

लातूर समाचार

LATUR SAMACHAR

Email-dainiklatursamachar@gmail.com

संस्थापक : स्व.शंकर माधव जडे (स्वातंत्र्य सैनिक)

कार्यकारी संपादक : शिवाजी दयानंद जडे

LATUR लातूर वर्ष ३३ वे अंक ३११ वा बुधवार, दिनांक २६ फेब्रुवारी २०२५ (सांज. दैनिक) पोस्ट परवाना नं. L2/RNP/OMD-52/24-26 पृष्ठ -६ मो:९४२२४७२५०२, किंमत १ रुपया

महाकुंभात ६४ कोटी भाविकांचे संगमात स्नान

प्रयागराज/वृत्तसंस्था :- बुधवार (२६ फेब्रुवारी) महाकुंभ सोहळ्याचा शेवटचा दिवस आहे. सकाळी ६ वाजेपर्यंत ४१.११ लाख लोकांनी आंघोळ केली आहे. गेल्या ४४ दिवसांत ६४ कोटी भाविकांनी स्नान केल्याचा दावा केला जात आहे. ४५ दिवस चाललेल्या महाकुंभाची सांगता महाशिवरात्री उत्सव स्नानाने होणार आहे. बुधवारी महाकुंभाचा शेवटचा दिवस आहे. १३ जानेवारीपासून सुरू झालेल्या या महाकुंभात आतापर्यंत ६४ कोटी लोकांनी संगमात स्नान केले आहे. म्हणजेच अमेरिकेच्या लोकसंख्येच्या दुप्पट. हा एक जागतिक विक्रम आहे. हा एकमेव विक्रम नाही. या महाकुंभात आणखी अनेक महान विक्रम झाले.



संगममध्ये डुबकी मारणाऱ्यांची ही संख्या १९३ देशांच्या लोकसंख्येपेक्षा जास्त आहे. महाकुंभासाठी आलेल्या भाविकांपेक्षा केवळ भारत आणि चीनमध्येच जास्त लोकसंख्या आहे. जगातील हिंदूंच्या निम्म्या लोकसंख्येइतके लोक येथे आले आहेत, असा दावा योगी सरकारने केला आहे.

महाकुंभातील शेवटच्या स्नानानिमित्त प्रयागराज शहरात २५ फेब्रुवारीच्या संध्याकाळपासून वाहनांना प्रवेशबंदी करण्यात आली आहे. संगम घाटावर स्नान केल्यानंतर तेथे गर्दी होऊ नये, यासाठी भाविकांना घाट रिकामा करण्यात येत आहे.

उत्तर प्रदेशचे

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ यांनी महाशिवरात्रीला त्रिवेणी संगमात स्नान करण्यासाठी आलेल्या भाविकांचे अभिनंदन केले, तसेच शुभेच्छा दिल्या.

३ हजार ट्रेने १३ हजार फेऱ्या केल्या, ६०० चार्टर्ड विमाने उतरली
महाकुंभासाठी रेल्वेने ३ हजारहून अधिक गाड्या

रचला जागतिक विक्रम

धावल्या. या गाड्यांनी १३ हजारहून अधिक फेऱ्या केल्या. त्याच वेळी, प्रयागराजमध्ये दर आठवड्याला सुमारे ३०० उड्डाणे आहेत. यामध्ये चार्टर्ड फ्लाइट, स्प्राइसजेट, एअर इंडिया आणि इंडिगो फ्लाइटचा समावेश आहे. आतापर्यंत ६०० हून अधिक चार्टर्ड विमाने उतरली आहेत. यासह, प्रथमच देशातील टॉप २० विमानतळांमध्ये त्याचा समावेश झाला आहे. दररोज ४ हजारहून अधिक बोटी सुटल्या.

स्वारेट बसस्थानकात २६ वर्षीय तरुणीवर शिवशाहीमध्येच अत्याचार; आरोपी फरार



असल्याचे लक्षात आल्यानंतरही आरोपीने तिला आत जाण्यास सांगितले आणि स्वतःही बसमध्ये घुसला. त्यानंतर त्याने तिच्यावर जबरदस्ती केली आणि लगेचच तिथून फरार झाला.

तरुणीने मित्राला फोनवर सांगितला प्रकार

या धक्कादायक घटनेनंतर तरुणी फलटणला जाण्यासाठी बसमध्ये बसली होती. बसमध्ये बसल्यानंतर तिने आपल्या मित्राला फोन करून संपूर्ण प्रकार सांगितला. मित्राने

तिला पोलिसांकडे जाण्याचा सल्ला दिला, यानंतर तिने स्वारेट पोलीस ठाणे गाठून तक्रार दाखल केली.

पोलिसांकडून तपास सुरू

पोलिसांनी अज्ञात आरोपीविरुद्ध बलात्काराचा गुन्हा दाखल केला असून वेगवेगळ्या पथकांमार्फत शोधमोहीम सुरू केली आहे. स्वारेट बस स्थानक परिसरातील सीसीटीव्ही फुटेजच्या आधारे आरोपीची ओळख पटली असून लवकरच त्याला अटक करण्यात येईल, असा दावा पोलिसांनी केला आहे. ही घटना समोर आल्यानंतर एसटी स्थानक परिसरातील सुरक्षेवर मोठे प्रशस्चिन्ह निर्माण झाले आहे. महिलांच्या सुरक्षेसाठी ठोस उपाययोजना करण्याची गरज अधोरेखित झाली आहे.

शिवशंभू

पचवे विष लिलया
मिरवतो सर्पमाळा
सुधावर्षी निलकंठा
भक्ताचा ये उमाळा

आत्मलिंग दशानना
देऊनटाकतो भोळा
भस्माया अस्रवृत्ती
उघडे तिसरा डोळा

भूत पिशाच्च योनी
पायांशी गण गोळा
स्मृत्यामी चंद्रशेखर
पावे सोमवार सोळा

महामृत्युंजयमंत्रजपे
कृपावंत हो दयाळा
शिवलिंगतयोद्गूतसुप
रे कुक्ष्युद्रवाचालळा

द्वादश ज्योतिर्लिंगांस
अवतारकळे आगळा
केलासमानसरोवरात
दुर्मिळानंद दे निराळा

मोक्षप्राप्ती मिळेअंति
सुखे मृत्यू देई निर्मळा
स्मृतीगंधचिरकाल हो
लाजवावे बा परिमळा

- हेमंत मुसरीफ पुणे
मो. ९७३०३०६९९६

कुजबुज

डॉ. संजय जमठाडे
'सीबीएसई' दहावीची परीक्षा
वर्षातून दोनदा होणार...



चिमटा
दयाचा
कचरा न उचलल्याने

ढीग साचतो!
गाडी ओढून टाकली
की पेटत राहतो!!

राष्ट्रीय मराठा पार्टीत मीनाक्षी पवार यांची महिला जिल्हा अध्यक्ष पदी तर महाराष्ट्रीयन मराठा महासंघाच्या जिल्हा अध्यक्ष पदी अंकुश पवार यांची निवड



लातूर/प्रतिनिधी:- दिनांक २५ फेब्रुवारी २०२५ रोजी राष्ट्रीय मराठा पार्टीच्यावतीने सर्वसाधारण बैठकीचे आयोजन करण्यात आले. या बैठकीमध्ये महिला मंडळाची नियुक्ती करण्यात आली. राष्ट्रीय मराठा पार्टीच्या महिला जिल्हा अध्यक्षपदी मीनाक्षी अंकुश पवार यांची नियुक्ती राष्ट्रीय मराठा पार्टीचे अध्यक्ष अंकुश पवार शिवाजीराव पाटील (होनाळीकर) यांच्या मार्गदर्शनाखाली करण्यात आली.

तसेच याच बैठकीत दिनांक २५ फेब्रुवारी २०२५ ला राष्ट्रीय मराठा पार्टीच्या वतीने सर्वसाधारण बैठकीचे आयोजन करण्यात आले. या बैठकी मध्ये महाराष्ट्रीयन मराठा महासंघाच्या जिल्हा अध्यक्षपदी अंकुश शिवाजीराव पवार यांची नियुक्ती राष्ट्रीय मराठा पार्टीचे अध्यक्ष अंकुश पवार शिवाजीराव पाटील (होनाळीकर) यांच्या अध्यक्षतेखाली खाली करण्यात आली. यावेळी राष्ट्रीय मराठा पार्टीचे

महाराष्ट्र प्रदेश उपाध्यक्ष अॅड. चिमाजी धोंडीबा बाबर, जिल्हा अध्यक्ष शिवाजी शेषराव बिराजदार, कार्याध्यक्ष प्रा. संजय सोपानराव बिरादार, VJNT सेल जिल्हा अध्यक्ष राम रुपचंद पवार, जिल्हा युवक अध्यक्ष अॅड. शुभम शिवाजीराव बिराजदार, महाराष्ट्रीयन मराठा महासंघाचे जिल्हा अध्यक्ष अंकुश शिवाजीराव पवार, मारुती रामराव शेळके, सार्थक कंटे, सतीश कोडीबा नारायणकर, रागिणी सतीश यादव, स्नेहा भीमाशंकर मोठे, सुमित्रा सिद्राम देवकते, ज्योती मारुती शेळके, वर्षा दगडू पाटील, तुकाराम अनंतराव लोकरे व इतर सदस्य उपस्थित होते.

यावेळी मीनाक्षी पवार व अंकुश पवार यांचे अभिनंदन करण्यात आले. सर्व समाजाच्यावतीने स्वागत करण्यात आले. निष्ठेने व एकोप्याने समाजासाठी एकदिलाने काम करण्याचा मनोदय दोघांनी व्यक्त केला आहे.



हर हर महादेव च्या गजरात सिद्धेश्वर यात्रेस प्रारंभ

लातूर/प्रतिनिधी :- लातूरचे ग्रामदैवत श्री सिद्धेश्वर व रत्नेश्वर देवस्थानच्या महाशिवरात्री यात्रेस अभुतपूर्व उत्साहात प्रारंभ झाला. मध्यरात्री गवळी समाजाचा दुधाभिषेक झाल्यानंतर हजारांच्या संख्येने रांगा लावलेल्या भक्तांनी हर हर महादेव चा गजर करत श्री सिद्धेश्वरांचे दर्शन घेतले. सकाळी जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर- घुगे यांच्या हस्ते ध्वजारोहण करण्यात आले.

ग्रामदैवत श्री सिद्धेश्वरांची यात्रा संपूर्ण मराठवाड्यासह सीमावर्ती भागात प्रसिद्ध आहे. २१ दिवस चालणाऱ्या या महोत्सवास मंगळवार व बुधवारच्या मध्यरात्री गवळी समाजाच्या दुधाभिषेकाने प्रारंभ झाला. परंपरेप्रमाणे गवळी समाजाने वाजत -गाजत मिरवणुकीने येत श्री सिद्धेश्वरांना दुधाचा अभिषेक केला. यावेळी माजी महापौर विक्रान्त गोजमगुंडे यांची प्रमुख उपस्थिती होती. सकाळी १० वाजता जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर घुगे यांच्या हस्ते श्री सिद्धेश्वरांची महापूजा आणि आरती करण्यात आली. यावेळी देवस्थानच्या वतीने जिल्हाधिकारी वर्षा ठाकूर घुगे यांच्यासह मान्यवरांचा सत्कार करण्यात आला. त्यानंतर देवस्थानच्या समोरील भागात ध्वजारोहण करण्यात आले. यावेळी देवस्थानचे प्रशासक सचिन जांबुतकर, उपविभागीय अधिकारी रोहिणी नन्हे -विरोळे, तहसीलदार सौदागर तांदळे, ज्येष्ठ विश्वस्त विक्रमतलाया गोजमगुंडे, अशोक भोसले, श्रीनिवास लाहोटी, नरेश पंड्या, बाबासाहेब कोरे, व्यंकटेश हालिंगे, विशाल झांबरे यांच्यासह

विश्वस्तांची मोठ्या संख्येने उपस्थिती होती. मध्यरात्रीपासूनच शहरासह ग्रामीण भागातून आलेल्या हजारी भाविकांनी देवस्थान परिसरात दर्शनासाठी गर्दी केली होती. हर हर महादेवचा जयघोष करत भक्त रांगेत थांबले होते. गवळी समाजाच्या दुधाभिषेकानंतर दर्शनास सुरुवात झाली. महिला व पुरुषांसाठी स्वतंत्र रांगांची व्यवस्था देवस्थानच्या वतीने करण्यात आली आहे. भक्तांना दर्शन सुलभ व्हावे याकरिता प्रशासक व विश्वस्त मंडळाने आवश्यक त्या उपाययोजना केल्या आहेत.

रक्तदान शिबिरास प्रतिसाद...

यात्रा महोत्सवाच्या निमित्ताने श्री सिद्धेश्वर देवस्थान आणि भालचंद्र रक्तपेढीच्या संयुक्त विद्यमाने रक्तदान शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. विशेष म्हणजे रक्तदात्याला श्री सिद्धेश्वरांचे थेट दर्शन देण्याची घोषणा देवस्थानच्या वतीने करण्यात आली होती. या शिबिरास उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला.

चोख बंदोबस्त..

महाशिवरात्री यात्रेनिमित्त दर्शनासाठी व यात्रेचा आनंद घेण्यासाठी होणारी गर्दी लक्षात घेता पोलीस प्रशासनाच्या वतीने देवास्थान परिसरात चोख बंदोबस्त ठेवण्यात आला आहे. खबरदारीच्या उपाययोजना प्रशासनाकडून राबवल्या जात आहेत. पोलीस प्रशासनाला देवस्थानच्या स्वयंसेवकांचेही सहकार्य लाभत असल्यामुळे दिवसभर हजारी भाविकांना सुलभपणे दर्शन घेता आले.

श्री सिद्धेश्वर व रत्नेश्वर देवालय, लातूर

महाशिवरात्री यात्रा महोत्सव

महापर्वकाल बुधवार दि. २६ फेब्रुवारी २०२५ ते सोमवार दि. १७ मार्च २०२५ पर्यंत

जिल्हाधिकारी यांच्या हस्ते स.१०.०० वा. विधीयत पुजा करून झेंडावंदनेने महाशिवरात्री यात्रा महोत्सवास प्रारंभ होईल. २६ फेब्रुवारी २०२५ रोजी दुपारी २.०० वा गौरी शंकर मंदिर, मार्केट यार्ड येथून

श्री च्या झेंड्याची भव्य मिरवणुक

पशु प्रदर्शन, अश्व व डॉग शो

बुधवार ०२ मार्च रोजी सांय ६ ते ८ वा
ह.भ.प. गुरुवर्य श्री गुरुबाबा महाराज औसेकर
यांचे चक्रिभजन

रविवार १६ मार्च रोजी दुपारी ०३.०० वा
जंगी कुस्ती स्पर्धा

सोमवार १७ मार्च रोजी रात्री ८.०० वा -
शोभेची दारु उडवण आतपबाजीने यात्रा महोत्सवाची सांगता.

विनित : श्री.सचिन सु.जांबुतकर - प्रशासक श्री सिद्धेश्वर व रत्नेश्वर देवालय, लातूर तथा धर्मादाय निरीक्षक, लातूर व समस्त विश्वस्त व भाविक भक्त

श्री सिद्धेश्वर व रत्नेश्वर देवालय, लातूर, महाशिवरात्री यात्रा महोत्सव समिती.

ओ३म् भूर्भुवः स्वः ।
तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि ।
धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

लातूर समाचार

बोलणे कधीतरी अंगलट येत ?

बोलावे मात्र जपून, शब्द हे शस्त्र आहेत. अशी म्हण आहे. जुनी मंडळी ही जपून बोलत होती. आता बोलण्यात काही तालताम्य दिसून येत नाही. कोणताही पुरावा नसताना बोलणे किंवा भावनेच्या आधारवर बोलले तर अंगलट येते! त्यावेळी शब्द माघार घेण्यापेक्षा दुसरा पर्याय नसतो. आता निलमताईने व्यव्त केलेल मतावर वादंग निर्माण झाला आहे. त्यांचे बोलणे चुकीचे नसू शकेल मात्र याला पुरावा काय आहे? या बाबत निरुत्तर व्हावे लागते. बोलून वेळ मारता येते. बघू पुढच्यापुढी असा विचार करून काहीजन चालतात. आता पहा विधानसभा निवडणुकीच्या तोंडावर कोणतीही छाननी न करता महायुती सरकारने २ कोटी ४० लाख लाडक्या बहिणींना दरमहा १५०० रुपये वाटप सुरू केले होते. त्यामुळे राज्याच्या तिजोरीवर दर महिन्याला तब्बल ३६०० कोटी रुपयांचा बोजा पडला. मात्र जसे पुन्हा महायुती सत्तेवर आली तेव्हापासून या सरकारने ‘लाडक्या बहिणीं’ची संख्या कपातीचा धडाका लावला. आधी स्वतःहून माघार घेण्याचे आवाहन केले, त्यानंतर छाननी करत नावे कमी करण्यात आली. गेल्या दोन महिन्यांत ९ लाख लाभार्थींची संख्या कमी झाली आहे. त्यामुळे सरकारच्या तिजोरीवरील खर्च दरमहा १३५ कोटी आणि वर्षाला १६२० कोटींनी कमी होवू शकतो. टप्प्याटप्प्याने ५० लाख महिला अपात्र ठरवण्याचे सरकारचे टाग्रेट असल्याचे समजते. जुलै २०२४ पासून या योजनेचे पैसे मिळण्यास सुरुवात झाली होती. तक्रारींच्या आधारेच राज्यातील अर्जची छाननी सुरू आहे. डिसेंबर महिन्यात २ कोटी ४६ लाख बहिणींना लाभ मिळाला, तर जानेवारीत २ कोटी ४० लाख लाडक्या बहिणी होत्या. मात्र छाननीत ५ लाख, तर फेब्रुवारीत ४ लाख महिला अपात्र ठरल्या आहेत. छानणी केली तर काही तरी दोष निघणारच! कारण आता पैशाचे मुल्य किती आहे. एक हजारात साधा घरचे सामान आपू शकत नाहीत. दिड हजार ही रक्कम अतिषय कमी असली तरी गोरगरीबीसाठी मौल्यवान आहे. देशात गरीबांची संख्या अधिक आहे. ठराविकाकडे अधिक धन आहे. कदापी न संपणारा धनसंचय आहे. काही राज्यात रात्रीचे पोटभर न मिळाल्याने झोपणाऱ्याची संख्या कमी नाही. निवडणुकीच्या काळात दिलेले आश्वासने नंतर फिरविले जात असतील तर जनतेचा आगामी काळात विश्वास कसा बसायचा? इतर पक्ष जसे काँग्रेसने खटा-खट्चा नारा दिला हाती भोपळाच लाभला. त्यामुळे मतदार जनता नाराज झाली. निवडणुक पर्व काळात मग सरकारकडे मोठी यंत्रणा होतीच, त्याच वेळी छानणी करणे अपेक्षित होते. आता श्रीमंत असेल, उत्पन्न अधिक असेल, गाड्या असतील. आज कोणाकडे चारचाकी नाहीत. टेम्पो जो वाहतुक करून पोटभरणाऱ्याकडे चारचाकी आहे. काही ड्रायव्हरचा धंदा करतात त्यांच्याकडे चार चाकी आहे. मग अशा कुटुंबियास योजनेचा लाभ मिळणार नाही का? मुळात महिलांनी दिड हजाराची मदत मागीतली नव्हती, मग का दिली? किंवा कशासाठी दिली. काम संपल्यावर निकष लावुन डावलले जात असतेल तर ते विचार करायला लावणारे आहे. मुळात राजकिय नेत्यास बोलण्याचे महत्व कळून येत नाही. सतत बोलतात. शब्द मागे घेतात. बोलावे ते आपल्या आवाक्यात असावे. असे बोलावे. विरोधगट कमकुवत आहे, त्यांच्या अतिषय कमी जागा मिळाल्या, महायुतीस जनतेनी मोठे सहकार्य केले याचा अर्थ आता शब्द फिरविणे योग्य नाही.काही वर्षांपुर्वी पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी असेच आवाहन केले. ज्यांची आर्थिक परिस्थिती चांगली आहे त्यांनी स्वयंपाकाच्या गॅसची सबसीडी सोडावी. अनेकांनी प्रतिसाद दिला. तसे केवळ आवाहन करावे. अनेक स्वतः होवून पुढे येतील, त्याना योजनेचा लाभ देवू नये. अगोदर एक बोलता नंतर दुसरे करणार असाल तर याचा फटका आगामी काळात बसल्याशिवाय राहाणार नाही. मुळात बोलण्यामुळे परिस्थिती बिघडत आहे. आज निलमताई बोलल्या, उद्या त्यांच्या बोलण्यावर उत्तर देणारे इतर ही महिला राज्यात कमी नाहीत. कोण काय बोलावे याला बंधन नाहीत मात्र बोलताना विचारपुर्वक बोलणे आवश्यक आहे. थेट आरोप करणे योग्य नाही. आता जनता बोलणाऱ्याकडून पुरावे मागतील त्यावेळी काय करणार आहेत. बोलावे, विचार व्यक्त करावा. विचार हे समोरच्यांना पटणारे किंवा विश्वासदर्शक असले पाहिजे. उठ-सुट बोलणारे कमी नाहीत. दिवस उगविला की, बोलणे सुरूच असते. काय बोलतात, हे त्यांच्या त्यांनाच माहिती! त्यामुळे अशा बोलणाऱ्याकडे लक्ष देत नाही. एवढे मात्र नक्की शब्द फिरविणारे, विपरीत बोलणाऱ्यास जनता धडा शिकविल्याशिवाय राहात नाही. वेळ व काळ पाहुन निर्णय घेणारी महाराष्ट्रातील जनता आहे. ही बाब दुर्लक्षित करता येत नाही. काँग्रेसला स्वप्नात सुद्धा वाटले नसेल की, विरोधी पद मिळण्याइतके उमेदवार निवडून येतीलच असे नाही. यावेळी शंभरी गाठता आली नाही व सत्ताधाऱ्यांना चारशे पार करता आले नाही म्हणून कटावर सत्ता चालवावी लागत आहे. विरोधकांना विरोधीपक्ष नेते पद मिळाले आहे. यातच दोघेही आपंदी दिसून येत आहे. दिल्लीत काय काँग्रेसचे झाले तसेच आप पक्षाची दैना कशी झाली. जनता ही लोकशाहीत सर्वश्रेष्ठ आहे. शब्द फिरविणाऱ्यास धडा शिकविणारी आहे. यासाठी अनेक दिवस वाट पाहावी लागणार आहे. बोलणाऱ्यास जनताच घरी बसविते. शब्द फिरविणाऱ्यास आगामी राज्यातील महानगरपालिका, जिल्हापरिषदेच्या निवडणुकीत कमाल दाखविल्या शिवाय राहाणार नाहीत. जनता अशी ताकदवान आहे. त्यांचा निर्णय हा काहीही करू शकतो. ठरवुन कार्यक्रम केला तर काहीही होते हे विसरून चालणार नाही. न मागता पैसे दिले.आता काढून घेताना विविध कारणे दाखवित आहेत. हे योग्य नाही. ज्या लाडक्या बहिणी नको म्हणतील त्यांना देवू नका, ज्यांना काही तरी काडीचा आधार आहे त्यांना डबल अनुदान उचलत असेल तर रोखणे योग्य नाही. या बाबत विचार झाला पाहिजे. आज लोकनेते निवृत्ती नंतर किती पेंशन उचलतात. वास्तविक त्यांनी एकच पेंशन उचलावी. लोकनेते म्हणजे लोकप्रतिनिधी यांना कोणताही डबल आर्थिक लाभ उचलू नये, असे होत नाही. आपले काम झाले. स्वार्थ संपल्यावर विसरणे हे आगामी काळासाठी धोक्याची घंटा आहे हे कळाले पाहिजे. त्यामुळे राजकारणात बोलताना, मत व्यक्त करताना किंवा निर्णय घेताना विचारपुर्वक घेणे आवश्यक आहे. हे योग्यही आहे. नंतर माघार किंवा माफी मागणे योग्य नाही. जनता मोठ्या आशेने शब्द न फिरविण्याकडे आपुलकीने पाहीते हे विसरता येवू नये.

फक्त १ कप रव्याचा करा जाळीदार रवा ढोकळा; मऊ, स्पॉन्जी ढोकळा–सोपी रेसिपी

ढोकळ्याचं नाव ऐकताच तोंडाला पाणी सुटतं. ढोकळा चवीला फारच उत्तम आणि चवदार असतो . बेसनाचा वापर करून ढोकळा बनवला जातो. पण तुम्ही रव्याचा ढोकळासुद्धा बनवू शकता. रव्याचा ढोकळा पचायला हलका असतो. गुजराती स्टाईलमध्ये बनवला जाणारा हा ढोकळा खाल्ल्यानंतर बराचवेळ पोट भरलेलं राहतं. रव्याचा ढोकळा स्नॅक्स किंवा ब्रेकफास्टच्या स्वरूपात खाऊ शकता. रवा ढोकळ्याची ही रेसिपी बनवणं खूपच सोपं आहे. हा ढोकळा तुम्ही मुलांच्या टिफिन बॉक्समध्ये देऊ शकता. रवा ढोकळा करण्याची सोपी रेसिपी पाह्या.

रवा ढोकळा करण्यासाठी लागणारं साहित्य

१) रवा- १ कप, २) दही- १ कप, ३) बेकिंग सोडा- १ टिस्पून, ४) तेल- गरजेनुसार, ५) पाणी- १ तृतीयांश, ६) मीठ- चवीनुसार,



फोडणीसाठी लागणारं साहित्य

१) मोहोरी- अर्धा टिस्पून, २) तीळ- अर्धा टिस्पून, ३) जीरं- अर्धा टिस्पून, ४) हिरवी मिरची- १, ५) कढीपते- ८ ते १०, ६) चिरलेली कोथिंबीर- १ टेबलस्पून, ७) तेल- १ टेबलस्पून

रवा ढोकळा करण्याची योग्य पद्धत

रवा ढोकळा करण्यासाठी सगळ्यात आधी एक वाटीत रवा घ्या. त्यात १

कप दही आणि १ तृतीयांश पाणी घालून व्यवस्थित एकत्र करून घ्या . नंतर चवीनुसार मीठ घालून मिश्रण फेटून घ्या. हे मिश्रण इतकं फेटा की या मिश्रणात गाठ राहणार नाही. त्यानंतर हे मिश्रण झाकून २० मिनिटांसाठी वेगळं ठेवून घ्या. यामुळे ढोकळा व्यवस्थित सेट होईल.

या मिश्रणात बेकिंग सोडा घालून व्यवस्थित एकजीव करून घ्या. नंतर एक पसरट भांडं घेऊन त्याला तेल लावून घ्या. नंतर यात १ ते २ ग्लास

पाणी घाला. नंतर भांड्याच्या स्टॅण्डवर ठेवा, नंतर भांडं हाय फ्लेमवर ठेवून ढोकळा वाफेवर शिजू द्या.

ढोकळा १० ते १५ मिनिटांत व्यवस्थित बनून तयार होईल. १० मिनिटांनंतर ढोकळा चाकू घालून तपासून घ्या. जर चाकू ला ढोकळ्याचं पीठ चिकटत असेल तर ५ मिनिटं अजून शिजवा. नंतर गॅस बंद करा. ढोकळा कोणत्याही भांड्यात काढून घ्या. ढोकळा थंड झाल्यानंतर चारही बाजूंनी चिरून घ्या.

एका छोट्या पॅनमध्ये तेल घालून गरम करून घ्या. त्यात राई, जीरं घालून फोडणी घाला. राई जेव्हा फुटू लागले तेव्हा तीळ, हिरवी मिरची, कडीपत्ता घालून काही सेकंद भाजून घ्या नंतर गॅस बंद करा. नंतर तयार तडका रवा ढोकळ्यावर घाला नंतर हिरवी धण्याची पानं घालू गार्निश करा. रव्याचा ढोकळा तयार आहे. हा ढोकळा तुम्ही हिरव्या चटणीबरोबर खाऊ शकता.

ना टिश्यू पेपर, ना एअर टाईट कंटेनर – फ्रिजशिवायही कडीपत्ता टिकून राहील ६ महिने, बघा ही भन्नाट ट्रिक...



पदार्थाला स्वाद येण्यासाठी आपण फोडणीत आवर्जून कडीपत्ता वापरतो. कडीपत्ता हा मसाल्याच्या पदार्थांपैकी एक अतिशय महत्त्वाचा पदार्थ आहे. बाजारातून आपण कडीपत्ता आणतो खरा पण तो फारतर एक किंवा दोन दिवस चांगला राहतो, नंतर लगेचच वाळून जातो. कडीपत्ता एकदा वाळला की त्याचा स्वाद तर कमी होतोच पण फोडणीत घातला तरी त्याची विशेष चव लागत नाही. मग असा कडीपत्ता आपण शक्यतो फेकूनच देतो. पण हिरवागार कडीपत्ता असेल तर तो पदार्थात घालायलाही छान वाटतो. काही वेळा तर फ्रिजमध्ये नीट ठेवूनही हा कडीपत्ता काळा पडतो. एकदा कडीपत्त्याची पानं वाळली किंवा तो काळा पडला की तो

फेकूनच द्यावा लागतो.

कडीपत्ता बरेच दिवस ताजा राहण्यासाठी आणि स्वयंपाकात वापरता यावा यासाठी तो साठवण्याची १ सोपी ट्रिक पाहूयात. ज्यामुळे हा कडीपत्ता चांगला १५ ते २० दिवस आहे तसाच छान हिरवागार राहू शकतो.यामुळे कडीपत्ता आणि पैसे दोन्हीही वाया जाणार नाही.पाहूयात कडीपत्ता साठवण्याची सोपी ट्रिक...

कडीपत्ता खराब न होता दीर्घकाळ स्टोअर करून ठेवण्याच्या पद्धती...

१. तेलाचा असा करा वापर :- कडीपत्ता खराब न होता स्टोअर करून ठेवण्यासाठी आपण तेलाचा वापर करू शकतो. यासाठी सर्वात आधी कडीपत्ता स्वच्छ धुवून घ्यावा. स्वच्छ धुतलेला

कडीपत्ता व्यवस्थित वाळवून घ्यावा. कडीपत्ता नीट वाळल्यावर, एका पॅनमध्ये थोडेसे तेल घेऊन त्यात हा कडीपत्ता घालून हलकेच परतून घ्यावा. हा तेलात परतवून घेतलेला कडीपत्ता गार झाल्यावर एका डब्यात भरून स्टोअर करून ठेवावा. अशा प्रकारे तेलात हलकेच परतवून घेतलेला कडीपत्ता किमान ६ महिने तरी खराब न होता किंवा काळा न पडता चांगला टिकून राहतो.

२. कडीपत्त्याची पावडर :- एवढं करून ही कडीपत्त्याची पानं वाळलीच तर ती उन्हात कडक वाळू द्या. नंतर मिक्सरमधून फिरवून त्याची पावडर करून घ्या. वरण, भाजी, चटणी यांना चव आणण्यासाठी या पावडरचा खूप चांगला वापर करता येतो.

३. उन्हात वाळवा :- आपण कडीपत्ता बराच काळ स्टोअर करून ठेवण्यासाठी तो उन्हात देखील वाळवू शकतो. यासाठी सर्वात आधी कडीपत्ता स्वच्छ धुवून तो एका सुती कापडावर पसरवून घ्यावा. त्यानंतर तो उन्हात ठेवून व्यवस्थित वाळवून घ्यावा. त्यानंतर असा वाळलेला कडीपत्ता डब्यांत स्टोअर करून ठेवावा.

४. झीप लॉक बॅग :- कडीपत्ता स्टोअर करण्याचा आणखी एक उपाय म्हणजे एअर टाईट डबा नसेल तर कडीपत्त्याची पानं एखाद्या झीप लॉक असणाऱ्या प्लास्टिक बॅगमध्ये ठेवा. प्रत्येकवेळी या बॅगेतून पाने घेताना बॅगाचं लॉक व्यवस्थित लागलेलं असेल, याची खात्री करून घ्या.

हिरव्यागार मटारचे पौष्टिक आप्पे

स क ा ळ च य ा नाश्याला गरमागरम आपण्यांसोबत हिरवीगार खोबऱ्याची चटणी असली की, आपण पोटभर नाश्ता करतो. आप्पे हा खरंतर दक्षिणात्य पदार्थ असला तरीही आजकाल हा इतका कॉमन पदार्थ झाला आहे की तो सर्रास सगळ्यांच्याच घरात नाश्याला हमखास केला जातो. वेगवेगळ्या भागात वेगवेगळ्या प्रकारचे आप्पे तयार केले जातात. आपण्यांमध्ये रव्याचे आप्पे, डाळ - तांदुळाचे आप्पे, गोड - तिखट आप्पे असे अमंय प्रकार आहेत. आपण बहुतेकवेळा सकाळच्या नाश्याला आप्पे खातोच, परंतु नेहमीचे तेच ते एकाच पद्धतीचे आप्पे खाऊन कंटाळा आला असेल तर आपण यंदाच्या हिव्हाळ्यात मटारचे आप्पे नक्की घरच्याघरीच तयार करू शकतो. थंडीचा सिझन म्हटलं की बाजारांत हिरवेगार, टप्पोरे, फ्रेश मटार विकायला असतात. या हिव्हाळ्यात येणाऱ्या मटारचे अनेक पदार्थ घरोघरी तयार केले जातात. मटार पराठा, मटार पुलाव, मटार उसळ, मटार करंजी - कचोरी असे अनेक पदार्थ तर



करतोच. तेव्हा यंदाच्या हिव्हाळ्यात झटपट तयार होणारे मटारचे पौष्टिक आप्पे नक्की करून पाहा. मटारचे आप्पे तयार करण्याची सोपी रेसिपी पाहूयात.

साहित्य :- १. हिरवे मटार - १ कप, २. हिरव्या मिरच्या - ३ ते ४ (बारीक चिरलेल्या), ३. कोथिंबीर - १/२ कप , ४. रवा - १ कप, ५. दही - १ कप, ६. मीठ - चवीनुसार, ७. मका - १/२ कप, ८. पनीर - १/२ कप (किस्म घेतलेले), ९. काळीमिरी पूड - १ टेबलस्पून, १०. ऑरॅंगोनो - १ टेबलस्पून, ११. चिलीफ्लेक्स - १ टेबलस्पून, १२. दोबळी मिरची - १/२ कप, १३. चीज - ३ ते ४ टेबलस्पून, १४. तेल - गरजेनुसार, १५. पाणी - गरजेनुसार, १६.

इनो - १ टेबलस्पून कृती :- १. सगळ्यात आधी एका मिक्सरच्या भांड्यात हिरवे मटार, बारीक चिरलेल्या हिरव्या मिरच्या, कोथिंबीर घालून सगळे जिन्नस मिक्सरमध्ये एकत्रित वाटून त्याची पेस्ट तयार करून घ्यावी. त्यानंतर त्यात बारीक रवा, दही आणि चवीनुसार मीठ घालून पुन्हा एकदा हे सगळे जिन्नस मिक्समध्ये एकत्रित फिरवून घ्यावे. अशा प्रकारे आप्पे करण्यासाठीचे हिरव्या मटारचे बॅटर तयार करून घ्यावे. तयार बॅटर एका बाऊलमध्ये काढून ते १५ ते २० मिनिटे झाकून ठेवून द्यावे.

२. आता या आपण्यांमध्ये घालायचे साण तयार करून घ्यावे. स्टर्फिंग तयार करण्यासाठी सर्वत आधी एका मोठ्या बाऊलमध्ये मक्याचे दाणे,

किस्म घेतलेले पनीर, काळीमिरी पूड, ऑरॅंगोनो, चिलीफ्लेक्स, वेगवेगळ्या रंगांच्या बारीक चिरलेल्या दोबळी मिरच्या, किसलेलं चीज असे सगळे जिन्नस एकत्रित करून स्टर्फिंग तयार करून घ्यावे.

३. आता हिरव्या मटारच्या तयार बॅटरचे झाकण उघडून त्यात थोडेसे तेल, आवश्यक असेल तर गरजेनुसार पाणी आणि सर्वात शेवटी इनो व त्यावर चमचाभर पाणी घालून मिश्रण चमच्याने कालवून एकजीव करून घ्यावे. ४. आता आप्पे पात्र गॅसच्या मंद आचेवर ठेवून हलकेच गरम करून घ्यावे. त्यानंतर आप्पे पात्रात तेल सोडून मग त्यावर हिरव्या मटारचे तयार बॅटर घालावे. हे बॅटर अर्धवट घातल्यावर त्यानंतर त्यावर स्टर्फिंग चमच्याने घालावे. मग पुन्हा या स्टर्फिंगवर हिरव्या मटारचे बॅटर घालावे. मग वर झाकण ठेवून ५ ते १० मिनिटे ते व्यवस्थित शिजवून घ्यावे. एका बाजूने शिजवून झाल्यावर चमच्याच्या मदतीने हे आप्पे दुसऱ्या बाजूने हलकून घेऊन दोन्ही बाजू खरपूस भाजून घ्यावे. हिरवागार मटारचे स्टर्फिंग आप्पे खाण्यासाठी तयार आहेत. हिरवीगार चटणी किंवा सॉससोबत हे आप्पे खाण्यासाठी सर्व्ह करावेत.



करा हे सोपे उपाय, मग बघा कमाल!

अनेक महिलांना चेहऱ्यावर सूज येण्याची समस्या होत असते. याची कारणंही वेगवेगळी असतात. ज्यात इंफ्लेमेशन, वॉटर रिटेंशन, वाढलेलं वजन यांचा समावेश असतो. सूज वाढली तर चेहऱ्याचं सौंदर्य तर कमी होतंच सोबतच चिंताही वाढते. अनेकांना वाटत असतं की, ते जाड झालेत किंवा त्यांचं वजन वाढलं. पण कारण वेगळंच असतं. जर तुम्ही चेहऱ्यावर येणाऱ्या सूजेमुळे हैराण असाल तर यावर काही उपाय आम्ही तुम्हाला सांगणार आहोत. काही सामान्य उपायांनी चेहऱ्यावरील सूज दूर करू शकता.

अल्कोहोल कमी आणि पाणी जास्त प्या तुमच्या चेहऱ्यात होणारे जास्तीत जास्त बदल हे वॉटर रिटेंशन या कारणानं होतात. अल्कोहोल वॉटर रिटेंशनची(शरीरातील अवयवांमध्ये पाणी जमा होणं) समस्या अधिक वाढवतं. कारण यानं तुम्ही डिहायड्रेट होता. त्यामुळे अल्कोहोल कमी प्या आणि पाणी जास्त प्या.

झोपही ठरते महत्वाची कमी झोप घेतल्यानं केवळ तुमचं इम्यून सिस्टीम प्रभावित होतं असं नाही तर चेहऱ्यावर सूजही येते आणि चेहरा फुगलेला दिसतो. कमी झोपेमुळं अनेकप्रकारचे हार्मोन प्रभावित होतात, ज्यामुळे हार्मोन योग्यप्रकारे काम करू शकत नाहीत. याने शरीरात इंफ्लेमेशन होतं. या कारणाने चेहरा फुगलेला आणि सूजलेला वाटतो.

सोडियम आणि कार्बोहायड्रेटयुक्त पदार्थ कमी खा जर तुम्ही जास्त मीठ असलेले पदार्थ किंवा अधिक कार्बोहायड्रेट पदार्थ अधिक खात असाल तर शरीरात तरल पदार्थ जमा होतात. ज्यामुळे इंफ्लेमेशन वाढतं आणि चेहरा सूजतो. अशात सोडियम आणि कार्बोहायड्रेट असलेले पदार्थ खाणं बंद करा किंवा कमी खा.

अॅक्टिव रहा एक्सपर्ट सांगतात की, जास्तीत जास्त शारीरिक हालचाल केल्यानं तुम्हाला वजन कमी करण्यास मदत मिळते आणि याचा प्रभाव तुमच्या चेहऱ्यावरही बघायला मिळतो. त्यामुळे एक्ससाईज आणि इतर फिजिकल अॅक्टिविटी करत रहा. अँटी-इंफ्लेमेटरी खाद्य पदार्थ आहारात अँटी-इंफ्लेमेटरी खाद्य पदार्थ जसे की, आलं, नारळ, हळद इत्यादींचा समावेश करा. या पदार्थांमुळे शरीरातील सूज कमी होते.



सकाळचा थकवा-आळस कसा दूर कराल?

आजकाल लोक इतके बिझी झाले आहेत की, स्वतःची काळजी घेण्यासाठी त्यांच्याकडे वेळ नसतो. याचा थेट प्रभाव मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यावर पडतो. वेळ मिळत नसल्याने एक्सरसाईज केली जात नाही. लोक जंक आणि फास्ट फूड जास्त खात आहेत. ज्यामुळे शरीराची रोगप्रतिकारक शक्ती कमजोर होत आहे. अनेकांना सकाळी झोपेतून उठल्यावरही शरीरात अस्वस्थता, कमजोरी, थकवा आणि आळस जाणवतो. अशात सकाळी या समस्या जाणवू नये म्हणून आम्ही काही टिप्स सांगत आहोत. थकवा आणि स्ट्रेस दूर करण्याच्या टिप्स १) मेडिटेशन :- मानसिक शांतता मिळवण्यासाठी सकाळी उठून मेडिटेशन केलं पाहिजे. सकाळी झोपेतून उठल्यावरही थकवा आणि सुस्ती राहण्याची कारणे रात्री व्यवस्थित झोप न येणं आणि मानसिक तणाव असू शकतात. ही समस्या दूर करण्यासाठी मेडिटेशन एक चांगला पर्याय आहे. मोकळ्या हवेत डोकं फ्रेश करण्यासाठी २० ते २५ मिनिटं मेडिटेशन करा.

२) स्ट्रेचिंग एक्सरसाईज :- सकाळी झोपेतून उठल्यावर अनेकदा कमजोरी किंवा थकव्यामुळे शरीरात आखडलेपणा येतो. हे टाळण्यासाठी सकाळी स्ट्रेचिंग एक्सरसाईज करू शकता. स्ट्रेचिंग एक्सरसाईज केल्यानं शरीरातील मांसपेशी मोकळ्या होतात आणि शरीराला आराम मिळतो.

३) तेलानं करा बॉडी मसाज:- थकवा दूर करण्यासाठी कोमट तेलानं मालिश करणं हा एक फाय जुना उपाय आहे. तेलानं मालिश केल्यानं मांसपेशींना आराम मिळतो. मालिश केल्यावर शरीर अॅक्टिव राहतं आणि थकवा दूर होतो. तेलानं शरीराची मालिश केल्यावर मानसिक तणावही दूर होतो.

४) कोमट पाण्यानं आंघोळ:- शरीराचा थकवा दूर करण्यासाठी गरम पाणी खूप फायदेशीर ठरतं. शरीर रिलॅक्स करण्यासाठी आणि अॅक्टिव राहण्यासाठी गरम पाण्यानं आंघोळ करा. याला हीट थेरेपी म्हटलं जातं. गरम पाण्यानं आंघोळ केल्यानं सुस्ती आणि थकवा लगेच दूर होतो.

गुरु वचन:नशिबात असेल तेच मिळेल



एका गावात सोमिलक नावाचा कष्टाळू कोष्टी होता. तो तलम कापड विणण्यात पटाईत होता. पण कष्ट भरपूर करूनसुद्धा अपेक्षित मोबदला त्याच्या हाती येत नव्ह- ता. त्याच्या बरोबरचे इतर कोष्टी जाईभरडं कापड विणूनसुद्धा भरपूर पैसा कमवित होते.सोमिलकाने दुसऱ्या गावी जाऊन धंदा करण्याचे ठरविले. पण सोमिलकाची बायको त्याला म्हणाली, मफ़्फ़शाला उगाच दुसऱ्या गावात जाता.... आपल्या नशिबात भरपूर पैसा मिळणार असेल तर याच ठिकाणी कापड विणून मिळेल. पण नशिबात जर नसेल तर दुसऱ्या गावी जाऊनही

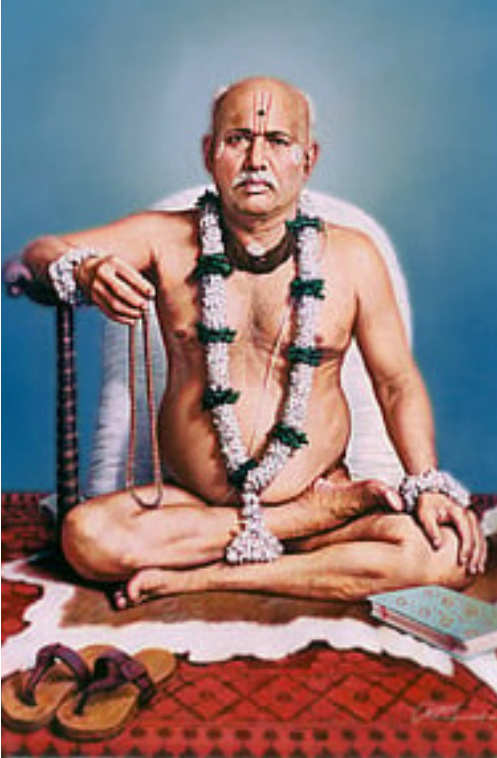
उपयोग काय?फ़्फ़ तरी हट्टाने सोमिलक दुसऱ्या गावी जातो. भरपूर कष्ट करतो आणि तिनशे मोहरा कमावतो.त्या मोहरा घेऊन आपल्या गावी येण्यास निघत- े. दमल्यामुळे एका झाडाखाली विश्रांती घेता घेता त्याला झोप ला- गते. थोड्यावेळाने दोन माणसांच्या संभाषणाच्या आवाजामुळे झोप उडते. त्या दोघांचे संभाषण सोमि लक ऐकतो.मफ़्फ़रे, कर्त्या... सोमिलकाने आता तीनशे मोहरा कमावल्या पण त्याच्या नशिबात फ़क्त अन्नवस्त्रापुरताच पैसा आहेफ़्फ़ कर्म विचारतो. त्याबरोबर कर्ता उद्गारतो, मफ़्फ़याने कष्ट केले त्याचे फ़ळ मी दिले. ते फ़ळ त्याच्याकडे ठेवायचे की नाही हे तुझं काम!दे घोघेजण सोमिलकाचे कर्म आणि कर्ता असतात. सोमिलक पूर्ण जागा होऊन आपली मोहरांची पिशवी बघतो तर ती रिकामी असते!

आरोग्यासाठी चांगले राहण्यासाठी टिप्स खालीलप्रमाणे

आहेत
सकाळी लवकर उठणे
नियमित व्यायाम करणे
संतुलित आहार घेणे
पुरेशी झोप घेणे
तणाव कमी करणे
भरपूर पाणी पिणे
स्वच्छता पाळणे
मद्यपान करू नये
 योग आणि ध्यान करणे
 पौष्टिक पदार्थांचा समावेश करणे
 निरोगी राहण्यासाठी काही उपाय: चालणे, खेळ, नृत्य, योग, धावणे
 वगैरे निरोगी हालचाली करणे
 भरपूर फळे, भाज्या आणि संपूर्ण धान्यांसह आहार घेणे
 सॅच्युरेटेड फॅट आणि कोलेस्टेरॉल कमी आणि साखर, मीठ आणि एकूण चरबी मध्यम असेल असा आहार निवडणे
 रोजचा व्यायाम करणे
 चांगली झोप घेणे
 योग आणि ध्यान करणे
 पौष्टिक पदार्थांचा समावेश करणे

भगवंत प्रेम न करायला सबबी पुष्कळ!

चमत्कार करता आले म्हणजे ब्रह्मज्ञान झाले, असे नाही म्हणता येणार. संताचे दर्शन झाले, पण त्याच्या आजूबाजूचे लोक पाहिले तर वाईट दिसतात. आपण दवाखाना पाहायला गेलो तर निरोगी लोक आपल्याला तिथे कसे दिसतील? आमची प्रपंचाची नड संताने दूर करावी, हे म्हणणे चुकीचे नाही का? ती दूर करण्याकारिता प्रापंचिकाकडे जावे, संताकडे नव्हे. आता, दुखणे बरे व्हावे म्हणून जरी राम रामम म्हटले, तरीसुद्धा ते वाया जात नाही. सत्पुरुषांचे अत्यंत उपकार असतील, तर रोगाचे निदान काय आहे ते त्यांनी शोधून काढले. आपल्याला हवेपणाचा रोग झाला आहे! हवे-नको पण जिथे आहे, तिथे समाधान नाही हे खास, आपल्या भजन – पूजनाचा हेतू कोणता असेल? तो समजून भजन – पूजन करा म्हणजे झाले! आज भगवंत हवा असे म्हणणारे लोक थोडेच आहेत आणि ज्यांना भगवंत हवा असतो तो भगवंतासाठी नको असतो, तो त्यांच्या प्रपंचासाठी हवा असतो. ज्याला भगवंताकरताच भगवंत हवा, त्याला समाधान खास मिळेल. त्याला कशाचीही अट नाही. त्याला बयाची मर्यादा नाही, विद्येची नाही, बुद्धीची नाही, पैशाची नाही, कशाचीही नाही; तळमळीची मर्यादा आहे. खरोखर, परमार्थ हा अनुमानाचा नाही. आपण नुसते बोलतो, कृती काहीच करीत नाही, म्हणून तो आपल्या आवाक्याबाहेर आहे असे आपल्याला वाटते. न करायला सबबी पुष्कळ सांगता येतात. अर्जूनाला भगवंतांनी



युद्धाला उभा राहा म्हणून सांगितले. अर्जुन सबबी सांगू

आणि म्हणून आपण काय वाचतो, आपल्याला काय आवडते व श्रम घेण्याची आजकाल तयारी नष्ट होत चाललेली आहे. उदाहरणार्थ एखाद्या कार्यक्रमाचे निवेदन करायचं असेल, तर खूप सारी पुस्तके वा-चावीच लागतात. व्याख्यान द्यायचं असेल, तर खूप सारा अभ्यास करावा लागतो. पण जर आपण वाचलेच नाही, तर जसे एखाद्या गाडीमध्ये पेट्रोल नसेल, तर ती गाडी पुढे चालणार नाही. तसे एख-द्या वक्त्याचे वाचन कमी असेल, तर त्याचे टॉनिक नसल्याने ते कोलमडून पडेल, त्याला बोलता येणार नाही, बोलायला शब्दभांडार सुचणार नाही आणि म्हणून वाचनासाठी दिवसातून दोन-अडीच तास एखादे ग्रंथालय, शांततेचे ठिकाण, झाडाखाली, पाराखाली किंवा घरातील एका सुंदर अशी शांत वातावरणातील खोली बघून आपलं वाचन रोज चालू ठेवावं. रोजच्या रोज नित्य नियमाने नवीन काहीतरी वाचण्याचा प्रयत्न असावा. विविध वर्तमानपत्रे, बोधकथा, कादंबरी, काव्यसंग्रह इतकेच काय छोटी-मोठी कोडी सोडवण्यामध्ये सुद्धा वाचनाचा अतिशय उपयोग होतो. चार माणसांत बोलायला उठवल्यानंतर आपलं मत मांडत असताना, आपल्याला शब्द सु-चतात ते मांडण्याचे धैर्य प्राप्त होतं आणि आपण बोलू शकतो त्यासाठी वाचन महत्त्वपूर्ण आहे आणि म्हणूनच म्हटले आहे वाचाल, तर टिकाल. कोणतीही पुस्तक हातात आल्यानंतर लगेच वाचून

काढले भराभर आणि त्यातून आपण आपली एक स्वतंत्र डायरी आणि त्या डायरीमध्ये आवडलेल्या नोंदी करून ठेवणे त्या पुस्तकातील कोणती गोष्ट कोणता प्रसंग अविस्मरणीय वाटला, आवडला आणि का आवडला? तसे एक साधारण संदर्भ आणि ते पुस्तक वाचल्याची तारीख त्या नोंदीला असली पाहिजे. आपले स्वतंत्र असे घरात जागा असेल तिथे ग्रंथालय असले पाहिजे. काही संग्रही पुस्तकं ठेवण्यासाठी असतात. अनेक ठिकाणी आपण व्याख्यानासाठी जातो किंवा ज्ञानदानासाठी पवित्र कार्य करणाऱ्या गुरूंनादेखील पुस्तक ही वेळोवेळी दाखले देण्यासाठी दृष्टांत कथा, बोधकथा, सुभाषिते, सुविचार, काव्यपंक्ती यासाठी अत्यंत मोलाची आहेत.आपण दिवसातून अनेक वेळ व्हॉट्सअॅप उघडतो. टीव्ही सीरियल पाहतो, गप्पा मारतो.

पण जसं आपल्याला अवगत असलेल्या भाषेमध्ये जर आपण आपलं वाचन निरंतर अखंड सुरू ठेवले, तर त्याचा लाभ आपला आपल्यालाच होतो. ही जी विद्या आहे, वाचन, मनन, चिंतन या कला आपल्यातून कोणीही चोरू शकत नाही. भविष्यात निश्चितच त्याचा लाभ होतो. निबंधकला, वक्तृत्वकला, संवाद, संभाषण, निवेदनशैली यासाठीदेखील वाचन महत्त्वाचे आहे. या सर्वच व्यक्तिमत्त्व विकासाच्या प्रकाशवाटा आहेत.

दम्याचे रूग्ण दाट धुक्यात मॉर्निंग वॉक करू शकतात का?



डॉक्टर

टीप्स

धुक्यात फिरायला जाताना या गोष्टींची काळजी घ्यावीचआपल्या सर्वांना माहित आहे की मॉर्निंग वॉक खूप फायदेशीर आहे. मॉर्निंग वॉकमुळे अनेक फायदे होतात. विशेषतः हिवाळ्यात प्रत्येकाने मॉर्निंग वॉक करायला हवा. यामुळे स्नायू मजबूत होतात, ऊर्जा वाढते आणि अनेक आजारांचा धोकाही कमी होतो. अलीकडच्या काळात हिवाळा वाढल्याचे आपण पाहिले आहे. यासोबतच धुकेही वाढू लागले आहेत. सकाळी काहीही नीट दिसत नाही. असे असूनही, काही

आरोग्यप्रेमी सकाळी उठतात आणि नियमित मॉर्निंग वॉक करतात. अशा परिस्थितीत दम्याचे रूग्ण मॉर्निंग वॉक करू शकतात का हे जाणून घेणे महत्त्वाचे ठरते? याचा त्यांच्या आरोग्यावर वाईट परिणाम होणार नाही का? चला, जाणून घेऊया या संदर्भात तज्ज्ञांचे मत काय आहे? फ़िरायला जाण्याआधी या चुका तुम्हीही करतात का? आजच बदला, नाहीर... दम्याचे रूग्ण धुक्यात मॉर्निंग वॉक करू शकतात का?



विनोद

आश्चर्य
मुलगा : बाबा, तुम्ही आईशी लग्न का केलेत?
बाप : म्हणजे? तुलाही आश्चर्य वाटू लागले वाटते?

usne mangi bhi to humse judai mangi.
or hum hai hume inkar karna na aaya.



वास्तववादी व्हा: चमत्कारासाठी योजना आखा. – ओशा

बंक्कृत शुभाषित

अर्थानुराणां न गुरुर्न बन्धुः कामानुराणां न भयं न लज्जा चिन्ता-नुराणां न सुखं न निद्रा क्षुधानुराणां न बलं न तेजः ॥

अर्थ – द्रव्यासाठी आतुर झालेला माणूस गुरू किंवा भावाला जाणत नाही, कामवासनेने उडीपित झालेल्या माणसाला भीती किंवा लज्जाही नसते. चिंतातुराला सुख नसते किंवा निद्राही नसते. भुकेने ग्रस्तलेल्या माणसाला बल किंवा तेज नसते.

आडवे शब्द

१. श्रीरामाचा तेरा अक्षरी मंत्र
१०. शर्व, पण
१२. फायदा, कल्याण
१३. जन्म
१४. माझे
१५. रमापती
१६. डग्याची साथीदार
१७. वाळा
१८. चांदणी
२०. सीतेला पळविणारा
२२. आवड, उत्कट इच्छा
२४. धातूचा धागा
२५. नरमच्या विरुद्ध
२७. भीमाजवळचे शस्त्र
२९. उथळ पाण्याचा आवाज
३०. नवरा (ग्रा.)
३१. 'रामचरित मानस' लिहिणारे
३३. कामदेव
३४. अंजन
३६. शहराचा भाग, पेठ, पूर्ण
३८. भारवाहक
३९. थंडावा
४०. सगळीकडे
४१. चलनवलन
४२. श्रीयुत
४४. व्यापारी फायदा
४६. पाप
४७. धाव, आघात
४९. वक्र
५२. आवरण
५४. कोवळ्या दुधाचा पदार्थ
५६. 'दिव्यावरील' अंधार!
५८. लिहितांना डावीकडे सोडलेली मोकळी जागा
५९. साखळी असलेला दिवा
६०. जंगला
६२. मैत्रीण
६३. निकट, जवळ
६५. गुल होणारा दिवा!
६६. समशेर
६९. उंटाच्या पाठीवरील उंचवटा
७०. कायदेशीर नसलेले
७२. स्त्री भूत
७३. नड, आवश्यकता

७४. डाकुंचा प्रमुख
७५. अंगरखा
७७. आंध्रमधून आलेली भटकी जमात
७८. नमस्कार
८१. झोपेचे खोबरे
८२. रात्रीचा पाऊस
८३. वस्तू निर्मितीची जागा

उभे शब्द

१. धनको, धनवान
२. बाई, स्त्री
३.सांगलीतील पूर्वीचे संस्थान
४. सुकुमार
५. अंतःकरण
७. बस्तान
८. मृत्यूचा राजा
९. मृत्यू
१०. सेपे नसलेले
११. चेष्टा
१७. अफूचे बीज
१९. संतापी
२१. आशीर्वाद
२३. मायेची सावली
२५. मनोरंजन करणारा
२६. भालप्रदेश
२७. विटी-दांडूचा खड्डा
२८. विदुराला हिणवताना वापरले गेलेले संबोधन
३१. मंजिऱ्यांचे रोपटे
३२. बायको (सं.)
३३. स्निग्ध औषध
३५. भारतीय सैनिक
३७. भविष्यकथनासाठी उपयोगी मानला जाणारा मणी
३८. मिठाईचा एक प्रकार
३९. गाणे म्हणणारा
४१. हस्तलाघव
४३. काहीजणांसाठी हे निद्रासन ठरते!
४५. बरगडी
४६. चौथा हिस्सा
४८. पहारेकरी
५०. दरोडा
५१. चर्चा, विचारविनिमय
५२. सत्त्व, ताकद
५३. अजून, जास्त

५५. वर-वधूची मिरवणूक

५७. जिम्मेदार

६१. समीक्षक

६२. रंग बदलणारा प्राणी

६४. गरजू, अडलेला

६७. मध्यस्थ

६८. फुकाची पायपीट

६९. सुसर

७०. हरभरा डाळीचे पीठ

७१. जेव्हा

७५. मैत्री

७६. सर्वसत्ताधीश, भूपती

७९. औषध

८०. संगीतातील पलटे

आडवे उतर

१.श्रीराम जयराम जयजयराम
२.अट १२.हित १३.जनन
१४.मम १५.रमावर १६.तबला
१७.खस १८.तारा २०.रावण २२.हौस
२४.जर २५.कडक २७.गदा २९.खळखळाट
३०.दादला
३१.तुलसीदास ३३.मदन
३४.काजळ ३६.पुरा ३८.हमाल
३९.गारवा ४०.सर्वत्र ४१.हालचाल
४२.महाशय ४४.नफा ४६.पातक
४७.वार ४९.वाकडा ५२.कवच ५४.खरवस
५६.काजळी
५८.कडप्पा ५९.लामणदिवा
६०.रानटी ६२.सखी ६३.लगत
६५.बत्ती ६६.तलवार ६९.मदार
७०.बेकायदा ७२.डाकीण
७३.गरज ७४.सरदार ७५.सदरा
७७.रबर ७८.वंदन ८१.जागरण
८२.रातवा ८३.कारखाना

उभे उतर

१.श्रीमंत २.महिला ३.जत
४.राजस ५.मन ६.जनता ७.जम
८.यमराज ९.मरण १०.अवघड
११.उर १७.खसखस १९.रागीट
२१.वरदान २३.पाखर
२५.कलाकार २६.कमळ
२७.गल २८.दासीपुत्र ३१.तुळस
३२.दारा ३३.मलम

लदार ५०.डाका ५१.चाकवत ५२.कप्पा

५३.आणखी ५५.वरात ५७.जबाबदार

६१.टीकाकार ६२.सरडा ६४.गरजवंत

६७.लवाद ६८.रणरण ६९.मगर ७०.बेसन

७१.यदा ७५.सख्य ७६.राजा ७९.दवा

८०.ताना



थोडक्यात/ संक्षिप्त

विराटच्या बालपणीच्या कोचने कोहलीचा फोन येताच थांबवली लाईव्ह मुलाखत

नवी दिल्ली: भारताचा स्टार क्रिकेटपटू विराट कोहलीचे माजी प्रशिक्षक राजकुमार शर्मा यांचा एक व्हीडिओ सध्या पाहायला मिळत आहे. ज्यामध्ये ते विराट कोहलीचा फोन आल्याने लाईव्ह मुलाखत थांबवतात.

भारताचा रनमशीन म्हणून प्रसिद्ध असलेल्या विराट कोहलीची बॅट पुन्हा एकदा पाकिस्तानविरूद्ध चांगलीच तळपली. चॅम्पियन्स ट्रॉफीतील पाकिस्तानविरूद्धच्या सामन्यात विराटने शतक झळकावत संघाला शानदार विजय मिळवून दिला. विराटने दुबईच्या मैदानावर १११ चेंडूत १०० धावा करत आपले शतक पूर्ण केले. गेला बराच काळ फॉर्मशी झगडत असलेल्या विराटने शानदार पुनरागमन केले आणि संघाच्या विजयात मोठी भूमिका बजावली. यादरम्यान कोहलीचे बालपणीचे कोच राजकुमार शर्मा यांचा एक व्हीडिओ व्हायरल होत आहे.

विराट कोहलीचे वनडे क्रिकेटमधील ५१वे एकदिवसीय आणि आंतरराष्ट्रीय कारकिर्दीतील ८२वे शतक आहे. कोहलीने १५ महिन्यांनंतर वनडे फॉर्मेटमध्ये शतक झळकावण्याचा पराक्रम केला. शतक झळकावल्यानंतर कोहलीने गुरू राजकुमार शर्मा यांना फोन केला. जे कोहलीचे बालपणीचे प्रशिक्षक आहेत. कोहलीने बालपणीचे कोच राजकुमार यांना फोन केला तेव्हा ते रोहित जुगलनला मुलाखत देत होते. राजकुमार यांनी त्यांचा फोनवर कॉल येत असल्याचे पाहिले आणि त्यांना पाहताच कळलं की विराट कोहली कॉल करत आहे. कोच यांनी थेट मुलाखत थांबवत विराटचा फोन घेतला आणि लांब जाऊन त्याच्याशी कॉल करून बोलून परतले. कोहलीने फोन करताच राजकुमार म्हणाले, त्याचाच कॉल आहे. फोनवर बोलतून जुगलन यांनी राजकुमार यांना विचारलं, कोहलीशी काय बोलणं झालं? प्रत्युत्तरात राजकुमार म्हणाले, त्याच्या शतकाबद्दल मी त्याचं अभिनंदन केले. अशा यशाबद्दल आनंद वाटतो. या व्हिडिओवर कोहलीच्या चाहत्यांकडून प्रचंड प्रतिक्रिया येत आहेत. एका यूजरने कमेंट केली की, एवढा मोठा खेळाडू असूनही, आजही कोहली त्याच्या प्रशिक्षकांच्या इतका जवळ आहे..

चॅम्पियन्स ट्रॉफीत ऑस्ट्रेलियाचं नशीबचं खराब! दक्षिण आफ्रिकेविरूद्धचा महत्त्वाचा सामना पावसामुळे रद्द, सेमीफायनमध्ये कोण जाणार?

कोहलीच्या या धाडसी खेळीमुळे कोच राजकुमार यांना खूप आनंद आणि दिलासा वाटत आहे. कोच राजकुमार यांना आशा आहे की कोहलीच्या फॉर्मवर आता तरी प्रश्न उपस्थित होणं थांबेल. भारत विरूद्ध पाकिस्तान सामन्यानंतर एका व्हिडिओमध्ये राजकुमार यांनी पीटीआयला सांगितले की, आता तुम्ही विराट फॉर्ममध्ये नाही, असं विचारणार नाही. ते म्हणाले, मी नेहमी म्हणत आलो की तो एक मोठी खेळी खेळणारा खेळाडू आहे आणि त्याने आज पुन्हा ते सिद्ध केले. त्याने नेहमीच मजबूत संघांविरूद्ध चांगली कामगिरी केली आहे, गेल्या अनेक वर्षांपासून तो हे करत आला आहे. देशासाठी सर्वाधिक सामने जिंकणारा तो खेळाडू आहे,असं कोच राजकुमार म्हणाले.

कोहलीने या डावात वनडेमध्ये १४ हजार धावाही पूर्ण केल्या. सचिन तेंडुलकर आणि कुमार संगकारा यांच्यापंतर ही कामगिरी करणारा तो जगातील तिसरा फलंदाज आहे. पण सर्वात कमी डावांमध्ये ही कामगिरी करणारा तो जगातील पहिला गोलंदाज आहे. शर्मा यांनी ही मोठी कामगिरी असल्याचे म्हटले आहे. ते म्हणाले, एकदिवसीय क्रिकेटमध्ये ५१वे शतक आणि आंतरराष्ट्रीय क्रिकेटमध्ये एकूण ८२वे शतक झळकावण्याबरोबरच, त्याने एकदिवसीय क्रिकेटमध्ये १४ हजार धावाही पूर्ण केल्या आहेत. ही एक मोठी कामगिरी आहे. मला त्याचा अभिमान आहे की, त्याने संपूर्ण देशाचा गौरव केला आहे. त्याने देशाला आनंद साजरा करण्याची संधी दिली याचा आम्ही सर्वांना खूप आनंद आहे.

अफगाणिस्तान साठी वरदान ठरणार पाऊस!



मुंबई: पाकिस्तानच्या यजमानपदाखाली खेळवल्या जात असलेल्या आयसीसी चॅम्पियन्स ट्रॉफी २०२५मध्ये अफगाणिस्तान संघासाठी एक सुवर्णसंधी चालून आली आहे. त्यांच्याकडे सेमीफायनलमध्ये जाण्याची संधी आहे. अफगाणिस्तानच्या संघाला ही संधी पावसामुळे मिळाली आहे. मात्र सेमीफायनलसाठी अफगाणिस्तानच्या संघाला आपली संपूर्ण ताकद पणाला लावावी लागेल. अफगाणिस्तानचा संघ



दिल्लीचा गुजरातवर १४ चेंडू राखून शानदार विजय

नवी दिल्ली: दिल्ली कॅपिटल्सने गुजरात जायंट्सच्या संघावर सहज विजय मिळवत गुणतालिकेत पहिलं स्थान गाठलं आहे.दिल्ली कॅपिटल्सचा संघाने गुजरात जायंट्स संघावर एकतर्फी ६ विकेट्सने विजय मिळवला आहे. दिल्लीच्या मारिजन कापने भेदक गोलंदाजी करत गुजरात संघाचं कंबरड मोडलं. मारिजन काप टी-२० सामन्यात २ विकेट मेडन षटक टाकत गुजरात संघाला धावा करण्याची संधी दिली नाही. यासह गुजरातने दिल्लीला अवघ्या १२७ धावांचे आव्हान दिले. तर दिल्लीने १६व्या षटकात १३१ धावा करत शानदार विजय मिळवला. या विजयासह दिल्लीचा संघ थझड २०२५ च्या गुणतालिकेत पहिल्या स्थानी पोहा-



चला आहे.१२८ धावांच्या धावसंख्येचा पाठलाग करताना दिल्लीची सुरुवात खास झाली नाही. कर्णधार मेग लॅनिंगने १३

डब्ल्यूपीएलच्या गुणतालिकेत पहिल्या क्रमांकावर दिल्ली कॅपिटल्स शफाली वर्माची शानदार खेळी

७४ धावांची भागीदारी केली. शेफाली वर्मनि २७ चेंडूत ५ चौकार आणि ३ षटकारांसह ४४ धावांची खेळी केली. शेफाली वर्मनि मेग लॅनिंगच्या विकेटनंतर संघाचा डाव सावरला तर जोनासनबरोबर उत्कृष्ट भागीदारी रचली.महिला प्रीमियर लीग सामन्यात दिल्ली कॅपिटल्सने शानदार गोलंदाजी करत गुजरात जायंट्सला २० षटकांत ९ गडी गमावून १२८ धावांवर रोखले. नाणेफेक जिंकल्यानंतर दिल्ली कॅपिटल्सची कर्णधार मेग लॅनिंगने प्रथम गोलंदाजी करण्याचा निर्णय घेतला. संघातील वेगवान गोलंदाजी आक्रमणाने हा

निर्णय अगदी योग्य असल्याचे सिद्ध केले. चॅम्पियन्स ट्रॉफीत ऑस्ट्रेलियाचं नशीबचं खराब! दक्षिण आफ्रिकेविरूद्धचा महत्त्व-ाचा सामना पावसामुळे रद्द, सेमीफायनमध्ये कोण जाणार?गुजरातकडून डिएंड्रा डोटिनेने २६ धावा, तनुजा कन्वरने १६ धावा तर भारती फुलमाली हिने ४० धावांची खेळी केली. याशिवाय संघाचे सर्व खेळाडू स्वस्तात बाद झाले. दिल्लीकडून शिखा पांडेने २ विकेट्स, मारिजन कापने २ विकेट्स, एनाबेल सदरलॅंडने २ विकेट्स घेतले. तर तितास साधू आणि जोनास-नने प्रत्येकी १ विकेट घेतली.

अरे इंग्रजांची औलाद, हरभजन सिंग आणि चाहत्यामध्ये सोशल मीडियावर जोरदार वाद

नवी दिल्ली:भारतीय क्रिकेट संघाचा माजी खेळाडू हरभजन सिंगबरोबर सोशल मीडियावर एक चाहत्याने हुज्रत घा-तली आहे. याप्रकरणी हरभजन सिंगने एफआयआरही दाखल केला आहे.भारतीय संघाचा माजी खेळाडू हरभजन सिंग कायमच सोशल मीडियावर खूप सक्रिय असतो. भारताच्या सामन्यासंदर्भात, खेळाडूंसंदर्भात किंवा तत्कालीन मुद्द्यांवर आ-पले मत व्यक्त करत असतो. पण हरभजन सिंग सध्या सोशल मीडियावर पुन्हा चर्चेत आहे. यावेळी हरभजन बरोबर एका चाहत्याने वाद घातला आहे. हरभजन सिंगने पाकिस्तानवर भारताच्या विजयानंतर सोशल मीडियावर एका युजरच्या पोस्टवर रिप्लाय दिला होता. यावरून हे संपूर्ण प्रकरण घडले. हरभजन सिंगने पाकिस्तानवर भारताच्या विजयानंतर सोशल मीडियावर लिहिले होते, ‘भार-ताचा विजयाचा आनंद’ यावर एक चाहत्याने हिंदी कॉमेंट्रीवर निशाणा साधला होता. हरभजन सिंग अनेक क्रिकेट सामन्यांचे समालोचन करताना दिसतो. भारत-पाकिस्तान सामन्यातही तो समालोचन करत होता. यानंतर हरभजनने ही पोस्ट केली होती. त्याच्या पोस्टवर या युजरने लिहिले होते की, ‘हिंदी कॉमेंट्री या सुंदर ग्रहावरील



सर्वात वाईट गोष्टींपैकी एक असू शकते.’ भज्जीने यावर रिप्लाय दिला आणि गोष्टी अधिक टोकाला पोहोचल्या. या यूजरला उत्तर देताना हरभजनने लिहिले होते, ‘वाह, इंग्रजांची औलाद. तुझी मला किंव येते. आपली भाषा बोलण्याचा आणि ऐकण्याचा आपल्याला अभिमान वाटला पाहिजे.’ यानंतर रॅडम सेना नावाच्या अकाऊंटवरून हे हिंदीत का नाही लिहिलं?’ बरं, अभिमान नाही गर्व असला पाहिजे. यावर हरभजन म्हणाला, तू वेडा तर नाही वाटत पण तुझं डोकं ठिकाणावर नाही आहे. हे बरोबर लिहलंय का?या पोस्टला उत्तर देताना या यूजरने लिहिले की, हे आहे शुद्ध हिंदी, आता तू इतरांना बोलू शकतोस. त्या युजरने हिंदीत ‘ये हुए शुद्ध हिंदी असं लिहिलं होतं. यावर हरभजन त्याला उत्तर देत म्हणाला, ‘ये हुए नाही हुई असत. मी तुझ्या उपचारासाठी आणि तू लहकर बरा व्हावा यासाठी प्रार्थना करतो.पण या युजरने इंग्रमाम उल हक्का व्हिडिओ शेअर केल्याने हा वाद आणखी चिघळला. ज्यामध्ये इंग्रमाम सांगत होता की, खेळताना आम्ही एक खेळी बनवली होती,

ज्यामध्ये आम्ही नमाज अदा करायचो. १-२ दिवसांनी भारतातून मुस्लिम क्रिकेटपटूही तिथे येऊ ला-गले आणि काही भारतीय खेळाडूही. मौलाना नमाजनंतर आमच्याशी बोलायचे. एके दिवशी हरभजनने मला सांगितले की मला वाटते की मी त्याचं म्हणणं ऐकू. यावर मी म्हणालो तू करू शकतोस आणि मग हरभजन म्हणाला, मी तुला पाहून थांबतो. या व्हीडिओच्या पोस्टला उत्तर देताना हरभजन सिंग म्हणाला, झेवो यांनाही मानसिक उपचारासाठी तुमच्यासोबत रुग्णालयात घेऊन जा. तुमच्याप्रमाणेच त्यांनाही इलाज करण्याची गरज आहे.फ यानंतर भज्जीने या यूजरची एक जुनी पोस्ट शेअर केली ज्यामध्ये त्याने अयोध्येतील हिंदूंवर वादग्रस्त कमेंट केली होती. भज्जीने लिहिले, झूतू नक्की कोणत्या बाजूचा आ-हेस? आमच्या अयोध्येतील हिंदू बांधवांना कोण चुकीचे बोलत आहे. तुझ्या मानसिक स्थितीपे-क्षा तू देशद्रोही असण्याचा मला जास्त संशय आहे.भज्जीने या यूजरच्या दुसऱ्या पोस्टला उत्तर देताना लिहिले की, झूतू घुसख-ोर आहेस, हे तुझ्या घाणेरड्या भाषेवरून सिद्ध होते. कारण आपण इथे असं बोलत नाही. बाकी ज्या शिष्या तू मला दिल्या आहेस त्या मी रेकॉर्ड केल्या आहेत आणि एफआयआर दाखल केला आहे.

पाकिस्तान क्रिकेट रसातळाला!

वृत्तसंस्था, कराची-एकेकाळी पाकिस्तानच्या संघाने जागतिक हॉकीवर वर्चस्व गाजवले होते. मात्र आता पाकिस्तान हॉकीचे अस्तित्त्वच जवळपास संपुष्टात आले आहे. इतकीच वाईट परिस्थिती आता पाकिस्तान क्रिकेट संघाचीही झाली आहे. हे चित्र बदलले नाही, तर पाकिस्तानातील क्रिकेट हॉकीपेक्षाही रसातळाला जाईल, अशी बोचरी टिप्पणी पाकिस्तानचा माजी सलामीवीर अहमद शहजादने एका कार्यक्रमात केली. पाकिस्तान क्रिकेट मंडळावर (पीसीबी) अगदी उघडपणे टीका करणाऱ्या शहजादने या वेळी केलेले वक्तव्य ‘पीसीबी’ला विचार करायला लावणारे आहे. ही सगळी मुलं ना, रोहित शर्माचं भारताच्या विजयानंतर मोठं वक्तव्य, कोणाला दिलं पाकिस्तानच्या पराभवाचं श्रेय? अबरारचं मोठं वक्तव्य; सामन्यानंतर काय म्हणाला? तब्बल २९ वर्षांनंतर पाकिस्तानला ‘आयसीसी’च्या एखाद्या जागतिक स्पर्धेचे यजमानपद भूषवण्याची संधी लाभली. मात्र, चॅम्पियन्स करंडक स्पर्धेला सुरुवात होऊन आठवडाही झाला नाही, तोच यजमानांचे स्पर्धे तील आव्हान संपुष्टात आले. प्रथम न्यूझीलंड, मग पारंपरिक प्रतिस्पर्धी भारताकडून पाकिस्तानला हार पत्करावी लागली. घरच्या मैदानांवरील या स्पर्धेत बाद फेरीही गाठता न येणे, हे पाकिस्तान संघाचे अपयश पंचवणे माजी खेळाडूंना अवघड जात आहे. वसीम अक्रम, वकार युनिसपासून ते शोएब मलिक, मोहम्मद हफीज यांसारख्या नामांकित माजी खेळाडूंनी पाकिस्तान संघाच्या कामगिरीवर ताशेरे ओढले



आहेत. गेल्या काही वर्षांपासून पाकिस्तान क्रिकेटची झपाट्याने अधोघाती झाली आहे. गेल्या तीन वर्षात २६ निवडकर्ते, चार कर्णधार आणि आठ प्रशिक्षक असे बदल पाकिस्तान क्रिकेटने पाहिले. सततच्या या प्रयोगांचा पाकिस्तानला मोठा फटका बसत असल्याचे चित्र आहे. बाबर आझम, मोहम्मद रिझवान, शाहीन शाह आफ्रिदी, हॅरिस रौफ आणि नसीम शाह यांसारखे काही खेळाडू सातत्याने या संघाचा भाग आहेत. मात्र, त्यांच्या कामगिरीत सातत्याचा अभाव दिसून येत आहे. तसेच पाकिस्तानच्या संघनिवडीवरही बरीच टीका झाली. “चॅम्पियन्स करंडक स्पर्धेसाठी निवडलेल्या संघात एक फिरकीपटू आणि एक सलामीवीर कमी असल्याचे आपल्याला समजते, पण हे निवड समितीला कळले नाही,” असे वसीम अक्रम आणि मोहम्मद हफीज वेगवेगळ्या कार्यक्रमांत म्हणाले. भारताला एकदिवसीय विश्वचषक जिंकून देणाऱ्या गॅरी कस्टन यांची गतवर्षी पाकिस्तानच्या मर्यादित षटकांच्या संघाच्या प्रशिक्षकपदी नियुक्ती झाली होती. मात्र, संघनिवडीवरून मतभेद आणि अन्य काही कारणांमुळे त्यांनी एकाही एकदिवसीय सामन्यात प्रशिक्षण देण्यापूर्वीच आपल्या

पदाचा राजीनामा दिला. माजी वेगवान गोलंदाज अकिब जावेदने प्रशिक्षकपदाची धुरा सांभाळली. मात्र, पाकिस्तान संघाची कामगिरी निराशाजनकच राहिली. तूर्तस बदल नाही याआधी पाकिस्तानच्या संघाला २०२३च्या एकदिवसीय विश्वचषकात, तर गतवर्षीच्या ट्वेन्टी-२० विश्वचषकातही साखळी फेरीचा अडथळा पार करता आला नव्हता. आता चॅम्पियन्स करंडक स्पर्धेतही अण्यथा आल्याने ‘पीसीबी’ नाराज असल्याचे समजते. मात्र, पाकिस्तानकडे या स्पर्धेचे यजमानपद असल्याने पूर्ण स्पर्धा संपत नाही, तोवर संघ व्यवस्थापनात कोणतेही बदल केले जाणार नसल्याचे समजते. ‘सध्या चॅम्पियन्स करंडक स्पर्धेचे यजमानपद यशस्वीरीत्या भूषवणे हे ‘पीसीबी’चे लक्ष्य आहे. त्यामुळे पाकिस्तान संघाच्या कामगिरीबाबत इतक्याच कोणतीही चर्चा केली जाणार नाही,” असे ‘पीसीबी’तील सूत्रांनी सांगितले. अकिब जावेद यांचा करार २७ फेब्रुवारीला संपुष्टात येणार आहे. पाकिस्तानचा संघ न्यूझीलंडमध्ये १५ मार्चपासून मर्यादित षटकांची मालिका खेळणार आहेत. त्यामुळे या दौऱ्यासाठी अति प्रशिक्षकाची निवड अपेक्षित असल्याचे सूत्रांकडून सांगण्यात आले.

बॅडमिंटनपटू लक्ष्य सेनवर मोठा आरोप, एफआयआर दाखल करण्याची केली मागणी

भारताचा युवा बॅडमिंटनपटू लक्ष्य सेन मोठ्या वादात अडकला आहे. ऑलिम्पियन लक्ष्य सेन, त्याचा भाऊ चिराग सेन, वडील धीरेंद्र सेन, आई निर्मला सेन आणि प्रशिक्षक यू विमल कुमार यांच्याविरूद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला आहे, त्यांनी लक्ष्य आणि चिराग या दोन्ही भावांच्या जन्माची खोटी कागदपत्रे दिल्याचा आरोप केला आहे. ज्युनियर स्पर्धेत भाग घेता यावा म्हणून त्याचे वय अडीच वर्षांनी कमी करण्यात आल्याचा आरोप दाखल करण्यात आला आहे. पण आता लक्ष्य सेनला सुप्रीम कोर्टाने दिलासा दिला आहे.सर्वोच्च न्यायालयाचे न्यायमूर्ती सुधांशू धुलिया आणि न्यायमूर्ती के. विन-पेद चंद्रन यांच्या खंडपीठाने बॅडमिंटनपटू लक्ष्य सेनच्या खटल्यात कर्नाटक उच्च न्यायालयाच्या आदेशाला स्थगिती दिली आहे, ज्यामध्ये त्याच्या जन्मतारीख (वय) संबंधित फसवणुकीच्या आरोपांची चौकशी करण्याची परवानगी देण्यात आली होती. सर्वोच्च न्यायालयाने कर्नाटक उच्च न्यायालयालाही नोटीस बजावली आहे.

अर्जुन पुरस्कार विजेतश बॅडमिंटनपटू लक्ष्य सेन आणि त्याचा भाऊ चिराग सेन यांनी जन्मतारखेच्या वादात कर्नाटक उच्च न्यायालयाच्या निर्णयाला सर्वोच्च न्यायालयात आव्हान दिले होते. बॅडमिंटन अकादमी चालवणारे नागराज एमजी यांनी आरोप केला आहे की प्रकाश पदुकोण बॅडमिंटन अकादमीचे बॅडमिंटन प्रशिक्षक विमल कुमार यांनी २०१० मध्ये लक्ष्य सेन आणि चिराग सेन यांच्या पालकांच्या संगनमताने जन्म प्रमाणपत्राची खोटी कागदपत्रे सादर केली होती. जेणेकरून त्यांना विशिष्ट वयोगटातील स्पर्धांमध्ये भाग घेण्याची परवानगी मिळू शकेल. या स्पर्धेत सहभागी झाल्यानंतर शासकीय लाभ मिळवण्यासाठी जन्म दाखला खोटा दाखवण्यात आल्याचा आरोप तक्रारदाराने केला आहे. त्यांनी आपल्या युक्तिवादाच्या समर्थनार्थ आरटीआयद्वारे प्राप्त केलेली काही कागदपत्रे सादर केली.

विराटच्या बालपणीच्या कोचने कोहलीचा फोन येताच थांबवली लाईव्ह मुलाखत अन्;



शतकानंतर केलेला कॉल, पाहा तखऊज पोलिसांनी भारतीय दंड संहिता (आयपीसी)

च्या कलम ४२० (फसवणूक), ४६८ (फसवणूक करण्याच्या उद्देशाने खोटी)

आणि ४७९ (खोटी रेकॉर्ड अससल म्हणून वापरणे) अंतर्गत गुन्हा नोंदवला. मेट्रोपॉलिटन मॅजिस्ट्रेटच्या सूचनेनुसार २ डिसेंबर २०२२ रोजी एफआयआर नोंदवण्यात आला होता, परंतु त्यावेळेस कर्नाटक उच्च न्यायालयाने २२ डिसेंबर २०२२ रोजी अंतरिम आदेश देऊन तपास स्थगित केला होता. कर्नाटक हायकोर्टाने बॅडमिंटनपटू लक्ष्य सेन, त्याचे कुटुंब आणि त्याचे प्रशिक्षक यू विमल कुमार यांच्या जन्म प्रमाणपत्रात खोटपणाचा आरोप करणाऱ्या याचिका फेटाळून लावल्या आणि उच्च न्यायालयाने सांगितले की, या प्रकरणात प्रथमदर्शनी पुरावे आहेत जे तप-साची गरज दर्शवतात.द इंडियन एक्सप्रेसच्या वृत्तानुसार, न्यायमूर्ती एमजी उमा यांनी १९ फेब्रुवारीला हा आदेश दिला होता आणि तो नुकताच उपलब्ध झाला. याचिका फेटाळताना न्यायमूर्ती एमजी उमा म्हणाले, ‘जेव्हा प्रथमदर्शनी सामग्री रेकॉर्डवर ठेवली जाते ज्यामध्ये गुन्हा असल्याचा दावा केला जातो, तेव्हा मला तपास थांबवण्याचे किंवा फौजदारी कारवाई रद्द करण्याचे कोणतेही

कारण दिसत नाही. तक्रारदाराने योग्य प्राधिकाऱ्यांकडून आरटीआय कायद्यांतर्गत प्राप्त केलेली कागदपत्रे असलेली महत्त्व-पूर्ण सामग्री न्यायालयासमोर ठेवली. अशा स्थितीत मला याचिकांवर विचार करण्याचे कोणतेही कारण दिसत नाही. विकेटनंतर सेलिब्रेट करण्याची माझी, गिलला बोलूड केल्यानंतर भुवई उंचावणाऱ्या पाकिस्तानच्या अबरारचं मोठं वक्तव्य; सामन्यानंतर काय म्हणाला? लक्ष्य सेन आणि चिराग सेन यांच्यासह पालक आणि प्रशिक्षक यांनी डिसेंबर २०२२ मध्ये त्यांच्याविरूद्ध दाखल केलेला एफआयआर रद्द करण्याची मागणी केली. द हिंदूच्या वृत्तानुसार, याचिकाकर्त्यांनी दावा केला आहे की त्यांचा अपमान करण्यासाठी बिनबुडाचे आरोप करण्यात आले आ-हेत. खर्च तर, २०२० मध्ये, नागराज यांच्या मुलीला प्रकाश पदुकोण बॅडमिंटन अकादमीमध्ये प्रवेश देण्यात आला नाही कारण त्यांच्या मुलीने अकादमीमध्ये प्रवेश घेण्यासाठी निकष पूर्ण केले नव्हते.

मध्य रेल्वेच्या खेळाडूंनी ३८ व्या राष्ट्रीय क्रीडा स्पर्धा-२०२५ मध्ये २६ पदके जिंकली ५ सुवर्ण, ११ रौप्य आणि १० कांस्य पदके जिंकून सन्मान मिळवला

सोलापूर/प्रतिनिधी:- मध्य रेल्वेच्या खेळाडूंनी उत्तराखंडमधील देहरादून येथे झालेल्या ३८ व्या राष्ट्रीय क्रीडा स्पर्धा-२०२५ मध्ये ५ सुवर्ण, ११ रौप्य आणि १० कांस्य पदकांसह एकूण २६ पदके जिंकून चमकदार कामगिरी केली.

दिनांक २८ जानेवारी ते १४ फेब्रुवारी-२०२५ दरम्यान उत्तराखंडमधील देहरादून येथे झालेल्या ३८ व्या राष्ट्रीय क्रीडा स्पर्धा-२०२५ मध्ये मध्य रेल्वेच्या एकूण ३० खेळाडूंनी भाग घेतला. मध्य रेल्वेच्या सहभागींनी वैयक्तिक आणि सांघिक स्पर्धांमध्ये ५ सुवर्ण, ११ रौप्य आणि १० कांस्य पदके जिंकली.

वैयक्तिक स्पर्धा

सुवर्ण पदक :-
अंकिता ध्यानीने अॅथलेटिक्समध्ये ३ पदके जिंकली - महिलांच्या ३००० मीटरमध्ये सुवर्ण, ५००० मीटरमध्ये सुवर्ण आणि १०००० मीटरमध्ये रौप्य.

तेजस शिरसेने पुरुषांच्या ११० मीटर हर्डल्स शर्यतीत सुवर्णपदक जिंकले, राष्ट्रीय खेळांचा एक नवीन



विक्रम प्रस्थापित केला आणि सध्याचा राष्ट्रीय विक्रमधारक बनला आहे. वंशिता वर्माने महिला वेटलिफ्टिंगमध्ये सुवर्णपदक जिंकले.

रौप्य पदक :-

अंकिता ध्यानी थलेटिक्समध्ये - महिलांची १०००० मीटर शर्यत., अॅथलेटिक्स - पुरुषांच्या १०० मीटर शर्यतीत प्रणव गुरव, महिला वेटलिफ्टिंगमध्ये साक्षी सिंगारे, पुरुषांच्या वेटलिफ्टिंगमध्ये मुकुंद अहिर, पुरुषांच्या वेटलिफ्टिंगमध्ये संकेत सरगर, महिलांच्या प्लॅटफॉर्म

डायव्हिंगमध्ये ईशा वाघमोडे, महिला ५० मीटर फ्रीस्टाइल स्विमिंग आणि ४१०० फ्रीस्टाइल रिले स्विमिंगमध्ये अवंतिका चव्हाण.

कांस्य पदक :-

पुरुष बॅडमिंटनमध्ये कुशल धर्ममेर, ओम अवस्थी हाय बोर्ड डायव्हिंगमध्ये आणि, महिलांच्या स्प्रिंग बोर्ड डायव्हिंगमध्ये ईशा वाघमोडे.

टीम इव्हेंट

सुवर्ण पदक :-
पुरुषांच्या खो-खोमध्ये रामजी कश्यप

रौप्य पदक :-

पुरुषांच्या व्हॉलीबॉलमध्ये मुथु एलाक्किया. पुरुषांच्या वॉटर पोलोमध्ये उदय उत्तकर आणि ऋतुराज बिडकर.

कांस्य पदक :-
महिला व्हॉलीबॉलमध्ये कविता, महिला कबड्डीमध्ये रेखा सावंत, पुरुषांच्या वॉटर पोलोमध्ये आदर्श, जीतू एसपी, रोहित विरूद्ध अप्पू एनएस आणि अमल. विजेत्या खेळाडूंमध्ये १६ खेळाडू मुंबई विभागातील, ४ पुणे विभागातील आणि २ खेळाडू सोलापूर विभागातील आहेत.

३८ व्या राष्ट्रीय क्रीडा

स्पर्धा-२०२५ मध्ये देशभरातील ३५ श्रेणीतील क्रीडा स्पर्धांमध्ये विविध राज्यांचे प्रतिनिधित्व करणाऱ्या १०,००० हून अधिक खेळाडूंचा मोठा सहभाग दिसून आला.

मध्य रेल्वेचे महाव्यवस्थापक श्री धर्म वीर मीना यांनी मध्य रेल्वेच्या खेळाडूंचे त्यांच्या यशाबद्दल अभिनंदन केले आणि भविष्यातील स्पर्धांमध्ये आणखी चांगली कामगिरी करण्यासाठी त्यांना प्रेरित केले.

मध्य रेल्वेच्या खेळाडूंच्या अपवादात्मक कामगिरीने संपूर्ण रेल्वे कुटुंबाला अभिमान वाटला आहे, जो रेल्वे खेळाडूंच्या अविश्वसनीय प्रतिभा आणि खिलाडूवृत्तीचे प्रतिबिंब आहे. मध्य रेल्वे आपल्या खेळाडूंना सर्वोत्तम सुविधा पुरवत आहे आणि खेळाडूंच्या यशाचे श्रेय सेंट्रल रेल्वे स्पोर्ट्स असोसिएशन ला जाते, ही संस्था नवोदित खेळाडूंची भरती, पदोन्नती, प्रशिक्षण आणि प्रोत्साहन देण्यासाठी आणि त्यांची स्वप्ने पूर्ण करण्यात आणि रेल्वे आणि देशाचे नाव उंचावण्यासाठी समर्पित आहे.

विज्ञान-तंत्रज्ञानाच्या अद्ययावत ज्ञानात वृद्धी करण्याची आवश्यकता-डॉ.गिरधारीलाल तिवारी



लातूर/प्रतिनिधी:- शिक्षक हे भविष्याच्या पिढ्यांचे शिल्पकार असतात, म्हणून त्यांना विज्ञान आणि तंत्रज्ञानामधील अद्ययावत ज्ञान असावे, त्या ज्ञानाचा फायदा विद्यार्थ्यांना निश्चित होईल. बदलत्या काळानुसार विज्ञान-तंत्रज्ञानाच्या अद्ययावत ज्ञानामध्ये वृद्धी करण्याची आवश्यकता आहे, असे प्रतिपादन भंडारा येथील जे.एम.पटेल कला,वाणिज्य आणि विज्ञान महाविद्यालय यांनी केले.

येथील दयानंद विज्ञान महाविद्यालयात गॅलिलियो गॅलिली यांची ४६१ वी जयंती साजरी करण्यात आली. कार्यक्रमाची सुरुवात प्रमुख पाहुणे म्हणून जे.एम.पटेल कला,वाणिज्य आणि विज्ञान महाविद्यालय,

भंडारा येथील प्रा.डॉ.गिरधारीलाल बालकिशन तिवारी,म.बसवेश्वर महाविद्यालयातील डॉ.स्वामी व एस.एम.पी.महाविद्यालय,मुसूम येथील डॉ.मठपती यांनी वैज्ञानिकाच्या प्रतिमेस वंदन करून केले. या प्रसंगी प्रा.मोटेगावकर, प्रा.नवले, डॉ.रोहिणी शिंदे, डॉ.संगीता जाजू, डॉ.राहुल मोरे, डॉ.श्रेयस माहुरकर, डॉ.महेश करळे यांची प्रमुख उपस्थिती लाभली.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ.कोमल गोमारे यांनी केले. यावेळी जैवतंत्रज्ञान विभागातील बी.एस्सी.तृतीय वर्षातील आसावरी पाटील या विद्यार्थिनीने वैज्ञानिकाबद्दलची माहिती प्रकाशझोतात आणली. त्या काळात अ‍ॅरिस्टॉटलच्या तत्त्वज्ञानाचा पगडा सर्वत्र निर्माण झाला होता. एखादा सिद्धांत मांडायचा आणि

केवळ वादविवाद करून तो प्रस्थापित करायचा अशी परंपरा तो पर्यंत होती. गॅलिलिओने मात्र आपला सिद्धांत प्रयोगाने सिद्ध करून दाखवायचा नवीनच पायंडा पाडला. पृथ्वीचे स्थान विश्वाच्या केंद्रात असल्याचा समज चुकीचा आहे हे त्याने गणिताने सिद्ध केले. गॅलिलिओने वस्तूची प्रतिमा बत्तीस पट मोठी करून दाखविणारी दुर्बिण तयार केली. अज्ञात असलेले अनेक ग्रह, तारे यांचे निरीक्षण करता येऊ लागल्याने खगोलशास्त्रीय अनेक अद्भुत शोध या दुर्बिणीमुळे लागले. याप्रसंगी विभागातील प्रा.अनुराधा शिंदे पाटील, डॉ.नितीन चौहान व शिक्षकेतर कर्मचारी तसेच पदवी विभागातील विद्यार्थी बहुसंख्येने उपस्थित होते.

कष्टकरी परिवारातील ५१ मुलींना सायकलीचे वाटप

राज प्रतिष्ठानच्या बांधिलकीने मानवता तेजोमय-पोलिस अधीक्षक सोमय मुंडे

लातूर/प्रतिनिधी:- घरापासून कोसो दूर असलेली शाळा वेळेत गाठता यावी, हा प्रवास सुकर व्हावा यासाठी कष्टकरी परिवाराच्या ५१ विद्यार्थिनींना येथील राज प्रतिष्ठान तसेच सामाजिक कार्यकर्ते डॉ. हर्षवर्धन राऊत व त्यांच्या पत्नी डॉ. शुभांगी राऊत यांच्या वतीने बुधवारी (दि.१९) शिवजयंती दिनी मोफत सायकली देण्यात आल्या. चंद्रनगर मधील अंबामाता मंदिराशेजारी असलेल्या गुजराती स्कूलच्या प्रांगणात हा कार्यक्रम झाला. सीआरपीएफ चे डेप्युटी कमांडर सुदीप वाघचौरे, राजर्षी शाहू महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. महादेव गव्हाणे, सुशीलादेवी राऊत, डॉ. राजेश एनाडले, डॉ. अशोक पोतदार, डॉ. हर्षवर्धन राऊत, डॉ. शुभांगी राऊत आदींची प्रमुख उपस्थिती होती. यावेळी बोलताना प्राचार्य डॉ. महादेव गव्हाणे यांनी स्वप्न, परिश्रम अन् आत्मविश्वास हिच



यशाची त्रिसूत्री असून या मार्गाने वाटचाल केल्यास जगातली कोणतीही शक्ती तुमच्या यशाचा मार्ग रोखू शकत नाही, असे सांगितले. अनंत अडचणी असतानाही याच गुणांनी छत्रपती शिवाय व मावळ्यांनी स्वराज्य साकारले तसेच संकटे ही परतवली. तुम्हीही मोठी स्वप्न पहा, परिश्रम करा अन् खूप खूप मोठे व्हा असे सांगत त्यांनी प्रतिष्ठानच्या कार्य अन् उपक्रमाचे कौतूक केले. सुदीप

वाघचौरे यांनी राज प्रतिष्ठानचे कार्य कौतुकास्पद अन् प्रेरणादायी असल्याचे सांगितले. प्रातिनिधीक रुपात लाभार्थी विद्यार्थिनींनी या भेटीबद्दल राऊत परिवाराप्रति कृतज्ञता व्यक्त करीत ही भेट सदासर्वदा आमच्या स्मरणात राहील, अशी भावना व्यक्त केली. प्रास्ताविक दत्तात्रय पाटील यांनी केले. सुत्रसंचलन प्रख्यात निवेदिका क्षिप्रा मानकर यांनी केले. आभार डॉ. हर्षवर्धन राऊत यांनी मानले.

मानवता उजळणारी बांधिलकी-सोमय मुंडे

छत्रपती शिवाय हे निश्चयाचा महामेरू, सकल जणांशी आधारू, अखंड स्थितीचा निर्धारू होते. प्रजेचे दैन्य दूर करण्यासाठी त्यांनी श्रीमंती वापरली तथापि त्या धनाचा उपयोग स्वतःसाठी कधीही केला नाही, या अर्थाने ते योगीच ठरले. शिवरायांचे हे गुण आपण अंगीकारले पाहिजेत. सायकलींचे वाटप करून राऊत परिवाराने जपलेली ही बांधिलकी मानवता उजळ करणारी आहे.

मस्साजोग येथील देशमुख कुटुंबाचे स्वातंत्र्य सैनिक रामराव पाटील यांच्याकडून सांत्वन पर भेट



निलंगा/आयुब बागवान :- मस्साजोग येथील स्वर्गीय सरपंच संतोष आण्णा देशमुख यांचे दुःखद निधन झाले त्याबद्दल रविवारी स्वातंत्र्य सैनिक रामराव पाटील यांनी मस्साजोग येथे देशमुख कुटुंबाची भेट घेवून सांत्वन केले तत्पुर्वी दिवंगत संतोष आण्णा देशमुख यांच्या प्रतिमेलाला पुष्पहार घालून अभिवादन केले, स्वर्गीय संतोष आण्णा यांच्या मातोश्री यांनी आण्णा पाहुन माझे वडील आल्यासारखे वाटलं आशा भावना व्यक्त केल्या यावेळी संतोष आण्णा देशमुख यांच्या मातोश्री, धनंजय भैय्या देशमुख, वैभव दीदी, सोहेल भैय्या पटेल, हिमंतराव पाटील, रामदास सोमवंशी, दिनेश सोळंके, नागुराव सोळंके, फारुख आरब उपस्थित होते.

आमच्याकडे सर्व प्रकारचे कॉम्प्युटर, नायलॉन खरी शितके एका तासात करून मिळण्याचे विश्वसनीय ठिकाण

संपर्क

जडे ऑफसेट प्रिंटर्स

मित्र नगर, लातूर, फोन : २४२६०८

निलंगा आगारातील चालक-वाहकाने परत केले अडीच ते तीन लाख रुपयांचे मौल्यवान सोन्याचे दागिने

निलंगा/आयुब बागवान :- एखादी गोष्ट जर का आपण बस, ट्रेन किंवा रिक्षात विसरली तर ती गोष्ट विसरूनच जावी लागते. कारण ती गोष्ट किंवा वस्तू पुन्हा मिळण्याची फारच कमी शक्यता आहे. परंतु निलंग्यात वेगळ्या दृश्य पाहायला मिळालं. इथे एका महिलेची बसमध्ये विसरलेली मौल्यवान सोन्याची बॅग पुन्हा मिळाली.

आश्चर्य म्हणजे या महिलेच्या बॅगेत अडीच ते तीन लाखांचे तोळ्यांचे दागिने आणि रोख रक्कम देखील होती. जी अखेर तिच्या खऱ्या मालकाला, म्हणजेच त्या महिलेला देण्यात आली. ज्यानंतर या बसमधील कर्मचाऱ्यांचे अभिनंदन करण्यात आले. निलंगा ते बडूर व्हाया कासारसिरसी बसने छबुबाई धनराज कर्वे, सुनीता विकास बनसोडे, विमलबाई बळीराम सूरवसे, सत्यवान धनराज कर्वे, हा परिवार सदरील बसने प्रवास करत असताना एसटी बस मध्ये त्यांनी आपली बॅग गडबडीत विसरली, ज्यामध्ये अडीच ते तीन लाखांचे सोन आणि रोख



रक्कम होती. पण निलंगा आगाराचे प्रामाणिक चालक गणेश माधवराव मुर्गे, आणि वाहक सतीश सोपानराव सगर यांनी त्यांची ही बॅग परत करून एक आदर्श निर्माण केला आहे. सदरील परिवार प्रवास करत असताना एस टी बस मध्ये आपली बॅग गडबडीत विसरले, ज्यामध्ये अडीच तोळे सोन आणि तुटपुंजी रोख रक्कम होती. पण निलंगा आगाराचे प्रामाणिक चालक आणि वाहक यांनी त्यांची ही बॅग परत करून एक आदर्श निर्माण केला आहे.

चिंचोली (स) येथे राहणाऱ्या छबुबाई कर्वे व त्यांचा परिवार निलंगा

आगाराची बस क्रमांक एम एच २० बी एल ०५७६ मार्ग निलंगा कासारसिरसी बसने आपल्या मुलीसह प्रवास करीत होत्या. चिंचोली (स) येथे लगबगीने त्या खाली उतरल्या आणि एसटी बस पुढे निघून गेल्यावर लक्षात आले की त्यांची बॅग त्या गाडीतच विसरल्या आहेत. त्यांनी त्यांच्या नातेवाईकांना घडला प्रकार सांगितला तत्काळ निलंगा डेपोत चौकशी केली असता सदरील बॅग चालक व वाहकाने वाचमेन केबिनला जमा केली होती. त्यात (०३) तीन मंगळसूत्र, कानातील (०२) फुले, पायातील चैन, सोन्याचे

गुड, कानातील रिंगा, (०२) दोन सोन्याची पाने, (०२) झुमके असा एकूण अडीच ते तीन तोळे सोने असे अंदाजे एकूण ०२ ते अडीच लाख रुपयांचे सोने कर्वे परिवाराला परत केले त्याबद्दल वाहक चालकांच्या प्रामाणिकपणा बद्दल निलंगा आगार प्रमुख अनिल बिडवे, स्थानक प्रमुख सिद्धेश्वर राचुरे यांनी त्यांचे अभिनंदन केले. यावेळी अण्णासाहेब जाधव, ऋषी जगदाळे, वाहतूक निरीक्षक राम सूर्यवंशी (वारिष्ठ लिपिक) मेजर मोहन गायकवाड, व्ही पी सूर्यवंशी, गोरोबा फुलसुरे हणमंत पाटील आदी उपस्थित होते.

स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ उप परिसर लातूर येथे दोन दिवसीय राष्ट्रीय आपत्ती व्यवस्थापन कार्यशाळा संपन्न

लातूर/प्रतिनिधी:- स्वामी

रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ उप परिसर लातूर येथे PM-USHA प्रकल्प, भारत सरकार अंतर्गत स्कूल ऑफ मॅनेजमेंट सायन्सेस आणि राष्ट्रीय सेवा योजना यांच्या सहकार्याने दोन दिवसीय राष्ट्रीय आपत्ती व्यवस्थापन कार्यशाळेचे आयोजन दिनांक २१ व २२ फेब्रुवारी रोजी करण्यात आले होते. या कार्यशाळेचे उद्घाटन लातूरचे पोलीस अधीक्षक सोमय मुंडे यांच्या हस्ते करण्यात आले.

या कार्यशाळेत ऑनलाईन व ऑफलाईन माध्यमातून सुमारे १५० विद्यार्थ्यांनी सहभाग नोंदविला. या कार्यशाळेत विद्यार्थ्यांना आपत्ती विषयी आवगत करण्यासाठी व समाजात जनजागृती करण्यासाठी रील स्पर्धा, पोस्टर प्रेझेंटेशन स्पर्धा चे आयोजन करण्यात आले होते .आपत्ती व्यवस्थापन विषयावर



विद्यार्थ्यांनी तयार केलेल्या रील्स ला ५०,००० शेअर्स व लाईक मिळाले. या स्पर्धेच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांनी समाजास आपत्ती व्यवस्थापनाचे महत्त्व पटवून दिले. या कार्यशाळेचा उद्देश आपत्ती व्यवस्थापनाबाबत जागरूकता वाढवणे व त्यासंबंधी प्रभावी असे प्रशिक्षण देणे होता. या कार्यशाळेत विविध तज्ञांनी मार्गदर्शन केले. दि.२१ फेब्रुवारी रोजी चेतन देशपांडे, डॉ. प्रमोद पाटील (विद्यापीठ, उपकेंद्र लातूर) आणि विवेकानंद कदम

(आपत्ती व्यवस्थापन अधिकारी, पालघर) यांनी विविध नैसर्गिक व मानव त्रिभित आपत्ती व्यवस्थापनाच्या पैलूवर सखोल मार्गदर्शन केले तर सुनील कुलकर्णी यांच्या टीमने प्रथमउपचार व उद्घाटन वर प्रशिक्षण दिले तसेच आत्यावक्षक सेवेला एम्ब्युलन्स चे प्रात्यक्षिक सादर केले . दि. २२ फेब्रुवारी रोजी डॉ.गंगनदीप सिंग, डॉ साकेब उस्मानी (आपत्ती व्यवस्थापन अधिकारी, लातूर), पवन डांडके आपत्ती व्यवस्थापन अधिकारी, लातूर) यांनी

आपत्ती व्यवस्थापनासंबंधी महत्त्वाची माहिती विद्यार्थ्यांपर्यंत पोहोचवली. दुपारच्या सत्रात अग्निशमक विभाग लातूर यांनी Fire Fighting वर विद्यार्थ्यांना माहिती व प्रशिक्षण दिले तसेच Firebrigade चे चित्तधराराक प्रत्यक्षिक सादर केले. या कार्यशाळेचे प्रमुख आकर्षण हे मॉक ड्रिल द्वारे प्रात्यक्षिके हा होता त्यातून विद्यार्थ्यांना विविध आपत्तीजन्य परिस्थितीत त्वरित निर्णय घेणे, बचाव आणि योग्य प्रतिसाद देण्याचे प्रशिक्षण देण्यात आले. या दोन दिवसीय कार्यशाळेच्या समारोप प्रसंगी नॅचरल डेअरीचे प्रकल्प व्यवस्थापक श्री. श्रीपाद टोंबरे यांची उपस्थिती होती. यावेळी त्यांनी आपत्ती व्यवस्थापनाच्या महत्त्वावर भर देताना अशा कार्यशाळांच्या माध्यमातून समाजातील प्रत्येक घटकाला सक्षम बनविण्याचे आवाहन केले.