबीसी महासंघाची आज नागपुरात एक महत्त्वपूर्ण बैठक झाली. महासंघाचे अध्यक्ष डॉक्टर बबनराव तायवाडे यांच्या नेतृत्वात झालेल्या या बैठकीत ओबीसी आंदोलनाची पुढील दिशा ठरवण्यात आली. तसेच मराठा समाजाला ओबीसी कोट्यातून आरक्षण देण्याच्या मागणीला कडाडून विरोध करण्यात आला.

बबनराव तायवाडे यांनी याविषयी बोलतांना

सांगितले की, मराठा समाजाला ओबीसी आरक्षण देण्यास आमचा ठाम विरोध आहे. आजच्या बैठकीत उद्यापासून राज्यातील सर्वच जिल्ह्यांत जनजागृती मोहीम राबवण्याचा निर्णय घेण्यात आला. तसेच पत्रकार परिषद घेऊनही ओबीसी समाजाची भूमिका मांडण्यात येणार आहे. त्यानंतर ३० ऑगस्ट रोजी नागपुरातील सविंधान चौकात साखळी उपोषण केले जाईल. इतरही जिल्ह्यांत स्थानिक पदाधिकारी उपोष करून आपल्या मागण्यांकडे सरकारचे लक्ष वेधण्याचा प्रयत्न करतील. त्यानंतर पुढील १५ दिवसांत आम्ही मुंबईच्या दिशेने प्रयाण करण्याचा प्रयत्न असेल.

सरकारने आम्हाला ओबीसी आरक्षणाला हात न लावण्याची हमी दिली आहे. त्यावर सरकारने ठाम रहावे. ओबीसी समाजाला जे आरक्षण दिले जाते, त्याला कोणत्याही प्रकारचा धक्का लागू नये. मराठा समाजाला ओबीसी आरक्षण देऊन आमच्या समाजाचे आरक्षण कमी करू नये. विशेषतः मराठा समाजातील नागरिकांना सरसकट कुणबी प्रमाणपत्र देऊ नये, असे तायवाडे म्हणाले.

■ महासागर प्रतिनिधी,
बुलढाणा, दि. २८ :

चिखली तालुक्यातील हरणी हे शांतताप्रिय गाव एका प्रौढ इसमाच्या निर्घुण हत्येने हादरले. या इसमाची डोक्यात दगड घालून हत्या करण्यात आली. काल बुधवारी, २७ ऑगस्ट रोजी रात्री अकरा वाजताच्या सुमारास हा खळबळजनक घटनाक्रम घडला. जुन्या वैमनस्यातून ही हत्या करण्यात आल्याचे तपासात आढळून आले आहे. गजानन बारकू पवार (वय ५५ वर्षे), राहणार हरणी, तालुका चिखली, जिल्हा बुलढाणा) असे हत्या करण्यात आलेल्या व्यक्तीचे नाव आहे. शिवराम कुसळकर (राहणार हरणी तालुका चिखली) असे आरोपीचे नाव आहे. या घटनेमुळे गावात मोठी खळबळ आणि दहशतीचे वातावरण आहे.



घटना २७ ऑगस्ट रोजी रात्री १०.३० ते ११ वाजेदरम्यान घडली. मृतक गजानन पवार हे शांताला जातो असे सांगून घराबाहेर पडले होते. ते बराच वेळ परत न आल्याने त्यांचा भाऊ प्रकाश पवार व काही गावकऱ्यांनी गाव परिसरात त्यांचा शोध घेतला. यावेळी गावाबाहेरील मोकळ्या जागी त्यांचा मृतदेह आढळून आला. डोक्यात मोठ्या दगडांने ठेचून हत्या

झाल्याचे प्रथमदर्शनी दिसून आले झाले. डोक्याला झालेली गंभीर दुखापत आणि मोठ्या प्रमाणात झालेला रक्तस्त्राव यामुळे पवार यांचा मृत्यू झाल्याचा प्राथमिक अंदाज आहे.

या प्रकरणी मृताचा भाऊ प्रकाश बारकू पवार (वय ४२, रा. हरणी) यांनी अमडापूर पोलीस ठाण्यात तक्रार दिली. यावरून पोलिसांनी आज गुरुवारी, २८ ऑगस्ट रोजी भारतीय न्याय सहितेच्या कलम १०३(१) नुसार खुनाचा गुन्हा दाखल केला आहे. आरोपी काशीराम कुसळकर यांने जुन्या वादाच्या कारणावरूनच गजानन पवार यांचा खून केला. यापूर्वीही तो गजानन पवार यांना सतत जीवे मारण्याच्या धमक्या देत असल्याचे फिर्यादीत नमूद करण्यात आले आहे.

आपल्या भारतीय संस्कृतीत गाईला गोमाता असे मानतात. अर्थात हि गाय सर्वाना पुनर्न असलेल्या दुधाचा पुरवठा करते तसेच तिचे गोमूत्र देखील एक उत्तम जंतुनाशक म्हणून शेतीमध्ये वापरले जाते. याच गाईच्या शेणापासून ग्रामीण भागात शेण्या अर्थात जळण्यासाठी गोवऱ्या थापल्या जातात.

मात्र याच शेणापासून जळगावात एका गो शाळेत चवक गाईच्या शेणापासून गणपती मूर्तीची निर्मिती करण्यात येत आहे. या मूर्तींना मोठी मागणी सुद्धा असल्याचं पाहायला मिळत आहे. त्याचप्रमाणे पूर्णपणे नैसर्गिक संसाधन म्हणजे शेणापासून ही मूर्ती बनविलेली आहे. तसेच या मूर्तीसाठी वापरलेले रंगसुद्धा नैसर्गिक असल्याने पूर्णपणे पर्यावरणपूरक आहे.

गायीचे शेण आणि गोमूत्र याचे पावित्र आपल्याला माहित आहेत. त्याचप्रमाणे शेणापासून बनविलेल्या या मूर्तीचं आध्यात्मिक, वैज्ञानिकहत्या अन्यत्र साधारण महत्त्व आहे. गायीपासून मिळणाऱ्या गोमूत्र तसेच शेणाचा वापर केला तर घरात सात्विकता येते असे या शेणाच्या मूर्तीचे आध्यात्मिक महत्त्व आहे. शेणाचं पावित्र महत्त्व लक्षात घेवून एरंडोल शहरालगत असलेल्या

: मुलखावेगळी माणसं :
गाईच्या शेणापासून पर्यावरणपूरक गणेशमूर्ती



समर्पण गोशाळा गेल्या चार ते पाच वर्षांपासून शेणापासून गणपती मूर्ती बनविण्याचा उपक्रम राबवित असल्याचं पहायला मिळत आहे. योगेश पाटील त्यांचे बंधू रवी पाटील व त्यांचे कुटुंबिय समर्पण गो-शाळा चालवित आहेत. गोशाळेत तब्बल ६० पेक्षा अधिक गायी आहेत. त्यांच्या चारा पाण्याचा खर्च निघावा यासाठी गोशाळेतील गायीच्या शेणापासून मूर्ती बनविण्याची

कल्पना योगेश पाटील यांना सुचली. गेल्या तीन ते चार वर्षांपासून शेणापासून मूर्ती बनविण्याचा काम समर्पण गोशाळेच्या माध्यमातून केलं जात आहे. मूर्ती बनविण्याची ही प्रक्रिया पाहिजे तेवढी सोपी नव्हती. तब्बल दोन वर्षे प्रयत्न करून तसेच अभ्यासाअंती आकर्षक तसेच चांगल्या पध्दतीचं मूर्ती साकारण्यात योगेश पाटील व त्यांच्या सहकाऱ्यांना यश आलं. नऊ इंच, बारा इंच आणि सोळा इंच अशा तीन आकारात मूर्ती बनविली जाते. या कामातून तब्बल १५ ते १६ जणांना रोजगार सुध्दा मिळाला आहे. गेल्या वर्षांपेक्षा जळगाव जिल्ह्यासह इतर जिल्ह्यात यंदा मूर्तींची मागणी पाचपट वाढल्याने लाखांची उलाढाल सुध्दा याद्वारे होत असून समर्पण गोशाळा व्यवसायाच्या दृष्टीकोनातून स्वावलंबी झाल्याचेही पहायला मिळत आहे. प्रत्येकाला शेणापासून बनविलेल्या या मूर्तीमागचं, आध्यात्मिक व वैज्ञानिक कारणा लक्षात आलं किंवा महत्त्व पटलं, तर या गोबर गणेशाची घरोघरी स्थापना होवून यंदाच्या गणेशोत्सवात प्रदूषण टाळता येईल. त्यामुळे खऱ्या पर्यावरणपूरक गणेशोत्सव साजरा होईल, यात शंका नाही.

लोकमानस

स्वावलंबी झाल्याचेही पहायला मिळत आहे. प्रत्येकाला शेणापासून बनविलेल्या या मूर्तीमागचं, आध्यात्मिक व वैज्ञानिक कारणा लक्षात आलं किंवा महत्त्व पटलं, तर या गोबर गणेशाची घरोघरी स्थापना होवून यंदाच्या गणेशोत्सवात प्रदूषण टाळता येईल. त्यामुळे खऱ्या पर्यावरणपूरक गणेशोत्सव साजरा होईल, यात शंका नाही.

: माझं मत :

गणेशोत्सवाचे बाजारीकरण होत आहे का ?
श्रद्धा बेकवाडकर, गृहिणी

स्वातंत्र्यपूर्व काळात लोकमान्य टिळकांनी ब्रिटिशांच्या जुलमी राजवटीला उत्तथवून टाकण्यासाठी सर्व समाजाला एकत्र आणण्यासाठी घरातल्या देवऱ्यातील गणेशोत्सवाला सार्वजनिक मंडपात आणले.त्यांचा त्यावेळचा उद्देश हा उदात्त होता. मात्र आता याच सार्वजनिक गणेशोत्सव मंडळांचे एकदर गल्लोगल्ली पेव फुटलेले आहे. शिवाय प्रत्येकाचा राजा हा नवसाला पावणारा असे जोराने मार्केटिंग देखील होताना दिसतेय. त्यातूनच श्रद्धा भक्तिभाव बाजूला राहून या बापाच्या दर्शनासाठी गिरिबांना वेगळा न्याय आणि श्रीमंतांना लीआयपी पैसेस असं बाजारीकरण सुरू आहे. याच सार्वजनिक मंडळाकडे उत्सवाच्या १० दिवसात बापाच्या दानपेटीत जी दक्षिणा जमा होते त्याचा विनियोग नेमका कसा केला गेला याकडे देखील अनेक सार्वजनिक मंडळ दुर्लक्ष करतात हे बाजारीकरणच आहे.

महेंद्र पाटील, अध्यक्ष, सार्व. गणेशोत्सव मंडळ, मुंबई.
गणेशोत्सव हा वर्षानुवर्षे पारंपरिक पद्धतीनेच साजरा करण्याचा आपल्या महाराष्ट्राचा प्रघात आहे. आणि महाराष्ट्रातील अनेक नोंदणीकृत मंडळ त्याच पारंपरिक पावित्र्य जपतात देखील. परंतु हल्ली अगदी गल्लीबोळात अनेक गणेशोत्सव मंडळ निर्माण झालेली दिसतात. या मंडळाकडून जबरदस्तीने वर्गणी जमा करणे, बापांच्या आगमनाला आणि विसर्जनाला मोठाले कर्णकर्ष डीजे लावणे

, बापांच्या प्रसादाचा बाजार मांडणे, मंडपात पत्त्यांचा जुगार खेळणे अशा गोष्टीमुळे आणि सर्वात महत्वाचे म्हणजे आमचाच बापा नवसाला कसा पावतो याची जाहिरातबाजी करणे यामुळे हा पवित्र आणि जगभरात नावाजलेला उत्सव बदनाम होतो आहे हे खरे आहे. बदलत्या काळानुसार या वाईट गोष्टींना प्रतिबंध घालायलाच हवा. ■ ■ ■

: संकलन व संयोजन :
सुबोध रणशेवरे, ९८३३९४६३५६
subodh.ranshevre | rediffmail.com



प्रो कबड्डी लीग करिता यु मुंबाच्या जर्सीचे अनावरण

यू मुम्बा ३० ऑगस्ट रोजी प्रो कबड्डी लीगच्या १२ व्या हंगामात मॅटवर उतरेल तेव्हा त्यांची टीम २०१५ च्या त्यांच्या प्रतिष्ठित विजेतेपदाच्या सम्मानार्थ एक खास जर्सी परिधान करेल.

त्या पहिल्या विजेतेपदाच्या १० व्या वर्षांपासून दिनानिमित्त लॉंच केलेली ही जर्सी लीगच्या सर्वात प्रभावी मोहिमापैकी एक आहे आणि त्याचबरोबर फिटनेस दखिल तयारीच्या नवीन युगाची सुरुवात देखील करते. या मैलाच्या दगडाचे स्मरण करण्यासाठी. यू मुम्बाने प्रतिष्ठित सीझन १२ च्या चॅम्पियनशिप किटपासून प्रेरित सीझन १२ च्या जर्सीचे अनावरण केले.

डिझाइन संघाच्या नारंगी-काळ्या ओळखीशी सुसंगत आहे, ज्यामध्ये भूतकाळातील विजय आणि भविष्यातील महत्त्वाकांक्षा यांच्यातील पूल दर्शवणे यासह आधुनिक घटकांचा समावेश आहे. फ्रॅन्चायझीने त्यांच्या पृष्ठे जाण्याच्या मोहिमेचे संकेत दिले, असून ५०

दिवसांच्या प्री-सीझन शिबिराच्या माध्यमातून संघाला आगामी मोहिमेसाठी तयार करण्यासाठी एक नवीन फिटनेस गुंतवणूक केली आहे.

स्ट्रॅथ आणि कंडिशनिंग प्रशिक्षक प्रतीक निनावे यांच्या नेतृत्वाखालील हे शिबिर सुरू झाले असून खेळाडूंनी वैयक्तिक अंतर दुरुस्त करण्यासाठी गतिशीलता आणि मूल्यांकनाच्या कामाने सुरुवात केली आहे. संधाचे मालक रॉनी खड्गवाला म्हणाले, सीझन २ चॅम्पियनशिप ही एक मोठी प्रगती होती. यामुळे राष्ट्रीय स्तरावर कबड्डीची व्यावसायिक आणि सांस्कृतिक क्षमता सिद्ध झाली. यू मुम्बा येथे आमच्यासाठी, व्यावसायिक संरचना निर्माण करण्याचे, लोकांमध्ये गुंतवणूक करण्याचे आणि इतर कोणत्याही व्यवसायाइतकेच कठोरतेने खेळाकडे जाण्याचे महत्त्व अधोरेखित झाले. लीगच्या इतिहासातील हा सर्वात संस्मरणीय विजय होता.

■ ■ ■

बचत गटाच्या नावाखाली महिलांची लाखो रुपयांनी फसवणूक

■ महासागर प्रतिनिधी,
भंडारा, दि. २८ :

बचत गटाच्या माध्यमातून महिलांना कर्ज मिळवून देण्याचे खोटे आश्वासन देऊन महिलांकडून पैसे उकळण्याचा आणि त्यांच्या नावावर परस्पर कर्ज घेऊन फसवणूक केल्याचा खळबळजनक प्रकार भंडार्यात उघडकीस आला आहे. महिला आर्थिक विकास महामंडळाचे बनावट शिफारस पत्र बनवून त्यावरून कर्जाची उचल करीत अनेक महिलांना लाखो रुपयांनी गंडा घालणाऱ्या तीन महिलांना पोलिसांनी ताब्यात घेतले आहे.

महिला सक्षमीकरणाच्या नावावर महिलांची फसवणूक होत असल्याचा

मावीमचे बनावट
शिफारस पत्र बनवून गंडा

प्रकार लक्षात कल्याणी येताच प्रशांत मते (२८, रा. गणेशपुर) यांनी भंडारा पोलीस ठाण्यात या विरोधात तक्रार केली. कल्याणी मते यांनी दिलेल्या तक्रारीनुसार, आरोपी दिपाली ठाकुर हिने ब्युटी पार्लरच्या माध्यमातून महिलांची ओळख करून विश्वास संपादन केला. बचत गट स्थापन केल्यास शासनाच्या विविध योजना व कर्ज सुविधा मिळतील असे सांगून महिलांकडून दरमहा १०० रुपये जमा करण्यात आले. महिलांनी देखील मोठ्या विश्वासाने दिपाली ठाकुर यांच्याकडे पैसे जमा करण्यास सुरुवात केली.

खापरखेडात एकाच दिवशी दोन पिस्तूल जप्त

■ महासागर प्रतिनिधी, नागपूर, दि. २८ :

खापरखेडात एकाच दिवनाच्यानेच पोलीस आयुक्तालयाच्या हद्दीत सामावलेल्या खापरखेडा परिसरातून पोलिसांनी एकाच दिवशी दोघांकडून वेगवेगळ्या कारवायांमध्ये पिस्तूल व काडतुसे जप्त केली. गुन्हे शाखेच्या पथक पाचने रात्री मंगळवारी मध्यरात्री १२ च्या सुमारास ही कारवाई केली. दोन

पिस्तूल जप्त पथकाला कामठी खापरखेडा मार्गावर एक व्यक्ती पिस्तूल बाळगून फिरत असल्याचा सुवावा मिळाला. पथकाने तेथे जाऊन झगुरसिंग उर्फ विक्की सरनागते (२७, महाजननगर, पारशिवनी) याला ताब्यात घेतले. त्याची झडती घेतली असता कमरेला पिस्तूल व दोन जिवंत काडतुसे सापडली. त्याच्याकडून दुचाकी व पिस्तूल जप्त करण्यात आले.

भाजपकडून जरांगे विरोधात निदर्शने ओबीसी आरक्षणात घुसखोरी करत असल्याचा आरोप

■ महासागर प्रतिनिधी, गडचिरोली, दि. २८ :

ओबीसी आरक्षणात मराठा समाजाला सरसकट समाविष्ट करण्याच्या मागणीला तीव्र विरोध दर्शवत मनोज जरांगे यांच्या भूमिकेविरोधात भारतीय जनता पार्टी-ओबीसी मोर्चाच्या वतीने गुरुवारी गडचिरोली शहरात जोरदार निदर्शने करण्यात आले. शहरातील इंदिरा गांधी चौकात झालेल्या या आंदोलनावेळी जरांगे मुदाबादच्या घोषणाही देण्यात आल्या.

ओबीसी आरक्षण हा आमचा घटनात्मक हक्क असून त्यावर कुणचीची घुसखोरी आम्ही सहन करणार नाही. मनोज जरांगे हे ओबीसींच्या हक्कांवर आघात करत आहेत. त्यांचा आम्ही तीव्र शब्दांत निषेध करतो. आज गडचिरोलीतून निषेधाचा आवाज उठला असून, यापुढे प्रत्येक तालुक्यात आक्रमक आंदोलन करून जरांगे यांना त्यांची जागा दाखली जाईल, असा इशारा माजी खासदार अशोक नेते यांनी दिला.

मुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस यांनी याकडे गांधीयाने लक्ष द्यावे, अशी मागणीही त्यांनी केली. दरम्यान आंदोलकांनी जरांगे मुदाबादच्या घोषणाबाजीसह आपला संताप व्यक्त केला.



कार्यकर्त्यांनी मनोज जरांगे यांच्या प्रतिमेला चपलानी मारून निषेधाचा इशारा दिला. यावेळी उपस्थित पदाधिकारी व कार्यकर्त्यांनी ओबीसी समाजाच्या हक्कांच्या रक्षणासाठी आक्रमक व ठाम भूमिका घेण्याचा निर्धार व्यक्त केला. निषेधानंतर भाजपाच्या शिटमंडळाने जिल्हाधिकारी अविश्यांत पंडा यांची भेट घेतली. शिटमंडळाने त्यांच्यासोबत या विषयावर चर्चा केली आणि निवेदन दिले. या निवेदनातून ओबीसी आरक्षण अबाधित ठेवावे, तसेच कुणाच्याही दबावाखाली या आरक्षणात कोणताही बदल करू नये, अशी ठाम भूमिका

व्यक्त करण्यात आली.

या आंदोलनात माजी खासदार व भाजपा अनुसूचित जनजाती मोर्चाचे राष्ट्रीय महामंत्री अशोक नेते, जिल्हाध्यक्ष रमेश बारसागडे, आमदार डॉ. मिलिंद नरोते, ओबीसी नेते प्रशांत वाघरे, प्रदेश उपाध्यक्ष बाबुराव कोहळे, माजी आमदार डॉ. नामदेव उसेडी, रमेश भुरसे, मानवाधिकार संघटनेचे प्रदेशाध्यक्ष डॉ. प्रणय खुणे, जिल्हा महामंत्री प्रकाश गेडाम, महिला मोर्चा जिल्हाध्यक्ष योगिता पिपरे, डॉ. चंदा कोडवते यांच्यासह शेकडो पदाधिकारी कार्यकर्ते उपस्थित होते.