राष्ट्रीय मासिक

विश्वात्मक लोकस्वामी वार्ता

RNI No.MAHBIL/2019/79644

POSTAL REGD.NO. MCW 348/2024-26

Published on 10th of Every Month

Posted at Dharavi Post Office,Mumbai-400 017 on 15th of Every Month.

•www.vishwatmaklokswamivarta.com •वर्ष : ७ वे •अंक : ८ व ९ •मुंबई, जून व जुलै २०२६ •पृष्ठ : १२ •मूल्य :₹३/-• संपादक : चंद्रशेखर लिंगय्या स्वामी

‘विश्वात्मक लोकस्वामी वार्ता’
युट्यूब चॅनल ला बातमी, मुलाखत, लाईव्ह म्हणजे महाराष्ट्रासह देशातील तळागाळापर्यंत पोहचणे मग आजच आम्हाला संपर्क करा आणि आपले हक्काचे मत मांडा

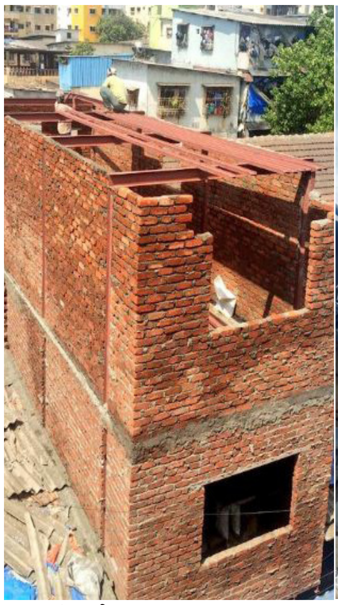
YouTube Channel
@chandrashekarswami1786
Like Share SUBSCRIBE

धारावीत मोठ्या प्रमाणात अनधिकृत बांधकामे सुरुच

मुंबई महानगरपालिका आणि धारावी पुनर्वसन प्रकल्प डी.आर.पी यांचे अनधिकृत बांधकामाकडे जानिवपूर्वक दुर्लक्ष ?

कॉन्ट्रॅक्टर माफिया आणि काही भ्रष्ट राजकारणी, काही प्रशासकीय अधिकारी यांच्या संगनमताने अनधिकृत बांधकामाला समर्थन

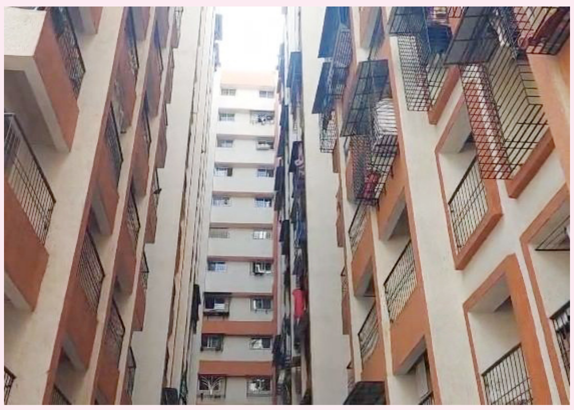
संपुर्ण मुंबईत अनधिकृत बांधकामावर कारवाई होत असताना धारावीतील मात्र बेकायदेशीर बांधकामावर कारवाई नाही. लाखो रुपयांचा भ्रष्टाचार?



मुंबई (प्रतिनिधी): धारावीतील सर्वात मोठी झोपडपट्टी असलेल्या आशिया खंडातील या झोपडपट्टीचा विकास व्हावा या उद्देशाने राज्य सरकारने धारावी पुनर्वसन प्रकल्प सुरू केला आहे. परंतु धारावी मध्ये रोजच्या घडीला मोठ्या प्रमाणात वाढीव माळ्याचे बेकायदेशीर बांधकाम बिनधास्तपणे सुरू आहे. दोन माळे, तीन माळे, चार माळे मुंबई महानगरपालिका ‘जी’ उत्तर विभाग यांचे संबंधित अधिकारी आणि धारावी पुनर्वसन प्रकल्प यांचे संबंधित तहसीलदार जिल्हाधिकारी यांचे धारावीतील अनाधिकृत बांधकामाकडे दुर्लक्ष करत असल्याने प्रत्येक क्षणाक्षणाला वाढीव बांधकाम गल्लोगल्ली सुरू झालेले आहे. कॉन्ट्रॅक्टर माफिया आणि काही भ्रष्ट राजकारणी काही अधिकारी प्रशासकीय या सगळे अनधिकृत बांधकामाला समर्थन देत वाढीव बांधकाम करण्यास मुभा देत आहे. त्याच्या बदल्यात लाखो रुपयांचा मलिदा हे घेत आहेत अशी चर्चा धारावीत मोठ्या प्रमाणात होत आहे. रोजच अनधिकृत बांधकामे धारावीत होत आहे. धारावी पुनर्वसन प्रकल्प डीआरपी याच्या नावाखाली मुंबई महानगरपालिका अनधिकृत बांधकामावर कारवाई करत नाहीत.

उलट अनधिकृत बांधकामाला समर्थन देत आहेत अधिकाऱ्यांच्या भेटी घेतल्या असता अधिकारी धारावी पुनर्वसन प्रकल्प डी आर पी यांचे अधिकारी कारवाई करत नसल्याची माहिती ➤पान ४ वर

रेल्वे कटिंग मध्ये मिळालेल्या एम.एम.आर. डी.ए. च्या सदनिकेमध्ये अतिरिक्त वाढीव अनाधिकृत बांधकाम, कारवाईची मागणी



मुंबई (प्रतिनिधी): प्रीमियर कोहिनूर कंपाऊंड येथे रेल्वे कटिंग धारावी येथील रहिवाशांना मिळालेल्या इमारतीमध्ये बेकायदेशीर बांधकाम मोठ्या प्रमाणात सुरू आहे. प्रकल्प बाधित रेल्वे विस्तारीकरण मध्ये मिळालेल्या एमजी रोड वरील घैस्वाल नामक एक रहिवासी याने एमएमआरडीए कडून मिळालेल्या सदनिकांमध्ये खोल्यांमधील इमारतीच्या प्लॅनिंग विरुद्ध जाऊन भिंती ➤पान ५ वर

विद्यार्थ्यांना आता शाळेतच दाखले मिळणार

Tahsil Office, Haveli
Certificate of Age, Nationality and Domicile

मुंबई : प्रवेशप्रक्रियेदरम्यान आवश्यक असणारी विविध कागदपत्रे, दाखले व प्रमाणपत्रे मिळविण्यासाठी विद्यार्थ्यांना धावपळ करावी लागते. त्यासाठी बऱ्याचदा त्यांना शाळेला दांडी मारावी लागते. परिणामी विद्यार्थ्यांचे होणारे नुकसान लक्षात घेता, राज्य सरकारने विविध दाखले व प्रमाणपत्रे शाळेतच उपलब्ध व्हावीत, यासाठी थेट ‘आपले सरकार सेवा केंद्र’च शाळेत आणण्याचा निर्णय घेतला आहे. त्यानुसार या केंद्रातील कर्मचाऱ्यांना ठरावीक दिवशी शाळेत नेऊन विद्यार्थ्यांच्या प्रमाणपत्राचे कामकाज करण्याचे आदेश जिल्हाधिकाऱ्यांनी दिले आहेत. या निर्णयामुळे विद्यार्थी आणि पालकांना दिलासा मिळाला आहे.शासनाने जाहीर केलेल्या परिपत्रकानुसार, केंद्र शासनाच्या सामायिक सेवा केंद्रे २.० (सीएससी २.०) या योजनेअंतर्गत ‘आपले सरकार’ सेवा केंद्रांची स्थापना करण्यात आली आहे. या केंद्रांचे प्रशासकीय नियंत्रण जिल्हाधिकाऱ्यांकडे सोपविण्यात आले असून, नागरिकांना विविध शासकीय सेवा उपलब्ध केल्या जातात. लोकसंख्येच्या आधारे सेवा केंद्रांचे वाटप करण्यात येते. ➤पान ५ वर

६५ जणांना ‘पद्म’ पुरस्कार प्रदान

मुंबई : राष्ट्रपती द्रौपदी मुर्मू यांच्या हस्ते ६५ जणांना पद्म पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले. क्रिकेटपटू रोहित शमार्ला पद्मश्री, गायिका अलका याज्ञिकला पद्मभूषण तर अभिनेता आर. माधवन यांच्यासह एकूण ६५ जणांना पद्म पुरस्कार देण्यात आला. यामध्ये दोन पद्मविभूषण, सात पद्मभूषण आणि ५६ पद्म पुरस्कारांचा समावेश आहे. या समारंभाला उपराष्ट्रपती सी. पी. राधाकृष्णन, पंतप्रधान नरेंद्र मोदी, केंद्रीय गृहमंत्री अमित शहा यांच्यासह अनेक मान्यवर उपस्थित होते.

एटीएम आणि यूपीआयद्वारे काढता येणार पीएफचे पैसे

मुंबई : नोकरदारांसाठी एक अत्यंत दिलासादायक आणि आनंदाची बातमी समोर आली आहे. आता पीएफ खात्यातील पैसे काढण्यासाठी तुम्हाला दीर्घकाळ वाट पाहावी लागणार नाही किंवा कार्यालयांच्या फेऱ्याही माराव्या लागणार नाहीत. केंद्र सरकार लवकरच पीएफ धारकांसाठी एटीएम आणि यूपीआयद्वारे पैसे काढण्याची ➤पान ५ वर

सं पा द की य

वाढती महागाई आणि शैक्षणिक साहित्याचे महागलेले जग

शिक्षण हे माणसाच्या प्रगतीचे सर्वात मोठे माध्यम मानले जाते. 'शिक्षण हे वाघिणीचे दूध आहे आणि जो ते प्राशन करेल तो गुरगुरल्याशिवाय राहणार नाही,' हे डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांचे विचार आजच्या काळात प्रत्येकाला शिक्षणाचे महत्त्व पटवून देतात. परंतु, आजच्या काळात शिक्षणाच्या या वाघालाच महागाईची साखळी लागली आहे की काय, अशी भीती वाटू लागली आहे. गेल्या काही वर्षांत देशात आणि राज्यात महागाईचा आलेख झपाट्याने उंचावला आहे. अन्न, वस्त्र, निवारा या मूलभूत गरजांसोबतच आता 'शिक्षण' ही अत्यंत महत्त्वाची गरजही महागाईच्या विळख्यात सापडली आहे. त्यातल्या त्यात 'शैक्षणिक साहित्य' इतके महागले आहे की, गरीब आणि मध्यमवर्गीय पालकांचे कंबरडे मोडले आहे.

नवीन शैक्षणिक वर्ष सुरू झाले की पालकांची लगबग सुरू होते. पूर्वीच्या काळी नवीन वह्यांचा सुगंध, नवीन दप्तर, पुस्तके या गोष्टी मुलांमध्ये प्रचंड उत्साह निर्माण करायच्या. पालकांच्या खिशालाही त्याचा फारसा ताण पडत नव्हता. पण आज चित्र बदलले आहे. शाळांची भरमसाठ फी तर आहेच, पण त्यासोबत मुलांच्या हातात लागणाऱ्या पेनपासून ते पाठीवरच्या दप्तरापर्यंत प्रत्येक गोष्टीच्या किमती गगनाला भिडल्या आहेत. कागदाच्या किमतीत झालेली वाढः वह्या आणि पुस्तकांसाठी लागणाऱ्या कागदाच्या किमतीत गेल्या दोन-तीन वर्षांत ४० ते ५० टक्क्यांनी वाढ झाली आहे. यामुळे वह्यांचे दर प्रचंड वाढले आहेत. पूर्वी जी वही २० ते २५ रुपयांना मिळायची, आज तीच वही ४० ते ६० रुपयांना मिळत आहे. स्टेशनरी साहित्यातील दरवाढः पेन्सिल, पेन, खोडरबर, कंपास पेटी, ड्रॉइंग बुक, रंगपेट्या यांच्या किमतीत सरासरी ३० ते ४० टक्क्यांनी वाढ झाली आहे. ब्रँडेड कंपन्यांच्या स्टेशनरी संचाच्या किमती पाहिल्या तर सर्वसामान्यांना घाम फुटतो. शालेय दप्तर आणि वॉटर बॉटलः मुलांचे शालेय दप्तर, युनिफॉर्म, बूट, वॉटर बॉटल आणि डबा या वस्तूही महागाईपासून वाचलेल्या नाहीत. कापड आणि प्लास्टिकच्या कच्च्या मालाचे दर वाढल्यामुळे या वस्तूंच्या किमती पूर्वीपेक्षा दुप्पट झाल्या आहेत.

शैक्षणिक साहित्याच्या किमती अचानक एवढ्या का वाढल्या, याचा विचार केला तर काही प्रमुख कारणे समोर येतातः कच्च्या मालाचा तुटवडा आणि दरवाढः कागद निर्मितीसाठी लागणारा लाकडाचा लगदा आणि रसायने यांच्या किमती आंतरराष्ट्रीय बाजारात वाढल्या आहेत. तसेच प्लास्टिक आणि धातूंचे दर वाढल्यामुळे पेन, कंपास पेटी महागल्या आहेत. डिझेल आणि पेट्रोलच्या वाढत्या किमतींमुळे वाहतूक खर्च प्रचंड वाढला आहे. कारखाना ते घाऊक व्यापारी आणि तिथून किरकोळ दुकानदारापर्यंत माल पोहोचेपर्यंत वाहतुकीचा खर्च वस्तूच्या मूळ किमतीत जोडला जातो.शैक्षणिक साहित्यावरील कररचना आणि जीएसटी यामुळेही वस्तूंच्या किमती वाढल्या आहेत. कागद आणि छपाईवर लागणाऱ्या करामुळे पुस्तके आणि वह्यांचे दर वाढले आहेत. आधुनिक काळात केवळ वह्या-पुस्तके असून चालत नाही. अनेक शाळांमध्ये आता टॅबलेट, लॅपटॉप किंवा विशिष्ट शैक्षणिक ॲप्सची सक्ती केली जाते. ■■■

चला, पाल्यांना मराठी शाळेत घालूया !

जून महिना उजाडला की नव्या शैक्षणिक वर्षाची चाहूल लागते. घराघरांत मुलांच्या शाळा प्रवेशाची लगबग सुरू होते. आपल्या पाल्याला कोणत्या शाळेत प्रवेश द्यावा, हा प्रत्येक पालकासमोरील महत्त्वाचा प्रश्न असतो. अशा वेळी एक मराठी माणूस, एक जबाबदार पालक आणि आपल्या मातृभाषेचा अभिमान बाळगणारा नागरिक म्हणून आपण स्वतःला एक प्रश्न विचारला पाहिजे : 'आपल्या मुलाला जिल्हा परिषदेच्या मराठी शाळेत प्रवेश का देऊ नये?'

आज आपल्या राज्यातील जिल्हा परिषदांच्या प्राथमिक, माध्यमिक शाळा गुणवत्तापूर्ण शिक्षण, उत्तम शिक्षक, आधुनिक सुविधा आणि संस्कारक्षम वातावरण यामुळे नव्या उंचीवर पोहोचत आहेत. याला आणखी उंचीवर पोहोचविण्यासाठी आवश्यक आहे तो पालकांचा विश्वास ! आणि पालक म्हणून आपला सक्रिय सहभाग ! केवळ अफवा आणि यंत्रणेसंदर्भातील नकारात्मक दृष्टिकोन यामुळे ग्रामीण भागातील कमी खर्चाची, योग्य गुणवत्तेची आणि संस्कार करणारी एक यंत्रणा आम्ही कमकुवत तर करत नाही ना ? हा प्रश्न एकदा स्वतःला विचारणे आवश्यक आहे.

महाराष्ट्रात आतापर्यंत इतिहास घडवला तो जिल्हा परिषदेच्या शाळांनी.या शाळांमधून आजचे उच्चपदस्थ अधिकारी, शास्त्रज्ञ,डॉक्टर, वकील,कवी, लेखक,कृषी तज्ञ,समाज सुधारक तयार झाले आहेत. विशेषतः मराठी माध्यमातू शिकूनही ते कुठेही गुणवत्तेत मागे पडलेले नाही. भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचे उदाहरण आमच्या अनेक पिढ्यांनी अनुभवले आहे.अपार कष्ट ,अवहेलना सहन करून अशा शाळांमधून शिक्षण घेत त्यांनी आपली गुणवत्ता सिद्ध केली आहे. देशातील मोठमोठ्या संस्थांवरचे गुणवान जिल्हा परिषदेच्या शाळांमधूनच तयार झाले आहे. त्यामुळे आपल्या पाल्यांना मराठी माध्यमाच्या आणि विशेषतः जिल्हा परिषद शाळांच्या दारी नेण्याची हीच योग्य वेळ आहे.

जिल्हा परिषद शाळा : गुणवत्तेची खात्री

जिल्हा परिषद शाळांमधील शिक्षकांची निवड अत्यंत पारदर्शक आणि गुणवत्तेच्या निकषांवर आधारित असते. शिक्षक पात्रता परीक्षा, विविध स्पर्धात्मक प्रक्रिया, शैक्षणिक गुणवत्ता आणि शासनाने ठरवून दिलेल्या नियमांच्या आधारे शिक्षकांची नियुक्ती केली जाते. त्यामुळे समाजातील गुणवंत, प्रशिक्षित युवकच शिक्षक म्हणून विद्यार्थ्यांसमोर उभे राहतात. जिल्हा परिषदेतील शिक्षकांच्या गुणवत्तेची वेळोवेळी तपासणी होते. प्रशिक्षण दिले जाते. त्यामुळे या शाळांमध्ये अप्रशिक्षित शिक्षक हा प्रश्न निकाली निघाला आहे.

शिक्षक हे राष्ट्रनिर्माते असतात. आपल्या गुरु शिष्य प्राचीन परंपरेला याच शाळा पुढे घेऊन गेल्या आहेत. येथील शिक्षक केवळ अभ्यासक्रम शिकवत नाहीत, तर विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्व विकासासाठी, संस्कारांसाठी, देशाच्या आधुनिक शैक्षणिक धोरणांशी जोडले गेले असतात. त्यामुळे शासकीय शैक्षणिक संस्था अर्थात आपल्या शाळा जबाबदार नागरिक घडविणारी यंत्रणा म्हणून पुढे आल्या आहेत.

मातृभाषेतून शिक्षण : अधिक आत्मविश्वास देणारे

शैक्षणिक संशोधन सातत्याने सांगते की, मुलांचे प्राथमिक शिक्षण मातृभाषेत झाले तर त्यांची आकलनशक्ती, विचारशक्ती आणि सर्जनशीलता अधिक चांगल्या प्रकारे विकसित होते. मराठी माध्यमातून शिकणारी मुले केवळ भाषा शिकत नाहीत, तर आपल्या संस्कृतीशी, इतिहासाशी, परंपरांशी, वारशाशी आणि सामाजिक मूल्यांशी जोडली जातात.

मराठी भाषेतील शिक्षणामुळे विद्यार्थ्यांचा आत्मविश्वास वाढतो. ते आपले विचार स्पष्टपणे व्यक्त करू शकतात. इंग्रजी व अन्य भाषा शिकणे आवश्यक आहेच; परंतु शिक्षणाचा पाया मातृभाषेत असणे अधिक परिणामकारक असल्याचे अनेक जागतिक तज्ज्ञांनी नमूद केले आहे.

सर्वात मोठे बलस्थान : समर्पित शिक्षक जिल्हा परिषद शाळेतील शिक्षकांना शासनाकडून नियमित व पूर्ण वेतन दिले जाते. त्यामुळे त्यांचे संपूर्ण लक्ष अध्यापन, विद्यार्थ्यांचा विकास आणि शाळेच्या प्रगतीकडे केंद्रित राहते. काही समर्पित शिक्षक स्वतःच्या खचार्तून विद्यार्थ्यांना शैक्षणिक साहित्य देतात, विविध उपक्रम राबवितात आणि गावोगावी शिक्षणाची ज्योत तेवत ठेवतात. साने गुरुजींच्या महाराष्ट्रात आजही अनेक ठिकाणी शिक्षकांच्या नावाने ती शाळा ओळखल्या जातात.

आज अनेक जिल्हा परिषद शाळांनी डिजिटल वर्गखोल्या, संगणक शिक्षण, विज्ञान प्रयोगशाळा, ई-लर्निंग सुविधा, क्रीडा साहित्य आणि विविध नवोपक्रमांच्या माध्यमातून उल्लेखनीय प्रगती साधली आहे.सेमी इंग्लिश शिक्षण पद्धती शाळांनी अवलंब केली आहे. शालेय व्यवस्थापन समिती आणि माझी विद्यार्थी मंडळाकडून अनेक सुधारणा होत आहे.

राज्याचे शैक्षणिक धोरण ;मातृभाषेचे महत्त्वःराष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२० तसेच महाराष्ट्र शासनाचे शैक्षणिक धोरण प्राथमिक स्तरावर मातृभाषेत शिक्षण देण्याला विशेष महत्त्व देते. मुलांचा बौद्धिक विकास, भाषिक कौशल्ये आणि संकल्पना समजून घेण्याची क्षमता वाढविण्यासाठी मातृभाषा हे सर्वात प्रभावी माध्यम असल्याचे या धोरणांमध्ये स्पष्ट करण्यात आले आहे.याच विचारातून महाराष्ट्रातील मराठी शाळांना अधिक सक्षम, आधुनिक आणि गुणवत्तापूर्ण बनविण्याचे प्रयत्न सातत्याने सुरू आहेत. विशेष म्हणजे कला, क्रीडा, स्पर्धा परीक्षा या संदर्भातील मुलांच्या विकासाची यंत्रणा, श्रृंखला याच शाळांमध्ये पूर्ण होते. इथे निधी अभावी कधीही विद्यार्थ्याच्या खिशातून पैसा काढून स्पर्धा घेतली जात नाही, रद्द होत नाही,पुढे ढकलली जात नाही. क्रीडा स्पर्धा, चित्रकला स्पर्धा, विज्ञान प्रदर्शनी, शिक्षकांचे प्रशिक्षण एकदा ठरले की पूर्ण केले जाते. राज्याच्या बाल कल्याण धोरणाला, बौद्धिक धोरणाला याच व्यासपीठावर राबविले जाते. त्यामुळे या यंत्रणेतून आपण बाद तर होत नाही ना ? याचा विचार व्हावा.

आता प्रवेशासाठी लागतात रांगा

एक काळ असा होता की काही पालकांना जिल्हा परिषद शाळा म्हणजे ग्रामीण भागातील भक्कम पर्याय वाटत असे. मात्र, अफवा, गैरसमज,आणि काही अपवादात्मक घटनांनी या शाळा मधल्या काळात ओस पडायला लागल्या होत्या. मात्र आज परिस्थिती बदलली आहे. राज्यातील अनेक जिल्हा परिषद शाळांनी आपल्या गुणवत्तेमुळे वेगळी ओळख निर्माण केली आहे. सातारा, कोल्हापूर, पुणे, सिंधुदुर्ग, नाशिक, नागपूर, जळगाव आणि इतर अनेक जिल्ह्यांतील काही जिल्हा परिषद शाळांमध्ये प्रवेशासाठी पालकांची मोठी मागणी दिसून येते. अनेक शिक्षकांनी आपल्या दायित्वातून,गुणवत्तेतून,कल्पकतेतून शाळांना नवी ओळख दिली आहे. डिजिटल शिक्षण, शैक्षणिक गुणवत्ता, स्पर्धा परीक्षा मार्गदर्शन, संस्कारक्षम वातावरण आणि विद्यार्थ्यांचे उत्कृष्ट निकाल यामुळे या शाळांवर पालकांचा विश्वास वाढत आहे.

शिक्षकांना जबाबदारीने आपले कर्तव्य पार पाडावे लागत आहे.निपुण शाळा या मोहिमेतून शाळातील शिक्षणावर नियंत्रण ठेवले जात आहे. तिसऱ्या वर्गापासून प्रज्ञाशोध परीक्षा, चौथी व सातवीत होणारी स्कॉलरशिप परीक्षा, टॅलेंट सर्च परीक्षा,शालेय गणवेष, शालेय पोषण आहार, सगळ्यांना मोफत पुस्तके, केळी व अंडी वाटप, मुलींसाठी दैनिक भत्ता, मुलींना स्वतंत्र स्वच्छता गृह, सॅनेटरी नॅपकीनची उपलब्धता ,प्रवेश उत्सव, संस्कार शिबीर,अशा विविध उपक्रमांना शाळेत राबविण्यात येते. पहिलीपासून इंग्रजी अनिवार्य केले आहे. त्यामुळे इंग्रजी पासून कोणी वंचित राहत नाही. प्रत्येक जिल्ह्यातील काही शाळा सेमी इंग्लिश झाल्या आहेत. याशिवाय या सर्व यंत्रणेवर पालकांच्या पाच समित्यांचे नियंत्रण असते.त्यामुळे बाह्य चकाकी व इंग्रजी माध्यमांच्या आग्रहातून मुले दर्जेदार प्रशिक्षित शिक्षकांपासून, शिक्षणापासून वंचित राहू नये यावर विचार करण्याची ही गरज आहे. ■■■

थोडक्यात

देशातील डेटा सेंटर्सपैकी निम्मी मुंबईत!

मुंबई : भारतातील डेटा सेंटरच्या उभारणीत मुंबईने आपले वर्चस्व कायम राखले असून, देशातील एकूण डेटा सेंटरच्या क्षमतेपैकी सुमारे ५० टक्के वाटा मुंबईचा आहे. मुंबईला सबमरीन केबल लँडिंग स्टेशन्स, विश्वसनीय वीजपुरवठा, मजबूत रस्ते आणि प्रस्थापित फायबर पायाभूत सुविधांचा फायदा मिळाला आहे. दुसऱ्या क्रमांकावर चेन्नई असून, महाराष्ट्राची आयटी सिटी असलेल्या पुण्यातही १११ मेगावॅट क्षमतेच्या डेटा सेंटरची उभारणी झाली आहे. देशाच्या सध्याच्या १,६५० मेगावॅट स्थापित क्षमतेपैकी जवळपास ९८ टक्के क्षमता सात महानगरांमध्ये केंद्रित झाली आहे. मुंबई आणि चेन्नई ही दोन्ही शहरे भारतातील डेटा सेंटरच्या विस्तारात आघाडीवर आहेत. धोरणात्मक भौगोलिक फायद्यांमुळे चेन्नईने भारतातील डेटा सेंटर्ससाठी दुसरे सर्वात पसंतीचे स्थान कायम राखले आहे. हे शहर आगामी वाढीव क्षमतेपैकी अंदाजे १५ टक्के क्षमता सामावून घेईल, अशी अपेक्षा असल्याचे 'अव्हेंडस कॅपिटल'च्या अहवालात म्हटले आहे. मुंबई ८०१ मेगावॅटच्या एकूण क्षमतेसह आघाडीवर आहे. त्यात ४४८ मेगावॅट क्षमतेचे बांधकाम सुरू असून, ८९३ मेगावॅट क्षमतेचा विस्तार प्रस्तावित आहे. त्यानंतर चेन्नईचा क्रमांक लागतो. जिथे एकूण क्षमता २६८ मेगावॅट असून, १२.४ टक्के जागा रिक्त आहेत, तर १५३ मेगावॅट क्षमतेचे प्रकल्प निमार्णाधीन आहेत. नवी दिल्लीची एकूण क्षमता १६१ मेगावॅट असून, हैदराबादची क्षमता १३८ मेगावॅट आहे. बंगळुरूची क्षमता ११९ मेगावॅट आहे. पुण्याची क्षमता १११ मेगावॅट असून, रिक्त क्षमता केवळ दोन टक्के आहे, तर कोलकाताची क्षमता १७ मेगावॅट आहे.

वडापाव वृत्तपत्रात गुंडाळल्यास कारवाई होणार

मुंबई : मुंबईतील प्रसिद्ध वडापाव आणि अन्य स्ट्रीट फूड विक्रेत्यांवर अन्न सुरक्षा विभागाने लक्ष केंद्रित केले आहे. वृत्तपत्रांमध्ये अन्नपदार्थ गुंडाळून देण्याविरोधात विशेष तपासणी मोहीम सुरू करण्यात आली आहे.अन्न सुरक्षा आणि मानके प्राधिकरण तसेच स्थानिक अन्न सुरक्षा अधिकाऱ्यांनी मुंबईतील रेस्टॉरंट्स, स्ट्रीट फूड स्टॉल्स आणि वडापाव विक्रेत्यांची तपासणी केली. अन्नपदार्थ साठवण्यासाठी, पॅकिंगसाठी किंवा सर्व्ह करण्यासाठी वृत्तपत्र, मासिके किंवा इतर छापील कागदांचा वापर होत नाही ना, याची खात्री करण्यात आली.तपासणीदरम्यान वृत्तपत्रांचा वापर करणाऱ्या विक्रेत्यांना इशारा देण्यात आला असून बटर पेपर, फूड-ग्रेड पेपर आणि इतर मान्यताप्राप्त पॅकेजिंग साहित्य वापरण्याच्या सूचना देण्यात आल्या.मुंबईत अनेक वर्षांपासून वडापाव, भजी आणि इतर खाद्यपदार्थ वृत्तपत्रात गुंडाळून देण्याची पद्धत आहे. कमी खर्च आणि सहज उपलब्धता यामुळे अनेक विक्रेते जुन्या वृत्तपत्रांचा वापर करतात.मात्र, अन्न सुरक्षा आणि मानके (पॅकेजिंग) नियम २०१८ नुसार अन्नपदार्थांसाठी वृत्तपत्र किंवा इतर छापील कागदांचा वापर करण्यास स्पष्टपणे बंदी आहे. छपाईच्या शाईतील हानिकारक रसायने अन्नामध्ये मिसळून आरोग्यावर विपरीत परिणाम होऊ शकतात.

कॉटन ग्रीन पादचारी पुलावरून थेट स्टेशनवर

मुंबई : कॉटन ग्रीन येथील पादचारी पुलाचा विस्तार कॉटन ग्रीन स्टेशनच्या प्लॅटफॉर्म क्र. 1 पर्यंत करण्यात आला आहे. शिवसेना नगरसेवक सचिन पडवळ यांच्या प्रयत्नाने महापालिकेच्या माध्यमातून हे काम करण्यात आले असून स्टेशनवर ये-जा करणाऱ्या प्रवाशांची गैरसोय यामुळे दूर झाली आहे. या पुलाचे लोकार्पण शिवसेना नेते खासदार अरविंद सावंत यांच्या हस्ते झाले. यावेळी आमदार अजय चौधरी, नगरसेविका सुप्रिया दळवी, श्वेता राणे, वैभवी चव्हाण, उपविभाग संघटिका किर्ती शिंदे, रमेश रावल, शुभदा पाटील, बाळा शेंडकर उपस्थित होते.

माहितीचा अधिकार नियम २०२६ विरोधात ज्येष्ठ समाजसेवक अण्णा हजारे मैदानात; ५ जुलैपासून उपोषणाचा इशारा

पारनेर : माहिती अधिकार कायद्याची परिणामकारकता कमी करणाऱ्या प्रस्तावित दुरुस्त्या तातडीने मागे घ्याव्यात, अन्यथा ५ जुलैपासून राळेगणसिद्धी येथे बेमुदत उपोषण सुरू करण्यात येईल, असा स्पष्ट इशारा ज्येष्ठ समाजसेवक अण्णा हजारे यांनी मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांना पाठविलेल्या पत्राद्वारे दिला आहे. माहिती अधिकार कायद्यातील प्रस्तावित बदल तसेच शुल्कवाढीबाबत अण्णांनी तीव्र नाराजी व्यक्त केली. यानंतर सरकारकडून हालचालींना वेगाला मुख्य माहिती अधिकार आयुक्त राहुल पांडे यांनी अण्णा हजारे यांच्याशी चर्चा केली. तुम्ही म्हणता म्हणून आम्ही दुरुस्ती रद्द करायला तयार आहोत.

बैठकीत मागण्या मान्य झाल्या नाही तर उपोषणावर ठाम राहणार असल्याचे अण्णा हजारे यांनी घेतलेल्या पत्रकार परिषदेमध्ये स्पष्ट केले. मुख्यमंत्र्यांना पाठविलेल्या पत्रात हजारे यांनी म्हटले आहे की, माहिती अधिकार कायदा हा सामान्य नागरिकांच्या हातातील भ्रष्टाचाराविरोधातील प्रभावी शस्त्र असून शासनातील पारदर्शकता आणि उत्तरदायित्व टिकवून ठेवण्यासाठी त्याची महत्त्वपूर्ण भूमिका आहे. या कायद्याची धार बोथट करण्याचा कोणताही प्रयत्न लोकशाहीसाठी घातक ठरू शकतो.

प्रस्तावित दुरुस्तींमुळे माहिती आयोगाच्या अधिकारांवर मर्यादा येण्याची शक्यता असून नागरिकांना माहिती मिळविण्याच्या प्रक्रियेत विविध अडथळ्यांना सामोरे जावे लागू शकते, अशी भीती त्यांनी व्यक्त केली आहे. तसेच शासनाच्या कामकाजातील पारदर्शकता कमी होऊन नागरिकांच्या माहितीच्या अधिकारावर गदा येऊ शकते, असेही त्यांनी नमूद केले आहे.

अण्णा हजारे यांनी पत्रात शुल्कवाढ, ओळखपत्राची सक्ती, अर्ज प्रक्रियेवरील अतिरिक्त निर्बंध तसेच पुनरावृत्तीच्या अर्जांबाबत प्रस्तावित करण्यात आलेल्या तरतुदींवरही आक्षेप घेतला आहे. या बदलांमुळे माहिती मिळविण्याची प्रक्रिया सुलभ होण्याऐवजी अधिक तांत्रिक, किचकट आणि प्रशासनाभिमुख बनण्याची शक्यता असल्याचे त्यांनी म्हटले आहे. परिणामी सामान्य नागरिकांसाठी माहिती मिळविणे अधिक कठीण होईल आणि पारदर्शकतेला धक्का बसू शकतो, अशी चिंता त्यांनी व्यक्त केली.

सरकारला आंदोलनाचा इशारा दिला की जागे होते. सरकारने स्वतःहून केले पाहिजे. कलम नंबर ४ मध्ये १७ मुद्दे आहेत त्याची प्रभावी अंमलबजावणी करावी यामुळे कोणी कायद्याचा दुरुपयोग करणार नाही . बैठकीत मागण्या मान्य झाल्या नाही तर आंदोलन होणार तूर्तास ५ रोजीचे उपोषण होणाऱ्या बैठकीनंतर निर्णय घेण्यात येणार आहे असे अण्णा हजारे यांनी म्हटले आहे.

लोकल ट्रेनचा दरवाजा बंद करण्यावरून वाद, २२ वर्षीय मयंकवर सपासप वार करून संपवलं

मुंबई : लोकल ट्रेनमध्ये किरकोळ कारणावरून प्रवाशाची हत्या करण्यात आल्याची घटना घडली होती. या प्रकरणातील आरोपी आता पोलिसांच्या ताब्यात आला आहे. रोशन सुवर्णा असं या आरोपीचं नाव असून त्याला कुर्ल्यावरून ताब्यात घेतल्याची माहिती आहे. या आरोपीने मयंक लोहार या २२ वर्षीय तरुणाची भोकसून हत्या केली होती. या प्रकरणात आता आरोपीची चौकशी करण्यात येणार असून या हत्येमागचं नेमकं कारण काय याचा तपास केला जाणार आहे.मुंबईतल्या लोकलमध्ये एका प्रवाशाची क्षुल्लक कारणांवरुन चाकूनं भोसकून हत्या करण्यात आली आहे. जोगेश्वरी ते मालाड स्टेशनदरम्यान पावसाचं पाणी आत येत असल्यानं लोकलचा दरवाजा बंद करण्यावरुन दोन प्रवाशांमध्ये वाद सुरु झाला. वाद इतका टोकाला गेला की आरोपी रोशन सुवर्णा याने २२ वर्षीय मयंक लोहार या प्रवाशाची हत्या केली. मयंक हा विरारचा राहणारा आहे. लोकल ट्रेनमध्ये वाद झाल्यानंतर आरोपीने त्याच्या बॅगमधून एक मोठा चाकू काढला आणि त्याने मयंकच्या कंबरेत आणि छातीत अनेक वार केले. यावेळी ट्रेनमध्ये गर्दी असतानाही त्याला वाचवायला कुणीही गेलं नाही. त्यानंतर आरोपी हा बोरिवली स्टेशनवर उतलल्याची माहिती आहे. एक हत्या करूनही आरोपी निवांतपणे चालत जात असल्याचं सीसीटीव्हीमधून दिसत आहे. आरोपीची ओळख पटल्यानंतर त्याच्या शोधासाठी लोहमार्ग पोलिसांनी सात तुकड्या रवाना केल्या होत्या. सीसीटीव्हीच्या माध्यमातून आरोपीचा माग काढत त्याला अटक करण्यात पोलिसांना यश मिळालं आहे. मयांक लोहारच्या छातीत आणि कंबरेत अनेक वेळा चाकूचे वार झाल्याने त्याचा मृत्यू झाल्याची माहिती समोर आली आहे.

नव्या आरक्षण प्रणालीमुळे तिकीट बुकिंग होणार अधिक सोपं

मुंबई : भारतीय रेल्वे प्रवाशांसाठी एक मोठं तांत्रिक अपग्रेड घेऊन येत आहे. तब्बल ४० वर्षांपासून वापरात असलेल्या पॅसेंजर रिझर्व्हेशन सिस्टिम ची जागा आता अत्याधुनिक एआय-आधारित नव्या प्रणालीने घेणार आहे. या बदलामुळे रेल्वे तिकीट बुकिंग अधिक वेगवान, विश्वासार्ह आणि सोपं होणार असून ऑगस्टपासून ही प्रणाली टप्प्याटप्प्याने लागू केली जाणार आहे.

रेल्वेच्या आरक्षण व्यवस्थेत सर्वात मोठं अपग्रेड

रेल्वे मंत्री अश्विनी वैष्णव यांनी रेल भवन येथे नव्या प्रणालीच्या कामाचा आढावा घेतला. जुन्या सिस्टिममधून नव्या सिस्टिममध्ये संक्रमण करताना प्रवाशांना कोणतीही अडचण येऊ नये, यासाठी अधिकाऱ्यांना आवश्यक सूचना देण्यात आल्या आहेत.

सध्या वापरली जाणारी पॅसेंजर रिझर्व्हेशन सिस्टिम १९८६ मध्ये सुरू झाली होती. गेल्या चार दशकांत त्यात काही सुधारणा करण्यात आल्या असल्या तरी संपूर्ण प्रणाली प्रथमच बदलली जात आहे. वाढत्या प्रवासी संख्येनुसार ऑनलाइन तिकीट बुकिंग अधिक सुलभ करण्यासाठी अत्याधुनिक तंत्रज्ञानाचा वापर करण्यात आला आहे.भारतीय रेल्वेने २००२ मध्ये ऑनलाइन तिकीट बुकिंग सेवा सुरू केल्यानंतर डिजिटल व्यवहारांमध्ये मोठी वाढ झाली आहे. सध्या सुमारे ८८ टक्के रेल्वे तिकिटे डिजिटल प्लॅटफॉर्मवरून बुक केली जातात.नव्या प्रणालीचं सर्वात मोठं वैशिष्ट्य म्हणजे वेटिंग लिस्ट अंदाज सेवा. आता कृत्रिम बुद्धिमत्ता तंत्रज्ञानाच्या मदतीने प्रवाशांना त्यांचं तिकिट कन्फर्म होण्याची किती टक्के शक्यता आहे, याचा अंदाज आधीच मिळणार आहे.

पान नं १ वरुन

धारावीत मोठ्या प्रमाणात अनधिकृत बांधकामे सुरुच

संपूर्ण मुंबईत अनधिकृत बांधकामावर कारवाई होत असताना धारावीतील मात्र बेकायदेशीर बांधकामावर कारवाई नाही. लाखो रुपयांचा भ्रष्टाचार?

देत आहेत आणि सर्वसामान्य नागरिक आणि स्थानिक रहिवाशांना धारावीतील अनधिकृत बांधकामावर कारवाई करण्याचे आम्हाला कोणतेच अधिकार नाही असे सांगत आहेत. परंतु मुख्यमंत्र्यापासून धारावी पुनर्वसन प्रकल्प यांच्या अधिकाऱ्यांना मुख्य अधिकाऱ्यांना प्रशासकीय अधिकाऱ्यांना तहसीलदारांना तक्रारीच्या माध्यमातून अनधिकृत बांधकामावर कारवाई करण्यासाठी नागरिक विनंती करत आहेत. परंतु संबंधित अधिकारी कारवाई करण्यास पूर्णपणे असमर्थ आहेत आणि कारवाई केली जात नाही असेच जर मोठ्या प्रमाणात वाढीव बांधकामे झाली तर धारावीत एक सर्वे केला असता सध्याचे अनाधिकृत बांधकाम मोजणी झाले आहे. तर नव्याने होणारे मोठे अनाधिकृत बांधकामही मोजणी होणार असून त्यांनाही पुनर्वसनाचा लाभ मिळणार आहे का कारण कोणत्याही कागदपत्र पुरावे नसताना कोणताही सबळ जागा नसताना फक्त वाढीव माळ्या आणि वाढीव अनाधिकृत बांधकाम याच्या जोरावर लाखो रुपयांचा भ्रष्टाचार करून महाराष्ट्र सरकारवर वाढीव खोल्यांचा बोजा टाकण्याची तयारी सुरू केल्या असल्याचे दिसून येत आहे.

प्रत्येक वेळी वाढीव बांधकाम होत असल्याने त्याच्याकडे महापालिका अधिकारी 'जी' उत्तर विभाग आणि धारावी पुनर्वसन प्रकल्प यांचे अधिकारी लक्ष देत नाहीत कारवाई करत नाहीत याच्या माध्यमातून अनाधिकृत बांधकामे आरसीसी बांधकामे ब्लॉगच्या माध्यमातून बांधकामे सर्वत्र सुरू आहेत कारवाई मात्र ठप्प याबाबत लवकरच धारावीतील रहिवासी मुंबई महानगरपालिका आणि धारावी पुनर्वसन प्रकल्प डीआरपी यांच्या विरोधात धारावीतील अनाधिकृत बांधकाम यांच्यावर कारवाई करण्याच्या मागणी करिता उपोषण करणार असल्याचे कळते. अधिकारी मात्र कोणताही प्रतिसाद नाही देता अनाधिकृत बांधकाम वाढू लागलेले आहे मुंबई महानगरपालिका यांना कारवाईचे अधिकार देण्यात यावे किंवा धारावी पुनर्वसन प्रकल्प डीआरपी यांना पूर्णपणे कारवाईचे अधिकार देण्यात यावे जेणेकरून धारावीतील अनाधिकृत बांधकाम वाढणार नाही परंतु आजच्या घडीला रोजच बांधकाम वाढले जात आहेत.

सध्या धारावी ९० फूट रोड येथे ब्लॉक नंबर ११ येथे बीएसटी केबिनच्या बाजूला केरला वाल्याग्रस्ताने मदिना मज्जित जवळ येथे व्यावसायिक गाड्याचे तीन माळ्याचे अनाधिकृत बांधकाम यांनी केले आहे धारावी अशोक मिल कंपाऊंड येथे कॉन्ट्रॅक्टर मलिक दादा तीन व्यावसायिक गळ्याचे बांधकाम करत आहे जेथे आग लागली त्या ठिकाणी तर दुसरीकडे धारावीचा पुरातन किल्ला असलेला काळा किल्ला येथेही अनाधिकृत बांधकाम करण्यात आलेले आहे. त्याच प्रकारे धारावी कोळीवाडा धारावी संगम गल्ली प्रेम नगर नाईक नगर रजबली चाळ सणावला कंपाउंड माहीम डब्बा वाला कंपाऊंड माहीम नई बस्ती माहीम नवरंग कंपाउंड माहीम फाटक संतोष बार च्या मागे कॉन्ट्रॅक्टर मुश्किल दादा बेकायदेशीर बांधकाम बिनधास्त करत आहे कारवाई नाही त्याने जवळपास परिसरात ५० बेकायदेशीर बांधकामे केले आहे. परंतु अधिकाऱ्यांनी कारवाई केली नाही तसेच धारावी होळी मैदान च्या मागे बेकायदेशीर इमारतीचे बांधकाम सुरू आहे त्याच प्रकारे माटुंगा लेबर कॅम्प परिसरात बेकायदेशीर बांधकाम सुरू आहे तेथे कॉन्ट्रॅक्टर शेंडी दादा मोठ्या प्रमाणात अनाधिकृत बांधकाम करत आहे धारावी शास्त्रीनगर मध्ये ही बांधकाम सुरू आहे कारवाई नाही. धारावीत मुख्य रस्त्यावर बिस्मिल्ला सिग्नल समोर धारावी कुंभारवाडा येथे कमलेश वारिया आणि टोळी यांनी फुटपाथ ची जागा वापरून वाढीव तीन माळ्याचे बेकायदेशीर बांधकाम करून भर रस्त्यावर रस्त्यांमध्ये कॉम्पुटर क्लासचे व्यावसायिक गाळ्याचे धारावीत मोठ्या प्रमाणात अनधिकृत बांधकामे होत असल्याचा सबळ पुरावा दिलेला आहे.

ग्रामीण भागातील पाणीपुरवठा १०० टक्के सौर ऊर्जेवर आणणार

मुंबई : सध्या राज्यामध्ये कार्यान्वित असलेल्या अनेक पाणी पुरवठा योजनांच्या देयकांची थकबाकी वाढत आहे. यापुढे मात्र राज्यातील सर्व ग्रामीण पाणीपुरवठा योजना सौर ऊर्जेवर आणण्यात याव्यात, असे निर्देश मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांना शुक्रवारी वर्षा निवासस्थानी आयोजित ग्रामीण पेयजल धोरण बैठकीत दिले. तसेच याकरिता विभागाने सर्वंकष धोरण आखण्याच्या सूचनाही दिल्या.

या बैठकीला पाणीपुरवठा व स्वच्छता मंत्री गुलाबराव पाटील. राज्यमंत्री आशिष जयस्वाल उपस्थित होते. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस म्हणाले, पाणीपुरवठा योजनेचा स्त्रोत, योजनेवर अवलंबून असलेल्या नागरिकांची संख्या, मोटार पंपाची क्षमता, संपूर्ण योजनेसाठी लागणाऱ्या एकूण वीज युनिटची संख्या आदी लक्षात घेऊन महाराष्ट्र ऊर्जा विकास प्राधिकरणाच्या माध्यमातून संपूर्ण योजनांसाठी सौर ऊर्जेचे धोरण तयार करावे. राज्यामध्ये कुठेही वीज देयकांच्या थकबाकीमुळे पाणीपुरवठा योजना बंद पडू नये, याची काळजी घ्यावी. केंद्र सरकारच्या निकषानुसार दरडोई दरदिवशी ५५ लिटर पाणी पुरविले पाहिजे, यानुसार योजना पूर्णत्वास न्याव्यात.सर्व ग्रामीण प्रादेशिक व स्वतंत्र पाणीपुरवठा पाणीपुरवठा योजनांच्या दुरुस्ती व देखभालीसाठी तालुका स्तरावर युनिटची स्थापना करण्यात यावी. या युनिटमध्ये तालुक्यातील ग्रामपंचायतींचा सहभाग घेण्यात यावा. पाणीपट्टीच्या वसुलीतून योजनेच्या देखभाल दुरुस्तीचा खर्च करण्यात यावा. ज्या ठिकाणी पाणी कराची कमी वसुली असेल, अशा ठिकाणी स्थानिक स्वराज्य संस्थेच्या निधीमधून रक्कम उपलब्ध करून देण्यात यावी. अशा युनिटच्या माध्यमातून देखभाल दुरुस्तीची किंमतही कमी येईल आणि योजनाही बंद पडणार नाही, असेही मुख्यमंत्री फडणवीस यावेळी म्हणाले.तालुका स्तरावर युनिटच्या माध्यमातून पाणीपुरवठा योजनेच्या देखभाल दुरुस्तीसाठी एजन्सीची सूची तयार करावी. ग्रामसभेच्या ठरावाने या सूचीमधील एजन्सीकडून पाणीपुरवठा योजनेची देखभाल दुरुस्ती करावी. या व्यवस्थेमुळे कुठलीही पाणीपुरवठा योजना देखभाल दुरुस्तीअभावी बंद पडणार नाही.ग्रामीण भागामध्ये पाणीपुरवठा योजनेचा स्त्रोत हा शाश्वत असला पाहिजे. काही ठराविक कालावधीने पुन्हा नवीन स्त्रोत शोधून पाणीपुरवठा योजना करण्यात येऊ नये.

बनवारी कंपाउंड संतोष बिअर बार रेस्टॉरंट चा पाटी धारावी माहीम फाटक मुंबई १७-ठेकेदा मुशफिक बिहारी,वॉर्ड क्रमांक १८७ मनपा 'जी' नॉर्थ.

पान नं १ वरुन

एटीएम आणि यूपीआयद्वारे काढता येणार पीएफचे पैसे

अत्याधुनिक सुविधा उपलब्ध करून देत आहे. कामगार मंत्रालयाने या प्रगत प्रणालीच्या यशस्वी चाचण्या पूर्ण झाल्याची अधिकृत घोषणा केली आहे.

डिजिटल क्रांतीच्या दिशेने एक पाऊल

केंद्रीय कामगार मंत्री मनसुख मांडविया यांनी स्पष्ट केले की, ईपीएफओ प्रणालीला पूर्णपणे 'हाय-टेक' आणि डिजिटल बनवणे हे सरकारचे मुख्य उद्दिष्ट आहे. अनेकदा आपत्कालीन परिस्थितीत कर्मचाऱ्यांना पैशांची तातडीची गरज भासते आणि पीएफचे पैसे मिळण्यास विलंब होतो. ही अडचण दूर करण्यासाठी आणि प्रक्रियेत पारदर्शकता आणण्यासाठी सरकार नॅशनल पेमेंट्स कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया सोबत मिळून काम करत आहे. या सुविधेमुळे पीएफ दावे आता जलदगतीने निकाली काढले जातील.

पैसे काढण्याचे नियम आणि मर्यादा

या सुविधेचा लाभ घेण्यासाठी खातेदारांनी त्यांचे केवायसी पूर्ण करणे अनिवार्य आहे. तुमचा यूएन क्रमांक सक्रिय असावा आणि तो आधार कार्ड, पॅन कार्ड व बँक खात्याशी लिंक केलेला असावा.

पैसे काढण्याच्या मर्यादा खालीलप्रमाणे असतील:

एटीएम : तुम्ही तुमच्या एकूण पीएफ शिल्लकीच्या ७५% पर्यंत रक्कम थेट एटीएममधून काढू शकता. यासाठी विशेष 'ईपीएफ-एटीएम' कार्ड दिले जाऊ शकते, जे सामान्य डेबिट कार्डप्रमाणे कार्य करेल. यूपीआय या सुविधेद्वारे एकूण पीएफ शिल्लकीच्या ५०% पर्यंत रक्कम काढण्याची मर्यादा असू शकते.

विद्यार्थ्यांना आता शाळेतच दाखले मिळणार

तसेच नागरिकांना 'आपले सरकार' या संकेतस्थळाच्या माध्यमातून विविध सुविधा उपलब्ध करून दिल्या जातात.

आपले सरकार

शाळेतील विद्यार्थ्यांना आवश्यक प्रमाणपत्रे उपलब्ध करून देण्यासाठी गरजेनुसार विशेष शिबिरे आयोजित केली जावीत. संबंधित तालुका कार्यालय, ग्रामपंचायत किंवा नजीकच्या आपले सरकार सेवा केंद्रांमार्फत विशिष्ट दिवशी शाळांना भेटी देऊन विद्यार्थ्यांच्या प्रमाणपत्रांची प्रक्रिया प्राधान्याने पूर्ण करण्याची व्यवस्था केली जावी, असे निर्देश देण्यात आले आहेत. दहावी व बारावीच्या निकालानंतर महाविद्यालयांमध्ये प्रवेश घेताना विद्यार्थ्यांना उत्पन्न, जात, अधिवास, राष्ट्रीयत्व यांसारखी विविध प्रमाणपत्रे आणि दाखले सादर करण्याची आवश्यकता असते. हे दाखले व प्रमाणपत्रे काढण्यासाठी विद्यार्थ्यांना सेवा केंद्रांमध्ये जावे लागते. त्यामुळे त्यांची मोठ्या प्रमाणावर गैरसोय होते.

अनेकदा विद्यार्थ्यांना शाळेला दांडी मारावी लागते. त्यामुळे त्यांचे शैक्षणिक नुकसान होण्याची शक्यता असते. ही बाब लक्षात घेत विद्यार्थ्यांचे शैक्षणिक नुकसान टाळण्यासाठी व त्यांना विविध दाखले व प्रमाणपत्रे सहज उपलब्ध व्हावीत, यासाठी राज्य सरकारने आपले सरकार सेवा केंद्रच थेट विद्यार्थ्यांच्या दारी नेण्याचा निर्णय घेतला आहे.

गणपतीसाठी १३ जुलैपासून करा रेल्वेचे आरक्षण !

मुंबई : गणेश चतुर्थीला नियमित धावणाऱ्या गाड्यांमधून प्रवास करायचा असेल तर, कोकणवासीयांनो.. कोकण रेल्वे मार्गावर धावणाऱ्या कोकणकन्यासह अन्य नियमित गाड्यांचे १३ जुलैपासून आरक्षण करा, अन्यथा गणेशोत्सवात कोकण विशेष गाड्यांवर अवलंबून राहावे लागेल. गणेशोत्सव हा कोकणातील सर्वात मोठा सण मानला जातो. त्यामुळे यावेळी लाखो कोकणवासीय न चुकता आपल्या कुटुंबासोबत गावी जातात. त्यामुळे दरवर्षी कोकण रेल्वे मार्गावर धावणाऱ्या नियमित गाड्यांचे आगाऊ आरक्षण मिळतच नाही. त्यामुळे कोकणवासीयांना मध्य व कोकण रेल्वे तर्फे सोडण्यात येणाऱ्या विशेष गाड्यांतून प्रवास करावा लागतो. या गाड्या वेळेत सुटत असल्या तरी त्या वेळेत पोहचतील याची शाश्वती नाही. त्यामुळे दरवर्षी नियमित गाड्यांचे आरक्षण मिळावे यासाठी कोकणवासीयांची धडपड असते. यंदा १४ सप्टेंबरला गणेश चतुर्थी असल्याने श्रावणी अमावस्या संपल्यानंतर चाकरमानी गावी जायला निघणार आहेत. श्रावणी अमावस्या शुक्रवार ११ सप्टेंबरला सकाळी ८.५६ वा. संपत असल्याने अनेकजण शुक्रवारी रात्रीपासून आपल्या गावी जाण्यास निघणार आहेत. त्यामुळे ११ सप्टेंबरच्या रात्रीचे कोकणकन्या एक्सप्रेसचे आरक्षण करायचे असेल तर १३ जुलैला आरक्षण सुरू होणार आहे. १२ व १३ सप्टेंबरचे आरक्षण १४ व १५ जुलैला होणार आहे. गौरीच्या ओवशाला जाणाऱ्या कोकणवासीयांची संख्याही मोठी असते. यंदा गौरी आगमन १७ सप्टेंबरला असून गौरीपूजन १८ सप्टेंबरला आहे. त्यामुळे १८ सप्टेंबर हा सर्वांसाठी महत्त्वाचा दिवस आहे. त्यामुळे या दिवशी पोचता यावे यासाठी १७ सप्टेंबरला सुटणाऱ्या नियमित गाड्यांच्या आरक्षणासाठी झुंबड उडणार आहे. हे आरक्षण १९ जुलै रोजी होणार आहे. त्यामुळे कोकण रेल्वे मार्गावर धावणाऱ्या नियमित गाड्यांमधून प्रवास करायचा असेल तर आतापासूनच आरक्षणाची तारीख आठवणीत ठेवण्याची गरज आहे.

रेल्वे कटिंग मध्ये मिळालेल्या एम.एम.आर.डी.ए. च्या सदनिकेमध्ये अतिरिक्त वाढीव अनाधिकृत बांधकाम, कारवाईची मागणी

पाडून पिलर कापून अतिरिक्त जागा वाढवण्यात आलेली आहे. किचन हलवले आहे. बाल्कनी बाहेर काढलेली तसेच बाथरूम स्नान रूम अन्यत्र हलवले आहे. अशा प्रकारे इमारतीमध्ये मोठ्या प्रमाणात अतिरिक्त अनधिकृत बांधकाम करून इमारतीच्या प्लॅनिंगला छेद देण्याचा प्रयत्न केलेला आहे. धारावीतील एक रहिवासी यांनी एकाच खोलीच्या पेपरवर दोन खोल्या मिळवले आहेत तर आपल्या परिवाराच्या नावाने अधिकाऱ्यांना सेटिंग करून जवळजवळ चार ते पाच रूम मिळवले आहेत. प्रत्येक खोलीचे कागदपत्र आणि सदर खोल्यांमध्ये केलेल्या अनधिकृत बांधकाम आणि इतर बांधकाम याची पाहणी करून सदर आयुक्त एमएमआरडीए आणि समाज विकास अधिकारी एमएमआरडीए यांनी कारवाई करावी अशी विनंती विश्वात्मक सामाजिक सेवा ट्रस्ट ने केली आहे.

एकल महिलांच्या सन्मान, सुरक्षा आणि सक्षमीकरणासाठी व्यापक धोरण राबविणार : मंत्री आदिती तटकरे

मुंबई : राज्यातील अंदाजे ५० ते ५५ लाख एकल महिलांच्या सन्मान, सुरक्षा आणि सक्षमीकरणासाठी स्वतंत्र व व्यापक धोरण राबविण्याचा निर्णय शासनाने घेतला असून, त्यांच्या हितसंवर्धनाला सर्वोच्च प्राधान्य दिले जाईल, असे प्रतिपादन महिला व बाल विकास मंत्री आदिती तटकरे यांनी केले.

महिला व बाल विकास विभाग, मुंबई शहर यांच्यावतीने जिल्हाधिकारी कार्यालयात 'एकल महिला दिन' तसेच प्रस्तावित 'एकल महिला धोरण' यानिमित्त आयोजित जिल्हास्तरीय कार्यशाळेत त्या अध्यक्षस्थानावरून बोलत होत्या.

यावेळी मंत्री आदिती तटकरे यांच्या हस्ते तसेच जिल्हाधिकारी आंचल गोयल यांच्या उपस्थितीत महिला व बाल विकास विभागाच्या विविध योजनांची माहिती देणाऱ्या क्यूआर कोडचे अनावरण करण्यात आले. कार्यक्रमात जिल्हा महिला व बाल विकास अधिकारी शोभा शेलार यांनी एकल महिला धोरणाचे महत्त्व, कार्यशाळेची उद्दिष्टे आणि धोरण निर्मितीची प्रक्रिया याविषयी सविस्तर माहिती दिली. कार्यशाळेत विविध स्वयंसेवी संस्थांचे प्रतिनिधी, विभागाच्या लाभार्थी महिला तसेच अधिकारी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

मंत्री आदिती तटकरे म्हणाल्या की, महिला धोरण आणि एकल महिला धोरण हे काळानुरूप बदलणारे व लोकाभिमुख असेल. महिलांकडून प्राप्त होणाऱ्या सूचना, अभिप्राय आणि गरजांच्या आधारे त्यामध्ये आवश्यक बदल करण्यात येतील. एकल महिलांसाठी सुरक्षित निवारा, कौशल्य विकास व प्रशिक्षण केंद्रे, घर व जागेसंदर्भातील सवलती तसेच घरेलू हिंसाचाराशी संबंधित प्रकरणांचा जलद निपटारा यासाठी विविध शासकीय यंत्रणांनी समन्वयाने कार्य करणे आवश्यक असल्याचे त्यांनी नमूद केले.

संयुक्त राष्ट्रसंघाने घोषित केलेल्या 'आंतरराष्ट्रीय विधवा दिना' ऐवजी महाराष्ट्र शासनाने 'एकल महिला दिन' साजरा करण्याचा निर्णय घेतला असून, राज्यातील एकल महिलांच्या समस्या, गरजा आणि हक्क यांवर केंद्रित स्वतंत्र धोरण तयार करण्यासाठी महिला व बाल विकास विभाग सक्रियपणे कार्यरत आहे, असे त्यांनी स्पष्ट केले.

आई वडिलांच्या नावाचा संयुक्त उल्लेख, 'विधवा दिना'ऐवजी 'एकल महिला दिन' ही संकल्पना आणि एकल महिलांसाठी स्वतंत्र धोरण या निर्णयांमागे व्यापक सामाजिक परिवर्तनाचा दृष्टिकोन असल्याचे त्यांनी नमूद केले. ह्यएकल महिला' ही ओळख महिलांनी अभिमानाने स्वीकारावी आणि 'विधवा' हा शब्द हळूहळू वापरातून कमी व्हावा, हीच या उपक्रमामागील भूमिका असल्याचे त्या म्हणाल्या.

आदिशक्ती अभियानाचा उल्लेख करताना मंत्री आदिती तटकरे म्हणाल्या की, राज्यात आतापर्यंत २४ हजारांहून अधिक आदिशक्ती समित्यांची स्थापना करण्यात आली आहे. या समित्यांमार्फत गावपातळीवर कौटुंबिक हिंसाचाराच्या घटना, शाळाबाह्य मुलींची संख्या, विधवांची परिस्थिती, मुलींच्या उच्च शिक्षणाची स्थिती तसेच महिलांना मिळणाऱ्या विविध शासकीय योजनांच्या लाभांचे सर्वेक्षण करण्यात येत आहे.

संयुक्त महाराष्ट्र लढ्याच्या दस्तऐवजाचे जतन होणार

मुंबई : संयुक्त महाराष्ट्र लढ्याचा ऐतिहासिक दस्तऐवज मिळवण्यात शासनाला यश आले असून ज्येष्ठ पत्रकार कुमार कदम यांच्याकडे असलेला हा दुर्मिळ दस्तऐवज शासन आपल्या संग्रहात घेऊन त्याचे जतन व संवर्धन करणार आहे. यासंदर्भात सांस्कृतिक कार्यमंत्री आशीष शेलार यांनी विधान परिषद सभागृहात निवेदन सादर केले.संयुक्त महाराष्ट्र चळवळीतील १५० दुर्मिळ छायाचित्रे व त्यामध्ये भाग घेतलेले नेते, पत्रकार व कार्यकर्त्यांच्या मुलाखती उपलब्ध आहेत. या मुलाखतींची संख्या ३५ एवढी असून त्यांचा कालावधी सुमारे १ हजार २५८ मिनिटे आहे. 'टू वुमन्स रिपोर्ट' मुंबईमध्ये हुतात्मा स्मारक उभारण्यासाठी तत्कालीन मुख्यमंत्री यशवंतराव चव्हाण यांच्या अध्यक्षतेखाली एका सर्वपक्षीय समितीची स्थापना करण्यात आली होती. त्या समितीच्या बैठकीचे इतिवृत्त व इत पत्रव्यवहार आदी दस्तऐवजाचा समावेश आहे.संयुक्त महाराष्ट्र चळवळीचा इतिहास महाराष्ट्राच्या अस्मितेची अमूल्य संपत्ती आहे कुमार कदम यांनी जतन केलेला १२०-मिनिटांहून अधिक कालावधीचा दुर्मिळ ध्वनिदस्तऐवज शासनाच्या संग्रहात येत असतान राज्यातील संस्था, राजकीय पक्ष आणि व्यक्तींक असलेले ठराव, छायाचित्रे, पत्रव्यवहार व अन् ऐतिहासिक दस्तऐवजही शासनाकडे सुपू करण्याचे आवाहन आशीष शेलार यांनी केले.

श्री.पोकर राम एच पटेल शिवसेना पक्षाच्या व्यापारी विभाग विधानसभा अध्यक्ष पदी (कार्यक्षेत्र धारावी विधानसभा) नियुक्ती करण्यात यावेळी त्यांचे अभिनंदन करून पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा देण्यासाठी विभागातील सर्व मान्यवर व कार्यकर्ते मोठ्या संख्येने उपस्थिक होते.

धारावीत ज्येष्ठ नागरिकांसाठी छळवाद प्रतिबंध माहिती सत्र संपन्न

धारावी : जागतिक ज्येष्ठ नागरिक छळवाद जनजागृती दिनाच्या पार्श्वभूमीवर धारावी येथील एल. टी. नगरमधील एकविरा मित्र मंडळात आज ज्येष्ठ नागरिकांसाठी विशेष माहिती सत्र पार पडले. ज्येष्ठ नागरिक झेंडा ग्रुप व फेस्कॉम मुंबई विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमाने सकाळी ११ ते दुपारी २ या वेळेत हा उपक्रम राबवण्यात आला.

फेस्कॉमचे माजी अध्यक्ष शरद डिचोलकर यांनी २००७ च्या 'आई-वडील व ज्येष्ठ नागरिकांचा निर्वाह व कल्याण कायदा' व शासकीय योजनांबाबत मार्गदर्शन केले. धारावी पोलीस ठाण्याचे निरीक्षक वामन ठाकरे व उपनिरीक्षिका गाढवे यांनी ज्येष्ठांच्या संरक्षणासाठी कायदेशीर माहिती दिली. समाजसेवक महादेव शिंदे यांनी कुटुंबातील संवादाचे महत्त्व विशद केले.

कार्यक्रमाची सुरुवात साने गुरुजींच्या प्रार्थनेने झाली. यावेळी शिंदे परिवारातर्फे सर्व ज्येष्ठांना पावसाळी छत्र्यांचे वाटप करण्यात आले. मान्यवरांचा शाल, श्रीफळ व पुष्पगुच्छ देऊन सन्मान झाला. संपर्क सचिव दिलीप गाडेकर, अध्यक्ष फेस्कॉम मुंबई विभाग सुरेश ईश्वर पोटे यांच्या मार्गदर्शनाखाली झालेल्या या सत्रास मोठ्या संख्येने ज्येष्ठ नागरिक उपस्थित होते. सूत्रसंचालन दिलीप गाडेकर यांनी तर आभार परशुराम जाधव यांनी मानले. ज्येष्ठांवरील अन्याय रोखण्यासाठी कायद्याची जनजागृती हाच मुख्य उद्देश असल्याचे आयोजकांनी सांगितले.

आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त, 'आर्ट ऑफ लिव्हिंग धारावी सेंटर' द्वारे आयोजित आणि गुरुजी श्री. प्रशांत वाटकर जी यांच्या मार्गदर्शनाखाली पार पडलेल्या योग सत्रात सहभागी होण्याचा मला सुयोग लाभला. पंतप्रधान नरेंद्र मोदी जी यांच्या दूरदर्शी नेतृत्वाखाली, योगाची एक जागतिक चळवळ म्हणून उभारणी झाली आहे; या चळवळीने लाखो लोकांना अधिक निरोगी, आनंदी आणि संतुलित जीवनशैलीचा स्वीकार करण्यास प्रेरित केले आहे. मुंबई युवा मोचार्चे अध्यक्ष श्री. दीपक सिंग जी, भाजप मंडल अध्यक्ष श्री. रमेश नाडर जी, श्री. जितू सोनवणे जी, आघाडी प्रमुख आणि भाजपच्या इतर सहकारी पदाधिकाऱ्यांसोबत या प्रेरणादायी कार्यक्रमात सहभागी होताना मला अत्यंत आनंद झाला.

अनुर्मि सिद्धि क्या है? भूख-प्यास से को नियंत्रित करने वाली इस योग शक्ति का रहस्य जानें

आपने कई रहस्यमयी सन्यासियों को देखा होगा, जिन्हें भूख-प्यास नहीं लगती। उनका बुढ़ापा भी देर से आता है और वो दीर्घजीवी होते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि ये सब उन्हें एक सिद्धि के तहत हासिल होता है? शास्त्रों में अनुर्मि सिद्धि के बारे में बताया गया है, जिसकी मदद से साधक रोग, शोक, भूख-प्यास जैसी चीजों पर नियंत्रण पा लेता है।

शास्त्रों में हनुमान जी को अष्ट सिद्धियों का दाता कहा गया है और इसके अलावा ६४ सिद्धियों की भी बात की गयी है। आज भले ही इन सिद्धियों को चमत्कार की तरह देखा जाता है लेकिन सच्चाई ये है कि इन सिद्धियों की आवश्यकता उन साधकों को पड़ती है, जो भौतिक सीमाएं लांघकर लम्बी आराधना करना चाहते हैं। शास्त्रों में अष्ट-सिद्धियों के समूह में अनुर्मि-सिद्धि की व्याख्या मिलती है, जो एक पारंपरिक आध्यात्मिक सिद्धि है, जिसके अनुसार साधक को भूख-प्यास, शोक, बुढ़ापा और मृत्यु के भय से मुक्त रहने की क्षमता मिलती है। यह सिद्धि गहरे साधना, तप और आत्मसंयम का परिणाम मानी जाती है। यह सिद्धि दर्शाती है कि आत्मा शरीर से परे है, जिससे साधक को आत्मिक स्वतंत्रता का अनुभव होता है और वह मृत्यु और जीवन के भय से ऊपर उठ पाता है।

अनुर्मि-सिद्धि क्या है?

हिन्दू पौराणिक और तांत्रिक परंपराओं में अष्ट-सिद्धि, जैसे कि अणिमा, महिमा, लघिमा आदि का उल्लेख मिलता है और अनुर्मि-सिद्धि इन्हीं में गिनी जाती है। अनुर्मि-सिद्धि का मूल संदेश आत्मिक स्वतंत्रता है - शरीर-भावनाओं के बन्धन से ऊपर उठकर शांति और अविचलता प्राप्त करना। यह केवल शारीरिक बंधन से जुड़ा नहीं है, बल्कि दुःख-वियोग पर आंतरिक निर्भीकता भी दशार्ती है। अनुर्मि सिद्धि का अर्थ है - ऊर्मि यानि विकारों का अभाव।

यहाँ 'ऊर्मि' से तात्पर्य है शरीर और मन की वे तरंगें या इच्छाएँ, जो हमें लगातार प्रभावित करती हैं। योग और वेदांत ग्रंथों में बताया गया है कि मनुष्य का शरीर छह प्रकार की 'ऊर्मियों' से प्रभावित होता है - क्षुधा (भूख), तृष्णा (प्यास), शोक, मोह, जरा (बुढ़ापा) और मृत्यु। जब साधक इन सभी पर पूर्ण नियंत्रण पा लेता है, तब उसे अनुर्मि सिद्धि प्राप्त होती है।

पारंपरिक शास्त्र कहते हैं कि इस सिद्धि-प्राप्ति के लिए नियमित तप, गुरु-शरण और नैतिक जीवन अनिवार्य है। दीर्घकालिक ध्यान, ब्रह्मचर्य और संयम से मन-इन्द्रियों का नियंत्रण आता है, जो अनुर्मि-लक्षणों की दिशा में सहायक है। यह कोई सामान्य उपलब्धि नहीं है। इसके लिए साधक को कठोर तप और साधना करनी होती है, प्राणायाम और ध्यान में निपुण होना पड़ता है और इंद्रियों पर पूर्ण नियंत्रण विकसित करना होता है। योग साधना और ध्यान के उच्च स्तर पर पहुँचकर ही यह संभव माना जाता है।

भीतर की सुप्त ऊर्जा का रहस्य : कैसे पाएँ जीवन में परम शांति, आनंद और ईश्वरीय कृपा प्राप्त करने का सही मार्ग

क्या आपकी भावनाओं के पीछे कोई अदृश्य ऊर्जा काम कर रही है? आखिर क्या है उस सूक्ष्म ऊर्जा का रहस्य, जो सही दिशा में बहकर आनंद, नृत्य और ध्यान में बदल जाती है—और गलत दिशा में वही क्रोध, तनाव और अवसाद का रूप ले लेती है? संदेश बिल्कुल स्पष्ट है—ऊर्जा नहीं, बल्कि उसकी दिशा आपके जीवन का गंतव्य तय करती है।

मनुष्य का जीवन केवल शरीर और विचारों से नहीं चलता, बल्कि उसके भीतर एक सूक्ष्म ऊर्जा भी निरंतर प्रवाहित होती रहती है। यही ऊर्जा हमारे व्यवहार, भावनाओं और मानसिक स्थिति को प्रभावित करती है। जब यह ऊर्जा सकारात्मक और जागरूक दिशा में बढ़ती है, तो उसका प्रभाव आनंद, सृजन और शांति के रूप में दिखाई देता है। वहीं, जब यही ऊर्जा नकारात्मक दिशा में बहती है, तो उसका परिणाम क्रोध, तनाव और अंततः अवसाद के रूप में सामने आता है।आध्यात्मिक परंपराओं में कहा गया है कि जब मनुष्य के भीतर सकारात्मक ऊर्जा बढ़ती है, तो उसका स्वाभाविक रूप नृत्य के रूप में प्रकट हो सकता है। यह नृत्य केवल शारीरिक गतिविधि नहीं होता, बल्कि भीतर की प्रसन्नता और जीवंतता की अभिव्यक्ति होता है। जैसे-जैसे चेतना जागृत होती है, मन हल्का और मुक्त महसूस करता है। उस अवस्था में व्यक्ति सहज ही गुनगुनाने, मुस्कुराने या नृत्य करने लगता है। यह ऊर्जा का उफान है।

जब यही ऊर्जा और अधिक परिपक्व होकर स्थिर होने लगती है, तब वह ध्यान में परिवर्तित हो जाती है। ध्यान का अर्थ है भीतर की शांति और जागरूकता। इस अवस्था में व्यक्ति बाहरी हलचल से हटकर अपने भीतर उतरने लगता है। नृत्य ऊर्जा का उत्सव है, जबकि ध्यान उसी ऊर्जा का शांत और गहरा रूप है।

इसके विपरीत, जब मनुष्य के भीतर नकारात्मक ऊर्जा बढ़ती है, तो उसका पहला रूप क्रोध के रूप में दिखाई देता है। क्रोध, दरअसल, भीतर की असंतुलित ऊर्जा का विस्फोट है। जब मन में असंतोष, भय या अहंकार बढ़ता है, तो ऊर्जा अशांत हो जाती है और क्रोध के रूप में बाहर आती है। यदि यह नकारात्मक ऊर्जा बाहर प्रकट नहीं हो पाती या लंबे समय तक भीतर ही दबकर रहती है, तो वह धीरे-धीरे डिप्रेशन (अवसाद) का रूप ले सकती है। अवसाद वह स्थिति है, जहाँ ऊर्जा ठहर जाती है और व्यक्ति निराशा, उदासी और खालीपन महसूस करने लगता है। इस प्रकार, देखा जाए तो ऊर्जा स्वयं न तो अच्छी होती है, न बुरी; उसका स्वरूप इस बात पर निर्भर करता है कि वह किस दिशा में प्रवाहित हो रही है। यदि हम जागरूकता, प्रेम और ध्यान के माध्यम से अपनी ऊर्जा को सही दिशा दें, तो वही ऊर्जा आनंद और शांति का स्रोत बन सकती है।

लाल रंग का आध्यात्मिक रहस्यः क्यों माना जाता है इसे प्रेम, आकर्षण और जुनून का प्रतीक?

लाल एक दिलचस्प रंग है क्योंकि यह ना केवल आपकी भावनाओं को प्रभावित करता है, बल्कि आपकी ऊर्जा को भी एक अलग स्तर पर ले जाता है। अगर आध्यात्मिक दृष्टिकोण से देखा जाये, तो लाल रंग मनुष्य के जीवन को कई मायनों में गहराई प्रभावित करता है। कैसे, चलिए समझते हैं...

लाल रंग सिर्फ एक रंग नहीं है, बल्कि एक रहस्य है। कई सभ्यताओं में इस रहस्य को समझा गया और लोगों के जीवन पर इसका प्रभाव देखा गया, तभी अलग-अलग अवसरों पर इसे अपने जीवन में शामिल करने का प्रयास किया गया। लाल रंग के ऊर्जात्मक प्रभाव के कारण ही छोटे बच्चों को लाल रंग के कपड़े पहनाने की सलाह दी जाती है। इस रंग का भावनात्मक प्रभाव देखकर ही हिंदू धर्म में इस रंग को अत्यंत शुभ, पवित्र और शक्ति का प्रतीक माना गया है। देवी-देवताओं की पूजा, विवाह, त्योहार, तिलक, कुमकुम, सिंदूर, चुनरी और पूजा सामग्री में लाल रंग को विशेष स्थान दिया गया है। लाल रंग आपके जीवन को किस प्रकार प्रभावित करता है, चलिए समझने का प्रयास करते हैं...लाल रंग का आध्यात्मिक महत्व

लाल रंग का संबंध रक्त और अग्नि से है, जो जीवन और ऊर्जा के मूल स्रोत हैं। इसलिए यह प्रेम, आकर्षण और तीव्र भावनाओं को दशार्ता है। यह रंग न केवल सकारात्मक भावनाओं जैसे प्रेम, उत्साह, और साहस को जगाता है, बल्कि क्रोध, उग्रता, और खतरे जैसी नकारात्मक भावनाओं का भी वाहक है। इसलिए, अलग-अलग अवसरों पर इस रंग का प्रयोग अलग-अलग उद्देश्यों की पूर्ति के लिए होता है।

लाल रंग न केवल मनुष्य की भावनाओं से जुड़ा है, बल्कि योग और तंत्र परंपरा में, मानव शरीर में सात प्रमुख चक्र माने जाते हैं। इनमें सबसे पहला और आधारभूत चक्र है झ मूलाधार चक्र, जिसका रंग लाल है। मूलाधार चक्र पर ध्यान केंद्रित करते समय लाल रंग की कल्पना की जाती है। इससे शरीर में ऊर्जा का संचार, आत्मविश्वास, और सुरक्षा की भावना बढ़ती है। लाल रंग का ध्यान विशेष रूप से उन लोगों के लिए लाभकारी है, जिन्हें आलस्य, भय, या असुरक्षा की समस्या होती है।

तांत्रिक साधना में लाल रंग का प्रयोग शक्ति जागरण, ऊर्जा संतुलन और नकारात्मकता से रक्षा के लिए किया जाता है। बलिदान और त्याग के प्रतीक के रूप में भी लाल रंग का प्रयोग होता है, विशेषकर शक्ति साधना और तांत्रिक अनुष्ठानों में। स्वप्न शास्त्र और मनोविज्ञान के अनुसार, सपने में लाल रंग देखना शक्ति, नेतृत्व, गहरी भावनाओं, प्रेम और चेतावनी का संकेत हो सकता है। यह आत्मनिरीक्षण, सजगता और सक्रियता की ओर प्रेरित करता है। अगर शरीर के आभा की बात की जाए, तो आभा में लाल रंग भावुकता, शक्ति, और तीव्रता का प्रतीक है।

लाल रंग का मनोवैज्ञानिक और भावनात्मक प्रभाव

लाल रंग रक्त संचार तेज करता है, उत्साह लाता है, और ऊर्जा का संचार करता है। वास्तु के अनुसार, सही दिशा और मात्रा में लाल रंग का प्रयोग घर में सकारात्मक ऊर्जा, साहस, और प्रेरणा लाता है, जबकि अधिकता से तनाव और असंतुलन हो सकता है। इसलिए, पूजा कक्ष, रसोईघर, और दक्षिण दिशा में लाल रंग का सीमित मात्रा में प्रयोग करना शुभ माना जाता है। लाल रंग सबसे तीव्र और उत्तेजक रंग है, जो मस्तिष्क को सक्रिय करता है, दिल की धड़कन और रक्तचाप बढ़ाता है और ऊर्जा का संचार करता है। यह रंग उत्साह, जुनून, प्रेम, साहस, आत्मविश्वास, और प्रेरणा का प्रतीक है। इसलिए, खेल प्रतियोगिताओं और विज्ञापन में इसका प्रयोग ध्यान आकर्षित करने के लिए किया जाता है।

लाल रंग का धार्मिक प्रभाव हिन्दू धर्म के प्रमुख त्योहारों में लाल रंग का व्यापक प्रयोग होता है। घरों की सजावट, पूजा सामग्री, रंगोली, और दीपक में लाल रंग शुभता, उत्सव और सकारात्मक ऊर्जा का संकेत है। ज्योतिष में लाल रंग का संबंध मंगल ग्रह से है, जिसे ऊर्जा, साहस, और गति का कारक माना जाता है। बौद्ध भिक्षु अक्सर लाल या मरून रंग के वस्त्र पहनते हैं, जो साहस, करुणा, ऊर्जा, और शक्ति का प्रतीक है। यह रंग नकारात्मक भावनाओं को समाप्त करने और साधना में स्थिरता लाने का माध्यम माना जाता है।

सातों चक्र जागृत होने के बाद कैसे बदलता है जीवन? क्या यह सच में आपको सुपर एनर्जी दे सकता है?

अध्यात्म में माना गया है कि अगर व्यक्ति अपने सातों चक्रों को जागृत कर ले, तो वह इतना शक्तिशाली हो जाता है कि ब्रह्माण्ड की किसी भी ऊर्जा से खुद को जोड़ सकता है। लेकिन कुछ लोग इसे एक सुपर पॉवर की तरह देखते हैं। तो, क्या सच में सातों चक्रों का जागृत होना आपको पावरफुल बना देता है?

मनुष्य के शरीर में मौजूद सात चक्रों की ऊर्जा को समझने और उसे जागृत करने का विज्ञान बेहद दिलचस्प है। हालांकि, इसके जुड़े कई ऐसे भ्रम हैं, जो लोगों को कुण्डलिनी जागरण के असली उद्देश्य और लाभ से भटका देते हैं। कई लोगों को लगता है अगर किसी की कुंडलिनी जागृत हो जाती है, तो वह व्यक्ति बहुत पावरफुल हो जाता है। उसमें कई तरह की शक्तियां आ जाती हैं, जबकि सच तो ये है कि कुण्डलिनी जागरण आपमें कई आश्चर्यजनक बदलाव जरूर करती है लेकिन वो कहीं से भी आपमें सुपर नेचुरल पॉवर जागृत नहीं करती। कुंडलिनी जागरण का सबसे बड़ा लाभ है - आपकी प्राण शक्ति का मजबूत होना और आपमें मानसिक, शारीरिक और आध्यात्मिक संतुलन आना। ये सारे आध्यात्मिक पॉवर हैं, जो आपको आत्म-जागरण या आत्मबोध की अवस्था में ले जाते हैं। कुछ लोग इस जागरण की अवस्था को संभाल नहीं पाते, तो उनमें मानसिक असंतुलन और गंभीर दुष्परिणाम भी देखने को मिलते हैं। हर चक्र के जागृत होने के अलग-अलग लाभ हैं और ये सब अलग-अलग तरीके से आपको उन्नत बनाते हैं। इन चक्रों के जागृत होने से किसी में क्या-क्या बदलाव आते हैं, चलिए समझते

यह चक्र रीढ़ की हड्डी के निचले भाग में स्थित होता है। यह चक्र सुरक्षा, स्थिरता और आत्मविश्वास से जुड़ा होता है। संतुलित होने पर यह आत्मविश्वास बढ़ाता है और मन को शांत तथा स्थिर रखता है। इससे जीवन में स्थिरता आती है और सुख-समृद्धि बढ़ती है। अगर यह किसी में असंतुलित हो, तो उसमें डर, असुरक्षा और चिंता का भाव देखने को मिलता है।

क्या सहस्त्रार चक्र के असंतुलन से होता है डिप्रेशन? जानिए क्या कहते हैं योग और अध्यात्म

भगवद् गीताः हर काम कर्मयोग नहीं होता, जानिए कब साधारण कर्म बन जाता है योग

जानिये कैसे पिछले जन्म के कर्म बनते हैं इस जन्म की परेशानियों की वजह और कैसे पा सकते हैं उनसे राहत

क्या धनी या सुखी हो जाने का अर्थ है कि भगवान की आप पर कृपा हो गयी है या फिर ईश्वर की कृपा से आप अभी भी कोसों दूर हैं?

यह चक्र नाभि के नीचे स्थित होता है। यह चक्र भावनाओं, रचनात्मकता और संबंधों से जुड़ा है। इसके संतुलित होने पर खुशी, क्रिएटिविटी और अच्छे रिश्ते मिलते हैं। साथ ही यह शरीर में ऊर्जा का स्तर बढ़ता है, रोग प्रतिरोधक क्षमता बेहतर होती है और थकान कम महसूस होती है। असंतुलित होने पर यह भावनात्मक अस्थिरता और तनाव देता है।

मणिपुर चक्र

यह चक्र नाभि के ऊपर स्थित होता है। यह चक्र आत्मबल, इच्छा शक्ति और निर्णय क्षमता का केंद्र है। इसके संतुलित होने पर आत्मविश्वास और लीडरशिप बढ़ती है, जिसका परिणाम यह होता है कि लोगों के करियर में स्थिरता आती है और उनमें आत्मसम्मान की भावना बढ़ती है। इस चक्र के असंतुलित होने पर हीन भावना और गुस्सा पैदा होता है।

अनाहत चक्र

यह चक्र हृदय क्षेत्र में स्थित होता है। यह चक्र प्रेम, करुणा और भावनात्मक संतुलन से जुड़ा है। संतुलित होने पर प्यार, दया और शांति की भावना विकसित होती है। साथ ही गुस्सा, डर और नकारात्मक भावनाएँ कम होती हैं। इससे संबंधों में सामंजस्य, करुणा और निःस्वार्थ प्रेम का विकास होता है। इस चक्र के असंतुलित होने पर ईर्ष्या, दुःख और अकेलापन बढ़ता है।

क्या पैसा और सुख-समृद्धि ही भगवान की कृपा है?

संसार, भौतिक सुख की महत्वाकांक्षा से उबर नहीं पाता, जिस कारण भौतिक सुखों को वो अपना अंतिम लक्ष्य समझ लेता है। वो ये समझ लेता है कि अगर उसके पास धन-सम्पत्ति है, अगर वो हर तरह से सुखी और संपन्न है, तो उस पर भगवान् की अथाह कृपा है। लेकिन सवाल यह है कि आपके जीवन का सरल और संपन्न हो जाना इस बात का प्रमाण है कि आप ईश्वर के करीब हैं या फिर ईश्वर आपसे प्रसन्न है, या फिर आपने इस बात को समझा ही नहीं कि भगवान् की कृपा पाना किसे कहते हैं। प्रेमानंद महाराज के अनुसार धन, सुख-समृद्धि या पैसे कमाना भगवान की कृपा का अंतिम प्रमाण नहीं है। असली कृपा तब होती है जब मन में शांति, संतोष और भक्ति का भाव जागता है। भौतिक वैभव क्षणिक है, जबकि भगवान का नाम ही शाश्वत धन है। प्रेमानंद महाराज ने यह बात इसलिए कही क्योंकि लोग अक्सर भूल जाते हैं कि उनका सुख-दुःख ईश्वर की कृपा से नहीं, बल्कि उनके कर्मों से जुड़ा है। आप सुखी जरूर हैं लेकिन उसका कारण ईश्वर की आप पर कृपा नहीं, बल्कि कुछ और है। ईश्वर की कृपा पाने के संकेत अलग हैं। तो, चलिए इसे ठीक से समझते हैं प्रेमानंद महाराज के शब्दों में...प्रेमानंद महाराज के विचारप्रेमानंद महाराज जब प्रसिद्ध क्रिकेटर विराट कोहली और भारतीय अभिनेत्री अनुष्का शर्मा से मिले, तो उन्होंने उन्हें सुख-संपत्ति मिलने और ईश्वर की कृपा मिलने का गूढ़ फर्क समझाया। उन्होंने कहा कि अगर आपको सफलता, धन और प्रसिद्धि मिलती है, तो ये ईश्वर की कृपा नहीं, बल्कि आपके पूर्व जन्मों के पुण्यों का परिणाम है। पुण्य आपको सुख देते हैं और पाप दुःख। आपके जीवन की स्थिति पूर्णतः आपके कर्मों का परिणाम है और इसमें ईश्वर की दखलंदाजी बिलकुल नहीं होती। हालांकि, लोग इसे ईश्वर से जोड़ देते हैं। प्रेमानंद महाराज के अनुसार भगवान की कृपा को केवल धन, पद या भौतिक सफलता से नहीं मापा जा सकता। कई बार जिस चीज को हम कृपा समझते हैं, वह केवल कर्मों का फल हो सकती है, जबकि वास्तविक कृपा कुछ और ही होती है। इन भौतिक सुखों को पाना ईश्वर को पाना नहीं है क्योंकि धन और संपत्ति केवल अस्थायी सुख देते हैं। मृत्यु के बाद यह सब साथ नहीं जाता, इसलिए इसे भगवान की कृपा का अंतिम रूप नहीं माना जा सकता। असली धन है भगवान का नाम और भक्ति, जो आत्मा को शांति और मुक्ति देता है।

नवग्रहों से जुड़े ये पौधे लगाकर दूर कर सकते हैं ग्रहों के दोष

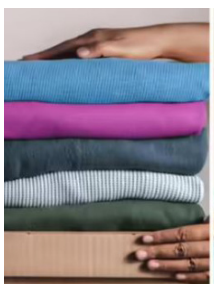
अध्यात्मिक जीवन में शरीर को सात्विक साधना में रमाकर रोग-व्याधि आदि दूर करने की बात कही जाती है। यह सूक्ष्म शरीर तथा चक्रों तथा उन चक्रों से जुड़ी ऊजाओं के संतुलन पर बल देता है। ऐसी ऊजाओं की बात ज्योतिष शास्त्र भी करता है लेकिन यहाँ शरीर के सभी अंगों तथा चक्रों से कुछ ग्रहों को जोड़ा गया है तथा उन ग्रहों के संतुलित(शुभ)-असंतुलित(अशुभ) प्रभावों के बारे में बात करता है। इन नवग्रहों की अशुभ स्थितियाँ व्यक्ति के जीवन में कई प्रकार से नकारात्मक प्रभाव लाती हैं तथा इनसे निकलने के लिए कई प्रकार के ज्योतिषीय उपाय भी बताए जाते हैं। पर अध्यात्म को मानने वाले अधिकांश लोग इन ज्योतिषीय उपायों को नकारते हैं, पर आध्यात्मिक साधनाएं करना सामान्य व्यक्तियों के लिए रोजाना के जीवन में कर संभव नहीं हो पाता। ऐसे में अक्सर वे लोग जो न बहुत अधिक ज्योतिष को मानते हैं और न ही पूरी तरह अध्यात्म को अपना पाते हैं, उनके लिए अपनी परेशानियों का एक अध्यात्मिक हल निकाल पाना बहुत मुश्किल होता है। ऐसे लोगों के लिए पौधे लगाना उसी प्रकार है, जैसे एक अनार सौ बीमारियों की दवा।जी हाँ, ज्योतिष और अध्यात्म दोनों में ही पौधे लगाने का अत्यधिक महत्व है। अध्यात्म जहाँ प्रकृति से जुड़कर एनर्जी ग्राउंड करने की बात करता है और इसके लिए पेड़-पौधे लगाना, हरियाली में बैठना आदि जैसी टेक्नीक बताई जाती है, वहीं ज्योतिष शास्त्र में सभी ग्रहों से जुड़े कुछ पेड़-पौधे बताए गए हैं। इन ग्रहों की अशुभ स्थिति में या इनकी शुभता बढ़ाने के लिए उस ग्रह से जुड़े पौधे लगाने की सलाह दी जाती है। यह एक बेहद आसान तरीका है, जो हर किसी के लिए करना संभव भी है और आसान भी। आइए जानते हैं सभी नवग्रहों से जुड़ा एक विशेष पौधा से उसका रोपण करने का प्रभाव-सूर्य : आंकड़े का पौधा। सूर्य ग्रह को मजबूत करने तथा इसके नकारात्मक परिणामों को दूर कर, सकारात्मक परिणाम पाने के लिए इन्हें लगाने की सलाह दी जाती है।

किसी और के कपड़े पहनकर कहीं आप मुसीबत तो मोल नहीं ले रहे? जानिये इससे जुड़ी ओशो की एक दिलचस्प व्याख्या

अक्सर लोग एक-दूसरे के कपड़े पहन लेते हैं, खासकर दोस्त और भाई-बहन। लेकिन जब आप कपड़े एक्सचेंज करते हैं, तो आप उस कपड़े से जुड़ी ऊर्जा के बारे में बिलकुल नहीं सोचते। कपड़े को ऊर्जा का वाहक माना गया है और इससे जुड़ी ओशो की एक दिलचस्प व्याख्या है। तो, चलिए जानते हैं...

लोग कपड़े को एक बाहरी आवरण के तौर पर देखते हैं और इस बात पर विचार नहीं करते कि कपड़ा लोगों के मन और भावनाओं पर भी गहरा असर डालता है। कपड़ा केवल आपके शरीर से चिपका नहीं रहता, बल्कि यह आपकी ऊर्जा को ही ढ़ोता है। ऐसे में, जब आप किसी और के कपड़े पहनते हैं, तो आप उस व्यक्ति की ऊर्जा ले रहे हैं और साथ ही अपनी ऊर्जा भी शेयर कर रहे हैं। ऊर्जा का यह आदान-प्रदान आपके जीवन पर किस तरह गहरा असर डालता है और किसी से कपड़े एक्सचेंज कर पहनना किस तरह आपको नुकसान पहुंचाता है, चलिए ओशो के दृष्टिकोण से समझते हैं...ओशो की व्याख्या : कपड़ों और ऊर्जा का संबंध

ओशो का मानना था कि हर व्यक्ति अपने साथ एक विशेष ऊर्जा और कंपन (वाइब्रेशन) लेकर चलता है। यह ऊर्जा केवल उसके शरीर तक सीमित नहीं रहती, बल्कि उसके इस्तेमाल की चीजों, जैसे कि कपड़े, गहनों इत्यादि में भी बस जाती है। इस कारण किसी और के कपड़े



पहनना केवल शारीरिक स्तर पर बदलाव नहीं लाता, बल्कि यह आपके मन और भावनाओं पर भी असर डालता है। उन्होंने कपड़ों को 'ऊर्जा का वाहक' माना और कहा कि हर व्यक्ति के वस्त्र उसके अनुभवों, विचारों और आभा को अपने भीतर समेटे रहते हैं। जब आप किसी और के कपड़े पहनते हैं, तो आप अनजाने में उनकी ऊर्जा और मानसिक स्थिति को भी अपने ऊपर ओढ़ लेते हैं। किसी और के कपड़े पहनने से उनकी भावनाएँ, तनाव और मानसिक तरंगें आपके जीवन में प्रवेश कर सकती हैं। आप अनजाने में उनके तनाव, भय या असुरक्षा को महसूस कर सकते हैं। अगर वह व्यक्ति मानसिक रूप से परेशान, नकारात्मक या बीमार रहा हो, तो उसकी ऊर्जा का प्रभाव आप पर भी पड़ सकता है। कपड़े समाज में आपकी स्थिति और सोच को दर्शाते हैं। ओशो मानते थे कि जब आप दूसरों की पहचान ओढ़ते हैं, तो आप अपनी मौलिकता खो देते हैं। ओशो ने वस्त्रों को आडंबर भी कहा है यानी समाज के दिखावे का हिस्सा। जब हम दूसरों के कपड़े पहनते हैं, तो हम उनके आडंबर को भी अपने साथ ले लेते हैं। ये सोचना थोड़ा अजीब लग सकता है लेकिन ओशो केवल ऐसा सोचते नहीं थे, बल्कि उन्होंने पश्चिम में लोगों को निर्वस्त्र रहने का अभ्यास कराया ताकि वे आडंबर और झूठी पहचान से मुक्त होकर अपनी असली आत्मा से जुड़ सकें। हालांकि, ओशो के इस कृत्य की आलोचना हुई लेकिन ओशो ऐसा केवल लोगों को प्राकृतिक रूप से सहज और आबंडर मुक्त बनाने के लिए कर रहे थे।

आयटीआय कोर्स म्हणजे काय ?

आयटीआय हा एक औद्योगिक प्रशिक्षण देणारा कोर्स आहे. म्हणजे आपल्या मराठी भाषेत औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था होय. आयटीआय ही शासनमान्य संस्था असून ज्यात विद्यार्थ्यांना औद्योगिक क्षेत्रातील विविध टेक्निकल (तांत्रिक) व नॉन-टेक्निकल (गैर-तांत्रिक) विषयांवर शिक्षण दिले जाते. पुस्तकी ज्ञानापेक्षा प्रात्यक्षिक ज्ञानावर जास्त भर दिला जातो. आयटीआय कोर्स शिकवण्यासाठी महाराष्ट्रात अनेक सरकारी व खाजगी प्रशिक्षण संस्था/महाविद्यालये असून दरवर्षी यासाठी प्रवेश प्रक्रिया राबवली जाते. महाराष्ट्रातील औद्योगिक क्षेत्राच्या वाढीमुळे आयटीआय कोर्स लोकप्रिय असून दरवर्षी लाखों विद्यार्थी यातून प्रशिक्षण घेऊन बाहेर पडतात. फिटर, इलेक्ट्रिशियन, वेल्डर, वायरमन, टर्नर इ. अशा अनेक ट्रेड्सचा समावेश यात आहे. ट्रेडनुसार विद्यार्थ्याला संबंधित गोष्टींचे संपूर्ण ज्ञान दिले जाते. प्रवेश घेताना विद्यार्थ्यांना पसंतीचा ट्रेड व महाविद्यालय निवडण्याचा पर्याय असतो. आयटीआयच्या प्रवेशाची प्रक्रिया या महाराष्ट्राच्या सरकारी वेबसाईटच्या (संकेतस्थळ) माध्यमातून ऑनलाईन पद्धतीने राबवली जाते. दहावी-बारावी नुकतेच पूर्ण झालेल्या विद्यार्थ्यांना आता पुढे काय करावे, हा प्रश्न भेडसावत असतो. अनेक मार्ग त्यांच्यासमोर उभे राहिल्याने ते गोंधळून जातात. प्रत्येक विद्यार्थ्याला वाटते की आपण एखाद्या चांगल्या कोर्सला प्रवेश घ्यावा तसेच त्यातून चांगली नोकरी मिळवावी किंवा उद्योग- व्यवसाय सुरू करावा. विद्यार्थ्यांनी कोणत्याही कोर्सला प्रवेश घेण्याअगोदर त्या संबंधित कोर्सबद्दल पूर्ण माहिती घेणे खूप आवश्यक आहे. कारण, कोर्स निवडताना झालेली चूक विद्यार्थ्यांच्या

उज्ज्वल भविष्यावर प्रश्नचिन्ह निर्माण करू शकते. त्यामुळे विद्यार्थ्यांनी कोर्ससंबंधी स्वतः संपूर्ण माहिती घेऊन किंवा वडीलधाऱ्यांचे मार्गदर्शन घेऊन कोर्स निवडावा. आयटीआय ट्रेडचे प्रकार कोणते आहेत?

इंजिनीअरिंगमध्ये ज्याप्रमाणे विविध शाखा असतात, त्याचप्रमाणे आयटीआयमध्येही विविध ट्रेड्स आहेत. प्रत्येकाला आवडीनुसार ट्रेड निवडण्याची मुभा आहे. आयटीआयमधील ट्रेड्स दोन प्रकारांत विभागले आहेत.

१) इंजिनीअरिंग ट्रेड्स यामध्ये सर्व तांत्रिक ट्रेड्सचा समावेश असतो. विशेषतः गणित, विज्ञान तसेच तंत्रज्ञान या विषयांशी संबंधित ट्रेड्स यामध्ये येतात. तंत्रज्ञान, संगणक यांसारख्या विषयांमध्ये आवड असणारे विद्यार्थी हे ट्रेड्स निवडतात.

२) नॉन-इंजिनीअरिंग ट्रेड्स यामध्ये सर्व गैर तांत्रिक ट्रेड्सचा समावेश असून तांत्रिक विषय यात नसतात. ज्या विद्यार्थ्यांना तांत्रिक व वैज्ञानिक विषयात आवड नाही, त्या विद्यार्थ्यांद्वारे या ट्रेड्सची निवड केली जाते. आयटीआय कोर्स किती वर्षाचा असतो?

कोर्सचा कालावधी सर्व ट्रेडसाठी सारखा नसून ६ महिने ते २ वर्षे असू शकतो. इंजिनीअरिंग (अभियांत्रिकी) शिक्षणात सर्व शाखांसाठी ४ वर्षांचा कालावधी असतो; परंतु आयटीआयमध्ये कोर्सनुसार कालावधी बदलत जातो. फिटर, इलेक्ट्रिशियन, वायरमन या ट्रेडचा कालावधी २ वर्षांचा असतो. तर

सेविंग, प्लंबर, वेल्डर हे ट्रेड १ वर्षांचे असतात. आयटीआय कोर्सची प्रवेश पात्रता काय आहे? आयटीआय कोर्सची प्रवेश पात्रता खालीलप्रमाणेः

१) किमान १४ वर्षे ते कमाल ४० वर्षे वयोमर्यादा

२) दहावी/बारावी उत्तीर्ण (गुणांची अट नाही)

आयटीआय कोर्स झाल्यानंतर काय करावे?

विद्यार्थ्यांच्या मनात हा प्रश्न नेहमी असतो, की आयटीआय नंतर पुढे काय करावे? तर, आयटीआयचे शिक्षण पूर्ण झालेल्या विद्यार्थ्यांसाठी 'इंजिनीअरिंग' किंवा'डिप्लोमा' अभ्यासक्रम उपलब्ध असून या माध्यमातून ते पुढील शिक्षण पूर्ण करू शकतात. बहुतांशी, विद्यार्थी आयटीआय झाल्यानंतर नोकरीला प्राधान्य देतात. सरकारी व खाजगी या दोन्ही क्षेत्रात नोकरीच्या संधी उपलब्ध होतात. आयटीआय पूर्ण

झाल्यावर नोकरीसाठी टेक्निकल सेक्टर (तांत्रिक विभाग) व नॉन-टेक्निकल सेक्टर (गैर-तांत्रिक विभाग) मध्ये नोकरीच्या संधी उपलब्ध होतात. टक्क्ठ मध्ये आयटीआय विद्यार्थ्यांसाठी नोकरीचे प्रमाण जास्त आहे. आयटीआय झाल्यानंतर नोकरी व्यतिरिक्त स्वतःचा उद्योग-व्यवसाय सुरू करता येतो. इलेक्ट्रिशियन तसेच वेल्डर आपल्या स्वतःचे व्यावसायिक दुकान टाकू शकतात.

डिजीटल मार्केटिंग

करिअरची काही अशी क्षेत्रं असतात, जी काळाची गरज ओळखून निर्माण होतात. डिजीटल मार्केटिंग हे त्यापैकीच एक आहे. डिजीटल मार्केटिंग हे भविष्यातील क्षेत्र आहे. म्हणजेच आज या क्षेत्रात जेवढ्या संधी आहेत, त्यापेक्षा अधिक त्या भविष्यात निर्माण होणार आहेत. उद्याचं युग हे इंटरनेटचंच युग असणार आहे. आपल्याला आजच याची झलक मिळत आहे. आणि म्हणून कंपन्यांनाही त्यांच्या जाहिरातींच्या मोहिमा इंटरनेटवरच अधिक विकसित करायच्या आहेत. या क्षेत्रात करिअर कसं करायचं याच्याशी संबंधित माहिती आम्ही येथे देत आहोत.

सध्या वेगाने डिजिटलायझेशन होत आहे, त्यामुळे या क्षेत्रातील व्यावसायिकांची मागणी वाढत आहे.मार्केटिंग इंडस्ट्री हा असा उद्योग मानला जातो ज्यामध्ये सहज कमाई करता येते, त्यासाठी फक्त तुमच्यातील कौशल्याची गरज असते. काळानुसार मार्केटिंग बदलले आहे आणि लोकांनी मार्केटिंगची डिजीटल आवृत्ती स्वीकारली आहे. डिजीटल मार्केटिंगमुळे या क्षेत्रात रोजगाराच्या अनेक संधी उपलब्ध आहेत.

१. मार्केटिंग मॅनेजर

कोणत्याही कंपनीच्या यशस्वी व्यवस्थापनासाठी सर्वात महत्त्वाची भूमिका असते ती विपणन व्यवस्थापकाची मार्केटिंग मॅनेजर कंपनीला किंवा एखाद्या संस्थेला पुढे नेण्यासाठी त्या कंपनी अथवा संस्थेची जाहिरात करतो. कोणत्याही कंपनीच्या वाढीसाठी मार्केटिंग महत्त्वाचे असते, त्यामुळे या भूमिकेला नेहमीच मागणी असते. या पोस्टवर, उमेदवारांना वार्षिक ६ ते ७ लाखांचा प्रारंभिक पगार मिळू शकतो. अनुभवानुसार तुमचा पगार वाढू शकतो.

२. व्यवस्थापन सल्लागार

व्यवस्थापन क्षेत्रात व्यवस्थापन सल्लागार महत्त्वाची भूमिका बजावतात. जर तुम्हालाही बाजाराची ओळख असेल आणि त्यातील बदलांची नेहमीच जाणीव असेल, तर हे क्षेत्र फक्त तुमच्यासाठी आहे. जर तुम्ही कंपनीला नवीन कल्पना घेऊन त्याचा व्यवसाय नवीन उंचीवर नेऊ शकत असाल तर तुम्हाला या क्षेत्रात नेहमीच मागणी असेल. या पदासाठी तुम्हाला १० लाख ते ३० लाख रुपयांपर्यंतचे पॅकेज मिळू शकते.

३. सोशल मीडिया व्यवस्थापक

सध्याच्या काळात सोशल मीडिया कंपनीच्या प्रचारात महत्त्वाची भूमिका बजावते. सोशल मीडिया मॅनेजरचे काम सोशल मीडिया ट्रेंड आणि त्यावर होत असलेल्या उपक्रमांकडे लक्ष देणे आणि कंपनीला पुढे नेण्यासाठी त्यानुसार कार्य करणे असे आहे. जर तुम्हाला मार्केटिंग क्षेत्रात वापरल्या जाणाऱ्या टूल्सचीही चांगली माहिती असेल तर तुम्ही या क्षेत्रात नोकरी करू शकता. भारतात सोशल मीडिया मॅनेजरचा सरासरी पगार ३० हजार रुपयांपेक्षा जास्त आहे. तो वेळ आणि अनुभवानुसार वाढत जातो.

इंटिरिअर डिझायनर

एक घर दगडाचं जुन्या कोरिव विटांचं सोप्याचं आणि पडवीच भरलेल्या अंगानाचं दारापुढेल्या तुळशीचं घडवंची वरच्या कळशीच एक घर!!! आता तुम्हाला प्रश्न पडला असेल की मी तुम्हाला या कवितेच्या ओळी का सांगत आहे. कारण आजच्या परिस्थितीत घर ही संकल्पना बदलत चालली आहे. पूर्वी घर म्हणजे चार भिंतीचे विटा व मातीने बनवलेले असे असायचे. कालांतराने त्यामध्ये बदल होत चालला आहे हे आपल्याला दिसत आहे. माती व विटांनी बांधण्यात येणाऱ्या घरांचे स्वरूप बदलून ति घरे आता फ्लॅट, बंगलो, रो हाऊसेस या स्वरूपात दिसत आहे. प्रत्येक व्यक्तीचे स्वप्न असते की, आपले हक्काचे एक सुंदर घर असावे.

आजच्या या तंत्रज्ञानाच्या युगात फॅशन, डिजाइनचे खूप महत्त्व वाढताना दिसत आहे. घर बांधल्या नंतर त्या घरातील भिंतींना रंग कोणता द्यायचा व फरशी कशी, कोणत्या डिझाईनची बसवायची, रंगसंगती नुसार पडदे व सोफे कवर कोणत्या रंगाचे असावेत. उपलब्ध जागेचा जास्तीत जास्त वापर करून घर सुशोभित करणे. लाइट्स ,फर्निचर यांचे नियोजन करणे .अशा बऱ्याच गोष्टी विचारात घ्याव्या लागतात.

जसे आपण घरातील इंटरियर डिझाईनिंग करतो त्याचप्रमाणे मॉल, हॉटेल, दुकान येथेही इंटरियर डिझाईनिंग ला खूप महत्त्व प्राप्त झाले आहे. त्यामुळे या डिजाइन क्षेत्रात इंटिरिअर डिझायनर लोकांची मागणी वाढत आहे. पूर्वी मुले ही फक्त इंजीनियरिंग, बी फार्मसी, ॲग्री यांसारखे अभ्यासक्रम घेत असत. इंटिरिअर डिझायनर कोर्सेस कडे मुले जास्त वळत नव्हती. कारण कोणताही कोर्स करण्याचे ठरवले की त्या कोर्स बद्दल संपूर्ण माहिती आपल्याला अवगत असणे गरजेचे आहे .

मुलांना या इंटिरिअर डिझायनर या कोर्सची माहिती नसल्यामुळे हा कोर्स पडद्या आड दडला होता. पण आताची परिस्थिती पाहता इंटिरिअर डिझायनर या कोर्सला खूप मागणी आली आहे. डिझायनिंगचं क्षेत्र व्यापक आहे. आज मी तुम्हाला या इंटिरिअर डिझायनर या कोर्स ची संपूर्ण माहिती सांगणार आहे.

आता आपल्याला प्रश्न पडला असेल की इंटिरिअर डिझायनर म्हणजे काय ?

आपण प्रथम इंटिरिअर डिझायनर म्हणजे काय याची सविस्तर माहिती देणार आहे. इंटिरिअर डिझायनर म्हणजे अंतर्गत सजावट. परंतु ही अंतर्गत सजावट फक्त घरा पुरतीच मर्यादित न राहता हॉटेल, मॉल, दुकाने ,औद्योगिक रचना तयार करण्यासाठी डिझाईनचा सहभाग असतो.पूर्वी डिझायनिंग क्षेत्रात येण्यासाठी चित्रकला ही कला अवगत असणे गरजेचे होते. परंतु आज मात्र डिझाइनशी संबंधित अनेक सॉफ्टवेअर उपलब्ध आहेत.

इंटेरियर डिझाईन चे मूलभूत व प्रमुख काम आहे की पुरेश्या जागेचे योग्य प्रकारे नियोजन करून त्या जागेला सुशोभित करणे. घर किंवा ऑफिस सजवताना लाईट, सजावटीच्या वस्तू ,फर्निचर, भिंतींना देण्यात येणाऱ्या रंगाची रंगसंगती, तसेच त्या रंगसंगतीनुसार पडदे व सोफा सेट यांचे कापड निवडणे ही सर्व कामे इंटिरिअर डिझायनरला करावी लागतात.

इंटिरिअर डिझायनर या कोर्सच्या अभ्यासक्रमात ड्रॉइंग, जागेचे स्पेस नुसार नियोजन कसे करायचे ,फर्निचर डिझाईन ,तसेच सपाट व सखल पृष्ठभागावर वस्तू कशा ठेवायच्या याचा अभ्यास केला जातो .रंगसंगती, पडदे व सोफ सेट कव्हर यांची रंगसंगती इत्यादी कार्यपद्धतीचा अभ्यास या कोर्समध्ये शिकवला जातो.

या क्षेत्रात यशस्वी होण्यासाठी तुमच्यात काही गुण असणे आवश्यक आहे. तुमच्याकडे प्रथम कलेचे ज्ञान म्हणजेच चित्रकला व हस्तकला यांचे ज्ञान अवगत असले पाहिजे. तसेच तुमच्यात कल्पना शक्ती असली पाहिजे. विचार करण्याची क्षमता, निरीक्षणशक्ती असणे गरजेचे आहे.

तसेच कोणत्याही ग्राहकांशी बोलताना त्याचे म्हणणे काय आहे हे ऐकून घेण्याची तयारी असली पाहिजे व त्याचे म्हणणे समजून घेऊन ग्राहकाला त्याच्या आवडीनुसार काम करून देणे ही जबाबदारी पार पाडण्याचे कौशल्य असले पाहिजे. तसेच आत्ताचे तंत्रज्ञान हे कॉम्प्युटरशी जास्त संबंधित असल्यामुळे आपल्याला कॉम्प्युटर सॉफ्टवेअरची माहिती असणे आवश्यक आहे. इंटिरिअर डिझायनर अभ्यासक्रम पूर्ण झाल्यानंतर आपल्याला नोकरीच्या संधी निश्चितपणे उपलब्ध होतील.

१५ दिवस रिकाम्या पोटी भिजवलेल्या बडिशेपचे पाणी प्या

बाहेरचे अन्न खाल्ल्यामुळे मला गॅस , ॲसिडिटी आणि पोट फुगणे यांसारख्या अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागत होते. मग स्वतःला तंदुरुस्त ठेवण्यासाठी, मी माझ्या दिनचर्येत काही आरोग्यदायी गोष्टींचा समावेश केला, त्यापैकी एक म्हणजे १५ दिवस भिजवलेल्या बडीशेपचे पाणी पिणे. मी सलग १५ दिवस दररोज सकाळी रिकाम्या पोटी भिजवलेल्या बडीशेपचे पाणी पिण्यास सुरुवात केली. बडीशेप (सौंफ) ही आपल्या स्वयंपाकघरातील एक अतिशय उपयोगी आणि औषधी गुणधर्मांनी भरलेली मसाल्याची वस्तू आहे. तिचा सुगंध, चव आणि आरोग्यदायी फायदे यामुळे ती भारतीय आहारात विशेष स्थान मिळवते. जेवणानंतर बडीशेप खाण्याची सवय अनेकांना असते, पण तिचे फायदे केवळ तोंडाला सुवास देण्यापुरते मर्यादित नसून संपूर्ण आरोग्यासाठी अत्यंत उपयुक्त आहेत.

बडीशेप पचनक्रिया सुधारण्यासाठी खूप प्रभावी आहे. ती अन्न पचवण्यास मदत करते आणि पोटातील गॅस, अपचन, ॲसिडिटी यांसारख्या समस्यांपासून आराम देते. बडीशेपमध्ये असलेले घटक पचनरसांची निर्मिती वाढवतात, ज्यामुळे अन्न नीट पचते. म्हणूनच जेवणानंतर थोडी बडीशेप खाल्ल्यास पोट हलके वाटते आणि जडपणा कमी होतो. बडीशेप तोंडाच्या आरोग्यासाठीही फायदेशीर आहे. ती नैसर्गिक माउथ फ्रेशनर म्हणून काम करते. तिच्या सुगंधामुळे तोंडातील दुर्गंधी दूर होते आणि ताजेपणा टिकतो. याशिवाय, बडीशेपमध्ये अँटीबॅक्टेरियल गुणधर्म असतात, जे तोंडातील जंतूंना कमी करण्यात मदत करतात. त्यामुळे दात आणि हिरड्यांचे आरोग्यही सुधारते.

महिलांसाठी बडीशेप विशेषतः उपयुक्त मानली जाते. मासिक पाळीच्या काळात होणाऱ्या वेदना आणि अस्वस्थता कमी करण्यास ती मदत करते. बडीशेपमध्ये असलेले नैसर्गिक घटक हार्मोनल संतुलन राखण्यास मदत करतात. तसेच, स्तनपान करणाऱ्या मातांसाठीही बडीशेप फायदेशीर आहे, कारण ती दुधाचे प्रमाण वाढवण्यास सहाय्य करते. बडीशेप शरीरातील विषारी घटक बाहेर काढण्यास मदत करते. ती एक नैसर्गिक डिटॉक्सिफायर म्हणून काम करते. नियमित बडीशेप खाल्ल्याने शरीर स्वच्छ राहते आणि त्वचाही निरोगी दिसते. तिच्यात अँटीऑक्सिडंट्स असतात, जे शरीरातील फ्री रॅडिकल्सशी लढतात आणि वृद्धत्वाची प्रक्रिया मंदावतात. त्यामुळे त्वचा तजेलदार आणि तरुण दिसण्यास मदत होते. वजन नियंत्रणासाठीही बडीशेप उपयुक्त आहे. ती भूक नियंत्रित करण्यास मदत करते आणि अनावश्यक खाण्याची इच्छा कमी करते. बडीशेप पाण्यात उकळून ते पाणी पिल्यास मेटाबॉलिझम वाढतो, ज्यामुळे वजन कमी होण्यास मदत होते. त्यामुळे वजन कमी करण्याचा प्रयत्न करणाऱ्यांसाठी ती एक नैसर्गिक उपाय ठरू शकते. डोळ्यांच्या आरोग्यासाठीही बडीशेप फायदेशीर आहे. पारंपरिक पद्धतीनुसार, बडीशेप आणि साखर मिसळून खाल्ल्यास दृष्टी सुधारण्यास मदत होते असे मानले जाते. तसेच, बडीशेपमध्ये असलेले व्हिटॅमिन्स आणि मिनरल्स डोळ्यांच्या आरोग्यासाठी उपयुक्त असतात.

सकाळी रिकाम्या पोटी १० कढीपत्त्याची पाने खाल्ल्यास शरीरात काय बदल होतात?

सकाळी रिकाम्या पोटी १० कढीपत्त्याची पाने चावून खाणे ही साधी सवय शरीरासाठी अनेक प्रकारे फायदेशीर ठरू शकते. पचन सुधारण्यापासून वजन नियंत्रण, मधुमेह व्यवस्थापन, त्वचा आणि केसांचे आरोग्य तसेच हृदयाची काळजी घेण्यापर्यंत कढीपत्त्याचे अनेक सकारात्मक परिणाम दिसून येतात. आधुनिक जीवनशैलीत नैसर्गिक आणि सहज उपलब्ध उपायांचे महत्त्व पुन्हा वाढत आहे. अशावेळी कढीपत्ता हा स्वस्त, सहज उपलब्ध आणि पोषक पर्याय म्हणून समोर येतो.

भारतीय स्वयंपाकात कढीपत्ता हा फक्त चव आणि सुगंध वाढवणारा घटक मानला जातो. अनेकदा लोक भाजी किंवा पोह्यातील कढीपत्ता बाजूला काढून टाकतात. मात्र आयुर्वेद आणि आधुनिक पोषणशास्त्रानुसार हे छोटे हिरवे पान आरोग्यासाठी अत्यंत फायदेशीर आहे. विशेषतः सकाळी रिकाम्या पोटी कढीपत्त्याची १० पाने चावून खाल्ल्यास शरीरावर अनेक सकारात्मक परिणाम दिसून येतात. तज्ज्ञांच्या मते, कढीपत्त्यामध्ये अँटीऑक्सिडंट्स, फायबर, आयर्न, कॅल्शियम, फॉस्फरस आणि व्हिटॅमिन अ, इ, उ यांसारखे महत्त्वाचे पोषक घटक असतात. हे घटक शरीरातील अनेक कार्ये सुरळीत ठेवण्यास मदत करतात. त्यामुळेच अनेक आहारतज्ज्ञ सकाळच्या दिनचर्येत कढीपत्ता समाविष्ट करण्याचा सल्ला देतात. तज्ज्ञांच्या मते, सकाळी रिकाम्या पोटी कढीपत्ता खाल्ल्यास पचनसंस्था अधिक सक्रिय होते. कढीपत्त्यातील नैसर्गिक एन्झाइम्स अन्न पचवण्याची प्रक्रिया सुधारतात आणि पोटातील गॅस, ॲसिडिटी व अपचन कमी करण्यास मदत करतात. अनेक लोकांना सकाळी जडपणा, पोट फुगणे किंवा बद्धकोष्ठतेचा त्रास जाणवतो. अशा परिस्थितीत कढीपत्ता नैसर्गिक उपाय ठरू शकतो. यातील फायबर आतड्यांची हालचाल सुधारते आणि शरीरातील विषारी घटक बाहेर टाकण्यास मदत करते. आयुर्वेदानुसार कढीपत्ता 'अग्नी' म्हणजेच पचनशक्ती मजबूत करतो. त्यामुळे रोज सकाळी त्याचे सेवन केल्यास दिवसभर पोट हलके आणि आरामदायी राहते. आजच्या धकाधकीच्या जीवनशैलीमुळे लठ्ठपणा ही मोठी समस्या बनली आहे.

अशावेळी कढीपत्ता वजन नियंत्रित ठेवण्यासाठी मदत करू शकतो, असे तज्ज्ञ सांगतात. कढीपत्त्यामध्ये असलेले फायबर आणि काही वनस्पती घटक शरीरातील अतिरिक्त चरबी कमी करण्यास सहाय्य करतात. हे शरीराचा मेटाबॉलिझम वाढवण्यास मदत करतात, ज्यामुळे कॅलरी अधिक वेगाने बर्न होतात. याशिवाय कढीपत्ता शरीरातील विषारी पदार्थ बाहेर टाकून डिटॉक्सिफिकेशनची प्रक्रिया सुधारतो. सकाळी रिकाम्या पोटी कढीपत्ता खाल्ल्याने दीर्घकाळ पोट भरल्यासारखे वाटते, त्यामुळे वारंवार भूक लागत नाही आणि अनावश्यक खाणे कमी होते. त्यामुळे वजन कमी करण्याचा प्रयत्न करणाऱ्यांसाठी हे एक सोपे आणि नैसर्गिक साधन ठरू शकते. कढीपत्ता रक्तातील साखरेची पातळी नियंत्रित ठेवण्यासाठीही उपयुक्त मानला जातो. तज्ज्ञांच्या मते, यामध्ये असे काही घटक असतात जे इन्सुलिनची कार्यक्षमता सुधारण्यास मदत करतात. याशिवाय कढीपत्त्यातील फायबर रक्तातील साखर अचानक वाढू देत नाही. त्यामुळे मधुमेह असलेल्या लोकांसाठी कढीपत्ता फायदेशीर ठरू शकतो. नियमित सेवनामुळे शरीरातील ग्लुकोजचे संतुलन राखण्यास मदत मिळू शकते. मात्र तज्ज्ञ हेही स्पष्ट करतात की कढीपत्ता हा औषधांचा पर्याय नाही. मधुमेह नियंत्रणासाठी डॉक्टरांनी दिलेली औषधे आणि योग्य आहार पाळणे आवश्यकच आहे. कढीपत्ता हा केवळ पूरक नैसर्गिक उपाय म्हणून उपयोगी ठरू शकतो. कढीपत्ता फक्त अंतर्गत आरोग्यासाठीच नाही तर सौंदर्यासाठीही फायदेशीर मानला जातो. यामध्ये असलेले अँटीऑक्सिडंट्स आणि व्हिटॅमिन्स त्वचा निरोगी ठेवण्यास मदत करतात. नियमित सेवनामुळे त्वचेवरील फ्री-रॅडिकल्सचा प्रभाव कमी होतो आणि त्वचेवर नैसर्गिक चमक येण्यास मदत मिळते. तसेच केस गळणे, अकाली पांढरे होणे आणि केस कमकुवत होणे यांसारख्या समस्यांवरही कढीपत्ता उपयुक्त मानला जातो. आयुर्वेदात कढीपत्त्याचा वापर केस मजबूत करण्यासाठी अनेक वर्षांपासून केला जात आहे. सकाळी त्याचे सेवन केल्याने शरीराला आवश्यक पोषण मिळते, ज्याचा सकारात्मक परिणाम केस आणि त्वचेवर दिसून येतो.

अर्धवट कापलेल्या भाज्या ताज्या ठेवण्यासाठी सोपे उपाय

स्वयंपाकघरातील सर्वात मोठी समस्या म्हणजे अर्धवट वापरलेल्या भाज्या पुन्हा ताज्या ठेवणे. अनेकदा एखादी भाजी पूर्ण वापरली जात नाही आणि उरलेला भाग फ्रिजमध्ये ठेवला जातो. मात्र योग्य पद्धतीने साठवणूक न केल्यास या भाज्या काही तासांतच मऊ पडतात, रंग बदलतो किंवा त्या खराब होऊ लागतात. त्यामुळे घरगुती खर्च वाढतो आणि अन्नाची नासाडीही होते. विशेषज्ञांच्या मते, अर्धवट कापलेल्या भाज्यांची योग्य पद्धतीने साठवणूक केल्यास त्या अधिक काळ ताज्या ठेवता येऊ शकतात. अनेक घरांमध्ये भाज्या कापल्यानंतर त्या थेट प्लेटमध्ये किंवा उघड्या अवस्थेत फ्रिजमध्ये ठेवल्या जातात. मात्र ही पद्धत चुकीची ठरू शकते, कारण त्यामुळे भाज्यांमधील नैसर्गिक ओलावा कमी होतो आणि त्यांची गुणवत्ता घटते. घरातील दैनंदिन जीवनात गाजर, काकडी, भोपळी मिरची, दोडका, कोबी यांसारख्या भाज्या वारंवार अर्धवट वापरल्या जातात.

अशावेळी योग्य स्टोरेज पद्धतींचा वापर केल्यास त्या दुसऱ्या दिवशीही वापरण्यास योग्य राहू शकतात. तज्ज्ञ सांगतात की भाज्या खराब होण्यामागे मुख्य कारण म्हणजे बाहेरील अतिरिक्त ओलावा किंवा उलटपक्षी, भाज्यांमधील आवश्यक आर्द्रता निघून जाणे. या दोन्ही परिस्थितींमध्ये भाज्यांची गुणवत्ता कमी होते. त्यामुळे हवाबंद साठवणूक हा सर्वात महत्त्वाचा भाग मानला जातो. अर्धवट कापलेल्या भाज्यांसाठी झिपलॉक पिशव्यांचा वापर हा सर्वात प्रभावी उपाय मानला जातो. या पिशव्या बाहेरील हवा आणि अतिरिक्त ओलावा आत जाण्यापासून रोखतात. त्यामुळे भाज्यांमधील पाण्याचे प्रमाण टिकून राहते आणि त्या अधिक काळ ताज्या राहतात. फक्त पिशवी वापरणे पुरेसे नसून ती व्यवस्थित बंद असणे देखील आवश्यक आहे. पिशवीत जास्त हवा राहिल्यास भाज्या लवकर खराब होऊ शकतात. म्हणून भाज्या ठेवताना शक्य तितकी हवा बाहेर काढणे गरजेचे ठरते. जास्त पाण्याचे प्रमाण असलेल्या भाज्यांसाठी अतिरिक्त काळजी घेणे आवश्यक असते. उदाहरणार्थ, काकडी किंवा दोडका यांसारख्या भाज्या कापल्यानंतर लगेचच कोरड्या पडण्याची शक्यता असते. अशा वेळी पेपर टॉवेलमध्ये गुंडाळून नंतर डब्यात ठेवणे फायदेशीर मानले जाते. पेपर टॉवेल बाहेरील अतिरिक्त आर्द्रता शोषून घेतो आणि भाज्यांवर अतिरिक्त ओलावा साचू देत नाही. त्यामुळे बुरशी निर्माण होण्याची शक्यता कमी होते आणि भाज्यांचा पोत टिकून राहतो. अनेक घरांमध्ये फ्रिजमध्ये भाज्या ठेवताना एकाच डब्यात विविध भाज्या ठेवण्याची सवय असते. मात्र हे टाळणे महत्त्वाचे आहे. कारण काही भाज्या अधिक ओलावा सोडतात तर काही कमी. यामुळे खराब होण्याची प्रक्रिया वेगाने सुरू होऊ शकते. तज्ज्ञांच्या मते, लिंबाचा रस हा नैसर्गिक संरक्षक म्हणून देखील उपयोगी ठरू शकतो. काही भाज्या किंवा फळे कापल्यानंतर लगेच तपकिरी होऊ लागतात. अशावेळी थोडासा लिंबाचा रस वापरल्यास रंग बदलण्याची प्रक्रिया मंदावते. लिंबामध्ये असलेले सायट्रिक ॲसिड ऑक्सिडेशन कमी करण्यास मदत करते. त्यामुळे बटाटा, सफरचंद किंवा अवोकाडो यांसारख्या पदार्थांमध्ये होणारा रंगबदल कमी होतो. तज्ज्ञ असेही सांगतात की फ्रिजमध्ये भाज्या ठेवताना तापमान योग्य ठेवणे महत्त्वाचे असते. अत्यंत कमी तापमानामुळे काही भाज्या मऊ पडू शकतात, तर जास्त तापमानामुळे खराब होण्याचा वेग वाढतो. भाज्या ठेवण्यापूर्वी त्यांना धुवावे की नाही याबाबत अनेक लोक संभ्रमात असतात. अनेक खाद्यतज्ज्ञांच्या मते, भाज्या वापरण्यापूर्वी धुणे अधिक योग्य ठरते.

'हलाल टॅक्स' हा हिंदूंच्या खिशातून वसूल केला जाणारा 'जिझिया करच'!

श्री. रमेश शिंदे, राष्ट्रीय प्रवक्ते, हिंदु जनजागृती समिती

भारतीय अर्थव्यवस्थेला खिळखिळी करणारी 'हलाल अर्थव्यवस्था' मोडून काढणे आवश्यक !

कोल्हापूर : कोल्हापूर जिल्हा सहकारी दूध उत्पादक संघ म्हणजेच 'गोकुळ'ने 'हलाल' प्रमाणपत्र घेतल्याचे समोर आले आहे. 'हलाल'प्रमाणपत्र देणारी 'जमियत उलेमा हिंद' ही संघटना ७०० हून अधिक आतंकवाद्यांचे खटले लढवते आणि हा पैसा जे प्रमाणपत्र घेतात त्यांच्या माध्यमातून गोळा करत आहे. सामान्य शेतकऱ्याला अंधारात ठेवून 'गोकुळ'चा पैसा ह्यहलाल'साठी वापरणे ही लाखो शेतकऱ्यांची फसवणूकच आहे ! वर्ष २०१३ मध्ये चालू झालेली हलाल अर्थव्यवस्था आज जागतिक स्तरावर २.१ अमेरिकन ट्रिलियन डॉलर्सपर्यंत (१७९.६ लाख कोटी रुपये) पोचली आहे. हिंदूंच्या खिशातून वसूल केला जाणारा 'हलाल टॅक्स' हा प्रत्यक्षात हिंदूंसाठी 'जिझिया कर'च आहे. भारतीय अर्थव्यवस्थेला खिळखिळी

करणारी 'हलाल अर्थव्यवस्था' मोडून काढणे आवश्यक असून त्यासाठी भारत देश 'हलाल'मुक्त झाला पाहिजे, असे ठाम प्रतिपादन हिंदु जनजागृती समितीचे राष्ट्रीय प्रवक्ते श्री. रमेश शिंदे यांनी केले. ते कोल्हापूर येथील पत्रकार परिषदेत बोलत होते. या प्रसंगी 'हिंदू एकता आंदोलना'चे श्री. गजानन गुरव, 'महाराजा प्रतिष्ठान'चे संस्थापक श्री. निरंजन शिंदे, 'मराठा तितुका मेळवावा'चे श्री. योगेश केरकर, शिवसेना उद्धव बाळासाहेब ठाकरे पक्षाचे उपजिल्हाप्रमुख श्री. संभाजीराव भोकरे, हिंदु जनजागृती समितीचे श्री. शिवानंद स्वामी, शिवसेनेचे उपजिल्हाप्रमुख श्री. किशोर घाटगे, महाराष्ट्र मंदिर महासंघाचे श्री. अशोक गुरव उपस्थित होते.

या वेळी श्री. रमेश शिंदे म्हणाले की, महाराष्ट्र राज्य हे देशातील ५ व्या क्रमांकाचे दूध उत्पादक राज्य आहे. राज्यात होणाऱ्या एकूण उत्पन्नाच्या २.५ दशलक्ष लिटर दुधाची कमतरता आपल्याला असून अशा स्थितीत आपल्याला दूध निर्यात करण्याची आवश्यकताच काय ? जगातील १९२ देशांनी जर 'भारतीय अन्न सुरक्षा आणि मानके प्राधिकरण' ला मान्यता दिली आहे, तर भारतात मात्र धर्मावर आधारीत 'हलाल' प्रमाणपत्राला आपण मान्यता का देतो ? 'भारतीय अन्न सुरक्षा आणि मानके प्राधिकरण'ने जे एखाद्या पदार्थाच्या सर्व चाचण्या केल्यावर 'यात मांसाशी संबंधित कोणतेही पदार्थ नाही', असे सांगितले, तर त्यांच्यावर विश्‍वास न ठेवता आणखी एका 'हलाल' प्रमाणपत्राची आवश्यकता काय ?

प्रारंभी केवळ 'मांसापुरती' मर्यादित असलेले 'हलाल प्रमाणपत्र' दूध, तुलसी अर्क, साखर, 'डेटिंग ॲप', निवासी संकुल, शेअर बाजार यांपासून आज बहुतांश प्रत्येक जीवनोपयोगी उत्पादन 'हलाल प्रमाणित' आहे. हिंदू घेत असलेली जवळपास प्रत्येक वस्तू 'हलाल'असून हिंदूंच्या खिशातून जाणारा पैसा हा 'हलाल'साठी खर्च केला जातो. 'हलाल'मध्ये केवळ मुसलमानांच्या धार्मिकतेचा विचार केला असून यात हिंदूंसाठी पवित्र असलेली गोमातेच्या संदर्भातील कोणतेही उत्पादन वापरले जाणार नाही याची कोणतीही खात्री देत नाही, असेही श्री. शिंदे यांनी या वेळी सांगितले.

माहिती अधिकार कायद्याची हत्या थांबवा; वकिलांचा सरकारविरोधात एल्गार

मुंबई : माहितीचा अधिकार कायदा जनहिता विरुद्ध केलेल्या नियमावलीच्या विरुद्ध वकील संघटनेने आंदोलन करून निवेदन देण्याची ही राज्यातील पहिलीच घटना आहे. कोर्टात उपस्थित असलेल्या २९३ वकिलांचे सह्यांचे निवेदन मुख्यमंत्र्यांना पाठवण्यात आले. महाराष्ट्र शासनाने नुकतेच लागू केलेल्या महाराष्ट्र माहितीचा अधिकार नियम, २०२६ मधील नागरिकविरोधी तरतुदींविरोधात आता वकिलांनीही उघडपणे आवाज उठविला आहे. अहिल्यानगर बार असोसिएशनच्या शेकडो वकिलांनी एकत्र येत मुख्यमंत्री यांना निवेदन जिल्हाधिकारी अहिल्यानगर यांच्यामार्फत पाठवून संबंधित नियम तात्काळ मागे घेण्याची मागणी केली आहे.वकिलांनी दिलेल्या निवेदनात नमूद करण्यात आले आहे की, माहितीचा अधिकार अधिनियम हा सामान्य नागरिकांना शासनाला जबाबदार धरण्याचे सर्वात प्रभावी साधन आहे. मात्र नव्या नियमांमुळे हा कायदा अधिक गुंतागुंतीचा, खर्चिक आणि सर्वसामान्य नागरिकांच्या आवाक्याबाहेर जाण्याचा धोका निर्माण झाला आहे.

विशेषतः अपील किंवा तक्रारीच्या सुनावणीवेळी वकिलांची मदत घेण्यास मनाई करणारी नियम २०(३) मधील तरतूद ही अत्यंत धक्कादायक असून न्यायप्रवेशाच्या मूलभूत अधिकारावर आघात करणारी असल्याचा आरोप निवेदनात करण्यात आला आहे. कायद्याचे गुंतागुंतीचे प्रश्न असताना नागरिकांना त्यांच्या पसंतीच्या वकिलांची मदत नाकारली जाणे हे लोकशाही मूल्यांना धरून नसल्याचे वकिलांनी स्पष्ट केले आहे.

याशिवाय अर्जदाराकडून ओळखपत्र मागणे, माहिती मागण्यामागील कारण विचारणे, पुनरावृत्ती अर्जांवर निर्बंध घालणे आणि विविध शुल्कांमध्ये मोठी वाढ करणे या तरतुदी माहितीच्या अधिकाराच्या मूळ उद्देशालाच हरताळ फासणाऱ्या असल्याचे

निवेदनात म्हटले आहे.

'माहितीचा अधिकार हा शासनाची कृपा नसून नागरिकांचा कायदेशीर अधिकार आहे. या अधिकारावर निर्बंध आणण्याचा कोणताही प्रयत्न स्वीकारला जाणार नाही,' अशी ठाम भूमिका निवेदनाद्वारे मांडण्यात आली आहे.

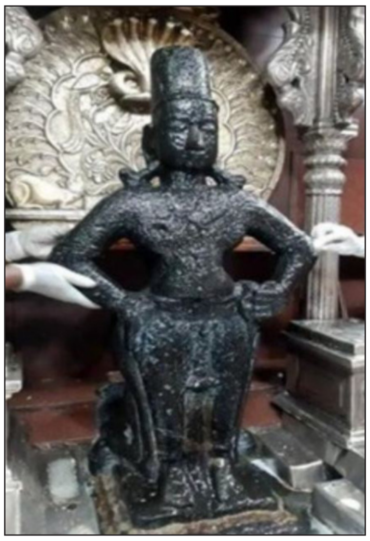
वकिलांनी शासनाकडे संबंधित नियम तात्काळ स्थगित करून राज्यातील वकील संघटना, माहिती अधिकार कार्यकर्ते, पत्रकार आणि नागरिक प्रतिनिधी यांच्याशी चर्चा करून नव्याने नियम तयार करण्याची मागणी केली आहे.

अहिल्यानगर जिल्ह्यातील शेकडो वकिलांच्या स्वाक्षऱ्यांसह सादर करण्यात आलेले हे निवेदन राज्यभरातील वकील आणि माहिती अधिकार कार्यकर्त्यांमध्ये चर्चेचा विषय ठरत असून, आगामी काळात या प्रश्नावर व्यापक जनआंदोलन उभे राहण्याची शक्यता व्यक्त केली जात आहे.

अहमदनगर बार असोसिएशनच्या वकिलांनी अहिल्यानगरचे जिल्हाधिकारी डॉ पंकज अशिया यांना निवेदन देण्यात आले यावेळेस अहमदनगर बार असोसिएशनचे अध्यक्ष अँड कृष्णा झावरे, अँड. शाम आसावा, अँड. संतोष भोसे अँड युवराज पाटील, अँड संजय सुंबे, अँड शिवाजीराव सांगळे, अँड प्रांजल मुनोत गांधी, अँड. गौरव दांगट अँड. मीखायल शिंदे अँड. ज्ञानेश्वर कर्डिले अँड.बाबासाहेब रणसिंग अँड.विजय भापकर,अँड. सुरेश भोर अँड.रणजीत गोरे अँड. सचिन बाबरअँड अँड सुरेश लगड, अँड सोमेश पालीवाल, यांनी सर्वांच्या वतीने निवेदन दिले.

श्री विठ्ठलमूर्ती संवर्धनासाठी रासायनिक लेपनाला विरोधच, धर्मशास्त्रानुसार लेपन करा ! - महाराष्ट्र मंदिर महासंघ

मुंबई : महाराष्ट्राचे आराध्य दैवत असलेल्या पंढरपूर येथील श्री विठ्ठलमूर्तीची झीज रोखण्यासाठी पुरातत्त्व विभागाकडून पुन्हा एकदा रासायनिक लेपन किंवा स्टोन पावडर पद्धतीचा घाट घातला जात आहे. यापूर्वी कोरोना काळात केलेले रासायनिक लेपन ८ ते १० वर्षे टिकेल असा दावा करण्यात आला होता, मात्र अवघ्या ४-५ वर्षांतच मूर्तीला पुन्हा लेपनाची आवश्यकता भासल्याने ही प्रक्रिया सदोष असल्याचे सिद्ध झाले आहे. कृत्रिम रसायनांमुळे पाषाणाचे नैसर्गिक श्‍वसन रोखले जाऊन मूर्ती आतून ठिसूळ होण्याचा धोका असतो. त्यामुळे अशा रासायनिक आणि विघातक प्रक्रियांना तातडीने स्थगिती देऊन वारकरी संत-महंत, जाणकार यांचे मार्गदर्शन घेऊन धर्मशास्त्रानुसार लेपन करावे, अन्यथा तीव्र जनक्षोभाला सामोरे जावे लागेल, असा इशारा महाराष्ट्र मंदिर महासंघाचे राष्ट्रीय संघटक श्री. सुनील घनवट यांनी दिला आहे. याविषयीचे निवेदन जिल्हाधिकारी, श्री विठ्ठल रुक्मिणी मंदिर समितीचे सहअध्यक्ष व कार्यकारी अधिकारी यांना देण्यात आले आहे.



घनवट पुढे म्हणाले की, मूर्ती संवर्धन हा केवळ भौतिक विषय नसून तो कोट्यवधी भक्तांच्या श्रद्धेशी आणि आध्यात्मिक भावनेशी जोडलेला आहे. त्यामुळे संवर्धनासाठी कृत्रिम रसायने किंवा स्टोन पावडरमधील रासायनिक बाइंडर्स वापरण्याऐवजी, प्राचीन आगम ग्रंथ आणि हिंदू धर्मशास्त्रात नमूद केलेल्या उपाययोजनांचा विचार करावा. देहू येथील जगद्गुरु तुकाराम महाराज संस्थान आणि धुळे येथील राम मंदिरात अशाच नैसर्गिक प्रक्रियांनी मूर्तींचे यशस्वी संवर्धन झाले असल्याचा दाखला देण्यात आला आहे. त्या जोडीला मूर्तीची झीज होत आहे, हे कारण पुढे करून शेकडो वर्षांची परंपरा असलेला श्री विठ्ठलाचा 'चरणस्पर्श' किंवा 'अभिषेक' यांवर कोणत्याही प्रकारची बंदी आणणे अथवा निर्बंध लादणे, हा यावरील उपाय असू शकत नाही, अशी ठाम भूमिका निवेदनात मांडण्यात आली आहे.

श्री विठ्ठल मूर्तीबाबतचा कोणताही निर्णय बंद खोलीत घाईगडबडीत न घेता, तो वारकरी संप्रदायातील संत-महंत, शंकराचार्य, मूर्तीशास्त्राचे अभ्यासक आणि आध्यात्मिक क्षेत्रातील जाणकार यांच्या मार्गदर्शनाखालीच घेण्यात यावा. हा विषय महाराष्ट्राच्या धार्मिक अस्मितेचा असल्याने प्रशासनाने सर्व आक्षेपांचे निरसन करूनच पुढील पावले उचलावीत. कोट्यवधी भाविकांच्या भावनांकडे दुर्लक्ष करून याविषयी कोणताही एकतर्फी निर्णय घेतल्यास महाराष्ट्रात तीव्र जनक्षोभ निर्माण होऊ शकतो, असा इशारा प्रशासनाला देण्यात आला आहे.

मुंबईतील आझाद मैदानात
अनधिकृत बांधकामाच्या विरोधात
जाहीर धरणे उपोषण

धारावीतील अनधिकृत २ आणि ३ माळ्याच्या बांधकामावर कारवाई करण्याची मागणी

विश्वात्मक
सामाजिक सेवा ट्रस्ट
धारावी बचाव आंदोलन
अनधिकृत बांधकाम विरोधी चळवळ

१. मुंबई महानगरपालिका प्रशासन आणि मुंबई महानगरपालिका 'जी' उत्तर विभाग यांचे अधिकारी धारावीतील अनधिकृत बांधकामावर कारवाई करत नाहीत.
२. वरिष्ठ वसाहत अधिकारी 'जी' उत्तर विभाग धारावीत मोठ्या प्रमाणात होत असलेले अनधिकृत बांधकामाला नोटीस देत नाही.
३. इस्टेट विभागाच्या जागा, अशोक मिलच्या जागा, धारावीतील व्ही.एल.टी.ची जागा येथील अनधिकृत बांधकामे आणि बीएमसी चाळीतील अनधिकृत बांधकामाला नोटिसा दिल्या जात नाही. त्यांना टाळाटाळ करण्यात येते.
४. धारावी पुनर्वसन प्रकल्प डी.आर.पी. यांचे मुख्याधिकारी, तहसीलदार आणि जिल्हाधिकारी धारावीतील अनधिकृत बांधकामावर कारवाई करत नाही ? याबाबत अनेक वेळा मुख्यमंत्री कार्यालय आणि पालिका प्रशासन संबंधित विभाग यांना माहिती देऊनही तक्रार देऊनही कारवाई करण्यात येत नाही.
५. पुनर्वसनाचे नाव सांगून अनाधिकृत बांधकाम करण्यास मुभा दिली जात आहे. मोठ्या प्रमाणात वाढणारे अतिक्रमण, अनधिकृत बांधकाम असेच वाढत राहिल्याने नव्याने तयार झालेल्या अनधिकृत बांधकामांना रीतसर करण्यात येऊ नये म्हणून प्रशासनाला विनंती.
६. कॉन्ट्रॅक्टर माफिया कमलेश वारिया, मुश्कपिक दादा आणि इतर कॉन्ट्रॅक्टर वर एमआरटीपी लावण्याची मागणी.
७. धारावी कोळीवाड्यातील अनाधिकृत बांधकामे यांच्यावरही कारवाईची मागणी.

धारावी वाचवा ! अनधिकृत बांधकाम हटवा ! न्याय मिळवा !

स्थळः आझाद मैदान, मुंबई | **दिनांकः** ८ जुलै २०२६ | **वेळः** सकाळी 11 वा.

एकच लढा धारावीचा हक्काचा !

नियम मोडणाऱ्यांवर कठोर कारवाई करा ! आमची मागणी – तात्काळ कारवाई करा !!

धारावीकर दुहेरी संकटात : डीआरपीच्या नावावर विकासकामे ठप्प

श्री. गाडेकर
हॅपिनेस ज्येष्ठ नागरिक संघाचे प्रमुख

धारावी (प्रतिनिधी): गेली २५ वर्षांपेक्षा जास्त काळ धारावी पुनर्वसन प्रकल्प - डीआरपीची चर्चा सुरू आहे. प्रत्यक्ष कारवाई मात्र अद्याप दिसत नाही. अशातच धारावीकर रहिवाशांना नित्याच्या नागरी सुविधांसाठीही झगडावे लागत आहे.

रस्ते दुरुस्ती, सांडपाणी, सार्वजनिक स्वच्छता, शौचालय, खेळाची मैदाने, धूळ प्रदूषण, अपुऱ्या नागरी सुविधा, ज्येष्ठांसाठी विरंगुळा केंद्र, समाज मंदिर सभागृह, सार्वजनिक आरोग्य केंद्रे आणि बिघडलेली वाहतूक व्यवस्था या प्रश्नांना धारावीकर रोज तोंड देत आहेत.

डीआरपीचा बागुलबुवा : नागरिक सुविधा मिळवण्यासाठी लोकप्रतिनिधी आणि प्रशासनाचा आधार लागतो.परंतु रस्त्याची डागडुजी, झोपड्यांची दुरुस्ती, प्रदूषण कमी करणे, अस्वच्छता आणि सार्वजनिक शौचालय यांसारख्या मूलभूत कामांसाठी कितीही अर्ज-विनंत्या केल्या तरी डीआरपीच्या औपचारिक परवानगीशिवाय कामे होत नाहीत.

स्थानिक लोकप्रतिनिधी आणि महानगरपालिका प्रशासन डीआरपीचे नाव आणि हरकती पुढे करत आहेत. त्यामुळे धारावीकरांची कोंडी झाली आहे.

धारावीकरांचा संतापः 'विकास हवा आहे पण अडवणूक करू नका. विकास होईल तेव्हा होईल, पण सध्या ज्या नागरी सुविधा नागरिक म्हणून मिळायला हव्यात त्या मिळवण्यासाठी कोणीही अडथळा निर्माण करू नये' अशी भूमिका धारावी नागरिक समितीचे संघटक सचिव श्री. दिलीप गाडेकर यांनी मांडली आहे.

प्रशासनाला इशाराः श्री. गाडेकर हे हॅपिनेस ज्येष्ठ नागरिक संघाचेही प्रमुख आहेत. त्यांच्या म्हणण्यानुसार, डीआरपी प्रकल्प, लोकप्रतिनिधी आणि प्रशासनाने सार्वजनिक हिताच्या प्रश्नांसाठी टोलवाटोलवी न करता धारावीकरांच्या सध्याच्या समस्या सोडविण्याकडे लक्ष द्यावे. अन्यथा लोकांमध्ये गोंधळाचे वातावरण निर्माण होऊन लोकप्रतिनिधी आणि प्रशासनावर लोकांचा रोष वाढेल.नागरी हक्कासाठी धारावीकरांना न्यायासाठी लढावे लागेल. दिलीप गाडेकर, संघटक सचिव, धारावी नागरिक समिती यांना वाटत आहे.

हे मासिक पत्र मुद्रक, प्रकाशक चंद्रशेखर लिंगय्य स्वामी द्वारा विश्वात्मक सामाजिक सेवा ट्रस्ट के लिए सोमानी प्रिंटिंग प्रेस, युनिट नं.४, ग्राउंड फ्लोर, एन.के. इंडस्ट्रीयल इस्टेट, आरे रोड, प्रवासी इंडस्ट्रीयल इस्टेट के पास,गेट नं.२, गोरेगांव (पूर्व),मुंबई-४०००६३ से मुद्रित कराकर एवं रुम नं.३, महात्मा गांधी चाल,९० फिट रोड, धारावी पोलीस स्टेशन के सामने, धारावी, मुंबई- ४०००१७ से प्रकाशित किया. संपादक : चंद्रशेखर लिंगय्या स्वामी (+91 9870687192),व्हॉट्सॲप नंबर- +91 7303557477 (RNI No.:MAHBIL/2019/79644)
मुख्य कार्यालय : गाळा क्रमांक १५, पहिला माळा,महानगरपालिका रिटेल मार्केट, वसंतराव नाईक मार्ग, ओम शिव साई हाउसिंग सोसायटी, ओमकार स्क्वेअरच्या बाजूला सायन (पूर्व) मुंबई ४०००२२.
नवी मुंबई संपर्क कार्यालयः डॉ. रीना अग्रवाल मानद संपादक - शॉप क्र.१, ट्रायटन मेडोज, सेक्टर-८, प्लॉट क्र.१४, सीसर्स आणि नॉइज सलून जवळ, सानपाडा,नवी मुंबई.
उप संपादक : गीताताई स्वामी ○ Email- vishwatmaklokswamivarta@gmail.com ○ (प्रकाशित बातम्या/लेखांशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. सर्व वाद मुंबई न्यायकक्षेत)