एप्रिल २०२६

चैत्र / वैशाख
शके १९४८

कालनिर्णय

४

वार					
र रविवार		चैत्र कृ. ३ संकष्ट चतुर्थी चंद्रोदय ०९.२६ दुर्गादेवी रथयात्रा-आंजर्ले (रत्नागिरी) ईस्टर संडे **५** ०६.०५ १८.२७ तुळ १७.२७	चैत्र कृ. १० शुभ दिवस पारशी आदर मासारंभ (दु.१.०२प.) नाना महाराज तराणेकर पुण्यतिथी -नागपूर व इंदौर **१२** ०५.५९ १८.३० मकर २७.४४	वैशाख शु. २ अक्षय्य तृतीया श्री परशुराम जयंती महात्मा बसवेश्वर जयंती मुस्लिम जिल्काद मासारंभ **१९** ०५.५४ १८.३२ मेष १२.३१	वैशाख शु. १० कालभैरव यात्रा-निमगांव (बुलढाणा) माता वासवी कन्यका प्रकट दिन माता निमिषम्बादेवी प्रकट दिन **२६** ०५.४९ १८.३४ सिंह
सो सोमवार	'भीम स्तुती 'साठी सोबतचा QR कोड स्कॅन करा. 'मारुती स्तोत्रा 'साठी सोबतचा QR कोड स्कॅन करा.	चैत्र कृ. ४ शुभ दिवस (दु.३.२४प.) **६** ०६.०५ १८.२८ वृश्चिक	चैत्र कृ. ११ शुभ दिवस वरुथिनी एकादशी श्री वल्लभाचार्य जयंती रेडासमाधी उत्सव-आळे (जुन्नर) काळभैरव यात्रा -सोनारी-परांडा (धाराशिव) **१३** ०५.५९ १८.३० कुंभ	वैशाख शु. ३/४ सौर ग्रीष्म ऋतू प्रारंभ विनायक चतुर्थी तिसरी तीज वर्षीतपसमापन (जैन) नाथनंगे महाराज पुण्यतिथी-डव्हा (अकोला) **२०** ०५.५३ १८.३२ वृषभ	वैशाख शु. ११ मोहिनी एकादशी सखाराम महाराज रथोत्सव-अमळनेर **२७** ०५.४८ १८.३५ सिंह २७.३५
मं मंगळवार	* अधिक शास्त्रार्थ २. देवीची यात्रा-कोराडी (नागपूर) महालक्ष्मी रथोत्सव-कोल्हापूर तुळजाभवानी देवी उत्सव-तुळजापूर जगदंबा उत्सव-शिंपी (जळगांव) सप्तशृंगीदेवी यात्रा-नांदुरी (नाशिक) रेणुकादेवी यात्रा उत्सव-चिखली (बुलढाणा) ज्वालामुखीदेवी यात्रा-हिंगलासपूर (अमरावती) रेणुका यात्रा-हातवळण देवीचे (अहिल्यानगर)	चैत्र कृ. ५ जागतिक आरोग्य दिन **७** ०६.०४ १८.२८ वृश्चिक २९.५३	चैत्र कृ. १२ भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर जयंती तिथिवासर सकाळी ०६.५४पर्यंत वैशाखी (पंजाब) भोजाजी महाराज पुण्यतिथी यात्रा -आजनसुरा(वर्धा) **१४** ०५.५८ १८.३० कुंभ	वैशाख शु. ५ शुभ दिवस श्री आद्य शंकराचार्य जयंती भारतीय वैशाख मासारंभ गोविंद महाराज पुण्यतिथी-अमरावती **२१** ०५.५२ १८.३३ वृषभ १३.००	वैशाख शु. १२ शुभ दिवस पद्मनाथस्वामी बोवासाहेब महाराज पुण्यतिथी-धुळे **२८** ०५.४७ १८.३५ कन्या
बु बुधवार	चैत्र शु. १४ हनुमान जन्मोत्सव उपवास ज्योतिर्लिंग यात्रा-कोल्हापूर सत्यदेव महाराज जयंती -नवी भारवाडी (अमरावती) पौर्णिमा प्रारंभ सकाळी ०७.०६ **१** ०६.०९ १८.२६ कन्या	चैत्र कृ. ६ **८** ०६.०३ १८.२८ धनु	चैत्र कृ. १३ प्रदोष शिवरात्री श्री अक्कलकोट स्वामी महाराज पुण्यतिथी संत गोरोबाकाका पुण्यतिथी **१५** ०५.५७ १८.३१ कुंभ ०९.३७	वैशाख शु. ६ श्री रामानुजाचार्य जयंती श्रीनृसिंह नवरात्रारंभ **२२** ०५.५१ १८.३३ मिथुन	वैशाख शु. १३ शुभ दिवस प्रदोष **२९** ०५.४६ १८.३६ कन्या
गु गुरुवार	चैत्र पौर्णिमा वैशाखस्नानारंभ हनुमान जन्मोत्सव पिसाह (ज्यू) आयंबील ओळी समाप्ती (जैन) छत्रपती शिवाजी महाराज पुण्यतिथी (तिथीप्रमाणे) महालक्ष्मी रथोत्सव-केळशी भैयाजी महाराज निर्वाण दिन-ताज आनंदाश्रम (सावंगी) * पौर्णिमा समाप्ती सकाळी ०७.४१ **२** ०६.०८ १८.२६ कन्या	चैत्र कृ. ७ **९** ०६.०२ १८.२९ धनु	चैत्र कृ. १४ अमावास्या प्रारंभ रात्रौ ०८.११ **१६** ०५.५६ १८.३१ मीन	वैशाख शु. ७ शुभ दिवस गंगासप्तमी जागतिक पुस्तक दिन गुरुपुष्यामृतयोग रात्रौ ०८.५७पासून सकाळी ०६.१७पर्यंत गंगापूजन तुकारामस्वामी प्रकट दिन -मोहपा (नागपूर) **२३** ०५.५१ १८.३३ मिथुन १५.१२	वैशाख शु. १४ शुभ दिवस श्री नृसिंह जयंती राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज जयंती पौर्णिमा प्रारंभ रात्रौ ०९.१२ **३०** ०५.४६ १८.३६ कन्या १३.१३
शु शुक्रवार	चैत्र कृ. १ शुभ दिवस गुड फ्रायडे अंबानाथ यात्रा-सांगळूद (अकोला) छत्रपती शिवाजी महाराज पुण्यतिथी (तारखेप्रमाणे) **३** ०६.०७ १८.२७ कन्या ०६.२८	चैत्र कृ. ८ कालाष्टमी मळगंगामाता यात्रा-निघोज (अहिल्यानगर) **१०** ०६.०१ १८.२९ धनु १८.०२	चैत्र अमावास्या दर्श अमावास्या नारायणस्वामी पुण्यतिथी-नृसिंहवाडी अमावास्या समाप्ती सायं. ०५.२२ **१७** ०५.५५ १८.३१ मीन १२.०२	वैशाख शु. ८ शुभ दिवस (स.८.०१नं.) दुर्गाष्टमी शंकर महाराज पुण्यतिथी-धनकवडी (पुणे) हंसराजस्वामी पुण्यतिथी-परांडा (धाराशिव) **२४** ०५.५० १८.३४ कर्क	फिनोलेक्स पाईप्स & फिटिंग्ज
श शनिवार	चैत्र कृ. २ शुभ दिवस श्री श्रीधरस्वामी पुण्यतिथी **४** ०६.०६ १८.२७ तुळ	चैत्र कृ. ९ महात्मा जोतिबा फुले जयंती **११** ०६.०० १८.२९ मकर	वैशाख शु. १ शुभ दिवस वैशाख मासारंभ चंद्रदर्शन वज्रेश्वरी पालखी भानुदास महाराज पुण्यतिथी-सातेफळ (अमरावती) **१८** ०५.५५ १८.३२ मेष	वैशाख शु. ९ सीता नवमी पुरुषोत्तम महाराज पुण्यतिथी-काटोल रामनाथस्वामी यात्रा-वाढोणा (अमरावती) **२५** ०५.४९ १८.३४ कर्क २०.०४	

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १० ११ १२ १३ १४ १५ १६ १७ १८ १९ २० २१ २२ २३ २४ २५ २६ २७ २८ २९ ३०

मार्च २०२६

र	१	८	१५	२२	२९
सो	२	९	१६	२३	३०
मं	३	१०	१७	२४	३१
बु	४	११	१८	२५	
गु	५	१२	१९	२६	
शु	६	१३	२०	२७	
श	७	१४	२१	२८	

मे २०२६

र	३१	३	१०	१७	२४
सो		४	११	१८	२५
मं		५	१२	१९	२६
बु		६	१३	२०	२७
गु		७	१४	२१	२८
शु	१	८	१५	२२	२९
श	२	९	१६	२३	३०

Aacharya Academy
Disclaimer : This Aacharya Academy belongs to Prashant Bhirange sir and we have only one branch at Akruti sankul Sadashiv peth Pune
Just 50/-* Per Session
11th Maths
12th Maths
NDA Maths
JEE Maths
CET Maths
Call Now: 9623421397
mathsaacharya.com
Have Professional coaching save time save money strengthen the concepts
(*taxes extra ** terms and conditions apply)
UM

GIRNAR
MY CHAI MY TIME

सुमंगल
कालनिर्णय
भारतीय परंपरेचे सांस्कृतिक प्रतीक

जगातील सर्वाधिक खपाचे ABC* प्रकाशन
*Audit Bureau of Circulations

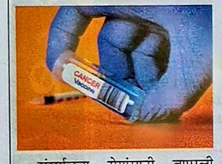
GIRNAR
MY CHAI MY TIME

कर्करोगाची लस आली?

□ डॉ. सुलोचना गवांदे

आजच्या आधुनिक जगात माणसे पूर्वी कधी न अनुभवलेले दीर्घायुष्य उपभोगत आहेत. याचे एक महत्त्वाचे कारण म्हणजे बहुतेक संसर्गजन्य आजारांवर प्रभावी लस उपलब्ध आहेत. अनेक रोग आज कह्यात ठेवणे शक्य झाले असले तरी अजूनही कर्करोगाची भीती लोकांच्या मनात कायम आहे. कारण हा आजार गंभीर आणि वेळप्रसंगी जीवघेणा असतो. शिवाय, त्याचे उपचारदेखील क्लेशकारक असतात. त्यामुळे कित्येक माणसांना एक प्रश्न आणि आशा असते, की एखादी लस वापरून कर्करोगाचे निर्मूलन करता येईल का?

कर्करोग शरीराच्या अंगभूत पेशींमधून निर्माण होतो. तंबाखू, क्ष किरण या आणि अशा अनेक कर्ककारक गोष्टींमुळे जनुकांना इजा होऊन त्यांची रचना बदलते, याला म्युटेशन (Mutation) असे म्हणतात. पर्यायाने पेशींच्या विभाजनाचे नियंत्रण बिघडते. चुकार पेशी अमर्याद वाढत जाऊन त्यांची गाठ बनते. यातील काही पेशी रक्त किंवा लिम्फ (शरीरातील पेशींमधून स्त्रवणारा एक प्रकारचा द्रव) यातून शरीराच्या इतर भागात पसरतात व वाढू लागतात. याला कर्करोग म्हणतात.



संसर्गजन्य रोगांसाठी वापरली जाणारी लस प्रतिबंधक असते. या प्रक्रियेत लस प्रतिक्षमता संस्थेला बाह्य जंतू/विषाणूंना मारून शरीराचे संरक्षण करण्यास शिकवते. अगदी थोडे कर्करोग विषाणूंमुळे उद्भवतात. त्यांच्यासाठी लस वापरून विषाणू संसर्ग थांबवला तर कर्करोगाची शक्यताही कमी होते. अशी प्रतिबंधक लस मोजक्या प्रकारच्या कर्करोगांसाठी उपलब्ध आहे. त्यातील एक म्हणजे एच पी व्ही (Human Papilloma Virus) व्हॅक्सिन. HPV विषाणूंची बाधा होऊन स्त्रियांना योनीचा आणि पुरुषांना जननेंद्रियाचा व इतर लैंगिक अवयवांशी संबंधित कर्करोग होण्याची शक्यता वाढते. लस घेतली तर हा धोका मोठ्या प्रमाणात कमी होतो. काही लोकांना Hepatitis-B या विषाणूंमुळे यकृताचा आजार होतो आणि जर तो आटोक्यात आला नाही तर यकृताचा कर्करोग होऊ शकतो. लस घेतल्याने हा धोका टाळता येतो.

इतर प्रकारच्या कर्करोगासाठी प्रतिबंधक लस बनवणे शक्य नाही कारण कर्करोगाच्या पेशी शरीराच्या एक भाग बनून वाढतात. त्यामुळे जंतू आणि इतर अपायकारक बाह्य गोष्टी नष्ट करणारी रोगप्रतिकारक शक्ती या अंतर्गत किंवा 'आपल्या' असणाऱ्या रोगी पेशींना इजा करत नाहीत. म्हणून लस बनवण्यासाठी कर्करोगाच्या पेशींचे वेगळे गुणधर्म शोधून त्यांनाच लक्ष्य करायला हवे.

पृष्ठभागावर असलेल्या काही विविक्षित प्रथिनांमुळे (Antigens) कर्करोगाच्या पेशी वेगळ्या ओळखता येतात. कित्येकदा त्या विशेष प्रथिनांची ढाल बनवून स्वतःचा बचाव करतात. प्रतिक्षमता संस्थेला या पेशी अनोळखी व घातक आहेत याची जाणीव करून दिली तर त्यांचा संहार करणे शक्य आहे. या विचारातून झालेल्या संशोधनामुळे कर्करोगासाठी प्रतिबंधक नाही तर उपचारात्मक लस विकसित करण्यात बरेच यश मिळते आहे.

लस वापरण्याच्या एका प्रकारात कर्करोग पेशींची काळजीपूर्वक निवडलेली प्रथिने रुग्णाच्या शरीरात द्राव म्हणून घालतात किंवा प्रयोगशाळेत त्यांना रोगप्रतिकारक पेशींच्या संपर्कात आणले जाते. यामुळे प्रतिक्षमता संस्थेला हे समजते की अशी प्रथिने बाळगणाऱ्या कर्करोगाच्या पेशींना नष्ट करायचे. असे प्रशिक्षण दिलेल्या प्रतिक्षमता पेशी अनेक मार्गांनी कर्करोगावर नियंत्रण करतात. मुख्यत्वे रोगाची गाठ वाढण्यापासून अथवा पसरण्यापासून थांबवणे, इतर उपचारातून वाचलेल्या कर्करोग पेशींना नष्ट करणे आणि बऱ्या झालेल्या कर्करोगाचा पुनरुद्भव टाळणे. कर्करोगाच्या प्रकाराप्रमाणे पेशींवरील प्रथिने बदलतात. उदा. त्वचेच्या कर्कपेशी आणि स्वादुपिंडाच्या कर्कपेशी यावर वेगळ्या प्रकारची प्रथिने आढळतात. या गोष्टीचा फायदा घेऊन अनेक प्रकारच्या कर्करोगांविरुद्ध उपचारात्मक लस तयार करण्यासाठी क्लिनिकल चाचण्या चालू आहेत.

अमेरिकेच्या FDA या नियामक मंडळाने आतापर्यंत कर्करोगाच्या चार उपचारात्मक लसींना मंजुरी दिली आहे. त्यातील एक प्रोस्टेट ग्रंथीच्या कर्करोगासाठी प्रथिने वापरून बनवली आहे. तर दोन लसी मूत्राशयाच्या कर्करोगासाठी आहेत. एकामध्ये क्षय रोगाकरिता बनवलेली लस वापरली जाते तर दुसरी लस कमकुवत कर्ककारक विषाणूंपासून निर्माण केली आहे. शेवटची (चौथी) त्वचेच्या कर्करोगाची लस परिवर्तित कर्ककारक विषाणू वापरून बनवली आहे.

प्रथिने वापरून लस बनवण्याची पद्धत खर्चीक, क्लिष्ट व वेळखाऊ असली तरी त्यात परिणामसुद्धा चांगले मिळतात. बाकी पद्धती प्रतिक्षमता संस्थेला उद्युक्त करण्याच्या ढोबळ उद्देशाने वापरल्या जातात, यात विशिष्ट प्रथिनांना लक्ष्य केले जात नाही. परंतु इतर उपचारांना दाद न देणाऱ्या कर्करोगासाठी अशी लस काही प्रमाणात उपयोगी पडू शकते.

लस विकसित करण्यासाठी अत्यंत प्रगत संशोधन म्हणजे प्रथिने न वापरता M-RNA (Messenger RNA) किंवा गुणसूत्रे म्हणजे DNA यांच्या मार्फत प्रतिक्षमता पेशींना योग्य त्या सूचना देऊन कर्कपेशींना मारण्यास प्रवृत्त करणे. यापैकी M-RNA तंत्राचा यशस्वी उपयोग कोरोनाची लस बनवण्यासाठी केला होता. अशाच प्रकारे कर्करोगासाठी चाचणी चालू आहे.

कर्करोगाची लस उपचारात्मक आहे म्हणजे ती आजार झाल्यानंतरच दिली जाते. या लसीचा उपयोग नेहमीच हवा तसा होत नाही. कर्करोग पेशी स्वतःचे रूप बदलतात किंवा नवीन आवरण बनवून प्रतिक्षमता पेशींना फसवतात किंवा त्यांचा मारा निष्प्रभ करतात. अशक्त वा वृद्ध रुग्ण यांची प्रतिक्षमता संस्था कमकुवत असू शकते त्यामुळे त्यांच्या शरीरात लस कर्करोगावर सबळ हल्ला चढवू शकत नाही. कर्करोगाची गाठ खूप मोठी असेल तर प्रतिक्षमता पेशी ती पूर्णपणे भेदू शकत नाहीत किंवा त्यांना कर्कपेशींकडून प्रखर विरोध होतो. यामुळे प्रत्येक रुग्णाला किती फायदा होईल याची खात्री नसते आणि दुसरे म्हणजे जेव्हा आराम पडतो तो किती काळ टिकेल, यातून पुढे काही समस्या उद्भवतील का? या प्रश्नांची उत्तरे मिळायला अनेक वर्षे लागतील.

दुर्दैवाने, कर्करोगाच्या लसीबद्दल अनेक चुकीच्या बातम्यांतून लोकांची दिशाभूल केली जाते. उदा. रशियातील संशोधकांनी प्रसिद्ध केले की कृत्रिम बुद्धिमत्तेचा वापर करून कर्करोगाच्या गाठीची वाढ आणि शरीरात इतरत्र होणारा फैलाव (Metastasis) थांबवणारी लस त्यांनी निर्माण केली असून ती लवकरच सर्व रशियन नागरिकांना मोफत मिळेल. परंतु जेव्हा याबद्दल पूर्ण माहिती काढायचा प्रयत्न केला तेव्हा हाती फारसे लागले नाही. ही लस बनवण्यासाठी कुठली प्रक्रिया वापरली, कुठच्या कर्करोग प्रकारावर वापरली आणि किती रुग्णांमध्ये काय फायदा झाला यातील काहीच तपशील उपलब्ध नाहीत. म्हणून वाचकांनी अशा कुठल्याही दाव्यावर पटकन विश्वास ठेवू नये. कर्करोग हा आजार समजायला जटिल आणि गोंधळात टाकणारा आहे. या रोगाविषयीचे अज्ञान, अपूर्ण ज्ञान आणि चुकीच्या समजुती सुशिक्षित लोकांतही दिसून येतात. कर्करोगाविषयीची भीती व अनिश्चितता आणि विचित्र त्रासदायक उपचार माणसाला हतबल करतात.

आजच्या काळात कर्करोगावर अनेक प्रभावी आणि गुणकारी उपाय आहेत आणि लससुद्धा रुग्णांसाठी लाभदायक ठरेल. शास्त्रीय विज्ञानाची झपाट्याने होणारी प्रगती पाहता येत्या दहा वर्षांत कर्करोगाच्या कित्येक प्रकारांवर लस मिळू शकेल. उपचारांना जास्त यश मिळेल. परंतु हे सगळे इलाज आजार झाल्यावर करायचे आहेत. देवी, कांजिण्या किंवा पोलिओ यांचा जसा लस देऊन नायनाट झाला तसे कर्करोगाला होण्याआधीच थांबवता येणे कठीण आहे.

तात्पर्य असे, की उपचारात्मक लस उपलब्ध झाली तरी कर्करोगामुळे होणारे मानसिक व शारीरिक क्लेश भोगायला लागतीलच. वित्तहानीदेखील खूप होईल आणि तरीही शंभर टक्के बरे होण्याची खात्री नेहमीच मिळणार नाही. तेव्हा या आयुष्याची जबाबदारी स्वतःवर घेऊन, वाईट सवयी दूर ठेवून, स्वतःची जीवनशैली सुधारून या संकटाला दूर ठेवण्याचा प्रयत्न करणे हेच शहाणपणाचे आहे!

(लेखिका कर्करोग संशोधक असून 'कर्करोग : माहिती आणि अनुभव' हे पुस्तक त्यांनी लिहिले आहे.)

sulugk@yahoo.com

नीती : मानवी जीवनाचा पाया

□ कौस्तुभ जोशी

नीतिमत्ता हा मानवी समाजाचा, सहजीवनाचा आणि या पृथ्वीवरील सर्व समूहांच्या जगण्याचा महत्त्वाचा पाया आहे. जगातील सर्व प्रमुख धर्मशास्त्र ही नीतीवर आधारित आहेत. समाज जीवनात नीतीपेक्षा आणि अनीतीचे प्रमाण वाढले किंवा नीतिमत्ता आहे असे समजून नीतिमत्तेने वागणाऱ्या लोकसंख्येपेक्षा आणि अनीतीने वागणाऱ्यांचे प्रमाण वाढले की समाजाची अधोगती होण्यास सुरुवात होते. 'महाभारत' हे याचेच उदाहरण!

एकदा तुम्ही नीतीच्या मार्गावर चाललात तर तुम्हाला जबाबदाऱ्या, हक्क आणि न्याय यांची जाणीव आपोआपच होऊ लागते व तुम्ही दुसऱ्यांच्या बाबतीतही तसेच जबाबदारीने वागण्यास प्रवृत्त होता. नीतीने वागणारा समाज निर्माण होणे यासाठी कुटुंब व्यवस्था अत्यंत महत्त्वाची ठरते. समर्थ रामदासांनी लिहिलेल्या दासबोधात व्यावसायिक व व्यावहारिक आयुष्यात कसे वागावे याचे धडे घालून दिले आहेत.

घरगुती उद्योग असो किंवा कॉर्पोरेट कंपन्या आणि सरकार; सर्वांनाच नीतिमत्ता पाळूनच व्यवहार करावे लागतात. म्हणजे तसे केले जावे ही अपेक्षा असते. मानवी प्रगतीचा इतिहास हा पैशाच्या आणि अर्थशास्त्राच्या प्रगतीशी जवळून जोडला गेलेला आहे. ज्या वेळी आजच्यासारखी प्रगत बँकिंग व्यवस्था नव्हती त्या वेळी पैशाचे व्यवहार नीतिमत्तेच्याच आधाराने ठरवले जात होते. दिलेला शब्द खाली पडून देऊ नये म्हणतात ते उगीचच का! युद्धामध्ये सुद्धा दिलेल्या शब्दाचे मोल महत्त्वाचे ठरते.

बँकिंग व्यवस्थेचा अलीकडील काळातील एक संदर्भ विचारात घेऊया. २००८ या वर्षात अमेरिकेत आलेल्या वित्तीय संकटाने पूर्ण जगावर परिणाम घडवून आणले. हे वित्तीय संकट अमेरिकन व्यवस्थेत तयार झाले ते बँकिंग व्यवसायाच्या नीतिशास्त्राचे नियम न पाळल्यामुळेच. आपल्याकडे असलेली पैशाची संसाधने, असलेली सत्ता दुसऱ्याकडील संसाधने ओरबाडून घेण्यासाठी आहे असे मानणे नीतिमत्तेच्या विरोधात आहे. नैतिकता आणि नीतिमत्ता या हातात हात घालून चालणाऱ्या गुणात्मक गोष्टी आहेत.

गेल्या शतकात घडून आलेली दोन जागतिक महायुद्धे आणि त्यानंतर झालेल्या शीतयुद्धामागे परस्परांमधील अविश्वास सत्तापिपासू वृत्ती ही प्रमुख कारणे असली तरी खरे कारण राजसत्ता नीतिमत्तेने वागली नाही हेच आहे हे लक्षात ठेवले पाहिजे. प्रत्येक लोकशाही मार्गाने निवडून आलेले सरकार आपल्या जनतेला उत्तरदायी असते.

अलीकडच्या काळात महत्त्वाचा ठरत असलेला 'पर्यावरणीय बदल' हा विषय नीतिमत्तेशी जवळून जोडलेला आहे. जगातील संसाधनांची मालकी, ती ओरबाडणे आणि त्यासाठी पाहिजे तशी नियमावली वाकवून घेणे हे नीतितत्त्वांमध्ये नक्कीच बसणारे नाही. याचे परिणाम आपल्या आगामी पिढ्यांना भोगावे लागणार आहेत.

गोपनीयता, प्रामाणिकपणा, सचोटी, जबाबदारी आणि काम करत असलेल्या ठिकाणी असलेल्या सर्वांबद्दल आदर ही मूल्ये नीतिमूल्य म्हणून कॉर्पोरेट जगतात ओळखली जातात. यामुळेच एखाद्या कंपनी किंवा संस्थेतील कार्यसंस्कृती काम करण्यासाठी पोषक वातावरण तयार करते.

नीतीने वागणे म्हणजे आपण जे करत आहोत ते सद्सद्विवेकबुद्धीला पटेल आणि ते चांगले असेल असे वागणे होय. कॉर्पोरेट कंपन्यांनी नीतीला धरून वागणे दीर्घकाळात व्यवसाय टिकून राहण्यासाठी महत्त्वाचे ठरते. व्यवस्थापनाची समाजाशी असलेली बांधीलकी त्यामुळे वाढीस लागते. यामध्ये मालक किंवा वरिष्ठ स्तरावरील अधिकाऱ्यांचा मोठा वाटा असतो कारण कनिष्ठ पदावरील काम करणारे त्यांचेच अनुकरण करतात. त्यामुळे वरिष्ठांवरील जबाबदारी महत्त्वाची असते.

वस्तूंचे उत्पादन, त्याची विक्री वाढवण्यासाठी केलेली जाहिरात यामध्ये किती कंपन्या नीतीचे नियम पाळतात, हा एक संशोधनाचाच विषय आहे. शेअर बाजार, वायदे बाजार यातील व्यवहार पूर्वीपासून ज्या विश्वासावर चालत आले ती विश्वासार्हता ढळली तर ते अनीतीचे उदाहरण ठरेल.

जगातील आद्य शेअर बाजारांपैकी एक असलेल्या इंग्लंडमधील शेअर बाजाराच्या बोधचिन्हावर 'My Word is my Bond' (शब्द हाच आमचा विश्वास) असे लिहिले आहे, यातूनच शब्दाच्या किमतीचा अंदाज येईल!

(लेखक अर्थशास्त्राचे प्राध्यापक-अभ्यासक आहेत.)

joshikd28@gmail.com

कालनिर्णय **पाकनिर्णय** स्पर्धा २०२६ — विजेता क्र. १

विभाग : करीज/ग्रेव्हीज

पंचरत्न चिवडा ग्रेव्ही

□ अर्चना कुमार, चेंबूर

ग्रेव्हीचे साहित्य : प्रत्येकी १ छोटा चमचा जाड पोहे, डाळ्या, शेंगदाणे, धणे, आमचूर पावडर, आले-मिरची-लसूण पेस्ट, गरम मसाला, लाल तिखट, प्रत्येकी १/२ मोठा चमचा बडीशेप पावडर, हळद, मेथी दाणे, गूळ पावडर, प्रत्येकी १/२ छोटा चमचा जिरे व मोहरी, १ इंच सुके खोबरे, ५/६ कढीपत्त्याची पाने, २ छोटे चमचे दही, मीठ, कोथिंबीर, तेल, पाणी.

वड्याचे साहित्य : १ वाटी बेसन, १ ते दीड वाटी तेल, प्रत्येकी २ छोटे चमचे जाड पोहे, डाळ्या, प्रत्येकी १ छोटा चमचा शेंगदाणे, धणे, दही, आले-मिरची-लसूण पेस्ट, १/२ छोटा चमचा लाल तिखट, १/४ छोटा चमचा हळद, १ इंच सुके खोबरे, ७ ते ८ कढीपत्त्याची पाने, मीठ, पाणी.

ग्रेव्हीची कृती : प्रथम पोहे, डाळ्या, सुके खोबरे, शेंगदाणे, धणे तेलावर भाजून पाणी घालून त्याची पेस्ट करून घ्या. एका कढईत २ चमचे तेल गरम करून त्यात जिरे, मोहरी, मेथी दाणे, कढीपत्त्याची फोडणी द्या. नंतर आले-मिरची-लसूण पेस्ट घालून परतून घ्या. या फोडणीत पोह्याची पेस्ट, लाल तिखट, हळद, गरम मसाला, आमचूर पावडर, बडीशेप पावडर व दही घालून तेल सुटेपर्यंत परतून घ्या. या मिश्रणात गरम पाणी, मीठ व गूळ घालून ४ ते ५ मिनिटे उकळून घ्या. तयार ग्रेव्हीवर कोथिंबीर घालून सर्व्ह करा.

वड्याची कृती : चिवड्याचे साहित्य (पोहे, डाळ्या, सुके खोबरे, शेंगदाणे, धणे, कढीपत्ता) मिक्सरमधून बारीक करून घ्या. बाइंडिंगसाठी त्यात दही घालून त्याचे गोळे तयार करा. बेसनात तिखट, हळद, मीठ घालून घोळ तयार करून घ्या. तयार चिवड्याचे गोळे बेसनात घोळवून तळून घ्या. गोळे थंड झाल्यावर ग्रेव्हीमध्ये सोडा.

हा महिना असा जाईल

जयेंद्र साळगांवकर

मेष : या महिन्यात आर्थिक प्राप्ती समाधानकारक असेल, परंतु गाफील राहू नका. काही अनपेक्षित अडचणी डोके वर काढतील. एकाच्या आश्वासनावर दुसऱ्याला शब्द देण्याचे टाळा. मंगळ-बुध-शुक्र यांचे पाठबळ तुमचा उत्साह वाढविणारे असेल. नवे परिचय लाभदायक ठरतील.

वृषभ : रवि-बुध-शुक्र हे या महिन्याच्या सुरुवातीस तुमची पाठराखण करणार आहेत. यशासाठी जास्त संघर्ष करावा लागणार नाही. कामे सहज मार्गी लागतील. उत्तरार्धात थोडी सावधगिरी बाळगा. कोणत्याही गोष्टीच्या आहारी जाऊ नका.

मिथुन : 'अंगी असलेली मरगळ झटकून एकाग्रतेने कामाला लागा.' असेच या महिन्याचे तुम्हाला सांगणे आहे. महत्त्वाच्या गोष्टींसाठी स्वतः जोमाने प्रयत्न करा. उत्तरार्धात रवि-बुधाची साथ मिळेल. कायदेविषयक कामात हलगर्जी करू नका.

कर्क : या महिन्यात थोडी तारेवरची कसरत करावी लागेल असे दिसते. कौटुंबिक जबाबदाऱ्या व कामाचा वाढता व्याप यामुळे धावपळ होईल. कार्यक्षेत्रात हाताखालच्या माणसांकडून अपेक्षित सहकार्य मिळाले नाही तर प्रतिष्ठेचा प्रश्न करू नका. रागावर नियंत्रण ठेवा.

सिंह : विरोधक या महिन्यात थोडे आक्रमक होतील. सतर्क आणि जागरूक राहा. नात्यातील कोणा एका व्यक्तीकडून थोडा मनस्ताप संभवतो, त्याकडे दुर्लक्ष करणे हितकर ठरेल. कौटुंबिक समस्यांकडे अधिक लक्ष द्यावे लागेल. तब्येत सांभाळा.

कन्या : महिन्याच्या सुरुवातीला मंगळ-बुध-शुक्र यांची अनुकूलता आहे. नोकरी-व्यवसायात वातावरण अधिक उत्साहवर्धक असेल. कार्याला गती मिळेल. उत्तरार्धात विरोधकांच्या कारवाया वाढतील. योग्य नियोजन करून जिद्दीने कामगिरी पूर्ण कराल.

तूळ : सध्या लाभलेल्या ग्रहमानामुळे तुमची मानसिकता अधिक सकारात्मक होईल. आत्मविश्वास वाढेल. आवडत्या व्यक्तींचा सहवास लाभेल. महिन्याच्या उत्तरार्धात छोट्या-मोठ्या विवंचना उद्भवतील. शत्रूचा पाडाव शक्ती व युक्तीने करावा लागेल.

वृश्चिक : स्पष्ट बोलण्याने इतरांची मने दुखावणार नाहीत, याची दक्षता घ्या. मित्रपरिवाराकडून अपेक्षित सहकार्य मिळणार नाही. आत्मविश्वास व मनोबल यांच्या जोरावर अडचणींवर मात कराल. रखडलेली कामे मार्गी लागतील. आर्थिक गुंतवणुकीपूर्वी तज्ज्ञांचा सल्ला घ्या.

धनु : तुमची कार्यक्षमता आणि कार्यपद्धती तुम्हाला तुमच्या कामात अधिक गती प्रदान करेल. आर्थिक पातळीवरील उलाढालींवर लक्ष ठेवणे आवश्यक आहे. गुंतवणूक करणे टाळाच. नोकरी-व्यवसायात योग्य वेळी योग्य धोरण राबविणे लाभदायक ठरेल.

मकर : तुमच्या अंगच्या कर्तृत्वगुणांना सध्या चांगला वाव मिळेल. वरिष्ठांची मर्जी संपादन करू शकाल. कुटुंबातील एखाद्या व्यक्तीच्या कर्तृत्वाने आनंदून जाल. मित्रपरिवारात आर्थिक व्यवहार टाळावेत. स्थावर मालमत्तेचे व्यवहार पुढे ढकला.

कुंभ : 'मी कुणाचेच कधी वाईट केलेले नसताना मलाच हा मनस्ताप का?' या विचाराने तुम्ही थोडे त्रस्त होणार आहात. थोडा संयम बाळगा. भावनेच्या आहारी न जाता खंबीरपणे निर्णय घ्या. उत्तरार्धात आत्मविश्वास उंचावेल, यशाचा मार्ग सुकर होईल. अडचणी कमी होतील.

मीन : 'सर सलामत तो पगडी पचास'. प्रकृतीच्या तक्रारींकडे दुर्लक्ष करू नका. संपर्कातील व्यक्तींवर अति विश्वास दाखवल्यास पश्चात्ताप करावा लागेल. कौटुंबिक सदस्यांकडून सध्या सहकार्याची अपेक्षा न करणेच योग्य. स्वकर्तृत्वावर भर द्या.

संकष्ट चतुर्थी चंद्रोदय

रविवार, ०५ एप्रिल २०२६

मुंबई	२१.४७	जळगाव	२१.४०	छ.संभाजीनगर	२१.३९	चंद्रपूर	२१.२२
ठाणे	२१.४७	वर्धा	२१.२७	भुसावळ	२१.३९	बुलढाणा	२१.३७
पुणे	२१.४२	यवतमाळ	२१.२८	परभणी	२१.३१	इंदौर	२१.४३
रत्नागिरी	२१.४१	बीड	२१.३५	नांदेड	२१.२८	ग्वाल्हेर	२१.४१
कोल्हापूर	२१.३७	सांगली	२१.३६	धाराशिव	२१.३२	बेळगाव	२१.३४
सातारा	२१.४०	सावंतवाडी	२१.३७	भंडारा	२१.२४	मालवण	२१.३९
नाशिक	२१.४५	सोलापूर	२१.३२				
अहिल्यानगर	२१.३९	नागपूर	२१.२६				
पणजी	२१.३६	अमरावती	२१.३१				
धुळे	२१.४३	अकोला	२१.३४				

विवाहास उपयुक्त दिवस

शुद्ध मुहूर्त

२१ (१२.३१ पर्यंत, १४.५५ नंतर २३.५८ पर्यंत), २६ (२०.२६ पर्यंत), २८ (२६.०० पर्यंत), २९ (२०.५१ पर्यंत), ३० (२१.१२ पर्यंत).

पंचांग २०२६

श्री शालिवाहन शके १९४८, पराभवनाम संवत्सर, विक्रम संवत २०८२

आकडे तास मिनिटांत मध्यान्ही १२ नंतर १ पासून प्रारंभ न करता दुसऱ्या दिवशीच्या सूर्योदयापर्यंत सरळ तास मोजले आहेत. उत्तरायण

एप्रिल	चैत्र-वैशाख		नक्षत्र	समाप्ती	योग	समाप्ती	करण	समाप्ती	राष्ट्रीय
१ बुध	शु. चतुर्दशी	०७.०६	उ.फाल्गुनी	१६.१७	वृद्धि	१४.५०	विष्टि	१९.२०	११
२ गुरु	पौर्णिमा	०७.४१	हस्त	१७.३८	ध्रुव	१४.१९	बालव	२०.०८	१२
३ शुक्र	कृ. प्रतिपदा	०८.४२	चित्रा	१९.२४	व्याघात	१४.०७	तैतिल	२१.२२	१३
४ शनि	कृ. द्वितीया	१०.०८	स्वाती	२१.३४	हर्षण	१४.१६	वणिज	२३.०१	१४
५ रवि	कृ. तृतीया	११.५९	विशाखा	२४.०७	वज्र	१४.४३	बव	२५.०२	१५
६ सोम	कृ. चतुर्थी	१४.१०	अनुराधा	२६.५६	सिद्धि	१५.२४	कौलव	२७.२१	१६
७ मंगळ	कृ. पंचमी	१६.३३	ज्येष्ठा	२९.५३	व्यतिपात	१६.१५	गरज	२९.४८	१७
८ बुध	कृ. षष्ठी	१९.००	मूळ	अहोरात्र	वरियान	१७.०९	विष्टि	अहोरात्र	१८
९ गुरु	कृ. सप्तमी	२१.१८	मूळ	०८.४७	परिघ	१७.५६	विष्टि	०८.१२	१९
१० शुक्र	कृ. अष्टमी	२३.१४	पूर्वाषाढा	११.२७	शिव	१८.२९	बालव	१०.२०	२०
११ शनि	कृ. नवमी	२४.३७	उत्तराषाढा	१३.३८	सिद्ध	१८.३७	तैतिल	१२.००	२१
१२ रवि	कृ. दशमी	२५.१६	श्रवण	१५.१३	साध्य	१८.१४	वणिज	१३.०२	२२
१३ सोम	कृ. एकादशी	२५.०८	धनिष्ठा	१६.०२	शुभ	१७.१५	बव	१३.१८	२३
१४ मंगळ	कृ. द्वादशी	२४.१२	शततारका	१६.०५	शुक्ल	१५.३८	कौलव	१२.४६	२४
१५ बुध	कृ. त्रयोदशी	२२.३१	पू.भाद्रपदा	१५.२२	ब्रह्मा	१३.२४	गरज	११.२७	२५
१६ गुरु	कृ. चतुर्दशी	२०.११	उ.भाद्रपदा	१३.५८	ऐंद्र	१०.३७	विष्टि	०९.२५	२६
१७ शुक्र	अमावास्या	१७.२२	रेवती	१२.०२	वैधृति विष्कंभ	०७.२१ २७.४५	चतुष्पाद किंस्तुघ्न	०६.४९ २७.४८	२७
१८ शनि	शु. प्रतिपदा	१४.११	अश्विनी	०९.४२	प्रीति	२३.५६	बालव	२४.३१	२८
१९ रवि	शु. द्वितीया	१०.४९	भरणी कृत्तिका	०७.०९ २८.३५	आयुष्मान	२०.०२	तैतिल	२१.०८	२९
२० सोम	शु. तृतीया शु. चतुर्थी	०७.२७ २८.१५	रोहिणी	२६.०८	सौभाग्य	१६.११	वणिज	१७.५०	३०
२१ मंगळ	शु. पंचमी	२५.२०	मृगशीर्ष	२३.५८	शोभन	१२.३१	बव	१४.४५	वैशाख
२२ बुध	शु. षष्ठी	२२.४९	आर्द्रा	२२.१३	अतिगंड	०९.०८	कौलव	१२.०१	२
२३ गुरु	शु. सप्तमी	२०.४९	पुनर्वसु	२०.५७	सुकर्मा धृति	०६.०७ २७.३२	गरज	०९.४५	३
२४ शुक्र	शु. अष्टमी	१९.२१	पुष्य	२०.१३	शूल	२५.२३	विष्टि	०८.०१	४
२५ शनि	शु. नवमी	१८.२७	आश्लेषा	२०.०४	गंड	२३.४२	बालव	०६.५०	५
२६ रवि	शु. दशमी	१८.०६	मघा	२०.२६	वृद्धि	२२.२७	तैतिल	०६.१३	६
२७ सोम	शु. एकादशी	१८.१५	पू.फाल्गुनी	२१.१८	ध्रुव	२१.३५	वणिज	०६.०७	७
२८ मंगळ	शु. द्वादशी	१८.५१	उ.फाल्गुनी	२२.३५	व्याघात	२१.०३	बव	०६.३०	८
२९ बुध	शु. त्रयोदशी	१९.५१	हस्त	२४.१५	हर्षण	२०.५०	कौलव	०७.१८	९
३० गुरु	शु. चतुर्दशी	२१.१२	चित्रा	२६.१६	वज्र	२०.५४	गरज	०८.२९	१०

दि. १-४-२०२६ रोजी सूर्योदयी रवि, शनि, नेपच्यून-मीन, चंद्र-कन्या, मंगळ, बुध-कुंभ, गुरु-मिथुन, शुक्र-मेष, हर्षल-वृषभ, प्लुटो-मकर.

★ मंगळ : मीन ०२-४, बुध : मीन १०-४, रवि : मेष १४-४, शुक्र : वृषभ १९-४, बुध : मेष ३०-४.

○ पौर्णिमा प्रारंभ : बुधवार ०१-४, सकाळी ०७.०६; समाप्ती : गुरुवार ०२-४, सकाळी ०७.४१.

● अमावास्या प्रारंभ : गुरुवार १६-४, रात्री ०८.११; समाप्ती : शुक्रवार १७-४, सायं. ०५.२२.

○ पौर्णिमा प्रारंभ : गुरुवार ३०-४, रात्री ०९.१२.