महाराष्ट्र पोलीस दलाचे मुखपत्र

दक्षता

- कथा
- लेख
- कविता
- ललित लेख

सर्वदूर पोहोचलेले वाचकप्रिय मासिक

Vol : 53 | Issue : 01 | Mumbai | Marathi Monthly | September 2026 | Pages 84 | RNI No. 21352 | Price : Rs. 30/-





केंद्रीय गृहमंत्री दक्षता पदक (अन्वेषण) समारंभ



अखिल भारतीय ज्युडो क्लस्टर स्पर्धेत महाराष्ट्र पोलीस दलाची उल्लेखनीय कामगिरी





गडचिरोली पोलीस दलातील ७ पोलिसांना वेगवर्धित पदोन्नती

महाराष्ट्र राज्य पोलिसांचे मुखपत्र

दक्षता

सर्वदूर पोहोचलेले वाचकप्रिय मासिक...

आता दक्षता पीडीएफ स्वरूपात महाराष्ट्र पोलिसांच्या संकेतस्थळावर मोफत उपलब्ध!

S.B.Collect

छापील मासिकाची ऑनलाईन वर्गणी भरण्यासाठी
https://www.mahapolice.gov.in/daksha-pay.php
अथवा
खालील क्युआर कोड आपल्या मोबाईलमध्ये स्कॅन करा.



दक्षता छापील अंकाची नियमित मासिक वर्गणी रु. ३०/- वार्षिक वर्गणी रु. ३००/- फक्त

वेबसाईटवर दक्षता मासिक मोफत वाचण्यासाठी : https://www.mahapolice.gov.in/dakshata-magazine/
अथवा खालील क्युआर कोड आपल्या मोबाईलमध्ये स्कॅन करा

https://www.mahapolice.gov.in/ dakshata-magazine

YouTube MAHARASHTRA POLICE HEADQUARTERS- DAKSHATA अंतर्गत नव्या यु-ट्युब चॅनलवर ऐका दक्षता मासिकातील दर महिन्याची उत्कृष्ट तपासकथा ऑडिओ-व्हिज्युअल स्वरूपात.

पत्रव्यवहारासाठी पत्ता: महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालय, शहीद भगतसिंग मार्ग, कुलाबा, मुंबई ४०० ००१,
वर्गणीसाठी दूरध्वनी: ०२२-२२०४९७०१, email: mpd.dakshata@mahapolice.gov.in

पोलीस आणि जनता यांच्यातील जिव्हाळ्याच्या नात्यामध्ये आपणही सहभागी व्हा!



सप्टेंबर २०२६ । वर्ष ५३ वे । अंक १ ला

मार्गदर्शन

सदानंद दाते
पोलीस महासंचालक
महाराष्ट्र राज्य, मुंबई

रामनाथ ल. पोकळे
पोलीस महानिरीक्षक
(नि. व स.)

मुद्रक/ प्रकाशक/ सरसंपादक
सुहास बावचे
सहायक पोलीस महानिरीक्षक

सहभाग
विजय मनोहर खरात

अंकरचना व अंतर्गत व्यवस्थापन
सुरेंद्र बनगे
कार्यालय अधीक्षक

पत्रव्यवहारासाठी पत्ता
सरसंपादक दक्षता
महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालय,
शहीद भगतसिंग मार्ग, कुलाबा,
मुंबई ४००००१
दूरध्वनी:०२२ २२०४९७०१/२२८३४५११
mpd.dakshata@mahapolice.gov.in

वितरण व्यवस्था
वर्गणीसाठी संपर्क
दूरध्वनी : ०२२ २२०४९७०१

मांडणी, मुद्रण व प्रकाशन
विजय मनोहर खरात यांनी महाराष्ट्र स्टेट पोलीस वेल्फेअर फंड यांचेकरिता मे. प्रिंट प्लस प्रा. लि. २१२, स्वस्तिक चेंबर्स, एस टी रोड, चेंबूर, मुंबई ४०००७१ येथे मुद्रित करून महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालय, शहीद भगतसिंग मार्ग, कुलाबा, मुंबई ४००००१ येथून प्रसिद्ध केले.

१०२, आर विंग, मोहन पाम्स, चैतन्य विद्यालयाजवळ, शिरगांव, बदलापूर, जि. ठाणे
नागरिकत्व भारतीय

एकूण पृष्ठे ८४

या अंकातील लेखकांच्या विचारांशी संपादक मंडळ अथवा महाराष्ट्र राज्य पोलीस दल सहमत असेलच असे नाही.

संपादकीय...

सर्व वाचकांना सप्रेम नमस्कार. दिनांक १५ ऑगस्ट २०२६ रोजी, देशाच्या स्वातंत्र्यदिनी देशाच्या मा. राष्ट्रपती यांच्याकडून जाहीर केल्या गेलेल्या शौर्य पदक, मा. राष्ट्रपती यांचे उल्लेखनीय सेवेचे पदक, आणि गुणवत्तापूर्ण सेवेचे पदक या पुरस्कारांवर यंदा महाराष्ट्र पोलीस दलातील ६० अधिकारी व अंमलदारांनी मोहोर उमटवली आहे. महाराष्ट्र पोलीस दलासाठी ही बाब निश्चितच अभिमानास्पद आहे. सर्व पदकप्राप्त सहकाऱ्यांचे अभिनंदन.

नक्षलग्रस्त आणि आदिवासीबहुल गडचिरोली जिल्ह्यात नक्षली कारवायांना आळा घालून जनतेमध्ये भयमुक्त वातावरण निर्माण करण्यासाठी अनेक यशस्वी अभियाने आयोजित केली जातात. महाराष्ट्र–छत्तीसगड सीमावर्ती परिसरात नक्षलवाद्यांनी लपवून ठेवलेला शस्त्रसाठा जप्त करण्यात गडचिरोली पोलीस दल व सुरक्षा दलांना यश मिळाले. तसेच जमिनीखाली असलेला शस्त्रनिर्मितीचा कारखाना, स्फोटके आणि अवजड यंत्रसामग्री यांचा अचूक माग काढून त्यांना घटनास्थळीच नष्ट करण्यात आले. नक्षलविरोधी अभियानांमध्ये उत्कृष्ट कामगिरी बजावणाऱ्या अधिकाऱ्यांचे मनोबल उंचावतानाच त्यांच्या कर्तव्यनिष्ठेची दखल घेण्याच्या उद्देशाने महाराष्ट्र शासनाच्या गृह विभागाकडून सदर पोलीस अधिकारी व अंमलदारांना वेगवर्धित पदोन्नती प्रदान केली जाते. या अनुषंगाने गडचिरोली जिल्ह्यात कर्तव्य बजावणाऱ्या ५ सहायक पोलीस निरीक्षकांना पोलीस निरीक्षक म्हणून पदोन्नती देण्यात आली. यासंबंधीचा वृत्तांत अंकात प्रकाशित करण्यात आलेला आहे.

सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील दोडामार्ग तालुका येथील साटेली भेडशी गावात डायल ११२ प्रणालीच्या मदतीने पोलिसांनी घरफोडीच्या गुन्ह्याचा तपास करून चोरट्याकडून सुमारे १५ लाख रुपये किमतीचा मुद्देमाल जप्त केला. याबद्दलचे वृत्त प्रसिद्ध करत आहोत.

११ वी अखिल भारतीय पोलीस ज्युडो क्लस्टर स्पर्धा २०२६–२७ हैदराबाद येथे आयोजित करण्यात आली होती. सदर स्पर्धेत महाराष्ट्र पोलीस दलाने उल्लेखनीय कामगिरी करत २ सुवर्ण, ३ रौप्य आणि १४ कांस्य पदके (वैयक्तिक) पटकावली आहेत. या कामगिरीचा लेखाजोखा अंकात सादर करण्यात आलेला आहे.

राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूर येथे पोलीस दलात आरोग्यविषयक शिस्त निर्माण करून अंमलदारांचे शारीरिक व मानसिक आरोग्य सुधारण्यासाठी आयोजित केल्या गेलेल्या फिजिकल फिटनेस प्रशिक्षणाचे तसेच मा. पोलीस महासंचालक, महाराष्ट्र राज्य, यांच्या संकल्पनेतून साकार झालेल्या पन्हाळगड ते विशाळगड पदभ्रमंतीचे वृत्त अंकात अंतर्भूत केलेले आहे

याव्यतिरिक्त श्री. सुरेश वांदिले, श्री. एस. वाय. संदे, श्री. सुधाकर कुलकर्णी, श्री. संजीव देवकर, डॉ. माथंगी चारी–रानडे, डॉ. अनिल शर्मा यांचे लेख अंकाला अधिक आशयघन आणि वाचकस्नेही बनवण्यास मदत करतील असा विश्वास वाटतो. त्याखेरीज या अंकातही तपासकथा, पाककृती, शब्दकोडे ही नेहमीची सदरे आहेतच. वाचकवर्ग अंकाचे स्वागत करेल ही अपेक्षा.

आपला स्नेहांकित,

सुहास बावचे

(सुहास बावचे)
सहायक पोलीस महानिरीक्षक,
महाराष्ट्र राज्य, मुंबई

शौर्य, तपास, आणि जनसेवा–महाराष्ट्र पोलिसांच्या कर्तृत्वाचा गौरव



> पारंपरिक पद्धतींबरोबरच तंत्रज्ञानाची मदत घेत उत्कृष्ट प्रकारे गुन्हेतपास करणाऱ्या महाराष्ट्र पोलीस दलातील २२ अधिकाऱ्यांना सन २०२३ व २०२४ या वर्षांकरिता केंद्रीय गृहमंत्री दक्षता पदक (अन्वेषण) प्राप्त झाले आहे. या अधिकाऱ्यांचा सत्कार समारंभ दिनांक ८ ऑगस्ट २०२६ रोजी पोलीस संशोधन केंद्र, पुणे येथे संपन्न झाला. सर्व पदकप्राप्त पोलीस अधिकाऱ्यांचे मी अभिनंदन करतो.

सस्नेह नमस्कार. देशाच्या मा. राष्ट्रपती यांच्याकडून दिनांक १५ ऑगस्ट २०२६ रोजी, देशाच्या स्वातंत्र्यदिनी जाहीर करण्यात येणाऱ्या शौर्य पदक, मा. राष्ट्रपती यांचे उल्लेखनीय सेवेचे पदक, आणि गुणवत्तापूर्ण सेवेचे पदक या पुरस्कारांसाठी महाराष्ट्र पोलीस दलातील ६० अधिकारी व अंमलदारांची निवड करण्यात आलेली आहे. सर्व पुरस्कारप्राप्त सहकाऱ्यांचे हार्दिक अभिनंदन आणि त्यांना पुढील वाटचालीसाठी शुभेच्छा.

सायबर गुन्हे, क्रिप्टो करन्सी फ्रॉड, खून, दरोडा, खंडणी, सावकारी अधिनियम अंतर्गत गुन्हे, जबरी चोरी, अपहरण व शारीरिक अत्याचार, खंडणीसाठी लहान मुलांचे अपहरण व अनैतिक व्यापार, ज्येष्ठ नागरिकांशी संबंधित गुन्हे यांचा तपास करताना पोलिसांना आपले कौशल्य पणाला लावावे लागते. आज गुन्हेतपासासाठी महाराष्ट्र पोलीस दल आधुनिक तपासपद्धती, डिजिटल तंत्रज्ञान, कृत्रिम बुद्धिमत्ता यांचा प्रभावी वापर करत आहे. पारंपरिक पद्धतींबरोबरच तंत्रज्ञानाची मदत घेत उत्कृष्ट प्रकारे गुन्हेतपास करणाऱ्या महाराष्ट्र पोलीस दलातील २२ अधिकाऱ्यांना सन २०२३ व २०२४ या वर्षांकरिता केंद्रीय गृहमंत्री दक्षता पदक (अन्वेषण) प्राप्त झाले आहे. या अधिकाऱ्यांचा सत्कार समारंभ दिनांक ८ ऑगस्ट २०२६ रोजी पोलीस संशोधन केंद्र, पुणे येथे संपन्न झाला. सर्व पदकप्राप्त पोलीस अधिकाऱ्यांचे मी अभिनंदन करतो.

केंद्रीय गृहमंत्रालयाने पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदारांच्या दीर्घकालीन व निष्कलंक सेवेची दखल घेण्यासाठी उत्कृष्ट सेवा पदक आणि अति उत्कृष्ट सेवा पदक प्रदान करण्याचे घोषित केलेले आहे. या अनुषंगाने दिनांक १५ ऑगस्ट २०२६ रोजी राज्यातील ७५९ पोलीस अधिकारी व अंमलदारांना अति उत्कृष्ट सेवा पदक आणि ११८९ पोलीस अधिकारी व अंमलदारांना उत्कृष्ट सेवा पदक प्रदान करण्यात आले. सर्व पदकप्राप्त पोलीस अधिकारी व अंमलदारांचे मनःपूर्वक अभिनंदन.

गडचिरोली जिल्ह्यात नक्षली कारवायांना आळा घालण्यासाठी आणि जनतेमध्ये भयमुक्त वातावरण निर्माण व्हावे या हेतूने अनेकदा यशस्वी नक्षलविरोधी अभियाने आयोजित केली जातात. माओवाद्यांचे तळ, त्यांच्या हालचाली, शस्त्रसाठा, स्फोटके, शस्त्रनिर्मितीसाठी वापरण्यात येणारे साहित्य यांची गोपनीय माहिती मिळवून त्या आधारे विशेष अभियाने आयोजित केली जातात. अशाच एका अभियानादरम्यान महाराष्ट्र–छत्तीसगड सीमेलगतच्या परिसरात नक्षलवाद्यांनी घातपात करण्याच्या उद्देशाने लपवून ठेवलेला शस्त्रसाठा हस्तगत करण्यात सुरक्षा दलांना यश मिळाले. जमिनीखालील शस्त्रनिर्मितीचा कारखाना, स्फोटके व अवजड यंत्रसामग्री शोधून त्यांना घटनास्थळीच नष्ट करण्यात पोलीस दल आणि सीआरपीएफ यशस्वी ठरले. या कारवायांमुळे नक्षलवादी चळवळींना हादरा बसला आहे. नक्षलविरोधी अभियानांमध्ये



जून २०२६ च्या सर्वोत्कृष्ट अपराधसिद्धी पारितोषिकासाठी जळगाव पोलीस घटकातील रावेर पोलीस ठाणे येथील गु. रजि. नंबर १८८/२०२० या गुन्हेतपासाची निवड करण्यात आली.

उत्कृष्ट कामगिरीचे प्रदर्शन करणाऱ्या अधिकाऱ्यांचे मनोबल उंचावण्यासाठी आणि त्यांनी दिलेल्या सेवेची दखल घेण्याच्या उद्देशाने महाराष्ट्र शासनाच्या गृह विभागाकडून सदर पोलीस अधिकारी व अंमलदारांना वेगवर्धित पदोन्नती प्रदान केली जाते. या अनुषंगाने गडचिरोली जिल्ह्यात कर्तव्य बजावणाऱ्या ५ सहायक पोलीस निरीक्षकांना पोलीस निरीक्षक म्हणून पदोन्नती देण्यात आली. ही पदोन्नती म्हणजे गडचिरोली पोलीस दलाची कर्तव्यतत्परता आणि सेवा यांना दिलेली पावतीच आहे.

महाराष्ट्र पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदार यांची शारीरिक व मानसिक क्षमता वृद्धिंगत व्हावी या उद्देशाने महाराष्ट्र पोलीस दलातर्फे दिनांक १४ व १५ ऑगस्ट २०२६ रोजी पन्हाळगड ते विशाळगड अशी एकूण ६५ किलोमीटर पदभ्रमंती मोहिम आयोजित करण्यात आली होती. ही संपूर्ण मोहीम शारीरिक व मानसिक क्षमतेचा कस पाहणारी असूनही महाराष्ट्र पोलीस दलातील एकूण १७० पोलीस अधिकारी व अंमलदार यामध्ये उत्साहाने सहभागी झाले. संपूर्ण मोहिमेदरम्यान त्यांनी शिस्तीने, संघभावनेने आणि परस्पर सहकार्याने वाटचाल पूर्ण केली. माझ्या सर्व सहकाऱ्यांसाठी हा अनुभव नक्कीच अविस्मरणीय ठरला असेल. या यशस्वी मोहिमेसाठी सर्व संबंधित अधिकारी व अंमलदार निश्चितच अभिनंदनास पात्र आहेत.

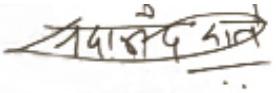
जून २०२६ च्या सर्वोत्कृष्ट अपराधसिद्धी पारितोषिकासाठी जळगाव पोलीस घटकातील रावेर पोलीस ठाणे येथील गु. रजि. नंबर १८८/२०२०, तर सर्वोत्कृष्ट गुन्हा उकल पारितोषिकासाठी नवी मुंबई पोलीस आयुक्तालय सीबीडी पोलीस ठाणे गु. रजि. नंबर ९०/२०२६ या गुन्हेतपासाची निवड करण्यात आली. या गुन्हेतपासाचे तपासी अधिकारी व अंमलदार यांचा प्रमाणपत्र व रोख पारितोषिक देऊन सत्कार करण्यात आला. सर्व संबंधित पोलीस अधिकारी व अंमलदारांचे मन:पूर्वक अभिनंदन.

दिनांक २३ ते ३० जुलै २०२६ दरम्यान हैदराबाद येथे आयोजित करण्यात आलेल्या ११ व्या 'अखिल भारतीय पोलीस ज्युडो क्लस्टर स्पर्धा २०२६-२७' मध्ये महाराष्ट्र राज्य पोलीस तायक्वांदो, वु शु, कराटे व पेंचक सिलाट (पुरुष व महिला) संघाने सहभाग नोंदवून २ सुवर्ण, ३ रौप्य व १४ कांस्य (वैयक्तिक) पदके प्राप्त केली आहेत. या उल्लेखनीय कामगिरीबद्दल सर्व सहभागी खेळाडूंचे अभिनंदन.

या महिन्यात दहीहंडी, गणेशोत्सव यांसारखे उत्सव साजरे होत आहेत. या काळात कोणताही अनुचित प्रकार घडू नये यासाठी महाराष्ट्र पोलीस दल सज्ज आहे. विसर्जन मिरवणुकांच्या काळात गर्दीचे व्यवस्थापन करण्यापासून उत्सवादरम्यान शांतता, सुरक्षितता व सौहार्द राखण्यापर्यंत सर्व जबाबदाऱ्या महाराष्ट्र पोलीस दल उत्तम प्रकारे पार पाडेल असा विश्वास वाटतो.

जयहिंद!

आपला स्नेहांकित,



सदानंद दाते
पोलीस महासंचालक,
महाराष्ट्र राज्य, मुंबई

अंतरंग

सप्टेंबर २०२६



पोलीस सन्मान

०९. सन २०२६ राष्ट्रपती पोलीस पदकप्राप्त अधिकारी व अंमलदार

पोलीस विशेष

२०. गडचिरोली पोलीस दलाची शौर्यगाथा आणि माओवादविरोधी अभियानाला निर्णायक यश.. – **एम. रमेश, पोलीस अधीक्षक, गडचिरोली**

३२. सुदृढ पोलीस, सक्षम दल: शास्त्रीय आहार अन् शिस्तबद्ध फिजिकल फिटनेस प्रशिक्षणाने राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूरची आरोग्याकडे यशस्वी घौडदौड – **बच्चन सिंह, समादेशक, रारापोब गट क्र. ४, नागपूर**



४६. महाराष्ट्र पोलीस दलातर्फे पन्हाळगड ते विशाळगड पदभ्रमंती मोहीम यशस्वी – **नीलोत्पल, पोलीस अधीक्षक, कोल्हापूर**

५२. लोहमार्ग पोलीस –सुरक्षित प्रवास, संवेदनशील सेवा आणि समाजाचा विश्वास

७२. गडचिरोली येथे पूरपरिस्थितीत नागपूर पथकाची देवदुतासमान कामगिरी अनेक नागरिकांची सुखरूप सुटका व दुर्गम भागात वैद्यकीय मदतीचा हात

७५. डायल११२ व दोडामार्ग पोलीस ठाणे यांच्या कारवाईला यश चोरट्याकडून मुद्देमाल हस्तगत



नवी दिशा... नवीन संधी

५७. डिजिटल संधी कशा मिळवाल? – **सुरेश वांदिले**

छायाचित्र दालन



०७. दिनांक १५ ऑगस्ट २०२६ रोजी स्वातंत्र्यदिनाच्या निमित्ताने संपन्न झालेल्या ध्वजारोहण समारंभ प्रसंगाची छायाचित्रे

०८. केंद्रीय गृहमंत्री दक्षता पदक (अन्वेषण) प्रदान समारंभाची क्षणचित्रे

१३. सर्वोत्कृष्ट अपराधसिद्धी – पोलीस सन्मान सोहळा



पोलीस क्रीडाविशेष

६२. ११ वी अखिल भारतीय पोलीस ज्युदो क्लस्टर २०२६-२७, हैद्राबाद : महाराष्ट्र पोलीस दलाची उल्लेखनीय कामगिरी (२ सुवर्ण, ३ रौप्य, १४ कांस्य पदक (वैयक्तिक)

लेख

२५. एमपीएससी पूर्व परीक्षा : भाग दोन – **एस. वाय. संदे**

२८. चाळीशी नंतरचे आर्थिक नियोजन – **सुधाकर कुलकर्णी**

६८. तुझसे नाराज़ नहीं (गुलजार) – **संजीव देवकर**



आरोग्यं धनसंपदा

४०. मान्सून आणि हृदयाचे आरोग्य: संबंध समजून घेऊया आणि सुरक्षित राहूया – **डॉ. अनिल शर्मा**

४९. लहान वयात चष्मा : जबाबदार कोण? – **डॉ. माथंगी चारी रानडे**

कविता

२७. फूल – **बाळकृष्ण ठाणगे**

३१. पहारा – **विशाल सोनवणे**

३९. जन्मलो देशात मी या – **दत्तात्रय जोशी**

६७. प्रभू – **दिनबा**

७६. मैत्री – **आरोही ठाकूरदेसाई**

तपासकथा



१५. माग – **अमितकुमार मनेळ, पोलीस निरीक्षक, उपनगर पोलीस ठाणे, नंदुरबार**

३५. मीच केलाय तो खून – **नंदकुमार दुधाळ, पोलीस निरीक्षक, शिर्डी पोलीस ठाणे, अहिल्यानगर**

५४. बनाव – **संपतराव पाटील, पोलीस निरीक्षक, तुळींज पोलीस ठाणे, मिरा भाईंदर वसई विरार**

६४. कुऱ्हाडीचा दांडा, गोतास काळ – **अर्जुन राऊत, पोलीस उपनिरीक्षक, एमआयडीसी सिडको पोलीस ठाणे, छत्रपती संभाजीनगर**



७९. पाककृती

८१. शब्दकोडे

छायाचित्र दालन

दिनांक १५ ऑगस्ट २०२६ रोजी स्वातंत्र्यदिनाच्या निमित्ताने मा. मुख्यमंत्री,
महाराष्ट्र राज्य, यांच्या हस्ते संपन्न झालेल्या ध्वजारोहण समारंभ प्रसंगाची छायाचित्रे











छायाचित्र दालन

केंद्रीय गृहमंत्री दक्षता पदक (अन्वेषण) प्रदान समारंभाची क्षणचित्रे













पोलीस सन्मान

सन २०२६ राष्ट्रपती पोलीस पदकप्राप्त अधिकारी व अंमलदार

दिनांक १५ ऑगस्ट २०२६ रोजी स्वातंत्र्यदिनी शौर्य पदक, भारताच्या मा. राष्ट्रपती यांचे उल्लेखनीय सेवेचे पदक व गुणवत्तापूर्ण सेवेचे पदक या पदकांनी खालील पोलीस अधिकारी व अंमलदार यांना पुरस्कृत करण्यात आले आहे.

मा. राष्ट्रपती यांचे उल्लेखनीय सेवेचे पदक (PSM)



शिरीष जैन
आयुक्त,
राज्य गुप्तवार्ता विभाग,
म. राज्य, मुंबई



सुभाष भुजंग,
सहायक पोलीस आयुक्त,
छत्रपती संभाजीनगर शहर



संजय वायचळे,
सहायक पोलीस उपनिरीक्षक
नाशिक शहर

शौर्य पदक (GM)



राजू गवळी,
पोलीस उपनिरीक्षक,
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



वासुदेव मडावी (प्रथम बार)
पोलीस उपनिरीक्षक,
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



दिलीप आत्राम
पोलीस हवालदार
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



अजय मडावी
पोलीस शिपाई
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



गणेश डुब्बुला
पोलीस शिपाई
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



विजय मडावी
पोलीस शिपाई
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



भूपेश जुमनाके
पोलीस शिपाई
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



दलसू बोगामी
पोलीस शिपाई
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



राजेश किरंगे
पोलीस शिपाई
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



मासा आत्राम
पोलीस नाईक
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



यतिश देशमुख
अपर पोलीस अधीक्षक
(अभियान)
गडचिरोली



विजय कोडापे
पोलीस हवालदार
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



दशरथ मडावी
नापोशि
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



राजेश बेडकी
पोशि
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



सुधाकर पोरतेट
पोशि
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



श्रीनिवास निष्ठुरी
पोशि
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



गणेश गंजीवार
पोशि
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



नितेश टेंभेकर
पोशि
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



शिवाजी हिचामी
पोशि
विअप,
प्राणहिता (अहेरी)



संजय कंकाबंडावार
पोशि
इंट सेल, गडचिरोली

गुणवत्तापूर्ण सेवेचे पदक (GM)



संजय जाधव
अपर पोलीस आयुक्त
पूर्व प्रादेशिक विभाग
ठाणे शहर



विजय मगर
पोलीस उपमहानिरीक्षक
राज्य राखीव पोलीस बल
पुणे



दिगंबर प्रधान
पोलीस अधीक्षक
लाचलुचपत प्रतिबंधक
विभाग, नागपूर



प्रशांत कुलकर्णी
पोलीस उप अधीक्षक
पोलीस प्रशिक्षण शाळा
नागपूर



भागीरथ देशमुख
पोलीस उप अधीक्षक,
नागरी हक्क संरक्षण नाशिक
(सध्या उपआयुक्त, रागुवि
नाशिक)



प्रवीण तेजाळे
सहा. पोलीस आयुक्त,
बृहन्मुंबई



मनोजकुमार यादव
पोलीस उप अधीक्षक
लोहमार्ग पुणे



वैभवकुमार जाधव
पोलीस निरीक्षक
नागपूर ग्रामीण
सध्या सहा. पोलीस
आयुक्त नागपूर शहर



संतोष बर्गे
पोलीस निरीक्षक
लाप्रवि, लातूर
सध्या उपविभागीय पोलीस
अधिकारी, एटापल्ली,
गडचिरोली



विश्वजीत कैनगडे
पोलीस निरीक्षक
पुणे शहर
सध्या उपविभागीय पोलीस
अधिकारी, छ. संभाजीनगर ग्रा.



प्रदीप चौगावकर
पोलीस निरीक्षक, पोलीस
प्रशिक्षण शाळा, नागपूर



जितेंद्र कदम
पोलीस निरीक्षक
गुअवि, पुणे



जनार्दन देसाई
पोलीस उपनिरीक्षक
बृहन्मुंबई



विनोद पाटील
पोलीस उपनिरीक्षक
रागुवि, धुळे



दिलीप ढुमणे
पोलीस उपनिरीक्षक,
ठाणे शहर



दीपक ठाकूर
पोलीस उपनिरीक्षक,
बृहन्मुंबई



प्रकाश कदम
पोलीस उपनिरीक्षक
बृहन्मुंबई



चंद्रशेखर बाविस्कर
पोलीस उपनिरीक्षक
परभणी



दिनेश बडगुजर
पोलीस उपनिरीक्षक
जळगाव



अंकुश न्यायनिर्गुणे
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
बृहन्मुंबई



विलास इंगळे
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
सोलापूर शहर



मुजफ्फरअली जफ़रअली सय्यद
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
जळगाव



मोहन सौंदत्ती
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
ना.ह.स. कोल्हापूर



संपत खैरे
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
अहिल्यानगर



शेरखान पठाण
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
नाशिक शहर



शेखर फरतडे
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
नाशिक शहर



गुलाब सोनार
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
नाशिक शहर



सुनिल कदम
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
नाशिक ग्रामीण



शैलेश उपासनी
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
ना.ह.स. अहिल्यानगर



अरुण आत्राम
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
पिंपरी चिंचवड



शिवानंद स्वामी
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
पिंपरी चिंचवड



पांडुरंग पाटील
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
जालना



गणेश शिंदे
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
छ. संभाजीनगर शहर



अन्वरअली सय्यदअली सय्यद
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
अहिल्यानगर



मनोज मंगरूळकर
सहा. पोलीस उपनिरीक्षक
अकोला



भरत गोहिल
पोलीस हवालदार
दविप मुंबई



राजकुमार जनबंधू
पोलीस हवालदार
नागपूर शहर

छायाचित्र दालन

जून २०२६ च्या सर्वोत्कृष्ट अपराधसिद्धी बक्षिसाकरिता जळगाव जिल्ह्यातील रावेर पोलीस ठाणे येथील गुन्हा रजिस्टर नंबर १८८/२०२० या गुन्हेतपासाची निवड करण्यात आली आहे. या गुन्हेतपासाचे तपासी अधिकारी व अंमलदार यांचा राज्याचे पोलीस महासंचालक मा. श्री. सदानंद दाते यांच्या हस्ते प्रमाणपत्र व रोख पारितोषिक देऊन सत्कार करण्यात आला. या प्रसंगी सह. पो. अधीक्षक कुमार चिंता, सपोनि शितलकुमार नाईक, पोउपनि सुनील पाटील, सपोउनि बिजू जावरे व पोलीस अंमलदार ज्ञानेश्वर चौधरी यांना गौरवण्यात आले. ■











जून २०२६ करिता सर्वोत्कृष्ट गुन्हे अन्वेषण बक्षिसाकरिता सीबीडी पोलीस ठाणे, नवी मुंबई पोलीस आयुक्तालय येथील गुन्हा रजिस्टर क्रमांक ९०/२०२६ या गुन्हेतपासाची निवड करण्यात आली आहे. या गुन्हेतपासाचे तपासी अधिकारी व अंमलदार यांचा राज्याचे पोलीस महासंचालक मा. श्री. सदानंद दाते यांच्या हस्ते प्रमाणपत्र व रोख पारितोषिक देऊन सत्कार करण्यात आला. याप्रसंगी पोउपनि योगेश जाधव व पोलीस अंमलदार प्रशांत वाघ आणि सचिन सरगर यांना गौरवण्यात आले. ■







माग



अमितकुमार मनेळ
पोलीस निरीक्षक
उपनगर पोलीस ठाणे
नंदुरबार

दारू पिण्यासाठी पैसे न दिल्याबद्दल आपल्याच मित्राला जिवंत जाळून त्याचा खून करणाऱ्या तरुणाने ही घटना घडल्यावर पलायन केले आणि शेजारच्या गावात आश्रय घेतला. पण त्याला फार काळ तसे राहता आले नाही. अखेरीस पोलीस त्याचा माग काढत, त्याला शोधत त्याच्यापर्यंत येऊन पोहोचलेच.



नंदुरबार जिल्ह्यातले धानोरा हे छोटे गाव. गावातल्या त्या रस्त्यावर संध्याकाळ नेहमी थोडी लवकरच उतरत असे. आजूबाजूला पसरलेली शेते, दूरवर दिसणाऱ्या डोंगरांच्या काळवंडलेल्या रेषा आणि अधूनमधून जाणाऱ्या एसटी बसचा आवाज एवढीच काय ती त्या परिसराची वैशिष्ट्ये. मुख्य रस्त्यापासून थोडे आत, एका वळणावर टिनाच्या पत्र्याची छोटीशी शेड होती. तिथेच एक लहानसा ढाबा होता. बाहेर दोन-तीन प्लास्टिकच्या खुर्च्या, लोखंडी टेबले आणि धुराने काळवंडलेली



नरहरी बडवर
पोलीस निरीक्षक
उपनगर पोलीस ठाणे
नंदुरबार



विपुल पाटील
पोलीस अंमलदार
उपनगर पोलीस ठाणे
नंदुरबार

भिंत हेच त्याचे विश्व. आत मात्र कांदा-लसूण फोडणीचा वास, तव्यावर पडणाऱ्या तेलाचा चर्रर्र आवाज आणि रेडिओवर हळू आवाजात सुरू असलेली गाणी खास वातावरणनिर्मिती करत.

तिथेच शेडपाशी पन्नाशीच्या आसपासचा जगन्नाथ आपल्या मित्रासोबत शांतपणे जेवण करत बसला होता. त्याच्या चेहऱ्यावर दिवसभराच्या थकव्याच्या रेषा होत्या. भाकरीचा तुकडा तिखटजाळ भाजीमध्ये बुडवून तो घास तोंडात टाकणार एवढ्यात समोरून धापा टाकत एक माणूस त्याच्या दिशेने आला. वय साधारण अडतीस-एकोणचाळीस. अंगावर धुळीने माखलेला शर्ट, विस्कटलेले केस आणि डोळ्यांत अस्वस्थपणा. त्याने आजूबाजूला पाहिले आणि थेट जगन्नाथच्या जवळ जाऊन उभा राहिला. शेडच्या छपरावर अधूनमधून वाऱ्याची झुळूक आपटत होती.

''शिवा तू? काय रे, अचानक आलास? ये जेवायला?'' जगन्नाथ म्हणाला.

''नाही. आधी एक काम होतं,'' शिवा म्हणाला.

''काय? कसलं काम?''

''थोडे पैसे पाहिजेत.''

जगन्नाथच्या हातातला घास तसाच राहिला.

''कशाला?''

शिवाने क्षणभर आजूबाजूला पाहिले आणि हळू आवाजात म्हणाला,



भाकरीचा तुकडा तिखटजाळ भाजीमध्ये बुडवून तो घास तोंडात टाकणार एवढ्यात समोरून धापा टाकत एक माणूस त्याच्या दिशेने आला. वय साधारण अडतीस-एकोणचाळीस. अंगावर धुळीने माखलेला शर्ट, विस्कटलेले केस आणि डोळ्यांत अस्वस्थपणा.

''आज बैलपोळा आहे ना, आज तरी दोन पेग झाले पाहिजेत.''

जगन्नाथच्या चेहऱ्यावर नाराजी उमटली.

''शिवा, आत्ता माझ्याकडे पैसे नाहीत.''

''अरे, पाचशे दे. उद्या देतो परत.''

''नाही म्हणजे नाही.''

''काय रे, पाचशे रुपयालाही महाग झालास होय रे तू?'' शिवाचा आवाज चढला.

बाजूला बसलेले लोक त्यांच्याकडे पाहू लागले. जगन्नाथच्या मित्राने मध्ये पडण्याचा प्रयत्न केला, ''अरे जाऊ दे ना, तो बोलतोय ना त्याच्याकडे पैसे नाहीयेत म्हणून...''

''तू गप बस रे.. मध्ये तोंड नको घालूस.'' शिवाने त्याला फटकारले.

जगन्नाथने शांतपणे सांगितले, ''पैसे असले तरी दारूसाठी देणार नाही. तुला माहिती आहे, तू दारू प्यायलास की काय करतोस.''

शिवा उपहासाने हसला. ''माझी काळजी तुला कधीपासून वाटायला लागली?''

''काळजी आहे म्हणूनच सांगतोय.''

''मग पैसे दे.''

''नाही.''

काही क्षण शांतता पसरली. मध्येच कुठूनसा बैलांच्या गळ्यातील घुंगरांचा मंद आवाज येत होता. शिवाने टेबलावर बोटे आपटायला सुरुवात केली.

''तू माझा मित्र आहेस की नाही?'' त्याने अजून एक अस्त्र काढले.

''मित्र आहे म्हणूनच चुकीच्या

गोष्टीसाठी पैसे देत नाहीये.''

हे ऐकताच शिवाचा चेहरा बदलला.

''तुला काय वाटतं, तू फार शहाणा आहेस?'' तो पुढे झुकत म्हणाला.

जगन्नाथने आता ताट बाजूला केले.

''शिवा, वाद घालू नकोस. जेवून घे आणि गपगुमान घरी जा.''

''मला शिकवू नकोस!'' शिवा जवळजवळ ओरडलाच.

बाजूच्या ढाब्याचा मालकही आता सावधपणे त्यांच्या दिशेने पाहू लागला. काही क्षणांपूर्वी सहज सुरू झालेली मित्रांची भेट आता तणावपूर्ण वातावरणात बदलली होती. पुढे नेमके काय घडणार आहे, याची कल्पना तिथे उपस्थित असलेल्या कुणालाही नव्हती.

''पैसे दे, नाहीतर...'' शिवा अचानक मोठ्याने ओरडला.

''नाहीतर काय करशील?'' पहिल्यांदाच जगन्नाथचा आवाज कठोर झाला.

अंधार वेगाने सांडायला सुरुवात झालेली. आभाळही भरून आले होते. रस्त्यावरून एक ट्रक वेगाने गेला आणि त्याच्या हेडलाईटचा उजेड क्षणभर त्यांच्या चेहऱ्यांवर पडला. दोघेही एकमेकांकडे रोखून पाहत होते.

शिवाचा आवाज वाढतच चालला होता. ''मी फक्त पाचशे रुपये मागितले होते. त्यासाठी एवढं ऐकवायची गरज काय?'' तो संतापून म्हणाला.

''आता घरी जा. उद्या बोलू आपण.''

त्या शब्दांनी शिवा आणखी चिडला.

''ठीक आहे! बघतोच तुला,'' एवढे बोलून तो दातओठ खात



काही क्षणांत परिस्थिती हाताबाहेर गेली. अचानक ज्वाळा भडकल्या. ''वाचवा! वाचवा!'' त्याची किंकाळी संपूर्ण परिसरात घुमली. जो तो उठून बाहेर पळण्याचा प्रयत्न करू लागला.

निघून गेला. जगन्नाथ अस्वस्थपणे मित्राकडे पाहत राहिला.

''जाऊ दे,'' त्याचा मित्र म्हणाला, ''राग शांत झाला की येईल परत.''

बाहेर पडलेला शिवा कुठे गेला, याची कुणालाच कल्पना नव्हती. साधारण पाच मिनिटांनी तो परत आला त्यावेळी त्याच्या हातात एक प्लास्टिकचा कॅन होता. त्याला पाहताच जगन्नाथच्या चेहऱ्यावरचे भाव बदलले. शिवा वेगाने त्याच्याजवळ आला आणि पुढच्याच क्षणी त्याने कॅनमधले पेट्रोल जगन्नाथच्या अंगावर ओतले. पेट्रोलचा तीव्र वास हवेत पसरला.

''अरे, काय करतोयस?'' ढाब्याचा मालक घाबरून पुढे सरसावला. आणखी दोन जणांनी शिवाला पकडण्याचा प्रयत्न केला.

''शिवा, शुद्धीवर ये! काय करतोयस तू?'' जगन्नाथचा मित्र विनवणीच्या सुरात म्हणाला. पण शिवाच्या चेहऱ्यावरचा राग आता विकोपाला गेला होता.

''मलाच सगळे शहाणपणा शिकवतात!'' तो ओरडला आणि पुढच्याच क्षणी त्याने हातातली माचिस शिलगावून पेटती काडी जगन्नाथच्या दिशेने भिरकावली.

काही क्षणांत परिस्थिती हाताबाहेर गेली. अचानक ज्वाळा भडकल्या. ''वाचवा! वाचवा!'' त्याची किंकाळी संपूर्ण परिसरात घुमली. जो तो उठून बाहेर पळण्याचा प्रयत्न करू लागला. ''पाणी आणा! लवकर!'' कुणीतरी ओरडले. लोक घाबरून इकडेतिकडे धावू लागले. ज्वाळांमध्ये अडकलेला जगन्नाथ मदतीसाठी याचना करत होता, पण व्यर्थ. ''मला वाचवा!''

त्याचा आवाज हळूहळू क्षीण होत गेला. काही क्षणांतच तो जमिनीवर कोसळला. त्याच्या हालचाली मंदावल्या आणि शेवटी तो बेशुद्ध झाला.

उपनगर पोलीस ठाण्याला कार्यरत असलेले पोलीस उपनिरीक्षक नरहरी बडवर यांना जिल्हा शासकीय रुग्णालयाकडून या घटनेची माहिती प्राप्त होताच त्यांनी तडक आपल्या सहकाऱ्यांसह रुग्णालयाकडे प्रयाण केले.

जगन्नाथची परिस्थिती अजूनही गंभीर होती.

''डॉक्टर, या जगन्नाथची... म्हणजे व्हिक्टिमची कंडिशन कशी आहे आता? तो कितपत ठीक आहे? आम्हाला त्याचं स्टेटमेंट रेकॉर्ड करायचं होतं...''

''नाही. तसा तो इतका बरा नाहीये, त्याच्या जिवाला असलेला धोका अजूनही टळलेला नाही. त्यामुळे स्टेटमेंट रेकॉर्ड करा पण कमीत कमी त्रास होईल असं बघून.''

त्याप्रमाणे पोलिसांनी फिर्यादीचा जबाब नोंदवून घेतला. फिर्यादीनुसार शिवा याचे नाव आरोपी म्हणून निश्चित झाले. त्यानंतर पोलिसांनी शिवाला शोधण्यासाठी जोरदार शोधमोहीम हाती घेतली. त्याआधी साहेबांनी आपल्या सहकाऱ्यांचे पोलीस पथक तयार केले. पोलीस पथकातील पोलिसांनी घटनास्थळाची पाहणी केली. त्यावेळी गुन्ह्याच्या घटनास्थळाचा पंचांसमक्ष पंचनामा करण्यात आला. मात्र घटनास्थळावर



गुप्त बातमीदाराकडून मिळालेल्या या महत्त्वाच्या माहितीच्या आधारे पोलिसांनी शेजारच्या पाड्यावर जाऊन शिवाला ताब्यात घेतले. त्याच्या मुसक्या आवळून पोलिसांची जीप उपनगर पोलीस ठाण्याकडे मार्गस्थ झाली.

घटनेच्या अनुषंगाने फार काही मिळाले नाही. घटनास्थळाचा नकाशा तयार करण्यात आला.

''साहेब, हे बघा. हे एक फक्त मिळालं इथे..'' सहकारी अंमलदारांनी घटनास्थळावरून एक अर्धवट जळालेली अंडरपॅन्ट जप्त केलेली प्लॅस्टिकची पिशवी दाखवली.

''हं... आपल्याला या माणसाला लवकरात लवकर शोधून काढायला हवं. इथे कुठे सीसीटीव्ही फुटेज वगैरे तर दिसत नाही. एक काम करा, आपल्या खबरींना ॲलर्ट करा. त्यांना शक्य तितक्या लवकर या माणसाची बित्तंबातमी काढायला सांगा.''

पोलिसांनी एकीकडे धानोरा गावात शिवाचा शोध घेण्याचे काम सुरू ठेवले. हे सुरू असतानाच पोलीस पथकातील अंमलदारांचा फोन वाजला.

''जय हिंद साहेब.''

''जय हिंद. बोल. काय खबर?''

''साहेब, तुम्ही शिवाला इथे शोधून राहिलात. हे म्हंजे डोळ्यात केर कानात फुंकर असंच झालं की!''

''उगाच बात गोल गोल फिरवू नकोस. मुद्द्यावर ये लगेच.''

''म्हणजे असं आहे साहेब, तो तुम्हाला इथे नाय मिळणार. तो गेलाय पळून कधीच. तिकडे पलिकडच्या कातकरवाडीत भेटेल तो पाहा!''

गुप्त बातमीदाराकडून मिळालेल्या या महत्त्वाच्या माहितीच्या आधारे पोलिसांनी शेजारच्या पाड्यावर जाऊन शिवाला ताब्यात घेतले. त्याच्या मुसक्या आवळून पोलिसांची जीप उपनगर पोलीस ठाण्याकडे मार्गस्थ झाली.

***

''बोल रे.. का पेट्रोल ओतून जाळलंस तू जगन्नाथला? तुझा मित्र होता ना तो? असा काय गुन्हा केला होता त्याने?''

''मित्र?'' शिवा खिन्नपणे हसला. ''मित्र म्हणण्यापेक्षा गुरु म्हणा साहेब त्याला. अख्ख्या गावाला वळण लावण्याचं, शिस्त लावण्याचं जसंकाही कान्ट्रॅक्टच घेतलं होतं त्याने. याला उपदेश, त्याला सल्ला, आणखी कुणाला कसं वागावं, कसं बोलावं याचे संस्कार... लय डोकं खायचा. म्हणे, माझी काळजी होती. तो मला असं म्हनला आनि आपलं तर डोस्कंच फिरलं! एवढा राग आलेला की काय करतोय हेच कळेना. त्याच तिरीमिरीत गेलो आनि गाडीतलं पेट्रोल काढून आणलं अन ओतलं त्याच्यावर.''

हे बोलणे सुरू असतानाच एका सहकारी अंमलदारांनी साहेबांना बाजूला घेऊन काहीतरी सांगितले. त्यांचा चेहरा गंभीर झाला. ते शिवापाशी येऊन म्हणाले,

''जगन्नाथ गेला. आता तुझ्यावर खुनाचा आरोप लागणार. तू काही लवकर सुटत नाहीस आता इथून...''

शिवाच्या चेहऱ्यावरचे भाव बदलले. आधीची बेफिकिरीची रेषा पूर्णपणे पुसली गेली.

''काडेपेटी कुठे आहे?''

''कोनची काडेपेटी?''

''तू वापरलेली.. कुठे टाकलीस?''

शिवाने डोके खाजवले. मग त्याला आठवले, त्याने ती काडेपेटी कुठे टाकलेली होती ती जागा पोलिसांना सांगितली. त्या अनुषंगाने पोलीस पथकाने त्या ठिकाणी जाऊन मेमोरँडम पंचनाम्याद्वारे ती काडेपेटी ताब्यात घेतली. दरम्यान तपासाची सूत्रे



पोलिसांनी मयत जगन्नाथ याच्या त्वचेचा नमुना घेतला. त्याचप्रमाणे आरोपी शिवा याने गुन्हा घडतेवेळी घातलेले कपडे जप्त करण्यात आले. त्वचेचा नमुना, फिर्यादी व आरोपी यांचे कपडे, काडेपेटी हा सर्व मुद्देमाल रासायनिक तपासणीकरिता न्यायसहायक वैज्ञानिक प्रयोगशाळा यांच्याकडे पाठवण्यात आला.

बडवर साहेबांकडून पोलीस निरीक्षक अमित मनेळ यांच्याकडे आली. पोलिसांनी मयत जगन्नाथ याच्या त्वचेचा नमुना घेतला. त्याचप्रमाणे आरोपी शिवा याने गुन्हा घडतेवेळी घातलेले कपडे जप्त करण्यात आले. त्वचेचा नमुना, फिर्यादी व आरोपी यांचे कपडे, काडेपेटी हा सर्व मुद्देमाल रासायनिक तपासणीकरिता न्यायसहायक वैज्ञानिक प्रयोगशाळा यांच्याकडे पाठवण्यात आला.

फिर्यादी मयत होण्यापूर्वी जखमी असताना त्यांच्यावर करण्यात आलेल्या औषधोपचारांचे कागदपत्रदेखील जप्त करण्यात आले. तसेच गुन्ह्यातले प्रत्यक्षदर्शी साक्षीदार व इतर साक्षीदार यांची तपासणी करण्यात आली. त्यांनी सदर गुन्ह्यात पुराव्याच्या दृष्टीने उपयुक्त ठरेल अशी माहिती दिली. महत्त्वाच्या साक्षीदारांचे भारतीय साक्ष अधिनियम कलम १८३ प्रमाणे जबाब नोंदवून घेण्यात आले. गुन्ह्याचा तपास पूर्ण करून आरोपीच्या विरोधात मा. न्यायालयात दोषारोपपत्र दाखल करण्यात आले.

आरोपीला भान्यासं कलम १०३ (१) अन्वये आजन्म सश्रम कारावास व पाच हजार रुपये दंड अशी शिक्षा सुनावण्यात आली आहे.

नंदुरबार जिल्ह्यातील उपनगर पोलीस ठाणे येथे कार्यरत पोलीस उपनिरीक्षक नरहरी बडवर, पोलीस निरीक्षक अमितकुमार मनेळ, आणि पोलीस अंमलदार विपुल पाटील यांनी या प्रकरणाचा तपास उत्कृष्ट प्रकारे पूर्ण केला आहे. ■

(कथा सत्यघटनेवर आधारित असून पात्रांची नावे व काही प्रसंग बदलले आहेत.)



एम रमेश
पोलीस अधीक्षक
गडचिरोली

गडचिरोली पोलीस दलाची शौर्यगाथा आणि माओवादविरोधी अभियानाला निर्णायक यश..

गडचिरोली जिल्ह्यातील माओवाद हा समूळ नष्ट करण्यासाठी गडचिरोली पोलीस दलाने अपार कष्ट केले आहेत. जिल्ह्यात सुरक्षितता व सुव्यवस्था नांदावी यासाठी त्यांनी केलेल्या कार्याची दखल घेत गडचिरोली पोलीस दलातील ५ सहायक पोलीस निरीक्षकांना पोलीस निरीक्षक पदी वेगवर्धित पदोन्नती देऊन त्यांचा गौरव करण्यात आला. ३ जुलै २०२६ रोजी पोलीस महासंचालक कार्यालय, मुंबई येथे झालेल्या पिपिंग कार्यक्रमात राज्याचे पोलीस महासंचालक मा. श्री सदानंद दाते यांनी त्यांचा गौरव केला त्याचे वृत्त येथे प्रकाशित करण्यात येत आहे.

माओवादप्रभावित व अत्यंत अतिसंवेदनशील क्षेत्र म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या गडचिरोली जिल्ह्यात, कर्तव्य बजावणारे पोलीस अधिकारी व अंमलदार हे प्रतिकूल परिस्थितीत अत्यंत धैर्याने, शिस्तबद्धतेने आणि समर्पित भावनेने कर्तव्य बजावत असतात. दुर्गम भौगोलिक परिस्थिती, घनदाट जंगल, प्रतिकूल हवामान, दळणवळणाची अपुरी साधने आणि माओवाद्यांकडून असलेला सततचा धोका या सर्व आव्हानांचा सामना करत गडचिरोली पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदार नागरिकांच्या सुरक्षिततेसाठी आणि जिल्ह्यात शांतता व सुव्यवस्था प्रस्थापित करण्यासाठी सातत्याने कार्यरत आहेत.

माओवादविरोधी कारवायांमध्ये उत्कृष्ट कामगिरी, शौर्य आणि अतुलनीय कर्तव्यनिष्ठा दाखवणाऱ्या अधिकाऱ्यांचे मनोबल उंचावण्यासाठी व त्यांच्या सेवेची यथोचित दखल घेण्यासाठी महाराष्ट्र राज्य शासनाच्या गृह विभागाकडून माओवादविरोधी भागात कर्तव्य पार पाडणाऱ्या पोलीस अधिकारी व अंमलदारांना 'वेगवर्धित पदोन्नती' प्रदान केली जाते.

याच पार्श्वभूमीवर, गडचिरोली पोलीस दलात कर्तव्य बजावत असताना अतुलनीय शौर्य दाखवत धाडसी कामगिरी करणाऱ्या एकूण ५ सहायक पोलीस निरीक्षकांना पोलीस निरीक्षक पदावर पदोन्नती देण्यात आली. ही पदोन्नती केवळ संबंधित अधिकाऱ्यांच्या वैयक्तिक शौर्याचा आणि कर्तव्यनिष्ठेचा गौरव नसून, प्रतिकूल परिस्थितीत कार्यरत असलेल्या संपूर्ण गडचिरोली पोलीस दलाच्या धैर्य, समर्पण आणि कर्तव्यपरायणतेची दखल आहे. या अनुषंगाने महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालयात आयोजित विशेष 'पिपिंग' समारंभात अधिकाऱ्यांचा गौरव करून गडचिरोली पोलीस दलाची शौर्यपूर्ण गाथा सांगण्यात आली.

गडचिरोली जिल्ह्यात माओवादी कारवायांना आळा घालण्यासाठी आणि माओवाद्यांपासून भयमुक्त करण्यासाठी गडचिरोली पोलीस दल सातत्याने यशस्वी मोहिमा राबवत आहे. माओवाद्यांची हालचाल, त्यांचे तळ, शस्त्रसाठा, स्फोटक साहित्य तसेच शस्त्रनिर्मितीसाठी वापरण्यात येणारे साहित्य याबाबत प्राप्त होणाऱ्या गोपनीय माहितीचे अचूक विश्लेषण करून त्याआधारे विशेष अभियानांचे नियोजन केले जात आहे.

याच श्रृंखलेचा एक भाग म्हणून महाराष्ट्र–छत्तीसगड आंतरराज्यीय सीमावर्ती भागात माओवाद्यांनी सुरक्षा दलांना हानी पोहोचवण्याच्या व घातपात घडवून आणण्याच्या

गडचिरोली पोलीस दलात कर्तव्य बजावत असताना अतुलनीय शौर्य दाखवत धाडसी कामगिरी करणाऱ्या एकूण ५ सहायक पोलीस निरीक्षकांना पोलीस निरीक्षक पदावर पदोन्नती देण्यात आली. ही पदोन्नती केवळ संबंधित अधिकाऱ्यांच्या वैयक्तिक शौर्याचा आणि कर्तव्यनिष्ठेचा गौरव नसून, प्रतिकूल परिस्थितीत कार्यरत असलेल्या संपूर्ण गडचिरोली पोलीस दलाच्या धैर्य, समर्पण आणि कर्तव्यपरायणतेची दखल आहे.

उद्देशाने दुर्गम भागात लपवून ठेवलेला मोठा शस्त्रसाठा शोधून काढण्यात सुरक्षा दलांना यश आले आहे. जमिनीखाली लपवून ठेवलेला शस्त्रनिर्मितीचा कारखाना, स्फोटके व अवजड यंत्रसामग्री शोधून काढून ती घटनास्थळीच नष्ट करण्यात गडचिरोली पोलीस दल आणि सीआरपीएफ जवानांना यश आले आहे.

जून, जुलै आणि ऑगस्ट २०२६ या कालावधीत राबविण्यात आलेल्या माओवादविरोधी अभियानामुळे व त्यामध्ये हस्तगत करण्यात आलेल्या विविध साहित्यामुळे माओवादी चळवळीला मोठा दणका बसला आहे. या कारवायांमधून सुरक्षा दलांची सतर्कता, अचूक गुप्तवार्ता संकलन, प्रभावी नियोजन आणि विविध सुरक्षा यंत्रणांमधील समन्वय यांचे प्रभावी दर्शन घडून येते.

गडचिरोली पोलीस दलातील ५ सहा. पोलीस निरीक्षकांना शौर्याबद्दल वेगवर्धित पदोन्नती पिपिंग समारंभ पोलीस महासंचालक कार्यालयात संपन्न

गडचिरोली जिल्ह्यात माओवादविरोधी अभियानात उत्कृष्ट कामगिरी, धाडसी कारवाया आणि उल्लेखनीय सेवा बजावणाऱ्या गडचिरोली पोलीस दलातील ५ सहायक पोलीस निरीक्षकांची गृह विभागामार्फत 'पोलीस निरीक्षक' पदी वेगवर्धित पदोन्नती करण्यात आली. माओवादविरोधी अभियानामध्ये कार्यरत असताना अधिकारी व अंमलदारांकडून दाखवण्यात येणारे धैर्य, प्रसंगावधान, नेतृत्वगुण आणि कर्तव्यनिष्ठा यांची दखल शासन स्तरावर घेण्यात येणे ही गडचिरोली पोलीस दलासाठी निश्चितच अभिमानाची बाब आहे.

या प्रसंगी दिनांक ०३ जुलै २०२६ या दिवशी महाराष्ट्र राज्य







पोलीस मुख्यालय, पोलीस महासंचालक कार्यालय, मुंबई येथे पोलीस महासंचालक, (म. रा.) मा. श्री. सदानंद दाते यांच्या प्रमुख उपस्थितीत विशेष पिपिंग समारंभ पार पडला. मा. पोलीस महासंचालक श्री. सदानंद दाते व उपस्थित वरिष्ठ अधिकाऱ्यांच्या हस्ते योगिराज जाधव, सचिन झनक, बाबासाहेब दुधाळ, सुनील बागल, राहुल देव्हडे या ५ अधिकाऱ्यांच्या खांद्यावर पोलीस निरीक्षक पदाची मानचिन्हे लावून त्यांचा विशेष सन्मान करण्यात आला. या समारंभादरम्यान मा. पोलीस महासंचालक श्री. सदानंद दाते यांनी वेगवर्धित पदोन्नती प्राप्त अधिकाऱ्यांशी संवाद साधत माओवादविरोधी अभियानातील त्यांचे अनुभव, आव्हाने व कार्यपद्धती जाणून घेतली. अतिदुर्गम व प्रतिकूल वातावरणात बजावलेल्या कर्तव्याचे कौतुक करताना त्यांनी गडचिरोली पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदारांच्या शौर्याची विशेष दखल घेतली. 'पोलीस दलातील शौर्य व उत्कृष्ट कार्याचा असा सन्मान झाल्याने सेवेतील गुणवत्ता, निष्ठा आणि मनोबलास अधिक बळ मिळते. या पदोन्नतीमुळे संपूर्ण पोलीस दलाचे मनोबल उंचावून इतर अधिकाऱ्यांनाही उत्कृष्ट कामगिरीची प्रेरणा मिळेल,' असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला.

गडचिरोली पोलीस दलाने आजपर्यंत देशात व राज्यात आपल्या शौर्याचा ठसा उमटवत अनेक महत्त्वपूर्ण पदके व सन्मान प्राप्त केले आहेत. यामध्ये ०३ शौर्य चक्र, ०६ राष्ट्रपती पोलीस शौर्य पदक, तसेच ३५८ पोलीस शौर्य पदके, गुणवत्तापूर्ण सेवेसाठी २१ राष्ट्रपती पोलीस पदके, १५१० पोलीस महासंचालक पदके व ४०४ वेगवर्धित पदोन्नतीप्राप्त अधिकारी/अंमलदार अशी अनेक पदके गडचिरोली पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदारांनी प्राप्त केलेले आहेत.

ही गौरवशाली परंपरा केवळ पदके आणि सन्मान यांच्यापुरती मर्यादित नसून, ती गडचिरोली पोलीस दलातील प्रत्येक अधिकारी व अंमलदाराने प्रतिकूल परिस्थितीत बजावलेल्या कर्तव्याचे प्रतीक आहे. माओवादविरोधी अभियानात कार्यरत असलेल्या जवानांच्या मनोबलाला अशा प्रकारच्या सन्मानामुळे निश्चितच बळ मिळते.

महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालय, पोलीस महासंचालक कार्यालय, मुंबई येथे पार पडलेल्या पिपिंग समारंभात मा. अपर पोलीस महासंचालक (एटीएस) श्री. नवल बजाज, अपर पोलीस महासंचालक (कायदा व सुव्यवस्था) डॉ. श्री. निखिल गुप्ता, मा. आयुक्त (राज्य गुप्तवार्ता विभाग), मा. श्री. शिरीष जैन, अपर पोलीस महासंचालक (सायबर) श्री. यशस्वी यादव, अपर पोलीस महासंचालक (विशेष कृती), मा. डॉ. श्री. छेरिंग दोरजे, सहा. पोलीस महानिरीक्षक (कायदा व सुव्यवस्था) श्री. सागर पाटील, पोलीस अधीक्षक (डायल ११२) श्री. प्रशांत मोहिते हे उपस्थित होते.

महाराष्ट्र-छत्तीसगड सीमेवर बालबेडा जंगल परिसरात गडचिरोली पोलीस व सीआरपीएफ यांच्याकडून माओवाद्यांच्या शस्त्रनिर्मिती कारखान्याचा पर्दाफाश आणि साहित्य नष्ट

सुरक्षा दलांवर घातपाती कारवाया करणे व नक्षल सप्ताहासह निवडणुकांच्या काळात अडथळा निर्माण करणे या उद्देशाने माओवाद्यांनी लपवून ठेवलेले

शस्त्रनिर्मितीचे साहित्य शोधून काढण्यात गडचिरोली पोलीस व सीआरपीएफच्या जवानांना मोठे यश आले आहे. गोपनीय माहितीच्या आधारे राबवण्यात आलेल्या या विशेष अभियानादरम्यान जवानांनी जप्त केलेले सर्व माओवादी साहित्य घटनास्थळीच नष्ट केले आहे. महाराष्ट्र आणि छत्तीसगड राज्यांच्या सीमावर्ती, दुर्गम भागातील बालबेडा जंगल परिसरात माओवाद्यांनी शस्त्रनिर्मितीचा कारखाना उभारून विविध साहित्य जमिनीत पुरून ठेवल्याची खात्रीशीर गोपनीय माहिती गडचिरोली पोलीस दलास प्राप्त झाली. माओवाद्यांकडून शस्त्रनिर्मितीसाठी वापरण्यात येणाऱ्या साहित्याचा साठा दुर्गम व जंगल भागात लपवून ठेवण्यात आला होता. परिणामी त्याचा शोध घेणे हे सुरक्षा दलांसमोरचे मोठे आव्हान होते.

प्राप्त माहितीच्या आधारे २६ जून २०२६ रोजी विशेष अभियान पथक, गडचिरोली व प्राणहिता यांच्या ६ संयुक्त तुकड्या, बीडीडीएसचे १ पथक, इंटेलिजन्स सेल आणि सीआरपीएफचे पथक या भागात शोधमोहिमेसाठी रवाना झाले.

दिनांक २८ जून २०२६ रोजी जवानांकरवी संबंधित जंगल परिसराला वेढा घालून कसून पाहणी केली गेली. या संयुक्त शोधमोहिमेत ५ ते ६ टन वजन असलेली ०१ नग लेथ मशीन, १५० नग क्लेमोर व बीजीएल पाईप्स, २२० नग १२ बोअर पाईप, २० नग रायफल रॉड मेटल पट्टी इ. माओवादी साहित्य जप्त करण्यात आले. जप्त करण्यात आलेले सर्व साहित्य अत्यंत संवेदनशील व अवजड असल्याने, बीडीडीएस पथक व जवानांच्या साहाय्याने सर्व साहित्य घटनास्थळीच यशस्वीरीत्या नष्ट करण्यात आले. या कारवाईमुळे माओवाद्यांकडून शस्त्रनिर्मिती व सुरक्षा दलांविरोधात त्याचा वापर करण्याच्या उद्देशाला मोठा धक्का बसला आहे. गडचिरोली जिल्ह्यातील माओवादी चळवळ आता अंतिम टप्प्यात असून सुरक्षा दलांच्या सतर्कतेमुळे माओवाद्यांचे मनसुबे उधळले जात आहेत.

जप्त करण्यात आलेले सर्व साहित्य अत्यंत संवेदनशील व अवजड असल्याने, बीडीडीएस पथक व जवानांच्या साहाय्याने सर्व साहित्य घटनास्थळीच यशस्वीरीत्या नष्ट करण्यात आले. या कारवाईमुळे माओवाद्यांकडून शस्त्रनिर्मिती व सुरक्षा दलांविरोधात त्याचा वापर करण्याच्या उद्देशाला मोठा धक्का बसला आहे. गडचिरोली जिल्ह्यातील माओवादी चळवळ आता अंतिम टप्प्यात असून सुरक्षा दलांच्या सतर्कतेमुळे माओवाद्यांचे मनसुबे उधळले जात आहेत.

गडचिरोली पोलीस व सीआरपीएफच्या संयुक्त कारवाईत माओवाद्यांचा मोठा शस्त्रसाठा व स्फोटक साहित्य जप्त

महाराष्ट्र–छत्तीसगड सीमेवरील मौजा कुमनार जंगल परिसरात माओवाद्यांनी सुरक्षा दलांवर घातपाती हल्ले करण्याच्या हेतूने मोठ्या प्रमाणावर अग्निशस्त्रे व स्फोटक साहित्य जमिनीत लपवून ठेवल्याची गुप्त माहिती गडचिरोली पोलीस दलाला मिळाली. माओवादी चळवळीच्या विरोधात राबविण्यात येणाऱ्या अभियानामध्ये गुप्तवार्ता संकलन व त्याआधारे तातडीने करण्यात येणारी कारवाई हा महत्त्वाचा घटक आहे. प्राप्त माहितीची पडताळणी करून





संबंधित भागात शोधमोहीम राबविण्यात आली. त्या माहितीच्या आधारे ३१ जुलै २०२६ रोजी विशेष अभियान पथक, प्राणहिता येथील ०४ तुकड्या, बीडीडीएसचे ०१ पथक व सीआरपीएफचे ०१ पथक शोधमोहिमेसाठी रवाना करण्यात आले.

दि. ०१ ऑगस्ट २०२६ रोजी कुमनार जंगल परिसराला वेढा घालून बीडीडीएस पथकाच्या मदतीने कसून तपासणी करण्यात आली. या शोधमोहिमेदरम्यान ०१ नग एसएलआर रायफल, ०१ नग ३०३ रायफल, ०७ नग १२ बोअर रायफल, ०३ नग सिंगल शॉट रायफल, ०२ नग बीजीएल लॉन्चर्स, ०३ नग एसएलआर मॅगझिन, ०१ नग आयईडी स्फोटक, ०२ नग बॅटरी असे माओवादी साहित्य हस्तगत करण्यात गडचिरोली पोलीस दलास यश आले आहे. घटनास्थळावरून मिळालेले सर्व माओवादी साहित्य जप्त करण्यात आले.

सदर दोन्ही कारवाया अपर पोलीस अधीक्षक (अभियान) श्री. कार्तिक मधिरा, अपर पोलीस अधीक्षक (प्रशासन) श्री. गोकुल राज जी., अपर पोलीस अधीक्षक अहेरी (प्राणहिता), श्री. हर्षवर्धन बी. जे., तत्का. पोलीस उप अधीक्षक (अभियान), श्री. विशाल नागरगोजे आणि विद्यमान पोलीस उप अधीक्षक (अभियान), श्री. सुनिल उईके यांच्या नेतृत्वाखाली विशेष अभियान पथक गडचिरोली व प्राणहिता, इंटेलिजन्स सेल व बीडीडीएस पथक, गडचिरोली व प्राणहिता येथील जवानांनी यशस्वीरित्या पार पाडली.

या दोन्ही कारवायांमधून गडचिरोली पोलीस दल व सीआरपीएफ यांच्यातील प्रभावी समन्वय, जवानांची सतर्कता, गुप्तवार्ता यंत्रणेची कार्यक्षमता आणि अतिदुर्गम भागातही अभियान राबविण्याची क्षमता अधोरेखित होते. माओवाद्यांकडून सुरक्षा दलांवर संभाव्य घातपाती कारवाया करण्यासाठी साठवून ठेवण्यात आलेले शस्त्रसाठे व साहित्य वेळेत शोधून काढल्यामुळे सुरक्षा दलांना असलेला संभाव्य धोका टाळण्यात यश आले आहे.

गडचिरोली पोलीस दलासाठी प्रत्येक अभियान हे केवळ माओवादी साहित्य हस्तगत करण्यापुरते मर्यादित नसून, जिल्ह्यातील नागरिकांना भयमुक्त वातावरण उपलब्ध करून देणे, शासनाच्या विकासात्मक योजना दुर्गम भागातील नागरिकांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी सुरक्षित वातावरण निर्माण करणे आणि लोकशाही व्यवस्थेवरील नागरिकांचा विश्वास अधिक दृढ करणे या व्यापक उद्देशाचा एक भाग आहे. गडचिरोली पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदार प्रतिकूल परिस्थितीतही आपल्या कर्तव्यापासून विचलित न होता शौर्य, शिस्त, संयम आणि समर्पणाच्या भावनेने कार्यरत आहेत. शासनाच्या विकासात्मक प्रयत्नांना सुरक्षाकवच देत माओवादविरोधी अभियान अधिक प्रभावी करण्याच्या दिशेने गडचिरोली पोलीस दलाची वाटचाल सातत्याने सुरू आहे.

गडचिरोली पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदारांचे शौर्य, त्यांना मिळालेले सन्मान आणि माओवादविरोधी अभियानातील सातत्यपूर्ण यश ही या दलाच्या कर्तव्यनिष्ठेची आणि समर्पणाची साक्ष आहे. या सर्वांच्या एकत्रित प्रयत्नांतून गडचिरोली जिल्हा शांत, सुरक्षित, भयमुक्त होण्याच्या आणि विकासाच्या मुख्य प्रवाहाशी अधिक गतिमानपणे जोडला जाण्याच्या दिशेने निश्चितपणे वाटचाल करीत आहे. ■

एमपीएससी पूर्व परीक्षा
भाग दोन



एस वाय संदे
छत्रपती संभाजीनगर



एमपीएससी पूर्वपरीक्षेची तयारी करताना ग्रूप डिस्कशन आणि चालू घडामोडी या दोन घटकांचे महत्त्व अतिशय जास्त आहे. पूर्वपरीक्षा म्हणजे केवळ पुस्तकातील माहिती आठवणे नव्हे, तर देश-विदेशात घडणाऱ्या सामाजिक, राजकीय, आर्थिक, पर्यावरणीय आणि तांत्रिक बदलांना समजून घेण्याची क्षमता दाखवण्याचे एक माध्यम आहे. या वर्षीपासून परीक्षेच्या स्वरूपात मोठा बदल झाला असून वर्णनात्मक परीक्षेत विचारले जाणारे प्रश्न अधिक वास्तववादी, विश्लेषणात्मक आणि सामाजिक स्तरावर आधारित झाले आहेत. त्यामुळे फक्त सैद्धांतिक अभ्यास पुरेसा नाही; चालू घडामोडींवर नेहमी बारीक लक्ष ठेवणे आणि विचार करण्याची सखोल पद्धत विकसित करणे आवश्यक आहे.

समूह चर्चेचा उद्देश केवळ आपले मत मांडणे नाही; तर विचारांचा समन्वय, तर्कशुद्धता, संवाद कौशल्य आणि सहकार्याची भावना उभारणे हे देखील काळजीपूर्वक तपासले जाते.

चालू घडामोडींवर आधारित प्रश्न तुम्हाला फक्त आठवणीतून उत्तर

देण्याऐवजी त्या घडामोडींचे कारण–परिणाम, सामाजिक परिणाम, धोरणात्मक अर्थ व पुढील दिशा यांवर विचार करण्यास प्रवृत्त करतात. म्हणूनच, समूह चर्चा आणि चालू घडामोडी यांचा अभ्यास एकत्र करणे म्हणजे एक संपूर्ण, समन्वित आणि प्रभावी तयारीची गॅरंटी.

एमपीएससी पूर्वपरीक्षेच्या तयारीमध्ये समूह चर्चा ही केवळ मत मांडण्याची प्रक्रिया नसून ते एक प्रभावी पुनरावलोकन आहे. योग्य पद्धतीने वापरल्यास समूहचर्चा (GD) मुळे पुनरावलोकन अधिक परिणामकारक, सखोल आणि दीर्घकाळ टिकणारे होते. खाली हे स्पष्ट केले आहे:

Active Recall वाढतो:

पुनरावलोकन करताना आपण माहिती वाचतो, पण समूह चर्चेमध्ये ती माहिती आठवून बोलावी लागते. ही प्रक्रिया मेंदूला सक्रिय करते आणि माहिती दीर्घकाळ स्मरणात राहते. उदा. एखाद्या शासन योजनेवर चर्चा करताना उद्दिष्ट, वैशिष्ट्ये, लाभार्थी, मर्यादा हे सर्व मुद्दे आठवून सांगावे लागतात. त्यामुळे ती माहिती अधिक घट्ट बसते.

विषयाची सखोल समज विकसित होते:

पुस्तकातील मजकूर वाचताना एकच दृष्टिकोन दिसतो; पण समूह चर्चेमध्ये इतरांचे मत ऐकल्याने नवीन पैलू समजतात, चुकीचे समज दूर होतात, विश्लेषणात्मक विचार वाढतो. यामुळे उजळणी केवळ पाठांतर न राहता समजून घेण्याची प्रक्रिया बनते.

कमकुवत भाग ओळखता येतात:

समूह चर्चेदरम्यान एखाद्या विषयावर बोलताना जर अडखळलो किंवा माहिती अपुरी वाटली, तर:तो विषय पुन्हा अभ्यासण्याची गरज समजते, आपली तयारी किती झाली आहे याचा अंदाज येतो. आत्ममूल्यमापन हे प्रभावी उजळणीसाठी अत्यंत आवश्यक आहे.

एमपीएससी पूर्वपरीक्षेच्या तयारीमध्ये समूह चर्चा ही केवळ मत मांडण्याची प्रक्रिया नसून ते एक प्रभावी पुनरावलोकन आहे. योग्य पद्धतीने वापरल्यास समूह चर्चेमुळे पुनरावलोकन अधिक परिणामकारक, सखोल आणि दीर्घकाळ टिकणारे होते.

संकल्पना स्पष्ट होतात:

पूर्वपरीक्षेतील अनेक प्रश्न संकल्पनात्मक असतात. समूह चर्चा मध्ये: कारण–परिणाम संबंध, फायदे–तोटे, वर्तमान संदर्भ यावर चर्चा होते. त्यामुळे संकल्पना अधिक स्पष्ट होतात आणि MCQ सोडवताना गोंधळ कमी होतो.

माहितीचे संरचनाबद्ध पुनरावलोकन:

समूह चर्चेची तयारी करताना विषय पुढील क्रमाने मांडावा लागतो: प्रस्तावना, मुख्य मुद्दे, उदाहरणे, निष्कर्ष ही सवय उजळणी अधिक संघटित बनवते.

आत्मविश्वास आणि स्मरणशक्ती वाढते:

जेव्हा एखादा विषय आत्मविश्वासाने बोलता येतो, तेव्हा तो विषय चांगला समजला आहे याची खात्री मिळते. परीक्षेत प्रश्न पाहिल्यावर पटकन आठवतो. समूह चर्चा ही फक्त संवाद कौशल्य वाढवणारी प्रक्रिया नसून ती उजळणीचे एक प्रभावी तंत्र आहे. समूह चर्चा केल्यामुळे माहिती दीर्घकाळ लक्षात राहते, विषय सखोल समजतो, कमकुवत भाग ओळखता येतात, विश्लेषणात्मक क्षमता वाढते. म्हणूनच एमपीएससी पूर्वपरीक्षेच्या तयारीमध्ये नियमित समूह चर्चेचा समावेश केल्यास उजळणी अधिक परिणामकारक आणि यशस्वी ठरते.

चालू घडामोडी आणि राज्यसेवा पूर्व परीक्षा :

एमपीएससी पूर्वपरीक्षा ही केवळ पाठ्यपुस्तकांवर आधारित नसून वर्तमानातील ताज्या घडामोडींशी जोडलेली परीक्षा आहे. त्यामुळे चालू घडामोडी हा पूर्वपरीक्षेतील अत्यंत महत्त्वाचा घटक मानला जातो. चालू

घडामोडींकडे प्रश्नांचा कल वाढला.

मागील काही वर्षांमध्ये पूर्वपरीक्षेतील अनेक प्रश्न हे शासन योजना, आर्थिक सर्वेक्षण, पर्यावरणीय करार, राष्ट्रीय व आंतरराष्ट्रीय संस्था, विज्ञान व तंत्रज्ञानातील घडामोडी यांवर आधारित विचारले गेले आहेत. त्यामुळे चालू घडामोडींचा अभ्यास थेट गुणांवर परिणाम करतो.

स्थिर अभ्यासक्रमाशी (Static + Current) जोड

पूर्वपरीक्षेतील प्रश्न बहुतेक वेळा स्टॅटिक विषय आणि चालू संदर्भ अशा मिश्र स्वरूपात असतात.उदा:राज्यघटनेतील कलम आणि अलीकडील न्यायालयीन निर्णय, पर्यावरण विषय आणि अलीकडील हवामान परिषद, अर्थव्यवस्था आणि चालू बजेट म्हणूनच चालू घडामोडींचा अभ्यास केल्यास स्थिर विषयांचीही उजळणी होते.

विश्लेषणात्मक प्रश्नांची तयारी:

पूर्वपरीक्षा आता केवळ तथ्यात्मक नाही. प्रश्न संकल्पनात्मक व विश्लेषणात्मक असतात. चालू घडामोडींच्या अभ्यासामुळे कारण–परिणाम समजतो, धोरणांचा परिणाम कळतो, विषयाचा व्यापक संदर्भ लक्षात येतो. या गोष्टींचा गांभीर्याने विचार करणे महत्त्वाचे आहे. ■

कविता

फूल

फुलांना फक्त अस्तित्व असतं मन कधीच नसतं
म्हणूनच मनाशिवायचं अस्तित्व फुलासारखं दिसतं
कुणीही यावं हुंगून जावं भ्रमरांनी तर चुंबून जावं
शृंगाराच्या शय्येवरती अस्तित्व फुलांचं निर्माल्य व्हावं
तरीही अबोल सोशिकता ही सरणावरती जळून जावं
परमेशाच्या चरणतळी कधी कधी नदीत वाहत जावं
सौंदर्याच्या वल्गनांमध्ये फुलांचा तर पूर येतो
मनभावनांच्या खेळामध्ये बिचाऱ्या फुलांचा जीव जातो
पहाटेच्या दवात न्हालेलं फूल माझ्याकडे हसून पाहतं
मनाच्या कोपऱ्यात कुठेतरी अनामिक हुरहुर लावून जातं...
अनामिक हुरहुर लावून जातं...



बाळकृष्ण ठाणगे
अहिल्यानगर



सुधाकर कुलकर्णी
पुणे

चाळीशी नंतरचे आर्थिक नियोजन

कमाई पुरेशी असणे हे जवळपास प्रत्येकाचे स्वप्न असते. चांगले आयुष्य जगता यावे यासाठी ते आवश्यक असते. पण त्यासाठी गरजेचे असते मिळणाऱ्या पैशाचे योग्य प्रकारे नियोजन करणे. ते कसे करायचे ही माहिती लेखात दिली आहे.



खरे तर आर्थिक नियोजन शक्य तितक्या लवकरच करणे हितावह असते. असे असले, तरी सर्व साधारणपणे आपण वयाच्या पंचवीशीच्या सुमारास नोकरी किंवा व्यवसायास सुरुवात करत असतो. तर पुढील एक दोन वर्षांमध्ये लग्न करून आपल्या संसारास सुरुवात करीत असतो. प्रारंभीच्या काळात असणारे उत्पन्न पुरेसे असेतच असे नाही. बऱ्याचदा असलेल्या बेताच्या उत्पन्नात खर्चाची तोंडमिळवणी करण्यासाठी आवश्यक ती काटकसर करावी लागते, यामुळे सुरुवातीच्या काळात बचत करणे गरजेचे आहे हे समजूनसुद्धा करता येतेच असे

नाही. विशेषत: जेव्हा एकटीच व्यक्ती घरात कमवती असते. अशा ठिकाणी हे प्रकर्षाने दिसून येते. तसेच जरी दोघेही कमावते असले, तरी सुरुवातीच्या काळात मौजमजा करण्याकडे कल असल्याने शक्य असूनसुद्धा बचत केली जात नाही. मात्र वयाची चाळीशी पार करताना विचार व आचारांची परिपक्वता बऱ्यापैकी आल्याने आपले आर्थिक नियोजन व त्या अनुषंगाने करावी लागणारी बचत या विषयाकडे गांभीर्याने पाहिले जात असल्याचे काही प्रमाणात दिसून येते. या दरम्यान नोकरी/व्यवसायात स्थैर्य आलेले असते. तसेच उत्पन्नातही बऱ्यापैकी वाढ झालेली असते, मात्र नेमके आर्थिक नियोजन कसे करावे याबाबत बहुतेकांना फारशी माहिती नसते असे दिसून येते. त्यादृष्टीने किमान चाळीशी नंतर तरी आर्थिक नियोजन करणे का आवश्यक आहे व ते कसे करावे हे या लेखात पाहू.

सर्वप्रथम आपले आयुर्विमा कव्हर किती आहे व ते किती असणे आवश्यक आहे हे पाहावे. **१)**सर्वसाधारणपणे आपल्या वार्षिक उत्पन्नाच्या १५ ते २० पट आपले कव्हर असणे आवश्यक आहे. सामन्यत: बहुतेकांनी आयुर्विमा पॉलिसी घेतलेली असते, मात्र ती पॉलिसी इंडोव्हमेंट/मनीबॅक/युलीप पद्धतीची असते. या प्रकारच्या पॉलिसीतून मिळणारे विमा कव्हर हे देत असलेल्या प्रीमियमच्या प्रमाणात खूपच अपुरे असते. उदा: आपण वयाच्या २५व्या वर्षी १० लाखाचे कव्हर असणारी ३५ वर्षांची इंडोव्हमेंट पॉलिसी घेतली असेल, तर सुमारे ३२ ते ३५, ००० रुपये

सर्वप्रथम आपले आयुर्विमा कव्हर किती आहे व ते किती असणे आवश्यक आहे हे पाहावे. सर्वसाधारणपणे आपल्या वार्षिक उत्पन्नाच्या १५ ते २० पट आपले कव्हर असणे आवश्यक आहे. सामन्यत: बहुतेकांनी आयुर्विमा पॉलिसी घेतलेली असते, मात्र ती पॉलिसी इंडोव्हमेंट/मनीबॅक/युलीप पद्धतीची असते.

इतका वार्षिक प्रीमियम असणार आहे. आजच्या काळात केवळ १० लाखांचे विमा कव्हर पुरेसे पडू शकत नाही. अशा वेळी आपण पुढील २० वर्षांकरिता किमान १ कोटी रुपये कव्हर असणारी टर्म इंश्युरंस पॉलिसी घेणे गरजेचे आहे. या पॉलिसीजचा वार्षिक प्रीमियम सुमारे २२ ते २५,००० रुपये इतका असू शकतो. (४० वर्षे वयाच्या निरोगी व्यक्तीस, पॉलिसी कव्हर १ कोटी रुपये व पॉलीसी कालावधी २० वर्षे). अशी पॉलिसी घेतल्यावर आधीची पारंपरिक इंडोव्हमेंट/मनी बॅक/युलीपची असलेली पॉलिसी रद्द करणे हितावह असते. कसे ते आता पाहू नवीन १ कोटी रुपयांचे कव्हर असणाऱ्या टर्म इंश्युरंस पॉलिसीचा वार्षिक प्रीमियम २२००० रुपये धरल्यास दरवर्षी १३००० रुपये वाचणार आहेत. तसेच आपली आधीची पॉलिसी सरेंडर कल्यास सुमारे ५ लाख रुपये मिळतील ते एकरकमी इक्विटी फंडात गुंतवून आपण जर दरमहा १००० रुपयांची इक्विटी म्युचुअल फंडाची एसआयपी सुरू करून जर ती पुढील २० वर्षे (सेवा निवृत्त होईपर्यंत) चालू ठेवली, तर या एकत्रित गुंतवणुकीतून आपल्याला सुमारे ६४ ते ६५ लाख इतकी रक्कम आपल्या ६० व्या वर्षी मिळतील. याउलट आपल्या आधीच्या पॉलिसीतून फक्त सुमारे ४० ते ४२ लाखच मिळतील. थोडक्यात ६० वर्षांपर्यंत मिळणारे इंश्युरंस कव्हर आधीच्या कव्हरच्या दसपट तर असेलच शिवाय वयाच्या ६० व्या वर्षी मिळणारी एकमुठी रक्कम २० ते २२ लाखाने जास्त असेल. ७,२०,०

२)मुलांच्या शिक्षणासाठी आर्थिक तरतूद:

आजकाल ४० च्या सुमारास ८ ते १२ वर्षे वयाची एक अथवा दोन मुले सामन्यत: असतात व त्यांचे शालेय शिक्षण सुरू असते व यासाठीचा खर्च आपल्या उत्पन्नातून करता येत असतो, मात्र त्यंच्या वयाच्या १८ ते २२-२३ पर्यंतचा उच्च शिक्षणाचा खर्च आपल्या उत्पन्नात भागेलच असे नाही. त्यासाठी येणाऱ्या संभाव्य खर्चाचा अंदाज घेऊन पुढील १०-१२ वर्षे नियमित गुंतवणूक केल्यास मुलांच्या शिक्षणाच्या खर्चची सहज तरतूद



करता येऊ शकते. उदा: आपल्या मुळचे वय ८ वर्षे आहे व अजून १० वर्षांनी १२ वी झाल्यावर त्याला इंजिनिअरिंगचे शिक्षण घ्यायचे आहे व शिक्षणाचा कालावधी ४ वर्षे आहे. म्हणजे आपल्याकडे एकूण १०–१२ वर्षांचा कलावधी आहे. आजमितीस या शिक्षणासाठी सुमारे ६ ते ७ लाख रुपये इतका खर्च येत असेल आणखी १० वर्षांनी हा खर्च सुमारे १० ते १२ लाख इतका असू शकेल (५% वार्षिक महागाई वाढ गृहित धरून) यासाठी ५००० रुपये इतकी गुंतवणूक दरमहा एसआयपी पद्धतीने इक्विटी म्युचुअल फंडात केल्यास अपेक्षित रक्कम जमा होऊ शकेल.(१२% परतावा गृहित धरून) यानुसार आपल्याला आपल्या मुलांच्या शिक्षणासाठी आर्थिक तरतूद करता येईल.

३) रिटायरमेंट प्लॅनिंग:

तुम्ही वयाच्या ५८व्या वर्षी आपल्या नोकरीतून निवृत्त व्हाल. निवृत्तीनंतर नियमित मिळणारे उत्पन्न थांबणार असते. मात्र दैनंदिन खर्च थांबत नाहीत, तर ते महागाईच्या प्रमाणात वाढतच राहतात. त्या दृष्टीकोनातून वयाच्या ५८व्या वर्षी आपल्याकडे पुरेशी रक्कम शिल्लक असणे आवश्यक आहे, जी पुढे आपल्याला किमान २० ते २५ वर्षे पुरी पडू शकेल. विशेषत: या काळात आरोग्य विषयक समस्या मोठ्या प्रमाणावर येऊ शकतात ही बाब विचारात घेऊन आवश्यक ती तरतूद कशी करावी हे आता पाहू. उदा: श्री. अजय याचे वय ४० असून पोलीस दलात उपनिरीक्षक पदावर काम करीत आहेत व त्याचे सध्याचे मासिक उत्पन्न सुमारे एक रुपये लाख इतके आहे व दरमहाचा घरखर्च ६० हजार रुपये इतका आहे. त्याला सेवानिवृत्त होण्यास अजून १८ वर्षे आहेत व पुढे २० वर्षे तो हयात राहील हे गृहीत धरल्यास वयाच्या ५८ व्या वर्षी त्याचेकडे सुमारे २.२५ कोटी एव्हढी शिल्लक असणे आवश्यक आहे. त्याला जर ग्रॅच्युईटी व लिव्ह एनकॅशमेंट यांसारख्या सुपरॲन्यूएशनमधून सुमारे २५ लाख असे गृहित धरल्यास उर्वरित २ कोटींचा रिटायरमेंट कॉर्पस पुढील २० वर्षांमध्ये जमा होणे गरजेचे आहे. त्या दृष्टीने गुंतवणुकीसाठी प्रामुख्याने एनपीएस/ पीपीएफ/ इक्विटी म्युचुअल फंड, एसआयपी हे पर्याय आहेत. यातील एनपीएस मधील गुंतवणूक आपोआप होत राहील. त्यातून पेन्शन मिळेल. महाराष्ट्र राज्य सरकारच्या सुधारित पेन्शन योजनेस संमती मिळाल्यास शेवटच्या पगाराच्या ५०% इतके पेन्शन मिळू शकेल. अजय यांच्या बाबतीत शेवटचा पगार साधारणपणे १ लाखाच्या आसपास असू शकेल व त्यानुसार त्यांना सुमारे ५० हजार किंवा त्याहून थोडे अधिक सुरुवातीचे पेन्शन मिळेल व हे पेन्शन पुढे महागाईनुसार वाढत राहील.

वयाच्या ५८व्या वर्षी आपल्या नोकरीतून निवृत्त व्हाल. निवृत्तीनंतर नियमित मिळणारे उत्पन्न थांबणार असते. मात्र दैनंदिन खर्च थांबत नाहीत, तर ते महागाईच्या प्रमाणात वाढतच राहतात. त्या दृष्टीकोनातून आपल्याकडे पुरेशी रक्कम शिल्लक असणे आवश्यक आहे, जी पुढे आपल्याला किमान २० ते २५ वर्षे पुरी पडू शकेल. या काळात आरोग्य विषयक समस्या मोठ्या प्रमाणावर येऊ शकतात ही बाब विचारात घेऊन आवश्यक ती तरतूद कशी करावी.

त्यांचा सध्याचा मासिक खर्च (६० हजार) विचारात घेता मिळणारी पेन्शन पुरेशी असू शकेल. मात्र अन्य खर्चांसाठी वेगळी तरतूद करणे आवश्यक असणार आहे. त्या दृष्टीने दरमहा पुढील १८ वर्षे किमान ५००० रुपये म्युचुअल फंडाच्या इक्विटी योजनेत गुंतविल्यास ५८व्या वर्षी सुमारे ४० लाख रुपये मिळतील व सुपरअन्यूएशनमधून मिळणारे सुमारे २५ लाख विचारात घेतल्यास त्यांच्याकडे ६० ते ६५ लाख शिल्लक असतील. शिवाय दरमहा खात्रीशीर मिळणारे पेन्शन असेल व तेही महागाई नुसार वाढत जाणारे.

थोडक्यात आपले रिटायरमेंट प्लॅनिंग करताना आपला सध्याचा खर्च, त्यानुसार महागाईच्या प्रमाणात वाढणारा रिटायरमेंटच्या सुरुवातीस येणारा खर्च व त्यात सातत्याने महागाईनुसार होणारी वाढ या सर्व बाबी विचारत घेऊन वयाच्या ५८व्या वर्षी किती रक्कम आपल्याकडे असणे आवश्यक आहे याचा अंदाज घेतला पाहिजे. त्यानुसार आपली जोखीम घेण्याची क्षमता विचारात धरून गुंतवणुकीचा योग्य तो पर्याय निवडावा.

वरील विवेचनावरून आपल्या असे लक्षात येईल, की चाळीशीनंतर आर्थिक नियोजन करण्यास जरी उशीर झाला असला, तरी अजून पुरेसा वेळ आपल्या हातात आहे हे लक्षात घेऊन आयुर्विमा, मुलांचे शिक्षण, आपली सेवानिवृत्ती व आरोग्यासाठी आवश्यक ती तरतूद यांचे योग्य नियोजन केल्यास सहज करता येऊ शकते. गरज आहे ती वेळ न दवडता सुरुवात करून त्यात सातत्य ठेवण्याची व ठरावीक कालावधी नंतर आढावा घेण्याची, जेणेकरून आवश्यकतेनुसार वेळीच बदल करता येतील. यासाठी सुरुवातीस शक्यतो गुंतवणूक सल्लागारचा (फायनान्शिअल प्लॅनर) सल्ला घेणे योग्य असते. ▪

कविता

पहारा

सर्व शहर झोपते निवांत जेव्हा
कोणीतरी जागत असतो
सभोवतालच्या शांततेमध्ये
कर्तव्याचा दीप ज्वलंत असतो

कधी संकट असो वा सण असो
पहारा कधी थांबत नाही
जनतेच्या सुरक्षिततेपुढे
स्वतःची चिंता कधी उरत नाही

कधी उन्हात उभा राहतो
कधी पावसात भिजतो
अशा कठीण परिस्थितीतही
चेहऱ्यावर हास्य ठेवतो

कर्तव्यासाठी आपल्या
घरापासून दूर राहूनही
इतर घराघरांची
काळजी घेत असतो
आपल्या कुटुंबापेक्षा
समाजाला आधी जपतो

नि:स्वार्थ सेवा जनतेच्या सुरक्षिततेसाठी
हीच त्याची ओळख खरी
जनतेच्या विश्वासासाठी
खाकी सदैव उभी खरी



विशाल सोनवणे
पोलीस अंमलदार
मुंबई



श्री. बच्चन सिंह
समादेशक
राज्य राखीव पोलीस बल गट
क्रमांक ४, नागपूर

सुदृढ पोलीस, सक्षम दल:

शास्त्रीय आहार अन् शिस्तबद्ध फिजीकल फिटनेस प्रशिक्षणाने राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूरची आरोग्याकडे यशस्वी घौडदौड



राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूर आस्थापनेवर मे, २०२६ पासून फिजिकल फिटनेसचे प्रशिक्षण आयोजित करण्यात येत आहे. फिजिकल फिटनेस प्रशिक्षणाचा उद्देश पोलीस अंमलदार यांची शारीरिक सुदृढता, कार्यक्षमता आणि एकंदरित आरोग्य उत्तम राखणे हा आहे. अहोरात्र चालणारे कर्तव्य, अनियमित वेळा आणि वाढत्या मानसिक ताणामुळे पोलीस अंमलदार यांच्यामध्ये लठ्ठपणा, उच्च रक्तदाब व मधुमेह यांसारख्या आजारांचे प्रमाण रोखण्यासाठी हे प्रशिक्षण अत्यंत महत्त्वाचे ठरते. नियमित व्यायाम, पीटी आणि योग्य आहाराच्या मार्गदर्शनातून अंमलदारांची सहनशक्ती, ताकद आणि चपळता वाढवली जाते, ज्यामुळे कायदा व सुव्यवस्था राखताना किंवा आपत्कालीन परिस्थितीत जलद कामगिरी बजावणे शक्य होते.

थोडक्यात सांगायचे तर, पोलीस दलात आरोग्यविषयक शिस्त निर्माण करून अंमलदारांचे मानसिक आरोग्य सुधारणे, ताणतणाव कमी करणे आणि दलाची एकूण व्यावसायिक कार्यक्षमता उंचावणे हा या फिजीकल फिटनेस प्रशिक्षणाचा प्रमुख उद्देश आहे.





महाराष्ट्र पोलीस दल हे देशातील एक अत्यंत कार्यक्षम, शिस्तबद्ध आणि तत्पर पोलीस दल म्हणून ओळखले जाते. कायदा व सुव्यवस्था अबाधित राखणे, आपत्कालीन प्रसंगी तत्परतेने धावून जाणे आणि नागरिकांचे संरक्षण करणे ही दलाची मुख्य कर्तव्ये आहेत. ही कर्तव्ये प्रभावीपणे पार पाडण्यासाठी पोलीस अधिकारी, अंमलदार यांचे शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थ्य अत्यंत उत्तम असणे आवश्यक आहे. याच ध्येयाने प्रेरित होऊन राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूर आस्थापनेवरील पोलीस अंमलदारांच्या सुदृढ आरोग्यासाठी अंमलबजावणी यशस्वीरीत्या सुरू केली आहे.

कायदा व सुव्यवस्था अबाधित राखणे, आपत्कालीन प्रसंगी तत्परतेने धावून जाणे आणि नागरिकांचे संरक्षण करणे ही कर्तव्ये प्रभावीपणे पार पाडण्यासाठी पोलीस अधिकारी, अंमलदार यांचे शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थ्य अत्यंत उत्तम असणे आवश्यक आहे. याच ध्येयाने प्रेरित होऊन राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूर आस्थापनेवरील पोलीस अंमलदारांच्या सुदृढ आरोग्यासाठी अंमलबजावणी यशस्वीरीत्या सुरू केली आहे.

सुदृढ पोलीस, सक्षम दल:

फिजीकल फिटनेस सुधारणा प्रशिक्षण सत्र

पोलीस दलातील कर्तव्य बजावताना अनियमित वेळा, आहारातील असंतुलन आणि सततचा ताणतणाव यामुळे अनेक पोलीस अंमलदारांच्या शारीरिक स्वास्थ्यावर विपरीत परिणाम होतो. या पार्श्वभूमीवर, मा. अपर पोलीस महासंचालक, राज्य राखीव पोलीस बल, महाराष्ट्र राज्य, मुंबई तसेच मा. विशेष पोलीस महानिरीक्षक, राज्य राखीव पोलीस बल, नागपूर यांच्या मार्गदर्शनाखाली राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूर आस्थापनेवर एक विशेष

प्रशिक्षणानंतर अंमलदार यांच्या बीएमआय मध्ये सत्रनिहाय सुधारणा

सत्र क्रमांक	कालावधी		सहभागी प्रशिक्षणार्थी अधिकारी व अंमलदार संख्या	बीएमआयमध्ये सरासरी सुधारणा	
	पासून	पर्यंत		प्रशिक्षणापूर्वी	प्रशिक्षणानंतर
१	०६-०५-२०२६	०३-०६-२०२६	३३	२९.२३	२६.६४
२	०८-०६-२०२६	०५-०७-२०२६	२०	३०.१०	२८.०८
३	०६-०७-२०२६	०२-०८-२०२६	२६	३०.४३	२७.४०
एकूण			**७९**	**२९.९२**	**२७.३७**



आरोग्य अभियान हाती घेण्यात आले.

अभियानाचे स्वरूप व अंमलबजावणी:

राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूर आस्थापनेवरील ज्या पोलीस अंमलदारांचा Body Mass Index (BMI) २८ पेक्षा जास्त होता, अशा अंमलदारांची ओळख पटवून त्यांच्या आरोग्याच्या दृष्टीने प्रशिक्षण सत्र क्र. १, २ आणि ३ चे विशेष नियोजनबद्ध आयोजन करण्यात आले. सदर सत्रांमध्ये केवळ वरवरचे व्यायाम न घेता अंमलदारांच्या जीवनशैलीत सकारात्मक बदल घडवून आणण्यावर भर देण्यात आला.

शास्त्रीय पृथक्करण व वजन तपासणी:

यात प्रत्येक आठवड्यात अंमलदारांचे वजन व Body Mass Index (BMI) ची अचूक तपासणी करून वैज्ञानिक पद्धतीने डेटा ॲनालिसीस केले जाते. यामुळे प्रत्येक अंमलदाराच्या प्रगतीचा साप्ताहिक आढावा घेणे शक्य झाले आहे.

वैद्यकीय रक्त तपासणी व आढावा:

प्रशिक्षणाच्या सुरुवातीला आणि प्रशिक्षण पूर्ण झाल्यानंतर सर्व अंमलदारांची सखोल रक्त तपासणी करून त्यांच्या शारीरिक सुधारणेची वैद्यकीय पडताळणी केली जाते. प्रशिक्षण संपल्यानंतरही दरमहा वजनाचे मोजमाप घेऊन सातत्यपूर्ण पाठपुरावा केला जातो.

त्यांच्या कुटुंबियांसोबत समुपदेशन सत्रे या अभियानाचे सर्वात मोठे वैशिष्ट्य म्हणजे केवळ अंमलदारापुरते मर्यादित न राहता आयोजित करण्यात आली. घरातील आहाराच्या सवयी आणि कौटुंबिक पाठबळ जाणून घेऊन अडचणींवर मात करण्यासाठी कुटुंबियांनाही या प्रवासात सहभागी करून घेण्यात आले. या कौटुंबिक सहकार्यामुळे कमी करण्याच्या ध्येयाला मोठा वेग मिळाला.

आहारविषयक मार्गदर्शन:

तज्ज्ञांच्या मार्गदर्शनाखाली अंमलदारांच्या दैनंदिन आहारात योग्य व संतुलित सुधारणा घडवून आणली गेली. यामुळे चरबीचे प्रमाण कमी होऊन स्नायूंची ताकद वाढण्यास मदत झाली.

कुटुंबियांसमवेत समुपदेशन:

त्यांच्या कुटुंबियांसोबत समुपदेशन सत्रे या अभियानाचे सर्वात मोठे वैशिष्ट्य म्हणजे केवळ अंमलदारापुरते मर्यादित न राहता आयोजित करण्यात आली. घरातील आहाराच्या सवयी आणि कौटुंबिक पाठबळ जाणून घेऊन अडचणींवर मात करण्यासाठी कुटुंबियांनाही या प्रवासात सहभागी करून घेण्यात आले. या कौटुंबिक सहकार्यामुळे कमी करण्याच्या ध्येयाला मोठा वेग मिळाला.

समादेशकांचे प्रत्यक्ष नियंत्रण व मार्गदर्शन:

राज्य राखीव पोलीस बल गट क्र. ४, नागपूरचे समादेशक श्री. बच्चन सिंह (भा.पो.से) हे स्वतः या संपूर्ण प्रक्रियेवर बारकाईने लक्ष ठेवून आहेत. तसेच वेळोवेळी आढावा घेऊन, अंमलदारांचे मनोबल वाढवून ते वैयक्तिक पातळीवर मार्गदर्शन करत आहेत. ■

मीच केलाय तो खून



नंदकुमार दुधाळ
पोलीस निरीक्षक
शिर्डी पोलीस ठाणे,
अहिल्यानगर

खुनाची कबुली देणे– तीदेखील घटना घडल्यावर काही वेळातच पोलीस ठाण्यात येऊन... पोलीस ठाण्यासाठी ही तशी अनपेक्षित आणि धक्कादायकच बाब. पण तसे घडले होते खरे. काय घडले होते या प्रकरणात? कुणी, कुणाचा अन कशासाठी खून केला होता?



मध्यरात्रीनंतर कधीतरी मुग्धाला जाग आली, त्यावेळी तिने डोळे किलकिले करून बाजूला ठेवलेल्या घड्याळात वेळ बघितली. साधारण साडेतीन वाजत आले होते. तिने आपल्या शेजारी बघितले तर विश्वंभर जागेवर नव्हता. तो बाथरूममध्ये गेला असेल असा विचार करून तिने कूस बदलली. मात्र पाचएक मिनिटे होऊन गेली तरी विश्वंभरचा पत्ता नव्हता. अखेरीस ती उठली आणि दुसऱ्या खोलीत गेली. बघते तर विश्वंभर तयार होऊन आरशात बघत केस



प्रीती बनकर
पोलीस अंमलदार
शिर्डी पोलीस ठाणे,
अहिल्यानगर



विशाल शिराळकर
पोलीस अंमलदार
शिर्डी पोलीस ठाणे,
अहिल्यानगर

सारखे करत होता.

''विश्वंभर, आत्ता कुठे निघालास एवढ्या पहाटे?''

''काम आहे जरा. ७:०० वाजेपर्यंत येतो.''

''अरे, पण आत्ता कुठलं काम?''

विश्वंभरचा पारा चढला.

''तुला काय करायचंय गं? आणि कितीदा सांगितलं बाहेर पडताना मला असं सारखं टोकत जाऊ नकोस. कळत नाही?''

''एवढं ओरडायला काय झालं? नीट बोलता येत नाही का?'' मुग्धाचाही आवाज चढला.

''नाही नीट बोलता येत! काय म्हणणंय?''

''नाहीच येणार!! आता आयुष्यात ती दुसरी टवळी आली आहे ना... मग माझी काय किंमत?'' मुग्धाने आपला नेहमीचा राग आळवायला सुरुवात केली. तसा तिच्या हाताला हिसडा देऊन तो तिथून निघून जाऊ लागला. मुग्धापण इरेला पेटली. तिने त्याचा हात धरला आणि त्याच्या डोळ्यात डोळे घालून विचारले,

''आता तिच्याकडेच चालला आहेस ना?''

''हो.'' त्याने शांतपणे पण ठाम स्वरात उत्तर दिले. ''काही प्रॉब्लेम?''

''मी माझं घरदार, मुलंबाळं सगळं सोडून तुझ्यासाठी म्हणून इथे येऊन राहिले... आणि तू



पहाटे लवकर आपल्या नेहमीच्या शिरस्त्याप्रमाणे किशोर घराबाहेर पडला. दोन-तीन कामे आटपून त्याला दुसऱ्या गावाला एका मीटिंगसाठी जायचे होते. त्यासाठी आज मॉर्निंग वॉक घेऊन लवकर घरी परतणे त्याच्यासाठी आवश्यक होते.

आता मलाच सोडायचा विचार करतोयस?''

''ए बाईऽऽ, पहाटेपासून कटकट करू नको डोक्याला.''

शब्दाने शब्द वाढत गेला. विश्वंभर आणि मुग्धा दोघेही इरेला पेटले होते. कुणीच माघार घेईना. हळूहळू तासभर भांडल्यानंतर दोघांच्याही संतापाचा पारा चांगलाच चढला.

''मी आत्ताच्या आत्ता जाते आणि तुझी कंप्लेंट करते.'' मुग्धा रागारागाने म्हणाली.

''कर कर... कंप्लेंट कर. कंप्लेंट करण्यासाठी तू शिल्लक तर राहिली पाहिजे ना?'' असे म्हणत विश्वंभरने स्वयंपाकघरात जाऊन चाकू आणला. ते बघून मुग्धाची जणू दातखीळच बसली. यापुढे काय घडणार याची कल्पना कोणीही केली नव्हती.

***

पहाटे लवकर आपल्या नेहमीच्या शिरस्त्याप्रमाणे किशोर घराबाहेर पडला. दोन-तीन कामे आटपून त्याला दुसऱ्या गावाला एका मीटिंगसाठी जायचे होते. त्यासाठी आज मॉर्निंग वॉक घेऊन लवकर घरी परतणे त्याच्यासाठी आवश्यक होते. त्यामुळे साधारण साडेपाच वाजताच त्याने घर सोडले आणि पायाखालच्या सवयीच्या रस्त्याने तो भराभर चालायला लागला. थोडे अंतर पार करून तो पुढे गेला असेल नसेल तेवढ्यात त्याची नजर दूरवर पडलेल्या एका गोष्टीकडे गेली आणि सकाळच्या गारव्यातही त्याला घाम फुटला.

समोरच्या अंधुक प्रकाशात एक महिला रस्त्यावर पडलेली त्याला दिसली. अशा वेळी ही बाई

इथे कशी काय झोपली असेल? जिवंत असेल की बॉडीबिडी आहे?? हा विचार मनात येताच तो अंतर्बाह्य शहारला. कशीबशी हिम्मत गोळा करत एक एक पाऊल टाकत तो पुढे गेला आणि जवळ जातात भयाने त्याचे डोळे विस्फारले.

समोर एका स्त्रीचा मृतदेह पडलेला होता. तिच्या अंगावर चाकूने भोसकल्याच्या खुणा होत्या. लटपटणाऱ्या शरीराला कसेबसे शांत करत त्याने आपल्या खिशातला फोन काढून नंबर फिरवला १-१-२.

डायल ११२ प्रणालीद्वारे केल्या गेलेल्या कॉलचा प्रतिसाद कालावधी कमी असतो. त्यामुळे घटनेची खबर मिळतात शिर्डी पोलीस ठाण्याचे पोलीस पथक आणि फॉरेन्सिक पथक काही मिनिटातच घटनास्थळी हजर झाले. पोलिसांनी सर्वप्रथम घटनास्थळ संरक्षित केले. सुदैवाने अजून रस्त्याला फार वर्दळ नव्हती. त्यामुळे पोलिसांच्या कामात अडथळा न येता त्यांना ते शांतपणे आणि पटापट करता येण्यासारखे होते.

त्यानंतर पोलिसांनी घटनास्थळाची बारकाईने पाहणी करून परिस्थितीजन्य पुरावे हस्तगत केले. घटनास्थळावरून साधी माती आणि रक्तमिश्रित माती जप्त करण्यात आली. मृत महिलेचे शव विच्छेदनासाठी पाठवण्यात आले. तसेच तिच्या अंगावरील कपडे आणि तिच्या रक्ताचे नमुने हे सर्व हस्तगत करून न्यायसहायक वैज्ञानिक प्रयोगशाळेकडे पाठवण्याची व्यवस्था करण्यात आली. तसेच घटनास्थळाचा पंचनामा करण्यात आला. हे सर्व सुरू असताना शिर्डी पोलीस



समोर एका स्त्रीचा मृतदेह पडलेला होता. तिच्या अंगावर चाकूने भोसकल्याच्या खुणा होत्या. लटपटणाऱ्या शरीराला कसेबसे शांत करत त्याने आपल्या खिशातला फोन काढून नंबर फिरवला

ठाण्याचे पोलीस निरीक्षक आणि तपासी अधिकारी नंदकुमार दुधाळ यांना पोलीस ठाण्यातून एका अंमलदारांचा फोन आला.

''जयहिंद सर.''

''जयहिंद. बोल.''

''साहेब, इथे एक माणूस आला आहे. त्याच्या म्हणण्याप्रमाणे त्याने एक मर्डर केलाय आणि तो सरेंडर करतोय.''

'हा तोच तर नसेल?' साहेबांच्या मनात येऊन गेले

''कुणाचा मर्डर? जरा विचारा तर खरं...''

''सांगतो ना साहेब, मी चौकशी केली त्याच्याकडे. तो म्हणतोय त्यानं त्याच्या मैत्रिणीचा खून केलाय... आत्ता काही वेळापूर्वीच. चाकूने भोसकून.''

गोष्टींची संगती आता लागत होती. घटनास्थळावरचे सोपस्कार पूर्ण करून साहेब त्वरित पोलीस ठाण्याकडे रवाना झाले.

***

''काय रे, नाव काय तुझं?'' साहेबांनी दरडावून आपल्यासमोर बसलेल्या तरुणाला विचारले.

''विश्वंभर.'' त्याने उत्तर दिले.

''जिला मारलं ती कोण होती तुझी?''

''माझी मैत्रीण. मुग्धा नाव आहे तिचं.''

''चाकूने भोसकून मारलं? मेन चौकात??''

त्याने होकारार्थी मान हलवली.

''एवढं काय झालं होतं?''

''तीन वर्षांपासून आम्ही एकत्र राहत होतो साहेब. तेही तीच माझ्या

मागे लागली म्हणून. मला काय तिच्यात म्हणजे तिच्याशी लग्नबिग्न करण्यात काडीचाही इंटरेस्ट नव्हता. माझी गर्लफ्रेंड आहे, आणि आम्ही दोघांनी लग्न करायचं पण ठरवलंय. पण ही बया माझ्या मागे लागलेली, लग्न कर लग्न कर म्हणून. माझी गर्लफ्रेंड मीना तिच्याबरोबर माझं लग्न ठरतंय हे कळल्यापासून तर नुसती भैसाटल्यावाणी करत होती. रोज डोक्याला ताप! रोज भांडण!! शेवटी वैतागून एकदाच काय तो सोक्षमोक्ष लावून टाकायचं ठरवलं मी. आणि त्यातून हे सगळं झालं...''

''मर्डर वेपन... म्हणजे चाकू कुठे आहे?'' साहेबांनी त्याला विचारले.

विश्वंभर याने चाकू पोलिसांच्या स्वाधीन केला.

आरोपीने गुन्ह्याची कबुली दिली. त्याचप्रमाणे परिस्थितीजन्य पुराव्यांचाही पोलिसांच्या या केसला भक्कम आधार होता. पोलिसांनी आरोपिताचे कपडे जप्त करून ते न्यायसहायक वैज्ञानिक प्रयोगशाळेकडे तपासणीसाठी पाठवले. त्याचप्रमाणे साहेबांनी आपल्या पथकातल्या एका तपासी अंमलदारांना आजूबाजूच्या लोकांकडे तसेच मयत मुग्धा आणि विश्वंभर ज्या घरात राहत होते त्या घरमालकाकडे चौकशी करायला सांगितले.

***

''काय सांगायचं साहेब... दोघंपण फार भांडायचे. सततचे वादविवाद. आजूबाजूचे लोक सांगतात ना, दोन मिनिट काही पटायचं नाही... एवढं करून



''... पण ही बया माझ्या मागे लागलेली, लग्न कर लग्न कर म्हणून. माझी गर्लफ्रेंड मीना तिच्याबरोबर माझं लग्न ठरतंय हे कळल्यापासून तर नुसती भैसाटल्यावाणी करत होती....''

एकत्र कसे राहत होते परमेश्वरच जाणे!'' घरमालकाने माहिती द्यायला सुरुवात केली.

''कशावरून वादविवाद व्हायचे त्यांचे?'' अंमलदारांनी विचारले.

घरमालकाने मान हलवली.

''कशावरून व्हायचे नाही ते सांगा ना साहेब. ही बाई स्वतःचा सोन्यासारखा संसार सोडून याच्या मागे आली. तिचा नवरा, दोन मुलं माघारी सोडली. त्यामुळे आता त्यांच्याशी फार संबंध नाही. चांगला संसार सोडून निघून गेली म्हणून माहेरच्यांनीपण तिच्याशी संबंध जवळपास तोडल्यातच जमा आहेत. हिला कुठेतरी सिक्युरिटी पाहिजे असेल, म्हणून ही सारखी या माणसाच्या मागे लागायची. दिवस म्हणू नका, रात्र म्हणू नका, जोरजोरात भांडणं. तोही कमी नव्हता... कधीतरी हातही उगारायचा. आरडाओरडा तर नेहमीचाच.''

''बरं पुढे?''

''शेजारचे लोक सांगतात ना...'' तो परत एकदा म्हणाला. मग त्याने डोके खाजवले आणि म्हणाला, ''अरे हो! एक सांगायचं राहिलंच की. मागच्याच वर्षी यांची भांडणं एवढी वाढलेली, की त्याने तिला धमकीपण दिली होती. आणि ही बाई पोलिसात जाऊन तक्रार करून आली होती... तुमच्याच शिर्डी पोलीस स्टेशनला.''

''अच्छा. आणखी काही? तुम्हाला काही वेगळं जाणवलं?''

''साहेब, रोज भांडणारे लोक जर गोडीगुलाबीत वागत असतील तर काहीतरी वेगळं जाणवणार ना! यांच्या बाबतीत तसं काय पण नाही. सतत भांडणं, शिवीगाळ, आरडाओरडा. बाकी कुणाशी फारसे संबंध पण नव्हते त्यांचे.''

***

पोलिसांनी हस्तगत केलेल्या चाकूवरील रक्ताचे नमुनेदेखील वैद्यकीय प्रयोगशाळेकडे पाठवले

आणि त्याबाबतचा अहवाल प्राप्त करण्यात आला. त्या अहवालानुसार मयतेच्या अंगावरील रक्त, कपड्यांवरील रक्त, घटनास्थळी मिळालेले रक्त, गुन्ह्यात वापरलेल्या हत्यारावरील रक्त आणि आरोपीच्या कपड्यांवरील तसेच चपलेवरील रक्त हे रक्ताचे सर्व नमुने जुळल्याचे निष्पन्न झाले. त्याचप्रमाणे मयत आणि आरोपी यांच्यामध्ये एक वर्षांपूर्वी झालेल्या भांडणाच्या अनुषंगाने दाखल झालेल्या एनसीची कागदपत्रेदेखील हस्तगत करण्यात आली. गुन्ह्याचा तपास पूर्ण करून पोलिसांनी मा. न्यायालयात दोषारोपपत्र दाखल केले.

गुन्ह्यातील आरोपीला भादंवि कलम ३०२ अन्वये आजन्म कारावास आणि १०,००० रुपये दंड अशी शिक्षा सुनावण्यात आली आहे.

शिर्डी पोलीस ठाण्याचे पोलीस निरीक्षक नंदकुमार दुधाळ तसेच पोलीस अंमलदार प्रीती बनकर आणि विशाल शिराळकर यांनी सदर गुन्ह्याचा तपास पूर्ण केला आहे ■ ***(कथा सत्यघटनेवर आधारित असून पात्रांची नावे व काही प्रसंग बदलले आहेत.)***

कविता

जन्मलो देशात मी या

जन्मलो देशात मी या भाग्य माझे केवढे
मातृभूमीचेच मी गात राहतो पोवाडे

राष्ट्रगीतालाच आहे स्थान माझ्या अंतरी
फडकला पाहे तिरंगा रोज मी भूवरी
कास विज्ञानाची आणि झेप ही चंद्राकडे

धिक्कारतो रोज मी अंधश्रद्धा, कुप्रथांना
आठवीत राहतो छत्रपतींच्या – प्रेरणा –
ऋषीमुनींना स्मरलो ज्ञान त्यांचे आवडे

पांग देशाचे मलाही येथे आहे फेडणे.
त्याचसाठी येथे आहे पुन्हा पुन्हा जन्मणे

जन्मलो मी भारतात भाग्य माझे केवढे
जन्मलो देशात मी या भाग्य माझे केवढे



दत्तात्रय जोशी
पुणे

लेख



डॉ. अनिल शर्मा
मुंबई

मान्सून आणि हृदयाचे आरोग्य: संबंध समजून घेऊया आणि सुरक्षित राहूया



मान्सूनचा ऋतू उन्हाळ्याच्या उकाड्यापासून दिलासा देतो; मात्र पावसाळ्यात हृदयाच्या आरोग्यासमोर काही वेगळी आव्हाने निर्माण होऊ शकतात. तापमान व आर्द्रतेतील बदल, विविध संसर्ग, शारीरिक हालचालींमध्ये घट, आहारातील बदल, शरीरातील पाण्याची कमतरता, इलेक्ट्रोलाइट्सचे असंतुलन आणि नियमित आरोग्यसेवेत येणारे अडथळे यांचा हृदय व रक्तवाहिन्यांच्या आरोग्यावर परिणाम होऊ शकतो.

बहुतेक निरोगी व्यक्तींमध्ये हे बदल सहजपणे हाताळता येतात. मात्र हृदयरोग, उच्च रक्तदाब, मधुमेह, हार्ट फेल्युअर, पूर्वीचा हार्ट ॲटॅक, हृदयाच्या अनियमित ठोक्यांचा

विकार (Arrhythmia) किंवा इतर हृदयविकार असलेल्या व्यक्तींनी पावसाळ्यात विशेष काळजी घेणे आवश्यक आहे.

मान्सूनचा हृदयाच्या आरोग्यावर कसा परिणाम होतो?

१. संसर्गामुळे हृदयावर अतिरिक्त ताण येणे

मान्सूनमध्ये विविध प्रकारच्या संसर्गांचे प्रमाण वाढते. यामध्ये विषाणूजन्य ताप, जठरांत्राच्या मार्गाचे संसर्ग, डेंग्यू, मलेरिया, लेप्टोस्पायरोसिस आणि श्वसनमार्गाचे संसर्ग यांचा समावेश होतो.

संसर्ग झाल्यानंतर शरीराची ऊर्जेची गरज आणि हृदयाची गती वाढते. ताप, शरीरातील दाह, डिहायड्रेशन, रक्तदाब कमी होणे आणि गंभीर संसर्गामध्ये रक्तातील ऑक्सिजनची पातळी कमी होणे यामुळे हृदयावर अतिरिक्त ताण येतो.

विशेषतः हृदयरोग असलेल्या व्यक्तींमध्ये संसर्गामुळे खालील समस्या उद्भवू शकतात:

* अँजायना किंवा हृदयाच्या स्नायूंना रक्तपुरवठा कमी होणे (Myocardial Ischemia)
* हार्ट फेल्युअर
* हृदयाचे ठोके अतिशय जलद किंवा अनियमित होणे (Tachyarrhythmia)
* रक्तदाब कमी होणे आणि शॉक
* काही विषाणूजन्य संसर्गांमध्ये मायोकार्डायटिस

म्हणून सतत ताप, श्वास लागणे, छातीत दुखणे, हृदयाची धडधड वाढणे किंवा अनाकलनीय अशक्तपणा याकडे दुर्लक्ष करू नये.

२. डेंग्यू आणि हृदयाचे आरोग्य

भारतात मान्सूनच्या काळात डेंग्यूचे प्रमाण वाढू शकते. गंभीर डेंग्यूमध्ये शरीरातील द्रवपदार्थांचे संतुलन बिघडणे, प्लाझ्मा लीक होणे, रक्तस्राव, प्लेटलेट्स कमी होणे आणि रक्ताभिसरण अस्थिर होणे यासारख्या समस्या निर्माण होऊ शकतात.

> **ताप, शरीरातील दाह, डिहायड्रेशन, रक्तदाब कमी होणे आणि गंभीर संसर्गामध्ये रक्तातील ऑक्सिजनची पातळी कमी होणे यामुळे हृदयावर अतिरिक्त ताण येतो.**

हृदयविकाराच्या रुग्णांमध्ये शरीरातील द्रवपदार्थांचे व्यवस्थापन अत्यंत काळजीपूर्वक करावे लागते, कारण द्रवपदार्थांची कमतरता आणि अतिरिक्त द्रवपदार्थ दोन्ही हानिकारक ठरू शकतात.

हार्ट फेल्युअरचा धोका असलेल्या किंवा हृदयाची कार्यक्षमता कमी असलेल्या रुग्णांना जास्त प्रमाणात द्रव दिल्यास फुप्फुसांमध्ये पाणी साचू शकते आणि श्वास घेण्यास त्रास होऊ शकतो. दुसरीकडे, खूप कमी द्रव दिल्यास रक्तदाब कमी होऊन महत्त्वाच्या अवयवांना रक्तपुरवठा कमी होऊ शकतो.

म्हणून हृदयविकाराच्या रुग्णांना डेंग्यू किंवा गंभीर संसर्ग झाल्यास डॉक्टरांच्या देखरेखीखाली उपचार घेणे महत्त्वाचे आहे.

३. डिहायड्रेशन आणि इलेक्ट्रोलाइट्सचे असंतुलन

मान्सूनमध्ये हवामान तुलनेने थंड आणि दमट असल्यामुळे शरीरातील पाण्याची कमतरता सहज लक्षात येत नाही.

डिहायड्रेशनची कारणे:

* ताप
* उलट्या
* जुलाब
* कमी पाणी पिणे
* जास्त घाम येणे
* काही औषधे, विशेषतः diuretics

डिहायड्रेशनमुळे हृदयाची गती वाढणे, रक्तदाब कमी होणे, मूत्रपिंडांना रक्तपुरवठा कमी होणे

आणि हृदयाशी संबंधित लक्षणे वाढणे शक्य आहे.

विशेषतः पोटॅशियम आणि मॅग्नेशियम यांसारख्या इलेक्ट्रोलाइट्सचे असंतुलन झाल्यास हृदयाच्या ठोक्यांमध्ये गंभीर अनियमितता निर्माण होऊ शकते.

Diuretics घेणाऱ्या रुग्णांनी याबाबत विशेष काळजी घ्यावी.

मात्र हार्ट फेल्युअर असलेल्या रुग्णांनी डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय अतिरिक्त प्रमाणात पाणी पिऊ नये.

४. हार्ट फेल्युअर आणि हृदयाची काळजी

मान्सूनमधील संसर्ग, आहारातील बदल, शारीरिक हालचाली कमी होणे आणि शरीरातील द्रवपदार्थांच्या संतुलनातील बदल यामुळे हार्ट फेल्युअरचा धोका वाढू शकतो.

खालील लक्षणे दिसल्यास सावध व्हा

- ✻ वाढता श्वास लागणे
- ✻ झोपताना श्वास घेण्यास त्रास होणे
- ✻ रात्री श्वास लागल्यामुळे जाग येणे
- ✻ पायांवरील सूज वाढणे
- ✻ अचानक वजन वाढणे
- ✻ पोट फुगणे
- ✻ रात्री सतत खोकला येणे
- ✻ कमी चालल्यावरही जास्त थकवा जाणवणे

काही दिवसांत अचानक वाढलेले वजन हे अनेकदा शरीरात पाणी साचल्याचे लक्षण असते; ते केवळ चरबी वाढल्यामुळे झालेले नसते.

हार्ट फेल्युअरच्या रुग्णांनी डॉक्टरांनी सांगितलेली औषधे नियमित घ्यावीत आणि स्वतःहून औषधे बंद करू नयेत.

५. मान्सूनमध्ये घटलेल्या शारीरिक हालचाली

पावसामुळे बाहेर फिरणे आणि व्यायाम करणे कमी होते. यामुळे:

मान्सूनमधील संसर्ग, आहारातील बदल, शारीरिक हालचाली कमी होणे आणि शरीरातील द्रवपदार्थांच्या संतुलनातील बदल यामुळे हार्ट फेल्युअरचा धोका वाढू शकतो.

- ✻ वजन वाढणे
- ✻ रक्तदाबाचे नियंत्रण बिघडणे
- ✻ इन्सुलिन रेझिस्टन्स वाढणे
- ✻ शारीरिक क्षमता कमी होणे
- ✻ स्नायूंची ताकद कमी होणे

अशा समस्या निर्माण होऊ शकतात.

बाहेर व्यायाम करणे शक्य नसल्यास, घरामध्ये:

- ✻ चालणे
- ✻ योगासने आणि स्ट्रेचिंग
- ✻ डॉक्टरांच्या सल्ल्याने Cardiac Rehabilitation असे व्यायाम करता येऊ शकतात.

हृदयरुग्णांनी त्यांच्या डॉक्टरांनी सांगितलेल्या मर्यादेतच व्यायाम करावा.

६. मान्सूनमधील आहार

मान्सूनमध्ये भजी, पकोडे, समोसे आणि इतर तळलेले पदार्थ खाण्याचे प्रमाण वाढते. या पदार्थांमध्ये मोठ्या प्रमाणात:

- ✻ सोडियम
- ✻ Saturated Fat
- ✻ Trans Fat
- ✻ कॅलरीज

असू शकतात.

तसेच जास्त मीठ घेतल्यामुळे शरीरात पाणी साचू शकते आणि रक्तदाब वाढू शकतो. हार्ट फेल्युअर असलेल्या रुग्णांसाठी हे विशेषतः महत्त्वाचे आहे. हृदयासाठी योग्य आहारामध्ये:

- ✻ ताजे घरगुती अन्न
- ✻ फळे आणि भाज्या
- ✻ संपूर्ण धान्य
- ✻ डाळी आणि कडधान्ये
- ✻ योग्य प्रमाणात प्रथिने
- ✻ कमी मीठ
- ✻ कमी तळलेले पदार्थ

यांचा समावेश असावा.

७. अन्न आणि पाण्याची स्वच्छता

मान्सूनमध्ये दूषित अन्न आणि पाण्यामुळे पोटाचे संसर्ग होण्याचा धोका वाढतो. तीव्र उलट्या आणि जुलाबामुळे शरीरातील पाणी आणि इलेक्ट्रोलाइट्स मोठ्या प्रमाणात कमी होऊ शकतात. हृदयरुग्णांसाठी ही स्थिती अधिक गंभीर ठरू शकते. म्हणून:

* स्वच्छ आणि सुरक्षित पाणी प्या.
* ताजे तयार केलेले अन्न खा.
* फळे आणि भाज्या व्यवस्थित धुवा.
* बराच वेळ बाहेर ठेवलेले अन्न टाळा.
* रस्त्यावरील अन्न खाताना स्वच्छतेची विशेष काळजी घ्या.

८. रक्तदाबाची नियमित तपासणी करा

मान्सूनमध्ये दैनंदिन दिनचर्या बदलल्यामुळे काही जण रक्तदाब तपासणे विसरतात.

उच्च रक्तदाब असलेल्या व्यक्तींनी:

* औषधे नियमित घ्यावीत
* डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार रक्तदाब तपासावा
* कमी मिठाचा आहार घ्यावा
* नियमित शारीरिक हालचाल ठेवावी
* नियमित वैद्यकीय तपासणी करावी

रक्तदाब खूप वाढलेला असताना छातीत दुखणे, तीव्र डोकेदुखी, श्वास घेण्यास त्रास किंवा न्यूरोलॉजिकल लक्षणे असल्यास तातडीने वैद्यकीय मदत घ्यावी.

९. मधुमेह आणि हृदयाचे आरोग्य

मान्सूनमध्ये दूषित अन्न आणि पाण्यामुळे पोटाचे संसर्ग होण्याचा धोका वाढतो. तीव्र उलट्या आणि जुलाबामुळे शरीरातील पाणी आणि इलेक्ट्रोलाइट्स मोठ्या प्रमाणात कमी होऊ शकतात. हृदयरुग्णांसाठी ही स्थिती अधिक गंभीर ठरू शकते.

मधुमेह आणि हृदयविकार यांचा जवळचा संबंध आहे. संसर्गाच्या काळात रक्तातील साखरेमध्ये मोठे चढ–उतार होऊ शकतात. संसर्गाच्या वेळी शरीरातील Stress Hormones वाढल्यामुळे अन्नाचे सेवन कमी असले तरी रक्तातील साखर वाढू शकते.

मधुमेह असलेल्या व्यक्तींनी:

* रक्तातील साखरेची नियमित तपासणी करावी
* योग्य प्रमाणात पाणी घ्यावे
* औषधे नियमित घ्यावीत
* पायांची काळजी घ्यावी
* संसर्गाची लक्षणे ओळखावीत
* संतुलित आहार घ्यावा

१०. संसर्गाच्या काळातले छातीचे दुखणे

छातीत होणारा त्रास नेहमी गॅस, खोकला किंवा स्नायूंच्या दुखण्यामुळेच आहे असे समजणे धोकादायक ठरू शकते. खालील लक्षणे असल्यास तातडीने वैद्यकीय तपासणी करावी:

* छातीत दुखणे किंवा दाब जाणवणे
* वेदना हात, खांदा, जबडा किंवा पाठीपर्यंत जाणे
* श्वास लागणे
* जास्त घाम येणे
* चक्कर येणे किंवा बेशुद्ध होणे
* नवीन किंवा वेगाने होणारी हृदयाची धडधड
* अचानक तीव्र अशक्तपणा

विशेषतः कोरोनरी आर्टरी डिसीज, मधुमेह, उच्च रक्तदाब किंवा पूर्वी हार्ट अॅटॅक आलेल्या व्यक्तींनी ही लक्षणे गांभीर्याने घ्यावीत.

११. मायोकार्डायटिस दुर्मीळ पण महत्त्वाची समस्या

काही विषाणूजन्य संसर्गांमध्ये हृदयाच्या स्नायूंना दाह होऊ शकतो, ज्याला Myocarditis

म्हणतात.

त्याची लक्षणे:

* छातीत दुखणे
* श्वास लागणे
* हृदयाची धडधड जाणवणे
* अनाकलनीय थकवा
* व्यायाम करण्याची क्षमता अचानक कमी होणे
* चक्कर येणे किंवा बेशुद्ध होणे

अशा परिस्थितीत वैद्यकीय तपासणी होईपर्यंत जोरदार व्यायाम टाळणे योग्य आहे.

१२. औषधांच्या बाबतीतली काळजी

मान्सूनमध्ये ताप, सर्दी, वेदना किंवा इतर तक्रारींसाठी स्वतःहून औषधे घेण्याची प्रवृत्ती वाढू शकते.

काही औषधांचा परिणाम:

* हृदयाचे कार्य
* मूत्रपिंडांचे कार्य
* रक्तदाब
* शरीरातील द्रवपदार्थांचे संतुलन
* रक्तस्रावाची जोखीम

यावर होऊ शकतो.

विशेषतः हार्ट फेल्युअर, किडनीचे आजार किंवा रक्त पातळ करणारी औषधे घेणाऱ्या रुग्णांनी नवीन औषध सुरू करण्यापूर्वी डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय Aspirin, Anticoagulants, Blood Pressure Medicines, Heart Failure Medicines किंवा इतर हृदयाची औषधे बंद करू नयेत.

१३. सुरक्षित व्यायाम

मान्सूनमध्ये व्यायाम पूर्णपणे बंद करण्याची गरज नाही. मात्र व्यायामाची तीव्रता व्यक्तीच्या हृदयाच्या स्थितीनुसार असावी.

एक साधा नियम:

> **व्यायाम करताना छातीत दुखणे, खूप श्वास लागणे, चक्कर येणे, हृदयाची अनियमित धडधड किंवा बेशुद्ध होण्याची भावना निर्माण झाल्यास वैद्यकीय तपासणी आवश्यक आहे.**

हळूहळू सुरुवात करा नियमित व्यायाम करा अचानक अतिश्रम टाळा लक्षणे जाणवल्यास व्यायाम थांबवा.

व्यायाम करताना छातीत दुखणे, खूप श्वास लागणे, चक्कर येणे, हृदयाची अनियमित धडधड किंवा बेशुद्ध होण्याची भावना निर्माण झाल्यास वैद्यकीय तपासणी आवश्यक आहे.

१४. झोप आणि ताणतणाव

मान्सूनमधील बदललेली दिनचर्या, आजारपण, कमी शारीरिक हालचाल आणि तणाव यामुळे झोपेवर परिणाम होऊ शकतो.

दीर्घकाळ अपुरी झोप आणि तणावामुळे:

* रक्तदाब
* रक्तशर्करा
* वजन
* भूक
* हृदयविकाराचा धोका

यावर परिणाम होऊ शकतो.

त्यामुळे नियमित झोप, शारीरिक हालचाल, संतुलित आहार आणि तणावाचे योग्य व्यवस्थापन महत्त्वाचे आहे.

कोणत्या व्यक्तींनी अधिक काळजी घ्यावी?

विशेष काळजी घेणे आवश्यक असलेल्या व्यक्तींमध्ये:

* हार्ट फेल्युअर असलेले रुग्ण
* कोरोनरी आर्टरी डिसीज असलेले रुग्ण
* पूर्वी हार्ट ॲटॅक आलेले रुग्ण
* अनियंत्रित उच्च रक्तदाब असलेले रुग्ण
* मधुमेही
* वृद्ध व्यक्ती
* हृदयाच्या झडपांचे आजार असलेले रुग्ण
* असलेले रुग्ण
* किंवा घेणारे रुग्ण

यांचा समावेश होतो.

तातडीने डॉक्टरांकडे कधी जावे?

हृदयाशी संबंधित धोक्याची लक्षणे

* छातीत दुखणे किंवा दाब
* तीव्र श्वास लागणे
* बेशुद्ध होणे
* नवीन किंवा तीव्र हृदयाची धडधड
* पायांना अचानक वाढलेली सूज
* अचानक वजन वाढणे

संसर्गाशी संबंधित धोक्याची लक्षणे

* सतत उच्च ताप
* अत्यधिक अशक्तपणा
* लघवीचे प्रमाण कमी होणे
* सतत उलट्या किंवा जुलाब
* रक्तस्राव किंवा असामान्य रक्तस्रावाची चिन्हे
* मानसिक स्थितीत बदल
* तीव्र श्वास लागणे

मान्सूनमधील हृदयाच्या आरोग्यासाठी सोपी चेकलिस्ट

आहाराकडे लक्ष द्या:
मीठ, तळलेले पदार्थ, आणि अतिरिक्त साखर कमी करा.

योग्य प्रमाणात पाणी घ्या: डिहायड्रेशन टाळा; मात्र हार्ट फेल्युअर असलेल्या रुग्णांनी डॉक्टरांनी सांगितलेल्या चे पालन करावे.

सक्रिय राहा: बाहेर व्यायाम शक्य नसल्यास सुरक्षित करा.

औषधे नियमित घ्या: डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय औषधे बंद करू नका.

संसर्गापासून बचाव करा: स्वच्छ अन्न–पाणी वापरा आणि डासांपासून संरक्षण करा.

आरोग्याचे निरीक्षण करा:

> संतुलित आहार, योग्य प्रमाणात द्रवपदार्थांचे सेवन, नियमित शारीरिक हालचाल, संसर्गापासून बचाव, औषधांचे नियमित सेवन आणि धोक्याची लक्षणे वेळेवर ओळखणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे.

आवश्यकतेनुसार रक्तदाब, रक्तातील साखर आणि शरीराचे वजन तपासा.

धोक्याची लक्षणे ओळखा: छातीत दुखणे, तीव्र श्वास लागणे, बेशुद्ध होणे किंवा अचानक प्रकृती खालावणे याकडे दुर्लक्ष करू नका.

निष्कर्ष

मान्सून स्वतःहून हृदयविकार निर्माण करत नाही; मात्र संसर्ग, डिहायड्रेशन, इलेक्ट्रोलाइट्सचे असंतुलन, शारीरिक हालचालींमध्ये घट, आहारातील बदल आणि नियमित उपचारांमध्ये व्यत्यय यामुळे हृदयावर अतिरिक्त ताण येऊ शकतो, विशेषतः आधीपासून हृदयरोग असलेल्या व्यक्तींमध्ये हे आढळून येते.

त्यामुळे संतुलित आहार, योग्य प्रमाणात द्रवपदार्थांचे सेवन, नियमित शारीरिक हालचाल, संसर्गापासून बचाव, औषधांचे नियमित सेवन आणि धोक्याची लक्षणे वेळेवर ओळखणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे.

या मान्सूनमध्ये पावसापासून स्वतःचे संरक्षण करता करता आपल्या हृदयाचीही तितकीच काळजी घ्या. काही साध्या आणि योग्य सवयी हृदय निरोगी ठेवण्यासाठी आणि पावसाळा सुरक्षितपणे अनुभवण्यासाठी खूप उपयुक्त ठरू शकतात. ■

दक्षता मासिक ऑनलाइन वाचण्यासाठी भेट द्या: https://www.mahapolice.gov.in/dakshata-magazine/
अथवा खालील क्युआर कोड
आपल्या मोबाईलमध्ये स्कॅन करा



नीलोत्पल
पोलीस अधीक्षक
कोल्हापूर

महाराष्ट्र पोलीस दलातर्फे

पन्हाळगड ते विशाळगड पदभ्रमंती मोहीम यशस्वी



महाराष्ट्र राज्याला लाभलेल्या ऐतिहासिक गड किल्ल्यांच्या पार्श्वभूमीवर राज्यामध्ये वीरांच्या शौर्याची असलेली परंपरा, वीरांनी राष्ट्रनिर्मितीसाठी दिलेले योगदान आणि बलिदान यांची महती कळावी तसेच महाराष्ट्र पोलीस दलातील अधिकारी व अंमलदार यांच्यामध्ये साहसी वृत्ती निर्माण होऊन त्यांची शारीरिक व मानसिक क्षमता वाढीस लागावी या उद्देशाने महाराष्ट्र पोलीस दलातर्फे दिनांक १४ व १५ ऑगस्ट २०२६ यादरम्यानच्या कालावधीत पन्हाळगड ते विशाळगड अशी एकूण ६५ किलोमीटर पदभ्रमंती मोहीम आयोजित करण्यात आली होती. श्री. सदानंद दाते, पोलीस महासंचालक, महाराष्ट्र राज्य, यांच्या संकल्पनेतून संपूर्ण महाराष्ट्र पोलीस दलातून निवडलेल्या एकूण १७० पोलीस अधिकारी व

अंमलदार यांच्या सहभागाने दोन दिवसीय पदभ्रमंती मोहीम दिनांक १४ व १५ ऑगस्ट २०२६ या कालावधीत संपन्न झाली.

पोलीस दल हे केवळ कायदा आणि सुव्यवस्था राखणारे दल नाही, तर प्रतिकूल परिस्थितीतही धैर्याने आणि शिस्तीने उभे राहणारे एक सक्षम आणि समर्पित दल आहे. कर्तव्याच्या निमित्ताने अनेक आव्हानांना सामोरे जाणाऱ्या पोलीस अधिकारी व अंमलदार यांच्या शारीरिक आणि मानसिक क्षमतेला एक वेगळी दिशा देणारा, इतिहास आणि निसर्गाशी जोडणारा हा उपक्रम होता. सह्याद्रीच्या खडतर वाटांवरून चालताना त्यांच्या जिद्दीचा, शिस्तीचा व संघभावनेचा प्रत्यय प्रत्येक वळणावर आला.

दिनांक १४ ऑगस्ट २०२६ रोजी सकाळी साडेसहा वाजता पन्हाळगड येथील नरवीर बाजीप्रभू देशपांडे पुतळा येथून मोहिमेला सुरुवात झाली. राजदिंडीमार्गे पन्हाळगड उतरून पुढे तुरुकवाडीच्या शेतवडीतून म्हाळुंगे गावचा डोंगर चढताना मोहिमेने खऱ्या अर्थाने सर्वांचा शारीरिक व मानसिक कस पाहण्यास सुरुवात केली. चढणीचा हा टप्पा पार करताना प्रत्येकाच्या जिद्दीची परीक्षा होती. परंतु पोलीस खाते हे शिस्तीचे असल्याने सर्व मोहिमवीरांनी शिस्तीने, त्यांच्यामधील संघभावनेने आणि परस्पर सहकार्याने व उत्साहाने हा टप्पा पूर्ण केला. म्हाळुंगे गावचा डोंगर सर करून सकाळी आठच्या सुमारास सर्वजण मसाई पठाराच्या प्रारंभी एकत्रित आले. त्यानंतर सर्वांनी मसाई देवीचे दर्शन घेऊन पुढील वाटचालीला सुरुवात केली. मसाई पठाराचा विस्तीर्ण परिसर, सभोवतालचा निसर्ग, सह्याद्रीचे बदलते रूप आणि ऊन पावसाला अनुभवत सर्वजण पुढे चालत राहिले. निसर्ग न्याहाळत आणि इतिहासाच्या पाऊलखुणांचा मागोवा घेत चालताना दहा

करपेवाडी येथे पोलीस दलाच्या वतीने सर्व मोहीम सहभागींसाठी अत्यंत उत्तम आणि नियोजनबद्ध व्यवस्था करण्यात आली होती. तेथे पोलीस दलाच्या शिस्तीची आणि नियोजनाची अनुभूती आली. दिवसभराच्या खडतर प्रवासानंतर ही नियोजनबद्ध व्यवस्था सर्वांसाठी दिलासा देणारी ठरली.

किलोमीटरचे अंतर कधी पार झाले हे कळलेदेखील नाही. सकाळी अकराच्या सुमारास कुंभारवाडी येथे पोहोचल्यानंतर तिथून पुढे खोतवाडीच्या दिशेने मार्गक्रमण सुरू झाले. दुपारी एकच्या सुमारास खोतवाडी येथे भोजनाचा टप्पा आला. आभाळाखालच्या मोकळ्या जागेत निसर्गाच्या सान्निध्यात भोजनाचा वेगळाच अनुभव घेऊन पुढील वाटचालीस सुरुवात झाली.

मांडलाईवाडीमार्गे सर्वजण करपेवाडीच्या मुक्कामाच्या ठिकाणी पोहोचले. करपेवाडी येथे पोलीस दलाच्या वतीने सर्व मोहीम सहभागींसाठी अत्यंत उत्तम आणि नियोजनबद्ध व्यवस्था करण्यात आली होती. तेथे पोलीस दलाच्या शिस्तीची आणि नियोजनाची अनुभूती आली. करपेवाडी येथे नुकत्याच बांधलेल्या प्रशस्त सभागृहात राहण्याची तसेच भोजनाची सुयोग्य व्यवस्था करण्यात आली होती. दिवसभराच्या खडतर प्रवासानंतर ही नियोजनबद्ध व्यवस्था सर्वांसाठी दिलासा देणारी ठरली. घरापासून लांब निसर्गाच्या सान्निध्यात पोलीस सवंगड्यांच्या सोबत सर्व मोहीम सहभागींसाठी सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. ती मैफल मनाला ऊर्जा देणारी, प्रसन्न करणारी होती. मोहिमेतील सहयोगी मैत्रेय प्रतिष्ठानचे डॉ. अमर आडके यांनी पावनखिंड रणसंग्रामाचे कथन केले. तो ऐतिहासिक संघर्ष हुबेहूब डोळ्यासमोर उभा राहिला. बाजीप्रभूंचे शौर्य, मावळ्यांचा त्याग, आणि स्वराज्यासाठी दिलेले बलिदान यांचा इतिहास ऐकताना सर्वजण भरून गेले.

दिनांक १५ ऑगस्ट २०२६ ची सकाळ एका वेगळ्या उत्साहाने उजाडली. स्वातंत्र्यदिनाचा उत्साह आणि त्याच दिवशी विशाळगडावर

पोहोचण्याची आतुरता प्रत्येकाच्या मनात होती. सकाळी सहाच्या सुमारास करपेवाडीचे जंगल ओलांडून प्रवासाला सुरुवात झाली. पुढे आंबेवाडी, कळकेवाडी, रिंगेवाडी, माळवाडी व पाटेवाडी असे मार्गक्रमण करत सर्वजण पुढे सरकत राहिले. पाटेवाडीचे जंगल ओलांडून माण–धनगरवाड्याच्या दिशेने वाटचाल सुरू झाली. या ऐतिहासिक वाटेवर पुढे जात असताना छत्रपती शिवाजी महाराज आणि बाजीप्रभू देशपांडे यांची शेवटची भेट ज्या परिसरात झाली आणि त्यानंतर युद्धाला सुरुवात झाली त्या ऐतिहासिक प्रसंगाचे त्या वाटेवर उभे राहून कथन ऐकणे हा अत्यंत रोमांचकारी अनुभव होता. त्या फरसबंदीच्या ऐतिहासिक वाटेवर पावनखिंडीतील युद्धाचे प्रसंग जिवंत झाले. तो इतिहास ऐकताना भूतकाळ आणि वर्तमानकाळ यांच्यातील अंतर मिटून गेल्याची अनुभूती आली. त्यानंतर सर्वांनी भोजन करून पुढे प्रचलित पावनखिंड तथा कासारी नदीच्या उगमस्थानाचे दर्शन घेतले. भातळी येथील सुकाई मंदिराजवळ पुन्हा सर्व मोहीम सहभागी एकत्रित झाले. त्यानंतर विशाळगडाच्या दिशेने अंतिम टप्प्याच्या वाटचालीस सुरुवात झाली. सर्वांच्या नजरा आता विशाळगडाकडे लागल्या होत्या.

दोन दिवस सह्याद्रीच्या अंतरंगात शिरून त्याचा इतिहास निसर्ग आणि दुर्गवैभव यांचा अनुभव घेत सर्वजण सायंकाळी पाच वाजता विशाळगडाच्या पायथ्याशी पोहोचले. संपूर्ण मोहिमेचा सर्वात भावनिक आणि अभिमानाचा क्षण म्हणजे विशाळगडावरील नयनरम्य देखावा. त्यात एका बाजूला स्वातंत्र्यदिनाचा तिरंगा, दुसऱ्या बाजूला महाराष्ट्र पोलीस दलाचा ध्वज, व सोबत छत्रपती शिवाजी महाराजांच्या स्वराज्याची साक्षात देणारा सह्याद्री! हा त्रिवेणी संगम सर्वांना भारावून टाकणारा होता. ज्यासाठी ज्ञात अज्ञात वीरांनी बलिदान दिले त्या विशाळगडाच्या ऐतिहासिक भूमीवर तिरंग्याला सलाम करतानाचा क्षण अविस्मरणीय होता.

छत्रपती शिवाजी महाराज आणि बाजीप्रभू देशपांडे यांची शेवटची भेट ज्या परिसरात झाली आणि त्यानंतर युद्धाला सुरुवात झाली त्या ऐतिहासिक प्रसंगाचे त्या वाटेवर उभे राहून कथन ऐकणे हा अत्यंत रोमांचकारी अनुभव होता. त्या फरसबंदीच्या ऐतिहासिक वाटेवर पावनखिंडीतील युद्धाचे प्रसंग जिवंत झाले.

सायंकाळी विशाळगडाच्या पायथ्याशी मोहिमेची सांगता झाली. तेव्हा मोहिमेत आलेल्या अनुभवांबाबत तसेच ऐतिहासिक स्थळांबाबत मोहीमवीरांनी आपापली मनोगते व्यक्त केली. मनोगत व्यक्त करताना अनेकांनी, 'पन्हाळगड ते विशाळगड ही मोहीम केवळ दोन दिवसांची पायपीट नव्हती, तर ती होती इतिहासाशी संवाद साधण्याची शौर्याला नमन करण्याची सह्याद्री अनुभवण्याची आणि संघभावण्याचा प्रत्येक घेण्याची एक प्रेरणादायी यात्रा,' या शब्दांत वर्णन केले.

या मोहिमेत इतिहास केवळ ऐकला नाही, तर तो चालत अनुभवला... त्याचा भूगोल समजून घेत निसर्ग जवळून अनुभवता आला... ऐतिहासिक वाटा तुडवल्या... त्या वाटांवर घडलेल्या शौर्यगाथा अनुभवल्या... त्या जगल्या गेल्याचा थरार अनुभवता आला. सदरची मोहीम ही मा. पोलीस महासंचालक श्री. सदानंद दाते यांच्या संकल्पनेतून मूर्त स्वरूपात आली. या मोहिमेचे शिस्तबद्ध नियोजन व अंमलबजावणी मा. विशेष पोलीस महानिरीक्षक श्री. रंजनकुमार शर्मा तसेच कोल्हापूर पोलीस दल यांच्याकडून करण्यात आले. या मोहिमेमध्ये महाराष्ट्र पोलीस दलातील ३० पोलीस अधिकारी व १४० पोलीस अंमलदार यांनी सहभाग नोंदवून ती यशस्वीरित्या पूर्ण केली. ■

लहान वयात चष्मा जबाबदार कोण?



डॉ. मातंगी चारी रानडे
ठाणे



टीव्हीला खेटून बसणाऱ्या त्या नऊ वर्षांच्या मुलाचा विचार माझ्या मनातून का जात नाही? त्याच्या आईच्या चेहऱ्यावरचे भाव बदलले तो क्षण मला आजही स्पष्ट आठवतो.

ती आपल्या मुलाला घेऊन आली होती तीच मुळी काहीशा अपराधी भावनेने. ''डॉक्टर, फक्त रूटीन तपासणीसाठी, तसा विशेष काही प्रॉब्लेम नाही...'' ती म्हणाली. त्याला एक पार्श्वभूमी होती.

त्याच्या शिक्षकांनी एकदा सहजपणे सांगितले होते, की तो व्हाईटबोर्डकडे पाहताना डोळे बारीक करून बघत होता. तशी त्याने स्वतःहून कोणतीही तक्रार केली नव्हती. त्याने डोळे चोळले नव्हते किंवा डोकेदुखीचा त्रास होत असल्याचेही सांगितले नव्हते. तो फक्त, शांतपणे, दररोज संध्याकाळी टीव्ही बघताना टीव्हीच्या थोड्या जवळ बसू लागला होता, आणि विशेष म्हणजे घरातल्या कोणाच्याही मनात, तो असं का करतोय असा प्रश्न आला नव्हता.

जेव्हा मी तिला सांगितले की त्याच्या दोन्ही डोळ्यांचा नंबर –१.५ इतका झाला आहे, तेव्हा तिच्या चेहऱ्यावर जे भाव उमटले ते मी माझ्या वीस वर्षांच्या प्रॅक्टिसमध्ये असंख्य वेळा पाहिले आहेत. ती घाबरलेली नव्हती, पण तिच्या मनात एक प्रकारची शांत अपराधी भावना होती. 'मला हे समजायला हवं होतं, मी लक्ष द्यायला हवं होतं...' अशी जाणीव.

ज्या पालकांमध्ये हा अपराधभाव असतो, त्या प्रत्येकाला मला हेच सांगायचे आहे– 'तुम्ही तुमच्या मुलाच्या बाबतीत काहीही चूक करत नाही आहात किंवा अपयशी ठरत नाही आहात. पण नक्की काय घडतंय हे तुम्हाला माहीत असणं गरजेचं आहे, कारण डोळ्यांचा नंबर आता दुर्लक्ष करण्याइतका कमी राहिलेला नाही.'

असा एक आकडा जो मला लिहावासा वाटत नाही

१९९९ मध्ये, भारतातल्या शहरी भागात दर १०० मुलांपैकी साधारणपणे ४ मुलांना मायोपिया (निकटदृष्टीदोष) होता. २०१९ पर्यंत ही संख्या १०० पैकी २१ च्या वर गेली, म्हणजेच दोन दशकांत यात पाचपट वाढ झाली. हा वेग असाच राहिल्यास, २०३० पर्यंत शहरी भागातील दर तीनपैकी एका मुलाला निकटदृष्टीदोष असू शकतो.

जवळून करायची कामे, वाचन, गृहपाठ, टॅब्लेट्स, स्क्रीन्स वाढत्या वयाच्या डोळ्याला त्याच्या जागृत अवस्थेतील बहुतेक वेळ जवळच्या वस्तूंवर लक्ष केंद्रित करायला लावतात, आणि याचे ठोस पुरावे आहेत की सतत जवळून लक्ष केंद्रित केल्याने डोळ्याचा गोल (आयबॉल) लांबट होतो.

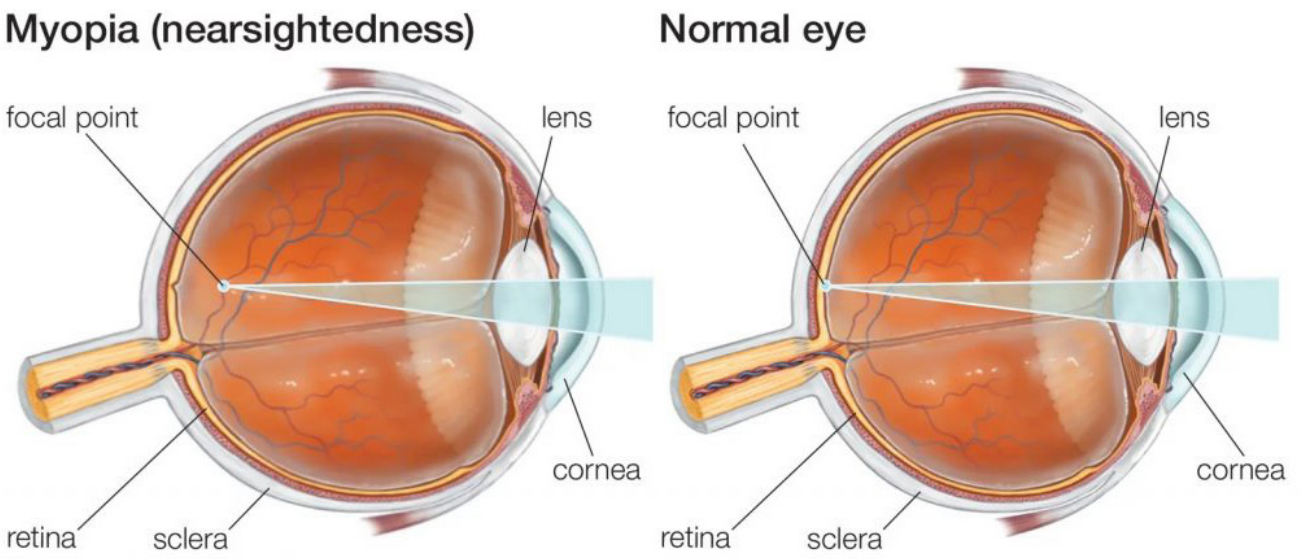
हा विषय केवळ कोणाला चष्म्याची गरज आहे आणि कोणाला नाही, इतकाच मर्यादित नाही. बालपणात निदान झालेला निकटदृष्टीदोष (मायोपिया) वाढतच जाण्याची शक्यता असते आणि प्रौढावस्थेत त्याची तीव्रता अधिक असल्यास डोळ्यांचा पडदा (रेटिना) व डोळे यांच्या दीर्घकालीन आरोग्यासाठी गंभीर धोके निर्माण होऊ शकतात. आज जी समस्या क्षुल्लक आणि सहज हाताळण्याजोगी वाटते, तीच समस्या ही मुले वयाच्या तिशीपर्यंत पोहोचताना अत्यंत गंभीर स्वरूप धारण करू शकते.

काय बदलले? स्क्रीन्स नक्कीच नाहीत!

पालक जवळजवळ नेहमीच फोनला दोष देतात. का? ते मी समजू शकते. पण दोन दशके हा प्रकार जवळून पाहिल्यानंतर, माझा असा विश्वास बसला आहे की यामागचे मूळ कारण अधिक छुपे आहे : ते म्हणजे मुलांनी काय करायला सुरुवात केली आहे हे नाही, तर त्यांनी काय करणे थांबवले आहे, हे आहे.

जवळून करायची कामे, वाचन, गृहपाठ, टॅब्लेट्स, स्क्रीन्स वाढत्या वयाच्या डोळ्याला त्याच्या जागृत अवस्थेतील बहुतेक वेळ जवळच्या वस्तूंवर लक्ष केंद्रित करायला लावतात, आणि याचे ठोस पुरावे आहेत की सतत जवळून लक्ष केंद्रित केल्याने डोळ्याचा गोल (आयबॉल) लांबट होतो. यामुळे निकटदृष्टीदोष (मायोपिया) होतो.

पण जेव्हा मी पालकांना हे समजावून सांगते, तेव्हा त्यांना खऱ्या अर्थाने आश्चर्य वाटणारा घटक म्हणजे सूर्यप्रकाश. जी मुले घराबाहेर खरा वेळ घालवतात, फार काही नाही, अगदी फक्त खेळतात, त्यांच्यामध्ये निकटदृष्टीदोष, घरात राहणाऱ्या मुलांपेक्षा (स्क्रीन असो



वा नसो) उशिरा विकसित होतो आणि त्याची वाढ अधिक हळू होते असे दिसते. हे केवळ उपकरण काढून घेण्याबद्दल नाही, तर आपण त्यासोबत नकळत काय काढून घेतले आहे त्याबद्दल आहे, आणि ते म्हणजे सूर्यप्रकाश, मनाला येईल तसे खेळणे, निवांत दुपार. त्यातच अनेक वर्षांचे ऑनलाईन वर्ग, अधिक व्यस्त शैक्षणिक वेळापत्रक आणि बैठी जीवनशैली अंगीकारलेले बालपण यांची भर पडल्यास या पिढीच्या डोळ्यांना पूर्वीच्या कोणत्याही पिढीपेक्षा जास्त मेहनत करावी लागत आहे, असे दिसते.

मी प्रत्येक पालकाला काय करायला सांगते? – या आठवड्यापासून सुरुवात करा

१. तुमच्या मुलाला दररोज घराबाहेर घेऊन जा. दिवसाच्या प्रकाशात एक–दोन तास घालवणे, सायकल चालवणे, चालणे, किंवा फक्त बाहेर असणे ही त्यांच्या डोळ्यांचे संरक्षण करण्यासाठी सर्वात प्रभावी गोष्टींपैकी एक आहे.

२. २०–२०–२० नियम न चुकता वापरा. जवळच्या कामासाठी प्रत्येक २० मिनिटांनी, २० सेकंद २० फूट दूर असलेल्या एखाद्या गोष्टीकडे पाहा. यासाठी काहीही खर्च येत नाही आणि लोकांना वाटते त्यापेक्षा हे अधिक महत्त्वाचे आहे.

३. ते वस्तू किती जवळ धरतात याकडे लक्ष द्या. स्क्रीनसाठी हाताच्या अंतरावर, तर पुस्तकांसाठी सुमारे ३० सेंटीमीटर अंतरावर. वाढत्या वयातील डोळ्यांवरचा ताण अंतरामुळे खरोखरच बदलतो.

४. तक्रारींची वाट पाहू नका. मुले क्वचितच तक्रारी करतात. ते शांतपणे जुळवून घेतात: जवळ बसणे, डोळे बारीक करणे, काहीही न बोलणे. चार किंवा पाच वर्षांच्या वयापासून दरवर्षी डोळ्यांची तपासणी करणे हाच हा आजार लवकर ओळखण्याचा एकमेव मार्ग आहे, नाहीतर सुरुवातीला सांगितलेली गोष्ट घडून जाईल.

५. जर तुमच्या मुलाला आधीच मायोपिया (निकटदृष्टीदोष) असेल, तर फक्त चष्मा बदलून पुढे जाऊ नका. डोळ्याचा नंबर वाढण्याचा वेग कमी करण्याचे अनेक उपाय आहेत. यामध्ये खास तयार केलेल्या लेन्सपासून वैद्यकीय देखरेखीखालील उपचारांपर्यंत अनेक पर्यायांचा समावेश आहे. ■

लोहमार्ग पोलीस – सुरक्षित प्रवास, संवेदनशील सेवा आणि समाजाचा विश्वास

एका क्षणात बदलले आयुष्य

दिनांक २० जुलै २०२६ या दिवशी सुलक्षणा (रा. तेल्हारा, जि. अकोला) या गर्भवती महिला आपल्या सासऱ्यांसोबत अमरावती– सुरत एक्सप्रेसने शेगाव ते सुरत असा प्रवास करत होत्या. प्रवासादरम्यान नांदुरा रेल्वे स्थानकावर सासऱ्यांची नजर चुकवत त्या रेल्वेतून उतरून निघून गेल्या. त्यानंतर त्यांच्याशी कोणताही संपर्क झाला नाही. महिला गर्भवती असल्याने कुटुंबीयांची चिंता अधिकच वाढली. लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव येथे २१ जुलै २०२६ रोजी मनुष्य मिसिंग क्र. ०३/२०२६ दाखल होताच वेळ न दवडता शोधमोहीम सुरू करण्यात आली.

प्राथमिक तपासात मिळाला पहिला महत्त्वाचा धागा

मनुष्य मिसिंग दाखल होताच तांत्रिक तपास सुरू करण्यात आला. प्राथमिक तपासामध्ये महिलेचे लोकेशन देऊळगाव मही, जि. बुलढाणा येथे आढळून आले. या माहितीच्या आधारे पोलीस अंमलदार गजानन मेटांगे, किरण आघाव आणि महिला पोलीस अंमलदार रूपाली बोरसे यांनी तत्काळ देऊळगाव मही येथे जाऊन प्रत्यक्ष शोधमोहीम राबविली. तेथे चौकशीदरम्यान असे निष्पन्न झाले, की सदर महिला तिच्या एका मैत्रिणीकडे आश्रयासाठी आली होती. ती गर्भवती असल्याने तसेच त्या परिसरात तिचे कोणतेही नातेवाईक नसल्यामुळे तिच्या मैत्रिणीने मानवतेच्या भावनेतून तिला



विवेकानंद राळेभात
प्रभारी अधिकारी
लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव



गजानन मेटांगे
पोलीस अंमलदार
लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव



राम पोहेकर
पोलीस अंमलदार
लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव



किरण आघाव
पोलीस अंमलदार
लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव



रूपाली बोरसे
महिला पोलीस अंमलदार
लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव

तात्पुरता आसरा दिला होता. मात्र काही वेळाने ती तेथून निघून नाशिकच्या दिशेने रवाना झाल्याची माहिती मिळाली. ही माहिती तपासासाठी अत्यंत महत्त्वाची ठरली आणि तपासाला योग्य दिशा मिळाली.

तंत्रज्ञान बनले तपासाचे प्रभावी शस्त्र

त्यानंतर गजानन मेटांगे यांनी महिलेच्या मोबाईलचे लोकेशन, आणि इतर सोशल मीडिया खात्यांचे तांत्रिक विश्लेषण सुरू केले. तपासादरम्यान महिलेने स्वतःचा माग लागू नये म्हणून जुने सिमकार्ड बंद करून नवीन सिमकार्ड सुरू केल्याचे समोर आले. तसेच ती अशोकनगर, सातपूर (नाशिक) येथे भाड्याने खोली घेऊन एका मॉलमध्ये काम करत असल्याची माहिती मिळाली. कॉल डिटेल रेकॉर्डमधून महिलेच्या एका मैत्रिणीचा मोबाईल क्रमांक प्राप्त झाला. तिच्याशी संपर्क साधल्यानंतर सुरुवातीला तिने उडवाउडवीची उत्तरे दिली. मात्र तांत्रिक पुरावे, गोपनीय माहितीदारांकडून मिळालेली माहिती आणि सातत्यपूर्ण तपासामुळे महिलेचे वास्तव्य निश्चित करण्यात पोलिसांना यश आले.

अथक प्रयत्नांना अखेर यश

दिनांक २८ जुलै २०२६ रोजी गजानन मेटांगे व राम मोहेकर यांनी नाशिक येथे जाऊन महिलेचा शोध घेत तिला सातपूर पोलीस ठाणे येथे आणले.

चौकशीदरम्यान तिने कौटुंबिक कारणांमुळे तसेच आई–वडील रागावतील या भीतीमुळे घर सोडल्याचे सांगितले.

आई–मुलीच्या पुनर्मिलनाचा भावनिक क्षण

सातपूर पोलीस ठाण्यात तिची तिच्या आईसोबत भेट घडवून आणली गेली. अनेक दिवसांच्या विरहानंतर झालेल्या या भेटीत आई आणि मुलीने एकमेकींना घट्ट मिठी मारत अश्रूंद्वारे भावना व्यक्त केल्या. उपस्थित पोलीस अधिकारी व कर्मचाऱ्यांनाही हा प्रसंग भावूक करून गेला. आवश्यक कायदेशीर प्रक्रिया पूर्ण करून सदर महिलेस तिच्या आईच्या ताब्यात सुखरूप सुपूर्द करण्यात आले. या यशस्वी कार्यवाहीबद्दल महिलेच्या पालकांनी लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव येथील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांचे मनःपूर्वक आभार मानले.

प्रभारी अधिकारी श्री. विवेकानंद राळेभात यांचा संदेश

''आजच्या धावपळीच्या जीवनात घरातील छोट्या–छोट्या मतभेदांचे रूपांतर अनेकदा गंभीर परिस्थितीत होते. पालकांचे रागावणे हे मुलांच्या हितासाठी असते, तर मुलांनीही क्षणिक राग, गैरसमज किंवा भीतीपोटी घर सोडण्याचा निर्णय घेऊ नये. कोणतीही समस्या संवादाने सोडवता येते. प्रेम, विश्वास आणि संवाद हेच कुटुंबाचे खरे बळ आहे. एका क्षणाचा राग आयुष्यभराचे दुःख ठरू शकतो; परंतु एक प्रेमळ संवाद संपूर्ण कुटुंबाला पुन्हा एकत्र आणू शकतो. ''

यशामागील समन्वय, तंत्रज्ञान आणि टीमवर्क

ही उल्लेखनीय कार्यवाही पोलीस अधीक्षक, लोहमार्ग छत्रपती संभाजीनगर श्री. संदीप पालवे, उपविभागीय पोलीस अधिकारी, लोहमार्ग, मनमाड श्री. वसंत भोये तथा प्रभारी अधिकारी, लोहमार्ग पोलीस ठाणे, शेगाव श्री. विवेकानंद राळेभात यांच्या मार्गदर्शनाखाली पोलीस अंमलदार गजानन मेटांगे, राम मोहेकर, किरण आघाव आणि महिला पोलीस अंमलदार रूपाली बोरसे यांच्या समन्वय, तांत्रिक तपास, चिकाटी आणि अथक परिश्रमांच्या बळावर अवघ्या ०७ दिवसांमध्ये यशस्वीरित्या पार पाडण्यात आली.

समाजासाठी प्रेरणादायी संदेश

ही कार्यवाही केवळ एका बेपत्ता महिलेचा शोध घेण्यापुरती मर्यादित नव्हती; तर आधुनिक तंत्रज्ञान, प्रभावी तपासकौशल्य, तत्पर पोलिसी प्रतिसाद आणि मानवी संवेदनशीलता यांच्या समन्वयातून संकटात सापडलेल्या एका कुटुंबाला पुन्हा एकत्र आणण्याचा यशस्वी प्रयत्न ठरली. ■

बनाव



संपतराव पाटील
पोलीस निरीक्षक
तुळींज पोलीस ठाणे
मिरा भाईंदर वसई विरार

बनाव ही अशी गोष्ट आहे, की जी कधी ना कधी उजेडात येतेच. पण तरीही अनेकदा व्यक्ती बनाव करतात. बनाव करण्यामागे स्वत:ला व स्वत:च्या जवळच्या व्यक्तींना कशापासून तरी वाचवणे हाच हेतू असतो. नवी मुंबईत राहाणाऱ्या सेजलनेही असाच एक बनाव रचला. काय होता हा बनाव? हा बनाव करून ती नेमके कोणाला वाचवण्याचा प्रयत्न करत होती?



मे महिन्यात उकाड्याने जीव हैराण झाला होता. त्यात नवी मुंबईतील काही भागांमध्ये पाणी न आल्याने संकटात आणखीनच वाढ झाली होती. सेजल बादली घरी विसरली, म्हणून बादली घेऊन आली आणि शेजारच्याच बिल्डिंगमध्ये कपडे धूत असलेल्या आपल्या मोठ्या जावेकडे – चंदाकडे शक्य तितक्या घाईने जाऊ लागली. वास्तविक सेजलची भरभर चालण्यासारखी परिस्थिती मुळीच नव्हती. तिच्या उदरात एक नवीन जीव आकार घेत होता. गर्भवती असलेली सेजल कशीबशी चंदापर्यंत



गजानन देसले
पोलीस अंमलदार
तुळींज पोलीस ठाणे
मिरा-भाईंदर-वसई-विरार



रवि पाटील
पोलीस अंमलदार
कोर्ट पैरवी



यशवंत बस्कर
पोलीस अंमलदार
कोर्ट पैरवी

पोहोचली.

''भाभी उठो, चलो घर जल्दी।''

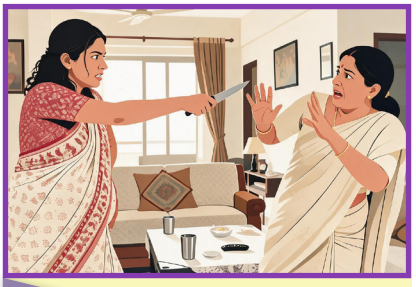
''क्यू? क्या हुआ? और तू ऐसे हाप क्यू रही है?''

''भाभी घर में चोर घुसे है।''

''क्या बकवास कर रही है तू?''

''बकवास नही भाभी, सच मे, जल्दी चलिए।''

आपल्या जावेने पुढे सांगितलेली हकिकत ऐकून चंदाच्या हातातले कपडे धाडकन् खाली पडले. ते कपडे तसेच सोडून ती सेजलच्या मागोमाग गेली. सेजलने दार उघडले. सेजल आणि चंदा दोघी आत आल्या. आत आल्यावर ती बघते तर काय? घरातले सामान जमिनीवर पडलेले होते, आणि निरूपादेवी- त्यांची सासू- फरशीवर पडली होती. आजूबाजूला रक्त पडलेले होते. सकृतदर्शनी घरात झटापट झाल्यासारखे वाटत होते. त्या दोघींनी घाईघाईने शेजाऱ्यांना बोलावले व त्यांच्या मदतीने त्या दोघींनी निरूपादेवींना रुग्णालयात नेले. पण काही उपयोग झाला नाही. डॉक्टरांनी तपासल्यानंतर त्यांना मृत म्हणून जाहीर केले. तेथून त्या दोघी दुसऱ्या एका रुग्णालयात गेल्या. त्या ठिकाणीही निरूपादेवींना तपासून डॉक्टरांनी मृत घोषित केले. या सगळ्यात त्या दोघींबरोबर त्यांचा अजून एक नात्यातली व्यक्ती अर्थात त्यांचा दीरही उपस्थित होता. त्यानेच



आपल्या जावेने पुढे सांगितलेली हकिकत ऐकून चंदाच्या हातातले कपडे धाडकन् खाली पडले. ते कपडे तसेच सोडून ती सेजलच्या मागोमाग गेली. सेजलने दार उघडले. सेजल आणि चंदा दोघी आत आल्या. आत आल्यावर ती बघते तर काय? घरातले सामान जमिनीवर पडलेले होते, आणि निरूपादेवी- त्यांची सासू- फरशीवर पडली होती.

निरूपादेवींच्या बाबत घडलेल्या घटनेची माहिती त्यांचे पती- ब्रुजभुषण यांना फोनद्वारे दिली.

''चाचाजी, अशोक बोल रहा हूं।''

''हां बोल.. तूने आज कैसे याद किया अचानकसे?''

''चाचाजी, दरअसल मै यहाँ अस्पताल आया हूं सेजल और चंदा बौजी के साथ।''

''क्या हुआँ? बात क्या है?''

त्याने फोनवरून त्यांना निरूपादेवींबाबतची हकिकत सांगितली. ते त्यांच्या दोन्ही मुलांसकट तातडीने घराच्या दिशेने निघाले. त्यांना आल्याचे बघताच सेजल घाईघाईने उठली.

''कैसे हुआँ ये सब? हम लोग घर से निकले तब सब सही था... फिर बाद मे क्या हो गया? और ये सारा सामान ऐसा क्यो पडा है?''

''बाबूजी, घर मे कुछ चोर घुस आए और ये सब उन्ही का कियाकराया है।'' तोंडावर पदराचे टोक धरत सेजलने उत्तर दिले. पण उत्तर देताना तिचे डोळे काहीतरी वेगळेच घडले असल्याचे दाखवत असल्याचा आभास त्यांना झाला.

''सच बता सेजल, कुछ और तो वजह नही है ना इसके पिछे?'' तिच्याकडे रोखून बघत ब्रुजभुषणनी विचारले. त्यांच्या या अचानक आलेल्या प्रश्नामुळे ती चमकलीच.

***

ब्रुजभुषणनी तडक मिरा-भाईंदर-वसई-विरार पोलीस आयुक्तालयाच्या अंतर्गत असलेले तुळींज पोलीस ठाणे गाठले.

''मुझे बडे साब को मिलना है।''

''बैठिये। मी साहेबांना सांगून येतो.'' समोर असलेल्या पोलीस अंमलदारांनी त्यांना बसायला सांगितले. त्यांच्यात हे बोलणे सुरू असतानाच पोलीस निरीक्षक संपतराव पाटील तेथे दाखल झाले.

''काय झालं?'' साहेबांनी विचारले.

''साब, मुझे एक कम्प्लेंट करनी है।''

''बोलिए। क्या कम्प्लेंट है?''

''साब मेरी लुगाई चल बसी और उसको किसी और ने नही बल्की हमारी...''

''हमारी क्या? आगे बोलिए''

ब्रुजभुषणने पुढे सगळा प्रकार पोलिसांना सांगितला. त्याच्या सांगण्यानुसार त्याची सून सेजल हिचा यात समावेश होता.

पोलिसांनी गुन्हा नोंद केला आणि ब्रुजभुषणसह ते घटनास्थळाकडे रवाना झाले. त्या दिवशी रस्त्यावर फारशी रहदारी नसल्याने काही वेळातच पोलीस घटनास्थळावर पोहोचले. त्यांनी पंचांसमक्ष घटनास्थळाचा पंचनामा केला. घटनास्थळावरून चाकू, मयत झालेल्या निरूपाचे केस, फुटलेल्या बांगड्या, रक्ताचे नमुने साधी माती इत्यादी गोष्टी संकलित केल्या. यानंतर साहेबांनी निरूपाच्या मृतदेहाचा इन्क्वेस्ट पंचनामा करून तो शवविच्छेदनासाठी पाठवला. त्याआधी निरूपाने परिधान केलेले कपडे पोलिसांनी हस्तगत केले.

पोलिसांनी हस्तगत केलेल्या सर्व गोष्टी वैद्यकीय तपासणीसाठी व अहवालासाठी न्यायसहायक वैज्ञानिक प्रयोगशाळेकडे पाठवल्या. तसेच यानंतर पोलिसांनी निरूपा यांचा खून केल्याच्या संशयावरून सेजल हिला ताब्यात घेतले.

''देखिये आपके ससुरजीने खुद कहाँ है हमे, की आपने निरूपाजी को मारा है। तो छुपाने का झूठ बोलने का कोई फायदा नही। तो अब बोलिए क्यों मारा अपनी ही सास को?''

''साब मै मारना नही चाहती थी। लेकीन उसने मुझे गुस्सा दिलाया और उसी गुस्से मे हो गया।''

''मतलब?''

''साब मै बादली भूल गयी थी घर पे, तो वो लेने के लिए आई



ब्रुजभुषणने पुढे सगळा प्रकार पोलिसांना सांगितला. त्याच्या सांगण्यानुसार त्याची सून सेजल हिचा यात समावेश होता. पोलिसांनी गुन्हा नोंद केला आणि ब्रुजभुषणसह ते घटनास्थळाकडे रवाना झाले. त्या दिवशी रस्त्यावर फारशी रहदारी नसल्याने काही वेळातच पोलीस घटनास्थळावर पोहोचले.

थी... बादली लेते समय मै पैर फिसल के गिर गयी। माँजी को बुलाया तो आने के बजाय मुझे गाली देना शुरू कर दिया। जैसे तैसे कर के मै खडी हो गयी। उनको मैने मेरे साथ अस्पताल आने को बोला तो वो फिरसे मेरे उपर चिल्लाने लग गई। मुझे बहोत खरी खोटी सुनाई। मै पेट से हूं... पेट बहोत दुख रहा था। मुझे सवारने के बजाय वो मुझेही गाली देने लग गई। मुझे गुस्सा आ गया तो मैने उन के पैर को पकड के नीचे ओढा तो वो नीचे गिर गयी। उनका सर दीवार से टकराया। वही पे थोडी दूर चाकू पडा था साब; मैने वो उठाया और उनके, गाल, गला और पेट पर चलाया। आप सोच भी नही सकते उन्होने मुझे किन शब्दों से गालीगलोच किया साब। और किसी को मेरे उपर शक ना आए इसलिए घर मे चोरी हुई है और उन्होने ही माँजी को मारा है ऐसा सभी को बताया।''

पोलिसांनी शवविच्छेदन अहवाल, गुन्ह्यात वापरलेल्या हत्याराचा क्युरी अहवाल व अन्य महत्त्वाचे पुरावे प्राप्त केले. पोलिसांनी आरोपित सेजलविरोधात मा. न्यायालयात दोषारोपपत्र सादर केले.

मा. न्यायालयाने दोन्ही बाजू ऐकून घेतल्यानंतर समोर आलेल्या पुराव्यांच्या आधारे सेजल हिला भादंवि कलम ३०२ अन्वये दोषी ठरवत आजन्म कारावास आणि ५ हजार रुपये दंड अशी शिक्षा सुनावली आहे.

सदर प्रकराणाचा तपास मिरा भाईंदर–वसई–विरार पोलीस आयुक्तालयातील तुळींज पोलीस ठाण्याचे पोलीस निरीक्षक संपतराव पाटील, पोलीस अंमलदार गजानन देसले, रवि पाटील व यशवंत बस्कर (कोर्ट पैरवी) यांनी अतिशय कौशल्याने पूर्ण केला आहे. ■

(कथा सत्यघटनेवर आधारित असून पात्रांची नावे व काही प्रसंग बदलले आहेत.)



सुरेश वांदिले
मुंबई

डिजिटल संधी कशा मिळवाल?

चित्रपट, ॲनिमेशन फिल्म, दूरचित्रवाणी मालिका, तसेच इंटरॅक्टिव्ह गेम्स अशा विविध क्षेत्रांमध्ये आज डिजिटल प्रणाली वापरून कलानिर्मिती करणाऱ्या डिजिटल आर्टिस्ट्सना मोठ्या प्रमाणावर मागणी आहे. त्यासंबंधीचे विवेचन करणारा लेख.



डिजिटल क्षेत्रात करिअरच्या विपुल संधी निर्माण झाल्या आहेत. या संधी सुलभतेने मिळण्यासाठी याचे शिक्षण–प्रशिक्षण दर्जेदार आणि गुणवत्तापूर्ण संस्थेतूनच घ्यायला हवे. कारण या संस्थामध्ये अनुभवी प्राध्यापक, इंटर्नशिप, तसेच प्रात्यक्षिकांकरिता अत्याधुनिक प्रयोगशाळा व प्लेसमेंटची सुविधा असते. अशा काही संस्था पुढीलप्रमाणे आहेत.

(१) सत्यजित रे फिल्म अँड टेलिव्हिजन इन्स्टिट्यूट कोलकाता

या संस्थेत 'मास्टर ऑफ फाइन आर्ट्स (एमएफए) इन सिनेमा वुइथ स्पेशलायझेशन इन ॲनिमेशन सिनेमा' हा अभ्यासक्रम घेता येतो. या अभ्यासक्रमातून पारंपरिक ॲनिमेशन ते आधुनिक डिजिटल तंत्रज्ञान असे सखोल प्रशिक्षण विद्यार्थ्यांना दिले जाते. या अभ्यासक्रमाचा कालावधी तीन वर्षे आहे.

काय शिकाल?

पहिल्या वर्षी चित्रकला, डिझाइन, मूलभूत ॲनिमेशन, चित्रपटनिर्मितीचे मूलभूत घटक, चित्रपटाचा इतिहास आणि सिनेमाचे सिद्धांत शिकवले जातात. दुसऱ्या आणि तिसऱ्या वर्षी प्रगत ॲनिमेशन कौशल्ये शिकवली जातात. यात (१) हाताने रेखाटलेले पारंपरिक ॲनिमेशन, (२) संगणकाच्या मदतीने तयार केलेले टू डी आणि थ्रीडी ॲनिमेशन, (३) वस्तूंच्या हालचाली टप्प्याटप्प्याने चित्रित करून केलेले ॲनिमेशन, (४) व्हिज्युअल इफेक्ट्स (व्हीएफएक्स)(चित्रपटातील विशेष दृश्य परिणाम), (५) गेम डिझाइन (व्हिडिओ गेम्सची रचना), (६) माहितीपटांमधील ॲनिमेशनचा वापर, (७) स्टोरीटेलिंग (कथा सांगण्याची कला, पात्रांचा विकास आणि कथेची मांडणी), (८) कलेचा इतिहास आणि चित्रपट अभ्यास आणि प्रगत चित्रकला,

डिजिटल क्षेत्रात करिअरच्या विपुल संधी निर्माण झाल्या आहेत. या संधी सुलभतेने मिळण्यासाठी याचे शिक्षण–प्रशिक्षण दर्जेदार आणि गुणवत्तापूर्ण संस्थेतूनच घ्यायला हवे.

(९) ॲनिमेशन किंवा फिल्म तयार करण्याची संपूर्ण प्रक्रिया, (१०) संशोधन पद्धती (रीसर्च मेथडॉलॉजी) या विषय घटकांचा समावेश होतो. ॲनिमेटेड चित्रपटांची निर्मिती, सामूहिक प्रकल्प, उद्योगातील कार्यशाळा, स्टुडिओ भेटी आणि चित्रपट महोत्सवांमध्ये सहभाग अशा प्रात्यक्षिकांवर भर दिला जातो.

अर्हता

उमेदवार हा कोणत्याही विषयातील पदवीधर असावा. चित्रकलेमध्ये प्रावीण्य (ड्रॉइंग स्किल्स) असणे आवश्यक आहे (प्रवेश परीक्षेच्या वेळी हे कौशल्य तपासले जाते). पदवीच्या शेवटच्या वर्षात असलेले विद्यार्थी या अभ्यासक्रमाच्या प्रवेशासाठी अर्ज करू शकतात.

निवड प्रक्रिया

(१) प्रारंभिक निवड चाचणी– ही राष्ट्रीय स्तरावर होणारी बहुपर्यायी वस्तुनिष्ठ परीक्षा आहे. यात सामान्य क्षमता (जनरल ॲप्टिट्यूड) आणि विषयाचे ज्ञान तपासले जाते (एकूण १०० गुण).

(२) अंतिम निवड चाचणी – ही कोलकाता येथे प्रत्यक्ष (ऑफलाइन) घेतली जाते. यामध्ये प्रात्यक्षिक चाचणी आणि मुलाखत यांचा समावेश असतो.

उपलब्ध सुविधा

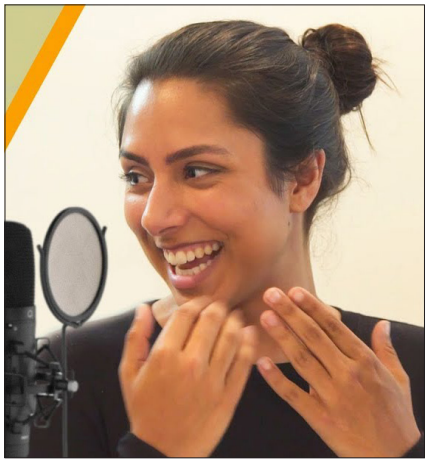
(१) आयमॅक वर्कस्टेशन्स : आधुनिक संगणक प्रणाली, (२) उद्योगासाठी आवश्यक असणारे प्रगत सॉफ्टवेअर– अडोबी, टून बूम, (३) पारंपरिक कला साहित्य आणि डिजिटल साधने, (४) खास ॲनिमेशनसाठी तयार केलेला स्टुडिओ सेटअप.

संपर्क

संकेतस्थळ– srfti.ac.in

(२) इंडियन इंस्टिट्यूट ऑफ क्रिएटिव्ह टेक्नॉलॉजीज (आयआयसीटी)

या संस्थेने पुढील तीन



ॲनिमेशन फिल्म, दूरचित्रवाहिनी मालिका आणि इंटरॲक्टिव्ह गेम्ससाठी विशेष व्हॉइस परफॉर्मन्स (आवाज अभिनय), व्हॉइस कास्टिंग, डायरेक्शन, इमोशनल डिलिव्हरी (भावनांचे सादरीकरण)

आणि सहा महिने कालावधीचे अभ्यासक्रम सुरू केले आहेत. यामध्ये करिअरसाठी आवश्यक तंत्रे आणि कौशल्ये शिकवली जातात.

(अ) कालावधी-तीन महिने

(१) सर्टिफिकेट इन सिनेमॅटिक व्हर्च्युअल रिॲलिटी आणि फिल्म मेकिंग

या अभ्यासक्रमात व्हर्च्युअल रिॲलिटी (व्हीआर- आभासी वास्तव) तंत्रज्ञान वापरून चित्रपटनिर्मितीचे प्रशिक्षण, दिग्दर्शन, व्हीआर कॅमेरा तंत्र, इंटरॲक्टिव्ह स्टोरी टेलिंग (संवादी कथाकथन) हे विषय घटक शिकवले जातात.

करिअर संधी

व्हीआर / एआर कॉन्टेंट क्रिएटर, व्हीआर फिल्म डायरेक्टर, इंटरॲक्टिव्ह मीडिया स्टुडिओ, मेटाव्हर्स प्रोजेक्ट्स, गेमिंग आणि शैक्षणिक व्हीआर कंपन्या.

(२) सर्टिफिकेट इन व्हॉईस ॲक्टिंग फॉर ॲनिमेशन आणि गेमिंग

या अभ्यासक्रमात ॲनिमेशन फिल्म, दूरचित्रवाहिनी मालिका आणि इंटरॲक्टिव्ह गेम्ससाठी विशेष व्हॉइस परफॉर्मन्स (आवाज अभिनय), व्हॉइस कास्टिंग, डायरेक्शन, इमोशनल डिलिव्हरी (भावनांचे सादरीकरण) आणि गेमिंगचे विशिष्ट तंत्रकौशल्य शिकवले जाते.

करिअर संधी

ॲनिमेशन स्टुडिओ, गेम डेव्हलपमेंट कंपन्या, डबिंग आर्टिस्ट, व्हॉइसओव्हर (डबिंग-पार्श्व स्वर) फॉर ॲड्स/गेम्स/फिल्म्स, फ्रीलान्स व्हॉइस ॲक्टर.

(३) सर्टिफिकेट इन प्रॉडक्शन मॅनेजमेंट फॉर एव्हीजीसी (ॲनिमेशन, व्हीएफएक्स, गेमिंग, कॉमिक्स) उद्योग

यात उद्योगासाठी निर्मिती नियोजन, निधी व्यवस्थापन, संघ-समन्वयन, आणि स्टुडिओ चालवण्याचे कौशल्य हे विषय शिकवले जातात.

करिअर संधी- प्रॉडक्शन मॅनेजर, लाइन प्रोड्युसर, प्रोजेक्ट को-ऑर्डिनेटर, एव्हीजीसी स्टुडिओ चालक, फ्रीलान्स प्रॉडक्शन कन्सल्टंट.

(ब) कालावधी- सहा महिने

हे अभ्यासक्रम अधिक सखोल आणि प्रगत कौशल्याचे ज्ञान प्रदान करतात. एआय, अनरिअल इंजिन, गेमिंग आणि व्हर्च्युअल प्रॉडक्शनसारख्या नव्या क्षेत्रांवर भर देण्यात येतो.

(१) सर्टिफिकेट इन आर्ट आणि सिनेमॅटिक इंटेलिजन्स ऑफ एआय फिल्म मेकिंग

या अभ्यासक्रमात एआय तंत्रज्ञान वापरून चित्रपट निर्मितीची कला, सर्जनशील व्यावसायिकांसाठी एआय साधने (टूल्स), जनरेटिव्ह एआय, व्हिज्युअल स्टोरीटेलिंग (दृश्यात्मक कथाकथन) आणि सिनेमॅटिक वर्कफ्लो हे विषय शिकवले जातात.

करिअर संधी

एआय फिल्ममेकर, जनरेटिव्ह कॉन्टेंट क्रिएटर, व्हीएफक्स/एआय आर्टिस्ट, क्रिएटिव्ह टेक



व्हिडिओ गेम्ससाठी एन्व्हायर्नमेंट (पार्श्वभूमी/ वातावरण), गेम-रेडी एन्व्हायर्नमेंट डिझाइन, थ्री डी मॉडेलिंग आणि वर्ल्ड बिल्डिंग या क्षेत्रांमध्ये आज अनेक संधी उपलब्ध झालेल्या आहेत.

स्टार्टअप्स, मीडिया हाऊसेस येथे करिअर संधी मिळते

(२) सर्टिफिकेट इन ई-स्पोर्ट्स आणि गेमिंग मॅनेजमेंट

या अभ्यासक्रमात ई-स्पोर्ट्स उद्योगाचे व्यवस्थापन, इव्हेंट ऑर्गनायझेशन (स्पर्धांचे आयोजन), गेमिंग कम्युनिटी बिल्डिंग (समुदाय बांधणी), स्पॉन्सरशिप (प्रायोजकत्व) आणि गेमिंग बिझनेस मॉडेल्स (व्यवसाय प्रारूप) हे विषय शिकवले जातात.

करिअर संधी

ई-स्पोर्ट्स मॅनेजर, गेमिंग इव्हेंट ऑर्गनायझर, गेमिंग लीग ॲडमिन, स्पॉन्सरशिप मॅनेजर, गेमिंग प्लॅटफॉर्म्स

(३) सर्टिफिकेट इन व्हर्च्युअल आर्ट डिपार्टमेंट कॉन्टेंट क्रिएशन

या अभ्यासक्रमात कॉन्टेंट क्रिएशन (आशय निर्मिती), व्हर्च्युअल सेट डिझाइन (आभासी सेट अभिकल्प), थ्री डी ॲसेट्स (मालमत्ता) आणि रीअलटाइम प्रॉडक्शन हे विषय शिकवले जातात.

करिअर संधी

व्हर्च्युअल प्रॉडक्शन आर्टिस्ट, अनरिअल इंजिन स्पेशलिस्ट, फिल्म/गेम स्टुडिओमध्ये व्हर्च्युअल सेट डिझायनर म्हणून काम करण्याच्या संधी मिळतात.

(४) सर्टिफिकेट इन मीडिया टेक वर्कफ्लो

या अभ्यासक्रमात एआय आणि क्लाउड तंत्रज्ञान वापरून जागतिक स्तरावरील मीडिया वर्कफ्लो (कामकाजाची साखळी) तयार करण्याचे ज्ञान प्रदान केले जाते.

करिअर संधी

मीडिया टेक स्पेशलिस्ट, वर्कफ्लो आर्किटेक्ट, क्लाउड-बेस्ड कॉन्टेंट मॅनेजर म्हणून तसेच पोस्ट-प्रॉडक्शन हाऊसेसमध्ये कामाच्या संधी मिळतात.

(५) सर्टिफिकेट इन आर्ट ऑफ कॅरेक्टर ॲनिमेशन

या अभ्यासक्रमात कॅरेक्टर ॲनिमेशनची कला, फ्रेम-बाय-फ्रेम ॲनिमेशन, लाईफ सायकल, रिगिंग(सांगाडा तयार करणे) आणि परफॉर्मन्स (अभिनय) या विषय घटकांचा समावेश आहे.

करिअर संधी

ॲनिमेशन आर्टिस्ट, कॅरेक्टर ॲनिमेटर म्हणून आणि गेमिंग/ फिल्म स्टुडिओमध्ये नियमित स्वरूपाच्या तसेच फ्रीलान्सर म्हणून संधी मिळतात.

(६) सर्टिफिकेट इन एन्व्हायर्नमेंट आर्ट फॉर व्हिडिओ गेम्स

या अभ्यासक्रमात व्हिडिओ गेम्ससाठी एन्व्हायर्नमेंट (पार्श्वभूमी/ वातावरण), गेम-रेडी एन्व्हायर्नमेंट डिझाइन, थ्री डी

मॉडेलिंग आणि वर्ल्ड बिल्डिंग हे शिकवले जाते.

करिअर संधी

एन्व्हायर्नमेंट आर्टिस्ट, गेम वर्ल्ड बिल्डर, थ्री डी आर्टिस्ट (गेमिंग स्टुडिओ), फ्रीलान्स गेम आर्ट क्रिएटर.

(७) सर्टिफिकेट इन आयसीव्हीएफएक्स ऑन-सेट ऑपरेशन्स

या अभ्यासक्रमात इन कॅमेरा व्हिज्युअल इफेक्ट्स (आयसीव्हीएफएक्स) ची मूलभूत आणि प्रगत तंत्रे, व्हर्च्युअल प्रॉडक्शन, रीअल टाइम व्हीएफएक्स आणि ऑन-सेट ऑपरेशन्स हे विषय शिकवले जातात.

करिअर संधी

आयसीव्हीएफएक्स टेक्निशियन, व्हर्च्युअल प्रॉडक्शन ऑपरेटर, एलईडी वॉल/ व्हर्च्युअल स्टुडिओ स्पेशलिस्ट, फिल्म/ ओटीटी प्रोजेक्ट्स हे अभ्यासक्रम केल्यावर गुगल, यूट्यूब, ॲडॉब, मायक्रोसॉफ्ट, लक्ष्य डिजिटल, ग्रीन रेन यांसारख्या संस्थांमध्ये रोजगार, इंटर्नशिप आणि प्लेसमेंटची संधी मिळते.

संकेतस्थळ

https://www.iict.org

(३) पु. ल. देशपांडे कला अकादमी

राज्य शासनाच्या सांस्कृतिक विभागाच्या अंतर्गत कार्यरत असणाऱ्या पु. ल. देशपांडे कला अकादमीने यंदापासून दृकश्राव्य माध्यमांसाठी कौशल्यनिर्मितीचे अल्पमुदतीचे अभ्यासक्रम सुरू केले आहेत. हे अभ्यासक्रम केल्यावर वेब सिरीज, टेलिव्हिजन, चित्रपट आदी दृकश्राव्य माध्यमांमध्ये,

राज्य शासनाच्या सांस्कृतिक विभागाच्या अंतर्गत कार्यरत असणाऱ्या पु. ल. देशपांडे कला अकादमीने यंदापासून दृकश्राव्य माध्यमांसाठी कौशल्यनिर्मितीचे अल्पमुदतीचे अभ्यासक्रम सुरू केले आहेत.

रोजगाराच्या संधी मिळू शकतात.

या अभ्यासक्रमांमध्ये (१) स्क्रीन रायटिंग, (२) फिल्म डायरेक्शन, (३) बेसिक सिनेमॅटोग्राफी, (४) फिल्म एडिटिंग, (५) साऊंड इंजिनीअरिंग, (६) व्हॉईसओव्हर आर्टिस्ट, (७) लाईव्ह साऊंड रेकॉर्डिंग आर्टिस्ट, (८) असिस्टंट कोरिओग्राफर, (९) फिल्म प्रॉडक्शन असिस्टंट, (१०) इव्हेंट प्रॉडक्शन ॲण्ड मॅनेजमेंट यांचा समावेश होतो. या सर्व अभ्यासक्रमांचा कालावधी प्रत्येकी तीन महिन्यांचा आहे. कोणत्याही विद्याशाखेतील १२ वी उत्तीर्ण विद्यार्थी हे अभ्यासक्रम करू शकतात. (११) फिल्म प्रॉडक्शन ॲण्ड मार्केटिंग हा अभ्यासक्रम कोणत्याही शाखेतील पदवीधर घेऊ शकतो. या अभ्यासक्रमाचा कालावधी तीन महिन्यांचा आहे.

हे अभ्यासक्रम या क्षेत्रातील अनुभवी तज्ज्ञ आणि व्यावसायिक लोकांकडून शिकवले जातात. यामध्ये प्रात्यक्षिकांवर अधिक भर असतो. प्रात्यक्षिकांसाठी अत्याधुनिक यंत्रसामग्री व उपकरणे उपलब्ध करून दिली जातात. या अभ्यासक्रमासाठी विविध सहकारी बँकांकडून अर्थसाहाय्याची सुविधा दिली जाते. तसे आदेश सहकार आयुक्तांनी संबंधित बँकांना दिले आहेत. हा अभ्यासक्रम पूर्ण केलेल्या विद्यार्थ्यांना पु. ल. देशपांडे कला अकादमी आणि राज्य कौशल्य विकास विभागाचे प्रमाणपत्र दिले जाते.

संपर्क-

संकेतस्थळ

https://www.pldeshpandekalaacademy.org

भ्रमणध्वनी -९८१९८२४९५४ ■

११ वी अखिल भारतीय पोलीस ज्युदो क्लस्टर - २०२६-२७ हैद्राबाद मध्ये

महाराष्ट्र पोलीस दलाची उल्लेखनीय कामगिरी

(२ सुवर्ण, ३ रौप्य, १४ कांस्य पदक (वैयक्तिक)



हैद्राबाद येथे २३-३० जुलै या दरम्यान अखिल भारतीय ज्युडो स्पर्धा संपन्न झाली. या स्पर्धेत महाराष्ट्र पोलीस दलातील खेळाडूंनी २ सुवर्ण, ३ रौप्य व १४ कांस्यपदकाची भरीव कामगिरी केली आहे. ही पदके त्यांना तायक्वांदो, वु-शु तसेच कराटे इत्यादी क्रीडाप्रकारांमध्ये वैयक्तीक पातळीवर मिळवली आहेत. त्यांनी केलेल्या या कामगिरीमुळे महाराष्ट्र पोलीस दलाच्या शिरपेचात मानाचा तुरा खोवला गेला आहे. सदर स्पर्धांचे वृत्तांकन या सदरात करण्यात आले आहे.



दिनांक २३ ते ३० जुलै २०२६ या कालावधीमध्ये हैद्राबाद येथे ११ वी अखिल भारतीय पोलीस ज्युदो क्लस्टर २०२६-२७ संपन्न झाली. सदर स्पर्धेमध्ये महाराष्ट्र राज्य पोलीस तायक्वांदो, वु - शु, कराटे व पिंच्याक सिलॅट या क्रीडाप्रकारांमध्ये (पुरुष व महिला) संघाने सहभाग नोंदवला. सदर क्रीडास्पर्धांमध्ये २ सुवर्ण, ३ रौप्य, १४ कांस्य (वैयक्तिक) अशी पदकांची लयलुट केली आहे. उल्लेखनीय कामगिरी संपादन केलेल्या खेळाडूंची नावांची यादी पुढीलप्रमाणे आहे.

अ. क्र	खेळाडूचे नाव	नेमणूक	प्रकार	कामगिरी (वैयक्तीक)
१	महिला पोलीस अंमलदार अपर्णा लोखंडे	मुंबई शहर	पिंच्याक सिलेंट	सुवर्णपदक (वैयक्तीक)
२	पोलीस अंमलदार निलेश देशमुख	मुंबई शहर		सुवर्णपदक
३	संग्राम पाटील	रारापो गट क्र १६ कोल्हापूर		रौप्य पदक
४	महिला पोलीस अंमलदार प्रिती बोरकर	चंद्रपूर		रौप्य पदक
५	महिला पोलीस अंमलदार धनश्री काळे	मुंबई शहर		रौप्य पदक
६	पोलीस अंमलदार ओंकार नाळे	मुंबई शहर		कांस्य पदक
७	पोलीस अंमलदार आशुतोष कळंत्रे	मुंबई शहर		कांस्य पदक
८	महिला पोलीस अंमलदार काविरा काळे	मुंबई शहर		कांस्य पदक
९	महिला पोलीस अंमलदार मनिषा निमोणकर	अहिल्यानगर		कांस्य पदक
१०	महिला पोलीस अंमलदार धनवंती गाडगीळ	नवी मुंबई	तायक्वांदो(पुमसे)	कांस्य पदक
११	महिला पोलीस अंमलदार तृप्ती सिनोलकर	नवी मुंबई	तायक्वांदो	कांस्य पदक
१२	महिला पोलीस अंमलदार संजना शिनोलीकर	मुंबई शहर	वु-शु	कांस्य पदक
१३	पोलीस अंमलदार गौरव हिमायी	गडचिरोली		कांस्य पदक
१४	पोलीस अंमलदार शुभम साळवी	मुंबई शहर		कांस्य पदक
१५	पोलीस अंमलदार शुभम जाधव	मुंबई शहर		कांस्य पदक
१६	महिला पोलीस अंमलदार आरती सुरवसे	मुंबई शहर		कांस्य पदक
१७	महिला पोलीस अंमलदार मनिषा निमोणकर	अहिल्यानगर		कांस्य पदक
१८	पोलीस अंमलदार अनिकेत बिटला	पुणे शहर	कराटे	कांस्य पदक
१९	पोलीस अंमलदार कुणाल चंदनबटवे	गोंदिया		कांस्य पदक

सदर स्पर्धेत एकूण १९ पदके मिळवून खेळाडूंनी उल्लेखनीय कामगिरी केली आहे. सदर स्पर्धेच्या सरावशिबीरामध्ये दिलेल्या वेळेत सातत्याने सराव करून खेळाडूंनी उत्कृष्ट कामगिरी केली आहे. प्रशिक्षक म्हणून सहा. पोलीस निरीक्षक युवराज पोठरे, गोंदिया, श्रेणी पोलीस उपनिरीक्षक चंद्रवधन गवई, मुंबई, पोलीस अंमलदार कप्लक धोदरे, संरक्षण व सुरक्षा, मुंबई, महिला पोलीस अंमलदार धनवंती गाडगीळ, नवी मुंबई, तुषार सिनलकर, नवी मुंबई, संदिप जगदाळे, रारापो-१६, कोल्हापूर, संग्राम पाटील, रारापो-१६, कोल्हापूर या प्रशिक्षकांनी खेळाडूंना उत्तम मार्गदर्शन करून त्यांना वेळोवेळी प्रोत्साहन दिले.

महाराष्ट्र पोलीस संघातील खेळाडू व प्रशिक्षक यांना श्री. सदानंद दाते, पोलीस महासंचालक, महाराष्ट्र राज्य, मुंबई, श्री. मधुकर पाण्डेय, अपर पोलीस महासंचालक, (प्रशासन) म. रा. मुंबई, श्री. अभिषेक त्रिमुखे, विशेष पोलीस महानिरीक्षक, (प्रशासन), म.रा., मुंबई, श्री. रविंद्रसिंग परदेशी, समादेशक, रा.रा.पो.बल गट क्र. ०१, पुणे व सहा. क्रीडा अधिकारी श्री. संतोष कांबळे, यांनी वेळोवेळी त्यांना प्रोत्साहन देऊन मार्गदर्शन केले. त्याचबरोबर त्यांच्यामधील उणिवा दूर करून खेळातील कार्यक्षमता व मानसिक संतुलन उच्चतम राहील असे वातावरण तयार केले. या केलेल्या प्रयत्नांमुळे व मार्गदर्शनामुळे महाराष्ट्र राज्य पोलीस दलामधील खेळाडूंनी राष्ट्रीय पातळीवर होणाऱ्या अखिल भारतीय पोलीस क्रीडा स्पर्धेमध्ये महाराष्ट्र पोलीस दलाचे नाव उज्ज्वल करून नेत्रदीपक कामगिरी केली आहे. ■

कुऱ्हाडीचा दांडा, गोतास काळ



अर्जुन राऊत
पोलीस उपनिरीक्षक
एमआयडीसी सिडको पोलीस ठाणे
छत्रपती संभाजीनगर

मुलं सगळ्यात जास्त सुरक्षित कोणाबरोबर असतात? पालकांबरोबर की मित्रांबरोबर? कधीकधी पालकांच्या रोषाचा बळी त्यांची मुले ठरतात. पण का घडते असे? ज्यांच्या उज्ज्वल भविष्यासाठी पालक सर्वस्व पणाला लावतात त्यांच मुलांचे आयुष्य फुलण्याआधीच ते का कोमजते? काय घडले होते नेमके संभाजीनगरमधील एमआयडीसी येथे राहाणाऱ्या सूरज व संदीप यांच्या बाबतीत?



एमआयडीसी सिडको वसाहत हा छत्रपती संभाजीनगरमधील तसा मध्यम रहदारी असलेला काहीसा शांत असा परिसर आहे. इथे ठरावीक वेळीच रहदारीचे प्रमाण जास्त असते. ते म्हणजे औद्योगिक वसाहतीतले कारखान्यांमधले दैनंदिन कामकाज बंद होते आणि सुरू होते तेव्हा. याच परिसरात किशोरी ही सूरज व दीपक या आपल्या दोन्ही मुलांना घेऊन माहेरी राहत होती.

बराच वेळ होऊन गेला तरी सूरज व दीपक घरी आले नव्हते. ते अगदी कुठेही असले



गौतम पातारे
पोलीस निरीक्षक
एमआयडीसी सिडको पोलीस ठाणे
छत्रपती संभाजीनगर



विक्रांत पवार
पोलीस अंमलदार
एमआयडीसी सिडको पोलीस ठाणे
छत्रपती संभाजीनगर



संदीप जमधडे
पोलीस अंमलदार
एमआयडीसी सिडको पोलीस ठाणे
छत्रपती संभाजीनगर

तरी किंवा घरापासून कितीही लांब असले तरी संध्याकाळी त्यांच्या ठरलेल्या वेळी ते घरी येत असत. घरी आल्यावर हात-पाय धुऊन मग 'शुभं करोति' म्हणणे हा त्यांचा शिरस्ता त्यांनी आजपर्यंत कधीच मोडला नव्हता. पण आज मात्र काहीतरी वेगळेच घडले होते. किशोरी अस्वस्थपणे येरझाऱ्या घालत होती. घरातून बाहेर जाताना ते महादेवाच्या मंदिरात जातो असे सांगून गेले असले तरी मंदिर आणि किशोरीचे घर यात खूप अंतर आहे असे काही नव्हते. शिवाय तो रस्ता त्यांच्या बऱ्यापैकी पायाखालचा झाला असल्याने ते रस्ता चुकतील याची शक्यताही जवळपास दुर्लभ होती. पण एका गोष्टीच्या विचाराने मात्र किशोरीचे मन पोखरले जात होते. ते म्हणजे सूरज आणि दीपक हे दोघेही त्यांच्या वडिलांबरोबर मंदिराकडे गेले होते.

किशोरी अशा येरझाऱ्या घालत असतानाच किशोरीचा भाऊ अजिंक्य तेथे आला.

''काय गं? काय झालं?''

''काही नाही रे. मुलं आली नाहीत अजून घरी. कधीचीच गेलीयेत महादेव मंदिरात.''



तो रस्ता त्यांच्या बऱ्यापैकी पायाखालचा झाला असल्याने ते रस्ता चुकतील याची शक्यताही जवळपास दुर्लभ होती. पण एका गोष्टीच्या विचाराने मात्र किशोरीचे मन पोखरले जात होते. ते म्हणजे सूरज आणि दीपक हे दोघेही त्यांच्या वडिलांबरोबर मंदिराकडे गेले होते.

''अजून आली नाहीत? म्हणजे?''

''म्हणजे, आजपर्यंत कधीच एवढा उशीर झाला नाही त्यांना घरी यायला. मला भिती वाटायला लागली आता.''

''काळजी नको करू. कोणीतरी वाटेत भेटलं असेल त्यांना. त्यांच्याशी खेळत बसले असतील.''

''काळजी नको करू काय? अरे ते महादेव मंदिरात गेलेत. त्यांना महादेव मंदिरात कोण नेतं ठाऊक आहे ना?''

'' हे बघ, एकतर.. तुला वाटतंय तसं काही होणार नाही. त्याच्यात ते पाणी नाही. तो नुसता बडबड करतो फक्त. गोष्टी करायलापण अंगात धमक असावी लागते. मी जाऊन बघून येतो. वाटेतच कुठे जर भेटले तर त्या दोघांना घरी घेऊन येतो. काळजी करू नको.''

किशोरीला दिलासा देऊन अजिंक्य सूरज आणि दीपकला परत आणण्यासाठी घराबाहेर पडला. किशोरीची अस्वस्थता मात्र घड्याळाच्या पुढे सरकणाऱ्या काट्याबरोबर अधिकच वाढत चालली होती.

अजिंक्य महादेव मंदिराकडे जात असताना त्याला रस्त्यावर असणाऱ्या एका शेताजवळच्या विहिरीपाशी काही लोक दिसले. कुतुहलाने त्याने विहिरीपाशी जाण्याचा निर्णय घेतला. पण पुढे गेल्यावर आपल्याला काहीतरी धक्कादायक बघावे लागेल याची त्याला तेव्हा पुसटशी कल्पनाही आली नव्हती. पुढे गेल्यावर मात्र त्याची पावले जागीच थबकली. घरातून निघताना किशोरीला वाटलेली भिती खरी ठरल्याचे

त्याला जाणवले. स्वत:च्याच मुलांना मारण्याचा विचार एखादा बाप कसा काय करू शकतो? या विचाराने अजिंक्य अधिकच अस्वस्थ झाला. अजिंक्य पोहोचण्याच्या आधीच पोलिसांपर्यंत घटनेचे वृत्त गेलेले असल्यामुळे एमआयडीसी पोलीस ठाण्यात पोलीस उपनिरीक्षक पदावर कार्यरत असणारे अर्जुन राऊत आपल्या सहकाऱ्यांसह घटनास्थळी दाखल झाले. ते आले तेव्हा सूरज जिवंत असल्याचे त्यांच्या लक्षात आल्याने त्यांनी तातडीने त्याला रुग्णालयाच्या दिशेने रवाना केले. त्यांनी तिथेच बाजूला निपचित पडलेल्या दीपककडे लक्ष दिले तेव्हा तो मरण पावल्याचे त्यांच्या लक्षात आले.

साहेबांनी घडलेली घटना आणि पोलिसांनी केलेली कार्यवाही याविषयीची माहिती पोलीस निरीक्षक असलेल्या गौतम पातारे यांना फोनद्वारे कळवली. पातारे साहेबांच्या सूचनेनुसार राऊत साहेबांनी तत्परतेने पुढील तपास सुरू केला. पोलिसांनी घटनास्थळाचा दोन पंचांसमक्ष पंचनामा केला. घटनास्थळावरून पोलिसांनी विहिरीच्या कठड्याच्या बाजूला सुमारे २ फूट अंतरावर काळ्या, निळ्या रंगाचे २ शूज, संशियताचे बूट, तसेच ८ फूट अंतरावर काळ्या निळ्या रंगाचा लहान मुलाचा चिखलमिश्रित माती लागलेला बूट या गोष्टी संपादित केल्या. मरण पावलेल्या दीपकच्या देहाचा इन्क्वेस्ट पंचनामा करून त्याने परिधान केलेले कपडे पोलिसांनी हस्तगत केले. साहेबांनी त्याचा मृतदेह शवविच्छेदनासाठी पाठवला.

दरम्यानच्या काळात घडलेला प्रकार किशोरीला समजल्यामुळे तीही तेथे दाखल झाली.

''दीपक, उठ ना, बघ मी आलीये बघ ना डोळे उघड की...'' त्याच्या निस्तेज झालेल्या चेहऱ्यावरून हात फिरवत ती म्हणाली.



या सगळ्या संवादामुळे किशोरी व अजिंक्य यांचा कोणावर तरी संशय आहे हे साहेबांना समजले. त्याबद्दलची विचारणा केली असता ती व्यक्ती म्हणजे दुसरी तिसरी कोणी नसून सूरज व दीपक यांचे वडील जितेंद्र होते. अजिंक्य व किशोरीकडून मिळालेल्या माहितीनुसार पोलिसांनी जितेंद्रचा शोध सुरू केला.

हा प्रसंग तिथे असलेल्या प्रत्येकाच्या डोळ्यांच्या कडा ओल्या करून गेला. मोठ्या मुश्कीलीने पोलिसांनी किशोरीला बाजूला केले.

''बघितलं अजू? मी म्हणलं होतं ना तुला? शेवटी माझंच खरं ठरलं. माझा सूरज? तो कुठाय?'' तिने अजिंक्यकडे बघत विचारले.

''त्याला हॉस्पिटलला नेलंय. तो वाचलाय ताईडे.''

''काय?''

तिच्या या प्रश्नावर अजिंक्यने होकारार्थी मान हलवली.

या सगळ्या संवादामुळे किशोरी व अजिंक्य यांचा कोणावर तरी संशय आहे हे साहेबांना समजले. त्याबद्दलची विचारणा केली असता ती व्यक्ती म्हणजे दुसरी तिसरी कोणी नसून सूरज व दीपक यांचे वडील जितेंद्र होते. अजिंक्य व किशोरीकडून मिळालेल्या माहितीनुसार पोलिसांनी जितेंद्रचा शोध सुरू केला. गुप्त बातमीदाराकडून प्राप्त झालेल्या माहितीच्या आधारे पोलिसांनी जितेंद्रला ताब्यात घेतले. त्याच्याकडून पोलिसांनी गुन्हा करताना परिधान केलेले कपडेही हस्तगत केले. संपादित केलेल्या गोष्टी साहेबांनी वैद्यकीय तपासणीसाठी न्यायसहायक वैज्ञानिक प्रयोगशाळेकडे पाठवल्या.

हे सगळे सुरू असताना साहेबांना सूरज शुद्धीवर आल्याचे समजताच त्यांनी रुग्णालयात जाऊन त्याचा जबाब नोंदवला.

***

''बोल. का टाकलंस तू तुझ्याच मुलांना विहिरीत?''

''मग काय करणार मी? किशोरीला किती वेळा घरी बोलावत होतो. पण ती तयारच नव्हती यायला. वर मला बी पोरांना भेटू देत नव्हती. म्हणून तिला अद्दल घडवण्यासाठी मला करावं लागलं हे सगळं.''

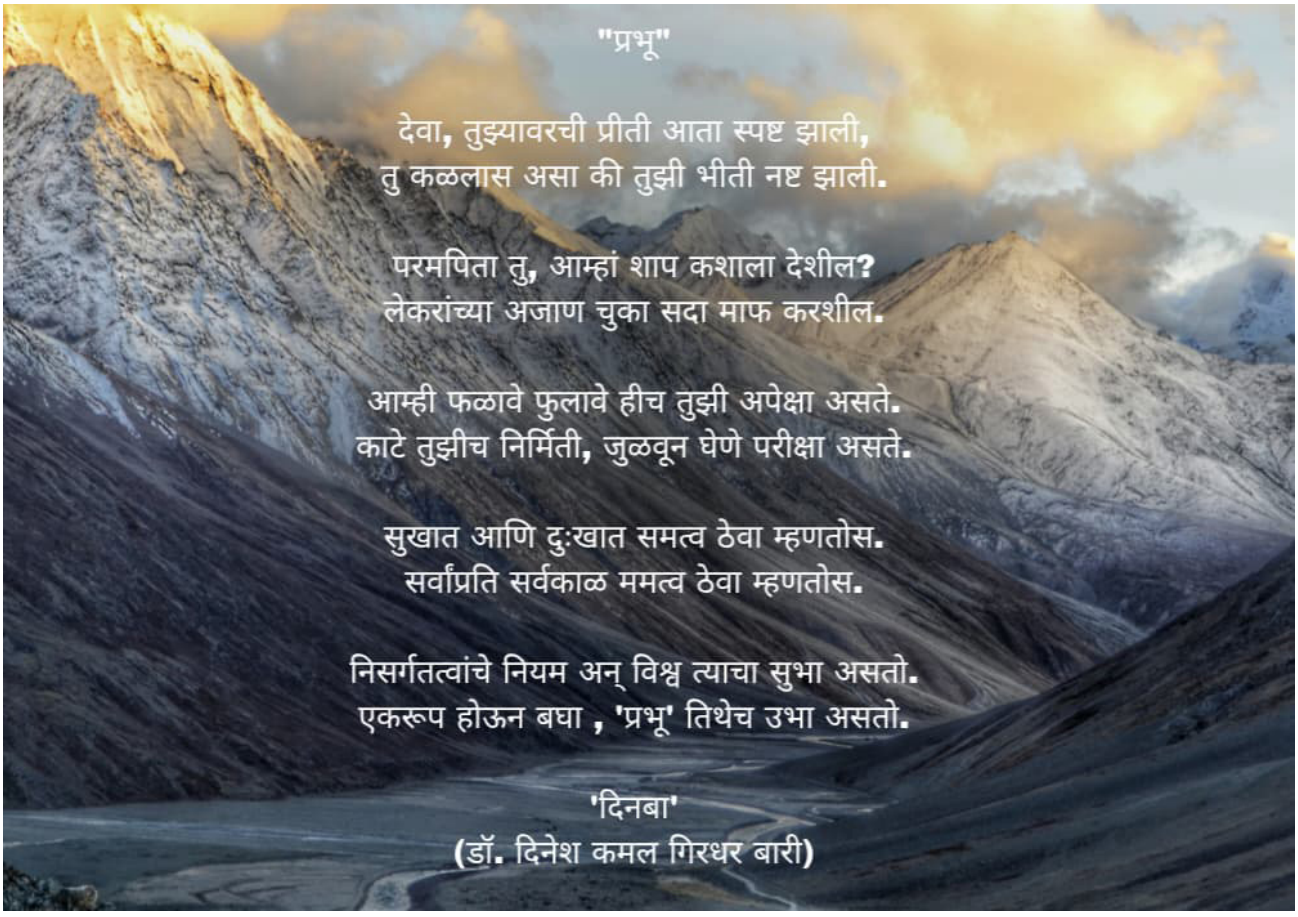
''कसं मारलंस?''

''त्या दिवशी मी त्यांना महादेव मंदिराकडे जाऊया म्हणून बाहेर नेलं. वाटेत शेत लागतं तिथे विहीर आहे. तिथे नेलं त्या दोघांना आणि एकाच वेळी कठड्यावरून ढकललं. पोलिसांनी मा. न्यायालयात संशयित जितेंद्रच्या विरोधात दोषारोपपत्र दाखल केले.

मा. न्यायालयाने समोर आलेले सर्व साक्षीपुरावे तसेच दोन्ही बाजू ऐकून घेत जितेंद्रला भा.दं.वि. कलम ३०२ व ३०७ अन्वये दोषी ठरवत आजन्म कारावास व ३५ हजार रुपये दंड अन्वये आजन्म कारावास व प्रत्येकी ३० हजार रुपये दंड अशी शिक्षा सुनावली आहे.

सदर प्रकरणाचा तपास एमआयडीसी पोलीस ठाणे, छत्रपती संभाजीनगर येथील पोलीस निरीक्षक गौतम पातारे, पोलीस उपनिरीक्षक अर्जुन राऊत, पोलीस अंमलदार विक्रांत पवार व संदीप जमधडे यांनी अत्यंत तत्परतेने व कौशल्याने पूर्ण केला आहे ■ ***(कथा सत्यघटनेवर आधारित असून पात्रांची नावे व काही प्रसंग बदलले आहेत.)***

कविता

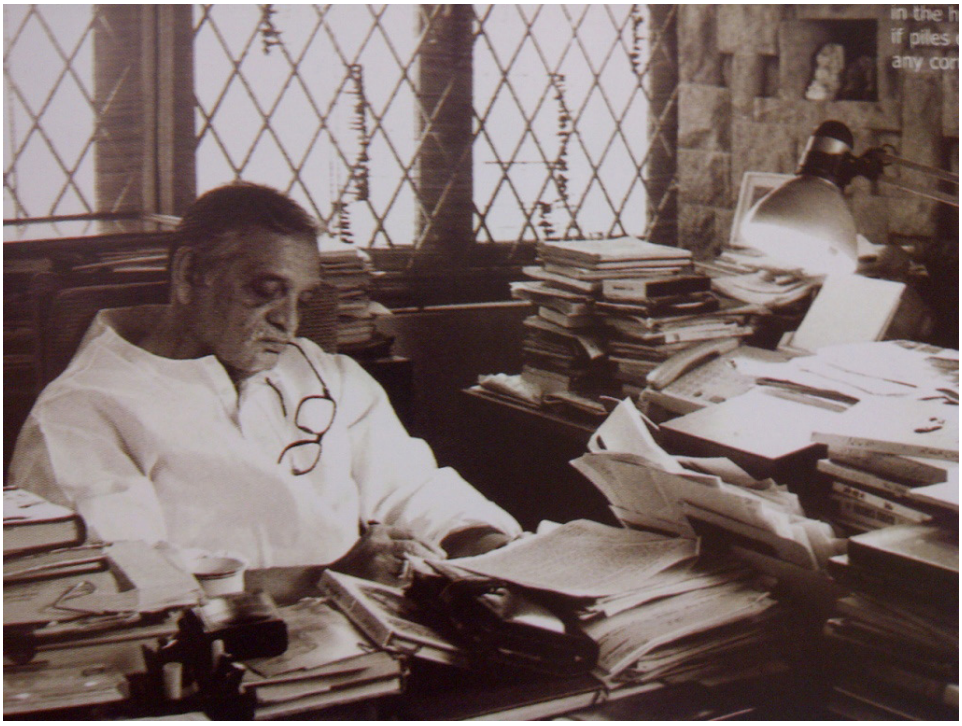


तुझसे नाराज़ नहीं - गुलजार



संजीव देवकर
पुणे

भारतीय चित्रपटसृष्टीला आजपर्यंत अनेक उत्तम गीतकार, चित्रपट दिग्दर्शक, लेखकांची परंपरा लाभली आहे. त्यातही संपूर्णसिंह कालरा अर्थात ख्यातनाम चित्रपट गीतकार, लेखक, दिग्दर्शक गुलजार हे नाव त्यात अग्रणी आहे. १८ ऑगस्ट हा त्यांचा जन्मदिन त्यानिमित्ताने त्यांनी केलेल्या भरीव कार्याला उजाळा देण्याचा प्रयत्न लेखातून केला आहे.



संपूर्णसिंह कालरा अर्थात प्रसिद्ध गीतकार, दिग्दर्शक, निर्मिता, पटकथा लेखक, शायर आणि कवी गुलजार यांचा १८ ऑगस्ट हा जन्मदिवस. १९३४ साली याच दिवशी पाकिस्तानम धील झेलम जिल्ह्यातील दिना गावात गुलजार यांचा जन्म झाला. फाळणीनंतर ते पाकिस्तानातून भारतात आले. पुस्तके, कविता आणि साहित्य याची गुलजार यांना लहानपणापासूनच आवड. कबीर, मुंशी प्रेमचंद, राजिंदर सिंग बेदी, रविंद्रनाथ टागोर आदींचे साहित्य वाचत ते प्रगल्भ होत गेले. काम शोधण्यासाठी मुंबईत आल्यावर साहित्यिकांचा परिचयच नव्हे, तर साहित्यिक वर्तुळात गुलजारांचा निवास राहिला. पुढे कवी,



शायर आणि लेखक या नात्याने गुलजार यांनी हिंदी, उर्दू, बंगाली आणि पंजाबी साहित्यात मोलाची कामगिरी बजावली.

साहित्य आणि हिंदी चित्रपटसृष्टी या दोन्हींकडे प्रसिद्धी मिळण्यागोदर गुलजार ६० च्या दशकात मुंबईत एका गॅरेजमध्ये मोटार मेकॅनिक म्हणून काम करत होते. त्यावेळी बर्मनदा म्हणजेच प्रसिद्ध संगीतकार सचिन देव बर्मनदा हे त्यांची कार दुरूस्त करण्यासाठी त्या गॅरेजमध्ये येत असत. तेथे गुलजार सचिनदांशी बोलताना नेहमी काव्यात्मक व शायरी करत, संवाद साधत. गुलजारांची ही शैली सचिनदांना अत्यंत आकर्षित करत राहिली.

त्या काळातच दिग्दर्शक बिमल रॉय हे नवीन गीतकाराच्या शोधात होते. गीतकार शैलेंद्र व संगीतकार सचिन देव बर्मन यांनी गुलजारांची ओळख बिमल रॉय यांच्याशी करून दिली. मात्र बिमलदांनी गुलजारांना सुरुवातीला आपल्याकडे सहा. दिग्दर्शक म्हणून नोकरीला ठेवले. त्याचदरम्यान साहित्यिक गुलजार यांच्यातील गुण पाहून बिमलदांनी

दिग्दर्शक बिमल रॉय हे नवीन गीतकाराच्या शोधात होते. गीतकार शैलेंद्र व संगीतकार सचिन देव बर्मन यांनी गुलजारांची ओळख बिमल रॉय यांच्याशी करून दिली. मात्र बिमलदांनी गुलजारांना सुरुवातीला आपल्याकडे सहा. दिग्दर्शक म्हणून नोकरीला ठेवले. साहित्यिक गुलजार यांच्यातील गुण पाहून बिम लदांनी गुलजार यांना चित्रपट गीते लिहिण्याचा सल्ला दिला.

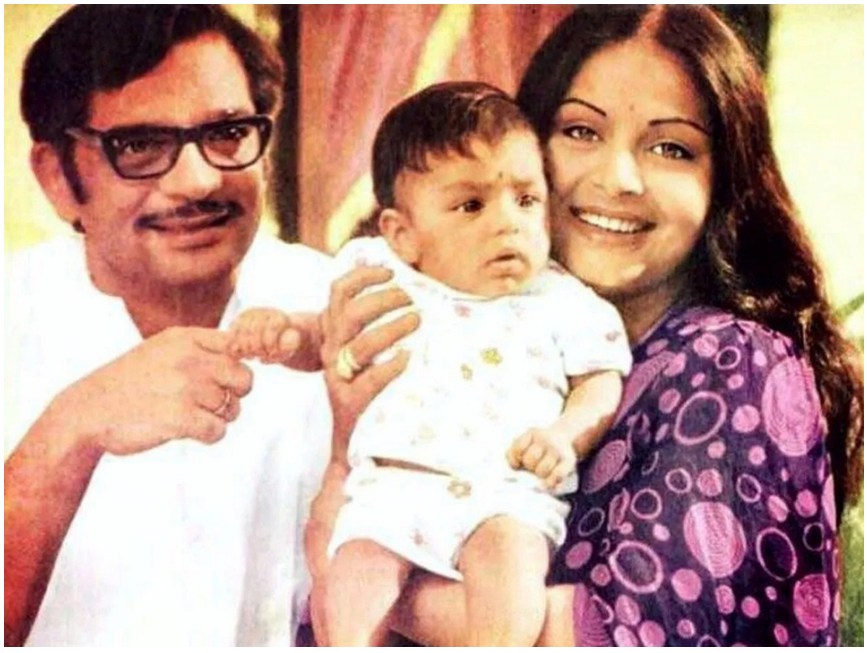
गुलजार यांना चित्रपट गीते लिहिण्याचा सल्ला दिला. मग बिमलदांच्याच १९६२ साली प्रदर्शित बंदिनी चित्रपटात गीत लिहिण्याची संधी गुलजार यांना मिळाली. बंदिनी सिनेमातील लतादीदींनी गायलेले 'मोरा गोरा अंग लई ले...मोहे श्याम रंग देई दे..' या अवीट गोडीच्या गीताने गुलजार यांची हिंदी सिनेमात गीतकार म्हणून कारकीर्दीला सुरूवात झाली.

गीत लेखन करत असतानाच गुलजार यांनी दिग्दर्शक बिमल राय, हेमंतकुमार, हृषीकेश मुखर्जी यांच्या हाताखाली सहा. दिग्दर्शक म्हणून काम करणे सुरूच ठेवले. गुलजार हृषीदांकडे सहायक असताना आनंद, बावर्ची, गुड्डी, मिली, नमक हराम, गोलमाल, अभिमान यांसारख्या उत्कृष्ट चित्रपटांची निर्मिती झाली. त्यातील 'आनंद' चित्रपटातील संवाद लेखनासाठी गुलजारांना सर्वोत्कृष्ट संवाद लेखकाच्या फिल्मफेअर पुरस्काराने सन्मानित करण्यात आले. दिग्दर्शक हृषीदांकडे सहायक असताना गुलजार यांनी हृषीदांचे डायरेक्शन व एडिटिंग कला जवळून पाहिली.

पुढे गुलजार यांनी स्वत:ची चित्रपट संस्था स्थापन करून त्याद्वारे अनेक दर्जेदार चित्रपटांची निर्मिती केली. चित्रपटांसाठी ते स्वत:च कथा, पटकथा, संवाद, आणि गीत लिहीत. प्रसंगी त्यांनी चित्रपट दिग्दर्शितही केले. सन १९७१ मध्ये अभिनेत्री मीनाकुमारी अभिनित 'मेरे अपने' चित्रपटाची निर्मिती करत स्वतंत्र दिग्दर्शनाची कारकिर्द सुरू केली. स्वत:च्या दिग्दर्शनात गुलजार यांनी परिचय, कोशिश, अचानक, खुशबू, आँधी, मौसम, किनारा, किताब, मीरा, अंगूर, नमकीन, इजाजत, लेकीन, लिबास, माचिस, हुतूतू असे चित्रपट

दिले. गुलजार स्पर्श असणारे चित्रपट प्रेक्षकांना देखील भावले. त्यांच्या बॅनरखाली १९७२ साली निर्मित कोशिश या मूकबधिर दांपत्याच्या जीवनावर आधारित चित्रपटाने गुलजार यांना सर्वोत्कृष्ट चित्रपटाचा राष्ट्रीय पुरस्कार मिळवून दिला. चित्रपटासोबतच अभिनेते संजीव कुमार, जया भादुरी यांच्या उत्कृष्ट आणि तितक्याच भावस्पर्शी अभिनयाचे गुणगान देखील समिक्षकांनी गायले. इतकेच नाही तर संजीव कुमार यांना कोशिश सिनेमातील अभिनयाकरीता सर्वोत्कृष्ट अभिनेत्याचे फिल्मफेअर ॲवार्डही मिळाले. दिग्दर्शक गुलजार यांनी आँधी, मौसम, कोशिश, परिचय, अंगूर, नमकीन अशा हटके चित्रपटातून संजीवकुमार यांचा नैसर्गिक अभिनय अत्यंत कुशलतेने खुलवला. नव्हे तर गुलजार यांच्या दिग्दर्शनात संजीवकुमार हे नेहमीच अभिनयात दर्जेदार व प्रभावी ठरले.

दिग्दर्शकाप्रमाणेच गीतकार म्हणूनही गुलजार यांचे हिंदी चित्रपटसृष्टीत खूप मोठे योगदान आहे. त्यांनी लिहिलेली तेरे बीना जिंदगी से कोई शिकवा (आँधी), दो दिवाने शहर में (घरोंदा), आनेवाला पल जानेवाला हैं (गोलमाल), फिर वही रात हैं (घर), तुझसे नाराज़ नहीं जिंदगी, हैरान हूँ मैं (मासूम), हजार राहे मुड के देखी (थोडीसी बेवफाई), मेरा कुछ सामान तुम्हारे पास पडा हैं (इजाजत) ही सर्वच



गाणी अर्थपूर्ण आहेत. त्यांच्या यारा सीली सीली (लेकीन), चल छैय्या छैय्या (दिल से),

दिग्दर्शकाप्रमाणेच गीतकार म्हणूनही गुलजार यांचे हिंदी चित्रपटसृष्टीत खूप मोठे योगदान आहे. त्यांनी लिहिलेली तेरे बीना जिंदगी से कोई शिकवा (आँधी), दो दिवाने शहर में (घरोंदा), आनेवाला पल जानेवाला हैं (गोलमाल), फिर वही रात हैं (घर), तुझसे नाराज़ नहीं जिंदगी, हैरान हूँ मैं, हजार राहे मुड के देखी (थोडीसी बेवफाई) ही सर्वच गाणी अर्थपूर्ण आहेत.

साथिया मध्यम मध्यम (साथियाँ) या अर्थपूर्ण भावस्पर्शी गीतांना फिल्मफेअर पुरस्कारांनी सन्मानित करण्यात आले आहे. शिवाय नम कहराम, आनंद, माचिस आणि साथियाँ याचित्रपटातील उत्कृष्ट संवाद लेखनासाठी गुलजार यांना फिल्मफेअर पारितोषिकाने गौरविले आहे. जंगल बूक, पोटली बाबा की, हॅलो जिंदगी, कच्चाडी टेल्स, गुच्छे ह्या लहान मुलांच्या टिव्ही मालिकांसाठी गुलजार यांनी संवाद व गीत लेखन केले आहे. जंगल बुक मालिकेतील जंगल जंगल बात चली, जंगल जंगल पता चला हैं हे लहान मुलांचे गाणे कोण बरे विसरेल! त्यांनी दुरदर्शनकरिता मिर्जा गालिब ही मालिका दिग्दर्शित केली आहे. अनाथ मुलांची संघर्षमय कथा सांगणाऱ्या स्लमडॉग मिलेनियर या चित्रपटातील जय हो या गुलजार लिखित गीताला ग्रॅमी पुरस्कार मिळाला आहे.

गीतकार गुलजार आणि पंचम अर्थात जिनियस संगीतकार राहूल देव बर्मनदा हे एक विलक्षण रसायन!

गुलजारांच्या गीतांना पंचमदांचे संगीत हा अनेकदा जुळून आलेला योग अधिक गोडवा घेऊन येत असे. या जोडीने वर्षानुवर्षे रसिकांना अनेक उत्तमोत्तम गाणी दिली आहेत. गुलजार यांचे साधे काव्य आणि त्याला साजेशी पंचमदांची चाल त्या गाण्याला एक महिरप चढवून जाते. खरे तर गुलजार–पंचमदा या जोडीने ठेवणीतली गाणी तयार केली. किताब, आँधी, परिचय, अंगूर, खुशबू, घर, इजाजत, किनारा, लिबाज, नमकीन, गोलमाल ह्या सिनेमातील गुलजारच्या अर्थपूर्ण व भावपूर्ण गीतांना आरडींनी तितकेच हटके संगीत देत आपल्या पोतडीतून सरस 'चिजा' बाहेर काढल्या होत्या.

कवी गुलजार यांनी अभिनेत्री राखीसोबत विवाह केला. दोघांना एक कन्यारत्न आहे. तलवार व राज़ी मुव्हीफेम लोकप्रिय दिग्दर्शिका मेघना गुलजार ही या दांपत्याची कन्या होय. भावनाप्रधान शायरी ही कवी गुलजारांची जीव की प्राण राहिली. अशी शायरी लिहिताना ते रात्र रात्रभर जागत. स्वत: गुलजार यांनीच हे अनेक ठिकाणी नमूद केले आहे. मात्र या जीवनशैलीचा परिणाम त्यांच्या वैवाहिक जीवनावर होत गेला. इतका, की राखी त्यांच्या संसारातून दूर गेल्या. तुझसे नाराज़ नहीं जिंदगी हैरान हूँ मैं, कोई होता जिसको अपना हम अपना कहेलेते यारो, मेरा कुछ सामान तुम्हारे पास पडा हैं, मुसाफिर हूँ यारो न घर है





ना ठिकाणा, हजार राहे मुड के देखी अशी त्यांची भावगर्भित शायरी... खरे तर त्यांचे वैयक्तिक जीवन अधोरेखित करते!

सिनेक्षेत्रातील प्रसिद्धीप्रमाणेच साहित्य जगतात गुलजार यांचा चांगलाच लौकिक आहे. त्यांनी साहित्यिक म्हणून आपली एक आगळीवेगळी प्रतिमा निर्माण केलेली आहे. त्यांच्या लेखणीतून चौरस रात (लघुकथा संग्रह),

हिंदी, उर्दू आणि पंजाबी साहित्य तसेच भारतीय सिनेमातील मोलाच्या योगदानासाठी भारत सरकारने गुलजार यांना सन २००४ मध्ये पद्मविभूषण पुरस्काराने गौरविले आहे. तर उर्दू भाषेतील योगदानाबद्दल सन २०२३ मध्ये त्यांना ज्ञानपीठ पुरस्कार देऊन गौरविण्यात आले. याशिवाय गुलजार यांना २००५ साली साहित्य अकादमी पुरस्कार पुरस्कार प्रदान करून सन्मानित केले गेले.

एक बूंद चाँद (कवितासंग्रह), जानम (कवितासंग्रह), रावी पार (कथासंग्रह), रात चाँद और मै, रात पश्मीने की, खराशें आणि साहित्य अकादमी पुरस्कार प्राप्त धुँआ कथासंग्रह अशी त्यांची अनेक पुस्तके प्रकाशित झाली आहेत.

हिंदी, उर्दू आणि पंजाबी साहित्य तसेच भारतीय सिनेमातील मोलाच्या योगदानासाठी भारत सरकारने गुलजार यांना सन २००४ मध्ये पद्मविभूषण पुरस्काराने गौरविले आहे. तर उर्दू भाषेतील योगदानाबद्दल सन २०२३ मध्ये त्यांना ज्ञानपीठ पुरस्कार देऊन गौरविण्यात आले. याशिवाय गुलजार यांना २००५ साली साहित्य अकादमी पुरस्कार, तर भारतीय सिनेमातील योगदानासाठी सन २०१३ मध्ये दादासाहेब फाळके पुरस्कार प्रदान करून सन्मानित केले गेले. याशिवाय गुलजार हे मानाचे समजल्या जाणाऱ्या ऑस्कर, ग्रॅमी पुरस्काराचेंही मानकरी ठरले आहेत. अशा बहुआयामी गुलजार यांना जन्म दिनाच्या हार्दिक शुभेच्छा...! ■



श्री. बच्चन सिंह
समादेशक, राज्य आपत्ती प्रतिसाद दल

गडचिरोली येथे पूरपरिस्थितीत नागपूर पथकाची देवदुतासमान कामगिरी

अनेक नागरिकांची सुखरूप सुटका व दुर्गम भागात वैद्यकीय मदतीचा हात



राज्यात उद्भवणाऱ्या नैसर्गिक तसेच मानवनिर्मित आपत्तींना सक्षमतेने तोंड देण्यासाठी महाराष्ट्र शासनाने (NDRF) राष्ट्रीय आपत्ती प्रतिसाद दलाच्या धर्तीवर (SDRF) राज्य आपत्ती प्रतिसाद दलाची स्थापना २०१६ या वर्षी केली. महाराष्ट्रातील नागपूर व धुळे येथे या दलाच्या दोन तुकड्या निर्माण करण्यात आल्या आहेत. महाराष्ट्र हे आपत्तीप्रवण राज्य असून या राज्यास पूर, भुकंप, चक्रीवादळ तसेच दुष्काळ इत्यादी नैसर्गिक आपत्तींशी अनेकदा सामना करावा लागतो. अशा वेळी राज्य आपत्ती प्रतिसाद दल, नागपूर येथील बचावकर्त्यांना वेगवेगळ्या ठिकाणी बचावकार्य करण्याकरिता तैनात करण्यात येते.

राज्य आपत्ती प्रतिसाद दल, नागपूर या दलाने सन २०१६ पासून आजपावेतो राज्यामध्ये आपत्ती व्यवस्थापनाचे जिल्हा स्थरावर, तालुका व ग्राम स्तरावर ४०० पेक्षा जास्त प्रशिक्षण व जनजागृती कार्यक्रम आयोजित करून एकूण ८० हजार पेक्षा जास्त नागरिकांना आपत्ती व्यवस्थापनाबाबत

प्रशिक्षित केले आहे. राज्य आपत्ती प्रतिसाद दल, नागपूरने सन २०१६ पासून नागपूर, वर्धा, यवतमाळ, भंडारा, गोंदिया, गडचिरोली, चंद्रपूर, अमरावती, अकोला, बुलढाणा, परभणी, सातारा, रत्नागिरी व रायगड इत्यादी ठिकाणी १७० पेक्षा जास्त शोध व बचाव मोहिमा राबवून आजपर्यंत २५,००० पेक्षा जास्त नागरिकांना पूर परिस्थितीतून बाहेर काढून सुरक्षित स्थळी पोहोचविण्याचे कार्य केले आहे. त्यामुळे पूरपरिस्थिती उद्भवल्यास स्वत:चे व इतरांचे जीव वाचविण्याकरता अशा प्रकारच्या मान्सूनपूर्व प्रशिक्षणाचा पुरेपुर लाभ स्थानिक पातळीवरील आपदा मित्र व स्थानिक निवासी यांना मिळालेला आहे.

राज्य आपत्ती प्रतिसाद दल (SDRF), नागपूर हे महाराष्ट्र राज्यामध्ये येणाऱ्या प्रत्येक आपत्तीला सक्षमरित्या प्रतिसाद देण्यासाठी कायम तत्पर असते. गडचिरोली जिल्ह्यातील पूर परिस्थितीत नागपूरच्या पथकाची देवदुतासमान कामगिरी; अनेक नागरिकांची सुखरुप सुटका व दुर्गम भागात वैद्यकीय मदतीचा हात

राज्य आपत्ती प्रतिसाद दल, नागपूर येथील टिम क्रं. १ चे पोलीस निरीक्षक जी जे खोब्रागडे, पोलीस उपनिरीक्षक सुनिल चव्हाण, सारंग गुडधे, सोमनाथ भंडारे व मंगलसिंग डाबेराव हे दिनांक ०१ जुलै २०२६ पासून गडचिरोली जिल्हातील संभाव्य पूरपरिस्थिती हाताळण्याकरता ३ ठिकाणी तैनातीस होते. सब टीम क्र १ गडचिरोली मुख्यालय, सब टिम क्र २ सिरोंचा, व सब टिम ३ भामरागड स्थानिक प्रशासनाच्या मदतीसाठी सदर टिमची तैनाती संवेदनशील पूरग्रस्त भागात होती. सर्वप्रथम नमूद टिम यांनी पूरपरिस्थितीमध्ये उपयोगात असणाऱ्या साहित्याची तपासणी करून संपूर्ण साहित्य अद्ययावत करून घेतले. त्यानंतर संबंधित तहसील येथील तहसीलदार, मंडळ अधिकारी व इतर महसूल कर्मचारी यांच्यासोबत चर्चा करून संभाव्य पुरग्रस्त स्थळ चिन्हांकित केले. त्यांची पाहणी करून बचावाचा प्लान तयार करून घेतला. त्याबाबत जिल्हाधिकारी व निवासी जिल्हाधिकारी यांना अवगत करण्यात आले व सर्व संबंधित योजना यांना सतर्कतेबाबतच्या सूचना देण्यात आल्या. महिन्याच्या सुरुवातीला जिल्ह्यात खूप कमी पाऊस होता, मात्र महिना अखेर जोरदार पावसाला सुरुवात झाली. महाराष्ट्रासह गडचिरोली जिल्ह्यात जोरदार पाऊस पडल्याने गडचिरोली जिल्ह्याच्या सीमावर्ती भागांतून वाहणाऱ्या नद्यांना पूर आला. त्याबाबतची पूर्वसूचना प्राप्त झाल्याने नदीकाठच्या सर्व संभाव्य नागरिकांना सतर्कता व सुरक्षित ठिकाणी जाण्याबद्दलच्या सूचना देण्यात आल्या



मात्र दिनांक २९ जुलै २०२६ रोजी भामरागड येथे पर्लकोटा, पामुलगैतम व इंद्रावती नदीला भयंकर मोठा महापूर आल्याने संपूर्ण भामरागड पाण्याने वेढले गेले. सर्व नदी–नाले ओसंडून वाहात होते. अशा भयंकर प्रलयकारी पावसात लाहेरी, भामरागड मार्गावरील एका शेतात तीन महिला मजूर अडकून पडल्याची माहिती प्राप्त झाली. तत्काळ सब टिमने रेस्क्यूची संपूर्ण तयारी केली. काळोख्या रात्रीत टॉर्चच्या उजेडात स्वतः च्या जिवाची बाजी लावत टिमने जोरदार प्रवाहात बोट पाण्यामध्ये टाकली व सदर तीनही महिलांना बोटमध्ये बसवून सुखरूप बाहेर काढण्यात आले. त्यांच्यासोबत एक



आल्पवयीन मुलगाही होता. भितीने सर्व महिला भयभीत झाल्या होत्या. रेस्क्यू टिमने त्यांना धीर दिला व त्यांच्या कुटुंबियांसोबत भेट घालून दिली. त्यावेळी त्यांच्या डोळ्यांमध्ये आनंदाश्रू दरवळत होते.

त्याचप्रमाणे दिनांक ३० जुलै २०२६ रोजी सुद्धा नदीपातळीत प्रचंड वाढ होऊन नदीजवळ सत्तर टक्के भामरागड वस्ती पाण्याखाली गेली. सर्व भामरागड सबटिमने स्थानिक प्रशासनाच्या मदतीने तात्परतेने मदत कार्य राबविले व १५० रहिवाशांना सुरक्षित स्थळी हलविले. सर्वांनी टिमचे मनापासून आभार मानले.

दिनांक ३० जुलै २०२६ या दिवशी कुंभी या गावातील नाल्याला आलेल्या पुरामुळे संपूर्ण गावाचा संपर्क तुटला होता. सदरची माहिती डी. डी. एम. ओ मार्फत प्राप्त होताच पोलीस निरीक्षक जी जे खोबागडे यांच्या टिमने तत्काळ रेस्क्यू ऑपरेशन राबविले व ३ इसमांना अती तातडीने पुरातून बाहेर काढले. त्यापैकी एका इसमाची प्रकृती गंभीर होती. तर एक इसमाला राजस्थान येथे बँक मॅनेजर म्हणून नोकरी लागल्याने रुजू होणे आवश्यक होते. व एका मुलाला नागपूर येथे परीक्षा देण्यासाठी जायचे होते. सर्व रेस्क्यू केलेल्या इसमांनी टिमचे मनापासून आभार मानले.

०१ ऑगस्ट २०२६ रोजी सिरोंचा तालुक्यातील कर्जेली या गावचा पुराच्या पाण्यामुळे ५ दिवसांपासून संपर्क तुटल्याने स्थानिक रहिवाशांच्यात भीतीचे वातावरण निर्माण झाले होते. त्यांच्याकडील सुका शिधा संपल्याने उपासमारीची वेळ आली होती. त्या कठीण प्रसंगात एस.डी. आर.एफ च्या सबटिमने स्थानिक प्रशासनासह सदर गावात तत्काळ ऑपरेशन राबविले व सुका शिधा तसेच वैद्यकीय पथके यांना सोबत घेऊन गावातील नागरिकांना धैर्य दिले. त्याच्या आवश्यक ती मदत पोहोचविले व आजारी लोकांना उपचारार्थ दाखल केले. खरोखरच सर्व नागरिक यांना साक्षात देवानेच तुम्हाला आमच्या मदतिला पाठविले असे म्हणाले व संपूर्ण टिमचे आभार मानले.

दिनांक ०२ व ०३.०८.२०२६ रोजी धानोरी ता. कुरखेडा येथील एक तरुण तलावात बुडल्याने त्याचा मृतदेह शोध घेऊन ८ तासांच्या अथक परिश्रमानंतर सदर युवकाचा मृतदेह त्यांचे नातेवाईकाकडे सुपुर्त करण्यात आला.

एकंदरित सर्व टिमच्या अधिकारी व जवानांची समादेशक तथा नियंत्रण अधिकारी श्री. बच्चन सिंह, सहा. समादेशक श्री. कृष्णा सोनटक्के यांच्या महत्त्वाच्या मार्गदर्शनाने वरील प्रमाणेय प्रेक्षणीय व महत्त्वपूर्ण कार्य गडचिरोली जिल्ह्यात पार पडले. सदर कार्य करताना स्वत:च्या जिवाची बाजी लावून सर्व संभाव्य नागरिक, महिला व बालकांचे रक्षण केले आहे. त्यांचे हे कार्य नक्कीच राज्य आपत्ती प्रतिसाद दलाची मान गार्वाने उंचावणारी आहे. त्यांच्या या उत्कृष्ट कार्याबददल सर्वसामान्य जनतेचे भरभरून प्रेम व आशीर्वाद या टिमला मिळाला आहे. ■

डायल११२ व दोडामार्ग पोलीस ठाणे यांच्या कारवाईला यश

चोरट्याकडून मुद्देमाल हस्तगत

सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील दोडामार्ग तालुक्यातील साटेली–भेडशी येथील रहिवासी बेंजामिन यांनी २९ जून २०२६ रोजी सकाळी ७.३० वाजता डायल ११२ ला कॉल करून आपल्या घरात चोरी झाल्याची तक्रार दिली. सदरची माहिती नियंत्रण कक्ष सिंधुदुर्ग डायल ११२ प्रणालीवर प्राप्त झाली. नियंत्रण कक्ष, सिंधुदुर्ग येथील डायल ११२ पर्यवेक्षक पोलीस उपनिरीक्षक राजेंद्र गाडेकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली डायल ११२ डिस्पॅचर महिला पोलीस अंमलदार रागिणी विष्णू पालकर यांनी तातडीने सदर कॉल संबंधित दोडामार्ग पोलीस ठाणे येथे डिस्पॅच करून पाठपुरावा केला आणि दोडामार्ग पोलीस ठाणे येथील डायल ११२ पोलीस अंमलदार सुमित चव्हाण यांना रवाना केले. दोडामार्ग पोलिसांनी तत्काळ कारवाई सुरू केली. पोलिसांनी केलेली कार्यवाही दोडामार्ग पोलीस निरिक्षक हेमचंद्र खोपडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली सहा. पोलीस निरिक्षक नरेंद्र पाटील, पोलीस उपनिरीक्षक आशिष भगत, डायल ११२ कर्तव्यावर असलेले पोलीस अंमलदार चव्हाण तसेच, सोबत सहकारी देसाई, सावंत, विक्रम गवस, बाळकृष्ण गवस, नाईक, जाधव व सावंत, यांनी तत्परतेने घटनास्थळाकडे धाव घेतली. घटनास्थळाची पाहणी करता बेंजामिन यांचे भाऊ स्टीव्ह यांच्या घराच्या मुख्य दरवाजाचे कुलूप तोडून अज्ञात चोरट्याने घरात प्रवेश केला. यावेळी घरातील सुमारे १५ लाख रूपये किंमतीचे दागिने व रोख रक्कम त्यांनी चोरून नेल्याचे निदर्शनास आले.

सदर घटनेबाबत दोडामार्ग



हेमचंद्र खोपडे
पोलीस निरीक्षक
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



नरेंद्र पाटील
सहा. पोलीस निरीक्षक
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



आशिष भगत
पोलीस उपनिरीक्षक
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



राजेंद्र गाडेकर
पोलीस उपनिरीक्षक
डायल ११२
जिल्हा सिंधुदुर्ग



वसंत देसाई
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



विक्रम गवस
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



विठोबा सावंत
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



बाळकृष्ण गवस
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



अंकुश नाईक
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



राणिणी पालकर
महिला पोलीस अंमलदार
डायल ११२,



परशुराम सावंत
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



विजय जाधव
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



परशुराम गावडे
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग



सुमित चव्हाण
पोलीस अंमलदार
दोडामार्ग पोलीस ठाणे
जिल्हा सिंधुदुर्ग

पोलीस ठाणे येथे दिनांक २९/०६/२०२६ रोजी गुन्हा रजि.नं. १३२/२०२६, भारतीय न्याय संहिता २०२३ चे कलम ३३१(३),३३१(४),३०५(a) अन्वये अज्ञात चोरट्याविरुद्ध गुन्हा दाखल करण्यात आला. गुन्ह्याचे गांभीर्य लक्षात घेता तपासिक अधिकारी पोलीस उपनिरीक्षक आशिष भगत यांनी आपल्या शोध पथकासोबत अज्ञात चोरट्याचा शोध सुरू केला. प्राप्त झालेली गोपनीय माहिती तसेच सिंधुदुर्ग श्वान दलाचे अधिकारी राजेंद्र गाडेकर व तसेच सोबत अंमलदार लुईस फर्नांडिस, सुमित देवळेकर, निखिल चव्हाण सोबत चालक प्रथमेश कदम असे श्वान सनी यांच्या मदतीने संशयित मानस याला चौकशीसाठी ताब्यात घेण्यात आले. चौकशी दरम्यान त्याने घरफोडीची कबुली दिली. सदर घरफोडीत त्याने चोरी केलेले सुमारे १५ लाख किंमतीचे १४ तोळे सोन्याचे दागिने जप्त करण्यात आले. त्यामुळे हा गुन्हा अल्पावधीतच उघडकीस आणण्यात दोडामार्ग पोलिसांना यश आले आहे.

गुन्ह्याचे गांभीर्य लक्षात घेता तपासिक अधिकारी पोलीस उपनिरीक्षक आशिष भगत यांनी आपल्या शोध पथकासोबत अज्ञात चोरट्याचा शोध सुरू केला. प्राप्त झालेली गोपनीय माहिती तसेच सिंधुदुर्ग श्वान दलाचे अधिकारी राजेंद्र गाडेकर व तसेच सोबत अंमलदार लुईस फर्नांडिस, सुमित देवळेकर, निखिल चव्हाण सोबत चालक प्रथमेश कदम असे श्वान सनी यांच्या मदतीने संशयित मानस याला चौकशीसाठी ताब्यात घेण्यात आले.

निष्कर्ष–

सदर गुन्ह्यात पोलिसांनी केलेला गोपनीय तपास तसेच सिंधुदुर्ग पोलीस दलातील श्वान सनी यांच्या मदतीने हा गुन्हा अल्पावधीतच उघडकीस आला. ■

कविता

मैत्री

निळ्या निळ्या आभाळात चांदोबाची वाडी
संगतीला त्याच्या असे हरणाची गाडी
गाडीत बसून रोज फेरफटका तो मारी
आकाशातील चांदण्यांची विचारपूस तो करी
एकदा असंच फिरता फिरता बागेजवळ तो आला
तिथे त्याला एक पांढराशुभ्र ससा दिसला
ससोबाचे ते गोंडस रूप चांदोबाला खूपच आवडले
मैत्री करावी त्याच्याशी असे चांदोबाने ठरवले
घेऊन आला ससोबाला तो आपल्या वाडीत
लाड करायचा त्याचे फिरायला न्यायचा आपल्या गाडीत
अशी त्यांची जोडी जुळत गेली
हळूहळू मैत्री वाढत गेली



आरोही ठाकूरदेसाई



कै. रामराव नारायण हाटे

दिवंगत
हाटे दांपत्याच्या स्मरणार्थ



कै. लक्ष्मीदेवी राम नारायण हाटे

बक्षिस योजना

श्री. रमेश रामराव हाटे (Bombay Helpline Consultancy Services India Pvt. Ltd.) व Smt. Laxmidevi Ram Narayan Hate Charitable Trust यांच्याकडून त्यांचे दिवंगत वडील रामराव नारायण हाटे, तत्कालीन पोलीस अधीक्षक, क्राईम ब्रांच २, सीआयडी आणि दिवंगत आई लक्ष्मीदेवी राम नारायण हाटे यांचे स्मरणार्थ दिलेल्या रकमेतून दक्षता मासिकातील सर्वोत्कृष्ट तपासकथा, लेख/कविता/कथा यांच्यासाठी दरमहा बक्षीस योजना सुरू करण्यात आली आहे.

सदर बक्षीस योजनेअंतर्गत माहे ऑगस्ट २०२६ मधील बक्षीसप्राप्त विजेत्यांची नावे खालीलप्रमाणे:

तपशील	तपासकथा/ लेख/कविता यांचे नाव	विजेत्याचे नाव	रक्कम
सर्वोत्कृष्ट तपासकथा प्रथम क्रमांक	वेळही आली होती	रामदास वाकोडे, पोलीस निरीक्षक, रावेर पोलीस ठाणे, जळगाव	रु. ७,०००/-
सर्वोत्कृष्ट तपासकथा व्दितीय क्रमांक	ज्वाळा	विजय ढमाळ, पोलीस निरीक्षक, पंचवटी पोलीस ठाणे, नाशिक	रु. ५,०००/-
सर्वोत्कृष्ट लेख/ कथा/कविता प्रथम क्रमांक	आई-बाप म्हणून तुम्ही जिंकलातच...!	जहिरोद्दीन हुसैन शेख उर्फ बाबर शेख, मुंबई	रु. ३,०००/-
सर्वोत्कृष्ट लेख/ कथा/कविता व्दितीय क्रमांक	पंढरपूर वारी आणि पोलिसांचे योगदान	अमोल फटांगरे	रु. २,०००/-

श्रद्धांजली

३० ते ४० वर्षे कर्तव्यनिष्ठापूर्वक सेवा बजावून नियत वयोमानानुसार सेवानिवृत्त झालेले पोलीस अधिकारी अथवा अंमलदार यांच्या निधनानंतर त्यांच्या कुटुंबियांना व इतर सेवानिवृत्त पोलिसांना त्यांच्या सेवेची आठवण राहावी आणि त्यांचा सन्मान कायम राखला जावा यासाठी त्यांना सन्मानाने अंतिम निरोप देणे हे महाराष्ट्र पोलीस दलाचे कर्तव्य आहे. त्या अनुषंगाने जुलै २०२६ दरम्यान निधन झालेल्या महाराष्ट्र पोलीस दलाच्या सेवानिवृत्त अधिकारी/अंमलदार यांना भावपूर्ण श्रद्धांजली.

अ. क्र.	अधिकारी/ अंमलदार यांचे नाव	अधिकारी/ अंमलदार यांचे छायाचित्र	अधिकारी/ अंमलदार यांचे पदनाम	कोणत्या घटकातून निवृत्त झाले	सेवेचा कालावधी
१.	श्री. अनिल रामभाऊ जाधव		सहा. पोलीस फौजदार	बुलढाणा पोलीस घटक	३८ वर्षे
२.	श्री. भगवानसिंग चहालसिंग राजपूत		सहा. पोलीस फौजदार	बुलढाणा पोलीस घटक	३५ वर्षे

पाककृती



उपवासाचे उकडीचे मोदक

उपवासाचे उकडीचे मोदक

साहित्य:

१ कप वरी तांदुळाचे पीठ (भगर)

१/२ कप दूध

१/२ कप पाणी

१ टेबलस्पून तूप उकडीसाठी

१–२ टेबलस्पून मोदक करताना लावण्यासाठी तूप

चिमूटभर मीठ

सारणाचे साहित्य

१/२ कप ओल्या खोबऱ्याचा चव

१/४ कप मिल्कमेड

१/४ कप मिल्क पावडर

२ टेबलस्पून साखर

२ टेबलस्पून ड्रायफ्रूट्सचे काप

६–७ केशर धागे

कृती:

१. आधी सारण करून घ्या. एका पॅनमध्ये थोडे तूप घालून त्यात खोबरे परतून साखर घाला.

२. त्यात मिल्कमेड घालून सारखे ढवळत राहा. जरासे घट्ट होत आल्यावर त्यात मिल्क पावडर घालून घट्ट होई पर्यंत हलवत राहा. त्यात ड्रायफ्रूट घाला. थंड करून घ्या.

३. एका पातेलीत दूध आणि पाणी गरम करायला ठेवा. उकळी आल्यावर त्यात चिमूटभर मीठ आणि तूप घालून ढवळून घ्या. त्यात वरी तांदुळाचे पीठ थोडे थोडे घालून मिक्स करून घोटून घ्या. दहा मिनिटे झाकण ठेवून द्यावे. उकड तयार आहे.

४. उकडीमधून थोडा गोळा मळून घेऊन त्यात सारण भरून बंद करून घ्या.

५. अशा प्रकारे सर्व मोदक करून घ्या.

६. गॅसवर मध्यम आचेवर पॅनमध्ये



पारंपारिक घावन घाटले

पाणी घालून त्यावर चाळणीला तूप लावून चाळणी ठेवा. तयार मोदक चाळणीवर ठेवून त्यावर झाकण ठेवा. दहा मिनिटे उकडून घ्या. गॅस बंद करा. प्लेटमध्ये काढून वरून केशर घाला. बाप्पाचा नैवेद्य तयार आहे.

पारंपारिक घावन घाटले

घावन साहित्य:

१ कप तांदूळ

२ कप पाणी

१ चमचा बारीक रवा

२ चमचे तांदूळ पीठ

घाटले साहित्य:

१ नारळाचे दूध

१ १/२ टेबलस्पून तांदळाचे पीठ

२ टेबलस्पून गूळ

२ टेबलस्पून नारळाचा चव

१/२ टीस्पून वेलची जायफळ पूड

८ ते १० केशर काड्या

कृती:

१. तांदूळ चांगले धुवून घ्या. पेजेचे तांदूळ वापरल्यास घावन खूप छान होतात. रेशनचे तांदूळ पण वापरू शकता. तांदूळ धुवून पाण्यात आठ तास भिजत घाला. भिजवलेले तांदूळ वाटून घ्या.

२. वाटलेल्या पिठामध्ये रवा, तांदूळ पीठ, पाणी आणि चवीनुसार मीठ टाकून मिश्रण एकदम पातळ, सरसरीत करून घ्या.

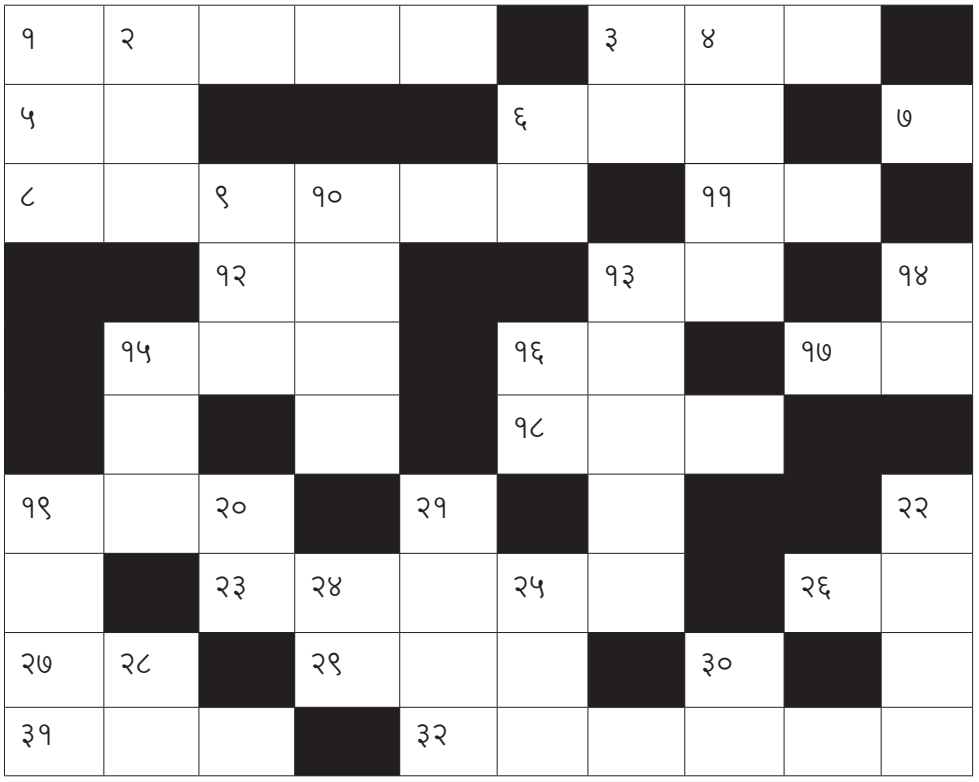
३. नॉनस्टिक तवा किंवा बिडाची 'काहील' गरम करा. चमच्याने किंवा ब्रशने तेल लावा आणि वाटीने किंवा पळीने तव्यावर घावन घाला. त्यावर झाकण ठेवा. गॅस मंद करा. झाकण ठेवल्याने घावन आतून चटकन शिजते.

४. चर्रर्र असा आवाज आला की झाकण काढा व दोन मिनिटांनी घावन कालथ्याने काढून एका सुती कपड्यावर काढून घ्या. कपड्यावरचा घावन थंड झाल्यावर दुमडून डिशमध्ये काढा. अशा प्रकारे सर्व घावने करून घ्या.

५. एका पॅनमध्ये तांदळाचे पीठ घेऊन त्यात थोडे नारळाचे दूध घालून ते एकजीव करून घ्या. मग त्यात नारळाचा चव व गूळ घाला.

६. आता त्यात पूर्ण एका नारळाचे दूध घालून सर्व मिक्स करा. गॅसवर ठेवून पाच-सात मिनिटे चांगले उकळून घ्या. उकळताना केशर घाला. गॅस बंद केल्यावर वेलची पूड घाला.

शब्दकोडे



आडवे शब्द

१. पेशीतील एक अवयव ३. कौशल्य, हुनर ५. मिठी ६. नभ ७. जमीन ८. चार आश्रमांपैकी एक ११. रहस्यमय १२. वाहन १३. मर्म १५. पाटव १६. सांडपाण्याचा प्रवाह १७. मुलगी १८. गायीसारख्या पशुंकडून केली जाणारी एक क्रिया १९. उणीव २३. मोगऱ्याची एक जात २६. उद्यान, वाटिका २७. वेल २९. युद्ध ३१. झीज ३२. नुकतेच लग्न झालेली स्त्री

उभे शब्द :

१. पक्षाघात २. मुसलमान ३. तेज ४. मकरसंक्रांतीला वाटला जाणारा पदार्थ ६. सामान्य ९. कष्ट, मेहनत १०. आहे त्या जागीच कैद करणे १३. एक प्रसिद्ध सुळका १४. तात, वडील १५. भरतकाम १६. स्त्री १९. मिलियन २०. अंधार २१. शरीर आणि मनाने सर्वस्व अर्पण करणे २२. समस्त विश्वाची आई २४. दहा २५. पायऱ्यांची विहीर २८. धातूपासून ताणून काढलेली दोरी ३०. दीप

दक्षताच्या वाचकांसाठी खुशखबर...

दक्षता मासिकाशी वाचकांचा स्नेहबंध असाच टिकून राहावा व जास्तीत जास्त वाचक दक्षता परिवाराशी जोडले जावेत या हेतूने आम्ही काही उपक्रम हाती घेतले आहेत. यापैकीच एक म्हणजे अचूक शब्दकोडे सोडवणाऱ्या तीन स्पर्धकांना विजेते म्हणून घोषित केले जाणार आहे आणि त्यांना रोख पारितोषिकही दिले जाणार आहे. त्यासाठी स्पर्धकांनी मूळ शब्दकोडे अचूक सोडवून त्याचे कात्रण, आपले नाव, अचूक पत्ता, पिन कोड, संपर्क क्रमांक तसेच बँकेचा अकाऊंट नंबर व आयएफएससी कोड या माहितीसह आमच्या दक्षताच्या पत्त्यावर त्या महिन्याच्या पंचवीस तारखेपर्यंत पाठवणे आवश्यक आहे. दर महिन्याला विजेत्यांची निवड केली जाईल व पुढील महिन्यामध्ये विजेत्यांची नावे जाहीर केली जाऊन त्यांचे बँक खात्यात ऑनलाईन बक्षिसाची रक्कम वर्ग करण्यात येईल. यासाठी आपला भरघोस प्रतिसाद अपेक्षित आहे.

बक्षिसे : पहिले ₹५००/-, दुसरे ₹३००/-, तिसरे ₹२००/-

ऑगस्ट २०२६ च्या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या शब्दकोड्याचे उत्तर व स्पर्धेतील विजेत्यांची नावे

नाव : _____

पत्ता : _____

_____ मोबाईल : _____

अकाऊंट नं : _____ आयएफएससी कोड _____

वा	रु	णी	■	अ	प्र	ति	म	■	पा
■	प	■	गो	■	थि	■	स	व	ड
■	ग	म	■	वे	त	न	■	डा	स
श	र्वि	ल	क	■	य	■	■	र	■
■	ता	बा	■	ना	श	वं	त	■	द
■	■	■	स	म	■	च	रा	च	र
क	■	अ	ज	■	मु	ना	फा	■	व
था	■	बो	ल	बा	ला	■	■	फ	ळ
सा	व	ली	■	रा	ख	ण	दा	र	■
र	जा	■	स	त	त	■	रा	क	ट



लाखो वाचक

ज्याची आतुरतेने वाट पाहतात!

महाराष्ट्र राज्य पोलिसांचे मुखपत्र

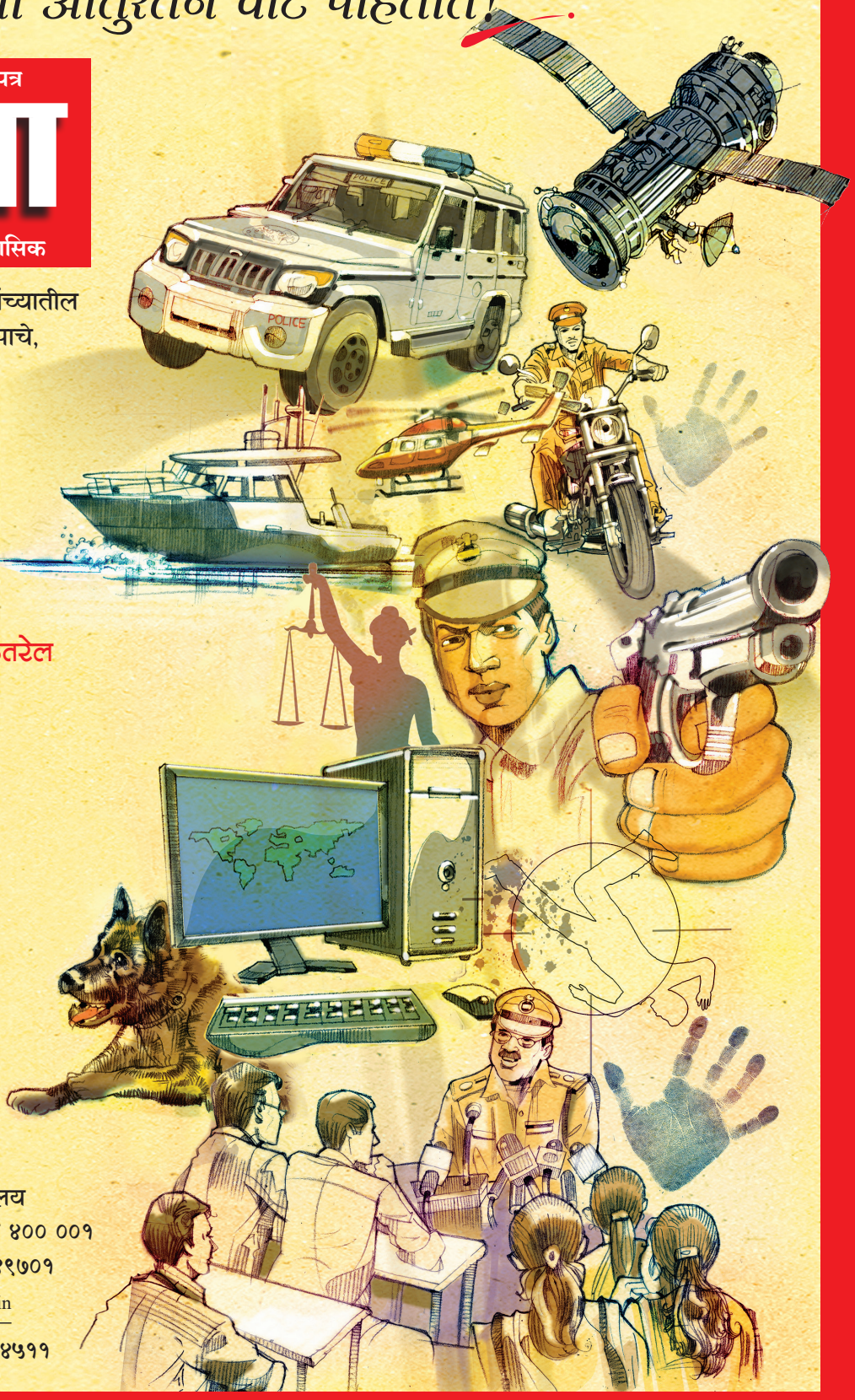
दक्षता

सर्वदूर पोहोचलेले वाचकप्रिय मासिक

नागरिक आणि महाराष्ट्र पोलीस यांच्यातील महत्त्वाचा दुवा असलेले, सर्वोच्च खपाचे, ५२ वर्षांची दर्जेदार परंपरा असलेले मराठी मासिक

- रोमांचकारी सत्यकथा,
- विविध उत्कंठावर्धक सदरे,
- जनता व पोलीस यांच्यातील जिव्हाळा जपणारे वाङ्मय
- रसिक वाचकांच्या पसंतीस उतरेल असे दर्जेदार साहित्य...

आपली प्रत आजच राखून ठेवा!



महाराष्ट्र पोलीस

सदरक्षणाय् खलनिग्रहणाय्

पत्रव्यवहारासाठी पत्ताः

महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालय

शहीद भगतसिंग मार्ग, कुलाबा, मुंबई ४०० ००१

दूरध्वनीः ०२२-२२८३४५११/२२०४९७०१

mpd.dakshata@mahapolice.gov.in

वर्गणीसाठी दूरध्वनी: ०२२-२२८३४५११

DAKSHATA Marathi Magazine September 2026. RNI Registration No. 21352/1974. Postal Reg.No. MCS/131/2024-26 Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office GPO, Mumbai - 400 001 on 5th and 6th of every month. Date of Publication is 1st of every month.

महाराष्ट्र पोलीस

सद्रक्षणाय खलनिग्रहणाय

महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालय



प्रेषक :

सरसंपादक, दक्षता

महाराष्ट्र राज्य पोलीस मुख्यालय,
शहीद भगतसिंग मार्ग, कुलाबा,
मुंबई - ४०० ००१

प्रति,