

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

लातूर समाचार

देशातील परिस्थितीचा जनतेची विचार करावा. नसता.....

आपल्या देशात काय चालले आहे. कशी अचानक परिस्थिती निर्माण केली जात आहे. अचानक परदेशातून येवून आंदोलने कशी करीत आहेत. दररोज दोन हजार उपोषणकर्त्यांस परदेशातून भोजन पुरविले जात आहे. परदेशिय मंडळी कसे मदत करीत आहेत ही बाब लपुन नाही. भोजन सप्लाय करणारे सांगतात दोन हजाराच्यावर भोजन पौढचचत आहोत. परदेशातून ऑर्डर दिली जाते. त्याचे पेमेंट परदेशातून दिले जात आहे. देशात अशांतता माजविण्यासाठी, फंडींग पुरविली जात आहे ही बाब आता लपून राहिली नाही. सिनेअभिनेता नसरोद्दीन शहा यांना अशा वेळी जाग आली असून ते पंतप्रधानावर टिका करीत आहेत. पुर्वीही त्यांनी देशविरोधात वक्तव्य केले होते. वास्तविक देशाबद्दल प्रेम नसेल तर त्यांनी देश सोडून गेला पाहिजे. देशाविरोधात बोलायाचे व याच देशात म्हणजे भारतात अमाप धन कमवायाचे, प्रसिद्धी मिळवायाची व दुसरेकडे भारत मातेस नावे ठेवणारे ते एकमेव नाहीत अशी गँग भारतात कार्यरत आहे. देशात आंदोलने सुरू असतानाच ते जागे होतात, आपली पोळी भाजण्यासाठी सज्ज असतात, मुळात अशी मंडळीची शेजऱ्या राष्ट्रावर मोठे प्रेम आहे हे अनेक बाबीवरून दिसून येते. त्यामुळे सध्याला ठरवुन कार्यक्रम सुरू आहे. नीट परिक्षापेपर फुटी प्रकरणी शिक्षण मंत्र्याचा थेट संबंध नसतो हे लक्षात घेतले पाहिजे, परिक्षापद्धती स्वतंत्र आहे. ती एक प्रक्रिया आहे. दिपके किंवा सोमन वांगचुक यांचा थेट याच्याशी काही ही संबंध नाही. परिक्षा एक प्रक्रिया आहे. वास्तविक देशातील काही विघ्नसंतोषी लोकांना जसे बांगला देशात व नेपाळमध्ये अशांतता निर्माण केली तसे युवकांना भडकावुन पंतप्रधानपदावरून मोदी यांना हटवायाचे आहे का? जे नेपाळ व बांगला देशात घडले ते भारतात घडवायाचे आहे की काय अशी शंका निर्माण होते आहे. दिपके यांचा असंख्य चहातावर्ग बांगलादेशी व पाकिस्तानी आहे. अनेक बाबी समजुन घेतल्या जात नाहीत. आता दिपके व वांगचुक यांना मिळणारा पार्टीबा कमी झाला आहे. जनता जागृत झाली आहे. आंदोलनामागील उद्देश ओळखत आहेत. दोघे आंदोलनवादी उघडे पडत आहेत. या वेळी जो पोलिसाकडून बळाचा वापर झाला तो योग्य नाही मात्र तो का करावा लागला याबाबत विचार झाला पाहिजे. आंदोलन म्हणजे काय हे समजुन घेतले पाहिजे. याचा उपयोग जनतेसाठी होणे अपेक्षित आहे मात्र देशच अस्थिर करण्याचा हा डाव असू शकातो म्हणूप तो हाणून पाडला पाहिजे. देशातील अनेक संत, अभ्यासू, विचारवंत, समाजसेवक आदिमंडळी आहेत. असे असताना कोणीतरी उठावे व चुकीच्यामार्गाचा आवलंब करवावे हे योग्य नाही. मुळात ज्याविषयी आंदोलन होत आहे त्याचा काही संबंध शिक्षणमंत्र्याशी असेल असे वाटत नाही. शिक्षणमंत्र्याच्या राजीनाम्याच्या आडून देश अस्थिर करण्याचा प्रयत्न होत असेल तर ते योग्य नाही. यात सुधारणा कशी करावी याचे मार्गदर्शन झाले पाहिजे. परिक्षा घेणे मुळात अज्ञिदिव्य आहे. नीटचा पेपर कोणी फोडला, कसा फोडला. यात समाविष्ट करणारे कोण आहेत ते सध्या कोठे आहेत. याची माहिती देशातील नागरिकांना असताना यावर राजकारनातून देश अस्थिर करण्याचा मोठा डाव उघडा पडला आहे. जे नेपाळ व बांगला देशात तेच भारतात घडवायाचे आहे का? असेल तर जनता एवढी अविचारी भारतातील नाही हे पहिल्यांदा लक्षात घेतले पाहिजे. धमेंद्र प्रधान यांचा राजीनामा घेतला तर ही समस्या सुटेल का? मुळात यात सर्वांनी मिळून सुधारणा करणे अपेक्षित आहे. गृह्हेगार आवर्तन. प्रत्यक्षात ज्यांचा समावेश आहे त्यांना शिक्षा अपेक्षित आहे. या बाबत कोणी बोलत नाही. काही मार्गदर्शन सुचना दिल्या जात नाहीत. आज पर्यंत जी शिक्षण पद्धती शिकविली जाते ती कोणती आहे. मेकाले शिक्षण पद्धतीचा आवलंब केला जातो आहे. भारतीय मुळ शिक्षण पद्धती कोणती आहे. आजची शिक्षण पद्धतीमुळे घरातला घरपना राहिला नाही. पाल्य हे आईवडीलांच्या पाया पडणे सोडा पायने लाजा मारत आहेत हीच का शिक्षण पद्धती? त्यामुळे आज जे देशात चालले आहे याकडे दुर्लक्ष करू नका. चुकीचे चालले आहे. देश अस्थिर करण्याचा डाव आहे. देशात आराजकता माजविण्याचे काम होताना दिसून येत आहे. देशात चुकीची मंडळी पुर्वीपासून कार्यरत आहेत, जी जेलमध्ये भ्रष्टाचाराच्यामार्ग आवलंबल्याने गेली आहे, जी देशद्रोही यांना मदत करणारी मंडळी आहे. अतिरेकी कारवायाचे समर्थन करणारी मंडळी आहे, ती कोण आहे हे आता जनतेनी ओळखले आहे. त्यामुळे ठराविक आम्ही नावे घेणार नाही त्या मंडळीचा सहभाग तथाकथीत आंदोलनात होताना दिसून येत आहे. आता चुकीचे मार्ग आवलंबणारे स्वार्थसाठी आंदोलन करीत असल्याने आंदोलावरील विश्वास आता उडाला आहे. चुकीच्या पद्धतीची मागणी होत आहे. मुळात आपल्यादेशात समसमानता असणे आवश्यक आहे. एकाला एक व दुसऱ्याला दुसरा नियम आहे हे योग्य नाही. चुकीची मंडळी जागी होवून देश कशा प्रकारे अस्थिर होईल याचा लाभ उठवित असतात. त्यामुळे भारतीय नागरिकांनो जागे व्हा! देशात काय चालले आहे. याचा विचार करा. परदेशातून येवुन चीनच्या आर्थिक मदतीवर आंदोलने होत असतील तर ते योग्य नाही. घातक अशी प्रवृत्ती निर्माण केली जात असेल तर ते योग्य नाही. यापुर्वी चांगले करता आली नाही, त्यांनी आता गप्प राहावे. देशात काही चांगले होत आहे. मुळात लोकशाहीसाठी पायीक मंडळी असणे स्वाभाविक आहे. देशात जो सरकार अस्थिरतेचा प्रयत्न चालू आहे तो शेवटचा प्रयोग असू शकतो. दिपके किंवा वांगचुक यांच्या खांद्यावर बंदुक ठेवुन चालविलेला प्रयत्न आहे. नीटचा पेपर फुटला, नंतर परिक्षा घेतली. त्याचा निकालही लागला. यातील चुकीची मंडळी जेलमध्ये आहे. सर्व काही तातडीने झाले असताना आता हा विषयी पुन्हा घेवुन देशात राजकिय आरजकता, अशांतता माजविण्याचा केविलवाणी प्रयत्न योग्य वाटणार नाही. उपोषण जंतर्मंतरवर व घुसखोरी लोकसभेत होताना दिसून आली आहे. त्यामुळे सर्वनियमबाह्य होताना दिसून येत आहे. त्यामुळे देशातील जी परिस्थिती दिसून येत आहे यावर देशातील जनतेनी विचार करावा. वेळीच सावध व्हावे. देशविरोधीमंडळीचा डाव ओळखावा. नसता आगामी काळात चुकीच्या मंडळीमुळे धोका होण्याची दाट शक्यता आहे. देशांतर्गत स्थिती अभ्यासली तर एक मोठे षडयंत्र आहे हे लक्षात येते. सावध व्हा नसता चुकीची मंडळीचा वावर वाढून संकट अटळ आहे.

आषाढी वारी: भक्ती, शक्ती आणि समतेचा महासंगम

श्रीक्षेत्र पंढरपूरचा लोकदेव विठोबा हा गरिबांचा देव आहे. द्वारकेचा राणा तिकडचे ऐश्वर्य त्याने सोडून दिलें आणि देव भावाचा लंपट । सांडून आलासे वैकुंठ ।।अशी नोंद पुराणात आहे. वारकरी पंथ हा अडाणी लोकांचा पंथ आहे, असा पुष्कळांचा समज आहे; पण त्यांत तिळमात्र तथ्य नाही. भोळीभाबडी भक्ति हाच त्या पंथाचा आधार असल्यामुळे हजारों लोक गेली शेकडो वर्षे दरवर्षी आषाढी –कार्तिकी वारीच्या निमित्ताने त्यांत सामील होत असतात. वारकरी पंथांत विठ्ठलभक्तीचा महिमा विशेष आहे. निवृत्तिनाथ ते निळोबा अशी वारकरी परंपरा आहे. या पंथांने विद्वत्तेचें अवडंबर माजविलें नाहीं हे खरें; परंतु त्याने अंधभक्तीलाहि कोठेंच थारा दिलेला नाहीं. वात्सल्य, दयाशीलता, सहिष्णुता, क्षमाशीलता इत्यादि गुणांनीं तो संपन्न आहे. विठाई ही खरी अनाथांची माउली आहे. म्हणूनच तिच्याशी प्रेमानें सलग्गी करताना भक्तांना कधीं संकोच किंवा भीति वाटत नाहीं. ’ज्ञानदेव तु कैवल्य’ हे वेदानाचें मुख्य सूत्र त्यानें कधींहि सोडलें नाहीं. नामसंकीर्तनासारख्या सहजसुलभ साधनाचा त्यानें उदोउदो केला; पण साधनाच्या दृष्टीनें ही केवळ पहिली पायरी आहे हें त्यानें वारंवार व निश्चून सांगितलें आहे.

वारकरी संप्रदाय अद्वैती असल्यामुळे अद्वैत तत्त्वज्ञानाचे निरूपण असलेले सर्व ग्रंथ वारकऱ्यांना शिरोधार्य आहेत. त्यातही गीता आणि भागवत हे दोन्ही ग्रंथ वारकऱ्यांच्या नित्य पठणात असतात. वेद, उपनिषदे, रामायण, महाभारत इत्यादी श्रेष्ठ ग्रंथ वारकऱ्यांना पवित्र आहेत. ’गीता भागवत करिती श्रवण। अखंड चिंतन विठोबाचे ।।’ अशी वारकऱ्यांची महत्त्वाची खूण तुकाराम महाराजांनी सांगितली आहे. त्याशिवाय ज्ञानेश्वरी व ज्ञानेश्वरांचे अन्य सर्व ग्रंथ, नामदेव महाराजांची अभंग गाथा, एकनाथ महाराजांचे एकनाथी भागवत म्हणजेच भागवताच्या एकादश स्कंदावरील टीका, तुकाराम महाराजांची अलौकिक गाथा, नाथांचेच भावार्थ रामायण आणि या सर्वांच्या जोडीला वारकरी संप्रदायाच्या सर्व संतांची अभंग रचना वारकऱ्याला प्रमाण आहे. त्या सर्व संतांची अभंगसंपदा सर्व वारकऱ्यांना अत्यंत प्रिय आहे.

आपल्या ग्रंथातून सर्व संतांनी अद्वैत तत्त्वज्ञानच सांगितले आहे. ज्ञानेश्वरी आणि तुकाबांची गाथा ही वारकऱ्यांना सर्वाधिक प्रिय म्हणावी लागतील. त्याखालोखाल नाथांचे भागवत येते. यांच्या तुलनेत नामदेव महाराजांची अभंगसंपदा मात्र काहीशी उपेक्षित राहिली. नामदेवांच्या बाबतीत झालेली उपेक्षा दुसऱ्या भक्तिखंडात विशेष करून प्रस्तावनेत आली आहे. परंतु सर्व संतांचे अभंग वारकऱ्यांना प्रिय असतात

वारकरी पंथ हा सर्वसंग्राहक आहे. त्यानें संकुचित सांप्रदायिकता बाळगली नाहीं, प्रतीकाचा दुराग्रह धरला नाहीं, दैवतावर रणें माजविली नाहींत. परमेश्वर सर्वव्यापी आहे व तो विविध रूपांनी नटलेला आहे; तुका म्हणे हरि। अवघा एकला ।। परी हा धाकुला। भक्तीसाठी ।। म्हणून उपासकांची भावनाच मुख्य आहे, प्रतिमा गौण आहे, याची जाणीव त्यांना होती. त्यामुळे राम, कृष्ण, दत्त, शिव इत्यादि दैवतांच्या भक्तांना त्यांनी आपल्यांत सामावून घेतले. वारकरी संतांनी तर नेहमींच विष्णु व शिव यांच्या ऐक्यावर भर दिला आहे. शिव मस्तकी धरिला। भेद मत्कांचा काढिला ।। लक्षावधी शूद्राशूद्राना या दयामय दैवताने आत्मोद्धाराची प्रेरणा दिली आहे, बंधुभावाचे पाठ दिले आहेत. मात्र संतांच्या मताप्रमाणे ’विठोबा हा वारकऱ्यांच्या दृष्टीने राम, कृष्ण व विठ्ठल हे तिथेहि एकाच परमेश्वराचे अवतार आहेत.

लोकांत श्रद्धा होतीच, तिला संतांनी डोळसपणा आणला. बहुजनसमाजाच्या आत्मिक उन्नतीसाठी त्यांनी वारकरी पंथाला नवें वळण लावलें. संत ज्ञानेश्वर हे वास्तववादी

क्रिक हील फाउंडेशन आणि राजर्षी शाहू महाविद्यालय, लातूर यांच्या संयुक्त विद्यमाने Cyber Shiksha for Cyber Suraksha अभियानांतर्गत जनजागृतीघेराव!



लातूर/प्रतिनिधी : क्रिक हील फाउंडेशन आणि राजर्षी शाहू महाविद्यालय, लातूर यांच्या संयुक्त विद्यमाने राबविण्यात येत असलेल्या Cyber Shiksha for Cyber Suraksha या उपक्रमांतर्गत सदानंद प्राथमिक विद्यालय, लातूर येथे विद्यार्थ्यांसाठी सायबर सुरक्षा जनजागृती सत्राचे आयोजन करण्यात आले. या सत्रात सायबर वॉरियर्स



धर्मसुधारक होते. महाराष्ट्रातील सर्वच संतांनी अध्यात्मविद्या ही आतां केवळ दशग्रंथी ब्राह्मणांची मिरास राहिली नाहीं. वारकरी पंथांने संतांनीच निर्माण केलेल्या ग्रंथसाहित्यातून लोकांतून धर्ममेवते तयार केले. आम्हां ’कीर्तन’ कुळ धाडी अश्या भावनेनें ते आपला जन्मसिद्ध हक्क गाजवू लागले. संत ज्ञानेश्वरांच्या भावार्थ दीपिकेनें या लोकांना कवित्वाची प्रेरणा, तशीच कीर्तनाची स्फूर्ति दिली. वेदांचा तो अर्थ आम्हांसीच ठावा। येरांनी वाहावा भार माथां ! असें आव्हांनपूर्वक म्हणण्याइतका आत्मविश्वास संत तुकारामासारख्या कुणब्याने सर्वदूर महाराष्ट्रात विविध ठिकाणी उत्पन्न झाला.

वारकरी संप्रदाय हा महाराष्ट्रातील सर्वांत मोठा संप्रदाय असल्यामुळे पंढरीच्या वारीसाठी सर्व महाराष्ट्रातून अनेक दिंड्या व फड वर्षानुवर्षे भुवेंकुंठात दाखल होतात. त्यात आळंदीहून निघणारी ज्ञानोबांची दिंडी सर्वांत प्रभावी आहे. आळंदीहून येणारी ही दिंडी हैबतबाबांची असून वारीची सात्त्विक परंपरा दृढमूल करण्याचे श्रेय आधुनिक काळात हैबतबाबांनाच आहे. यंत्रबंकेश्वर (निवृत्तिनाथ), सासवड (सोपानकाका), एदलाबाद (मुक्ताई), पैठण (एकनाथ महाराज), देहू (तुकाराम महाराज) या मोठ्या दिंड्याही वारीसाठी पंढरीत येतात. त्याशिवाय अरणभेंडीहून सांवता महाराज, मंगळवेढ्याहून चोखोबा महाराज, तेरढोकीहून गोरोबाकाका, लऊळहून कुर्मादास महाराज यांच्या दिंड्याही पंढरीत उत्सवासाठी अक्षय परंपरेने येतात. नेवाशाहनही दिंडी पंढरीत येते. वारकरी संप्रदायाची सात्त्विक परंपरा प्रामुख्याने महाराष्ट्रातील नामवंत फडांनी टिकविली आहे. वारकऱ्याचा आचार पाळणारे

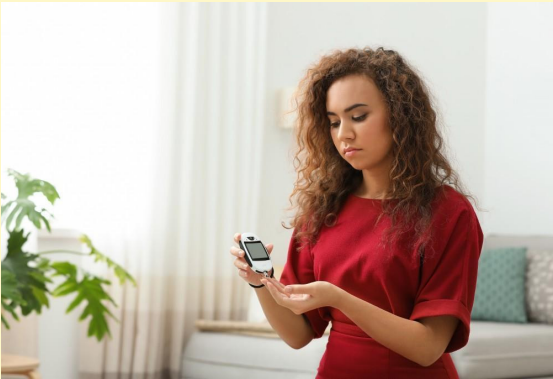
आणि पंढरीशाला भजणारे वारकरी महाराष्ट्रात लक्षावधी आहेत. महाराष्ट्राच्या कानाकोपऱ्यात ते पसरले आहेत. अनेक गावात, शहरात हजारो वर्षे हरिनाम सप्तहाच्या माध्यमातून लोकांचे प्रबोधन करीत आहेत. लारांछोची वारी किंवा होणारे नामसंकीर्तन हे न चुकता सर्व शिस्तीने घडते आहे. याचे सर्व श्रेय संतांच्या ग्रंथसंपदेला आणि निरूपणाच्या माध्यमातून मशागत करण्याच्या लाखांच्या भक्तांना जाते. त्यातही या संप्रदायात खोलवर रुजलेली फड परंपरेनी महत्वाची कामगिरी केली आहे.

त्या त्या स्थळी असलेल्या वारकरी प्रमुख आणि त्यांच्या शिष्य मंडळींचा एकत्रित, संघटित, शिस्तबद्ध आणि सदाचारी समुदाय म्हणजे फड म्हणता येईल. पंढरीच्या वारीची शिस्त आणि कीर्तनभक्ती व नामस्मरण यांची अक्षुण्ण परंपरा या फडांमुळे अधिकच समृद्ध झाली आहे. स्वकर्म आचरल्यानंतर दिवसातील काही वेळ मुद्रा, भजन, कीर्तन, पाठांतर, मंत्रजप यासाठी प्रत्येक वारकऱ्याने द्यावयाचा असतो. वारकरी संप्रदाय हा खऱ्या अर्थाने सात्त्विक पंथ आहे. या संप्रदायाचे अनुयायी प्रामुख्याने बहुजन समाजातील असून गरीब कुटुंबातील असतात. परंतु त्यांची नीतिमत्ता, आदर्श, सदाचारी वर्तणूक बहुसंख्य वारकऱ्यांच्या कर्तव्यातून आणि कर्मांतून सहजपणे प्रगट होत असते. पंढरी आणि देहू आळंदीच्या वाटेवर असताना वारकऱ्यांची ही सदाचाराता निःसंशय प्रत्ययाला येते.

– रवींद्र मालुसे

अध्यक्ष,मराठी वृत्तपत्र लेखक संघ मुंबई
९३२३११७७०४

Gen Z मुलींमध्ये मधुमेहाचा वाढता धोका; १० वर्षांत तब्बल ७० टक्क्यांनी वाढले रुग्ण



आजच्या तरुण पिढीमध्ये म्हणजेच त्रह्मप न मध्ये मधुमेहाचे प्रमाण झपाट्याने वाढत असल्याचे एका नव्या संशोधनातून समोर आले आहे. विशेष म्हणजे २० ते २९ वर्षे वयोगटातील तरुणींमध्ये टाइप–२ मधुमेहाच्या नव्या रुग्णांमध्ये गेल्या दहा वर्षांत जवळपास ७० टक्क्यांनी वाढ झाली आहे. या वाढीमागे वाढता लढुपणा हे प्रमुख कारण असल्याचे तज्ज्ञांनी स्पष्ट केले आहे.

द लॅन्सेट रिजनल हेल्थ या वैद्यकीय नियतकालिकात प्रकाशित झालेल्या अभ्यासानुसार, १९९७ ते २०१२ या कालावधीत जमलेल्या म्हणजेच Gen Z पिढीमध्ये टाइप–२ मधुमेहाचे प्रमाण चिंताजनकरित्या वाढत आहे. २०२६ मध्ये या पिढीचे वय साधारणपणे १४ ते २९ वर्षांच्या दरम्यान आहे. पूर्वी हा आजार प्रामुख्याने ५० ते ६० वर्षांनंतर दिसून येत होता. मात्र आता कमी वयातच मधुमेहाचे निदान होण्याचे प्रमाण वाढले आहे.

तज्ज्ञांच्या मते, कमी वयात होणारा टाइप–२ मधुमेह अधिक धोकादायक ठरू शकतो. कारण हा आजार अनेक वर्षे शरीरावर परिणाम करत राहतो. त्यामुळे पुढे हृदयविकार, स्ट्रोक, डोळ्यांची दृष्टी कमी होणे, मूत्रपिंड निकामी होणे आणि इतर गंभीर गुंतागुंत होण्याचा धोका वाढतो.

या संशोधनात इंग्लंडमधील २०११ ते २०२४ या कालावधीतील टाइप–२ मधुमेहाच्या रुग्णांच्या नोंदींचा अभ्यास करण्यात आला. त्यामध्ये २० ते २९ वर्षे वयोगटातील महिलांमध्ये दर एक लाख महिलांमागे नवीन रुग्णांची संख्या २६ वरून ४४ पर्यंत वाढल्याचे दिसून आले. म्हणजेच जवळपास ६९ ते ७० टक्क्यांची वाढ नोंदवली गेली. याच वयोगटातील पुरुषांमध्येही वाढ झाली, मात्र ती सुमारे ४३ टक्के इतकी होती.

संशोधनानुसार, या वाढीमागचे सर्वात मोठे कारण म्हणजे वाढलेला बाँडी मास इंडेक्स (BMI). बीएमआय हा व्यक्तीच्या उंची आणि वजनावर आधारित मापदंड असून, त्यावरून व्यक्तीचे वजन सामान्य आहे की जास्त, हे ठरवले जाते. १८.५ ते २४.९ हा बीएमआय सामान्य मानला जातो. २५ ते २९.९ म्हणजे जादा वजन, ३० पेक्षा अधिक म्हणजे लढुपणा, तर ४० किंवा त्यापेक्षा जास्त बीएमआय गंभीर लढुपणाचे लक्षण मानले जाते.

अभ्यासात सहभागी झालेल्या २० ते २९ वर्षे वयोगटातील मधुमेही महिलांचा सरासरी बीएमआय ३७.७ वरून ४०.७ पर्यंत वाढल्याचे दिसून आले. म्हणजेच अनेक तरुणी गंभीर लढुपणाच्या श्रेणीत पोहोचल्या आहेत. त्यामुळे मधुमेहाचा धोका अधिक वाढत असल्याचे संशोधकांनी सांगितले.

तज्ज्ञांच्या मते, कमी वयात वाढणारा लढुपणा रोखण्यासाठी आहार आणि जीवनशैलीत बदल करणे अत्यंत गरजेचे आहे. जंक फूड, साखरयुक्त पेये, शारीरिक हालचालींचा अभाव आणि बैठी जीवनशैली यामुळे वजन झपाट्याने वाढत आहे. यावर लक्ष घेऊन ते ठेवल्यास मधुमेहासह अनेक गंभीर आजारांचा धोका वाढू शकतो.

तज्ज्ञांचा सल्ला असा आहे की, लहान वयापासूनच संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, पुरेशी झोप आणि वजन नियंत्रणावर भर दिल्यास टाइप–२ मधुमेहाचा धोका मोठ्या प्रमाणात कमी करता येऊ शकतो.

त्वचेवर दिसतायत ‘ही’ लक्षणं? दुर्लक्ष करू नका; लिव्हरच्या आजाराचा असू शकतो इशारा

लिव्हर हा आपल्या शरीरातील अत्यंत महत्त्वाचा अवयव आहे. शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर टाकणे, अन्नाचे पचन होण्यास मदत करणे, पोषक घटकांचे योग्य प्रकारे प्रक्रिया करणे अशा अनेक महत्त्वाच्या जबाबदाऱ्या लिव्हर पार पाडतो. मात्र, चुकीची जीवनशैली, तेलकट आणि प्रक्रिया केलेले अन्न, लढुपणा, मद्यपान, फॅटी लिव्हर आणि काही विषाणूजन्य संसर्ग यामुळे लिव्हरच्या आजारांचे प्रमाण वाढत आहे. विशेष म्हणजे, सुरुवातीच्या टप्प्यात लिव्हरच्या आजारांची ठळक लक्षणे दिसत नाहीत. अशा वेळी त्वचेवर दिसणारे काही बदल हे लिव्हर बिघडल्याचे सुरुवातीचे संकेत असू शकतात.

त्वचा आणि डोळे पिवळे पडणे

लिव्हर नीट काम करत नसल्यास शरीरात बिलीरुबिन नावाचे द्रव्य वाढू लागते. त्यामुळे त्वचा आणि डोळ्यांचा पांढरा भाग पिवळसर दिसू लागतो. याला कावीळ म्हणतात. हे लिव्हरच्या आजाराचे एक महत्त्वाचे लक्षण असू शकते. अशी लक्षणे दिसल्यास त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

सतत खाज येणे

कोणतेही स्पष्ट कारण नसताना शरीराला सतत खाज येत असेल, तर तेही लिव्हरच्या समस्यांचे लक्षण असू शकते. ही खाज शरीराच्या एखाद्या भागात किंवा संपूर्ण शरीरावर जाणवू शकते. अनेक दिवस हा त्रास कायम राहिल्यास त्याकडे दुर्लक्ष करू नये.

सहज निळे किंवा काळे डाग पडणे

लिव्हर रक्त गोठवण्यासाठी आवश्यक असलेली काही प्रथिने तयार करण्यात मदत करतो. लिव्हर नीट काम करत नसल्यास अगदी किरकोळ दुखापतीनंतरही त्वचेवर निळे किंवा काळे डाग सहज पडू शकतात. असे वारंवार होत असेल, तर तपासणी करणे गरजेचे आहे.

त्वचेवर लाल डाग

काही लिव्हरच्या आजारांमध्ये त्वचेवर लहान लाल रंगाचे डाग दिसू शकतात. हे डाग कोळ्याच्या जाळ्यासारखे दिसत असल्यामुळे त्यांना स्पायडर ऍंजिओमा असे म्हणतात. हे डाग प्रामुख्याने चेहरा, मान, छाती किंवा खांद्याजवळ दिसतात. असे बदल दिसल्यास डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

(क्रमशः कालच्या अंकावरून)...

तुळशीची माळ परिधान केल्याने होणारे फायदे

ही माळ धारण केल्याने शरीर शुद्ध होते, चैतन्य वाढते. पचनशक्ती, ताप, सर्दी, डोकेदुखी, त्वचा संक्रमण, मेंदूचे आज-र, वायू अशा अनेक आजारांमध्ये व्यक्तीला आराम मिळतो. तसेच संसर्गामुळे होणाऱ्या आजारांपासूनही संरक्षण मिळते. तुळस हे एक अद्भुत औषध आहे, ते रक्तदाब आणि पचन सुधारते. तुळशी धारण केल्याने शरीरात विद्युत प्रवाह वाढतो. गळ्यात तुळशीची माळ घातल्याने विद्युत लहरी बाहेर पडतात, ज्यामुळे रक्ताभिसरणात अडथळा निर्माण होत नाही. याशिवाय मलेरिया आणि अनेक प्रकारच्या तापामध्ये तुळस खूप फायदेशीर आहे. ते गळ्यात घातल्याने अत्यावश्यक क्युप्रेशर पॉइंट्सवर दबाव येतो, जो मानसिक तणावात फायदेशीर ठरतो. तसेच स्मरणशक्ती वाढण्यास मदत होते काविळीमध्ये तुळशीची माळ धारण करणे आरोग्यासाठी चांगले मानले जाते. तुळशीचे लाकूड पांढऱ्या सुती धाग्यात घातल्यास कावीळ रोग लवकर संपतो, असे म्हणतात. तुळशीची माळ परिधान केल्याने होणारे फायदे

१. उच्चकोटीचा आध्यात्मिक संबंध:
तुळशीची माळ धारण केल्याने एखाद्याचा आध्यात्मिक संबंध वाढतो असे मानले जाते. तुळशीला हिंदू धर्मात पवित्र मानले जाते आणि बहुतेकदा भगवान विष्णू आणि देवी लक्ष्मी यांसारख्या देवतांशी संबंधित आहे. ध्यान किंवा प्रार्थनेदरम्यान तुळशीच्या मण्यांशी सतत संपर्क साधल्याने आध्यात्मिक अनुभव अधिक गहन होतात आणि आंतरिक शांतीची भावना वाढते.

२. नकारात्मक ऊर्जेपासून संरक्षण:
तुळशी शुद्धीकरण गुणधर्मासाठी प्रसिद्ध आहे. तुळशीची माळ धारण केल्याने नकारात्मक ऊर्जा आणि प्रभावांपासून संरक्षणात्मक कवच तयार होते. हे कवच वाईट शक्तींना दूर ठेवते आणि परिधान करणाऱ्यांच्या जीवनात

सकारात्मकता आणते.

३. मानसिक स्पष्टता आणि फोकस:
तुळशीचा सुवासिक सुगंध वैचारिक स्पष्टता वाढवतो. यामुळे तुळशीची माळ धारण करणे मानसिक लक्ष सुधारण्यासाठी फायदेशीर ठरते. अनेक अभ्यासकांना असे आढळते की ध्यान करताना तुळशीचे मणी धारण केल्याने मन शांत होते आणि एकाग्रता वाढते.

४. तणावमुक्ती: तुळशीला डाप्टोजेन म्हणून ओळखले जाते, याचा अर्थ ते शरीराला तणावाशी जुळवून घेण्यास आणि संतुलन राखण्यास मदत करते. तुळशीची माळ धारण केल्याने तणावाची पातळी कमी होण्यास आणि विव्श्रांतीस प्रोत्साहन मिळण्यास मदत होते, त्यामुळे सर्वांगीण कल्याण होण्यास हातभार लागतो.

५. रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवणे:
तुळशीशी नियमित संपर्क केल्यास रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत होते असे मानले जाते. तुळशीची माळ धारण केल्याने शरी-राला संक्रमण आणि आजारांपासून अधिक प्रभावीपणे लढण्यास मदत होऊ शकते, त्याच्या प्रतिजैविक आणि इम्युनोमोड्युलेटरी गुणधर्मांमुळे.

६. श्वसन आरोग्य:
तुळशीचा वापर आयुर्वेदात श्वसनाच्या आजारांसाठी पारंपारिकपणे केला जातो. त्वचेच्या जवळ तुळशीची माळ धारण केल्याने खोकला, सर्दी आणि दमा यांसारख्या श्वासोच्छ्वासाच्या समस्या दूर होतात असे मानले जाते, कारण त्याच्या कफ पाडणारे औषध आणि ब्रॉन्कोडायलेटर प्रभाव आहे.

७. त्वचेची काळजी:
तुळशीमध्ये अँटीऑक्सिडंट्स भरपूर असतात आणि त्यात दाहक-विरोधी गुणधर्म असतात, ज्यामुळे ते त्वचेच्या आरोग्यासाठी फायदेशीर ठरते. तुळशीची माळ धारण केल्याने मुळम, डाग आणि त्वचेच्या इतर समस्या कमी होण्यास मदत होऊ शकते, ज्यामुळे रंग स्वच्छ आणि निरोगी होतो.

लातूर

शनिवार, दि.२५ जुलै, २०२६

पान ३

तुम्हाला गुलाबाचे फायदे माहिती आहेत का?

गुलाब. हे फूल कोणाला आवडत नाही, असे कोणीच नाही. गुलाबाचे फूल हे सर्वांनाच आवडते. विशेष म्हणजे गुलााचे फूल ही प्रेमाची निशाणी म्हणून ओळखले जाते. विविध रंगांची गुलाबाची फुले पाहिली का मन अगदी प्रसन्न होते. गुलाबाचे फूल आणि त्याचा सुगंध सर्वांनाच आवडतो. गुलाबाला फुलांचा राजा असेही म्हणतात. गुलाबाचे फूल जितके दिसायला सुंदर आहे तितके त्याचे फायदे देखील खूप आहेत. गुलाबाच्या पाकळ्यांमध्ये मोठ्या प्रमाणात औषधी गुणधर्म आहेत. त्यामुळे अनेक आरोग्याशी संबंधित अनेक समस्यांवर गुलाब एक उत्तम औषध म्हणून कार्य करते. गुलाबाकडे पाहिल्याने तणाव दूर होतो. त्याचप्रमाणे गुलाबाचा प्रभाव थंड असतो त्यामुळे उन्हाळ्यात त्याचे सेवन करणे आवश्यक आहे. याव्यतिरिक्त गुलाबाचे अजून कोणते फायदे आहेत. जाणून घेऊया.

वजन कमी करण्यास उपयुक्त गुलाबाच्या पाकळ्यांमध्ये आढळणारे घटक शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर टाकण्यास तसेच चयापचय वाढविण्यास मदत करतात. त्यामुळे लठ्ठपणा कमी होतो. जर माणसाला वारंवार भूक लागत असेल तर गुलाबाच्या पाकळ्या खाल्ल्याने भूक नियंत्रणात रा-

हते. यामुळे वजनही नियंत्रणात राहते. त्यामुळे गुलाबाच्या पाकळ्यांचे सेवन करणे फायदेशीर आहे. मूळव्याधावर फायदेशीर ज्या लोकांना मूळव्याध म्हणजेच मूळव्याधचा त्रास आहे, त्यांनी गुलाबाच्या पाकळ्यांचे सेवन करावे. यामध्ये असलेले फायबर आणि पाणी शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर टाकण्यास मदत होते आणि पचन सुधारते. मूळव्याध दरम्यान रक्तस्त्राव आणि वेदना या समस्या देखील दूर होतात. हाडे होतात मजबूत गुलाबामध्ये व्हिटॅमिन-सी आणि अँटीऑक्सिडंट्स चांगल्या प्रमाणात आढळतात. जे हाडे मजबूत

करण्यास मदत

करतात. यासाठी तुम्ही गुलाबाच्या

पाकळ्यांपासून बनवलेल्या गुलकंदच्या स्वरूपातही गुलाबाचे सेवन करू शकता. लैंगिक उत्तेजना वाढवण्यासाठी फायदेशीर कुणी प्रेम व्यक्त करताना गुलाबपुष्प देऊनच करतो हे अनेकदा आपण पाहिले आहे. एवढेच नाही तर गुलाब माणसाला लैंगिकदृष्ट्या सक्रिय बनवते. यामुळे मूड सुधारतो. रोमान्सची मजा दुप्पट होते. त्यामुळे लैंगिक उत्तेजना वाढवण्यासाठी गुलाब फायदेशीर ठरते. तणाव दूर करण्यास होते मदत जर एखाद्या व्यक्तीला थकवा, नैराश्य आणि तणावामुळे झोपेचा त्रास होत असेल तर आपल्या पलंगावर काही गुलाब ठेवा. गुलाबाच्या सुगंधानेही मन शांत होते आणि तणाव दूर होण्यास मदत होते.

३१टक्क्यांनी

सत्ता

घटली आहे. आर्थिक ताणामुळे शैक्षणिक संस्थांमधील अध्यापक /प्राध्यापकांच्या नोकऱ्यांवरही गदा आली आहे. इंग्रजी विद्यापीठांचे जागतिक स्थान त्यामुळे धोक्यात आले आहे. स्थलांतरितांच्या बाबतीत स्टार्मर यांनीही कडक धोरण स्वीकारले होते. भारताशी मुक्त व्यापार केल्यानंतर, हा व्यापार विषयक करार आहे स्थलांतराशी त्याचा संबंध नाही असे त्यांनी स्पष्ट केले होते. स्थलांतर या मुद्द्यावर इंग्लंडमध्ये सामाजिक व राजकीय दुफळी दिसते. इंग्लंड मधील वांशिक ताण नियंत्रित करण्यासाठी बर्नहॅम यांनी शबांना महमूद यांच्याकडील गृहखाते कायम ठेवले आहे. अमेरिकेचे अध्यक्ष डॉनाल्ड ट्रम्प यांची वृत्ती हुकूमशाहीची असली तरी त्यांच्याशी जुळवून घेणे बर्नहॅम यांना भाग आहे. त्याच बरोबर 'नाटो' चे सदस्य आणि इतर युरोपीय देशांशी संबंध सुरळीत ठेवण्यावरही त्यांना लक्ष द्यावे लागणार आहे. 'ब्रेक्सिट'नंतर इंग्लंडमधील राजकीय व सामाजिक वातावरण अस्थिर बनले आहे. त्यावर मात करत देशात स्थिर सरकार देण्याचे मोठे आव्हान बर्नहॅम यांच्या समोर आहे.

इंग्लंडमधील सरकारला -ते कोणत्याही पक्षाचे असले तरी -जनतेच्या मताची कदर करावी लागते. तेथील लोकशाही पक्ष आहे हे त्यातून दिसते. जनतेच्या अपेक्षा पूर्ण करणे हीच बर्नहॅम यांची खरी कसोटी आहे. पोट निवडणूक जिंकून अँडी बर्नहॅम हाउस ऑफ



कॉमन्स मध्ये प्रवेशले तेव्हाच इंग्लंडचे भावी पंतप्रधान असे त्यांना संबोधले जाऊ लागले होते. ते अधिकृतपणे इंग्लंडचे पंतप्रधान बनले आहेत. कठीण काळात त्यांच्याकडे हे पद आले आहे. गेल्या चार वर्षांत इंग्लंडने पाच पंतप्रधान पाहिले या वरूनच तेथील राजकीय आणि सामाजिक स्थिती किती अस्थिर आहे याची कल्पना येते. ग्रेट ब्रिटन किंवा युनायटेड किंग्डम या नावाने ओळखला जाणारा हा देश जगातील पाचवी अर्थव्यवस्था मानला जातो. मात्र सरकारी तिज-िरीवरील ताणामुळे तेथील जनतेत रोष आहे. करमुक्त वैयक्तिक भत्त्याची मर्यादा वाढवण्याचे त्यांनी आधी सूचित केले होत; पण त्याची अंमलबजावणी त्यांनी टाळली आहे. काही गटांना खुष करण्यासाठी तेथे मोफतच्या योजना राबवल्या जात नाहीत कारण सरकारी खर्चावर जनतेचेही लक्ष असते याचे हे द्योतक आहे. तेथील महागाईवाढीचा दर २.६ टक्क्यांवर आला आहे. अपेक्षेपेक्षा ही घट जास्त आहे. तरी गेली दोन-तीन

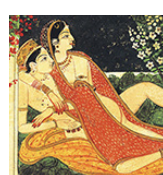
वर्षे रोजच्या जगण्याचा खर्च वाढल्याची तक्रार इंग्रज नागरिक करत आहेत. त्यावर उतारा म्हणून बस भाड्यावर बर्नहॅम यांनी मर्यादा घातली आहे. वीज व गॅसच्या बिलांवरील कर कमी केला आहे. दीर्घकाळासाठी अर्थव्यवस्थेला उभारी देण्यासाठी ते काय करतात हा प्रश्न महत्त्वाचा आहे. तारेवरची कसरत दोन वर्षांपूर्वी झालेल्या सार्वत्रिक निवडणुकीत केर स्टार्मर यांच्या नेतृत्वाखाली मजूर (लेबर) पक्षाने ४११ जागा जिंकून जबरदस्त विजय मिळवला. हुजुर

बर्नहॅम यांची कसोटी

पक्षाच्या (कंझर्व्हेटिव) धोरणांना विरोध करण्यासाठी हे 'नकारात्मक' मतदान होते असेही तेव्हा बोलले गेले. केर स्टार्मर अपेक्षेनुसार पंतप्रधान झाले; पण अमेरिकेत राजदूतपदी नेमलेली व्यक्ती जेफ्री एपस्टाईनशी संबंधित असल्याचे उघड झाले. त्या व्यक्तीची पूर्ण पडताळणी न करता त्याची नेमणूक केल्याचा ठपका स्टार्मर यांच्यावर ठेवला गेला. त्यातून पक्षात असंतोष वाढला आणि अखेर स्टार्मर

१ Doctor Tips सल्ला डॉक्टरचा

भारतीय सभ्यता आणि लैंगिकता-शेतीच्या प्रारंभिक शोधानंतर साडेचार ते पाच हजार वर्षांपूर्वी सुमेरियन, इजिप्शियन आणि इंडस (सिंधू) सभ्यतेचा उदय झाला. परस्पर समांतर काळात विकसित झालेल्या या सभ्यतांमध्ये बहुविध समाजरचनेतून आर्थिक स्थैर्य आणि सामाजिक शांतता साधली गेल्याचे पुरावे मिळतात. या स्थिर, शांत आणि प्रगतिकारक वातावरणात साहित्य, संगीत आणि चित्र-शिल्प कला मोठ्या प्रमाणावर विकसित झाली.



२ Joke विनोद

लहान असून नेत्यांप्रमाणे भांडतांना तुला लाज नाही वाटता!!



३ Message संदेश

Kab unki palkon se izhaar hoga, dil ke kisi kone mein hamare liye pyar hoga, guzar rahi hai raat unki yaad mein, kabhi to unko bhi hamara intezar hoga.



४ Thought सुविचार

खोबरे पाहिजे असेल तर नारळ फोडलाच पाहिजे. - जे. रंजन

संस्कृत सुभाषित

प्राणाः प्राणभूतामन्नं तदयुक्त्या निहत्यसून । विषं प्राणहर्तृ तच्च युक्तियुक्तं रसायनम्॥

अर्थः अन्न हे सर्व प्राणीमात्रांचे जणू प्राणच दुरते पण अयोग्य अन्न सेवन केल्यास तेच विष बनून प्राणांचे हरण करते परंतु विचाराने व युक्तीवादाने अन्न ग्रहण केल्यास अयोग्य अन्नसुद्धा उपकारक रसायन ठरते.



आडवे शब्द

१. प्रणी, पशू

४. अग्रलेख

९. पहारा करणारा

११. प्रचंड, तीव्र

१३. नजरफेक

१६. गालबोट

१७. मौज करणे

१८. बादशहाचा प्रधान

२०. सबब

२१. नूतन

२२. मृत्तिका, मृदा

२३. निरर्थक

२४. शृंखला

२६. कर्ण

२८. जास्तीत जास्त

२९. हाताचा तळवा

३२. दिखाऊ, वरपांगी

३४. अवघा, सगळा

३६. गार, थंड

३७. प्रत्येक ठिकाणी

३८. दूर गेलेला

३९. टक, दृष्टी

४२. दोस्त

४३. अंतःकरण

४४. जाणकार

४६. तासाचे प्रमाण

४७. अथवा

४८. युवती

५०. जानकी

५१. आजार, रोग

५५. विजार

५७. परिस्थिती

५८. पंजातील बिननावाचे बोट

५९. मूळ आधार

६०. आजच्या आधीचा दिवस

६१. गोव्यातील दैवत

६२. हालचालीवरील नजर

६४. गवत, गुरांचे खाद्य

६६. बस्तान

६७. शहर, गाव

६९. स्वच्छ, चकचकीत

७१. श्रीमंत

७२. दरी

७३. बासरी

७४. उद्याच्या नंतरचा दिवस

७७. वृक्ष

७८. किरकोळ सामान

७९. जयाचा नामघोष

उभे शब्द

१. तरुण, सैनिक

२. भार

३. रावणाच्या तोंडांची संख्या

४. संकटाच्या वेळी

५. मोदकाचे आवरण

६. नवरा

७. संकटातून निभावणे

८. मित्राचे सोंग घेतलेला शत्रू

९. गोव्याची राजधानी

१०. माती, वाळू

१२. चांगला

१४. योग्य, बरोबर

१५. चोख, निर्भळ सोने

१७. कणा

१९. एक पाताळ

२२. आईचा भाऊ

२३. ऐनवेळी कच खाणे

२५. दुष्ट

२७. नुकतेच जन्मलेले

२८. कर देण्यास योग्य

३०. रत्न

३१. भूपती

३३. अंगातील मस्ती, जोश

३५. हिंदीतील रहस्य

४०. रम्य, मनोहर

४१. भूतकाळ

४२. दाढीच्या जोडीची

४४. जन्मी

४५. सामाहिक सुट्टीचा दिवस

४६. धातूचा धागा

४९. भारतीय चलन

५०. वेस, हद्द

५२. जनावरांचे पिल्लू

५३. पोरका

५४. ठेकेदार

५६. निकट

५७. चलनवलन

५८. अगम्य

५९. बाजीप्रभूंनी लढवलेली जागा

६२. पत्तीकडे

६३. समशेर

६५. रक्षाबंधनाचा धागा

६६. अटीची भाषा

६८. डोंगरी किल्ला

७०. तपश्चर्या, साधना

७३. पाण्याचा प्रवाह

७५. मातीचा कण

७६. निरुपयोगी

आडवे उत्तर

१.जनावर ४.संपादकीय ९.पहारेकरी

११.जबरदस्त १३.नयनबाण १६.तीट १७.म जा मारणे १८.वजीर २०.कारण २१.नवा

२२.माती २३.अर्थहीन २४.साखळी २६.कान

२८.कमाल २९.करतल ३२.वरवर ३४.सारा

३६.शीतल ३७.जागोजाग ३८.पारखा

३९.नजर ४२.मित्र ४३.मन ४४.माहितगार

४६.ताशी ४७.वा ४८.तरुणी ५०.सीता

५१.विकार ५५.पायजामा ५७.हालह-

वाल ५८.अनामिका ५९.पाया ६०.काल

६१.रवळनाथ ६२.पाळत ६४.चारा ६६.जम

६७.नगर ६९.लखलखीत ७१.मालदार

७२.खिंड ७३.पावा ७४.परवा ७७.तरु

७८.सटरफाटर ७९.जयजयकार

उभे उत्तर

१.जवान २.वजन ३.द्हा ४.संकटकाळी

५.पारी ६.यजमान ७.तरणे ८.अस्तन-

महाशब्दकोड्यांचा समाचार

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

७८

७९

१.तील निखारा ९.पणजी १०.रेती १२.बरवा

१४.यथार्थ १५.बावनकशी १७.भणका

१९.रसातल २२.मामा २३.अवसान-

घात २५.खल २७.नवजात २८.करपात्र

३०.रतन ३१.राजा ३३.राग ३५.राज

४०.रमणीय ४१.गतकाल ४२.मिशी ४४.माता

४५.रविवार ४६.तार ४९.रुपाया ५०.सीमा

५२.कालवड ५३.अनाथ ५४.मुकादम

५६.जवळ ५७.हालचाल ५८.अनाकलनीय

५९.पावनखिंड ६२.पात ६३.तल-

वार ६५.राखी ६६.जरतार ६८.गड ७०.तप

७३.पाट ७५.रज ७६.वाय

प्रदेश उपाध्यक्ष पदी अजित निंबाळकर यांची निवड



निलंगा/प्रतिनिधी: महाराष्ट्र काँग्रेस कमिटी ओबीसी विभाग च्या महाराष्ट्र राज्याच्या प्रदेश उपाध्यक्ष पदी अजित निंबाळकर यांची निवड करण्यात आली आहे. या सन्मानाच्या निवडीसाठी माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख यांनी ओबीसी नेते बारा बलुतेदार महासंघाचे जिल्हा अध्यक्ष अजित निंबाळकर यांचे नाव सूचित केले होते. त्या नुसार त्यांची प्रदेश उपाध्यक्ष पदी निवड झाली आहे. या निवडी बद्दल सर्व स्तरातून स्वागत होत असून मायक्रो ओबीसी, ओबीसी व बारा बलुतेदार मध्ये उत्साहाचे व आनंदाचे वातावरण झाले आहे. खऱ्या अर्थाने सर्व सामन्याना व आती पिचडे मायक्रो ओबीसी व बारा बलुतेदारांना न्याय, हक्क व सन्मान फक्त भारतीय राष्ट्रीय काँग्रेस च देऊ शकते अशी प्रतिक्रिया नव नियुक्त प्रदेश उपाध्यक्ष अजित निंबाळकर यांनी आपल्या निवडी बद्दल दिली आहे. या निवडी बद्दल प्रदेश अध्यक्ष हर्षवर्धन सपकाळ, माजी मंत्री आमदार अमित विलासराव देशमुख, प्रदेश अध्यक्ष ओबीसी विभाग डॉ. यशपाल भिंगे, माजी मंत्री दिलीपरावजी देशमुख, जिल्हा अध्यक्ष अभय साळुंके, दिशा प्रतिष्ठान चे अभिजीत देशमुख व इतर मान्यवरांनी शुभेच्छा दिल्या आहेत.

ब्ल्यू बर्ड इंटरनॅशनल स्कूलमध्ये सायबर सुरक्षा जनजागृती सत्र उत्साहात



लातूर/प्रतिनिधी: राजर्षी शाहू महाविद्यालय, लातूर आणि क्रिक हिल फाउंडेशन, पुणे यांच्या संयुक्त विद्यमाने राबविण्यात येत असलेल्या 'सायबर शिक्षा फॉर सायबर सुरक्षा' या जनजागृती उपक्रमांतर्गत ब्ल्यू बर्ड इंटरनॅशनल स्कूल, आलमला (ता. औसा, जि. लातूर) येथे विद्यार्थ्यांसाठी सायबर सुरक्षा जनजागृती सत्र उत्साहात पार पडले. दि. २२ जुलै २०२६ रोजी सकाळी १० ते १२ या वेळेत आयोजित करण्यात आलेल्या या सत्रात इयत्ता आठवी ते दहावीच्या २०० हून अधिक विद्यार्थ्यांनी सहभाग घेतला. विद्यार्थ्यांना सायबर सुरक्षेचे महत्त्व, डिजिटल जगातील धोके आणि सुरक्षित इंटरनेट वापराबाबत सविस्तर मार्गदर्शन करण्यात आले.

सायबर वॉरिअर योगिता जाधव आणि प्राज्ञक्ता बोरुळे यांनी फोटो मॉर्फिंग, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआय) च्या माध्यमातून फोटो तयार करण्याची प्रक्रिया, एआयचा सुरक्षित व जबाबदारीने वापर, तसेच मजबूत पासवर्ड तयार करण्याचे महत्त्व याविषयी उदाहरणांसह माहिती दिली. मोबाईलमध्ये प डाउनलोड करताना आवश्यक आणि अनावश्यक परवानग्यांची ओळख करून देत डिजिटल सुरक्षिततेबाबत महत्त्वपूर्ण सूचना करण्यात आल्या.

यावेळी ऑनलाईन फसवणूक, बनावट संकेतस्थळे, ओटीपी फसवणूक, समाजमाध्यमांचा सुरक्षित वापर आणि डिजिटल गोपनीयतेचे महत्त्व याबाबतही विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करण्यात आले. संवादात्मक पद्धतीने झालेल्या या सत्रात विद्यार्थ्यांनी उत्स्फूर्त प्रतिसाद देत विविध प्रश्न विचारले. कार्यक्रमासाठी विद्यालयाच्या मुख्याध्यापिका स्वाती कापसे यांचे मार्गदर्शन लाभले. आयोजनासाठी सुप्रिया जाधव यांनी विशेष सहकार्य केले. विद्यालयातील सर्व शिक्षक उपस्थित होते. कार्यक्रमाच्या शेवटी विद्यार्थ्यांनी सुरक्षित डिजिटल सवयी आंगीकारून जबाबदार डिजिटल नागरिक बनावे, असे आवाहन करण्यात आले.

लोकमान्य टिळक जयंतीनिमित्त 'स्वराज्य सप्ताह' सुरू

राजा नारायणलाल लाहोटी इंग्लिश स्कूलचा विद्यार्थ्यांमध्ये राष्ट्रप्रेम जागविणारा अभिनव उपक्रम

लातूर/प्रतिनिधी : स्वराज्य हा माझा जन्मसिद्ध हक्क आहे आणि तो मी मिळवणारच, अशी सिंहाजर्जा करणारे लोकमान्य बाळ गंगाधर टिळक यांच्या जयंतीनिमित्त राजा नारायणलाल लाहोटी इंग्लिश स्कूलमध्ये 'स्वराज्य सप्ताह' या विशेष उपक्रमाचे उत्साहपूर्ण उद्घाटन करण्यात आले. टिळक जयंतीपासून त्यांच्या पुण्यतिथीपर्यंत चालणाऱ्या या सप्ताहात विद्यार्थ्यांसाठी विविध वैचारिक, सांस्कृतिक आणि स्पर्धात्मक उपक्रमांचे आयोजन करण्यात आले असून, राष्ट्रप्रेम, स्वराज्याची प्रेरणा आणि सामाजिक उत्तरदायित्वाची भावना विद्यार्थ्यांमध्ये रुजविण्याचा प्रयत्न करण्यात येत आहे.

कार्यक्रमाची सुरुवात शाळेचे प्राचार्य कर्नल एस. श्रीनिवासुलू यांच्या हस्ते लोकमान्य टिळक यांच्या प्रतिमेचे पूजन करून झाली. यावेळी विद्यार्थी संसदेचे प्रतिनिधी बन्सील पटेल, त्रिशा बाहेली, विवेक गायकवाड, कुणाल भंडारे, श्रावणी कन्नूर, आदिती थोमोडे व श्रावणी दाडगे उपस्थित होते. तसेच रजिस्ट्रार प्रवीण शिवगणीकर, उपप्राचार्या रिना नायर, अरुल



सेल्वी, शिक्षकवृंद व विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

स्वराज्य सप्ताहानिमित्त चित्रकला स्पर्धा, एकपात्री अभिनय, भाषण स्पर्धा, लोकमान्य टिळकांनी संपादित केलेल्या केसरी आणि मराठा या वृत्तपत्रांतील निवडक अग्रलेखांचे प्रदर्शन व अभिवाचन, माहितीपट प्रदर्शन, विचारमंथन सत्र तसेच विविध सर्जनशील उपक्रमांचे आयोजन करण्यात आले आहे. या उपक्रमांद्वारे विद्यार्थ्यांना लोकमान्य टिळकांच्या विचारांचा आणि कार्याचा सखोल परिचय करून दिला जाणार

आहे. या सप्ताहाच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांना टिळकांचे स्वातंत्र्यलढ्यातील योगदान, निर्भीड पत्रकार म्हणून त्यांची भूमिका, प्रभावी लेखक, आदर्श शिक्षक, समाजसुधारक तसेच गीतारहस्यमयून मांडलेले कर्मयोगाचे तत्त्वज्ञान यांचा परिचय होणार आहे. भारतीय संस्कृती, राष्ट्रभक्ती, स्वाभिमान, कर्तव्यनिष्ठा आणि लोकजागृतीची मूल्ये विद्यार्थ्यांच्या मनात रुजविण्यासाठी हा उपक्रम प्रेरणादायी ठरणार असल्याचे मत शाळेच्या वतीने व्यक्त करण्यात आले.

माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय आयोजित 'संवादवारी' ज्ञानेश्वरी विशेष दालनाचे मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या हस्ते उद्घाटन

पंढरपूर/प्रतिनिधी: माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालयाच्या वतीने आयोजित 'संवादवारी' ज्ञानेश्वरी विशेष दालनाचे उद्घाटन मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांच्या हस्ते करण्यात आले. पंढरपूर कृषी उत्पन्न बाजार समिती येथे आयोजित राज्यस्तरीय कृषी महोत्सवाच्या ठिकाणी आयोजित या प्रदर्शनाच्या उद्घाटनप्रसंगी पालकमंत्री जयकुमार गोरे, आमदार गोपीचंद पडळकर, राजेंद्र राऊत, समाधान आवाताडे, अभिजीत पाटील, विजयकुमार देशमुख, उत्तमराव जानकर, नारायणराव पाटील, माजी आमदार प्रशांत परिचारक, जिल्हा परिषदेचे अध्यक्ष दीपक वैद्य, पंढरपूर कृषी उत्पन्न बाजार समितीचे चेअरमन हरीश गायकवाड आदी उपस्थित होते.

आषाढी वारीच्या पार्श्वभूमीवर वारकऱ्यांपर्यंत शासनाच्या विविध योजना

पोहोचविण्यासाठी हे विशेष दालन उभारण्यात आले आहे. 'संवादवारी' या उपक्रमातून शासन-जनता संवाद अधिक प्रभावी करण्याचा उद्देश असल्याचे यावेळी सांगण्यात आले. या उपक्रमात पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर शेतकरी कर्ममुक्ती योजना २०२६, महाराष्ट्र महिला शेतकरी सक्षमीकरण, कौशल्य विकास व गुंतवणूक, महाराष्ट्र कृषी कृत्रिम बुद्धिमत्ता धोरण, मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजना, नवीन शैक्षणिक धोरण २०२०, कृषी विभागाचे डिजिटल उपक्रम, जलयुक्त शिवार, गाळमुक्त धरण-गाळयुक्त शिवार, महात्मा फुले जनआरोग्य योजना, कामगार कल्याण योजना, प्रधानमंत्री किसान सन्मान निधी, प्रधानमंत्री पीक विमा योजना, नमो शेतकरी महासन्मान निधी, मुख्यमंत्री युवा कार्य प्रशिक्षण योजना, प्रधानमंत्री आवास योजना, रमाई



आवास योजना, शबरी आवास योजना, मागेल त्याला शेततळे, लेक लाडकी योजना, पीएम यशस्वी शिष्यवृत्ती योजना, आश्रम शाळा सुविधा, हरित

ऊर्जा, प्रधानमंत्री ग्रामसडक योजना, महाराष्ट्र गृहनिर्माण योजना, दिव्यांग धोरण, शाश्वत जलसंपदा व्यवस्थापन व विकास, आपत्ती व्यवस्थापन, महाराष्ट्र

रोजगार हमी योजना आदी योजनांबाबत आकर्षक एलईडी चित्राथ, पथनाट्य व प्रदर्शनांद्वारे जनजागृती करण्यात येत आहे.

विद्यार्थ्यांमध्ये कौशल्ये विकसित व्हावी या दृष्टीने अभ्यासक्रमाची निर्मिती : प्र.-कुलगुरु डॉ. अशोक महाजन

लातूर/प्रतिनिधी: सध्याच्या वाढत्या स्पर्धेमध्ये विद्यार्थ्यांमध्ये विविध कौशल्ये विकसित होणे ही काळाची अत्यंत महत्त्वाची गरज आहे आणि हीच गरज ओळखून स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठाने विविध विद्याशाखांच्या अभ्यासक्रमाची निर्मिती केली आहे असे प्रतिपादन प्र-कुलगुरु डॉ. अशोक महाजन यांनी बुधवारी येथे बोलताना केले. राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण (छएझ-२०२०) अंतर्गत बी.कॉम. तृतीय वर्षासाठी लागू करण्यात आलेल्या नवीन अभ्यासक्रमाच्या प्रभावी अंमलबजावणीसाठी दयानंद शिक्षण संस्था संचालित दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयाच्या वाणिज्य विभाग आणि स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ, नांदेड यांच्या



संयुक्त विद्यमाने बुधवार, दि. २२ जुलै रोजी दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयात एकदिवसीय विद्यापीठस्तरीय कार्यशाळा संपन्न झाली, यावेळी ते उद्घाटन म्हणून बोलत होते.

कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी दयानंद शिक्षण संस्थेचे सचिव रमेश

बियाणी होते. यावेळी मंचावर वाणिज्य व व्यवस्थापन विद्याशाखेचे अधिष्ठाता डॉ. हरिश्चंद्र पतंगे, दयानंद शिक्षण संस्थेचे प्रशासकीय अधिकारी डॉ. जयप्रकाश दर्गाड, कार्यशाळेचे संयोजक प्राचार्य डॉ. प्रशांत मास्कीकर, उपप्राचार्य डॉ. गणेश लहाने, अंतर्गत गुणवत्ता

हमी कक्षाचे समन्वयक डॉ. बाळासाहेब चव्हाण, आयोजक डॉ. मनिषा आष्टेकर आदींची प्रमुख उपस्थिती होती. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. मनिषा आष्टेकर यांनी करून कार्यशाळा आयोजनामागील भूमिका विशद केली. यावेळी बोलताना प्र-कुलगुरु डॉ. अशोक महाजन म्हणाले, सर्व क्षेत्रात स्पर्धा वाढली आहे. काळानुसार शिक्षण क्षेत्रात बदल करणे गरजेचे आहे. नव्या शैक्षणिक धोरणात कौशल्य आधारित अभ्यासक्रमांना प्राधान्य दिले आहे. नांदेड विद्यापीठानेही या अभ्यासक्रमात कौशल्ये, प्रॅक्टिकल ज्ञान यावर सर्वाधिक भर दिले आहे. या अभ्यासक्रमाची प्रभावी अंमलबजावणी व्हावी यासाठी शिक्षकांनी पुढाकार घेण्याची गरज आहे.

उद्घाटन सत्रानंतर झालेल्या पहिल्या सत्रात बोलताना अधिष्ठाता डॉ. हरिश्चंद्र पतंगे म्हणाले, राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण याप्रमाणे अभ्यासक्रमाची निर्मिती करताना विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास कसा होईल याला प्राधान्य देण्यात आले. यावेळी त्यांनी नवीन अभ्यासक्रमात कोणत्या विषयांना किती क्रेडिट दिले आहे, परीक्षा पद्धती कशी असेल याबाबत सविस्तर मार्गदर्शन केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डॉ. विशाल वर्मा यांनी तर शेवटी आभार प्राचार्य डॉ. प्रशांत मास्कीकर यांनी मानले. कार्यशाळेत विद्यापीठ अंतर्गत येणाऱ्या नांदेड, परभणी, हिंगोली आणि लातूर जिल्ह्यातील विविध महाविद्यालयातील प्राचार्य, प्राध्यापक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

मोबाईलला थोडी विश्रांती; खेळांकडे वळा!

दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयाच्या क्रीडा विभागाचा स्तुत्य उपक्रम



लातूर/प्रतिनिधी: आजच्या डिजिटल युगात मोबाईलच्या अतिवापरामुळे शारीरिक हालचाली कमी होत असताना, लातूर येथील दयानंद वाणिज्य महाविद्यालयाच्या क्रीडा विभागाने मोबाईल सोडा, खेळांकडे वळा हा स्तुत्य उपक्रम सुरू केला आहे. या उपक्रमाला विद्यार्थी आणि प्राध्यापकांकडून उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळत असून, खेळांच्या माध्यमातून काही काळ का होईना मोबाईलपासून दूर राहण्याची संधी मिळत असल्याची भावना सहभागी व्यक्त करत आहेत.

महाविद्यालयात प्राध्यापक व विद्यार्थ्यांसाठी कॅरम, बुद्धिबळ आणि बॅडमिंटन या खेळांची विशेष व्यवस्था करण्यात आली आहे. दररोज दुपारी २ ते ४ या वेळेत विद्यार्थी आणि प्राध्यापक खेळांचा आनंद घेत आहेत. या उपक्रमामुळे केवळ मनोरंजनच होत नाही, तर मानसिक ताण कमी होण्यास, एकाग्रता वाढण्यास आणि शारीरिक तंदुरुस्ती जपण्यासही मदत होत आहे.

महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. प्रशांत मास्कीकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली आणि क्रीडा विभाग प्रमुख डॉ. अशोक वाघमारे यांच्या पुढाकाराने या उपक्रमाची सुरुवात करण्यात आली. आधुनिक जीवनशैलीत खेळांचे महत्त्व अधोरेखित करणाऱ्या या अभिनव उपक्रमाचे विद्यार्थी व प्राध्यापकांनी स्वागत केले असून, भविष्यातही अशा उपक्रमांचे नियमित आयोजन करण्याची अपेक्षा व्यक्त होत आहे.

प्रो. जडे यांचे रबरी शिक्के कॉम्प्युटर नॉयलॉन रबर असलेले टिकाऊ रबरी शिक्के तयार करून मिळतील.

शाखा १.

जडे-भारत प्रिंटींग प्रेस, मेनरोड, लातूर

शाखा २.

जडेऑफसेट प्रिंटर्स, मित्र नगर, लातूर

संपर्क: (०२३८२) २४२६०८, २४५४०९



लातूरमध्ये छात्रों की गुंज... विद्यार्थ्यांचा एल्गार मोर्चा संपन्न

लातूर/प्रतिनिधी : देशातील विद्यार्थ्यांवर होणारे अन्याय आणि ‘नीट’ पेपरफुटीच्या निषेधार्थ लातूर जिल्हा काँग्रेस कमिटी, लातूर शहर जिल्हा काँग्रेस कमिटी व लातूरकरांच्या वतीने आयोजित करण्यात आलेला ‘छात्रों की गुंज... विद्यार्थ्यांचा एल्गार मोर्चा’ आज शुक्रवार, दि. २४ जुलै २०२६ रोजी सायंकाळी माजी मंत्री, आमदार अमित विलासराव देशमुख व ‘ट्रेंटीवन ग्री’च्या संचालिका सौ. अदितीताई अमित देशमुख यांच्या प्रमुख उपस्थितीत संपन्न झाला.

मार्ग व उद्देश: ‘नीट’ पेपरफुटीची नैतिक जबाबदारी स्वीकारून केंद्रीय शिक्षणमंत्री धर्मेंद्र प्रधान यांच्या राजीनाम्याची मागणी करणे, शिक्षण क्षेत्रातील पेपरफुटी कायमची रोखण्यासाठी ठोस उपाययोजना करणे आणि सामाजिक कार्यकर्ते व शिक्षणतज्ञ सोनम वांगचुक यांच्या मागण्यांना जाहीर पाठिंबा देण्यासाठी हा मोर्चा काढण्यात आला.

पोकरा टप्पा-२ अंतर्गत लातूर जिल्ह्यात ठिबक व तुषार सिंचनासाठी डिजिटल चलनाद्वारे अग्रिम अनुदानाची सुविधा

लातूर/प्रतिनिधी : नानाजी देशमुख कृषी संजीवनी प्रकल्प (पोकरा) टप्पा-२ अंतर्गत राज्य शासनाने अनुसूचित जाती, अनुसूचित जमातीतील शेतकरी तसेच सर्व महिला शेतकऱ्यांना ठिबक सिंचन व तुषार सिंचन या घटकांसाठी ‘सेंट्रल बँक डिजिटल चलन’ या आधुनिक डिजिटल प्रणालीद्वारे अनुदान वितरणास मान्यता दिली आहे. या नावीन्यपूर्ण योजनेची अंमलबजावणी लातूर जिल्ह्यातील निवडलेल्या २१६ गावांमध्ये करण्यात येणार आहे.

यापूर्वीच्या पद्धतीनुसार सिंचन संचाचे काम पूर्ण झाल्यानंतर शेतकऱ्यांना अनुदानाची रक्कम दिली जात होती. त्यामुळे सुरुवातीचे भांडवल उप-लब्ध नसल्याने अनेक गरजू शेतकऱ्यांना सिंचन प्रकल्पाची प्रत्यक्षात अंमलबजावणी करताना अडचणींचा सामना करावा लागत होता. ही अडचण दूर करण्यासाठी आता राज्य शासनाने सेंट्रल बँक डिजिटल चलनच्या ‘टोकन’ माध्यमातून अग्रिम अनुदान उपलब्ध करून देण्याची सुविधा सुरू केली आहे.

या नवीन पद्धतीत इच्छुक शेतकरी प्रकल्पाच्या डीबीटी (डीबीटी) पोर्टलवर अर्ज करताना ‘सेंट्रल बँक डिजिटल चलन’ हा पर्याय निवडू शकतील. त्यानंतर पंजाब नॅशनल बँकेमार्फत डिजिटल चलन पवर नोंदणी करून शेतकऱ्यांच्या सेंट्रल बँक डिजिटल चलन वॉलेटमध्ये अनुदानाच्या रकमेइतके डिजिटल टोकन उपलब्ध करून दिले जाईल. हे टोकन केवळ कृषी विभागाकडे नोंदणीकृत असणाऱ्या आणि सेंट्रल बँक डिजिटल



स्नेहल उटगे, स्थायी समिती सभापती सचिन बंडापळे, गटनेते विजयकुमार साबदे, लातूर जिल्हा युवक काँग्रेस अध्यक्ष निलेश देशमुख, लातूर शहर युवक काँग्रेस अध्यक्ष विष्णुदास

सभापती फैजल कायमखानी, विलास को-ऑपरेटिव्ह बँकेचे चेअरमन किरण जाधव, व्हाईस चेअरमन समद पटेल, माजी महापौर दीपक सुळ, सर्जेराव मोरे, विजय देशमुख, संगीता मोळवणे, मारुती पांडे, अनिल चव्हाण, कल्याण पाटील, संजय ओहाळ, अभिजीत इंगळे, गणेश कांबळे, अकबर माडजे, भालचंद्र येडवे, सतीश साळुंखे, श्रीशैल गडाडे, यशवंत वाडीकर, मनोज चिखले, कविता वाडीकर, प्रवीण सूर्यवंशी, प्रवीण कांबळे, आशाताई भिसे, सोनालीताई शोरमोठे-पाटील, विद्याताई पाटील, डॉ. दिनेश नवगिरे, एकनाथ पाटील, आसिफ बागवान, सपना किसवे, पद्माकर उगिले, अजित नाईकवाडे, सुवर्णा जगताप, युनूस शेख, प्रा. सुधीर आणवले, अभिषेक पतंगे, पप्पू देशमुख, सत्यवान कांबळे, राम स्वामी, राजश्री देशमुख, इसरार सगरे, सोनू डगवाले, भालचंद्र सोनकांबळे, गोदू यादव, अजित निंबाळकर, सुरेश चव्हाण, संजय ओहाळ, पवन सोलंकर, पवनकुमार गायकवाड, पवन

जाधव, आतिश चिकटे, सचिन पाटील, महेश बिडवे, काशिनाथ जोंधळे, तबरेज तांबोळी, मनोज थोरात, विकास कांबळे, व्यंकटेश पुरी, उमेश बेदरे, प्रा. बसवराज धरणे, कांचन आजनीकर, सुदर्शन बिरादार, लक्ष्मण मोरे, प्रताप पाटील, रामदास पवार, प्रा. राजेंद्र शिंदे, अबू मनियार, डॉ. अरविंद भातांबरे, विजय टाकेकर, अजित माने, चक्रधर शेळके, शहाबाद खान, तानाजी फुटाणे, डॉ. नागेश्वरी केंद्रे, सईताई गोरे, दिपाली आदमाने, योगिता शिंदे, उषा पाटील, अल्लाबक्ष शेख, अॅड. देविदास बोरुळे पाटील, अविनाश बटेवार, राजकुमार पाटील, विलास भोसले, प्रा. गजेंद्र तरंगे, बापू चव्हाण, रमेश सूर्यवंशी, सत्तार शेख आदींसह लातूर जिल्हा काँग्रेस कमिटी, लातूर शहर काँग्रेस कमिटी, युवक काँग्रेस, एन.एस.यू.आय. चे पदाधिकारी, कार्यकर्ते, सर्व आदरणीय नगरसेवक, विद्यार्थी, पालक आणि मोठ्या संख्येने लातूरकर नागरिक उपस्थित होते.

विशेष सखोल पुनरीक्षण मोहीम; लातूर शहर मतदारसंघात मतदारयादी अद्यावतीकरणासाठी मतदारांनी सहकार्याचे आवाहन

लातूर/प्रतिनिधी :भारत निवडणूक आयोग व मुख्य निवडणूक अधिकारी यांच्या निर्देशानुसार २३५ ला-तूर शहर विधानसभा मतदारसंघाअंतर्गत मतदारयाद्या शंभर टक्के अद्यावत करण्यासाठी ‘विशेष सखोल पुनरीक्षण’ (एसआयआर) मोहीम वेगाने राबवली जात आहे. या मोहिमेअंतर्गत सन २००२ च्या मतदारायादीशी मतदारांचे मॅपिंग (पडताळणी) करणे अनिवार्य असून, मॅपिंग न झाल्यास मतदारांना निवडणूक नोंदणी अधिकाऱ्यांसमोरील सुनावणी प्रक्रियेला सामोरे जावे लागू शकते, त्यामुळे सर्व मतदारांनी या मोहिमेत सहभाग नोंदवावा, असे आवाहन लातूरच्या उपविभागीय अधिकारी रोहिणी नन्हे-विरोळे यांनी केले आहे.

जिल्हाधिकारी तथा जिल्हा निवडणूक अधिकारी लातूर यांच्या मार्गदर्शनाखाली तालुक्यातील मतदारांच्या मॅपिंगसाठी सर्व बूथ लेव्हल अधिकारी (बीएलओ) व पर्यवेक्षक घरोघरी जाऊन माहिती संकलन, अस्पष्ट छायाचित्रे अद्यावत करणे, डीएसई नोंदींची पडताळणी तसेच ईएफ (ईएफ) फॉर्मचे संकलन व डिजिटायझेशनचे काम ३० जून २०२६ ते ०८ ऑगस्ट २०२६ या कालावधीत पूर्ण



करत आहेत. या कामाच्या सुलभतेसाठी तहसील कार्यालय येथे ‘मतदार मदत कक्ष’ आणि ‘बीएलओ मदत कक्ष’ उभारण्यात आले आहेत. उपविभागीय अधिकारी तथा मतदार नोंदणी अधिकारी रोहिणी नन्हे-विरोळे यांनी नुकतीच सर्व सहाय्यक मतदार नोंदणी अधिकारी व अतिरिक्त सहाय्यक मतदार नोंदणी अधिकारी यांची बैठक घेऊन कामकाजाचा आढावा घेतला तसेच प्रत्यक्ष यादी भाग ३१ ते ६० च्या बीएलओंची

दम्यान दावे व हरकती स्वीकारणे, १७ ऑगस्ट ते १५ ऑक्टोबर २०२६ दरम्यान दावे-हरकती निकाली काढणे आणि १९ ऑक्टोबर २०२६ रोजी अंतिम मतदारयादी प्रसिद्ध केली जाणार आहे. याशिवाय मोजलेल्या मतदारांचे डिजिटायझेशन २८ जुलै २०२६ पर्यंत पूर्ण करण्याचे आणि अनुपस्थित, स्थलांतरित व मयत मतदारांच्या याद्या बीएलए यांना उपलब्ध करून देऊन त्यांचे इतिवृत्त प्रणालीवर अपलोड करण्याचे स्पष्ट आदेश देण्यात आले आहेत.

नागरिकांनाvoters.eci.gov.in) या पोर्टलवरून घरबसल्या नाव तपासणे, बीएलओ व मतदान केंद्राची माहिती मिळवणे आणि ई-फॉर्म ऑनलाइन भरण्याची सुविधा उपलब्ध आहे. याशिवाय, नागरिकांच्या सोयीसाठी सर्व बीएलओ दस्तोज सायंकाळी ४ ते ६ या वेळेत आपापल्या मतदान केंद्रांवर अनिवार्यपणे उपस्थित राहणार आहेत. मतदारांनी या वेळेत बीएलओंची भेट घेऊन ईएफ फॉर्म वाटप व डिजिटायझेशनची माहिती घ्यावी आणि मतदारयादी अद्यावत करण्यासाठी प्रशासनास सहकार्य करावे, असे आवाहन उपविभागीय अधिकारी रोहिणी नन्हे-विरोळे व तहसीलदार सौदागर तांदळे यांनी केले आहे.

तेनझिंग नॉर्गे राष्ट्रीय साहसी पुरस्कारासाठी ऑनलाईन नामांकने सादर करण्यास प्रारंभ

लातूर/प्रतिनिधी : युवा कार्यक्रम व क्रीडा मंत्रालय, केंद्र शासनामार्फत साहसी क्षेत्रात उल्लेखनीय व अतिउत्कृष्ट कामगिरी करणाऱ्या व्यक्तींचा गौरव करण्यासाठी राष्ट्रीय साहसी पुरस्कार अंतर्गत तेनझिंग नॉर्गे राष्ट्रीय साहसी पुरस्कार प्रदान करण्यात येतो. या पुरस्कारांतर्गत प्रामुख्याने जमिनीवरील, समुद्रावरील (पाण्यातील) आणि हवाई साहसी उपक्रमांसाठी प्रत्येकी एक तसेच साहसी क्षेत्रातील ‘आजीवन योगदान’ यासाठी एक स्वतंत्र पुरस्कार प्रदान केला जातो. सन २०२५ च्या या पुरस्कारासाठी केंद्र शासनाच्या निर्देशानुसार पात्र खेळाडूंकडून ऑनलाईन पद्धतीने नामांकने व प्रस्ताव मागविण्याची प्रक्रिया सुरू करण्यात येत आहे. या पुरस्कारासाठी शिफारस करावयाच्या खेळाडूंची कामगिरी जमिनीवर, पाण्यात किंवा हवेतील साहसी उपक्रमांमधील अतिउत्कृष्ट असणे आवश्यक आहे. ही कामगिरी मागील तीन वर्षांमधील म्हणजेच सन २०२३, २०२३, २०२४ आणि २०२५ या कालावधीतील स्वरूपीत स्वीकारले जाणार आहेत. तरी लातूर जिल्ह्यातील सर्व पात्र व इच्छुक विद्यार्थी, युवक, युवती आणि नागरिकांनी या राष्ट्रीय पुरस्कारासाठी जास्तीत जास्त संख्येने अर्ज करावेत, असे आवाहन लातूरचे जिल्हा क्रीडा अधिकारी जयराम मुंडे यांनी केले आहे.

जबाबदार नागरिक यशविण्याची पहिली पायरी म्हणजे प्राथमिक शिक्षण - डॉ.भास्कर गायकवाड

निलंगा/प्रतिनिधी : कोणत्याही विद्यार्थ्यांच्या आयुष्याचा पाया मजबूत करायचा असेल तर त्याचे प्राथमिक/माध्यमिक शिक्षण महत्वाचे आहे. पुस्तकी ज्ञानाबरोबरच मुलांच्या आवडीनिवडी, त्यांची आकलन क्षमता यानुसार विद्यार्थ्यांना ज्ञान दिले पाहिजे. सगळी मुले काही सारखी नसतात हे लक्षात घेऊन वाढ आणि विकास ही सातत्याने चालणारी प्रक्रिया आहे या दृष्टिकोनातून मुलांसाठी ज्ञानाची दरवाजे खुली करून द्यावीत. प्राथमिक शिक्षण हे जबाबदार नागरिक यशविण्याची पहिली पायरी आहे असे मत डॉ. भास्कर गायकवाड यांनी व्यक्त केले. निलंगा येथील महाराष्ट्र अध्यापक विद्यालयातील प्रथम वर्षाच्या प्रवेशीत अध्यापकांच्या स्वागत समारंभात प्रमुख पाहुणे म्हणून ते बोलत होते.

रुक्मापति ..

कुटून सुचली न कळे वारीकरायची उद्युक्ती श्रीहरी वारीत सोबती थकल्यापायी ये शक्ती झालो हरीचाभालदार केलीसं माझी नियुक्ती उदर वाटे तुडुंब भरले झालो जरी एक भुक्ती भराभर रे मने धावती पोचेकधीचं पंदरीप्रति सत्संगाचा प्रेमसोहळा अ लौकिक हरी प्रिती शिखरावर नजर खिळे शीश लीन पायरीवरती विसरू नये मज पायरी विनंती तुला रुक्मापति पंढरपूरी देखी डोळ्या तवरूपा अपूर्व संपत्ती ममविचारदारिद्रय गेले अनमोल प्रीती प्रयुक्ती बांधले भक्ति बंधनात देशी अद्भुत विनिर्मुक्ती सुख अन् मोक्ष सोबती नकळे तुझी विनियुक्ती कायजादू करे छलिया अनुभवतो जीवन्मुक्ती गूढ कळले अल्पसार्थ का केलीस रे व्युत्पत्ती

हेमंत मुसरीफ पुणे
९७३०३०६९९६

शिक्षकांच्या माथी एसआयआर आणि अशैक्षणिक कामांचे ओझे

चाकुर/अजगर मजकुरी : भारताच्या भावी पिढीची जडणघडण शाळांच्या चार भिंतीत आणि गुरूंच्या मार्गदर्शनाखाली होत असते. मात्र, सध्या महाराष्ट्रातील शिक्षण क्षेत्र एका विचित्र विसंगतीचा सामना करत आहे. एकीकडे ‘गुणवत्तापूर्ण शिक्षण’ आणि ‘शैक्षणिक प्रगती’ यांवर आधारित धोरणात्मक घोषणांची गर्दी आहे, तर दुसरीकडे प्रत्यक्ष शाळांमध्ये शिक्षक वर्गाच्या बाहेर सरकारी सर्वेक्षणाच्या कामांत व्यस्त आहेत. ‘विद्येविना मती गेली, मतीविना गती गेली’ हा महात्मा फुलेंचा संदेश विसरून, आज शिक्षकाला ज्ञानाच्या मंदिराऐवजी घरो-घरी जाऊन माहिती गोळा करण्याच्या कामात गुंतवण्यात आले आहेत. हे केवळ वेळेचे नुकसान नसून संपूर्ण शिक्षण व्यवस्थेचा बट्ट्याबोळ करणारा प्रकार आहे. २९ जून ते ३१ जुलै या कालावधीत शिक्षकांवर सोपवण्यात आलेले मतदार यादी विशेष सखोल पुनरीक्षण (SIR) काम हे त्यांच्यावर लादण्यात आलेल्या अशैक्षणिक कामांचा केवळ एक भाग आहे. एका शिक्षकाला सरासरी ३५० ते ४०० घरांपर्यंत पोह-चेऊन माहिती गोळा करावी लागते, ज्यामुळे शिक्षकांची प्रचंड ओढाताण होत आहे. एका फॉर्मसाठी सुमारे २० मिनिटांचा वेळ खर्च होतो, याचा अर्थ एका शिक्षकाचे तासंतास केवळ माहिती संकलनात आणि फॉर्म भरण्यात वाया जाताना. शिक्षक आधीच जनगणनेचे काम, टीईटी (TET) परीक्षेची तयारी आणि नवीन अभ्यासक्रमाच्या प्रसिध्दात गुंतलेले आहेत. नवीन शैक्षणिक वर्षाच्या सुरुवातीलाच शिक्षकांना शाळेबाहेर काढल्यामुळे विद्यार्थ्यांचे शैक्षणिक नुकसान अनिवार्य ठरत आहे. आरटीई (RTE) कायद्यानुसार, प्राथमिक शाळांमध्ये वर्षातून किमान २०० दिवस आणि माध्यमिक शाळांमध्ये २२० दिवस अध्यापन होणे अनिवार्य आहे. मात्र, जेव्हा

शिक्षक महिनाभर सर्वेक्षणाच्या कामात व्यग्र असतात, तेव्हा हे कायदेशीर नियम धाव्यावर बसवले जा-तात. नीती आयोगाच्या अहवालानुसार, महाराष्ट्रात ८,००० हून अधिक ‘एक शिक्षकी शाळा’ आ-हेत, जिथे दीड लाखांहून अधिक विद्यार्थी शिक्षण घेत आहेत. अशा शाळांमधील विद्यार्थ्यांच्या शिक्षणाची जबाबदारी कोणाची, हा प्रश्न अनुत्तरित आहे. शिक्षक वर्गाबाहेर असताना ‘शिक्षण वाऱ्यावर’ ही म्हण ततोतंत लागू होते. शालेय प्राथमिक विद्यार्थी आपल्या पालकांना आज प्रश्न विचारत आहेत की, आमचे शिक्षक आमच्यासोबत कमी वेळ का घालवतात...?. प्रशासनाने सुरुवातीला शिक्षकांना ‘शाळा सांभाळून’ हे काम पूर्ण करण्याचे आदेश दिले, जे पूर्णतः अव्यवहार्य होते. त्यानंतर संघटनांच्या विरोधानंतर आदेश बदलून ‘सुट्टीच्या दिवशी’ किंवा शाळेच्या वेळेव्यतिरिक्त काम करण्यास सांगितले गेले. यातून प्रशासनाची शिक्षकांबाबतची अनास्था दिसून येते. शिक्षकांना केवळ ‘कामगार’ किंवा ‘वेढेबागरी’ समजण्याची प्रवृत्ती बदलणे आवश्यक आहे. शिक्षकांना सतत नवीन कामांच्या ओझ्याखाली दाबल्यामुळे त्यांच्या मानसिक स्वास्थ्यावर आणि अध्यापन कौशल्यावर नकारात्मक परिणाम होत आहे. शिक्षक हा केवळ सरकारी कामाचा एक ‘पर्याय’ नसून तो राष्ट्रनिर्माता आहे. विविध उच्च न्यायालयांनी वेळोवेळी शिक्षकांना अशैक्षणिक कामांपासून मुक्त ठेवण्याचे आदेश दिले आहेत. असे असतानाही, प्रशासकीय सुलभतेसाठी निवडणूक आयोगाच्या किंवा महसूल विभागाच्या कामांसाठी शिक्षकांचा वापर करणे हे कायदेशीर चौकटीत कितपत योग्य आहे, हा प्रश्न आता ऐणीवर आला आहे. महात्मा फुले यांनी मांडलेल्या शिक्षणाच्या सिद्धांतानुसार, जेव्हा शिक्षण व्यवस्थेचा कणा मोडला

जातो, तेव्हा समाजाचा विकास थांबतो. गोरगरीबांची मुले सरकारी शाळांवर अवलंबून आहेत. शिक्षकांविना त्यांचे शैक्षणिक नुकसान ही मोठी सामाजिक हानी आहे. विद्यार्थ्यांचा अभ्यास मागे पडत आहे आणि त्याची भरपाई कोण करणार...? हा मोठा प्रश्न आहे. शिक्षक संघटनांनी या विरोधात समयप्रसंगी आवाज उठवला आहे, परंतु प्रशासनाकडून त्यांना सातत्याने मिळणारी वागणूक ही लोकशाहीत शोभणारी नाही. काही शाळांच्या वेळेत पर्यायी बदल (सकाळी ७ ते १२:३०) करून एक तातुरता उपाय काढला असला, तरी ही कायमस्वरूपी मलमपट्टी नाही. शिक्षण व्यवस्था सुधारण्यासाठी शिक्षकांना निवडणुकीच्या किंवा सर्वेक्षणाच्या कामातून पूर्णपणे मुक्त करणे आवश्यक आहे. बीएलओ (BLO) किंवा तत्सम कामांसाठी महसूल विभागातील अन्य विभागातील कर्मचाऱ्यांचा वापर करावा. एक शिक्षकी शाळांना अशा सर्वेक्षणांच्या व्याप्तीतून पूर्णपणे वगळले पाहिजे. शिक्षकांचा ९०% वेळ हा केवळ अध्यापन आणि विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठीच खर्च होईल याची खात्री करण्यासाठी शासनाने कडक धोरणे आखावीत. शिक्षक वर्गातच नसेल, तर शिक्षण कोणाला मिळणार...? हा प्रश्न आता समाज आणि सरकार दोघांनीही गांभीर्याने घेण्याची वेळ आली आहे. शिक्षकांना केवळ माहिती गोळा करण्याचे साधन न समजता, त्यांना सन्मानपूर्वक अध्यापनाचे कार्य करू देणे हे राष्ट्राच्या हिताचे आहे.आपण जर शिक्षकांना अशाच प्रकारे कामाच्या ओझ्याखाली गाडले, तर भविष्यातील पिढीला ‘अशिक्षित’ राहण्याची शिक्षा भोगावी लागेल. विद्येविना आपला विकास होऊ शकत नाही आणि शिक्षकांशिवाय शिक्षण पूर्ण होऊ शकत नाही, हे धोरणकर्त्यांनी वेळीच ओळखले पाहिजे.