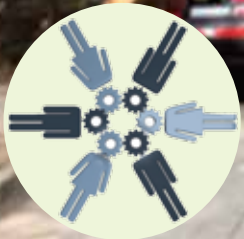


मे, २०२६



# आपलं मंत्रालय

एक सुसंवाद



अतिथी संपादक  
**आप्पासो धुळाज**  
सचिव, इतर मागास बहुजन कल्याण विभाग.



# TECH - वारी 2.0

सप्ताह तंत्रस्नेही वारीचा

मूल्याधिष्ठित क्षमतावृद्धी



स्मरणिका



## ६ टेक वारी

बदलत्या काळातील आव्हानांना समर्थपणे सामोरे जाण्यासाठी आधुनिक तंत्रज्ञानाची सांगड मानवी मूल्ये, सांस्कृतिक संस्कार आणि सेवाभावाशी घालणे ही आजची गरज आहे, याच उद्देशाने शासकीय कर्मचाऱ्यांसाठी एक सर्वसमावेशक प्रशिक्षण व्यासपीठ निर्माण करण्याचा हा प्रयत्न आहे.

## ११ जनसंपर्क अधिकाऱ्यांचे सोशल इंजिनीअरिंग

आजच्या वेगवान युगात जनसंपर्क अधिकारी हा माहितीचा प्रसार करणारा दुवा राहिलेला नाही, तर तो समाजाच्या मानसिकतेचा अभ्यास करून विधायक बदल घडवून आणणारा एक 'सोशल इंजिनीअर' झाला आहे, असेच म्हणावे लागेल. शासकीय योजना आणि जनता यांच्यातील दरी कमी करताना, जनसंपर्क अधिकारी विविध तंत्रज्ञानाचा वापर करून सामाजिक रचनेत सकारात्मक बदल घडवत आहेत.

## १९ वर्ल्ड क्वांटम डे २०२६ : संधी, स्पर्धा आणि वास्तव

आज भारत राष्ट्रीय क्वांटम मिशनच्या माध्यमातून मोठी झेप घेत आहे. दिल्ली, बेंगलुरु आणि हैदराबाद यांसारखी केंद्रे या क्षेत्रात वेगाने प्रगती करत आहेत. त्याच्या तुलनेत महाराष्ट्रात, मुंबई, पुणे आणि नागपूर येथे पायाभूत सुविधा असल्या, तरी क्वांटम क्षेत्रात अपेक्षित गती मिळण्यासाठी अधिक प्रयत्नांची गरज आहे, यासाठी या विषयाचे सखोल प्रशिक्षण देणे, त्याचे महत्त्व पटवून देण्यासाठी अधिक प्रभावी पावले उचलणे महत्त्वाचे आहे.

## २४ उत्तम आरोग्यासाठी वनस्पतीजन्य प्रथिने

अन्न हे असे द्रव्य आहे, जे आपण जीवन, ऊर्जा, वाढ आणि शरीराच्या देखभालीसाठी खातो, पचवतो आणि शरीरात शोषून घेतो. अन्नामध्ये मुख्यतः प्रथिने, कार्बोहायड्रेट्स, चरबी, जीवनसत्त्वे, खनिजे आणि पाणी यांचा समावेश असतो. यापैकी प्रथिने शरीरातील पेशींची वाढ, दुरुस्ती आणि देखभाल यामध्ये महत्त्वाची भूमिका बजावतात.

## ३० मंत्रालयाच्या भिंतींनाही भावना आहेत...

मुंबईच्या दक्षिण टोकाला, अरबी समुद्राच्या किनाऱ्यावर दिमाखात उभी असलेली एक वास्तू म्हणजे 'मंत्रालयाची मुख्य इमारत'. महाराष्ट्राच्या सत्तेचे केंद्र, प्रशासनाचे उगमस्थान आणि कोट्यवधी जनतेच्या आशा-आकांक्षांचे शेवटचे ठिकाण. वरवर पाहिले तर हे केवळ सिमेंट-काँक्रीटचे एक जंगल वाटते. गडबड, गोंधळ, फाईल्सचा ढीग, सुरक्षारक्षकांचा गराडा आणि मंत्र्यांच्या गाड्यांचे सायरन; पण या सर्व कोलाहलाच्या पलीकडे, जर आपण शांतपणे या वास्तूशी संवाद साधला, तर जाणवते की, 'मंत्रालयाच्या या भिंतींनाही भावना आहेत'.

## ३६ क्वांटम कॉम्प्युटिंग म्हणजे काय ?

क्वांटम कॉम्प्युटिंगमुळे विज्ञान, उद्योग आणि तंत्रज्ञान क्षेत्रात मोठी क्रांती घडण्याची शक्यता आहे. क्वांटम कॉम्प्युटिंग हे भविष्यातील तंत्रज्ञान असून, ते जटिल समस्या सोडवण्यासाठी अत्यंत प्रभावी आणि वेगवान साधन ठरणार आहे.

टेक वारी	६	श्वास गझल, निःश्वास गझल...	२२
गावाकडचा सिनेमा	७	उत्तम आरोग्यासाठी वनस्पतीजन्य प्रथिने	२४
माध्यमांची जबाबदारी आणि महिलांचे सक्षमीकरण : संवेदनशीलतेकडून परिवर्तनाकडे!	९	एका सर्जनशील डिझायनरचा प्रवास	२६
जनसंपर्क अधिकाऱ्यांचे सोशल इंजिनीअरिंग	११	टक्केवारीच्या पलीकडेचे हरवलेले बालविश्व	२८
कामगार चळवळ आणि डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर	१३	ज्येष्ठ नागरिकांच्या समस्या	२९
अत्याचार प्रतिबंध व तक्रार निवारणावर भर	१५	मंत्रालयाच्या भिंतींनाही भावना आहेत...	३०
कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआय) भाग - ३		शाळा...	३२
डीप लर्निंग आणि न्यूरल नेटवर्क्स- यंत्रांचा 'कृत्रिम मेंदू'	१६	स्थिरता	३३
'आई' धोरणातून महिला होणार आत्मनिर्भर	१८	समृद्ध भारताचा विकसित संकल्प!	३४
वर्ल्ड क्वांटम डे २०२६ : संधी, स्पर्धा आणि वास्तव	१९	ज्ञोक्यावर मी आहे! / माणुसकी आणि मुखवटे	३५
गझल-वृत्त	२०	क्वांटम कॉम्प्युटिंग म्हणजे काय ?	३६
		संवाद वार्ता	३८



माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय,  
महाराष्ट्र शासन

## आपलं मंत्रालय

### संपादन

■ मुख्य संपादक	ब्रिजेश सिंह
■ संकल्पना, मुखपृष्ठ	अजय भोसले
■ व्यवस्थापकीय संपादक	गोविंद अहंकारी
■ संपादक	केशव करंदीकर
■ सहसंपादक	अर्चना देशमुख अश्विनी पुजारी
■ मांडणी, सजावट	शैलेश कदम
■ मुद्रितशोधन	भाग्यश्री पेटकर
■ मुद्रण	वृंदावन एंटरप्रायजेस प्रा. लि., सिडको बस स्टॉप, ठाणे (प.)

### पत्ता

माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय,  
नवीन प्रशासन भवन, १७वा मजला, मंत्रालयासमोर,  
हुतात्मा राजगुरु चौक, मुंबई-४०० ०३२.  
Email : [aaplemantralay@gmail.com](mailto:aaplemantralay@gmail.com)

फॉलो करा...[www.twitter.com/MahaDGIPR](https://www.twitter.com/MahaDGIPR)  
लाइक करा...[www.facebook.com/dgipr](https://www.facebook.com/dgipr)

### प्रतिक्रियांचे स्वागत

आपलं मंत्रालय या नियतकालिकाची  
गुणवत्ता वाढवण्यासाठी आपल्या प्रतिक्रिया आणि  
सूचनांचे स्वागत आहे.

'आपलं मंत्रालय' नियतकालिक ही गृहपत्रिका असून या अंकात  
व्यक्त केलेल्या मतांशी शासन सहमत असेलच असे नाही.

# राज्यातील बाल वैज्ञानिकांची झेप आता थेट 'नासा'पर्यंत

## 'मुख्यमंत्री विद्यार्थी विज्ञान वारी'साठी शासन निर्णय जारी

राज्यातील विद्यार्थ्यांमध्ये वैज्ञानिक दृष्टिकोन विकसित व्हावा आणि जागतिक दर्जाच्या संशोधन संस्थांचा प्रत्यक्ष अनुभव मिळावा, या उद्देशाने शालेय शिक्षण राज्यमंत्री डॉ. पंकज भोयर यांच्या पाठपुराव्यातून 'मुख्यमंत्री विद्यार्थी विज्ञान वारी' या अभिनव उपक्रमास शासन निर्णयाद्वारे मान्यता देण्यात आली आहे.

या उपक्रमांतर्गत ग्रामीण आणि शहरी भागातील गुणवंत विद्यार्थ्यांना भारतातील इस्रो; तसेच अमेरिकेतील नासा या प्रतिष्ठित संस्थांना भेट देण्याची संधी उपलब्ध होणार आहे. राष्ट्रीय शिक्षण धोरण २०२० च्या उद्दिष्टानुसार विद्यार्थ्यांमध्ये संशोधनवृत्ती, प्रयोगशीलता आणि विज्ञानाविषयीची जिज्ञासा वाढविण्यासाठी हा महत्त्वपूर्ण उपक्रम ठरणार आहे.

### उपक्रमातील प्रमुख बाबी पुढीलप्रमाणे

- तालुकास्तरावर विज्ञान प्रदर्शनात प्रथम क्रमांक मिळविणारे २,१४८ विद्यार्थी आणि २० पर्यवेक्षक नागपूर, पुणे किंवा मुंबई येथील विज्ञान केंद्रांना शैक्षणिक भेट देणार असून, यासाठी प्रतिव्यक्ती २० हजार रुपये खर्च जिल्हा नियोजन समितीमार्फत करण्यात येणार आहे.
- जिल्हास्तरावर निवड झालेल्या १८० विद्यार्थी आणि ८ शिक्षकांना बंगळुरू येथील इस्रो केंद्राला भेट देण्याची संधी मिळणार असून, यासाठी प्रतिव्यक्ती २५ हजार रुपये खर्च निश्चित करण्यात आला आहे.
- राज्यस्तरीय प्रदर्शनातील उत्कृष्ट ५१ बाल वैज्ञानिक आणि ४ अधिकारी अशा एकूण ५५ जणांना अमेरिकेतील नासा केंद्राच्या आठ दिवसीय शैक्षणिक भेटीसाठी पाठविण्यात येणार असून, यासाठी ३ कोटी ३० लाख रुपये खर्चास शासनाने मान्यता दिली आहे.

या उपक्रमासाठी विद्यार्थ्यांची निवड पारदर्शक पद्धतीने करण्यासाठी तालुका, जिल्हा आणि राज्य स्तरावर स्वतंत्र समित्यांची स्थापना करण्यात आली असून, संपूर्ण उपक्रमाचे समन्वयन राज्य विज्ञान शिक्षण संस्था, नागपूर यांच्याकडे सोपविण्यात आले आहे.

याबाबत राज्यमंत्री डॉ. पंकज भोयर यांनी सांगितले की, राज्यातील प्रत्येक गुणवंत विद्यार्थ्याला, विशेषतः ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांनाही, नासासारख्या जागतिक संस्थांचा अनुभव घेण्याची संधी मिळावी, हा या उपक्रमामागील मुख्य हेतू आहे. या माध्यमातून भविष्यातील वैज्ञानिक घडण्यास नक्कीच चालना मिळेल.



# विकसित महाराष्ट्राची वाटचाल : तंत्रज्ञान, संवेदनशीलता आणि समृद्धीचा समतोल

महाराष्ट्र आज परिवर्तनाच्या एका महत्त्वपूर्ण टप्प्यावर उभा आहे. तंत्रज्ञानातील झपाट्याने होत असलेली प्रगती, सामाजिक परिवर्तनाची दिशा, सांस्कृतिक जतनाची जाणीव आणि नागरिककेंद्रित विकासाची बांधिलकी या सर्वांचा समन्वय साधत राज्य विकसित भविष्याच्या दिशेने आत्मविश्वासाने वाटचाल करीत आहे. प्रगती आणि परंपरा, नवोपक्रम आणि मूल्यसंवर्धन यांचा समतोल राखत महाराष्ट्र नव्या युगातील संधींचे स्वागत करत आहे. या व्यापक प्रवासातील विविध पैलूंना स्पर्श करणारे विषय या अंकातून वाचकांसमोर मांडण्याचा प्रयत्न करण्यात आला आहे.

आजच्या बदलत्या जागतिक परिस्थितीत तंत्रज्ञान केवळ विकासाचे साधन नसून, सामाजिक परिवर्तनाचे प्रभावी माध्यम ठरत आहे. प्रशासन, शिक्षण, आरोग्य, उद्योग आणि ग्रामीण विकास अशा विविध क्षेत्रांत नवतंत्रज्ञानाचा वापर वाढत असून, त्यातून अधिक कार्यक्षम, पारदर्शक आणि लोकाभिमुख शासनव्यवस्था घडत आहे. विकसित महाराष्ट्राची संकल्पना ही केवळ आर्थिक प्रगतीपुरती मर्यादित नसून ती सामाजिक समावेशकता, पर्यावरणीय शाश्वतता आणि मानवी मूल्यांच्या जपणुकीशी निगडित आहे.

'टेक वारी २.०', कृत्रिम बुद्धिमत्ता आणि वर्ल्ड क्रांटम डे : संधी, स्पर्धा आणि वास्तव यांसारख्या विषयांतून महाराष्ट्राच्या भविष्यातील गतिमानतेचा आणि तंत्रज्ञानाधिष्ठित विकासाचा वेध घेण्यात आला आहे. डिजिटल परिवर्तनाच्या नव्या युगात संशोधन, नवोपक्रम आणि ज्ञानाधारित प्रगतीचे महत्त्व अधोरेखित करत राज्याच्या विकासदृष्टीचा ठोस आराखडा या माध्यमातून समोर येतो.

त्याचबरोबर कामगार चळवळ आणि डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचे विचार, माध्यमांची जबाबदारी आणि महिलांचे सक्षमीकरण या विषयांतून सामाजिक न्याय, समता आणि जबाबदार लोकशाही मूल्यांचे दर्शन घडते.

समाजातील प्रत्येक घटकाला समान संधी मिळावी, सर्वसमावेशक विकास घडवा आणि प्रगतीच्या प्रवाहात प्रत्येकाचा सहभाग असावा, हीच विकसित समाजाची खरी ओळख आहे.

ग्रामीण आणि शहरी भागांतील दरी कमी करत सर्वांगीण विकास साधण्यावर शासनाचा विशेष भर आहे. पायाभूत सुविधा, डिजिटल कनेक्टिव्हिटी, कौशल्यविकास आणि उद्योजकतेला चालना देणारे उपक्रम महाराष्ट्राला अधिक सक्षम बनवत आहेत. युवाशक्ती, महिलांचा सहभाग आणि नागरिकांची सक्रिय भागीदारी हे या परिवर्तनाचे महत्त्वाचे आधारस्तंभ ठरत आहेत.

'माझं गाव, आरोग्यसंपन्न गाव', 'आई धोरण'; तसेच 'उत्तम आरोग्यासाठी वनस्पतीजन्य प्रथिनांचे महत्त्व' या विषयांतून नागरिकांच्या आरोग्य, पोषण आणि कुटुंब कल्याणासाठी शासनाच्या संवेदनशील आणि दूरदर्शी धोरणांचा परिचय करून देण्यात आला आहे. आरोग्यपूर्ण समाज हेच प्रगत राज्याचे भक्कम अधिष्ठान असल्याची जाणीव या उपक्रमांतून स्पष्ट होते.

यासोबतच गझल, निसर्ग आणि स्ववर्धन, ज्येष्ठ नागरिक आणि त्यांच्या समस्या; तसेच मंत्रालयाच्या भिंतींनाही भावना आहेत, यांसारख्या विषयांतून सामाजिक, सांस्कृतिक आणि भावनिक आयामांचा वेध घेण्याचा प्रयत्न करण्यात आला आहे. विकसित महाराष्ट्राच्या संकल्पनेला अधिक व्यापक, संवेदनशील आणि मानवी चेहरा देणारे हे सर्व विषय 'आपलं मंत्रालय'च्या या अंकात समाविष्ट करण्यात आले आहेत. हा विविधांगी आणि विचारप्रवर्तक विषयसंग्रह वाचकांना निश्चितच भावेल आणि नव्या दृष्टिकोनाची प्रेरणा देईल, अशी अपेक्षा आहे.

आप्पासो धुळाज,  
सचिव, इतर मागास बहुजन कल्याण विभाग  
(अतिथी संपादक)



# TECH - वारी

## Maha - Tech Learning Week



Wisdom through  
wellness and  
Work-life Balance

Awareness of  
Emerging  
technologies

Reform in  
Governance  
Practices

Informed and  
Inclusive  
Workforce

बदलत्या काळातील आव्हानांना समर्थपणे सामोरे जाण्यासाठी आधुनिक तंत्रज्ञानाची सांगड मानवी मूल्ये, सांस्कृतिक संस्कार आणि सेवाभावाशी घालणे ही आजची गरज आहे, याच उद्देशाने शासकीय कर्मचाऱ्यांसाठी एक सर्वसमावेशक प्रशिक्षण व्यासपीठ निर्माण करण्याचा हा प्रयत्न आहे.

हे व्यासपीठ कर्मचाऱ्यांच्या ज्ञान, कौशल्य आणि व्यक्तिमत्त्व विकासाला चालना देत अधिक सक्षम, संवेदनशील आणि कार्यक्षम प्रशासन घडविण्यासाठी महत्त्वपूर्ण ठरेल. तंत्रज्ञानाची ओळख, प्रशासकीय उत्कृष्टतेची जाणीव, कर्मचारी स्वास्थ्याची जपणूक, सांस्कृतिक मूल्यांचे संवर्धन आणि सेवाभावाचा सन्मान या सर्वांचा समन्वय साधत प्रशासन अधिक परिणामकारक आणि लोकाभिमुख करण्याचा हा उपक्रम आहे.

या उपक्रमांतर्गत खालील महत्त्वाच्या विषयांवर विशेष भर दिला आहे.

### १. आरोग्य, संतुलन आणि सजगता

कर्मचाऱ्यांचे मानसिक, शारीरिक व भावनिक स्वास्थ्य जपत कार्य-जीवन संतुलन आणि सजगता वृद्धिंगत करणे.

### २. नव्या तंत्रज्ञानाची जाणीव

आधुनिक आणि उद्योगमुख तंत्रज्ञानाची ओळख करून डिजिटल युगातील बदलांसाठी कर्मचाऱ्यांना सज्ज करणे.

### ३. प्रशासकीय सुधारणांची दिशा

नवोन्मेषी कार्यपद्धती, पारदर्शकता आणि शासन अधिक कार्यक्षम आणि परिणामकारक बनवणे.

### ४. माहिती-सक्षम आणि सर्वसमावेशक कर्मचारी वर्ग

माहितीच्या सशक्त वापरतून जागरूक, संवेदनशील आणि सर्वसमावेशक कर्मचारीवर्ग घडविणे.

## टेक-वारी २.० : कार्यक्रमाचा आढावा

टेक-वारी २.० हा अभिनव प्रशिक्षण सप्ताह दिनांक ४ ते ८ मे २०२६ दरम्यान मंत्रालय, मुंबई येथे यशस्वीपणे संपन्न झाला. प्रशासनातील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांच्या ज्ञानवृद्धीबरोबरच त्यांच्या सर्वांगीण विकासाला चालना देण्याच्या उद्देशाने आयोजित करण्यात आलेल्या या उपक्रमाला उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला. पाच दिवस चाललेल्या या प्रशिक्षण सप्ताहात तंत्रज्ञान क्षेत्रातील तज्ज्ञ, धोरणनिर्मिती क्षेत्रातील मान्यवर, कलाकार, आरोग्य व कल्याण क्षेत्रातील विशेषज्ञ; तसेच विविध विषयांतील जाणकारांनी सहभाग नोंदविला.

या उपक्रमात मंत्रालयातील सुमारे ६,००० अधिकारी आणि कर्मचारी प्रत्यक्ष उपस्थित राहून विविध सत्रांचा लाभ घेतला, तर राज्यभरातील जवळपास ९ लाख कर्मचारी थेट प्रक्षेपणाद्वारे या प्रशिक्षणाशी जोडले गेले. यामुळे प्रशिक्षणाची व्याप्ती केवळ मंत्रालयापुरती मर्यादित न राहता राज्याच्या कानाकोपऱ्यातील कर्मचाऱ्यांपर्यंत पोहोचली.

टेक-वारी २.०चे वैशिष्ट्य म्हणजे प्रशिक्षणासाठी कर्मचाऱ्यांनी स्वतंत्रपणे प्रयत्न करण्याऐवजी प्रशिक्षण स्वतः कर्मचाऱ्यांपर्यंत पोहोचविण्याची अभिनव संकल्पना यशस्वीपणे राबविण्यात आली. आधुनिक तंत्रज्ञान, प्रशासनातील बदलत्या गरजा आणि कर्मचाऱ्यांच्या वैयक्तिक विकासाचा विचार करून या उपक्रमाची आखणी करण्यात आली होती.

मा. मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस आणि मुख्य सचिव राजेश अग्रवाल यांनी शासकीय कर्मचाऱ्यांच्या सर्वांगीण विकासाला विशेष महत्त्व दिले आहे. विकसित महाराष्ट्र २०४७ या राज्याच्या व्यापक दृष्टिकोनाशी सुसंगत राहून प्रशासन अधिक सक्षम, तंत्रज्ञानाभिमुख आणि संवेदनशील बनविण्याच्या दिशेने टेक-वारी २.० हा एक महत्त्वपूर्ण टप्पा ठरला आहे.



या प्रशिक्षण सप्ताहामध्ये डिजिटल प्रशासन, जनरेटिव्ह कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआय), क्रांटम संगणन, सायबर सुरक्षा, डेटा व्यवस्थापन, मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य, माइंडफुलनेस, योग, प्रशासकीय उत्कृष्टता, सांस्कृतिक मूल्यसंवर्धन आणि सेवाभाव अशा विविध विषयांवर मार्गदर्शनपर सत्रे आयोजित करण्यात आली होती. यामुळे कर्मचाऱ्यांना केवळ तांत्रिक ज्ञानच नव्हे, तर बदलत्या कार्यसंस्कृतीशी सुसंगत राहण्यासाठी आवश्यक दृष्टिकोन आणि प्रेरणाही प्राप्त झाली.

टेक-वारी २.०ने प्रशिक्षणाची पारंपरिक चौकट मोडून अधिक व्यापक, सहभागी आणि परिणामकारक असा नवा आदर्श निर्माण केला आहे. प्रशासनातील मानवी मूल्ये आणि आधुनिक तंत्रज्ञान यांचा समतोल साधत, सक्षम, सजग आणि भविष्याभिमुख शासनव्यवस्था घडविण्याच्या दिशेने हा उपक्रम निश्चितच एक महत्त्वपूर्ण पाऊल ठरला.

टीएम आपलं मंत्रालय



| मे २०२६

# गावाकडचा सिनेमा

## विभीषण चवरे

आज रात्री ठीक साडेआठ वाजता, मराठी शाळेच्या भव्य पटांगणात होणारा मराठी रंगीत चित्रपट म्हणजेच माहेरची साडी! यातील प्रमुख कलाकार अलका कुबल, रमेश भाटकर, विक्रम गोखले, अजिंक्य देव, उषा नाडकर्णी! वा! वा! वा! काय ती गाणी (ही घोषणा चालू असताना मध्येच नेसली माहेरची साडी.., या गाण्याचा मुखडा मोठ्या आवाजात वाजवण्यात येई आणि पुन्हा पुढील घोषणा सुरू होई) काय ते डायलॉग! काय तो सिनेमा! अरारा.... एकदम खतरनाक! याल तर हसाल, न याल तर फसाल अन् दुसऱ्या दिवशी सगळ्यांना ईचारत बसाल! तिकीट दर सर्वांसाठी फक्त एक रुपया... एक रुपया.... एक रुपया.....

असायची. त्यात सुटकेसबरोबर अजून एक ट्रॅकसारखी पेटी असायची. एकामध्ये प्रोजेक्टर आणि दुसऱ्यामध्ये रीळ असायचे. सिनेमावाला या पेटीचा घेऊन एसटीतून यायचा. त्यामुळे सगळी पोरंसोरं एसटीची वाट पाहत स्टॅंडवरच उभी राहायची. एसटीचे टाईमटेबल काटेकोरपणे ठरलेले नसायचे. त्यामुळे तासा दोन तासाला एखादी गाडी स्टॅंडवर यायची. एसटी स्टॅंडवर थांबल्यानंतर एखादा सुटकेसवाला पाहुणा जरी उतरला एसटीतून तरी सगळ्यांना वाटायचे की, सिनेमाची पेटी आली, मग सगळी मुले पळतच शाळेच्या पटांगणाकडे पेटी आली, पेटी आली म्हणत पळत जायची, परंतु थोड्या वेळाने कळायचे की, ती सिनेमाची पेटी नव्हती, तर गावात आलेला पाहुणा होता. पुन्हा सगळ्यांचा हिरमोड व्हायचा आणि पेटीची वाट बघत बसायचे.



कर्णामधून अशी घोषणा ऐकायला आली की, सगळ्यांचे कान टवकरायचे, आज गावात सिनेमा येणार.. सिनेमा येणार... असा एकच गलका सुरू व्हायचा. सोमवारी बाजार! त्या दिवशी गावात गर्दी आणि नेमका तोच दिवस हेरून सिनेमा यायचा. गावात सिनेमा आला म्हणजे एक रुपयाची जुळवाजुळव करण्यासाठी पळापळ व्हायची. ज्यांच्या घरची परिस्थिती चांगली ते एक रुपया कसेही ऍडजेस्ट करायचे, आमची मात्र पंचाईत व्हायची. त्यामुळे सिनेमासाठी लावलेल्या कनातीमधून कुठे फट आहे का किंवा झाडावरून कुठे सिनेमा दिसतो का हा उद्योग सुरू व्हायचा. सिनेमाच्या इंटरवलला मात्र कनात काढली जायची, मग मात्र सगळ्यांना सिनेमा फ्री बघता यायचा.

साधारणतः संध्याकाळी सात वाजता सोलापूरवरून एसटीने सिनेमाची पेटी यायची. पेटी म्हणजे काय तर एक मोठी सुटकेस

एकदाची ती पेटी यायची. पेटीवाला माणूस म्हणजे आम्हाला जगातला सगळ्यात मोठा माणूस वाटायचा. त्या पेटीवाल्याच्या पुढे मागे सर्व मुले असायची. एक जण मुख्य पेटी घ्यायचा दुसरा रिळाची पेटी घ्यायचा आणि मोठ्या ऐंटीत तो शाळेच्या पटांगणाकडे यायचा, शाळेच्या पटांगणात अगोदरच तोबा गर्दी भरलेली असायची. आकडे टाकून वीज घेतलेली असायची.

प्रेक्षकांच्या मधोमध प्रोजेक्टर ठेवला जाई आणि सिनेमाचं प्रक्षेपण सुरू होई. सिनेमाचं प्रक्षेपण सुरू होत असताना पहिल्यांदा पडद्यावर मुंग्या यायच्या, चित्रं हलायची आणि विचित्र आवाज यायचा तरीही सगळ्यांची उत्सुकता ताणली जायची. त्यावेळेस काही लोकांनी असा शोध लावला होता की, प्रोजेक्टरच्या झोताच्या प्रकाशात जर का ब्लेड धरले तर पडदा जळतो. त्यामुळे अनेक हौसे-नौशे हळूच खिशातून



‘गावाकडचा सिनेमा’ चित्रपटाला सुरुवात झाली आणि सुरुवातीपासून जे भावनिक प्रसंग उलगडत गेले त्यात बायका गुंतत गेल्या. प्रसंगांमध्ये अलका कुबलचा सासुरवास पाहून बायका जोरजोराने रडायला लागल्या. चित्रपटात ज्या वेळेस हा सासुरवास वाढता, त्यावेळेस काही बायका एकमेकींच्या गळ्यात पडून हंबरडा फोडू लागल्या. ज्या बायकांच्या मुलींना सासुरवास होता, त्या बायका तर त्यांच्या मुलींचं नाव घेऊन ऊर बडवायला लागल्या. त्यांना समोर घडतंय हे सगळं त्यांच्या मुलीच्या बाबतीतही असंच आहे, असं बाजूला राहिलं आणि बायकांचा जोरजोराने आरडाओरडा व रडारड सुरू झाली. सिनेमा मध्येच थांबवावा लागला आणि त्यांना सांगावं लागलं की, हे सगळं खोटं आहे; पण त्या बायकांना त्यांच्या घरची ती स्टोरी वाटत होती. हा चित्रपट ग्रामीण भागात तुफान चालला. लोक बैलगाड्या जुंपून हा चित्रपट पाहायला शहराच्या ठिकाणीही जात होते. ज्यांनी चित्रपट पाहिला नाही, त्यांनी दुसऱ्या दिवशी चित्रपटातील ते मुख्य पात्र आणि आपली मुलगी कसे एकसारखे हाल भोगत आहेत याच्या कहाण्या घरोघरी सुरू झाल्या होत्या.

आम्ही गावापासून लांब चार किलोमीटर शेतातल्या वस्तीवर राहत होतो. आमच्या कोणाच्याच घरात त्यावेळेस वीज नव्हती, परंतु वस्तीवरील सर्वांनी मिळून वस्तीवरच्या बायकांसाठी हा चित्रपट, व्हिडिओ अॅरेंज करून दाखवला होता. गावातून पाच वाजता व्हिडिओ वाला डोक्यावर व्हिडिओचा बॉक्स घेऊन निघालेला, त्याच्यासोबत आमच्या वस्तीवरचा एकजण त्यांच्या डोक्यावर व्हिडीओ आर घेऊन निघालेला आणि तिसऱ्या व्यक्तीच्या हातामध्ये कॅसेट आणि लाईटचे बोर्ड होते. यांच्या मागेपुढे मोठी माणसे आणि मुले होती. त्यावेळी कोणाच्याच घरामध्ये वीज नसल्यामुळे जग जिकल्याच्या आविर्भावात गावातून वस्तीकडे निघाले. वितरणाच्या पोलवरून दीड हजार फूट वायर टाकून वीज आणली होती आणि हा व्हिडिओ दाखवला होता. वस्तीवरील बायकांनी ज्यावेळेस व्हिडिओमध्ये सिनेमा पाहायला सुरुवात केली त्यावेळेसही मोठा भावनिक गलका झाला होता. छोट्या व्हिडिओवरचा सिनेमा पाहून काही महिलांनी अक्षरशः गहिवर मांडला होता. असा हा गाजलेला ‘माहेरची साडी’ चित्रपट मराठी चित्रपटसृष्टीतील एक मैलाचा दगड ठरला. बॉक्स कलेक्शनच्या बाबतीत आणि भावनिकतेच्या बाबतीत त्यावेळेस सर्व विक्रम मोडले गेले होते. या चित्रपटाचे त्यावेळेस बॉक्स कलेक्शन होते १२ कोटी! जे आजच्या मूल्यांकनानुसार १३० कोटीपेक्षा जास्त आहे. सैराटनेसुद्धा फक्त १०० कोटी रुपये कमावले होते. म्हणजे मराठी चित्रपट क्षेत्रातील सगळ्यात जास्त बॉक्स कलेक्शन करणारा चित्रपट म्हणून ‘माहेरची साडी’ या चित्रपटाकडे पाहता येते.

मध्यंतरी अलका कुबल यांच्याशी बोलता-बोलता हा विषय निघाला. अलका कुबल या चित्रपटाविषयी मन भरून बोलल्या. त्यांच्या चित्रपट क्षेत्रातील एक यशस्वी आणि ओळख करून देणारा हा चित्रपट ठरला. चित्रपटाच्या या कहाणीपेक्षा त्यांना त्यावेळेस आमच्या घरात वीज नव्हती याचं खूप आश्चर्य वाटलं!

(माजी संचालक, सांस्कृतिक कार्य संचालनालय, महाराष्ट्र राज्य व राज्यकर उपआयुक्त, मुंबई.)

ब्लेड काढायचे आणि प्रोजेक्टरच्या प्रकाशाच्या झोताच्या खाली बसून ते ब्लेड त्या प्रकाशाच्या झोतात टाकायचा प्रयत्न करायचे. ज्यावेळेस शेजाऱ्याच्या लक्षात यायचं, त्यावेळेस पडदा जळेल या भीतीने त्या मुलाला बद्दून बाजूला काढलं जायचं.

सिनेमाला इंटरवलसुद्धा असायचा. अनेक जण पाच-पाच किलोमीटरवरून चालत आलेले असायचे. येताना त्यांच्याबरोबर गोणपाट आणि एखादी चादर असायची. सिनेमा रंगात यायचा, परंतु शेवटी-शेवटी काहीजण तिथेच झोपी जायचे. सिनेमा संपला तरी ते तिथेच झोपलेले असायचे आणि पहाटे-पहाटे त्यांना ज्यावेळी जाग येई, त्यावेळेस आजूबाजूला पाहिलं तर कोणीच नसायचं. मग ते भेदरून घराकडे पळायचे.

१९९१ ला रिलीज झालेला असाच एक चित्रपट ‘माहेरची साडी’ गावच्या यात्रेनिमित्त, यात्रा कमिटीने आणला होता. त्याची प्रचार प्रसिद्धी गावाच्या शिवारापासून ते शेजारच्या गावापर्यंत झालेली. ज्या दिवशी हा चित्रपट होता, त्यादिवशी गावाच्या शिवारातून, गावातून आणि आसपासच्या गावातूनही बायका मोठ्या संख्येने सिनेमा पाहायला आलेल्या! शाळेचं पटांगण अपुरं पडलं होतं. यात्रा कमिटीने हा सिनेमा आणल्यामुळे तो फुकटच होता. त्यामुळे गर्दी तुफान होती. अनेक बायका बैलगाडीतून, नवऱ्याच्या किंवा मुलाच्या सायकलवर आणि चालतही मोठ्या संख्येने आलेल्या होत्या.



# माध्यमांची जबाबदारी आणि महिलांचे सक्षमीकरण संवेदनशीलतेकडून परिवर्तनाकडे!



## वर्षा फडके-आंधळे

राष्ट्रीय महिला आयोग आणि माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय यांच्या संयुक्त विद्यमाने, यशवंतराव चव्हाण प्रतिष्ठान येथे 'महिला, माध्यमे आणि तंत्रज्ञान' या विषयावर एक दिवसीय कार्यशाळा नुकतीच आयोजित करण्यात आली होती. या कार्यशाळेत करण्यात आलेल्या चर्चेचा सारांश...

राष्ट्रीय महिला आयोगाच्या अध्यक्षा विजया रहाटकर यांच्या अध्यक्षतेखाली पार पडलेल्या या कार्यशाळेत माध्यमांची भूमिका, महिलांविषयी संवेदनशील दृष्टिकोन आणि बदलत्या तंत्रज्ञानाच्या पार्श्वभूमीवर पत्रकारितेचे नवे आयाम यांचा ऊहापोह यावेळी विविध

सत्रांमध्ये करण्यात आला. या कार्यशाळेला माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालयाचे प्रधान सचिव तथा महासंचालक ब्रिजेश सिंह, राज्य महिला आयोगाच्या सदस्य सचिव नंदिनी आवडे, प्रख्यात लेखिका डॉ. रिचा सूद, नवी दिल्ली येथील वरिष्ठ पत्रकार स्वाती गुप्ता, याशिवाय महिला पत्रकार मोठ्या संख्येने उपस्थित होत्या.

आज देशात महिलांच्या संरक्षणासाठी, सक्षमीकरणासाठी आणि समानतेसाठी विविध कायदे अस्तित्वात आहेत. शासनाच्या विविध विभागांमार्फत अनेक योजना आणि उपक्रम राबविले जात आहेत. मात्र या सर्वांची माहिती ज्यांच्यासाठी आहे, त्या महिलांपर्यंत पुरेशा प्रमाणात पोहोचते का? हा मूलभूत प्रश्न आहे. माहितीच्या अभावामुळे अनेकदा हक्क असूनही त्याचा उपयोग होत नाही. विविध माध्यमांनी केवळ अनुचित घटना घडल्यावर गुन्हेगारी घटनांवर प्रकाशझोत टाकण्याऐवजी

महिलांसाठी उपलब्ध असलेल्या कायदे, योजना आणि सुविधा यांचे सुलभ, समजण्यासारखे आणि सातत्यपूर्ण वार्ताकन करणे आवश्यक ठरते. माध्यमे ही लोकशाहीचा चौथा स्तंभ मानली जातात. यामुळेच पत्रकारितेत जेंडर सेन्सिटिव्हिटी (लैंगिक संवेदनशीलता) आणि जेंडर-न्यूट्रल भाषा वापरणे अत्यंत आवश्यक आहे, असे मत उपस्थित तज्ज्ञांनी नोंदविले.

माध्यमांतील भाषाशैली आणि सादरीकरणाचा समाजावर होणारा परिणामही तितकाच महत्त्वाचा आहे. एखाद्या घटनेचा मथळा, शब्दप्रयोग किंवा चित्रण हे वाचकांच्या मनात ठसा उमटवते. अनेकदा नकळतपणे वापरली जाणारी भाषा ही पीडितेला दोषी ठरवणारी किंवा तिच्या सन्मानाला धक्का पोहोचवणारी ठरते. त्यामुळे 'जेंडर सेन्सिटिव्हिटी' ही केवळ तांत्रिक बाब नसून पत्रकारितेची नैतिक जबाबदारी आहे. 'कोणावर गुन्हा झाला' यापेक्षा 'कोणी गुन्हा केला' यावर भर देणारी मांडणी ही समाजाला योग्य दिशेने नेणारी ठरू शकते. गुन्हा करणाऱ्यांनी केलेले कृत्य, यावर माध्यमांचा फोकस असायला हवा. याचबरोबर महिलांविषयीच्या बातम्यांमध्ये असणारा असमतोलही चिंताजनक आहे, असे यावेळी कार्यशाळेत मार्गदर्शन करणाऱ्या तज्ज्ञांनी व्यक्त केले.

महिलांविरुद्ध होणाऱ्या गंभीर गुन्ह्यांचे वार्ताकन कमी ठळकपणे केले जाते, तर महिलांकडून घडलेल्या अपवादात्मक घटनांचे अतिनाट्यमय सादरीकरण केले जाते. या विसंगतीमुळे समाजात चुकीची धारणा निर्माण होऊ शकते. महिलांच्या यशकथा, त्यांच्या संघर्षांचा प्रवास आणि विविध क्षेत्रांतील कामगिरी यांना पुरेसा वाव मिळणे, ही काळाची गरज आहे.

महिलांविषयीचे वृत्तांकन करताना संवेदनशीलता हा महत्त्वाचा मुद्दा आहे. अत्याचाराच्या घटनांमध्ये पीडितेची ओळख गुप्त ठेवणे, तिच्या वैयक्तिक आयुष्याचा अनावश्यक उल्लेख टाळणे आणि गुन्हेगाराच्या जबाबदारीवर स्पष्टपणे बोट ठेवणे, हे मूलभूत तत्त्व पाळणे आवश्यक आहे. वृत्तांकन करताना पत्रकारांनी 'व्हिक्टिम' ऐवजी 'सर्व्हायव्हर' असा शब्दप्रयोग केल्यास मानसिकतेतील सूक्ष्म; पण महत्त्वाची बदलाची पायरी ठरते. माध्यमांनी वेदनेचे चित्रण करताना करुणा जागविताना न्याय आणि सन्मानाची बाजू अधिक

ठामपणे मांडली पाहिजे.

महिलांविषयीचे प्रश्न आज केवळ सामाजिक किंवा कौटुंबिक मर्यादित राहिलेले नाहीत, ते सार्वजनिक चर्चेचा आणि धोरणनिर्मितीचा केंद्रबिंदू बनत आहेत. या पार्श्वभूमीवर माध्यमांची भूमिका केवळ घटना मांडण्यापुरती मर्यादित न राहता समाजाची दिशा ठरवणारी ठरते. 'महिला, माध्यमे आणि तंत्रज्ञान' या कार्यशाळेत मांडले गेलेले विचार हे याच बदलत्या वास्तवाचे द्योतक आहेत.

तंत्रज्ञानाच्या झपाट्याने होणाऱ्या प्रगतीमुळे पत्रकारितेचे स्वरूपही बदलत आहे. कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआय) हे या बदलाचे प्रमुख साधन ठरत आहे. माहिती संकलन, भाषांतर आणि सादरीकरण यामध्ये एआयमुळे गती आणि अचूकता वाढली आहे. मात्र या साधनाचा वापर करताना संदर्भाची पडताळणी आणि नैतिकतेचे भान राखणे तितकेच आवश्यक आहे. तंत्रज्ञान हे साधन आहे, पर्याय नाही ही जाणीव कायम ठेवणे गरजेचे आहे. विशेषतः महिला पत्रकारांसाठी एआय ही संधी ठरू शकते, कारण त्यातून संशोधनात्मक आणि विश्लेषणात्मक कामासाठी अधिक वेळ उपलब्ध होतो.

आजच्या डिजिटल युगात बातम्यांचा वेग प्रचंड वाढला असला, तरी विश्वासार्हता आणि अचूकता या मूल्यांना पर्याय नाही. फेक न्यूज आणि दिशाभूल करणारी माहिती समाजात अस्थिरता निर्माण करू शकते. त्यामुळे तथ्यतपासणी, जबाबदारी आणि संवेदनशीलता या तिन्ही गोष्टींचा समतोल राखणे अत्यावश्यक आहे.

माध्यमांची ताकद ही समाजाचे मन घडविण्यात आहे. त्यामुळे महिलांविषयक मुद्यांकडे केवळ गुन्हेगारी दृष्टिकोनातून न पाहता सामाजिक, आर्थिक आणि धोरणात्मक अंगानेही विचार मांडणे गरजेचे आहे. तळागाळातील आणि वंचित महिलांचा आवाज मुख्य प्रवाहात आणणे, त्यांच्या समस्या आणि यशकथा समोर मांडणे, ही माध्यमांची सामाजिक बांधिलकी आहे.

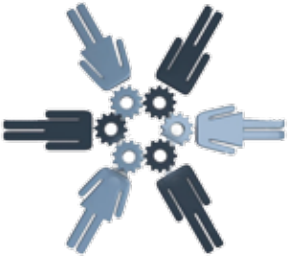
एकूणच, महिलांविषयीचे वार्ताकन हे केवळ बातमी देण्याचे साधन नसून समाजपरिवर्तनाचे प्रभावी माध्यम आहे. कायदे, योजना आणि उपक्रम यांची माहिती पोहोचवणे, संवेदनशील भाषा वापरणे, तंत्रज्ञानाचा जबाबदारीने वापर करणे आणि सकारात्मक कथा पुढे आणणे, या सर्व

घटकांचा समन्वय साधल्यास माध्यमे खऱ्या अर्थाने महिलांच्या सक्षमीकरणाची भागीदार ठरू शकतात.

नुकत्याच आयोजित करण्यात आलेल्या या कार्यशाळेतून महिलांचे सक्षमीकरण, माध्यमे आणि तंत्रज्ञानाची साथ अशी त्रिसूत्री समाजव्यवस्था बदलण्यासाठी महत्त्वाची ठरते, असे मत उपस्थित सर्व जाणकारांनी यावेळी व्यक्त केले.

(उपसंचालक (वृत्त), माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय, महाराष्ट्र शासन.)





# जनसंपर्क अधिकाऱ्यांचे सोशल इंजिनीअरिंग

वर्षा फडके-आंधळे

आजच्या वेगवान युगात जनसंपर्क अधिकारी हा माहितीचा प्रसार करणारा दुवा राहिलेला नाही, तर तो समाजाच्या मानसिकतेचा अभ्यास करून विधायक बदल घडवून आणणारा एक 'सोशल इंजिनीअर' झाला आहे, असेच म्हणावे लागेल. शासकीय योजना आणि जनता यांच्यातील दरी कमी करताना, जनसंपर्क अधिकारी विविध तंत्रज्ञानाचा वापर करून सामाजिक रचनेत सकारात्मक बदल घडवत आहेत. हे केवळ माहितीचे व्यवस्थापन नसून, जनतेच्या गरजा ओळखून त्यांच्या भाषेत संवाद साधण्याचे एक प्रगत 'सोशल इंजिनीअरिंग' आहे. नवी दिल्ली येथे संपन्न झालेली 'राष्ट्रीय जनसंपर्क परिषद २०२६' नेमक्या याच भूमिकेवर शिकामोर्तब करणारी ठरली आहे. दोन दिवस झालेल्या परिषदेत देशातील २५ राज्यांच्या माहिती व जनसंपर्क विभागातील वरिष्ठ अधिकारी सहभागी झाले होते.

जनसंपर्क क्षेत्र तंत्रज्ञान आणि मानवी संवादाचा सुवर्णमध्यच

माहिती आणि तंत्रज्ञानाच्या युगात आज जग एका क्लिकवर आले आहे. गती आणि अचूकता ही या काळाची दोन मुख्य सूत्रे बनली आहेत. अशा स्थितीत राज्य शासन आणि जनता यांच्यातील दुवा म्हणून काम करणाऱ्या जनसंपर्क क्षेत्रासमोरची आव्हाने आणि संधी दोन्ही दिवसनिहाय विस्तारत आहेत. नवी दिल्ली येथील महाराष्ट्र परिचय केंद्रामार्फत नुकतीच पार पडलेली 'राष्ट्रीय जनसंपर्क परिषद २०२६' याच बदलत्या प्रवाहांचा वेध घेणारी ठरली आहे.

'जनसंपर्काच्या क्षेत्रात वेगाने होणारे बदल आत्मसात करणे आणि त्यासोबत संवादप्रक्रिया गतिमान करणे गरजेचे...'

- ब्रिजेश सिंह, प्रधान सचिव तथा  
महासंचालक, माहिती व जनसंपर्क.



जनसंपर्क क्षेत्रातील नवनवीन तंत्रज्ञान, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआय) आणि डिजिटल ट्रान्सफॉर्मेशन या विषयांवर या परिषदेत मंथन झाले, जे भविष्यातील शासकीय संवाद आणि जनसंपर्काची दिशा स्पष्ट करणारे आहे. आजच्या काळात माहितीचा प्रसार ज्या वेगाने होतो, त्यापेक्षा कितीतरी अधिक वेगाने 'फेक न्यूज' किंवा चुकीची माहिती पसरत असते. या पार्श्वभूमीवर, जनसंपर्क अधिकाऱ्यांची जबाबदारी केवळ माहिती पोहोचवण्यापुरती मर्यादित राहिलेली नाही, तर ती माहिती सत्य आणि वस्तुनिष्ठ आहे हे सिद्ध करण्यापर्यंत विस्तारली आहे.

परिषदेत मांडल्या गेलेल्या विचारांनुसार, समाज आणि डिजिटल माध्यमांच्या वाढत्या वापरामुळे माहितीची सत्यता तपासण्याचे मोठे आव्हान निर्माण झाले आहे. यावर मात करण्यासाठी 'फॅक्ट चेक' सारख्या बाबींना आता शासकीय जनसंपर्कात अनन्यसाधारण महत्त्व प्राप्त झाले आहे. कृत्रिम बुद्धिमत्तेचा वापर हा केवळ बातमी निर्मिती किंवा संपादनापुरता मर्यादित न ठेवता, तो

मे २०२६ |



जनतेपर्यंत आपला संदेश परिणामकारकपणे पोहोचवण्यासाठी आणि त्यांची 'एंगेजमेंट' वाढवण्यासाठी करणे काळाची गरज बनली आहे. तंत्रज्ञान कितीही प्रगत झाले, तरी त्यातील मानवी संवेदना हरवता कामा नये, कारण अखेर जनसंपर्क हा 'माणसाला माणसाशी जोडणारा' महत्त्वाचा दुवा आहे.

डिजिटल क्रांतीमुळे इंटरनेटचे दर स्वस्त झाले असून, ग्रामीण भागातील शेवटच्या घटकापर्यंत स्मार्ट फोन पोहोचला आहे. यामुळे 'डिजिटल ट्रान्सफॉर्मेशन ऑफ गव्हर्नन्स कम्युनिकेशन' ही संकल्पना आता केवळ कागदावर राहिलेली नाही. गुगल आणि मेटासारख्या जागतिक कंपन्यांच्या प्लॅटफॉर्मचा वापर करून शासकीय योजनांची माहिती सामान्य माणसाच्या भाषेत आणि त्याच्या आवडीच्या स्वरूपात पोहोचवणे शक्य झाले आहे. चांगल्या क्रिएटिव्हिटीचा वापर करून क्लिष्ट शासकीय निर्णय सुलभ भाषेत मांडल्यास त्याचा जनतेवर होणारा परिणाम अधिक खोलवर असतो. ई-गव्हर्नन्सकडून डिजिटल गव्हर्नन्सकडे वळताना केवळ माहिती देणे पुरेसे नाही, तर ती माहिती जनतेच्या जीवनात सकारात्मक बदल कसा घडवून आणणारी असावी, असा सूर या परिषदेतून उमटला.

या परिषदेचे आणखी एक वैशिष्ट्य म्हणजे भारताच्या विविध प्रांतांमधील 'बेस्ट प्रॅक्टिस'चे झालेले सादरीकरण. गुजरात, राजस्थान, पंजाब, आंध्र प्रदेश आणि कर्नाटक या राज्यांनी जनसंपर्कासाठी वापरलेल्या प्रभावी आणि कल्पक पद्धतींचे सादरीकरण येथे करण्यात आले. प्रत्येक राज्याची भौगोलिक आणि सामाजिक स्थिती वेगळी असली तरी, चांगल्या उपक्रमांचे मॉडेल एकमेकांना पूरक ठरू शकते. एका राज्याने राबवलेला यशस्वी प्रयोग दुसऱ्या राज्याने आपल्या गरजेनुसार स्वीकारल्यास, राष्ट्रीय स्तरावर एक समृद्ध संवाद शृंखला तयार होईल, असेच यावेळी दिसून आले. अशा संवादातून आणि माहितीची देवाणघेवाण यातूनच राज्यांमध्ये संवाद वाढणारा आहे तर प्रशासकीय कामात पारदर्शकता आणि वेग येणार आहे.

'जनसंपर्क क्षेत्रात काम करणाऱ्यांनी तंत्रज्ञान आणि मानवी संवेदनांचा समन्वय साधून काम करणे गरजेचे...'

- आर. विमला, निवासी आयुक्त, महाराष्ट्र सदन.

जनसंपर्क अधिकारी हा केवळ प्रशासनाचा एक भाग नसून तो समाजातील बदलाचा अग्रदूत ठरणार आहे. भविष्यातील नव्या तंत्रज्ञानाला सामोरे जाताना हे ज्ञान आत्मसात करणे आणि त्याचा जनहितासाठी उपयोग करणे, हेच या परिषदेचे फलित म्हणता येईल. तंत्रज्ञान आणि मानवी संवेदनांचा योग्य समन्वय साधला, तरच जनसंपर्क प्रक्रिया खऱ्या अर्थाने यशस्वी ठरेल. नवी दिल्लीतील या दोन दिवसीय परिषदेने केवळ महाराष्ट्रालाच नव्हे, तर संपूर्ण देशाला आधुनिक जनसंपर्काचा एक नवा 'रोडमॅप' दिला आहे, असे म्हटल्यास वावगे ठरणार नाही.

जनसंपर्काच्या क्षेत्रात वेगाने होणारे बदल आत्मसात करणे आणि त्यासोबत संवादप्रक्रिया गतिमान करणे गरजेचे आहे. त्यासाठी नव्या युगातील तंत्रज्ञान आणि कृत्रिम बुद्धिमत्ता क्षेत्रातील नवे बदल जाणून घेणेही महत्त्वाचे आहे. त्यादृष्टीने या राष्ट्रीय परिषदेचे आयोजन करण्यात

'कृत्रिम बुद्धिमत्ता पत्रकारिता आणि जनसंपर्क क्षेत्रासाठी वरदान; मात्र त्याचा कल्पकतेने वापर करणे गरजेचे...'

- हेमंत निंबाळकर, आयुक्त, कर्नाटक जनसंपर्क संचालनालय.

आले होते. जनसंपर्क अधिकाऱ्यांच्या परस्पर संवादातून या क्षेत्रातील चांगल्या प्रयोगाची माहिती परस्परांना होण्यासोबत भविष्यातील वाटचालीसाठी नवा दृष्टिकोन देण्याचे काम करेल.

माहितीच्या महाजालात समाजात माहितीचा प्रसार ज्या वेगाने होत आहे, तो पाहता प्रशासकीय यंत्रणेने शेवटच्या घटकापर्यंत पोहोचण्यासाठी आपले जनसंपर्क तंत्र अधिक प्रभावी करण्याची गरज आहे. मात्र हे करत असताना केवळ तंत्रज्ञानावर अवलंबून राहून चालणार नाही. तंत्रज्ञान हे केवळ साधन आहे; त्या साधनासोबत जेव्हा मानवी संवेदनांचा आणि जिवाळ्याचा मेळ बसेल, तेव्हाच एखादी शासकीय योजना किंवा संदेश लोकांच्या मनापर्यंत पोहोचेल. माहिती क्षेत्रातील अधिकारी हा केवळ बातमी देणारा घटक नसून तो सामाजिक बदलाचा खरा अग्रदूत आहे.

आजच्या काळात वस्तुनिष्ठ माहितीचे व्यवस्थापन करणे हे सर्वात मोठे आव्हान आहे. जाणीवपूर्वक पसरवल्या जाणाऱ्या खोट्या बातम्या किंवा 'फेक न्यूज' राज्याच्या शांततेसाठी आणि विकासासाठी हानिकारक ठरू शकतात. अशा बातम्यांना केवळ रोखणे पुरेसे नाही, तर त्या क्षणी त्यांचा खोटेपणा पुराव्यासह जनतेसमोर मांडणे हे जनसंपर्क अधिकाऱ्यांचे मुख्य कर्तव्य बनले आहे. या परिषदेच्या निमित्ताने विविध राज्यांच्या 'बेस्ट प्रॅक्टिस' समोर आल्या आहेत, त्यातून शिकून आपण परस्परांच्या यशस्वी प्रयोगांची अंमलबजावणी आपल्या राज्यात करायला हवी.

समाजात माहितीचा प्रसार वेगाने होत असताना समाजातील शेवटच्या व्यक्तीपर्यंत पोहोचण्यासाठी जनसंपर्क प्रक्रिया अधिक प्रभावी करण्याची गरज आहे. त्यादृष्टीने जनसंपर्क क्षेत्रात काम करणाऱ्यांनी तंत्रज्ञान आणि मानवी संवेदनांचा समन्वय साधून काम करणे आवश्यक आहे. माहिती युगातील जनसंपर्काची दिशा निश्चित करण्यासाठी माहिती आणि जनसंपर्क महासंचालनालयातर्फे आयोजित राष्ट्रीय जनसंपर्क परिषद उपयुक्त ठरणारी आहे.

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआय) हे पत्रकारिता आणि जनसंपर्क क्षेत्रासाठी एक वरदान ठरू शकते, फक्त आपण त्याचा कल्पकतेने वापर करणे गरजेचे आहे. बातमीची निर्मिती, तिचे संपादन आणि अचूक वितरण या तीनही स्तरांवर एआयमुळे कमालीचा वेग आणि अचूकता आली आहे. मात्र या वेगासोबतच माहितीची सत्यता पडताळणी किंवा 'फॅक्ट चेक' करण्याची आपली जबाबदारी कित्येक पटीने वाढली आहे. केवळ माहिती देऊन चालणार नाही, तर ती जास्तीत जास्त 'क्रिएटिव्ह' स्वरूपात मांडून लोकांची एंगेजमेंट वाढवण्यावर आपल्याला भर द्यावा लागेल. विविध राज्यांनी राबविलेल्या जनसंपर्काच्या प्रभावी पद्धतींचा वापर प्रत्येक राज्याने आपल्या राज्यासाठी करावा.

(उपसंचालक (वृत्त), महाराष्ट्र शासन.)



# कामगार चळवळ आणि डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर

## शिरीन लोखंडे

भारतामध्ये पहिली कामगार संघटना महात्मा फुले यांच्या सत्यशोधक चळवळीतील कार्यकर्ते नारायण मेघाजी लोखंडे यांनी १८९७ साली 'बॉम्बे मिल हॅण्डस् असोसिएशन' या नावाने स्थापन केली. भारतातील उद्योग पर्वाची सुरुवात झाल्यानंतर मुंबई इलाख्यात १८ व्या शतकाच्यावेळेस सुमारे ६० कापड गिरण्या अस्तित्वात आल्या. यातील कामगारांचे संघटन नारायण मेघाजी लोखंडे यांनी केले आणि कामाचे तास, आठवड्याची सुट्टी, फॅक्टरी ॲक्ट, लहान मुलांना कामावर बंदी इत्यादीबाबत वेळोवेळी चळवळी केल्या. ब्रिटिश सरकारने त्यांना 'राव बहादूर' ही पदवी बहाल केली होती.

१९१९ साली आंतरराष्ट्रीय कामगार संघटन (ILO) ची स्थापना झाली. यामुळे आंतरराष्ट्रीय स्तरावर कामगार चळवळीला मोठी चालना मिळाली. दरम्यान १९२० साली ऑल इंडिया ट्रेड युनियन काँग्रेसची

(AITUC) स्थापना लाला लजपतराय यांच्या अध्यक्षतेखाली झाली. १९२४ ते १९३५ हा कामगार संघटना चळवळीतील मोठा क्रांतिकारी काळ होता. यात एम.एन. रॉय, श्रीपाद डांगे, इत्यादी अनेक कम्युनिस्ट कामगार नेत्यांचा सहभाग होता. या सर्वांनी मिळून राजकीय चळवळीचे भानदेखील सर्व कामगारांना दिले. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या निदर्शनास आले की, कम्युनिस्ट कामगार नेते हे कामगारांच्या अधिकारासाठी लढत होते आणि त्यांच्यानुसार हा संघर्ष भांडवलदार आणि कामगार या दोन वर्गातीलच होता; परंतु कामगारांमध्ये असलेल्या जातीयवादाच्या भिंती तशाच होत्या. ज्याची नोंद कम्युनिस्ट घेत नसून दलित कामगारांच्या मानववादी अधिकारांचे कोणतेही सोयरसुतक कम्युनिस्टांना नव्हते. कापड गिरण्यांमध्ये जास्त पगार असलेली खाती विणार्ई विभागात अस्पृश्यांना काम दिले जात नव्हते. अस्पृश्यांना केवळ कमी पगार असलेले सुतकताई विभागातील कामे आणि साफसफाईची कामे दिली जात होती. एकाच कारखान्यातील कामगारांमध्ये अत्यंत



टोकाचे जातिभेद पाळण्यात येत होते आणि म्हणून डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांचा लढा केवळ भांडवलदारांशी नसून जातीयवादी ब्राह्मणी विचारांशीदेखील होता आणि म्हणून १९३६ साली इंडियन लेबर पार्टी (ILP) या कामगार संघटनेची स्थापना त्यांनी केली. समाजातील सरंजामशाही, भांडवली व जातीयवादी मनोवृत्तीच्या विरुद्ध न्याय मिळवून देणे व कामगार वर्गामध्ये असलेला जातीयवाद नष्ट करणे असे उद्दिष्ट इंडियन लेबर पार्टीचे होते. या संघटनेची उद्दिष्टे खालीलप्रमाणे होती.

- १) शासनपुरस्कृत उद्योगांना प्रामुख्याने चालना देणे.
- २) कामगारांच्या भत्याकरिता व सुरक्षेकरिता सक्षम कामगार कायद्याची मागणी करणे.
- ३) किमान वेतन
- ४) नियमित तास
- ५) भरपगारी रजा
- ६) घरकूल योजना
- ७) जहागिरदारी पद्धतीचे निर्मूलन
- ८) कामाचे कसब वाढविण्याकरिता सरकारचे तांत्रिक शिक्षण देणे; म्हणजे कुशल कामगार तयार होतील.
- ९) चांगल्या पगाराच्या व फायद्याच्या नोकरीमधून दलित समाजाला वगळले जाऊ नये, म्हणून आवाज उठविणे.

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या मते भारतातील उद्योगधंद्यांमध्ये कामाच्या ठिकाणी जातीय वादामुळे केवळ कामाची म्हणजेच श्रमाची विभागणी तर होतेच; परंतु कामगारांची म्हणजेच श्रमिकांचीदेखील विभागणी होते.

त्याविरुद्ध लढण्यासाठी इंडियन लेबर पार्टीने तात्कालिक निवडणुका लढविल्या व १९३७च्या प्रांतिक निवडणुकीत १७ जागा लढवून त्यापैकी १४ जागा जिंकल्या.

ब्रिटिश व्हॉईसराय कार्यकारी परिषदेत (Exe.Council) मध्ये १९४२ ते ४६ काळात डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर हे लेबर मॅबर (मजूर मंत्री) म्हणून कार्यरत होते. त्यावेळेस त्यांनी केवळ दलिताना नव्हे, तर सर्व कामगार वर्गाला सुरक्षा व कल्याणकारक फायदे मिळवून दिले ते खालीलप्रमाणे आहेत.

- १) समान काम समान वेतन
- २) ८ तासाची शिफ्ट - अतिरिक्त कामाचा दुप्पट मोबदला
- ३) एम्प्लॉयमेंट एक्सचेंजची स्थापना
- ४) सुधारणा करत श्रमिक संघ अधिनियम - कामगार संघटनेस संपाचा अधिकार दिला.
- ५) कामगार विमा योजना (ESIC)
- ६) कामगार कल्याण योजना (Labour Welfare)
- ७) भविष्यनिर्वाह निधी कायदा (PF)
- ८) किमान वेतन कायदा (Minimum Wages Act)
- ९) महिला कामगार बाळंतपणाची रजा
- १०) भरपगारी रजा / महागाई भत्ता
- ११) Collection of Statistics under Industrial Statistic Act



- १२) समेट कारवाईची I.D. Act मध्ये तरतूद
- १३) कुशल कामगारांना प्रशिक्षण
- १४) घरे उपलब्ध करून देण्याकरिता Labour Camp मेळावा
- १५) कामगार नुकसानभरपाई अधिनियमात सुधारणा
- १६) औद्योगिक स्थायी आदेश सुधारणा
- १७) बोनस
- १८) ८ तासांचा कामाचा दिवस
- १९) मध्यान्ह जेवणाची सुट्टी
- २०) आठवड्याची सुट्टी

अशा प्रकारे डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या अथक प्रयत्नांमुळे भारतातील सर्व कामगार वर्गाला त्यांचे अधिकार मिळाले. १९५० ते १९९१ पर्यंत समाजवादी आणि मिश्र अर्थव्यवस्थेमुळे भारतातील उद्योगांना गती मिळाली. त्यात खासगी आणि शासकीय आस्थापनांचा विकास झाला. तदनंतर १९९१ पासून जागतिक अर्थव्यवस्थेचे अनुकरण करत खासगीकरणाचे धोरण अमलात आले आणि त्याचा कामगार चळवळीवर विपरीत परिणाम झाला. असंघटित कामगार आणि कंत्राटी कामगार यात वाढ झाली. तसेच कामगार चळवळीतील दाहकता आणि लढवय्येपणा कमी झाला. सद्यःस्थितीत कामगार चळवळीचे मूळ स्वरूप पूर्णतः बदलले असून उद्योगधार्जिणे धोरण अस्तित्वात आलेले आहे. आंतरराष्ट्रीय स्तरावर उद्योगांची परिस्थिती बदलली असून आधुनिक तंत्रज्ञान आणि आर्थिक व्यवस्था याच्याशी जुळवून घेणे अत्यावश्यक बनले आहे आणि म्हणूनच कालबाह्य गोष्टी टाकून देऊन सद्यःस्थितीशी सुसंगत कामगार कायदे आणण्याकरिता शासन सुसज्ज झाले आहे. चार नवीन कामगार संहितांच्या रूपात कामगार कायदे परिवर्तित होत असून, परिणामी रोजगार वाढविणे आणि त्याच बरोबरीने कामगारांचे हित जोपासणे या दोन्ही बाजूंचा समतोल साधण्याचा प्रयत्न या नवीन कामगार संहितांमधून करण्यात आलेला आहे. या चारही कामगार संहितांविषयी आपण पुढील लेखांमधून जाणून घेणार आहोत.

(सह आयुक्त कामगार, मुंबई, महाराष्ट्र राज्य.)



## अत्याचार प्रतिबंध व तक्रार निवारणावर भर

### शैलजा पाटील

राज्यातील भटके-विमुक्त समाजाच्या समस्या प्रभावीपणे सोडविणे, त्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी चालना देणे; तसेच या समाजावर होणाऱ्या अमानवीय अत्याचारांच्या घटनांना आळा घालण्यासाठी त्रिस्तरीय समित्या स्थापन करण्यात आल्या आहेत. याबाबतचा निर्णय इतर मागास बहुजन कल्याण विभागाने घेतला आहे.

राज्यस्तर, जिल्हास्तर आणि उपविभाग स्तरावर समित्यांच्या माध्यमातून भटके-विमुक्त समाजाच्या तक्रारींचे तातडीने निवारण, अत्याचारांच्या घटनांवर त्वरित कारवाई आणि विविध शासकीय योजनांची प्रभावी अंमलबजावणी केली जाणार आहे. या निर्णयामुळे भटके-विमुक्त समाजाच्या सामाजिक, शैक्षणिक व आर्थिक विकासासाठी गती मिळेल. तसेच अत्याचारांच्या घटनांमध्ये घट होण्यास मदत होईल.

राज्यस्तरीय समितीच्या अध्यक्षपदी इतर मागास बहुजन कल्याण मंत्री असतील, तर विभागाचे सचिव सदस्य म्हणून कार्य करतील. संचालक, इतर मागास बहुजन कल्याण संचालनालय, पुणे हे सदस्य सचिव म्हणून काम पाहतील. तसेच सह सचिव किंवा उप सचिव यांच्यासह भटके-विमुक्त समाजासाठी कार्य करणाऱ्या सहा अशासकीय सदस्यांची नियुक्ती करण्यात येणार असून, त्यात किमान एका महिलेचा समावेश राहिल.

जिल्हास्तरीय समिती जिल्हाधिकारी तथा जिल्हादंडाधिकारी यांच्या अध्यक्षतेखाली कार्यरत राहिल. या समितीत पोलीस आयुक्त किंवा पोलीस अधीक्षक, मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा जात पडताळणी अधिकारी; तसेच साहाय्यक संचालक (इतर मागास बहुजन कल्याण) यांचा समावेश असेल. याशिवाय भटके-विमुक्त समाजातील चार अशासकीय सदस्यांची नियुक्ती करण्यात येणार असून, त्यात किमान एका महिलेचा समावेश राहिल.

उपविभाग स्तरावर उपविभागीय अधिकारी किंवा उपजिल्हाधिकारी यांच्या अध्यक्षतेखाली समिती स्थापन केली जाईल. या समितीत उपविभागीय पोलीस अधिकारी, तहसीलदार, गटविकास अधिकारी, गटशिक्षण अधिकारी; तसेच संबंधित पोलीस ठाण्याचे अधिकारी यांचा समावेश असेल. त्याचबरोबर भटके-विमुक्त समाजातील दोन अशासकीय सदस्यांची नियुक्ती केली जाणार आहे.

या समित्यांमार्फत शिक्षण, आरोग्य, रोजगार, मूलभूत सुविधा आणि शासकीय योजनांचा लाभ थेट या समाजापर्यंत पोहोचवण्यासाठी समन्वय साधला जाईल. अंधश्रद्धा निर्मूलन, कायदेविषयक जागरूकता आणि सन्मानपूर्वक वागणूक मिळावी, यासाठी जनजागृती शिबिरेही

आयोजित केली जातील. वसंतराव नाईक विकास महामंडळाच्या योजनांच्या अंमलबजावणीतही या समित्या महत्त्वाची भूमिका बजावतील. भटके-विमुक्त समाजाला न्याय, सन्मान आणि विकासाच्या मुख्य प्रवाहात आणणे, हेच या निर्णयामागचे उद्दिष्ट आहे.

### समितीची कार्यक्षमता

भटके-विमुक्त समाजावरील अत्याचारांच्या घटनांची तत्काळ दखल घेऊन प्रथम माहिती अहवाल (एफआयआर) नोंदविणे, पीडितांना वैद्यकीय व कायदेशीर मदत उपलब्ध करून देणे आणि योग्य तपास करणे ही समितीची प्रमुख जबाबदारी राहिल. समाजात कायदेविषयक जागरूकता वाढविण्यासाठी मार्गदर्शन शिबिरे आयोजित केली जातील.

तसेच आरोग्य तपासणी, शासकीय योजनांची माहिती व लाभ देणे, अंधश्रद्धा निर्मूलन आणि समाजात सन्मानपूर्वक वागणूक मिळावी, यासाठी जनजागृती केली जाईल. शिक्षणासाठी प्रोत्साहन देणे, शाळांमध्ये प्रवेश मिळवून देणे आणि शैक्षणिक योजनांचा लाभ मिळवून देण्यासाठी प्रयत्न केले जातील.

याशिवाय भटके-विमुक्त समाजाला मूलभूत सुविधा जसे रस्ते, वीज, पाणी, घरे उपलब्ध करून देण्यासाठी समन्वय साधला जाईल; तसेच रोजगाराभिमुख योजनांद्वारे आर्थिक सक्षमीकरणाला चालना दिली जाईल. वसंतराव नाईक विकास महामंडळाच्या योजनांच्या अंमलबजावणीतही समन्वय ठेवला जाईल.

### कार्यपद्धती निश्चित

तक्रारींचे निवारण वेळेत व्हावे यासाठी स्पष्ट कार्यपद्धती ठरविण्यात आली आहे. प्राप्त तक्रारींवर १० दिवसांत कार्यवाही सुरु करणे बंधनकारक असेल. उपविभाग किंवा जिल्हास्तरावर कार्यवाही न झाल्यास नागरिकांना राज्यस्तरीय समितीकडे दाद मागता येईल.

तसेच जिल्हा व उपविभाग स्तरावर वर्षातून किमान चार बैठका घेणे अनिवार्य करण्यात आले आहे. समित्यांच्या कामकाजाचा अहवाल नियमितपणे शासनाकडे सादर केला जाणार आहे.

या त्रिस्तरीय यंत्रणेमुळे तक्रारींचे तातडीने निवारण, शासकीय योजनांचा अधिक व्यापक लाभ आणि समाजाच्या सक्षमीकरणाला नवी दिशा मिळेल.

(विभागीय संपर्क अधिकारी)



## डीप लर्निंग आणि न्यूरल नेटवर्क्स— यंत्रांचा 'कृत्रिम मेंदू'

प्रशांत वामन

पहिल्या दोन भागांमध्ये आपण कृत्रिम बुद्धिमत्तेची ओळख आणि मशीन लर्निंगच्या प्राथमिक पद्धती समजून घेतल्या. आपण पाहिले की, मशीन लर्निंगमध्ये संगणक डेटावरून नियम तयार करायला शिकतो; परंतु, जसा-जसा डेटा गुंतागुंतीचा झाला - उदाहरणार्थ, हजारो लोकांच्या आवाजातून एका विशिष्ट व्यक्तीचा आवाज ओळखणे किंवा एखाद्या फोटोमधील सूक्ष्म भावभावना समजून घेणे, तेव्हा साधे मशीन लर्निंग अपुरे पडू लागले. या आव्हानावर मात करण्यासाठी शास्त्रज्ञांनी निसर्गातील सर्वात प्रगत अशा मानवी मेंदूच्या रचनेचा अभ्यास केला. यातूनच जन्म झाला 'न्यूरल नेटवर्क्स' (Neural Networks) चा आणि त्यातून विकसित झालेली सर्वात शक्तिशाली शाखा म्हणजे 'डीप लर्निंग' (Deep Learning). आजच्या या तिसऱ्या भागात आपण यंत्रांच्या या 'कृत्रिम मेंदू'ची गुपिते उलगडणार आहोत.



### १. मानवी मेंदू : विज्ञानाची प्रेरणा

आपला मेंदू हा निसर्गाचा एक चमत्कार आहे. त्यात अंदाजे ८६ अब्ज मज्जापेशी (Neurons) असतात. हे न्यूरॉन्स एकमेकांशी अब्जावधी जोडण्यांनी (Synapses) जोडलेले असतात. जेव्हा आपण एखादी गोष्ट पाहतो, स्पर्श करतो किंवा ऐकतो, तेव्हा हे न्यूरॉन्स एकमेकांना विद्युत रासायनिक संकेत पाठवतात. हे संकेत एका विशिष्ट जाळ्यातून प्रवास करतात आणि मेंदू त्या माहितीचा अर्थ लावतो.

१९४३ मध्ये वॉरन मॅककुलोक आणि वॉल्टर पिट्स या शास्त्रज्ञांनी असा विचार मांडला की, जर आपण गणिताच्या सूत्रांचा वापर करून मानवी न्यूरॉन्सचे डिजिटल मॉडेल तयार केले, तर संगणकही मानवासारखा विचार करू शकेल. यालाच 'आर्टिफिशियल न्यूरल नेटवर्क' (ANN) म्हटले जाते. जरी ही संकल्पना जुनी असली, तरी २०१२ नंतर जेव्हा संगणकांचा वेग (Processing Power) प्रचंड वाढला, तेव्हा खऱ्या अर्थाने 'डीप लर्निंग'ची क्रांती झाली.

### २. 'डीप' लर्निंग म्हणजे नक्की काय ?

'डीप लर्निंग' हे मशीन लर्निंगचेच एक प्रगत रूप आहे. यातील 'डीप' (Deep) हा शब्द न्यूरल नेटवर्कमधील स्तरांना (Layers) सूचित करतो. एका सामान्य न्यूरल नेटवर्कमध्ये माहितीचा प्रवास तीन मुख्य स्तरांमधून होतो:

- **इनपुट लेयर (Input Layer)** : येथे आपण कच्चा डेटा देतो.

समजा आपण एखाद्या चित्रातील पिक्सेल्सची माहिती दिली, तर ती या थरातील न्यूरॉन्सना मिळते.

- **हिडन लेयर्स (Hidden Layers)** : हे या तंत्रज्ञानाचे खरे 'हृदय' आहे. 'डीप' लर्निंगमध्ये अशा अनेक स्तरांची उतरंड असते. प्रत्येक स्तर माहितीच्या एका विशिष्ट पैलूवर काम करतो. माहिती एका स्तरातून दुसऱ्या स्तरात जाताना अधिक स्पष्ट होत जाते.
- **आऊटपुट लेयर (Output Layer)** : सर्व प्रक्रिया पूर्ण झाल्यावर हा स्तर अंतिम निर्णय देतो. उदा. हे चित्र ९९ टक्के खात्रीने एका वाघाचे आहे.

जेव्हा एखादे न्यूरल नेटवर्क अशा अनेक (कधीकधी शेकडो) हिडन लेयर्सनी बनलेले असते, तेव्हा त्याला 'डीप न्यूरल नेटवर्क' म्हणतात.

### ३. हे काम कसे करते ?

#### (Weights, Bias आणि Backpropagation)

न्यूरल नेटवर्कमध्ये प्रत्येक न्यूरॉन दुसऱ्याशी जोडलेला असतो. या जोडणीला 'वेट' (Weight) किंवा महत्त्व असते.

- **प्रक्रिया** : समजा आपण मशीनला '८' हा आकडा ओळखायला सांगत आहोत. पहिला स्तर चित्रातील वक्र रेषा ओळखेल. दुसरा स्तर त्या दोन वर्तुळांना ओळखेल. तिसरा स्तर ती वर्तुळे एकमेकांवर आहेत का हे तपासेल.
- **बॅकप्रॉपॅगेशन (Backpropagation)** : सुरुवातीला मशीन चुका करते. जेव्हा मशीन '८' ला '०' म्हणते, तेव्हा आपण त्याला सांगतो की उत्तर चुकीचे आहे. मग मशीन उलट दिशेने



(Backwards) जाऊन स्वतःच्या 'वेड्स' आणि गणितात बदल करते. ही प्रक्रिया लाखो वेळा केल्यावर मशीनची अचूकता वाढत जाते. हे एखाद्या विद्यार्थ्याने शिक्षकांकडून मिळालेल्या फीडबॅकनुसार आपली चूक सुधारण्यासारखे आहे.

#### ४. डीप लर्निंगचे महत्त्वाचे प्रकार

कामाच्या स्वरूपानुसार डीप लर्निंगमध्ये विविध प्रकारचे नेटवर्क वापरले जातात.

- **CNN (Convolutional Neural Networks)** : हे प्रामुख्याने फोटोंसाठी वापरले जातात. डोळ्यांसारखी नजर या नेटवर्ककडे असते. म्हणून फेसबुकवर फोटो टाकताच मित्रांचे चेहरे ओळखले जातात.
- **RNN (Recurrent Neural Networks)** : हे अशा डेटासाठी वापरले जातात, जिथे क्रम महत्त्वाचा असतो. उदा. मानवी भाषा किंवा संगीत. आधीच्या शब्दावरून पुढचा शब्द काय असेल, हे ओळखण्यात हे तज्ज्ञ असतात.
- **GANs (Generative Adversarial Networks)**: यात दोन नेटवर्क एकमेकांशी स्पर्धा करतात. एक 'बनावट' चित्र तयार करतो आणि दुसरा ते ओळखण्याचा प्रयत्न करतो. या स्पर्धेतूनच आजचे अत्यंत वास्तववादी AI फोटो तयार होतात.

#### ५. मशीन लर्निंग आणि डीप लर्निंगमधील फरक

हे समजून घेणे अत्यंत आवश्यक आहे, कारण अनेकदा लोक या दोन संज्ञांमध्ये गोंधळ करतात.

- **मानवी हस्तक्षेप** : मशीन लर्निंगमध्ये तज्ज्ञांना सांगावे लागते की, कार ओळखण्यासाठी तिची चाके आणि हेडलाईट्स पाहा (Feature Engineering). डीप लर्निंगमध्ये मशीन स्वतःच शोधून काढते की, कार ओळखण्यासाठी काय महत्त्वाचे आहे.
- **डेटाची भूक** : डीप लर्निंगला मशीन लर्निंगपेक्षा हजारो पटीने जास्त डेटा लागतो. डेटा कमी असेल तर मशीन लर्निंग चांगले; पण डेटा अफाट असेल तर डीप लर्निंग अजोड आहे.
- **हार्डवेअर** : डीप लर्निंगसाठी साधे कॉम्प्युटर पुरत नाहीत. यासाठी GPU (Graphics Processing Unit) सारख्या शक्तिशाली इंजिनची गरज लागते.

#### ६. डीप लर्निंगची जादू आपण कुठे पाहतो ?

आज आपण ज्या चमत्कारी वाटणाऱ्या गोष्टी पाहतो, त्यामागे डीप लर्निंगचाच हात आहे.

- **आरोग्यसेवा (Healthcare)** : डीप लर्निंग मॉडेल्स आता एमआरआय (MRI) आणि क्ष-किरण (X-rays) पाहून डॉक्टरांपेक्षाही अचूकपणे गाठी (Tumors) ओळखू शकतात.
- **ड्रायव्हरलेस गाड्या** : टेस्ता किंवा वेमोच्या गाड्या रस्त्यावरील पादचारी, ट्रॅफिक सिग्नल आणि इतर गाड्यांना रिअल-टाइममध्ये ओळखण्यासाठी डीप लर्निंगचा वापर करतात.
- **चेहरा ओळखणे (Face ID)** : तुमच्या फोनचा फेस आयडी तुमच्या चेहऱ्यावरील हजारो बिंदूंचे विश्लेषण करतो. तुम्ही चष्मा लावला किंवा दाढी वाढवली तरी ते तुम्हाला ओळखते.
- **जनरेटिव्ह AI** : आजचे ChatGPT किंवा मिडजर्नी (Midjourney) हे डीप लर्निंगच्याच प्रगत स्वरूपावर (Transformers) आधारित आहेत.

#### ७. मर्यादा आणि नैतिक आव्हाने

इतकी शक्ती असूनही डीप लर्निंग परिपूर्ण नाही.

- **'ब्लॅक बॉक्स' समस्या** : डीप लर्निंग मॉडेलने एखादा निर्णय का घेतला, हे सांगणे कठीण असते. याला 'इंटरप्रेटिबिलिटी' (Interpretability) ची समस्या म्हणतात. जर एखाद्या रुग्णाचे ऑपरेशन टाळण्याचा निर्णय AI ने घेतला, तर त्यामागे नेमके कारण मानवाला समजणे कठीण होते.
- **पर्यावरणावर परिणाम** : मोठ्या डीप लर्निंग मॉडेल्सना ट्रेन करण्यासाठी लागणारी वीज एका छोट्या शहराच्या वीज वापराइतकी असू शकते.
- **डेटा पक्षपातीपणा** : जर आपण चुकीच्या डेटावर मॉडेल ट्रेन केले, तर ते मॉडेल भेदभावपूर्ण निर्णय घेऊ शकते.

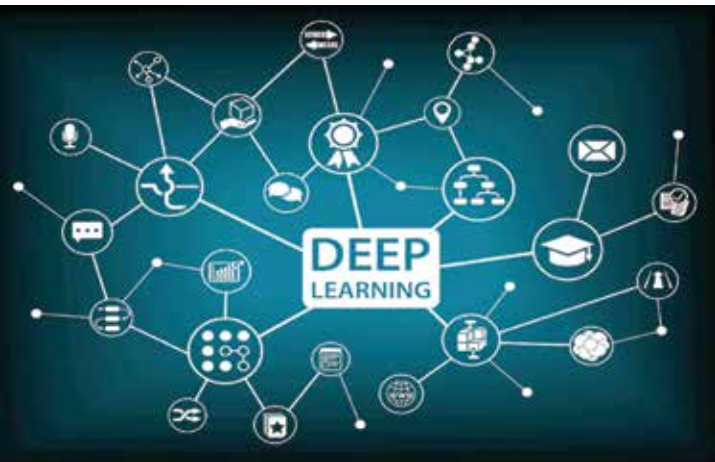
#### ८. निष्कर्ष

डीप लर्निंगने संगणकाला केवळ 'यंत्र' न ठेवता त्याला 'विचारक' बनवण्याच्या दिशेने नेले आहे. आपण आपल्या मेंदूची नक्कल करून एक अशी शक्ती निर्माण केली आहे, जी मानवाच्या क्षमतांना अफाट विस्तार देऊ शकते. हे तंत्रज्ञान जितके सखोल होत जाईल, तितकी मानवाची काम करण्याची पद्धत बदलत जाईल.

मशीनला डोळे मिळाले आहेत, त्यांना विचार करण्याची क्षमता मिळाली आहे, पण त्यांना मानवाशी संवाद साधायचा असेल, तर त्यांना आपली भाषा शिकावी लागेल. संगणक मानवी भाषा कशी समजतात? त्यांना कविता कशी सुचते? या प्रश्नाचे उत्तर दडले आहे 'नॅचरल लॅंग्वेज प्रोसेसिंग' (NLP) मध्ये.

यंत्रे आपल्याशी माणसासारखी कशी बोलतात? हे आपण पुढच्या भाग ४ : नॅचरल लॅंग्वेज प्रोसेसिंग (NLP) मध्ये सविस्तर पाहणार आहोत.

(कक्ष अधिकारी, महाराष्ट्र शासन. मोबाइल क्र: ८९८३३४४३६७)



# ‘आई’ धोरणातून महिला होणार आत्मनिर्भर

## अपर्णा यावलकर

पर्यटन क्षेत्रात महिलांचा सहभाग वाढवून त्यांना नेतृत्व आणि उद्योजकतेच्या संधी उपलब्ध करून देण्यासाठी महाराष्ट्र शासनाच्या पर्यटन संचालनालयामार्फत ‘आई’ हे महिला केंद्रित पर्यटन धोरण प्रभावीपणे राबविण्यात येत आहे. या धोरणांतर्गत महिलांना आर्थिकदृष्ट्या सक्षम करण्यासाठी विशेष पंचसूत्री आणि सवलती जाहीर करण्यात आल्या असून, अमरावती जिल्ह्यात या योजनेला उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळत आहे. आतापर्यंत जिल्ह्यातील सुमारे १६० महिलांनी हॉटेल,

(यापैकी जे आधी घडेल तोपर्यंत) लागू राहते.

या योजनेंतर्गत सुमारे ३० प्रकारचे व्यवसाय पात्र ठरवण्यात आले आहेत. यात प्रामुख्याने होम स्टे, हॉटेल, रिसॉर्ट, रेस्टॉरंट, कृषी पर्यटन केंद्र, साहसी पर्यटन (जमीन, हवा, जल), ट्रॅव्हल एजन्सी, टूर ऑपरेटर, आयुर्वेद व योग केंद्र, वेलनेस सेंटर, हस्तकला दुकाने आणि आदिवासी निसर्ग पर्यटनाशी संबंधित प्रकल्पांचा समावेश आहे. नवीन व्यवसाय सुरू करू इच्छिणाऱ्या किंवा अस्तित्वातील व्यवसायाची व्याप्ती वाढवू इच्छिणाऱ्या महिलांनी या योजनेचा लाभ घेण्यासाठी पुढाकार घ्यावा.

योजनेचा लाभ घेण्यासाठी संबंधित पर्यटन व्यवसाय पर्यटन संचालनालयाकडे नोंदणीकृत असावा आणि त्याची मालकी पूर्णपणे महिलेकडे असणे अनिवार्य आहे. तसेच महिलांच्या मालकीच्या हॉटेल किंवा ट्रॅव्हल एजन्सीमध्ये ५० टक्के व्यवस्थापकीय व इतर कर्मचारी महिला असणे बंधनकारक आहे. याशिवाय व्यवसायासाठी आवश्यक सर्व शासकीय परवानग्या प्राप्त असाव्यात आणि कर्जाचे हप्ते वेळेत भरणे आवश्यक आहे.

इच्छुक महिला उद्योजकांनी पर्यटन विभागाच्या अधिकृत संकेतस्थळावर ([www.maharashtratourism.gov.in](http://www.maharashtratourism.gov.in)) ऑनलाइन नोंदणी करणे आवश्यक आहे. अर्जासोबत ५० रुपये प्रक्रिया शुल्क भरल्याची पावती, पॅन कार्ड, आधार कार्ड, बँक पासबुक, व्यवसायाच्या जागेचा पुरावा (७/१२ उतारा किंवा भाडे करार) आणि ५०० शब्दांत प्रकल्पाची संक्षिप्त माहिती अशी कागदपत्रे अपलोड करावी. कागदपत्रांची पडताळणी झाल्यानंतर विभागाकडून ‘सशर्त हेतू पत्र’ दिले जाईल, ज्याच्या आधारे बँकेकडून कर्ज मंजूर करून घेता येईल.

या क्रांतिकारी धोरणामुळे राज्यातील महिलांना केवळ रोजगाराच्या संधीच मिळत नाही, तर पर्यटन क्षेत्राच्या विकासात त्यांचा सक्रिय वाटा राहत आहे. अधिक माहितीसाठी महिला उद्योजकांनी अमरावती येथील पर्यटन उपसंचालक कार्यालयाशी संपर्क साधावा व पर्यटन धोरणातून उद्योजिका बनण्याच्या स्वप्नांना गवसणी घालावी!

(माहिती अधिकारी, जिल्हा माहिती कार्यालय, अमरावती, महाराष्ट्र शासन.)



रेस्टॉरंट, होमस्टे आणि वेलनेस सेंटर्स यांसारख्या विविध व्यवसायांसाठी आपली नोंदणी पूर्ण केली आहे.

या धोरणाचे महत्त्वाचे आकर्षण म्हणजे महिला उद्योजकांना मिळणारा आर्थिक आधार. पर्यटन व्यवसायाच्या उभारणीसाठी महिलांनी मान्यताप्राप्त बँकांकडून १५ लाख रुपयांपर्यंत कर्ज घेतल्यास, त्यावरील १२ टक्क्यांपर्यंतच्या व्याजाचा परतावा पर्यटन संचालनालयामार्फत थेट लाभार्थ्यांच्या आधार लिंक बँक खात्यात जमा करण्यात येतो. हा लाभ कर्ज परतफेड होईपर्यंत किंवा ७ वर्षांच्या कालावधीसाठी किंवा व्याजाची रकम ५ लाख रुपये पूर्ण होईपर्यंत



# वर्ल्ड क्वांटम डे २०२६ : संधी, स्पर्धा आणि वास्तव

## प्रदीप जेठवा

दरवर्षी १४ एप्रिल हा दिवस 'वर्ल्ड क्वांटम डे' म्हणून साजरा केला जातो. मंत्रालयातील परिषद सभागृहात वर्ल्ड क्वांटम डे २०२६ चे औचित्य साधून क्वांटम संगणकाबद्दलची आयबीएमची वाटचाल व क्वांटम टेक्नॉलॉजीचा भविष्यात शासनात होणारा उपयोग या विषयी व्याख्यान माहिती व तंत्रज्ञान विभागामार्फत आयोजित करण्यात आले होते. याप्रसंगी मा. मंत्री, मुख्य सचिव, सचिव (माहिती व तंत्रज्ञान); तसेच व्यवस्थापकीय संचालक, माहिती व तंत्रज्ञान उपस्थित होते. या कार्यक्रमाला तज्ज्ञ मंडळी म्हणून आयबीएमचे एच.आर.; तसेच आयसर पुणे येथील फिजिक्सचे प्रोफेसर यांना व्याख्याते म्हणून आमंत्रित करण्यात आले होते.

या कार्यक्रमास मंत्रालयातील अपर मुख्य सचिव, सचिव, सहसचिव, उपसचिव, अवरसचिव, कक्ष अधिकारी व आयटी क्षेत्रातील कर्मचारी परिषद सभागृहात उपस्थित होते.

क्वांटम संगणकाबद्दलची तंत्रज्ञानात होत असलेली प्रगती व हिंदू मायथॉलॉजीमधील कथा कशा एकमेकांशी को-रिलेट करतात, याबद्दल मुख्य सचिव महोदयांनी सोप्या भाषेत माहितीपर भाषण उपस्थितांसमोर केले. मा. मंत्री माहिती व तंत्रज्ञान यांनीसुद्धा क्वांटम मेकेनिक्स व त्याचा भविष्यात होणारा उपयोग आणि शासन याबाबत करीत असलेल्या सकारात्मक कार्यवाहीबाबतची माहिती उपस्थितांना अवगत करून दिली. संबंधित प्राध्यापकांनी क्वांटम थेअरी, त्यांचे महत्त्व व भविष्यातील त्याद्वारे होणारी कामे व संबंधित क्षेत्रात ही टेक्नॉलॉजी काय करू शकेल, याची माहिती सांगण्यात आली, तर आयबीएमच्या प्रतिनिधींनी संगणक क्षेत्रातील कंपनी क्वांटम कॉम्प्युटर बनविण्यात अग्रेसर असून, मोबाइल कनेक्टिव्हिटीमध्येसुद्धा क्वांटम टेक्नॉलॉजीचा उपयोग करून अद्ययावत नेटवर्क व्यवस्था उपलब्ध करून देण्यासाठी सज्ज असल्याबाबत माहिती यावेळी देण्यात आली. जागतिक क्वांटम डे २०२६ निमित्त मंत्रालयात आयोजित करण्यात आलेल्या या कार्यक्रमातून शासन आधुनिक तंत्रज्ञानात सक्रिय सहभाग घेत असल्याचे स्पष्ट होते. तसेच या माध्यमातून अधिकारी व कर्मचाऱ्यांना संबंधित माहिती देऊन भविष्यातील तंत्रज्ञानाच्या आव्हानांना यशस्वीपणे सामोरे जाण्यासाठी त्यांना सक्षम केले जात असल्याची माहिती मिळाली. विज्ञानाच्या या अत्याधुनिक क्षेत्राकडे आज संपूर्ण जग आशेने पाहत आहे. क्वांटम संगणन, क्वांटम कम्प्युनिकेशन आणि क्वांटम क्रिप्टोग्राफी ही केवळ तांत्रिक शब्दांची माळ नाही, तर भविष्यातील अर्थव्यवस्था, सुरक्षा आणि संशोधनाची दिशा ठरवणारी शक्ती आहे. अशा पार्श्वभूमीवर महाराष्ट्राने या क्षेत्रात प्रगती करण्याचे पाऊल उचलले आहे. आज हे चित्र उत्साहवर्धक असले तरी अजून खूप

मोठा पल्ला गाठायचा बाकी आहे.

आज भारत राष्ट्रीय क्वांटम मिशनच्या माध्यमातून मोठी झेप घेत आहे. दिल्ली, बेंगळूरु आणि हैदराबाद यांसारखी केंद्रे या क्षेत्रात वेगाने प्रगती करत आहेत. त्याच्या तुलनेत महाराष्ट्रात, मुंबई, पुणे आणि नागपूर येथे पायाभूत सुविधा असल्या, तरी क्वांटम क्षेत्रात अपेक्षित गती मिळण्यासाठी अधिक प्रयत्नांची गरज आहे, यासाठी या विषयाचे सखोल प्रशिक्षण देणे, त्याचे महत्त्व पटवून देण्यासाठी अधिक प्रभावी पावले उचलणे महत्त्वाचे आहे. पुण्यातील काही संशोधन संस्था, आयआयटी मुंबईसारखी प्रतिष्ठित केंद्रे प्राथमिक पातळीवर कार्यरत आहेत; समन्वयाचा अभाव दूर करून दीर्घकालीन धोरणाची प्रभावी अंमलबजावणी करण्याची गरज आहे. जिथे इतर राज्ये क्वांटम हब निर्माण करण्याच्या दिशेने वेगाने पुढे जात आहेत, तिथे महाराष्ट्रही तयारीच्या टप्प्यावर आहे.

एकीकडे आपण स्टार्टअप्सचे राज्य म्हणून अभिमान बाळगतो, तर दुसरीकडे क्वांटम तंत्रज्ञान क्षेत्रात स्टार्टअप्सची संख्या अत्यल्प आहे. ही संख्या वाढविण्यासाठी राज्यात प्रयत्न सुरु झाले आहेत. या क्षेत्रासाठी उच्च दर्जाचे संशोधन, मोठ्या प्रमाणावर गुंतवणूक आणि दीर्घकालीन दृष्टी आवश्यक असते; शैक्षणिक स्तरावर अभियांत्रिकी व विज्ञान शाखांमध्ये क्वांटम विषयांचा समावेश सुरु झाला असला, तरी तो अजूनही प्रामुख्याने सैद्धांतिक स्वरूपात मर्यादित आहे. विद्यार्थ्यांना प्रयोग, प्रोजेक्ट्स आणि उद्योगांशी जोडणाऱ्या अधिकाधिक संधी उपलब्ध करून देण्यावर भर देणे गरजेचे आहे. तसेच प्रतिभावान विद्यार्थी परदेशात किंवा इतर राज्यांमध्ये स्थलांतर न करता त्यांच्या ज्ञानाचा उपयोग महाराष्ट्राच्या प्रगतीसाठी कसा करता येईल, यासाठीही ठोस उपाययोजना कराव्या लागणार आहेत. महाराष्ट्राकडे औद्योगिक, उत्कृष्ट शैक्षणिक संस्था, कुशल मनुष्यबळ उपलब्ध आहे. यासाठी शासनाने ठोस धोरण आखले, तयार केले तर महाराष्ट्र क्वांटम क्षेत्रात देशात आघाडी घेऊ शकतो.

आजचा वर्ल्ड क्वांटम डे २०२६ आपल्यासमोर एक महत्त्वाचा प्रश्न उभा करतो. आपण केवळ प्रेक्षक राहणार आहोत की, या नव्या तांत्रिक क्रांतीचे सक्रिय भागीदार होणार आहोत? वेळीच वेळेचे महत्त्व ओळखले तर भविष्यातील तंत्रज्ञानाच्या शर्यतीत आपण मागे राहणार नाही; उलट देशाचे नेतृत्व करण्याची क्षमता प्रत्येकांमध्ये तयार होईल.

शेवटी बदलाची सुरुवात ही विचारातूनच होते. क्वांटम ही संकल्पना जितकी सूक्ष्म आहे, तितकीच परिणामकारकता व्यापक आहे. आता महाराष्ट्रानेही मोठ्या झेपेची तयारी सुरु करून क्वांटम युगात आपली ठोस ओळख निर्माण करण्याच्या दिशेने पाऊल पुढे टाकण्यास सुरुवातही झाली आहे.

(विशेष कार्य अधिकारी, उपमुख्यमंत्री कार्यालय, महाराष्ट्र शासन.)

# गझल-वृत्त

अजय भोसले

१. वृत्त, यमक (काफिया), अंत्ययमक (रदीफ) हे गझलेचे मुख्य घटक आहेत. थोडक्यात गझलेचे व्याकरण म्हणता येईल. मराठीत सुरेश भट यांनी गझल प्रकार रूढ आणि लोकप्रिय केला. त्यांनी गझलेची बाराखडीमधून गझल-तंत्र समजावले आहे. केवळ तंत्र समजून कविता साकारता येत नाही, त्यासाठी आत्मा ओतावाच लागतो.

२. वृत्त, यमक (काफिया), अंत्ययमक (रदीफ) या घटकांतून गझलेचे स्वरूप स्पष्ट होते. त्याचा आशय उलगडतो. एकत्रितपणे त्यास आकृतीबंध (जमीन) म्हणतात. प्रथम यमक (काफिया), अंत्ययमक (रदीफ) समजून घेऊ.

आपल्यांच्या अपेक्षांत दबून गेलोय मी  
स्वत्व नकळत अपर्ण करून गेलोय मी...

माझे असावे असे माझे काही नाही  
का उगा याला माझे जग समजून गेलोय मी...

माझे असे जगणे केव्हाचे ताटकळले  
जगण्याचे संदर्भ माझे हरवून गेलोय मी...

स्वार्थ प्रत्येकाचा दिसे केविलवाणा  
निरपेक्ष प्रेम त्यांचे निसटून गेलोय मी...

तलम धागे जगण्याचे एकमेकात विणलेले  
जगणे माझे उसवण्याचे विसरून गेलोय मी...

३. यातील दबून, करून, समजून, हरवून, विसरून हे यमक आहे. यमक पहिल्या, दुसऱ्या त्यानंतर प्रत्येकी दुसऱ्या ओळीत येते, तर गेलोय मी हे अंत्ययमक आहे. सर्वसाधारण वरील क्रमाने गझल लिहिली जाते. वेगवेगळ्या गझलांचा अभ्यास केल्यावर लक्षात येईल की, अंत्ययमक असलेच पाहिजे असे नाही. दबून, करून, समजून, हरवून, विसरून यात ऊन ही अंत्यअक्षरे पुन्हापुन्हा येतात. ऊ हा अटळपणे येणारा स्वर म्हणजे अलामत या स्वरामुळे गझलेत प्रवाहीपणा येतो.

४. सुरेश भट यांना उर्दूतील शब्दांच्या वजनदारपणामुळे घुसमटपणा जाणवत होता. त्यांनी गझलेमध्ये वृत्ताला महत्त्व दिले आहे. मराठीत मूळ दोन वृत्ते आहेत. अक्षरगणवृत्त व मात्रावृत्त.

**अक्षरगणवृत्त** : अक्षरगणवृत्त प्रत्येक चरणातील अक्षरांची संख्या सारखी असते व न्हस्व-दीर्घ क्रम सारखा असतो.

**मात्रावृत्त** : मात्रावृत्तामध्ये प्रत्येक चरणातील अक्षरसंख्या महत्त्वाची

नसून मात्रासंख्या ठरावीक असते. वरील संकल्पना समजून घेण्यासाठी चरण, गण, मात्रा, लघु-गुरु क्रम, यती समजून घेणे आवश्यक आहे.

१. **चरण** : पद्याच्या प्रत्येक ओळीस चरण म्हणतात.

२. **गण** : अक्षरांच्या गटाला गण म्हणतात. अक्षरगणवृत्तामध्ये ३, ३ अक्षरांचा एक गट केला जातो.

३. **यती** : कविता म्हणताना आपण जिथे काही क्षण थांबतो (pause) त्यास यती म्हणतात.

४. **मात्रा** : मात्रा मोजताना लघु अक्षर एक मात्रा, तर गुरु अक्षर दोन मात्रा अशी मोजतात.

५. सुरेश भट यांनी गझल शक्यतो गणवृत्तात असावी, असे सूचित केले आहे. मूळ उर्दू शैरोशायरीत शब्दांच्या वजनाला लहेजाला फार महत्त्व आहे. गझल वृत्तामध्ये कशी बांधावी, असा प्रश्न उद्भवू शकतो. वृत्ताला महत्त्व द्यावे की, भावनेच्या प्रवाहाला असा गोंधळ सुरुवातीला होऊ शकतो. गझलेच्या सर्वसाधारण आकृतिबंधात भावना प्रतिबिंबित झाली, तर वृत्तांच्या तांत्रिक रचनेत गझल बसवण्याची कसरत करावी लागणार नाही.

उदा. खालील गझल यातील जगले, आगळे, झाले, फेसाळले हे यमक आहे, तर होते हे अंत्ययमक आहे. जगले, आगळे, झाले, फेसाळले यातील शेवटची दोन अक्षरे पाहा. अले, अळे, आले असे आहेत. अलामत योग्यरीत्या नसली तरी जवळपास आहे.

काफिया, अलामत जगले होते  
काफिया, रदीफचे नाते आगळे होते  
लिहिली गझल रक्ताने ओथंबून  
नाव मात्र गायकीचे झाले होते.

भाव सारे ओतले जमिनीत  
हसे तरीही जगण्याचे झाले होते  
हे गझल, का घात माझा करून  
अजनबी जाम फेसाळले होते.

मराठी गझल हा प्रामुख्याने सुरेश भट यांनी रुजविलेला फारसी/ उर्दू धाटणीचा मराठी भाषेतील एक अत्यंत लोकप्रिय काव्य व गायन प्रकार आहे. जीवनाचे तत्त्वज्ञान यात लयबद्ध पद्धतीने मांडले जाते. सुरेश भट यांनी 'एल्गार' सारख्या रचनांतून मराठी गझलेला मान्यता मिळवून दिली.

(अवर सचिव, सामान्य प्रशासन विभाग, महाराष्ट्र शासन.)



## काही पथ्ये पाळत आली (मझल)

काही पथ्ये पाळत आली  
काही कुपथ्ये टाळत आली

सद्गुण पाहून मित्र जौडले  
दुर्गुण त्यांचे माळत आली

कुणी कितीही आवडो तरी  
अंतर ठेवून भाळत आली

अश्रूंचा व्यापार न केला  
मरजेपुरते ठाळत आली

धान्यामध्ये रवडेच होते  
म्हणून आधी चाळत आली

काव्याच्या कुंतलात नाजूक  
शब्द फुलांना भाळत आली

राम, लौभ, मद, मत्सर, इच्छा  
हळूच यांना जाळत आली

- सतीश मोघे,  
निवृत्त सहसचिव, महाराष्ट्र शासन.

## तेवढे सीपे नव्हे...

वेदनेचे मीत गाणे तेवढे सीपे नव्हे  
आसवांच्या पालखीला वाहणे सीपे नव्हे!

दुःखितांची प्राक्तने अडवती नाक्यावरी  
अन् सुखाचे भोक्ते औलांडणे सीपे नव्हे!

तू दिलासा देशील रे घालुनी फुंकर हळू  
काळजाच्या लक्तरांना सांधणे सीपे नव्हे!

बघ पुढहा ते साद घाली वेदनेचे गाव मजला  
देवळीत त्या दीप लावणे तेवढे सीपे नव्हे!

बैस तू उमळीत अपुला जीव जन्माच्या सहाणी  
चंदनी आयुष्य जमणे तेवढे सीपे नव्हे!

बांधतील डीईस फेटा तू सुखाला जिंकता  
त्यामुनी सुख, माळ-कवडी घालणे सीपे नव्हे!

- अंजली ढमाळ,  
(राज्यकर उप आयुक्त तथा उपसंचालक मराठी भाषा विभाग, मुंबई.)

## अक्षरांनी हसावे

यापेक्षा आपखी जमणे काय ते असावे  
सुमंधित श्वासासोबत हात हाती असावे

कीणते वय, कीणती विवंचना, अज दुःख  
तिच्या केसांवालीच गाव आपले वसावे

नजरेच्या टप्प्यात ठीकावा मिलनाचा तंबू  
श्वासाच्या अंतरावर देह आपले थिजावे

बाहुत अडकून व्हावे अज्ञानी त्याने भ्रमर  
कौडे तिचे सौडताना मम अलमद् फसावे

सारेच अंमरखे उतरावे तेव्हा देहावरून  
मिलनाच्या भौक्षाला कीणते कोंदण नसावे

देव, धर्म, पंथ, भाषा, प्रांत नसावी ना सीमा  
तिच्यात राधा नी त्याच्यात श्रीकृष्ण भासावे

सुमंधित आठवणी हेच संचित मानवाचे  
हुंदके नकीच कवितेत फक्त उसासे असावे

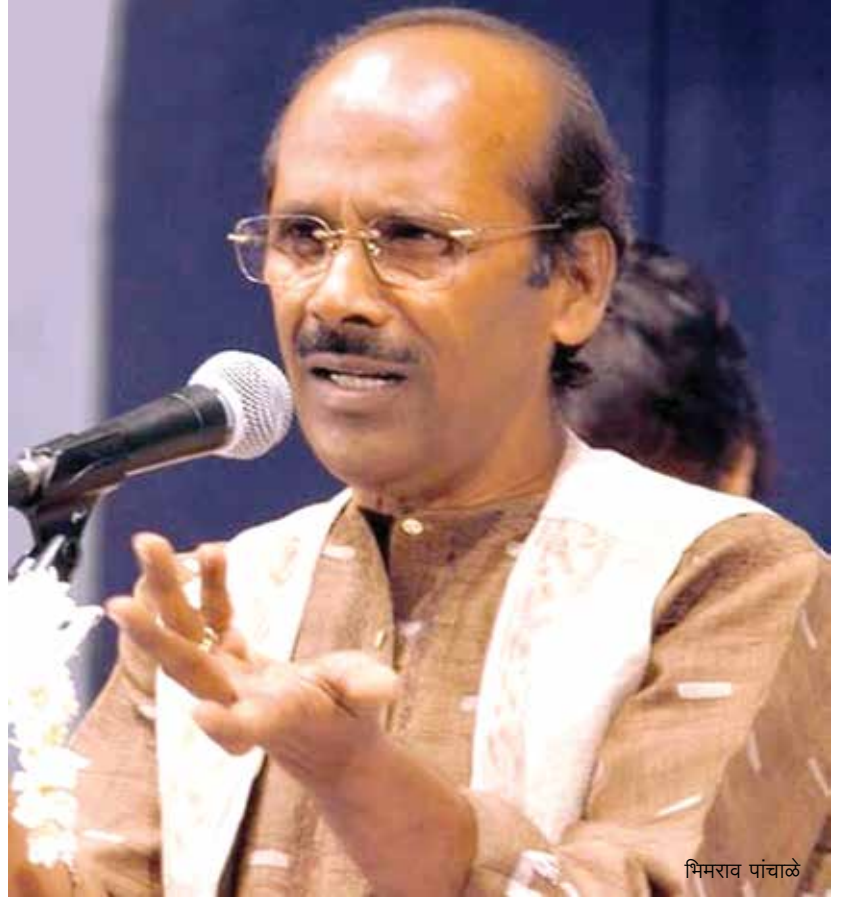
तुही नको मांडूस कधी हिशेब हा वेदनांचा  
तुझ्या डायरीत अक्षरांनीही नुसतेच हसावे

- प्रवीण टाके,  
उपसंचालक, महाराष्ट्र शासन.  
(मोबाइल क्र.: ९७०२८५८७७७)

# श्वास गझल, निःश्वास गझल...

...शुभवार्ता ऐकून आनंदविभोर झाले मन, कृतकृत्य झालो. ज्यांच्या नावावर आपले भरण पोषण झाले त्यांच्या नावाने आपल्याला पुरस्कार मिळणे म्हणजे भरून पावल्यासारखे वाटत आहे... हे गझलनवाज भीमराव पांचाळे यांचे भावनिक उद्गार... माझा श्वास गझल, निःश्वास गझल, जगण्याचा विश्वास गझल... असे सांगत महाराष्ट्र शासन, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस, उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे आणि तत्कालीन उपमुख्यमंत्री अजित पवार, मंत्री आशिष शेलार आणि रसिकप्रेक्षकांचे त्यांनी आभार मानले. माझ्या गझल गायकीची दखल घेत हा सन्मान शासनाने केला आहे, असे भीमराव पांचाळे सांगत होते.

महाराष्ट्र शासनाच्या सांस्कृतिक कार्य विभागाच्या वतीने संगीत क्षेत्रातील सर्वोच्च असा 'गानसम्राज्ञी लता मंगेशकर पुरस्कार २०२५' गझलनवाज भीमराव पांचाळे यांना प्रदान करण्यात आला. यानिमित्त त्यांची माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय निर्मित 'दिलखुलास' कार्यक्रमासाठी निवेदिका स्मिता गव्हाणकर यांनी मुलाखत घेतली. मराठी गझलचा पाया रोवला ते माधव ज्युलियन, गझलचा कळस उभा केला ते सुरेश भट आणि गझल रुजावी, यासाठी प्रयत्न करणाऱ्या प्रत्येक शायरासाठी आणि रसिकांना भीमराव पांचाळे यांनी हा सन्मान अर्पण केला.



भिमराव पांचाळे

## गायनाचे बाळकडू कुटुंबाकडून कसे मिळाले ?

हे सांगताना ते म्हणाले, माझी आई सुरेल गायची. आम्ही शेतात काम करताना आई गुणगुणायची, ते आमच्या कानावर पडायचे, आई जात्यावरची गाणी गायची, ती लोकगीते गुणगुणायची, सुंदर आणि सुरेल आवाज होता तिचा आणि वडीलही तुकडोजी महाराजांचे भजन गायचे. याचबरोबर किराणा घराण्याचे पंडित दिनकर देशपांडे आणि बडे गुलाम अली खाँ साहेबांचे शिष्य अकोल्याचे एकनाथ पंथ कुलकर्णी यांच्याकडे एकूण आठ वर्षे शास्त्रीय संगीत शिक्षण घेतले. नंतर गझलची साथ मिळाली असे सांगत त्यांनी ए.के. शेख यांची पहाडी रागातली, 'तू दिल्या जखमांत मी हरवून गेलो...अन् तुला विसरायचे विसरून गेलो...' गझल ऐकवली.

## गझल हा गानप्रकार लोकप्रिय असताना प्रवासात शब्द कुठे सापडत गेले...

यावर भिमराव पांचाळे म्हणाले, सातवीत असताना खेड्यातून शहरात आलो. ज्या भाषेत साहित्य आहे तीसुद्धा भाषा शिकावी, या जिद्दीने नागरी भाषा शिकली. सागराएवढा आशय दोन ओळीत सांगणे म्हणजे गझल होय. ते समजण्यासाठी आशयाच्या तळाशी जावे लागते. शायराच्या गझलेतील वेदना आपल्याशा करून मी आशयाच्या वेगवेगळ्या छटा, त्याचे बहुआयामित्व मनाशी निश्चित करून ती सादर करतो.

## गझल कुठून सुरु झाली आणि कविवर्य सुरेश भट यांच्याशी मैत्री कशी झाली ?

अमरावतीत शिकत असताना एकदा चौकात पेडल रिश्कत एक धिप्पाड व्यक्ती काहीतरी ऐकवत होती...जे ऐकून लोक तल्लीन होत होते...उत्सुकता म्हणून ते पाहायला गेलो आणि मराठी गझल पहिल्यांदा ऐकली ती म्हणजे सुरेश भट यांच्या खड्या आवाजात... जगत मी आलो असा की, मी जसा जगलोच नाही! एकदा तुटलो असा की, मग पुन्हा जुळलोच नाही!

सुरुवातीच्या काळात रात्री उशिरा मेहंदी हसन यांची गझल रेडिओवरून कानावर पडत होती. कळत-नकळत अदृश्य गुरु मेहंदी हसन झाले. त्यांच्या 'देख तो दिल के जा से उठता है...ये धुवा कहा से उठता है... यूँ उठे आह उस गली से, हम जैसे कोई जहाँ से उठता है...' अशा अनेक गझल ऐकून माझी जडणघडण झाली.

मराठी गझलचे वैभव पुढे नेण्याचा ध्यास असलेले भिमराव पांचाळे त्यांचा गझलचा प्रवास उलगडत होते.

...केवळ शब्द वाचून गझल कळत नाही, त्यातला नेमका अर्थ समजायला हवा. शायराने गझल सोपविली की, मी ती अनेकदा वाचतो



आणि गझलची कृपा म्हणा चाल मनात नाझील (अवतरायची) होते. शायराने केलेल्या शब्दांच्या करामतीचा आशय रसिकांपर्यंत पोहोचविण्याचे काम मी अतिशय प्रेमाने केले...जसे की सुरेश भटांची एक गझल आहे जी मी अर्ध्यातून सुरु करतो...

...आता असे करू या...नाही म्हणावयाला आता असे करू या, प्राणात चंद्र ठेवू...हाथी उन्हे धरू या...आता असे करू या..

## पु.ल. देशपांडे यांनी एनसीपीएला तुमचा पहिला कार्यक्रम ठेवला त्याबद्दल काय सांगाल ?

...मी अकोल्यात होतो, तेव्हा किशोरदादा मोरे यांनी माझे पालन पोषण केले. तिथे पु.ल. देशपांडे यायचे, मैफल रंगवायचे, मला तुटके फुटके काहीतरी सादर करायला सांगायचे. १९७२ साली मी माझी पहिली मैफल अकोल्यात केली होती. मुंबईत आलो तेव्हा त्यांनी माझी मैफल एनसीपीएला घडवून आणली.

ईलाही जमादार यांची ...अंदाज आरशाचा, वाटे खरा असावा, बहुतेक माणसाचा, तो चेहरा असावा...

जखमा कशा सुगंधी, झाल्यात काळजाला,

केलेत वार ज्याने तो मोगरा असावा...अशा अनेक गझलांना



रसिकांची प्रचंड दाद मिळाली. यात परिस्पर्श म्हणजे पहिली माझी ध्वनिफित निघाली '...एक जखम सुगंधी' त्याचे विमोचन पु.ल. देशपांडे यांनी केले. याहीपुढे चंद्रपूरला पहिले दलित साहित्य संमेलन झाले त्याचे उद्घाटक पु. ल. देशपांडे होते आणि माझ्या कार्यक्रमाचे प्रास्तावित त्यांनी केले. अजून किती आशीर्वाद मिळावे, असे काही मला भरभरून आयुष्यात मिळाले आहे.

## भावसंगीत, भक्तिगीते, चित्रपटसंगीताच्या काळात गझल रसिकांपर्यंत कशी पोहोचविली ?

सुरेश भट कष्टाने मराठी गझल रुजवत होते. त्यांच्या शिष्यांच्या गझल मी फक्त गायचो आणि प्रसिद्धी मिळत गेली. ही गझल रुजविण्यासाठी वर्कशॉप घेणे, कवींना भेटणे, गझल असेल तिथे थांबणे, रदीब, काफिया समजावून सांगणे. चांगला कवी, चांगला गझलकार होऊ शकतो, हे मी माझ्या परीने नवकवींना समजावून सांगू लागलो आणि १५० कार्यशाळा घेत प्रतिष्ठान स्थापन केले. मी १९७२ पासून गझल गायची सुरुवात केली. आतापर्यंतच्या प्रवासात नाट्यमय गझल, दोन ओळी मराठी, दोन उर्दू ओळी असे वेगवेगळे प्रयोग केले, वेगवेगळे राग, रिदम यांचे प्रयोग केले.

१,२०० वर्षापूर्वी अमीर खुसरो यांनी एक प्रयोग केला. तो म्हणजे 'जे-हाल-ए-मिस्कीं मकुन, हे दोन फारसी शब्द तर दुराय नैनाँ बनाए बतियाँ,' ही हिंदी ओळ आहे. अमीर खुसरोनंतर जमादार ईलाहींनी एक ओळ उर्दू एक मराठी असे एका सूत्रात बांधण्याचा प्रयोग मराठीत केला तो म्हणजे, 'है अंधेरी रात फिर भी रोशनी की बात कर, लावण्या तू दीप येथे काळजाची वाट कर...' ही प्रेरणा घेऊन प्रयोग होत आहेत मराठी गझलमध्ये.

यानंतर वर्धातील सेवाग्राम येथे स्मशान भूमीमध्ये अंधश्रद्धा निर्मूलन समितीने हा कार्यक्रम घेतला. तेव्हा आठवले की, जीवन उत्सव आहे, तर मृत्यूही उत्सव असायला हवा. होळी पौर्णिमेची रात्र होती...

इतकेच मला जाताना सरणावर कळले होते.

मरणाने केली सुटका जगण्याने छळले होते.

मी एकटाच त्या रात्री आशेने तेवत होतो.

मी विझलो तेव्हा सारे आकाश उजळले होते.

## मराठी गझल आपण परदेशात पोहोचवली त्याचा अनुभव कसा आहे ?

गझलने मला २२ देशांत भटकंती घडवून आणली. पहिल्यांदा अमेरिकेत गेलो, तेव्हा गर्दीने तुडुंब भरलेल्या प्रेक्षागृहात...'जखमा कशा सुगंधी झाल्यात काळजाला, केलेत वार ज्याने तो मोगरा असावा, माथ्यावरी नभाचे ओझे सदा ईलाही, दाही दिशा कशाच्या हा पिंजरा असावा...' ऐकवले आणि प्रचंड भरभरून दाद मिळाली. अशा अनेक गझलांनी मला जगभर पोहोचवले.

शब्दांकन : श्रद्धा मेश्राम, विभागीय संपर्क अधिकारी

# उत्तम आरोग्यासाठी वनस्पतीजन्य प्रथिने

डॉ. प्रकाश कोंडेकर

अन्न हे असे द्रव्य आहे, जे आपण जीवन, ऊर्जा, वाढ आणि शरीराच्या देखभालीसाठी खातो, पचवतो आणि शरीरात शोषून घेतो. अन्नामध्ये मुख्यतः प्रथिने, कार्बोहायड्रेट्स, चरबी, जीवनसत्त्वे, खनिजे आणि पाणी यांचा समावेश असतो. यापैकी प्रथिने शरीरातील पेशींची वाढ, दुरुस्ती आणि देखभाल यामध्ये महत्त्वाची भूमिका बजावतात.

परंपरेने जगभरात प्राणिजन्य प्रथिनांचे अधिक सेवन केले जात आले आहे; परंतु संशोधनानुसार त्यांचा अतिरेक हृदयरोग, स्थूलता आणि काही चयापचय विकारांशी संबंधित असू शकतो. याच्या उलट, वनस्पतीजन्य प्रथिने अधिक आरोग्यदायी आणि शाश्वत पर्याय उपलब्ध करून देतात. ही प्रथिने डाळी, कडधान्ये, सुका मेवा, बिया, धान्ये आणि काही भाज्यांमधून मिळतात. पोषणमूल्यांबरोबरच वनस्पतीजन्य प्रथिनांचे पर्यावरणीय आणि नैतिक फायदेही आहेत—उदा. कमी हरितगृह वायू उत्सर्जन, कमी पाणी व जमिनीचा वापर आणि प्राण्यांवरील क्रूरतेपासून मुक्त स्रोत.

वनस्पतीजन्य प्रथिने हृदयाचे आरोग्य, वजन नियंत्रण, चांगले चयापचय संतुलन आणि एकूण आरोग्य सुधारण्यास मदत करतात.

आवश्यक पोषक घटक आहेत. प्राणिजन्य प्रथिने सर्वपरिचित असली तरी, वनस्पतीजन्य प्रथिने त्यांच्या आरोग्यदायी, पर्यावरणपूरक आणि नैतिक फायद्यांमुळे अधिक लक्ष वेधून घेत आहेत. वनस्पतीजन्य प्रथिने डाळी, कडधान्ये, सुका मेवा, बिया आणि धान्यांमधून मिळतात.

## कडधान्ये (Pulses) म्हणजे काय ?

कडधान्ये म्हणजे लेग्युम (Legume) कुळातील वनस्पतींपासून मिळणारी खाद्य बियाणे. ही शेंगांमध्ये वाढतात आणि विविध आकार, प्रकार व रंगांमध्ये आढळतात.

संयुक्त राष्ट्रांच्या अन्न व कृषी संघटनेनुसार (FAO) कडधान्यांच्या ११ प्रमुख जाती आहेत:

- सुकी बीन्स (Dry beans)
- सुकी ब्रॉड बीन्स (Dry broad beans)
- सुके वाटाणे (Dry peas)
- काबुली चणा (Chickpeas)
- चवळी / लोबिया (Cow peas)
- तूर / अरहर (Pigeon peas)
- मसूर (Lentils)
- बाम्बारा बीन्स (Bambara beans)

वेचेस (Vetches)

लूपिन्स (Lupins)

## इतर कडधान्ये

सोयाबीन आणि शेंगदाणे यांना कडधान्यांच्या श्रेणीत समाविष्ट केले जात नाही, कारण त्यामध्ये चरबीचे प्रमाण अधिक असते.

## आरोग्यासाठी डाळींचे महत्त्व

डाळी त्यांच्या समृद्ध पोषक घटकांमुळे आरोग्यासाठी अत्यंत फायदेशीर आहेत. त्यामध्ये भरपूर प्रमाणात तंतुमय पदार्थ (फायबर), प्रथिने; तसेच पोटॅशियम, लोह यांसारखी खनिजे आणि जीवनसत्त्व A व C आढळतात.

**डाळी :** वाईट कोलेस्टेरॉल कमी करून आणि चांगले कोलेस्टेरॉल वाढवून हृदयाचे आरोग्य सुधारतात. सहज पचणाऱ्या फायबरमुळे पचनास मदत

करतात. रक्तातील साखर नियंत्रित ठेवण्यास साहाय्य करतात. त्यामुळे मधुमेहीसाठी उपयुक्त ठरतात. थोडक्यात डाळींचे सेवन एकूण आरोग्यासाठी अत्यंत लाभदायक आहे.



संतुलित आहाराचा भाग म्हणून ही प्रथिने आवश्यक पोषण पुरवतात आणि दीर्घकालीन आरोग्य व शाश्वततेला प्रोत्साहन देतात. प्रथिने हे शरीराच्या ऊर्तीच्या वाढीसाठी, दुरुस्तीसाठी आणि देखभालीसाठी



| मे २०२६

आपले  
अंत्रालय  
२४

## वनस्पतीजन्य प्रथिनांचे प्रमुख स्रोत

१. **डाळी आणि कडधान्ये** : मसूर, चणे, वाटाणे आणि विविध प्रकारच्या बीन्समध्ये प्रथिने, फायबर आणि खनिजे मुबलक प्रमाणात असतात.

२. **सोया उत्पादने** : सोयाबीन, टोफू, टेम्पेह आणि एडामेमे ही सर्व आवश्यक अमिनो आम्ले असलेली संपूर्ण प्रथिने देतात.

३. **संपूर्ण धान्ये** : क्विनोआ, ब्राउन राईस, ओट्स आणि बाजरी यामधून मध्यम प्रमाणात प्रथिने तसेच जटिल कार्बोहायड्रेट्स मिळतात.

४. **सुका मेवा आणि बिया** : बदाम, चिया बिया, जवस (फ्लॅक्ससीड), हेम्प बिया आणि सूर्यफूल बिया प्रथिनांनी समृद्ध असून त्यामध्ये आरोग्यदायी चरबीही भरपूर असते.

५. **भाज्या** : ब्रोकली, पालक आणि केल या भाज्यांमध्ये कमी प्रमाणात; पण महत्त्वपूर्ण प्रथिने असतात.



## डाळींचे आरोग्यदायी फायदे

१. **हृदय निरोगी ठेवण्यास मदत** : डाळींमध्ये चरबी आणि कोलेस्टेरॉल नसल्यामुळे हृदयरोगाचा धोका कमी होतो. त्यामध्ये पोटॅशियम जास्त आणि सोडियम कमी असल्याने रक्तदाब नियंत्रणात राहतो.

२. **रक्तातील साखर नियंत्रणात ठेवतात** : डाळी व कडधान्यांचा ग्लायसेमिक इंडेक्स कमी असतो. त्यामुळे रक्तातील साखरेतील चढ-उतार कमी होतात.

३. **पचनसंस्था निरोगी ठेवतात** : डाळींमध्ये भरपूर फायबर असते, जे पचन सुधारते आणि बद्धकोष्ठता कमी करते.

४. **भूक नियंत्रित ठेवतात** : प्रथिने, फायबर आणि जटिल कार्बोहायड्रेट्समुळे पोट अधिक वेळ भरलेले राहते आणि वजन नियंत्रणास मदत होते.

५. **उच्च पोषणमूल्य** : डाळींमध्ये कॅल्शियम, मॅग्नेशियम आणि लोह यांसारखी खनिजे मुबलक असतात.

६. **कर्करोगाचा धोका कमी करतात** : डाळींमध्ये अँटिऑक्सिडंट आणि सूज-प्रतिबंधक गुणधर्म असतात.

७. **गर्भवती महिलांसाठी उपयुक्त** : 'रसात रक्तम्' डाळींमधील लोह रक्तनिर्मितीस मदत करते आणि लाल रक्तपेशींची निर्मिती वाढवते.

८. **दीर्घकालीन आजारांचा धोका कमी करतात** : मधुमेह, स्थूलता आणि हृदयरोग यांसारख्या विकारांपासून संरक्षण मिळते.

९. **वनस्पतीजन्य प्रथिनांचा उत्कृष्ट स्रोत** : एक कप डाळीत साधारण १५ ग्रॅम प्रथिने मिळू शकतात.

१०. **फोलिक अॅसिडचा समृद्ध स्रोत** : फोलेट आणि जीवनसत्त्व इ पेशी विभाजनासाठी आवश्यक आहेत.

११. **हाडांच्या आरोग्यास साहाय्य** : मॅग्नेशियम आणि फॉस्फरस हाडे व दात मजबूत ठेवतात.

१२. **पर्यावरणपूरक आणि शाश्वत** : डाळींच्या लागवडीस कमी पाणी व खतांची आवश्यकता असते आणि त्या जमिनीची सुपीकता वाढवतात.

## हिरव्या पालेभाज्यांचे आरोग्यदायी फायदे

हिरव्या पालेभाज्या पचन सुधारतात, दृष्टी चांगली ठेवतात,

कोलेस्टेरॉल संतुलित करतात आणि त्वचा निरोगी ठेवतात. त्यातील लोह अॅनिमियामध्ये उपयुक्त ठरते. अँटिऑक्सिडंट्स शरीरातील मुक्त रेडिकल्सशी लढतात. नियमित सेवनामुळे हृदयाचे आरोग्य सुधारते, वजन कमी होण्यास मदत होते आणि ऊर्जा वाढते.

## फळांचे आरोग्यदायी फायदे

फळांचे सेवन केल्याने रक्तातील साखर आणि रक्तदाब नियंत्रित राहतो. हाडांचे आरोग्य सुधारते, वजन कमी करण्यास मदत होते, पचन सुधारते, त्वचा आणि केसांचे आरोग्य सुधारते आणि ऊर्जा वाढते.

## पोषणविषयक विचार

काही वनस्पतीजन्य प्रथिनांमध्ये एक किंवा अधिक आवश्यक अमिनो आम्लांची कमतरता असू शकते. भात आणि डाळ यांसारखे पदार्थ एकत्र खाल्ल्यास संपूर्ण अमिनो आम्ल प्रोफाइल मिळू शकते. फोर्टिफाइड वनस्पतीजन्य अन्नपदार्थ शाकाहारी किंवा व्हेगन आहार घेणाऱ्यांना जीवनसत्त्व इ१२, लोह आणि कॅल्शियमची गरज पूर्ण करण्यास मदत करतात.

## निष्कर्ष

वनस्पतीजन्य प्रथिने केवळ पौष्टिक नसून उत्तम आरोग्य आणि पर्यावरणीय शाश्वततेलाही प्रोत्साहन देतात. आपल्या दैनंदिन आहारात विविध प्रकारची वनस्पतीजन्य प्रथिने समाविष्ट केल्याने एकूण आरोग्य सुधारते, दीर्घकालीन आरोग्यास आधार मिळतो आणि संतुलित, आरोग्य-जागरूक जीवनशैली विकसित होते. म्हणूनच आपल्या आहारात वनस्पतीजन्य प्रथिनांचा समावेश करणे, उत्तम आरोग्य आणि दीर्घायुष्यासाठी अत्यंत लाभदायक आहे.

(Dr. Prakash Kondekar B.Sc.(Hons)  
MD (Homeo) ND Ayurved Ratna LLB Fellow of  
Royal Society of Health (London) BTER (UK), Hon Director,  
Indian Institute of Naturopathy)



## एका सर्जनशील डिझायनरचा प्रवास

'वेगळ्या वाटा' या सदरातून शासकीय अधिकारी-कर्मचारी यांच्या पारंपरिक वाटेपेक्षा वेगळ्या क्षेत्रात ठसा उमटविणाऱ्याच्या यशाचा आढावा घेतला जातो. त्यांच्या दृष्टिकोनाचा मागोवा घेत, अशा विविध क्षेत्रातील संधी उलगडून दाखविण्याचा प्रयत्न 'वेगळ्या वाटा' या सदरातून केला जातो

लहानपणी पुस्तकांच्या मागच्या पानांवर घरांचे स्केचेस काढण्यापासून सुरु झालेला हा प्रवास, हळूहळू आवडीतून करिअरमध्ये बदलला. स्पेस कशी दिसते, यापेक्षा ती कशी वाटते, याला महत्त्व देत हा प्रवास पुढे गेला.

आज Vilva Design Studio मार्फत प्रत्येक स्पेसला एक वेगळी ओळख दिली जाते, जिथे डिझाइन फक्त काम नसून एक भावना असते. त्याचबरोबर क्रिएटिव्हिटीचा दुसरा भाग Clayko n me मध्ये व्यक्त होतो, जिथे छोट्या क्ले प्रॉडक्ट्समधूनही मनापासून काहीतरी खास तयार केलं जातं.

हा प्रवास म्हणजे आवड, मेहनत आणि स्वप्नांना आकार देण्याची एक सुंदर कहाणी आहे.

### १) थोडक्यात परिचय (Bio-data)

माझे नाव दिपाली राजेश जाधव आहे. मी व्यावसायिकरीत्या एक इंटेरियर डिझायनर असून माझे शैक्षणिक पात्रता M.Sc. in Interior Design आहे. लहानपणापासूनच मला घरांच्या रचना, प्लॅनिंग आणि स्पेस डिझाइन करण्याची आवड होती. शाळेत पुस्तकांच्या मागील पानांवर मी घरांचे लेआउट्स आणि स्ट्रक्चर्स काढत असे, त्यातूनच माझ्या आवडीला दिशा मिळाली आणि मी याच क्षेत्रात करिअर करण्याचा निर्णय घेतला.

आज मी एक डिझाईनिंग स्टुडिओची (Vilva Design) सह-संस्थापक (Co-founder) आणि प्रोप्रायटर आहे. याशिवाय मी माझ्या आवडीपासून सुरु केलेला क्ले आर्ट व्यवसाय (Claykošnme) (मॅग्रेट्स, ज्वेलरी, कीचेन) देखील यशस्वीपणे चालवत आहे.





माझ्यासाठी प्रत्येक डिझाइन हा फक्त प्रोजेक्ट नसून, तो माझ्या आत्म्याचा एक भाग असतो, कारण जेव्हा आपण एखादी जागा डिझाइन करतो, तेव्हा आपण केवळ घर नाही तर कोणाचं स्वप्न उभारत असतो.

## २) तू नेमक्या कोणत्या क्षेत्रात आहेस, त्याबद्दल विस्तृत सांग.

मी इंटरियर डिझाईनिंग या क्षेत्रात कार्यरत आहे. हे क्षेत्र केवळ सजावट किंवा सौंदर्यापुरते मर्यादित नसून, स्पेस प्लॅनिंग, फंक्शनॅलिटी, एस्थेटिक्स आणि क्लायंटच्या लाइफस्टाइलला अनुरूप वातावरण तयार करणं यावर आधारित आहे.

माझ्या कामात मी प्रत्येक प्रोजेक्टला एक वेगळी ओळख देण्याचा प्रयत्न करते. प्रत्येक घर, ऑफिस किंवा स्पेस ही त्या व्यक्तीच्या भावना, स्वभाव आणि स्वप्नांचे प्रतिबिंब असते. त्यामुळे डिझाइन करताना मी फक्त भिंती, फर्निचर किंवा रंग निवडत नाही. मी त्या जागेत एक जीवनशैली (Lifestyle) निर्माण करते.

तसेच माझा क्ले आर्ट व्यवसाय हा माझ्या क्रिएटिव्हिटीचा दुसरा भाग आहे. लहान-लहान क्ले प्रॉडक्ट्स तयार करताना मी माझी कल्पनाशक्ती आणि बारकावे दाखवते. ज्यामुळे ग्राहकांना युनिक आणि पर्सनलाइज्ड प्रॉडक्ट्स मिळतात.

## ३) या क्षेत्रात काय संधी आहेत ?

इंटरियर डिझाईनिंग हे आजच्या काळात खूप वेगाने वाढणारे क्षेत्र आहे. यामध्ये अनेक संधी उपलब्ध आहेत:

- रेसिडेन्शियल प्रोजेक्ट्स (घर, फ्लॅट, बंगले).
- कमर्शियल डिझाइन (ऑफिस, कॅफे, शोरूम).
- स्पेस स्टायलिंग आणि डेकोरेशन.
- फ्रिलान्सिंग आणि स्वतःचा व्यवसाय सुरू करणे.
- ३D डिझाइन आणि व्हिज्युअलायझेशन.

याशिवाय, सोशल मीडिया आणि डिजिटल प्लॅटफॉर्ममुळे आज आपल्या कामाला मोठा स्कोप मिळतो.

क्ले आर्टसारख्या क्रिएटिव्ह व्यवसायातदेखील हँडमेड, कस्टमाइज्ड आणि आर्टिस्टिक प्रॉडक्ट्सची मागणी वाढत आहे, त्यामुळे स्वतःचा ब्रँड उभा करण्याची उत्तम संधी आहे.

## ४) तू UPSC/MPSC न करता हे वेगळं क्षेत्र का निवडलं ?

प्रत्येक व्यक्तीची आवड आणि क्षमता वेगळी असते. UPSC/MPSC हे नक्कीच चांगले करिअर पर्याय आहेत ; पण माझं मन नेहमीच क्रिएटिव्ह क्षेत्राकडे झुकलेलं होतं.

मला नेहमी काहीतरी नवीन तयार करायला, डिझाइन करायला आणि माझ्या कल्पनांना प्रत्यक्षात उतरवायला आवडतं. इंटरियर डिझाईनिंग मला ते स्वातंत्र्य देतं, जिथे मी माझी कल्पनाशक्ती वापरून लोकांच्या आयुष्यात सकारात्मक बदल घडवू शकते.

माझ्यासाठी करिअर म्हणजे फक्त नोकरी नाही, तर स्वतःच्या आवडीचं आणि समाधान देणारं काम करणं आहे. म्हणूनच मी माझ्या मनाला पटणारं क्षेत्र निवडलं.

## ५) वैयक्तिक नियोजन काय आहे? (Future Planning)

माझं पुढचं नियोजन म्हणजे माझ्या इंटरियर डिझाइन स्टुडिओला मोठ्या स्तरावर नेणं आणि त्याला एक ओळखलेलं ब्रँड बनवणं.

- अधिक मोठे आणि विविध प्रकारचे प्रोजेक्ट्स हाताळणे.
  - स्वतःची एक मजबूत टीम तयार करणे.
  - नवीन ट्रेन्स आणि टेक्नॉलॉजीज शिकून कामात नावीन्य आणणे.
  - क्ले आर्ट व्यवसायाला ऑनलाइन आणि ऑफलाइन दोन्ही प्लॅटफॉर्मवर वाढवणे.
- माझं ध्येय आहे की, माझ्या प्रत्येक डिझाइनमधून लोकांना घरपणाची आणि भावनांची अनुभूती मिळावी.

## ६) तुझ्या पिढीला काय सांगशील ?

माझ्या पिढीतील तरुणांना मी एवढंच सांगू इच्छिते की - आपल्या आवडीचा आदर करा आणि त्याला करिअरमध्ये रूपांतरित करण्याची हिंमत ठेवा.

दुसऱ्यांच्या अपेक्षांपेक्षा स्वतःच्या स्वप्नांना महत्त्व द्या. प्रत्येक मोठं यश हे छोट्या सुरुवातीतूनच तयार होतं. त्यामुळे सुरुवात लहान असली तरी घाबरू नका. शिकत राहा, प्रयोग करत राहा आणि स्वतःवर विश्वास ठेवा.

आजच्या काळात संधी खूप आहेत. फक्त सातत्य, मेहनत आणि योग्य दृष्टिकोन ठेवणं गरजेचं आहे.

जेव्हा तुम्ही तुमच्या आवडीचं काम करता, तेव्हा अपयश पचवण्याची हिंमत ठेवा. तुमच्या स्वप्नांवर कधीही हार मानू नका.

माझ्यासाठी प्रत्येक डिझाइन हा एक प्रोजेक्ट नसून एक भावनिक प्रवास आहे, कारण जेव्हा मी एखादं घर डिझाइन करते, तेव्हा ते फक्त क्लायंटचं घर नसतं, तर ते माझंही बाळ असतं ज्यात मी माझं मन ओतते.

शब्दांकन : अश्विनी पुजारी,  
सहायक संचालक, महाराष्ट्र शासन.



# टक्केवारीच्या पलीकडचे हरवलेले बालविश्व

## अश्विनी पुजारी

आजच्या काळात मुलांच्या यशाचे मोजमाप त्यांच्या आनंदाने, सर्जनशीलतेने किंवा भावनिक स्वास्थ्याने नव्हे, तर त्यांच्या टक्केवारीने केले जात असल्याचे चित्र सर्वत्र दिसते. गुण, क्रमांक, स्पर्धा आणि अपेक्षांच्या या अखंड शर्यतीत मुलांचे बालपण नकळत हरवत चालले आहे. शिक्षणाच्या नावाखाली वाढत चाललेला मानसिक ताण आणि त्याचे मुलांच्या मनावर होणारे परिणाम, हा आजच्या समाजासमोरील गंभीर प्रश्न बनला आहे.

पूर्वीचे बालपण अधिक मोकळे, नैसर्गिक आणि अनुभवसमृद्ध होते. शाळेनंतर मैदानी खेळ, मित्रांसोबतचा वेळ, कुटुंबातील संवाद, आजी-आजोबांच्या गोष्टी आणि स्वतःच्या कल्पनाविश्वात रमण्याची संधी मुलांना सहज मिळत असे. त्या काळात शिक्षणाला महत्त्व होतेच; मात्र व्यक्तिमत्त्व विकास आणि आनंदी वाढ यांनाही तितकेच स्थान होते. अपयश हे शिकण्याचा भाग मानले जात होते, दडपणाचे ओझे नव्हते.

मात्र आज परिस्थिती मोठ्या प्रमाणात बदलली आहे. शिक्षणाच्या वाढत्या स्पर्धात्मकतेमुळे लहान वयापासूनच मुलांवर उच्च गुण मिळवण्याचे दडपण येऊ लागले आहे. शाळा, शिकवण्या, अतिरिक्त अभ्यासक्रम, स्पर्धा परीक्षा आणि पालकांच्या अपेक्षा यांच्या चक्रात अनेक मुले स्वतःसाठी जगण्याचे क्षण हरवून बसतात. त्यांच्या दैनंदिन आयुष्यात खेळ, विश्रांती आणि भावनिक मोकळेपणासाठी जागा उरलेली दिसत नाही.

मानसशास्त्राच्या दृष्टीने पाहता, बालपण हा व्यक्तिमत्त्वाच्या जडणघडणीचा अत्यंत संवेदनशील टप्पा असतो. या काळात मुलांना स्वीकार, प्रोत्साहन, भावनिक सुरक्षितता आणि मुक्त अभिव्यक्ती यांची गरज असते; परंतु सततच्या तुलना, अपयशाची भीती आणि यशाशी जोडलेली आत्ममूल्याची भावना यामुळे मुलांमध्ये चिंता, नैराश्य, आत्मविश्वासाचा अभाव आणि भावनिक तणाव वाढताना दिसतो. अनेकदा मुले स्वतःला त्यांच्या गुणांशी जोडू लागतात. मी कमी गुण मिळवले, म्हणजे मी कमी योग्य आहे, अशी भावना त्यांच्या मनात घर करू लागते.

विशेषतः डिजिटल युगात हा ताण अधिक तीव्र झाला आहे. सामाजिक माध्यमांवरील यशाच्या कथा, इतर मुलांच्या उपलब्धी आणि

सततची तुलना यामुळे मानसिक दबाव वाढतो. मुलांना स्वतःच्या क्षमतांचा शोध घेण्याऐवजी एका ठरावीक यशाच्या चौकटीत बसण्याचा प्रयत्न करावा लागतो.

शिक्षण नक्कीच महत्त्वाचे आहे; परंतु टक्केवारी हीच मुलांची ओळख ठरू नये. प्रत्येक मूल वेगळे असते, त्यांची बुद्धिमत्ता, आवड, क्षमता आणि स्वप्नेही वेगळी असतात. त्यांना केवळ गुणांच्या निकषावर मोजण्याऐवजी त्यांच्या भावनिक, सामाजिक आणि सर्जनशील विकासालाही तितकेच महत्त्व देणे आवश्यक आहे.



पालक, शिक्षक आणि समाज म्हणून आपण मुलांकडून अपेक्षा ठेवताना त्यांच्या मनाचाही विचार करणे गरजेचे आहे. मुलांना यशासाठी प्रेरित करताना अपयश स्वीकारण्याची ताकद, स्वतःवर विश्वास आणि आनंदाने शिकण्याची सवय देणे अधिक महत्त्वाचे आहे.

आज गरज आहे ती मुलांच्या हातात केवळ पुस्तक नव्हे, तर मोकळे आकाश, खेळाची संधी, संवादाचा आधार आणि निःशर्त प्रेम देण्याची. कारण बालपण एकदाच येते; ते टक्केवारीच्या शर्यतीत हरवले, तर त्याची भरपाई कोणत्याही यशाने होऊ शकत नाही.

बालपण वाचवणे म्हणजे केवळ मुलांचे भविष्य घडवणे नाही, तर समाजाचे भावनिक स्वास्थ्य जपणे आहे.

(सहायक संचालक, माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय, महाराष्ट्र शासन.)



# ज्येष्ठ नागरिकांच्या समस्या

## तुम्ही सबनीस

मानवाच्या जीवनचक्रात बालपण, तरुणपण, प्रौढत्व आणि वृद्धत्व अशा विविध अवस्था येतात. यापैकी वृद्धत्व ही अवस्था अनुभवसंपन्न, परिपक्व आणि समाजासाठी मार्गदर्शक ठरणारी असली तरी अनेक समस्यांनी वेढलेली असते. आजच्या आधुनिक, वेगवान आणि स्पर्धात्मक जीवनशैलीमुळे ज्येष्ठ नागरिकांच्या जीवनात अनेक प्रकारच्या सामाजिक, आर्थिक, मानसिक आणि आरोग्यविषयक अडचणी निर्माण होत आहेत. एकेकाळी संयुक्त कुटुंब पद्धतीत सन्मानाने आणि सुरक्षिततेने जीवन जगणारे ज्येष्ठ नागरिक आज अनेक ठिकाणी उपेक्षित आणि एकाकी जीवन जगताना दिसतात. त्यामुळे ज्येष्ठ नागरिकांच्या समस्या समजून घेणे आणि त्यावर योग्य उपाययोजना करणे, ही आजच्या समाजाची अत्यंत महत्त्वाची गरज आहे.

आजच्या बदलत्या सामाजिक संरचनेमुळे ज्येष्ठ नागरिकांना अनेक सामाजिक समस्यांना सामोरे जावे लागत आहे. पूर्वी संयुक्त कुटुंबपद्धती अस्तित्वात असल्यामुळे घरातील वृद्ध व्यक्तींना आदर, प्रेम आणि सुरक्षितता मिळत असे; परंतु आधुनिक काळात विभक्तकुटुंब पद्धतीचा प्रसार झाल्यामुळे ज्येष्ठ नागरिक एकाकी पडत आहेत.

कामाच्या निमित्ताने तरुण पिढी शहरांकडे किंवा परदेशात स्थलांतर करत असल्याने वृद्ध पालक गावात किंवा घरी एकटे राहतात. त्यामुळे त्यांना भावनिक आधाराची कमतरता जाणवते. काही वेळा वृद्ध व्यक्तींना कुटुंबात दुय्यम स्थान दिले जाते किंवा त्यांच्या मतांचा आदर केला जात नाही. या परिस्थितीमुळे त्यांच्यात न्यूनगंड आणि असुरक्षिततेची भावना निर्माण होते. काही ठिकाणी वृद्धाश्रमांची संख्या वाढत असल्याचे दिसून येते. ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रमुख समस्यांपैकी आर्थिक समस्या ही एक गंभीर समस्या आहे. सेवानिवृत्तीनंतर नियमित उत्पन्नाचे स्रोत बंद होतात. काहीना निवृत्तीवेतन मिळते; परंतु ते त्यांच्या वाढत्या गरजांसाठी अपुरे ठरते. ज्यांना निवृत्तीवेतनाची सुविधा उपलब्ध नाही, त्यांची परिस्थिती अधिकच कठीण होते. महागाईच्या वाढत्या दरांमुळे औषधोपचार, अन्न, निवास आणि इतर आवश्यक गरजांचा खर्च वाढत चालला आहे. अशा परिस्थितीत अनेक ज्येष्ठ नागरिकांना आर्थिक असुरक्षिततेचा सामना करावा लागतो. शेतीवरील अवलंबित्व, अपुरा उत्पन्न स्रोत आणि सामाजिक सुरक्षा योजनांची अपुरी माहिती, यामुळे त्यांचे जीवन अधिक कठीण होते. ग्रामीण भागात आरोग्यसेवा सुविधा अपुऱ्या असल्यामुळे ज्येष्ठ नागरिकांना योग्य उपचार मिळण्यात अडचणी येतात. शहरांमध्ये सुविधा उपलब्ध असल्या, तरी उपचारांचा खर्च जास्त असल्यामुळे अनेकांना त्याचा लाभ घेता येत नाही. याशिवाय मानसिक आरोग्याच्या समस्याही मोठ्या प्रमाणावर आढळतात. एकाकीपणा, नैराश्य, असुरक्षितता आणि निराशा या भावना वृद्ध व्यक्तींमध्ये वाढताना दिसतात. या समस्यांकडे समाजाचे पुरेसे लक्ष दिले जात नाही.

ज्येष्ठ नागरिकांना भेडसावणाऱ्या मानसिक समस्याही अत्यंत गंभीर

आहेत. सेवानिवृत्तीनंतर अचानक जबाबदाऱ्या कमी होतात आणि सक्रिय जीवनशैलीत बदल होतो. त्यामुळे रिकामेपणाची भावना निर्माण होते. कुटुंबातील सदस्यांकडून दुर्लक्ष होणे, संवादाचा अभाव आणि सामाजिक सहभाग कमी होणे, यामुळे मानसिक ताण वाढतो. काही वेळा त्यांना स्वतःला निरुपयोगी असल्याची भावना निर्माण होते. ही भावना त्यांच्या आत्मविश्वासावर परिणाम करते. त्यामुळे मानसिक आरोग्याची काळजी घेणे अत्यंत आवश्यक ठरते.

## शासनाच्या योजना आणि उपाययोजना

ज्येष्ठ नागरिकांच्या कल्याणासाठी शासनाने विविध योजना राबविल्या आहेत. निवृत्तीवेतन योजना, आरोग्य विमा योजना, सवलतीच्या प्रवास सुविधा, वृद्धाश्रम आणि दिवस देखभाल केंद्रे यांसारख्या सुविधा उपलब्ध करून देण्यात आल्या आहेत. ज्येष्ठ नागरिकांसाठी कायदेशीर संरक्षणाची तरतूदही करण्यात आली आहे. पालक आणि ज्येष्ठ नागरिक भरणपोषण कायदानुसार मुलांनी आपल्या पालकांची जबाबदारी घेणे बंधनकारक आहे. या कायद्यामुळे वृद्ध व्यक्तींना काही प्रमाणात संरक्षण मिळते. तथापि, या योजनांची माहिती सर्वांपर्यंत पोहोचविणे आणि त्यांची प्रभावी अंमलबजावणी करणे आवश्यक आहे.

ज्येष्ठ नागरिकांच्या समस्या सोडवण्यासाठी देशभरात अनेक स्वयंसेवी संस्था कार्यरत आहेत. हेलपेज इंडिया (Helpege India) ही संस्था आरोग्यसेवा, निवारा आणि आर्थिक मदत उपलब्ध करून देते. डिग्रिटी फाऊंडेशन (Dignity Foundation) वयोवृद्धांना समुपदेशन, रोजगार मार्गदर्शन आणि सामाजिक सहभागाच्या संधी देते. नाईटिंगेल्स मेडिकल ट्रस्ट (Nightingales Medical Trust) ही संस्था ज्येष्ठ नागरिकांच्या मानसिक व शारीरिक आरोग्यासाठी विविध कार्यक्रम राबवते. तसेच एजवेल फाऊंडेशन (Agewell Foundation) ही संस्था वृद्धांच्या हक्कांचे संरक्षण आणि सन्मानाने जगण्याबाबत जनजागृती करते.

## कुटुंबाची जबाबदारी

ज्येष्ठ नागरिकांच्या जीवनात कुटुंबाचे स्थान अत्यंत महत्त्वाचे असते. कुटुंबातील सदस्यांनी त्यांच्याशी प्रेमाने आणि आदराने वागले पाहिजे. त्यांच्या भावना समजून घेऊन त्यांना मानसिक आधार देणे आवश्यक आहे. त्यांना निर्णयप्रक्रियेत सहभागी करून घेणे, त्यांच्या अनुभवाचा सन्मान करणे आणि त्यांच्यासोबत वेळ घालविणे, यामुळे त्यांचे जीवन अधिक समाधानकारक होऊ शकते. ज्येष्ठ नागरिक हे समाजाचे अमूल्य संपत्ती आहेत. त्यांच्या अनुभवातून आणि ज्ञानातून समाजाला दिशा मिळते. त्यामुळे त्यांच्या समस्या समजून घेणे आणि त्यांचे निराकरण करणे ही प्रत्येकाची जबाबदारी आहे.

(लेखाधिकारी, अपर पोलीस आयुक्त कार्यालय, बृहन्मुंबई, महाराष्ट्र शासन.)



# मंत्रालयाच्या भिंतींनाही भावना आहेत...

सचिन पाटील

मुंबईच्या दक्षिण टोकाला, अरबी समुद्राच्या किनाऱ्यावर दिमाखात उभी असलेली एक वास्तू म्हणजे 'मंत्रालयाची मुख्य इमारत'. महाराष्ट्राच्या सत्तेचे केंद्र, प्रशासनाचे उगमस्थान आणि कोट्यवधी जनतेच्या आशा-आकांक्षांचे शेवटचे ठिकाण. वरवर पाहिले तर हे केवळ सिमेंट-कोंक्रीटचे एक जंगल वाटते. गडबड, गोंधळ, फाईल्सचा ढीग, सुरक्षारक्षकांचा गराडा आणि मंत्र्यांच्या गाड्यांचे सायरन; पण या सर्व कोलाहलाच्या पलीकडे, जर आपण शांतपणे या वास्तूशी संवाद साधला, तर जाणवते की, 'मंत्रालयाच्या या भिंतींनाही भावना आहेत'.

गेल्या अनेक दशकांपासून या भिंतींनी महाराष्ट्राचा राजकीय, सामाजिक आणि सांस्कृतिक इतिहास घडताना पाहिला आहे. या भिंती केवळ विटांनी रचलेल्या नाहीत, तर त्या लोकशाहीच्या विश्वासाने आणि जनसामान्यांच्या उमेदीने बांधलेल्या आहेत. दररोज सकाळी जेव्हा मंत्रालयाचे अवाढव्य दरवाजे उघडतात, तेव्हा ही वास्तू केवळ कर्मचाऱ्यांना नव्हे, तर राज्याच्या कानाकोपऱ्यातून आलेल्या हजारो अपेक्षांना आपल्या कवेट सामावून घेते. गडचिरोलीच्या घनदाट जंगलातून आलेला एखादा आदिवासी बांधव असो किंवा कोल्हापूरच्या

लाल मातीतील घाम गाळणारा शेतकरी; या भिंतींनी प्रत्येकाच्या डोळ्यांतील आर्जव आणि ओठांवरील हसू जवळून अनुभवले आहे.

मंत्रालयाचे लांबच लांब कॉरिडॉर हे केवळ चालण्याचे मार्ग नाहीत, ते मानवी भावनांचे जिवंत प्रवाह आहेत. एखाद्या महत्त्वाच्या फाईलवर प्रलंबित असलेली स्वाक्षरी जेव्हा पूर्ण होते, तेव्हा एखाद्या वृद्धाच्या सुरकुतलेल्या चेहऱ्यावर येणारे समाधान या भिंतींनी लाखो वेळा टिपले आहे. याउलट, तांत्रिक कारणांमुळे काम न झाल्याने हताश होऊन भिंतीला टेकून उभ्या राहिलेल्या माणसाच्या निःश्वासाचा भारही याच भिंतींनी पेलला आहे. येथे केवळ कागद हालत नाहीत, तर माणसांच्या नशिबाचे हिंदोळे खेळले जातात.

जेव्हा राज्याच्या कल्याणासाठी एखादा क्रांतिकारी निर्णय घेतला जातो, तेव्हा या भिंती जणू अभिमानाने विस्तारतात. मग तो कृषी कर्ममाफीचा निर्णय असो, महिला आरक्षणाचे धोरण असो किंवा दुर्गम भागातील विकासाचा आराखडा असो; पण जेव्हा हीच वास्तू संकटाच्या सावटाखाली येते, तेव्हा या भिंतींच्याही काळजाचा ठोका चुकतो. २०१२ सालच्या त्या भीषण आगीच्या आठवणी आजही या भिंतींच्या कोपऱ्यात कुठेतरी धगधगत असतील. त्या आगीत केवळ लाकडी फर्निचर किंवा कागद जळाले नाहीत, तर कित्येक वर्षांचा ऐतिहासिक वारसा आणि प्रशासकीय स्मृतीं राख झाल्या. त्या धुराच्या लोटातही ही वास्तू पुन्हा उभं राहण्याची जिद्द उराशी बाळगून होती, हे या भिंतींच्या



कणखरपणाचेच प्रतीक आहे.

मंत्रालयातील अधिकारी आणि कर्मचारी हे या वास्तूचे खरे चैतन्य आहेत. एका पिढीकडून दुसऱ्या पिढीकडे जेव्हा पदभार सोपवला जातो, तेव्हा या भिंती मूकपणे तो वारसा सोहळा पाहत असतात. ३०-३५ वर्षांच्या प्रदीर्घ सेवेनंतर निवृत्त होऊन जाताना एखाद्या कर्मचाऱ्याने आपल्या जुन्या टेबलावरून मायेने हात फिरवून घेतलेला निरोप आणि त्याच जागी नव्या उमेदीने, स्वप्नांचे गाठोडे घेऊन रुजू होणारा तरुण अधिकारी यातील स्थित्यंतर या भिंतींना चांगलेच ठाऊक आहे.

अनेकदा रात्री उशिरापर्यंत मंत्रालयातील खिडक्यांतून प्रकाश बाहेर पडत असतो. जेव्हा संपूर्ण मुंबई निद्राधीन असते, तेव्हा मंत्रालयाच्या काही दालनांमध्ये राज्यावर आलेल्या संकटाशी दोन हात करण्याची जिद्द शिजत असते. अतिवृष्टी असो, दुष्काळ असो किंवा महामारीचे संकट; या भिंतींच्या आत चालणारी धोरणांची आखणी हाच जनतेचा आधार असतो. येथील प्रत्येक दालन, त्यातील ती अवाढव्य कपाटे आणि जुन्या फाईल्सचा तो एक विशिष्ट, ओळखीचा वास, हे सर्व काही बोलके आहे. त्या फाईल्समधील पिवळ्या पडलेल्या पानांवर केवळ निळी शाई नाही, तर कित्येक पिढ्यांच्या संघर्षाची कहाणी कोरलेली असते.

आपण म्हणतो की, दगड बोलत नाहीत; पण मंत्रालयाचा दगड-दगड बोलतो. तो बोलतो त्या सामान्य माणसाच्या संघर्षाबद्दल जो आपली कैफियत घेऊन 'वरच्या मजल्यावर' जातो. तो बोलतो त्या नेतृत्वाबद्दल ज्यांच्या एका शब्दावर राज्याची दिशा बदलते. राजकीय स्थित्यंतरे आली, सत्तांतरे झाली, अनेक दिग्गज चेहरे काळाच्या ओघात पडद्याआड गेले; पण या भिंती स्थिर राहिल्या. त्यांनी कोणाबद्दलही पूर्वग्रह ठेवला नाही. त्यांनी फक्त सामावून घेतले येणाऱ्या प्रत्येक विचाराला, प्रत्येक सत्तेला आणि प्रत्येक आंदोलनाला.

मंत्रालयाच्या इमारतीबाहेर जेव्हा कधी जनसामान्यांच्या प्रश्नांवरून आंदोलने होतात, घोषणाबाजी होते, तेव्हा त्या आवाजाची प्रतिध्वनी या भिंतींच्या काळजात उमटत असते. जनतेचा आक्रोश आणि प्रशासनाची मर्यादा यांच्यातील ती अस्वस्थता या भिंतींनी नेहमीच अनुभवली आहे; पण याच भिंतींनी हेही पाहिले आहे की, संवादाच्या माध्यमातून कसे मोठे पेंच सुटतात आणि विकासाची नवी दारे उघडतात.

खरंतर मंत्रालय ही केवळ एक प्रशासकीय इमारत नसून ती महाराष्ट्राची 'पालक' आहे. जशी आई आपल्या मुलांच्या सुख-दुःखात खंबीरपणे उभी असते; तसेच हे मंत्रालय राज्याच्या विकासाच्या प्रत्येक टप्प्यावर अहोरात्र जागे असते. मंत्रालयात जेव्हा एखादा सण साजरा होतो किंवा १५ ऑगस्ट आणि २६ जानेवारीला जेव्हा तिरंगा दिमाखात फडफडतो, तेव्हा या भिंतींनाही एक वेगळेच तेज चढते. कर्मचाऱ्यांच्या डब्यातील माणुसकी, एकमेकांच्या सुखात सामील होणे आणि संकटकाळात खांद्याला खांदा लावून काम करणे, यामुळे या वास्तूला

एका मोठ्या कुटुंबाचे स्वरूप प्राप्त होते.

या भिंतींना स्पर्श केला की जाणवते की, येथे केवळ अधिकार गाजवले जात नाहीत, तर जबाबदारीचे ओझेही पेलले जाते. एखादी पदोन्नती मिळाल्यावर होणारा आनंद असो किंवा एखाद्या सहकाऱ्याच्या निधनानंतर उमटलेली शांतता असो; या भिंती प्रत्येक भावनेला आपल्यात सामावून घेतात. 'आपलं मंत्रालय' ही संकल्पनाच मुळी आत्मीयतेवर आधारलेली आहे. ज्या दिवशी आपण या वास्तूला केवळ दगड-विटांची इमारत न मानता एक 'संवेदनशील जिवंत घटक' मानू, त्या दिवशी प्रशासनातील प्रत्येक निर्णय अधिक मानवी आणि सर्वस्पर्शी होईल. मंत्रालयाच्या भिंतींना भावना आहेत, कारण त्या मानवी कर्तृत्वाच्या, कष्टाच्या आणि बलिदानाच्या साक्षीदार आहेत.

या भिंतींमधील प्रत्येक कण आपल्याला सतत एकच संदेश देत असतो: तुम्ही इथे केवळ नोकरी करायला आला नाहीत, तर एका महान राज्याचे नशीब घडवायला आला आहात, म्हणूनच मंत्रालयात प्रवेश करताना केवळ ओळखपत्र दाखवून चालत नाही, तर या वास्तूशी आपलेपणाचे, श्रद्धेचे नाते जोडून आत जावे लागते. मंत्रालयाच्या या भिंतींकडे कान लावून ऐकले, तर आपल्याला महाराष्ट्राच्या प्रगतीची स्पंदने आणि उज्वल भविष्याची चाहूल स्पष्टपणे ऐकू येते.



ही वास्तू म्हणजे एक जिवंत इतिहास आहे, जो वर्तमानात श्वास घेत आहे आणि भविष्याची स्वप्ने पाहत आहे. मंत्रालयाच्या या भिंतींना लाभलेली ही भावनिक झालर जपण्याची आणि वृद्धिंगत करण्याची जबाबदारी आपल्या सर्वांची आहे. कारण जेव्हा भिंती बोलू लागतात, तेव्हा इतिहास घडत असतो.

(संहिता लेखक, महसूल विभाग, महाराष्ट्र शासन.)

# शाळा...

## मोहन काळे

शाळेचे दिवस आठवत नाही, असं कोणी नसेल आपल्यात. माझं पहिली ते चौथीपर्यंतचं शिक्षण हे मुंबईच्या महानगरपालिकेच्या शाळेत झालं. पुढे पाचवी ते दहावी गावाकडच्या शाळेत गेलो होतो. धमाल होती तेव्हा गावाकडच्या शाळेत. शाळेची वेळ सकाळची असायची. थंडी, पाऊस, ऊन याची तमा न बाळगता शाळेत वेळेवर पोहोचणे हेच आमचं ध्येय असायचं. अर्थात ज्ञान प्राप्त करण्यासाठी. पास झाल्यावर गुरुजींच्या घरी जाऊन पेढे वाटणे, हा एक गोड वार्षिक कार्यक्रम असायचा आणि त्यानिमित्त आम्हालाही पेढे खायला मिळायचे. सणवार आणि गावाकडच्या जत्रा यांची तर आम्ही आतुरतेने वाट पाहायचो. पुरणपोळी नि सारभात खाण्यासाठी सज्ज असायचो.



मला शाळेने काय दिले, याचा विचार करण्यापेक्षा मी शाळेला काय दिले, याचा सांगोपांग विचार केल्यावर आपलं उत्तर 'शून्य' असतं. ज्ञानाचं भांडार असलेल्या शाळेतून बाहेर पडून आम्ही सर्वजण कॉलेज विश्वात पाऊल ठेवतो आणि मग पुढे नोकरीत गुरफटल्यावर सगळं विसरून जातो; पण कधीतरी पुढे शाळेजवळून गेलो की, आठवतात तो काळा फळा, पांढरा खडू, ते शिक्षक, शिक्षकांचा खाल्लेला मार, फाटलेली पुस्तके, शिवलेल्या वह्या, शाळेत केलेली मस्ती, बेंचवरच्या उड्या नि जीर्ण झालेल्या भिंती आणि विखुरलेले मित्र-मैत्रिणी.

शाळा ही गोष्ट मुलांसाठी खूप लाडाची गोष्ट असते. या शाळेबद्दल,

सवंगड्यांबद्दल, शिक्षकांबद्दलच्या आठवणी; तसेच वह्या, पुस्तके, कंपास, फळा, दफतर, खेळ, मस्ती, शिक्षा, धमाल आणि अजून बरंच काही आठवून शाळेच्या दिवसात आपण स्मून् जातो. शाळा तीच असते, फक्त शिक्षक बदलतात.. मुलं बदलतात...मग, कधी-कधी वाटतं की, आपली ती शाळा नि ते शिक्षक यांना एकदातरी आठवून पाहा. बघा, आपले आठवणीतून निघून चाललेले सारे क्षण आपल्याभोवती फेर धरू लागतील. सर्व माजी विद्यार्थीनी ठरवलं, तर आपल्या शाळेचं रूप बदलू शकतो आपण.

आपल्या शाळेला सुसज्ज इमारत, प्रयोगशाळा नि ग्रंथालय, डिजिटल व्यवहारासाठी चालना, स्वच्छ पिण्याच्या पाण्याची सोय, टॉयलेटची सोय, छान रंगवलेल्या भिंती...अजून काय हवंय. आपलं सामाजिक दायित्व हेच तर नाही का? त्याच शाळेत शिकून, उच्च शिक्षण घेऊन शहरात आम्ही स्थिरावलोय. आपल्या ज्ञानाचा सध्या शाळेत शिकत असलेल्या विद्यार्थ्यांना उपयोग होईल, या शुद्ध हेतूने सर्वांनी आपापल्या परीने योगदान दिले, तर एक विधायक कार्य केल्याचे समाधान मिळेल. वेळ मिळेल तेव्हा आवर्जून शाळेला भेट द्या. तुमच्या गुरुजनांना भेटा.

मी माझ्यापरीने सुरुवात केली आहे. आता तर मुक्त संवाद साधण्यासाठी आधुनिक व्हॉट्सअॅप आहे. एकत्र या, एक गट स्थापन करा. शाळेची आठवण करा आणि बघा शाळाही तुमची आठवण करीत असेल. उतराई होऊ या शाळेच्या ऋणातून...

कधीतरी तुमच्या मुलांना तुमची जुनी शाळा दाखवा. तुमच्या शाळेतील आठवणी मुलांना सांगा. तुम्ही ज्या वर्षी दहावीची परीक्षा पास झाला, त्या वर्षातील विद्यार्थ्यांचा गट स्थापन करा. शाळेत स्नेहसंमेलन आयोजित करा. एकदिवस सर्वजण शाळेत भेटा. त्याच वर्गात, त्याच बेंचवर बसा. एक दिवस शाळेच्या आठवणीत घालवा. शक्य असेल तर शाळेला वेगवेगळ्या रूपात तुमचं योगदान द्या.

शाळा सुटली तरी पाटी फुटलेल्या विद्यार्थ्यांसाठी शाळेला तुमची गरज आहे. शाळा तुमची वाट पाहत आहे. तुम्ही कधी करताय सुरुवात या शुभकार्याला?

शाळेच्या आठवणी आपल्या आयुष्यभर पुरतात. त्या भारावलेल्या दिवसांसाठी आणि शाळेच्या आठवणीसाठी माझी एक कविता आहे. एकदा तरी आपण लहान होऊन चला, पुन्हा शाळेत जाऊ या!

(निवृत्त साहाय्यक प्रशासकीय अधिकारी, अणु ऊर्जा विभाग, भारत सरकार.  
संपर्क : ९१३८९३५१४३)



# स्थिरता

## अनया पाटील

जन्मल्यापासून ते शेवटच्या क्षासापर्यंत आपल्या, म्हणजेच प्रत्येक मनुष्य प्राण्याच्या सर्व इच्छा आकांक्षांचे मूळ आणि शेवटसुद्धा. ज्या एका गोष्टीसाठी आयुष्यभराची अस्थिरता उराशी बाळगून फिरतो ना आपण, तीच ती...कायम हवीशी वाटणारी :- स्थिरता.



एवढं मिळालं की, मी stable होईन बघ, ही जणु काही प्रत्येकाच्या आयुष्याची टॅंगलाइनच झालीय; पण हे जे काही 'स्टेबल/स्थिर' व्हायचंय ना, त्याच्या नादात आपण आपल्या आयुष्याची stability च हरवून बसलोय बहुधा...जन्माला आलो की, उभं राहण्यासाठीची धडपड करतो. परत धडपडत चालण्यासाठीची म्हणजे basic stability साठीची खटपट चालू असते. ते जमतं ना जमतं की, लगेच शाळा मागे लागते; पण खरं सांगू का, हे बालपणच असतं जेव्हा ही stability

तेवढी matter करत नसते, ना कुठे जायची घाई, ना भविष्याची हुरहुर...कारण स्वतःच्या दोन पायांवर उभे असतो ना, तेवढंच पुरे असतं...(हां, काही प्रकरणांत ते सुद्धा matter करतं बरं का, जर पालक नोकरी निमित्त बाहेर असतील तर). जसं दहावी, बारावी मागे लागते तसं आपण खऱ्या competition मध्ये उतरतो. पुढचे admissions. colleges संपतं ना संपतं की, एवढा चांगला जॉब मिळाला ना की, मी stable होईल आणि ही tagline एवढं मुला-मुलीचं लग्न उरकलं की, मी मग जरा stable होईन या वाक्यापर्यंत कसं येतं ना...इसी का नाम तो जिंदगी है जनाब!... आणि असं म्हणता म्हणता आयुष्य संपतं. बरं मग या डे called स्थिरतेचं काय होते देव जाणे...

आता या मांडलेल्या आख्यानाचं काय करावं... ही स्थिरता मिळते का कधी? की कायम अश्वत्थाम्यासारखं असंच फिरावं स्थिरतेच्या शोधात. मला तर असं वाटतं की, हे सगळं झूट असावं. मानवी रिकाम्या बुद्ध्यांची self made illusions... सुख, स्थैर्य, आनंद, उत्साह सगळं मानण्यावर अवलंबून असावं. ठेविले अनंत तैसेचि राहावे, वगैरे स्वतःचे निर्णय आहेत; पण चिंती असु घावे समाधान हे मात्र काळ्या दगडावरच्या रेषेसारखं कोरावं लागेल कुठे तरी...

भोवताली पाहते ना, तेव्हा जाणवतं की, Aims असावेत, Goals असावेत, जिज्ञासा असावी नवीन गोष्टी जाणून घेण्यासाठी. स्वतःच्या ability वर विश्वास असावा आणि ती प्रत्येक शिखरं पादाक्रांत करण्यासाठी जिद्दसुद्धा ठेवावी. जिथपर्यंत वाटतंय की, मी भरारी घेऊ शकतो/शकते, कोणत्याही अडथळ्यांची पर्वा न करता निर्धास्त जावं आणि सोबतच स्वतःलासुद्धा जपता यावं. जे क्षेत्र निवडू त्यात मनापासून काम करावं. जे काम करतोय त्यात जरी आनंद मानला तरी त्यासारखं समाधान कुठे नसेल. हां, आपण जिथं आहोत ना, वोह भी किसी की मंजिल हो सकती है। हे सुद्धा back of the mind असू घावं बारीकसं. आणि तो प्रत्येक क्षण जगावा मुक्तहस्तानं. क्या पता कल हो ना हो... एक गंमत सांगू का, यातच काय ते Stability वगैरे त्याचा अर्थ दडलाय बरं का...

माझे कॉलेजचे सर एकदा बोलता-बोलता म्हणाले होते, सुखाच्या मागे सुखाच्या शोधात कधीपर्यंत पळणार, एकदा थांबून बघ आहे तिथे, बहुतेक सुखसुद्धा तुझ्या शोधात तुझा पाठलाग करत असणार... हेच लागू पडतंय सगळीकडे आणि अगदी जसंच्या तसं...

What really matters is you and your happiness.

(पोलीस महासंचालक कार्यालय, मुंबई, महाराष्ट्र शासन.)



मे २०२६ |



# समृद्ध भारताचा विकसित संकल्प!

शैलजा विजय

आपल्या महाराष्ट्रात, भारत देशात अनेक संत महात्मे होऊन गेले. जसे संत तुकाराम, संत निवृत्तीनाथ, संत ज्ञानेश्वर माऊली, संत गोरा कुंभार, संत सोपानदेव, संत नरहरी सोनार इ. तसेच संत जनाबाई, संत मुक्ताबाई, संत मीराबाई, संत रामदास इत्यादी संताची मांदियाळी आपल्या देशात होऊन गेली. सर्व जातिधर्माचे संत होते.

छत्रपती शिवाजी महाराज, राजमाता जिजाऊ आई; तसेच अनेक वीर यांनी आपला इतिहास उजळला आहे. प्रत्येक संतांनी लोकांना सदुपदेश केला. जीवनाचे अंतिम सत्य जगाला पटविण्याचा प्रयत्न केला. विविध साहित्याद्वारे समाजाचे प्रबोधन केले. संत तुकारामांची ग्रंथगाथा, संत रामदासांचे मनाचे श्लोक-दासबोध, संत ज्ञानेश्वरांची ज्ञानेश्वरी सर्वात उच्चस्थानी असलेली 'भगवद्गीता', श्रीकृष्णांनी अर्जुनाला उपदेशामृत म्हणून दिलेले ज्ञान!! आपले वेद पुराणसारखे ज्ञानाचे भंडार असलेले लेखन याचे अमाप भंडार आपल्याकडे आहे.

प्रत्येक संताची वेगवेगळी धर्मस्थाने. वस्तिस्थाने याचे भारतीयांना व संपूर्ण जगाला अप्रूप आहे. विविध देश-परदेशातून जनसमुदाय त्यांच्या तीर्थक्षेत्रांना भेट देण्यासाठी येतात, ज्ञानामृत वेचतात.

परंतु प्रत्येक तीर्थक्षेत्री पिण्याचे पाणी खाद्यपदार्थ, शौचालये, स्वच्छता गृहे यांची इतकी हेळसांड आहे. योग्यरीत्या साफसफाई राखली जात नाही. परदेशातून येणारे पाहुणे आपल्या या व्यवस्थेला नावे ठेवतात. मुबलक पाणीही उपलब्ध नसते. अनेक लोक व पर्यटक तीर्थक्षेत्रांना सोने, नाणे, अर्पण करतात. देवालयांच्या ट्रस्टीकडे अमाप पैसा असतो. त्या धनाचा योग्य उपयोग करून मुबलक पाणपोया, स्वच्छता गृहे, शौचालये बांधणे गरजेचे आहे.

तसेच पुरेशी साफसफाई कर्मचारी उपलब्ध करून त्यांचे पगार व

भत्ते यावर नजर ठेवणे आवश्यक आहे. वरील दिलेल्या त्रुटीमुळे महिला, पुरुष व बालके यांची अतिशय गैरसोय होते.

विशेष एनजीओची आखणी करावी. गलेलड्डु मानधन घेणाऱ्या अभिनेत्री व अभिनेत्यांनी या कार्यात मोठ्या प्रमाणात सहभाग द्यावा. रुग्णालय, शिक्षण संस्था, एसटी डेपो येथेही वरील सुविधा उपलब्ध करून द्याव्यात. काही अभिनेते, अभिनेत्री यांनी या सुविधा केल्या आहेत; परंतु लोकसंख्येच्या मानाने हे प्रमाण व्यस्त आहे. अपंगांसाठी, वृद्धांसाठी सोयी-सुविधाचा विचार होणे गरजेचे आहे, या कार्यासाठी महिलावर्ग आपला ऋणी राहिल.

८ मार्च महिला दिन साजरा करून हा प्रश्न सुटणार नाही.

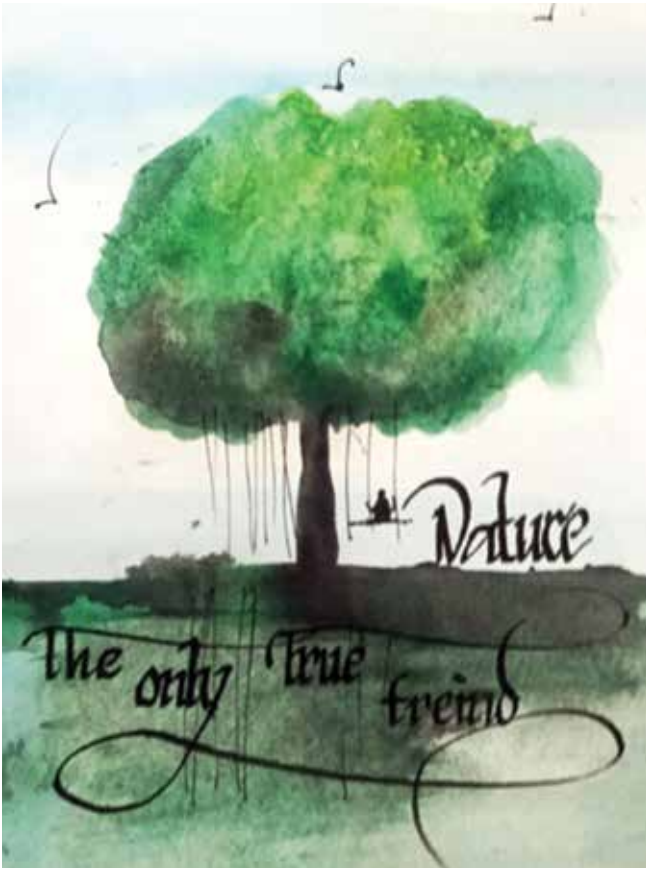
गतकाळात अनेक महिलांनी, पुरुषांनी आपल्या संसारावर तुळशीपत्र ठेवून समाजाची अवहेलना सोसत शिक्षणासाठी, समाजासाठी देशाच्या हितासाठी प्रयत्न केला, तेव्हा आपण सुशिक्षित झालो.

अनेक क्षेत्रात उच्चपदी पोहोचलेल्या लोकांची चरित्रे वाचल्याने त्यांचे कष्टमय जीवनकार्य कळते. त्यांची कष्टाने ध्येय गाठण्याची ईर्ष्या समजते. अनेक लेखक, लेखिका, कवी-कवयित्री रिक्षाचालक, वाहनचालक, कारचालक दुकानदार, दुकान कर्मचारी, डॉक्टर, शिक्षक, पायलट, लिपिक, विविध कार्यालयातील, मंत्रालयातील कर्मचारी, प्रधानमंत्री, मुख्यमंत्री व इतर राजकारणी प्राध्यापक या सर्वांच्या सहकार्याने एकत्रित प्रयत्नाने आपला भारत महान झाला आहे.

आता आपल्या देशाला स्वच्छ, सुंदर सर्वगुणसंपन्न बनविण्याचा संकल्प करू या...

(निवृत्त मुख्याध्यापिका.)





# झोक्यावर मी आहे!

अश्विनी धावणे

झोक्यावर मी आहे. निसर्गाशी हितगुज करित आहे. वाहणाऱ्या वाऱ्याशी त्याची काळजी घेण्यास सांगत आहे, कारण तो जोरात धावला की, माझ्या शेतकऱ्याच्या झाडाचे आंबे पडतील, आम्हाला पाऊस देणारा काळाभोर ढग तू पळवू नकोस असं सांगितलं. उडणाऱ्या पक्ष्यांना बोलले की, तुझ्या पंखात असलेलं अद्भुत बळ मला दे, तुझ्या पंखांनी एक दिवस मलाही आकाशी उडण्याचा तो आनंद साठवून घ्यायचा आहे. निव्या आकाशाप्रमाणे मन माझं विशाल झालं आहे. पायाला लागणारं कोवळ कुरण पायाला गुदगुद्या करित हसत आहे. पृथ्वीवर आनंदी जिवंतपणाचं सुख मला लाभलं आहे. मन माझं वडाच्या पारंब्याला लोंबकळून लांब झोका घेण्याची मजा घेत आहे.

(पर्यटन व सांस्कृतिक विभाग, महाराष्ट्र शासन.)



# माणुसकी आणि मुखवटे

जयप्रकाश बानाईत

जीवनात प्रत्येक व्यक्ती काही ना काही मुखवटा घालून जगत असते. कधी आनंदाचा, कधी सद्गुणांचा, तर कधी प्रेमाचा. मात्र प्रसंगांच्या कसोटीवर हे मुखवटे आपोआप गळून पडतात आणि व्यक्तीची खरी ओळख समोर येते. तेव्हा स्पष्ट होते की, शब्द नव्हे, तर कृतीच माणसाचे खरे स्वरूप दर्शविते.

मुखवट्यांमागील कृत्रिमता क्षणभर आकर्षक वाटत असली, तरी सत्याच्या प्रकाशात ती टिकू शकत नाही. माणसाचे खरे सौंदर्य शिक्षणात किंवा संपत्तीत नसून, त्याच्या स्वभावात आणि सत्यनिष्ठेत असते. शिक्षणाच्या पदव्या मान-सन्मान मिळवून देऊ शकतात; परंतु खरी ओळख माणुसकीतूनच निर्माण होते. माणुसकी नसल्यास कोणतेही ज्ञान अपूर्ण ठरते.

आधुनिक काळात माणूस तंत्रज्ञानाच्या प्रगतीमुळे उंचावला असला, तरी माणुसकी मात्र काही प्रमाणात मागे पडल्याचे जाणवते. समाजात अनेकदा बनावट हसू, औपचारिक नम्रता आणि दिखाऊ दयाळूपणा दिसून येतो, परंतु या बाह्य आवरणामागील वास्तव लवकरच

उघड होते.

माणुसकी म्हणजे केवळ शब्द किंवा भाषण नव्हे, तर दुसऱ्याच्या दुःखात सहभागी होणे, आवश्यकतेच्या वेळी आधार देणे आणि चूक झाल्यास नम्रतेने माफी मागणे होय. जिथे माणुसकी असते, तिथे प्रामाणिकपणा आणि प्रेमाचा ओलावा स्वाभाविकपणे दिसून येतो.

खरी श्रीमंती ही संपत्तीमध्ये नसून, माणुसकीत आहे. पद, प्रतिष्ठा आणि सत्ता क्षणभंगुर असतात; परंतु आपल्या वर्तनातून निर्माण होणारा आदर आणि प्रेम हेच चिरस्थायी असते. त्यामुळे मुखवट्यांपेक्षा माणुसकी जपणे आवश्यक आहे. जिथे मन खरे असते, तिथे वागणूकही खरी असते. माणुसकी म्हणजे माणसाने माणसाशी सहानुभूती व आदराने वागणे, हाच तिचा खरा अर्थ आहे.

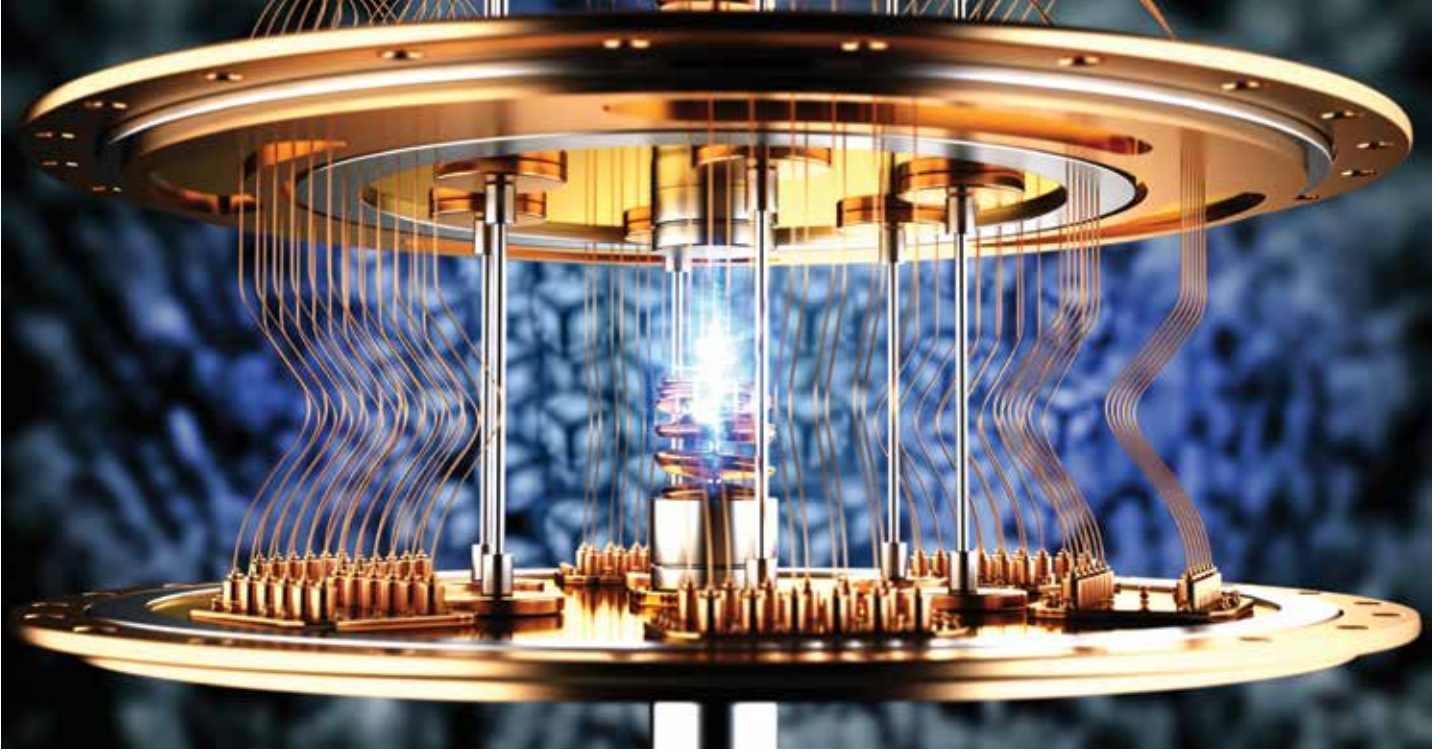
(लिपिक-टंकलेखक, विभागीय माहिती कार्यालय, अमरावती, महाराष्ट्र शासन.)



मे २०२६ |



# क्वांटम कॉम्प्युटिंग म्हणजे काय ?



क्वांटम कॉम्प्युटिंग हे Quantum Mechanics या भौतिकशास्त्राच्या नियमांवर आधारित प्रगत तंत्रज्ञान आहे, जे पारंपरिक संगणकांपेक्षा खूप वेगाने काम करू शकते.

## क्लासिकल vs क्वांटम संगणक

पारंपरिक (Classical) संगणक 'बिट्स' (० किंवा १) वापरतात, तर क्वांटम संगणक 'क्युबिट्स' (Qubits) वापरतात, जे एकाच वेळी अनेक स्थितीत असू शकतात.

## क्युबिट्स (Qubits)

क्युबिट्स हे क्वांटम संगणकाची मूलभूत एकक असून, ते एकाच वेळी ० आणि १ या दोन्ही स्थितीत असू शकतात. ज्यामुळे गणन क्षमता वाढते.

## सुपरपोजिशन (Superposition)

Quantum Superposition या तत्त्वामुळे क्युबिट्स एकाच वेळी अनेक शक्यता हाताळू शकतात, त्यामुळे गणना जलद होते.

## एन्टंगलमेंट (Entanglement)

Quantum Entanglement या प्रक्रियेमध्ये क्युबिट्स एकमेकांशी जोडलेले असतात. एक क्युबिट बदलला, तर दुसराही त्वरित बदलतो.

## अतिवेगवान क्षमता

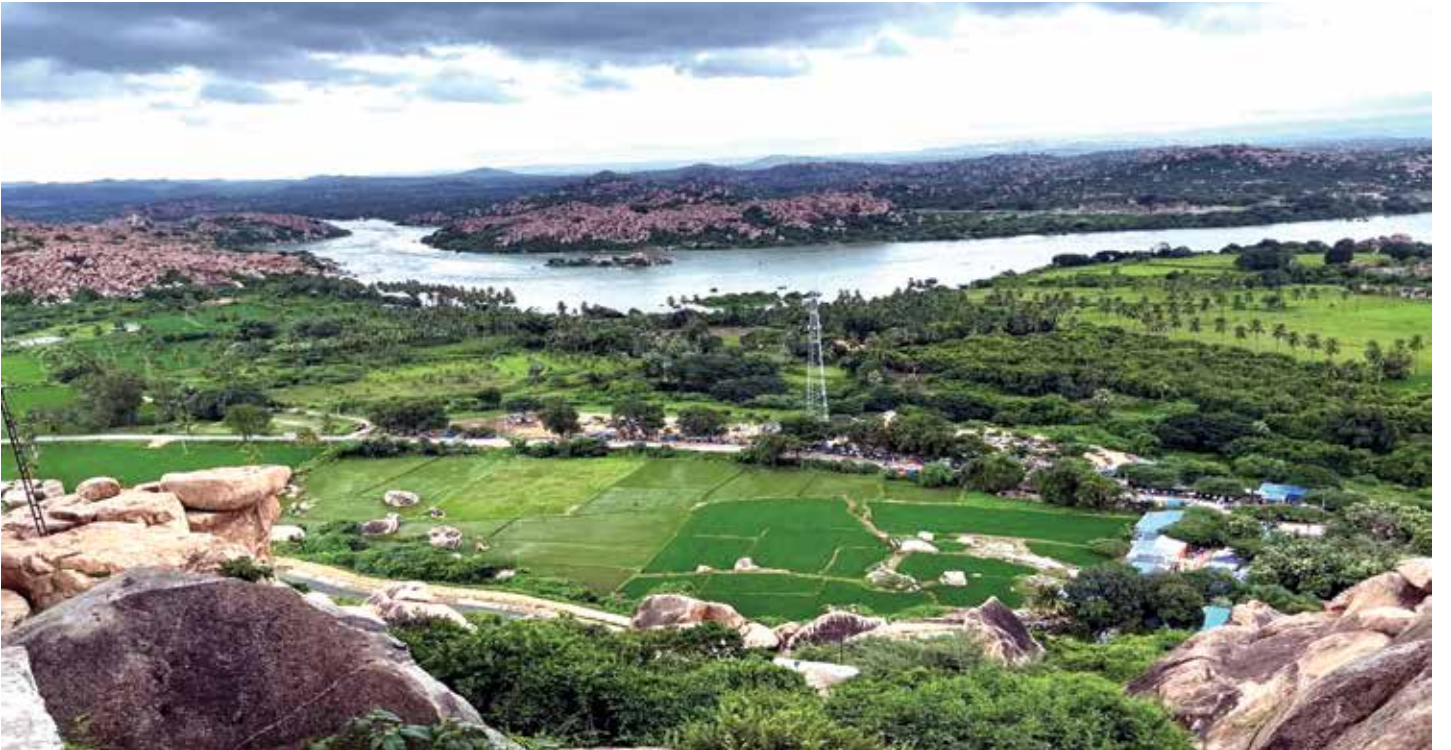
Google ने विकसित केलेल्या "Willow" चिपसारखे क्वांटम प्रोसेसर काही मिनिटांत अशा समस्या सोडवू शकतात, ज्या सुपर कॉम्प्युटरला लाखो वर्षे लागतील.

## महत्त्वाचे उपयोग

- औषध संशोधन आणि नवीन औषधांची निर्मिती.
- हवामान अंदाज अधिक अचूक करणे.
- सायबर सुरक्षा मजबूत करणे.
- कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआय) सुधारणा.

क्वांटम कॉम्प्युटिंगमुळे विज्ञान, उद्योग आणि तंत्रज्ञान क्षेत्रात मोठी क्रांती घडण्याची शक्यता आहे. क्वांटम कॉम्प्युटिंग हे भविष्यातील तंत्रज्ञान असून, ते जटिल समस्या सोडवण्यासाठी अत्यंत प्रभावी आणि वेगवान साधन ठरणार आहे.



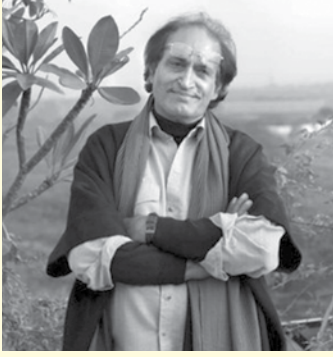


(सर्व छायाचित्रे : अजय भोसले, अवर सचिव, सामान्य प्रशासन विभाग, महाराष्ट्र शासन.) (ठिकाण : हम्पी)

मे २०२६ |



## ज्येष्ठ छायाचित्रकार रघू राय यांना भावपूर्ण श्रद्धांजली...



चित्रकार व छायाचित्रकार रघू राय यांच्या निधनाने भारतीय पत्रकारिता आणि छायाचित्रण क्षेत्रातील एक दिग्गज व्यक्तिमत्त्व हरपले आहे. रघू राय यांनी आपल्या कॅमेऱ्याच्या माध्यमातून भारताचा इतिहास, समाजजीवन आणि मानवी भावभावनांचे अत्यंत प्रभावी आणि जिवंत चित्रण केले. त्यांच्या छायाचित्रांमध्ये केवळ दृश्य नोंद

नसून, त्या प्रत्येक फ्रेममधून एक कथा उलगडताना दिसायची.

रघू राय हे प्रसिद्ध आंतरराष्ट्रीय छायाचित्र संस्था 'मॅग्नम फोटोस'शी संलग्न असलेले पहिले भारतीय छायाचित्रकार होते, ही त्यांच्या कार्याची मोठी ओळख आहे. त्यांच्या छायाचित्रण शैलीत वास्तववाद आणि संवेदनशीलता यांचा सुंदर संगम आढळतो. विशेषतः भोपाळ वायू दुर्घटनेनंतर त्यांनी घेतलेली छायाचित्रे अत्यंत हृदयस्पर्शी ठरली. त्या छायाचित्रांमधून पीडितांच्या वेदना, असाहाय्यता आणि मानवी दुःख जागतिक स्तरावर पोहोचवण्यात त्यांनी महत्त्वाची भूमिका बजावली. त्यांच्या कामामुळे छायाचित्रण केवळ कला माध्यम न राहता सामाजिक जागरूकतेचे प्रभावी साधन ठरले.



## शासन आणि 'युनिसेफ' मार्फत खेळ

### संवाद माध्यम : विद्यार्थ्यांना लिंग समभावाचे धडे

लिंगभेद दूर करण्याबाबत राज्य शासनाच्या साहाय्याने अंगाई आणि युनिसेफतर्फे 'लिंग समभाव' या विषयावर विद्यार्थी, शिक्षक आणि पालक यांना प्रबोधनपर प्रशिक्षण दिले जात आहे. युनिसेफ आणि अंगाई (UNGEI)

यांच्या सहकार्याने देशात पहिल्यांदा धाराशीव जिल्ह्यात प्रायोगिक तत्त्वावर राबविण्यात आलेल्या 'लिंग समभाव' शिक्षण उपक्रमामुळे ग्रामीण मुलींच्या आयुष्यात सकारात्मक बदल घडून येत आहे.

खेळाधारित शिक्षण, संवाद आणि सहभागात्मक उपक्रमांच्या माध्यमातून किशोरवयीन मुला-मुलींमध्ये समानतेची जाणीव निर्माण होत आहे.

हा प्रकल्प महाराष्ट्र राज्य शिक्षण विभागांतर्गत येणाऱ्या शिक्षण आणि प्रशिक्षणाची जिल्हा संस्था डाएटच्या (डीआयईटी) सहकार्याने राबवण्यात आला.



## ३६ वी महाराष्ट्र राज्य मराठी व्यावसायिक नाट्य स्पर्धा

### अंतिम फेरीसाठी दहा नाटकांची निवड

सन २०२५-२६ या वर्षी आयोजित करण्यात आलेल्या ३६व्या महाराष्ट्र राज्य मराठी व्यावसायिक नाट्य स्पर्धेच्या प्राथमिक फेरीच्या निकालाची घोषणा सांस्कृतिक कार्य संचालनालयामार्फत करण्यात आली असून, या स्पर्धेच्या अंतिम फेरीसाठी दहा नाटकांची निवड करण्यात आली आहे.

या स्पर्धेत एकूण २७ व्यावसायिक नाट्यसंस्थांनी प्रयोग सादर केले होते. त्यातून निवड झालेल्या दहा नाटकांची नावे पुढीलप्रमाणे - सविता दामोदर परांजपे (त्रिकुट व मॅनमेकर्स मीडिया), चिरंजीव



परफेक्ट बिघडलाय (जिगिषा क्रिएशन्स), कुटुंब किरतन (गौरी थिएटर्स), संगीत बोलविता धनी (कल्पकला एंटरप्रायझेस), शंकर जयकिशन (भरत जाधव एंटरटेनमेंट), भूमिका (जिगिषा व अष्टविनायक), करुणाष्टके (भद्रकाली प्रॉडक्शन्स), उरलंय फॉरएव्हर (वाईडविंग्ज मीडिया), मी vs मी (कल्पकला एंटरप्रायझेस), एकदा पाहावं करुन (अस्मय थिएटर्स).





# TECH-वारी

## Maha - Tech Learning Week



**W**isdom through wellness and Work-life Balance

**A**wareness of Emerging technologies

**R**eform in Governance Practices

**I**nformed and Inclusive Workforce



@GAD(Services)GoM



@TECH-वारी



@Maharashtra-GAD Services



@ACS\_GADServices

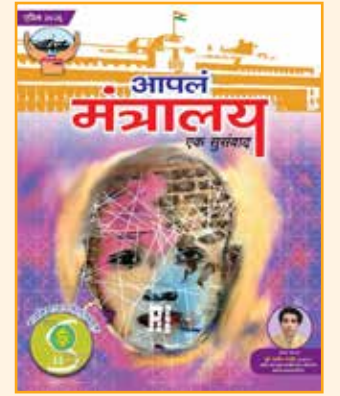
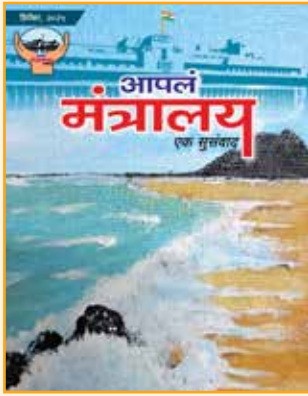
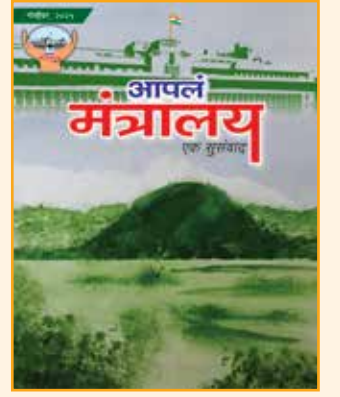
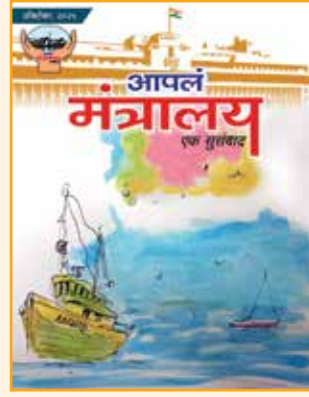
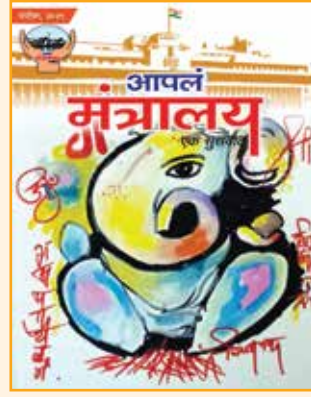


techlearningweek@gmail.com



# लिहिते व्हा... आपलं मंत्रालय

माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालयनिर्मित 'आपलं मंत्रालय' हे गृहपत्रिका करण्याचे नियोजित आहे. मंत्रालयातील विविध विभागांचे अधिकारी-कर्मचारी यांनी आपल्या कथा, कविता, स्वानुभव, पाककला, भ्रमंती, विशेष छायाचित्रे, व्यंगचित्रे; तसेच विभागातील पदोन्नती, निवृत्ती या संदर्भातील साहित्य (युनिकोड वर्ड फाईल स्वरूपात) खालील दिलेल्या ई-मेलवर पाठवावेत.



## आपलं मंत्रालय

प्रकाशने शाखा, माहिती व जनसंपर्क महासंचालनालय, १७ वा मजला, नवीन प्रशासकीय भवन, मंत्रालय, मुंबई. ई-मेल : [aaplemantralay@gmail.com](mailto:aaplemantralay@gmail.com)

Visit: [www.mahasamvad.in](http://www.mahasamvad.in) | Follow Us: [/MahaDGIPR](https://www.youtube.com/channel/UC...)

Like Us: [/MahaDGIPR](https://www.facebook.com/MahaDGIPR) | Subscribe Us: [YouTube](https://www.youtube.com/channel/UC...) [Instagram](https://www.instagram.com/MahaDGIPR) [e](https://www.linkedin.com/company/MahaDGIPR) [/MaharashtraDGIPR](https://www.youtube.com/channel/UC...)