सबसे 'तेज' ग्लोबल महातेज...!

Postal Regd. No. JAL/443/2025-2027

ग्लोबल महातेज

https://epaper.globalmahatej.com/

RNI. NO. MAHBIL /25/A0192

वर्ष १ ले | अंक : २९७ | रविवार, दि. १९ जुलै २०२६ | पाने : ४ | अमळनेर | किंमत : ३ रुपये | Email - globalmahatej@gmail.com

रवि ज्वेलर्स
सराफ बाजार, अमळनेर.
मो. ७०७४७४२१२१

सोने-चांदी
आजचे भाव

२४ सोने ९९.५०%	₹ १४१३००
२२ सोने ९१.६०%	₹ १२९९००
१८ सोने ७५.००%	₹ १०८०००
शुद्ध चांदी ९९९%	₹ २२३०/-

भाव प्रती १० ग्रॅम

ब्रँडवर अंधविश्वास नको!

भेसळयुक्त दूध ओळखायचे कसे?

पान २ वर

लोकवर्गणी, पाणीपट्टीवरील २ टक्के व्याजाचा वाद पुन्हा पेटला!

वसुलीला कायदेशीर आधार नसल्याने ती बंद करा : ग्राहक पंचायतीची पालिकेकडे मागणी

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : येथील पालिकेकडून घेतली जाणारी लोकवर्गणी आणि पाणीपट्टीवर आकारण्यात येणारे २ टक्के व्याज या दोन्ही मुद्द्यांवर पुन्हा एकदा वाद निर्माण झाला आहे. या दोन्ही प्रकारच्या वसुलीला कायदेशीर आधार नसल्याने ती तातडीने बंद करावी, अशी मागणी अखिल भारतीय ग्राहक पंचायतीने मुख्याधिकारी गणेश शिंदे यांच्याकडे निवेदनाद्वारे करण्यात आली आहे.

याबाबतची माहिती अशी, की शुक्रवार, दि. १७ जुलै २०२६ रोजी मुख्याधिकारी शिंदे यांची भेट घेऊन ग्राहक पंचायतीच्या पदाधिकाऱ्यांनी नागरिकांच्या विविध तक्रारी मांडल्या. पालिका गेल्या अनेक वर्षांपासून नागरिकांकडून लोकवर्गणीच्या नावाखाली बेकायदेशीर आणि बळजबरीने वसुली करीत आहे. त्यामुळे या वसुलीला कोणताही कायदेशीर आधार नसल्याने ती तातडीने रद्द करावी.

पाणीपट्टीवरील २ टक्के व्याजावरही आक्षेप नोंदवत निवेदनात म्हटले आहे, की सन २०२४-२०२५ पासून पालिका आर्थिक वर्ष ३१ मार्च रोजी संपत असतानाही ३१ डिसेंबरपासूनच पाणीपट्टीच्या वार्षिक शुल्कावर २ टक्के दराने व्याज आकारत आहे. आर्थिक वर्ष पूर्ण होण्यापूर्वीच व्याज आकारणी सुरू होत असल्याने सर्वसामान्य नागरिकांवर अनावश्यक आर्थिक भार पडत असून याबाबत नागरिकांमध्ये तीव्र नाराजी असल्याचे ग्राहक पंचायतीने म्हटले आहे. त्यामुळे ही व्याज आकारणी त्वरित रद्द करण्याची मागणीही करण्यात आली आहे.

यासंदर्भात पूर्वी दिलेल्या आश्वासनांची आठवण ग्राहक पंचायतीने यापूर्वीही या विषयावर अनेकदा पाठपुरावा केला असल्याचे निवेदनात नमूद केले आहे. दि. १७ डिसेंबर २०२४, २२ एप्रिल २०२५ आणि ६ फेब्रुवारी २०२६ रोजीही पालिका प्रशासनाला निवेदने देण्यात आली होती. त्यावेळी यापुढे लोकवर्गणी आणि २ टक्के व्याज आकारणी केली जाणार नाही, असे आश्वासन प्रशासनाकडून देण्यात आले होते.

मात्र, त्यानंतरही प्रत्यक्षात कोणतीही कार्यवाही झालेली नसल्याचा आरोप ग्राहक पंचायतीने केला आहे.

यावेळी मुख्याधिकारी शिंदे यांनी निवेदन स्वीकारून या विषयावर सकारात्मक आणि योग्य निर्णय घेण्याचा प्रयत्न केला जाईल, अशी ग्वाही दिल्याचे ग्राहक पंचायतीतर्फे सांगण्यात आले. पदाधिकारी, कार्यकर्त्यांची उपस्थिती

निवेदन देतेवेळी सौ. भारतीताई अग्रवाल, सौ. कपिलाताई मुठे, मकसूद बोहरी, विजय शुक्ल, सुनील वाघ, सतीश देशमुख तसेच ज्येष्ठ पत्रकार व कवी-लेखक सुभाष पाटील घोडगावकर यांच्यासह अखिल भारतीय ग्राहक पंचायतीचे पदाधिकारी आणि कार्यकर्ते मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

अमळनेर : पालिकेकडून आकारली जाणारी लोकवर्गणी आणि पाणीपट्टीवर २ टक्के व्याज हे तातडीने बंद करावे, या मागणीचे निवेदन मुख्याधिकारी गणेश शिंदे यांना देताना अखिल भारतीय ग्राहक पंचायतीचे सौ. भारतीताई अग्रवाल, सौ. कपिलाताई मुठे, मकसूद बोहरी, विजय शुक्ल, सुनील वाघ, सतीश देशमुख तसेच ज्येष्ठ पत्रकार व कवी-लेखक सुभाष पाटील घोडगावकर व कार्यकर्ते.

आरी वर्क प्रशिक्षणाने महिला सक्षमीकरणाला मोठी चालना

सौ. जयश्रीताई पाटील : 'आधार'च्या व्यावसायिक प्रशिक्षण कार्यक्रमाची सांगता

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : येथील आधार बहुउद्देशीय संस्थेच्या स्वामिनी प्रकल्पांतर्गत महिलांच्या आर्थिक सक्षमीकरणासाठी सोळा दिवसीय ॲडव्हान्स आरी वर्क प्रशिक्षण आयोजित करण्यात आले. यात महिलांना ब्लाऊज, ड्रेस आदींवर आकर्षक आरी वर्कची कला आत्मसात करून स्वयंरोजगाराच्या संधी उपलब्ध व्हाव्यात, हा या प्रशिक्षणामागील मुख्य उद्देश होता.

या प्रशिक्षणात एकूण ३० महिलांनी उत्स्फूर्त सहभाग घेत यशस्वीरीत्या प्रशिक्षण पूर्ण केले. प्रशिक्षणादरम्यान महिलांना बेसिकपासून ॲडव्हान्सस्तरापर्यंत विविध प्रकारचे आरी वर्क, आधुनिक डिझाईन आणि व्यावसायिक पद्धतीने काम करण्याचे सविस्तर मार्गदर्शन करण्यात आले.

प्रशिक्षणाच्या सांगता समारंभात सहभागी महिलांना मान्यवरांच्या हस्ते प्रमाणपत्रांचे वितरण करण्यात आले. कार्यक्रमास प्रमुख पाहुण्या म्हणून सौ. जयश्रीताई पाटील, कांचनताई शहा, आधार संस्थेच्या अध्यक्षा डॉ. भारतीताई पाटील तसेच कार्यकारी संचालिका श्रीमती रेणूताई प्रसाद उपस्थित होत्या.

यावेळी डॉ. भारतीताई पाटील यांनी महिलांनी कौशल्याच्या बळावर आर्थिकदृष्ट्या स्वावलंबी होऊन उद्योजकतेकडे वाटचाल करण्याचे आवाहन केले. सौ. जयश्रीताई पाटील यांनी अशा प्रशिक्षणांमुळे महिला सक्षमीकरणाला मोठी चालना मिळत असून, महिलांना रोजगाराच्या नव्या संधी उपलब्ध होत असल्याचे सांगितले.

प्रशिक्षिका नयनाताई राजपूत यांनी सहभागी महिलांना बेसिक ते ॲडव्हान्स आरी वर्कचे उत्कृष्ट प्रशिक्षण दिले. श्रीमती प्रसाद यांनी महिलांनी तयार केलेल्या आरी वर्क नमुन्यांची पाहणी करून त्यांच्या कौशल्याचे कौतुक केले. कार्यक्रम यशस्वितेसाठी प्रोजेक्ट कॉर्डिनेटर मुरलीधर बिरारी, समन्वयक उर्जिताताई शिसोदे तसेच संस्थेचे कार्यकर्ते भावेश मराठे यांनी विशेष सहकार्य केले. ले व पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा दिल्या. अश्विनीताई सूर्यवंशी यांनी सूत्रसंचालन केले.

अमळनेर : येथील आधार बहुउद्देशीय संस्थेच्या स्वामिनी प्रकल्पांतर्गत आयोजित ॲडव्हान्स आरी वर्क प्रशिक्षणाच्या समारोपाप्रसंगी विविध आरी वर्कची पाहणी करताना सौ. जयश्रीताई पाटील. शेजारी संस्थेच्या अध्यक्षा डॉ. भारतीताई पाटील आदी.

गर्व से कहो स्वदेशी है हम...!
स्वदेशी ही खरिदेंगे हम...!!

स्वातंत्र्यपूर्व संग्रामातील स्वदेशीची हाक आता पुन्हा देवू या. नवरात्रोत्सवात आपण आदिमाया आदिशक्तीचा जागर करतो त्याप्रमाणेच स्वदेशीचाही जागर करूया..! सच्च्या भारतीयांवर जेव्हा-जेव्हा परकीय आक्रमण होते तेंव्हा-तेंव्हा ते प्रचंड त्वेषाने पेटून उठतात...!! आता तीच वेळ येऊन ठेपली आहे...!!! जय भारत...! जय स्वदेशी...!!

प्रताप हायस्कूलच्या ११८ व्या वर्धापनदिनी गुणवंतांचा गौरव

क्रीडा स्पर्धेतील विजेत्यांना बक्षिसे; शाळेला एक लाख रुपयांचा धनादेश

अमळनेर : येथील खानदेश शिक्षण मंडळ संचलित प्रताप हायस्कूलचा ११८ वा वर्धापन दिन उत्साहपूर्ण वातावरणात साजरा झाला. याप्रसंगी विद्यार्थ्यांसमोर मनोगत व्यक्त करताना नगराध्यक्ष डॉ. परीक्षित बाविस्कर. व्यासपीठावर डॉ. स्वातीताई बाविस्कर, शालेय शिक्षण मंडळाचे उपाध्यक्ष कमल कोचर, उपाध्यक्षा श्रीमती माधुरीताई पाटील, विश्वस्त सौ. वसुधराताई लांडगे, कार्याध्यक्ष व शाळेचे चेअरमन नीरज अग्रवाल, कार्योपाध्यक्ष जितेंद्र जैन, ज्येष्ठ संचालक हरिअण्णा वाणी, संचालक प्रदीप अग्रवाल, योगेश मुंदडे, संचालिका सौ. लीनाताई पाटील, चिटणीस पराग पाटील, सहचिटणीस विजय मांटे, प्राध्यापक प्रतिनिधी दिनेश भालकार, खा.शि.शिक्षक प्रतिनिधी राहुल पाटील, जी. एस. हायस्कूलचे मुख्याध्यापक व्ही. एम. पाटील, डी. आर. कन्या शाळेच्या मुख्याध्यापिका सौ. एस. एस. सूर्यवंशी, प्रताप महाविद्यालयाचे प्राचार्य एच. डी. जाधव, प्राथमिक शाळेच्या मुख्याध्यापिका सपनाताई शिसोदे, राणे प्राथमिकच्या मुख्याध्यापिका भारतीताई आठवले, भांडारकर प्राथमिक शाळेचे मुख्याध्यापक कैलास पाटील, प्रताप हायस्कूलचे माजी मुख्याध्यापक एस. बी. निमक, माजी नगरसेवक बाळा कदम, सामाजिक कार्यकर्ते भरत पवार व दीपक पाटील.

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : येथील खानदेश शिक्षण मंडळ संचलित प्रताप हायस्कूलचा ११८ वा वर्धापन दिन उत्साहपूर्ण वातावरणात साजरा झाला. खानदेश शिक्षण मंडळाचे अध्यक्ष विनोद अग्रवाल अध्यक्षस्थानी होते. नगराध्यक्ष डॉ. परीक्षित बाविस्कर, डॉ. स्वातीताई बाविस्कर, शालेय शिक्षण मंडळाचे उपाध्यक्ष कमल कोचर, उपाध्यक्षा श्रीमती माधुरीताई पाटील, विश्वस्त सौ. वसुधराताई लांडगे, कार्याध्यक्ष व शाळेचे चेअरमन नीरज अग्रवाल, कार्योपाध्यक्ष जितेंद्र जैन, ज्येष्ठ संचालक हरिअण्णा वाणी, संचालक प्रदीप अग्रवाल, योगेश मुंदडे, संचालिका सौ. लीनाताई पाटील, चिटणीस पराग पाटील, सहचिटणीस विजय मांटे, प्राध्यापक प्रतिनिधी दिनेश भालकार, खा.शि.शिक्षक प्रतिनिधी राहुल पाटील, जी. एस. हायस्कूलचे मुख्याध्यापक व्ही. एम. पाटील, डी. आर. कन्या शाळेच्या मुख्याध्यापिका सौ. एस. एस. सूर्यवंशी, प्रताप महाविद्यालयाचे प्राचार्य एच. डी. जाधव, प्राथमिक शाळेच्या मुख्याध्यापिका सपनाताई शिसोदे, राणे प्राथमिकच्या मुख्याध्यापिका भारतीताई आठवले, भांडारकर प्राथमिक शाळेचे मुख्याध्यापक कैलास पाटील, प्रताप हायस्कूलचे माजी मुख्याध्यापक एस. बी. निमक, माजी नगरसेवक बाळा कदम, सामाजिक कार्यकर्ते भरत पवार व दीपक पाटील प्रमुख पाहुणे होते.

स्वागत गीत व मान्यवरांच्या हस्ते दीपप्रज्वलनाने कार्यक्रमाची सुरूवात झाली. त्यानंतर शाळेचा लोगो आकाशात सोडण्यात आला. यानंतर सर्व मान्यवरांच्या हस्ते वृक्षारोपण करण्यात आले. उपस्थित मान्यवरांचे स्वागत व सत्कार करण्यात आला. शाळेच्या मुख्याध्यापिका श्रीमती एस. पी. बाविस्कर यांनी वार्षिक अहवालाचे वाचन केले. सचिन अहिरे यांनी प्रमुख पाहुण्यांचा परिचय करून दिला. यावेळी गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार करण्यात आला तसेच खानदेश शिक्षण मंडळाच्या शालेय क्रीडा स्पर्धांतील विजेत्यांना बक्षिसांचे वितरण करण्यात आले. प्रताप हायस्कूलच्या विकासासाठी विविध प्रकारे सहकार्य करणाऱ्या दात्यांचा व हितचिंतकांचाही सत्कार करण्यात आला. विद्यार्थ्यांनी देशभक्तीपर गीतांवर आकर्षक नृत्य सादर करून उपस्थितांची मने जिंकली.

यावेळी शाळेचे माजी शिक्षक प्रल्हाद बाविस्कर यांनी प्रताप हायस्कूलच्या गुणवंत विद्यार्थ्यांना बक्षीस देण्यासाठी संस्थेला एक लाख रुपयांचा धनादेश सुपूर्द केला. अध्यक्ष विनोद अग्रवाल यांनी भाषणातून संस्थेच्या प्रगतीचा आढावा घेत विद्यार्थ्यांना उज्ज्वल भविष्यासाठी शुभेच्छा दिल्या. सुहास खांजोडकर व कृष्णा कोळी यांनी सूत्रसंचालन केले. शाळेचे शिक्षक प्रतिनिधी दिनेश पालवे यांनी आभार मानले.

शिक्षक निखिल पाटील, जयश्रीताई पाटील, लक्ष्मण पाटील, विद्याताई पटेल, नम्रताताई दोरकर, सागर पवार व प्रसाद बुवा यांनी कार्यक्रम यशस्वितेसाठी शिस्त व नियोजनाची जबाबदारी पार पाडली.

संपादकीय

रेल्वेत होणारी कोट्यवधीची लूटपाट

भारताच्या रेल्वे परिवहन सेवेचे जाळे हे जगातले एकाअर्थी सर्वांत मोठे जाळे ठरते. रोज अडीच ते तीन कोटी लोकांना प्रवासाची व्यवस्था उपलब्ध करून दिली जाते. छोट्या–मोठ्या अशा पंधरा हजार रेल्वेगाड्या संपूर्ण भारतात येत–जात असतात. काही लाख किलोमीटर रेल्वे रुळांची व्यवस्था ही भारतासाठी महत्त्वपूर्ण ठरते. ही रेल्वे व्यवस्था जरी ब्रिटिशांच्या काळात आली असली, तरी तिचा भारतीय दृष्टिकोनातून विकास करण्याचे काम स्वातंत्र्यानंतर सुरू झाले. १९६० नंतर भारतीय रेल्वेच्या विकासाचे नवेनवे प्रयोग केले गेले आणि पहिल्यांदाच वातानुकुलित डब्यांच्या सोयींशिवाय प्रवाशांना अधिकाधिक सोयी दिल्या जाऊ लागल्या. २०१५ पासून रेल्वेमध्ये डिजिटल सेवांना सुरूवात झाली आणि आता तर ज्याला स्मार्ट सर्व्हिसेस म्हणता येईल म्हणजेच वंदे भारतसारख्या गाड्यांची उपलब्धता करून रेल्वे अधिक सेवाभिमुख करण्याचा प्रयत्न सुरू झालेला आहे. यातला दुर्दैवाचा भाग एवढाच आहे, की ही रेल्वे सेवा अधिक प्रभावीपणे सुरू राहण्याकरिता रेल्वे व्यवस्थापनातील गलथानपणा आणि प्रवाशांची काहीशी नकारात्मक भूमिका रेल्वेच्या विकासाला अडथळा ठरलेली आहे. सुरूवातीपासूनच रेल्वे ही सरकारी सेवा मानली गेली आणि सरकारी सेवा म्हटल्यानंतर तिचा दर्जा चांगला राहू शकत नाही, अशी ठाम समजूत करून घेतली गेली. शिवाय सरकारी सेवा ही नफा कमावणारी असू शकत नाही आणि तिचा फक्त लोकांना मनमानी पद्धतीने उपयोग करता आला पाहिजे असादेखील विचार बिंबत राहिला. परिणामी रेल्वेतल्या अस्वच्छतेपासून ते रेल्वेतल्या सामानापर्यंतची चोरी करण्यापर्यंत अनेक घटना रेल्वेसंदर्भात सातत्याने घडत असतात. रेल्वे व्यवस्थापनाचा गलथानपणा हा जसा त्याला कारणीभूत आहे त्याबरोबरच प्रवाशांकडून रेल्वेचा होणारा नकारात्मक उपयोग तितकाच दुर्दैवी ठरत आला. सर्वसामान्य माणसाला उपयुक्त ठरणारी रेल्वे सेवा व्यवस्थित ठेवण्याची जबाबदारी प्रशासन आणि प्रवासी दोघांचीही आहे.

जितक्या जास्त सुविधा रेल्वेकडून दिल्या गेल्या त्या त्या सुविधांचा गैरवापर होत असल्याचे अनेक उदाहरणांवरून पाहायला मिळते. फुकट प्रवास करणाऱ्यांची संख्या सातत्याने वाढत आहे. गेल्या काही वर्षात आधुनिक पद्धतीच्या सुविधा वंदे भारतसारख्या रेल्वेमधून दिल्या जातात किंवा अगदी वातानुकुलित गाड्यांमधून प्रवाशांना दिल्या जाणाऱ्या बेडशिटस, चादरी, कांबळे, उशी, प्रसाधनगृहांमधले नळ, यासारख्या वस्तूंची चोरी होण्याचे प्रकार वाढल्याचे आढळून आले. अलिकडेच माहितीच्या अधिकाराखाली वातानुकुलित गाड्यांमधल्या चोरीविषयी माहिती विचारली गेली होती. त्यामध्ये असे सांगितले गेले की, २०२२ ते २६ या काळात रेल्वे गाड्यांमधल्या जवळपास एक लाख २७ हजार वस्तूंची चोरी झाली आणि त्याची किंमत १०४ कोटींपर्यंत जाते. म्हणजेच लोकांना दिल्या जाणाऱ्या सुविधांची अशा पद्धतीने चोरीमारी करण्याचे प्रकार धक्कादायकच म्हणावे लागतात. शंभर कोटींच्या वस्तूंची चोरी ही रक्कम जरी रेल्वेच्या कारभारामध्ये लहानशी वाटत असली, तरी या व्यतिरिक्त रेल्वेच्या संपत्तीचे वेगवेगळ्या पद्धतीने होणारे नुकसान एक लाख कोटींपर्यंत असल्याचा अंदाज व्यक्त झालेला आहे. पंखे, लाईट रेल्वेच्या आवारांमध्ये पडलेले भंगार रेल्वेकडून पुरवल्या जाणाऱ्या पार्सलसदेखील चोरीला जातात. त्याची भरपाई रेल्वेला करावी लागते. अशा एकत्रित रेल्वे नुकसानीचा आकडा हा गेल्या चार वर्षांत एक लाख कोटींपर्यंत पोहचलेला आहे. रेल्वेने चांगली सुविधा द्यावी किंबहुना प्रवाशांच्या सगळ्या प्रकारच्या दिमतीला रेल्वे प्रशासन हजर असावे, अशी प्रवाशांची अपेक्षा असते. परंतु याच सेवासुविधांची अशा पद्धतीने लूटपाट करण्याचा मोठा फटका रेल्वेला बसतो. यामागे वेगवेगळी कारणे सांगितली जातात. परंतु या सगळ्या रेल्वे संपत्तीचे संरक्षण करण्याची जबाबदारी जितकी रेल्वे प्रशासनाची आहे तितकेच ते सर्वसामान्य माणसाचेही कर्तव्य असते. सर्वाधिक संख्येने लोक रेल्वेचा वापर करतात आणि तिथल्या गर्दीचा गैरफायदा घेण्याचा प्रयत्न समाजकंटक करतात. म्हणूनच रेल्वेच्या सामानांची किंवा सोयीसुविधांची अशा पद्धतीने लूट होत राहाते.

खरेतर रेल्वेकडे स्वतःचा पोलीस फोर्स असतो. प्रवाशांच्या संख्येच्या तुलनेत हा पोलीस फोर्स कमी पडतो हे जरी खरे असले, तरी असलेल्या पोलीस फोर्सचा पूर्ण क्षमतेने जर वापर केला तर निश्चितच ही लूटपाट कमी होऊ शकते. अनेक वर्षांपासून रेल्वे ही सार्वजनिक संपत्ती आहे आणि तिचा योग्य वापर करावा, असे आवाहन रेल्वेकडून केले गेले. परंतु त्याचा कोणताही अपेक्षित परिणाम पाहायला मिळाला नाही. रेल्वेसेवेचा सर्वसामान्य माणसाबरोबरच देशाच्या अर्थचक्रालासुद्धा मोठा लाभ झालेला आहे. कदाचित जगातली सर्वाधिक स्वस्तातली रेल्वे सेवा ही भारतात असावी आणि सर्वाधिक प्रवासी सेवादेखील भारतातच होत असावी. सरकारलादेखील या सेवेचे महत्त्व उशिराने लक्षात आलेले आहे. म्हणूनच आता रेल्वे स्थानकांच्या स्वच्छतेपासून ते अनेक प्रकारच्या डिजिटायझेशनपर्यंत ही सेवा अद्ययावत करण्याचा प्रयत्न होतो आहे. सार्वजनिक उपक्रम म्हणजेच केंद्र सरकारच्या अखत्यारित येणारा हा सर्वाधिक मोठा उपक्रम ठरतो. त्याचा अधिकाधिक सकारात्मक उपयोग उत्तम सेवा देण्यासाठीच होऊ शकतो. रेल्वे कर्मचाऱ्यांसाठीसुद्धा ही अभिमानाची बाब ठरते. काही लाखाच्या संख्येत असलेल्या रेल्वे प्रशासनाचे योगदान तितकेच महत्त्वपूर्ण ठरते. सरकारने आज अनेक सेवांचे खाजगीकरण सुरू केलेले आहे. बदलत्या काळानुसार त्याला पर्याय जरी नसला तरीसुद्धा रेल्वेसेवेच्या संवर्धनाबाबत अधिकाधिक जनजागृती होणेदेखील गरजेचे ठरते. आज प्रवासी चांगली सेवा मिळाली तर त्याबद्दल योग्य ते भाडे द्यायलाही तयार असतात. म्हणजेच रेल्वेची उत्तम सेवा ही प्रवाशांचीदेखील प्रतिष्ठा उंचावणारी सेवा ठरू शकते.

अमळनेर : येथील श्री मंगळग्रह मंदिरात शनिवार, दि. १८ जुलै रोजी आयोजित एकात्मिक बालविकास सेवा योजना (आयसीडीएस) अंतर्गत जिल्हास्तरीय कार्यशाळेत मार्गदर्शन करताना जळगाव जिल्हा कार्यक्रम अधिकारी तथा जिल्हा परिषदेचे उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी हेमंतकुमार भदाणे. व्यासपीठावर अमळनेरच्या सीडीपीओ सौ. हेमलताताई पाटील, पर्यवेक्षिका सौ. संत, श्रीमती प्रीतीताई देवरे, मंगळग्रह सेवा संस्थेचे उपाध्यक्ष एस. एन. पाटील, सचिव सुरेश बाविस्कर, विश्वस्त डी. ए. सोनवणे, मंगल सेवेकरी व्ही. व्ही. कुलकर्णी.

तणावमुक्तीतून निरोगी जीवनशैली अंगीकारा : हेमंतकुमार भदाणे

श्री मंगळग्रह मंदिरात एकात्मिक बालविकास सेवा योजनांतर्गत जिल्हास्तरीय कार्यशाळा

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : सध्याच्या धावपळीच्या काळात प्रत्येक जण तणावग्रस्त जीवन जगत आहे. त्यात आहारात विविध फास्टफूडचा मोठ्या प्रमाणात वापर होत असल्याने निरोगी जीवन जगणे असह्य बनले आहे. त्यामुळे तणावमुक्तीसाठी सकारात्मक विचार ठेवून सात्त्विक आहार घेणे अतिशय गरजेचे बनले आहे. तरच आपल्याला निरोगी जीवनशैली अंगीकारता येईल, असा सल्ला जळगाव जिल्हा कार्यक्रम अधिकारी तथा जिल्हा परिषदेचे उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी हेमंतकुमार भदाणे यांनी दिला.

येथील श्री मंगळग्रह मंदिरात शनिवार, दि. १८ जुलै रोजी आयोजित एकात्मिक बालविकास सेवा योजना (आयसीडीएस) अंतर्गत जिल्हास्तरीय कार्यशाळेत ते बोलत होते. जळगाव जिल्ह्यातील विविध तालुक्यांतील बालविकास प्रकल्प अधिकारी (सीडीपीओ), पर्यवेक्षिका तसेच महिला व बालविकास विभागातील अधिकारी यावेळी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

कार्यशाळेचे प्रमुख मार्गदर्शक श्री. भदाणे यांनी तणाव व्यवस्थापन, निरोगी जीवनशैली आणि मानसिक आरोग्य या विषयाचा उपस्थितांसमोर विविध उदाहरणांद्वारे उलगडा केला. तसेच श्री मंगळग्रह मंदिराचे धार्मिक, सामाजिक व ऐतिहासिक महत्त्व तसेच मंदिरामार्फत राबविण्यात येणाऱ्या विविध समाजोपयोगी उपक्रमांची माहितीही दिली.

मंगळग्रह संस्थेचे सहसचिव दिलीप बहिरम यांनी मनोगतात अध्यक्ष डॉ. डिगंबर महाले यांच्या नेतृत्वाखाली राबविण्यात येणारे विविध समाजोपयोगी उपक्रम तसेच श्री मंगळग्रह मंदिरातील पूजाविधींबद्दल मार्गदर्शन केले.

अमळनेरच्या सीडीपीओ सौ. हेमलताताई पाटील, पर्यवेक्षिका सौ. सुजाताताई चौधरी, सौ. भाग्यश्रीताई पाटील, श्रीमती प्रीतीताई देवरे तसेच त्यांच्या संपूर्ण सहकाऱ्यांचा श्री. भदाणे यांच्या हस्ते याप्रसंगी सत्कार करण्यात आला. सौ. वर्षा भदाणे यांच्यासह पाचोऱ्याच्या 'सीडीपीओ' संत मॅडम यांच्यासह जळगाव जिल्ह्यातील विविध तालुक्यांतील सीडीपीओ, पर्यवेक्षिका व महिला व बालविकास विभागातील अधिकारी उपस्थित होते. तसेच मंगळग्रह सेवा संस्थेचे उपाध्यक्ष एस. एन. पाटील, सचिव सुरेश बाविस्कर, विश्वस्त डी. ए. सोनवणे, मंगल सेवेकरी आर. टी. पाटील, व्ही. व्ही. कुलकर्णी, नंदू कुलकर्णी आदी उपस्थित होते. मंगळग्रह सेवा संस्थेचे जनसंपर्क अधिकारी शरद कुलकर्णी यांनी सूत्रसंचालन केले. सौ. देवरे यांनी आभार मानले.

पिंगळवाडेत बिबट्याचा धुमाकूळ

पारडू फस्त; शेतकऱ्यांत भीतीचे वातावरण

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अमळनेर : तालुक्यातील पिंगळवाडे येथे बिबट्याने म्हशीचे पारडू फस्त केले. ही घटना शनिवारी, दि. १८ जुलै रोजी पहाटेच्या सुमारास घडली. पिंगळवाडे येथील विलास पाटील या शेतकऱ्याचे गावाबाहेरील शेतात खळे आहे. तेथेच त्यांची जनावरे बांधलेली असतात. शनिवारी सकाळी त्यांना एक ते दीड वर्षाचे पारडू अर्धवट खाल्लेले दिसून आले. दोन दिवसांपूर्वी देखील एक रानडुकर खाल्लेले आढळून आले होते.

यासंदर्भात माहिती मिळाल्यावरून शीतल देशमुख यांनी वनपाल गुलाब पिंजारी यांना कळविले. त्यानंतर त्यांनी पशुवैद्यकीय अधिकारी डॉ. संजय वाठोळे, पोलीसपाटील गजेंद्र पाटील यांनी घटनास्थळी भेट देऊन पंचनामा केला. मृत जनावराचे विच्छेदन करून तेथेच अंत्यसंस्कार करण्यात आले. त्या ठिकाणी पुसटसा बिबट्याच्या पावलांचा ठसा दिसून आल्याने पारडूवर बिबट्यानेच हल्ला केल्याचे स्पष्ट झाले.

शेतकऱ्यांनी शेतशिवारात गटाने जावे

पिंगळवाडे परिसर नदीकाळच्या जंगलाचा असल्याने शेतकऱ्यांनी शेतात जाताना गटागटाने जावे, आपली जनावरे गावात बंदिस्त जागी बांधावेत आणि बिबट्याला पळविण्यासाठी फटाक्यांचे आवाज करावेत. पत्र्याचे डबे वाजवावेत, असे आवाहन अमळनेरचे वनपाल गुलाब पिंजारी यांनी केले आहे.

ब्रँडवर अंधविश्वास नको! भेसळयुक्त दूध ओळखायचे कसे?

तुकाराम मुंढेंनी सांगितल्या प्रत्येकाने लक्षात ठेवाव्यात अशा गोष्टी

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

दुधातील भेसळीबाबत 'एफडीए'चे आयुक्त तुकाराम मुंढे यांनी मोठे दावे केले आहेत. त्यांनी सिंथेटिक दूध कसे तयार होते, त्यात काय मिसळले जाते आणि ग्राहकांनी दूध घेताना कोणती काळजी घ्यावी, याबाबतची सविस्तर माहिती दिली आहे. मुंढे म्हणाले, की काही ठिकाणी पाम ऑईल, स्किम्ड मिल्क पावडर आणि विविध रसायनांचे मिश्रण करून दूध तयार केले जाते. गाईचे दूध तयार करण्यासाठी सुमारे १५ रुपये, तर म्हशीचे दूध तयार करण्यासाठी ३० रुपये खर्च येतो. याहून धक्कादायक म्हणजे काही कारवायांमध्ये शाम्पू, साबण आणि डिटर्जंटचाही वापर आढळला. हे दूध नसून पूर्णपणे कृत्रिम आणि बेकायदेशीर उत्पादन असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

डेअरींचीही तितकीच जबाबदारी

शेतकऱ्याकडून दूध घेताना त्याची तपासणी करणे प्रत्येक डेअरी आणि दूध संकलन केंद्रासाठी बंधनकारक आहे, असे मुंढे म्हणाले. दूध निकृष्ट किंवा असुरक्षित असेल, तर ते स्वीकारूच नये. मोठ्या डेअरी प्लांटनेही टँकरमधील दुधाची तपासणी करूनच ते स्वीकारायला हवे. ही कायदेशीर जबाबदारी आहे, असे त्यांनी सांगितले.

ब्रँडवर आंधळा विश्वास नको

ब्रँडेड दूध म्हणजे ते शुद्धच असेल, असे नाही, असे मुंढे म्हणाले. दूध घेताना पॅकेटवरील फॅट, एसएनएफ, घटक, पॅकिंग आणि एक्सपायरी डेट नक्की तपासा, असा सल्ला त्यांनी दिला. दुधावर जास्त साय आली म्हणजे ते चांगले असतेच, हा गैरसमज आहे. काही वेळा युरियामुळेही जास्त साय येऊ शकते, असा दावा त्यांनी केला. त्यांनी एका वृत्तवाहिनीशी बोलताना हे सगळे दावे केले आहेत.

महाराष्ट्रातील ३२ टक्के नमुने निकृष्ट

तुकाराम मुंढे यांच्या मते नॅशनल सॅम्पल सर्व्हेच्या आकडेवारीनुसार महाराष्ट्रातील जवळपास ३२ टक्के दुधाचे नमुने निकृष्ट किंवा असुरक्षित आढळले आहेत. एफडीएच्या कारवाईनंतर अनेक अवैध डेअरी आणि कलेक्शन सेंटर्स बंद झाली आहेत. लोकांच्या आरोग्याशी खेळ करणाऱ्यांविरोधात कायद्यात थेट जन्मठेपेचीही तरतूद असून अशा प्रकरणांमध्ये गुन्हे दाखल केले जात आहेत, असेही त्यांनी स्पष्ट केले.

लॉर्डस् वन डे नहीं होगा रोहित का आखिरी?

हिटमैन के संन्यास की अटकलों पर 'बीसीसीआई'ने तोड़ी चुप्पी

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

भारतीय क्रिकेट टीम के पूर्व कप्तान रोहित शर्मा के अंतरराष्ट्रीय भविष्य को लेकर चल रही चर्चाओं के बीच भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) ने स्थिति पूरी तरह स्पष्ट कर दी है। बोर्ड के सचिव देवजीत सैकिया ने उन सभी अटकलों को खारिज कर दिया है, जिनमें कहा जा रहा था कि इंग्लैंड के खिलाफ रविवार, १९ जुलाई २०२६ को लॉर्ड्स में खेला जाने वाला तीसरा वनडे रोहित शर्मा के करियर का आखिरी अंतरराष्ट्रीय मुकाबला हो सकता है।

बीसीसीआई सचिव ने क्या कहा?

एक खास बातचीत में देवजीत सैकिया ने कहा, 'मीडिया में रोहित शर्मा के भविष्य को लेकर काफी अटकलें लगाई जा रही हैं। मैं पूरी दृढ़ता के साथ कहना चाहता हूं कि ऐसी कोई चर्चा नहीं हुई है कि रोहित रविवार को लॉर्डस् में अपना आखिरी मैच खेलेंगे। रोहित भारतीय वन डे टीम के नियमित सदस्य हैं और जब तक वह टीम की योजनाओं का हिस्सा रहेंगे, तब तक देश का प्रतिनिधित्व करते रहेंगे। दूसरे शब्दों में कहें तो लॉर्ड्स वनडे उनका आखिरी मैच नहीं होगा।'

क्यों शुरू हुई थीं संन्यास की चर्चाएं?

हाल के दिनों में कई मीडिया रिपोर्टस् में दावा किया गया था कि भारतीय चयन समिति २०२७ वन डे विश्व कप को ध्यान में रखते हुए युवा खिलाड़ियों पर ध्यान केंद्रित करना चाहती है। ऐसे में रोहित शर्मा के भविष्य को लेकर सवाल उठने लगे थे। इन अटकलों को उनके हालिया प्रदर्शन ने भी हवा दी। इंग्लैंड के खिलाफ मौजूदा वन डे सीरीज के पहले दो मैचों में रोहित सिर्फ ११ और २६ रन ही बना सके हैं। हालांकि, रोहित शर्मा पहले ही सार्वजनिक रूप से कह चुके हैं कि उनका लक्ष्य २०२७ वनडे विश्वकप तक भारत के लिए खेलना है।

सीरीज का फैसला लॉर्डस् में

भारत और इंग्लैंड के बीच तीन मैचों की वन डे सीरीज फिलहाल १–१ की बराबरी पर है। पहला मुकाबला भारत ने जीता था, जबकि दूसरे वन डे में इंग्लैंड ने वापसी करते हुए सीरीज बराबर कर दी। अब रविवार को ऐतिहासिक लॉड्र्स क्रिकेट ग्राउंड पर खेला जाने वाला तीसरा और अंतिम वनडे सीरीज का विजेता तय करेगा। इस मुकाबले से पहले बीसीसीआई सचिव के बयान ने रोहित शर्मा के भविष्य को लेकर चल रही तमाम अटकलों पर फिलहाल विराम लगा दिया है।

रिपोर्टस् में किया गया था बड़ा दावा

इससे पहले कई मीडिया रिपोर्ट्स में दावा किया गया था कि इंग्लैंड के खिलाफ मौजूदा वनडे सीरीज के बाद भारतीय चयन समिति २०२७ वनडे विश्व कप को ध्यान में रखते हुए नई टीम तैयार करना चाहती है। रिपोर्ट्स के मुताबिक, चयनकर्ता अब युवा खिलाड़ियों को ज्यादा अवसर देने के पक्ष में हैं और इसी वजह से रोहित शर्मा भविष्य की योजनाओं का हिस्सा नहीं हो सकते। कुछ रिपोर्ट्स में यह भी कहा गया था कि चयनकर्ताओं ने मुख्य कोच गौतम गंभीर की मौजूदगी में रोहित शर्मा से उनके भविष्य को लेकर चर्चा की थी।

हालिया फॉर्म पर भी उठे सवाल

रोहित शर्मा का हालिया वन डे प्रदर्शन भी चर्चा का विषय बना हुआ है। पिछले आठ वन डे मैचों में उन्होंने २४१ रन बनाए हैं। इस दौरान उनका औसत ३०.१ और स्ट्राइक रेट ८८.६ रहा है, जबकि उनके बल्ले से सिर्फ एक अर्धशतक निकला है। कार्डिफ में खेले गए दूसरे वनडे में भी वह बड़ी पारी नहीं खेल सके और ४७ गेंदों पर २६ रन बनाकर आउट हो गए।

रोहित का करियर रहा शानदार

रोहित शर्मा भारतीय क्रिकेट के सबसे सफल सलामी बल्लेबाजों में गिने जाते हैं। उन्होंने अब तक २८६ वन डे मैचों में ११,७३१ रन बनाए हैं। इस दौरान उनके नाम कई बड़े रिकॉर्ड दर्ज हुए हैं, जिनमें वनडे क्रिकेट में तीन दोहरे शतक लगाने का अनोखा कारनामा भी शामिल है। कप्तान के रूप में उन्होंने भारत को २०२३ वन डे विश्व कप के फाइनल तक पहुंचाया, जबकि २०२५ चैंपियंस ट्रॉफी का खिताब भी अपनी कप्तानी में दिलाया। इससे पहले वह मई २०२५ में टेस्ट क्रिकेट से संन्यास ले चुके हैं।

जगातील एकमेव नदी जी दोन–तीन नव्हे, तर ११ देशांना देते जीवदान!

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

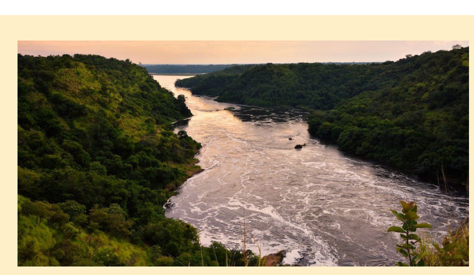
नदी ही जीवसृष्टीच नाही तर मानवी वसाहतीचे प्रमुख केंद्र आहे. जग आधुनिकतेच्या बाता मारत असले तरी अनेक शहरं, गावं ही नदीच्या सानिध्यातच वसवली गेली आहे. नदीशिवाय गावाची, शहरांची पूर्वी कल्पनाही केली जात नव्हती. नद्या या मानवी संस्कृतीचा चढता आलेख आहेत. नद्यांमुळे मानवाला शेती उमगली. सिंचन व्यवस्था, मासेमारी, पशू पालन यासाठी नदीचे खोरे उपयुक्त ठरले. जगात अनेक मोठ्या नद्या आहेत. भारतीय संस्कृतीत नद्यांना मातेचा दर्जा आहे. जगात एक अशी नदी आहे जी एक, दोन नव्हे तर ११ देशातून वाहते. तिच्या काठावर अनेक देशांच्या संस्कृती जोपासल्या गेल्या आहेत. या देशांमध्ये सीमेवरून वाद असला तरी या नदीने कधी या देशात भेदभाव केलेला नाही. कोणती आहे ही नदी?

जगातील अनेक नद्या हा दूरपर्यंतचा पल्ला गाठतात आणि वाहत समुद्रात मिसळतात. पण यातील अनेक नद्या या एक अथवा दोन, चार देशातूनच जातात. पण नाईल ही नदी अनेक देशातून वाहत जाते. नाईल ही आफ्रिका खंडातील सर्वात लांब नदी मानली जाते. ही नदी ११ देशांमधून वाहत जाते. तिचे जलक्षेत्र हे ११ देशात विस्तारलेले आहे.

नाईल नदीची लांबी जवळपास ६,६५० किलोमीटर इतकी आहे. दोन उपनद्यांनी मिळून नाईल नदी तयार झाली आहे. व्हाईट नाईल आणि ब्लू नाईल अशा या दोन उपनद्या आहेत. व्हिक्टोरिया सरोवरातून व्हाईट नाईल प्रदीर्घ प्रवास करत येते. तर इथियोपियाच्या ताना सरोवरातून ब्लू नाईलचा प्रवास सुरू होतो. या दोन्ही नद्या पुढे सुदानची राजधानी खार्तुम येथे एकमेकींमध्ये मिसळतात आणि नाईलचा विस्तीर्ण प्रवास सुरू होतो. ही नदी पुढे नाईल या नावाने अनेकांना जीवनदान देते.

कोणत्या देशातून वाहते नाईल?

रवांडा, बुरुंडी, टांझानिया, युगांडा, कांगो गणराज्य, केनिया, इथियोपिया, इरिटिया, दक्षिण सुदान, सुदान आणि इजिप्त या अकरा देशातून ही नदी वाहते. ती या भागातील प्राणीमात्रांसाठी वरदान आहे. आफ्रिकेतील अनेक भागांना पाणी पुरवठ्याचे काम नाईल नदीतूनच होते. नाईल ही आफ्रिकेसाठी दुसरी गंगा नदीच आहे. नाईलचा खरा फायदा हा इजिप्त या देशाला झाला आहे. या देशाला सुखसमृद्धी या नदीमुळेच आली आहे. येथील



ऐतिहासिक क्षणांची ही नदी साक्षीदार आहे. पिरॅमिड्स तयार होण्यापूर्वीपासून ते आतापर्यंतच्या इजिप्तचे अनेक टप्पे या नदीवरच अवलंबून असल्याचे दिसून येते. पुढे उत्तरेकडे वाहत जात नाईल नदी इजिप्तमधून पुढे भूमध्य समुद्राला मिळते. ॲमेझॉन ही जगातील सर्वात मोठी नदी आहे. तर नाईल ही सर्वात लांब नदी आहे.

हे वृत्तपत्र मुद्रक, प्रकाशक व मालक श्री. आनंद डिगंबर महाले यांनी महातेज पब्लिकेशनसाठी अविष्कार ग्राफिक्स, प्लॉट नं. 17, रामचंद्र नगर, भुसावळ रोड, जळगाव (महाराष्ट्र) 425002 येथे छापून गट नं. 160, प्लॉट नं. 51/52, सुप्रभा अपार्टमेंट, मराठा मंगल कार्यालयाजवळ, पटवारी कॉलनी, अमळनेर, जि. जळगाव (महाराष्ट्र) 425401 येथे प्रसिद्ध केले. संपादक :– आनंद डिगंबर महाले (रजि नं. MAHBIL/25/A0192), कार्यकारी संपादक श्री. भरत रघुनाथ पाटील (पी. आर. बी. कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची राहील.) या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या बातम्या व लेख यातून व्यक्त झालेल्या मतांशी संपादक व कार्यकारी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. महातेज पब्लिकेशन तथा ग्लोबल महातेज संबंधित कोणतेही वाद तथा खटले फक्त अमळनेर न्यायालयातच चालविले जातील. संपर्क : 7711004040, 7711004242, ई–मेल : globalmahatej@gmail.com

रानभाजी : करटोली

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

करटोलीही वनस्पती 'कुकरबिटेसी' म्हणजेच भोपळ्याच्या कुळातील आहे. करटोलीला जून ते ऑगस्ट महिन्यात फुले व त्यानंतर फळे तयार होतात.करटोलीच्यास्त्रीजातीच्या वेलीचे कंद औषधात वापरतात. कंद लंबगोलाकार, पिवळट पांढरे असून त्यावर गोल कंकणाकृती खुणा असतात व त्यांची रुची तुरट असते. करटोलीचे वेल कोकण, मराठवाडा, विदर्भ, पश्चिम घाट व पश्चिम महाराष्ट्र परिसरात आढळतात. कोकण, दक्षिण महाराष्ट्र आणि गुजरात या ठिकाणी करटोलीची काही प्रमाणात शेती लागवड करतात. करटोलीचे वर्षायू वेल जंगलात झुडपांवर वाढलेले आढळतात. या वेलींना जमिनीत कंद असतात. कंद बहुवर्षायू असून, औषधात वापर होतो.

खोड : नाजूक, आधाराने वर चढणारे.
पाने : साधी, एकाआड एक, रुंद, अंडाकृती, हृदयाकृती, ३ ते ५ विभागीय, ३ ते १० सेंमी लांब, ३.५ ते ९ सेंमी रुंद, कडा दातेरी, पानांच्या बेचक्यातून तयार होतात व वेलींना वर चढण्यास मदत करतात. पानांचा देठ १.२ ते ३ सें.मी. लांब.
फुले : पिवळी, नियमित, एकलिंगी. नर व मादी फुले वेगवेगळ्या वेलींवर येतात. फुले पानांच्या बगलेतून एकांडी येतात, नर फुलांच्या देठाशी मोठा छद असतो, पुष्पकोश ५ संयुक्त दलांचा, पाकळ्या ५, एकमेकांस चिकटलेल्या, पुंकेसर ५, एकमेकांस चिकटलेले. बीजांडकोश तीन कप्पी.
फळे : लंबगोलाकार, ५ ते ७ सें.मी. लांब. फळांवर नाजूक काट्यांचे आवरण. बिया अनेक. तांबड्या गरात लगडलेल्या.

औषधी उपयोग

करटोली हे डोकेदुखीवरील उत्तम औषध आहे. डोकेदुखीत पानांचा अंगरस, मिरी, रक्तचंदन आणि नारळाचा रस एकत्र करून चोळतात. रक्तार्शांत कंदाचे चूर्ण देतात. कंदाचे चूर्ण व वंगभस्म मधुमेहात देतात. डोक्याचा त्रास, मूतखडा, सर्व प्रकारची विषबाधा, हत्तीरोग या विकारांत कंदाचा वापर करतात. करटोलीचे भाजलेले कंद मूळव्याधीत रक्तस्राव थांबविण्यास आणि आतड्यांच्या तक्रारीत उपयोगी आहे. कंद कफोत्सर्जक आणि थंडी वाजून येणाऱ्या तापात उपयुक्त आहे. पाने कामोत्तेजक व कृमिनाशक असून, त्रिदोष, ताप, बद्धकोष्ठता, दमा, श्वासनलिका दाह, उचकी, मूळव्याध यात गुणकारी आहेत. करटोलीचे फळ कडू, उष्ण, संसर्गरक्षक, दीपक आणि थोडे विरेचक आहे. वात, कुष्ठरोग, मूत्रस्राव, प्रमेह व मधुमेहात करटोलीची फळे उपयुक्त आहेत. अति लाळ सुटणे, मळमळ, हृदयाचे त्रास यातही करटोली गुणकारी आहे. रक्तरोग, डोळ्यांचे रोग, धावरे या विकारांत करटोलीचा वापर करतात. वाळवलेल्या फळाचे चूर्ण किंवा फांट नाकपुडीत घातल्यास विपुल स्रावासाठी उत्तेजक आहे. कच्चे फळ भाजी म्हणून वापरतात. हे तापातून उठलेल्या रोग्यास पोषक म्हणून देतात. करटोलीच्या फळांची भाजी कारल्या सारखीच असून, पावसाळ्याच्या अखेरीस ही भाजी बाजारात काही ठिकाणी येते. ही भाजी रुचकर असून, पोट साफ होण्यासाठी, यकृतातून पित्ताचा स्राव नीट होण्यासाठी उपयुक्त आहे. मधुमेहाच्या रुग्णांनी या भाजीचे नियमित सेवन केल्यास रक्तातील साखर कमी होते, त्याच बरोबर लघवीतील शर्कराही नियंत्रित होते. ज्यांच्या मूळव्याधीतून वरचेवर रक्तस्राव होतो; वेदना, ठणका असतो, अशांसाठी ही भाजी अत्यंत हितकारक आहे. सर्दी, खोकला, ताप या पावसाळ्यातील विकारांवर करटोलीची भाजी हितावह आहे. त्वचारोग होऊ नये म्हणून ही भाजी अवश्य खावी.

पाककृती-१

साहित्य : पाव किलो हिरवी कोवळी करटुली, ओले खोबरे अर्धी वाटी, बारीक चिरलेला कांदा एक वाटी, हिंग, मोहरी, मीठ, जिरे, हळद, दोन चिरलेल्या मिरच्या, लाल तिखट, साखर, तेल इत्यादी.
कृती : करटुल्यांचे अर्धे भाग करून त्यातील बिया व गर काढून टाकावा. नंतर बटाट्याचे काप केल्याप्रमाणे करटुली चिरून घ्यावीत. पॅन मध्ये तेल गरम करून हिंग, मोहरी व थोडेसे जिरे टाकून फोडणी घालावी. त्यात चिरून घेतलेल्या हिरव्या मिरच्या टाकाव्यात. नंतर त्यात कांदा, मीठ, थोडेसे लाल तिखट व हळद घालून चांगले परतावे. चिरलेली करटुली त्यात घालून पुन्हा परतावीत. झाकण ठेवून चांगली वाफ येऊ द्यावी. नंतर झाकण काढून मंद गॅसवर पाणी न घालता ३ ते ४ मिनिटे भाजी परतावी व नंतर वरून ओले खोबरे व थोडी साखर घालावी.

पाककृती-२

साहित्य : करटुली, भिजवलेली हरभरा डाळ, तिखट, मीठ, गूळ, हिंग, जिरे धन्याची पूड, खोबरे, तेल इत्यादी.
कृती : आतील बिया काढून करटुली उभी चिरावीत. हिंगाची फोडणी करून त्यात भिजवलेली डाळ व करटुल्याच्या फोडी घालून चांगल्या परताव्यात. वाफा आल्यावर बेताचे पाणी घालून शिजू द्यावे. शिजत आल्यावर त्यात तिखट, मीठ, गूळ, जिरे-धन्याची पूड, ओले खोबरे घालून बेताचा रस राहील इतपत भाजी शिजू द्यावी. ही भाजी गोडा मसाला घालूनही रुचकर व चांगली लागते.

पाककृती-३

साहित्य : करटुली, कांदे, सोललेल्या वालाच्या डाळिंब्या, वाटून घेतलेले जिरे-लसूण, वाटलेली हिरवी मिरची, मीठ, साखर, ओले खोबरे, कोथिंबीर, हळद, तेल इत्यादी.
कृती : करटुली बिया काढून उभी चिरून घ्यावीत. कांदाही उभा चिरून घ्यावा. नंतर तेलावर मोहरी, हिंग, हळद व चिरलेला कांदा टाकावा. त्यावर वालाच्या डाळिंब्या परताव्यात. नंतर जिऱ्याची व लसणीची पेस्ट, मिरचीची पेस्ट घालून ते सर्व मिश्रण परतून घ्यावे. मग हे मिश्रण करटुली घालून परतावे आणि झाकण ठेवून त्याला वाफ येऊ द्यावी. नंतर भाजी शिजल्यावर त्यात मीठ, साखर, ओले खोबरे व कोथिंबीर टाकून ढवळावे.

पाककृती-४

साहित्य : करटुली, मीठ, तेल, तिखट इत्यादी.
कृती : करटुल्यांच्या बिया काढून टाकाव्यात व त्याच्या बारीक, पातळ, गोल चकत्या कापून घ्याव्यात. कढईत फोडणी करून त्यात करटुल्यांच्या चकत्या घालाव्यात. त्या कुरकुरीत होईपर्यंत परताव्यात. मग त्यात मीठ घालून, पाणी निघून जाईपर्यंत परताव्यात. भाजी शिजल्यावर खाली उतरवून त्यात लाल तिखट घालावे म्हणजे तिखट जळून जाणार नाही. ही भाजी कुरकुरीत होण्यासाठी झाकण न ठेवता शिजवावी. अशा पद्धतीने करटुल्यांच्या काचऱ्या हा भाजीचा प्रकार बनविता येईल.

आराम करणे म्हणजे वेळ वाया घालवणे!

अमिताभ बच्चन यांना रिकामे बसणे का आवडत नाही? जाणून घ्या यामागचे मानसशास्त्र

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

बॉलिवूडचे महानायक अमिताभ बच्चन वयाच्या ८३ व्या वर्षीही आपल्या शिस्तबद्ध आणि सातत्यपूर्ण कामासाठी ओळखले जातात. नुकतीच त्यांनी सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्म 'एक्स' (पूर्वीचे ट्विटर) वर एक पोस्ट शेअर केली आहे. ज्याने सर्वांचे लक्ष वेधून घेतले आहे. त्यांनी आपल्या ट्रेडमार्क शैलीत लिहिले: "टी ५८०० आराम! बे काम है! दिन भर मक्खी मार' (आराम करणे म्हणजे वेळेचा अपव्यय आहे! दिवसभर माश्या मारत बसण्यासारखे आहे).

वयाच्या या टप्प्यावरही काम करत राहण्याची आणि आरामाचा कंटाळा येण्याची ही मानसिकता अनेकांसाठी आश्चर्यकारक असू शकते. 'काहीही न करता रिकामे बसणे' काही लोकांसाठी इतके कठीण का असते? याविषयी मानसोपचारतज्ज्ञ आणि लाइफ कोच डेल्ना राजेश यांनी आरोग्याच्या आणि मानसशास्त्राच्या दृष्टिकोनातून सविस्तर विश्लेषण केले आहे.

काम हा ओझे नाही, तर ऊर्जेचा स्रोत

डेल्ना राजेश यांच्या मते अमिताभ बच्चन यांच्यासाठी काम हे सुटका मिळवण्याचे साधन किवा ओझे नाही. उलट, ते त्यांच्यासाठी ओळख, चैतन्य आणि जीवनाचा अर्थ देणारा एक महत्त्वाचा स्रोत आहे. त्यांची पुढच्या पिढ्यांमधील सुसंगतता केवळ त्यांच्या प्रतिभेमुळे नाही, तर त्यांची तयारी, शिस्त, स्वतःमध्ये वेळोवेळी केलेले बदल आणि थांबण्याचा अधिकार असतानाही सतत कार्यरत राहण्याची त्यांची तयारी यामुळे आहे.

शिस्त हीच खरी ओळख

अनेक लोक काम करण्यासाठी आधी 'मोटीव्हेशन' (प्रेरणा) मिळण्याची वाट पाहतात. परंतु, जे लोक इतिहास किंवा स्वतःचा वारसा निर्माण करतात, ते प्रेरणेची वाट न बघता सतत काम करत राहतात, जोपर्यंत शिस्त हा त्यांच्या आयुष्याचा भाग बनत नाही. बरेच लोक फक्त तोपर्यंतच काम करतात जोपर्यंत ते थांबवू शकत नाहीत. मात्र, ध्येयवादी लोक सतत कार्यरत राहतात कारण 'योगदान देणे' हेच त्यांच्या जगण्याला अर्थ देते.

ध्येय आणि व्यस्तता यातील फरक

याचा अर्थ असा अजिबात नाही, की प्रत्येकाने एकाच गतीने धावले पाहिजे किंवा व्यावसायिक यशावरूनच स्वतःचे ध्येय ठरवले पाहिजे. ध्येय हे कुटुंबाचा सांभाळ करणे, समाजाची सेवा करणे, कला जोपासणे, शिकवणे किंवा काहीतरी मौल्यवान निर्माण करणे यातही असू शकते. महत्त्वाची गोष्ट सतत 'व्यस्त' राहणे नसून, आयुष्याशी सतत जोडलेले राहणे ही आहे.

आरामाची खरी व्याख्या काय?

शरीराला जेव्हा गरज असेल तेव्हा नक्कीच विश्रांती घ्या. जेव्हा मनाला शांततेची गरज असेल तेव्हा थांबा आणि ऊर्जेची कमतरता भासेल तेव्हा रिकव्हर व्हा. परंतु, केवळ 'आराम' आणि 'वैभवाचे आयुष्य' हेच जीवनाचे सर्वोच्च ध्येय बनू देऊ नका. खरे दुःख हे नाही की एखाद्याने खूप कष्ट केले; तर खरे दुःख हे आहे की एखाद्याकडे क्षमता, संधी, बुद्धिमत्ता आणि सुप्त गुण असूनही त्याने अर्थपूर्ण योगदानाऐवजी कायमस्वरूपी आरामाची निवड केली.

वय वाढले तरी मन तरुण ठेवण्याचे गमक

अमिताभ बच्चन यांचे आयुष्य आपल्याला आठवण करून देते, की वाढत्या वयासोबत जीवन जगण्याचा उद्देश संपत नाही. अनेकदा, हा उद्देशच माणसाला आतून तरुण ठेवतो. वाढत्या वयानुसार शरीर कदाचित संथ गतीने चालेल, परंतु मन सतत नवीन गोष्टी शिकू शकते, हृदय इतरांची काळजी घेऊ शकते आणि तुमचे काम जगासाठी महत्त्वाचे ठरू शकते. यश, कौतुक आणि प्रसिद्धी मिळाल्यानंतरही सतत कार्यरत राहण्याची मानसिकता असणे हीच निरोगी मानसिकतेची गुरुकिल्ली आहे.

कुंडीत वाढणारी फळझाडे कोणती?

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

अनेक फळझाडे आता घराच्या गच्चीवर, बाल्कनीत किंवा अंगणात कमी जागा असतानाही कुंडीत यशस्वीपणे वाढवता येतात.

कलमी किंवा लहान आकाराची झाडे

अनेक 'कलमी' किंवा 'ड्वार्फ' (लहान आकाराच्या) फळझाडांच्या जाती घरी लावता येतात.

लिंबू

कुंडीत लावण्यासाठी लिंबू हे सर्वोत्तम फळझाड असून 'बारामासी लिंबू' किंवा 'कागदी लिंबू' या कलमी जाती कुंडीसाठी उत्तम ठरतात.

पेरू

कुंडीत लावलेल्या कलमी पेरूच्या झाडाला एका वर्षाच्या आतच पेरू लागण्यास सुरूवात होते. 'थाई पेरू' किंवा 'व्हीएनआर पेरू' या जाती कुंडीत वाढतात.

अंजीर

अंजीराची मुळे जमिनीत जास्त पसरत नसल्याने कुंडीत लावता येते. 'पुणेरी अंजीर' ही जात कुंडीत लावण्यासाठी लोकप्रिय आहे.

डाळिंब

डाळिंबाचे झाड झुडूप प्रकारात मोडत असल्याने कुंडीत लावता येते. 'भगवा' किंवा 'गणेश' या डाळिंबाच्या जाती कुंडीत लावण्यासाठी उत्तम आहेत.

चिकू

चिकूचे कलमी झाड कुंडीत वाढते. 'कालीपत्ती' किंवा 'क्रिकेट बॉल' या चिकूच्या जाती कुंडीत चांगल्या वाढतात.

ड्रॅगन फ्रूट

ड्रॅगन फ्रूटला वाळवंटी भागातील झाड असल्याने खूप कमी पाणी लागते. कुंडीसाठी लाल किंवा पांढऱ्या गर्भाचे ड्रॅगन फ्रूटचे कलम योग्य राहते. वेलीसारखे हे झाड असल्याने त्याला आधार द्यावा लागतो.

आवळा

आवळ्याच्या कुंडीत लावण्यासाठी खास बुटक्या जाती उपलब्ध आहेत. कुंडीत लावण्यासाठी आवळ्याची 'क्रश' किंवा 'एनए-७' ही जातच घ्या.

कुंडी

दरम्यान, फळझाडे लावण्यासाठी अगदीच छोटी कुंडी घेऊ नका. किमान १८-२४ इंचाची कुंडी तरी वापरा.

कोल्हापूरपासून फक्त २१ किलोमीटरवर निसर्गरम्य ठिकाण, जे पाहून भारावून जाणार.

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

आज आपण तुम्हाला महाराष्ट्रातील एक अत्यंत सुंदर आणि प्रसिद्ध हिल स्टेशन दाखविणार आहोत. हे ठिकाण पन्हाळा हिल स्टेशन म्हणून ओळखले जाते. महाराष्ट्रातील अत्यंत लोकप्रिय स्थळ आहे. पन्हाळा हिल स्टेशन कोल्हापूरपासून फक्त २१ किलोमीटर अंतरावर स्थित आहे. हे हिल स्टेशन समुद्रसपाटीपासून सुमारे ३२०० फूट उंचीवर वसलेले आहे. जर तुम्ही हिल स्टेशनला भेट देणार असाल, तर हे ठिकाण नक्कीच सुंदर आहे. तेथील नैसर्गिक वातावरण पाहून तुम्हाला त्याचे सौंदर्य आणि शांती अनुभवायला मिळते.

मराठी शाळेतून शिक्षण, घरबसल्या अभ्यास

छत्रपती संभाजीनगरच्या प्रतीक कुशारेने 'आयएफएस'मध्ये मारली बाजी!

सक्सेस स्टोरी

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

लहानपणापासून पर्यावरण, निसर्ग संवर्धनाची आवड. आणि त्यातून 'भारतीय वन सेवेत' (आयएफएस) जाण्याचे निश्चित केलेले ध्येय घेऊन त्याने तयारी केली. आणि केंद्रीय लोकसेवा आयोगाच्या (यूपीएससी) 'भारतीय वन सेवा' (आयएफएस) परीक्षेत १४८ जणांच्या यादीत शंभरावा क्रमांक पटकवून राष्ट्रीय पातळीवर यशाची मोहर उमटविली. ही यशोगाथा आहे, छत्रपती संभाजीनगरच्या प्रतीक चंद्रशेखर कुशारेची. शिकवणी न लावता स्वयं अध्ययनाच्या बळावर त्याने यशाला गवसणी घातली आहे. मराठी माध्यमातून शालेय शिक्षण झाल्याचे तो अभिमानाने सांगतो.

केंद्रीय लोकसेवा आयोगाच्या वतीने घेण्यात आलेल्या 'भारतीय वन सेवा-२०२५'ची अंतिम निवड यादी नुकतीच जाहीर झाली. देशपातळीवर १४८ जणांची निवड करण्यात आली. यात छत्रपती संभाजीनगरच्या प्रतीकने यशाला गवसणी घातली. प्रतीकचा यादीत शंभरावा क्रमांक आहे. राज्यातील वीसपेक्षा अधिक विद्यार्थी यादीत असल्याचे सांगण्यात येते. २५ मे २०२५ रोजी प्रिलिम्स झाली होती. यानंतर मेन्स १६ ते २३ नोव्हेंबर दरम्यान मेन्स, तर ६ एप्रिल ते १५ एप्रिल दरम्यान मुलाखतीचा टप्पा पार झाला आणि नुकतीच अंतिम यादी जाहीर झाली.

प्रतीकचे शालेय शिक्षण सरस्वती भुवन विद्यालयातून मराठी माध्यमातून झाले. यानंतर शासकीय तंत्रनिकेतनमधून पदविका, जवाहरलाल नेहरू अभियांत्रिकी महाविद्यालयातून पदवी अभियांत्रिकीचे शिक्षण पूर्ण केले. प्रतीकची आई संगीता कुशारे या शिक्षिका, तर वडील चंद्रशेखर कुशारे हे शेती, व्यावसाय करतात. सन २०२०पासून परीक्षेची तयारी करणाऱ्या प्रतीकने सांगितले, 'पर्यावरण, निसर्ग संवर्धनाची आवड आहे. त्यामुळे 'आयएफएस'कडे कल वाढला. पदवीचे शिक्षण झाल्यानंतर यूपीएससी परीक्षांची तयारी करू लागलो. नियोजनबद्ध पद्धतीने अभ्यासावर लक्ष केंद्रीत केले. अभ्यासाचे वेळापत्रक तयार केले. त्यानुसार विषयांची तयारी केली आणि परीक्षेला सामोरे गेलो.'

'आयएफएस' परीक्षेच्या तयारीसाठी शिकवणी लावली नाही तर स्वयं अध्ययनावर भर दिल्याचे प्रतीक सांगतो. अभ्यासातील सातत्य, नियमित सात-आठ तास अभ्यास, तंत्रज्ञान क्षेत्राशी निगडित असल्याने अभ्यासासाठी ऑनलाइन प्लॅटफॉर्मचा वापर केल्याचेही तो सांगतो.

शांत - चांगल्या झोपेसाठी चांगला पलंग नव्हे तर चांगली गादी आवश्यक आहे.
सर्वोत्तम क्वालिटीच्या गादी साठी

एकमेव ४५ वर्षांचा समृद्ध अनुभव असलेले शोरुम
सीमा हॅण्डलूम हॉउस पारोला रोड, धुळे

‘जनी दक्ष तो लक्ष लावूनी पाहे’

‘मनाचे श्लोक’ यांची रचना एक मनाशी साधलेला संवाद संवाद म्हणून केलेली आहे. तोही संवाद म्हणजे मनाचा कल ओळखून त्यानुसार हळूवार केलेली परमार्थाची उकल आहे. तसे पाहिले तर परमार्थ हा विषय आपल्याला सहज पचनी पडणारा नाही. भोगासाठी सदैव आसूसलेल्या आपल्या मनाला या मार्गांवर आणणे महा कर्म कठीण काम. त्यासाठी सातत्याने पाठपुरावा, चिकाटी हवी. साधना हवी. अंतःकरणाची आतून तयारी हवी.

समर्थांनी मनाच्या श्लोकाची रचना करताना काही श्लोक कर्मपर, काही उपासनापर तर काही ज्ञानपर अशी रचना केलेली आहे. आपण ४६ वा श्लोक अभ्यासत आहोत. जो कर्मपर आहे.

मना जे घडी राघवें वीण गेली ।
जनी आपुली ते तुवा हानी केली ।
रघूनायकावीण तो सीण आहे ।
जनी दक्ष तो लक्ष लाऊनि पाहे ॥ ४६॥

पूर्व संचिताच्या कृपेने आपल्याला दुर्लभ असा नरदेह प्राप्त झालेला असतो. या जन्माचे सार्थक करायचे असेल तर ईश्वरभक्ती पेक्षा श्रेष्ठ दुसरा मार्ग नाही. त्यातही आयुष्यातला बहुतांश कालावधी हा तारुण्य, संसारिक चिंता, जबाबदाऱ्या अशा कार्यासाठी व्यतित होतो. आणि मग जीवाचे सार्थक व्हावे यासाठी ईश चिंतन करावयाला वेळ मिळत नाही.

आयुष्यात येणारे क्षण, घेतलेले श्वास रघुनायकाच्या चिंतनाशिवाय व्यतित करू नये. याशिवाय जो जो काळ आपण व्यतीत करू, ती एका प्रकारे आपले आयुष्याची हानीच आहे. असे समर्थ येथे मनाला बोधित करतात.

रामेविण जे- जे आस ।
तितुकी जाणावी नैराश ।
माझे माझे सावकाश ।
सीणचि उरे ॥

पहिल्या १ ते ६६ श्लोकांच्या खंडात सर्व श्लोक कर्मपर आहेत. या श्लोकांनी मनाला हळूहळू परमार्थाकडे ओढ लावली आहे. त्यात सातत्य आहे. म्हणून या प्रथम खंडातले श्लोक अतिशय काळजीपूर्वक वाचायचे आहेत. तसे पहिले तर मनालाच का उपदेश केला असावा? असा प्रश्न पडणे साहजिक आहे. कारण मन हेच कारक आणि मारक असते.
मन एवं मनुष्यांना कारण बंध मोक्षयोः ॥

म्हणजे जीवाच्या बंधनाला किंवा मोक्षप्राप्ती यासाठी केवळ आणि केवळ मनच कारणीभूत असते. मन हे असे इंद्रिय आहे जे प्रत्यक्षात दिसत नाही परंतु,त्याची सर्व सत्ता जीवावर असते हे आपण पाहतो. मनाच्या कारणे घडणारी कर्मे बरे वाईट परिणाम घेऊन आपल्यासमोर येतात. आपण मागील काही भागात मनाच्या विविध वृत्ती पाहिल्या. जी जी वृत्ती पुढे येते त्याच्यानुसारच कर्मे आपल्या हातून घडतात. म्हणून मनालाच बोध करावा असा विचार समर्थांनी केला असावा.

ब्रह्मादिकां मानस आवरेना ।
नाना उपाई मरता मरेना ।
तें निर्गुणी पांगुळतां मरावे ।
निरुपणे मानस आवरावे ॥

समर्थ म्हणतात की ब्रह्मदिकांना देखील मनाला आवर घालता येत नाही. मनच ताब्यात नसेल तर मग इतर गोष्टी फोलच ठरतील तेव्हा, मनाला निरूपण करून, योग्य पद्धतीचा बोध करावा म्हणजे त्यावर नियंत्रण मिळवता येते.

जनी मना वाचुनि सुख नाही ।
मनेची लाभे गुज सर्व काही ।
परंतु ते स्वाधीन हो करावे ।
निरुपणे मानस आवरावे ।
बरी साक्षेपी औषधे वाढवावी ।
जया लागला रोग । येणे तेणे चि घ्यावी ॥

ज्याला आजार जडला आहे त्यालाच औषध देणे योग्य नव्हे काय? पुढे समर्थ मनाला दक्ष रहायला सांगताहेत...

जीवनात परमार्थ साधताना दक्ष रहावे. साधकाचे अंगी सावध, साक्षेपी आणि दक्ष हे तीन सदगुण अवश्य असावेत. जो साधक आपल्या हितासाठी सदैव जागृत राहतो त्याचे हातून आपले अहित कदापि घडत नाही.

म्हणून समर्थ म्हणताहेत...
विवेकी दक्ष जो कोण्ही ।
पुरुषार्थी धर्मरक्षकू ।
आमोल्य जन्म हा तेणे ।
वेर्थ ची दवडू नये ॥

समर्थांचा ‘जनी दक्ष तो लक्ष लाऊनी पाहे’ हा संदेश केवळ परमार्थापुरता मर्यादित नाही. जीवनाच्या प्रत्येक क्षेत्रात सजगता, विवेक आणि दक्षता ठेवणे हीच यशाची गुरुकिल्ली आहे. जो आपल्या प्रत्येक क्षणाचे मोल जाणतो, तोच जीवनाचे खरे सार्थक करतो. म्हणूनच समर्थ मनाला पुन्हा पुन्हा जागे करतात. क्षण देखिल वाया घालवू नको, प्रत्येक श्वास रघुनायकाच्या चिंतनाने, स्मरणाने पावन कर. कारण दक्षतेने जगलेले जीवनच धन्य होते.

। जय जय रघुवीर समर्थ! ।

– भाऊसाहेब देशमुख, अमळनेर
मो. : ९४२०३ ८९५४१

आज रविवार! सूर्यदेवांच्या पूजेत टाळा या चुका

जाणून घ्या नियम आणि पूजाविधी

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

हिंदू धर्मात आठवड्याचा प्रत्येक दिवस महत्त्वाचा आहे. प्रत्येक दिवसाचे धर्मिक महत्त्व असून आठवड्यातील प्रत्येक दिवस कोणत्या न कोणत्या देवाला समर्पित आहे. त्यानुसार रविवारचा दिवस हा सूर्यदेवांना समर्पित आहे. या दिवशी सूर्यदेवांची विधीवत पूजा केली जाते. असे करत असताना काही नियमांचे पालन अवश्य केले पाहिजे. नियमांचे पालन करत सूर्यदेवांची पूजा केल्यास व्यक्तीला इच्छित फळ मिळते. चला जाणून घेऊया काय आहे रविवारच्या पूजेचे नियम आणि या दिवशी कोणत्या गोष्टी टाळल्या पाहिजे.

हिंदू धर्मात सूर्यदेवांची उपासना आणि व्रत करणे खूप शुभ मानले जाते. सूर्यदेव हे एकमेव देव आहेत, की ज्यांचे पृथ्वीवरून दररोज दर्शन होते. धार्मिक मान्यतेनुसार सूर्य ग्रह हा व्यक्तीच्या मान-सन्मान, प्रगती आणि आरोग्याचा कारक आहे. जो व्यक्ती रविवारी व्रत करत सूर्यदेवांची विधीवत पूजा करतो त्याला सुदृढ आरोग्य लाभते. तसेच समाजात मान-सन्मान प्राप्त होत जीवनात सुख-समृद्धी नांदते.

अशी करा सूर्यदेवांची पूजा

सूर्यदेवांच्या पूजेसाठी रविवारी ब्रह्म मुहूर्तावर उठून स्नानादी करा. त्यानंतर स्वच्छ कपडे परिधान करा. या दिवशी काळ्या तसेच गडद रंगाचे कपडे घालू नका. यानंतर एका भांड्यात शुद्ध पाणी घेऊन त्यामध्ये रोळी, लाल फूल, अक्षत, साखर, चंदन इत्यादी मिसळून सूर्यदेवांना अर्घ्य देत रविवार व्रताचा संकल्प करा. यानंतर पूजेसाठी व्यासपीठ तयार करत त्यावर लाल रंगाचे कापड अंथरून त्यावर सूर्यदेवांचे चित्र स्थापित करा. जवळ असलेले पूजेचे सर्व साहित्य सूर्यदेवांना अर्पण करा. रविवारची व्रतकथा वाचा किंवा ऐका. शेवटी सूर्यदेवांची आरती करत कळत नकळत झालेल्या चुकांची माफी मागा.

रविवारी टाळा या चुका

- रविवारी उशिरा उठू नये. या दिवशी सूर्योदयापूर्वी उठावे.
- रविवारी राखाडी, काळे, निळे आणि गडद रंगाचे कपडे घालू नका.
- या दिवशी शरीराला तेलाने मसाज करू नये.
- रविवारी तांब्याच्या धातूशी संबंधित वस्तूंची खरेदी-विक्री करू नका.
- रविवारी मीठ सेवन करू नये.
- या दिवशी मांस आणि मदिरापासून लांब राहा.
- रविवारी केस किंवा दाढी कापू नका.
- गॅस किंवा शेगडीवर दूध जळणार नाही याची कळजी घ्या.

सूर्यदेवाची आरती

ॐ जय सूर्य भगवान, जय हो दिनकर भगवान।
जगत् के नेत्रस्वरूपा, तुम हो त्रिगुण स्वरूपा।
धरत सब ही तव ध्यान, ॐ जय सूर्य भगवान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान... ।।
सारथी अरुण हैं प्रभु तुम, श्वेत कमलधारी। तुम चार भुजाधारी।।
अश्व हैं सात तुम्हारे, कोटि किरण पसारे। तुम हो देव महान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान... ।।
ऊषाकाल में जब तुम, उदयाचल आते। सब तब दर्शन पाते।।
फैलाते उजियारा, जागता तब जग सारा। करे सब तब गुणगान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान... ।।
संध्या में भुवनेश्वर अस्ताचल जाते। गोधन तब घर आते।।
गोधूलि बेला में, हर घर हर आंगन में। हो तव महिमा गान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान... ।।
देव-दनुज नर-नारी, ऋषि-मुनिवर भजते। आदित्य हृदय जपते।।
स्तोत्र ये मंगलकारी, इसकी है रचना न्यारी। दे नव जीवनदान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान... ।।
तुम हो त्रिकाल रचयिता, तुम जग के आधार।
महिमा तब अपरम्पार।।
प्राणों का सिंचन करके भक्तों को अपने देते। बल, बुद्धि और ज्ञान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान...।।
भूचर जलचर खेचर, सबके हों प्राण तुम्हीं।
सब जीवों के प्राण तुम्हीं।।
वेद-पुराण बखाने, धर्म सभी तुम्हें माने। तुम ही सर्वशक्तिमान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान... ।।
पूजन करतीं दिशाएं, पूजे दश दिक्पाल। तुम भुवनों के प्रतिपाल।।
ऋतुएं तुम्हारी दासी, तुम शाश्वत अविनाशी। शुभकारी अंशुमान।।
।। ॐ जय सूर्य भगवान... ।।
ॐ जय सूर्य भगवान, जय हो दिनकर भगवान।
जगत् के नेत्रस्वरूपा, तुम हो त्रिगुण स्वरूपा।स्वरूपा।।
धरत सब ही तव ध्यान, ॐ जय सूर्य भगवान।।

सूर्यदेव आणि रविवार यांचा नेमका संबंध काय?

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

भारतीय सनातन परंपरेत सूर्यदेव ही प्रत्यक्ष दर्शन देणाी देवता मानली जाते. ते प्रकाश, ऊर्जा, आरोग्य, सत्य आणि जीवनाचे अधिष्ठाता आहेत. आठवड्यातील प्रत्येक दिवस एका ग्रहाशी संबंधित मानला जातो आणि रविवार हा सूर्याचा दिवस म्हणून ओळखला जातो. त्यामुळे या दिवशी सूर्योपासनेला विशेष महत्त्व प्राप्त झाले आहे.

आध्यात्मिक दृष्टिकोनातून सूर्य हा केवळ आकाशातील तेजस्वी तारा नसून आत्मप्रकाशाचे प्रतीक आहे. जसा सूर्य अंधार दूर करून सृष्टीला प्रकाश देतो, त्याचप्रमाणे आध्यात्मिक साधनेत सूर्यदेव अज्ञानाचा अंधकार दूर करून विवेक, आत्मविश्वास आणि चैतन्य जागृत करतात. म्हणूनच रविवार हा अंतर्मुख होण्याचा, आत्मपरीक्षणाचा आणि नवीन ऊर्जेने जीवनाची सुरूवात करण्याचा दिवस मानला जातो.

रविवारी सूर्योदयाच्या वेळी अर्घ्य अर्पण करणे, सूर्यनमस्कार करणे, आदित्यहृदय स्तोत्र, गायत्री मंत्र किंवा सूर्य गायत्रीचा जप करणे, तसेच सात्त्विक आहार आणि दानधर्म करणे यांना विशेष पुण्यकारक मानले जाते. या उपासनेमुळे शारीरिक आरोग्याबरोबरच मानसिक स्थैर्य, आत्मबल आणि सकारात्मक विचार वाढतात, अशी श्रद्धा आहे.

वैदिक परंपरेनुसार सूर्यदेव हे नवग्रहांचे अधिपती आणि प्राणशक्तीचे स्रोत आहेत. त्यामुळे रविवार हा आत्मतेज वाढविण्याचा, कर्तव्यनिष्ठा दृढ करण्याचा आणि ईश्वरप्रकाशाशी अंतर्मन जोडण्याचा दिवस मानला जातो. अशा प्रकारे सूर्यदेव आणि रविवार यांचा संबंध हा केवळ धार्मिक नसून जीवनाला प्रकाशमान, शिस्तबद्ध आणि ऊर्जावान बनविणाऱ्या आध्यात्मिक तत्त्वाशी जोडलेला आहे.

सूर्य षष्ठी म्हणजे काय? काय आहे पौराणिक महत्त्व

धार्मिक श्रद्धा आणि आधुनिक जीवनातील वैज्ञानिक दृष्टिकोनाचा संगम

ग्लोबल महातेज वृत्तसेवा

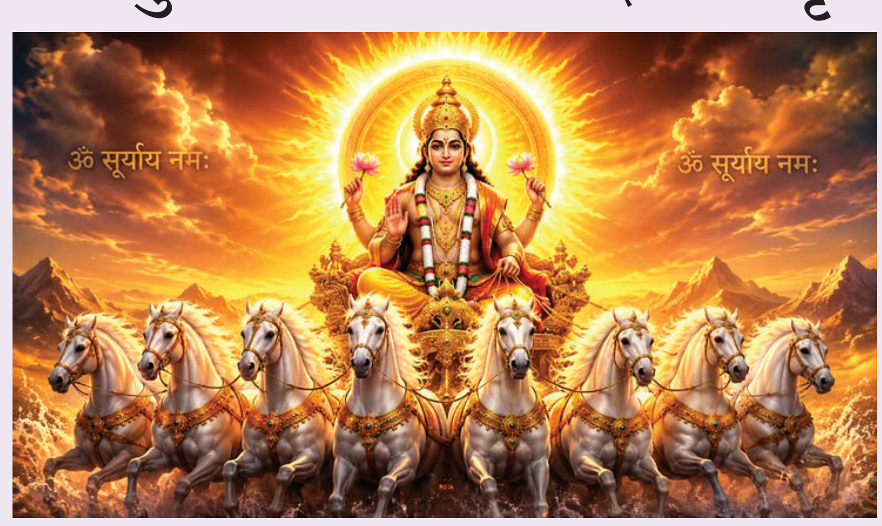
भारतीय संस्कृतीत सूर्य हा केवळ एक ग्रह किंवा आकाशातील तेजस्वी तारा नसून प्रत्यक्ष दृश्यमान देवता मानला जातो. संपूर्ण सृष्टीला प्रकाश, ऊर्जा आणि जीवन प्रदान करणाऱ्या सूर्यदेवाची उपासना भारतात वैदिक काळापासून सुरू आहे. या सूर्योपासनेशी संबंधित अनेक व्रत-उत्सवांपैकी सूर्य षष्ठी हे अत्यंत महत्त्वाचे व्रत मानले जाते. देशातील विविध भागांत हे व्रत वेगवेगळ्या नावांनी आणि परंपरांनी साजरे केले जाते. विशेषतः बिहार, झारखंड, उत्तर प्रदेश आणि नेपाळमध्ये हे व्रत “छठ पूजा” म्हणून प्रसिद्ध असून महाराष्ट्रासह देशभरातील अनेक ठिकाणीही श्रद्धेने पाळले जाते. सूर्य षष्ठी हा उत्सव केवळ धार्मिक श्रद्धेपुरता मर्यादित नसून निसर्गाबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करणारा, संयम, शुद्धता, आरोग्य आणि कौटुंबिक कल्याणाचा संदेश देणारा उत्सव आहे.

सूर्य षष्ठी म्हणजे काय?

कार्तिक शुक्ल षष्ठी या दिवशी साजरा होणाऱ्या सूर्यपूजनाला सूर्य षष्ठी किंवा छठ पूजा असे म्हणतात. काही भागांत चैत्र महिन्यातही सूर्य षष्ठी साजरी केली जाते. या दिवशी व्रतधारी स्त्री-पुरुष कठोर उपवास करून उदयास्त सूर्याला अर्घ्य अर्पण करतात. नदी, तलाव किंवा जलाशयाच्या पाण्यात उभे राहून सूर्यदेवाला प्रार्थना केली जाते. कुटुंबाच्या सुख-समृद्धीसाठी, आरोग्यासाठी, संततीच्या मंगल भवितव्यासाठी आणि सर्वांच्या कल्याणासाठी हे व्रत केले जाते. या व्रतामध्ये स्वच्छता, सात्त्विकता आणि शिस्त यांना अत्यंत महत्त्व असते. अनेक व्रतधारी सलग ३६ तास निर्जल उपवास करून सूर्यदेवाची आराधना करतात.

सूर्योपासनेची वैदिक परंपरा

ऋग्वेदात सूर्यदेवाचे अनेक सूक्तांद्वारे स्तवन करण्यात आले आहे. सूर्याला मित्र, पूषा, आदित्य, सविता, विवस्वान अशा अनेक नावांनी संबोधले गेले आहे. गायत्री मंत्रातील ‘सविता’ हे सूर्यदेवाचेच रूप मानले जाते. भारतीय तत्त्वज्ञानात सूर्याला सत्य, ज्ञान, तेज, आरोग्य आणि जीवनशक्तीचे प्रतीक मानले जाते. म्हणूनच आजही सूर्योदयाच्या वेळी अर्घ्यदान, सूर्यनमस्कार आणि आदित्यहृदय स्तोत्राचे पठण करण्याची परंपरा कायम आहे.



सूर्य षष्ठीचे पौराणिक महत्त्व

सूर्य षष्ठीविषयी अनेक पौराणिक कथा प्रचलित आहेत. या कथा श्रद्धा, भक्ती आणि सत्यनिष्ठेचा संदेश देतात.

१) द्रौपदी आणि पांडवांची कथा

महाभारतानुसार वनवासाच्या काळात पांडवांवर अनेक संकटे आली होती. त्या वेळी द्रौपदीने सूर्यदेवाची उपासना केली. सूर्यदेव प्रसन्न होऊन तिला अक्षयपात्र दिले. या पात्रामुळे भोजन कधीही संपत नसे आणि पांडवांना वनवासात अन्नाची कमतरता भासली नाही. त्यामुळे संकटातून मुक्ती मिळविण्यासाठी सूर्योपासनेला विशेष महत्त्व प्राप्त झाले.

२) श्रीराम आणि सूर्यपूजन

रामायणातील परंपरेनुसार भगवान श्रीरामांनी लंकेवरील विजय आणि अयोध्येच्या राज्याभिषेकानंतर सूर्यदेवाची विशेष पूजा केली होती. सूर्यवंशीय असल्यामुळे सूर्योपासनेला त्यांच्या जीवनात विशेष स्थान होते.

३) कर्णाची सूर्यभक्ती

महाभारतातील महान दानवीर कर्ण हा सूर्यदेवाचा पुत्र मानला जातो. तो दररोज सूर्योदयाच्या वेळी सूर्याची उपासना करून दानधर्म करत असे. त्याची सूर्यभक्ती आजही आदर्श मानली जाते.

४) राजा प्रियव्रताची कथा

ब्रह्मवैवर्त पुराणात राजा प्रियव्रत यांची कथा सांगितली जाते. त्यांना संतती प्राप्त होत नव्हती. महर्षींच्या सल्ल्याने त्यांनी षष्ठी देवी आणि सूर्यदेवाची उपासना केली. त्यांच्या भक्तीमुळे त्यांना पुत्रप्राप्ती झाली. त्यामुळे सूर्य षष्ठीला संततीसाठी मंगल व्रत म्हणूनही मान्यता मिळाली.

षष्ठी देवीचे महत्त्व

सूर्य षष्ठीमध्ये सूर्यदेवाबरोबरच षष्ठी देवीचीही पूजा केली जाते. षष्ठी देवीला बालकांचे संरक्षण करणारी, संततीचे कल्याण करणारी आणि मातृत्वाचे रक्षण करणारी देवी मानले जाते. त्यामुळे विवाहित महिला, नवविवाहित दाम्पत्य आणि संततीप्राप्तीची इच्छा असलेले भाविक विशेष श्रद्धेने हे व्रत करतात.

व्रताची वैशिष्ट्ये

सूर्य षष्ठीचे व्रत अत्यंत कठोर मानले जाते. या व्रतामध्ये चार प्रमुख टप्पे असतात.
- नहाय-खाय (शुद्धीकरण)
- खरना (उपवासाची सुरुवात)
- अस्ताला जाणाऱ्या सूर्याला अर्घ्य
- उगवत्या सूर्याला अर्घ्य आणि व्रताची सांगता

या संपूर्ण कालावधीत सात्त्विक आहार, स्वच्छता, संयम आणि मनःशुद्धी यांना सर्वोच्च महत्त्व दिले जाते.

सूर्यपूजनामागील वैज्ञानिक दृष्टिकोन

भारतीय संस्कृतीतील अनेक धार्मिक परंपरांमागे वैज्ञानिक विचारही दडलेला आहे. सकाळच्या कोवळ्या सूर्यकिरणांमुळे शरीराला व्हिटॅमिन डी मिळण्यास मदत होते. सूर्योदयाच्या वेळी ध्यान, प्रार्थना आणि सूर्यनमस्कार केल्याने मानसिक शांतता, सकारात्मक ऊर्जा आणि शारीरिक तंदुरुस्ती वाढते. जलातून सूर्याला अर्घ्य दिल्यामुळे पाण्यातून परावर्तित होणाऱ्या किरणांकडे पाहताना डोळ्यांवर तुलनेने सौम्य प्रकाश पडतो, अशी पारंपरिक समजूत आहे. तसेच नदी-तलावांच्या स्वच्छतेचे महत्त्व, पर्यावरण संवर्धन आणि निसर्गाशी सुसंवाद याचाही संदेश या उत्सवातून दिला जातो.

सामाजिक आणि सांस्कृतिक महत्त्व

सूर्य षष्ठी हा सामाजिक ऐक्याचा उत्सव आहे. जात, धर्म, भाषा किंवा आर्थिक स्तर यापलीकडे जाऊन समाजातील सर्वजण या उत्सवात सहभागी होतात. सामूहिक स्वच्छता, घाटांची सजावट, पारंपरिक लोकगीते, सामूहिक प्रार्थना आणि परस्पर सहकार्य यांमुळे सामाजिक बंध अधिक दृढ होतात.
महिलांच्या श्रद्धा, कुटुंबातील एकोपा, निसर्गाविषयी कृतज्ञता आणि सार्वजनिक शिस्त यांचे सुंदर दर्शन या उत्सवात घडते.

आजच्या काळातील संदेश

वाढते प्रदूषण, बदलती जीवनशैली आणि पर्यावरणीय संकटांच्या पार्श्वभूमीवर सूर्य षष्ठीचा संदेश अधिक महत्त्वाचा ठरतो. सूर्य हा ऊर्जा, पर्यावरण आणि जीवनाचा मूलाधार आहे. त्याच्याविषयी कृतज्ञता व्यक्त करताना जलस्रोतांचे संरक्षण, स्वच्छता, पर्यावरणपूरक सण आणि निरोगी जीवनशैली यांचे पालन करणे हीच या उत्सवाची खरी शिकवण आहे. सूर्य षष्ठी हा केवळ एक धार्मिक उत्सव नसून भारतीय संस्कृतीतील निसर्गपूजा, संयम, श्रद्धा आणि आरोग्यदायी जीवनपद्धतीचे प्रतीक आहे. वैदिक परंपरेपासून आजच्या आधुनिक काळापर्यंत सूर्योपासनेचे महत्त्व अबाधित राहिले आहे. पौराणिक कथा, धार्मिक श्रद्धा, सामाजिक ऐक्य आणि वैज्ञानिक दृष्टिकोन यांचा सुंदर संगम या उत्सवात दिसून येतो. मानव आणि निसर्ग यांच्यातील अखंड नाते दृढ करणारा, कृतज्ञतेची भावना जागृत करणारा आणि सकारात्मक जीवनमूल्ये जोपासणारा हा तेजस्वी उत्सव प्रत्येक पिढीला प्रेरणा देत राहील.

(वरील माहिती विविध धर्मग्रंथांतून संकलीत केली आहे.)