

अजित पवारांना मोठा धक्का

राजकारणातील सर्वात मोठा भूकंप

अजित पवारांना मोठा धक्का, 7 विद्यमान आमदारांनी सोडली साथ

मुंबई । प्रतिनिधी

राजकारणात मोठा भूकंप आला आहे. राष्ट्रवादी काँग्रेस पक्षाच्या (एनसीपी) सात विद्यमान आमदारांनी शनिवारी सत्ताधारी नॅशनलिस्ट डेमोक्रेटिक प्रोग्रेसिव्ह पक्षात विलयाचा निर्णय घेतला.

यामुळे अजित पवार यांच्या नेतृत्वाखालील एनसीपी गटाला मोठा धक्का बसला आहे. या विलयामुळे मुख्यमंत्री नेफ्पू रियो यांच्या नेतृत्वाखालील छउझझ ला ६० सदस्यीय विधानसभेत पूर्ण बहुमत प्राप्त झाले आहे. छउझझ

च्या आमदारांची संख्या आता २५ वरून ३२ वर गेली आहे. २०२३ च्या विधानसभा निवडणुकीत एनसीपीने नागालँडमध्ये १२ जागा जिंकत तिसऱ्या क्रमांकाचा पक्ष म्हणून उदयास आले होते. शरद पवार यांच्या नेतृत्वाखालील एनसीपीमध्ये फूट पडल्यानंतर नागालँडमधील पक्षाच्या युनिटने अजित पवार यांच्या गटाला पाठिंबा दिला होता. मात्र, आता सात आमदारांनी छउझझ मध्ये विलय करून अजित पवार यांच्या गटाला

मोठा धक्का दिला आहे. या घडामोडींमुळे नागालँडमधील राजकीय समीकरणे पूर्णपणे बदलली आहेत. नागालँड विधानसभा अध्यक्ष शारिगेन लॉंगकुमेर यांनी सातही आमदारांनी सादर केलेल्या विलय पत्राला मान्यता

दिली आहे. या आमदारांनी स्वतः उपस्थित राहून विधानसभा अध्यक्षांना औपचारिक पत्र सादर केले. विधानसभा अध्यक्षांनी जारी केलेल्या आदेशानुसार, हा विलय संविधानाच्या दहाव्या अनुसूचीच्या तरतुदीनुसार आहे

आणि नागालँड विधानसभा (दल-बदल अयोग्यता) नियम, २०१९ च्या अनुषंगाने मंजूर करण्यात आला आहे. यासोबतच विधानसभा सचिवालयाला पक्ष संलग्नतेचे रेकॉर्ड अद्ययावत करण्याचे निर्देश देण्यात आले

आहेत. राज्य सरकारमधील मंत्री के. जी. केन्ने यांनी पत्रकार परिषदेत सांगितले, आज सायंकाळी सात एनसीपी आमदारांनी विधानसभा अध्यक्षांना विलय पत्र सादर केले, ►► उर्वरित पान २ वर

# ईदच्या आधी महाराष्ट्र सरकारचा मोठा निर्णय, पशु बाजार बंद ठेवण्याचे निर्देश

मुंबई । प्रतिनिधी

महाराष्ट्रात ७ जून रोजी साजरी होणाऱ्या बकरी ईदच्या आधी राज्य गौसेवा आयोगाने एक मोठा निर्णय घेतला आहे. आयोगाने सर्व कृषी उत्पन्न मंडळ समित्यांना ३ जून ते ८ जून या कालावधीत पशु बाजार बंद ठेवण्याचे निर्देश दिले आहेत. हे पाऊल प्रामुख्याने गुरांची बेकायदेशीर कत्तल रोखण्यासाठी

ईदच्या आधी महाराष्ट्रात मोठा निर्णय

मराठा समाजाचे इदय स्थान मराठा संघर्ष योद्धा मा मनोज दादा जरांगे पाटील यांनी आंतरवाली सराटी येथे माझा दादा कडून वाढदिवसाच्या सत्कार व शुभेच्छा दिल्या आज दादांनी दोन-तीन तास वेळ दिला भरपूर चर्चा झाली यावेळेस अखिल भारतीय मराठा महासंघाचे मराठवाडा सरचिटणीस विनोद आप्पा इंगोले बीड जिल्हा उपाध्यक्ष परमेश्वर बाप्पा कवचट बीड जिल्हा उपाध्यक्ष सुमंत खांडे सर बीड जिल्हा उपाध्यक्ष शाम जी गायकवाड गेवराई तालुका उपाध्यक्ष विठ्ठल संत बीड शहर अध्यक्ष दत्ता शेळके पाटील घोडके अण्णा

## महिलाच नव्हे पुरुषांनाही मिळणार एसटीच्या प्रवासात विशेष सवलत; परिवहन मंत्र्यांची मोठी घोषणा

सोलापूर । प्रतिनिधी

प्रवाशांना दर्जेदार सुविधा देण्याबरोबरच कर्मचाऱ्यांना देखील आर्थिक दृष्ट्या सक्षम करणाऱ्या एसटीला देशातील क्रमांक एकची परिवहन संस्था निर्माण करणे हेच ध्येय असेल, असे प्रतिपादन परिवहन मंत्री आणि एसटी महामंडळाचे अध्यक्ष प्रताप सरनाईक यांनी केले. एसटीच्या

७७ व्या वर्धापन दिनानिमित्त यशवंत नाट्य मंदिर येथे आयोजित केलेल्या नावित्यपूर्ण योजनांचा शुभारंभ आणि गौरव पुरस्कार सोहळ्यानिमित्त बोलत होते. या वेळी एसटी महामंडळाचे उपाध्यक्ष व व्यवस्थापकीय डॉ. माधव कुसेकर एसटीचे सर्व वरीष्ठ अधिकारी कर्मचारी उपस्थित होते. यावेळी ►► उर्वरित पान २ वर

## परळीत संतापजनक घटना, वैद्यनाथ मंदिराच्या परिसरात मांसाहारी अन्न शिजवले

परळी । प्रतिनिधी

परळीमध्ये संतापजनक प्रकार समोर आला आहे. वैद्यनाथ मंदिराच्या परिसरातच मांसाहारी अन्न शिजवल्याची धक्कादायक घटना समोर आली आहे. बांधकामासाठी मुक्कामी असलेल्या कामगारांनी मांसाहारी अन्न शिजवल्याचा संतापजनक प्रकार समोर आला आहे. या घटनेनंतर

भाविकामधून संताप व्यक्त केला जातोय. परळी येथील प्रभू वैद्यनाथ मंदिर परिसरात विकास कामे सुरू आहेत. या ठिकाणी बांधकामावर असलेल्या कामगारांनी याच परिसरात मांसाहारी जेवण बनवले असल्याचे समोर आले.. या परिसरातील काही भाविकांना हा प्रकार लक्षात आल्यानंतर त्यांनी त्या ►► उर्वरित पान २ वर

स्वराज सोलार

अँड वॉटर सोल्युशन

प्रो. प्रा. अजय भोसले  
9673798477  
8830127742

आमच्याकडे सर्व कंपनीच्या वॉटर फिल्टरची व सोलाराची विक्री व इन्स्टाली योग्य उद्योग केली जाईल.

पत्ता : माधुनीना कॉम्प्लेक्स, प्रियदर्शनी गार्डन, राजीव गांधी चौक, बीड

## मराठा आंदोलनाला मोठे यश; वर्षाराणी दळवे ठरल्या पहिल्या मराठा कुणबी सरपंच

धाराशिव । प्रतिनिधी

गेल्या दहा वर्षात मराठा आरक्षणासाठी राज्याने अनेक आंदोलने पाहिली. पण अद्यापही मराठा आरक्षणाचा तिढा सुटलेला नाही. पण राज्य सरकारच्या काही तरतुदीची फळ आता या समाजाला मिळत असल्याचे दिसून येत आहे. मराठा आंदोलनाला मोठे यश आल्याचे दिसून आले आहे. धाराशिव जिल्ह्यातील कुंभारी इथं वर्षाराणी दळवे या राज्यातील पहिल्या मराठा कुणबी सरपंच ठरल्या आहेत.

## रिंकू सिंहची विकेट पडली, थेट खासदार पटवली; लग्नाची तारीखही झाली निश्चित

मुंबई । प्रतिनिधी

टीम इंडियाचा स्टार क्रिकेटपटू रिंकू सिंह याची विकेट पडली आहे. रिंकू सिंह याने थेट खासदार पटवली असून दोघांच्या लग्नाची तारीखही निश्चित झाली आहे. ८ जून रोजी दोघांचा साखरपुडा होईल आणि याच वर्षी १८ नोव्हेंबर रोजी लग्नाचा बार उडेल. या लग्नात दोघांचे कुटुंबीय, मित्र परिवार आणि निवडक लोक उपस्थित ►► उर्वरित पान २ वर

# बडतर्फ पोलीस अधिकारी रणजीत कासलेला दिल्लीतून अटक; मुंबई गुन्हे शाखेच्या पथकाची कारवाई

बीड । प्रतिनिधी

बीडचे निर्लंबित पोलीस अधिकारी रणजीत कासले (छपक्षळी घरीश्रश) संदर्भात एक मोठी माहिती समोर आली आहे. बडतर्फ पोलीस अधिकारी रणजीत कासलेला दिल्लीतून अटक केल्याची माहिती समोर आली आहे. बीडच्या शिवाजीनगर पोलीस ठाणे आणि सायबर विभागात कासले विरोधात

कालच दोन गुन्हे दाखल करण्यात आले होते. तसेच मुंबईत देखील कासले विरोधात गुन्हा दाखल आहे. दरम्यान दोन समाजात तेढ निर्माण करणे आणि राजकीय नेत्यांवर केलेल्या आरोप प्रकरणात कासलेला अटक झाल्याची माहिती समोर आली आहे. मुंबई गुन्हे शाखेच्या पथकाने त्याला दिल्लीतून अटक केली आहे. रणजीत कासलेला

न्यायालयात हजर करण्यात आले असता न्यायालयाने त्याला दोन दिवसांसाठी मुंबई गुन्हे शाखेच्या कोठडीत पाठवले असल्याची माहिती ही समोर आली आहे. रणजित कासले विरोधात बीडमध्ये दोन गुन्हे दाखल वादग्रस्त बडतर्फ पोलीस अधिकारी रणजित कासले यांच्यावर बीडच्या सायबर पोलीस ठाण्यात दोन वेगवेगळ्या

तक्रारींवरून दोन गुन्हे दाखल करण्यात आले आहेत. बीड येथील सामाजिक कार्यकर्ते मोहन अघाव यांच्या तक्रारीवरून सामाजिक शांतता भंग केल्या प्रकरणी, तसेच दोन समाजात तेढ निर्माण करण्याचा प्रयत्न केल्याचे हे प्रकरण आहे. तर दुसरा गुन्हा मंत्री संजय शिरसाट यांच्याबद्दल बदनामीकारक भाष्य सोशल मिडीयातून केल्याच्या प्रकरणात

गुन्हा दाखल आहे. शिवसेना जिल्हाप्रमुख स्वप्नील गलधर यांनी ही तक्रार दिली आहे. या दोन्ही तक्रारींवरून बीडच्या सायबर पोलीस ठाण्यात गुन्हा दाखल करण्यात आला असून अधिक तपास पोलीस करत आहेत. जामीन मिळाल्यानंतरही आरोप सत्र सुरूच- दरम्यान, रणजित कासलेच्या विरोधात यापूर्वी ►► उर्वरित पान २ वर

CMYK



# स्पर्धेच्या जगात प्रत्येक वेळी स्वतःला सिद्ध करावे लागेल

## जिल्हाधिकारी जॉन्सन यांनी विद्यार्थ्यांना दिला यशाचा कानमंत्र; बीड जिल्हा व्यापारी महासंघाकडून गुणवंतांचा गौरव

**बीड ।** प्रतिनिधी  
दहावीचे यश हे जीवनामध्ये अतिशय महत्त्वाचा आहे कारण की या पॉईंटर आयुष्याला एक महत्त्वाचं वळण लागतं. दहावी, बारावी मध्ये जास्त मार्क्स मिळाले म्हणजे सर्व काही मिळाले असे नाही तर स्पर्धेच्या जगामध्ये आता प्रत्येक क्षणाला स्वतःला सिद्ध करावे लागेल जो विद्यार्थी या सर्व क्षणांना या परीक्षांना तयार राहतो तो आपले ध्येय प्राप्त करतो असे प्रतिपादन जिल्हाधिकारी विवेक जॉन्सन यांनी केले. बीड जिल्हा व्यापारी

महासंघ बीड शहर व तालुकाच्या वतीने गुणवंत विद्यार्थ्यांच्या सत्कार समारंभाचे आयोजन करण्यात आले होते. यावेळी प्रमुख पाहुणे म्हणून जिल्हाधिकारी जॉन्सन बोलत होते. यावेळी व्यासपीठावर अध्यक्ष भास्करराव जाधव, कार्याध्यक्ष अशोक शेठे, शहराध्यक्ष प्रकाश कानगावकर, तालुकाध्यक्ष राजेंद्र बनसोडे, महासचिव तुकाराम साळुंके, सचिव गंगाबिशन करवा, शहरसचिव सुर्यकांत महाजन, तालुका सचिव बाळासाहेब तिवारी व वाय जनार्दन राव यांची प्रमुख



उपस्थिती होती. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक कार्याध्यक्ष अशोक शेठे यांनी केले. ते म्हणाले, व्यापार करत असताना ज्या समाजाचे आम्हाला सहकार्य लाभते त्या समाजाला आम्ही काही देणे लागतो या भावनेतून या कार्यक्रमाचे आयोजन



केले आहे. तसेच व्यापारी जसा व्यवसायात मेहनत घेतो, येणार्या अडचणींवर मात करत व्यवसायात यशस्वी होतो तसेच विद्यार्थ्यांनी

माझ्यात एक अभ्यासूपणा होता, पण ध्येय निश्चित केल्याशिवाय मी केलेल्या अभ्यासाचा फायदा होणार नाही म्हणून माझ्या आई-वडिलांच्या मार्गदर्शनात मी ध्येय निश्चित केले. जे आज फलश्रुत झाले आहे. आपण कितीही मोठे झालो आणि कुठेही असलो तरी आपण आपल्या मातृभूमीला विसरता कामा नये. कारण ज्या मातीतून आपल्याला आकाशाला गवसणी घालण्याची शक्ती मिळाली त्या मातृभूमीला विसरून चालणार नाही तर त्या मातृभूमीसाठी

आपल्याला विकासात्म कर्तव्याची जाणीव असली पाहिजे असेही जॉन्सन यावेळी म्हणाले. व्यापारी महासंघाचे अध्यक्ष भास्करराव जाधव यांनी महासंघाच्या काम काजाविषयी माहिती दिली. यावेळी जवाहरलालजी कांकारिया, मदनसेठ दुगड, सुशील खटोड, आसाराम जी मानधने, मुकेश अग्रवाल, गंगाबिशनजी करवा यांची उपस्थिती होती. आभार प्रदर्शन प्रकाश कानगावकर यांनी केले. यावेळी व्यापारी,पालक व विद्यार्थी मोठ्या प्रमाणावर उपस्थित होते.

## पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर यांचे कार्य सर्वांना प्रेरणादायी :उच्च शिक्षणमंत्री चंद्रकांतदादा पाटील

**सोलापूर ।** प्रतिनिधी  
रणारगिणी, राजमाता, पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर यांनी संबंध भारतभर बारा हजाराहून अधिक मंदिरांचा जिर्णोद्धार केला. पाण्यासाठी पाणवटे तसेच बारवे निर्माण करून जलव्यवस्थापनाचे उत्कृष्ट कार्य केले. त्यांचा आदर्श राज्यकारभार, युद्धनीती, न्यायव्यवस्था यातून सर्वांनाच प्रेरणा मिळते, असे गोरखोद्धार राज्याचे उच्च व तंत्र शिक्षणमंत्री



श्री चंद्रकांतदादा पाटील यांनी काढले. शनिवारी, पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर सोलापूर विद्यापीठांमार्फत पुण्यश्लोक

व तंत्र शिक्षण मंत्री चंद्रकांतदादा पाटील बोलत होते. यावेळी व्यासपीठावर राज्याचे ग्राम विकास, पंचायतराज मंत्री व सोलापूरचे पालकमंत्री जयकुमार गोरे, आमदार रणजीतसिंह मोहिते-पाटील, कुलगुरू प्रा. डॉ. प्रकाश महानवर, महानगरपालिकेचे आयुक्त डॉ. सचिन ओंबासे, प्र-कुलगुरू प्रा. लक्ष्मीकांत दामा, प्रभारी कुलसचिव डॉ. अतुल लकडे यांची प्रमुख उपस्थिती होती.

## नूतन विभागीय आयुक्त जितेंद्र पापळकर यांनी कार्यभार स्वीकारला

**छ. संभाजीनगर ।** प्रतिनिधी  
नूतन विभागीय आयुक्त जितेंद्र पापळकर यांनी आज आपल्या पदाचा कार्यभार स्विकारला. सेवानिवृत्त होत असलेले विभागीय आयुक्त दिलीप गावडे यांच्याकडून त्यांनी पदभार स्विकारला. जिल्हाधिकारी दिलीप स्वामी, अपर आयुक्त अनंत गव्हाणे, अपर आयुक्त खुशालसिंह परदेशी यांनी श्री पापळकर यांचे पुष्पगुच्छ देवून स्वागत केले. ावेळी नगरविकास

विभागाचे सहआयुक्त देविदास टेकाळे यांच्यासह प्रादेशिक विभागप्रमुख उपस्थित होते. विभागीय आयुक्त श्री पापळकर यांनी विभाग प्रमुखांशी संवाद साधत विभागातील माहिती जाणून घेतली. नवनियुक्त विभागीय आयुक्त श्री. पापळकर हे २०१० च्या बॅचचे आयएएस अधिकारी आहेत. त्यांनी यापूर्वी चंद्रपूर जिल्हा परिषदेचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी, म्हणून काम पाहिले आहे.



# परशुराम संस्कार सेवा संघाच्या वतीने गुणवंत विद्यार्थ्यांचा सत्कार

**बीड ।** प्रतिनिधी  
विद्यार्थ्यांनी कायम वाचन, म नन, चिंतन करून आपल्या व्यक्तिमत्त्वाचा विकास साधण्यासाठी गुणवत्तेत सातत्य ठेवणे हे विद्यार्थ्यांच्या दृष्टीकोणातून अत्यंत महत्त्वाचे आहे. असे प्रतिपादन ज्येष्ठ विधिज्ञ अॅड.कालिदास (नाना) थिंगळे यांनी परशुराम संस्कार सेवा संघाच्यावतीने आयोजित केलेल्या गुणवंत विद्यार्थ्यांच्या सत्कार समारंभ प्रसंगी केले.



(दि.१ जून) रोजी आयोजन करण्यात आले होते. कार्यक्रमाची सुरुवात सरस्वती पूजन व दीप प्रज्वलित करून करण्यात आली. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी ज्येष्ठ विधिज्ञ अॅड.कालिदास

करायला हवी. स्पर्धेच्या युगात जर टिकायचे असेल तर कठोर परिश्रम करण्याची तयार असणे आवश्यक आहे असेही अध्यक्षीय समारोप प्रसंगी ते म्हणाले. यावेळी परशुराम संस्कार सेवा संघाचे संस्थापक अध्यक्ष गजानन जोशी यांच्यासह मान्यवरांची समायोजित व मार्गदर्शनपर भाषणे झाली. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक मुकंद खडकीकर यांनी केले तर उपस्थितांचे आभार अर्जनाताई जोशी, विनायकराव देशमुख यांनी मानले. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी श्रवण थिंगळे, ज्योतीताई थिंगळे, थिंगळे काका यांनी बहुमोल परिश्रम घेतले. यावेळी गुणवंत विद्यार्थी, पालक, परिसरातील नागरीक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

## श्री नारायण विद्यालयात पुण्यश्लोक अहिल्याबाई होळकर जयंती साजरी



**बीड ।** प्रतिनिधी  
बीड तालुक्यातील आहरे चिंचोली येथील श्री नारायण मा. व उ. मा. विद्यालयात पुण्यश्लोक अहिल्याबाई होळकर जयंती साजरी करण्यात आली. श्री नारायण विद्यालयाचे

संस्थापक अध्यक्ष श्री महादेवराम काळे (अण्णा), प्राचार्य तथा सचिव श्री अमोल काळे सर उपस्थित होते. प्रमुख पाहुण्यांनी पुण्यश्लोक अहिल्याबाई यांच्या प्रतिमेला हार घालून अभिवादन केले. सूत्रसंचालन प्राध्यापक

अशोक घरत सर यांनी केले तर प्रास्ताविक प्रा. धर्मराज पौड सर यांनी केले आभार प्रदर्शन प्रा. प्रवीण रकटे सर यांनी मानले. यावेळी कार्यक्रमाला शिक्षक शिक्षकेतर कर्मचारी, ग्रामस्थ उपस्थित होते.

# तुम्ही भावनिक नात्यांमध्ये गुंतलेले आहात का? थांबा...

व्यक्ती जगत असताना एकट जगू शकत नाही. जीवन जगत असताना आपल्या काही वैयक्तिक, भावनिक, शारीरिक, सामाजिक आणि कौटुंबिक, आर्थिक गरजा असतात. त्या पूर्ण न झाल्यास आपल्याला त्रास होतो. काही नैसर्गिक गरजा सुद्धा असतात. त्या पूर्ण होण्यासाठी आपण काही विशेष नाती जोडतो. उदा. मैत्रीचे, प्रेमाचे, कौटुंबिक किंवा कामाशी संबंधित असो हि नाते भावनिक गुंतवणूक या नावाने ओळखली जातात. पण आपण सोशल मीडिया, वृत्तपत्र, बातम्या यांच्या माध्यमातून आपण पाहतो आणि ऐकतो की या सर्व नात्यांमध्ये धोका,त्रास, विश्वासघात, अन्याय इ. होत आहेत.असे अनेक अनुभव आपल्या प्रत्येकाच्या जीवनामध्ये येत असतात. प्रत्येक व्यक्ती वरील सर्व अनुभव घेत असतो आणि याचाच त्रास होत असतो.ही नाती आपल्याला सर्वाधिक त्रास देतात कारण आपण या नात्यांमध्ये जास्त गुंतलेलं असतो. म्हणून सर्वाधिक त्रास, वेदना कालांतराने होतात यामागे मानसशास्त्र काय सांगते? नेमके काय घडत हे आपण पाहूया .... आता प्रश्न हा पडतो की भावनिक गुंतवणूक म्हणजे काय? तर एखाद्या व्यक्तीकडे आपली मानसिक, भावनिक, शारीरिक ऊर्जा वळवणे होय यालाच भावनिक गुंतवणूक असे म्हणतात.

म्हणजेच त्याचं बोलणं, त्याचं वागणं, त्याची स्टायल, वर्तणूक, प्रतिक्रिया, सौंदर्य, प्रेमात इतके संवेदनशील होतो की आपण सर्वस्व त्यालाच मानायला लागतो. मग दिवस-रात्र त्याचाच विचार त्याची चित्र आपल्या मनामध्ये खेळत असतात. मग आपल्याला त्याच्याविना टाईम जात नाही. जेवण सुद्धा जात नाही.कालांतराने आपला मूळ निर्णय व जगण्याची दिशाच त्याच्यावर अवलंबून राहते. गुंतवणुकीची काही प्रकार आहेत. १. व्यावसायिक गुंतवणूक... सहकारी,बॉस, क्लाइंट. २. अध्यात्मिक/मानसिक गुंतवणूकगुरू, आदर्श व्यक्ती, सेलिब्रिटी. ३. नात्यातील गुंतवणूककुटुंब, मैत्री, प्रेम संबंध. प्रत्येक व्यक्तीला नात्यात विश्वास, सुरक्षिततेची गरज असते. पण त्याचं रूपांतर आपण अपेक्षा मध्ये करतो. उदा. भविष्यात प्रत्येक ठिकाणी तो/ती मला समजून घेईल. माझी खूप काळजी घेईल. प्रामाणिक राहील पण सर्व भावना या पूर्ण होतीलच असे नाही. कारण प्रत्येक व्यक्ती परिपूर्ण नसतो. त्याच्याकडून पण काही चुका होऊ शकतात. हे मात्र आपण विसरतो. म्हणून आपल्याला वेदना होतात. आपण त्या व्यक्तीशी इतकं जुळतो/गुंततो की आपली स्वतःची ओळखच त्याच्या आधारावर तयार करतो.



उदा. तो माझा नवरा आहे, ती माझी पत्नी आहे, तो माझा बेस्ट फ्रेंड आहे, तो /ती माझा /माझी आहे. पण जेव्हा हे नातं कालांतराने काही कारणास्तव तुटत तेव्हा खूप वेदना, त्रास होतो. स्वतःचं अस्तित्व गमावल्यासारखे वाटतं हे मानसिक दृष्ट्या खूपच धोकादायक असतं खूप भयानक असतात. जेव्हा आपण स्वतःच्या भावनिक गरजा पूर्ण करण्यासाठी दुसऱ्यावर अवलंबून असतो. तेव्हा त्यान पूर्ण झाल्यास जगण्याची प्रेरणाच उरत नाही. आपण कोसळतो. स्वतःच्या भावना गमावतो. आपलं बोलणं, वागणं, निर्णय घेणे त्याच्यावरच अवलंबून असतं. याला मानसशास्त्रामध्ये External locust

ofcontrol म्हणतात. आपण आपल्या अपूर्ण गरजा, भूतकाळातील जखमा किंवा एकेटपणाच्या भावना दुसऱ्यावर प्रोजेक्ट करतो. मग हताश होतो. निराश होतो. उदास होतो. आणि कोसळतो चुकीच्या कृती/आत्महत्या सारखे पाऊल उचलतो. कारण सुरुवातीला जवळीकता, हुरूप, प्रेमळ सहवास नवीन असतो.त्या व्यक्तीच्या चांगल्या गोष्टी पाहतो म्हणून आपल्या मेंदूतून काही आनंदी रसायन (हार्मोन्स )आपल्या पिऊशी ग्रंथी मधून स्त्रावत असतात. म्हणून अधिकच उत्साह,ऊर्जावान आपल्याला वाटतो आणि त्या व्यक्तीचा सहवास हवाहवासा वाटतो. पण ती व्यक्ती परिपूर्ण नसते, तिच्याकडून पण काही चुका होऊ शकतात.सर्व काही तुम्हाला ती देऊ शकत नाही. हे वास्तव आपण विसरून जातो. आपल्या अपेक्षा एवढ्या वाढतात म्हणून एर्रीरू कमी होते. जुपशीहळविाढते. म्हणून आपले निर्णय, भविष्यातील विचार त्या व्यक्तीशी निगडित होतात. स्वतःचे विचार विसरतो. मग आपला भ्रम निराश होतो. भावनिक वेदना वाढतात. म्हणून एन्सायटी,डिप्रेशन सुरू होते. नकारात्मक विचारा करून चुकीचे पाऊल उचलल्या जातात. पण असे न करता तुम्ही अनुभवी म

नसशास्त्रज्ञ/ समुपदेशकाची मदत घेऊ शकता. तसेच खालील काही उपाययोजना करू शकता स्वतःच्या भावना बॅलन्स ठेवा. कोणत्याही नात्यांमध्ये अडकला असाल तर सुरुवातीलाच काही सीमारेखा ठेवा. स्वतःचे सुख दुसऱ्यांमध्ये कधीच सापडू नका. आपल्या भावना,गरजा, निर्णय याचे केंद्रबिंदू स्वतःच बना. ती व्यक्ती आहे म्हणून मी आनंदी आहे. अशी खोटे आश्वासन स्वतः ला देऊ नका. स्वतःच्या मर्यादा स्पष्ट ठेवा. वेळ, संवाद,अपेक्षा यामध्ये संतुलन ठेवा. स्वतःची संवाद साधा/ प्रश्न विचारा. मी या नात्यात का अडकलो आहे. माझ्या गरजा काय आहेत. याचे उत्तर शोधा. कारण शोधलं की सापडतं व स्वतःची सुटका स्वतःच करून घ्या. आपली भावनिक गुंतवणूक एकाच व्यक्तीशी न करता त्याला वेगवेगळ्या भागात विभागणी करा. उदा... मेडिटेशन,प्राणायाम,व्यायाम, कुटुंब, आपले छंद, वाचन,नैसर्गिक नाते,समाजकार्य, काम (नोकरी,व्यवसाय), नवनवीन गोष्टी शिका. वरील सर्व गोष्टी करून सुद्धा तुम्ही गोंधळले असाल उदास असाल काही सुचत नसेल तर घाबरू नका खालील नंबर वर कॉल करा. – नीषा घुले (विक्कड ),कौन्सलर सायकॉलॉजिस्ट. मो. नं. ९५४५४४०४९१

