

अग्राग्रलेख
खरीखरी...

तरच होईल, मराठी मुंबई!

ई महाराष्ट्राची राजधानी आहे. देशाची आर्थिक राजधानी आहे आणि याची व्यावसायिक राजधानी आहे. तसेच सिने कलाकारांची कला मुंस्थानी आहे. हे सर्व असले तरी मुंबई मराठी माणसांच्या मनाची जगंधानी आहे. पन्नास वर्षांपूर्वीच्या काळात जेव्हा पर्यटनाचा एवढा राजावाजा नव्हता, त्या काळामध्ये एखादा तालुक्यातील युवक मुंबईला राऊन आला असे म्हटले तर त्याची कॉलर टाईट होत होती. अशी ही गाजाजांच्या मनामनातील राजधानी असलेली मराठी मुंबापुरी कितपत जााठी आहे, हा आमच्या समोरचा प्रश्न आहे. १९६६ साली प्रबोधनकार जगरे यांच्या आशीर्वादाने बाळासाहेब ठाकरे यांनी शिवसेना स्थापन केली. मराठी माणसांच्या हक्काचा लढा बाळासाहेबांनी उभारला तो लढा अजूनही लाूच आहे. खऱ्याखऱ्या मुंबईमधील कितीतरी मराठी माणसांची कुटुंबे मरगरात गेली आहेत. आता तर उपनगरे हे उपनगरे राहिलेली नसून त्या चार नगरांच्या बाहेरील कितीतरी नवनगरे वसलेली आहेत. साधारणपणे २५ उपपुर्वी नवी मुंबई अस्तित्वात आली, त्यानंतर आता तिसऱ्या आणि चौथ्या उपपुर्वी पायाभरणी होत आहे. हे सांगाघचे कारण असे की मुंबई पूर्वी लक्ष्मणवासीयांची आश्रयदाती होती. कोकण वासीयांच्या दोन-चार कोमधून कितीतरी तरुण मुंबईला येऊन मुंबईकर होत असत. गिरणगाव घराटी माणसांचे वसलेले आहे मात्र, आता आहे असे म्हणण्यापेक्षा होते मरने म्हणावे लागते. गिरणगावच्या गिरण्या गेल्या आणि आता त्या भागामध्ये अकासाच्या अनेक मजली इमारतीमध्ये मराठी माणसाचा टक्का-टक्का विवसेदिवस कमी होत आहे. मराठी माणूस जसा बुद्धीमध्ये उच्च स्थानावर दिव्ते. तसाच तो श्रमातीही मागे नाही, अशा प्रकारे बुद्धीसह कष्ट करणारा आमी माणूस आता मुंबईचा मालक आहे असे मनातून कीतीही वाटले तरी मरण म्हणू शकत नाही. त्यातच शिवसेनेचे सर्वोच्च नेते मुंबईकर आलेले नाहीत अर्थात, यामध्ये काही वाईट नाही. पण मुंबईतील मराठी माणसांच्या सुखदुःखाची स्पंदने मुंबईत राहिल्याशिवाय कळत नाहीत. माा मुंबईचे अनभिषिक्त आणि एकमेव सम्राट म्हणून बाळासाहेब ठाकरे आाच्या स्मरणगातच मुंबईच्या अभिमानाचा दिवा प्रकाशमान होऊ शकतो. अशाहेबांचे नाव घेतल्याशिवाय शिवसेना आणि मुंबईतील मराठी माणूस सुधाने श्वाशीही घेऊ शकणार नाही. पण एकेकाळी साहित्य, कला, सांस्कृतिक, समाजकारण, नाट्य व्यवसाय, चित्रपट व्यवसाय यामध्ये मराठी जनांचा बोलबाला होता.

►►पान ८ वर

मुंबई महानगरपालिका निवडणुकीत ठाकरे बंधूंशी युती नाही काँग्रेसचा मोठा निर्णय!

■ महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. २२ : आगामी मुंबई महानगरपालिका निवडणुकीच्या पार्श्वभूमीवर काँग्रेस पक्षात मोठ्या हालचाली सुरू झाल्या आहेत. युतीबाबतचे तर्क-वितर्क सुरू असतानाच काँग्रेसचे ज्येष्ठ नेते आणि माजी मुंबई काँग्रेस अध्यक्ष भाई जगताप यांनी स्पष्टपणे जाहीर केले आहे की, काँग्रेस पक्ष ठाकरे बंधूंसोबत, म्हणजेच उद्धव ठाकरे आणि राज ठाकरे, या दोघांच्या पक्षासोबत युती करणार नाही. मी मुंबई काँग्रेसचा अध्यक्ष असताना हीच भूमिका स्पष्ट केली होती आणि आजही त्यात बदल नाही, असे ठामपणे सांगत जगताप यांनी पक्षातील कार्यकर्त्यांचा आवाज मांडला आहे. त्यामुळे महानगरपालिकेच्या रणांगणात काँग्रेस स्वतंत्रपणे उतरू शकते, अशी शक्यता अधिक बळवली आहे.

भाई जगताप यांनी पत्रकारांशी बोलताना सांगितले की, मुंबई महानगरपालिकेची निवडणूक ही स्थानिक कार्यकर्त्यांची असते, नेत्यांची नाही. या निवडणुका कार्यकर्त्यांना लढू द्या, त्यांना निर्णय घेऊ द्या. आम्ही मुंबईतील स्थानिक आहोत, त्यामुळे आम्ही स्वबळावर लढू हीच आमची भूमिका आहे. रमेश चेन्नियला यांच्यासमोर हीच भूमिका स्पष्ट मांडल्याचे त्यांनी सांगितले.

यामुळे महायुतीमध्ये आतापासून बेबनाव निर्माण झाल्याची चर्चा रंगली आहे.

आरएसएस ही राष्ट्रभक्त संघटना

■ महासागर प्रतिनिधी मुंबई, दि. २२ : राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ ही एक कडवट देशभक्त आणि राष्ट्रभक्त संघटना आहे. तिच्यावर बंदीची मागणी करणे दुर्दैवी असल्याचे राज्याचे उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे म्हणाले.

आमदार रोहित पवार यांनी राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाच्या बंदीची मागणी केली आहे. यावर प्रतिक्रिया देताना एकनाथ शिंदे यांनी सदरील विधान केले. तसेच लाडक्या बहिणांना लवकरच भाऊबीज मिळणार असल्याची व्हाही त्यांनी दिली.

एकनाथ शिंदे यांनी नुकताच ठाण्यामध्ये माध्यमांशी संवाद साधला. आरएसएसवर बंदी घालण्याची मागणी केल्याबद्दल एकनाथ शिंदे यांनी तीव्र नाराजी व्यक्त केली.

शिंदे म्हणाले, भाई जगताप यांच्या वक्तव्यावर बोलताना ते म्हणाले, लोकशाहीमध्ये प्रत्येकाला अधिकार असतो. लोकशाहीमध्ये प्रत्येक पक्ष आपापला निर्णय आणि अधिकार घेत असतो. त्यांचा तो निर्णय असेल. तसेच आगामी स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकांत महायुतीचाच भगवा डौलाने फडकेल.

मेहुल चोक्सीसाठी बराक सज्ज

■ महासागर प्रतिनिधी मुंबई, दि. २२ : १३ हजार ८५० कोटी रुपयांच्या पीएनबी घोटाळ्यातील फरार आरोपी उद्योगपती मेहुल चोक्सीला भारतात आणण्यासाठी प्रयत्न सुरू आहेत.

भारताने मुंबईतील आर्थर रोड तुरुंगाचे अधिकृत फोटो बेल्जियमच्या अधिकार्यांना सुपूर्द केले आहेत. याद्वारे, चोक्सीला त्याच्या प्रत्यापणानंतर आर्थर रोड तुरुंगात ठेवल्यावर कोणत्या सुविधा मिळतील हे सांगण्यात आले.

सुनावणीत बेल्जियमच्या न्यायालयाने चोक्सीविरुद्ध दाखल केलेले गुने भारत आणि बेल्जियम या दोन्ही देशांच्या कायद्यांनुसार प्रत्यापण करण्यायोग्य असल्याचा निर्णय दिला. त्यानंतर, मेहुल चोक्सीचे प्रत्यापण केले जाऊ शकते असे म्हटले जात आहे.

बेल्जियममधील अँटवर्प येथील न्यायालयाने १७ ऑक्टोबर रोजी फरार हिरे व्यापारी मेहुल चोक्सीच्या प्रत्यापणाला मान्यता दिली. भारतीय एजन्सींच्या विनंतीवरून बेल्जियम पोलिसांनी चोक्सीची केलेली अटक कायदेशीर असल्याचे न्यायालयाने म्हटले.

कागदपत्रांनुसार, चोक्सीला मुंबईच्या उच्च-सुरक्षा जेल्समध्ये ठेवण्यात येईल, त्याच तुरुंग संकुलात २६/११ चा दहशतवादी अजमल कसाब यालाही ठेवण्यात आले होते. बँकसमवेत संलग्न शौचालये आणि बाथरूमसह दोन खोल्या आहेत. चोक्सीला वैद्यकीय तपासणी आणि हजेरीसाठी तुरुंगाबाहेर जाण्याची परवानगी असेल.

डबल इंजिनचे सरकार धनदांडग्यांसाठी तत्पर

■ महासागर प्रतिनिधी, नागपूर, दि. २२ : महाराष्ट्रात ओल्या दुष्काळाची तीव्रता वाढत असताना राज्य सरकारने अद्याप अधिकृतीतल्या ओला दुष्काळ जाहीर न केल्यामुळे विरोधकांकडून सरकारवर टीकेची झाड उठली आहे.

काँग्रेसचे ज्येष्ठ नेते नाना पटोले यांनी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या नेतृत्वाखालील राज्य सरकारवर आणि केंद्रातील भाजप सरकारवर जोरदार हल्लाबोल केला आहे. डबल इंजिनचे सरकार हे शेतकऱ्यांचं, बेरोजगारांचं आणि गरिबांचं फेल सरकार आहे, पण धनदांडग्यांसाठी मात्र हे सरकार नेहमीच तत्पर असतं, असा आरोप पटोले यांनी केला. त्यांनी राज्य सरकारवर महाराष्ट्राची अवदसा निर्माण केली, असा आरोप केला.

नाना पटोले म्हणाले की, आज राज्यात पिकं वाळून चालली आहेत, शेतकरी आत्महत्येच्या उंबरठ्यावर आहेत, पण सरकार नियमांच्या नावाखाली त्यांना मदत देण्यास टाळाटाळ करत आहे. विरोधी पक्षात असताना याच देवेंद्र फडणवीस यांनी ओला दुष्काळ घोषित करण्याची मागणी केली होती. मात्र, आज सत्तेत येऊन तेच फडणवीस नियम सांगत बसले आहेत. राजकारणात न जाता, संकेतग्रस्त शेतकऱ्यांना मदत करणे ही सरकारची जबाबदारी आहे, पण हे सरकार ती पाळत नाही.

पटोले यांनी केंद्रीय गृहमंत्र्यांच्या मदतीच्या घोषणांनाही फोल ठरवले. केंद्र आणि राज्यात डबल इंजिनचे सरकार असूनही मदत का मिळत नाही? शेतकरी, मजूर, बेरोजगार, आणि सामान्य लोकांसाठी हे सरकार नेहमी फेल ठरतं, पण धनदांडग्यांसाठी मात्र हे सरकार धावतं. मग हे सरकार नक्की कुणाचं? असा सवाल त्यांनी उपस्थित केला.

काँग्रेस नेत्यांनी या पार्श्वभूमीवर सरकारच्या कारभारातील भ्रष्टाचार, निवडणूक प्रक्रिया आणि पैशाच्या राजकारणावरही निशाणा साधला. महाराष्ट्रात त्रिकूट सरकार चाललं आहे आणि यात लूटपाट सुरू आहे. कुणाच्या हातात किती भेटते, कोण किती लुटतं, हेच या सरकारचं काम झालं आहे. गेल्या साडेचार वर्षांत स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुका घेतल्या नाहीत, असेही ते म्हणाले.

राज्यचा दीपोत्सवाचे श्रेय सरकारने लाटले

■ महासागर प्रतिनिधी मुंबई, दि. २२ : मनसं अध्यक्ष राज ठाकरे यांनी मुंबईच्या शिवाजी पार्कमध्ये सुरू केलेला दीपोत्सव कार्यक्रम अनेकांच्या पसंतीस उतरला आहे. मनसेकडून येथे करण्यात येणारी फटाक्यांची आतपबाजी पाहण्यासाठी दूरवरून लोक येतात. पण आता महायुतीच्या पर्यटन खात्याने राज ठाकरे किंवा मनसेचा उल्लेख टाळून दीपोत्सवाची जाहिरातबाजी करण्याचा प्रयत्न केला आहे.

त्यावर मनसेने तीव्र संताप व्यक्त केला आहे. या प्रकरणी मनसेला अगदी छोटेसे श्रेय दिले असते, तर सरकारच्या मनाचा उमदेपणा दिसला असता, असे मनसेने या प्रकरणी म्हटले आहे.

राज्य सरकारच्या पर्यटन खात्याच्या दिवटर हँडलवर एक पोस्ट शेअर करण्यात आली आहे. त्यात नमूद करण्यात आले आहे की, तुम्ही अजून छत्रपती शिवाजी महाराज पार्कमधील फटाक्यांची आतपबाजी पाहिली नसेल, तर तुम्ही दिवाळीत मुंबईतील उत्कृष्ट जागेला मुक्त आहात. मनसेने एका पोस्टद्वारे दीपोत्सवाचे श्रेय लाटणाऱ्या या पोस्टवरून सरकारची चांगलीच कानउघाडणी केली आहे.

अब्दुल कलाम यांना संधी देणारे डॉ. एकनाथ चिटणीस यांचे निधन

■ महासागर प्रतिनिधी मुंबई, दि. २२ : नभारतीय अंतराळ संशोधनाच्या इतिहासातील एक महत्त्वाचा अध्याय आज काळाच्या पडद्याआड गेला.

भारतीय अंतराळ संशोधन संस्था म्हणजेच कस्फह चे ज्येष्ठ वैज्ञानिक आणि डॉ. विक्रम साराभाई यांचे निकटचे सहकारी डॉ. एकनाथ वसंत चिटणीस यांचे वृद्धापकाळाने निधन झाले. वयाच्या १०१ व्या वर्षी त्यांनी अखेरचा श्वास घेतला.

देशातील सॅटेलाइट टेलिव्हिजनचे जनक, श्रीहरीकोटा प्रक्षेपण केंद्राचे संकल्पक आणि डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम यांना अवकाश संशोधनात संधी देणारे मार्गदर्शक, असा बहुआयामी प्रवास आज थांबला. २६ जुलैला त्यांनी शतकमहोत्सवी वर्ष पूर्ण केले होते. त्यांच्या निधनाने भारतीय अवकाश संशोधनाचा एक सुवर्णकाळ संपल्याची भावना देशभरातून व्यक्त होत आहे.

१९२५ साली कोल्हापूर येथे जन्मलेले एकनाथ वसंत चिटणीस हे लहान वयातच आईवडिलांच्या छायेशिवाय वाढले. मात्र, आजी आणि कुटुंबीयांच्या संस्कारांनी तसेच आजोबा मल्हार खंडेराव चिटणीस यांच्या वंडर्स ऑफ स्पेस या मराठी पुस्तकाने त्यांच्या मनात अंतराळाविषयी असलेले आकर्षण अधिकच बळकट केले.

पुणे विद्यापीठातून त्यांनी भौतिकशास्त्रात प्रथम श्रेणीत पदवी मिळवली. त्यानंतर ऑल इंडिया रेडिओमध्ये नोकरीची संधी मिळाली होती, परंतु स्थैर्याचा मार्ग न स्वीकारता त्यांनी विज्ञानाचा आणि संशोधनाचा कठीण मार्ग निवडला. १०५० मध्ये पुण्यात झालेल्या इंडियन सायन्स काँग्रेसमध्ये डॉ. विक्रम साराभाईंचे भाषण ऐकून त्यांनी आयुष्य विज्ञान संशोधनाला अर्पण करण्याचा निर्णय घेतला. त्यांनी फिजिकल रिसर्च लॅबोरेटरी मध्ये काम केले.

डॉ. चिटणीस यांनी काँस्मिक किरणांवर संशोधन सुरू केले आणि पुढे अमेरिकेतील संस्थेत अत्याधुनिक तंत्रज्ञान शिकले. १९६१ साली साराभाईंच्या विनंतीवरून ते भारतात परतले आणि देशातील पहिले सॅटेलाइट टेलिमेट्री स्टेशन उभारले. त्यांनी थुंबा रॉकेट लॉन्चिंग स्टेशनची जागा निश्चित करण्यात महत्त्वाची भूमिका बजावली.

मुसळधार पावसाचा तामिळनाडूला तडाखा

पाच जिल्ह्यांतील शाळा बंद

■ वृत्तसंस्था, चेन्नई, दि. २२ : ईशान्य मान्सूनमुळे गेल्या दोन दिवसांपासून दक्षिणेकडील राज्यांमध्ये मुसळधार पाऊस पडला आहे. बुधवारी तामिळनाडूमध्ये मुसळधार पावसाचा इशारा देण्यात आला आहे. मंगळवारपासून राज्यातील तिरुवल्लूर, चेन्नई, कांचीपुरम, चेंगलपट्टू आणि डेल्टा जिल्ह्यांमध्ये पाऊस सुरू आहे.

चेन्नईतील सर्व शाळा बंद ठेवण्यात आल्या आहेत. पुढील चार दिवसांसाठी पावसाचा इशारा देण्यात आला आहे. कुड्डलोर, विल्लुपुरम, रानीपेट आणि थुथुकुडी जिल्ह्यातील शाळा आणि महाविद्यालये देखील बंद घोषित करण्यात आली आहेत. तामिळनाडू सरकारने प्रशासनाला सतर्क राहण्याचे निर्देश दिले आहेत.

पावसाच्या दरम्यान, चेन्नईच्या मरीना बीचवर जोरदार लाटा आणि वारे धडकत आहेत. हे वादळ पुढील काही दिवस सुरूच राहण्याची शक्यता आहे. प्रशासनाने मच्छीमार आणि किनारी रहिवाशांना सतर्क राहण्याचे आवाहन केले आहे. तामिळनाडूव्यतिरिक्त, केरळ, आंध्र प्रदेश आणि पुदुचेरीमध्येही पाऊस सुरू आहे. पुदुचेरी आणि कराईकलमध्ये शाळा आणि महाविद्यालये बंद आहेत.

सुख, समृद्धी आणि आनंदाची अखंड बरसात तुमच्या आयुष्यात होवी, हीच दिवाळी व भाऊबिजेच्या मंगलमय पर्वावर सदृच्छा !

शुभ दिपावली

Scan here

Follow us

Commercial Plots Residential Plots Rented Premises Bungalows Row House Duplex 1-2-3 BHK Flats

• WASHIM • MALEGAON • RISOD • PUSAD

Mantri Arcade, Mantri Park, Washim 8007860612 | 9834775933

आईने यकृताचा भाग देऊन मुलीला दिले नवजीवन

■ महासागर प्रतिनिधी, अकोला, दि. २२ : सात वर्षीय चिमुकली गेल्या अनेक महिन्यांपासून यकृताच्या गंभीर आजाराशी झुंज देत होती. डॉक्टरांनी अखेर यकृत प्रत्यारोपण शस्त्रक्रिया हा एकमेव पर्याय दिला.

उपचारासाठी २० लाख रुपए खर्च. भाजीपाला विक्रीचा छोटा व्यवसाय करणाऱ्या कुटुंबापुढे या उपचाराचा खर्च परवडणारा नव्हता. या कठीण काळात मुख्यमंत्री सहाय्यता निधी व धर्मदाय रुग्णालय मदत कक्षसह सामाजिक संस्था, संघटनांकडून आर्थिक आधार मिळाला. देवांशीच्या आईने तिला यकृताचा भाग देऊन मुलीला नवजीवन दिले आहे.

वाशीम जिल्ह्यातील मंगरूपीर तालुक्यातील वरूड (बु) येथे राहणारे रवींद्र गावंडे हे भाजीपाला विक्रीचा व्यवसाय करून कुटुंबाचा उदरनिर्वाह करतात. मागील अनेक दिवसांपासून त्यांची मुलगी देवांशी पोटादुखी, ताप, मळमळ होणे आदींमुळे सतत आजारी पडत होती. पालकांनी सुरुवातीला मंगरूपीर आणि अकोला येथे तिच्यावर उपचार केले. मात्र, मुंबईतील रुग्णालयात सुरू झाले. या उपचारासाठी मुख्यमंत्री वैद्यकीय सहाय्यता निधी कक्ष, टाटा ट्रस्टच्या माध्यमातून उपचाराची मोठी रक्कम उभी राहिली. उर्वरित रक्कम इतर काही सामाजिक संस्था आणि गावकऱ्यांच्या वर्गणीतून गोळा करण्यात आली. देवांशीची आई मीनाक्षी गावंडे यांनी यकृत दिले. तिच्यावर यकृत प्रत्यारोपणाची यशस्वी शस्त्रक्रिया पार पडली.

देवांशीची प्रकृती आता स्थिर असून तिच्या प्रकृतीत दिवसेंदिवस सुधारणा होत आहे. आता तिला सुट्टी मिळाली आहे. मुख्यमंत्री वैद्यकीय सहाय्यता निधी कक्ष आणि टाटा ट्रस्टसह इतर संस्था, संघटनांची मदत मिळाली, त्यामुळेच आमच्या मुलीचे प्राण वाचले, असे देवांशीचे वडील रवींद्र गावंडे यांनी सांगितले.

प्रत्येक गरजू, गरीब रुग्णांना वेळेवर उपचार मिळावेत, यासाठी कक्षाच्या माध्यमातून प्रयत्न करीत आहोत. देवांशी त्यांचे एक उदाहरण आहे. वेळेवर मदत करू शकलो, याचा आनंद आणि समाधान असल्याचे मुख्यमंत्री सहाय्यता निधी व धर्मादाय रुग्णालय मदत कक्षाचे कक्ष प्रमुख रामेश्वर नाईक म्हणाले.

भाजप मित्रांवरच वार करतो

संजय राऊतांची सरकारवर टीका

मुंबई : भाजप सर्वात पाहिले आपल्या मित्रांवर वार करतो. व्यक्ती केंद्रीत राजकारण सुरू झाल्याने हे सर्व सुरू झाले आहे. सोलापुरातील सुभाष देशमुख हे फडणवीस यांच्या गटातील नसतील म्हणून त्यांच्यासमोर आव्हान निर्माण केले जात असेल. राज्याच्या अनेक निवडणुका असेच सुरू आहे, पण हा भाजपचा अंतर्गत प्रश्न आहे, असे खासदार संजय राऊत यांनी म्हटले आहे.

संजय राऊत म्हणाले की, अजित पवार यांचे माजी आमदार फोडले जात असतील तर त्यांच्याशी बोलले पाहिजे. यावर आम्ही का बोलावे. भाजपच्या सुभाष देशाई यांनी सोलापुरातील नेत्यांच्या पक्ष प्रवेशाला विरोध केला आहे. त्यांच्याशी चर्चा केली पाहिजे. फडणवीस यांची या प्रवेशामागे काय योजना आहे. त्यांना वेडकासारखा आपला पक्ष नेमका किती फुगवायचा आहे, असा सवाल राऊतांनी केला आहे.

लोकप्रतिनिधी हा लोकप्रतिनिधी असतो निवडून आल्यावर तो कोणत्या पक्षाचा नसतो आणि सरकारही कोणत्या पक्षाचे नसते. गेल्या काही काळापासून देवेंद्र फडणवीस आणि भिंदेंच्या हाती सत्ता आल्यापासून त्यांना पाटिंबा देणाऱ्यांना निधी आणि विरोधी पक्षातील आमदारांचे मतदारसंघ कोरडे ठेवले जात आहे. हे कृत्य घटनाबाह्य आहे. बेकांदेशीर आणि लोकशाही विरोधातील कारस्थान आहे. निधीचे असमान वाटपाचे प्रकरण न्यायालयात सुद्धा गेले होते. अनेक ठिकाणी विरोधी पक्षातील आमदार हे प्रथम निवडून आले आहेत. अनेक जण पहिल्यांदा निवडून आले आहे. पण यांच्याकडे सत्तेची मयुरी आहे.

विरोध करणारे हे कोण? इम्तियाज जलील यांची टीका

छत्रपती संभाजीनगर :

ऐतिहासिक शनिवारवाडा परिसरात काही मुस्लीम महिलांनी नमाज पठण केल्याच्या घटनेवरून राज्यात राजकीय वातावरण तापले आहे. या प्रकरणावरून एआयएमआयएम पक्षाचे नेते माजी खासदार इम्तियाज जलील यांनी भाजप आणि राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघावर तीव्र टीका केली आहे. मुस्लीम महिलांनी नमाज वेळ झाल्याने प्रार्थना केली, यात काय गुन्हा झाला? त्यांनी शनिवारवाड्यावर आपला दावा केला नाही. मात्र, मुद्दा दुसरीकडे वळवण्यासाठी आणि मोहोळ यांच्या जमीन घोटाळ्याचे लक्ष हटवण्यासाठी हे प्रकरण उकरण्यात आले आहे, असा गंभीर आरोप जलील यांनी केला.

जलील म्हणाले की, शनिवारवाड्यात आमच्या वडिंपणी नमाज पडली म्हणून एवढं मोठं वादग्रस्त निर्माण केलं जात आहे. नमाज ही श्रद्धेची गोष्ट आहे, राजकारणाची नाही. नमाज वेळ झाली म्हणून त्यांनी प्रार्थना केली. त्यांनी कोणत्याही दगडाला रंग मारून तो आमचा आहे असे म्हटलं नाही. शिवाजी महाराजांनी कधी मुस्लीम समाजाचा विरोध केला नाही. मग हे कोण चिंधीचोर आहेत ते आता हिंदुत्वाच्या नावाखाली समाजात भेदभावाचं विष पेरत आहेत? असा सवाल त्यांनी उपस्थित केला. त्यांनी पुढे आरोप केला की, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाची पॉलिसीच आहे की, जेव्हा स्वतःवर संकट येतं तेव्हा मुद्दा दुसरीकडे वळवायचा. भाजपच्या दबावाखाली पोलिसांनी निरपराध महिलांवर गुन्हा दाखल केला आहे.

चिंकू-पिंकू हिंदुत्वाची झालेत, असे म्हणत जलील यांनी भाजपच्या नेत्यांना टोलाही लगावला. नमाज पडली म्हणजे वाडा ताब्यात घेतला असा हास्यास्पद दावा करणारे लोक हे समाजात विष पसरवत आहेत. मस्तानीने सुद्धा कधी तिथे नमाज पडली असेल, तेव्हा कुणी वाद घातला नव्हता. पण आज हेतुपुरस्सर धार्मिक द्वेष निर्माण करण्याचं काम सुरू आहे. मुस्लीम समाजाला चिथावणी देऊन राजकीय लाभ मिळवण्याचा प्रयत्न केला जात आहे. आम्ही या राजकारणाला बळी पडणार नाही, असे जलील म्हणाले.

बिहार विधानसभा निवडणुकीचा संदर्भ देत इम्तियाज जलील यांनी मोठा दावा केला. बिहार निवडणुकीत एमआयएम सर्वोत्तम आक्षेपाचा धक्का देईल, असे ते म्हणाले. गेल्या निवडणुकीत आम्ही सहा जागांची मागणी केली होती. भाजपला हरवायचे असेल तर सर्वोत्तम एकत्र यावे, असे आम्ही म्हटले होते. पण तेजस्वी यादव म्हणाले की एमआयएमने लवू नये. आम्ही काय गोष्ट्या खेळण्यासाठी आलो आहोत का? या वेळी आम्ही बिहारमध्ये उतरणार आहोत आणि एमआयएमची ताकद दाखवून देऊ, असा दावा त्यांनी केला. त्यांनी काँग्रेस आणि आरजेडीवरील टीका करत म्हटलं की, भाजप, काँग्रेस आणि आरजेडी हे सगळे आमच्यासाठी सारखेच आहेत. जनता पाहिली की खरे विरोधक कोण आहेत, असेही त्यांनी म्हटले आहे.

चौफ मॅटर राहुल मेहता यांच्या मते, यंदाच्या सणासुदीच्या हंगामात कपड्यांच्या बाजाराची कामगिरी अपेक्षेपेक्षा कमकुवत राहिली. इंडियन एथनिक आणि फॅस्टिड वेअर सेगमेंट मध्ये विक्रीत घट झाली असून त्यामागे मुख्य कारण म्हणजे वाढलेले दर आणि जीएसटीमध्ये झालेली वाढ आहे.

मेहता सांगतात की, २५.०० रुपयांपेक्षा कमी किंमतीच्या कॅज्युअल वेअर मध्ये ५-७% वाढ दिसली, तर त्यापेक्षा जास्त किंमतीच्या उत्पादनांमध्ये १०-१५% वाढ झाली. याचा परिणाम विशेषतः ४ हजार ते ७ हजारच्या रेंजमध्ये काम करणाऱ्या ब्रँड्सवर झाला, जसे की किलर, बोबा, डब्ल्यू आणि स्पायकर.

त्यांनी स्पष्ट केले की, जीएसटी व्योपादिक प्रतिनिधित्व करते. कोलॉनिंग मॅन्युफॅक्चरर्स असोसिएशन ऑफ इंडिया (सीएमएआय) चे ब्रँड्ससाठी ६-७% वाढही

कपड्यांच्या बाजारात २५ टक्के वाढ : दिवाळीचा हंगाम लाभदायी

मुंबई, दि. २२:

दिवाळी हंगामात महाराष्ट्रातील कपड्यांच्या बाजारात सुमारे २५% वाढ नोंदवली गेली आहे. कॉटन फॅब्रिकची मागणी विशेषतः वाढली असून, प्लेन, चेक्स आणि लायनिंग पॅटर्नला ग्राहकांकडून चांगला प्रतिसाद मिळाला आहे.

या वाढीनंतरही लहान व्यापाऱ्यांच्या अडचणी कायम आहेत. भारत मर्चंट चेंबरचे उपाध्यक्ष विनोद गुप्ता यांनी सांगितले की, मोठे व्यापारी हजारो डिझाईन्ससह ग्राहकांना आकर्षित करतात, तर लहान व्यापारी मर्यादित डिझाईन्समुळे स्पर्धेत मागे पडत आहेत.

१९६० सालापासून सक्रिय असलेली ही संघटना सध्या ११०० व्यापाऱ्यांचे प्रतिनिधित्व करते. त्यांच्या हिमंयुक्त असोसिएशन ऑफ इंडिया (सीएमएआय) चे

मराठवाड्यातील पूरग्रस्त शेतकऱ्यांना ३४६ कोटींचा दिलासा

वृत्तसंस्था

छत्रपती संभाजीनगर, दि. २२:

मराठवाडा विभागातील अतिवृष्टी आणि पुरामुळे नुकसान झालेल्या शेतकऱ्यांसाठी राज्य सरकारने मोठा दिलासा दिला आहे. सरकारने एकूण 346 कोटी 31 लाख 70 हजार रुपयांचा मदत निधी मंजूर केला आहे. मात्र, या निधीचे वितरण दिवाळीनंतरच शेतकऱ्यांच्या खात्यावर जमा होईल, अशी शक्यता वर्तवली जात आहे. या निर्णयामुळे नुकसानग्रस्त शेतकऱ्यांना काहीसा दिलासा मिळाला असला तरी प्रत्यक्ष मदत मिळण्यास उशीर असल्याने शेतकऱ्यांची चिंता कायम आहे.

जून ते सप्टेंबर या काळात मराठवाड्यात सलग पावसाने थैमान घातले होते. या काळात अनेक जिल्ह्यांत नदी-नाल्यांना पूर आले, घरं आणि शेतीपिके वाहून गेली. 3 लाख 58 हजार 612 शेतकऱ्यांचे 3 लाख 88 हजार हेक्टरवरील पीक पूर्णपणे उद्ध्वस्त झाले.

काही भागांमध्ये शेतजमीनही वाहून गेल्याने शेतकऱ्यांवर आर्थिक संकट ओढावले. त्यामुळे राज्य सरकारने गेल्या पंधरवड्यातील हा चौथा मदतनिधीचा अत्यादेश जारी केला आहे. याअंतर्गत मराठवाड्यातील सात



दिवाळी मात्र अंधारात : खात्यात रक्कम जमा होण्यास विलंब

जिल्ह्यांना मदत वितरित केली जाणार आहे. शासनाच्या या निर्णयामुळे स्थानिक प्रशासनाकडून नुकसानीचे सर्वेक्षण

पूर्ण झाल्यानंतर शेतकऱ्यांच्या खात्यात थेट पैसे जमा केले जातील. मात्र, या रकमेमुळे मोठ्या प्रमाणावर नुकसान झालेल्या शेतकऱ्यांना दिवाळीनंतरच उपलब्ध होण्याची शक्यता व्यक्त केली जात आहे. या रकमेमुळे मोठ्या प्रमाणावर नुकसान झालेल्या शेतकऱ्यांना

अभिनेता असरानी यांचे ८४ व्या वर्षी निधन चार दिवस हवामान ढगाळ

महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. २२:

'शोले' या ब्लॉकबस्टर चित्रपटात ब्रिटिशकालीन जेलरची भूमिका साकारणारे गोवर्धन असरानी यांचे सोमवारी दुपारी १ वाजता वयाच्या ८४व्या वर्षी निधन झाले. चार दिवसांपूर्वी त्यांना रुग्णालयात दाखल करण्यात आले होते, जिथे त्यांचा मृत्यू झाला. त्यांच्या फुफ्फुसातील द्रवपदार्थ साचला होता. त्यांचे व्यवस्थापक बाबूभाई थिबा यांनी मृत्यूची पुष्टी केली.



बाबूभाई थिबा म्हणाले की, त्यांच्या मृत्यूपूर्वी असरानी यांनी त्यांच्या पत्नीला इच्छा व्यक्त केली होती की त्यांच्या मृत्यूची माहिती कोणालाही कळवू नये. त्यांना कोणताही गोंधळ नको होता. अत्यंत संस्कारातूनच सर्वांना कळवावे अशी विनंती त्यांनी केली होती. म्हणूनच त्यांच्या मृत्यूनंतर लगेचच सांताक्रूझमधील शांतीनगर स्मशानभूमीत त्यांचे अंत्यसंस्कार करण्यात आले. कुटुंबातील फक्त १५-२० सदस्य उपस्थित होते.

आज की ताजा खबर आणि नमक हराम या चित्रपटांच्या चित्रीकरणदरम्यान ते त्यांच्या प्रेमात पडले. असरानी यांनी अभिनेत्री मंजू बन्सलसोबत लग्न केले. असरानी यांनी त्यांच्या अभिनय कारकिर्दीत जवळपास

350 चित्रपटांमध्ये काम केले आहे. यामध्ये शोले, अभिमान, चुपके चुपके, छोटी सी बात आणि भूल भुलैया यांचा समावेश आहे. शोले चित्रपटातील असरानी यांचा हम अंग्रेजों के जमाने के जेलर हँ हा संवाद प्रचंड गाजला.

१ जानेवारी १९४१ रोजी जयपूर येथे जन्मलेल्या असरानी यांच्या वडिलांचे कापेटचे दुकान होते. त्यांच्या वडिलांना त्यांच्या मुलांनी हा व्यवसाय सांभाळवा अशी इच्छा होती, परंतु असरानी यांना चित्रपटांमध्ये रस होता. असरानी यांनी जयपूरमधील राजस्थान कॉलेजमधून पदवी प्राप्त केली. त्यांच्या शिक्षणाचा खर्च उच्चलष्णासाठी त्यांनी ऑल इंडिया रेडिओमध्ये व्हॉइस आर्टिस्ट म्हणून काम केले. १९६९ च्या 'गुड्डू' या चित्रपटाने त्यांना यश मिळाले. तेव्हापासून त्यांना सातत्याने चित्रपटात काम मिळू लागले. असरानी यांनी राजेश खन्ना यांच्या सुमारे २५ चित्रपटांमध्ये काम केले. अमिताभ बच्चन यांच्या अनेक चित्रपटांमध्ये त्यांनी भूमिका केल्या, जसे की अभिमान, चुपके चुपके, छोटी सी बात, शोले, येथील जेलर असरानींचा ट्रेडमार्क बनली होती. +

बाधित क्षेत्राची मर्यादा ३ हेक्टरपर्यंत वाढवली : अतिवृष्टीग्रस्तांना दिलासा

महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. २२:

यंदाच्या पावसाळ्यात अतिवृष्टी पुरामुळे शेतकऱ्यांचे मोठे नुकसान झाले असून या बाधित शेतकऱ्यांच्या पाठीशी शासन खंबीरपणे उभे आहे. अतिवृष्टी व पुरामुळे बाधित झालेल्या शेतकऱ्यांना मदत व्हावी म्हणून राज्य शासनाने तावडीने मदत देण्याचा निर्णय घेतला.

यापूर्वी दोन हेक्टरपर्यंत मदत देण्यासाठी मान्यता दिली असून आता या शेतकऱ्यांना 3 हेक्टरपर्यंतच्या बाधित क्षेत्रासाठीही विशेष बाब म्हणून 648 कोटी 15 लाख 41 हजार रुपयांच्या निधीच्या वितरणाला मान्यता देण्यात आली असल्याची माहिती मदत व पुनर्वसन मंत्री मकरंद जाधव पाटील यांनी दिली. याबाबतचा शासन निर्णय निर्गमित करण्यात आला आहे.

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे व उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांच्या मार्गदर्शनाखाली हा

निर्णय घेण्यात आला आहे. आजपर्यंत मदत व पुनर्वसन विभागाकडून यंदाच्या खरीप हंगामातील नैसर्गिक आपत्तीमुळे बाधित झालेल्या शेतकऱ्यांना सुमारे 8139 कोटी रुपये इतक्या रकमेचे शासन निर्णय निर्गमित करण्यात आले आहेत, अशी माहितीही मंत्री जाधव पाटील यांनी यावेळी दिली.

अतिरिक्त एक हेक्टरसाठी वाढीव मदत मंत्री पाटील म्हणाले की, राज्य शासनाने घेतलेल्या या निर्णयामुळे राज्यातील सहा लाख 56 हजार 310.83 हेक्टर क्षेत्रातील बाधित पिकांच्या नुकसानीपोटी सहा लाख 12 हजार 177 शेतकऱ्यांना याचा लाभ होणार आहे. यापूर्वी या शेतकऱ्यांना दोन हेक्टर पर्यंत मदत मंजूर करण्यात आली होती, तर आता अतिरिक्त एक हेक्टरसाठी ही वाढीव मदत देण्यात येणार आहे. राज्य शासनाच्या या निर्णयामुळे बाधित शेतकऱ्यांना मोठा

आधार दिलासा मिळणार असल्याचा विश्वास मदत व पुनर्वसन मंत्री जाधव-पाटील यांनी व्यक्त केला.

छत्रपती संभाजीनगर विभाग - बीड, लातूर, परभणी, छत्रपती संभाजीनगर, जालना, हिंगोली, नांदेड या जिल्ह्याकरिता 346 कोटी 31 लाख 70 हजार

नागपूर विभाग - नागपूर, चंद्रपूर, वर्धा आणि गडचिरोली जिल्ह्याकरिता 7 कोटी 51 लाख 75 हजार रुपये.

नाशिक विभाग - नाशिक, जळगाव व अहिल्या नगर जिल्ह्याकरिता 59 कोटी 36 लाख 13 हजार रुपये.

अमरावती विभाग - अकोला, अमरावती, यवतमाळ, बुलडाणा आणि वाशीम जिल्ह्याकरिता 131 कोटी 56 लाख 47 हजार रुपये.

पुणे विभागासाठी 103 कोटी 3720 हजार रुपये व कोकणकरिताही निधी देण्यात आला आहे.

मूळ भाजपवासियांच्या मनात असंतोषाचा वणवा

महासागर प्रतिनिधी, मुंबई, दि. २२ :

सत्ताधारी भाजपमध्ये जुने विरुद्ध नवे संघर्ष टोकाळा पोहोचला आहे. विशेषतः मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या असुरी सत्ताकांक्षेच्या विरोधातला मूळ भाजपवासियांच्या असंतोष हळूहळू वगवग्याचे रूप घेत आहे, असा दावा सुष्मा अंधारे यांनी केला आहे.

भाजपने सोलापूर जिल्ह्यातील 4 माजी

आमदारांना आपल्या गळ्या लावला आहे. यात काँग्रेसचे माजी आमदार दिलीप माने यांचाही समावेश आहे. पण त्यांच्या पक्षप्रवेशावरून दक्षिण सोलापूर तालुक्यातील भाजपचे विद्यमान आमदार तथा माजी सहकार मंत्री सुभाष देशमुख यांच्या समर्थकांनी कडाडून विरोध केला आहे. या विरोधात त्यांनी मंगळवारी सोलापुरात आंदोलनही केले.

शिस्तप्रिय समजल्या जाणाऱ्या भाजपतच हे आंदोलन झाल्यामुळे त्याची राज्यभर चर्चा झाली होती. या पार्श्वभूमीवर ठाकरे गटाच्या उपनेत्या सुष्मा अंधारे यांनी उपरोक्त दावा केला आहे. वारूळ मुंग्या बांधतात पण एकदा का वारूळ पूर्ण झालं की; त्यात राहायला मात्र विषारी नाग येतात...! अशा शब्दात त्यांनी टीकास्त्र दाखवले.

पुण्यात दिवाळीच्या दिवशी गोंधळ

वृत्तसंस्था, पुणे, दि. २२:

दिवाळीच्या मंगलमय सणात पुण्यातील वातावरण एकीकडे पाडवा पहाटेच्या पारंपरिक जल्लोषाने उजळले, तर दुसरीकडे शहरातील विविध भागात लागलेल्या सलग 40 हून अधिक आगींनी प्रशासनाला अक्षरशः तारेवरची कसरत करावयाला लावली. पोलिसांच्या सतर्कतेमुळे पुढील अनर्थ टळला असला तरी दिवाळीच्या दिवसाची सुरुवातच गोंधळत झाली.

सारसबागेत पहाटे तीन वाजल्यापासूनच पुणेकर तरुणाईचा मोठा जमाव पाडवा पहाट कार्यक्रमासाठी जमा झाला होता. पारंपरिक वेष्टात, हातात झेंडे व दिमाखदार साजशृंगारासह युवकांनी सांस्कृतिक सादरीकरणाचा आनंद घेतला. तथापि, पहाटे साडेपाचच्या सुमारास किरकोळ धक्का लागल्याच्या कारणावरून दोन गटांमध्ये वाद झाला आणि त्याचे पर्ववसान हाणामारीत झाले. दोन्ही गटातील तरुणांनी एकमेकांवर धाव घेताच परिसरात तणाव निर्माण झाला. तैनात पोलिसांनी तत्काळ हस्तक्षेप करत परिस्थिती नियंत्रणात आणली. काही तरुणांना पोलिसांनी ताब्यात घेतले असून चौकशी सुरू आहे.

पहाटे 28 वर्षापासून चालत असलेल्या या पाडवा गटात कार्यक्रमाला यंदा हिंदुत्ववादी संघटनांकडून विरोध झाला होता. या संघटनांनी कार्यक्रम उधळून लावण्याच्या धमक्या दिल्या होत्या. त्यामुळे आयोजकांनी काही दिवसांपूर्वी कार्यक्रम रद्द करण्याची घोषणा केली होती. मात्र, पुणे पोलिसांनी आवश्यक सुरक्षा पुरवण्याचे आश्वासन दिल्यानंतर आयोजकांनी कार्यक्रम पुन्हा आयोजित करण्याचा निर्णय घेतला.

४० हून अधिक आगीच्या घटना

त्यामुळे सारसबाग आणि परिसरात पहाटेपासूनच कडेकोट पोलिस बंदोबस्त तैनात करण्यात आला होता. लक्ष्मीपूजाच्या दिवशी शहरात सलग 40हून अधिक ठिकाणी आग लागल्याच्या घटना नोंदवण्यात आल्या. सकाळी 5.12 पासून ते दुपारी 12 वाजेपर्यंत अग्निशमन विभागाला सतत कॉल येत राहिले. हडपसर, वारजे, कोथरूड, कसबा पेठ, धानोरी, सिंहगड रोड, बाणेर, औंध, येरवडा, विश्रान्तवाडी, मार्केट याई, कोंढवा खुर्द अशा सर्व भागांमध्ये एकापाठोपाठ एक आग लागल्याच्या घटना समोर आल्या.

काही ठिकाणी इमारतींच्या गॅलव्यांमध्ये, पार्किंगमध्ये, झाडांना, गवताला किंवा कचऱ्याला आग लागल्याच्या नोंदी आहेत, तर काही ठिकाणी दुकानं आणि घरांनाही आग लागल्याचं दिसून आलं. पुणे महानगरपालिकेच्या अग्निशमन विभागाने दिलेल्या माहितीनुसार, सकाळी 11 वाजेपर्यंत एकूण 42 ठिकाणी आग लागल्याचे कॉल प्राप्त झाले होते.

बहुतेक ठिकाणी आगीचे कारण आकाशकंदील, फटाके किंवा इलेक्ट्रिक शॉर्टसर्किट असल्याचे प्राथमिक तपासत निष्पन्न झाले आहे. सुदैवाने या सर्व घटनांमध्ये जीवांमधील हातीही नाही, मात्र काही ठिकाणी किरकोळ जखमी झाल्याच्या घटना आहेत.

अग्निशमन दलाच्या सर्व वाहनांची अक्षरशः धावपट सुरू होती. सकाळी 5 वाजल्यापासून 12 वाजेपर्यंत अग्निशमन दलाच्या सुमारे 25 गाड्यांनी 40 हून अधिक ठिकाणी आगी विचरवल्या. मध्यवर्ती अग्निशमन केंद्र, नवले, वारजे, बाणेर, येरवडा, कोथरूड, धानोरी आणि गंधाधाम केंद्रातील अधिकारी आणि जवान दिवसभर रस्त्यावर होते. काही ठिकाणी आग नियंत्रणात आणण्यासाठी जवळपास दीड-दोन तास लागले. दिवाळीच्या दिवशीच्या अग्निशमन कर्मचारी नागरिकांच्या सुरक्षेसाठी झटत होते.



मुंबई मेट्रोमध्ये दिव्यांगांसोबत भेदभाव

करणारे कारण ठरले आहे. या भेदभावामुळे प्रवाशांना दररोज आर्थिक व मानसिक त्रास सहन करावा लागत आहे.

सामाजिक संघटना आणि हक्क रक्षण करणाऱ्या संस्था हे स्पष्ट करतात की, दिव्यांग व्यक्तींसाठी प्रवासात सवलत ही केवळ सुविधा नाही तर कायद्याने सुनिश्चित केलेला हक्क आहे. Persons with Disabilities (Equal Opportunities, Protection of Rights and Full Participation) Act, 1995 आणि Rights of Persons with Disabilities Act, 2016 या कायद्यांनुसार राज्य व केंद्र सरकारला दिव्यांगांसाठी सार्वजनिक वाहतुकीत सवलत देणे बंधनकारक आहे.

दिव्यांग प्रवाशांचा अनुभव पाहता, मेट्रोच्या काही मार्गांवर सवलत मिळणे आणि काहीवर न मिळणे हा भेदभाव आणि दुय्यमतेचा स्पष्ट दाखला आहे. शहरातील मेट्रो प्रवाशांमध्ये संपात वाढला असून, समाजातील दुर्बल गटांची न्याय मिळावी यासाठी त्वरित कारवाई करण्याची मागणी वाढली आहे.

दिव्यांग प्रवाशांचा अनुभव पाहता, मेट्रोच्या काही मार्गांवर सवलत मिळणे आणि काहीवर न मिळणे हा भेदभाव आणि दुय्यमतेचा स्पष्ट दाखला आहे. शहरातील मेट्रो प्रवाशांमध्ये संपात वाढला असून, समाजातील दुर्बल गटांची न्याय मिळावी यासाठी त्वरित कारवाई करण्याची मागणी वाढली आहे.

दिव्यांग प्रवाशांचा अनुभव पाहता, मेट्रोच्या काही मार्गांवर सवलत मिळणे आणि काहीवर न मिळणे हा भेदभाव आणि दुय्यमतेचा स्पष्ट दाखला आहे. शहरातील मेट्रो प्रवाशांमध्ये संपात वाढला असून, समाजातील दुर्बल गटांची न्याय मिळावी यासाठी त्वरित कारवाई करण्याची मागणी वाढली आहे.



दीपक कैतके

पातळीवर सरकारला आणि मेट्रो ऑपरेटरला उत्तरदायी ठरवू. दिव्यांग प्रवाशांचे हक्क सुरक्षित ठेवण्यासाठी जनतेला जागरूक करणे ही आपली जबाबदारी आहे.

मुंबईतील दिव्यांग प्रवाशांसाठी मेट्रो प्रवासात समान सवलत लागू करणे फक्त कायद्याचे पालन नाही, तर मानवी हक्क आणि सामाजिक न्यायाची गरज आहे.

सरकारी यंत्रणा, मेट्रो ऑपरेटर व नागरिक संघटना यांना एकत्र येऊन हा भेदभाव दूर करणे गरजेचे आहे, अन्यथा शहरातील सार्वजनिक वाहतुकीत दुय्यम प्रवासी तयार होतील.

मुंबईसारख्या प्रगत शहरात दिव्यांग प्रवाशांना आजही समान सवलतीपासून वंचित राहावे लागत आहे - हे दृश्य धक्कादायक आणि अस्वीकार्य आहे. मेट्रोच्या लाईन २ अ आणि लाईन ७ वर दिव्यांगांना सवलत मिळत असताना, अत्यंत जवळच्या लाईन ३ वर तीच सवलत लागू न झाल्याने दिव्यांग प्रवाशांमध्ये तीव्र नाराजी पसरली आहे.

या भेदभावविरोधात पत्रकार आणि आरोग्य व दिव्यांग हक्क कार्यकर्ते दीपक कैतके यांनी मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे आणि उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांना तातडीने हस्तक्षेप करण्याचे आवाहन केले आहे.

एका मार्गावर सवलत आणि दुसऱ्यावर नकार हे मुंबईसारख्या शहराला शोभत नाही. हा फक्त प्रशासनातील दोष नाही, तर दिव्यांगांच्या हक्कांवर घातक आघात आहे, असे कैतके यांनी स्पष्ट केले.

भेदभावाचे मूळ : समन्वयाचा अभाव आणि तांत्रिक अडथळे

मेट्रो ऑपरेटरांमधील वेगवेगळ्या धोरणांमुळे आणि स्मार्ट कार्ड प्रणालीतील तांत्रिक अडचणींमुळे

दिव्यांग प्रवाशांना दररोज आर्थिक तसेच मानसिक त्रास सहन करावा लागत आहे. शासनातील समन्वयाचा अभाव यामुळे परिस्थिती आणखी गुंतागुंतीची बनली आहे.

शहरातील विविध दिव्यांग संघटना आणि प्रवासी प्रतिनिधींनी एकमुखाने मागणी केली आहे की, ह्रस्व मेट्रो लाईनवर समान सवलत लागू करावी आणि दिव्यांग प्रवाशांना सन्मानपूर्वक प्रवासाचा हक्क मिळावा. दीपक कैतके यांनी इशारा दिला आहे की, जर शासन आणि मेट्रो प्रशासनाने तत्काळ निर्णय घेतला नाही, तर दिव्यांग संघटनांसह मोठ्या प्रमाणात जनजागृती आणि आंदोलन उभारले जाईल.

मानवी हक्कांचा प्रश्न
मुंबईतील दिव्यांगांसाठी मेट्रो प्रवासातील सवलत हा केवळ सवलतीचा विषय नाही, तर मानवी हक्क आणि सामाजिक न्याय यांचा प्रश्न आहे. शासन, मेट्रो प्रशासन आणि नागरी समाज यांनी एकत्र येऊन या भेदभावाला पूर्णविराम देणे आवश्यक आहे. असे न झाल्यास, मुंबईसारख्या महानगरात दिव्यांग प्रवासी दुय्यम नागरिक ठरण्याचा धोका निर्माण होईल.



मतचोरी आणि सत्ताधिकाऱ्यांची शिरजोरी

देशाच्या लोकशाही व्यवस्थेवर आज गंभीर प्रश्नचिन्ह उभे राहिले आहे. निवडणुकीच्या काळात वारंवार समोर येणाऱ्या मतचोरीच्या आरोपांनी आणि सत्ताधाऱ्यांच्या शिरजोरीच्या घटनांनी जनतेच्या विश्वासाचा पाया हादरवला आहे. लोकशाहीचा आत्मा असलेले मतदान आता अनेक ठिकाणी केवळ औपचारिकता ठरत चालले आहे, ही चिंतेची बाब आहे.

लोकशाही म्हणजे जनतेचा, जनतेसाठी आणि जनतेद्वारे चालणारा शासनप्रकार. परंतु आजच्या काळात हाच लोकशाहीचा पाया हलू लागला आहे. कारण वाढत

चाललेली मतचोरी, सत्तेची लालसा आणि सत्ताधिकाऱ्यांची शिरजोरी.

निवडणूक हा लोकशाहीचा सण असावा, पण तो आता पैशांचा, सत्तेचा आणि प्रभावाचा खेळ बनत चालला आहे. आज बहुसंख्य राजकीय नेत्यांना सत्ता म्हणजे सेवा नव्हे, तर संपत्ती आणि स्वतःच्या अहंकाराची पूर्तता वाटू लागली आहे. त्यासाठी ते काहीही करायला मागेपुढे पाहत नाहीत. मग ती मतदारांची फसवणूक असो, मतदान यंत्रे हाताळण्याचे आरोप असोत किंवा जनतेच्या नावावर राजकारण करून स्वतःचे पोट भरणे असो. जनतेचा मतदानाचा अधिकार हा सर्वात पवित्र आहे. पण जेव्हा मतचोरीच्या अफवा आणि पुरावे समोर येतात, तेव्हा लोकांचा विश्वास डळमळतो. त्या क्षणी लोकशाहीला जणू कुणीतरी छेद दिला आहे, असे वाटते.

सत्तेची खुर्ची राखण्यासाठी काही नेत्यांना आता कायद्याची आणि नैतिकतेची बंधने गौण वाटू लागली आहेत. मतदारांची मने जिंकण्याऐवजी ती विकत घेण्याची प्रवृत्ती वाढत चालली आहे. सोशल मीडियापासून मतमोजणी यंत्रांपर्यंत सर्वत्र शंका निर्माण होत आहेत. लोकशाहीचा पाया असलेला जनतेचा विश्वासच जेव्हा डळमळतो, तेव्हा लोकशाहीचे अस्तित्व धोक्यात येते. या परिस्थितीत माध्यमांनी लोकशाहीचा प्रहरी म्हणून भूमिका पार पाडणे अत्यंत गरजेचे आहे. मतचोरीच्या प्रकरणांवर सत्य उघड करणारे निर्भय पत्रकार आणि सजज नागरिकच या काळाचा खरा आधार आहेत. समाजानेही भीती बाजूला ठेवून सत्याचा आवाज बुलंद करायला हवा.

मतदानाचा हक्क हा प्रत्येक नागरिकाला दिलेला पवित्र अधिकार आहे. पण जेव्हा त्या मताची चोरी होते, तेव्हा ती केवळ राजकीय फसवणूक नसते तर ती जनतेच्या आशेचा आणि विश्वासाचा अपमान असतो. जनतेच्या

स्वप्नांवर गदा आणणारी ही प्रवृत्ती थांबवणे हे प्रत्येक सजज नागरिकाचे कर्तव्य आहे. मतांची चोरी म्हणजे जनतेच्या स्वप्नांची चोरी. एका मतदाराने मतदान करताना देशाबद्दल, भविष्याबद्दल आणि आपल्या मुलांबद्दल स्वप्न पाहिलेला असतात. पण जेव्हा ती मते विकली जातात, खोटी मोजली जातात किंवा लपवली जातात तेव्हा ती केवळ मतांचे नव्हे, तर जनतेच्या आशेची चोरी असते. हीच ती वेळ असते जेव्हा लोकशाही मृत्यूशब्दच जाते आणि शासन एकाधिकारशाहीत रूपांतरित होते. सत्ताधिकाऱ्यांची

शिरजोरी आम्हीच कायदा असा अहंकार. सत्ता टिकवण्यासाठी आज अनेक जण कायद्यापेक्षा वर असल्याचा आविर्भाव करतात. प्रशासन, यंत्रणा, न्यायव्यवस्था सर्व काही आपल्या मुठीत असल्याचा भ्रम निर्माण होतो. सर्व काही आपल्या ताब्यात असल्याचा अहंकार त्यांच्या वर्तनातून झळकतो. पण विसरतात ते एकच सत्य की, जनतेच्या श्वासावर कोणाचीही नियंत्रण नाही. इतिहास साक्षी आहे, जिथे सत्ताधारी अहंकाराने माणुसकी विसरतात, तिथे क्रांती जन्म घेते आणि ती क्रांती बंदुकीची नसते. ती असते जनतेच्या मनातील जागृतीची क्रांती.

अहंकाराचे साम्राज्य नेहमी तात्पुरतेच ठरते. आज माध्यमांनीही लोकशाहीचे आरसे राहणे आवश्यक आहे. पण काही माध्यमे सत्तेच्या जाहिरातीचे पोस्टर बनली आहेत. सत्य बोलणाऱ्यांना आवाज द्या, आणि मतचोरीचा पदफांश करा, ही समाजाची आणि पत्रकारितेची जबाबदारी आहे.

लोकशाही फक्त मतदानाच्या दिवशी जिंकत नसते, ती दररोज जागी ठेवावी लागते. मतचोरी आणि सत्तेचा दुरुपयोग थांबवायचा असेल, तर प्रत्येक नागरिकाने आपल्या मताचा सन्मान करावा, विक्रीला नकार द्यावा आणि सत्तेच्या अन्यायाविरुद्ध ठाम उभे राहावे. आज गरज आहे धैर्याची, जागृतीची आणि प्रामाणिकपणाची.

कारण जोपर्यंत जनतेचे मत विकत घेतले जाते, तोपर्यंत खरी लोकशाही उभी राहू शकत नाही आणि जोपर्यंत सत्ताधाऱ्यांचा अहंकार मोडला जात नाही, तोपर्यंत न्यायाचा सूर्य उगवणार नाही. कारण, मत विकले की भविष्य हरते आणि आवाज उठवला की लोकशाही जिंकते.

असरांनीचा अजरामर जेलर

'शोले' या ब्लॉकबस्टर चित्रपटात ब्रिटिशकालीन जेलरची भूमिका साकारणारे गोवर्धन असरांनी यांचे सोमवारी दुपारी ८.४५ व्या वर्षी निधन झाले. असरांनी यांनी त्यांच्या अभिनय कारकिर्दीत जवळपास ३५० चित्रपटांमध्ये काम केले आहे. यामध्ये शोले, अर्धमान, चुपके चुपके, छोटी सी बात आणि भूल भुलैया यांचा समावेश आहे. शोले चित्रपटातील असरांनी यांचा हम अंग्रेजों के जमाने के जेलर हें हा संवाद प्रचंड गाजला.

असरांनी एका मुलाखतीत म्हणाले होते, "मला चित्रपटाबद्दल काहीच माहिती नव्हती. मला वाटलं होतं की निमात-दिग्दर्शक मला एका भूमिकेसाठी बोलावत आहेत. मी जेव्हा त्यांना भेटायला गेलो तेव्हा मला रमेश सिप्पीसोबत सलीम-जावेद दिसले. जावेद साहेबांनी पटकथा सांगताना म्हटले, 'लक्ष्म द्या, आपण ब्रिटिश काळातील एका जेलरची भूमिका करत आहोत. हे पात्र मूर्ख आहे, पण तो जगातील सर्वात हुशार माणूस आहे असे दिसते.' मला वाटले की मी कधीही अशी भूमिका साकारली नव्हती. त्यांनी मला दुसऱ्या महायुद्धातील एक पुस्तक वाचायला दिले. त्यात हिटलरच्या १०-१२ पोज होत्या."

त्यांनी स्पष्ट केले की हिटलर सार्वजनिक ठिकाणी येण्यापूर्वी त्याच्या खोलीत एका छायाचित्रकारासह, लष्करी गणवेश परिधान करून, रिहर्सल करायचा. मी त्या पोजमधून तीन-चार पोज घेतले आणि पात्रालाही तोच अँगल दिला. चित्रपट खूप लांब होता, म्हणून माझा सीन कापण्यात आला. नागपूरमधील एका पत्रकाराने तो सीन पाहिला आणि तो चित्रपटाचा हृदय असल्याचे सांगितले. नंतर माझा सीन जोडण्यात आला. आजही लोक मला या भूमिकेसाठी ओळखतात.

"मला खात्री होती की जर जावेद साहेबांनी वाचून घेतलेल्या गोष्टीत मी चुक केली तर दिग्दर्शक मला मारेल, पण लेखकही मारेल. शूटिंग सुरू होण्यापूर्वी मी माझे संवाद १० दिवस सराव केले. मला अशोक कुमार यांनी सांगितलेली एक गोष्ट आठवली: संवाद लक्षात ठेवा आणि बाकीचे दिग्दर्शकावर सोपवा. तो त्याच्या इच्छेनुसार काम पूर्ण करेल. त्यानुसार, शूटिंगला जाण्यापूर्वी मी पूर्ण तयारी केली होती. जेलरशिवाय इतर कोणीही ही भूमिका करू शकले असते असे मला वाटत नाही."

त्यांच्या शेवटच्या मुलाखतीत ते म्हणाले होते, "मी जानेवारीमध्ये कोटा जवळच्या एका गावात शूटिंग करत होतो. सर्व गावकरी जमले होते. त्यात एक चार वर्षांची मुलगी होती. निर्मात्याने मला सांगितले की ती मुलगी आणि तिची आई भेटू इच्छितात. मला वाटले की चार वर्षांची मुलगी एखाद्या अभिनेत्याला ओळखेल का, पण मला पाहताच ती म्हणाली, 'ते जेलर असरांनी आहेत.' मला वाटते की हा एका पात्राचा विजय आहे."

असरांनी यांच्या निधनावबद्दल रझा मुराद म्हणाले, "ही खूप दुःखद बातमी आहे. ते माझे शिक्षक होते. त्यांनी मला दोन वर्षे शिकवले. ते माझ्यासोबत नमक हराममध्येही होते. हे खूप मोठे नुकसान आहे. मी उद्या त्यांच्या घरी जाईन."

गीता मध्ये एक छोटी भूमिका केली होती. नंतर, जेव्हा शोलेमध्ये जेलरची भूमिका तयार झाली, तेव्हा आम्ही त्यांना बोलावले आणि ते अद्भुत होते. त्यांनी ही भूमिका इतकी स्वीकारली की जणू ते स्वतःच पात्र आहेत. त्यांनी माझ्यासाठी हे खूप सोपे केले. इतके चांगले पात्र, इतके चांगले अभिनेता, दोघांचेही संयोजन परिपूर्ण होते. ते आता राहिले नाहीत हे ऐकून मला खूप दुःख झाले आहे."

१ जानेवारी १९४१ रोजी जयपूर येथे जन्मलेल्या असरांनी यांच्या वडिलांचे कॉर्पोरेट दुकान होते. त्यांच्या वडिलांना त्यांच्या मुलांनी हा व्यवसाय सांभाळवा अशी इच्छा होती, परंतु असरांनी यांना चित्रपटांमध्ये रस होता. असरांनी यांनी जयपूर मधील राजस्थान कॉलेजमधून पदवी प्राप्त केली. त्यांच्या शिक्षणाचा खर्च उचलण्यासाठी त्यांनी ऑल इंडिया रेडिओमध्ये व्हॉइस ऑर्टिस्ट म्हणून काम केले.

१९६० मध्ये त्यांनी साहित्य काळभार्ड ठक्कर संस्थेत प्रवेश घेतला आणि अभिनय शिकला. १९६२ मध्ये त्यांचा अभ्यासक्रम पूर्ण केल्यानंतर ते कामाच्या शोधात मुंबईला गेले, परंतु त्यांना संधी मिळाली नाही. १९६३ मध्ये किशोर साहू आणि हृषिकेश मुखर्जी यांनी त्यांची प्रतिभा ओळखली, परंतु त्यांना व्यावसायिक अभिनय करण्याचा सल्ला दिला.

१९६४ मध्ये, असरांनी यांनी पुण्याच्या फिल्म अँड टेलिव्हिजन इन्स्टिट्यूटमध्ये प्रवेश घेतला. दोन वर्षांनी त्यांचा अभ्यासक्रम पूर्ण केल्यानंतर, त्यांना १९६७ मध्ये प्रदर्शित झालेल्या 'हरे कांच की चुडिया' या चित्रपटात भूमिका मिळाली. या काळात लोकप्रिय चित्रपट निमात हृषिकेश मुखर्जी यांनी त्यांना १९६९ च्या 'सत्यकाम' चित्रपटात कास्ट केले, ज्यामुळे त्यांना ओळख मिळाली. त्यानंतर १९७१ च्या 'गुड्डी' या चित्रपटात त्यांना यश मिळाले. तेव्हापासून त्यांना सातत्याने चित्रपटात काम मिळू लागले.

असरांनी यांनी राजेश खन्ना यांच्यासोबत 'बावर्ची' या चित्रपटात काम केले होते. सेटवर त्यांची मैत्री आणखी घट्ट झाली. राजेश खन्ना असरांनीच्या कामाने इतके प्रभावित झाले की त्यांनी निर्मात्यांना त्यांच्या प्रत्येक चित्रपटात विनोदी कलाकार म्हणून घेण्याचा आग्रह धरला. असरांनी यांनी राजेश खन्ना यांच्या सुमारे २५ चित्रपटांमध्ये काम केले.

अमिताभ बच्चन यांच्या अनेक चित्रपटांमध्ये त्यांनी नायकासारख्या भूमिका केल्या, जसे की "अभिमान" (१९७३) मधील "चंदर" आणि "चुपके चुपके" (१९७५) मधील प्रशांत कुमार श्रीवास्तव. "छोटी सी बात" (१९७५) मधील नागेश शास्त्री यांची त्यांची भूमिका कमी वार नव्हती. "शोले" (१९७५) मध्ये, असरांनी यांनी एकाच संवादाने प्रेक्षकांचे लक्ष वेधून घेतले. "ब्रिटिश काळातील जेलर" ही त्यांची ओळ आता असरांनीच्या ट्रेडमार्क बनली आहे.

असरांनी शेवटचे २०२३ मध्ये नॉनस्टॉप धमाल आणि ड्रीम रॉल २ या चित्रपटांमध्ये दिसला होता. ते सलमान खानसोबत बॉडीगार्ड आणि क्यूंकी, दे दना दान, खड्ग मीठा, वेलकम, भूल भुलैया, आणि भागम भाग या चित्रपटांमध्ये अक्षय कुमारसोबत दिसले आहेत. अभिनेत्री एकता जैनसोबत आगामी 'खल्ली बली' या चित्रपटातही ते दिसणार होते.

असरांनी यांनी अनेक वर्षे चित्रपट रसिकांना खळखळून हसविले, अशा या हरहुस्त्री विनोदी अभिनेत्याला आभिवान!!!



दिवाळीतील किल्ला : इतिहासाचा आनंद

दिवाळी हा सण आनंद, उत्साह आणि परंपरेचा सण आहे. दिवाळीत दिव्यांची माळ, फराळ या यासोबतच मुलं मातीचे किल्ले बांधतात. हा फक्त खेळ नसून, आपल्या इतिहास आणि संस्कृतीशी जोडणारा अनुभव आहे. हा आपल्या इतिहासाची आठवण करून देणारी सुंदर परंपरा आहे. पूर्वी छत्रपती शिवाजी महाराजांनी स्वराज्य स्थापनेसाठी अनेक किल्ले बांधले. त्या किल्ल्यांमुळे आपले स्वराज्य सुरक्षित राहिले. दिवाळी किल्ल्याचे महत्त्व मुख्यतः छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या शौर्याचे स्मरण करणे, महाराष्ट्राचा ऐतिहासिक वारसा जपणे होय. आणि यानुसार मुले संघटन कौशल्य शिकतात.

ही परंपरा त्यांना इतिहासाशी जोडते आणि राष्ट्रभक्तीची भावना जागृत करते. त्यामुळे दिवाळी किल्ला हा केवळ आनंदाचे साधन नसून, मुलांच्या व्यक्तिमत्त्व विकासाची आणि आपल्या संस्कृतीची सुंदर गुंफण आहे. या परंपरेतून आपल्या संस्कृतीचे आणि इतिहासाचे जतन होते. त्यामुळे दिवाळी किल्ला हा केवळ खेळ नसून आपल्या वारसाचे प्रतीक आहे. शाळेत, घरी आणि समाजात आपण मुलांना दिवाळीत किल्ले बनवण्यासाठी प्रोत्साहित करावे. किल्ला तयार करताना मुलांना इतिहासाबद्दल माहिती द्यावी, त्यांचे कौशल्य आणि सर्जनशीलता वाढवायला मदत करावी, आणि त्यांना सामूहिक काम किंवा खेळ करण्याचे महत्त्व समजावे. यामुळे मुलांना फक्त खेळाचा आनंद मिळत नाही तर त्यांना आपल्या संस्कृतीची, परंपरेची आणि शौर्याची जाणीवही होते. त्यामुळे दिवाळी किल्ला हा केवळ आनंदाचे साधन नसून मुलांच्या व्यक्तिमत्त्व विकासाचे आणि आपल्या संस्कृतीचे सुंदर प्रतीक आहे.

■ रेणुका हरदास, नागपूर.

भाऊबीज : प्रेम व्यक्त करण्याचा दिवस

भाऊबीज हा एकाच मातेच्या गभातून जन्म घेतलेल्या जीवांना एकमेकांविषयी वाटणारा जिज्ञाळ म्हणजेच प्रेम व्यक्त करण्याचा दिवस आहे. या दिवशी बहीण श्री यमाईदेवीकडे जे मागणे भावासाठी मागते त्याप्रमाणे तिच्यामध्ये असलेल्या भावानुसार भावाला त्याचे फळ मिळत असते. त्यामुळे तिचे भावाशी असलेले देवान-धेवान हिशेब काही प्रमाणात कमी व्हायला साहाय्य होते. या दिवशी स्त्रीमध्ये असलेले अप्रकट देवीत्व जागृत होते. त्याचा देखील भावाला लाभ होत असतो. या दिवशी यम त्याची बहीण यमुना हिच्याकडे जेवायला जातो म्हणून या दिवसाला यमद्वितीया असे म्हणतात. यम आणि यमुना ही सूर्यदेवाची अपत्ये आहेत. यम ही धर्म आणि मृत्यू याची देवता आहे. एक दिवस सर्वानाच मृत्यू येणार आहे याची जाणीव ठेवली तर आपल्याकडून अश्रेय कृती आणि पैशाचा चुकीचा वापर होणार नाही. या दिवशी अपमृत्यू टळवेत यासाठी यमाप्रित्यर्थ तेरा दिवे लावून यमदीपदान करावे आणि यमदेवतेला प्रार्थना करावी की, " हे यामा या दीपाप्रमाणे आम्ही सतर्क आणि जागृत आहोत. प्रकाशाचे प्रतीक असणारा हा दीप आम्ही तुला अर्पण करत आहोत त्याचा तू स्वीकार कर." धर्माचरणी आणि साधना करणाऱ्या जीवांनी केलेल्या अशा प्रार्थनेमुळे त्यांना यमदेवतेचा कृपाशीर्वाद लाभतो.

■ भीमराव साळुंखे, सातारा.

प्रत्येक कुत्र्याला चिप लावून ट्रॅक करणारा देश

भारतात भटक्या कुत्र्यांबद्दल चर्चा सुरू आहे. पण जगात असा एक देश आहे जिथे भटक्या कुत्र्यांच्या काळजीसाठी विशेष व्यवस्था आहे. हा देश म्हणजे नेदरलँड्स.

येथे भटक्या कुत्र्यांसाठी एक विशेष पोलिस पथक आहे. हे पथक कुत्र्यांना पकडते. त्यांचे लसीकरण करते. नंतर त्यांना आश्रयगृहात पाठवते. भटक्या कुत्र्यांसाठी रुग्णालय सुरू ठेवण्याचेही नियम आहेत. त्यांना नेहमीच वैद्यकीय सेवा मिळते. कुत्र्यांसाठी एक विशेष कायदा आहे.

जर तुम्ही दुकानातून कुत्रा खरेदी केला तर तुम्हाला मोठा कर भरावा लागेल. त्यामुळे लोक आश्रय गृहामधून कुत्रे घेण्यास प्राधान्य देतात. येथे प्रत्येक कुत्र्यामध्ये एक मायक्रोचिप बसवली जाते. यामुळे त्यांची संपूर्ण माहिती डेटाबेसमध्ये साठवली जाते. जर कुत्रा हरवला तर तो सहज सापडू शकतो. तुलना करायची नाही, परंतु, भारतात पाळीव आणि मोकाट कुत्र्यांची काय अवस्था आहे आणि विदेशात कसे हाताळले जाते, ते पाहिल्यास त्यांच्या प्रगतीची कल्पना येते.



काही सोप्या घरगुती उपायांचा अवलंब करून तुम्ही केवळ अँसिडिटी आणि गॅसपासून आराम मिळवू शकत नाही तर पचनक्रिया देखील सुधारू शकता. सर्वात चांगली गोष्ट म्हणजे हे उपाय पूर्णपणे नैसर्गिक आहेत आणि आपल्या स्वयंपाकघरात आढळतील. दिवाळीत आम्लता आणि गॅस दूर करण्यासाठी प्रभावी घरगुती उपाय जाणून घेऊया.

लिंबू आणि गरम पाण्याचे चमत्कार

सकाळी रिकाम्या पोटी एक ग्लास कोमट पाणी घ्या आणि त्यात अर्धा लिंबू पिळून घ्या. इच्छित असल्यास, आपण चित्रभूतभर मीठ किंवा थोडेसे मध घालू शकता. हे मिश्रण पोटातील आंबटपणा निष्प्रभ करण्यास मदत करते. लिंबामध्ये असलेले सायट्रिक २सिड पोटातील गॅस काढून टाकते आणि पचन सुधारते. यामुळे पोट दिवसभर हलके आणि सक्रिय वाटते.

बडीशेप आणि साखर कैंडी उपाय :

दिवाळीच्या रात्रीच्या जेवणानंतर बडीशेप आणि खडीसाखरेचे सेवन अवश्य करा. बडीशेपमध्ये



आगळवेगाळ

चहा तुमच्यासाठी सर्वोत्तम आहे. एक कप पाण्यात थोडे किसलेले आले घाला आणि ५ मिनिटे उकळवा, नंतर गाळून घ्या आणि त्यात एक चमचा मध घाला. या चहामुळे अँसिडिटी, पोटदुखी आणि मळमळ यांपासून त्वरित आराम मिळतो.

जर तुम्हाला छातीत जळजळ किंवा गॅसची समस्या असेल तर तुळशीची ४-५ पाने चावून खा तुळस पोटातील गॅस कमी करते आणि पोटात तयार होणारे आम्ल संतुलित करते.

थंड दूध किंवा ताक घ्या : ताक मध्ये असलेले प्रोबायोटिक्स पचन सुधारतात. इच्छा असेल तर ताक मध्ये थोडे भाजलेले जिरें पावडर आणि मीठ घालून घ्या, यामुळे चव आणि परिणामी वाढेल.

एकाच वेळी जास्त अन्न खाऊ नका, त्याचे लहान तुकडे करा. जेवल्यानंतर लगेच झोपू नका, किमान ३० मिनिटे चाला. पुरेसे पाणी घ्या जेणेकरून शरीरातून विषारी पदार्थ बाहेर काढले जाऊ शकतील.



अशोकायन

प्रा. अशोक सारडा
मेहकर
(९४२१२९४३२९)



भाऊबीज..!

मी निर्भया बोलतेय भगीर्नोने
भावाला मागा ओवाळणी
कोणत्याही परस्त्रीची
करणार नाही छेडखानी...

मनातील सैतानावर
ठेव नेहमी नियंत्रण
स्त्रीपुरुष समानतेने
देशाचे होईल नंदनवन..

भोगेच्छा बनविते
मानवास आधळी
त्यापायीच होते
जीवनाची राखरंगोळी !

शालिनीताई मेघे हॉस्पिटलच्या डॉक्टरांनी गुंतागुंतीच्या डोळ्याच्या जखमेवर केले यशस्वी उपचार



नागपूर, २२ ऑक्टोबर : वानाडोंगरी, नागपूर येथील १०२० बेड्सचे शालिनीताई मेघे हॉस्पिटल अँड रिसर्च सेंटर (एसएमएचआरसी), हे सर्वस्मावेशक आणि सहानुभूतीपूर्ण आरोग्यसेवा देण्यासाठी प्रसिद्ध आहे. अनुभवी तज्ञ डॉक्टरांची टीम, समन्वयित टीमवर्क आणि प्रगत शस्त्रक्रिया कौशल्य यांच्या मदतीने हे हॉस्पिटल रुग्णांना आशा आणि दृष्टि

परत देण्यात सतत उल्लेखनीय यश मिळवत आहे. अलीकडेच नेत्ररोग विभागाने केलेले यशस्वी उपचार हे हॉस्पिटलच्या कौशल्य, टीमवर्क आणि रुग्णकेंद्रित दृष्टीकोनाचे उत्कृष्ट उदाहरण आहे. प्रकरणाची गंभीरता ओळखून नेत्ररोग विभागाच्या टीमने सर्व आवश्यक शस्त्रक्रियेपूर्वीच्या तपासण्या करून रुग्णाला तात्काळ शस्त्रक्रियेसाठी तयार

केले. रुग्णाला ताबडतोब ऑपरेशन थेंटरमध्ये नेण्यात आले, जिथे डॉ. श्रुती सघवी (कार्निया, कंटरॅक्ट व रिफ्रॅक्टिव्ह सर्जन) यांनी विभागप्रमुख डॉ. प्राची नगराळे आणि युनिट इन्चार्ज डॉ. चेतन सावजी यांच्या मार्गदर्शनाखाली कार्निथल टिअर रिपेअर आणि स्मॉल इन्सिजन कंटरॅक्ट सर्जरी (लहान चीरा मोतीबिंदू) ही संयुक्त शस्त्रक्रिया यशस्वीरीत्या पूर्ण केली. अंदाजे दीड तास चाललेल्या या गुंतागुंतीच्या शस्त्रक्रियेला डोळ्याची कार्यक्षमता आणि संरचना पुनर्संचयित करण्यासाठी अत्यंत अचूकता, समन्वयित आणि कौशल्याची गरज होती. ही शस्त्रक्रिया सिस्टर वैशाली भिसे (ओटी इन्चार्ज), सुश्री दिव्या शेजुळे (ओटी मॅनेजर) आणि सिस्टर अमृता झाळे (वार्ड इन्चार्ज) यांच्या नेतृत्वाखालील कार्यक्षम परिचारिका व पॅरामेडिकल टीमच्या प्रभावी सहकार्याने पार पडली. त्यांनी

अप सुनिश्चित होतो. डॉ. अनुप मरार, संचालक, डीएमआयएचईआर(ऑफ कॅम्पस) यांनी टीमच्या यशाचे कौतुक करताना सांगितले, ही केस वेळेवर निदान, कौशल्यपूर्ण उपचार आणि सहानुभूतीपूर्व टीमवर्कच्या सामर्थ्याचे एक उत्तम उदाहरण आहे. दृष्टी परत मिळवून देणे हे वैद्यकीय क्षेत्रातील सर्वात समाधानकारक परिणामांपैकी एक आहे, आणि हे यश आमच्या मध्य भारतातील प्रत्येक रुग्णाला जागतिक दर्जाची आरोग्यसेवा देणे या आमच्या ध्येयाला आणखी मजबूत करते. ही प्रेरणादायी पुनर्प्राप्ती केवळ आशा निर्माण करत नाही, तर शालिनीताई मेघे हॉस्पिटलच्या वैद्यकीय उत्कृष्टतेच्या, समर्पणाच्या आणि मानवी स्पर्शाद्वारे प्रत्येक रुग्णांना सुलभ, जागतिक दर्जाची आरोग्यसेवा उपलब्ध करून देण्याच्या उद्देशाला अधिक मजबूत करते.

नागपूरमधील वोक्हार्ट हॉस्पिटलमध्ये कीहोल सर्जरीने मध्यप्रदेशच्या ८ वर्षाच्या मुलीला मिळाली नवीन आशा

नागपूर, २२ ऑक्टोबर : मध्य प्रदेशातील एका ८ वर्षाच्या मुलीला डाव्या पोटाच्या बाजूला (कंबरत) सतत वेदना होत होत्या. नुकतेच वोक्हार्ट हॉस्पिटल, नागपूर येथे यशस्वी लेप्रोस्कोपिक (कीहोल) किडनी शस्त्रक्रिया केल्यानंतर तिला आराम मिळाला. तपासणीत मुलीला गंभीर ग्रेड पीयूजेओ (पायलोयूरेटरिक जंक्शन ऑब्स्ट्रक्शन) असल्याचे निदान झाले होते, ज्यामध्ये लघवीचा प्रवाह रोखला जातो, किडनी सुजते, त्याची रचना पातळ होते आणि शेवटी किडनीचे कार्य थांबू शकते.

सीटी स्कॅन आणि डीटीपीए रेणोग्रामद्वारे तपासणी केल्यावर असे दिसून आले की मुलाच्या डाव्या किडनीने पूर्णपणे काम करणे थांबवले होते, त्यामुळे शस्त्रक्रियेद्वारे तो काढून टाकणे हा एकमेव सुरक्षित पर्याय होता. मुलीचे वय कमी असल्याने आणि प्रभावित किडनीचा आकार मोठा असल्याने ही केस विशेषतः आव्हानात्मक होती.

नागपूरमधील वोक्हार्ट हॉस्पिटलचे कन्सल्टंट युरोलॉजिस्ट डॉ. श्रीकांत जय यांच्या देखरेखीखाली सर्जिकल टीमने लेप्रोस्कोपिक (कीहोल) नेफ्रेक्टॉमी करण्याचा निर्णय घेतला. ही एक मिनिमली इनवेसिव्ह शस्त्रक्रिया आहे, ज्यामध्ये लहान चीरे मारून आणि विशेष उपकरणे वापरून रोगग्रस्त किडनी काढले जाते. लहान मुलांमध्ये ही प्रक्रिया तांत्रिक दृष्ट्या कठीण असली तरी, यामुळे वेदना कमी होतात, जखम कमी दिसतात आणि रुग्ण लवकर बरा होतो.

शस्त्रक्रिया सूक्ष्म छिद्रांद्वारे यशस्वीरीत्या पूर्ण झाली आणि मुलीच्या प्रकृतीत

शस्त्रक्रियेनंतर लक्षणीय सुधारणा दिसून आली. ती दुसऱ्या दिवशी चालू शकली आणि तिसऱ्या दिवशी रुग्णालयातून हसत-खेळत व वेदनारहित घरी परतली.

डॉ. श्रीकांत जय, कन्सल्टंट युरोलॉजिस्ट, वोक्हार्ट हॉस्पिटल म्हणाले, लहान मुलांमध्ये लेप्रोस्कोपिक शस्त्रक्रिया करण्यासाठी विशेष कौशल्य आणि उपकरणे आवश्यक असतात, यामुळे बरे होण्याची गती आणि आरामामध्ये लक्षणीय सुधारणा होते. नागपूरमध्ये अशा प्रगत तंत्रज्ञानाचा वापर होणे आणि त्याचा फायदा मध्यप्रदेशसारख्या दूरच्या भागातील रुग्णांनाही होणे आनंददायी आहे.

अलीकडील वर्षात लेप्रोस्कोपिक आणि रोबोटिक पद्धतींसह मिनिमली इनवेसिव्ह मूत्ररोग शस्त्रक्रियांनी गुंतागुंतीच्या किडनी आणि मूत्रमार्गांच्या आजारांवर उपचार करण्याची पद्धत बदलली आहे. पूर्वी, मुलांना मोठ्या जखमा होणाऱ्या ओपन शस्त्रक्रियांचा सामना करावा लागायचा आणि बरे होण्यास अधिक वेळ लागायचा. आता कीहोल शस्त्रक्रियेद्वारे, अगदी काम न करणाऱ्या किडनी सारख्या गुंतागुंतीच्या प्रकरणांवर देखील सुरक्षित आणि प्रभावीपणे उपचार करता येतात. नागपूरमधील वोक्हार्ट हॉस्पिटलमध्ये आधुनिक मिनिमली इनवेसिव्ह शस्त्रक्रियेची सुविधा उपलब्ध असल्यामुळे, लहान मुलांवर प्रगत किडनी शस्त्रक्रिया सुरक्षितपणे करता येते, ज्यामुळे रुग्ण लवकर बरा होतो आणि चांगले परिणाम सुनिश्चित होतात.



टाटा मेमोरियल सेंटर येथे उभारण्यासाठी ६२५ कोटी देण्याचे आयसीआयसीआय बँकेचे आश्वासन

मुंबई, २२ ऑक्टोबर : कर्करोगावरील उपचार, संशोधन आणि शिक्षणासाठी नवी मुंबईतील टीएमसीच्या प्रगत केंद्रात नवीन कॅन्सर केअर इमारतीचे बांधकाम सुरू करण्याची घोषणा आयसीआयसीआय बँक आणि टाटा मेमोरियल सेंटरने (टीएमसी) केली. बँकेच्या सीएसआर उपक्रमांतर्गत ६२५ कोटी रुपयांच्या योगदानाच्या साहाय्याने हे केंद्र भारतातील सर्वात मोठ्या रेडिएशन थेरापी केंद्रांपैकी एक असेल. तसेच अत्याधुनिक कर्करोग उपचार तंत्रज्ञानाने सुसज्ज असेल. महाराष्ट्रातील नवी मुंबई, पंजाबमधील मुल्लानपूर (नवीन चंदीगड) आणि आंध्र प्रदेशातील विशाखापट्टणम येथे प्रत्येकी एक अशा तीन अत्याधुनिक कॅन्सर केअर इमारतींच्या उभारणीसाठी बँकने टीएमसीला १,८०० कोटी देण्याचे आश्वासन दिले असून, हे केंद्र हा त्याचाच एक भाग आहे. आयसीआयसीआय फाउंडेशन ब्लॉक फॉर रेडिएशन ऑन्कोलॉजी या नावाने ओळखल्या जाणाऱ्या इमारतीचे भूमीपूजन तसेच पायाभरणीचा समारंभ आज करण्यात आला. आयसीआयसीआय बँकेचे अध्यक्ष प्रदीप कुमार सिन्हा, संदीप बत्रा, कार्यकारी संचालक, आयसीआयसीआय बँक; अजय गुप्ता, कार्यकारी संचालक, आयसीआयसीआय बँक आणि



डॉ. सुदीप गुप्ता, संचालक, टीएमसी हे यावेळी उपस्थित होते. टाटमजला तसेच दोन बेसमेंट असलेली ही ११ मजली इमारत ३.४ लाख चौ. फुटांवर बांधली जाईल. यामध्ये १२ अत्याधुनिक लिनियर एक्स्रॅरेटर्स (LINACs) आणि कर्करोगाशी संबंधित इतर प्रगत उपकरणे असतील. LINACs कर्करोगाच्या पेशींना अचूक रेडिएशन देतात ज्यामुळे आसपासच्या निरोगी ऊतींचे नुकसान कमी होते. आयसीआयसीआय फाउंडेशन ब्लॉक फॉर रेडिएशन ऑन्कोलॉजी द्वर्षी ७,२०० रुग्णांना रेडिएशन थेरापीची सोय उपलब्ध करून देईल. या अंतर्गत रुग्णांची दोन लाखांहून अधिक रेडिएशन सत्रांची सोय केली जाईल. या व्यतिरिक्त, वर्षभरात २५,०००

नवीन रुग्णांना ओपीडी सल्ला तसेच निदान करण्यास मदत करेल. हे केंद्र २०२७ पर्यंत पूर्ण होणे अपेक्षित आहे. आयसीआयसीआय बँकेची सीएसआर शाखा, आयसीआयसीआय फाउंडेशन फॉर इन्क्लुजिव्ह ग्रोथ, या केंद्राचे बांधकाम आणि एकूणच कामकाजावर देखरेख ठेवेल. या प्रसंगी आयसीआयसीआय बँकेचे अध्यक्ष प्रदीप कुमार सिन्हा म्हणाले, आयसीआयसीआय फाउंडेशन फॉर इन्क्लुजिव्ह ग्रोथ या आपल्या सीएसआर शाखेद्वारे आयसीआयसीआय बँक आरोग्यसेवा, पर्यावरण संवर्धन, शाश्वत उपजीविका आणि सामुदायिक विकास प्रकल्प या चार संकल्पनांवर काम करते आहे. देशातील महत्त्वाच्या आरोग्यसेवा पायाभूत सुविधांना बळकटी देण्याच्या आमच्या ध्येयाशी सुसंगत असलेल्या कर्करोग काळजी मोहिमेत टीएमसीसोबत भागीदारी करताना आम्ही आनंदी आहोत. हे केंद्र पूर्ण झाल्यानंतर आणि संपूर्ण क्षमतेने कार्यान्वित झाल्यानंतर आयसीआयसीआय फाउंडेशन ब्लॉक फॉर रेडिएशन ऑन्कोलॉजी रेडिएशन थेरापीसाठी भारतातील सर्वात मोठ्या केंद्रांपैकी एक असेल. यामुळे समाजात मोठ्या संख्येने गरज असलेल्या समुदायाना प्रगत रेडिएशन थेरापीची उपलब्धता लक्षणीयरीत्या वाढेल.

जेव्हा धैर्य बनते क्रांती झी५ ने सादर केला बाई तुड्यापायीचा ट्रेलर, प्रीमियर ३१ ऑक्टोबर रोजी



मुंबई, २२ ऑक्टोबर : एका गावात जिथे अंधश्रद्धा नशिव ठरवते आणि स्त्रियांना गप्प राहण्याची अपेक्षा असते, तिथे एक मुलगी विचारते का? झी५ ची आगामी मराठी ओरिजिनल मालिका बाई तुड्यापायी या प्रश्नातून निर्माण झालेली बंडखोरी आणि शिक्षणाच्या माध्यमातून घडणारा बदल दाखवते. ही मालिका ३१ ऑक्टोबर २०२५ रोजी झी५ वर प्रीमियर होणार आहे.

निपुण धर्माधिकारी दिग्दर्शित आणि Sixteen by Sixty-Four Productions निर्मित या मालिकेचे लेखन निखिल खैरे आणि मुक्त बाम यांनी केले असून, सजीरी जोशी, शिती जोग, सिद्धेश धुरी आणि शिवराज वैचळ प्रमुख भूमिकांमध्ये दिसणार आहेत.

१९९० सालातील काल्पनिक वेसाइचा वडगाव या गावात घडणारी ही कथा आहे अहिल्या (सजीरी जोशी) ची एक जिद्दी आणि स्वनातळ मुलगी ती शिकायचे स्वप्न पाहते, पण जिथे मुलींना शिक्षण घेण्यास मनाई आहे. तिचे मूक बंड आंध्रश्रद्धा आणि पितृसत्ताक विचारसरणीविरुद्ध एक आशेचा किरण ठरते, जो संपूर्ण गावाला जागवतो.

ट्रेलरमध्ये या भावनिक आणि वास्तववादी जगाची झलक दिसते. प्रभावी अभिनय, तपशीलवार मांडणी आणि हृदयाला भिडणारी कथा यांच्या संगमामून एक अशा मुलीचा प्रवास दाखवला आहे, जी आपल्या स्वनांसाठी न झुकता लढते. बाई तुड्यापायी ही केवळ एका मुलीच्या शिक्षणासाठीच्या संघर्षाची कहाणी नाही. ती अडथळे मोडून स्वतःचा आवाज शोधण्याची आणि स्वातंत्र्याचा नवा अर्थ परिभाषित करण्याची कहाणी आहे.

दिग्दर्शक निपुण धर्माधिकारी म्हणाले, बाई तुड्यापायी ही एक महत्त्वाची कथा आहे कारण ती अजूनही लागू पडणारे प्रश्न विचारते. अहिल्याच्या धैर्याच्या माध्यमातून आपण पाहतो की श्रद्धा आणि वास्तव यांच्यातील संघर्ष समाजाला कसा बदलतो. हा ट्रेलर आपण तयार केलेल्या जगाची केवळ झलक आहे. परंपरेत रुजलेले पण बदलती आस असलेले. ही प्रभावी कथा सादर करण्यासाठी झी५ हे उत्तम व्यासपीठ आहे.

शिती जोग, जी मालिकेत अहिल्याची आई लक्ष्मीची भूमिका साकारते, म्हणाली, लक्ष्मी ही श्रद्धा आणि प्रेम यांच्या द्विधा मनःस्थितीत अडकलेली आई आहे. एक आई ही जेशी, जी अहिल्याची भूमिका साकारते, म्हणाली, अहिल्याची कथा ही केवळ बंडखोरीची नाही, तर आशेची आहे. ती प्रत्येक त्या मुलीचं प्रतीक आहे जिला कधी ना कधी तू नाही करू शकत असं सांगितलं गेलं. तिचा प्रवास साकारताना मला जाणवलं की शिक्षण खरंच नशिबं बदलू शकतं. मला अभिमान आहे की मी अशा मालिकेचा भाग आहे, जी मालालाही आणि विवेकालाही स्पर्श करते आणि ती झी५ वर राष्ट्रीय प्रेक्षकांसमोर येते याचा विशेष आनंद आहे.

भावनांनी भारलेली दृश्यं, वास्तववादी पात्रं आणि प्रेरणादायी संदेश असलेली बाई तुड्यापायी ही मालिका आठवण करून देते की बदलती सुरुवात नेहमी त्या एका आवाजाने होते जो गप्प राहण्यास नकार देतो.

माझा पहिला लश्माचा ट्रॅक शूट करणे हे खरंच स्वप्न साकार झाल्यासारखे होते : मोहक मटकर



मुंबई, २२ ऑक्टोबर : झी टीव्हीवरील लोकप्रिय मालिका सरु आपल्या भावनिक कथांक आणि वास्तविक वाटणाऱ्या पात्रांमुळे प्रेक्षकांची मने जिंकत आहे. अलीकडील लश्माचा ट्रॅक या मालिकेत भव्यता, सुंदर साज आणि भावस्पर्शी अभिनयामुळे प्रेक्षकांना मंत्रमुग्ध करून गेला. सर्वजण उत्सुकतेने वेद आणि सरुच्या लश्माची प्रतीक्षा करत आहेत. मुख्य भूमिका साकारणारी अभिनेत्री मोहक मटकर हिने तिच्या पहिल्याच ऑन-स्क्रीन लश्माच्या शूटिंगाचा अनुभव आणि उत्साह शेअर केला. झी टीव्हीवरील लोकप्रिय मालिका सरु आपल्या भावनिक कथांकनामुळे आणि प्रेक्षकांना जवळची वाटणारी पात्रे यामुळे सर्वांच्या मनात घर करून बसली आहे. मालिकेतील अलीकडच्या लश्माच्या ट्रॅकने आपल्या भव्य साज, सुंदर दृश्यरचना आणि हृदयाला भिडणाऱ्या अभिनयाने प्रेक्षकांना मोहून टाकले आहे. सर्वजण उत्सुकतेने वेद आणि सरुच्या लश्माची प्रतीक्षा करत आहेत. मुख्य भूमिका साकारणारी अभिनेत्री मोहक मटकर हिने आपल्या पहिल्याच ऑन-स्क्रीन लश्माच्या शूटिंगाबद्दलचा आनंद आणि त्यामागचे काही खास अनुभव शेअर केले.

राशीभविष्य

मेघ : पदोन्नती मिळण्याची शक्यता आहे आणि तुमचा बॉस तुमच्या कामावर खूश असेल. व्यवसायात आर्थिक फायदा होईल, जॅकपॉट लागेल.वाहन खरेदीसाठी आजचा दिवस चांगला आहे.

वृषभ : तुमची अडकलेली, महत्त्वाची कामे वेळेवर पूर्ण होतील. कला आणि अभिनय क्षेत्रात काम करणाऱ्यांना आज उत्तम संधी मिळतील. राजकारणात तुम्हाला महत्त्वाची जबाबदारी मिळेल.

मिशुन : तुम्ही एखाद्या जुन्या मित्राशी संपर्क साधू शकता, ज्यामुळे तुम्हाला आनंद मिळेल. मुले अभ्यासापेक्षा खेळावर अधिक लक्ष केंद्रित करतील. घरात सकारात्मक ऊर्जा निर्माण होईल.

कर्क : आजचा दिवस तुमच्यासाठी उत्साहाने भरलेला असणार आहे. कुटुंबातील वडीलधाज्यांचे आशीर्वादध्या, त्यांना आदर आणि सन्मान द्या ूआज मालमत्तेच्या खटल्याबाबतची काही सकारात्मक बदल होतील.

सिंह : सध्याच्या कामाच्या पद्धतीत कोणताही बदल करण्याचा प्रयत्न करू नका. जर तुम्ही नवीन व्यवसाय सुरू करण्याचा विचार करत असाल तर त्याबद्दल अधिक माहिती गोळा करणे महत्त्वाचे आहे.

कन्या : शिक्षकांचा दिवस चांगला जाईल. व्यवसायात नेहमीपेक्षा जास्त प्रभा होईल, ज्यामुळे तुम्ही आनंदी राहाल. महिलांसाठी हा दिवस चांगला असेल. विद्यार्थ्यांना काहीतरी नवीन शिकायला मिळेल.

सलग रात्री शूटिंग करावे लागले, त्यामुळे शेड्यूल खूप व्यस्त होते. पण जेव्हा मी मॉनिटरवर अंतिम शॉट्स पाहिले, तेव्हा सगळा थकवा नाहीसा झाला. संपूर्ण टीमने खूप मेहनत घेतली, जेणेकरून हे लश्माचे सीन पडद्यावर सुंदर आणि खरे वाटावेत.

प्रत्येक विधीसाठी मोहकचा सुंदर लूक, तिच्या अभिनयातील भावनिक खोली आणि संपूर्ण टीमची मेहनत यामुळे सरु मालिकेतील लश्माचा ट्रॅक हा मालिकेतील सर्वात संस्मरणीय क्षणांपैकी एक ठरणार आहे. पण वेद आणि सरुच्या आयुष्यात अजूनही अनेक अडचणी आणि अडथळे आहेत, ज्यातून त्यांना पार पडायचे आहे.

धनु : या राशीच्या लेखकांना सन्मानित केले जाईल आणि त्यांच्या कामाचे कौतुक केले जाईल. सोशल मीडियावर सक्रिय राहणे फायदेशीर ठरेल. अविवाहितांना लश्माचे चांगले प्रस्ताव मिळतील.

वृश्चिक : तुमच्या भावाकडून मिळालेली भेट तुम्हाला आनंद देईल. सरकारी नोकरीत असलेल्यांना चांगली बातमी मिळेल. रिअल इस्टेटशी संबंधित समस्या सोडवल्या जातील.

धनु : आजचा दिवस उत्तम जाईल. विद्यार्थी त्यांच्या अभ्यासावर लक्ष केंद्रित करतील. आज एखाद्या खास कारणासाठी प्रवासाचे नियोजन केले जाऊ शकते. जवळचे नातेवाईक भेट देतील.

मकर : मित्रांसोबत वेळ घालवण्याची संधी मिळेल. वैवाहिक संबंध अधिक मधुर होतील. आज तुम्ही तुमची नियोजित कामे लवकर पूर्ण कराल. लोखंड व्यापाज्यांना अपेक्षेपेक्षा जास्त नफा मिळेल.

कुंभ : तुम्हाला काळजीपूर्वक निर्णय घ्यावे लागतील. कोणाशीही बोलताना तुमच्या शब्दांवर नियंत्रण ठेवणे महत्त्वाचे आहे. आज तुम्हाला तुमच्या भावाकडून काही कामात सहकार्य मिळेल.

मीन : तुम्हाला न्यायालयीन प्रकरणांमधून लक्षणीय आराम मिळेल, ज्यामुळे तुमच्या कुटुंबात आनंद येईल. कामाच्या ठिकाणी नवीन प्रकल्प पूर्ण करण्यात कनिष्ठ तुमचे सहकार्य करतील.

'उज्जीवन रमॉल फायनान्स' ने जाहीर केला आर्थिक अहवाल

बंगळुरू, २२ ऑक्टोबर : उज्जीवन रमॉल फायनान्स बँक लि. ने सप्टेंबर ला समाप्त झालेल्या तिमाहीसाठीचा आपला आर्थिक अहवाल जाहीर केला. ठेवी, कोटींवर पोहोचल्या असून सीएसए ठेवी , कोटी इतक्या आहे. एमडी व सीईओ संजीव नौटियाल यांनी तिमाही निकालावर भाष्य करताना म्हटले, या तिमाहीत आम्ही संतुलित वाढ साध्य केली. उज्जीवन रमॉल फायनान्स बँकेचे एमडी व सीओ संजीव नौटियाल यांनी तिमाही निकालावर भाष्य करताना म्हटले: या तिमाहीत आम्ही संतुलित वाढ साध्य केली आहे. अतिरिक्त तरलता शोषून घेऊन आमचा सीडी रेशो ८८.२% वर पोहोचला. एकूण ठेवी रुपये ३९,२११ कोटींवर गेल्या असून, त्यात तिमाही आधारावर १.५% वाढ आणि वार्षिक आधारावर १५.१% वाढ झाली. सीएसए ठेवी रुपये १०,७८३ कोटींवर, तिमाही आधारावर १४.९% वाढ आणि वार्षिक आधारावर २२.१% वाढ झाली. रिटेल टीडी व सीएसए ठेवी मिळून एकूण ठेवींच्या सुमारे ७१% आहेत. सीएसए वाढवण्याचे आमचे प्रयत्न आता ठोस आकार घेत आहेत. तिसऱ्या तिमाहीत म्युच्युअल फंड वितरण व फॉरेक्स उत्पादने ग्राहकांसाठी आणली जाणार आहेत, तसेच आगामी काळात एसबीए सुरू केल्याने सीएसए मोबिलायझेशनला आणखी चालना मिळेल. आम्ही विविध बँकेट्समध्ये टीडी (टर्म डिपॉझिट) आणि एसए (सेव्हिंग अकाऊंट) चे दर पुन्हा

ठरवले असून त्यामुळे निधी खर्चात (कॉस्ट ऑफ फंड) तिमाही आधारावर २३ बेसिस पॉइंट्स आणि वार्षिक आधारावर १७ बेसिस पॉइंट्स घट झाली. येत्या तिमाहीमध्ये आणखी सीओए फायदे मिळतील अशी अपेक्षा आहे. सीईओ संजीव नौटियाल यांनी पुढे सांगितले, मार्गदर्शनानुसार आमचे मायक्रोफायनान्स पोर्टफोलिओ हळूहळू स्थिर होत आहे. परतफेडीचे वर्तन सुधारत असून, त्याचे प्रतिबिंब बँकेट-एक्स कलेक्शन एफिशियन्सीमध्ये दिसते, जी दुसऱ्या तिमाहीत सलग तीन महिने ९९.४५% ते ९९.५०% इतकी कायम राहिली. आमच्या एकूण मालमता गुणवत्तेही स्थिरता आहे आणि क्रेडिट कॉस्ट २.८% इतक्याच पातळीवर स्थिर राहिल्या. उर्वरित तिमाहीमध्ये सातत्याने सुधारणा होतील, याबाबत आम्ही ठाम आहोत. दुसऱ्या तिमाहीतील शुद्ध नफा (पीएटी) रुपये १२२ कोटी, जो तिमाही आधारावर १८.२% मध्ये वाढ आहे. आरओए आणि आरओई अनुक्रमे १.०% आणि ७.७% वर पोहोचले आहेत. शाखा विस्ताराची धोरणात्मक पावले आणि उत्पादनांमध्ये विविधता आणण्याचे आमचे प्रयत्न भविष्यातील वाढीकरीत योजनेला आहे आणि क्रेडिट देतील. आम्हाला विश्वास आहे की फायनाशिय इअर २६ मध्ये कर्जवाढसु सुमारे २०% ने वाढवता येईल, तसेच क्रेडिट कॉस्ट ग्रांस लोन बुकच्या २.३% ते २.४% या मर्यादित नियंत्रणात ठेवता येतील.

लहानपणीच्या आठवणींपासून ते मनापासून केलेल्या विधीपर्यंत सोनी सबचे कलाकार सांगत आहेत यावर्षी ते भाऊबीज कशी साजरी करणार आहेत

मुंबई, २२ ऑक्टोबर : या भाऊबीजेला सोनी सबवरील कलाकार समृद्ध बावा, सुबुल तौकीर खान, ऋषी सक्सेना आणि श्रेनु परीख साजरे करत आहेत भावा-बहिणीतले प्रेम, काळजी आणि सख्याचे कालातीत नाते. हा सण केवळ हे खास नाते मजबूत करत नाही, तर लहानपणीच्या सहवासाच्या सुखद आठवणी, थट्टा-मस्करी, एकमेकांची बाजू घेतल्याचे मोठेभस क्षण आणि भावा-बहिणीच्या नात्यातील छोट्या छोट्या सुंदर गोष्टींचा गोडवा साजरा करतो. पुष्पा इम्पॉसिबल मालिकेत अखिनची भूमिका करणारा समृद्ध बावा म्हणतो, आमच्यासाठी भाऊबीजेचे विशेष महत्त्व आहे. माझी बहीण साची माझ्याहून चार वर्ष मोठी आहे आणि ती दिव्लीत राहते. त्यामुळे कामाच्या व्यापामुळे आमची बरचेवर भेट होत नाही. सामान्यतः ती सणसुदीला घरी येते किंवा मी दिव्लीला तिच्याकडे जातो. या वर्षी शूटिंगमुळे मी जाऊ शकणार नाही. त्यामुळे मी तिला एक स्प्रॉजिंग गिफ्ट द्यायचे ठरवले आहे.

इती सी खुशी मालिकेत अन्विताची भूमिका करणारी सुबुल तौकीर खान म्हणते, माझ्यासाठी, पहिल्यापासून भाऊबीज म्हणजे प्रेम आणि संरक्षणाच्या भावनेचा आनंदोत्सव. माझ्यासाठी, हा सण मी माझ्या बहिणीसोबत साजरा करते. पारंपरिक रित्या हा भाऊ-बहिणीचा सण असला तरी मी आणि माझी बहीण आपापल्या परीने हा सण साजरा करतो. लहानपणापासून आमची ही परंपरा सुरू आहे. ती माझ्याकडे मी भी भाई से कम नहीं असे सांगून भेटवस्तूची लाडिक मागणी करायची. आम्ही अजूनही ती मजेदार परंपरा चालू ठेवली आहे. आम्ही मिठाईची देवाणघेवाण करतो, एकमेकींची थट्टा-मस्करी करतो आणि आमच्या जुन्या खोड्या आठवून खूप हसतो.

इती सी खुशी मालिकेत संजयची भूमिका करणारा ऋषी सक्सेना म्हणतो, माझा जवळजवळ समस्त परिवार जयपूला राहतो. मला स्पष्ट आठवते आहे की, आम्ही सर्व जण काटेकोरपणे नवरात्रीचे व्रत करायचो आणि मग भाऊबीजेची वाट बघायचो. तेव्हा सगळे एकत्र व्हायचो, धमाल करायचो आणि आनंदाने सण साजरा करायचो. खरं तर, आमच्यासाठी पहिल्यापासून भाऊबीज हा खूप मौज-मस्ती करण्याचा दिवस आहे. घरची सर्व मंडळी उपस्थित असायची आणि हा दिवस, हास्य-विनोद, खेळ, पत्ते खेळून साजरा व्हायचा. आम्ही जेव्हा लहान होतो, तेव्हा आम्ही सर्व चुलत भावंडे क्रिकेट खेळायचो. कधी कधी तर बागेत संपूर्ण टेनिस बॉल मॅच चालायची. किंवा आम्ही कुठे एकत्र झालो आहोत, यावर अवलंबून गच्चीत एक टप्पा-एक हाताने केली कॅच आउट माणसारा क्रिकेटचा खेळ चालायचा. गाथा शिव परिवार की गणेश कार्तिकेय मालिकेत पार्वतीची भूमिका करणारी श्रेनु परीख म्हणते, माझ्यासाठी पहिल्यापासून भाऊबीज हा एक खास सण आहे. कारण तो माझा भाऊ शुभमसाठी आणि आमच्या नात्यासाठी समर्पित असलेला दिवस आहे. तो माझ्यापेक्षा लहान आहे. पण खरं सांगायचं तर बऱ्याचदा तो माझ्यापेक्षा अधिक परिपक्व असल्यासारखा वागतो. (हसते) लहानपणी या सणाच्या निमित्ताने आम्ही खूप मौज करायचो, एकमेकांची थट्टा-मस्करी करायचो, आणि फराळावर ताव मारायचो. मी त्याच्यावर दादागिरी करायचे! आणि तो देखील त्याचे उत्तर देण्याची संधी शोधायचा. आजही, आम्ही कितीही कामात गुंतलेलो असलो, तरी हा सण एकत्र साजरा करतो, प्रत्यक्ष भेटून किंवा व्हट्सॲपत भेटीतून. माझ्यासाठी, भाऊबीज हा केवळ एक विधी नाही, तर लहानपणीचे क्षण पुन्हा जगण्याची आणि काहीही झाले, तरी आपण नेहमी एकमेकांच्या पाठीशी असणार आहोत हे आश्वासन एकमेकांना देण्याचे हे पर्व आहे.

शब्दकोडे क्रमांक २२४५

१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०
					११		१२		१३
	१४		१५			१६			
१७			१८		१९	२०		२१	
२२		२३		२४	२५		२६		२७
	२८		२९		३०	३१		३२	
३३				३४	३५		३६		
	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 :-	२१) झकास	३६) चंद्राची कड	५५) बाजू, काठ
१) समुदाय	२२) किंमत	३७) झुल्लक लोभात	५६) दवानल
३) श्रीकृष्णचे एक नाव	२३) स्वतःला	३८) पडणे (वा.प्र.)	५८) जनावराचे पिलू
५) रानपेडा	२४) गडचे छत	४०) तफावत	६०) वाळवंटातील जहाज
७) आजपर्यंत	२६) पावसाची माळ	४२) निमग्न	६१) कोलकाताचे विमानतळ
११) मुलीचा नवरा	२८) प्रत्येक दिवशी	४४) दात	६४) यम



औषधांमुळे हृदयविकाराचा झटका?

वजन कमी करण्याच्या औषधांमुळे हृदयविकाराचा झटका ?

तुमच्यासाठी सगळ्यात मोठी समस्या कोणती आहे, असे आजच्या काळात कोणाला विचारले तर बहुतेकांचे उत्तर लघुपणा हेच असते. सध्या लहानांपासून मोठ्यांपर्यंत अनेकजण यामुळे त्रस्त आहेत. बदलती जीवनशैली, व्यायामाचा अभाव आणि चुकीचा आहार यामुळे ही समस्या झपाट्याने वाढते आहे. यावर नियंत्रण मिळवण्यासाठी बरेचजण औषधांचा आधार घेतात; पण अनकांना वजन कमी करणाऱ्या औषधांमुळे हृदयविकाराचा झटका येण्याची भीतीही असते.

अभ्यास काय सांगतो ?

काही दिवसांपूर्वी अमेरिकेत यासंबंधीच्या ओस्मिपिक नामक औषधावर संशोधन करण्यात आले. संशोधनात ही औषधे फक्त वजनच कमी करत नाहीत तर हृदयाच्या आजारांमध्येही मदत करत असल्याचे आढळले. झमास जूरल ब्रिघमफ्युपच्या डॉक्टरांनी केलेल्या या अभ्यासाने जगभरात लक्ष वेधले. औषध घेतल्यानंतर रुग्णांची रुग्णालयात जाण्याची वारंवारिता खूप कमी आल्याचेही आढळले. या अभ्यासात जास्त लक्ष

डॉ. दिलीप शिरसाट

दिली गेलेली सेमालूटाइड आणि टिझेंपेटाइड ही दोन औषधे होती. या अभ्यासात ९० हजार रुग्णांचा समावेश होता. त्यांना हार्ट फेल्युअर, लघुपणा आणि टाईप-२ डायबेटीस अशा समस्या होत्या.

औषधांमुळे खरेच हार्ट अटॅक येतो का ?

या संशोधनातून वजन कमी करणाऱ्या औषधांमुळे हार्ट अटॅकचा धोका वाढतो, ही धारणा चुकीची ठरली आहे. संशोधनात दिसले, की सेमालूटाइड घेणाऱ्यांमध्ये मृत्यू किंवा हॉस्पिटलमध्ये दाखल होण्याचे प्रमाण ४२ टक्क्यांनी कमी झाले तर टिझेंपेटाइड वापरणाऱ्यांमध्ये हा परिणाम आणखी जास्त म्हणजे ५८ टक्क्यांपर्यंत पोहोचला.

काय लक्षात ठेवावे ?

वजन कमी करण्यासाठी औषधे घ्यायची असतील तर फक्त खऱ्या आणि ब्रँडेड औषधांचा वापर करा.

स्पाँडिलायटिस आहे?

सर्वसाधारणपणे मानेच्या किंवा कंबरच्या स्पाँडिलायटिसची लक्षणे अधिक प्रमाणात आढळून येतात. आपण आजूबाजूला वावरताना मानेला किंवा कंबरला पट्टा बांधलेले अनेकजण आढळतात. ते शक्यतो स्पाँडिलायटिसचेच रूप असतात. हा विकार कोणालाही होऊ शकतो. सध्याच्या धावपळीच्या युगात प्रत्येकालाच तारेवरची कसरत करावी लागत आहे. कमी वेळेत जास्त काम पार पाडावी लागत असल्याने दमछाक होणं स्वाभाविक आहे. यातूनच विविध आजार उद्भवतात. त्यात इतर काही आजारांप्रमाणेच अलीकडे स्पाँडिलायटिसचा विकारही मोठ्या प्रमाणावर दिसून आला आहे. सर्वसाधारणपणे मानेच्या किंवा कंबरच्या स्पाँडिलायटिसची लक्षणे आढळून येतात. आपण आजूबाजूला वावरताना मानेला किंवा कंबरला पट्टा बांधलेले अनेकजण आढळतात. ते शक्यतो स्पाँडिलायटिसचेच रूप असतात. हा विकार स्त्री किंवा पुरुष कोणालाही होऊ शकतो. पूर्वी या विकाराने त्रस्त असणाऱ्यांची संख्या बरीच कमी होती. शिवाय हा विकार उतारवयातच होत असे. मात्र अलीकडे तरुण वयातही या आजाराची लक्षणे दिसून येत आहे. तारुण्यातच असा आजार जडल्यास संबंधित व्यक्तीची मानसिक अवस्था भलतीच बिकट होते. अर्थात अलिकडे या आजारावर प्रभावी उपचार करणं शक्य झालं आहे. मात्र आधी स्पाँडिलायटिस म्हणजे काय हे जाणून

घेणं गरजेचं ठरेल.

आपल्या शरीरातील प्रत्येक मजक्यामधून नसेंद्वारे रक्तपुरवठा केला जातो. काही कारणाने या नस दुबल्या गेल्यास स्पाँडिलायटिसचा विकार उद्भवतो. मान दुखणं, वळवताना किंवा हलवताना त्रास होणं, हात दुखणं, हाताला मुंया येणं अशा प्रकारची लक्षणे जाणवू लागतात. यालाच सर्वाधिक स्पाँडिलायटिस म्हणतात. दुसऱ्या प्रकारात कंबर दुखणं, दोन्ही किंवा एक पाय वरून खालपर्यंत दुखणं, पायांना मुंया येणं, जड वाटणं, बधिर झाल्यासारखं वाटणं, थोडीशी हालचालही त्रासदायक वाटणं अशा स्वरूपाची लक्षणे जाणवू लागतात. यालाच लम्बर स्पाँडिलायटिस असं म्हणतात.

पुराणामध्ये ऑँकिओझिंग स्पाँडिलायटिसचं प्रमाण अधिक आढळून येतं. यामुळे माकडहाड तसंच मणके अधिक प्रमाणात प्रभावित होतात. यामध्ये स्नायू आखडण्यापासून सुरुवात होते. त्यानंतर हळूहळू मान आणि कंबरची हालचाल बंद होते. शिवाय कंबरला बाक येण्याचीही शक्यता असते. संबंधित रुग्णाला चोवीस तास वेदना होत असतात. त्यामुळे मान हलवणंही अशक्य होऊन जातं. सदर लक्षणांवरून या आजाराचं गंभीर स्वरूप तसंच रुग्णांना सहन कराव्या लागणाऱ्या वेदनांची कल्पना येते. रुग्णामध्ये आढळणाऱ्या लक्षणावरून

आरोग्यवेध

त्याला कोणत्या स्वरूपाचा स्पाँडिलायटिस झाला आहे हे निश्चित केलं जातं.

सतत एका दिशेला नजर स्थिर करून पहात राहणं, मान अचानक वळवणं यासारख्या कारणांमुळे मानदुखी निर्माण होते. सुरुवातीच्या काळात या व्याधीकडे दुर्लक्ष केल्यास गुंतागुंत वाढण्याची शक्यता असते. शिवाय सतत वाकून काम कराव्या लागणाऱ्या व्यक्तींमध्ये कंबरदुखीची लक्षणे जाणवतात. शिवाय कंबर आखडणं किंवा त्या भागाला रक्तपुरवठा सुरूळीत न होणं अशी लक्षणेही दिसून येतात. यातील कोणत्याही लक्षणांवर तातडीने उपाय करणं गरजेचं ठरतं. विशेषतः वाहनचालकांना कंबरदुखीचा त्रास अधिक प्रमाणात होत असल्याचं दिसून आलं आहे. सतत एकाच अवस्थेत बसून वाहन चालवल्यामुळे कंबरचे स्नायू आखडतात. त्यातून कंबरदुखी निर्माण होते. कारण कोणतीही असली तरी मानदुखी किंवा कंबरदुखीवर वेळीच इलाज करणं महत्वाचं ठरतं.

स्पाँडिलायटिसच्या विकारामध्ये एक्स-रे तसंच एमआरआय चाचण्या उपयुक्त ठरतात. शिवाय या विकारावर प्रभावी ठरतील अशी औषधे होमिओपॅथीमध्ये उपलब्ध आहेत. विशेष म्हणजे होमिओपॅथीच्या उपचारांमुळे स्पाँडिलायटिससारखा विकार पूर्णपणे बरा होतोच शिवाय तो पुन्हा उद्भवण्याची शक्यताही नसते. शरीराच्या एखाद्या भागातील दबली गेलेली नस पूर्ववत करण्यासाठी ही औषधं उपयोगी ठरतात. त्यामुळे मानेचा किंवा कंबरचा पट्टा सुटण्यास आपोआपच मदत होते. अर्थात या विकारावरील होमिओपॅथीची औषधे एक महिन्यापासून सहा महिन्यांपर्यंतच्या कालावधीसाठी घ्यावी लागतात. कोणताही विकार समूळ नष्ट करण्यासाठी काही कालावधी जाऊ द्यावा लागतो. तोपर्यंत सातत्याने आणि वेळेवर उपचार घेणं गरजेचं ठरतं. ही औषधं प्रभावी ठरण्याचं आणखी एक कारण म्हणजे मानसिक ताणतणावांवर होमिओपॅथीचा इलाज प्रभावी ठरतो. त्यामुळे स्पाँडिलायटिसचा विकार कमी होण्याबरोबरच मानसिक ताणतणावांपासूनही सुटका होते. शिवाय या उपचारांमुळे शांत झोप लागणं शक्य होत असल्यामुळे रुग्णांच्या शारीरिक क्षमतेत वाढ होते. थोडक्यात, स्पाँडिलायटिसबरोबरच शरीरातील इतर व्याधींवरही होमिओपॅथीचा उपचार प्रभावी ठरत आहे. यादृष्टीने रुग्णांनी विचार करून या उपचारपद्धतीचा आधार घ्यायला हवा. त्याद्वारे रुग्णांचं जीवन सुखकर होण्यास मदत होते.

मानसिक आरोग्याचे शरीरावर दुष्परिणाम

मानसिक आरोग्यावर वेळेत लक्ष देणे आणि किरकोळ समस्या गंभीर होण्यापासून रोखण्यासाठी गरज पडल्यास तज्ज्ञांची मदत घेणे अत्यंत महत्वाचे आहे.

नैराश्य, चिंताविकार, ताण, मूड स्विंग आणि कमी आत्मसन्मान ही म नोविकाराची प्राथमिक लक्षणे आहेत. काही तरुणांना झोपेची समस्या आणि भूकेचे असंतुलनदेखील जाणवते. सततचा मानसिक ताण आणि चिंता व्यक्तीची लक्ष केंद्रित करण्याची क्षमता कमी करू शकते.

त्यामुळे अभ्यास, काम आणि वैयक्तिक जीवनावर परिणाम होतो. सामाजिक स्थिती, एकाकीपणा आणि नातेसंबंधांवर नकारात्मक परिणाम होऊ शकतो. ही

अवस्था बराच काळ कायम राहिली तर मनात आत्महत्येचे विचार येण्याचा किंवा नकारात्मक वर्तनाचा धोका वाढू शकतो. मानसिक आरोग्य बिघडल्याने इतर आजारांचा धोकाही वाढतो. खराब मानसिक आरोग्य केवळ मनापुरते मर्यादित नाही तर त्याचा शरीरावरही खोलवर परिणाम होतो. दीर्घकाळ ताण, नैराश्य, चिंता रक्तदाब आणि हृदय गतीतील असंतुलन निर्माण होणे या स्वरूपात परिणाम दिसू शकतो. यामुळे हृदयरोगांचा धोकाही वाढतो. झोपेचा अभाव आणि सतत मानसिक ताण असल्यास रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत होते. स्वाभाविकच शरीर आजारांना बळी पडण्याची शक्यता वाढते. याव्यतिरिक्त सततचा ताणतणाव संप्रेरक कॉर्टिसोल

उच्च रक्तदाबाचा मोठा धोका

माणसाला त्रास देणाऱ्या सर्वात सामान्य आजारांपैकी एक म्हणजे उच्च रक्तदाब होय. त्याला 'सायलेंट किलर' असेही म्हणतात. सुरुवातीला त्यात फारशी लक्षणे दिसत नाहीत; परंतु कालांतराने ती अधिक धोकादायक बनतात. काळजीची बाब म्हणजे उच्च रक्तदाबामुळे डोळ्यांचे आरोग्य बाधित होऊ शकते. म्हणूनच याविषयी विस्ताराने जाणून घेणे गरजेचे ठरते.

केवळ उच्च रक्तदाबच नव्हे तर अनेक रोगांची लक्षणे डोळ्यांद्वारे दिसतात. रेटिनामध्ये होणारे बदल उच्च रक्तदाबाची व्याप्ती दाखवतात आणि इतर अवयवांच्या झालेल्या नुकसानाचे मूल्यांकन करण्यासाठीदेखील याचा उपयोग होऊ शकतो. रेटिनातील लहान रक्तवाहिन्यांवर रक्तदाबातील किरकोळ बदलाचा सहजपणे परिणाम होतो कारण त्या खूप संवेदनशील असतात. रक्तदाब वाढताच लहान रक्तवाहिन्या कडक आणि अरुंद दिसतात. हा परिणाम स्पष्टपणे दिसून येतो.

डोळ्यांना किती नुकसान होते ?

उच्च रक्तदाब बराच काळ टिकून राहिला तर त्याचे परिणाम डोळ्यांवर स्पष्टपणे दिसून येतात. रेटिनाला नुकसान होऊ लागते. त्याला वैद्यकीय भाषेत 'हायपरटेन्सिव्ह रेटिनोपॅथी' म्हणतात. या काळात रेटिनाच्या धमन्या पूर्वीपेक्षा कडक आणि जाड होतात. हा परिणाम बराच काळ टिकला तर धमन्यांमोवती वायसिंग तयार होऊ लागते. नंतर या कडक झालेल्या धमन्या नसांमध्ये रक्तप्रवाहात अडथळा निर्माण करू शकतात. त्याला 'आर्टिओस्क्लेरोसिस' म्हणतात.

आरोग्यवेध

डॉ. हेमंत राठी

आरोग्यदायी मसाले

प्रत्येक भारतीय मसाल्याची एक खासियत असते. जेवण स्वादिष्ट बनवण्यापर्यंत त्यांचा उपयोग मर्यादित नसतो. आहारात योग्य प्रमाणात समावेश केल्यास हे मसाले आरोग्यासाठी लाभदायक ठरतात. आपल्याला माहीत नसलेल्या अनेक मसाल्यांचे हे आगळे गुणधर्म.

दालचिनीचा वापर पदार्थाची चव दुपटीनं वाढवतो. दालचिनी हा सुगंधी मसाल्याचा प्रकार. रसदेदार भाज्या, पुलाव तसंच गोड पदार्थांमध्येही दालचिनी घातली जाते. ही दालचिनी मधुमेहींसाठी वरदान ठरू शकते, असं एका संशोधनातून समोर आलंय. शरीर इन्शुलिनचा प्रतिकार करत असेल तर दालचिनीमुळे याला आळा बसू शकतो. म्हणजेच मधुमेह नियंत्रणात दालचिनी महत्वाची भूमिका बजावते. तसंच अपचन, सर्दी, जुलाब, रक्ताभिसरणात येणारे अडथळे यावरही दालचिनी उपयुक्त ठरते.

* लवंग हा असाच एक औषधी

आरोग्यदायी

या समस्यांवर लवंगाचा वापर हमखास केला जातो. बॅक्टेरियामारक गुणधर्मांमुळे दातदुखीत दाढेखाली लवंग ठेवण्याचा सल्ला दिला जातो. जास्त जेवळ झाल्यानंतर अस्वस्थ वाटत असेल तर लवंगेमुळे आराम पडतो. उलट्या, जुलाब, अपचन, पचनसंस्थेतील बिघाड यावर लवंग हा रामबाण उपाय ठरू शकतो.

* जिऱ्यामुळे फोडणीची

राहतो.

* बिर्याणी, पुलावची लज्जत वाढवणारी मसाल्याची मोठ्या आकाराची वेलचीही आरोग्यदायी आहे. पचनाच्या तक्रारी तसंच गॅसच्या समस्या असल्यास या वेलचीचं सेवन करावं. गळ्याच्या तक्रारी, छातीत कफ जमणे, दाढ दुखणं या समस्यांवरही मसाल्याची वेलची प्रभावी ठरते.

* केशरात अनेक आरोग्यदायी गुणधर्म असतात. नैराश्य, दृष्टीदोष, विस्मरण यावर केशर प्रभावी ठरतं. पचनाच्या तक्रारींवरही केशर उपकारक आहे. गॅस, बद्धकोष्ठता तक्रारी दूर करण्याची क्षमता काळ्या मिरित असते.

...तर बाळावर प्रतिकूल परिणाम

संपूर्ण भारतात आहेत. 'इंडियन अकादमी ऑफ पेडियाट्रिक्स'च्या मते, भारतात दरवर्षी दोन लाखहून अधिक मुले हृदयरोगासह जन्माला येतात. त्यातील पाचपैकी एका मुलामध्ये गंभीर लक्षणे आढळतात. उत्तर भारतीय राज्यांमध्ये याची सर्वाधिक प्रकरणे नोंदवली जातात. खरे पाहता गेल्या दहा वर्षात देशातील विविध राज्यांमध्ये अनेक हृदयरोग केंद्रे स्थापन करण्यात आली आहेत. तथापि, बहुतेक खासगी आहेत. तिथे प्रत्येकजण उपचार घेऊ शकत नाहीत.

मुले हृदयरोगाचे बळी का होतात ?

जन्मजात हृदयरोगात हृदयाच्या विविध आजारांचा समावेश होतो.

आरोग्यदायी

डॉ. मेधा पठारे

हा सर्वसाधारण विकार आहे. तो हंगामी विषाणूंमुळे होतो. यात सौम्य ते तीव्र स्वरूपाची लक्षणे दिसून येतात. काही रुग्ण आठवडाभरात बरे होतात तर काही रुग्णांमध्ये बरीच गुंतागुंत निर्माण होऊ शकते. ६५ वर्षांपुढच्या रुग्णांमध्ये गुंतागुंतीची शक्यता बरीच जास्त असते. ज्येष्ठ नागरिकांची रोगप्रतिकारक शक्ती कमकुवत झालेली असते. कमकुवत प्रतिकारशक्तीमुळे शरीर विषाणूंना प्रतिकार करू शकत नाही. फ्लूचा संसर्ग वाढला तर त्याचं रूपांतर निमोनिया होऊ शकतं. निमोनिया झालेल्या रुग्णाला रुग्णालयात दाखल करावं लागतं. म्हणूनच ज्येष्ठ नागरिकांनी आरोग्याची विशेष काळजी घ्यायला हवी.

फ्लू आणि सर्वसाधारण सर्दी यात फरक असतो. आजारी पडल्यानंतर फ्लू आणि सर्दी यातला फरक जाणून घेणं गरजेचं आहे. फ्लू आणि सर्दी यांची लक्षणे सारखीच असली तरी सर्दीची लक्षणे बरीच सौम्य असतात तर फ्लूची बरीच लक्षणे साध्या सर्दीत दिसून येत नाहीत.

फ्लू आणि सर्दीची लक्षणे

नाक गळणं, छातीत कफ साठणं, घसा दुखणं, खोकला

यामध्ये हृदयातील छिद्रे, झडपांमध्ये अडथळा आणि हृदयाच्या शिरा चुकीच्या दिशेने वळणे यासारख्या समस्यांची गुंतागुंत वाढते. गर्भधारणेदरम्यान काही समस्याही या आजाराला कारणीभूत ठरू शकतात. उदाहरणार्थ, एखाद्या महिलेला गर्भधारणेदरम्यान नियंत्रणाबाहेर मधुमेह असेल तर ही स्थिती विकसित होण्याचा धोका असतो. त्याचप्रमाणे गर्भधारणेदरम्यान अनियंत्रित थायरॉईड रोग किंवा जास्त प्रमाणात औषधांचा वापरदेखील हा धोका वाढवतो.

फ्लूकडे दुर्लक्ष नको

ही सर्दी आणि फ्लूची सर्वसाधारण लक्षणे आहेत. फ्लू असेल तर अतिरिक्त लक्षणे दिसून येतात. त्यात ताप, अंगदुखी, थंडी, थकवा, अशक्तपणा, अस्वस्थता जाणवणं, तीव्र डोकेदुखी यांचा समावेश आहे.

६५ वर्षांपेक्षा अधिक वयाच्या लोकांना ही लक्षणे जाणवली तर पुढची गुंतागुंत टाळण्यासाठी त्यांनी तातडीने डॉक्टरांचा सल्ला घ्यायला हवा. फ्लूची लक्षणे दिसल्यानंतर ४८ तासांत आराम दिसला नाही तर डॉक्टर तुम्हाला विषाणूविरुधी औषध घेण्याचा सल्ला देतात. वेळेत औषध घेतली तर फ्लूची तीव्रता कमी होऊ शकते.

तरुण तसंच सशक्त असणाऱ्या लोकांमध्ये फ्लूमुळे फारशी गुंतागुंत निर्माण होत नाही. कारण त्यांची रोगप्रतिकारक शक्ती चांगली असते. पण ६५ वर्षांपेक्षा जास्त वयाच्या लोकांमध्ये फ्लूमुळे बरीच गुंतागुंत निर्माण होऊ शकते.

तिशीनंतर गर्भधारणा गुंतागुंतीची

करिअर, जीवनशैली आणि वैयक्तिक प्राधान्यांमुळे अनेक महिला लग्न आणि गर्भधारणेचे नियोजन करण्यास उशीर करतात. तथापि, वयाची ३० वर्षे ओलांडल्यानंतर अनेकांना गर्भधारणेशी संबंधित बऱ्याच आव्हानांना सामोरे जावे लागते. वयानुसार स्त्रीच्या शरीरातील पुनरुत्पादक आरोग्यावर, हार्मोनलमध्ये बदल होतात. म्हणूनच महिलेनी वेळेवर आणि अचूक माहिती मिळवणे तसेच गर्भधारणेचे नियोजन करण्यापूर्वी आरोग्याकडे विशेष लक्ष देणे महत्वाचे आहे.

तिशीनंतर स्त्रीच्या मासिक पाळी चक्रामध्ये बदल होऊ लागतो. यामुळे ओव्हुलेशनची (अंडीची निर्मिती आणि प्रकाशन) वारंवारिता कमी होते. ओव्हुलेशन नियमित नसते तेव्हा गर्भधारणेमध्ये अडचणी येऊ शकतात. शिवाय या वयात एएमएच (अँटी-मुलेरियन हार्मोन) ची पातळी देखील कमी होऊ लागते. हा हार्मोन अंडाशयातील अंड्यांची संख्या आणि गुणवत्ता प्रतिबिंबित करतो. 'एएमएच' पातळी कमी झाल्यामुळे प्रजनन क्षमता कमी होते आणि गर्भधारणा लांबू शकते.

हार्मोनल बदल आणि अनियमित मासिक पाळी

वयाच्या तिशीनंतर महिलांमध्ये संप्रेरकांमधील असंतुलन ही एक सामान्य समस्या बनते. यामुळे मासिक पाळी लवकर किंवा उशीरा येऊ शकते. अनियमित मासिक पाळीमुळे गर्भधारणेचे नियोजन करणे कठीण होऊ शकते खेरीज संप्रेरकांमधील असंतुलन कधीकधी 'पीसीओएस' (पॉलिसिस्टिक ओव्हरी सिंड्रोम) सारख्या समस्याही निर्माण करू शकते. त्यामुळे गर्भधारणा अधिक कठीण होऊ शकते.

आव्हाने कोणती ?

वयानुसार अंड्यांची गुणवत्ता कमी होऊ लागते. संशोधन सूचित करते की ३० वर्षांनंतर गर्भपाताचा धोका वाढतो. या वयात मधुमेह, रक्तदाब आणि थायरॉईड यासारख्या समस्यादेखील गर्भधारणा गुंतागुंतीची करू शकतात. म्हणूनच गर्भधारणा नैसर्गिकरित्या होत नसेल तर कृत्रिम पुनरुत्पादन तंत्रांची आवश्यकता भासते.

मुल जन्माला घालण्याचे योग्य वय ?

२५ ते ३० हे स्त्रीसाठी गर्भधारणेचे सर्वात योग्य मानले जाते. या काळात तिचे शरीर निरोगी असते. अंड्यांची गुणवत्ता चांगली असते आणि संप्रेरकेदेखील इष्टमत असते.

विचारा प्रश्न

डॉ. दीप्ती नेने



ग्रामपंचायत कार्यालय, सानगडी

जिल्ह्यातील सर्व जनतेला
दिवाळी, भाऊबीज व मंडई निमीत्य
हार्दिक शुभेच्छा !





सौ. सविता मुनीश्वर उपरीकर
सरपंच, ग्रा.प. सानगडी

श्री. भुमेश्वर पु. ब्राम्हणकर
उपसरपंच, ग्रा.प. सानगडी

श्री. एस.के. राजबे
ग्रामपंचायत अधिकारी, ग्रा.प. सानगडी

जिल्ह्यातील सर्व दुध उत्पादक ग्राहकांना

दिवाळी व भाऊबीज निमीत्य



जनसेवा

दुग्ध डेअरी व प्रोडक्ट्स

सानगडी

प्रो. सुखदेव मेंटे

संचालक तथा उपसरपंच ग्रा.प. सिलेझरी

शुभेच्छुक- शुभम मेंटे, अंकुश मेंटे, पियुश ब्राम्हणकर, मारोती गोपे,

संकलन- मनोहर लोथे, सानगडी

जिल्ह्यातील सर्व जनतेला

दिवाळी, भाऊबीज व मंडई निमीत्य



हार्दिक शुभेच्छा

श्री. चुन्नीलालजी वासनिक

सामाजिक कार्यकर्ते तथा उद्योगपती
विहिरगांव (बु.) त. साकोली

संकलन- मनोहर लोथे, सानगडी

दीपावलीच्या

हार्दिक शुभेच्छा...



संतोष चंद्रपभा रामचंद्र माने

Mob. : +91 9822322474, : +91 9156264242
E-mail : anusarmane@gmail.com
Balaji Services Bus Stand,
Murtizapur, Dist. Akola

दिवाळीच्या

हार्दिक शुभेच्छा

आपल्या सर्व मुर्तिजापूर शहरातील नागरिकांना
प्रेम, ऐक्य आणि आनंदाने उजळलेली
सुख-समृद्धीची दीपावली
होवो हीच प्रभुरामचंद्रांकडे प्रार्थना



भारत अनिलकुमार जेठवाणी

माजी उपनगराध्यक्ष, नगरपरिषद मुर्तिजापूर

महामार्गावर उभ्या चौघांना अज्ञात वाहनाने चिरडले....

तीन जणांचा मृत्यू

■ महासागर प्रतिनिधी
अकोला, दि. २२ :

मोटर बिघडल्याने महामार्गावर उभे असलेल्या चार जणांना अज्ञात भरधाव वाहनाने चिरडल्याची धक्कादायक घटना अकोला जिल्ह्यात घडली आहे. या दुर्घटनेत तीन जणांचा मृत्यू झाला असून एक जण गंभीर जखमी झाला. या घटनेमुळे ऐन दिवाळीच्या दिवशी परिसरात शोककळा पसरली आहे.

जिल्ह्यातील राष्ट्रीय महामार्ग क्रमांक ५३ वर काटेपुर्णा ते पैलगाडा गावादरम्यान एका अज्ञात वाहनाने मोटारीच्या बाजूला उभ्या असलेल्या चार जणांना चिरडले. या अपघातात पती-पत्नीसह तीन जणांचा घटनास्थळीच मृत्यू झाला असून असून, एक जण गंभीर जखमी आहे.

बोरगाव मंजू येथील धीरज शिरसाट आणि अश्विनी शिरसाट हे दाम्पत्य खेडी येथील आपला व्यवसाय आटोपून एका प्रवासी मोटारीने बोरगाव मंजू गावाकडे घरी निघाले होते. मात्र, रस्त्यात त्यांची मोटार बिघडल्यामुळे एका मालवाहू वाहनाद्वारे वाहन नेण्यात येत होते.

यावेळी हे चौघेही मोटारीच्या खाली उतरलेले होते. अमरावतीकडे भरधाव वेगाने जाणाऱ्या एका अज्ञात वाहनाने खाली उतरलेल्या या चारही जणांना जबरदस्त धडक दिली. या भीषण अपघातात दोन पुरुष आणि एका महिलांचा जागीच दुर्दैवी मृत्यू झाला. मृतांमध्ये धीरज शिरसाट, अश्विनी शिरसाट आणि आरिफ खान (चालक) यांचा समावेश आहे. हे तिघेही बोरगाव मंजू येथील रहिवासी होते. एक जण गंभीर जखमी झाला असून, त्याला तातडीने अकोला जिल्हा रुग्णालयात उपचारासाठी दाखल करण्यात आले आहे. या अपघाताची माहिती मिळताच पोलिसांनी घटनास्थळ गाठून पंचनामा केला. मृतदेह उत्तरीय तपासणीसाठी रुग्णालयात पाठविण्यात आले.

अपघात करून पसार झालेल्या अज्ञात वाहनाचा पोलीस शोध घेत आहेत. घटनास्थळवर वरिष्ठ पोलीस अधिकाऱ्यांनी भेट देऊन पाहणी केली. या भीषण अपघातामुळे वाहतूक काही काळ विस्कळीत झाली होती. सुमारे दोन तासांपर्यंत वाहतूक एकाच बाजूने वर्धविण्यात आली होती. पोलिसांनी वाहतूक सुरळीत केली. रात्रीच्या सुमारास बचाव पथकाने तत्काळ घटनास्थळ गाठून मदत कार्य राबवले.

हिट अँड रनच्या या थराक घटनेमुळे जिल्ह्यात मोठी खळबळ उडाली आहे. भीषण अपघातात तीन जणांना आपले प्राण गमवावे लागले. आता अपघात करणाऱ्या त्या अज्ञात वाहनाचा शोध घेण्याचे मोठे आव्हान पोलिसांपुढे निर्माण झाले आहे.

खरीखरी... तरच होईल..

पान १ वरून
आताही काही 'ओएसिस' आहेत. पण अभिजात दर्जा मिळालेल्या मराठीला मुंबईची हृदयवाहिनी भाषा म्हणून अस्तित्व टिकवायचं असेल आणि मराठीचा झेंडा उंच फडकवायचा असेल. तर प्रत्येक मराठी भाषाभिमानी व्यक्तीने केवळ मराठी माणसांबरोबरच नाही, तर इतरां बरोबरही मराठीत बोलण्याचे व्रत आचरावे लागेल. वाटल्यास समोरच्यांना त्यानंतर शक्य नसेल तर त्याच्या भाषेमध्ये खुलासा करावा. एखाद्याला समजतच नसेल तर मराठी भाषा शिक असे सांगणे काही गैर नाही. अशा प्रकारच्या प्रयत्नांनंतरच आपली मुंबई मराठी होईल. चला तर मग सर्वांनी प्रयत्न करूया आणि या दीपपर्व दिनाच्या निमित्ताने मराठी माणसाने एवढाही विचार अंमलात आणला, तरी आपल्या ओशाळलेल्या मराठी भाषेचा वेळू गगनावर जाईल, यामध्ये काहीच शंका नाही.

nagpurpost@gmail.com
Mob. No. 9922970023

शेनेहाचा शुभंध दशवळला, आनंदाचा शेण आला, विनंती आमची पश्चेश्वराला शौर्य, समृद्धी लाभी तुम्हाला.

पंचायत समिती कार्यालय, चिखलदरा तर्फे

तालुक्यातील सर्व नागरिकांना

दिवाळी व भाऊबीज

निमित्त
सर्वांना हार्दिक शुभेच्छा ...

शुभेच्छुक : **गटविकास अधिकारी**
व सर्व कर्मचारी वृंद, पंचायत समिती चिखलदरा

सत्यशोधक बहुउद्देशीय शिक्षण संस्था

कुरळपुर्णा, ता. चांदूर बाजार, जि. अमरावती

दिवाळी व भाऊबीज

निमित्त
सर्वांना हार्दिक शुभेच्छा ...

आमचे प्रमुख उपक्रम

- * अपंग कल्याण * भूमिपुत्र फाऊंडेशन * आशादिप अनाथालय
- * संत सृष्टी व तिरंगा सृष्टी * निवासी मूकबधिर विद्यालय *
- * शहदी पांडुरंग यशवंत दिडेकर निवासी मूकबधिर माध्यमिक विद्यालय *
- * श्रीमती इंदिराबाई बाबारावजी कडू निवासी मूकबधिर कला व वाणिज्य कनिष्ठ महाविद्यालय *
- * श्रीमती इंदिराबाई बाबारावजी कडू बालक मंदिर * पयुष्णी गुरुकुल प्राथमिक मराठी शाळा *
- * आशिर्वाद वृद्धाश्रम * सैनिक प्रशिक्षण केंद्र *
- * इंदिरा उद्योग समूह व गारमेट प्रकल्प * गावामध्ये मोबाईल मेडिकल दवाखाना, फिरते दवाखाना *






सौ. नयताताई कडू (अध्यक्ष)

श्री संतोषराव किदुकले (उपाध्यक्ष)

श्री राहुल म्हाला (सचिव)

श्री चंद्रशेखरजी मोहोड (प्रशासकिय अधिकारी)

स्मार्ट प्रकल्पांतर्गत २०२३-२४ चा राज्यातून पाचवा आणि विभागातून दुसरा क्रमांक प्राप्त

कृषि उत्पन्न बाजार समिती तसेच महाराष्ट्र राज्य कृषि उत्पन्न बाजार समिती कडून
वसंतदादा पाटील पुरस्कार प्राप्त

कृषी उत्पन्न बाजार समिती, चांदूर बाजार

सर्व तालुक्यातील शेतकरी, शेतमजूर आणि नागरिकांना

दिवाळी व भाऊबीज

निमित्त
सर्वांना हार्दिक शुभेच्छा ...

संचालक मंडळ



















राजेन्द्रभाऊ यादव नंदकिशोर वासनकर मोहनभाऊ देशमुख गजेंद्रभाऊ गायकी रामदासभाऊ भोजने संधिप्राऊ वरसे माधवभाऊ धोंडे अश्विनभाऊ भेटाळू

अनिलभाऊ खर्कर मनोजभाऊ वाटाणे प्रसादभाऊ वार्कडे अमोलभाऊ लगोडे मनोजभाऊ नांगलिया लतीफ खान सलीमताई दि. पाहंकार मिनाताई चं. देशमुख मनोजभाऊ भावरे (सचिव)

शुभेच्छुक : अधिकारी, कर्मचारी वृंद, व्यापरी, अडते, हमाल